



# ดำเนินชีวิตตามแนวคิด

## เศรษฐกิจพอเพียง

### เพื่อเลี้ยงความทุกข์เชิงญ

367613

ดร. อารีย์ เชื้อเมืองพาน

รองศาสตราจารย์,  
คณะเศรษฐศาสตร์, มหาวิทยาลัยแม่โจ้.

#### เกริ่นนำ

หากเราตั้งคำถามว่าหากเลือกได้ท่านจะเลือก “ความสุขหรือความทุกข์” คำตอบที่จะได้รับจากทุกคนก็คือ “ความสุข” และหากมองดูรอบๆ ตัวเราก็จะพบว่าคนส่วนใหญ่ มีแต่ความทุกข์ จะแสวงหาคนที่มีความสุขที่แท้จริงนั้น ยากยิ่งกว่าการงมเข็มในมหาสมุทรเสียอีก ตัวอย่างก็มีให้เห็น อยู่มากมายเปิดดูโทรทัศน์ อ่านหนังสือพิมพ์ก็พบแต่ข่าว ที่สะท้อนให้เห็นถึงความทุกข์ของคนแทบทั้งสิ้น ทั้งความทุกข์ ทางกาย เช่น เจ็บไข้ได้ป่วย หรือทุกข์ในการดำรงชีวิตในยุค ข่าวของที่แพงขึ้น หรือบางคนก็ประสบความทุกข์ด้านจิตใจ หนังสือพิมพ์ฉบับหนึ่งเสนอข่าวนายแพทย์ผู้อำนวยการ โรงพยาบาลฆ่าตัวตายทิ้งๆ ที่ฐานะการงานรวมถึงฐานะ ทางเศรษฐกิจและสังคมอยู่ในขั้นตึมาก ก็เพราะท่านผู้นั้น มีความทุกข์ด้านจิตใจ ดังนั้น องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงได้ ตรัสว่า “โลกนี้ล้วนมีแต่ความทุกข์” พระพุทธองค์จึงทรง สั่งสอนเรื่องทุกข์และการดับทุกข์ อย่่างไรก็ดี แม้คำสั่งสอนนั้น ยังคงมีอยู่แต่ความทุกข์ของคนบนโลกใบนี้หาได้ลดลงไม่ ในทางตรงกันข้ามกลับเพิ่มทวีมากขึ้นกว่าเดิมหลายเท่า เมื่อเปรียบเทียบกับยุคสมัยในอดีต ดังนั้น จะทำอย่างไร ให้ความทุกข์ของคนเราลดลง นั้นหมายถึง ระดับความสุข ก็จะเพิ่มขึ้น ดังนั้นข้อเขียนต่อไปนี้จึงต้องการแสดงให้เห็นถึง สาเหตุของการที่คนเรามีแต่ความทุกข์รวมถึงวิธีบรรเทา ความทุกข์ให้เบาบางลง ด้วยหลักวิชาเศรษฐศาสตร์

#### ความทุกข์ของคนเรามีอะไรบ้าง

จริงๆ แล้วการดำเนินชีวิตของคนเรานั้นไม่จำเป็นต้องมีอะไรมากมาย สิ่งที่จะช่วยให้ชีวิตเราดำรงอยู่ได้ก็เพียง อาศัยปัจจัยสี่ คือ

- อาหาร เป็นสิ่งที่จำเป็นต่อการดำเนินชีวิตของ สิ่งมีชีวิตทุกประเภทไม่ว่าแม้แต่กระทั่งสิ่งมีชีวิตที่ไม่มีวิญญูณณ เช่น ต้นไม้ เป็นต้น หากคนเราขาดอาหารมาหล่อเลี้ยงร่างกาย แล้ว เราจะต้องสิ้นชีวิตในอีกไม่กี่วัน ดังนั้นอาหารจึงเป็นสิ่งที่ ช่วยค้ำจุนให้ชีวิตคนเราดำรงอยู่ได้
- เครื่องนุ่งห่ม เป็นสิ่งสำคัญรองลงมา เพราะ คนเราจำเป็นต้องมีเครื่องนุ่งห่มเพื่อป้องกันภัยจากสภาพ อากาศทั้งร้อนและหนาว รวมถึงพิชภัยจากสัตว์ร้ายต่างๆ เช่น แมลงมีพิษ เป็นต้น นอกจากนี้เครื่องนุ่งห่มทำให้คนเราไม่อยู่ใน สภาพที่อุจาดสยตาของคนที่เราพบเห็น
- ที่อยู่อาศัย เป็นสิ่งสำคัญลำดับสาม ดังคำโบราณว่า “นกนุยังมิรังคนเราย่อมมีที่อยู่อาศัย” การมีที่อยู่อาศัยทำให้ คนมีหลักแหล่งที่แน่นอน ไม่ต้องระเห่ร่อน
- ยารักษาโรค เป็นสิ่งสำคัญลำดับสุดท้าย ทำไมจึง เป็นเช่นนั้น เหตุผลง่าย ๆ ก็คือ หากคนเราได้รับอาหารพอเพียง และเหมาะสมกับสภาพร่างกายก็จะทำให้มีสุขภาพที่แข็งแรง ดังที่มีการนำเสนอข่าวคนที่มีอายุมากที่สุด มีคนถามว่า ทำอย่างไรจึงมีอายุยืนยาว ผู้เฒ่าตอบอย่างไม่ลังเลว่า “เลือกรับประทานอาหารที่ดีมีประโยชน์ ไม่ทานน้ำชา กาแฟ”

