



หนังสือดี เปลี่ยนแปลงชีวิตได้
มอบหนังสือดี เป็นของขวัญสำหรับคนที่รักและห่วงใย

ฉบับปรับปรุง

วิธีคิด

ที่ทำให้ใช้ชีวิตคุณ
ประสบความสำเร็จ
และแตกต่างกว่าคนอื่น

DON'T EAT THE MARSHMALLOW YET!

: THE SECRET TO SWEET SUCCESS IN WORK AND LIFE



เขียนโดย :

ดร.โจอาคิม เดอ โพชาต้า และ เอลเลน ซิงเกอร์

แปลโดย : **เนืองนันทน์ ตำรวจรวมผล**

บรรณาธิการโดย : **สมชัย เบญจมิตร**

BEE MEDIA
Self-Development



มุ่งมั่นทำหนังสือดี... เพื่อคุณ





2 **วิธีคิด ที่ทำให้ชีวิตคุณประสบความสำเร็จ...** - ฉบับปรับปรุง โดย *Joachim de Posada*

หนังสือ **วิธีคิด** ที่ทำให้ชีวิตคุณประสบความสำเร็จ และแตกต่างจากคนอื่น

แปลจาก : **Don't Eat the Marshmallow Yet!** : The Secret to Sweet Success in Work and Life

เขียนโดย : **ดร.โจอาคิม เดอ โพซาต้า** และ **เอลเลน ซิงเกอร์**

แปลและเรียบเรียงโดย : **เนืองนันต์ ส้ารวจรวมผล** บรรณาธิการโดย : **สมชัย เบนจุมิตร**


สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ (ฉบับเพิ่มเติม) พ.ศ. 2561 โดย บริษัท บี มีเดีย กรุ๊ป (ประเทศไทย) จำกัด ห้ามการลอกเลียนไม่ว่าส่วนหนึ่งส่วนใดของหนังสือเล่มนี้ รวมทั้งการจัดเก็บถ่ายทอด ไม่ว่าด้วยรูปแบบหรือวิธีการใด ๆ ด้วยกระบวนการทางอิเล็กทรอนิกส์ การถ่ายภาพ การบันทึก หรือวิธีการอื่นใด โดยไม่ได้รับอนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษร
Copyright © 2006 by **Joachim de Posada and Ellen Singer** Thai Language Translation copyright © 2013 by **Bee Media Group (Thailand) Co., Ltd.** All rights reserved including the right of reproduction in whole or in part in any form. This edition published by arrangement with The Berkeley Publishing Group through Tuttle-Mori Agency Co., Ltd.

1802 9 8 7 6 5 4 3 2 1

ISBN 978-616-444-007-4 ราคา 125 บาท



มุ่งมั่นทำหนังสือดี... เพื่อคุณ

จัดพิมพ์โดย **สำนักพิมพ์** 

ในเครือ บริษัท บี มีเดีย กรุ๊ป (ประเทศไทย) จำกัด

BEE MEDIA GROUP (THAILAND) CO.,LTD.

69 ซ.เรวัต 12 ถ.ติวานนท์ ต.ตลาดขวัญ อ.เมืองนนทบุรี จ.นนทบุรี 11000

ติดต่อสำนักพิมพ์ได้ที่ มือถือ 089-111-7500, 089-120-7700 โทรศัพท์ 02-951-5577

Line id : @beemedia www.facebook.com/beemedia Email : Info@BeeMedia.co.th

ติดตามข่าวสาร สมัครสมาชิก และรับสิทธิพิเศษได้ที่ **www.BeeMedia.co.th**

จัดจำหน่ายโดย : **บริษัท ซีเอ็ดดูเคชั่น จำกัด (มหาชน)**

1858/87-90 ถนนบางนา-ตราด แขวงบางนา เขตบางนา กรุงเทพฯ 10260

โทรศัพท์ 02-826-8000 โทรสาร 02-826-8356-9 <http://www.se-ed.com>

กรณีต้องการสั่งซื้อจำนวนมาก เพื่อใช้เป็นของขวัญหรือ ส.ค.ส. ในทุกเทศกาล เช่น ปีใหม่ งานสัมมนา งานอบรม พัฒนาบุคลากรหน่วยงานหรือเป็นของขวัญเพื่อคนที่รักและห่วงใย **ขอรับส่วนลดพิเศษที่ 089-111-7500, Line id : @beemedia, www.BeeMedia.co.th**



หนังสือเล่มนี้จัดพิมพ์ด้วยความรับผิดชอบและใช้กระดาษถนอมสายตาอย่างดี ทุกเล่มรับประกันความพอใจสูงสุด หากเกิดปัญหาการพิมพ์ สามารถเปลี่ยนเล่มใหม่ได้ทันที







TO _____

FROM _____

- สิ่ง ดี ๆ จาก ผู้ ให้ สู ผู้ รับ -

ผู้ที่มอบหนังสือเล่มนี้ให้แด่ท่าน คือผู้ที่มีความเอาใจใส่และปรารถนาแต่สิ่งที่ดีที่สุด จึงได้มอบหนังสือเล่มนี้ที่จะช่วยทำให้ท่านมีแนวทางและวิธีคิด เพื่อสามารถนำหลักการจากผลการวิจัยที่ดี ไปประยุกต์ใช้ในการสร้างความสำเร็จให้ชีวิตของท่านมีชีวิตที่ดีขึ้น และแตกต่างกว่าคนอื่น

นี่คือสิ่งที่คนพิเศษผู้ที่รักและห่วงใยในตัวท่าน ได้มอบหนังสือเล่มนี้ให้ เพื่อต้องการให้คนที่รักและห่วงใย มีชีวิตที่ดีขึ้นตลอดไป

เพราะหนังสือดีเล่มนี้ เปลี่ยนแปลงชีวิตคนเราให้ดีขึ้นได้

สมชัย เบญจมิตร

ลุงบันทึกหนังสือ... เพื่อคุณ

การมอบหนังสือดีแก่ผู้ที่ท่านรักและห่วงใย เป็นการเพิ่มสิ่งดีให้กับตนเองและผู้ได้รับ สำหรับผู้รับนั้น เมื่อท่านได้รับหนังสือดีเล่มนี้ ขอให้ตอบแทนสิ่งดี ๆ คืนแก่ผู้ให้ด้วยการอ่านให้จบ 1 ครั้ง และให้ผู้อื่นยืมอ่าน 1 ครั้ง เพราะเท่ากับท่านได้ช่วยให้ตัวท่านเองและคนรอบข้าง มีชีวิตที่ดีขึ้น





- เกี่ยวกับผู้เขียน -



ดร.โจอาคิม เดอ โปซาต้า เป็นนักพูดโน้มน้าวใจ นักเขียน และคอลัมนิสต์ชื่อดัง เขาบรรยายในเรื่องภาวะผู้นำ การขาย การบริหาร และการพัฒนาตนเอง นอกจากนี้ยังทำงานให้กับโค้ช NBA ที่มีชื่อเสียงและทีมโอลิมปิก อีกทั้งยังจัดหลักสูตรเพื่อพัฒนาบุคลากรให้กับบริษัทชั้นนำหลายร้อยบริษัท รวมถึงบริษัทชั้นนำในอเมริกาและทั่วโลก เช่น ซิตีแบงก์ ซีร็อกซ์ และยูนิลีเวอร์

เอลเลน ซิงเกอร์ นักเขียนเปี่ยมประสบการณ์ทางด้านงานเขียนทางธุรกิจ เป็นผู้แต่งหนังสืออันโด่งดังชื่อ Quicksand เธอเป็นนักเขียนอิสระ และที่ปรึกษากิจกรรมส่งเสริมการขายสำหรับลูกค้าที่เป็นเจ้าของกิจการและบริษัทต่าง ๆ ทั่วโลก

