



หนังสืออ่านเสริม
ระดับความฉลาด

ในการ เฝ้าจับกับอุปสรรค

[ภาคก้าวไปข้างหน้าด้วยความคิดบวก]



2

ตอน “มุ่งไปข้างหน้าอย่างคิดบวก”
“ร่วมมือเพื่อชัยชนะ”

ทำลายก้อนน้ำแข็งแห่งอุปสรรคที่ปิดล้อมเด็กๆ เอาไว้
กระตุ้นให้เกิดความอดทนและกล้าเผชิญหน้ากับอุปสรรค
เมื่อมี AQ สูง เด็กๆ จะกลายเป็นนักรบน้อยผู้กล้าชัยชนะตลอดกาล





หนังสืออ่านเสริม ระดับความฉลาด

ในการ เฝ้าจับกับอุปสรรค

[ภาคก้าวไปข้างหน้าด้วยความคิดบวก]



2

ตอน “มุ่งไปข้างหน้าอย่างคิดบวก”
“ร่วมมือเพื่อชัยชนะ”

เรียบเรียง : Yu Tian
แปล : Irene Pey



ดวงกมลพับลิชชิ่ง
นำเสนอหนังสือดี มีคุณค่า

“คำนำ”



“จากผู้เรียบเรียง”

AQ ย่อมาจาก Adversity Quotient แปลเป็นภาษาไทยได้ว่าความฉลาดในการเผชิญกับอุปสรรค หมายถึงปฏิกิริยาตอบโต้เมื่อต้องเผชิญกับปัญหา หรือก็คือความสามารถในการเผชิญกับความล้มเหลว, เอาตัวรอดจากสถานการณ์คับขัน และเอาชนะอุปสรรคนั้นเอง

หลายปีมานี้ AQ กลายเป็นที่จับตามองมากขึ้นเรื่อยๆ ผู้ที่มี AQ สูงจะสามารถแก้ปัญหาขัดแย้ง, เอาชนะอุปสรรค, พลิกสถานการณ์ ไม่ปล่อยให้ภาวะอับจนเป็นหินขวางทางที่จะก้าวไปข้างหน้า และสามารถใช้พลังกำลังที่มีสร้างผลงานที่โดดเด่นยิ่งกว่าเดิมได้ เป็นไปไม่ได้ที่ตลอดชีวิตของคนๆ หนึ่งจะมีแต่ความราบรื่น บ้างก็ต้องราบรื่น บ้างก็ต้องมีอุปสรรค บ้างก็ต้องสำเร็จ บ้างก็ต้องล้มเหลว.....แต่ไม่ว่าจะเป็นอย่างไร เราก็ต้องเผชิญหน้ากับมันด้วยความคิดบวก, กล้าที่จะค้นหา และก้าวไปข้างหน้าด้วยความมุ่งมั่น

เส้นทางแห่งชีวิตของเด็กๆ ยังยาวไกลนัก ในอนาคตเด็กๆ ต้องได้พบกับอุปสรรคและความล้มเหลวต่างๆ ที่คาดไม่ถึง การฝึกฝน, สังคม และยกระดับ AQ จึงเป็นเรื่องที่จำเป็นมาก พ่อแม่ทุกคนย่อมรักลูก แต่ก็ไม่ควรตามใจลูกที่กำลังอยู่ในวัยเจริญเติบโตไปเสียทุกเรื่อง พ่อแม่ควรสร้างโอกาสให้พวกเขาได้ลองคิดด้วยตัวเอง, เผชิญกับอุปสรรคด้วยตนเอง, แก้ปัญหาเท่าที่สามารถทำได้ด้วยตนเอง และให้พวกเขาได้สัมผัสกับเรื่องราวต่างๆ มากขึ้นเพื่อเพิ่มพูนประสบการณ์





