

แล้วชีวิตจะผ่านไปได้อย่างไร

DON'T WORRY ABOUT SMALL THINGS

เราจะผ่านช่วงเวลาที่ยากลำบากไปได้ด้วย

SE-ED

“เรื่องราวสุดประทับใจจาก Hichori Morimoto นักเบสบอลชื่อดังของทีมเบสบอล
ที่อาจเปลี่ยนโลกของคุณให้สวยงามขึ้นได้”

วลัยพร บำรุงสวัสดิ์ แปล

気にしない。
どんな逆境にも負けない心を強くする習慣

Change+



SE-ED

inspiration starts here

แล้วชีวิตจะผ่านไปได้อย่างไร

気にしない。
どんな逆境にも負けない心を強くする習慣

DON'T WORRY ABOUT SMALL THINGS

Hichori Morimoto เขียน
วลัยพร บำรุงสวัสดิ์ แปล

inspiration starts here



Change⁺

ค้นหาหนังสือที่ต้องการ (รวม e-book และสินค้าที่น่าสนใจ) ได้เร็ว ทันใจ

★ บน PC และ Notebook ที่ www.se-ed.com

★ สำหรับ Smartphone และ Tablet ทุกยี่ห้อ ที่ <http://m.se-ed.com>

(ผ่าน browser เข้าอินเทอร์เน็ตแล้วทำ Bookmark บนจอ Home จะใช้งานได้เหมือน App ทุกประการ)
หรือติดตั้ง SE-ED Application ได้จาก Play Store บน Android หรือจาก App Store บน iOS

* กรณีต้องการซื้อจำนวนมาก เพื่อใช้สอน ฝึกอบรม ส่งเสริมการขาย เป็นของขวัญพิเศษ เป็นต้น กรุณาสอบถามราคาพิเศษที่ แผนกการตลาดพิเศษ บริษัท ซีเอ็ดดูเคชั่น จำกัด (มหาชน) โทร. 0-2826-8222 หรือ โทรสาร 0-2826-8356-9

Don't Worry About Small Things

แล้วชีวิตจะผ่านไปได้อย่างไร

เขียนโดย Hichori Morimoto

แปลโดย วลัยพร บำรุงสวัสดิ์

ราคา 145 บาท

Change⁺ สำนักพิมพ์ เชนจ์พลัส

สงวนลิขสิทธิ์ตามกฎหมาย โดย บริษัท ซีเอ็ดดูเคชั่น จำกัด (มหาชน)

ห้ามคัดลอก ลอกเลียน ดัดแปลง ทำซ้ำ จัดพิมพ์เนื้อหาและภาพประกอบ หรือกระทำการอื่นใด

โดยวิธีการใดๆ ในรูปแบบใด ไม่ว่าส่วนหนึ่งส่วนใดของหนังสือเล่มนี้ เพื่อเผยแพร่ในสื่อทุกประเภท

หรือเพื่อวัตถุประสงค์ใดๆ นอกจากได้รับอนุญาต

KINISHINAI. DONNA GYAKKYO NIMO MAKENAI KOKORO WO TSUYOKUSURU SHUKAN

by Hichori Morimoto

Text copyright © 2017 Hichori Morimoto

All rights reserved.

Original Japanese edition published by Diamond, Inc., Tokyo.

This Thai edition published by arrangement with Diamond, Inc., Tokyo

in care of Tuttle-Mori Agency, Inc., Tokyo

1 1 2 - 0 1 0 - 1 6 1

2 6 6 6 4 3 2 1 0 9 8 7 6

ISBN (e-book) 978-616-08-4771-6

จัดจำหน่ายโดย



บริษัท ซีเอ็ดดูเคชั่น จำกัด (มหาชน)
SE-EDUCATION PUBLIC COMPANY LIMITED

SE-ED

inspiration starts here

เลขที่ 1858/87-90 ถนนเพชรรัตน แขวงบางนาใต้ เขตบางนา กรุงเทพฯ 10260 โทร. 0-2826-8000

สายงานการผลิต โทร. 0-2826-8333 โทรสาร 0-2826-8589

หากมีคำแนะนำติชม ติดต่อได้ที่ comment@se-ed.com / ค้นหาหนังสือที่ต้องการ ได้เร็ว ทันใจ ที่ www.se-ed.com

