

การครองเรือนตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

Wedlock According to Sufficiency Economy Philosophy

ปิยะธิดา อภัยภักดิ์¹
Piyatida Apaipak¹

¹ อาจารย์พิเศษสาขาวิชาการปกครอง มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตสิรินธรราชวิทยาลัย

¹ Adjunct Professor of Government, Mahamakut Buddhist University, Sirindhorn Campus

บทคัดย่อ

Received: July 17, 2018

Revised: October 10, 2018

Accepted: October 12, 2018

“เศรษฐกิจพอเพียงเป็นปรัชญาที่พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช รัชกาลที่ 9 ได้ทรงพระราชทานแนวทางการดำเนินชีวิตให้แก่ปวงชนชาวไทยมาเป็นเวลานานกว่า 30 ปี เพื่อเป็นพื้นฐานการดำเนินชีวิตตามทางสายกลางภายใต้เจตนารมณ์ 3 ห่วง 2 เงื่อนไข ประกอบด้วย พอประมาณ มีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันที่ดี บนเงื่อนไขความรู้คู่คุณธรรม ได้แก่ รอบรู้ รอบคอบ ระมัดระวัง และซื่อสัตย์ สุจริต ชยัน อุดหนุน แบ่งปัน นำไปสู่ ชีวิต เศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อมก่อให้เกิดความสมดุล มั่นคง และยั่งยืนตลอดไป

การครองเรือนเป็นการใช้ชีวิตคู่ร่วมกันระหว่างคนสองคน จะต้องปรับประคองให้ดำรงอยู่อย่าง “พออยู่พอกิน พอมีพอใช้” โดยนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำรงชีวิตคู่ร่วมกันด้วยความรอบคอบรอบรู้และระมัดระวังพร้อมด้วยซื่อสัตย์ มีความขยันหมั่นเพียร รู้จักแบ่งปันซึ่งกันและกัน มีความอดทน ใช้สติปัญญาในการแก้ไขปัญหาโดยยึดหลักทศวาจาธรรม 4 ในการครองเรือน ประกอบด้วย สัจจะ ทมะ ขันติ จาคะ มาเป็นแนวทางในการปฏิบัติ เพื่อนำพาชีวิตครอบครัวให้มีความสุข ร่าเริง และเป็นแบบอย่างให้กับผู้อื่นปฏิบัติเพื่อให้เกิดความสุขอย่างยั่งยืนในอนาคตต่อไป

คำสำคัญ: การครองเรือน, หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

Abstract

‘Sufficiency Economy Philosophy’ (SEP) is the philosophy given by His Majesty King Bhumibol Adulyadej (King Rama IX) to Thai people for more than 30 years in order to apply the philosophy to live their lives. SEP is aimed to be the basis for following or adopting the middle path of living the life consists of 3 components (Moderation: the sense of not too much or not too little, Reasonableness: the choices we make be justifiable by using academic approaches, legal principles, moral values or social norms, and Self-immunity: emphasizing the need for built-in resilience against the risks which arise from internal and external changes by having good risk management) and 2 conditions (Knowledge: wisdom, carefulness, and caution, and Morality: honesty, diligence, and tolerance). These 3 components and 2 conditions can lead the pursuers to the possible state of better living: economy, society, environment, and culture in the means of balance, stability, and sustainability.

Life planning is a preparation for the direction set ahead before moving forward. It is a kind of planning that takes information into the consideration about what to do, how to do, and when to do concerning life in the future after the marriage. The wedlock with ‘sufficient being’ is considered to be the well planned one by inducing SEP. Buddhism virtues for lay people to have a good household life called Karavas Dhama — including Sacca: truth and honesty, Dama: taming and training oneself, Khant i: tolerance, forbearance, and perseverance, and Caga: liberality and generosity — should be implemented for better marriage life. It can be such an example of living a happy wedding life for other people.