- เกี่ยวกับผู้แปลและเรียบเรียง -

ไฉ่ฉิงฉิน สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาภาษาและวรรณคดีอังกฤษ จากมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และปริญญาโทสาขาบริหารรัฐกิจจาก University of Southern California

ในอดีตเธอเคยทำงานทางด้านฝึกอบรมและพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ การสื่อสารและการสร้างวัฒนธรรมองค์กรในบริษัทชั้นนำหลายแห่ง ปัจจุบันเธอทำงานเป็นที่ปรึกษาอิสระทางด้านการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ รวมถึงเป็นวิทยากรในหลักสูตรเกี่ยวกับการสร้างทักษะภาวะผู้นำและการพัฒนาตนเอง





หมายเหตุ บรรณาธิการ

|| บั๊คนเรา:มีความสามารถใกล้เคียงกัน หรือมีความฉลาดพอ ๆ กัน แต่บั้นปลายชีวิตกลับแตกต่างกัน ความแตกต่างที่สำคัญของความสำเ็จและล้มเหลวของแต่ละคนจึงมีได้ อยู่ที่การทำงานหนักหรือมีสติปัญญาที่เหนือกว่าเท่านั้น แต่อยู่ที่ความสามารถในการ **“ห้ามใจตัวเองให้ชะลอความอยากได้รับความพอใจลงก่อน และคิดถึงผลตอบแทนระยะยาว”** อีกทั้ง **“วิธีคิดในการใช้ชีวิต”** ที่ดีและถูกต้อง ซึ่งจะทำให้ชีวิตของคนคนนั้นประสบความสำเร็จและแตกต่างกว่าคนอื่น

หนังสือ **“วิธีคิด ที่ทำให้ชีวิตคุณประสบความสำเร็จ และแตกต่างกว่าคนอื่น - ฉบับปรับปรุง”** หรือ **Don't Eat The Marshmallow Yet!** เล่มนี้ เป็นหนังสือขายดีมาก เขียนจากงานวิจัยในเรื่อง **“ทฤษฎี มาร์ชมาลโลว์”** ที่พบว่า **เด็กที่สามารถห้ามใจชะลอความอยากได้รับความพอใจในทันทีได้จะมีชีวิตที่ดีกว่าและประสบความสำเร็จมากกว่า!** โดยนำหลักการมาประยุกต์ใช้ในการเปลี่ยนแปลงชีวิตให้ดีขึ้นได้

สำนักพิมพ์  มีความภูมิใจ ที่ได้นำเสนอหนังสือดีเล่มนี้ เพื่อช่วยให้ท่านประสบความสำเร็จ มีชีวิตที่ดีขึ้น และแตกต่างกว่าคนอื่นได้

เพราะหนังสือดี เปลี่ยนแปลงชีวิตคนเราให้ดีขึ้นได้

สมชัย เบญจมิตร

มุ่งมั่นทำหนังสือดี... เพื่อคุณ





หยุด... อย่ารีบกิน **มาร์ชมาลโลว์!**

แล้วคุณจะประสบความสำเร็จ
ทั้งงาน เงิน และชีวิต

Don't Eat The Marshmallow... Yet!

เรื่องราวและบทเรียนล้ำค่า

ที่ทำให้มี **วิธีคิด** ที่ดี

ซึ่งจะช่วยเปลี่ยนแปลงชีวิตของคุณ
ให้ประสบความสำเร็จ และแตกต่างจากคนอื่น





สาเหตุอะไรที่ทำให้คน 2 คนที่ “ฉลาดพอกัน” แต่กลับมี “ชีวิตที่แตกต่างกัน”

อาร์เธอร์ เป็นคนฉลาด สามารถแก้ปัญหาอักษรไขว้
ในหนังสือพิมพ์นิวยอร์ก ไทมส์ ได้ในเวลา 30 นาที สามารถ
วิเคราะห์เศรษฐกิจของลาตินอเมริกาได้ภายในเวลาครึ่งชั่วโมง และ
คำนวณตัวเลขในหัวได้เร็วกว่าคนส่วนใหญ่ที่คำนวณโดยใช้เครื่อง
คิดเลข **แต่... เขากลับเป็นแค่คนขับรถ**

ขณะที่ **โจนาธาน เพเชียน** ฉลาดพอ ๆ กับอาร์เธอร์ ทำงาน
หนักเท่ากัน **แต่... โจนาธานเป็นเศรษฐีพันล้าน!**

**ทำไมโจนาธาน จึงนั่งอยู่บนเบาะหลังของรถยนต์คันใหญ่
ในขณะที่อาร์เธอร์ นั่งอยู่ด้านหน้าเป็นคนขับให้เขา**

**อะไรเป็นสาเหตุ ที่ทำให้พวกเขามีชีวิตที่แตกต่างกัน
อะไรคือความแตกต่าง ระหว่างความสำเร็จและความล้มเหลว**

คำตอบอยู่ที่การวิจัยของ มหาวิทยาลัย สแตนฟอร์ด ที่มี
ชื่อเสียงในอเมริกา นักวิจัยได้ทดลองปล่อยให้เด็ก ๆ อยู่ในห้องตาม
ลำพังและแจกขนม **“มาร์ชมาลโลว์”*** คนละก้อน จากนั้นเสนอ
ให้เด็กเลือกว่าจะ **กินมันเข้าไปทันที** หรือ **จะคอยอีก 15 นาที**
ถ้าคนไหนคอยได้ พวกเขาก็สัญญาว่าจะให้ขนมมาร์ชมาลโลว์แก่เด็ก
คนนั้นเพิ่มอีกก้อน **จากการทดลองพบว่า เด็กบางคนอดใจไม่ได้
และกินขนมเข้าไปทันที ในขณะที่บางคนเลือกที่จะคอย!**

* **Marshmallow** มาร์ชมาลโลว์ คือขนมที่มีลักษณะเบาคล้ายฟองน้ำ ทำจากเจลาติน น้ำตาล
น้ำเชื่อม ข้าวโพด แป้ง โรยด้วยน้ำตาลผง มีหลากหลายสี เป็นขนมที่เด็กชอบและอร่อยมาก



จากนั้น ความสำคัญที่แท้จริงของการศึกษานี้ได้แสดงผลในอีกหนึ่งทศวรรษต่อมา เมื่อนักวิจัยค้นพบว่า **เด็กที่ “สามารถอดทนรอได้”** เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ประสบความสำเร็จมากกว่าเด็กที่กินขนมมาร์ชมาลโลว์ทันที เพราะหักห้ามใจตนเองไม่ได้

บทเรียนจากผลงานวิจัยนี้ช่วยให้ **ดร.โจอาคิม เดอ โปชาด้า** ผู้เขียนหนังสือเล่มนี้ ผู้ซึ่งมีชื่อเสียงทั่วโลกในฐานะนักพูดเพื่อสร้างแรงบันดาลใจให้กับนักบริหารธุรกิจและนักกีฬาอาชีพ พบว่า **ทฤษฎี “มาร์ชมาลโลว์”** สามารถตอบคำถามที่เขาพยายามแสวงหามานาน 30 ปีได้ ทฤษฎีนี้อธิบายได้อย่างน่าสนใจว่า **“ทำไมคนบางคนจึงประสบความสำเร็จ ในขณะที่บางคนล้มเหลว!”**

โปชาด้าเชื่อว่า ความแตกต่างที่สำคัญของความสำเร็จและความล้มเหลวมีได้อยู่ที่การทำงานหนักหรือมีสติปัญญาที่เหนือกว่า แต่อยู่ที่ความสามารถในการ **“ห้ามใจตัวเองให้ชะลอความอยากได้รับความพอใจลงก่อนหรือรู้จักอดเปรี้ยวไว้กินหวาน”** นั่นคือ คนที่ **“ห้ามใจไม่รีบกิน ‘มาร์ชมาลโลว์’ จะเป็นคนที่ประสบความสำเร็จมากกว่า”**

