

สารบัญ

บทนำ.....7

1

สร้างวิสัยทัศน์
ที่ชัดเจน.....17

2

อย่าคิดการเล็ก.....49

3

ทำงานให้
ตัวเป็นเกลียว.....79

4

ขาย ขาย
และขาย.....111

5

สับเกียร์.....143

6

ปิดปาก
เปิดใจ.....173

7

ทุบกระจก
ตัวเอง.....203

คำขอบคุณส่งท้าย.....229
ประวัติผู้เขียน.....233

บทนำ

หลังจากออกจากสำนักงานผู้ว่าการรัฐในปี 2011 ได้ไม่กี่เดือน โลกของผมก็พังครืน

เชื่อว่า 2-3 ปีก่อนหน้านั้นจะดีต่ออะไรมากมายนัก หลังเอาชนะศึกการเลือกตั้งใหม่ถล่มทลายด้วยคะแนนเสียง 57 เปอร์เซ็นต์ในปี 2006 ต่อด้วยการส่งผ่านนโยบายสิ่งแวดล้อมที่ช่วยจุดประกายให้คนทั้งโลก และลงทุนในโครงสร้างพื้นฐานครั้งยิ่งใหญ่ที่สุดในประวัติศาสตร์รัฐแคลิฟอร์เนีย ซึ่งจะทำประโยชน์ให้คนขับรถ นักเรียน และชาวไร่ในรัฐแคลิฟอร์เนียหลังผมหมดวาระไปอีกนานแสนนาน แต่สองปีครึ่งสุดท้ายในรัฐสภาพ่ามกลางวิกฤตการเงินโลกขั้นรุนแรงนั้นกลับให้ความรู้สึกเหมือนติดอยู่ในเครื่องอบผ้าที่เต็มไปด้วยก้อนอิฐ มีแต่จะถูกพัดกระหน่ำจากทุกทิศทาง

ในปี 2008 ตอนที่ทุกอย่างพังทลายลง มันเหมือนกับว่าวันหนึ่งผู้คนที่เริ่มสูญเสียบ้าน และพอรู้ตัวอีกทีในวันรุ่งขึ้นเราทุกคนก็ตกอยู่ในภาวะเศรษฐกิจถดถอยครั้งใหญ่ที่สุดนับตั้งแต่ภาวะเศรษฐกิจตกต่ำ

ครั้งใหญ่ (The Great Depression) เสียแล้ว ทั้งหมดเป็นเพราะพวคนายธนาคารหน้าเลือดที่พังระบบการเงินจนยับเยิน ก่อนเกิดวิกฤติรัฐแคลิฟอร์เนียกำลังเฉลิมฉลองยอดงบประมาณเกินดุลที่สูงลิบลัว ซึ่งช่วยให้ผมจัดตั้งกองทุนสำรองยามฉุกเฉินได้ แต่แล้วในวันถัดมา การที่งบประมาณของรัฐแคลิฟอร์เนียผูกติดกับวอลล์สตรีตมากเกินไป ทำให้เราขาดดุลกว่า 20,000 ล้านดอลลาร์จนแทบล้มละลาย ผมขลุกอยู่ในห้องประชุมกับผู้นำทั้งสองพรรคจากสภานิติบัญญัติจันทัดถิ่นหลายคืน พยายามหาทางรอดทุกคนให้พ้นจากปากเหว โดยหวังว่ารัฐอาจจจำเราในฐานะคู่ชีวิตตามกฎหมายที่ร่วมทุกข์ร่วมสุขกันมาบ้าง

แต่ประชาชนไม่สนใจฟังเรื่องพวกนั้น พวกเขารับรู้แล้วว่าเราลดบริการจากภาครัฐและขึ้นภาษี คุณจะลองอธิบายให้พวกเขาฟังว่าผู้ว่าการรัฐไม่มีอำนาจไปควบคุมวิกฤติการเงินโลกก็ได้ แต่ความจริงก็คือ คุณในฐานะผู้ว่าการรัฐจะได้รับความดีความชอบเมื่อเศรษฐกิจไปได้ดีแม้ว่าคุณจะมีส่วนช่วยเพียงน้อยนิด การต้องเป็นฝ่ายรับหน้าเมื่อเศรษฐกิจดิ่งลงเหวจึงนับว่ายุติธรรมดี แต่ไม่ใช่ความรู้สึกที่ดีเท่าไรหรอก

