https://www.douyin.com/video/7225578493810199808

标题: 这条视频该看看  
关键字: 成长 #自我觉醒#本我#自我#管理  
作者: 萧大业  
视频ASR文本:  
今天的这条视频非常重要想把日子过得越来越好不断成长需要自我觉醒自我觉醒的过程其实就是认知提升的过程认知才是拉开人和人之间距离的关键看看如今非常成功的直接跳动创始人张一鸣怎么说认知的我最近越来越觉得 其实对事情的认知是最关键的你对事情的理解就是你在这件事情上的竞争力因为理论上其他的生产要素都可以构建要拿多少钱拿谁的钱要招什么样的人这个人在哪里他有什么特质那么应该怎样的人配合在一起 所以你对这个事情的认知越深刻你就越有竞争力自我觉醒的认知提升之路一共分为七个阶段你把这个搞清楚然后去努力你就要所向披靡不成功都难第一阶段叫做动物本能处于这个阶段的人对自己的言行毫无感觉一切行为不安 完全依托本能和动物无益喜怒哀乐随时来从不顾及别人的感受很不幸有一些人的爱人就是这样第二阶段叫做自我反思处于这个阶段的人不再做事不过脑思考自己为什么会这么说这么做 正因为凡事思考遇到问题不再抱怨别人开始反思自己人只要学会反思基本就走在不断进步的路上了第三阶段叫做管控情绪 属于这个阶段的人不管好坏心开始接受自己一旦接受自己内耗就会大大减少没了内耗心就开始变得平和稳定自我与本我基本没有了对抗直接 情绪已经控制不了他了他已经非常理性不再追求活在别人的眼中外界的干扰评价嘲笑讽刺不会再产生任何的影响他只专注做好自己这种人在我这样的普通人眼里已经是高 第四阶段叫做知行合一处于这个阶段的人因为经历了前面三个阶段行动力开始越来越强加上合理的时间管理和心态管理会变得越来越自律由大脑意识来控制行为异常的专注 而行动时会用行动来验证他的思想知行合一这种人就是我们常说的有结果的人哪个结果易如反掌第五阶段叫做专注忘我处于这个阶段的人进入了极致专注的状态对想达成的目标可以进入完全疯狂痴迷的状态可以迸发出超强的领袖智慧和魅力 是做大事的人第六阶段叫做利他之心涌现处于这个阶段的人生命力和创造力越来越强内心会不断涌现出慈悲进入这个阶段的人才真正明白诸恶莫作众善奉行极致利他身边的一切资源都将会源源不断的向他靠拢 可以做出卓越的事情第七阶段叫做开悟觉醒到了这个阶段的人已经找到了他自己人生的使命和目标然后专注很久为此奋斗一生他能明确回答出人生的终极三文我是谁我从哪里来 要到哪里去这已经可以成为伟人了好吧哥们姐们你们现在处于哪个阶段我是肖大爷关注我爱大叔不如爱大爷