หนังสือเล่มนี้ใช้เรื่องเล่าผ่านตัวละคร 2 คนคือ **อาร์เธอร์** และ **โจนาธาน เพซีย์น หรือคุณพี** โดยสอดแทรก **“วิธีคิดในการใช้ชีวิต”** ที่ดี เป็นบทเรียนให้แก่อาร์เธอร์

บทเรียนจากหนังสือเล่มนี้จะเปลี่ยนวิธีคิด
และชีวิตคุณได้ และยังแสดงให้เห็นว่า
การกระทำของคุณในวันนี้จะส่งผลอันใหญ่หลวง
ต่ออนาคตของคุณ ถ้าเพียงไม่รีบกิน
‘มาร์ชมาลโลว์’ ของคุณในตอนนี้นั่น



สารบัญ

เกี่ยวกับผู้เขียน	4
หมายเหตุบรรณาธิการ	5
สาเหตุอะไรที่ทำให้คน 2 คนที่ “ฉลาดพอ ๆ กัน” แต่กลับมี “ชีวิตที่แตกต่างกัน”	7
เปลี่ยนแปลงชีวิต ด้วยวิธีคิดจากทฤษฎี “มาร์ชมาโลว์”	11

1. ถ้าไม่รู้จกยับยั้งใจตัวเอง
ก็เท่ากับคุณยอมแพ้ให้กับตัวเอง 19
2. คนที่ประสบความสำเร็จ
ต้องเป็นคนที่รักษาคำมั่นสัญญา 27
3. คนที่จะประสบความสำเร็จได้
ต้องใช้ความศรัทธาและมีแรงจูงใจในตัวเอง 37
4. ความสำเร็จเริ่มต้นขึ้นเมื่อคุณเต็มใจ
ทำในสิ่งที่คุณไม่ประสบความสำเร็จ ไม่เต็มใจทำ 49
5. ทำชีวิตให้ดีขึ้น ด้วยกฎ ‘30 วินาที’ 63
6. ผลตอบแทนล้าค่าที่เกิดจากการฝึกห้ามใจตัวเอง
ตามทฤษฎี “มาร์ชมาโลว์” 79
7. เมื่อมีจุดมุ่งหมายและความปรารถนา
ก็จะทำให้คุณได้รับความสงบสุขในจิตใจ 89
8. ถึงเวลาเริ่มต้นชีวิตที่ดีแล้ว 95





10 **วิธีคิด** ที่ทำให้ชีวิตคุณประสบความสำเร็จ... - ฉบับปรับปรุง โดย *Joachim de Posada*

บทสรุป 101

- หากรีบกินทุกสิ่งทุกอย่างหมดในวันนี้
ผลที่ได้คือคุณจะไม่เหลืออะไรเลยในวันพรุ่งนี้ 102
- เครดิตดี = เดบิตที่ดีกว่า
สะสมวันนี้ คุณจะมีชีวิตบ้านปลายที่ดี 103
- ถ้าอยากบรรลุลูกเป้าหมาย จงเป็น “นักเก็บเงินตัวยง”
ดีกว่า “นักจ่ายเงินตัวยง” 104
- จงออมเงิน เพื่อสร้างความมั่งคั่งให้ตัวเอง 106
- อย่าเพิ่งตอบ “ตกลง” ให้อดใจรอผลตอบแทนที่ดีกว่า 108
- วิธีฝึกปฏิบัติหลักการ ทฤษฎี “มาร์ชมาโลว์”
ในทุกอาชีพ ทุกคน ทุกวัย 109
- “โจรสลัด และ สวรรค์” ต้องกล้าแตกต่างกัน 111
- “มนุษย์หน้ากากยาง” จินตนาการว่าได้รับความสำเร็จ 114
- มันคือโลกของ “มาร์ชมาโลว์” ความฝัน
และการได้มาอย่างชาญฉลาด 116
- แผนการเปลี่ยนแปลงชีวิต 5 ขั้นตอน 120
- แผนการขั้นตอนที่ 6 122
- บันทึกท้ายเล่ม 123





เปลี่ยนแปลงชีวิต ด้วยวิธีคิด จาก ทฤษฎี ‘มาร์ชมาโลว์’

Wมเต็บโตขึ้นมาในครอบครัวที่มีฐานะดี แต่กลับต้องตกกระทบลำบากเมื่อตอนเป็นวัยรุ่น

ผมโตขึ้นมาโดยได้เรียนรู้เรื่องการสูญเสียมากกว่าเคล็ดลับในการบรรลุความสำเร็จ ถึงแม้พ่อกับแม่ของผมจะมีชีวิตที่ดีขึ้น พื้นที่ตัวได้หลังจากสูญเสียทุกอย่างกันไปในช่วงวัยกลางคน แต่ทัศนคติที่คิดว่าตนเองเป็นคนมั่งคั่งของท่านทั้งสองนั้นไม่เคยหวนคืนมาอีกเลย ซึ่งผมก็ได้ซึมซับเอาความหวาดกลัวของพ่อกับแม่ไว้มากกว่าที่จะซึมซับความสำเร็จของพวกเขาท่านซะอีก

แต่ความกลัวเหล่านั้นเป็นเชื้อเพลิงอย่างดีที่จุดความทะยานอยากให้ผมต้องประสบความสำเร็จทางการเงินให้ได้ และเป็นส่วนหนึ่งที่ผลักดันให้ผมก้าวสู่อาชีพการเป็นนักบรรยายเพื่อสอนคนอื่น ๆ ให้บรรลุความสำเร็จ ผมได้เติบโตขึ้นเป็นนักพูดเพื่อโน้มน้าวใจคนที่สร้างแรงบันดาลใจให้กับนักธุรกิจและนักกีฬาอาชีพ ให้พวกเขาสามารถบรรลุเป้าหมายโดยใช้หลักการต่าง ๆ อันมีค่า แต่สิ่งที่ไม่ได้ตระหนักในเวลานั้นคือ ผมลืมองค์ประกอบสำคัญของความสุขของชีวิตไป

จากนั้นไม่นาน ผมได้ศึกษา ทฤษฎี ‘มาร์ชมาโลว์’ ซึ่งพูดถึงแนวคิดในการชะลอความต้องการให้ตนเองได้รับในสิ่งที่พอใจอย่างทันทีทันใดลงก่อน และให้คิดให้รอบคอบถึงผลที่จะ





ได้รับในระยะยาว ซึ่งแนวคิดนี้ได้เปลี่ยนแปลงชีวิตของผมอย่างสิ้นเชิง และแน่นอน... มันจะเปลี่ยนแปลงชีวิตคุณให้ดีขึ้นได้ตลอดไปด้วยเช่นกัน ถ้าคุณได้อ่านจากหนังสือเล่มนี้!

