

***NGUYÊN TẮC 90/10 ***

***Điều này sẽ làm thay đổi cuộc đời bạn ***

(hoặc ít nhất, cách thức bạn phản ứng lại với các tình huống)

Nguyên tác: ***Discover The 90/10 Principle*** của Stephen Covey

It will change your life (or at least, the way you react to situations)

Chuyển ngữ: Kim Ngân

Nguyên tắc này là gì?

10% cuộc sống được hình thành do điều đang xảy ra cho bạn

90% cuộc sống được quyết định bởi cách thức bạn phản ứng ra sao.

Điều này có ý nghĩa gì ?

Thật ra chúng ta không kiểm soát được quá 10% điều đang xảy ra đến cho chúng ta. Chúng ta không thể cho dừng chiếc xe đang bị hỏng máy.

Máy bay sẽ đến trễ phá vỡ chương trình của chúng ta.

Một tài xế có thể chạy đâm ngang trước đầu xe chúng ta.

Chúng ta không kiểm soát trên 10% điều này.90% còn lại thì khác hẳn.

Bạn quyết định 90% còn lại đó.

Bằng cách nào !..Bằng phản ứng của bạn, bạn không thể kiểm soát đèn đỏ. Tuy nhiên, bạn có thể kiểm soát phản ứng của bạn.

Không nên để người khác đánh lừa bạn.

Bạn có thể kiểm soát cách bạn phản ứng.

Chúng ta hãy lấy một thí dụ...

Bạn đang ăn sáng với gia đình bạn. Con gái bạn đùng vào tách cà phê và làm đổ cà phê trên áo sơ mi đi làm của bạn. Bạn không thể kiểm soát điều mới vừa xảy ra. Chuyện xảy ra tiếp theo sẽ được quyết định bởi cách bạn phản ứng. Bạn chửi rủa, bạn trách mắng con gái bạn một cách thậm tệ do việc nó va vào tách cà phê. Nó òa lên khóc. Sau khi rầy la nó, bạn quay sang vợ bạn và phê bình nàng để tách cà phê quá gần mép bàn. Một trận đấu khẩu ngắn diễn ra sau đó. Bạn vội lao lên lầu để thay áo. Quay xuống tầng trệt, bạn thấy con gái đang bật khóc nên ăn sáng chưa xong. Nó cần chuẩn bị đi đến trường. Nó bỏ lỡ chuyến xe buýt. Vợ bạn phải đến sở làm ngay sau đó. Bạn lao vào xe nhà và chở con gái bạn đến trường.

Vì bạn bị trễ giờ, bạn lái xe chạy 40 miles /một giờ vượt quá tốc độ qui định 30 miles/ một giờ. Sau khi chậm trễ 15 phút và mất toi 60 đô la tiền phạt cho cảnh sát giao thông, bạn lái xe đến trường. Con gái bạn chạy nhanh vào trường không kịp chào tạm biệt bạn.

Sau khi đến sở làm trễ mất 20 phút, bạn mới thấy bạn đã bỏ quên chiếc cặp ở nhà.

Ngày làm việc của bạn đã bắt đầu thâm, và cứ thế tiếp diễn, nó có vẻ càng lúc càng tồi tệ hơn. Bạn mong cho mau đến nhà. Khi bạn về đến nhà, bạn thấy có sự xa cách nho nhỏ trong mối quan hệ của bạn với vợ và con gái.

Tại sao ?

Vì cách thức bạn phản ứng vào buổi sáng.

Tại sao bạn đã có một ngày tồi tệ như thế?

- A. Có phải do cà phê gây nên ?
- B. Có phải do con gái bạn gây nên?
- C. Có phải do cảnh sát giao thông gây nên?
- D. Có phải do bạn gây nên?

Câu trả lời ở đây chính là câu D

Bạn đã không kiểm soát điều gì xảy ra với tách cà phê.

Cách bạn đã phản ứng trong vòng 5 giây là nguyên nhân cho ngày tồi tệ của bạn.

Sau đây là câu chuyện có thể và nên xảy ra. Cà phê đổ trên áo bạn, con gái bạn gần như muốn khóc, bạn nói một cách dửng dưng như sau: “ *Không sao đâu con, cứng của ba, lần sau con nên cẩn thận hơn nhé.”

