

howto

レ
バ
レ
ッ
ジ
勉
強
法

สำเร็จสบายสบาย IWRะ เรียนรู้อะไร แบบคนขี้เกียจ



เทคนิคการเรียนรู้อะไรก็ตาม อย่างเร็วที่สุด ง่ายที่สุด
แต่ได้ผลลัพธ์มากที่สุด คนไม่มีเวลาว่างเลยยังทำได้

นะโอะยุกิ ฮนดะ

จากผู้เขียนหนังสือขายดี 5 ปีซ้อน

สำเร็จได้สไตล์คนขี้เกียจ

กมลวรรณ เพ็ญอร่าม แปล

howto

สำเร็จสบายสบาย เพราะเรียนรู้ไวแบบคนนี้เกียจ

นะโอะยุกิ ฮนดะ เียน
กมลวรรณ เพ็ญอร่าม แปล

ก า ร อ่ า น คื อ ร า ก ฐ า น ที่ ส ำ ค ัญ

ถ้าเรามีแนวคิดที่ว่า “อ่านหนังสือเล่มนี้ไว้น้อยก็น่าจะดี”
คุณก็จะเป็นคนที่อยู่เฉยๆ และอ่านหนังสือไปเรื่อย ๆ
จนถึงจุดที่ไม่จำเป็น ในที่สุดก็จะกลายเป็น
การใช้เวลาอย่างสูญเปล่าโดยไม่ได้อะไรเลย
ด้วยเหตุนี้ ผมจึงไม่อ่านทุกหน้าและเปลี่ยนมาใช้ “ความคิดเชิงรุก”
ที่เลือกอ่านเฉพาะหน้าที่สนใจและเกี่ยวข้องกับธุรกิจ
ทำให้ใช้เวลาอ่านนิยายสาร 1 เล่มลดลงเหลือเพียง 10 นาที
แต่ก็ทำให้ผมจดจำเนื้อหาต่างๆ ได้

—นะโอะยุกิ ฮนดะ



หนังสือคุณภาพ
โดยอนริบทรักบุป

สำเร็จสบาย เพราะเรียนรู้ไวแบบคนขี้เกียจ

howto

ในเครือบริษัทอมรินทร์พริ้นติ้ง แอนด์ พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน)

378 ถนนชัยพฤกษ์ (บรมราชชนนี) เขตตลิ่งชัน กรุงเทพฯ 10170

โทรศัพท์ 0-2422-9999 ต่อ 4964, 4969 E-mail: info@amarin.co.th

www.amarinbooks.com    **@amarinbooks**  **Amarin HOW-TO**

LEVERAGE BENKYOHO

Copyright © 2010 by Naoyuki Honda

Thai translation rights arranged with DAIWA SHOBO CO., LTD.

through Japan UNI Agency, Inc., Tokyo and Arika Interrights Agency, Bangkok

สงวนลิขสิทธิ์หนังสือเล่มนี้ตามพระราชบัญญัติ (ฉบับเพิ่มเติม) พ.ศ. 2558

ห้ามคัดลอกเนื้อหา ภาพประกอบ รวมทั้งดัดแปลงเป็นฉบับอื่นที่ก่อกวนลิขสิทธิ์

หรือเผยแพร่ด้วยรูปแบบและวิธีการอื่นใดก่อนได้รับอนุญาต

พิมพ์ครั้งแรก กุมภาพันธ์ 2565

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของศูนย์ข้อมูลอมรินทร์

นะโอะยุกิ ฮนดะ.

สำเร็จสบาย เพราะเรียนรู้ไวแบบคนขี้เกียจ / นะโอะยุกิ, ฮนดะ; เขียน; กรมสรรพากร เพื่อรวบรวม: แปล
จาก LEVERAGE BENKYOHO.- กรุงเทพฯ: อมรินทร์พริ้นติ้ง แอนด์ พับลิชชิ่ง, 2565.

(10), 186 หน้า, (ภาพประกอบ).

1. จิตวิทยาประยุกต์. 2. จิตวิทยาพัฒนาตนเอง. I. กรมสรรพากร เพื่อรวบรวม, ผู้แปล. II. ชื่อเรื่อง.