อย่าเพิ่งเข้าใจผมผิดไป เราก็ประสบความสำเร็จกันพอตัว เราโค่นระบบที่เอื้อให้พรรคการเมืองมีอำนาจเหมือนในการยับยั้งร่างกฎหมายเหนือกว่าผลประโยชน์สูงสุดของประชาชนและทำให้นักการเมืองกลายเป็นพวกขี้แพ้อยู่ไปวันๆ เราเอาชนะกลุ่มบริษัทน้ำมันที่พยายามฉุดรั้งความก้าวหน้าด้านสิ่งแวดล้อมและรุดหน้าต่อไปอย่างแน่นแฟ้นยิ่งกว่าเดิม เราทำให้พลังงานแสงอาทิตย์และพลังงานทดแทนอื่นๆ แผ่ขยายครอบคลุมไปทั่วรัฐ ตลอดจนลงทุนครั้งประวัติศาสตร์เพื่อขึ้นเป็นผู้นำโลกด้านเทคโนโลยีสะอาด

ว่าช่วงเวลาหลายปีหลังของทศวรรษที่ 2000 สอนให้ผมรู้ว่า ต่อให้คุณจะผลักดันนโยบายสุดล้ำหน้าและสร้างแรงกระเพื่อมระลอกใหญ่ที่สุดเท่าที่รัฐเคยมีมา แต่คุณก็ยังคงรู้สึกล้มเหลวไม่เป็นท่าเมื่อประชาชนผู้ลงคะแนนถามว่าทำไมคุณรักษาบ้านของพวกเขาไว้ไม่ได้ เมื่อผู้ปกครองถามว่าทำไมต้องตัดงบประมาณโรงเรียนของลูกๆ ของพวกเขา หรือเมื่อคนงานถามว่าทำไมพวกเขาถึงถูกเลิกจ้าง

นี่ไม่ใช่ประสบการณ์ล้มเหลวต่อหน้าสาธารณชนครั้งแรกของผม ผมเคยพ่ายแพ้ย่อยยับในอาชีพเพาะกาย ผมมีภาพยนตร์หลายเรื่องที่เจ๊งไม่เป็นท่า และนี่ไม่ใช่ครั้งแรกที่ผมต้องเฝ้าดูคะแนนนิยมของตัวเอง หล่นฮวบเหมือนดั่งหินอุตสาหกรรมดาวโจนส์

แต่ผมยังไม่ใกล้เคียงจุดที่เรียกได้ว่าตกต่ำที่สุด

และภาวะเศรษฐกิจถดถอยก็ไม่ใช่สิ่งที่ทำให้โลกของผมพัง

ผมเป็นคนทำตัวเอง

ผมทำครอบครัวตัวเองพัง ไม่มีความล้มเหลวครั้งไหนจะเลวร้ายไปกว่านั้นอีกแล้ว

ผมจะไม่รื้อฟื้นเรื่องราวเหล่านั้นที่นี่ ผมเล่าไปแล้วหลายครั้ง และคนอื่นๆ ก็เล่าต่อกันไปอีกหลายหน พวกคุณทุกคนรู้เรื่องกันดี และถ้ายังไม่รู้ คุณก็คงรู้จักวิธีสืบค้นข้อมูลบนกูเกิล ผมทำร้ายครอบครัวมามากพอแล้ว หนทางในการซ่อมแซมความสัมพันธ์เหล่านั้นยังอีกยาวไกล ผมจะไม่ทำให้มันกลายเป็นอาหารอันโอชะของพวกเครื่องจักรช่างซุบซิบหรือ

ที่ผมจะบอกคือ สี่ปีนั้นผมพบตัวเองอยู่ในจุดที่ทั้งคุ้นเคยและแปลกใหม่ในเวลาเดียวกัน ผมกำลังตกต่ำ ผมเคยอยู่จุดนี้มาแล้ว แต่ครั้งนี้ผมหน้าค้ำว่าอยู่ในโคลน ไนโตรเจนมีด และต้องตัดสินใจว่าการค่อยๆ

