

หนังสือดี เปลี่ยนแปลงชีวิตได้

มอบหนังสือดี เป็นของขวัญสำหรับคนที่รักและห่วงใย

หนังสือขายดี

กฎ 30 ข้อ เปลี่ยนวิธีคิดและชีวิต
จาก **คนธรรมดา**
ให้กลายเป็น **“ผู้ชนะ”**

แปลจากภาษาเยอรมัน

ฉบับปรับปรุง

DIE GESETZE DER GEWINNER : Erfolg und ein erfülltes Leben



เขียนโดย : โบโด เซฟเฟอร์ (Bodo Schäfer)

แปลและเรียบเรียงโดย : เจนจิรา เสรีโยธิน

บรรณาธิการโดย : สมชัย เบญจมิตร

 **BEE MEDIA**
Self-Development



มุ่งมั่นทำหนังสือดี... เพื่อคุณ

2 กฎ 30 ข้อ เปลี่ยนวิธีคิดและชีวิต จากคนธรรมดา ให้กลายเป็น “ผู้ชนะ” โดย Bodo Schäfer

หนังสือ กฎ 30 ข้อ เปลี่ยนวิธีคิดและชีวิต

จากคนธรรมดา ให้กลายเป็น “ผู้ชนะ” - ฉบับปรับปรุง

แปลจาก : **Die Gesetze der Gewinner** : Erfolg und ein erfülltes Leben

เขียนโดย : **Bodo Schäfer** (โบโด เชฟเฟอร์)

แปลและเรียบเรียงโดย : **เจนจิรา เสรีโยธิน** บรรณาธิการโดย : **สมชัย เบญจมิตร**

สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ (ฉบับเพิ่มเติม) พ.ศ. 2566 โดย บริษัท บี มีเดีย กรุ๊ป (ประเทศไทย) จำกัด ห้ามการลอกเลียนไม่ว่าส่วนหนึ่งส่วนใดของหนังสือเล่มนี้ รวมทั้งการจัดเก็บถ่ายทอด ไม่ว่าจะด้วยรูปแบบหรือวิธีการใด ๆ ด้วยกระบวนการทางอิเล็กทรอนิกส์ การถ่ายภาพ การบันทึก หรือวิธีการอื่นใด โดยไม่ได้รับอนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษร

Original title : **Die Gesetze der Gewinner** First published by Campus Frankfurt/New York, New and updated edition 2015 by Deutscher Taschenbuch Verlag (DTV) Author : **Bodo Schäfer** Published by arrangement with **THE RIGHTS COMPANY**, Maastricht, The Netherlands (www.therightscompany.nl) Thai copyright © 2023 by **Bee Media Group (Thailand) Co., Ltd.**

ฉบับปรับปรุง : กุมภาพันธ์ 2566 2302 9 8 7 6 5 4 3 2 1

ISBN 978-616-444-051-7 ราคา 220 บาท



BEE MEDIA GROUP

มุ่งมั่นทำหนังสือดี... เพื่อคุณ

จัดพิมพ์โดย **สำนักพิมพ์**



BEE MEDIA
Self-Development

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

ติดต่อสำนักพิมพ์ได้ที่ มือถือ 089-111-7500, 089-120-7700 โทรศัพท์ 02-034-9474

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

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

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

1858/87-90 ถนนเพชรรัตน แขวงบางนาใต้ 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



พริ้นท์ติ้ง
Green Road
www.greenroad.com

หนังสือเล่มนี้จัดพิมพ์ด้วยความรับผิดชอบต่อและใช้กระดาษถนอมสายตาอย่างดี ทุกเล่มรับประกันความพอใจสูงสุด หากเกิดปัญหาการพิมพ์ สามารถเปลี่ยนเล่มใหม่ได้ทันที



TO _____

FROM _____

- สิ่ง ดี ๆ จาก ผู้ ให้ สู ผู้ รับ -

ผู้ที่มอบหนังสือเล่มนี้ให้แด่ท่าน คือผู้ที่มีความเอาใจใส่และปรารถนาแต่สิ่งที่ดีที่สุด จึงได้มอบหนังสือเล่มนี้เพื่อช่วยให้ท่านได้เรียนรู้กุศลสำคัญ 30 ข้อ ที่ช่วยเปลี่ยนวิธีคิดและชีวิต จากคนธรรมดาให้กลายเป็น “ผู้ชนะ” ประสบความสำเร็จในชีวิตการทำงาน ชีวิตส่วนตัว และมีชีวิตที่ดีขึ้นตลอดไป

นี่คือสิ่งที่คนพิเศษผู้ที่รักและห่วงใยในตัวท่าน ได้มอบหนังสือเล่มนี้ให้ เพื่อต้องการให้คนที่รักและห่วงใย มีชีวิตที่ดีขึ้นตลอดไป

เพราะหนังสือดีเล่มนี้ เปลี่ยนแปลงชีวิตคนเราให้ดีขึ้นได้

สมชัย เบญจมิตร

มุ่งบันทึกบทสวด... เพื่อคุณ

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

- เกี่ยวกับผู้เขียน -



โบโด เซฟเฟอร์ (Bodo Schäfer) เกิดวันที่ 10 กันยายน 1960 ที่เมืองโคโลญจน์ ประเทศเยอรมนี แต่เติบโตในสหรัฐอเมริกา เขาเลิกเรียนกฎหมายกลางคันแล้วหันมาจับธุรกิจค้าขายเครื่องประดับเม็กซิกันและเสื้อผ้า แต่ไม่ประสบความสำเร็จ พออายุ 26 ปี ก็ล้มละลาย เขาใช้ชีวิตด้วยเงินเพียง 5 มาร์คต่อวัน นานถึง 8 เดือน จนได้งานเป็นคนขายประกัน ต่อมาเขาได้รู้จัก “โค้ชทางการเงิน” ซึ่งสอนวิธีการบริหารเงินจนพลิกชีวิตของเขา ทำให้เปลี่ยนแปลงไปโดยสิ้นเชิงจากฐานะยากจนกลายเป็นคนที่ร่ำรวย

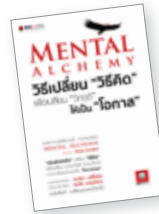
โบโด เป็นนักบรรยาย นักเขียน หนังสือที่ขายดีของเขาจำนวน 4 เล่ม แปลเป็นภาษาไทยแล้วคือ **หนังสือเล่มนี้** หนาน้อยสอนรวย **วิธีสร้างอิสรภาพการเงิน** มีเงินล้านใน 7 ปี และ **MENTAL ALCHEMY** วิธีเปลี่ยนวิธีคิด...



1. วิธีคิด วิธีรวย
หนาน้อยสอนรวย



2. วิธีสร้างอิสรภาพการเงิน
มีเงินล้านใน 7 ปี



3. MENTAL ALCHEMY
วิธีเปลี่ยนวิธีคิด...

- เกี่ยวกับผู้แปลและเรียบเรียง -

เจนจิรา เสรีโยธิน เกิดที่กรุงเทพฯ จบการศึกษาระดับปริญญาตรีและโทจากคณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เคยเป็นผู้ช่วยผู้สื่อข่าว GTIA (German Trade and Invest) สำมประจำโครงการการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศขององค์กรเพื่อความร่วมมีระหว่างประเทศของเยอรมัน (GIZ) ปัจจุบันเธอมีอาชีพเป็นอาจารย์ นักแปล นักเขียน และล่ามอิสระ ผลงานเขียนของเธอที่ได้รับรางวัลในนามปากกา **เจนจิ** เรื่อง “ครั้งหนึ่ง... คิดถึงเป็นระยะ” ได้รับรางวัลชมเชยประเภทรวมเรื่องสั้นจากสำนักงานการศึกษาพื้นฐานและหนังสือแนะนำ เซเวนบุคควอร์ด ปี พ.ศ. 2556 “คืนหนึ่ง... คิดถึงอีกครั้ง” รางวัลรองชนะเลิศอันดับ 2 เซเวนบุคควอร์ด ปี พ.ศ. 2557