และความสามารถและสร้างพื้นฐานที่มั่นคงก่อนที่จะก้าวเข้าสู่สังคมในอนาคต

เมื่อตกอยู่ในภาวะคับขัน ผู้ที่มี AQ สูงจะแสดงออกด้วยท่าทีมองโลกในแง่ดี, มีความเชื่อมั่น, เข้มแข็งอดทน ฯลฯ AQ ไม่ใช่สิ่งที่ติดตัวมาแต่กำเนิด แต่เป็นสิ่งที่ต้องปมเพาะขึ้นในภายหลัง ด้านหนึ่งคือต้องฝึกฝนในชีวิตจริงที่ละขั้นทีละตอน ส่วนอีกด้านหนึ่งคือเรียนรู้จากตำรา ด้วยเหตุนี้ เราจึงได้เรียบเรียง <<หนังสืออ่านเสริมระดับความฉลาดในการเผชิญกับอุปสรรค (AQ)>> ขึ้น โดยหวังว่าเรื่องราวที่แสนสนุกและภาพประกอบที่แสนน่ารักในหนังสือเล่มนี้จะช่วยให้คุณพ่อคุณแม่และเด็กๆ มีความเข้าใจเกี่ยวกับ AQ อย่างถ่องแท้ และตระหนักถึงวิธีการปลูกฝังความฉลาดในการเผชิญกับอุปสรรคมากขึ้น

หนังสือชุดนี้แบ่งออกเป็น ‘ภาคமுมนะเชื่อมั่นในตนเอง’ และ ‘ภาคก้าวไปข้างหน้าด้วยความคิดบวก’ ประกอบด้วยตอนต่างๆ ทั้งหมด 8 ตอน ได้แก่ มุมนะไม่ย่อท้อ, ปณิธานมุ่งมั่น, เปลี่ยนร้ายให้กลายเป็นดี, กล้าหาญมีความรับผิดชอบ, ความรู้ความสามารถ, นิสัยความเคยชินที่ดี, มุ่งไปข้างหน้าอย่างคิดบวก และร่วมมือเพื่อชัยชนะ เนื้อหาที่เราคัดเลือกมาครอบคลุมทั้งเรื่องราวของบุคคลผู้มีชื่อเสียง, นิทานสุภาพ, นิทานปรัชญา, ตำนานเรื่องเล่า ฯลฯ ในตอนท้ายของแต่ละเรื่องจะมี ‘จุดประกาย AQ’ กรอบเล็กๆ อยู่ เพื่อให้ผู้อ่านตัวน้อยได้เผชิญกับอุปสรรค, ความล้มเหลว และได้สัมผัสกับประสบการณ์อันมีค่าจากสถานการณ์คับขันไปพร้อมๆ กับตัวเอกในเรื่องนั้นๆ และสามารถพัฒนา AQ ของตนเองได้

เราหวังเป็นอย่างยิ่งว่าเด็กๆ จะชื่นชอบหนังสือชุดนี้ เราขออวยพรให้เด็กๆ สามารถก้าวไปบนเส้นทางแห่งการเติบโตได้โดยไม่หวั่นเกรงต่ออุปสรรค และสร้างเรื่องราวของชีวิตที่งดงามขึ้นได้

ภาค
ก้าวไป
ข้างหน้าด้วย
ความคิด
บวก



AQ

ใช้เรื่องราวที่เต็มไปด้วยความมุ่งมั่นที่สุดจุดประกายเด็กๆ ให้กลายเป็่นนักรบน้อยผู้กำชัยชนะตลอดกาล

ตอน “มุ่งไปข้างหน้าอย่างคิดบวก”

พลังของจิตใจ 12

นกน้อยผู้มีความสุข 15

ต้นทุกข์ใจ 18

โสเครตีสผู้มีความสุข 20

ทำทีต่อ ‘เขตนคนร่ำรวย’ 23

การค้นหานาฬิกาพก 26

ชายที่แขวนอยู่บนหน้าผา 28

อุปสรรคทั้งหมดไม่ควรอยู่ตลอดกาล 31

เล่นไฟของตัวเองให้ดี 34

ความเป็นไปได้สองประการ 37



“สารบัญ”

