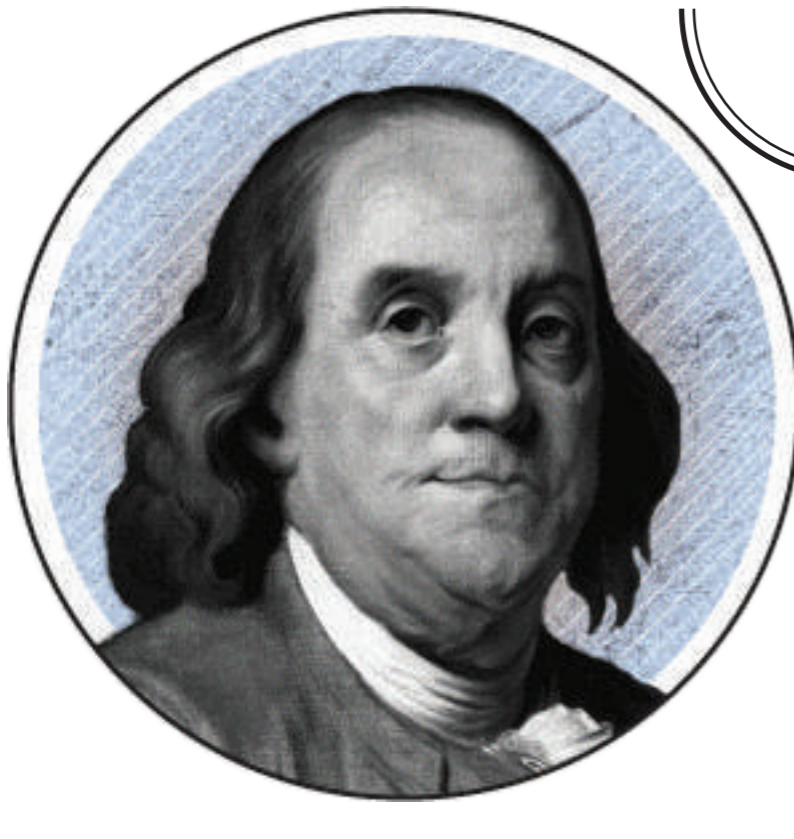


Thói quen

NHỮNG NGƯỜI THÀNH CÔNG NHẤT THẾ GIỚI

MỖI NGÀY MỚI LÀ MỘT LỊCH TRÌNH NGHIÊM NGẶT



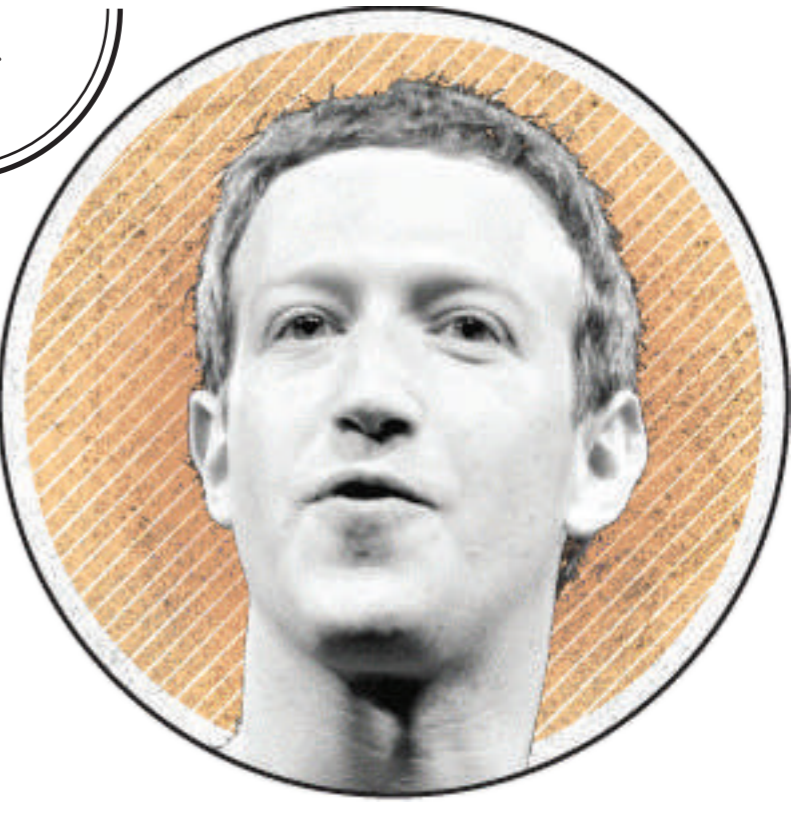
Ben Franklin

Nhà sáng lập, nhà khoa học, nhà phát minh, nông dân, chính trị gia



Elon Musk

Nhà sáng lập, CEO của SpaceX và Tesla Motors



Mark Zuckerberg

Nhà sáng lập, CEO, chủ tịch hội đồng quản trị của Facebook

NHỮNG HOẠT ĐỘNG THƯỜNG NGÀY ăn uống, ngủ, làm việc

Theo dõi kế hoạch 13 tuần để cải thiện bản thân, ông tập trung cao độ trong một tuần để lên kế hoạch và thực hiện chúng theo chu kỳ lặp lại 4 lần trong 1 năm

KẾ HOẠCH

SÁNG	5-7	Thức dậy, vệ sinh và chúc một ngày tốt lành; sắp xếp kế hoạch kinh doanh trong ngày và tìm cách giải quyết vấn đề kinh doanh hiện tại; sau đó là ăn sáng
Câu hỏi: Tôi nên làm điều gì hôm nay?		
	8-11	Làm việc
TRƯA	12-1	Đọc sách và kiểm tra các tài khoản; sau đó ăn trưa
CHIỀU	2-5	Làm việc
XẾ CHIỀU	6-9	Sắp xếp lại đồ dùng; nghe nhạc, trò chuyện; Kiểm tra lại ngày hôm đó
Câu hỏi: Hôm nay tôi đã làm được gì?		
TỐI	10-4	Ngủ

Lịch trình trong một ngày MẤT 5 PHÚT ĐỂ LÊN KẾ HOẠCH

Những hoạt động mỗi ngày đều được chi phối bởi những suy nghĩ logic nhất

LỊCH TRÌNH

Thứ 2 Thứ 5	Dành thời gian cho SPACEX
Thứ 3 Thứ 4	Dành thời gian cho TESLA
Thứ 6	Phân chia thời gian cho SPACEX và TESLA