158.7 น6ส6

DDC 158.1

ISBN 978-616-18-4665-7

เจ้าของ ผู้พิมพ์/ผู้โฆษณา บริษัทอมรินทร์พริ้นติ้ง แอนด์ พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน)

กรรมการผู้อำนวยการใหญ่ ระวี ภาวิไล • กรรมการผู้จัดการ อุษณีย์ วิรัตน์พานิช

ที่ปรึกษาด้านงานสำนักพิมพ์ในเครือ อดิเรก อ่องอาจ • บรรณาธิการอำนวยการ สิริกานต์ ผลงาม

บรรณาธิการบริหาร วรวิมล ภาณุมาศ • บรรณาธิการ กุลภา หวลกระสินธุ์

ผู้จัดการฝ่ายการผลิต อมรวิมล ชาญชัย • ศิลปกรรม ดวงหทัย มิตตอุทิศชัยกุล

คอมพิวเตอร์ สุนิดา ภวาทย์ • พิสูจน์อักษร ปทุม ปทุมมา

ฝ่ายการตลาด พนิดา ชัยศิริ, กุลพัฒน์ บัวละออง

แยกสีและพิมพ์ที่

สายธุรกิจโรงพิมพ์ บริษัทอมรินทร์พริ้นติ้ง แอนด์ พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน)

376 ถนนชัยพฤกษ์ (บรมราชชนนี) เขตตลิ่งชัน กรุงเทพฯ 10170

โทรศัพท์ 0-2422-9000, 0-2882-1010

จัดจำหน่ายโดย

บริษัทอมรินทร์บุ๊คเซ็นเตอร์ จำกัด

108 หมู่ที่ 2 ถนนบางกรวย-จตุรพักตรพิมาน ตำบลมหาสวัสดิ์ อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี 11130

โทรศัพท์ 0-2423-9999 www.naiin.com

ราคา 225 บาท

สนใจสั่งซื้อหนังสือจำนวนมาก โปรดติดต่อ โทร. 08-4438-0313 และ 0-2423-9999 ต่อ 6529, 6530, 6532

คำแนะนำนักพิมพ์

อยากลงทุนกับตัวเองด้วยการเรียนอะไรใหม่ๆ กับเขาบ้าง แต่เวลารว่างที่เหลือจากการทำงานและภารกิจประจำวันก็มีอยู่อย่างจำกัดจำเขี่ย จึงอยากได้เทคนิคที่ช่วยให้เรียนรู้สิ่งต่างๆ ได้ในเวลาที่สั้นที่สุด ยุ่งยากน้อยที่สุด แต่ได้ประโยชน์กลับมามากที่สุด

เรื่องนี้จะไม่ใช่อีกต่อไป...

ในเล่มคุณจะได้พบกับสุดยอดเทคนิคความสำเร็จของ **นะโอะยุกิ ฮนดะ** บิดาแห่งความขี้เกียจ ผู้ซึ่งพยายามสุดชีวิตเพื่อหาวิธีที่ง่ายที่สุด สั้นที่สุด และสะดวกที่สุดในการทำทุกอย่างให้สำเร็จตามเป้าหมายโดยใช้ “ความขี้เกียจ” เป็นตัวขับเคลื่อน จินตทัศน์เทคนิคการเรียนรู้เร็วสำหรับคนงาน (โคตร) ยุ่ง ออกมาให้คุณได้อัปสเกลตัวเองอย่างไร้พรมแดนใดก็ตาม

ไม่ว่าจะเป็นการจัดตารางเวลาที่จะช่วยให้คุณทำสิ่งต่างๆ ได้แบบไม่ต้องหยุดคิด เทคนิคการสอบผ่านในทุกสนาม หรือการเรียนรู้ภาษาแบบไม่ลืมหูลืม เล่มนี้เผยเคล็ดลับอีกมากมายแบบจัดเต็มที่จะช่วยให้คุณเรียนรู้สิ่งต่างๆ โดยใช้เวลาน้อยที่สุดแต่ได้ผลลัพธ์มากที่สุดด้วยเส้นทางที่สบายกว่าใคร

หนังสือเล่มนี้จึงเป็นตัวช่วยที่ดีที่สุดที่ทำให้คุณแกะภาพตามได้ว่า...

