

ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง : หลักการและวิธีการพัฒนาชุมชน  
ตามหลักพุทธธรรมอย่างยั่งยืน

COMMUNIT : PRINCIPLES AND METHODS  
FOR SUSTAINABLE COMMUNITY DEVELOPMENT  
ACCORDING TO BUDDHADHAMMA

อนุวัต กระสังข์<sup>1</sup>

Anuwat Krasang

**บทคัดย่อ**

หลักการและวิธีการพัฒนาชุมชนตามหลักพุทธธรรมอย่างยั่งยืนนับเป็นสิ่งใหม่สำหรับชาวบ้านทั่วไป แต่สำหรับพระสงฆ์นั้น ถือเป็นปฏิบัติกันมานาน เพียงแต่ไม่เป็นรูปธรรมเท่านั้น เป็นที่ตระหนักกันว่าปัญหาเหล่านี้เป็นปัญหาระดับชาติที่ทุกคนในชาตินับตั้งแต่หน่วยเล็ก ๆ จนถึงหน่วยใหญ่ คือตั้งแต่ระดับบุคคล ครอบครัว สังคม ไปจนถึงระดับองค์กร และระดับชาติ ต้องเข้ามามีส่วนร่วม จุดนี้เองทำให้พระสงฆ์คือผู้ที่มีบทบาทโดยวิธีผสมผสานหรือที่เรียกว่าบูรณาการหลักพุทธธรรมเข้าไปด้วยทำให้เป็นแนวคิดใหม่ที่น่าสนใจ

**คำสำคัญ :** ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง หลักการและวิธีการ หลักพุทธธรรม

**ABSTRACT**

The principles and methods of sustainable community development are new to ordinary people. But for the monks it has been practiced for a long time. But not only concrete, it is well known that these problems are a national problem. Everybody in the nation, from small units to large ones, is from individual, family, society to corporate and national level. to engage in this point of view, the monk is a person who plays a harmonious role, also known as integrating Buddhist principles, into a new interesting concept.

**Keywords :** Community, Principles and Methods, Buddhaddhamma

---

<sup>1</sup> คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

## บทนำ

เศรษฐกิจพอเพียง เป็นปรัชญาแห่งการกำหนดแนวทางการดำรงชีวิต ซึ่งพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ได้ทรงใช้เป็นหลักในการดำเนินโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ เพื่อช่วยเหลือเกษตรกรผู้ยากไร้ในแผ่นดินให้ พออยู่พอกิน ตลอดมานานนับหลายทศวรรษและในคราวที่ประเทศไทยประสบกับปัญหา วิกฤติทางเศรษฐกิจเมื่อเกือบห้าปีที่ผ่านมานี้ เนื่องจากตกอยู่ภายใต้ระบบเศรษฐกิจทุนนิยม และลัทธิบริโภคนิยมที่เกินพอดี พระองค์ก็ได้ทรงชี้แนะปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงให้แก่พสกนิกร เพื่อเตือนสติให้มีความพอดี ในการดำรงอยู่ของชีวิต และสังคมที่ยั่งยืนของประเทศไทย อีกทั้งยังเป็นการเตือนให้ตั้งสติโดยมีสัมมาทิฐิให้ประชาชนได้รู้เท่าทันความเป็นจริง และสภาพลวงตาทางเศรษฐกิจที่เกิดขึ้นในประเทศชาติ ทรงชี้แนะแนวทาง ทางสายกลางในการดำรงชีวิตโดยใช้หลักพุทธธรรมหลายประการรวมทั้ง ลดกิเลส คือ ความโลภทั้งปวงเพื่อให้ชีวิตสงบสุข ร่มเย็นและเกิดสันติสุขอย่างยั่งยืนและถาวรขึ้นในแผ่นดิน โดยเสนอให้เป็น ทางเลือก (Alternative) แก่การดำรงชีวิต ปรัชญา เศรษฐกิจพอเพียง นั้น แม้จะมีคำว่า เศรษฐกิจ แต่ก็ เป็นแนวทางการดำเนินชีวิต ที่ทรงมีพระประสงค์ให้พสกนิกรชาวไทย ทั้งปวง ยึดถือเอาเป็นหลักในการดำรงชีพ ทั้งในภาวะวิกฤติและต่อไปในอนาคต

ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เศรษฐกิจพอเพียงที่ได้ประมวลและกลั่นกรองจากพระราชดำรัส ซึ่งได้ทรงมีพระราชวินิจฉัยตามที่ร้องขอและทรงพระกรุณาปรับปรุงแก้ไขพระราชทานลงมา เมื่อวันที่ 29 พฤศจิกายน 2542 ซึ่งเป็นช่วงที่ประเทศไทยอยู่ในภาวะวิกฤติทางเศรษฐกิจ (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2543 : 205) ปรัชญาดังกล่าวจะเห็นได้ชัดถึงหลักสำคัญของการดำรงชีวิตและการตั้งตนอยู่บนพื้นฐานของทางสายกลาง และความไม่ประมาท โดยที่จะต้องคำนึงถึงความพอเพียง ความพอประมาณ และความมีเหตุผล การมีภูมิคุ้มกันที่ดีและยังต้องมีปัญญาความรอบรู้ รอบคอบ และความมีคุณธรรม ประกอบการตัดสินใจและการกระทำด้วย หลักสำคัญข้างต้นอาจจำแนกได้โดยสังเขป ดังนี้

1. ความพอประมาณ (ความพอเพียง) คือ ความสมดุลและความพอดี ไม่มากไม่น้อยเกินไป ตามแต่อัตภาพของบุคคลเป็นไปตามหลักพุทธธรรม มัชฌิมาปฏิปทา
2. ความมีเหตุผล เป็นเหตุผลที่สมควรในการกระทำและการตัดสินใจ โดยพิจารณาจากปัจจัยที่เกี่ยวข้อง และคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้นอย่างรอบคอบ
3. ภูมิคุ้มกันที่ดี คือ มีความมั่นคงในการเตรียมตัวให้พร้อมรับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นเพื่อ เป็นการลดความเปราะบางต่อความเสี่ยงในการดำรงชีวิตและการประกอบอาชีพหากมีสถานการณ์ที่ไม่พึงประสงค์เกิดขึ้น

ส่วนเงื่อนไขคุณธรรม เป็นหลักสำคัญที่ต้องมีทั้งความซื่อสัตย์ สุจริต ไม่โลภ ไม่เบียดเบียน

มีความอดทน ความเพียร และมีปัญญาในการดำรงชีวิตอย่างถูกต้องตามหลักพุทธธรรม

แนวความคิดหลักของปรัชญา คือ การชี้แนะแนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติตนเพื่อความมั่นคงและยั่งยืนในมิติต่าง ๆ เป็นการดำเนินตามทางสายกลางก้าวทันต่อโลก โดยปรัชญาใช้ได้ทั้งระดับบุคคล ครอบครัว ชุมชน ประเทศ เป็นการมองโลกในลักษณะที่เป็นพลวัต มีการเปลี่ยนแปลง มีความไม่แน่นอนและมีความเชื่อมโยงกับกระแสการเปลี่ยนแปลงของโลก เป็นการปฏิบัติที่มุ่งผล ทั้งระยะสั้นและระยะยาว

ผู้เขียนสรุปโครงสร้างของปรัชญาชื่อว่า ความพอเพียงเป็นทั้งผลและวิธีการ (End and mean) จากการกระทำโดยผลที่คาดว่าจะได้รับคือ การพัฒนาที่สมดุล และพร้อมรับการเปลี่ยนแปลง โดยมีความสมดุลในทุกด้าน ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อมและวัฒนธรรม ในขณะเดียวกันวิธีการตามความพอเพียงเป็นความสมดุลของการกระทำ ทั้งเหตุและผลจะนำไปสู่ความยั่งยืนของการพัฒนา ภายใต้พลวัตทั้งภายในและภายนอกประเทศ ซึ่งในด้านการปฏิบัติ ความพอเพียงตามหลักปรัชญา นี้ ประกอบด้วยสามองค์ประกอบ (สามห่วง) คือ ความพอประมาณ ความมีเหตุมีผล มีระบบภูมิคุ้มกันที่ดีต่อผลกระทบของการเปลี่ยนแปลง หากขาดองค์ประกอบใดก็ไม่เป็นความพอเพียงที่สมบูรณ์

ความพอประมาณ คือ มีสองนัยยะ ในด้านหนึ่งคือ ความพอดีไม่สุดโต่ง โดยมีการกระทำไม่มากเกินไป ไม่น้อยเกินไปในมิติต่าง ๆ เช่น การบริโภค การผลิตอยู่ในระดับสมดุล การใช้จ่าย การออมอยู่ในระดับที่ไม่สร้างความเดือดร้อนให้ตนเอง อีกด้านหนึ่งหมายถึงการที่สามารถพึ่งตัวเองได้ยืนได้บนขาของตนเอง

ความมีเหตุมีผล หมายความว่า การตัดสินใจเกี่ยวกับระดับความพอประมาณในมิติต่าง ๆ นั้นจะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุมีผล มีการพิจารณาจากเหตุ ปัจจัยและข้อมูลที่เกี่ยวข้อง ต้องเป็นการมองระยะยาว คำนึงถึงความเสี่ยง ตลอดจนคำนึงถึงผลกระทบที่คาดว่าจะเกิดจึงการตัดสินใจนี้

การมีภูมิคุ้มกันในตัวดีพอสมควร หมายความว่า การกระทำที่ไม่คำนึงถึงเฉพาะเหตุการณ์ และผลในปัจจุบัน แต่ภายใต้ข้อจำกัดของข้อมูลที่มีอยู่ ต้องคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นในอนาคตด้วย และสามารถสร้างภูมิคุ้มกันพร้อมรับการเปลี่ยนแปลง ทั้งนี้ เพราะพลวัตในมิติต่าง ๆ ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงในสภาวะต่าง ๆ อย่างรวดเร็วขึ้น จึงต้องมีการเตรียมตัวพร้อมรับผลกระทบเหล่านี้ด้วย