ย้อนความเมื่อตอนที่ครอบครัวของผมสูญเสียทุกสิ่งทุกอย่าง สิ่งต่าง ๆ ไม่เคยกลับมาเหมือนเดิมอีกเลย พ่อ กับแม่ผมไม่เคยกลับมาเป็นคนเดิม ผมเองก็เช่นกัน ผมคิดว่าพ่อกลัวจับใจที่จะสูญเสียทุกอย่างอยู่เสมอ ดังนั้นท่านจึงปกป้องตัวเองอย่างมาก แม้กระทั่งหลังจากที่กลับมามีฐานะมั่นคงเช่นเดิมก็ตาม ท่านก็ยังคงขับรถยนต์เซฟวีเก่า ๆ ไม่เคยซื้อรถคาดีลแล็คจนกระทั่งอายุ 81 ปี (และ 2 ปีต่อมา ท่านก็เสียชีวิตในรถคาดีลแล็คคันนั้น)

ผมเองก็มีความกลัวเช่นเดียวกันนี้ในจิตใจได้ล้าลึกเช่นกัน แต่ปฏิกิริยาของผมกลับตรงกันข้าม ผมใช้เงินทั้งหมดที่หามาได้ใช้ชีวิตอย่างฟุ่มเฟือยไปกับการเที่ยวเตร่ ผู้หญิง ของกำนัล ฟุ่มเฟือย รถยนต์รุ่นล่าสุดและเครื่องประดับราคาแพง ไม่เคยเก็บเงินสักสตางค์แดงเดียว แถมยังใช้เงินมากกว่าที่หามาได้ซะด้วย ซึ่งเปรียบเสมือนกับการกิน ‘มาร์ชมาลโลว์’ ทั้งหมดทันทีที่ผมหยิบมันได้

ณ จุดนี้ คุณอาจจะสงสัยว่าทำไมพ่อของผมไม่ห้ามผมทำในเรื่องแย่ ๆ เหล่านั้น ทำไมท่านไม่พยายามปลุกฝังค่านิยมทางการเงินที่ท่านได้เรียนรู้มาให้แก่ผม คำตอบก็คือ ที่จริงแล้ว





ที่พ่อไม่เคยสอนผมถึงเคล็ดลับในการเป็นคนทีประสบความสำเร็จ ก็เพราะตัวท่านเองก็ไม่เข้าใจ!

พ่อสามารถนำเคล็ดลับไปปฏิบัติได้ แต่เป็นเพราะท่านซัด หลาบที่จะต้องสูญเสียทุกสิ่งทุกอย่างซ้ำอีกครั้งนั่นเอง ลองนึกดู สิ ถ้าคุณเคยเป็นคนทีร่ำรวยมาก แต่วันหนึ่งกลับตื่นขึ้นมาพบ ว่าตัวเองสิ้นเนื้อประดาตัว มันคงทำให้คุณช็อกและได้เรียนรู้ บทเรียนชีวิตทีสำคัญมาก อย่าว่่าแต่จะมีเวลาทีจะสอนคนอื่นเลย แม้แต่ตัวคุณเองก็ยังไม่มีความคิดถึงมัน!

ดังนั้นเคล็ดลับเพื่อให้ร่ำรวยมั่งคั่งและประสบความสำเร็จอย่างแท้จริงจึงยังเป็นเรื่องลึกลับสำหรับผม แต่เป็นเรื่องลึกลับทีผมจะต้องรู้ให้ได้ ความต้องการของผมนกก็คือ ผมต้องการทีจะเข้าใจและอธิบายให้ได้ว่่า

- ทำไมคนบางคนจึง “ทำได้” ในขณะที่คนบางคน “ไม่สามารถทำได้”
- ทำไมคนบางคนจึง “ประสบความสำเร็จ” ในขณะที่บางคน “ล้มเหลว”
- ทำไม 90 เปอร์เซ็นของคนทีอายุ 65 จึงไม่มีเงินพอที จะพึ่งพาตัวเองได้ แต่กลับต้องทำงานหนักตลอดเวลา ต้องพึ่งพาประกันสังคม หรือภาวนาว่่าลูกชายลูกสาว เข้าเรียนเป็นแพทย์หรือเรียนเป็นนักกฎหมาย เพื่อที จะออกมาจะมีงานทีดีทำและมีเงินพอทีจะช่วยให้ชีวิต บั้นปลายของพวกเขาดีขึ้นได้





Wมเป็นนักฟุตบอลเพื่อการโน้มน้าวใจคนมานานกว่า 30 ปี พูดยให้กับบริษัทที่ดีที่สุดในโลกหลายบริษัทในประเทศต่าง ๆ กว่า 30 ประเทศ และมีรายชื่อลูกค้าอยู่มากมาย ผมยังได้ทำงานเกี่ยวข้องกับกีฬา โน้มน้าวใจนักกีฬาในสมาคมนักบาสเกตบอลแห่งชาติและในการแข่งขันโอลิมปิก

ผมเคยสงสัยว่า **“ทำไมนักกีฬาบางคนจึงประสบความสำเร็จ ในขณะที่บางคนไม่สามารถทำได้”** ซึ่งเห็นได้ชัดว่ามันไม่ใช่แค่การมีพรสวรรค์หรือความสามารถเท่านั้น เพราะโลกนี้เต็มไปด้วยนักกีฬาที่มีพรสวรรค์แต่ไม่เคยบรรลุความสำเร็จ และเต็มไปด้วยนักกีฬาที่มีพรสวรรค์น้อยกว่าแต่กลับประสบความสำเร็จที่ยิ่งใหญ่ ความต้องการของผมที่จะค้นหาเคล็ดลับที่แท้จริงของความสำเร็จ ทำให้ผมค้นคว้าหาข้อมูลเพิ่มเติม และในระหว่างการค้นคว้าหาคำตอบนั้น บังเอิญผมได้พบกับการศึกษาทางด้านจิตวิทยาที่ทำโดยนักจิตวิทยาชื่อดัง **ดร.วอลเตอร์ มิสเชล**

Wมคงไม่พูดถึงการศึกษาดังกล่าวอย่างละเอียดในตอนี้ เพราะคุณจะได้อ่านมันในหนังสือเล่มนี้ แต่ขอบอกอะไรคุณสักอย่าง ผมได้พบเคล็ดลับที่ว่า **ทำไมคนบางคนจึงประสบความสำเร็จ ในขณะที่ทำไมคนบางคนจึงล้มเหลว** ผมคิดว่าบทเรียนนี้สำคัญมากจนผมตัดสินใจเขียนหนังสือเกี่ยวกับเรื่องนี้ขึ้นด้วยความช่วยเหลือจากนักเขียนผู้ปราดเปรื่อง **เอลเลน ซิงเกอร์**

จงฟังคำพูดต่อไปนี้ให้ดี... และมันจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องสอนหลักการนี้ให้กับคนทุกคน สิ่งที่ผมกำลังจะบอกคุณก็คือ





‘ความแตกต่างระหว่างการเป็นคนรวยกับการเป็นคนจน’ มันคือเคล็ดลับที่จำเป็นต้องสอนเด็ก ๆ ทุกคนในโลกนี้ ซึ่งผมได้สอนให้กับลูกสาวของผม ดังนั้น ถ้าคุณเข้าใจมัน คุณก็สามารถสอนหลักการที่ดีนี้ให้ลูกของคุณได้

Kลับสื่อเล่มนี้เหมาะสำหรับทุกคนที่ต้องการมีชีวิตที่ประสบความสำเร็จและแตกต่างกว่าคนอื่น อาทิ เจ้าของกิจการ พนักงานบริษัทและคนที่ เป็นนายตัวเอง นอกจากนี้ยังเหมาะสำหรับนักกีฬาและผู้ที่ต้องการความก้าวหน้าในชีวิต เหมาะสำหรับครูผู้มีความรับผิดชอบอย่างใหญ่หลวงในการให้การศึกษาแก่เด็ก ๆ ของเรา และแน่นอน มันเหมาะสำหรับวัยรุ่นที่ต้องการจะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตัวเองเพื่อประสบความสำเร็จในชีวิตอย่างยั่งยืน

แต่ก่อนจะอ่านหนังสือเล่มนี้ ผมมีคำถามที่อยากถามคุณ

มีกบ 3 ตัว อยู่บนใบไม้ที่กำลังลอยไปตามกระแสน้ำในแม่น้ำ กบตัวหนึ่ง **“ตัดสินใจกระโดด”** ลงไปในแม่น้ำ

ถามว่า... **มีกบเหลืออยู่บนใบไม้กี่ตัว**

คนส่วนใหญ่ตอบว่า **“2 ตัว”** ซึ่งเป็นคำตอบที่ผิด คำตอบที่ถูกต้องคือ **ยังคงมีกบ “3 ตัว”** เหลืออยู่บนใบไม้...ทำไมนะหรือ

เพราะการ **“ตัดสินใจกระโดด”**

กับการ **“กระโดดลงไป”**... เป็นสิ่งที่ต่างกัน!