Keywords: Life Planning, Wedlock, Sufficiency Economy Philosophy

บทนำ

ปัจจุบันในสังคมไทยมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว อันมีสาเหตุมาจากการที่โลกมีความเชื่อมโยงกันมากขึ้นด้วยวิวัฒนาการของเทคโนโลยีที่ทันสมัย มนุษย์มีการใช้ชีวิตที่เร่งรีบ แข่งขัน เอาชนะ จนทำให้ผู้คนมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนไปจากเดิม เกิดปัญหาทางสังคมมากขึ้น มีการเอารัดเอาเปรียบ เห็นแก่ตัว เกิดปัญหาทางสังคมซึ่งเป็นข่าวตามสื่อต่าง ๆ เช่น คดีสามีฆ่าหน้าศพภรรยา ฆ่าป้าต๋อภรรยา เป็นต้น ซึ่งเกิดจากสาเหตุหลักจากการหึงหวง ล้วนเกิดจากการไม่มีหลักการในการใช้ชีวิตหรือหลักการครองเรือนจึงเกิดปัญหาขึ้นเรื่อย ๆ การอยู่ร่วมกันที่ได้ชื่อว่าสามี-ภรรยากัน จำเป็นจะต้องมีหลักในการดำเนินชีวิตในการครองเรือน คือหลักธรรมพราวาสธรรม 4 ที่พระพุทธองค์ท่านได้บัญญัติไว้ให้แก่ผู้ครองเรือน (ป.อ.ปยุตฺโต), 2542 หน้า 20-21) โดยยึดตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ 9 ได้ถูกหยิบขึ้นมากล่าวถึงการใช้ชีวิตบนทางสายกลาง ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งตั้งอยู่บนพื้นฐานของนิยาม 3 ห่วง 2 เงื่อนไขคือความพอประมาณ มีเหตุผล และสร้างภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ตั้งอยู่บนเงื่อนไข ความรู้คู่คุณธรรม ทั้งด้านวัตถุและด้านจิตใจเป็นอย่างดี (ธาดา จันทน์สม และณัฐพงษ์ ทองภักดี, 2555)

หลักเศรษฐกิจพอเพียง เป็นปรัชญาที่ใช้เป็นพื้นฐานที่ใช้ในการดำเนินชีวิตประชาชน สังคม และประเทศชาติ ตามทางสายกลางมีจุดมุ่งหมายเพื่อการพึ่งตนเองเป็นหลัก มีการดำเนินการอย่างเป็นขั้นเป็นตอนด้วยความรอบรู้ รอบคอบ และระมัดระวัง พิจารณาถึงความพอเหมาะพอดี มีเหตุผลที่พร้อมรับต่อสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตได้ในทุกมิติของการดำเนินชีวิต โดยมีองค์ประกอบสำคัญ คือ 3 ห่วง และ 2 เงื่อนไขคือ ความพอประมาณ ความมีเหตุผล การมีภูมิคุ้มกันที่ดี ซึ่งอยู่ในเงื่อนไขความรู้คู่คุณธรรม ความรู้ในนัยหมายถึง การมีความรู้รอบรู้ รอบคอบ และระมัดระวัง คู่กับคุณคุณธรรม คุณธรรมนั้นคือ ความซื่อสัตย์สุจริต ขยัน อดทน และแบ่งปัน ซึ่งจะนำไปสู่ชีวิต เศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อม ให้เกิดความสมดุล มั่นคง และยั่งยืนอย่างต่อเนื่องตลอดไปในอนาคต (วิรัช วิรัชนิการวรรณ, 2550, หน้า 19)

การครองเรือนหรือการใช้ชีวิตคู่ หมายถึง การที่หญิงและชายมีความพอใจในรสสัมผัสของกันและกัน โดยทั้งสองฝ่ายตัดสินใจที่จะใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน พร้อมทั้งจะเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ร่วมกัน พยายามที่จะดำเนินชีวิตร่วมกันเพื่อให้มีความสุขในการครองเรือน คน 2 คนที่มาจากครอบครัวที่มีพื้นฐานต่างกัน เช่น การอบรมเลี้ยงดู ความคิด ค่านิยม หรือรสนิยมที่ต่างกัน เมื่อมาอยู่ร่วมกันก็อาจทำให้เกิดปัญหาครอบครัวได้ ซึ่งอาจจะมาจากความประพฤติดนของสามีและภรรยา ทั้งนี้คนสองคนนี้จะเป็นผู้ที่สามารถบันดาลให้ครอบครัวของตนเป็นสวรรค์หรือนรกก็ได้ การที่จะครองชีวิตคู่ให้มีความสุข ทั้งสามีและภรรยาจะต้องขยันหมั่นเพียรหาทรัพย์สินเงินทองด้วยความสุจริต กล่าวคือประกอบอาชีพสุจริต การมีทรัพย์สินเงินทองทำให้คนมีความสุข แต่จะต้องมีความอดทนต่อกิเลส ความอยากได้อย่างมีวัตถุประสงค์ของต่าง ๆ ที่เกินความจำเป็น ความอยากได้ต่าง ๆ เหล่านี้อาจมาจากการโฆษณาทางสื่อสารมวลชนจากเพื่อน และระบบการขายของเงินผ่อน จนทำให้มีการใช้จ่ายเกินฐานะครอบครัว ทำให้เกิดหนี้สิน ชีวิตครอบครัวไม่มีความสุข ต้องคอยคิดที่จะจัดสรรเงิน เพื่อให้เพียงพอต่อการใช้จ่ายเงินเดือนไม่พอใช้ทำให้เกิดทุกข์ในการครองเรือน (จำเนียร รักษาภักดี, 2544 หน้า 56)

