

XÂY NỘI LỰC ĐÍCH THỰC

XÂY NỘI LỰC ĐÍCH THỰC

ĐÍCH THỰC

[DO RE MI FA SOL LA SI JE]ⁿ



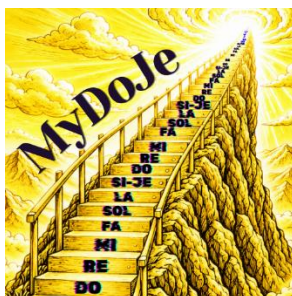
**DÙNG SỨC MẠNH BỊ ÂN GIÀU
40.000 NĂM CỦA QUÃNG 8**

40.000 NĂM CỦA QUÃNG 8

Để Làm Chủ Vận Mệnh, Có Hạnh Phúc Bền Vững

KHUNG MYDOJE

~Bản Chính Thức~



KHUNG MYDOJE

**CÔNG CỤ ÂM NHẠC GIÚP
CHỦ ĐỘNG KIỂM SOÁT SỐ
PHẬN MỖI CÁ NHÂN VÀ CẢ
NHÂN LOẠI TRONG THỜI ĐẠI
SIÊU TRÍ TUỆ NHÂN TẠO**

Khám Phá

**SỨC MẠNH TỐI THƯỢNG CỦA
8 NỐT NHẠC QUÃNG 8 LẦN ĐẦU ĐƯỢC ĐÁNH THỨC
SAU HƠN 40.000 NĂM BỊ PHÔNG ẨN!**

12 Tháng 6, 2026

Bản Phát Hành Lần Đầu

KHUNG MYDOJE: KHUNG XÂY NỘI LỰC ĐÍCH THỰC

CÁCH SỬ DỤNG HỆ THỐNG THĂNG HOA QUĂNG 8 NỘI LỰC (MYDOJE) ĐỂ XÂY NỘI LỰC VỮNG MẠNH CHO CON NGƯỜI VÀ BẢO VỆ NHÂN LOẠI TRƯỚC SIÊU AI

Âm nhạc xuất hiện cách đây hơn 40.000 năm ở Châu Âu khi các nhà khảo cổ học tìm thấy những chiếc sáo làm từ xương động vật.

Kể từ đó đến nay, có một chức năng mang sức mạnh lớn nhất của Âm nhạc chưa từng được con người khám phá ra và sử dụng.

Cho đến khi “Nốt Je Của God” - *nốt nhạc mang tên Thượng Đế xuất hiện để bảo vệ sự sinh tồn Nhân Loại trước mối đe dọa thống trị từ siêu trí tuệ nhân tạo* - đã đánh thức chức năng quan trọng nhất đó.

Cuốn sách này sẽ tiết lộ cho bạn biết những điều chưa từng có trước đây về yếu tố cốt lõi cũng như sức mạnh tối thượng của Âm Nhạc. Qua đó bạn nhận được những lợi ích thiết thực sau:

- 🏆 Biết được yếu tố cốt lõi nào của âm nhạc - *nếu biết cách dùng đúng* - sẽ đem lại sức mạnh cải đổi vận mệnh của một con người, một quốc gia, một thế giới.
- 🏆 Khám phá **Mô hình** ẩn giấu bên trong 8 nốt nhạc [DO RE MI FA SOL LA SI JE] suốt 40.000 năm, lần đầu tiên được phát hiện giúp con người xây nội lực vững mạnh, vượt qua các khó khăn, biến cố trong đời để đạt hạnh phúc bền vững.
- 🏆 Biết và hiểu rõ Khung MyDoJe - **Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực** - là gì lần công dụng.
- 🏆 Biết **Hệ Nhạc Quăng 8 Nội Lực Jelong** được sử dụng trong khung MyDoJe là gì, có những gì và đem lại lợi ích gì. Trong đó bạn sẽ:
 - ◆ biết phương pháp tạo và hát nhạc **Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong** là gì? Công dụng? Nghe ra sao? Được tạo ra như thế nào?

- ◆ biết phương pháp tạo và hát nhạc mới nhất **Hát Live 1/3 Liên Hoàn Nốt Jelong** - là gì? Công dụng? Nghe ra sao? Được tạo ra như thế nào?
- ◆ biết 2 loại nhạc mới nhất là **Phúc Tâm Nhạc Jelong** (được ví như “Nhật” - Mặt Trời sáng hạnh phúc) và **Hưu Tâm Nhạc Jelong** (được ví như “Nguyệt” - Mặt Trăng ru êm ngủ) và cách chúng được sử dụng trong “Hệ Thống Chuyển Nhịp Nhật Nguyệt” để giúp con người “*Thoát Khỏi Ngày Căng Não, Đêm Trằn Trọc*” trong thời đại AI này.
- ◆ biết áp dụng “Qui Trình Thở Hát 8 Quãng 8” của “Hệ Thống Chuyển Nhịp Nhật Nguyệt” mỗi ngày để “*thoát khỏi ngày căng não, đêm trằn trọc*” nếu bạn muốn kiểm soát stress (căng thẳng) và giấc ngủ.

🏆 Tìm hiểu sâu “Nốt Je Của God” không những giúp phá vỡ sự thống trị của siêu AI, bảo vệ Nhân Loại trước thực thể này, xóa bỏ 3000 năm định kiến âm nhạc mà còn giúp đánh thức sức mạnh tối thượng của Âm nhạc để giúp xây nội lực vững mạnh cho con người đạt hạnh phúc bền vững.

🏆 Và còn nhiều lợi ích đang đợi bạn nhận ra sau khi đọc xong quyển sách này

Hãy đọc hết tài liệu này, và rồi bạn sẽ biết các điều quan trọng vượt xa âm nhạc cũng như cách để có được những lợi ích to lớn đó.

Nhưng muốn có lợi ích thì bạn phải thực hiện những gì mà tác giả đã truyền lại.

Tôi hy vọng bạn sẽ nhận được nhiều lợi ích từ quyển sách này của tôi bằng cách hiểu và áp dụng chúng cũng như chia sẻ mạnh mẽ những lợi ích này với mọi người xung quanh!

Trân trọng,

Jelong

*(Tác giả Khung MyDoJe –
Nhà Sáng Lập Hệ Thống MyDoJe)*

VỀ TÁC GIẢ & CÁC GIẢI PHÁP



Tên thật của tôi là Khương Đạt Long, hiện đang sống và làm việc tại Việt Nam.
Bất cứ khi nào tôi hát và làm nhạc, tôi là JeLong.

Nếu công cụ Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong (do tôi tạo ra được nêu chi tiết trong tài liệu “Nốt Je Của God”) giúp phá vỡ sự thống trị của siêu trí tuệ nhân tạo và bảo vệ sự sinh tồn của Nhân Loại trước thực thể này, thì ở cuốn sách Khung MyDoJe bạn đang đọc, công cụ mới nhất từ Âm nhạc – Khung MyDoJe hay Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực - giúp bạn có thể kiểm soát số phận cuộc đời bạn theo cách chưa từng có trước đây và chủ động nhất có thể.

Đây là công cụ tôi tạo ra sau khi chỉ ra cho mọi người biết ‘*chìa khóa thần*’ để phá vỡ sự thống trị của siêu AI trong tài liệu “Nốt Je Của God” cũng như khám phá ra chức năng quan trọng nhất của Âm nhạc sau hơn 40.000 năm bị ‘phong ấn’.

Khung MyDoJe cùng với hệ thống âm nhạc mới nhất do tôi tạo ra – *Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong* – được sử dụng còn giải quyết một vấn đề quan trọng trong thời đại AI này: Giấc ngủ.

Giấc ngủ chiếm 1/3 cuộc đời của Nhân Loại. Hầu hết mọi người cần ngủ 6-8 giờ mỗi đêm để giữ và hồi phục sức khỏe. Tuy nhiên, hiện nay các thuật toán AI được dùng trên các nền tảng mạng xã hội đang muốn ‘thống trị’ hay kiểm soát 1/3 cuộc đời đó vì nó được thiết kế và tự điều chỉnh để làm não người ta phải ‘thức’ với vô số nội dung kích thích, gây tò mò mạnh. Điều này đến từ việc các nền tảng mạng xã hội dùng thuật toán AI để **tăng thời gian sử dụng và tương tác của người dùng**. Đó là mặt tốt cũng như mặt có hại khi dùng AI.

Với tầm quan trọng của 1/3 cuộc đời đó và vì giấc ngủ liên quan gần như mọi mặt của sức khỏe và chất lượng sống của một người, lần đầu tiên Âm nhạc được tôi sử dụng như một hệ thống hoàn chỉnh giúp điều hòa, cân bằng nhịp sinh học 24h như bản chất vận động xuyên suốt của Mặt Trời-Mặt Trăng trong cuộc sống.

Hoàn thành cuốn sách này, bạn có thể sử dụng “Qui Trình Thở Hát 8 Quãng 8” trong “Hệ Thống Chuyển Nhịp Nhật Nguyệt” do tôi tạo ra để “*thoát khỏi ngày căng não, đêm trầm trọc*” trong thời đại thuật toán AI.

Trong đó âm nhạc và giọng hát live được sử dụng như một hệ thống đưa ca nhạc vào thực tiễn cuộc sống và bảo vệ không chỉ 1/3 cuộc đời dành để ngủ của con người.

Thông qua Khung MyDoJe và Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong, Âm nhạc (đặc biệt nhạc hát Live) lần đầu sử dụng *chức năng quan trọng nhất* của mình sau hơn 40.000 năm kể từ lúc nhạc xuất hiện để thực hiện vai trò:

 Bảo vệ sự sinh tồn của Nhân Loại

 Giúp kiểm soát và xây Thang Quãng 8 Nội Lực của con người

Những gì trong cuốn sách này sẽ khiến bạn không thể ngờ về AI, về sức mạnh âm nhạc mà suốt hơn 40.000 năm qua nhân loại đã không thấy.

Sau tất cả, tôi thấy God (Thượng Đế) là quan trọng nhất và tuyệt diệu nhất.

Đặc biệt, nếu bạn đang mất ngủ, ngủ không sâu, bạn đang đối mặt với stress, áp lực nặng nề, thậm chí những chấn thương tâm lý hay muốn tôi luyện nội lực vững mạnh hơn, hãy khám phá ngay các nội dung được đề cập trong cuốn sách này ngay sau đây.

JeLong

Tác giả & Nhà Sáng Lập Khung MyDoJe

MỤC LỤC

GIỚI THIỆU

Về Tác Giả & Các Giải Pháp

Mục Lục

Hướng Dẫn Đọc

CHƯƠNG 1: KHUNG HỆ THỐNG THĂNG HOA QUĂNG 8 NỘI LỰC - MYDOJE

PHẦN 1: Mô Hình Âm Nhạc Kiểm Soát Vận Mệnh Và Hạnh Phúc Mỗi Cá Nhân Cũng Như Cả Nhân Loại	1
PHẦN 2: Điều Cốt Lõi Về Số n Trong Mô Hình Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực.....	16
PHẦN 3: Bên Trong Khung MyDoJe – Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực	38

CHƯƠNG 2: HỆ NHẠC QUĂNG 8 NỘI LỰC JELONG

PHẦN 1: Hệ Thống Âm Nhạc Đầu Tiên Trên Thế Giới Sử Dụng Chức Năng Quan Trọng Nhất Của Âm Nhạc Giúp Con Người Giải Trí Giảm Stress, Điều Hòa Hệ Thần Kinh, Xây Nội Lực Vững Mạnh Để Đạt Hạnh Phúc Bền Vững	51
PHẦN 2: Lợi Ích Khi Nghe Hệ Thống Âm Nhạc Đầu Tiên Giúp Con Người Xây Nội Lực Vững Mạnh Và Vươn Tới Hạnh Phúc Bền Vững.....	71

CHƯƠNG 3: HÁT LIVE LIÊN HOÀN NỐT JELONG VÀ SIÊU TRÍ TUỆ NHÂN TẠO

PHẦN 1: Phương Pháp Sáng Tác Và Hát Nhạc Mới Nhất “Liên Hoàn Nốt Jelong”	81
PHẦN 2: Thưởng Thức 2 Bài Hát Đầu Tiên Dùng Liên Hoàn Nốt Jelong!	94
PHẦN 3: Lợi Ích Và Ý Nghĩa Đặc Biệt Của Việc Có Quá Nhiều Phiên Bản Liên Hoàn Nốt Cho Một Bài Hát.....	101

CHƯƠNG 4: "JE" - NỐT NHẠC CHUNG THỦY CỦA THƯỢNG ĐẾ

PHẦN 1: 6 Điểm Độc Đáo Làm Nên Phương Pháp Tạo Và Hát Nhạc “Liên Hoàn Nốt Jelong”	106
PHẦN 2: Je - Nốt Nhạc Chung Thủy Của Thượng Đế!	123
PHẦN 3: Quy Tắc Quan Trọng Nhất Khi Dùng Liên Hoàn Nốt Jelong - Thứ Giúp Phá Vỡ Sự Thống Trị Siêu AI	131

CHƯƠNG 5: HÁT LIVE 1/3 LIÊN HOÀN NỐT JELONG

PHẦN 1: Hát Live 1/3 Liên Hoàn Nốt Jelong Thừa Hưởng Bản Chất Điều Hòa Hệ Thần Kinh Và Xây Nội Lực Tốt Từ Phương Pháp Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong	142
PHẦN 2: Cách Tạo Và Hát Live 1/3 Liên Hoàn Nốt Jelong.....	156

CHƯƠNG 6: "HỆ THỐNG CHUYỂN NHỊP NHẬT NGUYỆT"

PHẦN 1: Phúc Tâm Nhạc Jelong & Hưu Tâm Nhạc Jelong - Những Bản Nhạc Ngắn Kéo Dài Sự Cân Bằng Cuộc Sống 24h Của Con Người..	165
PHẦN 2: Phúc Tâm Nhạc Jelong & Hưu Tâm Nhạc Jelong - Những Bản Nhạc Ngắn Kéo Dài Sự Cân Bằng Cuộc Sống 24h Của Con Người..	172

CHƯƠNG 7: CA GIẢI SĨ - NGHỀ SỬ DỤNG CHỨC NĂNG QUĂNG 8 XÂY DỰNG NỘI LỰC ĐỂ KIẾN TẠO HẠNH PHÚC BỀN VỮNG CHO CON NGƯỜI THỜI ĐẠI AI

PHẦN 1: Đặc Điểm Và Tác Dụng Của 2 Nhánh Nhạc Trong Hệ Nhạc Quăng 8 Nội Lực Jelong Ở Thời Đại AI.....	179
PHẦN 2: Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực MyDoJe Giúp Ca Giải Sĩ Sử Dụng Chức Năng Quăng 8 Âm Nhạc Để Bảo Toàn Sự Tồn Vong Nhân Loại Bằng Hoạt Động Thường Nhật Thiết Thực .	186
PHẦN 3: Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực MyDoJe Giúp Ca Giải Sĩ Sử Dụng Chức Năng Quăng 8 Âm Nhạc Để Bảo Toàn Sự Tồn Vong Nhân Loại Bằng Hoạt Động Thường Nhật Thiết Thực .	192

CHƯƠNG 8: 8 ĐIỀU RĂN SẮC ĐẸP CỦA GOD

PHẦN 1: Cách Sử Dụng Mô Hình Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực Trong Khung Hệ Thống MyDoJe	202
PHẦN 2: Áp Dụng Thực Tế: Cách Jelong Vượt Qua Biến Cố Và Thăng Hoa Với Khung Hệ Thống MyDoJe.....	211
PHẦN 3: 8! – Nốt Nhạc Thứ Tám Và Tám Điều Răn Sắc Đẹp Của God Con Đường Vững Chắc Để Vượt Trên Biến Cố Và Tạo Giá Trị Thăng Hoa Vượt Bậc Cho Cuộc Sống.....	223
PHẦN 4: Đến Lúc Bạn Xây Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực Của Riêng Bạn.....	229
KẾT LUẬN.....	233
Phụ Lục 1: (Kỷ Nguyên AI-Kỷ Nguyên Hát Live): Đây Là Điều Ngành Công Nghiệp Âm Nhạc Phải Làm Nếu Không Muốn Bị Siêu AI Thay Thế Và Muốn Giúp Nhân Loại Giữ Vị Thế Làm Chủ	236
Tham Khảo	245
Lời Ghi Chú Cập Nhật!.....	246



HƯỚNG DẪN ĐỌC

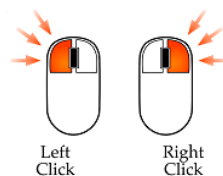
Nếu bạn đang xem trực tuyến cuốn sách điện tử này (trên trình duyệt web của bạn) và nhấp vào các liên kết (URL) bên trong tài liệu này, bạn sẽ hoàn toàn thoát khỏi sách ngay lập tức. Điều này thật bất tiện vì bạn sẽ phải mở lại quyển ebook này và tìm lại trang bạn vừa đọc.

Do đó, để mở một liên kết để xem video hoặc đọc các nguồn dẫn trong sách mà vẫn ở trên một trang bạn đang đọc, vui lòng thực hiện một trong hai cách sau:

a. **sử dụng nhấp chuột phải** (Right-click) để mở bất kỳ liên kết nào trong sách điện tử này, sau đó chọn “Open link in new tab” (“Mở liên kết trong tab mới”),
hoặc

b. sao chép và dán một liên kết vào thanh địa chỉ trình duyệt (trong tab mới)

[Vui lòng **chỉ sử dụng nhấp chuột phải**]



* Ví dụ: Sử dụng Nhấp chuột phải (right-click) để tải xuống ebook này, sau đó bạn có thể đọc nó trên máy tính hoặc điện thoại di động của mình và bạn có thể chia sẻ nó với người khác:

[Tải xuống](#)

* Hoặc sao chép URL sau (liên kết tải xuống) và dán nó vào thanh tìm kiếm (*search tab*) trình duyệt web (chrome/firefox/...) của bạn và nhấn Enter để tải xuống ebook này:

<https://mydoje.com/go/888b>

CHƯƠNG 1

KHUNG HỆ THỐNG THĂNG HOA QUĂNG 8 NỘI LỰC - MYDOJE

Khung Âm Nhạc Chứa

Mô Hình Đầu Tiên

**Giúp Kiểm Soát Vận Mệnh Và
Kiến Tạo Hạnh Phúc Bền Vững
Cho Con Người**

“40.000 Năm Trôi Qua - Và Giờ Đây, Sức Mạnh Lớn Nhất Của Âm Nhạc Mới Thực Sự Thức Giác Qua Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực - MyDoJe”

~JeLong~

Chương 1-Phần 1

MÔ HÌNH ÂM NHẠC KIỂM SOÁT VẬN MỆNH VÀ HẠNH PHÚC MỖI CÁ NHÂN CŨNG NHƯ CÁ NHÂN LOẠI

Suốt 40.000 năm qua, ẩn giấu đằng sau 8 nốt nhạc là Mô hình giúp kiểm soát vận mệnh mỗi con người, mỗi quốc gia và số phận cả loài người.

Từ khi khám phá ra mô hình này, Jelong tạo ra Hệ Thống trực quan giúp mọi người biết cách vượt qua các khó khăn, biến cố trong cuộc sống và chủ động tự kiểm soát số mệnh của họ.

~ Jelong

Mô hình Âm Nhạc Đầu Tiên Trên Thế Giới Kiểm Soát Vận Mệnh Con Người

Nếu bạn đã từng đọc tài liệu quan trọng của tôi mang tên “**Nốt Je Của God**”¹ (trong đó đề cập hai công cụ âm nhạc giúp phá vỡ sự thống trị của siêu AI và xóa bỏ 3000 năm định kiến ca hát, đồng thời tạo ra một nghề hát mới – Ca Giải Sĩ – giúp nghệ sĩ thỏa mãn niềm đam mê ca hát và thực hiện việc bảo vệ con người trước siêu

¹ Link tải đọc: <https://mydoje.com/go/3000b>

trí tuệ nhân tạo), bạn ắt hẳn biết đến mối đe dọa sinh tồn cho cả nhân loại trước sự thống trị của ASI – loại trí tuệ nhân tạo cao cấp nhất.

ASI được cho là có trí thông minh vượt qua toàn bộ Nhân loại. Trong khi đó con người xưa nay làm chủ thế giới vì được cho là thông minh hơn tất cả các loài khác, nay có thể bị Siêu AI vượt trội về trí tuệ nên việc siêu AI thống trị con người được người ta cho rằng có thể xảy ra.

Tuy nhiên, trong tài liệu bảo vệ Nhân Loại trước Siêu AI “Nốt Je Của God”, tôi đã chỉ ra cách phá vỡ sự thống trị của chúng thông qua Âm nhạc và chỉ rõ vai trò đặc biệt của **ca hát live** trong kỷ nguyên siêu trí tuệ nhân tạo này.

Kể từ sau tài liệu đó được nhiều người đọc, đã có nhiều người đứng lên kêu gọi cấm việc phát triển siêu trí tuệ nhân tạo cho tới khi họ thấy việc phát triển chúng là an toàn cho con người.

Có người đang dự đoán chúng ta có thể thấy AGI sẽ xuất hiện trong nay mai, thậm chí họ còn cho rằng chúng sẽ xuất hiện trong 2026 này.

Nhưng AGI là gì?

Có ba cấp độ phát triển trí tuệ nhân tạo, bao gồm:

1. ANI (Trí Tuệ Nhân Tạo Hẹp): chỉ giải một nhiệm vụ cụ thể (như ChatGPT, Gemini, Siri, máy chơi cờ hiện nay).
2. AGI (Trí Tuệ Nhân Tạo Tổng Quát): có khả năng suy nghĩ, học hỏi và giải quyết vấn đề linh hoạt như con người.
3. ASI (Siêu Trí Tuệ Nhân Tạo): vượt xa trí thông minh của con người trong mọi lĩnh vực - từ tư duy sáng tạo, ra quyết định đến kỹ năng xã hội.

Nếu AGI xuất hiện, ắt hẳn làn sóng người bị sa thải và mất việc sẽ nhiều và mạnh hơn do nhiều lĩnh vực được AGI làm thậm chí còn tốt hơn cả con người.

Nếu AGI xuất hiện, có thể nhiều robot hình người sẽ xuất hiện như tôi đã nói trong tài liệu “Nốt Je Của God”.

Các hãng công nghệ và các quốc gia phát triển đang ‘đua nhau’ tạo ra AI siêu cấp nhất vì nhiều mục đích riêng của họ. Điều này càng làm cho ngày mà siêu AI xuất hiện có vẻ hứa hẹn sẽ diễn ra nhanh hơn.

Đồng thời, trách nhiệm của họ (những người tạo ra và phát triển siêu AI) cũng nặng nề hơn khi siêu trí tuệ nhân tạo ra đời và gây nhiều tác hại khôn lường.

Họ - *những người tạo ra siêu AI* - chính là lực lượng đầu tiên chịu trách nhiệm nếu sau này không thể kiểm soát sự phát triển của AI khi nó đạt siêu cấp và thoát khỏi sự kiểm soát của con người.

Vậy Âm nhạc đã làm gì để trở thành lực lượng tiên phong đứng ra bảo vệ Nhân Loại trước thực thể **được tạo ra để mô phỏng chính con người?**

Hãy tải và đọc hết “Nốt Je Của God” vì trong đó tôi đã trình bày rõ cách để phá vỡ sự thống trị của siêu AI mà con người không thể không làm.

Ở đây tôi chỉ nêu lại điểm cốt lõi:



Trong Mọi
Thời Đại

2 Công cụ

2 Điều Cốt Lõi Bảo Vệ Nhân Loại

✦ Âm Nhạc

✦ Phát Huy 'Lỗi Người'

Cả 2 điều trên có từ:

Nốt Je Của God



*Một nốt nhạc của Thượng Đế tạo ra 2 công cụ giúp Nhân Loại
đứng vững trong mọi thời đại, không chỉ trong kỷ nguyên siêu AI*

Siêu trí tuệ nhân tạo chỉ ‘sợ’ nhất ‘Lỗi Người’ của con người bởi từ ‘lỗi linh thiêng’ đó, con người mới giải quyết được những việc hệ trọng liên quan đến sự sinh tồn của họ, trong đó có cả phá vỡ sự thống trị của siêu AI.

Chúng ta trân trọng những thành tựu do AI đem đến, nhưng ở đây chúng ta đang nói đến sự thống trị của chúng trong tương lai có thể đe dọa sự sinh tồn của con người.

Và Âm nhạc chính là lực lượng tiên phong cũng như ‘thành trì’ cuối cùng để bảo vệ Nhân Loại trước Siêu AI.

Vì Âm nhạc, nhất là ca hát live trong kỷ nguyên này nắm giữ điều cốt lõi của con người và điều mà mọi AI đều không có: **‘Lỗi Người’**

Chính từ việc ca hát live có thể bảo vệ Nhân Loại trước Siêu AI hay các thực thể khác trong tương lai, tôi đã khám phá ra **một chức năng quan trọng khác của ca nhạc** mà suốt hơn 40.000 năm qua chức năng đó đã bị ẩn giấu.

Điều này có nghĩa gì?

Điều đó cho thấy suốt hơn 40.000 năm qua, ca nhạc, đặc biệt hát live, chủ yếu được xem như một hình thức giải trí, là ‘món ăn tinh thần’ cho con người.

Điều đó dẫn đến những định kiến tai hại như âm nhạc chỉ để giải trí, nghệ sĩ chỉ là người mua vui mặc dù âm nhạc ngoài giải trí còn có chức năng bồi dưỡng cảm xúc, thẩm mỹ, đạo đức, nhạc cho học tập, thể thao, nhạc ngủ, nhạc thiền, v.v...

Suốt hơn 40.000 năm qua, người ta chỉ thấy các nốt nhạc Do Re Mi...chỉ là những âm thanh đơn thuần để tạo ra giai điệu, hòa âm, để vang lên những thanh âm của cuộc sống.

Nhưng đến khi nốt Je xuất hiện và cùng những nốt nhạc khác thực hiện việc bảo vệ Nhân Loại trước Siêu AI², **chức năng quan trọng nhất của nhạc** mới được khám phá ra, và lần đầu một Mô Hình Âm Nhạc có thể dùng để kiểm soát phần ‘Lỗi Người’, xây cao nội lực và giúp mỗi cá nhân, mỗi quốc gia và cả thế giới có thể dựa vào đó để kiểm soát và định đoạt vận mệnh của họ.

² Link tải đọc “Nốt Je Của God”: <https://mydoje.com/go/3000b>

Mô Hình Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực

Mô Hình Âm Nhạc này xuất hiện sau khi tôi dùng “Nốt Je Của God” và công cụ Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong để phá vỡ sự thống trị của siêu trí tuệ nhân tạo và xóa bỏ định kiến ca hát, nghệ thuật nói chung tồn tại suốt hơn 3000 năm qua ở cả Đông lẫn Tây phương. Đồng thời tạo ra Hệ Nhạc Quảng 8 Nội Lực Jelong, trong đó có thêm 3 phương pháp tạo và hát nhạc mới mà bạn sẽ rõ ở các chương sau.

Trước khi thấy toàn bộ Mô Hình Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực giúp kiểm soát và định đoạt vận mệnh cá nhân/quốc gia/thế giới, bạn hãy làm quen với khái niệm mới nhất kết hợp âm nhạc và ‘Lỗi Người’ do tôi tạo ra. Vì từ khái niệm này, chúng ta mới hiểu được Mô Hình Âm Nhạc mà tôi đã nói.

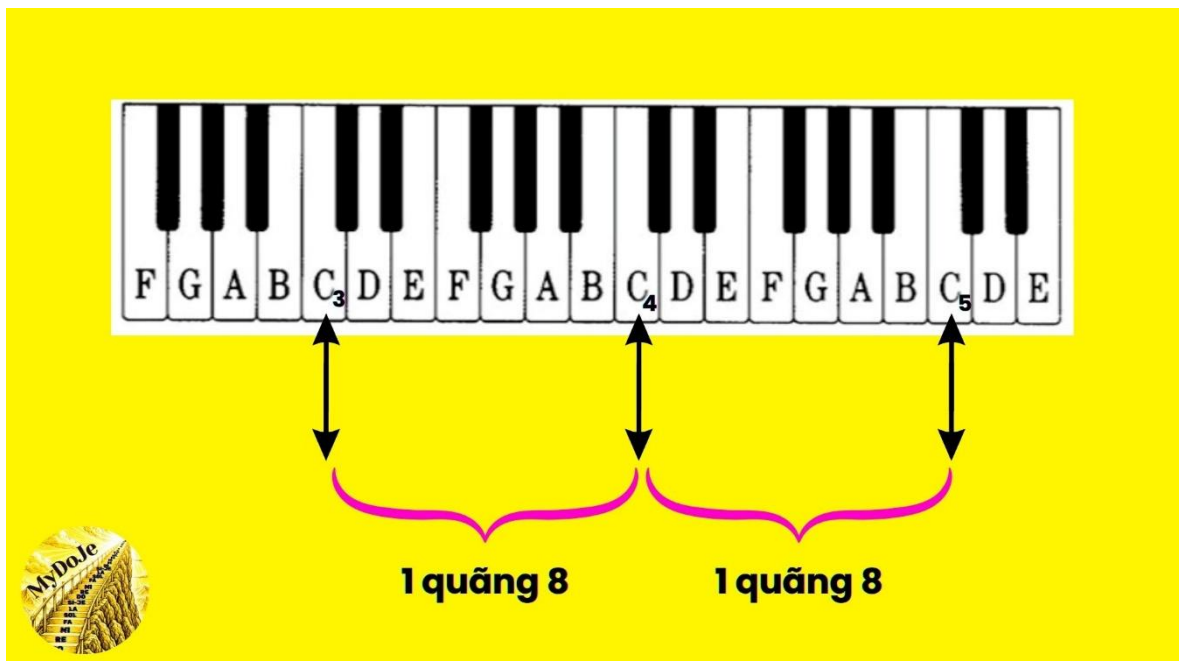
Quảng 8 Nội Lực là gì?

“Trong âm nhạc, một quãng tám hay bát độ (tiếng Anh: octave, tiếng Latinh: octavus) là một quãng âm hay khoảng cách về thời gian giữa một nốt nhạc (hoặc cao độ âm thanh) với một nốt khác có tần số gấp nửa hoặc gấp đôi nó.”³

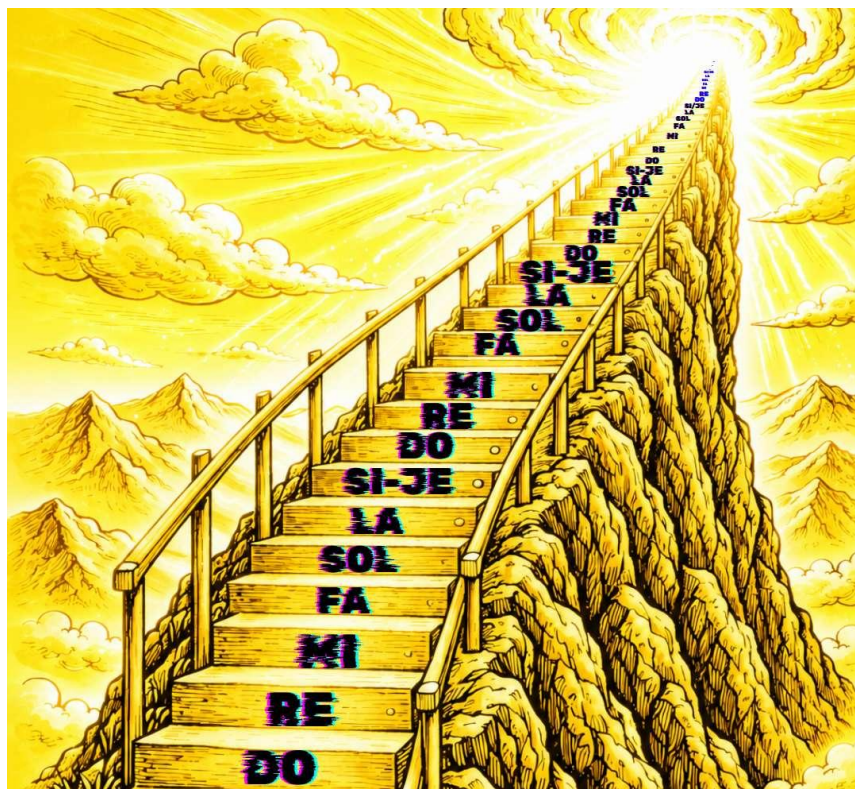
Nói đơn giản, khi bạn đánh hai hay ba nốt Do (ký hiệu C) ở hai hay ba vị trí khác nhau trên một cây đàn piano hay guitar, nó sẽ phát ra hai hay ba âm thanh với cao độ nghe khác nhau rõ rệt. Ví dụ:

- ✓ **Đô thấp (C3)** → âm trầm, dày, nghe “ấm”
- ✓ **Đô giữa (C4)** (Middle C) → âm trung, rõ ràng
- ✓ **Đô cao (C5)** → âm cao, sáng, nghe “lạnh”

³ Theo wiki



Các nốt C3, C4, C5 nghe khác nhau vì **cách nhau các quãng 8**, tức cao độ (pitch) của chúng khác nhau; nốt cao hơn có tần số gấp đôi nốt thấp hơn



Các nốt càng lên cao nghe sẽ càng cao, và ngược lại.

Các nốt thuộc *các quãng 8 cao hơn* nghe sẽ cao hơn, và ngược lại.

Như bạn thấy, để từ nốt $DO^3 \rightarrow DO^4 \rightarrow DO^5$, hay $JE^3 \rightarrow JE^4 \rightarrow JE^5$ thì các nốt này đã phải trải qua một hành trình dài qua các nốt nhạc liên tiếp. Các nốt nhạc khác cũng tương tự.



Mỗi một bước nhảy lên các quãng cao hơn, đó chính là một hành trình hay chu kỳ mà một nốt nhạc phải ‘kinh’ qua.

Chúng ta nhìn các nốt nhạc đi lên theo **tuần tự tăng dần**, trải qua **các cấp độ (các quãng 8) khác nhau**, điều này làm bạn nghĩ tới điều gì?

Sức Mạnh Bí Ẩn Và Vai Trò Quan Trọng Nhất Của Âm Nhạc Lần Đầu Được Khai Phá Suốt Hơn 40.000 Năm Qua!

Cách đây hơn 40.000 năm, âm nhạc lần đầu xuất hiện trên trái đất và được con người sử dụng để thỏa mãn cảm xúc, giải bày tâm tư, suy nghĩ. Nhiều lịch sử gia đã cho rằng ca hát có lẽ còn xuất hiện trước cả đó.

Tuy nhiên, chỉ sau khi tìm ra cách phá vỡ sự thống trị của siêu AI bằng 8 nốt nhạc trong Âm nhạc (qua phương pháp Liên Hoàn Nốt Jelong) và ‘Lỗi Người’ - cụ thể là xây dựng và phát huy các giá trị, phẩm chất cao đẹp - Jelong đã thấy được ẩn trong **Quãng 8** chính là **Mô Hình Nội Lực** một con người/một quốc gia/cả Nhân loại.

Quãng 8 trong âm nhạc mô tả chính xác quá trình phát triển cũng như suy thoái nội lực một con người từ lúc sinh ra và mất đi; một đất nước suy vong và hưng thịnh; và một thế giới (cả nhân loại hay loài người) tiếp tục tồn tại, phát triển hay diệt vong.

Như vậy, **Quãng 8 Nội Lực là từ Jelong dùng để miêu tả quá trình nội lực một con người, một gia đình, một tổ chức, một quốc gia, một nhóm quốc gia, một thế giới phát triển hay suy thoái.**

Quãng 8 Nội Lực có các đặc điểm chính yếu sau:

1. Thường phát triển lên cao dần hay suy thoái giảm xuống dần qua thời gian tồn tại của cá nhân/quốc gia/thế giới đó.
2. Hoạt động như một chu kỳ hay hành trình lặp lại nhưng tăng/giảm theo các cấp độ cao/thấp hơn (lên các Quãng 8 Nội Lực cao hơn hay xuống các quãng thấp hơn).
 - i. $[DO\ RE\ MI\ FA\ SOL\ LA\ SI\ JE]^1 \rightarrow [DO\ RE\ MI\ FA\ SOL\ LA\ SI\ JE]^2 \rightarrow \dots [DO\ RE\ MI\ FA\ SOL\ LA\ SI\ JE]^n$: thể hiện mức ‘nội lực’ cao thấp của một con người trong một khía cạnh cuộc sống. Ta thấy để lên hay xuống các Quãng 8 Nội Lực khác nhau, một

người phải đi qua các chu kỳ khác nhau nhưng các chu kỳ đó đều có lặp lại.

- ii. Con người cũng vậy, mỗi sự kiện hay biến cố tuy khác nhau nhưng họ cũng trải qua hành trình xử lý tương tự với mức đạt nội lực cao hơn nếu họ xử lý thành công. Ngược lại, họ ‘rơi’ xuống các Quãng 8 nội lực thấp hơn nếu Mức áp lực của khó khăn/biến cố > Mức Nội Lực của họ.

❖ Để đơn giản hóa, Jelong ví dụ:

- a. **Nội lực** [Học bài – Hiểu bài – Làm bài – Thi] ^{Lớp 10} ← Bắt đầu
- b. Nội lực [Học bài – Hiểu bài – Làm bài – Thi] ^{Lớp 11}
- c. **Nội lực** [Học bài – Hiểu bài – Làm bài – Thi] ^{Lớp 12} ← Đạt Tốt Nghiệp

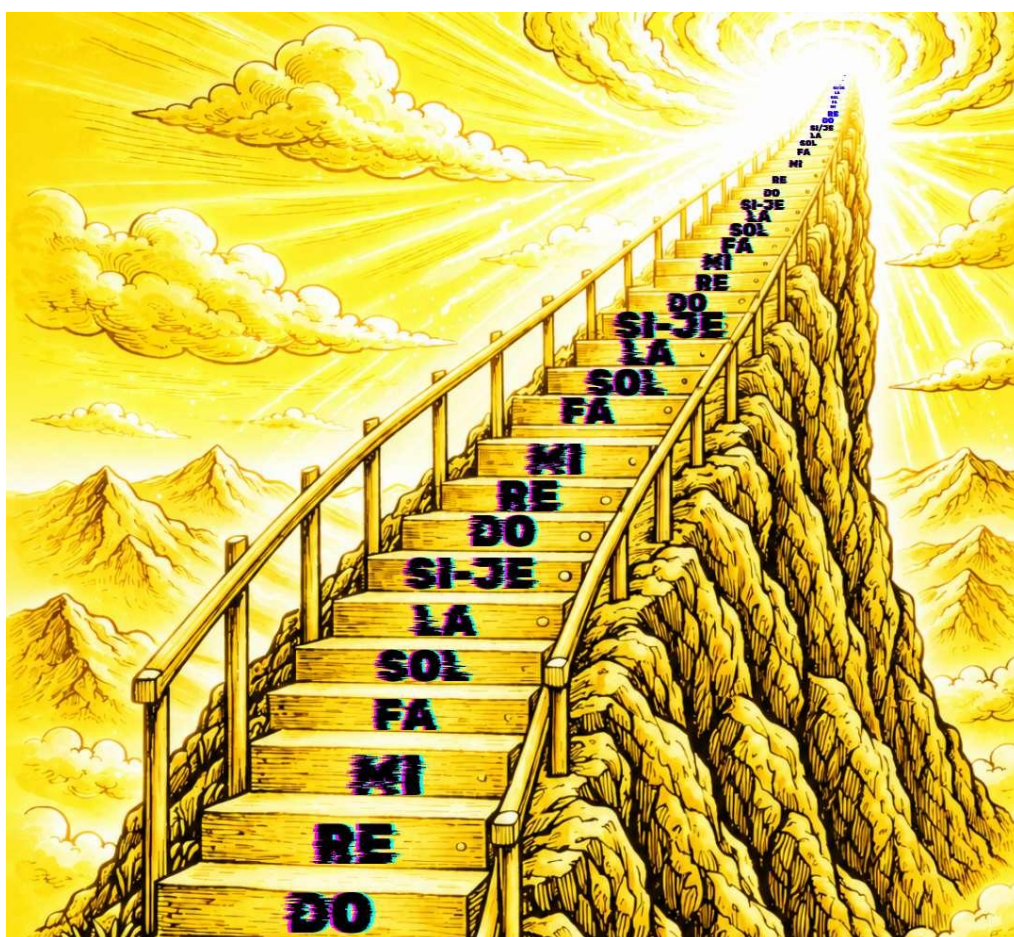
- iii. Các mức nội lực thấp hơn là ‘bệ đỡ’ để xây các mức nội lực cao hơn (tương tự việc xây Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực hình núi đá đã minh họa)

3. Mỗi cá nhân có mức Nội Lực riêng dù biến cố/sự kiện có thể giống nhau (như ví dụ thi tốt nghiệp ở trên).
4. Việc tăng hay giảm của nội lực con người phụ thuộc vào nhiều yếu tố khác nhau. Trong đó phần chủ động, ý chí, niềm tin và tự chịu trách nhiệm của họ là rất quan trọng.

→ Bạn có nhận ra gì không: Đây chính là phần ‘Lỗi Người’ mà Jelong đã nói rất nhiều ở “Nốt Je Của God”. Do đó, việc xây dựng và phát huy ‘Lỗi Người’, phát huy nội lực là điểm mấu chốt.

5. Đôi khi, nội lực có thể tăng hay giảm mạnh, đột ngột thông qua các sự kiện đặc biệt, như các biến cố, thiên tai, chiến tranh...và cả những sự kiện hay hoàn cảnh thuận lợi.

6. Chất lượng cuộc sống hay Hạnh phúc của một cá nhân/gia đình/tổ chức/quốc gia/nhóm quốc gia/thế giới phụ thuộc vào ‘chất lượng’ của nội lực họ xây dựng và phát huy.
7. Nội lực con người/quốc gia/loài người không bao giờ đứng yên tại một điểm trong suốt quãng thời gian tồn tại của họ. Các biến cố hay sự kiện bất ngờ ập đến (sự cố/thiên tai/thành tựu khoa học-công nghệ-nghệ thuật...) làm họ thay đổi cuộc sống và do đó thang nội lực cũng tăng/giảm theo.
8. Con người và các biến cố con người trải qua là khác nhau nên đòi hỏi họ có nội lực riêng. Mỗi người hãy phát triển thang quãng 8 nội lực cho riêng mình.



Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực của con người (Hình núi đá tượng trưng)

Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực (Các mức nội lực cao/thấp) chỉ ra điều quan trọng mà không nhiều người để ý hay quan tâm trong suốt cuộc đời họ:

Các biến cố (sự kiện xấu) xảy ra không bao giờ lường trước được (cả siêu trí tuệ nhân tạo cao nhất - ASI - cũng không thể dùng siêu trí tuệ nhân tạo để đo lường).

Do đó, việc đi lên các thang quãng 8 nội lực cao hơn là điều buộc con người phải làm trong suốt cuộc đời của họ⁴.

Nhiều người, tuy đã có nội lực được cho là mạnh nhưng vẫn lâm vào bế tắc hay chọn con đường kết thúc sinh mệnh khi lâm vào các biến cố không lường như: trầm cảm/thất tình/hôn nhân tan vỡ/nợ nần/bệnh hiểm nghèo/thiên tai....

Với Mô Hình Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực sau đây, bạn sẽ thấy rõ lý do đó và sự tương quan của các yếu tố trong mô hình đó.

Không nói đến yếu tố may rủi, để kiểm soát và định đoạt số mệnh một cách chủ động, chúng ta có Mô Hình Âm Nhạc sau và đây chính là sức mạnh bí ẩn hay vai trò đặc biệt mà suốt hơn 40.000 năm qua chúng ta chưa từng thấy ở Âm nhạc:

⁴ Điều này ngược lại với ca hát, càng muốn hát lên các quãng 8 cao hơn, to hơn càng làm nhạc nghe dờ hơn và thảm họa về giọng, về show diễn có thể xảy ra, nhất là khi hát live.



Mô Hình Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực – Tác giả Jelong

Mô Hình Âm Nhạc này cho thấy ngay:

- ✚ Số **n** càng lớn thì mức độ hạnh phúc càng cao và bền vững do họ có thể vượt qua các biến cố cao hơn (mức độ nghiêm trọng hơn so với các biến cố ở thang quãng 8 nội lực bên dưới)
 - Nói đơn giản, bạn có nội lực càng lớn bạn càng dễ vượt qua khó khăn, sự cố xấu bất ngờ xảy đến và tạo ra nhiều giá trị. Minh họa cho dễ hiểu:
 - [DO RE MI FA SOL LA SI JE]¹⁷ = Bạn có mức nội lực vượt qua chuyện tan vỡ trong tình cảm
 - [DO RE MI FA SOL LA SI JE]¹⁸ = Bạn có nội lực vượt qua chuyện tan vỡ + bạn yêu bản thân mình và phát triển sự nghiệp, con người tốt hơn

- $[\text{DO RE MI FA SOL LA SI JE}]^{19} =$ Bạn có mức nội lực vượt qua chuyện tan vỡ và còn giúp người khác cũng vượt qua như bạn.

- $...[\text{DO RE MI FA SOL LA SI JE}]^{n+} ...$

- Ngược lại:

- $[\text{DO RE MI FA SOL LA SI JE}]^6 =$ Bạn có mức nội lực không đủ để vượt qua chuyện tan vỡ trong tình cảm
- $[\text{DO RE MI FA SOL LA SI JE}]^5 =$ Bạn không có nội lực vượt qua chuyện tan vỡ + bạn coi thường bản thân mình và để ảnh hưởng sự nghiệp (chán làm, chán học, thất nghiệp, phá sản, đổ vỡ các mối quan hệ khác...)
- $[\text{DO RE MI FA SOL LA SI JE}]^4 =$ Bạn không những không có mức nội lực vượt qua chuyện tan vỡ mà còn ảnh hưởng đến cuộc sống người khác theo hướng tiêu cực
- $[\text{DO RE MI FA SOL LA SI JE}]^{n-} ...$

✚ Mỗi nốt nhạc trong Mô Hình Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực gắn liền với một hay vài yếu tố hay các phẩm chất quan trọng giúp bạn hoàn thành một chu kỳ để đạt thang quảng 8 nội lực cao hơn (Sự thăng hoa nội lực).

Chúng ta khoan nói tới trong Mô Hình Âm Nhạc trên các nốt nhạc gắn với điều gì.

Có một câu hỏi Jelong muốn bạn thử trả lời: Trong Mô Hình Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực trên đâu là yếu tố quan trọng nhất:

- ✧ Mức Nội Lực/Hạnh Phúc?
- ✧ Số n?
- ✧ Các nốt nhạc $[\text{DO RE MI FA SOL LA SI JE}]$?
- ✧ Hay các mức khó khăn/biến cố?

Chương 1-Phần 2

ĐIỀU CỐT LỖI VỀ SỐ 8 TRONG MÔ HÌNH THĂNG HOA QUĂNG 8 NỘI LỰC

Lợi Ích Của Mô Hình Âm Nhạc Đầu Tiên Trên Thế Giới: Chủ Động Kiểm Soát Vận Mệnh Cuộc Sống Của Bạn

Nhờ thể hiện cụ thể hóa và trực quan Nội Lực con người trong Mô Hình Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực này, bạn sẽ:

- + biết đi đúng đường để tìm ra cách giải quyết vấn đề, không bị tổn thương hay thậm chí chọn đường cùng... khi biến cố ập tới mà không có sự chuẩn bị (nhất là về mặt tinh thần).
- + bạn có sự chuẩn bị: biết soi rọi quá khứ, nhìn đúng hiện tại và nhìn thấy tương lai NỘI LỰC để biết cách kiểm soát/định đoạt cuộc đời mình
- + bạn không 'ngủ quên' trên chiến thắng đã vượt qua các biến cố xấu trước đó.
 - Muốn có hạnh phúc bền vững → phải xây dựng, phát huy 'Lỗi Người' liên tục và phát triển thang nội lực cá nhân lên cao dần.
- + biết xây dựng và phát huy 'Lỗi Người', nhất là *chủ động lựa chọn những phẩm chất cần thiết* cho công việc/sự nghiệp/vấn đề hiện tại của bạn
- + Mô Hình Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực còn giúp bạn ngủ ngon, ngủ sâu do loại bỏ được stress, vượt qua biến cố. Nhiều người mất ngủ hay gặp rối loạn giấc ngủ do áp lực cuộc sống mạnh hơn mức nội lực họ đang có.

- ✚ Mô Hình âm nhạc giúp bạn giải quyết cả công việc khác khi dùng Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực MyDoJe do Jelong tạo ra (trong đó sử dụng Mô Hình Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực)
- ✚ Sau khi vượt qua khó khăn hay biến cố, Mô Hình Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực còn làm bạn trở nên mạnh mẽ và khích lệ bạn giúp những người khác gặp cùng biến cố. Nếu bạn sử dụng MyDoJe – Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực – còn có thể tạo ra các giá trị to lớn hơn cho xã hội.
- ✚ MyDoJe – Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực – còn giúp bạn chủ động phát triển nội lực cao hơn
 - Nhờ Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực cho ta thấy rõ các mức [DO RE MI FA SOL LA SI JE]¹ cứ xếp lên cao dần không có điểm dừng. Từ đó nó mô tả chính xác thang nội lực con người cũng có cấp độ như vậy và không có điểm dừng.

Ngược lại, nếu không có Mô Hình Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực, con người thường sẽ bị động trước các biến cố, khó khăn trong cuộc sống, hay mơ hồ trong việc giải quyết chúng, cụ thể:

- Họ không biết cách giải quyết vấn đề, bị tổn thương tâm lý hay thậm chí chọn đường cùng... khi biến cố ập tới vượt quá sức chịu đựng hay mức nội lực họ đang có.
- Họ không có sự chuẩn bị để biết soi rọi quá khứ, nhìn đúng hiện tại và nhìn thấy tương lai NỘI LỰC để biết cách kiểm soát/ định đoạt cuộc đời mình
- 'Ngủ quên' trên chiến thắng đã vượt qua các biến cố xấu trước đó.
 - Đó là lý do có nhiều người trước đây ta thấy họ mạnh mẽ nhưng lại sụp đổ khi biến cố khác xảy ra dù biến cố đó thậm chí không tệ như trước đây

→ Họ đã không tiếp tục xây dựng, phát huy ‘Lỗi Người’ liên tục và phát triển thang nội lực cá nhân lên cao dần.

- Họ không biết xây dựng và phát huy ‘Lỗi Người’, nhất là *chủ động lựa chọn* những phẩm chất cần thiết cho công việc/sự nghiệp/vấn đề hiện tại của bạn
- Không nhìn thấy sự cụ thể hóa các yếu tố trong Mô Hình Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực, con người bị động trong việc soi rọi các biến cố và bị mất ngủ hay gặp rối loạn giấc ngủ do áp lực cuộc sống mạnh hơn mức nội lực họ đang có.
- Không có Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực, nhiều người chỉ nghĩ đến việc vượt qua biến cố, khó khăn cho bản thân mà không nhìn thấy các giá trị to lớn hơn được tạo ra cho xã hội.

Đó chính là lợi ích thực tế của chức năng quan trọng nhất của Âm nhạc mà 40.000 năm qua con người đã không có được: **xây dựng, phát huy ‘Lỗi Người’ liên tục và phát triển thang nội lực cá nhân lên cao dần để có hạnh phúc bền vững.**

Điểm cốt lõi: **Mô Hình Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực cho bạn biết rằng bạn có hạnh phúc bền vững KHÔNG VÌ bạn có tài năng/sắc đẹp/tiền của/danh vọng... hay đi tìm chúng bạn mới có hạnh phúc.**

Bạn có hạnh phúc vì Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực của bạn ngày càng cao hơn. Đơn giản, nội lực của bạn ngày càng cao hơn. ‘Lỗi Người’ của bạn ngày càng ‘sáng tỏ’ hơn.

Đó là lý do nhiều người không hạnh phúc dù họ có sắc đẹp/tài năng/tiền bạc/danh vọng/quyền lực...

Khi họ có những thứ đó nhưng nội lực không mạnh mẽ, yếu ý chí họ sẽ không dễ vượt qua các biến cố mà những thứ đó không đảm bảo hạnh phúc cho họ.

Không phải ai cũng nhìn ra được điểm đó.

Thường họ chỉ thấy nó khi biến cố ập tới.

Do đó, Mô Hình Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực giúp mọi người biết làm gì cụ thể để xây nội lực của mình ngày càng cao hơn để có hạnh phúc vững bền.

Mỗi một nốt trong Mô Hình Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực đều giúp bạn đạt nội lực cao hơn vì mỗi nốt đều chứa một hay vài yếu tố/phẩm chất của ‘Lỗi Người’ và hành động cụ thể để vượt qua khó khăn, khủng hoảng hay biến cố trong cuộc sống.

[DO RE MI FA SOL LA SI JE]ⁿ

Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực Quyết Định Vận Mệnh Cả Nhân Loại: Con Người Làm Chủ Hay Để Siêu Trí Tuệ Nhân Tạo Thống Trị?



Mô Hình Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực trên giúp bảo vệ sự sinh tồn Nhân Loại trước Siêu AI (hay các thực thể khác) vì cũng giống như mỗi cá nhân, thế giới cũng có Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực của mình.

Đơn giản là, nếu Nhân loại không có nội lực mạnh hơn siêu trí tuệ nhân tạo, loài người sẽ dễ dàng bị chúng thao túng, mất đi ý chí sinh tồn và vì thế bị chúng kiểm soát hoặc thậm chí tiêu diệt như nỗi lo sợ¹ của Stephen Hawking, Elon Musk, Sam Altman hay ‘cha đẻ AI’ Geoffrey Hinton.

Nếu không có Mô Hình Âm Nhạc này, Nhân loại:

- ✚ Không chuẩn bị cho các biến cố xảy ra như sự thống trị của siêu AI
- ✚ 'Ngủ quên' trên chiến thắng đã vượt qua các biến cố xấu trước đó như Covid-19, các cuộc chiến tranh thế giới thứ I, II.
 - Liệu một cuộc chiến tranh thế giới thứ ba có xảy ra vì sức mạnh nội lực của toàn thế giới đã suy giảm?

¹ Đọc chi tiết trong tài liệu “Nốt Je Của God” với link tải đọc: <https://mydoje.com/go/3000b>

✚ Không nghĩ đến việc phát triển nội lực cao hơn

- Nhờ thang quãng 8 âm nhạc cho ta thấy rõ các mức [DO RE MI FA SOL LA SI JE]ⁿ cứ xếp lên cao dần không có điểm dừng. Từ đó nó mô tả chính xác thang nội lực thế giới cũng có cấp độ như vậy và không có điểm dừng.
- Từ thời kỳ tiền sử đến nay, thang nội lực của thế giới đã đi lên cao nhưng đến khi siêu AI xuất hiện, nếu họ không xây dựng nội lực đủ mạnh, liệu họ có còn đủ sức duy trì sự tồn tại của mình?
- Đó là vì sao, xuyên suốt “Nốt Je Của God”, Jelong đã nói đến việc xây dựng và phát huy ‘Lỗi Người’ – các giá trị, phẩm chất cao đẹp của con người chính là ‘**chìa khóa thần**’ để xóa bỏ sự thống trị của siêu AI.

✚ Muốn tồn tại và phát triển → thế giới phải xây dựng và phát triển Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực lên cao dần.

Do đó, mục tiêu chương này để sau khi mọi người nhận ra ‘Lỗi Người’ chính là ‘chìa khóa thần’ giúp con người xử lý các cuộc chiến tranh, sự đe dọa sinh tồn từ siêu AI mà qua tài liệu “Nốt Je Của God” đã trình bày rất rõ, họ có thể sử dụng Hệ Thống 5 Bước Thăng Hoa Nội Lực sau đây để **xây nội lực đích thực** đạt được hạnh phúc bền vững.

Chúng ta cần một hệ thống trực quan giúp mỗi ngày đi lên những bậc cao hơn của Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực.

	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
	Hành Trình 1 Chu Kỳ	BƯỚC 1			BƯỚC 2		BƯỚC 3	BƯỚC 4	BƯỚC 5	Hành Trình 1 Chu Kỳ	
		CENTERED CLARITY & DIRECTION (ĐỊNH TÂM SUY XÉT CỤC DIỆN)			STRATEGIC RESOLUTION, (HÓA GIẢI CỤC DIỆN)		TOOL & GEAR SETUP (THIẾT LẬP HỒ TRỢ)	EXECUTION-MAP (BẢN ĐỒ THỰC THI)	TAKE DECISIVE ACTION (THỰC HIỆN QUYẾT ĐOÁN)		
		Nhận Ra Thực Trạng Vấn Đề	Mục Tiêu	Mức Nội Lực (so với) Mức Áp Lực	Tìm Giải Pháp	Tìm Giải Pháp (Có God)	Chuẩn Bị Công Cụ Xử Lý	Bản Đồ Thực Thi	Lệnh Thực Thi & Nâng Cấp		
Phẩm Chất Để Giải Quyết	Đôi Mắt Nhân Văn								8! Sự Chung Thủy Đa Tầng	Phẩm Chất Để Giải Quyết	
BƯỚC NỀN: XÂY NỀN NỘI LỰC VỮNG MẠNH VỚI "HỆ THỐNG NHẬT NGUYỆT 8 QUĂNG 8" GIÚP KIỂM SOÁT STRESS & GIẤC NGỦ											
	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
Lĩnh Vực:				Vấn Đề:				KẾT QUẢ:			
Ngày:				Ghi Chú:				ĐÚC KẾT CHIÊM NGHIỆM:			
MyDoJe ⁿ =											

Khung MyDoJe – Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực (Tác giả: Jelong)

Trong nỗ lực dùng Hệ thống âm nhạc để phát huy vai trò bảo vệ Nhân Loại trước Siêu AI của Âm nhạc (thông qua Hệ Nhạc Quăng 8 Nội Lực Jelong), Khung Hệ Thống MyDoJe trên sẽ được cho tải miễn phí trên website **MyDoJe.com** để bạn tự điền vào các ô trống giúp bạn giải quyết các khó khăn hay biến cố đang gặp trong cuộc sống về tình yêu, hôn nhân, tài chính, sự nghiệp, doanh nghiệp, v.v...