นอกจากนี้การจะกระทำให้มีความพอเพียงตามหลักปรัชญาได้นั้น จะต้องมีเงื่อนไขพื้นฐาน คือ การมีความรอบรู้ และคุณธรรมความซื่อสัตย์สุจริต ในส่วนของคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต มีสองด้านคือ ด้านจิตใจ ปัญญา และด้านการกระทำ ในด้านแรกเป็นการตระหนักในคุณธรรม มีความซื่อสัตย์สุจริต และมีความรอบรู้ ที่เหมาะสม ส่วนด้านการกระทำหรือแนวทางการดำเนินชีวิต เน้น

ความอดทน ความเพียร สติ ปัญญา และความรอบคอบ เงื่อนไขทั้งสองนี้จะทำให้การปฏิบัติตาม  
เนื้อหาของความพอเพียงเป็นไปได้

หลักการพัฒนาตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ผู้เขียนได้วิเคราะห์ถึงหลักการว่าด้วยความพอเพียง ความพอประมาณ และความมีเหตุผล  
การมีภูมิคุ้มกันที่ดี ซึ่งมีประเด็นรายละเอียดน่าสนใจดังนี้

## 1. ความพอประมาณ

ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง รวมตลอดถึงการพัฒนาในโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ  
เกือบทุกโครงการ ล้วนมุ่งเน้นในเรื่องของการสร้างความ พออยู่พอกิน ความเหมาะสม ความพอ  
เพียง และความพอดี ทั้งสิ้นและในความเป็นจริงแล้วได้ทรงดำเนินการเรื่องเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่ง  
สะท้อนออกมาในเรื่องการสร้าง ความพอเพียงให้กับเกษตรกรซึ่งเป็นคนส่วนใหญ่ของประเทศ มา  
ตั้งแต่เริ่มทรงงานช่วยเหลือปสกนกรผู้ยากไร้ มานานนับหลายทศวรรษก่อนหน้าที่จะเกิดปัญหา  
วิกฤติทางเศรษฐกิจของประเทศ และก่อนที่คำว่า เศรษฐกิจพอเพียงจะเป็นคำที่พูดอ้างอิงกันหนาหู  
ในบรรดานักคิด นักวิชาการ และนักเศรษฐศาสตร์ทั้งหลายเสียอีก เกือบทุกครั้งและทุกแห่งหน ที่  
ได้เสด็จพระราชดำเนินไปทรงงานเพื่อช่วยเหลือ สงเคราะห์และยกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชน  
ผู้อยู่ห่างไกลและทุรกันดารในภูมิภาคและในชนบท พระองค์ทรงสั่งสอนและแนะนำให้ประชาชน  
รู้จักเพียงพอในการบริโภค การดำรงชีวิตและการใช้ชีวิต โดยทรงแนะนำให้สันโดษ ลด ละเลิก  
อบายมุขและความโลภอย่างไร้เหตุผล ทรงแนะนำให้ละเว้นวัฒนธรรมการบริโภคตามกระแสเศรษฐกิจ  
ทุนนิยมที่ไร้สาระ ฟุ่มเฟือย มอมเมา และไม่รู้จักพอ ทรงเน้นเรื่องการสันโดษ ให้พึงพอใจในชีวิตที่  
เพียงพอกับอัตภาพและสภาพแวดล้อม ควบคู่ไปกับการสร้างความมั่นคงและเกื้อกูลกันในชุมชน  
พร้อมๆ กัน (อภิชาติ พันธุเสน, 2539 : 207-208) กับการสร้างความเข้มแข็งและการมีธรรมะและ  
คุณธรรมในจิตใจ ไม่คดโกง เอารัดเอาเปรียบ รู้จักเสียสละและการให้ การแบ่งปันและให้ประสาน  
ประโยชน์ระหว่างตนกับผู้อื่น (คุณ โทจันทร์, 2525 : 109) ตลอดจนสังคมและสภาพแวดล้อมทั้งทาง  
ธรรมชาติและทางวัฒนธรรม

อย่างไรก็ตาม ผู้เขียนมองว่าขณะนี้ก็มีผู้ที่มีความเข้าใจ และเห็นความสำคัญของปรัชญา  
เศรษฐกิจพอเพียง ของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ มากยิ่งขึ้น โดยมีทั้งนักวิจารณ์และนักพัฒนา  
หลายสาขาได้ทำความเข้าใจ และแลกเปลี่ยนความเห็นและทัศนะกันดังปรากฏในการสัมมนาต่างๆ  
และแม้กระทั่งได้ขอพระราชทานความหมายลงมาจากพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ เพื่อน้อมเกล้าฯ  
รับไปปฏิบัติดังกล่าวมาแล้ว

จากแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงอันเนื่องมาจากพระราชดำริ ดังกล่าวมาแล้วข้างต้นก็พอจะ  
เห็นนัยสำคัญที่ว่า ทรงให้นำหลักของการพออยู่ – พอกิน กับความพอเพียงและพอดีเป็นฐานเบื้องต้น

ต้นก่อนที่จะขยายไปสู่การพัฒนาที่เป็นสัมมาพัฒนาที่ยั่งยืนสืบไป ความพออยู่-พอกินของประชากรผู้ยากไร้ส่วนใหญ่ของประเทศ จะเป็นจุดเริ่มต้นของการพัฒนาที่ยั่งยืนตามลำดับขั้นตอนโดยไม่เร่งรัดสร้างความเจริญทางเศรษฐกิจ โดยปราศจากรากฐานที่มั่นคงชัดเจน ผลจากเศรษฐกิจฟองสบู่ทำให้หลายฝ่ายเริ่มตระหนักว่า ความจำเป็น รุ่งเรืองจากภาพลวงตา โดยคำนึงถึงตัวเลขแสดงความเจริญเติบโตที่มีใช้ความจริงแท้ และมีได้ก่อให้เกิดประโยชน์แก่คนส่วนรวมเนื่องจากมีความโลภและกิเลสเป็นตัวชี้นำนั้นได้สร้างความหายนะแก่ประเทศชาติมาแล้วเพียงใด (นิธิ เอียวศรีวงศ์, 2537 : 118-119)

ดังนั้นจึงอาจสรุปความหมายและบริบทของแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง อันเนื่องมาจากพระราชดำริได้ว่า ความพออยู่ – พอกิน และความ พอเพียง ในแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงที่พระองค์ได้พระราชทานไว้นั้น มีความหมายและมีบริบทกว้างขวางเกินความมากกว่าเพียงแค่มิใช่ช่วยอยู่ในฝั่ง ผักและปลาอยู่ในไร่เพียงพอสำหรับการบริโภคในครัวเรือนไปได้ตลอดปีเท่านั้น หากแต่เศรษฐกิจพอเพียงนี้ยังกินความหมายกว้างขวางลุ่มลึกและผูกพันสอดคล้องกับหลักธรรมในพระพุทธศาสนาในเรื่องการเดินทางสายกลางและข้อธรรมอื่น ๆ ที่เกี่ยวกับ ปรัชญา และแนวคิด ในการดำรงชีวิตของผู้คน ชุมชน และสังคมไทยในอุดมการณ์ คือ พุทธวิถีแห่งความมีชีวิตอันประเสริฐอีกด้วย

ด้วยเหตุนี้ความหมายและบริบทของแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงอันเนื่องมาจากพระราชดำริจึงเป็นที่เข้าใจกันมากยิ่งขึ้น และเป็นที่ยอมรับกันด้วยว่า เศรษฐกิจพอเพียงนั้นคือหลักในการดำรงชีวิต ที่พึงปรารถนาของคนไทย ซึ่งสัมพันธ์อย่างยิ่งยวดกับเรื่องของจิตใจ จริยธรรมและหลักธรรมในพระพุทธศาสนา

นอกเหนือไปจากการทำทุกอย่าง ให้ง่ายและไม่สลับซับซ้อนจนชาวบ้านทำตามไม่ได้ อันเป็นหลักและหัวใจสำคัญของการดำเนินงานแล้ว การนำความรู้จริงในความเป็นไปแห่งธรรมชาติ และกฎเกณฑ์ของธรรมชาติมาใช้ในการแก้ไขปัญหา และปรับปรุงเปลี่ยนแปลงสถานะที่ไม่ปกติให้เข้าสู่ระบบที่ปกติ นั้น ก็นับว่าเป็นหลักการและแนวปฏิบัติที่สำคัญยิ่งอีกส่วนหนึ่งในการทรงงานของพระองค์ เช่น แนวความคิด ใช้ธรรมปราบอธรรม และ ธรรมปราบอธรรม หรือ น้ำดีไล่น้ำเสีย ในงานการอนุรักษ์และพัฒนาสิ่งแวดล้อม เป็นต้น แนวคิดและปรัชญาการทำงานในลักษณะนี้ จะเห็นได้ว่าเป็นการใช้ สติ และ ปัญญา ผสมผสานกับความรู้เข้าดำเนินการกับเหตุและปัจจัยไม่ว่าจะเป็น บวก หรือ ลบ ที่อยู่แวดล้อมมนุษย์ตามธรรมชาติให้ก่อประโยชน์สูงสุดนั้นเป็นการใช้ ปัญญา แก้ปัญหาตามหลักพระพุทธธรรมนั่นเอง (สมศักดิ์ ศรีสันติสุข, 2529 : 240)

ในพระพุทธศาสนานั้น สรรเสริญ ยกย่อง คนที่พัฒนาตนแล้วว่าควรแก่การยกย่อง ดังพระบาลีที่ว่า ทนโต เสฏโฐมนุส.เสสุ แปรความได้ว่า ในหมู่มนุษย์ผู้ที่ฝึกตนแล้วประเสริฐที่สุด ผู้ที่พัฒนาตนแล้วคือ ผู้ที่ได้รับการสรรเสริญในพระพุทธศาสนา (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2547

