

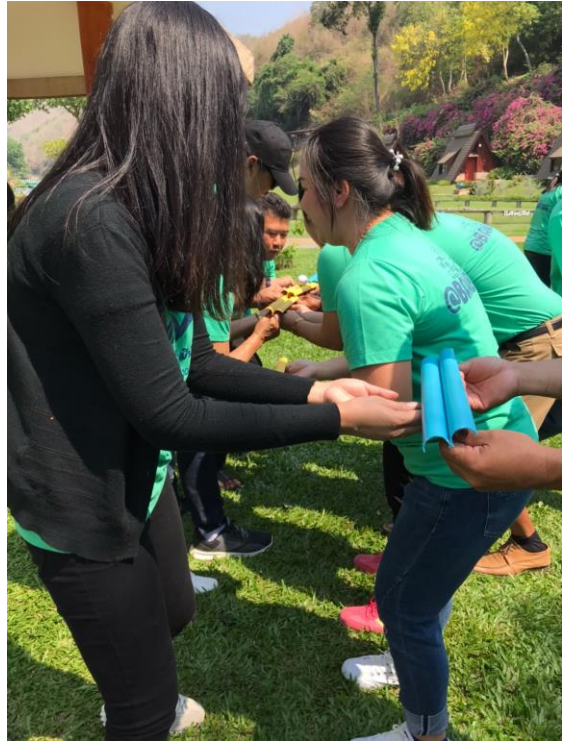
รายงานผลโครงการฝึกอบรมและศึกษาดูงานเพื่อพัฒนา  
ศักยภาพของผู้บริหาร สมาชิกสภาองค์การบริหาร  
ส่วนตำบล ภาควีเครือข่าย และเจ้าหน้าที่องค์การบริหาร  
ส่วนตำบลบ้านบึง ประจำปีงบประมาณ 2563



องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านบึง  
อำเภอบ้านไร่ จังหวัดอุทัยธานี

สรุปแนวคิดและผลที่ได้รับจากการฝึกอบรม  
และศึกษาดูงาน ฯ ระหว่างวันที่ ๑๑-๑๓ มีนาคม ๒๕๖๓  
หัวข้อ การทำงานเป็นทีมส่งผลต่อความสำเร็จในองค์กร (Team Building)





# กิจกรรมกระบวนการพัฒนาการสร้างทีมส่งผลต่อความสำเร็จในองค์กร

## ณ สวนไทรโยค จังหวัดกาญจนบุรี

วันที่ ๑๑ มีนาคม ๒๕๖๓

\*\*\*\*\*

การทำงานเป็นทีมนี้หมายถึงการทำงานร่วมกันของสมาชิกหรือพนักงานในองค์กรมากกว่า 1 คนขึ้นไป โดยหัวใจสำคัญก็คือทุกคนนั้นจะต้องมีเป้าหมายเดียวกัน และเต็มใจร่วมกันปฏิบัติภาระกิจต่างๆ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายจนไปสู่ความสำเร็จ แต่การที่ทุกคนจะรวมตัวกันเพื่อทำงานเป็นระบบทีมที่มีประสิทธิภาพนั้นไม่ใช่เรื่องง่ายเสียทีเดียว เพราะการทำงานระบบนี้มีปัจจัยสำคัญมากมายที่ต้องใส่ใจและจริงจัง แต่ก็ไม่ใช่เรื่องยากจนเกินไปหากทุกคนมีใจที่จะทำความสำเร็จร่วมกัน

**ทีมงาน (Team Work) :** หมายถึงกลุ่มบุคคลที่มีความมุ่งมั่นในการทำงานเป็นระบบทีม คำนี้จะมุ่งเน้นไปยังทรัพยากรบุคคลมากกว่า ซึ่งนี่คือฟันเฟืองสำคัญของการทำงานระบบทีมเลยทีเดียว หากทีมงานประกอบไปด้วยบุคลากรที่ไม่ดี ระบบทีมก็อาจพังได้เช่นกัน ในทางตรงกันข้ามหากบุคลากรเกิดการรวมตัวเป็นทีมงานที่ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ นั้นย่อมทำให้องค์กรประสบความสำเร็จอย่างยิ่ง องค์กรในยุคนี้จึงให้ความสำคัญกับการทำงานแบบทีมเป็นอย่างมาก และการที่จะพัฒนาทีมงานที่ดีได้นั้นจะต้องมีการวางแผนการสร้างทีม (Team Building) ให้ดีและมีประสิทธิภาพด้วย เพื่อให้การทำงานระบบทีมยอดเยี่ยมที่สุด

**การทำงานระบบทีม (Teamwork) :** หมายถึงการทำงานแบบร่วมแรงร่วมใจกันในระบบทีม คำนี้จะมุ่งเน้นไปยังระบบตลอดจนกระบวนการทำงานมากกว่าที่จะพูดถึงในส่วนของบุคคล ซึ่งการทำงานระบบทีมนี้นอกจากการร่วมมือกันแล้ว สิ่งสำคัญของการทำงานระบบทีมก็คือการวางแผนเป้าหมายร่วมกัน และร่วมแรงเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย อย่างไรก็ตามการทำงานระบบทีมที่ดีนั้นก็จะต้องอาศัยทีมงานที่ดีด้วย ทั้งสองสิ่งนี้เกี่ยวเนื่องกันและก่อให้เกิดความสำเร็จได้ในที่สุด

**ทีมงานจะเป็นรูปเป็นร่างขึ้นมาได้ควรประกอบไปด้วยองค์ประกอบต่าง ๆ**

1. ผู้นำทีม

2. สมาชิกทีม

3. ระบบการทำงานและกติกา

1. ผู้นำทีม

ผู้นำทีมเปรียบเสมือนกับต้นเรือที่จะคอยควบคุมดูแลให้เรือขับเคลื่อนอย่างถูกทิศทางและพุ่งตรงไปสู่เป้าหมายให้ได้ ผู้นำทีมที่ดีนั้นต้องไม่ใช่เพียงผู้สั่งการเพียงอย่างเดียว แต่ต้องรู้จักการบริหารงานและบริหารบุคคลซึ่งเป็นสมาชิกในทีมให้ดีด้วย โดยผู้นำที่ดีมีคุณสมบัติสำคัญมากมายดังนี้