คนไข้เกียจที่ประสบความสำเร็จเขามีกระบวนการคิดอย่างไร

howto

สารบัญ

บทนำ

การเรียนรู้ไม่ใช่สิ่งที่ “จะได้ใช้ประโยชน์ในสักวัน”	1
---	---

LEVERAGE. 1

คุณมี “ค่าเบี่ยงเบนทางธุรกิจ” เท่าไร	
ความฉลาดจะกลายเป็นอุปสรรคในการเรียน	8
สมัยเป็นนักเรียน ไม่ตั้งใจเรียนจะดีกว่า	10
ถ้าทำงานอย่างเอาเป็นเอาตายจะสร้างสินทรัพย์ขึ้นมาไม่ได้	14
ห้ามเลียนแบบ “คนจีนที่เก่งกาจล้ำเลิศ”	17
ถ้าอยากได้เงินเดือนเพิ่มต้องเรียนให้มากกว่าทำงาน	20

LEVERAGE. 2

ตัดสินใจว่าจะเรียนอะไร	
การเรียนรู้ที่ละเลย ROI ถือว่าอันตราย	26
อย่ากระจ่ายการลงทุนในการเรียน	30
7 คำถามสำคัญก่อนเลือกลงทุน	34
การเรียนรู้ที่ได้ผลในการลงทุน	
คือ “ภาษา” “IT” และ “การเงิน”	40
ตัดสินใจโดยใช้เก้าอี้ไม้ใช้หัว	46
“ผู้ขายที่ไม่ทำบัญชีรายรับรายจ่าย” จะไม่ประสบความสำเร็จ	49
ห้ามแ่งงเงินในตลาดที่มีความนิยมสูง	54
ผู้บริหารที่มี “เลวๆเก่งๆ” จะไม่ประสบความสำเร็จ	58

LEVERAGE. 3

สร้าง “กลไก” ที่ทำให้เรียนได้แบบสบาย ๆ	
ห้ามสอนเรื่องการเรียนให้ลูก	66
ถ้าอยากได้ผลสำเร็จ จงเป็น “มนุษย์คู่มือ”	69
ถ้าเมื่อ “การอบรมของบริษัท” ผลสำเร็จจะไม่เกิดขึ้น	73
ถ้าไม่ส่งออกข้อมูลก็ไม่มีคุณค่าที่จะนำเข้า	77
“ตัวเลข” คือเครื่องมือช่วยให้ทำสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างต่อเนื่อง	81
ในวันที่ไม่มีอารมณ์จะทำอะไร	
ให้นำ “ความตื่นเต้นในการทำงาน” มาใช้	84

LEVERAGE. 4

การจัดตารางเวลาที่เชื่อมโยงกับผลสำเร็จโดยตรง	
“ตารางเวลาของเด็กประถม” มีประโยชน์ยิ่งกว่าการโค้ช	90
เทคนิคจัดการตารางเวลาอย่างมืออาชีพใน 3 นาที	94
พิจารณาการจัดสรรสินทรัพย์ด้านเวลาเรียน	99
ถ้าอยากได้ผลสำเร็จ จงรักษา “เวลาพักผ่อน”	103
ตอนกลางคืนไม่ใช่เวลาเรียน	
แต่เป็น “เวลาแห่งการเรียนรู้จากผู้อื่น”	106
พก “อุปกรณ์การเรียน” ติดกระเป๋าไว้เสมอ	108
การไล่กดเดดไลน์สนุกกว่าการถูกเดดไลน์ไล่กด	110

LEVERAGE. 5

เทคนิคสอบผ่านทุกสนาม	
ควรลงทุนกับหนังสือเตรียมสอบ	114
ตะลุยทำโจทย์ข้อสอบเก่าก่อนเรียน	117
เทคนิคการจำแบบทุ่นแรง	119
วิธีจำแบบฝังสมองอย่างสมบูรณ์	125
ห้ามทำ “สิ่งที่ต้องทำ” ทั้งหมด	128
วิธีค้นทุนด้วยโรงเรียนและการเรียนออนไลน์	131
การจัดสรรเวลาในวันสอบตัดสินใจได้ถึง 80 เปอร์เซนต์	134

LEVERAGE. 6

เทคนิคเก่งภาษาอังกฤษแบบไม่ล้มเหลว	
อย่าตั้งเป้าว่า “จะต้องพูดอังกฤษให้คล่อง”	138
สัมผัสกับ “ผลสำเร็จเล็ก ๆ น้อย ๆ” เพื่อความต่อเนื่อง	142
เชื่อมต่อกับประสบการณ์และสร้างผลตอบแทนแบบทุ่นแรง	148
จินตนาการถึงความปรารถนาไปเรื่อย ๆ	150
อย่าเริ่มจาก “การสนทนาภาษาอังกฤษเชิงธุรกิจทั่วไป”	153
จงใช้บทสนทนาภาษาอังกฤษจากสื่อต่าง ๆ	
มากกว่าการเรียนในโรงเรียน	155
ฟังแบบทุ่นแรงด้วยบริการสรุปจากหนังสือ	158
จงใช้เฉพาะสื่อการเรียนภาษาอังกฤษที่ทุ่นแรงได้	160

