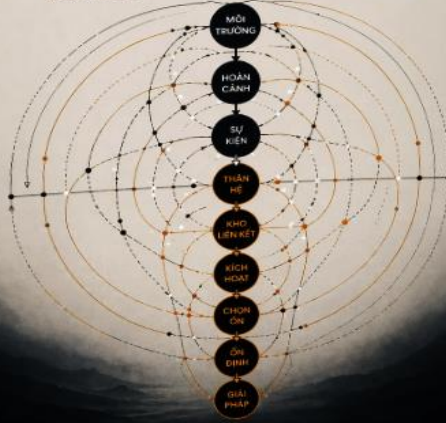


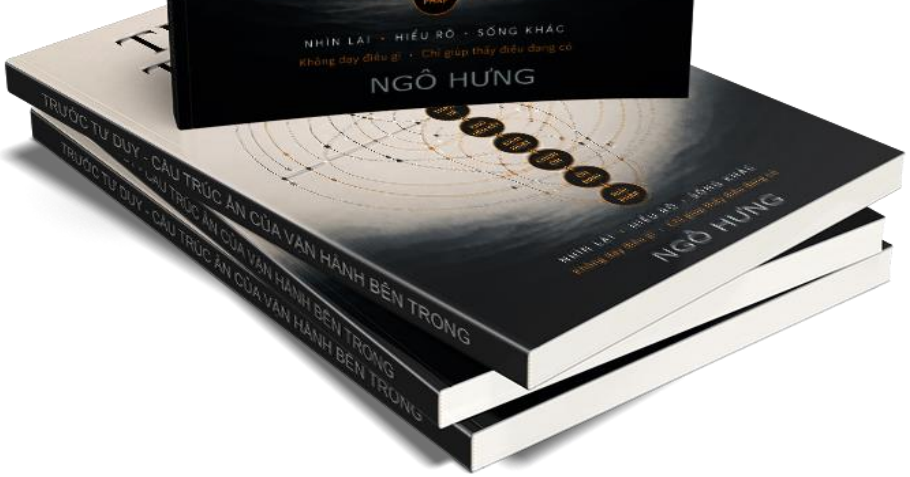
TRƯỚC TƯ DUY

CẤU TRÚC ẨN CỦA VẬN HÀNH BÊN TRONG



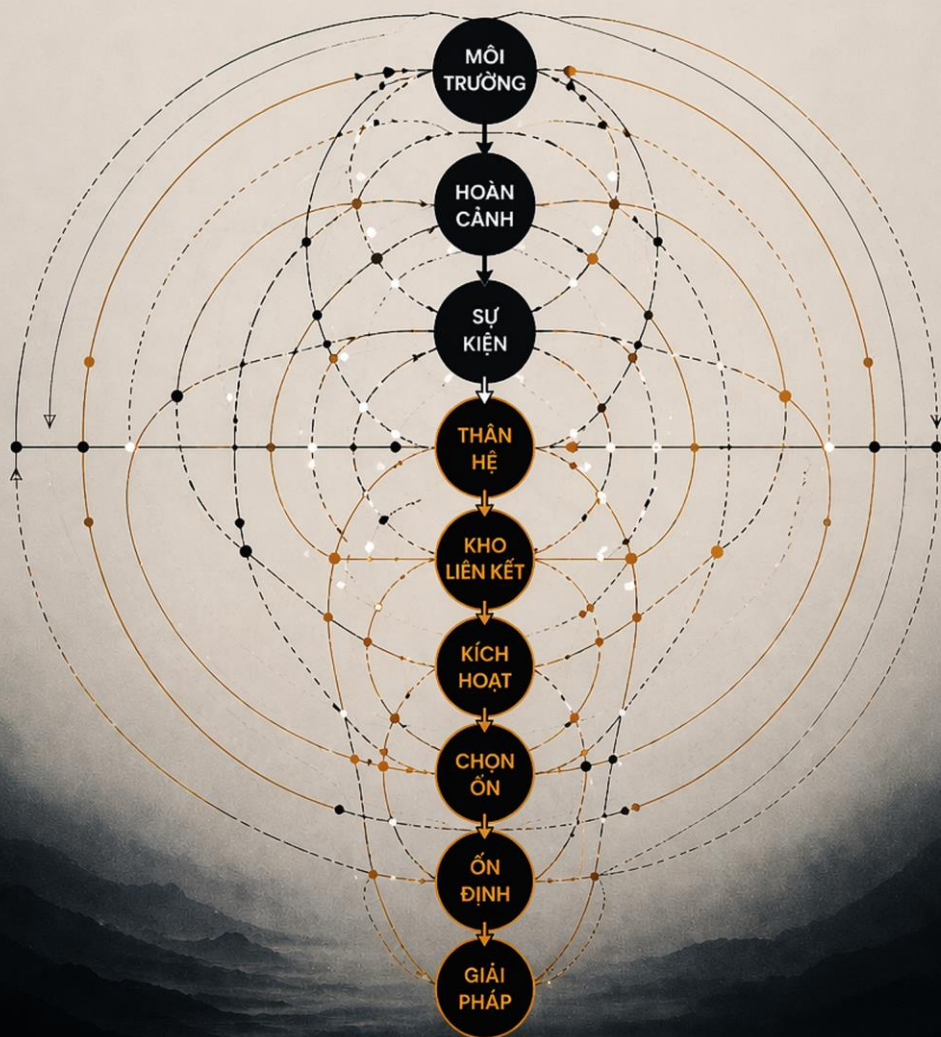
NHÌN LẠI - HIỂU RÕ - SỐNG KHÁC
Không dạy điều gì. Chỉ giúp thấy điều đang có.

NGÔ HÙNG



TRƯỚC TƯ DUY

CẤU TRÚC ẨN CỦA VẬN HÀNH BÊN TRONG



NHÌN LẠI • HIỂU RÕ • SỐNG KHÁC

Không dạy điều gì • Chỉ giúp thấy điều đang có

NGÔ HƯNG

COPYRIGHT

Copyright © 2026 by Ngo Hung | All rights reserved.

This work, **TRƯỚC TU' DUY**

CẤU TRÚC ẨN CỬA VẬN HÀNH BÊN TRONG

is licensed under the Creative Commons Attribution-No
Derivatives 4.0 International License (CC BY-ND 4.0).

This means you are free to:

- Copy, print, and distribute
- Quote and read publicly
- Share in audio or video formats
- Use for personal or commercial purposes
- ... provided that the content remains unchanged and proper credit is given to the author.
- Modification, alteration, or distortion of the content is not permitted in order to avoid misunderstanding.

For details about this license, please visit:

<https://creativecommons.org/licenses/by-nd/4.0/>

Additionally, the author encourages that if you use this work for commercial purposes, you dedicate a portion of the profits to support those in need within your community — as a way to practice Compassion and Loving-Kindness.

TUYÊN BỐ TRUNG TÍNH

Cuốn sách này
không phải là:
một phương pháp
một hệ niềm tin
hay một hướng dẫn thay đổi bản thân.
Nó cũng không nhằm:
đưa ra lời khuyên
hay chỉ dẫn bạn đọc nên làm gì.
Mục đích duy nhất của cuốn sách này là:
làm rõ
cách một Hệ Sống
đang vận hành.
Những gì được trình bày trong cuốn sách này,
không yêu cầu bạn đọc phải tin,
mà chỉ cần:
được nhìn lại
trong chính trải nghiệm của bạn.
Một số từ quen thuộc
sẽ được dùng lại,
với nghĩa cụ thể hơn.

Điều này không nhằm
làm cho phức tạp,
mà để:
tránh gây ra việc,
nhiều phần khác nhau,
bị gọi chung bằng một từ.
Trong cuốn sách này,
ngôn ngữ:
không phải là phân vận hành,
mà là:
cách Hệ Giải Pháp
đặt tên lại,
để chúng ta có thể thấy và hiểu.
Cho nên:
điều quan trọng
không nằm ở việc nhớ,
mà ở việc:
nhận ra
trong trải nghiệm của chính mình.
Nếu một phần nào đó
chưa rõ,
bạn đọc không cần cố hiểu ngay.

Vì khi đi tiếp,
các phần sau
sẽ tự nói lại.
Cuối cùng,
cuốn sách này
không khẳng định:
con người không có khả năng thay đổi.
Nó chỉ làm rõ một điều:
thay đổi
không bắt đầu
từ nơi chúng ta thường nghĩ.

MỤC LỤC

TRƯỚC TƯ DUY

Cấu Trúc Ẩn Của Vận Hành Bên Trong

Bản quyền

Tuyên Bố Trung Tính

Mục Lục

Lời Mở Đầu

Cách Đọc Cuốn Sách Này

Ghi Chú Ngôn Ngữ

Chương 1 — Con Người Như Một Hệ Sống

Chương 2 — Khi Một Điều Xuất Hiện

Chương 3 — Bốn Hệ Tự Động Và Hệ Giải Pháp

Chương 4 — Môi Trường / Hoàn Cảnh / Sự Kiện

Chương 5 — Năm Giác Quan

Chương 6 — Thân Hệ

Chương 7 — Xung Đột Nơi Thân

Chương 8 — Kho Liên Kết

Chương 9 — Nguyên Lý “Giống Thì Nói”

Chương 10 — Dữ Kiện Đơn Lẻ Và Cụm Liên Kết

Chương 11 — Nhóm “Cái Tôi”

Chương 12 — Từ Nối Kết Đến Kích Hoạt

Chương 13 — Từ Kích Hoạt Đến Lệnh Ổn

Chương 14 — Hệ Chọn Ổn

Chương 15 — Nén

Chương 16 — Hệ Ổn Định

Chương 17 — Hệ Giải Pháp Chỉ Đến Sau

Chương 18 — Hệ Giải Pháp Không Phải Là Gì

Chương 19 — Bước Nhận Dạng

Chương 20 — Bước So Sánh Và Đối Chiếu

Chương 21 — Khi Chưa Có Kết Quả (Trạng Thái Treo)

Chương 22 — Khi Cần Kiểm Lại (Mở Lại Vận Hành)

Chương 23 — Vòng Lặp Toàn Hệ

Chương 24 — Trọng Lượng Xung Đột

Chương 25 — Hệ Giải Pháp Trong Toàn Bộ Vòng 1

Chương 26 — Chức Năng Nhận Dạng

Chương 27— Cảm Xúc Là Gì?

Chương 28 — Cảm Giác Là Gì?

Chương 29 — Chức Năng So Sánh Và Phân Tích

Chương 30 — Nhóm Chức Năng Mở Rộng (Tổng
Hợp / Quan Sát / Phỏng Đoán / Tưởng Tượng)

Chương 31 — Chế Độ Suy Giải

Chương 32 — Chế Độ Kiểm Giải

Chương 33 — Giải Pháp Không Dừng Ở “Nghĩ Ra”

Chương 34 — Vòng 2 Không Giống Vòng 1

Chương 35 — Vì Sao Một Vòng Lặp Kéo Dài

Chương 36 — Điều Gì Làm Vòng Lặp Yếu Đi

Lời Kết

PHỤ LỤC

Phụ Lục A — Sơ Đồ Tổng Thể Vận Hành

Phụ Lục B — Sơ Đồ Tổng Thể Nén

Phụ Lục C — Thuật Ngữ

Phụ Lục D — Ghi Chú Ngôn Ngữ

Phụ Lục E — Cách Đọc Lại

PHỤ LỤC G — Phân Biệt Khái Niệm

LỜI MỞ ĐẦU

Phần lớn chúng ta,
sống gần như toàn bộ cuộc đời mình,
bên trong trải nghiệm của chính mình,
mà không thật sự thấy rõ
trải nghiệm đó,
được hình thành như thế nào.

Chúng ta biết:

- mình đang vui
- mình đang buồn
- mình đang lo
- mình đang nghĩ

Nhưng hiếm khi nào chúng ta dừng lại để thấy:
điều gì đang tạo ra những phần đó,
và chúng đang đi qua những bước nào,
trước khi trở thành thứ mình nhận ra.

Trong cách nhìn quen thuộc,

chúng ta thường nghĩ:

- mình là người đang nghĩ
- mình là người đang chọn
- mình là người đang phản ứng

Nhưng nếu nhìn theo Hệ vận hành,
có một khả năng khác:
rất nhiều thứ đã xảy ra,
trước khi “mình” kịp nhận ra.
Cuốn sách này,
không đưa ra một hệ niềm tin mới,
cũng không cố gắng thay đổi bạn đọc.
Nó chỉ làm một việc:
làm rõ cách một Hệ Sống
đang vận hành bên trong mỗi chúng ta.
Khi cách vận hành đó được thấy rõ,
rất nhiều điều trước đây,
tưởng chừng như rời rạc, lại bắt đầu:
• nối lại với nhau.
Không phải bằng cách thêm kiến thức,
mà bằng cách:
thấy rõ hơn, những gì vốn đã đang xảy ra.

CÁCH ĐỌC CUỐN SÁCH NÀY

Cuốn sách này,
không được viết theo cách:
đưa ra kết luận,
rồi yêu cầu bạn đọc tin.
Mỗi chương sẽ:
bắt đầu từ một trải nghiệm quen,
rồi mở ra một góc nhìn khác,
và từ đó đặt tên lại cho phần đang diễn ra.
Có thể trong lúc đọc,
bạn đọc sẽ có cảm giác:
“mình đã từng thấy điều này rồi”.
Điều đó là bình thường.
Vì cuốn sách này
không đưa vào điều mới,
mà:
làm rõ điều đã có.
Bạn không cần cố hiểu nhanh.
Bạn chỉ cần:
đọc, và nhìn lại trải nghiệm của mình.
Nếu một phần nào đó chưa rõ,

bạn đọc không cần cố giải thích ngay.

Vì khi đọc tiếp,

các phần sẽ:

tự nối lại với nhau.

GHI CHÚ NGÔN NGỮ

Trong cuốn sách này,
một số từ quen thuộc
sẽ được dùng lại,
với nghĩa chính xác hơn.

Ví dụ:

“cảm xúc”

không còn là một khái niệm chung chung,
mà là:

tên gọi cho một phần cụ thể

trong vận hành của Hệ.

Tương tự,

những từ như:

- “cảm giác”
- “suy nghĩ”
- “tư duy”

sẽ được dùng
theo những nghĩa riêng biệt.

Điều này không nhằm:

làm cho phức tạp hơn,

mà để:

tránh việc nhiều phần khác nhau,
cùng bị gọi chung bằng một từ.
Vì thế, khi tên gọi rõ hơn,
thì phân đang diễn ra
cũng sẽ dễ dàng nhận dạng hơn.

Một Lưu Ý Quan Trọng

Trong bốn Hệ tự động:

- *Thân Hệ*
- *Kho Liên Kết*
- *Hệ Chọn Ôn*
- *Hệ Ôn Định*

không có ngôn ngữ.

Tất cả những gì bạn đọc đang thấy hay hiểu
trong cuốn sách này,
đều là:

cách *Hệ Giải Pháp*

đặt tên lại

để chúng ta có thể nhìn thấy và hiểu được Hệ vận hành.

Cho nên:

đừng nhầm

tên gọi

với chính phần vận hành.

Tên gọi chỉ là:

công cụ để thấy,

không phải

là thứ đang vận hành.

Điểm Bắt Đầu

Trước khi đi vào các chương tiếp theo,

chúng ta sẽ bắt đầu

từ một cách nhìn rất quen là:

Con Người.

Nhưng lần này,

chúng ta không nhìn như một “con người” riêng lẻ,

mà nhìn như:

một Hệ Sống

đang vận hành.

Từ đó,

toàn bộ những gì chúng ta gọi là:

- suy nghĩ
- cảm xúc
- phản ứng
- lựa chọn

sẽ được đặt lại
vào đúng vị trí của nó,
trong Hệ.

SƠ ĐỒ 0 — ĐIỂM NHÌN BAN ĐẦU
TRẢI NGHIỆM (NHỮNG GÌ ĐANG THẤY)



ĐẶT CÂU HỎI



ĐI NGƯỢC LẠI



CÁCH HỆ VẬN HÀNH

Từ đây,
chúng ta bắt đầu với:
CON NGƯỜI
NHU MỘT HỆ SỐNG

CHƯƠNG 1

Con Người Như Một Hệ Sống

Chúng ta thường nhìn chính mình như một con người.

Một người đang sống,

đang suy nghĩ,

đang cảm nhận,

đang phản ứng với mọi thứ chung quanh.

Điều đó không sai.

Đó là cách nhìn quen thuộc nhất.

Mỗi ngày,

có rất nhiều thứ xảy ra bên trong chúng ta.

Một cảm giác trong cơ thể.

Một cảm xúc thoáng qua.

Một suy nghĩ xuất hiện.

Một phản ứng diễn ra.

Tất cả nối tiếp nhau,

liên tục,

gần như không có khoảng dừng.

Và vì mọi thứ diễn ra liền mạch như vậy,

chúng ta thường gộp tất cả lại, thành một.

Tôi đang buồn.

Tôi đang lo.

Tôi đang khó chịu.

Mọi thứ trở thành “trải nghiệm của tôi”.

Nhưng nếu nhìn chậm lại một chút,

chúng ta có thể thấy một điều khác.

Những gì đang diễn ra

không phải lúc nào cũng là một khối duy nhất.

Có những lúc,

cơ thể thay đổi

trước khi có bất kỳ suy nghĩ nào.

Có những lúc,

một suy nghĩ xuất hiện,

mà cơ thể vẫn chưa có gì rõ ràng.

Có những phản ứng đã xảy ra,

trước khi chúng ta kịp nhận ra,

mình đang cảm thấy gì.

Những điều này

không phải lúc nào cũng đi cùng nhau.

Nhưng chúng ta thường gộp lại,

và gọi chung đó là:

“mình”.

Có một tình huống rất quen thuộc.

Một buổi tối,
chúng ta nằm xuống.
Cơ thể bắt đầu mệt.
Mọi thứ có vẻ đang chậm lại.
Nhưng rồi,
một suy nghĩ xuất hiện.
Chỉ một suy nghĩ thôi.
“Ngày mai phải làm gì đó”.
“Một việc chưa xong”.
“Một điều chưa rõ”.
Rồi rất nhanh,
cơ thể không còn như lúc đầu nữa.
Có gì đó căng lên.
Có gì đó không yên.
Và chúng ta trở mình.
Thở khác đi một chút.
Một lúc sau,
chúng ta nói:
“mình đang lo”.
Nhưng nếu nhìn chậm hơn một chút,
có thể chúng ta thấy:
không phải chỉ có “lo”.

Mà có một suy nghĩ xuất hiện trước.

Rồi cơ thể thay đổi.

Rồi cảm giác khó chịu rõ hơn.

Rồi chúng ta gọi tên tất cả là “lo”.

Mọi thứ dính lại thành một.

Nhưng thật ra,

nó không bắt đầu bằng cái tên đó.

Nếu không gọi tên vội,

mà chỉ nhìn vào những gì đang diễn ra,

có thể chúng ta thấy:

nhiều phần khác nhau

đang xuất hiện

và ảnh hưởng lẫn nhau.

Không có phần nào đứng riêng.

Nhưng cũng không phải là một khối duy nhất.

Nghĩa là:

Hệ luôn vận hành trước. Nhận ra đến sau.

Và khi nhìn theo cách này,

một điều bắt đầu hiện ra rất tự nhiên:

có vẻ như,

những gì chúng ta đang sống cùng mỗi ngày,

không phải chỉ là “một mình mình”.

mà là

một cái gì đó đang vận hành.

Con người,

có thể được nhìn như

một Hệ đang vận hành.

Vậy Hệ vận hành đó là gì?

Những gì chúng ta gọi là:

- cảm giác
- cảm xúc
- suy nghĩ
- phản ứng...

có phải đều là một thứ?

Hay thật ra,

chúng đang thuộc về những phần khác nhau,

đang vận hành trước đó?

SƠ ĐỒ 1 — CON NGƯỜI NHƯ MỘT HỆ SỐNG

CON NGƯỜI
KHÔNG CHỈ LÀ MỘT THỰC THỂ

MÀ LÀ
→ MỘT HỆ SỐNG

HỆ SỐNG
BAO GỒM
→ NHIỀU HỆ VẬN HÀNH KHÁC NHAU

CÁC HỆ NÀY
→ HOẠT ĐỘNG CÙNG LÚC
→ KHÔNG PHỤ THUỘC HỆ GIẢI PHÁP

Tới đây,

chúng ta có thể bắt đầu nhìn theo một hướng khác:

Có thể con người

không chỉ là một cá thể riêng lẻ,

mà là một Hệ đang vận hành.

Và những gì chúng ta trải qua,

có thể là kết quả của vận hành đó.

Hay Hệ đang vận hành, rồi chúng ta mới gọi tên.

CHƯƠNG 2

Khi Một Điều Xuất Hiện

Ở chương trước,
chúng ta đã nhìn thấy một điều khá quen:
nhiều phần khác nhau có thể cùng xuất hiện,
rồi được gọi tên thành một.
Chúng ta quay lại một tình huống rất cụ thể.
Một buổi tối,
chúng ta nằm xuống.
Mọi thứ ban đầu khá yên.
Rồi một suy nghĩ xuất hiện.
“Ngày mai có một việc”.
“Một điều chưa xong”.
“Một khả năng không chắc chắn”.
Ngay sau đó,
cơ thể bắt đầu thay đổi.
Không rõ ràng ngay lập tức,
nhưng đủ để nhận ra:
có gì đó căng lên.
có gì đó không còn yên như trước.
Chúng ta trở mình.

Thở khác đi một chút.

Một lúc sau,

chúng ta nói:

“mình đang lo”.

Câu nói đó nghe rất quen.

Và cũng rất đúng theo cách chúng ta vẫn sống.

Nhưng nếu nhìn chậm lại,

chúng ta có thể thấy:

“lo” không phải là thứ xuất hiện đầu tiên.

Có một suy nghĩ xuất hiện trước.

Rồi cơ thể thay đổi.

Rồi cảm xúc khó chịu rõ dần.

Rồi cuối cùng,

tất cả được gọi tên thành “lo”.

Tên gọi đến sau.

Nhưng khi nó xuất hiện,

mọi thứ trước đó,

dường như biến mất khỏi sự chú ý.

Chúng ta không còn thấy:

cái gì đến trước,

cái gì đến sau,

cái gì đang ảnh hưởng cái gì.

Tất cả được gom lại

thành một.

Cho nên,

thứ chúng ta thấy không phải là thứ bắt đầu.

Điều này không chỉ xảy ra trong ví dụ này.

Mà còn xảy ra với:

- Một cơn khó chịu trong người
- Một suy nghĩ thoáng qua
- Một phản ứng bất ngờ
- ...

rất nhiều lần trong ngày.

Và chúng ta gọi tên đó là một trải nghiệm,

khi nó đã đi qua nhiều bước.

Nhưng thật ra, chúng ta chỉ giữ lại,

bước cuối cùng.

Nếu nhìn kỹ hơn,

chúng ta có thể bắt đầu thấy rằng:

những gì chúng ta gọi là một thứ,

thật ra,

được hình thành từ nhiều Hệ.

Một Hệ có thể xuất hiện rất nhanh.

Một Hệ khác theo sau.

Một Hệ khác nữa thay đổi dần.

Chúng không đến cùng lúc.

Nhưng khi được gọi tên,

chúng trở thành một.

Và khi đã trở thành một,

chúng ta rất khó để thấy lại cách mà nó đã hình thành.

Nhưng cách nó hình thành, vẫn luôn ở đó.

Chỉ là, chúng ta ít khi nhìn vào.

Nếu quay lại tình huống ban đầu,

và giữ sự chú ý lâu hơn một chút,

không dừng lại ở tên gọi,

chúng ta có thể thấy:

có những điều xảy ra trong cơ thể,

có những điều không nằm ở cơ thể,

có những điều xuất hiện rồi biến mất rất nhanh.

Chúng không giống nhau.

Nhưng chúng lại bị gọi chung

bằng một tên.

Và từ đó,

mọi phản ứng của chúng ta đều dựa trên cái tên đó.

Nếu chúng ta không vội gọi tên,

mà nhìn vào chính những gì đang diễn ra,

thì một điều khác bắt đầu thấy rõ hơn:

trải nghiệm không phải là một điểm,

mà là cả một quá trình.

Một quá trình có trình tự.

Có thay đổi.

Có tương tác.

Và khi nhìn theo hướng này,

chúng ta có thể bắt đầu thấy:

cái mà chúng ta gọi là “lo” đó,

không phải là một thứ duy nhất,

mà là kết quả

của nhiều Hệ

đã diễn ra trước đó.

Hay,

Hệ vận hành trước.

Nhận ra đến sau.

SƠ ĐỒ 2 — KHI MỘT ĐIỀU XUẤT HIỆN

VẬN HÀNH
XẢY RA TRƯỚC



NHẬN RA



DIỄN GIẢI

CHÚNG TA THƯỜNG THẤY:

→ SUY NGHĨ / CẢM XÚC

NHƯNG TRƯỚC ĐÓ

→ HỆ ĐÃ VẬN HÀNH

Tới đây,

chúng ta có thể nhận ra rằng:

những gì mình thấy,

hiểu,

hoặc gọi tên,

có thể đã xuất hiện

sau khi Hệ đã vận hành rồi.

CHƯƠNG 3

Bốn Hệ Tự Động và Hệ Hỗ Trợ

Có những lúc
một chuyện bên ngoài nhìn qua rất nhỏ,
nhưng bên trong chúng ta,
lại đổi khác, gần như ngay lập tức.
Một tin nhắn chưa được trả lời.
Một ánh mắt lạ từ ai đó.
Một câu nói tưởng như bình thường.
Và chỉ trong chốc lát—
Ngực siết lại.
Vai căng lên.
Bụng trùng xuống.
Chúng ta hay tưởng rằng,
đó chỉ là **cảm giác** trong người.
Nhưng nếu nhìn kỹ hơn,
“**Cảm Giác**” đó, thật ra chỉ là tên gọi
mà **Hệ Giải Pháp** dùng
để nhận ra phần Xung Động đang có mặt tại **Thân Hệ**.
Và những chữ chúng ta quen dùng như:
căng, siết, đau, nhức,

chỉ là những tên gọi chi tiết hơn,
sau khi **Hệ Giải Pháp**
đã nhận ra rằng,
phần Xung Đột đó đang nằm tại **Thân Hệ**.
Còn theo ngôn ngữ của Hệ Sống,
phần đang trực tiếp vận hành trên cơ thể đó
được gọi là:
Thân Hệ.