- **เป็นคนมีวิสัยทัศน์ :** ผู้นำที่ดีควรมองไกล มีวิสัยทัศน์ สามารถมองไปข้างหน้า เข้าใจทิศทางและรู้จักวิธีขับเคลื่อนไปสู่เป้าหมายได้เป็นอย่างดีที่สุด ผู้นำที่ไม่มีวิสัยทัศน์ก็เหมือนกับกับต้นเรือที่ไม่รู้ว่าจะเดินหน้าไปทางไหนเพื่ออะไร บางทีอาจทำให้การขับเคลื่อนขององค์กรเสมือนพายเรือวนอยู่ในอ่างได้

- **เป็นคนที่มีความคิดริเริ่มที่ดี :** ผู้นำที่ดีควรเป็นคนที่หมั่นคิดริเริ่มอะไรใหม่ๆ อยู่เสมอ หาวิธีการตลอดจนกระบวนการใหม่ๆ พัฒนาตัวเองอยู่เสมอ และต้องรู้จักจุดประกายอะไรใหม่ๆ ให้กับทีมด้วย
- **เป็นผู้ที่วางแผนได้ดี อดุรรู้ไว้ได้เก่ง :** เมื่อผู้นำมีทิศทางการทำงานที่ชัดเจนแล้วย่อมต้องวางแผนการทำงานได้ดี รวมถึงแบ่งงาน จัดการหน้าที่ บริหารการทำงานสมาชิกในทีมให้ได้ดีด้วย เพื่อการทำงานที่มีประสิทธิภาพมากที่สุด และยามที่เกิดรูรั่ว ผู้นำต้องเห็นก่อน และสามารถหาวิธีตลอดจนแนะนำการแก้ไขได้รวดเร็วและทันท่วงที่ได้ด้วย
- **เป็นคนที่มีความรับผิดชอบ :** ผู้นำที่ดีต้องทำงานอย่างมีความรับผิดชอบ มีวินัย และควบคุมการปฏิบัติงานให้เป็นไปตามที่ได้วางแผนไว้ให้ดีที่สุด หากผู้นำขาดความรับผิดชอบแล้ว ไม่ทำงานตามแผน การทำงานระบบที่มก็ก่อให้เกิดผลเสียได้
- **มีทักษะในการสร้างแรงจูงใจและสร้างความเชื่อมั่นที่ดี :** ยามเกิดปัญหา หรือองค์กรเคลื่อนที่ช้าจากอุปสรรคใดๆ ก็ตาม ผู้นำที่ดีควรควบคุมสถานการณ์ได้ ขณะเดียวกันก็ควรสร้างแรงจูงใจส่งเสริมการทำงานระบบทีมให้มีพลังในการก้าวต่อไปได้ รวมถึงสร้างความเชื่อมั่นให้กับทุกคนในทีมได้ เป็นจุดศูนย์รวมของทีมที่ทุกคนไว้ใจ และพร้อมจะก้าวไปด้วยกัน
- **เป็นนักสื่อสารที่ยอดเยี่ยม และเป็นผู้ฟังที่ดี :** การสื่อสารที่ดีจะทำให้การทำงานระบบทีมราบรื่น และทำให้องค์กรก้าวหน้าได้ไว การสื่อสารกับคนในทีมที่ดีนั้นย่อมสร้างความไว้วางใจได้ดีด้วย ขณะเดียวกันผู้นำก็ต้องรู้จักการเป็นผู้ฟังที่ดี รับฟังความคิดเห็นของสมาชิกในทีมทุกคนอย่างเท่าเทียม และแก้ไขปัญหาได้อย่างถูกต้อง
- **เป็นนักคิดวิเคราะห์ที่ดี และมีทักษะในการตัดสินใจที่เฉียบแหลม :** คุณลักษณะสำคัญอีกอย่างของผู้นำที่ดีคือการต้องเป็นคนที่ดีตัดสินใจได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม กล่าวตัดสินใจ ตัดสินใจได้อย่างรวดเร็ว และรอบคอบ ซึ่งการที่จะทำอย่างนั้นได้นั้นก็ย่อมต้องเป็นผู้ที่วิเคราะห์เรื่องราวต่างๆ ได้ดีด้วย มีทักษะในการเสพข้อมูล และประมวลผลอย่างละเอียดรอบคอบ แต่ก็ไม่เชื่องช้าจนเกินไป

---

## 2.สมาชิกทีม

เมื่อมีผู้นำที่ดีแล้ว หากขาดผู้ตามที่ดีการทำงานในระบบทีมนั้นก็ไร้ค่า การที่ผู้นำได้ผู้ตามที่ร่วมแรงร่วมใจทำงานอย่างดีนั้นก็ทำให้การทำงานมีประสิทธิภาพ และทำให้องค์กรประสบความสำเร็จในที่สุด สมาชิกในทีมทุกคนจึงมีส่วนสำคัญอย่างยิ่งในระบบการทำงานเป็นทีม ซึ่งคุณลักษณะสำคัญมีดังนี้

- **เป็นคนที่รับผิดชอบในการทำงาน :** สมาชิกที่เป็นผู้ตามที่ดีหากมีความรับผิดชอบในการทำงานตามหน้าที่และภาระกิจที่ได้รับมอบหมายได้เป็นอย่างดีแล้ว นั้นย่อมทำให้แผนที่วางไว้มีโอกาสประสบความสำเร็จสูงตามไปด้วย และเมื่อสมาชิกไม่มีความรับผิดชอบ งานก็จะเสีย ระบบงานก็จะล่ม องค์กรก็จะพังทลายได้
- **เคารพกฎและกติการ่วมกัน :** กฎและกติกาต่างๆ จำเป็นต่อการทำงานในระบบทีมมาก เพราะทุกคนไม่ได้ทำงานคนเดียว และทุกคนมีลักษณะนิสัยที่แตกต่างกัน แต่สิ่งที่จะทำให้ทุกคนอยู่ร่วมกันได้ก็คือการเคารพและยอมรับปฏิบัติตามในกฎระเบียบเดียวกัน เพื่อให้เกิดปัญหาในการทำงานน้อยที่สุด และทุกคนอยู่ภายใต้กรอบที่ยุติธรรมกับทุกฝ่าย

