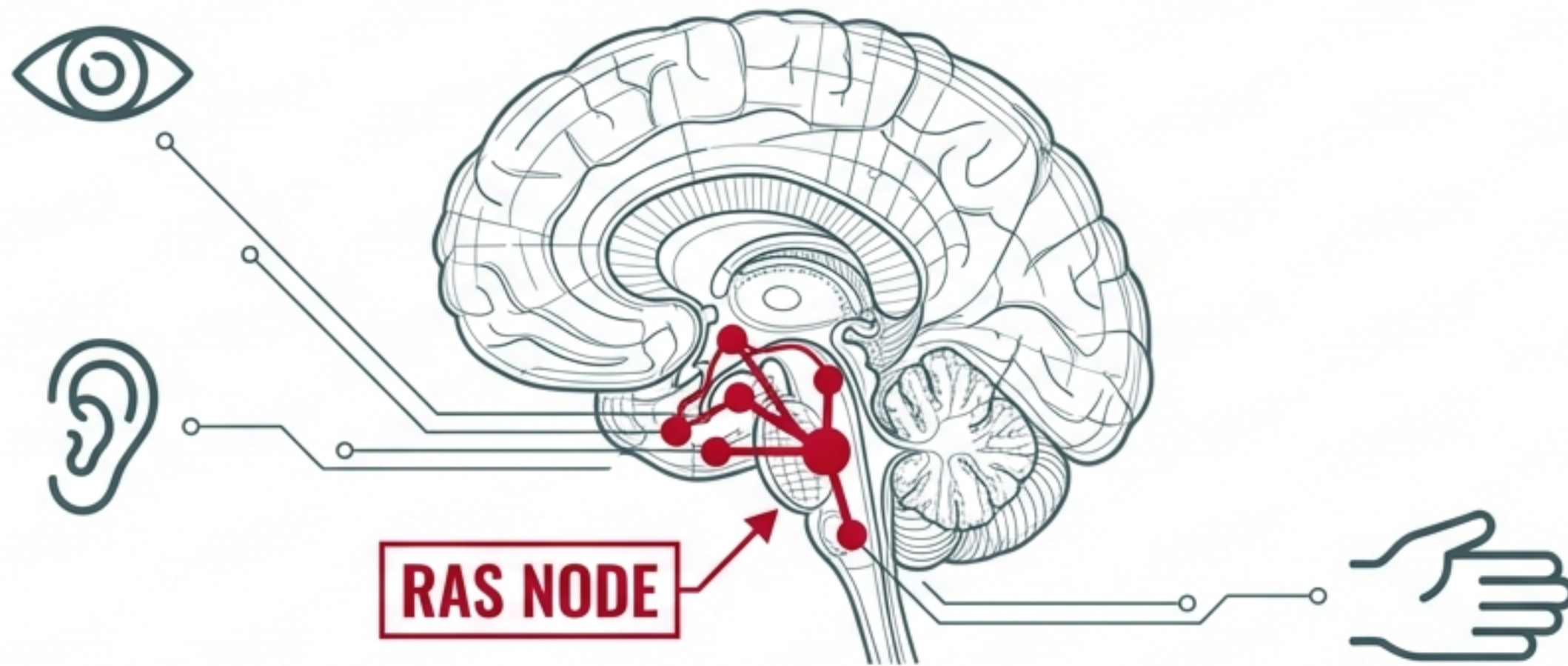


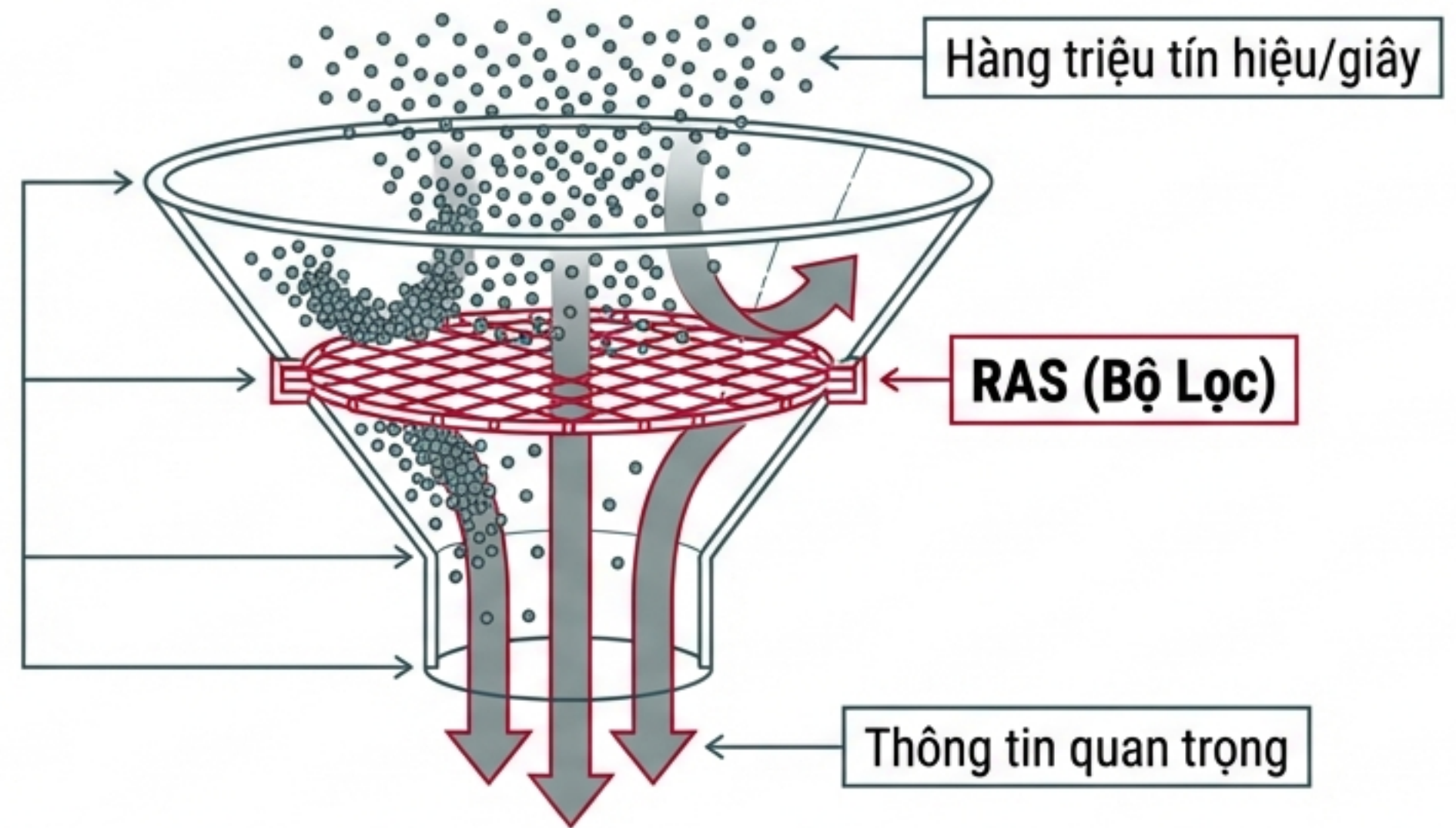
KÍCH HOẠT NÃO BỘ LÀM CHỦ VẬN MỆNH



Ứng dụng hệ thống RAS để tối ưu hóa thành công, sức khỏe và kỷ luật.

CƠ CHẾ HOẠT ĐỘNG CỦA HỆ THỐNG RAS

MÔ HÌNH BỘ LỌC THÔNG TIN



Định Nghĩa