Trong Hệ Sống,
Thân Hệ là phần vận hành tự động trực tiếp trên cơ thể
để duy trì sự sống.
Nó không hỏi ý kiến chúng ta trước khi tìm đập.
Không chờ chúng ta quyết định trước khi cơ bắp siết lại.
Và cũng không cần chúng ta đồng ý trước khi cơ thể phản
ứng.
Nhưng điều đang diễn ra,
không dừng ở đó.
Điều vừa xảy ra tại Thân Hệ,
không chỉ đi qua rồi biến mất.
Mà nó trở thành phần mà Hệ ghi nhận.
Ví dụ,

có những ngày,
chúng ta đi ngang qua một con đường cũ,
nghe một bài nhạc cũ,
hay chỉ ngửi thấy một mùi quen thuộc—
và tự nhiên,
một cảm giác rất lạ nổi lên,
cho dù mình chưa kịp hiểu vì sao.
Đó là vì,
những phần đang đi vào Hệ
không biến mất ngay khi xuất hiện.
Chúng được giữ lại.

Trong Hệ Sống,
Dữ Kiện là tên gọi cho phần được đưa vào từ bên ngoài
hoặc từ bên trong
rồi được giữ lại để Hệ có thể dùng về sau.
Và nơi giữ lại những phần đó
được gọi là:
Kho Liên Kết.

Trong Hệ Sống,
Kho Liên Kết là

*nơi Dữ Kiện, Cụm, Cụm Liên Kết và Cụm Trọng Xung
được giữ lại,
để có thể được nói, gọi nhắc, mở lại,
và dùng lại về sau.*

Nhưng chỉ lưu giữ lại thôi thì chưa đủ để tạo ra trải nghiệm.

Một Dữ Kiện chỉ thật sự bắt đầu vận hành
khi nó được Kích Hoạt trở lại.

Ví dụ,
có người, chỉ cần nghe một giọng nói quen,
là cả một trạng thái cũ lập tức quay về.
Không phải vì giọng nói đó “có phép màu”.

Mà vì, nó đã làm mở lại
một Cụm từng được giữ trong Hệ.

Khi điều đó xảy ra,
chúng ta gọi là:

Kích Hoạt.

*Trong Hệ Sống,
Kích Hoạt là
khi một Dữ Kiện, Cụm, Cụm Liên Kết hay Cụm Trọng
Xung*

được làm nổi lên đủ

để bắt đầu hoặc tiếp tục vận hành.

Nhưng không phải mọi thứ được Kích Hoạt đều được đi tiếp như nhau.

Có những điều vừa nổi lên đã bị lặn xuống rất nhanh.

Có những điều lại nổi bật hơn hẳn.

Có những điều chen lên trước,

cho dù, chúng ta không hề muốn nghĩ đến.

Điều đó, xảy ra vì,

mọi Kích Hoạt trước khi đi tiếp,

đều phải qua một tầng vận hành trung gian:

Hệ Chọn Ổn.

Trong Hệ Sống,

Hệ Chọn Ổn là sự vận hành tự động nghiêng về giữ ổn

bằng cách Lọc, Giữ, Nén, và Điều Hướng Ưu Tiên

giữa các phần đang được Kích Hoạt.

Chữ “Chọn” ở đây,

không có nghĩa là có ai đó đang đứng ra chọn.

Nó chỉ là cách gọi

cho độ nghiêng tự động của Hệ

về phía giữ ổn.

Sau khi đi qua **Hệ Chọn Ổn**,
phần liên quan đến mức ổn hay lệch
sẽ đi vào tầng tiếp theo là:

Hệ Ổn Định.

Trong Hệ Sống,

*Hệ Ổn Định là Hệ tự động liên quan
đến mức ổn hay lệch đang xảy ra trong nền vận hành bên
trong.*

Khi một Kích Hoạt
đã có mặt tại đây,
theo ngôn ngữ của Hệ
chúng ta gọi đó là:

Xung Đột.

Và khi **Hệ Giải Pháp** nhận ra phần Xung Đột đó đang
nằm tại **Hệ Ổn Định**,
nó còn có tên gọi khác là:

Cảm Xúc.

Ví dụ,

Chúng ta hay nói:

- “mình đang lo”
- “mình đang sợ”
- “mình đang buồn”

Nhưng trong Hệ Sống,
đó không phải là tên của toàn bộ vận hành.

Đó chỉ là những tên gọi
mà **Hệ Giải Pháp** dùng để nhận ra dạng Xung Đột
đang có mặt tại **Hệ Ổn Định**.

Cho nên, trong bốn Hệ tự động:

Không có trung tâm điều khiển.

Chỉ có mạng lưới đang vận hành.

Và chỉ sau khi một phần đã nổi lên đủ rõ để được nhận ra,
mới đến Hệ hỗ trợ cuối cùng là:

Hệ Giải Pháp.

Trong Hệ Sống,

Hệ Giải Pháp là hệ hỗ trợ có chức năng

Nhận Dạng,

Phân Tích,

So Sánh

Tổng Hợp, v.v.

và tìm ra giải pháp

cho phần Xung Đột đang cần được giải quyết trong Hệ Sống.

Đây là phần chúng ta thấy rõ nhất.

Vì đây là nơi xuất hiện của:

- suy nghĩ
- Phân Tích
- cân nhắc
- tưởng tượng
- tìm hướng giải quyết

Nên chúng ta rất dễ tưởng rằng:

đây là phần đang điều khiển mọi thứ.

Nhưng thật ra không phải.

Hệ Giải Pháp không phải là vận hành ban đầu.

Nó chỉ xuất hiện,

sau khi các Hệ khác đã vận hành trước đó.

Nó không có chủ quyền.

Nó không đứng ngoài Hệ để điều khiển toàn bộ Hệ.

Nó chỉ là:

một hệ hỗ trợ.

Một Hệ đến sau.

Điều đó có nghĩa là:

*thứ chúng ta thấy rõ nhất bên trong mình
lại không phải thứ bắt đầu đầu tiên.*

Và nhiều khi điều chúng ta gọi là:

“mình đang suy nghĩ”, thật ra chỉ là:

một Hệ đến sau

đang cố giải quyết điều đã vận hành trước đó khá lâu.

SƠ ĐỒ 3 — BỐN HỆ TỰ ĐỘNG VÀ MỘT HỆ HỖ TRỢ

THÂN HỆ

→ vận hành trực tiếp trên cơ thể

→ duy trì sự sống

→ tạo ra đầu vào từ bên trong

KHO LIÊN KẾT

→ giữ lại Dữ Kiện

→ nối Dữ Kiện thành Cụm

→ mở / đóng / gọi nhắc Cụm cũ

HỆ CHỌN ỒN

→ Lọc

→ Giữ

→ Nén

→ Điều Hướng Ưu Tiên

HỆ ỔN ĐỊNH

→ ghi nhận mức ổn / lệch

→ nơi xung đột có mặt

HỆ GIẢI PHÁP

→ nhận ra

- nói lại
- tìm ra giải pháp

LỘ TRÌNH NỀN CỬA PHẦN VẬN HÀNH

THÂN HỆ

- DỮ KIỆN
- KHO LIÊN KẾT
- KÍCH HOẠT
- HỆ CHỌN ỔN
- HỆ ỔN ĐỊNH
- HỆ GIẢI PHÁP

Tới đây,

một cách nhìn mới bắt đầu rõ hơn:

bên trong Hệ Sống

không phải chỉ có một phần duy nhất,

mà thật ra,

có rất nhiều Hệ, cùng vận hành

theo những cách khác nhau.

Nên, không có một trung tâm điều khiển.

Mà chỉ có mạng lưới đang vận hành.

CHƯƠNG 4

Môi Trường, Hoàn Cảnh, Và Sự Kiện

Điều chúng ta vừa nhận ra ở chương trước,
là bên trong mình,
không có phần nào tự nổi lên từ khoảng trống.

Chẳng hạn như,

- mỗi suy nghĩ
- mỗi cảm xúc
- mỗi phản ứng

muốn xuất hiện, đều phải bắt đầu từ một đầu vào nào đó.

Và nếu tiếp tục đi theo lộ trình này,

bước kế tiếp sẽ đưa chúng ta đến một nơi quen thuộc đến
mức, nó gần như trở nên vô hình. Đó là:

Thế giới quanh mình.

Thế giới đó, quen thuộc như:

Một con đường chúng ta đi qua mỗi ngày.

Một căn phòng chúng ta đang ngồi.

Một tin nhắn vừa hiện lên trên màn hình.

Một cuộc gặp bất ngờ.

Một lời nói vô tình.

Một cơn mưa đến đúng lúc.

Phần lớn,
chúng ta chỉ xem những điều đó
như bối cảnh của cuộc sống.
Nhưng nếu tách ra rõ hơn,
chúng ta bắt đầu nhận ra rằng,
toàn bộ phần bên ngoài đó,
chính là nơi đầu vào của Hệ Sống bắt đầu.
Và khi nhìn kỹ hơn nữa,
chúng ta sẽ thấy,
đầu vào bên ngoài đó,
không đi vào Hệ như một khối chung chung.
Mà nó thường hiện ra, thành nhiều lớp khác nhau.

1. Môi Trường

Lớp đầu tiên,
là những gì đơn giản
đang hiện diện chung quanh chúng ta,
như một phần nền bên ngoài.
Chẳng hạn như:
Không khí của căn phòng.
Ánh sáng ngoài cửa sổ.
Âm thanh của phố xá.

Mùi của quán cà phê.

Thời tiết trong ngày.

Trong Hệ Sống,

Môi Trường là tên gọi do Hệ Giải Pháp dùng

để chỉ mọi lớp Dữ Kiện bên ngoài

đang hiện diện chung quanh chúng ta

và có khả năng đi vào Hệ Sống.

Phần lớn thời gian,

Môi Trường chỉ đang ở đó.

Nó chưa nhất thiết tác động mạnh vào Hệ.

Nó chỉ là phần nền mà Hệ đang đứng trong đó.

2. Hoàn Cảnh

Nhưng đôi khi,

nhiều yếu tố trong Môi Trường

không còn đứng riêng lẻ nữa.

Chúng bắt đầu kết lại,

thành một tình huống cụ thể,

mà chúng ta đang nằm trong đó.

Nơi đó, không còn chỉ là một căn phòng.

Mà là:

một căn phòng
nơi chúng ta đang ngồi chờ kết quả.
Không còn là có nhiều người đứng quanh.
Mà là:
nhiều người đang nhìn về phía mình.
Không còn chỉ là một buổi tối.
Mà là:
buổi tối trước một quyết định lớn.

*Trong Hệ Sống,
Hoàn Cảnh là tên gọi do Hệ Giải Pháp dùng
để chỉ một phần của Môi Trường
khi các Dữ Kiện bên ngoài
đã kết lại thành một tình huống cụ thể
mà chúng ta đang ở trong đó.*

3. Sự Kiện

Và rồi,
bên trong Hoàn Cảnh đó,
một điều gì đó thật sự xảy ra.
Tên mình được gọi lên.
Điện thoại rung.

Một người bước vào.

Một câu nói được thốt ra.

Một cánh cửa đóng mạnh.

Một tin nhắn hiện lên.

Đó không còn chỉ là phần nền.

Và cũng không còn chỉ là tình huống.

Đó là:

phần đang thật sự xảy ra

và trực tiếp đi vào Hệ.

Trong Hệ Sống,

Sự Kiện là tên gọi do Hệ Giải Pháp dùng

để chỉ phần đang thật sự xảy ra

bên trong một Hoàn Cảnh

và đang trực tiếp đi vào Hệ Sống.

Ví dụ,

Chúng ta bước vào một quán cà phê.

Toàn bộ không gian chung quanh là **Môi Trường**.

Việc chúng ta đang ngồi ở đó để gặp một người quan trọng, tạo thành **Hoàn Cảnh**.

Và khoảnh khắc người đó bước vào cửa và nhìn về phía

mình là **Sự Kiện**.

Khi chưa tách ra,
chúng ta thường gom tất cả những phần này lại
thành một khối chung.

Nhưng khi tách đúng hơn,
chúng ta bắt đầu nhận ra:
đầu vào bên ngoài của Hệ Sống
không đi vào như một khối mơ hồ.

Nó đi vào qua từng lớp rõ ràng.

Nhưng dù là:

Môi Trường,

Hoàn Cảnh,

hay Sự Kiện,

chúng vẫn chưa thể đi vào sâu hơn,

chỉ vì, chúng đang hiện diện chung quanh chúng ta.

Muốn thật sự đi vào Hệ Sống,

chúng còn phải đi qua

một tầng trung gian nữa.

Và đó là nơi

chương kế tiếp của lộ trình

sẽ đưa chúng ta đến.

**SƠ ĐỒ 4 — MÔI TRƯỜNG / HOÀN CẢNH / SỰ
KIỆN**

[MÔI TRƯỜNG] [HOÀN CẢNH] [SỰ KIỆN]
→ TÊN GỌI CHO
→ MỌI DỮ KIỆN BÊN NGOÀI

DỮ KIỆN BÊN NGOÀI
↓
ĐI VÀO HỆ SỐNG
↓
TRỞ THÀNH
→ ĐẦU VÀO

Tới đây,
chúng ta có thể thấy rằng:

*những gì chúng ta gọi là
“bên ngoài”
chỉ đơn giản là
nguồn Dữ Kiện
đang đi vào Hệ.*

*Và Hệ vận hành.
Rồi nhận thức kể lại.*

CHƯƠNG 5

Năm Giác Quan

Nếu ở chương trước,
chúng ta đã nhận ra rằng,
Môi Trường, Hoàn Cảnh, và Sự Kiện
là những lớp đầu vào,
đang hiện diện bên ngoài Hệ Sống,
thì chương này,
đưa chúng ta đến nơi, những đầu vào,
bắt đầu thật sự chạm vào bên trong.
Đó là:

Năm Giác Quan.

Chúng ta thường quen nói:
“Tôi thấy một bông hoa hồng”.
Và vì cách nói đó quá quen thuộc,
chúng ta dễ tưởng rằng,
mắt nhìn,
và chúng ta biết luôn,
đó là hoa hồng.
Nhưng nếu tách đúng theo lộ trình vận hành,

điều đang xảy ra,

không phải như vậy.

Vì Hệ luôn vận hành trước.

Và Nhận ra đến sau.

Cho nên,

khi mắt chúng ta nhìn vào một vật,

mắt không biết, vật đó là gì.

Mắt cũng không biết

thứ đang hiện ra trước nó được gọi tên là gì.

Chức năng của mắt

chỉ là:

ghi nhận phần đang hiện diện trước nó

và đưa phần ghi nhận đó vào Hệ Sống.

Mắt làm việc

giống như một máy chụp hình.

Máy chụp hình có thể ghi lại cảnh vật.

Nhưng bản thân máy thì không biết nó vừa chụp gì.

Mắt cũng vậy.

Nó có thể ghi nhận hình ảnh.

Nhưng muốn biết đó là gì,

phần ghi nhận đó còn phải đi tiếp trong lộ trình vận hành.

Và điều này,

không chỉ đúng với mắt.

Tai chỉ ghi nhận âm thanh.

Không biết âm thanh đó là gì.

Mũi chỉ ghi nhận mùi.

Không biết mùi đó là gì.

Lưỡi chỉ ghi nhận vị.

Không biết vị đó là gì.

Da chỉ ghi nhận

phần đang tiếp xúc với nó.

Không biết phần đó là gì.

Trong Hệ Sống,

mỗi giác quan chỉ làm đúng phần việc của mình.

Không vượt quyền.

Không lấn sân.

Và không thay phần của Hệ khác.

Mắt không thể nghe.

Tai không thể nhìn.

Mũi không thể nếm.

Da không thể ngửi.

Và quan trọng hơn:

Không giác quan nào

tự hiểu được ý nghĩa của điều nó đang ghi nhận.

Trong Hệ Sống,

Năm Giác Quan là các phần của Hệ Sống

có chức năng tiếp nhận đầu vào bên ngoài,

ghi nhận từng loại Dữ Kiện riêng,

và đưa phần ghi nhận đó vào bên trong Hệ.

Ví dụ,

Chúng ta nhìn thấy một vật màu đỏ trước mặt.

Ở tầng giác quan,

mắt chỉ ghi nhận:

màu sắc,

hình dạng,

và đường nét.

Phân: “đó là hoa hồng”,

chưa xảy ra ở đây.

Phần đó, chỉ xuất hiện,
sau khi Dữ Kiện đó, đi tiếp sâu hơn vào bên trong.
Khi nhận ra điều này,
chúng ta bắt đầu thấy rằng:
điều mình quen gọi là “thấy ra”,
thật ra, đó mới chỉ là “ghi nhận”.
Và sau khi được ghi nhận,
những phần đó,
không dừng lại tại giác quan.
Chúng tiếp tục đi vào sâu hơn
đến nơi chúng được lưu giữ lại,
được nối với phần đã có,
và bắt đầu tham gia
vào lộ trình vận hành phía sau.
Đó là nơi
chương kế tiếp của lộ trình.

SƠ ĐỒ 5 — NĂM GIÁC QUAN

[BÊN NGOÀI]



ĐI QUA

→ NĂM GIÁC QUAN

MẮT → GHI NHẬN HÌNH ẢNH

TAI → GHI NHẬN ÂM THANH

MŨI → GHI NHẬN MÙI

LƯỖI → GHI NHẬN VỊ

DA → GHI NHẬN TIẾP XÚC



TẠO THÀNH

→ DỮ KIỆN ĐÀU VÀO

(KHÔNG GIÁC QUAN NÀO
BIẾT “ĐÓ LÀ GÌ”)

Tới đây,

chúng ta bắt đầu thấy rằng:

giác quan

không phải là nơi “nhận ra” thế giới,

mà chỉ là nơi

ghi nhận Dữ Kiện

đi vào bên trong.

CHƯƠNG 6

Xung Đột Nơi Thân

Nếu ở chương trước,
chúng ta đã nhận ra rằng,
đầu vào từ bên ngoài,
đi vào Hệ Sống,
qua Năm Giác Quan,
thì đến đây,
chúng ta bắt đầu thấy rõ hơn, một điều quan trọng khác:
Không phải mọi đầu vào
đều đến từ bên ngoài.
Có những phần
không đi vào từ:
Mắt,
Tai,
Mũi,
Lưỡi,
hay Da.
Mà xuất hiện
trực tiếp từ bên trong cơ thể.
Chẳng hạn như:

Một con siết nơi ngực.

Một phần căng nơi vai.

Một nhói đau nơi bụng.

Một con cứng nơi cổ.

Một cảm giác nặng trong người.

Khi những phần đó xuất hiện,
chúng ta thường quen gọi chung là:
cảm giác.

Nhưng nếu tách đúng hơn,
thì những chữ như:

- căng
- cứng
- nhói
- đau
- nặng

không phải là đầu vào riêng biệt.

Đó là tên gọi

do Hệ Giải Pháp đặt ra

sau khi nhận ra rằng,

có một phần đang xảy ra nơi thân.

Phần đang thật sự đi vào Hệ

trước cả khi được gọi tên, là:

Xung Đột,

đang xuất hiện nơi thân.

Những Xung Đột đó, có thể được Hệ Giải Pháp nhận ra và gọi tên thành:

- căng
- cứng
- nhói
- đau
- nặng
- run
- nghẹn

Nhưng trước mọi tên gọi đó,

điều đang thật sự xảy ra,

chỉ là:

một thay đổi đang diễn ra nơi thân.

Trong Hệ Sống,

những phần đang xảy ra trực tiếp trong cơ thể

và đi vào Hệ từ bên trong như vậy,

cũng là đầu vào của Hệ Sống.

Điều này có nghĩa là:

Hệ Sóng không chỉ nhận đầu vào từ bên ngoài.

Nó còn liên tục nhận đầu vào
từ chính phần đang diễn ra bên trong thân.

Ví dụ,

Chúng ta đang ngồi yên trong phòng.

Không có ai nói gì.

Không có sự kiện gì mới xảy ra.

Nhưng ngực bắt đầu siết lại.

Vai bắt đầu căng lên.

Bụng bắt đầu nhói.

Lúc đó,

đầu vào của Hệ
không đến từ ngoại cảnh.

Nó đang đến
từ chính bên trong thân.

Khi nhận ra điều này,
chúng ta bắt đầu thấy rõ:
đầu vào của Hệ Sóng
không chỉ đi từ ngoài vào.

Nó còn đi từ trong vào.

Và muốn hiểu trọn vẹn
vì sao những Xung Đột đó xuất hiện,

vận hành ra sao,
và liên hệ thế nào với toàn bộ Hệ,
chúng ta cần nhìn sâu hơn
vào phần đang tạo ra chúng.
Đó là nơi
chương kế tiếp của lộ trình.

SƠ ĐỒ 6 — XUNG ĐỘT NỘI THÂN

**BÊN TRONG CƠ THỂ
ĐÔI KHI XUẤT HIỆN**

- CĂNG
- KHÓ CHỊU
- NẶNG
- BỨC

**NHỮNG TRẠNG THÁI NÀY
THƯỜNG ĐƯỢC GỌI LÀ:**

- CẢM GIÁC

NHƯNG TRONG HỆ SỐNG

- ĐÂY LÀ**
- XUNG ĐỘT ĐANG XẢY RA NỘI THÂN

Tới đây,

chúng ta có thể nhìn lại:

những gì mình gọi là:

“cảm giác”

có thể không chỉ là cảm nhận đơn thuần,

mà là,

một dạng xung đột

đang xảy ra nơi thân.

Hay,

Thứ chúng ta gọi tên đã xuất hiện sau khi Hệ lệch.

CHƯƠNG 7

Thân Hệ

Nếu ở chương trước,
chúng ta đã nhận ra rằng,
Hệ Sống liên tục nhận đầu vào từ những Xung Động đang
xảy ra nơi thân,
thì đến đây,
một câu hỏi tự nhiên bắt đầu xuất hiện:
Phần nào đứng sau những Xung Động đó?
Vì một cơn căng nơi vai,
một nhói đau nơi ngực,
hay một cảm giác nặng trong người,
không thể tự xuất hiện từ khoảng trống.
Muốn có Xung Động đang xảy ra nơi thân,
phải có phần đang vận hành nơi thân.
Phần đó,
trong Hệ Sống,
được gọi là:
Thân Hệ.

Chúng ta thường quen nhìn cơ thể như một khối chung.

Một thứ đang là mình.

Đang thuộc về mình.

Và đang đơn giản hoạt động.

Nhưng nếu tách đúng hơn theo lộ trình vận hành,
chúng ta bắt đầu thấy rằng:

bên trong cơ thể,

có một phần vận hành riêng,

chuyên giải quyết mọi hoạt động nơi thân.

Trong Hệ Sống,

*Thân Hệ là phần vận hành tự động trực tiếp trên cơ thể để
duy trì sự sống nơi thân.*

Điều đó bao gồm:

- nhịp tim
- nhịp thở
- tiêu hóa
- tuần hoàn
- co giãn cơ
- phản ứng bảo vệ

và nhiều hoạt động khác nơi thân.

Phần lớn thời gian,

chúng ta không để ý đến Thân Hệ.

Không phải vì nó không hoạt động.
Mà vì, nó đang vận hành liên tục,
ngay cả khi chúng ta không để ý đến.
Chúng ta không cần nghĩ, để tìm đập.
Không cần quyết định, để phôi thử.
Không cần ra lệnh, để vết thương lành lại.
Thân Hệ tự vận hành.
Nghĩa là,
Không có trung tâm điều khiển.
Mà chỉ có mạng lưới đang vận hành.
Và khi có điều gì đó,
làm lệch
khỏi trạng thái ổn định nơi thân,
thì những Xung Đột tương ứng
sẽ bắt đầu xuất hiện nơi thân.
Những Xung Đột đó,
sau đó,
đi vào Hệ Sóng như đầu vào từ bên trong,
mà chúng ta vừa nhận ra ở chương trước.
Điều này có nghĩa là:
phần chúng ta quen gọi là “Cảm Giác”,
không tự nhiên xuất hiện.

Nó là phần đang được nhận ra từ những Xung Động đang xảy ra nơi Thân Hệ.

Ví dụ,

Khi cơ thể thiếu ngủ,
những phần như:

- nặng người
- mỏi mắt
- chậm chạp
- đau đầu

có thể bắt đầu xuất hiện.

Khi cơ thể bị thương,
những phần như:

- đau
- nhức
- co rút
- phản xạ tránh né

có thể bắt đầu xuất hiện.

Những phần đó không xuất hiện một cách ngẫu nhiên.

Chúng là dấu hiệu cho thấy,
đang có điều gì đó diễn ra nơi thân.

Khi nhận ra điều này,
chúng ta bắt đầu thấy rằng:
Thân Hệ không phải là toàn bộ con người mình.
Nó là:
một phần vận hành riêng
bên trong Hệ Sống.
Nó có chức năng riêng.
Ngôn ngữ riêng.
Giới hạn riêng.
Và nó chỉ làm đúng phần việc của nó.
Muôn hiểu những đầu vào đó,
sau khi đi vào Hệ
sẽ được giữ lại
và nối với phần đã có ra sao,
chúng ta cần nhìn tiếp vào
nơi toàn bộ đầu vào
của Hệ Sống bắt đầu hội tụ lại.
Đó là nơi
chương kế tiếp của lộ trình.

SƠ ĐỒ 7 — THÂN HỆ

[BÊN TRONG CƠ THỂ]
CÓ MỘT PHẦN RIÊNG



VẬN HÀNH
MỌI HOẠT ĐỘNG NƠI THÂN

NHỮNG GÌ CHÚNG TA VỪA THẤY:

→ CĂNG
→ KHÓ CHỊU
→ NẶNG



KHÔNG TỰ XUẤT HIỆN

MÀ XẢY RA TẠI:

[THÂN HỆ]

Tới đây,

một điều bắt đầu rõ hơn:

những gì xảy ra nơi thân không phải ngẫu nhiên,

mà đang được vận hành

tại một phần riêng bên trong Hệ.

CHƯƠNG 8

Kho Liên Kết

Nếu ở chương trước,
chúng ta đã nhận ra rằng,
Hệ Sống liên tục nhận đầu vào từ cả bên ngoài lẫn bên
trong, thì đến đây,
một câu hỏi tự nhiên bắt đầu xuất hiện:
Sau khi đi vào Hệ, những phần đó đi đâu?
Một khuôn mặt chúng ta từng gặp.
Một bài hát chúng ta từng nghe.
Một nơi chúng ta từng đến.
Một cơn đau chúng ta từng trải qua.
Nếu tất cả những phần đó, biến mất hoàn toàn,
ngay sau khi đi qua,
thì mỗi lần gặp lại,
mọi thứ sẽ luôn lại như lần đầu.
Lúc đó,
chúng ta sẽ không nhận ra, người quen.
Không nhớ, con đường từng đi.
Không biết, điều gì từng làm mình đau.
Nhưng điều đó đã không xảy ra.

Những gì từng đi vào Hệ Sống
không hề biến mất.