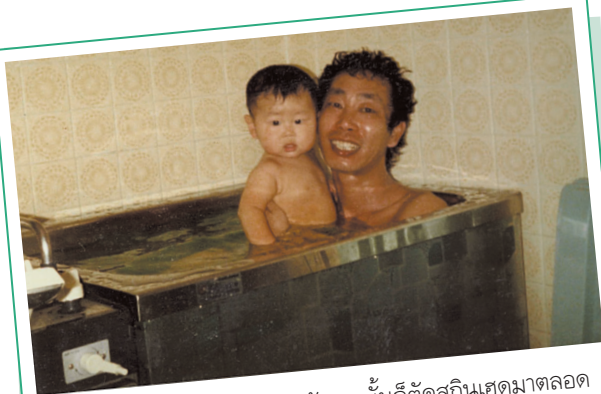
ผู้จัดทำ

ผู้ช่วยกรรมการผู้จัดการ-สายงานผลิตหนังสือ กนิษฐ์ พรหมเสน

ผู้ช่วยบรรณาธิการบริหาร อรุโณทัย เขตหาญ บรรณาธิการจัดการ ประคอง ชุนทอง เครือมาศ บุญล้อม

บรรณาธิการเล่ม ปัญญริสา บุญยะรัตน์ ออกแบบปก ชนาภา ตั้ววักัทร

จัดรูปเล่ม ปราณี ธงทอง หลัภูษา สุขจันทร์ ประสานงานกองบรรณาธิการ กัลยา อุดมทรัพย์



ตอนอาบน้ำกับคุณพ่อ หลังจากนั้นก็ตัดสกินเฮดมาตลอด



ตอนก่อนเข้าโรงเรียนประถมศึกษา
ยังมีผมดกดำ ชอบออกไปเล่น
ข้างนอกและในสวนสาธารณะที่สุด



เป็นเด็กที่กลัวสายตาจากคนรอบข้าง
แต่ยังร่าเริงกับเพื่อนร่วมชั้น



ระหว่างฝึกเทควันโดที่สโมสรวอลเลย์บอล
ที่ไม่มีเส้นผมเพราะอาการป่วย



ถ่ายรูปกับคุณแม่ในพิธีจบการศึกษา
ชั้นประถมศึกษา เริ่มเล่นเบสบอลตอน ป.2
ส่วนสูงเพิ่มขึ้นมากเลย



เป็นกัปตันเบสบอลของโรงเรียนมัธยมปลาย
เทเกียวช่วงฤดูร้อน ชั้น ม.6 ขณะกล่าว
คำปณิธานในงานแข่งกีฬาของกรุงโตเกียว



ปี 1999 เข้าร่วมทีมนิปปง-แฮม¹
ตามความปรารถนาในตอนนั้น
หลังถูกเลือกเป็นลำดับ 4
ในดราฟต์²

- 1 ทีมนิปปง-แฮม เป็นชื่อเรียกย่อๆ ของทีมฮกไกโดนิปปง-แฮมไฟเตอร์ส (Hokkaido Nippon-Ham Fighters) ทีมเบสบอลอาชีพของญี่ปุ่น ตั้งอยู่ในเมืองซัปโปโระ จังหวัดฮกไกโด
- 2 ดราฟต์ (Draft) คือ กระบวนการคัดเลือกนักกีฬาเข้าสู่ทีม โดยทีมจะได้สิทธิ์เลือกผู้เล่นจากรายชื่อผู้ที่ผ่านเกณฑ์การคัดเลือก และทีมดังกล่าวจะได้สิทธิ์ในการเซ็นสัญญากับผู้เล่นรายนั้นหากจับสลากได้ เพื่อไม่ให้ทีมใดทีมหนึ่งผูกขาดในการดึงตัวผู้เล่นอายุน้อยฝีมือดีไปรวมกัน



หลังจากเป็นนักเบสบอลอาชีพที่ทำซ้ำ
จนถูกพวกโค้ชจับตามอง



ปี 2000 เข้าร่วมแคมป์ของ
ทีมนิวยอร์กแยงกี้ส์
และได้พบกับผู้จัดการทีมฮิลล์แมน⁴



ได้รับเสียงโห่ร้องดีใจในขบวนพาเหรด
ฉลองแชมป์ปี 2007

- 3 ทีมนิวยอร์กแยงกี้ส์ (New York Yankees) เป็นทีมเบสบอลอาชีพของอเมริกา ตั้งอยู่ในเขตเดอะบร็อกซ์ (The Bronx) ในมหานครนิวยอร์ก
- 4 เทรย์ ฮิลล์แมน (Trey Hillman) โค้ชเบสบอลมืออาชีพชาวอเมริกัน ผู้จัดการทีมฮอกไกโด นีปปง-แฮมไฟต์เตอร์สในขณะนั้น