กี่ครั้งแล้วที่คุณตัดสินใจลดน้ำหนักและพบว่า 3 เดือนต่อมา ตัวเลขบนที่ชั่งน้ำหนักยังคงไม่เปลี่ยนแปลง ก็ครั้งที่คุณตัดสินใจเลิกบุหรี่แต่ก็ยังคงสูบเมื่อออกเที่ยวในคืนถัดมา ก็ครั้งแล้วที่คุณตัดสินใจทำความสะอาดห้องในวันหยุด แต่แล้วก็พบว่ามันดูแย่ยิ่งกว่าเดิมในวันจันทร์!

ถ้าฟังดูเหมือนตัวคุณเลย ผมก็หวังว่าคุณจะตัดสินใจอ่านหนังสือเล่มนี้ และนำสิ่งที่คุณเรียนรู้จากที่นี้ไปใช้ แล้วมันจะทำให้คุณก้าวกระโดดไปสู่ความสำเร็จ!

เซอร์ ฟรานซิส เบคอน กล่าวไว้ว่า **“ความรู้คืออำนาจ”** สิ่งที่ทำานพุดนะถูกต้อง แต่ทำานล้มคำคำหนึ่งที่จะทำให้ประโยคนั้นถูกต้องสมบูรณ์ยิ่งขึ้น นั่นคือ **“การนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ จะทำให้ชีวิตมีพลังอำนาจ”** เพราะถ้าคุณรู้ แต่ไม่ลงมือทำ ก็เท่ากับว่าคุณ **“ไม่รู้”** ...มันก็เท่านั้นเอง

จงอ่านหนังสือเล่มนี้และนำทุกสิ่งทุกอย่างที่คุณได้เรียนรู้ไปใช้ ผมสัญญาว่าชีวิตของคุณจะไม่มีวันเหมือนเดิม ผมได้เรียนรู้เคล็ดลับที่สำคัญนี้ ผมไม่ได้รับกิน **‘มาร์ชมาโลว์’** ทั้งหมดของผม และผมก็ประสบความสำเร็จ

แน่นอนว่า เมื่อคุณอ่านหนังสือเล่มนี้จบ
คุณก็จะทำได้เช่นเดียวกับผม!

ดร.โจอาคิม เดอ โพซาต้า





“ความแตกต่างที่สำคัญ

ของความสำเร็จและความล้มเหลว มิได้อยู่ที่การทำงานหนัก หรือมีสติปัญญาที่เหนือกว่า แต่อยู่ที่ความสามารถในการ “ห้ามใจตัวเองให้ชะลอความอยากได้รับความพอใจลงก่อน หรือรู้จักอดเปรี้ยวไว้กินหวาน” นั่นคือคนที่สามารถ “ห้ามใจไม่รีบกิน ‘มาร์ชมาโลว์’ ได้ จะเป็นคนที่ประสบความสำเร็จมากกว่า”

นักฤษฎี ‘มาร์ชมาโลว์’

พูดถึงแนวคิดในการชะลอความต้องการให้ตนเองได้รับในสิ่งที่พอใจอย่างทันทีทันใดลงก่อน และให้คิดให้รอบคอบถึงผลที่จะได้รับในระยะยาว ซึ่งวิธีคิดนี้จะเปลี่ยนแปลงชีวิตคุณให้ดีขึ้นได้ตลอดไป”





“พลวิชัยออกมาว่า
เด็กที่ยับยั้งใจไม่กินขนม ‘มาร์ชมาโลว์’
ได้นั้น มีผลการเรียนที่ดีกว่า เข้ากับ
คนอื่นได้ดีกว่า และจัดการกับความเครียด
ได้ดีกว่าเด็กที่ไม่สามารถห้ามใจตัวเองไม่
ให้กินขนม ‘มาร์ชมาโลว์’ ก่อนแรกจาก
การทดลองด้วยเวลาสั้น ๆ หลังจากผู้ใหญ่
ออกไปจากห้องได้

กลุ่มเด็กที่สามารถ
ห้ามใจตัวเองไม่กินขนม ‘มาร์ชมาโลว์’
กลายเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จในชีวิต
มากกว่ากลุ่มเด็กที่ไม่สามารถยับยั้งใจได้
อย่างมากมาย”





1

ถ้าไม่รู้จักระบายใจตัวเอง ก็เท่ากับคุณยอมแพ้ให้กับตัวเอง

“แน่นอนว่ามันไม่ได้เกี่ยวข้องโดยตรง แต่ความสามารถในการยับยั้งหักห้ามใจเพื่อไม่ให้สนองความพึงพอใจของตัวเองทันทีทันใด กลายเป็นปัจจัยที่บ่งบอกถึงความสำเร็จของเราในอนาคตได้”

โดยปกติแล้ว

โจนาธาน เพเชียน เป็นคนที่สงบนิ่งและเปี่ยมด้วยความมั่นใจราวกับสุนัขของ บรู๊ค บราเธอร์ ที่เขาชอบสวมใส่

เขารู้สึกเหนื่อยและเครียดหลังจากเสร็จจากการประชุมอันคร่ำคร่า เมื่อเดินไปถึงรถคันหรู เขาพบว่าคนขับรถกำลังนำ **เบอร์เกอร์ “บิ๊กแม็ค”** ที่เต็มไปด้วยซอสมะเขือเทศเข้าปากเป็นคำสุดท้าย

“อาร์เธอร์ นายกำลังกิน **‘มาร์ชมาโลว์’** อีกแล้ว” เขากล่าวตำหนิ





“ขนมมาร์ชมาโลว์ หรือแคร็บ” อาร์เธอร์รู้สึกงุนงงกับ
น้ำเสียงที่ขุ่นเคืองของนายจ้าง

“จริง ๆ นะครับคุณแพะเซียน มันคือ **เบอร์เกอร์ บิ๊กแม็ค**
แคร็บ ผมจำไม่ได้ด้วยซ้ำว่าผมกินขนมมาร์ชมาโลว์ ครั้งสุดท้าย
เมื่อไหร่ ผมไม่ได้แถมดูตระกร้าของขวัญวันอีสเตอร์ปีนี้ด้วยซ้ำ
และผมก็ไม่ได้กิน แซนวิช พลัฟเฟอร์ นัตเตอร์ มาตั้งแต่...”

