ẤN BẢN SONG NGỮ ĐỐI CHIẾU TỪNG CÂU

NGHỆ THUẬT ĐƯA RA NHỮNG QUYẾT ĐỊNH SÁNG SUỐT HƠN

THE ART OF MAKING BETTER DECISIONS

Chất lượng cuộc sống của tôi phụ thuộc vào chất lượng những quyết định mà tôi đưa ra.
The quality of my life depends on the quality of my decisions.

Tác giả: **Đoàn Nguyên Hiệp** • Nguồn: **doannguyenhiep.com**

TIẾNG VIỆT BẢN GỐC	ENGLISH BẢN DỊCH
Chất lượng cuộc sống của tôi phụ thuộc vào chất lượng những quyết định mà tôi đưa ra.	The quality of my life depends on the quality of my decisions.
1. Cuộc Đời Tôi Là Kết Quả Từ Những Lựa Chọn Của Chính Mình	**1. My Life Is the Result of My Choices**
Tôi tin rằng cuộc đời mình được định hình bởi những quyết định mà tôi đưa ra mỗi ngày.	I believe that my life is shaped by the decisions I make every day.
Có những quyết định rất nhỏ nhặt. Hôm nay tôi ăn gì, bắt đầu buổi sáng ra sao, hay có dành thời gian rèn luyện thể chất hay không.	Some decisions are small. What I eat, how I spend my morning, or whether I exercise today.
Nhưng cũng có những quyết định lớn lao hơn rất nhiều. Tôi đặt niềm tin vào ai, gây dựng công việc kinh doanh gì, đầu tư tiền bạc vào đâu, và đối đãi với những người mình yêu thương như thế nào.	Other decisions are much bigger. Who I trust, what business I build, where I invest my money, and how I treat the people I love.
Một quyết định đơn lẻ thoạt nhìn có vẻ chẳng mấy quan trọng. Nhưng khi tôi lặp đi lặp lại cùng một quyết định suốt nhiều năm tháng, hệ quả mà nó tạo ra có thể trở nên vô cùng to lớn.	A single decision may seem unimportant at first. But when I repeat the same decision over many years, its consequences can become enormous.
Đó là lý do vì sao tôi muốn suy xét thấu đáo hơn trước khi hành động.	That is why I want to become more thoughtful before I act.
Tôi không cần phải đưa ra những quyết định hoàn hảo. Không một ai có thể làm được điều đó. Tôi chỉ đơn giản muốn đưa ra những quyết định tốt hơn dựa trên những thông tin mà mình có.	I do not need to make perfect decisions. Nobody can do that. I simply want to make better decisions with the information I have.

TIẾNG VIỆT BẢN GỐC	ENGLISH BẢN DỊCH
Và mỗi khi phạm sai lầm, tôi muốn rút ra bài học từ đó thay vì lặp lại vết xe đổ.	And when I make a mistake, I want to learn from it instead of repeating it.
2. Tôi Phải Thấu Hiểu Cái Giá Của Mọi Sự Lựa Chọn	**2. I Must Understand the Cost of Every Choice**
Một khái niệm quan trọng mà tôi luôn muốn ghi nhớ là chi phí cơ hội.	One important concept I want to remember is opportunity cost.
Mỗi khi lựa chọn một thứ gì đó, tôi đồng thời phải từ bỏ cơ hội lựa chọn một thứ khác.	Every time I choose one thing, I give up the opportunity to choose something else.
Khi chi tiền vào những thứ không cần thiết, tôi đánh mất cơ hội sử dụng số tiền đó cho những việc ý nghĩa hơn.	When I spend money on something unnecessary, I lose the opportunity to use that money for something more meaningful.
Khi dành ba tiếng đồng hồ lướt điện thoại vô định, tôi đánh mất ba tiếng lẽ ra có thể dùng để học hỏi, tập luyện thể thao hoặc ở bên gia đình.	When I spend three hours scrolling through my phone, I lose three hours that could have been used to learn, exercise, or spend time with my family.
Ngay cả một lời đồng ý cũng có cái giá của nó.	Even saying yes has a cost.
Nếu tôi gật đầu đồng ý với quá nhiều việc không quan trọng, tôi có thể sẽ chẳng còn thời gian cho những điều thực sự cốt lõi.	If I say yes to too many unimportant things, I may have no time left for the things that truly matter.
Vì vậy, trước khi đưa ra một quyết định quan trọng, tôi muốn tự hỏi chính mình:	So before making an important decision, I want to ask myself:
Mình đang lựa chọn điều gì?	What am I choosing?
Mình đang từ bỏ điều gì?	What am I giving up?
Và lựa chọn này có thực sự xứng đáng với cái giá phải trả hay không?	And is this choice worth the price?
Tôi tin rằng việc thấu hiểu chi phí cơ hội sẽ giúp tôi bảo vệ tốt hơn thời gian, tiền bạc, năng lượng và sự tập trung của mình.	I believe that understanding opportunity cost helps me protect my time, money, energy, and attention.
3. Tôi Cần Nhìn Xa Hơn Những Kết Quả Tức Thời	**3. I Should Think Beyond the Immediate Result**