Hệ thống lưới thần kinh (RAS) là bộ lọc thông tin đầu vào. Nó quyết định bạn sẽ **THẤY** gì và **BỎ QUA** gì.

Nguyên Lý Hoạt Động

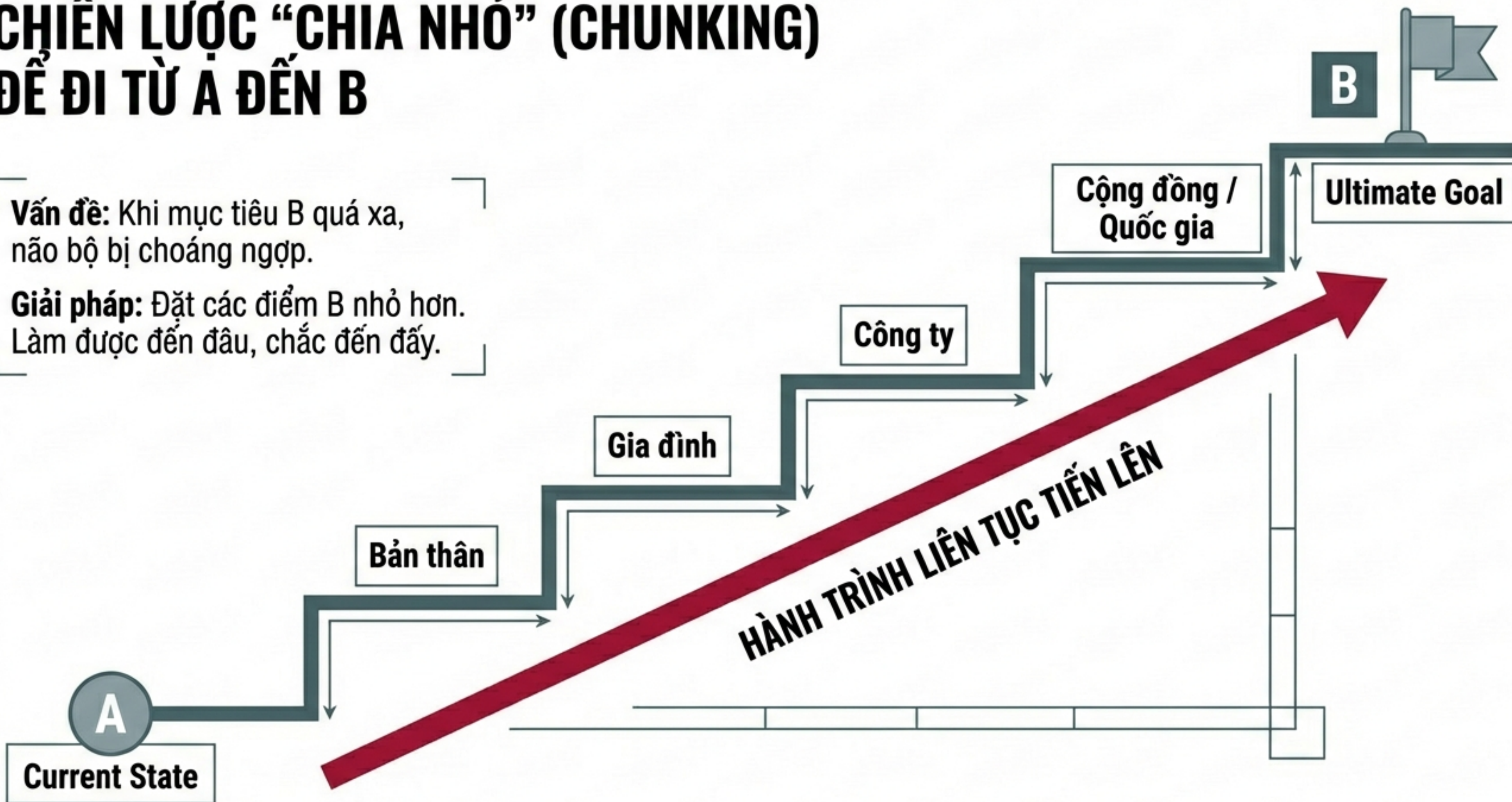
Tập trung vào cơ hội → **Thấy cơ hội**.
Tập trung vào khó khăn → **Thấy rào cản**.