ดังนั้นหากเราปฏิบัติตนดีแล้วโรคร้ายไข้เจ็บก็ไม่เบียดเบียนโรคร้ายที่เกิดขึ้นกับคนในยุคปัจจุบันล้วนมาจากการปฏิบัติตัวไม่เหมาะสมทั้งการอยู่และการกิน

เมื่อการดำเนินชีวิตอาศัยแค่ปัจจัยสี่ และเป็นสิ่งที่เราแสวงหาได้ไม่ยากนัก แต่ทำไมคนเรายังมีความทุกข์ ซึ่งความทุกข์ที่เกิดขึ้นกับคนเรามีอยู่ 2 ประเภทคือ

• **ทุกข์เพราะไม่มี** คือ ไม่สามารถแสวงหาปัจจัยสี่พอเพียงต่อการยังชีพ จึงทำให้เกิดความทุกข์ไม่ว่าจะเป็นความหิวโหย ความแร้นแค้น รวมถึงโรคร้ายไข้เจ็บมาเบียดเบียนเพราะร่างกายไม่ได้รับปัจจัยสี่อย่างพอเพียงที่จะทำให้สภาพร่างกายแข็งแรงพอที่จะต้านโรคร้ายไข้เจ็บได้

• **ทุกข์เพราะมีพอ** คือ มีปัจจัยสี่พอเพียงต่อการยังชีพ บางคนมีมากมายจะกินจะใช้ทั้งชีวิตก็ไม่หมด แต่พวกเขาก็ยังมีความทุกข์อยู่ ความทุกข์ของพวกนี้อยู่ที่ “ใจที่ไม่รู้จักพอ” ได้แล้วอยากได้อีกและเมื่อได้สิ่งที่ต้องการมาแล้ว ก็เริ่มแสวงหาสิ่งใหม่ๆ อีก เมื่อไม่ได้หรือได้น้อยกว่าที่อยากได้ก็จะมี “ความทุกข์” เกิดขึ้นในจิตใจของตัวเอง บางรายถึงกับล้มป่วยทั้งๆ ที่มีสิ่งของรวมถึงทรัพย์สินเงินทองมากมาย แต่สิ่งที่มีอยู่ก็ไม่ได้สร้างประโยชน์หรือสร้างสุขแก่เจ้าของ รุ่งแต่จะสร้างความทุกข์ ยิ่งมีมากเท่าไรความทุกข์ก็เพิ่มมากขึ้น