เกาส์แก้โจทย์ปัญหา 40

แมนเดลาผู้เปี่ยมด้วยอารมณ์ขัน 43

ความเจ็บปวดกับเกลียว 46

คำสอนของแม่กระต่าย 48

แมลงวันตัดสินการแข่งขัน 51

ปิดประตูที่อยู่ด้านหลัง 54

ดวงดาวในทะเลทราย 56

โรคแพักระสุน 59

น้ำท่วมที่ ‘ไม่เหมือนกัน’ 62

ยันต์กันภัยของกวางน้อย 64

ปลาทองสองตัว 68



AQ

ใช้เรื่องราวที่เต็มไปด้วยความมุ่งมั่นที่สุดจุดประกายเด็กๆ ให้กลายเป็นนักรบน้อยผู้กล้าชัยชนะตลอดกาล

แพะที่คลุมหนังเสือ 70

ตอน “ร่วมมือเพื่อชัยชนะ”

คณะดนตรีแห่งเบรเมน 76

อาศัยพลังทั้งหมด 79

วัวสามตัวมีหญ้ากิน 82

สุนัขสีเหลืองกับสุนัขสีดำ 85

‘ค่าตอบแทน’ จากการช่วยเหลือผู้อื่น 88

ริมฝีปากหายไป ฟันก็หนาว 91

คนตัดฟืนกับแม่หมี 94

เมล็ดถั่ว, ฟางข้าว และก้อนถ่าน 97



“สารบัญ”

นกร่วมชีวิต 100

ความเสียใจของกบ 103

ค้างคาวที่ถูกจับไล่ 106

ไม้สามท่อน 109

นักเดินทางสามคน 112

โต๊ะกับลิ้นชัก 114

แมวป่าช่างขี้แย 116

บททดสอบของหญิงชรา 119





หนังสืออ่านเสริมระดับความฉลาด

ในการเผชิญกับอุปสรรค

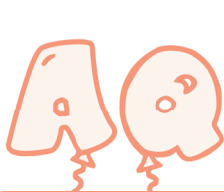
AQ ใช้เรื่องราวที่เต็มไปด้วยความมุ่งมั่นที่สุดจุดประกายเด็กๆ ให้กลายเป็นไกรบน้อยผู้กล้าชัยชนะตลอดกาล





ตอน

“มุ่งไปข้างหน้าอย่างคิดบวก”



“ก่อนเริ่มอ่าน”

10

บนเส้นทางชีวิต ทุกคนต่างก็ต้องพบกับอุปสรรคและความล้มเหลวด้วยกันทั้งนั้น มีใครกล้าพูดบ้างว่าชีวิตของตนมีแต่ความราบรื่น? ในเมื่อยากที่จะหลีกเลี่ยงจากการเผชิญกับอุปสรรค ทำไมเราถึงไม่เผชิญกับมันอย่างคิดบวกล่ะ?

เด็กสาวที่ไม่ประสบความสำเร็จในหน้าที่การงานคนหนึ่งบ่นกับคุณพ่อว่าเธอเบื่อหน่ายการต่อสู้แย่งชิงและรู้สึกท้ออาลัยมาก คุณพ่อจึงพาเธอเข้าไปในห้องครัว เขาต้มน้ำสามหม้อ ใส่แครอท, ไข่ไก่, พงกาแฟลงในหม้อแต่ละใบ ทั้งไว้ประมาณ 20 นาที เสร็จแล้วจึงค่อยปิดเตา จากนั้นคุณพ่อก็หันมาถามบุตรสาวว่า: “ลูกรัก ลูกเห็นอะไรบ้าง?”