- **ให้ความร่วมมือกันอย่างเต็มที่ :** อย่างที่กล่าวไปว่าระบบการเป็นทีมหนึ่งก็คือการทำงานร่วมกัน หากไม่เกิดความร่วมมือกันก็ย่อมทำให้การทำงานเกิดปัญหาได้ เมื่อไม่มีความร่วมมือกันระบบการทำงานเป็นทีมก็จะพัง ทุกอย่างก็เกิดผลเสียตามมา
- **ยอมรับความแตกต่าง เปิดใจรับความคิดเห็นใหม่ๆ :** บนโลกนี้ไม่มีใครที่เหมือนกัน และมีความคิดเห็นตรงกันไปเสียทุกอย่าง การเห็นต่างกันนั้นไม่ใช่สิ่งที่ผิด แต่สิ่งที่ควรทำก็คือการยอมรับความคิดเห็นที่แตกต่างกัน ไม่ใช่ความคิดเห็นฝ่ายหนึ่งต้องถูกเสมอ และอีกฝ่ายต้องผิดเสมอ ตรงกันข้ามความคิดเห็นแต่ละความคิดเห็นนั้นต่างก็ดีทุกอย่าง เพียงแต่เหมาะสมกับคนละสถานการณ์เท่านั้น การไม่ยอมรับความคิดเห็นของคนอื่นนั้นก็สร้างปัญหาในการทำงานระบบทีมได้เช่นกัน
- **คิดถึงประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตัว :** การทำงานระบบทีมคือการยึดถือเอาประโยชน์ส่วนรวมเป็นหลัก องค์กรควรมาก่อนส่วนตน และยินดีกับความสำเร็จร่วมกัน เพราะความสำเร็จไม่ได้เป็นของใครคนใดคนหนึ่ง หรือเกิดจากคนใดคนหนึ่ง แต่เป็นความสำเร็จที่เกิดจากการร่วมมือร่วมแรงกัน

### 3. ระบบการทำงานและกติก

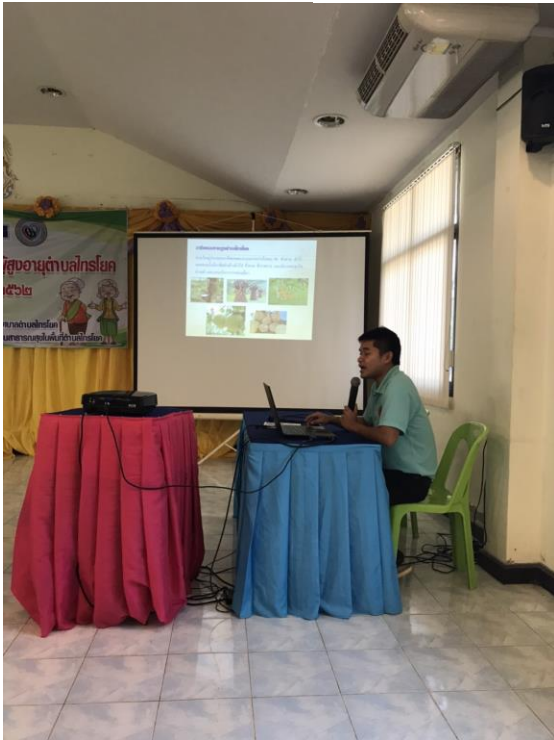
สิ่งที่จะยึดโยงให้สมาชิกแต่ละคนในแต่ละบทบาททำงานร่วมกันในระบบทีมได้ก็คือเรื่องของระบบการทำงานแบบทีมและกติกาที่ทุกคนต้องเคารพร่วมกันนั่นเอง เพราะนี่คือกรอบสำคัญที่จะทำให้ทุกคนทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพเช่นกัน

- **ระบบการทำงานต้องแบ่งหน้าที่ชัดเจนไม่ทับซ้อน :** การทำงานที่มีประสิทธิภาพนั้นไม่ควรจะทำหน้าที่ทับซ้อนกัน แต่ทุกคนควรมีหน้าที่ชัดเจนของตัวเอง มีภาระกิจของตัวเอง เพื่อให้ทุกคนทำหน้าที่ให้ดีที่สุดในการบรรลุเป้าหมาย
- **กติกาต้องยุติธรรมกับทุกฝ่าย และเห็นพ้องต้องกัน :** กติกาในการทำงานทุกฝ่ายควรเห็นพ้องต้องกัน เพื่อยึดถือและปฏิบัติในกรอบเดียวกัน ที่สำคัญกติกานี้ต้องยุติธรรมสำหรับทุกฝ่าย ไม่เอาเปรียบฝ่ายใดจนเกินไป ไม่เอื้อประโยชน์ต่อฝ่ายใดจนเกินพอดี หรือไม่เอนเอียงเข้าข้างผู้ที่มีอำนาจอยู่เหนือกว่า ถ้าทุกคนไม่เคารพกติกา หรือกติกาไม่เป็นธรรม การทำงานก็จะเริ่มแย่ตั้งแต่เริ่มต้น
- **ระบบการทำงานต้องปฏิบัติได้ง่าย ไม่เป็นอุปสรรคต่อการทำงาน :** หลายองค์กรสร้างระบบการทำงานที่ดีและยอดเยี่ยม แต่กลับยากต่อการทำงานของคนในองค์กร หรือคัดคนมีความสามารถไม่พอมารทำงาน ต่อให้ระบบดีเพียงไรก็ส่งผลให้งานไม่มีประสิทธิภาพได้ ฉะนั้นระบบการทำงานที่ดีควรปฏิบัติตามได้ง่าย ไม่ก่อให้เกิดปัญหา ไม่ทำให้ระบบการทำงานสะดุด หากทำงานได้ราบรื่น ก็ย่อมทำให้เกิดความสำเร็จได้ง่ายขึ้น
- **สามารถปรับเปลี่ยนได้ตามสถานการณ์ที่เหมาะสม :** องค์กรที่ดีควรรู้จักที่จะยืดหยุ่นและปรับตัวเองให้ไปตามสถานการณ์ ซึ่งระบบและกติกาต่างๆ ก็ควรจะปรับเปลี่ยนให้เหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆ ด้วย เพื่อที่จะทำให้เกิดการทำงานที่มีประสิทธิภาพมากที่สุด

**การทำงานแบบระบบทีม (Teamwork) ที่ดีได้นั้นย่อมเกิดจากทีมงาน (Team Work) ที่ดี** ซึ่งทีมงานที่ทำงานระบบทีมได้อย่างมีประสิทธิภาพย่อมทำให้องค์กรมีประสิทธิผลและเกิดความสำเร็จ บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ได้ องค์กรที่ทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพก็ย่อมสร้างผลสำเร็จได้อย่างยอดเยี่ยมเช่นกัน และนั่นก่อให้เกิดการพัฒนาองค์กรตลอดจนบุคลากรที่จะก้าวหน้าต่อไปเรื่อยๆ อย่างไม่มีที่สิ้นสุด