“ใจเย็น อาร์เธอร์ ฉันรู้ว่านายไม่ได้กิน **ขนมมาร์ชมาโลว์**
จริง ๆ หรือก เพียงแต่เมื่อเช้านี้ มีแต่พวกกิน **‘มาร์ชมาโลว์’**
อยู่รายรอบฉัน ฉันก็เลยรู้สึกหงุดหงิดที่เห็นนายทำเช่นเดียวกัน
กับพวกนั้น”

“**พ**มรู้สึกว่าคุณกำลังมีเรื่องที่จะเล่าให้ผมฟัง คุณแพะเซียน
คุณอยากให้ผมขับรถไปด้วยขณะที่คุณเล่าเรื่องหรือเปล่าครับ”

“ได้เลย อาร์เธอร์ แต่ตอนนี้ฉันรีบ เพราะ **เอสเพอร์วันซ่า**
แม่ครัวคนเก่งของฉันกำลังทำ **เพลล่า*** อาหารจานเก่งของเธอ
ที่เป็นของโปรดนาย ฉันบอกให้เธอเสิร์ฟมันภายใน 20 นาทีนี้
ตอนบ่ายโมงตรง ซึ่งมันจะโยงเข้ากับเรื่องของฉันที่กำลังจะเล่าให้
ฟัง แล้วนายจะรู้ว่ามันเกี่ยวโยงกันยังไง”

“แล้วเรื่อง **ขนมมาร์ชมาโลว์** เกี่ยวข้องอะไรด้วยครับ”

“ใจเย็น อาร์เธอร์ แล้วนายจะได้อ่านในไม่ช้า”

* **Paella** คืออาหารรสเลิศของแถบเม็กซิโกใต้ ทำจากข้าว ไข่ อาหารทะเลและผัก





1. ถ้าไม่รู้จักยับยั้งใจตัวเอง ก็เท่ากับคุณยอมแพ้ให้กับตัวเอง 21

อาร์เธอร์เริ่มขับรถหูลู ลินคอร์น ทาวน์ อย่างนิ่มนวลฝ่าการจราจรที่คับคั่งในเมืองออกไป และเก็บปริศนาอักษรไขว้หนังสือพิมพ์นิวยอร์ก ไทมส์ ที่เขาชอบเล่นไว้ใต้เบาะที่นั่งคนขับ ในขณะที่โจนาธาน เพเชียน นั่งเอนกายอย่างผ่อนคลายบนเบาะหนังอันอ่อนนุ่ม และเริ่มเล่าเรื่อง...

“ตอนอายุ 4 ขวบ ฉันได้เข้าร่วมโครงการทดลองที่ต่อมามีชื่อเสียงโด่งดัง เพื่อดูฉันอยู่ในช่วงอายุและเวลาที่เหมาะสม ตอนนั้นพ่อของฉันกำลังทำปริญญาโทอยู่ที่ **มหาวิทยาลัยสแตนฟอร์ด** และหนึ่งในอาจารย์ของท่านต้องการผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยเด็กวัยก่อนเข้าเรียน เพื่อช่วยรวบรวมผลการทดลองเกี่ยวกับผลกระทบจาก **การห้ามใจตัวเองไม่ให้ทำในสิ่ง ‘ที่อยากได้’** เพื่อให้ตนเองได้รับความพึงพอใจ ‘ทันทีทันใด’ ในเด็กว่าจะมีผลกระทบยังไงต่อความสำเร็จในชีวิตในอนาคตของเด็กคนนั้น”

“วิธีการของการทดลองนั้น พวกเขานำเด็ก ๆ อย่างฉันเข้าไปอยู่ในห้องที่ละคน แล้วผู้ใหญ่คนหนึ่งที่เป็นผู้หญิงก็เดินเข้ามาวางขนมมาร์ชมาโลว์ไว้ตรงหน้าฉัน เธอกล่าวว่าเธอต้องออกไปจากห้องนานประมาณ **15 นาที** และบอกฉันว่า **ถ้าฉันไม่กินขนมมาร์ชมาโลว์ที่วางอยู่นี้ขณะที่เธอไม่อยู่ในห้อง เธอจะให้รางวัลฉันด้วยขนมมาร์ชมาโลว์อีกก้อนเมื่อเธอกลับเข้ามา”**





“ตกลงครึ่งเดียวได้ 2 ก้อน เท่ากับคุณได้ผลตอบแทน การลงทุนกลับมาถึง 100 เปอร์เซ็นต์! โอ้โฮ... มันล่อใจมาก แม้กระทั่งสำหรับเด็กอายุ 4 ขวบ” อาร์เธอร์รำพึง

“แน่นอนที่สุด แต่สำหรับเด็กอายุ 4 ขวบ **เวลา 15 นาที** นับว่ายาวนานมาก และเมื่อไม่มีใครคอยห้ามอยู่ในห้อง ขนม มาร์ชมาโลว์ก็กลายเป็นสิ่งที่ยั่วน้ำลายมากเกินกว่าจะห้ามใจ ตัวเองไม่ให้กิน” โจนธาณกล่าว

“|| ล้วคุณกินขนมมาร์ชมาโลว์นั้นหรือเปล่าครับ”

“เปล่า แต่เกือบกินมันนับสิบครั้ง ฉันเลียมันครึ่งหนึ่งด้วย ซ้ำไป ฉันแทบจะขาดใจที่ไม่ได้กินมัน ฉันพยายามร้องเพลง เต็มลำ ทำทุกอย่างที่ช่วยเบี่ยงเบนความสนใจ ในที่สุด หลังจาก เวลาผ่านไป 15 นาที ซึ่งรู้สึกนานดูราวหลายชั่วโมง ผู้หญิงใจดี คนนั้นก็กลับเข้ามา”

“แล้วเธอให้ขนมมาร์ชมาโลว์ก้อนที่สองแก่คุณหรือเปล่า”

“แน่นอนที่สุด มันเป็นขนมมาร์ชมาโลว์ 2 ก้อนที่อร่อย ที่สุดเท่าที่ฉันเคยกินมา”

“จุดมุ่งหมายของการทดลองนี้คืออะไร พวกเขาบอกคุณ หรือเปล่าครับ”

“ตอนนั้นพวกเขาไม่ได้บอก กว่าฉันจะรู้ก็อีกหลายปีต่อมา ฉันไม่รู้จนกระทั่งหลายปีต่อมาว่าบรรดานักวิจัยพยายามรวบรวม **‘เด็กมาร์ชมาโลว์’** ให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้จากการศึกษาครั้ง





เคล็ด (ไม่) ลับ ที่เปลี่ยนแปลงชีวิตคุณได้... (ก่อน 8 โมงเช้า)

MIRACLE MORNING BEE MEDIA

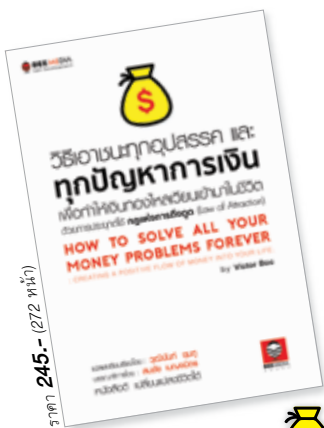
ทุกสิ่งในเช้านี้จะดีขึ้น
เมื่อตื่นเช้า

“ทุกสิ่งในเช้านี้เริ่มต้นจาก ‘คุณตื่นนอนและใช้เวลาในช่วงเช้าอย่างไร’ เริ่มต้นทุกเช้า ด้วยกิจวัตรเพื่อความสำเร็จของตัวเอง นั่นแหละคือกุญแจสำคัญที่สุด ที่จะนำคุณไปสู่ความสำเร็จ”



THE **MIRACLE MORNING** : THE NOT-SO-OBVIOUS SECRET GUARANTEED TO TRANSFORM YOUR LIFE (BEFORE 8 AM) **เขียนโดย : Hal Elrod**

- ได้เวลาตื่นขึ้น เพื่อปลดปล่อยศักยภาพขั้นสูงสุดในตัวคุณ
- วิธีเปลี่ยนแปลงตนเอง และตั้งปณิธานทำสิ่งที่แตกต่าง
- The Life S.A.V.E.R.S. 6 ประการ ที่ช่วยให้คุณออกจากชีวิตที่ใช้ศักยภาพไม่เต็มที่
- ความลับที่แท้จริงสำหรับสร้างอุปนิสัยที่จะเปลี่ยนชีวิตคุณ (ภายใน 30 วัน)