Mặc áo thun, quần tây và áo khoác MỖI NGÀY

Chỉ dành thời gian cho những ý tưởng quan trọng nhất có thể thực hiện được

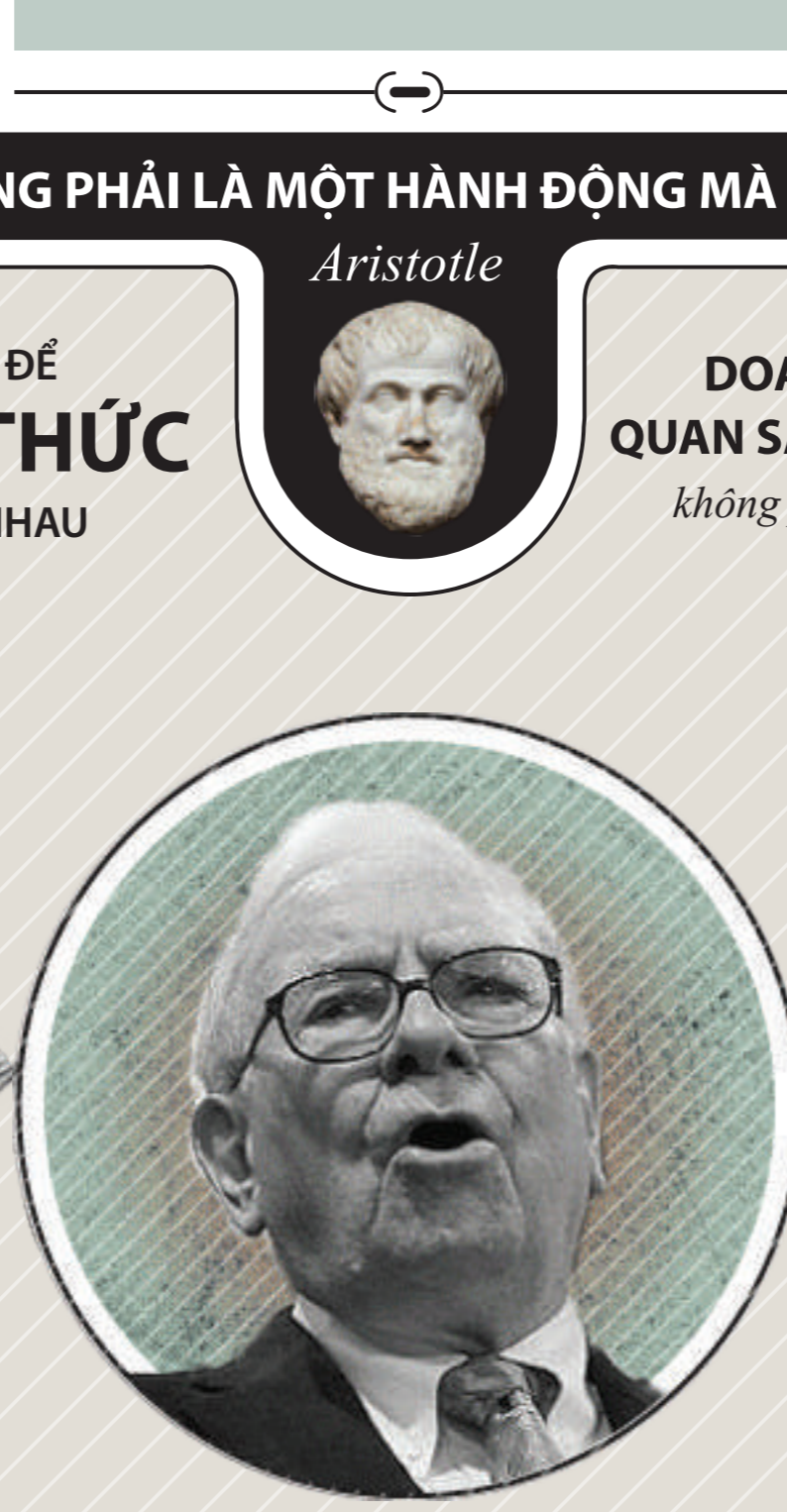


"SỰ XUẤT SẮC KHÔNG PHẢI LÀ MỘT HÀNH ĐỘNG MÀ LÀ MỘT THÓI QUEN"

Aristotle

ĐỌC (THẬT NHIỀU) SÁCH ĐỂ BỔ SUNG KIẾN THỨC TỪ NHỮNG NGƯỜI KHÁC NHAU

DOANH NHÂN QUAN SÁT ĐỂ HỌC HỎI không phải để giải trí



Oprah Winfrey

Chủ tịch, CEO và CCO của công ty Oprah Winfrey

Warren Buffett

CEO của công ty Berkshire Hathaway

Bill Gates

CEO, chủ tịch của Microsoft

KỂ TỪ KHI THÀNH LẬP NĂM 1996, CÂU LẠC BỘ SÁCH CỦA OPRAH ĐÃ CHO RA ĐỜI 70 CUỐN SÁCH

DÀNH 80% THỜI GIAN CỦA MỘT NGÀY ĐỂ ĐỌC SÁCH

ĐỌC HƠN 50 QUYỂN SÁCH MỖI NĂM

Oprah Winfrey bắt đầu đọc sách lúc 3 tuổi và chưa bao giờ dừng lại

Đọc từ 600-1000 trang sách mỗi ngày từ khi ông ấy bắt đầu công việc đầu tư

"Mỗi tuần đọc ít nhất 1 quyển sách - hãy thử điều đó"

"SÁCH LÀ CHÌA KHÓA GIÚP TÔI ĐẠT ĐƯỢC TỰ DO"