TIẾNG VIỆT BẢN GỐC	ENGLISH BẢN DỊCH
Tôi không muốn đánh giá một quyết định chỉ dựa trên những gì diễn ra ngay sau đó.	I do not want to judge a decision only by what happens immediately afterward.
Đôi khi, một quyết định đúng đắn lại mang đến cảm giác không mấy dễ chịu trong ngắn hạn.	Sometimes a good decision produces an uncomfortable result in the short term.
Chẳng hạn, việc tập luyện thể thao có thể vất vả ngay hôm nay, nhưng sẽ cải thiện sức khỏe của tôi suốt nhiều năm về sau.	For example, exercising may be difficult today, but it can improve my health over many years.
Việc tiết kiệm và đầu tư có thể đòi hỏi sự kiên nhẫn, nhưng sẽ giúp tôi xây dựng sự vững vàng về tài chính theo thời gian.	Saving and investing may require patience, but they can help me build financial security over time.
Một cuộc trò chuyện thẳng thắn có thể gây khó xử lúc đầu, nhưng lại bảo vệ mối quan hệ khỏi những rạn nứt lớn hơn trong tương lai.	Having an honest conversation may feel uncomfortable, but it can protect a relationship from bigger problems in the future.
Điều này dẫn tôi đến một khái niệm hữu ích khác: tư duy cấp độ hai.	This leads me to another useful idea: second-order thinking.
Đó là việc nhìn vượt qua hệ quả đầu tiên và tự hỏi điều gì sẽ tiếp tục diễn ra sau đó.	It means looking beyond the first consequence and asking what might happen next.
Nếu tôi đưa ra quyết định này vào hôm nay, điều gì có thể xảy ra vào ngày mai?	If I make this decision today, what could happen tomorrow?
Và nếu điều đó xảy ra, chuyện gì sẽ tiếp nối ngay sau đó?	And if that happens, what might happen after that?
Tôi muốn rèn luyện thói quen nhìn nhận mọi việc trong một bức tranh toàn cảnh rộng lớn hơn.	I want to develop the habit of looking at the bigger picture.
Một quyết định trông có vẻ hấp dẫn hôm nay lại có thể gây ra rắc rối về sau. Ngược lại, một quyết định khó khăn ở hiện tại có thể mở ra những cơ hội quý giá trong tương lai.	A decision that looks attractive today may create problems later. On the other hand, a difficult decision today may create valuable opportunities in the future.
Tôi không muốn đánh đổi tương lai của mình chỉ để lấy sự thoải mái nhất thời.	I do not want to sacrifice my future for temporary comfort.
4. Tôi Muốn Tư Duy Theo Xác Suất	**4. I Want to Think in Probabilities**

