

sách. Đây là một hoạt động khác nằm trong Phần tư thứ hai. Qua đó, bạn có thể tiếp cận với những tư tưởng lớn trên thế giới qua các thời đại. Tôi khuyên các bạn nên bắt đầu bằng mục tiêu đọc một cuốn sách một tháng, sau đó một cuốn hai tuần, rồi một cuốn một tuần.

Những cuốn sách có giá trị sẽ giúp chúng ta mở rộng nhận thức về văn hóa, đổi mới tinh thần cũng như thanh lọc tâm hồn. Đặc biệt, nếu thực hành Thói quen thứ năm, nghĩa là không dùng cái nhìn chủ quan của mình để phán xét vội vàng, chúng ta có thể hiểu một cách thấu đáo nội dung, ý nghĩa mà tác giả muốn chuyển tải dưới lớp ngôn từ.

Viết cũng là một phương pháp hiệu quả để “rèn giữa” trí tuệ. Duy trì việc ghi chép hàng ngày những suy nghĩ, những trải nghiệm, những ý tưởng và những điều đã học sẽ giúp cho tâm trí mình minh mẫn, chính xác và nhạy bén. Việc viết nhật ký hay viết thư cũng có ảnh hưởng đến khả năng tư duy rõ ràng và sự hiểu biết thấu đáo.

Tổ chức và lập kế hoạch công việc là một hình thức khác của “rèn giữa” trí tuệ, có liên quan đến các Thói quen 2 và 3. Nó bắt đầu với “mục tiêu đã được xác định” và nỗ lực tổ chức thực hiện để đạt được mục tiêu đó. Nó luyện tập khả năng hình dung và tưởng tượng của bạn, giúp bạn nhìn thấy mục đích cuối cùng ngay từ đầu để lường tượng toàn bộ cuộc hành trình, chỉ ít về nguyên tắc, chứ không phải chỉ là những bước đi.

*Rèn giữa bản thân* ở cả ba mặt – thể chất, tinh thần và trí tuệ – là sự rèn luyện thuộc về *thành tích cá nhân* hàng ngày. Điều đó sẽ cải thiện được rất nhiều chất lượng, tính hiệu quả của các hoạt động, kể cả giấc ngủ sâu và yên bình của bạn. Nó sẽ tạo ra một sức mạnh lâu dài về thể chất, tinh