ภาคผนวก ง

โครงสร้างหน้าจอเว็บไซต์ : http://www.agkmstou.com/efamily

ครอบครัวกับความพอเพียง
e-family Learning

แนะนำโครงการ

หน้าแรก
พระราชดำรัสเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง
แนวคิดครอบครัวกับความพอเพียง
แนะนำหนังสือคู่มือความพอเพียง

แนะนำโครงการ e-Family Learning

ยินดีต้อนรับสู่เว็บไซต์เพื่อการเรียนรู้ครอบครัวศึกษา (e-Family Learning) เนื่องในวโรกาสมหามงคล เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวพระชนมพรรษา 80 พรรษา รัฐบาลได้เชิญชวนให้ประชาชนทุกหมู่เหล่า พร้อมใจกันน้อมนำหลักคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มาใช้การดำเนินชีวิตและการพัฒนาคนในทุกภาคส่วน ดังนั้น สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช จึงได้ทำโครงการวิจัยการพัฒนาองค์ความรู้ และสารสนเทศเพื่อการเรียนรู้ครอบครัวศึกษา (e-Family Learning) ด้วยระบบการศึกษาทางไกลในลักษณะ ของการนำเสนอข้อมูลบนเว็บไซต์ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช โดยมีการประมวลและนำเสนอองค์ความรู้ และสารสนเทศเกี่ยวกับหลักคิดตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง รวมทั้งการศึกษารูปแบบหรือตัวอย่างที่ดี (Best Practices) ของการใช้ชีวิตครอบครัวแบบพอเพียงในทางปฏิบัติจริง จึงเป็นประเด็นหัวข้อน่าร่องที่จะเป็นจุดเริ่มต้น ของโครงสร้างเนื้อหาสาระเป็นลำดับหัวข้อเรื่องแร ก นั่นคือ "ครอบครัวกับความพอเพียง"ซึ่งจะนำไปสู่การเสริมสร้างความเข้มแข็งของสถาบันครอบครัว และชีวิตความเป็นอยู่ของครอบครัวไทยให้ราบรื่นผาสุกต่อๆไป

ชื่อโครงการ

บทความวิชาการ
บทสัมภาษณ์ ครอบครัวพอเพียง
แนะนำเว็บไซต์

- วัตถุประสงค์การวิจัย
- ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ
- คณะผู้ดำเนินการวิจัย
- ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา
- ประเด็นปัญหาการวิจัย
- กรอบแนวคิดการวิจัย
- ขอบเขตของการวิจัย
- วิธีดำเนินการวิจัย
- แผนการดำเนินงานวิจัย

ครอบครัวกับความพอเพียง : e-Family Learning
0001788 คนเยี่ยมชม

โครงการวิจัย การพัฒนาความรู้และสารสนเทศเพื่อการเรียนรู้ครอบครัวศึกษา : ครอบครัวกับความพอเพียง
ศูนย์วิจัยและพัฒนาครอบครัวไทย
สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี
โทรศัพท์. 503-3573 โทรสาร. 503-3639

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

"ครอบครัว" เป็นบริบทของชีวิตที่อยู่ใกล้ตัวเด็กและเยาวชนมากที่สุด เด็กเกิดมาจำเป็นต้องอาศัยพึ่งพาผู้เลี้ยงดูที่ให้ความรักความอบอุ่นและสนองตอบความต้องการพื้นฐานของชีวิตและการอุ้มชูอบรมสั่งสอนให้มีบุคลิกภาพและพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในสังคม การอบรมเลี้ยงดูและส่งเสริมให้เด็กได้รับการพัฒนาอย่างเหมาะสมตามศักยภาพและความต้องการในแต่ละช่วงวัยย่อมส่งผลต่อระดับคุณภาพประชากร ซึ่งมีผลต่อคุณภาพของสังคม ปัจจุบันครอบครัวไทยมีการเปลี่ยนแปลงลักษณะโครงสร้างและรูปแบบการดำเนินชีวิตอย่างเห็นได้ชัดโดยเฉพาะการทำหน้าที่ของครอบครัว การสืบทอดค่านิยมทางวัฒนธรรมไทยที่ดีงาม การเกื้อหนุนความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว การเผชิญปัญหาและการปรับตัวของครอบครัวต่อการเปลี่ยนแปลงของสังคม การทำความเข้าใจกับวิถีชีวิตครอบครัวไทยยุคนี้พร้อมกับความพยายามทำให้ครอบครัวไทยอยู่รอดด้วย "กลไกการเรียนรู้ในครอบครัว" เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่เหมาะสมจึงเป็นเรื่องสำคัญยิ่ง

ในยุคของการปฏิรูปการศึกษาตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 ได้ให้ความสำคัญกับการศึกษาสำหรับบุคคลทุกช่วงอายุโดยมุ่งเน้นการศึกษาอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต เพื่อให้บุคคลแต่ละคนสามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตได้ตลอดเวลา "ครอบครัวศึกษา" (Family Education) ถือเป็นสาระความรู้หนึ่งที่มีความหมายความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของบุคคลในครอบครัวและในสังคม โดยที่ครอบครัวเป็นสถาบันพื้นฐานอันดับแรกในการให้กำเนิดชีวิตและหล่อหลอมความเป็นมนุษย์ให้กับแต่ละบุคคล การศึกษาหรือการให้ความรู้เรื่องชีวิตครอบครัวจึงได้รับความสนใจจากนักวิชาการหลากหลายสาขาวิชาแตกต่างกันไปตามมุมมองหรือจุดเน้นของศาสตร์นั้น ๆ ซึ่งแต่ละศาสตร์ต่างมีความพยายามที่จะนำความรู้ที่ได้จากการศึกษาค้นคว้าตามแนวทางของตนมาใช้เผยแพร่เพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อการพัฒนาคุณภาพของคนและสังคมส่วนรวม สำหรับแนวคิดทางมนุษยนิเวศศาสตร์ได้ใช้กรอบความคิดของ "ระบบมนุษยนิเวศ" (Human Ecological System) ซึ่งให้ความสำคัญกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นระหว่างปฏิสัมพันธ์ของมนุษย์กับบริบทรอบตัวมนุษย์ โดยเฉพาะครอบครัวและชุมชนอยู่ตลอดเวลา โดยที่มนุษย์จะเรียนรู้และปรับตัวให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ในสภาวการณ์ต่าง ๆ

การเรียนรู้เรื่องครอบครัวจึงเป็นเรื่องที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง เนื่องจากครอบครัวเป็นหน่วยย่อยของสังคมที่มนุษย์ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันและมีปฏิสัมพันธ์ใกล้ชิดกับตัวมนุษย์มากที่สุด พฤติกรรมและการแสดงออกของผู้คนในสังคมล้วนแต่หล่อหลอมมาจากวิถีชีวิตในครอบครัวทั้งสิ้น ปัจจุบันรัฐบาลได้กำหนดวิสัยทัศน์การพัฒนาประเทศในแผนพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550-2554) โดยมุ่งเน้น "การพัฒนาสังคมอยู่เย็นเป็นสุข" ร่วมกัน (Green and Happiness Society) และยึดหลัก "ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง" เป็นแนวปฏิบัติในการพัฒนาแบบบูรณาการเป็นองค์รวมที่มีคนเป็นศูนย์กลางพัฒนา เพื่อให้คนไทยมีคุณธรรมนำความรู้ ครอบครัวอบอุ่น ชุมชนเข้มแข็ง สังคมสันติสุข เศรษฐกิจมีคุณภาพ เสถียรภาพและเป็นธรรม ตลอดจนสิ่งแวดล้อมมีคุณภาพและทรัพยากรธรรมชาติยั่งยืน ยุทธศาสตร์การพัฒนาประเทศจึงจำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือจากทุกภาคส่วนของสังคมในทุกระดับเริ่มตั้งแต่ระดับครอบครัว ซึ่งสถาบันครอบครัวถือได้ว่าเป็นสถาบันพื้นฐานหลักที่สำคัญยิ่งในการพัฒนาคุณภาพคน ตลอดจนเป็นฐานราก (foundation) ความเป็นปึกแผ่นมั่นคงของชุมชน สังคมและประเทศชาติ ตามนโยบายและยุทธศาสตร์การพัฒนาสถาบันครอบครัว พ.ศ. 2547-2556 (สำนักงานกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว 2547) ได้กำหนดให้ยุทธศาสตร์การเรียนรู้เพื่อพัฒนาครอบครัวเป็นยุทธศาสตร์สำคัญภายใต้ยุทธศาสตร์หลักในการพัฒนาศักยภาพของครอบครัวแบบองค์รวม โดยมีมาตรการในการเตรียมความพร้อมคู่หญิงชายก่อนแต่งงานสร้างครอบครัว และส่งเสริมสนับสนุนให้สมาชิกครอบครัวมีความรู้ ทักษะ รู้คุณค่าและรับผิดชอบปฏิบัติหน้าที่ตามบทบาทและสถานภาพของสมาชิกแต่ละคนในครอบครัวที่สอดคล้องกับวงจรชีวิตมนุษย์และครอบครัว หากสมาชิกครอบครัวมีการเรียนรู้และพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องอยู่ตลอดเวลา

การดำเนินชีวิตของสมาชิกแต่ละคนในฐานะปัจเจกบุคคลและในภาพรวมของความเป็นครอบครัวก็ย่อมเป็นไปอย่างราบรื่นมีความสุข การเรียนรู้สำหรับครอบครัวในสภาพสังคมปัจจุบันจำเป็นต้องมีช่องทางการเรียนรู้ที่หลากหลาย สามารถเข้าถึงได้ง่าย และมีสาระที่เป็นประโยชน์สอดคล้องกับความต้องการในการดำเนินชีวิตของครอบครัวที่หลากหลาย เนื่องจากนโยบายของรัฐบาลปัจจุบันตระหนักถึงความสำคัญของการนำหลักคิดและสาระสำคัญของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตของประชาชนในทุกระดับ เพื่อให้เกิดการพัฒนาหลักคิดคุณธรรมหนุนนำชีวิตและการพึ่งพาตนเอง อันนำไปสู่ความร่มเย็นเป็นสุขของคนไทยและสังคมไทย ตลอดจนในปี 2550 นี้ รัฐบาลได้เชิญชวนให้ประชาชนทุกหมู่เหล่าพร้อมใจกันน้อมนำหลักคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้การดำเนินชีวิตและการพัฒนาคนในทุกภาคส่วน เนื่องในวโรกาสมหามงคลเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวพระชนมพรรษา 80 พรรษา ดังนั้น การพัฒนาองค์ ความรู้และสารสนเทศเพื่อการเรียนรู้ครอบครัวศึกษา (e-Family Learning) ด้วยระบบการศึกษาทางไกลในลักษณะของการนำเสนอข้อมูลบนเว็บไซต์ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช โดยมีการประมวลและนำเสนอองค์ความรู้และสารสนเทศเกี่ยวกับหลักคิดตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง รวมทั้งการศึกษารูปแบบหรือตัวอย่างที่ดี (Best Practices) ของการใช้ชีวิตครอบครัวแบบพอเพียงในทางปฏิบัติจริง จึงเป็นประเด็นหัวข้อน่าร่องที่จะเป็นจุดเริ่มต้นของโครงสร้างเนื้อหาสาระเป็นลำดับหัวข้อเรื่องแรก นั่นคือ "ครอบครัวกับความพอเพียง" การพัฒนาองค์ความรู้และสารสนเทศเพื่อการเรียนรู้ครอบครัวศึกษา (e-Family Learning) อยู่ภายใต้การดำเนินงานของศูนย์วิจัยและพัฒนาครอบครัวไทย สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ เพื่อเป็นการเปิดช่องทางการเรียนรู้ในการให้บริการเผยแพร่องค์ความรู้และสารสนเทศเพื่อการเรียนรู้ครอบครัวศึกษาให้กว้างขวางและทันสมัย ผ่านสื่อเว็บไซต์ภายใต้โครงการแม่บท "การพัฒนาศูนย์ความรู้เพื่อบริการสังคม" ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ซึ่งจะนำไปสู่การเสริมสร้างความเข้มแข็งของสถาบันครอบครัวและชีวิตความเป็นอยู่ของครอบครัวไทยให้ราบรื่นผาสุกต่อๆไป

ประเด็นปัญหาการวิจัย

- รูปแบบการนำเสนอองค์ความรู้และสารสนเทศเพื่อการเรียนรู้ครอบครัวศึกษาผ่านเว็บไซต์ของศูนย์ความรู้เพื่อบริการสังคม มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ควรเป็นอย่างไร
- ผลการใช้เว็บไซต์ในการให้บริการเผยแพร่องค์ความรู้และสารสนเทศเพื่อการเรียนรู้ครอบครัวศึกษาผ่านการดำเนินงานของศูนย์ความรู้เพื่อบริการสังคม มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช เป็นอย่างไร

กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีกรอบแนวคิดในลักษณะของการวิจัยและการพัฒนาองค์ความรู้และสารสนเทศเพื่อการเรียนรู้ครอบครัวศึกษา เพื่อศึกษารูปแบบองค์ความรู้และสารสนเทศครอบครัวศึกษาที่เหมาะสมตามความต้องการของผู้ใช้บริการเว็บไซต์ภายใต้โครงการแม่บท "การพัฒนาศูนย์ความรู้เพื่อบริการสังคม" ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ดังนี้

ภาพที่1 กรอบแนวคิดการวิจัย

ขอบเขตของการวิจัย

• ขอบเขตด้านประชากร กลุ่มตัวอย่างในการเก็บรวบรวมข้อมูล แบ่งเป็น 2 กลุ่มย่อย ได้แก่ กลุ่มที่ 1 ผู้เข้าเยี่ยมชมหรือผู้ใช้บริการเว็บไซต์ภายใต้โครงการแม่บท "การพัฒนาศูนย์ความรู้เพื่อบริการสังคม" ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ซึ่งเป็นประชาชนหรือผู้สนใจทั่วไป จำนวน 100 คน กลุ่มที่ 2 ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับโครงการวิจัย ได้แก่ ผู้มีส่วนร่วมในการให้ข้อมูลหรือองค์ความรู้ ที่เกี่ยวข้องกับโครงการ ผู้ทรงคุณวุฒิหรือผู้เชี่ยวชาญด้านครอบครัวศึกษาและด้านการพัฒนาเครือข่ายสารสนเทศ และผู้ปฏิบัติงานในหน่วยงานหรือองค์กรภาคีเครือข่ายงานด้านครอบครัวที่มีการให้บริการองค์ความรู้หรือสารสนเทศด้านครอบครัว จำนวน 50 คน

• ขอบเขตด้านเนื้อหา จะศึกษาและนำเสนอรูปแบบการพัฒนาองค์ความรู้และสารสนเทศเรื่องหลักคิดตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงกับแนวปฏิบัติการใช้ชีวิตครอบครัวแบบพอเพียงในพื้นที่ภาคกลางตอนบน (ได้แก่ จังหวัดนนทบุรี ปทุมธานี อยุธยา สระบุรี อ่างทอง สิงห์บุรี ชัยนาท และลพบุรี)

• ขอบเขตด้านเวลา จะดำเนินการศึกษาในช่วงเดือนพฤษภาคม 2550 – เมษายน 2551

ระยะเวลาดำเนินการวิจัย 12 เดือน

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่องการพัฒนาองค์ความรู้และสารสนเทศเพื่อการเรียนรู้ครอบครัวศึกษา เป็นการวิจัย เชิงพัฒนา โดยมีรายละเอียดของวิธีการวิจัย ดังต่อไปนี้

• ประชากร ประชากรในที่นี้ คือ ผู้ใช้บริการเว็บไซต์ภายใต้โครงการแม่บท "การพัฒนาศูนย์ความรู้เพื่อบริการสังคม" ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับโครงการวิจัย

• กลุ่มตัวอย่าง คือ คือ ผู้ใช้บริการเว็บไซต์ภายใต้โครงการแม่บท "การพัฒนาศูนย์ความรู้เพื่อบริการสังคม" ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับโครงการวิจัย จำนวนไม่น้อยกว่า150 คน

• เครื่องมือวิจัย เป็นแบบสอบถามความคิดเห็น (Website Survey) ต่อรูปแบบการนำเสนอองค์ความรู้และสารสนเทศเพื่อการเรียนรู้ครอบครัวศึกษาผ่านเว็บไซต์ของศูนย์ความรู้เพื่อบริการสังคม มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ประกอบด้วยข้อคำถามแบบปลายปิดและปลายเปิดเกี่ยวกับการเข้าถึงข้อมูลบนเว็บไซต์ (navigation) การนำเสนอข้อมูลบนเว็บไซต์ (appearance) สาระความรู้ (content) ความสะดวกในการใช้งาน (ease of use) และความพึงพอใจในการใช้งาน (satisfaction)

• กระบวนการวิจัยและพัฒนา แบ่งเป็นขั้นตอนต่างๆ ได้แก่

1.จัดประชุมคณะผู้วิจัยเพื่อวางแผนการดำเนินงานแต่ละระยะ

2.ออกแบบโครงสร้าง (layout) หน้าจอเว็บเพจ (webpage) ในส่วนของการนำเสนอองค์ความรู้และสารสนเทศเพื่อการเรียนรู้ครอบครัวศึกษา

3.ศึกษาและรวบรวมข้อมูลองค์ความรู้และสารสนเทศเกี่ยวกับหลักคิดตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงและแนวปฏิบัติการใช้ชีวิตครอบครัวแบบพอเพียงจากสื่อสิ่งพิมพ์และสื่ออื่นที่เกี่ยวข้อง

4.ลงพื้นที่ภาคสนามจัดเก็บรวบรวมข้อมูลตัวอย่างที่ดี (Best Practices) ของครอบครัวที่มีการใช้ชีวิตครอบครัวแบบพอเพียงในพื้นที่ภาคกลางตอนบน (ได้แก่ จังหวัดนนทบุรี ปทุมธานี อยุธยา สระบุรี อ่างทอง สิงห์บุรี ชัยนาท และลพบุรี) โดยทำการศึกษารายกรณี (Case Study)

5.นำเสนอเนื้อหาสาระและภาพประกอบที่ได้จากการศึกษาค้นคว้าข้อมูลจากสื่อสิ่งพิมพ์และสื่ออื่นที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งจากการลงพื้นที่ภาคสนามจัดเก็บรวบรวมข้อมูลตัวอย่างที่ดีของครอบครัวที่มีการใช้ชีวิตครอบครัวแบบพอ

เพียง ลงเว็บเพจตามโครงสร้างที่กำหนด เพื่อเผยแพร่องค์ความรู้และสารสนเทศเพื่อการเรียนรู้ครอบครัวศึกษาผ่านเว็บไซต์ของศูนย์ความรู้เพื่อบริการสังคม มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

6.สร้างแบบสอบถามความคิดเห็น (Website Survey) ต่อรูปแบบการนำเสนอองค์ความรู้และสารสนเทศเพื่อการเรียนรู้ครอบครัวศึกษาผ่านเว็บไซต์ของศูนย์ความรู้เพื่อบริการสังคม มหาวิทยาลัย สุโขทัยธรรมาธิราช

7.เปิดให้บริการองค์ความรู้และสารสนเทศเพื่อการเรียนรู้ครอบครัวศึกษาบนเว็บเพจให้ผู้สนใจได้ร่วมแสดงความคิดเห็นและแลกเปลี่ยนเรียนรู้ข้อมูลข่าวสารที่เกี่ยวข้อง

8.ประเมินผลผู้เข้าเยี่ยมชมเว็บไซต์ที่เป็นผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับโครงการวิจัย และปรับแก้ไขเนื้อหาสาระในแต่ละระยะของการนำเสนอข้อมูลตามความเหมาะสมจนกระทั่งได้รูปแบบที่มีความชัดเจน

9.ประเมินผลผู้เข้าเยี่ยมชมเว็บไซต์ที่เป็นประชาชนหรือผู้สนใจทั่วไปและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับโครงการวิจัยต่อรูปแบบการนำเสนอองค์ความรู้และสารสนเทศเพื่อการเรียนรู้ครอบครัวศึกษาที่พัฒนาขึ้น

10.การวิเคราะห์ข้อมูล ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนาและการวิเคราะห์เนื้อหา

11.สรุปผลการวิจัยและจัดทำรูปเล่มรายงานการวิจัย

แผนการดำเนินงานวิจัย

1. ประชุมคณะผู้วิจัยกำหนดแผนดำเนินงานวิจัย
2. ศึกษาเอกสารและสื่อที่เกี่ยวข้อง
3. ประสานความร่วมมือกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
4. ออกแบบหน้าเว็บและกำหนดโครงสร้างข้อมูล
5. สร้างเครื่องมือวิจัย ทดสอบและปรับปรุงแก้ไข
6. รวบรวมข้อมูลลงเว็บไซต์ในเบื้องต้น
7. ลงพื้นที่เก็บรวบรวมข้อมูล
8. นำเสนอข้อมูลลงเว็บไซต์
9. ประเมินผลผู้ใช้เว็บไซต์และปรับปรุงแก้ไข
10. ประเมินผลรูปแบบการพัฒนาเว็บไซต์
11. วิเคราะห์และประมวลผลข้อมูล
12. สรุปผลและเขียน (ร่าง) รายงานการวิจัย
13. จัดทำรายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์

ครอบครัวกับความพอเพียง
e-family Learning

หน้าแรก
พระราชดำรัสเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง
แนวคิดครอบครัวกับความพอเพียง
แนะนำหนังสือคู่มือความพอเพียง

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงมีพระราชดำรัส เรื่อง "เศรษฐกิจพอเพียง" เมื่อวันเฉลิมพระชนมพรรษา 4 ธันวาคม 2540 ซึ่งได้มีการขานรับนำแนวคิดเรื่องเศรษฐกิจพอเพียงไปปฏิบัติกันหลายหน่วยงาน คนส่วนมากมักเข้าใจว่าเศรษฐกิจพอเพียงเป็นเรื่องของเกษตรกรในชนบทเท่านั้น แต่แท้ที่จริงมิได้จำกัดเฉพาะเกษตรกรหรือชาวไร่ชาวนาเพียงฝ่ายเดียว แต่เป็นเศรษฐกิจของทุกคนทุกอาชีพ ทั้งที่อยู่ในเมืองและอยู่ในชนบท รวมถึงผู้ประกอบอาชีพอื่น เช่น พ่อค้า ข้าราชการ นักธุรกิจ และพนักงานบริษัทต่างๆ หรือแม้กระทั่งปัจเจกบุคคล สมาชิกครอบครัวหรือคนในชุมชนก็สามารถนำแนวพระราชดำรัสเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ได้

ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง จึงเป็นพระราชดำรัสที่พระราชทานให้ประชาชนชาวไทยใช้เป็นแนวทางการดำเนินชีวิตตามวิถีแห่งการดำรงชีพที่สมบูรณ์ ศานติสุข โดยมีธรรมะเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจตนจนเกิดเป็นปัญญาในการคิดใคร่ครวญไตร่ตรองทุกสิ่งรอบตัว เพื่อให้สามารถปรับตัวและคงรักษาสมดุลของชีวิตเป็นสำคัญ ซึ่งที่พระองค์ทรงรับสั่งมานั้น แท้ที่จริง คือ วิถีชีวิตไทย นั่นเอง เป็นวิถีชีวิตแบบไทยที่ยึดเส้นทางสายกลางของความพอดีและความสุขสงบ

การอัญเชิญพระราชดำรัสของพระองค์ท่านเรื่อง "เศรษฐกิจพอเพียง" มาลงในเว็บไซต์นี้ คณะผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้ารวบรวมมาจากแหล่งข้อมูลหลายแห่ง ทั้งที่เป็นสื่อสิ่งพิมพ์เผยแพร่ทั่วไปและสื่ออิเล็กทรอนิกส์บนเว็บไซต์ของหน่วยงานต่างๆ โดยนำเสนอพระราชดำรัสที่เกี่ยวข้องกับเศรษฐกิจพอเพียง เริ่มตั้งแต่ปี 2502 เป็นต้นมา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อร่วมเป็นส่วนหนึ่งของการรณรงค์เสริมสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับแนวคิด "เศรษฐกิจพอเพียง" และเชิญชวนให้ "ครอบครัว"

บทความวิชาการ

บทสัมภาษณ์ ครอบครัวพอเพียง

แนะนำเว็บไซต์

ซึ่งเป็นสถาบันรากฐานของสังคมที่ใกล้ชิดกับบุคคลมากที่สุดในการถ่ายทอด/ปลูกฝัง/หล่อหลอมแบบแผนความดีงามของชีวิต ได้รับแรงบันดาลใจที่จะน้อมนำหลักคิดและวิธีการต่างๆ ตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง มาปฏิบัติใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันอย่างเป็นรูปธรรม

- พระราชดำรัสพระราชทานเรื่องการประหยัด

  เมื่อวันที่ 31 ธันวาคม พ.ศ. 2502
- พระราชดำรัสพระราชทานเรื่องการดำเนินชีวิต

  เมื่อวันที่ 18 กันยายน พ.ศ. 2504
- พระราชดำรัสพระราชทานเรื่องหน้าที่ต่อชาติบ้านเมือง

  เมื่อวันที่ 8 มิถุนายน พ.ศ. 2514
- พระราชดำรัสพระราชทานเรื่องพื้นฐานการพัฒนาประเทศ

  เมื่อวันที่ 20 ธันวาคม พ.ศ. 2516
- พระราชดำรัสพระราชทานเรื่องคนไทย รักษาชาติ รักษาแผ่นดิน

  เมื่อวันที่ 5 ธันวาคม พ.ศ. 2521
- พระราชดำรัสพระราชทานเรื่องวิถีทางดำเนินของบ้านเมืองและประชาชน

  เมื่อวันที่ 31 ธันวาคม พ.ศ. 2521
- พระราชดำรัสพระราชทานเรื่องความสุจริตและความมั่นคง

  เมื่อวันที่ 12 กรกฎาคม พ.ศ. 2522
- พระราชดำรัสพระราชทานเรื่องความขยันหมั่นเพียร

  เมื่อวันที่ 27 มีนาคม พ.ศ. 2523
- พระราชดำรัสพระราชทานเรื่องการพัฒนาพื้นฐานความเจริญ

  เมื่อวันที่ 10 กรกฎาคม พ.ศ. 2523
- พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษาเรื่องการทำมาหากินของประชาชนคนไทย

  เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2534

- พระราชดำรัสพระราชทานเรื่องความเอื้อเฟื้อเกื้อกูลกัน

  เมื่อวันที่ 31 มีนาคม พ.ศ. 2538
- พระราชดำรัสพระราชทานในพระราชพิธีกาญจนาภิเษกทรงครองราชย์ครบ 50 ปี

  เรื่องความสุขความเจริญอันแท้จริง
- พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษาเรื่องการมีเศรษฐกิจแบบพอเพียง

  เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2540
- พระราชดำรัสพระราชทานในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษาเรื่องเศรษฐกิจแบบพอเพียง

  เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2540
- พระราชดำรัสพระราชทานเรื่องหลักเศรษฐกิจพอเพียง

  เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม พ.ศ. 2540
- พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษาในเรื่องการปฏิบัติแบบเศรษฐกิจพอเพียง

  เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2541
- พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษาเรื่องความหมายของความพอเพียง

  เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2541
- พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษาเรื่องการพึ่งตนเอง

  เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2541
- พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษาเรื่องความพอใจในความต้องการแต่พอดี

  เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2541
- พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษาเรื่องความเพียรและความพอเพียง

  เมื่อวันที่ 5 ธันวาคม 2541
- พระราชดำรัสพระราชทานเศรษฐกิจพอเพียง

  เมื่อเดือนสิงหาคม พ.ศ. 2542
- พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษาเรื่องเศรษฐกิจพอเพียง

"การดำเนินชีวิตโดยใช้วิชาการอย่างเดียวยังไม่เพียงพอ
จะต้องอาศัยความรู้รอบตัว และหลักศีลธรรมประกอบด้วย
ผู้ที่มีความรู้ดี แต่ขาดความยั้งคิด นำความรู้ไปใช้ในทางมิชอบ
ก็เท่ากับเป็นบุคคลที่เป็นภัยแก่สังคมของมนุษย์"
พระราชดำรัสพระราชทาน
เมื่อวันที่ 18 กันยายน พ.ศ. 2504

"ชาติบ้านเมือง คือ ชีวิต เลือดเนื้อ และสมบัติของเราทุกคน
และการดำรงรักษาชาติประเทศนั้น มิใช่หน้าที่ของบุคคลผู้ใดหมู่ใดโดยเฉพาะ
หากแต่เป็นหน้าที่ของทุก ๆ ฝ่าย ทุก ๆ คนที่จะต้องร่วมมือกระทำพร้อมกันไป
โดยสอดคล้องเกื้อกูลกัน"

พระราชดำรัสพระราชทาน
เมื่อวันที่ 8 มิถุนายน พ.ศ. 2514

"การใช้จ่ายอย่างประหยัดนั้น จะเป็นหลักประกันความสมบูรณ์พูนสุข
ของผู้ประหยัดเองและครอบครัว ช่วยป้องกันความขาดแคลนในวันข้างหน้า
การประหยัดดังกล่าวนี้จะมีผลดีไม่เฉพาะแก่ผู้ที่ประหยัดเท่านั้น
ยังเป็นประโยชน์แก่ประเทศชาติด้วย"

พระราชดำรัสพระราชทาน
เมื่อวันที่ 31 ธันวาคม พ.ศ. 2502

"การพัฒนาประเทศจำเป็นต้องทำตามลำดับขั้นต้องสร้างพื้นฐาน
คือความพอมีพอกินพอใช้ของประชาชนส่วนใหญ่เป็นเบื้องต้นก่อน
โดยใช้วิธีการและใช้อุปกรณ์ที่ประหยัด แต่ถูกต้องตามหลักวิชา
เมื่อได้พื้นฐานมั่นคงพร้อมพอควรปฏิบัติได้แล้ว จึงค่อยสร้างค่อยเสริมความเจริญ
และฐานะเศรษฐกิจขั้นที่สูงขึ้นโดยลำดับต่อไป"

พระราชดำรัสพระราชทาน
เมื่อวันที่ 20 ธันวาคม พ.ศ. 2516

"คนไทย รักษาชาติ รักษาแผ่นดิน เป็นปึกแผ่นมั่นคงมาได้
ด้วยสติปัญญาความสามารถ และด้วยคุณความดี อิสรภาพ เสรีภาพ
ความร่มเย็นเป็นสุข ตลอดจนความเจริญ ทุกอย่างที่มีอยู่บัดนี้
เราทั้งหลายในปัจจุบัน จึงต้องถือเป็นหน้าที่รับผิดชอบอย่างสำคัญ
ในอันที่จะรักษาคุณความดี พร้อมทั้งจิตใจที่เป็นไทยไว้ให้มั่นคงตลอดไป"
พระราชดำรัสพระราชทาน
เมื่อวันที่ 5 ธันวาคม พ.ศ. 2521

"วิถีทางดำเนินของบ้านเมืองและประชาชนโดยทั่วไป
มีความเปลี่ยนแปลงมาตลอด เนื่องจากความวิปริตผันแปรของวิถีแห่งเศรษฐกิจ
สังคม การเมือง และอื่น ๆ ของโลก ยากยิ่งที่เราจะหลีกเลี่ยงให้พ้นได้
จึงต้องระมัดระวัง ประคับประคองตัวเรามากขึ้น โดยเฉพาะในเรื่องการเป็นอยู่
โดยประหยัดเพื่อที่จะอยู่ให้รอด และก้าวหน้าต่อไปได้โดยสวัสดี"

พระราชดำรัสพระราชทาน
เมื่อวันที่ 31 ธันวาคม พ.ศ. 2521

"คนไม่มีความสุจริต คนไม่มีความมั่นคง ชอบแต่มักง่าย
ไม่มีวันจะสร้างสรรค์ประโยชน์ส่วนรวมที่สำคัญอันใดได้
ผู้ที่มีความสุจริตและความมุ่งมั่นเท่านั้น จึงจะทำงานสำคัญยิ่งใหญ่
ที่เป็นคุณประโยชน์แท้จริงได้สำเร็จ"
พระราชดำรัสพระราชทาน
เมื่อวันที่ 12 กรกฎาคม พ.ศ. 2522

"การดำรงชีวิตที่ดีจะต้องปรับปรุงตัวตลอดเวลา
การปรับปรุงตัวจะต้องมีความเพียร และความอดทนเป็นที่ตั้ง
ถ้าคนเราไม่หมั่นเพียร ไม่มีความอดทน ก็อาจจะท้อใจไปโดยง่าย
เมื่อท้อใจไปแล้วไม่มีทางที่จะมีชีวิตเจริญรุ่งเรืองแน่ๆ"
พระราชดำรัสพระราชทาน
เมื่อวันที่ 27 มีนาคม พ.ศ. 2523

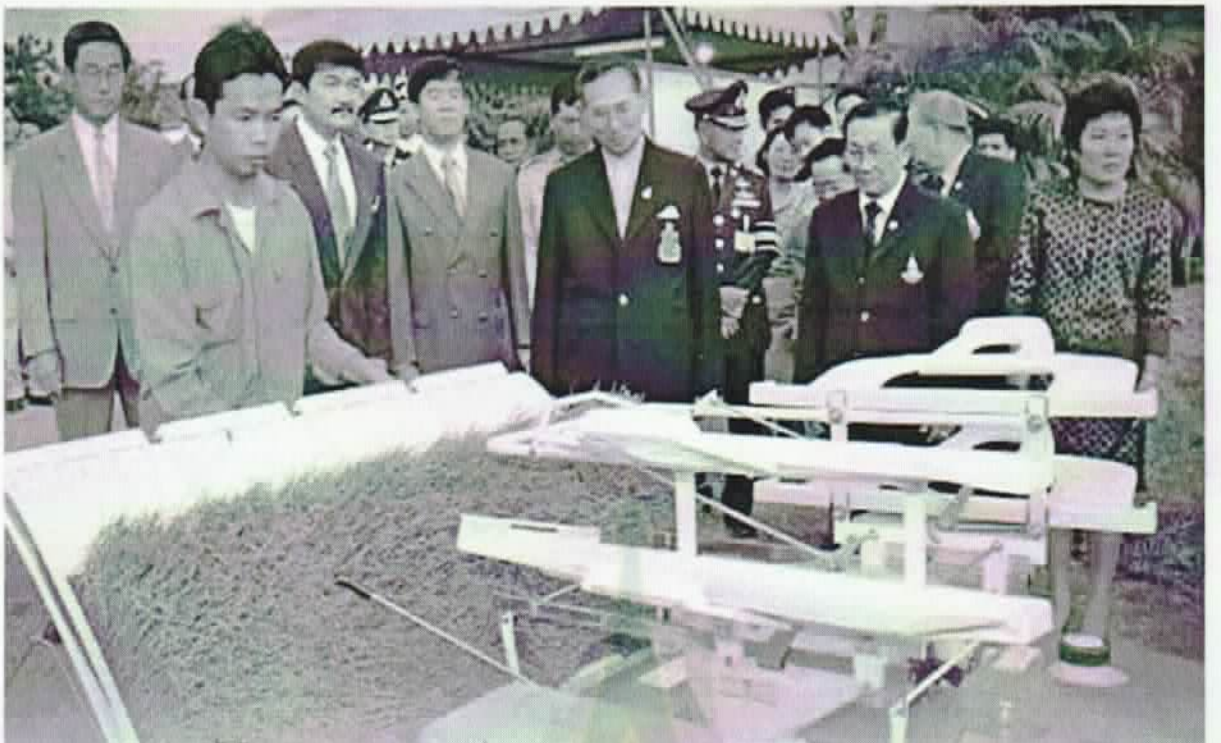
"การจะพัฒนาทุกสิ่งทุกอย่างให้เจริญนั้น
จะต้องสร้างและเสริมขึ้นจากพื้นฐานเดิมที่มีอยู่ก่อนทั้งสิ้น
ถ้าพื้นฐานไม่ดีหรือคลอนแคลนบกพร่องแล้ว ที่จะเพิ่มเติมเสริมต่อให้เจริญขึ้นไปอีกนั้น
ยากนักที่จะทำได้ จึงควรจะเข้าใจให้แจ้งชัดว่านอกจากจะมุ่งสร้างความเจริญแล้ว
ยังต้องพยายามรักษาพื้นฐานให้มั่นคง ไม่บกพร่องพร้อม ๆ กันไปด้วย
พระราชดำรัสพระราชทาน
เมื่อวันที่ 10 กรกฎาคม พ.ศ. 2523

"แต่เรื่องที่สำคัญก็คือ การทำมาหากินของประชาชนคนไทย
ซึ่งต้องให้มีความละดวกสบาย มีความปลอดภัย มีการปกครองที่มีความเป็นธรรม"

พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา
เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2534

"สังคมใดก็ตาม ถ้ามีความเอื้อเฟื้อเกื้อกูลกัน ด้วยความมุ่งดีมุ่งเจริญต่อกัน
สังคมนั้นย่อมเต็มไปด้วยไมตรีจิต มิตรภาพ มีความร่มเย็นเป็นสุข น่าอยู่"
พระราชดำรัสพระราชทาน
เมื่อวันที่ 31 มีนาคม พ.ศ. 2538

"ความสุขความเจริญอันแท้จริงนั้น หมายถึง ความสุขความเจริญ
ที่บุคคลแสวงหามาได้ด้วยความเป็นธรรม ทั้งในเจตนาและการกระทำ
ไม่ใช่ได้มาด้วยความบังเอิญ หรือด้วยการแก่งแย่งเบียดบังมาจากผู้อื่น"
พระราชดำรัสพระราชทานในพระราชพิธีกาญจนาภิเษก
ทรงครองราชย์ครบ 50 ปี



การเป็นเสือนั้นไม่สำคัญ สำคัญอยู่ที่เรามีเศรษฐกิจพอกิน
แบบพอมีพอกินนั้น หมายความว่า อุ้มชูตัวเองได้ให้มีพอเพียงกับตัวเอง
อันนี้ก็เคยบอกว่าความพอเพียงนี้ไม่ได้หมายความว่าทุกครอบครัวจะต้องผลิตอาหารของตัว
จะต้องทอผ้าใส่เอง อย่างนั้นมันเกินไป แต่ว่าในหมู่บ้านหรือในอำเภอจะต้องมีความพอเพียง
พอสมควร บางสิ่งบางอย่างที่ผลิตได้มากกว่าความต้องการ ก็ขายได้
แต่ขายในที่ไม่ห่างไกลเท่าไหร่ ไม่ต้องเสียค่าขนส่งมากนัก

พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา
เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2540

ถ้าสามารถที่จะเปลี่ยนไป ทำให้กลับเป็นเศรษฐกิจแบบพอเพียง
ไม่ต้องทั้งหมด แม้แค่ครึ่งก็ไม่ต้อง อาจจะสักเศษหนึ่ง ส่วนสี่ ก็จะสามารถอยู่ได้
การแก้ไขอาจจะต้องใช้เวลาไม่ใช่ง่าย ๆ โดยมากคนก็ใจร้อน เพราะเดือดร้อน
แต่ว่าถ้าทำตั้งแต่เดี๋ยวนี้ก็สามารถที่จะแก้ไขได้ ที่จริงที่นี้
ก็มีนักเศรษฐกิจต่าง ๆ ก็ควรจะเข้าใจที่พูดไปดังนี้

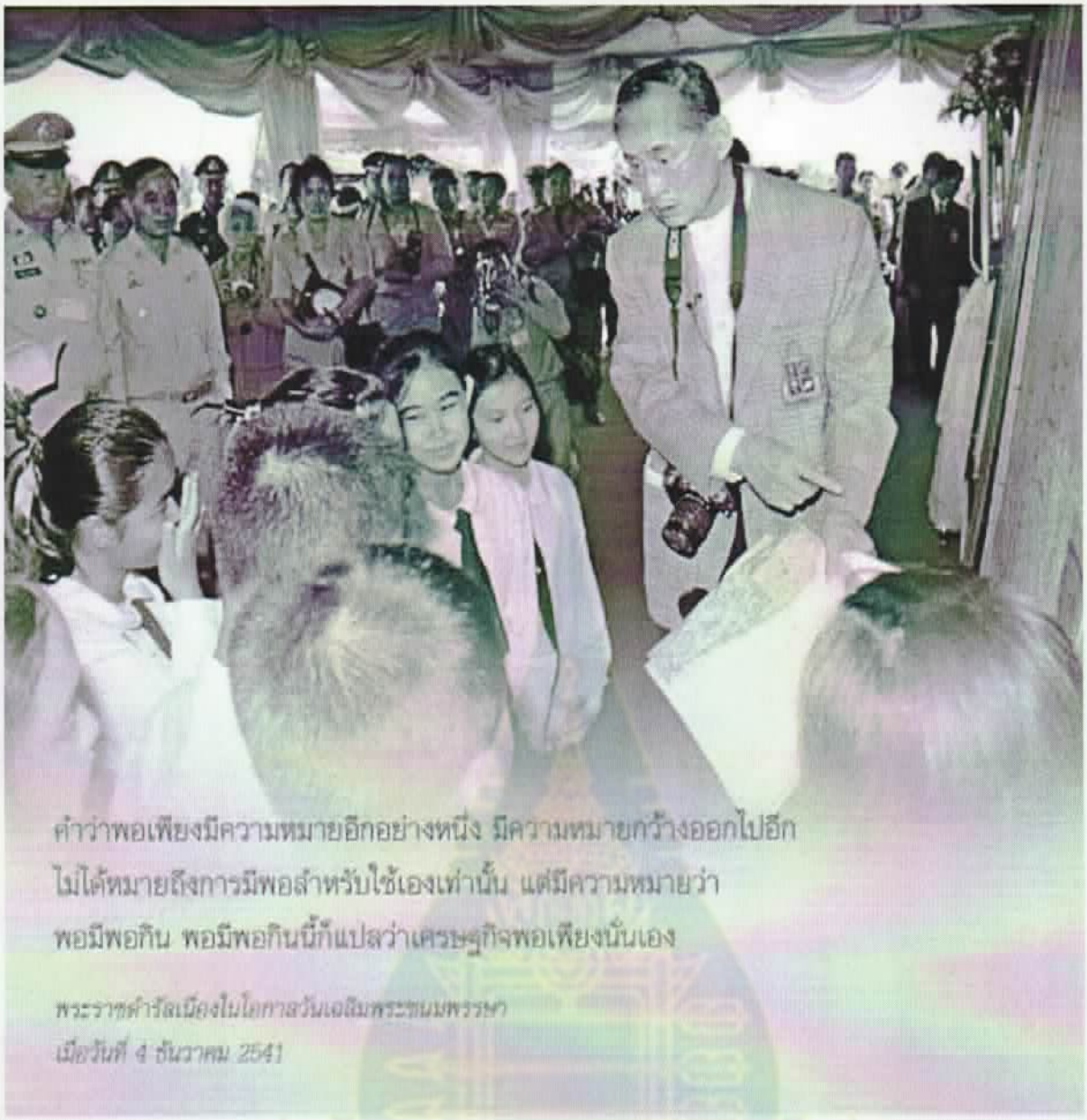
พระราชดำรัสพระราชทานในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา
เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2540

"ให้ยึดหลักเศรษฐกิจการเป็นอยู่แบบพอมีพอกิน อุ้มชูตัวเองได้ให้มีพอเพียงกับตัวอง
ความพอเพียงนี้ไม่ได้หมายความว่าทุกครอบครัวจะต้องผลิตอาหารของตัว
จะต้องทอผ้าใส่ให้ตัวเอง สำหรับครอบครัวอย่างนั้นมันเกินไป
แต่ว่าในหมู่บ้านหรือในอำเภอจะต้องมีความพอเพียงพอสมควร
บางสิ่งบางอย่างที่ผลิตได้มากกว่าความต้องการ
ก็ขายได้แต่ขายในที่ไม่ห่างไกลเท่าไรไม่ต้องเสียค่าขนส่งมากนัก"

พระราชดำรัสพระราชทาน
เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม พ.ศ. 2540

เศรษฐกิจพอเพียงนี้ได้ปฏิบัติเพียงครึ่งเดียว คือไม่ต้องทั้งหมด
หรือแม้จะเศษหนึ่งส่วนสี่ก็พอ ได้ปฏิบัติเกี่ยวกับการพัฒนามาช้านานแล้ว
มาบอกว่าเศรษฐกิจพอเพียงนี้ดีมาก แล้วก็เข้าใจว่าปฏิบัติเพียงเศษหนึ่งส่วนสี่ก็พอนั้น
หมายความว่า ถ้าทำได้เศษหนึ่งส่วนสี่ของประเทศก็จะพอ ความหมายของเศรษฐกิจพอเพียง
และทำได้เพียงเศษหนึ่งส่วนสี่ก็พอนั้น ไม่ได้แปลว่า เศษหนึ่งส่วนสี่ของพื้นที่
แต่เศษหนึ่งส่วนสี่ของการกระทำ

พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา
เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2541


คำว่าพอเพียงมีความหมายอีกอย่างหนึ่ง มีความหมายกว้างออกไปอีก
ไม่ได้หมายถึงการมีพอสำหรับใช้เองเท่านั้น แต่มีความหมายว่า
พอมีพอกิน พอมีพอกินนี้ก็แปลว่าเศรษฐกิจพอเพียงนั่นเอง
พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา
เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2541

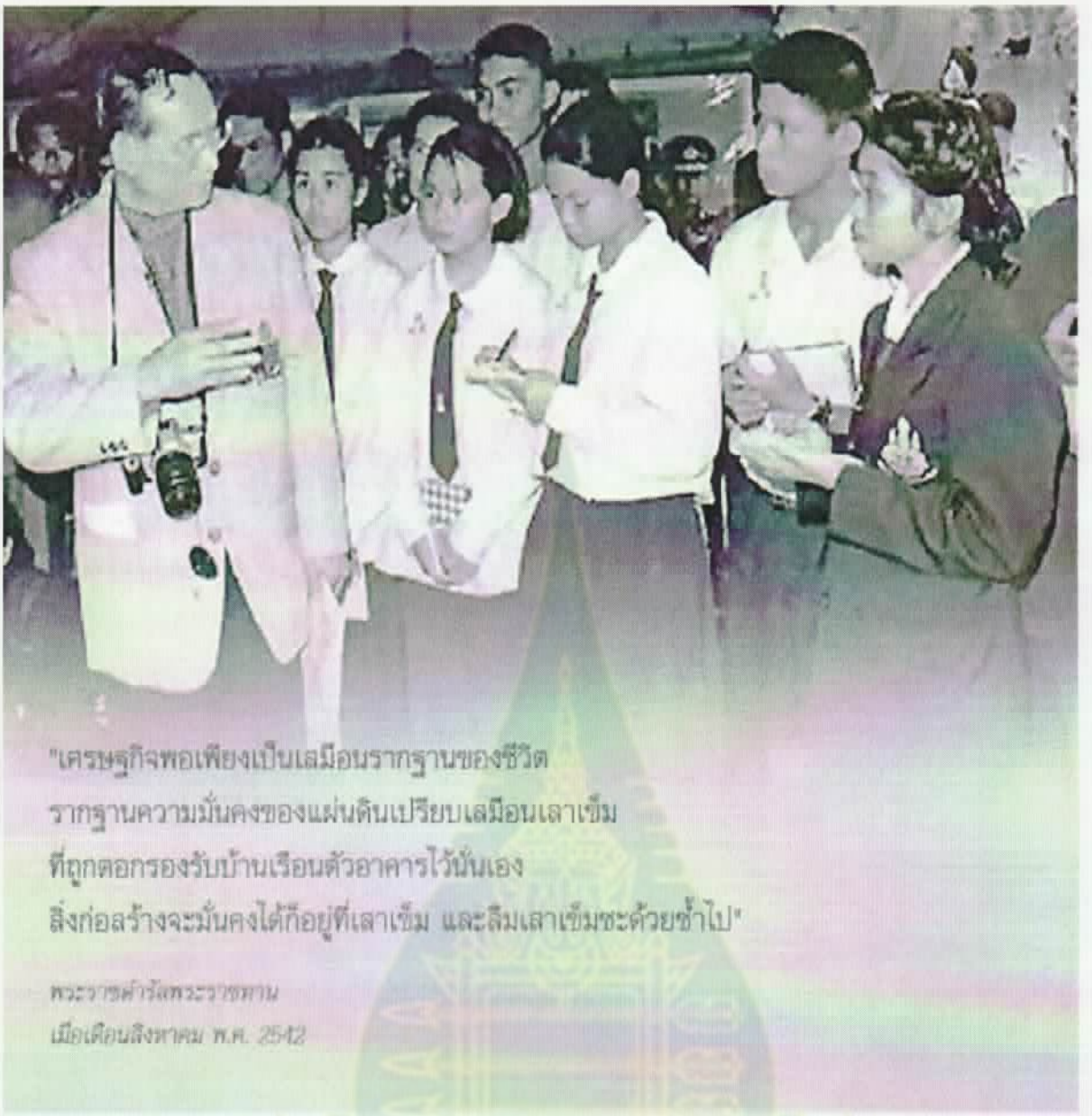
"อันนี้ก็ความหมายอีกอย่างของเศรษฐกิจ หรือระบบพอเพียง
เมื่อปีที่แล้วตอนที่พูดพอเพียง แปลในใจ แล้วก็ได้
พูดออกมาด้วย ว่าจะแปลเป็น SELF-SUFFICIENCY (พึ่งตนเอง)
ถึงได้บอกว่าพอเพียงแก่ตนเอง แต่ความจริง
เศรษฐกิจพอเพียงนี้กว้างขวางกว่า SELF-SUFFICIENCY
คือ SELF-SUFFICIENCY นั้นหมายความว่าผลิตอะไร มีพอที่จะใช้
ไม่ต้องไปขอซื้อคนอื่น อยู่ได้ด้วยตนเอง (พึ่งตนเอง)"

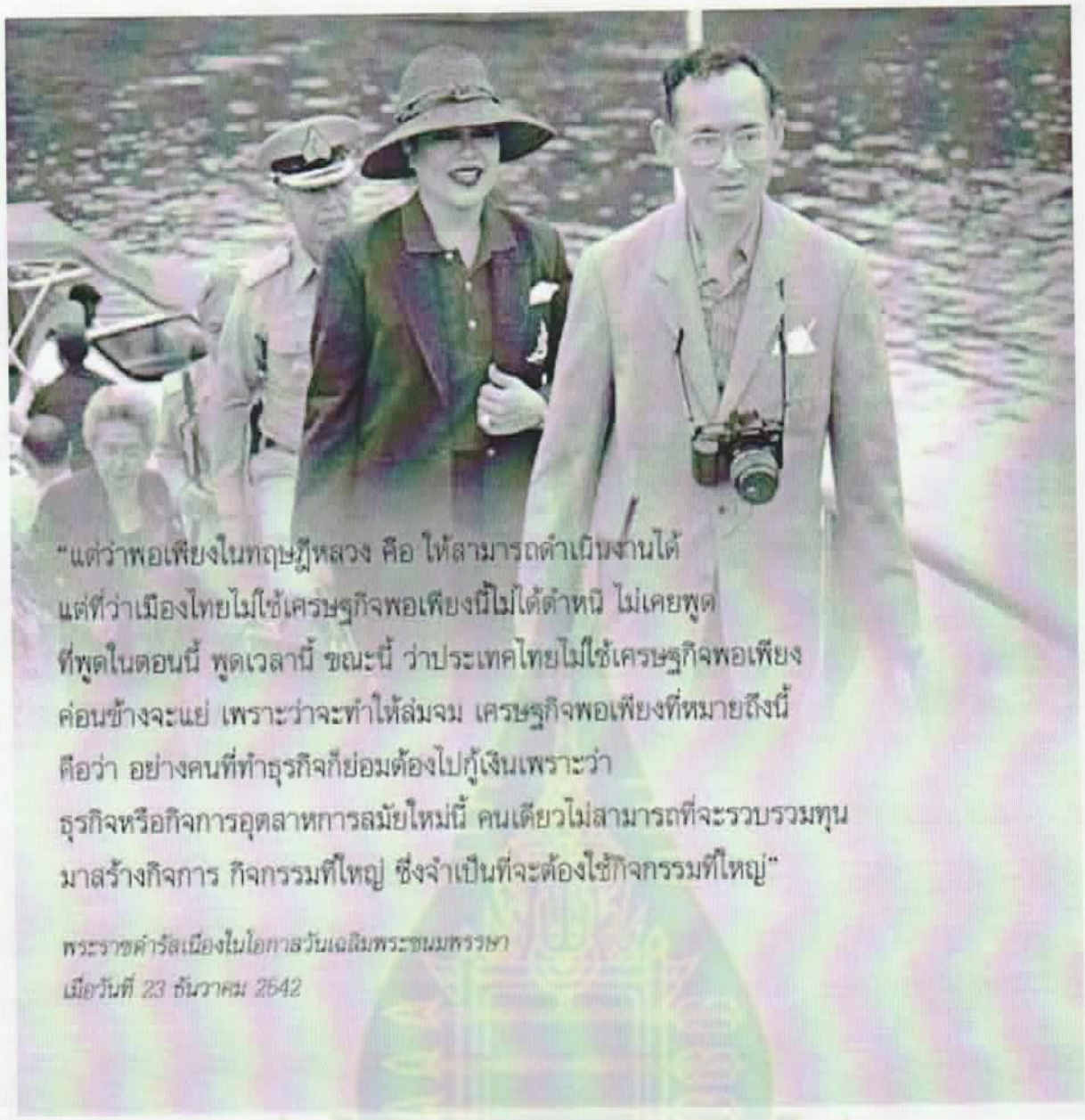
พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา
เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2541

"คนเราถ้าพอใจในความต้องการ ก็มีความโลภน้อย
เมื่อมีความโลภน้อย ก็เบียดเบียนคนอื่นน้อย
ถ้าทุกประเทศมีความคิด อันนี้ไม่ใช่เศรษฐกิจ
มีความคิดว่าทำอะไรต้องพอเพียง หมายความว่า
พอประมาณ ไม่สุดโต่ง ไม่โลภอย่างมาก คนเราก็อยู่เป็นสุข"
พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา
เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2541

"เมื่อเป็นทฤษฎีใหม่แล้ว ก็มาเข้าเป็นเรื่องของเศรษฐกิจพอเพียง คนที่ทำนี้ต้องไม่ฟุ้งซ่าน ไม่ฟุ้งเฟ้อ ได้เขียนไว้ในทฤษฎีนั้นว่าลำบาก เพราะผู้ที่ปฏิบัติต้องมีความเพียรและต้องอดทน"

พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา
เมื่อวันที่ 5 ธันวาคม 2541


"เศรษฐกิจพอเพียงเป็นเสมือนรากฐานของชีวิต
รากฐานความมั่นคงของแผ่นดินเปรียบเสมือนเสาเข็ม
ที่ถูกตอกรองรับบ้านเรือนตัวอาคารไว้นั่นเอง
สิ่งก่อสร้างจะมั่นคงได้ก็อยู่ที่เสาเข็ม และลืมเสาเข็มซะด้วยซ้ำไป"
พระราชดำรัสพระราชทาน
เมื่อเดือนสิงหาคม พ.ศ. 2542


"แต่ว่าพอเพียงในทฤษฎีหลวง คือ ให้สามารถดำเนินงานได้
แต่ที่ว่าเมืองไทยไม่ใช้เศรษฐกิจพอเพียงนี้ไม่ได้ดำหนิ ไม่เคยพูด
ที่พูดในตอนนี้ พูดเวลานี้ ขณะนี้ ว่าประเทศไทยไม่ใช้เศรษฐกิจพอเพียง
ค่อนข้างจะแย่ เพราะว่าจะทำให้ล่มจม เศรษฐกิจพอเพียงที่หมายถึงนี้
คือว่า อย่างคนที่ทำธุรกิจก็ย่อมต้องไปกู้เงินเพราะว่า
ธุรกิจหรือกิจการอุตสาหการสมัยใหม่นี้ คนเดียวไม่สามารถที่จะรวบรวมทุน
มาสร้างกิจการ กิจกรรมที่ใหญ่ ซึ่งจำเป็นที่จะต้องใช้กิจกรรมที่ใหญ่"
พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา
เมื่อวันที่ 23 ธันวาคม 2542

"เศรษฐกิจพอเพียงแปลว่า
SUFFICIENCY ECONOMY SUFFICIENCY ECONOMY นั้น
ไม่มีในตำรา เพราะหมายความ เรามีความคิดใหม่และโดยที่ท่านผู้เชี่ยวชาญสนใจ
ก็หมายความว่า เราก็สามารถที่จะคิดอะไรได้จะถูกจะผิดก็ช่าง
ถ้าเขาสนใจเขาก็จะสามารถที่จะไปปรับปรุง หรือไปใช้หลักการ
เพื่อที่จะให้เศรษฐกิจของประเทศและของโลกพัฒนาดีขึ้น"
พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา
เมื่อวันที่ 23 ธันวาคม 2542

"เศรษฐกิจพอเพียงนั้น เขาตีความว่า เป็นเศรษฐกิจชุมชน
หมายความว่า ให้พอเพียงในหมู่บ้านหรือในท้องถิ่น
ให้สามารถที่จะมีพอกิน เริ่มด้วยพอมีพอกิน"

พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา
เมื่อวันที่ 23 ธันวาคม 2542

ทั้งหมดนี้ พูดอย่างนี้ก็คือ เศรษฐกิจพอเพียงนั่นเอง
เศรษฐกิจพอเพียงที่ได้ย้ำแล้วย้ำอีกแปลเป็นภาษาอังกฤษว่า
SUFFICIENCY ECONOMY ใครต่อใครก็ต่อว่า
ว่าไม่มี SUFFICIENCY ECONOMY แต่ว่าเป็นคำใหม่ของเราก็ได้
ก็หมายความว่า ประหยัด แต่ไม่ใช่ขี้เหนียว ทำอะไรด้วยความอะลุ้มอล่วยกัน
ทำอะไรด้วยเหตุและผล จะเป็นเศรษฐกิจพอเพียงแล้วทุกคนจะมีความสุขแต่พอเพียง"
พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา
เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2543

"พูดถึงความสงบร่มเย็นอาจแยกได้เป็นสองส่วน
คือความสงบภายนอกกับความสงบภายใน
ภายนอก ได้แก่ ความเป็นอยู่ และสภาวะแวดล้อมที่เป็นปกติ ไม่มีภัยอันตราย
หรือความยุ่งยากเดือดร้อน เช่น น้ำท่วม ไฟไหม้ หรือการขัดแย้งมุ่งร้ายทำลายกัน
ภายใน ได้แก่ จิตใจที่สะอาดแจ่มใส ไม่มีกังวล ไม่มีความขุ่นเคืองขัดข้อง จิตใจที่สะอาด
และสงบนี้สำคัญมาก เพราะทำให้บุคคลมีสติรู้ตัว มีวิจารณญาณเที่ยงตรงถูกต้อง
สามารถคิดอ่านสร้างสรรค์ สิ่งที่จะอำนวยประโยชน์สุข ความเจริญก้าวหน้า
ตลอดจนชื่อเสียงเกียรติคุณ อันเป็นสิ่งที่แต่ละคนต้องการ ให้สัมฤทธิ์ผลได้"
พระราชดำรัสพระราชทาน
เมื่อวันที่ 31 ธันวาคม พ.ศ. 2548

ครอบครัวกับความพอเพียง
e-family Learning

แนวคิด ครอบครัวกับพอเพียง

หน้าแรก
พระราชดำรัสเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง
แนวคิดครอบครัวกับความพอเพียง
แนะนำหนังสือคู่มือความพอเพียง

" ครอบครัว " เป็นหน่วยย่อยของสังคมที่มนุษย์ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันและมีปฏิสัมพันธ์ใกล้ชิดกันมากที่สุดพฤติกรรมและการแสดงออกของคนในสังคม ล้วนแต่หล่อหลอมมาจากวิถีชีวิตในครอบครัวทั้งสิ้น ปัจจุบันครอบครัวจำเป็นต้องเผชิญกับสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงต่างๆที่เกิดขึ้นทั้งจากปัจจัยภายในครอบครัวและปัจจัยภายนอกครอบครัว ที่เป็นไปอย่างรวดเร็วต่อเนื่องและไม่สามารถคาดการณ์ล่วงหน้า อันส่งผลต่อการปรับตัวในการดำรงชีวิตอยู่ตลอดเวลา

ดังนั้น การเกื้อหนุนครอบครัวยุคนี้ให้สามารถคงรักษาสมดุลในการดำเนินชีวิตอย่างมั่นคง พร้อมกับความพยายามทำให้ครอบครัวสามารถพึ่งตนเองรอดพ้นจากปัญหาต่างๆ จึงเป็นเรื่องสำคัญยิ่ง ซึ่งรัฐบาลได้กำหนดวิสัยทัศน์การพัฒนาประเทศในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540-2544) โดยเล็งเห็นความสำคัญของการเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัวและชุมชน ต่อเนื่องมาในแผนฯ ฉบับที่ 9 (พ.ศ. 2545-2549) และแผนฯ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550-2554) ซึ่งยังคงให้ความสำคัญกับการเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัว และการพัฒนาสังคมให้อยู่เย็นเป็นสุขร่วมกัน โดยเฉพาะให้ยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เป็นแนวทางปฏิบัติในการพัฒนาคุณภาพคนแบบบูรณาการ อีกทั้งยังเป็นรากฐานความเป็นปึกแผ่นมั่นคงของชุมชน สังคม และประเทศชาติอีกด้วย

- กรอบแนวคิดครอบครัวกับความพอเพียง อ่านต่อ...
- การจัดการชีวิตครอบครัวตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง อ่านต่อ...

บทความวิชาการ

บทสัมภาษณ์ ครอบครัวพอเพียง

แนะนำเว็บไซต์

- แนวคิดเกี่ยวกับครอบครัว อ่านต่อ...

ครอบครัวกับความพอเพียง : e-Family Learning

0001788 คนเยี่ยมชม

โครงการวิจัย การพัฒนาความรู้และสารสนเทศเพื่อการเรียนรู้ครอบครัวศึกษา : ครอบครัวกับความพอเพียง
ศูนย์วิจัยและพัฒนาครอบครัวไทย
สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี
โทรศัพท์. 503-3573 โทรสาร. 503-3639

ครอบครัวกับความพอเพียง
e-family Learning

แนวคิด
ครอบครัวกับพอเพียง

หน้าแรก
พระราชดำรัสเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง
แนวคิดครอบครัวกับความพอเพียง
แนะนำหนังสือ คู่มือความพอเพียง
บทความวิชาการ

กรอบแนวคิดครอบครัวกับความพอเพียง

โดย -

กรอบแนวคิดครอบครัวกับความพอเพียง

"ครอบครัว" เป็นบริบทของชีวิตที่อยู่ใกล้ตัวเด็กและเยาวชนมากที่สุด เด็กเกิดมาจำเป็นต้องอาศัยพึ่งพาผู้เลี้ยงดูที่ให้ความรัก ความอบอุ่นและสนองตอบความต้องการพื้นฐานของชีวิตและการอุ้มชูอบรมสั่งสอนให้มีบุคลิกภาพและพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในสังคม การอบรมเลี้ยงดูและส่งเสริมให้เด็กได้รับการพัฒนาอย่างเหมาะสมตามศักยภาพและความต้องการในแต่ละช่วงวัย ย่อมส่งผลต่อระดับคุณภาพประชากร ซึ่งมีผลต่อคุณภาพของสังคมและประเทศชาติ ปัจจุบันครอบครัวไทยมีการเปลี่ยนแปลงลักษณะโครงสร้างและรูปแบบการดำเนินชีวิตอย่างเห็นได้ชัด โดยเฉพาะการทำหน้าที่ของครอบครัว การสืบทอดค่านิยมทางวัฒนธรรมไทยที่ ดีงาม การเกื้อหนุนความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว การเผชิญปัญหา และการปรับตัวของครอบ

ครัวต่อการเปลี่ยนแปลงของสังคม

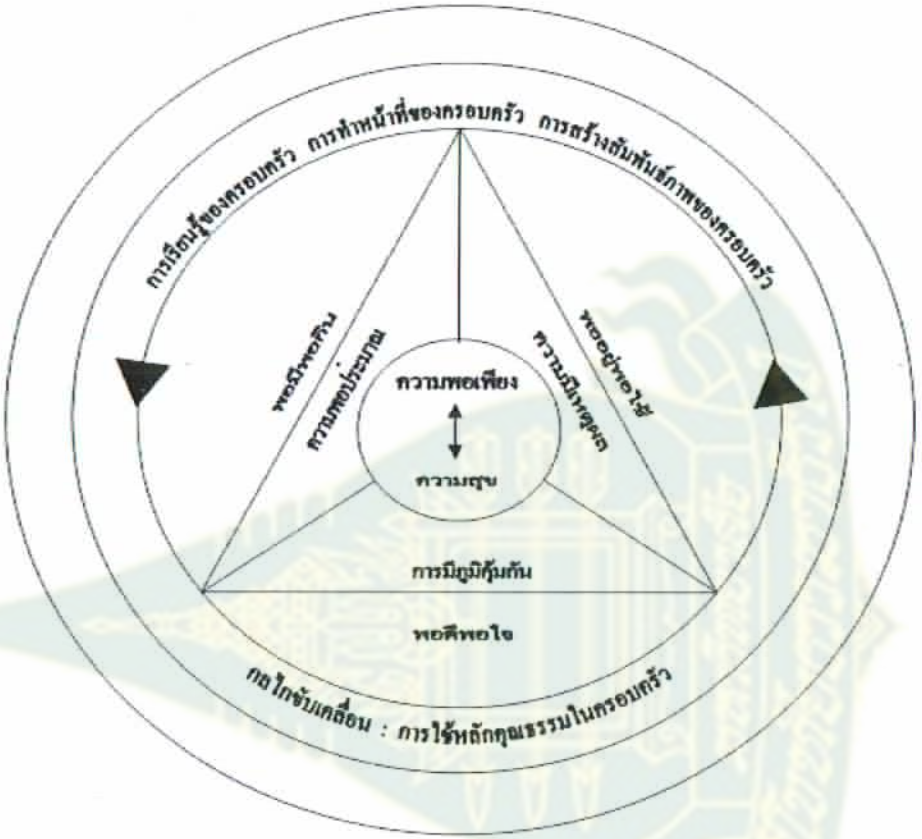
ในยุคของการปฏิรูปการศึกษาตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 ได้ให้ความสำคัญกับการศึกษาสำหรับบุคคลทุกช่วงอายุโดยมุ่งเน้นการศึกษาอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต เพื่อให้บุคคลแต่ละคนสามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตได้ตลอดเวลา **"การศึกษาครอบครัว" (Family Education)** หรือ **"ครอบครัวศึกษา" (Family Studies)** ถือเป็นสาระความรู้หนึ่งที่มีความหมายความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของบุคคลในครอบครัวและในสังคม โดยที่ครอบครัวเป็น

สถาบันพื้นฐานอันดับแรก ในการให้กำเนิดชีวิตและหล่อหลอมความเป็นมนุษย์ให้กับแต่ละบุคคล การศึกษาหรือการให้ความรู้เรื่องชีวิตครอบครัว จึงได้รับความสนใจจากนักวิชาการหลากหลายสาขาวิชาแตกต่างกันไปตามมุมมองหรือจุดเน้นของศาสตร์นั้น ๆ ซึ่งแต่ละศาสตร์ต่างมีความพยายามที่จะนำความรู้ที่ได้จากการศึกษาค้นคว้าตามแนวทางของตนมาใช้เผยแพร่ เพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อการพัฒนาคุณภาพของคนและสังคมส่วนรวม สำหรับแนวคิดทางมนุษยนิเวศศาสตร์ได้ใช้กรอบความคิดของ **"ระบบมนุษยนิเวศ" (Human Ecological System)** ซึ่งให้ความสำคัญกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ระหว่างปฏิสัมพันธ์ของมนุษย์กับบริบทรอบตัวมนุษย์ โดยเฉพาะครอบครัวและชุมชนอยู่ตลอดเวลา โดยที่มนุษย์จะเรียนรู้และปรับตัวให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ในสภาวการณ์ต่าง ๆ *การเรียนรู้เรื่องครอบครัวจึงเป็นเรื่องที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง เนื่องจากครอบครัวเป็นหน่วยย่อยของสังคม ที่มนุษย์ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันและมีปฏิสัมพันธ์ใกล้ชิดกับตัวมนุษย์มากที่สุด พฤติกรรมและการแสดงออกของผู้คนในสังคมล้วนแต่หล่อหลอมมาจากวิถีชีวิตในครอบครัวทั้งสิ้น*

ปัจจุบันรัฐบาลได้กำหนดวิสัยทัศน์การพัฒนาประเทศ ในแผนพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550-2554) โดยมุ่งเน้น **"การพัฒนาสังคมอยู่เย็นเป็นสุข"** ร่วมกัน (Green and Happiness Society) และยึดหลัก **"ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง"** เป็นแนวปฏิบัติในการพัฒนาแบบบูรณาการเป็นองค์รวมที่มีคนเป็นศูนย์กลางพัฒนา เพื่อให้คนไทยมีคุณธรรมนำความรู้ ครอบครัวอบอุ่น ชุมชนเข้มแข็ง สังคมสันติสุข เศรษฐกิจมีคุณภาพ เสถียรภาพและเป็นธรรม ตลอดจนสิ่งแวดล้อมมีคุณภาพและทรัพยากรธรรมชาติยั่งยืน ยุทธศาสตร์การพัฒนาประเทศจึงจำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือจากทุกภาคส่วนของสังคมในทุกระดับ เริ่มตั้งแต่ระดับครอบครัว ซึ่งสถาบันครอบครัวถือได้ว่าเป็นสถาบันพื้นฐานหลักที่สำคัญยิ่งในการพัฒนาคุณภาพคน ตลอดจนเป็นฐานราก (foundation) ความเป็นปึกแผ่นมั่นคงของชุมชน สังคม และประเทศชาติ ตามนโยบายและยุทธศาสตร์การพัฒนาสถาบันครอบครัว พ.ศ. 2547-2556 (สำนักงานกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว 2547) ได้กำหนดให้ยุทธศาสตร์การเรียนรู้เพื่อพัฒนาครอบครัวเป็นยุทธศาสตร์สำคัญ ภายใต้ยุทธศาสตร์หลักในการพัฒนาศักยภาพของครอบครัว

แบบองค์รวม โดยมีมาตรการในการเตรียมความพร้อมคู่หญิงชายก่อนแต่งงานสร้างครอบครัว และส่งเสริมสนับสนุนให้สมาชิกครอบครัวมีความรู้ ทักษะ รู้คุณค่า และรับผิดชอบปฏิบัติหน้าที่ตามบทบาทและสถานภาพของสมาชิกแต่ละคนในครอบครัวที่สอดคล้องกับวงจรชีวิตมนุษย์และครอบครัว หากสมาชิกครอบครัวมีการเรียนรู้และพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องอยู่ตลอดเวลา การดำเนินชีวิตของสมาชิกแต่ละคนในฐานะปัจเจกบุคคลและในภาพรวมของความเป็นครอบครัว ก็ย่อมเป็นไปอย่างราบรื่นมีความสุข *การเรียนรู้สำหรับครอบครัวในสภาพสังคมปัจจุบันจำเป็นต้องมีช่องทางการเรียนรู้ที่หลากหลาย สามารถเข้าถึงได้ง่าย และมีสาระที่เป็นประโยชน์สอดคล้องกับความต้องการในการดำเนินชีวิตของครอบครัวที่หลากหลาย*

การทำความเข้าใจกับวิถีชีวิตครอบครัวไทยยุคนี้ พร้อมกับความพยายามทำให้ครอบครัวไทยอยู่รอดและมีความสุข ด้วย "กลไกขับเคลื่อนทุนมนุษย์ โดยการใช้เลักคิดคุณธรรมหนุนนำชีวิตครอบครัว ผ่านการเคลื่อนหมุนของกระบวนการสำคัญๆ ได้แก่ การเรียนรู้ในครอบครัว การทำหน้าที่ของครอบครัว และการสร้างสัมพันธภาพในครอบครัว เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงวิธีคิดหรือทัศนคติต่อการตระหนักรู้ในคุณค่าของสมาชิกแต่ละคนในครอบครัว ในการจัดการชีวิตครอบครัว (family life management) เชื่อมโยงกับการจัดการทรัพยากรของครอบครัว(family resources management) ไปในทิศทางที่เหมาะสมมีประสิทธิภาพและคุณภาพ ทั้งนี้เป้าหมายแกนกลางสำคัญที่เป็นจุดเน้นร่วมกัน ขึ้นอยู่กับการประยุกต์ใช้หลักคิดตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ในส่วนของการอยู่อย่างพอประมาณ การรู้จักใช้เหตุผลคิดตัดสินใจ และการสร้างภูมิคุ้มกันภาวะเสี่ยงต่างๆ อันจะนำไปสู่ผลลัพธ์ของความพอเพียงและความสุขในชีวิต ซึ่งเมื่อมีความพอเพียงต่อความต้องการความอยากความปรารถนา ชีวิตก็ย่อมมีความสุข ในทางกลับกันเมื่อชีวิตมีความสุขสมบูรณ์อิ่มเต็ม ชีวิตนั้นก็ลดความต้องการความอยากความปรารถนาที่เกินความจำเป็นออกไปได้ (ดังปรากฏในภาพ)