: 18) ดังนั้นจึงอาจกล่าวได้ว่า การพัฒนาตน คือ ธรรมอันประเสริฐและมีความสำคัญยิ่ง ส่วนปรัชญา แนวคิดและทฤษฎีของเศรษฐกิจพอเพียงอันเนื่องมาจากพระราชดำริ ซึ่งมีความมุ่งหมายหลัก ประการสำคัญที่สุด คือ การให้โอกาสแก่เกษตรกรผู้ยากไร้ได้มีโอกาสฝึกฝนทั้งทางด้านจิตและทาง ภายควบคู่กันไป โดยผสมผสาน อยู่ในเรื่องการทำมาหากิน คือ การมีสัมมาอาชีวะที่ไม่เพียงแต่จะ เน้นเรื่องความพออยู่ พอกิน และความพอเพียงแก่ชีวิต เท่านั้น แต่หากวิเคราะห์ลึกลงไปแล้วยังเห็น ลักษณะของการทำให้เจริญ คือ ภาวนา ในทุกด้านของชีวิตของตนและชุมชนที่ตนเอง ซึ่งถือว่าเป็น สถาบันหลักของทั้งทางเศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรมของประเทศไทย (วิจิตวงศ์ ณ ป้อมเพชร, 2546 : 7)

## 2. ความมีเหตุผล

ตามที่คุณเขียนได้กล่าวเป็นการปรับพื้นฐานมาในส่วนก่อนหน้านี้อแล้วว่า ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงอันเนื่องมาจากพระราชดำริซึ่งสะท้อนออกมาให้เห็นชัดแจ้งในโครงการพัฒนาอันเนื่องมาจากพระราชดำริ ต่าง ๆ หลากหลาย ที่มีขึ้นเพื่อสงเคราะห์ช่วยเหลือและยกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนให้ดีขึ้นนั้น ประการแรก คือ ความพออยู่ – พอกิน และพอเพียงในการดำรงชีวิต ซึ่งเป็น พื้นฐานหลักของชีวิตตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง และสอดคล้องสัมพันธ์กับหลักพุทธธรรมในข้อต่าง ๆ อันมีหลักแห่งการเดินทางสายกลาง คือ มัชฌิมาปฏิปทา เป็นปฐม (สนธยา พลศรี, 2545 : 9) นอกไปจากนั้นก็ยังมีเรื่องของการพอเพียงเป็นการประมาทในการบริโภคซึ่งอยู่ในหลักธรรมเรื่อง มัตตัญญูตถายัง เรื่องการสันโดษ ประมาทตน มีวิริยะอุตสาหะในการประกอบอาชีพและการไม่โลภ ไม่ฟุ้งเฟ้อ ไม่เบียดเบียน ฯลฯ อันเป็นหลักธรรมในพระพุทธศาสนา มาเป็นลำดับอย่างต่อเนื่อง

เศรษฐกิจพอเพียงเป็นหลักการ พออยู่ พอกิน พอดีและพอเพียงตลอดจนไม่โลภไม่เบียดเบียนทั้งผู้อื่น (ประสาธน์ หลักศิลา, 2545 : 2) และทรัพยากร ธรรมชาติ นั้น คือ แนวความคิดหลัก และเป็นพื้นฐานหลัก ที่ทรงมีพระราชประสงค์ให้ ประชากรส่วนใหญ่ของประเทศวางแนวชีวิตตามหลักแห่งพระพุทธศาสนาไว้ให้มั่น เพื่อเป็นภูมิคุ้มกัน มิให้เกิดความทุกข์ และสามารถดำรงชีวิตอยู่อย่างมีความสุขตามอัตภาพ มีความงดงาม และมีสันติสุข ไปพร้อม ๆ กันด้วย

รากฐานสำคัญของเศรษฐกิจพอเพียงอันเนื่องมาจากพระราชดำริ โดยแท้ ไม่ว่าจะพิจารณาในแง่ใด ความพออยู่ – พอกิน พอเพียงและพอดี นั้นเป็นปรัชญาการดำเนินชีวิตที่มีความหมายลึกซึ้ง เป็นพระ ปัญญา อันเฉียบคมที่ได้พระราชทานไว้เพื่อเป็นแนวทางแก้ไข และบรรเทา ปัญหา อันเนื่องมาจากวิกฤตการณ์ทางเศรษฐกิจของประเทศ โดย มัชฌิมาปฏิปทา ซึ่งโดยความเป็นจริงแล้ว ก็คือหลักธรรมสำคัญแห่งพระพุทธศาสนาและเป็นหลักแห่งการดำรงอยู่ของชีวิตทั้งของฆราวาสและคฤหัสถ์ใน พรหมจรรย์ แห่งพระพุทธศาสนาที่พุทธศาสนิกชนชาวไทยทั้งประเทศถูกบ่มเพาะมานาน พร้อมกับการเป็นชาติไทยนั่นเอง

### 3. การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว

การมีภูมิคุ้มกันในการดำเนินชีวิตโดยที่ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงนั้นเกี่ยวข้องอย่างสำคัญกับหลักธรรม มัชฌิมาปฏิปทาเป็นลำดับแรกและเป็นรากฐานของเศรษฐกิจพอเพียง ในบทย่อยนี้จึงเห็นควรพูดถึงในรายละเอียดเป็นการเฉพาะก่อนดังต่อไปนี้

พระพุทธศาสนา (พุทธธรรม) คือ ศาสนาแห่งปัญญาและการปฏิบัติอีกทั้งพุทธธรรมนั้นก็มิใช่เป็นเพียงปรัชญาของนักปรัชญาหรือเรื่องของนักคิดที่กำลังคิดค้นหาความจริง โดยใช้เหตุผลเชิงตรรกวิทยาหักล้างพิสูจน์ความจริงกันอยู่ หากแต่พุทธธรรมเป็นเรื่องของการปฏิบัติ หรือเป็นการปฏิบัติของผู้ทรงปัญญา ซึ่งเข้าไปเกี่ยวข้องกับการแก้ไขปัญหาให้กับชีวิตและความเป็นอยู่จริงของมนุษย์ พระพุทธศาสนามุ่งเน้นการสอนความจริงที่เป็นประโยชน์ และสั่งสอนเฉพาะสิ่งที่จะนำมาปฏิบัติให้เป็นประโยชน์ในชีวิตจริงได้ด้วยเหตุนี้ พระพุทธองค์ จึงไม่ทรงสนับสนุน การพยายามเข้าถึงสัจธรรม ด้วยวิธีครุ่นคิด และถกเถียงหาเหตุผลเกี่ยวกับปัญหาทางอภิปรัชญา ซึ่งไม่เป็นไปเพื่อประโยชน์ และด้วยเหตุที่พระพุทธศาสนา เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับชีวิตจริงของมนุษย์นี้เอง ความเป็นพุทธธรรมจึงต้องอาศัยการพิจารณาคุณค่าทางจริยธรรมประกอบด้วย

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต) กล่าวไว้ว่า มัชฌิมาปฏิปทา เป็นประมวลคำสอนภาคปฏิบัติ คือ ระบบ จริยธรรม ทั้งหมดของพระพุทธศาสนา มีรายละเอียด ขอบเขต กว้างขวาง มากเกินกว่าที่จะพูดถึงให้ครบถ้วนกระบวนความได้ แต่สามารถที่จะอธิบาย ทางสายเดียวแต่มีองค์ประกอบ 8 อย่าง อันเป็นหัวข้อสำคัญของ อริยอัฏฐังคิกมัคค์ หรือ อารยอัฏฐางคิกมรรค (มรรคอันประเสริฐ มีองค์ประกอบ 8 อย่าง) ดังนี้ คือ

1. สัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ (Right View)
2. สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ (Right Thought)
3. สัมมาวาจา วาจาชอบ (Right Speceh)
4. สัมมากัมมันตะ การกระทำชอบ (Right Action)
5. สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ (Right Livelihood)
6. สัมมาวายามะ ความพยายามชอบ (Right Efford)
7. สัมมาสติ ระลึกชอบ (Right Mindfulness)
8. สัมมาสมาธิ จิตมั่นชอบ(Right Concentration)

องค์ประกอบทั้ง 8 นี้ มีใช้ทางแปดทาง หรือต้องกระทำให้สำเร็จเสร็จสิ้นไปที่ละข้อ หากแต่เป็นส่วนประกอบของทางสายเดียวกัน ที่ต้องอาศัยพึ่งพิงกัน เหมือนเกลียวเชือก 8 เกลียว ที่รวมกันเข้าเป็นเส้นเชือกเดียว ที่ต้องปฏิบัติร่วมกันไปโดยตลอด

พระธรรมปิฎก (ปัจจุบัน พระพรหมคุณาภรณ์) ให้อธิบายในเรื่องนี้ว่าการศึกษาพัฒนา

องค์ธรรมภายใน มัชฌิมาปฏิปทานี้ ก็คือ การพัฒนาของชีวิต หรือพัฒนาการของชีวิตภายใต้กรอบกระบวนการของธรรมชาติ ที่ดำเนินไปตามวิถีแห่งมรรค และเมื่อพูดโดยผลรวมแล้ว สามารถแบ่งแยกออกเป็นหลักสามส่วน คือ

1. อธิศีลสิกขา คือ การฝึกศึกษาอบรมในด้านความประพฤติ ทางกาย วาจา และอาชีพ ให้มีชีวิตสุจริตและเกื้อกูล (Training in Higher Morality)
2. อธิจิตตสิกขา การฝึกศึกษาอบรม ด้านสมาธิ คือการพัฒนาจิตใจให้เข้มแข็งไม่หวั่นไหวง่าย (Training in Higher Mentality หรือ Concentration)
3. อธิปัญญาสิกขา การฝึกฝนศึกษาพัฒนาในด้านปัญญาให้สูงขึ้นและให้รู้คิด เข้าใจมองเห็นสรรพสิ่งตามความเป็นจริง (Training in Higher Wisdom)

## วิธีการพัฒนา

สำหรับขั้นตอนและวิธีการตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงนี้ มีดังนี้ คือ 1) การพึ่งตนเอง 2) พออยู่พอกิน 3) พอเพียง 4) การไม่เบียดเบียน