บุตรสาวไม่รู้จะตอบว่าอย่างไร คุณพ่อจึงอธิบายว่า ของสามอย่างนี้ต่างก็เผชิญกับอุปสรรคแบบเดียวกัน นั่นก็คือถูกต้ม แต่ผลที่ได้กลับแตกต่างกัน ก่อนที่จะใส่ลงในหม้อ แครอทมีเนื้อแข็ง แต่พอนำไปต้มในน้ำเดือดแล้ว แครอทกลับนิ่มลง; ไข่ไก่เดิมแตกง่าย แต่เมื่อนำไปต้มแล้ว ‘เนื้อใน’ ของมันกลับแข็งขึ้น ส่วนพงกาแฟยิ่งมีความโดดเด่น เพราะเมื่อนำไปต้มแล้ว มันจะเปลี่ยนน้ำให้กลายเป็นกาแฟ

เมื่อเผชิญหน้ากับอุปสรรค การทำตัว ‘หมดอาลัยตายอยาก’ เหมือนกับแครอทเป็นเรื่องง่าย แต่แครอทที่ถูกต้มจนนิ่มย่อมต้องสูญเสียคุณค่าที่สำคัญที่สุดของตนเองไป ดังนั้น คนฉลาดจึงมักเลือกที่จะเป็นไข่ไก่หรือไม่ก็พงกาแฟ เพราะหากทำได้เช่นนี้ เราจะไม่พ่ายแพ้ต่อศัตรูที่แข็งแกร่ง ช้ายังล้มเหลว





ก็จะยิ่งกล้าหาญ สามารถเติบโตขึ้นท่ามกลางอุปสรรค หรืออาจถึงขั้นเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมได้

อุปสรรคไม่น่ากลัว กลัวแต่ว่าเราจะรับมือกับมันด้วยความท้อแท้ และทำให้อุปสรรคนั้นยิ่งลุกลามมากขึ้นเท่านั้น เพราะหากเป็นเช่นนั้น เราจะตกลงไปกับดักที่ตัวเองเป็นผู้สร้างขึ้น ในทางตรงกันข้าม หากเราเผชิญหน้ากับมันด้วยความคิดบวก และรับมือกับความท้าทายด้วยความกล้าหาญ เราจะพบว่าแท้จริงแล้วอุปสรรคไม่ได้เป็นปัญหาใหญ่เหมือนอย่างที่เราคิดเลย

การมุ่งไปข้างหน้าอย่างคิดบวกช่วยให้เราเผชิญหน้ากับความล้มเหลวได้ด้วยความหนักแน่นเยือกเย็นและมองโลกในแง่ดี การมุ่งไปข้างหน้าอย่างคิดบวกจะนำมาซึ่งแสงสว่างและหยาดฝนอันชุ่มชื้น และเป็นจุดเริ่มต้นของความสำเร็จ ในขณะที่ความท้อแท้มีแต่จะทำให้เราติดอยู่ในเงามืดของการมองโลกในแง่ร้าย ซึ่งจะค่อยๆ ทำลายความมีชีวิตชีวา และทำให้เราพบแต่ความพ่ายแพ้