เทศบาลตำบลไทยโยค  
อำเภอไทรโยค จังหวัดกาญจนบุรี  
หัวข้อ แนวทางการดำเนินกิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุ  
วันที่ ๑๒ มีนาคม ๒๕๖๓

\*\*\*\*\*



## 1. การดำเนินงานโรงเรียนผู้สูงอายุ

โรงเรียนผู้สูงอายุ เป็นรูปแบบหนึ่งในการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต การจัดการศึกษา การพัฒนาทักษะเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุจะเป็นเรื่องที่ผู้สูงอายุสนใจและมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิต ช่วยเพิ่มพูนความรู้ ทักษะชีวิตที่จำเป็น โดยวิทยาการจิตอาสาหรือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องขณะเดียวกันก็เป็นพื้นที่ที่ผู้สูงอายุจะได้แสดงศักยภาพ โดยการถ่ายทอดภูมิความรู้ ประสบการณ์ ที่สั่งสมแก่บุคคลอื่น เพื่อสืบสานภูมิปัญญาให้คงคุณค่าคู่กับชุมชน

โรงเรียนผู้สูงอายุหลายแห่งตั้งขึ้นโดยใช้อาคารเรียนเก่าของโรงเรียนที่เลิกกิจการหรือตั้งอยู่ในชมรมผู้สูงอายุ ภายในวัด บางแห่งใช้บ้านของผู้ริเริ่มก่อตั้งเป็นสถานที่ดำเนินการการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุในระยะแรก อาจเป็นเพียงการรวมกลุ่มพบปะพูดคุยกัน แล้วจึงค่อยๆ มีรูปแบบชัดเจนขึ้น มีกิจกรรมที่หลากหลายตามความต้องการของผู้สูงอายุ หรืออาจเป็นการขยายกิจกรรมจากที่มีการดำเนินการอยู่แล้ว เช่น ศูนย์บริการทางสังคมแบบมีส่วนร่วม (ศาลาสว่างสุข) ศูนย์สามวัย ธนาคารความดี เป็นต้น โรงเรียนผู้สูงอายุสามารถมีรูปแบบและกิจกรรมที่หลากหลาย ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับบริบทของพื้นที่ ความต้องการของผู้สูงอายุ การจัดกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุ จะกำหนดตารางกิจกรรมในแต่ละสัปดาห์ไว้ชัดเจน ระยะเวลาเปิดเรียนอาจเป็นตลอดปีหรือเปิดเป็นช่วงเวลาตามหลักสูตรที่จัดอบรม ส่วนใหญ่จะจัดกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 วัน

### วัตถุประสงค์ของโรงเรียน

1. เพื่อส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตและการจัดการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุ
2. เพื่อส่งเสริมการพัฒนาตนเอง การดูแล คุ้มครอง และพิทักษ์สิทธิผู้สูงอายุ
3. เพื่อเสริมสร้างสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุทั้งด้านร่างกายและจิตใจ
4. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสร้างสรรค์ประโยชน์แก่ชุมชนและสังคม
5. เพื่อเสริมสร้างศักยภาพ คุณค่าภูมิปัญญาผู้สูงอายุให้เป็นที่ประจักษ์และยอมรับ
6. เพื่อเสริมภูมิปัญญาและวัฒนธรรมท้องถิ่นให้ดำรงสืบทอดต่อไป

### ประโยชน์ที่ผู้สูงอายุได้รับจากโรงเรียนผู้สูงอายุ

1. **ด้านสุขภาพร่างกาย** ทำให้มีสุขภาพแข็งแรง กระฉับกระเฉง ลดความเสี่ยงจากการเจ็บป่วย ลดระยะเวลาการพึ่งพาผู้อื่น อายุยืน
2. **ด้านจิตใจ** ช่วยให้คลายเหงา จิตใจกระชุ่มกระชวย สดชื่น รู้สึกภาคภูมิใจและตระหนักในคุณค่าความสามารถของตนเอง มีมุมมองเชิงบวกต่อตนเอง
3. **ด้านสังคม** มีความสัมพันธ์ที่ดีกับคนวัยเดียวกันและคนต่างวัย ได้รับการยอมรับในฐานะสมาชิกของกลุ่ม
4. **ด้านจิตปัญญา** รู้เท่าทันและเข้าใจสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น สามารถปรับตัวและดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสมตามวัย
5. **ด้านเศรษฐกิจ** เรียนรู้ทักษะทางด้านอาชีพ สามารถนำไปประกอบอาชีพสร้างงาน สร้างรายได้ช่วยเหลือตนเองต่อไป



## ประโยชน์ต่อชุมชนและสังคม

1. โรงเรียนผู้สูงอายุเป็นพื้นที่เรียนรู้และถ่ายทอดประสบการณ์ ภูมิปัญญาและวัฒนธรรมท้องถิ่น ให้ดำรงสืบทอดเป็นเอกลักษณ์ของชุมชน
2. โรงเรียนผู้สูงอายุเป็น “เวที” ที่เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในการทำประโยชน์ต่อชุมชนและสังคม รวมทั้งอาจเป็นแรงผลักดันให้เข้าร่วมเป็นอาสาสมัครในชุมชน

## **2. แนวทางการดำเนินงานโรงเรียนผู้สูงอายุ**

### **ขั้นตอนการดำเนินงาน**

- ประชุมประชาคมเพื่อสร้างความเข้าใจและความร่วมมือจากพื้นที่
- คัดเลือก และแต่งตั้งคณะทำงานขับเคลื่อนการดำเนินงานโรงเรียนผู้สูงอายุ
- จัดทำแผนขั้นตอนในการดำเนินงาน
- จัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุ
- ขับเคลื่อนการดำเนินงาน
- ติดตามและประเมินผลการดำเนินงาน