### 1. การพึ่งตนเอง

การพึ่งตนเอง ดังกล่าวแล้วว่าพระพุทธศาสนา คือ ศาสนาแห่งปัญญาและการปฏิบัติ ดังนั้นจึงให้ความสำคัญและมุ่งเน้นการปฏิบัติทั้งทางกาย และใจเพื่อการพึ่งตนเองทุกระดับเป็นอย่างมาก (พระอาจารย์ ชา สุภทฺโท, 2541 : 29) เช่นเดียวกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงที่เน้นการสงเคราะห์ช่วยเหลือ เพื่อให้เกษตรกรสามารถพึ่งตนเองได้และยืนอยู่บนขาของตนเองได้ เพื่อให้มีความแข็งแรงมั่นคงเพียงพอที่จะ พัฒนาตน ไปสู่ระดับที่สูงขึ้นต่อไป การพัฒนาตนนี้ย่อหมายถึงการพัฒนาตนทั้งภายนอกและภายใน คือ พึ่งพาตนเองได้ทางเศรษฐกิจและมีภูมิคุ้มกันทางด้านจิตใจ จะสามารถฝึกตนให้พ้นจากห่วงโซ่ของกระแสบริโภคนิยมโดยยึดถือและปฏิบัติตามหลักศีลธรรมและจริยธรรมตามพื้นฐานของหลักธรรมในพระพุทธศาสนา ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมประจำชาติไทยอยู่แล้ว (ยุวัฒน์ วุฒิเมธี, 2525 : 8)

หลักธรรมว่าด้วยการพึ่งพาตนเอง หรือ พึ่งตนเองในพระพุทธศาสนานั้น มีอยู่หลายประการเป็นการเฉพาะเช่น นาถกรณธรรม ซึ่งประกอบด้วยองค์ธรรมสำคัญ 10 ข้อ ว่าด้วยธรรมอันเป็นการสร้างที่พึ่งคุณธรรมอันทำให้ตนเป็นที่พึ่งของตนเองได้ประกอบด้วย (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), 2545 : 324)

1. ศีล (ความประพฤติดีงาม, ระเบียบวินัย, อาชีวะบริสุทธิ์)
2. พาหุสัจจะ (การศึกษา – การใฝ่หาความรู้)
3. กัลยาณมิตรตตา (คบคนดี มีกัลยาณมิตร, ปรึกษา)
4. โสวจิตตา (เป็นคนง่าย รับผิดชอบ)



5. กิ๊งกรณียะสุ ทุกขตา (ชวนชววยกิจการ, ทำได้สำเร็จ ฯลฯ)
6. ธัมมกามตา (รู้รัก, ไคร่ธรรม, รับรู้ – รับฟัง)
7. วิริยารัมภะ (ขยันหมั่นเพียร, ละชั่ว ทำดี, เข้มแข็ง)
8. สันตุภฺฐิ (สันโดษ, พอใจกับสิ่งที่หามาได้โดยชอบ)
9. สติ (ความมีสติ, ไม่ประมาท)
10. ปัญญา (รู้คิด, พิจารณา, เข้าใจสรรพสิ่งตามความเป็นจริง)

องค์ธรรมอันเป็นการ สร้างที่ฟัง นี้ เป็นธรรมมีอุปการะมาก เป็นคุณธรรมอันทำให้ตนเป็นที่พึ่งแห่งตนยังประโยชน์ตนและประโยชน์ผู้อื่นให้สำเร็จและเป็นกำลังหนุนในการบำเพ็ญคุณงามความดีทั้งหลายด้วย (อรสา เตตติวณฺ์ และคณะ, 2552 : 1-3)

ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เมื่อวิเคราะห์เทียบเคียงกับหลักธรรมในพระพุทธศาสนา ข้อนี้แล้ว จะเห็นความประสานสอดคล้องเป็นไปในแนวทางเดียวกัน โดยที่เศรษฐกิจพอเพียงไม่เพียงแต่มุ่งประสงค์ให้เกษตรกรและในวงที่กว้างขวางออกไป คือ ประชาชนทั้งชาติได้พึ่งพาตนเองได้ในทางเศรษฐกิจเท่านั้น แต่ยังหมายความคลุมถึงการมีความมั่นคงในการที่จะเป็น อิสรภาพจากการครอบงำของกระแสโลกในเชิงวัตถุนิยมและบริโภคนิยมต่าง ๆ ทั้งประชาชนยังสามารถกำหนดความเป็นอยู่ของตนเองด้วย สติปัญญา ความพากเพียร ความสันโดษ โดยมีองค์ธรรมทางพระพุทธศาสนา เกื้อหนุนอยู่ด้วย (สัญญา สัญญาวิวัฒน์, 2541 : 21-22) ดังจะเห็นได้จากความในพระราชดำรัสตอนหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับเรื่องนี้ว่า...คนเราถ้าพอในความต้องการมันก็มีความโลภน้อยก็เบียดเบียนคนอื่นน้อยถ้าประเทศใดมีความคิดอันนี้มีความคิดว่า ถ้าทำอะไรต้อง พอเพียง หมายความว่าพอประมาณ ซื่อตรง ไม่โลภมากเราก็ออยู่เป็นสุข

การพึ่งตนเองได้ในกระบวนทัศน์ของเศรษฐกิจพอเพียงนั้นกินความหมายถึงถึงการพัฒนาทางด้านคุณธรรมและจริยธรรมเข้าไว้ด้วย (อภิชาติ สมบูรณ์ปกรณ์ และคณะ, 2552 : 18) การพึ่งตนเองได้จึงไม่ได้มีความหมายเฉพาะ การพึ่งตนเองได้ทางด้านวัตถุเท่านั้น แต่หมายความกว้างขวางถึงการควบคุมตนเองให้เป็นอิสระปลอดโปร่งจากอำนาจของกิเลส และสามารถข่มตน ข่มใจ ให้เกิดปัญญาในการมีชีวิตอยู่อย่างมีคุณค่ารู้จักทุกข์ รู้เท่าทันทุกข์และมีความสุขตามอัตภาพได้ด้วย (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), 2539 : 78)

ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงอันมีเรื่องการพึ่งตนเองเป็นหลัก ที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้พระราชทานไว้ นั่น คือ หลักของการกระทำหรือปฏิบัติ เพื่อสร้างเหตุและผล ตามหลักของพุทธธรรมนั่นเอง

ในหลักการพึ่งตนเองและการทำความดี เพื่อให้ตนเป็นที่พึ่งของตนได้นั้น พระไพศาล วิสาโล ได้อรรถาธิบายไว้ในพุทธธรรมกับภครพัฒนาสังคมว่า การพึ่งตนเองในระดับของบุคคลนั้นมีใช้เป็นสภาวะที่ต่างคนต่างอยู่หรือตั้งใคร่ตัวมันแบบที่เรียกว่าปัจเจกนิยม (Individualism) โดย

สร้างความแปลกแยกจากสังคมแม้จะอยู่ในสังคม ซึ่งในทางพระพุทธศาสนามองว่า (พระไพศาล วิสาโล พุทธธรรมกับการพัฒนาสังคม, 2533 : 23)

ปัจจุบันเป็นที่ตระหนักและทราบกันอยู่ดีแล้วว่า แนวทางและทฤษฎีการพัฒนาเศรษฐกิจของประเทศไทย นับแต่ได้เริ่มพัฒนาประเทศอย่างเป็นระบบเป็นต้นมา เกือบ 5 ทศวรรษแล้วนั้น ใช้ทฤษฎีเศรษฐศาสตร์ในระบบทุนนิยมสมัยใหม่ซึ่งมุ่งเน้นการผลิต การบริโภค การลงทุน และการใช้ทรัพยากรขนาดใหญ่ เพื่อเพิ่มผลผลิตและกระตุ้นการบริโภคอย่างไม่มีขอบเขตจำกัด ผลจากการพัฒนาตามแนวคิดตะวันตกที่ผ่านมานั้น ก่อให้เกิดความเสียหายในหลายด้านโดยเฉพาะอย่างยิ่งทางด้านสังคม วัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อมในแง่ของผลดีจากการพัฒนาตามแนวความคิดนี้ ปรากฏว่า คนจำนวนน้อย (มาก) คือ กลุ่มทุนผูกขาด ซึ่งมีอำนาจและอิทธิพลทั้งทางเศรษฐกิจ การพาณิชย์ และการเมือง ได้รับส่วนแบ่งจากผลประโยชน์มากกว่าครึ่งหนึ่ง ซึ่งเป็นจำนวนมหาศาล คนส่วนใหญ่ของประเทศโดยเฉพาะเกษตรกรที่ยากจนที่สุดของประเทศ 20 % ได้รับผลจากการพัฒนาไปไม่ถึง 10 % ดังนั้นปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวซึ่งได้พระราชทานให้ไว้เป็นแนวทางเลือกจึงให้ความสำคัญแก่การพึ่งตนเองและพอเพียงเป็นอย่างมาก

เกี่ยวกับแนวความคิด เรื่องที่เห็นควรมีการปรับเปลี่ยนแนวคิด และปรัชญาการพัฒนาเศรษฐกิจของโลกตะวันตก ที่ถือว่าเป็นแนวคิดสมัยใหม่นับแต่ศตวรรษที่แล้วมาว่าแท้จริงมีใช้สิ่งที่ทันสมัยและก่อประโยชน์ อันแท้จริงให้กับโลกมนุษย์เลย หากแต่เป็นการทำลายทั้งมนุษย์และทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมเสียมากกว่าต่างหาก (เฉลิม บุรีภักดี และคณะ, 2545 : 44-45) ส่วนแนวคิดและปรัชญาตะวันออกที่วางไว้สำหรับชีวิตและโลกนั้น กลับเป็นปรัชญาที่ทันสมัยและทรงคุณค่ามากกว่า เช่น ความคิดในเรื่อง พุทธเศรษฐศาสตร์ (Small is beautiful) ของ อี.เอฟ.ซูมารคเกอร์ ซึ่งมีนัยที่สัมพันธ์อย่างยิ่งกับปรัชญาและแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง ของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวเป็นอย่างยิ่ง (ประเวศ วะสี, 2541 : 35-36)