## อะไรเป็นสาเหตุของความทุกข์ของคนเรา

เมื่อเรารู้ว่าทุกข์ของคนเรามี 2 ประเภท ก็ต้องมาพิจารณาดูถึงสาเหตุที่เกิดแห่งทุกข์นั้น ใครเกริ่นนำถึงแก่นแท้ของวิชาเศรษฐศาสตร์ก่อน เพราะเนื้อหาสาระของวิชาเศรษฐศาสตร์คือ “การจัดสรรทรัพยากรที่มีอยู่อย่างจำกัดเพื่อตอบสนองความต้องการของมนุษย์ที่มีอยู่อย่างไม่จำกัด” จากคำกล่าวข้างต้นจะพบว่าในการดำเนินชีวิตของคนเรานั้นมีข้อจำกัดและข้อจำกัดที่เราเรียกว่า “ทรัพยากร” ซึ่งในทางเศรษฐศาสตร์ก็ได้จำแนกทรัพยากรออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. **ทรัพยากรมนุษย์** ก็คือ คนเราทุกคนที่เกิดขึ้นในโลกนี้แหละคือทรัพยากรประเภทหนึ่ง และถามว่าทำไมเรามีทรัพยากรประเภทนี้อย่างจำกัด ทั้งๆ ที่ในปัจจุบันคนก็แทบจะล้นโลกอยู่แล้ว คำตอบก็คือ “สิ่งที่มีจำกัดก็คือ ศักยภาพในการทำงานของคนต่างหาก” คนเรามีข้อจำกัดมากมาย ข้อจำกัดที่เห็นได้ชัดเจนที่สุดคือ “เวลาหรืออายุขัย” ของแต่ละคน คงไม่มีใครปฏิเสธว่าเราจะมีชีวิตอยู่ในโลกนี้อย่างจำกัดอย่างมากก็ไม่เกินหนึ่งร้อยปี คิดเป็นวันก็ไม่เกิน 36,500 วัน และในระยะเวลาดังกล่าวเราสามารถใช้เวลาในการทำงานจริงๆ ก็ไม่เกิน 40 ปี เพราะตอนเด็ก ๆ สภาพร่างกายเรายังอ่อนแอไม่แข็งแรงพอที่จะทำงานอย่างเต็มที่ พออายุล่วงเลยหลักสิบกว่าปีร่างกายก็เริ่มทรุดโทรมไม่เหมาะสมสำหรับ

การทำงานเพราะจะทำให้ร่างกายทรุดโทรมเร็วและอาจจะจากโลกนี้ไปก่อนวัยอันควร ดังนั้น ในหนึ่งร้อยปีเราสามารถใช้ร่างกายเราทำงานจริงๆ ไม่เกิน 40 ปี นอกจากอายุขัยแล้วคนแต่ละคนก็มีข้อจำกัดอีกก็คือ “ความรู้และความสามารถ” จึงทำให้คนแต่ละคนมีฐานะทางเศรษฐกิจไม่เท่าเทียมกัน เพราะความรู้ความสามารถของแต่ละคนไม่เท่ากัน บางคนมีมากก็ทำให้สามารถแสวงหาทรัพย์สินเงินทองมาตอบสนองความต้องการของตนเองได้มาก ในขณะที่บางคนมีความรู้ความสามารถน้อยกว่าก็แสวงหาสิ่งที่จะมาตอบสนองความต้องการของตนเองได้น้อยกว่า ทั้งๆ ที่ทำงานในระยะเวลาที่เท่ากัน และบางคนอาจจะทำมากกว่าด้วยซ้ำไปยังหาได้ไม่พอยาไส้เลย ก็เพราะคนกลุ่มนี้มีความรู้ความสามารถที่จำกัด พุ่งจ่ายๆ คือ มีความรู้และความสามารถที่ต่ำจึงได้รับผลตอบแทนจากการทำงานต่ำไปด้วย

2. **ทรัพยากรธรรมชาติ** ก็คือสิ่งที่มีอยู่ตามธรรมชาติ เช่น ที่ดิน น้ำ รวมถึงทรัพยากรอื่นๆ ที่มีอยู่ในโลกนี้และคนเราก็นำทรัพยากรเหล่านี้มาผลิตเป็นสินค้าและบริการในการตอบสนองความต้องการของคน ซึ่งทรัพยากรธรรมชาติที่มีอยู่ก็ใช้จะเพิ่มขึ้นได้อย่างไม่จำกัด ในทางตรงกันข้ามทรัพยากรเหล่านี้มีอย่างจำกัดไม่สามารถเพิ่มขึ้นได้เช่น ที่ดิน แม้ว่าคนเราจะมีความต้องการที่ดินเพิ่มขึ้นทั้งในการใช้สำหรับอยู่อาศัยและใช้ในการผลิตสินค้าและบริการ แต่จำนวนที่ดินในโลกนี้ก็มิเท่าเดิม และอาจจะน้อยกว่าเดิมก็ได้เนื่องจากพื้นที่ที่ติดชายทะเลถูกน้ำทะเลกัดเซาะ นอกจากนี้ยังมีทรัพยากรธรรมชาติบางอย่างยิ่งใช้เท่าไรก็ยิ่งมีจำนวนลดน้อยลงเท่านั้น เช่น น้ำมัน ที่เรานำมาใช้ทั้งการอำนวยความสะดวกในการดำรงชีวิตและบางส่วนก็ถูกนำไปใช้ในการผลิตสินค้าและบริการ และเมื่อเราใช้เพิ่มขึ้นทุกวันสิ่งเหล่านี้ก็ไม่สามารถจะเพิ่มขึ้นตามความต้องการของคน กลับมีปริมาณที่ลดลงจนทำให้หลายประเทศเริ่มกังวลว่าสักวันหนึ่งน้ำมันที่เราใช้อยู่ทุกวันนี้จะต้องหมดไปจากโลก แล้วชีวิตของคนในโลกนี้จะเป็นอย่างไรในวันที่น้ำมันหมดสุดท้ายทุกใช้ไปแล้ว

