

คำนำ	4
คำนิยม	8
สำนึกในพระมหากรุณาธิคุณ	10
สารบัญ	10
ดร.นริศ ชัยสูตร 70 ปี : เส้นทางชีวิตที่ผ่านมา	
- 01 ความรู้สึกของผมต่อการแบ่งปันเรื่องราวชีวิต	12
- 02 แวบแรก : ภาพจำในวัยเยาว์ของผม	14
- 03 พ่อ และแม่ ของผม : แรงบันดาลใจที่ไม่มีวันจาง	17
- 04 บ้านในวัยเยาว์ : ชีวิตกลางทุ่งบางเขน	22
- 05 กิจกรรมในวัยเด็ก : เมื่อพลังงานล้นเหลือ กลายเป็นแรงบันดาลใจ	26
- 06 เสียงหัวเราะ และรอยยิ้มในวัยเด็ก	30
- 07 อาชีพในฝัน : จากสนามรบ สู่นามเศรษฐิกิจ	33
- 08 บทเรียนในวัยเด็กที่มีอิทธิพลต่อชีวิต	37
- 09 ความสุขในงานอาหาร	41
- 10 บุคคลต้นแบบ : ผู้สร้างแรงบันดาลใจและบทเรียนชีวิต	45
- 11 ชีวิตกบงาน	61
- 12 ความสุขของชีวิต	65
- 13 เมืองหรือชนบท	69
- 14 ความกล้าหาญในฝันของตัวเอง	72
- 15 ความสามารถเฉพาะตัว	75
- 16 จุดอ่อนของนักบริหาร	78
- 17 จุดผูกพันของชีวิต	81
- 18 การตัดสินใจครั้งสำคัญที่สุดในชีวิต	85
- 19 แม่...บุคคลที่สำคัญที่สุดในชีวิตของผม	87
- 20 “บ้านบางเขน” จุดเริ่มต้นของชีวิต และรากเหง้าของความทรงจำ	91
- 21 เล่าเรื่อง “วัฒนธรรมไทย” จากห้องเรียน...สู่พิพิธภัณฑ์ และงานเทศกาลกลางกรุง	94
- 22 สุขภาพเพื่อสมบัติที่แท้จริง : พลังของการออกกำลังกายทุกวันในชีวิตผม	98
- 23 สังคมของชีวิต : ทุกสิ่งย่อมเปลี่ยนแปลง และจะผ่านไปไหนที่สุด	101
- 24 ความท้าทายที่ยิ่งใหญ่ที่สุดในชีวิตของผม	103
- 25 ความสุขที่สุดในชีวิต...ไม่ได้เกิดขึ้นเพียงครั้งเดียว	107
- 26 เรื่องปวดใจ	111
- 27 สามครั้งแห่งชีวิต... ที่ผมเฉียดตาย	114
- 28 ความลับกับคนใกล้ชิด	117

- 29	สิ่งที่ภูมิใจที่สุดในชีวิต	119
- 30	เรื่องที่ยังค้างอยู่ในใจ	122
- 31	เพื่อนกันตลอดไป	125
- 32	เมื่อเจอคนไม่จริงใจ	143
- 33	เมื่อเป็นคนที่ถูกรัก	146
- 34	เมื่อเราพบกันครั้งแรก	149
- 35	ช่วงเวลาที่มีความสุขที่สุดกับลูก	151
- 36	ความท้าทายของการเลี้ยงลูก	153
- 37	ความฝันและจุดมุ่งหมายของชีวิต	156
- 38	ประเทศที่ชอบ	159
- 39	ถ้าได้ตัดสินใจใหม่	164
- 40	หากย้อนเวลากลับไปได้	166
- 41	เมื่อรู้ว่าแก่	168
- 42	สรุปชีวิตเป็นคำง่าย ๆ สามคำ	170
- 43	อยากให้ผู้คนจดจำเราอย่างไร	172
- 44	ฝากข้อคิดสำหรับคนรุ่นหลัง	176
- 45	ใครคือผู้ที่ผมควรขอบคุณมากที่สุด	178
- 46	การให้อภัยและยุติเรื่องราวกอย่างสมบูรณ์	182
- 47	ความเมตตากรุณาจากหัวใจ	184
- 48	ชื่อหนังสือแห่งชีวิตของผม	187
- 49	ฝากข้อความถึงคนที่เป็นที่รัก	188
- 50	บทส่งท้าย: บันทึกจากหัวใจ และบทต่อไปของชีวิต	191

บันทึกฉบับคุณเศรษฐศาสตร์ พ.ศ. 2537-2540	192
ธรรมศาสตร์ประกาศนาม พ.ศ. 2537-2547	202
โธมัสสวัสดิกการธรรมศาสตร์	290
สัมภาษณ์ อธิการบดีนิรุต ชัยสูตร พ.ศ. 2541-2547	294
สัมภาษณ์ผู้อำนวยการสำนักงานเศรษฐกิจการคลัง	318
กมลธนารักษ์ ในความทรงจำของผม	340
สมาคมนักเรียนเก่าสหรัฐอเมริกาในพระบรมราชูปถัมภ์	348
มารู้จักสเปเชียลโอลิมปิกกันเถอะ และการบริจาคเพื่อสเปเชียลโอลิมปิก	354
ประวัติ รศ.ดร.นิรุต ชัยสูตร	376
คำอวยพรจากเพื่อน-ศิษย์ที่รัก	384