กรอบแนวคิดครอบครัวกับความพอเพียง

ครอบครัวกับความพอเพียง e-Family Learning

0001809 คนเยี่ยมชม

โครงการวิจัย การพัฒนาความรู้และสารสนเทศเพื่อการเรียนรู้ครอบครัวศึกษา : ครอบครัวกับความพอเพียง
ศูนย์วิจัยและพัฒนาครอบครัวไทย
สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิตธารารัศมี อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี
โทรศัพท์. 503-3573 โทรสาร. 503-3639

ครอบครัวกับความพอเพียง
e-family Learning

แนวคิด
ครอบครัวกับพอเพียง

หน้าแรก
พระราชดำรัสเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง
แนวคิดครอบครัวกับความพอเพียง
แนะนำหนังสือคู่มือความพอเพียง

การจัดการชีวิตครอบครัวตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

โดย เสรี พงศ์พิศ

การจัดการชีวิตครอบครัวตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

เศรษฐกิจพอเพียง เป็นปรัชญาที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงมีพระราชดำรัสชี้ถึงแนวการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุกระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชน จนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาและบริหารประเทศให้ดำเนินไปในทางสายกลางและความไม่ประมาท โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจเพื่อให้ก้าวทันต่อโลกยุคโลกาภิวัตน์ ซึ่งจำเป็นต้อง

บทความวิชาการ
บทสัมภาษณ์ ครอบครัวพอเพียง
แนะนำเว็บไซต์

คำนึงถึงความพอประมาณ ความมีเหตุผล การสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว ตลอดจนการใช้ความรู้ ความรอบคอบ และคุณธรรม ประกอบกับการวางแผน การตัดสินใจและการกระทำ

ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง มีหลักพิจารณาอยู่ 5 ส่วน ดังนี้

1. กรอบแนวคิด เป็นปรัชญาที่ชี้แนะแนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติตนในทางที่ควรจะเป็น โดยมีพื้นฐานมาจากวิถีชีวิตดั้งเดิมของสังคมไทย สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้ตลอดเวลา และเป็นการมองโลกเชิงระบบที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา มุ่งเน้นการรอดพ้นจากภัยและวิกฤต เพื่อความมั่นคงและความยั่งยืนของการพัฒนา

2. คุณลักษณะ เศรษฐกิจพอเพียงสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับการปฏิบัติตนได้ในทุกระดับ โดยเน้นการปฏิบัติทางสายกลาง และการพัฒนาอย่างเป็นขั้นตอน

3. คำนิยาม ความพอเพียงจะต้องประกอบด้วย 3 คุณลักษณะ พร้อมๆ กัน ได้แก่

- ความพอประมาณ หมายถึง ความพอดี ที่ไม่น้อยเกินไปและไม่มากเกินไปโดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น เช่น การผลิตและการบริโภคที่อยู่ในระดับพอประมาณ
- ความมีเหตุผล หมายถึง การตัดสินใจเกี่ยวกับระดับความพอเพียงนั้นจะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผลโดยพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้น จากการกระทำนั้น ๆ อย่างรอบคอบ
- การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว หมายถึง การเตรียมตัวให้พร้อมรับผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ ที่จะเกิดขึ้นโดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่างๆ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคตทั้งใกล้และไกล

4. เงื่อนไข การตัดสินใจและการดำเนินกิจกรรมต่างๆ ให้อยู่ในระดับพอเพียงนั้น ต้องอาศัยทั้งความรู้และคุณธรรมเป็นพื้นฐาน กล่าวคือ

- เงื่อนไขความรู้ ประกอบด้วย ความรอบรู้เกี่ยวกับวิชาการต่างๆ ที่เกี่ยวข้องอย่างรอบด้าน ความรอบคอบที่จะนำความรู้เหล่านั้นมาพิจารณาให้เชื่อมโยงกัน เพื่อประกอบการวางแผนและความระมัดระวังในขั้นปฏิบัติ

- เงื่อนไขคุณธรรม ที่จะต้องเสริมสร้างประกอบด้วยมีความตระหนักในคุณธรรม มีความซื่อสัตย์สุจริตและมีความอดทน มีความเพียร ใช้สติปัญญาในการดำเนินชีวิต

5. แนวทางปฏิบัติ/ผลที่คาดว่าจะได้รับ จากการนำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ คือการพัฒนาที่สมดุลและยั่งยืน พร้อมรับต่อการเปลี่ยนแปลงในทุกด้าน ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม ความรู้และเทคโนโลยี

เศรษฐกิจพอเพียงเป็นเศรษฐกิจที่พอเพียงกับตัวเอง ทำให้อยู่ได้ ไม่ต้องเดือดร้อน มีสิ่งจำเป็นที่ทำได้โดยตัวเองไม่ต้องแข่งขันกับใคร และมีเหลือเพื่อช่วยเหลือผู้ที่ไม่มี อันนำไปสู่การแลกเปลี่ยนในชุมชน และขยายไปจนสามารถที่จะเป็นสินค้าส่งออก กล่าวได้ว่า เศรษฐกิจพอเพียงเป็นเศรษฐกิจระบบเปิดที่เริ่มจากตนเองและความร่วมมือ วิธีการเช่นนี้จะดึงศักยภาพของ ประชากรออกมาสร้างความเข้มแข็งของครอบครัว ซึ่งมีความผู้พันกับ "จิตวิญญาณ" คือ "คุณค่า" มากกว่า "มูลค่า" ในระบบเศรษฐกิจพอเพียงจะจัดลำดับความสำคัญของ "คุณค่า" มากกว่า "มูลค่า" มูลค่านั้นขาดจิตวิญญาณ เพราะเป็นเศรษฐกิจภาคการเงิน ที่เน้นที่จะตอบสนองต่อความต้องการที่ไม่จำกัดซึ่งไร้ขอบเขต ถ้าไม่สามารถควบคุมได้การใช้ทรัพยากรอย่างทำลายล้างจะรวดเร็วขึ้นและปัญหาจะตามมา เป็นการบริโภคที่ก่อให้เกิดความทุกข์หรือพาไปหาความทุกข์ และจะไม่มีโอกาสบรรลุวัตถุประสงค์ในการบริโภค ที่จะก่อให้ความพอใจและความสุข (Maximization of Satisfaction) ผู้บริโภคต้องใช้หลักขาดทุนคือกำไร (Our loss is our gain) จึงจะควบคุมความต้องการที่ไม่จำกัดได้ และสามารถจะลดความต้องการที่ไม่จำเป็นได้ ก่อให้เกิดความพอใจและความสุขเท่ากับได้ตระหนักในเรื่อง "คุณค่า" จะช่วยลดค่าใช้จ่ายลงได้ ไม่ต้องไปหาวิธีทำลายทรัพยากรเพื่อให้เกิดรายได้มาจัดสรรสิ่งที่เป็น "ความอยากที่ไม่มีที่สิ้นสุด" และขจัดความสำคัญของ "เงิน" ในรูปรายได้ที่เป็นตัวกำหนดการบริโภคลงได้ระดับหนึ่ง แล้วยังเป็นตัวแปรที่ไปลดภาระของกลไกของตลาดและการพึ่งพิงกลไกของตลาด ซึ่งบุคคลโดยทั่วไปไม่สามารถจะควบคุมได้ รวมทั้งได้มีส่วนในการป้องกันการบริโภคเลียนแบบ(Demonstration Effects) จะไม่ทำให้เกิดการสูญเสีย จะทำให้ไม่เกิดการบริโภคเกิน (Over Consumption) ซึ่งก่อให้เกิดสภาพเศรษฐกิจดี สังคมไม่มีปัญหา การพัฒนายั่งยืน การบริโภคที่ฉลาดดังกล่าวจะช่วยป้องกันการขาดแคลน แม้จะไม่ร่ำรวยรวดเร็ว แต่ในยามปกติก็จะทำให้ร่ำรวยมากขึ้น ในยามทุกข์ภัยก็ไม่ขาดแคลน

และสามารถจะฟื้นตัวได้เร็วกว่า โดยไม่ต้องหวังความช่วยเหลือจากผู้อื่นมากเกินไป เพราะฉะนั้นความพอมีพอกินจะสามารถอุ้มชูตัวได้ ทำให้เกิดความเข้มแข็ง และความพอเพียงนั้น ไม่ได้หมายความว่า ทุกครอบครัวต้องผลิตอาหารของตัวเอง จะต้องทอผ้าใส่เอง แต่มีการแลกเปลี่ยนกันได้ระหว่างหมู่บ้าน เมือง และแม้กระทั่งระหว่างประเทศ ที่สำคัญคือการบริโภคนั้นจะทำให้เกิดความรู้ที่จะอยู่ร่วมกับระบบ รักธรรมชาติ ครอบครัวอบอุ่น ชุมชนเข้มแข็ง เพราะไม่ต้องทิ้งถิ่นไปหางานทำ เพื่อหารายได้มาเพื่อการบริโภคที่ไม่เพียงพอ ด้วยเหตุนี้ การจัดสรรทุนและทรัพยากรในครอบครัวและชุมชนที่ดี โดยยึด " คุณค่า " มากกว่า " มูลค่า " ยึดความสัมพันธ์ของ "บุคคล" กับ "ระบบ" และปรับความต้องการที่ไม่จำกัดลงมาให้ได้ตามหลักขาดทุนเพื่อกำไร และอาศัยความร่วมมือระหว่างทุกส่วนที่เกี่ยวข้อง ย่อมเสริมสร้างครอบครัวและชุมชนที่เข้มแข็งอันเป็นรากฐานที่สำคัญของระบบสังคมโดยรวม

จะเห็นได้ว่า ระบบเศรษฐกิจพอเพียงมุ่งเน้นให้บุคคลสามารถประกอบอาชีพได้อย่างยั่งยืน และใช้จ่ายเงินให้ได้มาอย่างพอเพียงและประหยัด ตามกำลังของเงินของบุคคลนั้น โดยปราศจากการกู้หนี้ยืมสิน และถ้ามีเงินเหลือ ก็แบ่งเก็บออมไว้บางส่วน ช่วยเหลือผู้อื่นบางส่วน และอาจจะใช้จ่ายมาเพื่อปัจจัยเสริมอีกบางส่วน (ปัจจัยเสริมในที่นี้เช่น ท่องเที่ยว ความบันเทิง เป็นต้น) สาเหตุที่แนวทางการดำรงชีวิตอย่างพอเพียงได้ถูกกล่าวถึงอย่างกว้างขวางใน ขณะนี้ เพราะสภาพการดำรงชีวิตของสังคมในปัจจุบัน ได้ถูกปลูกฝัง หรือสร้าง หรือกระตุ้น ให้เกิดการใช้จ่ายอย่างเกินตัว ในเรื่องที่ไม่เกี่ยวข้องหรือเกินกว่าปัจจัยในการดำรงชีวิต เช่น การบริโภคเกินตัว ความบันเทิงหลากหลายรูปแบบ ความสวยความงาม การแต่งตัวตามแฟชั่น การพนันหรือเสี่ยงโชค เป็นต้น จนทำให้ไม่มีเงินเพียงพอเพื่อตอบสนองความต้องการเหล่านั้น ส่งผลให้เกิดการกู้หนี้ยืมสิน เกิดเป็นวัฏจักรที่บุคคลหนึ่งไม่สามารถหลุดออกมาได้ ถ้าไม่เปลี่ยนแนวทางในการดำรงชีวิต

เศรษฐกิจพอเพียง (ตัวอย่างการการขยายความนำสู่การปฏิบัติ โดย เสรี พงศ์พิศ)
http://www.phongphit.com/docs/Seri_SE_framework.htm

ปรัชญา	กรอบ	เกณฑ์	ตัวชี้วัด
พอประมาณ	มีคุณธรรม ถูกต้อง ดี งาม	แบ่งปัน ไม่เอาเปรียบคนอื่น ไม่เอาเปรียบธรรมชาติ คุณธรรมนำชีวิต นำธุรกิจการงาน ไม่เอาเงินนำหน้า ปัญญาตามหลัง	- ไม่โกงกิน โกงกินงบประมาณ โกงเวลา โกงทรัพย์สิน ของคนอื่น ของสำนักงาน องค์การ ของส่วนรวม - ไม่ใช้สารเคมี เผาขยะ สร้างมลพิษ ตัดไม้ทำลายป่า ทำให้แหล่งน้ำและสิ่งแวดล้อมเป็นพิษ - มีธรรมาภิบาลบรรษัท (corporate governance)ไม่เอาเปรียบบริษัทอื่น กลุ่มอื่น ไม่หากำไรสูงสุด - ปฏิบัติธรรม ร่วมกิจกรรมทางสังคม ทำบุญบ้างหรือไม่ เอาเปรียบผู้อื่น เพื่อนร่วมงานหรือไม่ - แบ่งปันรายได้ของตนเอง ขององค์กร ของบริษัทให้คนอื่น ให้สังคมบ้างหรือไม่ - พ่อแม่เป็นตัวอย่างทางคุณธรรมให้ลูกหรือไม่ สอนลูกเรื่องคุณธรรมหรือไม่ หรือเลี้ยงลูกด้วยเงิน ด้วยทีวี ด้วยวัตถุ - ครูบาอาจารย์เป็นตัวอย่างที่ดีให้ศิษย์หรือไม่ หรือสอนแต่ไม่ทำ - หัวหน้าเป็นผู้นำที่ดี เป็นธรรมกับลูกน้อง เป็นตัวอย่างที่ดีให้ลูกน้องหรือไม่ กฎระเบียบ ระบบรางวัลลงโทษเป็นธรรมหรือไม่ หรือเลือกปฏิบัติ - เคารพกฎระเบียบของสังคมหรือไม่ กฎจราจร การเสียภาษี และกฎหมายต่างๆ รวมทั้งระเบียบปฏิบัติข้อตกลงต่างๆ
	รู้จักตัวเอง รู้รากเหง้า ภูมิใจ เชื่อมั่น	รู้คุณค่าที่มาของตนเอง เอกลักษณ์ ภูมิปัญญาท้องถิ่น ภูมิใจในกำพืด ถิ่นฐานบ้านเกิด รากเหง้าเผ่าพันธุ์ บรรพบุรุษ ภูมิใจในของกิน ของใช้พื้นบ้าน กินอยู่แบบไทยๆ วิถีไทย เข้าถึงคุณค่ามากกว่ายึดติดรูปแบบ	- เคยกราบพ่อแม่ ปู่ย่าตายาย อย่างน้อยปีละครั้ง ปีใหม่ สงกรานต์ หรือวันเกิดท่านหรือไม่ - อายไหมที่จะบอกว่าพ่อแม่เป็นใคร คนบ้านไหน จังหวัดไหน ภูมิใจในบุพการีและถิ่นฐานบ้านเกิดหรือไม่ - รู้จักประวัติความเป็นมาของบ้านเกิด ของบรรพบุรุษของตนหรือไม่ - รับประทานพืชผักอาหารพื้นบ้านแบบรู้คุณค่า ใช้ข้าวของเครื่องใช้พื้นบ้าน แบบไทยๆ บ้างหรือไม่ - สนใจเรียนรู้ ศึกษาคุณค่าความหมายของภูมิปัญญาไทยบ้างหรือไม่ - พ่อแม่เคยสอนลูกให้เข้าใจเรื่องเหล่านี้หรือไม่ ทำตัวเป็นแบบอย่างให้ลูกหรือไม่ - โรงเรียน สถาบันการศึกษาสอนเรื่องเหล่านี้ให้นักเรียนนักศึกษาหรือไม่ อย่างไร เพียงใด - สถาบันการศึกษาตระหนักในเรื่องเหล่านี้ คลุกคลี ร่วมทุกข์ร่วมสุขกับสังคม มีปฏิสัมพันธ์และช่วยเหลือชุมชนและท้องถิ่นหรือไม่ (หรือคิดแต่ไปอินเตอร์ แต่ไม่รู้เรื่องหรือสนใจชุมชน-ท้องถิ่น)

	มีชีวิตเรียบง่าย พออยู่ พอกิน พอใช้	ไม่หน้าใหญ่ ไหลตามกระแส รู้กาละและเทศะ มีความสุข ตามอัตภาพ ขนาด ปริมาณที่พอดี ไม่มากเกินไป ไม่ใหญ่เกินไป ไม่ติดแบรนด์ คิดแต่สร้างภาพ ไม่ไหลตามกระแส ตามโฆษณาบ้าบริโภค	- จัดงานบวช งานศพ งานแต่งงาน งานบุญ แบบไม่ให้น้อยหน้าคนอื่น แม้จะต้องเป็นหนี้สินมากมายหรือไม่ - ซื้อข้าวของเครื่องใช้ รถยนตร์ เสื้อผ้า กระเป๋า รองเท้า แพงเกินตัวหรือไม่ - ชอบควักง่ายจ่ายเร็วจนเป็นหนี้สินมากมาย สร้างวงจรอุบาทว์ให้ตนเอง แบบเอากองนี่ไปใส่กองโน้น เอาบัตรนี้ไปจ่ายบัตรโน้นเวียนไปเวียนมาแบบหาทางออกไม่ได้ (ถ้าไม่ถูกล็อตเตอรี่ หรือต้องโกงถึงจะใช้หนี้ได้หมด) - สำรวจปริมาณเสื้อผ้า กระเป๋า รองเท้าในตู้เสียใหม่ ว่ามากเกินไปหรือไม่ ให้คนอื่นไปบ้างได้ไหม - หน้าใหญ่ในการกิน การแต่งตัว เครื่องประดับ แม้จะต้องซื้อแพงๆ ใส่แค่ปีละหนก็ยอม - ชอบอวดร่ำอวดรวย ขึ้นเหลา เข้าโรงแรมหรูเพื่อให้ดูดี ชอบเดินห้าง ชอปปิ้งไปเมืองนอกแม้ต้องกู้สหกรณ์ - คิดแฟชั่น ไหลตามกระแส เปลี่ยนข้าวของตามโฆษณา กลัวน้อยหน้าคนอื่นหรือไม่รู้เท่าทันเล่ห์โฆษณาบ้าเลือด - ทำงานหาเงินแบบเอาเป็นเอาตาย จนไม่มีเวลาให้ครอบครัวหรือไม่ ตื่นขึ้นมาคิดแต่เรื่องจะหาเงิน จะรวย - เคยตั้งคำถามให้ตัวเองบ้างหรือไม่ว่า ความสุขคืออะไร ทำอย่างไรจึงจะมีความสุข มีอะไรมากไปกว่าเงิน - พ่อแม่เป็นตัวอย่างที่ดีให้ลูกในการดำเนินชีวิตหรือไม่ การใช้จ่าย การกิน การอยู่ ไปกินข้าวนอกบ้านสั่งอาหารเต็มโต๊ะ กินทิ้งๆ ขว้างๆ ช่วยให้ลูกเข้าใจหรือไม่ว่า ควรเลือกอะไรระหว่าง "เงินกับชีวิต"
มีเหตุผล	มีหลักวิชา	กินอยู่อย่างมีข้อมูลอย่างมีคุณภาพ ตัดสินใจด้วยข้อมูลความรู้ " รู้เขา รู้เรา" รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลง ไม่ทำตามๆ กัน รู้ตัวเอง รู้ท้องถิ่น รู้ศักยภาพ รู้ "ทุนชุมชน" รู้ปัญหา รู้โลกาภิวัตน์ แสวงหาความรู้ศึกษาในระดับสูงขึ้นตามศักยภาพของตนเอง	- สนใจหาข้อมูลของกิน ของใช้ที่ซื้อจากตลาดหรือไม่ คุณค่าอาหาร สารเคมีตกค้าง องค์ประกอบต่างๆ - สนใจติดตามข่าวสารบ้านเมือง สนใจอ่านหนังสือหาความรู้ ข้อมูลข่าวสารให้ทันโลกหรือไม่ - ชอบดูแต่ละครทีวี เกมโชว์ รายการบันเทิง ไม่สนใจรายการที่มีสาระและความรู้หรือไม่ - มีข้อมูลความรู้เรื่องทุนของท้องถิ่นหรือไม่ หรือชอบแต่เลียนแบบคนอื่น เห็นเขาทำอะไรรวยก็ทำตามเขา เข้าใจหรือไม่ว่า ทุนทรัพยากรมีอะไรบ้าง ทุนทางปัญญา และทุนทางสังคมหมายถึงอะไร มีอะไรบ้าง - สนใจหาความรู้และลงมือทำกินทำใช้เองบ้าง โดยไม่ต้องซื้อหมดทุกอย่างหรือไม่ เช่น ทำน้ำยาล้างจานเอง ปลูกพริก มะเขือ ผักสวนครัวทดแทนการซื้อจากตลาดบ้าง ถ้ามีที่ดินหรือที่ว่าง - พยายามขวนขวายหาความรู้ การฝึกอบรม การเรียนต่อตามศักยภาพหรือไม่ หรือคิดว่าพอแล้วทุกอย่าง - ไปร่วมการประชุม หรือการอบรมสัมมนาบ้างหรือไม่เมื่อมีโอกาส

ครอบครัวกับความพอเพียง

	มีแผน	มีแผนชีวิต ครอบครัว แผนชุมชน แผนยุทธศาสตร์ แผนงานองค์กร แผนงบประมาณครอบครัว รายรับ รายจ่าย หนี้สิน แผนการลงทุน แผนเศรษฐกิจพอเพียง	- เคยทำบัญชีครัวเรือนหรือไม่ รายรับ รายจ่าย หนี้สิน แผนงบประมาณประจำปี แผนการศึกษาของตนเอง ของลูก - มีแผนการใช้หนี้สินให้หมด หรือให้อยู่ในระดับที่ไม่เดือดร้อนครอบครัวและองค์กรหรือไม่ - มีแผนการลดพลังงาน แผนการใช้จ่ายค่าน้ำมัน ค่าน้ำ ค่าไฟ ค่าโทรศัพท์อย่างเป็นระบบหรือไม่ - มีแผนการลดอบายมุข เหล้า บุหรี่ สิ่งไม่ดีต่างๆ เพื่อลดค่าใช้จ่าย และเพื่อให้สุขภาพดีขึ้น ครอบครัวอบอุ่นขึ้น - แผนการลงทุน มีการทำข้อมูล การศึกษาความเป็นไปได้ที่ดีพอก่อนจะลงทุนทำอะไรหรือไม่ - มีการดำเนินงานเป็นขั้นเป็นตอน อย่างมีหลักวิชาหรือไม่ - มีข้อมูลและหลักในการทำแผนยุทธศาสตร์ขององค์กร หน่วยงาน ที่รับผิดชอบหรือไม่ หรือทำแบบนั่งเทียนเขียนแผน หรือไปลอกแผนคนอื่น เปลี่ยนแต่เพียงตัวเลข - แผนการออม และการสร้างสวัสดิการให้ตนเองและครอบครัวมีหรือไม่ สำหรับหน่วยงานที่ดูแลมีหรือไม่ - แผนเศรษฐกิจพอเพียง วางเป้าหมายและวิธีการให้ลดค่าใช้จ่ายลงร้อยละ ๒๕ หรือไม่ (หนึ่งในสี่)
	เป็นมืออาชีพ	คุณภาพ มั่นคง ยั่งยืน (quality, consistency, sustainability) "อิทธิบาทสี่" (ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา) ใจรัก รู้จริง รู้รอบ รู้ลึก ทำดีมีคุณภาพ ด้วยความสม่ำเสมอ	- ทำงานด้วยความรู้ความสามารถแบบคนรู้จริงหรือไม่ มีความพยายามเรียนรู้พัฒนาตนเองหรือไม่ ไม่ว่าจะอาชีพอะไร เกษตรกรก็ต้องรู้จริงในฐานะเกษตรกร อาชีพอะไรก็ต้องรู้จริงในอาชีพของตนเอง - มีความสม่ำเสมอ หรือว่าเดี๋ยวดีเดี๋ยวร้าย ผีเข้าผีออก ทำงานตามอารมณ์ อยากทำก็ทำ หรือไม่ - ไม่ทำอะไรแบบชั่วคราว แต่ทำด้วยความมั่นคง ให้เกิดความยั่งยืน หรือไม่ เช่น พอมีงบก็ทำ ไม่มีก็เลิก มีคนมาส่งเสริมก็ทำไม่มีคนส่งเสริมก็ไม่ทำ - ทำด้วยหลักการที่ดี มีข้อมูล ความรู้ และมี "ปัญญา" อันเป็นรากฐานของการมีชีวิตและการทำงานที่ดี
มีภูมิคุ้มกันที่ดี	ระบบชีวิตที่ดี	ครอบครัวอบอุ่น มีความมั่นคงในชีวิต ลูกได้รับการเลี้ยงดูที่ดี ลูกมีการศึกษาที่ดี	- มีการจัดการชีวิตที่ดีหรือไม่ หรือเอาแต่ทำงานหามรุ่งหามค่ำ รู้จักจัดเวลาพักผ่อนแบบพอเพียง มีเวลาให้ครอบครัว มีเวลาออกกำลังกายคลายเครียด มีเวลาไปสังสรรค์พบปะเพื่อนฝูง มีเวลาไปทำบุญ - มีการจัดการเรื่องเศรษฐกิจในครอบครัวดีพอหรือไม่ มีระบบการใช้จ่าย มีความมั่นคง หรือมีหนี้สินเต็มไปหมด มีแต่กู้ๆ ยืมๆ จากชาวบ้านเขาไปทั่ว ไม่มีความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ระบบการจัดการการใช้จ่ายไม่ดี - มีการดูแลการเรียนของลูกทั้งที่ในระบบ ในโรงเรียน นอกโรงเรียน เพื่อเพิ่มพูนความรู้ความสามารถของลูกเพียงใด โดยไม่บังคับหรือสร้างความกดดันให้ลูกจน

			เกินไป เช่น การเรียนว่ายน้ำ ดนตรี กีฬา การติว เรียนพิเศษ ฯลฯ - มีการวางแผนอนาคตให้ลูกหรือไม่ เช่น ออมให้ลูกตั้งแต่เกิด เพื่อเป็นทุนการศึกษา หรือการปลูกต้นไม้ให้ลูกจำนวนหนึ่งเพื่อให้เป็นทุนสร้างบ้านเมื่อแต่งงาน จะได้ไม่ไปตัดไม้ในป่า (กรณีตัวอย่างบ้านนาอีสาน)
	ระบบเศรษฐกิจสังคมชุมชนท้องถิ่นที่ดี	ชุมชนเข้มแข็ง มีระบบเศรษฐกิจชุมชน สวัสดิการชุมชน เครือข่ายชุมชน เครือข่ายเศรษฐกิจชุมชน วิสาหกิจชุมชน เกษตรผสมผสาน สหกรณ์ SMEs เน้นการผลิตเพื่อบริโภคในท้องถิ่น ก่อนพึ่งตลาดภายนอกหรือส่งออก	- มีระบบการเรียนรู้ร่วมกันด้วยการทำแผนแม่บทชุมชนหรือไม่ และทำตามหลักของ "ประชาพิจัย" ซึ่งเน้นกระบวนการเรียนรู้ ไม่ใช่เน้นการได้แผน ซึ่งอาจไม่ได้ผล หรือมีแผนอยู่แล้ว แต่ซุกไว้ที่ไหนก็ไม่รู้ - ชุมชนมีระบบเศรษฐกิจท้องถิ่นหรือไม่ หรือมีแต่โครงการ เพราะมีเงินอัดฉีด เงินหมดก็เลิก มีคลัสเตอร์เศรษฐกิจชุมชน (ทำมากกว่าสิบอย่าง) ที่ตอบสนองความต้องการของท้องถิ่น ลดค่าใช้จ่ายในการซื้อจากภายนอกลงได้ " หนึ่งในสี่" หรือว่าทำเพียงอย่างเดียวสองอย่างแบบเอาเป็นเอาตาย ไม่มีฐานระบบเศรษฐกิจของชุมชน - ถ้าเป็นเกษตรกร มีการทำเกษตรผสมผสานหรือไม่ มีการติดตามผลและประเมินผลได้หรือไม่ ว่าสามารถลดค่าใช้จ่ายได้ไม่น้อยกว่า "หนึ่งในสี่" หรือปลูกแต่พืชเดี่ยว ไม่ข้าวก็มัน ไม่มันก็ยาง ไม่ยางก็ข้าวโพด - มีการจัดการเรื่องวิสาหกิจชุมชนที่ดีหรือไม่ หรือว่ามีแต่ " ธุรกิจชุมชน" ซึ่งมีคนไม่กี่คนที่ได้ประโยชน์ คนส่วนใหญ่เป็นเพียงผู้ผลิตเท่านั้น (วิสาหกิจชุมชนต้องมีปัจจัย ๗ ประการ ถ้าไม่มีก็ไม่ใช่วิสาหกิจชุมชน) - มีการลงทุนวิสาหกิจชุมชนหรือโครงการของส่วนรวมแบบเกินตัวและแบบเสี่ยงเกินไปหรือไม่ - มีการประกอบการขนาดกลางขนาดย่อม (SMEs) หรือไม่ มีประสิทธิภาพ และยังประโยชน์ให้ชุมชนเพียงใด - ชุมชนมีระบบสวัสดิการที่พึ่งตนเองได้มากน้อยเพียงใด มีการออม มีสวัสดิการ "เกิด แก่ เจ็บ ตาย"ทุนการศึกษา ความช่วยเหลือเมื่อมีภัยธรรมชาติ อุบัติภัย เหตุฉุกเฉิน และอื่นๆ มากน้อยเพียงใด - ชุมชนมีระบบทุนของตนเองหรือไม่ การออม การสร้างสวัสดิการ การส่งเสริมการลงทุนในวิสาหกิจชุมชน - ชุมชนมีระบบสิ่งแวดล้อมที่ดีหรือไม่ ดิน น้ำ ป่า อากาศ ดูแลกันอย่างไร ขยะจัดการอย่างไร - ชุมชนมีระบบสุขภาพของตนเองหรือไม่ อย่างไร " สร้างดีกว่าซ่อม" มีกิจกรรมอะไรบ้าง - มีเครือข่ายชุมชนอย่างน้อยในระดับตำบลหรือไม่ เครือข่ายเพื่อจัดการการผลิต การบริโภค การตลาด การจัดการเศรษฐกิจและสังคมของตนเอง เครือข่ายผู้นำเพื่อแก้ไขปัญหาต่างๆ ของตำบล - มีระบบการจัดการเรื่องการเรียนรู้ การพัฒนาคนหรือไม่ มีศูนย์เรียนรู้ มีการฝึกอบรมในเรื่องอะไรหรือไม่ มีการส่งเสริมให้คนไปเรียนในระดับอุดมศึกษาหรือไม่ ทั้งเด็กและผู้ใหญ่ - ชุมชนมีระบบการป้องกันและแก้ไขความขัดแย้งด้วยสันติวิธีอย่างไร ความ

			สมานฉันท์ทำกันอย่างไร มีผู้มีอิทธิพล ผู้กว้างขวาง ที่เอาเปรียบผู้อื่นหรือไม่ แก้ไขอย่างไร ระบบอุปถัมภ์ยังคงอยู่มากน้อยเพียงใด - การซื้อสิทธิขายเสียงในการเลือกตั้งในทุกระดับมีหรือไม่ มีระบบป้องกันระยะสั้นระยะยาวอย่างไร
	ระบบการจัดการองค์กรที่ดี	องค์กร หน่วยงานรัฐ เอกชน รัฐวิสาหกิจ มีธรรมาภิบาล บรรษัทระบบการจัดการที่ดี มีผู้นำและผู้ตามที่ดี ผู้นำสร้างแรงบันดาลใจ ทำให้ทุกคนใจดี ใจกว้าง ใจสู้ ใจถึง (เข้าใจ - เข้าถึง)	- หน่วยงาน องค์กรมีคุณธรรม คุณภาพ โปร่งใส ตรวจสอบได้ หรือไม่ - มีระบบที่ดี กฎระเบียบเอื้อต่อการทำงานเป็นทีม ไม่เอาแต่แข่งขันกันเอง แต่ร่วมมือหรือไม่ " ระบบดีทำให้คนทำถูกได้ง่าย ทำผิดได้ยาก" - เป็นผู้นำที่ดีหรือไม่ ผู้ที่สร้างแรงบันดาลใจมากกว่าบังคับ มากกว่าเน้นการใช้กฎระเบียบ ขู่เข็ญ ลงโทษ หรือว่าเน้นที่การสร้างความสัมพันธ์กับพนักงาน เจ้าหน้าที่ และระหว่างพวกเขา และกับลูกค้า ภาคีนอกองค์กร - เป็นผู้ตามที่ดีหรือไม่ เป็นผู้เรียนรู้ที่ดีจากผู้นำ จากการทำงาน จากประสบการณ์ อ่อนน้อมถ่อมตน รู้กาละเทศะ - มีการส่งเสริมการพัฒนาบุคลากรหรือไม่ หรือปล่อยให้พนักงาน เจ้าหน้าที่แอบไปลงทะเบียนเรียนปริญญาตรี โทเอกเอาเอง ไม่ส่งเสริมแล้วยังกีดกันหรือไม่ - มีการส่งเสริมการฝึกอบรมระยะสั้น ระยะยาวให้พนักงาน เจ้าหน้าที่อย่างพอเพียงและถ้วนหน้าหรือไม่ - พนักงาน เจ้าหน้าที่มีส่วนร่วมในการบริหารจัดการองค์กรหรือไม่อย่างไร มีสหภาพ มีองค์กรตนเองหรือไม่ - สร้างระบบที่เป็นหลักประกันความมั่นคงของหน่วยงานอย่างไร - ป้องกันและแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในองค์กรอย่างไร - มียุทธศาสตร์องค์กรหรือไม่ เน้นผลลัพธ์มากเกินไปจนละเลยกระบวนการหรือไม่ - มีการทำงานแบบบูรณาการหรือไม่ หรือต่างคนต่างสร้างอาณาจักรในฝ่าย กองงานของตนเอง - มีระบบการวัดผล ประเมินผลองค์กร และบุคลากรอย่างไร เป็นธรรมหรือไม่ - พนักงาน เจ้าหน้าที่ทำงานอย่างมีความสุขหรือไม่ ได้รับความเป็นธรรมหรือไม่ มีการเลือกปฏิบัติหรือไม่

« ย้อนกลับ - ถัดไป »

สาขาวิชาการพัฒนาชุมชนและสิ่งแวดล้อม มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี
โทรศัพท์. 503-3573 โทรสาร. 503-3639

ครอบครัวกับความพอเพียง
e-family Learning

แนวคิด
ครอบครัวกับพอเพียง

หน้าแรก

พระราชดำรัสเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง

แนวคิดครอบครัวกับความพอเพียง

แนวคิดเกี่ยวกับครอบครัว

โดย จรัล จันทลักขณา

แนวคิดเกี่ยวกับครอบครัว

1. ความสำคัญของครอบครัว

ครอบครัวมีความสำคัญอยู่ 2 ส่วน คือ ความสำคัญที่มีต่อบุคคลและความสำคัญที่มีต่อสังคม ดังนี้

แนะนำหนังสือ คู่มือความพอเพียง
บทความวิชาการ
บทสัมภาษณ์ ครอบครัวพอเพียง
แนะนำเว็บไซต์

1.1 ความสำคัญของครอบครัวที่มีต่อบุคคล ครอบครัวมีความสำคัญต่อบุคคลในฐานะที่เป็นกลุ่มทางสังคมกลุ่มแรกที่บุคคลแต่ละคนเป็นสมาชิก เป็นที่ที่สมาชิกแต่ละคนมีความสัมพันธ์ระหว่างกันอย่างใกล้ชิดและยั่งยืน ครอบครัวเป็นสื่อกลางที่เชื่อมบุคคลเข้ากับสังคมนับตั้งแต่เกิดจนกระทั่งตาย และทำหน้าที่ถ่ายทอดแบบแผนทางวัฒนธรรมให้กับสมาชิกรุ่นใหม่ ครอบครัวเป็นสถาบันที่ตอบสนองความต้องการของมนุษย์ซึ่งสถาบันอื่น ๆ ไม่อาจทำหน้าที่เหล่านี้ได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งความต้องการทางเพศ ความต้องการทางด้านอารมณ์ และความต้องการการยอมรับและผูกพันซึ่งกันและกัน (วิรัตน์ ศรีนพคุณ 2526 : 8)

1.2 ความสำคัญของครอบครัวที่มีต่อสังคม ครอบครัวมีความสำคัญต่อสังคม ในฐานะตัวกลางที่เชื่อมสังคมเข้ากับบุคคล ครอบครัวจะสนับสนุนให้บุคคลตอบสนองความต้องการของสังคม โดยสังคมจะทำหน้าที่กำหนดหน้าที่ที่บุคคลจะต้องปฏิบัติต่อสังคม ซึ่งกล่าวได้ว่าครอบครัวมีความสำคัญกับสังคม ดังนี้

1) ความสำคัญต่อชุมชน ครอบครัวแต่ละครอบครัวถือเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน ครอบครัวที่อยู่รวมกันในชุมชนหนึ่ง ๆ นั้น ย่อมมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน มีการติดต่อระหว่างกัน ให้ความช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ความสัมพันธ์ของครอบครัวในลักษณะนี้นับเป็นเครือข่ายครอบครัวที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการดำเนินชีวิตของชุมชนนั้น ๆ

2) ความสำคัญต่อสังคม ครอบครัวมีความสำคัญต่อการอยู่รอดของสังคม เนื่องจากสังคมประกอบไปด้วยสถาบันต่าง ๆ เช่น สถาบันการเมืองการปกครอง สถาบันศาสนา สถาบันทางเศรษฐกิจ สถาบันการศึกษา รวมทั้งสถาบันครอบครัว หากสถาบันใดสถาบันหนึ่งไม่สามารถทำหน้าที่ได้ ก็ย่อมมีผลกระทบต่อความอยู่รอดของสังคมในที่สุด

2. โครงสร้างของครอบครัว

โครงสร้างครอบครัว ประกอบด้วย 2 ส่วนที่สำคัญ คือ สมาชิกในครอบครัวและระบบความสัมพันธ์ในครอบครัว (รุจา ภู่ไพบูลย์ 2541 : 6-7 และอุมาพร ตรังคสมบัติ 2544 : 7-8) ซึ่งทั้งสองส่วนนี้มีความเชื่อมโยงต่อการดำเนินชีวิตของครอบครัว ดังนี้

2.1 สมาชิกในครอบครัว โดยทั่วไปประกอบด้วย พ่อ แม่ และลูก เรียกว่าครอบครัวเดี่ยว บางครอบครัวอาจมีสมาชิกอื่นอาศัยอยู่ด้วย เช่น ปู่ย่า ตายาย ลุงป้า น้าอา เรียกว่า ครอบครัวขยาย ซึ่งการที่แต่ละครอบครัวประกอบไปด้วยสมาชิกคนใดบ้างร่วมอาศัยอยู่นั้น ขึ้นอยู่กับแบบแผนทางสังคมและวัฒนธรรม และความหมายของครอบครัวที่แต่ละสังคมยึดถือ ในสังคมไทยหากถือเอาตามกฎหมายครอบครัวไทยจะถือหลักโครงสร้างครอบครัวว่าประกอบด้วย สามี ภรรยา และบุตรเท่านั้น ทั้งนี้จะเห็นได้ว่า ปัจจุบันครอบครัวไทยมีการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของสมาชิกในครอบครัวที่หลากหลายมากขึ้น เช่น ครอบครัวที่มีพ่อหรือแม่คนเดียวกับบุตร ครอบครัวที่ไม่มีบุตร เป็นต้น

2.2 ระบบความสัมพันธ์ในครอบครัว หมายถึง ความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัว สมาชิกที่อาศัยอยู่ร่วมกันทุกคนมีบทบาทหน้าที่ มีความสัมพันธ์กับสมาชิกคนอื่นในครอบครัว เช่น บทบาทหน้าที่ของสามีต่อภรรยา บทบาทหน้าที่ของภรรยาต่อสามี บทบาทหน้าที่ของบิดามารดาต่อบุตร และบทบาทหน้าที่ของบุตรต่อบิดามารดา ระบบความสัมพันธ์นี้ก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีระหว่างสมาชิกในครอบครัว ทั้งด้านจิตใจ อารมณ์ เศรษฐกิจและสังคม การที่ทุกคนในครอบครัวมีบทบาทหน้าที่ต่อกันและกันย่อมแสดงว่าสมาชิกแต่ละคนในครอบครัวย่อมมีแนวทางในการแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ตามที่สมาชิกคนอื่น ๆ ในครอบครัวรวมทั้งสังคมคาดหวัง ทำให้ชีวิตครอบครัวมีความสุข และครอบครัวสามารถดำรงอยู่ในสังคมได้ตลอดไป

3. บทบาทหน้าที่ของครอบครัว

ครอบครัวมีบทบาทหน้าที่พื้นฐานที่สำคัญ (สุพัตรา สุภาพ 2537 : 68-69) ดังนี้

3.1 สร้างสมาชิกใหม่ (reproduction) ครอบครัวมีหน้าที่ในการสร้างสมาชิกใหม่ ทดแทนสมาชิกเดิมที่ตายไป เพื่อให้สังคมดำรงอยู่ได้ ซึ่งการมีสมาชิกใหม่ก็ต้องมีให้สมดุลกับทรัพยากรที่มีอยู่ในประเทศ ไม่มากเกินไปหรือน้อยเกินไป มิฉะนั้นอาจเกิดปัญหาสังคมตามมา เช่น ความยากจน อาชญากรรม เป็นต้น

3.2 บำบัดความต้องการทางเพศ (sexual gratification) เพื่อเป็นการลดปัญหาทางเพศบางอย่าง เช่น การข่มขืน การสมรสเป็นวิธีหนึ่งที่สังคมเข้ามาควบคุมความสัมพันธ์ให้อยู่ในขอบเขต

3.3 เลี้ยงดูผู้เยาว์ให้เติบโตขึ้นในสังคม (maintenance of immature children or raising the young) ครอบครัวเป็นสถาบันที่มีความรักความอบอุ่นให้กับเด็ก เลี้ยงดูบุตรตั้งแต่แรกเกิดจนกระทั่งเติบโต ซึ่งการเลี้ยงดูจากที่อื่น เช่น โรงพยาบาล สถานสงเคราะห์ แม้จะทำได้แต่ก็ทำไม่ได้ดีเท่ากับครอบครัว เนื่องจากเด็กจะได้รับการเลี้ยงดูทั้งทางด้านร่างกายและด้านจิตใจจากพ่อแม่เป็นอย่างดี ทำให้เจริญเติบโตอย่างสมบูรณ์ไม่ก่อให้เกิดปัญหาแก่สังคม

3.4 ให้การอบรมสั่งสอนแก่เด็กให้รู้จักระเบียบของสังคม (socialization) ครอบครัวเป็นแหล่งการอบรมเบื้องต้นที่มีอิทธิพลต่อเด็กมากที่สุด เป็นสถาบันที่เตรียมตัวเด็กให้ออกไปเผชิญกับสิ่งแวดล้อมภายนอก ครอบครัวช่วยอบรมเด็กให้รู้จักกฎเกณฑ์ ค่านิยม แบบของความประพฤติ ฯลฯ สอนให้เด็กปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมในสังคมทั้งทางตรงและทางอ้อม

3.5 กำหนดสถานภาพ (social placement) บุคคลได้ชื่อสกุลจากครอบครัว ซึ่งส่วนมากก็เปลี่ยนได้ในเวลาต่อมา เมื่อแต่งงานแล้วผู้หญิงก็เปลี่ยนชื่อสกุลตามสามี สถานภาพที่ครอบครัวให้นี้ทำให้รู้ว่าบุคคลเป็นใคร รวมทั้งเป็นสิ่งติดตัวเด็กมาแต่เกิด เช่น ลูกคนจน ลูกคนรวย เชื้อพระวงศ์ ลูกพ่อค้า โดยสถานภาพดังกล่าวสามารถเปลี่ยนแปลงได้ขึ้นอยู่กับสังคมที่บุคคลนั้นเป็นสมาชิกอยู่

3.6 ให้ความรักและความอบอุ่น (affection) ครอบครัวเป็นแหล่งที่สมาชิกได้รับความรักและความอบอุ่นอย่างบริสุทธิ์ใจ เป็นแหล่งให้กำลังใจและปลุกปลอบใจเพื่อให้ฟันฝ่าอุปสรรคได้

กล่าวได้ว่า ครอบครัว เป็นสถาบันพื้นฐานทางสังคมที่มีบทบาทและมีความสำคัญต่อสมาชิก มีหน้าที่ขัดเกลาสมาชิกในครอบครัวโดยผ่านกระบวนการเรียนรู้ วิถีชีวิตประจำวัน วัฒนธรรมประเพณี ครอบครัวจึงเป็นรากฐานสำคัญของการก่อรูปพฤติกรรมของสมาชิกให้เหมาะสมกับบทบาทหน้าที่ทางสังคม

4. การดำเนินชีวิตครอบครัวตามวงจรชีวิตครอบครัว

ชีวิตครอบครัวโดยทั่วไป จะเริ่มต้นด้วยการแต่งงานของชายและหญิงที่ตัดสินใจจะใช้ชีวิตคู่ร่วมกัน ในการดำเนินชีวิตครอบครัวในแต่ละช่วงชีวิตจะเปลี่ยนแปลงไป ตามระยะเวลาของแต่ละครอบครัวจะไม่เหมือนกัน เรียกว่าวงจรชีวิตครอบครัว ซึ่งหมายถึง ระยะของการเปลี่ยนแปลงชีวิตครอบครัวจากขั้นหนึ่งไปสู่อีกขั้นหนึ่ง โดยมีจุดเริ่มต้นจากการแต่งงานของหญิงชายและสิ้นสุดลงที่การจากไปของคู่สมรสทั้งสองฝ่าย ซึ่งมีลำดับขั้นของการเปลี่ยนแปลงการดำเนินชีวิตครอบครัวอย่างชัดเจน แบ่งออกได้เป็น 4 ระยะ คือ (1) ระยะครอบครัวเริ่มต้น (2) ระยะครอบครัวขยายตัว (3) ระยะครอบครัวอยู่ตัวหรือเริ่มหดตัว และ (4) ระยะครอบครัวหดตัว(จิตตินันท์ เดชะคุปต์ 2545 : 6-12) แต่ละระยะจะมีการจัดการทรัพยากรของครอบครัวที่แตกต่างกันไป (วารุณี วงษา 2545 : 58-60) กล่าวคือ

4.1 ระยะครอบครัวเริ่มต้น เป็นระยะเริ่มต้นของชีวิตครอบครัว โดยเป็นระยะของการสร้าง และตั้งต้นครอบครัวใหม่ เริ่มตั้งแต่การแต่งงานจนกระทั่งเตรียมตัวมีบุตรคนแรก ซึ่งทั้งหญิงและชายจะต้องเริ่มปรับตัวเข้าหากัน เรียนรู้อุปนิสัยใจคอทั้งสองฝ่ายทั้งคู่จะเริ่มสร้างครอบครัวใหม่และมีการวางแผนการใช้จ่าย ระยะนี้จะใช้จ่ายเงินน้อยกว่าระยะต่อมา ส่วนใหญ่ครอบครัวจะใช้เงินในเรื่องที่อยู่อาศัย เครื่องเรือนและเครื่องใช้ที่จำเป็นจะต้องมีการเพิ่มรายจ่ายของครอบครัวในเรื่องอาหาร เสื้อผ้า ยารักษาโรค แต่ยังน้อยกว่าระยะอื่น ทั้งสามีและภรรยา ยังมีเวลาที่จะปรับปรุงนิสัยการใช้จ่าย โดยการจัดระบบการเงินของครอบครัวให้ดี การจัดแบ่งเงิน รายได้ไว้ส่วนหนึ่ง

สำหรับเก็บออมไว้ใช้ในระยะต่อไปถือเป็นการเริ่มต้นชีวิตครอบครัวที่ดี เพื่อสร้างความมั่นคงให้กับครอบครัวในอนาคต

4.2 ระยะครอบครัวขยาย เป็นระยะที่ครอบครัวมีสมาชิกใหม่เพิ่มขึ้น นับเป็นระยะวงจรชีวิตครอบครัวที่ยาวนานกว่าระยะอื่น โดยการเริ่มต้นตั้งแต่บุตรคนแรกจนกระทั่งบุตรคนสุดท้ายแยกตัวออกไป ระยะครอบครัวขยายเป็นระยะที่มีภาระการใช้จ่ายสูง เพราะบุตรแต่ละคนมีความต้องการที่ไม่เหมือนกัน ในขณะที่รายได้ของครอบครัวเพิ่มขึ้นไม่มากนัก.รายจ่ายส่วนใหญ่ ได้แก่ อาหาร เสื้อผ้า ค่ารักษาพยาบาลและการศึกษาของบุตร ถ้าครอบครัวไม่มีการวางแผนการจัดการรายได้ที่ดีคือ ให้รายได้สมดุลกับรายจ่าย จะทำให้ครอบครัวมีปัญหาเรื่องเงินไม่พอใช้จ่าย เพื่อให้เกิดภาวะสมดุลของรายได้จึงต้องก่อหนี้ ระยะครอบครัวขยายช่วงเวลาจะขึ้นอยู่กับจำนวนบุตร ในระยะครอบครัวขยายถ้าครอบครัวมีบุตรมากระยะที่บุตรศึกษาเล่าเรียนและบุตรช่วยตัวเองได้จะยาว มีผลทำให้ระยะครอบครัวเริ่มหดตัวสั้น แต่ถ้าระยะครอบครัวขยายมีบุตรน้อยจะทำให้ระยะครอบครัวเริ่มหดตัวยาว

4.3 ระยะครอบครัวอยู่ตัวหรือเริ่มหดตัว เป็นระยะที่บุตรคนสุดท้ายของครอบครัวสำเร็จการศึกษาออกหางานทำและแยกย้ายกันไปประกอบอาชีพโดยที่ไม่ต้องพึ่งพาการเงินของพ่อแม่ (สุขใจ น้ำผุด 2534 : 12) ในระยะนี้ครอบครัวจะมีรายจ่ายลดลงแต่รายได้เท่าเดิมทำให้มีเงินเหลือออม บางครอบครัวมีภาระหนี้สินก็จะค่อย ๆ เบาบางลง

4.4 ระยะครอบครัวหดตัว เป็นระยะที่จำนวนสมาชิกในครอบครัวลดจำนวนลง เนื่องจากบุตรที่เข้าสู่วัยผู้ใหญ่ตอนต้นทยอยกันออกจากบ้านจนกระทั่งถึงบุตรคนเล็ก ระยะนี้คู่สมรสเข้าสู่วัยชราครอบครัวมีรายได้จำกัด เพราะต้องอาศัยจากเงินบำเหน็จบำนาญ เงินประกันชีวิตหรือดอกผลที่ได้จากทรัพย์สิน การจัดการรายได้ในระยะนี้จะต้องมีการวางแผนการใช้จ่ายเพิ่มขึ้นในเรื่องค่ารักษาพยาบาล

จะเห็นได้ว่า การดำเนินชีวิตครอบครัวในแต่ละช่วงชีวิตจะเปลี่ยนแปลงไปตามระยะของวงจรชีวิตครอบครัว ซึ่งแต่ละครอบครัวจะไม่เหมือนกันขึ้นอยู่กับจำนวนสมาชิกในครอบครัวและการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในครอบครัว

เอกสารอ้างอิง

จรัล จันทลักขณา (2549) ***ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงกับความสุขมวลชนและการเกษตรยั่งยืน*** กรุงเทพมหานคร โรงพิมพ์เสริมมิตร

จิตตินันท์ เดชะคุปต์ (2545) "เศรษฐศาสตร์ครอบครัวกับวงจรชีวิตครอบครัว" ใน***ประมวลสาระชุดวิชาเศรษฐศาสตร์ครอบครัว*** หน่วยที่ 4 หน้า 1-49 นนทบุรี มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์

ทวีรัสม์ ธนาคม (2524) ***ครอบครัวสัมพันธ์*** จัดทำโดยสมาคมคหเศรษฐศาสตร์แห่งประเทศไทย วิบูลย์กิจการพิมพ์

รุจา ภู่ไพบูลย์ ***การพยาบาลครอบครัว : แนวคิดทฤษฎีและการนำไปใช้*** พิมพ์ครั้งที่ 3 กรุงเทพมหานคร วี เจ พริ้นติ้ง 2541

วารุณี วงษา (2545) ***การจัดการบ้านเรือน*** พิมพ์ครั้งที่ 4 กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช

วินิรณี ทัศนะเทพ "ความสัมพันธ์ระหว่างการทำหน้าที่ของครอบครัวและการกระทำผิดของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดเชียงใหม่" วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย เชียงใหม่ 2542

วิรัตน์ ศรีนพคุณ ***สุขภาพครอบครัว*** กรุงเทพมหานคร ม.ป.ท. 2526

ศศิพัฒน์ ยอดเพชร (2540) บรรณาธิการ ***สถาบันครอบครัว : มุมมองของนักสวัสดิการสังคม*** กรุงเทพมหานคร สมาคมนักสังคมสงเคราะห์แห่งประเทศไทย

สุขใจ น้ำผุด (2543) ***กลยุทธการบริหารการเงินบุคคล*** พิมพ์ครั้งที่ 3 กรุงเทพมหานคร สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

สุพัตรา สุภาพ (2537) ***สังคมวิทยา*** พิมพ์ครั้งที่ 12 กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช

อุมาพร ตรังคสมบัติ ***จิตบำบัดและการให้คำปรึกษาครอบครัว*** กรุงเทพมหานคร เฟื่องฟ้าพริ้นติ้ง 2540

« ย้อนกลับ - ถัดไป »

โครงการวิจัย การพัฒนาความรู้และสารสนเทศเพื่อการเรียนรู้ครอบครัวศึกษา : ครอบครัวกับความพอเพียง
ศูนย์วิจัยและพัฒนาครอบครัวไทย
สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี
โทรศัพท์. 503-3573 โทรสาร. 503-3639

ครอบครัวกับความพอเพียง
e-family Learning

แนะนำหนังสือ
คู่มือความพอเพียง

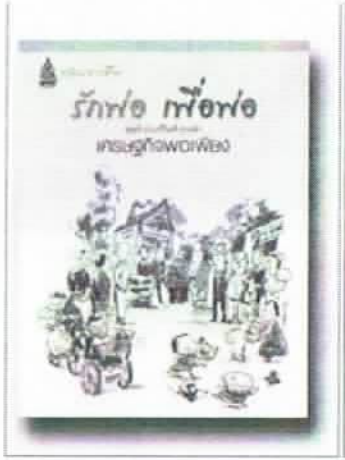
หน้าแรก
พระราชดำรัสเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง
แนวคิดครอบครัวกับความพอเพียง
แนะนำหนังสือ คู่มือความพอเพียง

การนำเสนอข้อมูลความรู้เกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียงมีอยู่หลากหลายทั่วไป ทั้งในลักษณะของสื่อการเรียนรู้ที่เป็นสื่อสิ่งพิมพ์ สื่ออิเล็กทรอนิกส์และสื่อโสตทัศน์ คณะผู้วิจัยได้คัดสรรและกลั่นกรองสื่อสิ่งพิมพ์ที่น่าสนใจ โดยพิจารณาในประเด็นของเนื้อหาสาระและภาษาที่เข้าใจง่าย สามารถนำมาปฏิบัติได้จริง อีกทั้งมีรูปแบบที่น่าสนใจ ซึ่งสาระที่นำมาเสนอนี้ เป็นส่วนหนึ่งของหนังสือ วารสาร คู่มือ และแผ่นประชาสัมพันธ์ที่หน่วยงานภาครัฐและเอกชนจัดทำขึ้น เพื่อให้ผู้ที่สนใจได้ศึกษารายละเอียดเนื้อหาเพิ่มเติม สำหรับใช้เป็นแนวทางในการปฏิบัติตนอย่างพอเพียง อันจะนำตนเองและครอบครัวไปสู่ความสงบสุข ตลอดจนเป็นการเผยแพร่ความรู้ที่เข้าใจได้ง่ายให้เข้าถึงผู้ที่สนใจนำไปปฏิบัติใช้ได้ทันที

บทความวิชาการ

บทสัมภาษณ์ ครอบครัวพอเพียง

แนะนำเว็บไซต์

			
คู่มือนำทางชีวิต รักพ่อ เพื่อพ่อ ขอดำเนินชีวิต ด้วยหลักเศรษฐกิจพอเพียง	ตามรอยเท้าพ่อของแผ่นดิน ด้วยความพอเพียง	ครอบครัวพอเพียง	พระเจ้าอยู่หัวกับรหัสพัฒนาใหม่
เศรษฐกิจพอเพียง	ปฏิรูปยุคสมัยด้วยหัวใจพอเพียง	พออยู่ พอกิน โครงการพระราชดำริกับการสร้างสุขภาพ	เสวนาเรื่องการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง

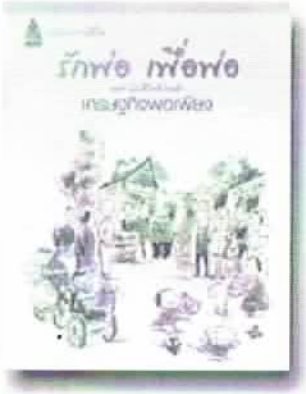
เศรษฐกิจพอเพียงภาคปฏิบัติ การพัฒนาอย่างบูรณาการ ทั้งจังหวัด	รู้จักพอเพียง รู้จักความสุข	คู่มือสุขภาพครอบครัว สำหรับประชาชน	ทำบัญชี มีพอใช้ ให้พ่อดู
ตามรอยพ่อสู่วิถีชีวิต เศรษฐกิจพอเพียง	ชีวิตพอเพียง ตามแนวพระราชดำริ	เศรษฐกิจพอเพียงระดับชุมชน	MODEL การจัดการเรียนรู้ ตามปรัชญาพระราชทาน "เศรษฐกิจพอเพียง"

สมุดบัญชีรับ-จ่ายในครัวเรือน	สมุดคิดกำไร – ขาดทุนจากการประกอบอาชีพ	สมุดบัญชีรับ – จ่ายในครัวเรือน	

ครอบครัวกับความพอเพียง : e-Family Learning

0001788 คนเยี่ยมชม

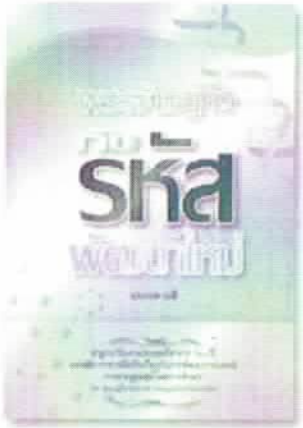
โครงการวิจัย การพัฒนาความรู้และสารสนเทศเพื่อการเรียนรู้ครอบครัวศึกษา : ครอบครัวกับความพอเพียง
ศูนย์วิจัยและพัฒนาครอบครัวไทย
สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี
โทรศัพท์. 503-3573 โทรสาร. 503-3639



ชื่อเรื่อง คู่มือนำทางชีวิต รักพ่อ เพื่อพ่อ ขอดำเนินชีวิต ด้วยหลักเศรษฐกิจพอเพียง
ชื่อผู้จัดทำ สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ (สปรส.)
ปีที่พิมพ์ 2550 **ชื่อสำนักพิมพ์** บ.คุณาไทย จำกัด (วนิดาการพิมพ์)
แหล่งที่มา
สาระสำคัญ คณะกรรมการจัดสมัชชาสุขภาพแห่งชาติ ได้นำพระราชดำรัสเศรษฐกิจพอเพียงมาอธิบายวิเคราะห์เพื่อให้เกิดความเข้าใจและความชัดเจนในการนำไปปฏิบัติ พร้อมกับมีกรณีศึกษาที่หลากหลายในสังคมที่ได้นำหลักเศรษฐิกจพอเพียงของในหลวงไปใช้ในทางปฏิบัติแล้วก่อให้เกิดความสุขและความสงบกับตนเอง ครอบครัว องค์กร และชุมชน รวมทั้งสามารถแก้ไขปัญหาและพัฒนาชุมชนหรือองค์กรได้อย่างยั่งยืน ซึ่งถือได้ว่าเป็นการเรียนรู้ที่เป็นรูปธรรมและส่งเสริมให้แต่ละคนพึ่งพาตนเองโดยใช้คุณธรรมเป็นหลักในการดำเนินชีวิต
ลักษณะเด่น ให้แง่มุมที่น่าสนใจในแต่ละกรณีศึกษา ซึ่งสามารถเรียนรู้และนำไปประยุกต์ใช้ให้เข้ากับวิถีชีวิตของแต่ละคน มีเนื้อหาสั้น เข้าใจง่าย รูปแล่มกระทัดรัดเหมาะสำหรับการเผยแพร่
กลุ่มเป้าหมาย ประชาชนทั่วไป

ชื่อเรื่อง ตามรอยเท้าพ่อของแผ่นดิน ด้วยความพอเพียง
ชื่อผู้จัดทำ มูลนิธิพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ระหว่างประเทศ
ปีที่พิมพ์ - **ชื่อสำนักพิมพ์** ห้างหุ้นส่วนจำกัด บางกอกบล็อก
แหล่งที่มา -
สาระสำคัญ หนังสือเล่มนี้ได้รวบรวมสาระการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในโครงการของมูลนิธิฯ ทั้งในประเทศ ระหว่างประเทศ และระดับชุมชม เพื่อสร้างสังคมการเรียนรู้ภายในประเทศและประเทศเพื่อนบ้าน ตามหลักการพัฒนาแนวพระราชดำริ พระราชดำรัสที่เกี่ยวข้อง และปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อนำไปปรับประยุกต์ใช้ตามสถานะ บุคคล และสภาพแวดล้อมได้อย่างเหมาะสม
ลักษณะเด่น แบ่งเนื้อหาเป็นบทแต่ละบทจะอัญเชิญปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและหลักการพัฒนาตามแนวพระราชดำริ มาเชื่อมโยงกับโครงการต่างๆ ในลักษณะการรายงานการประชุม เพื่อสร้างความเข้าใจ และการเรียนรู้ร่วมกัน ในการน้อมนำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ให้เกิดผลในทางปฏิบัติได้อย่างยั่งยืน
กลุ่มเป้าหมาย ประชาชนทั่วไป

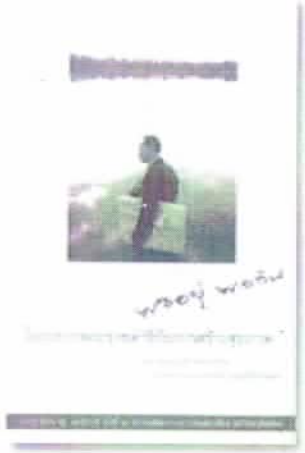
ชื่อเรื่อง ครอบครัวพอเพียง
ชื่อผู้จัดทำ หม่อมหลวงเทพฉัตร สวัสดิวัฒน์
ปีที่พิมพ์ 2550 **ชื่อสำนักพิมพ์** บาย แบ็งค์อก
แหล่งที่มา -
สาระสำคัญ เป็นการแสดงให้เห็นถึงบทบาทที่สำคัญของพ่อแม่ในการอบรมสั่งสอนลูกๆ ด้วยความรักและความใส่ใจ รวมถึงการเป็นแบบอย่างที่ดีในการนำเศรษฐกิจพอเพียงของในหลวงมาใช้ ทำให้เด็กๆ ได้รับการปลูกฝังไปพร้อมๆ กับการเรียนรู้ และมีความเข้าใจในสิ่งที่พ่อแม่สอน ทำให้ครอบครัวอยู่อย่างมีความสุข และเป็นตัวอย่างที่ดีให้กับครอบครัวในชุมชนได้นำไปใช้ นอกจากนี้ยังแสดงให้เห็นถึงบทบาท ความสัมพันธ์ของครอบครัว วัด โรงเรียน และชุมชน ในการพึ่งพาอาศัยซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาชุมชนให้อยู่ได้ด้วยตนเองบนพื้นฐานของความรู้ และคุณธรรมเป็นหลักสำคัญ
ลักษณะเด่น . เป็นเรื่องสั้นที่มีเนื้อหาเข้าใจง่าย ตัวละครแต่ละตัวให้แง่คิดในการใช้ชีวิตแบบพอเพียง และแสดงให้เห็นถึงสาเหตุ ที่มาของปัญหาของชุมชน การมีวัดเป็นศูนย์รวมของคนในชุมชนที่ไม่ได้เป็นเพียงการประกอบพิธีกรรมทางศาสนา แต่เป็นสถานที่ที่คนในชุมชนได้ปรึกษาหารือในการแก้ไขปัญหา ให้ความรู้และการพัฒนาชุมชน
กลุ่มเป้าหมาย เด็ก และเยาวชน



ชื่อเรื่อง พระเจ้าอยู่หัวกับรหัสพัฒนาใหม่
ชื่อผู้จัดทำ ชมรมผู้รับพระราชทานทุนมูลนิธิอานันทมหิดล
ปีที่พิมพ์ 2549 **ชื่อสำนักพิมพ์** สำนักงานประสานงานจัดพิมพ์
แหล่งที่มา ปาฐกถาในงานประชุมวิชาการ "60 ปี แห่งพระราชกรณียกิจเกี่ยวกับการพัฒนาการแพทย์ การสาธารณสุข และการศึกษา"
สาระสำคัญ ชี้ให้เห็นถึงการพัฒนาสังคมในรูปแบบใหม่ ซึ่งใช้ ความดี เป็นการตัวนำ เปรียบเทียบกับการพัฒนาสังคมแบบเก่าซึ่งใช้ความรู้เป็นตัวนำ สร้างรหัสการพัฒนาใหม่โดยยึดหลักการพัฒนาของในหลวง การพัฒนาแบบพอเพียง รวมทั้งได้นำเสนอวิธีแห่งความพอเพียงที่เน้นคุณค่าของความรู้ในตัวตน ไม่ใช่ความรู้ในตำรา ในการสร้างชุมชนให้แข็งแรง ซึ่งเป็นฐานในการพัฒนาประเทศ
ลักษณะเด่น มีการเปรียบเทียบได้อย่างชัดเจนทั้งในแง่ของการพัฒนา ผลที่ได้รับจากการพัฒนา ความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ และมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม โดยการนำเสนอในรูปแบบของรหัสพันธุกรรมที่น่าสนใจ ทำให้เกิดความเข้าใจในการพัฒนาแบบพอเพียงที่ชัดเจน ให้วิสัยทัศน์ใหม่ และการคิดใหม่
กลุ่มเป้าหมาย ประชาชนโดยทั่วไป

ชื่อเรื่อง เศรษฐกิจพอเพียง
ชื่อผู้จัดทำ สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา
ปีที่พิมพ์ 2550 **ชื่อสำนักพิมพ์** โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย
แหล่งที่มา -
สาระสำคัญ นำเสนอเรื่องราวผ่านตัวละครในการนำหลักเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในทางปฏิบัติให้กับเด็กๆ จากการที่พ่อแม่ได้นำความรู้ ความสามารถด้านคอมพิวเตอร์มาใช้ประกอบเป็นหุ่นยนต์ในการอธิบายให้ลูกๆ เข้าใจความพอเพียงด้วยความสนุกสนานและมีความภาคภูมิใจในตัวของพ่อแม่
ลักษณะเด่น วิธีการนำเข้าสู่เนื้อหาได้น่าสนใจและกระชับเข้ากับยุคสมัย ผ่านการใช้สื่อทางโทรทัศน์ให้เป็นประโยชน์แล้วเรียงร้อยเป็นเรื่องราวนำไปสู่สาระสำคัญ รูปวาดสีสันสดใสให้เด็กๆ รู้สึกอยากที่จะเรียนรู้ได้ง่าย
กลุ่มเป้าหมาย เด็กชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-4

ชื่อเรื่อง ปฏิรูปยุคสมัยด้วยหัวใจพอเพียง
ชื่อผู้จัดทำ ชมรมผู้ปกครองและครูโรงเรียนสาธิตละอออุทิศ มูลนิธิเครือข่ายครอบครัว
ปีที่พิมพ์ 2549 **ชื่อสำนักพิมพ์**
แหล่งที่มา บันทึกการเรียนรู้ วันความรู้สู่ผู้ปกครองโรงเรียนสาธิตละอออุทิศ ประจำปี 2549 วันอาทิตย์ที่ 19 พฤศจิกายน 2549 ณ ห้องฉัตรทอง สโมสรทหารบก สี่เสาเทเวศน์
สาระสำคัญ แสดงให้เห็นถึงบทบาทหน้าที่และวิธีการในการดูแลเด็กในแต่ละวัยให้กับพ่อแม่เพื่อให้เกิดการพัฒนาทางด้านความคิด การควบคุมอารมณ์ความอยาก การรู้จักประหยัด การมีระเบียบวินัย เพราะสิ่งเหล่านี้จะปลูกฝังให้เด็กมีความพอเพียง โดยเน้นให้มีการทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัวในวันหยุด หลีกเลี่ยงสื่อที่เป็นภัยในการพัฒนาการของเด็ก และสิ่งที่สำคัญคือตัวพ่อแม่เองต้องตรวจสอบ ดูแลตนเองและเป็นตัวอย่างที่ดีให้กับเด็กๆ เพราะเด็กอยู่ในช่วงการเรียนรู้ เลียนแบบ รวมถึงการแนะนำให้มีการรวมตัวกันเป็นเครือข่ายครอบครัวเพื่อสร้างเกราะป้องกันสื่อ สิ่งที่ไม่ดีให้กับลูกหลาน
ลักษณะเด่น เป็นการให้ความเข้าใจที่ความกระจ่างชัดในการเลี้ยงดูเด็กๆ ว่าสิ่งใดควรและไม่ควรทำ ความประพฤติและการปฏิบัติตัวของพ่อแม่ การให้ความสำคัญในด้านศีลธรรมมากกว่าวัตถุ
กลุ่มเป้าหมาย พ่อแม่ผู้ปกครอง



ชื่อเรื่อง พออยู่ พอกิน โครงการพระราชดำริกับการสร้างสุขภาพ
ชื่อผู้จัดทำ ดร.สุเมธ ตันติเวชกุล กรรมการและเลขาธิการมูลนิธิชัยพัฒนา
ปีที่พิมพ์ 2545 **ชื่อสำนักพิมพ์**
แหล่งที่มา ปาถกฐาพิเศษ ณัฐ ภมรประวัติ ครั้งที่ 16 สถาบันพัฒนาการสาธารณสุขอาเซียน มหาวิทยาลัยมหิดล
สาระสำคัญ แสดงให้เห็นถึงการได้มาซึ่งคุณประโยชน์จากการมีชีวิตอยู่อย่างพอเพียงนั่นก็คือความสุข ไม่ว่าจะเป็นความสุขทางกาย ความสุขทางใจ ความสุขในระดับสังคม บนพื้นฐานของการมีสติในทุกการกระทำ ไม่น้อยไปหรือมากไป การอยู่อย่างสอดคล้องกับธรรมชาติ ให้การตระหนักรู้ถึงคุณค่าของความเป็นมนุษย์ การอยู่รวมกันเป็นสังคม คุณค่าของสภาพแวดล้อม เพื่อเป็นรากฐานในการพัฒนาที่ยั่งยืน นั่นก็คือการรู้จักขีดความสามารถของตนเอง เข้าใจในวัฒนธรรมความเป็นอยู่ ถิ่นที่อยู่ การใช้ประโยชน์จากสิ่งแวดล้อมที่มีอยู่อย่างพอดี และเน้นไปที่การพัฒนาคนให้มีคุณธรรมเป็นหลักเช่นเดียวกับที่ในหลวงทรงยึดถือปฏิบัติมาเป็นแบบอย่างให้กับคนไทย "เราจะครองแผ่นดินโดยธรรม เพื่อประโยชน์สุขแห่งมหาชนชาวสยาม"
ลักษณะเด่น เป็นการบรรยายที่แสดงให้เห็นภาพที่ชัดเจนถึงวัตถุประสงค์และเป้าหมาย แนวคิดและปรัชญาของในหลวง และให้ความกระจ่างในการสัมสลายของความสุขด้วยการยกตัวอย่างที่เกิดขึ้นในชีวิตของคนยุคสมัยนี้ และวิธีการที่จะได้มาซึ่งความสุขอีกครั้งด้วยความพอเพียง
กลุ่มเป้าหมาย ประชาชนทั่วไป