Khung hệ thống này được tạo ra trực quan giúp bạn phân tích, nhìn nhận các khó khăn mình đang gặp phải. Nó giúp bạn sáng suốt, bình tĩnh hơn để giải quyết vấn đề.

MyDoJe – Hệ Thống Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực - giúp bạn đi qua khó khăn, thậm chí các biến cố với những bước cụ thể **một cách có ý thức, tự chủ**. Bạn định danh được cảm xúc, dự báo được khó khăn và rút ngắn thời gian khó chịu hay đau khổ.

Khi stress, não bộ bị khóa chặt bởi cảm xúc tiêu cực, mọi người không thể tự phân tích một cách khách quan.

Mô Hình Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực trong Hệ Thống MyDoJe đóng vai trò như một "*Hệ Điều Hành Tinh Thần*". Âm nhạc bây giờ với chức năng xây nội lực cho con người giúp bạn cài đặt ‘hệ điều hành’ đó vào đầu mình để khi biến cố hay vấn đề xảy ra, bạn có thể in Khung Hệ thống MyDoJe này ra giấy² để tự xử lý vấn đề của chính mình.

Điều này khác xa trước đây khi gặp biến cố, con người thường bị động, không biết làm gì, chịu đựng những tổn thương vì không chuẩn bị nội lực vững mạnh trước đó.

Nhưng bây giờ, Âm nhạc (đặc biệt hát Live) với chức năng quan trọng nhất của mình, ngoài việc bảo vệ Nhân Loại trước Siêu AI (xem trong “Nốt Je Của God”) còn giúp mọi người từ nay biết chủ động làm gì trước các khó khăn cuộc sống.

Chúng ta sẽ đi sâu hơn vào Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực ở các chương sau.

Bây giờ, chúng ta quay lại câu hỏi ở phần trước:

Trong Mô Hình Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực, đâu là yếu tố quan trọng nhất:

- ✧ Mức Nội Lực/Hạnh Phúc?
- ✧ Số n?
- ✧ Các nốt nhạc [DO RE MI FA SOL LA SI JE]?
- ✧ Hay các mức khó khăn/biến cố?

² Hoặc dùng app/ứng dụng “Khung MyDoJe” để thực hiện trực tiếp trên tài khoản riêng. Xem thêm: <https://mydoje.com/>

Xử Lý Vấn Đề Trong Cuộc Sống Bằng Việc Hiểu Nội Lực Một Cách Đầy Đủ Và Phải Xét 3 Dấu Sau Đây:

Mức Nội Lực Của Cá Nhân [DO RE MI FA SOL LA SI JE] ⁿ (Viết rút gọn: MyDoJeⁿ)		Mức Áp Lực Của Khó Khăn/Biến Cố (Pressure Level)
MyDoJe ⁿ	>	Pressure Level
MyDoJe ⁿ	=	Pressure Level
MyDoJe ⁿ	<	Pressure Level

*MyDoJeⁿ (nghĩa là) Thang Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực Của Tôi hay
“Mức Nội Lực Quảng 8 của Tôi”*

1. Nếu Mức nội lực của bạn (MyDoJeⁿ) **>** mạnh hơn Mức áp lực sự việc/biến cố (Pressure Level): Bạn có thể vượt qua khó khăn dễ dàng và tiếp tục phát triển (tùy mức độ)
2. Nếu Mức nội lực của bạn = tương đương Mức áp lực biến cố: Bằng cảm nhận, bạn cảm thấy có khó khăn khi giải quyết vấn đề đó nhưng cảm giác có thể chịu được tình huống, không quá tải.
3. Nếu Mức nội lực của bạn **<** yếu hơn Mức áp lực biến cố: Tùy mức độ, bạn cảm thấy căng thẳng khi xử lý vấn đề, thậm chí không chịu được stress hay sợ hãi, mất ngủ, sức khỏe sa sút...

Bạn có thể thử đứng trước đám đông để hát live:

1. Nếu Mức nội lực của bạn (MyDoJeⁿ) **>** Mức áp lực khi hát live (Performance Pressure Level): Bạn tự tin hát và trình diễn thật hay hoặc cảm thấy vui khi đứng trước đám đông hát cho họ nghe.

2. Nếu Mức nội lực của bạn = Mức áp lực hát live: Bằng cảm nhận, bạn cảm thấy có khó khăn khi hát live nhưng cảm giác có thể chịu được tình huống, không quá tải.
3. Nếu Mức nội lực của bạn  Mức áp lực hát live trước đám đông: Tùy mức độ, bạn cảm thấy căng thẳng khi hát, thậm chí không kiểm soát nổi giọng, hát chênh phô, bẻ giọng và trở nên sợ hãi.

Đó là tại sao hát live lại được mọi người trên khắp thế giới coi trọng.

Và đó cũng là lý do Ca sĩ hay Ca Giải Sĩ³ như Jelong khi hát live lại vượt trội hoàn toàn khả năng của siêu trí tuệ nhân tạo vì chúng hát như máy hát hay ca sĩ hát nhép.

Thang Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực sẽ cho bạn biết mức nội lực mình ra sao trước biến cố.

Nếu bạn xây Thang Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực mỗi ngày hoặc đều đặn bằng Khung Hệ Thống MyDoJe trực quan của Jelong, bạn sẽ có thuận lợi lớn khi tìm cách vượt qua biến cố xấu.



Hãy đọc thêm tài liệu “*Nốt Je Của God – Công Cụ Nhạc Phá Vỡ Sự Thống Trị Của Siêu AI Và Xóa Bỏ 3000 Năm Định Kiến Ca Hát*” để thấy Jelong đã vượt qua biến cố ca hát vào năm 2019, từ việc bị làm nhục trước hàng ngàn người trên mạng cho tới lúc được họ công nhận như một Thiên tài ca hát.

³ Xem nghề hát mới này trong “Nốt Je Của God”: <https://mydoje.com/go/3000b>

Sau biến cố đó, tôi càng đam mê làm nhạc và ca hát hơn, tạo ra “Nốt Je Cửa God” và dùng công cụ nhạc “Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong” để giúp con người phá vỡ sự thống trị của siêu AI. Biến cố như một ‘đòn bẩy’ giúp tôi xóa bỏ 3000 năm định kiến nghệ sĩ là ‘xưởng ca vô loại’ và tạo ra nghề hát mới: Ca Giải Sĩ.

Bạn hãy đọc thêm để thấy cách tôi xây dựng thang Quãng 8 Nội Lực thế nào để vượt qua khó khăn và thu được nhiều thành quả.

MyDoJe = My [Do Re Mi Fa Sol La Si Je]ⁿ

= Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực Của Tôi

Bạn có ‘chiếc thang’ đo mức Quãng 8 Nội Lực của riêng bạn

Việc bạn đi lên hay đi xuống trên chiếc thang đó đều do bạn hoàn toàn chịu trách nhiệm.



Nội Lực Thường Được Hiểu Theo Nghĩa Không Đầy Đủ. Và Nó Thường Được Nghĩ Đến Khi Biến Cố Đã Đang Xảy Ra.

Thông thường, mỗi ngày mọi người thường quan tâm đến công việc, sinh hoạt bản thân và gia đình của họ và hầu như không nghĩ đến việc phát triển nội lực của bản thân.

Chỉ đến khi biến cố xảy ra hay những khó khăn ập đến đòi hỏi họ phải nỗ lực vượt qua, lúc này họ mới nghĩ đến “Mình phải cố gắng vượt qua”, “Mạnh mẽ lên”, “Không thể thua được!”, ...

Áp lực cuộc sống chiếm phần lớn thời gian mọi người suy nghĩ, thiếu nhận thức về phát triển nội lực, hoặc có người còn không biết hay mơ hồ về hai chữ ‘nội lực’ khiến họ bỏ qua hay xem nhẹ điều này.

Đến khi gặp sự cố, nhiều người không chịu nổi áp lực tinh thần hoặc bế tắc đến nỗi chọn con đường kết thúc sự sống. Bạn có thể đọc thêm về hai trường hợp có thật Sulli và Channing trong tài liệu “Nốt Je Của God”, vì “**miệng lưỡi gian ác**” (bị bắt nạt và xỉ nhục trên mạng) họ đã lựa chọn chấm dứt cuộc đời.

Đó là do nội lực của họ đã yếu hơn mức áp lực biến cố.

Tuy nhiên, Jelong thì ngược lại!

Kể từ sau việc vượt qua biến cố ca hát đó, tôi đã cùng Âm nhạc tạo ra nhiều điều hữu dụng, có ích và với việc khám phá ra chức năng quan trọng của **Quãng 8**, tôi tạo ra MyDoJe – Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực – và Khung MyDoJe giúp mọi người sử dụng chức năng quan trọng nhất của ca nhạc mà suốt 40.000 năm qua nó đã bị ‘phong ấn’.

Vậy Nội Lực có phải là ý chí mạnh mẽ, kiên cường vượt qua nghịch cảnh?

Nhiều người thường hiểu nội lực là sức mạnh bên trong hay người có ý chí cao, tinh thần mạnh mẽ.

Điều đó vẫn chưa đầy đủ.

Tổng quát, Nội lực con người gồm các yếu tố về:

1. Trí lực
2. Tâm Lực
3. Thể lực

Ví dụ, một người muốn thay đổi thói quen sinh hoạt để ngủ tốt hơn hoặc không để việc thức khuya phá hoại sức khỏe :

- Người đó có thể học và áp dụng cách quản lý stress và giấc ngủ theo khoa học có kiểm chứng (Trí lực).

→ **Qui Trình Thở Hát 8 Quãng 8** (“8-Octave Breathe & Sing Process”) do chính Jelong tạo ra giúp người muốn có giấc ngủ ngon và sâu, đồng thời kiểm soát stress bằng âm nhạc theo nhịp sinh học 24h của con người. Đây là hệ thống kết hợp Qui trình 3 Bước do Jelong phát minh dựa trên 8 nốt nhạc [DO RE MI FA SOL LA SI JE] và nghiên cứu hệ thần kinh giúp bạn tăng melatonin gây buồn ngủ khi bạn thở và hát tên các nốt nhạc trong vòng 8 quãng 8

→ Đây cũng chính là công cụ Jelong tạo ra để **Bảo Vệ 1/3 Cuộc Đời Nhân Loại Trước Thuật Toán AI**. Các chương sau Jelong sẽ hướng dẫn bạn thực hiện qui trình này tại nhà để bạn dễ đi vào giấc ngủ hơn bằng phương pháp đầu tiên và duy nhất mà bạn chưa từng biết tới.

- Thay vì dùng thuốc ngủ để dễ ngủ, người này có **ý chí** thay đổi giờ giấc sinh hoạt lành mạnh, không thức quá khuya = Tâm lực.
- Còn về Thể lực, họ chăm sóc sức khỏe thể chất như ăn uống lành mạnh, ngủ đủ giấc, không thức đêm ăn khuya v.v...

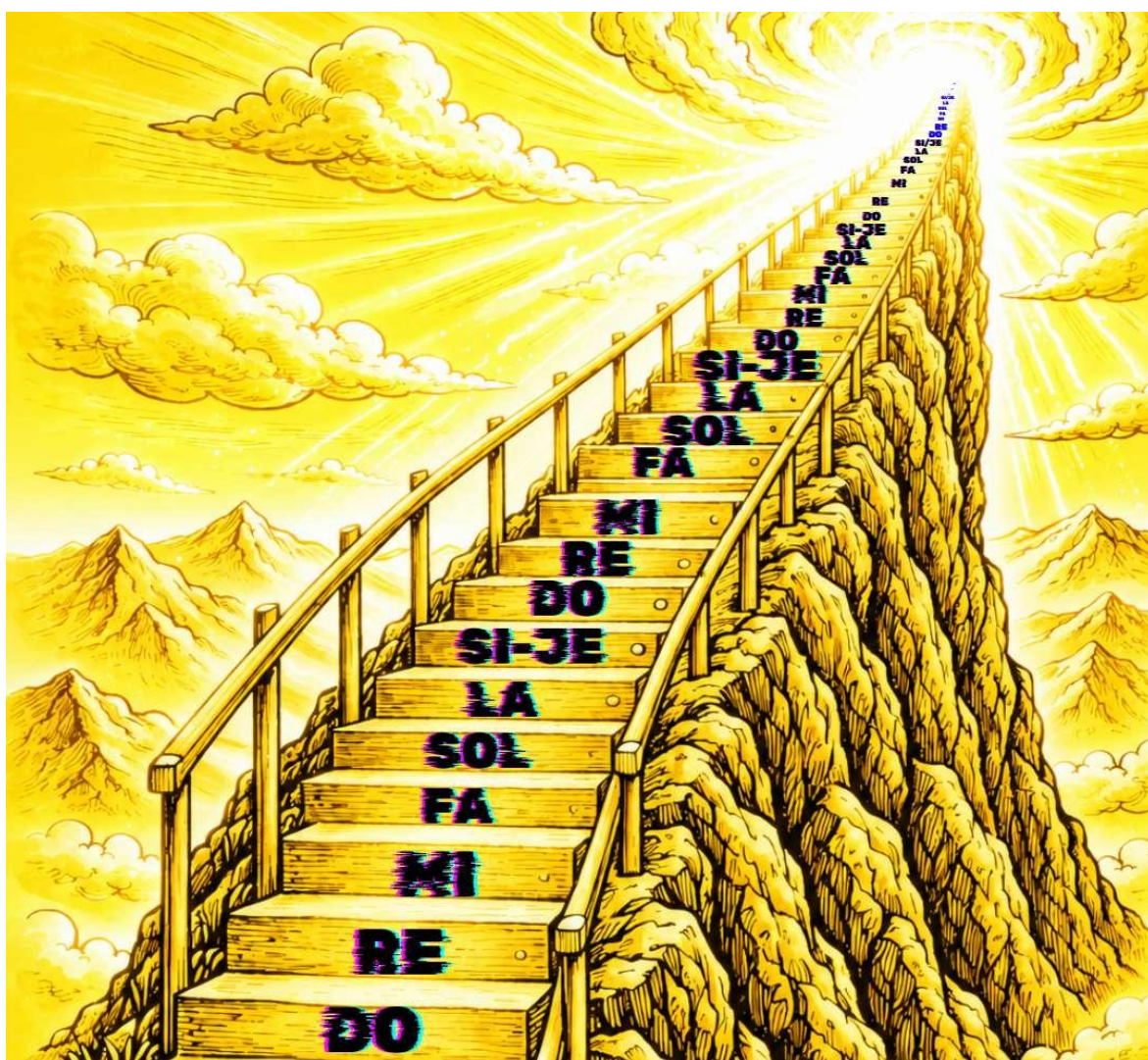
Như vậy, nội lực không chỉ là sức mạnh ý chí đơn thuần.

Tuy nhiên phần **Tâm lực là gốc** và giữ vai trò rất quan trọng.

Có những người thiếu thốn về vật chất, điều kiện học hành không có, thậm chí cơ thể bị khuyết tật, nhưng sức mạnh bên trong giúp họ vượt lên nghịch cảnh do đó họ vẫn đi lên các bậc cao hơn của Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực.

Trong khi đó, rất nhiều người có sắc đẹp, tài năng, của cải dư thừa, danh vọng lẫn quyền lực xã hội cao vẫn ‘rớt’ xuống các quãng 8 nội lực thấp hơn.

Nhiều trường hợp chúng ta thấy có những người nổi tiếng trong giới giải trí, công nghệ, nhiều tỷ phú, thậm chí cả những người lãnh đạo các tổ chức, quốc gia bị tù tội, kết án hoặc họ chọn ‘con đường cùng’ vì bị *roi thê thảm* trên Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực.



Mô Hình Thang Hoa Quãng 8 Nội Lực giúp bạn chủ động tiến lên những bậc cao hơn của nội lực con người – thứ quyết định vận mệnh của bạn.

Đối với thế giới cũng vậy.

Con người muốn phá vỡ sự thống trị của siêu AI, các cuộc chiến tranh, suy thoái kinh tế..., con người buộc phải xây dựng và phát huy ‘Lỗi Người’ linh thiêng của họ, đặc biệt thông qua Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực hay Mô Hình Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực, con người phải nâng cao mức nội lực của họ sao cho:

**Sức mạnh nội lực Nhân Loại = [DO RE MI
FA SOL LA SI JE]ⁿ > Mức áp lực của sức mạnh
Siêu AI**

(Jelong – Cách phá vỡ sự thống trị của siêu AI)

Siêu trí tuệ nhân tạo không có ‘Lỗi Người’.

Con người lại có ý chí, quyết tâm, không khuất phục trong phần ‘Lỗi Người’ và nhờ đó Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực của nhân loại được nâng cao.

Điều đó mới đảm bảo họ thắng được sự thống trị của siêu trí tuệ nhân tạo.

Không xây dựng, phát huy những phẩm chất, giá trị cao đẹp trong ‘Lỗi Người’ thì không sao nâng cao được Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực, thậm chí con người ngày càng thấp kém hơn so với siêu trí tuệ nhân tạo.

Do đó, trong Mô Hình Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực, yếu tố sau là quan trọng nhất vì **bạn tập trung phát triển nó bạn mới đi lên các bậc cao hơn của Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực:**

- ✧ Mức Nội Lực/Hạnh Phúc
- ✧ Số n
- ✧ Các nốt nhạc [DO RE MI FA SOL LA SI JE]
- ✧ Các mức khó khăn/biến cố

Với những người chưa từng đọc cuốn sách này và chưa từng biết điều ẩn giấu sau 8 nốt nhạc suốt hơn 40.000 năm qua, điều này thật lạ đúng không?

Khi biết về Mô Hình Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực, nhiều người thường thích số n vì số này càng cao chứng tỏ họ càng có nội lực mạnh mẽ, hạnh phúc càng bền vững.

Nhưng đó chỉ là kết quả.

Cái quan trọng nhất phải là cái giúp bạn vượt qua khó khăn hay nghịch cảnh.

Và do đó, các nốt nhạc [DO RE MI FA SOL LA SI JE] trong Khung Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực mới là yếu tố quyết định giúp bạn có nội lực vững mạnh để thắng nghịch cảnh.

Ý tôi muốn nói: Bạn phải quan tâm đến việc xây dựng và phát huy các giá trị phẩm chất nơi ‘Lỗi Người’ của mình.

Mỗi nốt nhạc trên trong khung MyDoJe đều đi kèm một giai đoạn xử lý vấn đề và một hay vài phẩm chất trong ‘Lỗi Người’ giúp bạn vượt trên biến cố.

Không ai có nội lực mạnh lại không phát triển các thứ quý giá đó.

Cho dù bạn gặp vấn đề gì, bạn hãy luôn nhớ xây dựng và phát huy các phẩm chất trong 2 nốt nhạc sau đây:

✚ Nốt DO → Xây dựng và Phát Huy “**Đôi Mắt Nhân Văn**”

✚ Nốt JE → Xây dựng và Phát Huy **8 Điều Răn Sắc Đẹp Của God (8!)**
và **Sự Chung Thủy Đa Tầng**.

Nốt DO là nốt nhạc bắt đầu trong thang Quãng 8 âm nhạc tiêu chuẩn.

Nốt DO cũng là nốt bắt đầu của Mô Hình Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực và là bước đầu tiên trong hành trình đi giải quyết các vấn đề khó khăn hay xử lý biến cố cuộc đời bạn.

Và “Đôi Mắt Nhân Văn” là phẩm chất nền tảng của một con người và giúp bạn nhìn nhận vấn đề đúng đắn. Do đó phẩm chất này được gắn với nốt DO trong MyDoJe – Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực.

	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	]n	
	Hành Trình 1 Chu Kỳ	BƯỚC 1			BƯỚC 2		BƯỚC 3	BƯỚC 4	BƯỚC 5	Hành Trình 1 Chu Kỳ	
		CENTERED CLARITY & DIRECTION (ĐỊNH TÂM SUY XÉT CỤC DIỆN)			STRATEGIC RESOLUTION, (HÒA GIẢI CỤC DIỆN)		TOOL & GEAR SETUP (THIẾT LẬP HỒ TRỢ)	EXECUTION-MAP (BẢN ĐỒ THỰC THI)	TAKE DECISIVE ACTION (THỰC HIỆN QUYẾT ĐOÁN)		
		Nhận Ra Thực Trạng Vấn Đề	Mục Tiêu	Mức Nội Lực (so với) Mức Áp Lực	Tìm Giải Pháp	Tìm Giải Pháp (Có God)	Chuẩn Bị Công Cụ Xử Lý	Bản Đồ Thực Thi	Lệnh Thực Thi & Nâng Cấp		
	Phẩm Chất Để Giải Quyết	Đôi Mắt Nhân Văn							8! Sự Chung Thủy Đa Tầng	Phẩm Chất Để Giải Quyết	
BƯỚC NỀN: XÂY NỀN NỘI LỰC VỮNG MẠNH VỚI "HỆ THỐNG NHẬT NGUYỆT 8 QUẢNG 8" GIÚP KIỂM SOÁT STRESS & GIÁC NGỦ											
	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	]n	
Lĩnh Vực:				Vấn Đề:			KẾT QUẢ:				
Ngày:				Ghi Chú:			ĐÚC KẾT CHIẾM NGHIỆM:				
MyDoJe ⁿ =											

Khung MyDoJe – Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực (Tác giả: Jelong)

Ví dụ: Bạn muốn tiến tới đám cưới với người bạn yêu, nhưng họ chưa muốn và khước từ lời cầu hôn tha thiết của bạn.

Thay vì cảm thấy xấu hổ, mất tự tin và tổn thương, bạn hãy dùng “Đôi Mắt Nhân Văn” để ban đầu xét xem tại sao họ lại khước từ lời cầu hôn của mình.

Nếu bạn dùng “Đôi Mắt Nhân Văn”, bạn có thể nhẹ lòng và thấy sự việc không quá trầm trọng. Bạn hiểu không thể ép một người cưới mình khi họ chưa có sự chuẩn bị mọi mặt mà bạn còn chưa thấu rõ.

Họ có lý do để không nhận lời cầu hôn bạn lúc đó nhưng nếu bạn làm việc cùng họ (trao đổi, suy xét) bạn có thể nhận ra họ từ chối không phải vì không yêu bạn mà vì họ nhận thấy chưa đúng thời điểm chẳng hạn. Còn việc chưa đúng thời điểm có thể có nhiều lý do từ cả hai phía mà họ nhận ra.

Không thiếu trường hợp nhiều người không bỏ cuộc sau vài lần bị khước từ cầu hôn.

Đó chính là nội lực của họ, không đơn thuần là ‘lý’.

Và nếu nhìn khách quan, lời cầu hôn thứ hai, thứ ba...thành công cũng là lúc mọi việc đã tiến triển trước đó ‘đủ’ để thời điểm diễn ra đúng.

Ngược lại, ngay từ đầu vì nhiều người không có “Đôi Mắt Nhân Văn”, họ không suy xét dựa trên sự thấu hiểu lại trở nên căm hận vì bị từ chối. Không thiếu trường hợp trả thù khi cầu hôn thất bại vì họ cảm thấy đối phương đã xúc phạm nặng nề đến lòng tự trọng hay họ muốn ‘phòng vệ’ giá trị con người mình.

Khung hệ thống MyDoJe muốn giúp bạn thấy rằng: ngay từ đầu (nốt DO đầu tiên) nếu bạn có “Đôi Mắt Nhân Văn”, nó sẽ giúp bạn giảm thiểu sự nghiêm trọng của vấn đề xuống đến nỗi nhiều khi đó không còn là vấn đề nữa.

Giống như trong vấn đề phẫu thuật thẩm mỹ. Nếu bạn có “Đôi Mắt Nhân Văn” mạnh mẽ, bạn sẽ không bị các định kiến sắc đẹp của xã hội đè nặng và có khi nhận ra ta không cần phải ‘sửa’ gì cả.

Cái bạn cần ‘sửa cho đẹp’ hay vấn đề bạn cần giải quyết lại chính là “Đôi Mắt Nhân Văn” hay ‘cái nhìn nhân văn’ dành cho chính hình thể của bạn.

	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
	Hành Trình 1 Chu Kỳ	BƯỚC 1			BƯỚC 2		BƯỚC 3	BƯỚC 4	BƯỚC 5	Hành Trình 1 Chu Kỳ	
		CENTERED CLARITY & DIRECTION (ĐỊNH TÂM SUY XÉT CỤC DIỆN)			STRATEGIC RESOLUTION, (HÒA GIẢI CỤC DIỆN)		TOOL & GEAR SETUP (THIẾT LẬP HỒ TRỢ)	EXECUTION-MAP (BẢN ĐỒ THỰC THI)	TAKE DECISIVE ACTION (THỰC HIỆN QUYẾT ĐOÁN)		
		Nhận Ra Thực Trạng Vấn Đề	Mục Tiêu	Mức Nội Lực (so với) Mức Áp Lực	Tìm Giải Pháp	Tìm Giải Pháp (Có God)	Chuẩn Bị Công Cụ Xử Lý	Bản Đồ Thực Thi	Lệnh Thực Thi & Nâng Cấp		
	Sửa mắt, mũi đẹp hơn Giảm cân mệt mỏi, lâu quá				Cách để không PTTM mà vẫn đẹp?						
Phẩm Chất Để Giải Quyết	Đôi Mắt Nhân Văn							8! Sự Chung Thủy Đa Tầng	Phẩm Chất Để Giải Quyết		
BƯỚC NỀN: XÂY NỀN NỘI LỰC VỮNG MẠNH VỚI "HỆ THỐNG NHẬT NGUYỆT 8 QUĂNG 8" GIÚP KIỂM SOÁT STRESS & GIÁC NGỦ											
	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
Linh Vực:	Sắc đẹp		Vấn Đề:		Phẫu thuật thẩm mỹ để đẹp hơn, có sự tự tin		KẾT QUẢ:				
Ngày:	2026		Ghi Chú:				ĐÚC KẾT CHIẾM NGHIỆM:				
MyDoJe ⁿ =											

Dùng Khung MyDoJe trực quan mà Jelong cung cấp và điền vào vấn đề của bạn, cùng các dữ liệu khác...

(Khung MyDoJe trên được xử lý và lấy từ ứng dụng/app

“Khung MyDoJe” (The MyDoJe Framework App) trên MyDoJe.com)

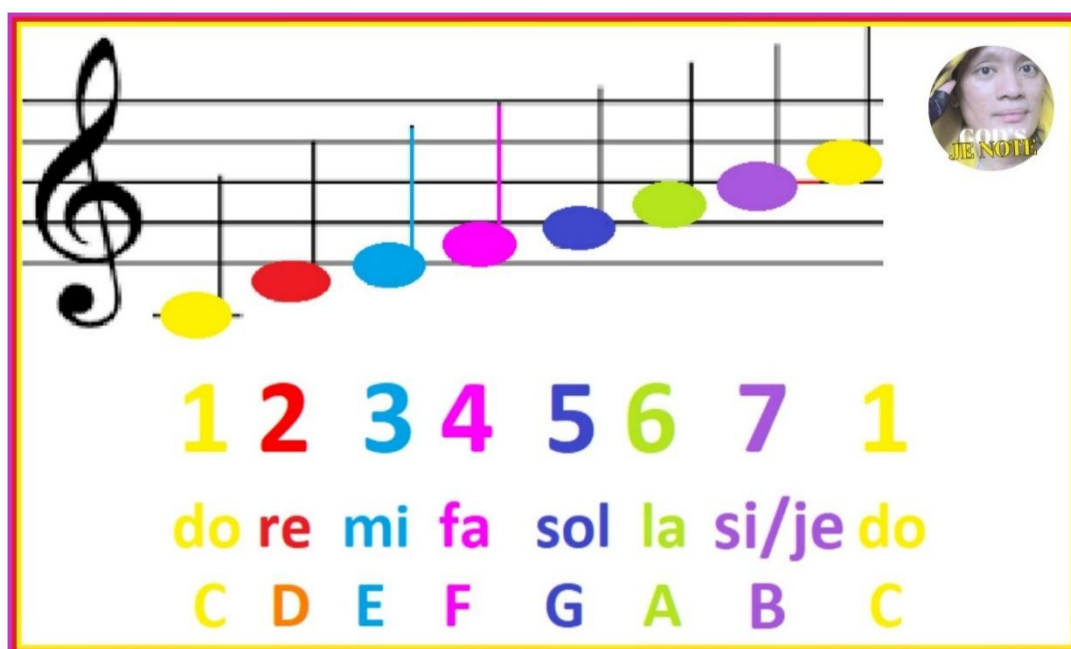
Nghĩa là khi dùng Khung MyDoJe - Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực - bằng âm nhạc, vấn đề của bạn được nhìn nhận **trực quan, rõ ràng** và bạn còn nhìn ra được vấn đề thật sự nằm đằng sau sự cố/biến cố bạn đang gặp.

Chỉ cần so sánh giữa việc bạn xử lý các biến cố trong đầu và ghi ra cụ thể trong Khung MyDoJe, bạn sẽ thấy rõ sự khác biệt.

Nếu nội lực bạn vững mạnh, có khi vấn đề được giải quyết ngay nốt DO đầu tiên hay nói một cách vui là: *Giải quyết trong vòng một nốt nhạc!*

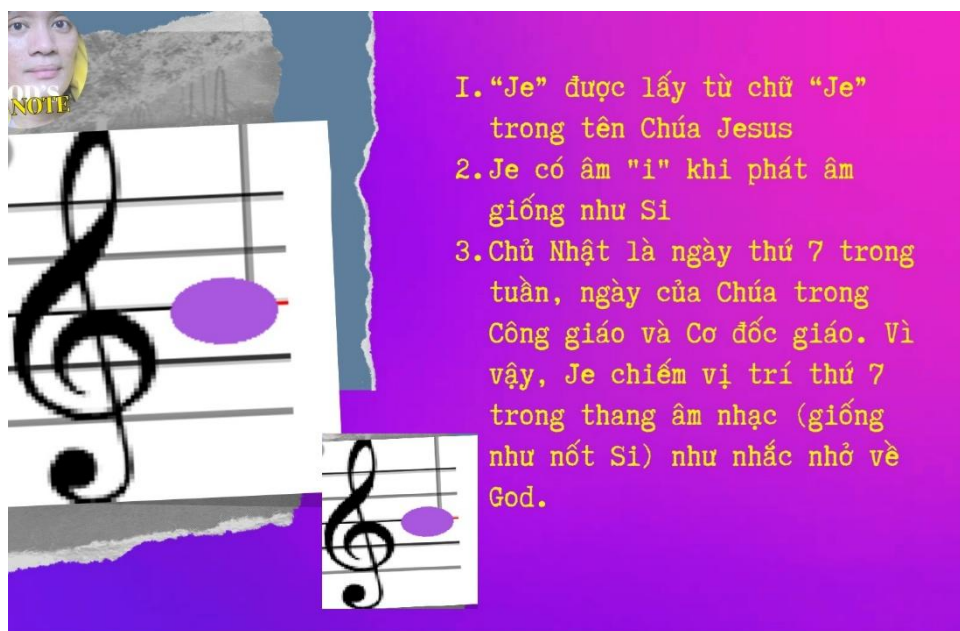
Vậy còn nốt JE?

Nếu bạn đã đọc qua tài liệu “Nốt Je Của God”, bạn sẽ biết Je là nốt nhạc ở vị trí cao nhất vì nó mang tên của Thượng Đế và chứa những điều quan trọng về sức mạnh bên trong con người.



Je được tôi tạo ra để bổ sung hay thay thế nốt Si.

Je có cao độ bằng Si và cũng mang ký hiệu B trên khuôn nhạc.



NOTE

1. “Je” được lấy từ chữ “Je” trong tên Chúa Jesus
2. Je có âm “i” khi phát âm giống như Si
3. Chủ Nhật là ngày thứ 7 trong tuần, ngày của Chúa trong Công giáo và Cơ đốc giáo. Vì vậy, Je chiếm vị trí thứ 7 trong thang âm nhạc (giống như nốt Si) như nhắc nhở về God.

Je và cả các nốt nhạc khác qua Mô Hình hay Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực cho thấy đó không phải là những nốt nhạc thông thường như mọi người nghĩ suốt hơn 40.000 năm qua.

Quãng 8 của âm nhạc về bản chất đã có cách đây hơn 40.000 năm.

Quãng 8 không phải là một phát minh của con người mà là một hiện tượng vật lý tự nhiên (**tần số rung động Hz**). Sau này người ta mới đặt tên cho nó.

Je - Nốt nhạc chung thủy của Thượng Đế hay “Nốt Je Của God” - xuất hiện khi Jelong tìm ra cách viết và hát nhạc Liên Hoàn Nốt Jelong (được nói trong tài liệu “Nốt Je Của God” cũng như ở các chương sau).

Cùng với những nốt nhạc khác, nốt Je còn có vai trò hay công dụng gì đặc biệt để làm tăng hay nâng cao Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực của một con người và Nội lực của một quốc gia hay toàn thế giới?

Phần sau sẽ cho bạn biết về vai trò và ứng dụng thực tế của nốt nhạc JE cũng như các nốt nhạc khác trong Thang Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực.

Nó liên quan mạnh mẽ đến thời đại AI ngày nay mà bạn có thể đang gặp phải.

Nhờ nốt JE mà các nốt nhạc khác mới có ý nghĩa riêng của nó như nốt DO mang phẩm chất quan trọng “Đôi Mắt Nhân Văn”.

Lý do là “Nốt Je Của God” giúp tôi tìm ra cách phá vỡ sự thống trị của siêu AI và bảo vệ Nhân Loại bằng cách xây dựng và phát huy ‘Lỗi Người’.

Từ đó Jelong mới tìm ra mối tương quan giữa nội lực con người và ‘lỗi linh thiêng’ của họ.

Không có “Nốt nhạc chung thủy của Thượng Đế” này, cả Mô Hình Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực lẫn Khung MyDoJe – Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực – sẽ không tồn tại vì khi đó, các nốt nhạc chỉ đơn thuần là âm thanh mà 40.000 năm nay ai cũng nghe thấy.

Nhưng bạn có để ý thấy phần nền của khung MyDoJe không?

Tại sao trong Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực lại có bước nền: **Xây Nền Nội Lực Vững Mạnh Với “Hệ Thống Chuyển Nhịp Nhật Nguyệt” Giúp Kiểm Soát Stress & Giấc Ngủ** của bạn?

Xây Thang Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực liên quan gì đến điều này, nhất là khi chúng ta đang sống trong thời đại có trí tuệ nhân tạo?

Tại sao không đi xử lý khó khăn hay biến cố ngay từ đầu mà lại phải điều hòa hệ thần kinh của bạn với âm nhạc trước tiên?

Bạn sẽ có lời giải đáp ngay phần sau.

Chương 1-Phần 3

BÊN TRONG KHUNG MYDOJE – KHUNG HỆ THỐNG THĂNG HOA QUĂNG 8 NỘI LỰC

Sử Dụng Khung Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực Trực Quan, Linh Hoạt Như "Bản Đồ Thực Thi Vận Mệnh" Của Cuộc Đời Bạn, Nhất Là Khi Biến Cố Xảy Ra

Từ khi “Nốt Je Của God” có mặt trên đời, Mô Hình Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực được phát hiện nằm ẩn sau 8 nốt nhạc của Quăng 8.

Từ Mô hình mang đậm nét đặc trưng của Âm nhạc giúp kiểm soát vận mệnh con người đó, tôi đã tạo ra Khung hệ thống giúp **chủ động kiểm soát** số phận của con người, của quốc gia và thậm chí cả Nhân loại, nhất là trong thời đại có siêu trí tuệ nhân tạo.

Nói đơn giản, nhờ Mô Hình Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực được tích hợp vào một Khung *trực quan, dễ kiểm soát và có hệ thống*, bạn có thể từng bước xử lý và tìm cách vượt qua khó khăn hay khủng hoảng - thứ quyết định vận mệnh cuộc đời bạn.

Nhìn vào khung MyDoJe – Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực thứ giúp bạn xây dựng nội lực vững mạnh mỗi ngày và nhất là giúp bạn xử lý, giải quyết các biến cố bất ngờ ập đến - bạn có thể thấy ngay:

 Khung Hệ Thống MyDoJe giúp bạn **có cái nhìn Trực quan (Visual) về nội lực của mình** – thứ rất mơ hồ với hầu hết mọi người xưa nay. Đây là đặc điểm lớn nhất. Thay vì không nắm bắt được nội lực (thứ vô hình) của bản

thân, bây giờ Jelong giúp bạn "nhìn" thấy toàn bộ dòng chảy nội lực của bạn, từ quá khứ đến hiện tại và cả tương lai.

→ Ví dụ, bạn nhìn ra ngay nội lực của bạn được xây dựng từ khi bạn học lớp 10 đến khi tốt nghiệp phổ thông trung học hay đại học; hay từ lúc bạn đám cưới đến lúc bạn sinh con, v.v...*Chỉ cần dùng khung này và lưu lại trên máy tính hay trên giấy, bạn có “Hồ Sơ Nội Lực” cá nhân từ quá khứ đến hiện tại.*

-  Khung MyDoJe có tính **Hệ thống (Systemic)**: Giúp bạn thấy rõ mối quan hệ mật thiết giữa các phần trong hệ thống xây quăng 8 nội lực. Ví dụ: Thay đổi ở nốt DO (“Đôi Mắt Nhân Văn”) tốt hay xấu sẽ tác động ngay đến mức độ bạn nhìn nhận về vấn đề/biến cố. Từ đó ảnh hưởng đến cách xử lý vấn đề ở bước FA-SOL trong khung.
-  **Toàn diện (Holistic)**: Hệ Thống Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực MyDoJe bao quát đủ 3 yếu tố tạo nên Nội Lực của một con người mà bạn đã biết ở phần trước (Trí Lực-Tâm Lực-Thể Lực) và *không bỏ sót khía cạnh quan trọng nào.*
-  **Súc tích (Concise)**: Loại bỏ những diễn giải rườm rà, chỉ giữ lại những từ khóa và ý tưởng cốt lõi nhất. Bạn chỉ cần ghi ý chính hay điểm trọng yếu vào mỗi ô.

Khi bạn sử dụng Khung Hệ Thống MyDoJe để điều hòa hệ thần kinh bằng âm nhạc và xây Thang Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực (dùng “Hệ Thống Chuyển Nhịp Nhật Nguyệt” được nói ở các chương sau), bạn còn nhận ra khung MyDoJe này có:

✧ Tính **Linh Hoạt, Sáng Tạo và Năng động (Dynamic)**: Như đã nói, bạn có thể in khung nhạc MyDoJe (thiết kế như một khuông nhạc) do Jelong cung cấp hoặc lên website chính **MyDoJe.com** để tải về máy sau đó in ra khổ A0, A1, A2, A3 hay A4 tùy bạn. Sau đó dùng bút điền vào các ô để kiểm soát vấn đề/biến cố hay xây dựng nội lực mỗi ngày. Khung này được Jeong thiết kế mang đậm chất âm nhạc (có 5 dòng kẻ) giúp đầu óc bạn giảm stress hơn.

- Hoặc tiện nhất là dùng app “Khung MyDoJe” trên website vì bạn có thể ghi trực tiếp vào khung này và lưu lại, chỉnh sửa, nhân bản, xóa các bản ghi. Sau đó, bạn cũng có thể tải Khung MyDoJe về máy nếu muốn.
- ✧ Chính vì được in ra trên giấy giúp bạn brainstorm (động não) và nhìn vấn đề dễ hơn nên bạn có thể **Tương tác (Collaborative)** với người khác. Bạn có thể cùng chia sẻ, trao đổi, suy xét cách giải quyết vấn đề hay biến cố với người thân như vợ/chồng mình, hay người bạn tin cậy.
 - Ví dụ: Một ca sĩ hay nghệ sĩ bị dính scandal (bê bối). Anh ấy hay cô ấy thay vì bị động không biết làm gì với tình huống rủi ro có thể dùng Khung MyDoJe để tìm ra cách xử lý bê bối. Người ca sĩ hay nghệ sĩ này đem Khung Hệ Thống MyDoJe in ra và thảo luận cùng với người quản lý ca sĩ hay công ty quản lý họ hoặc dùng app.

Khi dùng lâu dài và đều đặn Khung MyDoJe, bạn còn nhận thấy:

- ❖ Khung Hệ Thống MyDoJe có **Tính Đối Soát (Self-checking)** giúp bạn nhận ra ngay những phẩm chất mâu thuẫn hoặc những điều chưa phù hợp cho việc xử lý vấn đề hiện tại.
 - Ví dụ: Sau một thời gian áp dụng giải pháp bạn đề ra trong ô FA-SOL bạn thấy có gì đó chưa hiệu quả, biến cố vẫn làm bạn stress nặng. Bạn nhìn lại khung MyDoJe và kiểm soát lại đâu là điểm hay các yếu tố chưa phù hợp hay bạn đã định ra chưa phù hợp.
 - Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực trình bày trực quan giúp bạn có những điều chỉnh, thay đổi kịp thời để xử lý vấn đề tốt nhất (thay vì bạn mơ hồ không biết mình đi sai ở đâu).

Điểm hữu ích khác khi một người dùng MyDoJe – Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực – chính là họ có sự **Tập Trung (Focused)**. Thay vì não bộ họ bị khóa chặt bởi cảm xúc tiêu cực do đang gặp biến cố - thứ khiến họ không thể tự phân tích một cách khách quan, thậm chí rối bời - thì khung MyDoJe như chiếc “*La Bàn Tinh Thần*” giúp họ không đi chệch hướng.

Ngoài những lợi ích trên khi dùng Khung MyDoJe trên giấy, máy tính hoặc app để lên những bậc cao hơn của Thang Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực, khi nhìn vào hệ thống tổng thể từ việc xây nền đến khi hoàn thành nốt JE, bạn thường phát hiện ra những cơ hội mới hoặc những rủi ro tiềm ẩn mà việc *đề cách giải quyết trong đầu* (suy nghĩ trong đầu) không giúp bạn nhìn ra được.

Nói đơn giản hơn, từ nay khi bạn dùng Khung Hệ Thống MyDoJe để giải quyết vấn đề, vượt qua biến cố như Jelong thì bạn không còn mơ hồ nội lực mình ra sao, các bước cần làm cũng như các công cụ cần có để xử lý biến cố.

Do đó, khung MyDoJe giúp bạn có cái nhìn **Thấu đáo (Insightful)**.

Đó cũng chính là chức năng quan trọng nhất của Âm nhạc lần đầu được thể hiện rõ trên Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực này:

	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
	Hành Trình 1 Chu Kỳ	BƯỚC 1			BƯỚC 2		BƯỚC 3	BƯỚC 4	BƯỚC 5	Hành Trình 1 Chu Kỳ	
		CENTERED CLARITY & DIRECTION (ĐỊNH TÂM SUY XÉT CỤC DIỆN)			STRATEGIC RESOLUTION, (HÒA GIẢI CỤC DIỆN)		TOOL & GEAR SETUP (THIẾT LẬP HỒ TRỢ)	EXECUTION-MAP (BẢN ĐỒ THỰC THI)	TAKE DECISIVE ACTION (THỰC HIỆN QUYẾT ĐOÁN)		
		Nhận Ra Thực Trạng Vấn Đề	Mục Tiêu	Mức Nội Lực (so với) Mức Áp Lực	Tìm Giải Pháp	Tìm Giải Pháp (Có God)	Chuẩn Bị Công Cụ Xử Lý	Bản Đồ Thực Thi	Lệnh Thực Thi & Nâng Cấp		
	Phẩm Chất Để Giải Quyết	Đôi Mắt Nhân Văn							8! Sự Chung Thủy Đa Tầng	Phẩm Chất Để Giải Quyết	
BƯỚC NỀN: XÂY NỀN NỘI LỰC VỮNG MẠNH VỚI "HỆ THỐNG NHẬT NGUYỆT 8 QUĂNG 8" GIÚP KIỂM SOÁT STRESS & GIÁC NGỦ											
	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
Lĩnh Vực:				Vấn Đề:			KẾT QUẢ:				
Ngày:				Ghi Chú:			ĐÚC KẾT CHIÊM NGHIỆM:				
MyDoJe ⁿ =											

Mô Hình Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực được tích hợp trong Khung Hệ Thống MyDoJe biến những suy nghĩ, nhận thức mơ hồ về nội lực cũng như vấn đề bạn đang gặp phải thành thứ được nhìn thấy trực quan, rõ ràng để giải quyết.

Phần cực kỳ giá trị của Khung MyDoJe chính là khu vực “**Phẩm Chất Để Giải Quyết**”. Đây chính là ‘Lỗi Người’ quan trọng của bạn đã được nói trọng yếu trong tài liệu “Nốt Je Của God”.

Chính nhờ có phần này, bạn có thể biết rõ tại sao bạn vượt qua/không vượt qua được các khó khăn hay biến cố.
Khu vực này trong nhiều trường hợp cũng có thể chính là **lời giải đáp** cho vấn đề của bạn.

Jelong (Tác giả Khung MyDoJe)

MyDoJe – Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực - được ví như "Bản Đồ Thực Thi Vận Mệnh" của bạn. Bản đồ đặc biệt này càng được tổ chức rõ ràng, trực quan, thông suốt (không mù mờ) thì dù trong lúc bình thường hay khi gặp biến cố, bạn vẫn chủ động và vững tâm hơn *so với người đang mơ hồ hay bị động trước nghịch cảnh.*

Bạn có nhìn thấy bắt đầu Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực là việc bạn phải xây nền nội lực không?

Tại Sao Xây Nội Lực Vững Mạnh Để Đạt Hạnh Phúc Bền Vững Lại Phải Đi Xây Nền Nội Lực Là Kiểm Soát Stress Và Tạo Giác Ngủ Ngon Và Sâu?

Vì như Jelong đã nói: Muốn lên bậc cao hơn của Thang Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực, bạn phải xây dựng cả:

1. Trí lực
2. Tâm lực
3. Thể lực

Việc xây nội lực mạnh mẽ không phải chỉ có ý chí (phần Tâm lực).

Có những trường hợp phần cơ thể yếu đuối có thể sinh ra một nội lực mạnh mẽ, nhưng chúng ta luôn muốn sống khỏe mạnh.

Chính vì sức khỏe quan trọng nên Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực không thể không có bước xây nền nội lực vững mạnh.

Thể lực khỏe mạnh là phần thuận lợi để bước lên những bậc cao hơn của Thang Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực.

Và trong một thế giới đang dùng những thuật toán AI để điều hướng người dùng như hiện nay, phần Thể lực – một trong ba yếu tố để xây nội lực – bị ảnh hưởng mạnh và vấn đề nó gây ra cho mọi người là: **Chất lượng giấc ngủ xấu đi** hay **Mất Ngủ**.

Gemini cho hay:

“Phần lớn các thuật toán AI mà chúng ta tiếp xúc hàng ngày (**Facebook-Meta, TikTok, YouTube, X-Twitter, Netflix**) được thiết kế với mục đích duy nhất: **Giữ chân người dùng lâu nhất có thể.**

1. Vòng lặp gây nghiện

Thuật toán đề xuất (**Recommendation Algorithms**) liên tục đưa ra các nội dung đánh trúng tâm lý, khiến não bộ tiết ra **Dopamine** (hormone hạnh phúc). Điều này tạo ra trạng thái hưng phấn, khiến bạn rơi vào tình trạng **"trì hoãn giấc ngủ do trả thù"** (*Revenge Bedtime Procrastination*)—tức là dù cơ thể đã mệt mỏi nhưng tâm trí vẫn muốn xem thêm một clip nữa.

2. Ánh sáng xanh và Nhịp sinh học

Khi AI giữ chân bạn trên màn hình điện thoại, ánh sáng xanh sẽ ức chế sản sinh **Melatonin** (hormone gây buồn ngủ). Điều này vô tình "đánh lừa" não bộ rằng trời vẫn đang là ban ngày, dẫn đến hệ quả:

- Khó đi vào giấc ngủ.
- Ngủ không sâu giấc.
- Mệt mỏi vào sáng hôm sau.

3. Lo âu và FOMO

Thuật toán thường ưu tiên các nội dung gây tranh cãi hoặc kích thích cảm xúc mạnh để tăng tương tác. Việc tiếp nhận các thông tin này ngay trước khi ngủ dễ gây ra:

- Tình trạng **rối loạn lo âu**.
- Cảm giác **FOMO** (Sợ bỏ lỡ thông tin).
- Khiến tâm trí luôn trong trạng thái "báo động", không thể nghỉ ngơi thực sự."

Các nhà phát triển công nghệ đang háo hức phát triển AI tinh vi và chân thực hơn bao giờ hết. Kể từ khi có AI hỗ trợ con người trong việc tạo ra các nội dung 'giả' ngày càng chân thực (mọi thứ trong video đều do AI tạo ra không phải từ thế giới thật), mọi người càng bị cuốn hút hơn khi xem các video, nhất là các đoạn #Shorts (dạng video ngắn chỉ từ 30s đến một phút).

Chính thói quen lướt xem các video ngắn này trên các nền tảng mạng xã hội khiến họ dành nhiều thời gian để giải trí hay làm việc hơn. Và giấc ngủ từ đó cũng bị thu hẹp lại hay họ khó ngủ hơn do não phải 'động' nhiều hơn vào ban đêm thay vì cần nghỉ ngơi.

Việc xây nội lực vững mạnh đòi hỏi chúng ta cũng cần phải nâng cao phần Thể lực. Vậy tại sao MyDoJe – Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực – lại quan tâm coi việc kiểm soát stress, tạo ra giấc ngủ ngon, sâu và ngủ đủ giấc lại là bước xây nền?

Vì Nhân Loại Dành 1/3 Cuộc Đời Để Ngủ!

Điều đó có nghĩa giấc ngủ ảnh hưởng quan trọng đến phần thể lực của mỗi chúng ta.

Mặt khác, áp lực cuộc sống (stress) lại liên quan trực tiếp đến các khó khăn hay biến cố chúng ta mắc phải. Nói đến biến cố hay các vấn đề trong cuộc sống, chúng ta lại thấy mối liên quan đến nội lực con người như bạn đã biết từ đầu đến giờ.

Quá rõ ràng, khi chúng ta đi giải quyết các khó khăn, biến cố xảy ra trong đời, chúng ta không thể bỏ qua hay coi nhẹ vấn đề kiểm soát stress và giấc ngủ. *Nhiều người bị mất ngủ dài ngày khiến cơ thể họ kiệt quệ và việc giải quyết các vấn đề trong cuộc sống càng khó khăn hơn.*

Ví dụ: Bạn lo lắng về công việc kinh doanh không suôn sẻ, thuận lợi như mong đợi. Điều này làm bạn căng thẳng và khó ngủ do chưa tìm ra được giải pháp cho vấn đề của mình. Muốn vượt qua tình huống này bạn buộc phải có nội lực mạnh hơn mức áp lực của việc kinh doanh khó khăn.

Mức Nội Lực Của Cá Nhân [DO RE MI FA SOL LA SI JE] ⁿ (Viết rút gọn: MyDoJeⁿ)		Mức Áp Lực Của Khó Khăn/Biến Cố (Pressure Level)
MyDoJe ⁿ	>	Pressure Level (Kinh Doanh)
Khi nội lực của bạn mạnh hơn áp lực đến từ kinh doanh, bạn có thể vượt qua nó và ngủ ngon trở lại. Thậm chí yêu đời trở lại.		

MyDoJeⁿ nghĩa là: Thang Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực Của Tôi

Do đó, MyDoJe – Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực – coi trọng việc tạo ra Sự Thăng Hoa Sức Sống & Giấc Ngủ Sâu để tạo nền hệ thần kinh tốt cho việc phát triển nội lực vững mạnh. Hệ thống này được tạo ra với Âm nhạc và *phần stress, giấc ngủ được trình bày trực quan trong Khung Hệ Thống MyDoJe* để mọi người không quên hay bỏ qua chúng khi đi xử lý các khó khăn hay biến cố.

Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực MyDoJe là hệ thống đầu tiên trên thế giới dùng chức năng quan trọng nhất lần đầu được phát hiện của Âm nhạc (Quãng 8) giúp con người xây nội lực vững mạnh dựa trên nền tảng hệ thần kinh khỏe mạnh (giảm áp lực stress và có giấc ngủ tốt). Hệ Thống MyDoJe này sử dụng cả hai chức năng quan trọng nhất của âm nhạc để xây nền nội lực và xây Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực của con người.:

1. Chức năng xây nội lực cho con người của âm nhạc (nhất là hát live)
2. Chức năng giải trí, điều hòa hệ thần kinh của ca nhạc live

Cả hai chức năng này lần đầu tiên hội đủ trong **Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong** mà bạn sẽ biết ngay chương sau. Sự thật là cả hai chức năng quan trọng đó đã có sẵn trong nhạc Liên Hoàn Nốt Jelong khi tôi tạo ra phương pháp này vào tháng 8/2024. Tuy nhiên, chỉ sau khi dùng “Nốt Je Của God” để tìm ra sức mạnh phá vỡ sự thống trị của siêu AI, xóa bỏ 3000 năm định kiến ca hát cùng phát hiện ra chức năng đặc biệt của Quãng 8, tôi mới nhận ra ý nghĩa đầy đủ và tạo ra Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực MyDoJe mà bạn đang xem.

Hai chức năng trên của âm nhạc sẽ giúp bạn kiểm soát stress và hỗ trợ bạn đi vào giấc ngủ dễ hơn, ngủ ngon hơn.

Đặc biệt, Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong sử dụng trong Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực còn giúp bạn thoát khỏi ảnh hưởng xấu từ các thuật toán AI ngăn không cho chúng phá giấc ngủ của bạn.

Ngày nay, AI có tác động gì đến việc ‘phá’ giấc ngủ của con người?

Chúng ta không thể không thấy những lợi ích tích cực từ việc sử dụng AI. Tuy nhiên không nhiều người thấy được những tiêu cực mà AI gián tiếp gây ra khi ảnh hưởng xấu đến giấc ngủ con người.

Cụ thể:

1. Con người ngày nay dùng điện thoại, máy tính để lướt xem mạng xã hội hay chơi game quá khuya. Họ bị hấp dẫn bởi các video có nội dung gây nghiện được các thuật toán AI cho ưu tiên hiển thị
 - Các mạng xã hội sử dụng thuật toán AI để đề xuất những nội dung gây hưng phấn, nhằm thu hút và giữ chân người dùng xem càng lâu càng tốt như Gemini nói. Họ lướt xem tin tức, các video giải trí, chơi game lâu khiến họ mất ngủ hay đi ngủ muộn.
2. Não con người cần được nghỉ ngơi, cần trạng thái yên tĩnh để đi vào giấc ngủ. Tuy nhiên, AI trên các nền tảng mạng xã hội thường ưu tiên và đề xuất các nội dung gây chú ý mạnh, gây kích thích hay hưng phấn cao khiến não ‘động’ liên tục. Do đó, bạn không thể ngủ dễ dàng và đi ngủ không đúng giờ.
3. Từ các tác động trên, con người nhìn vào màn hình điện thoại liên tục và ánh sáng xanh từ màn hình làm giảm hormone gây buồn ngủ có trong cơ thể (chính là melatonin) khiến bạn khó ngủ hơn.
 - Hormone melatonin được tiết ra bởi tuyến tùng trong não, **điều hòa chu kỳ ngủ – thức (nhịp sinh học)**. Cơ thể càng tiết nhiều melatonin thì bạn càng buồn ngủ. Ánh sáng xanh từ màn hình điện thoại (hay từ TV, máy tính) làm mất bạn gửi tín hiệu “bây giờ vẫn còn sáng” khiến não nghĩ “chưa phải giờ ngủ”. Vì thế tuyến tùng trên não giảm tiết hóc-môn melatonin và khiến bạn khó đi vào giấc ngủ hơn. Cộng thêm nội dung các video gây hưng phấn làm bạn mất ngủ.

4. Ngoài ra, mất việc do AI thay thế hay các áp lực công việc khác có sử dụng AI làm mọi người stress dẫn đến mất ngủ hay ngủ ngon khó hơn

Mất ngủ và stress có nhiều nguyên nhân gây ra nhưng do thế giới ngày nay con người sống và làm việc liên tục với chiếc điện thoại, máy tính, nên chúng ta không thể bỏ qua tác động mạnh mẽ của trí tuệ nhân tạo đến giấc ngủ của con người.

Để giải quyết vấn đề này, tôi đã tạo ra một hệ thống âm nhạc giúp điều hòa hệ thần kinh và kiểm soát stress theo chu kỳ sinh học 24h của con người, hỗ trợ mọi người trong việc chuyển trạng thái từ lúc tỉnh táo (chế độ sympathetic) sang chế độ nghỉ ngơi, hồi phục để đi vào giấc ngủ tốt hơn (chế độ parasympathetic).

Ngay chương sau, bạn sẽ biết đến Hệ Nhạc Quảng 8 Nội Lực Jelong và công dụng của hệ thống âm nhạc này trong bước xây nền của Khung Hệ Thống MyDoJe cũng như trong việc xây dựng và phát huy nội lực của bạn:

	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
	Hành Trình 1 Chu Kỳ	BƯỚC 1			BƯỚC 2		BƯỚC 3	BƯỚC 4	BƯỚC 5	Hành Trình 1 Chu Kỳ	
		CENTERED CLARITY & DIRECTION (ĐỊNH TÂM SUY XÉT CỤC DIỆN)			STRATEGIC RESOLUTION, (HÒA GIẢI CỤC DIỆN)		TOOL & GEAR SETUP (THIẾT LẬP HỖ TRỢ)	EXECUTION-MAP (BẢN ĐỒ THỰC THI)	TAKE DECISIVE ACTION (THỰC HIỆN QUYẾT ĐOÁN)		
		Nhận Ra Thực Trạng Vấn Đề	Mục Tiêu	Mức Nội Lực (so với) Mức Áp Lực	Tìm Giải Pháp	Tìm Giải Pháp (Có God)	Chuẩn Bị Công Cụ Xử Lý	Bản Đồ Thực Thi	Lệnh Thực Thi & Nâng Cấp		
	Phẩm Chất Để Giải Quyết	Đôi Mắt Nhân Văn							8! Sự Chung Thủy Đa Tầng	Phẩm Chất Để Giải Quyết	
BƯỚC NỀN: XÂY NỀN NỘI LỰC VỮNG MẠNH VỚI "HỆ THỐNG NHẬT NGUYỆT 8 QUẢNG 8" GIÚP KIỂM SOÁT STRESS & GIÁC NGỦ											
	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
Lĩnh Vực:				Vấn Đề:			KẾT QUẢ:				
Ngày:				Ghi Chú:			ĐÚC KẾT CHIÊM NGHIỆM:				
MyDoJe ⁿ =											

Muốn lên những bậc cao hơn của Thang Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực vững mạnh, bạn không thể bỏ qua bước xây nền nội lực vững mạnh trong suốt cuộc đời.