“วนไปให้ถึงคิวของคุณโมริโมโตะ!”
เสียงตะโกนดังก็ก้องในการแข่งนัด
อำลาวงการ ยืนในตำแหน่งผู้ตีทั้งน้ำตา



ปี 2009 เป็นแชมป์ลีกในที่สุด
หลังจากต้องทุกข์ทรมานกับฤดูกาล
ที่ล้มเหลวมายาวนาน



วันที่ 27 กันยายน ปี 2015
ขอบคุณช่วงเวลา 17 ปีของการเป็น
นักเบสบอลอาชีพ

บทนำ

คิดบวกเสมอไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้น !

เมื่อมีจิตใจเข้มแข็งไม่ว่าอุปสรรคแบบไหน
ก็เข้ามาเลย !

inspiration starts here



กิดบวกเสมอไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้น !

ทุกคนคิดว่า ผม ฮิโจริ โมริโมโตะ เป็นคนแบบไหนหรือครับ

คงคิดว่าผมร่าเริง ชอบสร้างเสียงหัวเราะ และชอบเรียกร้องความสนใจ ด้วยการแต่งตัวเป็นขบวนการเรนเจอร์ก่อนลงแข่งขัน หรือมักปรากฏตัวในชุดคอสเพลย์จากตัวการ์ตูนต่าง ๆ ใช่มั้ยครับ

จริงๆ แล้ว ผมเป็นเด็กที่กลัวสายตาคนอื่นมาก เพราะตอนอยู่ชั้นประถม ศึกษปีที่ 1 จู่ๆ เส้นผมก็ร่วงจนศีรษะล้านกลายเป็นบาดแผลในใจตั้งแต่นั้นมา อย่างไม่รู้ดี กลับมี เหตุจูงใจ หลายอย่างที่ทำให้คนกลัวสายตาคนรอบข้างอย่างผม 'กล้า' ทำเรื่องต่างๆ ต่อหน้าคนอื่น

ผมไม่ได้เปลี่ยนแปลงตัวเองอย่างรวดเร็วหรอกครับ มีหลายเรื่องเลยที่กว่าจะประสบความสำเร็จก็ใช้เวลานานหลายปี ตัวผมในตอนนั้นคิดอย่างไรและมีอะไรที่เป็นบาดแผลในใจ ผมก้าวผ่านความทุกข์ใจเหล่านั้นและยืนหยัดลุกขึ้นใหม่ได้อย่างไร ผมจะขอเล่าให้ฟังในหนังสือเล่มนี้ครับ

ผมไม่ได้ยึดเยียดขายโคกนาฏกรรมในอดีตนะครับ ในหนังสือเล่มนี้มีทั้งเรื่องราวที่ทำให้เสียหน้าตาและชวนขบขัน ส่วนเรื่องไหนที่ยังหาคำตอบไม่ได้ ผมก็ยังคงคิดหาคำตอบอยู่ และหุ่่มเททำเพื่อให้เกิดผลสำเร็จ

หนังสือเล่มนี้จึงเป็นเคล็ดลับการดำเนินชีวิตแบบมองโลกในแง่ดีที่เล่าผ่านประสบการณ์ของผมเองครับ

เมื่อมีจิตใจเข้มแข็ง ไม่ว่าอุปสรรคแบบไหนก็เข้ามาเลย !

ตัวผมในอดีตมักคิดวนเวียนอยู่คำว่า “ทำไมต้องเป็นผมด้วย ทำไมถึงมองผมแบบนี้...”

การเอาแต่ย่ำคิดถึงช่วงเวลาแห่งความทุกข์ซ้ำไปซ้ำมาไม่ได้ทำให้ผมพิเศษกว่าคนอื่นหรอก ผมก็เป็นคนธรรมดาทั่วไปที่ทำเรื่องผิดพลาดและต้องเผชิญกับสายตาซึ่งทิ่มแทงให้เจ็บปวด การเป็นนักเบสบอลอาชีพไม่ได้ราบรื่นเลย