ชื่อเรื่อง เสวนาเรื่องการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง
ชื่อผู้จัดทำ ศูนย์ส่งเสริมและพัฒนาพลังแผ่นดินเชิงคุณธรรม (ศูนย์คุณธรรม)
ปีที่พิมพ์ 2549 **ชื่อสำนักพิมพ์**
แหล่งที่มา เรียบเรียงจากการกล่าวนำเสวนา โดย ศาสตราจารย์ นายแพทย์ ประเวศ วะสี
สาระสำคัญ ให้ขั้นตอนในการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง โดยการสร้างต้นแบบ เริ่มจากการสร้างความเข้าใจและการเห็นคุณค่าของเศรษฐกิจพอเพียง บนพื้นฐานของศีลธรรม จัดให้มีหลักสูตรปริญญาโท การพัฒนาชุมชนท้องถิ่นเพื่อเป็นฐานของสังคม โดยเอาพื้นที่หรือจังหวัดเป็นตัวตั้งก่อให้เกิดการเรียนรู้ การศึกษาจากชีวิตจริง ที่สำคัญควรมีองค์กรการสื่อสารความดี 24 ชั่วโมง เพื่อสร้างพลังในประเทศ ซึ่งทั้งนี้ต้องอาศัยการทำงานเชิงนโยบายและยุทธศาตร์อย่างต่อเนื่อง เพื่อให้ต้นแบบเกิดการขับเคลื่อน พร้อมๆ กับการแต่งเติมให้สมบูรณ์แบบมากขึ้นเรื่อยๆ
ลักษณะเด่น เป็นการอธิบายที่เป็นขั้นเป็นตอน เนื้อหากระทัดรัด ตัวหนังสืออ่านง่าย
กลุ่มเป้าหมาย ประชาชนทั่วไป

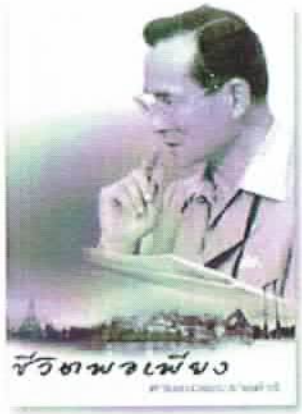
ชื่อเรื่อง เศรษฐกิจพอเพียงภาคปฏิบัติ การพัฒนาอย่างบูรณาการทั้งจังหวัด
ชื่อผู้จัดทำ ศูนย์ส่งเสริมและพัฒนาพลังแผ่นดินเชิงคุณธรรม (ศูนย์คุณธรรม)
ปีที่พิมพ์ 2549 **ชื่อสำนักพิมพ์**
แหล่งที่มา
สาระสำคัญ การพัฒนาอย่างบูรณาการทั้งจังหวัด เป็นการพัฒนาแบบเชื่อมโยงกันในทุกๆ ด้านไม่ว่าจะเป็นด้านส่งเสริมให้ทุกคนมีอาชีพที่สุจริต มีความเป็นอยู่ที่พอเพียง ร่วมคิดร่วมทำร่วมสร้างสรรค์ชุมชนของตนเอง มีการทำแผนแม่บท สร้างเครือข่ายอาชีพต่างๆ ในชุมชนเพื่อการเรียนรู้ร่วมกันในทางปฏิบัติเพื่อพัฒนาชุมชน ให้ความเคารพ ศักดิ์ศรีและคุณค่าความเป็นคน ก่อให้เกิดปัญญาและการสร้างสรรค์ การอยู่ร่วมกันอย่างสันติ เป็นแหล่งให้การเรียนรู้กลายเป็นมหาวิทยาลัยชีวิต มีการเกื้อหนุนกันของภาคธุรกิจและชุมชน มีการประชุมประชาคมเพื่อพัฒนานโยบาย เพื่อความก้าวหน้า และส่งเสริมการวิจัยและการจัดการความรู้ของจังหวัด เพื่อแก้ไขปัญหาเศรษฐกิจ จิตใจ สังคม วัฒนธรรม สุขภาพ ไปพร้อมๆ กัน จนกลายเป็นชุมชนที่พอเพียงและมีความสงบสุข
ลักษณะเด่น เป็นการเสนอแนวความคิดในการพัฒนาชุมชน รากฐานของสังคมได้อย่างเป็นขั้นเป็นตอน เนื้อหากระทัดรัด เข้าใจง่าย อ่านง่าย
กลุ่มเป้าหมาย ประชาชนทั่วไป

ชื่อเรื่อง รู้จักพอเพียง รู้จักความสุข
ชื่อผู้จัดทำ คนชายคลอง
ปีที่พิมพ์ 2549 **ชื่อสำนักพิมพ์** กู๊ดมอร์นิ่ง
แหล่งที่มา
สาระสำคัญ ให้ความเข้าใจ ความหมาย ปรัชญา นิยาม ขอบเขต วิธีการนำเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในทางปฏิบัติเพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อตนเองและสังคม โดยมีคุณธรรมเป็นพื้นฐาน เริ่มที่ให้แต่ละคนมีวิถีชีวิตที่พอเพียง ครอบครัวพอเพียง แล้วจึงค่อยพัฒนาไปสู่การรวมตัวเป็นชุมชนเพื่อการค้า การส่งออก ในระดับประเทศ ซึ่งต้องอาศัยความร่วมมือทั้งภาครัฐ เอกชน และทุกคนในชุมชน จึงจะก่อให้เกิดความเจริญก้าวหน้า การพัฒนาที่สมดุลและยั่งยืน มีระบบภูมิคุ้มกันตนเองในการเปลี่ยนแปลงของกระแสโลกได้อย่างเข้มแข็ง สามารถแข่งขันกับต่างประเทศ
ลักษณะเด่น เป็นการอธิบายพร้อมกับยกตัวอย่างเปรียบเทียบสังคมไทยในปัจจุบันกับในอดีต ซึ่งชี้ให้เห็นถึงความสุขที่ขาดหายไปในการดำเนินชีวิตของคนในปัจจุบัน เมื่อมีระบบทุนนิยม อำนาจนิยม เงินนิยม และความเสื่อมโทรมในทุกๆ ด้านไม่ว่าจะเป็นสุขภาพ เศรษฐกิจ การเมือง สิ่งแวดล้อม ทรัพยากรธรรมชาติ วัฒนธรรม คุณค่าของความเป็นมนุษย์ และคุณธรรม
กลุ่มเป้าหมาย ประชาชนทั่วไป

ชื่อเรื่อง คู่มือสุขภาพครอบครัวสำหรับประชาชน
ชื่อผู้จัดทำ สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร
ปีที่พิมพ์ ไม่ระบุ **ชื่อสำนักพิมพ์** ไม่ระบุ
แหล่งที่มา สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร ศาลาว่าการกรุงเทพมหานคร 2 ดินแดง ถนนมิตรไมตรี แขวงดินแดง เขตดินแดง กรุงเทพมหานคร 10400 โทร 0-2248-4853 โทรสาร 0-2247-6660 www.bma.go.th
สาระสำคัญ แนวทางการดูแลสุขภาพของตนเองและสมาชิกในครอบครัว การเตรียมตัวสำหรับคุณแม่ เด็กทารก วัยรุ่น วัยทำงานจนถึงผู้สูงอายุ รวมทั้งความรู้เรื่องโรคที่น่าสนใจในแต่ละวัย และโรคที่พบบ่อยในแต่ละฤดูกาล การปฐมพยาบาลเบื้องต้น ตู้ยาสามัญประจำบ้าน การออกกำลังกาย เพื่อให้ทุกคนได้มีส่วนร่วมในการส่งเสริมสุขภาพที่เหมาะสม อันจะนำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีและมีความสุขของทุกคนในครอบครัวอย่างยั่งยืนต่อไป .ในส่วนท้ายของคู่มือมีรายละเอียดเกี่ยวกับที่อยู่และเบอร์โทรศัพท์ของศูนย์บริการสาธารณสุขในพื้นที่เขตต่างๆ ของกรุงเทพมหานครสำหรับการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม
ลักษณะเด่น ให้แนวทางในการดูแลสุขภาพของตนเองและครอบครัวตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง โดยเน้นการป้องตนเองสุมากกว่าการรักษา รูปภาพประกอบมีสีสัน มีความหมายและมีสาระชวนให้อ่าน
กลุ่มเป้าหมาย ประชาชนทั่วไปและสมาชิกทุกวัยในครอบครัว

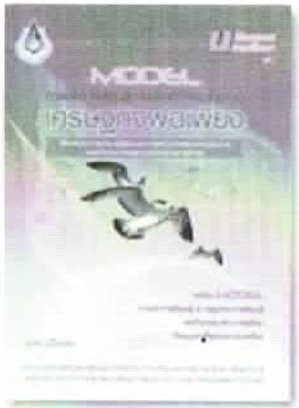
ชื่อเรื่อง ทำบัญชี มีพอใช้ ให้พ่อดู
ชื่อผู้จัดทำ กรมตรวจบัญชีสหกรณ์ กระทรวงเกษตรและสหกรณ์
ปีที่พิมพ์ ไม่ระบุ **ชื่อสำนักพิมพ์** ไม่ระบุ
แหล่งที่มา กรมตรวจบัญชีสหกรณ์ เลขที่ 12 ถนนกรุงเกษม เทเวศร์ กทม. 10200
โทร. 0-2628-5240-59 โทรสาร 0-2628-5002 www.cad.go.th
สาระสำคัญ พระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ เกี่ยวกับการทำบัญชีรับ – จ่าย กิจกรรมทำบัญชี มีพอใช้ ให้พ่อดู ประกอบด้วย การลงบันทึกบัญชีรับจ่ายประจำเดือนของตนเองหรือครอบครัวในสมุดบันทึกทำบัญชี มีพอใช้ ให้พ่อดู เรียนรู้ในการสร้างวินัยทางการเงินจากข้อมูลการใช้จ่ายที่ได้ลงบันทึกบัญชีไว้ ร่วมเขียนคำถวายพระพรลงในไปรษณียบัตรเพื่อเล่าผลที่เกิดจากการได้ทำบัญชีรับจ่าย และได้น้อมนำแนวพระราชดำริมาใช้ในชีวิตประจำวัน
ลักษณะเด่น สร้างแรงบันดาลใจให้คนทำบัญชีรับ-จ่ายเพื่อถวายพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และนำเสนอด้วยรูปแบบที่น่าสนใจและง่ายต่อการนำไปใช้ประโยชน์
กลุ่มเป้าหมาย ประชาชนทั่วไป

ชื่อเรื่อง ตามรอยพ่อสู่วิถีชีวิตเศรษฐกิจพอเพียง
ชื่อผู้จัดทำ กรมตรวจบัญชีสหกรณ์ กระทรวงเกษตรและสหกรณ์
ปีที่พิมพ์ ไม่ระบุ **ชื่อสำนักพิมพ์** ไม่ระบุ
แหล่งที่มา กรมตรวจบัญชีสหกรณ์ เลขที่ 12 ถนนกรุงเกษม เทเวศร์ กทม. 10200
โทร. 0-2628-5240-59 โทรสาร 0-2628-5002 www.cad.go.th
สาระสำคัญ เป็นสื่อประชาสัมพันธ์กิจกรรมบอกรักพ่อด้วยโครงการ ทำบัญชี มีพอใช้ ให้พ่อดู ซึ่งประกอบด้วยกิจกรรมสำคัญ 2 กิจกรรม คือ กิจกรรม ทำบัญชี มีพอใช้ ให้พ่อดู และกิจกรรมเผยแพร่เรื่องราวชีวิตจริง 80 ชีวิต ทำบัญชีมีพอใช้ให้พ่อดู โดยการน้อมนำพระราชดำรัสเกี่ยวกับการทำบัญชีรับ-จ่ายมาปฏิบัติจริงในการสร้างชีวิตที่ดีขึ้นอย่าง พอมี พอกิน พอใช้ ตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียงด้วยการ
ทำบัญชี มีพอใช้ ให้พ่อดู เพื่อถวายเป็นเครื่องราชสักการะเนื่องในวโรกาสที่พระบาทสมเด็จ
พระเจ้าอยู่หัวทรงครองสิราชสมบัติครบ 60 ปี ในปี 2549 และวโรกาสที่ทรงเจริญพระชนมพรรษา
ในปี 2550 โดยบูรณการแนวคิดผ่านกลไกความร่วมมือจากภาคราชการ สถาบันการศึกษา สถาบันเกษตรกร กลุ่มอาชีพ ภาคเอกชน และสื่อมวลชน
เพื่อสร้างวิถีชีวิตเศรษฐกิจพอเพียงด้วยโครงการ
ทำบัญชี มีพอใช้ ให้พ่อดู เพื่อนำประโยชน์สุขสู่ประชาชน
ลักษณะเด่น เนื้อหาสาระเข้าใจได้ง่าย สร้างแรงบันดาลใจในการนำไปปฏิบัติ
กลุ่มเป้าหมาย ประชาชนทั่วไป



ชื่อเรื่อง ชีวิตพอเพียง ตามแนวพระราชดำริ
ชื่อผู้จัดทำ ศูนย์ส่งเสริมการบริหารเงินออมครอบครัว กรุงเทพมหานคร
ปีที่พิมพ์ 2549 **ชื่อสำนักพิมพ์** ไม่ระบุ
แหล่งที่มา สำนักพัฒนาสังคม กองการพัฒนาชุมชน 4095/25-26 ถนนไมตรีจิต 3 แขวงดินแดง เขตดินแดง กทม. 10400 โทร. 0-2247-9454-5 www.bma.go.th/save
สาระสำคัญ เป็นหนังสือที่เกี่ยวข้องกับพระบรมราโชวาทและพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ในการชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง แบบทดสอบวิเคราะห์สุขภาพการเงิน หลักในการออม การเพิ่มรายได้และลดรายจ่าย หลักในการบริหารการเงินและการลงทุน การวางแผนเกษียณอายุ และการลงบัญชีรับจ่ายง่ายๆ
ลักษณะเด่น สร้างความตระหนักและนำเสนอแนวทางที่นำไปปฏิบัติได้ในการเพิ่มรายได้ ลดรายจ่าย การวางแผนการเงิน และสร้างนิสัยการออมแก่คนทั่วไป
กลุ่มเป้าหมาย ประชาชนทั่วไป

ชื่อเรื่อง เศรษฐกิจพอเพียงระดับชุมชน
ชื่อผู้จัดทำ เทศบาลนครปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี
ปีที่พิมพ์ - **ชื่อสำนักพิมพ์** -
แหล่งที่มา -
สาระสำคัญ กองวิชาการและแผนงาน เทศบาลนครปากเกร็ด ได้รวบรวมประเด็นสาระสำคัญเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง ตั้งแต่คำนิยามและหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง การแปลงปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงสู่กิจกรรมการปฏิบัติ การประยุกต์ใช้เศรษฐกิจพอเพียงระดับชุมชน และยกตัวอย่างชุมชนและธุรกิจที่ประสบความสำเร็จตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง อาทิ บ้านม่วงหวาน-โคกเจริญ บ้านอนุรักษ์กระดาษสา โรงพยาบาลเทพธารินทร์ และไทยเพรซิเดนท์ฟูดส์หรือมาม่า พร้อมทั้งให้รายชื่อโครงการที่เกี่ยวข้องกับเศรษฐกิจพอเพียงที่ดำเนินการในเขตเทศบาลนครปากเกร็ดด้วย
ลักษณะเด่น ปูพื้นฐานความเข้าใจเกี่ยวกับหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง นำเสนอเนื้อหาน่าสนใจและมีภาพประกอบในลักษณะรูปเล่มกระทัดรัดเหมาะสำหรับเผยแพร่
กลุ่มเป้าหมาย ประชาชนทั่วไป



ชื่อเรื่อง MODEL การจัดการเรียนรู้ ตามปรัชญาพระราชทาน "เศรษฐกิจพอเพียง"
ชื่อผู้จัดทำ สถาบันส่งเสริมและพัฒนาการอ่านการเรียนแห่งประเทศไทย (สพกท.)
ปีที่พิมพ์ 2550 **ชื่อสำนักพิมพ์** บริษัท สำนักพิมพ์ธารอักษร จำกัด
แหล่งที่มา -
สาระสำคัญ หนังสือที่นำเสนอ MODEL ต่าง ๆ เกี่ยวกับการจัดการเรียนรู้ตามปรัชญาพระราชทาน "เศรษฐกิจพอเพียง" ซึ่งมี MODEL ที่สำคัญตั้งแต่ MODEL เป้าหมายการดำเนินการขับเคลื่อนปรัชญาพระราชทาน "เศรษฐกิจพอเพียง" สู่สังคมไทย MODEL การขับเคลื่อนปรัชญาพระราชทาน "เศรษฐกิจพอเพียง"
สู่สถานศึกษา MODEL การจัดการเรียนรู้ตามปรัชญาพระราชทาน "เศรษฐกิจพอเพียง" 8 กลุ่มสาระการเรียนรู้ และ 1 กลุ่มกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน และ MODEL ขั้นตอนและรูปแบบการจัดทำสาระ
การเรียนรู้ ตามปรัชญาพระราชทาน "เศรษฐกิจพอเพียง." พร้อมทั้งเสนอตัวอย่าง การจัดทำสาระ
การเรียนรู้ ตามปรัชญาพระราชทาน "เศรษฐกิจพอเพียง" ในกรณีต่าง ๆ
ลักษณะเด่น เสนอแนะแนวทางในการจัดการความรู้ตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในสถานศึกษาในรูป MODEL และยกตัวอย่างที่สามารถไปประยุกต์ใช้เพื่อปฏิบัติตามได้จริง
กลุ่มเป้าหมาย อาจารย์ที่สอนระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษา

ชื่อเรื่อง สมุดบัญชีรับ-จ่ายในครัวเรือน
ชื่อผู้จัดทำ เทศบาลนครปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี
ปีที่พิมพ์ - **ชื่อสำนักพิมพ์** -
แหล่งที่มา -
สาระสำคัญ สร้างความตระหนักให้เห็นความสำคัญที่ต้องลงมือทำบัญชี เพื่อที่จะทำให้รู้รายรับ รู้รายจ่าย รู้ต้นทุนกำไร รู้หนี้สิน และรู้จักประหยัด โดยมีแบบฟอร์มการลงบัญชี ประกอบด้วย ข้อมูลส่วนบุคคล ข้อมูลการถือครองที่ดิน ข้อมูลการประกอบอาชีพ และการลงบัญชีรับ-จ่ายในครัวเรือน พร้อมทั้งแสดงตัวอย่างประกอบการอธิบายอย่างชัดเจนถึงวิธีลงรายรับ วิธีลงรายจ่าย วิธีรวมเงินในแต่ละเดือน และมีแบบฟอร์มว่าง ๆ ให้ปฏิบัติตาม
ลักษณะเด่น ทำให้เกิดการตระหนักถึงความสำคัญที่ต้องลงบัญชีรับ-จ่ายในครัวเรือน ซึ่งจะเป็นจุดเริ่มต้นในการนำชีวิตไปสู่ความพอเพียงได้ และสามารถไปปฏิบัติได้จริง
กลุ่มเป้าหมาย ประชาชนโดยทั่วไป

ชื่อเรื่อง สมุดคิดกำไร – ขาดทุนจากการประกอบอาชีพ
ชื่อผู้จัดทำ กรมตรวจบัญชีสหกรณ์ กระทรวงเกษตรและสหกรณ์
ปีที่พิมพ์ ไม่ระบุ **ชื่อสำนักพิมพ์** ไม่ระบุ
แหล่งที่มา กรมตรวจบัญชีสหกรณ์ เลขที่ 12 ถนนกรุงเกษม เทเวศร์ กทม. 10200
โทร. 0-2628-5240-59 โทรสาร 0-2628-5002 www.cad.go.th
สาระสำคัญ พระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ เกี่ยวกับการทำบัญชี วิธีการคิดกำไร-ขาดทุนจากการประกอบอาชีพ ตัวอย่างการคิดกำไร—ขาดทุนจากอาชีพเลี้ยงปลา การวางแผนประกอบอาชีพ แผนการลงทุนประกอบอาชีพ การคิดกำไร-ขาดทุนสำหรับการประกอบอาชีพต่างๆ ได้แก่ อาชีพทำนา ทำสวนยาง ทำไร่ข้าวโพด ทำสวนผัก เลี้ยงโคนม เลี้ยงไก่ เลี้ยงปลา และการทำฟาร์มเห็ด รวมทั้งแบบฟอร์มสำหรับกรอกผลการลงทุนประกอบอาชีพ ซึ่งประกอบด้วยรายรับ-รายจ่าย กำไร-ขาดทุน และรายได้ในแต่ละเดือน
ลักษณะเด่น นำเสนอแนวทางที่สามารถนำไปปฏิบัติได้
กลุ่มเป้าหมาย เกษตรกร

ชื่อเรื่อง สมุดบัญชีรับ – จ่ายในครัวเรือน
ชื่อผู้จัดทำ กรมตรวจบัญชีสหกรณ์ กระทรวงเกษตรและสหกรณ์
ปีที่พิมพ์ ไม่ระบุ **ชื่อสำนักพิมพ์** ไม่ระบุ
แหล่งที่มา กรมตรวจบัญชีสหกรณ์ เลขที่ 12 ถนนกรุงเกษม เทเวศร์ กทม. 10200
โทร. 0-2628-5240-59 โทรสาร 0-2628-5002 www.cad.go.th
สาระสำคัญ พระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ เกี่ยวกับการทำบัญชี ภูมิปัญญาทางบัญชีสร้างวิธีสู่อนาคต แบบฟอร์มเพื่อกรอกข้อมูลส่วนบุคคล ข้อมูลการถือครองที่ดิน ข้อมูลการประกอบอาชีพ ข้อมูลฐานะการเงิน แบบฟอร์มบัญชีรับ – จ่ายในครัวเรือนพร้อมทั้งคำอธิบายในการลงบัญชี
ในส่วนท้ายมีพื้นที่ว่างสำหรับการจดบันทึกช่วยจำ และรายชื่อและเบอร์โทรศัพท์ของสำนักงานตรวจบัญชีสหกรณ์จังหวัดในพื้นที่ และเว็บไซต์เพื่อสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม
ลักษณะเด่น จุดประกายให้ผู้อ่านเห็นความสำคัญและประโยชน์ของการทำบัญชีรับ-จ่ายในครัวเรือน รวมทั้งเสนอแนวทางที่สามารถนำไปปฏิบัติได้จริง
กลุ่มเป้าหมาย ประชาชนทั่วไป

ครอบครัวกับความพอเพียง
e-family Learning

บทความวิชาการ

หน้าแรก
พระราชดำรัสเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง
แนวคิดครอบครัวกับความพอเพียง
แนะนำหนังสือคู่มือความพอเพียง

บทความที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่คัดสรรมานำเสนอเป็นบทความที่ใช้ภาษาเข้าใจง่าย ซึ่งมีความหมายเชื่อมโยงในหลายมิติทั้งทางด้านการเกษตร การศึกษา ครอบครัว เศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม และศาสนา โดยแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่ บทความทั่วไป เป็นข้อเขียนที่ปรากฏในหนังสือพิมพ์ โดยผู้เขียนที่มีประสบการณ์ตรงในเรื่องเศรษฐกิจพอเพียง และ บทความวิชาการ เป็นข้อเขียนที่ปรากฏในวารสารวิชาการ มีการศึกษาค้นคว้าและเรียบเรียงโดยอ้างอิงหลักสูตรทางวิชาการ

บทความทั่วไป

- เศรษฐกิจพอเพียง คืออะไร อ่านต่อ...
- เศรษฐกิจพอเพียงกับทฤษฎีตามแนวพระราชดำริ อ่านต่อ...

บทความวิชาการ

- การพัฒนาสุขภาพคนไทยในยุคโลกาภิวัตน์ อ่านต่อ...

บทความวิชาการ

บทสัมภาษณ์ ครอบครัวพอเพียง

แนะนำเว็บไซต์

- เศรษฐกิจพอเพียงกับการวางรากฐานธุรกิจระยะยาว อ่านต่อ...

ครอบครัวกับความพอเพียง : e-Family Learning

0001788 คนเยี่ยมชม

โครงการวิจัย การพัฒนาความรู้และสารสนเทศเพื่อการเรียนรู้ครอบครัวศึกษา : ครอบครัวกับความพอเพียง
ศูนย์วิจัยและพัฒนาครอบครัวไทย
สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี
โทรศัพท์. 503-3573 โทรสาร. 503-3639

เศรษฐกิจพอเพียง คืออะไร
ดย สุภาคย์ อินทองคง

เศรษฐกิจพอเพียง คืออะไร?

โดย สุภาคย์ อินทองคง- [23 ม.ค. 49, 12:09 น.]

เศรษฐกิจพอเพียง เป็นปรัชญาชี้ถึงแนวการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุกระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชนจนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาและการบริหารประเทศให้ดำเนินไปในทางสายกลาง โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจเพื่อให้ก้าวทันต่อยุคโลกาภิวัฒน์

ความพอเพียง หมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผล รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควรต่อการมีผลกระทบใด ๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอกและภายใน

ทั้งนี้ จะต้องอาศัยความรอบรู้ ความรอบคอบ และความระมัดระวัง อย่างยิ่งในการนำวิชาการต่าง ๆ มาใช้ในการวางแผน และการดำเนินการทุกขั้นตอน

และขณะเดียวกัน จะต้องเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของคนในชาติ โดยเฉพาะเจ้าหน้าที่ของรัฐ นักทฤษฎี และนักธุรกิจในทุกระดับให้มีสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต และให้มีความรอบรอบรู้ที่เหมาะสม ดำเนินชีวิตด้วยความอดทน มีความเพียรพยายามมีสติปัญญา และความรอบคอบ เพื่อให้สมดุลและพร้อมต่อการรองรับความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว และกว้างขวางทั้งด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมจากโลกภายนอกได้เป็นอย่างดี" (เกษม วัฒนชัย,2548,หน้า 16-17)

ถอดสาระจาก

ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

1. **แนวคิดหลัก** "แนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติของประชาชนทุกระดับตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชนและระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาและการบริหารประเทศให้ดำเนินไปในทางสายกลาง โดยเฉพาะในการพัฒนาเศรษฐกิจ เพื่อให้ก้าวทันต่อโลก ยุคโลกาภิวัฒน์" (การสร้างขบวนการขับเคลื่อน...เศรษฐกิจพอเพียง หน้า 13)

. วิเคราะห์สาระของหลักคิด

1) แกนของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง คือ การารงอยู่และการปฏิบัติตนตามทางสายกลาง

2) ผู้ที่ต้องปฏิบัติ คือ ประชาชนในชาติทุกะดับ หน่วยทางสังคม คือ

- ระดับครอบครัว
- ระดับชุมชน และ
- ระดับรัฐ

นั่นหมายความว่า บุคคลและองค์กรทางสังคมงภาครัฐและภาคประชาชนทุกภาคส่วน ทุกหน่วยะดับจะต้องดำรงอยู่และปฏิบัติตนตามทางสายกลาง

3) ยิ่งเรื่องการพัฒนาเศรษฐกิจ จะต้องเน้นป็นพิเศษ คือ ต้องนำเอาหลักปฏิบัติปรัชญา "ทางสายลาง" นี้มาใช้ เป็นฐานคิด ฐานทำแผนพัฒนาศรษฐกิจ และสังคมของทุกองค์กร และทุกระดับ

. ทางสายกลางคืออะไร และอย่างไร? คือ ทางชีวิตองมนุษย์และสังคมที่ถูกต้องเหมาะสม สอดคล้องกับวามเป็นจริง ตามกฎธรรมชาติ ที่มีอยู่ เป็นอยู่ ทั้งที่วมนุษย์ และรอบ ๆ ตัวมนุษย์

เฎธรรมชาติที่เป็นอยู่คืออะไร

อ กฎแห่งความไม่เที่ยงแท้แน่นอน ทนอยู่นานลอดไปตามความต้องการของมนุษย์ไม่ได้ และหาวัตนที่แน่นอนไม่ได้ เพราะมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ลอดเวลาตามปัจจัยที่มีอยู่

มนุษย์ในฐานะเป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ และต้องอยู่ภายใต้กฎธรรมชาติ จะต้องปฏิบัติอย่างไร จึงจะถูกต้อง พอดี มีความศานติสุขได้

จะต้องปฏิบัติตนดำรงตนตามกฎธรรมชาติไม่ฝืนกฎไม่ฉีกกฎธรรมชาติ ซึ่งไม่เข้าใครออกใครแต่เป็นกลางเสมอ

กฎธรรมชาติที่ไม่เข้าใครออกใครนี้ ภาษาธรรม ท่านเรียกว่า มัชเฌนธรรม แปลว่า ธรรมที่เป็นกลาง หรือหลักความจริงที่เป็นกลางตามธรรมชาติ (พระธรรมปิฎก ประยุทธ ปยุตฺโต,257)

4. มนุษย์ / สังคมมนุษย์จะเดิน/ปฏิบัติตามทางสายกลาง หรือ หลักความจริงที่เป็นกลางตามธรรมชาติ ได้อย่างไร จะปฏิบัติได้ก็ต่อเมื่อได้เรียนรู้ ได้เข้าใจ ได้เข้าถึงธรรม คือ ความจริงนั้น จึงจะปฏิบัติให้สอดคล้องถูกต้องได้

ที่ว่า ได้เรียนรู้ได้เข้าใจ ได้เข้าถึง และได้ปฏิบัติตามนั้นอย่างไร ?

คือ ได้ฝึกจิต ฝึกความคิด ความเห็นของตนให้คิดถูกเห็นถูก ตามความเป็นจริง หรือตามกฎธรรมชาติที่ว่านั้น เรียกในภาษาธรรมว่า ปัญญาสิกขา คือ การฝึกอบรมจิตจนเกิดปัญญาแสงสว่าง

คือ ได้ฝึกจิตให้เกิดความเพียรพยายาม ให้แน่วแน่ มั่นคง ไม่วอกแวกโลเล มีสติคอยกำกับ เพื่อให้เป็นปัจจัยเกิดปัญญา หรือ แสงสว่างขึ้นในจิต ภาษาธรรมเรียกว่า จิตสิกขา คือ การฝึกฝนจิตให้เกิดความสงบแน่วแน่ มั่นคง

คือ ได้ฝึกกาย ฝึกวาจา ให้ทำให้พูด ในสิ่งที่มีสาระเป็นจริง ไม่เป็นพิษภัยกับตนเองและผู้อื่น ไม่สร้างไม่เสพสิ่งที่ก่อปัญหาแก่กายใจตนเอง และผู้อื่นและสิ่งอื่น มุ่งพากายใจเข้าสู่ความสงบเย็น เพื่อเกิดแสงสว่าง คือ ปัญญาต่อไป ภาษาธรรมท่านเรียกว่า ศีลสิกขา คือ การฝึกกายวาจาให้สะอาดหมดจด

ในทางปฏิบัติจะต้องทำให้ครบวงจร และขับเคลื่อนหรือพัฒนาอย่างต่อเนื่อง จนเกิดความก้าวหน้า และเข้าถึงความจริงได้ตามลำดับ และตามศักยภาพของผู้ฝึก ผู้ศึกษา

นี้คือ คำอธิบาย เรื่องทางสายกลาง พอสังเขปที่ปราชญ์ทั้งหลายเขาอธิบายไว้

คนใด ครอบครัวใด ชุมชนใด รัฐใด เดินตามทางสายกลางที่ว่านี้ ได้ชื่อว่าเป็นผู้ปฏิบัติตนตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ถอดสาระหลักการเศรษฐกิจพอเพียง

1. หลักการ "ความพอเพียง หมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผล รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอ สมควรต่อการมีผลกระทบใด ๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลง ทั้งภายในและภายนอก"

2. วิเคราะห์สาระของหลักการ

แกนของหลักการเศรษฐกิจพอเพียง คือ "ความพอเพียง" ซึ่งอธิบายว่า ได้แก่

(1) ความพอประมาณ ได้แก่ ความพอดี ไม่มาก ไม่น้อยเกิน โดยเฉพาะในการอุปโภคบริโภคปัจจัยต่าง ๆ ในการดำรงชีพ เช่น กินพอประมาณ ดื่มพอประมาณ ใช้พอประมาณ ก็คือ กินดื่มใช้แต่พอดี พอเหมาะกับความต้องการของร่างกาย ขององค์กร ที่เรียกว่า กินเป็น ใช้เป็น อย่างประหยัด มัธยัด

2) ความมีเหตุผล ได้แก่ การคิด การพูด และการทำ นฐานของความรู้ที่มาและที่ไป ของเรื่องนั้น ๆ ว่าเป็น ย่างไร มีเหตุปัจจัยอะไรเป็นตัวก่อให้เกิดจะหลุดออก กเหตุนั้น ได้โดยอาศัยช่องทางใด และจะใช้วิธีการใด ารรู้เหตุรู้ผล ที่ว่านี้จะช่วยให้แก้ไขปัญหาต่าง ๆ ได้ ละพัฒนาเรื่องต่าง ๆ ได้สำเร็จมากขึ้น

3) การมีระบบคุ้มกันผลกระทบ ทั้งจากภายใน และ ายนอก ได้แก่ ความไม่ประมาทขาดสติ จะคิด จะทำ ะพูด อะไรต้องระมัดระวัง ไม่ผลีผลามด่วนได้ ต้องรู้ ขา รู้เรา โดยเฉพาะผู้นำทุกระดับจะต้องตั้งตนอยู่ใน วามไม่ประมาท ต้องพร้อมที่จะรับและรุกได้เสมอ พราะปรากฏการณ์ทั้งทางสังคมวัฒนธรรม และ รรมชาติมีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอตามกฎธรรมชาติ ึงเห็นได้ว่า หลักการเศรษฐกิจพอเพียง นั้น โดย ท้จริงแล้ว มิใช่มีวงจำกัดอยู่เฉพาะด้านเศรษฐกิจ แต่ ะครอบคลุมทุกส่วนของการดำรงชีวิตของคนในสังคม ึงคำอธิบายลักษณะของเศรษฐกิจพอเพียง ของ าสตราจารย์นายแพทย์ประเวศ วะสี ที่ว่า

เศรษฐกิจพอเพียง ไม่เน้นเอาเงินเป็นตัวตั้ง แต่ นันที่ความเป็นผู้เจริญทุกด้าน เช่น การพึ่งตนเอง วามเพียร ความประหยัด ความมีเหตุผล ความ อประมาณ หรือมัธฌิมาปฏิทา การต้องใช้ความรู้ การ ีสติ การมีปัญญา โดยสรุป ต้องมีความถูกต้องในทุก) ด้าน แม้ใช้คำว่าเศรษฐกิจ เศรษฐกิจพอเพียง ไม่ใช่ เรื่องเศรษฐกิจอย่างเดียว แต่เป็นวิถีชีวิต แห่งความ พอเพียง เป็นเศรษฐกิจธรรมนิยม เป็นเศรษฐกิจ วัฒนธรรม เป็นวิถีชีวิตที่มีศีลธรรม อันนำไปสู่สุขภาวะ ควา มสมดุลเป็นธรรม และความร่มเย็น เป็นสุข" (ประเวศ วะสี , 2547 หน้า...)

ถอดสาระเป้าประสงค์ของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

1. เป้าประสงค์ "ให้สมดุลและพร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและกว้างขวางทั้งด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมจากภายนอกได้เป็นอย่างดี"

2. วิเคราะห์เป้าประสงค์

แกนของเป้าประสงค์ของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง คือ "ความสมดุลและความพร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและกว้างขวาง"

.คร อะไร สมดุล และพร้อม? คน ครอบครัว ชุมชน ประเทศชาติ (รัฐ) หรือ ทุกภาคส่วนสมดุล และพร้อม ดุลยภาพและเอกภาพ)

สมดุล คือ ไม่หนักไปข้างใดข้างหนึ่ง หรือด้านใดด้านหนึ่ง หรือไม่ขาด ไม่เกิน แต่พอเหมาะ พอดี เชื่อมต่อกันเป็นเอกภาพ เป็นหนึ่งเดียวได้ ซึ่งจะส่งผลให้เกิดพลัง

พร้อม คือ เมื่อมีความสมดุลมีพลัง ก็พร้อมที่จะรองรับกับความเปลี่ยนแปลงทั้งด้านสังคมวัฒนธรรม และธรรมชาติได้

จนที่มีความสมดุลด้านกายใจ หรือสุขภาพกาย สังคม .จ จิตวิญญาณ ก็จะเกิดความพร้อมที่จะต่อสู้กับโรคภัยทั้งข้างในและนอกกายใจได้

ครอบครัว ชุมชน รัฐ ก็เช่นกัน ถ้ามีความสมดุลทุกภาคส่วน คือ ทรัพยากรธรรมชาติ คน สังคม และภูมิรู้ ภูมิปัญญา และภูมิธรรม ก็พร้อมที่จะต่อสู้กับความเปลี่ยนแปลงทุก ๆ ด้านได้ ทั้งภายนอกและภายใน

ความสมดุลและความพร้อมที่ว่านี้ มีไว้เพื่อรองรับหรือต่อสู้กับอะไร? มีไว้ต่อสู้หรือรองรับกับเรื่อง / สิ่งต่อไปนี้ที่มาจากภายนอกสังคมเรา คือ

1. วัตถุสิ่งของ หรือที่เรียกกันว่าเทคโนโลยี นวัตกรรมต่างๆ ที่ไหลเข้ามา เพราะเกิดภาวะโลกไร้พรมแดนมีการเปิดประตูการค้าเสรี เป็นต้น เช่น กรณีมือถือ เกมเพลย์ต่างๆ เป็นต้น

2. สังคม คือ รูปแบบความคิดและพฤติกรรม ความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ด้วยกัน ระหว่างเพศ ระหว่างวัย ระหว่างกลุ่ม ระหว่างองค์กร ก็จะถูกผลักเข้ามาจากภายนอกสังคม / ชุมชน ครอบครัว เป็นต้น ถ้าไม่มีมาตรการ ระวังป้องกัน กลั่นกรอง ก็จะพบกับอันตรายได้ง่าย เช่น ความสัมพันธ์ระหว่างครูกับศิษย์ พ่อแม่กับลูก นายจ้างกับลูกจ้าง

3. สิ่งแวดล้อม ประเทศด้อยพัฒนา หรือกำลังพัฒนาที่ว่า นั้น เป็นที่หมายตาของประเทศพัฒนาที่จะขยายฐานการผลิตด้านอุตสาหกรรมมาทดลอง โดยอ้างว่าต้นทุนต่ำจะได้ สินค้าราคาถูก แต่มีตัวร้ายแอบแฝงอยู่ด้วย คือ กากของอุตสาหกรรม เศษของอุตสาหกรรม ซึ่งส่งผลเป็นพิษภัยต่อคนในท้องถิ่น นั้น อย่างมโหฬาร จะทำอย่างไร ต้องระวังอย่างหนัก ไม่คิดจะได้จะเอาแต่ประโยชน์จากมุมเดียว

4. วัฒนธรรม คือ วิธีคิดและรูปแบบปฏิบัติในชีวิตประจำวันของมนุษย์ ที่แตกต่างกัน มีระดับสูง-ต่ำกว่ากัน เมื่อมีการเปิดพรมแดนด้านต่างๆ มีด้านการค้า การท่องเที่ยว เป็นต้น วัฒนธรรมของแต่ละกลุ่มคนก็จะไหลเข้าหากัน เสมือนน้ำสึนามิ (Stunami) ที่พาเอาทั้งของดีของเสียติดมาด้วยมากมาย จึงต้องระมัดระวัง

ต้องไม่ประมาทเผอเรอกับภาวะการเปลี่ยนแปลงวัฒนธรรมของโลก

ถอดสาระเงื่อนไขปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

1. เงื่อนไข

1) "จะต้องเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของคนในชาติ โดยเฉพาะเจ้าหน้าที่ของรัฐ นักทฤษฎีและนักธุรกิจให้มีสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต และให้มีความรอบรู้ที่ เหมาะสม"

2) "ดำเนินชีวิตด้วยความอดทน มีความเพียร มีสติ และความรอบคอบ"

3) "จะต้องอาศัยความรอบรู้ ความรอบคอบ และความระมัดระวังอย่างยิ่งในการนำวิชาการต่างๆ มาใช้ในการวางแผนและการดำเนินการทุกขั้นตอน"

2. วิเคราะห์สาระของเงื่อนไข ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

เพื่อให้เกิดผลเป็นความสมดุลและความพร้อมตามหลักคิด หลักการ และเป้าประสงค์ดังกล่าวจะต้องปฏิบัติการตามเงื่อนไขหรือมาตรการต่อไปนี้

1. พัฒนาคนให้มีความรู้ (ปัญญา) ดี
2. พัฒนาคนให้มีความคิด (สมาธิ) ดี
3. พัฒนาคนให้มีความประพฤติ (ศีล) ดี

จะเห็นได้ชัดเจนว่า

แกนของเงื่อนไขปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง คือ การพัฒนาคน ใน 3 ด้านหลัก คือ พัฒนากาย วาจา พัฒนาใจ และพัฒนาจิตวิญญาณตามหลักคิดและหลักปฏิบัติพัฒนาคนของปราชญ์

- เงื่อนไขข้อ 1 คือ การพัฒนาพฤติกรรม หรือการกระทำของคน
- เงื่อนไขข้อ 2 คือ การพัฒนาความคิดของคน
- เงื่อนไขข้อ 3 คือ การพัฒนาจิตวิญญาณ (ปัญญา) ของคน

และกลุ่มคนที่ทรงห่วงใย จะต้องแก้ไขก่อน คือ กลุ่มข้าราชการ (ประจำ+การเมือง) กลุ่มนักวิชาการ (ทฤษฎี) และกลุ่มนักธุรกิจ ซึ่งก็คือกลุ่มแกนนำของสังคมทั้งหมด ทั้งภาคราชการ ภาควิชาการและภาคธุรกิจเอกชน กลุ่มนี้คือฟันเฟืองใหญ่ของสังคม ถ้ากลุ่มนี้ยังไม่ได้รับการแก้ไข ก็ยากที่จะทำอะไรให้สำเร็จได้

ึ่งหมายความว่า กลุ่มนี้จะต้องเข้าใจปรัชญาเศรษฐกิจ
งอเพียง เป็นกลุ่มแรกๆ ก็ว่าได้

ริยธรรมพื้นฐานที่คนเหล่านี้ต้องมี คือ ความซื่อสัตย์
ุจริต และความรอบรู้ที่เหมาะสม

ำวนเงื่อนไขข้อ ที่ 2 นั้น จะเห็นชัดว่าจะเน้นที่ตัว
ุณธรรม (สมาธิ) คือ ความอดทน ความมีวิริยะ
ุตสาหะ ความมีสติสัมปชัญญะ ซึ่งถือว่าเป็นคุณธรรม
ี่ผู้นำและประชาชนทุกคนจะต้องเรียนรู้และทำให้มีให้
กิดขึ้นในตน ในครอบครัว ในชุมชน ในองค์กรใน
ำน่วยงานให้ได้

ณะที่เงื่อนไขข้อ 3 จะเห็นชัดว่าจะเน้นที่ตัวความรู้
หรือตัวปัญญา) ทรงเป็นห่วงเรื่องความรู้ที่ขาดปัญญา
อ ความเห็นแจ้งเห็นจริงในเรื่องนั้น ๆ โดยเฉพาะใน
ารกำหนดนโยบายสาธารณะ แผนงานพัฒนาต่างๆ
าจะต้องระมัดระวังอย่างยิ่ง เพราะถ้าผิดพลาดขึ้น
าแล้ว จะส่งผลเสียหายต่อสังคมประเทศชาติสูงมาก
งนั้น ในการคิดการวางแผนและการปฏิบัติตามแผน
กขั้นตอนจะต้องอยู่บนฐานของความรู้จริง หรือฐาน
องปัญญาให้มากที่สุด ไม่ใช่คิดปุบทำปับ โดยไม่มี
วามรู้อะไรรองรับเลย พระองค์เองนั้นจะทรงตัดสิน
ระทัย ทำอะไรจะต้องค้นหา ความรู้มารองรับเสมอ
พราะความรู้นำเข้านั้นบริบทจะต่างกัน

สรุป

นี้คือ บทสรุปที่ผู้เขียนเรียนรู้ได้จากเอกสาร เพื่อจะตอบโจทย์เบื้องต้นว่า ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงคืออะไร ใคร ที่ไหน อย่างไร ซึ่งก็พบว่าพบ คำตอบหลักๆ ดังนี้

1. ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง คือ หลักคิด หลักปฏิบัติ พัฒนาตามหลักมัชเฌนธรรม คือ ธรรมที่เป็นกลางหรือหลักความจริงที่เป็นกลางตามธรรมชาติ ได้แก่ หลักคิด หลักปฏิบัติที่ต้องคำนึงถึงความจริงของความเป็นมนุษย์และสิ่งรอบ ๆ ตัวมนุษย์ที่เรียกว่าธรรมชาติ

2. ในการจะปฏิบัติการตามหลักคิดเศรษฐกิจพอเพียงได้นั้น จะต้องปฏิบัติตามหลักการ 3 ข้อ ที่เรียกว่า "ความพอเพียง" คือ ต้องมี "ความพอประมาณ" มี "ความมีเหตุผล" และมี "ระบบคุ้มครองผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงทั้งจากภายในและภายนอก"

3. ในการปฏิบัติตามหลักคิดเศรษฐกิจพอเพียงนั้น จะต้องมีเป้าประสงค์ คือ มุ่งให้เกิด ให้มีความสมดุลและความพร้อม ต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและกว้างขวางของสังคมโลกทั้งในด้านวัตถุ

(เทคโนโลยี) สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมจากภายนอก

4. ในการปฏิบัติตามหลักคิด หลักการ เพื่อบรรลุเป้าประสงค์นั้น จะต้องทำตามมาตรการและเงื่อนไขในการพัฒนาคนและสังคมใน 3 ด้าน หลัก คือ ด้านพฤติกรรม (จริยธรรม) ด้านความคิด (คุณธรรม) และด้านความรู้ (ปัญญา)

5. ในการจะผลักดันให้สังคมไทยเดินตามทางสายกลางหรือปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงได้ กลุ่มเป้าหมายแรกที่ต้องเน้นคือ กลุ่มแกนนำของสังคม กลุ่มเจ้าหน้าที่ของรัฐ (ราชการ) นักทฤษฎี (นักวิชาการ) นักธุรกิจ เพราะกลุ่มเหล่านี้จะเป็นผู้คิดนโยบาย คิดแผนพัฒนา และดำเนินการกิจกรรมต่างๆ ของประเทศ ส่วนกลุ่มอื่น ๆ คือ กลุ่มประชาชนจะเป็นกลุ่มรอง หรือกลุ่มตามองค์ความรู้เรื่องปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง และแนวปฏิบัติที่กล่าวถึงในบทความนี้ คือ ฐานรู้ ฐานคิดเบื้องต้นของพวกเราทุกคนที่จะต้องหาทางแปลงลงสู่การปฏิบัติในลักษณะและรูปแบบต่างๆ กันต่อไป

เอกสารอ้างอิง

1. พระธรรมปิฎก (ประยุทธ ปยุตฺโต) พุทธธรรม (ฉบับเดิม) พิมพ์ครั้งที่ 13 กรุงเทพ, 2546.

2. ประเวศ วะสี ยุทธศาสตร์รัตนโกสินทร์ กรุงเทพฯ, 2547.

3. เกษม วัฒนชัย เศรษฐกิจพอเพียง กรุงเทพฯ. 2548.

ครอบครัวกับความพอเพียง
e-family Learning

บทความวิชาการ

หน้าแรก

พระราชดำรัสเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง

แนวคิดครอบครัวกับความพอเพียง

เศรษฐกิจพอเพียงกับทฤษฎีตามแนวพระราชดำริ

โดย สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ

เศรษฐกิจพอเพียงกับทฤษฎีตามแนวพระราชดำริ

เศรษฐกิจพอเพียงและแนวทางปฏิบัติของทฤษฎีใหม่เป็นแนวทางในการพัฒนาที่นำไปสู่ความสามารถในการพึ่งตนเองในระดับต่างๆ อย่างเป็นขั้นตอน โดยลดความเสี่ยงเกี่ยวกับความผันแปรของธรรมชาติ หรือ การเปลี่ยนแปลงจากปัจจัยต่างๆ โดยอาศัยความพอประมาณและความมีเหตุผล การสร้างภูมิคุ้มกันที่ดี มีความรู้ความเพียรและความอดทน สติและปัญญา การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และความสามัคคี

เศรษฐกิจพอเพียงมีความหมายกว้างกว่าทฤษฎีใหม่โดยที่ เศรษฐกิจพอเพียงเป็นกรอบแนวคิดที่ชี้บอกหลักการและแนวทางปฏิบัติของทฤษฎีใหม่ ในขณะที่แนวพระราชดำริเกี่ยวกับทฤษฎีใหม่ หรือเกษตรทฤษฎีใหม่ซึ่งเป็นแนวทางการพัฒนา

แนะนำหนังสือ
คู่มือความพอเพียง

บทความวิชาการ

บทสัมภาษณ์
ครอบครัวพอเพียง

แนะนำเว็บไซต์

ภาคเกษตรอย่างเป็นขั้นตอนนั้นเป็นตัวอย่างการใช้หลักเศรษฐกิจพอเพียงในทางปฏิบัติที่เป็นรูปธรรมเฉพาะในพื้นที่ที่เหมาะสม

ทฤษฎีใหม่ตามแนวพระราชดำริ อาจเปรียบเทียบกับหลักเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งมีอยู่ 2 แบบ คือ แบบพื้นฐานกับแบบก้าวหน้า ได้ดังนี้

ความพอเพียงในระดับบุคคลและครอบครัวโดยเฉพาะเกษตรกร เป็นเศรษฐกิจพอเพียงแบบพื้นฐานเทียบได้กับทฤษฎีใหม่ขั้นที่ 1 ที่มุ่งแก้ปัญหาของเกษตรกรที่อยู่ห่างไกลแหล่งน้ำ ต้องพึ่งน้ำฝนและประสบความเสี่ยงจากการที่น้ำไม่พอเพียง แม้กระทั่งสำหรับการปลูกข้าวเพื่อบริโภค และมีข้อสมมุติว่า มีที่ดินพอเพียงในการขุดบ่อเพื่อแก้ปัญหาในเรื่องดังกล่าว จากการแก้ปัญหาความเสี่ยงเรื่องน้ำ จะทำให้เกษตรกรสามารถมีข้าวเพื่อการบริโภคยังชีพในระดับหนึ่งได้ และใช้ที่ดินส่วนอื่นๆ สนองความต้องการพื้นฐานของครอบครัว รวมทั้งขายในส่วนที่เหลือเพื่อมีรายได้ที่จะใช้เป็นค่าใช้จ่ายอื่นๆ ที่ไม่สามารถผลิตเองได้ ทั้งหมดนี้เป็นการสร้างภูมิคุ้มกันในตัวให้เกิดขึ้นในระดับครอบครัว

อย่างไรก็ตาม แม้กระทั่ง ในทฤษฎีใหม่ขั้นที่ 1 ก็จำเป็นที่เกษตรกรจะต้องได้รับความช่วยเหลือจากชุมชน ราชการ มูลนิธิ และภาคเอกชน ตามความเหมาะสม

ความพอเพียงในระดับชุมชนและระดับองค์กรเป็นเศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้า ซึ่งครอบคลุมทฤษฎีใหม่ขั้นที่ 2 เป็นเรื่องของการสนับสนุนให้เกษตรกรรวมพลังกันในรูปกลุ่มหรือสหกรณ์ หรือ การที่ธุรกิจต่างๆ รวมตัวกันในลักษณะเครือข่ายวิสาหกิจ กล่าวคือ เมื่อสมาชิกในแต่ละครอบครัวหรือองค์กรต่างๆ มีความพอเพียงขั้นพื้นฐานเป็นเบื้องต้นแล้วก็จะรวมกลุ่มกันเพื่อร่วมมือกันสร้างประโยชน์ให้แก่กลุ่มและส่วนรวมบนพื้นฐานของการไม่เบียดเบียนกัน การแบ่งปันช่วยเหลือซึ่งกันและกันตามกำลังและความสามารถของตนซึ่งจะสามารถทำให้ชุมชนโดยรวมหรือเครือข่ายวิสาหกิจนั้นๆ เกิดความพอเพียงในวิถีปฏิบัติอย่างแท้จริง

ความพอเพียงในระดับประเทศ เป็นเศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้า ซึ่งครอบคลุมทฤษฎีใหม่ขั้นที่ 3 ซึ่งส่งเสริมให้ชุมชนหรือเครือข่ายวิสาหกิจสร้างความร่วมมือกับองค์กรอื่นๆ ในประเทศ เช่น บริษัทขนาดใหญ่ ธนาคาร สถาบันวิจัย เป็นต้น การสร้างเครือข่ายความร่วมมือในลักษณะเช่นนี้จะเป็นประโยชน์ในการสืบทอดภูมิปัญญา แลกเปลี่ยนความรู้ เทคโนโลยี และบทเรียนจากการพัฒนา หรือ ร่วมมือกันพัฒนา ตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง ทำให้ประเทศอันเป็นสังคมใหญ่ซึ่งประกอบด้วยชุมชน องค์กรและธุรกิจต่าง ๆ ที่ดำเนินชีวิตอย่างพอเพียง กลายเป็นเครือข่ายชุมชนพอเพียงที่เชื่อมโยงกันด้วยหลักไม่เบียดเบียนแบ่งปัน และช่วยเหลือ ซึ่งกันและกันได้ในที่สุด

".....ขอให้ทุกคนมีความปรารถนาที่จะให้เมืองไทย พออยู่พอกิน มีความสงบและทำงานตั้งอธิษฐาน ตั้งปณิธานในทางนี้ที่จะให้เมืองไทยอยู่แบบพออยู่พอกิน ไม่ใช่ว่าจะรุ่งเรืองอย่างยอด แต่ว่ามีความพออยู่พอกิน มีความสงบเปรียบเทียบกับประเทศอื่นๆ ถ้าเรารักษาความพออยู่พอกินนี้ได้ เราก็จะยอดยิ่งยวดได้.....

ฉะนั้นถ้าทุกท่านซึ่งถือว่าเป็นผู้ที่มีความคิดและมีอิทธิพลมีพลังที่จะทำให้ผู้อื่น ซึ่งมีความคิดเหมือนกัน ช่วยกันรักษาส่วนรวมให้อยู่ดีกินดีพอสมควร ขอย่าพอควร พออยู่พอกิน มีความสงบ ไม่ให้คนอื่นมาแย่งคุณสมบัตินี้จากเราไปได้ ก็จะเป็นขอขวัญวันเกิดที่ถาวร ที่จะมีคุณค่าอยู่ตลอดกาล"

พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา

23 ธันวาคม 2542

« ย้อนกลับ - ถัดไป »

ครอบครัวกับความพอเพียง : e-Family Learning
0001810 คนเยี่ยมชม

โครงการวิจัย การพัฒนาความรู้และสารสนเทศเพื่อการเรียนรู้ครอบครัวศึกษา : ครอบครัวกับความพอเพียง
ศูนย์วิจัยและพัฒนาครอบครัวไทย
สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี
โทรศัพท์. 503-3573 โทรสาร. 503-3639

วารสารโรคและภัยสุขภาพ สคร.8 Journal of Disease and Health Risk DPC.8
ปีที่ 2 ฉบับที่ 3 มิ.ย.- ก.ย. 2551 Volume 2 No. 3 June – September 2008

การพัฒนาสุขภาพของคนไทยในยุคโลกาภิวัตน์

ท่ามกลางการพัฒนาและความเจริญทางเศรษฐกิจก่อให้เกิดผลพวงที่ตามมาคือ ปัญหาทางสังคมต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นปัญหายาเสพติด ปัญหาความรุนแรงที่มีต่อเด็ก สตรี อาชญากรรม คนชราที่ถูกทอดทิ้ง สตรีถูกกีดกัน โรคภัยไข้เจ็บที่เกิดขึ้นใหม่ หรือโรคที่กลับเป็นซ้ำ รวมทั้งโรคที่เกิดจากวิถีชีวิต หรือพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้องของประชาชนเอง รวมถึงความทรุดโทรมทางระบบนิเวศและสิ่งแวดล้อมที่ทวีความรุนแรงมากขึ้น ควบคู่มากับการพัฒนาที่เพิ่มขึ้น

ในยุคโลกาภิวัตน์ มีการใช้เทคโนโลยีและวิทยาการสมัยใหม่ที่ตอบสนองความต้องการของมนุษย์ในด้านความสะดวก สบายในการดำรงชีวิต มนุษย์ต้องการวัตถุและเน้นค่านิยมในการบริโภควัตถุมากขึ้น ความทันสมัยมีมากขึ้น ในขณะเดียวกันความสับสนวุ่นวาย ความตึงเครียดและความยุ่งเหยิงในจิตใจก็มีมากขึ้นด้วย

การพัฒนาหรือแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นย่อมมีทางเลือกหลายทางแต่การพัฒนาที่ยั่งยืนต้องพัฒนาสังคม ที่เน้นการเปลี่ยนแปลงทั้งระบบ นั่นคือมีภาพสังคมใหม่ มีเป้าหมายใหม่ มีค่านิยมใหม่ เปลี่ยนระบบอย่างถอนรากถอนโคนและหันมาสนใจการพัฒนามนุษย์ นำมนุษย์มาสู่ศูนย์กลางของระบบ โดยพัฒนาความรู้สึกลงไปที่ใจของมนุษย์ ไม่ให้ยึดถือกับโลกวัตถุภายนอก เราเรียกว่าปรัชญาที่เป็นการพัฒนามนุษย์เป็นศูนย์กลางของการพัฒนาสังคม ภายใต้หลักการที่เน้นความเสมอภาคของสังคม เน้นความหลากหลายและความอิสระในการพัฒนาตนเอง การคิดคำนึงถึงอนาคตและระบบนิเวศวิทยา การแก้ปัญหาของผู้ยากไร้และส่งเสริมการปกป้องเสรีภาพและการสร้างสรรค์ชีวิตมนุษย์ให้มีความหมาย โดยการพัฒนาต้องใช้หลักการมีส่วนร่วม คือ ประชาชนจะต้องตัดสินชะตากรรมของตนเอง ด้วยตนเอง โดยวิถีทางของตนเองและอาศัยวัฒนธรรมพื้นฐานของภูมิปัญญาพื้นบ้านของตนเอง และให้ความสำคัญสูงสุดในเรื่องจริยธรรมในการพัฒนา

วารสารโรคและภัยสุขภาพ สคร.8 Journal of Disease and Health Risk DPC.8
ปีที่ 2 ฉบับที่ 3 มิ.ย.- ก.ย. 2551 Volume 2 No. 3 June – September 2008

วิถีชีวิตในปัจจุบันเน้นในเรื่อง การให้ค่านิยม มุ่งการทำงานที่ไม่ใช้แรงงาน เน้นความสะดวกสบาย ให้ความสำคัญแก่สถาบันครอบครัวและเน้นความมั่นคง แต่ขณะนี้โลกเรากำลังเดินมาถึง "จุดเปลี่ยน" ของการพัฒนาวัฒนธรรมที่ปรัชญาสีเขียว (Green Philosophy) กำลังมีความหมายมากขึ้น โดยมีหลักปรัชญาที่คำนึงถึงอนาคตของสังคมและสิ่งแวดล้อมมากกว่าการคิดถึงการใช้วัตถุเพื่อประโยชน์เบื้องหน้า ความรับผิดชอบต่อสังคมโดยสร้างชุมชนแบบใหม่ที่มีความเสมอภาคในการใช้ชีวิตร่วมกัน มีความเป็นมนุษย์มากขึ้น ส่งเสริมการกระจายอำนาจอย่างเต็มที่ และปฏิเสธการใช้ความรุนแรงทุกรูปแบบไม่ว่าจะเป็นสังคมที่มีการกดขี่ ขูดรีด ครอบครอง ครอบงำ หรือทำให้เกิดความแปลกแยก (alienation) ในชีวิตของมนุษย์

ความต้องการการบริโภคแบบตะวันตกได้หลั่งไหลเข้ามาในสังคมไทยอย่างยากจะต้านทาน ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในสังคมไทย กลายเป็นสังคมบริโภคนิยม การเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตตามแบบวัฒนธรรมตะวันตกและใช้ชีวิตอย่างบริโภคนิยม ทำให้ต้องมีการใช้ทรัพยากรและพลังงานมาก ซึ่งจะมีผลต่อภูมิอากาศโลก เกิดภาวะโลกร้อน ซึ่งสิ่งแวดล้อมกับสุขภาพมีความสัมพันธ์กันอย่างแยกไม่ออก จึงพบว่าโรคหลายโรคเป็นผลมาจากวิถีชีวิตหรือลีลาชีวิต (life style) ที่เน้นการบริโภคเกินความต้องการของชีวิต เช่น การสูบบุหรี่ ดื่มเหล้า บริโภคอาหารจำนวนมากจนเป็นสาเหตุของโรคอ้วน ไขมันสูง การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัยจนติดเชื้อเอดส์ การตายจากอุบัติเหตุทางรถยนต์ ล้วนเป็นการบริโภคที่มากเกินไป และเน้นความสะดวกสบายในชีวิตทั้งสิ้น

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชมหาราช ทรงมีกระแสพระราชดำรัสถึงเศรษฐกิจพอเพียง ชี้นำการดำรงชีวิตและการปฏิบัติตนของประชาชนทุกระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชน จนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาและบริหารประเทศให้ดำเนินไปในทางสายกลางเพื่อให้ก้าวทันยุคโลกาภิวัตน์

ความพอเพียงมีนัยสำคัญอยู่ที่ความพอประมาณ มีเหตุผลและมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีต่อการได้รับผลกระทบที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายในและภายนอก ต้องอาศัยความรู้ ความรอบคอบ ความระมัดระวังอย่างยิ่งยวดในการนำวิชาการมาใช้ในการวางแผนดำเนินการทุกขั้นตอน ขณะเดียวกันจะต้องเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของคนในชาติให้มีความสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริตและการมีความรู้ที่เหมาะสมในการดำรงชีวิตด้วยความอดทน ความเพียร มีสติปัญญา เพื่อให้เกิดความสมดุลพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว

วารสารโรคและภัยสุขภาพ สคร.8 Journal of Dizease and Health Risk DPC.8
ปีที่ 2 ฉบับที่ 3 มิ.ย.- ก.ย. 2551 Volume 2 No. 3 June – September 2008

แผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 10 จึงได้น้อมนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เป็นแนวทางพัฒนาสุขภาพ โดยมีแนวคิดหลัก 2 ประการคือ เศรษฐกิจพอเพียงสู่ระบบสุขภาพพอเพียง กล่าวคือ มีภาพลักษณ์และคุณสมบัติที่พึงประสงค์ ได้แก่ ครอบครัว ชุมชน มีรากฐานทางสุขภาพที่แข็งแรง มีความรอบครอบ รู้จักประมาณอย่างมีเหตุผลในด้านการเงิน การคลัง เพื่อสุขภาพในทุกระดับ มีเทคโนโลยีที่เหมาะสมอย่างรู้เท่าทัน โดยเน้นภูมิปัญญาไทยและพึ่งตนเอง บูรณาการส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันโรค รักษาพยาบาล ฟื้นฟูสภาพและคุ้มครองผู้บริโภค มีระบบภูมิคุ้มกัน ให้หลักประกันและคุ้มครองสุขภาพ มีคุณธรรมและจริยธรรม คือ ซื่อตรง ไม่โลภมากและรู้จักพอประมาณ และแนวคิดหลักประการที่ 2 คือ สุขภาพดีเป็นผลจากสังคมดี หรือสังคมแห่งสุขภาวะ ได้แก่สังคมที่เป็นธรรม เอื้อเฟื้อเกื้อกูลกัน ไม่กดขี่ เอารัดเอาเปรียบกัน เคารพในคุณค่าความเป็นมนุษย์ ไม่เบียดเบียนตนเอง และผู้อื่น จึงกำหนดวิสัยทัศน์ว่า "มุ่งสู่ระบบสุขภาพพอเพียง เพื่อสร้างให้สุขภาพดี บริการดี สังคมดี ชีวิตมีความสุขอย่างพอเพียงยั่งยืน"

นพ.ลี จอง ยุค ผู้อำนวยการใหญ่องค์การอนามัยโลกได้กล่าวในการประชุมส่งเสริมสุขภาพโลก ครั้งที่ 16 (The 6 Global Conference on Health Promotion 2005) ว่าการประชุมครั้งนี้จะเกิดปฏิญญากรุงเทพ (Bangkok Charter) เพื่อให้การดำเนินงานเสริมสร้างสุขภาพของประเทศทั่วโลกเหมือนกับกฎบัตรออตตาวา (Ottawa Charter) ในการประชุมที่แคนาดาที่ทำให้ประชาชนหลายประเทศสุขภาพดีขึ้น เช่น ฟินแลนด์ ที่ออกกำลังกายและควบคุมอาหารไปใช้จนทำให้สามารถลดการเกิดโรคหัวใจได้ถึง 73% ภายในเวลา 25 ปี รัฐแคลิฟอร์เนีย ของสหรัฐลดการเกิดมะเร็งปอดได้ 14% ภายในเวลาประมาณ 10 ปี และในออสเตรเลียลดอัตราการเสียชีวิตจากอุบัติเหตุลงได้ถึง 31% ในช่วงปี 2532 – 2541 และ นพ.ลี ได้กล่าวว่า ถึงแม้ว่าทรัพยากรทั้งกำลังคนและงบประมาณยังคงไม่เพียงพอกับการส่งเสริมสุขภาพของประชาชน แต่หากทุกประเทศร่วมมือกัน ทั้งภาครัฐ เอกชน องค์กรพัฒนาเอกชน จะสามารถแก้ปัญหานี้ได้และ สมัชชาองค์กรอนามัยโลกได้ให้ความสำคัญกับการป้องกันโรคเรื้อรัง ซึ่งกำลังเป็นปัญหาใหญ่ของคนทั่วโลก

วารสารโรคและภัยสุขภาพ สคร.8 Journal of Disease and Health Risk DPC.8
ปีที่ 2 ฉบับที่ 3 มิ.ย.- ก.ย. 2551 Volume 2 No. 3 June – September 2008

ธนาคารพัฒนาเอเชีย (Asian Development Bank หรือ เอดีบี) มีการกำหนดนโยบายเรื่องประเด็นหญิงชายในการพัฒนา เพื่อให้เห็นว่า เอดีบีให้ความสำคัญกับผู้หญิงและเป็นความจำเป็นในการยกระดับสถานภาพของผู้หญิงในการพัฒนา โดยยกประเด็นสิทธิมนุษยชนหรือความยุติธรรมทางสังคมและเป็นสิทธิพื้นฐาน เป็นความยุติธรรมระหว่างหญิงชาย การลงทุนให้แก่ผู้หญิง จึงเป็นเรื่องสำคัญที่จะนำไปสู่การพัฒนาที่ยั่งยืน

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory) เป็นทฤษฎีที่มีอิทธิพลอย่างมากต่อการพัฒนาเทคนิคการปรับพฤติกรรมในปัจจุบัน เป็นทฤษฎีที่พัฒนาโดยนักจิตวิทยาที่มีชื่อเสียงชาวแคนนาดา ชื่อ Albert Bandura โดยเขาได้ให้ความหมายของการเรียนรู้คือ การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายใน โดยไม่จำเป็นต้องมีการแสดงออก หากแต่ว่าการได้มาซึ่งความรู้ใหม่ ๆ ถือว่าการเรียนรู้ได้เกิดขึ้นแล้ว และเขาเชื่อว่าพฤติกรรมของคนเรานั้นไม่ได้เกิดขึ้นและเปลี่ยนแปลงไปเนื่องจากปัจจัยของสภาพแวดล้อม แต่เพียงอย่างเดียว หากแต่จะต้องมีปัจจัยส่วนบุคคล (ปัญญา ชีวภาพ และสิ่งภายในอื่น ๆ) ร่วมด้วยและการร่วมของปัจจัยส่วนบุคคลนั้นจะต้องร่วมกันในลักษณะที่กำหนดซึ่งกันและกัน กับปัจจัยทางด้านพฤติกรรมและสภาพแวดล้อม ทฤษฎีนี้มีแนวคิดคือ การเรียนรู้เกิดจากการสังเกตโดยสังเกตผลที่เกิดขึ้นจากประสบการณ์ตรงของตนเอง หรือการสังเกตตัวแบบหรือผู้อื่นกระทำ โดยตัวแบบอาจเป็นบุคคลจริง ๆ ที่ได้มีโอกาสสังเกตและปฏิสัมพันธ์โดยตรง หรือตัวแบบที่เป็นสัญลักษณ์ผ่านสื่อต่าง ๆ เช่น วิทยุ โทรทัศน์ การ์ตูน เมื่อเกิดการสังเกตแล้วรับมาเลียนแบบโดยการกำกับตนเอง เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ตนเองปรารถนาและตั้งใจกระทำ ทั้งนี้บุคคลนั้นต้องรับรู้ว่าตนเองมีความสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนั้นได้ และอาศัยปัจจัยในด้านประสบการณ์ การเคยประสบความสำเร็จหรือการคิดว่าตนเองนั้นมีความสามารถที่จะทำได้ และสนับสนุนด้วยการมีตัวแบบหรือต้นแบบ (Modeling) ที่ดี การถูกชักจูงด้วยคำพูดและรวมถึงการกระตุ้นทางอารมณ์

ผลกระทบที่เกิดขึ้นจากกระแสโลกาภิวัตน์ ทางด้านสุขภาพดังที่กล่าวมา ไม่สามารถที่จะ วิ่งตามปัญหาหรือใช้แผนการเดิม ๆ ได้ผลอีกต่อไป รวมทั้ง ปัญหาก็จะเกิดขึ้นมาใหม่เสมอ ๆ จึง ต้องใช้แผนการอันชาญฉลาดที่สอดรับกับวิถีชีวิต วิถีชุมชน โดยให้ชุมชนมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาของตนเอง ด้วยตนเองและเพื่อตนเอง เพื่อให้การพัฒนาเกิดความยั่งยืน มีภูมิคุ้มกันแม้ว่าจะเกิดการเปลี่ยนแปลงอะไรตามมาอีกก็ตาม โดยอาศัยตัวแบบที่ดีคือ สตรี (แม่) โอบอุ้ม เอื้ออาทร ชักจูงให้

วารสารโรคและภัยสุขภาพ สคร.8 Journal of Disease and Health Risk DPC.8
ปีที่ 2 ฉบับที่ 3 มิ.ย.- ก.ย. 2551 Volume 2 No. 3 June – September 2008

คนในครอบครัว ชุมชน หันมาดูแลตนเองอย่างจริงจัง เปลี่ยนค่านิยมใหม่จากวัตถุนิยมเป็นสุขภาพนิยม ดังภาษิตของไทยที่ว่า "ความไม่มีโรค เป็นลาภอันประเสริฐ" เมื่อคนในสังคมมีค่านิยมดังนี้แล้วไซร้ เขาเหล่านั้นก็จะกำกับดูแลตนเองในการป้องกันโรค และส่งเสริมสุขภาพตนเองด้วยวิธีการใด ๆ ตามวิถีชีวิตของตนเองเพื่อให้ได้มาเพื่อสุขภาพที่ดีของตนและคนในครอบครัว เพราะเป็นที่ทราบกันดีอยู่แล้วว่าภาครัฐหรือกระทรวงสาธารณสุข มีกำลังคนและงบประมาณไม่เพียงพอในการส่งเสริมสุขภาพและการให้บริการรักษาพยาบาลที่ได้ตามคุณภาพมาตรฐานที่ดีพอ รัฐจึงต้องมีนโยบายและดำเนินการอย่างจริงจังโดยให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ช่วยกันเร่งแก้ไขปัญหาและร่วมมือกัน โดยกระทรวงสาธารณสุขเป็นผู้ประสานการดำเนินการ กำกับติดตาม ประเมินผล ทั้งนี้ต้องกระจายอำนาจให้ท้องถิ่น ชุมชน ดูแลสุขภาพของตนเองในแนวทางของชุมชนเอง โดยรัฐให้การสนับสนุนในการสร้างกระแสสังคมในวงกว้าง ในเรื่องสุขภาพนิยม วิถีชีวิตและสุขภาพที่พอเพียง และชูสตรีให้เป็นต้นแบบในการนำสุขภาพสู่ตนเองและครอบครัว ชุมชน ให้สตรีรับรู้และมีศักยภาพในการขับเคลื่อนขบวนการนี้ให้เป็นรูปธรรมและยั่งยืนเพื่อให้*ประชาชนมีคำขวัญประจำใจและมีพฤติกรรมอัตโนมัติว่า "สุขภาพคือชีวิต"*.

วารสารโรคและภัยสุขภาพ สคร.8 Journal of Disease and Health Risk DPC.8
ปีที่ 2 ฉบับที่ 3 มิ.ย.- ก.ย. 2551 Volume 2 No. 3 June – September 2008

เอกสารอ้างอิง

คณะทำงานผู้หญิงกับโลกาภิวัตน์. การพัฒนากระแสโลกาภิวัตน์ : ธนาคารพัฒนาเอเชียกับผลกระทบต่อผู้หญิง. http://www.thaico.net/w_advinthai/rf_gen.htm.

บริบทใหม่สุขภาพโลกาภิวัตน์ มุ่งเน้นสุขภาพกาย – สุขภาพจิต. http://www.mthai.com/webboard/5/130430.htm.

ประเทือง ภูมิภัทราคม. การปรับพฤติกรรม : ทฤษฎีและการประยุกต์. กรุงเทพฯ : ไอ เอส พริ้นติ้งเฮ้าส์. 2540.

