



หนังสืออ่านเสริม
ระดับความฉลาด

ในการ เฝ้ายักษ์กับอุปสรรค

[ภาคภูมิใจเชื่อมั่นในตนเอง]



4

ตอน “เปลี่ยนร้ายให้กลายเป็นดี”
“กล้าหาญมีความรับผิดชอบ”

ทำลายก้อนน้ำแข็งแห่งอุปสรรคที่ปิดล้อมเด็กๆ เอาไว้
กระตุ้นให้เกิดความอดทนและกล้าเผชิญหน้ากับอุปสรรค
เมื่อมี AQ สูง เด็กๆ จะกลายเข็นกรบน้อยผู้กำชัยชนะตลอดกาล

e-BOOK



ดวงกมลพับลิชชิ่ง
นำเสนอหนังสือดี มีคุณค่า



หนังสืออ่านเสริม ระดับความฉลาด

ในการ เฝ้าดูกับอุปสรรค

[ภาคภูมิใจเชื่อมั่นในตนเอง]



4

ตอน “เปลี่ยนร้ายให้กลายเป็นดี”
“กล้าหาญมีความรับผิดชอบ”

เรียบเรียง : Yu Tian
แปล : Irene Pey



ดวงกมลพับลิชชิ่ง
นำเสนอหนังสือดี มีคุณค่า

“คำนำ”



“จากผู้เรียบเรียง”

AQ ย่อมาจาก Adversity Quotient แปลเป็นภาษาไทยได้ว่าความฉลาดในการเผชิญกับอุปสรรค หมายถึงปฏิกิริยาตอบโต้เมื่อต้องเผชิญกับปัญหา หรือก็คือความสามารถในการเผชิญกับความล้มเหลว, เอาตัวรอดจากสถานการณ์คับขัน และเอาชนะอุปสรรคนั่นเอง

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

เส้นทางแห่งชีวิตของเด็กๆ ยาวไกลนัก ในอนาคตเด็กๆ ต้องได้พบกับอุปสรรคและความล้มเหลวต่างๆ ที่คาดไม่ถึง การฝึกฝน, สังคม และยกระดับ AQ จึงเป็นเรื่องที่จำเป็นมาก พ่อแม่ทุกคนย่อมรักลูก แต่ก็ไม่ควรตามใจลูกที่กำลังอยู่ในวัยเจริญเติบโตไปเสียทุกอย่าง พ่อแม่ควรสร้างโอกาสให้พวกเขาได้ลองคิดด้วยตัวเอง, เผชิญกับอุปสรรคด้วยตนเอง, แก้ปัญหาเท่าที่สามารถทำได้ด้วยตนเอง และให้พวกเขาได้สัมผัสกับเรื่องราวต่างๆ มากขึ้นเพื่อเพิ่มพูนประสบการณ์และความสามารถและสร้างพื้นฐานที่มั่นคงก่อนที่จะก้าวเข้าสู่สังคมในอนาคต





ภาค
มุมานะ
เชื่อมั่น
ในตนเอง

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

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

เราหวังเป็นอย่างยิ่งว่าเด็กๆ จะชื่นชอบหนังสือชุดนี้ เราขออวยพรให้เด็กๆ สามารถก้าวไปบนเส้นทางแห่งการเติบโตได้โดยไม่หวั่นเกรงต่ออุปสรรค และสร้างเรื่องราวของชีวิตที่งดงามขึ้นได้



AQ

ใช้เรื่องราวที่เต็มไปด้วยความมุ่งมั่นที่สุดจุดประกายเด็กๆ ให้กลายเป็นนักรบน้อยผู้ท้าทายชะตากรรม

ตอน “เปลี่ยนร้ายกลายเป็นดี”

ซูปหินหม้อหนึ่ง 12

ข้อได้เปรียบของการมีแขนข้างเดียว 15

จอมยุทธ์ผู้ใช้กระบี่สั้น 18

อ่างทองคำที่ฝังอยู่ใต้ดิน 20

หินดำกับหินขาว 23

เรื่องกลุ่มใจของนกยูง 26

โอบหยาบชีวเรียนวิชา 28

เอตีสันประดิษฐ์หลอดไฟ 31



“สารบัญ”

แผนของสุนัขจิ้งจอก 34

พลังของความยากจน 37

ทำเรื่องที่คุณอื่นไม่เคยทำ 40

แผนการแข่งขันของขุนปิ่น 43

แผนเล็กๆ ของพระพุทธรองค์ 46

ตอน “กล้าหาญมีความรับผิดชอบ”

