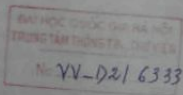


620 L
EAM
2003

A ĐỒ
(Chủ biên)

30 BÍ QUYẾT THÀNH ĐẠT TRONG CUỘC SỐNG

*Biên dịch và Hiệu đính: **Đặng Thuyết-Huy Linh***



NHÀ XUẤT BẢN LAO ĐỘNG XÃ HỘI
HÀ NỘI - 2003

MỤC LỤC

Bí quyết số 1: HÃY SỐNG VUI VẺ MỖI NGÀY 5

Tâm trạng cần thanh thản	7
Người ta sinh ra ở đời là để hưởng niềm vui	12
Không đâu hàng số phận chính là niềm vui	17
Niềm vui mang lại cho ta sức sống	25

Bí quyết số 2: HÃY ĐẾN VỚI CUỘC SỐNG BẰNG TẤT CẢ NHIỆT TÌNH CỦA BẠN 33

Tình cảm lạc quan có thể cảm hóa người khác	33
Yêu đời là loại tình cảm sôi nổi	41
Sức mạnh của tâm trạng tích cực	43
Vui nhộn chính là trạng thái tâm lý tích cực đối với cuộc sống.	50

Bí quyết số 3: BIẾT THƯ GIẢN BIẾT VƯỢT LÊN 61

Hàng ngày cố thu xếp thời gian yên tĩnh cho riêng mình	61
Thảnh thơi cho phép mình rơi vào cảm giác vô vị	65
Biết làm chủ tình cảm của mình.	71

Bí quyết số 4: HÃY XÁC ĐỊNH RÕ

MỤC TIÊU CUỘC ĐỜI 80

Mục tiêu chính là thứ

mà ta mong muốn đạt được 80

Mục tiêu giúp bạn tìm thấy ý nghĩa cuộc đời 85

Có mục tiêu thì phần đầu mới có định hướng 95

Kế hoạch và hành động không bỏ qua mặt nào 100

Bí quyết số 5: HÃY THỂ HIỆN MÌNH

BẰNG CÁCH THỰC CHẤT 109

Thực chất là con át chủ bài của bạn 109

Không có mũi khoan kim cương

chờ có chọn nghề gốm sứ 119

Luôn phát huy sức mạnh sáng tạo 122

Bí quyết số 6:

CHỌN CÁCH GIAO LƯU HIỆU QUẢ NHẤT 132

Giao lưu liên quan chặt chẽ với đời sống 133

Nếu giao lưu gặp trở ngại thì sẽ giảm hiệu quả 135

Vượt qua các trở ngại trong giao tiếp xã hội 137

Phương thức giao lưu được ưa chuộng 147

Bí quyết số 7: DÙNG THÁI ĐỘ CHẴN THÀNH

ĐỂ ĐÁP LẠI LÒNG CHẴN THÀNH 153

Có khiêm tốn mới mong tiến bộ 155

Học cách giao lưu với

người mình không ưa thích 163

Khen người khác một cách thật lòng	168
Hãy thử mỉm cười với người xa lạ xem sao	172

Bí quyết 8:

HÃY LẮM CHỦ THỜI GIAN CỦA MÌNH	177*
Thời gian là nguồn của cái	
đáng quý nhất của đời người	178
Hãy dùng thời gian vào khâu then chốt	185
Hãy để tâm kinh doanh thời gian	189

Bí quyết số 9: TIỀN BẠC KHÔNG PHẢI LÀ

THƯỚC ĐO THÀNH CÔNG	198
70% phần muốn có liên quan đến tiền bạc	198
Hãy đánh thức khát vọng làm giàu của bạn	203
Chú trọng tiết kiệm cũng là cách làm giàu	207
Xử lý tài chính phải có kế hoạch	212

Bí quyết số 10: TỰ TIN LÀ MỘT YẾU TỐ

BẢO ĐẢM CHO THÀNH CÔNG	220
Người thiếu tự tin thì không lập được công tích gì	220
Tự ti là cửa ải có thể vượt qua	226
Tự tin là tạo ra sức cuốn hút	229
Lòng tự tin phải bồi dưỡng dần dần	235
Có biện pháp bồi dưỡng lòng tự tin	239