คืบคลานออกมาแล้วลุกขึ้นมาล้างเนื้อล้างตัวมันคุ่มค่าพอไหม หรือผม
ควรยอมแพ้ไปซะ

บรรดาโปรเจกต์ภาพยนตร์ที่ผมทำมาตั้งแต่ออกจากรัฐสภา
หายวับไปกับตา การดูที่สร้างจากเค้าโครงชีวิตจริงของผมที่มดต้นต้น
กับมันหนักหนาอะเธอ โบกมือลาได้เลย สือลบผมทิ้ง เรื่องราวชีวิตของ
ผมคงจบลงในสามฉาก นั่นคือ นักเพาะกาย นักแสดง และผู้ว่าการรัฐ
ทุกคนชอบเรื่องเล่าที่ลงเอยด้วยโศกนาฏกรรม โดยเฉพาะเรื่องของผู้
ยิ่งใหญ่ที่ตกอับ

ถ้าคุณเคยอ่านเรื่องราวเกี่ยวกับผมมาก่อน คุณคงรู้อยู่แล้วว่าผม
ไม่ได้ยอมแพ้ จริงๆ แล้วผมสนุกกับความท้าทายในการตะเกียกตะกาย
กลับขึ้นมาด้วยซ้ำไป การดิ้นรนคือสิ่งที่ทำให้รสชาติของความสำ
เร็จช่างหอมหวานเมื่อมันมาถึง

ฉากที่สี่ของชีวิตผมเป็นการผสมผสานระหว่างทั้งสามฉาก
ก่อนหน้านี้เพื่อให้ตัวผมมีประโยชน์ให้ได้มากที่สุด พร้อมด้วยสิ่งละอัน
พันละน้อยที่เพิ่มเติมเข้ามาโดยที่ผมไม่ได้คาดคิด ผมเดินทางรณรงค์
เพื่อการเพาะกายและการมีสุขภาพที่สมบูรณ์ด้วยการส่งอีเมลรายวัน
เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพถึงผู้คนที่กระตือรือร้นหลายแสนคนและ
จัดเทศกาลกีฬาอาร์โนลด์ทั่วโลก ตลอดจนสานต่องานด้านนโยบายด้วย
โครงการ After-School All-Stars เพื่อช่วยเหลือเด็ก 100,000 คนจาก
40 เมืองทั่วประเทศ สถาบันยูเอสซีซีชาร์เซเนกเกอร์เพื่อนโยบายรัฐ
และนโยบายโลกยังสนับสนุนการปฏิรูปการเมืองทั่วสหรัฐอเมริกา
รวมถึงโครงการริเริ่มด้านภูมิอากาศชาร์เซเนกเกอร์ที่ช่วยผลักดัน
นโยบายด้านสิ่งแวดล้อมทั่วโลก ส่วนอาชีพในวงการบันเทิงของผม
นะเธอ มันช่วยสนับสนุนเงินทุนให้กับทุกกิจกรรมที่กล่าวมา

หลังตะเกียกตะกายออกจากวงการฮอลลีวูดอันบ้าคลั่งกับการแสดงภาพยนตร์เรื่องแล้วเรื่องเล่า ครั้งนี้ผมกลับมาพร้อมซีรีส์ทางโทรทัศน์มันเป็นสื่อสร้างสรรค์ที่แปลกใหม่สำหรับตัวผมผู้ซึ่งกำลังสนุกกับการลับฝีมือให้ซ้ำของอยู่ไม่น้อย

ผมรู้ตัวอยู่แล้วว่าจะทำอาชีพทั้งหมดต่อไป เหมือนที่ผมพูดอยู่เสมอว่าผมจะกลับมา แต่สิ่งที่ผมไม่เคยคาดคิดว่าจะเกิดขึ้นก็คือ ผลพลอยได้จากความล้มเหลว การไถ่บาป และการเปลี่ยนแปลงตัวเอง ทั้งหมดนั้นทำให้ผมกลายเป็นคนพึ่งพาตัวเอง

จู่ๆ ผู้คนก็ยอมจ่ายเงินเพื่อจ้างผมมากพอๆ กับที่จ่ายเงินจ้างอดีตประธานาธิบดีให้ไปปรากฏตัวและกล่าวสุนทรพจน์สร้างแรงบันดาลใจให้ลูกค้าและลูกจ้างของพวกเขา คนอื่นๆ พวกกันถ่ายคลิวิดีโอสุนทรพจน์พวกนั้นไปลงยูทูบและโซเชียลมีเดียจนเกิดเป็นไวรัล จากนั้นช่องทางโซเชียลมีเดียของผมก็เริ่มเติบโต ทุกครั้งที่ผมแชร์ข้อคิดเกี่ยวกับประเด็นสำคัญในวันนั้นผ่านช่องทางต่างๆ เพื่อเป็นเสียงแห่งความสงบท่ามกลางความวุ่นวาย คลิวิดีโอพวกนั้นก็ยิ่งไวรัลมากขึ้นไปอีก

