

คู่มือนำทางชีวิต

รักพ่อ เพื่อพ่อ ขอดำเนินชีวิต ด้วยหลัก

๗ ประการที่พ่อพึง



**สร้างสรรค์และพัฒนาโดย**  
สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ (สปรส.)  
**ที่ปรึกษา**

บรรลุ ศิริพานิช  
ไพโรจน์ นิงสานนท์  
ไพบูลย์ วัฒนศิริธรรม  
เสรี พงศ์พิศ

**บรรณาธิการ**

อำพล จินดาวัฒนะ และคณะ

**เรียบเรียง**

อภิญา ตันทวิวงศ์

**คอมพิวเตอร์กราฟิก**

วันทนี มณีแดง

**ภาพปก**

เด่นชัย ธรรมจิตติพงศ์

**ภาพประกอบ**

เด่นชัย ธรรมจิตติพงศ์

ทิววัฒน์ ภัทรกุลวณิชช์

ชัย ราชวัตร

เมตตา สูดสวาท

**ISBN ๙๗๔-๙๗๗๒-๐๔-๐**



\*\*\*ไม่สงวนลิขสิทธิ์สำหรับการเผยแพร่สาธารณะ\*\*\*

# สารบัญ



คำนำ	๔
จากคำฟ้อง	๑๐
สู่ชีวิตจริง	๑๕
แนวหน้า “คนกล้าพอ”	๑๖
ถอดบทเรียนรู้สู่การปฏิบัติ	๒๖
ชุมชน “กล้าแกร่ง”	๒๘
ถอดบทเรียนรู้สู่การปฏิบัติ	๓๘
องค์กร “กล้าได้กล้าดี”	๔๐
ถอดบทเรียนรู้สู่การปฏิบัติ	๕๔
ปิดท้าย	๕๖

คำนำ



## ในหลวงคือพ่อของแผ่นดิน

ปีนี้พระองค์ทรงครองราชย์มาครบ ๖๐ ปี พระองค์ทรงเสียสละ ทรงงานอย่างเหน็ดเหนื่อยเพื่อคนไทยมายาวนาน โดยทรงหวังให้คนไทย“อยู่เย็น” และสังคมไทย“เป็นสุข”

พระองค์ท่านทรงงานหนัก ทรงบริโภคน้อย ทรงใช้น้อย เพื่อสร้างแบบอย่างที่ดีให้พสกนิกรได้เห็น

พระองค์ท่านทรงสอนให้คนไทยมีคุณธรรม จริยธรรม



คู่มือนำทางชีวิต

พระองค์ท่านทรงสอนแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อให้คนไทยได้ศึกษา เรียนรู้ให้เข้าใจ เพื่อใช้เป็นหลักในการดำเนินชีวิตอย่างพอดี พอประมาณ สมดุล ไม่สุดโต่ง และสร้างภูมิคุ้มกันภัยที่อาจเกิดแก่ตน แก่ครอบครัว แก่การงาน และแก่สังคม

เศรษฐกิจพอเพียงของพระองค์ท่าน ไม่ใช่สอนให้เอาเงินเป็นตัวตั้ง ไม่ใช่แค่เรื่องการค้าการขาย เรื่องการทำมาหากิน หรือเรื่องตัวเลขทางเศรษฐกิจ

เศรษฐกิจพอเพียงของพระองค์ท่าน ไม่ใช่การชวนกันถอยหลังกลับไปอยู่ในยุคโบราณที่ขาดแคลน อัดคัดขัดสน

เศรษฐกิจพอเพียงของพระองค์ท่าน ไม่ใช่สอนให้คนหยุดพัฒนา หยุดกระตือรือร้น หยุดรับความรู้และเทคโนโลยี



เศรษฐกิจพอเพียงของพระองค์ท่าน ไม่ใช่สอนให้คนรอคอยแบมือขอรับแต่การสงเคราะห์ช่วยเหลือเรื่อยไป

เศรษฐกิจพอเพียงของพระองค์ท่าน ไม่ใช่สอนให้ทำทุกสิ่งที่สามารถปั่นตัวเลขการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจอย่างไม่ลืมหูลืมตา

ตรงกันข้าม เศรษฐกิจพอเพียงของพระองค์ท่าน คือการสอนให้ทุกคน ทุกครอบครัว ทุกองค์กรอยู่ในโลกปัจจุบันอย่างมีสติ มีปัญญา รู้เท่าทันโลก ขยันขันแข็ง เอาการเอางาน รับผิดชอบ ทำทุกภารกิจอย่างพอดี พอประมาณ สมเหตุสมผล ไม่โลภเกินพอดี กล้าเผชิญกับโลกปัจจุบันอย่างใช้ปัญญา เพื่อเป็นภูมิคุ้มกันให้ตัวเอง ให้ครอบครัว ให้องค์กร และให้สังคม เพื่อไม่ตกเป็นเหยื่อของกระแสทุนโลก ไม่ว่าจะมาด้วยรูปแบบใด



**เศรษฐกิจพอเพียง**ของพระองค์ท่านจึงเป็นหลัก  
ที่ทุกคน ทุกครอบครัว ทุกองค์กร ทุกสถาบัน ทุกชุมชน  
ทั้งสังคมสามารถน้อมนำมาปฏิบัติได้ ด้วยการรู้จัก  
ทวนกระแสกิเลส อันเป็นต้นธารแห่งความโลภที่ไม่มี  
สิ้นสุด

ที่ผ่านมา พระองค์มิได้ทรงสอนเท่านั้น แต่  
พระองค์ทรงปฏิบัติให้คนไทยดูเป็นตัวอย่างมาโดยตลอด

คณะผู้จัดทำได้จัดทำเอกสารเล่มนี้ขึ้น เพื่อเป็น  
**คู่มือแนวทางชีวิต** ด้วยหลักเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อคนไทย  
จะได้ร่วมเรียนรู้ ขยายสู่การปฏิบัติอย่างกว้างขวาง  
ยิ่งขึ้นไป



ขอขอบพระคุณทุกท่านที่เอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือ สนับสนุนให้หนังสือเล่มนี้สำเร็จลงด้วยความเรียบร้อย หากมีข้อบกพร่อง ผิดพลาด คลาดเคลื่อนประการใด คณะผู้จัดทำขอน้อมรับและกราบขออภัยไว้ ณ โอกาสนี้





๑๗รวมธุรกิจ  
ไม่พอเพียง

ด้วยหลักเศรษฐกิจพอเพียง



จากคำสอน



“...คำว่าพอก็เพียงพอ เพียงนี้ก็พอ ดั่งนั่นเอง  
คนเราก็อพในความต้องการ ก็มีความโลภน้อย  
เมื่อมีความโลภน้อย ก็เบียดเบียนคนอื่นน้อย  
ถ้าทุกประเทศมีความคิด อันนี้ไม่ใช่เศรษฐกิจ  
มีความคิดว่าทำอะไรต้องพอเพียง หมายความว่า  
พอประมาณ ไม่สุดโต่ง ไม่โลภอย่างมาก  
คนเราก็อยู่เป็นสุข พอเพียงนี้อาจจะมีมาก อาจจะมี  
ของหรูหราก็ได้ แต่ที่ต้องไม่ไปเบียดเบียนคนอื่น  
ต้องให้พอประมาณ ตามอัธยาศัย พุดจากก็พอเพียง  
ทำอะไรก็พอเพียง ปฏิบัติตนก็พอเพียง”

พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา

๔ ธันวาคม ๒๕๔๑

## หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

เศรษฐกิจพอเพียง มีคุณลักษณะ ๓ ประการ ได้แก่

**ความพอประมาณ** หมายถึง ความพอดี ไม่น้อยเกินไป ไม่มากเกินไป หรือไม่สุดโต่งไปข้างใดข้างหนึ่ง และต้องไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น

**ความมีเหตุผล** หมายถึง ทุกการตัดสินใจ การกระทำ การลงทุน ต้องเป็นไปอย่างมีเหตุมีผล คำนึงถึงเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องและผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นอย่างรอบคอบ

**การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว** หมายถึง การเตรียมตัวให้พร้อมที่จะเผชิญผลกระทบ และการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นจากทั้งภายในและภายนอก



ทั้งนี้ ต้องมีเงื่อนไขสำคัญ ๒ ประการ ได้แก่

**มีความรู้** คือ มีความรอบรู้ รอบคอบ และระมัดระวังในการนำความรู้ วิทยาการเทคโนโลยีต่าง ๆ มาใช้ในการวางแผนและการปฏิบัติ

**มีคุณธรรม** คือ มีความตระหนัก มีความซื่อสัตย์ สุจริต มีความอดทน มีความเพียร และใช้สติปัญญาในการดำเนินชีวิต

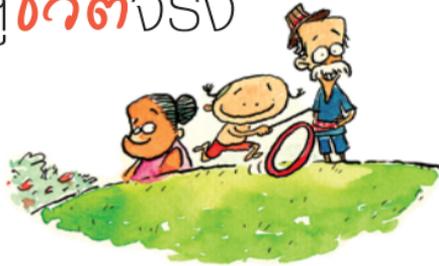


“สมัยก่อนนี้พอมีพอกิน สมัยนี้ใช้จะไม่พอมีพอกิน  
จึงต้องมีนโยบายที่จะทำเศรษฐกิจพอเพียง  
เพื่อที่จะให้ทุกคนมีความพอเพียงได้  
ให้พอเพียงนี้ก็หมายความว่า มีกินมีอยู่  
ไม่ฟุ้งเฟ้อ ไม่หรูหราก็ได้ แต่ว่าพอ”

พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา

๔ ธันวาคม ๒๕๕๑

# คู่มือจริง

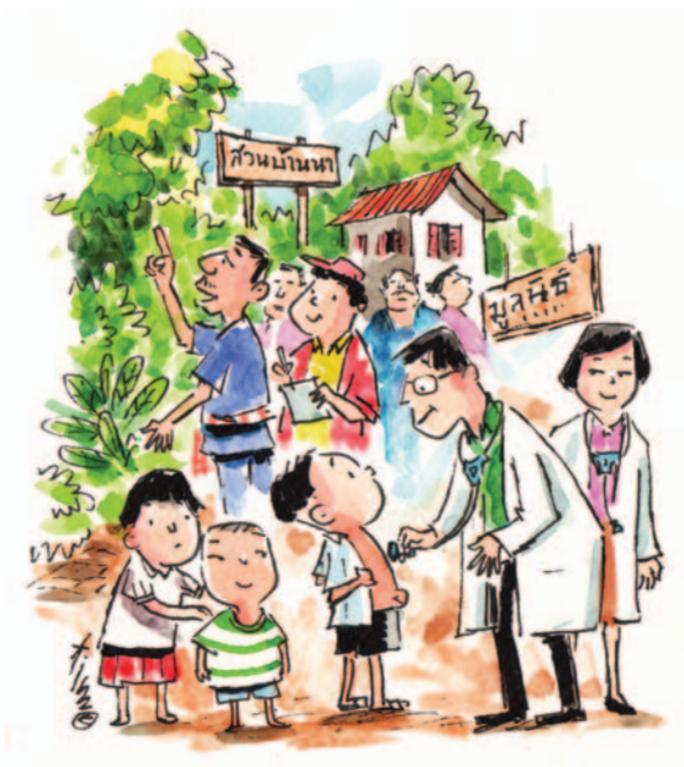


ต่อไปนี้เป็นกรณีศึกษาเรื่องราวของบุคคลและครอบครัว  
ชุมชน องค์กรและธุรกิจที่นำหลักเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ใน  
ภาคปฏิบัติ ซึ่งได้ถอดบทเรียนโดยสังเขปไว้ สำหรับการแลกเปลี่ยน  
เรียนรู้เพื่อการขยายผลในวงกว้างด้วย

ด้วยหลักเศรษฐกิจพอเพียง



# แนวหน้า “ตลก้าฟอ”



## ครอบครัวสร้างจรรยาบรรณ

เพราะการมีหลักที่มั่นคงในการใช้ชีวิตของ นพ.อภิสิทธิ์ และ พญ.ทานทิพย์ อำนวยจรรยาบรรณ เราจึงมีโอกาสได้เห็นประจักษ์ว่าชีวิตของ “หมอชนบท” นั้นสามารถสร้างคุณูปการได้มากเพียงไร

น้อยคนนักที่จะรู้ว่าแพทย์สองสามีภรรยาต่างก็เป็นคนกรุงเทพฯ แต่ได้ยื่นหยัดทำงานพัฒนาชุมชนอยู่ที่อำเภอเล็กๆ ในจังหวัดขอนแก่นมานานกว่า ๒๐ ปี นับตั้งแต่เรียนจบแพทย์

ทั้งคู่ไม่เคยเปิดคลินิก แต่ทุ่มเทเวลาและความรู้ความสามารถให้กับการพัฒนาบริการของโรงพยาบาลอุบลรัตน์ ให้เป็นที่พึ่งอย่างอุ่นใจแก่ชาวบ้านอย่างเสมอหน้า และขยายขอบข่ายการทำงานกว้างไกลออกไป



มากกว่าการรักษาเยียวยาทางด้านร่างกาย ด้วยการก่อตั้งมูลนิธิ “**คำคุณ**” เพื่อสนับสนุนการพัฒนาชุมชนในพื้นที่ โดยสนับสนุนให้ผู้อาวุโสในชุมชนที่มีความรู้ประสบการณ์ และมุมมองในการแก้ไขปัญหาของท้องถิ่น หรือที่เรียกกันทั่วไปว่า “ปราชญ์ชาวบ้าน” เป็นแกนนำในการแสวงหาแนวทางพัฒนาท้องถิ่นอย่างต่อเนื่อง บนหลักของการพึ่งตัวเอง และพึ่งกันเอง จนเกิดเครือข่ายขยายออกไปทั้งภาคอีสาน

ครอบครัวอำรงวรางกูรใช้ชีวิตอย่างเรียบง่าย และกลมกลืนเสมือนหนึ่งในสมาชิกของชุมชน บุตรสาวทั้งสองคน จบการศึกษาจากโรงเรียนเดียวกับเด็กอื่นๆ ในละแวกบ้าน และเรียนต่อระดับอุดมศึกษาที่มหาวิทยาลัยในจังหวัด แม้ว่า พญ.ทานทิพย์ได้ลาออกจากราชการตั้งแต่ปี ๒๕๓๙ เพื่อมาทำงานให้กับศูนย์คำคุณได้อย่าง