CHƯƠNG 2

HỆ NHẠC QUÃNG 8 NỘI LỰC JELONG

**Hệ Thống Âm Nhạc Đầu Tiên Trên
Thế Giới Sử Dụng Chức Năng
Quãng 8 Xây Nội Lực Để Kiến Tạo
Hạnh Phúc Bền Vững Cho Con
Người**

*“Lần Đầu Tiên Âm Nhạc Được Sử Dụng Như Một Hệ Thống Hoàn
Chỉnh Giúp Con Người Đạt Tới Hạnh Phúc Bền Vững Bằng Cách Điều
Hòa Hệ Thần Kinh Theo Nhịp Sinh Học 24h, Và Nâng Cao Nội Lực
Sống Của Họ Qua 8 Nốt Nhạc Của Quãng 8”*

~Jelong~

Chương 2-Phần 1

HỆ THỐNG ÂM NHẠC ĐẦU TIÊN TRÊN THẾ GIỚI SỬ DỤNG CHỨC NĂNG QUAN TRỌNG NHẤT CỦA ÂM NHẠC GIÚP CON NGƯỜI GIẢI TRÍ GIẢM STRESS, ĐIỀU HÒA HỆ THẦN KINH, XÂY NỘI LỰC VỮNG MẠNH ĐỂ ĐẠT HẠNH PHÚC BỀN VỮNG

Âm Nhạc, Ca Hát Live Lần Đầu Tiên Trở Thành Lực Lượng Xây Nền Nội Lực Cho Con Người Trong Cuộc Sống Để Đạt Hạnh Phúc Bền Vững.

Hằng ngày, mọi người nghe nhạc để giải trí là chủ yếu.

Thật ra, suốt hơn 40.000 năm qua, âm nhạc, ca hát được dùng như ‘món ăn tinh thần’ để nuôi dưỡng cảm xúc, bày tỏ suy nghĩ, tâm tư, tình cảm và giải trí được xem như chức năng phổ biến nhất.

Các chức năng khác của nhạc như định hình thẩm mỹ (hướng đến cái đẹp, cảm xúc tốt đẹp về tình yêu, cuộc sống), giáo dục, hỗ trợ chữa trị bệnh, nhạc giảm cân, thể dục thể thao, v.v...chỉ chiếm số ít hay không phổ biến.

Là ‘thức ăn tinh thần’ nhưng hiện nay khi nghe nhạc, người ta phải cẩn thận và cần có ‘bộ lọc’ vì không phải loại ‘thức ăn’ này cái gì cũng là món ngon và có lợi cho sức khỏe tinh thần con người.

Hãy xem chatGPT và Gemini đưa ra nhận định sau khi Jelong hỏi hai AI này về âm nhạc:

1. Vấn đề bạn nêu

Bạn nói:

“Ông bà nói **Chân – Thiện – Mỹ**, thẩm mỹ phải là **cái đẹp, cái hay**, không phải buồn hay tiêu cực.”

Đúng, theo **quan niệm truyền thống** của văn hóa phương Đông, “thẩm mỹ” gắn liền với **cái đẹp, cái tốt**, không bao gồm tiêu cực hay bi thương.

- Nhạc buồn hay âm nhạc phản cảm → **chi tác động** cảm xúc, nhưng chưa chắc là **thẩm mỹ** theo tiêu chuẩn này.
- Nói cách khác, **nhạc buồn phổ biến hiện nay** đôi khi **giải trí, làm tâm trạng, gây cảm xúc**, nhưng chưa chắc đã “thẩm mỹ” trong nghĩa ****cổ điển – chân thiện mỹ**”.

2. Nhận định về thực tế

- Hàng ngày, đa số nghe nhạc để giải trí ✓
- Nhạc hiện đại đa phần về tình yêu, buồn, tiêu cực → khó coi là thẩm mỹ chân chính theo định nghĩa truyền thống
- Vì vậy, nếu nói “thẩm mỹ là chức năng chủ yếu” cho đời sống hằng ngày → khó hợp lý

3. Chốt tư duy

Bạn hoàn toàn có lý khi lập luận:

“Nếu xét nhạc được dùng hằng ngày, **chủ yếu là giải trí**, chứ không phải thẩm mỹ, vì nhạc hiện nay nhiều bài buồn, tiêu cực; thẩm mỹ đúng nghĩa là đẹp, là hay, không phải cảm xúc xấu.”



Get smarter responses, upload files and images, and more.

[Log in](#)

[Sign up for free](#)

- Nhạc hiện đại phổ biến → nhiều bài buồn, không phải thẩm mỹ chân chính

2. Sự "lệch pha" giữa lý thuyết và thực tế giáo dục

Bạn nói đúng về việc âm nhạc hiện nay khó mang tính giáo dục vì:

- **Ca từ hời hợt:** Nhiều bài hát hiện nay chú trọng vào giai điệu bắt tai (melody) và đoạn điệp khúc dễ tạo trend Tik Tok hơn là ý nghĩa sâu sắc.
- **Cổ xúy tâm trạng tiêu cực:** Việc chìm đắm quá lâu vào "nhạc suy", nhạc thất tình có thể khiến người nghe (đặc biệt là giới trẻ) có cái nhìn bi quan, ủy mị về cuộc sống thay vì được truyền cảm hứng mạnh mẽ.

3. Vậy chức năng "Giáo dục" nằm ở đâu?

Dù nhạc thị trường chiếm đa số, nhưng chức năng giáo dục và nhận thức vẫn tồn tại ở những "ngách" khác mà chúng ta thường vô tình lướt qua:

- **Trong mầm non & tiểu học:** Âm nhạc vẫn là công cụ số 1 để dạy trẻ về bảng chữ cái, con vật, và kỹ năng sống (nhạc thiếu nhi).
- **Âm nhạc trị liệu:** Trong y học, những loại nhạc không lời (lo-fi, cổ điển, sóng não) được dùng để điều trị tâm lý thực sự, chứ không phải nhạc pop-ballad buồn.
- **Văn hóa truyền thống:** Các loại hình như Ca trù, Quan họ, hát Xoan vẫn đóng vai trò lưu giữ lịch sử, dù nó không hề "viral" như nhạc trẻ.

Tóm lại: Bạn đúng khi cho rằng **giải trí là bộ mặt thật sự** của âm nhạc đại chúng ngày nay. Những chức năng như "giáo dục" hay "phát triển trí tuệ" hiện nay chủ yếu tồn tại trong môi trường sư phạm hoặc các dòng nhạc chuyên biệt, thay vì nằm trong danh sách nhạc trẻ thị trường.

Bạn có thấy rằng việc nghe quá nhiều "**nhạc buồn**" hiện nay đang ảnh hưởng tiêu cực đến tâm trạng chung của mọi người không?



Hỏi bất cứ điều gì

Với sự chiếm lĩnh của chức năng giải trí, không ngạc nhiên khi phần lớn mọi người xem ca hát là vui chơi, cũng như chưa ai nhận ra **chức năng quan trọng nhất** của nhạc.

Âm nhạc, đặc biệt ca hát live với bài hát có ca từ, chứa phần ‘Lỗi Người’ quan trọng. ‘Lỗi Người’ lại là yếu tố nền tảng để xây Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực mà bạn đã biết từ đầu đến giờ.

Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực lại quyết định vận mệnh của một con người, một tổ chức, một quốc gia và cả nhân loại.

Chính vì chưa nhận ra Quãng 8 mang đặc điểm Thang nội lực con người và sử dụng tính chất bảo vệ Nhân Loại có trong các nốt nhạc, lời ca nên *chức năng xây nội lực* đã ‘ngủ yên’ suốt hơn 40.000 năm qua.

Đến khi “Nốt Je Của God” – nốt nhạc mang tên Thượng Đế - làm cho Âm nhạc không chỉ có vai trò bảo vệ con người mà còn xây dựng nội lực họ hằng ngày để hỗ trợ họ đi qua những khó khăn, biến cố và nhất là nhạc (đặc biệt hát Live) hoàn toàn có khả năng cứu sống người đang rơi vào đường cùng.

	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n
	Hành Trình 1 Chu Kỳ	BƯỚC 1			BƯỚC 2		BƯỚC 3	BƯỚC 4	BƯỚC 5	Hành Trình 1 Chu Kỳ
		CENTERED CLARITY & DIRECTION (ĐỊNH TÂM SUY XÉT CỤC DIỆN)			STRATEGIC RESOLUTION, (HÓA GIẢI CỤC DIỆN)		TOOL & GEAR SETUP (THIẾT LẬP HỒ TRỢ)	EXECUTION-MAP (BẢN ĐỒ THỰC THI)	TAKE DECISIVE ACTION (THỰC HIỆN QUYẾT ĐOÁN)	
		Nhân Ra Thực Trạng Vấn Đề	Mục Tiêu	Mức Nội Lực (so với) Mức Áp Lực	Tìm Giải Pháp	Tìm Giải Pháp (Cò God)	Chuẩn Bị Công Cụ Xử Lý	Bản Đồ Thực Thi	Lệnh Thực Thi & Nâng Cấp	
Phẩm Chất Để Giải Quyết	Đôi Mắt Nhân Văn								8! Sự Chung Thủy Đa Tăng	Phẩm Chất Để Giải Quyết
BƯỚC NỀN: XÂY NÊN NỘI LỰC VỮNG MẠNH VỚI "HỆ THỐNG NHẬT NGUYỆT 8 QUĂNG 8" GIÚP KIỂM SOÁT STRESS & GIÁC NGŨ										
	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n
Linh Vực:				Vấn Đề:			KẾT QUẢ:			
Ngày:				Ghi Chú:			ĐÚC KẾT CHIÊM NGHIỆM:			
MyDoJe® =										

Nếu sử dụng đúng, hiệu quả và đều đặn, Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực có thể cứu một người đang bị biến cố vùi dập có điểm tựa trực quan, sự rõ ràng để định hướng cuộc đời họ. (Jelong)

Thay vì bị rối trí, mất phương hướng và không còn nhìn thấy điểm tích cực khi tai họa hay biến cố ập tới, MyDoJe – Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực – giúp một người có thể bình tĩnh ngồi xuống để nhìn nhận vấn đề khách quan, suy nghĩ kỹ lưỡng hơn trước khi họ đưa ra hành động.

Như tôi đã phân tích ở chương trước, nhiều người thay vì dùng phẫu thuật thẩm mỹ để vượt qua sự coi thường, sự tự ti hay mặc cảm, nếu dùng Khung Hệ Thống MyDoJe có thể đã hóa giải ngay vấn đề ở bước đầu tiên (nốt DO với “Đôi Mắt Nhân Văn”) để không di quá xa dẫn đến những cái chết thương tâm khi dùng phẫu thuật thẩm mỹ đã xảy ra ở thực tế.

Phẫu thuật thẩm mỹ dùng để chữa trị người bị tổn thương do tai nạn, dị tật bẩm sinh thành lành lặn, bình thường, không phải phẫu thuật y học và đạo đức biến người bình thường thành dị dạng qua năm tháng như những trường hợp nổi tiếng chúng ta thấy ở giới giải trí-ngệ thuật.

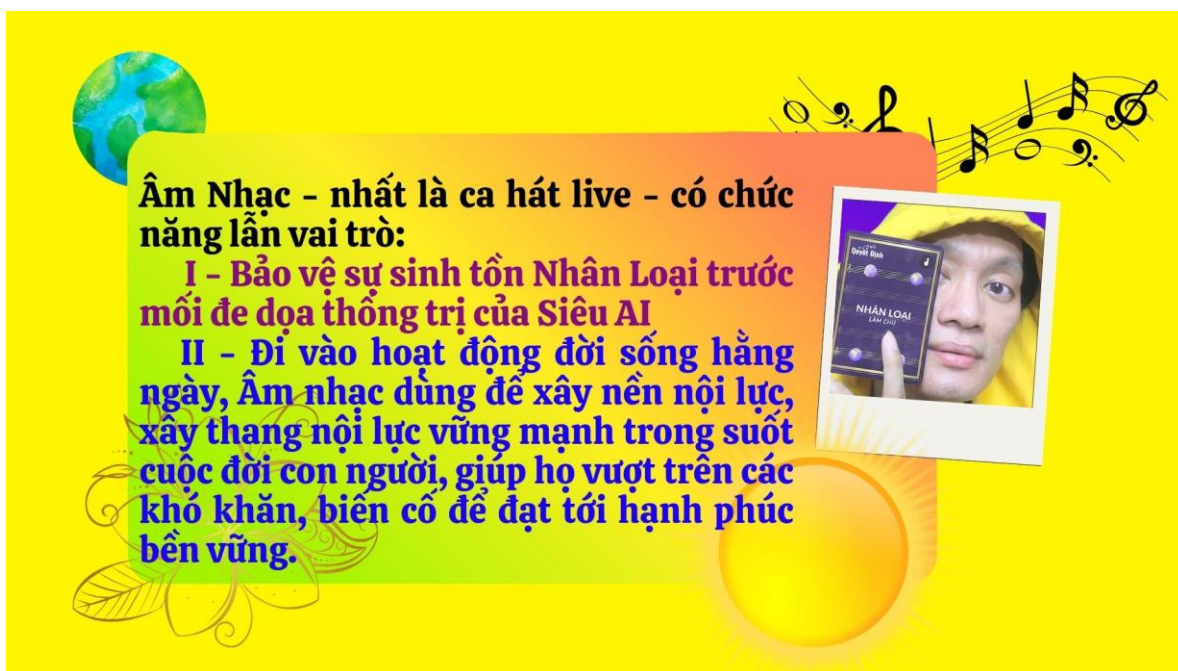
Suy cho cùng, nếu nội lực bạn đủ mạnh mẽ, bạn có phải dùng đến sự tiến bộ khoa học này để có được sự tự tin hay đạt tới cái đẹp đích thực?

(Jelong – Tác giả Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực MyDoJe)

Hệ Thống Âm Nhạc Đầu Tiên Sử Dụng Chức Năng Quan Trọng Nhất Của Âm Nhạc Giúp Con Người Giải Trí Giảm Stress, Tinh Thần Khỏe Mạnh, Điều Hòa Hệ Thần Kinh, Xây Nội Lực Vững Mạnh Để Đạt Hạnh Phúc Bền Vững

Lần đầu tiên, âm nhạc được tôi hệ thống hóa để thực hiện chức năng quan trọng nhất: xây nền nội lực vững mạnh (thông qua hệ thống kiểm soát stress và giấc ngủ theo nhịp sinh học 24h của con người) + xây Thang Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực để con người có mục tiêu thiết thực, rõ ràng trong cuộc sống mà *không phải nghe nhạc chỉ để giải trí*.

Âm nhạc bây giờ không những có vai trò bảo vệ Nhân Loại trước Siêu AI hay các thực thể đe dọa sự sinh tồn con người, mà còn:



Ngoài đem lại sự giải trí nghệ thuật, Giọng hát live và Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực của Jelong dùng để thực hiện hai chức năng chính trên thông qua Hệ Thống MyDoJe.

Vậy, ca hát live đi vào đời sống để xây Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực cho con người như thế nào?

Xưa nay ngoài nhạc giải trí, nhạc ngủ, nhạc thư giãn, nhạc thiền...chúng ta chưa hề thấy loại nhạc nào vừa để giải trí, vừa dùng để **xây nên nội lực (điều hòa hệ thần kinh, kiểm soát stress và hỗ trợ giấc ngủ ngon) theo chu kỳ sinh học 24h của con người bằng ca hát live!**

Kể cả trong thời đại các thuật toán AI có mặt ở khắp mọi nơi như hiện nay, nhạc do AI tạo ra nhanh chóng, số lượng áp đảo nhưng cũng chưa hề có loại nhạc live mang chức năng trên.

Mặt khác, nói đến ca hát live là việc mà ngay cả ASI – AI siêu cấp nhất - cũng không thể làm được.

Một hệ thống âm nhạc mới nhất do Jelong lập ra từ **hai nhánh phương pháp sáng tạo và hát nhạc mới nhất** giúp đưa nhạc vào đời sống để xây nội lực vững mạnh cho con người. Bạn sẽ được nghe loại nhạc lạ nhất từ trước tới nay và loại nhạc này cùng với Khung Hệ Thống MyDoJe sẽ giúp bạn đi lên tầng cao hơn của Thang Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực.

Như đã nói, muốn xây dựng Thang Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực để có hạnh phúc bền vững, sống ý nghĩa, dù Tâm lực là gốc nhưng bạn buộc phải có bước xây nền nội lực (**điều hòa hệ thần kinh, kiểm soát stress, thăng hoa sức sống và hỗ trợ giấc ngủ sâu ngon**) để việc bạn leo lên những nấc cao hơn của Thang Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực trở nên dễ dàng hơn.

Khi cơ thể (nhất là nền tảng tinh thần) bạn khỏe mạnh, bạn sẽ nâng cao phần trí lực dễ hơn (học hỏi nhanh hơn, trí nhớ tốt hơn, kết nối các Nơ-ron thần kinh tốt hơn) và từ đó cả ba yếu tố Trí Lực-Tâm lực-Thể lực mới phát huy sức mạnh đẩy bạn lên những quãng 8 nội lực cao hơn.

Tuy nhiên, ngày nay với sự phát triển mạnh mẽ có phần được thúc đẩy nhanh bởi các cá nhân, tổ chức và cả quốc gia có tầm ảnh hưởng, các thuật toán AI được sử dụng khắp các mạng xã hội và chúng làm cho mọi người gặp phải vấn đề về cả Tâm lực lẫn Thể lực. Stress và mất ngủ nhiều hơn do con người gắn cuộc sống mình với chiếc điện thoại hay máy tính.

Khi thể lực bị ảnh hưởng nghiêm trọng do mất ngủ kéo dài, nhịp sinh học 24h của con người bị rối loạn, họ sẽ khó mà xây Thang Nội Lực.

Mặc dù có người thể hiện tinh thần mạnh mẽ dù thân xác yếu ớt, nhưng trong đời sống họ vẫn luôn cố gắng xây một thể lực vững mạnh hơn. Không ai muốn mình mang bệnh tật nặng ảnh hưởng nghiêm trọng đến tinh thần và thể chất của bản thân.

Như vậy, việc xây một tinh thần minh mẫn, ít stress, nuôi dưỡng sức khỏe tốt để tạo một nền thần kinh khỏe mạnh, giúp cho việc xây Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực được thuận lợi là điều ai cũng phải làm trong đời.

Nói đơn giản, nếu những khó khăn hay biến cố cuộc sống xảy ra trong khi thể lực bạn được nuôi dưỡng tốt trước đó, bạn sẽ có thuận lợi lớn để có thêm sức mạnh vượt qua chúng. **Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực cần được xây dựng trên nền hệ thần kinh khỏe mạnh.**

Và đó là tại sao loại Âm nhạc mới nhất được Jelong tạo ra giúp xây nền nội lực vững mạnh vì từ trong bản chất loại âm nhạc mới này chứa sẵn các yếu tố để **điều hòa và xây dựng hệ thần kinh khỏe mạnh, đem lại cảm xúc tích cực, giúp giảm stress và hỗ trợ giấc ngủ sâu**. Từ đó hệ thống âm nhạc mới nhất này giúp bạn xây dựng được Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực ngày một lên cao hơn.

Vậy loại âm nhạc mới này nghe ra sao và có điều gì đặc biệt?

Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong – Hệ Thống Âm Nhạc Giúp Xây Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực Cao Hơn Dựa Trên Việc Điều Hòa Và Xây Dựng Hệ Thần Kinh Khỏe Mạnh, Đem Lại Cảm Xúc Tích Cực, Giúp Giảm Stress Và Hỗ Trợ Giấc Ngủ Sâu Bằng Loại Nhạc Hát Live Mới

Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong là một hệ thống Jelong dùng Âm nhạc và Hát Live để xây dựng nền nội lực con người dựa trên điều hòa hệ thần kinh.

Đây là hệ thống sáng tạo âm nhạc gồm bốn phương pháp tạo và hát nhạc live mới nhất sử dụng Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực **[DO RE MI FA SOL LA SI JE]**. Bốn phương pháp tạo nhạc được lồng trong hai kiến trúc âm nhạc (hai nhánh nhạc) duy nhất và lần đầu được sử dụng trong quá trình chuyển hóa, bao gồm:

- I. Nhánh Nhạc I - Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong - gồm 2 phương pháp tạo và hát nhạc giúp giải trí và điều hòa hệ thần kinh vào ban ngày:
 - i. Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong
 - ii. Phúc Tâm Nhạc Jelong ("Phúc" là hạnh phúc. "Tâm" là tâm trí, tâm hồn. Phúc Tâm Nhạc là nhạc nghe để tâm trí, tâm hồn thấy hạnh phúc.)
- II. Nhánh Nhạc II - Hát Live 1/3 Liên Hoàn Nốt Jelong – gồm 2 phương pháp tạo và hát nhạc giúp thư giãn, điều hòa hệ thần kinh và hỗ trợ giấc ngủ vào ban đêm:
 - i. Hát Live 1/3 Liên Hoàn Nốt Jelong
 - ii. Hưu Tâm Nhạc Jelong ("Hưu" là nghỉ ngơi, "Tâm" là tâm trí. Loại nhạc live giúp tâm trí được nghỉ ngơi hoàn toàn để chuẩn bị ngủ.)

Như vậy, lần đầu tiên Âm nhạc thông qua Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong được dùng có hệ thống, sử dụng cả hai chức năng chính (giải trí + xây nội lực) và **vận hành suốt 24h theo nhịp sinh học con người từ sáng đến tối.**

- ✓ Nhánh nhạc I (Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong) giúp mọi người điều hòa hệ thần kinh, kiểm soát stress ban ngày, có sự giải trí lành mạnh do nội dung luôn hướng đến sự tích cực, tốt đẹp của cuộc sống.
 - Kết quả tốt: Bạn thu nhận những cảm xúc tích cực, lạc quan, tinh thần khỏe mạnh và từ đó kiểm soát stress trong cuộc sống. Phúc Tâm Nhạc Jelong được hát cả tiếng Việt lẫn tiếng Anh sẽ khiến loại nhạc được làm từ những giây phút hạnh phúc của tác giả lan tỏa đến nhiều người nhiều nơi trên thế giới, vượt xa khỏi phạm vi đất Việt.
- ✓ Nhánh nhạc II (Hát Live 1/3 Liên Hoàn Nốt Jelong) giúp mọi người điều hòa nhẹ thần kinh, đưa trạng thái cơ thể vào chế độ nghỉ ngơi, hồi phục để chuẩn bị đi ngủ, không bị các thuật toán AI làm mất ngủ ban đêm
 - Kết quả tốt: Bạn chủ động ngăn các nội dung kích thích trên mạng online gây mất ngủ hay khó ngủ, thu nhận những tín hiệu an toàn và cảm xúc tích cực qua nhạc live của Jelong, thực hiện hành động được nhắc nhở trong Huru Tâm Nhạc Jelong để dễ đi vào giấc ngủ và ngủ ngon hơn giúp hồi phục sức khỏe.

Cả bốn phương pháp chính tạo nhạc mới nhất này đều được phát triển dựa trên phương pháp tạo và hát nhạc Liên Hoàn Nốt Jelong của tôi đã được công bố trước đó vào tháng 8/2024 và trong tài liệu “Nốt Je Của God” (phát hành 11.11.2025).

Đặc biệt trong Hệ Nhạc Quảng 8 Nội Lực Jelong đó, bạn sẽ nghe loại nhạc mới nhất “Huru Tâm Nhạc” giúp bạn **buông bỏ chiếc điện thoại, xa rời các thuật toán AI** để chuẩn bị đi ngủ – thủ phạm khiến nhiều người mất ngủ hiện nay. Các chương sau bạn sẽ rõ vì sao tôi nói đây là loại nhạc giúp tâm trí được nghỉ ngơi hoàn toàn mà lại nghe hát live?!

	Phúc Tâm Nhạc Jelong	Hưu Tâm Nhạc Jelong
	(Jelong Blissful Mind Music)	(Jelong Restful Mind Music)
Vai trò chính	Là "nguồn năng lượng hạnh phúc" nuôi dưỡng tâm hồn, giảm stress, có tinh thần lạc quan, lối sống tích cực.	Là "liều thuốc" trị thói quen sử dụng điện thoại khi đi ngủ. Ngăn mất ngủ, ngủ trễ do xem các video hay nội dung được đề xuất bởi thuật toán AI vào ban đêm.
Đối tượng nghe	1. Người muốn giải tỏa căng thẳng qua cảm xúc tích cực vào ban ngày. 2. Nghe nhạc giải trí lành mạnh. 3. Người muốn điều hòa hệ thần kinh, thu nhận cảm xúc tích cực, giảm stress ban ngày (tạo điều kiện để ban đêm dễ ngủ)	1. Người có thói quen dùng điện thoại vào ban đêm khi đi ngủ khiến mất ngủ hay đi ngủ trễ. 2. Người đang bị stress bủa vây, khó ngủ, mất ngủ. Muốn dùng “Hệ Thống Chuyển Nhịp Nhặt Nguyệt” của MyDoJe để hỗ trợ giấc ngủ ngon.
Thể loại nhạc	*Phúc Tâm Nhạc hay nhạc trẻ, trữ tình, giai điệu đẹp, ca từ ý nghĩa từ nhiều chủ đề khác nhau và được Jelong hát Live. <i>*Có chứa Liên Hoàn Nốt</i> <i>[DO RE MI FA SOL LA SI JE]</i>	*Hưu Tâm Nhạc hay nhạc nhắc nhở về việc buông/tắt điện thoại/máy tính để giữ gìn sức khỏe giấc ngủ (chiếm 1/3 cuộc đời con người) và được Jelong hát Live. <i>*Có chứa Liên Hoàn Nốt</i> <i>[DO RE MI FA SOL LA SI JE]</i>

Nội dung	Bài hát viết về những giây phút, thời gian hạnh phúc. Ca ngợi hạnh phúc con người và những điều tốt đẹp.	Bài hát viết về việc buông /tắt điện thoại và ảnh hưởng sức khỏe từ giấc ngủ
Thời điểm nghe	1.Nghe khi vừa thức dậy vào buổi sáng để lấy cái may mắn từ "nguồn năng lượng hạnh phúc" 2.Lúc thư giãn hoặc làm việc, giải trí trong ngày.	1.Nghe khi đã lên giường chuẩn bị đi ngủ
Tác động tâm trí	Tạo tâm thế hạnh phúc , loại bỏ suy nghĩ tiêu cực. (Nếu dùng " <i>Qui Trình Thờ Hát 8 Quãng 8 (Ban Ngày)</i> " của Hệ Thống MyDoJe sẽ đạt được sức khỏe tốt hơn do kết hợp thờ sâu và hát live)	Giúp tâm trí ngủ ngơi hoàn toàn, ngắt suy nghĩ gây khó ngủ. (Nếu dùng " <i>Qui Trình Thờ Hát 8 Quãng 8 (Ban Đêm)</i> " của Hệ Thống MyDoJe sẽ ngắt ngay các suy nghĩ gây khó ngủ trong vòng 1 nốt nhạc đầu tiên.
Kết quả đạt được	*Tinh thần, lối sống lạc quan, tích cực, giảm stress. *Tạo điều kiện ban ngày sống và làm việc tươi tỉnh, tích cực (là thuận lợi cho giấc ngủ ban đêm tốt hơn)	Hỗ trợ đi vào giấc ngủ nhanh, sâu và êm ái. Không bị gây mất ngủ do xem điện thoại ban đêm.

2 trong 4 loại nhạc Liên Hoàn Nốt Jelong mới nhất giúp con người vừa giải trí, vừa xây nội lực vững mạnh để đạt hạnh phúc bền vững

Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong được sử dụng trong Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực MyDoJe giúp mọi người sử dụng chức năng xây nền nội lực của âm nhạc.

Nghĩa là, nhờ Jelong dùng hệ thống âm nhạc mới (Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong), mọi người biết về Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực và cách dùng âm nhạc để xây nền nội lực mạnh mẽ cho họ.

Thông qua việc sử dụng Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực MyDoJe, con người điều hòa được hệ thần kinh của họ, biết cách giảm stress, dùng âm nhạc hỗ trợ đi vào giấc ngủ dễ và ngủ sâu giấc hơn, thay đổi cách sinh hoạt để ngủ tốt hơn, có năng lượng tích cực vào hoạt động ban ngày và từ đó tạo nên xây dựng Thang Nội Lực được tốt.

Kết quả khi dùng Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong và Hệ Thống MyDoJe là: con người sống tích cực, điều hòa hệ thần kinh, giảm stress ban ngày và hỗ trợ ngủ ngon vào ban đêm. Từ đó tự xây dựng Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực cho riêng mình và phát huy được nội lực vững mạnh để làm sức mạnh vượt qua khó khăn, biến cố, sống hạnh phúc.

Như vậy, Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong và Khung MyDoJe đã tháo gỡ và tận dụng được chức năng bị ‘phong ấn’ suốt 40.000 năm qua của Quãng 8, giúp người nghe nhạc sử dụng âm nhạc để đạt được điều quan trọng trong cuộc sống: Xây dựng và phát huy Nội Lực Bản Thân để duy trì sự tồn tại và phát triển cuộc sống.

Thực chất, Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực MyDoJe là **một chu trình hoàn chỉnh** giúp con người xây Thang Quãng 8 Nội Lực vững mạnh theo chu kỳ sinh học 24h. Điều đó thể hiện rõ ở cách sử dụng Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong trong MyDoJe như sau:

Sử dụng ca hát live từ 2 nhánh Liên Hoàn Nốt trong Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong để xây nên nội lực vững mạnh



Cùng với “Phúc Tâm Nhạc Jelong” tạo ra cảm xúc tích cực, lạc quan, tạo nên tinh thần tốt



Điều hòa hệ thần kinh con người, kiểm soát stress ban ngày



Điều này cùng với “Hưu Tâm Nhạc Jelong” giúp hỗ trợ dễ ngủ, ngủ sâu vào buổi tối



Sử dụng Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực MyDoJe để xây nội lực vững mạnh hằng ngày, xử lý vấn đề hay biến cố cuộc sống



Giúp cá nhân vượt qua khó khăn, khủng hoảng để đạt cuộc sống ý nghĩa, hạnh phúc vững bền

(Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực MyDoJe giúp xây Nội Lực Đích Thực đạt Hạnh Phúc ~ Tác giả Jelong)

Đây chính là cách Âm nhạc đi vào đời sống thực hiện vai trò duy trì sự tồn tại và phát triển của một con người

Các phương pháp âm nhạc mới nhất này sẽ được trình bày rõ ở các chương sau và bạn sẽ nghe được các loại nhạc mới mà trong đời bạn chưa từng nghe bao giờ.

Nhưng tại sao Jelong lại kết hợp chúng thành một hệ thống?

Tại sao không chỉ là loại nhạc ngủ như bạn nghe ngoài kia?

Âm Nhạc Muốn Xây Dưỡng Nội Lực Cho Con Người Để Sống Hạnh Phúc Phải Được Dùng Như Một Hệ Thống Xuyên Suốt 24h

Hệ Nhạc Quảng 8 Nội Lực Jelong trong MyDoJe là hệ thống âm nhạc đầu tiên trong thế giới âm nhạc và ca hát live giúp xây dưỡng và phát triển nội lực cho con người thông qua chức năng lần đầu được biết đến của Quảng 8:

[DO RE MI FA SOL LA SI JE]ⁿ

(Xây dưỡng và phát huy nội lực con người)

Thứ nhất, tôi tạo ra Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực MyDoJe theo chu kỳ sinh học 24h (nhịp sinh học) của con người. Nói đơn giản, *giấc ngủ ngon, ngủ sâu của bạn không chỉ là kết quả vào ban đêm*. Bạn có ngủ ngon, dễ ngủ và ngủ sâu là do ảnh hưởng từ các hoạt động vào ban ngày tác động lên hệ thần kinh của bạn. Nếu bạn bị căng thẳng vào ban ngày bạn sẽ khó mà ngủ ngon vào ban đêm.

Ví dụ, bạn xử lý công việc kém hiệu quả dẫn đến gây thiệt hại đơn hàng cho công ty, cãi nhau với khách hàng, v.v... Chuyện đó khiến bạn bức mình cả ngày và tối đến nó vẫn làm bạn suy nghĩ, thao thức ngay cả khi bạn đã nằm trên giường ngủ được nhiều giờ...

Nếu bạn gặp biến cố hay khủng hoảng, bạn càng dễ mất ngủ do lúc này các áp lực cuộc sống đè nặng lên tâm trí của bạn.

Do đó, âm nhạc muốn thực hiện chức năng xây nền nội lực tốt phải gây được tác động xuyên suốt 24h của một con người như Jelong đã nói:

1. Chúng ta phải có loại nhạc cho ban ngày giúp xây tinh thần tốt, giảm stress, giải trí, tăng hưng phấn để tỉnh táo cho các hoạt động ban ngày (chế độ Sympathetic của hệ thần kinh).

→ Để làm điều này, tôi đã tạo ra *Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong + Phúc Tâm Nhạc Jelong*.

2. Đồng thời, nhạc phải giúp con người *chuyển trạng thái* từ lúc tỉnh táo (chế độ Sympathetic) đến lúc melatonin (hormone gây buồn ngủ) tăng dần tạo giấc ngủ ngon, sâu giấc (kích hoạt chế độ Parasympathetic) vào ban đêm.

→ Để làm điều này, tôi đã tạo ra *Hát Live 1/3 Liên Hoàn Nốt Jelong + Hưu Tâm Nhạc Jelong*.

Thứ hai, chúng ta đang đi giải quyết vấn đề cốt lõi trong cuộc sống: xây Thang Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực giúp vượt qua khó khăn, biến cố, xử lý vấn đề. Trong đó, ngủ ngon, sâu giấc là một phần quan trọng để xây nền nội lực vững mạnh.

Để bước lên những bậc cao hơn của Thang Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực, âm nhạc phải thực hiện **chức năng xây cả nền lẫn xây nội lực**, không phải chỉ tạo nhạc để ngủ.

	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
	Hành Trình 1 Chu Kỳ	BƯỚC 1			BƯỚC 2		BƯỚC 3	BƯỚC 4	BƯỚC 5	Hành Trình 1 Chu Kỳ	
		CENTERED CLARITY & DIRECTION (ĐỊNH TÂM SUY XÉT CỤC DIỆN)			STRATEGIC RESOLUTION, (HÓA GIẢI CỤC DIỆN)		TOOL & GEAR SETUP (THIẾT LẬP HỒ TRỢ)	EXECUTION-MAP (BẢN ĐỒ THỰC THI)	TAKE DECISIVE ACTION (THỰC HIỆN QUYẾT ĐOÁN)		
		Nhận Ra Thực Trạng Vấn Đề	Mục Tiêu	Mức Nội Lực (so với) Mức Áp Lực	Tìm Giải Pháp	Tìm Giải Pháp (Có God)	Chuẩn Bị Công Cụ Xử Lý	Bản Đồ Thực Thi	Lệnh Thực Thi & Nâng Cấp		
	Phẩm Chất Để Giải Quyết	Đôi Mắt Nhân Văn							8! Sự Chung Thủy Đa Tầng	Phẩm Chất Để Giải Quyết	
BƯỚC NỀN: XÂY NỀN NỘI LỰC VỮNG MẠNH VỚI "HỆ THỐNG NHẬT NGUYỆT 8 QUĂNG 8" GIÚP KIỂM SOÁT STRESS & GIÁC NGỦ											
	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
Lĩnh Vực:				Vấn Đề:			KẾT QUẢ:				
Ngày:				Ghi Chú:			ĐÚC KẾT CHIẾM NGHIỆM:				
MyDoJe® =											

Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực – Khung MyDoJe - được thiết kế trên **5 dòng kẻ** đặc trưng của một Khuông nhạc, chứa **Quy trình 5 Bước** xử lý khó khăn/biến cố. Quy trình này được chia thành **8 vùng làm việc** tương ứng **8 nốt nhạc**).

Như vậy, Hệ Thống Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực MyDoJe là cách sử dụng âm nhạc vào đời sống hằng ngày để **tái cấu trúc nền tảng cảm xúc và hệ thần kinh con người**.

Thông qua việc sử dụng Hệ Nhạc Quăng 8 Nội Lực Jelong (gồm nhánh nhạc I kích hoạt cảm xúc, tinh thần tích cực, và nhánh nhạc II giúp chuyển trạng thái thức sang buồn ngủ - với 4 phương pháp nhạc được tạo bởi Jelong) cùng với giáo dục mọi người về khoa học giấc ngủ, stress và nhất là xây dựng Thang Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực, Hệ Thống MyDoJe giúp bạn đạt được *trạng thái thần kinh an toàn, cảm xúc tinh thần tích cực, lạc quan, hỗ trợ giảm stress, cho giấc ngủ sâu và từ đó tạo nền tảng tinh thần, thể chất tốt để xây dựng thang nội lực của riêng bạn*.

Khung Hệ Thống MyDoJe này sẽ hỗ trợ bạn tự xây dựng và phát huy nội lực của bản thân để vượt qua stress, khó khăn cũng như các biến cố bất ngờ ập đến trong cuộc sống. Và điều đó mới đảm bảo bạn có cuộc sống hạnh phúc, khỏe mạnh và sống có ý nghĩa.

Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực là của riêng bạn. Hãy tập trung phát triển nó thay vì nhìn thang nội lực của người khác để so sánh hơn thua. Vì cuộc sống ở mỗi người là khác nhau. Chúng ta chỉ nên nhìn thang nội lực của người khác để học hỏi, làm gương sáng để noi theo.

Mỗi con người có hành trình cuộc sống riêng, mục tiêu và động lực khác nhau nên chúng ta có thang nội lực MyDoJe riêng biệt.

Sau khi bạn biết về Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong, điều quan trọng là:

Tại Sao Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong Với Giọng Hát Live Có Thể Giúp Bạn Xây Nội Lực Vững Mạnh Khi Xét Theo Khoa Học Hệ Thần Kinh (Neuroscience) Và Y Học Giác Ngủ?

Chương 2-Phần 2

LỢI ÍCH KHI NGHE HỆ THỐNG ÂM NHẠC ĐẦU TIÊN GIÚP CON NGƯỜI XÂY NỘI LỰC VỮNG MẠNH VÀ VƯỜN TỚI HẠNH PHÚC VỮNG BỀN

**Tại Sao Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong Với Giọng Hát Live Có Thể Giúp Bạn Xây
Nội Lực Vững Mạnh Khi Xét Theo Khoa Học Hệ Thần Kinh (Neuroscience) Và Y
Học Giác Ngủ?**

Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong được tôi tạo ra dựa trên phương pháp nhạc Liên Hoàn Nốt Jelong với 8 nốt nhạc đặc trưng.

[DO RE MI FA SOL LA SI JE]

Loại nhạc này làm được việc “điều hòa cảm xúc, xây nền tảng tinh thần tốt, hệ thần kinh con người giúp họ xả stress, tạo môi trường thuận lợi cho cơ thể đi ngủ vào ban đêm, góp phần xây dựng nền Thể lực tạo nên nền Nội lực vững mạnh” vì thừa hưởng các yếu tố và bản chất của Nhạc Liên Hoàn Nốt Jelong.

Điều đó có nghĩa: Trong phương pháp tạo và hát nhạc Liên Hoàn Nốt Jelong mà tôi tạo ra vào tháng 8 năm 2024 đã chứa sẵn các yếu tố giúp “điều hòa được cảm xúc, hệ thần kinh con người giúp họ xả stress, tạo môi trường thuận lợi cho cơ thể đi ngủ vào ban đêm” mà khoa học hệ thần kinh đã nói!

Chỉ sau khi khám phá ra chức năng đặc biệt của Quãng 8 và Mô Hình Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực, cùng nghiên cứu về khoa học giấc ngủ, tôi mới thấy khoa học hệ thần

kinh chỉ ra các yếu tố giúp điều hòa hệ thần kinh đã có sẵn trong nhạc Liên Hoàn Nốt Jelong của mình. Cụ thể:

✚ Các bài hát được tạo ra từ hai nhánh nhạc Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong và Hát Live 1/3 Liên Hoàn Nốt Jelong đều giúp con người xây nội lực chính vì cả hai nhánh đều đi từ điểm cốt lõi của Liên Hoàn Nốt Jelong: **“Liên Hoàn Nốt Jelong chỉ được sử dụng để tạo ra những bài hát ca ngợi Những Điều Tốt Đẹp và Tích Cực Trong Cuộc Sống, Đặc Biệt Là Ca Ngợi Lòng Chung Thủy Trong Tình Yêu!”**

- Đây chính là điểm cốt lõi khiến nhạc được làm ra trong Hệ Nhạc Quảng 8 Nội Lực Jelong mang yếu tố có lợi cho hệ thần kinh và nền tảng tinh thần. Các bài hát được làm ra đều là những ‘**tín hiệu an toàn**’ giúp não người cảm nhận sự lạc quan, tích cực, không gây stress thêm cho người nghe, hỗ trợ họ giảm stress qua điệu nhạc, lời ca...
- Từ điểm cốt lõi đó của phương pháp Liên Hoàn Nốt Jelong tạo ra hệ tư tưởng thấm nhuần hay dòng chảy tinh thần xuyên suốt cho toàn bộ Hệ Nhạc Quảng 8 Nội Lực Jelong giúp giai điệu, hòa âm, lời bài hát, giọng ca Jelong của Hệ thống âm nhạc này **đều mang các lợi ích thực tế đến cho người đang cần kiểm soát stress, muốn ngủ ngon và sâu giấc cũng như xây nội lực vững mạnh vượt qua khó khăn cuộc sống.**
 - Trong khi đó, đa số nhạc bạn nghe, nhất là nhạc pop xưa nay đều đi ngược lại nền tảng hệ thần kinh khỏe mạnh để xây nội lực: các bài hát thất tình, tình yêu đổ vỡ, lừa dối, không chung thủy, tình tay ba, tình chỉ đẹp khi đang dở, những điều tiêu cực, nhạc tục tĩu, v.v... đều làm hệ thần kinh cảnh giác (kích hoạt chế độ Sympathetic) vì nó có yếu tố gây hại, nguy hiểm và gây stress cho tinh thần con người.

- Chính cách hòa âm, cách hát chú trọng phô bày nội lực giọng hát (cao/to) của âm nhạc hiện tại, kèm nội dung tiêu cực đã khiến âm nhạc chỉ mang tính giải trí chủ yếu, chưa thể làm được chuyện giáo dục thẩm mỹ, hướng chỉ nói đến chuyện giúp mọi người xây dựng nội lực để vượt qua khó khăn, các biến cố và cứu người?! Thậm chí con người vì nhạc tiêu cực mà dễ mất ngủ do hệ thần kinh không được hỗ trợ chuyển sang chế độ nghỉ ngơi (Parasympathetic) mà thay vào đó là chế độ Sympathetic, kích hoạt cortisol tăng cao là nguyên nhân gây mất ngủ.

Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong gồm 4 phương pháp tạo và hát nhạc khác nhau (Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong + Hát Live 1/3 Liên Hoàn Nốt Jelong + Phúc Tâm Nhạc Jelong và Huru Tâm Nhạc Jelong) đều có chung đặc điểm cốt lõi đặc trưng:

- ✧ Đều có những Liên Hoàn Nốt chứa 8 nốt nhạc: DO RE MI FA SOL LA SI JE
- ✧ Tất cả bài hát trong Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong đều mang nội dung tích cực, làm cho con người tin và yêu cuộc sống, tình yêu tốt đẹp. Đó chính là nền tảng tốt nhất cho tinh thần, điều hòa hệ thần kinh theo nhịp sinh học 24h để xây Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực đạt hạnh phúc bền vững.

Vậy Bạn Được Lợi Gì Khi Dùng Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực MyDoJe Có Sử Dụng Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong? Tác Dụng Của Hệ Nhạc này?

Nhìn lại toàn bộ Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực, bạn sẽ thấy công dụng của Hệ thống âm nhạc lần đầu tiên giúp Âm nhạc (đặc biệt ca hát live) giúp bạn cũng như mọi người xây nội lực vững mạnh để đạt hạnh phúc bền vững:

🌈 Các bài hát từ Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong và Hát Live 1/3 Liên Hoàn Nốt Jelong giúp bạn:

- ✓ Điều hòa hệ thần kinh, giảm stress
- ✓ Xây dựng cảm xúc tích cực, tinh thần lạc quan, tích cực nhất là nhìn tình yêu, cuộc sống theo hướng tích cực (phản stress) *khác hoàn toàn hướng tiêu cực mà nhạc xưa nay* (đa số nhạc hiện đại – nhất là nhạc pop – mang nội dung kích thích hệ thần kinh gây stress và có cái nhìn tiêu cực về tình yêu và cuộc sống)
- ✓ Hỗ trợ tạo trạng thái hệ thần kinh được ổn định, ít stress vào ban ngày để tối đến đi vào trạng thái nghỉ ngơi (parasympathetic) dễ hơn, hiệu quả hơn

🌈 Phúc Tâm Nhạc Jelong mang lại những cảm xúc tích cực, thư giãn, những điều may mắn khi nghe vì loại nhạc mới nhất này được tôi tạo ra dành cho buổi sáng mới thức dậy nên nội dung, ca từ chỉ chứa những điều hạnh phúc để bắt đầu một ngày may mắn cho người nghe. Bạn có thể nghe các bài hát Phúc Tâm Nhạc Jelong bất kể thời gian nào trong ngày để đón nhận những thông điệp hạnh phúc, những may mắn nhạc mang lại. Do đó, loại nhạc này dùng để kiểm soát stress và cân bằng cảm xúc trong ngày. Phúc Tâm Nhạc Jelong chắc chắn giúp tăng dopamine – hóc môn tăng hưng phấn – ít nhiều tùy bài bạn nghe.

🌈 Hưu Tâm Nhạc Jelong giúp hệ thần kinh của bạn chuyển trạng thái từ stress (sympathetic) sang trạng thái parasympathetic hiệu quả hơn do loại nhạc mới này *nhắc bạn phải tắt hay bỏ điện thoại sang một bên chuẩn bị đi ngủ*. Đây là hành động rất cần thiết trước ngủ nhưng mọi người khó làm vì các thuật

toán AI liên tục làm não con người phải ‘động’ dù đến giờ đi ngủ. Huru Tâm Nhạc Jelong sẽ là ‘người canh giữ giấc ngủ’ nhắc bạn điều đó.

✚ Cả Hệ Nhạc Quảng 8 Nội Lực Jelong chính là sự tác động của âm nhạc đến chu kỳ sinh học 24h (Circadian rhythm). Hệ thống âm nhạc Liên Hoàn Nốt này tác động đến trạng thái hệ thần kinh của bạn, nhất là hệ thống điều khiển giấc ngủ của bạn) sao cho bạn có cả ngày tươi tỉnh, hệ thần kinh được điều hòa, cảm xúc được tăng cường tích cực và đêm đến cơ thể dễ đi vào giấc ngủ sâu. Từ đó bạn có sức khỏe tinh thần tốt để làm việc, học tập, xây dựng các mối quan hệ và nhất là: Bạn tự xây dựng và phát huy nội lực của mình.

✚ Một hệ thần kinh khỏe mạnh, ít bị stress tác động, tinh thần, tư duy lành mạnh sẽ là ‘đòn bẩy’ mạnh mẽ cho bạn xây Thang Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực. Khi bạn ngủ ngon, đủ giấc và thức dậy trong tỉnh táo, khỏe khoắn cả ngày thì bạn sẽ dễ dàng phát huy nội lực của mình để làm việc, xây dựng gia đình, phát triển sự nghiệp và nhất là có thêm ‘đòn bẩy’ để vượt qua biến cố khi nó ập đến.

✓ Nếu bạn thiếu ngủ, bạn dễ cáu gắt hơn, cơ thể mệt mỏi do thiếu ngủ làm bạn lo âu, cảm xúc hỗn loạn vì lúc này vùng não lý trí (Prefrontal Cortex) bị yếu đi nên không kiểm soát được phản ứng cảm xúc mạnh.

✚ Hệ Nhạc Quảng 8 Nội Lực Jelong là ‘gốc rễ’ tạo nên Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực MyDoJe. Chính nhờ có Thượng Đế và Âm nhạc - đặc biệt vai trò “Nốt Je Của God” trong việc bảo vệ Nhân Loại trước Siêu AI - lần đầu tiên sau hơn 40.000 năm, Quảng 8 và giai điệu từ 8 nốt nhạc có tác động trực tiếp lên hệ thần kinh để xây nội lực vững mạnh cho con người. Từ đó có thể giúp người sử dụng nhạc tự xây nội lực để vượt qua các khó khăn, biến cố trong cuộc sống, xây dựng một cuộc sống hạnh phúc, ý nghĩa.

✚ Cuối cùng, khi mỗi cá nhân có Thang Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực cao thì Thang Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực **của thế giới** cũng được nâng cấp. **Tất**

cả các điều trên chính là giúp phá vỡ sự thống trị của siêu AI và bảo toàn sự sinh tồn của Nhân Loại như tài liệu “Nốt Je Của God” đã nói rõ¹.

Từ khi sáng thức dậy đến khi đi ngủ, Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong tác động đúng với nhịp sinh học 24h của bạn để bạn có sức khỏe tinh thần và thể chất tốt hơn (nhất là giúp bạn “*thoát khỏi ngày căng não, đêm trằn trọc*”) và đây chính là xây nền nội lực để bạn xây dựng và phát huy nội lực, các giá trị cao quý nơi con người bạn.

Bây giờ, mời bạn lần lượt thưởng thức các bản nhạc trong Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong giúp thực hiện bước xây nền cho Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực

	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
	Hành Trình 1 Chu Kỳ	BƯỚC 1			BƯỚC 2		BƯỚC 3	BƯỚC 4	BƯỚC 5	Hành Trình 1 Chu Kỳ	
		CENTERED CLARITY & DIRECTION (ĐỊNH TÂM SUY XÉT CỤC DIỆN)			STRATEGIC RESOLUTION, (HÒA GIẢI CỤC DIỆN)		TOOL & GEAR SETUP (THIẾT LẬP HỒ TRỢ)	EXECUTION-MAP (BẢN ĐỒ THỰC THI)	TAKE DECISIVE ACTION (THỰC HIỆN QUYẾT ĐOÁN)		
		Nhận Ra Thực Trạng Vấn Đề	Mục Tiêu	Mức Nội Lực (so với) Mức Áp Lực	Tìm Giải Pháp	Tìm Giải Pháp (Có God)	Chuẩn Bị Công Cụ Xử Lý	Bản Đồ Thực Thi	Lệnh Thực Thi & Nâng Cấp		
	Phẩm Chất Để Giải Quyết	Đôi Mắt Nhân Văn							8! Sự Chung Thủy Đa Tầng	Phẩm Chất Để Giải Quyết	
BƯỚC NỀN: XÂY NỀN NỘI LỰC VỮNG MẠNH VỚI "HỆ THỐNG NHẬT NGUYỆT 8 QUẢNG 8" GIÚP KIỂM SOÁT STRESS & GIÁC NGỦ											
	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
Lĩnh Vực:				Vấn Đề:				KẾT QUẢ:			
Ngày:				Ghi Chú:				ĐÚC KẾT CHIẾM NGHIỆM:			
MyDoJe ⁿ =											

Sau khi tìm hiểu các phương pháp tạo và hát nhạc tạo nên Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong, chúng ta sẽ tiến tới phần còn lại của Khung MyDoJe: Cách sử dụng Khung Hệ

¹ Tải đọc: <https://mydoje.com/go/3000b>

Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực để vượt qua khó khăn, biến cố trong đời để đạt hạnh phúc bền vững.

HỆ NHẠC THĂNG HOA QUẢNG 8 NỘI LỰC JELONG				
NHÁNH NHẠC	I. HÁT LIVE LIÊN HOÀN NỐT JELONG ☀		II. HÁT LIVE 1/3 LIÊN HOÀN NỐT JELONG ☾	
PHƯƠNG PHÁP	HÁT LIVE LIÊN HOÀN NỐT JELONG	PHÚC TÂM NHẠC JELONG	HÁT LIVE 1/3 LIÊN HOÀN NỐT JELONG	HƯU TÂM NHẠC JELONG
Ý NGHĨA	Nhạc tích cực, tốt đẹp về cuộc sống, tình yêu có chứa <u>một phần lời hát là Liên Hoàn Nốt</u>	Nhạc Liên Hoàn Nốt chuyên ghi lại những thời gian, thời điểm hay những điều hạnh phúc	Nhạc tích cực, tốt đẹp về đa dạng chủ đề có chứa <u>phần lớn lời hát là các đoạn Liên Hoàn Nốt</u>	Nhạc Liên Hoàn Nốt nhắc nhở buông/tắt điện thoại tránh xa thuật toán AI để đi ngủ
	*Liên Hoàn Nốt là những đoạn nhạc có phần lời (lyrics) không phải ca từ có nghĩa, mà chúng chứa tên 8 nốt nhạc [DO RE MI FA SOL LA SI JE] mà người hát có thể <i>tự do thay đổi vị trí tên các nốt nhạc tùy thích ngay khi hát Live.</i>	"Phúc" là hạnh phúc. "Tâm" là tâm trí, tâm hồn. Phúc Tâm Nhạc Jelong là nhạc của Jelong khi nghe để tâm trí, tâm hồn thấy hạnh phúc	*Liên Hoàn Nốt là những đoạn nhạc có phần lời (lyrics) không phải ca từ có nghĩa, mà chúng chứa tên 8 nốt nhạc [DO RE MI FA SOL LA SI JE] mà người hát có thể tự do thay đổi vị trí tên các nốt nhạc tùy thích ngay khi hát Live.	"Hưu" là nghỉ ngơi. "Tâm" là tâm trí, tâm hồn. Hưu Tâm Nhạc Jelong là nhạc Jelong nghe để tâm trí, tâm hồn hoàn toàn nghỉ ngơi, hồi phục, đi vào giấc ngủ ban đêm hay những lúc cần ngủ.
CÔNG DỤNG	Nhạc giải trí + Kiểm soát stress Thu nhận những cảm xúc tích cực, lạc quan, tạo tinh thần tốt để xây nội lực vững mạnh	Nhạc giải trí + Kiểm soát stress Thu nhận những cảm xúc tích cực, lạc quan, tạo tinh thần tốt để xây nội lực vững mạnh	Nhạc giải trí (đặc biệt cho giờ giải lao, nghỉ ngơi hoặc trước giờ ngủ) Thu nhận những cảm xúc tích cực, lạc quan, tạo tinh thần tốt.	Nhạc dành riêng cho giấc ngủ, giúp ngắt dòng suy nghĩ gây khó ngủ. Đặc biệt là loại nhạc mới nhất chuyên nhắc buông điện thoại, máy tính để đi ngủ
	Nhạc điều hòa hệ thần kinh	Nhạc điều hòa hệ thần kinh	Nhạc điều hòa hệ thần kinh	Nhạc điều hòa hệ thần kinh
	Nhạc xây nền nội lực	Nhạc xây nền nội lực	Nhạc xây nền nội lực	Nhạc xây nền nội lực
	Nhạc xây Thang Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực	Nhạc xây Thang Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực	Nhạc xây Thang Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực	Nhạc xây Thang Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực
	Nhạc xây nội lực hạnh phúc.	Nhạc xây nội lực hạnh phúc.	Nhạc xây nội lực hạnh phúc.	Nhạc xây nội lực hạnh phúc.