หมายเหตุ บรรณาธิการ

คบเราทุกคนมีศักยภาพเหนือกว่าที่เราคิดมากมาย แต่การที่เรายังไม่ประสบความสำเร็จเป็น **“ผู้ชนะ”** ก็เพราะวิธีคิดของตัวเอง เราเอง คนส่วนใหญ่พยายามอย่างหนัก แต่พอล้มเหลวก็แพ้ใจตัวเอง ล้มเลิกในสิ่งที่ตั้งเป้าหมายไว้ กลายเป็น **“คนธรรมดา”** เช่นเดิม เพราะคิดว่ามีแต่ความล้มเหลวเท่านั้นที่ตนจะได้รับ ชีวิตมีแต่ขาลง สูญเสียกำลังใจและความมั่นใจ คิดว่าเป้าหมายที่ตั้งไว้ไม่มีทางเป็นไปได้

ความจริงแล้วชีวิตคนเรามีขึ้นมีลง ชีวิตต้องเจอช่วงเวลาเหมือนฤดูกาล ซึ่งมีช่วงฤดูร้อนที่ทุกอย่างสำเร็จไปหมด และฤดูหนาวที่ไม่มีอะไรสำเร็จเลย “คนธรรมดา” มักคิดว่ามีแต่ฤดูร้อนตลอด แต่ **“ผู้ชนะ” จะยอมรับว่ามีฤดูร้อนสลับกับฤดูหนาว** พวกเขาเรียนรู้ที่จะรับมือกับช่วงเวลาขาลงและไม่ปล่อยให้ฤดูหนาวมาทำให้หมดกำลังใจ ไม่ปล่อยให้เสียเวลาเปล่าประโยชน์ไปกับการเฟ้อรอว่าสถานการณ์จะดีขึ้นเอง หรือสิ้นเปลืองพลังงานโดยการพยายามเปลี่ยนแปลงสิ่งที่เปลี่ยนไม่ได้ ไม่เสียเวลาหาข้ออ้าง แต่รู้ว่าชีวิตจะเปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้นหากทุ่มเทให้กับงานที่ใช้ด้วยวิธีคิดของ **“ผู้ชนะ”** และมีความกระตือรือร้นที่จะเปลี่ยนแปลงตนเอง

หนังสือ **“กฎ 30 ข้อ เปลี่ยนวิธีคิดและชีวิตจากคนธรรมดา ให้กลายเป็น ‘ผู้ชนะ’”** เล่มนี้เป็น **หนังสือดี** แปลจากหนังสือขายดีภาษาเยอรมัน **Die Gesetze der Gewinner** เขียนโดย **โบโด เซฟเฟอร์** ที่สอนวิธีคิดในการเปลี่ยนแปลงชีวิตจาก **“คนธรรมดา”** ให้เป็น **“ผู้ชนะ”** ได้

สำนักพิมพ์  **BEE MEDIA** มีความภูมิใจที่ได้จัดพิมพ์ **หนังสือดี** เล่มนี้ที่ช่วยให้ท่านเปลี่ยนแปลงตนเองจากคนธรรมดาให้กลายเป็น **“ผู้ชนะ”** ประสบความสำเร็จในชีวิตการงาน ชีวิตส่วนตัว และมีชีวิตที่ดีขึ้นตลอดไป **เพราะหนังสือดี เปลี่ยนแปลงชีวิตคนเราให้ดีขึ้นได้**

สมชัย เบญจมิตร

มุ่งมั่นทำหนังสือดี... เพื่อคุณ

“ชีวิตคนเรามีขึ้นมีลง ชีวิตต้องเจอช่วงเวลาเหมือนฤดูกาลซึ่งมีช่วงฤดูร้อนที่ทุกอย่างสำเร็จไปหมด และฤดูหนาวที่ไม่มีอะไรสำเร็จเลย

‘คนธรรมดา’ มักคิดว่ามีแต่ฤดูร้อนตลอด แต่ ‘ผู้ชนะ’ จะยอมรับว่ามีฤดูร้อนสลับกับฤดูหนาว

พวกเขาเรียนรู้ที่จะรับมือกับช่วงเวลาขาลง และไม่ปล่อยให้ฤดูหนาวมาทำให้หมดกำลังใจ

ไม่ปล่อยให้เสียเวลาเปล่าประโยชน์ไปกับการเฝ้ารอว่าสถานการณ์จะดีขึ้นเอง หรือสิ้นเปลืองพลังงานโดยการพยายามเปลี่ยนแปลงสิ่งที่เปลี่ยนไม่ได้

พวกเขารู้ว่าชีวิตของตนจะเปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้นหากทุ่มเทให้กับงานที่ใช้ด้วยวิหิตคิดของ ‘ผู้ชนะ’ และมีความกระตือรือร้นที่จะเปลี่ยนแปลงตนเอง”



คำนำ

คุณเชื่อไหมว่า คุณ “น่าะ” สามารถทำอะไรได้มากกว่าชีวิตที่เป็นอยู่ตอนนี้ คุณมีความฝัน แต่ความฝันเหล่านั้นมักถูกหน้าที่ ความซุ่มซ่อน และอุปสรรคปะปั้งประจำวันบดบังเหมือนม่านคลุมหรือเปล้า

ไอน์สไตน์เคยบอกไว้ว่าเด็กทุกคนล้วนซ่อนอัจฉริยภาพไว้ เราทุกคนจึงมีโอกาสและมีสิทธิ์จะใช้ชีวิตอย่างผู้ชนะ

คุณอาจรู้สึกแบบที่ผมเคยเป็นเมื่อหลายปีก่อน ตอนนั้นผมมองหา “ผู้ชี้ทาง” หากคำชี้แนะที่จะช่วยผมได้

ทุกอย่างเริ่มต้นเมื่อผมบอกกับโค้ชคนแรกของผมว่า “ผมยอมทำทุกอย่างเพื่อจะได้ประสบความสำเร็จเหมือนคุณ” เขาส่ายหน้าอย่างกังขา “ผมไม่แน่ใจเรื่องนั้น คุณเซฟเพอร์”

ผมยืนยันว่าความปรารถนาของผมจริงจัง โค้ชจึงตอบผมว่า “งั้นคุณมาเรียนรู้อ่างผมทุก 3 วัน เขียนทุกอย่างและทำทุกอย่างที่ผมบอก”

ตอนแรกผมอยากหาสูตรความสำเร็จและความสุข แน่นนอน สูตรแบบนั้นไม่ได้มีแค่สูตรเดียว เพราะชีวิตมีหลายด้านเกินไป

ผมยังต้องการให้โค้ชช่วยแก้ปัญหาตอนนั้น แม้แต่ในเรื่องนี้ ความหวังในตอนแรกของผมก็ไม่สมหวัง แทนที่จะช่วยแก้ไขสถานการณ์ลำบากให้ผม โค้ชกลับอธิบายกฎของโค้ชนะ แต่แล้วสิ่งที่ผมไม่เข้าใจในตอนแรกได้กลายเป็นสิ่งที่มีคุณค่ามหาศาลในภายหลัง ผมไม่เพียงแต่เรียนรู้ที่จะจัดการกับปัญหาเฉพาะหน้าได้ด้วยตัวเอง แต่ยังพร้อมรับความท้าทายในอนาคตอีกด้วย

แน่นอน ทุกวันนี้ผมก็ยังพบกับสถานการณ์ยากลำบากอยู่ แต่ผมจะถามตัวเองว่า ‘โค้ชจะบอกเราว่ายังไงนะ’ แล้วผมจะได้ยินเสียงของโค้ชในความคิด เห็นหน้าโค้ช และรู้สึกมั่นใจว่ากำลังทำสิ่งที่ถูกต้อง

มีหลายสิ่งในชีวิตที่คนอื่นชักจูงให้ผมกังขา แต่ผมจะนึกถึงคำพูดของโค้ชเสมอว่า “มีเรื่องที่ทำให้ผมไม่โหดคือเวลามีคนดูถูกคนอื่นและเขาจะทำเสมอเวลาจะขโมยโอกาสของคนอื่นที่ประสบความสำเร็จและมีความสุข ไม่มีใครมีสิทธิ์บอกคนอื่นว่า ‘คุณมีชีวิตที่ดีกว่านี้ไม่ได้!’ และไม่มีใครควรพูดแบบนั้นกับตัวเองด้วย”