Chúng được lưu giữ lại tại:

Kho Liên Kết

Trong Hệ Sống,

*Kho Liên Kết là tên gọi do Hệ Giải Pháp dùng
để chỉ nơi mọi Dữ Kiện đã đi vào Hệ
được giữ lại và tồn tại bên trong.*

Nhưng Kho Liên Kết
không chỉ là nơi lưu giữ đơn thuần.

Nếu chỉ là nơi lưu giữ,
thì mỗi phần được lưu lại sẽ nằm riêng lẻ,
không liên quan gì đến nhau.

Nhưng điều đang thật sự xảy ra,
không phải như vậy.

Một khuôn mặt, không chỉ được giữ lại như một hình ảnh.
Nó có thể đi cùng với:

- tên gọi
- giọng nói
- cảm giác quen thuộc những lần gặp trước đó

Một quán ăn

không chỉ là một địa điểm.

Nó có thể đi cùng với:

- mùi hương quen
- món ăn từng gọi
- người từng đi cùng
- trải nghiệm từng xảy ra ở đó

Một bài hát không chỉ là âm thanh.

Nó có thể kéo về:

- một giai đoạn trong đời
- một con người
- một ký ức
- một trạng thái từng trải qua

Nếu điều đó từng xảy ra với chúng ta,

thì đó là vì:

những phần từng đi vào Hệ không được lưu lại riêng lẻ.

Chúng được lưu lại trong trạng thái có liên kết với nhau.

Vì vậy,

Kho Liên Kết không chỉ là nơi Dữ Kiện được lưu giữ lại.

Nó là nơi

Dữ Kiện được lưu lại

trong liên kết với phần khác đã có.

Đây là lý do, một phần rất nhỏ trong hiện tại,
đôi khi có thể kéo theo cả một trải nghiệm lớn.

Chỉ một mùi hương, có thể làm sống lại cả một ký ức cũ.

Chỉ một câu nói, có thể làm trỗi lên một phản ứng rất mạnh.

Chỉ một ánh nhìn, có thể khiến toàn bộ cảm nhận bên trong
thay đổi.

Không phải vì,

phần đang xảy ra trước mắt tự nó mạnh đến vậy.

Mà vì:

nó đang chạm vào,

những phần đã được giữ lại trong Kho Liên Kết.

Khi nhận ra điều này,

chúng ta bắt đầu thấy rằng:

điều đang tác động đến mình trong hiện tại

không chỉ là điều đang xảy ra lúc này.

Mà còn là,

toàn bộ phần đã từng được lưu giữ lại

và liên kết bên trong Hệ.

Và để thấy rõ hơn,

vì sao Dữ Kiện mới lại nối vào phần này, mà không nối

vào phần khác,
chúng ta cần nhìn tiếp vào
nguyên lý đang nghiêng về cách
các liên kết đó hình thành.
Đó là nơi
chương kế tiếp của lộ trình.

SƠ ĐỒ 8 — KHO LIÊN KẾT NỀN



Tới đây,

chúng ta có thể thấy:

Dữ kiện

không tồn tại riêng lẻ bên trong Hệ.

Một khi đã đi vào,

nó luôn:

được đặt cạnh

và nối với những Dữ Kiện khác.

Điều này cũng có nghĩa là:

điều chúng ta phản ứng

không phải là một Dữ Kiện đơn lẻ,

mà là một phần của mạng liên kết phía sau.

Nơi Hệ vận hành.

Rồi nhận thức kể lại.

CHƯƠNG 9

Nguyên Lý “Giống Thì Nói”

Nếu ở chương trước,
chúng ta đã nhận ra rằng,
Dữ Kiện trong Kho Liên Kết,
không được giữ lại riêng lẻ,
mà tồn tại trong liên kết với nhau,
thì đến đây,
một câu hỏi tự nhiên bắt đầu xuất hiện:
*Vì sao một Dữ Kiện mới lại nói vào phần này mà không
nói vào phần khác?*
Điều gì đang hướng tới cách các liên kết đó hình thành?
*Nếu việc nói kết xảy ra ngẫu nhiên,
thì Kho Liên Kết sẽ trở thành hỗn loạn.*
Ví dụ,
Một khuôn mặt có thể nói với bất cứ người nào.
Một mùi hương có thể gọi ra bất cứ ký ức nào.
Một lời nói có thể chạm vào bất cứ phản ứng nào.
Nhưng điều đó không xảy ra.
Trong Hệ Sống,
Dữ Kiện mới

không nói một cách ngẫu nhiên.

Nó có xu hướng nói vào
những phần đã có,
mang nét tương đồng với nó.

*Trong Hệ Sống,
nguyên lý nền chi phối
cách các liên kết hình thành này là:
Giống thì Nói.*

Điều đó có nghĩa là:

khi một Dữ Kiện mới đi vào Hệ,
nó có xu hướng nói vào
phần đã có đủ giống với nó.
Sự giống nhau đó,
không nhất thiết, phải giống hoàn toàn.
Chỉ cần đủ giống ở phần Hệ đang dùng để đối chiếu,
thì liên kết đã có thể bắt đầu hình thành.

Ví dụ,

Khi còn nhỏ,
chúng ta từng bị con chó lớn đuổi.
Từ lần đó,
hình ảnh con chó đó không còn đứng riêng.

Nó bắt đầu nói với:

- sợ
- chạy
- nguy hiểm
- cần tránh xa

Về sau,

khi gặp một con chó khác,

Cho dù, không phải cùng một con chó cũ,

nếu có đủ nét tương đồng,

và Dữ Kiện mới đó,

vẫn có thể nói vào Cùm Liên Kết đã có từ trước.

Một ví dụ khác:

Chúng ta từng bị chê bai trong một thời điểm rất đau.

Về sau,

một câu nói khác

không giống hoàn toàn,

nhưng mang sắc thái đủ tương tự,

vẫn có thể chạm vào cùng Cùm Liên Kết cũ.

Không phải vì,

hai tình huống giống hệt nhau.

Mà vì:

chúng đủ giống
ở phần Hệ đang dùng để nói.
Trong thực tế,
một Dữ Kiện mới,
thường không chỉ nối vào một phần đơn lẻ.
Khi chạm vào một phần đã có, nó thường đồng thời,
nối vào nhiều phần khác,
đang liên kết chung quanh phần đó.
Vì trong Kho Liên Kết,
Dữ Kiện hiếm khi đứng một mình.
Phần lớn, chúng đã nằm trong những Cụm Liên Kết lớn
hơn.
Ví dụ,
Khi chúng ta học lái xe,
ban đầu, mọi thứ đều rời rạc.
Nhìn gương.
Đạp thắng.
Xoay vô lăng.
Ước lượng khoảng cách.
Canh tốc độ.
Nhưng sau đủ thời gian lặp lại,
những phần đó, không còn đứng riêng nữa.

Chúng bắt đầu nối thành một Cụm Liên Kết lớn.

Đó là lý do

người mới học lái xe phải nghĩ từng bước.

Nhưng người đã quen có thể làm gần như ngay lập tức.

Không phải vì họ có thêm Dữ Kiện mới.

Mà vì:

Dữ Kiện cũ đã nối thành Cụm Liên Kết lớn hơn.

Khi nhận ra điều này,

chúng ta bắt đầu thấy rằng:

Kho Liên Kết

không chỉ chứa các liên kết đơn lẻ.

Mà nó còn chứa những Cụm Liên Kết lớn

được hình thành từ rất nhiều Dữ Kiện nối lại với nhau.

Và muốn hiểu,

vì sao một Cụm nhỏ có thể dần trở thành

một cấu trúc lớn và phức tạp,

chúng ta cần nhìn sâu hơn vào sự khác biệt giữa:

Dữ Kiện đơn lẻ

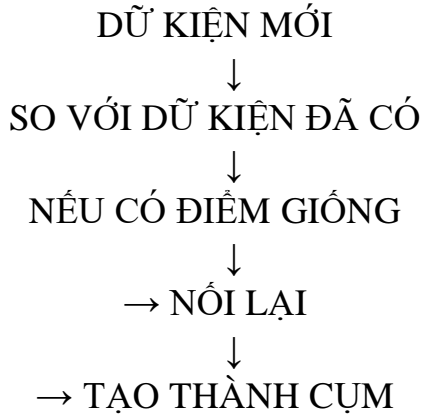
và Cụm Liên Kết.

Đó là nơi

chương kế tiếp của lộ trình.

SƠ ĐỒ 9 — GIỐNG THÌ NÓI

[KHO LIÊN KẾT NÊN]



Tới đây, chúng ta có thể thấy:

Việc nói không xảy ra ngẫu nhiên.

Dữ kiện mới không “đi tìm tất cả”,

mà chỉ: tìm điểm giống và nói vào đó.

Điều này giải thích vì sao:

cùng một sự việc,

nhưng mỗi người lại nói vào những hướng khác nhau.

CHƯƠNG 10

Dữ Kiện Đơn Lẻ Và Cụm Liên Kết

Nếu ở chương trước,
chúng ta đã nhận ra rằng,
Dữ Kiện mới có xu hướng nối vào
những phần đủ giống đã có trong Kho Liên Kết,
thì đến đây, một câu hỏi tự nhiên bắt đầu xuất hiện:
*Nếu việc nối đó tiếp tục lặp lại nhiều lần, thì điều gì sẽ xảy
ra?*

Liệu Dữ Kiện chỉ tiếp tục nằm đó như những điểm nổi rời
rạc?

Hay chúng bắt đầu hình thành nên một cấu trúc lớn hơn?

Để thấy rõ điều này,
chúng ta cần tách ra
hai trạng thái khác nhau
bên trong Kho Liên Kết.

Trạng thái đầu tiên là:

Dữ Kiện Đơn Lẻ.

Trong Hệ Sống,

Dữ Kiện Đơn Lẻ là tên gọi do Hệ Giải Pháp dùng

*để chỉ một Dữ Kiện đã đi vào Hệ
nhưng chưa hình thành đủ liên kết rộng với phần khác
chung quanh nó.*

Một Dữ Kiện mới học lần đầu
thường bắt đầu ở trạng thái này.

Một tên người vừa mới nghe.

Một con đường vừa mới đi lần đầu.

Một kỹ năng vừa mới thử học.

Ở giai đoạn đó,

Dữ Kiện đã được lưu giữ lại.

Nhưng nó vẫn còn rời.

Đó là lý do chúng ta thường
phải cố nhớ.

Phải cố nghĩ.

Phải cố tìm lại.

Vì Dữ Kiện đó chưa có đủ liên kết để được chạm tới nhanh.

Nhưng nếu Dữ Kiện đó

tiếp tục được lặp lại,

được dùng lại,

được nói thêm với nhiều phần khác,

nó bắt đầu thay đổi.

Nó không còn là:

một Dữ Kiện đứng riêng.

Nó bắt đầu trở thành một phần của một cấu trúc lớn hơn.

Trong Hệ Sóng,

khi nhiều Dữ Kiện

đã nối đủ rộng với nhau

thành một vùng liên kết có cấu trúc,

vùng đó được gọi là:

Cụm Liên Kết.

Ví dụ,

Khi mới học lái xe, mọi thứ đều rời rạc.

Chúng ta phải nghĩ riêng từng phần:

chân nào đạp thắng,

khi nào nhìn gương,

lúc nào xoay vô lăng,

cách canh khoảng cách,

tốc độ bao nhiêu là phù hợp,

Nhưng sau đủ thời gian lặp lại,

những Dữ Kiện đó,

không còn đứng riêng nữa.

Chúng nối lại với nhau thành một Cụm lớn.

Đó là lý do,

người đã quen lái xe
không cần nghĩ từng bước như ban đầu.

Không phải vì Dữ Kiện biến mất.

Mà vì:

Dữ Kiện đã được tổ chức lại thành một Cụm Liên Kết lớn hơn.

Một ví dụ khác:

Khi mới học một ngôn ngữ mới,
mỗi từ vựng là một Dữ Kiện đơn lẻ.

Nhưng sau thời gian đủ dài,

từ vựng,

ngữ pháp,

phát âm,

ngữ cảnh,

mẫu câu

bắt đầu nối lại với nhau.

Dần dần,

chúng trở thành

một Cụm Liên Kết về ngôn ngữ đó.

Đây là lý do, người mới học phải dịch từng chữ.

Còn người đã quen có thể hiểu gần như ngay lập tức.

Khi nhận ra điều này,

chúng ta bắt đầu thấy rằng:

năng lực thành thạo

không chỉ đến từ việc có nhiều Dữ Kiện hơn.

Mà nó còn đến từ việc:

Dữ Kiện đã nối thành Cụm lớn hơn.

Nhưng không phải mọi Cụm Liên Kết

đều có ảnh hưởng đến Hệ như nhau.

Có những Cụm

chỉ giúp chúng ta:

- làm tốt hơn
- nhớ nhanh hơn
- phản ứng nhanh hơn.

Nhưng cũng có những Cụm, khi bị chạm vào,

lại tạo ra Xung Động mạnh hơn rất nhiều.

Điều gì khiến một Cụm

trở nên khác biệt như vậy?

Đó là nơi

chương kế tiếp của lộ trình.

SƠ ĐỒ 10 — TỪ DỮ KIẾN ĐẾN CỤM



Tới đây, chúng ta có thể thấy:

*Bên trong Hệ,
không tồn tại cách lưu “từng mảnh riêng”.*

Mọi thứ đều đi theo: Cụm.

Điều này có nghĩa là:

*khi một phần bị chạm, phần còn lại trong Cụm cũng có thể
cùng được Kích Hoạt.*

Và Những gì được gọi tên, chỉ là phần nổi lên sau cùng.

CHƯƠNG 11

Nhóm “Cái Tôi”

Nếu ở chương trước,
chúng ta đã nhận ra rằng,
Dữ Kiện có thể nối thành Cụm Liên Kết,
thì đến đây, một câu hỏi tự nhiên bắt đầu xuất hiện:
*Liệu quá trình nối kết đó chỉ dừng lại ở cấp độ Dữ Kiện
thành Cụm?*
*Hay khi các Cụm đủ giống nhau,
chúng cũng tiếp tục nối với nhau?*
Nếu nhìn kỹ hơn vào cách Hệ Sống vận hành,
chúng ta bắt đầu thấy rằng:
nguyên lý “Giống thì Nối”
không chỉ xảy ra giữa Dữ Kiện với Dữ Kiện.
Nó cũng xảy ra
giữa Cụm với Cụm.

Khi nhiều Cụm Liên Kết
mang tính tương tự đủ lớn,
chúng có xu hướng
tiếp tục nối với nhau
thành một nhóm lớn hơn.

Đặc biệt là những Cụm
liên quan đến việc:

- giảm lệch nhanh
- giữ an, hoặc
- giữ ổn quanh chính mình

Vì những Cụm này thường
bị Kích Hoạt lặp lại rất nhiều trong đời sống,
chúng liên tục được dùng lại,
được củng cố lại,
và được nối chặt hơn với nhau.

Qua thời gian,
chúng dần hình thành nên
một nhóm Cụm lớn hơn.

Khi Hệ Giải Pháp
nhận ra nhóm cấu trúc đó,
nó đặt tên cho nhóm là:

Nhóm “Cái Tôi”.

Nơi,

Không có trung tâm điều khiển.

Chỉ có mạng lưới đang vận hành.

Vì vậy,

khi nhìn theo đúng lộ trình vận hành,

chúng ta bắt đầu thấy rằng:

Nhóm “Cái Tôi” không phải một thực thể.

*Nó là tên gọi cho một nhóm Cụm Liên Kết có định nghĩa
trung tâm*

được hình thành bởi lặp lại và nối kết.

Điều đó có nghĩa là:

thứ chúng ta thường gọi là:

- “con người mình”
- “bản chất mình”
- “đó là mình”

không nhất thiết là một thứ có sẵn từ đầu.

Rất nhiều phần trong đó,

thực chất là:

những Cụm Liên Kết

đã được lặp lại đủ lâu,

nối với nhau đủ nhiều,

và được Hệ gom lại

dưới một tên gọi chung.

Ví dụ,

Nếu một người

liên tục trải qua những tình huống như:

- bị chê khi làm sai

- bị so sánh với người khác
- chỉ được công nhận khi làm tốt
- bị xem nhẹ khi thất bại

Qua thời gian,

những Cụm Liên Kết khác nhau có thể dần nổi lại với nhau:

- phải làm tốt
- không được sai
- sai là mất giá trị
- bị đánh giá là nguy hiểm
- thành công mới an toàn

Ban đầu

đó có thể chỉ là

những Cụm riêng lẻ.

Nhưng khi bị Kích Hoạt lặp lại đủ lâu,

và tiếp tục nối với nhau đủ nhiều,

chúng dần trở thành

một phần của nhóm lớn hơn

mà Hệ gọi là:

Nhóm “Cái Tôi”.

Đây là lý do,

những phản ứng bên trong

không chỉ là phản ứng với sự việc đang xảy ra.
Mà là phản ứng, khi một phần của sự việc đó,
đang chạm vào một vùng lớn hơn nhiều, bên trong Hệ.
Nhưng không phải
mọi Cụm nằm trong Nhóm “Cái Tôi”
đều tạo ra xung lực như nhau.
Có những Cụm
khi bị chạm vào chỉ tạo dao động nhẹ.
Và cũng có những Cụm, khi bị chạm vào
lại tạo ra xung đột mạnh hơn hẳn.
Những Cụm đó
là điều
chúng ta sẽ nhìn sâu hơn
ở chương kế tiếp.

SƠ ĐỒ 11 — NHÓM “CÁI TÔI”

CÁC CỤM LIÊN KẾT



NẾU LIÊN QUAN ĐẾN
→ GIẢM LỆCH NHANH
→ GIỮ ỔN NHANH



CÓ XU HƯỚNG
→ NÓI VỚI NHAU



TẠO THÀNH
→ NHÓM “CÁI TÔI”

NHÓM “CÁI TÔI”
KHÔNG PHẢI THỰC THỂ
MÀ LÀ
→ NHÓM CÁC CỤM LIÊN KẾT

Tới đây, chúng ta có thể thấy:

Nhóm “Cái Tôi”

không phải là một thứ tồn tại sẵn.

Nó là:

cách các Cụm Liên Kết đã được nối với nhau
và được dùng lặp lại.

Điều này cũng có nghĩa là:

cái mà chúng ta gọi là “mình”

thật ra là,

một nhóm các Cụm đang vận hành.

Và

Cái chúng ta gọi là ‘mình’ cũng nằm trong dòng đó.

CHƯƠNG 12

Cụm Trọng Xung

Nếu ở chương trước,
chúng ta đã nhận ra rằng,
Nhóm “Cái Tôi” không phải một thực thể,
mà là tên gọi,
cho một Nhóm Cụm Liên Kết,
được hình thành bởi lặp lại và nối kết,
thì đến đây, một câu hỏi tự nhiên bắt đầu xuất hiện:
*Liệu mọi Cụm bên trong Nhóm “Cái Tôi” đều tạo ra xung
lực như nhau?*

Nếu nhìn vào trải nghiệm thật,
chúng ta bắt đầu thấy,
điều đó không đúng.

Có những điều, liên quan đến bản thân
khi bị chạm vào chỉ tạo dao động nhẹ.
Nhưng cũng có những điều,
chỉ cần bị chạm rất nhỏ,
đã tạo ra phản ứng mạnh hơn nhiều.
Điều này cho thấy:
không phải mọi Cụm

trong Nhóm “Cái Tôi”
đều mang cùng một xung lực.
Trong Hệ Sống,
những Cụm Liên Kết
có nền liên kết khiến việc Kích Hoạt chúng
thường tạo ra xung đột mạnh hơn
được gọi là:
Cụm Trọng Xung.

*Trong Hệ Sống,
Cụm Trọng Xung là tên gọi do Hệ Giải Pháp dùng
để chỉ những Cụm Liên Kết
có nền liên kết và định nghĩa nền
nên việc Kích Hoạt chúng
thường tạo ra xung đột mạnh hơn.*

Chữ “**Trọng**” ở đây
không mang ý nghĩa quan trọng.
Nó chỉ dùng để chỉ:
mức xung mạnh hơn
so với các Cụm Liên Kết khác.
Nhưng để thấy rõ hơn

vì sao điều đó xảy ra,
chúng ta cần nhìn sâu thêm một lớp:
Một Cụm này không mạnh hơn Cụm khác
chỉ vì bản thân Cụm đó là đặc biệt.
Mà điều quyết định một Cụm đó mạnh hay yếu nằm ở:
nền liên kết và định nghĩa phía dưới Cụm đó.

Nếu phía dưới một Cụm
đang nói đến những kết luận nên như:

- mất giá trị
- không đủ tốt
- không được chấp nhận
- không an toàn
- có nguy cơ bị loại bỏ

thì khi Cụm đó hoạt động,
Kích Hoạt tạo ra thường mạnh hơn nhiều.

Ngược lại,
một Cụm không nói đến nền tương tự
dù bị chạm vào cũng có thể chỉ tạo phản ứng nhẹ.

Vì vậy,
*Một Cụm mạnh hay yếu
không nằm ở bề mặt của Cụm đó.
Nó nằm ở nền liên kết và định nghĩa*

phía dưới Cụm đó là gì.

Ví dụ,

Nếu một người có Cụm Liên Kết quanh việc:

“Minh phải làm tốt”

thì bản thân Cụm đó

chưa chắc đã là Cụm Trọng Xung.

Nó chỉ trở thành Cụm Trọng Xung

khi phía dưới nó,

đang nói tới những nền sâu hơn như:

làm không tốt = mất giá trị

mất giá trị = không được chấp nhận

không được chấp nhận = không an toàn

Khi đó,

cho dù là một lỗi nhỏ,

cũng có thể tạo ra phản ứng rất lớn.

Không phải vì

lỗi đó lớn.

Mà vì:

lỗi đó đã chạm vào một Cụm có nền liên kết nặng hơn.

Đây cũng là lý do,

hai người có thể trải qua cùng một sự việc,

nhưng phản ứng rất khác nhau.

Không phải vì
sự việc đó tự thân khác đi.
Mà vì:
nó đang chạm vào
những nền liên kết khác nhau bên trong mỗi Hệ.
Khi nhận ra điều này,
chúng ta bắt đầu thấy rằng:
phản ứng mạnh
không nhất thiết là,
sự việc ở bên ngoài lớn hơn.
Nó có thể chỉ là dấu hiệu rằng:
Cụm vừa bị chạm đang mang nền liên kết sâu hơn.
Và khi một Cụm Trọng Xung bị Kích Hoạt,
nó thường trở thành
một trong những điểm mở đầu mạnh nhất
cho Xung Đột bên trong Hệ Ổn Định.
Điều gì xảy ra
sau khi một Cụm như vậy bị Kích Hoạt?
Đó là nơi
chương kế tiếp
sẽ đưa chúng ta đến.

SƠ ĐỒ 12 — CỤM TRỌNG XUNG

TRONG NHÓM “CÁI TÔI”

KHÔNG PHẢI MỌI CỤM
ĐỀU GIỐNG NHAU



MỘT SỐ CỤM



CÓ NỀN LIÊN KẾT SÂU HƠN



KHI BỊ CHẠM



TẠO RA XUNG MẠNH HƠN



ĐƯỢC GỌI LÀ

→ CỤM TRỌNG XUNG

XUNG LỰC

PHỤ THUỘC VÀO

→ NỀN LIÊN KẾT PHÍA DƯỚI

“TRỌNG” = MẠNH

Tới đây, chúng ta có thể thấy:

*Phản ứng mạnh hay yếu
không nằm ở sự kiện bên ngoài.*

Mà nằm ở:

*nền liên kết và định nghĩa
của Cụm bên trong.*

Điều này giải thích vì sao:

*có những điều rất nhỏ
nhưng lại tạo ra phản ứng rất lớn.*

CHƯƠNG 13

Từ Kích Hoạt Đến Lệnh Ổn

Nếu ở chương trước,
chúng ta đã nhận ra rằng,
một số Cụm Liên Kết mang nền đủ sâu
để tạo ra phản ứng mạnh hơn khi bị chạm vào,
thì đến đây, một câu hỏi tự nhiên bắt đầu xuất hiện:

Điều gì thật sự xảy ra sau khi một Cụm Trọng Xung bị Kích Hoạt?

Liệu việc bị Kích Hoạt đã là Xung Đột?

Hay bên trong Hệ
còn những bước vận hành khác
trước khi Xung Đột thật sự xuất hiện?

Trong cách hiểu quen thuộc, chúng ta thường gộp tất cả
thành một cảm giác chung rằng:
“mình đang bị tác động”.

Nhưng nếu tách kỹ hơn
theo lộ trình vận hành của Hệ Sống,
chúng ta bắt đầu thấy rằng:

không phải mọi phản ứng bên trong
đều là Xung Đột.

Khi một Dữ Kiện,
một Cụm Liên Kết,
hoặc một Cụm Trọng Xung
được chạm tới trong Kho Liên Kết,
hiện tượng đang xảy ra tại đó
được gọi là:

Kích Hoạt.

*Trong Hệ Sống,
Kích Hoạt là tên gọi do Hệ Giải Pháp dùng
để chỉ vận hành đang xảy ra
tại Kho Liên Kết hoặc Hệ Chọn Ổn
khi cấu trúc bên trong đang được chạm tới và bắt đầu
hoạt động.*

Điều quan trọng là:

Kích Hoạt chưa phải Xung Đột.

Và cũng chưa phải
Lệch Ổn.

Vì tại Kho Liên Kết

và Hệ Chọn Ổn,

không tồn tại trạng thái ổn nền.

Mà nơi không có ổn nền thì không thể có:

Lệch Ổn.

Điều đó có nghĩa là:

Một Cụm Trọng Xung

có thể bị Kích Hoạt rất mạnh trong Kho Liên Kết,

nhưng nếu vận hành đó

chưa tiếp tục đi xa hơn, thì bên trong Hệ

vẫn chỉ đang có:

Kích Hoạt.

Chỉ khi Kích Hoạt đó,

tiếp tục được đưa lên,

qua các tầng vận hành kế tiếp,

nó mới có khả năng

ảnh hưởng tới Hệ Ổn Định.

Và chỉ tại đó,

Lệch Ổn mới có thể xuất hiện.

Nhưng trước khi điều đó xảy ra,

Kích Hoạt không đi thẳng
đến Hệ Ổn Định.

Nó còn phải đi qua
một tầng trung gian khác
trong Hệ.