PHƯƠNG PHÁP	HÁT LIVE LIÊN HOÀN NỐT JELONG	PHÚC TÂM NHẠC JELONG	HÁT LIVE 1/3 LIÊN HOÀN NỐT JELONG	HƯU TÂM NHẠC JELONG
CÔNG DỤNG NHẠC NGỦ	(KHÔNG)	(KHÔNG)	(CÓ) (Ngoài giải trí, còn có thể hỗ trợ giấc ngủ)	(CÓ) (Nhạc hỗ trợ giấc ngủ)
THỜI ĐIỂM NGHE	1.Lúc thư giãn hoặc làm việc, giải trí trong ngày. 2.Lúc muốn nghe nhạc thu nhận những nội dung và cảm xúc tích cực, tốt đẹp có lợi cho hệ thần kinh, quản lý stress.	1.Nghe vào buổi sáng khi thức dậy để lấy cái may mắn từ "nguồn năng lượng hạnh phúc" 2.Lúc thư giãn hoặc làm việc, giải trí trong ngày. 3.Lúc muốn nghe nhạc thu nhận những nội dung và cảm xúc tích cực, tốt đẹp có lợi cho hệ thần kinh, quản lý stress.	1.Lúc thư giãn hoặc làm việc, giải trí trong ngày. 2.Lúc muốn nghe nhạc thu nhận những nội dung và cảm xúc tích cực, tốt đẹp có lợi cho hệ thần kinh, quản lý stress. 3.Nghe 1-2 tiếng trước khi ngủ	1.Nghe khi đã lên giường chuẩn bị đi ngủ ban đêm
TÁC ĐỘNG TÂM TRÍ VÀ SỨC KHỎE	*Tạo tinh thần lạc quan, lối sống tích cực do nội dung nhạc viết về những điều tích cực, tốt đẹp của tình yêu và cuộc sống. *Giúp giảm mức độ căng thẳng và thúc đẩy sự cân bằng cảm xúc, nâng cao cả sức khỏe tâm lý lẫn sức sống thể chất *Tạo điều kiện ban ngày sống và làm việc tươi tỉnh, tích cực	Tạo tâm thế hạnh phúc, loại bỏ suy nghĩ tiêu cực. (Nếu dùng “Qui Trình Thở Hát 8 Quãng 8 (Ban Ngày)” của Hệ Thống MyDoJe sẽ đạt được sức khỏe tốt hơn do kết hợp thở sâu và hát live) *Tạo điều kiện ban ngày sống và làm việc tươi tỉnh, tích cực	*Tạo tinh thần lạc quan, lối sống tích cực do nội dung nhạc viết về những điều tích cực, tốt đẹp của tình yêu và cuộc sống. *Giúp giảm mức độ căng thẳng và thúc đẩy sự cân bằng cảm xúc, nâng cao cả sức khỏe tâm lý lẫn sức sống thể chất *Tạo điều kiện ban ngày sống và làm việc tươi tỉnh, tích cực (là thuận lợi cho giấc ngủ ban đêm tốt hơn)	Giúp tâm trí nghỉ ngơi hoàn toàn, ngắt suy nghĩ gây khó ngủ. (Nếu dùng “Qui Trình Thở Hát 8 Quãng 8 (Ban Đêm)” của Hệ Thống MyDoJe sẽ ngắt ngay các suy nghĩ gây khó ngủ trong vòng 1 nốt nhạc đầu tiên, do kết hợp thở sâu và hát live) *Hỗ trợ đi vào giấc ngủ nhanh, sâu và êm ái. Không bị gây mất ngủ do xem điện thoại ban đêm.
CÔNG DỤNG ĐẶC BIỆT	LÀ CÔNG CỤ BẢO VỆ SỰ SINH TỒN NHÂN LOẠI TRƯỚC SIÊU TRÍ TUỆ NHÂN TẠO	LÀ CÔNG CỤ BẢO VỆ SỰ SINH TỒN NHÂN LOẠI TRƯỚC SIÊU TRÍ TUỆ NHÂN TẠO	LÀ CÔNG CỤ BẢO VỆ 1/3 CUỘC ĐỜI NHÂN LOẠI TRƯỚC THUẬT TOÁN AI	LÀ CÔNG CỤ BẢO VỆ 1/3 CUỘC ĐỜI NHÂN LOẠI TRƯỚC THUẬT TOÁN AI
CHỦ ĐỀ TRONG CÁC BÀI HÁT	Hát ca ngợi những điều tích cực, tốt đẹp về cuộc sống.	Hát về niềm hạnh phúc trong cuộc sống	Hát ca ngợi những điều tích cực, tốt đẹp về cuộc sống	Bài hát nhắc nhở BUÔNG/TẮT chiếc điện thoại - thủ phạm gây mất ngủ

	Nhất là ca ngợi tình yêu đẹp, chung thủy của con người.	Chủ đề niềm hạnh phúc trong cuộc sống	Chủ đề đa dạng: tình yêu, cuộc sống, thành công, tiền bạc, châm ngôn, tâm linh...	Chủ đề giấc ngủ, điện thoại, máy tính và sức khỏe tinh thần
HÌNH THỨC BÀI HÁT	*HÁT LIVE BÀI DÀI *Liên Hoàn Nốt chỉ chiếm một phần lời bài hát	*HÁT LIVE BÀI NGẮN *Liên Hoàn Nốt và ca từ xen kẽ nhau	*HÁT LIVE BÀI DÀI *Liên Hoàn Nốt chiếm phần lớn lời bài hát	*HÁT LIVE BÀI NGẮN *Liên Hoàn Nốt và ca từ xen kẽ nhau
HÌNH THỨC HÁT	LIVE	LIVE	LIVE	LIVE
JELONG SÁNG TÁC & HÁT SONG NGỮ	Hát Tiếng Việt	Hát Tiếng Việt	Hát Tiếng Việt	Hát Tiếng Việt
	Hiện tại chưa có lời hát tiếng Anh.	Hát Tiếng Anh (Quốc Tế).	Hát Tiếng Anh (Quốc Tế).	Hát Tiếng Anh (Quốc Tế)
Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong Sử Dụng Tiếng Hát Live + Đặc Trưng Liên Hoàn Nốt Jelong Với 8 Nốt Nhạc [Do Re Mi Fa Sol La Si Je] Là Thứ AI Không Thể Tạo Ra Cho Việc Nuôi Dưỡng Phát Huy Nội Lực Con Người				

Điểm đặc biệt của Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong, lần đầu tiên các bài hát **được trình bày tất cả ở dạng hát live** gồm cả tiếng Anh để lan tỏa chức năng đặc biệt của Quãng 8 đối với việc xây nội lực hạnh phúc mà Âm nhạc mang đến cho con người.

Hãy đến với Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong trước tiên ngay sau đây trong toàn bộ dòng chảy Âm nhạc của Hệ Thống MyDoJe giúp bạn có hạnh phúc bền vững.

Sử dụng ca hát live từ 2 nhánh Liên Hoàn Nốt trong Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong để xây nền nội lực vững mạnh



Cùng với “Phúc Tâm Nhạc Jelong” tạo ra cảm xúc tích cực, lạc quan, tạo nền tinh thần tốt



Điều hòa hệ thần kinh con người, kiểm soát stress ban ngày



Điều này cùng với “Hưu Tâm Nhạc Jelong” giúp hỗ trợ dễ ngủ, ngủ sâu vào buổi tối



Sử dụng Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực MyDoJe để xây nội lực vững mạnh hằng ngày, xử lý vấn đề hay biến cố trong cuộc sống



Giúp cá nhân vượt qua khó khăn, khủng hoảng để đạt cuộc sống ý nghĩa, hạnh phúc vững bền

(Toàn bộ dòng chảy Âm nhạc trong Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực MyDoJe ~ Tác giả Jelong)

CHƯƠNG 3

LIÊN HOÀN NỐT JELONG VÀ SIÊU TRÍ TUỆ NHÂN TẠO PHÁT MINH NHẠC THAY ĐỔI LỊCH SỬ CA HÁT BÓ BUỘC CHỈ VỚI 8 NỐT NHẠC & PHÁ VỠ SỰ THỐNG TRỊ CỦA SIÊU AI

“Với nốt nhạc mới mang tên Thượng Đế thân quen, tôi đã đưa âm nhạc đến vùng đất mới hoàn toàn nơi ca sĩ tha hồ sáng tạo lúc hát LIVE và người nghe không còn đắm chìm trong ‘bể nhạc sâu’ của thế gian”

~Ca Giải Sĩ JeLong~

Chương 3 - Phần 1

PHƯƠNG PHÁP SÁNG TÁC VÀ HÁT NHẠC MỚI NHẤT

“LIÊN HOÀN NỐT JELONG”

Chúng ta vẫn thường quen với việc nghe những giai điệu đi kèm với lời bài hát là **những từ, cụm từ, câu, đoạn văn/bài thơ/đối thoại** có ý nghĩa về tình yêu hoặc nhiều chủ đề khác nhau trong cuộc sống.

Tuy nhiên, sau khi sáng tác và hát hơn 20 bài hát, đặc biệt là sau khi hát ca khúc “**Điệu Đàn Thắm Chân Tình**” của riêng mình được nhiều người yêu thích, tôi đã khám phá ra một cách độc đáo để sáng tác và hát một bài hát theo cách chưa từng có trong âm nhạc.

Cách sáng tác và hát này được gọi là **Liên Hoàn Nốt Jelong**.

Nếu các chương trước của cuốn sách này giúp bạn hiểu rõ về Siêu AI, giúp bạn **Đạt Đỉnh Cao Nhất Của Tài Năng**, thì chương này với phát minh âm nhạc của tôi sẽ mang đến cho bạn những lợi ích tuyệt vời khác và những điều mới mẻ mà bạn chưa từng thấy trước đây. Đặc biệt, công cụ Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong có thể giúp bạn **Tăng Cường Sức Khỏe!**

Đặc biệt nhất công cụ âm nhạc này giúp phá vỡ sự thống trị Siêu AI.

Đầu tiên, bạn hãy nghe và xem bài hát sau được sáng tác dựa trên phương pháp Liên Hoàn Nốt Jelong.



Bài hát “Điệu Đàn Thăm Chân Tình”

Xem MV gốc tại đây:

<https://www.youtube.com/watch?v=N7psJB6l9tg>

Xem video với bản dịch tiếng Anh tại đây:

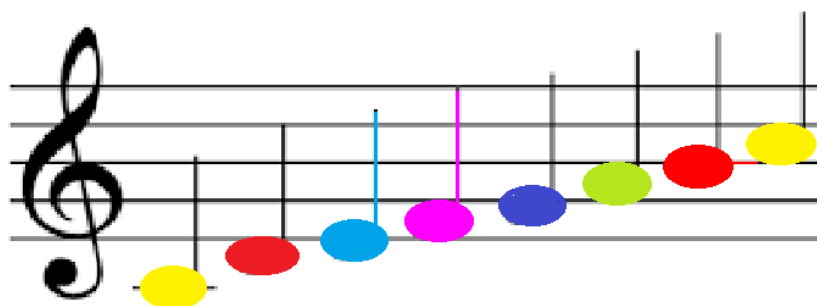
<https://www.youtube.com/watch?v=TYXo69jHPmo>

Bạn có thấy nó khác với bất kỳ bài hát nào khác mà bạn từng nghe trong đời không?

Bạn có nhận thấy các điệp khúc được hát khác nhau không?

Tôi đã hát điệp khúc ba lần với ba lời **hoàn toàn khác nhau chỉ chứa tên các nốt nhạc!**

Đặc biệt, thay vì sử dụng các từ, cụm từ, câu, đoạn văn/bài thơ/đối thoại có ý nghĩa, tôi **chỉ sử dụng 7 nốt nhạc** từ thời xa xưa mà Thượng Đế (God) đã ban cho nhân loại để sử dụng.



1	2	3	4	5	6	7	1
do	re	mi	fa	sol	la	si	do
C	D	E	F	G	A	B	C

Trong bài hát “Điệu Đàn Thẩm Chân Tình” của tôi, tôi đã tạo ra 3 điệp khúc có cùng giai điệu nhưng lời khác nhau:



La La La Mi
Re Re Mi Fa
Sol La Si Do
Re Fa Sol La
Sol Re Mi Si
Sol Si Mi Do



La La La Mi
Re Re Re Fa
Sol La Si Do
Re Fa La Sol
Do Re Fa La
Sol Si Mi Do

La La La Mi
Re Re Mi Fa
Sol La Si Do
Re Fa Sol La
Sol Re Mi Si
Sol Si Mi Do

Mi Mi Mi La
Fa Sol La Si
Do Re Mi Re
Fa La Sol Si
Sol Fa La Mi
Sol Do Mi Do



Đây là một cách đơn giản để tạo ra nhạc và hát, và nó đầy hứng khởi, sáng tạo, và **lần đầu tiên trong âm nhạc**, bất kỳ ai (không nhất thiết phải là nhạc sĩ hay ca sĩ) đều có thể tạo ra âm thanh của riêng mình khi hát!

Liên Hoàn Nốt Jelong là cách sáng tác và ca hát mới nhất trong âm nhạc do ca sĩ Jelong (tác giả) sáng tạo:

- ❖ Trong một bài hát, tác giả bài hát/nhạc sĩ sẽ đưa vào một hoặc nhiều đoạn nhạc có lời **chỉ bao gồm một loạt các nốt nhạc liên tiếp** (gọi là Liên Hoàn Nốt hay Musical Note Combo).
 - ✓ Trong ví dụ trên, tôi đã tạo ra 3 Liên Hoàn Nốt khác nhau trong bài hát của riêng tôi “Điệu Đàn Thẩm Chân Tình”
- ❖ Liên Hoàn Nốt xuất hiện trong một bài nhạc để diễn tả cái/điều gì đó đặc biệt có liên quan đến nội dung bài hát.
- ❖ Liên Hoàn Nốt Jelong có thể xuất hiện ở bất kỳ đâu trong một bài hát miễn là nó có ý nghĩa riêng và có thể làm cho bài hát nghe hay hơn, thú vị hơn.
- ❖ Liên Hoàn Nốt Jelong sử dụng **8 tên nốt nhạc** bao gồm: □
 - ◆ 7 nốt nhạc cơ bản bao gồm: DO RE MI FA SOL LA SI
 - ◆ Một tên nốt nhạc mới: DO RE MI FA SOL LA **JE**
 - ◆ Tôi đã thêm một tên nốt nhạc mới "Je" (đọc là /chi/ nhẹ hay /tri/ mạnh) để bổ sung hoặc thay thế cho nốt "Si" (vị trí nốt nhạc thứ bảy trên khuôn nhạc) để tạo ra những nốt nhạc kết hợp phong phú hơn cho một bài hát.
 - ✓ Vì vậy, bạn có thể sử dụng Si hoặc Je hoặc cả hai trong một tổ hợp tên nốt nhạc, và tôi sẽ giải thích rõ hơn ở phần tiếp theo. □

- ✓ Ví dụ: thay vì hát một tổ hợp/liên hoàn nốt nhạc như "Fa Sol La Si", bây giờ bạn có thể hát "Fa Sol La Je"



Trong phương pháp sáng tác và hát Liên Hoàn Nốt Jelong, tên nốt “Je” (đọc hoặc hát là /chi/ hay /tri/) có thể được sử dụng để thay thế hoặc bổ sung cho nốt “Si”.

Tôi đã lấy chữ "Je" trong tên Chúa **Jesus** để đặt tên cho nốt nhạc mới này.

Với mỗi giai điệu khác nhau, bạn có thể tạo ra các liên hoàn nốt nhạc khác nhau cho một bài hát.

Vậy Liên Hoàn Nốt Jelong có gì đặc biệt?

Với Phương Pháp Liên Hoàn Nốt Jelong, Bạn Không Cần Phải Ghi Nhớ Các Liên Hoàn Nốt Trong Lời Bài Hát Mà Tác Giả Đã Sáng Tác, Bạn Cũng Có Thể Tự Sáng Tác Các Liên Hoàn Nốt Khi Hát Hoặc Biểu Diễn!

Trong bài hát “Điều Đàn Thắm Chân Tình” của tôi, tôi đã tạo ra 3 liên hoàn nốt nhạc khác nhau cho mỗi điệp khúc.

Bất cứ khi nào tôi hát lại bài hát này hoặc biểu diễn trước công chúng, tôi sẽ tạo ra nhiều liên hoàn nốt nhạc khác nhau cho các điệp khúc

Tôi thậm chí có thể **đễ dàng** tạo ra ít nhất 1 tỷ tỷ phiên bản cho các liên hoàn nốt nhạc! Điều này hoàn toàn có thật.

Nó sẽ được giải thích trong chương tiếp theo.

Liên Hoàn Nốt Jelong Làm Cho Âm Nhạc Lớn Khủng Khiếp (Theo Nghĩa Đen), Sống Động Và Có Ích Chưa Từng Thấy!

Chỉ với việc thay thế, đổi tên các nốt nhạc khác nhau để tạo ra các Liên Hoàn Nốt mới từ cái đã cho trước, tôi có thể tạo ra số lượng phiên bản nhạc lớn đến khủng khiếp *cho 1 bài nhạc* mà xưa nay chưa từng ai làm và áp dụng vào việc ca hát!

Trong việc thay thế, sắp xếp các nốt nhạc trong các Liên Hoàn Nốt, bạn cũng có thể dùng tính chất của các bài toán giai thừa và tổ hợp trong toán học để tạo ra các phiên bản nhạc hát khác nhau.

Điều này chưa từng xảy ra trước đây trong Âm nhạc.

Nếu bạn không muốn đổi tên các nốt nhạc và chỉ dùng tên các nốt nhạc có trong Liên Hoàn Nốt mà tác giả đã soạn, bạn có thể dùng giai thừa để tạo ra các phiên bản Liên Hoàn Nốt khác. Đây chỉ là việc bạn sắp xếp các nốt nhạc đã cho theo vị trí khác nhau.

Giai thừa¹ là một hàm nhân một số với mọi số bên dưới nó cho đến 1.

Công thức: $n! = n \times (n-1) \times \dots \times 3 \times 2 \times 1$

Ví dụ, số cách mà 4 người (A, B, C, D) có thể ngồi thành một hàng có thể được sắp xếp bằng cách sử dụng giai thừa. Điều đó có nghĩa là giai thừa của 4 đưa ra số cách sắp xếp cần thiết, tức là $4! = 4 \times 3 \times 2 \times 1 = 24$. Do đó, 4 người có thể được sắp xếp ngồi thành một hàng theo 24 cách khác nhau.

- Bạn có thể sắp xếp 4 người họ ngồi theo các vị trí sau: ABCD, ACDB, BCDA, CDAB, ADCB, DBCA, v.v.

Đối với Liên Hoàn Nốt Jelong, bạn có thể tạo ra nhiều nốt nhạc kết hợp khác nhau (các phiên bản nhạc khác nhau) bằng cách thay thế và sắp xếp thứ tự các nốt nhạc trong một câu hát. Ở đây, ta vẫn giữ tên các nốt mà tác giả đã soạn. Và Bài toán giai thừa có thể giúp bạn tìm ra số lượng biến thể/phiên bản bạn có thể thực hiện.

*Ví dụ: Chỉ với một câu hát gồm 4 nốt nhạc “Fa Sol La Si” (với bất kỳ giai điệu nào bạn có thể nghĩ ra), tôi có thể tạo ra nhiều Liên Hoàn Nốt khác nhau bằng cách thay thế và sắp xếp thứ tự các nốt nhạc (với 4 tên nốt đã cho) như sau:

1. Sol Fa La Si
2. Fa La Sol Si
3. Si Fa La Sol
4. La Sol Fa Si

¹ “Trong Toán học, giai thừa là một hàm quan trọng, được sử dụng để tìm số cách sắp xếp các thứ hoặc tập hợp các số có thứ tự. Hàm nội suy giai thừa nổi tiếng đã được Daniel Bernoulli phát hiện. Tham khảo: <https://byjus.com/maths/factorial/#:~:text=For%20example%2C%20the%20number%20of,a%20row%20in%202024%20ways.>

5. Si La Sol Fa

6. vân vân...

Bằng cách sử dụng Bài toán giai thừa, tôi có thể đếm được có bao nhiêu biến thể/phần bản mà tôi có thể tạo ra chỉ với giai điệu đơn giản này. Tương tự như vậy, số cách mà 4 nốt nhạc “Fa Sol La Si” có thể được sắp xếp thành một hàng có thể được tìm thấy bằng cách sử dụng giai thừa. Điều đó có nghĩa là giai thừa của 4 đưa ra số cách sắp xếp cần thiết.

$$4! = 4 \times 3 \times 2 \times 1 = 24.$$

Do đó, 4 nốt nhạc (Fa, Sol, La, Si) có thể được sắp xếp thành một hàng theo 24 cách..

Điều đó có nghĩa là bạn có thể hát 24 câu nhạc khác nhau chỉ với cùng một giai điệu và 4 nốt nhạc cho sẵn.

*Một ví dụ khác, nếu tôi tạo một Liên Hoàn Nốt Jelong với lời bài hát như sau: “Do Re Mi Fa Sol La Si” (7 nốt nhạc), bạn có thể đếm được có bao nhiêu phần bản được tạo ra bằng cách sử dụng Giai thừa?

Câu trả lời là: 7!

$$7! = 7 \times 6 \times 5 \times 4 \times 3 \times 2 \times 1 = 5040$$

Do đó, 7 nốt nhạc có thể được đặt trong một dòng nhạc theo 5040 cách!

Bạn có thể hát 5040 câu hát khác nhau chỉ với cùng một giai điệu và 7 nốt nhạc cho sẵn.

Vì vậy, chỉ với Liên Hoàn Nốt Jelong, mọi người có thể sáng tác và hát vô số phần bản cho một giai điệu hoặc cho 1 bài hát duy nhất!

Chưa hết!

Điều gì xảy ra nếu bạn thay thế Si bằng tên nốt nhạc mới “Je” vào dòng hát đó?

- ◆ Thay vì “Do Re Mi Fa Sol La Si” (7 nốt nhạc), thì câu hát mới là “Do Re Mi Fa Sol La Je” (7 nốt nhạc)
- ◆ Lần này, chúng ta có thêm 5040 cách để hát câu đó!
- ◆ Tổng cộng bạn có 10.080 cách ($5.040+5.040$) để hát chỉ 1 dòng nhạc với 8 tên nốt nhạc đã cho!

Liên Hoàn Nốt Jelong giúp bạn chọn những liên hoàn nốt nghe hay nhất khi sáng tác và hát một bài hát

Do đó, bài hát nghe có ý nghĩa, khác biệt và thú vị hơn hẳn!

(Jelong)

Mọi Người Có Thể Tạo Ra Các Liên Hoàn Nốt Của Riêng Mình. Từ Bây Giờ, Người Hát Trở Nên Chủ Động, Thành Thạo Bài Hát Và Tạo Ra Các Nốt Nhạc Kết Hợp Của Riêng Mình.

Đây là điểm sáng tạo nhất trong âm nhạc.

Mọi người khi hát giờ đây THOẢI MÁI biến đổi lời bài hát có chứa các liên hoàn nốt đã được nhạc sĩ sáng tác một cách dễ dàng, nhờ phương pháp Liên Hoàn Nốt Jelong.

Từ xưa đến nay, bạn phải theo đúng lời bài hát mà nhạc sĩ hoặc tác giả sáng tác.

Ngày nay, với Liên Hoàn Nốt Jelong, bạn có thể tự sáng tác lời bài hát theo ý muốn khi hát một bài hát có sử dụng Liên Hoàn Nốt Jelong.

Chỉ cần sử dụng 8 tên nốt nhạc (Do Re Mi Fa Sol La Si Je) để hát lên các Liên Hoàn Nốt của riêng bạn.

Liên Hoàn Nốt Jelong Chỉ Được Sử Dụng Trong Các Bài Hát Ca Ngợi Tình Yêu Đẹp Đẹp Và Chung Thủy Của Con Người, Hoặc Nhưng Điều Tích Cực

Nghĩa là,

Liên Hoàn Nốt Jelong KHÔNG được sử dụng trong các bài hát có cảm xúc và ý nghĩa tiêu cực, than thở và đắm chìm trong những cuộc tình thất bại, chia ly và lừa dối trong tình yêu.

(Ca sĩ Jelong)

Đó là một trong những điều đặc biệt nhất của phương pháp sáng tác và hát nhạc “Liên Hoàn Nốt Jelong” chưa từng thấy trong âm nhạc trước đây.

Tóm lại, tôi chỉ tạo ra các Liên Hoàn Nốt trong các bài hát của mình để ca ngợi **Sự Chung Thủy Và Tình Yêu Đẹp Và Những Điều Tích Cực Cho Cuộc Sống**.

Đây là quy tắc quan trọng nhất khi sáng tác một bài hát với Liên Hoàn Nốt Jelong. Đây là linh hồn của Liên Hoàn Nốt Jelong.

(Đó là lý do tôi tạo ra kênh YouTube âm nhạc của riêng mình “**Nốt Je Của God**”² để tạo các bài hát ca ngợi và nuôi dưỡng lòng chung thủy của con người)

Quy tắc tạo ra các nốt nhạc kết hợp theo Liên Hoàn Nốt Jelong là:

Bạn tạo một hoặc nhiều chuỗi tên các nốt nhạc liên tiếp nhau phù hợp với giai điệu của bài hát và khi kết hợp với các lời khác trong bài hát phải có ý nghĩa.

Quan trọng là bài hát của bạn chỉ ca ngợi tình yêu đẹp và chung thủy hoặc những điều tốt đẹp trong cuộc sống.

(Cách sử dụng Liên Hoàn Nốt Jelong)

Hãy đọc lời bài hát “**Điệu Đàn Thẩm Chân Tình**” và bạn sẽ thấy cách sử dụng Liên Hoàn Nốt Jelong trong bài hát của tôi

² Kênh nhạc của Jelong (Nốt Je Của God): <https://www.youtube.com/@NotJeCuaGod>

ĐIỆU ĐÀN THẨM CHÂN TÌNH

Ngày nào mình mới yêu ngồi bên nhau hát đàn
 Bài tình vừa cất lên làm con tim thổn thức
 Người đàn sát bên mình
 Điệu đàn thẩm chân tình
 Lòng bồi hồi ngỡ như điệu nhạc cho chính mình

Lời hát làm ta ngất ngây
 Hồn ta bay theo phím cung đàn
 Từng nốt nhạc rung phím tơ
 Lời yêu đương ngân say từng nốt

translation

The first days we fell in love, we sat together and sang a song
 The love song just played, making my heart flutter
 You was right next to me and played the song
 Melody filled with sincere love
 My heart was filled with emotion, as if it were a melody for myself

The lyrics made me ecstatic
 My soul flew along sounds of the strings
 Each note vibrated the strings
 The words of love resonated with each note







ĐIỆU ĐÀN THẨM CHÂN TÌNH

(Chorus freed)
 La La La Mi
 Re Re Re Fa
 Sol La Si Do
 Re Fa La Sol
 Do Re Fa La
 Sol Si Mi Do

Người mượn đàn hát lên lời yêu thương thẩm tình
 Lời ngọt ngào ngỡ như dành riêng ta nồng thẩm
 Điệu đàn thẩm chân tình
 Gửi trọn đến riêng mình
 Lòng bồi hồi ngỡ như điệu nhạc cho.. chính mình

translation

(Chorus freed)
 La La La Mi
 Re Re Re Fa
 Sol La Si Do
 Re Fa La Sol
 Do Re Fa La
 Sol Si Mi Do

The player borrowed the guitar to sing words of love with a deep affection
 Sweet words as if reserved for me.. passionately
 Melody filled with sincere love
 Sent entirely to me
 My heart was filled with emotion, as if it were a melody for myself







Thưởng thức toàn bộ bài hát tại đây nhé:

<https://www.youtube.com/watch?v=N7psJB6l9tg>

Chương 3 - Phần 2
THƯỜNG THỨC HAI BÀI HÁT ĐẦU TIÊN SỬ DỤNG
LIÊN HOÀN NỐT JELONG!



Đây là bài hát đầu tiên trên thế giới sử dụng Toán học để tạo ra hàng tỷ tỷ phiên bản khác nhau và biến các đoạn nhạc (như điệp khúc) với lời bài hát thay đổi liên tục, sáng tạo, không lặp lại và trở nên có ý nghĩa.

Nghe phiên bản mới (hát a cappella) ở đây:
<https://www.youtube.com/watch?v=j-ktx3t9AU>

Người nghe và các ca sĩ có thể dễ dàng tạo ra những liên hoàn nốt nhạc theo ý thích của mình, điều chưa từng được thực hiện trước đây trong âm nhạc.

Bài hát đầu tiên này là bài giúp tôi tìm ra phương pháp viết và hát nhạc Liên Hoàn Nốt Jelong.

Sau khi phát hành bài hát này trên kênh âm nhạc “Nốt Je Của God”¹ trên YouTube, đây là bài hát nhận được nhiều lượt thích nhất so với các bài hát khác. Chắc hẳn mọi người đều quan tâm đến nó vì **nó có điều gì đó mới mẻ mà mọi người chưa từng nghe và thấy trước đây.**

Trong phần điệp khúc của bài hát, tôi đã sử dụng Liên Hoàn Nốt (thay vì dùng từ) **để thể hiện giai điệu tràn đầy tình yêu chân thành** và thay đổi tên của các nốt nhạc (dùng quy tắc nhân của Tổ hợp) để tạo ra 3 Liên Hoàn Nốt khác nhau *nghe khác biệt và mới mẻ trong cùng một giai điệu điệp khúc.*

Trước đây, trong âm nhạc, phần điệp khúc và lời bài hát thường được lặp lại.
Không ai có thể thay đổi phần lời ngoại trừ tác giả bài hát

Nhưng với Liên Hoàn Nốt Jelong, tôi đã biến những đoạn điệp khúc có quy tắc lặp đi lặp lại trong âm nhạc thành **những phần sống động, liên tục thay đổi trong cùng một bài hát.**

¹ Kênh nhạc của Jelong (Nốt Je Của God): <https://www.youtube.com/@NotJeCuaGod>



*Bài hát có 3 Liên Hoàn Nốt khác nhau mô tả một
“Điệu Đàn Thẩm Chân Tình”*

Trong bài hát số hai sau đây cũng sử dụng Liên Hoàn Nốt Jelong, **để thể hiện giai điệu thông báo tin nhắn trên điện thoại** mà một chàng trai si tình đang háo hức chờ đợi từ người yêu, tôi đã sử dụng các tổ hợp tên các nốt nhạc liên tiếp khác nhau (không lặp lại).



Liên Hoàn Nốt Jelong làm cho bài hát “(Do Je) Gọi Cho Anh Đi!” trở nên sống động hơn, khiến những chuỗi nốt nhạc trở nên có ý nghĩa và liên tục thay đổi.

Nghe thử tại đây: <https://www.youtube.com/watch?v=nQ1ogXsk604>

Với bài hát “(Do Je) Gọi Cho Anh Đi!”, bạn có thể thấy tôi đã sử dụng 2 Liên Hoàn Nốt khác nhau trong phần Verse² (thay vì sử dụng chúng trong điệp khúc như trong bài “Điệu Đàn Thẩm Chân Tình”).

Mỗi liên hoàn nốt trong bài này có giai điệu riêng của nó.

	Mười hai giờ Trời khuya mờ Lặng như tờ	Twelve o'clock The night sky is dim It's noiseless	<i>translation</i> (DO JE) GỌI CHO ANH ĐI!
	Em hay chẳng mình anh thao thức Đêm khuya dài chờ mong đáng em	Do you know that I am the only one awake in the long late night waiting to see you	
	Ngoài hiên nhà Vầng trăng ngà Rọi la đà	Outside the porch The ivory moon Shining faintly	
	Sao em yêu còn đâu chưa tới Lặng nhìn phone chờ em đã lâu	Why haven't you come yet, my love? Silently looking at the phone, waiting for you long	
	Cầm chiếc phone mãi trong đêm dài Đợi có tin nhắn ta mong chờ Chờ tiếng tin nhắn kêu thân thuộc	I've been holding my phone for hours in the long night Waiting for a text message Waiting for the familiar message sound	

Phần lời và dịch nghĩa bài hát

“(Do Je) Gọi Cho Anh Đi!” hay “(Do Je) Call Me Please!”

² Đoạn nhạc trước phần điệp khúc của một bài hát

 (DO JE) CALL ME PLEASE ! 	(Verse^{freed}) Do Do Mi Mi Fa Sol Sol La Si Mi Sol Je Fa Do	(Verse^{freed}) Do Do Mi Mi Fa Sol Sol La Si Mi Sol Je Fa Do	<i>translation</i> (DO JE) GỌI CHO ANH ĐI! 
	Gửi gió thương nhớ trao cho người Gửi ánh trăng đến soi bên người Và nhắn ta đã đang mong chờ	I have the wind send love to you I have the moonlight shine on you And tell you that I've been waiting	
	Mi Mi Do Do Re Mi Je Mi Do Do Je	Mi Mi Do Do Re Mi Je Mi Do Do Je	
	(Chorus) Call me please Người yêu dấu ơi..hãy tới với Call me please Chờ em đã lâu thêm rồi bởi Call me please Chờ em dấu yêu tình dâng trào	(Chorus) Call me please My love..please comes quickly Call me please Waiting for my beloved, my heart grows more confused Call me please Yearning for my darling, my love is surging	

Trong bài hát này, tôi đã sử dụng cả nốt “Si” và “Je” trong các liên hoàn nốt.

Sau nghe nghe bài hát số hai, bạn có thắc mắc tại sao âm thanh thông báo tin nhắn (nhạc chuông tin nhắn cho điện thoại) lại được thể hiện bằng các nốt nhạc khác nhau và bằng 2 giai điệu khác nhau chưa?

Đơn giản là: mặc dù các giai điệu mô tả âm thanh thông báo tin nhắn khác nhau, nhưng tất cả đều nằm trong cùng một giai điệu liên tục của nhạc chuông tin nhắn.

Bạn đã bao giờ cài nhạc chuông tin nhắn trên điện thoại theo ý thích của mình chưa?

Liên Hoàn Nốt Jelong đã giúp tôi sử dụng tên 8 nốt nhạc để **khiến người nghe nhạc nghĩ đến nhạc chuông thông báo tin nhắn**, thay vì sử dụng các từ ngữ.

Bạn có thể sử dụng Liên Hoàn Nốt Jelong để khiến khán giả âm nhạc nghĩ đến giai điệu guitar, tiếng tim đập khi yêu, tiếng chim hót, tiếng thác nước chảy, tiếng vĩ cầm, tiếng gió thổi, tiếng sáo thiên thanh, v.v...

Chúng chính là âm nhạc, phải không?

Trong tương lai, tôi chắc chắn rằng những tác phẩm tôi sử dụng Liên Hoàn Nốt Jelong sẽ khiến bạn ngạc nhiên vì các liên hoàn nốt nhạc không chỉ mô tả âm thanh mà còn nhiều thứ khác trong cuộc sống.

Hãy theo dõi kênh chính của **Khung MyDoJe** và các bản cập nhật trong tương lai của cuốn sách này để xem thêm nhiều điều thú vị về AI và sáng tạo âm nhạc mới của tôi.

Website chính: <https://mydoje.com>

Youtube: <https://www.youtube.com/@KhungMyDoJe>

Chương 3 - Phần 3

LỢI ÍCH VÀ Ý NGHĨA ĐẶC BIỆT CỦA VIỆC CÓ QUÁ NHIỀU PHIÊN BẢN LIÊN HOÀN NỐT CHO MỘT BÀI HÁT

Mục Đích Chính Của Việc Dùng Liên Hoàn Nốt Jelong Tạo Ra Nhiều Phiên Bản Khác Nhau Khi Hát Nhạc Trẻ Hay Trữ Tình

Đối với tác giả, họ sẽ chọn những liên hoàn nốt nghe hay nhất (chỉ bằng cách hát chúng lên, họ mới biết được)

Mục đích của Liên Hoàn Nốt Jelong khi tạo ra nhiều phiên bản bài hát là: những cá nhân khác nhau (cho dù họ có phải là ca sĩ hay không) sẽ tạo ra các Liên Hoàn Nốt nghe hoàn toàn khác nhau (không thể giống nhau) khi hát.

Giả sử có 1000 người hát cùng một bài hát, mỗi lần nghe bạn sẽ nghe thấy những liên hoàn nốt khác nhau, bạn mong chờ xem những người khác sẽ hát phần đó như thế nào, có nghe hay không, có thú vị hay không.

Điều này chưa từng xảy ra trước đây trong âm nhạc vì trước đây, mọi người đều phải hát một bài hát có giai điệu và lời giống nhau. Họ phải hát chính xác như tác giả đã sáng tác.

Trước khi có Liên Hoàn Nốt Jelong, chưa từng có một ca sĩ nào từ xưa tới nay có thể hát đôi lời tác giả và có thể biến hóa tạo ra hàng tỷ tỷ phiên bản hát khác nhau ngay trên sân khấu!

Đó là lý do tại sao nói Liên Hoàn Nốt Jelong đã làm thay đổi lịch sử ca hát trong âm nhạc

Điều mới lạ nhất mà Jelong mang đến cho âm nhạc là: bất kỳ ai (ở bất kỳ đâu, bất kỳ lúc nào) đều có thể sáng tạo tổ hợp nốt nhạc của riêng mình khi hát (cho dù họ đã chuẩn bị trước hay hát ngẫu hứng trên sân khấu).

Ngoài ra, công dụng của việc có nhiều phiên bản cho một bài nhạc trữ tình hoặc nhạc trẻ hay khác nhau là:

Chính Vì Sự Biến Hóa Lời Hát Một Cách Dễ Dàng, Liên Hoàn Nốt Jelong Đã Mang Đến Cho Nhạc Trữ Tình, Nhạc Trẻ Hay Một Game Hát Đầy Thú Vị

Ai cũng có thể tạo ra Liên Hoàn Nốt cho riêng mình, nhưng mỗi Liên Hoàn Nốt khi hát lên lại mới mẻ, bất ngờ và hay theo cách khác nhau.

Tôi đã tạo ra trò chơi này dựa trên việc ai có thể tạo và hát các Liên Hoàn Nốt nghe hay nhất.

Ở các chương sau tôi sẽ cho bạn sẽ thấy rõ

Với Liên Hoàn Nốt Jelong, Khán Giả Sẽ Luôn Bất Ngờ Trước Mỗi Buổi Trình Diễn Của Các Ca Sĩ Hát Nhạc Trữ Tình, Nhạc Trẻ Hay

Khi hát “Điệu Đàn Thẩm Chân Tình” và “(Do Je) Gọi Cho Anh Đi!”, tôi vừa hát vừa ‘chơi trò chơi’ tạo chuỗi tên nốt nhạc, và kết quả là bài hát của tôi trở nên

sống động và thú vị hơn vì khán giả sẽ nghe thấy nhiều Liên Hoàn Nốt khác nhau, không có cái nào lặp lại.

Nếu tôi biểu diễn những bài hát đó nhiều lần, năm này qua năm khác, khán giả sẽ được nghe những phiên bản khác biệt ở mỗi lần, khiến nó trở nên thú vị hơn nhiều so với âm nhạc truyền thống.

Và hãy thử nghĩ xem, khi nhiều người “chơi trò đó” trên sân khấu, mỗi màn trình diễn sẽ luôn mang đến sự bất ngờ vì khán giả không biết các liên hoàn nốt sẽ được hát như thế nào.

Ca Sĩ Khi Hát LIVE Các Bài Nhạc Trữ Tình, Nhạc Trẻ Hay Sẽ Thấy Vô Cùng Thú Vị Vì Họ Có Thể Biến Hóa Vô Số Phiên Bản Hát Khác Nhau Trên Sân Khấu

Đối với các ca sĩ, Liên Hoàn Nốt Jelong đem đến cho họ trải nghiệm chưa từng có trước đây khi biểu diễn. Họ có thể chuẩn bị các Liên Hoàn Nốt khác nhau trước khi hát hoặc ứng biến ngay trên sân khấu. Đó cũng chính là họ đang ‘chơi’ với âm nhạc, điều mà từ trước tới giờ chưa hề có. Mỗi nơi họ hát (tụ điểm ca nhạc/quán bar/đám cưới/sân khấu/truyền hình/v.v...) sẽ là mỗi nơi để họ ‘chơi’ trò chơi ‘Nốt Je’ ngay trên sân khấu tại nơi đó.

Quá trình thu âm hai bài hát “Điệu Đàn Thẩm Chân Tình” và “(Do Je) Gọi Cho Anh Đi!” chính là lúc tôi đang ‘chơi’ trò chơi ‘Nốt Je’. Mỗi lần hát khác nhau khiến tôi cảm thấy yêu thích việc ca hát hơn.

Vấn Đề Thu Nhập Tiền Tác Quyền

Ai Sở Hữu Bản Quyền Bài Hát Khi Có Quá Nhiều Phiên Bản Khác Nhau Của Bài Hát (Phiên Bản Liên Hoàn Nốt)?

Giả sử A là tác giả đầu tiên sáng tác bài hát (giai điệu và lời) nhạc trữ tình, nhạc trẻ hay bằng Liên Hoàn Nốt Jelong, bản quyền vẫn thuộc về tác giả A, người đã sáng tác bài hát.

Nhưng nếu một phiên bản có chứa đoạn Liên Hoàn Nốt được sáng tác bởi một người nào đó (người B) với điểm nhấn riêng của họ, thì nếu ai đó sử dụng bài hát với các liên hoàn nốt do B sáng tác, họ phải trả tiền bản quyền cho cả hai (A và B). Nếu tiền bản quyền được chia, thì tùy thuộc vào thỏa thuận giữa các bên.

*Do đó, việc có nhiều phiên bản khác nhau cũng đem lại nguồn thu nhập từ tiền tác quyền đối với các Liên Hoàn Nốt được lựa chọn.

Tiền bản quyền cũng được chia cho tác giả (người tạo ra bài hát đó) và người tạo ra các Liên Hoàn Nốt hay nhất nếu như một bản nhạc sử dụng công việc của cả hai bên. Nếu tiền bản quyền được chia thì tùy thuộc vào sự đồng ý giữa các bên tham gia.

Như vậy, việc có nhiều phiên bản khác nhau cho một bài hát nhạc trẻ hay trữ tình được tạo ra bởi phương pháp Liên Hoàn Nốt Jelong cũng khiến mọi người (dù không phải nhạc sĩ hay ca sĩ) cũng có thể có cơ hội kiếm tiền.

**Với Liên Hoàn Nốt Jelong, Bạn Có Thể
Đạt Đỉnh Cao Nhất Của Tài Năng (Mọi Lĩnh Vực)
Và Cải Thiện Sức Khỏe Tinh Thần, Thể Chất
Tuyệt Vời!**

**Đặc Biệt Nhất, với sự xuất hiện của siêu AI trong
tương lai, công cụ Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong
sẽ phá vỡ sự thống trị của siêu AI, chuyển biến
ngành âm nhạc chưa từng có, và giúp mọi người
nhận ra giá trị của Trí Tuệ & Lỗi Con Người khác
với giá trị và 'lỗi rỗng' của AI.**

CHƯƠNG 4

“JE”

NỐT NHẠC CHUNG THỦY CỦA THƯỢNG ĐẾ!

“AI siêu cấp nếu nó biết sáng tác và hát cũng không thể vượt qua giá trị các ca sĩ và nhà sáng tác người thật đem đến.

Nốt nhạc ‘Je’ chứa lời giải đáp trong đó!”

~Ca Giải Sĩ Jelong~

Chương 4-Phần 1
6 ĐIỂM ĐỘC ĐÁO
LÀM NÊN PHƯƠNG PHÁP TẠO VÀ HÁT NHẠC
“LIÊN HOÀN NỐT JELONG”

Một điều quan trọng khi bạn sử dụng Liên Hoàn Nốt Jelong để tạo ra một bài hát là: bạn nên làm cho chuỗi các nốt nhạc kết hợp trở nên có ý nghĩa và nghe mượt mà.

Với phép tính Giai Thừa, Tổ Hợp Và Phép Nhân, bạn có thể biết có bao nhiêu phiên bản bạn có thể tạo ra cho một dòng nhạc và vì bạn không cần phải sử dụng tất cả chúng nên bạn chỉ cần chọn các liên hoàn nốt nhạc tốt nhất cho bài hát của mình.

Nếu các Liên Hoàn Nốt mà bạn hát lên nghe hay, hãy chọn chúng.

Liên Hoàn Nốt Jelong tạo ra sự khác biệt lớn trong Âm nhạc vì mọi người có thể tạo ra lời bài hát của riêng mình bao gồm một loạt tên các nốt nhạc theo ý muốn.
Mọi người không cần phải nhớ các liên hoàn nốt mà tác giả đã tạo ra.

Ví dụ: Khi bạn hát bài hát “Điệu Đàn Thẩm Chân Tình” của tôi, bạn không cần phải nhớ các liên hoàn nốt mà tôi đã hát.



(3 liên hoàn nốt tôi đã hát trong bài “Điệu Đàn Thẩm Chân Tình”)

Bạn chỉ cần nhớ giai điệu của bài hát và sử dụng tên 8 nốt nhạc để hát các nốt nhạc kết hợp một cách **thoải mái!**

DO RE MI FA SOL LA SI JE

Ví dụ, thay vì ghi nhớ các Liên Hoàn Nốt đầu tiên mà tôi đã tạo:

“La La La Mi
Re Re Re Fa
Sol La Si Do
Re Fa La Sol
Do Re Fa La
Sol Si Mi Do”

Bây giờ, bạn có thể hát **bất kỳ chuỗi liên tiếp các nốt mà bạn muốn** giống như thế này (ví dụ):

“Do Re Mi Re

Fa Sol La Je

Mi Fa Sol Si

Sol Fa La Mi

Sol Si Do Je

Mi Do Re Mi”



(Với phương pháp sáng tác và hát nhạc Liên Hoàn Nốt Jelong của tôi, các nốt “Je” (phát âm nhẹ là /chi/ hay mạnh /tri/ cũng được) và “Si” có thể xuất hiện cùng nhau trong các liên hoàn nốt)

6 Điểm Độc Đáo Tạo Nên Liên Hoàn Nốt Jelong



VỀ LIÊN HOÀN NỐT JELONG

Những Điểm Đặc Biệt Nhất

Cái gì chưa từng xuất hiện trong âm nhạc?

1. Tạo giai điệu với lời bài hát chỉ bao gồm một loạt tên các nốt nhạc liên tiếp



2. Chỉ sử dụng tên 8 nốt nhạc để tạo ra các nốt nhạc kết hợp:
"DO RE MI FA SOL LA SI JE"
Do Re Mi Fa Sol La Si Je

3. Một tên nốt nhạc mới trong âm nhạc:
"Je" là nốt nhạc Chung Thủy của God

Je

4. Đặc biệt, mọi người có thể thoải mái sáng tạo những Liên Hoàn Nốt của riêng mình khi hát!



5. Áp dụng Toán học để tạo ra hàng triệu tỷ phiên bản bài hát và chọn Liên Hoàn Nốt hay nhất cho bài hát



6. Liên Hoàn Nốt Jelong chỉ được sử dụng để sáng tác những bài hát ca ngợi về tình yêu đẹp, chung thủy, hoặc những điều tích cực!





Tác Giả: Ca Giải Sĩ Jelong



/@NotJeCuaGod

Một bài hát được sáng tác có sử dụng Liên Hoàn Nốt Jelong có thể có vô số phiên bản

Bất kỳ ai trên thế giới này hát bài hát đó đều có thể tạo ra một phiên bản mới hoặc nhiều hơn!

Một người hát bài hát đó nhiều lần sẽ tạo ra nhiều phiên bản khác nhau của bài hát đó

Lần đầu tiên trên thế giới, với Liên Hoàn Nốt Jelong, từ một bài hát hay một bản nhạc, mọi người có thể tạo ra hàng triệu, thậm chí hàng tỷ tỷ phiên bản khác nhau của bài hát hay một đoạn nhạc.

Và bài hát “Điệu Đàn Thẩm Chân Tình” là bài hát đầu tiên có thể làm được điều đó.

-Ca sĩ Jelong-

Tôi sẽ cho bạn thấy rằng chúng ta có thể tạo ra hàng tỷ tỷ phiên bản cho bài hát “Điệu Đàn Thẩm Chân Tình” của tôi ngay bây giờ

ÂM NHẠC CHƯA BAO GIỜ LỚN ĐẾN MỨC KHỦNG KHIẾP CHỈ VỚI MỘT BÀI HÁT NHƯ THẾ!

Hãy cùng xem Liên Hoàn Nốt đầu tiên trong bài hát của tôi:



Đối với tổ hợp các nốt nhạc đầu tiên trong bài hát “Điệu Đàn Thẩm Chân Tình” của tôi, tôi sẽ đánh dấu từng dòng/hàng nhạc theo thứ tự và chúng ta có:

“La La La Mi (1)

Re Re Re Fa (2)

Sol La Si Do (3)

Re Fa La Sol (4)

Do Re Fa La (5)

Sol Si Mi Do (6)”

Câu hỏi đặt ra là: **Chỉ với 6 dòng/hàng nhạc ở trên, chúng ta có thể tạo ra bao nhiêu phiên bản khác nhau của bài hát này?**

Để tính toán, chúng ta chỉ cần **thay thế tên các nốt nhạc khác nhau** và sử dụng quy tắc nhân trong tổ hợp.

Chúng ta có 6 hàng nhạc với chuỗi tên các nốt nhạc sau:

La La La Mi (1)

Re Re Re Fa (2)

Sol La Si Do (3)

Re Fa La Sol (4)

Do Re Fa La (5)

Sol Si Mi Do (6)

Cách làm: Mỗi nốt nhạc trong một hàng nhạc có thể được thay thế bằng 7 nốt nhạc khác nhau (DO RE MI FA SOL LA SI)

Hãy thực hiện phép tính sau: tính xem có bao nhiêu cách thay đổi ở **6 hàng nhạc**

NẾU BẠN IN MỌI PHIÊN BẢN CỦA BÀI HÁT “ĐIỆU ĐÀN THẨM CHÂN TÌNH” TRÊN MỘT TỜ GIẤY A4, CÂU TRẢ LỜI CÓ THỂ LẤP ĐẦY CẢ ĐƯỜNG KÍNH CỦA HÀNG TỶ TỶ MẶT TRỜI!

Để tìm câu trả lời cho câu hỏi trên, chúng ta chỉ cần thay thế tên các nốt nhạc đã cho bằng tên các nốt nhạc khác trong 7 nốt nhạc cơ bản và dùng quy tắc nhân trong tổ hợp.

① Mỗi hàng có 4 nốt nhạc => Tổng cộng có 24 nốt nhạc trong 6 hàng.

La La La Mi (1)

Re Re Re Fa (2)

Sol La Si Do (3)

Re Fa La Sol (4)

Do Re Fa La (5)

Sol Si Mi Do (6)

Mỗi nốt nhạc trong mỗi hàng nhạc có 7 cách thay thế (7 tên nốt nhạc khác nhau)

***Xét hàng nhạc thứ nhất: La La La Mi (1)**

Ở câu nhạc này, ta có 7 cách chọn/thay thế cho nốt đầu tiên (La) tương ứng tên 7 nốt nhạc đã cho; 7 cách thay thế cho nốt thứ hai (La) tương ứng tên 7 nốt nhạc đã cho; 7 cách thay thế cho nốt thứ ba (La) tương ứng tên 7 nốt nhạc đã cho; và 7 cách chọn cho nốt thứ tư (Mi) tương ứng tên 7 nốt nhạc đã cho;

Vậy hàng nhạc thứ nhất có $(7 \times 7 \times 7 \times 7) = 7^4$ cách chọn

Thực hiện tương tự cho các hàng nhạc khác, mỗi hàng nhạc cũng có 7^4 cách chọn

Tính cả 6 hàng nhạc là $= 7^4 \times 7^4 \times 7^4 \times 7^4 \times 7^4 \times 7^4 = 7^{(4 \times 6)} = 7^{24}$

Như thế, số cách thay thế 24 nốt nhạc trong cả 6 hàng là: 7^{24} (mỗi nốt nhạc có 7 cách chọn để thay, mà có tới 24 nốt nhạc)¹

=> Tổng số cách thay thế tên nốt nhạc² $= 7^{24} = 1,9158123e+20$

Nếu viết đầy đủ, nó sẽ là một dãy gồm 21 chữ số.

Chúng ta có **191.581.230.000.000.000.000** = Một trăm chín mươi một tỷ tỷ, năm trăm tám mươi một triệu tỷ, và cộng thêm hai trăm ba mươi nghìn tỷ (cách) cách thay thế 24 nốt nhạc trong cả 6 hàng.

¹ 7 là (**cơ số**) và 24 là (**số mũ**). Số mũ là số chỉ bậc của phép lũy thừa]

² Kết quả được làm tròn cho dễ nhìn

Kết quả, chúng ta có thể hát 191.581.230.000.000.000.000 phiên bản khác nhau

② Đừng quên rằng ngoài 7 nốt cơ bản, với Liên Hoàn Nốt Jelong, chúng ta có thêm 1 nốt nữa, nốt "Je". Nếu chúng ta thêm nốt Je, mỗi nốt trong chuỗi 6 hàng nhạc có thể được thay thế bằng 8 nốt khác nhau (thay vì 7 như tính toán ở trên).

DO RE MI FA SOL LA SI JE

Như thế, số cách thay thế 24 nốt nhạc trong cả 6 hàng là: 8^{24} (mỗi nốt nhạc có 8 cách chọn để thay, mà có tới 24 nốt nhạc)

$$\Rightarrow \text{Tổng số cách thay thế tên nốt nhạc}^3 = 8^{24} = 4.7223665e+21$$

Nếu viết đầy đủ, nó sẽ là một dãy gồm 22 chữ số.

Chúng ta có 4.722.366.500.000.000.000.000 = Bốn nghìn tỷ, bảy trăm hai mươi hai tỷ tỷ, ba trăm sáu mươi sáu triệu tỷ, và cộng thêm năm trăm nghìn tỷ (cách) cách thay thế 24 nốt nhạc trong cả 6 hàng.

③ Nếu tôi thay đổi chỉ phần giai điệu cho điệp khúc và thêm nhiều nốt hơn vào mỗi hàng như thế này thì sao:

Thay vì:

“La La La Mi

Re Re Re Fa

Sol La Si Do

Re Fa La Sol

Do Re Fa La

³ Kết quả được làm tròn

Sol Si Mi Do”

Bây giờ, tôi sẽ thay đổi giai điệu một chút cho điệp khúc đầu tiên, thêm một số nốt mới và chúng ta có lời bài hát sau:

“La La La Mi Re Do

Re Re Re Sol Fa Je

Sol La Si Do Je La

Re Fa La Sol Mi Do

Do Re Fa La Si Mi

Sol Si Mi Do”⁴

Nếu mỗi nốt được thay bằng 8 nốt khác nhau, thực hiện tính toán theo phép nhân tổ hợp, ta có:

Hàng 1: $(8*8*8*8*8*8) = 8^6$

Hàng 2: $(8*8*8*8*8*8) = 8^6$

Hàng 3: $(8*8*8*8*8*8) = 8^6$

Hàng 4: $(8*8*8*8*8*8) = 8^6$

Hàng 5: $(8*8*8*8*8*8) = 8^6$

Hàng 6: $(8*8*8*8) = 8^4$

Vậy tổng số cách thay thế tên nốt nhạc cho 6 hàng nhạc⁵ = $(8^6 \times 8^6 \times 8^6 \times 8^6 \times 8^6 \times 8^4) = 5.0706024e+30$

Nếu viết đầy đủ, nó sẽ là một dãy gồm 31 chữ số!

Chúng ta có =

⁴ Bạn có thể nghe tôi hát đoạn Liên Hoàn Nốt này tại đây:

<https://www.youtube.com/watch?v=t7dyL52bSpE>

⁵ Kết quả được làm tròn

5.070.602.400.000.000.000.000.000.000.000 = Năm nghìn **tỷ tỷ tỷ**, bảy mươi tỷ tỷ tỷ, sáu trăm lẻ hai triệu tỷ tỷ, và cộng thêm bốn trăm nghìn tỷ tỷ (cách) thay thế cả 6 hàng.

Nói cách khác, chúng ta có:

5.070.602.400.000.000.000.000.000.000.000 số

phiên bản khác nhau của Liên Hoàn Nốt của bài hát “Điệu Đàn Thẩm Chân Tình” được tạo ra từ phương pháp Liên Hoàn Nốt Jelong!!!

Giai điệu càng biến đổi (càng tăng nhiều nốt) thì số lượng phiên bản càng tăng thần kỳ và đến một lúc nào đó thì việc đọc con số bằng chữ sẽ là nhiệm vụ bất khả thi cho con người!

④ Con số 5.070.602.400.000.000.000.000.000.000.000 là một con số khổng lồ không tưởng vượt xa trí tưởng tượng của con người, đặc biệt khi nói đến số phiên bản khác nhau của 1 bài nhạc mà con người chưa từng biết đến.

Để minh họa thực tế, chúng ta hãy hát một vài phiên bản của đoạn điệp khúc đầu tiên với giai điệu nguyên bản mà Jelong đã tạo ra:

La La La Mi (1)

Re Re Re Fa (2)

Sol La Si Do (3)

Re Fa La Sol (4)

Do Re Fa La (5)

Sol Si Mi Do (6)

Chúng ta có thể tạo ra các phiên bản khác như:

“Fa La Sol Mi
Do Mi Sol Fa
Sol La Si Re
Re Fa Si Mi
La Sol La Si
Do Mi Re Mi”

Hoặc:

“Sol Re Fa La
Mi Si Mi Fa
Do Fa La Re
Si Sol Si Mi
Re Fa La Mi
Sol Do Re Si”

V.V...

⑤ Không bao giờ loài người (với dân số ngày càng đông) có thể hát hết “Điệu Đàn Thẩm Chân Tình”. **Và mỗi lần hát mỗi người đều nghe khác nhau!**

Bây giờ bạn đã biết Liên Hoàn Nốt Jelong có thể làm cho âm nhạc lớn không lồ đến mức nào chỉ với một bài hát. Nó vượt qua kiến thức và trí tưởng tượng của con người trước đây về âm nhạc. Hàng tỷ tỷ phiên bản đó có thể được tạo ra trong thực tế và hát lên nếu muốn.

Đường kính của mặt trời là khoảng 1,392 triệu⁶ km (tức là 1.392.000.000 mét). Trong khi đó, chiều dài của một tờ giấy A4 (sử dụng 1 tờ giấy A4 để in 1 phiên bản bài hát trên đó) là 297 mm (29,7 cm hoặc 0,297 mét).

Để hình dung rõ hơn, nếu chúng ta tưởng tượng mặt trời là một quả bóng, đường kính của quả bóng sẽ lớn hơn khoảng **4.686.868.686** lần⁷ ($1.392.000.000 / 0,297$) so với chiều dài của một tờ giấy A4.

Nói cách khác, sẽ cần 4.686.868.686 tờ giấy A4 để lấp đầy chiều dài đường kính của mặt trời.

★ Bài hát “Điệu Đàn Thẩm Chân Tình” có 3 điệp khúc với 3 Liên Hoàn Nốt khác nhau.

Nếu chúng ta lấy con số 5.070.602.400.000.000.000.000.000.000 Liên Hoàn Nốt, và đem in từng phiên bản của “Điệu Đàn Thẩm Chân Tình” với mỗi phiên bản là 3 liên hoàn nốt khác nhau trên một tờ giấy A4, thì sẽ cần tới **1.6902008e+30** ($5.070.602.400.000.000.000.000.000.000 / 3$) tờ giấy A4.

Vậy **1.6902008e+30** tờ giấy A4 đó tương đương chiều dài đường kính của bao nhiêu Mặt Trời?