## 2. พออยู่พอกิน

คำว่า พออยู่พอกิน จะตรงกับคำว่าสันโดษ ตามหลักพุทธธรรมในเรื่องสันโดษ ดูจะเป็นหัวข้อธรรมที่ถูกนำไปตีความและอธิบายความหมายให้ผิดพลาดคลาดเคลื่อนไปจากความหมายที่ถูกต้องสมบูรณ์ ส่วนใหญ่แล้วมักจะนำไปเทียบกับความหมายของกรุงฉะยชา มักน้อย ขาดความกระตือรือร้นและขาดวิริยะในการประกอบกิจการทั้งปวง ประเทศไทยเราเองแม้ว่ารากฐานสำคัญทางวัฒนธรรมและวิถีชีวิต คือ พระพุทธศาสนา แต่มีบางครั้งทั้งรัฐบาลและผู้นำประเทศซึ่งศรัทธาเชื่อมั่นในแนวคิดและปรัชญาตามแนวตะวันตก ละตามกระแสไปโดยมองข้ามสิ่งดีมีคุณค่าของพุทธศาสนาและวัฒนธรรม ตลอดจนวิถีชีวิตของคนไทยไป และเข้าใจความหมายของคำว่าสันโดษคลาดเคลื่อนจนถึงกับมีมติว่าสันโดษเป็นการทำลายความเจริญก้าวหน้าของประเทศไปเสียอีก

ตามที่ครั้งหนึ่งเคยมีศาสนเป็นทางการ จากหัวหน้ารัฐบาล ขอให้ที่ประชุมสงฆ์(ที่ประชุมสัมมนานา (สัมมนา) พระคณาธิการทั่วราชอาณาจักร เมื่อวันที่ 18 เมษายน 2503) เลิกสอนหลักธรรมเรื่อง สันโดษ เนื่องจากคำสอนเรื่อง สันโดษ ทำให้คนมีน้อย ไม่อยากทำอะไร ไม่อยากได้อะไร ไม่จำเป็นต้องขวนขวาย เนื่องจากตายแล้วก็เอาไปไม่ได้ คำสอนเหล่านี้ ไม่เหมาะสมกับกาลของสมัยปฏิวัติ ซึ่งต้องการการพัฒนาและความขวนขวายหาทางก้าวหน้า (ตั้งคำมุ่งหมายที่สะท้อนให้เห็นความสำคัญของการพัฒนาว่า การปฏิวัติครั้งนี้จะได้ผลสำเร็จหรือล้มเหลวก็อยู่ที่การพัฒนาเศรษฐกิจนี้เอง) ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า หลักธรรมเรื่องสันโดษจึงไม่เกื้อหนุนต่อการพัฒนาประเทศ ซึ่งก็น่าเห็นใจ และต้องยอมรับกันว่า ปัญหาอยู่ที่ฐานความคิด ความรู้ ความเข้าใจ โดยเฉพาะ ทิฏฐิ ที่เป็นฐานความคิดทั้งปวงแนวคิดนี้ไม่น่าจะเกิดขึ้นได้กับพุทธศาสนิกชนไทยได้มากกว่าผลดีอยู่ตลอดมาโดยผู้คนส่วนใหญ่ของประเทศที่ยังยากจน และทรัพยากรธรรมชาติอันอุดมสมบูรณ์ต้องถูกผลกระทบ และต้องตกเป็นทุนทางสังคมที่สูญเปล่ามาโดยตลอด (อุทัย ดุลยเกษม และอรศรี งามวิทยาพงศ์, 2540 : 11)

เรื่องความสันโดษหรือความพอเพียง ในปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงอันเนื่องมาจากพระราชดำริ ก็เป็นเช่นเดียวกับหลักพระพุทธธรรมนั่นเอง ความพอเพียง เป็นเรื่องสำคัญของทั้งตัวบุคคลและของประเทศ ได้ทรงย้ำไว้ตามที่ยกมากล่าวอยู่เนื่อง ๆ ว่า คนเราต้องพอเพียงนั้นย่อมนำความถึงคนเราต้องมีความสันโดษ ความพอเพียงเช่นใด ขนาดไหน จึงจะเป็นความเหมาะสมและสมควรแก่แต่ละบุคคลนั้นขึ้นอยู่กับอัตภาพ และฐานานุรูปของแต่ละบุคคลเป็นสำคัญ

สำหรับองค์ธรรมที่เกี่ยวข้องกับความสันโดษ และการดำรงชีวิตที่งดงามอีกข้อหนึ่งนั่นคือ ธรรมอันอำนวยประโยชน์สุขขั้นต้น หรือธรรมเพื่อเป็นไปในประโยชน์ปัจจุบันคือ ทิฏฐิธัมมิกัตถสังวัตตนิกรธรรม หรือ ที่รู้จักกันดีว่า ทิฏฐิธัมมิกัตถประโยชน์ ซึ่งมีหัวข้อสำคัญดังนี้

1. อุฏฐานสัมปทา การถึงพร้อมด้วยความขยันหมั่นเพียรในการทำงาน
2. อารักขสัมปทา การถึงพร้อมด้วยการเก็บรักษาโภคทรัพย์ อันตน ขวนขวายหามาได้ด้วยความชอบธรรม
3. กัลยาณมิตตตา คบคนดีเป็นมิตรและรู้จักกำหนดบุคคลในถิ่นที่อาศัย
4. สมชีวิตา ประมาณความเป็นอยู่ รู้จักกำหนดรายได้ รายจ่าย เลี้ยงชีวิตแต่พอดีมิให้ฝืดเคืองหรือฟุ่มเฟือย

ซึ่งหลักธรรมในหัวข้อ ทิฏฐิธัมมิกัตถสังวัตตนิกรธรรมนี้ ก็ได้มีอยู่ในหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวเกือบทั้งหมด และถือได้ว่า เป็นพื้นฐานของการดำรงชีวิตของบุคคล ในระบบเศรษฐกิจพอเพียงโดยแท้ (ที.ปา. (ไทย) 11/197/202) อย่างไรก็ตามก็ดีสำหรับความเข้าใจเรื่อง สันโดษ และความหมายที่แท้จริงในทางพุทธธรรมและในทางโลกนั้น ยังมีความเข้าใจ

ไขว้เขวอยู่มากดังกล่าวไว้บ้างแล้วในเบื้องต้น และแม้กระทั่งในกระบวนการพัฒนาสมัยใหม่ ซึ่งยังเชื่อกันอยู่ถึง ณ บัดนี้ว่า การเร่งเร้าให้คนบริโภคมากเพื่อให้เกิดการผลิตมากจะช่วยให้การพัฒนาได้

สำหรับองค์ธรรมที่เรียกว่าสันโดษ ตามศัพท์ในพระบาลีซึ่งขอยกมากล่าวไว้ในที่นี้ มีดังนี้ สันโดษ 3 และ 12

สันโดษคือความยินดี ความพอใจ ความยินดีด้วยของของตนซึ่งได้มาด้วยเรี่ยวแรงและความเพียรโดยชอบธรรม ความยินดีด้วยปัจจัย 4 ตามมีตามได้ความรู้จักอ้อม รู้จักพอ 1) ยถาลาภสันโดษ (ยินดีตามที่ได้, ตามที่พึงได้ ตามที่ตนเองเพียรหามาได้ ไม่กระวนกระวายเพราะสิ่งที่ตนไม่ได้ ฯลฯ) 2) ยถาพลาสันโดษ (ยินดีตามกำลัง, เพียงพอแก่ร่างกาย สุขภาพ และวิสัยแห่งการใช้สอยของตน ไม่ยินดีอยากได้เกินกำลัง ฯลฯ) 3) ยถาสารูปสันโดษ (ยินดีตามสมควรแก่ภาวะ ฐานะ แนวทางชีวิต และจุดหมายแห่งตน ฯลฯ) (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), 2545 : 106) สันโดษ 3 นี้ เป็นไปในปัจจัย 4 แต่ละอย่างจึงรวมเรียกว่า สันโดษ 12 ซึ่งแม้จะมุ่งเน้นเฉพาะบรรพชิตแต่คฤหัสถ์ก็พึงพิจารณาได้ตามสมควร (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), 2537 : 77)

อย่างไรก็ตาม แม้จะพยายามวิเคราะห์ว่า สันโดษ อาจมีความหมายถึง ความเป็นปัจเจกนิยม (Individualism) ซึ่งความสันโดษในความหมายหนึ่งอาจหมายถึงการแยกตัวโดดเดี่ยว เห็นแต่ประโยชน์ส่วนตน และไม่นำพาต่อประโยชน์ส่วนรวมชุมชนและสังคมแต่ในความหมายที่แท้จริงทางพุทธธรรมแล้ว สันโดษ ห่างไกลจากความเป็น ปัจเจกนิยม ในระบบทุนนิยมโดยสิ้นเชิง เนื่องด้วยโดยที่ลัทธิปัจเจกนิยมในระบบทุนนิยมเสรีนั้น ความสำเร็จในการผลิตและการบริโภคที่ได้มาเฉพาะตน อาจเสริมให้เกิด อหังการ และ มมังการ ซึ่งจะต้อยอดเชื้อแห่งความโลภ และการเบียดเบียน ไม่มีที่สิ้นสุด และจะเกิดการแข่งขันเพื่อเอาชนะ คู่แข่งและจะเร่งเร้าเบียดเบียนทรัพย์สินกรรมชาติให้หมดสิ้นเปลืองไปอย่างไม่มีที่สิ้นสุด ตามทฤษฎีการแข่งขัน (Competitiveness) ซึ่งกำลังเป็นที่นิยมกันในสังคมผู้บริหารประเทศ และปัญญาชนบางส่วนอยู่ในขณะนี้ (ลีลาวรรณ นาคทรพรพ และคณะ, 2548 : 16)

### 3. ความพอเพียง

คำว่า พอเพียง หมายถึงคำว่า มัตตัญญูตาเป็นอีกองค์ธรรมหนึ่งที่สำคัญยิ่งต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์อย่างมีศานติสุขและยั่งยืน มัตตัญญูตา โดยสรุปมีความหมายถึงความเป็นผู้รู้จักประมาณ คือ ความพอเหมาะพอดี เช่น รู้จักประมาณในการแสวงหา รู้จักประมาณในการใช้จ่ายให้พอเหมาะพอควรเป็นต้น(พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), 2546 : 193)

นอกจากนั้น หลักแห่งพระพุทธธรรม ยังสอนให้บุคคลจัดแบ่งทรัพย์ที่หามาได้ไว้เป็นส่วน เพื่อความเหมาะสมในการจับจ่ายและดำรงชีวิตโดยหลักในการรู้จักการใช้จ่ายและการบริโภคทรัพย์