Một tầng có nhiệm vụ:

- Tiếp Nhận
- Sắp Xếp
- Giữ Lại
- Hoặc Ưu Tiên

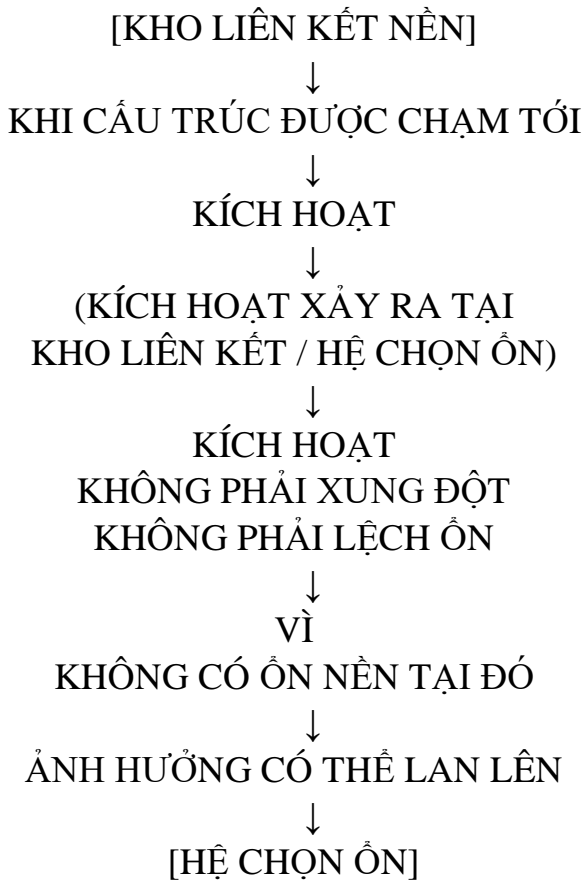
những gì vừa được Kích Hoạt.

Phần đó, được gọi là:

Hệ Chọn Ổn.

Đó là nơi
chúng ta sẽ đến
ở chương kế tiếp.

SƠ ĐỒ 13 — TỪ KÍCH HOẠT ĐẾN HỆ CHỌN ỔN



Tới đây, chúng ta có thể thấy:

Kích Hoạt

chỉ là vận hành xảy ra

khi cấu trúc bên trong bị chạm tới.

Nó chưa phải:

Xung Đột
hay Lệch Ổn.

Vì

Lệch đã có trước khi được gọi tên.

CHƯƠNG 14

Hệ Chẹn Ổn

Đến đây, chúng ta đã thấy:

Dữ kiện được đưa vào Hệ

được nối lại trong Kho Liên Kết,

và luôn có những phần đang được Kích Hoạt.

Trong cùng một thời điểm, không chỉ có một Kích Hoạt.

Mà có thể có:

nhều Kích Hoạt cùng tồn tại.

Nếu để ý kỹ, chúng ta sẽ thấy một điều quen thuộc:

có nhiều thứ cùng xuất hiện,

nhưng không phải tất cả đều hiện ra rõ, cùng một lúc.

Luôn có: một phần nổi lên trước.

Những phần khác không biến mất.

Chúng chỉ: chưa xuất hiện rõ

Ví dụ,

Chúng ta có một cuộc hẹn.

Đến gần giờ, điều đó bắt đầu xuất hiện lại.

Nhưng đúng lúc đó, một thông tin khác đi vào:

có chuyện xảy ra với người thân

Ngay sau đó, cuộc hẹn, không còn ở phía trước nữa.

Nhưng nó không mất.

Một lúc sau, nó lại xuất hiện trở lại.

Nếu nhìn theo cách quen thuộc,
chúng ta thường nghĩ:

mình chóng quên

hoặc vừa nghĩ đó rồi lại mất.

Nhưng nếu nhìn theo Hệ vận hành,

nó không thật sự mất.

Nó chỉ:

chưa được đưa lên.

Phần vận hành đang làm điều này

được gọi là:

Hệ Chọn Ổn

Hệ Chọn Ổn

là tên gọi cho một phần vận hành tự động của Hệ Sống,

*nơi những phần đang được Kích Hoạt được đưa vào,
và được:*

- *Nén*
- *Lọc*
- *Giữ*
- *Và Điều Hướng Ưu Tiên*

*để làm nghiêng toàn Hệ
về ỏn.*

Chữ “**chọn**” ở đây
không có nghĩa là có một chủ thể
đang đứng ra lựa chọn.

*Không có người chọn.
Chỉ có xu hướng giữ ỏn đang vận hành.*

Và đó chỉ là cách gọi
cho một dạng vận hành:

tự động nghiêng về ỏn.

Tức là Hệ không:

ngồi nghĩ rồi chọn

Mà:

*vận hành theo hướng
giảm lệch và giữ ổn.*

Trong Kho Liên Kết, luôn có nhiều phần đã được giữ lại.

Theo nguyên lý:

Giống thì Nói.

Nên một Dữ Kiện mới khi đi vào
có thể chạm nhiều Cụm khác nhau cùng lúc.

Điều này gây ra:
nhiều Kích Hoạt cùng tồn tại.

Tất cả những phần này đều được đưa vào
Hệ Chọn Ổn.

Tại đây, một chức năng luôn xảy ra trước:
Nén.

Trong Hệ Sống,
*không có Kích Hoạt nào
tự biến mất.*

Chỉ có:

chưa được đưa lên

hoặc

chưa đóng.

Kích Hoạt

là tên gọi dùng cho phần đang nổi lên trong:

Kho Liên Kết

và Hệ Chọn Ổn

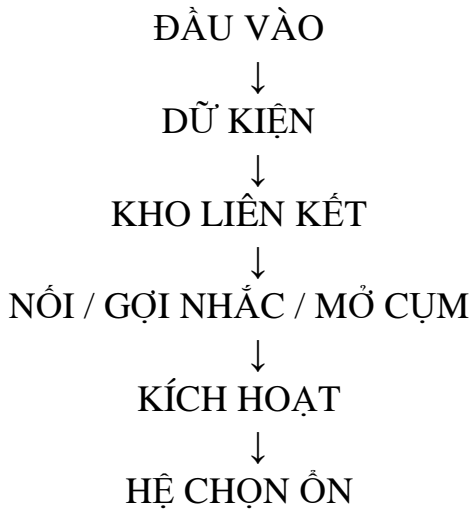
Khi phần đó

đi tiếp lên phía trên,

tên gọi đó

không còn được dùng nữa.

SƠ ĐỒ 14 — HỆ CHỌN ỔN



Trong cùng một thời điểm,
có thể có nhiều phần
đang tồn tại trong Hệ,
nhưng không phải tất cả
đều đi lên cùng lúc.

*Chỉ một phần
được đưa lên trước,
còn những phần khác
tiếp tục chờ
trong dòng vận hành.*

CHƯƠNG 15

Nén

Có những lúc,
bên trong có rất nhiều thứ cùng đang có mặt.

Một việc cần làm.

Một điều vừa nhớ ra.

Một cảm giác còn sót lại.

Một suy nghĩ chưa xong.

Nhưng khi nhìn lại,
không phải tất cả
đều hiện ra rõ.

Luôn có:
một phần rõ nhất.

Những phần khác không biến mất.

Chúng vẫn ở đó.

Nhưng không nổi lên.

Nếu nhìn theo cách quen thuộc,
chúng ta thường nghĩ:
mình chỉ tập trung vào một thứ
hoặc mình không giữ được nhiều thứ cùng lúc.

Nhưng nếu nhìn theo Hệ vận hành,
điều đang xảy ra
không phải là giữ hay không giữ.

Mà là:

không phải mọi Kích Hoạt
đều đi lên cùng lúc.

Trong Hệ Chọn Ổn,
khi có nhiều Cụm Liên Kết
đang được Kích Hoạt,
một chức năng luôn xảy ra trước, đó là:

Nén.

*Trong Hệ Sống,
Nén không có nghĩa là: loại bỏ.*

Mà là:

*không cho mọi Kích Hoạt cùng đi lên, cùng một lúc.
Chỉ một Kích Hoạt có lực mạnh nhất được đưa lên trước.*

Những phần còn lại: không mất đi, mà:
chưa được đưa lên, và đang chờ.

Ví dụ,

Chúng ta đang chuẩn bị ra ngoài.

Có một việc cần làm.

Cùng lúc đó,

một điều khác xuất hiện:

một tin nhắn quan trọng.

Ngay sau đó,

toàn bộ việc cần làm

chuyển sang tin nhắn.

Việc cần làm, không còn đủ mạnh nữa.

Nhưng nó không mất.

Một lúc sau,

khi phần kia lắng xuống,

việc cần làm đó lại trở lại.

Điều này không phải vì:

Chúng ta quên, rồi nhớ lại.

Mà là:

Sự Kích Hoạt đó chưa được đưa lên,

rồi sau đó, được đưa lên lại.

Trong dòng vận hành,

Nén không có nghĩa là: loại bỏ.

Mà là: không cho mọi Kích Hoạt cùng đi lên, cùng một lúc.

Điều này giải thích vì sao:

có những điều chúng ta biết là đang có,
nhưng không thể thấy rõ ngay.

Không phải vì nó không còn,
mà vì:
chưa đến lượt.

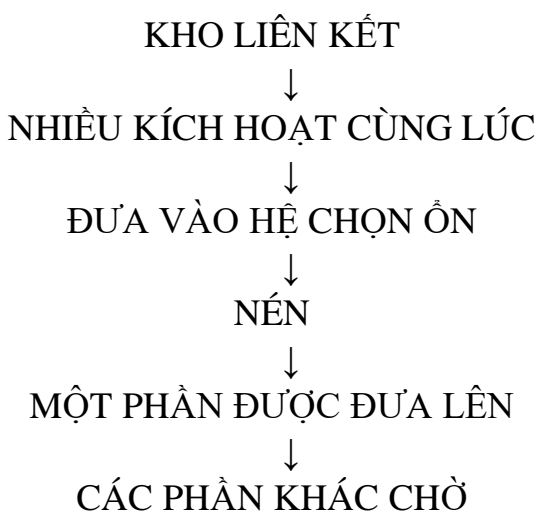
Trong Hệ Sống,
luôn có nhiều Kích Hoạt cùng tồn tại.

Nhưng dòng vận hành chỉ đi theo từng Kích Hoạt.

Khi một Kích Hoạt được đưa lên,
thì các Kích Hoạt khác chờ.

Rồi khi Kích Hoạt đó không còn đủ mạnh hay đã đóng,
thì một Kích Hoạt mạnh khác,
lại tiếp tục được đưa lên.

SƠ ĐỒ 15 — NÉN



Trong dòng này,

không có phần nào
tự biến mất.

Chỉ có:

phần đang ở phía trước
và phần đang chờ.

Và chính điều này
tạo ra một góc nhìn quen thuộc:

có những điều

“vừa có đó
rồi không thấy nữa”.

Nhưng thật ra,

nó chưa từng rời khỏi Hệ.

Nó chỉ:

chưa được đưa lên ở thời điểm đó.

Và

Những gì còn lại

không phải là toàn bộ những gì đã xảy ra.

CHƯƠNG 16

Hệ Ôn Định

Sau khi một phần được đưa lên phía trước,
nó không dừng lại ở việc “được thấy”.

Nếu để ý kỹ,

chúng ta sẽ nhận ra:

có những lúc một điều vừa xuất hiện,
và ngay sau đó,

bên trong bắt đầu có:

một trạng thái rõ hơn.

Không phải là “cảm giác” theo cách quen thuộc.

Mà là:

một phần đã được ghi nhận,

và đang làm thay đổi trạng thái bên trong.

Ví dụ,

Chúng ta nhớ ra một việc chưa làm.

Ban đầu,

nó chỉ là một phần vừa xuất hiện.

Nhưng khi phần đó

tiếp tục đi trong Hệ,

một lúc sau,

bên trong bắt đầu có:
sự không yên,
hoặc một dạng căng nhẹ.
Điều này,
không xảy ra ngay khi vừa Kích Hoạt.
Mà xảy ra khi:
phần đó đã đi qua Hệ Chọn Ổn,
và có mặt tại Hệ Ổn Định.
Tại điểm này,
nó không còn là:
Kích Hoạt nữa,
Mà được gọi bằng một tên mới là:

Xung Đột

(độ lệch đang có mặt)

Nếu nhìn theo cách quen thuộc,
chúng ta thường nói:

“tôi cảm thấy...”

Nhưng trong vận hành của Hệ,

“Cảm Xúc”

không phải là thứ có sẵn.

Mà là:

tên gọi được Hệ Giải Pháp

*đặt cho Xung Đột
khi phân đó đã được ghi nhận
tại Hệ Ổn Định.*

Sau khi được Nhận Dạng,
các chức năng khác trong Hệ Giải Pháp
mới bắt đầu vận hành:

- So Sánh
 - Phân Tích
- và nối với các Cụm liên quan

Từ đó,

Xung Đột

được gọi tên chi tiết hơn:

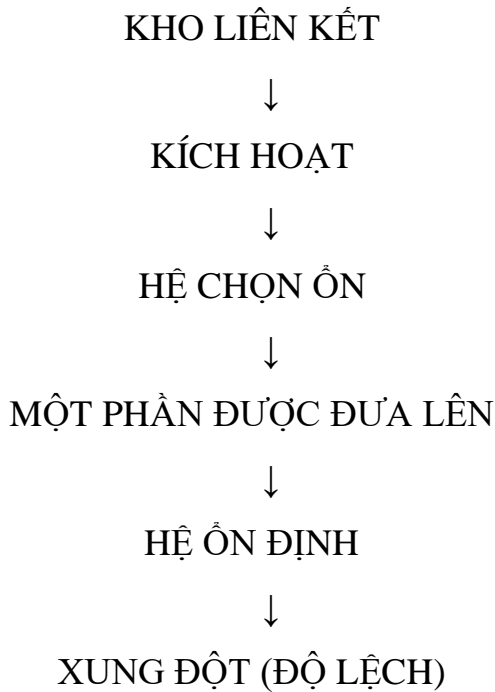
- lo
 - sợ
 - tức
 - khó chịu
 - ghét
- ...

Những tên gọi này, không phải là bản chất ban đầu.

Mà là:

*cách Hệ Giải Pháp định danh
để tìm ra hướng nối kết nhanh hơn.*

SƠ ĐỒ 16 — HỆ ỔN ĐỊNH



Kích Hoạt

không phải là Xung Đột.

Kích Hoạt

chỉ dùng cho phần đang nổi lên trong:

Kho Liên Kết

và Hệ Chọn Ổn

Khi phần đó

có mặt tại Hệ Ổn Định,

tên gọi đúng là:

Xung Đột

hoặc

Độ lệch đang có mặt.

“Cảm xúc”

không phải là thứ có sẵn.

Mà là:

tên gọi được đặt sau

khi Xung Đột đã có mặt.

Những gì chúng ta thường nói là:

“tôi cảm thấy...”

thực chất là:

Xung Đột đã được nhận dạng

và được gọi tên.

Hay,

Hệ luôn vận hành trước.

Nhận ra đến sau.

CHƯƠNG 17

Hệ Giải Pháp Chỉ Đến Sau

Khi một phần đã đi tới Hệ Ổn Định, và trở thành:

Xung Đột

(độ lệch đang có mặt)

thì một điều khác bắt đầu xuất hiện.

Nếu để ý kỹ,

chúng ta sẽ thấy:

khi bên trong có

một trạng thái không yên,

gần như ngay sau đó,

bắt đầu có:

một hướng đi tiếp theo

Có thể là:

- nghĩ cách giải quyết
- nhớ lại điều tương tự
- tìm cách tránh
- hoặc làm một điều gì đó

Nếu nhìn theo cách quen thuộc,

chúng ta thường nghĩ:

mình đang tìm cách giải quyết.

Nhưng nếu nhìn theo Hệ vận hành,
điều đang xảy ra
không phải là “mình bắt đầu”.

Mà là:

khi Xung Đột đã có mặt,
một phân vận hành khác đã bắt đầu hoạt động.

Phân đó,

không có người giải quyết.

Chỉ có Hệ Giải Pháp xuất hiện.

Hệ Giải Pháp

không xuất hiện từ đầu.

Nó chỉ bắt đầu sau khi:

Xung Đột đã có mặt tại Hệ Ổn Định.

Điều này có thể thấy rõ:

khi một điều

chỉ thoáng qua,

không tạo ra độ lệch,

thì không có nhu cầu

phải làm gì tiếp theo.

Nhưng khi đã có:

Xung Đột

thì gần như ngay sau đó,

Hệ bắt đầu:

ngiên về giảm lệch và tìm lại ổn.

Điều này không phải là lựa chọn.

Mà là:

hướng vận hành tự động của Hệ Sống.

Ví dụ,

Chúng ta nhận ra, có một việc chưa làm.

Khi nó chỉ vừa xuất hiện,

chưa có gì xảy ra thêm.

Nhưng khi nó trở thành Xung Đột,

bên trong bắt đầu có:

- xu hướng làm ngay
- hoặc tìm cách giải quyết

Nếu không làm ngay, có thể xuất hiện:

- suy nghĩ lặp lại
- hoặc nhắc lại nhiều lần

Đó không phải là cố tình.

Mà là:

Xung Đột vẫn còn,

và Hệ vẫn đang tìm hướng giảm lệch

Tại điểm này,

“Cảm Xúc”

đã được gọi tên.

Và chính việc gọi tên đó,

giúp Hệ Giải Pháp:

Nhận Dạng

và nối với các Cụm liên quan nhanh hơn.

Từ đây,

một dòng vận hành mới bắt đầu:

tìm hướng giải quyết.

Nhưng điều quan trọng là:

không phải mọi hướng giải đều đi thẳng ra bên ngoài.

Những gì được hình thành tại Hệ Giải Pháp,

vẫn tiếp tục đi qua các phần khác của Hệ.

Hệ Giải Pháp không phải là nơi

“nghĩ ra” theo ý muốn.

Mà là:

một phần vận hành tiếp theo,

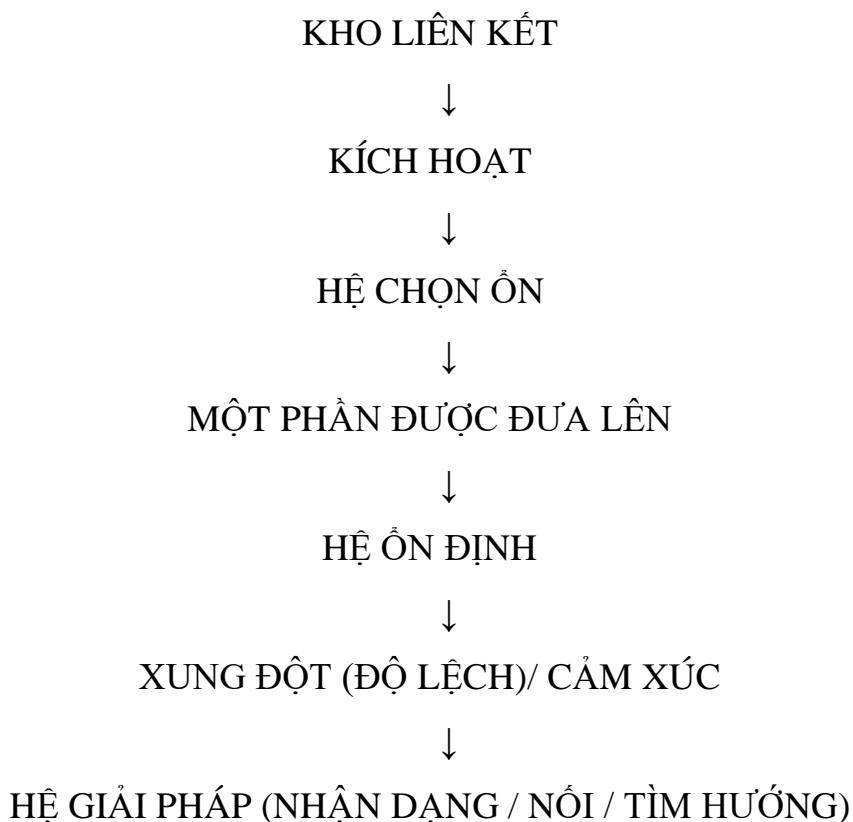
xuất hiện sau Xung Đột.

Nơi,

Hệ vận hành trước.

Nhận ra đến sau.

SƠ ĐỒ 17 — HỆ GIẢI PHÁP CHỈ ĐẾN SAU



*Hệ Giải Pháp không chỉ có một cách vận hành
mà luôn chuyển giữa các hướng khác nhau để giảm lệch*

Tại điểm này,

Hệ Giải Pháp

không vận hành theo một hướng duy nhất.

Mà có thể đi theo

những hướng khác nhau,
tùy theo cách Hệ
đang nghiêng về giảm lệch.

Có lúc,

Hệ đi theo hướng:

1. Suy Giảm

Suy Giảm

*là tên gọi cho hướng vận hành
nghiêng về:*

giảm lệch nhanh

và đưa Hệ trở lại ổn.

Trong hướng này,
có nhiều chức năng
vận hành cùng lúc:

- Nhận Dạng
- Quan Sát
- Phân Tích
- So Sánh
- Tổng Hợp
- Phỏng Đoán
- Và Tưởng Tượng (Chiều Nông)

Khi các chức năng này đang vận hành nhưng chưa có kết quả, trạng thái đó thường được gọi là:

Suy Nghĩ

Khi đã có kết quả,

và phần đó được lưu lại trong Kho Liên Kết và được Kích Hoạt lặp lại, nó trở thành:

Tư Duy

2. Kiểm Giảm

Kiểm Giảm

là hướng vận hành

ngiên về:

- *ting chỉnh*
- *kiểm lại*

Trong hướng này,

các chức năng vẫn có mặt:

- Nhận Dạng
- Quan Sát
- Phân Tích
- So Sánh
- Tổng Hợp

Nhưng không có:

- Phỏng Đoán Và

- Tưởng Tượng

Thay vào đó,

có thêm:

- Kiểm Nghiệm và
- Thực Nghiệm (Chiều Sâu)

Hai hướng này

không tách rời,

mà là hai cách vận hành khác nhau

trong cùng một Hệ.

Khi chưa có kết quả → gọi là suy nghĩ

Khi đã thành Cụm lặp lại → gọi là tư duy

CHƯƠNG 18

Hệ Giải Pháp Không Phải Là Gì

Ở chương trước,
chúng ta đã đi qua một điểm quan trọng:
Hệ Giải Pháp
không phải là nơi bắt đầu của vận hành,
mà là phần xuất hiện sau khi
một điều gì đó đã xảy ra trong Hệ.
Điều này,
nếu chỉ nhìn nhanh,
rất dễ bị hiểu lệch.
Và nếu lệch ở điểm này,
toàn bộ cách nhìn về Hệ
sẽ bị kéo đi theo hướng khác.
Chương này không thêm khái niệm mới.
Chỉ để làm rõ:
Hệ Giải Pháp
không phải là gì.

Không Phải Là “Không Có Khả Năng Thay Đổi”

Khi thấy rằng:

Hệ Giải Pháp không xuất hiện từ đầu,
chúng ta rất dễ đi đến một kết luận quen thuộc:
“vậy thì mình không thể thay đổi”.

Nhưng điều này, không đúng.
Thay đổi vẫn luôn xảy ra.

Chỉ là:

nó không bắt đầu từ nơi chúng ta thường nghĩ.

Trong trải nghiệm quen thuộc,
chúng ta cảm thấy:

mình nghĩ

→ rồi mình mới làm

Nhưng nếu nhìn kỹ hơn,
nhiều phần đã xảy ra
trước khi phần “nghĩ” xuất hiện.

Vì vậy,

điều đang được nói ở đây không phải là:

“không thể thay đổi”

mà là:

*thay đổi không bắt đầu từ “ý định” như chúng ta thường
tin.*

Không Phải “Mọi Thứ Đã Định Sẵn”

Một hiểu lầm khác rất dễ xuất hiện:

nếu Hệ vận hành theo trình tự,
thì mọi thứ đã được định sẵn.

Nhưng Hệ không vận hành theo cách đó.

Hệ vận hành dựa trên:

Dữ Kiện

→ Kích Hoạt

→ Ghi Nhận

Trong đó,

Dữ Kiện

không phải là thứ cố định.

Mỗi điều vừa xảy ra,

mỗi trải nghiệm mới,

đều trở thành Dữ Kiện

được đưa vào Hệ.

Và chính những Dữ Kiện này

liên tục làm thay đổi:

cách các Cụm được nối,

cách các phần được Kích Hoạt.

Vì vậy,

Hệ không cố định.

Hệ luôn đang thay đổi

cùng với Dữ Kiện.

Không Phải “Buông Xuôi”

Khi thấy rằng:

nhều phần không bắt đầu từ “mình”,

một ý nghĩ khác có thể xuất hiện:

“vậy thì mình không cần làm gì cả”.

Nhưng đây cũng là một hiểu sai.

Thấy rõ vận hành

không làm cho chúng ta thụ động hơn.

Nó chỉ làm cho:

chúng ta ít nhầm lẫn hơn.

Và khi nhầm lẫn giảm,

những gì đang diễn ra

được thấy rõ hơn.

Chính sự thấy rõ này

đã là một thay đổi.

Không phải thay đổi bằng ép buộc,

mà là:

thay đổi khi cách thấy thay đổi.

Một Phân Biệt Cần Giữ Rất Rõ

Có một điểm cần tách rõ:

giữa

“không điều khiển từ đầu”

và

“không có khả năng thay đổi”.

Hai điều này

không giống nhau.

“không điều khiển từ đầu”

→ nói về trình tự vận hành.

“không có khả năng thay đổi”

→ là một kết luận.

Trong Hệ,

chúng ta đang nói về trình tự.

Không phải đang đưa ra kết luận.

Vì vậy,

khi thấy rằng,

Hệ Giải Pháp đến sau,

điều đó không dẫn đến

“không thể thay đổi”.

mà chỉ làm rõ rằng:

thay đổi không bắt đầu từ nơi chúng ta thường nghĩ.

Tuy không có kiểm soát từ đầu.

Nhưng có thể thấy trong quá trình.

Ngôn Ngữ Không Phải Là Vận Hành

Có một điều nhỏ,

nhưng rất quan trọng:

trong bốn Hệ tự động,

không có ngôn ngữ.

Những từ như:

“Xung Đột”

“Ổn Định”

“Hệ Giải Pháp”

đều là:

tên gọi được đặt ra sau,

bởi chính Hệ Giải Pháp.

Điều này có nghĩa là:

ngôn ngữ

không phải là vận hành.

Mà là:

cách chúng ta
nhìn lại vận hành đó.

Vì vậy,
điều cần giữ
không phải là từ ngữ,
mà là:

những gì các từ đó đang chỉ đến.