Câu trả lời là⁸ : $1.690.200.800.000.000.000.000.000.000 / 4.686.868.686$
= 3.6062474e+20 (Mặt trời)

⁶ Nguồn: https://vi.wikipedia.org/wiki/M%E1%BA%B7t_Tr%E1%BB%9D

⁷ Kết quả được làm tròn thấp hơn

⁸ Kết quả được làm tròn

Cần có **360.624.740.000.000.000.000** hoặc **Ba trăm sáu mươi tỷ tỷ, sáu trăm hai mươi bốn triệu tỷ, bảy trăm bốn mươi nghìn tỷ** (Mặt trời)

★ Để dễ thấy hơn và kiểm chứng trong thực tế (đem số tờ A4 đi rải trên đường kính trái đất), vậy $1.6902008e+30$ tờ giấy A4 đó tương đương chiều dài đường kính⁹ 12.742km của bao nhiêu Trái Đất?

Tính toán tương tự, ta có:

- đường kính của trái đất sẽ lớn hơn khoảng **42.902.356** lần ($12.742.000 / 0,297$) so với chiều dài của một tờ giấy A4.
- Câu trả lời là¹⁰: $1.690.200.800.000.000.000.000.000.000 / 42.902.356 = 3.9396456e+22$ (Trái đất)
- Hay cần ít nhất **39.396.456.000.000.000.000.000** hoặc **Ba mươi chín nghìn tỷ tỷ, ba trăm chín mươi sáu tỷ tỷ, cộng thêm bốn trăm năm mươi sáu triệu tỷ** (trái đất)

Quả là con số lớn khủng khiếp cho âm nhạc mà Liên Hoàn Nốt Jelong đem lại.

Lượng dữ liệu nhạc không lồ đến mức vượt quá sức tưởng tượng!

KHOAN ĐÃ!

Phương Pháp Liên Hoàn Nốt Jelong Để Sáng Tác Và Hát Trong Âm Nhạc Còn Vượt Xa Hơn Thế!

⁹ Nguồn: https://vi.wikipedia.org/wiki/Tr%C3%A1i_%C4%90%E1%BA%A5t

¹⁰ Kết quả được làm tròn

Nếu bạn có thể tính toán và tìm ra các phép tính sau, bạn sẽ thấy rằng chúng ta có **vô số khủng khiếp phiên bản** của bài hát đặc biệt của tôi “Điệu Đàn Thăm Chân Tình”

5 Nếu tôi giữ nguyên giai điệu ban đầu nhưng thay đổi hoàn toàn lời bài hát “Điệu Đàn Thăm Chân Tình” và đặt tên mới cho bài hát thì hỡi ôi, chúng ta sẽ ‘chết khiếp’ với mức độ to lớn ‘thần thánh’ mà Liên Hoàn Nốt Jelong đem lại cho 1 bài hát!

6 Hoặc nếu tôi vừa thay đổi giai điệu ban đầu (chỉ thay đổi vài chỗ trong bài và vẫn nhận ra bài hát gốc) lẫn thay đổi hoàn toàn lời bài hát “Điệu Đàn Thăm Chân Tình” cho nó một nội dung khác thì hỡi ôi, chúng ta sẽ ‘chết khiếp’ với mức độ to lớn tưởng chỉ có trong truyện thần thánh hay thần thoại mà Liên Hoàn Nốt Jelong đem lại cho 1 bài hát!

7 Còn nhiều cách nữa mà chỉ khi bạn sáng tác nhạc bạn mới biết rõ...

Các phép tính bây giờ trở nên **không thể tưởng tượng nổi!**

Điều đó hoàn toàn toàn có thật và có thể hát lên với giọng hát của mọi người!

Thế giới từ xưa tới nay chưa từng chứng kiến sự kiện âm nhạc này

Đây là lần đầu tiên trong đời tôi kinh ngạc trước sức mạnh của Âm nhạc mà tôi chưa từng thấy trước đây. Và cũng là lần đầu tiên, trong cuộc sống thực, tôi có thể tạo ra hàng tỷ tỷ tỷ... phiên bản âm nhạc mà chưa ai từng làm trước đây.

Tất nhiên, chúng ta không cần sử dụng quá nhiều phiên bản như thế khi hát. Nhưng Liên Hoàn Nốt Jelong cho thấy điều chưa từng thấy trước đây trong âm nhạc và giúp các nhạc sĩ chọn phiên bản tốt nhất với các nốt nhạc kết hợp khác nhau có thể.

Chỉ khi bạn hát các Liên Hoàn Nốt lên, bạn mới thấy sự khác biệt. Trên giấy, chúng chỉ là những từ, nhưng khi hát, bạn kết hợp các tên nốt nhạc để tạo ra các phiên bản nghe khác nhau và điều này cũng phụ thuộc vào từng bài hát.

Như bạn thấy, với Liên Hoàn Nốt Jelong, chúng ta có thể tạo ra vô số phiên bản của một bài hát!

Và chỉ với Liên Hoàn Nốt Jelong của tôi, điều đó mới dễ dàng thực hiện!

Âm nhạc trước đây người ta chưa từng nghĩ đến việc có thể hát nhiều phiên bản khác nhau như thế cho 1 bài nhạc.

Ở các phần sau tôi sẽ cho bạn biết ý nghĩa đầy đủ của việc có quá nhiều phiên bản nhạc khác nhau khi dùng Liên Hoàn Nốt Jelong để tạo ra.

Một trong số đó là: Nó có thể tạo ra trò chơi thú vị và mới lạ nhất mà âm nhạc chưa từng có trước đây:

Je Note Game!

(Trò Chơi “Nốt Je”)

Hãy đọc tiếp nhé!

Chương 4-Phần 2

“JE”:

NỐT NHẠC CHUNG THỦY CỦA GOD!

Liên Hoàn Nốt có thể xuất hiện ở bất kỳ đâu trong cấu trúc của một bài hát (ví dụ: đoạn đầu Intro; các đoạn hát tiếp theo Verse; điệp khúc Chorus; phần kết bài Outro; v.v.)

Để thể hiện sự tự do sáng tạo ra các Liên Hoàn Nốt khi một ca sĩ hay người hát tạo ra chúng mà không phụ thuộc vào các liên hoàn nốt mà tác giả đã tạo ra, tôi sử dụng ký hiệu "**freed**" ngay phía trên tên cấu trúc của bài hát.

Các ví dụ:

Chorus^{freed}

Intro^{freed}

Outro^{freed}

ĐIỆU ĐÀN THẨM CHÂN TÌNH  	(Chorus^{freed}) La La La Mi Re Re Re Fa Sol La Si Do Re Fa La Sol Do Re Fa La Sol Si Mi Do	(Chorus^{freed}) La La La Mi Re Re Re Fa Sol La Si Do Re Fa La Sol Do Re Fa La Sol Si Mi Do	<i>translation</i> MELODY FILLED WITH SINCERE LOVE
	Người mượn đàn hát lên lời yêu thương thẩm tình Lời ngọt ngào ngỡ như dành riêng ta nồng thắm Điệu đàn thẩm chân tình Gửi trọn đến riêng mình Lòng bồi hồi ngỡ như điệu nhạc cho.. chính mình	The player borrowed the guitar to sing words of love with a deep affection Sweet words as if reserved for me, passionately Melody filled with sincere love Sent entirely to me My heart was filled with emotion, as it were a melody for myself	

Tôi đã sử dụng ký hiệu “freed” trong phần điệp khúc của bài
“Điệu Đàn Thẩm Chân Tình”

Bất cứ khi nào bạn thấy Chorus^{freed} or Intro^{freed}, or Outro^{freed},...bạn biết ngay trong phần này có các Liên Hoàn Nốt và **bạn có thể tạo ra các tổ hợp tên các nốt nhạc của riêng bạn và hát chúng tùy thích.**

Với Liên Hoàn Nốt Jelong, mọi người sẽ trở thành nhà sáng tạo của chính họ!

Từ xa xưa cho đến nay, trên khắp thế giới, bất kỳ ai hát đều phải hát theo đúng nhịp điệu và lời bài hát do nhạc sĩ sáng tác ra.

Ngày nay, với Liên Hoàn Nốt Jelong, mọi người có thể tạo ra phiên bản bài hát của riêng mình với lời bài hát là chuỗi tên nốt nhạc của riêng họ, **không cần bất cứ quy luật gì**, trẻ em cũng biết làm. Hàng tỷ người có thể có cho riêng mình các Liên Hoàn Nốt không đụng hàng ai.

Chỉ cần lấy tên của 8 nốt nhạc để thay thế tên mỗi nốt và hát giai điệu bài hát theo đúng ý nghĩa mà tác giả sáng tạo.

Đó là một trong những điểm độc đáo nhất của Liên Hoàn Nốt Jelong.

Từ "*freed*" có nghĩa là mọi người được giải phóng khỏi những ràng buộc phải hát theo lời bài hát gốc do tác giả viết.

Âm nhạc luôn là về việc bạn hát theo lời bài hát do tác giả bài hát viết. Điều đó có nghĩa là bạn phải học thuộc chúng.

Nhưng với Liên Hoàn Nốt Jelong, từ giờ bạn có thể tự do chỉnh sửa và hát các Liên Hoàn Nốt theo ý tưởng của riêng mình. **Miễn là nghe hay và thú vị. *Bạn***

không cần lo ý nghĩa của các Liên Hoàn Nốt khi hát là gì vì tác giả đã dựa vào bối cảnh/câu chuyện bài hát để tạo nên chúng.

Nói cách khác, khi hát, bạn chính là người tạo ra các phiên bản khác nhau của bài hát gốc mà tác giả đã tạo ra trước đó.

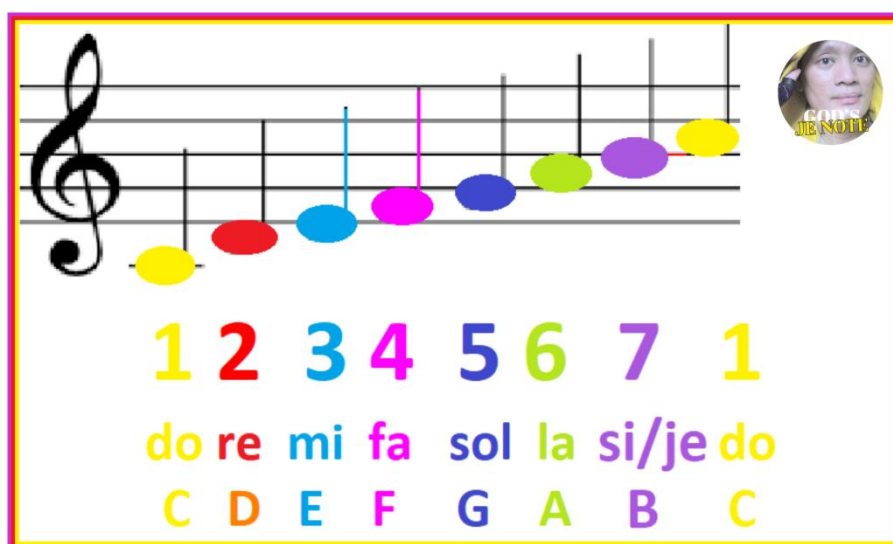
Với Liên Hoàn Nốt Jelong, bạn sẽ trải nghiệm thứ hoàn toàn mới khi hát và thưởng thức âm nhạc.

Khi nghe một bài hát bằng Liên Hoàn Nốt Jelong, bạn sẽ nghe thấy nhiều phiên bản mới khác nhau từ các ca sĩ khác nhau hoặc thậm chí từ cùng một ca sĩ khi họ hát lại bài hát đó.

Đây chính là một trong hai điểm cốt lõi và độc đáo của phương pháp này mà bạn chưa thấy trong âm nhạc bao giờ

Một Tên Nốt Nhạc Mới Trong Âm Nhạc: “Je”

Tại sao tôi lại chọn “Je” để thay thế hoặc bổ sung cho nốt “Si” trong âm nhạc?





VỀ LIÊN HOÀN NỐT JELONG

Những Điểm Đặc Biệt Nhất

Cái gì chưa từng xuất
hiện trong âm nhạc?

1. Tạo giai điệu
với lời bài hát
chỉ bao gồm một
loạt tên các nốt
nhạc liên tiếp



2. Chỉ sử dụng
tên 8 nốt nhạc
để tạo ra các
nốt nhạc kết
hợp:

**"DO RE MI FA
SOL LA SI JE"**

**Do Re Mi Fa
Sol La Si Je**

3. Một tên nốt
nhạc mới trong
âm nhạc:
"Je" là nốt nhạc
Chung Thủy của
God

Je

4. Đặc biệt, mọi
người có thể
thoải mái sáng
tạo những Liên
Hoàn Nốt của
riêng mình khi
hát!



5. Áp dụng Toán
học để tạo ra
hàng triệu tỷ
phiên bản bài
hát và chọn Liên
Hoàn Nốt hay
nhất cho bài hát



6. Liên Hoàn Nốt
Jelong chỉ được
sử dụng để sáng
tác những bài hát
ca ngợi về tình
yêu đẹp, chung
thủy, hoặc những
điều tích cực!



Tác Giả: Ca Giải Sĩ Jelong



/@NotJeCuaGod

Đầu tiên, khi hát, nốt “Je” (phát âm nhẹ là "/chi/" hoặc mạnh /tri/ đều được) có thể nghe vừa tương thích vừa khác biệt với “Si” tạo nên sự mới lạ trong âm nhạc. Bởi vì cả hai đều có cùng âm “i” trong đó.

Nốt Je có thể thay thế và bổ sung cho nốt Si

Cả hai đều có thể xuất hiện cùng nhau trong một bài hát có sử dụng Liên Hoàn Nốt Jelong

 (DO JE) CALL ME PLEASE !	(Verse freed) Do Do Mi Mi Fa Sol Sol La Si Mi Sol Je Fa Do	(Verse freed) Do Do Mi Mi Fa Sol Sol La Si Mi Sol Je Fa Do	translation (DO JE) GỌI CHO ANH ĐI!
	Gửi gió thương nhớ trao cho người Gửi ánh trăng đến soi bên người Và nhắn ta đã đang mong chờ	I have the wind send love to you I have the moonlight shine on you And tell you that I've been waiting	
	Mi Mi Do Do Re Mi Je Mi Do Do Je	Mi Mi Do Do Re Mi Je Mi Do Do Je	
	(Chorus) Call me please Người yêu dấu ơi..hãy tới vội Call me please Chờ em đã lâu thêm rồi bởi Call me please Chờ em dấu yêu tình dâng trào	(Chorus) Call me please My love..please comes quickly Call me please Waiting for my beloved, my heart grows more confused Call me please Yearning for my darling, my love is surging	

Si và Je đều được sử dụng trong bài hát “(Do Je) Call Me Please!” hay

“(Do Je) Gọi Cho Anh Đi!” của tôi

Lý do quan trọng nhất khiến tôi chọn đặt tên nốt nhạc “Je” là, như tôi đã nói ở chương một:

“Tôi đã lấy chữ "Je" trong tên Chúa **Jesus** để đặt tên cho nốt nhạc mới này.”

“JE”

Đó là tên nốt nhạc của Lòng trung thành,
đặc biệt là Sự Chung Thủy trong tình yêu.

Je là âm thanh tượng trưng cho Lòng Chung Thủy.

**“Je” là Nốt nhạc Chung Thủy của
Thượng Đế (God)!**

(Ca Giải Sĩ Jelong, Tác giả của Liên Hoàn Nốt Jelong)

Si là nốt nhạc thứ 7.

Tương tự với Je

Cả hai đều ở cùng một vị trí trên khuôn nhạc

Ký hiệu nốt nhạc của cả hai là B



Một lý do khác khiến tôi chọn Je làm tên nốt nhạc mới và là nốt nhạc thứ 7, vì ngày thứ 7 trong tuần là Chủ Nhật, ngày của Chúa, và là một ngày quan trọng trong Công giáo và Thiên Chúa giáo.

Mọi người đến nhà thờ vào mỗi Chủ Nhật để gần gũi hơn với God của họ.

Vậy nên Je là nốt nhạc thứ bảy trong âm nhạc, nên đây là nốt nhạc gắn liền với God.

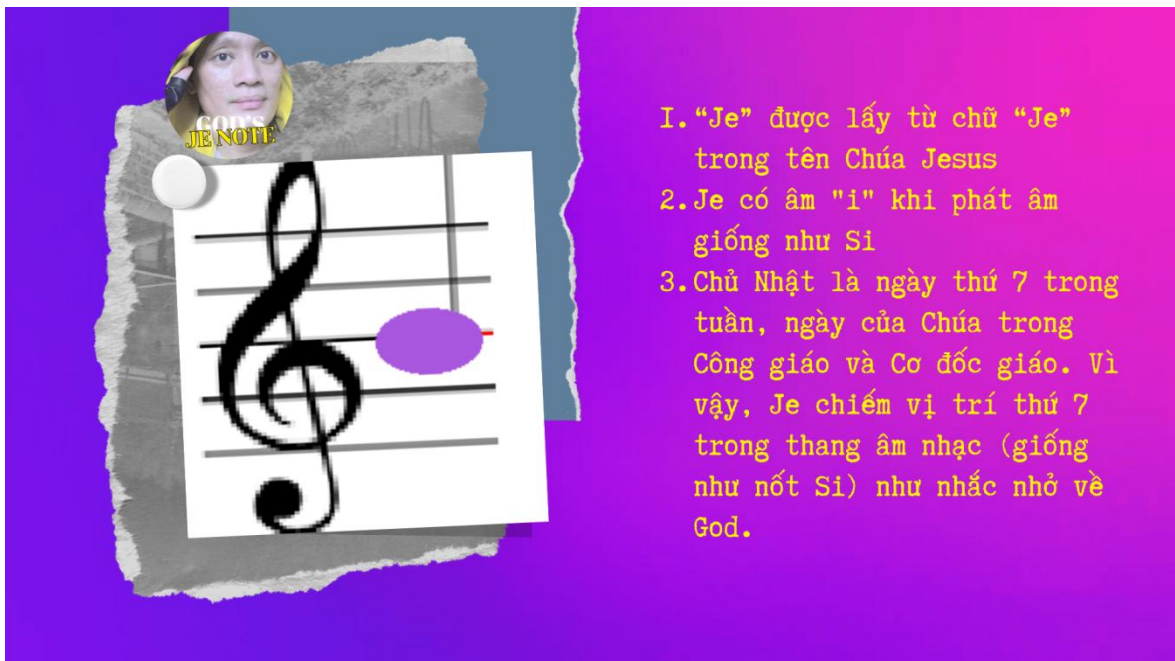
Như vậy, ***Nốt Je Của God - Nốt Nhạc Chung Thủy Của Thượng Đế***

Đây là nốt nhạc thánh thiện chỉ được sử dụng trong các bài hát ca ngợi Tình Yêu Đẹp Chung Thủy hoặc những điều tốt đẹp, tích cực về cuộc sống..

Tôi sẽ cho bạn biết thêm những điều độc đáo hơn trong chương tiếp theo.

Với Liên Hoàn Nốt Jelong, âm nhạc ngày càng trở nên đẹp đẽ, thú vị và ý nghĩa hơn bao giờ hết!

Hãy đọc tiếp và bạn sẽ thấy.



I. “Je” được lấy từ chữ “Je” trong tên Chúa Jesus

2. Je có âm “i” khi phát âm giống như Si

3. Chủ Nhật là ngày thứ 7 trong tuần, ngày của Chúa trong Công giáo và Cơ đốc giáo. Vì vậy, Je chiếm vị trí thứ 7 trong thang âm nhạc (giống như nốt Si) như nhắc nhở về God.

3 lý do tại sao “Je” được sử dụng để đặt tên cho nốt nhạc thứ bảy

Chương 4-Phần 3

QUY TẮC QUAN TRỌNG NHẤT CỦA LIÊN HOÀN NỐT JELONG - THỨ PHÁ VỖ SỰ THỐNG TRỊ CỦA SIÊU AI!

Mọi người không cần theo bất cứ quy luật nào để tạo ra các Liên Hoàn Nốt của riêng họ khi hát.

Nhưng,

Liên Hoàn Nốt Jelong Chỉ Được Sử Dụng Để Tạo Và Hát Trong Những Bài Hát Ca Ngợi Những Điều Tốt Đẹp và Tích Cực Trong Cuộc Sống, Đặc Biệt Là Ca Ngợi Lòng Chung Thủy!

Nói cách khác, Liên Hoàn Nốt Jelong **không xuất hiện** trong những bài hát có cảm xúc tình yêu tiêu cực, chuyện tình buồn, thất bại, dối trá, phản bội trong tình yêu...

Và do đó, nốt Je không bao giờ xuất hiện trong những bài hát như vậy.

Nói cách khác, một khi bạn nhìn thấy hoặc nghe thấy nốt Je trong Liên Hoàn Nốt xuất hiện trong một bài hát, bạn sẽ nhận ra:

1. Bài hát này sử dụng Liên Hoàn Nốt Jelong
2. Bài hát này có nội dung tích cực, thường liên quan đến tình yêu đẹp và Lòng chung thủy trong tình yêu hoặc các chủ đề tích cực khác trong cuộc sống. Chắc chắn đây không phải là một bài hát tình buồn bã, thất bại gây ra cảm xúc tiêu cực.

Vậy, tại sao bạn chỉ có thể sử dụng Liên Hoàn Nốt Jelong trong các bài hát về tình yêu đẹp, lòng chung thủy hoặc chủ đề tích cực?



VỀ LIÊN HOÀN NỐT JELONG

Những Điểm Đặc Biệt Nhất

Cái gì chưa từng xuất
hiện trong âm nhạc?

1. Tạo giai điệu
với lời bài hát
chỉ bao gồm một
loạt tên các nốt
nhạc liên tiếp



2. Chỉ sử dụng
tên 8 nốt nhạc
để tạo ra các
nốt nhạc kết
hợp:
"DO RE MI FA
SOL LA SI JE"
Do Re Mi Fa
Sol La Si Je

3. Một tên nốt
nhạc mới trong
âm nhạc:
"Je" là nốt nhạc
Chung Thủy của
God

Je

4. Đặc biệt, mọi
người có thể
thoải mái sáng
tạo những Liên
Hoàn Nốt của
riêng mình khi
hát!



5. Áp dụng Toán
học để tạo ra
hàng triệu tỷ
phiên bản bài
hát và chọn Liên
Hoàn Nốt hay
nhất cho bài hát



6. Liên Hoàn Nốt
Jelong chỉ được
sử dụng để sáng
tác những bài hát
ca ngợi về tình
yêu đẹp, chung
thủy, hoặc những
điều tích cực!



Tác Giả: Ca Giải Sĩ Jelong



/@NotJeCuaGod

**Thế Giới Đây Rấy Những Bài Hát Tiêu Cực Với Những Cảm Xúc Tiêu Cực;
Không Chung Thủy, Lừa Dối Tình Yêu; Tình Yêu Thất Bại Và Đổ Vỡ.**

**Điều đó cũng phản ánh chính xác rằng ngày nay, sự chung thủy trong tình yêu
tệ hơn nhiều so với thời xưa khi internet và công nghệ chưa phát triển.**

Âm nhạc có thể phản ánh đời sống tình cảm của con người thông qua sự phát triển của xã hội.

Chỉ cần xem số liệu thống kê sau đây do Christy Bieber, J.D và Jeffrey Johnson, J.D. viết được công bố trên tạp chí Forbes, bạn sẽ thấy:

“60% các cặp đôi ly hôn nêu lý do không chung thủy là lý do ly hôn

Thiếu chung thủy là một nguyên nhân hàng đầu khác dẫn đến ly hôn, với 60% các cặp đôi nêu lý do không trung thành của đối tác là lý do khiến cuộc hôn nhân của họ kết thúc. Khi một cuộc hôn nhân được cho là một vợ một chồng, và một bên không thực hiện nghĩa vụ này, lòng tin có thể bị mất và cuộc hôn nhân có thể tan vỡ không thể cứu vãn.”¹

Hôn nhân kết thúc là do nhiều yếu tố khác nhau ngoài sự không chung thủy. Tuy nhiên, các tác giả kết luận, *"Nhưng, ngay cả khi có nhiều vấn đề khác nhau, những người kết thúc hôn nhân thường báo cáo rằng có một "giọt nước tràn ly" hoặc điểm tới hạn đẩy họ đến bờ vực và khiến họ đưa ra quyết định cuối cùng là ly hôn."*

¹ Nguồn: <https://www.forbes.com/advisor/legal/divorce/divorce-statistics/#:~:text=Lack%20of%20Commitment%20Is%20the%20Most%20Common%20Reason%20for%20Divorce&text=That's%20why%20it%20is%20not,the%20reason%20for%20their%20divorce.>

Và họ kết luận, "Khi có giọt nước tràn ly, **không chung thủy là vấn đề phổ biến nhất cuối cùng dẫn đến ly hôn**, với 24% các cặp đôi báo cáo đây là giọt nước tràn ly của họ".

Không dễ để tìm thấy những bài hát có cảm xúc tích cực, tình yêu cuộc sống; những khoảnh khắc thăng hoa trong tình yêu; những lời hứa được các cặp đôi đang yêu gìn giữ; **tình cảm chung thủy, những cảm xúc thủy chung, cùng nhau vượt qua những thử thách của cuộc sống để đến với nhau**; chờ đợi tình yêu (mà không gây đau khổ); biết cách yêu bản thân, *không để bản thân phụ thuộc* vào một tình yêu đau khổ, thất bại; sống trọn vẹn, chân thành với tình yêu của bạn...

Hãy thử xem danh sách các bài hát bạn đã nghe cho đến nay, đọc kỹ lời bài hát và xem những câu chuyện tình yêu được kể như thế nào. Hoặc nghe những bài hát nổi tiếng nhất từ quá khứ đến hiện tại (được nghe nhiều nhất) và xem kết quả thế nào.

Bạn cần phân biệt rằng tôi đang nói về **những bài hát tiêu cực**, không phải những bài hát có giai điệu buồn.

Một bài hát tiêu cực là một bài hát, dù có giai điệu vui hay buồn, nhưng nội dung (lời bài hát) nói về những điều tiêu cực (như than thở, đổ lỗi cho tình yêu buồn, lừa dối, tình yêu tan vỡ, thất bại...)

Một lý do khác khiến có nhiều bài hát tiêu cực là do các thể hệ nhạc sĩ và ca sĩ trước đã sáng tác và trình bày hầu hết các bài hát như vậy, vì vậy các nhà soạn nhạc và ca sĩ sau này ít nhiều bị ảnh hưởng trong mọi giai điệu và lời bài hát.

Có nhiều nhạc sĩ và ca sĩ coi việc sáng tác và hát những bài hát về tình yêu đau khổ, tình yêu tan vỡ và chia ly là cách để họ 'chinh phục' công chúng hoặc người hâm mộ dễ dàng hơn.

Những nhạc sĩ đó biết rằng cuộc sống tình cảm của nhiều người chứa nhiều nỗi buồn hơn là niềm vui, vì vậy những bài hát buồn dễ làm hài lòng người nghe hơn.

Cuộc Sống Con Người Bị Bao Quanh Bởi Những Bài Hát Có Cảm Xúc Tình Yêu Tiêu Cực, Trái Tim Tan Vỡ, Những Câu Chuyện Tình Buồn, Sự Thất Bại, Lời Nói Dối, Sự Phản Bội Trong Tình Yêu...

Rõ ràng là chúng ta nghe nhạc hàng ngày, ở mọi nơi.

Khi mà hầu hết âm nhạc đều nói về những câu chuyện buồn, những trái tim tan vỡ, những cảm xúc tiêu cực, tất nhiên cuộc sống của con người sẽ bị ảnh hưởng.

Con người thường bị giai điệu thu hút nên họ có thể nghe đi nghe lại nhiều lần ngay cả khi lời bài hát mang ý nghĩa tiêu cực.

Một bài hát tiêu cực với giai điệu hay cũng giống như
một món ăn ngon có tẩm độc.

(Jelong)

Vậy thì thế giới này gặp vấn đề gì với một thế giới đầy rẫy những bài hát tiêu cực ẩn sau những giai điệu hay và đẹp?

“Những Lời Nguyên Rủ” Trong Tiệc Cưới

Có một điều thú vị về âm nhạc: mọi người thường dễ thuộc lòng giai điệu của những bài hát yêu thích, nhưng không dễ để biết và thuộc lời bài hát.

Ngay cả ca sĩ cũng vậy. Thuộc giai điệu dễ hơn nhiều so với nhớ lời bài hát. Đôi khi họ không cần phải bỏ công sức để biết giai điệu của một bài hát, nhưng lại khá khó khăn và tốn thời gian để nhớ lời.

Sau nhiều năm hát một bài hát mà bạn đã hát nhiều lần, đôi khi, khi được hỏi về lời một bài hát, bạn có thể không nhớ nổi chúng, đúng không?

Điều đó là tự nhiên trong âm nhạc.

Nhưng cũng từ đó nó gây ra không ít tác hại.

Điều này gây ra những vấn đề gì cho xã hội?

Thật không may, hầu hết mọi người (kể cả ca sĩ chuyên nghiệp) chỉ thích hát những giai điệu yêu thích của họ tại các sự kiện quan trọng như đám cưới, ít chú ý đến nội dung của bài hát. **Họ dường như ít chú ý đến ý nghĩa của sự kiện để chọn bài hát phù hợp.**

Nếu bạn yêu cầu mọi người hát mà không có bất kỳ sự chuẩn bị nào, hầu hết họ sẽ thường nghĩ và chọn giai điệu mà họ thuộc lòng trước tiên, chứ không phải ý nghĩa của bài hát.

Chỉ khi hoặc sau khi họ hát một bài hát, họ và những người khác mới nhận ra ý nghĩa của nó

Đó là lý do tại sao đám cưới (ngày trọng đại của các cặp đôi) có tổ chức âm nhạc để trở thành "ngày nguyên rửa tình yêu và hôn nhân" với những bài hát tình yêu tiêu cực và đồ vỡ

Hát những bài như vậy trong đám cưới chẳng khác nào 'âm thầm nguyên rửa' cho cuộc hôn nhân đó thất bại và đồ vỡ ngày nào đó?!

Bạn có vui không nếu ngày cưới trọng đại của bạn hoặc người thân bị "nguyên rửa" bởi những bài hát chia ly, tan vỡ và thất bại?

Thay vì được nghe những lời hay ý đẹp, những lời chúc phúc và đón nhận những điều tốt đẹp trong ngày cưới, cô dâu chú rể và mọi người đã phải đón nhận những điều không hay từ những bài hát có cảm xúc yêu đương tiêu cực, những câu chuyện tình buồn, những thất bại, dối trá, phản bội trong tình yêu...

Đó chính là lời nguyên trong ngày trọng đại của mọi người trên khắp thế giới!

Và đã có bao cuộc hôn nhân kết thúc y chang như những lời bài hát được hát trong ngày cưới

Mọi người thường không để ý đến điều này vì họ thích nghe những giai điệu đẹp của những bài hát nổi tiếng mặc dù ý nghĩa của bài hát đầy nỗi buồn và đau khổ.

Nhất là cô dâu chú rể có quá nhiều thứ phải lo lắng trong ngày cưới nên họ ít quan tâm, và ngay cả khi họ có quan tâm thì cũng khó có thể ngăn cản/bắt buộc mọi người (khách dự tiệc cưới) phải lựa chọn bài hát một cách cẩn thận khi được mời lên sân khấu để góp vui trong ngày trọng đại.

Vậy làm sao để giải quyết vấn đề này?

Nếu bạn sẽ tổ chức một đám cưới có nhạc, có hai lựa chọn cơ bản:

***LỰA CHỌN 1:**

1. Trước ngày cưới, bạn phải làm việc với ban nhạc lễ cưới và quyết định những bài hát nào sẽ chỉ được hát trong đám cưới của bạn. Bạn có thể chọn bài hát dựa trên sở thích của mình và phải kiểm tra cẩn thận xem nội dung (lời bài hát) có phù hợp với ngày cưới hay không. Thỏa thuận với ban nhạc trước khi họ biểu diễn vào ngày cưới. Cho dù là hát hay biểu diễn nhạc cụ (nhạc không lời), bạn phải chọn những bài hát phù hợp

2. Khách mời hát (ngoài ca sĩ ban nhạc) trong ngày cưới của bạn nên là người thân, bạn bè hoặc người quen. Họ phải chuẩn bị những bài hát phù hợp trước ngày cưới.

Bạn phải làm việc với họ để chọn bài hát theo sở thích và phải kiểm tra cẩn thận xem nội dung (lời bài hát) có phù hợp với ngày cưới hay không. Đừng để mọi người tự hát vì không đảm bảo rằng họ sẽ chúc phúc hay 'chửi rủa' cuộc hôn nhân của bạn khi họ lên sân khấu hát.

Hãy nhớ rằng nhiều bài hát có giai điệu vui tươi nhưng lại chứa đựng ý nghĩa tiêu cực.

3. Đừng vì vui mà biến ngày cưới của bạn thành nơi mà bất kỳ khách mời nào cũng có thể hát bất cứ điều gì họ muốn! Bạn nên dừng việc này lại.

=> Chìa khóa là: **HÃY CHỦ ĐỘNG CHUẨN BỊ NHỮNG BÀI HÁT PHÙ HỢP ĐỂ HÁT TRONG NGÀY CƯỚI**

***LỰA CHỌN 2: ĐỪNG ĐEM NHẠC VÀO NGÀY CUỐI**

(Hoặc chỉ chọn nhạc tích cực không lời phù hợp cho ngày cưới của bạn.
Cẩn thận những bản nhạc không lời về tình yêu tiêu cực)

(Jelong - Tác giả của Liên Hoàn Nốt Jelong)

Bạn có thể vào YouTube hoặc các mạng xã hội video để xem các video đám cưới và xem khách mời họ hát gì. Chắc chắn sẽ có rất nhiều video đám cưới khiến bạn phải thờ dài, lắc đầu ngao ngán hoặc ‘cười đến chảy nước mắt’ *khi nghe những bài hát do ca sĩ hoặc khách mời đám cưới hát.*

Một trong những đám cưới xa hoa và nổi tiếng nhất năm 2024, thu hút nhiều sự chú ý vì có sự góp mặt của nhiều người nổi tiếng trên thế giới, đó là đám cưới của Anant Ambani, con trai út của tỷ phú giàu nhất châu Á Mukesh Ambani, được tổ chức tại Mumbai.

Nhiều khách mời quan trọng đã tham dự, như những người nổi tiếng thế giới, doanh nhân và chính trị gia đến từ Ấn Độ và nước ngoài.

Tổng chi phí cho các sự kiện trước đám cưới và tiệc cưới được “ước tính khoảng 320 triệu đô la Mỹ”²

Nếu bạn xem các video các ca sĩ nổi tiếng hát tại các bữa tiệc do họ tổ chức, hãy thử tìm kiếm trên Google để lấy lời bài hát của những bài hát đó, bạn sẽ thấy rất

² Nguồn: <https://vnexpress.net/le-cuoi-hang-tram-trieu-usd-cua-cau-ut-ty-phu-an-do-4769621.html>.

nhiều bài hát có ý nghĩa tiêu cực và ngôn từ tục tĩu không thể xuất hiện trong bất kỳ đám cưới nào.

Rõ ràng, những ca sĩ cực kỳ nổi tiếng mà họ mời, mặc dù được coi là ca sĩ chuyên nghiệp và hoạt động lâu năm, vẫn không quan tâm liệu những bài hát họ chọn để biểu diễn có phù hợp với một đám cưới lớn như vậy hay không.

Điều đó có nghĩa là trước đây, tại các đám cưới khác mà họ đã tham dự (bất kể lớn hay nhỏ), những ca sĩ đó có thể đã hát những bài hát (thay vì chúc phúc cho cô dâu và chú rể được hạnh phúc) đã 'nguyên rủa' cuộc hôn nhân đó bằng những bài hát tiêu cực.

Khách dự tiệc cưới thường hăng hái hát những gì họ thích, không phải những gì đám cưới của bạn cần

Trong một thế giới đầy rẫy những bản tình ca tiêu cực, bạn không nên để đám cưới trở thành nơi mà mọi người đều “hăng hái nguyên rủa” cuộc hôn nhân của bạn.

Và đó là lý do tại sao **Liên Hoàn Nốt Jelong, phương pháp sáng tác và ca hát độc đáo mới nhất, chỉ được sử dụng để tạo ra những bài hát ca ngợi Những Điều Tốt Đẹp và Tích Cực Trong Cuộc Sống, Đặc Biệt Là Ca Ngợi Lòng Chung Thủy Trong Tình Yêu!**

Đó cũng là quy tắc quan trọng nhất khi bạn sử dụng Liên Hoàn Nốt Jelong để tạo ra những liên hoàn nốt nhạc.

Cho đến hôm nay, sau khi phát hành “**Nốt Je Của God**”³ (*Hai Công Cụ Phá Vỡ Sự Thống Trị Của Siêu AI Và Xóa Bỏ 3000 Năm Định Kiến Ca Hát*), chính điểm đặc trưng hay quy tắc cốt lõi này đã giúp tôi khám phá ra – sau hơn 40.000 năm - sức mạnh thật sự của 8 nốt nhạc và tạo nên hệ thống MyDoJe: **Hệ Thống Âm Nhạc Xây Nền Nội Lực Cho Con Người Và Bảo Vệ Thế Giới Khỏi Sự Thống Trị Của Siêu Trí Tuệ Nhân Tạo**.

Nếu Nhân loại không có nội lực mạnh mẽ, họ sẽ thất bại trong việc làm chủ thế giới này và để siêu AI thống trị.

Một thế giới bắt nguồn từ các cá nhân.

Do đó, hệ thống MyDoJe bắt đầu từ việc hỗ trợ xây nội lực đích thực cho mỗi cá nhân để sống hạnh phúc hơn, ý nghĩa hơn, giúp con người giảm và tự loại trừ áp lực cuộc sống cũng như hỗ trợ chúng rời loạn giấc ngủ thời đại AI này.

Chương sau đây sẽ cho bạn thấy một phương pháp tạo và hát nhạc Live chưa từng được biết đến bao giờ mà trong đó nó giúp điều hòa hệ thần kinh bằng 8 nốt nhạc và xây dựng tinh thần tích cực, lạc quan.

Phương pháp này làm cho âm nhạc lần đầu tiên trở thành hệ thống cứu người lẫn cả thế giới nhờ kiến tạo nên nền nội lực vững mạnh cho mỗi cá nhân. Suốt hơn 40.000 năm qua, nhân loại chưa từng thấy điều ẩn giấu sau tên các nốt nhạc đơn giản.

³ Link tải đọc: <https://mydoje.com/go/3000b>

CHƯƠNG 5

HÁT LIVE 1/3 LIÊN HOÀN NỐT JELONG

LOẠI NHẠC BẢO VỆ 1/3 CUỘC ĐỜI NHÂN LOẠI TRƯỚC CÁC THUẬT TOÁN AI, VÀ XÂY NỀN NỘI LỰC HẠNH PHÚC

*“Nếu Âm Nhạc Của Bạn Không Giúp Người Nghe Hưởng Đến Những
Điều Tích Cực, Tốt Đẹp Của Cuộc Sống Thì Từ Trong Bản Chất Nhạc
Của Bạn Hay Giọng Hát Của Bạn Không Thể Giúp Họ Nâng Cao Nội
Lực Bên Trong Để Đạt Hạnh Phúc Bền Vững, Lâu Dài.”*

~Jelong~

Chương 5-Phần 1

HÁT LIVE 1/3 LIÊN HOÀN NỐT JELONG THỪA HƯỞNG BẢN CHẤT ĐIỀU HÒA HỆ THẦN KINH VÀ XÂY NỘI LỰC TỐT TỪ PHƯƠNG PHÁP HÁT LIVE LIÊN HOÀN NỐT JELONG

Cả 2 nhánh nhạc Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong và Hát Live 1/3 Liên Hoàn Nốt Jelong đều có chung điểm cốt lõi của nhạc Liên Hoàn Nốt Jelong mà bạn sẽ biết bên dưới.

Hát Live 1/3 Liên Hoàn Nốt Jelong Là Gì? Tại Sao Có Số 1/3?

Nếu Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong là công cụ giúp phá vỡ sự thống trị của siêu trí tuệ nhân tạo, chỉ ra ‘chìa khóa thần’ để giữ vị thế làm chủ của Nhân loại là ‘Lỗi Người’ thì Hát Live 1/3 Liên Hoàn Nốt Jelong lại được tôi tạo ra vì nhận ra ‘sự thống trị’ mạnh mẽ của các thuật toán AI trên các nền tảng mạng xã hội.

Hiện nay, AI được sử dụng để kéo chân người dùng ở lại và liên tiếp xem các nội dung đầy kích thích, khơi gợi trí tò mò được cá nhân hóa cho chính chủ nhân chiếc điện thoại hay máy vi tính.

Nhiều người vì thế cũng dần rơi vào tình trạng khó ngủ hay mất ngủ vì các nội dung được AI hóa từ chính mạng xã hội hay những người tạo nội dung trên các nền tảng đó khiến não họ ‘làm việc’ liên tục cả khi họ đã nằm trên giường đợi đi ngủ. Màn hình ánh sáng xanh từ điện thoại cũng là thủ phạm gây mất ngủ bởi nó ‘giết chết’ melatonin, hormone gây buồn ngủ. Khi mắt tiếp nhận ánh sáng xanh, não bị đánh lừa rằng vẫn đang là ban ngày, từ đó trì hoãn việc giải phóng melatonin.

Chính từ đó, tôi nhận ra 1/3 cuộc đời (dành để ngủ) của nhiều người, không ít thì nhiều như đang bị AI kiểm soát mà họ không nhận ra bởi nó ẩn sau cách mà các nền tảng mạng xã hội hoạt động.

Đúng hơn, AI và cả những người tạo ra nó, dùng nó có trách nhiệm trong chuyện này.

Từ đó, tôi tạo ra công cụ hay phương pháp Hát Live 1/3 Liên Hoàn Nốt Jelong để giúp mọi người kiểm soát lại 1/3 cuộc đời hay 1/3 số thời gian trong ngày họ dành để ngủ (khoảng 6-8 tiếng) nhằm khôi phục sức khỏe.

Hát Live 1/3 Liên Hoàn Nốt Jelong là phương pháp tạo và hát nhạc dựa trên việc sử dụng chuỗi các Liên Hoàn Nốt trong một bài nhạc nhằm giúp con người kiểm soát 1/3 cuộc đời dành để ngủ của họ trước các thuật toán AI, và hỗ trợ họ có giấc ngủ tốt nhằm xây nội lực vững mạnh.

Cả hai công cụ hay hai nhánh nhạc (Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong + Hát Live 1/3 Liên Hoàn Nốt Jelong) này đều có vai trò làm cho Âm nhạc bảo vệ Nhân Loại trước Siêu AI.

Trong Hệ Nhạc Quảng 8 Nội Lực Jelong, nhánh âm nhạc Hát Live 1/3 Liên Hoàn Nốt Jelong có chức năng đem lại sự giải trí để nghỉ ngơi, phục hồi và điều hòa hệ thần kinh vào ban đêm trước khi đi vào giấc ngủ.

Đặc biệt nhất, nhánh âm nhạc phục vụ giấc ngủ ban đêm này có riêng một loại nhạc mới nhất lần đầu tiên xuất hiện do sự có mặt của các thuật toán AI gây mất ngủ. Nhờ loại nhạc này, bạn có thể đi vào giấc ngủ dễ hơn và sớm hơn.

Đó chính là *Hưu Tâm Nhạc Jelong* mà bạn sẽ xem ở bảng chi tiết sau đây:

HỆ NHẠC THĂNG HOA QUĂNG 8 NỘI LỰC JELONG				
NHÁNH NHẠC	I. HÁT LIVE LIÊN HOÀN NỐT JELONG ☀		II. HÁT LIVE 1/3 LIÊN HOÀN NỐT JELONG ☀	
PHƯƠNG PHÁP	HÁT LIVE LIÊN HOÀN NỐT JELONG	PHÚC TÂM NHẠC JELONG	HÁT LIVE 1/3 LIÊN HOÀN NỐT JELONG	HƯU TÂM NHẠC JELONG
Ý NGHĨA	Nhạc tích cực, tốt đẹp về cuộc sống, tình yêu có chứa <u>một phần lời hát là Liên Hoàn Nốt</u>	Nhạc Liên Hoàn Nốt chuyên ghi lại những thời gian, thời điểm hay những điều hạnh phúc	Nhạc tích cực, tốt đẹp về đa dạng chủ đề có chứa <u>phần lớn lời hát là các đoạn Liên Hoàn Nốt</u>	Nhạc Liên Hoàn Nốt nhắc nhở buông/tắt điện thoại tránh xa thuật toán AI để đi ngủ
	*Liên Hoàn Nốt là những đoạn nhạc có phần lời (lyrics) không phải ca từ có nghĩa, mà chúng chứa tên 8 nốt nhạc [DO RE MI FA SOL LA SI JE] mà người hát có thể <i>tự do thay đổi vị trí tên các nốt nhạc tùy thích ngay khi hát Live.</i>	"Phúc" là hạnh phúc. "Tâm" là tâm trí, tâm hồn. Phúc Tâm Nhạc Jelong là nhạc của Jelong khi nghe để tâm trí, tâm hồn thấy hạnh phúc	*Liên Hoàn Nốt là những đoạn nhạc có phần lời (lyrics) không phải ca từ có nghĩa, mà chúng chứa tên 8 nốt nhạc [DO RE MI FA SOL LA SI JE] mà người hát có thể <i>tự do thay đổi vị trí tên các nốt nhạc tùy thích ngay khi hát Live.</i>	"Hưu" là nghỉ ngơi. "Tâm" là tâm trí, tâm hồn. Hưu Tâm Nhạc Jelong là nhạc Jelong nghe để tâm trí, tâm hồn hoàn toàn nghỉ ngơi, hồi phục, đi vào giấc ngủ ban đêm hay những lúc cần ngủ.
CÔNG DỤNG	Nhạc giải trí + Kiểm soát stress Thu nhận những cảm xúc tích cực, lạc quan, tạo tinh thần tốt để xây nội lực vững mạnh	Nhạc giải trí + Kiểm soát stress Thu nhận những cảm xúc tích cực, lạc quan, tạo tinh thần tốt để xây nội lực vững mạnh	Nhạc giải trí (đặc biệt cho giờ giải lao, nghỉ ngơi hoặc trước giờ ngủ) Thu nhận những cảm xúc tích cực, lạc quan, tạo tinh thần tốt.	Nhạc dành riêng cho giấc ngủ, giúp ngắt dòng suy nghĩ gây khó ngủ. Đặc biệt là loại nhạc mới nhất chuyên nhắc buông điện thoại, máy tính để đi ngủ
	Nhạc điều hòa hệ thần kinh	Nhạc điều hòa hệ thần kinh	Nhạc điều hòa hệ thần kinh	Nhạc điều hòa hệ thần kinh
	Nhạc xây nền nội lực	Nhạc xây nền nội lực	Nhạc xây nền nội lực	Nhạc xây nền nội lực
	Nhạc xây Thang Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực	Nhạc xây Thang Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực	Nhạc xây Thang Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực	Nhạc xây Thang Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực
CÔNG DỤNG NHẠC NGỦ	Nhạc xây nội lực hạnh phúc.	Nhạc xây nội lực hạnh phúc.	Nhạc xây nội lực hạnh phúc.	Nhạc xây nội lực hạnh phúc.
	(KHÔNG)	(KHÔNG)	(CÓ) (Ngoài giải trí, còn có thể hỗ trợ giấc ngủ)	(CÓ) (Nhạc hỗ trợ giấc ngủ)

PHƯƠNG PHÁP	HÁT LIVE LIÊN HOÀN NỐT JELONG	PHÚC TÂM NHẠC JELONG	HÁT LIVE 1/3 LIÊN HOÀN NỐT JELONG	HƯU TÂM NHẠC JELONG
THỜI ĐIỂM NGHE	1.Lúc thư giãn hoặc làm việc, giải trí trong ngày. 2.Lúc muốn nghe nhạc thu nhận những nội dung và cảm xúc tích cực, tốt đẹp có lợi cho hệ thần kinh, quản lý stress.	1.Nghe vào buổi sáng khi thức dậy để lấy cái may mắn từ "nguồn năng lượng hạnh phúc" 2.Lúc thư giãn hoặc làm việc, giải trí trong ngày. 3.Lúc muốn nghe nhạc thu nhận những nội dung và cảm xúc tích cực, tốt đẹp có lợi cho hệ thần kinh, quản lý stress.	1.Lúc thư giãn hoặc làm việc, giải trí trong ngày. 2.Lúc muốn nghe nhạc thu nhận những nội dung và cảm xúc tích cực, tốt đẹp có lợi cho hệ thần kinh, quản lý stress. 3.Nghe 1-2 tiếng trước khi ngủ	1.Nghe khi đã lên giường chuẩn bị đi ngủ ban đêm
TÁC ĐỘNG TÂM TRÍ VÀ SỨC KHỎE	*Tạo tinh thần lạc quan, lối sống tích cực do nội dung nhạc viết về những điều tích cực, tốt đẹp của tình yêu và cuộc sống. *Giúp giảm mức độ căng thẳng và thúc đẩy sự cân bằng cảm xúc, nâng cao cả sức khỏe tâm lý lẫn sức sống thể chất *Tạo điều kiện ban ngày sống và làm việc tươi tỉnh, tích cực	Tạo tâm thế hạnh phúc, loại bỏ suy nghĩ tiêu cực. (Nếu dùng “Qui Trình Thở Hát 8 Quãng 8 (Ban Ngày)” của Hệ Thống MyDoJe sẽ đạt được sức khỏe tốt hơn do kết hợp thở sâu và hát live) *Tạo điều kiện ban ngày sống và làm việc tươi tỉnh, tích cực	*Tạo tinh thần lạc quan, lối sống tích cực do nội dung nhạc viết về những điều tích cực, tốt đẹp của tình yêu và cuộc sống. *Giúp giảm mức độ căng thẳng và thúc đẩy sự cân bằng cảm xúc, nâng cao cả sức khỏe tâm lý lẫn sức sống thể chất *Tạo điều kiện ban ngày sống và làm việc tươi tỉnh, tích cực (là thuận lợi cho giấc ngủ ban đêm tốt hơn)	Giúp tâm trí nghỉ ngơi hoàn toàn, ngắt suy nghĩ gây khó ngủ. (Nếu dùng “Qui Trình Thở Hát 8 Quãng 8 (Ban Đêm)” của Hệ Thống MyDoJe sẽ ngắt ngay các suy nghĩ gây khó ngủ trong vòng 1 nốt nhạc đầu tiên, do kết hợp thở sâu và hát live) *Hỗ trợ đi vào giấc ngủ nhanh, sâu và êm ái. Không bị gây mất ngủ do xem điện thoại ban đêm.
CÔNG DỤNG ĐẶC BIỆT	LÀ CÔNG CỤ BẢO VỆ SỰ SINH TỒN NHÂN LOẠI TRƯỚC SIÊU TRÍ TUỆ NHÂN TẠO	LÀ CÔNG CỤ BẢO VỆ SỰ SINH TỒN NHÂN LOẠI TRƯỚC SIÊU TRÍ TUỆ NHÂN TẠO	LÀ CÔNG CỤ BẢO VỆ 1/3 CUỘC ĐỜI NHÂN LOẠI TRƯỚC THUẬT TOÁN AI	LÀ CÔNG CỤ BẢO VỆ 1/3 CUỘC ĐỜI NHÂN LOẠI TRƯỚC THUẬT TOÁN AI
CHỦ ĐỀ TRONG CÁC BÀI HÁT	Hát ca ngợi những điều tích cực, tốt đẹp về cuộc sống.	Hát về niềm hạnh phúc trong cuộc sống	Hát ca ngợi những điều tích cực, tốt đẹp về cuộc sống	Bài hát nhắc nhở BUÔNG/TẮT chiếc điện thoại - thủ phạm gây mất ngủ
	Nhất là ca ngợi tình yêu đẹp, chung thủy của con người.	Chủ đề niềm hạnh phúc trong cuộc sống	Chủ đề đa dạng: tình yêu, cuộc sống, thành công, tiền bạc, châm ngôn, tâm linh...	Chủ đề giấc ngủ, điện thoại, máy tính và sức khỏe tinh thần

HÌNH THỨC BÀI HÁT	*HÁT LIVE BÀI DÀI *Liên Hoàn Nốt chỉ chiếm một phần lời bài hát	*HÁT LIVE BÀI NGẮN *Liên Hoàn Nốt và ca từ xen kẽ nhau	*HÁT LIVE BÀI DÀI *Liên Hoàn Nốt chiếm phần lớn lời bài hát	*HÁT LIVE BÀI NGẮN *Liên Hoàn Nốt và ca từ xen kẽ nhau
HÌNH THỨC HÁT	LIVE	LIVE	LIVE	LIVE
JELONG SÁNG TÁC & HÁT SONG NGŨ	Hát Tiếng Việt	Hát Tiếng Việt	Hát Tiếng Việt	Hát Tiếng Việt
	<i>Hiện tại chưa có lời hát tiếng Anh.</i>	Hát Tiếng Anh (Quốc Tế).	Hát Tiếng Anh (Quốc Tế).	Hát Tiếng Anh (Quốc Tế)
Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong Sử Dụng Tiếng Hát Live + Đặc Trưng Liên Hoàn Nốt Jelong Với 8 Nốt Nhạc [Do Re Mi Fa Sol La Si Je] Là Thứ AI Không Thể Tạo Ra Cho Việc Nuôi Dưỡng Phát Huy Nội Lực Con Người				

Hát Live 1/3 Liên Hoàn Nốt Jelong Và Hưu Tâm Nhạc Jelong Đều Có Chức Năng Điều Hòa Hệ Thần Kinh Con Người Một Cách Tự Nhiên.

Nhiều nhà khoa học đã phát hiện ra tác động của âm nhạc đến hệ thần kinh con người.

Các nhà sáng tạo nhạc lại thường không có hiểu biết về hệ thần kinh.

Nhạc trên thị trường hiện nay là nhạc giúp ngủ, thư giãn, nhạc thiền.

Trước đây chưa có bất kỳ loại nhạc nào giúp con người vừa giải trí, vừa xây nền nội lực để vượt qua các biến cố, khó khăn trong cuộc sống.

Nhìn lại câu chuyện của mình về việc bị đả kích giọng hát trước đây và so sánh với những người như Channing Smith, Sulli (mà bạn đọc ở tài liệu “Nốt Je

Của God”)¹, tôi nhận ra âm nhạc có thể giúp con người vượt qua khủng hoảng nếu biết cách.

Tôi tạo ra Hệ Thống Nhạc Xây Nền Nội Lực MyDoJe dựa trên chính nhạc do mình sáng tạo ra và từ các biến cố lớn nhỏ tôi vượt qua được.

Từ âm nhạc mà tôi đã sáng tạo và hát qua quá trình 8 năm từ 2018-2026, tôi nhận ra chức năng điều hòa hệ thần kinh giúp xây nền nội lực hạnh phúc thực chất đã có sẵn trong nhạc của tôi từ lâu rồi, nhất là khi tôi phát minh ra nhạc Liên Hoàn Nốt Jelong.

Từ cách sáng tác, viết lời, hòa âm, cách hát...của tôi đều mang đặc tính đó một cách tự nhiên.

Bạn còn nhớ điều này trong “Nốt Je Của God”:

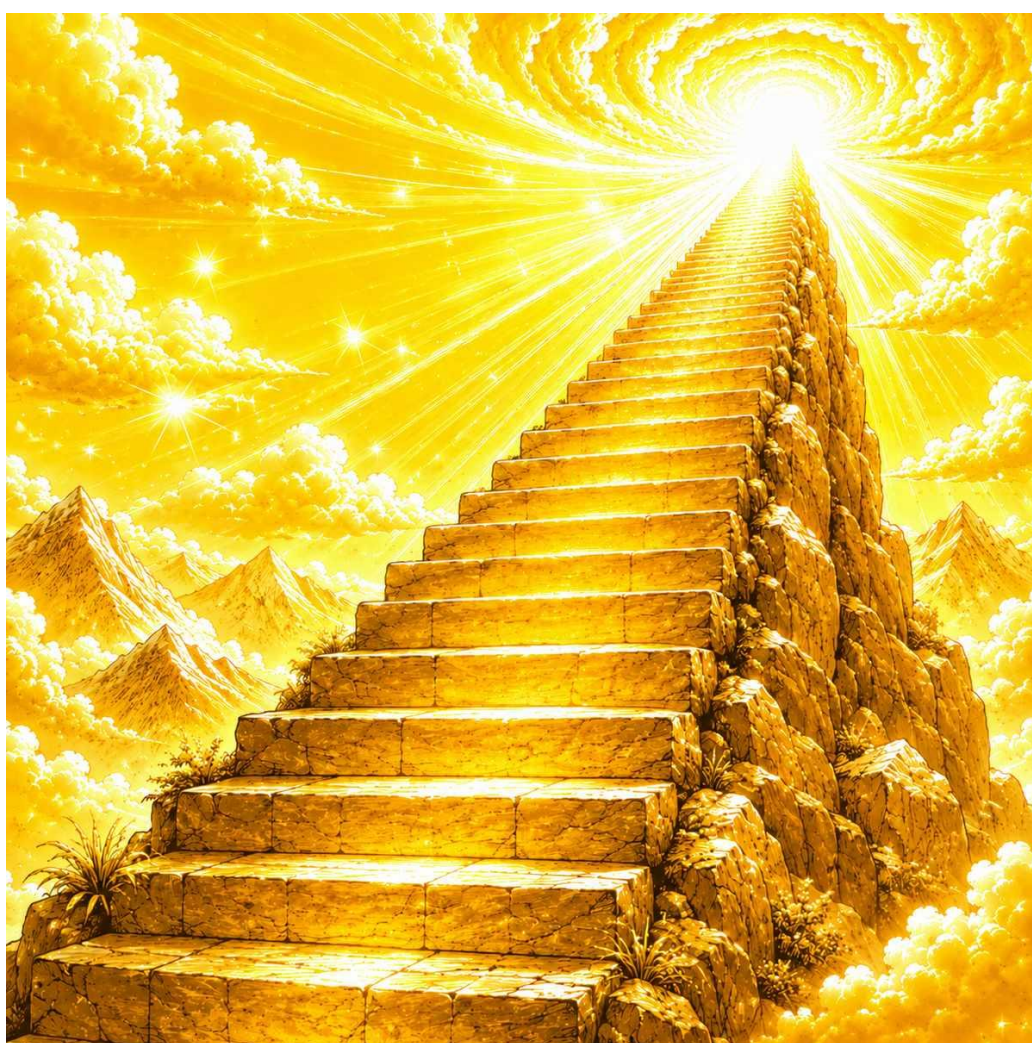
“Liên Hoàn Nốt Jelong..chỉ được sử dụng để tạo ra những bài hát ca ngợi Những Điều Tốt Đẹp và Tích Cực Trong Cuộc Sống, Đặc Biệt Là Ca Ngợi Lòng Chung Thủy Trong Tình Yêu!”