ไม่ใช่ทุกคนที่โชคดีได้เจอครูแบบนี้ ดังนั้นผมจึงเขียนหนังสือเล่มนี้เพื่อสรุปหลักการสำคัญเพื่อความสำเร็จในการเป็น “ผู้ชนะ” ที่ผมมีโอกาสเรียนรู้มา กฎเหล่านี้คือความจริงเก่าแก่ที่ได้รับการพิสูจน์มาแล้ว คนส่วนใหญ่รู้จักกฎบางข้อแต่พวกเขาไม่ได้นำมาประยุกต์ใช้ มีคำพูดมากมายที่เราเคยได้ยินมาเป็น 10 ปี แต่เพิ่งมาทิ้งในความลึกซึ้งและความรุ่มรวยของความคิดนั้นในปีที่ 11

หากคุณทำแบบฝึกหัดในหนังสือเล่มนี้ คุณจะพบความจริง 3 อย่างคือ

ประการแรก กฎบางกฎอาจขัดแย้งกันเอง ซึ่งบางคนอาจพยายามวิจารณ์มันอยู่ แต่กฎของผู้ชนะเกี่ยวข้องกับชีวิตของเรา และชีวิตของเราล้วนเต็มไปด้วยความขัดแย้ง ดังนั้นสิ่งที่ดูเหมือนความขัดแย้งนั้น ในความเป็นจริงแล้ว อาจเป็นชิ้นส่วนสำคัญของภาพรวมใหญ่ทั้งหมดก็ได้

ประการที่สอง คุณจะเจอคำพูดเดิมซ้ำไปมา เพราะผมต้องแสดงให้เห็นว่ากฎแต่ละกฎมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกัน ต่อเมื่อเรามองกฎให้สัมพันธ์กัน กฎเหล่านั้นจะช่วยปรับปรุงชีวิตของเราได้อย่างแท้จริง

ประการที่สาม คุณจะสังเกตว่าการใช้ชีวิตตามกฎของผู้ชนะไม่ใช่เรื่องง่าย แต่เรามีอำนาจพอที่จะทำ เราสามารถเปลี่ยนชีวิตของเราเมื่อใดก็ได้ ความสำเร็จและการสมปรารถนาไม่จำเป็นต้องเกิดจากโชคเสมอไป ส่วนใหญ่แล้วมันเป็นผลจากการดำเนินชีวิตตามหลักการบางอย่างต่างหาก

ไม่ใช่ทุกคนที่ชอบการค้นพบความจริงเหล่านี้ หลายคนชอบมองตัวเองเป็นเหยื่อมากกว่า พวกเขาจะได้มีข้ออ้าง แต่ความจริงคือเรามีทางเลือก และมันไม่ได้ขึ้นอยู่กับสถานการณ์ในตอนนั้นของเรา แต่ขึ้นอยู่กับว่าเราจะเปลี่ยนสถานการณ์อย่างไรต่างหาก คุณและผม เราทุกคนต่างมีโอกาสเป็นผู้ชนะ ซึ่งหนังสือเล่มนี้เต็มไปด้วย “สูตร” ที่คุณสามารถนำไปใช้ได้ทันที

ผมหวังว่ากฎของผู้ชนะจะทำให้คุณมีกำลังใจ ผมขออวยพรคุณ 3 อย่างครับ ขอให้คุณเปลี่ยนความปรารถนาให้เป็นความจริงได้ ขอให้ช่วงเวลามีค่าของคุณทำให้ชีวิตประจำวันมีความสุข และ ขอให้คุณกลายเป็นคนที่สามารถจะเป็นได้



ด้วยความจริงใจ
โบโด เชฟเฟอร์

สารบัญ

เกี่ยวกับผู้เขียน ผู้แปลและเรียบเรียง 4

หมายเหตุ บรรณาธิการ 5

คำนำ 7



กฎ 30 ข้อ เปลี่ยนชีวิตและชีวิต จาก คนธรรมดา ให้กลายเป็น “ผู้ชนะ”

- กฎข้อ 1 : ต้องตัดสินใจ 11
- กฎข้อ 2 : เรียนรู้และเติบโตตลอดเวลา 18
- กฎข้อ 3 : ใช้วันนี้อย่างรู้คุณค่า 26
- กฎข้อ 4 : จัดจ้อกับกิจกรรมที่สร้างรายได้ 34
- กฎข้อ 5 : จงเป็นบุคคลที่ยิ่งใหญ่ 40
- กฎข้อ 6 : ลงมือทำ ทำไปเลย 47
- กฎข้อ 7 : จัดการความเครียดอย่างถูกต้อง 54
- กฎข้อ 8 : เรียนรู้วิธีจัดการปัญหา 61
- กฎข้อ 9 : ใช้ของเดิม 69
- กฎข้อ 10 : สร้างโมเมนตัมความสำเร็จ 75
- กฎข้อ 11 : ฝันและทำฝันให้เป็นจริง 82
- กฎข้อ 12 : รักษาสุขภาพ 89
- กฎข้อ 13 : ไม่ท้อใจกับคำปฏิเสธ 95
- กฎข้อ 14 : หุ่นเทเต็มที่ 110 เปอร์เซนต์ 102
- กฎข้อ 15 : เติบโตจากปัญหา 107

- กฎข้อ 16 : เป็นเจ้านายและพนักงานในคนเดียว 115
- กฎข้อ 17 : ตั้งเป้าหมายให้ยิ่งใหญ่ 123
- กฎข้อ 18 : ให้สิ่งที่ผู้อื่นต้องการ 131
- กฎข้อ 19 : อย่าเสียดสมาธิ 139
- กฎข้อ 20 : เป็นต้นแบบมนุษย์ผลิตรายงาน 144
- กฎข้อ 21 : เริ่มทำเรื่องสำคัญให้เร็วที่สุด 151
- กฎข้อ 22 : รับผิดชอบอย่างเต็มที่ 156
- กฎข้อ 23 : เรียนรู้วิธีจัดการความกลัว 164
- กฎข้อ 24 : จดจ่อที่จุดแข็ง 171
- กฎข้อ 25 : ให้ และให้ภัย 179
- กฎข้อ 26 : จัดการเรื่องเงินอย่างฉลาด 186
- กฎข้อ 27 : สร้างรากฐานอย่างอดทน 193
- กฎข้อ 28 : ห้อมล้อมตนเองด้วยคนต้นแบบ 199
- กฎข้อ 29 : ยอมรับความไม่พอใจ ให้เป็นแรงขับเคลื่อน 206
- กฎข้อ 30 : จงเป็น “อินทรี” อย่าเป็น “เป็ด” 212
- บทสรุป 218



กฎข้อ ๑

: ต้องตัดสินใจ

กาลครั้งหนึ่งนานมาแล้ว มีสายน้ำสายเล็กไหลมาถึงริมทะเลทรายใหญ่ แล้วมันก็ได้ยินเสียงบอกมันว่า “ไปเลย จงไหลต่อไป” แต่สายน้ำหวาดกลัวสิ่งใหม่ที่ไม่รู้จัก มันกลัวความเปลี่ยนแปลง แม้อยากจะได้น้ำมาเต็มมากขึ้นและอยากมีชีวิตที่ดีกว่านี้ แต่มันก็ไม่อยากเปลี่ยนแปลง และไม่ยอมรับความเสี่ยง

แต่เสียงนั้นก็ดังขึ้นอีก **“ถ้าเจ้าไม่กล้าที่จะไปต่อ เจ้าจะไม่มีวันรู้ว่าทำอะไรได้ จงวางใจเถิดว่าเจ้าจะรับมือกับสิ่งแวดล้อมใหม่ได้ จงไหลต่อไปเถิด”**

สายน้ำจึงตัดสินใจไหลต่อไปแต่ก็ยังไม่สบายใจนัก ในทะเลทรายร้อนระอุขึ้นเรื่อย ๆ จนในที่สุดสายน้ำก็แห้งผาก หยดน้ำเล็ก ๆ ที่ระเหยขึ้นไปรวมตัวกันกลางอากาศเบื้องบน แล้วรวมตัวเป็นเมฆล่องลอยข้ามทะเลทรายและเดินทางหลายวัน จนผ่านทะเลทรายไปถึงทะเลกว้าง จากนั้นกลั่นตัวเป็นสายฝนจนหมด