HOW TO SOLVE ALL YOUR MONEY PROBLEMS FOREVER

วิธีเอาชนะทุกอุปสรรค และ **ทุกปัญหาการเงิน**

เพื่อทำให้เงินทองไหลเวียนเข้ามาในชีวิต ด้วยการประยุกต์ใช้ **กฎแห่งการดึงดูด** (Law of Attraction) **by Victor Bock**

วิลเลียม เจมส์ กล่าวว่า “...มนุษย์สามารถเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ ที่เป็นเปลือกนอกของชีวิต ได้ด้วยการเปลี่ยนทัศนคติในใจ” ดังนั้น ถ้าจัดได้สภาพใจของชีวิตที่ดี คุณก็จะได้รับพลังสิ่งใด ๆ เรียกกันว่า โชคดีแต่ถ้าจัดได้ไม่ดีก็พบกับความพ้อในชีวิตที่ล้มเหลวไปมีความสุขคุณก็จะประสบพบเจอแต่ในคราไร และชีวิตอยู่อย่างคนสิ้นหวัง



- เรียนรู้เรื่องของ “กฎแห่งการดึงดูด” (The Law of Attraction)
- วิธีปลุกฝังภาพความคิดเชิงบวก เพื่อช่วยเปลี่ยนคุณเป็นคนใหม่
- กฎแห่งการผละออกจากกัน (The Law of Repulsion)
- ยกกระต๊اب “ความลุ่มหลงมัวเมา” มาเป็น “การให้ด้วยใจที่ยินดี”





หนังสือขายดี 3 เล่ม

โดย โบโด เชฟเฟอร์ **Bodo Schäfer**

นักเขียนหนังสือขายดีกว่า 10 ล้านเล่มทั่วโลก และติดอันดับขายดีในเยอรมนีนานกว่า 5 ปี เกิดที่ประเทศเยอรมนี สามารถบริหารเงินเปลี่ยนชีวิตจากคนยากจน ให้กลายเป็นคนร่ำรวยได้



วิธีสร้างอิสรภาพการเงิน

มีเงินล้าน ใน 7 ปี



“คุณรู้ไหมตอนไหนลำบากที่สุด ก็ตอนที่คุณไม่มีเงินใบ! ตอนนั้นเงินจะสำคัญที่สุด... ดังนั้น จงสร้างฐานะ-โดยเร็ว

อย่าลืมเป็นอันขาดว่า ความร่ำรวยเป็นสิทธิ์โดยกำเนิดของคุณ ชีวิตคุณควรจะสดใส ไม่ใช่ลำบาก จงปรับชีวิตคุณให้เป็นผลงานชิ้นเอก **จงพิสูจน์ให้ตนเองและคนอื่นเห็นว่า คุณสามารถมั่งคั่งได้ภายใน 7 ปี”**

Der Weg zur finanziellen Freiheit

- เรียนรู้เรื่องที่จะทำให้คุณมั่งคั่ง
- วิธีเพิ่มรายได้ของคุณ
- ทักษะคิดที่สำคัญที่สุดที่ทำให้มีเงิน
- วิธีจัดการกับปัญหาหนี้สิน
- วิธีเก็บออมเงินเพื่อทำให้ร่ำรวย
- ความมหัศจรรย์ของดอกเบี้ยทบต้น
- วิธีวางเป้าหมายทางการเงิน 3 แบบ

หนังสือขายดียอดขาย 10 ล้านเล่ม แปลไปแล้วกว่า 35 ประเทศทั่วโลก

วิธีคิด วิธีรวย

หมาน้อยสอนรวย

Ein Hund namens Money เรื่องราวของ หมาน้อย กับ เด็กหญิงศิรา ที่สอนวิธีคิดในเรื่องการเงิน และการลงทุน



ยอดขาย 7 ล้านเล่มทั่วโลก แปลไปแล้ว 25 ภาษา

“ใจห่านตัวนี้ ก็เปรียบเหมือนกับเงินของหนู ถ้าหากหนูเอาเงินไปลงทุน หนูก็จะได้ออกเบียร์ ซึ่ง ‘ดอกเบียร์’ ที่ออกมาก็คือ ‘ไม่กองค่า’ ใจจ๊ะ”



- วิธีตั้งเป้าหมายและจินตนาการให้สำเร็จ
- วิธีหาเงินจากสิ่งที่ชอบ และขณะอุปสรรค
- เรียนรู้กฎ 4 ข้อ วิธีใช้เงินเป็น
- เริ่มต้นลงทุนและกล้าทำในสิ่งที่ “กลัว”
- วิธีคิดในเรื่องการเปลี่ยนแปลงตนเอง

- วิธีเขียน “บันทึกความสำเร็จ”
- เริ่มลงทุนตามหลักการ “ห้าหนทอการค้า”
- วิธีคิดในเรื่องเงินที่พ่อแม่ไม่ได้สอน
- สอนวิธีจัดการเงินตั้งแต่ยังเล็ก
- เริ่มต้นชีวิตใหม่ กับอิสรภาพทางการเงิน

Die Gesetze der Gewinner : Erfolg und ein erfülltes Leben

เร็ว ๆ นี้



เปลี่ยนแปลงทัศนคติ วิธีคิดและความเชื่อใหม่

กฎ 30 ข้อ ของผู้ชนะ

เชื่อใหม่ว่า “ความจริงแล้ว” คุณสามารถเป็นอะไรได้มากกว่านี้ ความฝันของคุณถูกลบด้วยความทงุดหงิดและงานประจำวันหรือไม่ หนังสือเล่มนี้จะบอกวิธีให้คุณมีชีวิตที่เติมเต็มด้วยโปรแกรม 30 วันของโบโด คุณจะได้เรียนรู้กฎพื้นฐานของความสำเร็จ กฎของความร่ำรวยจะช่วยให้คุณ

- รับมือกับคำวิจารณ์และความเครียดได้
- เป็นอิสระจากความกลัว
- เปลี่ยนความทุกข์ให้กลายเป็นเชื้อเพลิงความสำเร็จ
- มีรายได้มากขึ้น

พลงามทั้ง 3 เล่ม แปลและเรียบเรียงโดย : เจนจิรา เสรียธิณ

Download ตัวอย่าง PDF เพื่ออ่านก่อนซื้อที่ www.BeeMedia.co.th



ONE SMALL STEP CAN CHANGE YOUR LIFE THE KAIZEN WAY 

ทำ “เล็ก ๆ” ทีละน้อย ค่อย ๆ ทำทีละนิด เปลี่ยนวิธีคิดและใช้ชีวิตคุณได้

เขียนโดย : **ROBERT MAURER, Ph.D.**
แปลและเรียบเรียงโดย : **เสรี อู่ธาราสวัสดิ์**
บรรณาธิการโดย : **สมชัย เบนจงมิตร**



- วิธีประยุกต์ใช้โคเซ็นเพื่อให้อชีวิตดีขึ้น
- เพราะเหตุใด แนวคิด “โคเซ็น” จึงเป็นที่แพร่หลายและได้ผล
- วิธีการตั้ง “คำถามเล็ก ๆ” เพื่อขจัดความกลัวและให้เกิดความคิดสร้างสรรค์
- วิธีการคิดถึง “เรื่องเล็ก ๆ” เพื่อพัฒนา
- วิธีการ “ลงมือทำเล็ก ๆ” แต่เกิดผลสำเร็จ
- วิธีการ “แก้ปัญหาเล็ก ๆ” แต่ได้ผล แม้ในยามที่กำลังเผชิญกับวิกฤต
- วิธีการมอบ “รางวัลเล็ก ๆ” เพื่อให้ได้มาซึ่งผลลัพธ์ที่ดีที่สุด
- วิธีใช้ประโยชน์จาก “ช่วงเวลาทีละเล็ก ๆ”