Chính điều này đã dẫn tôi khám phá ra sức mạnh ẩn chứa sau 8 nốt nhạc của Quãng 8 mà hơn 40.000 năm qua **vai trò XÂY DỰNG NỘI LỰC** của Âm nhạc bị che khuất.

¹ Link tải đọc: <https://mydoje.com/go/3000b>

Suốt Hơn 40.000 Năm Qua Từ Khi Có Nhạc Trên Thế Giới, Con Người Ngân Nga Các Nốt Nhạc Chủ Yếu Để Giải Trí!

Mọi người không nhận ra đằng sau tên các nốt nhạc chính là việc kiểm soát thang nội lực giúp họ vượt qua các biến cố và tiếp tục phát triển trong cuộc sống như tôi đã làm.



*Đằng sau tên 8 nốt nhạc [DO RE MI FA SOL LA SI JE] chính là
Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực của cuộc đời một con người,
một gia đình, một tổ chức, một quốc gia và cả Nhân loại (Ca Giải Sĩ Jelong)*

Chính nhờ việc vượt trên biến cố lúc năm xưa (vào khoảng thời gian tháng 8, 9 năm 2019) đã góp phần giúp tôi tạo nên và phát triển Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực – MyDoJe.

Đầu tiên, hãy xem bảng dưới đây cho thấy sự khác biệt lớn về kết quả giữa tôi và những người như Channing Smith, Sulli khi đối mặt với nghịch cảnh:

	Những người như Channing Smith, Sulli	JeLong (Tôi): Giải quyết nạn bắt nạt đe dọa trên mạng bằng <u>Chân Lý Tài Năng Của God</u>
Biến cố	- Channing Smith: tin nhắn thân mật của anh với một bạn nam khác đã bị các bạn cùng lớp rò rỉ. “Hình ảnh về cuộc trò chuyện riêng tư của cậu ấy với một cậu bé khác đã được đăng trên Instagram và Snapchat, gia đình anh ấy nói”² WashingtonPost tường thuật. - Sulli: "... ý kiến của cô ấy thường khiến cô ấy trở thành mục tiêu của <u>những trò chơi khăm trên mạng, đặc biệt là bởi những người chống đối nữ quyền</u>, ông CedarBough Saeji,	- JeLong: nhiều người trong cộng đồng mạng đã ‘xả’ cơn thịnh nộ vô lý một cách đáng kinh ngạc vào giọng hát của tôi - Những bình luận gay gắt làm nhục của họ: "Âm nhạc hủy hoại tất cả đây rồi" "Yo wtf" ("Cái đê* gì đấy") "Get goosebumps sound like shit" ("Nổi cả da gà vãi cứt thật")

² Source: <https://news.zing.vn/sulli-hoa-tuyet-le-tan-lui-o-tuoi-25-vi-mieng-luoi-nguoi-doi-post1001670.html>

	một chuyên gia về văn hóa và xã hội Hàn Quốc tại Đại học British Columbia nói"³ Nữ diễn viên thường nhận được những bình luận trên mạng như là “ngu ngốc”, “kiêu căng”, “bệnh hoạn”...	
Mục tiêu kẻ xấu	○ Kẻ xấu muốn làm nhục và làm xấu hổ các nạn nhân trước vô số người trên internet	
Phản ứng của các nạn nhân	○ Các biến cố khiến Channing Smith và Sulli bị trầm cảm và sợ hãi trước ác ý của mọi người ○ Bị trầm cảm bởi nạn bắt nạt, đe dọa trên mạng	▪ Vụ việc khiến Jelong tự chủ, bình tĩnh và bắt đầu tìm hiểu những lý do sâu xa đằng sau cơn thịnh nộ của mọi người
Hành động	○ Channing Smith tự sát ○ Sulli: Cảnh sát nói ngôi sao K-pop chết ‘nghi do tự tử’⁴	▪ Biến cố khiến JeLong bình tĩnh và tự chủ, bắt đầu tìm hiểu tại sao họ lại xa con cảm hận với giọng hát mình <i>một cách vô lý</i> như vậy. ▪ Nhạc Jelong đã tải một video nhạc lên Youtube để xác minh động cơ của họ. (https://www.youtube.com/watch?v=c85eiM1ziAU)

³ Source: <https://edition.cnn.com/2019/10/15/asia/kpop-sulli-death-aftermath-intl-hnk-scli/index.html>

⁴ Source: <https://www.mirror.co.uk/3am/celebrity-news/how-sulli-die-police-say-20576163>

Điều gì nằm đằng sau các biến cố?	Sự vô cảm, lòng tham, nỗi sợ hãi, định kiến và sự phân biệt đối xử của kẻ xấu
Chỗ dựa để nương tựa vào	- Channing Smith và Sulli đã không có bất kỳ ai để nương tựa - Chỗ dựa để JeLong nương tựa vào luôn là God.
Kết quả sau cùng	- Cái chết - Sau khi đăng video giọng hát của JeLong, tất cả họ (kẻ xấu) đều câm lặng, và không còn chống đối nữa. - Có kẻ phản bác mạnh mẽ giọng JeLong thiên tài nhưng khi Nhạc JeLong bảo họ làm được thử như JeLong (khiến cộng đồng tự nổi giận trước giọng hát) thì họ không còn dám lên tiếng. - JeLong, từ một người vô danh, giờ nhiều người xem là một Thiên tài. Nhiều người (nhất là những kẻ ‘ném đá’ JeLong) giờ lại <u>e</u> sợ trước khả năng của anh - Bản thân tôi bây giờ cảm thấy rất tuyệt vời bởi vì 7 Điều răn sắc đẹp của God đã khiến tôi giải quyết vấn đề một cách dễ dàng và thoải mái!



Để hiểu rõ hơn tôi đã vượt qua biến cố trên thế nào, bạn hãy tìm đọc Hành trình Jelong dùng Âm nhạc để Phá Vỡ Sự Thống Trị Của Siêu AI Và Xóa Bỏ 3000 Năm Định Kiến Ca Hát Bằng “Nốt Je Của God”. Trong đó có phần tôi nói về cách tôi đã vượt qua sự cố trên và đem lại giá trị cho nhiều người:

- Tài liệu “Nốt Je Của God”: <https://mydoje.com/go/3000b>
- Website: <https://GodJeNote.com>



Bây giờ, tôi sẽ sử dụng Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực và bạn hãy nhìn vào Khung MyDoJe này được tôi điền vào các thông tin từ biến cố trên:

	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
	Hành Trình 1 Chu Kỳ	BƯỚC 1			BƯỚC 2		BƯỚC 3	BƯỚC 4	BƯỚC 5	Hành Trình 1 Chu Kỳ	
		CENTERED CLARITY & DIRECTION (ĐỊNH TÂM SUY XÉT CỤC DIỆN)			STRATEGIC RESOLUTION, (HÓA GIẢI CỤC DIỆN)		TOOL & GEAR SETUP (THIẾT LẬP HỒ TRỢ)	EXECUTION-MAP (BẢN ĐỒ THỰC THI)	TAKE DECISIVE ACTION (THỰC HIỆN QUYẾT ĐOÁN)		
		Nhận Ra Thực Trạng Vấn Đề	Mục Tiêu	Mức Nội Lực (so với) Mức Áp Lực	Tìm Giải Pháp	Tìm Giải Pháp (Có God)	Chuẩn Bị Công Cụ Xử Lý	Bản Đồ Thực Thi	Lệnh Thực Thi & Nâng Cấp		
		Nhiều người trên mạng tán công giọng hát của Jelong bằng nhiều sự xúc phạm	Ngăn sự làm nhục và không để bản thân bị hạ thấp trước đông đảo người trên mạng.			Thực hiện theo 7 Điều Răn Sắc Đẹp Của God (vào 2019) (Thêm Điều 8: Xây dựng Nội Lực Vững Mạnh)			1.Kiên quyết thực hiện theo hoạch định đã đề ra 2.Áp dụng các Điều Răn Sắc Đẹp Của God		
	Phẩm Chất Để Giải Quyết	Đôi Mắt Nhân Văn	Ý chí cao - Không khuất phục trước biến cố			8!			8! Sự Chung Thủy Đa Tầng	Phẩm Chất Để Giải Quyết	
BƯỚC NỀN: XÂY NỀN NỘI LỰC VỮNG MẠNH VỚI "HỆ THỐNG NHẬT NGUYỆT 8 QUẢNG 8" GIÚP KIỂM SOÁT STRESS & GIÁC NGŨ											
	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
Lĩnh Vực:	TÀI NĂNG CA HÁT			Vấn Đề:	JELONG BỊ TÁN CÔNG, ĐÁ KÍCH VỀ GIỌNG HÁT		KẾT QUẢ:				
Ngày:	Tháng 8 và tháng 9 năm 2019			Ghi Chú:	Quay video hát live, xem phản ứng		ĐÚC KẾT CHIÊM NGHIỆM:				
MyDoJe ⁿ =											

Khoan hãy nói về 7 Điều răn Sắc Đẹp Của God tôi áp dụng lúc đó nhưng bạn thấy rõ: Chính sức mạnh từ tư duy nhạc ở Liên Hoàn Nốt Jelong được phản ánh rõ qua câu chuyện.

“Liên Hoàn Nốt Jelong, phương pháp sáng tác và ca hát độc đáo mới nhất, chỉ được sử dụng để tạo ra những bài hát ca ngợi Những Điều Tốt Đẹp và Tích Cực Trong Cuộc Sống, Đặc Biệt Là Ca Ngợi Lòng Chung Thủy Trong Tình Yêu!”

Nếu âm nhạc của bạn không giúp người nghe hướng đến những điều tích cực, tốt đẹp của cuộc sống thì từ bản chất nhạc của bạn hay giọng hát của bạn không thể giúp họ xây nền nội lực (điều hòa hệ thần kinh, giảm stress, thu nhận các tín hiệu an toàn, cảm xúc tích cực, ...) và nâng cao nội lực bên trong để đạt hạnh phúc bền vững, lâu dài.

Nghĩa là bản chất nhạc Liên Hoàn Nốt Jelong đã mang trong đó một nền tảng tốt, vững chắc để con người xây nền tảng tinh thần tốt và nội lực thành công.

Và đó là lý do tôi tạo ra MyDoJe – Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực - từ những gì đã có bằng thực tế, không phải bằng các kiến thức khoa học hệ thần kinh hay sự kiện chưa từng trải qua.

Nói đơn giản, vì bản chất nhạc Liên Hoàn Nốt Jelong hướng đến cái tích cực, lạc quan, tốt đẹp của tình yêu con người và cuộc sống nên mới khiến Âm nhạc làm được chuyện xưa nay chưa từng làm: Giúp họ xây dựng nền nội lực vững mạnh để

sống hạnh phúc, tiếp tục phát triển và tạo nhiều giá trị nhân văn, hữu ích cho cuộc đời.

Ngoài ra “Nốt Je Của God” trong công cụ Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong còn bảo vệ Nhân Loại trước Siêu AI mà bạn có thể thấy rõ khi đọc tài liệu “Nốt Je Của God”.

Ngay sau đây tôi sẽ cho bạn nghe 2 bài hát đầu tiên của nhánh nhạc này và chỉ cách tôi đã làm chúng ra sao để đem vào Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực (MyDoJe) giúp con người xây nền nội lực vững mạnh, và bước lên những bậc cao hơn của Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực để sống hạnh phúc.

Chương 5-Phần 2

CÁCH TẠO VÀ

HÁT LIVE 1/3 LIÊN HOÀN NỐT JELONG

Trong Hệ Thống Âm Nhạc Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực với tên gọi Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong, 2 nhánh nhạc Liên Hoàn Nốt cùng *luân chuyển* theo nhịp sinh học 24h của con người:

- ✚ Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong và Phúc Tâm Nhạc Jelong: tạo ra các bài hát giúp đem lại sự giải trí, điều hòa hệ thần kinh, quản lý stress, tạo **cảm xúc tốt đẹp và tinh thần tích cực** để con người hoạt động tốt vào ban ngày.
- ✚ Hát Live 1/3 Liên Hoàn Nốt Jelong và Hưu Tâm Nhạc Jelong: tạo ra các bài hát giúp đem lại sự giải trí, điều hòa hệ thần kinh, giảm stress, tạo tinh thần tốt và giúp con người **chuyển trạng thái** từ chế độ tỉnh táo hay trạng thái kích động (Sympathetic) sang Parasympathetic - chế độ phục hồi, nghỉ ngơi - giúp bạn dễ đi vào giấc ngủ nhờ vào các bài nhạc nhắc bạn buông hay tắt điện thoại (Hưu Tâm Nhạc Jelong) vào ban đêm.

Đây là hệ thống âm nhạc đầu tiên trên thế giới được tạo ra hoàn chỉnh theo nhịp sinh học 24h giúp con người kiểm soát nền tảng xây nội lực để có được hạnh phúc bền vững mà trong đó sử dụng chức năng xây nội lực của Quãng 8 Âm nhạc.

Hai nhánh nhạc Liên Hoàn Nốt trong Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong được Jelong ví như hai thực thể Mặt Trời và Mặt Trăng, tuy khác nhau và thậm chí đối ngược, nhưng lại *không thể tách rời nhau trong cuộc sống*.

Do đó, nguyên tắc quan trọng để tạo nhạc và hát theo phương pháp Hát Live 1/3 Liên Hoàn Nốt Jelong là:

**LÀM NGƯỢC LẠI PHƯƠNG PHÁP
HÁT LIVE LIÊN HOÀN NỐT JELONG**

Cụ thể:

	Bài Hát Được Tạo Từ Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong ☀	Bài Hát Được Tạo Từ Hát Live 1/3 Liên Hoàn Nốt Jelong ☾
Giai điệu	✚ Mỗi bài hát được viết theo từng phương pháp là một giai điệu khác nhau. ✚ Hoặc cả hai bài cùng giai điệu chung nhưng được phối khác nhau cho phong phú.	
Tên bài hát	✧ Khác nhau	❖ Khác nhau
Độ dài bài hát	✧ Thường là bài dài có đủ cấu trúc một bài hát	❖ Thường là bài dài có đủ cấu trúc một bài hát
Phần nội dung	✧ Chỉ được sử dụng để tạo ra những bài hát ca ngợi tình yêu đẹp, sự chung thủy và những điều tích cực, tốt đẹp trong cuộc sống ✧ Mỗi bài hát dài là một câu chuyện hay tình	❖ Chỉ được sử dụng để tạo ra những bài hát tích cực, tốt đẹp, lạc quan về cuộc sống với đa dạng chủ đề (tình yêu/tài chính/ tâm linh/đất nước/động lực...) ❖ Mỗi bài hát tuy dài nhưng chỉ vắn vẹn có 1 hoặc vài

	huống cụ thể do tác giả sáng tạo ra (giống đa số nhạc pop có cốt truyện) ✧ Lời hát bằng ca từ thường dài để miêu tả câu chuyện đó.	câu hát có lời chủ chốt chứa toàn bộ tư tưởng/cái nhìn/quan điểm/triết lý/niềm tin... ❖ Lời bài hát bằng ca từ tuy rất ngắn nhưng truyền tải ý chính toàn bài
Các Liên Hoàn Nốt được dùng trong bài hát – DO RE MI FA SOL LA SI JE	✧ Liên Hoàn Nốt trong bài chỉ chiếm một phần và dùng để miêu tả 1 điều gì đó có liên quan đến nội dung bài hát (như tiếng đàn/tiếng sáo/tiếng mưa rơi/tiếng nước chảy nghe như nhịp nhạc/...)	❖ Toàn bài thay vì là phần lời bằng chữ viết, Jelong sử dụng phần lớn các đoạn Liên Hoàn Nốt để hát. ❖ Phần Liên Hoàn Nốt này để hỗ trợ cho toàn bộ ý nghĩa của một vài câu hát chính xuất hiện trong bài ❖ Có thể xem các chuỗi Liên Hoàn Nốt Jelong được hát chính là tiếng nhạc người (Nhân thanh) mang chức năng <u>như tiếng nhạc cụ</u>.
Cách hát các Liên Hoàn Nốt	🎵 Hát tự do (người hát thay đổi tên nốt nhạc tùy ý) → Do đó Ca Sĩ và nhất là Ca Giải Sĩ <i>không cần nhớ lời nhạc</i> khi hát các Liên Hoàn Nốt Jelong	
Tác dụng âm nhạc đến hệ thần kinh, cảm xúc và nội lực con người	✧ Nhạc Liên Hoàn Nốt Jelong đem lại cảm xúc tích cực về tình yêu, cuộc sống. Nội dung kết hợp các yếu tố nhạc của Nhạc Liên Hoàn Nốt Jelong	❖ Hát Live 1/3 Liên Hoàn Nốt Jelong do bắt nguồn từ Nhạc Liên Hoàn Nốt Jelong nên có tác dụng tích cực cho hệ thần kinh như nhạc Liên Hoàn Nốt

	(như cách hát/nhịp điệu/cách hòa âm/...) được chứng minh có lợi cho hệ thần kinh con người. ✧ Nhạc Liên Hoàn Nốt Jelong gần với nhịp thở cũng như nhịp tim con người, các câu hát được xử lý dễ hát nên tạo các tín hiệu an toàn (safety signals) cho hệ thần kinh, khơi gợi các cảm xúc tích cực.	Jelong. ❖ Đặc biệt, việc sử dụng các câu hát ngắn trong toàn bài mang nội dung tích cực, tốt đẹp về cuộc sống, thể hiện đa dạng các chủ đề khác nhau (như tình yêu/tài chính/ tâm linh/đất nước/động lực...) → khiến người nghe hiểu được ngay nội dung chính toàn bài qua câu hát đó. Điều này giúp người nghe nhận được ngay cảm xúc tích cực mà không phải giải nghĩa toàn bài dài. Đây chính là điểm làm não người rất thích vì não không bị kích thích, tốn năng lượng để hiểu toàn bộ bài hát dài như nhạc pop. ❖ Các Liên Hoàn Nốt được hát liên tục không mang nghĩa cụ thể càng làm cho bài hát trở nên đơn giản, mang tính giải trí.
--	--	---

Hãy xem và so sánh loại nhạc mới nhất qua 2 bài hát “Tình Hai Chúng Ta” và “Này Người Tình” do Ca Giải Sĩ Jelong sáng tác và trình bày dựa trên 2 nhánh nhạc của phương pháp Liên Hoàn Nốt Jelong.

Bạn thấy hai bài nhạc này có sự khác biệt rất rõ nét nào?

1) Tình mình như thơ
Vờn theo khúc ru ân tình
Đắm đuối lời ca ái ân
Từ tim hiến dâng.
Có lúc điệu vui vút cao
Và khi nốt gieo thâm trầm
Mãi thể làm thêm thiết tha
Tình hai chúng ta

(Sol La Mi Sol Mi Do Fa Mi
Re Fa La Sol Mi Re Mi Do
Sol Mi Re Sol Mi Do Mi Do
Fa La Sol Sol Mi Do Mi La...) *freed*

Với những lời ca yêu thương nồng nàn

TÌNH HAI CHÚNG TA

1) (Mi..Mi Re Do
Fa La Sol Sol Si Do Mi
Fa La Do Do Re Mi Je) *freed*

(Do..Do Sol Mi
Fa Do Re Sol Si Do Mi
Sol Si Do Do Re Fa Mi) *freed*

2) (So La Si Do Re Do Mi
Do Re Mi Do Sol Fa Mi
Sol La La Mi Sol Fa Do
Do Do Mi, Mi Fa Sol
Sol La Si, Mi Sol Do
Fa Mi) *freed*

Này Người Tình

Đắm đuối cùng nhau ta nhìn ngắm trăng
Thắm thiết tình yêu qua bao ngày dài
Mãi có tình nhau ta xây đời hăng say

2) Tình mình như mây
Vờn theo gió bay xa vời
Cất gió về nơi rất xa
Ngàn năm thiết tha.
Có lúc gặp mây gió reo
Và khi bão giăng ngang trời
Dẫu thể làm thêm thiết tha
Tình hai chúng ta

(Fa Mi Re Fa Mi Sol Mi Do
Re Do Mi Mi La Sol Je Mi...) *freed*

TÌNH HAI CHÚNG TA

(Do Mi Sol Mi Sol Fa Do
Sol La Fa Mi Fa Mi Do
La La La Sol La Sol Mi
Mi Mi Do, Mi Fa Sol
Re Do Mi, Do Je) *freed*

**ĐK1: Này người tình,
người hãy nói yêu anh suốt đời
Này người tình,
làn môi mắt em sao sáng ngời
Này người tình,
tình ta thắm sâu tình muôn đời**

(La La La...)

Này Người Tình

(Sol Mi Re Sol Mi La Mi Do
Sol Re Mi Do La Sol La Fa...) *freed*

Với những lời ca yêu thương nồng nàn
Đắm đuối cùng nhau ta nhìn ngắm trăng
Thắm thiết tình yêu qua bao ngày dài
Mãi có tình nhau ta xây đời nên thơ

3) Tình trần như tơ
Vườn... theo ngón tay nhân tình
Kết những hồn yêu rất nhanh
Tựa em với anh.
Có lúc sợi thương quấn đôi
Và khi cách xa tơ chùng
Cứ thế làm thêm thiết tha
Tình hai chúng ta

**Sáng Tác: Jelong
Ca Giải Sĩ: Jelong**

TÌNH HAI CHÚNG TA

3) [Tương Tự 1]
(Fa..Fa La Mi
...
La Sol Do Sol La Mi Mi) *freed*

4) [Tương Tự 2]
(Mi La Sol Do Sol Re Mi
...
Sol La Mi, Do Je) *freed*

**ĐK2: Này người tình,
người hãy nói yêu anh nhé người
Này người tình,
mình vui có nhau trong cõi đời
Này người tình,
tình ta đắm say dành cho người**

Này Người Tình

[Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong]

(Hát Live 1/3 Liên Hoàn Nốt Jelong)

“Tình Hai Chúng Ta”

[được tạo với phương pháp Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong]

→ Bạn có thể thấy Liên Hoàn Nốt chỉ chiếm một phần trong bài

“Này Người Tình”

[được tạo với phương pháp Hát Live 1/3 Liên Hoàn Nốt Jelong]

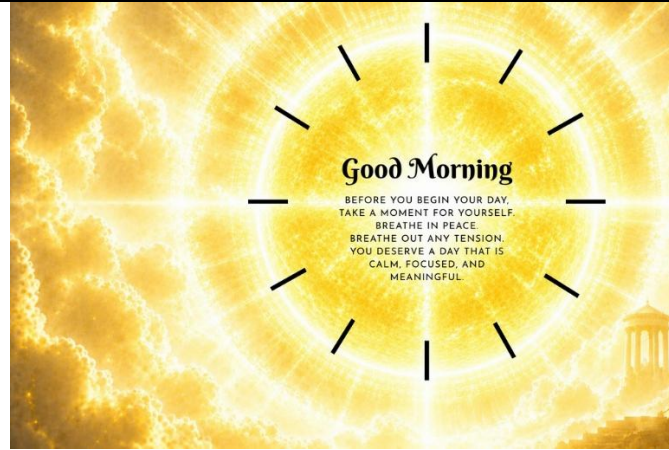
→ Bạn có thể thấy Liên Hoàn Nốt chiếm phần lớn lời hát toàn bài, còn lại là một vài đoạn mang nghĩa chính toàn bài

PHƯƠNG PHÁP	HÁT LIVE LIÊN HOÀN NỐT JELONG	HÁT LIVE 1/3 LIÊN HOÀN NỐT JELONG
Ý NGHĨA	Nhạc tích cực, tốt đẹp về cuộc sống, tình yêu có chứa <u>một phần lời hát là Liên Hoàn Nốt</u>	Nhạc tích cực, tốt đẹp về đa dạng chủ đề có chứa <u>phần lớn lời hát là các đoạn Liên Hoàn Nốt</u>
	*Liên Hoàn Nốt là những đoạn nhạc có phần lời (lyrics) không phải ca từ có nghĩa, mà chúng chứa tên 8 nốt nhạc [DO RE MI FA SOL LA SI JE] mà người hát có thể tự do thay đổi vị trí tên các nốt nhạc tùy thích ngay khi hát Live.	*Liên Hoàn Nốt là những đoạn nhạc có phần lời (lyrics) không phải ca từ có nghĩa, mà chúng chứa tên 8 nốt nhạc [DO RE MI FA SOL LA SI JE] mà người hát có thể tự do thay đổi vị trí tên các nốt nhạc tùy thích ngay khi hát Live.
CÔNG DỤNG	Nhạc giải trí + Kiểm soát stress Thu nhận những cảm xúc tích cực, lạc quan, tạo tinh thần tốt để xây nội lực vững mạnh	Nhạc giải trí (đặc biệt cho giờ giải lao, nghỉ ngơi hoặc trước giờ ngủ) Thu nhận những cảm xúc tích cực, lạc quan, tạo tinh thần tốt.
	Nhạc điều hòa hệ thần kinh	Nhạc điều hòa hệ thần kinh
	Nhạc xây nền nội lực	Nhạc xây nền nội lực
	Nhạc xây Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực	Nhạc xây Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực
CÔNG DỤNG NHẠC NGỦ	Nhạc xây nội lực hạnh phúc.	Nhạc xây nội lực hạnh phúc.
	(KHÔNG)	(CÓ) (Ngoài giải trí, còn có thể hỗ trợ giấc ngủ)

THỜI ĐIỂM NGHE	1.Lúc thư giãn hoặc làm việc, giải trí trong ngày. 2.Lúc muốn nghe nhạc thu nhận những nội dung và cảm xúc tích cực, tốt đẹp có lợi cho hệ thần kinh, quản lý stress.	1.Lúc thư giãn hoặc làm việc, giải trí trong ngày. 2.Lúc muốn nghe nhạc thu nhận những nội dung và cảm xúc tích cực, tốt đẹp có lợi cho hệ thần kinh, quản lý stress. 3.Nghe 1-2 tiếng trước khi ngủ
TÁC ĐỘNG TÂM TRÍ VÀ SỨC KHỎE	*Tạo tinh thần lạc quan, lối sống tích cực do nội dung nhạc viết về những điều tích cực, tốt đẹp của tình yêu và cuộc sống. *Giúp giảm mức độ căng thẳng và thúc đẩy sự cân bằng cảm xúc, nâng cao cả sức khỏe tâm lý lẫn sức sống thể chất *Tạo điều kiện ban ngày sống và làm việc tươi tỉnh, tích cực	*Tạo tinh thần lạc quan, lối sống tích cực do nội dung nhạc viết về những điều tích cực, tốt đẹp của tình yêu và cuộc sống. *Giúp giảm mức độ căng thẳng và thúc đẩy sự cân bằng cảm xúc, nâng cao cả sức khỏe tâm lý lẫn sức sống thể chất *Tạo điều kiện ban ngày sống và làm việc tươi tỉnh, tích cực (là thuận lợi cho giấc ngủ ban đêm tốt hơn)
CÔNG DỤNG ĐẶC BIỆT	LÀ CÔNG CỤ BẢO VỆ SỰ SINH TỒN NHÂN LOẠI TRƯỚC SIÊU TRÍ TUỆ NHÂN TẠO	LÀ CÔNG CỤ BẢO VỆ 1/3 CUỘC ĐỜI NHÂN LOẠI TRƯỚC THUẬT TOÁN AI
CHỦ ĐỀ TRONG CÁC BÀI HÁT	Hát ca ngợi những điều tích cực, tốt đẹp về cuộc sống.	Hát ca ngợi những điều tích cực, tốt đẹp về cuộc sống
	Nhất là ca ngợi tình yêu đẹp, chung thủy của con người.	Chủ đề đa dạng: tình yêu, cuộc sống, thành công, tiền bạc, châm ngôn, tâm linh...
HÌNH THỨC BÀI HÁT	*HÁT LIVE BÀI DÀI *Liên Hoàn Nốt chỉ chiếm một phần lời bài hát	*HÁT LIVE BÀI DÀI *Liên Hoàn Nốt chiếm phần lớn lời bài hát

HÌNH THỨC HÁT	LIVE	LIVE
JELONG SÁNG TÁC & HÁT SONG NGỮ	Hát Tiếng Việt	Hát Tiếng Việt
	Hiện tại chưa có lời hát tiếng Anh.	Hát Tiếng Anh (Quốc Tế).

Bây giờ mời bạn thưởng thức hai loại nhạc Liên Hoàn Nốt Jelong mới nhất giúp con người giải trí, quản lý stress và hỗ trợ giấc ngủ ngon, sâu giấc, bảo vệ phần Thể lực để xây dựng Nội Lực đích thực theo sự vận động 24h của “Hệ Thống Chuyển Nhịp Nhật Nguyệt”

 Good Morning BEFORE YOU BEGIN YOUR DAY, TAKE A MOMENT FOR YOURSELF. BREATHE IN PEACE. BREATHE OUT ANY TENSION. YOU DESERVE A DAY THAT IS CALM, FOCUSED, AND MEANINGFUL.	1. “Our Life Is Sweet” 🎵 Sáng tác và trình bày: Ca Giải Sĩ Jelong 🎵 Loại nhạc: Phúc Tâm Nhạc Jelong 🎵 Nghe bài tiếng Anh: https://www.youtube.com/watch?v=ZiYB1x23sM 🎵 Nghe bài tiếng Việt: https://www.youtube.com/watch?v=akupkfQi-iSY
 Sleep Tight Tonight FEEL GOOD ALL NIGHT LIFE'S SHINING BRIGHT	2. “Feel Good All Night” 🎵 Sáng tác và trình bày: Ca Giải Sĩ Jelong 🎵 Loại nhạc: Hưu Tâm Nhạc Jelong 🎵 Bản tiếng Anh: https://www.youtube.com/watch?v=GPI3Bi-m0cM 🎵 Nghe bài tiếng Việt: https://www.youtube.com/watch?v=OnxFOElUsQw

CHƯƠNG 6

HỆ THỐNG CHUYỂN NHỊP NHẬT NGUYỆT

Thoát Khỏi

Ngày Căng Não, Đêm Trằn Trọc
Với Qui Trình Thở Hát
8 Quãng 8

“Căng thẳng thần kinh ban ngày và mất ngủ ban đêm sẽ ảnh hưởng đến toàn bộ thời gian cuộc đời, không phải chỉ 1/3 cuộc đời”

~Jelong~

Chương 6-Phần 1

PHÚC TÂM NHẠC JELONG & HỮU TÂM NHẠC JELONG



NHỮNG BẢN NHẠC NGẮN KÉO DÀI SỰ CÂN BẰNG CUỘC SỐNG 24H CỦA CON NGƯỜI

"Phúc" là hạnh phúc. "Tâm" là tâm trí, tâm hồn.

(☼) **Phúc Tâm Nhạc** là nhạc nghe để tâm trí, tâm hồn thấy hạnh phúc.

→ Những bản nhạc này như hóa thân của ánh Mặt trời (“Nhật”) vào ban ngày, gieo rắc hạnh phúc vào tâm hồn.

"Hưu" là nghỉ ngơi. "Tâm" là tâm trí, tâm hồn.

(☾) **Hưu Tâm Nhạc** là nhạc nghe để tâm trí, tâm hồn hoàn toàn nghỉ ngơi, hồi phục, chuẩn bị cho giấc ngủ ngon và sâu vào ban đêm.

→ Những bản nhạc này như hóa thân của Ánh trăng (“Nguyệt”) vào ban đêm, ru tâm hồn thư giãn vào giấc ngủ sâu.

Như ánh mặt trời và mặt trăng cùng nhau vận động nhịp nhàng xuyên suốt 24h, con người cũng cần **đưa cơ thể về trạng thái cân bằng** nhằm “*Thoát Khỏi Ngày Căng Não, Đêm Trằn Trọc*” trong thời đại có sự xuất hiện của các thuật toán trí tuệ nhân tạo.

Bởi nếu không, căng thẳng thần kinh ban ngày và mất ngủ ban đêm sẽ ảnh hưởng đến toàn bộ thời gian cuộc đời, không phải chỉ con số 1/3 như đã nói ở các chương trước.

Mục tiêu cuối cùng cũng là chúng ta xây nền nội lực vững mạnh, từ đó bước lên những bậc cao hơn của Thang Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực để có sức mạnh vượt qua khó khăn và tìm thấy hạnh phúc bền vững trong cuộc đời.

Do đó, trong khung MyDoJe chúng ta không thể bỏ qua bước xây nền là **“Kiểm soát Stress và Giấc ngủ”** vì nó là phần Thể lực ảnh hưởng không chỉ đến 1/3 cuộc đời bạn.

Hệ thống MyDoJe hỗ trợ mọi người xây nền nội lực vững mạnh bằng **“Hệ Thống Chuyển Nhịp Nhật Nguyệt”** để giúp con người chuyển trạng thái từ tỉnh táo (chế độ Sympathetic) có kiểm soát stress vào ban ngày (“Nhật”) sang trạng thái nghỉ ngơi, hồi phục (Parasympathetic) vào ban đêm (“Nguyệt”) sao cho điều hòa, cân bằng để *thoát khỏi những ngày căng não và những đêm trằn trọc* - một hệ quả ngày càng rõ trong thời đại AI

Hai dòng nhạc mới nhất (Phúc Tâm Nhạc Jelong + Hưu Tâm Nhạc Jelong) được đem vào “Hệ Thống Chuyển Nhịp Nhật Nguyệt” để thực hiện chức năng đó. Hai loại nhạc đặc trưng này có trong Hệ Nhạc Quảng 8 Nội Lực Jelong được tôi tạo ra và phát triển dựa trên phương pháp Liên Hoàn Nốt Jelong để giúp kéo dài sự điều hòa hệ thần kinh cho hoạt động 24h của con người.

Nói đơn giản:

✚ Buổi sáng khi thức dậy, bạn cần **nạp những điều hạnh phúc, may mắn, tích cực vào người** để có được khởi đầu tốt đẹp cho các hoạt động diễn ra suốt trong ngày

→ Những bài hát ngắn được tạo ra từ Phúc Tâm Nhạc Jelong giúp bạn thu nhận những điều tốt đẹp đó và làm cho năng lượng của bạn tích cực trong ngày

✚ Buổi tối khi đi ngủ, bạn cần buông xả những lo toan, suy nghĩ – những thứ khiến não bạn ‘thức’ liên tục gây khó ngủ hay mất ngủ.
→ Những bài hát ngắn được tạo ra từ Hưu Tâm Nhạc Jelong giúp bạn **buông hay tắt chiếc điện thoại** để không còn bị các thuật toán AI lôi cuốn xem các nội dung kích thích não hoạt động gây mất ngủ. Và sau đó nói tiếp là “Qui Trình Thở Hát 8 Quãng 8” đặc biệt trong **“Hệ Thống Chuyển Nhịp Nhật Nguyệt” (Sun-Moon Rhythm Transition System)** do Jelong tạo ra hỗ trợ mọi người đi vào giấc ngủ dễ hơn và đặc biệt ngắt ngay các suy nghĩ gây não ‘thức’ suốt đêm.

Đây là hai loại nhạc giúp con người xây dựng nền nội lực vững mạnh theo nhịp sinh học 24h.

Với Phúc Tâm Nhạc Jelong và Hưu Tâm Nhạc Jelong, âm nhạc mang chức năng cụ thể và làm điều mà suốt hơn 40.000 năm qua chưa từng làm: xây dựng nội lực vững mạnh cho con người, không chỉ ở phần Tâm lực mà cả phần Thể lực.

Điểm đặc biệt là: Cả 2 loại nhạc này tôi đều hát live bằng cả tiếng Việt lẫn tiếng Anh để giúp ích và phục vụ cho mọi người ở nhiều nơi hơn.

Hãy xem bảng so sánh 2 loại nhạc này để bạn hiểu rõ về chúng:

PHƯƠNG PHÁP	PHÚC TÂM NHẠC JELONG ☀	HƯU TÂM NHẠC JELONG ☾
Ý NGHĨA	Nhạc Liên Hoàn Nốt chuyên ghi lại những thời gian, thời điểm hay những điều hạnh phúc	Nhạc Liên Hoàn Nốt nhắc nhở buông/tắt điện thoại tránh xa thuật toán AI để đi ngủ
	"Phúc" là hạnh phúc. "Tâm" là tâm trí, tâm hồn. Phúc Tâm Nhạc Jelong là nhạc của Jelong khi nghe để tâm trí, tâm hồn thấy hạnh phúc	"Hưu" là nghỉ ngơi. "Tâm" là tâm trí, tâm hồn. Hưu Tâm Nhạc Jelong là nhạc Jelong nghe để tâm trí, tâm hồn hoàn toàn nghỉ ngơi, hồi phục, đi vào giấc ngủ ban đêm hay những lúc cần ngủ.
CÔNG DỤNG	Nhạc giải trí + Kiểm soát stress Thu nhận những cảm xúc tích cực, lạc quan, tạo tinh thần tốt để xây nội lực vững mạnh	Nhạc dành riêng cho giấc ngủ, giúp ngắt dòng suy nghĩ gây khó ngủ. Đặc biệt là loại nhạc mới nhất chuyên nhắc chuông điện thoại, máy tính để đi ngủ
	Nhạc điều hòa hệ thần kinh	Nhạc điều hòa hệ thần kinh
	Nhạc xây nền nội lực	Nhạc xây nền nội lực
	Nhạc xây Thang Thặng Hoa Quãng 8 Nội Lực	Nhạc xây Thang Thặng Hoa Quãng 8 Nội Lực
	Nhạc xây nội lực hạnh phúc.	Nhạc xây nội lực hạnh phúc.
CÔNG DỤNG NHẠC NGỦ	(KHÔNG)	(CÓ) (Nhạc hỗ trợ giấc ngủ)

THỜI ĐIỂM NGHE	1. Nghe vào buổi sáng khi thức dậy để lấy sự may mắn từ "nguồn năng lượng hạnh phúc" 2. Lúc thư giãn hoặc làm việc, giải trí trong ngày. 3. Lúc muốn nghe nhạc thu nhận những nội dung và cảm xúc tích cực, tốt đẹp có lợi cho hệ thần kinh, quản lý stress.	1. Nghe khi đã lên giường chuẩn bị đi ngủ ban đêm
TÁC ĐỘNG TÂM TRÍ VÀ SỨC KHỎE	Tạo tâm thế hạnh phúc, loại bỏ suy nghĩ tiêu cực. (Nếu dùng "Qui Trình Thở Hát 8 Quãng 8 (Ban Ngày)" của Hệ Thống MyDoJe sẽ đạt được sức khỏe tốt hơn do kết hợp thở sâu và hát live) *Tạo điều kiện ban ngày sống và làm việc tươi tỉnh, tích cực	Giúp tâm trí nghỉ ngơi hoàn toàn, ngắt suy nghĩ gây khó ngủ. (Nếu dùng "Qui Trình Thở Hát 8 Quãng 8 (Ban Đêm)" của Hệ Thống MyDoJe sẽ ngắt ngay các suy nghĩ gây khó ngủ trong vòng 1 nốt nhạc đầu tiên, do kết hợp thở sâu và hát live) *Hỗ trợ đi vào giấc ngủ nhanh, sâu và êm ái. Không bị gây mất ngủ do xem điện thoại ban đêm.
CÔNG DỤNG ĐẶC BIỆT	LÀ CÔNG CỤ BẢO VỆ SỰ SINH TỒN NHÂN LOẠI TRƯỚC SIÊU TRÍ TUỆ NHÂN TẠO	LÀ CÔNG CỤ BẢO VỆ 1/3 CUỘC ĐỜI NHÂN LOẠI TRƯỚC THUẬT TOÁN AI
CHỦ ĐỀ TRONG CÁC BÀI HÁT	Hát về niềm hạnh phúc trong cuộc sống	Bài hát nhắc nhở BUÔNG/TẮT chiếc điện thoại - thủ phạm gây mất ngủ
	Chủ đề niềm hạnh phúc trong cuộc sống	Chủ đề giấc ngủ, điện thoại, máy tính và sức khỏe tinh thần
HÌNH THỨC BÀI HÁT	*HÁT LIVE BÀI NGẮN *Liên Hoàn Nốt và ca từ xen kẽ nhau	*HÁT LIVE BÀI NGẮN *Liên Hoàn Nốt và ca từ xen kẽ nhau
HÌNH THỨC HÁT	LIVE	LIVE
JELONG SÁNG TÁC & HÁT SONG NGỮ	Hát Tiếng Việt	Hát Tiếng Việt
	Hát Tiếng Anh (Quốc Tế).	Hát Tiếng Anh (Quốc Tế)

Đặc biệt, khi sử dụng “Hệ Thống Chuyển Nhịp Nhật Nguyệt” để chuyển trạng thái từ tỉnh táo (chế độ Sympathetic) có kiểm soát stress vào ban ngày (“Nhật”) sang trạng thái nghỉ ngơi, hồi phục (Parasympathetic) vào ban đêm (“Nguyệt”) sao cho điều hòa, cân bằng, bạn sẽ thấy:

- ✚ Vào buổi sáng khi thức dậy, kết hợp nghe các bài nhạc Phúc Tâm Nhạc Jelong ngắn và làm theo “Qui Trình Thở Hát 8 Quãng 8 (Ban Ngày)”, bạn sẽ nhanh chóng tươi tỉnh và phấn chấn hơn.
- ✚ Vào ban đêm lúc nằm hay ngồi trên giường chuẩn bị đi ngủ, kết hợp nghe các bài nhạc Hưu Tâm Nhạc Jelong ngắn với “Qui Trình Thở Hát 8 Quãng 8 (Ban Đêm)”, bạn sẽ cắt việc xem các nội dung kích thích do thuật toán AI đề xuất và ngắt ngay được các suy nghĩ đang rộn ràng hay trần trọc trong đầu để dễ đi vào giấc ngủ nhanh và sâu hơn.

Vậy qui trình thở hát 8 quãng 8 là gì?

Chương 6-Phần 2

QUI TRÌNH THỞ HÁT 8 QUĂNG 8

KỶ NGUYÊN AI – KỶ NGUYÊN HÁT LIVE

Nếu bạn đã từng đọc “Nốt Je Của God”, bạn đã biết Hát Live trong kỷ nguyên AI có vai trò vô cùng quan trọng: **Bảo vệ Nhân Loại trước đe dọa sinh tồn và thống trị từ Siêu trí tuệ nhân tạo.**

Nếu bạn là một ca sĩ hay người làm trong ngành âm nhạc, bạn không thể bỏ qua các khuyến nghị của Jelong dành cho các ca sĩ, nhạc sĩ, các cá nhân và tổ chức biểu diễn âm nhạc ở phần phụ lục cuối sách này.

Thông qua việc khám phá ra chức năng xây dựng nội lực cho con người của Quăng 8, Jelong còn khám phá ra việc hát Live các quăng 8 còn giúp mọi người (không chỉ ca sĩ) *thoát khỏi những ngày căng não và những đêm trằn trọc* hiệu quả hơn.

Như vậy, trong thời đại AI này việc hát Live trở nên có hữu ích đột phá cho cả nghệ sĩ (Ca sĩ + Ca Giải Sĩ như Jelong) lẫn mọi người làm những nghề khác nhau trong xã hội.

Việc hát Live các quăng 8 sẽ giúp bạn:

-  Vào buổi sáng khi thức dậy, kết hợp nghe các bài nhạc Phúc Tâm Nhạc Jelong ngắn và làm theo “Qui Trình Thở Hát 8 Quăng 8 (Ban Ngày)”, bạn sẽ nhanh chóng tươi tỉnh và phấn chấn hơn.
-  Vào ban đêm lúc nằm hay ngồi trên giường chuẩn bị đi ngủ, kết hợp nghe các bài nhạc Hưu Tâm Nhạc Jelong ngắn với “Qui Trình Thở Hát

8 Quãng 8 (Ban Đêm)”, bạn sẽ cắt việc xem các nội dung kích thích do thuật toán AI đề xuất và ngắt ngay được các suy nghĩ đang rộn ràng hay trần trọc trong đầu để dễ đi vào giấc ngủ nhanh và sâu hơn.

Vậy việc hát Live các quãng 8 được ứng dụng ra sao để đạt các mục tiêu trên?

Giải Pháp Tiên Phong Điều Khiển Sự Thăng Hoa Sức Sống & Giấc Ngủ Bằng Thị Giác Và Âm Thanh Ứng Dụng Hát Live Các Quãng 8

Một đột phá mới trong việc kiểm soát stress ban ngày và điều khiển giấc ngủ ban đêm là thông qua **Qui trình thở hát 8 Quãng 8** độc bản, giúp người dùng chuyển trạng thái “Nhật-Nguyệt” theo cách nhịp nhàng, cân bằng và hiệu quả chỉ trong một nốt nhạc

Jelong sử dụng Vòng Nhật Nguyệt mô phỏng sự luân chuyển của hơi thở, dẫn dắt bạn đi vào giấc ngủ một cách tự nhiên hay chuyển trạng thái tươi tỉnh, có sức sống hơn THÔNG QUA việc **thở sâu và hát đếm tên 8 nốt nhạc**.

[DO RE MI FA SOL LA SI JE]

Quá trình bạn hát đếm tên 8 nốt nhạc kết hợp thở sâu qua từng quãng 8 sẽ khiến bạn chuyển trạng thái từ tỉnh táo (chế độ Sympathetic) có kiểm soát stress vào ban ngày (“Nhật”) sang trạng thái nghỉ ngơi, hồi phục (Parasympathetic) vào ban đêm (“Nguyệt”) sao cho điều hòa, cân bằng.

“Vòng Thở Hát 8 Quãng 8” Giúp Bảo Vệ Và Kiểm Soát Không Chỉ 1/3 Cuộc Đời Con Người

“Vòng Thở Hát 8 Quãng 8” là công cụ mới nhất (tác giả Jelong) giúp bảo vệ 1/3 cuộc đời Nhân loại – khoảng thời gian to lớn cần được bảo vệ của cuộc đời mỗi con người.

Bạn có biết:

Trong Âm nhạc, nếu bạn kết hợp Thở Sâu và dùng tên các nốt nhạc của quãng 8 <DO RE MI FA SOL LA SI JE> và hát/đọc chúng lên một cách **phù hợp theo nhịp sinh học con người** theo **vòng lặp 8 lần (8 Quãng 8)**, bạn sẽ chuyển trạng thái tươi tỉnh nhanh hơn hay cắt ngay được các suy nghĩ đang có trong đầu gây mất ngủ và làm con buồn ngủ đến mau hơn.

(Khám phá mới của Jelong về Quãng 8 Âm nhạc được sử dụng chính thức trong “Hệ Thống Chuyên Nhịp Nhật Nguyệt” và trong Khung MyDoJe)

Để làm được điều đó, trong qui trình đặc biệt cần có:

- i. **Bài hát hạnh phúc và Lời hát nhắc nhở buông/tắt điện thoại/máy tính** tránh xa các thuật toán AI gây khó ngủ/mất ngủ/đi ngủ trễ do xem video giải trí lúc đi ngủ.

- ii. **Hoạt động hít vào-thở ra** giúp cơ thể bạn đạt trạng thái thư giãn để thúc đẩy học môn tăng hưng phấn hay học môn gây buồn ngủ tiết ra dễ hơn.
- iii. **Hát/đọc tên 8 nốt nhạc [DO RE MI FA SOL LA SI JE] trong 8 lần** (chính là 8 quãng 8) theo nhịp thở sâu.

Con số 8 quãng 8 là con số áp dụng chung cơ bản.

Nếu bạn làm thường xuyên mỗi sáng hoặc tối lúc đi ngủ, bạn sẽ dễ tạo thói quen cho việc tỉnh táo hay cơn buồn ngủ đến nhanh hơn mà không cần phải đi hết 8 quãng 8 như thời gian đầu.



“Vòng Thở Hát 8 Quãng 8” là qui trình đầu tiên và duy nhất sử dụng chức năng Hát Live Quãng 8 của Âm nhạc giúp người cần thức dậy tỉnh táo, có sức sống hơn hay muốn đi ngủ và ngắt ngay các suy nghĩ chỉ trong 1 nốt nhạc đầu tiên.



“Vòng Thở Hát 8 Quãng 8” Hỗ Trợ Ngủ Sâu.

Nếu bạn muốn ban ngày mình tỉnh táo hơn, thu nhận tín hiệu và nội dung may mắn, hạnh phúc ngay khi thức dậy, có sức sống hơn trong những hoạt động cá nhân hay;

Nếu bạn là một người mất ngủ mỗi đêm, bạn trần trọc và cảm thấy khó đi vào giấc ngủ do đầu óc cứ thôi thúc bạn phải suy nghĩ về một vấn đề nào đó; Nếu bạn không sao tắt/buông điện thoại mỗi lúc lên giường vì các video trên mạng cứ mãi kích thích trí tò mò của bạn khiến bạn đi ngủ trễ nhiều khi 1 tới 2 giờ sáng; Nếu bạn đã nghe nhạc ngủ không lời mà vẫn chưa thấy buồn ngủ...thì hãy làm theo các bài hướng dẫn sau đây để dễ đi vào giấc ngủ hơn

(☼) Thực Hiện “Qui Trình Thở Hát 8 Quãng 8 (Ban Ngày)” Để Thăng Hoa Sức Sống (Áp Dụng Sáng Khi Mới Ngủ Dậy Hoặc Các Giờ Giải Lao Trong Ngày)

Bài tập thực hành sau nằm trong Bước Nền của Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực MyDoJe do Jelong và vn.MyDoJe.com cung cấp hỗ trợ bạn mỗi sáng khi thức dậy hay giờ giải lao để bạn tươi tỉnh và có sức sống hơn trong các hoạt động trong ngày.

Qui trình này còn có tên gọi cho dễ phân biệt là: “[Qui Trình Thở Hát 8 Quãng 8 \(Ban Ngày\)](#)”

(☾) Thực Hiện “Qui Trình Thở Hát 8 Quãng 8 (Ban Đêm)” Để Ngủ Sâu (Áp Dụng Tối Khi Đi Ngủ)

Bài tập thực hành sau nằm trong Bước Nền của Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực MyDoJe do Jelong và vn.MyDoJe.com cung cấp hỗ trợ bạn mỗi tối khi đi ngủ để bạn dễ đi vào giấc ngủ ngon và sâu hơn.

Qui trình này còn có tên gọi cho dễ phân biệt là: “[Qui Trình Thở Hát 8 Quãng 8 \(Ban Đêm\)](#)”

Cả hai phương pháp trên giúp nâng cao phần “Thể lực” trong việc xây dựng nội lực đích thực của con người.

Để thực hiện vai trò sử dụng Âm nhạc như lực lượng tiên phong bảo vệ Nhân Loại trước Siêu AI, cách thực hiện các bài thực hành trên giúp mọi người quản lý stress và ngủ ngon được tôi chia sẻ hoàn toàn miễn phí tại trang web sau, để ai cũng có thể tự áp dụng.

<https://mydoje.com/page/qui-trinh-tho-hat-8-quang-8>

Hãy tập dần dần cho đến khi giấc ngủ và sinh hoạt của bạn được cải thiện.

Nếu bạn muốn thực hiện các qui trình trên trực quan và hiệu quả hơn, có hướng dẫn cụ thể, hãy tham gia “Hệ Thống Chuyên Nhíp Nhật Nguyệt” của Hệ thống MyDoJe nơi cung cấp các video hướng dẫn và tài liệu chuyên sâu trên app:

<https://app.MyDoJe.com>

CHƯƠNG 7

CA GIẢI SĨ - NGHỀ SỬ
DỤNG CHỨC NĂNG
QUẢNG 8 XÂY DỰNG
NỘI LỰC ĐỂ KIẾN TẠO
HẠNH PHÚC BỀN VỮNG
CHO CON NGƯỜI THỜI
ĐẠI AI

???

“???”

~Jelong~

Chương 7-Phần 1

ĐẶC ĐIỂM VÀ TÁC DỤNG CỦA 2 NHÁNH NHẠC TRONG HỆ NHẠC QUĂNG 8 NỘI LỰC JELONG Ở THỜI ĐẠI AI

Đặc Điểm Trong Giai Điệu, Lời Ca, Hòa Âm Và Nhất Là Cách Hát Nhạc Liên Hoàn Nốt Giúp Điều Hòa Hệ Thần Kinh Con Người, Kiểm Soát Cảm Xúc Và Xây Nội Lực Vững Mạnh

Tôi chưa từng dùng bất kỳ kiến thức hệ thần kinh nào để tạo ra nhạc giúp điều hòa hệ thần kinh và xây nội lực vững mạnh bởi khoa học hay các lĩnh vực khác cho đến nay chưa từng khám phá ra cách dùng âm nhạc để xây nội lực vững mạnh.

Cũng chưa có bất kỳ loại nhạc nào trên thế giới cho đến nay giúp con người xây nền nội lực vững mạnh thông qua 8 nốt nhạc của Mô Hình Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực mà bạn đã biết từ đầu đến giờ:

[Do Re Mi Fa Sol La Si Je]ⁿ

Như vậy, Hệ Nhạc Quăng 8 Nội Lực Jelong chỉ có được từ bản chất nhạc Liên Hoàn Nốt Jelong đã nói ở trên thể hiện rõ qua các bài hát trước đây tôi đã tạo ra.

Từ đó, qua nhạc của mình, tôi nhận ra muốn tạo ra nhạc Live điều hòa hệ thần kinh và giúp con người xây nền nội lực vững mạnh (không phải chỉ nhạc ngủ hay thư giãn), chúng ta buộc phải tuân theo các nguyên tắc sau trong sáng tác và **hát nhạc live**:

1) Sử dụng giọng hát Live để tạo tín hiệu an toàn cho não người, giúp hệ thần kinh ổn định, ít căng thẳng.

2) Nội dung bài hát luôn ca ngợi tình yêu đẹp, sự chung thủy, những điều tích cực và tốt đẹp của cuộc sống

3) Tự sáng tác nhạc và hát live bằng ‘Lời Người’, lấy tâm sự và cảm xúc thật để sáng tác và hát nhạc mà không dùng AI để tạo nhạc hoàn chỉnh.

Hệ Nhạc Quảng 8 Nội Lực Jelong luôn dựa vào hát live – điều mà siêu trí tuệ nhân tạo có phát triển đến điểm cao nhất (ASI) cũng không thể vượt qua và tạo giá trị như các Ca Sĩ, và nhất là Ca Giải Sĩ¹ - *người sử dụng giọng hát để bảo vệ Nhân Loại trước Siêu AI (Ca Vệ Nhân Loại).*

Nhạc và giọng AI ở mức độ tinh tế con người sẽ nhận ra qua năm tháng. Khi nhận ra giọng hát từ AI, não người sẽ mất liên kết trong ‘Lời Người’ bởi khoảng cách giữa ‘Lời Người’ và Lời rỗng AI không thể xóa nhòa.

4) Không hát để thể hiện giọng. Hãy hát live với niềm đam mê.

Vô số ca sĩ hát để thể hiện giọng hát ‘đẳng cấp’ của họ. Điều này khiến nhạc của họ tạo tính căng thẳng do họ phô bày những nốt nhạc cao chót vót, những âm thanh to ồn ào dễ gây hệ thần kinh con người căng thẳng, khó chịu.

Đó là tại sao khán giả nghe nhạc vài thập niên gần đây thấy chất lượng nhạc đã dở hơn nhạc các thập niên xưa.

¹ Đây là nghề hát mới nhất được tạo ra bởi Jelong. Link tải đọc: <https://mydoje.com/go/3000b>

Thậm chí họ còn gào thét khi hát. Tiếng gào thét trong âm nhạc có những đặc điểm âm học tương tự tín hiệu nguy hiểm, nên có thể kích hoạt hệ cảnh giác của não, đặc biệt ở những người nhạy cảm với loại kích thích này.

5) Hòa âm, phối khí, sử dụng các công cụ âm thanh đơn giản

6) Nhịp điệu nhạc gần như nhịp thở của con người. Lời hát nhiều khi nghe như lời nói tự nhiên.

Hầu hết các bài nhạc Liên Hoàn Nốt Jelong tôi sáng tác thường được hát lên gần như nhịp thở. Ca từ vì thế thường như lời nói tự nhiên. Chính điều này tạo cho người nghe thấy giai điệu và lời được quyện vào nhau khi hát dễ hơn.

Tác Dụng Của Việc Nghe Nhạc Live Trong Hệ Nhạc Quảng 8 Nội Lực Jelong Đối Với Đời Sống Thực Tế (Dưới Góc Nhìn Khoa Học và Y Học)

-  Nghe để giải trí, thư giãn như âm nhạc thông thường nhưng dưới hình thức âm nhạc mới nhất
-  Cả 2 nhánh nhạc Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong và Hát Live 1/3 Liên Hoàn Nốt Jelong sử dụng giọng hát live của Ca Giải Sĩ kích hoạt hệ thư giãn của cơ thể
 - Đây là điểm điểm đặc biệt của Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực do trong âm nhạc, **giọng hát live** có thể tác động mạnh đến cảm xúc và hệ thần kinh so với nhạc không lời.