ปรีชา เปี่ยมพงศ์สานต์ กาญจนา แก้วเทพ และคนกศักดิ์ แก้วเทพ. วิถีใหม่แห่งการพัฒนา : วิธีวิทยาศึกษาสังคมไทย. โครงการตำรา ลำดับที่ 43 คณะเศรษฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. 2549.

เศรษฐกิจพอเพียงกับสุขภาพพอเพียง. เครือข่ายประชาสัมพันธ์ เขต 2 ศูนย์อนามัยที่ 9 พิษณุโลก. http://hpc9.anamai.moph.go.th/advertise/index.

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. ทฤษฎีและเทคนิคการปรับปรุงพฤติกรรม. (**Theories and Techniques in Behavior Modification**). พิมพ์ครั้งที่ 5 กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. 2549.

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี. แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10. (พ.ศ. 2550 – 2554) . ประกาศ ณ วันที่ 19 ตุลาคม พุทธศักราช 2549. กรุงเทพฯ : คุณพินอักษรกิจ. 2549

BIO THAI . หน้ารวมข่าวรายงาน. http://www.biothai.net/new/riew.php?.id=2417

เศรษฐกิจพอเพียงกับการวางรากฐานธุรกิจระยะยาว

ทีมวิชาการ*
สำนักวิชาการ
สภาอุตสาหกรรมแห่งประเทศไทย

1. บทนำ : นิยามและความหมายของเศรษฐกิจพอเพียง (แก่นแท้ของเศรษฐกิจพอเพียง) พระราชดำรัสและพระบรมราโชวาทในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

"เศรษฐกิจพอเพียง" เป็นปรัชญาที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงมีพระราชดำรัสชี้แนะแนวทางการดำเนินชีวิตแก่พสกนิกรชาวไทยมาโดยตลอดนานกว่า 30 ปี ตั้งแต่ก่อนเกิดวิกฤตการณ์ทางเศรษฐกิจ และภายหลัง ได้ทรงเน้นย้ำแนวทางการแก้ไขเพื่อให้รอดพ้นและสามารถดำรงอยู่ได้อย่างมั่นคงและยั่งยืน ภายใต้กระแสโลกาภิวัฒน์และการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ดังนั้นจึงขออัญเชิญพระราชดำรัสและพระบรมราโชวาท ที่เกี่ยวข้องกับเศรษฐกิจพอเพียง ดังนี้

"...ในการพัฒนาประเทศนั้นจำเป็นต้องทำตามลำดับขั้น เริ่มด้วยการสร้างพื้นฐาน คือ ความมีกินมีใช้ของประชาชนก่อน ด้วยวิธีการที่ประหยัด ระมัดระวัง แต่ถูกต้องตามหลักวิชา เมื่อพื้นฐานเกิดขึ้นมั่นคงพอควรแล้วจึงค่อยสร้างเสริมความเจริญขั้นที่สูงขึ้นตามลำดับต่อไป ...การก็อหลักที่จะส่งเสริมความเจริญให้ค่อยเป็นค่อยไปตามลำดับ ด้วยความรอบคอบ ระมัดระวังและประหยัดนั้น ก็เพื่อป้องกันความผิดพลาดล้มเหลวและเพื่อให้บรรลุความสำเร็จได้แน่นอนบริบูรณ์..."

พระบรมราโชวาทในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
พิธีพระราชทานปริญญาบัตร ณ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เมื่อวันที่ 19 กรกฎาคม 2517

"เศรษฐกิจพอเพียง เป็นเสมือนรากฐานของชีวิต รากฐานความมั่นคงของแผ่นดิน เปรียบเสมือนเสาเข็มที่ถูกตอกรองรับบ้านเรือนตัวอาคารไว้นั่นเอง สิ่งก่อสร้างจะมั่นคงได้ก็อยู่ที่เสาเข็ม แต่คนส่วนมากมองไม่เห็นเสาเข็มและลืมเสาเข็มเสียด้วยซ้ำไป"

พระราชดำรัสในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
จากวารสารชัยพัฒนา ฉบับเดือนสิงหาคม 2542

---

* บทความในเอกสารนี้เป็นความเห็นของทีมวิชาการโดยเฉพาะ ซึ่งมิได้สื่อถึงนโยบายของสภาอุตสาหกรรมแห่งประเทศไทย

นิยามและปรัชญา

เศรษฐกิจพอเพียง เป็นปรัชญาชี้ถึงแนวการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุกระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชน จนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาและบริหารประเทศให้ดำเนินไปใน **ทางสายกลาง** โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจเพื่อให้ก้าวทันต่อโลกยุคโลกาภิวัฒน์ **ความพอเพียง หมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผล รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควร** ต่อการมีผลกระทบใด ๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอกและภายใน ทั้งนี้จะต้องอาศัยความรอบรู้ ความรอบคอบ และความระมัดระวังอย่างยิ่งในการนำวิชาการต่าง ๆ มาใช้ในการวางแผนและการดำเนินการทุกขั้นตอน และขณะเดียวกันจะต้องเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของคนในชาติ โดยเฉพาะเจ้าหน้าที่ของรัฐ นักทฤษฎี และนักธุรกิจ ในทุกระดับให้มีสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต และให้มีความรอบรู้ที่เหมาะสม ดำเนินชีวิตด้วยความอดทน ความเพียร มีสติ ปัญญา และความรอบคอบ เพื่อให้สมดุลและพร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและกว้างขวาง ทั้งด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรม จากโลกภายนอกได้เป็นอย่างดี

จากปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงที่กล่าวมาข้างต้น มีหลักพิจารณาอยู่ด้วยกัน 5 ส่วน ดังนี้

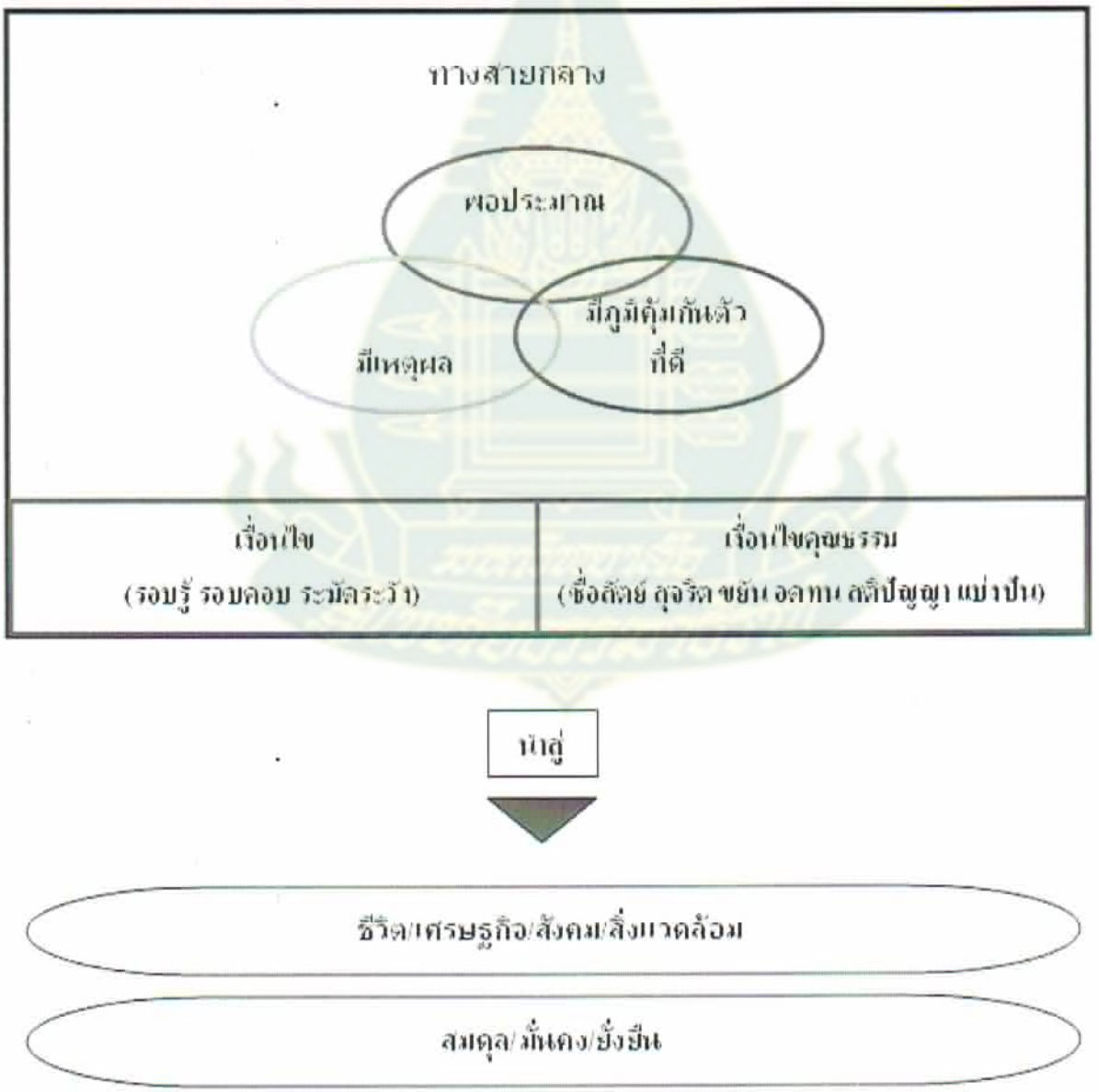
1. **กรอบแนวคิด** เป็นปรัชญาที่ชี้แนะแนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติตนในทางที่**ควรจะเป็น** โดยมีพื้นฐานมาจากวิถีชีวิตดั้งเดิมของสังคมไทย สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้ตลอดเวลา และเป็นการมองโลกเชิงระบบที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา มุ่งเน้นการรอดพ้นจากภัยและวิกฤต เพื่อ**ความมั่นคง**และ**ความยั่งยืน**ของการพัฒนา
2. **คุณลักษณะ** เศรษฐกิจพอเพียงสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับการปฏิบัติตนได้ใน**ทุกระดับ** โดยเน้นการปฏิบัติบน**ทางสายกลาง** และการพัฒนาอย่างเป็นขั้นตอน
3. **คำนิยาม** ความพอเพียงจะต้องประกอบด้วย 3 คุณลักษณะ พร้อม ๆ กัน ดังนี้
   - 3.1 **ความพอประมาณ** หมายถึง ความพอดีที่ไม่น้อยเกินไป และไม่มากเกินไป โดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น เช่น การผลิตและการบริโภคที่อยู่ในระดับพอประมาณ
   - 3.2 **ความมีเหตุผล** หมายถึง การตัดสินใจเกี่ยวกับระดับของความพอเพียงนั้นจะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผล โดยพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้น ๆ อย่างรอบคอบ
   - 3.3 **การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว** หมายถึง การเตรียมตัวให้พร้อมรับผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ ที่จะเกิดขึ้น โดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่าง ๆ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคตทั้งใกล้และไกล
4. **เงื่อนไข** การตัดสินใจและการดำเนินกิจการต่าง ๆ ให้อยู่ในระดับพอเพียงนั้น ต้องอาศัยทั้งความรู้และคุณธรรมพื้นฐาน กล่าวคือ

4.1 **เงื่อนไขความรู้** ประกอบด้วย ความรอบรู้เกี่ยวกับวิชาการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องอย่างรอบด้าน ความรอบคอบจะนำความรู้เหล่านั้นมาพิจารณาให้เชื่อมโยงกัน เพื่อประกอบการวางแผน และความระมัดระวังในขั้นปฏิบัติ

4.2 **เงื่อนไขคุณธรรม** ที่จะต้องเสริมสร้างประกอบด้วย มีความตระหนักในคุณธรรม มีความซื่อสัตย์สุจริต มีความอดทน มีความเพียร ใช้สติปัญญาในการดำเนินชีวิต ไม่โลภ และไม่ตระหนี่

5. **แนวทางปฏิบัติ/ผลที่คาดว่าจะได้รับ** จากการนำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ ที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้ทุกด้าน ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม ความรู้และเทคโนโลยี

ซึ่งสามารถแสดงด้วยแผนภาพได้ดังนี้



2. การขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียงในภาคอุตสาหกรรม

อุตสาหกรรมไทยแม้จะมีพัฒนาการการเติบโตอย่างต่อเนื่องในช่วงที่ผ่านมา โดยเฉพาะเมื่อมีการประกาศใช้แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 1 ในปี 2504 และฉบับต่อ ๆ มา แต่การเติบโตดังกล่าวเรียกได้ว่า เป็นการ**อาศัยปัจจัยอันเป็นข้อได้เปรียบทางด้านค่าจ้างแรงงานราคาต่ำ** แต่ยังขาดการพัฒนาเทคโนโลยีและมีความอ่อนแอจากโครงสร้างอื่นๆ ประกอบกับมีประเทศกำลังพัฒนาใหม่ๆ ที่มีค่าจ้างงานราคาถูกกว่าประเทศไทยที่สามารถพัฒนาศักยภาพทางด้านการผลิตสินค้าขึ้นมาเป็นคู่แข่งอีกหลายต่อหลายประเทศ ทำให้ในช่วงที่ผ่านมาการเติบโตของภาคอุตสาหกรรมต้องเผชิญกับปัญหาและอุปสรรคที่เพิ่มมากขึ้นตามไปด้วย ทั้งในส่วนของปัญหาที่เกิดจากปัจจัยภายในประเทศและปัจจัยภายนอกประเทศ ซึ่งรวมถึงข้อจำกัดทางด้านสภาพแวดล้อมในการประกอบกิจการ อาทิ **ทรัพยากร การขยายตัวของประชากร ความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี การเปลี่ยนแปลง สภาพแวดล้อมทางสังคมวัฒนธรรม การเปลี่ยนแปลงกติกาทางการค้าและศักยภาพที่เพิ่มขึ้นของประเทศคู่แข่งทางการค้าใหม่ๆ สิ่งต่างๆ การขาดการเร่งรัดปรับปรุงประสิทธิภาพการดำเนินงานหรือยกระดับคุณภาพสินค้า การขาดการพัฒนาการผลิต การตลาด และการจัดการ การพึ่งพิงวัตถุดิบจากต่างประเทศในอัตราที่สูง ขาดการเชื่อมโยงการรวมกลุ่มอุตสาหกรรม การขาดแคลนแรงงานฝีมือระดับกลาง-สูง การขาดการสนับสนุนอุตสาหกรรมขนาดกลางและขนาดย่อม เป็นต้น** เหล่านี้ถือเป็นการเติบโตของภาคอุตสาหกรรมบนโครงสร้างที่อ่อนแอหรือ**การมีภูมิคุ้มกันที่อ่อนแอ** ในขณะที่ประเทศคู่แข่งกลับมีการปรับปรุง พัฒนาการผลิต การจัดการ และการพัฒนาคนให้มีศักยภาพ รวมทั้งเกิดประเทศคู่แข่งใหม่ที่มีต้นทุนแรงงานต่ำกว่ามาก

ดังนั้นสิ่งสำคัญในระยะต่อไปจากนี้คือ **การสร้างภูมิคุ้มกัน**ก่อนเป็นเบื้องต้น หรือการลดจุดอ่อนดังที่กล่าวมาแล้ว ก็คือ การผลิตสินค้าระดับกลางและระดับสูงมากขึ้นโดยใช้เทคโนโลยีระดับสูงเพื่อให้เกิดมูลค่าเพิ่ม อีกทั้งยังต้องหาทางลดต้นทุนการผลิตโดยปรับปรุงการส่งมอบสินค้าให้รวดเร็วยิ่งขึ้น ตลอดจนปรับปรุงระบบการผลิต ระบบการจัดการอย่างครบวงจร การมุ่งเน้น**ยกระดับความรู้ความสามารถของบุคคลากร**ทุกระดับให้สามารถใช้เทคโนโลยีใหม่ๆ ได้ นอกจากนี้ยังจำเป็นต้องสร้างพันธมิตรทางการผลิตและการค้ากับธุรกิจต่างประเทศ เพื่อขยายตลาดให้มากขึ้น การปรับปรุงการผลิตที่ลดมลภาวะจากอุตสาหกรรมและการกระจายการผลิตสู่ภูมิภาคและชนบทเพื่อรายได้และแหล่งงานในชนบท

อนึ่ง เมื่อพิจารณาจากโครงสร้างเศรษฐกิจไทยจากสัดส่วนของ GDP ในภาคเศรษฐกิจต่างๆ จะเห็นว่าในส่วนของภาคต่างประเทศนั้น การส่งออกมีสัดส่วนคิดเป็นเกือบร้อยละ 67 ของ GDP ขณะที่การนำเข้ามีสัดส่วนที่มากถึงร้อยละ 57 ของ GDP ในปี 2548 หากวิเคราะห์ลงไปในการส่งออกและการนำเข้าจะเห็นว่าสินค้าส่งออกของไทยส่วนใหญ่เป็นสินค้าอุตสาหกรรมที่ใช้เทคโนโลยีในการผลิตในระดับสูงโดยมีการพึ่งพิงเทคโนโลยีจากต่างประเทศหรือจากบริษัทแม่ในต่างประเทศ ซึ่งอุตสาหกรรมการส่งออกที่ใช้เทคโนโลยีในการผลิตใน

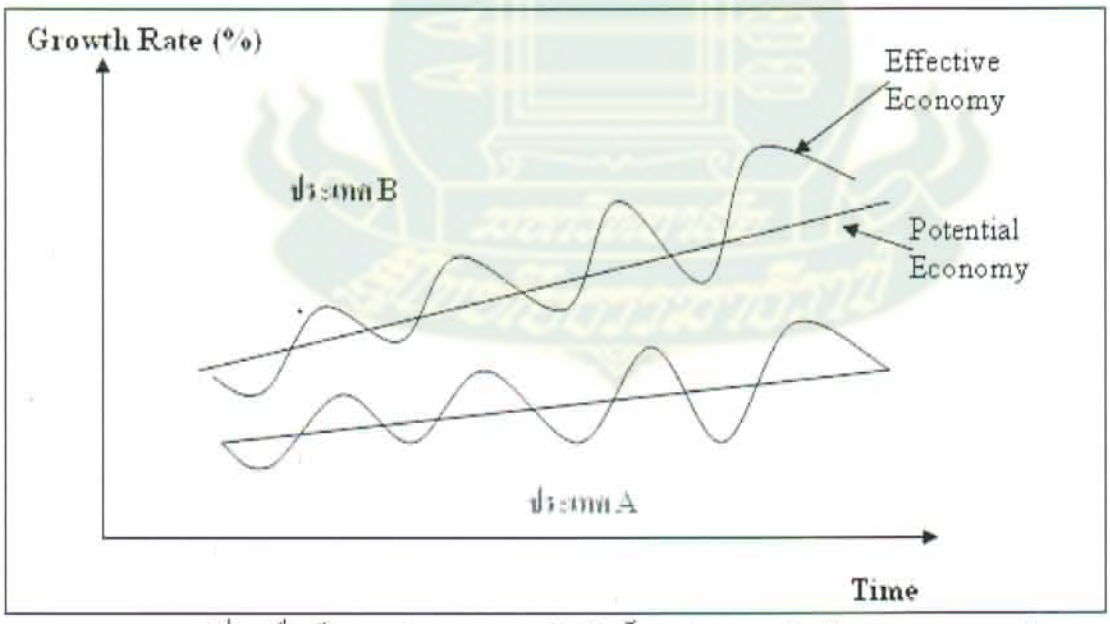
ระดับสูงมีการส่งออกเป็นสัดส่วนมากถึงร้อยละ 64.4 ของการส่งออกทั้งหมดในปี 2549 สำหรับการนำเข้าสินค้าของไทยในปี 2549 เกือบร้อยละ 70 เป็นการนำเข้าสินค้าทุนและวัตถุดิบและสินค้ากึ่งสำเร็จรูป ดังนั้นถ้าหากเราสามารถลดการพึ่งพิงเทคโนโลยีและวัตถุดิบจากต่างประเทศจากต่างประเทศก็จะส่งผลดีให้กับประเทศเป็นอย่างมากและจะส่งผลต่อเนื่องมายังประชาชนชาวไทย ซึ่งการดำเนินการในลักษณะดังกล่าวเปรียบเสมือน**การสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีให้กับภาคอุตสาหกรรมของไทย** แต่ต้องคำนึงถึง**ความพอประมาณที่มีความมีเหตุผล** กล่าวคือไม่ดำเนินนโยบายในลักษณะที่มากเกินความจำเป็น หรือการดำเนินนโยบายในลักษณะที่น้อยมากเมื่อเทียบกับความจำเป็นที่ควรจะมี **ดังนั้นความพอประมาณที่มีเหตุผลมารองรับก็ถือได้ว่าเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันให้กับประเทศ**

สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ คือ ความคลุมเครือและเบี่ยงเบนของคำว่าเศรษฐกิจพอเพียงในการการพัฒนาภาคอุตสาหกรรมไทยที่หลาย ๆ ฝ่ายหรือหลาย ๆ คนมองอย่างไม่เข้าใจในแก่นแท้ของเศรษฐกิจพอเพียง

3. เศรษฐกิจพอเพียงกับหลักเศรษฐศาสตร์

ในการอธิบายเพื่อให้เห็นภาพและเข้าใจง่ายของเศรษฐกิจพอเพียงที่ส่งผลดีต่อเศรษฐกิจของประเทศหรือการวางรากฐานธุรกิจระยะยาวคงต้องอธิบายในเชิงวิชาการด้านเศรษฐศาสตร์ดังนี้

กราฟที่ 1 อัตราการขยายตัวทางเศรษฐกิจของประเทศ



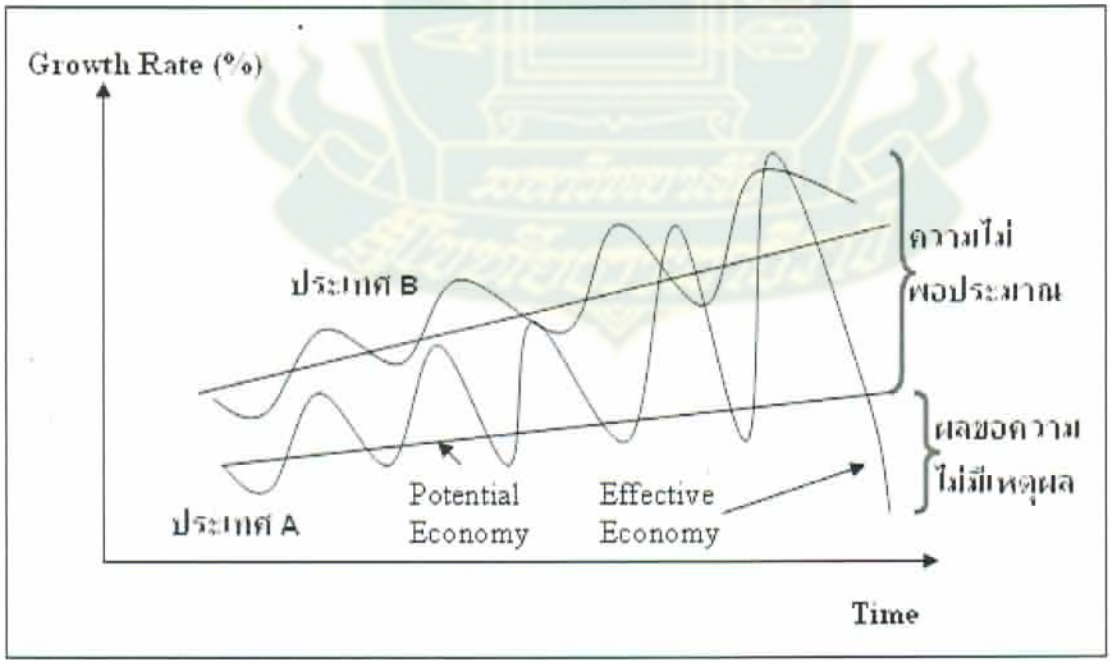
จากกราฟที่ 1 ซึ่งเป็นกราฟแสดงความสัมพันธ์ระหว่างเวลากับอัตราการขยายตัวทางเศรษฐกิจ กล่าวคือในระบบเศรษฐกิจหนึ่ง อัตราการขยายตัวทางเศรษฐกิจที่เกิดขึ้นจริงจะเคลื่อนไหวไปตามเส้นศักยภาพของระบบเศรษฐกิจ (Potential Economy) นั้น ๆ สูงบ้างต่ำบ้างขึ้นอยู่กับปัจจัยทางเศรษฐกิจต่าง ๆ จากทฤษฎีดังกล่าวเราสามารถนำเอามาประยุกต์ใช้กับทฤษฎีเศรษฐกิจพอเพียงได้ ดังนี้

การมีภูมิคุ้มกันที่ดี หมายถึง การมีรากฐานในด้านต่าง ๆ ดังที่กล่าวมาแล้วอย่างมั่นคงแข็งแรงกล่าวคือ ประเทศที่มีภูมิคุ้มกันที่ดีกว่าจะมีเส้น Potential Economy สูงกว่าประเทศที่มีภูมิคุ้มกันที่น้อยกว่า ซึ่งจากกราฟ ประเทศ B มีภูมิคุ้มกันที่สูงกว่าประเทศ A

ความพอประมาณ หมายถึง การที่ไม่มากเกินไปไม่น้อยเกินไป นั้นคือภาวะที่เศรษฐกิจมีการเคลื่อนไหวขึ้นลงในระดับศักยภาพ(Potential Economy) ไม่สูงกว่าหรือต่ำกว่าระดับศักยภาพในระดับที่มากเกินไป ซึ่งจากกราฟข้างต้นจะเห็นว่าเศรษฐกิจของประเทศทั้งสองเคลื่อนไหวในทิศทางเดียวกับระดับศักยภาพแสดงให้เห็นว่าประเทศทั้งสองบริหารเศรษฐกิจของประเทศด้วยความพอเพียง พอประมาณ

ความมีเหตุผล หมายถึง การบริหารเศรษฐกิจของประเทศด้วยความพอประมาณโดยคำนึงถึงรากฐานเศรษฐกิจของประเทศ ซึ่งสามารถอธิบายโดยใช้กราฟที่ 2 ได้ว่า ประเทศ A กำลังบริหารเศรษฐกิจของประเทศด้วยความเสี่ยง กล่าวคือ ขาดความพอประมาณ ขาดความมีเหตุผลในการพิจารณาว่าประเทศมีภูมิคุ้มกันหรือรากฐานทางเศรษฐกิจดีแค่ไหน นำพาประเทศมาสู่ความเสี่ยง ซึ่งในที่สุดก็นำมาสู่ความเสียหายและความถดถอยทางเศรษฐกิจ ขณะที่ประเทศ B บริหารเศรษฐกิจของประเทศด้วยความพบประมาณ มีเหตุผล รู้ซึ้งถึงภูมิคุ้มกันทางเศรษฐกิจของประเทศว่ามีมากน้อยเพียงใด จึงให้ความสำคัญกับนโยบายหรือมาตรการที่เน้นสร้างภูมิคุ้มกันทางเศรษฐกิจของประเทศ อันนำมาซึ่งความเติบโตทางเศรษฐกิจอย่างยั่งยืน (Sustainable)

กราฟที่ 2 ประเทศ A บริหารเศรษฐกิจโดยขาดเหตุผล

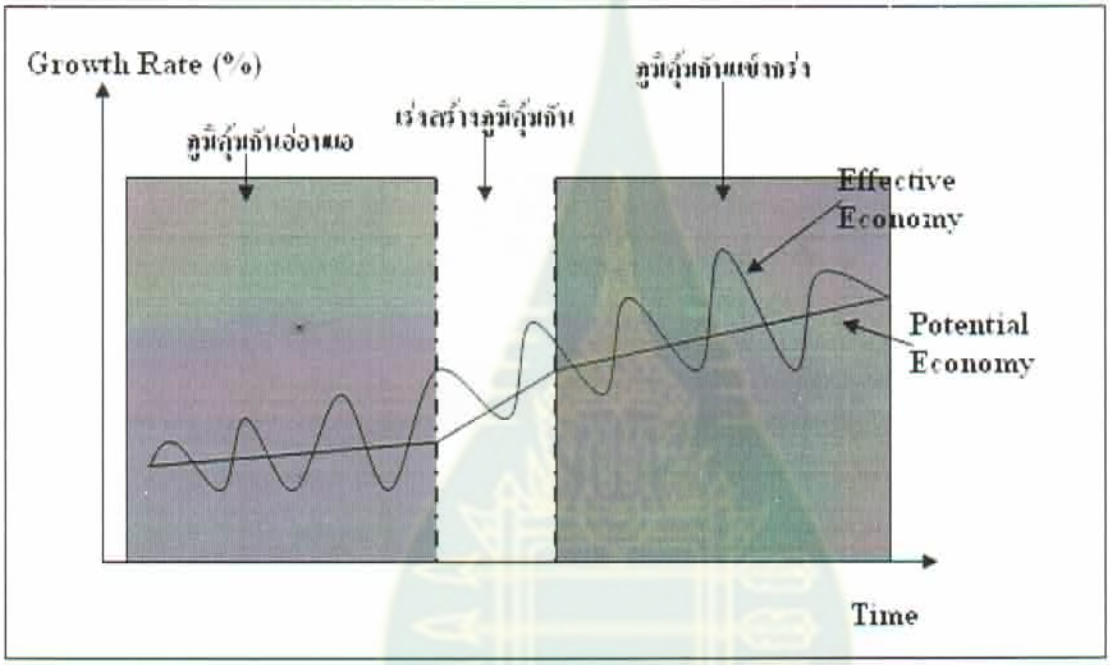


จากที่กล่าวมาสามารถสรุปได้ว่า **"เศรษฐกิจพอเพียงไม่ได้เป็นศัตรูหรือไม่เป็นมิตรกับการลงทุน การค้าระหว่างประเทศ หรือแม้กระทั่งระบบโลกาภิวัฒน์หรือระบบทุน**

นิยมก็ตาม แต่เศรษฐกิจพอเพียงจะเป็นยาขมเล็กน้อย(สำหรับบางอุตสาหกรรมหรือบางภาคเศรษฐกิจที่ได้ประโยชน์จากเศรษฐกิจแบบประชานิยม) แต่ก็จะเป็นยาที่สามารถสร้างภูมิคุ้มกันที่แข็งแกร่งให้กับประเทศได้ในระยะยาวและยั่งยืน"

แต่ทั้งนี้ยาที่ให้ไปจะต้องเป็นการให้ยาที่ตรงกับความต้องการของร่างกายด้วย กล่าวคือ ควรให้ยาที่เน้นสร้างภูมิคุ้มกันหรือรากฐานของประเทศในด้านต่าง ๆ ดังกราฟที่ 3

กราฟที่ 3 แสดงการสร้างภูมิคุ้มกันให้กับเศรษฐกิจ/อุตสาหกรรมของประเทศ



จากกราฟที่ 3 พิจารณาได้ว่า ในช่วงแรกประเทศจะมีภูมิคุ้มกันที่อ่อนแอ (สีแดง)ทำให้การขยายตัวของเศรษฐกิจในระดับต่ำ อย่างไรก็ตามการบริหารเศรษฐกิจโดยยึดหลักความพอประมาณและความมีเหตุผลทำให้เศรษฐกิจของประเทศดังกล่าวผันผวนไม่มาก แต่ถ้าหากจะยกระดับความก้าวหน้าก็จำเป็นที่จะต้องเร่งสร้างภูมิคุ้มกันให้กับประเทศ (สีเหลือง) เมื่อสร้างสร้างภูมิคุ้มกันที่แข่งแกร่งได้แล้วบวกกับการบริหารเศรษฐกิจของประเทศด้วยความพอประมาณและมีเหตุผลจะทำให้**เศรษฐกิจของประเทศขยายตัวอย่างยั่งยืน (สีเขียว)**

4. ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง กับ ระบบทุนนิยม

เศรษฐกิจพอเพียง เป็นปรัชญาชี้ถึงแนวการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุกระดับตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชน จนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาและบริหารประเทศให้ดำเนินไปใน **ทางสายกลาง** โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจเพื่อให้ก้าวทันต่อโลกยุคโลกาภิวัฒน์ **ความพอเพียง** หมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผล รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควร ส่วน **ระบบทุนนิยม หมายถึง** ระบบเศรษฐกิจที่ทุนและที่ดินเป็นสมบัติส่วนบุคคล, การตัดสินใจทางเศรษฐกิจเป็นกิจกรรมส่วนบุคคล

ไม่ใช่การควบคุมบริหารโดยรัฐ และตลาดเสรีหรือเกือบเสรีจะเป็นตัวกำหนดราคา ควบคุมและระบุทิศทางการผลิต

โดยปัจจัยสำคัญที่เป็นสิ่งกระตุ้นให้เกิดการขยายตัวของระบบเศรษฐกิจทุนนิยมที่สำคัญคือกระแสโลกาภิวัตน์ (Globalization) โดย Globalization คือ กระบวนการที่ขยายครอบคลุมเชื่อมโยงไปทั่วโลก หรือกระบวนการครอบคลุมเชื่อมโยงของกระแสโลก อันประกอบด้วย ทุนสามารถเคลื่อนย้ายไปตามความต้องการของตลาดและการแสวงหาผลกำไรสูงสุด ตลาดทุนหรือตลาดหุ้นได้เกิดขึ้นกับทุกประเทศ ทั้งประเทศกำลังพัฒนา ประเทศพัฒนาแล้วที่เชื่อมโยงถึงกันและกัน และส่งผลกระทบต่อกันและกัน อีกทั้งข้อมูลข่าวสาร (Information) จากทั่วทุกมุมโลก สามารถสื่อสารและได้ฟัง และได้เห็นทันทีที่เหตุการณ์เกิดขึ้น โดยผ่านทางสื่อต่าง ๆ ในขณะเดียวกัน Globalization จะขยายตัวอย่างกว้างขวาง และรวดเร็วยิ่งขึ้นเมื่อประเทศต่าง ๆ ดำเนินนโยบายเสรีนิยม ทั้งทางเศรษฐกิจ การเมือง และวัฒนธรรม หากปราศจากนโยบายเสรีนิยมทางเศรษฐกิจ การขยายตัวของการค้า การลงทุน และการเงินระหว่างประเทศ จะเป็นไปอย่างเชื่องช้า หากปราศจากเสรีทางการเมือง ประเทศจะไม่มีประชาธิปไตย ขาดการมีส่วนร่วมของประชาชน **หรือกล่าวสรุปได้ว่ากระแสโลกาภิวัตน์ก่อให้เกิดการขยายตัวของระบบทุนนิยม และระบบทุนนิยมก็ทำให้กระโลกาภิวัตน์ขยายตัวเพิ่มขึ้น อย่างไรก็ตาม** ระบบทุนนิยมและกระแสโลกาภิวัตน์ เป็นเสมือน**ดาบสองคม**หากผู้ใช้ใช้ในทางที่ถูกต้องก็จะเป็นประโยชน์ต่อตัวเอง เป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม แต่ถ้าหากใช้ไม่ถูกวิธี **(ไม่มีการใช้เศรษฐกิจพอเพียงมากำกับ)** ก็ส่งผลเสียต่อตัวเองและสังคม เช่น ในระบบเศรษฐกิจแบบทุนนิยมการค้าระหว่างประเทศจะมีบทบาทที่สำคัญอย่างมาก หากประชาชนในประเทศขาดความเข้าใจในตัวเองขาดความเข้าใจในประเทศของตัวเองโดยการบริโภคสินค้าฟุ่มเฟือยจากต่างประเทศ ทำให้ต้องมีการนำเข้าสินค้าดังกล่าวจากต่างประเทศจนทำให้ประเทศต้องสูญเสียเงินตราต่างประเทศ ขาดดุลการค้า ขาดดุลการชำระเงิน นำมาซึ่งการขาดเสถียรภาพทางเศรษฐกิจภายนอก **ดังที่ได้ประสบมาแล้ววิกฤตเศรษฐกิจปี 2540** แต่ถ้าหากนำทฤษฎีเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้กับระบบทุนนิยมและกระแสโลกาภิวัตน์ที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน **ประเทศจะรับประโยชน์ของระบบทุนนิยมและกระแสโลกาภิวัตน์อย่างถูกต้องในลักษณะที่ควรจะเป็น** เช่น **ระบบทุนนิยมและกระแสโลกาภิวัตน์**ผลักดันให้เกิดการค้าเสรี ก่อให้เกิดการรวมตัวกันมากยิ่งขึ้น การปฏิรูปเศรษฐกิจเปิดกว้างขึ้นและเสรีมากขึ้น มีการปฏิรูปทางการเงิน การลงทุนเพื่อสร้างโอกาสใหม่ๆ เช่น การระดมทุน การเคลื่อนย้ายทุน เป็นต้น **การนำเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้โดยคำนึงถึงความพอประมาณ ความมีเหตุผลภายใต้ความพร้อมของประเทศก็จะช่วยให้ประเทศได้รับประโยชน์จากระบบทุนนิยมและกระแสโลกาภิวัตน์ อันนำมาซึ่งความกินดีอยู่ดีของประชาชน**

ดังนั้น เศรษฐกิจพอเพียงจึงไม่ใช่ระบบเศรษฐกิจที่ต่อต้านระบบทุนนิยมหรือมีความขัดแย้งกับระบบทุนนิยม แต่เป็นระบบเศรษฐกิจหรือปรัชญาที่ช่วยทำให้เราได้ประโยชน์จากระบบทุนนิยมได้อย่างเต็มที่

5. การประยุกต์ใช้เศรษฐกิจพอเพียงในภาคอุตสาหกรรม โดยเฉพาะ SMEs

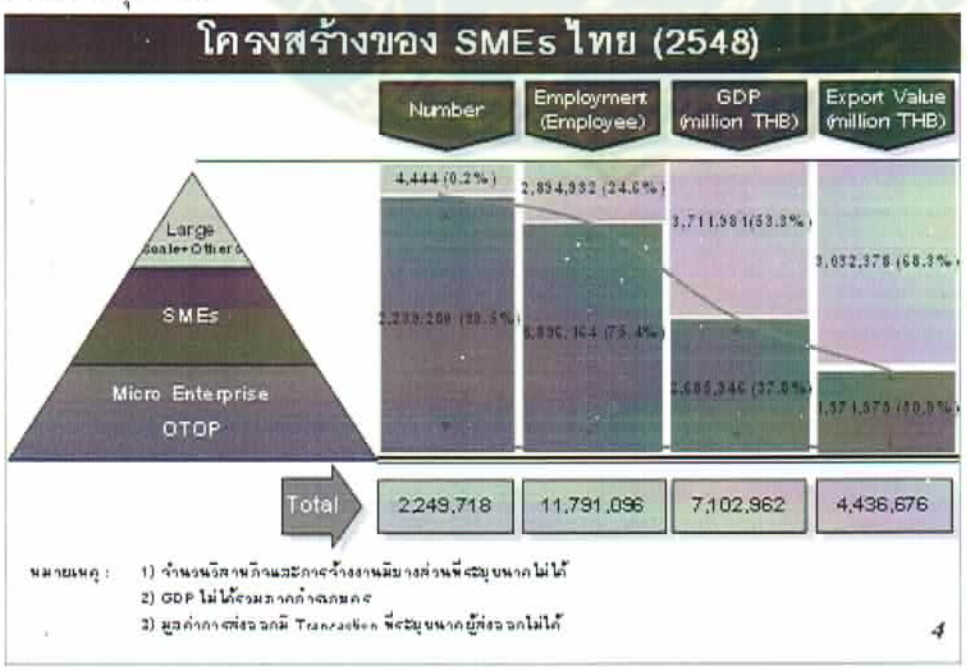
ในปี 2549 ที่ผ่านมา SMEs ต้องประสบกับปัญหาทั้งภายในและภายนอกดังนี้

ปัญหาภายใน	ปัญหาภายนอก
1.สูญเสียความสามารถการแข่งขันที่ใช้แรงงานและทรัพยากรมาก	1.แรงกดดันจากกระแสโลกาภิวัฒน์ : การรวมกลุ่มระหว่างประเทศต่างๆ การเปิดเสรีการค้า/การลงทุน/บริการการกีดกันรูปแบบใหม่ๆ ที่มิใช่ภาษี
2. โครงสร้างการผลิต/การจัดการยังอ่อนแอ : ทำตลาดไม่เป็น, ขาดการพัฒนาสินค้า/บริการ แรงงานคุณภาพต่ำ, ใช้เทคโนโลยีล้าหลัง	2. สภาพการแข่งขันที่ถูกกดดัน 2 ทาง (Nutcracker) คือ **ด้านล่าง** จาก จีน ที่มีการผลิตด้วยต้นทุนที่ต่ำ มีตลาดในประเทศขนาดใหญ่ แรงงานจำนวนมาก และทรัพยากรที่มีราคาถูก ขณะที่ **ด้านบน**ไทยต้องเผชิญกับประเทศต่างๆ เช่น ญี่ปุ่นและ อิตาลี ที่เป็นผู้นำทางด้านการสร้างความแตกต่าง มูลค่าส่วนเพิ่มสูง ด้วยมีแรงงานที่มีทักษะผลิตภาพการผลิตสูง
3.ข้อจำกัดด้านธรรมาภิบาล : ความรับผิดชอบต่อผู้บริโภค สิ่งแวดล้อม รวมทั้ง ระบบบัญชี หลักทรัพย์ค้ำประกัน ซึ่งทำให้ไม่สามารถเข้าถึงแหล่งเงินทุนได้	3. ระบบการส่งเสริม SMEs ยังขาดเอกภาพและพลังขับเคลื่อนที่ทรงพลัง ตั้งแต่ระดับนโยบายจนถึงระดับปฏิบัติการ
4. ขาดระบบความเชื่อมโยงกันเอง/กับธุรกิจ รายใหญ่	4. การบริหารจัดการของรัฐในการส่งเสริม SMEs ซึ่งที่ผ่านมายังขาดการจัดการที่เป็นระบบ แม้ว่าในแต่ละเรื่องจะมีหน่วยงานหลักรับผิดชอบ แต่ยังขาดการประสานกันระหว่างหน่วยงาน ทำให้ไม่สามารถกำหนดแผนส่งเสริมผู้ประกอบการ SMEs ทั้งระบบได้ ซึ่งแผนปฏิบัติการที่ดำเนินอยู่ขณะนี้เป็นการดำเนินงานที่เป็นอิสระของแต่ละหน่วยงาน ยังไม่มีการปรับแผนให้สอดคล้องกันทั้งในเรื่องเป้าหมายและขั้นตอนการปฏิบัติงาน ขาดการติดตามและประเมินผลที่เชื่อมโยงทั้งระบบด้วยกัน

จากปัญหาที่ผู้ประกอบการ SMEs ต้องประสบในปี 2549 พบว่า**ปัญหาส่วนใหญ่ไม่ได้เป็นปัญหาเกี่ยวกับการขาดแคลนเงินทุน หรือการขาดสภาพคล่อง แต่ปัญหาที่พบเป็นปัญหาที่เกี่ยวกับประสิทธิภาพในการผลิต หรือ Productivity** และองค์ประกอบอื่น ๆ ที่จะนำไปสู่การสร้างขีดความสามารถในการแข่งขันหรือ Competitiveness โดยเฉพาะการแข่งขันในตลาดระหว่างประเทศ ซึ่งหลักการเศรษฐกิจพอเพียงสามารถลดข้ออุปสรรคหรือปัญหาต่าง ๆ และช่วยสร้างขีดความสามารถในการแข่งขันให้กับ SMEs ดังนี้

ในการผลิตสินค้านั้นผู้ประกอบการควรทำการผลิตสินค้าในจุด Optimum (จุดที่ได้ผลดีที่สุด) นั่นคือการผลิต ณ จุดที่เหมาะสมกับสิ่งที่เรามีและสิ่งที่เราเป็น เช่น ในการเลือกซื้อเครื่องจักร ผู้ประกอบการจะเลือกซื้อเครื่องจักรแบบใด ระหว่าง "เครื่องจักรที่มีศักภาพสูงสามารถผลิตได้ครั้งละมาก ๆ และราคาแพง หรือเครื่องจักรที่มีศักยภาพต่ำผลิตได้ครั้งละน้อย ๆ แต่ราคาไม่แพง" คำตอบก็คือ ผู้ประกอบการจะใช้แบบไหนก็ได้แต่ต้องเป็นแบบที่เหมาะสมกับระดับการผลิตของกิจการ (ความมีเหตุผลและความพอประมาณ) คำว่าเหมาะสมก็คือ เหมาะกับกำลังการผลิต เหมาะกับแรงงานของของกิจการที่สามารถเรียนรู้และใช้เครื่องจักรได้ดี รวมทั้งเหมาะกับเงินทุน จะมีประโยชน์อะไรหากกิจการซื้อเครื่องจักรที่มีศักยภาพสูงเพื่อผลิตสินค้าเพียงไม่กี่ชิ้นหรือซื้อมาแล้วแรงงานไม่สามารถใช้เครื่องจักรได้ดีทำให้เกิดของเสียที่เกิดขึ้นจากกระบวนการผลิตเป็นจำนวนมาก

ดังนั้น การประยุกต์ใช้เศรษฐกิจพอเพียง ในภาคอุตสาหกรรม โดยเฉพาะ SMEs ก็คือการใช้ปัจจัยการผลิตต่าง ๆ ในจุด Optimum (จุดที่ได้ผลดีที่สุด) นอกจากนี้การที่ภาครัฐให้ความสำคัญกับการส่งเสริม SMEs ด้วยการเน้นการสร้างภูมิคุ้มกันก็เป็นอีกองค์ประกอบหนึ่งในการพัฒนา SMEs ให้มีศักยภาพที่เพิ่มขึ้นและรัฐบาลในชุดปัจจุบันก็ได้ให้ความสำคัญกับนโยบายดังกล่าวที่เน้นการพัฒนาศักยภาพมากกว่าการให้ความสำคัญกับเงินทุนเหมือนในยุคที่ผ่าน



6. บทสรุป

- หัวใจสำคัญของเศรษฐกิจพอเพียงคือ **ความพอประมาณ ความมีเหตุผล และการมีภูมิคุ้มกันที่ดี**
- สิ่งที่ SMEs และภาคอุตสาหกรรมของไทยปฏิบัติมาในอดีตก็คือขาดความพอประมาณ ต้องการในสิ่งที่ตัวเองต้องการจะได้ ต้องการจะเป็นโดยมิได้มองถึงภูมิคุ้มกันของตัวเองหรือ (ศักยภาพที่ตัวเองมี) หรือนั่นก็ความการขาดความมีเหตุผลมาคอยย้ำคอยเตือน ดังนั้น **เศรษฐกิจพอเพียงจึงเป็นแนวทางที่ช่วยในการแก้ปัญหาดังกล่าวได้ และสามารถนำไปปฏิบัติได้จริง** แต่หลาย ๆ ฝ่ายก็ยังคงไม่เข้าใจ และเข้าใจไปในทางที่ว่า เมื่อทำดีแล้ว เก่งขึ้นแล้ว ร่ำรวยขึ้นแล้ว ก็ให้หยุดหรือพอเพียง ซึ่งขัดแย้งกับหลักการเศรษฐกิจพอเพียง
- และเพื่อป้องกันไม่ให้ผู้คนเข้าใจผิด จึงขอนำพระราชดำรัสในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมากล่าวอีกครั้งหนึ่ง ความว่า

"ถ้าไม่มีเศรษฐกิจพอเพียง เวลาไฟดับ... จะพังหมด จะทำอย่างไร. ที่ที่ต้องใช้ไฟฟ้าก็ต้องแย่ไป. ...หากมีเศรษฐกิจพอเพียงแบบไม่เต็มที่ ถ้าเรามีเครื่องปั่นไฟ ก็ใช้ปั่นไฟ หรือถ้าขั้นโบราณกว่า มีดก็จุดเทียน คือมีทางแก้ไขปัญหาเสมอ. ...ฉะนั้นเศรษฐกิจพอเพียงนี้ ก็มีเป็นชั้น ๆ แต่จะบอกว่าเศรษฐกิจพอเพียงนี้ ให้พอเพียงเฉพาะตัวเองร้อยเปอร์เซ็นต์ นี่เป็นสิ่งที่ทำไม่ได้. จะต้องมีการแลกเปลี่ยน ต้องมีการช่วยกัน. ...พอเพียงในทฤษฎีหลวงนี้ คือให้สามารถที่ดำเนินงานได้."

พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา

23 ธันวาคม 2542

ที่มา:

http://internet1.off.fti.or.th/filemanager/data/internet/2007_TB/C_SuficientcyEconomy_FTI.doc

ครอบครัวกับความพอเพียง
e-family Learning

บทสัมภาษณ์
ครอบครัวพอเพียง

หน้าแรก
พระราชดำรัสเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง
แนวคิดครอบครัวกับความพอเพียง
แนะนำหนังสือ คู่มือความพอเพียง

บทสัมภาษณ์ครอบครัวพอเพียง เป็นเรื่องราวชีวิตของครอบครัว จำนวน 24 ครอบครัว ในพื้นที่กลุ่มจังหวัดภาคกลางตอนบนจำนวน 8 จังหวัด อันได้แก่ นนทบุรี ปทุมธานี อยุธยา สระบุรี อ่างทอง สิงห์บุรี ชัยนาท และลพบุรี ซึ่งเป็นบุคคล/ครอบครัวที่ได้รับรางวัลประกาศเกียรติคุณ "ผู้นำการดำรงชีวิตเศรษฐกิจพอเพียงดีเด่น" ตามโครงการมหกรรมการเรียนรู้: เครือข่ายหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียง "อยู่เย็น เป็นสุข" ประจำปี 2550 ซึ่งสำนักส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพชุมชน กรมการพัฒนาชุมชน กระทรวงมหาดไทย จัดทำขึ้น

คณะผู้วิจัยได้ประสานงานกับสำนักงานพัฒนาชุมชนจังหวัดทั้ง 8 แห่ง ข้างต้น ในการขอความร่วมมือติดต่อการเยี่ยมบ้านและสัมภาษณ์เรื่องราวชีวิตของครอบครัวที่ได้รับรางวัล "ผู้นำการดำรงชีวิตเศรษฐกิจพอเพียงดีเด่น" จังหวัดละ 3 ครอบครัว ซึ่งถือว่าเป็นครอบครัวที่ประสบความสำเร็จในการดำรงชีวิตแบบพอเพียง เพื่อนำมาเผยแพร่เป็นแบบอย่างที่ดีในทางปฏิบัติ (best practices) สำหรับการเรียนรู้ของครอบครัวอื่นต่อไป

ครอบครัวคุณแม่กุลสุวีณ์ พุ่งฉิม อายุ 62 ปี กับนายทศพัชร์ พุ่งฉิม อายุ 38 ปี อยู่บ้านเลขที่ 9/10 ม.9 ต.บางม่วง อ.บางใหญ่ จ. นนทบุรี

นายจำนงค์ ดีขม อายุ 62 ปี อยู่บ้านเลขที่ 50/2 หมู่ 9 ต.บางม่วง อ.บางใหญ่ จ. นนทบุรี

บทความวิชาการ

บทสัมภาษณ์ ครอบครัวพอเพียง

แนะนำเว็บไซต์

นายสุเทพ ปริเสม อายุ 63 ปี อยู่บ้านเลขที่ 7/3 หมู่ 9 ต.บางม่วง อ.บางใหญ่ จ. นนทบุรี

ลุงอ๊อด ดอนพิกุล อายุ 67 ปี ประธานกลุ่มอาสาสมัครพิทักษ์แม่น้ำเจ้าพระยา จ. ปทุมธานี

นางเรวดี นาคโต อายุ 44 ปี ตั้งบ้านเรือนอยู่ในชุมชนบางสิงห์ ต.สวนพริกไทย อ.เมือง จ.ปทุมธานี

คุณสุวรรณี นทีกุลเจริญ อายุ 39 ปี อยู่บ้านเลขที่ 111/11 หมู่ 2 ถ.ปทุมธานี อ.สามโคก จ.ปทุมธานี

ผู้ใหญ่อำพัน เสือจำศีล อายุ 60 ปี เป็นหญิงนักต่อสู้ชีวิตที่ไม่ย่อท้อ ต่อความยากลำบาก และการดูถูกดูแคลน จ.อยุธยา

นายประวิทย์ อรรถวิเวก อายุ 61 ปี เป็นข้าราชบำนาญสังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ จ.อยุธยา

คุณบุญเริ่ม โกมุดิบาล อายุ 68 ปี บ้านเลขที่ 6 หมู่ 1 ต.บ้านแป้ง อ.บางไทร จ.พระนครศรีอยุธยา

คุณเป้าสำราญ พจน์รังษี อายุ 55 ปี อยู่บ้านเลขที่ 18/4 หมู่ 2 ตำบลบ้านแห จ. อ่างทอง

นางละออ เชิดฉาย อายุ 53 ปี จ.อ่างทอง

นางนงนุช ค่าคง (จอย) อายุ 57 ปี อยู่บ้านเลขที่ 55/2 หมู่ 2 ต.บ้านแห อ.เมืองอ่างทอง จ.อ่างทอง

คุณลุงยุ้ย ปานทอง อายุ 74 ปี อยู่หมู่ 1 ต.คอทราย อ.บ้านบางระจัน จ.สิงห์บุรี

นายสุภาพ คชสาร อายุ 43 ปี เป็นผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ 3 ต.คลองทราย อ.ค่ายบางระจัน จังหวัดสิงห์บุรี

นายบุญเยี่ยม ก้อนเงิน อายุ 48 ปี อยู่บ้านเลขที่ 38 หมู่ 4 ต.คอทราย อ.ค่ายบางระจัน จ.สิงห์บุรี

คุณจำรัส จบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 คุณเวรรณา จบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จังหวัดชัยนาท

นายชะลอ รักษาวังสันต์ อายุ 41 ปี เป็นผู้ใหญ่บ้านหมู่ 6 ตำบลตลุก อำเภอสรรพยา จังหวัดชัยนาท

นายพยุง สงพูล อายุ 61 ปี อยู่บ้านเลขที่ 226 หมู่ 6 ต.ตลุก อ.สรรพยา จ.ชัยนาท

พี่เจริญกับพี่อำนาจ อยู่ที่ต.บ้านร่า อ.วิหารแดง จ.สระบุรี

นายสมบัติ ขุนทอง อายุ 65 ปี เป็นข้าราชการบำนาญของกระทรวงศึกษาธิการ จ.สระบุรี

นายธนวัฒน์ สุกดิบ อายุ 38 ปี อยู่บ้านเลขที่ 8 หมู่ 5 ต.หนองปลาไหล อ.สระบุรี จ.สระบุรี

คุณเลงปรีชา อายุ 58 ปี และ คุณป้าชะอ้อน เสืองาม อายุ 59 ปี จบชั้นป.4 อยู่บ้านเลขที่ 18 หมู่ที่ 13 ต.บางคู้ อ.ท่ารุ้ง จ.ลพบุรี

นายระเบียบ กล่อมเกลา อายุ 69 ปี จบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ประกอบอาชีพเกษตรกรรม จ.ลพบุรี

นายเบี่ยง นิ่มน้อย อายุ 68 ปี อยู่บ้านเลขที่ 53 หมู่ 13 ต.บางคู้ อำเภอท่าวุ้ง จ.ลพบุรี สมาชิกกลุ่มประสานงานพลังแผ่นดิน

โครงการวิจัย การพัฒนาความรู้และสารสนเทศเพื่อการเรียนรู้ครอบครัวศึกษา : ครอบครัวกับความพอเพียง
ศูนย์วิจัยและพัฒนาครอบครัวไทย
สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี
โทรศัพท์. 503-3573 โทรสาร. 503-3639

ครอบครัวคุณแม่กุลสุวีณ์ พุ่งฉิม อายุ 62 ปี กับ นายทศพัชร์ พุ่งฉิม อายุ 38 ปี
อยู่บ้านเลขที่ 9/10 ม.9 ต.บางม่วง อ.บางใหญ่ จ.นนทบุรี

"สอนให้ลูกมีความซื่อสัตย์ สร้างสรรค์ความดี ไม่สร้างกรรมติดตัว"

"ผมมีความศรัทธาต่อในหลวงเพราะในหลวงท่านทรงทำให้ดู ท่านทำงาน ท่านเป็นตัวอย่างที่ดีโดยการนำมาใช้ จึงนำมาใช้กับตนเองโดยพยายามนำมาใช้ให้มาก ทำให้มีความเชื่อว่าหลักการนี้จะช่วยให้เราอยู่ในทางที่ถูกต้อง จะประคองเราให้มีความสุขตรงกับหลักศาสนา คือ สงบเย็นและเป็นประโยชน์"

ครอบครัวไม้ดอกไม้ประดับ

ครอบครัวคุณแม่กุลสุวีณ์ พุ่งฉิม อยู่บ้านเลขที่ 9/10 ม.9 ต.บางม่วง อ.บางใหญ่ จ.นนทบุรี มีสมาชิกครอบครัว 4 คน คือ คุณแม่กุลสุวีณ์ พุ่งฉิม อายุ 62 ปี เรียนจบชั้นม.2 มีลูก 2 คน คือ นายทศพัชร์ พุ่งฉิม อายุ 38 ปี จบปริญญาตรี ทำอาชีพอิสระ และรับซ่อมและสอนคอมพิวเตอร์ รับผิดชอบร้านค้าเพื่อการเกษตร และปลูกบัวใบ เป็นอาชีพเสริม และน.ส.นวลลออ ปานปั้น (ใช้นามสกุลคุณพ่อ) อายุ 36 ปี จบปริญญาตรี เป็นเจ้าหน้าที่ประกันสังคม และรับจัดดอกไม้ เป็นอาชีพเสริม และสุดท้ายคือคุณยายชื่อทองเจือ กุดอ่ำ อายุ 84 ปี

การดำเนินชีวิตครอบครัวตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง

ด้วยเหตุที่คุณแม่กุลสุวีณ์ ต้องดูแลครอบครัวเพราะได้แยกทางกับสามี จึงได้ยึดหลักในการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงมาตลอด นั่นก็คือมีน้อยใช้น้อย เวลามีมากก็ใส่กระปุกออกสิน โดยคุณแม่มีกระปุกออมสินหมู 2 กระปุก เพื่อเอาไว้ใช้ยามขัดสน หรือในยามที่ต้องการได้ และยังสอนคนอื่นๆ ให้ใช้วิธีออมแบบนี้ด้วย สำหรับคำว่าพอเพียงคุณแม่ก็กล่าวเสริมว่า *"ต้องคิดว่ามีเพิ่ม พอเพิ่มแล้วจึงจะดี"* ในการสอนลูกคุณแม่กุลสุวีณ์จะให้ลูกๆ คิดถึงผลประโยชน์แก่ส่วนรวม ตัวอย่างที่เห็นได้ก็คือการให้ที่ดินทำเป็นถนนสาธารณะ สอนให้ลูกมีความซื่อสัตย์ สร้างสรรค์ความดี ไม่สร้างกรรมติดตัว พยายามอยู่ในศีล 5 แล้วก็พึ่งบุญ ซึ่งในที่นี้คืออธิฐานภาวนาให้พบแต่สิ่งดีๆ คิดดีๆ ส่วนกิจกรรมที่ทำร่วมกันของครอบครัวคือ รดน้ำต้นไม้และปลูกต้นไม้ ด้วยกันแม่ลูก และก่อนนอนก็จะชวนลูกๆ คุยกันเพื่อปรึกษาหารือหน้าพระในห้องพระ

นายทศพัชร์ เป็นลูกชายคนโต หนึ่งในสมาชิกกลุ่มไม้ดอกและไม้ประดับและสวนเกษตรตามแนวพระราชดำริเศรษฐกิจพอเพียง ได้เห็นคุณแม่มีความประหยัด อยู่ในศีลธรรม ทำให้เกิดการชักนำศึกษาและทำในสิ่งที่ถูกต้อง คุณแม่แนะนำให้ไปบวชที่วัดสวนแก้ว จากนั้นก็ได้รู้จักสวนโมกข์ โดยส่วนตัวจะไปสวนโมกข์ทุกปี ไปเข้าคอร์สอานาปานาสติ ซึ่งทำให้ได้แง่คิดว่า ช่วงเวลาชีวิตของคนเรานะ มันมีเวลาเหมือนกัน เพียงแต่ว่าเราจะทำอะไร ซึ่งผมมองว่าถ้าเกิดเราทำอะไรแล้วมันเกิดประโยชน์กับตัวเราและประโยชน์กับคนรอบข้าง ถึงแม้งานมันจะยากหรือมีปัญหาเราก็น่าจะทำ จากนั้นได้เข้าไปศึกษาแล้วก็ดึงหลักการของความพอประมาณ ความมีเหตุมีผล ความมีภูมิคุ้มกัน มาใช้ ซึ่งมีความเห็นว่าหลักการเศรษฐกิจพอเพียงที่พระเจ้าอยู่หัวดำรัสไว้กับหลักการที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้ เป็นหลักการธรรมชาติ เป็นหลักการเดียวกัน *"ผมมีความศรัทธาต่อในหลวง เพราะในหลวงท่านทรงทำให้ดู ท่านทำงาน ท่านเป็นตัวอย่างที่ดีโดยการนำมาใช้ จึงนำมาใช้กับตนเองโดยพยายามนำมาใช้ให้มาก ทำให้มีความเชื่อว่าหลักการนี้จะช่วยให้เราอยู่ในทางที่ถูกต้อง จะประคองเราให้มีความสุขตรงกับหลักศาสนา คือ สงบเย็นและเป็นประโยชน์"*

ในส่วนของดอกและไม้ประดับและสวนเกษตรตามแนวพระราชดำริเศรษฐกิจพอเพียง มีการประชุมทุกอาทิตย์ต้นเดือนตอน 5 โมงเย็นที่บ้านของประธานกลุ่ม นายทัศพัชรจะจัดการในเรื่องการขาย การส่งของ ซึ่งจะได้รายได้จากตรงนี้ด้วยโดยคิดเป็นเปอร์เซ็นต์ ประโยชน์ที่ได้รับจากการรวมกลุ่มเช่น การรวมกันซื้อกระถางจะได้ราคาที่ถูกกว่า การรวมกลุ่มกันเป็นการส่งเสริมการตลาด กลายเป็นซอยบัว เหมือนกับที่ซอยเตาปูน ซอยประชานฤมิตร เป็นโรงไม้ทั้งซอย ถ้าใครจะซื้อไม้ก็ไปที่ซอยประชานฤมิตร ซึ่งก็มีคนที่คิดลบ แต่เมื่อเห็นคนส่วนใหญ่คิดบวกแล้วมีความสุข ทำให้คนคิดลบน้อยลง ทำให้การรวมกลุ่มเป็นไปได้อย่างต่อเนื่อง ที่สำคัญคือนายทัศพัชรมองว่าการทำตรงนี้เป็นโอกาสที่ได้เงินและมีความสุขด้วยหากเปรียบเทียบกับการทำธุรกิจปลูกบ้านเช่า ที่ดินตรงนี้เป็นที่คุณตาคุณยายแต่ปัญหาคือเป็นที่ต่ำน้ำท่วม ในการนำหลักเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ต้องมีการประยุกต์ใช้คือขุดบ่อให้ลึก มีคันไว้ปลูกไม้ยืนต้น ส่วนบ่อก็ปลูกบัว ซึ่งตรงนี้ได้จากการไปอบรมดูงานที่หนองกลางดง

ทั้งคุณแม่กุลสุวีณ์ และนายทัศพัชร จะชอบฟังวิทยุเกี่ยวกับเรื่องการเกษตร สวนสมุนไพร และก็ไปเข้าอบรม ที่นำมาทำคือปุ๋ยธรรมชาติ ซึ่งทางคุณแม่ต้องการให้ชาวบ้านรู้จักวิธีทำปุ๋ยด้วยตนเองด้วยเพราะเห็นว่าทำแล้วดีกับตนเองและดีกับชาวบ้าน แต่หากภายใน 5 ปี คุณทัศพัชรไม่สามารถชักชวนชาวบ้านมาทำปุ๋ยใช้ก็จะปิดร้าน

ในส่วนของการทำบัญชีครัวเรือนจะให้นวลลออทำทั้งครอบครัว ซึ่งในอนาคตนี้คุณแม่กุลสุวีณ์ ก็อยากให้ครอบครัวดีขึ้นแบบบริสุทธิ์และไม่คดโกงใคร โดยส่วนตัวแล้วสุขภาพยังแข็งแรงดี สามารถขึ้นรถเมล์ไปทำบุญที่วัด ไปเยี่ยมแม่ที่บ้านได้ หากจำเป็นจึงใช้แท็กซี่

ข้อคิดที่ได้รับจากครอบครัว

⊙ คุณแม่กุลสุวีณ์ สอนลูกๆ ด้วยการทำเป็นตัวอย่าง ไม่ว่าจะเป็นการรักษาศีล การคิดถึงประโยชน์ส่วนรวม การเรียนรู้ การมีคุณธรรม การทำความดี ทำให้ลูกๆ ทั้งสองดำเนินรอยตามเป็นคนดีของสังคม

⊙ การมองเห็นการไกลของคุณแม่กุลสุวีณ์ที่ไม่เพียงแต่ส่งเสริมให้ลูกๆ เรียนรู้ อบรม และทำได้จริง แต่ยังต้องการเห็นชาวบ้านได้เรียนรู้และทำใช้ได้จริงด้วยเช่นกัน เป็นการสร้างฐานชุมชนให้แข้มแข็งและอยู่ได้ด้วยตนเองโดยเริ่มจากแต่ละครอบครัว ในที่นี้ก็คือการทำปุ๋ยธรรมชาติ ซึ่งตรงกับหลักการของเศรษฐกิจพอเพียง และในความหมายของพอเพียงไม่ใช่มีแค่พอแต่หมายถึงเพิ่มพูนขึ้นด้วย

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24

นายจำนงค์ ดีขม
อายุ 62 ปี
อยู่บ้านเลขที่ 50/2 หมู่ 9
ต.บางม่วง อ.บางใหญ่ จ.นนทบุรี

"ผมสั่งสอนลูกผม ให้เป็นคนตรง
ซื่อสัตย์ต่อลูกค้า พูดให้เป็นคำพูด
เขาจะได้เชื่อถือเรา สอนลูกมาตลอด
เรื่องความซื่อสัตย์...เรื่องการใช้จ่าย
ผมก็ใช้จ่ายธรรมดาๆ
ซื้อฟุ่มเฟือยผมไม่ค่อยชอบ
การกินการอยู่ก็ธรรมดา
นาน ๆ ออกไปกินข้างนอกสักครั้งนึง...
เรื่องการใช้จ่ายในครอบครัว
ผมก็จะบอกให้ลูกรู้จักการประหยัดอดออม"

วิถีชีวิตแบบพอเพียง ของนายจำนงค์ ดีขม"

นายจำนงค์ ดีขม อยู่บ้านเลขที่ 50/2 หมู่ 9 ต.บางม่วง อ.บางใหญ่ จ.นนทบุรี อายุ 62 ปี จบการศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) จากโรงเรียนช่างกลปทุมวัน นับถือศาสนาพุทธ ภรรยาเสียชีวิตไปเมื่อปี พ.ศ. 2541 ปัจจุบันอยู่เพียงลำพังคนเดียว มีบุตร 2 คน เป็นบุตรชาย และบุตรสาว บุตรชายเสียชีวิตแล้ว

บุตรสาวชื่อนางศิราณี เอี่ยมแย้ม อายุ 32 ปี จบการศึกษาระดับปริญญาโททางด้านการบัญชี สมรสแล้ว สามีนางศิราณีจบการศึกษาระดับปริญญาโททางการบัญชีเช่นเดียวกัน มีบุตรชาย 1 คน ทั้งคู่เปิดบริษัทรับทำบัญชี ตั้งบ้านเรือนอยู่ในละแวกใกล้เคียง จึงมีโอกาสดูแลนายจำนงค์อย่างใกล้ชิด

วิถีการดำเนินชีวิตของลุงจำนงค์

หลังจากจบการศึกษาจากโรงเรียนช่างกลปทุมวันแล้ว ลุงจำนงค์เริ่มชีวิตการทำงานในบริษัทเอกชนแห่งหนึ่งจนกระทั่งเกษียณเมื่ออายุ 57 ปี จึงออกมาประกอบอาชีพเกษตรกรรมซึ่งเป็นความตั้งใจแต่ดั้งเดิมของลุง โดยปลูกไม้ดอกไม้ประดับขาย ซึ่งส่วนใหญ่ คือ บัวกระถาง มีรายได้เฉลี่ยประมาณเดือนละ 12,000 บาท ไม่มีหนี้สิน

ลุงจำนงค์ใช้ชีวิตอย่างเรียบง่ายโดยอาศัยอยู่ในบ้านไม้สองชั้น ในเนื้อที่ประมาณ 2 ไร่เศษ ๆ ชั้นล่างเป็นใต้ถุนโล่ง ซึ่งพื้นที่ส่วนหนึ่งใช้เป็นที่เก็บอุปกรณ์ทางการเกษตร เช่น กระถางต้นไม้ ปุ๋ย กาบมะพร้าวซึ่งใช้สำหรับปลูกต้นไม้ มีโต๊ะและเก้าอี้หินอ่อน 1 ชุด ซึ่งลุงจำนงค์ใช้เป็นที่รับประทานอาหารและรับรองผู้มาเยือนเป็นครั้งคราว พื้นที่รอบ ๆ บ้านเต็มไปด้วยบัวกระถางและไม้ดอกไม้ประดับอื่น ๆ ซึ่งพร้อมที่จะจำหน่ายได้ทุกเวลา มีรายได้จากการขายไม้ดอกไม้ประดับเฉลี่ยวันละ 500-600 บาท โดยผู้ซื้อมารับซื้อถึงบ้าน ลุงจำนงค์จึงไม่ต้องเสียค่าขนส่งแต่อย่างใด นอกจากนั้น รอบ ๆ บ้านเป็นคูน้ำ ซึ่งทำให้มีน้ำสำหรับรดต้นไม้ได้ตลอดปี และมีผัก กุ้งและปลา ซึ่งสามารถนำมาประกอบอาหารได้ โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย

ลุงจำนงค์เล่าว่า ตนเองไม่มีความรู้ทางการเกษตร แต่มีพื้นฐานจากครอบครัวเดิมที่พ่อแม่เป็นเกษตรกร

ทำสวนทุเรียนอยู่ในอำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี ซึ่งเป็นแรงบันดาลใจให้ลุงจำนงค์ต้องการใช้ชีวิตบั้นปลายในการทำอาชีพเกษตรกรรม และใช้ชีวิตอย่างสงบอยู่ใกล้ลูกหลานซึ่งตั้งบ้านเรือนในบริเวณใกล้เคียง

ในวัยหนุ่ม ลุงจำนงค์เป็นคนกินเหล้าและเที่ยวอย่างหนัก แต่ก็ไม่เคยทำให้ครอบครัวเดือดร้อน เป็นคนมีระเบียบวินัยทางด้านการเงิน มีการแบ่งเงินเป็นสัดส่วน สำหรับใช้ส่วนตัวและครอบครัว เพราะลูกต้องเรียนหนังสือ ไม่สร้างหนี้สิน มีการวางแผนการใช้จ่ายเงินเป็นอย่างดี ปัจจุบันลุงจำนงค์เลิกเที่ยวเตร่แล้วแต่ยังดื่มเหล้าบ้างเป็นครั้งคราว

เมื่อถามถึงค่านิยม ความเชื่อ และคุณธรรมในครอบครัว ลุงจำนงค์ กล่าวว่า "*สิ่งที่ผมยึดถือปฏิบัติด้วยตัวของผมเองนี่นะครับ คือ ความซื่อตรง* ไม่มีคดโกงเด็ดขาด ยังไงก็ไม่เอา ผมเป็นคนพูดตรง โผงผาง คดในข้องอในกระดูกผมไม่ชอบ เป็นคนตรง ๆ ...บุญผมทำนะ แต่ผมจะไม่ค่อยไปวัดบ่อย ผมอยู่คนเดียวอย่างนี้ แต่ผมจะเป็นคนไม่ค่อยทำบาป กุ้ง หอย ปู ปลา ผมก็

ปล่อยลงท้องร่องหมด ...บุญผมทำนะ เช่น ผ้าป่า กฐิน อะไรอย่างเนี้ยะผมทำหมด แต่ไม่ค่อยได้เข้าวัดนะ ไม่มีเวลา...แต่ทุกวันสำคัญเราไปวัดอย่างเช่นทุกวันพระ... ผมไปบังสกุลให้เมียผมที่บางกรวยทุกปี ...ค่านิยมที่เรายึดในครอบครัวคือความกตัญญูรู้คุณ ...*ผมสั่งสอนลูกผม ให้เป็นคนตรง ซื่อสัตย์ต่อลูกค้า พูดให้เป็นคำพูด เขาจะได้เชื่อถือเรา สอนลูกมาตลอดเรื่องความซื่อสัตย์"*

การดำเนินชีวิตครอบครัวตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง

ลุงจำนงค์เล่าว่า แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงเพิ่งจะเริ่มตอนทำการเกษตรโดยได้รับทราบข่าวสารทางโทรทัศน์ มีการตั้งกลุ่มพูดคุยกันในกลุ่มเกษตรกรในละแวกบ้าน