QUOTE: Hệ thống RAS giúp nhận và loại bỏ các tín hiệu. Ta phải huấn luyện nó nhận tín hiệu tốt và đánh giá thấp tín hiệu xấu.

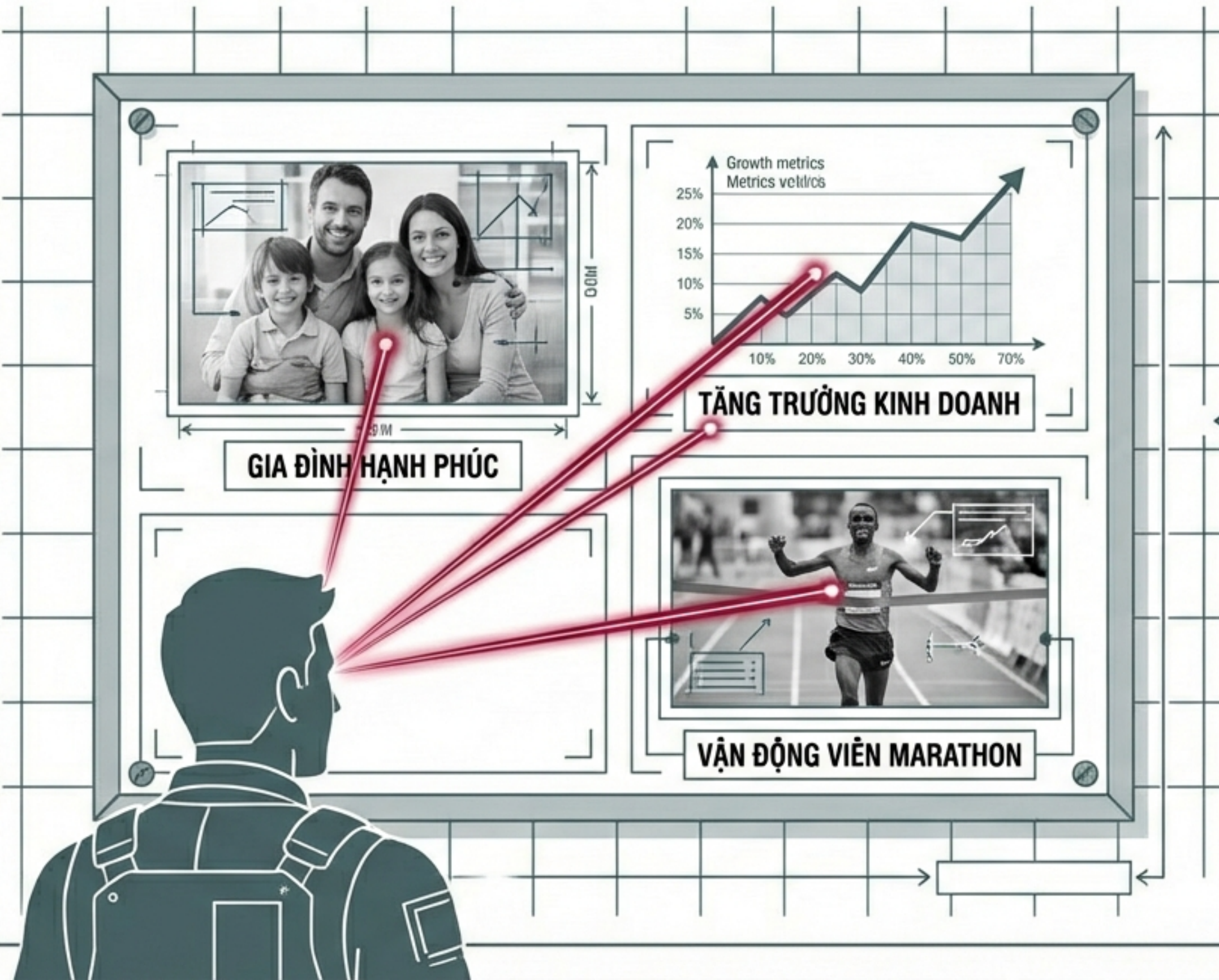
CHIẾN LƯỢC “CHIA NHỎ” (CHUNKING) ĐỂ ĐI TỪ A ĐẾN B

Vấn đề: Khi mục tiêu B quá xa,
não bộ bị choáng ngợp.