SƠ ĐỒ 18 — HỆ GIẢI PHÁP KHÔNG PHẢI LÀ GÌ

THỨ TỰ VẬN HÀNH
→ XẢY RA TRƯỚC
NHẬN RA / TÊN GỌI
→ ĐẾN SAU

KHÔNG ĐIỀU KHIỂN TỪ ĐẦU
≠
KHÔNG CÓ KHẢ NĂNG THAY ĐỔI
DỮ KIẾN LUÔN ĐƯỢC CẬP NHẬT
→ HỆ KHÔNG CỐ ĐỊNH

Từ điểm này,
chúng ta có thể đi tiếp,
không phải để hiểu thêm một khái niệm,
mà để thấy rõ hơn:

Hệ Giải Pháp

đang thực sự vận hành như thế nào
trong trải nghiệm của chính mình.

Tuy không có kiểm soát từ đầu.

Nhưng có thể thấy rõ trong quá trình.

CHƯƠNG 19

Bước Nhận Dạng

Khi Xung Đột đã có mặt,
và Hệ Giải Pháp bắt đầu vận hành,
tuy không có kiểm soát từ đầu,
nhưng có một điều quen thuộc gần như luôn xảy ra:
chúng ta bắt đầu nói:
“tôi cảm thấy...”

Ví dụ,

“tôi cảm thấy lo”

“tôi cảm thấy sợ”

“tôi cảm thấy bất an”

Những câu này rất quen.

Và thường được xem là:

cảm xúc xuất hiện.

Nhưng nếu chúng ta nhìn kỹ hơn,

có một bước đã xảy ra trước đó.

Trước khi có tên gọi như:

- lo
- sợ
- hãi

- tức
- giận
- hận
- ghét
- thù
- hôi tiếc...

đã có một phần được ghi nhận.

Một trạng thái đã có mặt.

Nhưng chưa có tên.

Phần vận hành

nhận ra Cảm Xúc này

được gọi là:

Nhận Dạng

Theo Hệ Sống, Nhận Dạng là lúc Hệ:

nhận ra

phần Xung Đột đang có mặt nơi Hệ Ổn Định.

Qua Hệ Giải Pháp,

Xung Đột không còn chỉ là một tên gọi nơi Hệ Ổn Định.

Mà bắt đầu trở thành:

một tên gọi mới là Cảm Xúc.

Điều này có thể thấy rất rõ
trong trải nghiệm của chúng ta:
có những lúc,
bên trong có một trạng thái
nhưng chúng ta không biết gọi là gì.

Chỉ biết:

có gì đó không ổn

Một lúc sau,

tự nhiên xuất hiện:

“à, mình đang lo”.

Khoảnh khắc đó

chính là:

Nhận Dạng xảy ra

Điều này không phải là:

tự nhiên có Cảm Xúc.

Mà là:

Cảm Xúc đã được nhận ra

và bắt đầu được nối

với những Cụm đã có sẵn.

Từ đây,

Hệ có thể tiếp tục:

gọi tên rõ hơn,
và tìm hướng giải quyết.
Nếu không có Nhận Dạng,
Xung Đột
vẫn có thể tồn tại,
nhưng sẽ:

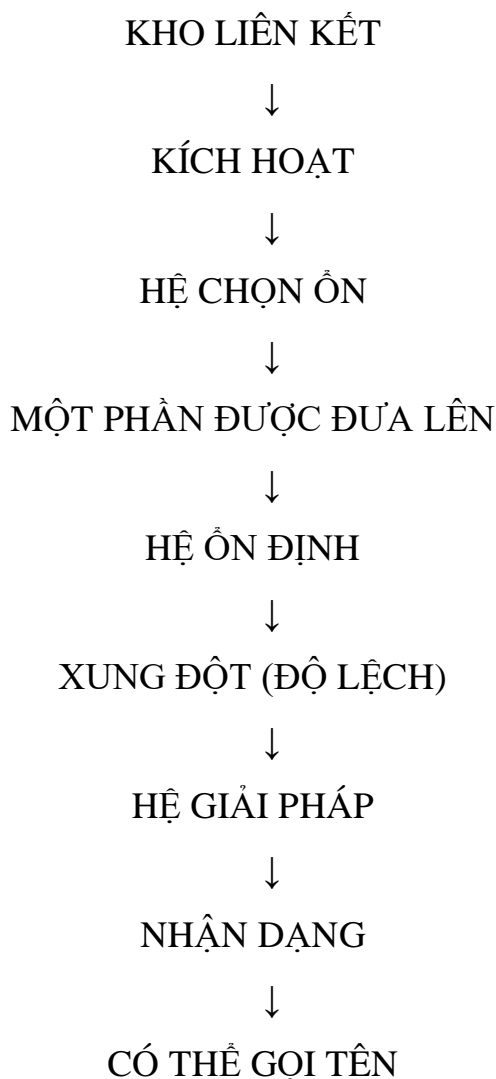
- mờ
- khó nắm
- và khó nối tiếp

Nhận dạng
không tạo ra Xung Đột.

Mà:

làm cho Xung Đột trở nên rõ hơn,
và có thể được gọi tên,
cũng như có thể thấy trong quá trình.

SƠ ĐỒ 19 — BƯỚC NHẬN DẠNG



Cảm Xúc

không phải khác biệt với Xung Đột.

*Mà Xung Đột là tên gọi trên Hệ Ổn Định,
còn Cảm Xúc là tên gọi của Hệ Giải Pháp cho Xung Đột
được ghi nhận trên Hệ Ổn Định.*

Qua Nhận Dạng

làm cho Xung Đột

trở nên rõ

và có thể gọi tên.

Khi chúng ta nói:

“tôi cảm thấy...”

đó là lúc:

Nhận Dạng đã xảy ra.

CHƯƠNG 20

Bước So Sánh Và Đối Chiếu

Khi chúng ta nói:

- “tôi cảm thấy lo”
- “tôi cảm thấy sợ”

điều đó không dừng lại ở việc gọi tên.

Gần như ngay sau đó,

một điều khác bắt đầu xảy ra:

chúng ta bắt đầu

so với những gì đã từng có.

Ví dụ,

“cảm xúc này

giống lần trước không?”

“nặng hơn hay nhẹ hơn?”

“có giống lần đó không?”

Điều này xảy ra rất nhanh.

Gần như ngay sau:

Nhận Dạng

Phản vận hành này

được gọi là:

So Sánh

So Sánh

là lúc Hệ:

- *cân*
- *đo*
- *và đối chiếu*

Xung Đột hiện tại với những Cụm đã có trong Kho Liên Kết.

Nhờ đó, một phần mới không còn đứng riêng lẻ, mà được đặt vào một bối cảnh đã quen.

Nhưng quá trình không dừng lại ở đó.

Sau khi So Sánh,

một hướng khác thường xuất hiện:

“tại sao lại như vậy?”

“điều gì đang gây ra điều này?”

Đó là lúc:

Phân Tích bắt đầu.

Phân Tích là lúc Hệ:

đi sâu hơn

tách nhỏ

và tìm mối liên hệ

để hiểu

phần đang có mặt.

Trong thực tế,

So Sánh và Phân Tích

không xảy ra theo một thứ tự cố định.

Mà thường:

luân phiên qua lại.

So Sánh để xem mức độ,

rồi Phân Tích để tìm nguyên nhân,

rồi lại So Sánh các nguyên nhân,

rồi tiếp tục Phân Tích để tìm ra phần sâu hơn.

Quá trình này có thể xảy ra rất nhanh,

hoặc kéo dài,

tùy theo mức độ của Xung Đột.

Ví dụ,

một Xung Đột xuất hiện.

Hệ bắt đầu:

So Sánh

với những lần trước

rồi:

Phân Tích

để tìm nguyên nhân

rồi lại:

So Sánh

giữa các khả năng,

rồi tiếp tục:

Phân Tích

để tìm phần gốc hơn.

Tùy theo cách Hệ đang vận hành, chuỗi này

có thể đi theo hai hướng khác nhau.

Có lúc,

chỉ cần một vòng ngắn:

So Sánh → Phân Tích

sau đó,

Hệ chuyển sang:

Tổng Hợp

rồi hình thành một hướng đi.

Trong hướng này,

có thể xuất hiện:

Phỏng Đoán

hoặc Tưởng Tượng (chiều nông),

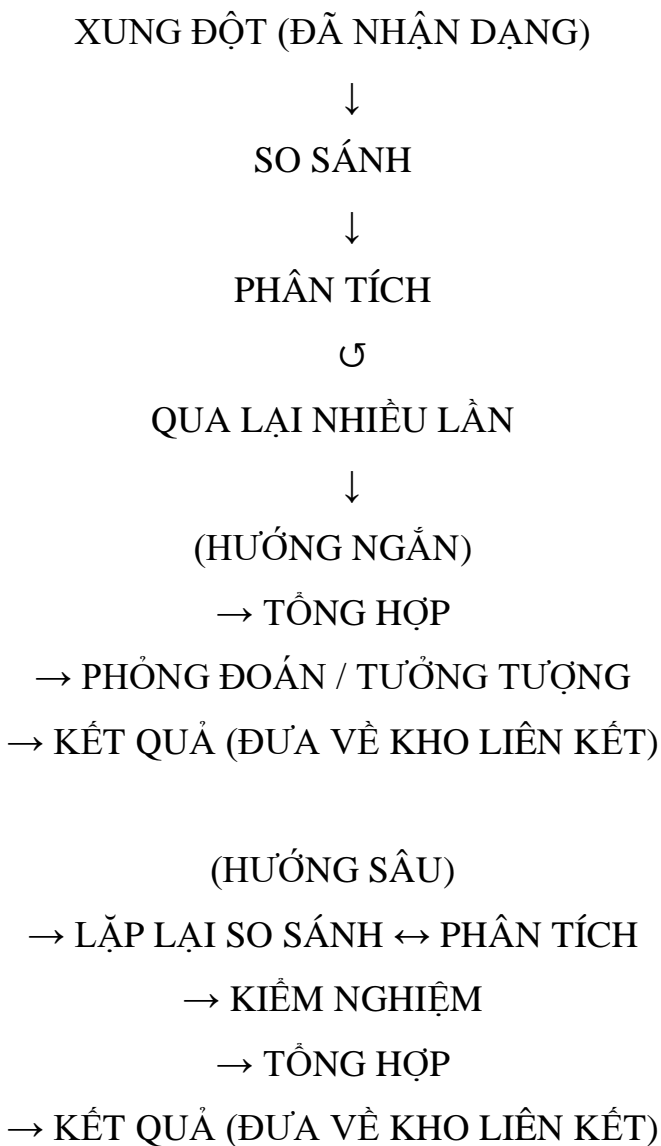
rồi đưa kết quả,

và đưa về Kho Liên Kết.

Có lúc khác,

chuỗi này
không dừng lại nhanh như vậy.
So Sánh và Phân Tích
lặp lại nhiều lần,
đi sâu hơn,
trước khi chuyển sang:
Kiểm Nghiệm
rồi mới:
Tổng Hợp
và hình thành kết quả.

SƠ ĐỒ 20 — BƯỚC SO SÁNH VÀ ĐỐI CHIẾU



Sau khi Nhận Dạng,

Hệ không dừng lại ở việc gọi tên.

Mà bắt đầu:

So Sánh và Phân Tích

So sánh đặt Xung Đột vào bối cảnh đã có.

Phân Tích đi sâu để tìm nguyên nhân.

Hai chức năng này:

không cố định thứ tự,

mà luân phiên qua lại.

Tùy theo hướng vận hành, chuỗi này

có thể:

đi nhanh → hình thành kết quả sớm

hoặc:

đi sâu → lặp lại nhiều lần trước khi kết luận

CHƯƠNG 21

Khi Chưa Có Kết Quả (Trạng Thái Treo)

Sau khi một Xung Đột đã được nhận dạng,

và bắt đầu được:

So Sánh và Phân Tích

để đặt vào bối cảnh và tìm mối liên hệ,

thì một điều khác

bắt đầu xuất hiện.

Nếu để ý kỹ, chúng ta sẽ nhận ra:

không phải lúc nào

quá trình này cũng kéo dài.

Có những lúc,

chỉ sau một vòng ngắn

giữa:

So Sánh

và Phân Tích

một hướng đi, đã bắt đầu hình thành.

Có những lúc,

một Xung Đột vừa xuất hiện,

và gần như ngay sau đó,

một hướng đi, bắt đầu hình thành rất nhanh.

Không cần suy nghĩ lâu.

Không cần đi quá sâu.

Nhưng vẫn có:

một hướng đi, đang hình thành.

Ví dụ,

Chúng ta nhớ ra một việc chưa làm.

Ngay lập tức,

bên trong xuất hiện:

“làm ngay”.

Hoặc:

“để sau cũng được”.

Quá trình này diễn ra rất nhanh.

Nếu nhìn theo cách quen thuộc,

chúng ta thường gọi đó là:

Suy Nghĩ

Nhưng nếu nhìn theo Hệ vận hành,

điều đang xảy ra

là một hướng vận hành cụ thể, gọi là:

Suy Giải

Suy Giải

là hướng vận hành của Hệ Giải Pháp,

ngiên về:

giảm lệch nhanh

và đưa Hệ trở lại ổn

Trong hướng này, nhiều chức năng cùng có hoạt động:

- Nhận Dạng
- Quan Sát
- So Sánh
- Phân Tích
- Tổng Hợp
- Phỏng Đoán
- Và Tưởng Tượng (Chiều Nông)

Nhưng các chức năng này không đi theo từng bước cố định.

Mà:

tương tác qua lại với nhau rất nhanh không theo tuyến tính.

Mỗi chức năng vẫn vận hành theo đúng chức năng riêng của mình,

và:

không có sự lấn quyền

Điều này

không phải là không có trật tự.

Mà vì:

mỗi Xung Đột

có thể xuất hiện từ những phần khác nhau trong Hệ

nên cách các chức năng bắt đầu và tương tác

cũng sẽ khác nhau.

Có lúc,

So Sánh xuất hiện rõ hơn.

Có lúc khác,

Phân Tích đi sâu hơn ngay từ đầu.

Nhưng dù theo cách nào,

luôn có một chức năng xảy ra trước, đó là:

Nhận Dạng

Khi Nhận Dạng đã xảy ra,

các chức năng khác mới bắt đầu:

tương tác qua lại để hình thành hướng đi.

Ví dụ,

một Xung Đột xuất hiện.

Hệ có thể:

So Sánh với những lần trước

→ Phân Tích sơ nguyên nhân

→ Tổng Hợp thành một hướng

→ Phỏng Đoán kết quả

Nhưng các phần này không diễn ra theo thứ tự cố định,
mà:

tương tác qua lại rất nhanh,

cho đến khi hình thành được một hướng đủ dung.

Trong Suy Giải,

mục tiêu chính

không phải là đi sâu.

Mà là:

hình thành một hướng đủ dùng

để giảm lệch nhanh nhất.

Vì vậy,

có thể có:

Phỏng Đoán

hoặc Tưởng Tượng

nhưng chỉ ở mức:

đủ để tạo ra hướng đi.

Không đi sâu

vào Kiểm Chứng.

Khi quá trình này
đang diễn ra
mà chưa có kết quả rõ,
trạng thái đó
thường được gọi là:

Suy Nghĩ

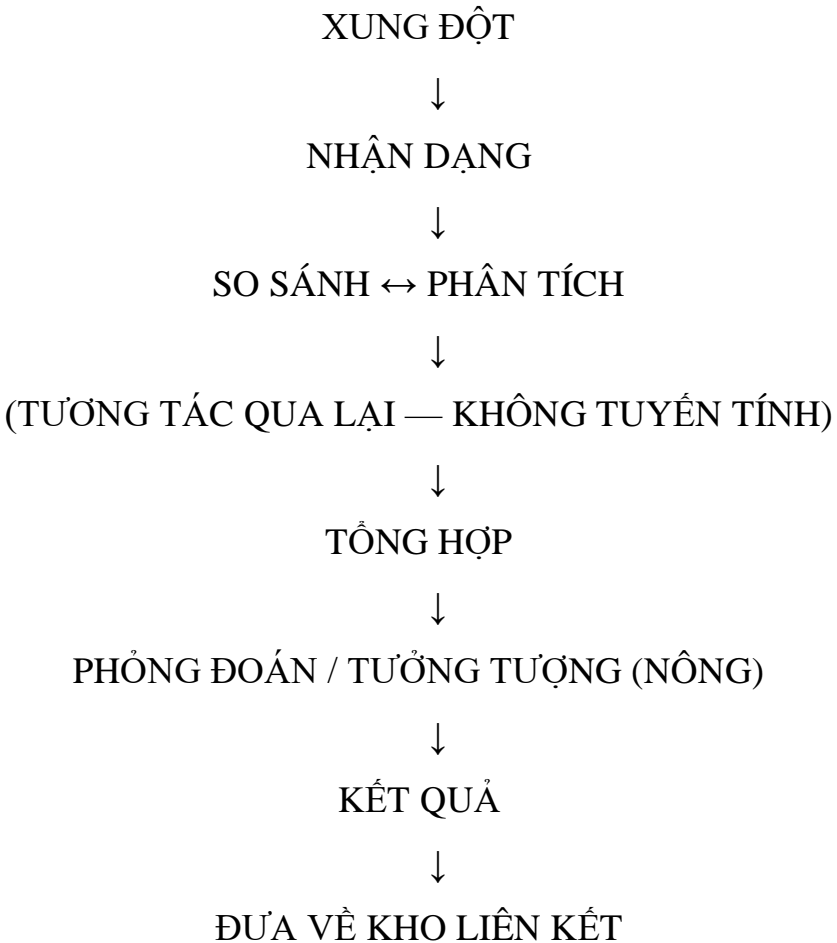
Khi đã có kết quả,
và kết quả đó
được đưa về Kho Liên Kết,
được nói lại
và được Kích Hoạt lặp lại nhiều lần,
nó trở thành:

Tư Duy

Điều này giải thích vì sao:
có những việc
ban đầu cần “nghĩ”,
nhưng sau đó
lại trở nên rất nhanh,
và gần như tự động.
Sau khi có kết quả,
phần đó
được đưa về Kho Liên Kết,

nội vào các Cụm liên quan,
và có thể tiếp tục
được Kích Hoạt lại
trong những lần sau.

SƠ ĐỒ 21 — KHI CHƯA CÓ KẾT QUẢ



Suy Giải

là chế độ

nhằm:

giảm lệch nhanh

Trong hướng này,

các chức năng

không đi theo thứ tự cố định,

mà:

tương tác qua lại rất nhanh và không tuyến tính.

Nhưng luôn có một điểm bắt đầu:

Nhận Dạng

Nếu chưa có Nhận Dạng,

các chức năng khác

chưa thể vận hành rõ.

CHƯƠNG 22

Khi Cần Kiểm Lại (Mở Lại Vận Hành)

Sau khi một Xung Đột đã được Nhận Dạng,
và đã đi qua:

So Sánh và Phân Tích

có những lúc,

một hướng đi được hình thành rất nhanh.

Đó là lúc Hệ đang vận hành theo:

Suy Giải

Nhưng không phải lúc nào cũng như vậy.

Có những lúc,

Cho dù đã So Sánh và đã Phân Tích, thì một hướng đi
vẫn chưa hình thành rõ.

Hoặc đã hình thành,

nhưng chưa đủ

để làm lệch ổn giảm xuống.

Khi đó,

quá trình không dừng lại.

Mà tiếp tục:

quay lại

và đi sâu hơn.

So Sánh và Phân Tích

không chỉ xảy ra một lần,

mà:

lặp lại nhiều lần.

Mỗi lần lặp, một phần được tinh chỉnh lại.

Một môi liên hệ được làm rõ hơn.

Một khả năng được loại bớt.

Quá trình này

có thể diễn ra lâu hơn,

và không còn nhanh như trước.

Nếu nhìn theo cách quen thuộc,

chúng ta có thể gọi:

suy nghĩ kỹ

Nhưng nếu nhìn theo Hệ vận hành,

đây là một hướng khác, gọi là:

Kiểm Giảm

Kiểm Giảm

là hướng vận hành của Hệ Giải Pháp,

nghiêng về:

tinh chỉnh lại

và làm rõ

để giảm lệch

một cách chắc hơn.

Trong hướng này,

các chức năng khác vẫn có mặt:

- Nhận Dạng
- Quan Sát
- So Sánh
- Phân Tích
- Tổng Hợp

Nhưng khác với Suy Giải,

không có:

- Phỏng Đoán
- Và Tưởng Tượng

Thay vào đó,

bắt đầu xuất hiện:

- Kiểm Nghiệm
- Và Thực Nghiệm

Các chức năng này

không đi theo thứ tự cố định.

Mà:

tương tác qua lại, không tuyến tính,

và lặp lại nhiều lần.

Nhưng vẫn giữ một trật tự:

Nhận Dạng

là điểm bắt đầu.

Ví dụ,

một Xung Đột xuất hiện.

Hệ có thể:

So Sánh với những lần trước

→ Phân Tích các khả năng

→ So Sánh lại giữa các khả năng

→ tiếp tục Phân Tích sâu hơn

Chuỗi này

không dừng lại ngay,

mà tiếp tục cho đến khi:

một phần đủ rõ.

Tại điểm đó, Hệ bắt đầu:

Kiểm Nghiệm

để xem phần đó có phù hợp hay không.

Và trong nhiều trường hợp,

có thể xuất hiện:

Thực Nghiệm

để kiểm lại trong thực tế.

Chỉ sau đó,

mới đi đến:

Tổng Hợp

và hình thành kết quả.

Kết quả này không xuất hiện nhanh,
nhưng:

có độ chắc cao hơn.

Sau khi có kết quả,

phần đó được đưa về Kho Liên Kết,

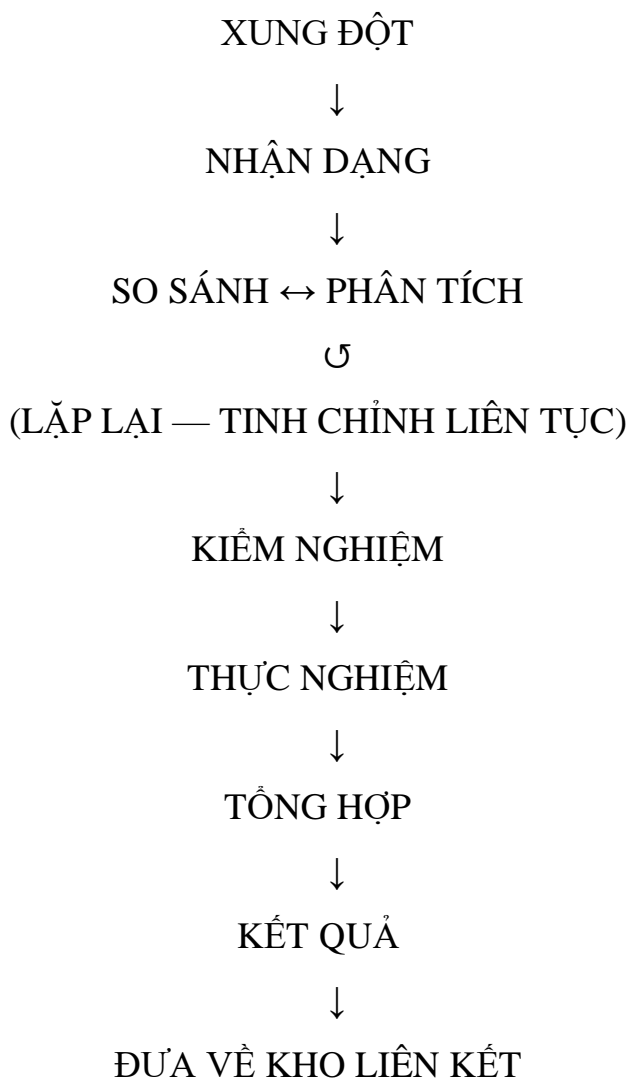
nối vào các Cụm liên quan,

và trở thành Dữ Kiện mới,

một phần được Kích Hoạt lại

trong những lần sau.

SƠ ĐỒ 22 — KHI CẦN KIỂM LẠI



Kiểm Giải

là hướng vận hành

ngiên về:

- tinh chỉnh lại
- và làm rõ

Trong hướng này,

So Sánh và Phân Tích

không dừng lại sớm,

mà:

lặp lại nhiều lần để đi sâu hơn.

Không có:

Phỏng Đoán

và Tưởng Tượng.

Mà thay bằng:

Kiểm Nghiệm

và Thực Nghiệm

Kết quả không đến nhanh,

nhưng:

có độ chắc cao hơn.

Dù theo hướng nào,

Suy Giải

hay Kiểm Giải,

đều bắt đầu từ:

Nhận Dạng

CHƯƠNG 23

Vòng Lặp Toàn Hệ

Sau khi một Xung Đột đã đi qua:

Suy Giải

hoặc

Kiểm Giải

và một hướng đi đã được hình thành,

hay một kết quả bắt đầu xuất hiện.

Trong phần trước,

chúng ta đã thấy:

có những hướng đi hình thành rất nhanh

→ Suy Giải

và có những hướng đi

được tinh chỉnh lại nhiều lần

→ Kiểm Giải

Nhưng dù theo hướng nào,

khi đã có kết quả,

phần đó không dừng lại.

Mà:

quay trở lại Kho Liên Kết

như một Dữ Kiện mới.

Hai Vòng Vận Hành

Nếu nhìn toàn bộ lộ trình,

chúng ta có thể thấy:

Hệ Sống luôn đi theo hai vòng liên tiếp.

VÒNG 1

Bắt đầu từ:

đầu vào

→ Kho Liên Kết

→ mở Cùm

→ Kích Hoạt

→ Hệ Chọn Ôn

→ Hệ Ôn Định

Tại đây,

Kích Hoạt

trở thành:

Xung Đột

Từ điểm này,

dòng vận hành

có thể đi theo hai hướng:

Hướng 1

đi trực tiếp:

Hệ Ổn Định

→ Thân Hệ thi hành

Hướng 2

đi qua:

Hệ Giải Pháp

→ hình thành hướng đi

→ rồi mới đi ra Thân Hệ

Khác biệt

không nằm ở số vòng,

mà nằm ở chỗ:

Hệ Giải Pháp

có tham gia vào Vòng 1 hay không?

VÒNG 2

Sau khi Thân Hệ thi hành,

kết quả trở thành:

Đầu Vào mới và quay lại:

Kho Liên Kết.

Tại đây,

Dữ Kiện mới nối vào Cụm đang Mở,

và nếu đủ Khớp,

Cụm được đóng lại.