LEVERAGE. 7

วิธี “เรียนรู้” ข้อมูลอย่างรวดเร็วที่สุด	
ข้อมูลคือเส้นเลือดใหญ่ของธุรกิจ	164
ถ้าเลือกเฉพาะ “ข้อมูลดี ๆ” ก็จะได้ผลตอบแทน	166
ห้ามจัดเก็บข้อมูล	168
ใช้ Google เป็นห้องสมุดขนาดใหญ่	173

LEVERAGE. 8

สร้างสภาพแวดล้อมที่ง่ายต่อการเรียน	
ถ้าเก็บตัวอยู่ในห้องอ่านหนังสือเงียบ ๆ	
จะทำให้การเรียนไปไม่ถึงไหน	178
คอมพิวเตอร์รุ่นใหม่ล่าสุดคืออุปกรณ์การเรียน	
ที่ทรงพลังที่สุด	181

Checklist! เทคนิคการเรียนแบบหุ่นแรง	183
-------------------------------------	-----

เกี่ยวกับผู้เขียน	185
-------------------	-----

บทนำ

การเรียนรู้ไม่ใช่สิ่งที่
“จะได้ใช้ประโยชน์ในสักวัน”

● **วิธีที่ทำให้คนขี้เกียจได้รับผลสำเร็จที่ยิ่งใหญ่ที่สุด**
ด้วยหนทางที่สั้นที่สุด = การเรียน

“ถ้าเรียนภาษาไว้ ก็คงได้ใช้ประโยชน์ในสักวัน”

“เมื่อถึงเวลาจำเป็น สอบใบรับรองอะไรไว้หน่อยดีกว่า”

ก่อนอื่นขอออกตัวไว้ตั้งแต่เนิ่นๆ เลยว่า **ผมเกลียดการเรียนมาก**

ด้วยความที่เป็นคนขี้เกียจและมีนิสัยรักสบายแบบสุดๆ ผมจึงไม่เก่งทั้งการพยายามและทำอะไรแบบจริงจัง ดังนั้นจึงไม่เคยมีความคิดเหล่านี้แวบเข้ามาในหัวเลยสักนิด

พอพูดแบบนี้ต้องมีคนแย้งแน่ๆ ว่า “แต่นายก็เรียนมาเยอะไม่ใช่หรือ” เหตุผลที่ผมต้องเรียนนั่นมีอยู่เพียงข้อเดียว นั่นคือ

แม้ผมจะเกลียดการเรียนมาก แต่ผมเกลียดความสูญเสียอย่างยิ่งกว่า

การเรียนเป็นวิธีเดียวที่ทำให้คนขี้เกียจอย่างผมได้รับผลสำเร็จที่ยิ่งใหญ่ที่สุดด้วยหนทางที่สั้นที่สุด

การเรียนไม่ใช่สิ่งที่ทำไปโดยไม่เจตนาหมายว่า “สักวันคงจะได้ใช้ประโยชน์...”

แต่เป็น “การลงทุนในตัวเองที่มีประโยชน์ต่อการทำงานอย่างแท้จริง เพื่อจะได้รับผลตอบแทนอย่างต่อเนื่องแม้ในอนาคต”

ไม่ว่าจะเป็นการที่ผมจำเรียนอย่างหนักจนคว้า MBA มาได้ หรือการได้ใบรับรองเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านไหนมาก็ตาม เหล่านี้ล้วนเป็นการลงทุนในตัวเองทั้งสิ้น

สำหรับการเรียนแล้ว การถกเถียงว่า “ชอบหรือไม่ชอบ” ไม่มีประโยชน์อะไร

**เพราะถึงอย่างไร การเรียนรู้ก็ย่อมดีกว่าการไม่เรียนรู้
อยู่วันยังค่ำ**

แต่ถึงอย่างนั้นผมก็ไม่ใช้คนขยัน จึงไม่สามารถตั้งหน้าตั้งตา
เรียนด้วยความรู้สึกที่ว่า “ฉันจะทุ่มสุดตัว!” เพียงอย่างเดียวได้