Giải pháp: Đặt các điểm B nhỏ hơn.
Làm được đến đâu, chắc đến đấy.



BẢN ĐỒ CUỘC ĐỜI: MỆNH LỆNH CHO NÃO BỘ



Để RAS hoạt động, nó cần
DẤU HIỆU NHẬN BIẾT.

Công cụ: Bảng tầm nhìn (Vision Board) hoặc **Bản đồ cuộc đời.**

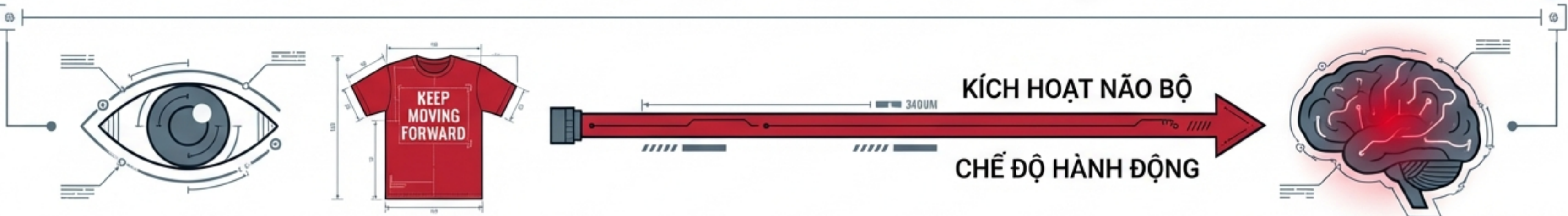
- Kích hoạt sự tập trung vào mục tiêu.
- Xác định sứ mệnh (phục vụ ai).
- Kích hoạt cảm xúc tích cực, tiêu diệt tiêu cực.

HÀNH ĐỘNG NGAY: In ra và dán lên tường nơi bạn nhìn thấy mỗi ngày. Đừng chờ đợi.

NEO CẢM XÚC & CÁC BIỂU TƯỢNG KÍCH HOẠT



RAS cần những "mỏ neo" vật lý để duy trì sự kỷ luật. Khi nhìn vào biểu tượng → Não bật chế độ hành động.



KỸ THUẬT “ĐÓNG NẪO”: BẬT CẢNH BÁO VỚI TIÊU CỰC

PHẢN XẠ SAI

Đồng cảm với lời than vãn.

RAS kích hoạt sự lười biếng.