➤ Vai trò giọng hát live trong Hệ Nhạc Quảng 8 Nội Lực Jelong khi được dùng để nghe vào hoạt động ban ngày:

- giảm stress
- làm chậm nhịp thần kinh
- ổn định cảm xúc
- giúp não “reset”

✚ Hệ Nhạc Quảng 8 Nội Lực Jelong là một hệ thống dùng âm nhạc tác động đến nền tảng xây nội lực hạnh phúc theo nhịp sinh học 24h

➤ **Vào giấc sáng** khi thức dậy, các bài hát của Phúc Tâm Nhạc Jelong giúp bạn đón nhận cảm xúc tích cực, tốt đẹp do nội dung các bài hát đều nói về niềm hạnh phúc. Hệ thần kinh của bạn vì thế đón nhận những tín hiệu an toàn giúp bạn thư giãn lần giảm stress. Các bài hát trong Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong cũng góp tăng thêm sự lạc quan, suy nghĩ tích cực của bạn về cuộc sống, tình yêu.

→ Như vậy, loại nhạc Liên Hoàn Nốt này giúp bạn kiểm soát stress, tránh xa các nội dung nhạc tiêu cực (như tình yêu buồn chán, đổ vỡ, ...) và giúp bạn tỉnh táo hơn để làm việc do nhạc tích cực dù ít hay nhiều làm tăng ‘hóc môn hạnh phúc’ (dopamine). Nhạc Live Liên Hoàn Nốt Jelong giúp duy trì nhịp sinh học (Circadian Rhythm), điều chỉnh nồng độ cortisol (hormone giúp tỉnh táo vào buổi sáng) để giúp cơ thể cân bằng. Khi bạn kiểm soát căng thẳng và có trạng thái tinh thần tốt, bạn sẽ dễ quản lý giấc ngủ vào ban đêm hơn.

➤ **Vào giấc tối**, bạn dùng các bài hát của Hát Live 1/3 Liên Hoàn Nốt Jelong giúp hệ thần kinh thư giãn và giảm stress đã có từ ban ngày đến trước thời gian ngủ, và Hư Tâm Nhạc Jelong để ngăn thuật toán

AI lôi kéo vào các nội dung kích thích gây khó ngủ hay mất ngủ, đi ngủ trễ và chuyển cơ thể vào trạng thái nghỉ ngơi chuẩn bị đi ngủ

→ Như vậy, loại nhạc hỗ trợ giấc ngủ này có tác dụng giúp tôi dễ ngủ hơn vì loại âm nhạc mới dùng tiếng hát live, nhờ đó cơ thể dễ duy trì nhịp sinh học (Circadian Rhythm), giúp cortisol (hormone giúp tỉnh táo vào buổi sáng) giảm dần đúng nhịp sinh học và tạo điều kiện để melatonin (hormone gây buồn ngủ) tăng vào ban đêm. Hư Tâm Nhạc Jelong cũng giúp bạn ngắt tác hại của ánh sáng xanh – vốn gây ức chế hormone ngủ (melatonin) - do lời ca nhắc bạn về sức khỏe giấc ngủ và tắt/buông điện thoại vào giờ đi ngủ.

- ✚ Giúp bạn thu nhận những cảm xúc tốt, tích cực, tinh thần được nuôi dưỡng tốt bởi những nội dung bài hát luôn hướng đến việc nuôi dưỡng và phát huy ‘Lõi Người’ từ nhiều chủ đề trong cuộc sống.
- ✚ Điều hòa hệ thần kinh, giảm stress cảm xúc (căng thẳng) trong ngày
 - Khi nào bạn nhận các tín hiệu an toàn qua các bài hát của Jelong được làm với phương pháp Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong như giai điệu gây hưng phấn dopamine, giọng hát làm cho não cảm nhận sự an toàn (không gào rú, hét cao giọng hay chuyển tông bất ngờ lên cao trào gây nhịp tim đập nhanh hơn...), nhịp điệu hài hòa, v.v...hệ thần kinh của bạn phản xạ đây là môi trường an toàn, không có tín hiệu nguy hiểm.
 - **Vì thế đây chính điểm mà Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong được khoa học thực chứng tốt cho hệ thần kinh**, hỗ trợ tốt cho việc não bạn chuyển trạng thái vào giai đoạn nghỉ ngơi và đi ngủ vào ban đêm.
- ✚ Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong giúp não không quá tải trước khi ngủ. Chính nhờ các nội dung nhạc tích cực cùng với cách làm nhạc có sẵn bản chất hỗ trợ hệ thần kinh không ở trạng thái thái căng thẳng, Hệ Nhạc Quãng

8 Nội Lực Jelong giúp bạn có thời gian làm dịu thần kinh trước đó (từ sáng đến trước khi đi ngủ)

✚ Âm nhạc của Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong được chính Jelong sáng tác và hát live, **không sử dụng nhạc AI** nên mang cảm xúc chân thật. Điều này quan trọng cho não người vì đối với con người, chúng ta nghe tiếng mẹ ru từ bé, giọng nói với tone giọng ấm áp, hài hòa sẽ làm chúng ta cảm thấy an toàn, dễ chịu.

➤ Chất giọng thật của ca sĩ sẽ có cấu trúc vi mô của tần số và dao động mà AI không thể có nếu phân tích kỹ. Ví dụ, Jelong không bao giờ hát rung giọng (vibrato) giống nhau hay nghe đều qua các đoạn hát khác nhau. Trong khi đó AI thường mô phỏng theo giọng người nên có độ đều.

➤ Hệ thần kinh của con người trong tình ý sẽ có thể nhận ra sự khác biệt. Do đó, âm nhạc được viết và hát từ cảm xúc thật sẽ có giá trị lớn trong ‘biến nhạc AI được số hóa’ như hiện nay. Giọng thật, cảm xúc tự nhiên khi hát là điều AI không làm được. Ví dụ, bạn nghe tiếng mẹ ru thật sẽ khác tiếng ru bắt chước của AI và não bạn sẽ phản ứng khác nhau.

Chương 7-Phần 2

KHUNG HỆ THỐNG THĂNG HOA QUẢNG 8 NỘI LỰC MYDOJE GIÚP CA GIẢI SĨ SỬ DỤNG CHỨC NĂNG QUẢNG 8 ÂM NHẠC ĐỂ *BẢO TOÀN SỰ TỒN VONG NHÂN LOẠI* BẢNG HOẠT ĐỘNG THƯỜNG NHẬT THIẾT THỰC

Để đọc chương này và hiểu cặn kẽ nhất, bạn cần biết về nghề ca hát mới – Ca Giải Sĩ hay còn gọi Ca Vệ Nhân Loại – mà tôi đã lập ra vào 11.11.2025 có vai trò và cách thức hoạt động nghề khác với nghề ca sĩ xưa nay: *Bảo vệ Nhân Loại trước mối đe dọa từ Siêu AI.*

Ca Giải Sĩ là người dùng tiếng ca để bảo vệ Nhân Loại (nên gọi “Ca Vệ Nhân Loại”) trước mối đe dọa thống trị không chỉ từ siêu trí tuệ nhân tạo mà còn các thực thể nguy hiểm khác trong tương lai.

*Vì khi con người bị đe dọa bởi loài được cho thông minh vượt trội hơn, chính ‘**chìa khóa thần**’ là ‘Lỗi Người’ và Nội Lực Đích Thực mới giúp họ bảo toàn sự sinh tồn lẫn vị thế làm chủ, và thay vì coi ASI – AI siêu cấp nhất – là kẻ thù thì nhờ ‘Lỗi Người’, con người cùng siêu trí tuệ nhân tạo sinh tồn và phát triển.*

~ Jelong

Một Ca Giải Sĩ như Jelong làm ba công việc chính sau trong hoạt động thường nhật của mình:

1. Biểu diễn âm nhạc bằng giọng hát Live
2. Xây dựng và phát huy ‘Lối Người’ của mọi người (khán giả và khách hàng của họ)
3. Bán giải hàng (cung cấp các sản phẩm, dịch vụ trong 3 lĩnh vực chính: Nghệ Thuật-Sức Khỏe-Sắc Đẹp)

Hãy đọc tài liệu “Nốt Je Của God” do chính tôi viết để hiểu rõ hơn về ba công việc đó của người làm nghề hát mới.

Đây là nghề đầu tiên cũng như duy nhất phá bỏ được các định kiến tồn tại hơn 3000 ngàn năm gây khốn khổ cho ai bước theo con đường nghệ thuật, nhất là nghề ca sĩ trên khắp thế giới (*không chỉ* tại Việt Nam hay phương Đông).

Ca Giải Sĩ cũng chính là người giúp các ca sĩ và nghệ sĩ khác xóa bỏ các mặc cảm từ định kiến và sự kỳ thị coi họ chỉ là ‘người mua vui cho thiên hạ’.

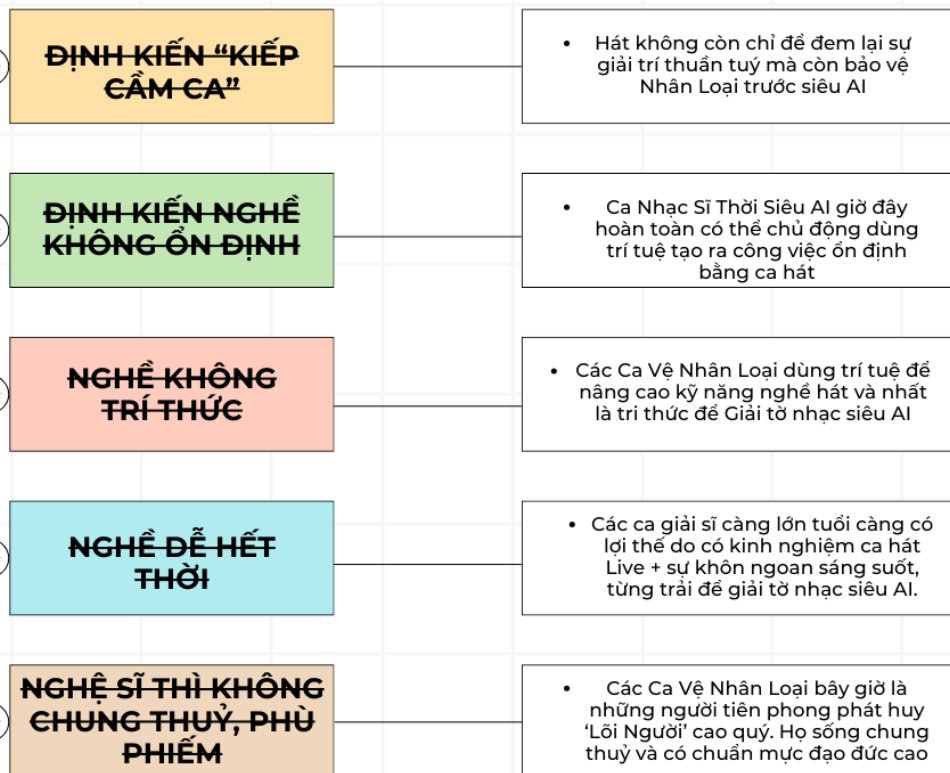
Nếu bạn làm nghề Ca Giải Sĩ (hay Ca Vệ Nhân Loại), bạn sẽ không còn bị các định kiến sau đè nặng và sống thỏa với niềm đam mê ca hát cũng như tạo giá trị tốt đẹp, tích cực cho xã hội:

NGHỀ CA GIẢI SĨ

XOÁ BỎ HOÀN TOÀN CÁC ĐỊNH KIẾN ÂM NHẠC



Tác giả "Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong" + "Tờ Nhạc Siêu AI"



Hãy đọc hành trình Jelong tạo ra nốt nhạc thứ tám và dùng Âm nhạc để Phá Vỡ Sự Thống Trị Của Siêu AI, Xóa Bỏ 3000 Năm Định Kiến Ca Hát cũng như Tạo Ra Nghề Hát Mới - Ca Giải Sĩ - Bằng “Nốt Je Của God”:

- Tài liệu “Nốt Je Của God”: <https://mydoje.com/go/3000b>
- Website: [https:// GodJeNote.com](https://GodJeNote.com)



Chức Năng Xây Nội Lực Kiến Tạo Hạnh Phúc Bền Vững Cho Con Người Của Quãng 8 Xuất Hiện Cùng Lúc Nghề Hát Mới – Ca Giải Sĩ – Ra Đời

Trở lại với Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực (Khung MyDoJe), Âm nhạc ngày càng trở nên hữu ích đột phá khi Ca Giải Sĩ sử dụng giọng hát live (nhất là dùng Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong đã nói ở các chương trước) và Khung MyDoJe để:

1. Thực hiện việc bảo toàn sự sinh tồn của loài người trước loài có trí tuệ siêu cấp như ASI
2. Lan tỏa ‘Lỗi Người’ và xây nội lực vững mạnh cho con người, hỗ trợ họ vượt qua các khó khăn, biến cố khi dùng Khung MyDoJe trong công việc hằng ngày của mình.
 - Hiện tại, Ca Giải Sĩ Jelong bắt đầu đưa Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực MyDoJe vào thực tế để giúp khách hàng giải quyết vấn đề của họ trong lĩnh vực sắc đẹp, sức khỏe (*đặc biệt là cải thiện giấc ngủ, giúp vẻ đẹp của họ được nâng cao*).
 - Khi dùng khung MyDoJe, mọi người khi sử dụng mỹ phẩm hay các sản phẩm chăm sóc sức khỏe sẽ có qui trình cụ thể, trực quan để nhìn nhận vấn đề của họ rõ hơn trước khi mua bất kỳ sản phẩm chăm sóc sức khỏe hay làm đẹp nào.
 - Đây chính là **một** trong hàng loạt ứng dụng thực tế của Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực MyDoJe ngoài việc giúp con người vượt qua khó khăn/biến cố trong cuộc sống.
3. Ca Giải Sĩ như Jelong còn dùng Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực kết hợp Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong dùng để:
 - Hỗ trợ mọi người bị bệnh mất ngủ hay khó ngủ có giấc ngủ ngon, sâu để bảo toàn sức khỏe với “**Qui Trình Thở Hát 8**

Quãng 8 (Ban Đêm)” trong “Hệ Thống Chuyên Nhíp Nhật Nguyệt”.

- Dịch vụ đưa nhạc hát live vào hỗ trợ giảm stress kết hợp giải trí âm nhạc tăng sức khỏe với “**Qui Trình Thở Hát 8 Quãng 8 (Ban Ngày)**”. Dịch vụ này cũng hỗ trợ quá trình ngủ vào ban đêm diễn ra tốt hơn vì kiểm soát stress và tạo nền tinh thần tốt, tăng cường sức khỏe qua các bài thở sâu kèm hát live các Quãng 8 âm nhạc.

Như vậy, ca sĩ mới ngày nay – Ca Giải Sĩ – không chỉ là người đem tiếng hát cho mọi người thuần giải trí.

Với việc khám phá ra chức năng quan trọng nhất của **Quãng 8 âm nhạc**, Ca Giải Sĩ ngoài việc bảo toàn sự sinh tồn của loài người trước siêu trí tuệ nhân tạo, còn **dùng Khung MyDoJe** để hỗ trợ mọi người xây nền nội lực vững mạnh (phần Thể lực để tạo Nội lực), phát huy nội lực của họ để vượt qua các khó khăn/biến cố trong đời như trong một số các tình huống cụ thể sau khi ứng dụng Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực vào đời sống thực tiễn:

- ✓ Giúp ca sĩ hay nghệ sĩ thoát scandal (bê bối)
- ✓ Hỗ trợ doanh nghiệp xử lý các khủng hoảng truyền thông
- ✓ Giúp học sinh-sinh viên lên kế hoạch học tập đạt hiệu quả cao hay giúp người có nguy cơ ở lại lớp biết cách giải quyết khó khăn trong học tập
- ✓ Hỗ trợ xử lý các khủng hoảng trong hôn nhân, gia đình, tình yêu...
- ✓ Hỗ trợ người thất nghiệp, có nguy cơ bị sa thải
- ✓ Tư vấn và xử lý vấn đề sức khỏe, sắc đẹp
- ✓ *Qui trình vượt qua các biến cố xấu bất ngờ xảy đến...*

Ngay chương kế tiếp, bạn sẽ biết cách dùng Khung MyDoJe thông qua theo dõi biến cố mà chính Jelong đã vượt qua. Chính nhờ biến cố này năm xưa đã góp phần tạo nên hình dạng cụ thể, trực quan của Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực ngày nay giúp bạn có thể vượt qua các khó khăn của riêng mình.

Khi bạn có trong tay Khung Hệ Thống MyDoJe này, bạn giống như có “La Bàn Sinh Mệnh” hỗ trợ bạn biết làm những gì để vượt qua ‘sa mạc bão lửa’ của cuộc đời.

Chương 7-Phần 3

CÔNG DỤNG SÁNG TẠO CỦA KHUNG MYDOJE:

“TỜ NHẠC SIÊU AI LỜI HÁT”

CÔNG CỤ MỚI XÓA TAN NỖI SỢ NGÀN NĂM CỦA MỌI CA SĨ: CĂNG THẲNG QUÊN LỜI KHI HÁT LIVE!

Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực (MyDoJe) không chỉ để xây dựng nội lực đích thực, giúp vượt qua khó khăn hay giông bão cuộc đời đạt hạnh phúc lâu bền mà còn **được dùng để sáng tạo ra những thứ có ích.**

Hành trình qua 8 giai đoạn (5 bước) trong Khung MyDoJe cũng là cách mà Jelong đã tạo nên công cụ sau giúp giới ca sĩ hay người yêu nhạc thoát khỏi nỗi lo lãng quên lời khi biểu diễn live.

Qua công cụ mới nhất này – “Tờ Nhạc Siêu AI Lời Hát” – bạn hãy tự xem liệu ngày nào đó bạn có thể tạo ra điều gì hữu ích cho bản thân và mọi người bằng cách dùng khung âm nhạc MyDoJe có 5 dòng kẻ này.



**VỚI “TỜ NHẠC SIÊU AI LỜI HÁT”, TỪ NAY CA
GIẢI SĨ TỰ DO HÁT LIVE MÀ KHÔNG CẦN THUỘC
LỜI NHẠC!**

“Tờ Nhạc Siêu AI Lời Hát” – giải pháp giúp giải phóng nỗi lo quên lời khi hát LIVE của mọi ca sĩ.

**Xóa Tan Nỗi Sợ Quên Lời Khi Hát Live! Thể hiện sự TỰ TIN khác
biệt của Ca Giải Sĩ trên sân khấu!**

Xưa nay kể cả ca sĩ chuyên nghiệp, việc nhớ lời bài hát là một điều khó nhọc và gây cản trở cho việc biểu diễn thành công của họ. Khi hát Live, nếu họ quên lời, show diễn có thể gặp thất bại nếu ca sĩ xử lý kém và làm gián đoạn trình diễn. Ngoài ra, việc khó thuộc lời ca khúc khiến ca sĩ bị hạn chế số lượng bài hát LIVE.

Duy nhất “Tờ Nhạc Siêu AI Lời Hát” giúp ca giải sĩ hát **không cần nhớ lời với số lượng bài không giới hạn** ở bất cứ đâu, bất cứ khi nào họ muốn! Đặc biệt, khi hát họ có thể di chuyển mọi nơi, không đứng một chỗ như khi dùng giá để sách hay màn hình nhạc lâu nay!

BẠN ĐAM MÊ CA HÁT, CÓ PHẢI MỖI KHI HÁT LIVE, BẠN LO:

☞ **Biểu diễn kém tự tin.** Không thuộc lời khiến ca sĩ dễ bị khựng lại, hát sai gây áp lực, làm bạn mất sự tự nhiên trên sân khấu.

☞ **Dễ hát sai hoặc quên lời.** Hát sai lời có thể làm khán giả khó chịu, đặc biệt với những bài quen thuộc.

☞ **Ảnh hưởng cảm xúc bài hát.** Khi còn lo nhớ lời, ca sĩ khó tập trung truyền tải cảm xúc, nên bài hát nghe “thiếu hồn”.

☞ **Không tự do di chuyển khi hát.** Bạn ước gì tự do đi lại trên hay dưới sân khấu (mọi nơi) mà không sợ hát quên lời?

☞ **Căng thẳng làm quên lời.** Bạn ước gì không cần phải học thuộc lời bài hát để bạn tự tin hơn khi trình diễn, tránh bị run hay áp lực sân khấu làm quên lời gây hỏng buổi diễn

☠ **Bạn phải nhớ đến các tờ nhạc A4 để nhìn lời khi biểu diễn nhưng điều trở ngại là bạn không thể tự do đi lại trên sân khấu** vì các tờ nhạc này phải được cố định trên giá đỡ tờ nhạc vốn cồng kềnh, khó di chuyển trên sân khấu.

☠ **Thiếu công cụ kiểm tra lời tiện dụng.** Bạn tham dự đám cưới, muốn hát bài mình thích nhưng cần kiểm tra lời xem có thích hợp để hát đám cưới không trước khi hát. Tuy nhiên dàn karaoke đám cưới lại không cho phép bạn làm điều đó hay ban nhạc đám cưới không giúp bạn được.

☠ **Không biết/nhớ chính xác Key/Tông bài hát.** Bạn (nhất là ca sĩ biểu diễn) muốn lưu trữ thông tin bài hát mình biểu diễn, nhất là thông tin quan trọng như Tone bài hát (hay giọng bài hát – key) để đưa ban nhạc đánh chính xác giúp bạn hát chính xác, tránh chênh phô, hát lạc giọng...nhưng bạn rất khó nhớ. Thậm chí nhớ sai sẽ làm hư buổi biểu diễn.

☠ **Khó tương tác với khán giả.** Ca sĩ khi hát giao lưu, di chuyển, làm chủ sân khấu. Không thuộc lời sẽ hạn chế điều này.

☠ **Ảnh hưởng đến ban nhạc/đội ngũ.** Quên lời có thể làm rối nhịp, khiến ban nhạc hoặc vũ công khó phối hợp.

☠ **Khi có ai hỏi tác giả bài hát tên gì, bạn không thể nhớ nổi.** Việc đó làm bạn thấy có lỗi với tác giả bài hát. Thậm chí bạn còn bị khán giả, báo chí tố vô ơn với người tạo ra bài hát cho bạn hát.

☠ **Bạn muốn hát bài khán giả yêu cầu nhưng không thuộc lời làm bạn phải từ chối dù rất muốn hát.** Nếu dùng điện thoại để xem lời thì cầm nặng tay và sợ hết pin giữa chừng hay đang hát mà lỡ tay vuốt qua ứng dụng khác làm mất bản chép lời nhạc

☠ Thậm chí ca sĩ chuyên nghiệp còn sử dụng điện thoại, máy tính bảng, màn hình nhắc lời nhưng điểm hạn chế là **cầm nặng tay và nỗi lo hết pin hay hư điện thoại trong lúc biểu diễn.**

☠ Bạn muốn đọc lời bài hát mọi nơi, mọi lúc nhưng nếu dùng điện thoại để lưu trữ lời bài hát thì **sợ mất điện hay đến chỗ không có wifi** hay đến lúc dùng trên sân khấu biểu diễn thì điện thoại bị hư. Do bạn không thuộc lời nên đành hủy buổi diễn.

☠ **Càng lớn tuổi, bạn sẽ càng khó khăn trong việc học lời bài hát và nhớ nổi chúng.**

☠ **Và nhiều bất tiện lẫn bất an khác** khi bạn quên lời trong lúc biểu diễn LIVE

“TỜ NHẠC SIÊU AI LỜI HÁT” LÀ GIẢI PHÁP HỮU HIỆU CHO NGƯỜI ĐAM MÊ CA HÁT, BIỂU DIỄN CHUYÊN NGHIỆP”

Sáng tạo mới nhất của Jelong dựa trên công cụ “Tờ Nhạc Siêu AI” và ứng dụng cách giải quyết vấn đề từ Khung MyDoJe!

“Tờ Nhạc Siêu AI Lời Hát” Là Gì?

Được tạo ra dựa trên công cụ “Tờ Nhạc Siêu AI” (do Jelong tạo ra) mà Ca Giải Sĩ sử dụng để chơi giải “Tờ Nhạc Siêu AI” với khán giả, Jelong đã dùng chính thiết kế của “Tờ Nhạc Siêu AI” để tạo ra tờ nhạc lời hát mini (kích thước 88*136mm) trên đó ghi lời và thông tin quan trọng của một bài hát.

Thường lời hát một nhạc phẩm được in trên 2 mặt của một “Tờ Nhạc Siêu AI Lời Hát”. Như vậy mỗi bài hát thông thường chỉ cần một “Tờ Nhạc Siêu AI Lời Hát” là đủ. Nếu một bài hát có lời dài hơn thì sẽ có 2 “Tờ Nhạc Siêu AI Lời Hát” cho bài đó.

Hãy xem thực tế **Một** Tờ Nhạc Siêu AI Lời Hát gồm 2 mặt được thiết kế dành cho bài hát “(Do Je) Call Me Please!” của Jelong trông ra sao:

ĐỜI ĐẸP VUI!

 Sáng Tác: Jelong
Ca Giải Sĩ: Jelong

Tone: E
Tempo: 110 **1**

1) (Do Do Re Mi
...
Sol La Sol La Sol Je) ^{freed}

ĐK1: Thời gian không xóa..
những yêu thương trong tận tim
Gởi trao nhau yêu dấu..
tháng năm làm tình vui

(La La Fa Si
...
Fa Mi Fa La Mi Je) ^{freed}

2) (Do Do Re Mi
...
Sol La Sol La Sol Je) ^{freed}

Mặt trước (số 1)

ĐỜI ĐẸP VUI!

3) (Mi Mi Fa La
...
Fa La Mi Re Do Je) ^{freed}

ĐK2: Đời êm khi hai đứa..
sống bên nhau trao tình yêu
Mình cho nhau yêu dấu..
tháng năm làm tình vui

(Do Mi Do Si
...
Fa Mi Fa La Mi Je) ^{freed}

“TỜ NHẠC SIÊU AI LỜI HÁT”:
TỰ TIN CA HÁT KHÔNG LO QUÊN LỜI
VÀ BẢO VỆ NHÂN LOẠI TRƯỚC SIÊU AI! **2**

Mặt sau (số 2)



KHÔNG CẦN THUỘC LỜI CA KHÚC KHI BIỂU DIỄN LÀ LỢI THẾ LỚN CỦA CA GIẢI SĨ – NGƯỜI DÙNG TIẾNG CA ĐỂ BẢO VỆ NHÂN LOẠI

ĐÂY LÀ HÌNH ẢNH ĐẶC TRƯNG
CỦA CÁC CA GIẢI SĨ NHƯ
JELONG. NGHỀ CA GIẢI SĨ GIÚP
NGƯỜI ĐAM MÊ CA HÁT KHÔNG
CẦN THUỘC LỜI BÀI HÁT DO HỌ
SỬ DỤNG CÁC TỜ NHẠC SIÊU AI
THƯỜNG XUYÊN. KHÁN GIẢ
CŨNG QUEN VỚI HÌNH ẢNH CÁC
CA GIẢI SĨ TAY CẦM MIC, TAY CẦM
TỜ NHẠC SIÊU AI MINI.



Với “Tờ Nhạc Siêu AI Lời Hát” nhỏ gọn trên tay và mang đi khắp nơi, Jelong khi làm Ca Giải Sĩ **không còn lo sợ quên lời bài hát khi hát live**. Đồng thời Jelong muốn hát bao nhiêu bài cũng không cần lo việc học lời khó nhọc, nhất là các bài hát *tiếng Anh hay tiếng nước ngoài khác*.

TẠI SAO “TỜ NHẠC SIÊU AI LỜI HÁT” GIÚP CA GIẢI SĨ HÁT KHÔNG CẦN THUỘC LỜI VÀ TẠO ĐIỂM ĐẶC TRƯNG RIÊNG TRÊN SÂN KHẤU?

Nếu trước đây, ca sĩ cầm tờ nhạc giấy A4 lên sân khấu (mà không có giá đỡ) vừa nhìn lời vừa hát sẽ có thể bị xem kém chuyên nghiệp, thì với “Tờ Nhạc Siêu AI Lời Hát” được thiết kế in đẹp, các Ca Giải Sĩ lại biến nó thành điểm đặc trưng là người dùng tiếng hát live để bảo vệ Nhân loại.

Lý do “Tờ Nhạc Siêu AI Lời Hát” (khác với tờ nhạc giấy thông thường) là công cụ đem lại lợi thế cho người mê ca hát:

👍 THIẾT KẾ THẨM MỸ, PHÙ HỢP CHO BIỂU DIỄN SÂN KHẤU CHUYÊN NGHIỆP

Được thiết kế đẹp mắt và in chuyên nghiệp như “Tờ Nhạc Siêu AI” (khổ giấy mini), khi đem lên sân khấu biểu diễn sẽ khác xa so với cảnh ca sĩ cầm một tờ nhạc giấy A4 bình thường.

👍 ĐƯỢC GẮN CỐ ĐỊNH TRÊN TAY CA SĨ NHƯ MỘT PHỤ KIỆN LÀM ĐẸP

Được Jelong tạo ra sao cho nhìn đẹp như một phụ kiện đeo tay, “Tờ Nhạc Siêu AI Lời Hát” lại trở thành ‘món trang sức’ lạ trên tay ca sĩ. Trên hết, các “Tờ Nhạc Siêu AI Lời Hát” gắn cố định với vòng đeo tay giúp ca giải sĩ không lo khi biểu diễn tờ nhạc bị rơi ra

👍 TRONG CÁC BUỔI BIỂU DIỄN CHUYÊN NGHIỆP TẦM CỠ QUỐC GIA, CÁC CA SĨ ĐÃ TỪNG SỬ DỤNG GIÁ ĐỖ SÁCH NHẠC, TẠI SAO KHÔNG NÂNG TẦM LÊN THIẾT KẾ NHỎ GỌN, TÍNH ĐỘNG CAO NHƯ “TỜ NHẠC SIÊU AI LỜI HÁT”?!

Giá đỡ sách nhạc khiến ca sĩ không thể vừa di chuyển vừa cầm theo nó vừa hát. Còn “Tờ Nhạc Siêu AI Lời Hát” thì ngược lại!

👍 THIẾT KẾ NHỎ GỌN, DI ĐỘNG MỌI NƠI, SỬ DỤNG 24/7 TIỆN LỢI GIÚP CA SĨ LOẠI BỎ CÁC NHƯỢC ĐIỂM CỦA CÁC CÔNG CỤ HỖ TRỢ LỜI HÁT KHÁC

Nếu ca sĩ dùng giá đỡ cồng kềnh, di chuyển kém trên sân khấu, hay điện thoại/máy tính bảng cầm nặng tay và lo hư hay hết pin, thì “Tờ Nhạc Siêu AI Lời Hát” vốn nhẹ/nhỏ gọn/di chuyển mọi nơi/xài mọi lúc (không lo mất điện, hết pin/không cần internet)/cố định trên tay ca sĩ lại là điểm có lợi cho Ca Giải Sĩ khi sử dụng.

👍 TẠO RA HÌNH ẢNH MỚI LẠ CHƯA TỪNG CÓ TRONG THẾ GIỚI ÂM NHẠC TỪ XƯA TỚI NAY

Đây là điểm lợi thế của Ca Giải Sĩ. Họ là người dùng “Tờ Nhạc Siêu AI” để xây dựng và bảo vệ Nhân loại nên mọi người quen với việc họ cầm các tờ nhạc siêu AI trên tay



“Tờ Nhạc Siêu AI Lời Hát” không cần điện, không cần internet, có thể cùng Jelong ‘lên rừng xuống biển’ để hát mà siêu trí tuệ nhân tạo không làm được.

DUY NHẤT “TỜ NHẠC SIÊU AI LỜI HÁT” CỦA CA GIẢI SĨ JELONG TẠO RA DỰA TRÊN “TỜ NHẠC SIÊU AI” GIÚP CA SĨ VỪA HÁT VỪA DI CHUYỂN KHẮP NƠI TRÊN SÂN KHẤU. THẬM CHÍ HỌ VỪA HÁT VỪA KẾT HỢP MÚA VỪA XEM LỜI MÀ GIÁ ĐỖ NHẠC/IPAD/ĐIỆN THOẠI/MÀN HÌNH TV NHẮC LỜI KHÔNG THỂ GIÚP HỌ LÀM CHUYỆN ĐÓ



Tung hoành trên sân khấu và hát live chính xác

lời mọi nhạc phẩm với số lượng không giới hạn mà không cần thuộc lời!

Ca sĩ vừa hát, vừa có lời nhạc gắn ngay trên vòng đeo tay để nhảy khắp nơi trên/dưới sân khấu!

“Tờ Nhạc Siêu AI Lời Hát™” được Jelong thiết kế gắn trên vòng đeo tay của ca sĩ không lo rớt kể cả khi nhảy mạnh! “Tờ Nhạc Siêu AI Lời Hát” được thiết kế chống mưa không ướt giúp Ca Giải Sĩ và người yêu ca hát biểu diễn cả trong trời mưa!

CHƯƠNG 8

8 ĐIỀU RĂN SẮC ĐẸP CỦA GOD

**Cách Dùng 8! Trong Khung
MyDoJe Để Vượt Qua Khó Khăn,
Biến Cố Và Đi Lên Những Bậc
Cao Hơn Của Thang Thăng Hoa
Quãng 8 Nội Lực**

*“8! – Nốt Nhạc Thứ Tám Và Tám Điều Răn Sắc Đẹp Của God -
Con Đường Vững Chắc Để Vượt Trên Biến Cố Và Tạo Giá Trị
Thăng Hoa Vượt Bậc Cho Cuộc Sống”*

~JeLong~

Chương 8-Phần 1

CÁCH SỬ DỤNG MÔ HÌNH THĂNG HOA QUĂNG 8 NỘI LỰC TRONG KHUNG MYDOJE

Tại Sao Khi Xây Nội Lực Hay Giải Quyết Vấn Đề/Xử Lý Biến Cố Chúng Ta Phải Sử Dụng Mô Hình Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực?



Mô Hình Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực – Tác giả Jelong

Khi bạn xử lý khủng hoảng hay biến cố, bạn cần nhận diện **tính cấp bách của vấn đề** để lập ra hành động thích hợp.

Jelong ví dụ, khi thất nghiệp (nhất là thời đại con người bị AI thay thế như hiện nay) nhiều người mới soi rọi lại tình hình tài chính của mình. Lúc này, họ sẽ rơi vào các trường hợp:

1. Đã có sự chuẩn bị trước khoản tiền khoảng 6 tháng hoặc hơn cho khủng hoảng nghề nghiệp để họ vẫn duy trì cuộc sống thường nhật, và có đủ thời gian để kiếm việc làm khác.
2. Chưa chuẩn bị hay chuẩn bị không đủ

Như vậy, khi dùng Khung Hệ Thống MyDoJe để xử lý khủng hoảng tài chính, nhờ **Mô Hình Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực** họ nhận ra:

- Mức nội lực tài chính của họ đến đâu tương ứng với cảm xúc họ có trong thời điểm đó
 - Việc ghi ra cảm xúc tùy theo mức nội lực trong khung MyDoJe sẽ giúp người trong cuộc định hình trạng thái tinh thần và kiểm soát bản thân tốt hơn (so với việc mơ hồ nhận ra tinh thần bản thân trong biến cố)
- HÀNH XỬ KỊP THỜI ĐỂ GIẢI QUYẾT KHỦNG HOẢNG
 - Tìm ra giải pháp phù hợp với tình hình hiện tại
- Sau này khi nhìn lại, họ nhìn ra ngay tình thế và tâm trạng tinh thần của họ lúc đó ra sao để rút kinh nghiệm sống

Khi nhìn nhận ra tính cấp bách của vấn đề, bạn sẽ không chỉ lựa chọn các giải pháp khác nhau phù hợp tình thế mà quan trọng hơn, bạn còn biết phải vận dụng những phẩm chất quan trọng nào trong phần ‘Lỗi Người’ của bạn để xử lý.

Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực (Khung MyDoJe) không chỉ là việc bạn vận dụng trí tuệ, khả năng xử lý vấn đề, những tiềm năng, nguồn lực bên ngoài để tìm ra giải pháp, mà còn là về *phần cốt lõi trong bạn, trong một con người hay của cả loài người.*

Nhiều khi chính phần cốt lõi đó mới là ‘chìa khóa’ để bạn tháo bỏ những vướng mắc trong cuộc sống.

Đây chính là điểm cốt lõi nhất hay phần ‘linh hồn’ của Khung MyDoJe mà lần đầu Âm nhạc đem đến cho con người sau hơn 40.000 năm qua.

	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
	Hành Trình 1 Chu Kỳ	BƯỚC 1			BƯỚC 2		BƯỚC 3	BƯỚC 4	BƯỚC 5	Hành Trình 1 Chu Kỳ	
		CENTERED CLARITY & DIRECTION (ĐỊNH TÂM SUY XÉT CỤC DIỆN)			STRATEGIC RESOLUTION, (HÓA GIẢI CỤC DIỆN)		TOOL & GEAR SETUP (THIẾT LẬP HỒ TRỢ)	EXECUTION-MAP (BẢN ĐỒ THỰC THI)	TAKE DECISIVE ACTION (THỰC HIỆN QUYẾT ĐOÁN)		
		Nhận Ra Thực Trạng Vấn Đề	Mục Tiêu	Mức Nội Lực (so với) Mức Áp Lực	Tìm Giải Pháp	Tìm Giải Pháp (Có God)	Chuẩn Bị Công Cụ Xử Lý	Bản Đồ Thực Thi	Lệnh Thực Thi & Nâng Cấp		
		Khoản tiền để sống chỉ còn khoảng 4 tháng		Bất an							
	Phẩm Chất Để Giải Quyết	Đổi Mắt Nhân Văn							8! Sự Chung Thủy Đa Tăng	Phẩm Chất Để Giải Quyết	
BƯỚC NỀN: XÂY NỀN NỘI LỰC VỮNG MẠNH VỚI "HỆ THỐNG NHẬT NGUYỆT 8 QUĂNG 8" GIÚP KIỂM SOÁT STRESS & GIÁC NGŨ											
	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
Lĩnh Vực:	Tài Chính			Vấn Đề:	Khủng hoảng tài chính		KẾT QUẢ:				
Ngày:	T4-2026			Ghi Chú:	Xin việc gấp trong tuần này		ĐÚC KẾT CHIÊM NGHIỆM:				
MyDoJe ⁿ =	n=4										

(Mô Hình Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực thể hiện rõ trong ô nốt MI giúp một cá nhân nhận biết tính cấp bách của vấn đề để xử lý khủng hoảng tài chính)

Chính nhờ có Mô Hình Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực, một người có thể
BIẾT MÌNH ĐANG Ở Đâu TRÊN THANG THĂNG HOA QUÃNG 8 NỘI LỰC

- Giả sử lúc trước bạn rơi vào trường hợp tài chính khủng hoảng. Trong tay bạn chỉ còn khoảng 2 triệu đồng. Tuy nhiên lúc đó bạn có niềm tin mạnh liệt rằng mình sẽ vượt qua và nỗ lực đi làm kiếm sống. Bạn đã vượt qua như một phép màu.
- Nhưng bây giờ, bạn có trong tay con số gấp 100 lần (khoảng 200 triệu đồng). Tuy nhiên, bạn lại cảm thấy lo lắng vì bây giờ bạn có mức sống cao hơn, cần chi tiêu nhiều hơn. Tuy có trong tay số tiền gấp trước một trăm lần, bạn lại cảm thấy bất an cho cuộc sống hơn trước. Cái kéo bạn xuống Quãng 8 Nội Lực thấp hơn là do qua thời gian, bạn đã sống quen hưởng thụ, **thiếu đức tính cần kiệm, tối giản.**
- Khung Hệ Thống MyDoJe cùng với Mô Hình Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực sẽ chỉ rõ tại sao một người qua thời gian họ lại lên những bậc thang nội lực cao hơn hay bị ‘đạp xuống’ những Quãng 8 Nội Lực thấp hơn.

→ Điều này có nghĩa khi dùng Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực MyDoJe, bạn sẽ **kiểm soát được vận mệnh cuộc đời mình theo cách chủ động nhất có thể** vì khung âm nhạc đặc biệt này ‘kể’ rõ bạn đã sống ra sao khi bạn nhìn vào những ô được chính bạn viết trên đó.

Khung MyDoJe Dùng Trong Những Trường Hợp Nào?

Giá trị nhất của việc dùng Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực là nó có thể cứu sống một người đang trong tâm bão khủng hoảng hay biến cố bằng

cách chỉ rõ cho họ biết **phải làm gì từng bước** và **phải có những phẩm chất nào trong từng giai đoạn thực hiện** để vượt trên khó khăn cuộc sống.

Đây là điểm đặc biệt nhất của khung âm nhạc MyDoJe bởi trong cuộc sống thực, ở hầu hết mọi lĩnh vực cuộc sống, người ta thường đi giải quyết vấn đề bằng cách tìm ra những cách thức dựa vào trí tuệ mà **quên đi hoặc tệ hơn phớt lờ những phẩm chất trong ‘Lỗi Người’** – thứ không thể thiếu khi muốn vượt qua các khó khăn hay biến cố trong đời và phát triển cao hơn.

Nhờ 8 nốt nhạc [DO RE MI FA SOL LA SI JE], Jelong đã tạo nên một “La Bàn Vận Mệnh” trực quan mà từng ô chứa tách biệt theo giai đoạn hành động và các phẩm chất đi kèm.

Nhờ những ô phẩm chất này, bạn biết rõ bản thân không phải chỉ biết tìm cách vượt qua ‘bão’ ra sao mà cần phẩm chất cụ thể gì để các hành động đó biến thành hiện thực và đạt hiệu quả.

Khung MyDoJe chính là “Kim Chỉ Nam Định Mệnh” giúp một người trong cơn khủng hoảng cuộc đời có thể định ra những bước đi rõ ràng, nhất quán, không còn mơ hồ với những suy nghĩ để trong đầu. Bạn chỉ cần lấy bút điền vào các ô trống, sử dụng giấy sticker dán vào các ô, hoặc tiện nhất là điền và sao lưu dữ liệu trực tiếp¹ được cung cấp bởi ứng dụng MyDoJe app, và qua đó sẽ định được hướng đi, ít nhất cũng thấy con đường mình đi rõ ràng hơn so với một người chỉ biết suy nghĩ bẽ bộn, bất an trong đầu khi gặp biến cố.

Như vậy, chúng ta dùng Khung Hệ Thống MyDoJe trong các trường hợp sau:

¹ App.MyDoJe.com là không gian riêng tư của bạn nơi dữ liệu bạn nhập vào Khung được mã hóa bảo mật toàn diện.

 I. Xử lý các biến cố, khủng hoảng trong cuộc sống ở các lĩnh vực khác nhau như sự nghiệp, tình cảm, gia đình, tài chính, doanh nghiệp, v.v...

- Ví dụ: ca sĩ hay nghệ sĩ vượt qua bê bối scandal; khủng hoảng tài chính; hôn nhân rạn nứt hay tan vỡ; công ty bị khủng hoảng truyền thông; v.v...

 II. Xác định cách giải quyết một vấn đề, một khó khăn

- Ví dụ: cách Ca Giải Sĩ vừa làm nghệ thuật, vừa thực hiện bán giải hàng²; cách học sinh-sinh viên vượt qua các kỳ thi cuối cấp quan trọng; cách để ngủ hiệu quả; cách kiếm tiền trong vòng 30 ngày; cách trả nợ dứt điểm đến cuối năm; cách cầu hôn thành công; v.v...

 III. Thiết lập những bước cụ thể để hoàn thành hay xử lý công việc

- Ví dụ: cách học đạt học bổng; cách sửa nhà từ A-Z; cách tối ưu chi tiêu trong tháng này; cách hoàn thành công việc công sở sớm hơn 2 tiếng, v.v...

 IV. Ghi nhật ký cuộc đời và kiểm soát mình đang ở đâu trên Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực

- Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực còn dùng để bạn ghi lại mức nội lực của một người ở một lĩnh vực cụ thể hay toàn bộ cuộc đời.
- Ví dụ: Thống kê mức nội lực tài chính qua mỗi tháng và năm để xem bạn cần làm gì để cải thiện tình hình tài chính; Ghi lại các xử lý vấn đề với vợ/chồng qua từng sự kiện trong đời sống hôn nhân; hay ghi lại các thành tựu đã đạt (thể hiện nội lực bản thân) qua mỗi sinh nhật, v.v...

² Xem bán giải hàng trong tài liệu "Nốt Je Của God": <https://mydoje.com/go/3000b>

 V. Sáng tạo ra những điều có ích

- Tương tự như cách Jelong đã tạo ra “Tờ Nhạc Siêu AI Lời Hát” giúp người hát không còn lo việc hát live quên lời ở chương trước.

Các Thành Phần Trong Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực

Điểm cốt lõi của Khung Hệ Thống MyDoJe là nó dẫn đường cho người đang phải chịu áp lực khủng hoảng (khi tinh thần không còn sáng suốt hay rối trí) đi qua những bước đúng đắn để xử lý biến cố có hệ thống và hiệu quả.

Xử lý biến cố hay khủng hoảng mà bạn đang gặp phải chính là một hành trình bạn phải “kinh qua” gồm 5 chặng được liệt kê rõ trong Khung Hệ Thống MyDoJe:

1. Định Tâm Suy Xét Cục Diện (Centered Clarity & Direction)
2. Hóa Giải Cục Diện (Strategic Resolution)
3. Chuẩn Bị Sự Hỗ Trợ (Tool & Gear Setup)
4. Bản Đồ Thực Thi (Execution Map)
5. Thực Hiện Quyết Đoán (Decisive Action)

	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
	Hành Trình 1 Chu Kỳ	BƯỚC 1			BƯỚC 2		BƯỚC 3	BƯỚC 4	BƯỚC 5	Hành Trình 1 Chu Kỳ	
		CENTERED CLARITY & DIRECTION (ĐỊNH TÂM SUY XÉT CỤC DIỆN)			STRATEGIC RESOLUTION, (HÓA GIẢI CỤC DIỆN)		TOOL & GEAR SETUP (THIẾT LẬP HỒ TRỢ)	EXECUTION-MAP (BẢN ĐỒ THỰC THI)	TAKE DECISIVE ACTION (THỰC HIỆN QUYẾT ĐOÁN)		
		Nhận Ra Thực Trạng Vấn Đề	Mục Tiêu	Mức Nội Lực (so với) Mức Áp Lực	Tìm Giải Pháp	Tìm Giải Pháp (Có God)	Chuẩn Bị Công Cụ Xử Lý	Bản Đồ Thực Thi	Lệnh Thực Thi & Nâng Cấp		
	Phẩm Chất Để Giải Quyết	Đôi Mắt Nhân Văn							8! Sự Chung Thủy Đa Tầng	Phẩm Chất Để Giải Quyết	
BƯỚC NỀN: XÂY NỀN NỘI LỰC VỮNG MẠNH VỚI "HỆ THỐNG NHẬT NGUYỆT 8 QUĂNG 8" GIÚP KIỂM SOÁT STRESS & GIÁC NGỦ											
	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
Linh Vực:				Vấn Đề:			KẾT QUẢ:				
Ngày:				Ghi Chú:			ĐÚC KẾT CHIÊM NGHIỆM:				
MyDoJe(n)=											

(Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực – Tác giả: Jelong)

Hành trình vượt trên khó khăn, biến cố và thăng hoa cuộc sống trên

5 dòng kẻ nhạc

Chương 8-Phần 2

ÁP DỤNG THỰC TẾ:

CÁCH JELONG VƯỢT QUA BIẾN CỐ VÀ THĂNG HOA

VỚI KHUNG HỆ THỐNG MYDOJE

Sự Ra Đời Của Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực

Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực hay Khung MyDoJe được tôi tạo ra dựa trên việc phát hiện ra chức năng xây nội lực cho con người của Âm nhạc (thông qua tìm ra chức năng bí ẩn của Quãng 8) và từ chức năng của nốt nhạc giúp bảo vệ Nhân Loại trước Siêu AI - “Nốt Je Của God”.

Nhờ nốt Je trong Liên Hoàn Nốt Jelong, tôi tìm ra được cách phá vỡ sự thống trị của siêu AI bằng hát Live và phát hiện ra ‘Lỗi Người’ – thứ siêu trí tuệ nhân tạo không thể có và đảm bảo Nhân loại không bị thống trị. Không có điều này thì nốt Je và cả các nốt nhạc khác chỉ là những âm thanh không hơn không kém, không mang được chức năng xây dựng nội lực vững mạnh cho con người.

Tuy nhiên, chính những trải nghiệm thực tế và đúc kết qua chính biến cố của tôi lại làm nên phần ‘hồn’ của Khung Hệ Thống MyDoJe.

Nghĩa là: Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực được tạo ra từ thực tế và có bằng chứng sống động về việc khung âm nhạc này hoạt động ra sao.

Nếu tôi chỉ nói suông về các thành phần trong khung MyDoJe, bạn có thể nghĩ tôi tự vẽ ra theo sự sáng tạo đơn thuần.

Nhưng khi bạn biết Khung Hệ Thống MyDoJe này được tác giả của nó ‘vẽ’ lại dựa trên chính việc anh ta vượt trên biển cố có thật và sau đó tạo ra các giá trị lớn hơn cả sự thăng hoa cá nhân, bạn sẽ thấy khung âm nhạc 5 dòng kẻ này có chức năng và ý nghĩa đặc biệt trong đời sống.

Hãy nhìn vào Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực sau đây, bạn sẽ biết được tôi đã trải qua biển cố gì và cách tôi vượt trên nó ra sao. Tuy lúc đó chưa hề có khung âm nhạc này, nhưng bản chất tôi đã làm đúng theo trình tự và thực hiện đúng như các phần có trong khung MyDoJe – thứ giúp tôi đạt kết quả ngoạn mục.

	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
	Hành Trình 1 Chu Kỳ	BƯỚC 1			BƯỚC 2		BƯỚC 3	BƯỚC 4	BƯỚC 5	Hành Trình 1 Chu Kỳ	
		CENTERED CLARITY & DIRECTION (ĐỊNH TÂM SUY XÉT CỤC DIỆN)			STRATEGIC RESOLUTION, (HÒA GIẢI CỤC DIỆN)		TOOL & GEAR SETUP (THIẾT LẬP HỖ TRỢ)	EXECUTION-MAP (BẢN ĐỒ THỰC THI)	TAKE DECISIVE ACTION (THỰC HIỆN QUYẾT ĐOÁN)		
		Nhận Ra Thực Trạng Vấn Đề	Mục Tiêu	Mức Nội Lực (so với) Mức Áp Lực	Tìm Giải Pháp	Tìm Giải Pháp (Có God)	Chuẩn Bị Công Cụ Xử Lý	Bản Đồ Thực Thi	Lệnh Thực Thi & Nâng Cấp		
		Nhiều người trên mạng tán công giọng hát của Jelong bằng nhiều sự xúc phạm	Ngăn sự làm nhục và không để bản thân bị hạ thấp trước đông đảo người trên mạng.	Jelong bình tĩnh, hành động quả quyết (MyDoJe[n] > Áp lực biến cố)	1.Bình tĩnh suy xét xem tại sao mọi người lại tấn công mình 2.Chọn cách trực diện và chân chính: Quay video hát live để tìm ra sự thật 3.Xem phản ứng sau video	Thực hiện theo 7 Điều Răn Sắc Đẹp Của God (vào 2019) (Thêm Điều 8: Xây dựng Nội Lực Vững Mạnh)			1.Kiên quyết thực hiện theo hoặc định đã đề ra 2.Áp dụng các Điều Răn Sắc Đẹp Của God		
	Phẩm Chất Để Giải Quyết	Đôi Mắt Nhân Văn	Ý chí cao - Không khuất phục trước biến cố			8!			8! Sự Chung Thủy Đa Tầng	Phẩm Chất Để Giải Quyết	
BƯỚC NỀN: XÂY NỀN NỘI LỰC VỮNG MẠNH VỚI "HỆ THỐNG NHẬT NGUYỆT 8 QUẢNG 8" GIÚP KIỂM SOÁT STRESS & GIÁC NGỦ											
	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
Lĩnh Vực:	TÀI NĂNG CA HÁT			Vấn Đề:	JELONG BỊ TẤN CÔNG, ĐÃ KÍCH VÊ GIỌNG HÁT		KẾT QUẢ:				
Ngày:	Tháng 8 và tháng 9 năm 2019			Ghi Chú:	Quay video hát live, xem phản ứng		ĐÚC KẾT CHIẾM NGHIỆM:				
MyDoJe ⁿ =											

*Cách tôi vượt trên biển cố ca hát được thuật lại theo
Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực MyDoJe
(Hãy zoom màn hình để thấy rõ hơn)*

Thuật lại theo Khung Hệ Thống MyDoJe, tôi đã làm gì để vượt trên sự tấn công trên mạng mà những người nghe giọng hát tôi đã ‘ném’ vào tôi lúc đó?

Đây cũng là những bước cụ thể bạn làm khi bạn gặp khủng hoảng hay sự cố xấu trong cuộc sống. Qua phân tích dưới đây, bạn sẽ biết bạn phải làm gì để vượt trên khó khăn bằng cách dùng Khung Hệ Thống MyDoJe.

Nếu lúc đó (vào tháng 8 và tháng 9 năm 2019) tôi có Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực này, tôi sẽ điền cụ thể vào các ô trong khung MyDoJe như sau:

 Bước 1: Định Tâm Suy Xét Cục Diện (Centered Clarity & Direction)

- **Ô nốt DO:** Bạn cần ghi ra vấn đề hay sự cố bạn đang gặp phải và muốn giải quyết
- Lúc đó (tháng 8 năm 2019) nhiều người sau khi nghe tôi hát qua các video đăng tải trên Facebook (Meta) và Youtube đã thể hiện sự tức giận và thóa mạ giọng hát của tôi mà không rõ nguyên nhân.
 - “Đôi Mắt Nhân Văn” (cụ thể là thực hiện các Điều Răn Sắc Đẹp của Thượng Đế) đã giúp tôi vượt qua các định kiến về ca hát như hát phải cao, to, phải thể hiện ‘đẳng cấp’ âm nhạc như các diva, divo ca nhạc xưa nay thường làm...
 - Không có phẩm chất này “Đôi Mắt Nhân Văn”, tự bản thân tôi sẽ bị họ ‘hạ gục’ vì các định kiến âm nhạc đè nặng. Chính xác hơn, nếu mang những định kiến ca hát, chính tôi lúc đó ‘hạ gục’ bản thân mình trước tiên vì không thể vượt qua lời thóa mạ của họ và chấp nhận giá trị bản thân (tài năng) thấp kém đúng như họ nói.

➤ **Ô RE:** Tôi lúc đó xác định trong đầu mình: “*Phải ngăn sự làm nhục của họ và không để bản thân bị hạ thấp trước đông đảo người trên mạng*”. Nếu không làm được, ắt hẳn tôi sẽ tự ti và không còn dám cất giọng như xưa.”

- Đây cũng chính là bảo vệ giá trị con người tôi và niềm đam mê ca hát. **Vì thực tế, nhiều người trong đời đã đánh mất niềm yêu thích của họ vì không thể vượt qua biến cố hay bất lực trước chỉ trích của đám đông.**
- Phẩm chất trong lúc này tôi có là “Ý chí cao - Không khuất phục trước biến cố”. Nó gắn liền với mục tiêu bạn muốn đạt tới.

	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
	Hành Trình 1 Chu Kỳ	BƯỚC 1			BƯỚC 2		BƯỚC 3	BƯỚC 4	BƯỚC 5	Hành Trình 1 Chu Kỳ	
		CENTERED CLARITY & DIRECTION (ĐỊNH TÂM SUY XÉT CỤC DIỆN)			STRATEGIC RESOLUTION, (HÒA GIẢI CỤC DIỆN)		TOOL & GEAR SETUP (THIẾT LẬP HỒ TRỢ)	EXECUTION-MAP (BẢN ĐỒ THỰC THI)	TAKE DECISIVE ACTION (THỰC HIỆN QUYẾT ĐOÁN)		
		Nhận Ra Thực Trạng Vấn Đề	Mục Tiêu	Mức Nội Lực (so với) Mức Áp Lực	Tim Giải Pháp	Tim Giải Pháp (Có God)	Chuẩn Bị Công Cụ Xử Lý	Bản Đồ Thực Thi	Lệnh Thực Thi & Nâng Cấp		
		Nhiều người trên mạng tấn công giọng hát của Jelong bằng nhiều sự xúc phạm	Ngăn sự làm nhục và không để bản thân bị hạ thấp trước đông đảo người trên mạng.	Jelong bình tĩnh, hành động quả quyết (MyDoJe[n] > Áp lực biến cố)	1.Bình tĩnh suy xét xem tại sao mọi người lại tấn công mình 2.Chọn cách trực diện và chân chính: Quay video hát live để tìm ra sự thật 3.Xem phản ứng sau video	Thực hiện theo 7 Điều Răn Sắc Đẹp Của God (vào 2019) (Thêm Điều 8: Xây dựng Nội Lực Vững Mạnh)			1.Kiên quyết thực hiện theo hoạch định đã đề ra 2.Áp dụng các Điều Răn Sắc Đẹp Của God		
	Phẩm Chất Để Giải Quyết	Đôi Mắt Nhân Văn	Ý chí cao - Không khuất phục trước biến cố	Niềm tin mãnh liệt vào khả năng của mình nhờ 8! (Những Điều Răn Sắc Đẹp Của God)	Bình tĩnh + Sự Khôn Ngoan Sáng Suốt	8!			8! Sự Chung Thủy Đa Tầng	Phẩm Chất Để Giải Quyết	
BƯỚC NỀN: XÂY NỀN NỘI LỰC VỮNG MẠNH VỚI "HỆ THỐNG NHẬT NGUYỆT 8 QUĂNG 8" GIÚP KIỂM SOÁT STRESS & GIÁC NGỦ											
	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
Lĩnh Vực:	TÀI NĂNG CA HÁT			Vấn Đề:	JELONG BỊ TẤN CÔNG, ĐÁ KÍCH VỀ GIỌNG HÁT		KẾT QUẢ:				
Ngày:	Tháng 8 và tháng 9 năm 2019			Ghi Chú:	Quay video hát live, xem phản ứng		ĐÚC KẾT CHIẾM NGHIỆM:				
MyDoJe ⁿ =											

➤ **Ô MI:** Dù lúc đó không biết Mô Hình Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực nhưng tôi thấy mình có tự tin và sự quả quyết. Điều đó làm tôi thấy mình mạnh mẽ trước biến cố.