เนื่องจากการลงทุนใน “เวลา” เป็นสินทรัพย์ที่มีค่าที่สุดในชีวิต
**ผมจึงสร้าง “เทคนิคการเรียนลัด” ขึ้นมาโดยวิเคราะห์จาก
ประสบการณ์กว่า 20 ปีของตัวเอง**

“ฉันควรเลือกเรียนอะไรและลงทุนส่วนบุคคลแบบไหน”

“ทำอย่างไรจึงจะนำสิ่งที่เรียนมาใช้ในชีวิตจริงและโยนไปสู่
ผลสำเร็จทางธุรกิจได้”

“ควรสร้างสภาพแวดล้อมในการเรียนแบบไหนเพื่อจะได้รับ
ผลตอบแทนอย่างต่อเนื่อง”

“การทุ่มแรงเพื่อสอบใบรับรองต่างๆ โดยใช้ความพยายามน้อย
ที่สุดเป็นอย่างไร”

“ทางลัดที่ง่ายที่สุดในการเรียนภาษาจนเก่งคืออะไร”

**ขณะที่ตอบคำถามเหล่านี้ทีละข้อ ผมก็ค้นพบ “กลไก”
สำคัญที่ช่วยให้ใช้เวลาในการเรียนสิ่งต่างๆ น้อยที่สุดแต่ได้
ผลลัพธ์กลับมามากที่สุด**

หากหนังสือเล่มนี้สร้างประโยชน์ให้กับคนที่กำลังอยากได้
“เทคนิคการเรียนรู้แบบเร่งรัด” ในฐานะผู้เขียนแล้ว ผมรู้สึกยินดี
เป็นอย่างยิ่ง

จากฮาวาย
นะโอะยุกิ ฮนตะ

ความรู้จะกลายเป็นพลังได้ก็ต่อเมื่อ
เรานำความรู้ไปใช้ในแผนปฏิบัติการเพื่อมุ่งสู่เป้าหมาย

– นโปเลียน ฮิลล์

คุณมี “ค่าเบี่ยงเบนทางธุรกิจ” เท่าไร

ทำความเข้าใจสถานะปัจจุบันก่อนเรียน

การเรียนรู้คือการสร้าง “ต้นทุนส่วนบุคคล”

ถือเป็นการ “ลงทุน” เพื่อรับผลตอบแทน

อย่างต่อเนื่องไปตลอดชีวิต

ก่อนจะไปถึงการลงทุนส่วนตัวโดยใช้เทคนิคการเรียนรู้ลำดับ

อันดับแรกเรามาทำความเข้าใจสถานะปัจจุบันของคุณ

และการเคลื่อนไหวของโลกใบนี้กันดีกว่า

LEVERAGE 1

ความฉลาดจะกลายเป็น อุปสรรคในการเรียน

- คนที่ “ลองทำดูก่อน” โดยไม่คิดมากเกินไป
จะเป็นคนที่ประสบความสำเร็จ

เวลาที่เราริเริ่มต้้นทำอะไรสักอย่าง ส่วนใหญ่มักมี “กำแพง” เกิดขึ้น

มันคือ “กำแพงที่ขวางไม่ให้เราริเริ่มก้าวแรก” เช่น ชีเกียจจ้ง
ไม่มีอารมณ์ทำต่อเลย

แน่นอนว่าอาจเป็นตอนที่เราริอยากไปออกกำลังกายที่ฟิตเนส
ตอนที่เราริอยากฝึกพูดภาษาอังกฤษ หรือตอนที่เราริคิดว่าอยากเพิ่ม
ความรู้ด้านการตลาดให้ลึกยิ่งขึ้น กำแพงความคิดนี้ก็จะก่อตัว
ขึ้นมาทันที

เรื่องน่าเศร้าก็คือ ส่วนใหญ่แล้วคนฉลาดจะไม่สามารถ
ก้าวข้ามกำแพงนี้ไปได้

“ถ้าต้องอดหลับอดนอนเพื่อเรียนภาษาอังกฤษตอนกลางคืน
แล้วจะเป็นยังไงเธอ”

“เรียนรู้จากการทำงานนั่นแหละ ก็แค่ทำตามสิ่งที่สั่งให้ทำก็พอ
ไม่ใช่หรือ”

ยิ่งคุณฉลาดมากเท่าไร คุณจะมีคำถามมากขึ้นเท่านั้น