และมีโอกาสเข้ารับการอบรมที่ทางราชการจัดให้ ลุงจำนงค์ได้รับคัดเลือกให้เป็นกรรมการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียงประจำหมู่บ้าน ซึ่งหมู่บ้านของลุงจำนงค์ได้รับคัดเลือกให้เป็น *"หมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียงอยู่เย็นเป็นสุข" ซึ่งได้รับพระราชทานนามจากสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดา* นอกจากนี้ ลุงจำนงค์ ยังเป็นกรรมการกลุ่มไม้ดอกไม้ประดับ และร่วมจัดตั้งร้านค้าของชุมชนเพื่อจำหน่ายปุ๋ยและอุปกรณ์ทางการเกษตรเพื่อจำหน่ายแก่เกษตรกรในราคาถูกอีกด้วย

ในเรื่องการดำรงชีวิต ลุงจำนงค์กล่าวว่า "เรื่องการใช้จ่ายผมก็ใช้จ่ายธรรมดา ๆ ซื้อฟุ่มเฟือยผมไม่ค่อยชอบ การกินการอยู่ก็ธรรมดา นาน ๆ ออกไปกินข้างนอกสักครั้งนึง ...เรื่องการใช้จ่ายในครอบครัวผมก็จะบอกให้ลูกรู้จักการประหยัดอดออม"

ลุงจำนงค์มีการแบ่งเงินเป็นสัดเป็นส่วน ทำบัญชีรายรับรายจ่ายเกี่ยวกับไม้ดอกไม้ประดับ ส่วนค่าใช้จ่ายส่วนตัวไม่ได้ทำบัญชีเพราะมีรายจ่ายไม่มากนัก ไม่มีหนี้สิน มีเงินออมประมาณ 600,000 บาท จากการเล่นแชร์ ดอกเบี้ยเงินกู้และดอกเบี้ยจากการฝากเงินกับธนาคาร รายจ่ายหลัก ๆ ของลุงจำนงค์ คือ ค่าอาหารสุนัขที่ลุงเลี้ยงไว้ 3 ตัว โดยมีรายจ่ายเฉลี่ยวันละ 30 บาท และค่ากาแฟเย็นวันละ 10 บาท ส่วนใหญ่ลูกสาวและเพื่อนบ้านเอากับข้าวมาส่งให้ ไม่ค่อยได้ทำกับข้าวเอง เดือนหนึ่งซื้อข้าวสาร 2 ถัง เป็นเงินประมาณ 400 กว่าบาท แต่รายจ่ายหลักของลุงคือ สิ่งที่ลุงเรียกว่า ค่าภาษีสังคมเฉลี่ยปีละประมาณ 5,000 บาท ซึ่งเป็นไปตามฤดูกาล ส่วนใหญ่เป็นงานบวช งานแต่ง งานศพ โดยช่วยงานรายละประมาณ 200 บาท ถ้าสนิทกันมากก็ประมาณ 500 บาท

ลุงจำนงค์ให้ความร่วมมือกับชุมชนโดยเป็นกรรมการต่าง ๆ ให้ความสำคัญกับการประชุมโดยเข้าร่วมประชุมทุกครั้ง นอกจากนี้ ลุงยังเป็นผู้ที่ใฝ่รู้โดยติดตามข่าวสารทางการเกษตรและข่าวสารอื่น ๆจากรายการโทรทัศน์เป็นประจำ และสนทนาแลกเปลี่ยนความรู้กับเพื่อนบ้านในกลุ่มไม้ดอกไม้ประดับอย่างสม่ำเสมอที่ร้านก๋วยเตี๋ยวและร้านกาแฟในหมู่บ้าน และนำความรู้มาพัฒนาการปลูกไม้กระถางประเภทต่าง ๆ การทำปุ๋ยชีวภาพไว้ใช้แทนการใช้ปุ๋ยเคมีซึ่งเป็นอันตรายต่อสภาพแวดล้อมและสุขภาพของคนในชุมชน

ข้อคิดและเกร็ดความรู้ของลุงจำนงค์ ดีขม

1. การมีวินัยและรู้จักวางแผนในการใช้จ่ายเงิน โดยแบ่งเงินเป็นสัดส่วน รู้จักกิน รู้จักใช้ รู้จักออม มีการทำบัญชีรับจ่ายจากการประกอบอาชีพ ทำให้ไม่มีหนี้สิน
2. การมีหลักคุณธรรมในการดำเนินชีวิตและเป็นพุทธศาสนิกชนที่ดี โดยมีความซื่อสัตย์ ไม่คดโกง และไม่เอาเปรียบผู้อื่น
3. การมีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชน เช่น ร่วมเป็นกรรมการต่าง ๆ และเข้าร่วมการประชุมอย่างสม่ำเสมอ

นายสุเทพ ปรีเลม

อายุ 63 ปี

อยู่บ้านเลขที่ 7/3 หมู่ 9 ต.บางม่วง

อ.บางใหญ่ จ.นนทบุรี

ประธานกลุ่มขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียงในชุมชน

"เป้าหมายในการดำเนินชีวิตครอบครัวคือ

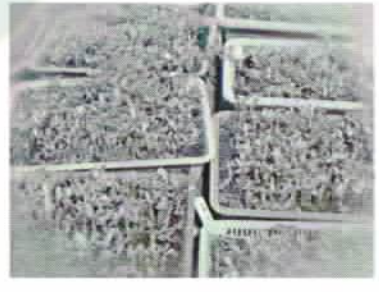
"อยู่เย็นเป็นสุข ไม่เดือดร้อน ไม่มีหนี้สิน"

การทำสวนไม้ดอกไม้ผลจะทำกันสองคนสามีภรรยา โดยไม่มีแรงงานรับจ้าง ทำงานทุกวันไม่มีวันหยุด ยกเว้นไปช่วยงานสังคมหรือทำบุญโดยมีเหตุผลดังคำพูดที่ว่า "เราไม่อยากหยุดหรอกอยากได้ตังค์" ลูกชายที่แยกครอบครัวไปแล้วจะแวะมาเยี่ยมเกือบทุกวัน โดยเอากับข้าวหรือของกินต่าง ๆ มาให้ ถ้าเป็นเทศกาลปีใหม่ หรือสงกรานต์จะมีของมาไหว้ ส่วนเงินทองนั้นจะอยู่ในลักษณะพึ่งพากันระหว่างพ่อแม่ ลูก ดังคำพูด "ก็ให้ ต่างคนต่างให้ บางทีเราขัดสนเขาก็ให้ บางทีเขาขัดสนเราก็ต้องให้" โดยลูกยังไม่ให้ความสนใจที่จะทำด้านเกษตรกรรมสืบทอดจากพ่อแม่ โดยคุณสุเทพกล่าวว่า"เด็กรุ่นใหม่มาทำเกษตรไม่ไหวหรอก เขาทำธุรกิจได้เงินหมุนไว อย่างมาทำพวกสวนพวกอะไรนี่มันต้องมีเงินกองทุนหมุนเวียน ทำเกษตรบางทีจะได้บ้างไม่ได้บ้าง จะต้องมีหมุนเวียนไปเรื่อย ๆ เดี๋ยวนี้ของไม่แน่นอนที่ทำสวนนี่บางวันก็ได้เยอะ บางวันก็ไม่ได้เลย"

การขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียงในชุมชน

จากการที่ครอบครัวคุณสุเทพได้รับเลือกให้เป็นครอบครัวตัวอย่างในการใช้ชีวิตอย่างพอเพียงในชุมชน และต่อมาได้รับเลือกให้เป็นประธานกลุ่มขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียงในชุมชน โดยอาศัยกลไกจากการเป็นประธานโครงการหมู่บ้านไม้ดอกไม้ประดับและสอนเกษตรตามแนวพระราชดำริเศรษฐกิจพอเพียง เป็นตัวขับเคลื่อนแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง โดยภายใต้โครงการนี้จะมีสมาชิกอยู่ประมาณ 60 ครอบครัว มีกรรมการกลุ่ม 10 คน ประชุมเป็นทางการเดือนละครั้ง เพื่อลงมติกันว่าจะสร้างงานอะไรหรือจะทำอะไรต่อไป แต่การหารือนอกรอบเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นนั้น มีเกือบทุกเช้า โดยกรรมการจะแวะเวียนกันมาดื่มกาแฟที่โต๊ะใต้ถุนบ้านข้างบ่อน้ำ และเมื่อคุยกันสักพักก็แยกย้ายไปทำงาน สำหรับข้อมูลเกี่ยวกับแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงส่วนใหญ่จะได้จากสื่อมวลชน โดยที่ครอบครัวเหล่านี้ส่วนใหญ่จะฟังวิทยุระหว่างที่ทำงาน โดยคุณสุเทพมีความเห็นว่าแนวคิดดังกล่าวสอดคล้องกับวิถีชีวิตตนอยู่แล้ว ดังคำกล่าวที่ว่า "มีแนวทางมาจากสื่อมวลชนแล้วเราก็ทำตรงนี้อยู่แล้ว เราก็ประคองอยู่แล้ว"

สำหรับกิจกรรมที่เห็นเป็นรูปธรรม คือ การจัดตั้งร้านค้าชุมชนโดยคุณสุเทพเป็นประธานร้านค้า โดยมีการลงหุ้นกันหุ้นละ 100 บาท ดังคำกล่าวที่ว่า "หุ้นละ 100 ร้านนี้อยู่ในโครงการขับเคลื่อน เป็นตัวขับเคลื่อน เป็นตัวป้อนงานขายเครื่องอุปกรณ์การเกษตร ไม้ดอกไม้ประดับ ทุกอย่างช่วยเหลือคนในหมู่บ้าน บางคนเขาไม่มีรถออกไปซื้อ ถ้าซื้อตรงนี้ได้กำไรนิดหน่อย ขายถูกแล้วก็มีคนส่งให้"



การดำเนินชีวิตตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงของครอบครัว

ครอบครัวคุณสุเทพมีวิถีชีวิตที่สอดคล้องกับแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง โดยยึดหลักการใช้จ่ายพอประมาณควรแก่ฐานะ ไม่มีหนี้สิน ดังคำกล่าวที่ว่า"คือเรามีน้อยก็ใช้น้อย ติดดินมาตั้งนานแล้ว ไม่ใช่พึ่งมาติดดินนี่ และไม่นิยมเป็นหนี้ใคร" และจากคำบอกเล่าของคุณสุเทพและคุณทองเริ่มนั้น เคยเป็นหนี้เหมือนกันเมื่อ 10 ปีที่แล้ว จำนวน 60,000 บาท เนื่องจากน้ำท่วมบ้านต้องทำบ้านใหม่ และญาติเป็นคนเสนอให้ความช่วยเหลือเอาเงินมาใช้ก่อน โดยไม่เสียดอกเบี้ยและใช้หนี้หมดไปแล้ว

สำหรับการจัดการเรื่องเงินที่ได้มาจากการขายไม้ดอกไม้ผลนั้น จะแบ่งเป็นส่วน สำหรับเก็บและไว้ใช้จ่าย โดยไม่ได้ทำบัญชีรับจ่าย เนื่องจากมีค่าใช้จ่ายเฉพาะการกินอยู่ในชีวิตประจำวัน เป็นพวกเนื้อสัตว์และผักบางอย่างที่ไม่ได้ปลูกเท่านั้น ดังคำบอกเล่าที่ว่า "แบ่งเป็นกอง เป็นล็อค ๆ ที่เก็บมาตรฐานก็เก็บเข้าล้อควางไว้ก็ไว้ใช้" โดยให้ความสำคัญกับเงินออมมากจะแบ่งรายได้เก็บไว้ครึ่งหนึ่งเลย ดังคำกล่าวที่ว่า "เพราะเวลาเดือดร้อนข้างหน้าเราไม่รู้ว่าอะไรจะเกิดขึ้น ไม่รู้ว่าเราจะเจ็บไข้ได้ป่วยตอนไหน กันไว้ เป็นภูมิคุ้มกัน"

นอกจากนั้น ครอบครัวคุณสุเทพยังให้ความสำคัญกับการทำงานเพื่อชุมชน รับเป็นประธานคณะกรรมการในชุมชน กระตือรือร้นที่จะช่วยเหลือผู้อื่น และเต็มใจที่จะหยุดงานในสวน โดยผลัดเปลี่ยนกันไป แต่ถ้าไปไม่นานก็จะไปทั้งคู่ ดังคำพูดที่ว่า "ก็หยุดเอง เขามาบอกงาน ไปช่วยงาน หรือญาติพี่น้องจำเป็นอะไรก็ไปโดยจะไปคนหนึ่งอยู่คนหนึ่ง ถ้าผลัดเปลี่ยนไม่ได้ก็ไปสักครู่สักยามทิ้งไป"

ข้อคิดจากครอบครัวคุณสุเทพ

1. ครอบครัวคุณสุเทพได้ดำเนินชีวิตสอดคล้องกับแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงมาเป็นเวลานาน และอุทิศตนที่จะทำประโยชน์แก่ชุมชน จะได้รับเลือกเป็นประธานกลุ่มขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียงในชุมชน ที่จะเป็นหลักให้คณะกรรมการดำเนินงานรณรงค์และกระทำตนเป็นแบบอย่างแก่ชุมชนไม่ให้หลงใหลไปตามกระแสทุนนิยม ที่ให้ความสำคัญในการกระตุ้นการบริโภคและตัวคุณสุเทพเองได้เอาใจใส่ในภาระหน้าที่ของตน พร้อมที่จะรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น โดยการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นทั้งเป็นทางการและไม่เป็นทางการเป็นประจำและให้การช่วยเหลือเกษตรกรกลุ่มไม้ดอกไม้ประดับโดยจัดทำร้านค้าของกลุ่ม

2. ตัวคุณสุเทพเองเป็นผู้มีวิสัยทัศน์และความคิดริเริ่มที่จะพัฒนาอาชีพของตนเองอย่างไม่หยุดยั้ง ทั้งที่มีอายุ 63 ปี แล้ว ก็ได้คิดค้นที่จะปรับปรุงพันธ์ไม้ดอกไม้ประดับ เช่น ดอกชวนชมในสวนของตน ให้ได้พันธ์ใหม่กว่าสวนอื่น และทำให้เป็นที่ต้องการของผู้ซื้อและขายได้ราคากว่าไม้ดอกทั่ว ๆ ไป จึงเป็นผู้ที่เหมาะสมที่ได้รับเลือกเป็นประธานโครงการหมู่บ้านไม้ดอกไม้ประดับและสวนเกษตรควบคู่ไปกับประธานกลุ่มขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง

ลุงอ๊อด ดอนพิกุล

อายุ 67 ปี

ประธานกลุ่มอาสาสมัครพิทักษ์แม่น้ำเจ้าพระยา

"เจ้าพระยาคาลาแดงแหล่งลำน้ำ วัฒนธรรมดำรงยังคงมั่น
สืบเลือดเนื้อเชื้อเผ่าเหล่ารามัญ สานวิถีชีวันนิรันดร
สืบส่งละบุญธรรมครรลองยุทธ สานสายใยสายพิสุทธิ์ไม่หยุดหย่อน
สืบคุณงามความดีศรีนคร สานเรื่องราวชาวมอญอยู่คู่เมือง"

ครอบครัว ลุงอ๊อด ดอนพิกุล

ลุงอ๊อด ดอนพิกุล ประธานกลุ่มอาสาสมัครพิทักษ์แม่น้ำเจ้าพระยา อายุ 67 ปี มีภรรยาอายุ 57 ปี มีลูกด้วยกัน 3 คน อาศัยอยู่หมู่ที่ 2 ตำบลศาลาแดง อำเภอสามโคก จังหวัดปทุมธานี ซึ่งเป็นหมู่บ้านที่ได้รับรางวัลหมู่บ้านเศรษบกิจพอเพียง

ในสมัยเด็กครอบครัวของลุงอ๊อด ยากจน โตและเรียนรู้มากับวัด และได้บวชตอนอายุ 20 หลังจากนั้นก็สึกออกมาเป็นกะลาสีเรือ แล้วก็เป็นผู้ควบคุมเครื่องจักร ในที่สุดก็เป็นผู้คุมเรือ แต่เนื่องจากพี่สาวโดนยิงเกือบตาย จึงออกมาดูแลพี่ และก็ทำสวนกล้วยในพื้นที่ 4 ไร่

ลุงอ๊อดกับแม่น้ำเจ้าพระยา

บ้านของลุงอ๊อดน้ำท่วม พอน้ำลด บ้านของลุงอ๊อดก็ปลูกพวกผัก เช่น ฟัก แฟง ในกระถางแต่จะเจาะรูกระถางให้มันทะลุลงดิน ไว้โคนต้นมะม่วงหน้าบ้าน นี่คือเศรษฐกิจพอเพียง และจากการที่อาศัยอยู่ริมฝั่งแม่น้ำเจ้าพระยา จึงรู้สึกหวงแหนแม่น้ำเจ้าพระยา ซึ่งลุงอ๊อดได้พูดถึงแม่น้ำเจ้าพระยาว่า "แม่น้ำเจ้าพระยาสายนี้ เป็นแม่น้ำสำคัญสายหนึ่ง ของประเทศไทย ก็จะนำน้ำมาเพื่อให้อุปโภคบริโภค ต้องการเกษตรอุตสาหกรรม การท่องเที่ยวทางน้ำ การขนส่งทางน้ำ นำเงินตาเข้าประเทศไทยอย่างมหาศาล แล้วเป็นสายที่สำคัญที่จะส่งน้ำทางประปาทั่วกรุงเทพฯ เพื่อหล่อเลี้ยงประชากรหลายล้านชีวิต เพราะฉะนั้นข้าราชการตัวดีข้าราชการ ประชาชนนะครับ ต้องเชื่อฟังกันบ้าง เขาก็โตมาก่อน ถึงโกรธเขาไม่ได้ ข้าราชการ ประชาชนทุกหมู่เหล่าให้ช่วยกันรักษาแม่น้ำ อย่าทิ้งขยะลงสู่แม่นน้ำเจ้าพระยา อย่าทิ้งสิ่งปฏิกูลสู่แม่น้ำเจ้าพระยาเพื่อลูกหลานของเรา อนาคตจะได้มีน้ำใช้ที่ใสสะอาด ไม่ใช่พอเราอยู่อย่างใส พอรุ่นลูกน้ำเน่าเดี๋ยวมันด่าเรา ไม่ใช่ปู่ย่าตายาย เรามันเลวทรามเราจะให้ของขวัญพ่อหลวงสักกล่อง น้ำคือชีวิต พาเราคิดพระราชสนองแนวพระราชดำริ หน่วยงานประสานเครือข่าย ชุมชนร่วมงานประสานใจ กู้สายน้ำ" ลุงอ๊อดได้คิดวิธีการทำให้น้ำจากครัวเรือนสะอาดก่อนไหลลงสู่แม่น้ำ โดยคิดวิธีการทำถังดักไขมันไว้ใต้ถุนบ้านมีท่อรับน้ำจากครัวลงมา ไขมันจากการทำอาหารจะถูกกรองไว้ส่วนน้ำจะไหลซึมลงใต้ดิน และได้ชักชวนคนในหมู่บ้าน 87 หลังคาเรือนทำถังดักไขมันไว้เกือบครบทุกหลังคาเรือนแล้ว นอกจากนี้ยังมีเตาเผาขยะรักษาสิ่งแวดล้อมโลกอีกด้วย มีผู้คนทั้งชาวไทยและต่างประเทศให้ความสนใจมาดูบ่อดักไขมันของลุงอ๊อดมากมายจนเป็นที่รู้จักทั่วโลก แม้กระนั้นลุงอ๊อดก็ยังใช้ชีวิตที่เรียบง่าย ยังอยู่บ้านที่ยาวเพียง 10 ศอก อยู่กัน 4 คน แต่มีความสุข ลุงอ๊อดจะสอนลูกทั้งลูกสาวและลูกชายว่า "หนูรักพ่อไหม หนูรักพ่อหนูอย่าดื่มเหล้าได้ไหม" เพราะเมื่อดื่มเหล้าแล้วก็จะประมาทเลินเล่อ และผู้คนมากมายก็เสียชีวิตหรือไม่ก็พิการเพราะเหล้าทุกปี ลุงอ๊อดจึงได้ต่อต้านเรื่องนี้มาก

กิจกรรมขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง

นอกจากนี้ยังมีกฎระเบียบของชุมชน 5 ประการ คือ ห้ามค้ามนุษย์เด็ดขาด ห้ามค้าสัตว์มีชีวิต ห้ามค้ายาพิษ ยาบ้า ห้ามค้าอาวุธ ห้ามค้าสุราเมรัย ของมึนเมา

ชุมชนศาลาแดงเหนือ มีขนบธรรมเนียมประเพณีที่โดดเด่น คือ

1. ชาวบ้านศาลาแดงเหนือยังปฏิบัติคือพิธีแห่หงส์ธงตะขาบในประเพณีสงกรานต์ชาวมอญ ระหว่างวันที่ 13 – 15 เมษายน ของทุกปี
2. การถวายธงตะขาบจะทำในวันสุดท้ายของเทศกาลสงกรานต์ที่มหาหงส์
3. ประเพณีตักบาตรน้ำผึ้ง จะทำในวันขึ้น 15 ค่ำ เดือน 10
4. ประเพณีทำบุญวันสงกรานต์ตรงกับแรม 1 ค่ำ แรม 15 ค่ำ สิ้นเดือน 10

ดังคำพูดที่ว่า *"เจ้าพระยาศาลาแดงแหล่งลำน้ำวัฒนธรรมดำรงยังคงมั่น สืบเลือดเนื้อเชื้อเผ่าเหล่ารามัญ สานวิถีชีวันนิรันดร สืบส่งละบุญธรรมครรลองยุทธ สานสายใยสายพิสุทธิ์ไม่หยุดหย่อน สืบคุณงามความดีศรีนคร สานเรื่องราวชาวมอญอยู่คู่เมือง"*

สำหรับพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ลุงอ๊อดได้กล่าวเทิดพระเกียรติพร้อมยกมือไหว้ว่า "เฉลิมพระชนมพรรษา ไหว้องค์จิตรเรศ พระคือตะวันบรรเจิดหล้า นภาเรืองรองส่องส่ง ละองดินยืนยงคงชีพทุกชีวี พระคือฝนพร่ำช่ำชื่น สาดส่ายพริ้งพื้นทุกถิ่นที่ พิสุทธิ์ใสสะอาดจักยินดี น้ำพระทัยภูมี พระทรงทศพิธราชธรรม เลิศล้ำพระจิริยาเฉิดฉันท์ มุ่งมั่นตัดรนผ่อนจน พระคือมหาชนกประศกเทิด แสนประเสริฐนำทางสว่างผล คือดวงธรรมทิศพิธธรรมส่องสกุล พาพ้นภัย ขอภูมิเจ้าเจ้าชีวิต ทรงสถิตสุขเกษมสันต์ เป็นขวัญเมืองขวัญมิ่ง ยั่งยืนนานนิรันกาล ขอพระองค์ทรงจงพระเจริญ ด้วยเกล้าด้วยกระหม่อม"

และจากการที่เป็นผู้รู้จริง ลุงอ๊อดจึงขอเอาคำชมเชยของอาจารย์ประยูรหัวหน้าศาลจังหวัดมหาสารคามมาบอกให้ฟังว่า "คุณตาอ๊อดยอดปราชญ์ของชาวมอญ เป็นรามัญภูมิปัญญาหาใดเหมือน ขอขยายภาพซาบซึ้งถึงครัวเรือน หาใครเหมือนคุณตาอ๊อดเป็นไม่มี ศาลาแดงเหนือเป็นความสร้างสรรค์ กฎของบ้านงามชุมชนสุดเข้มแข็ง รับรางวัลดีเด่นเป็นแม่แรง ปรับปรุงแต่งสร้างชุมชนคนเล่าลือ องค์กรเด็กเป็นต้นแบบงานท้องที่ สร้างความดีรวมญาติมอญสอนหนังสือ อะไรลืมแล้ว ประเพณีดีเด่นเป็นสง่า นำตำราของตายายมาพร่ำสอน อนุรักษ์บรรพชนคนชาวมอญ ไม่ยอมอ่อนไหวตามสุริยน การอดออมยอมตามคำสั่งสอน คนชาวมอญสอนกันให้เหมาะสม"

ข้อคิดที่ได้จากครอบครัว

1. ลุงอ๊อดเป็นคนที่ใฝ่รู้ใฝ่เรียนและนำความรู้มาปฏิบัติให้เกิดผลจริง เป็นประโยชน์ทั้งต่อตนเอง ต่อชุมชน และต่อประเทศชาติ จนเป็นที่ยอมรับไปทั่วโลกในเรื่องการรักษาทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
2. ลุงอ๊อดเป็นคนที่มีศิลปวิธีในการสอนลูกให้ละเลิกในสิ่งที่ไม่ดี ด้วยการใช้ความรัก

2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24

นางเรวดี นาคโต
อายุ 44 ปี
ตั้งบ้านเรือนอยู่ในชุมชนบางสิงห์
ต.ลวนพริกไทย อ.เมือง จ.ปทุมธานี

"พอเพียง คือ ความพอประมาณในสิ่งที่ตนเองมี และใช้ในสิ่งที่ตนเองมีอย่างมีเหตุผล และต้องระมัดระวังตนเอง ระลึกเองได้อยู่เสมอ และใช้ความรู้ความสามารถของตนเอง ในการดำรงชีวิตอย่างรอบคอบ มีสติ มีการวางแผนการทำงานอย่างมีขั้นตอน ไม่มากไปหรือน้อยไป ไม่ฟุ่มเฟือย ไม่อยากมีอยากได้ในสิ่งที่เกินตัว เกินความสามารถของตนเอง และมีการสร้างภูมิคุ้มกันให้กับตนเอง"

ชีวิตครอบครัวพอเพียง ของนางเรวดี นาคโต

นางเรวดี นาคโต อายุ 44 ปี จบการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 มีอาชีพตัดเย็บเสื้อผ้าและทำสวน สมรสกับคุณสมหมาย นาคโต อายุ 45 ปี จบการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 มีอาชีพรับจ้างและทำสวน ไม่มีบุตรด้วยกัน ตั้งบ้านเรือนอยู่ในชุมชนบางสิงห์ ต.สวนพริกไทย อ.เมือง จ.ปทุมธานี ลักษณะบ้านที่พักอาศัยเป็นบ้านครึ่งตึกครึ่งไม้ 2 ชั้น ด้านหน้าบ้านปลูกต้นมะขาม และด้านข้างของบ้านปลูกผลไม้ เช่น กล้วย และฝรั่ง และสมุนไพรต่าง ๆ ภายในตัวบ้านชั้นล่างมีโต๊ะและเก้าอี้รับแขกซึ่งตั้งอยู่มุมซ้ายด้านหน้าของบ้านซึ่งใช้เป็นพื้นที่รับแขกและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนบ้านเป็นครั้งคราว โดยเฉพาะอย่างยิ่งเกี่ยวกับการทำเกษตรและการทำอาชีพเสริมของกลุ่มแม่บ้านเกษตรกรบางสิงห์พัฒนา

การดำเนินชีวิตที่ผ่านมา

หลังจากจบการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 จากโรงเรียนคณะราษฎร์บำรุง จังหวัดปทุมธานี เมื่อปี พ.ศ.2525 คุณเรวดีได้เข้าทำงานในบริษัทเอกชนประมาณ 10 ปี แล้วจึงออกมาทำการเกษตรปลูกผักปลอดสารพิษ แล้วไปเรียนตัดเย็บเสื้อผ้าสตรีที่โรงเรียนสอนตัดเสื้อระพี จนจบหลักสูตรสูงสุด และได้กลับมาเปิดร้านตัดเสื้อสตรีที่ตัวเมืองปทุมธานี

ขณะเดียวกันก็ยังคงประกอบอาชีพเกษตรกรรม โดยปลูกผักปลอดสารพิษ ได้แก่ คะน้า ผักบุ้งจีน ผักโขมจีน ถั่วฝักยาว มะเขือ พริก วิธีการปลูกมีทั้งปลูกในมุ้งและนอกมุ้ง ใช้ปุ๋ยชีวภาพ ปุ๋ยหมักอินทรีย์ คุณเรวดีได้นำผักที่ปลูกไปจำหน่ายที่ร้านตัดเสื้อด้วย นอกจากนี้คุณเรวดียังประกอบอาชีพเสริมโดยการรวมกลุ่มสมาชิกแม่บ้านเกษตรกรบางสิงห์พัฒนา แปรรูปผลิตภัณฑ์การเกษตร โดยทำน้ำพริกปลาร้าผัด น้ำพริกเผา น้ำพริกปลาย่าง และทำแชมพูสมุนไพรดอกอัญชัน ว่านหางจระเข้ ผลิตโดยใช้วัตถุดิบในชุมชน ผลิตไว้ใช้เอง และจำหน่ายเป็นรายได้เสริมให้แก่ครอบครัว โดยวางจำหน่ายที่หน้าร้านตัดเสื้อสตรีในตัวเมืองด้วยเช่นกัน มีรายได้ครอบครัวจากการขายผักปลอดสารพิษและจากการรับตัดเสื้อผ้าสตรี รวมทั้งการจำหน่ายสินค้ากลุ่มผลิตภัณฑ์กลุ่มแม่บ้านประมาณเดือนละ 15,000-20,000 บาท สำหรับหนี้สินนั้นคุณเรวดีได้กู้เงินจากกองทุนหมู่บ้านฯ มาหมุนเวียนในการทำการเกษตรจำนวนหนึ่ง และใช้คืนเกือบหมดแล้ว โดยมีการผ่อนชำระอย่างสม่ำเสมอ

ครอบครัวของคุณเรวดีนับถือศาสนาพุทธ ได้นำหลักธรรมของศาสนาพุทธมาใช้ในการดำรงชีวิต โดยประกอบอาชีพด้วยความขยัน ประหยัดและอดออม โดยใช้ทางสายกลาง ไม่มากไป ไม่น้อยไป พออยู่พอกิน ไม่เบียดเบียนผู้อื่น แบ่งปันให้ผู้ด้อยโอกาสเสมอ บริจาคทรัพย์เพื่อบำรุงพระพุทธศาสนา ทำบุญตามวันสำคัญทางศาสนาอย่างสม่ำเสมอ และร่วมเป็นกรรมการจัดงานวัดเปรมประชาซึ่งเป็นวัดในชุมชนทุกครั้ง คุณเรวดีย้ำว่า *"คุณธรรม จริยธรรม ความซื่อสัตย์สุจริตต่อหน้าที่การงาน ถือเป็นสิ่งสำคัญในการประกอบอาชีพ* เช่น การปลูกผักปลอดสารพิษต้องไม่ใช้ยาฆ่าแมลง ซึ่งเป็นอันตรายต่อผู้บริโภค เลือก

วัตถุดิบในการผลิตน้ำพริกอย่างมีคุณภาพ สะอาดและปลอดภัย" นอกจากนี้ คุณเรวดี ยังร่วมทำกิจกรรมกับครอบครัวในวาระโอกาสต่าง ๆ อยู่เสมอ เช่น การทำบุญวันสงกรานต์ การบำเพ็ญประโยชน์เพื่อสังคม การรับประทานอาหารร่วมกัน การเดินทางท่องเที่ยวต่างจังหวัดเป็นครั้งคราว

ลักษณะการดำเนินชีวิตครอบครัวตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

คุณเรวดีเล่าว่า แรงจูงใจที่ทำให้ปฏิบัติตนตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เนื่องจากมีอาชีพเกษตรกรรมและได้มีการปลูกพืชผักสวนครัวและผักปลอดสารพิษ ได้นำผักที่ปลูกมารับประทานเอง และแบ่งปันให้กับเพื่อนบ้าน ส่วนที่เหลือก็นำไปจำหน่าย เมื่อประสบความสำเร็จก็ได้มีการรวมกลุ่มสมาชิกมาจัดตั้งกลุ่มอาชีพทำน้ำพริก เพื่อเพิ่มรายได้ให้กับตนเองและคนในชุมชน และมีการรวมกลุ่มกันปฏิบัติตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อให้ทุกคนได้ดำเนินชีวิตตามแนวทางสายกลาง

"ก็พออยู่พอกินน่ะค่ะ พอเพียง คือ ความพอประมาณในสิ่งที่ตนเองมี และใช้ในสิ่งที่ตนเองมีอย่างมีเหตุผล และต้องระมัดระวังตนเอง ระลึกเองได้อยู่เสมอ และใช้ความรู้ความสามารถของตนเองในการดำรงชีวิตอย่างรอบคอบ มีสติ มีการวางแผนการทำงานอย่างมีขั้นตอน ไม่มากไปหรือน้อยไป ไม่ฟุ่มเฟือย ไม่อยากมีอยากได้ในสิ่งที่เกินตัว เกินความสามารถของตนเอง และมีการสร้างภูมิคุ้มกันให้กับตนเอง เช่น มีการออมเงินไว้ใช้จ่ายในกรณีที่มีความจำเป็น...มีการจัดทำบัญชีจะเป็นรายรับ รายจ่ายไม่ค่อยได้จด...หนูนอกจากจะรับจ้างตัดเสื้อผ้า ทำสวนด้วยและก็ยังเป็นกรรมการกลุ่มแม่บ้านเกษตรกรด้วยที่มีเรื่องเกี่ยวกับเพิ่มรายได้และลดรายจ่าย ทีแรกก็ไม่เข้าใจว่าเป็นเศรษฐกิจพอเพียงเพราะว่าเราทำของเราอย่างนั้นอยู่แล้ว ตอนหลังเขาก็มาพูดเรื่องเกษตรทฤษฎีใหม่ เศรษฐกิจพอเพียง ก็คือเราทำอยู่แล้ว แถวนี้จะเป็นอาชีพรับจ้างบ้าง อย่างพี่สาวเขาก็ทำแกงขายเป็นสมาชิกของแม่บ้านพอมีงานขายของก็มาช่วยกันทำน้ำพริกไปขาย เอาไปฝากขายตามร้านค้าบ้าง เขาก็จะเอาไปขายไปทำแกงทำอาหารขายของเขาตามบ้านก็ใช้ปลาหาปลาในคลองนี่แล้วพริก หอม กระเทียมอะไรที่มีอยู่ในบ้านเรา เขาก็ทำน้ำพริกก็ลักษณะอย่างนี้ จะพูดอย่างไรนะ เราก็ทำตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงอยู่แล้ว"

สำหรับหลักปฏิบัติในการใช้ชีวิตครอบครัวแบบพอเพียงนั้น คุณเรวดี กล่าวว่า *เธอและสามียึดหลักดังนี้ "ตรงต่อเวลา พูดจริง ไม่โกหก ซื่อสัตย์ต่อกัน ไม่ฟุ่มเฟือย โกรธกันต้องไม่ข้ามวัน ดูแลกันไปเรื่อย ๆ ทำกิจกรรมร่วมกัน เช่น ทานข้าวร่วมกันไปทำบุญร่วมกัน บำเพ็ญประโยชน์เพื่อสังคม ครอบครัวอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุขและอบอุ่น"*

ข้อคิดและเกร็ดความรู้

1. ประกอบอาชีพด้วยความซื่อสัตย์สุจริต ประหยัดอดออม ไม่ฟุ่มเฟือย มีสติ มีการวางแผนการทำงานอย่างมีขั้นตอน

2. มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อบุคคลรอบข้าง โดยการแบ่งปันและใช้เวลาว่างร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อชุมชนและสังคม โดยเป็นกรรมการและอาสาสมัครต่าง ๆ เช่น คณะกรรมการพัฒนาสตรี คณะกรรมการวิสาหกิจชุมชน และ OTOP อำเภอเมือง ปทุมธานี อาสาสมัครสาธารณสุข คณะกรรมการหมู่บ้านและชุมชนเมือง คณะกรรมการกลุ่มแม่บ้านเกษตรกรบางสิงห์พัฒนา ฯลฯ เพื่อบำเพ็ญประโยชน์และเผยแพร่ความรู้จากประสบการณ์ที่ได้รับแก่ชุมชน

3. ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์โดยการทำอาชีพเสริม และใฝ่หาความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอโดยเข้ารับการฝึกอบรมเพิ่มเติมเมื่อมีโอกาส

คุณสุวรรณี นทีกุลเจริญ
อายุ 39 ปี
อยู่บ้านเลขที่ 111/11 หมู่ 2 ถ.ปทุมธานี
อ.สามโคก จ.ปทุมธานี

"อยู่ได้อย่างมีความสุข พออยู่พอกิน พอใช้ ไม่ได้ตระหนี่ถี่เหนียว ถ้าเราเหลือพอที่จะสามารถให้ใครได้ แต่ถ้าจะให้ก็น่าจะเป็นคนใกล้ชิดเราที่สุด คือ คุณพ่อ คุณแม่"

ครอบครัวนักธุรกิจกับชีวิตแบบพอเพียง

คุณสุวรรณี นทีกุลเจริญ อยู่บ้านเลขที่ 111/11 หมู่ 2 ถ.ปทุมธานี อ.สามโคก จ.ปทุมธานี อายุ 39 ปี กำลังเรียนปริญญาเอกด้านการจัดการทรัพยากรมนุษย์ ที่มหาวิทยาลัยปทุมธานี ทำงานเป็นที่ปรึกษาด้านคุณภาพตามระบบ ISO ให้แก่บริษัทและเคยเป็นกรรมการของสถานพินิจเด็กของสุพรรณบุรี สามีอายุ 39 ปี กำลังเรียนสาขาวิชาเศรษฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช มีอาชีพรับเหมาก่อสร้าง มีลูกสาว 3 คน อายุ 15, 13, 10 ปี และกำลังเรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4, 2 และประถมศึกษาปีที่ 6 ตามลำดับ

พ่อ-แม่-ลูก ทั้ง 5 คน อาศัยอยู่บ้านจัดสรรภัทรไพรเวท 2 เป็นเทาว์เฮาส์ 2 ชั้น เนื้อที่ประมาณ 34 ตารางวา โดยย้ายมาจากจังหวัดสุพรรณบุรี และมาอยู่บ้านนี้เมื่อเดือนเมษายน 2550 สภาพหมู่บ้านโล่งโปร่งสบายไม่แออัดและร่มรื่นด้วยต้นไม้ที่ปลูกเป็นระยะ และบ้านของคุณสุวรรณีเป็นหลังสุดท้ายติดถนนในหมู่บ้าน จึงมีความเป็นส่วนตัวมากขึ้น

บริเวณหน้าบ้านถึงแม้จะเป็นพื้นปูน ก็มีการจัดตั้งกระถางไม้ดอกไม้เลื้อย ทำให้บ้านดูร่มรื่น ด้านข้างเป็นโรงรถที่ใช้เป็นที่ตากผ้าและจอดรถเก๋งของคุณสุวรรณีได้ 1 คัน ส่วนรถกระบะของสามีจะจอดไว้หน้าบ้าน ชั้นล่างของบ้านจะมีห้องที่ติดเครื่องปรับอากาศเป็นห้องอเนกประสงค์ที่ใช้เป็นห้องทำงาน ห้องพักผ่อนของครอบครัว ที่มีเปียโน เครื่องเล่น VCD และโทรทัศน์ โดยมีโซฟายาว และโต๊ะทำงานที่มีเครื่องคอมพิวเตอร์ โทรสาร และปริ้นเตอร์ ส่วนห้องถัดไปจะเป็นห้องรับประทานอาหาร ห้องครัว และห้องน้ำ ส่วนชั้นบนจะเป็นห้องนอน ใช้กระปุกออมสินรูปทองน่ารักวางตามมุมต่าง ๆ ของบ้าน สำหรับออมเงินและใช้เป็นเครื่องประดับของบ้านด้วย

สำหรับหลักคิดในการดำเนินชีวิตครอบครัวของคุณสุวรรณีนั้น จะเป็นเรื่องของความมุ่งมั่นที่จะทำอะไรแล้วต้องทำให้ดีที่สุด ไม่โกหก และให้ความสำคัญกับการศึกษา ความซื่อสัตย์ ประหยัด และออม ดังคำพูดที่ว่า

"ทำสิ่งที่เรามุ่งมั่นและก็ตั้งใจให้ดีที่สุด ทำได้แค่ไหนแค่นั้น เพราะพยายามทำแล้ว" และ "มีอะไรขอให้พูดจริง ๆ พูดตรง ๆ ไม่ปิดบังกัน จะพูดกับลูกบ่อยมาก อย่าโกหกแม่อย่ามีความลับกับแม่ อะไรที่หนูบอกแม่มา แม่รับได้ อย่าให้เวลามันผ่านไปแล้วถึงมาแก้ไข" และ "ให้ความสำคัญกับการศึกษา ความซื่อสัตย์ แล้วก็การประหยัด การออม สังเกตกระปุกออมสินจะอยู่รอบบ้านค่ะ ถ้าให้เงินลูกไปโรงเรียนวันละ 100 บาท จะให้ฝากไว้ 20 บาท แล้วสิ้นเดือนไปฝากธนาคารให้เขาเห็น ๆ ว่านี่มันเป็นลายเซ็นของหนูนะ ฝากให้เพราะต่อไปหนูจะได้ไม่ลำบาก เพราะแม่ไม่อยากให้หนูลำบาก"

ปัญหาธุรกิจจากวิกฤติเศรษฐกิจสู่ชีวิตที่พอเพียง

ครอบครัวคุณสุวรรณีเคยประสบปัญหาด้านเศรษฐกิจในปี 2540 ครอบครัวทำธุรกิจรับเหมาก่อสร้าง ซึ่งเคยประมูลงานได้สูงสุดถึง 60 ล้านบาท และขณะนั้นมีโรงงานทำเสาเข็ม และท่อระบายน้ำคอนกรีต มีการใช้ชีวิตที่ฟุ่มเฟือยสะดวกสบาย แต่

เมื่อเกิดวิกฤติเศรษฐกิจโดยไม่มีการวางแผนรองรับ เลยไม่มีเงินออม ทำให้เคยคิดที่จะฆ่าตัวตาย ดังคำพูดที่ว่า "เคยคิดถึงขนาดจะฆ่าตัวตาย คือ หาทางออกไม่ได้เลย ชีวิตเศร้ามาก เหมือนมันตันหมดเลย มองห้องสี่เหลี่ยมแล้วเราเดินไป เหมือนว่าเราต้องชนกำแพงตลอด...ช่วงนั้นไม่อยากเจอใคร พบใคร เราอายที่จะบอกคนอื่นบอกใคร ๆ ว่าเราไม่มี" หลังจากสามารถฟื้นฟูเศรษฐกิจของครอบครัวมาได้ระดับหนึ่งแล้ว รู้สึกภูมิใจ มีความสุข และมีความพอเพียงในฐานะตน ดังคำพูดที่ว่า "พอวันนี้เรามีแล้ว ๆ เราสร้างด้วยตัวของเราเอง รู้สึกว่าภูมิใจ ชีวิตเราอยู่เพื่อลูกเรา ถ้าเราไม่อยู่แล้วใครจะเลี้ยงลูกเราได้ดีกว่าตัวเรา ก็คือคิดอย่างนี้ก็รู้สึกอิ่มกับความสุขที่ว่าเรามีเท่านี้ เราไม่ต้องตะเกียกตะกายว่าเราต้องมีเยอะ ๆ เหมือนเมื่อก่อน"

ครอบครัวคุณสุวรรณีจึงหันมายึดแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงมาเป็นหลักในการดำเนินชีวิตครอบครัว โดยทุกคนในครอบครัวก็ยังสามารถที่จะกระทำในสิ่งที่ตัวเองสนใจ แม้จะมีค่าใช้จ่าย คือ คุณสุวรรณีเรียนปริญญาเอก สามีหาความรู้เพิ่มเติมในสาขาเศรษฐศาสตร์ ลูกสาวคนโตเรียนเปียโน คนรองเรียนไวโอลิน และคนเล็กเรียนตีกลองชุดใหญ่ ซึ่งแต่ละคนก็มีเครื่องดนตรีเป็นของตนเอง สำหรับแรงบันดาลใจที่ทำให้ครอบครัวคุณสุวรรณีมีวิถีชีวิตแบบพอเพียงนั้น ได้กล่าวว่า

"จุดเริ่มต้นเป็นอุบัติเหตุทางชีวิตของตัวเอง ว่าเราไม่เคยวางแผนการใช้ชีวิตการออมเงินเลย ดังนั้นพอมาถึงจุดทำให้ชีวิตเราสะดุด เงินทองที่เคยใช้จ่ายก็ร่อยหรอ ก็เริ่มมานั่งคิดว่า ตัวเรา ลูก ๆ เราทั้งครอบครัวต้องลำบากแน่ ๆ ก็เลยคิดว่าเราจะปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตการเป็นอยู่ การกินการใช้ยังไง และสามารถจะมีเงินเก็บได้ด้วย และดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขได้ด้วย แรก ๆ ก็ทุกข์เพราะเป็นคนติดห้าง ใช้เวลาเกือบปีสองปี ถ้าตอนนี้ให้กลับไปขึ้นรถเมล์ก็ไม่รู้สึกทุกข์ล่ะ เมื่อก่อนรู้สึกทุกข์ทำไมไม่มีอายถ้าต้องใช้ชีวิตแบบนี้ แต่ทุกวันนี้ถ้าให้กลับไปลำบากอีกก็ไม่อายแล้วค่ะ ก็ใช้ชีวิตแบบพอเพียงได้เช่นกัน"

ลักษณะการใช้ชีวิตครอบครัวแบบพอเพียง

ครอบครัวคุณสุวรรณีได้ดำเนินชีวิตแบบพอเพียง โดยมีความคิดเห็นในการใช้ชีวิตครอบครัวแบบพอเพียง ดังนี้ "ในความคิดของตัวเอง ก็คือการใช้ชีวิตให้เป็นธรรมชาติแล้วก็เป็นปกติของเราที่พึงจะทำได้ หมายความว่าเมื่อก่อนเราจะใช้ชีวิตอย่างฟุ่มเฟือย และไม่มีการวางแผนการใช้เงิน แต่ว่า ณ ตอนนี้ ด้วยการเปลี่ยนแปลงไปของภาวะเศรษฐกิจและเวลา เราต้องย้อนกลับมาดูตัวเองว่า เราจะทำยังไงให้ตัวเองอยู่ได้ ถ้าเราใช้ชีวิตอย่างประมาทอย่างที่ผ่าน ๆ มาแล้ว ซึ่งไม่มีการวางแผนอะไรเลย ทำให้เราลูกเราอาจลำบากได้"

จากแนวคิดดังกล่าว ครอบครัวคุณสุวรรณีก็ได้ปรับวิถีความเป็นอยู่จากที่เคยไปกินข้าวนอกบ้าน ดูหนังนอกบ้าน หรือไปเที่ยวนอกบ้าน ก็ลดจำนวนลง ดังคำพูดที่ว่า"ชอบอยู่บ้านมากกว่าที่จะไปเที่ยว เมื่อก่อนจะไปพัทยา ปีนเขา ค่าใช้จ่ายไม่ต่ำกว่า 10,000 บาท ทุกครั้ง ตอนนี้ทำกับข้าวกินกันในบ้าน ...เรื่องการดูหนัง การออกไปดูหนังนอกบ้านอาจจะได้อรรถรสมากกว่า แต่ที่บ้านเราก็มีโทรทัศน์ มีแอร์ อย่างงั้นเราก็ไม่ต้องไปเสียเงินดูตามโรงภาพยนตร์ เราซื้อ VCD มาดูทั้งครอบครัว ทำให้เราได้มีกิจกรรมร่วมกันในระหว่างลูก ๆ และครอบครัวของเรา และก็ได้ทำให้เราประหยัดด้วย" เมื่อมีพออยู่พอกินภายในครอบครัวแล้ว ครอบครัวคุณสุวรรณีก็คิดจะให้ความช่วยเหลือแก่คนอื่นด้วย ดังคำพูดที่ว่า

"อยู่ได้อย่างมีความสุข พออยู่พอกิน พอใช้ ไม่ได้ตระหนี่ถี่เหนียว ถ้าเราเหลือพอที่จะสามารถให้ใครได้ แต่ถ้าจะให้ก็น่าจะเป็นคนใกล้ชิดเราที่สุด คือ คุณพ่อ คุณแม่ และนอกนั้นก็ลดหลั่นกันลงไป คิดว่าอย่างน้อยเราไม่ไปทำให้คนอื่นเดือดร้อน เราอยู่อย่างพอประมาณ เราไม่ไปเบียดเบียนคนอื่น เราช่วยเหลือตัวเราเองได้ อันนั้นเป็นสิ่งที่ดีที่สุด แต่ถ้าเรามีเหลือ เราน่าจะแบ่งปันให้กับคนรอบข้างบ้าง คือคนในครอบครัวของเราเองนั่นแหละ"

สำหรับการจัดการรายได้และรายจ่ายของครอบครัวนั้น เมื่อมีรายได้เข้ามาจะกันเงินออมไว้ก่อน 20% แล้วจึงนำไปใช้จ่ายอย่างอื่น เช่น ผ่อนบ้าน ผ่อนรถ และค่าใช้จ่ายประจำวัน โดยเห็นความสำคัญในการออมเงินมาก ดังคำพูดที่ว่า "เก็บส่วนที่เราจะออมออกมาก่อน 20% แล้วเราจะต้องเก็บเงินออมก่อนอย่าใช้จ่ายอย่างอื่นก่อนแล้วออมทีหลังมันจะไม่ได้ จะต้องกันไว้ก่อนเลย...ที่เราเก็บเงินสดไว้ในบัญชีออมทรัพย์ กรณีฉุกเฉิน จำเป็นจะต้องดึงเงินก้อนนี้มาเผื่ออุบัติเหตุ เจ็บป่วย" นอกจากนั้น ยังฝึกให้ลูก ๆ ทุกคนออม โดยเก็บเงินจากที่ได้รับเป็นค่าใช้จ่ายประจำวันที่ไปโรงเรียน ขณะเดียวกันก็จะมีกระปุกออมสินตั้งไว้ตามที่ต่าง ๆ ให้หยอดเงินเหรียญที่เหลือใช้ในแต่ละวัน และเมื่อไม่ได้ใช้เงินตามที่ครอบครัวต้องสละความต้องการนั้นไป ก็จะนำมาเป็นเงินออม ดังคำพูดที่ว่า "เมื่อก่อนทานอาหารนอกบ้านบ่อยมาก และราคาก็ค่อนข้างแพง แต่เดี๋ยวนี้เน้นสุขลักษณะอร่อยน่าทาน ดูแล้วสะอาดก็ทานได้แล้วก็อิ่มเหมือนกันประหยัดด้วย ถ้าวันไหนเราอยากทานแล้วไม่ได้ทานก็เอาเงินสัก 200-300 บาท ใส่กระปุกทำให้เรามีเงินเพิ่มขึ้นด้วย"

ข้อคิดจากครอบครัวคุณสุวรรณี

1. การปรับตัวของครอบครัวคุณสุวรรณีจากการที่เผชิญวิกฤตทางเศรษฐกิจหันมาดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในวิถีชีวิตของคนเมืองที่ไม่ได้ทำการเกษตร แสดงให้เห็นว่าแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงนั้นไม่ได้ใช้เฉพาะกับกลุ่มเกษตรกร ดังที่หลายคนเข้าใจว่าต้องมีการปลูกพืช เลี้ยงสัตว์ กินเอง จึงจะเป็นเศรษฐกิจพอเพียงนั้น ซึ่งจากการปรับใช้แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงโดยใช้หลักพอประมาณ มีเหตุผลและมีภูมิคุ้มกันนั้น ครอบครัวคุณสุวรรณีในขณะนี้ให้ความสำคัญกับภูมิคุ้มกันของครอบครัว โดยเน้นเรื่องเงินออม เพราะมีบทเรียนจากเรื่องนี้มาแล้ว และในขณะนี้ครอบครัว คุณสุวรรณีอยู่ในระยะขยายตัว ในวัยที่ย่างเข้า 40 ปี ทั้งสามีภรรยา และมีลูกกำลังเรียนทั้ง 3 คน การอบรมขัดเกลาและปลูกฝังให้มีการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง จึงหล่อหลอมและเป็นภูมิคุ้มกันที่จะทำให้ครอบครัวดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขในสังคมทุนนิยมเช่นภาวะปัจจุบันและไม่ประสบปัญหาดังเช่นในอดีตอีก

2. การออมที่เกิดจากการหักห้ามใจไม่ใช้จ่ายในสิ่งที่คิดว่าฟุ่มเฟือยเป็นเรื่องที่น่าจะเอาเป็นแบบอย่างในทางปฏิบัติ ดังที่ครอบครัวคุณสุวรรณีทำ คือ เมื่อไม่ไปทานข้าวนอกบ้าน ก็เอาเงินที่คิดว่าจะต้องจ่ายในการทานข้าวนอกบ้านนั้น มาหยอดกระปุกเก็บไว้ มีเงินออมเพิ่มขึ้นที่จะได้ใช้ประโยชน์ในสิ่งที่จะเป็นมากกว่าต่อไป

คุณบุญเริ่ม โกมุติบาล

อายุ 68 ปี

บ้านเลขที่ 6 หมู่ 1 ต.บ้านแป้ง อ.บางไทร จ.พระนครศรีอยุธยา

"เพื่อให้พออยู่พอกิน ไม่ต้องเป็นหนี้สิน เก็บออมไว้...
อยากให้ครอบครัวมีกินอยู่ตลอด รู้จักใช้จ่ายอย่างประหยัด"

ผู้นำอาชีพก้าวหน้ากับการใช้ชีวิตอย่างพอเพียง

คุณบุญเริ่ม โกมุติบาล บ้านเลขที่ 6 หมู่ 1 ต.บ้านแป้ง อ.บางไทร จ.พระนครศรีอยุธยา อายุ 68 ปี จบการศึกษาระดับประถมศึกษาปีที่ 4 ได้รับการยกย่องว่าเป็นผู้นำอาชีพก้าวหน้า เคยทำงานสังกัดกรมพัฒนาที่ดินในตำแหน่งลูกจ้างประจำ ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2510 และเกษียณอายุในปี 2543 ปัจจุบันเป็นผู้นำชุมชนของตำบล ประธานเครือข่ายกองทุนหมู่บ้าน ประธานกลุ่มผู้ใช้น้ำ หมอดินอาสา และประมงหมู่บ้าน

คุณบุญเริ่ม มีภรรยาชื่อประนอม อายุ 68 ปี จบการศึกษาระดับประถมศึกษาปีที่ 4 มีลูก 2 คน คนโตเป็นผู้ชายอายุ 39 ปี จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาปีที่ 6 เคยทำงานเป็นพนักงานบริษัท และเมื่อบริษัทมีปัญหาจากผลกระทบทางภาวะเศรษฐกิจต้องปลดพนักงานออก ลูกชายก็มาทำนาได้ 2-3 ปี บริษัทมาตามให้กลับไปทำงานก็ไม่กลับไป โดยคุณประนอมผู้เป็นแม่กล่าวว่า "เขาไม่กลับไปทำแล้วค่ะ พอเขาทำไร่ทำนา มีรายได้พอสมควรเหลือเต็ม ๆ ถ้าหากไปทำงานก็หักค่าใช้จ่าย แล้วมันก็เหลือไม่มาก แล้วไหนจะให้พ่อ-แม่อันนี้เขามาอยู่บ้าน เขาได้มากกว่าเขาทำงาน เขาก็ไม่ไปและพ่อแม่ก็แก่แล้วจะให้ดูแล" ส่วนลูกสาวคนเล็กอายุ 35 ปี จบการศึกษาระดับปริญญาตรี ทำงานเป็นลูกจ้างชั่วคราวที่มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ทั้ง 4 คนอาศัยอยู่บ้านเดียวกัน

ครอบครัวคุณบุญเริ่มเป็นครอบครัวเกษตรกร ทำการเกษตรแบบผสมผสานในพื้นที่ทั้งหมด 40 ไร่ เป็นที่อยู่อาศัย บ่อปลา แปลงกล้วยหอมทอง พริก ผักหวาน มะเขือยาว ด้านหน้าบ้านซึ่งเป็นบ้านใต้ถุนสูงริมแม่น้ำน้อย ใต้ถุนบ้านเป็นน้ำที่เอ่อขึ้นมา หน้าบ้านจะมีศาลาที่มีโต๊ะเก้าอี้รับแขกเป็นไม้แบบเรียบง่าย หน้าศาลาจะมีกระถางบอนสีพันธุ์ต่าง ๆ ที่หายากและขายได้ราคาสูงเรียงบนแคร่ไม้ที่คลุมด้วยมุ้ง และซุ้มกล้วยไม้ทางเข้ามาตัวบ้าน และมีบ่อทำปุ๋ยชีวภาพ เยื้องไปด้านหลังศาลา รอบ ๆ บ่อน้ำจะปลูกพืชผักสวนครัว

หลักคิดในการดำเนินชีวิตครอบครัว

จะอยู่ด้วยกันอย่างไว้วางใจซึ่งกันและกัน ไม่ขัดแย้งกัน

ดังคำพูดของคุณประนอมที่ว่า "มีความเชื่อในกันทุกอย่างไม่ระแวงซึ่งกันและกัน" และคุณบุญเริ่มกล่าวเสริมว่า "ผมจะอยู่กับบ้านตลอด ถ้าไม่มีองค์กรต่าง ๆ เรียกประชุม ขนาดมีประชุมค้างคืนผมยังเลี้ยงเพราะว่ามันยุ่งยาก เลี้ยงสัตว์ก็ต้องห่วง" และคุณประนอมกล่าวต่ออีกว่า "ไม่ขัดแย้งกัน แต่ก็มีบ้างแต่ไม่รุนแรง อย่างเช่น ลงทุนถ้าสูงไปก็ต้องยับยั้งกัน เริ่มแรกไม่มีอย่างนี้หรอกค่ะ"

การทำเกษตรตามแนวคิดทฤษฎีใหม่

คุณบุญเริ่มได้นำประสบการณ์จากการทำงานเกี่ยวกับเรื่องดินและแหล่งน้ำในพื้นที่ชนบททั่วประเทศประกอบกับมีความรักในงานเกษตรกรรม มาปรับปรุงใช้ที่บ้านของตนเอง ประกอบกับ เลื่อมใสแนวคิดทฤษฎีใหม่ และมีพื้นที่บริเวณบ้านที่เหมาะสมจะทำการเกษตร จึงเริ่มปลูกพืชผักสวนครัวเล็ก ๆ น้อย ๆ เช่น พริก มะเขือ ตะไคร้ เมื่อเห็นว่าพืชผักที่ปลูกมีความเจริญงอกงามดี ซึ่งเริ่มนำพืชสวนของแต่ละภาคที่ตนเองได้เข้าไปทำงานในพื้นที่มาปลูกที่บ้าน เช่น สะตอ มังคุด ลองกอง สัปปะรด ลำไย มะม่วง กล้วย เมื่อเริ่มปลูกมากขึ้น ผลไม้บางอย่างได้นำไปขาย และบางอย่างที่สุกงอมหล่นจากต้น เช่น มะม่วง กล้วย ก็ได้นำมาทำปุ๋ยอินทรีย์ และได้ขุดบ่อดินเลี้ยงปลาแบบธรรมชาติ โดยให้ดินผักผลไม้ที่สุกงอมในสวนเป็นอาหารของปลาและเลี้ยงเป็ดไก่ด้วย แต่เมื่อเกิดเหตุน้ำท่วม จำได้พืชสวนเสียหายตายหมด จึงหันมาปลูกพืชไร่ผสมผสาน โดยมีกล้วยหอมทองเป็นหลัก 10 ไร่ และทำนาประมาณ 25 ไร่ การทำนาทำได้ปีละ 3 ครั้ง โดย 4 เดือนจะเก็บเกี่ยวครั้งหนึ่ง นอกจากนั้นคุณบุญเริ่มจะคิดค้นหาพันธ์ไม้ต่าง ๆ ที่มีราคา เช่น บอนสีมาผสมพันธ์ใหม่ได้สีสันและใบมีรูปร่างแปลกตา เพื่อจำหน่ายต่อไป และเป็นผู้มีความคิดริเริ่มและนำเทคโนโลยีใหม่ ๆ มาใช้ในการประกอบอาชีพ เช่น การทำปุ๋ยชีวภาพ และการทำปุ๋ยหมัก นำผลไม้สุกงอมเป็นอาหารปลา

การดำเนินชีวิตครอบครัวตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง

ทุกคนในครอบครัวของคุณบุญเริ่มมีวิถีชีวิตและความเป็นอยู่ที่เรียบง่าย มีความเป็นอยู่อย่างประหยัดอดออม ปลูกพืชผักสวนครัวทุกชนิด ใช้พื้นที่ให้เกิดประโยชน์มากที่สุด ทั้งนี้โดยมีเป้าหมายของครอบครัว คือ การมีเงินออมและไม่มีหนี้สิน ดังคำพูดที่ว่า *"เพื่อให้พออยู่พอกิน ไม่ต้องเป็นหนี้สิน เก็บออมไว้... อยากให้ครอบครัวมีกินอยู่ตลอด รู้จักใช้จ่ายอย่างประหยัด"* ยึดแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง โดยเฉพาะในเรื่องการพอประมาณ ดังคำพูดที่ว่า "รู้จักประมาณ เราไม่ควรจ่ายก็อย่าจ่าย"

นอกจากนั้น คุณธรรมที่ครอบครัวยึดถือ คือ ความซื่อสัตย์สุจริตเผื่อแผ่ผู้อื่น และทำตนให้เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น ดังคำพูดที่ว่า "ไม่เบียดเบียนคนอื่น ซื่อสัตย์ สุจริต เผื่อแผ่ผู้อื่น และเป็นผู้นำชุมชนของตำบลนี้ด้วย บำเพ็ญตนให้กับท้องถิ่น" ซึ่งในเรื่องการเสียสละเพื่อส่วนรวมนั้น ครอบครัวคุณบุญเริ่มได้บริจาคที่ดิน 1 ไร่ ให้ทางราชการได้ทำถนนเข้าหมู่บ้าน และเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ของชุมชน โดยไม่หวังผลตอบแทน

สำหรับการจัดการเรื่องรายได้รายจ่ายของครอบครัวนั้น ส่วนใหญ่รายได้จะมาจากการขายข้าว กล้วยหอม และพืชผักต่าง ๆ ซึ่งได้มาจะเก็บออมหมด ยกเว้นต้องนำมาใช้จ่ายในการลงทุนปัจจุบันไม่มีหนี้สิน แต่ไม่ค่อย

ได้ทำบัญชีครัวเรือน ดังคำพูดของคุณประนอมที่ว่า "เราไม่ค่อยได้จด ขายกล้วยได้วันละ 450-500 ขาย พริกแห้ง พริกสด มะเขือยาว แล้วก็เก็บตอนนี้รวมได้ประมาณ 20,000" และคุณบุญเริ่มกล่าวเสริมต่อว่า "เราจะเก็บเลย ถ้าจะใช้จ่ายลูกสาวเขาให้เป็นเดือน ก็ใช้เงินลูกสาวไปเลย จบทีเดียวเพราะเราก็ไม่ได้ใช้จ่าย เราก็ใช้งบ 3,000 ที่เขาให้ ที่เหลือก็เก็บแต่ถ้าไม่พอเราก็เบิกในบ้านที่เก็บไว้มาใช้"

การใช้จ่ายในชีวิตประจำวันนั้น จะเป็นเรื่องค่าน้ำค่าไฟ ส่วนอาหารนาน ๆ จะซื้อพวกเนื้อไก่หรือหมู ดังคำพูดที่ว่า "ส่วนมากก็แทบจะไม่ได้ซื้อ อย่างเช่นเราเบื่อปลาเราก็ซื้อหมูพอค่ะ อย่างไก่นี่เราทำเองไม่ได้หรอก เราก็ซื้อ คือเราทำเองไม่ได้อย่างปลาเค็มมันเป็นสัตว์เล็กเราทำได้...รวมค่าน้ำ ค่าไฟ ค่าใช้จ่ายรวมในนี้หมด คงประมาณวันละ 100 บาท"

ครอบครัวคุณบุญเริ่มเน้นเรื่องออมมาก เพราะจากประสบการณ์ที่ทำงานรับเงินเดือนมาไม่เคยออมเลย เมื่อเริ่มตระหนักจึงเห็นความสำคัญมากเพราะเป็นที่พึ่งพาของคนอื่นได้ ดังคำพูดที่ว่า "เห็นความสำคัญเลย มีเงินเนี่ยไม่เห็นต้องเดือดร้อน ญาติพี่น้องก็ไม่เดือดร้อน มีใครเป็นอะไรไปก็มา"

ข้อคิดจากครอบครัวคุณบุญเริ่ม

1. คุณบุญเริ่มได้นำความรู้และประสบการณ์จากการทำงานสังกัดกรมพัฒนาที่ดินมาประยุกต์ใช้กับการทำเกษตรในครอบครัวของตน และประยุกต์ใช้แนวคิดทฤษฎีใหม่เพื่อให้ได้ประโยชน์สูงสุด มีการพัฒนาปรับปรุงสิ่งที่มีอยู่ให้ใช้ได้อย่างคุ้มค่าเกิดประโยชน์สูงสุดเป็นตัวอย่างของการเป็นผู้นำอาชีพก้าวหน้าในชุมชน

2. การดำเนินชีวิตครอบครัวอย่างพอเพียงที่มีความสุข มีรายได้สามารถเก็บออมเห็นชัดเจน ทำให้ลูกชายคุณบุญเริ่มตระหนักรู้และเห็นความสำคัญของการมีอาชีพเกษตรกรที่ก้าวหน้าได้ เช่น ผู้เป็นพ่อจึงเลิกอาชีพเป็นลูกจ้างบริษัทมาเป็นอาชีพเกษตรกรเต็มตัว แสดงให้เห็นว่าอาชีพแต่ละอาชีพสามารถสร้างความสุขความร่ำรวยให้เกิดขึ้นในชีวิตได้เช่นกัน ถ้ารู้จักคำว่าพอเพียง

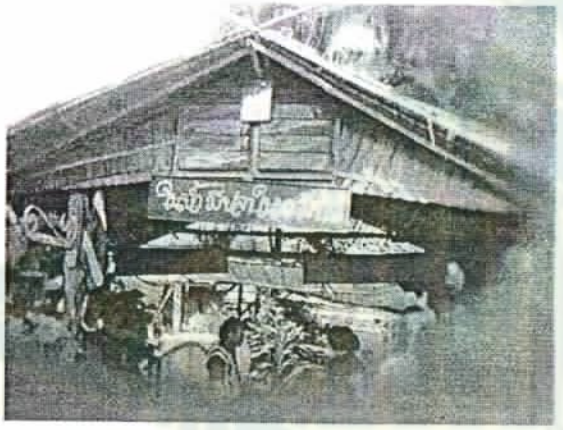
ผู้ใหญ่อำพัน เสือจำศีล
อายุ 60 ปี
เป็นหญิงนักต่อสู้ชีวิตที่
ไม่ย่อท้อต่อความยากลำบาก
และการดูถูกดูแคลน
ผู้ใหญ่อำพัน
มีชีวิตในวัยเด็กที่ยากจน
ค้นแค้นเพราะพ่อแม่
มีลูกถึง 12 คน
โดยทำสวนผักเป็นอาชีพ

*"ชีวิตของเราคือการต่อสู้
คัดรูคือยากำลัง"*

ผู้ใหญ่อำพันมองชีวิตว่า *"ชีวิตของเราคือการต่อสู้ ศัตรูคือยากำลัง"* ทำให้ลูก ๆ ของผู้ใหญ่อำพันเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ดี มีความมานะ ขยัน อดทน และซื่อสัตย์ เหมือนกับผู้ใหญ่อำพัน ไม่เกเร ไม่ดื่มเหล้า ไม่สูบบุหรี่ และลูก ๆ ทุกคนก็มีความภาคภูมิใจในตัวผู้ใหญ่อำพัน ไม่อายใครที่จะบอกว่า มีแม่เป็นคนขายผักบุ้ง

ผู้ใหญ่อำพันมีความละเอียดรอบคอบ มีวินัยในตนเองสูง ชอบศึกษา และมีประสบการณ์ มีการทำบัญชีรายรับ รายจ่าย การลงทุน ทุกบาททุกสตางค์ และข้อดีของการเก็บผักบุ้งขายก็คือเก็บได้ตลอดทั้งวัน ขอแค่ขยันอย่างเดียว แต่ก่อนจะออมเงินได้เก็บใส่ปี๊บขนม วันละ 70-80 บาท และใช้ชีวิตแบบประหยัด มีน้อยใช้น้อย รู้จักใช้รู้จักจ่าย ไม่คดโกงใคร ซื่อสัตย์กับตนเองมาตลอดชีวิต

ผู้ใหญ่อำพันมีโอกาสได้เข้าเฝ้าในหลวง ช่วงที่ท่านได้เสด็จมาท่านมาดูน้ำเพื่อลอกคลองเปรมประชา และได้มีโอกาสสนทนากับท่านแบบเป็นกันเอง ในหลวงทรงตรัสบอกผู้ใหญ่อำพันว่า "ขยันอย่างนี้จะได้รวย"



สำหรับกิจกรรมครอบครัวที่ทำกันก็คือจะมาอยู่ร่วมกันเดือนละ 2 ครั้ง เพราะหลานอยู่โรงเรียนประจำ สองอาทิตย์กลับครั้งหนึ่ง เป็นวันครอบครัว ทำอะไรรับประทานกันเอง เป็นการประหยัดไม่สิ้นเปลือง สนุกด้วย ส่วนการวางเป้าหมายในอนาคตข้างหน้า อยากให้ลูกมีที่ดินทำธุรกิจอู่ซ่อมรถเป็นของตนเองไม่ต้องไปเช่าที่ ส่วนสิ่งที่ตั้งใจไว้ว่าจะทำอย่างแรกก็คือ ซื้อเครื่องมือแพทย์ เพราะจะได้ช่วยรักษาคนได้มากมาย สองคือช่วยเรื่องโรงเรียน และสุดท้ายคือวัด

ข้อคิดที่ได้จากครอบครัว

1. เป็นแบบอย่างในการใช้ชีวิตแบบพอเพียง เป็นนักสู้ชีวิต มีความขยัน อดทน ซื่อสัตย์ จนประสบความเร็จในชีวิต
2. ให้ปัญหาและอุปสรรค เป็นตัวผลักดัน เป็นกำลังให้ก้าวไปสู่ความสำเร็จโดยไม่ย่อท้อ
3. การอบรมสั่งสอนของพ่อแม่ การพูดคุยกันทุกวันทำให้เกิดความรู้สึกที่อบอุ่นมีความเป็นครอบครัว
4. ความตั้งใจที่จะให้ประโยชน์ต่อส่วนรวม ไม่ได้คิดถึงเพียงแต่ครอบครัวของตนเอง

นายประวิทย์ อรรถวิเวก
อายุ 61 ปี
เป็นข้าราชบำนาญ
สังกัดกรมสามัญศึกษา
กระทรวงศึกษาธิการ

"เราจะต้องประเมินตัวเราว่าเราจะต้องใช้ชีวิต
ให้มันเหมาะสมกับที่ตัวเราที่เป็นอยู่นี่ ให้ดีที่สุดได้อย่างไร
หมายความว่าเราไม่ทำอะไรในสิ่งที่เกินกำลังหรือเราไม่ทำอะไรในสิ่งที่เกินตัว"

วิถีชีวิตครอบครัวแบบพอเพียงของประวิทย์ อรรถวิเวก

นายประวิทย์ อรรถวิเวก อายุ 61 ปี เป็นข้าราชบำนาญสังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ตำแหน่งสุดท้ายก่อนเกษียณอายุราชการ คือ อาจารย์ 2 ระดับ 7 โรงเรียนอยุธยาวิทยาลัย จังหวัดอยุธยา โดยเกษียณก่อนกำหนดเมื่อปี พ.ศ. 2547

นายประวิทย์ อรรถวิเวก จบการศึกษาระดับปริญญาตรีและปริญญาโท จากคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย สมรสกับผู้ช่วยศาสตราจารย์กัลยา แก่นใน (สกุลเดิม) ซึ่งเป็นข้าราชการบำนาญเช่นกัน มีบุตร 2 คน คนโตเป็นหญิงกำลังศึกษาอยู่ในระดับปริญญาโททางด้านวิทยาศาสตร์การอาหาร ณ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และทำงานแล้วในบริษัทเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดสุพรรณบุรี ลูกคนที่สองเป็นชาย จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาปีที่ 6 มีครอบครัวแล้ว ประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัวอยู่ในตัวเมืองอยุธยา

อาจารย์ประวิทย์และครอบครัวอาศัยอยู่ในบ้านสวนเนื้อที่ประมาณ 18 ไร่ โดยปลูกบ้านไม้ทรงไทยหลังเล็กอยู่บนบ่อเลี้ยงปลา ซึ่งใต้ถุนบ้านทำเป็นกระชังเลี้ยงปลาน้ำจืดต่าง ๆ เช่น ปลาบู่ ปลาเทโพ ปลาจาระเม็ดน้ำจืด ปลาทับทิม ปลาสวาย ในร่องสวนก็เลี้ยงปลาดุก ปลานิล ปลาหมอ และขุดบ่อเลี้ยงปลาตะเพียน ปลานิล ปลาแรด และอื่น ๆ อีก รวม 5 บ่อ ใกล้ตัวบ้านมีอาคารชั้นเดียวซึ่งด้านนอกเป็นบริเวณรับแขก และมีห้องสำหรับจัดบรรยายให้กับผู้มาเยี่ยมชมและแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับอาจารย์ประวิทย์เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งจุคนได้ประมาณ 20-25 คน ผู้มาเยี่ยมชมส่วนใหญ่มาจากหน่วยราชการและสถาบันการศึกษาต่าง ๆ รวมทั้งประชาชนทั่วไป นอกจากนั้น อาคารหลังนี้ ยังใช้เป็นที่ประชุมและเวทีชาวบ้านอีกด้วย