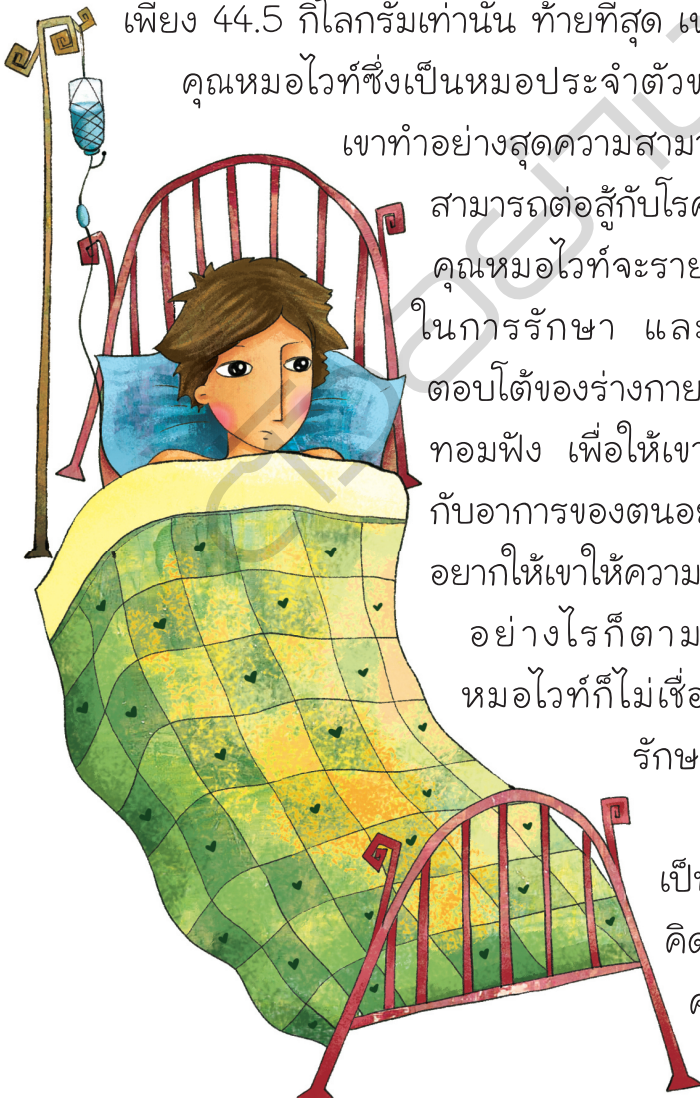
นักจิตวิทยาชื่อดังของโลก วิลเฮล์ม แมกซ์วุนด์ท์ (Wilhelm Max Wundt) กล่าวไว้ว่า: “หากไม่ควบคุมชะตาชีวิต ก็ต้องปล่อยให้ชะตาชีวิตควบคุมเรา สภาพจิตใจของเราจะเป็นตัวกำหนดว่าใครจะเป็นผู้ควบคุม และใครจะเป็นผู้ที่ถูกควบคุม” เด็กๆ ทั้งหลาย เรามาเผชิญหน้ากับความท้าทายของอุปสรรคและความล้มเหลวด้วยความกระตือรือร้น เขียนเรื่องราวของชีวิตที่เต็มไปด้วยสีสัน และมาเป็นผู้ที่ควบคุมชะตาชีวิตของตัวเองด้วยกันเถอะ

“พลังของจิตใจ”

ทอมป่วยเป็นโรคมะเร็ง เซลล์มะเร็งที่แพร่กระจายอย่างรวดเร็ว ทำให้ร่างกายของเขาฝ่ายฝอมลงทุกวันๆ จนกระทั่งน้ำหนักตัวเหลือเพียง 44.5 กิโลกรัมเท่านั้น ท้ายที่สุด เขาก็กินอาหารไม่ได้ คุณหมอไวท์ซึ่งเป็นหมอปประจำตัวของทอมบอกเขาว่า

เขาทำอย่างสุดความสามารถเพื่อช่วยให้ทอมสามารถต่อสู้กับโรคมะเร็งแล้ว ทุกวัน คุณหมอไวท์จะรายงานความคืบหน้าในการรักษา และอธิบายปฏิกิริยาตอบโต้ของร่างกายที่มีต่อการรักษาให้ทอมฟัง เพื่อให้เขามีความเข้าใจเกี่ยวกับอาการของตนอย่างถ่องแท้ เพราะอยากให้เขาให้ความร่วมมืออย่างเต็มที่ อย่างไรก็ตาม แม้กระทั่งคุณหมอไวท์ก็ไม่เชื่อว่ามะเร็งสามารถรักษาได้

แต่ผลกลับไม่เป็นอย่างที่ทุกคนคาดคิด เนื่องจากทอมให้ความร่วมมือในการ





รักษาเป็นอย่างดี ทำให้การรักษาดำเนิน
ไปได้อย่างราบรื่น คุณหมอไวท์จึงมอง
เห็นความหวังขึ้นมาบ้าง
คุณหมอสอนให้ทอมใช้
จินตนาการ โดยให้คิดว่า
เม็ดเลือดขาวในร่างกาย
เป็น ‘แม่ทัพใหญ่’ ฆ่าเชื้อโรค ที่ต้อง
‘ทำสงคราม’ กับเซลล์มะเร็งต่อต้าน
หลังจากนั้นสองเดือน เซลล์มะเร็งก็ถูก
ควบคุมเอาไว้ได้ พวกเขามีชัยชนะเหนือโรคมะเร็ง
แล้ว

