

Bắt đầu từ bên trong

Trong hơn 25 năm làm việc, tôi đã gặp và tiếp xúc với nhiều người rất thành đạt. Họ là doanh nhân, giảng viên đại học, bạn bè và cả người thân trong gia đình tôi. Tuy thành đạt như vậy nhưng bên trong họ vẫn luôn bùng cháy khao khát được mãn nguyện và bình yên nơi tâm hồn cũng như có được mối quan hệ tốt đẹp với những người xung quanh.

Có lẽ vấn đề họ chia sẻ với tôi cũng giống như những trăn trở của các bạn:

Tôi đã đạt được các mục tiêu và gặt hái những thành công vượt bậc trong nghề nghiệp của mình, nhưng lại chẳng còn chút thời gian nào dành cho vợ con, cũng như để hiểu được bản thân và nhận ra đâu là điều quan trọng nhất đối với cuộc đời mình. Nhiều lần tôi tự hỏi: mọi thứ có đáng để tôi đánh đổi như vậy không?

Tôi lại bắt đầu một chế độ ăn kiêng mới - lần thứ năm trong năm nay. Tôi biết mình thừa cân, và tôi muốn thay đổi. Tôi đọc tất cả các thông tin mới về ăn kiêng. Tôi đặt ra các mục tiêu, tự khích lệ chính mình bằng một thái độ sống tích cực và tự nhủ sẽ thực hiện thành công. Nhưng rồi tôi cũng không làm được tới nơi tới chốn; sau vài tuần thực hiện, tôi đã bỏ cuộc. Đường như tôi cũng không thể giữ nổi một lời hứa với chính mình.

Tôi tham dự hết khóa đào tạo này đến khóa huấn luyện khác về quản trị hiệu quả. Tôi cố đối xử tốt và tạo mối quan hệ thân