แขวนโคมแห่งการให้อภัย 52

มีภาระหนักถึงไม่ล้ม 55



AQ

ใช้เรื่องราวที่เต็มไปด้วยความมุ่งมั่นที่สุดจุดประกายเด็กๆ ให้กลายเป็นนักรบน้อยผู้ท้าทายจนตลอดกาล

หีบช่วยชีวิต 58

โดได้สุนัขผู้รักดี 61

ความล่มสลายของห่านป่าฝูงหนึ่ง 64

วีรสตรีฮัมมูหลาน 67

ปณิธานอันยิ่งใหญ่ในวัยเด็ก 70

การตัดสินใจของเด็กชาย 72

ไท่สือผู้ตรงไปตรงมา 74

โกวเจี้ยนกู่ชาติ 77



“สารบัญ”

ความรักของแม่บนแพลตฟอร์มสูง 20 เมตร

80

บุตรสาวนักศึกษามหาวิทยาลัยของแม่

84

ผู้พิการทางปัญญา

ทางเลือกของมนุษย์ดินเหนียวน้อย

87

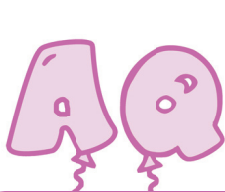




ตอน

“เปลี่ยนร้ายกลายเป็นดี”





“ก่อนเริ่มอ่าน”

10

เมื่อตกอยู่ในสถานการณ์คับขัน นอกจากต้องมีความเชื่อมั่นและความกล้าหาญแล้ว ยังต้องรู้จักพิจารณาแยกแยะสถานการณ์และปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์นั้นๆ หากวิเคราะห์ให้ดี เราจะพบว่าแท้จริงแล้วสถานการณ์คับขันเกิดจากปัจจัยที่เป็นผลเสียหลายๆ ปัจจัยรวมเข้าด้วยกัน เราทุกคนต่างก็มีข้อบกพร่องด้วยกันทั้งนั้น ไม่มากก็น้อย บางครั้งข้อบกพร่องเหล่านี้ก็เป็นสาเหตุที่ทำให้เราไม่สามารถหลุดพ้นจากสภาพอัปยศ แต่คนที่มี AQ สูงจะสามารถใช้ประโยชน์จากปัจจัยที่เป็นผลเสียเหล่านี้ให้ ‘เป็นประโยชน์’ ส่งเสริมจุดเด่น หลบเลี่ยงจุดอ่อน และเปลี่ยนร้ายให้กลายเป็นดีได้

เมื่อเผชิญกับสถานการณ์คับขัน หากสามารถวิเคราะห์สถานการณ์ด้วยความเยือกเย็นเราก็จะพบช่องโหว่ของอุปสรรค และหาวิธีแก้ปัญหาที่เหมาะสมได้ เพราะทุกสิ่งทุกอย่างต่างก็มีสองด้าน หรือบางครั้งก็อาจจะมีหลายด้าน หากรู้จักคล้อยตามสถานการณ์ที่เอื้อประโยชน์, ปรับตัวให้เข้ากับความเปลี่ยนแปลง และใช้ประโยชน์จากด้านที่เป็นประโยชน์ต่อเรา เราก็จะสามารถเอาชนะหรือขจัดด้านที่อาจส่งผลเสียได้

หากคิดอยากเปลี่ยนร้ายให้กลายเป็นดีเราต้องรู้จักมองปัญหาจากหลายๆ ด้าน มีเรื่องเล่าอยู่เรื่องหนึ่งดังนี้: หญิงชราขายกวนคนหนึ่งมีบุตรสาวสองคน บุตรสาวคนหนึ่งขายร่ม ส่วนอีกคนหนึ่งขายเครื่องดื่ม วันๆ หญิงชราเอาแต่หน้านี้ว่ควมวด เพราะเวลาแดดออกนางจะกังวลว่าร่มจะขายไม่ได้ แต่เวลาฝนตกนางก็กังวลว่าเครื่องดื่มจะขายไม่ออก วันหนึ่งมีคนแนะนำให้นางคิดเสียใหม่ว่าเวลาแดดออก บุตรสาวคนที่ขายเครื่องดื่มต้องขายดี ส่วนเวลาฝนตก บุตรสาว