นอกจากเลี้ยงปลาแล้ว ภายในพื้นที่ 18 ไร่ อาจารย์ประวิทย์ได้แบ่งพื้นที่ออกเป็นสัดส่วนโดยส่วนหนึ่งปลูกพืชสวน เช่น ฝรั่ง ส้มโอ มะละกอ มะขามเทศ มะพร้าว กล้วยน้ำว้า อีกส่วนหนึ่งปลูกพืชไร่ เช่น ข้าวโพด ถั่วเขียว แฟง และส่วนสุดท้ายเป็นพืชผักสวนครัวต่าง ๆ เช่น คะน้า กวางตุ้ง ผักกาดหอม มะเขือยาว กะเพรา โหระพา และพริก ทำให้อาจารย์มีผลผลิตออกขายตลอดทั้งปี และสร้างรายได้ให้ครอบครัวอย่างสม่ำเสมอประมาณเดือนละ 10,000-15,000 บาท

แรงบันดาลใจและจุดพลิกผันชีวิต

อาจารย์ประวิทย์เติบโตมาในครอบครัวเกษตรกร ถึงแม้คุณพ่อของอาจารย์ประวิทย์จะเป็นครูประชาบาล ทั้งพ่อและแม่ของอาจารย์ก็ยึดอาชีพทำนามาโดยตลอด ทำให้อาจารย์รักอาชีพเกษตรกรรมมาตั้งแต่เด็ก และมีความผูกพันกับท้องถิ่นมาก ทุกปิดภาคเรียนช่วงฤดูร้อน อาจารย์ประวิทย์จะกลับมาใช้ชีวิตในท้องไร่ท้องนาตลอด

จากลูกชาวนา อาจารย์ประวิทย์มีความมุ่งมั่นที่จะเติบโตในราชการ จึงได้ขยันหมั่นเพียรในการศึกษามาโดยตลอด จนกระทั่งจบการศึกษาสูงสุดในระดับปริญญาโทจากคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อาจารย์ประวิทย์เริ่มรับราชการที่กรมสามัญศึกษา ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2511 หลังจากจบการศึกษาระดับปริญญาตรีจากคณะครุศาสตร์ จุฬาฯ โดยเป็นครูผู้สอนมาโดยตลอด ในปี 2521 มีโครงการชลประทานเข้ามาในหมู่บ้าน อาจารย์ประวิทย์จึงมีแนวคิดที่จะทำการเกษตรเป็นอาชีพเสริมอีกทางหนึ่ง แต่ก็ไม่ประสบผลสำเร็จเท่าใดนัก เพราะพื้นที่ของหมู่บ้านเป็นที่ลุ่ม ในฤดูน้ำหลากน้ำจะทะลักเข้ามามาก ทำให้คันนาพัง และพืชผล และปลาที่เลี้ยงไว้เสียหายไปเป็นจำนวนมาก

ถึงแม้ว่าการทำการเกษตรไม่ประสบผลสำเร็จเท่าที่ควร อาจารย์ประวิทย์ก็ไม่ย่อท้อ พยายามทำมาเรื่อย ๆ อาจารย์ประวิทย์กล่าวถึงแรงบันดาลใจในการทำการเกษตรว่า "เป้าหมายของผมนี่มันก็มีหลายช่วงเวลา ชีวิตช่วงแรกก็ถือว่าที่นี่คือที่เกิดของผม ที่ดินนี่ก็ถือว่าเป็นมรดกจากบรรพบุรุษแต่เป็นผืนนาธรรมดา แต่ช่วงเวลาตอนต้นของผมก็ไปเรียนตามวิถีทาง ก็ไปสู่ระบบราชการตั้งแต่ปี 2511จนถึง 2547 36 ปีด้วยกันช่วงนั้นก็มีเป้าหมายของชีวิตในระบบราชการพอสมควรก็จากลูกชาวนาก็มีความมุ่งมั่นมีความทะเยอทะยานผลักดันตัวเองขึ้นไปเรียนจบหลักสูตรสุดท้ายก็คือมหาบัณฑิตที่คณะครุศาสตร์จุฬาฯ นะ เมื่อปี 2519 18 ต่อ19 จบรับปริญญาปี 19 แล้วก็กลับมารับราชการในกรมสามัญ ก็เริ่มรับราชการในปี 2511 ...ความผูกพันกับท้องถิ่นทำให้ผมรักในอาชีพเกษตรมาตั้งแต่เด็กนะ อย่างช่วงไปเรียนกลับมาในช่วงปิดภาคเรียนฤดูร้อน ผมก็กลับมาอยู่กับท้องไร่ท้องนา...เป็นบ้านเกิดผมก็เลยผูกพันในอาชีพของพ่อแม่ที่ทำอยู่เรา ก็เห็นแล้วว่ามีโครงการชลประทานเข้ามาเราก็อยากมาทำเป็นอาชีพเสริมทางหนึ่งในด้านการเกษตร โดยทำคู่ขนานไปกับทางราชการตั้งแต่ปี 2521 แต่ก็ไม่ประสบความสำเร็จเพราะว่าโครงการชลประทานเริ่มต้นดี เพระว่างบประมาณเข้ามาก็ดูอะไรเปลี่ยนแปลงทำระบบส่งน้ำ แต่พื้นที่ตรงนี้มันมีปัญหาเรื่องน้ำ น้ำหลากทำให้ปีแรกคันนาก็พังเลย โครงการเกษตรของผมตอนนั้นผมทำคันบ่อเลี้ยงปลาเสียหายทั้งหมด นั่นก็หมายความว่าการทำเกษตร ผมไม่ประสบความสำเร็จ ก็ทนทำในลักษณะว่ายังไม่ยอมแพ้นะครับ แต่ก็กลับมารับราชการ เราก็ยังไม่มีฐานะการเงินเท่าไหร่ เสร็จแล้วผมก็รับราชการอย่างต่อเนื่องจนตรงนี้ผมต้องประคับประคองเอา ไม่ได้ทำเต็มตัว"

อาจารย์เล่าว่า ช่วงพลิกผันและเปลี่ยนชีวิตของอาจารย์ก็คือเมื่อปี 2547 ซึ่งอาจารย์กลับมาคิดทบทวนเกี่ยวกับชีวิตราชการ ซึ่งอาจารย์ได้ข้อสรุปว่าการรับราชการตั้งแต่เริ่มต้นจนถึงสุดท้ายก็ยังไม่มีอะไรเป็นชิ้นเป็นอัน คือ ได้เงินเดือนมาก็ใช้หมดไปเดือนหนึ่ง ๆ เท่านั้น ชีวิตก็คงที่ ความก้าวหน้าก็อยู่ในระดับหนึ่งเท่านั้น เลยถามตัวเองว่าต้องการจะทำอะไร เนื่องจากอาจารย์มีที่ดินและเริ่มทำการเกษตรมาระยะหนึ่งแล้ว และมีใจรักในการทำการเกษตรเป็นทุนเดิม

รวมทั้งได้ศึกษาในเรื่องแนวความคิดเศรษฐกิจพอเพียงมาตั้งแต่ปี 47 ก็ประเมินตัวเองและหาคำตอบว่าความสุขจริง ๆ นั้นอยู่ที่ไหน อาจารย์ก็ได้คำตอบว่าไม่มีความทะเยอทะยานในระบบราชการอีกต่อไป และต้องการใช้ชีวิตที่เหลือมาทำการเกษตรอย่างเต็มตัว

การดำเนินชีวิตตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง

หลังจากการเกษียณก่อนกำหนดในปี 2547 อาจารย์ประวิทย์ ได้นำแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวที่ตนเองทำอยู่แล้วมาดำเนินการให้เป็นรูปธรรมมากยิ่งขึ้น โดยทำการปรับปรุงผลไม้ในสวนที่ปลูกไว้ มีการศึกษา เรียนรู้การทำเกษตรอินทรีย์ หรือการปลูกพืชโดยใช้สารชีวภาพ ได้แก่ การใช้ปุ๋ยหมักชีวภาพ และ สารสกัดชีวภาพ

สำหรับการดำรงชีวิตตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงตามความเข้าใจของอาจารย์ประวิทย์ คือ *"เราจะต้องประเมินตัวเราว่าเราจะต้องใช้ชีวิตให้มันเหมาะสมกับที่ตัวเราที่เป็นอยู่นี้ให้ดีที่สุดได้อย่างไร หมายความว่าเราไม่ทำอะไรในสิ่งที่เกินกำลังหรือเราไม่ทำอะไรในสิ่งที่เกินตัว* ต้องประเมินตัวเองอยู่ตลอดเวลาว่า ตอนนี้เรามีความพร้อมอะไรบ้าง โดยตอนนี้มันก็มีแนวทางในการเทียบแนวการดำเนินชีวิตให้สอดคล้องกับทฤษฎีของเศรษฐกิจพอเพียงนะ ก็คือความพออยู่ พอกิน ความมีเหตุ มีผล ความมีภูมิคุ้มกัน มีเงื่อนไขความรู้ ...ฉะนั้น ถ้าถามว่ายึดหลักเศรษฐกิจพอเพียงตามทฤษฎีนี่ ทฤษฎีคือตัวตั้ง แต่การประยุกต์ใช้เราจะต้องดูองค์ประกอบต่าง ๆ ว่าไปสอดคล้องกับองค์ประกอบตัวไหน ทั้งนี้ทั้งนั้นเราก็อยู่ในเงื่อนไขนะครับ เรื่องความรู้และคุณธรรมเรื่องความขยันหมั่นเพียร ทุ่มเทนี่เป็นหลักเลยถ้าทำเกษตรด้วยแล้วนี่มันต้องใช้แรง ถ้าเราไม่มีใจรักแล้วเราประกาศปาว ๆ คงทำไม่ได้ เพราะเกษตรโดยทฤษฎีมันไปไม่รอด...มันมีอะไรที่หลากหลาย มีองค์ความรู้เยอะ แล้วที่สำคัญเรามีเป้าหมายไหมว่าเราทำอาชีพตรงนี้เราทำเพื่ออะไร ถ้าเราปฏิเสธว่าเราทำอาชีพเพื่อธุรกิจ เพื่อการค้าเราก็จะไม่เครียด แต่เราทำอาชีพตรงนี้เพื่อการอยู่ดีมีสุขของเรา มีกิน มีใช้ มีผลผลิตที่มันปลอดสารพิษ ที่มีช่วยแบ่งปันเจือจานไปสู่ผู้อื่นเท่าที่จะมี หรือถ้าเรามีมากเราก็ขาย ๆ ในราคาที่เป็นธรรมให้แก่ชาวบ้านเขามีของกินที่ดี เรามีความสุขแล้ว เพราะฉะนั้นเวลาเขามาประชุมตรงนี้ผมจะมีพร้อมเรื่องผลหมากรากไม้ เรื่องอะไรต่าง ๆ เลี้ยงดูกัน เขาก็ได้รับความรู้ไปบ้างอะไรบ้าง ผมก็จะพยายามทำตรงนี้ 3 ปีที่ผมได้เรียนมาผมใช้เวลาตรงนั้นเพื่อที่จะเตรียมความพร้อมตัวเองว่าที่เราทำตรงนี้มันมีผลพิสูจน์อะไรออกมาบ้างเสร็จจากตรงนั้นเราก็จะขยายผล เพราะฉะนั้นช่วงต่อไปนี้จะเป็นช่วงของการขยายผล ๆ ก็คือ การเปิดตัวเองในโอกาสต่าง ๆ การเชิญเขามา แม้กระทั่งหน่วยงานต่าง ๆ เขาก็เข้ามาสัมผัสว่าเขาเป็นส่วนหนึ่งในผลงานหรือในการนำสิ่งต่าง ๆ ที่เป็นองค์ความรู้ไป มันก็เหมือนประกาศให้คนอื่นรู้ว่าเขาอยากมาดูงาน มาเรียนรู้มาแลกเปลี่ยนเรียนรู้กัน ก็มากันเรื่อย ๆ โดยแลกเปลี่ยนทางองค์กรทางราชการเขาก็ขอมาดูงานกัน เช่น เกษตร พัฒนาชุมชน"

เมื่อถามถึงแนวความคิดเกี่ยวกับการใช้ชีวิตครอบครัวแบบพอเพียง อาจารย์บอกว่า "เราต้องคุยกันนะครับในครอบครัวว่าตอนนี้สภาพของเราเป็นอย่างไร การเงินการทอง การใช้จ่าย เราก็มาคุยกันต่อ

ว่าเราจะใช้วิธีการอย่างไร ก็คือจะลดรายจ่ายนั่นเองครับ เราก็จะพยายามคุยกันส่วนนี้ให้รู้สภาพปัจจุบันในการใช้ชีวิตเสร็จแล้วเราก็มีการหาช่องทางอย่างเช่น เราจะไปซื้อของท้ายรถอยู่ทุกวันมันคงไม่ถูกนะ เราก็พยายามถ้าเราจะหาจะปลูกอะไรขึ้นมาทดแทนซะ งั้นตอนนี้เหมือนกับผมถ้าตกเย็นผักคะน้า ผักกวางตุ้ง ผักกาดหอม มะเขือยาว มะละกอมีพร้อมหมด กะเพรา โหระพา พริก (ไม่ต้องอาศัยใคร) ปลา (นั่นซิครบดูแล้ว) อยู่ได้นะครับเพียงแต่เราเอาขึ้นมาใช้ประโยชน์ตรง ๆ หรือเปล่าเราก็จะพยายามเน้นให้เห็นว่าถ้าเราไปผูกพันกับข้างนอกมันก็ค่าใช้จ่ายทั้งนั้นเลย ผมก็คุยให้ความเข้าใจแต่ก็ไม่ได้หมายความว่ามันจะแก้ปัญหาได้เต็มร้อยนะ ความคิดของลูกเขามีอยู่และก็ไม่ได้สอดคล้องกับเราเท่าไหร่นักในเรื่องการใช้ชีวิต ให้เขาดูเป็นตัวอย่างฉะนั้นเราพูดเขาไม่เข้าใจเราต้องทำให้เขาดูเป็นตัวอย่าง (ยังไงค่ะ) เขาก็อยากสบายเขาใช้ชีวิตแบบสบาย(หนุ่มสาวสมัยใหม่) เขาจะไม่มาเห็นความเหนื่อยยากหนักหนาของพ่อแม่ (แล้วเขาลงสวนช่วยเราบ้างไหม) ถ้ามีโอกาสก็ต้องเอ่ยปากกันนิดหน่อยเขาถึงจะลง หมายถึงว่าเราแก้ปัญหาตรงนี้ได้ครอบครัวผมก็ไม่มีอะไรหรือถ้าผมจะจำกัดตัวเองอยู่แค่ตรงนี้ก็อยู่ได้ก็อยู่แค่ 2 คนก็กินบำนาญกันก็อยู่ได้ แต่เราทำตรงนี้ขึ้นมาคนเราจะให้มันมีค่ากับตัวเองก็ต้องให้มันมีอะไรขึ้นมาบ้าง อย่างน้อยที่ดินปู่ย่าตายายเก็บไว้ให้... มรดกถ้าเราทำให้มันงอกเงยขึ้นมา มันเป็นตัวอย่างให้ผู้อื่นหรือมันเป็นความรู้ให้ผู้อื่นได้ก็คือ สิ่งที่เราอยากจะทำ ผมก็พยายามจะทำตรงนี้ต่อไป ถ้าถามว่าการใช้ชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงของผมมันก็อยู่ในกรอบแล้วอันดับที่ 1 เลยพอเราถอยมาเป็นเกษตรเต็มตัวเราก็ไม่ใช่มนุษย์เงินเดือนแล้ว ถ้าเราเป็นมนุษย์เงินเดือนเราก็ต้องใช้จ่ายมากมายและงานสังคมมันก็เป็นค่าใช้จ่ายทั้งนั้นแหละ ฉะนั้นค่าใช้จ่ายนอกบ้านมันเยอะ ถ้าเราอยู่ในนี้วัน ๆ ไม่ไปไหนมันก็ลดรายจ่ายแล้ว ๆ ผลผลิตเล็ก ๆ น้อย ๆ นี่วัน ๆ ผมมีรายได้ก็วันละ 2-300 ร้อยบาทโดยที่ยังไม่ทำอะไรนะครับ ฝรั่งผมนี่ถ้าเขาโทรมาบอกว่าเอาสัก 10 กิโลเดี๋ยวผมลงไปตัดสัก 10, 20 นาทีเราก็เอาไปส่งให้เขา ๆ หรือบางทีก็เข้ามารับเอง"

เมื่อถามว่าอาจารย์ประวิทย์ว่า ได้แบ่งสัดส่วนพื้นที่ดินตามแนวคิดเกษตรทฤษฎีใหม่ของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวหรือเปล่า อาจารย์ประวิทย์บอกว่า "มันก็ปรุงแต่งเดิมทีเดียว มันเป็นบ่อปลาครึ่งนึง แล้วผมก็เอาแม็คโครเครื่องจักรกลเข้ามาช่วยปรับส่วนหนึ่งเป็นสวน ส่วนหนึ่งเป็นแหล่งน้ำ เป็นที่อยู่อาศัย ท่านจะมองเห็นแล้วว่าผมทำที่อยู่อาศัยอยู่ในบ่อปลาและก็เลี้ยงปลาด้วย... แต่เราไม่ได้ทำตามผังอะไรมันอยู่ที่ความเหมาะสมของพื้นที่ แต่ถ้ามองแล้วนะก็คือ 18 ไร่ตรงนี้ผมใช้เป็นพื้นที่สอดคล้องทั้งหมด แหล่งน้ำผมก็มีพอเพียง ที่ดินผมก็มีเพาะปลูกอย่างพอเพียง ที่อยู่อาศัยผมก็โอเค นั่นก็หมายถึงว่าผมยึดหลักว่าต้องมีองค์ประกอบให้มันครบเพื่อให้มันสอดคล้องกับทฤษฎีในเรื่องปัจจัยการดำรงชีวิต แหล่งน้ำเรามี ที่ดินเรามี ที่อยู่อาศัยเรามีอะไรต่าง ๆ ที่นาผมก็ทำแต่ว่าอยู่นอกพื้นที่เพราะว่าเป็นโดยธรรมชาติตามสภาพของคนที่นี่"

ทางด้านแรงงาน ที่ผ่านมา 3 ปีอาจารย์ประวิทย์ทำการเกษตรแบบผสมผสานโดยใช้แรงงานในครอบครัวเป็นหลัก นอกจากนั้น เป็นการจ้างแรงงานชั่วคราวในการทำพืชไร่ คือ พืชอายุสั้น เช่น ข้าวโพด ถั่วเขียว และแตง เป็นต้น

อาจารย์ประวิทย์ยึดหลักว่า "ปลูกทุกอย่างที่กิน กินทุกอย่างที่ปลูก เหลือจากกินก็แจกจ่าย เหลือจากแจกจ่ายก็ขาย"

ในด้านการจัดการทางการเงิน อาจารย์ประวิทย์และภรรยามีรายได้จากเงินบำนาญเดือนละประมาณ 50,000 บาท และรายได้จากผลผลิตทางการเกษตรอีกเดือนละ 10,000-15,000 บาท มีเงินออมประมาณ 500,000 บาท ครอบครัวของอาจารย์ประวิทย์ยึดหลักการประหยัดอดออม ไม่ใช้จ่ายฟุ่มเฟือย ลดรายจ่ายที่ไม่จำเป็น มีการจดบันทึกรายได้-รายจ่าย แต่ละวัน มีการวางแผนการใช้จ่ายเงิน โดยกล่าวว่า "การวางแผนการจัดการรายได้มันมี 2 ส่วน นั่นก็คือรายได้รายรับรายจ่ายของครอบครัวในเรื่องการกินการใช้ อีกส่วนก็คือ การประกอบอาชีพ กับการเกษตร 2 ส่วน แล้วผมจะมีการทำบัญชีครัวเรือน ๆ ในส่วนแม่บ้านจะทำในส่วนเรื่องการใช้จ่ายในครอบครัว ส่วนผมนี่ก็จะเป็นบัญชีส่วนตัวว่าเราขายผลผลิตได้เท่าไหร่ ใช้จ่ายทางการเกษตรเท่าไหร่"

อย่างไรก็ตาม ครอบครัวของอาจารย์ประวิทย์ก็ยังมีหนี้สินอยู่จำนวนหนึ่ง เนื่องจากการกู้เงินจากสหกรณ์ออมทรัพย์ของข้าราชการครู มาทำเขื่อนกั้นน้ำที่สวน และซ่อมบ้านจัดสรรในจังหวัดอยุธยาที่ซื้อไว้เพื่อเก็งกำไร แต่เกิดความผิดพลาดเนื่องจากเกิดภาวะฟองสบู่แตกในปี 2540 ทำให้เกิดปัญหาทางเศรษฐกิจครั้งใหญ่ของประเทศ อาจารย์จึงต้องแบ่งเงินประมาณเดือนละ 20,000 บาท เพื่อผ่อนชำระหนี้ดังกล่าวข้างต้น นอกจากนี้ อาจารย์ก็ยังกู้เงินอีก 50,000 บาท จากกองทุนหมู่บ้านและชุมชนเมืองเพื่อเป็นทุนหมุนเวียนในการทำการเกษตร ซึ่งอาจารย์ก็ผ่อนชำระอย่างสม่ำเสมอ

ในการดำรงชีวิตของตนเองและครอบครัว อาจารย์ประวิทย์และครอบครอบครัวได้น้อมนำวิถีชีวิตตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมาเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต ยึดหลักการเดินสายกลาง ความพอเพียง ความพอประมาณ มีเหตุมีผล มีภูมิคุ้มกันตนเอง มีใจเป็นกลาง ยึดหลักพรหมวิหารสี่ คือ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ไม่เกี่ยวข้องกับอบายมุขทุกประเภท มีความขยัน ความอดทนและความเอื้ออาทรกันในครอบครัว

นอกจากการประกอบสัมมาอาชีพตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงแล้ว อาจารย์ประวิทย์ยังมีใจรักเพื่อนบ้าน อยากให้คนอื่นมีอาชีพ มีรายได้ โดยยินดีถ่ายทอดความรู้ในการทำการเกษตรแบบผสมผสานให้ชาวบ้านที่สนใจเรียนรู้และนำไปประกอบอาชีพ อาจารย์ประวิทย์ได้ร่วมกับชุมชนบางหลวง อำเภอบางบาลจังหวัดอยุธยา จัดทำโครงการร้านค้าชุมชน ซึ่งจะมีการระดมหุ้นภายในชุมชน เพื่อต้องการให้ชาวบ้านมีส่วนร่วมในการเป็นเจ้าของกิจการ โดยสินค้าที่จะนำมาจำหน่ายในร้านค้าชุมชนจะเป็นสินค้าการเกษตรและเครื่องอุปโภคบริโภคที่จำเป็นในการดำรงชีวิต โดยอาจารย์ประวิทย์ยินดีบริจาคพื้นที่บริเวณหน้าบ้าน เนื้อที่ 80 ตารางวา ให้เป็นสถานที่ก่อสร้างร้านค้าชุมชนโดยไม่คิดค่าเช่า ในระยะเวลา 10 ปี

ด้วยเหตุดังกล่าว อาจารย์ประวิทย์จึงได้รับการ

คัดเลือกให้เป็นเป็นผู้นำเศรษฐกิจพอเพียงของจังหวัดอยุธยาและเป็น ผู้นำเกษตรผสมผสานของจังหวัด และใช้พื้นที่สวนของอาจารย์ที่เป็นจุดสาธิตการทำการเกษตรแบบผสมผสาน โดยมีผู้สนใจทั่วไปและจากส่วนราชการต่าง ๆ มาเยี่ยมชมและฟังการบรรยายตลอดทั้งปี

ข้อคิดและเกร็ดความรู้ของครอบครัวอาจารย์ประวิทย์ อรรถวิเวก

1. มีความขยันหมั่นเพียร อดทน ทุ่มเทและมุ่งมั่นในการทำงานให้ประสบผลสำเร็จ เมื่อล้มเหลวก็ไม่ย่อท้อ
2. มีความประหยัดไม่ฟุ่มเฟือยใช้เท่าที่จำเป็นและมีการเก็บออม มีการทำบัญชีครัวเรือน
3. ใฝ่หาความรู้ใหม่ ๆ มาปรับปรุงชีวิตความเป็นอยู่ของตนให้ดีขึ้น
4. ยึดหลักธรรมะในการดำเนินชีวิตครอบครัว
5. มีจิตสาธารณะ อุทิศตนเพื่อประโยชน์ส่วนรวม

คุณป้าสำราญ พจน์รังษี
อายุ 55 ปี
อยู่บ้านเลขที่ 18/4 หมู่ 2 ตำบลบ้านแห จ.อ่างทอง

"ถ้าเราไม่ท้อถอย เราก็ไม่อับจน ยังพอเพียงไปได้ ให้มีมานะ ก็จะมีความเจริญรุ่งเรือง"

คุณป้าสำราญ กับ เศรษฐกิจพอเพียง

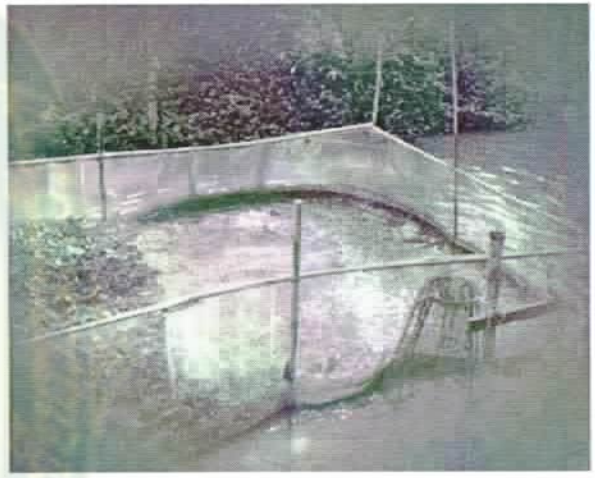
คุณป้าสำราญ พจน์รังษี อายุ 55 ปี จบชั้นป.4 อยู่บ้านเลขที่ 18/4 หมู่ 2 ตำบลบ้านแห จ.อ่างทอง คุณป้ามีอาชีพหลักคือทำสวน อาชีพเสริมคือจักสานกระด้ง เป็นสมาชิกอยู่ในกลุ่มจักสานบ้านแห สามีของคุณป้าชื่อคุณลุงวินัย มีลูกชายคนโต ชื่อ พงษ์ศักดิ์ นามสกุลวัฒนสงค์ จบชั้นป. 6 อายุ 35 ปี มีอาชีพรับจ้าง ลูกสาวคนเล็กชื่อจันทร์เพ็ญ แก้วดี จบชั้นป.6 เป็นแม่บ้านโรงงาน อายุ 33 ปี แต่งงานแล้วทั้งคู่

ครอบครัวของคุณป้าอยู่ด้วยกัน 5 คนคือป้าสำราญ คุณลุงวินัย คุณจันทร์ คุณวิรัตน์ และหลานอีก 1 คน เดิมที่คุณป้าสำราญ กับคุณลุงวินัย มีอาชีพทำงานก่อสร้าง และเลิกทำตอนคุณป้าอายุ 35 ปี เพราะ งานหนักมาก ยกของหนัก กล้ามเนื้อหัวใจอักเสบ หมอจึงให้เลิก หลังจากนั้น 2 ปี ได้มาเช่าที่ทำสวนมะเขือเปราะ ปลูกกล้วยน้ำหว้า จำนวน 3 ไร่ ส่วนคุณลุงยังทำก่อสร้างอยู่

คุณป้านำหลักเศรษฐกิจพอเพียงมาจากโครงการลงมาช่วยน้ำท่วมโดยผ่านทางผู้ใหญ่บ้าน ปี 2550 นี้

โดยมีอาจารย์มาสอนทำทำยาสีฟัน ทำน้ำยาซักผ้า ทำน้ำยาล้างจาน คุณป้าจึงทำใช้เอง และซื้อของจำเป็น ถ้าเหลือจากค่าใช้จ่าย ก็เก็บไว้เป็นก้อนแล้วจึงไปฝากธนาคาร ไม่ใส่กระปุกไว้ที่บ้านเพราะกลัวงัดเอาไป มีการทำบัญชีรายรับรายจ่าย เป็นบางเดือน ค่าใช้จ่ายที่มากที่สุดก็เป็นเรื่องเรียนของหลาน เรื่องอื่นน้อยเพราะปลูกผักกินเอง ปลาก็เลี้ยง ถ้าจะซื้อก็เป็นเครื่องครัวพวกน้ำมัน ซึ่งทำให้ครอบครัวดีขึ้น มีกินมีใช้เพิ่ม มีภูมิคุ้มกัน

คุณป้าบอกว่า *"ถ้าเราไม่ท้อถอย เราก็ไม่อับจน ยังพอเพียงไปได้ ให้มีมานะ ก็จะมีความเจริญรุ่งเรือง"* คุณป้าได้รับการสอนมาตั้งแต่เด็กให้ตื่นแต่เช้า และช่วยทำงาน ซึ่งสิ่งเหล่านี้ก็ถูกถ่ายทอดไปยังลูก ๆ ด้วย



คุณป้าเป็นสมาชิกกลุ่มเศรษฐกิจพอเพียง กลุ่มเกษตรกร กองทุนหมู่บ้าน และกลุ่มสัจจะ ก็มีการกู้เงินมาลงทุนทำการเกษตร คือไปซื้อปุ๋ย ค่ารถไถ ในเรื่องความรู้ต่าง ๆ จะมีวิทยากรมาอธิบายที่ศูนย์การเรียนรู้ และก็ดูจากทีวีพวกผลิตภัณฑ์และสารเคมี

ข้อคิดที่ได้จากครอบครัว

1. เรียนรู้จากสิ่งต่าง ๆ และนำมาใช้ให้เกิดประโยชน์ได้จริงในชีวิตประจำวัน
2. การสอนที่ดีที่สุดคือการทำให้เห็นเป็นตัวอย่าง

นางละออ เชิดฉาย
อายุ 53 ปี

*"อาสาสมัครประจำหมู่บ้าน
กลุ่มแม่บ้านเกษตรกร
มูลนิธิเพื่อนพึ่งภายามยาก
กลุ่มผักปลอดสารพิษ
เพราะอยากได้ความรู้มาพัฒนา
คุณภาพชีวิต
ได้เครือข่ายในการประกอบ
อาชีพ และมีเพื่อนเพิ่มขึ้น"*

ชีวิตครอบครัวแบบพอเพียงของนางละออ เชิดฉาย

นางละออ เชิดฉาย อายุ 53 ปี จบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จากกรมการศึกษานอกโรงเรียน นับถือศาสนาพุทธ อาชีพหลักคือ เกษตรกร โดยปลูกมะม่วงและปลูกผักขาย สำหรับชีวิตครอบครัว สามีของนางละออเสียชีวิตหลังจากการแต่งงานไม่นานนัก เนื่องจากถูกงูพิษกัด มีลูกสาว 2 คน

คนโตแต่งงานแล้วมีบุตรชาย 1 คน ทั้งคู่ทำงานบริษัทเอกชนในจังหวัดอยุธยา นางละออ ลูกสาวทั้ง 2 คน ลูกเขย และพ่อของนางละออซึ่งเป็นหม้ายเช่นกัน อาศัยอยู่ด้วยกันในบ้านสองชั้น มีต้นละมุดต้นใหญ่อยู่หน้าบ้านหลายต้น กำลังออกผลดกเต็มต้น อีกไม่นานก็จะสุก พร้อมนำออกไปจำหน่ายได้ รอบ ๆ บ้านปลูกผักสวนครัว เช่น คะน้า พริกสด กะเพรา ตระไคร้ และมีบ่อเลี้ยงปลาดุกอยู่ด้านข้างของบ้านซึ่งเป็นแหล่งอาหารหลักของสมาชิกในบ้าน

ครอบครัวของคุณละออ เชิดฉายยึดหลักธรรมทางพุทธศาสนาเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต คุณละออบอกว่า "ก็เชื่อพระพุทธศาสนายึดหลักธรรมเป็นหลัก คือ จะไม่เบียดเบียนผู้อื่นไม่คิดฆ่าสัตว์ตัดชีวิต อย่างเลี้ยงปลาดุก อาจารย์เขาให้กิน เวลาเราโยนอาหารมันมากินตาแป๋ว ๆ มันเชื่องเรากินไม่ลง ตอนที่จับไปขายจุดธูปบอก เธอเป็นอาหารเขานะ ...ไม่ใช่ของ ๆ เราไม่เอา ไม่เอาของผู้อื่น ไม่คดโกง ซื่อสัตย์ เพราะแม่สอนตั้งแต่เล็ก ซื่อกินไม่หมด คดกินไม่นาน ท่านจะบอกอย่างนี้...สอนลูกให้ทำบุญทำกุศล ใส่บาตรตอนเช้าเข้าวัดเข้าวาทุกวันพระ หมายถึงว่าถึงขั้นฟังเทศน์คงไม่ แต่ตัวเราไป เคารพผู้อาวุโสและมีความเอื้ออาทรต่อเพื่อนบ้าน"

เมื่อถามถึงวัฒนธรรมของครอบครัวที่สมาชิกยึดถือปฏิบัติร่วมกัน คุณละออบอกว่า "มีค่ะ ข้าพรรษาออกพรรษา เทศกาลสงกรานต์จะไปพร้อม ๆ กัน" นอกจากนี้ ครอบครัวของคุณละออยังมีส่วนร่วมในกิจกรรมพัฒนาหมู่บ้าน เช่น การทำความสะอาด การเป็นสมาชิกของกลุ่มต่าง ๆ ในหมู่บ้าน อาทิ *อาสาสมัครประจำหมู่บ้าน กลุ่มแม่บ้านเกษตรกร มูลนิธิเพื่อนพึ่งภายามยาก กลุ่มผักปลอดสารพิษ เพราะอยากได้ความรู้มาพัฒนาคุณภาพชีวิต ได้เครือข่ายในการประกอบอาชีพ และมีเพื่อนเพิ่มขึ้น*

มีรายจ่ายค่ากระแสไฟฟ้าประมาณเดือนละ 500 บาท ค่าหนังสือพิมพ์เดือนละ 100 กว่าบาท และซื้อนิตยสารเกี่ยวกับดารา เช่น สตาร์นิวส์ บ้างเป็นครั้งคราว เนื่องจากลูกสาวชอบอ่าน จากการทำบัญชีรับจ่ายครัวเรือน ทำให้ครอบครัวของคุณละออสามารถลดรายจ่ายที่ไม่จำเป็นลงได้ คุณละอออธิบายเพิ่มเติมว่า "เราก็จะดูว่าสิ่งที่จะจ่าย สมควรจ่ายหรือไม่ เช่น เรามีโทรทัศน์อยู่แล้วก็ไม่สมควรมีอีก จะไม่อยู่กันอย่างฟุ่มเฟือย สิ่งไหนเรามีอยู่แล้วจะมาซื้อซ้ำอย่างนี้ไม่เอา"

ในการอบรมสั่งสอนลูก ๆ คุณละออจะสอนให้ลูก ๆ มีชีวิตความเป็นอยู่อย่างประหยัดอดออม โดยกล่าวว่า "อย่างบรรดาลูก ๆ ที่ทำงานบริษัทก็จะสอนให้รู้จักอดออม ก็คือรู้จักว่าส่วนหนึ่งเก็บ ส่วนหนึ่งเอาไว้ใช้ส่วนตัวและก็ใช้ในบ้าน จะไม่มีระบบไปกู้ยืม...ลำพังตัวเองไม่ค่อยมีเงินออมหรอก เพราะว่าตัวเองเริ่มก่อร่างสร้างตัว ชีวิตที่ไม่มีผู้นำเราก็ต้องเป็นหลักคนเดียว ตัวเองถึงไม่มีเก็บ...ตอนที่เริ่มมีครอบครัวใหม่ ๆ ก็ไม่ค่อยมี แล้วสามีมาเสียชีวิตด้วยแล้ว ยิ่งต้องมาเสียผู้นำยิ่งต้องเป็นหลักของครอบครัว...เราจะใช้อะไรทีก็ต้องคิดที...จะเริ่มสอนลูกตั้งแต่ 3 ขวบว่า ถ้าไปเที่ยวจะมาร้องเอาของเล่นแม่ไม่ให้นะ แต่ถ้าของกินแม่ให้ จะสอนตั้งแต่นั้นมาเลย...คอยชี้ให้ลูกทำ ให้เตรียมเก็บเงินนะลูก อนาคตข้างหน้าเงินจะหายากขึ้นทุกวัน บอกลูกไม่ให้ฟุ่มเฟือยเพราะจากเดิมน้ำมันลิตรละ 7 บาท ปัจจุบันมันเพิ่มมา 30 บาทแล้ว ในอนาคตอายุเรามากขึ้น แรงเราหมดเดี๋ยวจะลำบาก"

ข้อคิดและเกร็ดความรู้จากครอบครัวของนางละออ เชิดฉาย

1. ดำเนินชีวิตอย่างเรียบง่าย ประหยัดอดออม ลดรายจ่ายที่ไม่จำเป็น และหารายได้เสริม
2. ใช้หลักธรรมทางพุทธศาสนาเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต เช่น ซื่อสัตย์สุจริต สัมมาอาชีพ ไม่เบียดเบียนผู้อื่น กตัญญูต่อผู้มีพระคุณ
3. มีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชน

นางนงนุช คำคง (จอย)
อายุ 57 ปี
อยู่บ้านเลขที่ 55/2 หมู่ 2
ต.บ้านแห อ.เมืองอ่างทอง
จ.อ่างทอง

"การช่วยเหลือผู้อื่นมันมีความสุข
เพราะครอบครัวเราพร้อมอยู่แล้ว อบอุ่นแล้ว
ถ้าเราสามารถช่วยเหลือคนอื่นได้เราก็อยากไปช่วยตอนนั้น
แล้วมันก็มีความสุข"

ครอบครัวผู้ใหญ่บ้านกับวิถีชีวิตที่พอเพียง

นางนงนุช คำคง (จอย) อยู่บ้านเลขที่ 55/2 หมู่ 2 ต.บ้านแห อ.เมืองอ่างทอง จ.อ่างทอง อายุ 57 ปี จบการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 เป็นผู้ใหญ่บ้านหมู่ 2 ต.บ้านแห อ.เมืองอ่างทอง จ.อ่างทอง เป็นผู้ใหญ่บ้านมาแล้ว 4 ปี นอกจากนั้นยังเป็นคณะกรรมการกลุ่มแม่บ้านระดับประเทศ ประธาน OTOP ระดับตำบล และอาสาสมัครคุมประพฤติ

สำหรับชีวิตครอบครัวนั้นสามีผู้ใหญ่จอยเป็นข้าราชการบำนาญ มีลูก 4 คน ชาย 2 คน หญิง 2 คน ทั้ง 4 คน มีครอบครัวแล้ว และผู้ใหญ่จอยมีหลานทั้งหมด 5 คน ลูก 2 คน ทำงานอยู่ที่กรุงเทพฯ ที่บ้านผู้ใหญ่จอยจะมีครอบครัวลูกสาวอาศัยอยู่ด้วย และมีบ้านของลูกชายลูกสะใภ้ปลูกอาศัยอยู่บริเวณเดียวกัน ครอบครัวผู้ใหญ่จอยได้รับเลือกให้เป็นครอบครัวตัวอย่างของกรมการพัฒนาชุมชน และตัวผู้ใหญ่จอยเองก็ได้รับรางวัลแม่ดีเด่นแห่งชาติด้วย

ครอบครัวผู้ใหญ่จอยเป็นครอบครัวเกษตรกร ทำนา ทำสวน มีที่ทั้งหมด 60 ไร่ อยู่หลังบ้าน เป็นแปลงนา 2 แปลง สวนไผ่ สวนมะพร้าวน้ำหอม บ่อปลา โดยปลูกบ้านอาศัยอยู่ข้างหน้า เป็นบ้าน 2 ชั้น ใต้ถุนสูง ข้างล่างเปิดโล่ง กั้นเป็นส่วนทำงานของผู้ใหญ่บ้าน ตั้งโต๊ะเก้าอี้รับแขกเป็นกลุ่ม และมีพื้นที่สำหรับตั้งเก้าอี้ใช้เป็นที่ประชุมกลุ่มได้ประมาณ 40 คน ส่วนข้างบนบ้านนอกจากเป็นที่อยู่อาศัยของผู้ใหญ่จอยและสามี ลูกสาวและลูกเขยแล้ว ยังมีห้องว่างจัดทำเป็น Home Stay รับแขกเป็นครั้งคราวด้วย สำหรับบริเวณหน้าบ้านจะมีการตกแต่งด้วยไม้ดอกไม้ผล มีบ่อปลาดุกรูปร่างสวยข้าง ๆ บ้านจะมีโรงเพาะเห็ด หลังบ้านจะมีบ้านของลูกชายและครอบครัว และพื้นที่ต่อจากนั้นกำลังปลูกสร้างโรงเรือนเป็นอาคารศูนย์เรียนรู้ โดยใช้ที่ของผู้ใหญ่จอยแต่งบก่อสร้างของรัฐบาล

สำหรับหลักคิดในการดำเนินชีวิตนั้น ครอบครัวผู้ใหญ่จอยจะเน้นการอมรมขัดเกลาสมาชิกในครอบครัวให้เป็นคนดี ซื่อสัตย์ และเน้นเกี่ยวกับเรื่องความจริงจังในการทำงาน ที่ว่าทำอะไรให้ทำให้ดีที่สุดเท่าที่จะทำได้ ดังคำพูดของผู้ใหญ่จอยที่ว่า "เลี้ยงลูกมาก็จะสอนลูกว่าถ้าจะทำอะไรให้ทำให้ดีที่สุดเท่าที่จะทำได้ ไม่ว่าจะไปดำเนินชีวิตหรือทำงานบริษัท ถ้าเขามอบงานให้ทำเหมือนแม่ทำนี่อาจจะสวมหมวกหลายใบจริง แต่เราต้องทำตรงนั้นให้ได้ ให้เป็นคนดี ต้องซื่อสัตย์กับครอบครัว ถึงเป็นกลุ่มแม่บ้านก็ต้องซื่อสัตย์กับลูกค้า ถึงจะยืนหยัดความเป็น OTOP 5 ดาวได้"

พลิกวิกฤตจากน้ำท่วม ด้วยแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง

ผู้ใหญ่จอยได้นำแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในหมู่บ้าน เมื่อเกิดวิกฤตน้ำท่วมใหญ่ทั้ง 7 อำเภอ ในจังหวัดอ่างทองปี 2549 ทางอำเภอเมืองอ่างทองได้ทำเรื่องขอถุงยังชีพพระราชทานจากมูลนิธิเพื่อนพึ่งพายามยากของพระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา แต่ทางเจ้าหน้าที่ผู้ใหญ่ของมูลนิธิให้ความเห็นว่าให้ถุงไปกินไปก็หมดเลย ถ้ารับพระราชทานโครงการผู้ประสบภัยตามแนวพระราชดำริเศรษฐกิจพอเพียง โดยมูลนิธิอาสาเพื่อนพึ่งพายามยากสภากาชาดไทย ก็จะช่วยให้หลายครอบครัวมีกินตลอดไป ไม่ใช่เฉพาะหมู่บ้านใดหมู่บ้านหนึ่ง แต่กระจายทั่วทั้งตำบล ทางอำเภอจึงตัดสินใจรับโครงการแทนถุงยังชีพ

สำหรับหมู่ 2 ที่ผู้ใหญ่จอยรับผิดชอบก็มาเปิดประชาคมรับสมัครครอบครัวที่จะเข้าร่วมโครงการ ทั้งที่ยังไม่ชัดเจนว่าเศรษฐกิจพอเพียงที่จะมาทำมีลักษณะเช่นไร และเป็นไปในทิศทางใด ถึงแม้จะได้ยินมานาน แต่ก็ไม่มีใครเข้าใจ เพราะพูดเป็นวิชาการ ในสมัยที่เป็นผู้ใหญ่บ้านใหม่ ๆ เคยส่งชาวบ้านไปอบรมเกี่ยวกับแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง ก็ไปติดป้ายถ่ายรูปนั่งหลับ แล้วกลับมา ไม่ได้ปรับเปลี่ยนอะไร จนเริ่มโครงการโดยมีวิทยากรจากโครงการมาให้คำแนะนำอย่างใกล้ชิด โดยมีเป้าหมายใหญ่ ๆ ประการแรก คือ ทำให้มีอาหารกินภายใน 1 เดือน หลังจากหมู่บ้านมีน้ำแช่อยู่ 3 เดือน พอน้ำลดแล้ววิทยากรก็แนะให้เลี้ยงปลา เพราะใช้เวลา 45 วันก็มีจับกินได้มีการปลูกผักอายุสั้น เช่น ผักบุ้ง และพืชผักสวนครัว บริเวณรอบ ๆ บ่อปลา โดยเอาน้ำในบ่อรดไม่ต้องใส่ปุ๋ย มีโรงเพาะเห็ด ถั่วงอก เป็นอาหารด้วย

นอกจากนั้นยังมีการรวมกลุ่มกันเลี้ยงกบคอนโดซึ่งอยู่ห่วงยางสามชั้นมีกบ 100 ตัว และเลี้ยงหมูหลุม 10 ตัว โดยขุดหลุมลึกไป 1 เมตร ใช้แกลบอัดเป็นชั้นขึ้นมา ถมดินเล็กน้อย โรยเกลือเม็ด รำข้าว กากน้ำตาล บวกน้ำพ่อแล้วรดน้ำให้ชุ่ม แล้วก็ปล่อยหมูเข้าไปเลี้ยง หมูก็จะขี้เยี่ยวลงพื้นที่ผสมไว้ แต่จะไม่มีกลิ่นขี้หมูเลย เมื่อเลิกเลี้ยงหมูแล้วก็เอาพื้นเล้าที่มีส่วนผสมของขี้หมูมาเป็นปุ๋ยรดพืชผัก

เมื่อมีอาหารกินโดยไม่ต้องซื้อแล้วก็มีการเรียนรู้ในการลดค่าใช้จ่ายในครัวเรือน โดยการทำยาสีฟันใช้เองจากเปลือกข่อย การทำน้ำยาซักผ้า น้ำยาล้างจาน สบู่เหลว น้ำยาปรับผ้านุ่ม น้ำยาสระผม และลดค่าใช้จ่ายในการเพาะปลูกโดยทำน้ำหมักชีวะภาพ น้ำพ่อเร่งดอกเร่งผล น้ำแม่เร่งรากเร่งใบ สารไล่แมลงโดยได้จากการปลูกสมุนไพรไล่แมลง

หลังจากผลิตอาหารและของใช้จนมีเหลือกินเหลือใช้ในครอบครัวแล้ว ก็นำผลิตผลออกขาย โดยจัดตั้งร้านค้าชุมชนขึ้นเป็นร้านค้าเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อนพึ่งพายามยาก กลุ่มสมาชิกก็นำผลิตผลของตนมาขายเป็นรายได้ ซึ่งโครงการนี้นอกจากสมาชิกจะลดรายจ่ายของครอบครัวแล้วยังสามารถทำให้เกิดรายได้อีกด้วย จึงนำไปสู่การออม โดยตกลงกันที่จะออมวันละบาท และทุกวันที่ 9 ของเดือน สมาชิกจะมาประชุมกันที่บ้านผู้ใหญ่จอย เปิดเวทีชาวบ้าน พูดคุยกัน โดยห่อข้าวมากินด้วยกัน เอาสินค้าที่มีมาแลกเปลี่ยนกัน สินค้าก็คือของกินของใช้ที่สมาชิกปลูกเอง ใครพอใจ เอามะเขือมาแลกประหลาดุก ปลาดุกแลกหน่อไม้ เป็นการแบ่งกันกินแบ่งกันใช้ โดยไม่คิดมูลค่า แต่เป็นการเอื้อเฟื้อกันในหมู่บ้าน และมีการตกลงกันที่จะเริ่มทำบัญชีครัวเรือนด้วย

คุณลุงยุ้ย ปานทอง อายุ 74 ปี
อยู่หมู่ 1 ต.คอทราย อ.บ้านบางระจัน จ.สิงห์บุรี

"อันความดีใครสร้างเป็นทางไว้ ถึงแม้ตัวตายก็ยังติดอยู่ในผล
เป็นสัญลักษณ์ทำศักดิ์สิทธิ์ติดทำดน เกิดเป็นคนควรสร้างแต่ความดี"

ครอบครัวค่ายบางระจัน

คุณลุงยุ้ย ปานทอง อายุ 74 ปี อยู่หมู่ 1 ต.คอทราย อ.บ้านบางระจัน จ.สิงห์บุรี ภรรยาคุณลุงเสียชีวิตไปแล้ว มีลูก 2 คน คุณลุงยุ้ยเป็นผู้ที่มีความสามารถในการบริการจัดการภายในครอบครัวเป็นอย่างดี หลังจากแต่งงานคุณลุงได้เข้ามาทำงานในกรุงเทพฯ ได้เงินเดือน ๆ ละ 200 บาท ทำงาน 4 วัน (สมัยจอมพล ป.พิบูลสงคราม) เพื่อที่จะเก็บเงินปลูกบ้าน ตอนนั้นมีแต่ที่นา บ้านก็เป็นไม้ไผ่ แฟกมุงจาก ก็ทำงานเก็บเงินได้ซื้อไม้ 15,000 บาท และเงินออมอีก 5,000 บาท โดยใส่กระปุกไว้ คุณลุงจะให้ภรรยาอาทิตย์ละ 400 บาท ให้ออมเดือนละ 40 บาท และห้ามไปยืมใคร และก็ให้เลี้ยงหมูไว้ 1 ตัว กินรำกับผักบุ้ง

หลังจากนั้น คุณลุงยุ้ย ได้มาทำนาเป็นอาชีพหลัก ทำสวนสมุนไพร ทำสวนครัว เป็นอาชีพเสริม มีขายปลาบ้าง ทำถ่านใช้เองและก็ขาย คุณลุงยุ้ยซื้อที่ดินทำนา 20 ไร่ ทำนา 2 ปี 5 ครั้ง และก็เรียนรู้เป็นแพทย์แผนไทยด้วยตนเองจากประสบการณ์ มีชาวบ้านในตำบลเป็นสมาชิกกลุ่มสวนสมุนไพร 90 คน มีการกู้เงินธกส. มาลงทุนทำนา ซึ่งคุณลุงยุ้ย เป็นลูกค้าระดับดีมากของธกส. ในการออมเงินคุณลุงยุ้ยเป็นสมาชิกออมเงินกลุ่มสัจจะ ออมเดือนละ 100 บาท

ในการดำเนินชีวิต คุณลุงยุ้ยได้ใช้หลักของเศรษฐกิจพอเพียงมาก่อนแล้ว จะทำตัวเป็นแบบอย่างให้กับลูก เป็นผู้นำ ไม่แตะต้องอบายมุข เป็นดื่มเหล้า ไม่เล่นการพนัน และมีคติประจำใจว่า *"อันความดีใครสร้างเป็นทางไว้ ถึงแม้ตัวตายก็ยังติดอยู่ในผล เป็นสัญลักษณ์ทำศักดิ์สิทธิ์ติดทำตน เกิดเป็นคนควรสร้างแต่ความดี"* ซึ่งสิ่งนี้ได้ถ่ายทอดจากลูกไปสู่หลาน ทำให้ลูกหลานของคุณลุงประพฤติและปฏิบัติตามเป็นตัวอย่างที่ดีให้กับชุมชน ครอบครัวของคุณลุงยุ้ยจะรับประทานอาหารร่วมกันตอนเย็นทุกวัน ถือเป็นสิ่งที่ควรปฏิบัติ เพราะจะใช้เวลานี้คุย ปรึกษา สอนลูกสอนหลาน แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น

คุณสมชาย เป็นลูกคนโตของคุณลุงยุ้ย แต่งงานกับคุณจำปา มีลูกชาย 2 คน อายุ 25 ปี และ 21 ปี ได้บอกว่า คำพูดของพ่อ บอกเพียงครั้งเดียวก็ทำตาม เพราะพ่อทำเป็นตัวอย่าง ไม่มีอะไรโต้เถียง เป็นสิ่งที่สอนทั้งตนเอง และก็สอนลูกด้วย สิ่งสำคัญก็คือ "ต้องคิดก่อนทำ อย่าไปทำก่อนคิด ถ้าผิดพลาดไปแล้วสู้ไม่ไหว" คุณ

สมชายจบชั้นป. 7 เป็นวิทยากรตามโรงเรียน และก็แนะนำให้นักเรียนดื่มน้ำผลไม้แทนที่จะดื่มโค้กมาโดยตลอด และก็ได้เป็นอสม. ดีเด่นระดับเขตภาค ปี 2545 และระดับภาค ปี 2550 ได้ค่าตัววิทยากรวันละ 20,000 บาท

ในเรื่องของเศรษฐกิจพอเพียง ไร่นาสวนผสม ได้รับฟังแนวคิดของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวแล้วนำมาปรับใช้ให้เข้ากับครอบครัว ไม่ให้ใครเดือดร้อน ใช้ยาด้วยวิธีธรรมชาติ มีการออมเงินหนึ่งส่วน ใช้สามส่วน ตอนนี้มีหนี้ที่กู้ธกส.มาซื้อรถไถนาเหลืออีก 2 ปี จึงชำระคืนหมด

คุณสมชายเป็นหนึ่งในกรรมการออมทรัพย์กลุ่มสัจจะ กรรมการกองทุนเงินล้าน ซึ่งบอกว่าถ้ารัฐจะเอาคืนก็สามารถให้คืนได้โดยไม่เดือดร้อน เพราะมีระบบการจัดการที่ดี

ข้อคิดที่ได้จากครอบครัว

1. การสอนโดยการทำตนเป็นแบบอย่างเป็นสอนที่ดีที่สุด ทำให้ไม่เกิดข้อโต้แย้ง และเป็นการซึมซับไปทีละเล็กทะน้อยแบบไม่รู้ตัว
2. การมีผู้นำในบริการจัดการในครอบครัว ทำให้ครอบครัวมีความมั่นคงและยั่งยืน
3. การที่มีโอกาสได้พบปะพูดคุยกันในครอบครัวทุกวัน ทำให้ปัญหาช่องว่างในครอบครัวน้อยลงและสามารถแก้ไขได้ทันท่วงที

นายสุภาพ คชสาร อายุ 43 ปี
ผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ 3 ต.คลองทราย อ.ค่ายบางระจัน จังหวัดสิงห์บุรี

"เราทำอะไร ต้องคิดถึงวันข้างหน้าด้วยว่า ทำวันนี้แล้ว มันจะมีเหลือไว้สำหรับวันพรุ่งนี้หรือเปล่า"

วิถีชีวิตครอบครัวแบบพอเพียงของผู้ใหญ่สุภาพ คชสาร

นายสุภาพ คชสาร อายุ 43 ปี จบการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 เป็นผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ 3 ต.คลองทราย อ.ค่ายบางระจัน จังหวัดสิงห์บุรี และมีอาชีพเกษตรกร สมรสกับนางสมคิด คชสาร อายุ 37 ปี จบการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีอาชีพเกษตรกรเช่นกัน และทำหน้าที่เป็นเลขานุการนายกองค์การบริหารส่วนตำบลคลองทรายด้วย มีบุตร 2 คน เป็นหญิง 1 คน และชาย 1 คน บุตรสาวคนโตกำลังเรียนอยู่ปีที่ 2 มหาวิทยาลัยแม่โจ้ จังหวัดเชียงใหม่ บุตรชายคนเล็ก กำลังเรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 และมีหลานสาวอาศัยอยู่ด้วยอีก 1 คน กำลังเรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

ครอบครัวของผู้ใหญ่สุภาพ คชสาร ตั้งบ้านเรือนอยู่ที่บ้านเลขที่15/1 หมู่ที่ 3 ต.คลองทราย อ.ค่ายบางระจัน จังหวัดสิงห์บุรี โดยมีนายผิน คชสาร อายุ 73 ปี ผู้เป็นพ่อ เป็นหัวหน้าครอบครัว นอกจากนั้น ก็มีแม่ของผู้ใหญ่สุภาพอายุ 68 ปี อาศัยอยู่ด้วยกัน ลักษณะบ้านที่พักอาศัยเป็นบ้านไม้สองชั้นใต้ถุนโล่ง บริเวณบ้านมีพื้นที่ประมาณ 1 ไร่เศษ มุมหนึ่งของบริเวณบ้านมีเตาสำหรับเผาถ่านใช้ในครัวเรือนซึ่งสมาชิกทุกคนมีส่วนร่วมในกิจกรรมนี้เมื่อมีเวลาว่าง นอกจากนั้น ยังยกร่องสวนเพื่อปลูกพืชผักสวนครัว เช่น มะเขือ ถั่วฝักยาว คะน้า พริก กระเพรา โหระพา กล้วย มะม่วง ขนุน และในร่องสวนก็เลี้ยงปลาไว้บริโภคในครัวเรือนด้วย รวมทั้งเลี้ยงเป็ดไว้กินไข่

ครอบครัวของผู้ใหญ่สุภาพมีอาชีพหลักในการทำนา และมีรถตีดินไว้รับจ้าง 1 คัน เป็นอาชีพเสริม เป้าหมายของครอบครัวผู้ใหญ่สุภาพ คือ ต้องการให้ลูกทั้งสองเรียนจบระดับมหาวิทยาลัย อยากมีเงินเก็บเอาไว้ใช้ในยามที่จำเป็น อยากเห็นครอบครัวมีความสุข ความอบอุ่น ลูก ๆ เชื่อฟังคำสั่งสอนของพ่อแม่ อยากอยู่ดีกินดี ไม่เจ็บไม่ไข้ สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ และอยากมีกิจการเป็นของตัวเอง เช่น ทำปลาร้าขาย เนื่องจากในพื้นที่มีปลาน้ำจืดที่สามารถเป็นวัตถุดิบในการทำปลาร้าอยู่มากมาย ส่วนการดำเนินชีวิตครอบครัวนั้น ยึดหลักการไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุข พึ่งพาตนเอง เอื้ออาทรและแบ่งปันให้แก่เพื่อนบ้านทั้งของกินและของใช้

การดำเนินชีวิตครอบครัวโดยยึดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ผู้ใหญ่สุภาพ กล่าวถึง การดำเนินชีวิตครอบครัวตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง ว่า จริง ๆ แล้ว ครอบครัวของผู้ใหญ่สุภาพก็ดำเนินชีวิตตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงอยู่แล้ว เช่น มีการปลูกผัก เลี้ยงปลา และ เลี้ยงเป็ดไว้กินไข่ และพอดีมาได้คำของในหลวงที่

บอกว่าการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง ก็เป็นอีกแรงหนึ่งที่กระตุ้นให้ครอบครัวของผู้ใหญ่ให้ความสำคัญกับเรื่องนี้มากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการลดอบายมุข การปลูกผักไว้กินเอง การเลี้ยงสัตว์ ปลา และก็มีการเก็บออมมากขึ้น

คุณสมคิดภรรยาของผู้ใหญ่สุภาพกล่าวเสริมถึงการใช้ชีวิตครอบครัวแบบพอเพียงว่า *"เราทำอะไรต้องคิดถึงวันข้างหน้าด้วยว่า ทำวันนี้แล้ว มันจะมีเหลือไว้สำหรับวันพรุ่งนี้หรือเปล่า* ยกตัวอย่างเช่น อย่างเราเผาถ่าน ก็จะลดการใช้จ่ายเรื่องแก๊ส ก็จะมีเงินเหลือเก็บ ถึงแม้ว่าแก๊สจะไม่มีในโลกนี้แล้ว เราก็มีถ่านใช้ซึ่งเราสามารถผลิตด้วยตัวเองได้...แล้วอีกอย่างหนึ่งเราต้องขยัน อดทน ถึงแม้ว่าบางครั้งลำบากแล้วเราอดทน ขยัน และก็ต้องประหยัดด้วย ใช้จ่ายพอสมควร การที่เราเดินตามรอยพระเจ้าอยู่หัวถือว่าชีวิตก็จะเจริญรุ่งเรือง เอาท่านเป็นที่ตั้งเป็นมงคลแก่ชีวิตค่ะ เหมือนกับว่าเราให้คำมั่นสัญญากับท่านไว้แล้ว และสุดท้ายเราก็เกิดผล"

สำหรับสิ่งที่นำทางหรือหลักธรรมในการใช้ชีวิตครอบครัวแบบพอเพียงของครอบครัวผู้ใหญ่สุภาพ คุณสมคิดภรรยาของผู้ใหญ่สุภาพบอกว่า "ขั้นแรกก็จะเป็นเรื่องคำสอนพ่อกับแม่ค่ะ เพราะว่าท่านเป็นคนรุ่นเก่า ท่านก็จะบอกว่ากินอยู่ให้ประหยัด มีแล้วก็ต้องเก็บไว้ เพราะเงินทองมันหายาก เก็บไว้เวลาเจ็บเวลาป่วย พ่อแม่จะสอนอยู่ตลอดเวลา" ผู้ใหญ่สุภาพกล่าวเสริมว่า "ของผมก็คือ ความขยัน อดทน มีความมานะ ความอดทน ก็อดทนในเรื่องการทำมาหากิน บางครั้งเราเหนื่อย เราลำบาก ก็ต้องอดทน ก็ต้องทำต่อเนื่องไปเรื่อย ๆ ครับ ก็เพื่อครอบครัว วันข้างหน้า ลูก ๆ ก็จะได้สบาย"

ครอบครัวผู้ใหญ่สุภาพมีรายได้จากเงินเดือนผู้ใหญ่บ้านเดือนละ 4, 000 บาท รายได้การทำนาเฉลี่ยปีละ 300, 000 แสนบาท และรายได้จากรถตีดินอีกปีละ 100, 000 บาท สำหรับรายจ่ายในชีวิตประจำวันประกอบด้วย ค่ากับข้าวและค่าน้ำมันรถประมาณวันละ 150 บาท ค่าใช้จ่ายอื่น ๆ เช่น ผงซักฟอก สบู่ ยาสีฟัน น้ำมัน น้ำตาลและน้ำปลา ประมาณเดือนละ 1,000 บาท ส่วนรายจ่ายหลักของครอบครัวผู้ใหญ่สุภาพ คือ รายจ่ายเกี่ยวกับการศึกษาของลูก 2 คน ซึ่งเป็นเงินปีละประมาณ 100,000 บาท

ครอบครัวของผู้ใหญ่สุภาพเห็นว่าการออมเป็นสิ่งจำเป็นและสำคัญมากสำหรับความมั่นคงของครอบครัวในอนาคต แต่ยังทำไม่ได้มากนัก เนื่องจากยังมีค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับการศึกษาของลูกที่ค่อนข้างสูง เพราะกำลังอยู่ในวัยเรียนทั้งสองคน อย่างไรก็ตามครอบครัวของผู้ใหญ่สุภาพก็มีเงินออมที่ออมไว้กับกลุ่มออมทรัพย์ ประมาณ 20, 000 บาท และฝากไว้ในธนาคารอีกประมาณ 50, 000 บาท ทางด้านหนี้สินครอบครัวของผู้ใหญ่สุภาพเป็นหนี้กองทุนหมู่บ้านและชุมชนเมืองซึ่งกู้มาเพื่อทำนา 15,000 บาท เป็นหนี้ธนาคาร 500, 000 บาท ในการลงทุนซื้อรถตีดินเพื่อสร้างรายได้เสริมให้แก่ครอบครัว

ครอบครัวของผู้ใหญ่สุภาพมีการจัดทำบัญชีครัวเรือนอย่างสม่ำเสมอเพราะเห็นว่ามีประโยชน์ในการลดรายจ่ายที่ไม่จำเป็น และทำให้เกิดความยั้งคิดก่อนที่จะซื้อสิ่งใด ๆ ที่ไม่จำเป็น

ทางด้านการทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว ในวันธรรมดาส่วนใหญ่ก็เป็นในช่วงเย็นที่อยู่กันพร้อมหน้า จะมีกิจกรรมร่วมกัน คือ ถางหญ้า รดน้ำต้นไม้ ให้อาหารปลา และทานอาหารเย็นร่วมกัน เพราะตอนเช้าเวลาไม่ตรงกัน ต้องไปทำภารกิจของแต่ละคน จึงไม่ได้อยู่กันพร้อมหน้ากัน สำหรับวันหยุดส่วนใหญ่สมาชิกในครอบครัวก็จะอยู่บ้าน เผาถ่าน และตัดฟืนเล็ก ๆ น้อย ๆ ไปทำบุญเป็นประจำ และไปเที่ยวทะเลปีละครั้ง

วัฒนธรรมของครอบครัวที่สมาชิกของครอบครัวยึดถือปฏิบัติร่วมกัน เช่น ช่วยงานบุญประเพณีต่าง ๆ ช่วงสงกรานต์ ปีใหม่ลูก ๆ หลาน ๆ ก็จะกลับมาบ้านรดน้ำดำหัวผู้ใหญ่ นอกจากนี้ ครอบครัวของผู้ใหญ่สุภาพยังร่วมกิจกรรมของชุมชนอย่างสม่ำเสมอ เช่น ช่วยพัฒนาหมู่บ้านในวันสำคัญต่าง ๆ เช่น วันพ่อ วันแม่ เข้าร่วมเวทีประชาคมของหมู่บ้านเพื่อหาแนวทางร่วมกันในการพัฒนาหมู่บ้าน และการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ของหมู่บ้าน เข้าร่วมเป็นสมาชิกกลุ่มออมทรัพย์ และเป็นอาสาสมัครสาธารณสุขประจำบ้าน โดยร่วมจัดเก็บข้อมูลพื้นฐานทางด้านสาธารณสุขของหมู่บ้าน เป็นต้น

ครอบครัวของผู้ใหญ่สุภาพได้รับความรู้เพื่อใช้ในชีวิตประจำวันและการประกอบอาชีพจากหลายแหล่ง ส่วนใหญ่จากหน่วยงานราชการต่าง ๆ เช่น กรมการศึกษานอกโรงเรียน. กรมการพัฒนาชุมชน กระทรวงเกษตรและสหกรณ์ และเข้ารับการอบรมซึ่งหน่วยราชการต่าง ๆ จัดอย่างสม่ำเสมอทั้ง 2 คน เช่น การอบรมเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง การประกอบอาชีพเสริม และการป้องกันยาเสพติดและโรคระบาดต่าง ๆ ในชุมชน เป็นต้น

ข้อคิดและเกร็ดความรู้ของผู้ใหญ่สุภาพ ดชสาร

1. มีความขยัน อดทน และประหยัดอดออม
2. รู้จักการลดรายจ่ายในครอบครัวโดยการปลูกพืชผักสวนครัวและเลี้ยงสัตว์ไว้บริโภคในครัวเรือน และลดค่าใช้จ่ายด้านพลังงานโดยเผาถ่านใช้เอง
3. รู้จักหาแนวทางเพิ่มรายได้ให้ครอบครัวโดยการทำอาชีพเสริม
4. ให้ความสำคัญกับการศึกษาของลูก ๆ และใฝ่หาความรู้อยู่เสมอ
5. เป็นแบบอย่างที่ดีแก่คนในชุมชนในด้านการใช้ชีวิตครอบครัวและการบำเพ็ญประโยชน์เพื่อชุมชน

นายบุญเยี่ยม ก้อนเงิน อายุ 48 ปี
อยู่บ้านเลขที่ 38 หมู่ 4 ต.คอทราย อ.ค่ายบางระจัน จ.สิงห์บุรี

"ต้องขยัน ประหยัด อดออม หาเป็นใช้เป็น เก็บเป็นกินเป็น ต้องใช้ให้ถูกหลัก ถ้าไม่ถูกหลักก็หมดไม่พอ"

ประธานกลุ่มสหกรณ์ออมทรัพย์กับการใช้ชีวิตอย่างพอเพียง

นายบุญเยี่ยม ก้อนเงิน อยู่บ้านเลขที่ 38 หมู่ 4 ต.คอทราย อ.ค่ายบางระจัน จ.สิงห์บุรี อายุ 48 ปี จบการศึกษาระดับประถมศึกษาปีที่ 4 เป็นประธานกลุ่มสหกรณ์ออมทรัพย์ อาสาสมัครสาธารณสุขชุมชน และตัวแทนเกษตรกร ซึ่งแต่ละหมู่บ้านจะมีเพียง 2 คน มีภรรยาชื่อคุณสาน ก้อนเงิน อายุ 47 ปี จบการศึกษาระดับประถมศึกษาปีที่ 7 และมีลูกคนเดียวเป็นชาย อายุ 19 ปี กำลังเรียนประโยควิชาชีพขั้นสูงผู้ที่วิทยาลัยเทคนิคสิงห์บุรี

ครอบครัวคุณบุญเยี่ยมเป็นครอบครัวชาวนา แต่ประยุกต์ใช้ทฤษฎีใหม่ในเรื่องของการปลูกไผ่หวาน มะพร้าว มะม่วง กล้วย มะละกอ ทำบ่อปลา และปลูกพืชผักสวนครัว มะนาว มะเขือ ตะไคร้ ถั่วฟักยาว ไว้รับประทานเอง โดยมีพื้นที่ทำกินทั้งหมด 53 ไร่ ทำนา 50 ไร่ ที่เหลือ 3 ไร่ ทำสวน บ่อปลา และปลูกบ้าน โดยบ้านที่พักอาศัยทั้ง 3 คนนี้จะเป็นบ้านไม้ 2 ชั้น และมีศาลาหน้าบ้านตั้งโต๊ะเก้าอี้ไม้ไว้รับแขก อยู่ใกล้ ๆ บ่อปลา และบริเวณทางเข้าบ้านและศาลาจะมีไม้ดอกไม้ใบปลูกไว้อย่างสวยงาม

ความขยันอดออมทำให้ฐานะดีขึ้น

หลักในการดำเนินชีวิตของครอบครัวคุณบุญเยี่ยม คือ ต้องมีความขยันเมื่อมีรายได้เข้ามา ต้องรู้จักใช้ และมีเงินออมโดยมีเป้าหมายที่จะให้มีฐานะดีขึ้น และลูกเรียนจนได้รับปริญญา ดังคำพูดที่ว่า *"ต้องขยัน ประหยัด อดออม หาเป็นใช้เป็น เก็บเป็นกินเป็น ต้องใช้ให้ถูกหลัก ถ้าไม่ถูกหลักก็หมดไม่พอ"*

จากหลักการดำเนินชีวิตดังกล่าวและปฏิบัติได้จริง ตลอดจนมีเป้าหมายที่ชัดเจน ทำให้ครอบครัวคุณบุญเยี่ยม สามารถซื้อที่นาได้เพิ่มจนมีฐานะเช่นในปัจจุบัน ดังคำกล่าวที่ว่า "ทำอย่างนี้ฐานะเราก็ดีขึ้น มีความเป็นอยู่ดีขึ้น นาเราก็ซื้อได้ตั้งเยอะ เมื่อก่อนผมมีแค่ 20 กว่าไร่ ผมซื้อเพิ่ม 30 ไร่ และสวนนี้อีกต่างหากอีก 2 ไร่"

นอกจากนั้น ครอบครัวคุณบุญเยี่ยมยังให้ความสำคัญเกี่ยวกับการมีมิตรไมตรีรักใคร่ เอื้อเฟื้อ เผื่อแผ่กันกับเพื่อนบ้าน ดังคำพูดที่ว่า "ให้สามัคคีดีที่สุด บ้านใกล้เรือนเคียงไม่ควรทะเลาะเบาะแว้งกับเขา"

การดำเนินชีวิตครอบครัวแบบพอเพียง

ครอบครัวคุณบุญเยี่ยมมีการดำเนินชีวิตครอบครัวแบบพอเพียง โดยช่วยกันทำงานทุกอย่าง และมีความเป็นอยู่พอประมาณเหมาะสมกับฐานะ ทำให้ได้รับรางวัลที่ 2 จากการประกวดครอบครัวพอเพียงระดับจังหวัด ซึ่งเหตุผลที่ได้คุณบุญเยี่ยมบอกว่า "ความพอเพียงของเรา สอนเราก็ดี ฐานะเราก็พออยู่ได้ เราใช้แต่พอเพียง เขาคงเห็นเศรษฐกิจ ที่เราทำ น้ำมันไฟที่เราใช้ ปุ๋ยชีวภาพที่เราทำเองหมด"

