

รูปแบบการแก้ไขปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพด้วยการปลูกพืชผักสวนครัวในลักษณะ  
เกษตรผสมผสานแนวพุทธของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ตำบลหนองหล่ม  
อำเภอห้างฉัตร จังหวัดลำปาง\*

MODEL OF PROBLEM SOLVING DEBT AND LIVING COST BY PLANTING PLANT  
VEGETABLES KITCHEN GARDENS IN A MANNER INTEGRATED AGRICULTURE  
ACCORDING BUDDHIST WAY OF BAN PA KHRAI TAI COMMUNITY, NONG LOM  
SUBDISTRICT, HANG-CHAT DISTRICT, LAMPANG PROVINCE

พระณฐนนท์ ฉันทชาโต (จันทร์ตา)<sup>1</sup>, ดิลก บุญอิม<sup>2</sup>

Phra Natthanon Chanthachato (Chanta)<sup>1</sup>, Dilok Boonim<sup>2</sup>

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์นครลำปาง<sup>1,2</sup>

Mahachulalongkornrajavidyalaya University Nakhon Lampang Sangha College, Thailand.<sup>1,2</sup>

Email : nthnntcanchtrta@gmail.com

### บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ 2) เพื่อศึกษาวิธีการแก้ไขปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพด้วยการปลูกพืชผักสวนครัวในลักษณะเกษตรผสมผสานแนวพุทธของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ 3) เพื่อวิเคราะห์และนำเสนอรูปแบบการแก้ไขปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพด้วยการปลูกพืชผักสวนครัวในลักษณะเกษตรผสมผสานแนวพุทธของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ตำบลหนองหล่ม อำเภอห้างฉัตร จังหวัดลำปาง กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ประชาชนในชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ที่มีอาชีพเกษตรกรรวม จำนวน 123 คน และกลุ่มผู้ให้สัมภาษณ์ ได้แก่ ประชาชนในชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ที่สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาและปริญญาตรี และประสบความสำเร็จในงานเกษตรปลูกพืชผักสวนครัว จำนวน 10 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม และแบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง สถิติที่ใช้ในการวิจัย คือ ค่าความถี่ และค่าร้อยละ

ผลการวิจัยพบว่า 1. ปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ตำบลหนองหล่ม อำเภอห้างฉัตร จังหวัดลำปาง เกษตรกรส่วนใหญ่มีหนี้สินต่ำกว่า 50,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 37.40 มูลเหตุให้เกิดหนี้สินในครัวเรือน ส่วนใหญ่ กู้เงินลงทุนในอาชีพ คิดเป็นร้อยละ 47.42 แหล่งที่เป็นเจ้าหนี้ ส่วนใหญ่ กู้เงินจากธนาคารพาณิชย์ คิดเป็นร้อยละ 46.39 2. วิธีการแก้ไขปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพด้วยการปลูกพืชผักสวนครัวในลักษณะเกษตรผสมผสานแนวพุทธ ของชุมชนบ้านป่า

ไคร้ใต้ ตำบลหนองหล่ม อำเภอห้างฉัตร จังหวัดลำปาง เกษตรกรส่วนใหญ่ได้ใช้วิถีพุทธเป็นหลักในการทำการเกษตรปลูกพืชผักสวนครัว แบบผสมผสานกัน โดยด้านการลงทุน ใช้หลักการลงทุนที่เหมาะสมกับกำลังที่มีอยู่ มุ่งปลูกไว้ขาย และบริโภคในครอบครัว 3. รูปแบบการแก้ไขปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพด้วยการปลูกพืชผักสวนครัว ในลักษณะเกษตรผสมผสานแนวพุทธ ของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ เกษตรกรควรดำเนินการ 4 ด้าน คือ 1) จัดทำบัญชีรายรับ รายจ่ายในรอบเดือน 2) รวบรวมเงินไว้เป็นทุนในแต่ละเดือนในการทำการเกษตรปลูกพืชผักสวนครัวเพื่อขาย และบริโภคในครอบครัวโดยยึดหลักขยันและหมั่นออมทรัพย์ 3) เว้นการกู้เงินที่เกินกำลังชำระหนี้ เพื่อใช้ในการเกษตรโดยยึดมั่นในความสันโดษตามที่มีตามกำลัง และตามความเหมาะสมแก่ฐานะของตน 4) จัดสรรเงินให้ครอบคลุมรอบด้านในการดำเนินชีวิต ทั้งในส่วนใช้จ่ายในครัวเรือน ส่วนที่ต้องเก็บไว้ชำระหนี้สิน ส่วนที่เก็บออมไว้ใช้จ่ายยามจำเป็นในอนาคต และส่วนที่จะใช้ลงทุนพัฒนางานเกษตรต่อไป

**คำสำคัญ :** 1. หนี้สิน 2. ค่าใช้จ่าย 3. สวนครัว

#### ABSTRACT

The objectives of this research article were 1. to study Problem solving debt and living cost of Ban Pa Khrai Tai community, 2. to study method Problem solving debt and living cost by planting plant vegetables kitchen gardens in a manner integrated agriculture according Buddhist way of Ban Pa Khrai Tai community, 3. to analyze and present the pattern Problem solving debt and living cost by planting plant vegetables kitchen gardens in a manner integrated agriculture according Buddhist way of Ban Pa Khrai Tai community, Nong Lom Subdistrict, Hang Chat District, Lamphang Province. The respondents were: people in Ban Pa Khrai Tai community with agricultural occupations number 123 people and the interviewee groups were: people in Ban Pa Khrai Tai community who completed secondary education and a bachelor's degree, and success in agriculture, cultivating crops, vegetables, and gardening number 10 people. The research tool was a questionnaire and structured interviews. The statistics used were frequency and percentage.

The research results found that: 1. Problem debt and living cost in people's households of Ban Pa Khrai Tai community, Most farmers have debt of less than 50,000 baht, Accounted for 37.40 percent. Causes of household debt, most borrow money to invest in their career, Accounted for 47.42 percent, source that is creditor,

Most of them borrow money from commercial banks, Accounted for 46.39 percent.

2. Method Problem solving debt and living cost by planting plant vegetables kitchen gardens in a manner integrated agriculture according Buddhist way, Found that, Most of the farmers have used the Buddhist way as the main in agriculture by growing vegetable plant in the kitchen garden in kind of mixed, By the investment side, Have applied the investment principles that are suitable for the existing power, focus on planting for sale and consumed in the family.

3. The pattern Problem solving debt and living cost by planting plant vegetables kitchen gardens in a manner integrated agriculture according Buddhist way of Ban Pa Khrai Tai community, Found that, Farmers should take action in 4 areas are: 1) prepare income accounts, expenses in cycle of the month. 2) Gather money to fund each month agriculture for growing vegetable plant in kitchen garden for sale, and consumed in the family, by adhering to the principle of diligence and persistent and saving money. 3) To abstain from borrowing that over which ability in debt settlement for use make in agriculture, By adhering to the seclusion as there is, according to power, and as appropriate status of oneself. 4) Allocate money to cover all aspects of life, Both in part of household spending, Part that must keep for settle the debt, The part that must conserve for spend when necessary in the future, and the part that will use be invested for continue to develop agricultural work.

