

สารบัญ

คำนำผู้เขียน	6
บทนำ :	
3H สู่ความสำเร็จ (3H to Success)	10
PART 1 :	
HEART = "I DREAM" ฝันอย่างเศรษฐกิจ	24
มาเล่นเกมกันดีกว่า...	27
คุณไม่ได้มองเห็นด้วยตา!	29
"RAS" ระบบของสมองที่สำคัญต่อความสำเร็จมากที่สุด	32
กฎแห่งความคู่ควร	52
ความคิดไม่ได้มีแรงดึงดูด	
แต่ "ความคล้าย" ต่างหากที่มีแรงดึงดูด	56
เชื่ออย่างเศรษฐกิจ	59
"เสาแห่งเงิน" อันน่าสะพรึงกลัว	65
ฝันหรือไม่ฝันก็เหนื่อยเท่ากัน แต่เหนื่อยคนละแบบ	73
PART 2 :	
HEAD = "IDEA" คิดอย่างเศรษฐกิจ	84
ตอนที่ 1 : ใช้ปัญญาอย่างเศรษฐกิจ	86
"ปัญญา" ต้องมาก่อน "เงินตรา"	
และ "สติ" สำคัญกว่า "สตางค์" เสมอ	87
เงินคือ "แว่นขยาย" ไม่ใช่ "แว่นสายตา"	94
ความรู้เกี่ยวอะไรกับความรวย	97
ความรู้เรื่อง "Money" ต้องมีมากกว่า "หนี้" เสมอ	102

ตอนที่ 2 : ใช้พลังงานอย่างเศรษฐกิจ	
-ว่าด้วยอิทธิบาท 4 และความสำเร็จ	109
สมองประหยัดไฟเบอร์ 5	110
ขยับมหันตภัย 5 ชนิด	113
กฎแห่งสุขและทรัพย์	142
จาก Burbn สู่ Instagram...เศรษฐกิจต้อง “เก่งคน”	149
ตอนที่ 3 : ใช้เวลาอย่างเศรษฐกิจ	160
เศรษฐกิจไม่ได้จัดเวลา แต่จัดอย่างอื่นที่สำคัญกว่า	162
ในพจนานุกรมของเศรษฐกิจ ไม่มีคำว่า “รอ”	169
ยากจน “พวยเรือ” ชั่วชีวิต	
แต่เศรษฐกิจนอนชมพระอาทิตย์บน “เรือใบ”	176
คุณรู้ไหมว่าเจ้าสัว CP มีเวลาวันละ 192,000 ชั่วโมง	178
ถ้าไม่อยากประดิษฐ์ “เครื่องเป่าลม” ก็จงประดิษฐ์ “ใบเรือ”	187

PART 3 :

HAND = “I DO” - ทำอย่างเศรษฐกิจ	200
1. อุดหนุน	204
ยังงี้ก็เจ็บ...แต่จะเจ็บยังงี้...	205
อวัยวะที่ี่เกียจที่สุดในร่างกาย	211
กำจัดความขี้เกียจ และเลิกผัดวันประกันพรุ่ง	212
ปลาสองตัว ในหัวสมอง	228
2. อดใจ	231
จากมาร์ชแมลโลว์สู่ CEO	232
จะสำเร็จหรือสำราญ	234
จะอดใจได้อย่างไร	242

บทส่งท้าย :

สุขอย่างเศรษฐกิจ	254
3G แห่งชีวิต	256
ประวัติผู้เขียน	268