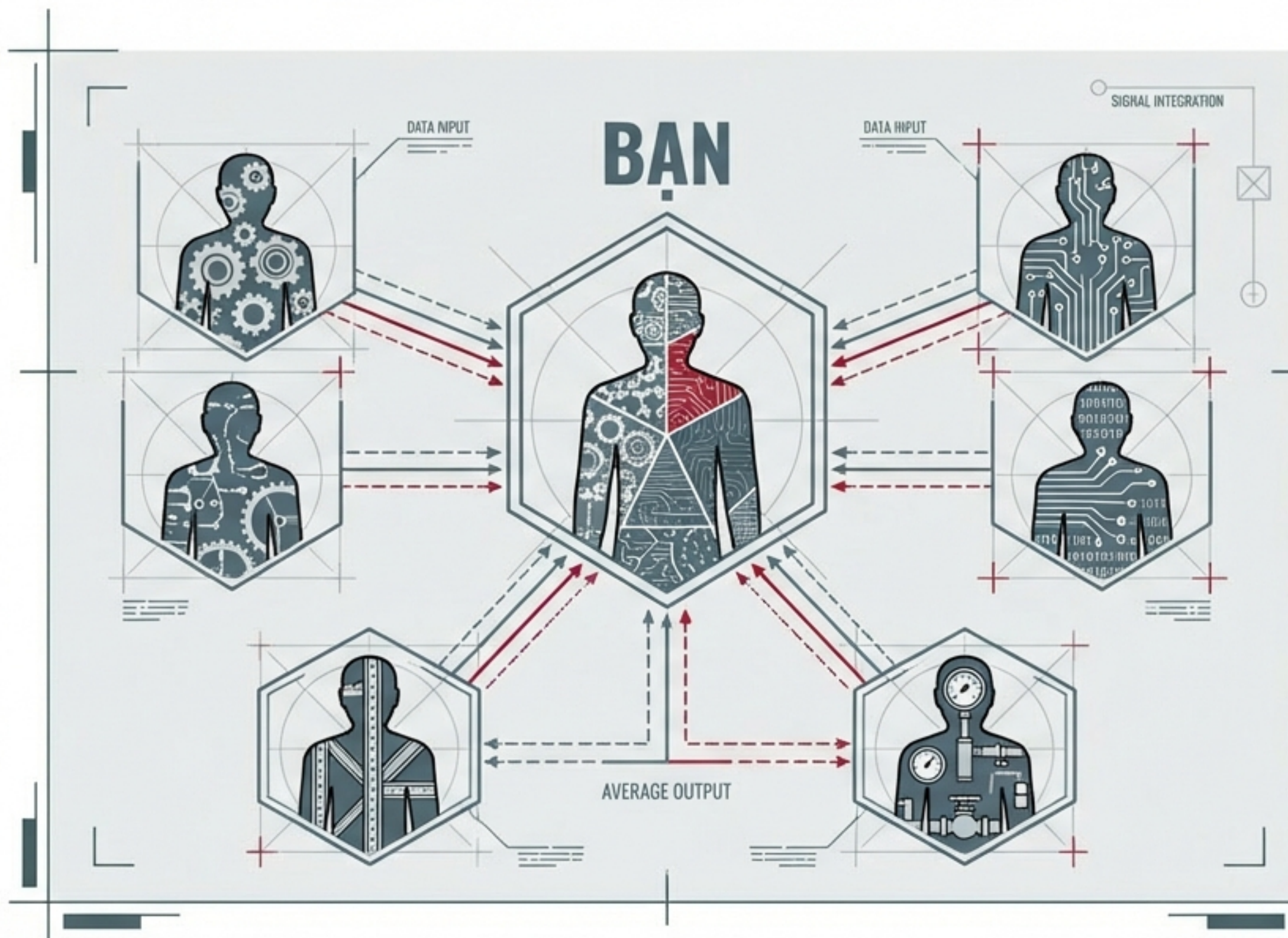
PHẢN XẠ ĐÚNG

Bật đèn đỏ cảnh báo.
Tự nhủ: “Đừng bao giờ giống người này.”

Ngắt kết nối ngay lập tức.

HÀNH ĐỘNG: Không cho phép thông tin rác đi vào bộ nhớ.

QUY LUẬT TRUNG BÌNH CỦA 5 NGƯỜI



Bạn là trung bình cộng của 5 người bạn thường gặp nhất.

Cơ chế: Mirroring & Matching (Phản chiếu & Tương đồng).

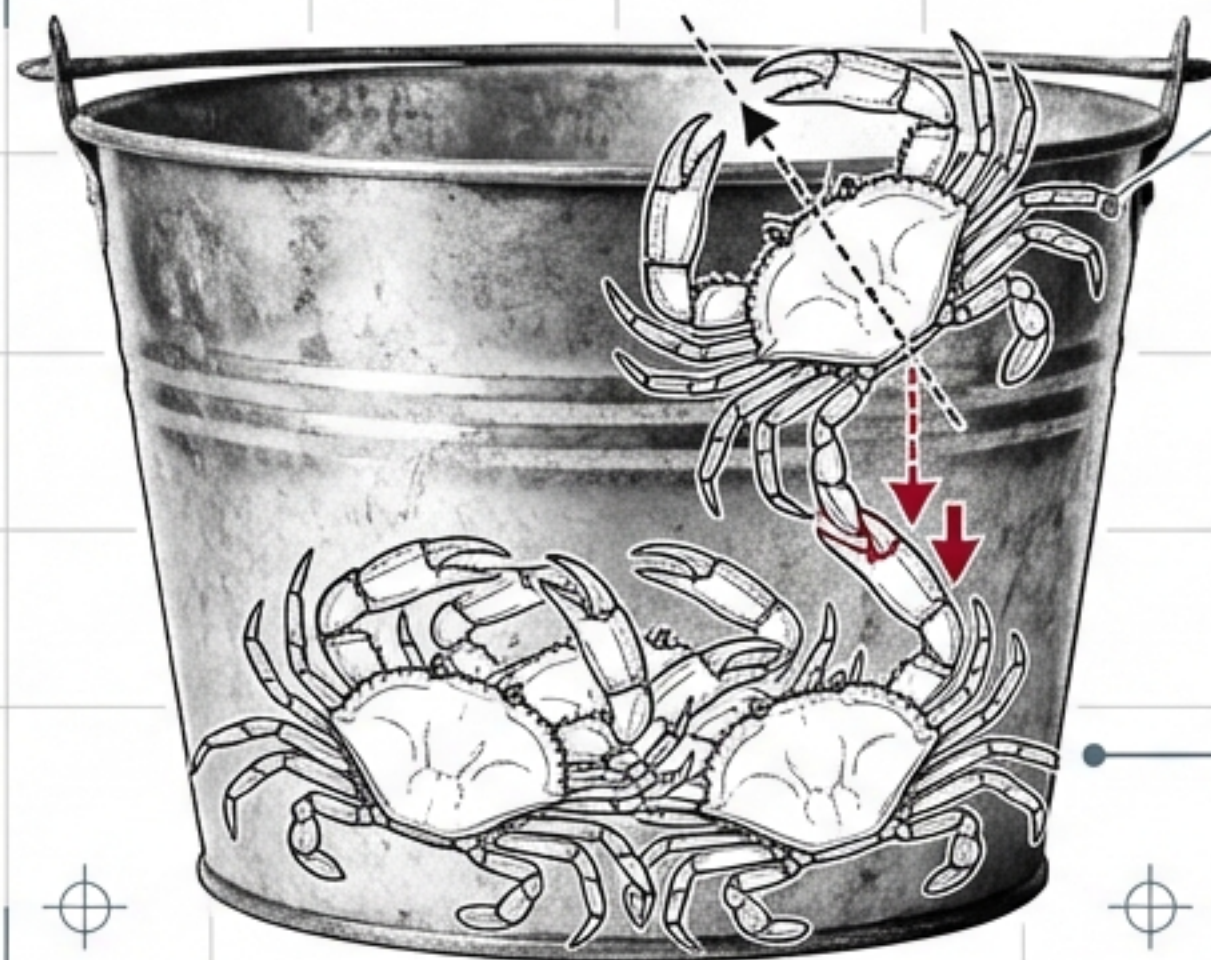
💬 - Ngôn từ

🚶 - Dáng ngồi, dáng đi

🎯 - Tiêu điểm sự chú ý

Kết luận: Bạn không thể tích cực nếu xung quanh là những nguồn phát tín hiệu tiêu cực.