*

Vừa vờ lấy chiếc khăn lau, bạn đi lên lầu và thay áo sơ mi, bạn cầm lấy chiếc cặp và quay xuống nhà đúng lúc và nhìn qua cửa sổ, bạn thấy con gái bạn đang bước lên xe buýt. Nó quay lại và vẫy tay chào bạn. Bạn đến sở sớm 5 phút và mỉm cười niềm nở với các nhân viên.

Lưu ý sự khác nhau giữa hai kịch bản khác nhau.

Cả hai bắt đầu giống nhau.

Cả hai kết thúc khác nhau.

Tại sao như thế?

Do cách thức bạn phản ứng, bạn thật sự không kiểm soát 10% điều đang xảy ra trong cuộc sống của bạn. Còn 90% kia được quyết định bởi phản ứng của bạn.

Sau đây là một vài cách để áp dụng nguyên tắc 90/10**.

Nếu một ai đó nói điều không hay về bạn, đừng biến mình thành miếng bọt biển hút nước.

Hãy để cho cuộc tấn công trôi đi như nước trên tấm kính.

Bạn không nên để cho những lời bình phẩm tiêu cực tác động đến bạn.

Hãy phản ứng một cách thích hợp và điều đó sẽ không làm hỏng ngày làm việc của bạn.

Một phản ứng sai lầm có thể dẫn đến việc làm mất một người bạn, giận dữ hoặc căng thẳng.

Bạn phản ứng thế nào nếu ai đó chạy cắt ngang qua trước xe bạn?

Bạn có mất bình tĩnh không? Hãy đập mạnh vào bánh lái (một người bạn của tôi đã làm bánh lái bị hỏng như thế)

Bạn có chửi rủa không? Áp huyết của bạn có tăng vùn vụt không?

Ai quan tâm lo lắng nếu bạn đến nơi làm trễ 10 giây? Tại sao để cho xe hơi làm hỏng việc đi xe của bạn?

Hãy nhớ đến nguyên tắc 90/10 và đừng lo lắng về chuyện đó.

Bạn được báo cho biết bạn mất việc, tại sao bạn mất ngủ và tức tối? Điều đó sẽ diễn ra thôi. Hãy dùng năng lượng và thời gian lo lắng để đi tìm một công việc mới hay hơn. Máy bay đến trễ. Nó làm hỏng kế hoạch trong ngày của bạn. Tại sao bạn ném sự thất vọng của bạn lên nhân viên phục vụ chuyến bay? Cô ta đâu kiểm soát được điều gì đang diễn biến.

Hãy dùng thời gian để nghiên cứu, cố gắng làm quen hành khách khác bên cạnh. Tại sao căng thẳng? Điều đó sẽ làm cho tình hình trở nên tồi tệ thêm.

Bây giờ bạn biết nguyên tắc 90/10

Hãy áp dụng nó rồi bạn sẽ kinh ngạc với những kết quả. Bạn sẽ không đánh mất gì nếu bạn thử áp dụng nó.

Nguyên tắc 90/10 thật khó tin. Rất ít người biết và áp dụng nguyên tắc này. Kết quả?

Bạn sẽ thấy điều đó nhờ chính bản thân bạn.

Hàng triệu người đau khổ từ những căng thẳng, thử thách, khó khăn, đau đầu không đáng kể. Tất cả chúng ta phải hiểu và áp dụng nguyên tắc 90/10. Nó sẽ làm thay đổi cuộc đời bạn.

.....Hãy đón nhận nó....

Nó chỉ cho phép chúng ta rút kinh nghiệm. Tất cả những gì chúng ta làm, cho, nói hoặc suy nghĩ, điều đó giống như một *boomerang.* Nó sẽ quay lại chúng ta. Nếu chúng ta muốn nhận, chúng ta cần học cách cho trước đã... Có thể chúng ta sẽ kết thúc với hai bàn tay trắng, nhưng trái tim chúng ta sẽ tràn đầy tình yêu...

Và những ai yêu cuộc sống đều có được cái cảm giác sâu đậm đó trong tâm hồn họ....