### ปัจจัยแห่งความสำเร็จ

**1. มีผู้นำการเปลี่ยนแปลง** ที่ทุ่มเท เสียสละ และมีความมุ่งมั่นที่จะสร้างสรรคกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุ เป็นปัจจัยหนึ่งที่สำคัญของความสำเร็จในการดำเนินงานของโรงเรียนผู้สูงอายุ โดยเฉพาะผู้นำการเปลี่ยนแปลงที่เป็นผู้สูงอายุ หรือผู้นำทางด้านจิตใจ เช่น พระภิกษุ เพราะมีผลโดยตรงต่อการสร้างศรัทธาให้เกิดขึ้นทั้งแก่ผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกของโรงเรียน หน่วยงาน และองค์กรต่าง ๆ ซึ่งเป็นที่มาของความร่วมมือและการสนับสนุนการดำเนินงานของโรงเรียน

**2. มีเป้าหมายชัดเจนและมีการจัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง** การกำหนดเป้าหมายที่ชัดเจน ถือเป็นกำหนดทิศทางการทำงานที่สร้างความเข้าใจร่วมกันในหมู่คณะกรรมการหรือแกนนำ จะเป็นพลังที่เข้มแข็งในการทำงานร่วมกันและการจัดให้มีกิจกรรมอย่างต่อเนื่องเป็นประจำ ถือเป็นกลไกในการเชื่อมร้อยความเป็นกลุ่ม และความเป็นชุมชนของผู้สูงอายุให้เกิดขึ้น ซึ่งส่งผลให้เกิดความร่วมมือร่วมใจ ในการขับเคลื่อนงานโรงเรียนผู้สูงอายุให้บรรลุผล

**3. มีส่วนร่วม** การมีส่วนร่วมจะทำให้เกิดความผูกพันและความรู้สึกเป็นเจ้าของร่วมกัน กลไกที่ทำให้สมาชิกมีส่วนร่วมทั้งที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ เช่น การประชุมประจำเดือน การสร้างเวทีในการพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็น การร่วมกันดำเนินงาน

**4. มีเครือข่ายทางสังคมที่เข้มแข็ง** การสร้างเครือข่ายทางสังคมที่เข้มแข็ง อาจพิจารณาได้ 2 ระดับ คือ การสร้างเครือข่ายทางสังคมภายในกลุ่มหรือในหมู่สมาชิกของโรงเรียนผู้สูงอายุด้วยกัน เช่น ในรูปแบบคณะกรรมการหรือการมีตัวแทนในแต่ละหมู่บ้าน และการให้ความสำคัญกับการสร้างเครือข่ายกับหน่วยงาน องค์กรภายนอก เพื่อประสานพลังในการทำงานร่วมกัน

**5. มีการเรียนรู้และพัฒนาการดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง** โดยการทบทวนตนเองและสรุปบทเรียนในการทำงานเป็นระยะ เรียนรู้จุดแข็ง จุดอ่อน ข้อที่ควรพัฒนาให้ดีขึ้น และนำมาพัฒนากระบวนการทำงานอย่างต่อเนื่อง

**6. มีองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นหนุนเสริม** การสนับสนุนจากองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เช่น งบประมาณ บุคลากร สถานที่ การประสานเครือข่าย เป็นอีกหนึ่งปัจจัยที่สำคัญที่จะผลักดันให้การเคลื่อนงานของโรงเรียนผู้สูงอายุเกิดขึ้นได้ และดำเนินการไปอย่างราบรื่น

ศูนย์กสิกรรมท่ามะขาม  
อำเภอเมือง จังหวัดกาญจนบุรี  
หัวข้อ ภูมิปัญญาท้องถิ่นมาประยุกต์ใช้ควบคู่กับหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง  
วันที่ ๑๓ มีนาคม ๒๕๖๓

\*\*\*\*\*



เศรษฐกิจพอเพียง เป็นปรัชญาชี้ถึงแนวการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุกระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชน จนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาและบริหารประเทศให้ดำเนินไปในทางสายกลาง โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจ เพื่อให้ก้าวทันต่อโลกยุคโลกาภิวัตน์ ความพอเพียง หมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผล รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควร ต่อการกระทบใดๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายในภายนอก ทั้งนี้ จะต้องอาศัยความรอบรู้ ความรอบคอบ และความระมัดระวังอย่างยิ่งในการนำวิชาการต่างๆ มาใช้ในการวางแผนและการดำเนินการ ทุกขั้นตอน และขณะเดียวกัน จะต้องเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของคนในชาติ โดยเฉพาะเจ้าหน้าที่ของรัฐ นักทฤษฎี และนักธุรกิจในทุกระดับ ให้มีสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต และให้มีความรอบรู้ที่เหมาะสม ดำเนินชีวิตด้วยความอดทน ความเพียร มีสติ ปัญญา และความรอบคอบ เพื่อให้สมดุลและพร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและกว้างขวาง ทั้งด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมจากโลกภายนอกได้เป็นอย่างดี

### **ความหมายของเศรษฐกิจพอเพียง จึงประกอบด้วยคุณสมบัติ ดังนี้**

๑. ความพอประมาณ หมายถึง ความพอดีที่ไม่น้อยเกินไปและไม่มากเกินไป โดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น เช่น การผลิตและการบริโภคที่อยู่ในระดับพอประมาณ
๒. ความมีเหตุผล หมายถึง การตัดสินใจเกี่ยวกับระดับความพอเพียงนั้น จะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผล โดยพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้นๆ อย่างรอบคอบ
๓. ภูมิคุ้มกัน หมายถึง การเตรียมตัวให้พร้อมรับผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ ที่จะเกิดขึ้น โดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่างๆ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคต

เป้าหมายของศูนย์กิจกรรมธรรมชาติท่ามะขามมุ่งเน้นการเสริมสร้างศักยภาพคนในชุมชนเมืองและชนบท ให้รู้จักพึ่งพิงตนเอง เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันจากปัจจัยภายนอก เช่น กระแสบริโภคนิยมที่ไม่คำนึงถึงกำลังทรัพย์ตนเอง ให้ชุมชนสามารถดำเนินชีวิตที่สอดคล้องกับธรรมชาติแวดล้อม รู้จักการใช้ประโยชน์และดูแลรักษาทรัพยากรธรรมชาติ เป็นแนวทางไปใช้ปฏิบัติได้เหมาะสมตามภูมินิเวศและสภาพแวดล้อมของแต่ละชุมชน ซึ่งจะเป็พื้นฐานในการพัฒนาศักยภาพของตนเอง ครอบครัวและชุมชนต่อไป

### **โดยมี เงื่อนไข ของการตัดสินใจและดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ให้อยู่ในระดับพอเพียง ๒ ประการ ดังนี้**

๑. เงื่อนไขความรู้ ประกอบด้วย ความรอบรู้เกี่ยวกับวิชาการต่างๆ ที่เกี่ยวข้องรอบด้าน ความรอบคอบที่จะนำความรู้เหล่านั้นมาพิจารณาให้เชื่อมโยงกัน เพื่อประกอบการวางแผนและความระมัดระวังในการปฏิบัติ
๒. เงื่อนไขคุณธรรม ที่จะต้องเสริมสร้าง ประกอบด้วย มีความตระหนักใน คุณธรรม มีความซื่อสัตย์สุจริต และมีความอดทน มีความเพียร ใช้สติปัญญาในการดำเนินชีวิตในระบบเศรษฐกิจพอเพียงจะจัดลำดับความสำคัญของ “คุณค่า” มากกว่า “มูลค่า” มูลค่านั้นขาดจิตวิญญูณ เพราะเป็นเศรษฐกิจภาคการเงิน ที่เน้นที่จะตอบสนองต่อความต้องการที่ไม่จำกัดซึ่งไร้ขอบเขต ถ้าไม่สามารถควบคุมได้การใช้ทรัพยากรอย่างทำลายล้างจะรวดเร็วขึ้นและปัญหาจะตามมา เป็นการบริโภคที่ก่อให้เกิดความทุกข์หรือพาไปหาความทุกข์ และจะไม่มีโอกาสบรรลุวัตถุประสงค์ประสงค้ในการบริโภค

ที่จะก่อให้เกิดความพอใจและความสุข (Maximization of Satisfaction) ผู้บริโภคต้องใช้หลักขาดทุนคือกำไร (Our loss is our gain) อย่างนี้จะควบคุมความต้องการที่ไม่จำกัดได้ และสามารถจะลดความต้องการลงมาได้ ก่อให้เกิดความพอใจและความสุขเท่ากับได้ตระหนักในเรื่อง “คุณค่า” จะช่วยลดค่าใช้จ่ายลงได้ไม่ต้องไปหาวิธีทำลายทรัพยากรเพื่อให้เกิดรายได้มาจัดสรรสิ่งที่เป็น “ความอยากที่ไม่มีที่สิ้นสุด” และขจัดความสำคัญของ “เงิน” ในรูปรายได้ที่เป็นตัวกำหนดการบริโภคลงได้ระดับหนึ่ง แล้วยังเป็นตัวแปรที่ไปลดภาระของกลไกของตลาดและการพึ่งพิงกลไกของตลาด ซึ่งบุคคลโดยทั่วไปไม่สามารถจะควบคุมได้ รวมทั้งได้มีส่วนในการป้องกันการบริโภคเลียนแบบ (Demonstration Effects) จะไม่ทำให้เกิดการสูญเสีย จะทำให้เกิดการบริโภคเกิน (Over Consumption) ซึ่งก่อให้เกิดสภาพเศรษฐกิจดี สังคมไม่มีปัญหา การพัฒนายั่งยืน การบริโภคที่ฉลาดดังกล่าวจะช่วยป้องกันการขาดแคลน แม้จะไม่ร่ำรวยรวดเร็ว แต่ในยามปกติก็จะทำให้ร่ำรวยมากขึ้น ในยามทุกข์ภัยก็ไม่ขาดแคลน และสามารถจะฟื้นตัวได้เร็วกว่า โดยไม่ต้องหวังความช่วยเหลือจากผู้อื่นมากเกินไป เพราะฉะนั้นความพอมีพอกินจะสามารถอึดอทนได้ ทำให้เกิดความเข้มแข็ง และความพอเพียงนั้นไม่ได้หมายความว่า ทุกรอบครัวต้องผลิตอาหารของตัวเอง จะต้องทอผ้าใส่เอง แต่มีการแลกเปลี่ยนกันได้ระหว่างหมู่บ้าน เมือง และแม้กระทั่งระหว่างประเทศ ที่สำคัญคือการบริโภคนั้นจะทำให้เกิดความรู้ที่จะอยู่ร่วมกับระบบ รักธรรมชาติ ครอบครัวยั่งยืน ชุมชนเข้มแข็ง เพราะไม่ต้องทิ้งถิ่นไปหางานทำ เพื่อหารายได้มาเพื่อการบริโภคที่ไม่เพียงพอ ประเทศไทยอุดมไปด้วยทรัพยากรและยังมีพอสำหรับประชาชนไทยถ้ามีการจัดสรรที่ดี โดยยึด “คุณค่า” มากกว่า “มูลค่า” ยึดความสัมพันธ์ของ “บุคคล” กับ “ระบบ” และปรับความต้องการที่ไม่จำกัดลงมาให้ได้ตามหลักขาดทุนเพื่อกำไร และอาศัยความร่วมมือเพื่อให้เกิดครอบครัวที่เข้มแข็งอันเป็นรากฐานที่สำคัญของระบบสังคม

การผลิตจะเสียค่าใช้จ่ายลดลงถ้ารู้จักนำเอาสิ่งที่มีอยู่ในขบวนการธรรมชาติมาปรุงแต่งตามแนวพระราชดำริในเรื่องต่าง ๆ ที่กล่าวมาแล้วซึ่งสรุปเป็นคำพูดที่เหมาะสมตามที่ ฯพณฯ พลเอกเปรม ติณสูลานนท์ ที่ว่า “...ทรงปลูกแผ่นดิน ปลูกความสุข ปลูกความทุกข์ของราษฎร” ในการผลิตนั้นจะต้องทำด้วยความรอบคอบไม่เห็นแก่ได้ จะต้องคิดถึงปัจจัยที่มีและประโยชน์ของผู้เกี่ยวข้อง มิฉะนั้นจะเกิดปัญหา อย่างเช่นบางคนมีโอกาสทำโครงการแต่ไม่ได้คำนึงว่าปัจจัยต่าง ๆ ไม่ครบ ปัจจัยหนึ่งคือขนาดของโรงงานหรือเครื่องจักรที่สามารถที่จะปฏิบัติได้ แต่ข้อสำคัญที่สุด คือวัตถุดิบ ถ้าไม่สามารถที่จะให้คำตอบแทนวัตถุดิบแก่เกษตรกรที่เหมาะสม เกษตรกรก็จะไม่ผลิต ยิ่งถ้าใช้วัตถุดิบสำหรับใช้ในโรงงานนั้น เป็นวัตถุดิบที่จะต้องนำมาจากระยะไกล หรือนำเข้าก็จะยิ่งยาก เพราะว่าวัตถุดิบที่นำเข้านั้นราคายิ่งแพง บางปีวัตถุดิบมีบริบูรณ์ ราคาอาจจะต่ำลงมา แต่เวลาจะขายสิ่งของที่ผลิตจากโรงงานก็ขายยากเหมือนกัน เพราะมีมากจึงทำให้ราคาตก หรือกรณีใช้เทคโนโลยีทางการเกษตร เกษตรกรรู้ว่าเทคโนโลยีทำให้ต้นทุนเพิ่มขึ้น และผลผลิตที่เพิ่มขึ้นจะล้นตลาด ขายได้ในราคาที่ลดลง ทำให้ขาดทุน ต้องเป็นหนี้สิน

## การผลิตตามทฤษฎีใหม่สามารถเป็นต้นแบบการคิดในการผลิตที่ดีได้ ดังนี้

1. การผลิตนั้นมุ่งใช้เป็นอาหารประจำวันของครอบครัว เพื่อให้มีพอเพียงในการบริโภคตลอดปี เพื่อใช้เป็นอาหารประจำวันและเพื่อจำหน่าย
2. การผลิตต้องอาศัยปัจจัยในการผลิต ซึ่งจะต้องเตรียมให้พร้อม เช่น การเกษตรต้องมีน้ำ การจัดให้มีและดูแลแหล่งน้ำ จะก่อให้เกิดประโยชน์ทั้งการผลิต และประโยชน์ใช้สอยอื่น ๆ
3. ปัจจัยประกอบอื่น ๆ ที่จะอำนวยความสะดวกให้การผลิตดำเนินไปด้วยดี และเกิดประโยชน์เชื่อมโยง (Linkage) ที่จะไปเสริมให้เกิดความยั่งยืนในการผลิต จะต้องร่วมมือกันทุกฝ่ายทั้ง เกษตรกร ธุรกิจ ภาครัฐ ภาคเอกชน เพื่อเชื่อมโยงเศรษฐกิจพอเพียงเข้ากับเศรษฐกิจการค้า และให้ดำเนินกิจการควบคู่ไปด้วยกันได้

การผลิตจะต้องตระหนักถึงความสัมพันธ์ระหว่าง “บุคคล” กับ “ระบบ” การผลิตนั้นต้องยึดมั่นในเรื่องของ “คุณค่า” ให้มากกว่า “มูลค่า” ดังพระราชดำรัส ซึ่งได้นำเสนอมาก่อนหน้านี้ที่ว่า

“...บารมีนั้น คือ ทำความดี เปรียบเทียบกับธนาคาร ...ถ้าเราสะสมเงินให้มากเราก็สามารถใช้ดอกเบี้ย ใช้เงินที่เป็นดอกเบี้ย โดยไม่ต้องลงทุนแต่ถ้าเราใช้มากเกิดไป หรือเราไม่ระวัง เรากิน เข้าไปในทุน ทุนมันก็น้อยลง ๆ จนหมด ...ไปเบิกเกินบัญชีเขาก็ต้องเอาเรื่อง ฟ้องเราให้ล้มละลาย เรื่อยไปเบิกเกินบารมีที่บ้านเมือง ที่ประเทศได้สร้างสมเอาไว้ตั้งแต่บรรพบุรุษของเราให้เกินไป เราต้องทำบ้าง หรือเพิ่มพูนให้ประเทศของเราปกติมีอนาคตที่มั่นคง บรรพบุรุษของเราแต่โบราณกาล ได้สร้างบ้านเมืองมาจนถึงเราแล้ว ในสมัยนี้ที่เรากำลังเสียขวัญ กลัว จะได้ไม่ต้องกลัว ถ้าเราไม่รักษาไว้...”

การจัดสรรทรัพยากรมาใช้ในการผลิตที่คำนึงถึง “คุณค่า” มากกว่า “มูลค่า” จะก่อให้เกิดความสัมพันธ์ระหว่าง “บุคคล” กับ “ระบบ” เป็นไปอย่างยั่งยืน ไม่ทำลายทั้งทุนสังคมและทุนเศรษฐกิจ นอกจากนี้จะต้องไม่ติดตำรา สร้างความรู้ รัก สามัคคี และความร่วมมือร่วมแรงใจ มองกาลไกลและมีระบบสนับสนุนที่เป็นไปได้ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงปลุกฝังแนวพระราชดำริให้ประชาชนยอมรับไปปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง โดยให้วงจรการพัฒนาดำเนินไปตามครรลองธรรมชาติ กล่าวคือ ทรงสร้างความตระหนักแก่ประชาชนให้รับรู้ (Awareness) ในทุกคราเมื่อ เสด็จพระราชดำเนินไปทรงเยี่ยมประชาชนในทุกภูมิภาคต่าง ๆ จะทรงมีพระราชปฏิสันถารให้ประชาชนได้รับทราบถึงสิ่งที่ควรรู้ เช่น การปลูกหญ้าแฝกจะช่วยป้องกันดินพังทลาย และใช้ปุ๋ยธรรมชาติจะช่วยประหยัดและบำรุงดิน การแก้ไขดินเปรี้ยวในภาคใต้สามารถกระทำได้ การ ตัดไม้ทำลายป่าจะทำให้ฝนแล้ง เป็นต้น ตัวอย่างพระราชดำรัสที่เกี่ยวกับการสร้างความตระหนักให้แก่ประชาชน ได้แก่ “...ประเทศไทยนี้เป็นที่ที่เหมาะสมมากในการตั้งถิ่นฐาน แต่ว่าต้องรักษาไว้ ไม่ทำให้ประเทศไทยเป็นสวนเป็นนากลายเป็นทะเลทราย ก็ป้องกัน ทำได้...”