ทั้งนี้ ในการใช้ชีวิตครอบครัวแบบพอเพียงนั้น ตามความเข้าใจของคุณบุญเยี่ยมนั้นต้องขยัน มีรายได้เพิ่ม มีชีวิตที่ดี โดยช่วยกันทำ และมีเงินเก็บออม ดังคำพูดที่ว่า "ต้องมีความขยันคิดเป็นทำเป็น คิดอะไรได้ก็ต้องทำ ให้มีรายได้เพิ่ม ให้มีชีวิตที่ดีขึ้น พออยู่พอมีพอกิน...เรามีอะไรก็ช่วยกันทำช่วยกันคิดให้มีรายได้เสริมขึ้นมา เหลือจากค่าใช้จ่ายเราก็เก็บ" นอกจากนั้นภรรยากล่าวเสริมว่า "เราก็ไม่เดือดร้อน พอมีพอกิน ไม่ต้องไปกู้ไปยืมเขา" และลูกชายก็พูดว่า "ทุกอย่างพอเพียงหมดไม่ว่าเรื่องการใช้จ่ายเรื่องอะไร อย่างทำนาแทนที่เราจ้างเขา เราก็ทำเอง ทำสวนทำอะไรก็ทำเองทุกอย่าง ลดค่าใช้จ่าย เราก็เหลือเยอะ"

สำหรับการจัดการการเงินของครอบครัวนั้น รายได้ส่วนใหญ่มาจากการทำนา รองลงมาได้จากการขายมะพร้าว ขายถ่าน รายจ่ายนอกจากเป็นค่าใช้จ่ายในการลงทุนทำแล้ว ก็มีค่าใช้จ่ายสำหรับลูกชายไปโรงเรียนวันละ 100 บาท (รวมค่าน้ำมันรถมอเตอร์ไซด์) และซื้อเนื้อหมู ไก่ เป็นบางครั้ง เพราะอาหารการกินของครอบครัวก็ได้จากพืชผักที่ปลูกไว้ และปลาในบ่อจะใช้

หว่านแหและเก็บมาแค่พอกิน รายได้ส่วนใหญ่จึงเป็นเงินออมเกือบทั้งหมด และปัจจุบันไม่มีหนี้สิน

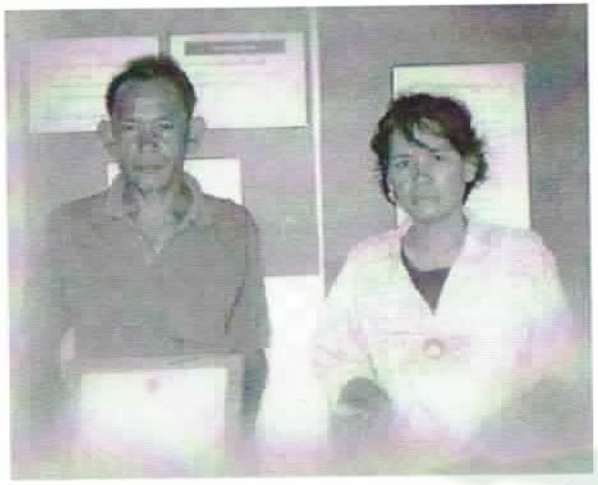
จากการดำรงชีวิตครอบครัวอย่างพอเพียง มีความขยัน อดออม จนมีฐานะมั่นคง ทำให้คุณบุญเยี่ยมได้รับเลือกให้เป็นประธานกลุ่มสหกรณ์ออมทรัพย์ในปัจจุบัน

ข้อคิดจากครอบครัวคุณบุญเยี่ยม

คุณบุญเยี่ยมเป็นชาวนา ซึ่งมีการศึกษาในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 อยู่ในวัยเพียง 48 ปี สามารถสร้างครอบครัวร่วมกันกับสมาชิกในครอบครัว ประยุกต์ใช้ทฤษฎีใหม่ และดำเนินชีวิตครอบครัวแบบพอเพียง จนทำให้ครอบครัวมีฐานะที่ดีจากเดิมเห็นชัดเจน จากการที่สามารถซื้อที่ดินเพิ่ม 30 ไร่ ให้แก่ครอบครัว เป็นตัวอย่างของความขยัน ประหยัด อดออม ซึ่งถือเป็นหลักในการดำเนินชีวิตครอบครัวที่แสดงว่าการเป็นชาวนาก็สร้างฐานะได้จนได้รับการไว้วางใจให้เป็นประธานกลุ่มสหกรณ์ออมทรัพย์ในปัจจุบัน

คุณจำรัล จบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 4
คุณวรรณา จบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
มีลูก 2 คน คนโตเป็นผู้ชายชื่อนายวัฒนชัย จบชั้นมัธยมปีที่ 3 อายุ 22 ปี
คนเล็กเป็นลูกสาวชื่อย่านทราย กำลังเรียนอยู่ชั้นมัธยมปีที่ 3

"ไม่หวังบุญวาสนาข้างหน้า หวังเฉพาะบุญที่เราทำ"



ครอบครัว คุณจำรัสและคุณวรรณา

คุณจำรัส จบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ส่วนคุณวรรณา จบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีลูก 2 คน คนโตเป็นผู้ชายชื่อนายวัฒนชัยจบชั้นมัธยมปีที่ 3 อายุ 22 ปี มีครอบครัวแล้ว ส่วนคนเล็กเป็นลูกสาวชื่อย่านทรายกำลังเรียนอยู่ชั้นมัธยมปีที่ 3 คุณจำรัสมีอาชีพหลักคือก่อสร้าง ส่วนอาชีพเสริมคือขายผัก คุณวรรณา มีอาชีพทำสวนอย่างเดียว

นอกจากนี้คุณจำรัสยังเป็นผู้ประสานพลังแผ่นดินของชุมชน และได้รับรางวัลชนะเลิศดีเด่นเขตเรื่องยาเสพติด และก็เป็นอสม.ดีเด่น และเป็นครอบครัวที่เสียสละและเห็นแก่ประโยชน์ของส่วนรวมหรือชุมชน โดยให้ที่ดินของตนเองเป็นทางผ่านทำประปาหมู่บ้าน เพื่อให้ชุมชนได้มีน้ำประปาใช้อย่างพอเพียง

ครอบครัวของคุณจำรัสเป็นตัวแทนของตำบลที่ได้รับการคัดเลือกให้ได้รับบ้าน "เทิดไท้ องค์ราชัน" ของกระทรวงมหาดไทย จากการมีคุณสมบัติ 8 ข้อคือ เป็นบุคคลยากจน มีรายได้น้อยกว่า 1000 บาทต่อเดือน ต้องมีที่ดินของตนเอง มีจิตใจสาธารณะช่วยเหลือ ต้องลด ละ เลิก อบายมุขและไม่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด ต้องน้อมนำแนวพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมาดำรงชีวิตประจำวัน ช่วยเหลือสังคม และต้องมีความเสียสละ

ครอบครัวคุณจำรัสและคุณวรรณา ใช้ชีวิตแบบพอเพียงคือ ปลูกทุกอย่างที่กิน กินทุกอย่างที่ปลูก เหลือแล้วก็เอาไปขาย ซึ่งได้รับความรู้เรื่องเศรษฐกิจพอเพียงจากสารวัตร และกำนัน ในตอนแรกท่านสารวัตรแนะนำให้ปลูกผักขายที่ร้านอาหารของครอบครัวสารวัตร ได้วันละ 40-50 บาท ต่อมาก็ขายให้กับร้านค้าในชุมชนที่ใกล้เคียง ผักที่ปลูกจะมี คะน้า

กวางตุ้ง มะเขือ กะเพรา โหระพา ฯลฯ โดยทำหมุนเวียน เพื่อให้ตัดขายได้ทุกวัน ซึ่งในระยะแรกคุณวรรณาบอกว่ายากต้องใช้ความอดทนและก็เรียนรู้จากประสบการณ์ นอกจากนี้คุณวรรณาได้ทำสมุดบัญชีรายรับรายจ่ายของครอบครัว โดยมีน้องย่านทราย เป็นผู้ช่วย ทำให้น้องย่านทรายได้เรียนรู้และรู้จักประหยัดมากขึ้น และมีการออมเงินกับออมทรัพย์ของชุมชน

คุณวรรณามีความเชื่อว่า "ก็ถ้าเราทำ เราก็มี ถ้าไม่ทำเราก็อด" ส่วนคุณจำรัสมีความเชื่อว่า *"ไม่หวังบุญวาสนาข้างหน้า หวังเฉพาะบุญที่เราทำ"* นอกจากนี้ทั้งสองท่านยังมีความใส่ใจที่จะหาความรู้เพิ่มเติมโดยทั้งสองมักจะฟังวิทยุและดูทีวี รายการเกี่ยวกับการเกษตรเพื่อนำมาใช้กับตนเอง หรือสอบถามพัฒนาชุมชน

ข้อคิดที่ได้จากครอบครัว

1. การเรียนรู้จากประสบการณ์และการหาความรู้เพิ่มเติมอย่างสม่ำเสมอเพื่อพัฒนาการปลูกผักหมุนเวียนจนประสบความสำเร็จด้วยความอดทน
2. การเสียสละและการเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวมทำให้เกิดการพัฒนาชุมชน

นายชะลอ รักษาวังลันต์
อายุ 41 ปี
เป็นผู้ใหญ่บ้านหมู่ 6
ตำบลตลุก
อำเภอสรรพยา
จังหวัดชัยนาท

"แต่ก่อนที่นี่เป็นผืนนาทั้งหมด เราเริ่มจากศูนย์ ผมมาสร้างกระต๊อบอยู่ ไม่มีไฟฟ้า ไม่มีน้ำประปา ไม่มีถนนลาดยาง เราก็มาถมที่ใหม่ เป็นเงินประมาณ 200,000 บาท ชาวบ้านมักจะล้อว่าเราก็เรียนสูง ทำไมมาทำแบบนี้"

วิถีชีวิตพอเพียง ของครอบครัว ผู้ใหญ่ชะลอ

นายชะลอ รักษาวังสันต์ อายุ 41 ปี เป็นผู้ใหญ่บ้านหมู่ 6 ตำบลตลุก อำเภอสรรพยา จังหวัดชัยนาท อาชีพเกษตรกร จบการศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ทางด้านการเกษตร สมรสกับกับนางจำเนียร รักษาวังสันต์ อายุ 40 ปี จบการศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.) ทางด้านการเกษตรเช่นกัน มีอาชีพค้าขาย โดยนำพืชผักผลไม้จากสวนไปขายในตลาด มีบุตร 3 คน เป็นหญิงทั้งหมด กำลังเรียนอยู่ทั้ง 3 คนในระดับ ปวส. ปวช. และมัธยมศึกษาปีที่ 1

ครอบครัวของผู้ใหญ่ชะลอตั้งบ้านเรือนอยู่ที่บ้านเลขที่ 230/1 หมู่ที่ 6 ตำบลตลุก อำเภอสรรพยา จังหวัดชัยนาท ในพื้นที่ 9 ไร่ ซึ่งผู้ใหญ่ชะลอปลูกบ้านชั้นเดียวเพื่ออยู่อาศัย 1 หลัง และปลูกบ้านไม้ 2 ชั้นหลังเล็ก ๆ ใต้ถุนเปิดโล่ง ไว้เป็นที่พักผ่อนของครอบครัวอีก 1หลัง นอกจากนั้น ก็จะแบ่งพื้นที่สำหรับปลูกพืชผักสวนครัว เช่น กะเพรา มะกรูด ตะไคร้ ใบยอ โหระพา และปลูกผลไม้ เช่น กระท้อน มะละกอ ในสระก็ปลูกบัว และเลี้ยงปลาสวาย ปลาตะเพียน และปลาแรดไว้กินและขายด้วย ครอบครัวผู้ใหญ่ชะลอมีที่นาอีก 40 ไร่ ซึ่งสร้างรายได้ให้ครอบครัวปีละประมาณ 120,000 บาท

ผู้ใหญ่ชะลอ รักษาวังสันต์ได้ตั้งเป้าหมายในการดำเนินชีวิตครอบครัวไว้ว่า "อยากให้ครอบครัวมีความสุข มีความอบอุ่น อยากให้ลูกเรียนสูง ๆ ตามความสามารถของเขา เรื่องเงินเรื่องทอง อยากให้มีใช้มีกินอย่างสบาย อยากให้ลูก ๆ ทุกคนประสบความสำเร็จ และอยากทำอะไรก็ให้ประสบความสำเร็จ เช่น เขาอยากเรียนถึงปริญญาก็แล้วแต่เขา แล้วแต่ความสามารถ แล้วก็เรื่องการช่วยเหลือคนในชุมชน ช่วยเหลือคนด้อยโอกาส"

วัฒนธรรมของครอบครัวที่ครอบครัวผู้ใหญ่ชะลอยึดถือปฏิบัติ คือ การเคารพนับถือผู้ใหญ่ และ การสืบสานวัฒนธรรมประเพณีที่ดีของไทย เช่น การเข้าวัดเพื่อทำบุญตักบาตร และฟังเทศน์ฟังธรรม การทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกันทั้งครอบครัวในวันสำคัญต่าง ๆ เช่น วันสงกรานต์ วันปีใหม่ และค่านิยมในการดำเนินชีวิตครอบครัวให้ราบรื่น คือ ความซื่อสัตย์ เชื่อว่าทำดีต้องได้ดี ความไว้เนื้อเชื่อใจกัน และการรักษาความสะอาด

การดำเนินชีวิตครอบครัวตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง

การดำเนินชีวิตครอบครัวตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงตามความคิดเห็นของผู้ใหญ่ชะลอ คือ"สภาพความพอเพียงมันขึ้นอยู่กับตัวเรามากกว่า ในการใช้ชีวิตของเรา ของครอบครัวเรา ๆ มีต้นทุนอะไรบ้าง และเราใช้ประโยชน์ของต้นทุนที่เรามีได้มากแค่ไหน ต้นทุนในที่นี่ผมหมายถึงสติปัญญาของเรา เงินทุนที่เรามี พื้นที่ทำมาหากินของเรา และกำลังของครอบครัวที่จะทำได้ ส่วนการดำเนินชีวิตของครอบครัวให้เรารู้จักรัก เราจะทำยังไงกับชีวิต แล้วก็ให้ต้นทุนการดำเนินชีวิตเราจะมาแปรรูปได้อย่างไรบ้าง ครอบคลุมหมดเลย"

ทางด้านการอบรมสั่งสอนลูกเกี่ยวกับการใช้ชีวิตที่พอเพียงนั้น ผู้ใหญ่ชะลอบอกว่า "เราจะสอนลูกเราก่อนว่า คนเราทำงานมันจะต้องมีค่าใช้จ่ายทุกคน ตรงไหนทำได้ลูกก็ต้องทำ ตรงไหนที่ว่าจะช่วยพ่อแม่ได้ลูกก็ต้องทำ ไม่จำเป็นต้องไปจ้าง ก็ช่วยกันทำ ช่วยแบ่งเบาภาระตรงนี้ เขาเด็ดกะเพรา แม่เขาก็จ่ายมีกระป๋องไว้ แล้วเงินส่วนนี้เขาก็จะเอาไปฝากที่ธนาคาร" ภรรยาของผู้ใหญ่ชะลอกล่าวเสริมว่า "ลูก ๆ เขาจะเขียนวันที่ไว้อย่างเช่น วันที่เท่านี้กี่กระแต๋ง (กระป๋อง) เขาก็ขีดไว้ เดือนนึงก็เช็คให้เขาครั้งนึง ถ้าเช็คแล้วมีลายเซ็นต์แสดงว่าจ่ายแล้ว ถ้าไม่เซ็นต์นี่จะปลอมไม่ได้ แต่เขาจะซื่อสัตย์ เขาจะเช็คดู"

ในการดำเนินชีวิตครอบครัวตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงของผู้ใหญ่ชะลอ จะยึดหลักความซื่อสัตย์ และการช่วยเหลือผู้อื่นตามความสามารถของตน ครอบครัวผู้ใหญ่ชะลอจะไปทำบุญที่วัดเป็นประจำ ถ้าไปไม่ได้ไปวัดก็จะใส่บาตรที่ตลาดทุกอาทิตย์ ก็จะมีพระมาบิณฑบาต แต่ถ้าวันพระใหญ่ก็จะไปวัด พาลูกไปด้วย นอกจากนั้น ครอบครัวของผู้ใหญ่จะทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกันอย่างสม่ำเสมอ เช่น รับประทานอาหารร่วมกัน ไปเที่ยวด้วยกัน และบำเพ็ญประโยชน์เพื่อสังคมร่วมกัน

ในด้านการช่วยเหลือสังคม ผู้ใหญ่ชะลอบอกว่า "ตอนนี้อันดับแรกก็ธนาคารหมู่บ้าน และเกี่ยวกับสาธารณะประโยชน์ก็คือ ประปาหมู่บ้าน ผมเป็นประธานประปาหมู่บ้าน คือ เราบริหารจัดการ แล้วก็ตั้งกลุ่มส่งเสริมอาชีพเกษตรผสมผสาน ผมเป็นประธานทำทุกอย่างเกี่ยวกับการเกษตรทั้งหมด มีกรมส่งเสริมการเกษตร และก็เกษตรและสหกรณ์จังหวัดสนับสนุนอยู่ เป็นประธานศูนย์ถ่ายทอดเทคโนโลยีการเกษตรประจำตำบลตลุก เป็นที่ปรึกษากลุ่มแม่บ้านบางกระเบียน และภรรยาผมจะเป็นเลขากลุ่มแม่บ้าน เป็นเลขากลุ่มส่งเสริมการเกษตร และก็เป็นเลขาประชาคมของหมู่บ้านนี้ด้วย เป็นสมาชิกกลุ่มแม่บ้านอาชีพเกษตร เป็นคณะกรรมการกองทุนหมู่บ้านทั้งคู่ และเป็นประธานศูนย์สงเคราะห์คนชรา ผู้ด้อยโอกาส ผู้สูงอายุ คนพิการ และผู้เป็นโรคเอดส์ "

เมื่อถามว่าเหตุใดจึงทำงานเพื่อสังคมมากมายทั้งสามีและภรรยา ผู้ใหญ่ชะลอบอกว่า "คิดว่าใจรักที่จะช่วยเหลือคนอื่นมากกว่า" โดยภรรยากล่าวเสริมว่า "สนุกกับงานและก็ได้ช่วยเหลือเขาด้วย บางทีชาวบ้านเขาอ่านหนังสือไม่ออก เราก็ต้องช่วยเขา"

สำหรับข้อคิดเกี่ยวกับการใช้ชีวิตแบบพอเพียงหรือเศรษฐกิจพอเพียงของในหลวง ผู้ใหญ่ชะลอบอกว่าใช้ชีวิตแบบนี้มาก่อนที่กระแสเรื่องเศรษฐกิจพอเพียงจะได้รับความสนใจจากคนทั่วไป อย่างป้ายที่ผู้ใหญ่เขียนติดไว้ที่หน้าบ้านเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียงตามพระราชดำรัสของในหลวงเมื่อ 10 กว่าปีที่แล้ว

โดยมีข้อความว่า "เศรษฐกิจแบบพอมีพอกิน หมายความว่า อุ้มชูตัวเองให้มีพอเพียง" และปฏิบัติตนตามนั้นเรื่อยมา ผู้ใหญ่ชะลอกล่าวเพิ่มเติมว่า "ก่อนนี้ผมยังเป็นวัยรุ่นอยู่เลย ไม่ค่อยได้คิดเรื่องนี้ ผมทำงานอยู่ที่พัทยากับที่กรุงเทพฯ เป็นพนักงานบริการอยู่ที่ร้านอาหารนางนวลที่พัทยา ทำอยู่ปีกว่า ๆ ก็ได้แนวคิดที่ว่า เจ้าของร้านเวลาเขามาอบรมนี่เขาจะบอกว่า ไม่ว่าเราจะทำอะไรก็ต้องให้เรารู้สึกว่าเราเป็นเจ้าของในการทำตรงนั้น ตอนนั้นผมก็คิดว่าภรรยาเราก็มีที่ดิน แล้วถ้าเรากลับไปทำนี่มันก็น่าจะได้ เราเรียนเกษตรมาด้วยอะไรด้วย ก็เลยเออ เราน่าจะไปได้ ช่วงนั้นเราคิดของเราเอง แต่ก่อนยังไม่มีโครงการของในหลวง"

ผู้ใหญ่ชะลอและคุณจำเนียรเล่าว่า *"แต่ก่อนที่นี่เป็นผืนนาทั้งหมด เราเริ่มจากศูนย์ ผมมาสร้างกระต๊อบอยู่ ไม่มีไฟฟ้า ไม่มีน้ำประปา ไม่มีถนนลาดยาง เราก็มาถมที่ใหม่เป็นเงินประมาณ 200,000 บาท ชาวบ้านมักจะล้อว่าเราก็เรียนสูงทำไมมาทำแบบนี้* ภรรยาผู้ใหญ่ชะลอบอกว่าที่มาพัฒนาที่แปลงนี้เพราะชอบความเป็นอิสระ แล้วก็อยากลองว่าเราจะทำได้ไหม เพราะคนเขาก็ว่าเรียนมาก็สูง ทำไมมาทำแบบนี้ แทนที่จะเป็นรับราชการ เป็นพนักงานบริษัท ผู้ใหญ่ชะลอกล่าวเพิ่มเติมว่า เพราะว่าทุกคนเขาก็เป็นข้าราชการกันหมด อย่างน้องเป็น ผอ. พี่เป็นนายช่าง เป็นครู"

ทางด้านเศรษฐกิจของครอบครัว ผู้ใหญ่ชะลอบอกว่ามีรายได้เฉลี่ยเดือนละ 15,000 บาท จากการทำนา 40 ไร่ ซึ่งมีรายได้ประมาณ 120,000 บาทต่อปี และรายได้จากการขายผักและผลไม้ต่าง ๆ ในสวนอีกเดือนละ 6,000 บาท และเงินเดือนผู้ใหญ่บ้านเดือนละ 4,000 บาท สำหรับค่าใช้จ่ายของครอบครัวประมาณวันละ 260 บาท โดยแบ่งเป็นค่าใช้จ่ายของลูก ๆ วันละ 160 บาทและค่ากับข้าววันละ 100 บาท

สำหรับเงินออมนั้น ครอบครัวของผู้ใหญ่ชะลอออมเงินไว้ประมาณเดือนละ 1,000 บาท โดยฝากธนาคารไว้ และซื้อสลากออมทรัพย์ของธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์ไว้ส่วนหนึ่ง ส่วนหนี้สินนั้น ครอบครัวของผู้ใหญ่ชะลอมีหนี้ประมาณ 100,000 บาท โดยนำเงินไปซื้อรถไถนามาทำการเกษตรคันหนึ่ง โดยผ่อนใช้หนี้ปีละ 20,000 บาท

ในอนาคตครอบครัวของผู้ใหญ่ชะลอมีโครงการจะลงทุนในการทำโฮมสเตย์ ที่มีที่พักที่มีคุณภาพ มีสปาและสวนสนุกด้วย และอยากทำตลาดกลางทางการเกษตร

สำหรับแหล่งความรู้ของครอบครัวที่ใช้ในชีวิตประจำวันของผู้ใหญ่ชะลอ ส่วนใหญ่ได้มาจากการอ่านหนังสือพิมพ์ ฟังวิทยุ และดูโทรทัศน์ เช่น สารคดีเกษตร สารคดีเกี่ยวกับชีวิตสัตว์ เป็นต้น สำหรับความรู้ในเรื่องอาชีพ ก็จะไปดูของจริงเลย เช่น อยากปลูกชมพู่ ก็ขี่มอเตอร์ไซด์ไปดูสวนชมพู่เลยโดยไปทั้งสองคน นอกจากนั้น ก็ไปหาคู่มือ และหนังสือมาอ่าน อย่างไรก็ตาม ครอบครัวของผู้ใหญ่ชะลอยังอยากได้ข้อมูลความรู้เพิ่มเติม เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตครอบครัวให้ดีขึ้น โดยเฉพาะความรู้ทางด้านการตลาดและความก้าวหน้าของเทคโนโลยี และอยากเข้ารับการอบรมเกี่ยวกับการใช้คอมพิวเตอร์

ข้อคิดและเกร็ดความรู้ของผู้ใหญ่ชะลอ รักษาวังสันต์

1. การมีครอบครัวที่อบอุ่นและมีวิธีการอบรมเลี้ยงดูลูกที่ดี
2. การมีวิธีสร้างรายได้ที่หลากหลายโดยใช้ประโยชน์จากที่ดินอย่างเต็มที่และรู้จักการออมเงินเพื่อความมั่นคงของครอบครัวในอนาคต
3. การมีจิตสาธารณะสูง อุทิศตนในการทำประโยชน์เพื่อสังคม
4. การมีใจใฝ่หาความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอเพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตของครอบครัวให้ดีขึ้น

นายพยุง ลงพูล
อายุ 61 ปี
อยู่บ้านเลขที่ 226 หมู่ 6
ต.ตลุก อ.สรรพยา จ.ชัยนาท
จบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 4
ปราชญชาวบ้านระดับประเทศ

"จงรักภักดี เปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตมาให้พอเพียง
...อย่างน้อยผมก็เป็นส่วนหนึ่งของสังคมและถวายพระองค์ท่านด้วย
ผมก็อายุค่อนคนแล้ว สิ่งไหนที่เรารู้ เราศึกษา เคยเรียนมาทุกสิ่งทุกอย่าง
ผมก็จะถ่ายทอดไม่มีการปิดบัง"

ปราชญ์ชาวบ้านกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง

นายพยุง สงพูล อยู่บ้านเลขที่ 226 หมู่ 6 ต.ตลุก อ.สรรพยา จ.ชัยนาท อายุ 61 ปี จบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ปราชญชาวบ้านระดับประเทศ เจ้าของสวนลิ้นจี่พยุงขวัญ ที่มีชื่อเสียงของจังหวัดชัยนาท เป็นศูนย์ถ่ายทอดลิ้นจี่พยุงขวัญ และเป็นแหล่งท่องเที่ยวในเชิงเกษตรของตำบลตลุก อำเภอสรรพยา จังหวัดชัยนาท นอกจากนั้นยังดำรงตำแหน่งเป็นประธานกลุ่มส่งเสริมอาชีพของเกษตรกร หมู่ที่ 6 ประธานศูนย์เครือข่ายเกษตรกร คณะอนุกรรมการช่วยเหลือเกษตรกรที่ยากจน ประธานที่ปรึกษากลุ่มสหกรณ์ออมทรัพย์ และได้รับเลือกเป็นเกษตรกรดีเด่นระดับจังหวัด 3 ปี ส่วนชีวิตครอบครัวสมรสกับคุณขวัญเมือง อายุ 57 ปี จบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 แต่งงานกันมา 37 ปี มีลูก 2 คน คนโตเป็นผู้ชายอายุ 36 ปี คนเล็กเป็นผู้หญิงอายุ 32 ปี แต่งงานมีครอบครัวแล้วทั้งคู่ และทำงานบริษัทที่สิงห์บุรี และชัยนาท โดยอาศัยอยู่บ้านคนละหลัง ในบริเวณใกล้เคียงกับสวนลิ้นจี่ และขณะนี้กำลังก่อสร้างอาคารศูนย์เรียนรู้โดยใช้งบประมาณตนเองใกล้ ๆ บ่อปลา บริเวณหน้าสวนลิ้นจี่ โดยจะกั้นห้องเป็นที่อยู่อาศัยของคุณพยุงและคุณขวัญเมือง และจะยกบ้านที่ปัจจุบันลูกสาวคนเล็กอาศัยอยู่ด้วยนั้นให้ลูกสาวอยู่กับครอบครัวตามลำพัง เวลามีแขกมาเยี่ยมชมสวนจะมีเก้าอี้ไม้สำหรับรับแขกข้าง ๆ บ่อปลาในสวนลิ้นจี่

ทำสวนลิ้นจี่ไม้เมืองหนาวในชัยนาทเขตร้อน

ก่อนที่จะมาทำสวนลิ้นจี่นั้น คุณพยุงเคยเป็นลูกจ้างประจำอยู่ที่กรมชลประทาน อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี ทำอยู่ประมาณ 5 ปี แล้วลาออกเพราะชอบทำอาชีพอิสระมากกว่า จึงย้ายครอบครัวมาอยู่ที่สวนปัจจุบัน เนื้อที่ 23 ไร่ ซึ่งเป็นที่มรดกของคุณขวัญเมือง แรกเริ่มได้ช่วยกันทำนาก่อนประมาณ 10 ปี แต่เห็นว่าผลตอบแทนน้อย จึงปลูกมะม่วงมัน (ฟ้าลั่น เขียวเสวย) แต่มีเกษตรกรอื่นปลูกมาก ทำให้ราคามะม่วงตก จึงหันมาทำสวนลิ้นจี่ ดังคำพูดของคุณพยุงที่ว่า "ตอนแรกเราทำนาอย่างเดียวก็ปรึกษากับแฟนว่าถ้าเราทำนาอย่างเดียวนี่ก็แย่ ลูกก็ต้องเรียนหนังสือ ตอนหลังก็มาทำเป็นมะม่วงมัน พวกฟ้าลั่น เขียวเสวย 3-4 ปี ให้ผลดกดี ที่นี้เกษตรกรเห็นเข้าก็ทำตาม ราคาแถวนี้ก็เริ่มตก พอดีผมเป็นคนที่ท้าทายก็ไปได้พันธุ์ลิ้นจี่ ก็มาลองปลูก ตอนนั้นยังแข็งแรง ตอนหลังผมใช้รถแม็คโคร ก็ลองผิดลองถูก แต่ผมก็มีความมานะ ก็ทำให้ประสบความสำเร็จเรื่องลิ้นจี่ ทางราชการหรือพวกที่จบสายเกษตรโดยตรงก็ยังไม่สามารถที่จะทำได้อย่างนี้"

จากนั้นได้ทำสวนลิ้นจี่มาประมาณ 21 ปี ในปัจจุบันจึงทำนาข้าว 10 ไร่ ทำสวน 10 ไร่ ส่วนที่เหลือ 3 ไร่ จะเป็นบ่อน้ำกับที่อยู่อาศัย บริเวณทำสวน 10 ไร่ จะมีสวนลิ้นจี่เป็นหลัก ส่วนไม้ผลอื่นจะมีมะพร้าวน้ำหอม มะม่วง พุทรา ไผ่หวาน เป็นหลัก และมีการปลูกพืชผักสวนครัวรอบ ๆ บ่อน้ำขนาดใหญ่ ซึ่งมีการเลี้ยงปลานิลไว้ขายด้วย

การทำสวนลิ้นจี่ได้ประสบผลสำเร็จในพื้นที่จังหวัดชัยนาทนั้นเป็นสิ่งที่ยากจะทำได้ ดังคำพูดของคุณพยุงที่ว่า "คนไม่ค่อยเชื่อถือเท่าไหร่ เพราะลิ้นจี่เป็นผลไม้เมืองหนาว ชัยนาทร้อน" จึงทำให้คุณพยุงได้รับการยกย่องให้เป็นปราชญ์ชาวบ้านและเป็นครูของเกษตรกรด้วยกัน ดังคำพูดที่ว่า "ปัจจุบันท่านผู้ว่าราชการจังหวัดก็ให้ผมเป็นปราชญ์เกษตรกรของจังหวัดชัยนาท ไปพูดเกี่ยวกับเรื่องเศรษฐกิจพอเพียงและเกษตรกรรมจากทฤษฎีใหม่เกี่ยวกับการตัดกิ่ง การตอนลิ้นจี่ การทำนา การทำเกษตรกรรมรวมทุกอย่าง ผมเป็นครูของเกษตรกรด้วยกัน ไม่มีความรู้อะไรเลย ก็พอเขียนได้อ่านออก อาศัยความสามารถเฉพาะตัวเหนือสิ่งอื่น ๆ บางอย่างบางทีมันไม่จำเป็นต้องเรียนสูงก็สามารถทำได้" ลิ้นจี่ที่ได้จากสวนพยุงขวัญจะออกก่อนลิ้นจี่ที่มาจากทางภาคเหนือและมีรสชาติดีกว่า ทำให้ได้

ราคาสูงกว่าลิ้นจี่ทั่วไป ดังคำพูดที่ว่า "ที่ขายมาตรฐานและก็กิโลกรัมละ 50 บาท ภาคเหนือจะ 20, 15, 18 บาท แต่ผมไม่มีปัญหาเพราะผมขายได้ 2 เดือนแล้วกว่าภาคเหนือจะมา และรสชาติก็ต่างกัน ของที่นี่จะแห้งกินแล้วจะติดใจ"

หลักคิดในการดำเนินชีวิตครอบครัว

สำหรับหลักคิดที่ยึดเหนี่ยวจิตใจในการดำเนินชีวิตครอบครัวของคุณพยุงนั้น คุณขวัญเมืองได้บอกว่า "ก็คือการซื่อสัตย์ต่อกันและกัน" และคุณพยุงได้กล่าวเสริมว่า "เพราะว่าครอบครัวของผมไม่ว่าจะเป็นลูก เป็นภรรยา เป็นสามี ก็นับถือศาสนาพุทธอยู่แล้ว เราก็ค่อนข้างจะเชื่อมั่นในศาสนาพุทธ สิ่งที่พระพุทธเจ้าสอน ก็จะมีความจริงใจ ไม่โกหกกัน ไม่ตะบัดสัตย์ พูดจาสิ่งไหนก็นับถือสิ่งนั้น นั่นก็คือความมั่นใจ" นอกจากนั้น ยังแสดงด้วยคำพูดที่ว่า "ครอบครัวของเรามีความขยัน เรารักใคร่ เราไม่ทะเลาะเบาะแว้งกัน พูดง่าย ๆ ก็คือสามีภรรยาเป็นที่ปรึกษากัน" จึงทำให้ครอบครัวของคุณพยุงได้รับการยอมรับจากชุมชนมากว่าเป็นครอบครัวที่มีฐานะดีและเป็นครอบครัวอบอุ่น จึงมักจะได้รับการเชิญไปร่วมงานสังคมและการร้องขอให้เป็นผู้ใหญ่ฝ่ายชายไปสู่ขอและทำพิธีสำคัญในการแต่งงาน ดังคำกล่าวที่ว่า "ส่วนใหญ่ไม่ว่างานสังคมต่าง ๆ ถึงแม้เขาจะแต่งงาน เขาก็ให้ผมสองคนเป็นเถ้าแก่ไปขอเรื่องฟูกเรื่องหมอน ปูที่หลับที่นอน เขาก็มาใช้บริการที่นี่ ส่วนมากครอบครัวไทยมักจะถือเอาคนที่มีฐานะดีมีครอบครัวที่อบอุ่น" นอกจากนั้น คุณพยุงยังมีค่านิยมในเรื่องความจริงใจ ความพอเพียง และการยึดมั่นใจประเพณี ดังคำพูดที่ว่า "เรามีความจริงใจ มีความพอเพียง สังคมตรงนี้มันก็อยู่ได้ในชนบทเรียบง่าย ไม่หวือหวาจนเกินไป อย่างน้อยก็ยังยึดถือประเพณีโบราณอนุรักษ์ของเก่า ๆ อย่างน้อยควรจะแต่งงาน ไม่งั้นสังคมไม่ยอมรับ"

ยึดมั่นอุดมการณ์-ทำดีเพื่อพ่อ

คุณพยุงและคุณขวัญเมือง ประสบความสำเร็จในการประกอบอาชีพจากการใช้แนวทางทฤษฎีใหม่ และมีการดำเนินชีวิตตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง ได้อุทิศตนที่จะทำประโยชน์แก่สังคมและชุมชนที่อาศัยอยู่ โดยจัดทำสถานที่สำหรับเป็นศูนย์เรียนรู้ที่ศึกษาดูงานเป็นแหล่งท่องเที่ยวในเชิงเกษตรกร และการถ่ายทอดลิ้นจี่พยุงขวัญ โดยเป็นการถ่ายทอดฟรี ไม่คิดค่าใช้จ่าย พร้อมทั้งยังมีบริการเครื่องดื่มและผลไม้ในสวนตามอัธยาศัย ดังคำพูดที่กล่าวตอนเมื่อถามถึงสาเหตุที่มาใช้แนวทางการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง "อันนี้อันดับหนึ่งของโอกาสขอเป็นข้าทาสของพระองค์ที่พระองค์พยายามสั่งสอนพสกนิกรของท่านทั่วประเทศ และผมก็เป็นส่วนหนึ่งเช่นบุคคลหนึ่งและก็เป็นครอบครัวหนึ่งในพระบารมีของพระองค์ท่าน ขอสนองความคิดของพระองค์ท่าน แล้วก็พยายามจะทำตัวให้ดีตามแนวทางที่พระองค์ท่านได้สั่งสอนบุคคลทั่ว ๆ ไป เรามีความจงรักภัคดีถึงพระองค์ท่านเต็มเปี่ยมเกิน 100% อยู่แล้ว ก็อยากจะทำแต่สิ่งที่ดี ๆ จริงอยู่ถ้าเป็นคนอื่นเขาอาจจะไม่เห็น แต่อย่างน้อยตัวเราก็เห็นอันนี้ถวายสักการะพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวด้วยความ*จงรักภักดี เปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตมาให้พอเพียง*" และยังได้กล่าวเพิ่มเติมถึงความตั้งใจที่จะถ่ายทอดความรู้ของตนเกี่ยวกับทฤษฎีใหม่ และความรู้เกี่ยวกับการปลูกไม้ดอกไม้ผลต่าง ๆ ถวายพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ดังคำกล่าวที่ว่า "*อย่างน้อยผมก็เป็นส่วนหนึ่งของสังคมและถวายพระองค์ท่านด้วย ผมก็อายุค่อนคนแล้ว สิ่งไหนที่เรารู้ เราศึกษา เคยเรียนมาทุกสิ่งทุกอย่าง ผมก็จะถ่ายทอดไม่มีการปิดบัง*"

การดำเนินชีวิตครอบครัวแบบพอเพียง

ครอบครัวคุณพยุงและคุณขวัญเมือง ได้ยึดแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตครอบครัวมาเป็นหลักในการใช้ในชีวิตประจำวัน โดยมีวิถีชีวิตที่เรียบง่ายพอประมาณสมฐานะแห่งตน มีการใช้จ่ายอย่างสมเหตุสมผล และมีเงินออมเป็น

ภูมิคุ้มกันประกอบกับการดำรงตนเป็นคนดี ทำตัวเป็นแบบอย่างสมฐานะกับการเป็นผู้นำชุมชน และมีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แบ่งปันความรู้ ตลอดจนการให้ความช่วยเหลือแนะนำทั้งด้านอาชีพ และเสียสละทรัพย์สินใช้งบประมาณส่วนตัวโดยไปกู้จากธนาคารมาเพื่อสร้างศูนย์เรียนรู้สำหรับชุมชน ดังคำพูดที่ว่า "แนวคิดแบบเศรษฐกิจพอเพียง คือ แนวคิดของพระองค์ท่าน ปกติก็ยึดเป็นหลักในการใช้ในชีวิตประจำวันอยู่แล้ว ท่านพระราชทานให้กับทุกคนอยู่แล้ว ทุกวันนี้ผมก็ทำตัวเรียบง่าย จะอยู่ จะทำอะไร จะไม่ทำตัวให้มีปัญหาระหว่างครอบครัวกับลูก กับเพื่อนบ้าน คือไม่เรื่องมาก กินอยู่แบบสมถะ แบบพอเพียง สิ่งไหนไม่ว่าจะเป็นเหล้า บุหรี่ อบายมุข ผมก็เลิกแล้ว ไม่ใช่ว่าเพิ่งจะเลิกตอนนี้ ตั้งแต่สมัยเป็นหนุ่มมาแล้ว ไม่ยุ่งกับเรื่องพวกนี้อยู่แล้ว ขอใช้ชีวิตครอบครัวแบบสมถะ มีความเป็นอยู่แบบพอเพียง" นอกจากนั้น ยังกล่าวเพิ่มเติมเกี่ยวกับหลักคิดเกี่ยวกับการใช้ชีวิตเพิ่มเติมดังนี้ "เราพอใจในสิ่งที่มี เราพอเพียงในสิ่งที่มี ถ้าเขามีเงินล้านนั่นก็คือเงินทองเขา แต่ถ้ามีอยู่ 100 บาท นั่นก็คือเงินของเรา ในชีวิตของเราไม่ใช่เห็นว่าคนอื่นรวยเราก็ต้องรวยเหมือนเขา แล้วไปกู้หนี้ยืมสินเอามามันไม่ค่อยสมควร"

สำหรับเป้าหมายในการดำเนินชีวิตครอบครัวนั้น ทั้งคุณพยุงและคุณขวัญเมืองมีความพอใจในสภาพที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน ไม่คิดจะขยายกิจการ และมุ่งมั่นที่จะถ่ายทอดประสบการณ์จากการประกอบอาชีพและการดำเนินชีวิตแก่คนรุ่นหลังในฐานะผู้นำ ดังคำกล่าวที่ว่า "เป้าหมายสูงสุด คือ ถึงตอนนี้ครอบครัวจะไม่สมบูรณ์ 100% เหมือนคนอื่น ก็คือว่าประสบความสำเร็จประมาณ 70% จริงอยู่ถึงแม้จะไม่ร่ำไม่รวย ไม่มีพร้อมเหมือนกับเขา แต่เราก็มีเป้าหมายเรามาถึงขั้นนี้และผมถือว่าเป็นคนของประชาชน ส่วนใหญ่เกษตรกรเอย มีคนหลายระดับชั้นเข้ามาเยี่ยมเยียน ในที่นี้เราทำแต่นาอย่างเดียวไม่มีคนรู้จัก ทีนี้เราก็มาทำตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียงตามเกษตรทฤษฎีใหม่ เพราะเราแทนที่จะปลูกข้าวอย่างเดียว คิดว่าจะเป็นเกษตรกรจนตาย มีบ่อปลา มีนา มีผักต่าง ๆ ผมว่าแค่นี้ก็เป็นความสุขพอเพียงแล้ว ผมก็ไม่คิดอะไรมาก"

สำหรับหลักในการถ่ายทอดนั้น คุณพยุงได้กล่าวไว้ว่า "แรกเราก็ต้องใช้ตัวของเราเป็นตัวทดลองก่อน ก่อนที่จะประสบความสำเร็จว่าเราดูต้นทุน เราทำบัญชีตามว่าพอจะต่อยอดต่อไปได้ไหม อะไรไหม เราควรสร้างสิ่งที่ดี และก็แนะนำสมาชิกในชุมชนของเราว่าเออ..คุณไม่ควรจะทำนาอย่างเดียวนะ ควรจะทำอาชีพเสริมหลังจากนาแล้ว ควรจะมีบ่อเลี้ยงปลา ที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว พระองค์ท่านกำหนดไว้ 30:30:30:10 พระองค์ท่านดำรัสแล้วว่าพื้นที่ชลประทานแถวพื้นที่จังหวัดชัยนาทน้ำท่าสะดวก ไม่จำเป็นจะต้องขุดบ่อให้ได้ 30 แต่เราจะขุดบ่อให้น้อยลง จากการลดพื้นที่ในการขุดบ่อ ไปเพิ่มพื้นที่ในการทำนาจะมีรายได้มาก ทำให้ครอบครัวก็ดีขึ้น"

สำหรับ การจัดการการเงินของครอบครัวนั้น รายได้หลักจะมาจากการขายลูกลิ้นจี่ กิ่งตอนลิ้นจี่ รองลงมาก็จะมีข้าว มะม่วง ไม้ผล และพืชผักต่าง ๆ รายได้ที่มีมาส่วนใหญ่จะทำไปใช้จ่ายในการลงทุน และคืนเงินกู้ให้ธนาคาร (กู้มาสร้างโรงเรือน) แต่จะกันเงินไว้ยามฉุกเฉินให้คงที่ไว้ประมาณ 50,000 บาท จากรายได้หลักปีละประมาณ 200,000 บาท เคยทำบัญชีรายรับรายจ่าย แต่ปัจจุบันไม่มีเวลาทำ และค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวันส่วนใหญ่จะประมาณวันละ 50 บาท เพราะจะมีอาหารจากการทำนาทำสวนอยู่แล้ว

ข้อคิดจากครอบครัวคุณพยุง

1. คุณพยุงได้รับการคัดเลือกและยกย่องให้เป็นปราชญ์ชาวบ้าน ทั้งที่จบการศึกษาระดับประถมศึกษาปีที่ 4 เนื่องมาจากคุณลักษณะเฉพาะตนที่เป็นคนมีวิสัยทัศน์ ความคิดก้าวหน้า กล้าทดลองทำในสิ่งที่คนอื่นคิดว่าเป็นไปไม่ได้ คือ การเอาลิ้นจี่ไม้เมืองหนาวมาปลูกในชัยนาทเมืองร้อนจนประสบผลสำเร็จงดงาม นำรายได้มาสู่ครอบครัวเป็นอย่างดี สามารถเป็นแบบอย่างให้เกษตรกรทั่วไป ในความเป็นคนกล้าทำในสิ่งใหม่ ๆ และมีความขยัน อดทน บากบั่นไม่ย่อท้อต่อความยากลำบาก

2. ครอบครัวคุณพยุงเป็นแบบอย่างในการประยุกต์ใช้แนวคิดทฤษฎีใหม่มาทำกับพื้นที่สวนของตนประสบผลสำเร็จ ประกอบกับยึดถือแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงเป็นหลักในการดำเนินชีวิตครอบครัว และอุทิศตนที่จะสนองพระราชดำริของพระเจ้าอยู่หัวในการใช้ชีวิตแบบพอเพียง พร้อมที่จะถ่ายทอดความรู้เกี่ยวกับการทำเกษตรกรรมโดยเฉพาะการปลูกลิ้นจี่แก่เกษตรกรทั่ว ๆ ไปเป็นวิทยาทานไม่คิดค่าตอบแทนแต่ประการใดและให้ความร่วมมือที่จะพัฒนาชุมชนที่ตนอาศัยอยู่อย่างเต็มที่ จึงจัดว่าครอบครัวคุณพยุงเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณค่าของชุมชนอย่างแท้จริง

พีเจริญกับพีอำนาจ
อยู่ที่ ต.บ้านร่า อ.วิหารแดง
จ.สระบุรี

"ให้ทำแต่สิ่งที่ดี ทำให้ครอบครัวมีความสุข ไม่ต้องรำรายอะไร เพราะความสุขนี้มันหาซื้อไม่ได้"

ครอบครัวพอเพียง จังหวัดสระบุรี

พี่เจริญกับพี่อำนาจ อยู่ที่ต.บ้านรำ อ.วิหารแดง จ.สระบุรี พี่ทั้งสองคนจบชั้นป.4 เหมือนกัน พี่เจริญแต่งงานกับพี่อำนาจตอนอายุ 28 ปี พี่เจริญอายุมากกว่าพี่อำนาจ 6-7 ปี มีลูกสาวคนเดียว จบปวช. ด้านบัญชี ทำงานในโรงงาน แต่งงานมีครอบครัวแล้วมีลูก 1 คน อายุ 2 ขวบ

พี่เจริญกับพี่อำนาจรู้จักกันตอนที่ทำงานไปทอผ้าอยู่ที่สมุทรปราการ หลังจากแต่งงานระยะหนึ่งได้ย้ายกลับมาอยู่ที่สระบุรี และได้ใช้หลักคิดเศรษฐกิจพอเพียงมา 3 ปี ตั้งแต่มาอยู่ที่นี่ โดยทำอาชีพรับจ้างทำเห็ดให้ประธานศูนย์การเกษตร ได้รายได้วันละ 160 บาท โดยประธานศูนย์จะให้เงินอาทิตย์ละครั้ง และก็ทำเห็ดฟาง เห็ดขอนขาย ซึ่งหักจากต้นทุนแล้วจะเหลือเดือนละ 4000 บาท

รายได้ของครอบครัว จะแบ่ง 4 ส่วน คือ ออมธกส. กับออมทรัพย์ของกลุ่ม เดือนละ 200 บาท 2 คนๆ ละ 100 บาท มีออมทรัพย์วันละหนึ่งบาท เก็บทุกวัน พอครบเดือนก็เอาเงินไปให้พร้อมสมุดบัญชี 2. ส่งให้แม่ของพี่อำนาจ 3. เอาไว้ลงทุน ซึ่งค่าใช้จ่ายที่มากที่สุดคือลงทุนทำเห็ด 4. ค่าใช้จ่ายในบ้าน ซึ่งจะซื้อแต่ของจำเป็นที่เราปลูกเองไม่ได้ ที่ปลูกได้ไว้กินเอง เช่น มะนาว พริก โหราพา กะเพรา ซึ่งพี่เจริญได้แนะนำคุณป้าข้างบ้านว่าหลังจากกลับจากที่ทำงานให้ปลูกพืชที่กินได้วันละ 1 ต้น

พี่เจริญมองชีวิตคู่ว่าเป็นเหมือนกับคนลงเรือลำเดียวกัน ถ้าเราหันหน้าพายไปด้วยกัน มันก็จะไปด้วยกัน ถ้าคนหนึ่งหันหลังให้กัน แล้วต่างคนต่างพาย มันก็จะไม่ไปไหน มันก็จะจม และทั้งพี่เจริญและพี่อำนาจจะยึดถือความซื่อสัตย์ เป็นหลักในการดำเนินชีวิต และยังมีคติเตือนใจอีกว่า "อย่านอนตื่นสาย อย่าอายทำกิน อย่าหมิ่นเงินน้อย อย่าคอยวาสนา เราต้องใช้สองมือเราเนี่ยแหละทำ ไม่เล่นหวย ไม่รอรวยจากหวย" และก็เป็นบ้านปลอดหนี้ธกส. สำหรับลูกพี่เจริญจะสอนว่า *"ให้ทำแต่สิ่งที่ดี ทำให้ครอบครัวมีความสุข ไม่ต้องร่ำรวยอะไร เพราะความสุขนี่มันหาซื้อไม่ได้"* และเมื่อมีโอกาสอยู่รวมกันพ่อแม่ลูก ลูกเขย และก็หลาน ก็จะทำของอร่อยๆ รับประทานกัน แกงอะไรพี่เจริญกับอร่อยก็ทำแกงนั้น ส่วนลูกเขยของพี่เจริญก็ทำแกงที่ถนัด ซึ่งทำแบบประหยัดและอร่อย

ในเรื่องของความรู้ต่างๆ พี่เจริญจะได้จากการไปประชุมสัมมนาตามและดูงานตามที่ต่างๆ เช่น เขาหินซ้อน และมีวิทยาการจากที่อื่นมาแนะนำ ซึ่งได้ความรู้นำมาใช้ ได้คติเตือนใจดีๆ อย่างเช่น คนหนึ่งบอกว่า *"เราอย่ากินจนไม่มีเก็บ เราเก็บจนไม่มีกิน"*

นอกจากนี้ยังได้มีโอกาสพูดคุยกับ ประธานศูนย์การเกษตร ซึ่งอดีตเป็นครูอยู่ที่จ. สงขลา เนื่องจากสอบบรรจุได้ โดยมีเงินเดือนๆ ละ 2750 บาท อยู่ได้ 8 ปี ก็กลับมาทำอาชีพอิสระที่นี่ เพราะเป็นบ้านเกิด โดยท่านเล่าให้ฟังว่า "มาทำระบบหมุนเวียน ซึ่งจากไม่มีอะไรเลย จนตอนนี้มี 10 ล้าน มีเครือข่าย 9 หมู่บ้าน ซึ่งแต่ก่อนทำผักสวนครัวอย่างเดียว แตงกวาอย่างเดียวเลย พอเศรษฐกิจล้มเมื่อปี 40 เราก็ล่มไปด้วย เมื่อปี 2542 ได้หันมาทำเอง โดยสมัยก่อนจะไปศึกษาเรียนรู้ด้วยตนเองและก็ไปขยายผลให้กับชาวบ้าน พอเศรษฐกิจล้มเราก็ล้มไปด้วย เหมือนที่ในหลวงได้ตรัสไว้ เพราะเราไม่มีความพอเพียง ไม่มีภูมิต้านทานของเรา พอมาปี 2542-2543 ก็เริ่มไต่เต้าเลื่อนขั้นจากทำ 2 -3 ไร่ เพิ่มเป็น 20 กว่าไร่ 30 กว่าไร่ จนเป็น 100 กว่าไร่ขึ้นไป พอดีได้ไปอบรบที่นั่นที่นี่ และได้เป็นผู้นำ ถูกเชิญไปอบรม แต่ครอบครัวเจริญกับอำนาจใช้หลักพอเพียงมาก่อนแล้ว มีทุกสิ่งทุกอย่าง แต่บางสิ่งบางอย่างก็เอามาเสริมกัน ระบบปลอดภัยสารพิษ ซึ่งประหยัดได้เยอะมากๆ แล้วที่นี่ผักของเราไปถึงตลาดแล้ว ซึ่งก็ภูมิใจว่าผักของเราเป็นผักปลอดสารพิษ ซึ่งผมมองว่าระบบเศรษฐกิจพอเพียงไม่ได้ทำให้ธุรกิจบางตัวทรุดตัว เพียงแต่ทุกธุรกิจทุกอาชีพ ต้อง

ใช้หลัก 3 ห่วง แล้วจะดีขึ้น ยกตัวอย่างอย่างผม ถ้าลงทุนไปตูม ๆ โดยไม่มีเหตุผลโดยที่ต้องการอย่างเดียวคือรายได้ มองแต่กำไรอย่างเดียว แต่ไม่มีเหตุผลหรือมาหามาตรการการป้องกันการล้มละลายหรือขาดทุนไม่ได้ ต้องคิดทุกอย่างหมด เหมาะสมไหม พอประมาณไหม มีเหตุผล ที่สำคัญป้องกันตัวเองได้ไหม เพราะโลกมันเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา โดยเฉพาะทางการเกษตร มันพลิกได้ตลอดเวลา เดี๋ยวหนาว เดี๋ยวร้อน เดี๋ยวร้อนจัด"

ข้อคิดที่ได้จากครอบครัว

1. การช่วยเหลือเกื้อกูลกันในครอบครัว การพึ่งตนเอง การแนะนำบ้านใกล้เรือนเคียงให้พึ่งตนเอง และการมีผู้นำชุมชนที่ดี ทำให้แต่ละครอบครัวมีความเข้มแข็ง ก่อให้เกิดชุมชนที่เข้มแข็ง
2. ความใส่ใจในการเรียนรู้ทำให้ตนเองได้พัฒนาทั้งทางด้านความคิด ทัศนคติ และการใช้ชีวิตอย่างมีความสุข และทำให้ผู้อื่นมีความสุขด้วย

นายสมบัติ ขุนทอง
อายุ 65 ปี เป็นข้าราชการบำนาญ
ของกระทรวงศึกษาธิการ
จบการศึกษาระดับปริญญาตรี
ทางด้านการศึกษา

"ผมประสบความสำเร็จตรงนี้
แล้วเกษียณอายุราชการแล้วผมก็พยายามคืนกำไรชีวิตของผมให้กับชุมชน
ผมถึงออกไปพัฒนาหมู่บ้านให้เป็นตัวอย่างแก่คนในหมู่บ้านเขาดู"

อาจารย์สมบัติ ขุนทอง กับวิถีชีวิตครอบครัวแบบพอเพียง

นายสมบัติ ขุนทอง อายุ 65 ปี เป็นข้าราชการบำนาญของกระทรวงศึกษาธิการ จบการศึกษาระดับปริญญาตรีทางด้านการศึกษา สมรสกับนางจิรารักษ์ ขุนทอง อายุ 60 ปี อาชีพเกษตรกร ตั้งบ้านเรือนอยู่ที่บ้านเลขที่ 117 หมู่ที่ 2 ตำบลห้วยแห้ง อำเภอแก่งคอย จังหวัดสระบุรี มีบุตร 2 คน บุตรสาวอาศัยอยู่กับอาจารย์สมบัติ 1 คน ทำงานบริษัท และมีหลาน ๆ ที่อาศัยอยู่ด้วย 5 คน ทำงานแล้ว 3 คน โดยเป็นพนักงานบริษัท 2 คน และพนักงานรัฐวิสาหกิจ 1 คน และกำลังศึกษาอยู่ระดับมัธยมศึกษา 1 คน และระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ 1 คน

ครอบครัวของอาจารย์สมบัติอาศัยอยู่ในบ้าน 2 ชั้นครึ่งตึกครึ่งไม้ ชั้นล่างด้านหน้าจัดเป็นมุมรับแขกโดยมีโต๊ะรับแขกเตี้ย ๆ แบบญี่ปุ่น ซึ่งสามารถนั่งกับพื้นและล้อมวงคุยกันอย่างใกล้ชิด ส่วนด้านหลังมีโต๊ะทำงานซึ่งอาจารย์สมบัติใช้สำหรับเตรียมงานเอกสารต่าง ๆ ในการเป็นวิทยากรตามสถานที่ต่าง ๆ ที่อาจารย์สมบัติได้รับเชิญไปบรรยายเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตครอบครัวตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงเป็นประจำ รอบ ๆ บ้านของอาจารย์จะปลูกพืชผักสวนครัวและผลไม้ไว้กินและขาย โดยเฉพาะมะละกอ และกะเพรา นอกจากนั้น ก็ยังเลี้ยงเป็ด ไก่ และเพาะพันธุ์ปลาขาย อีกด้วย

หลักคิดและแรงบันดาลใจ

อาจารย์สมบัติเกิดและเติบโตมาที่บ้านหนองจิก ตำบลห้วยแห้ง เมื่อจบการศึกษาก็ได้สอบบรรจุเป็นข้าราชการครูและย้ายไปสอนในพื้นที่ ๆ จนกระทั่งเกษียณอายุราชการที่บ้านเกิด อาจารย์สมบัติเป็นทั้งครูผู้สอนและผู้บริหารการศึกษา เมื่อประสบความสำเร็จในชีวิตราชการแล้วอาจารย์และครอบครัวก็อยากมาสร้างความเจริญให้ท้องถิ่น อาจารย์บอกถึงแรงบันดาลใจในการกลับมาทำประโยชน์ให้บ้านเกิดว่า "คือ จริง ๆ เดิมที่บ้านค่อนข้างจะลำบาก ถนนหนทางก็ลำบาก ผมก็เคยเดินไปเรียนไปเช้าเย็นกลับทุกวัน แล้วผ่านทุ่งนาไปสารพัดอย่าง ทำให้ผมเกิดความคิดว่าเราประสบความสำเร็จในชีวิตราชการแล้ว เราอยากจะเอาตัวนี้ เอาความสำเร็จมาเผยแพร่ให้ชุมชนรู้จักการใช้ชีวิตและเป็นตัวอย่างที่ดี... *ผมประสบความสำเร็จตรงนี้ แล้วเกษียณอายุราชการแล้วผมก็พยายามคืนกำไรชีวิตของผมให้กับชุมชน ผมถึงออกไปพัฒนาหมู่บ้านให้เป็นตัวอย่างแก่คนในหมู่บ้านเขาดู* เขาเห็นเป็นตัวอย่างว่าเราทำแบบนี้นะ การเอื้ออาทรเป็นอย่างไร ไม่ว่าหน่วยงานไหนมาผมก็จะประสานตลอด"

ด้วยความมุ่งมั่นดังกล่าวข้างต้น อาจารย์สมบัติได้มีบทบาทสำคัญในการสร้างความเจริญให้กับท้องถิ่นในบทบาทต่าง ๆ เช่น เป็นคณะกรรมการขับเคลื่อนปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของหมู่บ้านและของอำเภอ เป็นผู้สำรวจและจัดเก็บข้อมูลความจำเป็นพื้นฐานของประชาชน หรือ จปฐ. เป็นกรรมการและเหรัญญิกกองทุนหมู่บ้านและชุมชนเมือง เป็นอาสาพัฒนาชุมชน และเป็นแกนนำแก้ไขปัญหาความยากจนของกรมการ

พัฒนาชุมชน เป็นอาสาพัฒนาเกษตรและอาสาพัฒนาประมงน้ำจืดของกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ เป็นอาสาพัฒนาที่ดินหรือหมอดิน เป็นปราชญ์ชาวบ้าน เป็นเลขานุการศูนย์ถ่ายทอดเทคโนโลยีการเกษตรของตำบลห้วยแห้ง เป็นครูอาสาบัญชีฟาร์มโดยสอนชาวบ้านทำบัญชีรับจ่ายในการประกอบอาชีพอย่างง่าย ๆ นอกจากนี้ อาจารย์ยังเป็นผู้ทรงคุณวุฒิด้านการศึกษาของสถานศึกษาเขต 2เป็นคณะกรรมการที่ปรึกษาศูนย์การศึกษานอกระบบ (กศน.) เป็นวิทยากรแกนนำจัดทำแผนชุมชน เป็นประธานอาสาพัฒนาชุมชนไทยของจังหวัดสระบุรี เป็นคณะทำงานจัดทำแผนยุทธศาสตร์ของปราชญ์ชาวบ้าน เป็นรองประธานฌาปนกิจสงเคราะห์ของหมู่บ้าน และเป็นที่ปรึกษากลุ่มแม่บ้านทอผ้าเช็ดเท้าบ้านหนองจิก ส่วนภรรยาของอาจารย์ก็ได้รับคัดเลือก เป็นประธานกลุ่มแม่บ้านทอผ้าเช็ดเท้าบ้านหนองจิก และเป็นสมาชิกอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน(อสม.) เมื่อถามว่า เหตุใดอาจารย์และภรรยาจึงทำงานเพื่อชุมชนมากมายเหลือเกิน อาจารย์ตอบว่า "คือ ผมสมัครใจ ชอบ ถ้าพูดตรง ๆ เราเต็มใจที่จะช่วยเหลือชุมชน...ผมเป็นคนพื้นที่และเป็นข้าราชการอยู่ที่นี่ด้วย มีลูกศิษย์ลูกหาอยู่ที่นี่จนเกษียณ ถ้ามีอะไรเขาก็มาปรึกษาอยู่เรื่อย ๆ งานบวชงานแต่ง อะไรเขาก็มาปรึกษา"

การดำเนินชีวิตครอบครัวแบบพอเพียง

ครอบครัวของอาจารย์สมบัติได้น้อมนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมาเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตครอบครัวมาโดยตลอด ตามความเข้าใจของอาจารย์สมบัติ การดำเนินชีวิตตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง คือ "ให้ใช้อย่างประหยัด อย่างพอประมาณ ไม่ว่าจะทำอะไรให้คำนึงถึง ให้คิดไตร่ตรองข้อคิดตรงนั้นให้ดีเสียก่อน แล้วถ้าที่ทำจะมีผลย้อนกลับมาจะดีหรือไม่ดีอย่างไร มีการวางแผนและมีการประเมินผลด้วย มีการประกอบอาชีพเสริมเพื่อเพิ่มรายได้ให้กับครอบครัว และการลด ละ เลิกอบายมุขต่าง ๆ"

อาจารย์สมบัติให้ความเห็นเกี่ยวกับชีวิตครอบครัวแบบพอเพียงเพิ่มเติมว่า "พออยู่พอกินและใช้ชีวิตแบบเรียบง่ายในชนบท ลักษณะอย่างนั้นคือ อันไหนมันฟุ่มเฟือยเราก็ไม่จ่าย เราก็ใช้จ่ายอย่างประหยัดนะครับ พูดง่าย ๆ อย่างประหยัดมากเลย อย่างผมอยู่บ้านนอกนี้นะครับ มันค่อนข้างที่จะประหยัดไปเยอะเลย เพราะหนึ่งพืชผักสวนครัวนี่เราก็ทำเอง เราปลูกเอง แล้วก็ทำไร่ ทำนา ทำสวน อย่างนี้ก็ลดค่าใช้จ่ายไปเยอะเลย" สิ่งที่อาจารย์สมบัติประทับใจที่สุดต่อปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของในหลวง คือ "ความพอเพียง พอมีพอกิน อยู่แบบเรียบง่าย และเอื้ออาทรต่อสมาชิกในชุมชน"

ในด้านการจัดการเศรษฐกิจของครอบครัวนั้น ครอบครัวของอาจารย์สมบัติมีรายได้ประมาณเดือนละ 88,000 บาท จากเงินเดือนของสมาชิกครอบครัวและจากการทำการเกษตร โดยมีรายได้จากการเกษตรประมาณเดือนละ 4,000 บาท อาจารย์มีการวางแผนจัดการรายได้ของครอบครัวโดยแบ่งรายรับเป็นสัดส่วน ส่วนแรกไว้ใช้จ่ายในครอบครัว ส่วนที่สอง ใช้สำหรับการศึกษาของหลาน ๆ ส่วนที่สามเอาไว้ทำบุญ และส่วนสุดท้าย เก็บออมไว้ใช้เมื่อจำเป็น ครอบครัวของอาจารย์สมบัติมีการจัดทำบัญชีครัวเรือนเพื่อจะได้รู้ว่ามีค่าใช้จ่ายอะไรบ้าง ควรลดค่าใช้จ่ายส่วนใดบ้าง ซึ่งอาจารย์ได้รับความรู้ในการทำบัญชีครัวเรือนจากการเข้ารับการอบรมซึ่งจัดโดยกรมตรวจบัญชีสหกรณ์ อาจารย์สมบัติบอกถึงประโยชน์ของการทำบัญชี

ครัวเรือนว่า "ก็สามารถเรียนรู้เลยได้ว่า ตัวไหนเราได้มาแล้วจ่ายไปเท่าไร มันจะมีลดมีเพิ่ม อย่างนี้ เราสามารถเรียนรู้ได้เลย แล้วสิ่งใดควรที่จะประหยัด อันไหนควรที่จะไม่จ่าย"

ครอบครัวของอาจารย์สมบัติมีรายจ่ายเฉลี่ยประมาณวันละ 500 บาท ซึ่งใช้เป็นค่าอาหาร ค่าน้ำ ค่าไฟฟ้า ค่าโทรศัพท์ และค่าน้ำมันรถจักรยานยนต์ของอาจารย์สมบัติในการไปประชุมและร่วมกิจกรรมตามสถานที่ต่าง ๆ สำหรับค่าใช้จ่ายที่มากที่สุดของครอบครัวอาจารย์สมบัติ คือ ค่าอาหารและค่าน้ำมันรถเพราะอาจารย์ต้องออกจากบ้านไปทำกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อชุมชนในฐานะแกนนำและที่ปรึกษาของชุมชน วันละหลายรอบ

ครอบครัวของอาจารย์สมบัติเห็นความสำคัญของการออมมาก อาจารย์ให้เหตุผลว่า เพราะไม่รู้ว่าในอนาคตจะเกิดอะไรขึ้น จึงได้ออมเงินไว้เพื่อใช้จ่ายยามจำเป็น โดยออมเงินไว้เป็นประจำเดือนละ 2,000 บาท โดยฝากไว้กับธนาคารพาณิชย์และกลุ่มสัจจะออมทรัพย์ และซื้อสลากออมสินไว้อีก 100,000 บาท นอกจากนี้ ยังทำประกันชีวิตแบบสะสมทรัพย์ไว้กับบริษัทประกันชีวิต เป็นสมาชิกฌาปนกิจสงเคราะห์ของหมู่บ้าน และฌาปนกิจสงเคราะห์ของครู ส่วนด้านหนี้สินนั้น ครอบครัวของอาจารย์มีหนี้กองทุนหมู่บ้านฯ อยู่เพียง 10,000 บาท เท่านั้น โดยกู้มาใช้จ่ายในการทำการเกษตร

นอกจากนี้ อาจารย์ยังมีโครงการที่จะลงทุนกับเพื่อนบ้านในการจัดตั้งโรงสีชุมชนเพื่อผลิตข้าวขายให้กับคนในหมู่บ้าน และนำรำและปลายข้าวมาเลี้ยงหมู เลี้ยงเป็ด เลี้ยงไก่ และมีโครงการที่จะทำอาหารแปรรูป เช่น ขนมต่าง ๆ ปลาร้า และปลาดุก

ในการดำเนินชีวิตครอบครัวแบบพอเพียงอาจารย์จะเน้นที่ความเอื้ออาทร การอยู่ร่วมกันด้วยความเข้าอกเข้าใจกัน มีความเห็นอกเห็นใจ มีการพูดคุยกันมานั่งทานข้าวร่วมกัน ปรึกษาหารือกันว่าจะทำอะไรบ้าง มีแผนการโครงงานอะไรบ้างที่จะทำให้สอดคล้องกับสภาพเศรษฐกิจในปัจจุบันนี้

ครอบครัวของอาจารย์สมบัติยึดหลักธรรมะในการดำเนินชีวิต สำหรับหลักธรรมที่ครอบครัวของอาจารย์ยึดถือเป็นพิเศษคือ ศีล 5 เพราะเชื่อว่าหากปฏิบัติตามศีล 5 ได้ครบถ้วน ชีวิตครอบครัวก็จะดำเนินไปด้วยความร่มเย็นเป็นสุข นอกจากนี้ อาจารย์ยังไม่ยุ่งเกี่ยวกับสิ่งเสพติดและพยายามลด ละ เลิก อบายมุข ต่าง ๆ จะยอมรับและให้เกียรติซึ่งกัน ไม่ทะเลาะกัน ไม่พูดคำหยาบ มีครอบครัวที่อบอุ่น อาจารย์สมบัติย้ำว่า "คือ ผมอยากให้ครอบครัวผมอบอุ่น ปัจจุบันก็อบอุ่น เพราะว่ามีลูกอยู่ 2 คน และก็มีอาชีพการงานมั่นคงแล้ว ผมสองคนตายายก็มีความสุขดีพอสมควรกับลูกกับหลาน...อนาคตของผม ๆ ก็เต็มอิ่มและสบายแล้ว พร้อมที่จะบริการขับเคลื่อนให้กับประชาชน"

สำหรับกิจกรรมที่ครอบครัวของอาจารย์สมบัติทำร่วมกันในวันธรรมดาและวันหยุดนั้น อาจารย์สมบัติบอกว่า "วันธรรมดาทำกิจกรรมนั่งสมาธิบ้าง ฟังธรรมะจากวิทยุ แล้วเข้าวัดฟังธรรม ทานข้าวร่วมกัน ปกติในช่วงเช้าพรรษาผมก็จะลดละเลิกอบายมุข ในวันหยุดก็พาครอบครัวไปเที่ยวน้ำตกและสถานที่ต่าง ๆ บ้าง ไปปล่อยปลา ไหว้พระ และเข้าร่วมกิจกรรมทางวัฒนธรรม เช่น งานบุญประเพณีต่าง ๆ วันสำคัญทางศาสนา งานบวช และงานแต่ง"

ในด้านการบำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคมนั้น ครอบครัวของอาจารย์สมบัติได้ร่วมกิจกรรมพัฒนาชุมชนอย่างสม่ำเสมอ นอกจากนี้ อาจารย์ยังเป็นผู้ที่ใฝ่รู้ โดยเข้ารับการอบรมซึ่งหน่วยราชการต่าง ๆ จัดอย่างสม่ำเสมอ และศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมจากตำราอยู่เสมอ รวมทั้งติดตามข่าวสารการเกษตรและการเมืองจากสื่อต่าง ๆ และนำมาถ่ายทอดให้กับคนในชุมชน

ข้อคิดและเกร็ดความรู้ของอาจารย์สมบัติ ขุนทอง

1. มีการวางแผนการจัดการทางการเงินของครอบครัวเป็นอย่างดี จึงมีเงินออมและหลักประกันความมั่นคงในชีวิตอื่น ๆ
2. ยึดหลักธรรมะในการใช้ชีวิตครอบครัวโดยเฉพาะศีลห้า ทำให้ครอบครัวอบอุ่นและเป็นสุข
3. มีการประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดีต่อคนในชุมชนในการดำเนินชีวิตครอบครัวแบบพอเพียง
4. เป็นครอบครัวที่มีจิตสาธารณะสูง อุทิศตนเพื่อชุมชนและสังคมในบทบาทหน้าที่ต่าง ๆ อย่างสม่ำเสมอ โดยมุ่งหวังให้ท้องถิ่นของตนมีความเจริญ และมีความร่มเย็นเป็นสุข

นายธนวัฒน์ ลุกดิบ อายุ 38 ปี

อยู่บ้านเลขที่ 8 หมู่ 5 ต.หนองปลาไหล อ.ลระบุรี จ.ลระบุรี

"คือรู้จักพอประมาณตนเองว่าศักยภาพของเราทำได้แค่ไหนเราก็จะทำแค่นั้น ไม่ทำให้ตัวเองและคนอื่นเดือดร้อน"

ครอบครัวสมาชิก อบต. กับการใช้ชีวิตอย่างพอเพียง

นายธนวัฒน์ สุกดิบ อยู่บ้านเลขที่ 8 หมู่ 5 ต.หนองปลาไหล อ.สระบุรี จ.สระบุรี อายุ 38 ปี จบการศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 กำลังเรียนต่อระดับปริญญาตรีสาขารัฐศาสตร์ ปัจจุบันเป็นสมาชิกองค์การบริหารส่วนตำบล (อบต.) เลขาวัฒนธรรมตำบลหนองปลาไหล ประธานกลุ่มเพาะเลี้ยงเห็ด ตำบลหนองปลาไหล ประธาน อสม. หนองปลาไหล และเหรัญญิกกองทุนหมู่บ้าน สำหรับชีวิตครอบครัวนั้น มีภรรยาอายุ 37 ปี จบการศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 กำลังเรียนต่อระดับประโยควิชาชีพ ทำงานบริษัท และเป็น อสม. ทั้งคู่ไม่มีบุตรด้วยกัน