ดูทำการเรียนรู้จากตัวผมจะมีประโยชน์กับทุกคนเข้าแล้วจริงๆ ทำนองเดียวกับที่ผมเคยได้รับประโยชน์ในช่วงแรกเริ่มของอาชีพจากการอ่านเรื่องราวและพบปะไอดอลของตัวเอง ซึ่งคุณจะได้อ่านเรื่องราวของพวกเขาหลายๆ คนในหนังสือเล่มนี้ ผมจึงกระโจนเข้าไป เริ่มส่งต่อพลังบวกสู่โลกใบนี้ ยิ่งผมพูดออกไปมากเท่าไร ก็ยิ่งมีคนเข้ามาบอกผมที่ยืมว่าผมช่วยพาพวกเขาผ่านช่วงเวลาอันมืดมนมากเท่านั้น ทั้งคนที่รอดชีวิตจากโรคมะเร็ง คนว่างงาน และคนที่กำลังอยู่ในช่วงเปลี่ยนสายอาชีพใหม่ ผมได้ฟังจากทั้งชายและหญิง เด็กและผู้ใหญ่ วิทยาลัยและวัยเกษียณ คนยากจนและคนมั่งมี ทุกสีผิว

ทุกวิถีความเชื่อ และทุกแถบสีบนสายรุ้งแห่งความหลากหลายใน
หมู่มวลมนุษยชาติ

มันน่าอัศจรรย์ แถมยังน่าประหลาดใจ ผมไม่แน่ใจว่ามันเกิดขึ้น
ได้อย่างไร ผมจึงทำสิ่งที่ผมทำทุกครั้งเวลาต้องการเข้าใจอะไรบางอย่าง
นั่นคือ หยุดและวิเคราะห์สถานการณ์ สิ่งที่ผมค้นพบเมื่อถอยออกไป
หนึ่งก้าวคือโลกใบนี้เต็มไปด้วยความคิดเชิงลบ การมองโลกในแง่ร้าย
และความรู้สึกสมเพชตัวเอง ผมสังเกตเห็นผู้คนมากมายกำลังตกอยู่ใน
ความทุกข์ทรมาน ทั้งๆ ที่ผู้เชี่ยวชาญพร่ำบอกเราว่า ไม่มีช่วงเวลาไหน
ในประวัติศาสตร์ของอารยธรรมมนุษย์จะประเสริฐไปกว่าเวลานี้อีกแล้ว
ไม่เคยมีสงคราม โรคภัยไข้เจ็บ ความยากจน และการกดขี่น้อยเท่า
ในเวลานี้นัก่อน นี่คือนี่คือสิ่งที่ข้อมูลแสดงให้เห็น นี่คือข้อเท็จจริง

ว่ามีข้อมูลอีกชุดหนึ่ง เป็นข้อมูลเฉพาะบุคคลที่วัดได้ยากกว่า
แต่เราทุกคนต่างมองเห็นและได้ยินยามที่ดูข่าว ฟังวิทยุ หรือเลื่อนผ่าน
โซเชียลมีเดีย เราเห็นผู้คนมากมายกำลังพูดถึงความรู้สึกนอกคอก
ไร้ตัวตน หรือสิ้นหวัง สาวๆ พวกนี้พูดว่าพวกเธอยังสวยไม่พอหรือ
ดีไม่พอ ส่วนหนุ่มๆ พวกนี้พูดว่าตัวเองไร้ค่าหรือไร้พลัง อัตราของการ
ฆ่าตัวตายและการติดสารเสพติดพุ่งสูง

โดยเฉพาะหลังการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 เรากำลัง
เผชิญกับการแพร่ระบาดของอารมณ์เหล่านั้นผ่านสื่อออนไลน์ไปยัง
ทุกภาคส่วนในสังคม อัตราผู้มีความซึมเศร้าและวิตกกังวลเพิ่มขึ้น
25 เปอร์เซ็นต์ทั่วโลกตั้งแต่ปี 2020 งานวิจัยของโรงเรียนสาธารณสุข
มหาวิทยาลัยบอสตันที่ตีพิมพ์ในเดือนกันยายนปี 2020 พบว่า อัตรา
ความชุกของภาวะซึมเศร้าในชาวอเมริกันวัยผู้ใหญ่เพิ่มขึ้นถึงสามเท่า
ระหว่างปี 2018 ถึงฤดูใบไม้ผลิปี 2020 ซึ่งเป็นเวลาไม่กี่เดือนหลังการ