**Keywords :** 1. Debt 2. Cost 3. Gardens

### 1. ความสำคัญและที่มาของปัญหาที่ทำการวิจัย

เกษตรกรรมมีความสำคัญต่อการดำรงชีพของมนุษย์ รูปแบบเกษตรกรรมได้รับการพัฒนาขึ้นมาจากเงื่อนไขเฉพาะภายในท้องถิ่น เพื่อตอบสนองความจำเป็นต่อการดำรงชีวิต เกษตรกรจึงเน้นสร้างผลผลิตที่หลากหลายให้สามารถพึ่งพาตนเองได้ ขณะเดียวกันก็พัฒนาระบบการผลิตให้มีความหมายในทางวัฒนธรรมเพื่อธำรงการอยู่ร่วมกันเป็นชุมชนให้มั่นคง เกษตรกรรมจึงเป็นวิถีชีวิตและวัฒนธรรมที่วางอยู่บนพื้นฐานขององค์ความรู้และภูมิปัญญา ต่อมาเมื่อสังคมเกษตรกรรมมีปฏิสัมพันธ์กับสังคมภายนอกมากขึ้น ประกอบกับบริบทเปลี่ยนแปลงของระบบเศรษฐกิจและการเมืองของสังคมโลก รูปแบบการทำการเกษตรจึงถูกกำหนดให้เปลี่ยนแปลงไปตามกระแสของการพัฒนาสู่ความทันสมัยจากประเทศตะวันตก (ไพบูลย์ เสงสุวรรณ และคณะ, 2547) ส่งผลให้ภาค

การเกษตรไทยได้พัฒนาไปสู่การเกษตรแผนใหม่ ประกอบด้วยการเพาะปลูกพืชเชิงเดี่ยวเพื่อการค้า การใช้พันธุ์พืชที่พัฒนาขึ้นมาใหม่การใช้ปุ๋ยเคมีและสารกำจัดศัตรูพืช ตามแนวทางของ “การปฏิวัติเขียว” ที่มีความเชื่อว่าจะสามารถเพิ่มผลผลิตทางอาหารต่อพื้นที่ได้มากและสามารถสร้างรายได้ที่เพิ่มขึ้นให้กับเกษตรกรด้วย (วิฑูรย์ ปัญญากุล, 2551)

ในขณะเดียวกันถ้าพิจารณาถึงฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมของเกษตรกรจากการทำเกษตรกรรมกระแสหลัก จะพบว่า เกษตรกรส่วนใหญ่ยากจนและมีหนี้สินจำนวนมากกระบวนการผลิตมีการใช้ปุ๋ยเคมีและสารเคมีอย่างต่อเนื่องและปริมาณมาก ส่งผลกระทบต่อสภาพแวดล้อมและสุขภาพของผู้ผลิตหรือผู้บริโภคตลอดจนระบบนิเวศธรรมชาติ (พีรชัย กุลชัย และ ปัญญา หมั่นเก็บ, 2548) จากความตระหนักถึงผลกระทบที่เกิดขึ้นประกอบกับกระแสตื่นตัวทางด้านสิ่งแวดล้อมและกระแสตื่นตัวด้านสุขภาพของผู้บริโภคได้ก่อให้เกิดแนวความคิดของการเกษตรโดยสร้างผลผลิตที่อิงความสมดุลของสภาพแวดล้อมไร่นาในระยะยาว กลายมาเป็นการเกษตรทางเลือกที่คำนึงถึงสิ่งแวดล้อมและมีจุดมุ่งหมายเพื่อการพึ่งตนเองของเกษตรกรและชุมชน เรียกว่า “ระบบเกษตรกรรมยั่งยืน” ระบบเกษตรกรรมยั่งยืนเป็นระบบของการผลิตที่มีการผสมผสานกับปรัชญาที่เป็นรากฐานของความตระหนักต่อคุณค่าของสังคม สิ่งแวดล้อม และความสัมพันธ์ในระบบนิเวศธรรมชาติ รวมทั้งเป็นความสามารถของระบบที่รักษาประสิทธิภาพการผลิตให้ดำรงอยู่ได้ เกษตรกรรมยั่งยืนจึงเป็นกระบวนการเรียนรู้ การปรับตัวในวิถีชีวิตจนกลายเป็นวัฒนธรรมอันดีงาม การทำเกษตรกรรมแบบยั่งยืนจึงมิใช่การปล่อยทุกอย่างให้เป็นไปตามธรรมชาติหรือการปฏิเสธปัจจัยจากภายนอกอย่างสิ้นเชิงสาระสำคัญอยู่ที่การเรียนรู้เท่าทันเพื่อปรับวิถีของตนเองและวิถีของการเกษตรให้ดำรงอยู่อย่างยั่งยืนในสถานการณ์ความเปลี่ยนแปลงของสังคมและโลก (วิฑูรย์ ปัญญากุล, 2551) ปัจจุบันได้มีการกำหนดรูปแบบของเกษตรกรรมยั่งยืนไว้ 5รูปแบบ ได้แก่เกษตรอินทรีย์ เกษตรธรรมชาติ วนเกษตร เกษตรทฤษฎีใหม่ และเกษตรผสมผสาน หากกล่าวถึงระบบเกษตรผสมผสานจัดเป็นระบบเกษตรกรรมที่เกษตรกรมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมอันเกิดจากการสังมองค์ความรู้และภูมิปัญญามาช้านานเกษตรผสมผสานเป็นระบบการเกษตรที่มีการปลูกพืชหลายชนิดและเลี้ยงสัตว์ต่างๆ ในพื้นที่เดียวกันโดยกิจกรรมการผลิตแต่ละชนิดเกื้อกูลประโยชน์ต่อกันได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีการใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ในไร่นาอย่างเหมาะสมและเกิดประโยชน์สูงสุดสร้างความสมดุลต่อสิ่งแวดล้อมอย่างต่อเนื่อง ตลอดทั้งเพิ่มพูนความอุดมสมบูรณ์ของทรัพยากรธรรมชาติระบบเกษตรผสมผสานจึงมีวัตถุประสงค์หลักเพื่อให้เกิดความมั่นคงด้านรายได้ลดการพึ่งพิงปัจจัยการผลิตจากภายนอก และเกษตรกรมีอิสระในการดำรงชีวิต (วิฑูรย์ เลี่ยนจำรูญ, 2535) จึงเห็นได้ว่า วิธีการทำเกษตรผสมผสานไม่มีรูปแบบที่แน่นอนแต่สามารถปรับเปลี่ยนให้เข้ากับสภาพแวดล้อมในพื้นที่แต่ละแห่งได้ตามความสามารถและศักยภาพของเกษตรกร (เดชา ศิริภัทร, 2551) ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับกระบวนการในการปรับใช้ความรู้คือการนำความรู้ไปปฏิบัติ เป็นการกระทำเพื่อนำความรู้มาใช้

ประโยชน์ในการแก้ปัญหาภายใต้บริบทหนึ่งๆ ของชุมชน เกิดการสั่งสมประสบการณ์และองค์ความรู้อย่างต่อเนื่อง และพบว่าชุมชนมีกลไกในการจัดการความรู้ที่เชื่อมโยงกันระหว่างตัวเกษตรกร เครือข่ายชุมชนและองค์กรภายนอก จึงอาจกล่าวได้ว่า กระบวนการปรับใช้ความรู้ในการทำเกษตรผสมผสานมีความสำคัญที่จะนำไปสู่ความยั่งยืนทางเกษตรกรรมของเกษตรกรและชุมชนได้

ชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ตำบลหนองหล่ม อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดลพบุรี ปัจจุบันมีประชากรทั้งสิ้น 985 คน จำแนกเป็นชาย 482 คน หญิง 503 คน มีครัวเรือน 355 ครัวเรือน มีพื้นที่เกษตร 885 ไร่ มีครัวเรือนที่ทำการเกษตร 123 ครัวเรือน เกษตรกรส่วนใหญ่ ปลูกข้าว ข้าวโพด มันสำปะหลัง และผักสวนครัว (องค์การบริหารส่วนตำบลหนองหล่ม,ออนไลน์)ในช่วยต้นปี พ.ศ. 2563 ประชากรในชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ได้ประสบวิกฤติเศรษฐกิจครอบครัว รายได้ไม่เพียงพอต่อการใช้จ่ายเพื่อการอุปโภคบริโภคในครัวเรือน เนื่องจากช่วงการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ในประเทศไทย ถึงแม้ประชากรในชุมชนแห่งนี้ไม่มีผู้ติดเชื้อโรค แต่ก็ยังมีผลกระทบต่อรายได้ คือมีรายได้ลดลง เพราะปกติสมาชิกในครัวเรือน จำนวนหนึ่ง ได้ไปทำงานรับจ้าง บางรายก็ทำการค้าขายสินค้าในชุมชน เมื่อรัฐบาลประกาศข้อจำกัดในการติดต่อปฏิสัมพันธ์ ให้ประชาชนอยู่ห่างระหว่างกัน และสวมใส่อุปกรณ์เครื่องป้องกันโรคด้วย จึงทำให้การจ้างงาน การค้าขาย และงานบริการหลายอย่างต้องงดหรือลดปริมาณลง ประชากรส่วนหนึ่งจึงหันไปปลูกพืชผักสวนครัวหลายชนิดแบบผสมผสานในบริเวณพื้นที่ว่างของตนเอง เพื่อนำผลผลิตมาบริโภคในครัวเรือน หากเหลือจากการบริโภคก็นำไปจำหน่ายภายในชุมชน เพื่อบรรเทาความเดือดร้อนที่เกิดขึ้นจากสถานการณ์ปัจจุบัน

ดังนั้น ผู้วิจัยในฐานะเป็นสมาชิกผู้หนึ่งของชุมชนแห่งนี้ จึงตัดสินใจศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการแก้ไขปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพด้วยการปลูกพืชผักสวนครัว ในลักษณะเกษตรผสมผสานแนวพุทธ ของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ตำบลหนองหล่ม อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดลพบุรี” โดยใช้ประชากรในชุมชนบ้านป่าไคร้เป็นกรณีศึกษา ทั้งนี้ เพื่อต้องการศึกษานำหลักพุทธธรรม คือ ความสันโดษ ที่มีคุณลักษณะประกอบด้วยความยินดีตามที่ได้ ความยินดีตามกำลังที่มี และความยินดีตามสภาพแห่งตน และหลักมัตตัญญูตา (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ที่มีคุณลักษณะการรู้จักประมาณตน รู้จักประมาณในการใช้จ่าย และการลงทุน เป็นต้น เป็นแนวทางการแก้ไขปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพด้วยการปลูกพืชผักสวนครัว ของเกษตรกรในชุมชนแห่งนี้ แล้วนำผลการศึกษาดังกล่าวมาวิเคราะห์และประมวลผลการวิจัย โดยคาดหวังว่า ผลการศึกษาวิจัยครั้งนี้ จะเป็นประโยชน์ต่อเกษตรกรในชุมชนนี้และประชาชนทั่วไป ในการที่จะนำความรู้ในด้านการปลูกพืชผักสวนครัวในลักษณะการทำเกษตรแบบผสมผสาน ไปทำการเกษตรเพิ่มรายได้ให้แก่ตนเองและครอบครัวต่อไป

## 2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

2.1 เพื่อศึกษาปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ตำบลหนองหล่ม อำเภอกำแพงแสน จังหวัดลำปาง

2.2 เพื่อศึกษาวิธีการแก้ไขปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพด้วยการปลูกพืชผักสวนครัวในลักษณะเกษตรผสมผสานแนวพุทธ ของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ตำบลหนองหล่ม อำเภอกำแพงแสน จังหวัดลำปาง

2.3 เพื่อวิเคราะห์และนำเสนอรูปแบบการแก้ไขปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพด้วยการปลูกพืชผักสวนครัว ในลักษณะเกษตรผสมผสานแนวพุทธ ของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ตำบลหนองหล่ม อำเภอกำแพงแสน จังหวัดลำปาง

## 3. ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

3.1 ได้ทราบปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพ ของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ตำบลหนองหล่ม อำเภอกำแพงแสน จังหวัดลำปาง

3.2 ได้ทราบวิธีการแก้ไขปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพด้วยการปลูกพืชผักสวนครัวในลักษณะเกษตรผสมผสานแนวพุทธ ของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ตำบลหนองหล่ม อำเภอกำแพงแสน จังหวัดลำปาง

3.3 ได้ทราบรูปแบบการแก้ไขปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพด้วยการปลูกพืชผักสวนครัวในลักษณะเกษตรผสมผสานแนวพุทธ ของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ตำบลหนองหล่ม อำเภอกำแพงแสน จังหวัดลำปาง

3.4 สามารถจัดทำเป็นสารสนเทศและเผยแพร่ผลงานวิจัยให้สาธารณชนผู้สนใจงานเกษตรได้ศึกษา และสร้างงานอาชีพเกษตรกรรม ต่อไป

## 4. วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้รูปแบบการวิจัยทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ 1) ประชาชนในชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ตำบลหนองหล่มอำเภอกำแพงแสน จังหวัดลำปาง ที่มีอาชีพเกษตรกรรม จำนวน 123 ครัวเรือน คัดเลือกมาครัวเรือนละ 1 คน โดยวิธีเจาะจง และขอความร่วมมือ 2) กลุ่มเป้าหมาย ผู้ให้สัมภาษณ์ ได้แก่ ประชาชนในชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ตำบลหนองหล่มอำเภอกำแพงแสน จังหวัดลำปาง ที่สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาและปริญญาตรี และประสบความสำเร็จในงานเกษตรปลูกพืชผักสวนครัวแบบผสมผสาน จำนวน 10 คน คัดเลือกโดยวิธีเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 1) เป็นแบบสอบถามปลายเปิดเกี่ยวกับปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ตำบลหนองหล่ม อำเภอกำแพงแสน จังหวัดลำปาง 2) เป็นแบบสอบถามปลายเปิดเกี่ยวกับวิธีการแก้ไขปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพด้วยการปลูกพืชผักสวนครัว ในลักษณะเกษตรผสมผสานแนวพุทธ ของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ตำบลหนองหล่ม อำเภอกำแพงแสน จังหวัดลำปาง 3) เป็นแบบสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้างเกี่ยวกับวิธีการแก้ไขปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพด้วยการปลูก

พืชผักสวนครัว ในลักษณะเกษตรผสมผสานแนวพุทธของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ตำบลหนองหล่ม อำเภอดงหลวง จังหวัดลำปาง การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล 1) ข้อมูลเกี่ยวกับปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพ และวิธีการแก้ไขปัญหานี้สินและค่าครองชีพด้วยการปลูกพืชผักสวนครัว ในลักษณะเกษตรผสมผสาน ของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ตำบลหนองหล่ม อำเภอดงหลวง จังหวัดลำปาง ที่ได้จากแบบสอบถาม ใช้สถิติค่าความถี่และค่าร้อยละ ในการวิเคราะห์และประมวลผลแล้วนำเสนอในรูปแบบการบรรยาย 2) ข้อมูลเกี่ยวกับวิธีการแก้ไขปัญหานี้สินและค่าครองชีพด้วยการปลูกพืชผักสวนครัว ในลักษณะเกษตรผสมผสานแนวพุทธ ของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ตำบลหนองหล่ม อำเภอดงหลวง จังหวัดลำปาง ที่ได้จากการสัมภาษณ์ ใช้การวิเคราะห์และประมวลผลแล้วนำเสนอในรูปแบบการบรรยาย 3) วิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามและการสัมภาษณ์แล้วประมวลผล และนำเสนอรูปแบบการแก้ไขปัญหานี้สินและค่าครองชีพด้วยการปลูกพืชผักสวนครัว ในลักษณะเกษตรผสมผสานแนวพุทธ ของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ตำบลหนองหล่ม อำเภอดงหลวง จังหวัดลำปาง