ส่วนที่มีอยู่อย่างไม่จำกัดกลับเป็นความอยากของคนเรา ซึ่งนับวันความอยากของคนยิ่งทวีความรุนแรงมากขึ้น ได้สิ่งหนึ่งมาแล้วก็อยากได้สิ่งอื่นอีก ได้แล้วก็อยากได้เพิ่มมากขึ้น จนเกิดเป็นวัฒนธรรม “การสะสม” ทั้งๆ ที่สิ่งที่เราสะสมไว้นั้นเราก็ไม่สามารถใช้ให้หมดได้ในช่วงที่เรามีอายุขัยอยู่ และของที่นำมาสะสมบางอย่างก็เป็นการทำลายความสมดุลของธรรมชาติที่คอยสร้างทรัพยากรมาตอบสนองของคนเราเช่น ชอบสะสมสิ่งของที่ทำมาจากไม้ทั้งบ้านที่อยู่อาศัยรวมถึงเครื่องใช้ไม้สอยก็เป็นไม้ที่ตัดมาจากป่าทั้งสิ้น ผลก็คือป่าไม้ถูกทำลายมีผลกระทบต่อระบบนิเวศวิทยา ทรัพยากรน้ำก็เหือดแห้งไม่พอต่อการดำรงชีพของคนและสัตว์ และสุดท้าย

การผลิตที่อาศัยน้ำก็ได้รับผลกระทบเช่น การทำการเกษตร เป็นต้น

เมื่อความต้องการมีมากกว่าสิ่งที่มีอยู่ เราจะทำอะไร ในวิชาเศรษฐศาสตร์ได้สอนถึงเรื่อง “จุดดุลยภาพ” ซึ่งจะเป็นจุดที่เหมาะสมสำหรับคนแต่ละคนเพราะแต่ละคนมีทรัพยากรไม่เท่ากัน คนที่มีน้อยกว่าย่อมได้รับ “ความพึงพอใจน้อยกว่า” คนที่มีทรัพยากรมากกว่า และความพึงพอใจนั้นก็คือ ความพึงพอใจใน “ประโยชน์” ในภาษาของเศรษฐศาสตร์ เรามักเรียกว่า “อรรถประโยชน์” ซึ่ง “อรรถ” แปลว่า “พอใจ” ส่วน “ประโยชน์” นั้นแปลว่า “สิ่งที่เป็นผลดีหรือเป็นคุณ” ดังนั้น “อรรถประโยชน์” จึงแปลว่า “ความพึงพอใจในสิ่งที่เป็นผลดีหรือเป็นคุณ” ต่อตนเอง ด้วยเหตุนี้หลักเศรษฐศาสตร์ ก็จะให้เราจัดสรรทรัพยากรที่มีอยู่อย่างจำกัดใช้ในสิ่งที่ได้รับ “อรรถประโยชน์” มากที่สุด สิ่งไหนมีอรรถประโยชน์มาก เราก็จะเลือกทำสิ่งนั้น

จากข้อสรุปเนื้อหาสาระของแก่นแท้ของวิชาเศรษฐศาสตร์ ดังกล่าว เราพอจะสรุปถึงสาเหตุของการเกิดทุกข์แต่ละประเภท ได้ดังนี้

- **สาเหตุของการเกิดทุกข์เพราะไม่มี :** คนเราทุกคนเกิดมามีทุนติดตัวมาทุนดังกล่าวคือ ร่างกายและสติปัญญา ดังนั้นการแสวงหาก็ต้องอาศัยทุนดังกล่าว ซึ่งนักเศรษฐศาสตร์ชื่อ ฟรีดแมน ได้เน้นย้ำตลอดเวลว่า “ทุนมนุษย์นี้แหละสำคัญกว่าทุนอย่างอื่น” เพราะทุนมนุษย์สามารถใช้แสวงหาสิ่งที่มนุษย์ต้องการได้อย่างไม่จำกัด แต่ที่คนบางคนแสวงหาไม่ได้เพราะ