คนที่ขายร่มก็ต้องทำกำไรได้มากมาย นับแต่นั้นเป็นต้นมา หญิงชราจึงมีแต่หน้าที่ยิ้มแย้ม จากเรื่องนี้จะเห็นได้ว่า การมองปัญหาจากอีกมุมมองหนึ่งมีความสำคัญมากเพียงใด

อย่างไรก็ตาม เมื่อตกอยู่ในสภาพอัปจน สถานการณ์ย่อมซับซ้อนกว่านี้มาก แต่ยิ่งซับซ้อนก็ยิ่งง่ายต่อการหาเงื่อนไขที่เป็นประโยชน์ต่อเรา การเปลี่ยนปัจจัยที่เป็นผลเสียให้กลายเป็นผลดีเมื่ออยู่ท่ามกลางภาวะคับขันนั้น ไม่เพียงแต่ต้องอาศัยจิตใจที่ปลอดโปร่ง แต่ยังต้องมี AQ สูง ทั้งนี้ นอกจากจะต้องมีปฏิภาณไหวพริบในรายละเอียดต่างๆ แล้ว ยังต้องมีแผนการควบคุมสถานการณ์โดยรวมอีกด้วย

ผู้ที่มีความสามารถในการเปลี่ยนร้ายให้กลายเป็นดีจะไม่เคลื่อนไหวโดยบุ่มบ่ามเมื่ออยู่ในสถานการณ์คับขัน เพราะอาจเป็นเหตุให้เสียแรงกับเวลาอันมีค่าไปโดยเปล่าประโยชน์ แต่พวกเขาจะเลือกเวลาที่ดีที่สุดและช่องโหว่ที่เหมาะสมที่สุดหลังจากคิดพิจารณาอย่างรอบคอบเพื่อแก้ปัญหาอย่างเด็ดขาด

เมื่อเผชิญหน้ากับอุปสรรค อย่าลนลานเด็ดขาด เราต้องทำให้ใจให้สงบ และวิเคราะห์สถานการณ์เบื้องต้นอย่างเยือกเย็น ถึงแม้จะมีปัจจัยที่ก่อให้เกิดผลเสียอยู่มากก็อย่าตกใจ เพราะบางทีช่องโหว่ในการเอาชนะอุปสรรคอาจแอบซ่อนอยู่ในปัจจัยเหล่านั้นก็เป็นได้ เด็กๆ ที่รักทั้งหลาย การปรับตัวให้เข้ากับ ความเปลี่ยนแปลงและเปลี่ยนปัจจัยที่เป็นผลร้ายให้กลายเป็นดีเป็นการแสดงออกถึง AQ ที่สูง ทั้งนี้ การยกระดับ AQ จะช่วยให้เราเดินไปบนเส้นทางสู่ความสำเร็จได้โดยไม่ต้องอ้อมมากนักหากทำได้เด็กๆ ก็จะสามารถเดินนำหน้าผู้อื่นได้ในอนาคต

“ซูปหिनหม้อหนึ่ง”

ในวันที่ฝนฟ้าคะนอง มีผู้คนเดินอยู่บนท้องถนนไม่มากนัก ชายยากจนซึ่งสวมเสื้อผ้าเก่าขาดคนหนึ่งเดินอยู่บนถนนอย่างเดียวดาย เสื้อผ้าของเขาเปียกปอนไปหมด ชายที่ทั้งหนาวทั้งหิวเดินช้าๆ พลังคิดว่าอยากจะหาบ้านสักหลังเพื่อหลบฝนและขออาหารร้อนๆ รับประทานสักมื้อ

12

เขามองเห็นบ้านหลังใหญ่หลังหนึ่ง ดังนั้นจึงรีบตรงเข้าไปเคาะประตู ไม่นานนักประตูก็เปิดออก แต่ชายยากจนยังไม่ทันกล่าวอะไร คนรับใช้ก็มาเปิดประตูก็กล่าวเสียงดังด้วยความรำคาญว่า: “ไป! อย่าคิดว่าจะขออะไรได้เลย!”