## 5. ผลการวิจัย

5.1 ปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพ ของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ตำบลหนองหล่ม อำเภอดงหลวง จังหวัดลำปางพบว่า เกษตรกรของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ส่วนใหญ่มีหนี้สินต่ำกว่า 50,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 37.40 รองลงมา มีหนี้สินระหว่าง 50,000-100,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 26.02 และมากกว่า 100,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 15.45 ส่วนผู้ที่ไม่มีหนี้สินในครัวเรือน คิดเป็นร้อยละ 21.13 เหตุให้เกิดหนี้สินในครัวเรือน ส่วนใหญ่ กู้เงินลงทุนในอาชีพ คิดเป็นร้อยละ 47.42 รองลงมา เป็นหนี้บัตรเครดิต คิดเป็นร้อยละ 24.74 ใช้เงินซื้อเครื่องอุปโภคบริโภค คิดเป็นร้อยละ 18.56 และกู้เงินสร้างที่อยู่อาศัย คิดเป็นร้อยละ 9.28 สถาบันการเงินหรือแหล่งที่เป็นเจ้าหนี้ ส่วนใหญ่ กู้เงินจากธนาคารพาณิชย์ คิดเป็นร้อยละ 46.39 รองลงมา กู้เงินจากธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์การเกษตร คิดเป็นร้อยละ 26.80 กลุ่มสหกรณ์การเกษตร คิดเป็นร้อยละ 14.43 และกลุ่มแม่บ้านเกษตรกร คิดเป็นร้อยละ 12.38 ปัญหาหนี้สินที่ประสบ ส่วนใหญ่ ขาดเงินส่งชำระค่างวด คิดเป็นร้อยละ 18.56 รองลงมา หาเงินส่งชำระไม่ทันเวลา คิดเป็นร้อยละ 11.34 ส่วนผู้ที่สามารถผ่อนชำระหนี้ตามสัญญา แต่ขาดแคลนปัจจัยอุปโภคบริโภค คิดเป็นร้อยละ 70.10

5.2 วิธีการแก้ไขปัญหานี้สินและค่าครองชีพด้วยการปลูกพืชผักสวนครัว ในลักษณะเกษตรผสมผสานแนวพุทธ ของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ตำบลหนองหล่ม อำเภอดงหลวง จังหวัดลำปางพบว่า เกษตรกรของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ได้นำวิถีพุทธมาใช้เป็นหลักการทำการเกษตรปลูกพืชผักสวนครัว โดยการปลูกพืชผักสวนครัวหลายชนิดแบบผสมผสานกัน กล่าวคือ ด้านการลงทุน ส่วนใหญ่ใช้หลักการลงทุนแบบพอเพียง ไม่ให้เกินกำลังที่มีอยู่ คิดเป็นร้อยละ 26.01 รองลงมา มุ่งปลูกผักไว้ขายและเพื่อไว้กินในครอบครัว และแจกให้ญาติพี่น้อง คิดเป็นร้อยละ 22.76 ด้านการใช้แรงงาน ส่วนใหญ่ใช้แรงงานตัวเอง และลงแขกกัน ช่วยเหลือกันระหว่างเพื่อนบ้าน คิดเป็นร้อยละ 27.64 รองลงมา

ทำงานให้เหมาะสมกับวัยตัวเอง กับทุนที่มีอยู่ของตน คิดเป็นร้อยละ 17.07 ด้านการจัดการทำเกษตร พืชผักสวนครัว ส่วนใหญ่ใช้วิธีศึกษาฟ้าฝน หน้าฝนควรปลูกอะไร หน้าแล้งควรปลูกอะไร ตามฤดูกาล คิดเป็นร้อยละ 24.39 รองลงมา ทำการเกษตรให้พอมือมีอยู่ และพอจะแบ่งปันให้กับเพื่อนบ้านบ้าง คิดเป็นร้อยละ 19.51 ด้านการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันในด้านงานเกษตร ส่วนใหญ่ ทำการเกษตร แบบช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อให้เกิดความสามัคคีกัน คิดเป็นร้อยละ 21.14 รองลงมา ทำงานร่วมกับทุกคนที่เป็นเพื่อนร่วมงาน ช่วยเหลือกันด้วยความจริงใจ คิดเป็นร้อยละ 17.89

จากการสัมภาษณ์เกษตรกรของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ผู้ประสบความสำเร็จในการทำเกษตรกรรมปลูกพืชสวนครัว พบว่า ด้านการลงทุนทำเกษตรพืชผักสวนครัวเกษตรกรควรทำงานเก็บเงินให้มากพอเพื่อเป็นต้นทุนในการเริ่มต้นทำการเกษตร โดยไม่ต้องไปกู้หนี้ยืมสิน และทำในสิ่งที่ชอบ แต่ต้องดูความเป็นไปได้ คือมีสถานที่รองรับหรือจัดจำหน่ายผลผลิตนั้นๆ ด้วย และต้องศึกษาในขั้นตอนและข้อมูลต่างๆ ให้ละเอียดเพื่อลดความเสี่ยงที่จะก่อให้เกิดความผิดพลาดตามมาในภายหลัง ด้านการจัดการทำเกษตรพืชผักสวนครัว เริ่มต้นเกษตรกรควรได้ทำความเข้าใจการเกษตรที่เหมาะสมกับพื้นที่และพิจารณาความอดทนของตนเองว่ามีพอหรือไม่ที่จะทำการเกษตรควรทำความเข้าใจเรื่อง ต้นทุน เช่น งบประมาณการทำโรงเรือน ทำระบบส่งน้ำ การซื้อเมล็ดพันธุ์ และซื้ออุปกรณ์ต่างๆ ที่จำเป็น โดยควรเน้นความประหยัดและคุ้มค่าควรศึกษาช่องทางการจัดจำหน่าย และทำความเข้าใจความเป็นไปของธรรมชาติ คือ ดินฟ้าอากาศ ควรมีการวางแผนแก้ไขให้เหมาะสมกับพื้นที่ด้านการกำหนด แนวทางการพัฒนางานเกษตรกรรมปลูกพืชผักสวนครัวเกษตรกรควรวางแผนการปลูกพืชผักสวนครัวไว้หลายๆ อย่าง ก่อนที่เกษตรกรจะลงมือปลูก จะต้องมีความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับพืชที่ตนสนใจด้วยการ ปลูกพืชผักสวนครัวหลายๆ อย่าง เป็นการนำเอาหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง และการทำเกษตร ผสมผสานเข้ามาปรับใช้เพื่อลดความเสี่ยง และด้านวิธีการแก้ปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพในครัวเรือน เกษตรกรต้องเดินทางสายกลาง ใช้ชีวิตแบบประหยัด เหมาะสมแก่ฐานะของตน เพื่อให้อยู่รอดในแต่ละวัน ต้องมีวินัยเคร่งครัดในด้านการเงินรู้จักปรับตัวให้อดออมมากขึ้น รู้จักจัดสรรทรัพย์สินให้พอเหมาะกับการใช้สอยประจำวัน และมีเหลือไว้เพื่อการลงทุนทำการเกษตรที่ต้องการ เมื่อได้เงินทองจากการทำเกษตรแล้ว ต้องรู้จักเก็บรู้จักใช้ในการชำระหนี้ รู้จักเพิ่มทุนขยายงาน และใช้จ่ายในครอบครัวเฉพาะสิ่งที่จำเป็นและมีประโยชน์

5.3 รูปแบบการแก้ไขปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพด้วยการปลูกพืชผักสวนครัว ในลักษณะเกษตรผสมผสานแนวพุทธ ของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ตำบลหนองหล่ม อำเภอห้างฉัตร จังหวัดลำปาง จากการวิเคราะห์ปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพและวิธีการแก้ปัญหาจากแบบสอบถามและการสัมภาษณ์ พบว่า รูปแบบการแก้ไขปัญหาที่เหมาะสม ด้านการลงทุนเกษตรกรควรใช้วิธีการลงทุนแบบพอเพียง ไม่ให้เกินกำลังที่มีอยู่จัดทำบัญชีรายรับ รายจ่าย เพื่อจะได้รู้ว่า ในรอบเดือนนี้ มีเงินรายรับจำนวนเท่าไร ใช้จ่ายไปเท่าไร เพียงพอที่จะนำไปลงทุนขยายงานเกษตรแค่ไหน อย่างไร พยายามรวบรวมเงินไว้เป็นทุนในแต่ละเดือน โดยไม่ไปกู้เงินเพิ่มเพื่อมาทำการเกษตร และเมื่อมีเงินรายได้จากการปลูกพืช