1. **ไม่ได้ฝึกฝนและพัฒนาตนเองให้เป็นคนที่มี** ความรู้ความสามารถ กล่าวคือ ในวัยที่ต้องพากเพียรเรียนหนังสือเพื่อให้ตัวเองมีความรู้เพื่อนำไปเป็นทุนในการประกอบอาชีพในภายหน้า ก็ไม่เรียน โดดเรียนไปมั่วเมากับอบายมุขทั้งหลายที่มีอยู่ดาษดื่นในเวลานี้ทั้งการเที่ยวเตร่เสพยาเสพติดรวมถึงการทำกิจกรรม ซึ่งปรากฏข่าวในหน้าหนังสือพิมพ์และโทรทัศน์ไม่เว้นแต่ละวัน เมื่อพ้นวัยที่พากเพียรเรียนหนังสือแล้ว เด็กกลุ่มนี้ก็จะเข้าสู่ผู้ใหญ่หรือวัยทำงาน เมื่อไม่มีความรู้งานที่ได้ทำก็ไม่พียงงานที่ไม่ต้องใช้ความรู้มาก เช่น กรรมกรรวมถึงเป็นพนักงานตามร้านค้าที่ได้รับค่าจ้างขั้นต่ำ ซึ่งไม่พอกับค่าใช้จ่ายอย่างแน่นอนเพราะ คนกลุ่มนี้ได้ติดนิสัยการใช้จ่ายที่ไม่ก่อประโยชน์แก่ตนเองมาตั้งแต่เด็ก จนติดเป็น “สันดาน” ยากที่จะเลิกได้ ดังนั้นเงินรายได้ที่ได้รับจำนวนน้อยนิดนี้ไม่พอเพียงต่อความต้องการแน่นอน ดังนั้นก็พอจะสรุปได้ว่าคนกลุ่มนี้มีความทุกข์เพราะไม่มี เนื่องจาก “การใช้ไม่เป็น” กล่าวคือ ใช้เวลาไม่เป็นและใช้เงินที่ได้มาไม่เป็น หากใช้เป็นคนกลุ่มนี้จะเป็นแรงงานที่มีฝีมือ สามารถแสวงหารายได้สูงกว่าค่าจ้างขั้นต่ำ กอปรกับ

ช่วงระหว่างเรียนก็ไม่ได้เกรงการใช้จ่ายในด้านอบายมุขก็ไม่มี ทำให้ไม่มีนิสัยใช้จ่ายเงินที่ไม่มีประโยชน์แก่ตนเอง

2. **การทำงานไม่เหมาะสมกับศักยภาพของตนเอง** อตัม สมิต บิดาแห่งวิชาเศรษฐศาสตร์ได้กล่าวไว้ว่า “คนเราต้องแบ่งงานกันทำตามความถนัดของตนเอง” การที่คนบางคนมีความถนัดด้านหนึ่งกลับไปทำงานอีกด้านหนึ่งเป็นการสูญเสียโอกาสในการแสวงหารายได้อย่างมากมาย เพราะการทำในสิ่งที่เรามีความถนัดย่อมก่อให้เกิดประสิทธิภาพการทำงานมากกว่าการทำในสิ่งที่ไม่มีความถนัด หากเราแสวงหาในสิ่งที่เรามีพรสวรรค์ย่อมเกิดผลได้แก่คนๆ นั้นอย่างมากหลายคนไม่กล้าที่จะลุกจากที่เดิมทั้งๆ ที่ไม่มีความเหมาะสมกับตนเอง ด้วยเหตุผลคือ “ความกลัว” เมื่อวันเวลาผ่านไปโอกาสเราก็ก้าวผ่านไปด้วย หลายคนทนทุกข์อยู่กับรายได้จำนวนเท่าเดิม ทั้งๆ ที่ตนเองมีความอยากความปรารถนามากกว่านั้น ทำให้เกิดความต้องการส่วนเกินคือ ความต้องการที่ไม่ได้ การตอบสนองมากเกินไปตนเองจะยอมรับได้ ดังนั้นจากการที่ได้กล่าวมา 2 ข้อข้างต้นนี้จึงสรุปได้ว่า สาเหตุของการเกิดทุกข์เพราะไม่มีก็คือ “การใช้ไม่เป็น” นั่นเอง