“ผมไม่ได้มาขออะไร” ชายยากจนกล่าวอย่างถ่อมตัว “ผมแค่ขอเข้าไปหลบฝนและผึ่งเสื้อผ้าให้แห้งเท่านั้นก็พอ”

คนรับใช้เห็นว่าไม่ต้องเสียอะไร เขาก็ยอมตกลงตามที่ชายยากจนขอ ทั้งนี้ เพื่อไม่ให้เป็นการรบกวนคนอื่นๆ เขาก็พาชายยากจนไปที่ห้องครัวเล็กๆ ห้องหนึ่ง ที่นั้นมีแม่ครัวคนหนึ่งกำลังทำงานอยู่

ชายยากจนผึ่งเสื้อผ้าให้แห้งอยู่ตรงข้างเตาพาลางกล่าวกับแม่ครัวว่า: “ขอยืมหม้อเล็กๆ ให้ผมสักใบได้ไหมครับ ผมอยากจะต้มซูปหินดื่มเพื่อให้ร่างกายอบอุ่นสักหน่อย ผมรับรองว่าจะไม่แตะต้องของอื่นๆ ของพวกคุณเลย”





“ซูปหิน?” แม่ครัวร้องด้วยความประหลาดใจ “ฉันอยากเห็นเหมือนกันว่าเธอจะต้มหินให้กลายเป็นซูปได้ยังไง” กล่าวจบ แม่ครัวก็ยื่นหม้อเล็กๆ ใบหนึ่งให้ชายยากจน

ชายยากจนวางหม้อไว้บนเตา เขาเติมน้ำลงไปเล็กน้อย จากนั้นก็ไปเก็บก้อนหินที่นอกประตูมาก่อนหนึ่ง เขาล้างมันให้สะอาดแล้วใส่ลงไปในหม้อ เสร็จแล้วก็นั่งลงรอเจียบๆ อยู่ที่ข้างเตา

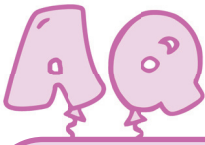
แม่ครัวกล่าวว่า: “ถ้าจะต้มซูปเธอต้องใส่เกลือลงไปสักหน่อย” กล่าวจบนางก็ยื่นเกลือเล็กน้อยให้ชายยากจน

ผ่านไปครู่หนึ่ง แม่ครัวก็กล่าวขึ้นอีกว่า: “หากใส่ถั่วลันเตาลงไปหน่อย ซูปต้องอร่อยมากแน่ๆ” ว่าแล้วนางก็ใส่ถั่วลันเตาจำนวนหนึ่งลงไปในหม้อ จากนั้นแม่ครัวก็ใส่ผักชีและสะระแหน่ลงไปอีกเล็กน้อย สุดท้าย นางจึงใส่เศษเนื้อลงไป ไม่นานนัก ซูปหม้อนั้นก็ส่งกลิ่นหอมน่ารับประทาน





ซูปต์ัมเสร็จแล้ว ชายยากจนผู้นำสงสารค่อยๆ ตักก้อนหินขึ้นมา เขาโยนมันออกไปข้างนอก จากนั้นก็ลงมือรับประทานซูปเนื้อร้อนๆ ที่แสนอร่อยอย่างมีความสุข



จุดประกาย AQ

ก้อนหินไม่สามารถนำมาต้มเป็นซูปได้ แต่ชายยากจนกลับนำก้อนหินมาต้มซูป ทำให้แม่ครัวเกิดความสนใจ และค่อยๆ ก้าวไปสู่จุดมุ่งหมายของเขาคือละก้าว วิธีแสนฉลาดซึ่งทำให้ผู้อื่นเกิดความเห็นอกเห็นใจ และค่อยๆ เปลี่ยนแปลงสถานการณ์เช่นนี้ ควรที่เราจะเรียนรู้เอาไว้ให้มากนะคะ





“ข้อได้เปรียบ ของการมีแขนข้างเดียว”

เด็กชายชาวญี่ปุ่นคนหนึ่งประสบอุบัติเหตุทางรถยนต์อย่างรุนแรงเมื่ออายุ 10 ปี ส่งผลให้เขาต้องสูญเสียแขนข้างซ้ายไป แต่เด็กชายชื่นชอบกีฬาโยโดมาก เขาตัดสินใจว่าจะต้องเรียนโยโดให้ได้

เด็กชายฉลาดมาก การเรียนโยโดของเขาจึงก้าวหน้าไปอย่างรวดเร็ว แต่ในช่วงเวลาสามเดือนกว่านั้น โค้ชกลับสอนเขาเพียงท่าเดียวเท่านั้น เด็กชายคับข้องใจมาก ในที่สุดวันนี้เขาก็ทนไม่ไหว เขาจึงถามขึ้นว่า: “โค้ชครับ ช่วยสอนท่าอื่นๆ ให้ผมด้วยได้มั๊ยครับ?”