ฉบับจึงขยับเช่นนี้
เพราะไม่อย่างที่คุณกลัวตัวเองตอนแก่ 

คุณในอนาคต ต้องขอบคุณตัวเอง ที่อดทนสู้ในวันนี้

แปลจาก : **将来的你，一定会感谢现在拼命的自己**
เขียนโดย : **ทิว บู**
แปลโดย : **พศ.ดร.ณัฐนพพร จาเวลา**
บรรณาธิการโดย : **สมชัย เบนจงมิตร**

- มีทิศทางในใจ จะได้ไม่สะดุดล้ม
- ใจกว้างแค่ไหน อนาคตก็กว้างแค่นั้น
- คนที่โชคตีมักโชคตีเสมอ คนที่โชคร้ายมักโชคร้ายตลอด
- อุปนิสัยต่าง อนาคตต่าง
- ควบคุมตนเองเสียแต่วันนี้ วันข้างหน้าจึงจะประสบความสำเร็จ
- ต้องมั่นใจว่า ชีวิตวันพรุ่งนี้ที่ดีกว่าวันนี้ คุณมีวันนี้จะไปถึง
- ผู้สักตั้ง ให้คุณในวันพรุ่งนี้ ขอบขอบคุณตัวคุณในวันนี้





HARVARD'S 4:30 A.M.
ประสบการณ์จาก...



ฮาร์วาร์ด

มหาวิทยาลัยที่ดีที่สุดแห่งหนึ่งของโลก

สอนวิธีคิด เล่มที่ 1

“วิชาชีวิตที่ไม่มีในตำรา”

เขียนโดย : ทเวย์ ซึงฮึง

แปลโดย : พณ.ดร.ณัฐพงษ์ ขาวธาดา

บรรณาธิการโดย : สมชัย มงคลวัฒนา



- กำหนดคเป้าหมายในชีวิตให้เร็ว
- ความขยันคือหนทางสู่ความสำเร็จ
- เป็นตัวของตัวเอง
- คุณทำได้ ไม่มีใครปฏิเสธคุณได้

- ยืนหยัดที่จะสู้ ไม่ยอมแพ้
- มีจิตใจดีจึงจะเหมือนาคตติ
- วิธีคิดที่ประสบความสำเร็จของคน ที่สำเร็จการศึกษาจากฮาร์วาร์ด



HARVARD'S 4:30 A.M.
ประสบการณ์จาก...



ฮาร์วาร์ด

มหาวิทยาลัยที่ดีที่สุดแห่งหนึ่งของโลก

สอนวิธีคิด เล่มที่ 2

“วิชาความสำเร็จของคนคิดเป็น”

เขียนโดย : ทเวย์ ซึงฮึง

แปลโดย : พณ.ดร.ณัฐพงษ์ ขาวธาดา

บรรณาธิการโดย : สมชัย มงคลวัฒนา



- หากไม่มีพรสวรรค์ในทางศิลปะก็ลองทำสิ่งที่รักดูสิ
- อดทน - มุ่งมั่น - ให้อภัยที่ถูกละเมิดกับความสำเร็จได้

- เมื่อมีความกระตือรือร้น ก็จะสามารถปลี่ยนแปลงโลกที่เราอาศัยอยู่ได้
- เมื่อได้รู้ค่าของเงินไป มันอาจจะเป็นส่วนเวลาที่โหดและแสบที่สุด



ปณิธานและความรับผิดชอบ ของสำนักพิมพ์ บี บีดี

“มุ่งมั่นทำหนังสือที่ดีที่สุด... เพื่อผู้อ่านทุกคน”

เรารับประกันความพึงพอใจสูงสุด สำหรับผู้ที่ซื้อหนังสือเล่มนี้
ยินดีคืนเงินให้ทุกกรณี โดยไม่มีเงื่อนไข ไม่ว่าจะ...

“ปัญหาจากการผลิต” หรือ “ความไม่พอใจเนื้อหา” ของหนังสือ



สำนักพิมพ์ บี บีดี

ขอขอบคุณที่ท่านอ่านหนังสือเล่มนี้ และขอ
ขอบคุณที่ท่านแนะนำหรือมอบหนังสือเล่มนี้ให้ผู้อื่น เพราะท่านได้มีส่วนช่วย
สนับสนุนเรา และเป็นส่วนหนึ่งในการนำเสนอสิ่งที่ดีที่สุดสู่สังคมร่วมกัน

แม้เราจะทำสิ่งที่ดีที่สุด แต่อาจมีข้อผิดพลาดหรือความไม่พอใจเกิดขึ้น จึงต้อง
ขออภัยและขอรับผิดชอบในทุกกรณี ดังนั้นหากท่านพบ “ปัญหาจากการผลิต”
อันเนื่องจากการพิมพ์ หนังสือชำรุด ฯลฯ หรือหากท่าน “ไม่พึงพอใจในเนื้อหา”
อันเนื่องมาจากเนื้อหาที่ผิดพลาด แนวทางวิธีการที่ไม่เหมาะสม มุมมองความคิดเห็น
ของท่านที่แตกต่าง กระทั่งไม่คุ้มค่ากับราคาของหนังสือ ท่านสามารถติดต่อมายัง
มือถือ 089-111-7500 เพื่อขอรับเงินคืนได้ทันทีโดยไม่มีข้อแม้หรือเงื่อนไขใดๆ ทั้งสิ้น



- 📞 โทร. 089-111-7500
- 📧 Email: beemedia@beemedia.co.th
- 📱 Line id: [beemedia](https://www.facebook.com/beemedia)

บี บีดี

เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม

สมัครสมาชิก BeeMedia รับสิทธิประโยชน์
www.BeeMedia.co.th

กรุณาแจ้งการสมัครสมาชิกผ่านทางอีเมลหรือโทรมา
ที่ศูนย์บริการลูกค้าของเรา

1. ส่วนลด 10-20% (เฉพาะสมาชิกใหม่)
2. สิทธิลดราคา 1 ปี (เฉพาะสมาชิก 1 ปี)
3. สิทธิ 10% ส่วนลด (เฉพาะสมาชิก 1 ปี)
4. สิทธิลดราคา 100% (เฉพาะสมาชิก 1 ปี)
5. สิทธิดาวน์โหลดไฟล์ Download PDF ฟรี

Line id: [@beemedia](https://www.facebook.com/beemedia) www.facebook.com/beemedia
www.BeeMedia.co.th

ชื่อสำนักพิมพ์ภาษาไทย จำนวน ๑

- ชื่อสำนักพิมพ์ www.BeeMedia.co.th
- โทร. โทร. 089-111-7500
- โทร. โทร. 089-111-7500
- โทร. Line id: [beemedia](https://www.facebook.com/beemedia)

ชื่อสำนักพิมพ์ภาษาอังกฤษ จำนวน ๑

- ชื่อสำนักพิมพ์ www.BeeMedia.co.th
- โทร. โทร. 089-111-7500
- โทร. โทร. 089-111-7500
- โทร. Line id: [beemedia](https://www.facebook.com/beemedia)

หาซื้อหนังสือได้ที่ร้าน SE-ED นายอินทร์ B2S CUBook 7-11 และ ร้านหนังสือชั้นนำทั่วประเทศ
กรณีต้องการซื้อหนังสือจำนวนมากเพื่อใช้แจกหรือมอบเป็นของขวัญของชำร่วย ในงานต่าง ๆ
หรือเป็นของขวัญพิเศษสำหรับคนที่รักและห่วงใย ท่านสามารถติดต่อขอรับส่วนลดพิเศษได้ที่
มือถือ 089-111-7500 หรือ Line id : [@beemedia](https://www.facebook.com/beemedia) สั่งซื้อ Online ที่ www.BeeMedia.co.th