ที่หามาได้นั้น (กาญจนา แก้วเทพ, 2543 : 53-59) เป็นหลักการที่สำคัญ เช่นกันในปรัชญาของ เศรษฐกิจพอเพียงอันเนื่องมาจากพระราชดำริ ด้วยว่าทรงแนะนำและสั่งสอนเกษตรกรให้รู้จัก ประมาณในการจับจ่ายและการบริโภค ด้วยการที่ทรงห่วงใยในเรื่องการใช้จ่ายเกินตัวของเกษตรกร จึงได้แนะนำให้เกษตรกรทำบัญชีรับ - จ่าย ส่วนครัวเรือนไว้อย่างง่าย ๆ ทำเพียงเพื่อให้ทราบว่า หา มาได้เท่าใดและจ่ายเกินไปเท่าใด มีเหลือเท่าใด เพื่อจะได้มีแผนการใช้จ่ายเงินล่วงหน้า บัญชีนี้ใช้ ชิดเอาข้างฝาก็ได้ หากเขียนหนังสือไม่ได้

ในเรื่องพฤติกรรมทางเศรษฐกิจนี้เมื่อวิเคราะห์เข้ากับหลักธรรมในพระพุทธศาสนาแล้ว จะ เห็นได้ว่าทุกเรื่องมีจุดอยู่ที่ตัวของมนุษย์เองก่อน ไม่ว่าจะเป็นการผลิต การบริโภคหรือการวิภาคแบ่ง ปันกระจายรายได้ก็ตาม จะเริ่มที่ตัวบุคคลว่าจะต้องรู้จักประมาณตนก่อน การรู้จักประมาณ หรือการ รู้จักพอดี (หรือในเศรษฐกิจพอเพียง เรียกว่า ความพอเพียง ความพอประมาณ) นั้น ทางพุทธศาสนา เรียกว่า มัตตัญญูตา หรือ หากเป็นการพอเพียงในการบริโภคอาหาร ก็เป็นโภชนมัตตัญญูตา เป็นต้น

ในองค์ธรรมที่กล่าวถึงธรรมอันทำให้เป็นสัตบุรุษ หรือคุณสมบัติของคนดี คือ สัปปริสธรรม 7 ได้กล่าวไว้มีดังนี้

1. รัชมัญญูตา ความรู้หลัก รู้จักเหตุ รู้กฎเกณฑ์เหตุผล
2. อุตถัญญูตา ความรู้จักอรรถ, รู้ความหมาย, รู้จักผลรู้ประโยชน์อันพึงประสงค์, รู้เหตุรู้ผล ฯลฯ
3. อุตตัญญูตา รู้จักตน, รู้จักฐานะ, ความรู้ - ความสามารถความถนัด เป็นต้น ฯลฯ
4. มัตตัญญูตา ความรู้จักประมาณ, ความพอดี, รู้จักบริโภคปัจจัย 4, รู้จักเหตุผล การ บริโภคทรัพย์ ฯลฯ
5. กาลัญญูตา การรู้จักกาล รู้จักเวลา อันเหมาะสม, รู้จักเวลาที่จะ ต้องใช้ ในกาล ทำงานตรงเวลา, เป็นเวลา ฯลฯ
6. ปริสัญญูตา รู้จักบริษัท, รู้จักชุมชน, รู้กริยาที่จะประพฤติ รู้จักที่ประชุมที่ตนร่วมอยู่ ฯลฯ
7. บุคคลัญญูตา ความรู้จักบุคคล, ความแตกต่างระหว่างบุคคล อัจฉาศัย, ความสามารถ ของบุคคล ฯลฯ (ที.ม. (บาลี) 10/165/96)

สัปปริสธรรม ทั้ง 7 ดังกล่าวข้างต้นนี้ถือเป็นองค์ธรรมสำคัญ สำหรับทั้งบรรพชิตและฆราวาส ในการดำรงชีวิตอยู่ในความดี หรือเป็นคุณเครื่องเกื้อหนุนความดีที่เดียว กล่าวเฉพาะในข้อ มัตตัญญู ตา ความพอดีและความพอประมาณในการบริโภคนั้น มิได้หมายความว่าเฉพาะในเรื่องของวัตถุ หรือปริมาณเท่านั้น หากยังจะต้องมองลึกลงไปให้ถึงคุณค่าของสิ่งบริโภคนั้นด้วยว่าเป็น คุณค่าแท้ หรือ คุณค่าเทียม ว่าบริโภคไปเพื่ออะไร เพื่อความอยู่รอดของชีวิต หรือเพราะเหตุแห่ง ความฟุ่มเฟือย หรือแม้แต่กับของใช้สอยก็จะต้องคำนึงถึงว่า ใช้เพื่อความจำเป็นอะไร ตามที่พระภิกษุสงฆ์จะได้ รับการสอนในเบื้องต้นให้ปฏิบัติซา-โยนิโส ฯ เปฯ (ข้าพเจ้าพิจารณาแล้วจึงเสพปัจจัย) โดยพิจารณา

ให้เห็นคุณค่าแท้ในการบริโภค เช่น เสพอาหารเพื่อหล่อเลี้ยงชีวิต เพื่อสุขภาพ ดังนั้นเป็นต้นการพิจารณาอย่างนี้จะเปิดเหตุให้เบียดเบียนสิ่งมีชีวิต และทรัพยากรธรรมชาติต่าง ๆ น้อยลง เป็นการมองเห็นความสัมพันธ์ที่ระหว่างชีวิตกับธรรมชาติ ซึ่งจะก่อให้เกิดความรักและไม่ทำลายธรรมชาติอีกด้วย

มัตตัญญูตา ความรู้จักพอดีและพอประมาณในการบริโภคปัญหาที่ว่า ความพอดี จะมีอยู่แค่ไหนก็ขึ้นอยู่กับความเป็นเหตุเป็นผลของแต่ละคน แต่ในกรณีของพระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต) ได้กล่าวว่า ความพอดี หมายถึงความพอดีที่ทำให้คุณภาพของชีวิตมาบรรจบกับความพึงพอใจ ดังข้อปฏิบัติของพุทธศาสนิกชนโดยเฉพาะพระสงฆ์จะมีสูตรที่ว่า ปฏิสง.ชา โยนิโส ปิณ.ทปาดันเว ทวาย น มทาย น มณฺชนาย (มิใช่เพื่อสนุกสนาน ลุ่มหลง ฟุ่มเฟือย) ยาเทวมิสสุกายสสุ แต่บริโภคเพื่อความสวัสดีดำรงอยู่ ความพอดีที่หมายถึง คุณภาพของชีวิตมาบรรจบกับความพึงพอใจนั้นเป็นสัมพันธภาพของบุคคลต่อสถานภาพที่ตนเป็นอยู่ เป็นการใช้ปัญญาให้ทราบถึงจุดดุลยภาพว่าอยู่ตรงไหน มีปัญญาทราบว่าการบริโภคปัจจัย 4 นั้น เป็นไปเพื่อดำรงชีวิตและดำรงธรรมชาติโดยไม่เบียดเบียนกันหรือเพราะคุณค่าเทียม คือ ความพึงพอใจเห่อเหิม เป็นต้น (ขุ.ธ. (บาลี) 25/270/63) อันได้แก่การไม่เบียดเบียนชีวิตทั้งปวง ซึ่งรวมอยู่ในระบบนิเวศด้วย

#### 4. ความไม่เบียดเบียน

อหิงสาการไม่ทำลายและไม่เบียดเบียน บางแห่งใช้คำว่า อพยาปชฌา การพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคลให้มุ่งสู่วิถีชีวิตที่ดีงาม ทั้งทางกายและทางจิต มีความพอดี – พอเพียง ตลอดจนการให้ความสำคัญและเคารพต่อคุณภาพของระบบนิเวศ ซึ่งเอื้อประโยชน์แก่ชีวิตมนุษย์อันเป็นหลักในพระพุทธธรรมนั้นสอดคล้องกับแนวทางของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงอันเนื่องมาจากพระราชดำริอย่างเห็นได้ชัด คุณค่าทางจริยธรรมและคุณค่าทางนามธรรมนี้ จะไม่เคยเห็นปรากฏในหลักทฤษฎีทางเศรษฐศาสตร์กระแสหลัก นับแต่ Adam Smith เป็นต้นมา สิ่งที่น่าจะเป็นข้อพิจารณาวิเคราะห์สำหรับหลักพระพุทธธรรมกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่อยู่ในแนวเดียวกันก็คือ การมุ่งเน้นที่คุณภาพชีวิตและคุณค่าของมนุษย์เป็นเบื้องต้น และการนั้นต้องเป็นไปเพื่อการทั้งตนเองและผู้อื่นเพื่อปูทางไปสู่เป้าหมายระดับสูงขึ้นไป คือ สัมปรายภักตละ อันเป็นประโยชน์และคุณค่าทางจิตใจจนถึงปรมาตม์ คือ จุดหมายสูงสุด แต่การไม่เบียดเบียนเป็นสิ่งสำคัญทุกวงโคจรของชีวิต (อง. ปญจก. (ไทย), 225/43/68–69)

นอกจากนี้ การเร่งรัดพัฒนาเศรษฐกิจตามแนวทุนนิยมเสรีด้วยการเร่งรัดการผลิตและการส่งออกนั้น มีผลกระทบต่อการใช้ทรัพยากรธรรมชาติ แรงงานและสภาพแวดล้อมดังได้กล่าวแล้วเป็นจำนวนมาก ในชนบท ซึ่งเสี่ยงต่อการเบียดเบียน การปลูกพืชเชิงเดี่ยวทำให้มีการเร่งผลผลิต