การครองเรือนนั้นเป็นความสุขที่มนุษย์แสวงหา และเป็นจุดมุ่งหมายของคนทุกคน ที่ปรารถนาจะได้มีชีวิตครอบครัวที่ดีมีความสุข แต่เมื่อมีความอยากที่จะมีสิ่งของต่าง ๆ ก็ต้องสร้างเหตุปัจจัย เพราะความสุขของครอบครัวนั้นอยู่ที่ความประพฤติของสามี-ภรรยาเป็นหลัก ดังนั้น การดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง จึงเป็นเรื่องที่ทุกคนไม่ควรมองข้ามในการใช้ชีวิตคู่ในการดำเนินโดยยึดหลักพราวาสธรรม 4 เป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิต

ซึ่งประกอบด้วย ลัจจะ ทมะ ชันติ จาคะ เมื่อนำมาเป็นหลักในการครองเรือนจะส่งผลให้เกิดแต่ความผาสุกมาสู่ครอบครัวแล้วยังเป็นแบบอย่างให้กับหลายคู่ในชีวิตในการครองเรือนสืบต่อไป

หลักการครองเรือน

“หลักการครองเรือน” มีความสำคัญสำหรับทุกคนทุกคู่ที่กำลังจะแต่งงานหรือการใช้ชีวิตคู่ร่วมกัน กล่าวคือการที่ชาย-หญิงมีความพอใจในความรักซึ่งกันและกัน ตกลงใจที่จะใช้ชีวิตคู่ร่วมกัน และพร้อมที่จะเผชิญกับปัญหาที่จะเกิดขึ้นร่วมกัน เพื่อดำเนินชีวิตร่วมกันเพื่อความสุขในการครองเรือน ในการใช้ชีวิตคู่ปัญหาต้องเกิดขึ้นแน่นอน ซึ่งบุคคล 2 คน ต่างก็มีพื้นฐานจากครอบครัวเดิมต่างกัน มีค่านิยม มีความคิด และรสนิยมต่างกัน มาอยู่ร่วมกัน ย่อมก่อให้เกิดปัญหาครอบครัวได้ (สุลักษณ์ ศิวรักษ์, 2525 หน้า 17) ดังนั้นการที่จะใช้ชีวิตอยู่ด้วยกันอย่างมีความสุข และเป็นแบบอย่างให้คู่ชีวิตต่อคู่อื่นจำเป็นต้องมีหลักในการครองเรือนมาปฏิบัติเพื่อให้เกิดความผาสุกแบบยั่งยืนในอนาคต ได้แก่

การครองตน (การทำตัวให้เป็นคนดี)

พระพุทธองค์ทรงแสดงหลักธรรมในการใช้ชีวิตคู่ครองเรือนก่อนที่จะมาสู่การใช้ชีวิตร่วมกันจะต้องเริ่มจากการครองตน ซึ่งหมายถึงตัวเราจะต้องเป็นคนที่ดีถึงจะได้คนดีมาเป็นคู่ครอง ฉะนั้นการเป็นคนดีจะต้องเริ่มต้นที่ตัวเราต้องเป็นคนดีคนดีในที่นี้หมายถึงคนที่มีศีล 5 ศีล (ป.อ.ปยุตโต) (2542, น. 19-20) ที่เป็นพื้นฐานแห่งความดีที่ประกอบด้วย 5 ข้อ ได้แก่