- **สาเหตุการเกิดทุกข์เพราะไม่พอ :** คำว่า “พอ” นั้นเป็นคำสั้นๆ แต่มีความหมายลึกซึ้ง ในที่นี้ผู้เขียนให้ความหมายของคำว่า “พอ” คือ “หยุด” ซึ่งทางเศรษฐศาสตร์ได้จำแนกความต้องการของคนไว้อย่างชัดเจนคือ ความจำเป็นกับความอยาก หมายความว่าเราต้องการสิ่งใดสิ่งหนึ่งมาเพื่อบำบัดความจำเป็นต่อการดำรงชีวิต อีกอันหนึ่งคือต้องการมาบำบัดความอยาก เช่น คนหนึ่งแสวงหาเงินเพื่อซื้ออาหารในการประทังชีวิต อีกคนหนึ่งแสวงเงินเพื่อได้มีโอกาสลิ้มลองรสชาติอาหารจากร้านอาหารชื่อดัง เป็นต้น ดังนั้นคำว่าหยุดนั้น เราต้องหยุดความต้องการในส่วนของความอยาก หากเราหยุดไม่ได้ความทุกข์ก็จะเกิดขึ้นอยู่กับคนๆ นั้นอยู่เสมอ เพราะความอยากของคนไม่มีที่สิ้นสุด

## แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงกับการแก้ความทุกข์ขี้ฉุย

เมื่อเรารู้เหตุของการเกิดทุกข์แล้ว เราก็ต้องแสวงหาหนทางในการดับทุกข์ ซึ่งความทุกข์ดังกล่าวจะดับได้ด้วยอาศัย “แนวคิดของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง” ที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวพระราชทานเพื่อให้พสกนิกรชาวไทยใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตหลังจากที่เศรษฐกิจของประเทศไทยได้ล่มสลายในช่วงปี 2540 ซึ่งกระแสพระราชดำรัสดังกล่าว ความว่า

“เศรษฐกิจพอเพียงเป็นปรัชญาชี้ถึงแนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติของประชาชนทุกระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาและบริหาร

ประเทศให้ดำเนินไปทางสายกลางโดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจเพื่อให้ก้าวทันต่อโลกาภิวัตน์ ความพอเพียงหมายถึงความประมาณ ความมีเหตุมีผล รวมถึงความจำเป็นต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควรต่อผลกระทบใดๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอกและภายใน ทั้งนี้จะต้องอาศัยความรอบรู้ความรอบคอบและความระมัดระวังอย่างยิ่งในการนำวิชาการต่างๆ มาใช้ในการวางแผนและการดำเนินการทุกขั้นตอน และในขณะเดียวกันจะต้องเสริมสร้างพื้นฐานด้านจิตใจของคนในชาติโดยเฉพาะเจ้าหน้าที่ของรัฐ นักทฤษฎีและนักธุรกิจในทุกระดับ ให้มีสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริตและให้มีความรอบรู้ที่เหมาะสม ดำเนินชีวิตด้วยความอดทน ความเพียร มีสติปัญญา และความรอบคอบ เพื่อให้สมดุลและพร้อมต่อการยอมรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและกว้างขวางทั้งทางด้านวัตถุ สังคม และวัฒนธรรมจากโลกภายนอกได้เป็นอย่างดี” ซึ่งแนวทางตามหลักแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงที่พระราชทานเพื่อให้เรานำไปใช้เพื่อบรรเทาหรือหลุดพ้นจากความทุกข์เพราะแนวคิดดังกล่าวสอนให้คนรู้จัก “ใช้เงิน” ซึ่งพอจะสรุปได้ดังนี้

**1. ความพอประมาณ** หมายถึง ความพอดี ไม่มากหรือน้อยเกินไป และที่สำคัญจะต้องไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่นในเค็ดรอน ซึ่งความพอดีนั่นคือ การรู้จักการดำรงชีวิตอย่างพอเหมาะพอควรตามอัตภาพและฐานะของตนเอง ดังนั้นเราต้องพิจารณาตนเองให้ถี่ถ้วนถึงความรู้ ความสามารถ และโอกาสที่เรามีอยู่ และใช้สิ่งที่เรามีอยู่แสวงหารายได้ให้เหมาะสมกับตนเอง และที่สำคัญคือ อย่าทำเกินกำลังที่มีอยู่ และอย่าออกนอกกลุ่มออกทาง