ทรงสร้างความสนใจแก่ประชาชน (Interest) หลายท่านคงได้ยินหรือรับฟัง โครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวที่มีนามเรียกขานแปลกหู ชวนฉงน น่าสนใจติดตามอยู่เสมอ เช่น โครงการแก้มลิง โครงการแก่งดิน โครงการเส้นทางเกลือ โครงการน้ำดีไล่น้ำเสีย หรือโครงการน้ำสามรส ฯลฯ เหล่านี้ เป็นต้น ล้วนเชิญชวนให้ติดตามอย่างใกล้ชิด แต่พระองค์ก็จะมีพระราชอาธิบายแต่ละโครงการอย่างละเอียด เป็นที่เข้าใจอย่างรวดเร็วแก่ประชาชนทั้งประเทศ ในประการต่อมา ทรงให้เวลาในการประเมินค่าหรือประเมินผล (Evaluate) ด้วยการศึกษาค้นคว้าข้อมูลต่าง ๆ ว่าโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริของพระองค์นั้นเป็นอย่างไร สามารถนำไปปฏิบัติได้ในส่วนของตนเองหรือไม่ ซึ่งยังคงยึดแนวทางที่ให้ประชาชนเลือกการพัฒนาด้วยตนเอง ที่ว่า

“...ขอให้ถือว่าการทำงานที่จะทำนั้นต้องการเวลา เป็นงานที่มีผู้ดำเนินมาก่อนแล้ว ท่านเป็นผู้ที่จะเข้าไปเสริมกำลัง จึงต้องมีความอดทนที่จะเข้าไปร่วมมือกับผู้อื่น ต้องปรองดองกับเขาให้ได้ แม้เห็นว่ามีจุดหนึ่งจุดใดต้องแก้ไขปรับปรุงก็ต้องค่อยพยายามแก้ไขไปตามที่ถูกต้อง...”

ในขั้นทดลอง (Trial) เพื่อทดสอบว่างานในพระราชดำรินั้นจะได้ผลหรือไม่ซึ่งในบางกรณีหากมีการทดลองไม่แน่ชัดก็ทรงมักจะมีให้เผยแพร่แก่ประชาชน หากมีผลการทดลองจนแน่พระราชหฤทัยแล้วจึงจะออกไปสู่สาธารณชนได้ เช่น ทดลองปลูกหญ้าแฝกเพื่ออนุรักษ์ดินและน้ำนั้น ได้มีการค้นคว้าหาความเหมาะสมและความเป็นไปได้จนทั่วทั้งประเทศว่าดีจริงจึงนำออกเผยแพร่แก่ประชาชน เป็นต้น

ขั้นยอมรับ (Adoption) โครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำรินั้น เมื่อผ่านกระบวนการมาหลายขั้นตอน บ่มเพาะ และมีการทดลองมาเป็นเวลานาน ตลอดจนทรงให้ศูนย์ศึกษาการพัฒนาอันเนื่องมาจากพระราชดำริ และสถานที่อื่น ๆ เป็นแหล่งสาธิตที่ประชาชนสามารถเข้าไปศึกษาดูได้ถึงตัวอย่างแห่งความสำเร็จ ดังนั้นแนวพระราชดำริของพระองค์จึงเป็นสิ่งที่ราษฎรสามารถพิสูจน์ได้ว่าจะได้รับผลดีต่อชีวิต และความเป็นอยู่ของตนได้อย่างไร

แนวพระราชดำริทั้งหลายดังกล่าวข้างต้นนี้ แสดงถึงพระวิริยะอุตสาหะที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงทุ่มเทพระสติปัญญา ตรากตรำพระวรกาย เพื่อค้นคว้าหาแนวทางการพัฒนาให้พสกนิกรทั้งหลายได้มีความร่มเย็นเป็นสุขสถาพรยั่งยืนนาน นับเป็นพระมหากรุณาธิคุณอันใหญ่หลวงที่ได้พระราชทานแก่ปวงไทย ตลอดเวลามากกว่า 50 ปี จึงกล่าวได้ว่าพระราชกรณียกิจของพระองค์นั้นสมควรอย่างยิ่งที่ทวยราษฎร์จักได้เจริญรอยตามเบื้องพระยุคลบาท ตามที่ทรงแนะนำ สั่งสอน อบรมและวางแนวทางไว้เพื่อให้เกิดการอยู่ดีมีสุขโดยถ้วนเช่นกัน โดยการพัฒนาประเทศจำเป็นต้องทำตามลำดับขั้นตอนต้องสร้างพื้นฐาน คือ ความพอมีพอกิน พอใช้ ของประชาชนส่วนใหญ่เป็นเบื้องต้นก่อน โดยใช้วิธีการและอุปกรณ์ที่ประหยัด แต่ถูกต้องตามหลักวิชาการ เพื่อได้พื้นฐานที่มั่นคงพร้อมพอสมควรและปฏิบัติได้แล้ว จึงค่อยสร้างค่อยเสริม ความเจริญ และฐานะทางเศรษฐกิจขั้นที่สูงขึ้นไปตามลำดับ จะก่อให้เกิดความยั่งยืนและจะนำไปสู่ความเข้มแข็งของครอบครัว ชุมชน และสังคม สุดท้ายเศรษฐกิจดี สังคมไม่มีปัญหา การพัฒนายั่งยืน

## ประการที่สำคัญของเศรษฐกิจพอเพียง

1. พอมีพอกิน ปลูกพืชสวนครัวไว้กินเองบ้าง ปลูกไม้ผลไว้หลังบ้าน 2-3 ต้น พอที่จะมีไว้กินเองในครัวเรือน เหลือจึงขายไป
  2. พออยู่พอใช้ ทำให้บ้านน่าอยู่ ปราศจากสารเคมี กลิ่นเหม็น ใช้แต่ของที่เป็นธรรมชาติ (ใช้จุลินทรีย์ผสม น้ำถั่วพื้นบ้าน จะสะอาดกว่าใช้น้ำยาเคมี) รายจ่ายลดลง สุขภาพจะดีขึ้น (ประหยัดค่ารักษาพยาบาล)
  3. พอออกพอใจ เราต้องรู้จักพอ รู้จักประมาณตน ไม่ใคร่อยากใคร่มีเช่นผู้อื่น เพราะเราจะหลงติดกับวัตถุ ปัญญาจะไม่เกิด” การจะเป็นเสือนั้นมันไม่สำคัญ สำคัญอยู่ที่เราพออยู่พอกิน และมีเศรษฐกิจการเป็นอยู่แบบพอมีพอกิน แบบพอมีพอกิน หมายความว่า อุ้มชูตัวเองได้ ให้มีพอเพียงกับตัวเอง ”
- “เศรษฐกิจพอเพียง” จะสำเร็จได้ด้วย “ความพอดีของตน”