1. ปาณาติปาตา เวรมณี (สิกขาปทสมาธิยามิ) คือ เว้นจากการฆ่าสัตว์ ตัดชีวิตทั้งปวง รวมถึง การทำร้ายทำร้ายมนุษย์หรือสัตว์ด้วยกัน แม้แต่คิดหรือวางแผน ก็ควรไม่ทำ ถือว่าผิดศีลข้อนี้
2. อทินนาทานา เวรมณี (สิกขาปทสมาธิยามิ) คือ เว้นจากการลักทรัพย์ เอาสิ่งของที่มิใช่ของเรา รวมถึง การเอารัดเอาเปรียบคนอื่น รวมถึงการฉ้อราษฎร์บังหลวง ถือว่าผิดศีลข้อนี้
3. กาเมสุมิจฺจจารา เวรมณี (สิกขาปทสมาธิยามิ) คือ เว้นจากการประพฤติดูผิดในกามทั้งหลาย แต่คิดก็ผิดแล้ว บุคคลต้องห้ามสำหรับหญิงและชาย
4. มุสาวาทา เวรมณี (สิกขาปทสมาธิยามิ) คือ เว้นจากการพูดเท็จ พูดคำหยาบ พูดส่อเสียด รวมถึง พูดให้เขาแตกแยกกัน ได้แก่ คำสาบาน คำปด ทำเล่ห์กระเท่ห์ ผิดคำสัญญา คินคำ และเสียสัตย์
5. สุราเมรยมชฺชปมาทฏฺฐานา เวรมณี (สิกขาปทสมาธิยามิ) คือ เว้นจากการดื่มสุรา น้ำเมา อันก่อให้เกิดการขาดสติเกิดความประมาท นำไปสู่ความเดือดร้อนแก่ตนเองและผู้อื่น ได้แก่ น้ำสุรา เครื่องเมามาอื่น ๆ พร้อมด้วยยาเสพติด เช่น ฝิ่น เฮโรอีน กัญชา ยาบ้า และบุหรี่

ครอบครัวถึงจะเกิดสุข ก็จะต้องเลือกคบคนประเภทเดียวกันกับเรานั้นก็คือ คนที่มีศีลเหมือนกัน เมื่อคบกันรักกันตกลงปลงใจจะใช้ชีวิตร่วมกันจึงนำไปสู่การแต่งงาน เมื่อทั้งสองแต่งงานกันแล้ว ก่อนที่ฝ่ายหญิงจะออกเรือนไปใช้ชีวิตร่วมกับครอบครัวฝ่ายชาย ก่อนที่จะเริ่มการใช้ชีวิตคู่ มีหลักคำที่เป็นคำสอนของพ่อไว้สอนลูกในการออกเรือนหลักธรรมนั้นคือ พุทธโอวาท 10 ซึ่งจะได้อธิบาย ต่อไปนี้

การเลือกคน (เลือกคนที่มาเป็นสามี-ภรรยา)

สมชีวิตรม 4 ประการนี้ (ก๊อ สวัสดิทานิชย์, 2519 หน้า 9) สรุปความหมายไว้ดังต่อไปนี้

1. สมสัทธา สามีภรรยาที่มีศรัทธาเสมอกัน ศรัทธา คือความเชื่อ ความเลื่อมใส ทศนคติ อุดมการณ์ ความคิดเห็นในเรื่องการทำความดี เรื่องผลแห่งความดีเรื่องบุญบาป เรื่องชาตินี้ชาติหน้า เป็นต้น สามีภรรยาที่มีความเชื่อในเรื่องเหล่านี้เสมอกัน ย่อมอยู่ด้วยกันได้ยืนนานกว่าสามีภรรยาที่มีความคิดเห็นแตกต่าง

2. สมสילה สามีภรรยาที่มีศีลเสมอกัน ศีล คือความประพฤติ ปกตินิสัย การปฏิบัติตามคุณธรรม งดเว้นการทำผิด พูดชั่ว สามีภรรยาที่มีความประพฤติ มีปกตินิสัยเสมอกันหรือคล้ายคลึงกัน ย่อมเข้าใจกันดีกว่าสามีภรรยาที่มีนิสัยต่างกัน ประพฤติต่างกัน และพูดต่างกัน

