

howto

एमए फूड

I  
PURPLE  
YOU!

วี BTS อ่าน

...  
Bestseller

ในเกาหลีและญี่ปุ่น

# พลัง ภายใน คำพูด

พลังภายในคำพูด / ชิน โดฮยอน & ยุนน

PN4129 ช561พ 2565 ฉ.1



Barcode \*10053902\*

ทองสมุดวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์

ศาสตร์และศิลป์ของการเลือกใช้ถ้อยคำจากปราชญ์ตะวันตกถึงตะวันออก  
ที่จะทำให้คำพูดของคุณส่งอิทธิพลล้าลึกและตราตรึงอยู่ในใจผู้คนไม่รู้ลืม

ชินโดฮยอน & ยุนนารู เขียน สิริกร ลังขพันธ์ แปล

พิมพ์ครั้งที่ 2


# สารบัญ


บทนำ		1
ขั้นที่ 1 การฝึกฝน	วิธีสร้างภาษา-ใส่คำพูด	7
	หากภาษา-เหลี่ยม น้ำในภาษา-ก็เหลี่ยม	10
	อย่าได้นึกถึงทั้งความดีและความชั่ว	12
	ฉันเป็นตัวเอกเสมอ	14
	เราทุกคนล้วนเป็นผลงานศิลปะ	16
	รักตัวเองให้มากกว่ารักโลก	18
	อย่าได้ทำตามอารมณ์	20
	ต้องสังเกตจึงจะตระหนักรู้	24



ขั้นที่ 2 ทักษะคิด	ปรับเปลี่ยนทัศนคติ	27
	คำพูดของคนที่เราทัศนคตินั้นว่างเปล่า	30
	เพียงแค่พยายามมองให้ทะลุโปร่ง	32
	ทัศนคติเปลี่ยน คำพูดจึงจะเปลี่ยน	34
	เป็นไปไม่ได้หากไม่มีมุมมองต่อโลก	36
	คนตรงกับช่วงไม้ยืนอยู่บนจุดที่ต่างกัน	38
	ต้องสอบถามอย่างใคร่รู้จึงจะเปลี่ยนแปลง	40
	ความสัตย์จริงไม่ได้มีเพียงหนึ่งเดียว	44



ขั้นที่ 3 สติปัญญา	หากอยากให้อ่านคำพูดลึกซึ้ง	47
	สิ่งที่อยู่สูงกว่าจิตใจคือสติปัญญา	50
	“เสียงสยองขวัญของช่างทาสี”	
	ผลักดันให้เขียนบทกวี	52
	เมื่อใกล้ตาย คำพูดช่างประเสริฐ	54
	เมื่ออ่านแล้วให้อ่านอย่างเอาจริงเอาจัง	56
	การวิเคราะห์จะต้องเปลี่ยนแปลงโลก	58
	อย่าได้ถูกกักขังในภาษา	60
	พิจารณาคำพูดให้รอบด้าน	62

ขั้นที่ 4 ความคิด	วิธีการพูดให้แปลกใหม่	65
	สร้างสรรค์	
	ในตัวเรามีพลังไร้ขีดจำกัดซ่อนอยู่	68
	ต้องเปลี่ยนแปลงจิตใจก่อน	
	จึงจะเปลี่ยนแปลงกระบวนการทัศนได้	72
	สิ่งใหม่ไม่ใช่การถอนรากถอนโคน	74
	การต่อยอดถือเป็นความคิดสร้างสรรค์เช่นกัน	76
	อดีตมีหน้าที่รับใช้ปัจจุบัน	78
	จงให้ความสำคัญกับ “ช่องว่าง”	80
	ยิ่งแลกเปลี่ยนความเห็น ยิ่งเปลี่ยนแปลง	82

## ชั้นที่ 5 การฟัง



วิธีรับฟังในการปฏิบัติจริง	85
หากอยากได้ต้องให้ก่อน	88
หากไม่ใส่ใจก็ไม่ได้ยิน	90
ผู้มีสติปัญญาใช้หัวใจเหมือนกระจก	92
ความเข้าใจถูกและความเข้าใจผิดเป็นของคู่กัน	94
เมื่ออ่านให้วิเคราะห์ให้ไปตามช่วงบรรทัด	96
การวิพากษ์วิจารณ์ช่วยให้เราได้ฝึกฝน	98
ไม่จำเป็นต้องวางคำกล่าวร้ายไว้ในความคิด	100

## ชั้นที่ 6 คำถาม



หากต้องการถามและตอบให้ดี	103
หากไม่เรียนรู้จะไม่มีอะไรให้ถาม	106
แต่ก่อนไม่เป็นแบบนี้	108
คำถามเปลี่ยนสายตา	110
ต้องอ่อนโยนจนทำให้สิ่งที่แหลมคมที่อลงได้	112
ระยะที่พอเหมาะเป็นสิ่งจำเป็นกับทุกที่	114
เมื่อได้รับการไว้วางใจ เมื่อนั้นจึงเริ่มถาม	116
วิธีสนทนาให้ชนะแบบฉบับโฮเปนฮาวเออร์	118

## ชั้นที่ 7 วาทศิลป์



ศิลปะในการพูด	123
ผู้ด้วยกลวิธีพื้นฐาน ชนะด้วยกลวิธีผิดแผน	126
มุ่งเป้าหมายไปสู่การพูดสายกลาง	128
หากวันนี้เขายังไม่เข้าใจ ให้สอนเขาซ้ำใหม่วันพรุ่งนี้	130
ไม่มีสิ่งใดโง่เงาไปกว่าการที่ไม่รู้แล้วคิดว่ารู้	132
เห็นด้วยกับเขาใจนั้นต่างกัน	134
หากอยากมีอำนาจน่าทึ่ง จงเป็นพิธีกร	138
เมื่อใช้กลยุทธ์จะโกหกไม่ได้	140

ขั้นที่ 8	ความเป็นอิสระ	คำพูดที่นำไปปฏิบัติจริง คำพูดที่ต้องละทิ้ง	143
		หลักการสามอย่างของคำพูด	146
		แม้จะลืมหน้าตาของแก้วเหล้าจุ่นไปแล้ว	
		แต่รสชาติยังคงหลงเหลืออยู่	148
		การเป็นคนที่เป็นอิสระ	150
		เมื่อปีนขึ้นบันไดแล้วให้ทิ้งบันไดไปเสีย	152
		แม้จะเป็นคำสัญญาก็ไม่จำเป็นต้องรักษาทั้งหมด	154
		ระยะระหว่าง “ครับ” กับ “อืม”	
		ห่างกันขนาดนั้นเชียวนะหรือ	156
		การทำสมาธิคือการเจียบ	
		การเจียบคือการทำสมาธิ	158



การลงนามจริง	เรื่องราวของนักปราชญ์ทั้งหลาย		
	ที่แสดงให้เห็นถึงพลังภายในคำพูด		163
	พระศากย牟尼		166
	วงจื้อ		169
	หานเฟยซี		172
	พระเยซู		175
	ซุงชิน		178
	อิกยูโบ		182
	เม่งจื้อ		185