สายน้ำน้อยจึงมีชีวิตที่ดีเกินกว่าที่มันเคยกล้าจินตนาการ ขณะที่ปล่อยตัวให้คลื่นพัดพาอย่างอ่อนโยน มันคิดพาลงยิ้มไปด้วยว่า **“เราเคยเปลี่ยนรูปร่างมาหลายรอบ แต่ตอนนี้เราเป็นตัวเองมากกว่าแต่ก่อนเสียอีก”**



การตัดสินใจเป็นเรื่องยากสำหรับหลายคน โดยเฉพาะตอนที่จำเป็นจะต้องเสี่ยง นอกจากนี้พวกเขายังกลัวความเปลี่ยนแปลงด้วย เพราะมีหลายอย่างต้องเปลี่ยนไป ไม่ว่าจะเป็็นตารางชีวิต ที่อยู่ เพื่อนฝูง คนรู้จัก ทั้งหมดนี้อาจเปลี่ยนแปลงไปได้ แต่การเปลี่ยนแปลงที่ยิ่งใหญ่

ที่สุดเกิดขึ้นภายในตัวคุณ ซึ่งเป็นสิ่งที่คนส่วนใหญ่กลัว แต่คุณลองถามตัวเองดูว่าคุณอยากเป็นอย่างไร หรืออยากเติบโตและเปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้น ทุกการเติบโตและเปลี่ยนแปลงต้องมีการตัดสินใจก่อนเสมอ

แต่ความกลัวว่าจะตัดสินใจผิดใหญ่หลวงมาก กลัวว่าจะต้องออกจากพื้นที่ “ปลอดภัย” ที่คุ้นเคย และต้องแลกกับสิ่งที่ไม่คุ้นชิน ขั้นตอนนี้แหละคือโอกาสที่จะเติบโต มันคือโอกาสที่ยิ่งใหญ่ของมนุษย์ทุกคน

การตัดสินใจทุกครั้ง หมายถึงการตัดขาด

คำว่า ตัด-สินใจ ก็ชัดเจนอยู่แล้วว่าทุกการตัดสินใจหมายถึง **การตัด** เมื่อตัดสินใจทุกครั้งแสดงว่าเราเลือกโอกาสหนึ่ง ขณะเดียวกันก็ตัดโอกาสอื่น ๆ คนที่ตัดสินใจจะจริงจังถึงขั้นตั้งใจตัดขาดการเข้าถึงโอกาสอื่นทั้งหมด

เวลาที่ต้องตัดสินใจครั้งสำคัญในชีวิต เราต้องเลือกระหว่างอดีตกับอนาคต เราสามารถตัดสินใจว่าจะยึดติดกับสิ่งที่เรามี แต่ไม่มีอิสระที่จะพบโอกาสใหม่ ขณะเดียวกันก็หมายความว่าเราจะตัดขาดจากความฝัน และวิสัยทัศน์ที่จะมีอนาคตมาเติมเต็ม หรือเราอาจปล่อยวางทุกอย่างเพื่อให้มือทั้งสองว่างพอสำหรับเป้าหมายและความฝัน

การยึดสิ่งที่ให้ “ความปลอดภัย” และไขว่คว้าเป้าหมายที่ใฝ่ฝันนั้นไม่สามารถไปพร้อมกันได้ เราต้องเลือกระหว่างการแยกจาก “ความปลอดภัย” หรือจากโอกาสที่จะทำฝันให้เป็นจริง

คุณตัดสินใจเลือกอะไร อยากยึดติดกับอดีตหรือเลือกโอกาสที่จะมีอนาคตที่มั่งคั่ง คุณเท่านั้นที่รู้คำตอบ คุณรู้ว่าตนเองมีความสุขกับชีวิตในตอนนี้หรือเปล่า หรือต้องการเปลี่ยนแปลงอะไรบางอย่าง การเปลี่ยนแปลงจึงต้องเริ่มต้นด้วยการ **ตัด-สินใจ** เสมอ มันคือการตัดขาดซึ่งจะต้องใช้ความกล้าหาญอย่างมาก

คนที่ไม่ตัดสินใจ

คือคนที่กำลังสับสนกับความก้าวหน้าของตนเอง

คุณรู้ไหมว่าลิงในแอฟริกาถูกจับได้อย่างไร นายพรานวางก้อนหินขนาดเท่าไข่ไก่ในรูของต้นไม้ที่มีเส้นผ่านศูนย์กลาง 6 เซนติเมตร โดยทำท่าแอบวาง ลิงจะคอยเฝ้าดูพรานอยู่ห่าง ๆ และอยากรู้ว่าพรานทำอะไร

เมื่อนายพรานถอยออกมาสองสามเมตร ลิงจะวิ่งไปที่ต้นไม้ทันที และล้วงมือเข้าไปในรู คลำหาและพยายามเอาหินออกจากรู แต่ขนาดของรูเล็กเกินไป มันจึงติดอยู่ตรงนั้น อันที่จริงลิงสามารถเอามือออกจากรูเมื่อไหร่ก็ได้อย่างง่ายดายถ้าเพียงแต่มันยอมปล่อยให้มือหลุด แต่มันตัดสินใจไม่ได้ ดังนั้นพรานจึงจับลิงได้อย่างสบาย ๆ โดยการเอากระสอบมาครอบ

เราเองก็กำลังถูกอดีตชักกั๊กขังไว้หรือเปล่า เรายึดติดกับสิ่งของและความมั่นคงหรือเปล่า มือของเราจึงไม่ว่างพอที่จะเปิดรับชีวิตที่มีความสุขมากกว่านี้ เราจึงพบคำถามพื้นฐานที่สำคัญว่าเราต้องการอะไรในชีวิต

ธีโอดอร์ รูสเวลต์ อดีตประธานาธิบดีสหรัฐฯ เคยกล่าวไว้ว่า “ยอมเสี่ยงเรื่องใหญ่แล้วได้ชัยชนะยิ่งใหญ่ยังดีซะกว่า แม้ว่าเสี่ยงที่จะล้มเหลวก็ยังดีกว่าถูกจัดให้อยู่ในกลุ่มพวกคิดอะไรง่าย ๆ ที่ไม่เคยสัมผัสกับความดีใจหรือเสียใจสุด ๆ เลย เพราะพวกเขาเอาแต่อยู่ในพื้นที่สีเทาที่ไม่มีทั้งชัยชนะและความพ่ายแพ้”

ผู้ชนะจะไม่ปิดกั้นตัวเอง พวกเขาไม่ยึดติดกับสภาพการณ์ที่ไม่น่าพอใจ พวกเขากล้าทำอะไรที่เสี่ยงอันตรายได้ เพราะรู้ว่าถึงอย่างไรก็ยังดีกว่าอยู่อย่างยากจนขั้นแค้น สำหรับคนส่วนใหญ่ในยุโรป ความยากจนไม่ได้หมายถึงการอดอยาก แต่หมายถึงการต้องอยู่อย่างซังกะตายไปวัน ๆ

มันมีความแตกต่างอย่างใหญ่หลวงระหว่างการแข่งเพื่อไม่แพ้กับแข่งเพื่อชนะ คนที่พยายามที่จะไม่ให้แพ้จะจดจ่อกับความเสี่ยงและอันตราย ส่วนคนที่ตั้งเป้าว่าจะต้องชนะ จะคอยมองหาโอกาสชนะมากกว่า คุณคิดว่าคนไหนจะรู้สึกเป็นสุขมากกว่ากัน

เหตุผลที่คบลังเล

1. หลายคนคิดว่าตนเองต้องทำอาชีพเดียวตลอดชีวิต

หลายคนเลือกอาชีพจากการตัดสินใจของวัยรุ่นนึ่ง ๆ คนหนึ่งนั่นคือตัวเราเอง การตัดสินใจครั้งนั้นอาจดีหรือไม่ดีก็ได้ ที่สำคัญคือเรารักงานของตัวเองหรือเปล่า ชีวิตคนเรานั้นเกินกว่าจะทนทำงานที่เราไม่รักจริง ๆ ทุกวัน ไม่ว่าจะคุณจะทำอาชีพอะไร คุณต้องแข่งขันกับคนที่รักงานนี้เช่นเดียวกัน