3. สมจาคา สามีภรรยาที่มีจาคะเสมอกัน จาคะ คือความเสียสละ ความเอื้อ อารีต่อกัน การบำเพ็ญประโยชน์ต่อผู้อื่น สามีภรรยาที่มีใจกว้างขวาง มีน้ำใจพอ ๆ กัน ยินดีในการเสียสละ ชอบบำเพ็ญประโยชน์ต่อผู้อื่นเหมือนกัน และยินดีในการกำจัดความตระหนี่ ความเห็นแก่ตัวของตนให้หมดไปเช่นกัน ย่อมอยู่ด้วยกันยิ่งกว่าสามีภรรยาที่มีใจคอคับแคบ แม้กระทั่งคู่ครองของตัว เป็นคนเห็นแก่ตัว ทั้งไม่ชอบช่วยเหลือใคร ๆ

4. สมปัญญา สามีภรรยาที่มีปัญญาเสมอกัน ปัญญา คือความฉลาดรอบรู้ ความเข้าใจในบาปบุญคุณโทษ ประโยชน์และไม่เป็นประโยชน์ ความฉลาดในการทำความดี สามีภรรยาที่มีปัญญา มีความฉลาดรอบรู้ และฉลาดในการทำความดีพอ ๆ กัน ย่อมอยู่ด้วยกันยิ่งกว่าสามีภรรยาที่ต่างคนต่างไม่เข้าใจกัน ต่างไม่มีเหตุผล ไม่ใช้สติปัญญาเข้าหากัน มีแต่ใช้อารมณ์เข้าหากันตลอดเวลา

ดังนั้น เมื่อชาย-หญิงทั้งสองพึงเป็นผู้ที่มีศรัทธาเสมอกัน มีศีลเสมอกัน มีจาคะเสมอกันและมีปัญญาเสมอกัน เมื่อเป็นสามี-ภรรยากันแล้วทั้งสองจะได้พบเจอกันในทุก ๆ ชาติทั้งชาตินี้และชาติหน้า ปริศนาธรรมที่นำให้เกิดความสุขยืนยาว คือ โอวาท 10 ซึ่งเป็นคำสอนที่ให้อภัยแก่ลูกในวันที่แต่งงาน จะอยู่ในหัวข้อออกเรือน (การใช้ชีวิตคู่) มีคำอธิบาย ดังนี้

การออกเรือน (การใช้ชีวิตคู่)

ก่อนที่ฝ่ายหญิงจะไปอยู่กับครอบครัวของสามี พุทธโอวาท 10 เป็นคำสอนแก่ลูกที่จะออกเรือนพ่อไปสู่การเริ่มต้นในการใช้ชีวิตกับครอบครัวสามี ซึ่งเป็นปริศนาธรรม นำไปใช้ให้เกิดความสุขให้ยืนยาว (พระมหาบุญเพียร บุญญวิริย (2544 หน้า 22) ดังเปรียบเทียบไว้ว่า “ถือนไม้เท้ายอดทอง กระบองยอดเพชร” ได้แก่

1. ไฟในอย่านำออก หมายถึง อย่านำความไม่ดีภายในครอบครัวสามีออกไปพูดให้คนภายนอกฟัง เพราะจะทำให้เขาถูกเหยียดหยาม เมื่อมีปัญหาครอบครัวเกิดขึ้นให้หาหนทางแก้ไขภายในครอบครัวเอง

2. ไฟนอกอย่านำเข้า หมายถึง ไม่นำเรื่องราวปัญหาต่าง ๆ ภายนอกที่ร้อนใจเข้ามาในครอบครัว คือ เมื่อมีคนภายนอกตำหนิพ่อพี่แม่พี่และสามีอย่างไร อย่านำมาพูดให้คนในบ้านฟัง เพราะจะทำให้ไม่มีความสุข

3. ควรให้แก่ผู้ให้ หมายถึง ควรให้แก่คนที่ยืมของไปใช้แล้วนำมาส่งคืน คือเมื่อถึงคราวที่เรามีความจำเป็นต้องขอความช่วยเหลือเขา เขาก็ยินดีช่วยเหลือเราอย่างเต็มที่ เมื่อถึงคราวที่เขาเดือดร้อนเราก็ช่วยเหลือเขาเต็มที่เหมือนกัน

4. ไม่ควรให้แก่ผู้ไม่ให้ หมายถึง ไม่ควรให้แก่คนที่ยืมของเราไปใช้แล้วไม่นำมาส่งคืนตามกำหนดเวลา เมื่อเรามีเรื่องขอความช่วยเหลือ เขาไม่ยอมช่วยเหลือเรา เป็นคนเห็นแก่ตัว ภายหลังอย่าได้ช่วยเหลือต้องมัวเบกขาสำหรับคนประเภทนี้

