

158.1
CHA
2008

STEVE CHANDLER

97 CÁCH THĂNG TIẾN TRÊN ĐƯỜNG ĐỜI

Biên dịch
Nguyễn Văn • Thẩm Sương

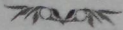
ĐẠI HỌC QUỐC GIA HÀ NỘI
TRUNG TÂM THÔNG TIN THƯ VIỆN

V-D4 / 1045



NHÀ XUẤT BẢN LAO ĐỘNG XÃ HỘI

Mục lục



Lời giới thiệu	5
Giờ phút cuối cùng của cuộc đời	7
Tạo ra tầm nhìn	10
Tưởng tượng về điều mong muốn	12
Tập trung vào điều mong muốn	13
Vượt qua nỗi sợ hãi	15
Đơn giản hóa cuộc sống	17
Tìm kiếm cái quý giá đã mất	18
Bấm tắt cả các nút của chính bạn	19
Ghi chép những gì phải làm	21
Hãy làm điều bất ngờ	23
Hãy tìm lấy chiếc chìa khóa chủ đạo	25
Thư viện trong xe	26
Lên kế hoạch làm việc một cách dứt khoát	30
Tích cực trong suy nghĩ	32
Kiên trì trong công việc	34
Lựa chọn bạn trong giao tiếp	36
Học cách thực hiện một vai trò	38
Nên ngồi yên trong tĩnh lặng	40
Sử dụng chất hóa học của não	42
"Rời trường phổ thông" mãi mãi	44
Học cách làm mất đi sự lạnh lùng	46

Tất tivi	48
Đừng để vật chất che lấp tâm hồn	50
Vượt qua cuộc thi đấu của chính bạn	51
Phát hiện ra Einstein ở trong bạn	52
Đối đầu với nỗi sợ hãi	55
Tạo ra mối quan hệ	58
Cố gắng lắng nghe nhau	60
Hãy nắm lấy sức mạnh ý chí của chính mình	61
Hãy thực hiện những nghi thức nhỏ trong việc sáng tạo	62
Hạnh phúc trong tầm tay bạn	65
Duy trì ý chí	66
Tự kỷ luật	68
Lập trình máy tính sinh học của bạn	68
Hãy sống với hiện tại	70
Lắng nghe nhiều hơn tự giới thiệu	71
Quan tâm đến người khác	72
Lạc quan trong cuộc sống	73
Tự giúp mình	77
Tim lễ sống cho bạn	79
Hãy đánh thức não phải	82
Giữ sự cân bằng hai bên não	84
Hãy để cảm xúc của bạn tỏa sáng	86
Vẫn còn cơ hội để làm mọi thứ	88
Biến công việc thành trò chơi	89
Giải trí năng động	91
Hãy biến ngày hôm nay thành một kiệt tác	92
Sẵn sàng đón nhận tất cả những vấn đề	94
Khơi lại nguồn cảm hứng	96
Lập trình cho những mục tiêu	100
Quảng cáo bản thân (nâng hình ảnh mình lên)	102

Giữ lập trường	104
Tự tranh cãi với mình	106
Vận dụng trí thông minh của bạn	107
Tìm cách thay đổi giọng nói	108
Nắm chặt lấy thời cơ mới	110
Cải thiện thói quen xấu	112
Hãy vẽ kiệt tác của bạn ngay hôm nay	113
Điều hòa hơi thở	115
Hãy tìm người huấn luyện tốt	117
Rời bỏ sự cố chấp	121
Hãy để "linh hồn" của bạn lên tiếng	123
Sức mạnh của những điều hứa hẹn ngông cuồng	124
Hãy đem lại may mắn cho một người nào đó	126
Hãy thực hiện trò chơi vòng tròn	128
Hãy tổ chức một trò chơi	131
Đừng bị ảnh hưởng bởi tình bi quan của mẹ bạn	134
Đương đầu với khó khăn	135
Du ngoạn vào thế giới nội tâm	137
Hãy chiến đấu với bệnh tật	138
Sử dụng 5% giải pháp	140
Hãy làm bất cứ việc gì cho dù bạn có làm tối tệ đi nữa	142
Học cách "nhìn xa trông rộng"	144
Hãy làm cho mọi việc trở nên nhẹ nhàng	147
Hãy làm cho mình trở nên giàu có	149
Hãy liệt kê mọi thứ cho cuộc đời bạn	150
Hình thành mục tiêu có sức mạnh đặc biệt	153
Trước hết hãy thay đổi chính mình	154
Hãy lập kế hoạch hành động cho cuộc sống của bạn	156
Phát huy năng lực tiềm ẩn trong bạn	157
Thay thế lo lắng bằng hành động	159