สวนครัวในรอบเดือน เกษตรกรควรพิจารณาจัดสรรเงินนั้น ออกเป็น 4 ส่วน ส่วนที่หนึ่ง สำหรับใช้จ่ายในครัวเรือน ส่วนที่สองเก็บไว้ชำระหนี้สิน ส่วนที่สามเก็บออมไว้ ส่วนที่สี่ใช้ลงทุนต่อยอดงานเกษตรต่อไป ด้านการใช้แรงงาน ควรใช้แรงงานตัวเอง และลงแขกกัน ช่วยเหลือกันระหว่างเพื่อนบ้าน ด้านการจัดการควรรักษาฟ้าฝน ฟ้าฝนควรปลูกอะไร ฟ้าแล้งควรปลูกอะไร ตามฤดูกาล เริ่มต้นควรได้ทำความเข้าใจการเกษตรที่เหมาะสมกับพื้นที่ ด้านการพัฒนา ควรวางแผนการปลูกไว้หลายๆ อย่าง ก่อนที่เกษตรกรจะลงมือปลูกจะต้องมีความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับพืชที่ตนสนใจด้วย ด้านการพึ่งพาอาศัยซึ่งกัน ควรทำการเกษตรแบบช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อให้เกิดความสามัคคีกัน ทำงานร่วมกับทุกคนที่เป็นเพื่อนร่วมงาน ช่วยเหลือกันด้วยความจริงใจ และด้านวิธีการแก้ปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพในครัวเรือน เกษตรกรควรใช้ชีวิตแบบประหยัด เหมาะสมแก่ฐานะของตนต้องมีวินัยเคร่งครัดในด้านการเงินรู้จักปรับตัวให้อดออมมากขึ้น ต้องรู้จักวางแผนในการใช้จ่ายแต่ละอย่างไม่ให้รายจ่ายมากกว่ารายรับโดยการยึดหลักโภควิภาค 4 คือ ส่วนที่ 1 ใช้จ่ายเลี้ยงตนและคนในครอบครัวส่วนที่ 2-3 ใช้เป็นทุนประกอบการงาน และการใช้หนี้ (ถ้ามี) และส่วนที่ 4 เก็บไว้ใช้ในคราวจำเป็น เป็นแนวทางปฏิบัติ

## 6. องค์ความรู้ใหม่



ภาพที่ 1 โมเดลรูปแบบการแก้ไขปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพด้วยการปลูกพืชผักสวนครัวในลักษณะเกษตรผสมผสานแนวพุทธ

จากภาพที่ 1 โมเดลรูปแบบการแก้ไขปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพด้วยการปลูกพืชผักสวนครัว ในลักษณะเกษตรผสมผสานแนวพุทธ ของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ตำบลหนองหล่ม อำเภอห้างฉัตร จังหวัดลำปาง 1) จัดทำบัญชีรายรับ รายจ่ายในรอบเดือนเพื่อจะรู้ว่า ในรอบเดือนนี้ มีเงินรายรับจำนวนเท่าไร ใช้จ่ายไปเท่าไร จ่ายเป็นค่าอะไรบ้าง เหลือเท่าไร เพียงพอที่จะนำไปลงทุนขยายงานเกษตรแค่ไหน อย่างไร โดยใช้หลักพอประมาณ (มัตตัญญูตา) ไม่ให้เกินกำลังที่มีอยู่ เป็นแนวปฏิบัติ 2) รวบรวมเงินไว้เป็นทุนในแต่ละเดือน เพื่อปลูกพืชผักไว้ขาย และเพื่อไว้บริโภคในครอบครัวโดยการทำงานเก็บเงินให้มากพอเพื่อเป็นต้นทุนในการเริ่มต้นทำการเกษตรโดยยึดหลักขยันและหมั่นออมทรัพย์ที่ทำได้ 3) เว้นการกู้เงินที่เกินกำลังชำระหนี้ เพื่อนำมาใช้ทำการเกษตร โดยยึดหลักความสันโดษ 3 คือ พอใจตามที่มี ยินดีตามกำลัง ดำเนินการตามสมควรแก่ฐานะของตน 4) จัดสรรเงินให้ครอบคลุมรอบด้านในการดำเนินชีวิต ทั้งในส่วนใช้จ่ายในครัวเรือน ส่วนที่ต้องเก็บไว้ชำระหนี้สิน ส่วนที่เก็บออมไว้ใช้จ่ายยามจำเป็นในอนาคต และส่วนที่จะใช้ลงทุนต่อยอดงานเกษตรต่อไป โดยการยึดหลักโภควิภาค 4 คือ ส่วนที่ 1 ใช้จ่ายเลี้ยงตนและคนในครอบครัวส่วนที่ 2-3 ใช้เป็นทุนประกอบการงาน และการใช้หนี้ (ถ้ามี) และส่วนที่ 4 เก็บไว้ใช้ในคราวจำเป็นเกษตรกร เมื่อดำเนินการตามรูปแบบเช่นนี้ จะสามารถแก้ไขปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพของครอบครัวได้

## 7. อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาวิธีการแก้ไขปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพด้วยการปลูกพืชผักสวนครัว ในลักษณะเกษตรผสมผสานแนวพุทธ ของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ตำบลหนองหล่ม อำเภอห้างฉัตร จังหวัดลำปาง โดยใช้แบบสอบถามและการสัมภาษณ์ พบว่า เกษตรกรของชุมชนบ้านป่าไคร้ใต้ ส่วนใหญ่ได้นำวิถีพุทธมาใช้เป็นหลักการทำการเกษตรปลูกพืชผักสวนครัว โดยการปลูกพืชผักสวนครัวหลายชนิดแบบผสมผสานกัน สามารถนำมาอภิปรายผลการวิจัยได้ดังนี้

7.1 ด้านการลงทุน กลุ่มเกษตรกรส่วนใหญ่ ใช้หลักการลงทุนยังพอเพียง ไม่ให้เกินกำลังที่มีอยู่ มุ่งปลูกผักไว้ขายบ้าง เพื่อไว้กินในครอบครัวบ้าง และแจกให้ญาติพี่น้องบ้างตามสมควร ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะเห็นว่า อาชีพการทำการเกษตรปลูกพืชผักสวนครัว มีความผันแปรไปตามกลไกของตลาดและผู้บริโภค จึงทำให้ราคาผลผลิตไม่แน่นอน การลงทุนปลูกตามต้นทุนที่ตนมีอยู่โดยไม่ไปกู้หนี้ยืมสินมาลงทุน จึงเป็นทางออกที่ดี อาจทำให้ผลผลิตไม่มากนัก แต่หากขาดทุนก็ไม่ต้องเครียดในเรื่องหนี้สิน เข้าในลักษณะความสันโดษที่ว่า ยินดีตามที่ได้ ใช้จ่ายตามที่มี หากการเริ่มต้นการปลูกได้ผลดี ก็อาจนำผลกำไรมาเพิ่มทุนมากขึ้นเรื่อยๆ อาจทำให้การทำอาชีพการเกษตรนี้ประสบความสำเร็จได้ สอดคล้องกับแนวคิดของ เสถียรพงษ์ วรรณปก (2534) ที่กล่าวถึงความสันโดษว่าเป็นผู้มีความยินดีตามที่ได้ยินดีตามกำลังที่สามารถหามาได้และยินดีในสิ่งที่หามาได้โดยชอบธรรม กล่าวคือมีความพอใจในผลสำเร็จ หรือผลที่สร้างขึ้นด้วยความบากบั่นของตน