**2. ความมีเหตุและผล** หมายถึง การตัดสินใจจะทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งต้องพิจารณาถึงเหตุและผลที่จะเกิดขึ้นอย่างรอบคอบ ตัดสินใจด้วย “หลักความถูกต้อง” ไม่ใช่ “หลักความถูกต้องใจ” การดำเนินชีวิตต้องพิจารณาถึงเหตุและผลกระทบที่จะเกิดขึ้นจากเหตุดังกล่าวอย่างถี่ถ้วนก่อนตัดสินใจ เช่น การตัดสินใจใช้เวลาของวัยรุ่นในยุคปัจจุบันจะเห็นว่ามีสองกลุ่มที่ชัดเจน กลุ่มแรกมีสัดส่วนค่อนข้างมากใช้เวลาและโอกาสทำในสิ่งที่ไม่เหมาะสม หนีเรียน มั่วสุมเสพสุรายาเสพติด รวมถึงการมุงเน้นทำกิจกรรม ผลที่จะเกิดขึ้นกับเด็กกลุ่มนี้คือไม่มีความรู้ความสามารถในการประกอบสัมมาอาชีพในการหาเลี้ยงตนเองในวันหน้า กลุ่มนี้ประสบความสำเร็จอย่างแน่นอนเพราะอาชีพที่จะทำเพื่อหาเลี้ยงชีพก็จะไม่พันแรงงานที่ไม่มีฝีมือซึ่งได้รับค่าแรงขั้นต่ำที่ไม่สูงพอที่จะทำให้การดำเนินชีวิตสุขสบายเหมือนยามเด็กที่ได้รับเงินสนับสนุนจากพ่อแม่ หลายคนหันไปประกอบอาชีพที่ผิดกฎหมายอาชีพค้ายาเสพติด เป็นต้น ซึ่งเป็นการเพิ่มความทุกข์ให้แก่ชีวิตตนเองมากขึ้น ส่วนเด็กอีกกลุ่มหนึ่งกลับทำตรงกันข้าม

คือ มุ่งเรียนมุ่งศึกษาหาความรู้ อนาคตของเด็กกลุ่มนี้จะประสบความสำเร็จอย่างแน่นอนเพราะมีความรู้ความสามารถที่จะประกอบอาชีพที่มั่นคงและมีรายได้ดีพอที่จะเลี้ยงชีวิตได้อย่างสบายและเมื่อหารายได้มาแล้วก็ใช้จ่ายอย่างมีเหตุผล โดยเน้นใช้จ่ายในสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย ไม่ใช้จ่ายในสิ่งที่สร้างพิษภัยต่อร่างกายเช่น สุรายาสูบทั้งหลาย เป็นต้น การดำเนินชีวิตเด็กกลุ่มหลังนี้จะมีแต่ความสุข

**3. การมีภูมิคุ้มกันที่ดี** หมายถึง การฝึกจิตใจให้มีคุณธรรมและจริยธรรมอันดี พร้อมทั้งจะเผชิญเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นในภายหน้า กล่าวคือ

ความรู้ หมายถึง ความรอบรู้ด้านวิชาการที่จะต้องรอบรู้ทุกด้านและรู้จัก เพื่อนำมาใช้ประกอบการตัดสินใจในการกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง กล่าวอีกนัยหนึ่งคือคนที่มีความรู้ที่แท้จริงสามารถจะแยกแยะสิ่งที่ดีและไม่ดีได้ ไม่ตกอยู่ในสภาวะลวงตา ตัวอย่างเช่น โครงการรถยนต์คันแรกของรัฐบาลแม้ว่าจะได้รับภาษีคืนเป็นแสน ถ้าคนมีความรู้จริงๆ จะพิจารณาถึงความจำเป็นและความสามารถในการผ่อนชำระเป็นสำคัญ ไม่ได้ติดกับเหยื่อที่เขามาหลอคือภาษีที่ได้คืน หลายคนไม่ได้มีความรู้อย่างแท้จริงหลงติดเหยื่อทำให้ตนต้องประสบความทุกข์ รรถยนต์โดยยึดเพราะไม่มีความสามารถในการผ่อนเงินที่ตาวันและผ่อนรายได้ก็สูญเปล่า และภาษีก็ได้คืนเป็นต้น