ประกาศล็อกดาวน์ โดยก่อนหน้านี้มีรายงานว่า ชาวอเมริกันวัยผู้ใหญ่ จำนวน 75 เปอร์เซ็นต์ที่ไม่มีอาการของภาวะซิมเคร้าแต่อย่างใด ก่อนที่ ตัวเลขนั้นจะลดฮวบลงต่ำกว่า 50 เปอร์เซ็นต์ในเดือนเมษายนปี 2020 นั้นเรียกได้ว่าเหวี่ยงวูบทีเดียว!

แต่ปัญหานี้ไปไกลกว่าเรื่องเชื้อไวรัสโควิด-19 เพราะถ้าว่ากันตามตรง โลกนี้มีกลุ่มสถาบันและอุตสาหกรรมที่กำลังฉกฉวยผลประโยชน์จากความเดือดร้อนของผู้คน แล้วเที่ยวบ่าวประกาศเรื่องเหลวไหล ปลุกปั่นโทสะ บ่อนคำหลอกลวง และสุมไฟความคับข้องใจของพวกเขา เพียงเพื่อผลกำไรและผลประโยชน์ทางการเมือง พลั้งเหล่านี้ชักจูงให้ผู้คนรู้สึกสิ้นหวังและหมดหนทาง ทั้งยังบังตาไม่让他们เห็นว่า การใช้เครื่องมือแห่งการทำตัวให้มีประโยชน์และการพึ่งพาตัวเอง ซึ่งเป็นอาวุธสำคัญในการต่อกรกับความทุกข์ยากและการเพิกเฉยนั้นง่ายตายแค่ไหน

ซึ่งผมเชื่อว่าเป็นสาเหตุที่ผู้คนหลายล้านทั่วโลกแห่ไปพึ่งพอดแคสต์ ซับสแต็ก (Substack) และจดหมายข่าวเหมือนที่ผมทำเพื่อตามหา คำตอบที่ใช้สำหรับตัวเอง เพราะวัฒนธรรมต่างๆ ในสังคมมันเลวร้าย เสียจนพวกเขาต้องเสาะหาใครสักคนที่ไว้ใจได้ ใครสักคนที่ไม่เล่นเกม สกปรก หรือใครสักคนที่คิดบวกอย่างไม่ย่อท้อ ขณะที่คนอื่นๆ พวกกัน คิดลบอย่างไม่ลดละ

คนกลุ่มนั้นคือคนที่ผมเจอที่ยิมทุกวัน ผมรู้สึกว่าเราเชื่อมโยงถึงกัน เพราะพวกเขาแสดงอารมณ์หลายอย่างเหมือนกับที่ผมรู้สึกตอนออกจากสำนักงานผู้ว่าการรัฐและทุกอย่างพังทลายลงในปี 2011 นอกจากนี้ ผมยังสังเกตเห็นด้วยว่าเวลาที่ผมให้คำปรึกษาและให้กำลังใจพวกเขา เวลาที่ผมพยายามสร้างแรงบันดาลใจและปลุกความเชื่อมั่น

แล้วจุดพวกเขาขึ้นมา ผมจะดึงชุดเครื่องมือที่แสนคุ้นเคยออกมาใช้
เสมอ

มันเป็นชุดเครื่องมือที่ผมใช้เวลาพัฒนามาตลอดหกสิบปี และ
คอยนำทางผมตลอดการเดินทางในสามฉากชีวิตก่อนหน้านี้จนสำเร็จ
ลุล่วง มันเป็นชุดเครื่องมือเดียวกันกับที่ผมค้นพบเมื่อสิบกว่าปีก่อน
ตอนที่ผมตกต่ำและตัดสินใจจุดตัวเองขึ้นมาจากหลุม เครื่องมือพวกนี้
ไม่ได้ล้ำสมัยอะไร แต่คงเรียกได้ว่าเป็นอมตะ มันใช้ได้ผลมาโดยตลอด
และจะใช้ได้ผลเสมอไป ผมมองว่ามันเป็นส่วนหนึ่งของพิมพ์เขียวหรือ
แผนที่นำทางไปสู่ชีวิตที่เป็นสุข ประสบความสำเร็จ และมีประโยชน์
หรืออะไรก็ตามที่มีความหมายสำหรับคุณ