Oprah

TẬP THỂ DỤC

GIÚP TƯ DUY LINH HOẠT VÀ CẢI THIỆN KHẢ NĂNG SÁNG TẠO



CẢI THIỆN KHẢ NĂNG GIẢI QUYẾT VẤN ĐỀ

DẠY BẠN CÁCH VƯỢT QUA RÀO CẢN



Richard Branson

Sáng lập tập đoàn Virgin

THỨC DẬY LÚC 5H SÁNG ĐỂ LƯỢT VÁN, BƠI HOẶC CHƠI TENNIS

Tuyên bố dành 4 giờ trong một ngày để chơi thể thao

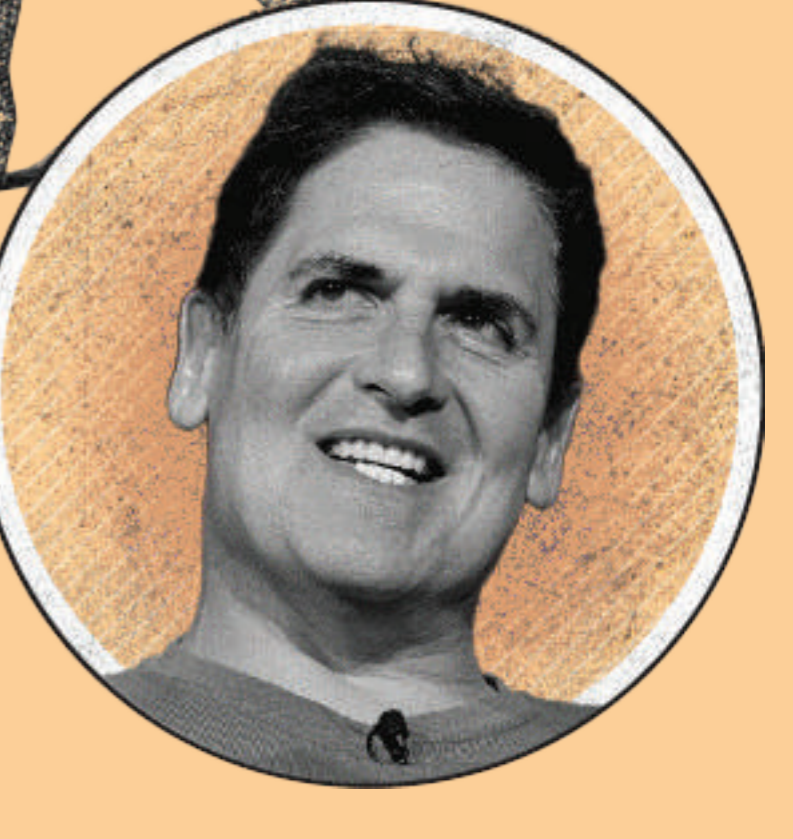


Tyra Banks

Cựu siêu mẫu, doanh nhân, nữ diễn viên

LÀM "QUYẾT LIỆT" NHƯNG VẪN GIỮ ĐƯỢC SỰ VUI VẺ

Đề nghị làm chương trình giải trí để tạo thói quen tập thể dục cho giới trẻ



Mark Cuban

Sở hữu Dallas Mavericks

DÀNH 1 GIỜ MỖI NGÀY ĐỂ TẬP THỂ DỤC VÀ DUY TRÌ ĐIỀU ĐÓ CẢ TUẦN

Chơi bóng rổ, boxing và một số môn thể thao khác

"TÔI TIN RẰNG 50% QUYẾT ĐỊNH MỘT DOANH NHÂN THÀNH CÔNG HAY THẤT BẠI CHỈ ĐƠN THUẦN LÀ Ở SỰ KIÊN TRÌ"

Steve Jobs



Sheryl Sandberg

COO của Facebook, nhà sáng lập, tác giả, nhà hoạt động

DẠY HỌ NỮ CÁCH ĐỂ NHỮNG VỊ TRÍ LÃNH ĐẠO

"Chúng tôi hi vọng trong cả những vấn đề lớn và nhỏ, sự tự ti, rụt rè và nhút nhát sẽ biến mất để có thể lãnh đạo một cách sáng suốt nhất"



Thomas Edison

Nổi tiếng là một nhà phát minh lỗi lạc của Mỹ với 1093 bằng sáng chế

HỌC HỎI TỪ NHỮNG THẤT BẠI VÀ VƯỢT QUA NHỮNG RANH GIỚI SÁNG TẠO CHO ĐẾN KHI ÔNG TÌM RA GIẢI PHÁP

"Trong 10,000 lần thử nghiệm tôi không thất bại bất kì một lần nào. Tôi đã thành công khi chứng minh 10,000 cách kia không thể thực hiện được"

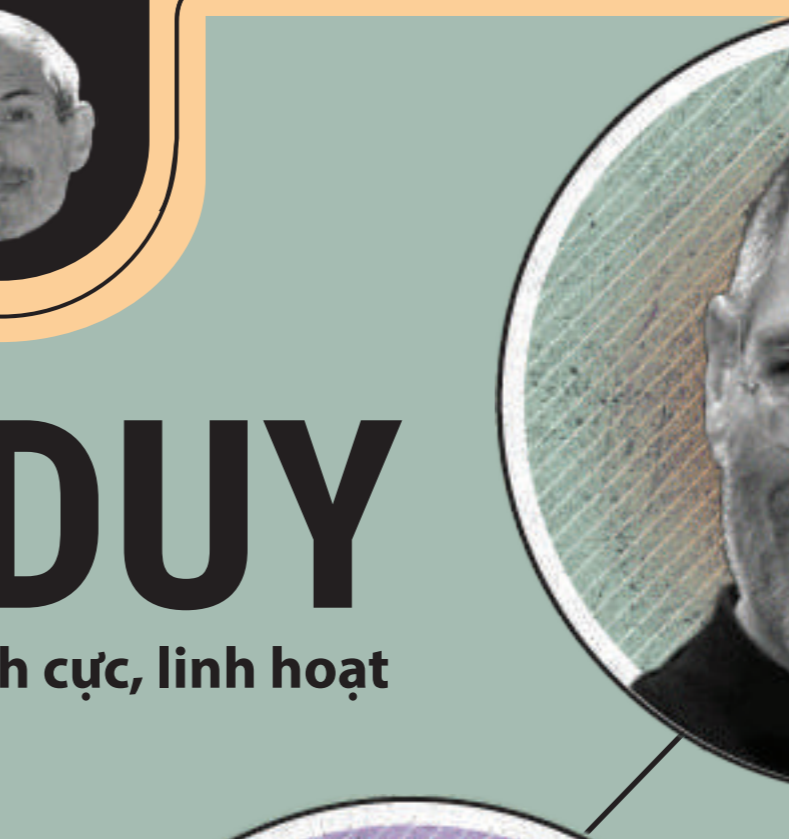


Steve Jobs

Nhà sáng lập và CEO Apple

KHI BẠN THƯỜNG XUYÊN NÓI "KHÔNG", NGHĨA LÀ CÓ MỘT SỐ THỨ BẠN CẦN PHẢI THAY ĐỔI

"Nếu hôm nay là ngày cuối của cuộc đời, tôi có muốn làm những gì định làm hôm nay không? Nếu câu trả lời là "Không" kéo dài trong nhiều ngày, đó là lúc Jobs biết ông cần phải thay đổi"



Peter Thiel

Nhà đồng sáng lập PayPal, tác giả, nhà đầu tư mạo hiểm

THƯỜNG ĐẶT CÂU HỎI "TẠI SAO BẠN KHÔNG THỂ HOÀN THÀNH KẾ HOẠCH 10 NĂM CỦA MÌNH TRONG SÁU THÁNG TỚI?"

Hãy thử những thứ mới bằng cách tin vào những điều khác biệt hoặc kể cả những việc không có trong kế hoạch như tinh thần của một nhà doanh nhân mạo hiểm

HÃY TẠO CHO MÌNH MỘT THÓI QUEN TÍCH CỰC BIẾT Đâu BẠN SẼ THAY ĐỔI VÀ TRỞ THÀNH NGƯỜI NỔI TIẾNG?

Nguồn:
[Forbes.com/profile/bill-gates](https://www.forbes.com/profile/bill-gates)
[Forbes.com/profile/elon-musk](https://www.forbes.com/profile/elon-musk)
[Forbes.com/profile/mark-zuckerberg](https://www.forbes.com/profile/mark-zuckerberg)
[Forbes.com/profile/warren-buffett](https://www.forbes.com/profile/warren-buffett)
[Time.com/4137012/success-peter-thiel/](https://www.time.com/4137012/success-peter-thiel/)
[Time.com/4122662/success-morning-routines](https://www.time.com/4122662/success-morning-routines)
[Rice.edu/faculty/dblanchette/ExerciseArticle.htm](https://www.rice.edu/faculty/dblanchette/ExerciseArticle.htm)
[Alltopstartups.com/2014/07/09/daily-routine-of-warren-buffett](https://alltopstartups.com/2014/07/09/daily-routine-of-warren-buffett)
[Hellofocus.com/blog/how-does-elon-musk-work-100-hours-a-week](https://www.hellofocus.com/blog/how-does-elon-musk-work-100-hours-a-week)
[Observer.com/2016/04/the-reading-habits-of-ultra-successful-people](https://www.observer.com/2016/04/the-reading-habits-of-ultra-successful-people)
[Investopedia.com/university/steve-jobs-biography/steve-jobs-net-worth.asp](https://www.investopedia.com/university/steve-jobs-biography/steve-jobs-net-worth.asp)
[Cheatsheet.com/life/bank-on-being-fit-eat-and-exercise-like-tyra-banks.html](https://www.cheatsheet.com/life/bank-on-being-fit-eat-and-exercise-like-tyra-banks.html)
[Thebridgemaek.com/the-benjamin-franklin-13-week-self-improvement-challenge](https://www.thebridgemaek.com/the-benjamin-franklin-13-week-self-improvement-challenge)
[Forbes.com/empact/bill-gates-warren-buffett-and-oprah-all-use-the-5-hour-rule.html](https://www.forbes.com/empact/bill-gates-warren-buffett-and-oprah-all-use-the-5-hour-rule.html)
[Forbes.com/sites/nathanfurr/2011/06/09/how-failure-taught-edison-to-repeatedly-innovate](https://www.forbes.com/sites/nathanfurr/2011/06/09/how-failure-taught-edison-to-repeatedly-innovate)
[Quickbooks.intuit.com/r/trends/should-women-entrepreneurs-lean-in-like-sheryl-sandberg](https://www.quickbooks.intuit.com/r/trends/should-women-entrepreneurs-lean-in-like-sheryl-sandberg)
[Huffingtonpost.com/andrew-merle/exercise-habits-of-ultra-successful-people_b_8900354.html](https://www.huffingtonpost.com/andrew-merle/exercise-habits-of-ultra-successful-people_b_8900354.html)
[Goodreads.com/quotes/629623-i-m-convinced-that-about-half-of-what-separates-the-successful](https://www.goodreads.com/quotes/629623-i-m-convinced-that-about-half-of-what-separates-the-successful)
[Blogbufferapp.com/the-daily-routines-of-famous-entrepreneurs-and-how-to-design-your-own-master-routine](https://www.blogbufferapp.com/the-daily-routines-of-famous-entrepreneurs-and-how-to-design-your-own-master-routine)
[Forbes.com/sites/brentgleason/2012/10/22/5-reasons-why-good-fitness-makes-for-better-entrepreneurial-leadership](https://www.forbes.com/sites/brentgleason/2012/10/22/5-reasons-why-good-fitness-makes-for-better-entrepreneurial-leadership)
[Cnn.com/2016/12/09/author-tim-ferriss-has-interviewed-over-100-ultra-successful-people-and-say-they-all-share-one-habit.html](https://www.cnn.com/2016/12/09/author-tim-ferriss-has-interviewed-over-100-ultra-successful-people-and-say-they-all-share-one-habit.html)
[Independent.co.uk/news/from-steve-jobs-obama-jeff-bezos-mark-zuckerberg-how-8-of-the-world-s-most-successful-people-start-a6686466.html](https://www.independent.co.uk/news/from-steve-jobs-obama-jeff-bezos-mark-zuckerberg-how-8-of-the-world-s-most-successful-people-start-a6686466.html)