7.2 ด้านการใช้แรงงาน กลุ่มเกษตรกรส่วนใหญ่ ใช้แรงงานตัวเอง และลงแขกกัน ช่วยเหลือกันระหว่างเพื่อนบ้าน ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะเห็นว่า การใช้แรงงานตนเอง จะเป็นการประหยัดค่าใช้จ่ายในส่วนที่เป็นต้นทุน และการลงแขกแลกความช่วยเหลือกันในงานเกษตร นอกจากเป็นการลดต้นทุนการผลิตแล้ว ยังเป็นการเกื้อหนุนซึ่งกันและกัน ทำให้การทำงานการเกษตรเสร็จทันเวลาที่ต้องการ จึงเป็นการอนุเคราะห์กัน สอดคล้องกับแนวคิดของ สุจิตรา รณริน(2538) ที่กล่าวว่า การให้เกื้อหนุนโอบอ้อมอารีกันด้วยเมตตา และการให้อุดหนุนเอื้อเพื่อช่วยเหลือกันด้วยความกรุณาจึงถือว่าให้เพื่ออนุเคราะห์ และกลุ่มเกษตรกรยังเน้นการทำงานให้เหมาะสมกับวัยตัวเอง กับทุนที่มีอยู่ของตน ทั้งนี้ อาจเพราะเห็นว่า การทำงานเกินกำลังในวัยของตน อาจได้ไม่คุ้มเสียต่อสุขภาพร่างกาย การทำการเกษตรที่เหมาะสมกับวัยจึงเป็นวิธีการที่ดีที่สุด ทำให้เกิดความกระตือรือร้น ไม่เกิดความขลาดในงานที่ทำ ส่วนการลงทุนเท่าที่มีก็เป็นการลดความเสี่ยงในการเพิ่มหนี้สิน และอาจเห็นว่าการทำการเกษตรแบบค่อยเป็นค่อยไปตามศักยภาพของตน จะเป็นการทำการเกษตรที่ยั่งยืน สอดคล้องกับแนวคิดของ พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) (2548) ที่กล่าวว่า การรู้จักประมาณ ต้องเป็นคนรู้จักความพอดี ความพอเหมาะ ไม่มากเกินไปทุกๆ เรื่อง รู้จักความพอดีในการพูด ในการทำงาน ในการหาทรัพย์ ในการจ่ายทรัพย์ โดยรู้จักประมาณกำลังของตน เป็นสาเหตุให้เป็นคนมีความพอดี รู้จักพอ ไม่ทำอะไรเกินกำลัง

7.3 ด้านการจัดการทำเกษตรพืชผักสวนครัว กลุ่มเกษตรกรส่วนใหญ่ ใช้วิธีศึกษาฟ้าฝน หน้าฝนควรปลูกอะไร หน้าแล้งควรปลูกอะไร ตามฤดูกาล ทั้งนี้ อาจเพราะเห็นว่า พืชผักในแต่ละชนิดเจริญงอกงามได้ดีในฤดูที่ต่างกัน เช่น พริก มะเขือ ปลูกได้ดีในฤดูร้อน กะหล่ำปลี ปลูกได้ดีในฤดูหนาว ดังนั้น กระบวนการปรับใช้ความรู้ในการทำการเกษตรผสมผสานในระดับชุมชน เพื่อให้รู้ช่วงเวลาการปลูกพืชผักแต่ละชนิดตามฤดูกาล จึงเป็นกระบวนการเรียนรู้เพื่อแก้ปัญหาและแสวงหาทางออกที่เหมาะสมในการเกษตรสอดคล้องกับงานวิจัยของ นิรันดร์ ยิ่งยวด และคณะ (2559) ที่ได้ศึกษาวิจัยเรื่องกระบวนการปรับใช้ความรู้การทำเกษตรผสมผสานของชุมชนและเกษตรกร: กรณีศึกษา บ้านหนองกระโดนมนอำเภอหนองหญ้าไซ จังหวัดสุพรรณบุรี พบว่า กระบวนการปรับใช้ความรู้ในการทำการเกษตรผสมผสานในระดับชุมชนเป็นกระบวนการเรียนรู้เพื่อแก้ปัญหาและแสวงหาทางออกที่เหมาะสมในการเกษตร ผู้นำชุมชนมีบทบาทหลักในการสร้างกระบวนการเรียนรู้ผ่านเวทีประชาคมก่อให้เกิดการมีส่วนร่วมในการเรียนรู้เพื่อพัฒนารูปแบบการเกษตรผสมผสานที่เหมาะสมกับบริบทของชุมชน และทำการเกษตรให้พอมีกินมีอยู่ และพอจะแบ่งปันให้กับเพื่อนบ้านบ้าง ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะเห็นว่า การรู้จักการทำเกษตรแบบพอประมาณตน และรู้จักการสร้างมิตรสัมพันธ์กับเพื่อนบ้านด้วยการแบ่งปันผลผลิตพืชผลการเกษตรของตน จะทำให้ตนและครอบครัวไม่เดือดร้อน มีกินมีใช้และได้เพื่อนบ้านที่ดี สอดคล้องกับงานวิจัยของ วีระพงษ์ แสงทอง (2557) ที่ได้ศึกษาการบริจาคตานของพุทธศาสนิกชน กรณีศึกษา: ตำบลไร่น้อย อำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี พบว่า การให้ทาน มีจุดประสงค์

2 อย่าง คือ ส่วนตน เพื่อกำจัดกิเลส คือความโลภ และความตระหนี่ในจิตสันดาน และส่วนสังคม คือ การช่วยเหลือผู้อื่น การให้ทานเป็นการผูกมิตรไมตรีและความสามัคคีต่อกัน จุดหมายที่พุทธศาสนิกชนให้ทาน คือ ให้ความสำคัญแก่วัตถุทาน และตัวผู้รับ เช่น ให้ทานด้วยความเคารพ ให้ทานด้วยศรัทธา ให้ทานโดยไม่เบียดเบียนตนและผู้ที่ยื่นให้ทาน โดยมีจิตอนุเคราะห์ ต้องการช่วยเหลือผู้อื่น

7.4 ด้านการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันในด้านงานเกษตร กลุ่มเกษตรกรส่วนใหญ่ทำการเกษตรแบบช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อให้เกิดความสามัคคีกัน ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะเห็นว่าการสามัคคีเป็นหลักสำคัญของการประกอบอาชีพเกษตรกรรม เพราะเกษตรกรควรมีการแลกเปลี่ยนการเรียนรู้กระบวนการต่างๆ ที่ทำให้การปลูกพืชสวนครัวที่แต่ละคนทำนั้น ประสบผลสำเร็จ นอกจากนี้ การช่วยเหลือกันในด้านแรงงาน ช่วยงานปลูก และงานเก็บผลผลิตซึ่งกันและกัน จะทำให้การทำอาชีพปลูกพืชผักสวนครัวเจริญก้าวหน้าไปพร้อมกัน สอดคล้องกับแนวคิดของพระภิกษุวิสุทธินุณ (เสริมชัย ชยมงคล) (2542) ที่กล่าวถึง การประพฤติสิ่งที่ดีเป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นว่า เป็นการแสดงความเป็นผู้มีน้ำใจ ไม่นิ่งดูตาย รู้จักสงเคราะห์และช่วยเหลือกิจการของผู้อื่นให้สำเร็จ รู้จักช่วยกระทำกิจอันเป็นประโยชน์ต่อบุคคลอื่นหรือแก่สังคม ตามความเหมาะสมแก่ฐานะและโอกาส และมีการทำงานร่วมกับทุกคนที่เป็นเพื่อนร่วมงาน ช่วยเหลือกันด้วยความจริงทั้งนี้ อาจเป็นเพราะเห็นว่าการจริงใจ เป็นคุณสมบัติของเพื่อนแท้ มิตรที่ถาวร สามารถร่วมกันประคับประคองอาชีพการงานที่ทำร่วมกัน ดำเนินไปด้วยดี สอดคล้องกับแนวคิดของ Beyer และ Marshall (1981) ที่เห็นว่า การให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกันมีความสำคัญยิ่ง บุคคลควรมีความยินดีแบ่งปันช่วยกันทำงาน ไม่นิ่งดูตายแม้เป็นงานหนักของผู้อื่น หรือห้วงแห่งสิ่งของตนเองได้มาโดยเฉพาะส่วนที่จะได้ร่วมกัน