โค้ชยิ้มพลางตอบว่า: “เด็กน้อย จำไว้นะว่าท่านนี้เป็นท่าที่สำคัญต่อเธอมากที่สุด และจะเป็นท่าเพียงท่าเดียวเท่านั้น”

ถึงแม้ว่าเด็กชายจะไม่เข้าใจคำพูดนี้แต่เขาก็ไม่กล้าฝ่าฝืนคำสั่งของโค้ช เขาจึงจำต้องฝึกท่าที่แสนน่าเบื่อหน่ายเพียงท่าเดียวนั้นต่อไปเรื่อยๆ

หลายเดือนต่อมา เด็กชายได้เข้าร่วมการแข่งขันครั้งแรกภายใต้การชี้แนะของโค้ช เขาต้องประหลาดใจที่พบว่าเขาสามารถเอาชนะการแข่งขันสองรอบได้อย่างง่ายดาย ถึงแม้ว่าการแข่งขันรอบที่สามจะลำบากอยู่บ้าง แต่ไม่นานนัก คู่ต่อสู้ของเขาก็ร่อนรนขึ้นมาน่าประหลาด เด็กชายจึงฉวยโอกาสใช้ท่าเพียงท่าเดียวที่รู้จักคว้าชัยชนะมาครองอย่างรวดเร็ว

ยังไม่ทันรู้ตัว เขาก็ก้าวเข้าสู่รอบชิงชนะเลิศเสียแล้ว

ในรอบชิงชนะเลิศ คู่แข่งของเด็กชายเป็นนักกีฬาเก่าผู้มีร่างกาย
แข็งแรงและมากด้วยประสบการณ์ เด็กชายเริ่มจะต้านทานไม่ไหว
กรรมการเกรงว่าหากแข่งขันต่อไป เด็กชายอาจได้รับบาดเจ็บ ดังนั้น
จึงคิดจะสั่งให้พักการแข่งขันชั่วคราว

แต่โค้ชกลับไม่เห็นด้วย เขายืนยันว่า: “ไม่จำเป็นต้องพัก
ชั่วคราวหรอกครับ ให้เขาแข่งต่อเถอะ”

การแข่งขันดำเนินต่อไป ทันใดนั้น คู่แข่งก็ทำพลาดอย่าง
รุนแรง เขาเผลอไม่ระวังตัวเมื่ออยู่ต่อหน้าคู่ต่อสู้ผู้มีแขนเดียวผู้นี้
เด็กชายจึงฉวยโอกาสใช้เท้าเพียงเท้าเดียวที่มีกดคู่ต่อสู้เอาไว้

เด็กชายเป็นฝ่ายมีชัยและได้ตำแหน่งชนะเลิศมาครอง!

ระหว่างทางกลับบ้าน เด็กชายรวบรวมความกล้าถามขึ้นด้วย
ความงุนงงว่า: “โค้ชครับ ทำไมผมถึงใช้เท้าเพียงเท้าเดียวชนะการแข่งขัน
ได้ล่ะครับ?”





ได้ตอบว่า: “มีเหตุผลสองข้อ ข้อแรก ทำที่เธอใช้เป็นทำที่ยากที่สุดทำหนึ่งของยูโด อีกข้อก็คือ วิธีเดียวที่จะป้องกันท่านี้ได้คือต้องจับแขนซ้ายของเธอ”

AQ จุดประกาย AQ

เดิมทีการที่เด็กชายสูญเสียแขนซ้ายไปเป็นข้อเสียเปรียบอย่างมากในการแข่งขันกีฬายูโด แต่การฝึกสอนที่ชาญฉลาดของโค้ชกลับทำให้กลายเป็นข้อได้เปรียบ ในชีวิตจริงก็เช่นเดียวกัน หากเด็กๆ รู้จักใช้ความคิด เด็กๆ ก็จะสามารถเปลี่ยนข้อเสียเปรียบของตนให้กลายเป็นข้อได้เปรียบได้

จากวรรณกรรมชิ้นเอกของไทย
สู่ภาพประทับใจในรูปแบบการ์ตูน



นิพนธ์วิรุณ

สามก๊ก



มีทั้งหมด 8 เล่ม