LÝ THUYẾT XÔ CUA (THE CRAB BUCKET)



Một con cua:
Dễ dàng bò ra.

Một đàn cua:
Kéo nhau xuống. Con nào
định leo lên sẽ bị lôi lại.

THỰC TẾ TÀN KHỐC

- Chơi với người kém hơn: Bạn dễ bắt nạt, nhưng sẽ bị kéo xuống thấp như họ.
- Chơi với người giỏi hơn: Họ sẽ không chơi với bạn nếu bạn không nâng cấp bản thân.

GIẢI PHÁP: PHẢI DỪNG CẢM RỜI BỎ CÁI XÔ CŨ.

SỨC MẠNH CỦA CỘNG ĐỒNG CÙNG TẦN SỐ



Kết Quả

Khi mọi người cùng nói về một chủ đề, RAS của bạn buộc phải coi đó là điều QUAN TRỌNG NHẤT.

 ! Rời khỏi cộng đồng → Tìm giường đi ngủ → Kích hoạt lại thói hư tật xấu.



THAY ĐỔI BỘ NGÔN TỪ - THAY ĐỔI VẬN MỆNH

Code Editor / Dictionary

OLD VERSION (Cũ)

⊘ ~~Tôi không dám~~

⊘ ~~Khó quá~~

⊘ ~~Tôi lười lắm~~



GIỚI HẠN & ĐÌNH TRỆ

NEW VERSION (Mới)

✓ **Làm thế nào?** **TĂNG TRƯỞNG & HÀNH ĐỘNG**

✓ **Cơ hội ở đâu?** ↗

↗ **Doanh số & Marketing**



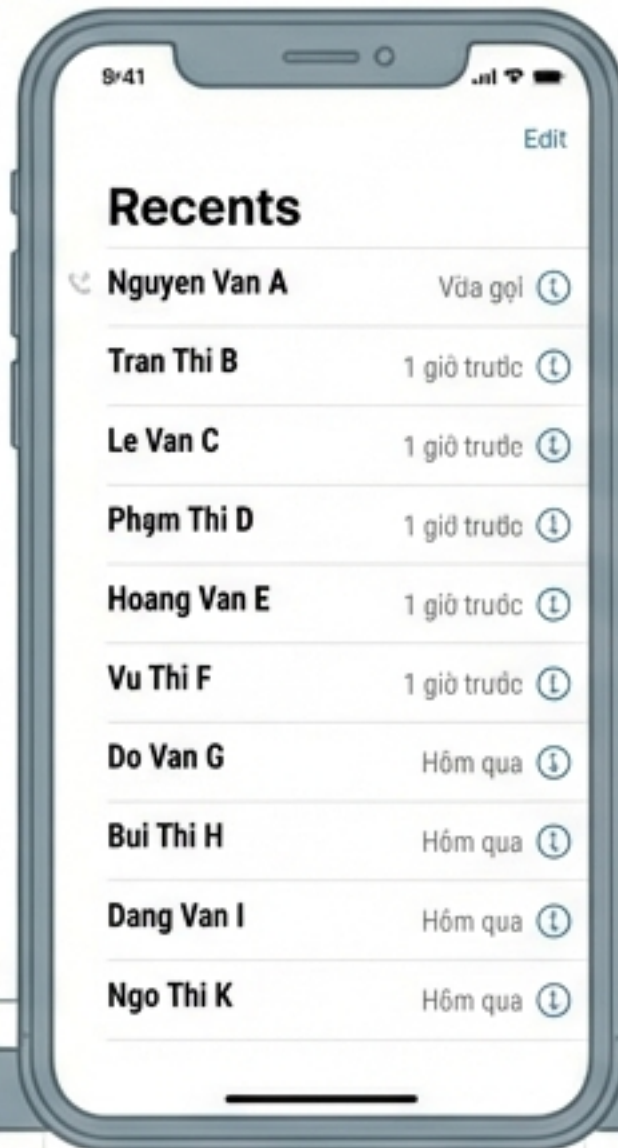
TĂNG TRƯỞNG & HÀNH ĐỘNG



Lời nói định hình tư duy. Tư duy định hình hành động. Sau 2-3 tháng, người thân sẽ không nhận ra bạn vì từ điển của bạn đã thay đổi.



BÀI TẬP THỰC TẾ: KIỂM TRA DANH BẠ



DANH SÁCH KIỂM TRA (CHECKLIST)

- ✓ **Mở điện thoại:** Xem 10 cuộc gọi gần nhất.
- ✓ **Hỏi:** Bạn có muốn trở thành người này không?
- ✓ **Hỏi:** Bạn có muốn cuộc sống giống họ không?
- ✓ **Hỏi:** Bao nhiêu cuộc thực sự 'đáng giá'?

CẢNH BÁO: Nếu câu trả lời là 'KHÔNG' → Bạn đang lãng phí cuộc đời cho tín hiệu nhiễu.