ผมเป็นนักเบสบอลอาชีพตั้งแต่ปี 1999 จนถึงปี 2015 ซึ่งยาวนานถึง 17 ปี เคยเล่นให้ 3 ทีม ได้แก่ ทีมนิปปง-แฮมไฟต์เตอร์ส ชื่อปัจจุบันคือทีมฮกไกโด นิปปง-แฮมไฟต์เตอร์ส ทีมโยโกฮามะเบย์สตาร์ส (Yokohama BayStars) ชื่อปัจจุบันคือทีมโยโกฮามะดีเอ็นเอเบย์สตาร์ส (Yokohama DeNA BayStars) และทีมไซตามะเซบูไลออนส์ (Saitama Seibu Lions)

การเป็นนักเบสบอลอาชีพที่ประสบความสำเร็จของผมยังถือว่าห่างไกลจากการได้เข้าทำเนียบนักเบสบอลในตำนานที่ต้องตีลูกได้ถึง 2,000 ครั้ง ขณะที่ผมตีได้ 904 ครั้ง จะพูดว่าผมเป็น นักกีฬาที่ไม่ได้ถูกบันทึกไว้ในประวัติศาสตร์ แต่เป็นนักกีฬาที่อยู่ในความทรงจำ ก็ได้ครับ ไม่แปลกที่ทุกวันนี้ทุกคนยังจดจำผมได้

ตลอดชีวิตของเรา ไม่ว่าใครก็ต้องเผชิญกับช่วงเวลาที่ไม่เป็นดังใจคิดจนรู้สึกท้อแท้สิ้นหวัง อาจเป็นเรื่องงานหรือเรื่องเรียนที่ทำออกมาได้ไม่ดี สร้างผลงานด้านกีฬาไม่ได้ ปัญหาอาการป่วยหรือบาดเจ็บขัดขวางทำให้ต้องทิ้งความฝันไป เมื่อสักวันหนึ่งช่วงเวลาเช่นนี้เกิดขึ้นกับคุณเอง คุณจะอย่างไร

อย่ากังวลไปเลยครับ

นี่คือคำตอบของผม ไม่ว่าในเวลานั้นจะทุกข์ใจกับเรื่องอะไรก็ตาม อย่าคิดมากเกินไป แค่ดำเนินชีวิตต่อไปอย่างเรียบง่าย ไม่เก็บเรื่องเล็กน้อยมาใส่ใจ ทศนคติแบบนี้จะทำให้คุณมองโลกในแง่ดี หากมีจิตใจที่เข้มแข็ง ไม่ว่าอะไรจะเจออุปสรรคแบบไหนก็ผ่านพ้นไปได้

แล้วเหตุผลที่คุณหยิบหนังสือเล่มนี้ขึ้นมาคืออะไรครับ

สมมติว่า เหตุผลของคุณคือ “อยากจะทำอะไรมากกว่านี้” “อยากจะทำให้อุทิศใจตัวเองจากความพิการหรืออุปสรรคในชีวิต” แสดงว่าคุณได้เข้าใจเป้าหมายไปอีกขั้นหนึ่งแล้ว

คุณถือหนังสือเล่มนี้อยู่ในมือ เพราะคุณมีแรงจูงใจและกระตือรือร้นที่จะวาดฝันในอนาคตของตัวเอง ลำดับถัดไปคุณก็แค่ลงมือทำ หากเราก้าวเดินไปข้างหน้าด้วยความมุ่งมั่น ย่อมมีเรื่องดีๆ เกิดขึ้นอย่างแน่นอน นี่อาจเป็นประโยชน์ที่ฟังดูธรรมดาๆ แต่ผมได้พิสูจน์กับตัวเองมาแล้ว

หนังสือเล่มนี้เป็นเรื่องราวเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นก่อนผมจะลาออกจากวงการเบสบอล เป็นเรื่องราวที่ผมอยากให้ตัวผมเองในตอนนี้อ่านได้ทุกซีซั่นได้อ่าน ถ้าเรื่องราวในหนังสือเล่มนี้ทำให้คุณเข้าใจและกลายเป็นพลังผลักดันให้คุณก้าวไปข้างหน้าได้ ก็ไม่มีสิ่งใดทำให้ผมรู้สึกยินดียิ่งไปกว่านี้แล้วครับ

