

Các nguyên tắc về tâm nhìn cá nhân

*“Không một sự thật nào đáng khích lệ hơn là
khả năng của con người trong việc nâng cao
cuộc sống của mình bằng sự nỗ lực có ý thức.”*

- Henry David Thoreau

Khi đọc cuốn sách này, bạn hãy cố gắng thoát ra khỏi con người của bạn, cố gắng đưa ý thức vượt lên và soi rọi bản thân bằng chính đôi mắt của tâm hồn mình, và đọc. Liệu bạn có thể nhìn bản thân bằng ánh mắt của một người khác không?

Bây giờ, bạn hãy suy nghĩ về tâm trạng của mình. Bạn có thể nhận diện được nó không? Bạn cảm thấy thế nào? Bạn có thể mô tả tâm trạng hiện tại của mình không?

Tiếp theo, bạn hãy dành một phút để nghĩ xem trí óc của mình làm việc như thế nào? Liệu nó có nhanh nhạy và tỉnh táo không? Bạn có cảm thấy đang bị giằng co giữa việc luyện tập khả năng tư duy và việc đánh giá ý nghĩa của hoạt động trí tuệ này không?

Khả năng làm được điều nêu trên chỉ đặc biệt có ở con người, chúng ta có thể gọi đó là “sự tự nhận thức” - khả năng tự suy nghĩ trong toàn bộ quá trình tư duy của bản