2. หลายคนคิดว่าตัดสินใจ “ทีหลัง” ก็ได้

คนที่ไม่ตัดสินใจจะสูญเสียความมั่นใจในตัวเอง แม้ว่าการไม่ตัดสินใจจะเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ก็ตาม เพราะการที่คุณไม่ตัดสินใจก็แสดงว่าคุณตัดสินใจแล้ว นั่นคือคุณได้เลือกแล้วว่าจะให้ทุกอย่างยังคงเป็นเหมือนเดิม กล่าวคือคุณเลือกการไม่ตัดสินใจ สภาพเช่นนี้กินพลังงานมหาศาล และเป็นภาระ คุณจะไม่มีอิสระและเคลื่อนไหวไม่ได้ตั้งใจ

กระนั้น หลายคนก็บอกว่าเอาไว้ตัดสินใจทีหลังก็ได้ ทางที่ดี ควรลองจินตนาการว่าเป้าหมายของคุณอยู่บนบันไดเลื่อน มันเคลื่อนที่ตลอดเวลาและห่างจากคุณไปเรื่อย ๆ หากคุณลังเลไม่ยอมตัดสินใจ แม้แต่เพียงชั่วครู่ เป้าหมายก็จะลอยออกไปไกลเกินเอื้อมแล้ว

3. หลายคนกลัวตัดสินใจ “ผิด”

มีหลายคนที่กลัวว่าตนเองจะตัดสินใจผิด แต่ที่จริงมันไม่มีการตัดสินใจผิดหรอก เพราะเมื่อตัดสินใจ คุณแค่เลือกทางใดทางหนึ่ง คุณจึงไม่มีทางรู้ว่าชีวิตจะเป็นอย่างไรหากตัดสินใจอย่างอื่น

ตัวอย่างเช่น คุณต้องตัดสินใจว่าจะไปทะเลหรือภูเขา คุณเลือกภูเขา นำเสียดายที่ในภูเขามีฝนตกหนักแทบไม่หยุดตลอด 10 วันที่คุณอยู่ที่นั่น คนส่วนใหญ่จะบอกว่า “ฉันตัดสินใจพลาด” แต่มันจริงหรือ!

ไม่จริงเสมอไปหรอก เพราะคุณก็ไม่รู้ว่าจะเจออะไรที่ทะเล คุณอาจกินอาหารเป็นพิษและต้องนอนแหว่ตลอดก็ได้ บางทีคุณอาจจะได้เจอแฟนในฝันที่ภูเขา เราคิดกันว่าสิ่งที่เคยตัดสินใจไปตอนแรกคือการตัดสินใจที่ “ผิด” ความจริงก็คือ เราไม่มีทางรู้แน่ว่าจะเจออะไรที่ดีกว่าหรือเปล่าหากไม่ตัดสินใจแบบนี้ เพราะเราไม่รู้ว่าชีวิตจะเป็นอย่างไร หลังจากทดลองพิจารณาสักพัก คุณจะเห็นว่า ไม่ว่าคุณตัดสินใจอย่างไร ก็ยังดีกว่าไม่ตัดสินใจเลย

4. หลายคนคิดว่าสามารถตัดสินใจได้ง่าย ๆ โดยไม่ต้องเจ็บปวดเลย

ดูเหมือนการตัดสินใจที่ดีที่สุดคือการจำเป็นต้องตัดสินใจ หลายคนจึงมักรอให้เหลือทางเลือกเดียวจะได้ไม่มีทางเลือกอื่น แต่เรามองข้ามไปว่านั่นไม่ใช่การตัดสินใจ สาเหตุเพราะมันไม่มีทางเลือกแล้ว

ต่อเมื่อคุณให้ความสำคัญกับทั้ง 2 ทาง การเลือกจึงยิ่งมีพลังยิ่งให้ความสำคัญกับทางที่ไม่ได้เลือก เท่ากับว่าคุณยิ่งให้ความสำคัญกับทางที่เลือกมากขึ้น

ดังนั้นหากต้องการนับถือตัวเองมากกว่าเดิม จงตัดสินใจทันที “ฝึกกล้าเนื้อตัดสินใจ” ของคุณเสียตั้งแต่ตอนนี้

หัวข้อ: ||แห่งการตัดสินใจ จะกำหนดชะตากรรมของคุณ

สัมมุติว่า ในอีกหลายปีข้างหน้า มีคนแปลกหน้าปรากฏขึ้นในชีวิตของคุณ เขาครอบครองกุญแจบ้านและรถของคุณ เขามาอยู่ในบ้านและนั่งที่โต๊ะคุณ ใช้ทุกอย่างที่คุณทำงานหนักแลกมาและมีคุณค่าทางใจของคุณ เขาดูบัญชีและตรวจสอบว่าปีที่ผ่าน ๆ มาคุณทำอะไรเป็นชิ้นเป็นอันบ้างหรือเปล่า เขามานอนบนเตียงของคุณ และแม้คุณจะมองเขาในกระจกอย่างไม่ชอบใจ แต่เขาก็คือคุณ คนผู้^{นี้}นี้คือคุณเอง คุณสร้างเขาขึ้นมาจากการตัดสินใจของคุณในวันนี้ และจากสิ่งที่คุณทำหรือไม่ทำในวันนี้

บุคคลนี้จะหน้าตาเป็นอย่างไร เขาจะอยู่แบบไหน จะทำอะไร มีเพื่อนแบบไหน มีคุณภาพชีวิตอย่างไร จะเป็นคนมีความสุขที่มีชีวิต เต็มเต็มหรือไม่

การตัดสินใจในวันนี้ของคุณจะกำหนดคำตอบของคำถามเหล่านั้น **คนที่มีความมั่นใจต่ำจะปกป้องตัวเองโดยการไม่ทำอะไรเสี่ยง** หลายคนจึงยึดติดกับสิ่งที่พวกเขาขาดไม่ได้ แต่ความเสี่ยงที่ใหญ่หลวงที่สุดคือคุณจะต้องทนใช้ชีวิตที่ไม่ชอบ ชายผู้ประสบความสำเร็จคนหนึ่งจึงบอกว่า **“จะกลัวตกไปทำไมในเมื่ออยู่บนพื้นแล้ว คงไม่ตกไปต่ำกว่านี้อีกแล้ว”**

ผู้ชนะจึงตัดสินใจโดยอิงจากสิ่งที่พวกเขาต้องการจริง ๆ พวกเขาตัดสินใจรวดเร็วและยึดถือมั่น แต่คนส่วนใหญ่ลังเลอยู่นานกว่าจะตัดสินใจ พอตัดสินใจแล้วก็เปลี่ยนใจอีก ผู้ชนะสามารถตัดสินใจได้เร็ว เพราะรู้ว่าการตัดสินใจแย่งดีกว่าไม่ได้ตัดสินใจเลย พวกเขาตัดสินใจได้เร็วเพราะรู้ว่าตนเองต้องการอะไร

กุญแจที่จะทำให้ตัดสินใจได้คือการรู้คุณค่าของตัวเอง เมื่อเห็นคุณค่าของตัวเองอย่างชัดเจน คุณจะตัดสินใจได้อย่างง่ายดาย

**“ถ้าเจ้าไม่กล้าที่จะไปต่อ เจ้าจะไม่มีวันรู้ว่าทำอะไรได้
จงวางใจเถิดว่าเจ้าจะรับมือกับสิ่งแฉกล้อมใหม่ได้
จงไหลต่อไปเถิด”**

- โปโล เซฟเฟอร์

● แบบฝึกหัด ●

วันนี้ฉันจะพัฒนาความสามารถในการตัดสินใจโดยการทำตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. **ฉันจะฝึกความสามารถในการตัดสินใจอย่างรวดเร็วกับเรื่องเล็กน้อย** โดยจินตนาการว่ามีกล้ามเนื้อที่ใช้ในการตัดสินใจซึ่งจะแข็งแรงขึ้นทุกครั้งเมื่อฉันตัดสินใจอย่างรวดเร็ว