สารบัญ

ตอนที่ 1 ไม่ทุกข์ใจ

- อย่าคิดถึงเรื่องทุกข์ใจ จงตั้งเป้าหมายเพื่อพุ่งชน..... 15
- แม้ตอนนี้ยังไม่เข้าใจและรู้สึกแย่ แต่จะเข้าใจในสักวัน..... 18
- ถึงไม่มีคนตรงนั้น...ก็จงอย่าหมดหวัง!..... 20
- สิ่งที่ยุติยังหัวใจเอาไว้อาจเป็นตัวคุณเอง 23
- อย่าคิดว่าการไม่เหมือนคนอื่นเป็นความบกพร่อง..... 25
- คนที่จิตใจเข้มแข็งจะวิ่งไปข้างหน้าอย่างเต็มที่ 27
- ในตอนที่ยากลำบาก เราพยายามอย่างไร
คนอื่นจะมองและประเมินจากความพยายามนั้น 33
- การเสียสละทำให้เกิดความซาบซึ่งพบทวี 36
- โลกนี้ไม่มีคนไร้ประโยชน์..... 40

ตอนที่ 2 ไม่เสียใจในภายหลัง

- ไม่มีเรื่องน่าสนุกจริงๆ หรือ 44
- ไม่หวนวิตกกับความล้มเหลว ไม่หลงเล็งกับความสำเร็จ 46
- แม้จะยากลำบาก แต่คำว่า “อีกนิด” ก็สร้างความแตกต่างได้..... 49
- รู้จักแยกแยะเรื่องของตัวเองอยากทำกับเรื่องที่ต้องทำ 51
- ไม่ใช่ “เดียวทุกอย่างก็ดีเอง” แต่ “อะไรจะเกิดก็ต้องเกิด” ต่างหาก..... 54
- อย่าพอใจอะไรที่ครั้ง ๆ กลาง ๆ!..... 57
- จุดที่เรายืนอยู่ตอนนี้คือสิ่งที่เราสร้างขึ้นมาจากอดีต..... 59
- หากลงมือทำเท่าที่ทำได้แล้ว ก็จะไม่เสียใจในภายหลัง..... 62

ตอนที่ 3 ไม่กังวลใจ

- ทำเรื่องสนุก ๆ อย่างมัวกังวลกับสายตาของคนอื่น..... 67
- ความผิดพลาดที่เกิดจากความกระตือรือร้นเป็นสิ่งที่น่าให้อภัย
แต่ความผิดพลาดที่เกิดจากความไม่กระตือรือร้นนั้นไม่น่าให้อภัย 69
- อย่ารอให้ถูกชวน จงเป็นฝ่ายเริ่มชวนก่อน..... 73
- ถึงจะคิดว่าเปล่าประโยชน์ก็ต้องลองทำดู 75
- ทั้งความล้มเหลวเพื่อก้าวไปข้างหน้า 78
- คนพูดไม่ดีมีอยู่เสมอ จงทำเพื่อคนที่คอยให้กำลังใจเรา 83
- ถ้าความสำเร็จยังไม่ปรากฏ จงอย่าถือนิดี 85

ตอนที่ 4 ณ ปัจจุบันขณะเท่านั้น

- วันที่ได้รู้ว่า “มิตรภาพช่างงดงาม”
ต้องมาถึงอย่างแน่นอน..... 91
- ขอขอบคุณสำหรับทุกสิ่งที่ได้รับ..... 93
- ความอึดเฝอใจจะเกิดขึ้นเมื่อมีความสุขกับสิ่งที่ทำ
ในปัจจุบันขณะอย่างเต็มที่ 95
- เรื่องที่ดูเหมือนปกติธรรมดา นั้น ถ้าทำให้เป็นเรื่องจริงจัง
จะขยายโอกาสให้กว้างไกลขึ้นได้..... 98
- ความคับข้องใจที่ไม่อาจทำเรื่องที่ชอบได้ จะเป็นแรงผลักดันให้เรา..... 100
- การถูกโกรธเป็นดังดอกไม้ คำว่ากล่าวตักเตือนด้วยความรัก
ทำให้คนเราเติบโต..... 103
- จดจ่อกับปัจจุบันขณะ อย่าทวงหน้าพะวงหลัง..... 105
- ยึดมั่นในความตั้งใจ..... 108

ตอนที่ 5 ไม่อยากทำ

- พอไม่สนุกก็ไม่สนใจ 112
- ถ้าทีมไม่เป็นหนึ่งเดียวกันก็จะไม่เกิดผลสำเร็จ 115
- หากไม่ยอมรับและเข้าใจกัน ทั้งสองฝ่ายก็ไปต่อไม่ได้ 118
- ความมุ่งมั่นตั้งใจจะพาเรามุ่งไปสู่เป้าหมาย 121
- ประโยค “ผลลัพธ์ไม่จำเป็น” นั้นช่วยได้มาก
ทำให้รู้ว่าตัวเองควรทำอะไร 123
- ชีวิตเปลี่ยนแปลงได้ตามความรู้สึกแรกยามตื่นนอน 126