เครื่องมือเหล่านี้ประกอบด้วยการรู้ว่าตัวคุณต้องการไปที่ไหน
ไปด้วยวิธีใด ตลอดจนความตั้งใจพยายามจะไปที่นั่น ความสามารถ
ในการสื่อสารกับคนที่คุณรักว่าการเดินทางที่คุณจะพาพวกเขาไปด้วยนั้น
คุ้มค่างับความพยายามหรือไม่ รวมทั้งความสามารถในการปรับตัวเมื่อ
เผชิญกับอุปสรรคในการเดินทาง ความสามารถในการเปิดใจเรียนรู้จาก
สิ่งรอบตัวและหาหนทางใหม่ และที่สำคัญที่สุดก็คือ เมื่อไปถึงจุดหมาย
ปลายทางแล้ว คุณต้องตระหนักถึงความช่วยเหลือที่ได้รับมาตลอดทาง
และตอบแทนให้เหมาะสม

หนังสือเล่มนี้ชื่อ *Be Useful* (จงทำตัวให้มีประโยชน์) เพราะ
นั่นคือคำแนะนำที่ดีที่สุดที่พ่อเคยให้ผมไว้ มันติดตรึงอยู่ในหัวผมไม่เคย
จากไปไหน และผมหวังว่าคำแนะนำที่ผมกำลังจะมอบให้คุณใน
หน้าถัดๆ ไปก็จะเป็นเช่นเดียวกัน การทำตัวให้มีประโยชน์เป็นแรงขับ
เบื้องหลังทุกการตัดสินใจของผม และเป็นพลังในการจัดระเบียบ
เครื่องมือต่างๆ ที่ผมใช้ การเป็นแชมป์เพาะกาย นักแสดงนำระดับ

พันล้าน หรือข้าราชการรับใช้ประชาชนล้วนเป็นเป้าหมาย แต่ไม่ใช่
สิ่งที่เป็นแรงบันดาลใจให้ผม

ตลอดหลายปี พ่อไม่ได้เห็นด้วยกับการทำตัวให้มีประโยชน์
ในแบบฉบับของผม จะว่าไปแล้วตัวผมเองก็อาจไม่เห็นด้วยกับแบบฉบับ
ของคุณเช่นกัน แต่นั่นไม่ใช่จุดประสงค์ของคำแนะนำที่ดี มันจะไม่บอก
ว่าคุณต้องสร้างอะไร แต่จะแสดงให้คุณเห็นว่าต้องสร้างอย่างไร และ
ทำไมมันจึงสำคัญ พ่อจากไปในช่วงวัยเดียวกับผมตอนที่โลกของผม
ถล่มลงมา ผมไม่เคยมีโอกาสดำถามเขาว่าผมควรต้องทำอะไร แต่
ผมได้แนวคิดดีๆ จากคำพูดที่เขาเคยบอกผมไว้ “ทำตัวให้มีประโยชน์ซะ
อาร์โนลด์”

ผมเขียนหนังสือเล่มนี้ขึ้นเพื่อเป็นเกียรติแก่คำพูดเหล่านั้นและ
ส่งต่อคำแนะนำของพ่อ ผมเขียนมันเพื่อแสดงความขอบคุณสำหรับ
เวลาหลายปีที่พ่อไม่มีโอกาสได้ใช้แต่ผมมี ซึ่งผมได้ใช้ช่วงเวลาเหล่านั้น
ในการแก้ตัว ตะกายกลับขึ้นมาจากก้นหลุม และสร้างฉางที่สี่ของชีวิต
ผมเขียนหนังสือเล่มนี้ขึ้นเพราะผมเชื่อว่าใครๆ ก็สามารถใช้ประโยชน์
จากชุดเครื่องมือที่ผมใช้มาในทุกช่วงของชีวิต และเราทุกคนจำเป็นต้อง
มีแผนที่นำทางที่เชื่อถือได้เพื่อไปให้ถึงชีวิตแบบที่เราใฝ่ฝันตลอดมา

แต่เหนือสิ่งอื่นใด ผมเขียนหนังสือเล่มนี้ขึ้นเพราะทุกคนต้อง
ทำตัวให้มีประโยชน์