TIẾNG VIỆT BẢN GỐC	ENGLISH BẢN DỊCH
Một điều tôi học được từ việc nghiên cứu các nhà đầu tư vĩ đại là tương lai không bao giờ hoàn toàn chắc chắn.	One thing I have learned from studying great investors is that the future is never completely certain.
Warren Buffett và Charlie Munger luôn nhấn mạnh tầm quan trọng của tư duy lý tính, lòng kiên nhẫn và việc thấu hiểu rủi ro.	Warren Buffett and Charlie Munger often emphasized the importance of rational thinking, patience, and understanding risk.
Tôi không thể biết chính xác tuyệt đối điều gì sẽ xảy ra trong kinh doanh, đầu tư hay trong cuộc sống.	I cannot know exactly what will happen in business, investing, or life.
Nhưng tôi hoàn toàn có thể đánh giá các khả năng có thể xảy đến.	But I can evaluate the possibilities.
Thay vì hỏi: "Liệu việc này có chắc chắn thành công không?"	Instead of asking, "Will this definitely work?"
Tôi có thể hỏi: "Khả năng thành công của việc này là bao nhiêu, và điều gì sẽ xảy ra nếu tôi sai?"	I can ask, "How likely is this to work, and what happens if I am wrong?"
Đó chính là tư duy theo xác suất.	This is probabilistic thinking.
Nó nhắc nhở tôi rằng một quyết định đúng đắn không phải lúc nào cũng mang lại kết quả tốt, và một quyết định sai lầm đôi khi vẫn tạo ra kết quả may mắn.	It reminds me that a good decision does not always produce a good result, and a bad decision can sometimes produce a lucky result.
Ví dụ, một khoản đầu tư vẫn có thể sinh lời ngay cả khi lập luận ban đầu rất lỏng lẻo. Nhưng điều đó không tự khắc biến nó thành một quyết định khôn ngoan.	For example, an investment may make money even when the original reasoning was poor. That does not automatically make it a wise decision.
Tương tự, một quyết định đã được cân nhắc kỹ lưỡng vẫn có thể dẫn đến thua lỗ vì những biến cố bất ngờ xảy ra.	Likewise, a carefully considered decision may still lead to a loss because unexpected events happen.
Tôi muốn đánh giá các quyết định của mình dựa trên chất lượng của quá trình lập luận, chứ không chỉ nhìn vào kết quả cuối cùng.	I want to judge my decisions by the quality of my reasoning, not only by the final outcome.
Tôi cũng muốn giữ cho mình sự khiêm nhường, bởi hiểu biết của bản thân luôn có giới hạn.	I also want to stay humble because my knowledge is always limited.

TIẾNG VIỆT BẢN GỐC	ENGLISH BẢN DỊCH
5. Tôi Phải Biết Rõ Những Gì Mình Không Biết	**5. I Must Know What I Do Not Know**
Một mô hình tư duy quan trọng khác chính là vòng tròn năng lực.	Another important mental model is the circle of competence.
Nó có nghĩa là phân định rõ những lĩnh vực tôi thực sự tinh thông, những lĩnh vực tôi hiểu tương đối tốt, và những lĩnh vực tôi hoàn toàn không nắm rõ.	It means understanding the areas I truly know, the areas I understand reasonably well, and the areas I do not understand.
Tôi không cần phải trở thành chuyên gia trong mọi lĩnh vực.	I do not need to be an expert in everything.
Tôi chỉ cần nhận thức rõ ranh giới tri thức của chính mình.	I only need to recognize the limits of my knowledge.
Khi bước chân vào một lĩnh vực kinh doanh mới, tìm hiểu một cơ hội tài chính hay cân nhắc một khoản đầu tư lớn, tôi không được phép đánh đồng sự tự tin với sự am hiểu thực sự.	When I enter a new business, study a financial opportunity, or consider a major investment, I should not confuse confidence with understanding.
Một thứ nghe có vẻ hào hứng chưa chắc đã là một cơ hội tốt.	Something can sound exciting without being a good opportunity.
Một người nói năng đầy tự tin vẫn có thể hoàn toàn sai lầm.	Someone can speak with great confidence and still be wrong.
Tôi muốn đặt câu hỏi, nghiên cứu dữ kiện thực tế và thẳng thắn thừa nhận khi mình chưa biết đủ sâu.	I want to ask questions, study the facts, and admit when I do not know enough.
Chẳng có gì đáng xấu hổ khi nói rằng: "Tôi không biết."	There is nothing shameful about saying, "I don't know."
Thực tế, việc nhận ra những gì mình không biết có thể bảo vệ tôi khỏi những sai lầm đắt giá nhất trong đời.	In fact, recognizing what I do not know may protect me from some of my biggest mistakes.
6. Tôi Muốn Bảo Vệ Bản Thân Khỏi Chính Cảm Xúc Của Mình	**6. I Want to Protect Myself from My Own Emotions**
Nhiều quyết định sai lầm không bắt nguồn từ sự thiếu hụt trí tuệ.	Many poor decisions do not come from a lack of intelligence.

