

#1 *New York Times* Bestseller

# ล้มก็ครั้ง ก็ยัง ลุกขึ้นใหม่ได้

**How to Fail  
at Almost Everything  
and Still Win Big**

Kind of the Story of My Life

ล้มก็ครั้งก็ยังลุกขึ้นใหม่ได้ = How to fail  
BF636 ๗123ค 2565 ๑.1



Barcode \*10053898\*

ห้องสมุดวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์



**Scott  
Adams**

สกอตต์ อัดัมส์ : เรื่อง  
วูดวินันท์ ชุมภู : แปล





## สารบัญ

บทนำ	13
บทที่ 1 ในวันที่ผมเป็นบ้า	23
บทที่ 2 เมื่อถึงวันที่ต้องขึ้นพูด	28
บทที่ 3 ไฟเสน่หา (Passion) เป็นเรื่องเหลวไหลทั้งเพ	33
บทที่ 4 สรุปภาพความล้มเหลวที่ผ่านมาในชีวิตผม	37
บทที่ 5 สุดยอดความผิดพลาดในดวงใจของผม	57
บทที่ 6 ระหว่างเป้าหมายกับระบบ	61
บทที่ 7 ระบบที่ผมใช้	69

บทที่ 8	
งานบริษัทที่ผมเอาดีไม่ได้	79
บทที่ 9	
ระหว่างความตั้งใจอันแน่วแน่กับความต้องการในใจ	86
บทที่ 10	
ภาพลวงตาเรื่องความเห็นแก่ตัว	88
บทที่ 11	
มาตรวัดพลัง	94
บทที่ 12	
จัดการทัศนคติในใจคุณให้ดี	116
บทที่ 13	
ทุกอย่างกำลังไปได้ดีเลยทีเดียว	129
บทที่ 14	
จู่ๆ นิ้วก้อยผมก็เกิดพื่นขึ้นมา	131
บทที่ 15	
อาชีพนักพูดของผม	137
บทที่ 16	
ปัญหาเรื่องเสียงพูดของผมมีชื่อเรียกแล้ว	140
บทที่ 17	
วิธีแก้ปัญหาเรื่องเสียงที่ไม่ได้ผล	143

บทที่ 18	
รู้ตัวว่าเก่งเรื่องอะไรและเมื่อไหร่ควรวางมือ	145
บทที่ 19	
คุณกำลังฝึกทำอะไรบ้างหรือไม่	155
บทที่ 20	
วิธีบริหารจัดการโอกาสเพื่อให้ได้พบพานความสำเร็จ	158
บทที่ 21	
หลักคณิตศาสตร์ที่ใช้คิดคำนวณความสำเร็จ	168
บทที่ 22	
การเห็นแบบแผนที่คุณเคยแล้วนี่ก็ออก	224
บทที่ 23	
อารมณ์ขัน	229
บทที่ 24	
การตอกย้ำยืนยัน	236
บทที่ 25	
จังหวะเวลาก็เป็นเรื่องของโชคด้วยเช่นกัน	242
บทที่ 26	
คำตอกย้ำยืนยันที่ได้ผลสองสามอย่าง	247
บทที่ 27	
อัปเดตเรื่องเสียงพูด	250
บทที่ 28	
ผู้เชี่ยวชาญ	253

บทที่ 29	
การตั้งโปรแกรมตัวเองให้เป็นเช่นคนรอบข้าง	256
บทที่ 30	
ความสุข	261
บทที่ 31	
อาหารการกิน	274
บทที่ 32	
การดูแลรักษาร่างกายให้แข็งแรง	310
บทที่ 33	
อัปเดตเรื่องเสียงพูด ภาค 2	326
บทที่ 34	
โชค	331
บทที่ 35	
ธุรกิจสตาร์ทอัปในชื่อ คาร์เลนดาร์ทรี	334
บทที่ 36	
อัปเดตเรื่องเสียงพูด ภาค 3	336
บทที่ 37	
ข้อสังเกตสุดท้ายเกี่ยวกับการตอกย้ำยืนยัน	340
บทที่ 38	
บทสรุป	347