ด้วยการใช้ปุ๋ยและสารเคมีอย่างต่อเนื่อง ทำให้โครงสร้างของทรัพยากรดินและน้ำเสื่อมโทรม และเมื่อดินเสื่อมคุณภาพใช้ทำการเพาะปลูกไม่ได้อีกต่อไป ก็ถูกทิ้งร้างและมีการเปิดพื้นที่ใหม่ด้วยการบุกรุกป่าที่อุดมสมบูรณ์เพื่อทำกินต่อไป อันเป็นการเบียดเบียน และทำลายสภาพแวดล้อมและระบบนิเวศของธรรมชาติอย่างรุนแรง ซึ่งตรงกันข้ามกับเกษตรกรรมในระบบเศรษฐกิจพอเพียง ที่เกษตรกรทำกินเพื่อตนเองและเพื่อขายในชุมชนนั้น กลับมีการอนุรักษ์มากและเบียดเบียนธรรมชาติน้อย เพราะผลิต พอเพียง ไม่โลภมาก ไม่ทำลายมากและกิจกรรมที่ทำในระดับที่ไม่กว้างขวางใหญ่โตมากนัก กลับเป็นการหมุนเวียนให้คุณภาพสิ่งแวดล้อมดีขึ้นโดยธรรมชาติ และมีการปรับปรุงฟื้นฟูปรับตัวเองได้โดยธรรมชาติอีกด้วย การผลิตด้วยวิถีธรรมชาติ และไม่ใช้เทคโนโลยีสูงมากนักในระบบเศรษฐกิจพอเพียง จะช่วยให้เกษตรกรสามารถพึ่งตนเองได้ โดยไม่ต้องกู้หนี้ยืมสิน เพื่อลงทุนมากทางด้านกิจกรรมการเกษตร การผลิตและการบริโภคก็จะมีแนวทางที่ไม่เป็นการทำลายทรัพยากร และก่อให้เกิดของเสียมากเกินไป เป็นการสร้างดุลยภาพระหว่างชีวิตกับธรรมชาติ ที่จะเกื้อกูลต่อกันและอยู่ร่วมกันด้วยความสามัคคี

ตามที่ได้วิเคราะห์ เทียบเคียงปรัชญาและแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง อันเนื่องมาจากพระราชดำริกับหลักธรรมในพระพุทธศาสนาโดยลำดับโดยได้กล่าวถึงทั้งองค์รวม ในหลักพุทธธรรม และแยกอธิบายในแต่ละส่วนของข้อธรรมหลักในแต่ละหัวข้อสำคัญตลอดจนหลักธรรมโดยทั่วไปว่า มีความสัมพันธ์และสอดคล้องต้องกันอย่างไร โดยผู้วิเคราะห์ได้พยายามชี้ให้เห็นว่า ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงนั้นได้ น้อมนำเอาหลักพุทธธรรมในเรื่อง มัชฌิมาปฏิปทา หรือ การเดินสายกลางมาเป็นหลักพื้นฐานโดยมุ่งเน้นให้ประชาชนในชาติ (ศูนย์ฝึกอบรมวนศาสตร์ชุมชนแห่งภูมิภาคเอเชียแปซิฟิก มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2545 : 36) ดำรงอยู่ในความพอเพียงทั้งในการบริโภค และการดำเนินชีวิต อีกทั้งยังมีความซื่อสัตย์มีความอดทน ขยันหมั่นเพียร มีความเป็นอิสระ และมีความมั่นคงในจิตใจ ไม่ตกไปสู่กระแสวัตถุนิยม และบริโภคนิยมได้โดยง่าย ให้ลด ละ เลิก ความโลภและการเบียดเบียน ให้อริจักมีอริสสั อุดออม ไม่เอาไรต์ เอาเปรียบรู้จักเมตตาและการให้ ตลอดจนให้ประสานประโยชน์ระหว่างตนกับผู้อื่นและสังคม ธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม โดยไม่เป็นการทำลายอีกด้วย หลักการเหล่านี้ มีปรากฏอยู่ในพุทธธรรมในพระพุทธศาสนาอันเป็นรากฐานของวัฒนธรรมและสังคมไทยมานับเป็นพันปีทั้งสิ้น

## เป้าหมายการพัฒนา

สำหรับเป้าหมายของการพัฒนาตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง สรุปได้ดังนี้ 1) มีการพัฒนาที่สมดุลและยั่งยืน 2) มีความพร้อมรับต่อการเปลี่ยนแปลงในทุกด้าน 3) ระดับตน ครอบครัว ชุมชน

รัฐ ดำรงอยู่ อย่างผาสุก และปฏิบัติตนเหมาะสม 4) สำนึกในคุณธรรม มีความซื่อสัตย์สุจริต อดทน มีความเพียร มีสติปัญญาและความรอบคอบ

การช่วยตนเองและการร่วมมือช่วยเหลือกันเป็นการทำให้บรรลุประโยชน์ทางเศรษฐกิจ และสังคม มีการขยายความการช่วยตนเองว่าหมายถึงการเป็นคนขยัน ประหยัด พัฒนาตน หลีกพ้น อดายามุข การช่วยเหลือกันคือการร่วมแรงกาย แรงใจ กำลังความคิด กำลังทรัพยากรช่วยเหลือกัน นี้ต้องมีคุณธรรม 4 ประการ เป็นที่ตั้งคือ ความซื่อสัตย์ ความเสียสละ ความสามัคคี การมีระเบียบ วินัยการบรรลุเป้าหมายปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ศูนย์เรียนรู้ปรัชญาตามแนวพระราชดำริระบุ เงื่อนไขการปฏิบัติคือ การมีความรอบรู้ ความรอบคอบระมัดระวัง มีคุณธรรมความซื่อสัตย์สุจริต (พิสิฐภัฏ บุญไชย และทรงคุณ จันทจร, 2540 : 139-140) ทั้งนี้ ตามพระบรมราโชวาทเมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2541 ความตอนหนึ่งว่า ...เศรษฐกิจพอเพียงนี้ที่จะมาบอกให้พอเพียงเฉพาะตัวเอง 100 เปอร์เซ็นต์ เป็นสิ่งที่ทำไม่ได้ จะต้องมีการแลกเปลี่ยน ต้องมีการช่วยกัน ถ้ามีการช่วยกัน แลกเปลี่ยนไม่ใช่เศรษฐกิจพอเพียงแล้ว แต่ว่าพอเพียงในทฤษฎีหลวงนี้คือสามารถที่จะดำเนินงานได้... ดังนั้น วิธีการบรรลุเป้าหมายของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มีแนวคิดที่สอดคล้องกัน โดยมองที่คน และสิ่งแวดล้อม และกำหนดบุคลิกภาพของคนที่เหมาะสม มองการพัฒนาที่มั่นคง ยั่งยืน

คนแต่ละคนมีชีวิตแตกต่างกันไปตามแบบแผนของสังคมที่สลับซับซ้อน เปลี่ยนแปลงและ พัฒนาตลอดเวลา แต่ทุกคนก็ยังมีความต้องการที่ประสบความสำเร็จในชีวิตโดยเฉพาะคนไทยที่อยู่ใน ประเทศไทยนั้น ยังมีพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ที่ทรงชี้แนะและมอบแนวทางในการดำรง ชีวิตในทางสายกลางที่สมดุล คือ มีความพอประมาณ มีเหตุมีผล มีภูมิคุ้มกันภายใต้เงื่อนไขของ ความรู้และคุณธรรม ที่เรียกว่า เศรษฐกิจพอเพียงชีวิตความเป็นอยู่ของคนเกี่ยวข้องกับทั้งเศรษฐกิจ สังคม การเมืองการปกครอง และอื่น ๆ โดยเฉพาะด้านเศรษฐกิจ ซึ่งเป็นความจำเป็นพื้นฐานที่แต่ละคน มีระดับความต้องการไม่เท่ากัน เพราะแต่ละคนย่อมมีโอกาสของการพัฒนาที่แตกต่างออกไป เช่น ความรู้ ความสามารถ ประสบการณ์ การสร้างรายได้ การใช้ประโยชน์จากทรัพยากร เป็นต้น ในขณะที่เดียวกันด้านสังคมเริ่มต้นจากการดำรงชีวิตจะมองถึงความสามารถในการพึ่งตนเอง ความร่วมมือของคนในครอบครัวและคนรอบข้าง สมาชิกในสังคมยอมรับ มีความมั่นคงในการดำรงชีวิต เป็นต้น ดังนั้น การพัฒนาชีวิตควรดำเนินการ ดังนี้

1. ค้นหาความต้องการของตนเองให้พบว่ามีความต้องการอะไร มีเป้าหมายในการดำเนิน ชีวิตอย่างไร เช่น ต้องการมีชีวิตที่มีอนาคตก้าวหน้า มีความเป็นอิสระ มีเวลาเพื่อครอบครัวและ สังคม มีทรัพย์สินเพียงพอ มีความสุข หลุดพ้นจากความยากลำบาก
2. วิเคราะห์ข้อมูลของตนเองและครอบครัว ซึ่งจะช่วยให้รู้สถานภาพ รู้สาเหตุของปัญหา รู้ปัจจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง รู้ผลกระทบต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม เทคโนโลยี และ



ทรัพยากรธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม

2.1 ศักยภาพของตนเอง เช่น ความรู้ ความสามารถ ความชำนาญ (ทักษะ) ชื่อเสียง ประสิทธิภาพ ความมั่นคง ความก้าวหน้า สภาพทางการเงิน การสร้างรายได้การใช้จ่าย การออม คุณธรรมและศีลธรรม

2.2 ศักยภาพของครอบครัว เช่น วิธีการดำรงชีวิต ภาวะเศรษฐกิจของครอบครัว ความเชื่อ ทศนคติ ค่านิยม วัฒนธรรม ประเพณี คุณภาพชีวิตของคนในครอบครัว ฐานะทางสังคม ฐานะทางการเงิน ที่เป็นทรัพย์สินและหนี้สินของครัวเรือน รายได้ รายจ่าย ของครัวเรือน

### 3. วางแผนการดำเนินชีวิต

3.1 พัฒนาตนเอง ให้มีการเรียนรู้ต่อเนื่อง (ใฝ่เรียนรู้) สร้างวินัยกับตนเอง โดยเฉพาะวินัยทางการเงิน

3.2 สร้างนิสัยที่มีความคิดก้าวหน้ามุ่งมั่นในเป้าหมายชีวิต หมั่นพิจารณาความคิด ตัดสินใจ แก้ปัญหา เป็นระบบโดยใช้ความรู้ (ที่รอบรู้ รอบคอบ ระมัดระวัง) มีความรับผิดชอบต่อตนเอง สังคม และครอบครัว