ปาฏิหาริย์ที่เกิดขึ้นนี้ แม้แต่คุณหมอ
ไวท์ก็รู้สึกประหลาดใจมาก เขากล่าวกับ
ทอมด้วยความดีใจว่า: “ยินดีด้วยครับ
คุณทอม”

“ขอบคุณครับคุณหมอไวท์ ขอขอบคุณที่คุณช่วยรักษาผม และ
ขอบคุณสำหรับทุกๆ คำพูดของคุณ ตอนที่เพิ่งเริ่มทำการรักษา ผม
รู้สึกหมดหวังจริงๆ แต่แล้วผมก็คิดถึงเรื่องราวต่างๆ มากมาย ทั้ง
ครอบครัวและเพื่อนๆ ที่รักผม....ดังนั้น ผมจะตายไม่ได้ ผมอยากจะ
มีชีวิตอยู่” ทอมกล่าวด้วยความซาบซึ้งใจ

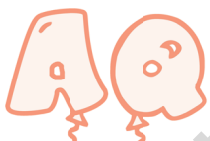
“เพราะคุณคิดแบบนี้ เพราะคุณยังอภัยอาวรณ์โลกใบนี้อยู่
คุณถึงมีพลังมากมายไร้ขีดจำกัด”



“พลังนี้ช่างยิ่งใหญ่จริงๆ!” ทอมกล่าวด้วยความตื่นตัน
 “สามารถเอาชนะได้แม้แต่เทพแห่งความตาย ผมจะต้องบอกความลับ
 นี้ให้คนอื่นได้รู้บ้าง”

วิธีการรักษาจิตใจของคุณหมอไวท์ทำให้การรักษาได้ผลอย่าง
 ชัดเจน คุณหมอไวท์กล่าวว่า “จริงๆ แล้ว พลังใจสามารถตัดสิ้นความ
 ยืนยาวของชีวิตได้ หากคุณเลือกที่จะมีชีวิตอยู่ต่อไป พลังนั้นจะสามารถ
 เปลี่ยนแปลงได้แม้กระทั่งคุณภาพชีวิตของคุณเลยทีเดียว สำหรับผู้
 ป่วยโรคมะเร็งแล้ว พวกเขาอาจเอาชนะความหวาดกลัวได้ยากแต่
 ความหวังที่อยากจะมีชีวิตอยู่ทำให้ทอมมีความกล้าที่จะต่อสู้ และคอย
 ให้กำลังใจตัวเองอยู่เสมอ ดังนั้นเขาจึงประสบความสำเร็จได้ในที่สุด”

14



จุดประกาย AQ

พลังใจสามารถเอาชนะได้แม้กระทั่งความตาย แล้วจะมีอะไร
 ที่ไม่สามารถเอาชนะได้อีก? สภาพจิตใจของคนๆ หนึ่งสามารถตัดสิ้น
 ชะตาชีวิตของเขาได้ ขอเพียงแต่มีความเชื่อมั่นว่าจะต้องชนะ และ
 พยายามต่อไปเรื่อยๆ ย่อมไม่มีอะไรที่เราไม่สามารถเอาชนะได้อย่าง
 แน่نون





“นกน้อยผู้มีความสุข”

ในยามเช้า
ที่สดใส นกน้อย
แสนสวยตัวหนึ่ง
กำลังร้องเพลงอยู่บน
กิ่งของต้นไม้ใหญ่ เสียงเพลงของ
มันไพเราะจับใจและดังกังวานไปทั่วป่า

ที่ใต้ต้นไม้ นั้น หนูนกตัวหนึ่งกำลังขุด
โพรงอยู่ มันรำคาญเสียงร้องเพลงของนกน้อย
มาก ดังนั้นมันจึงโผล่หัวออกมาตะโกนว่า: “เจ้า
นกบ้า หุบปากซะ ทำไมถึงต้องร้องเพลงที่ระคายหู
คนอื่นแบบนี้?”