เต็มที แต่ก็ยังคงทำงานเป็นแพทย์อาสาสมัครให้แก่  
โรงพยาบาลอุบลรัตน์ตลอดมา

**ความเป็นไปของครอบครัวเล็กๆ นี้ สะท้อน  
ให้เห็นว่า ชีวิตที่ดำเนินไปด้วยหลักแห่งความพอเพียง  
สามารถก่อให้เกิดผลอันไพศาลได้อย่างน่าอัศจรรย์**



## แปลก เดชะบุญ

อาจารย์แปลก เริ่มต้นชีวิต “อาจารย์” ในฐานะครูของนักศึกษาในรั้วสถาบันวิทยาลัยเกษตรกรรมและเทคโนโลยีเชียงราย และได้ขยายความหมายของคำๆ นี้ให้กว้างไกลไร้ขอบเขตจำกัด หลังตัดสินใจลาออกจากราชการในปี ๒๕๔๗ โดยตั้งปณิธานว่าจะใช้ชีวิตที่เหลือบุกเบิกการทำสวนที่ยึดแนวพระราชดำริเศรษฐกิจพอเพียง และสิ่งดีงามที่ปฐุ่ย่าตายายสืบทอดกันมา เพื่อสร้างความอยู่เย็นเป็นสุขแก่ครอบครัว ชุมชน สังคม และสิ่งแวดล้อม

สิ่งที่อาจารย์สั่งสมมานานหลายสิบปีจากการทำงานวิชาการในสถาบัน ถูกแปรเป็น “ทุน” เบื้องต้นในการสร้างสวนเกษตรที่ไม่เหมือนใคร ในชื่อ “สวนบ้านนาหลังคาแดง” ที่หมู่บ้านสันนายาว อำเภอแม่จัน จังหวัด



## เซียงราย

พื้นที่ ๑๒ ไร่ คีคักและคั้บคั้งด้วยพืชนานาพันธุ์ ที่เป็นยา อาหาร และไม้ใช้สอย มากกว่า ๓๐๐ ชนิด โดย อาจารย์แปลก ทำหน้าที่เหมือนพ่อสื่อ เลือกรสรพันธุ์ไม้ มาปลูกไว้ด้วยกันอย่างมีเทคนิควิธี โดยมีเป้าหมายให้อยุ่รอด เติบโต และผลิดอกออกผล แบบช่วยเหลือเกื้อกูลกัน เพราะเชื่อว่านี้คือวิถีเกษตรที่เป็นทางรอดทั้งของพืชของคน และของโลก เช่น ปลูกดอกไม้ที่มีกลิ่นหอมหวาน หรือกลิ่นฉุนไว้เคียงไม้ผล เพื่อล่อและไล่แมลงไม่ให้ไปกวนไม้ผล อีกทั้งยังเลือกเฟ้นปลูกพืชอาหารในท้องถิ่น ที่มีหลักวิชาการยืนยันว่าคุณค่าทางโภชนาการสูง และเติบโตได้ดีโดยประหยัดดินและน้ำ และทุกวันนี้อาจารย์แปลกยังค้นคว้าและลงมือพัฒนาที่นี้ให้เป็น “โรงเรียน” ที่มีชีวิตชีวาสำหรับเกษตรกรไทยอย่างไม่หยุดนิ่ง



นี่คือการแปรประสบการณ์ ความรู้ และความรักด้านการเกษตรที่สะสมมาตลอดชีวิตให้เป็น “ปุ๋ย” สำหรับต่อยอดเรื่องของเศรษฐกิจพอเพียงจากระดับแนวคิด ไปสู่ขั้นของการลงมือปฏิบัติในชีวิตจริงในภาคการเกษตร พร้อมกับพิสูจน์ให้เห็นว่าวิธีนี้จะทำให้เกิดดอกผลมากมายเพียงไร



## เมตตา สุดสวาท

ปี ๒๕๔๓ ชีวิตของผู้หญิงวัยใกล้ ๔๐ ชื่อ เมตตา สุดสวาท เป็นที่สนใจแก่สังคมอย่างกว้างขวาง เพราะเธอก้าวถึงจุดสูงสุดของอาชีพธุรกิจ เมื่อปีกรง นำสินค้าภายใต้แบรนด์ “พรอพากันดา” (Propaganda) ที่ปั่นมากับมีอนานกว่า ๑๐ ปี จนเป็นที่รู้จักกันดีในกลุ่มลูกค้าที่ชื่นชอบของใช้ในชีวิตประจำวันที่มีดีไซน์เก๋ไก๋ เข้าครองตลาดสินค้าระดับ “เฟิร์สคลาส ไฮเอนด์” ซึ่งมีเป้าหมายที่กลุ่มลูกค้าเงินหนา กล้าควักกระเป๋าซื้อสินค้าที่รู้สึกพึงพอใจโดยไม่สนการพลิกดูป้ายราคา โดยมีกลุ่มธุรกิจใหญ่หนุนหลังให้ขยายปีกได้อย่างแข็งแกร่งทั้งในไทยและอีก ๑๔ ประเทศ แต่ ณ วันนั้นเธอรู้สึกเสมอว่า **มีเงินมากเท่าไรก็ไม่เคยพอ** แม้แต่จะควักกระเป๋าหยิบยื่น



ให้แม่ก็แทบจะลืม

แต่อีกไม่ถึงห้าปีต่อมา เมตตา ถูกกล่าวขวัญถึงอีกครั้งจากการพลิกผันชีวิต จากผู้หญิงเก๋ เก่ง แกร่ง และอนาคตไกลแห่งวงการดีไซน์ ผู้ไขว่คว้าความฝันในการนำธุรกิจไปสู่บริษัทระดับโลก มาสู่ผู้หญิงคนใหม่ที่ต่อสู้กับตนเองที่ต้องยืนอยู่ให้ได้ เพื่อจะได้ระบายสิวาตรูปทุกวัน และในที่สุดเธอก็พบ**เส้นทางแห่งความพอเพียง** จากการวาดรูปนี้เอง

จุดพลิกผันเกิดขึ้นตอนไหนแม้แต่เธอเองก็ไม่รู้ แต่มาสะดุดใจอย่างจังเมื่อไปเที่ยวหัวหินโดยไม่มีกล้องถ่ายรูปติดตัว จึงลงมือวาดด้วยมือ ทำให้พบกับความสุขในรูปแบบใหม่ที่ให้ความอึดอ้อมแก่ชีวิตอย่างที่การสะสมเงิน เสื้อผ้า รองเท้า และความเป็นอยู่ในสังคมชั้นสูงไม่เคยมีให้



วันนี้เมตตาใช้ชีวิตเรียบง่ายอยู่ในคอนโดฯ ขนาดเล็ก เธอหันมากินอาหารมังสวิรัต ไม่มีหุ้ในบริษัทที่เคยร่วมสร้างเหลือติดมือ ไม่มีรถโฟล์คเต่า “นิว บีเทิล” คันเก่าเป็นพาหนะอีกต่อไป เพราะวัตถุเหล่านี้ถูกแปรเป็นทรัพย์สินสำหรับใช้เป็นทุนสำรองแก่ชีวิตที่เหลือ และพบว่า สิ่งจำเป็นสำหรับชีวิตไม่ต้องมีมากเหมือนในอดีต

**ถ้าใครถามว่าบ้าหรือดี เมตตาตอบเพียงสั้น ๆ ว่า เธอแค่ค้นพบว่าความสุขที่แท้จริง ไม่จำเป็นต้องมีเงินมากมาย...ก็เท่านั้นเอง**



## ถอดบทเรียนรัฐสู่ **การปฏิวัติ**

จากบทเรียนของเพื่อนคนไทย สามารถสังเคราะห์เป็น  
หลักสำคัญในการปฏิบัติตนและครอบครัว ได้ดังนี้

- แสวงหารายได้ด้วยความสุจริต และเป็นอาชีพที่  
เอื้อประโยชน์แก่สังคม
- ขยันหมั่นเพียร มุ่งมั่น ตั้งใจ ใฝ่ความเจริญ  
ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค
- เรียนรู้ต่อเนื่องทั้งภายในและภายนอก พัฒนา  
ตนเองไม่หยุดนิ่ง
- พึ่งตนเองก่อน และช่วยเหลือเกื้อกูลกัน



- ประหยัด รู้จักเก็บออม และสร้างหลักประกัน ให้แก่ชีวิต
- กินอยู่อย่างสมณะ ถือครองวัตถุโดยคำนึงถึง ประโยชน์ให้สอยเป็นอันดับแรก
- ไม่ข้องแวะยาเสพติด เหล้า บุหรี่ อบายมุขทั้งปวง
- ใช้ทรัพยากรและพลังงานอย่างประหยัด อยู่ร่วมกับ ธรรมชาติอย่างนอบน้อม
- มีศีลธรรม ยึดมั่นในวิถีแห่งความถูกต้องดีงาม

# ชุมชน “กล้าแกร่ง”



## เครือข่าย “ยมนา”

### จังหวัดนครศรีธรรมราช

เครือข่ายยมนา เกิดขึ้นเมื่อปี ๒๕๓๖ จากการตื่นนอนอยู่รอดของชุมชนเกษตรกรรม ๓ ลักษณะ ในจังหวัดนครศรีธรรมราช ได้แก่ ชุมชนสวนยาง สวนผลไม้ และทำนา ที่ต่างเผชิญกับปัญหาด้านการตลาดที่ถูกควบคุมอย่างเบ็ดเสร็จโดยพ่อค้าคนกลางจากภายนอก ทั้งในระดับภูมิภาค ระดับชาติ และระดับโลก ทำให้เกิดการแสวงหาทางออกในการปลดแอกชุมชนจากเงื่อนโซ่ดังกล่าว โดยใช้หลักการรวมตัวเป็นเครือข่ายความร่วมมือเพื่อสร้าง “ตลาด” ขึ้นภายในพื้นที่

บริษัทเครือข่ายผลิตภัณฑ์อาหารจำกัด คือ ผลลัพธ์จากกระบวนการแลกเปลี่ยนข้อมูล ความรู้ และ



ค้นหาจุดอ่อนจุดแข็งร่วมกันอย่างค่อยเป็นค่อยไป ระหว่างกลุ่มสมาชิกที่มีวิธีการผลิตต่างรูปแบบ แต่อยู่รวมในพื้นที่เดียวกัน จนค้นพบทางออกในรูปของการระดมทุนจากชุมชนเครือข่าย จัดตั้งเป็นกลุ่มออมทรัพย์เครือข่ายยมนา โดยนำเงินมาลงทุนทำโรงงานผลิตขนมจีน อาหารยอดนิยมของคนในภาคใต้ ที่นำผลผลิตจากชุมชนชาวนาสมาชิกเครือข่ายใน ๕ อำเภอลุ่มน้ำปากพนัง ที่ประสบปัญหาราคาผลผลิตตกต่ำมาเป็นวัตถุดิบ หลังจากคำนวณพบว่าสามารถเพิ่มมูลค่าจากราคาข้าวเปลือกเกี่ยวนละ ๓,๒๐๐ บาท เป็นขนมจีน ๑,๖๔๗ กิโลกรัม มูลค่า ๑๖,๔๗๐ บาท

ทุกวันนี้ โรงงานแปงขนมจีนของเครือข่ายยมนา ผลิตขนมจีนส่งจำหน่ายในพื้นที่ ๗ จังหวัดภาคใต้ วันละ ๑๐ ตัน มีเงินหมุนเวียนมากกว่า ๕๖



ล้านบาท ถือเป็นตัวอย่างหนึ่งของวิสาหกิจชุมชนที่ประสบความสำเร็จได้โดยไม่ใช้ธุรกิจนำ แต่ยึดหลักการสร้างฐานชีวิตที่มั่นคงให้แก่ครอบครัวและชุมชนในเครือข่ายเป็นเป้าหมายสูงสุด หันหลังให้กับการนำชีวิตผู้คนและชุมชนไปผูกติดกับตลาดที่ห่างไกล คินสู่การพึ่งพาตนเอง



## บ้านหนองกลางดง

อำเภอสามร้อยยอด จังหวัดประจวบคีรีขันธ์

กุญแจสำคัญที่ทำให้ชาวบ้านหนองกลางดงก้าวสู่อิสรภาพจากภาวะหนี้สินรุงรัง ก็คือการปฏิรูปความคิดและวิถีชีวิตจากภายใน หาใช่การหวังพึ่งพากองทุนหรือคำตอบที่คนภายนอกหยิบยื่นให้เป็นอย่างที่อื่น ๆ

หมู่บ้านแห่งนี้แสวงหาอนาคตบนทิศทางใหม่ที่ใช้ “ทุน” จากภายในเป็นรากฐาน โดยมี ผู้ใหญ่โชคชัย ลิ่มประดิษฐ์ เป็นผู้นำที่เห็นการณ์ไกลและทำงานแบบ “คนจริง” ต่อเนื่องมานานแปดปี เริ่มต้นจากการสำรวจศึกษาข้อมูลสถานการณ์ของชุมชนอย่างจริงจัง และตั้งสภาผู้นำชุมชน ที่ประกอบด้วยแกนนำชาวบ้านที่มีความสามารถด้านการจัดการ จำนวน ๑๔ คน จาก ๑๔ กลุ่ม



พัฒนาชุมชน โดยมีการปรึกษาหารือร่วมกันทุกเดือน เพื่อให้ได้ข้อสรุปสำหรับแต่ละกลุ่มนำไปดำเนินการ จนมีการแก้ปัญหาที่ละเปลาะ ๆ เช่น แก้ปัญหาสับปะรดล้นตลาดด้วยการตั้งโรงงานแปรรูปสับปะรดกวนของชุมชน จากกองทุนของชุมชนเอง หลังศึกษาข้อมูลถี่ถ้วน

**การทำแผนแม่บทชุมชน** ที่ศึกษาจากชุมชนไม้เรียง จังหวัดนครศรีธรรมราช เป็นเครื่องมือสำคัญที่ชุมชนนำมาใช้เยียวยาสภาพความอ่อนแอจากภายในที่เกิดจากความไม่รู้ และขาดพลังความร่วมมือ โดยระดมคนทั้งชุมชนเข้ามีส่วนร่วมในการทำแผนฯ ต่อเนื่องกันมาทุกปี เริ่มต้นจากการให้ช่วยกันศึกษาวิจัยข้อมูลใหม่รายปี เพื่อให้เท่าทันความเปลี่ยนแปลงในชุมชนไปพร้อม ๆ กับได้เรียนรู้โครงสร้างสังคม และฝึกการคิดให้เป็นระบบ แล้วนำข้อมูลที่ได้มาตีแผ่ผ่านเวทีประชุมที่



ทุกครัวเรือนต้องเข้าร่วม เพื่อช่วยกันการออกแบบกิจกรรมในแผนแม่บท

การปรับแต่งหลักคิดต่อทิศทางการพัฒนาชุมชน โดยมุ่งสกัดไม่ให้เงินในชุมชนไหลออก แทนการตั้งเป้าหมายไว้ที่การแสวงหาความร่ำรวยจากตลาดภายนอก คือพลังที่ทำให้ชุมชนปลดหนี้ได้สำเร็จและกลายเป็นชุมชนที่ดำเนินชีวิตได้อย่างพอดีพอเพียงในที่สุด



## กลุ่มแม่บ้านมิตรภาพพัฒนา

เขตประเวศ กรุงเทพฯ

แม่บ้าน คือเสาหลักสำคัญในการค้าจุนครอบครัว ให้ผ้าสุกมาช้านาน และเมื่อแม่บ้านจากหลายครอบครัว มารวมตัวกันเพื่อทำงานให้แก่ชุมชนของตนด้วยสำนึกที่ไม่ยอมนิ่งดูตายต่อปัญหาที่พบอยู่ทุกเมื่อเชื่อวัน ทั้งด้านการขาดรายได้ ขาดการศึกษา ปัญหาสุขภาพ และถูกโกงราคาของกินของใช้ประจำวัน ย่อมไม่มีข้อกังขาใด ๆ ว่าความเคลื่อนไหวนี้จะก่อให้เกิดสิ่งที่ไม่ดีใคร่จะทำ ได้ดีเท่า

กลุ่มแม่บ้านมิตรภาพพัฒนา เป็นการรวมตัวของแกนนำผู้หญิงจากชุมชนหลายแห่งชานกรุงเทพฯ เพื่อหาทางแก้ปัญหามาให้แก่ชุมชนเท่าที่มีกำลังทำกัน



ได้เอง ทั้งการส่งเสริมอาชีพแก่คนว่างงาน การพัฒนาทักษะอาชีพ ส่งเสริมการศึกษาให้แก่เด็ก ๆ ที่ไม่มีโอกาสได้เข้าโรงเรียน สงเคราะห์คนชราและคนพิการในชุมชน จัดตั้งร้านค้าชุมชน เพื่อให้คนในชุมชนเป็นเจ้าของและบริหารจัดการกันเอง และสร้างศูนย์สุขภาพชุมชน

ความชำนาญชำนาญประจำประจำแม่บ้านในการจัดการเรื่องเงิน ๆ ทอง ๆ ในครอบครัวให้ใช้จ่ายอย่างประหยัด คู้มค่า เหลือเก็บออม ถูกต่อยอดมาใช้สร้างกลวิธีทำงานของกลุ่มได้หลากหลายรูปแบบ เช่น การตั้งกลุ่มออมทรัพย์ ที่ให้กู้ยืมประกอบอาชีพโดยไม่คิดดอกเบี้ย โดยใช้การบริจาคสมทบกองทุนตามกำลังศรัทธา บันผลรายปีโดยเป็นสิ่งของอุปโภคบริโภคจากร้านค้าชุมชน กลุ่มหยอดกระปุกเพื่อการออมทรัพย์ของเยาวชน กลุ่มกิจกรรมขยะแลกไข่ กลุ่มสวัสดิการเจ็บป่วย



ของสมาชิกและเสียชีวิต สำหรับช่วยเหลือเกื้อกูลกัน  
ยามป่วยไข้ เป็นต้น

เมื่อแม่บ้านใช้ความรักผลักดันรั้วจากขอบ  
เขตครอบครัวออกสู่ชุมชน ปัญหาเรื้อรังมากมาย  
จึงถูกคลี่คลายลงอย่างที่ไม่เงินมากเท่าไรก็บันดาลให้  
เกิดขึ้นไม่ได้



## ถอดบทเรียนรัฐสู่ **การปฏิบัติ**

จากบทเรียนของเพื่อนคนไทย สามารถสังเคราะห์เป็น  
หลักสำคัญในการพัฒนาชุมชนและสังคม ได้ดังนี้

- สมัคร์สมานสามัคคี อยู่ร่วมกันอย่างมีไมตรี
- รักศักดิ์ศรี เชื้อมั่นและภาคภูมิใจในชุมชนของตน  
ตลอดจนคงไว้ซึ่งเอกลักษณ์และวัฒนธรรม
- พัฒนาชุมชนด้วยกระบวนการสร้างการมีส่วนร่วม  
จากทุกฝ่ายอย่างจริงจังและต่อเนื่อง
- จัดสวัสดิการชุมชนและวิสาหกิจชุมชน ที่ยึดมั่น  
จุดยืนในการช่วยเหลือพึ่งพากันระหว่างสมาชิก

- จัดกระบวนการเรียนรู้ร่วมกันของชุมชน เพื่อให้รู้จักตนเองทั้งจุดอ่อนและจุดแข็ง รวมทั้งเพื่อให้เท่าทันสถานการณ์ เพื่อจะได้ร่วมมือกันรับมือกับความเปลี่ยนแปลงได้อย่างชาญฉลาด
- จัดการทรัพยากรและธรรมชาติของชุมชนอย่างเป็นธรรม โดยเน้นประโยชน์สุขของสาธารณะ
- เชื่อมโยง เกื้อกูล และสนับสนุนให้ชุมชนอื่นๆ และสังคม พัฒนาไปด้วยกัน
- องค์กรภายนอกและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นทำหน้าที่เกื้อหนุนให้การพัฒนาชุมชนดำเนินไปบนทิศทางแห่งสันติสุขและเกิดผลยั่งยืน

# องค์กร “กล้าได้กล้าเสีย”



## โรงเรียนบ้านเปือย

อำเภอไทรโยค จังหวัดอุตรดิตถ์

โรงเรียนเล็กๆ สะอาดสะอ้านที่แวดล้อมด้วย  
ท้องไร่ท้องนาแห่งนี้เป็นอีกหนึ่งตัวอย่างของการนำ  
“ปัญญา” มาเกื้อหนุนให้เกิดรากฐานความสุขอันมั่นคง  
ให้แก่ตนเองและชุมชนรายรอบ

ที่นี่ นักเรียนและครูไม่ได้จับหน้าที่ที่การเรียน  
และการสอน แต่ต่างยึดถือแกนหลักที่การเป็น “คนดี  
มีความรู้” ในการดำเนินชีวิตทั้งในและนอกโรงเรียน ครู  
ในโรงเรียนนี้เป็นพ่อพิมพ์และแม่พิมพ์ที่สมภาคภูมิ  
เพราะไม่ดื่มสุรา ไม่เล่นการพนัน และไม่มีใครเป็นหนี้นอก  
ระบบ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การเป็นหนี้ชาวบ้านใน  
ชุมชน เพราะเป็นสาเหตุแห่งการสูญเสียความมีเกียรติ



และศักดิ์ศรีแห่งความเป็นครูอย่างร้ายแรง

นักเรียนโรงเรียนบ้านเปือยระดับประถมศึกษา  
ความเป็น “เด็กดี” ทั้งในและนอกรั้วโรงเรียน เมื่อถึงบ้าน  
ต้องไหว้และให้ความเคารพพ่อแม่ ทำการบ้าน ช่วยงาน  
บ้าน ดูแลกิจวัตรประจำวันของตัวเองไม่ให้สร้างภาระ  
กับใคร “ตัวช่วย” ให้การทำดีเป็นไปอย่างสม่ำเสมอคือ  
การใช้ระบบหัวหน้ากลุ่ม ดูแลระหว่างคนที่อยู่บ้านใกล้  
กันเองประมาณกลุ่มละ ๘-๑๐ คน คนที่ทำให้พ่อแม่  
เดือดร้อนเสียใจจะถูกรายงานชื่อหน้าเสาธง ซึ่งไม่มีใคร  
อยากโดน

**อาจารย์บงการ สายเนตร** ผู้อำนวยการโรงเรียน  
บ้านเปือย ใส่ใจกับสภาพเศรษฐกิจในชุมชนที่ชาวบ้าน  
มีรายได้จากการขายผลผลิตการเกษตรแค่ปีละสองครั้ง  
จึงหาวิธีลดเงื่อนไขการใช้จ่ายฟุ่มเฟือย โดยไม่อนุญาต



ให้นักเรียนทุกคนพกเงินมาโรงเรียน เพราะมีอาหารให้กิน บริบูรณ์ และไม่มีร้านค้าให้ซื้อของ เมื่อเปิดเทอมถ้าตำราเรียนไม่พอแจก ก็ใช้วิธีรวมค่านั่งซื้อที่ซื้อเพิ่มแล้วเฉลี่ยจ่ายเท่ากันทั้งห้อง ไม่ให้ภาระไปตกที่ครอบครัวใดครอบครัวหนึ่ง

**ด้วยนโยบายที่กล้าทำให้เงินเป็น“เรื่องเล็ก”  
ที่นี่จึงเป็นแหล่งสร้างปัญญาที่ยืนเคียงข้างชุมชนได้  
อย่างสมภาคภูมิ**



## บริษัท วันเดอร์วีรล โปรดักส์ จำกัด

สำหรับกลุ่มนายหน้าเงินกู้นอกระบบ นานห้าปีมาแล้วที่หน้าประตูโรงงานของเล่น “วันเดอร์วีรล” ย่านปทุมธานี หลุดจากโผ “ทำเลทอง” ที่ต้องแวะเวียนมาในยามปลายเดือน

ในปี พ.ศ. ๒๕๔๓ ผู้บริหารโรงงานที่มีพนักงานประมาณ ๔๐๐ คนแห่งนี้ อนุมัติงบประมาณทำ **โครงการพัฒนาคุณภาพชีวิต** มีเป้าหมายเน้นทำสงครามกับปัญหาหนี้สินของพนักงานที่บานปลายมาตั้งแต่ช่วงวิกฤตเศรษฐกิจปี ๒๕๔๐ จากหนี้คนละไม่กี่พันพอกพูนเป็นหลายหมื่นบาทด้วยสาเหตุจาก “กู้ง่าย ดอกโหด” ร้อยละ ๒๐๐-๒๔๐ ของเงินต้น พอเงินเดือนออกจะมีคนแปลกหน้ามายื่นรอนหน้าประตูโรงงานเพื่อคอยดักเอา



บัตรประชาชน บัตรเอทีเอ็มไปหักหนี้

จากกิจกรรมแรก ที่เริ่มจากการจัดค่ายที่มีพนักงานสมัครใจเข้าร่วมประมาณ ร้อยละ ๑๐ โดยเชิญวิทยากรที่มีประสบการณ์ผ่านการเป็นหนี้และปลดหนี้ มาบอกเล่าวิธีการและความสุขหลังปลดหนี้สำเร็จ ตามด้วยการดูงาน สิ่งที่เกิดตามมาคือ พนักงานได้รวมกลุ่มกันเคลื่อนไหวต่อสู้กับปัญหานี้สิน มีการสอนทำบัญชีรับจ่ายประจำวันอย่างง่ายๆ โดยฝ่ายบัญชี การตั้ง **กลุ่มออมทรัพย์** ที่มีทั้งภาคการออมและกู้ยืมฉุกเฉิน การตั้ง **กลุ่มรวมซื้อ** รับผิดชอบของที่พนักงานต้องการเหมือนกันในคราวเดียว เพื่อให้ราคาถูกลง สุดท้ายคือ **กลุ่มเรียนรู้** ที่ไปเข้าอบรมฝึกอาชีพเสริมยามว่าง แล้วมาชวนคนที่สนใจทำด้วยกันช่วงพักเที่ยงและหลังเลิกงาน ที่ไปได้สวยคือ การทำไข่เค็ม เพราะในพื้นที่มีฟาร์มผลิตไข่เปิด



หลายแห่ง และ “ตลาด” สำคัญก็อยู่ไม่ใกล้ไม่ไกล นั่นคือ  
เพื่อนๆ คนงานนั่นเอง

ห้าปีที่ผ่านมา จึงเป็นช่วงเวลาทีวิถีการ  
ใช้จ่ายของพนักงานวันเดอร์เวิร์ลเกิดการปรับเปลี่ยน  
อย่างถึงราก และนำความอึดเอมใจมาสู่ผู้บริหารและ  
ทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องอย่างยากจะหาสิ่งใดเปรียบ



## บริษัท สยามเอนด์ จำกัด

ด้วยตัวตนที่ไม่เคยแปรเปลี่ยนของสองสามีภรรยา อติศร และ อมรา พวงชมพู ทำให้ “เสื้อยืดแดงโม” ที่คนไทยทุกระดับรู้จักดีเป็นมากกว่าสินค้า และบริษัทสยามเอนด์ มีคุณค่าเกินกว่าการเป็นองค์กรธุรกิจ

ประสบการณ์การทำกิจกรรมเพื่อสังคมเพื่อผู้ยากไร้และการเรียกร้องประชาธิปไตยเมื่อครั้งเป็นนักศึกษาตั้งแต่ปี ๒๕๑๖ คือภาพสะท้อนถึงตัวตนของคนที่ทั้งคู่ที่เอาใจใส่ต่อการร่วมทำให้สังคมดีขึ้น และด้วยเหตุนี้ เส้นทางที่เสื้อยืดโลโก้คิกขุนารักรูปแดงโมผ้าซีกแต่ละตัวเดินทางถึงมือผู้บริโภค จึงนับว่าเป็นเส้นทางเอกลักษณ์สำหรับแวดวงธุรกิจ เพราะถูกแผ้วถางด้วยความรักและความเชื่อมั่นว่าคนทุกคนมีพลังในการ



เปลี่ยนแปลงตนเองและสังคมให้ดีกว่าเดิม มิใช่แค่เรื่อง  
กำไรที่เป็นตัวเงิน

ในยุคแรก แดงโมมีร้านขายตามย่านช้อปปิ้ง  
ยอดนิยม แต่ต่อมาพอลิกระบอบจัดจำหน่ายเป็นการส่ง  
ขายถึงแผงในท้องถิ่นเพื่อตัดค่าใช้จ่ายในการขึ้นห้างให้  
แก่ผู้บริโภค ขณะเดียวกัน ยังเป็นการสร้างงานให้กับ  
ผู้ขายรายย่อยได้อีกจำนวนมาก

ในด้านการผลิต คนงานของบริษัทที่หันเหไปสู่  
อบายมุข เช่น เล่นหวย แทงสนุกเกอร์ ฯลฯ เป็นกลุ่มที่  
สองสามมีภรรยาชวนพูดคุยโน้มน้าวให้กลับตัวมาแล้ว  
มากต่อมาก โดยการแนะวิธีคิดให้รู้ทันความสูญเสียดัง  
คำนวนให้เห็นชัดๆ ว่าเวลาที่ใช้ไปกับการแทงหวยนั้น  
ถ้านำมาเย็บเสื้อจะมีเงินเข้ากระเป๋าแน่ๆ เท่าไหร่

ล่าสุด ทั้งสองลงป็นำแดงโมที่ชาวบ้านพื้นที่ที่



เกิดความไม่สงบทางภาคใต้ทดลองปลูกมาช่วยขายที่  
โรงงานเย็บเสื้อผ้าที่จังหวัดนครปฐม ขณะเดียวกันก็ป้อน  
งานตัดเย็บกลับไป ผ่านโครงการพัฒนาอาชีพสตรี  
บ้านบ่อเกาะ จังหวัดนราธิวาส และเมื่อเสื้อผ้าได้ก็นำเงิน  
บริจาคให้มัสยิด เหล่านี้คือกิจกรรมภายใต้โครงการ  
“แต่งโมสमानฉันท์”

วิธีบริหารของสองเจ้าแกแ่งเสื้อยืดแต่งโมได้  
บุกเบิกให้เห็นอีกวิธีหนึ่งของการดำเนินธุรกิจ ที่มุ่ง  
รักษาคุณภาพแห่งการรับและให้ไปพร้อมๆ กัน  
เสมือนสองด้านในเหรียญเดียว



## วัดพระรามเก้า

เขตห้วยขวาง กรุงเทพฯ

ในฐานะของวัดแห่งเดียวที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวโปรดเกล้าฯ ให้สร้าง และได้ชื่อว่าเป็น **วัดประจำรัชกาล** หลายคนคงนึกว่าพระอารามแห่งนี้ น่าจะก่อสร้างอย่างวิจิตรตระการตามูลค่าแพงระยับ แต่หาเป็นเช่นนั้นไม่

ช่วงหลังปี ๒๕๓๐ บริเวณถนนพระรามเก้ายังเป็นพื้นที่ชุ่มน้ำรกเรือ เมื่อพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวเสด็จมายังบริเวณนี้เพื่อศึกษาเรื่องการแก้ปัญหาน้ำท่วมประชาชนที่อาศัยบริเวณนี้ ซึ่งส่วนใหญ่อพยพจากต่างจังหวัดเพื่อมาหางานทำ ได้มาเฝ้าฯ รับเสด็จ และกราบบังคมทูลขอพระราชทานวัด เพื่อเป็นศูนย์รวมจิตใจ



คู่มือนำทาง **วิถี๓**

นั่นคือที่มาของวัดพระรามเก้า ที่ดำรงอยู่ร่วมกับชุมชนอย่างกลมกลืนนับตั้งแต่ปี ๒๕๓๙ ในฐานะวัดของชุมชนที่ใช้งบประมาณก่อสร้างเพียง ๑๓ ล้านบาท ในขณะที่โบสถ์วิหารของวัดจำนวนมากสร้างขึ้นด้วยเงินนับร้อยล้านบาท บางแห่งก็นับพันล้านบาท

สิบปีเต็มจนถึงวันนี้ ที่นี่ยังคงเป็นเสมือนต้นแบบของพระอารามที่ยึดมั่นในหลักความพอดีพอเพียง ประหยัด เรียบง่าย และเชื่อมประสานตัวเองเข้าเป็นส่วนหนึ่งของชุมชนอย่างเป็นอันหนึ่งอันเดียว โดยริเริ่มกิจกรรมที่สนับสนุนให้พุทธศาสนิกชนก้าวเดินบนหลักแห่งสติ ความสมถะ และสงบเย็น ท่ามกลางชีวิตอันเร่งรัดและความร้อนรุ่มในเมืองใหญ่ โดยทุกวันพระและในวันสำคัญต่างๆ ทางพุทธศาสนา ที่นี่จะมีการประกอบพิธีกรรมแบบเรียบง่าย นอกจากนี้ยังมีกิจกรรมเผยแพร่



อบรมพุทธศาสนาการฝึกจิตภาวนาในรูปแบบต่างๆ แก่  
เด็กและเยาวชน

สิ่งที่ดึงดูดให้ผู้คนหลั่งไหลมาสู่วัดแห่งนี้จึง  
มิใช่เพื่อแสวงหาลาภยศจากอำนาจแห่งอภินิหาร  
แต่เป็นเพราะประตูลาภสถานแห่งนี้คือจุดเชื่อมต่อ  
สู่ชุมชน และนำเสนอวิถีทางแห่งการแสวงหาปัญญา  
อย่างเรียบง่าย โดยไม่เคยเรียกร้องลาภสักการะใดๆ  
จากผู้ก้าวผ่าน





## ถอดบทเรียนรัฐสู่ **การปฏิวัติ**

จากบทเรียนของเพื่อนคนไทย สามารถสังเคราะห์เป็นหลัก  
สำคัญในการพัฒนาหน่วยงานและองค์กรต่างๆ ได้ดังนี้

- ดำเนินงานด้วยความโปร่งใส สุจริต และสร้างสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม
- เป้าหมายมิใช่เพื่อกำไรสูงสุด กล้ากำหนดแนวทางธุรกิจเพื่อแสวงหาคุณค่าที่มากกว่าเงินกำไร
- ดำเนินกิจการไปพร้อมกับการเอื้อประโยชน์แก่สาธารณะ



- ประหยัดการใช้พลังงานและทรัพยากร ร่วมถนอมและพิทักษ์ธรรมชาติ
- พัฒนางานโดยให้ความสำคัญกับการใช้ความรู้ และข้อมูลประกอบ รวมถึงพอเหมาะพอดี กับจุดอ่อนจุดแข็งขององค์กร
- มีระบบป้องกันความเสี่ยง รองรับความเปลี่ยนแปลงที่คาดไม่ถึงได้ตลอดเวลา
- เอาใจใส่ดูแลพนักงานเสมือนคนในครอบครัวให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี และมีคุณธรรม
- ร่วมสร้างความสงบร่มเย็นให้เกิดขึ้นในสังคมด้วยความสมานฉันท์ ช่วยเหลือเกื้อกูล ไม่ทอดทิ้งกัน



จากกรณีศึกษาที่ได้นำเสนอในคู่มือฉบับนี้ พิสูจน์ให้เห็นว่า หลักเศรษฐกิจพอเพียงนั้นเป็นแนวคิดที่มีพลังต่อการเปลี่ยนแปลงอย่างสร้างสรรค์ที่เกิดขึ้นได้ทุกระดับ และมีขอบเขตกว้างไกลยิ่งกว่าเรื่องของการทำงานเกษตรกรรม ดังที่หลายคนเข้าใจกัน

กรณีศึกษาอันมีคุณค่าเหล่านี้ ได้สะท้อนให้เห็นว่า ในช่วงที่ผ่านมา แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงของพระองค์ท่านได้หนุนเนื่องอยู่เบื้องหลังความสุขของผู้คน



จำนวนไม่น้อย นับตั้งแต่ระดับของการกำหนดแนวทาง  
ดำเนินวิถีประจำวันและเป้าหมายชีวิต การแก้ปัญหา  
ชุมชน การเสริมสร้างคุณค่าและความเข้มแข็งให้แก่  
องค์กร ซึ่งเป็นสิ่งที่ทุกคน ทุกอาชีพ ทุกสถานภาพ  
สามารถปรับใช้ให้เข้ากับสภาพเงื่อนไขของตนเองได้  
ทั้งสิ้น ทั้งนี้ รวมไปถึงการกำหนด**แนวทางการพัฒนา  
ประเทศ**ที่สามารถสรุปเป็นหลักการสำคัญ ได้ดังนี้

- ยึดหลักการให้ผู้คนอยู่เย็นและสังคมเป็นสุข  
เป็นเป้าหมายในการพัฒนาประเทศ
- การกระจายรายได้เพื่อสร้างความเป็นธรรมใน  
สังคม มีความสำคัญมากกว่าตัวเลขชี้วัดการเจริญเติบโต  
ทางเศรษฐกิจ
- ส่งเสริมสัมมาอาชีพและกิจการที่เป็นประโยชน์  
และไม่ก่อโทษแก่สังคม



- เน้นการพัฒนามนุษย์ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีและสังคมมีความสุข
- ให้ความสำคัญต่อสิทธิมนุษยชน ตลอดจนคุณค่าและศักดิ์ศรีแห่งความเป็นมนุษย์เหนือความเจริญทางเศรษฐกิจ
- สนับสนุนให้ประชาชนและชุมชนได้รับการพัฒนาอย่างเหมาะสม และอยู่ร่วมกันได้อย่างสมานฉันท์ โดยไม่มีอคติต่อวัฒนธรรมที่แตกต่างหลากหลาย
- ส่งเสริมพัฒนา การใช้ทรัพยากร และพลังงานทางเลือก ที่เป็นมิตรกับธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
- พัฒนาสังคมโดยใช้ความรู้และคุณธรรมเป็นธงนำ
- คบหาสมาคมกับนานาชาติด้วยหลักความเสมอภาค ไม่มุ่งเอาวัดเอาเปรียบใคร และมีให้ใครมา



## เอาเปรียบ

กรณีศึกษาและการถอดบทเรียนภาคปฏิบัติ  
ที่นำเสนอในคู่มือ นำทางชีวิตเล่มนี้ แม้เป็นเพียงเศษเสี้ยว  
ของความเคลื่อนไหวในการนำหลักเศรษฐกิจพอเพียงไป  
ใช้เป็นที่ตั้ง “เข้มทิศ” สร้างสุขอย่างเป็นรูปธรรมในช่วง  
ที่ผ่านมา แต่นับว่ามีคุณค่าต่อการเรียนรู้อย่างยิ่ง

หากว่าเพื่อนคนไทยได้นำเรื่องราวเหล่านี้  
ไปใคร่ครวญ และทดลองลงมือนำหลักเศรษฐกิจ  
พอเพียงมาประยุกต์ใช้กับชีวิตและงาน ไม่ต้องสงสัย  
เลยว่า ความสุขและความดีจะแผ่ไพศาล และส่งผล  
ให้สังคมไทยของเราเป็นดินแดนแห่งความ “อยู่เย็น  
เป็นสุข” ได้อย่างแน่แท้



“เศรษฐกิจพอเพียง เป็นเสมือนรากฐานของชีวิต  
รากฐานความมั่นคงของแผ่นดิน เปรียบเสมือนเสาเข็ม  
ที่ถูกรุดกรองรับบ้านเรือนตัวอาคารไว้นั้นเอง  
สิ่งก่อสร้างจะมั่นคงได้ก็อยู่ที่เสาเข็ม  
แต่คนส่วนมากมองไม่เห็นเสาเข็ม  
และลืมเสาเข็มเสียด้วยซ้ำไป”

พระราชดำรัสพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว  
จากวารสารชัยพัฒนา ประจำเดือนสิงหาคม ๒๕๔๒





## พิมพ์และเผยแพร่

ครั้งที่ ๑ จำนวน ๕๐,๐๐๐ เล่ม กันยายน ๒๕๔๙

โดย สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ (สปรส.)

สนับสนุนโดย สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

พิมพ์ที่ บ.คุณาไทย จำกัด (วนิดาการพิมพ์) โทรศัพท์ ๐๘-๑๗๘๓-๘๕๖๙

ครั้งที่ ๒ จำนวน ๓๐,๐๐๐ เล่ม กันยายน ๒๕๔๙

โดย ศูนย์ส่งเสริมและพัฒนาพลังแผ่นดินเชิงคุณธรรม

สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้ (องค์การมหาชน)

พิมพ์ที่ บ.คุณาไทย จำกัด (วนิดาการพิมพ์) โทรศัพท์ ๐๘-๑๗๘๓-๘๕๖๙

สิ่งพิมพ์ของ ศูนย์ส่งเสริมและพัฒนาพลังแผ่นดินเชิงคุณธรรม

อันดับที่ ๒๐/๒๕๔๙ เดือนกันยายน ๒๕๔๙



# พระเจ้าอยู่หัวกับ รหัส พัฒนาใหม่

ขณะนี้ผู้กล่าวกันทั่วไปว่า การพัฒนาตามอารยธรรมตะวันตกกำลังพาโลกเข้าไปสู่ความเจ็บป่วย และวิกฤตการณ์มากขึ้นทุกทีๆ

แนวทางการพัฒนาของพระเจ้าอยู่หัวอาจเรียกว่า เอาความดีเป็นตัวตั้ง เพื่อการอยู่ร่วมกัน โดยใช้ความรู้

การพัฒนาแบบเก่านำโลกเข้าไปสู่ความเสื่อมเสียทางศีลธรรมและเจ็บป่วยมากขึ้นเรื่อยๆ เพราะใช้เงินเป็นตัวตั้ง

หากจะเยียวยาโลก (Heal the world) ได้ ต้องใช้ **รหัสพัฒนาใหม่**

เขียนโดย **นายแพทย์ประเวศ วะสี**

สนใจติดต่อขอได้ฟรีที่ "ศูนย์คุณธรรม" หรือส่งจดหมายแจ้งชื่อที่อยู่ให้ชัดเจน พร้อมแนบแสตมป์ ๙ บาท (ค่าไปรษณีย์) โทรศัพท์ ๐ ๒๖๔๔ ๙๙๐๐ มีจำนวนจำกัด ส่งมาขอได้ที่ ๖๙/๑๖-๑๗ อาคารวิทยาลัยการจัดการ มหาวิทยาลัยมหิดล ถนนวิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ ๑๐๔๐๐