ครอบครัวคุณธนวัฒน์มีบรรพบุรุษเป็นเกษตรกรทำนาและทำสวน จึงทำให้คุณธนวัฒน์ ที่แม้จะเป็นสมาชิก อบต. แต่ยังทำอาชีพเกษตรกรรมและมีความรู้เกี่ยวกับเรื่องเห็ดเป็นพิเศษ ทำหน้าที่เป็นประธานกลุ่มเพาะเลี้ยงเห็ด ซึ่งมีสมาชิก 30 ครัวเรือน โดยเพาะเห็ดขอนกับเห็นหอมส่งขายที่ตลาดไทคลองเตย ตลาดคลองมหานาค ตลาดสี่มุมเมือง มีรายได้เฉลี่ยเดือนละประมาณ 8,000-2,000 บาท และคุณธนวัฒน์ยังมีความรู้ในการหาเห็ดโคน ซึ่งเกิดตามธรรมชาติ ในสวนมะม่วงหลังบ้านที่เป็นบ้านชั้นเดียวริมถนนอยู่ใกล้ ๆ บ้านญาติ ที่เป็นบ้านเดี่ยวใต้ถุนสูง ใช้เก็บรถแทร็กเตอร์และมีโต๊ะเก้าอี้ไม้ไว้รับแขกด้วย

สำหรับหลักคิดในการดำเนินชีวิตนั้น คือ การเป็นคนซื่อสัตย์ต่อตนเองและผู้อื่น และก็ไว้ใจกันระหว่างสามีภรรยา ดังคำพูดที่ว่า "คุณธรรมที่ยึดเหนี่ยวจิตใจของผมกับภรรยาก็คือ ซื่อสัตย์ต่อตนเองและผู้อื่น และก็ไว้ใจซึ่งกันและกัน ครอบครัวผมอยู่กันแบบนี้ ส่วนใหญ่มีอะไรก็พูดคุยกัน" นอกจากนั้นก็ยึดแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตครอบครัว ดังคำพูดที่ว่า "ผมยึดแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาตลอด ทำพออยู่พอกิน เขาเรียกว่าไม่พยายามฟุ่มเฟือย ไม่พยายามให้ตัวเองเดือดร้อน ใช้พวกบัตรเครดิตอะไรพวกนี้ เมื่อก่อนใช้เดี๋ยวนี้คืนหมด เขามีหนังสือมาก็ไม่เอา"

จากวิกฤตเศรษฐกิจสู่วิถีชีวิตพอเพียง

ก่อนที่จะมาทำงานเพื่อชุมชนและดำเนินชีวิตตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงนั้น คุณธนวัฒน์เคยทำธุรกิจเกี่ยวกับการซื้อขายเครื่องยนต์เก่าจากประเทศญี่ปุ่น โดยจะไปหาซื้อเครื่องยนต์เก่าจากประเทศญี่ปุ่นประมาณปีละ 3 ครั้ง ทำรายได้ดีมาก แต่เมื่อเกิดวิกฤติเศรษฐกิจปี พ.ศ. 2540 ธุรกิจขาดทุน จึงเริ่มเห็นความสำคัญของเศรษฐกิจพอเพียง ดังคำพูดที่ว่า "คือชีวิตผมสะดุด คือเราจะทำยังไงให้ชีวิตมันไปได้ ช่วงนั้นพอดีก็มีโครงการนี้ออกมาดูจากทีวีก็เลยเริ่มเอามาใช้ เอามาปรับเปลี่ยนใช้กับตัวเอง แล้วชีวิตมันก็ดีขึ้นใหม่ ๆ ก็ยังไม่มั่นใจเท่าไหร่ ด้วยความที่เมื่อก่อนเราไม่เคยใช้ชีวิตแบบนี้ เคยใช้ชีวิตแบบต้องหวือหวาอย่างโน้นอย่างนี้ ไม่เคยใช้ชีวิตเรียบง่ายอย่างนี้ พอเรามาปรับใช้ดูมันก็ไปได้ ทำให้เราไม่ต้องชีเรียสต้องเครียด จากนั้นมาก็แต่งงานกับแฟน คุยกับแฟน ชีวิตเราถึงจะไปดีให้ที่ผ่าน ๆ มาก็ผ่านไป ก็คิดกันแค่นี้และก็ทำมาจนเท่าทุกวันนี้" ซึ่งการใช้ครอบครัวแบบพอเพียงตามความคิดของคุณธนวัฒน์นั้น คือ การทำให้ชีวิตครอบครัวมีความสุข อยู่ร่วมกันฉันท์สามีภรรยาแบบไม่มีปัญหากัน ดังคำพูดที่ว่า "คือการใช้ชีวิตครอบครัวแบบพอเพียงเนี่ย คือ ใช้มามันมีความสุข ผมเคยผ่านชีวิตแบบเดือดร้อนมา จากที่เราเคยมีสุดโต่ง และก็ร่วงลงมา ชีวิตผมเศรษฐกิจพอเพียงก็คือ การจัดการกับตัวเอง รู้จักการแบ่งสัดส่วนมันก็ไม่เกิดปัญหา ก็คือเราไม่คำนึงถึงตัวนี้ ตอนนั้นวัยกำลังคะนองมันก็ไปตามรูปการของตอนนั้น ทีนี้พอคิดได้ชีวิตเรามันมีความสุขขึ้น ผมแต่งงานกับแฟนมา 6 ปี 7 ปี ก็ไม่มีปัญหากัน

ครอบครัวสมาชิก อบต. กับการใช้ชีวิตอย่างพอเพียง

นายธนวัฒน์ สุกดิบ อยู่บ้านเลขที่ 8 หมู่ 5 ต.หนองปลาไหล อ.สระบุรี จ.สระบุรี อายุ 38 ปี จบการศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 กำลังเรียนต่อระดับปริญญาตรีสาขารัฐศาสตร์ ปัจจุบันเป็นสมาชิกองค์การบริหารส่วนตำบล (อบต.) เลขาวัฒนธรรมตำบลหนองปลาไหล ประธานกลุ่มเพาะเลี้ยงเห็ด ตำบลหนองปลาไหล ประธาน อสม. หนองปลาไหล และเหรัญญิกกองทุนหมู่บ้าน สำหรับชีวิตครอบครัวนั้น มีภรรยาอายุ 37 ปี จบการศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 กำลังเรียนต่อระดับประโยควิชาชีพ ทำงานบริษัท และเป็น อสม. ทั้งคู่ไม่มีบุตรด้วยกัน

ครอบครัวคุณธนวัฒน์มีบรรพบุรุษเป็นเกษตรกรทำนาและทำสวน จึงทำให้คุณธนวัฒน์ ที่แม้จะเป็นสมาชิก อบต. แต่ยังทำอาชีพเกษตรกรรมและมีความรู้เกี่ยวกับเรื่องเห็ดเป็นพิเศษ ทำหน้าที่เป็นประธานกลุ่มเพาะเลี้ยงเห็ด ซึ่งมีสมาชิก 30 ครัวเรือน โดยเพาะเห็ดขอนกับเห็นหอมส่งขายที่ตลาดไทคลองเตย ตลาดคลองมหานาค ตลาดสี่มุมเมือง มีรายได้เฉลี่ยเดือนละประมาณ 8,000-2,000 บาท และคุณธนวัฒน์ยังมีความรู้ในการหาเห็ดโคน ซึ่งเกิดตามธรรมชาติ ในสวนมะม่วงหลังบ้านที่เป็นบ้านชั้นเดียวริมถนนอยู่ใกล้ ๆ บ้านญาติ ที่เป็นบ้านเดี่ยวใต้ถุนสูง ใช้เก็บรถแทร็กเตอร์และมีโต๊ะเก้าอี้ไม้ไว้รับแขกด้วย

สำหรับหลักคิดในการดำเนินชีวิตนั้น คือ การเป็นคนซื่อสัตย์ต่อตนเองและผู้อื่น และก็ไว้ใจกันระหว่างสามีภรรยา ดังคำพูดที่ว่า "คุณธรรมที่ยึดเหนี่ยวจิตใจของผมกับภรรยาก็คือ ซื่อสัตย์ต่อตนเองและผู้อื่น และก็ไว้ใจซึ่งกันและกัน ครอบครัวผมอยู่กันแบบนี้ ส่วนใหญ่มีอะไรก็พูดคุยกัน" นอกจากนั้นก็ยึดแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตครอบครัว ดังคำพูดที่ว่า "ผมยึดแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาตลอด ทำพออยู่พอกิน เขาเรียกว่าไม่พยายามฟุ่มเฟือย ไม่พยายามให้ตัวเองเดือดร้อน ใช้พวกบัตรเครดิตอะไรพวกนี้ เมื่อก่อนใช้เดี๋ยวนี้คืนหมด เขามีหนังสือมาก็ไม่เอา"

จากวิกฤตเศรษฐกิจสู่วิถีชีวิตพอเพียง

ก่อนที่จะมาทำงานเพื่อชุมชนและดำเนินชีวิตตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงนั้น คุณธนวัฒน์เคยทำธุรกิจเกี่ยวกับการซื้อขายเครื่องยนต์เก่าจากประเทศญี่ปุ่น โดยจะไปหาซื้อเครื่องยนต์เก่าจากประเทศญี่ปุ่นประมาณปีละ 3 ครั้ง ทำรายได้ดีมาก แต่เมื่อเกิดวิกฤติเศรษฐกิจปี พ.ศ. 2540 ธุรกิจขาดทุน จึงเริ่มเห็นความสำคัญของเศรษฐกิจพอเพียง ดังคำพูดที่ว่า "คือชีวิตผมสะดุด คือเราจะทำยังไงให้ชีวิตมันไปได้ ช่วงนั้นพอดีก็มีโครงการนี้ออกมาดูจากทีวีก็เลยเริ่มเอามาใช้ เอามาปรับเปลี่ยนใช้กับตัวเอง แล้วชีวิตมันก็ดีขึ้นใหม่ ๆ ก็ยังไม่มั่นใจเท่าไหร่ ด้วยความที่เมื่อก่อนเราไม่เคยใช้ชีวิตแบบนี้ เคยใช้ชีวิตแบบต้องหวือหวาอย่างโน้นอย่างนี้ ไม่เคยใช้ชีวิตเรียบง่ายอย่างนี้ พอเรามาปรับใช้ดูมันก็ไปได้ ทำให้เราไม่ต้องซีเรียสต้องเครียด จากนั้นมาก็แต่งงานกับแฟน คุยกับแฟน ชีวิตเราถึงจะไปดีให้ที่ผ่าน ๆ มาก็ผ่านไป ก็คิดกันแค่นี้และก็ทำมาจนเท่าทุกวันนี้" ซึ่งการใช้ครอบครัวแบบพอเพียงตามความคิดของคุณธนวัฒน์นั้น คือ การทำให้ชีวิตครอบครัวมีความสุข อยู่ร่วมกันฉันท์สามีภรรยาแบบไม่มีปัญหากัน ดังคำพูดที่ว่า "คือการใช้ชีวิตครอบครัวแบบพอเพียงเนี่ย คือ ใช้มามันมีความสุข ผมเคยผ่านชีวิตแบบเดือดร้อนมา จากที่เราเคยมีสุดโต่ง และก็ร่วงลงมา ชีวิตผมเศรษฐกิจพอเพียงก็คือ การจัดการกับตัวเอง รู้จักการแบ่งสัดส่วนมันก็ไม่เกิดปัญหา ก็คือเราไม่คำนึงถึงตัวนี้ ตอนนั้นวัยกำลังคะนองมันก็ไปตามรูปการของตอนนั้น ทีนี้พอคิดได้ชีวิตเรามันมีความสุขขึ้น ผมแต่งงานกับแฟนมา 6 ปี 7 ปี ก็ไม่มีปัญหากัน

อยู่กันลักษณะคล้ายเพื่อน มีอะไรก็แชร์กันตลอด ไม่ผูกมัดตัวเองมาก"

ลักษณะการดำเนินชีวิตครอบครัวแบบพอเพียง

การยึดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตนั้น ครอบครัวคุณธนวัฒน์จะใช้หลักความพอประมาณ ความมีเหตุผล ความมีภูมิคุ้มกัน และการเป็นคนมีความรู้และมีคุณธรรม ซึ่งเรียกกันทั่ว ๆ ไปว่า 3 ห่วง 2 เงื่อนไข ดังคำพูดที่ว่า *"คือรู้จักพอประมาณตนเองว่าศักยภาพของเราทำได้แค่ไหนเราก็จะทำแค่นั้น ไม่ทำให้ตัวเองและคนอื่นเดือดร้อน* แล้วก็มีการประมาณตนเองด้วยว่าเราจะทำอะไรยังไง ผลการออมคือเราวางแผนการออมทั้งชีวิตในอนาคตและศึกษาหาความรู้ เวลาคุยกับแฟนก็จะเอาเหตุผลคุยกันไม่เอาอารมณ์คุยกัน ถ้าเราคุยกันก็จะเกิดปัญหาก็ใช้เหตุผลคุยกัน คือ แบบง่าย ๆ คือ 3 ห่วง 2 เงื่อนไขใช้ตรงนั้น" นอกจากนั้น ได้กล่าวเพิ่มเติมเกี่ยวกับแนวคิดที่จะใช้ชีวิตครอบครัวตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงว่า "เรา 2 คน มีอะไรมีเหตุผลก็มานั่งคุยกันและรู้จักช่วยเหลือกัน เช่น รู้จักวางอนาคตเพราะว่าเราอย่างน้อยก็เพื่อตัวเอง เพราะว่าเราไม่มีบุตร มีอะไรเก็บตัวนี้ไว้เก็บออมส่วนนี้ไว้เพื่ออนาคตชีวิตแบบฟุ่มเฟือยยอมรับว่าตัวผมเองเมื่อก่อนเพราะว่าเงินเราได้มาง่าย 3 เดือนไปที เราก็ได้มาเป็นก้อน ๆ เราใช้ชีวิตแบบหรูหราผลสุดท้ายก็มานั่ง พอหมดไปแล้วมานั่งนึกพอมานั่งนึกตอนนี้ก็เสียดาย ถ้าหวนกลับไปได้จะไม่ทำแบบนั้นมันก็จะดีมาก แต่ว่าคิดได้มันสายเสียแล้ว แต่ก็ยังแก้ตัวทัน ก็ดีขึ้นมาทั้ง 2 คน"

สำหรับการจัดการรายได้และรายจ่ายของครอบครัวนั้น คุณธนวัฒน์มีรายได้ประจำจากเงินเดือนสมาชิก อบต. ภรรยาได้เงินเดือนจากบริษัท และมีรายได้จากการขายเห็ด และรับเหมาคุมงานสร้างถนนปีหนึ่งประมาณ 3 ครั้ง ส่วนรายจ่ายส่วนใหญ่ของครอบครัวจะเป็นค่าน้ำมันรถยนต์ซึ่งทั้งคู่ขับไปทำงาน รายจ่ายค่าอาหารการกินจะไม่มาก เพราะได้ข้าวจากนาของพี่ชายภรรยา และจากการปลูกพืชผักสวนครัวรับประทานเอง นอกจากนั้น จะเป็นค่าใช้จ่ายทางสังคม โดยจะกันเงินออมไว้ 30% ของรายได้ ดังคำพูดที่ว่า "คือผมจะแบ่งเป็นส่วนคือคุยกับแฟนคุยกันตลอดเงิน 30% นี่กันออกมาอีก 20% นี่คือค่าใช้จ่ายทางสังคม อีก 50% ใช้เป็นค่าใช้จ่ายหลักในบ้าน สาธารณูปโภคของใช้จำเป็น" นอกจากนั้น ครอบครัวคุณธนวัฒน์ได้ให้ความสำคัญกับการช่วยเหลือสังคม ชุมชนที่ตนอาศัยอยู่ โดยตั้งใจจะทำให้ดีที่สุด ดังคำพูดที่ว่า "คือเราก็ทำเป้าหมายของเราไว้ว่าเราจะดำเนินชีวิตของเราให้ดีที่สุด เป็นชีวิตของ 2 คน ผมเคยคุยกับภรรยาของผมว่าเราจะดำเนินชีวิตให้ดีที่สุด ถึงแม้ว่าเราไม่มีลูกทำงานสังคมเสียมากกว่า อย่างผมตอนนี้เป็นสมาชิก อบต. ด้วยและก็เผยแพร่เศรษฐกิจพอเพียง ส่วนภรรยาผมอยู่ทางโน้นเขาก็ช่วยงาน อสม. ทำงานด้านชุมชน คือเรามองว่าเป้าหมายของเราทำอันนี้ให้ดีที่สุด. ครอบครัวผมนี่มีอะไรก็แบ่งปันสังคม มีอะไรก็ช่วยเหลือสังคมโดยที่เราไม่เดือดร้อน ที่บอกว่าเราแบ่งเงินไว้ 20% คือส่วนนั้นเราก็คืนให้สังคมบ้างตามที่เราจะช่วยได้"

ข้อคิดจากครอบครัวคุณธนวัฒน์

การที่ครอบครัวคุณธนวัฒน์ได้นำแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตครอบครัว หลังจากประสบปัญหาวิกฤติทางด้านเศรษฐกิจของครอบครัว และพบว่าในการดำเนินชีวิตครอบครัวแบบพอเพียงทำให้มีความสุข ประกอบกับคุณธนวัฒน์และภรรยาอายุยังน้อย ไม่ถึง 40 ปี ทั้งคู่ มีความกระตือรือร้นที่จะพัฒนาตนเองโดยการศึกษาเพิ่มเติม และการที่ทั้งคู่อุทิศตนทำงานให้กับชุมชน จึงอาจจัดได้ว่าครอบครัวคุณธนวัฒน์เป็นตัวอย่างของการใช้ชีวิตครอบครัวตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งชุมชนสามารถเรียนรู้ที่จะเอาเป็นแบบอย่างได้

อยู่กันลักษณะคล้ายเพื่อน มีอะไรก็แชร์กันตลอด ไม่ผูกมัดตัวเองมาก"

ลักษณะการดำเนินชีวิตครอบครัวแบบพอเพียง

การยึดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตนั้น ครอบครัวคุณธนวัฒน์จะใช้หลักความพอประมาณ ความมีเหตุผล ความมีภูมิคุ้มกัน และการเป็นคนมีความรู้และมีคุณธรรม ซึ่งเรียกกันทั่ว ๆ ไปว่า 3 ห่วง 2 เงื่อนไข ดังคำพูดที่ว่า *"คือรู้จักพอประมาณตนเองว่าศักยภาพของเราทำได้แค่ไหนเราก็จะทำแค่นั้น ไม่ทำให้ตัวเองและคนอื่นเดือดร้อน* แล้วก็มีการประมาณตนเองด้วยว่าเราจะทำอะไรยังไง ผลการออมคือเราวางแผนการออมทั้งชีวิตในอนาคตและศึกษาหาความรู้ เวลาคุยกับแฟนก็จะเอาเหตุผลคุยกันไม่เอาอารมณ์คุยกัน ถ้าเราคุยกันก็จะเกิดปัญหาก็ใช้เหตุผลคุยกัน คือ แบบง่าย ๆ คือ 3 ห่วง 2 เงื่อนไขใช้ตรงนั้น" นอกจากนั้น ได้กล่าวเพิ่มเติมเกี่ยวกับแนวคิดที่จะใช้ชีวิตครอบครัวตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงว่า "เรา 2 คน มีอะไรมีเหตุผลก็มานั่งคุยกันและรู้จักช่วยเหลือกัน เช่น รู้จักวางอนาคตเพราะว่าเราอย่างน้อยก็เพื่อตัวเอง เพราะว่าเราไม่มีบุตร มีอะไรเก็บตัวนี้ไว้เก็บออมส่วนนี้ไว้เพื่ออนาคตชีวิตแบบฟุ่มเฟือยยอมรับว่าตัวผมเองเมื่อก่อนเพราะว่าเงินเราได้มาง่าย 3 เดือนไปที เราก็ได้มาเป็นก้อน ๆ เราใช้ชีวิตแบบหรูหราผลสุดท้ายก็มานั่ง พอหมดไปแล้วมานั่งนึกพอมานั่งนึกตอนนี้ก็เสียดาย ถ้าหวนกลับไปได้จะไม่ทำแบบนั้นมันก็จะดีมาก แต่ว่าคิดได้มันสายเสียแล้ว แต่ก็ยังแก้ตัวทัน ก็ดีขึ้นมาทั้ง 2 คน"

สำหรับการจัดการรายได้และรายจ่ายของครอบครัวนั้น คุณธนวัฒน์มีรายได้ประจำจากเงินเดือนสมาชิก อบต. ภรรยาได้เงินเดือนจากบริษัท และมีรายได้จากการขายเห็ด และรับเหมาคุมงานสร้างถนนปีหนึ่งประมาณ 3 ครั้ง ส่วนรายจ่ายส่วนใหญ่ของครอบครัวจะเป็นค่าน้ำมันรถยนต์ซึ่งทั้งคู่ขับไปทำงาน รายจ่ายค่าอาหารการกินจะไม่มาก เพราะได้ข้าวจากนาของพี่ชายภรรยา และจากการปลูกพืชผักสวนครัวรับประทานเอง นอกจากนั้น จะเป็นค่าใช้จ่ายทางสังคม โดยจะกันเงินออมไว้ 30% ของรายได้ ดังคำพูดที่ว่า "คือผมจะแบ่งเป็นส่วนคือคุยกับแฟนคุยกันตลอดเงิน 30% นี่กันออกมาอีก 20% นี่คือค่าใช้จ่ายทางสังคม อีก 50% ใช้เป็นค่าใช้จ่ายหลักในบ้าน สาธารณูปโภคของใช้จำเป็น" นอกจากนั้น ครอบครัวคุณธนวัฒน์ได้ให้ความสำคัญกับการช่วยเหลือสังคม ชุมชนที่ตนอาศัยอยู่ โดยตั้งใจจะทำให้ดีที่สุด ดังคำพูดที่ว่า "คือเราก็ทำเป้าหมายของเราไว้ว่าเราจะดำเนินชีวิตของเราให้ดีที่สุด เป็นชีวิตของ 2 คน ผมเคยคุยกับภรรยาของผมว่าเราจะดำเนินชีวิตให้ดีที่สุด ถึงแม้ว่าเราไม่มีลูกทำงานสังคมเสียมากกว่า อย่างผมตอนนี้เป็นสมาชิก อบต. ด้วยและก็เผยแพร่เศรษฐกิจพอเพียง ส่วนภรรยาผมอยู่ทางโน้นเขาก็ช่วยงาน อสม. ทำงานด้านชุมชน คือเรามองว่าเป้าหมายของเราทำอันนี้ให้ดีที่สุด. ครอบครัวผมนี่มีอะไรก็แบ่งปันสังคม มีอะไรก็ช่วยเหลือสังคมโดยที่เราไม่เดือดร้อน ที่บอกว่าเราแบ่งเงินไว้ 20% คือส่วนนั้นเราก็คืนให้สังคมบ้างตามที่เราจะช่วยได้"

ข้อคิดจากครอบครัวคุณธนวัฒน์

การที่ครอบครัวคุณธนวัฒน์ได้นำแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตครอบครัว หลังจากประสบปัญหาวิกฤติทางด้านเศรษฐกิจของครอบครัว และพบว่าในการดำเนินชีวิตครอบครัวแบบพอเพียงทำให้มีความสุข ประกอบกับคุณธนวัฒน์และภรรยาอายุยังน้อย ไม่ถึง 40 ปี ทั้งคู่ มีความกระตือรือร้นที่จะพัฒนาตนเองโดยการศึกษาเพิ่มเติม และการที่ทั้งคู่อุทิศตนทำงานให้กับชุมชน จึงอาจจัดได้ว่าครอบครัวคุณธนวัฒน์เป็นตัวอย่างของการใช้ชีวิตครอบครัวตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งชุมชนสามารถเรียนรู้ที่จะเอาเป็นแบบอย่างได้

คุณลุงปรีชา อายุ 58 ปี และ คุณป้าชะอ้อน เสืองาม อายุ 59 ปี
จบชั้นป.4 อยู่บ้านเลขที่ 18 หมู่ที่ 13 ต.บางคู้ อ.ท่ารุ้ง จ.ลพบุรี

"ถ้าเราจะทำอะไรมันต้องมีผิดมีพลาดบ้าง ถ้าหากเราทำไปแล้วมันผิด เราต้องอดทน ทำกันไปเรื่อยๆ เดี๋ยวเราจะรู้ไปเอง จะประสบความสำเร็จ"

คุณลุงปรีชา อายุ 58 ปี และ คุณป้าชะอ้อน เสืองาม อายุ 59 ปี
จบชั้นป.4 อยู่บ้านเลขที่ 18 หมู่ที่ 13 ต.บางคู้ อ.ท่ารุ้ง จ.ลพบุรี

"ถ้าเราจะทำอะไรมันต้องมีผิดมีพลาดบ้าง ถ้าหากเราทำไปแล้วมันผิด เราต้องอดทน ทำกันไปเรื่อยๆ เดี๋ยวเราจะรู้ไปเอง จะประสบความสำเร็จ"

คุณลุงปรีชา อายุ 58 ปี และ คุณป้าชะอ้อน เสืองาม อายุ 59 ปี
จบชั้นป.4 อยู่บ้านเลขที่ 18 หมู่ที่ 13 ต.บางคู้ อ.ท่ารุ้ง จ.ลพบุรี

"ถ้าเราจะทำอะไรมันต้องมีผิดมีพลาดบ้าง ถ้าหากเราทำไปแล้วมันผิด เราต้องอดทน ทำกันไปเรื่อยๆ เดี๋ยวเราจะรู้ไปเอง จะประสบความสำเร็จ"

คุณลุงปรีชา อายุ 58 ปี และ คุณป้าชะอ้อน เสืองาม อายุ 59 ปี
จบชั้นป.4 อยู่บ้านเลขที่ 18 หมู่ที่ 13 ต.บางคู้ อ.ท่ารุ้ง จ.ลพบุรี

"ถ้าเราจะทำอะไรมันต้องมีผิดมีพลาดบ้าง ถ้าหากเราทำไปแล้วมันผิด เราต้องอดทน ทำกันไปเรื่อยๆ เดี๋ยวเราจะรู้ไปเอง จะประสบความสำเร็จ"

ครอบครัวเกษตรกรดีเด่น

คุณลุงปรีชา อายุ 58 ปี และ คุณป้าชะอ้อน เสืองาม อายุ 59 ปี จบชั้นป.4 อยู่บ้านเลขที่ 18 หมู่ที่ 13 ต.บางคู้ อ.ท่ารุ้ง จ.ลพบุรี คุณลุงกับคุณป้า มีลูก 3 คน เป็นหญิง 2 คน ชาย 1 คน คนแรกชื่อ นางนุชรี ทับทิมสว่าง จบอนุปริญญา อายุ 32 ปี คนที่สองชื่อ นางนิตยา อินทสุวรรณ จบม.6 อายุ 31 ปี ทั้งสองมีครอบครัวและเป็นลูกจ้างทำงานอยู่ในเมืองลพบุรี ส่วนคนสุดท้ายชื่อคุณเอกชัย จบปวส. เป็นพลร่ม รับราชการที่ค่ายเอราวัณเป็นศูนย์สงครามพิเศษ

คุณลุงและคุณป้าได้เป็นเกษตรกรดีเด่น ส่วนคุณลุงเองได้รางวัลเกษตรดีเด่นแห่งชาติประจำปี 2550 ในสาขาไร่นาสวนผสม คุณลุงกับคุณป้าเล่าให้ฟังว่าเดิมทีอาศัยอยู่แถวแม่น้ำ เห็นว่ามันคับแคบจึงมาทำไร่นาสวนผสมตอนปี 2538 แรกบ้านเดิมอยู่ข้างในโน่นอยู่แถวแม่น้ำโน่น แล้วที่มันคับแคบและต้องส่งลูก 3 คนเรียนหนังสือ เพราะอยากให้ลูกเรียนสูง ๆ ไม่อยากให้มีอาชีพแบบตัวเอง เพราะมันไม่แน่นอน แล้วภัยธรรมชาติมันเยอะ นาแปลงลุ่มน้ำก็ท่วม ทำข้าวก็จมน้ำ ในปี 2538 เริ่มต้นด้วยทำนาแค่ปีละครั้ง แต่มีปัญหาเรื่องฝนตกหนัก จึงหันมาขุดบ่อเลี้ยงปลา บนเนื้อที่ 8 ไร่ และก็เลี้ยงไก่บนบ่อปลา หลังจากนั้นมีไข้หวัดนก จึงหยุดเลี้ยงไก่มา 2-3 ปี เคยมีรถก็ต้องขายรถ ด้วยเหตุที่คุณลุงได้มีโอกาสไปอบรมที่นั่นที่นี่บ่อยจึงมีความรู้ในเรื่องการเกษตร และได้ไปสมัครเป็นลูกค้าของซีพี เพื่อเลี้ยงเป็ด เลี้ยงแบบเล้าปิด สร้างเป็นโรงเรือน ทางซีพีจะลงทุนให้ จะเอาตัวเป็ดมาให้เอายามาให้ฟรี เป็นเหมือนกับรับจ้างเลี้ยงเป็ด พอโตถึง 45 วันก็จับไป ซีพี ซึ่งทำเป็นอาชีพเสริม เพราะกว่าจะได้เงินนาน ที่ทำหลักคือทำนาข้าว 5 ไร่ ทำประมาณ 3 เดือนกว่าได้เงิน ส่วนที่ได้เงินทุกวันคือปลูกดอกดาวเรืองขาย และปลูกทุกอย่างที่เรากิน กินทุกอย่างที่เราปลูก ส่วนที่เหลือก็แบ่งปันชาวบ้าน แจกญาติพี่น้องบ้าง ซึ่งคุณลุงกับคุณป้าทำการเกษตรแบบนี้มานานแล้วซึ่งตรงกับทฤษฎีใหม่ของในหลวง จึงกรรมการหมู่บ้าน เกษตรอำเภอ มาดูงาน แต่กว่าจะเข้าที่ก็ลองผิดลองถูก เรียนรู้จากประสบการณ์ และก็อาศัยความอดทน จนกว่าจะประสบความสำเร็จ

คุณลุงคุณป้าจะสอนลูกให้รู้จักประหยัดมาตั้งแต่เด็ก ให้รู้จักใช้ ใช้เท่าที่จำเป็น และมีการทำบัญชีครัวเรือน จะได้รู้ว่าใช้อะไรไป ลงทุนอะไรบ้าง และก็ออมทรัพย์กับหมู่บ้าน ฝากเดือนละ 600 บาท ทำให้ลูก ๆ ด้วยแยกบัญชีเป็นของแต่ละคน และก็เลี้ยงหลานซึ่งเป็นลูกของลูกสาวคนที่ 2 ซึ่งคุณป้าจะสอนให้เขาให้ออมเงิน เงินที่เหลือจากค่าขนมหลานจะเอามาคืน จึงให้หลานเอาไปใส่ในกระปุกหมูแทน

ส่วนคุณลุงกับคุณป้า นั้นก็บอกว่า ได้ยึดหลักความซื่อสัตย์ สุจริต ไม่คดโกงไม่เบียดเบียนใคร มีอะไรก็ช่วยเหลือกัน เพื่อนบ้าน แบ่งปันกันไป มีอะไรก็แบ่งปันกันกิน ซึ่งพ่อแม่ของคุณลุงคุณป้าก็สอนมาเช่นกัน และที่สำคัญที่คุณป้าได้ทิ้งท้ายให้คือ *"ถ้าเราจะทำอะไรมันต้องมีผิดมีพลาดบ้าง ถ้าหากเราทำไปแล้วมันผิด เราต้องอดทน ทำกันไปเรื่อย ๆ เดี๋ยวเราจะรู้ไปเอง จะประสบความสำเร็จ"* ส่วนตัวเอกชัยบอกว่าได้เห็นและสัมผัส ความขยัน อดทน และความซื่อสัตย์ของพ่อกับแม่มาตลอด และตัวเองก็ได้ใช้สิ่งนี้ในการดำเนินชีวิตด้วยเช่นกัน

ข้อคิดที่ได้จากครอบครัว

1. เรียนรู้จากความผิดพลาด แก้ไข เรียนรู้ ปรับเปลี่ยนวิธีการ หาความรู้เพิ่มเติม และที่สำคัญคือมีความขยัน อดทน ซื่อสัตย์สุจริต ทำให้ประสบความสำเร็จเป็นตัวอย่างที่ดีให้กับลูกและชุมชน
2. คุณลุงกับคุณป้าเห็นความสำคัญของการศึกษา มีความตั้งใจอยากให้ลูกเรียนสูง ๆ

นายระเบียบ กล่อมเกลา อายุ 69 ปี จบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 4
ประกอบอาชีพเกษตรกรรม อดีตเคยเป็นผู้ใหญ่

"ความพอเพียงนี่มันก็ขึ้นอยู่แต่ละบุคคล หนึ่งต้องเลิกเหล้า บุหรี่ พวกอบายมุข คือรายได้ของเราไม่มากแต่ไปใช้จ่ายมากมันจะอยู่ไม่ได้อย่างคนกินเหล้ามันก็ต้องใช้จ่าย บุหรี่ก็ต้องใช้จ่าย อย่างผมบุหรี่ก็ไม่ดูด เหล้าก็ไม่กิน ก็พออยู่ได้"

วิถีชีวิตครอบครัวแบบพอเพียงของลุงระเบียบ กล่อมเกลา

นายระเบียบ กล่อมเกลา อายุ 69 ปี จบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ประกอบอาชีพเกษตรกรรม อดีตเคยเป็นผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ 13 ตำบลบางคู้ สมรสกับนางเล็ก กล่อมเกลา อายุ 67 ปีจบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 เช่นกัน มีอาชีพแม่บ้าน มีบุตร 3 คนเป็นชาย 1 คน และหญิง 2 คน ลูกชายแต่งงานแล้ว มีลูก 2 คน ลูกสาว 2 คน ยังไม่ได้แต่งงาน ลูกสาวคนโตทำงานอยู่ที่กรุงเทพฯ และลูกสาวคนสุดท้องอาศัยอยู่กับลุงระเบียบ อายุ 24 ปี จบการศึกษาระดับปริญญาตรี เป็นครูอัตราจ้างของกระทรวงศึกษาธิการ

ครอบครัวของลุงระเบียบตั้งบ้านเรือนอยู่บ้านเลขที่ 1 หมู่ที่ 13 ตำบลบางคู้ อำเภอท่าวุ้ง จังหวัดลพบุรี ลักษณะบ้านของคุณลุงระเบียบเป็นบ้านไม้ 2 ชั้น ใต้ถุนโล่ง มีม้าหินไว้รับแขก 1 ชุด และมีแคร่ไม้สำหรับป้าเล็กนั่งและนอนพักผ่อนในช่วงกลางวัน และบางครั้งก็ใช้เป็นที่ต้อนรับแขกไปในตัวด้วย ด้านหน้าของบ้านมีพื้นที่หนึ่งไร่เศษ ๆ ซึ่งลุงระเบียบปลูกดอกมะลิไว้ 200 ต้น เพื่อเก็บดอกขาย และปลูกพืชผักสวนครัวและผลไม้ต่าง ๆ เช่น ผักขม ถั่วฝักยาว มะเขือ บวบ ข่า ตะไคร้ มะม่วง มะปราง และมะละกอ ไว้กินและขาย มีรายได้เดือนละประมาณ 2,600 บาท

การดำเนินชีวิตครอบครัวตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง

ตามความเข้าใจของลุงระเบียบ กล่อมเกลา แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงของในหลวง " คือเราไม่โลภโมโทสันจนเกินไป ทำเศรษฐกิจหมุนเวียนอยู่ในบ้านเรา นี่มีที่อยู่ไร่กว่า ๆ ก็ปลูกพืชหมุนเวียน มีรายได้ประจำวัน อย่างมะลินี่ บางเดือนก็ได้มากบางเดือนก็ได้น้อย แต่ช่วงแล้งจะได้มาก แต่ช่วงนี้จะไม่มาก คือช่วงหนาว...ผมก็ใช้ชีวิตพอเพียงแบบว่าเราได้ไปก็ใช้ไป ไม่เป็นหนี้เป็นสินเขา อยู่ในสวนเรานี่เป็นค่าใช้จ่ายทางบ้านโดยที่เราไม่ต้องเอาเงินเก่าออกมาใช้ อย่างมะลินี่เดือนนึงก็ได้ 2,000 กว่าบาท ผักขมก็ได้หลายบาทเหมือนกัน ทำถั่วฝักยาว ทำมะเขือ ขายได้ 600 กว่าบาท เหลือจากแจกเขากินแล้วก็ขาย"

เมื่อถามถึงความประทับใจเกี่ยวกับแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงของในหลวง ลุงระเบียบกล่าวว่า "ผมรู้สึกว่าดีมากให้ภูมิปัญญาชาวบ้านนี่ที่ในหลวงดำรัสมาแล้วได้ทำกัน อย่างพืชผักสวนครัวได้หมุนเวียนกันนี่ เศรษฐกิจพอเพียงผมนี่ถ้าอายุไม่มากแล้วไม่มี ธรรมะในใจผมเลี้ยงปลาไว้ในบ้านแล้ว ผมซื้อปลาเขานี่ถ้าเขาไม่ทำไว้ผมไม่ซื้อหรอก อีกอย่างรู้สึกว่าภูมิปัญญาของท่านมีประโยชน์ที่ว่าพืชผักสวนครัวที่เรากิน ใช้ภูมิปัญญาชาวบ้านใช้ปุ๋ยอินทรีย์ไม่ได้ใช้สาร

อะไร ท่านมีภูมิปัญญาที่ดีเลิศ รู้จักให้ชาวบ้าน รู้จักใช้ รู้จักกิน รู้จักออม รู้จักประหยัด ต้องคู่กันไม่ใช่ออมแล้วตอนเย็นไปกินเหล้า"

ลุงระเบียบกล่าวต่อไปว่า *"ความพอเพียงนี่มันก็ขึ้นอยู่แต่ละบุคคล หนึ่งต้องเลิกเหล้า บุหรี่ พวกอบายมุข คือรายได้ของเราไม่มากแต่ไปใช้จ่ายมากมันจะอยู่ไม่ได้อย่างคนกินเหล้ามันก็ต้องใช้จ่าย บุหรี่ก็ต้องใช้จ่าย อย่างผมบุหรี่ก็ไม่ดูด เหล้าก็ไม่กิน ก็พออยู่ได้ รายได้มันก็ไม่มากแต่ก็พอใช้จ่าย"*

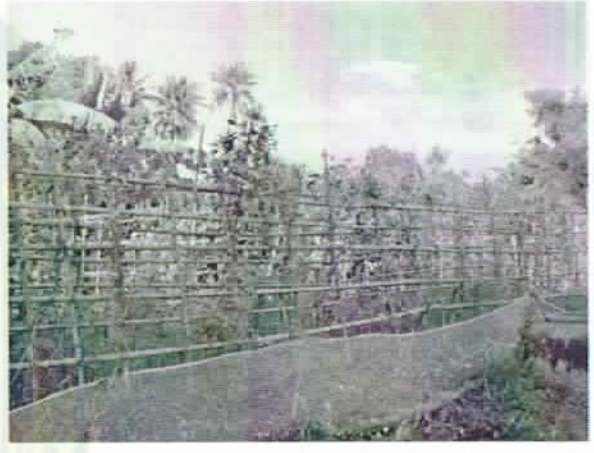
ลุงระเบียบมีรายได้เฉลี่ยเดือนละ 2,600 บาท จากการขายดอกมะลิ พืชผักสวนครัวและผลไม้ ไม่มีหนี้สิน ลูกสาวของลุงระเบียบที่เป็นครูมีรายได้เดือนละ 7,200 บาท ป้าเล็กภรรยาของลุงระเบียบป่วยเป็นเบาหวาน มีค่าใช้จ่ายเดือนละประมาณ 1,000 กว่าบาท เป็นค่ายาหม่องเดือนละ 2 ขวด ๆ ละ 100 บาท และค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลป้าเล็กซึ่งต้องจ่ายเพิ่มเติมอีกประมาณเดือนละ 4-500 บาท นอกจากนั้น ก็เป็น ค่ากับข้าวและค่าใช้จ่ายอื่น ๆ ประมาณวันละ 50 บาท และค่าใช้จ่ายที่มากที่สุด คือ ค่าไฟฟ้า ค่าน้ำและค่าโทรศัพท์

การใช้ชีวิตครอบครัวแบบพอเพียงตามความคิดเห็นของลุงระเบียบ คือ "ความพอเพียงที่ใช้อยู่แบบไม่ต้องเป็นหนี้เขา อยู่แบบเราทำในครอบครัวเรานี่ ในพื้นที่ของเรา ใช้จ่ายในครอบครัวของเราโดยไม่ต้องไปเอาของคนอื่นเขามากิน ผมมันเริ่มมาจากพ่อแม่แล้วครับต้องทำงานประเภทนี้ไม่ต้องไปรับจ้างใครเขา ทำในครอบครัวของตัวเอง ครอบครัวเรา"

ลุงระเบียบบอกว่า ธรรมะที่เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวในการดำเนินชีวิตของครอบครัวของลุง คือ "ความซื่อสัตย์ ใจบริสุทธิ์ ไม่คดโกงใคร คือพูดคำไหนคำนั้น จนได้เป็นไวยาวัจกรที่วัด มา 20 ปีแล้ว... ปกติทุกวันพระต้องไปทำบุญ วันโกนต้องไปทำความสะอาดวัด กวาดศาลาวัด กวาดบริเวณวัด แต่ไม่ได้อยู่วัดเพราะทางนี้เขา (ป้าเล็ก) ไม่สบายต้องคอยดูแล"

เมื่อถามลุงระเบียบว่า ทราบเกี่ยวกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของในหลวงได้อย่างไรและนำมาปฏิบัติอย่างไรบ้าง ลุงระเบียบบอกว่า "ได้ยินเขาพูดกัน ไอ้หลักปฏิบัติ ผมปฏิบัติอยู่แล้วคือ ซื่อสัตย์ สุจริต ไม่คิดโกงใคร เอาธรรมะเข้าข่ม ใครจะมาโวยวายโว้กว้ากอะไรก็ไม่สนใจ มีแต่ตักเตือนไป ให้ทำแต่ความดี มีอะไรที่พอพูดกันได้ แต่เด็กแถวนี้เขาก็เชื่อผมเยอะเหมือนกัน แต่คนที่ไม่เชื่อมันก็มี ไม่ใช่จะร้อยเปอร์เซ็นต์ ตลอดไปหรอกครับ"

นอกจากนี้ ลุงระเบียบยังบอกต่อไปว่า "ก็คิดถึงคือการอด การออม มันก็ดีกับตัวเราอยู่แล้ว คือเราไม่เป็นหนี้เขาแล้วเราก็ทำมาหากินของเรา พืชผักสวนครัวของเรานี่กินแล้วก็ไม่เป็นอันตรายด้วย อย่างไปซื้อเขามาท้อใจเลย (มีสารพิษ) พวกถั่วผมไม่เคยฉีด ผมทำน้ำยาไว้ มีใบสะเดา ยาสูบ หนอนตายยาก กากน้ำตาล หมักไว้ 1 อาทิตย์ฉีดที แล้วผมก็เก็บมากินก็ไม่เห็นเป็นอะไร"



ครอบครัวของลุงระเบียบนอกจากไม่มีหนี้สินแล้ว ยังมีการออมเงินกับกลุ่มสัจจะออมทรัพย์เป็นประจำทุกเดือน ขณะนี้มีเงินออมอยู่ประมาณ 30,000 บาท

เพื่อให้ทราบรายรับและรายจ่ายของครอบครัว ป้าเล็กภรรยาของลุงระเบียบได้ทำบัญชีรับจ่ายของครัวเรือนเป็นประจำ โดยธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์มาสอนให้ และมีการติดตามผลทุกเดือน ถ้าครัวเรือนใดค่าใช้จ่ายลดลงทางธนาคารก็จะมีรางวัลให้เพื่อเป็นแรงจูงใจ ป้าเล็กกล่าวถึงประโยชน์ของการ

ทำบัญชีครัวเรือนว่า "ทำให้รู้ว่าเดือนนึงจะใช้เท่าไหร่ จ่ายอะไรหมดเท่าไหร่"

สำหรับหลักธรรมซึ่งเป็นเครื่องนำทางในการใช้ชีวิตแบบพอเพียงของครอบครัวลุงระเบียบและยึดเหนี่ยวให้ครอบครัวอยู่ด้วยกันอย่างร่มเย็นเป็นสุขนั้น ลุงระเบียบบอกว่า "หลักธรรมก็คือ ผมว่าผมไม่มีอะไรยุ่งเกี่ยวกับคนอื่น สนใจทำมาหากิน แล้วทุกวันพระก็ไปทำบุญ ไม่เบียดเบียนคนอื่น และตักเตือนคนอื่นว่าอย่างนี้มันไม่ดี...ผมนี่ช่วยเหลือเพื่อนบ้านมาเยอะ อย่างคนไม่มีข้าวกินผมก็ให้ข้าวไปกิน เงินก็ให้ยืมโดยไม่เอาดอกเอาดวงเขา ก็สร้างความดีไว้อย่างนั้น" นอกจากนี้ ลุงระเบียบยังอบรมสั่งสอนลูกให้เป็นคนดี ไม่คดโกง ให้พูดจาดี ๆ กับครอบครัว ไม่ทะเลาะเบาะแว้งกัน เวลาว่างลูก ๆ หลาน ๆ จะมาทานข้าวร่วมกันที่บ้านโดยเฉพาะในวันหยุดทางราชการ ไปทำบุญทอดกฐินที่ต่างจังหวัดกันบ้าง ไปเที่ยวทะเลบ้าง

ในด้านกิจกรรมทางสังคมลุงระเบียบเป็นรองประธานชมรมผู้สูงอายุประจำหมู่บ้าน เป็นรองประธานกลุ่มสัจจะออมทรัพย์ เป็นกรรมการวัด และเป็นไวยาวัจกรของวัด นอกจากนี้ ลุงระเบียบยังบำเพ็ญประโยชน์ต่าง ๆ เพื่อชุมชนอยู่เสมอ เช่น การพัฒนาวัด การพัฒนาหมู่บ้าน เช่น การทำความสะอาด การซ่อมถนน เป็นต้น เหตุผลที่ลุงระเบียบเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมหลายอย่างถึงแม้ว่าจะมีอายุมากแล้ว ลุงระเบียบบอกว่า " ก็ทำเพื่อส่วนรวมให้คนในละแวกนี้มีความสมานฉันท์ สามัคคีกัน"

ข้อคิดและเกร็ดความรู้ของครอบครัวลุงระเบียบ กล่อมเกลา

1. ยึดหลักธรรมะเป็นเครื่องนำทางให้ชีวิตครอบครัวมีความร่มเย็นเป็นสุข
2. ประกอบสัมมาอาชีพและมีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อผู้อื่น
3. บำเพ็ญตนเพื่อประโยชน์ของส่วนรวม

นายเบียง นิ่มน้อย อายุ 68 ปี
อยู่บ้านเลขที่ 53 หมู่ 13 ต.บางคู้ อำเภอท่าวุ้ง จ.ลพบุรี
สมาชิกกลุ่มประสานงานพลังแผ่นดิน

"ใช้หลักอบรมว่าอย่าไปแตกแยกกันและก็อยู่ไม่ได้ เราพี่กันน้องกัน เราจะมาทะเลาะกันมันไม่ดีรายได้มันก็ไม่มากแต่ก็พอใช้จ่าย"

"ผมก็เชื่อว่าถ้าขยันทำกินสักอย่างเดียวก็ ๆ ถึงจุดหมายสำเร็จ...ก็เน้นไปด้านประหยัด" และมีความเชื่อมั่นในตนเองที่จะทำแต่สิ่งดี ดังคำพูดที่ว่า "ใครจะมาบอกว่าทำอย่างโน้นอย่างนี้ผมเชื่อตัวเอง บางทีเขามาบอกเราไปในทางที่ไม่ดี เราก็ไม่ทำ" สำหรับการอบรมขัดเกลาในครอบครัวจะให้ความสำคัญในการทำความดีและกินอยู่พอประมาณ ดังคำพูดที่ว่า "สอนให้ทำแต่ความดี ไม่ให้ทำชั่ว...อบรมลูก ๆ ให้ประหยัดไม่ให้ฟุ่มเฟือย ให้รู้จักทำรู้จักใช้...เรื่องกินอยู่ให้ประมาณ เราหามาได้เรากินบ้างแล้วก็ให้มันเหมือนอยู่บ้าง" *"ใช้หลักอบรมว่าอย่าไปแตกแยกกันและก็อยู่ไม่ได้ เราพี่กันน้องกัน เราจะมาทะเลาะกันมันไม่ดี*...ผมก็ตักเตือนว่าไม่ให้แตกแยกกัน ต้องรักกันไว้ จะไปเห็นคนอื่นดีกว่าเราไม่ได้ ดีกว่าพี่น้องมันไม่ได้ เราต้องรักกันไว้"

การดำเนินชีวิตครอบครัวแบบพอเพียง

ครอบครัวคุณเบี่ยงเดิมทำนาอย่างเดียว และเริ่มมาใช้แนวทางทฤษฎีใหม่ในปี พ.ศ. 2542 ดังคำพูดที่ว่า "ก็เริ่มมาเมื่อเขารณรงค์เมื่อ พ.ศ. 42-43 นี่" ทั้งนี้ได้ให้เหตุผลถึงการมาดำเนินชีวิตตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงว่า "ส่วนใหญ่ผมก็ทำนาก็ต้องลงทุนเยอะ ทำไปบางทีก็ขาดทุนบ้าง ก็หันมาเล่นผักมาปลูกดอกไม้ขาย แล้วก็ปลูกต้นไม้ยืนต้นไว้บ้าง แล้วตอนนี้ก็มีพริก" ส่วนคุณประนอมภรรยาคุณเบี่ยง ซึ่งมีหน้าที่เลี้ยงหลานด้วยนั้น ได้กล่าวเสริมว่า "ทำนาฉันก็ทำไม่ได้ต้องเลี้ยงหลาน ฉันก็เลยทำผัก ผักคะน้า ผักกาดถั่ว ผักปลอดสารพิษ ขายดีจังเลยกำละ 10 บาท ทำเท่าเนี้ย วันหนึ่งก็ได้หลายร้อย" สำหรับการดำเนินชีวิตครอบครัวแบบพอเพียงนั้นจะเน้นเรื่องประหยัดเก็บออมไม่กู้ยืมเป็นหนี้สินและหามาได้ก็ต้องเก็บออมไว้ ดังคำพูดที่ว่า "ผมก็ยังคิดอยู่เสมอว่าเราต้องประหยัดครับ ทุกวันนี้อย่างเรามีรายได้น้อยเราก็ควรจะแบ่งใช้สัก 50 หรือ 75 เอาไว้เวลาเผื่อเราหาไม่ได้ แล้วอย่างจะปรับปรุงที่อะไรอย่างเนี้ย ผมก็อยากใช้ชีวิตของผมเอง เอาเงินผมเอง ถ้ามีค่อย ๆ ทำไปอย่างนั้น ไม่ต้องไปกู้หนี้ยืมสินใครมาเผื่อมันไม่ได้ผลอย่างนี้ มันก็ไม่แน่" นอกจากนั้นในเรื่องการจัดการรายได้ของครอบครัวนั้น จะเก็บออมไว้เลยประมาณ 25% ของเงินที่ได้มา และที่เหลือจะนำมาใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน ถ้ามีเหลือก็จะเก็บไว้อีกเพราะในชีวิตประจำวันใช้จ่ายเป็นค่าอาหารไม่มาก จะกินข้าวบ้านเป็นประจำ คุณเบี่ยงไม่เคยกินข้าวนอกบ้านเลย แต่คุณประนอมเคยไปกับลูกสาวลูกเขยแนะหลานบ้าง ส่วนการไปเที่ยวนั้นจะไปประมาณปีละครั้งโดยครอบครัวลูกสาวพาไป ดังนั้นการกินอยู่จึงเป็นแบบพอเพียง ดังคำพูดที่ว่า "เรื่องการกินอยู่เราก็จ่ายพอสมควรไม่ฟุ้งเฟ้อ เราจ่ายพอมีพอกินว่าอย่างนั้นเถอะไม่ฟุ้งเฟ้อจนเกินไป"

ในเรื่องการอุทิศตนเพื่อช่วยเหลือสังคมนั้น คุณเบี่ยงได้เป็นสมาชิกประสานงานพลังแผ่นดินตั้งแต่ปี 2546 ช่วยทางราชการในการประสานงานให้เยาวชนในหมู่บ้านที่ติดยาเสพติดเข้าศูนย์บำบัดรักษา เนื่องจากเป็นคนที่เยาวชนให้ความเคารพนับถือและเกรงใจให้ความไว้วางใจ จึงเป็นการหากลุ่มเป้าหมายที่คนทางราชการไม่สามารถจะทำได้ ดังคำพูดที่ว่า "คนที่จะมาหาพวกนี้ก็ยาก ก็ส่งพวกผมเข้าไปเคลียร์ก่อน เพราะเด็กบางคนก็ชอบกันรักกัน เคยคลุกคลีกันอยู่อย่างนี้ ถามว่าเขาจะไปรักษานี้เอาไหม ไปบำบัด ถ้าไปก็ให้บอกไม่ต้องเก็บเงินเก็บทองไปทางการ อย่างพวกที่จะมาบำบัด พวกหมอนี่ก็ไม่กล้าเข้าไป เข้าไปหาเด็กพวกนี้ ก็ส่งพวกผมเข้าไปก่อนไปเคลียร์ก่อน"

นอกจากนั้นแล้ว คุณเบี่ยงเป็นคนที่เต็มใจทำงานเพื่อชุมชน แล้วแต่ผู้ใหญ่บ้านจะขอความร่วมมือมา ดังคำพูดที่ว่า "เขามาขอร้องให้ทำอะไรก็ทำ ผู้ใหญ่เขามาขอร้องว่าวันที่ 5 นี้เขาจะมาตั้งรูปในหลวงตรงทางที่เข้าก็ช่วยเขา...ผมว่าจะช่วยเป็นเงินและถ้าเขาอยากจะได้ต้นไม้ ผมก็ปลูกเตรียมใส่กระถางไว้แล้ว"

ข้อคิดจากครอบครัวคุณเบี่ยง

คุณเบี่ยงและภรรยาถึงแม้จะมีอายุมากถึง 68 และ 65 ปีแล้ว ก็ตาม แต่ยังเป็นคนขยันไม่หยุดนิ่ง ติดตามข่าวสารความเคลื่อนไหวด้านการเกษตรที่ตนยึดเป็นอาชีพ เพราะหลังจากครอบครัวดำเนินการตามทฤษฎีใหม่และยึดถือหลักเศรษฐกิจพอเพียงในการดำเนินชีวิตแล้ว แม้จะแบ่งพื้นที่การเกษตรให้ลูก ๆ ไปแล้ว เหลือพื้นที่บางส่วนสำหรับคุณเบี่ยงและภรรยาทำการเพาะปลูกไม่เป็นภาระด้านเศรษฐกิจแก่ลูก ๆ คุณเบี่ยงก็หันมาปลูกดอกดาวเรืองซึ่งมีผลตอบแทนในระยะสั้น และภรรยาคุณเบี่ยงซึ่งมีภาระเลี้ยงหลานก็หันมาปลูกผักปลอดสารพิษที่ได้ราคา เมื่อพิจารณาว่าทั้งคู่อยู่ในวัยสูงอายุ พยายามทำตนให้เป็นประโยชน์ทั้งตนเอง ครอบครัว และชุมชน จึงจัดว่าเป็นแบบอย่างที่หลายครอบครัวซึ่งเป็นผู้สูงอายุจะยึดถือเป็นแนวปฏิบัติได้

ครอบครัวกับความพอเพียง
e-family Learning

แนะนำเว็บไซต์

หน้าแรก

พระราชดำรัสเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง

แนวคิดครอบครัวกับความพอเพียง

แนะนำหนังสือคู่มือความพอเพียง

ปัจจุบันบนเครือข่ายอินเทอร์เน็ตมีเว็บไซต์ที่รวบรวมข้อมูลสำคัญ เกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียงอยู่มากมายในหลายแง่มุม เพื่อให้ผู้ที่สนใจได้ศึกษาค้นคว้าและสามารถนำแนวทางต่างๆไปปฏิบัติใช้อย่างกว้างขวาง ซึ่งนับว่าเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการเข้าถึงเนื้อหาความรู้ได้สะดวกรวดเร็ว คณะผู้วิจัยจึงได้ทำการคัดสรรเว็บไซต์เฉพาะที่มีเนื้อหาสาระเกี่ยวกับครอบครัวกับความพอเพียง มีการนำเสนอด้วยรูปแบบที่น่าสนใจ และเข้าถึงหน้าจอได้ง่าย โดยได้สรุปย่อเฉพาะประเด็นสาระสำคัญของเว็บ ลักษณะเด่นในการนำไปประยุกต์ใช้ปฏิบัติจริง และกลุ่มเป้าหมาย เพื่อให้ผู้อ่านสามารถเลือกเว็บไซต์ที่ตรงกับความต้องการเข้าใจและประหยัดเวลาในการสืบค้นข้อมูลเหล่านี้

ชื่อเว็บไซต์: http://www.bma.go.th/health

สาระสำคัญ
ข้อมูลเกี่ยวกับการให้บริการด้านสุขภาพของสำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร เช่น บริการของศูนย์บริการการแพทย์และสาธารณสุข คลินิกยาเสพติด ศูนย์ศึกษาชีวิต คลินิกสุขภาพจิต สายด่วนสุขภาพ คลินิกครอบครัวสมานฉันท์ ศูนย์ผู้สูงอายุ และสถานรับเลี้ยงเด็กกลางวัน และเชื่อมโยงกับเว็บไซต์ที่เกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง

ลักษณะเด่น
เข้าถึงได้ง่าย มีรายชื่อหน่วยงานที่ให้บริการพร้อมสถานที่และเบอร์โทรศัพท์ซึ่งเป็นประโยชน์สำหรับประชาชนในการเลือกใช้บริการ

กลุ่มเป้าหมาย
ประชาชนทั่วไป

ไปที่เว็บนี้

ชื่อเว็บไซต์: http://www.moe.go.th

สาระสำคัญ
แนวทางการจัดทำหน่วยงานเรียนรู้แบบบูรณการปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โรงเรียนนำร่องประยุกต์ใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ตัวอย่างหน่วยการเรียนรู้ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง แผนดำเนินงานสนองพระราชดำริโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ พ.ศ. 2550-2554 ในส่วนของกระทรวงศึกษาธิการ ฐานข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับเศรษฐกิจพอเพียง การขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียงสู่สถานศึกษา สามารถดาวน์โหลดเอกสารเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง ศูนย์รวมข้อมูลเศรษฐกิจพอเพียง ศูนย์การเรียนรู้ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริฯ ภาคใต้และภาคเหนือ นอกจากนี้ ยังเสนอข่าวสารที่เกี่ยวกับการจัดหลักสูตรการศึกษาเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง ในสถานศึกษาสังกัดกระทรวงศึกษาธิการทุกระดับ และมีการปรับข้อมูลให้ทันสมัยเป็นระยะ

ลักษณะเด่น
เข้าถึงได้ง่าย สาระน่าสนใจ การจัดข้อมูลเป็นหมวดหมู่ง่ายต่อการสืบค้น ข้อมูลมีความทันสมัยและมีความครอบคลุม ผู้สนใจสามารถใช้ประโยชน์ได้มาก

กลุ่มเป้าหมาย
นักเรียน นักศึกษา นักวิชาการ และประชาชนทั่วไป

ไปที่เว็บนี้

ชื่อเว็บไซต์: http://cse.nida.ac.th

สาระสำคัญ
ข้อมูลเกี่ยวกับการเรียนการสอน การฝึกอบรม และการวิจัยของศูนย์ศึกษาเศรษฐกิจพอเพียง สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ สามารถสืบค้นข้อมูลเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง และเว็บไซต์ ที่เกี่ยวข้องได้

ลักษณะเด่น
เข้าถึงได้ง่าย มีการจัดหมวดหมู่ของข้อมูลที่ดี และมีฐานข้อมูลสำคัญๆ เกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง และการเรียนการสอน การฝึกอบรมและการวิจัยด้านเศรษฐกิจพอเพียงซึ่งผู้สนใจสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้

กลุ่มเป้าหมาย
นักศึกษา นักวิชาการ และประชาชนทั่วไป

ไปที่เว็บนี้

ชื่อเว็บไซต์: http://www.moac.go.th

สาระสำคัญ
ข้อมูลเกี่ยวกับโครงการส่งเสริมวิถีชีวิตเศรษฐกิจพอเพียง โครงการพัฒนาการเกษตรโดยยึดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งดำเนินการโดยกระทรวงเกษตรและสหกรณ์

ลักษณะเด่น
สีสันสวยงาม เข้าถึงได้ง่าย สามารถนำข้อมูลมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตครอบครัวและการประกอบอาชีพได้

กลุ่มเป้าหมาย
เกษตรกรและประชาชนทั่วไป

ไปที่เว็บนี้

ชื่อเว็บไซต์: http://www.moac.go.th/builder/sfce

สาระสำคัญ
แนวคิดเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง การปฏิบัติตนตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงสำหรับเกษตรกร เครือข่ายปราชญ์ชาวบ้าน ศูนย์เรียนรู้เศรษฐกิจพอเพียง ศูนย์เครือข่ายศูนย์เรียนรู้เศรษฐกิจพอเพียงชุมชน โครงการเรียนรู้วิถีชีวิตเศรษฐกิจพอเพียง

ลักษณะเด่น
การจัดข้อมูลเป็นหมวดหมู่ สะดวกต่อการใช้งาน เข้าถึงได้ง่าย สามารถนำข้อมูลมาประยุกต์ใช้ ในการดำเนินชีวิตครอบครัว และการประกอบอาชีพได้

กลุ่มเป้าหมาย
เกษตรกรและประชาชนทั่วไป

ไปที่เว็บนี้

ชื่อเว็บไซต์: http://www.cad.go.th

สาระสำคัญ
กรมตรวจบัญชีสหกรณ์ร่วมกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องสนองนโยบายเศรษฐกิจพอเพียงตามกระแสพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวโดยจัดทำโครงการทำบัญชี มีพอใช้ ให้พ่อดู เว็บไซต์ให้รายละเอียดเกี่ยวกับหลักคิดและขั้นตอนการดำเนินการโครงการทำบัญชี มีพอใช้ ให้พ่อดู ผู้สนใจสามารถดาวน์โหลดสมุดบัญชีรับ-จ่ายในครัวเรือนไปใช้ได้ นอกจากนั้น มีวีดิทัศน์แนะนำโครงการฯ พร้อมเสียงเพลงประกอบ

ลักษณะเด่น
สีสันสวยงาม สาระมีความกะทัดรัด เข้าใจง่าย เป็นขั้นตอน ใช้งานง่าย ข้อมูลมีประโยชน์สำหรับ การทำบัญชีรับจ่ายในครัวเรือนอย่างง่ายๆ

กลุ่มเป้าหมาย
เกษตรกรและประชาชนทั่วไป

ไปที่เว็บนี้

ชื่อเว็บไซต์: http://www.sedb.org

สาระสำคัญ
โครงการจัดทำฐานข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ประกอบด้วยความเป็นมา วัตถุประสงค์ ตารางและกราฟสรุปข้อมูล ฐานข้อมูลปริทัศน์ โครงการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเศรษฐกิจพอเพียง

ลักษณะเด่น
เข้าถึงได้ง่าย สะดวกในการใช้งาน มีการจัดหมวดหมู่ข้อมูลที่ดี ง่ายต่อการสืบค้นและมีความทันสมัย

กลุ่มเป้าหมาย
ประชาชนทั่วไป

ไปที่เว็บนี้

ชื่อเว็บไซต์: http://www.sufficiencyeconomy.org

สาระสำคัญ
เว็บไซต์ ที่รวบรวมข้อมูลสำคัญเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง อาทิ พระราชดำรัสเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง ฐานข้อมูลกลุ่ม/องค์กร/พื้นที่ที่ดำเนินการด้านเศรษฐกิจพอเพียง มุมวิทยากรที่รวบรวมบทความการบรรยายเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง มองเศรษฐกิจพอเพียงผ่านสื่อโดยรวบรวมบทความจากสื่อสิ่งพิมพ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง กระดานสนทนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง และ มีเว็บหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น สำนักงานทรัพย์สินส่วนพระมหากษัตริย์ สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ สำนักงานมูลนิธิชัยพัฒนา ฯลฯ เป็นต้น

ลักษณะเด่น
เป็นแหล่งค้นคว้าเรียนรู้เกี่ยวกับหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติและมีเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับเรื่องเศรษฐกิจพอเพียง

กลุ่มเป้าหมาย
นักเรียน นักศึกษา นักวิชาการ และประชาชนทั่วไป

ไปที่เว็บนี้

ชื่อเว็บไซต์: http://www.tangnamo.com

สาระสำคัญ
เว็บไซต์นี้มีเนื้อหาเกี่ยวกับวิชาเศรษฐศาสตร์ เริ่มตั้งแต่เศรษฐศาสตร์สำหรับประชาชน เศรษฐศาสตร์สำหรับนักเรียน เศรษฐศาสตร์สำหรับนักศึกษา เศรษฐศาสตร์ประยุกต์ เศรษฐกิจชุมชน และอื่น ๆ ซึ่งในเนื้อหาเกี่ยวกับเศรษฐศาสตร์ประยุกต์จะมีแนวคิดเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียงกับการพัฒนาที่ยั่งยืนโดยประยุกต์ใช้ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงและในเนื้อหาเกี่ยวกับเศรษฐกิจชุมชนจะมีแนวคิดเกี่ยวกับทฤษฎีใหม่กับเศรษฐกิจพอเพียง

ลักษณะเด่น
ปูพื้นฐานความเข้าใจเกี่ยวกับความเชื่อมโยงของแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง และแนวคิดทฤษฎีใหม่ ในวิชาเศรษฐศาสตร์ทั่วไป

กลุ่มเป้าหมาย
นักวิชาการ นักศึกษา นักเรียน และประชาชนโดยทั่วไป

ไปที่เว็บนี้

ชื่อเว็บไซต์: http://www.nesdb.go.th

สาระสำคัญ
เว็บไซต์ ที่ให้ข้อมูลสำคัญ เรื่อง ขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง พ.ศ.พอเพียง มารวมเป็นคน พ.ศ.พอเพียง ยุทธศาสตร์อยู่ดีมีสุขระดับจังหวัด การขับเคลื่อนเศรษฐกิจส่วนรวมของประเทศ และแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550-2554) ซึ่งสามารถเข้าชมรายละเอียดในแต่ละเรื่องได้ เนื่องจากแต่ละเรื่องมีเว็บไซต์เป็นของตนเอง

ลักษณะเด่น
สร้างความตระหนักว่าแนวคิดเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง ได้ถูกนำมาใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาประเทศ โดยกำหนดไว้ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550-2554)

กลุ่มเป้าหมาย
ประชาชนโดยทั่วไป

ไปที่เว็บนี้

แบบประเมินเว็บไซต์

e-Family Learning (ครอบครัวกับความพอเพียง)

คำชี้แจง

เว็บไซต์นี้ (http://www.agkmstou.com/efamily) จัดทำขึ้นภายใต้การดำเนินงานโครงการพัฒนาองค์ความรู้และสารสนเทศเพื่อการเรียนรู้ครอบครัวศึกษา : ครอบครัวกับความพอเพียง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) พัฒนารูปแบบการนำเสนอองค์ความรู้และสารสนเทศเพื่อการเรียนรู้ครอบครัวศึกษาผ่านเว็บไซต์ของศูนย์ความรู้เพื่อบริการสังคม มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช และ (2) ประเมินผลการใช้เว็บไซต์ในการให้บริการเผยแพร่องค์ความรู้และสารสนเทศเพื่อการเรียนรู้ครอบครัวศึกษา ผ่านการดำเนินงานของศูนย์ความรู้เพื่อบริการสังคม มหาวิทยาลัย สุโขทัยธรรมาธิราช

เพื่อให้การพัฒนาเว็บไซต์นี้มีคุณภาพและเป็นประโยชน์ต่อผู้สนใจที่เข้ามาใช้บริการ โดยเฉพาะครอบครัวและผู้ปฏิบัติงานเกี่ยวข้องกับการพัฒนาครอบครัวได้อย่างแท้จริง คณะผู้จัดทำจึงขอความร่วมมือทุกท่านได้กรุณาสละเวลาในการตอบข้อคำถามและให้ข้อเสนอแนะ (ใช้เวลาประมาณ 10-15 นาที) ตามที่ระบุในแบบประเมินเว็บไซต์นี้ ทุกคำตอบที่ได้รับนับว่ามีคุณค่ายิ่งต่อการปรับปรุงแก้ไขให้เว็บไซต์ดีขึ้นต่อไป

โปรดกรอกข้อมูลของท่านในช่องว่างและช่องข้อคิดเห็นตามความเป็นจริงให้มากที่สุด

1. รหัสผู้ตอบ

2. ผู้ร่วมโครงการ

- ◯ 1. กลุ่มตัวอย่างครอบครัว
- ◯ 2. ผู้ทรงคุณวุฒิด้านครอบครัว
- ◯ 3. หน่วยงานภาครัฐ
- ◯ 4. หน่วยงานภาคเอกชน
- ◯ 5. นิสิตนักศึกษา
- ◯ 6. ประชาชน/ผู้สนใจทั่วไป
- ◯ 7. อื่น ๆ (ระบุ)

3. ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบ

1. e-mail โทรศัพท์

2. อายุ ปี

3. เพศ ◯ หญิง ◯ ชาย

4. การศึกษาสูงสุด

- ◯ 1. ต่ำกว่ามัธยมศึกษา
- ◯ 2. มัธยมศึกษา
- ◯ 3. ปวช./ปวส.
- ◯ 4. ปริญญาตรี
- ◯ 5. สูงกว่าปริญญาตรี
- ◯ 6. อื่น ๆ (ระบุ)

5. อาชีพ

- ◯ 1. รับจ้าง
- ◯ 2. รับราชการ
- ◯ 3. รัฐวิสาหกิจ
- ◯ 4. ธุรกิจส่วนตัว
- ◯ 5. เกษตรกร
- ◯ 6. อื่น ๆ (ระบุ)

6. จังหวัดที่อาศัย

- ◯ 1. กรุงเทพมหานคร
- ◯ 2. ต่างจังหวัด (ระบุ)

7. จำนวนสมาชิกในครอบครัว คน

- ☐ 1.พ่อ
- ☐ 2. แม่
- ☐ 3. ลูก คน
- ☐ 4. ปู่ย่า ตายาย
- ☐ 5. ญาติ (ระบุ)

4. ความคิดเห็นของผู้ตอบต่อรายละเอียดหน้าจอเว็บไซต์

ข้อคำถาม	ระดับความคิดเห็น				
	เห็นด้วยมากที่สุด (5)	เห็นด้วยมาก (4)	เห็นด้วยปานกลาง (3)	เห็นด้วยน้อย (2)	เห็นด้วยน้อยที่สุด (1)
1. ภาพลักษณ์ (APPEARANCE)					
1.1 หน้าเว็บไซต์ระบุชื่อโครงการและผู้จัดทำ	○	○	○	○	○
1.2 ภาพและกราฟิกดึงดูดใจและน่าสนใจ	○	○	○	○	○
1.3 ภาพและกราฟิกสอดคล้องกับเนื้อหา	○	○	○	○	○
1.4 ตัวอักษรและสีพื้นหลังบนหน้าจอง่ายต่อการอ่าน	○	○	○	○	○
2. เนื้อหา (CONTENT)					
2.1 ข้อมูลที่นำเสนอทันสมัยและมีประโยชน์	○	○	○	○	○
2.2 หน้าจอมีการเชื่อมโยงกับเว็บไซต์อื่นที่น่าสนใจ	○	○	○	○	○
2.3 ข้อความง่ายต่อการทำความเข้าใจและใช้ภาษาได้ดี	○	○	○	○	○
3. รูปแบบ (DESIGN)					
3.1 หน้าจอแสดงข้อมูลได้รวดเร็ว	○	○	○	○	○
3.2 การเลือกใช้หน้าจอทำได้ง่าย	○	○	○	○	○
3.3 หน้าจอเปิดให้มีปฏิสัมพันธ์ได้	○	○	○	○	○
4. ความพึงพอใจ (SATISFACTION)					
4.1 เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง	○	○	○	○	○
4.2 ได้พัฒนาความคิดใหม่ ๆ จากเว็บไซต์นี้	○	○	○	○	○
4.3 เว็บไซต์นี้พิเศษกว่าเว็บไซต์อื่น ๆ	○	○	○	○	○
4.4 ต้องการกลับมาเยี่ยมชมเว็บไซต์นี้อีก	○	○	○	○	○
4.5 ยินดีแนะนำเว็บไซต์นี้ให้กับผู้อื่น	○	○	○	○	○

5. ความสนใจเข้าร่วมเป็นเครือข่ายครอบครัวแบบพอเพียง

○ 1.สนใจ ○ 2. ไม่สนใจ

(หากสนใจโปรดระบุชื่อและสถานที่ติดต่อ)

ชื่อ-นามสกุล

ที่อยู่

6. ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม