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  
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字节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，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人。  
  
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问：“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。', refusal=None, role='assistant', audio=None, function\_call=None, tool\_calls=None)

https://www.douyin.com/video/7223723898368478498

标题: 这个问题很多人关心，答案在视频里。  
关键字: 安全感#存钱#人生 #管理  
作者: 萧大业  
存多少钱才会有安全感？百分之八十的人认为当下存三十万可以，但我完全不这么看。你来看评评有没有道理。  
  
中国经济周刊公布了去年全国各省市人均居民存款排行榜，北京以二十六点八四万元位居第一，上海和天津分别以二十一点二六万元和十四点二五万元排名第二和第三位。让我感到特别惊讶的是，东北三省竟然全部入围十强。  
  
公布之后，有人吐槽说自己又被平均了，“和马云平均不富都难”。有人认为存款一定程度上体现了个人对未来的抗风险能力，存钱会给人带来安全感。于是观察者网提出了一个问题：“你觉得存多少钱才会有安全感？”调查结果显示，百分之八十以上的人认为存三十万会有安全感，但评论区置顶的第一条说：“进医院别说三十万了，六十万公斤都选在那里，钱和纸一样。”有人吐槽说：“教育、医疗、养老、住，这四项国家要是让我没有后顾之忧，我就不存钱。你让我花多少我就花多少，不够我还贷款花，绝对提赠国内的消费。”  
  
其实，现实生活中的确有很多人希望房子给自己带来安全感，有的人希望爱人能给自己带来安全感，有更多的人希望存钱能给自己安全感。但我完全看法不同。在我看来，所谓安全感只能自己给自。这里面包含了三层意思：第一，你自己能够养活自己；第二，你自己能够面对自己的孤独；第三，你自己能够使自己快乐。这三点中，只有一点是物质层面的，和存钱有关，其他两点都是精神层面的，和存钱没有半毛钱关系。可见，存钱再多，如果后两点做不到，你依然不会有安全感。  
  
好了，我是肖大爷。关注我，爱大叔不如爱大爷。', refusal=None, role='assistant', audio=None, function\_call=None, tool\_calls=None)

https://www.douyin.com/video/7191435047671581987

标题: 今年春晚印象最深刻的节目  
关键字: 春晚#早安隆回#袁树雄#人生#萧大业  
作者: 萧大业  
今年的春晚随便看了一眼，什么节目也没看进去，印象最深刻的就是春晚把《二零二二年最火爆的歌曲播放量高达二百个亿，也许是近十年来传唱量最高的歌》——《早安，轮回》搬上了舞台。特别有意思的是，你没有好的节目搬一个过来蹭蹭热度也就算了，还非得改了人家的歌词。要把原创作者、主唱袁淑雄请到现场，让他在下面当观众，而台上唱歌的是来自全国各行各业的从业者，都唱的非常的业余，并非是专业歌手。当镜头扫到袁淑雄的时候，所有的观众都能感受到全场唱的最卖力的，就把脖子上的青筋都唱出来，可想而知那一刻他的内心是多么渴望登上这个舞台，那种尴尬都溢出了屏幕。其实《早安，轮回》也没有什么方向不正确的问题，至于他是不是抄袭，那是另一个问题，我也没有时间考证。既然要张氏都请他来，想必问题不是太大。《赵丽轮回》也是中国的《早安，轮回》和《早安中国》在我这个小老百姓的眼里完全是一样的，我们的大中国好大的一个家啊！设身处地的想想，换做是谁都很难接受，这就是人性。为什么人人都能够感受到的不舒服，他们却感受不到呢？借用《丁香花》的创作者唐磊所言：“如果不让上，就别叫人去；既然去了，就应该让原唱上台表演，这是起码的尊重，不然去了又有啥意义呢？”节目组这样做太不厚道了。这件事你怎么看呢？好了，我是肖大爷，关注我，爱大叔不如爱大爷。', refusal=None, role='assistant', audio=None, function\_call=None, tool\_calls=None)

https://www.douyin.com/video/7220025551791213858

标题: 这个公司其实大家都很熟悉，干的漂亮  
关键字: Temu#跨境电商#出海#多多  
作者: 萧大业  
## 视频ASR文本：有一个来自中国的app特非常生猛，最近几个月在美国app下载榜单上一直霸榜前五名。这个看似陌生的名字其实我们非常熟悉，他就是英文版的某多多。某多多在海外一推出就非常生猛，四个月收获了两千万用户，尤其是在美国更是风卷残云，势不可挡。新用户只要注册便赠送大额优惠券，零点零六美元的耳环，四美元的无线耳机，到了后面甚至还有一分钱包邮的商品。某多多用绝对的低价让老美彻底傻了眼了。在这个经济不好又通胀的时期，他们简直太喜欢了。二十美元竟然可以买回家一大堆的东西。有人说老美不爱占便宜，但遇到这种合理合法的便宜，他们同样不能自拔。某多多眼看形势大好，又放大招，拿下了美国春晚橄榄球总决赛玫瑰晚的广告，全世界由二点二亿人观看，又拉了一波神石。这石头一起，某多多竟然把砍一刀也照搬过去了。你可能无法想象的是，老美那边同样有很多人砍得很起劲啊。今年特么定下了三十亿美元的坚不与目标，未来五年要达到三百亿美元。这意味着他们每年要百分之百的增长。不管未来怎样，某多多出海都算挺成功的，已经对跨境电商行业带来了一场地震。衷心希望有更多像西京某多多这样的中国企业能够杀出重围，杀向海外。好了，我是肖大爷，关注我爱大叔不如爱大爷。', refusal=None, role='assistant', audio=None, function\_call=None, tool\_calls=None)

https://www.douyin.com/video/7228921615843609871

标题: 本性善良的人都晚熟@微信创作者  
关键字: 善良#晚熟#莫言#成熟#人生  
作者: 萧大业  
本性善良的人都晚熟，并且他们是被猎人所催熟的。当别人聪明伶俐时，他们又傻又呆；当别人权衡利弊时，他们一片赤诚；当别人心机用尽，他们灵魂开窍。后来虽然开窍了，但内心还会保持善良、赤诚。他们不断的寻找同类，但最后变成了孤独的那一个。我喜欢这种孤独，尤其是那份善良带来的孤独。享受这样的孤独带来的随心所欲，我并不觉得孤独比虚伪的相处更动人。', refusal=None, role='assistant', audio=None, function\_call=None, tool\_calls=None)