คุณธรรม หมายถึง สิ่งที่ดีงามที่อยู่ในจิตใจของเรา อันประกอบไปด้วย

หิริโอตตะปะ คือ ความละอายและเกรงกลัวต่อการกระทำชั่วทั้งในที่ลับและที่แจ้ง แม้จะมีโอกาสเราก็จะไม่กระทำ เพราะเรารู้ทันว่ามันจะให้ความสุขแก่เราในระยะแรก หลังจากนั้นเราต้องรับความทุกข์จากผลการกระทำดังกล่าว ซึ่งจะต้องกระทบถึงความมั่นคงในชีวิตของเราอย่างแน่นอน

ขันติ คือ ความอดทนต่อความยากลำบาก เช่น ต้องทนตื่นเช้าเพื่อมาอ่านหนังสือ และอดกลั้นต่อสิ่งที่มาเย้ายวน ได้แก่อบายมุขที่มีอยู่อย่างดาษดื่นในเวลานี้ คนที่ไม่มีขันติมักประสบความสำเร็จอย่างแน่นอน ทั้งทุกข์กายเช่น ป่วยเป็นโรคหรือต้องทำงานแบกหาม รวมถึงทุกข์ใจเพราะหารายได้ไม่พอรายง่าย เป็นต้น หากเรามีความอดทนที่จะทำในสิ่งที่ควรทำแม้จะดูเหมือนมีความทุกข์ยากในระยะแรกแต่ก็จะเป็นสุขในบั้นปลาย เหมือนเนื้อเพลง “งานหนักไม่เคยฆ่าคน” ของอัน ที่บอกว่า “ลำบากก่อนแล้วนอนสบาย เห็นอยู่ภายหลังต้องนั่งทุกข์ทน” นอกจากนี้เราต้องมีความอดกลั้นที่จะไม่หลงเข้าไปมัวเมาในอบายมุข ซึ่งเป็นทางแห่งความเสื่อม แม้ว่าในระยะแรกดูเหมือนจะมีความสุข แต่มีความทุกข์ทรมานให้ผลอยู่ในข้างหน้า

ดังนั้นหากเราใช้แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงมาเป็นแนว

ในการดำเนินชีวิตแล้ว เราจะพบแต่ความสุขเพราะแนวคิด  
ดังกล่าวสอนให้เราใช้ในเรื่องที่เรามีอยู่ให้เกิดประโยชน์ให้แก่  
ชีวิตของเรา ทำให้เราประสบแต่ความสุขที่ยั่งยืนได้อย่างแท้จริง

## สรุป

ทุกข์หรือสุข เป็นผลจากการกระทำของคนเรา  
เหมือนดังพระพุทธวจนะที่ว่า “กल्याณการี กल्याณ ปาปการี  
จปาปก็ แปลว่า ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว” ดังนั้นหากเราต้องการ  
สร้างสุขก็ควรทำเหตุที่จะทำให้เกิดสุข ซึ่งสุขของคนธรรมดา  
อย่างพวกเราดีคือ การที่มีงานที่มั่นคง มีรายได้พอเพียง  
ต่อการครองชีพตามฐานะของตนเอง ดังนั้นการลดทุกข์และ  
สร้างสุขได้ด้วยการใช้แนวความคิดเศรษฐกิจพอเพียงมาเป็น  
แนวทางในการใช้ชีวิตให้เป็น เพราะหากเราใช้ชีวิตเป็น  
“ความทุกข์เข็ญ” ก็จะไม่เกิดขึ้นกับเราอย่างแน่นอน ขอจบ  
ด้วยบทกลอน “หลงผิดทาง” ของผู้แต่งท่านหนึ่งที่ไม่ระบุชื่อ  
บทกลอนดังกล่าวบ่งบอกถึงสาเหตุที่คนเรารวนเวียนอยู่บนกอง  
ทุกข์ทุกวันนี้ที่ว่า

หลงมัวเมา	เคล้าโลกีย์	มีทุกแหล่ง
ทุกหนแห่ง	แข่งประชัน	แย่งกันเหลือ
ทะเลทุกข์	สุดเวียนวน	บนทางเรือ
พายจนเบื่อ	เมื่อหลงติด	พลาดผิดทาง



### เอกสารอ้างอิง

เกษม วัฒนชัย. (2555). “อะไร คือ เศรษฐกิจพอเพียง”. กรุงเทพฯ : มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาประเทศตาม  
ปรัชญา ของเศรษฐกิจพอเพียง.

“หลงผิดทาง”. (2556). บทกลอนสอนใจ. [ออนไลน์]เข้าถึงได้จาก [http://poem.mthai.com/  
view/8044](http://poem.mthai.com/view/8044)(วันสืบค้น 7 ตุลาคม 2556).