บางคนอ่านเมนู 15 นาทีก่อนจะสั่งสปาเกตตีโบลอนญา แต่วันนี้ฉันตั้งใจจะตัดสินใจสั่งอาหารและเครื่องดื่มภายใน 30 วินาที แม้จะมีความเสี่ยงที่อาจจะได้ของไม่อร่อยก็ตาม วันนี้ฉันจะตัดสินใจเสี่ยงเรื่องเล็กน้อยทุกอย่างภายใน 30 วินาที

2. **ฉันจะถามตัวเองเมื่อตัดสินใจทุกครั้งว่า ผลจากการตัดสินใจจะเป็นอย่างไร** และการตัดสินใจจะนำความสุขมาให้ตัวฉันและคนรอบข้างหรือไม่ วิธีนี้ทำให้ฉันเรียนรู้ที่จะฟังเสียงในใจของตัวเอง

3. **ฉันจะตอบคำถามเหล่านี้เป็นลายลักษณ์อักษร** ฉันอยากเป็นใครในอีก 5 ปี ในอีก 5 ปี ฉันอยากทำอะไร ฉันอยากมีอะไร และการตัดสินใจทุกอย่างของฉันจะอิงกับเป้าหมายเหล่านี้ ฉันพร้อมที่จะแยกจากอะไรบางอย่างที่ฉันไม่ได้ชอบจริง ๆ เพื่อให้สองมือว่างพอที่จะทำตามความฝัน

4. **ฉันจะพิจารณาว่ามีเรื่องตัดสินใจ “ยาก” เรื่องไหนที่ผัดมานาน** ฉันจะเขียนทางเลือกแต่ละข้อออกมา แล้วพิจารณาว่าจะนำไปปรึกษาคนที่มีประสบการณ์ได้หรือเปล่า จากนั้นจะเขียนกำหนดเส้นตายที่ต้องตัดสินใจให้ได้

กฎข้อ 2

: เรียนรู้และเติบโตตลอดเวลา

คำ บานสร้างโลกของอินเดียโบราณเรื่องหนึ่งเล่าว่า ตอนแรกพระเจ้าสร้างหอยและวางมันไว้ที่ใต้ท้องทะเล ชีวิตของพวกมันไม่น่าตื่นเต้นเลย ตลอดทั้งวันพวกหอยไม่ได้ทำอะไรนอกจากแอบเปลือกหอย ปล่องให้น้ำทะเลไหลผ่านเล็กน้อยและก็ปิดเปลือกอีก วันแล้ววันเล่า พวกมันไม่ได้ทำอะไรเลยนอกจาก ปิด เปิด ปิด เปิด ปิด เปิด เปลือกหอย

แล้วพระเจ้าก็สร้างอินทรีขึ้นมา ทรงให้อิสระมันที่จะบินและไปถึงยอดเขาที่สูงที่สุดด้วยตนเอง มันจึงแทบไม่มีขีดจำกัด แต่อินทรีต้องแลกสิ่งหนึ่งกับอิสระของมัน นั่นคือ ทุกวันมันต้องต่อสู้เพื่อหาอาหาร และไม่มีอะไรตกถึงปากมันง่าย ๆ หากมีลูก อินทรีต้องออกล่าทั้งวันเพื่อหาอาหารให้เพียงพอ แต่มันก็ยินดีแลก

ในที่สุด พระเจ้าก็สร้างมนุษย์และนำเขาไปหาหอยกบก่อน จากนั้นก็นกอินทรี แล้วพระองค์ก็บอกให้เขาตัดสินใจว่าอยากใช้ชีวิตแบบใด



“รรตต” เรียนรู้และเติบโตเสมอ

► รมาลีทิลีเลือกระหว่างชีวิต 2 แบบ หอยกบเป็นตัวอย่างของคน ที่พลาดโอกาสจะเปิดโลกทัศน์ของตัวเอง ราคาที่ต้องจ่ายคือต้องทำเรื่องเดิม ๆ ไปตลอดชีวิต **นโปเลียน ฮิลล์** บอกว่า “คนบางคนตายก่อนเวลาสมควรเพราะกินมากเกินไป บางคนก็ตายเพราะดื่มมากเกินไป และมีบางคนที่ยืนแข็งและตายไปเพราะไม่มีอะไรจะทำเลย”

คนที่เลือกจะใช้ชีวิตอย่างอินทรีย่อมไม่ได้เลือกทางง่าย อาจมีหนทางเดียวที่ช่วยให้ฝ่าฟันเส้นทางนี้ไปได้คือต้องสนุกกับการเรียนรู้และเติบโต ยิ่งเรียนรู้และเติบโต ก็ยิ่งมีอิสระ หากมองเช่นนั้น ความท้าทายและปัญหาต่าง ๆ จะกลายเป็นบทเรียน

ปรัชญาชีวิต ที่ว่า **“รตต - เรียนรู้และเติบโตตลอดเวลา”** มีพื้นฐานมาจากความจริง 4 ประการ คือ

1. การเติบโตเป็นส่วนหนึ่งของรหัสพันธุกรรมของมนุษย์

เราดูได้อย่างไรว่าอะไรคือสิ่งมีชีวิต ก็เพราะทุกอย่างที่มีชีวิตจะเติบโต เราจึงแยกความแตกต่างของก้อนหินจากปะการังที่มีชีวิตได้ เมื่อสิ่งมีชีวิตหยุดเติบโตและหยุดเปลี่ยนแปลง มันก็จะตาย ส่วนหนึ่งเพราะการเติบโตเป็นกฎของชีวิต แต่ไม่ได้หมายถึงการเติบโตเฉย ๆ วิวัฒนาการหมายถึงการเติบโตอย่างมีเป้าหมาย เป็นการเติบโตเพื่อรับมือกับชีวิตได้มีประสิทธิภาพมากขึ้น และมีการพัฒนาตนเอง

2. “รตต” เป็นความต้องการพื้นฐานของมนุษย์

หากมองเด็ก ๆ เราจะรู้สึกได้ว่าการเติบโตและเรียนรู้ตลอดเวลาอยู่ในธรรมชาติของตัวเราตั้งแต่ต้น เด็ก ๆ ต้องการสำรวจ เรียนรู้ ตรวจสอบ และพัฒนาความสามารถของตนเองตลอดเวลา พวกเขาจึงชอบผจญภัย และเสี่ยงอันตรายโดยไม่กลัวว่าตัวเองจะเป็นอันตราย เราอาจสงสัยว่าเด็กเอาพลังงานมากมายมาจากไหน ความจริงก็คือ มนุษย์อายังมีพลังงานมากกว่านี้อีกมาก หากพวกเขาใช้ชีวิตเพื่อเติมเต็มความต้องการได้สำเร็จ

ลองเปรียบเทียบกับผู้ใหญ่ที่ไม่เรียนรู้และไม่ยอมโต ทั้งที่พวกเขาจะหาทางใช้เวลาให้เป็นประโยชน์มากที่สุด แต่พวกเขาส่วนใหญ่กลับดูไม่มีความสุข เหตุผลก็ง่ายมาก เพราะหากหยุดเติบโตและเรียนรู้ ชีวิตจะไร้ความหมายและว่างเปล่า หากไม่สามารถทำความปรารถนาให้เป็นจริง เราจะไม่มีความสุขและไม่มีพลังงาน

3. ทูคาศาสนาสอนให้มนุษย์เป็นคน “ที่ดีขึ้น”

ไม่ใช่เพราะความศรัทธาเท่านั้น แต่เพราะทุกศาสนาในโลกล้วนแสดงความปรารถนาของมนุษย์ ศาสนามีหน้าที่ช่วยตอบสนองความปรารถนาที่จะได้รับการไถ่บาป การรู้แจ้ง ความศักดิ์สิทธิ์ ความสงบชีวิตที่ดีขึ้นและความรัก แต่ทุกอย่างจะเกิดขึ้นได้ต่อเมื่อเราเปลี่ยนตัวเอง ไม่มีศาสนาใดที่สอนว่า “ไม่ควรเปลี่ยนแปลงตัวเอง”

4. กฎเหล็กสำหรับทุกระบบเศรษฐกิจและทุกบริษัทคือ ห้ามหยุดนิ่ง

บริษัทต้องเติบโตหรือไม่ก็อ่อนแอลง คนที่พยายามหยุดอยู่ที่ระดับใดระดับหนึ่งจะพ่ายแพ้ในการแข่งขันระยะยาว คนที่ทำงานในวงการธุรกิจต้องเรียนรู้และเติบโต มิฉะนั้นจะอ่อนแอลง ดร.ดับบลิว เอ็ดเวิร์ดส์ เดมมิง ให้คำนิยามความคิดที่มีคุณภาพว่า “คุณภาพไม่ได้หมายถึงการทำตามมาตรฐานหนึ่งเท่านั้น แต่หมายถึงการพัฒนาตลอดเวลาในกระบวนการที่มีการกระตุ้นและไม่หยุดนิ่ง”

เราจะมีความสุขได้อย่างไร หากละเมียดกฎของชีวิต กฎของวิวัฒนาการ ความต้องการ ความปรารถนา และหลักเหตุผล เศรษฐกิจ การเรียนรู้และเติบโตเป็นส่วนหนึ่งในความหมายชีวิตของเรา ไม่มีayaanใดหรือความเพลิดเพลินใดจะให้สิ่งที่เราจะเป็นและได้แบบที่เราจะได้จากการ “รอดต”

สิ่งที่ต้องตัดสับใจเสมอ

! เราอาจคิดว่าเมื่อถึงจุดหนึ่งในชีวิต เราจะต้องเลือกวิถีชีวิตแบบใดแบบหนึ่งอย่างถาวร แต่ในความเป็นจริง เราต้องคอยเติมพลังให้สิ่งที่เราตัดสับใจไปแล้วตลอดเวลา

เราต้องคอยบังคับให้ตัวเองอ่านหนังสือ เขียนบันทึก ไปงานสัมมนา พยายามอยู่กับคนที่เราจะเรียนรู้อะไรจากเขาได้

มันมี 2 เหตุผลหลักที่ทำให้คนหยุดเรียนรู้และเติบโต

เหตุผลข้อแรกคือ คิดว่าตนเองพัฒนาจนไม่ได้แล้ว แต่ความจริงคือเราเรียนรู้และเติบโตได้ตลอดเวลา **เดวิด โบวี** นักร้องชาวอังกฤษบอกว่า **“วันใดที่คิดว่าไม่สามารถพัฒนาไปกว่านี้ได้อีกแล้ว คุณจะเริ่มเล่นแต่เพลงเดิม ๆ ซ้ำ ๆ”**

เหตุผลข้อสอง คือความเฉยชา ซึ่งเป็นหนึ่งในสิ่งล่อลวงที่น่ากลัวที่สุด เพราะมันดูไม่มีพิษมีภัย ดังนั้นหากเราไม่เรียนรู้และเติบโตตลอดเวลา เราจะมีพฤติกรรมแบบเดิม ๆ อย่างปฏิเสธไม่ได้ และต้องใช้ชีวิตต่ำกว่าระดับที่เราคู่ควร

แต่มีความคิดที่อันตรายที่สุด นั่นคือ **“ทำผิมนิดหน่อยไม่เสียหายอะไรหรอก”**

นิทานเรื่องของคุณ

อะไรจะเกิดขึ้น หากพวกเราโยนกบฉลาดตัวหนึ่งลงในหม้อน้ำเดือด มันจะตัดสินใจทันทีว่า “ในนี้ไม่สบายเลย หนีดีกว่า” แล้วกระโดดออกมา แต่หากโยนกบตัวเดียวกันลงในหม้อใส่น้ำเย็น แล้วเอาไปตั้งบนเตาซึ่งค่อย ๆ ร้อนขึ้น จะเกิดอะไรขึ้น เจ้ากบจะรู้สึกผ่อนคลาย มันอาจสังเกตว่าน้ำค่อย ๆ ร้อนขึ้น แต่คิดว่า “ร้อนนิดร้อนหน่อยคงไม่เสียหายหรอก” ไม่นานมันจะถูกต้ม

นิทานเรื่องนี้สอนให้รู้ว่า มีหลายอย่างในชีวิตที่พัฒนาอย่างเชื่องช้า เช่น หนี้สิน หากตื่นเช้าขึ้นมาและมีหนี้ 68,000 ยูโร (หรือประมาณ 2.5 ล้านบาท) คุณจะตกใจไหม แน่نون แต่หากจำนวนเงินเพิ่มขึ้นช้า ๆ เช่น จำนวนเงินจับจ่ายแค่ 8.50 ยูโร ในวันนี้ (หรือประมาณ 300 บาท) เพิ่มขึ้นเป็น 14 ยูโร ในวันพรุ่งนี้ (หรือประมาณ 500 บาท) เรามักจะไม่ค่อยใส่ใจ **แต่ทุกอย่างในชีวิตจะทบไปเรื่อย ๆ** ลักวัน เราจะมีหนี้สินล้านพันตัว หรือในทางตรงกันข้ามอาจจะร่ำรวยมหาศาล

หากพรุ่งนี้जू ๆ เรามีน้ำหนักเพิ่มขึ้นมา 30 กิโลกรัม เราจะตกใจไหม คงไม่ต้องถามเลย แต่หากเดือนนี้น้ำหนักของเราเพิ่มมา 1 กิโลกรัม และเพิ่มอีก 1 กิโลกรัมในเดือนหน้า เรามักจะไม่คิดว่าเป็นเรื่องรุนแรง นินทานเรื่องกบเตื่อนให้ระวังสิ่งทีค้อย ๆ เพิ่มขึ้นว่าอย่าประเมินเรื่องเล็กน้ยต่ำเกินไป เพราะเรื่องเล็กน้ยจะค้อย ๆ ส้งสมกลายเป็นเรื่องใหญ่ ทุกสิ่งทุกอย่างนั้นจะนำเราไปไกลเป้าหมายหรือทำให้ไกลกว่าเดิมก็ได้ ไม่มีอะไรที่ “เป็นกลาง” เราต้องถามตัวเองเสมอว่า “ฉันจะเดินไปทางไหน”

เปรียบเทียบระยะยาว

ไม่สำคัญหรอกว่าวันนี้เราจะกินแอปเปิลหรือซ็อกโกแลต จะอ่านหนังสือดี ๆ หรือดูละครน้ำเน่า จะเก็บหรือใช้เงิน 10 ยูโร

แต่เมื่อผ่านไป 10 ปี เราจะเห็นความแตกต่างได้อย่างชัดเจน การกินซ็อกโกแลต ดูละครน้ำเน่าและการใช้เงินอย่างไรเหตุผล จะทำให้เราอ้วน กลายเป็นคนกลางและกลายเป็นคนจน แต่การกินผลไม้ อ่านหนังสือดี ๆ และการใช้เงินอย่างประหยัด จะทำให้เราสุขภาพแข็งแรง มีความรู้และร่ำรวย ไม่มีใครที่เกิดมาแล้วจะตัดสินใจได้อย่างฉลาดเสมอ แต่ชีวิตคือผลรวมของการตัดสินใจทั้งหมดของเรา และการไม่ทำอะไรเลย จึงไม่ใช่สูตรที่ดี

คุณพ่อคนหนึ่งอยากทำงานเจียบ ๆ ไม่อยากให้ลูกชายรบกวนจึงหาอะไรให้ลูกชายทำ เขาฉีกแผนที่โลกจากนิตยสารออกเป็นชิ้นเล็ก ๆ และบอกให้ลูกต่อแผ่นที่

และพ่อคนนั้นก็ต้องประหลาดใจเมื่อลูกชายสามารถต่อแผ่นที่ได้ถูกต้องในเวลาอันรวดเร็ว พ่อแทบไม่เชื่อที่ลูกของเขาต่อแผ่นที่ได้เร็วขนาดนี้ เด็กชายอธิบายว่า “เพราะด้านหลังของแผ่นที่เป็นหน้าคนครึ่งเลยต่อง่าย ผมคิดว่าถ้าหน้าคนสมบูรณ์ โลกก็สมบูรณ์ไปด้วย”



หนังสือขายดี 3 เล่ม

โดย **โบโด เซฟเฟอร์ Bodo Schäfer**

นักเขียนหนังสือขายดีกว่า 10 ล้านเล่มทั่วโลก และติดอันดับ
ขายดีในเยอรมนีมากกว่า 5 ปี เกิดที่ประเทศเยอรมนี สามารถ
บริหารเงินเปลี่ยนชีวิตจากคนยากจน ให้กลายเป็นคนร่ำรวยได้