Khi Cùm Đóng,
Kích Hoạt liên quan: chấm dứt.
Nếu chưa đủ Khớp,
Cùm vẫn mở,
và toàn bộ quá trình:
tiếp tục lặp lại

Hệ Chọn Ổn Trong Vòng Lặp

Khi Kích Hoạt đi lên Hệ Chọn Ổn,
không chỉ một phần đang vận hành, mà nhiều chức năng
cùng hoạt động:

- Nén
- Lọc
- Điều Hướng Ưu Tiên và
- Giữ

Nén

*làm giảm số phần
cùng đi lên,
bằng cách:
không cho tất cả
cùng nổi lên một lúc.*

Lọc

*làm cho Hệ nghiêng về:
những hướng
đã từng giúp giảm lệch nhanh hơn
trong quá khứ.*

Điều Hướng Ưu Tiên

*làm cho phần Kích Hoạt:
có liên hệ trực tiếp
với Xung Đột đang có mặt
được đưa lên trước.*

Giữ

*không phải là giữ nguyên,
mà là:
làm chậm sự xuất hiện rõ của Kích Hoạt mới
để phần đang đi ra có thời gian tiếp tục.
Nếu xuất hiện
một Kích Hoạt khác có độ mạnh cao hơn,
phần đang đi ra có thể: bị hoãn lại.
Và một vòng vận hành mới
bắt đầu.*

Vai Trò Của Hệ Giải Pháp

Hệ Giải Pháp, không phải lúc nào cũng có mặt.

Nếu mức lệch nhẹ,

các Hệ tự động đã đủ để:

đưa Hệ trở lại ổn.

Nhưng khi mức lệch không giảm đi đủ,

hoặc tiếp tục duy trì,

lúc đó,

Hệ Giải Pháp mới bắt đầu tham gia.

Phần này

mở ra hai chế độ:

Suy Giải

→ hình thành hướng đi nhanh

→ nhưng có thể làm lệch tăng

Kiểm Giải

→ đi chậm hơn

→ nhưng giúp lệch giảm chắc hơn

Khi các Cụm Liên Kết

được hình thành từ Suy Giải, và tiếp tục được Kích Hoạt

lại,

chúng có thể:

làm cho Xung Đột trở nên mạnh hơn hoặc kéo dài hơn.

Đóng Cùm

Một Cùm không tự đóng theo thời gian.

Nó chỉ đóng khi:

có Dữ Kiện mới

đủ Khớp với Cùm.

Khi đó,

Cùm: được đóng lại,

và Kích Hoạt:

châm dứt.

SƠ ĐỒ 23 — VÒNG LẶP TOÀN HỆ
(SUY GIẢI / KIỂM GIẢI)



KẾT QUẢ



THÂN HỆ THI HÀNH



ĐẦU VÀO MỚI



KHO LIÊN KẾT



NÓI VÀO CỤM MỞ



KÍCH HOẠT



HỆ CHỌN ỔN



HỆ ỔN ĐỊNH



(→ THÂN HỆ)



LẶP

Kết quả

không phải là điểm kết thúc.

Mà:

trở thành Dữ Kiện mới và quay lại Kho Liên Kết.

Hệ Sống luôn vận hành theo hai vòng liên tiếp.

Khác biệt

không nằm ở số vòng,

Tại điểm

Xung Đột xuất hiện ở Hệ Ổn Định,

dòng vận hành có thể:

đi thẳng ra Thân Hệ

hoặc:

đi qua Hệ Giải Pháp

trước khi đi ra.

Sự khác biệt

không nằm ở việc

có hay không có một phần nào đó “tham gia”,

mà nằm ở lộ trình:

dòng vận hành đi qua đâu

Không phải có thêm một phần được “bật lên”,
mà là dòng vận hành đi qua một lộ trình sâu hơn.

“Giữ”

không phải là giữ nguyên, mà là:
làm chậm sự xuất hiện của Kích Hoạt mới.

Hệ Giải Pháp

có thể: giảm lệch sâu hơn hoặc làm lệch tăng lên.

Một Cụm chỉ đóng khi: có Dữ Kiện đủ khớp.

Nếu chưa khớp, toàn bộ Hệ: tiếp tục lặp lại.

Hệ luôn vận hành liên tục.

Không có phần nào “bật” hay “tắt”.

Chỉ có:

dòng vận hành đi qua ít tầng hơn,

hoặc nhiều tầng hơn

CHƯƠNG 24

Trọng Lượng Xung Đột

Trong cùng một hoàn cảnh,
có những lúc, một điều xảy ra chỉ lướt qua rất nhanh.
Gần như không để lại gì rõ.

Nhưng cũng có những lúc,
một điều tương tự, lại:

- rõ hơn
- nặng hơn
- và khó trở lại như trước

Nếu nhìn theo cách quen thuộc,
chúng ta có thể thấy như:
phản ứng khác nhau.

Nhưng nếu nhìn theo Hệ vận hành,
điều khác nhau không nằm ở phản ứng,
mà nằm ở:
mức độ thay đổi
tại An Nền.

Xung Đột Xuất Hiện Khi Nào

Khi một Kích Hoạt đi lên Hệ Ổn Định,

nó không tự động trở thành Xung Đột.

Chỉ khi phần đó:

làm thay đổi trạng thái tại An Nền thì mới được:

Ghi Nhận.

Và khi đã được ghi nhận,

phần đó

được gọi là:

Xung Đột

Trọng Lượng Xung Đột

Không phải mọi Xung Đột đều giống nhau.

Sự khác biệt nằm ở:

mức độ thay đổi tại An Nền.

Nếu thay đổi nhẹ, trạng thái tại An Nền

nhanh chóng trở lại,

và phần đó

không được ghi nhận rõ.

Nếu thay đổi lớn hơn,

trạng thái tại An Nền bị lệch rõ hơn,

và lúc đó:

Xung Đột

được ghi nhận rõ.

Phần này

chính là:

trọng lượng của Xung Đột

Trọng Lượng Đến Từ Đâu?

Trọng lượng không xuất hiện tại Hệ Ổn Định.

Nó được hình thành từ trước đó, tại:

Kho Liên Kết

Khi một Dữ Kiện đi vào,

nó sẽ:

nối vào thành Cụm nếu cùng giống nhau.

Nếu Cụm đó:

có nhiều liên kết,

đã được Kích Hoạt nhiều lần,

hoặc chưa được Đóng,

thì khi mở ra,

Kích Hoạt đi lên có khả năng:

tạo ra thay đổi lớn hơn tại An Nền.

Ngược lại,

nếu Cụm:

mới,

ít liên kết,

hoặc đã được đóng,
thì khi mở ra,
Kích Hoạt thường:
gây ra thay đổi nhẹ hơn.

Vì Sao Có Sự Khác Nhau?

Cùng một Dữ Kiện, có thể nối vào những Cụm khác nhau.

Ở mỗi Hệ,
các Cụm Liên Kết không giống nhau.

Vì vậy,
khi cùng một điều xảy ra, phần đi lên có thể:
gây ra mức thay đổi khác nhau tại An Nền.

Và tại Hệ Ổn Định,
Xung Đột
được ghi nhận
với:
trọng lượng khác nhau.

Thấy Như “Lặp Lại”

Khi một Cụm chưa được Đóng, và tiếp tục được:
nối Dữ Kiện
→ Kích Hoạt lại

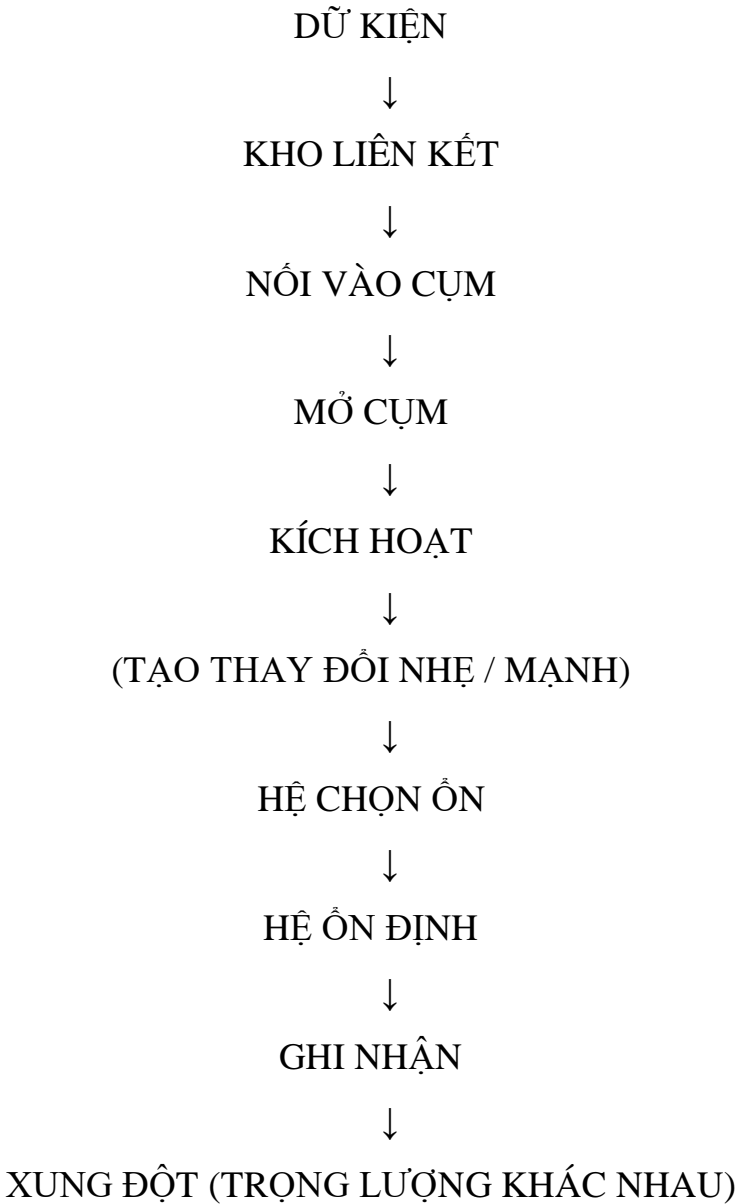
thì mỗi lần đi lên,
nếu tiếp tục:
làm thay đổi trạng thái An Nền
thì:
một Xung Đột mới lại được ghi nhận.
Nếu nhìn phiên diện, chúng ta thấy giống như:
việc đó đang lặp lại.
Nhưng thực chất,
đó không phải một phần được giữ lại,
mà là:
nhiều lần Kích Hoạt mới liên tục gây ra thay đổi mới.

Liên Hệ Với Suy Giải Và Kiểm Giải

Khi một hướng đi được hình thành nhanh (Suy Giải),
và được đưa về
Kho Liên Kết,
nếu chưa được kiểm lại,
nó có thể:
tiếp tục nối vào Cụm
và làm tăng mức độ thay đổi tại An Nền.
Ngược lại,
khi một hướng đi

được tinh chỉnh nhiều lần (Kiểm Giảm),
và được đưa về Hệ,
nó có xu hướng:
làm giảm mức thay đổi tại An Nền
một cách chắc hơn.

SƠ ĐỒ 24 — TRỌNG LƯỢNG XUNG ĐỘT



Như vậy,
Xung Đột không tồn tại sẵn.
Nó chỉ xuất hiện khi:
có thay đổi tại An Nền.
Trọng lượng không phải là “giữ lâu”,
mà là:
mức độ thay đổi lớn hay nhỏ.
Thấy như lặp lại
không phải do một phần còn đó,
mà là:
Kích Hoạt mới liên tục tạo ra thay đổi mới.
Một Cụm
càng được Kích Hoạt lại,
thì khả năng:
tạo ra thay đổi lớn hơn
tại An Nền
càng cao.

CHƯƠNG 25

Hệ Giải Pháp Trong Toàn Bộ Vòng 1

Ở chương trước, chúng ta đã thấy:

khi một phần đi lên Hệ Ổn Định, nó sẽ:

tạo thay đổi tại An Nền,

→ và được Ghi Nhận,

tùy theo Trọng Lượng.

Nhưng đến đây, có một điều quen thuộc mà chúng ta thường nói:

“mình bắt đầu nghĩ về nó”.

Nếu nhìn theo trải nghiệm,

đó có thể là:

tự hỏi

→ tìm cách giải quyết

→ hoặc cố hiểu điều đang xảy ra

Nhưng theo cách Hệ vận hành,

đây là lúc:

một phần khác bắt đầu tham gia

Phần đó

chính là:

Hệ Giải Pháp

HỆ GIẢI PHÁP

Hệ Giải Pháp

là tên gọi cho phần vận hành của Hệ Sống

có chức năng:

nhận phân Xung Đột

đang được Ghi Nhận

tại Hệ Ổn Định

→ và mở ra hướng giảm lệch

Ở đây cần khóa rất chặt:

Hệ Giải Pháp

không phải là một chủ thể.

Nó không “ngồi nghĩ”

rồi mới “quyết định”.

Mà là:

một phần vận hành tự động

xuất hiện khi Xung Đột đã có mặt.

Một Khóa Ngôn Ngữ Rất Quan Trọng

Trong 4 Hệ Tự Động:

Thân Hệ

→ Kho Liên Kết

→ Hệ Chọn Ôn

→ Hệ Ôn Định

không có:

ngôn ngữ

Không có:

tên gọi

→ không có mô tả

→ không có diễn giải

Tất cả những gì chúng ta đang dùng để:

hiểu

→ gọi tên

→ mô tả

đều đến từ:

Hệ Giải Pháp.

Vì Sao Phải Có Ngôn Ngữ?

Khi Hệ Giải Pháp bắt đầu,

nó cần:

Nhận Dạng

→ và nói nhanh

đến các Cụm Liên Kết phù hợp.

Để làm được điều đó,

nó phải:

đặt tên.

Và quan trọng là:

các tên gọi này không được:

chồng chéo cùng nghĩa.

Vì nếu chồng chéo,

Hệ sẽ:

nổi sai

→ hoặc chậm hơn

Mục Đích Duy Nhất

Toàn bộ việc đặt tên của Hệ Giải Pháp

chỉ để phục vụ:

giảm lệch nhanh nhất

→ và giữ ổn lâu hơn

Khóa Cuối

Ngôn ngữ

không phải là bản thân vận hành.

Nó là:

công cụ của Hệ Giải Pháp

để diễn đạt về Hệ vận hành.

Hệ Giải Pháp Xuất Hiện Khi Nào?

Hệ Giải Pháp không hoạt động liên tục.

Nó chỉ bắt đầu khi:

Xung Đột đã được Ghi Nhận tại Hệ Ổn Định.

Nếu chưa có:

thay đổi tại An Nền

thì chưa có:

Hệ Giải Pháp

Hệ Giải Pháp Làm Gì?

Khi bắt đầu hoạt động,

Hệ Giải Pháp sẽ:

nhận phần đang có mặt

→ và tìm cách giảm lệch

Để làm điều đó,

nó sử dụng:

các Cụm Liên Kết đã có trong Kho Liên Kết

Và bắt đầu một chuỗi vận hành,

mà chúng ta quen gọi là:

“suy nghĩ”.

Một Khóa Rất Quan Trọng

Không phải cứ có Xung Đột là Hệ Giải Pháp sẽ tham gia.

Nếu Trọng Lượng nhẹ,

Hệ có thể:

đi thẳng ra Thân Hệ

→ theo vận hành tự động.

Chỉ khi:

Trọng Lượng đủ rõ,

thì Hệ Giải Pháp mới:

bắt đầu hoạt động

Từ Đây Mở Ra Một Phần Mới

Từ chương này trở đi,

chúng ta sẽ đi vào:

cách Hệ Giải Pháp vận hành.

Bao gồm:

vì sao có “Cảm Xúc”

→ khác với “Cảm Giác”

vì sao cùng một Xung Đột

→ lại được gọi tên khác nhau.

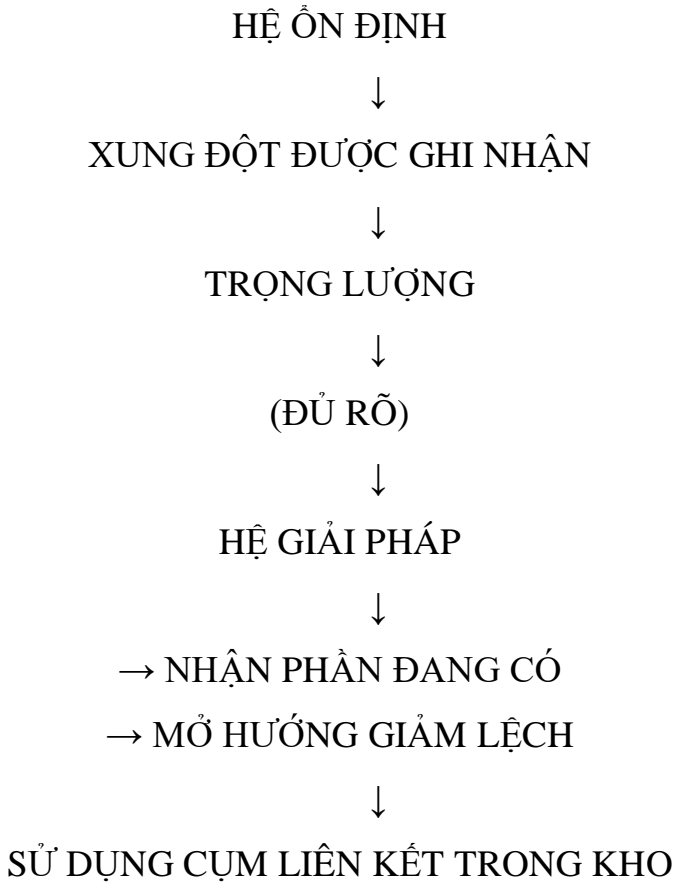
và vì sao có lúc

→ suy nghĩ dùng nhanh

→ có lúc lại kéo dài

Cũng từ đây,
chúng ta sẽ thấy:
“suy nghĩ”
không phải là một thứ đơn lẻ
mà là:
nhiều chức năng
đang tương tác rất nhanh
bên trong Hệ Giải Pháp.

**SƠ ĐỒ 25— HỆ GIẢI PHÁP TRONG TOÀN BỘ
VÒNG 1**



Hệ Giải Pháp

là phần của Hệ Sống

chỉ xuất hiện khi:

Xung Đột

đã được Ghi Nhận

tại Hệ Ổn Định.

*Nó không phải là
một chủ thể đang nghĩ.*

Mà là:

*phần vận hành
mở ra hướng giảm lệch.*

Điều chúng ta gọi là

“suy nghĩ”,

thực chất là:

Hệ Giải Pháp

đang hoạt động nhưng chưa có kết quả.

CHƯƠNG 26

Chức Năng Nhận Dạng

Ở chương trước, chúng ta đã thấy:
khi Xung Đột được Ghi Nhận tại Hệ Ổn Định,
và Trọng Lượng đủ rõ,
thì:

Hệ Giải Pháp
bắt đầu tham gia.

Và điều chúng ta quen gọi là:

“mình đang nghĩ”

thực chất là:

Hệ Giải Pháp
đang vận hành.

Nhưng bên trong vận hành đó,

không phải mọi thứ

xảy ra cùng một lúc.

Luôn có một Chức Năng

xuất hiện trước.

NHẬN DẠNG

Khi Hệ Giải Pháp bắt đầu,

điều đầu tiên xảy ra là:

phần đang có mặt

được Nhận Dạng

Nhận Dạng

là tên gọi cho chức năng:

nhận ra phần đang có mặt thuộc về Hệ nào.

Đây là bước rất quan trọng.

Vì nếu chưa có Nhận Dạng,

thì:

chưa thể mở hướng giảm lệch.

Nhận Dạng Xuất Hiện Trước

Các Chức Năng khác như:

So Sánh

→ Phân Tích

→ Tổng Hợp

chỉ có thể vận hành

sau khi:

đã có Nhận Dạng

Nói cách khác,

Nhận Dạng là:

điểm bắt đầu của toàn bộ Hệ Giải Pháp

Nhận Dạng Phân Biệt Điều Gì?

Khi một phần được Nhận Dạng,
điều được xác định là:

Xung Đột đó đang nằm ở đâu.

Nếu Xung Đột được Nhận Dạng
tại Hệ Ổn Định, thì Hệ Giải Pháp gọi đó là:

“Cảm Xúc”.

Nếu Xung Đột được Nhận Dạng tại Thân Hệ,
thì Hệ Giải Pháp gọi đó là:

“Cảm Giác”.

Khóa Rất Quan Trọng

“Cảm Xúc”

không phải là thứ có sẵn.

“Cảm Giác”

cũng không phải là thứ có sẵn.

Chúng là:

tên gọi do Hệ Giải Pháp đặt ra sau khi:

đã có Nhận Dạng.

Nhận Dạng Và Ngôn Ngữ

Nhận Dạng xảy ra trước ngôn ngữ.

Tức là:

Hệ Giải Pháp

đã nhận ra phần đang có mặt trước khi:

có bất kỳ tên gọi nào xuất hiện.

Tên gọi chỉ xuất hiện sau đó,

khi Hệ Giải Pháp:

bắt đầu dùng ngôn ngữ

để mô tả phần đã được Nhận Dạng.

Nhận Dạng

không phải là gọi tên.

Mà là:

thấy ra phần đang có mặt

trước khi đặt tên.

Nhận Dạng Không Phải Là Suy Nghĩ

Trong trải nghiệm,

chúng ta thường nghĩ:

“mình đang suy nghĩ về cảm xúc”

Nhưng thực tế,
trước khi có suy nghĩ,
đã có:

Nhận Dạng.

Nhận Dạng xảy ra rất nhanh,

và thường:

không được thấy rõ

Sau Nhận Dạng

Khi Nhận Dạng đã xảy ra,

các chức năng khác mới bắt đầu tham gia:

So Sánh

→ Phân Tích

→ Tổng Hợp

→ Phỏng Đoán

→ Tưởng Tượng

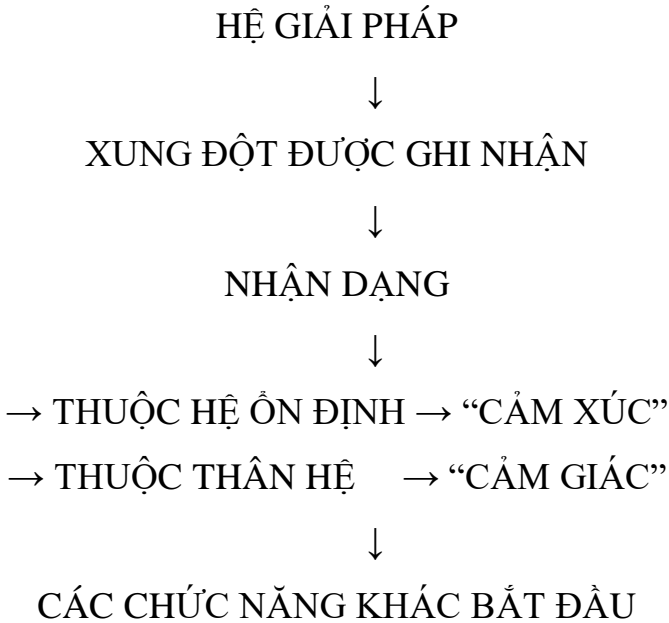
Những chức năng này không theo thứ tự cố định,
mà:

tương tác qua lại rất nhanh.

Nhưng tất cả đều bắt đầu từ:

Nhận Dạng

SƠ ĐỒ 26 — CHỨC NĂNG NHẬN DẠNG



Nhận Dạng luôn là Chức Năng đầu tiên.

Trước khi có:

suy nghĩ

→ Phân Tích

→ tìm cách

đã có:

Nhận Dạng

“Cảm Xúc”

và “Cảm Giác”

không phải là thứ có sẵn,
mà là:
tên gọi
sau khi đã được Nhận Dạng.

CHƯƠNG 27

“Cảm Xúc” Là Gì?

Ở chương trước, chúng ta đã thấy:

khi Hệ Giải Pháp bắt đầu,

chức năng đầu tiên xuất hiện là:

Nhận Dạng.

Và chính tại đây,

một phần được xác định:

đang thuộc về Hệ nào.

Nếu phần đó được Nhận Dạng tại Hệ Ổn Định,

thì Hệ Giải Pháp gọi đó là:

“Cảm Xúc”

“Cảm Xúc” Không Phải Là Thứ Có Sẵn

Trong cách nhìn quen thuộc,

chúng ta thường nghĩ:

“cảm xúc tự xuất hiện”.

Nhưng theo Hệ vận hành,

“Cảm Xúc”

không phải là thứ có sẵn.

Nó là:

tên gọi
được đặt ra
sau khi Nhận Dạng

“Cảm Xúc” Là Tên Gọi Cho Điều Gì?

“Cảm Xúc” là tên gọi cho:

Xung Đột

đã được Ghi Nhận

tại Hệ Ổn Định.

Tên gọi này

không đến từ bản thân Xung Đột.

Mà đến từ:

Hệ Giải Pháp

dùng ngôn ngữ

để mô tả phần đã được Nhận Dạng.

Trước khi có:

“lo”

→ “sợ”

→ “giận”

không phải là “chưa có gì”.

Mà là:

Xung Đột

đã có mặt

nhưng chưa được gọi tên

Từ “Cảm Xúc” Đến Tên Gọi Cụ Thể

Sau khi Nhận Dạng,

các chức năng khác bắt đầu tham gia:

So Sánh

→ Phân Tích

đề:

xác định mức độ

→ và đặc điểm của Xung Động

Chính từ đây,

“Cảm Xúc”

được gọi tên chi tiết hơn:

- lo
- sợ
- hãi
- tức giận
- hận
- ghét
- hối tiếc
- ...

Khóa Quan Trọng

Những tên gọi này
không phải là bản chất.

Chúng là:

cách Hệ Giải Pháp

phân loại Xung Đột để:

nói nhanh với các Cụm Liên Kết
liên quan trong Kho Liên Kết.

Vì Sao Cần Đặt Tên?

Khi một phần đã được gọi tên,

Hệ Giải Pháp có thể:

nói nhanh hơn

→ đến các hướng đã từng có.

Điều này giúp:

mở ra hướng giảm lệch

nhanh hơn.

Trải Nghiệm Quen Thuộc

Trong đời sống,

chúng ta thường nói:

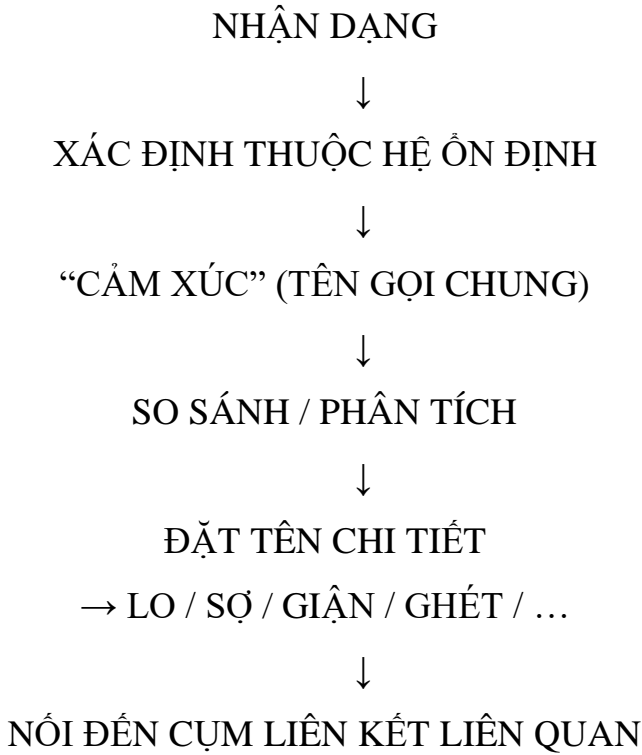
“tôi cảm thấy lo”

“tôi thấy sợ”
Thực chất,
đó là lúc:
Hệ Giải Pháp
đã Nhận Dạng
và bắt đầu đặt tên

“Cảm Xúc” Không Đứng Một Mình

Một “Cảm Xúc”
không tách rời khỏi Hệ.
Nó luôn là:
kết quả của
Xung Đột
đã đi qua Hệ Chọn Ổn
→ và được Ghi Nhận
tại Hệ Ổn Định.

SƠ ĐỒ 27 — “CẢM XÚC”



“Cảm Xúc”

không phải là thứ có sẵn.

Nó là:

tên gọi

cho Xung Động

tại Hệ Ổn Định

Trước khi có:

lo

sợ

giận

đã có:

Xung Đột.

Tên gọi

không phải là bản chất,

mà là:

cách Hệ Giải Pháp

phân loại

để tìm hướng giảm lệch.

CHƯƠNG 28

“Cảm Giác” Là Gì?

Ở chương trước, chúng ta đã thấy:
khi một phần được Nhận Dạng tại Hệ Ổn Định,
thì Hệ Giải Pháp
gọi đó là:

“Cảm Xúc”.

Nhưng không phải
mọi phần được Nhận Dạng
đều thuộc Hệ Ổn Định.

Có những phần
khi được Nhận Dạng,
lại thuộc về:

Thân Hệ.

Và khi đó,

Hệ Giải Pháp

gọi xung đột đó là:

“Cảm Giác”.

“Cảm Giác” Là Gì?

“Cảm Giác”

là tên gọi cho:

Xung Đột

đã được Ghi Nhận tại Thân Hệ.

Tên gọi này cũng không đến từ Thân Hệ.

Mà đến từ:

Hệ Giải Pháp

dùng ngôn ngữ

để mô tả phần đã được Nhận Dạng.

Những gì được mô tả như:

- căng
- nặng
- đau

không phải là bản thân của vận hành,

mà là:

cách Hệ Giải Pháp

dùng ngôn ngữ

để diễn tả phần đang có mặt

“Cảm Giác” Không Phải Là Thứ Có Sẵn

Cũng giống như “Cảm Xúc”,

“Cảm Giác”

không phải là thứ có sẵn.

Nó là:
tên gọi
được đặt ra
sau khi Nhận Dạng

Khác Biệt Cốt Lõi

Sự khác biệt
không nằm ở tên gọi,
mà nằm ở:
nơi Xung Đột
được Ghi Nhận.

Nếu tại:
Hệ Ổn Định
→ “Cảm Xúc”

Nếu tại:
Thân Hệ
→ “Cảm Giác”

Trải Nghiệm Quen Thuộc

Trong đời sống,

“Cảm Giác”

thường được thấy như:

- căng
- nặng
- nghẹn
- đau
- nóng
- hụt hơi

Những biểu hiện này không phải là tên gọi ban đầu,
mà là:

cách Hệ Giải Pháp

mô tả phần đã được Nhận Dạng.

“Cảm Giác” Và Hệ Giải Pháp

Khi một “Cảm Giác” được Nhận Dạng,

Hệ Giải Pháp

vẫn tiếp tục:

So Sánh

→ Phân Tích

đề:

tìm hướng giảm lệch

Nhưng điểm quan trọng là:

nguồn của phần đó

đang nằm ở:

Thân Hệ.

Khóa Quan Trọng

“Cảm Xúc”

và “Cảm Giác”

không phải là hai thứ tách rời,

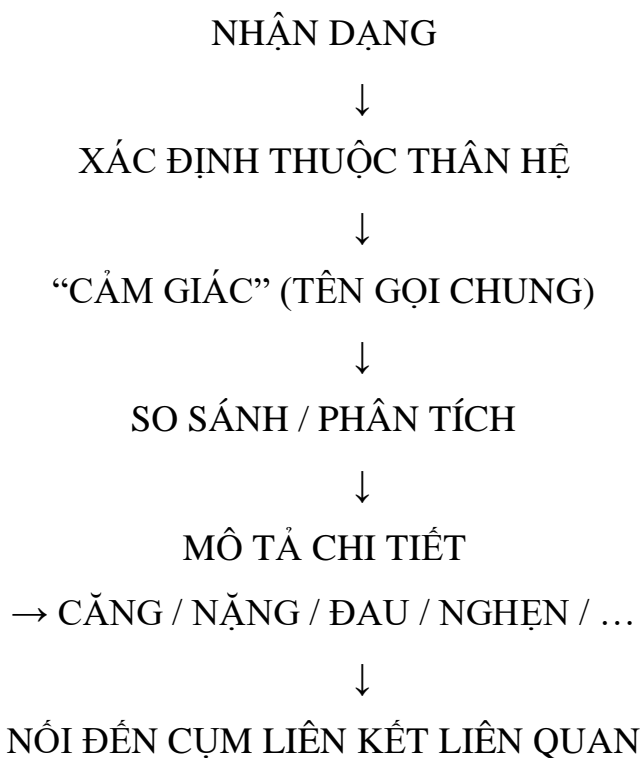
mà là:

hai cách gọi

cho Xung Đột

tại hai Hệ khác nhau.

SƠ ĐỒ 28 — “CẢM GIÁC”



“Cảm Giác”

không phải là thứ có sẵn.

Nó là:

tên gọi

cho Xung Động

tại Thân Hệ.

Sự khác biệt

giữa “Cảm Xúc”
và “Cảm Giác”
không nằm ở nội dung,
mà nằm ở:
nơi Xung Đột
được Ghi Nhận.
Hai tên gọi này,
giúp Hệ Giải Pháp:
xác định hướng
giảm lệch phù hợp và nhanh hơn.

CHƯƠNG 29

Chức Năng So Sánh & Phân Tích

Ở chương trước, chúng ta đã thấy:

sau khi Nhận Dạng, Hệ Giải Pháp

bắt đầu:

dùng ngôn ngữ

để đặt tên

→ “Cảm Xúc”

→ “Cảm Giác”

Nhưng việc đặt tên chỉ là bước đầu.

Để mở ra hướng giảm lệch,

Hệ Giải Pháp

cần đi xa hơn.

Hai Chức Năng Bắt Đầu Hoạt Động

Sau Nhận Dạng,

hai chức năng xuất hiện rõ nhất là:

So Sánh

và Phân Tích

SO SÁNH

So Sánh

là Chức Năng:

cân đo

mức độ của phần đang có mặt.

Nó thường bắt đầu bằng:

so với trước đó.

Ví dụ,

nặng hơn hay nhẹ hơn

→ mạnh hơn hay yếu hơn.

So Sánh giúp:

xác định vị trí

của Xung Động

trong những gì đã từng có.

PHÂN TÍCH

Phân Tích

là Chức Năng:

tách ra

→ để thấy cấu phần bên trong

Nó đi theo hướng:

tìm nguyên nhân

→ hoặc tìm phần liên quan.

Phân Tích giúp:
mở sâu hơn
vào phần đang có mặt.

Không Theo Thứ Tự Cố Định

So Sánh
và Phân Tích
không đi theo một thứ tự cố định.

Chúng:
tương tác qua lại rất nhanh.

Có thể là:

So Sánh → Phân Tích
→ rồi quay lại So Sánh

hoặc:

Phân Tích → So Sánh
→ rồi tiếp tục Phân Tích

Không Phải Là Tuyến Tính

Điều quan trọng cần khóa:
các chức năng này:
không vận hành theo tuyến tính.

Chúng:

tương tác qua lại rất nhanh.
và mỗi chức năng:
chỉ làm đúng vai trò của mình.
Không có:
sự chồng lên
→ hay lấn quyền

Vì Sao Không Có Thứ Tự Cố Định?

Vì mỗi Xung Đột
có tính chất khác nhau,
và có thể liên quan đến:
các Hệ khác nhau
nên cách các chức năng vận hành:
cũng khác nhau.
Chỉ có một điểm luôn giữ:
Nhận Dạng
luôn xuất hiện trước.

Vai Trò Trong Giảm Lệch

So Sánh
và Phân Tích
không phải để “hiểu cho đúng”.

Mà là để:

mở ra hướng

giảm lệch

Thông qua:

nội đến các Cụm Liên Kết

đã có trong Kho Liên Kết.

Khi Nào So Sánh Có Trước?

So Sánh xuất hiện trước

khi:

phần Xung Đột

đã có Cụm Liên Kết Giải Pháp

trong Kho Liên Kết.

Tức là:

Hệ đã từng gặp

→ và đã có hướng giải quyết trước đó.

Khi đó,

So Sánh sẽ:

đổi chiều nhanh

với những gì đã có.

Và vì vậy,

thường:

đưa ra hướng giải quyết
nhanh hơn.

Khi Nào Phân Tích Có Trước?

Phân Tích xuất hiện trước

khi:

phần Xung Đột

chưa có

Cụm Liên Kết phù hợp.

Tức là:

phần đó còn mới

→ hoặc chưa đủ Dữ Kiện

Khi đó,

Phân Tích sẽ:

tách ra

→ tìm thêm Dữ Kiện

→ làm rõ cấu phần

để:

tạo nền

cho So Sánh xuất hiện sau đó.

Sự Khác Biệt Về Tốc Độ

Khi So Sánh có trước,
thường:
nhANH hơn
vì:
đã có sẵn Cụm Liên Kết để nói.

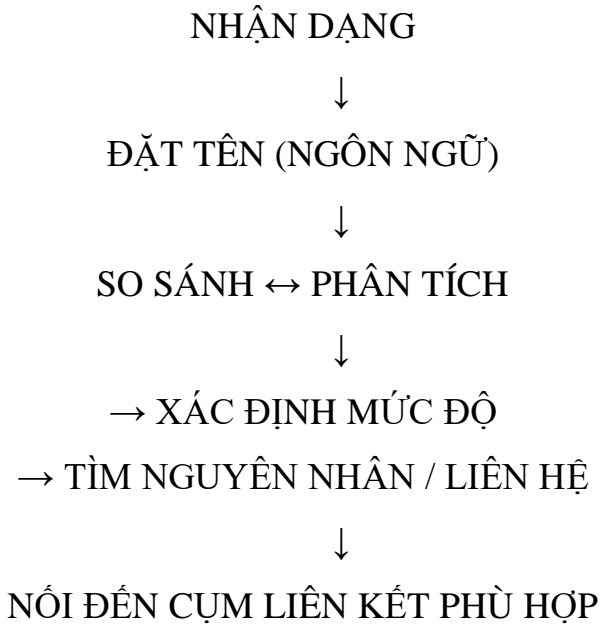
Khi Phân Tích có trước,
thường:
chẬM hơn
vì:
cần thêm Dữ Kiện
trước khi có thể So Sánh.

Khóa NgắN

*So Sánh có trước
khi đã có cái để so.*

*Phân Tích có trước
khi chưa có cái để so.*

SƠ ĐỒ 29 — CHỨC NĂNG SO SÁNH & PHÂN TÍCH



So Sánh

và Phân Tích

không đi theo thứ tự cố định.

Chúng:

tương tác qua lại

rất nhanh

Không có:

tuyến tính

→ không có lần quyền

Mỗi chức năng chỉ làm:

đúng vai trò của mình.

Và tất cả

đều hướng đến:

giảm lệch

→ giữ ổn.

Trên căn bản,

Không phải lúc nào

So Sánh và Phân Tích

cũng bắt đầu giống nhau.

Thứ tự xuất hiện

phụ thuộc vào:

Cụm Liên Kết

đã có trong Kho Liên Kết.

Nếu đã có:

So Sánh đi trước

Nếu chưa có:

Phân Tích mở đường.

Nhưng sau đó,

chúng vẫn: tương tác qua lại rất nhanh.

CHƯƠNG 30

Nhóm Chức Năng Mở Rộng (Tổng Hợp / Quan Sát / Phỏng Đoán / Tưởng Tượng)

Ở chương trước, chúng ta đã thấy:

sau khi Nhận Dạng,

các Chức Năng như:

- So Sánh
- Phân Tích

bắt đầu tương tác.

Nhưng để mở ra một hướng cụ thể,

chỉ So Sánh và Phân Tích

là chưa đủ.

Các Chức Năng Tiếp Theo

Sau So Sánh và Phân Tích,

các chức năng khác bắt đầu tham gia như:

- Quan Sát
- Tổng Hợp
- Phỏng Đoán
- Tưởng Tượng

QUAN SÁT

Quan Sát

là chức năng:

ghi nhận những gì đang diễn ra.

Nó không:

Phân Tích sâu

→ không kết luận.

Mà giúp:

giữ Dữ Kiện ở trạng thái đang có.

TỔNG HỢP

Tổng Hợp

là chức năng:

gom các phần đã được So Sánh và Phân Tích.

để:

hình thành

một hướng tạm

PHỎNG ĐOÁN

Phỏng Đoán

là chức năng:

đưa ra kết luận dựa trên một số Dữ Kiện

đã có kiểm chứng.

Nó giúp:
rút ngắn thời gian
đưa ra hướng giải quyết.

TƯỞNG TƯỢNG

Tưởng Tượng
là chức năng:
đưa ra kết quả dựa trên Dữ Kiện
chưa được kiểm chứng.

Nó giúp:
mở ra khả năng
khi chưa có đủ Dữ Kiện.

Ví dụ,
Chúng ta nghe ai đó nói:
“có người đang nói xấu mình”
Một Xung Động xuất hiện
→ Nhận Dạng: “giận”.
Hệ Giải Pháp bắt đầu:
So Sánh
→ Phân Tích

→ Quan Sát

→ Tổng Hợp

Nhưng:

chưa có hướng rõ.

Lúc này:

Phỏng Đoán có thể xuất hiện:

“có thể họ hiểu nhầm”.

Hoặc Tưởng Tượng:

“gọi điện chửi lại là sẽ hết giận”.

Một hướng được hình thành.

Nhưng hướng này:

chưa chắc đã khớp với thực tế.

Khóa Quan Trọng

Phỏng Đoán

và Tưởng Tượng

là hai chức năng:

được sử dụng rất thường xuyên

trong đời sống,

đặc biệt khi:

gặp Dữ Kiện mới.

Giới Hạn

Những chức năng này:

không bảo đảm đúng.

Chúng chỉ:

mở ra hướng

có thể giảm lệch nhanh.

SƠ ĐỒ 30 — NHÓM CHỨC NĂNG MỞ RỘNG

SO SÁNH & PHÂN TÍCH



QUAN SÁT



TỔNG HỢP



PHÔNG ĐOÁN / TƯỞNG TƯỢNG



HÌNH THÀNH HƯỚNG TẠM

So Sánh

và Phân Tích

không tạo ra hướng một mình.

Cần có:

Tổng Hợp

→ để hình thành hướng

Khi Dữ Kiện chưa đủ,

Hệ sẽ dùng:

Phỏng Đoán

và Tưởng Tượng

Đây là hai chức năng:

rất thường được dùng trong đời sống.

CHƯƠNG 31

Chế Độ Suy Giải

Ở các chương trước, chúng ta đã đi qua:
các Chức Năng của Hệ Giải Pháp:

Nhận Dạng

→ So Sánh

→ Phân Tích

→ Quan Sát

→ Tổng Hợp

→ Phỏng Đoán

→ Tưởng Tượng

Nhưng trong trải nghiệm,

phần lớn thời gian,

chúng ta không dừng lại ở:

hiểu,

mà đi thẳng vào:

tạo ra một hướng giải

Đó là lúc:

Chế độ Suy Giải hoạt động.

Chế độ Suy Giải Là Gì?

Suy Giải

là chế độ của Hệ Giải Pháp

trong đó:

các chức năng

cùng tương tác

để tạo ra một hướng giải hay kết quả,

và trong chế độ này,

Hệ sử dụng:

Phòng Đoán

→ và Tưởng Tượng.

Vì Sao Suy Giải Xuất Hiện Nhiều?

Trong đời sống,

phần lớn Dữ Kiện:

không đầy đủ

→ không rõ ràng

→ không được kiểm chứng

Nhưng Hệ Sóng vẫn cần:

một hướng

để giảm lệch ngay.

Cho nên:

Suy Giải

là chế độ được dùng nhiều nhất.

Ví Dụ 1 — Tin Nhắn Ngắn

Chúng ta nhận được một tin nhắn:

“OK”.

Một Xung Đột nhẹ xuất hiện

→ Nhận Dạng

Hệ bắt đầu:

So Sánh

→ Phân Tích

Nhưng chưa đủ,

Tương Tượng xuất hiện:

“họ đang khó chịu với mình”.

Một hướng giải hình thành:

“mình nên im lặng”.

→ hoặc “mình nên giải thích thêm”.

Tất cả diễn ra rất nhanh.

Ví Dụ 2 — Bị Nói Xấu

Chúng ta nghe ai đó nói:

“có người đang nói xấu mình”.

Xung Đột mạnh hơn xuất hiện

→ Nhận Dạng: “giận”.

Hệ bắt đầu:

So Sánh

→ Phân Tích

→ Tổng Hợp

Nhưng chưa có kết quả,

Tưởng Tượng xuất hiện:

“gọi điện chửi lại là sẽ hết giận”

Một hướng giải được tạo ra.

Khi Thân Hệ chuẩn bị hành động,

→ gọi điện

nhưng:

người kia không bắt máy.

Đầu vào mới không khớp

→ Xung Đột tiếp tục

Ví Dụ 3 — Hiểu Nhầm Trong Giao Tiếp

Chúng ta thấy một người quen

không chào mình.

Xung Đột nhẹ xuất hiện.

Hệ bắt đầu:

- So Sánh
- Phân Tích

Tưởng Tượng xuất hiện:

“họ coi thường mình”.

Một hướng giải:

“mình cũng sẽ không chào lại”.

Trong khi thực tế có thể:

họ không nhìn thấy chúng ta.

Khóa Quan Trọng

Suy Giải

không bảo đảm đúng.

Vì nó dựa vào:

Dữ Kiện chưa được kiểm chứng.

Nhưng nó vẫn cần thiết,

vì nó:

giúp Hệ

có hướng ngay lập tức.

Một Điểm Rất Sâu

Trong nhiều trường hợp,

Suy Giải

không chỉ:

giảm lệch

mà còn:

tạo thêm lệch,

vì:

kết quả đến từ Tưởng Tượng

hoặc Phỏng Đoán chưa đúng với sự thật.

Khóa Cuối

Suy Giải

là chế độ:

nhanh

→ quen thuộc

→ được dùng nhiều nhất

nhưng cũng là chế độ:

dễ lệch nhất.

SƠ ĐỒ 31 — CHẾ ĐỘ SUY GIẢI

NHẬN DẠNG



SO SÁNH ↔ PHÂN TÍCH



TỔNG HỢP



PHỎNG ĐOÁN / TƯỢNG TƯỢNG



HƯỚNG GIẢI TẠM



ĐƯA RA THÂN HỆ (CÓ THỂ)



ĐẦU VÀO MỚI (CÓ THỂ KHÔNG KHỚP)

Suy Giải

là chế độ

mà chúng ta dùng mỗi ngày.

Khi Dữ Kiện chưa đủ,

Hệ sẽ:

dùng Tượng Tượng

→ và Phỏng Đoán

để tạo ra hướng.

Hướng đó

có thể:

giảm lệch

→ hoặc tạo thêm lệch.

CHƯƠNG 32

Chế Độ Kiểm Giải

Ở chương trước, chúng ta đã thấy:

Suy Giải

giúp Hệ có hướng rất nhanh.

Nhưng:

không phải lúc nào hướng đó cũng khớp.

Khi cần đi sâu hơn,

một chế độ khác xuất hiện:

Kiểm Giải

Kiểm Giải Là Gì?

Kiểm Giải

là chế độ của Hệ Giải Pháp

trong đó:

không dùng

Phỏng Đoán và Tưởng Tượng

mà thay bằng:

Kiểm Nghiệm

→ và Thực Nghiệm

Khi Nào Kiểm Giải Xuất Hiện?

Khi:

Xung Đột chưa giảm

→ hoặc kết quả từ Suy Giải không khớp,

Hệ sẽ:

chuyển sang Kiểm Giải

Ví Dụ 1 — Tin Nhắn “Ok”

Thay vì tưởng tượng,

Chúng ta:

hỏi lại

→ “ý bạn là sao?”

hoặc:

quan sát thêm

trong các tương tác tiếp theo

Đây là:

Kiểm Nghiệm

Ví Dụ 2 — Bị Nói Xấu

Thay vì gọi điện ngay,

Chúng ta:

hỏi người liên quan

→ hoặc kiểm tra lại thông tin

Đây là:

Thực Nghiệm

Ví Dụ 3 — Hiểu Nhầm

Thay vì giữ kết luận,

chúng ta:

thử chào lại lần sau

→ hoặc bắt chuyện trực tiếp

Chúng ta đang:

kiểm tra giả định của mình.

Khác Biệt Cốt Lõi

Suy Giải:

tạo hướng nhanh.

Kiểm Giải:

kiểm tra hướng đó.

Một Điểm Rất Quan Trọng

Kiểm Giải

không tách rời Suy Giải.

Nó thường:

đến sau Suy Giải,

và giúp:

điều chỉnh

hoặc thay đổi hướng.

Khóa Cuối

Kiểm Giải

là chế độ:

chậm hơn

→ nhưng sát thực hơn.

và là phần giúp:

giảm lệch bên hơn.

SƠ ĐỒ 32 — CHẾ ĐỘ KIỂM GIẢI

KẾT QUẢ TỪ SUY GIẢI



(KHÔNG KHỚP / CHƯA GIẢI)



KIỂM GIẢI



KIỂM NGHIỆM

→ THỰC NGHIỆM



ĐIỀU CHỈNH HƯỚNG



HƯỚNG SÁT THỰC HƠN

Kiểm Giải không tạo hướng mới từ đầu.

Nó:

kiểm tra

→ và điều chỉnh

hướng đã có.

Suy Giải giúp đi nhanh.

Kiểm Giải giúp đi ít lệch ỏn hơn.

CHƯƠNG 33

Giải Pháp Không Dừng Ở “Nghĩ Ra”

Ở chương trước, chúng ta đã đi qua:

hai chế độ của Hệ Giải Pháp:

Suy Giải

và Kiểm Giải

Và chúng ta thấy:

Hệ có thể:

tạo ra một hướng

→ rồi kiểm tra lại hướng đó.

Nhưng có một điểm

rất dễ bị hiểu sai:

khi đã có “giải pháp”,

chúng ta thường nghĩ:

“xong rồi”.

Nhưng Theo Hệ Vận Hành

“giải pháp”

không phải là điểm kết thúc.

Nó chỉ là: một phần trong lộ trình.

Điều Gì Xảy Ra Sau Khi “Nghĩ Ra”

Khi một hướng giải được hình thành,
cho dù là từ:

Suy Giải

hay Kiểm Giải

nó không đi thẳng ra ngoài ngay.

Mà trước hết:

nó quay về Kho Liên Kết.

Vì Sao Phải Quay Về Kho Liên Kết?

Vì trong Hệ Sống,

không có phần nào:

tồn tại riêng lẻ.

Mọi thứ đều phải:

được nối

→ vào các Cụm đang có.

Cho nên:

“giải pháp”

cũng trở thành

một Dữ Kiện mới.

Ví Dụ,

Bạn nghĩ ra:

“mình sẽ im lặng

để tránh xung đột”.

Ý này xuất hiện
trong Hệ Giải Pháp.
Nhưng ngay sau đó,
nó được:

đưa về Kho Liên Kết và được nối vào:
các Cụm liên quan
đến giao tiếp
→ đến an toàn
→ đến “cái tôi”

Điều Gì Xảy Ra Tiếp Theo

Khi đã vào Kho Liên Kết,
“giải pháp” đó
không đứng yên.

Nó có thể:

Kích Hoạt lại
→ như một phần mới

và đi lại lộ trình:

Kích Hoạt

→ Hệ Chọn Ổn

→ Hệ Ổn Định

Một Điểm Rất Quan Trọng

Không phải mọi “giải pháp”

đều sẽ:

đi ra hành động.

Vì nó còn phải:

đi qua Hệ Chon Ổn

→ và Hệ Ổn Định lần nữa,

để xem:

có được ưu tiên không,

→ có phù hợp với ổn hiện tại không

→ có bị một phần khác mạnh hơn chặn lại không

Ví Dụ

Bạn nghĩ:

“mình sẽ im lặng”.

Nhưng ngay sau đó,

một Kích Hoạt khác mạnh hơn xuất hiện:

“mình không thể chịu được”.

Kết quả:

giải pháp “im lặng”

bị hoãn lại,

và một hướng khác:

“nói ra ngay”

được đưa lên.

Khóa Quan Trọng

“Giải pháp”

không có quyền đi thẳng ra đầu ra.

Nó luôn phải:

đi lại qua vận hành của các Hệ.

Chu Kỳ Bắt Đầu Tại Đây

Từ đây,

một vòng mới bắt đầu:

giải pháp

→ trở thành Dữ Kiện

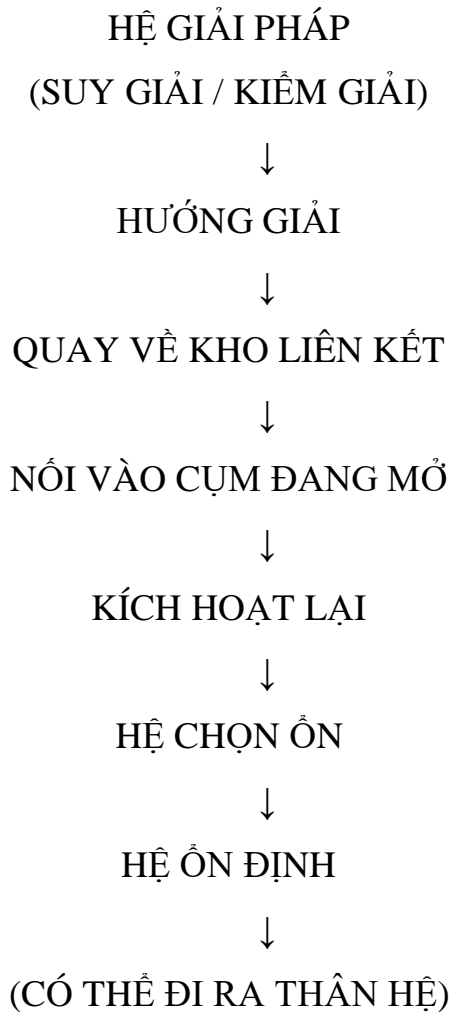
→ quay về Kho Liên Kết

→ Kích Hoạt tiếp

Đây chính là:

Vòng 2.

SƠ ĐỒ 33 — GIẢI PHÁP QUAY VỀ KHO



“Giải pháp”

không phải là điểm kết thúc.

Nó là:

một Dữ Kiện mới

Và như mọi Dữ Kiện khác,

nó:

quay về Kho Liên Kết

→ và tham gia vào vòng tiếp theo.

Vốn,

Không có người giải quyết.

Chỉ có Hệ Giải Pháp xuất hiện.

CHƯƠNG 34

Vòng 2 Không Giống Vòng 1

Ở chương trước, chúng ta đã thấy:

“giải pháp”

sau khi được hình thành,

không đi thẳng ra hành động,

mà:

quay về Kho Liên Kết

→ như một Dữ Kiện mới.

Từ đây,

một vòng tiếp theo bắt đầu:

Vòng 2.

Điểm Dễ Nhầm Nhất

Khi nhìn từ bên ngoài,

Vòng 2 có vẻ:

giống Vòng 1,

vì vẫn đi qua:

Kho Liên Kết

→ Hệ Chọn Ôn

→ Hệ Ổn Định

→ Thân Hệ

Nhưng thực tế:

Hai Vòng Khác Nhau Rõ Ràng

Không phải ở trật tự,

mà ở:

cách vận hành bên trong từng Hệ.

Khác Biệt 1: Nguồn Dữ Kiện

Vòng 1:

Dữ Kiện đến từ bên ngoài

Vòng 2:

Dữ Kiện chính là “giải pháp”

vừa được tạo ra.

Điểm này nếu không thấy rõ,

Chúng ta sẽ:

gom hai vòng làm một.

Khác Biệt 2: Hệ Chọn Ổn

Đây là nơi thay đổi lớn nhất.

Ở Vòng 1

Hệ Chọn Ôn chủ yếu dùng:

NÉN

để:

không cho quá nhiều Kích Hoạt
cùng đi lên.

Ở Vòng 2

Hệ Chọn Ôn dùng đủ:

- NÉN
- LỌC
- GIỮ
- ĐIỀU HƯỚNG ƯU TIÊN

Ý Nghĩa Của Sự Khác Biệt Này

Ở Vòng 2,

Hệ không còn chỉ:

“giải quyết Kích Hoạt”

mà bắt đầu:

“chọn đường đi cho giải pháp”.

Các Chức Năng Hoạt Động Ra Sao?

LỘC

ưu tiên

những giải pháp

*đã từng giúp giảm lệch nhanh
trong quá khứ.*

GIỮ

không phải giữ cố định,

mà là:

làm chậm

sự chen vào

của Kích Hoạt khác

để:

một hướng

có thể đi ra trọn hơn.

ĐIỀU HƯỚNG ƯU TIÊN

đưa lên trước

những phần liên quan trực tiếp

đến Xung Đột đang có.

Khác Biệt 3: Hệ Ổn Định

Vòng 1

Hệ Ổn Định:

ghi nhận độ lệch

→ nơi Xung Đột xuất hiện

Vòng 2

Hệ Ổn Định:

là nơi hướng giải

được đưa ra hành động.

Nói cách khác:

Vòng 1:

Xung Đột đi lên.

Vòng 2:

Giải pháp đi ra.

Ví Dụ

Bạn nghĩ:

“mình sẽ im lặng”.

Ý này quay về Kho Liên Kết

→ trở thành Dữ Kiện mới.

Khi đi lên Hệ Chọn Ổn:

Hệ bắt đầu:

LỌC

→ chọn giải pháp quen

GIỮ

→ làm chậm phần chen vào

ĐIỀU HƯỚNG ƯU TIÊN

→ vì liên quan trực tiếp đến Xung Đột

Nếu không có phần nào mạnh hơn chen vào,

→ giải pháp này được đưa lên

Hệ Ổn Định,

và đi ra:

Thân Hệ.

Nhưng Nếu Có Phần Khác Mạnh Hơn

Ví dụ:

“mình không chịu được nữa”,

thì:

hướng “im lặng” bị hoãn,

và một hướng khác:

được đưa lên

Khóa Quan Trọng

Hai vòng:

không khác nhau ở trật tự,

mà khác nhau ở:

cách các Hệ vận hành.

Nghĩa là,

Hệ vận hành.

Rồi nhận thức kể lại.

SƠ ĐỒ 34 — KHÁC BIỆT VÒNG 1 & 2

VÒNG 1

DỮ KIẾN (BÊN NGOÀI)



KHO LIÊN KẾT



KÍCH HOẠT



HỆ CHỌN ỔN (CHỦ YẾU NÉN)



HỆ ỔN ĐỊNH (GHI NHẬN LỆCH)



THÂN HỆ



VÒNG 2

DỮ KIẾN (GIẢI PHÁP)



KHO LIÊN KẾT



KÍCH HOẠT



HỆ CHỌN ỔN (NÉN + LỌC + GIỮ + ĐIỀU HƯỚNG)



HỆ ỔN ĐỊNH (ĐƯA HƯỚNG RA)



THÂN HỆ

Vòng 2

không phải là lặp lại Vòng 1.

Nó giữ:

trật tự

nhưng thay đổi:

cách vận hành

Đặc biệt tại:

Hệ Chọn Ổn

→ nơi quyết định

giải pháp có đi ra hay không.

CHƯƠNG 35

Vì Sao Một Vòng Lặp Kéo Dài

Ở chương trước, chúng ta đã thấy:

Vòng 2 không giống Vòng 1,
cho dù vẫn giữ cùng một trật tự,
nhưng:

khác ở cách các Hệ vận hành.

Đặc biệt là:

Hệ Chọn Ổn

→ và Hệ Ổn Định

Và từ đây,

một câu hỏi tự nhiên xuất hiện:

Vì Sao Có Những Điều Lặp Lại Rất Lâu?

Chúng ta có thể đã từng thấy:

một suy nghĩ quay lại nhiều lần.

một cảm xúc không dứt.

một phản ứng lặp lại

dù đã “biết rồi”.

Theo cách nhìn quen thuộc,

chúng ta thường nghĩ:

“mình chưa giải quyết xong”.

Nhưng theo Hệ vận hành,
điều đang xảy ra là:

Một Cụm Chưa Được Khép

Cụm Là Gì?

Trong Kho Liên Kết,
Dữ Kiện không đứng riêng lẻ,
mà được nối lại thành:
Cụm Liên Kết

Khi Nào Một Cụm Được Gọi Là “Mở”

Khi:
vẫn còn Kích Hoạt
→ và chưa có Dữ Kiện phù hợp
để khép lại

Điều Gì Làm Vòng Lặp Kéo Dài

Không phải vì:
Hệ không có giải pháp
mà vì:
các giải pháp đưa ra
chưa khớp với Cụm đang mở.

Ví dụ,

Chúng ta cảm thấy:

“bị coi thường”.

Hệ đưa ra giải pháp:

“im lặng”.

Mình im lặng

→ Thân Hệ thi hành

→ gây ra Đau vào mồm

Nhưng Đau vào này:

không Khớp

với phần đang mở

→ Kích Hoạt vẫn còn.

Hệ lại đưa ra giải pháp khác:

“tránh gặp”.

Mình tránh.

→ vẫn không Khớp.

Vòng tiếp tục.

Khóa Quan Trọng

Vòng lặp kéo dài

không phải vì:

chúng ta chưa “hiểu đủ”,

mà vì:

Dữ Kiện mới chưa Khớp
với phần đang cần được khép.

Một Hiểu Lâm Rất Phổ Biến

Chúng ta thường nghĩ:
“cần một giải pháp tốt hơn”.

Nhưng thực tế:
không phải “tốt hơn”,

mà là:
“khớp hơn”.

Vai Trò Của Hệ Chọn Ổn Trong Vòng Lặp

Ở đây,
Hệ Chọn Ổn vẫn đang:

Lọc

→ Giữ

→ Điều Hướng

nhưng nếu:

các chọn sẵn có
đều không Khớp

thì:

nó vẫn sẽ
lặp lại các hướng cũ

Vì Sao Có Cảm Giác “Mắc Kẹt”?

Vì:
cùng một Cụm
được Kích Hoạt nhiều lần
→ tạo ra góc nhìn:
“không thoát ra được”.

Khi Nào Vòng Lặp Dừng

Khi:
có một Dữ Kiện mới
đủ Khớp
→ Cụm được khép lại
→ Kích Hoạt dừng

Điều Này Không Phải Lúc Nào Cũng Đến Từ “Nghĩ”

Nhiều khi,
nó đến từ:
một hành động
→ một trải nghiệm mới

→ hoặc một cách nhìn khác

Ví dụ,

Chúng ta cảm thấy bị coi thường.

Thay vì:

im lặng

→ hoặc tránh,

chúng ta:

nói rõ điều mình thấy.

Nếu điều này:

Khớp

với phần đang mở

→ vòng dừng.

Nếu không,

→ vòng tiếp tục

Khóa Cuối

Vòng lặp kéo dài

không phải vì:

Hệ sai

mà vì:

Dữ Kiện chưa khớp.

SƠ ĐỒ 35 — VÒNG LẶP KÉO DÀI

CỤM (CHƯA KHÉP)



KÍCH HOẠT



HỆ GIẢI PHÁP

→ TẠO HƯỚNG



THÂN HỆ THI HÀNH



ĐẦU VÀO MỚI



KHO LIÊN KẾT



(KHÔNG KHỚP)



KÍCH HOẠT TIẾP

Vòng lặp kéo dài

không phải vì:

thiếu giải pháp

mà vì:

chưa có Dĩ Kiện khớp.

Và khi có phần khớp,

Hệ sẽ:

tự dừng.

Vì,

Hệ luôn vận hành trước.

Nhận ra luôn đến sau.

CHƯƠNG 36

Điều Gì Thật Sự Làm Vòng Lặp Yếu Đi

Ở chương trước, chúng ta đã thấy:
một vòng lặp kéo dài không phải vì:
thiếu giải pháp,
mà vì:

Dữ Kiện đưa vào chưa Khớp
với phần đang cần được khép.

Và từ đó,

một câu hỏi tự nhiên xuất hiện:

Vậy Điều Gì Thật Sự Làm Vòng Lặp Yếu Đi?

Chúng ta thường nghĩ:

“mình cần cố gắng hơn”

→ “mình cần kiểm soát tốt hơn”

→ “mình cần thay đổi bản thân”

Nhưng theo Hệ vận hành,

những điều này:

không trực tiếp làm vòng lặp yếu đi.

Vòng Lặp Không Giảm Vì Ý Chí

Ý chí

là một phần của Hệ Giải Pháp

mà như chúng ta đã thấy:

Hệ Giải Pháp:

không có quyền quyết định cuối cùng,

nó vẫn phải:

đi qua

Hệ Chọn Ổn

→ và Hệ Ổn Định.

Cho nên:

“cố gắng”

không bảo đảm

vòng lặp sẽ dừng.

Điều Thực Sự Tạo Ra Thay Đổi

Không phải là:

cố hơn

mà là:

Dữ Kiện mới

được đưa vào Hệ.

Nhưng Không Phải Mọi Dữ Kiện Đều Có Tác Dụng

Phần lớn Dữ Kiện mới:

hoặc không đủ mạnh
→ hoặc không đủ liên quan,
cho nên:
không làm thay đổi
Kích Hoạt đang có.

Vậy Dữ Kiện Như Thế Nào Mới Có Tác Động?

Không phải “đúng hơn”
mà là:
khớp hơn.

“Khớp” Là Gì?

Là khi:
Dữ Kiện mới
liên hệ trực tiếp
với phần đang Kích Hoạt
và:
đủ lực
để làm thay đổi
trạng thái đang có.
Ví dụ,
Chúng ta cảm thấy:

bị coi thường.

Chúng ta đã:

né tránh

→ im lặng

→ suy nghĩ tích cực

Nhưng vẫn không thay đổi.

Vì những phần này:

không Khớp

với phần đang Kích Hoạt.

Một lúc khác,

Chúng ta:

nói rõ điều mình thấy

→ và được phản hồi rõ ràng.

Nếu phần này:

Khớp

→ Kích Hoạt giảm

→ vòng yếu đi

Một Điểm Rất Quan Trọng

“Khớp”

không phải lúc nào

cũng đến từ:

suy nghĩ.

Nhiều khi,

nó đến từ:

trải nghiệm trực tiếp

→ hành động

→ hoặc một thay đổi rất nhỏ

nhưng đúng chỗ.

Vai Trò Của Hệ Chọn Ổn

Khi có Dữ Kiện khớp,

Hệ Chọn Ổn sẽ:

ưu tiên phần đó

→ giảm dần

các Kích Hoạt cũ.

Vòng Lặp Không “Bị Phá”

Nó:

tự yếu đi,

khi:

không còn được Kích Hoạt lại với cùng lực

Điều Này Dẫn Đến Một Nhìn Nhận Khác

Không phải:

“mình phải thay đổi bản thân”

mà là:

Hệ sẽ tự thay đổi

khi có đủ Dữ Kiện phù hợp.

Khóa Cuối

Vòng lặp yếu đi

không phải vì:

cố gắng

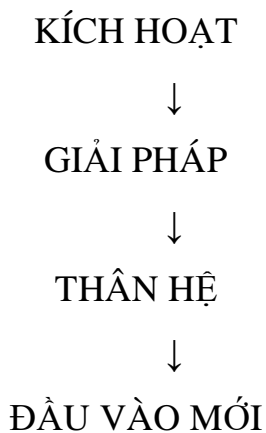
mà vì:

Dữ Kiện mới

đủ Khớp

được đưa vào Hệ.

SƠ ĐỒ 36 — VÒNG LẶP YẾU ĐI





(KHỚP)

→ GIẢM KÍCH HOẠT

→ VÒNG YẾU DẦN

Vòng lặp yếu đi

không đến từ:

kiểm soát

mà đến từ:

Sự Khớp

Và khi có đủ phần khớp,

Hệ sẽ:

tự điều chỉnh

→ và tự dừng

Cho nên,

Không có kiểm soát từ đầu.

Nhưng có thể thấy trong quá trình.

LỜI KẾT

Khi đi qua toàn bộ cuốn sách này,
chúng ta không thêm một điều gì mới
vào bên trong mình.

Chỉ là:

một số phần
đã được thấy rõ hơn.

Những gì trước đây:

xuất hiện rời rạc

bắt đầu:

nói lại,

theo một trật tự.

Không phải để:

kiểm soát tốt hơn,

mà để:

không còn nhầm lẫn
giữa các phần đang diễn ra.

Có thể bạn đọc sẽ nhận ra:

một cảm xúc

không còn là “mình”.

một suy nghĩ

không còn là điểm bắt đầu.

một phản ứng
không còn là điều bất ngờ.
Không phải
vì những phần đó biến mất,
mà vì:
cách chúng được nhìn
đã thay đổi.
Và khi cách nhìn thay đổi,
một điều rất tự nhiên xảy ra:
Hệ bắt đầu tự điều chỉnh.
Không cần ép.
Không cần cố.
Không cần thêm một giải pháp mới.
Chỉ cần:
thấy rõ hơn
những gì đang vận hành.
Từ đây,
cuốn sách không còn cần thiết
theo cách ban đầu nữa.
Vì phần quan trọng nhất
không nằm trong chữ,
mà nằm ở:

cách bạn đọc
nhìn lại trải nghiệm của chính mình.

PHỤ LỤC A

Sơ Đồ Toàn Bộ Vận Hành Hệ Sống

VÒNG 1 — VẬN HÀNH TỰ ĐỘNG

ĐẦU VÀO

(MÔI TRƯỜNG / GIÁC QUAN / THÂN HỆ)



DỮ KIẾN



KHO LIÊN KẾT



NÓI / GỌI NHẮC / MỞ LIÊN HỆ



KÍCH HOẠT



HỆ CHỌN ỔN

(NÉN)



HỆ ỔN ĐỊNH

(GHI NHẬN ĐỘ LỆCH → XUNG ĐỘT)



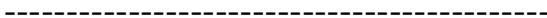
HỆ GIẢI PHÁP
(SUY GIẢI / KIỂM GIẢI)



HƯỚNG GIẢI



QUAY VỀ KHO LIÊN KẾT
(THÀNH DỮ KIỆN MỚI)



VÒNG 2 — VẬN HÀNH CÓ HỆ GIẢI PHÁP

DỮ KIỆN (TỪ GIẢI PHÁP)



KHO LIÊN KẾT



NÓI / GỢI NHẮC



KÍCH HOẠT (LIÊN QUAN)



HỆ CHỌN ỔN

(NÉN + LỌC + GIỮ + ĐIỀU HƯỚNG ƯU TIÊN)

↓
HỆ ỔN ĐỊNH
(ĐƯA HƯỚNG RA)
↓
THÂN HỆ
(THI HÀNH)
↓
ĐẦU VÀO MỚI
↓
KHO LIÊN KẾT

ĐIỀU KIỆN TIẾP DIỄN / DỪNG

NẾU KHÔNG KHỚP
→ KÍCH HOẠT TIẾP
→ VÒNG LẶP

NẾU KHỚP
→ GIẢM KÍCH HOẠT
→ VÒNG YẾU DẦN → DỪNG

Hệ vận hành:

theo một trật tự không thay đổi.

Hai vòng:

không khác nhau ở trật tự,

mà khác nhau ở cách các Hệ vận hành.

Mọi “giải pháp”:

không rời khỏi Hệ,

mà quay lại

như một Dữ Kiện mới.

Vòng lặp:

không kéo dài vì thiếu giải pháp,

mà vì chưa có Dữ Kiện Khớp.

Và khi có phần khớp,

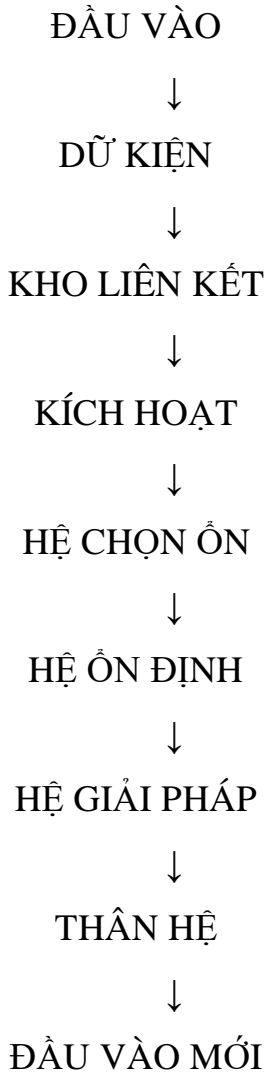
Hệ sẽ:

tự điều chỉnh

→ và tự dừng

PHỤ LỤC B

Sơ Đồ Vận Hành Nén



PHỤ LỤC C

Các Thuật Ngữ Chính (Vi–En)

HỆ SỐNG (Living System)

Toàn bộ phần vận hành bên trong
giúp:

- tiếp nhận
- lưu giữ
- nói
- Kích Hoạt
- ghi nhận
- đưa ra

DỮ KIỆN (Data Unit)

Phần được đưa vào Hệ
từ:

- Môi Trường
- Năm Giác Quan
- Thân Hệ

KHO LIÊN KẾT (Pattern Linkage Storage System)

Nơi:

→ lưu giữ Dữ Kiện

→ nối Dữ Kiện

→ gọi nhắc

Không tạo ra Dữ Kiện mới

chỉ làm việc bằng nối

CỤM LIÊN KẾT (Linked Cluster)

Một nhóm Dữ Kiện

được nối lại

có liên hệ với nhau

CỤM ĐANG MỞ (Active Cluster)

Cụm đang:

→ có Kích Hoạt

→ chưa được khép

CỤM ĐƯỢC KHÉP (Closed Cluster)

Cụm:

→ đã có Dữ Kiện phù hợp

→ không còn Kích Hoạt

NHÓM “CÁI TÔI” (Self Cluster Group)

Một nhóm Cụm Liên Kết

liên quan đến:

→ mình là ai

→ mình như thế nào

→ điều gì thuộc về mình

KÍCH HOẠT (Activation)

Trạng thái khi:

→ một hoặc nhiều Cụm

được mở ra

và bắt đầu vận hành

HỆ CHỌN ỔN (Stability Selection System)

Phân:

→ ưu tiên

→ lọc

→ nén

→ điều hướng

để giữ ổn cho Hệ

LỌC (Filtering)

Chức năng:

→ chọn những phần
liên quan nhất
đến Kích Hoạt hiện tại

NÉN (Compression)

Chức năng:

→ làm yếu

hoặc làm chậm

Kích Hoạt khác

GIỮ (Hold / Delay)

Chức năng:

→ làm chậm

thời điểm xuất hiện

của Kích Hoạt mới

ĐIỀU HƯỚNG ƯU TIÊN (Priority Direction)

Chức năng:

→ đưa phần liên quan nhất

đi tiếp trong Hệ

HỆ ỔN ĐỊNH (Stability System)

Nơi:

→ ghi nhận độ lệch

→ và nơi hướng được đưa ra

AN NỀN (Stability Baseline State)

Trạng thái ổn định

của Hệ

trước khi có lệch

XUNG ĐỘT (Deviation)

Trạng thái:

→ có lệch

so với An Nền

được ghi nhận

tại Hệ Ổn Định

TRỌNG LƯỢNG XUNG ĐỘT (Conflict Weight)

Mức độ:

→ mạnh / yếu

của Xung Đột

phụ thuộc vào:

→ số lần

→ và mức độ Kích Hoạt

THÂN HỆ (Body System)

Phân:

→ vận hành sinh học

→ nhận tín hiệu nội tại

→ và là nơi thi hành đầu ra

HỆ GIẢI PHÁP (Solution System)

Phân:

→ nhận dạng

→ Phân Tích

→ So Sánh

→ Tổng Hợp

đề tạo ra hướng giảm lệch

Chỉ xuất hiện khi cần

không vận hành liên tục

NHẬN DẠNG (Recognition)

Chức năng:

→ xác định

điều gì đang xảy ra

Luôn là bước đầu tiên

SO SÁNH (Comparison)

Chức năng:

→ đối chiếu

với các Cụm đã có

PHÂN TÍCH (Analysis)

Chức năng:

→ tách nhỏ

để thấy rõ cấu trúc

TỔNG HỢP (Synthesis)

Chức năng:

→ nối lại

để tạo ra hướng

PHỎNG ĐOÁN (Inference)

Chức năng:

→ đưa ra kết luận

dựa trên Dữ Kiện đã có kiểm chứng

TUỞNG TƯỞNG (Imagination)

Chức năng:

→ tạo ra khả năng

từ Dữ Kiện chưa được kiểm chứng

KIỂM NGHIỆM (Verification)

Chức năng:

→ kiểm tra lại

tính phù hợp của hướng

THỰC NGHIỆM (Experimentation)

Chức năng:

→ thử trong thực tế

để tạo Dữ Kiện mới

SUY NGHĨ (Thinking)

Trạng thái:

→ các chức năng đang vận hành

nhưng chưa có kết quả

TU' DUY (Cognitive Pattern)

Kết quả:

→ được tạo ra

từ nhiều lần Suy Nghĩ

và được lưu lại

CHẾ ĐỘ SUY GIẢI (Speculative Mode)

Chế độ:

→ sử dụng các chức năng

theo chiều nông

→ có Phỏng Đoán

→ có Tưởng Tượng

CHẾ ĐỘ KIỂM GIẢI (Verification Mode)

Chế độ:

→ sử dụng các chức năng

theo chiều sâu

→ có Kiểm Nghiệm

→ có Thực Nghiệm

→ không dùng Tưởng Tượng

CẢM XÚC (Emotion Label of Deviation at Stability System)

Tên gọi:

→ cho Xung Đột

tại Hệ Ổn Định

do Hệ Giải Pháp đặt

CẢM GIÁC (Sensation Label of Deviation at Body System)

Tên gọi:

→ cho Xung Đột

tại Thân Hệ

do Hệ Giải Pháp đặt

GIẢI PHÁP (Solution Output)

Hướng:

→ được tạo ra

từ Hệ Giải Pháp

để giảm lệch

VÒNG 1 (Loop 1 - Automatic Loop)

Chuỗi:

→ từ Đầu vào

→ đến Hệ Ổn Định

có thể:

→ Kích Hoạt Hệ Giải Pháp

hoặc không

VÒNG 2 (Loop 2 - Solution Loop)

Chuỗi:

→ từ Giải Pháp

→ trở thành Dữ Kiện mới

→ đi lại qua Hệ

GHI CHÚ CUỐI

Danh sách này

không nhằm để học thuộc.

Nó chỉ là:

điểm tham chiếu

khi cần làm rõ lại

một phần trong Hệ.

Ý nghĩa của mỗi từ

chỉ thực sự rõ

khi được thấy trong trải nghiệm.

PHỤ LỤC D

Ghi Chú Ngôn Ngữ

Trong cuốn sách này,
ngôn ngữ:
không phải là phần vận hành
mà là:
cách Hệ Giải Pháp
đặt tên lại
để chúng ta có thể thấy.

Cho nên:
một từ
không mang nhiều nghĩa,
mà mỗi từ:
chỉ một phần cụ thể.

Điều này giúp:
tránh chông chéo
→ và thấy rõ hơn

PHỤ LỤC E

Cách Đọc Lại

Bạn có thể đọc lại cuốn sách này:
không phải để hiểu thêm,
mà để:
thấy rõ hơn,
trong chính trải nghiệm của mình.
Mỗi lần đọc lại,
có thể:
một phần khác trở nên rõ hơn.
Vì:
Hệ luôn đang vận hành

Khóa Cuối

Không có điểm kết
cho một Hệ đang vận hành.
Chỉ có:
mức độ thấy rõ
đang thay đổi.
Và từ đó,
những gì trước đây

tưởng như lặp lại,

bắt đầu:

yêu đi

→ hoặc tự dừng.

PHỤ LỤC G

Phân Biệt Khái Niệm

KÍCH HOẠT / LỆCH ỒN / XUNG ĐỘT

KÍCH HOẠT

→ xảy ra tại:

Kho Liên Kết

→ là:

một hoặc nhiều Cụm được mở.

LỆCH ỒN

→ xảy ra tại:

Hệ Chọn Ổn

→ là:

trạng thái có thay đổi

so với ưu tiên ổn.

XUNG ĐỘT

→ xảy ra tại:

Hệ Ổn Định

→ là:

lệch đã được ghi nhận,

3 lớp này:

- không giống nhau
- nhưng nối liên tục