TIẾNG VIỆT BẢN GỐC	ENGLISH BẢN DỊCH
Chúng bắt nguồn từ những cảm xúc thiếu kiểm soát.	They come from uncontrolled emotions.
Nỗi sợ hãi có thể khiến tôi bán đi một tài sản quá sớm.	Fear can make me sell something too early.
Lòng tham có thể đẩy tôi vào những rủi ro mà mình chưa thực sự hiểu rõ.	Greed can make me take risks I do not fully understand.
Cơn giận có thể khiến tôi thốt ra những lời không bao giờ rút lại được.	Anger can make me say things I cannot take back.
Sự đố kỵ có thể khiến tôi chạy theo con đường của người khác thay vì tự xây dựng hành trình của riêng mình.	Envy can make me follow someone else's path instead of building my own.
Khi cảm xúc dâng cao, khả năng suy xét sáng suốt của tôi sẽ suy giảm.	When emotions become strong, my ability to think clearly can become weaker.
Vì thế, tôi muốn tạo ra một khoảng lặng giữa những gì mình cảm nhận và những gì mình hành động.	So I want to create a little space between what I feel and what I do.
Tôi có thể dừng lại một nhịp.	I can pause.
Tôi có thể hít một hơi thật sâu.	I can take a breath.
Tôi có thể chờ cho đến khi tâm trí mình lắng dịu trở lại.	I can wait until my mind becomes calmer.
Tôi không nhất thiết phải phản ứng ngay lập tức trước mọi cảm xúc khởi lên.	I do not have to respond to every emotion immediately.
Điều này cũng gắn liền với sự thực hành chánh niệm.	This is also connected to mindfulness.
Tôi quan sát những suy nghĩ của mình mà không để mọi ý nghĩ điều khiển hành động của bản thân.	I observe my thoughts without allowing every thought to control my actions.
Tôi có thể cảm thấy sợ hãi, nhưng không nhất thiết phải ra quyết định dựa trên nỗi sợ đó.	I may feel afraid, but I do not have to make a decision based on fear.

TIẾNG VIỆT BẢN GỐC	ENGLISH BẢN DỊCH
Tôi có thể cảm thấy hào hứng, nhưng không nhất thiết phải hành động vội vàng ngay tức khắc.	I may feel excited, but I do not have to act immediately.
Tôi muốn mọi quyết định của mình được đưa ra từ sự tỉnh thức và thấu hiểu, chứ không phải từ những phản ứng cảm xúc nhất thời.	I want my decisions to come from awareness and understanding, not from temporary emotional reactions.
7. Tôi Muốn Ngăn Ngừa Sai Lầm Trước Khi Chúng Xảy Ra	**7. I Want to Avoid Mistakes Before They Happen**
Có một phương pháp tư duy rất hữu ích khác được gọi là tư duy ngược.	There is another useful thinking technique called inversion.
Thay vì chỉ hỏi: "Làm thế nào để tôi đạt được thành công?"	Instead of asking only, "How can I succeed?"
Tôi có thể hỏi ngược lại: "Điều gì có thể khiến tôi thất bại?"	I can also ask, "What could cause me to fail?"
Nếu muốn xây dựng một doanh nghiệp thành công, tôi cần suy nghĩ xem những yếu tố nào có thể hủy hoại nó.	If I want to build a successful business, I should think about what could destroy it.
Nếu muốn duy trì một sức khỏe dồi dào, tôi cần nhận diện những thói quen xấu có thể tàn phá cơ thể mình.	If I want to maintain good health, I should identify the habits that could damage it.
Nếu muốn có một mối quan hệ bền chặt, tôi cần hiểu rõ những hành vi nào có thể âm thầm làm rạn nứt niềm tin.	If I want a strong relationship, I should understand the behaviors that could slowly weaken trust.
Đôi khi, tránh được một sai lầm nghiêm trọng còn giá trị hơn nhiều so với việc tìm ra một lối tắt thông minh.	Sometimes, avoiding a serious mistake is more valuable than discovering a clever shortcut.
Tôi không cần phải nắm bắt bằng được mọi cơ hội.	I do not need to win every opportunity.
Tôi cần tránh những tổn thất không đáng có và bảo toàn năng lực để tiếp tục cuộc hành trình.	I need to avoid unnecessary losses and preserve the ability to continue.
Nguyên lý này đặc biệt quan trọng trong những vấn đề liên quan đến tiền bạc, sức khỏe và các mối quan hệ.	This is especially important when it comes to money, health, and relationships.