3.3 หมั่นบริหารจิตใจให้มีความซื่อสัตย์ สุจริต รักชาติ เสียสละ สามัคคี เที่ยงธรรม ศีลธรรม

3.4 ควบคุมจิตใจให้ตนเอง ประพฤติในสิ่งที่ดีงาม สร้างสรรค์ ความเจริญรุ่งเรือง

3.5 พัฒนาจิตใจ ให้ลด ละ เลิก อบายมุข กิเลส ตัณหา ความโกรธ ความหลง

3.6 เสริมสร้างและฟื้นฟูความรู้และคุณธรรมของตนเองและครอบครัว เช่น เข้ารับการฝึกอบรม ฝึกทักษะ ในวิชาการต่าง ๆ หรือวิชาชีพ หมั่นตรวจสอบและแก้ไขข้อบกพร่องอย่างสม่ำเสมอ

3.7 ปรับทัศนคติในเชิงบวก และมีความเป็นไปได้อ

### 4. จัดบันทึกและทำบัญชีรับ - จ่าย

### 5. สรุปผลการพัฒนาตนเองและครอบครัว โดยพิจารณาจาก

5.1 ร่างกายมีสุขภาพ สมบูรณ์ แข็งแรง

5.2 อารมณ์ต้องไม่เครียด มีเหตุมีผล มีความเชื่อมั่น มีระบบคิดเป็นระบบเป็นขั้นเป็นตอน มีแรงจูงใจ กล้าคิดกล้าทำ ไม่ท้อถอย หรือหมดกำลังใจเมื่อประสบปัญหาในชีวิต

5.3 สิ่งเหล่านี้ได้ลด ละ เลิก ได้แก่ รถป้ายแดง เงินพลาสติก โทรศัพท์มือถือ สถานะเริงรมย์ เหล้า บุหรี่ การพนัน (คณะอนุกรรมการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง, 2549 : 32-33)

เป้าหมายหรือผลลัพธ์ของเศรษฐกิจพอเพียงนี้เป็นสิ่งที่สังคมไทยยังต้องการให้เกิดขึ้นหรือสามารถนำไปปรับใช้ในประเทศกำลังพัฒนาทั้งหลายอื่น ๆ ได้อย่างกว้างขวางโดยเฉพาะในอาเซียน ที่ปีนี้ 2559 เป็นปีที่มีการเปิดประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน (AEC) และไทยก็เป็นหนึ่งในกลุ่มประเทศ

เหล่านี้ด้วย จึงเป็นการดีที่จะได้นำต้นแบบของการพัฒนาเหล่านี้ขยายสื่อและสืบทอดไปสู่ประชาคมได้อย่างภาคภูมิใจต่อไป

## บทสรุป

ปรัชญาและหลักการของเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมุ่งเน้นไปที่ พออยู่พอกิน พอเพียงและพอประมาณ ทั้งร่างกายและจิตใจ อันเป็นคุณภาพและคุณภาพชีวิตที่เหมาะสม สำหรับวิถีชีวิตคนไทย พร้อมกับการสร้างสรรค์คุณธรรมที่ดีของชีวิตและสิ่งอันเกี่ยวเนื่องแก่ชีวิตรอบตัวคือการให้และการไม่เบียดเบียนผู้อื่น ชุมชน สังคม ประเทศชาติสิ่งแวดล้อมและต่อโลกนี้โดยรวม ซึ่งเป็นสิ่งที่มีอยู่ประจำของชาวพุทธไทยมาช้านานนั่นเอง

หลักการและวิธีการพัฒนาชุมชนตามหลักพุทธธรรมอย่างยั่งยืนนับเป็นสิ่งใหม่สำหรับชาวบ้านทั่วไป แต่สำหรับพระสงฆ์นั้น ถือเป็นปฏิบัติกันมานาน เพียงแต่ไม่เป็นรูปธรรมเท่านั้น เป็นที่ตระหนักกันว่าปัญหาเหล่านี้เป็นปัญหาระดับชาติที่ทุกคนในชาตินับตั้งแต่หน่วยเล็ก ๆ จนถึงหน่วยใหญ่คือตั้งแต่ระดับบุคคล ครอบครัว สังคม ไปจนถึงระดับองค์กร และระดับชาติ ต้องเข้ามามีส่วนร่วมจุดนี้เองทำให้พระสงฆ์คือผู้ที่มีบทบาทโดยวิธีผสมผสานหรือที่เรียกว่าบูรณาการหลักพุทธธรรมเข้าไปด้วยทำให้เป็นแนวคิดใหม่ที่น่าสนใจ

## เอกสารอ้างอิง

- กาญจนา แก้วเทพ. (2543). **เครื่องมือการทำงานแนววัฒนธรรมชุมชน**. กรุงเทพฯ : สภาคาทอลิกแห่งประเทศไทยเพื่อการพัฒนา.
- คณะอนุกรรมการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง. (2549). **เศรษฐกิจพอเพียงคืออะไร**. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.
- คุณ โทชน์. (2525). **บทบาทของพระสงฆ์ต่อการพัฒนา**. ขอนแก่น, คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
- เฉลียว บุรีภักดีและคณะ. (2545). **ชุดวิชาวิจัยชุมชน**. กรุงเทพฯ : เอส.อาร์.พรินต์ติ้งแมสโปรดักส์.
- นิธิ เอียวศรีวงศ์. (2537). **มองอนาคต**. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ : มูลนิธิภูมิปัญญา.
- ประเวศ วะสี. (2541). **ยุทธศาสตร์ชาติเพื่อความเข้มแข็งทางเศรษฐกิจสังคมและศีลธรรม**. กรุงเทพฯ : หมอชาวบ้าน.
- ประสาธน์ หลีกศิลา. (2545). **ชุมชนชนบท**. กรุงเทพฯ : แพร่วิทยาการพิมพ์.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). (2537). **คนไทยกับป่า**. กรุงเทพฯ : บริษัทสหธรรมิก.
- \_\_\_\_\_ . (2539). **ลักษณะแห่งพระพุทธศาสนา**. กรุงเทพฯ : มูลนิธิพุทธธรรม.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). (2545). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม**. กรุงเทพฯ : บ.สื่อตะวัน.

\_\_\_\_\_. (2546). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. กรุงเทพฯ : บ.เอสอาร์พริ้นติ้งแมสโปรดักจำกัด.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต).(2547). **หลักแม่บทของการพัฒนาตน**. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระไพศาล วิสาโล. (2533). **พุทธธรรมกับการพัฒนาสังคม**. กรุงเทพฯ : มูลนิธิโกมลคีมทอง.

พระอาจารย์ ชา สุภทฺโท. (2541). **นอกเหนือผลไม้**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.

พิสิฐภัฏ บุญไชยและทรงคุณ จันทจร. (2540). **ศาสนาพุทธ : สถานภาพบทบาทต่อการเปลี่ยนแปลงในสังคมอีสาน**. มหาสารคาม : สถาบันวิจัยศิลปะและวัฒนธรรมอีสาน มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.

ยุวัฒน์ วุฒิเมธี. (2525). **เอกสารประกอบการบรรยายวิชาการพัฒนาชุมชน**. กรุงเทพฯ : ห.ส.น. ไทยอนุเคราะห์ไทย.

ลีลาภรณ์ นาครทรรพ และคณะ. (2548). **ตัวชี้วัดสำหรับงานพัฒนาชนบทประสบการณ์จากนักพัฒนา**. กรุงเทพฯ : สถาบันชุมชนท้องถิ่นพัฒนา.

วิชิตวงศ์ ณ ป้อมเพชร์. (2546). **“เศรษฐกิจชุมชนกับวิถีชุมชน”** (เอกสารประกอบการบรรยาย เนื่องในการเทิดพระเกียรติ 48 พรรษา สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ณ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, วันที่ 22 กรกฎาคม 2546. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

ศูนย์ฝึกอบรมมานุษยศาสตร์ชุมชนแห่งภูมิภาคเอเชียแปซิฟิกมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. (2545).

**พระกับป่า : บทบาทของพระสงฆ์ในการมีส่วนร่วมของชุมชนเพื่อการอนุรักษ์ทรัพยากรป่าไม้**. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

สนธยา พลศรี.(2545). **ทฤษฎีและหลักการพัฒนาชุมชน**. กรุงเทพฯ : ไอเดียเนสต์.

สมศักดิ์ ศรีสันติสุข. (2529). **สังคมวิทยา : วิธีวิจัย ทฤษฎี และการเปลี่ยนแปลงในสังคมชนบทไทย**. ขอนแก่น : ม.ป.พ.

สัญญา สัญญาวิวัฒน์. (2541). **การพัฒนาชุมชนแบบจัดการ**. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.(2543). **5 ทศวรรษสภาพพัฒนา**. กรุงเทพฯ : เพชรรุ่ง การพิมพ์.

อนุวัต กระสังข์. “การจัดการสิ่งแวดล้อมของวัดตามหลักนิเวศวิทยาเชิงพุทธบูรณาการของ  
คณะสงฆ์จังหวัดสระบุรี.” วารสาร มจร สังคมศาสตร์ปริทรรศน์. ปีที่ 4 ฉบับที่ 2  
พฤษภาคม-สิงหาคม 2558) : 241-259

อภิชัย พันธุ์เสน. (2539). พัฒนาชนบทไทย : สมุทัยและมรรคตอนที่ 3 ความหวังทางออกและ  
ทางเลือกใหม่. กรุงเทพฯ : มูลนิธิภูมิปัญญา.

อรสา เตติวัฒน์, และคณะ.(2552). “การพัฒนาระบบสารสนเทศชุมชนทางภูมิศาสตร์เพื่อ  
สนับสนุนการพัฒนาชุมชนในเขตพื้นที่ภาคเหนือตอนล่าง”. รายงานการวิจัย.  
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.).

อุทัย ดุลยเกษมและอรศรี งามวิทยาพงศ์. (2540). ภาพการศึกษากับชุมชน : กรอบแนวคิดและ  
ข้อเสนอในการศึกษาวิจัย. กรุงเทพฯ : สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.

คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์