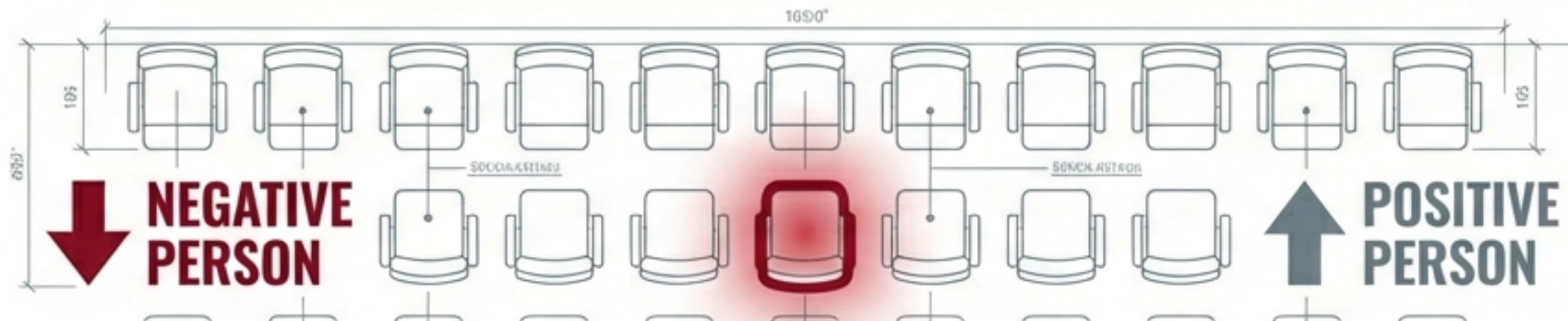


Lời nói định hình tư duy. Tư duy định hình hành động. Sau 2-3 tháng, người thân sẽ không nhận ra bạn vì từ điển của bạn đã thay đổi.



QUYỀN LỰA CHỌN 'NGƯỜI NGỒI CẠNH'

Code Editor / Environment Selection



**Tôi phạt bạn không phải vì người bên cạnh bạn ho.
Tôi phạt vì bạn chọn ngồi cạnh người hay ho.**

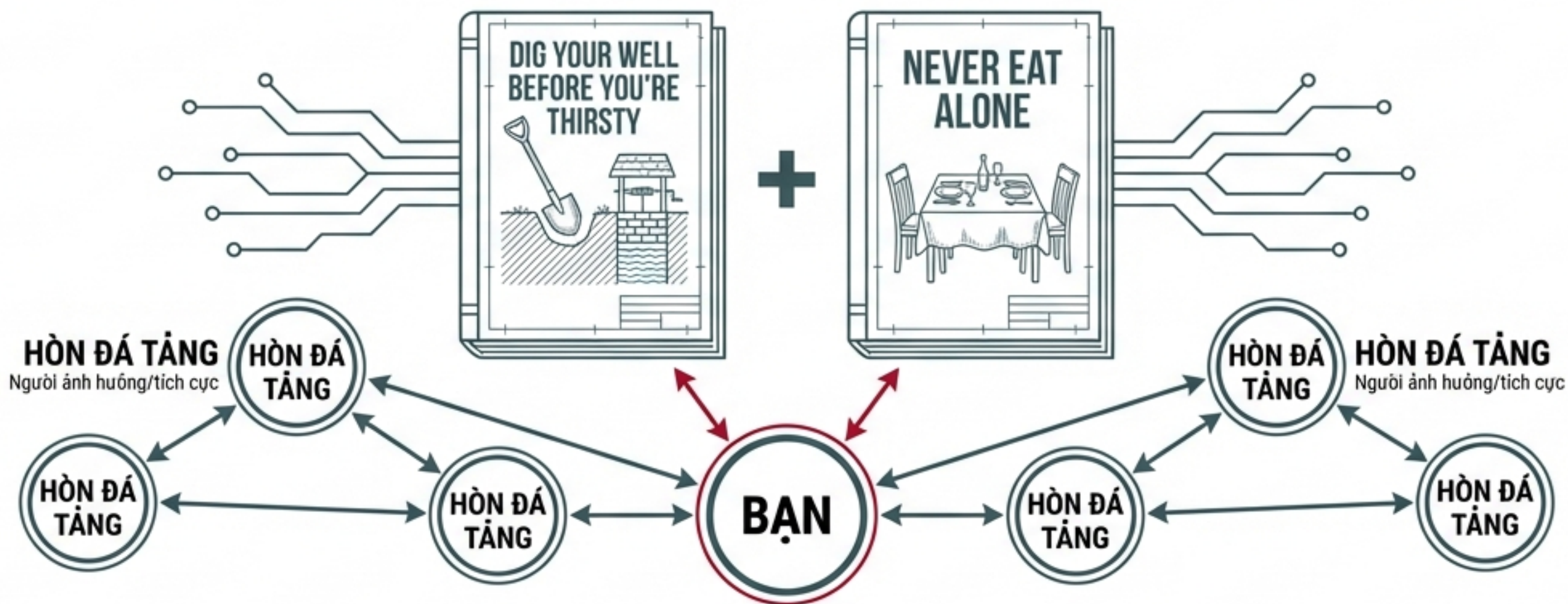
- ⚙️ Bạn có quyền lựa chọn người giao tiếp.
- ⚙️ Nghe kẻ than vãn = **Đồng lõa** với **tiêu cực**.
- ⚙️ Biết là rác thì đừng nghe. Hãy bảo họ **im lặng** hoặc **rời đi**.



GIỮ MÌNH TRONG SẠCH ĐỂ RAS TẬP TRUNG VÀO MỤC TIÊU.



ĐÀO GIẾNG TRƯỚC KHI CHẾT KHÁT

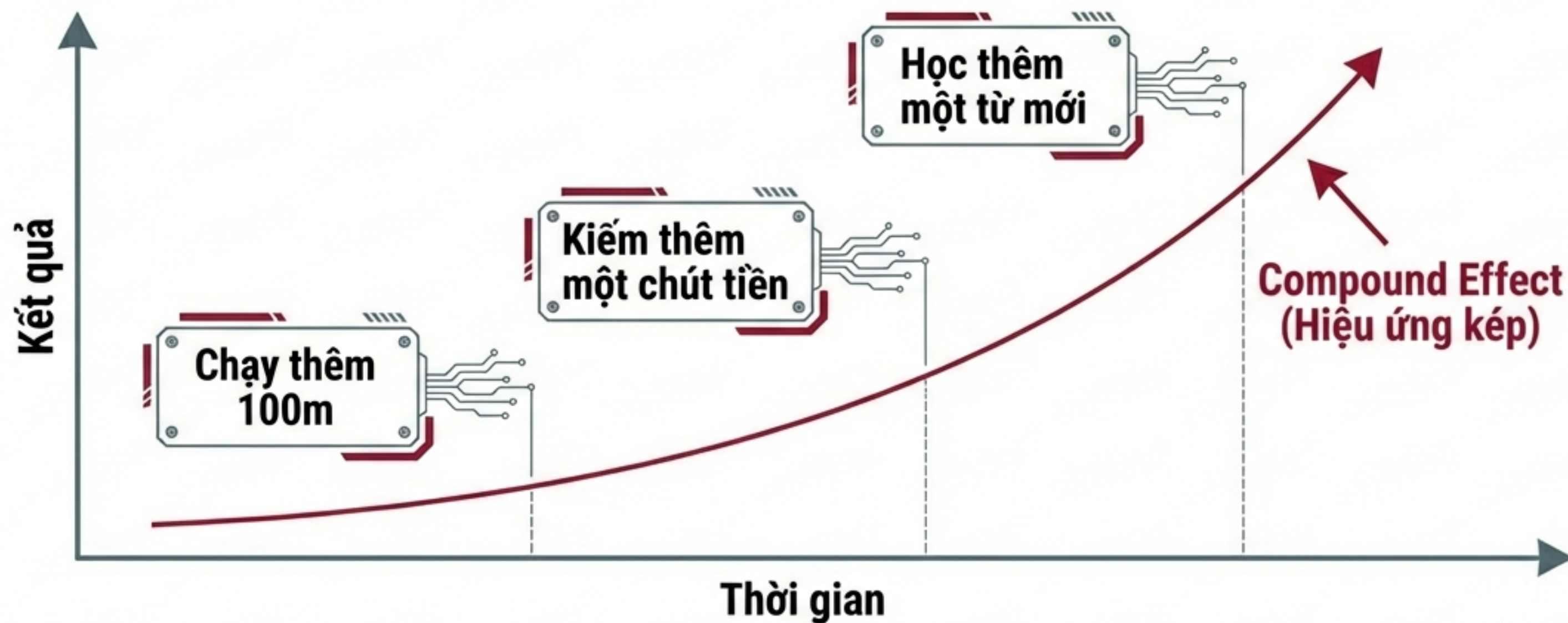


- **Chiến lược:** Đừng chờ cần mới tìm. Hãy xây dựng mạng lưới ngay bây giờ.
 1. Tìm những 'Hòn đá tảng' (Người ảnh hưởng/tích cực).
 2. Biến quan hệ của họ thành quan hệ của mình.

LỜI NÓI ĐỊNH HÌNH TƯ DUY. TƯ DUY ĐỊNH HÌNH HÀNH ĐỘNG.

SAU 2-3 THÁNG, NGƯỜI THÂN SẼ KHÔNG NHẬN RA BẠN VÌ TỬ ĐIỂN CỦA BẠN ĐÃ THAY ĐỔI.

KỶ LUẬT MỖI NGÀY: HÔM NAY PHẢI TỐT HƠN HÔM QUA



Kích hoạt RAS không phải là phép màu một lần. Nó là sự rèn luyện hàng ngày.
Liên tục tiến lên → Cách duy nhất huấn luyện bộ não trở thành cỗ máy thành công.

SỰ NHẤT QUÁN LÀ CHÌA KHÓA ĐỂ ĐẠT ĐƯỢC SỨC MẠNH KÉP.

CHỌN BẠN MÀ CHƠI - CHỌN THẦY MÀ HỌC



1. Rời bỏ đám bạn cũ kéo lùi bạn.

2. Tìm kiếm cộng đồng cùng tần số.

3. Huấn luyện RAS tập trung vào mục tiêu.

**NGAY BÂY GIỜ: HÃY NHÌN VÀO 5 NGƯỜI XUNG QUANH BẠN.
HỌ ĐANG ĐƯA BẠN LÊN HAY KÉO BẠN XUỐNG?**