“แต่คุณหนูนาน” นกน้อยกล่าวอย่างมีความสุข
“ฉันอดที่จะร้องเพลงไม่ได้นี่คะ คุณดูสิ ฤดูใบไม้ผลิ
งดงามออก แสงอาทิตย์เจิดจ้า อากาศสดชื่น ใบไม้
เป็นสีเขียวสวยงามน่ารัก.....โลกนี้ช่างสวยงามจริงๆ!
ในใจของฉันเต็มไปด้วยเพลงแห่งความสุข ฉันก็เลยอดที่
จะร้องไม่ได้”





“โลกนี้สวยงาม
ขนาดนั้นเชียว?” หนู
นาเบิ่งตากกว้างพลา
งถามอย่างไม่เข้าใจว่า

: “ทำไมฉันถึงมองไม่เห็น เธอ

พูดจาเหลวไหลซัดๆ มันเป็นไปได้! ใน

• สายตาของฉัน โลกนี้ไม่มีอะไรที่มีความหมายหรอก”

“ทำไมถึงพูดแบบนี้ล่ะคะ?” นกน้อย

ถามด้วยความงุนงง

“ฉันอาศัยอยู่ที่นี้หลายปีแล้ว ฉัน
รู้จักทุกสิ่งทุกอย่างที่นี่ดี ฉันขุดโพรงไป
ทั่วทุกที่ แต่ฉันจะบอกให้ณะ ฉันเจอของ
แค่สองอย่างเท่านั้น มันก็คือรากหญ้า
กับไส้เดือน ฉันไม่เคยพบเห็นอะไรอื่น
อีกเลย ไม่มีอะไรที่สวยงามน่ารักจริงๆ”

นกน้อยผู้มีความสุขแย่งขึ้นทันที

“คุณพูดไม่ถูกนะคุณหนูนา ในโลกนี้
มีสิ่งสวยงามอยู่มากมาย ถ้าไม่เชื่อ

คุณก็ขึ้นมาดูเองสิ ออกมาจาก
ใต้ต้นหญ้า ออกจากใต้ดิน
ที่มีดมิดขึ้นมาอยู่ท่ามกลาง





แสงสว่าง คุณเห็นมาดูแสงอาทิตย์, ป่า และโลกที่สวยงามนี้สิ มาสูดอากาศบริสุทธิ์ ฉันเชื่อว่าคุณต้องอดที่จะร้องเพลงไม่ได้เหมือนกัน ขึ้นมาสิ เรามาร้องเพลงด้วยกันเถอะ!”

AQ จุดประกาย AQ

ถึงแม้ว่าในโลกนี้จะมีคามมืดมิดและสิ่งที่เลวร้ายอยู่บ้าง แต่ก็มีสิ่งสวยงามอีกมากมายที่รอให้เราไปค้นพบ เราจำเป็นต้องมีดวงตาที่รู้จักสังเกตความงดงาม สิ่งต่างๆ อาจมีสองด้านหรือหลายด้าน แต่เราต้องเลือกมองด้านที่ดี เด็กๆ ต้องเรียนรู้ที่จะค้นหาสิ่งดีๆ และพยายามเรียนรู้จากสิ่งดีๆ เหล่านั้น มาเป็นคนที่ก้าวไปข้างหน้าอย่างคิดบวกกันเถอะ

“ต้นทุกข์ใจ”

ครั้งหนึ่ง ช่างประปาคนหนึ่งมาช่วยเจ้าของฟาร์มติดตั้งท่อประปาในฟาร์ม แต่เขาโชคร้ายมาก ในตอนแรกรถของเขาแยกทำให้ต้องเสียเวลาไปหนึ่งชั่วโมง จากนั้นส่วไฟฟ้าก็เสีย สุดท้ายรถเก่าๆ ซึ่งบรรทุกของหนักหนึ่งตันที่เขาขับมาก็ตายอีก