BEE MEDIA
Self-Development



วิธีสร้างอิสรภาพการเงิน

มีเงินล้าน ใน 7 ปี

“คุณรู้ไหมตอนไหนลำบากที่สุด
ก็ตอนที่คุณไม่มีเงิน!
ตอนนั้นเงินจะสำคัญที่สุด...
ดังนั้น จงสร้างฐานะโดยเร็ว

อย่าสับสนเป็นอันขาดว่า ความร่ำรวย
เป็นสิทธิ์โดยกำเนิดของคุณ
ชีวิตคุณควรจะสดใส ไม่ใช่ลำบาก
จงปัดกวาดให้เป็นผลงาขึ้นนอก
จงพิสูจน์ให้ตนเองและคนอื่นเห็นว่า
คุณสามารถมั่งคั่งได้ภายใน 7 ปี”

Der Weg zur finanziellen Freiheit

- เรียนรู้เรื่องที่จะทำให้คุณมั่งคั่ง
- วิธีเพิ่มรายได้ของคุณ
- ทักษะคิดที่สำคัญที่สุดที่ทำให้มีเงิน
- วิธีจัดการกับปัญหานี้สิน
- วิธีเก็บออมเงินเพื่อทำให้ร่ำรวย
- ความมหัศจรรย์ของดอกเบี้ยทบต้น
- วิธีวางแผนเป้าหมายทางการเงิน 3 แบบ

หนังสือขายดียอดขาย 10 ล้านเล่ม แปลไปแล้วกว่า 35 ประเทศทั่วโลก

วิธีคิด วิธีรวย

หมาน้อย สอนรวย

Ein Hund namens Money
เรื่องราวของ หมาน้อย กับ เด็กหญิงคีธา
ที่สอนวิธีคิดในเรื่องการเงิน และการลงทุน

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



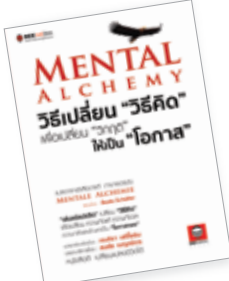
“เจ้าห่านตัวนี้
ก็เปรียบเหมือนกับเงินของหนู
ถ้าหากหนูเอาเงินไปลงทุน
หนูก็จะได้ออกเบียด
ซึ่ง ‘ดอกเบียด’ ที่ออกมา
ก็คือ ‘ไข่ทองคำ’ ใจจ๊ะ”

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



ยอดขาย 9 ล้านเล่มทั่วโลก แปลไปแล้ว 29 ภาษา

แปลจากหนังสือขายดี ภาษาเยอรมัน
MENTALE ALCHEMIE



MENTAL ALCHEMY

วิธีเปลี่ยน “วิธีคิด” เพื่อเปลี่ยน “วิกฤติ” ให้เป็น “โอกาส”

“เล่นแร่แปรจิต” เปลี่ยน “วิธีคิด” เพื่อเปลี่ยน ความท้อแท้
ความกังวล ความกลัว และปัญหา เป็น “โอกาสทอง”

Download ตัวอย่าง PDF เพื่ออ่านก่อนซื้อที่ www.BeeMedia.co.th



ราคา 270.- (304 หน้า)

วิธีพูดกับคน

เพื่อรับมือหรือโต้กลับ ทุกสถานการณ์พูด และไม่ให้เสียเปรียบ หรือตกเป็นรองใคร โดยใช้ศิลปะ: “กั๊กกัฟุ”

TONGUE FU! :
How to Deflect, Disarm, and Defuse Any Verbal Conflict
โดย : **SAM HORN**

“ศิลปะในการสื่อสารพูดคุยที่ฉับฉิว ไม่เพียง ‘พูดในสิ่งที่ถูกต้อง’ ในเวลาที่ควรพูด แต่ยังรวมถึง ‘การไม่พูด’ ในสิ่งที่ไม่ควรพูด เมื่ออยู่ในสถานการณ์ถูกข่มขู่”

- วิธีพูดเพื่อรับมือกับสถานการณ์ที่ทำให้โกรธหรือไม่พอใจ
- วิธีจัดการกับคนที่เรียกร้องอยากได้นั้นอยากได้นี้ตลอดเวลา
- วิธีรับมือหรือจัดการคนที่ชอบข่มขู่ยามกับชีวิตคนอื่น

- วิธีพูดเพื่อให้คนฟังไม่รู้สึกรังเกียจเหมือนถูกสั่งหรือบังคับให้ทำ
- วิธีพูดเพื่อแสดงให้เห็นถึงความมั่นใจและได้รับความเกรงใจ
- วิธีพูดเพื่อโน้มน้าวคนให้ยอมทำตามที่เราขอหรือต้องการ



ราคา 320.- (352 หน้า)



RAPPOR

วิธีสร้างสัมพันธ์กับคน

ด้วยวิธีพูดและอ่านใจ

เพื่อควบคุมทุกสถานการณ์ให้ราบรื่น เป็นไปตามที่เราต้องการ

RAPPOR : THE FOUR WAYS TO READ PEOPLE AND TALK TO ANYONE IN ANY SITUATION

4 เทคนิควิธีพูดและอ่านใจ เพื่อไขกุญแจรอยตาบและเห็นด้วย

เขียนโดย : **Emily Alison** และ **Laurence Alison**

- ไขความสำเร็จในการสื่อสาร ด้วยวิธีพูดและการอ่านใจคน
- ทำไม “คำพูด” จึงมีความสำคัญ
- หลักการ HEAR : เสอหลักสำคัญในการสร้างสัมพันธ์กับคน

- วงแหวนสัตว์ 4 ประเภท
- หลีกเลี่ยงการเผชิญหน้า : ที-เร็กซ์
- เรียนรู้ที่จะโอนอ่อนผ่อนตาม : หู
- การควบคุม : สิงโต
- สร้างความร่วมมือ : ลิง





LIFE LEVERAGE

จลลาดใช้ชีวิต

จลลาดใช้ “เครื่องทุ่นแรง”

วิธี “จลลาดใช้ชีวิตแบบมีเครื่องทุ่นแรง”

เพื่อทำงานให้ได้มากขึ้น โดยใช้เวลาน้อยลง
เอาตัวซอร์สหรือกระจายงานให้คนอื่นช่วยทำ
แล้วใช้ชีวิตอิสระดังฝัน ทำงานที่ไหนก็ได้

LIFE LEVERAGE : HOW TO GET MORE DONE IN LESS TIME.
OUTSOURCE EVERYTHING & CREATE YOUR IDEAL MOBILE LIFESTYLE



- หลักการ NetTime (ทำให้เสร็จโดยไม่ต้องใช้เวลาพิเศษ)
- บันไดสามขั้นของการควบคุมอารมณ์
- ความเชื่อผิด ๆ เรื่องการทำงานหนัก
- วิธีจัดการความรู้สึก สุดจะทน สับสน และเหนื่อยหน่าย
- กฎการทบต้น (The Law of Compounding)
- กลวิธีการใช้ (ชีวิตแบบมี) เครื่องทุ่นแรง



FEEL THE FEAR AND DO IT ANYWAY

: Dynamic Techniques for Turning Fear, Indecision, and Anger into Power, Action, and Love

วิธีเปลี่ยน

ความกลัว

ที่มืออยู่ในใจ

เพื่อรับมือกับปัญหา

และกล้าเปลี่ยนแปลงตนเอง เขียนโดย : Susan Jeffers

จงกล้าที่จะเปลี่ยน ทั้งที่ใจยังกลัว

หนังสือขนาด ๒ แปลไปแล้วกว่า 36 ภาษาทั่วโลก

- คุณกำลังกลัวอะไร... แล้วทำไมถึงเป็นเช่นนั้น
- แล้วจะช่วยให้ความกลัวมันหายไปไม่ได้หรือใจ
- แค่พยักหน้าน้อมรับด้วย “ใจที่ยินดี” ชีวิตจะดีขึ้นกว่าเดิม
- เพื่อชีวิตที่ดี จงกล้าที่จะเปลี่ยน ทั้งที่ใจยังกลัว