## 8. ข้อเสนอแนะ

### 8.1 ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

8.1.1 ผู้นำชุมชนควรจัดประชุมและแนะนำเกษตรกรในชุมชนให้รู้จักการคำนวณเงินรายรับ-รายจ่ายที่มีอยู่ในปัจจุบันแล้วประเมินว่า จะใช้จ่ายอย่างไรให้เพียงพอต่อการซื้อเครื่องบริโภคบริโภคในครัวเรือนในรอบเดือนหรือสองเดือน โดยตัดประเด็นการใช้จ่ายฟุ่มเฟือยที่เกี่ยวข้องกับอบายมุขทุกประเภทออกให้หมด และจัดสรรเงินไว้จำนวนหนึ่งสำหรับการเกษตรปลูกพืชสวนครัว เช่น ค่าใช้จ่ายในการซื้อเมล็ดพันธุ์ กิ่งพันธุ์ และวัสดุปลูก เป็นต้น

8.1.2 ควรแนะนำให้เกษตรกรรู้จักหลักโภชนาการ 4 ในพระพุทธศาสนา เพื่อให้รู้วิธีการจัดสรรทรัพย์ที่มีอยู่ให้ได้ 4 ส่วน สองส่วนแรก สำหรับซื้อเครื่องอุปโภคบริโภคในครัวเรือน และผ่อนชำระหนี้ (ถ้ามี) ส่วนที่สามใช้เป็นต้นทุนปลูกพืชผักสวนครัว และส่วนที่ 4 ใช้เป็นเงินสำรอง สำหรับใช้ในสถานการณ์ฉุกเฉิน สำหรับในส่วนที่เป็นค่าใช้จ่ายเพื่อการอุปโภคบริโภคในครัวเรือนนั้น ต้องมีการ

จัดลำดับความสำคัญและความจำเป็นของสิ่งที่จะใช้สอยและบริโภค ควรเน้นคุณค่ามากกว่าค่านิยมหรือแฟชั่น เช่น อาหารประเภทปลาชนิด จะถูกกว่าพวกปลากระพง เนื้อไก่จะถูกกว่าเนื้อหมูหรือเนื้อวัว หรือผักบุงถูกกว่าผักคะน้า เป็นต้น ซึ่งทั้งหมดนี้ ล้วนมีคุณค่าทางโภชนาการ แต่เกษตรกรสามารถเลือกซื้อชนิดที่มีราคาถูกลงได้ โดยตัดความรู้สึกอยากรับประทานอาหารแพงๆ ออกเสีย ก็จะทำให้งบประมาณสองส่วนนั้น เพียงพอในการใช้จ่ายเพื่อการอุปโภคบริโภค ในส่วนที่จัดสรรไว้เป็นค่าใช้จ่ายในการลงทุนนั้น ต้องพยายามเริ่มต้นใช้จ่าย ซื้อเมล็ดพันธุ์ กิ่งพันธุ์ หน่อปลูก และวัสดุปลูกภายในกรอบเงินที่กำหนดไว้ ถ้าต้นทุนมีน้อย อาจซื้อเมล็ดพันธุ์ชนิดที่มีราคาถูก เช่น เมล็ดพันธุ์ผักกาดคะน้า โหระพา เป็นต้น ส่วนกิ่งพันธุ์ที่หาง่ายในปัจจุบัน ก็คือ กิ่งมะนาว เช่น พันธุ์ตาฮิติ และพันธุ์ทะวายพื้นเมือง เป็นต้น อาจขอกิ่งพันธุ์จากเจ้าของสวน หรือขอซื้อเขา ซึ่งมีราคาไม่แพง แล้วนำมาปักชำในภาชนะที่เป็นแก้ว ฤๅดำหรือกระบะ แล้วคลุมด้วยถุงพลาสติก ที่เรียกว่า “อบกึ่ง” ไม่ให้มีอากาศถ่ายเท เพื่อป้องกันการคายน้ำ ทำเช่นนี้ ประมาณหนึ่งเดือน ก็จะได้ต้นกล้าตามที่ต้องการ

8.1.3 ควรรณรงค์ให้เกษตรกรหลีกเลี่ยงการกู้เงิน เพราะการแก้ปัญหาหนี้สินและค่าครองชีพด้วยการกู้เงินมาลงทุนทำการเกษตรปลูกพืชผักสวนครัว จะไม่สามารถแก้ไขปัญหาได้ เพราะเงินรายได้จากผลผลิตจะต้องนำไปชำระหนี้พร้อมดอกเบี้ย อาจมีเหลือไม่เพียงพอต่อการใช้จ่ายในครัวเรือน ทำให้ไม่มีทุนในการทำเกษตรต่อไป คงต้องหันไปกู้เงินอีก ทำให้มีหนี้สินวนเวียนไปมาอย่างนี้ ดังนั้น การหลีกเลี่ยงการกู้เงินจึงเป็นทางเลือกที่ดีที่สุด ควรทำการเกษตรแบบค่อยเป็นค่อยไป เริ่มจากหนึ่ง สอง สาม ไปตามลำดับ โดยใช้พันธุ์พืชที่หาได้เองโดยไม่ต้องซื้อ เช่น กิ่งมะนาว กิ่งมะกรูด ฤๅผักทอง เป็นต้น ผู้ทำการเกษตรสามารถขอจากเพื่อนบ้านที่ทำการเกษตรนั้นได้ ขอมานำจำนวนหนึ่ง แล้วนำมาปักชำอบกึ่ง หรือควบแน่นให้เกิดราก นำไปปลูกแล้วทำการขยายพันธุ์เพิ่มขึ้น ซึ่งผู้วิจัยได้พบเห็นเกษตรกรทำการทดลองนำกิ่งมะนาว และมะกรูดอย่างละ 5 กิ่ง มาปักชำอบกึ่ง และปลูกลงดิน เมื่อต้นโตมีกิ่งมากขึ้น ก็ได้ตัดกิ่งมาปักชำขยายพันธุ์ ในเวลาสามปีได้ต้นมะนาวและมะกรูดจำนวนมาก และสามารถทำให้เพิ่มจำนวนขึ้นเรื่อยๆ ตามที่ตนต้องการ

8.1.4 ควรชักนำเกษตรกรให้ยึดหลักความจริงใจ คือ มีความตั้งใจแน่วแน่ต่อการทำการเกษตรปลูกพืชสวนครัว มีความจริงใจต่อเพื่อนบ้านผู้ร่วมอาชีพ รู้จักช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ไม่คิดเอาเปรียบ หรือมีเล่ห์เหลี่ยมต่อผู้ซื้อหรือลูกค้า เน้นเว้นสิ่งที่จะทำให้เกิดโทษ และตั้งใจพัฒนาสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่ออาชีพ จะทำให้การงานนั้นสำเร็จได้ด้วยดี

8.1.5 ควรมีการจัดฝึกทักษะทางการเกษตร เน้นการรู้จักก่อนทำ การทำการเกษตรปลูกพืชผักสวนครัว ควรรู้จักก่อนทำในสิ่งเหล่านี้ 1) การคัดเลือกชนิดของพืชผักที่จะปลูก ต้องศึกษาให้รู้ถึงความต้องการของผู้บริโภคด้วยว่า ปัจจุบัน ผู้บริโภคนิยมพืชผักชนิดใดบ้าง และควรรู้จักพันธุ์พืชผักนั้นด้วยว่ามีคุณสมบัติพร้อมปลูกแค่ไหน 2) ศึกษาคุณภาพของดินต้องรู้จักวิเคราะห์ดินที่จะปลูกว่าเป็นดินประเภทใด เช่น เป็นดินเหนียว ดินร่วน หรือดินปนทราย มีสภาพเป็นกรด เป็นด่างอย่างไร และจะ