TIẾNG VIỆT BẢN GỐC	ENGLISH BẢN DỊCH
Một chút cẩn trọng ngay hôm nay có thể giúp tôi tránh khỏi vô vàn nuối tiếc vào ngày mai.	A little caution today can save me from a great deal of regret tomorrow.
8. Tôi Sẽ Nhìn Lại Các Quyết Định Của Mình Và Không Ngừng Học Hỏi	**8. I Will Review My Decisions and Keep Learning**
Tôi không kỳ vọng bản thân sẽ trở nên thông thái chỉ sau một đêm.	I do not expect myself to become wise overnight.
Trí tuệ được đúc kết từ trải nghiệm, sự chiêm nghiệm và tinh thần sẵn sàng điều chỉnh tư duy của chính mình.	Wisdom comes from experience, reflection, and the willingness to correct my thinking.
Tôi muốn định kỳ nhìn lại những quyết định quan trọng mà mình đã đưa ra.	I want to review important decisions from time to time.
Tôi đã biết những gì vào thời điểm đưa ra quyết định đó?	What did I know when I made that decision?
Tôi đã dựa trên những giả định nào?	What assumptions did I make?
Phần nào trong lập luận của tôi là chính xác?	Which parts of my reasoning were correct?
Tôi đã bỏ sót những yếu tố nào?	What did I overlook?
Và tôi có thể rút ra bài học gì từ kết quả nhận được?	And what can I learn from the result?
Tôi không muốn tự dằn vặt bản thân vì mọi sai lầm. Nhưng tôi cũng không muốn viện cớ để bao biện cho chúng.	I do not want to blame myself for every mistake. But I also do not want to make excuses for them.
Tôi muốn nhận trách nhiệm về mình một cách thẳng thắn mà không quá khắc nghiệt với bản thân.	I want to take responsibility without being too harsh on myself.
Mọi trải nghiệm đều có thể trở thành một bài học quý giá nếu tôi sẵn lòng nhìn nhận nó một cách trung thực.	Every experience can become a lesson if I am willing to examine it honestly.
9. Cuộc Sống Mà Tôi Mong Muốn Đòi Hỏi Những Lựa Chọn Sáng Suốt Hơn	**9. The Life I Want Requires Better Choices**

TIẾNG VIỆT BẢN GỐC	ENGLISH BẢN DỊCH
Khi nghĩ về tương lai, tôi không chỉ nghĩ đến tiền bạc hay những thành tựu.	When I think about the future, I do not only think about money or achievements.
Tôi nghĩ về một cơ thể khỏe mạnh, một tâm trí minh mẫn, một công việc kinh doanh có ý nghĩa, và sự tự do tài chính đủ đầy để làm chủ thời gian của riêng mình.	I think about having a healthy body, a clear mind, a meaningful business, and enough financial freedom to manage my own time.
Tôi muốn cùng người mình yêu thương chu du khắp thế giới.	I want to travel the world with the person I love.
Tôi muốn hiện diện trọn vẹn bên gia đình mình.	I want to be present with my family.
Tôi muốn có sự tự do để lựa chọn cách mình sống và trải qua từng ngày.	I want to have the freedom to choose how I spend my days.
Nhưng những điều ấy không tự nhiên mà có.	But these things do not happen by accident.
Chúng đòi hỏi hàng ngàn quyết định được đưa ra một cách cẩn trọng và kiên định qua năm tháng.	They require thousands of decisions, made carefully and consistently over time.
Tôi không thể kiểm soát mọi kết quả, nhưng tôi có thể nâng cao chất lượng tư duy của chính mình.	I cannot control every outcome, but I can improve the way I think.
Tôi có thể chọn sự kiên nhẫn thay vì bốc đồng.	I can choose patience over impulsiveness.
Tôi có thể chọn sự thấu hiểu thay vì võ đoán.	I can choose understanding over assumptions.
Tôi có thể chọn giá trị bền vững dài hạn thay vì sự hào nhoáng nhất thời.	I can choose long-term value over short-term excitement.
Và tôi có thể chọn học hỏi từ mọi trải nghiệm đi qua.	And I can choose to learn from every experience.
Tôi tự nhắc nhở bản thân rằng một cuộc sống tốt đẹp hơn không phải lúc nào cũng bắt đầu từ một bước ngoặt chấn động.	**I remind myself that a better life does not always begin with a dramatic change.**
Đôi khi, nó bắt đầu chỉ bằng một quyết định sáng suốt hơn ngay trong ngày hôm nay.	**Sometimes, it begins with one better decision today.**

TIẾNG VIỆT BẢN GỐC	ENGLISH BẢN DỊCH
Tôi không cần phải kiểm soát tương lai. Tôi chỉ cần đưa ra những lựa chọn tốt hơn ngay ở hiện tại.	**I do not need to control the future. I need to make better choices in the present.**