ตอนที่ 6 ไม่มีอะไรมากไปกว่านี้

- ถ้าผลตอบแทนจากความพยายามนั้นได้ตั้งใจ
อาจซาบซึ้งน้ำตาไหลได้อย่างไม่น่าเชื่อ 131
- ไม่ว่าสถานการณ์ใด จะมีศรัทธา 139

บทส่งท้าย 142

SE-ED
inspiration starts here

ตอนที่
1

SE-ED
inspiration starts here

ไม่ทุกขใจ

อย่าคิดถึงเรื่องทุกขใจ จงตั้งเป้าหมายเพื่อพุ่งชน

“เจ้าคนหัวสกินเฮด ฮิโจริ โมริโมโตะ!” เมื่อปี 1999 จากการกราฟต์ลำดับที่ 4 ผมได้เข้าร่วมทีมนิปปง-แฮมไฟต์เตอร์ส์และปรากฏตัวด้วยสกินเฮด จึงเป็นที่จดจำของคนรอบข้างได้อย่างรวดเร็ว ตอนนั้นคนหัวสกินเฮดกลายเป็นเครื่องหมายการค้าของผมไปแล้ว แต่คิดดูให้ดีนะครับว่า ตอนที่ได้เข้าร่วมทีมผมอายุเพียง 18 ปีเท่านั้น ยังไม่บรรลุนิติภาวะเลย และจนถึงตอนนี้ผมก็ยังจดจำเหตุการณ์เมื่อ 12 ปีก่อนได้อย่างแจ่มชัด

ผมเป็นคนศีรษะล้าน ตอนเรียนอยู่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 จู้ ๆ ก็ป่วยแล้วเส้นผม ขนตา ขนคิ้วก็หลุดร่วงออกหมดเลย

แน่นอนว่าตอนเป็นเด็กผมรู้สึกแย่มากที่ศีรษะเป็นแบบนี้

ผมขมขื่นใจขนาดไหนเหอครับ ขอบอกว่า ขนาดเซในอ่างอาบน้ำก็ยังต้องใส่หมวกเลยครับ ตอนที่ไปเข้าค่ายชมรมเทควันโด เพื่อน ๆ ต่างถามว่า “อาบน้ำยังจะใส่หมวกอีกเหอ” ผมนิ่งเงียบไม่ตอบโต้อะไร ถึงจะอยากล้างศีรษะขนาดไหนก็ทำต่อหน้าทุกคนไม่ได้

ช่วงแรก ๆ ก็รู้สึกโดนคนอื่นมองเป็นตัวประหลาดบ้าง รู้สึกว่าศีรษะตัวเองสะท้อนแสงแดดบ้าง มีความรู้สึกแบบนั้นทุกวัน บางวันก็ถูกสาธด้วยคำพูดเล็งน้ำใจจากคนไม่รู้จัก

แล้วชีวิตจะผ่านไปได้อย่างไร DON'T WORRY ABOUT SMALL THINGS

ตลอดชีวิตของเรา
ไม่ว่าใครก็ต้องเผชิญกับช่วงเวลา
ที่ทุกอย่างไม่เป็นไปตามใจคิด
จนรู้สึกท้อแท้สิ้นหวัง
อาจเป็นเรื่องงานหรือเรื่องเรียน
ที่ท้อออกมาได้ไม่ดี
สร้างผลงานตามที่ตั้งใจไม่ได้
ปัญหาอาการป่วยหรือบาดเจ็บ
ขัดขวางให้ต้องทิ้งความฝันไป
เมื่อสักวันหนึ่งช่วงเวลาเช่นนี้
เกิดขึ้นกับคุณเอง
คุณจะทำอย่างไร

SE-ED

...ไม่ว่าสถานการณ์ใด จะมีศรัทธา



พร้อมจำหน่ายในรูปแบบ

- ☒ e-book ☐ audio CD / MP3 ☒ audiobook
☒ ปกอ่อน ☐ LARGE PRINT (ตัวอักษรขนาดใหญ่)



www.se-ed.com



SE-ED Publisher



Change⁺

ไฮไลต์เล่มนี้
สแกนเลย!



ISBN 978-616-08-4771-6



9 786160 847716

145 บาท

Don't Worry About Small Things :
แล้วชีวิตจะผ่านไปได้อย่างไร (e-book)
หมวด : จิตวิทยาพัฒนาตนเอง