Bí quyết số 11:

KHÔNG THỂ THIẾU BẢN SẮC CÁ NHÂN	246
Biết đánh giá đúng mức về mình	246

Khai thác hết mức tiềm năng của mình	251
Tự thân vận động để tạo ra thời cơ	259
Thấy rõ điểm yếu và điểm mạnh của mình	266

Bí quyết số 12:

CHUYỂN HÓA SỨC ÉP THÀNH ĐỘNG LỰC	269
Ai cũng phải chịu sức ép	269
15 sự kiện dễ gây sức ép tâm lý nhất	272
Khi bị sức ép cần biết cách thư giãn	273
Phụ nữ làm chuyên môn	
giải tỏa sức ép tâm lý ra sao	280

Bí quyết số 13: CHỊU ĐỰNG ĐƯỢC

KHỔ CỰC ĐÁNG CAY, MỚI CÓ THỂ VƯỢT LÊN TRÊN NGƯỜI KHÁC	287
Nghị lực là cội nguồn sức mạnh	
chiến thắng bản thân	287
Rèn luyện nghị lực là công việc mỗi ngày	290
Ai là người cười cuối cùng thì	
nụ cười đó tươi nhất	294

Bí quyết số 14:

BỒI DƯỠNG LỐI SỐNG TÍCH CỰC, HÃY LÁNH XA ẦU LO BUỒN KHỔ	301
Chớ có rầu rĩ thất vọng	
vì những chuyện nhỏ nhặt	307
Tự chủ là một nét đẹp về đạo đức	315
Muốn tiến bộ thì phải bỏ thói ỷ lại	323

Bí quyết số 15:

MỖI THÀNH CÔNG NHỎ LÀ MỘT	
BƯỚC TIẾN GẦN TỚI THÀNH CÔNG LỚN	330
Chờ vội thỏa mãn với thành tựu nhỏ trước mắt	330
Đặc ý vẫn không quên thân phận	338
Thử nghiệm cảm giác qua một thành công nhỏ	342
Nên biết phòng xa	346

Bí quyết số 16:

BẠN BÈ CHÍNH LÀ CỦA CẢI	352
Bạn bè phải giúp nhau	352
Chờ để tiền tài len lỏi vào trong tình bạn	361
Tri âm có thể gặp chẳng thể tìm	365

Bí quyết số 17: THẤT BẠI CHÍNH LÀ

THỬ THÁCH TRÊN ĐƯỜNG ĐỜI	371
Phê bình chẳng bằng động viên	371
Mạnh dạn nhận sai lầm	376
Vấp vấp giúp bạn trưởng thành	382
Tai họa là ông thầy phản diện trong cuộc sống	389

Bí quyết số 18:

GIỮ ĐÚNG QUY TẮC NGHỀ NGHIỆP	396
Chọn cho mình một ngành nghề thích hợp	396
Trong kế hoạch xin việc cần chuẩn bị sẵn một phương án dự phòng	405
Hãy đi xin việc bằng bản hồ sơ cao giá một chút	409
Qua phỏng vấn bạn có dịp hiểu mình hơn	414

Khi đi tìm việc cần xác định tư tưởng	
có mặt được cũng có mặt không được	419

Bí quyết số 19: NHANH CHÓNG PHẢN ĐẤU

THÀNH CHUYÊN GIA TRONG	
NGÀNH NGHỀ CỦA MÌNH	429
Kết hợp giữa công việc và hứng thú	429
Tạo ra cơ hội thăng tiến qua công việc	434
Trần trọng công việc đang làm	440
Trong quá trình làm việc cần thường xuyên	
bồi dưỡng kiến thức	447

Bí quyết số 20:

THUYỀN CHUYỂN CƠ QUAN	
CẦN SUY NGHĨ CHÍN CHẮN	451
Thay đổi cơ quan làm việc để tốt hơn,	
đừng để ngày càng xấu đi.	452
Không phải là thuyền chuyển công tác	
càng nhiều càng tốt	459
Động cơ thuyền chuyển cơ quan	
mỗi người mỗi khác	464
Không thể không nghe công ty tư vấn việc làm,	
nhưng phải có chọn lọc.	471

Bí quyết số 21:

CẦN GIỮ GÌN SỨC KHỎE CỦA BẠN	476
Quan niệm mới về sức khỏe hiện nay	476

Ra ngoài trời hít thở không khí trong lành	479
Rèn luyện để giữ gìn sức khỏe	483

Bí quyết số 22:

ĐI CON ĐƯỜNG LẬP NGHIỆP CỦA MÌNH	489
Lập nghiệp là đánh cơ hội cho mình	489
Lập nghiệp cần có một bản kế hoạch hoàn mỹ	493
Xem thử mình có tố chất phù hợp với việc tự lập nghiệp không?	501
Đánh giá tố chất lập nghiệp	503
Phương thức lập nghiệp mới: Kiểu SOHO	506

Bí quyết số 23: GIA ĐÌNH LÀ

MÁI ẤM THÂN THƯƠNG CỦA BẠN	510
Gia đình hòa thuận mọi sự tốt đẹp	511
Gia đình là nơi điều chỉnh sắc màu tình yêu cho con cái	517
Cần phải nuôi dưỡng tình cảm gia đình	522

Bí quyết số 24:

HÃY TÍCH LŨY CHO MÌNH CỦA CÁI NIỀM TIN	532
Chân thành giữ chữ tín là cái gốc làm người	533
Lời hứa phải lấy chữ tín làm gốc	538
Lời hứa là vàng	539
Làm gì để khách còn trở lại với mình	544

Bí quyết số 25:

CỎ DỪNG KHÍ CÒN CẦN PHẢI CÓ MƯƠ TRÍ	554
Dừng cảm tìm con đường mới	554

Mang dũng khí vào hành động	560
Biết chịu thiệt trước mắt	565

Bí quyết số 26:

ĐỪNG HỨA QUÁ NHIỀU	571
Bạn không thể làm tất cả mọi người đều hài lòng	571
Từ chối cũng cần phải có phương pháp tốt	577
Học cách nói "không" đối với những yêu cầu vô lý	585

Bí quyết số 27: NÓI NĂNG CÙNG CẦN PHẢI

CÓ NGHỆ THUẬT	590
Nói chuyện cần phân rõ đối tượng	591
Không dùng những lời nói cấm kỵ, nó có thể chôn vùi bạn	598
Trong giao tiếp, nói năng đóng vai trò rất quan trọng	603
Học được kỹ năng diễn giảng	606

Bí quyết số 28:

NHANH CHÓNG THOÁT KHỎI BÓNG ĐEN CỦA SỰ CỖ ĐỘC	613
Người sỏi nổi nhất cũng có lúc cỗ độc	613
Có thể tự thôi miên mình để đối phó với cỗ độc	618
Có thể dùng những giây phút được ở một mình để hưởng thụ	623
Cỗ đơn lạnh lẽo là một căn bệnh xã hội	625
Đừng để cỗ đơn biến thành cỗ quanh	628

Bí quyết số 29: NẮM CHẮC NHỮNG VẬN HỘI THUỘC VỀ BẠN	633
Thực lực và số phận	633
Cơ hội chỉ yêu quý những người có đầu óc chuẩn bị trước	638
Phải dựa vào chính mình để đi tìm cơ hội	643
Rủi ro lớn bao nhiêu thì cơ hội cũng lớn bấy nhiêu	651

Bí quyết số 30:	
TRÍ TUỆ CÓ ĐƯỢC THÔNG QUA HỌC TẬP	657
Giáo dục suốt đời là yêu cầu của các loại hình học tập của xã hội	658
Mỗi ngày ít nhất phải dành 10 phút để đọc sách	667
Hãy để cho chỉ số tình cảm phát huy tác dụng trong trí tuệ	671