หลังจากช่างประปาทำงานเสร็จ เจ้าของฟาร์มขับรถไปส่งเขาที่บ้าน เมื่อไปถึง ช่างประปาก็เชิญเจ้าของฟาร์มให้เข้าไปนั่งในบ้าน

แต่พอเดินไปถึงประตู ช่างประปากลับไม่กล้าเข้าไปในบ้านทันที เขาหยุดยืนนิ่งๆ อยู่ข้างต้นไม้เล็กๆ ที่หน้าประตูบ้านครู่หนึ่ง จากนั้นก็ยื่นมือไปลูบกิ่งของต้นไม้นั้น พอภรรยาเขาเปิดประตู สีน้ที่เต็มไปด้วยความกลัดกลุ้มของช่างประปาก็กลับกลายเป็นรอยยิ้ม เขากอดลูกๆ แน่น และหันไปลูบภรรยาด้วยความรัก ช่างประปาต้อนรับเจ้าของฟาร์มด้วยความเบิกบานเป็นอย่างมากเลยทีเดียว

เมื่อเจ้าของฟาร์มขอตัวกลับ ช่างประปาเดินตามมาส่งเขาที่หน้าบ้าน เจ้าของฟาร์มอดถามด้วยความประหลาดใจไม่ได้ว่า: “สิ่งที่คุณทำตรงต้นไม้เล็กๆ ที่หน้าบ้านเมื่อครู่นี้หมายความว่ายังไง? ทำไมลุงๆ คุณถึงอารมณ์ดีขึ้นล่ะ?”

“นั่นคือ ‘ต้นทุกข์ใจ’ ของผม” ช่างประปากล่าว “ผมทำงานอยู่ข้างนอกก็ต้องพบเจอกับเรื่องที่ทำให้ทุกข์ใจบ้าง แต่ผมจะไม่เอาเรื่องกลัดกลุ้มเหล่านั้นกลับเข้ามาในบ้าน เพราะที่บ้านมีลูกและภรรยาของ





ผมอยู่ ผมจะเอาเรื่องทุกๆ
ใจแขวนไว้ที่ต้นไม้ ให้เทวดาช่วยเก็บ
ไว้ก่อน พรุ่งนี้เช้าตอนออกจากบ้านผมค่อย
ไปเอา แต่ที่น่าประหลาดใจก็คือ เมื่อผมกลับ
ไปที่ต้นไม้ในวันรุ่งขึ้น ‘เรื่องทุกๆใจ’ ส่วนใหญ่ก็
มักจะหายไปเกือบหมดแล้ว”



AQ จุดประกาย AQ

ช่างประประบายเรื่องทุกๆใจให้ ‘ต้นไม้ทุกๆใจ’ ฟัง เขาไม่เคย
นำเรื่องกลุ้มใจกลับไปที่บ้าน เพราะไม่อยากให้คนที่บ้านไม่สบายใจไป
ด้วย ในชีวิตจริงเด็กๆ คงได้พบกับเรื่องที่ทำให้เจ็บปวด หรืออาจถึง
ขั้นทำให้ท้อแท้หมดหวังเช่นกัน ลองเอาอย่างช่างประประปาคนนี้ดู ปิด
กวดเรื่องที่ทำให้กลุ้มใจออกไปเสียให้หมด นี่เป็นวิธีที่ดีที่จะช่วย
รักษาสมดุลทางจิตใจ และทำให้เราสามารถเผชิญหน้ากับชีวิตได้
ด้วยความคิดบวก



หนังสืออ่านเสริม ระดับความฉลาด

ในการ เฝ้าระวังกับอุปสรรค

[ภาคก้าวไปข้างหน้าด้วยความคิดบวก]



2



“ความรู้ความสามารถ”

“นิสัยความเคยชินที่ดี”



“มุ่งไปข้างหน้าอย่างคิดบวก”

“ร่วมมือเพื่อชัยชนะ”



ดวงกมลพับลิชชิ่ง
นำเสนอหนังสือดี มีคุณค่า