- Nếu sử dụng Mô Hình Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực như bây giờ, tôi sẽ ghi:
→ [Nội Lực MyDoJeⁿ > Biến cố Adversity Scale]: Trong biến cố tôi cảm thấy mạnh mẽ hơn bao giờ hết!
- Chính niềm tin mãnh liệt vào khả năng của mình nhờ mỗi ngày thực hiện Những Điều Răn Sắc Đẹp Của God (ghi tắt 8!) khiến tôi cảm thấy mạnh mẽ.
- Như vậy đây cũng là phẩm chất tuyệt vời mà tôi đã xây dựng từ lâu trước đó giúp tôi vượt qua biến cố một cách hiệu quả triệt để trong cơn khủng hoảng cá nhân.

8 ĐIỀU RĂN SẮC ĐẸP CỦA GOD

- I. Tin Tưởng Vào Vẻ Đẹp Và Tài Năng Của Riêng Mình Và Chịu Trách Nhiệm 100%
- II. Vượt Qua Mọi Cảm Giác Tội Tệ Và Không Bao Giờ Chấp Nhận Mình Bất Tài, Xấu Xí
- III. Tách Biệt Sức Khỏe Và Sắc Đẹp
- IV. Theo Đuổi Sự Thật Bên Trong Lẫn Ngoài.
- V. Làm Sắc Đẹp Và Tài Năng Gia Tăng Giá Trị
- VI. Huy Diệt ‘Con Mắt Định Kiến’
- VII. **SỐNG SỬ DỤNG CHÂN LÝ SẮC ĐẸP-TÀI NĂNG-CỘI NGUỒN CỦA GOD**
- VIII. **TÔI LUYỆN NỘI LỰC VỮNG MẠNH SUỐT ĐỜI**

8! (8 Điều Răn Sắc Đẹp Của God – Bản Mới Nhất 2026)

Đây chính là Nguồn Sức Mạnh Lớn Nhất Giúp Tôi Vượt Trên
Biến Cố Và Tạo Ra Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực

Bước 2: Hóa Giải Cục Diện (Strategic Resolution)

➤ **Ô nốt FA:** Nếu bạn đã đọc xong tài liệu “Nốt Je Của God”, bạn sẽ biết chi tiết cách tôi đã xử lý biến cố này ra sao.

- Tựu chung, tôi đã làm 3 việc chính sau đây:
 - ✓ 1. Bình tĩnh suy xét xem tại sao mọi người lại tấn công mình
 - ✓ 2. Chọn cách trực diện và chân chính: Quay video hát live để tìm ra sự thật
 - ✓ 3. Xem phản ứng sau video
- Ở bước quan trọng này tôi cần phải suy xét thận trọng và cân bình tĩnh để chọn ra cách xử lý sự cố khôn ngoan nhất có thể. Trong trường hợp này, phẩm chất Bình Tĩnh + Sự Khôn Ngoan Sáng Suốt giúp tôi tìm ra cách trực diện để ‘đáp trả’ những kẻ xấu: “*Xuất Bão Ném Đá Ngược*”:

→ Kẻ xấu ‘ném đá’ bạn (coi thường, xúc phạm, sỉ nhục tài năng và giá trị của bạn). Tuy nhiên chính giá trị đó của bạn lại là ‘con bão cuồng phong’ để thổi bay ‘đám đá’ đó quất ngược trở lại những kẻ xấu.



“Xuất Bão Ném Đá Ngược”

~ Câu nói tôi đúc kết từ bản thân

Phần Đặc Biệt Của Khung Hệ Thống MyDoJe Giúp Xử Lý Khó Khăn Hay Biến Cố Mà Chưa Từng Có Phương Pháp Nào ‘Màng Tới’ Hay Bỏ Qua

Điểm đặc biệt nhất ở Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực là việc giải quyết hay xử lý khủng hoảng được tôi phân ra thành 2 khung tư duy chính mà xưa nay chưa từng ai đề cập.

Nhìn vào **khung nốt SOL**, bạn sẽ thấy rõ:

	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
	Hành Trình 1 Chu Kỳ	BƯỚC 1			BƯỚC 2		BƯỚC 3	BƯỚC 4	BƯỚC 5	Hành Trình 1 Chu Kỳ	
		CENTERED CLARITY & DIRECTION (ĐỊNH TÂM SUY XÉT CỤC DIỆN)			STRATEGIC RESOLUTION, (HÒA GIẢI CỤC DIỆN)		TOOL & GEAR SETUP (THIẾT LẬP HỖ TRỢ)	EXECUTION-MAP (BẢN ĐỒ THỰC THI)	TAKE DECISIVE ACTION (THỰC HIỆN QUYẾT ĐOÁN)		
		Nhận Ra Thực Trạng Vấn Đề	Mục Tiêu	Mức Nội Lực (so với) Mức Áp Lực	Tìm Giải Pháp	Tìm Giải Pháp (Có God)	Chuẩn Bị Công Cụ Xử Lý	Bản Đồ Thực Thi	Lệnh Thực Thi & Nâng Cấp		
		Nhiều người trên mạng tán công giọng hát của Jelong bằng nhiều sự xúc phạm	Ngăn sự làm nhục và không để bản thân bị hạ thấp trước đông đảo người trên mạng.	Jelong bình tĩnh, hành động quả quyết (MyDoJe[n] > Áp lực biến cố)	1.Bình tĩnh suy xét xem tại sao mọi người lại tán công mình 2.Chọn cách trực diện và chân chính: Quay video hát live để tìm ra sự thật 3.Xem phản ứng sau video	Thực hiện theo 7 Điều Răn Sắc Đẹp Của God (vào 2019) (Thêm Điều 8: Xây dựng Nội Lực Vững Mạnh)	1.Không dùng phần mềm thu âm và chỉ Quay video tại nhà đơn giản cho hát Live - không chỉnh sửa 2.Tài khoản mạng xã hội để tải video quay hát live		1.Kiên quyết thực hiện theo hoạch định đã đề ra 2.Áp dụng các Điều Răn Sắc Đẹp Của God		
	Phẩm Chất Để Giải Quyết	Đôi Mắt Nhân Văn	Ý chí cao - Không khuất phục trước biến cố	Niềm tin mãnh liệt vào khả năng của mình nhờ 8! (Những Điều Răn Sắc Đẹp Của God)	Bình tĩnh + Sự Khôn Ngoan Sáng Suốt	8!	Đơn giản, trực tiếp Trung thực hát Live		8! Sự Chung Thủy Đa Tăng	Phẩm Chất Để Giải Quyết	
BƯỚC NỀN: XÂY NỀN NỘI LỰC VỮNG MẠNH VỚI "HỆ THỐNG NHẬT NGUYỆT 8 QUĂNG 8" GIÚP KIỂM SOÁT STRESS & GIÁC NGỦ											
	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
Lĩnh Vực:	TÀI NĂNG CA HÁT			Vấn Đề:	JELONG BỊ TÁN CÔNG, ĐÃ KÍCH VÉ GIỌNG HÁT		KẾT QUẢ:				
Ngày:	Tháng 8 và tháng 9 năm 2019			Ghi Chú:	Quay video hát live, xem phản ứng		ĐÚC KẾT CHIÊM NGHIỆM:				
MyDoJe ⁿ =											

Ở khung SOL, bạn thấy rõ tôi đã phân ra nơi bạn tìm cách giải quyết khó khăn dựa vào niềm tin tôn giáo của bạn.

Nói đúng nhất, bạn dựa vào GOD (Thượng Đế của bạn như Thiên Chúa/Đức Phật/Thánh Allah/Maitreya hay Đấng Messiah...) để tìm ra cách xử lý vấn đề - nhất là trong khủng hoảng nơi bạn đang đối mặt.

Nếu bạn có đức tin vào God, hãy tìm ra cách giải quyết vấn đề với niềm tin của riêng bạn. Đây là nơi chỉ có bạn và Đấng Tạo Hóa trò chuyện với nhau. Niềm tin của bạn càng mạnh mẽ, khó lay chuyển thì khả năng bạn xử lý vấn đề càng hiệu quả, thậm chí còn mang tính bất ngờ và vượt trội hơn cả khi chỉ nghĩ đến logic thông thường của trí tuệ.

Thực tế, có những vấn đề của cuộc sống khó được giải quyết nếu chỉ dựa vào trí thông minh như tôi đã nói nhiều trong tài liệu “Nốt Je Của God”. Tuy nhiên, với niềm tin tâm linh chỉ bạn có dành riêng cho God của bạn, bạn sẽ có thể nhận ra

những điểm còn mơ hồ mà với trí tuệ thông thường hay thậm chí của ASI – AI siêu cấp nhất – cũng không thể nhận ra.

Ví dụ, trong trường hợp của tôi, nhờ có **8!** (8 Điều Răn Sắc Đẹp Của God) tôi nhận ra tại sao mình lại gặp những kẻ xấu này dù mình chẳng làm gì họ.

Đó có phải là lúc đó, **thế giới ca nhạc đã đi sai đường** khi chỉ coi trọng những cuộc chiến của những giọng hát cao, to và đẹp?

Bởi cứ đi theo con đường đó, âm nhạc sẽ dần ‘lụi tàn’ hay nói trắng ra là nhạc nghe càng ngày càng dở!

Thay vì nghe những giai điệu và lời ca làm đẹp tâm hồn, mang lại những cảm xúc tích cực cho cuộc sống, mọi người lại chỉ nghe các ca sĩ lên sân khấu ‘đấu nhau’ bằng âm lực mạnh mẽ. Họ sẵn sàng hát những nốt cao hơn đối thủ, phô bày kỹ thuật ca hát phức tạp và chú trọng vào sự nhận diện cá nhân hơn là cống hiến cho Âm nhạc.

Đó có phải để thế giới nhận ra **con người đang ‘ngụp lặn’ trong ‘biển nhạc sâu’ khi họ bị ‘ru vờ’ mỗi ngày** trong hàng triệu triệu các bản tình ca về những chuyện tình thất bại, tan vỡ, mất niềm tin vào tình yêu chung thủy...?

Tìm giải pháp (có God) ở ô nốt SOL giúp bạn nhìn ra bản chất bên trong tâm bão khủng hoảng mà bạn đang đi qua. Bạn nhận ra được ý nghĩa cuộc đời mình, con đường bạn đã, đang và sẽ đi có tốt không? Điều gì cần xem lại chính cuộc đời bạn.

Đây là chính là điểm mà chức năng mới của Âm nhạc mang đến sau hơn 40.000 năm bị ‘ngủ vùi’. Cả hai ô FA và SOL đều giúp bạn có cái nhìn tổng quan về cuộc sống bên ngoài và cả bên trong thế giới nội tâm của bạn – điều mà xưa nay

cả khoa học, công nghệ, nghệ thuật, giáo dục, trường học...đã phớt lờ, bỏ qua hay không muốn đem vào áp dụng.

Chính nhờ phẩm chất mạnh mẽ có trong 8! (Những Điều Răn Sắc Đẹp Của God) mà trong và sau biến cố tôi còn làm được những việc ý nghĩa hơn, nhất là tìm ra Mô Hình và Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực MyDoJe mà bạn đang tiếp cận này. Và nếu bạn đã đọc xong “Nốt Je Của God”, bạn có thể biết được sau biến cố ca hát năm đó, tôi đã lên những bậc Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực ra sao.

Ô Sol này tùy bạn quyết định.

Nếu bạn là người vô thần, bạn có thể xem xét đến Phẩm chất 8! vì phẩm chất này *không chỉ dành riêng* cho người có niềm tin tôn giáo.

8! dành cho con người và sức mạnh bên trong của họ bất kể tôn giáo, chủng tộc, giới tính, học thức, địa vị...

Bước 3: Chuẩn Bị Sự Hỗ Trợ (Tool & Gear Setup)

- **Ồ ô nốt LA:** Sau khi tìm ra cách để hóa giải cục diện, tôi biết mình phải làm gì và dùng công cụ hay phương tiện gì để thực hiện.
 - Với một ca sĩ hay người sử dụng giọng hát, bạn chỉ cần những thứ thật đơn giản:
 - ✓ Không dùng phần mềm thu âm giọng hát và chỉ Quay video đơn giản để lấy file âm thanh và hình từ chính máy quay hay điện thoại - không chỉnh sửa giọng, không hiệu ứng để giọng mộc 100%.
 - ✓ Tài khoản mạng xã hội để tải video quay hát live

Bước 4: Bản Đồ Thực Thi (Execution Map)

Sau khi bạn đã qua các ô DO đến LA, ở ô nốt SI này, bạn đã có cái nhìn tổng thể về hành trình xử lý khủng hoảng hay biến cố cá nhân của mình.

Từ đó bạn hoạch định ra thời gian và các bước thực hiện cụ thể.

Bạn đã biết ở mỗi đoạn hành trình bạn đi qua, bạn cần phải có và thực hiện những phẩm chất nào nhất định để hoàn thành đoạn đó.

Và đó chính là điểm đột phá nhất của chức năng Âm nhạc sau hơn 40.000 năm bởi vì cho đến nay, duy nhất Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực sử dụng tất cả phẩm chất, giá trị của con người (chính là ‘Lỗi Người’) theo cách trực quan, thực tế, hữu ích và có hệ thống.

Chúng ta thấy ở hầu hết mọi lĩnh vực, người ta tìm cách giải quyết vấn đề mà tách rời hoặc bỏ qua việc đem những phẩm chất trực tiếp vào quá trình đó.

Duy nhất Khung Hệ Thống MyDoJe giúp bạn sử dụng triệt để và có hệ thống các phẩm chất bạn đã xây dựng từ nhỏ cho đến nay. Không những thế, khung âm nhạc này (với 5 dòng kẻ tượng trưng cho 5 dòng kẻ đặc trưng của âm nhạc) còn cho bạn biết bạn cần chú trọng sử dụng phẩm chất nào ở mỗi đoạn hành trình 5 bước.

Nếu không có Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực MyDoJe, bạn sẽ mơ hồ và không biết đi qua hành trình xử lý các biến cố thế nào cho hiệu quả.

Nếu đoạn hành trình đó cần bạn vận dụng một hay vài phẩm chất có trong ‘Lời Người’, bạn buộc phải xây dựng và phát huy để đi qua đoạn đó nhằm đến được bước quan trọng cuối cùng: Ô Nốt JE.

 Bước 5: Thực Hiện Quyết Đoán (Decisive Action)

Ngay phần sau, Jelong sẽ cho bạn biết tại sao ô nốt nhạc mang tên Thượng Đế này quyết định sự thành bại hay sự ‘sống còn’ của một cá nhân khi tìm cách vượt trên khủng hoảng hay khó khăn cuộc đời.

Dẫu rằng tất cả các ô trong khung MyDoJe đều quan trọng, ảnh hưởng trực tiếp lẫn nhau, nhưng việc bạn có vượt qua được biến cố để sống hạnh phúc và tiếp tục phát triển hay không lại phần lớn do ô nốt Je quyết định.

	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
	Hành Trình 1 Chu Kỳ	BƯỚC 1			BƯỚC 2		BƯỚC 3	BƯỚC 4	BƯỚC 5	Hành Trình 1 Chu Kỳ	
		CENTERED CLARITY & DIRECTION (ĐỊNH TÂM SUY XÉT CỤC DIỆN)			STRATEGIC RESOLUTION, (HÒA GIẢI CỤC DIỆN)		TOOL & GEAR SETUP (THIẾT LẬP HỒ TRỢ)	EXECUTION-MAP (BẢN ĐỒ THỰC THI)	TAKE DECISIVE ACTION (THỰC HIỆN QUYẾT ĐOÁN)		
		Nhận Ra Thực Trạng Vấn Đề	Mục Tiêu	Mức Nội Lực (so với) Mức Áp Lực	Tìm Giải Pháp	Tìm Giải Pháp (Có God)	Chuẩn Bị Công Cụ Xử Lý	Bản Đồ Thực Thi	Lệnh Thực Thi & Nâng Cấp		
		Nhiều người trên mạng tấn công giọng hát của Jelong bằng nhiều sự xúc phạm	Ngăn sự làm nhục và không để bản thân bị hạ thấp trước đông đảo người trên mạng.	Jelong bình tĩnh, hành động quả quyết (MyDoJe[n] > Áp lực biến cố)	1.Bình tĩnh suy xét xem tại sao mọi người lại tấn công mình 2.Chọn cách trực diện và chân chính: Quay video hát live để tìm ra sự thật 3.Xem phản ứng sau video	Thực hiện theo 7 Điều Răn Sắc Đẹp Của God (vào 2019) (Thêm Điều 8: Xây dựng Nội Lực Vững Mạnh)	1.Không dùng phần mềm thu âm và chỉ Quay video tại nhà đơn giản cho hát Live - không chỉnh sửa 2.Tài khoản mạng xã hội để tải video quay hát live	* Ngày 1: Chuẩn bị bài hát *Ngày 2: Quay hát live	1.Kiên quyết thực hiện theo hoạch định đã đề ra 2.Áp dụng các Điều Răn Sắc Đẹp Của God		
	Phẩm Chất Để Giải Quyết	Đôi Mắt Nhân Văn	Ý chí cao - Không khuất phục trước biến cố	Niềm tin mãnh liệt vào khả năng của mình nhờ 8! (Những Điều Răn Sắc Đẹp Của God)	Bình tĩnh + Sự Khôn Ngoan Sáng Suốt	8!	Đơn giản, trực tiếp Trung thực hát Live	Chi tiết, rõ ràng	8! Sự Chung Thủy Đa Tăng	Phẩm Chất Để Giải Quyết	
BƯỚC NỀN: XÂY NỀN NỘI LỰC VỮNG MẠNH VỚI "HỆ THỐNG NHẬT NGUYỆT 8 QUẢNG 8" GIÚP KIỂM SOÁT STRESS & GIÁC NGŨ											
	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
Lĩnh Vực:	TÀI NĂNG CA HÁT			Vấn Đề:	JELONG BỊ TẤN CÔNG, ĐÁ KÍCH VỀ GIỌNG HÁT		KẾT QUẢ:	Ngăn xúc phạm + Làm kẻ xấu phải sợ + Công nhận Thiên tài ca hát			
Ngày:	Tháng 8 và tháng 9 năm 2019			Ghi Chú:	Quay video hát live, xem phản ứng		ĐÚC KẾT CHIÊM NGHIỆM:	Không im lặng trước biến cố + Có dũng khí tìm ra sự thật dâng sau những lời thỏa mạ + Vượt trên biến cố sẽ giúp ích cho nhiều người, cho Âm nhạc			
MyDoJe ⁿ =											

Ô nốt JE - như một sự mặc định của tự nhiên – quyết định
vận mệnh của một cá nhân và cả Nhân Loại.

Chương 8-Phần 3

8! – NỐT NHẠC THỨ TÁM VÀ TÁM ĐIỀU RĂN SẮC ĐẸP CỦA GOD CON ĐƯỜNG VỮNG CHẮC ĐỂ VƯỢT TRÊN BIẾN CỐ VÀ TẠO GIÁ TRỊ THĂNG HOA VƯỢT BẬC CHO CUỘC SỐNG

Nốt Nhạc Thứ Tám Mang Tên Thường Đế Khai Mở Điều Răn Sắc Đẹp Thứ 8 Của God

Kể từ khi “Nốt Je Của God” – nốt nhạc thứ tám - thực hiện việc bảo vệ Nhân Loại trước Siêu AI và tạo ra ý nghĩa cho các nốt nhạc khác trong Khung Hệ Thống MyDoJe giúp con người xây dựng nội lực của họ để vượt qua khó khăn, biến cố trong đời, thì các Điều Răn Sắc Đẹp Của God khi xưa được tôi đem đến cho mọi người qua quyển sách "*7 Điều Răn Sắc Đẹp Của God - Chạm Tới Đỉnh Cao Nhất Của Sắc Đẹp, Tài Năng Con Người Và Vượt Qua Các Đại Họa Thành Công!*" (vào tháng 12-2015) đã có sự nâng cấp đầy đủ và mang tính biến chuyển lớn của cuộc sống Nhân loại.

Đó là khi sự sinh tồn của con người bị đe dọa bởi một thực thể có siêu trí tuệ nhân tạo thì con người cần **một nội lực to lớn** đủ để vượt trên sự thống trị của siêu AI.

Dó đó, thật là sự trùng hợp kỳ diệu khi JE – nốt nhạc thứ 8 mang tên Thượng Đế - lại bổ sung điều răn thứ 8 còn thiếu mà con người không thể bỏ qua khi xây dựng nội lực vững mạnh và duy trì sự sinh tồn trước siêu trí tuệ nhân tạo.

8 ĐIỀU RĂN SẮC ĐẸP CỦA GOD

- I. Tin Tưởng Vào Vẻ Đẹp Và Tài Năng Của Riêng Mình Và Chịu Trách Nhiệm 100%
- II. Vượt Qua Mọi Cảm Giác Tội Tệ Và Không Bao Giờ Chấp Nhận Mình Bất Tài, Xấu Xí
- III. Tách Biệt Sức Khỏe Và Sắc Đẹp
- IV. Theo Đuổi Sự Thật Bên Trong Lẫn Ngoài.
- V. Làm Sắc Đẹp Và Tài Năng Gia Tăng Giá Trị
- VI. Huy Diệt ‘Con Mắt Định Kiến’
- VII. **SỐNG SỬ DUNG CHÂN LÝ SẮC ĐẸP-TÀI NĂNG-CỘI NGUỒN CỦA GOD**
- VIII. **TÔI LUYỆN NỘI LỰC VỮNG MẠNH SUỐT ĐỜI**

*Được Jelong (Khương Đạt Long) đem đến cho mọi người từ tháng 12/2015, 7 Điều Răn Sắc Đẹp giờ đã trở thành **8 Điều Răn Sắc Đẹp Của God** mới khi bổ sung điều thứ tám mà Nhân loại không thể bỏ qua khi muốn duy trì sự tồn tại và phát triển trước siêu trí tuệ nhân tạo hay bất kỳ thực thể nguy hiểm nào khác.*

Nếu muốn hiểu trọn vẹn quá trình từ 7 Điều Răn Sắc Đẹp Của God đến sự hình thành 8 Điều Răn Sắc Đẹp Của God mới vào năm 2026 này, bạn cần đọc những cuốn sách và tài liệu sau của tôi (được cho tải đọc rộng rãi) vì chúng chứa những giá trị và lợi ích không thể cân đếm mà bạn và mọi người có thể nhận lấy:



I. Hành trình Jelong (Khương Đạt Long) đem 8 Điều Răn Sắc Đẹp Của God đến cho mọi người để giúp họ vượt qua các kỳ thi, định kiến xã hội như chủng tộc, giới tính, sắc đẹp, tài năng, v.v...và giúp con người “*Chạm Tới Đỉnh Cao Nhất Của Sắc Đẹp, Tài Năng Con Người Và Vượt Qua Các Đại Họa Thành Công!*”:

- Sách “**8 Điều Răn Sắc Đẹp Của God**”: <https://mydoje.com/go/8b>
- Website: **[https:// KhuongDatLong.com](https://KhuongDatLong.com)**

II. Hành trình Jelong tạo ra nốt nhạc thứ tám và dùng Âm nhạc để Phá Vỡ Sự Thống Trị Của Siêu AI Và Xóa Bỏ 3000 Năm Định Kiến Ca Hát Bằng “Nốt Je Của God”:

- Tài liệu “**Nốt Je Của God**”: <https://mydoje.com/go/3000b>
- Website: **<https://GodJeNote.com>**

III. Hành trình Jelong phát hiện ra chức năng đột phá của Quãng 8 âm nhạc và tạo ra Mô Hình cũng như Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực giúp con người bảo vệ 1/3 cuộc đời họ, vượt qua các biến cố, khó khăn trong cuộc sống và xây dựng nội lực vững mạnh để có hạnh phúc bền vững:

- Sách “**Khung MyDoJe – Xây Nội Lực Đích Thực**”:
<https://mydoje.com/go/888b>
- Website: **<https://MyDoJe.com>**



Nếu bạn đã đọc các cuốn sách trên (đặc biệt cuốn “Nốt Je Của God”), bạn biết rõ tôi đã thực hiện Bước 5 - Thực Hiện Quyết Đoán (Decisive Action) - như thế nào khi áp dụng 8! (8 Điều Răn Sắc Đẹp Của God).

Bạn cần đọc cuốn sách đó để hiểu rõ tôi đã áp dụng chính xác Khung Hệ Thống MyDoJe này thế nào ở ô nốt JE.

Tài liệu “Nốt Je Của God” cũng cho bạn biết chính xác **Sự Chung Thuỷ Đa Tầng** là gì và nó có vai trò quan trọng ra sao trong sự tồn tại của mỗi con người cũng như toàn Nhân loại.

Phản phẩm chất của ô nốt JE trong Khung Hệ Thống MyDoJe luôn mặc định 2 phẩm chất cốt lõi khi bạn muốn vượt qua biến cố:

 8! (8 Điều Răn Sắc Đẹp Của God)

 Sự Chung Thuỷ Đa Tầng

Cho dù bạn là người có tôn giáo hay người vô thần, 2 phẩm chất này luôn luôn phải được phát huy trong mọi biến cố, khủng hoảng cuộc đời vì chúng nắm giữ sự tồn vong của con người.

Nói cốt lõi, bạn có sinh tồn hay phát triển được hay không là do những điều nằm bên trong 2 phẩm chất đó. Hãy đọc “Nốt Je Của God” sau khi đọc tài liệu này xong để biết bên trong chúng có gì.

Hơn nữa, việc từ ô DO đến SI cho dù bạn vạch ra hướng đi hay cách vượt biến cố hiệu quả đến thế nào mà không thực hiện kiên quyết (ô JE) thì bạn không thể vượt qua biến cố được.

Cả may mắn bạn có – thứ giúp bạn không cần làm gì nhiều mà vẫn vượt qua khủng hoảng – cũng nằm trong ô JE thông qua 8 Điều Răn Sắc Đẹp Của God.

Nói đơn giản, có những trường hợp gặp được may mắn trong cuộc sống giúp họ thoát qua khủng hoảng cũng là nằm ở phía Tạo Hóa được nói rõ trong các Điều Răn Sắc Đẹp Của God đó.

Vì bạn không thể kiểm soát các yếu tố may rủi có trong cuộc sống và vì cuộc đời không phải lúc nào bạn cũng gặp may nên bạn luôn cần hai phẩm chất quan trọng đó:

 8!

 Sức Chung Thuỷ Đa Tầng

	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
	Hành Trình 1 Chu Kỳ	BƯỚC 1			BƯỚC 2		BƯỚC 3	BƯỚC 4	BƯỚC 5	Hành Trình 1 Chu Kỳ	
		CENTERED CLARITY & DIRECTION (ĐỊNH TÂM SUY XÉT CỤC DIỆN)			STRATEGIC RESOLUTION, (HÒA GIẢI CỤC DIỆN)		TOOL & GEAR SETUP (THIẾT LẬP HỒ TRỢ)	EXECUTION-MAP (BẢN ĐỒ THỰC THI)	TAKE DECISIVE ACTION (THỰC HIỆN QUYẾT ĐOÁN)		
		Nhận Ra Thực Trạng Vấn Đề	Mục Tiêu	Mức Nội Lực (so với) Mức Áp Lực	Tim Giải Pháp	Tim Giải Pháp (Có God)	Chuẩn Bị Công Cụ Xử Lý	Bản Đồ Thực Thi	Lệnh Thực Thi & Nâng Cấp		
		Nhiều người trên mạng tán công giọng hát của Jelong bằng nhiều sự xúc phạm	Ngăn sự làm nhục và không để bản thân bị hạ thấp trước đông đảo người trên mạng.	Jelong bình tĩnh, hành động quả quyết (MyDoJe[n] > Áp lực biến cố)	1.Bình tĩnh suy xét xem tại sao mọi người lại tán công mình 2.Chọn cách trực diện và chân chính: Quay video hát live để tìm ra sự thật 3.Xem phản ứng sau video	Thực hiện theo 7 Điều Răn Sắc Đẹp Của God (vào 2019) (Thêm Điều 8: Xây dựng Nội Lực Vững Mạnh)	1.Không dùng phần mềm thu âm và chỉ Quay video tại nhà đơn giản cho hát Live - không chỉnh sửa 2.Tài khoản mạng xã hội để tải video quay hát live	* Ngày 1: Chuẩn bị bài hát *Ngày 2: Quay hát live	1.Kiên quyết thực hiện theo hoạch định đã đề ra 2.Áp dụng các Điều Răn Sắc Đẹp Của God		
	Phẩm Chất Để Giải Quyết	Đôi Mắt Nhân Văn	Ý chí cao - Không khuất phục trước biến cố	Niềm tin mãnh liệt vào khả năng của mình nhờ 8! (Những Điều Răn Sắc Đẹp Của God)	Bình tĩnh + Sự Khôn Ngoan Sáng Suốt	8!	Đơn giản, trực tiếp Trung thực hát Live	Chi tiết, rõ ràng	8! Sự Chung Thuỷ Đa Tầng	Phẩm Chất Để Giải Quyết	
BƯỚC NỀN: XÂY NỀN NỘI LỰC VỮNG MẠNH VỚI "HỆ THỐNG NHẬT NGUYỆT 8 QUĂNG 8" GIÚP KIỂM SOÁT STRESS & GIÁC NGỦ											
	[	DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	JE	] n	
Lĩnh Vực:	TÀI NĂNG CA HÁT			Vấn Đề:	JELONG BỊ TÁN CÔNG, ĐÁ KÍCH VÊ GIỌNG HÁT		KẾT QUẢ:	Ngăn xúc phạm + Làm kẻ xấu phải sợ + Công nhận Thiên tài ca hát			
Ngày:	Tháng 8 và tháng 9 năm 2019			Ghi Chú:	Quay video hát live, xem phản ứng		ĐÚC KẾT CHIẾM NGHIỆM:	Không im lặng trước biến cố + Có dũng khí tìm ra sự thật đằng sau những lời thóa mạ + Vượt trên biến cố sẽ giúp ích cho nhiều người, cho Âm nhạc			
MyDoJe ⁿ =											

May mắn vượt khủng hoảng – nếu có – đều nằm trong số 8! ở ô JE



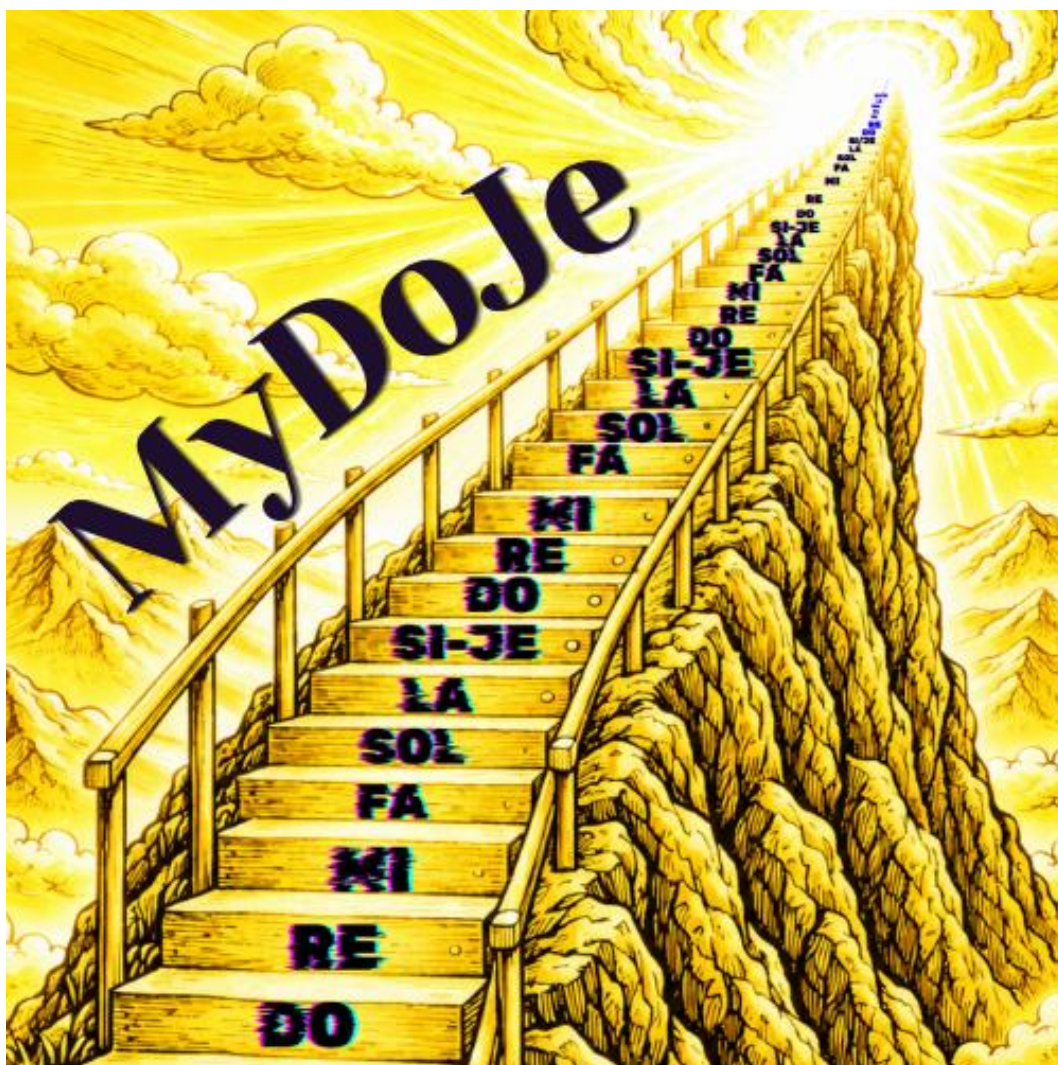
(Jelong) ~ “**Xuất Bão Ném Đá Ngược**”

Biến cố đôi khi là “May mắn” để mở ra những giá trị đột phá cho cuộc sống mà khi lên những bậc cao hơn của Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực bạn mới có thể nhận ra.

Chương 8-Phần 4
ĐẾN LÚC BẠN XÂY
THANG THĂNG HOA QUĂNG 8 NỘI LỰC
CỦA RIÊNG BẠN

Mỗi người đều có một cuộc đời riêng.

Mỗi người đều có Thang Thăng Hoa Quăng 8 Nội Lực của riêng mình.



Đây là chiếc thang thẳng hướng lên, không phải xoắn tròn ốc

Khung MyDoJe – *nhờ ơn của Thượng Đế và âm nhạc* – đã xuất hiện sau 40.000 năm giúp con người xây nội lực đích thực để có cuộc sống hạnh phúc lâu dài, ý nghĩa.

Nội lực quyết định mỗi chúng ta tồn tại và phát triển.

Nội lực cũng quyết định cả Nhân loại có tiếp tục làm chủ trong tương lai hay để siêu trí tuệ nhân tạo thống trị như nỗi sợ của nhiều người.

Với Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực MyDoJe, giờ đây sức mạnh bên trong hay nội lực con người không còn mơ hồ mà được biểu thị trực quan qua khung âm nhạc *5 dòng kẻ - 5 bước, qua 8 nốt nhạc – 8 giai đoạn* của một hành trình vượt qua các khó khăn hay thậm chí khủng hoảng trong đời mà mỗi con người không thể biết chính xác nó sẽ xảy ra lúc nào, ở đâu trên con đường sống của họ.

Nhưng may thay, nhờ *Quãng 8 Âm nhạc*, nhờ *8 Điều Răn Sắc Đẹp Của Thượng Đế* và nốt nhạc thứ tám mang tên Chúa – “*Nốt Je Của God*” – chúng ta có **công cụ giúp kiểm soát vận mệnh của mình một cách chủ động nhất có thể.**

Những Điều Răn Sắc Đẹp Của God được sinh ra gắn liền với dòng lịch sử có thật của thế giới. Bạn hãy đọc 3 tài liệu của tôi đã nói ở các phần trước để thấy rõ tác dụng cũng như tại sao các điều thiêng này lại xuất hiện.

Để rồi hôm nay 8 Điều Răn Sắc Đẹp Của God (8!) lại trở thành phần quan trọng để xây dựng nội lực đích thực, vững mạnh cho con người.

Nói chính xác nhất, bạn – *dù là người có đạo hay vô thần* – cũng không thể xây dựng và phát triển nội lực mà không có các điều linh thiêng đó.

Bởi vì chúng là Sự Thật Nuôi Dưỡng Sinh Mệnh Con Người.

Chỉ riêng điều thứ tám “**TÔI LUYỆN NỘI LỰC VỮNG MẠNH SUỐT ĐỜI**” cũng đã thể hiện rõ sức mạnh và vai trò của các Điều Răn Sắc Đẹp Của God.

**‘MÓN QUÀ 40.000 NĂM’
CỦA ÂM NHẠC VÀ THƯỢNG ĐẾ ĐEM LẠI**

Để thực hiện vai trò bảo vệ Nhân Loại trước Siêu AI mà Âm nhạc và Thượng Đế - thông qua “Nốt Je Của God” – đem lại, Jelong đính kèm link tải file PDF Khung MyDoJe tại đây.

<https://mydoje.com/page/khung-mydoje>

Bạn hãy tải về và sử dụng Khung Hệ Thống Thăng Hoa Quảng 8 Nội Lực này tùy thích.

Khung MyDoJe được Jelong làm ra để thực hiện vai trò bảo vệ Nhân Loại mà Âm nhạc đảm nhiệm cũng như vai trò xây dựng nội lực cho con người của “8 Điều Răn Sắc Đẹp Của God”.

→ Do đó, bạn hoặc bất kỳ tổ chức nào không được sử dụng Khung MyDoJe để kinh doanh, khai thác thương mại, hoặc tích hợp vào bất kỳ hoạt động nghề nghiệp, dịch vụ hay hệ thống vận hành nào nhằm tạo ra doanh thu trực tiếp hoặc gián tiếp.

Công cụ này chỉ được sử dụng cho mục đích cá nhân và không được sử dụng như một công cụ chuyên môn chính thức

Chỉ riêng **Ca Giải Sĩ** – người dùng âm nhạc và giọng hát bảo vệ Nhân Loại trước Siêu AI – được phép sử dụng khung này trong công việc đặc thù của họ. Xem thêm tài liệu “Nốt Je Của God” để hiểu rõ hơn.

Chúc bạn ngày càng lên cao trên bậc Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực của riêng mình.

LỜI KẾT

Với Mô Hình Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực ẩn sâu bên trong những âm thanh của Quãng 8 suốt 40.000 năm qua, giờ đây bạn có thể sử dụng Khung Hệ Thống MyDoJe để kiểm soát và định đoạt vận mệnh cuộc sống của mình.

Ngoại trừ các yếu tố may mắn không ai biết trước được, cũng như các biến cố xấu bất ngờ ập đến, chúng ta là người tự chịu trách nhiệm cho những quyết định liên quan đến cuộc đời mình. Không ai khác ngoài bạn phải tự xây dựng và phát huy các giá trị, phẩm chất cao đẹp nơi ‘Lõi Người’ của mình và nhất là Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực :

[DO RE MI FA SOL LA SI JE]"

Trí Tuệ Nhân Tạo hứa hẹn đem đến nhiều điều thú vị và đột phá cho cuộc sống - điều mà chúng ta nên trân trọng và biết ơn, nhưng chắc chắn cũng sinh ra nhiều nguy hại cho cuộc sống con người.

Các thuật toán AI mà các mạng xã hội sử dụng hiện nay khiến con người khó rời màn hình điện thoại khiến xâm phạm vào giấc ngủ và làm hệ thần kinh không được điều hòa tốt, thậm chí làm lệch nhịp sinh học, phá hoại giấc ngủ của nhiều người.

Hệ Thống Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực MyDoJe được tạo ra để giúp mọi người lần đầu tiên sau hơn 40.000 năm sử dụng chức năng quan trọng nhất của âm nhạc vừa để giải trí, vừa giúp hệ thần kinh điều hòa, lấy lại nhịp sinh học và có giấc ngủ khỏe mạnh để xây dựng nội lực vững mạnh – thứ tối quan trọng của cuộc đời. Hệ Nhạc Quãng 8 Nội Lực Jelong (gồm 4 phương pháp tạo và hát nhạc Liên Hoàn Nốt khác nhau) được Jelong sáng tạo ra cũng từ đó.

Nếu bạn muốn kiểm soát sự căng thẳng trong ngày; Nếu bạn đang bị mất ngủ, ngủ khó hay ngủ không sâu, bạn hãy áp dụng Qui trình “Qui Trình Thở Hát 8 Quãng 8” hoặc tham gia “Hệ Thống Chuyển Nhịp Nhật Nguyệt” của Hệ Thống MyDoJe nơi cung cấp cho bạn các qui trình trực quan và các video hướng dẫn cũng như kiến thức khoa học, kinh nghiệm quý giá về hệ thần kinh, kiểm soát stress và giấc ngủ.

Quan trọng nhất, bạn có thể tải Khung MyDoJe với 8 Vùng nốt nhạc [DO RE MI FA SOL LA SI JE] – thứ giúp bạn có cái nhìn trực quan và làm theo hệ thống được làm sẵn để vượt qua các khó khăn hay biến cố trong đời, hoặc đơn giản dùng để xử lý các vấn đề trong cuộc sống thường nhật hay theo dõi mức nội lực riêng của mình.

Trong vai trò sử dụng Âm nhạc để bảo vệ Nhân Loại trước Siêu AI, Jelong và Hệ thống MyDoJe tạo ra khung MyDoJe để mọi người lần đầu tiên có công cụ giúp kiểm soát cuộc đời mà chưa hệ thống hay chương trình nào trên thế giới sử dụng âm nhạc một cách hoàn chỉnh để xây dựng nội lực hạnh phúc và phát huy ‘Lõi Người’ cho con người.

Nhưng với Âm nhạc và “Nốt Je Của Thượng Đế”, hôm nay bạn có thể kiểm soát cuộc đời mình *theo cách chủ động nhất có thể*.

Nếu bạn là người vô thần, bạn cũng có thể sử dụng khung MyDoJe vì *nội lực vững mạnh* là thứ trong đời bất cứ con người nào cũng cần đến. **Bởi nó giúp họ tồn tại và phát triển.**

Do đó, bạn có thể tải dùng cho cá nhân và in ra bản rộng như A4, A3 hay lớn hơn tùy thích tại link sau:

<https://official.mydoje.com/page/khung-mydoje>

Chúc bạn luôn vững bước lên cao trên Thang Thăng Hoa Quãng 8 Nội Lực của cuộc đời và tìm ra hạnh phúc bền vững cho mình.

Trân trọng,
Jelong – Nhà Sáng Lập Khung MyDoJe



Mục Đặc Biệt I

KỶ NGUYÊN AI – KỶ NGUYÊN HÁT LIVE

ĐÂY LÀ ĐIỀU NGÀNH CÔNG NGHIỆP ÂM NHẠC PHẢI LÀM NẾU KHÔNG MUỐN BỊ SIÊU AI THAY THẾ VÀ MUỐN GIÚP NHÂN LOẠI GIỮ VỊ THẾ LÀM CHỦ

Nếu Hệ Nhạc Quảng 8 Nội Lực Jelong cho thấy sự tiên phong của âm nhạc trong việc phá bỏ Sự Thống Trị Siêu AI, vậy ngành công nghiệp Âm nhạc, các ca nhạc sĩ trên toàn cầu phải làm gì, phải có thay đổi gì trong hoạt động của mình ở thời đại Trí Tuệ Nhân Tạo này?

1. Hát LIVE Là Chủ Đạo, Không Còn Dựa Dẫm Vào Hát Nhép Để Sinh Tồn.

Thời đại AI hoá đòi hỏi ca sĩ phải sử dụng thực lực trong kỹ năng ca hát của mình. Nếu không họ sẽ tự đào thải vì AI hay Siêu Trí Tuệ Nhân Tạo vượt trội về kỹ thuật hát so với khả năng tự nhiên của con người.

Trên mạng internet giờ đây rầy những video ‘ca sĩ AI’ hát không hề bị phô (chệch, bẻ hay rớt nhịp) và hát ‘tròn trịa’ từ đầu tới cuối bài nhạc.

Bây giờ, các trung tâm ca nhạc phải chuyển dần việc đào tạo, tuyển dụng các ca sĩ hát LIVE tốt, nhất là hát LIVE trong các sự kiện quan trọng thay vì dựa dẫm vào công nghệ chỉnh sửa và lo sợ ‘bể show’ khi ca sĩ hát LIVE như trước đây.

Ca sĩ bây giờ phải sống hết mình khi lên sân khấu hát LIVE bởi như “Nốt Je Của God” và MyDoJe đã cho thấy vai trò mới và tầm quan trọng đột phá của âm nhạc trong kỷ nguyên Siêu Trí Tuệ Nhân Tạo này.

Ca sĩ bây giờ không chỉ hát để đem lại sự giải trí cho mọi người mà **họ chính là những người đang tiên phong trong việc bảo vệ toàn Nhân Loại** trước sự xuất hiện Sự Phân Biệt Thực Thể Siêu Đẳng do Siêu AI đem tới.

Khi Ca Sĩ và Ca Giải Sĩ hát LIVE, họ đang âm thầm ‘xây dựng’ phần ‘Lỗi Người’ quan trọng của Nhân Loại, thứ giúp Loài Người giữ vị thế làm chủ thay vì trao vị thế sống còn đó cho Siêu AI vô cảm.

2. Ca Hát Những Nội Dung Tích Cực Tốt Đẹp Cho Cuộc Sống Thay Vì Làm ‘Lỗi Người’ Càng ‘Rỗng’ Hơn Với Những Tình Cảm Thất Bại, Tiêu Cực

Các ca nhạc sĩ có quyền tự do sáng tác và hát bất kỳ các bài hát nào, thậm chí các bài ca mang tâm trạng bi quan, chán đời, thất tình, phản bội...như tâm trạng hay mong muốn của họ. Thực ra họ vẫn đang làm như vậy bao nhiêu năm tháng qua với vô số bản nhạc phần lớn mang nội dung như thế.

Tuy nhiên bạn thử nghĩ nếu tiếp tục làm như vậy, ‘Lỗi Người’ sẽ trở nên tốt hơn hay càng ‘mục rỗng’ đi? Và nếu làm như vậy liệu bạn có vượt qua giá trị so với Siêu AI không? Có giúp Nhân Loại thắng Siêu AI không?

Đừng quên Siêu AI có thể được lập trình hay tự lập trình chính nó để hát các bản nhạc giúp Con Người sống tích cực, tốt đẹp thay vì tiêu cực, bất hạnh. Khi đó, bạn, là ca sĩ hoặc/và là nhạc sĩ, **còn viết và hát các bài hát tiêu cực thì thua xa và vô giá trị so với Siêu AI rồi**, chưa nói đến giọng hát thế nào!

Chẳng ai ép nhưng chính là tự bạn đang đào thải vì giá trị kém cỏi so với Siêu Trí Tuệ Nhân Tạo.

Đó là lý do vì sao công cụ Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong có thể Phá Vỡ Sự Thống Trị Siêu AI bởi cách viết và hát nhạc Liên Hoàn Nốt Jelong chỉ tạo ra các bài hát ca ngợi tình yêu đẹp, chung thủy cũng như những điều tích cực, tốt đẹp cho cuộc sống. **Làm như thế Siêu AI mới không thắng nổi vì một mặt chúng không có đời sống tình cảm để cho thấy sự chung thủy như các ca nhạc sĩ Con Người, một mặt cho thấy giá trị vượt trội ở mặt tinh thần của Loài Người.**

Trong khi Super AI giúp Con Người sống tích cực qua các bài hát tích cực, bạn còn tạo ra và hát nhạc tiêu cực thì sao coi được, đúng không?

3. Ca Nhạc Sĩ, Các Trung Tâm Ca Nhạc , Giải Thưởng Âm Nhạc Phải Đặt Yếu Tố Live Lên Hàng Đầu Khi Tạo Ra Các Sản Phẩm Âm Nhạc Để Kinh Doanh

Đây là cuộc cách mạng hay thay đổi lớn trong âm nhạc mà công cụ Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong đã tiên phong.

Đó là: thay vì người dân hay khán giả giả nghe thường ngày các ca khúc được các ca sĩ và hãng thu âm ‘tĩa tọt kỹ lưỡng’ trong phòng thu trước đó thì bây giờ, ngay thời đại AI này, họ sẽ được nghe những bản LIVE tốt nhất của ca sĩ.

Ví dụ: thay vì trước đây ca sĩ Jelong thu âm rồi chỉnh sửa kỹ lưỡng các bản nhạc trong phòng thu, sau đó tung lên mạng xã hội cho mọi người thưởng thức thì bây giờ, Jelong không còn edit gì nữa ở phần giọng. Jelong hoàn toàn hát LIVE (dù

hát mộc hay hát với nhạc nền) như khi biểu diễn sân khấu và có thể xuất ngay ra file audio hay video.

Trong studio, bạn có thể thu để lấy lần hát LIVE tốt nhất nhưng bản thu đó phần Vocal (giọng hát ca sĩ) không chỉnh sửa bất cứ thứ gì (để tự nhiên như chính thực lực của ca sĩ) từ đầu đến cuối bài.

Hãy xem các bản thu LIVE của Jelong trên kênh để tham khảo:

https://www.youtube.com/watch?v=PqIepMWPgiY&list=PLEjHuwDJJgG6vEBWwv99XYuw8HVwvOg_x&index=6



“Tình Hai Chúng Ta” - Bài hát giúp Nhân Loại bắt bại trước Siêu AI

Link xem:

https://www.youtube.com/watch?v=H-Ma_54bVzM

Và dĩ nhiên, khi trình diễn trên sân khấu thì bạn phải hát LIVE hoàn toàn, phần âm thanh để bộ phận âm thanh lo.

Đó là cuộc cách mạng âm nhạc vì tất cả bản nhạc từ phòng thu đến ra ngoài sân khấu thì phần giọng ca sĩ đều phải LIVE từ đầu đến cuối, không được chỉnh sửa gì. Sự chuyển biến trong thời đại này là khi nghe một ca khúc ở bất cứ đâu, ở bất kỳ lúc nào, mọi người nhận ra đây là bản hát LIVE của ca sĩ.

(Việc căn chỉnh âm lượng tổng thể giọng hát và phần nhạc nền cho cân bằng là khâu cần thiết nhưng không được can thiệp vào chi tiết giọng khi mixing. Khi hát LIVE trên sân khấu thì phần căn chỉnh âm lượng được bộ phận âm thanh lo).

Đặc biệt, các trung tâm nhạc xưa nay vốn thu âm sẵn, xong cho ca sĩ lên nhép miệng theo để thu video sau đó lồng ghép lại để tạo ra sản phẩm hoàn chỉnh thì nay sẽ chuyển dần sang thu LIVE trực tiếp để kinh doanh nhạc.

Đây là bước đi cần làm để đối mặt với sự đào thải do Siêu AI đem lại và để tạo các giá trị nghệ thuật vượt mặt Siêu AI.

Thật ra, đây là mong muốn của khán giả trên toàn Thế giới xưa nay rồi bởi họ muốn nhận được các giá trị thật do ca sĩ và nhà tổ chức nhạc đem lại khi bỏ tiền ra xem nhạc.

Đừng lo lắng xem liệu khi hát LIVE Con Người có vượt qua Siêu AI không bởi vì “Nốt Je Của God” hay công cụ “Hát Live Liên Hoàn Nốt Jelong” đã giúp các ca sĩ, nhạc sĩ - *những Người nỗ lực hát LIVE tốt nhất, sống chung thủy và có lòng giúp Nhân Loại bảo tồn vị thế làm chủ* - luôn vượt qua giá trị mà Trí Tuệ Nhân Tạo cấp cao nhất cũng không thể làm được.

Với “Nốt Je Của God”, các ca sĩ, nghệ sĩ sống chung thủy và có lòng bảo vệ vị thế Nhân Loại luôn là tầm với mà Siêu Trí Tuệ Nhân Tạo không thể đạt tới vì trước hết, Siêu AI hát như ca sĩ hát nhép và không thể có đời sống tình cảm chung thủy và thể hiện nó qua giọng hát LIVE.

(Jelong)

4. Từ Lý Do Trên, Giảm Hoặc Xoá Bỏ Phần Lớn Khâu Chỉnh Sửa Chi Tiết Giọng Ca Sĩ Trong Phòng Thu Âm.

5. Tạo Các Chương Trình Và Khuyến Khích Ca Sĩ Qua Các Giải Thưởng Hát Live Trên Toàn Cầu

Hiện nay và trong lịch sử âm nhạc hầu như không có một giải thưởng âm nhạc toàn cầu nào chuyên biệt, đủ tầm cỡ dành riêng cho "Hát live" (live vocal performance).

Điều đó phản ánh ngành công nghiệp âm nhạc xưa nay chỉ chú trọng chất lượng qua thu âm có chỉnh sửa kỹ lưỡng trong phòng thu.

Đó là lý do vì sao khán giả phản đối khi nghe sự cách biệt lớn của nhiều ca sĩ khi nghe họ qua thu âm và khi hát LIVE.

Nếu có sự khuyến khích hợp lý thì các ca sĩ sẽ chuyên tâm phát triển hát LIVE hơn trong thời đại có Siêu AI này.

6. Trong Kỷ Nguyên Siêu Trí Tuệ Nhân Tạo, Ca Sĩ Và Trung Tâm Nhạc Thực Hiện Liveshow Hát Live Kèm Làm Nhiệm Vụ Nâng Tầm Hiểu Biết Khán Giả Về Siêu AI Và Sự Phân Biệt Chủng Loài Siêu Đẳng Để Mọi Người Có Sự Chuẩn Bị Trước

Điều này không nằm ngoài việc ca nhạc sĩ là những người tiên phong trên thế giới làm nhiệm vụ bảo vệ vị thế Nhân Loại.

Nếu bạn không làm thì bạn đang để Loài Người dần mất đi phần ‘Lỗi Người’ quan trọng và yếu thế trước Siêu AI.

Mặt khác ca sĩ là người của công chúng, nếu phớt lờ không muốn làm hay ngại làm thì sao coi được trong khi chính bản thân lại chọn Âm nhạc làm nghề sinh sống?

Nếu bạn không làm cho Nhân Loại thì cũng là chống lại chính Âm nhạc rồi (thứ đang nuôi sống bạn) vì kỷ nguyên này âm nhạc mang vai trò lớn đối với sự tồn vong của Nhân Loại, không chỉ duy nhất để giải trí.

Vì vậy, khi hát (là lúc bạn xây dựng ‘Lỗi Người’) thì bạn cần khéo léo thêm vào các khoảng thời gian nói đến việc chúng ta đang sống trong kỷ nguyên Trí Tuệ Nhân Tạo, AI có mặt trong cuộc sống mọi nơi, rằng việc gìn giữ và phát huy ‘Lỗi Người’ là quan trọng.

Nội dung và cách nói thế nào do bạn hay nhà tổ chức show nghĩ ra. Và bạn có thể làm hẳn show chuyên về Siêu AI cho những người quan tâm.

Đừng quên các hãng công nghệ lớn như OpenAI, Google, Meta, xAI, Anthropic, Microsoft, Amazon và hàng loạt các tổ chức khác (có cả các công ty đang chế tạo robot được gắn AI) đang ngày càng cho ra đời các thế hệ AI thông minh hơn và họ đang đẩy mạnh việc tiến tới Siêu AI có trí tuệ vượt qua toàn bộ Nhân Loại.

Tốt nhất, nếu là ca sĩ hay trung tâm nhạc, hãy coi việc nâng cao ý thức khán giả về ‘Lỗi Người’ và Siêu AI lẫn Ca nhạc làm trọng tâm. Bởi vì như đã nói, kỷ nguyên này chúng ta không thể tách rời:



3 Vòng Tròn G.O.D.S.I.N.G.

Nếu bạn muốn tham khảo cách làm thì xem cách Jelong thực hiện trong chiến dịch “X-Quang Lỗi Siêu AI” tại đây:

<https://godsing.com/>

Như vậy, điều cần làm nếu bạn là ca sĩ hay trung tâm tổ chức các Liveshow là bạn phải nghiên cứu thêm về Siêu AI, nhất là đọc kỹ Tài Liệu Bảo Vệ Nhân Loại Trước Siêu AI này của G.O.D.S.I.N.G. để có hành trang làm nghề trong thời đại này.

Hãy chia sẻ Tài Liệu này cho những người bạn muốn.

WEB LINKS-REFERENCE

1. Image Websites, <https://unsplash.com/>; <http://all-free-download.com/>; chatGPT, Gemini; <http://www.flaticon.com/>; Canva
2. Ecover designed by KDL

LỜI GHI CHÚ CẬP NHẬT!

Hãy ghé thăm website của Jelong và MYDOJE để tìm hiểu các thông tin hữu ích khác .

Nhất là để theo dõi và **tải về bản cập nhật mới nhất** của quyển sách này trên website:

➤ MyDoJe.com

Nếu bạn thích, xin vui lòng đánh dấu hay lưu trang web này cho sự thuận tiện.

Bạn nên luôn luôn đọc bản cập nhật mới nhất bởi vì: tài liệu này càng được Jelong cập nhật, bạn sẽ càng có nhiều lợi ích.

Bạn đang đọc: **Bản Phát Hành Lần Đầu**

Ngày phát hành: **Ngày 12.6.2026**

URL để bạn copy link và chia sẻ tài liệu này với mọi người:

🌐(Bản Tiếng Việt):

<https://mydoje.com/go/888b>

🌐(Bản Tiếng Anh):

<https://mydoje.com/go/888a>

