

	Xu hướng chung	Nguyên tắc
Thể xác	Duy trì lối sống. Nếu bị bệnh thì đi khám và chữa bệnh.	Phòng ngừa bệnh tật và các vấn đề sức khỏe bằng cách điều chỉnh lối sống phù hợp với các quy tắc bảo vệ sức khỏe đã được thừa nhận.
Tri tuệ	Xem ti-vi để giải trí.	Đào sâu kiến thức, không ngừng học hỏi.
Tâm hồn	Sử dụng các mối quan hệ với người khác nhằm trục lợi cá nhân.	Lắng nghe, tôn trọng và giúp đỡ người khác sẽ đem lại sự hài lòng và cảm giác hạnh phúc.
Tinh thần	Khuất phục chủ nghĩa thể tục và chủ nghĩa hoài nghi đang ngày càng phát triển.	Nhận ra rằng nguồn gốc của nhu cầu tìm hiểu về ý nghĩa và những điều tốt đẹp trong cuộc sống nằm ngay trong các nguyên tắc.

Đâu là giải pháp?

Trước khi chúng ta bắt tay vào nghiên cứu *7 Thói Quen Để Thành Đạt*, tôi muốn gợi ý hai sự biến đổi *mô thức* có thể làm gia tăng hiệu quả khi bạn sử dụng cuốn sách này.

Trước hết, tôi đề nghị các bạn không nên “xem” tập tài liệu này như một cuốn sách chỉ việc đọc xong rồi cất lên kệ sách, vì nó có thể trở thành một người đồng hành với bạn trong quá trình thay đổi và phát triển. Nội dung trong cuốn sách này được sắp xếp theo trình tự tăng dần mức độ sâu sắc, và ở cuối mỗi phần đều có những gợi ý áp dụng để bạn có thể nghiên cứu và tập trung vào từng thói quen cụ thể của riêng mình.