



ชื่อเรื่อง : “เลือกเป็นคนดี แล้วจะมีความสุข”

ผู้แต่ง : โกะโด โทคิโอะ ผู้แปล : อาศิรา รัตนาภีรัต

ปีที่พิมพ์ : 2563 สำนักพิมพ์ : อมรินทร์ฮาวทู

จำนวนหน้า : 170 หน้า Call number : BF 637 ก969ล 2562

สืบค้นได้จาก : <https://library1.parliament.go.th/opac-main>

“เลือกฝืนทำสิ่งที่ไม่ชอบเพราะอยากให้คนอื่นพอใจ
หันมาทำสิ่งที่ต้องการแล้วชีวิตจะง่ายขึ้น”

ทุกคนต้องการเป็นที่ชื่นชอบและได้รับการยอมรับกันทั้งนั้น แต่บางคนก็แค่ร้ายตาคนอื่นมากไปจนไม่เป็นตัวของตัวเอง สุดท้ายก็กดดันและเป็นทุกข์ “เลือกเป็นคนดี แล้วจะมีความสุข” จะช่วยให้คุณกล้าเป็นตัวเองมากขึ้น และร้ายตาคนอื่นน้อยลง เช่น เลิกกลัวการถูกเกลียด เลิกเปลี่ยนตัวเองให้เข้ากับคนอื่น และเลิกเกรงใจจนเกินเหตุ เป็นต้น “เลือกฝืนทำสิ่งที่ไม่ชอบเพราะอยากให้คนอื่นพอใจหันมาทำสิ่งที่ต้องการแล้วชีวิตจะง่ายขึ้น”

หอสมุดรัฐสภา ได้จัดหาหนังสือที่น่าสนใจอันจะเป็นประโยชน์แก่ผู้ใช้บริการเพื่อนำไปใช้ในการทำงานให้มีประสิทธิภาพสอดคล้องรองรับกับสถานการณ์ COVID-19 และบริบทปัจจุบัน ในวันนี้จะขอแนะนำหนังสือที่นำเสนอเรื่องของการพัฒนาตนเอง ได้แก่ “เลือกเป็นคนดี แล้วจะมีความสุข” โดย โกะโด โทคิโอะ ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญเรื่องการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับธุรกิจ และนักเขียนหนังสือแนวพัฒนาตัวเองชื่อดังของญี่ปุ่น นำเสนอเทคนิคการใช้ชีวิตอย่างอิสระ โดยยกสถานการณ์ในชีวิตประจำวันทั้งด้านการทำงานและการใช้ชีวิตที่คนเรามักเจอสร้างภาพคนดี เปรียบเทียบกับคนที่กล้าทำสิ่งที่ต้องการ เลิกกลัวที่ต้องอยู่คนเดียว ต้องทนคบค้าสมาคมกับคนที่เข้ากันไม่ได้ เลิกเกรงใจจนเกินเหตุ เครียดสะสม แก่เร็ว ป่วยง่าย เลิกกังวลกับการมีเพื่อนน้อย มีแต่เพื่อนที่คบกันแค่ผิวเผินมากขึ้น ๆ และยิ่งรู้สึกเหนื่อย เมื่อยล้า ยินยัดความคิดของตัวเอง กล้าปฏิเสธสิ่งที่ไม่ชอบ สิ่งที่ทำไม่ได้ และสิ่งที่ทำไม่ไหว เราจะไม่ต้องเสแสร้ง ไม่อึดอัด และไม่ถูกคนอื่นเอาเปรียบอีกต่อไป

หนังสือ “เลือกเป็นคนดี แล้วจะมีความสุข” นี้พร้อมให้บริการ ท่านที่สนใจสามารถมาใช้บริการได้ที่หอสมุดรัฐสภา

ผู้จัดทำ : นายบัณฑิต อุทาวงค์ บรรณารักษ์ชำนาญการพิเศษ

ผู้จัดพิมพ์ : นางสาววิภาวรรณ เส็งจีน เจ้าพนักงานห้องสมุดชำนาญงาน

จัดทำเมื่อ : 17 มิถุนายน 2564