ปรับสภาพดินอย่างไรให้เหมาะสมกับการปลูกพืชผักที่ต้องการ 3) การดูแลรักษาต้องศึกษาวิธีป้องกัน และกำจัดศัตรูพืชผักสวนครัว การใส่ปุ๋ยเคมี ปุ๋ยหมัก และน้ำหมักชีวภาพต่างๆ ให้เหมาะสมกับความต้องการของพืชผักนั้นๆ 4) การเก็บผลผลิต-การจำหน่าย ควรศึกษาอายุการเก็บผลผลิตของพืชผักที่ปลูกแต่ละชนิด และต้องรู้จักแหล่งจำหน่ายผลผลิตให้ชัดเจน เพื่อให้สามารถขายผลผลิตได้ตามที่ต้องการ

## 8.2 ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ปฏิบัติ

8.2.1 เกษตรกรควรเรียนรู้หลักการพื้นฐานการสร้างวินัยการเงิน ฝึกการประหยัดโดยใช้หลักการเศรษฐกิจพอเพียงเป็นแนวทางในการปฏิบัติตน

8.2.2 ควรเริ่มต้นออมทันทีที่มีรายได้ และเก็บออมอย่างสม่ำเสมอ

8.2.3 ควรวางแผนการออมเงินไว้ทุกครั้งที่มีรายได้ และตั้งจุดประสงค์ในการออมไว้ให้ชัดเจน

8.2.4 ควรเลือกซื้อวัสดุใช้สอยอย่างประหยัด และคุ้มค่า รวมทั้งทำบัญชีรายรับ-รายจ่ายในครัวเรือน

8.2.5 ควรดำเนินชีวิตให้พอเหมาะพอดีกับสภาพและบทบาทในปัจจุบันของตน

8.2.6 ติดต่อขอความอนุเคราะห์จากเจ้าหน้าที่ เพื่อผ่อนชำระหนี้ค้างงวดให้เหมาะสมกับความสามารถของตน

## 8.3 ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยต่อไป

8.3.1 ควรวิจัยเรื่อง การประยุกต์ใช้หลักคุณธรรม 4 เป็นฐานในการแก้ปัญหาหนี้สินของเกษตรกร เนื่องด้วยเห็นว่า การแก้ปัญหาหนี้สิน เกษตรกรควรเริ่มด้วยการคบหาปราศรัยทางด้านการเกษตร ตั้งใจฟังคำแนะนำ นำมาวิเคราะห์ และทดลองปฏิบัติ

8.3.2 ควรศึกษาเรื่อง ทฤษฎี 4 มิติ 4: การแก้ปัญหาค่าครองชีพของเกษตรกรตามแนวพุทธศาสตร์ เนื่องด้วยเห็นว่า ความขยัน หมั่นออม มีเพื่อนดี และการเลี้ยงชีพไม่ฟุ่มเฟือย จะเป็นแนวทางเพิ่มรายได้ ลดรายจ่าย ทำให้ปัญหาค่าครองชีพหมดไป

8.3.3 ควรศึกษาเรื่อง ภาวนา 4: ทางพ้นวิกฤติเศรษฐกิจของเกษตรกรไทย ด้วยเห็นว่าการรู้จักการดูแลร่างกาย (กายภาวนา) การรู้จักประสานประโยชน์ทางสังคม (ศีลภาวนา) การรู้จักยับยั้งชั่งใจ (จิตตภาวนา) และการรู้จักปรับตัวให้เหมาะสมกับสถานการณ์ปัจจุบัน (ปัญญาภาวนา) จะทำให้ชีวิตดำเนินไปได้ด้วยดี

## 9. เอกสารอ้างอิง

เดชา ศิริภัทร. (2551). **เส้นทางเกษตรกรรมยั่งยืน**. นนทบุรี : มูลนิธิชีววิถี (BIOTHAI).

- นิรันดร์ ยิ่งยวด และคณะ. (2559). กระบวนการปรับใช้ความรู้การทำเกษตรผสมผสานของชุมชนและเกษตรกร: กรณีศึกษาบ้านหนองกระโดนมนอ หนองหญ้าไซ จังหวัดสุพรรณบุรี. **วารสารศิลปศาสตร์มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่**. 8(1). 172-198.
- บุญสิริ ขวลิตธารง. (2529). **ธรรมโอสถ**. กรุงเทพมหานคร : อมรินทร์การพิมพ์.
- พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช). (2548). **ภาษาธรรม**. กรุงเทพมหานคร: เลียงเชียง.
- พระภิกษุวิสุทธิคุณ (เสริมชัย ชยมงคล). (2542). **ตอบปัญหาธรรมปฏิบัติ**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เอชทีพีเพรส.
- ไพบุลย์ เองสุวรรณ และคณะ. (2547). **รูปแบบและเทคนิคเกษตรยั่งยืน: องค์ความรู้และประสบการณ์ของเกษตรกรในพื้นที่โครงการนำร่องเพื่อพัฒนาเกษตรกรรมยั่งยืนของเกษตรกรรายย่อย**. กรุงเทพมหานคร : บริษัทพิมพ์ดี.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกภาษาไทย**. กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- วิฑูรย์ ปัญญากุล. (2551). **ชุมชนท้องถิ่นพัฒนากับการเกษตรแบบยั่งยืน**. กรุงเทพมหานคร : ศรีเมืองการพิมพ์.
- วิฑูรย์ เลี่ยนจำรูญ. (2535). **ไปให้พ้นยุคปฏิวัติเขียว: เบื้องหลังปัญหาการเกษตรและการแสวงหาทางเลือกใหม่**. กรุงเทพมหานคร : ศูนย์เทคโนโลยีเพื่อสังคม.
- วีระพงษ์ แสงทอง. (2557). **ศึกษาการบริจาคตานของพุทธศาสนิกชน กรณีศึกษา: ตำบลไร่น้อย อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี**. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สุจิตรา รณรัตน์. (2538). **ศาสนาเปรียบเทียบ**. กรุงเทพมหานคร : บริษัท สหธรรมิก จำกัด.
- เสถียรพงษ์ วรรณปก. (2534). **พระพุทธศาสนาที่ศณะและวิจารณ์**. กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์การพิมพ์.
- องค์การบริหารส่วนตำบลหนองหล่ม. (2562). **สภาพทั่วไป อบต.หนองหล่ม อ.ห้างฉัตร จ.ลำปาง**, สืบค้นเมื่อ 26 มิถุนายน 2563. จาก [www.nonglom.go.th](http://www.nonglom.go.th)
- Beyer, J. E., & Marshall, J. (1981). The interpersonal dimension of collegiality. **Nursing outlook**. 29(11). 662-665.

## 10. คำขอบคุณ

การวิจัยครั้งนี้สำเร็จลงได้ด้วยดีเพราะได้รับความเมตตาจากอาจารย์ที่ปรึกษาและคณาจารย์ในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์นครลำปาง ที่ได้ให้คำปรึกษาแนะนำทั้งในส่วนเนื้อหาและช่วยชี้แนวทางประเด็นและเติมเต็มในสิ่งที่ผู้วิจัยมีส่วนขาดจนทำให้งานนี้สำเร็จลงได้จึงขอขอบพระคุณท่านไว้ ณ ที่นี้ ผู้วิจัยขอถวายบูชาพระรัตนตรัย ครูบาอาจารย์ ทุกท่าน ตลอดถึงญาติมิตรทั้งหลายที่คอยให้กำลังใจ และให้ข้อคิดเห็นในการทำงาน จนทำให้งานวิจัยฉบับนี้สำเร็จลงได้