5. ควรให้แก่คนที่ให้และไม่ให้ หมายถึง เมื่อมีญาติมิตรผู้ยากจนขอความช่วยเหลือพึงพาอาศัย เมื่อให้ไปแล้วจะให้คืนหรือไม่ให้คือ ก็ควรให้

6. กินให้เป็นสุข หมายถึง เรื่องอาหารการกินในครอบครัวให้ดี ประณีตพ่อแม่ของสามีให้เรื่องอาหารอย่าให้ขาด ตกพร่อง ไม่กินก่อนพ่อแม่ของสามี อย่างนี้ชื่อว่ากินให้เป็นสุข

7. นั่งให้เป็นสุข หมายถึง รู้จักที่ต่ำที่สูง ควรไม่ควร ไม่เป็นคนแข็งกระด้าง ไม่มักใหญ่ใฝ่สูง แต่ให้ไผ่ดี คือต้องมีสัมมาคารวะ ไม่ประพฤติอ่อนน้อมถ่อมตนต่อผู้ใหญ่ในตระกูล ผู้ใหญ่เห็นกริยามารยาททั้งดงามก็เอ็นดู

8. นอนให้เป็นสุข หมายถึง ดูแลเรื่องที่หลับที่นอนให้ดี และยึดหลักตื่นก่อนนอนที่หลัง ก่อนนอนก็จัดการธุระในบ้านให้เรียบร้อยเสียก่อน ก่อนที่จะเข้าไปนอน อย่างนี้เรียกว่า “นอนให้เป็นสุข”

9. บูชาไฟ หมายถึง เวลาพ่อแม่สามีหรือตัวสามีกำลังโกรธ เปรียบเสมือนไฟกำลังลุก ถ้าคุตาอะไรเรา ก็ให้หนึ่งเฉยเสีย อย่าไปต่อล้อต่อเถียง เพราะช่วงเวลานั้นถ้าเราไปเถียงเรื่องราวจะยิ่งลุกลามใหญ่โตไม่มีประโยชน์อะไร เมื่อใดที่ทานหายโกรธแล้วค่อยชี้แจงเหตุผลให้ฟังภายหลังจะดีกว่า อย่างนี้เรียกว่า “บูชาไฟ”

10. บูชาเทวดา หมายถึง ให้ความเคารพพ่อแม่และสามีเหมือนเทวดา อย่าประพฤตินอกใจหรือประพฤตินอก luânนอกทาง เพราะเมื่อทำผิดอะไรเอาไว้ สักวันหนึ่งท่านจะต้องรู้ หากท่านรู้แล้วจะถูกตำหนิหรือขับไล่ออกจากบ้าน เวลาพ่อแม่และสามีทำความดี ก็ให้มีจิตาจิต พยายามส่งเสริมสนับสนุน พูดให้กำลังใจให้ทำความดีให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป สามีภรรยาควรนำโอวาท 10 ไปใช้ในการใช้ชีวิตคู่ เพราะจะทำให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ไม่ล้มกลางคัน นอกจากโอวาท 10 ประการแล้วหลักธรรมที่สำคัญที่สุดพระพุทธเจ้าทรงแสดงหลักธรรมของคู่ชีวิต 4 ข้อ คือ เหตุที่ทำให้คู่สมรสครองเรือนได้ยืนยาว คือ “พรവാสาธรรม”

การครองเรือน (พรവാสาธรรม 4)

พรวาสาธรรม ประกอบด้วย 2 คำ “พรवास” แปลว่า ผู้ดำเนินชีวิตในทางโลกหรือผู้ครองเรือน และ “ธรรม” แปลว่า ความถูกต้อง, ความดีงาม, นิสัยที่ดีงาม, คุณสมบัติ, ข้อปฏิบัติ “พรवासธรรม” แปลว่า คุณสมบัติของผู้ประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิตในการครองเรือน (หัวใจในการใช้ชีวิตคู่)ทางโลก ประกอบด้วยธรรมะ 4 ประการ คือ (ป.อ.ปยุตโต) (2537, หน้า 16)

1. สัจจะ (ความซื่อสัตย์) ความซื่อสัตย์ ซื่อตรง ด้วยกายจริง คือ ประพฤติด้วยความสุจริต คือพูดความจริงและจริงใจ คือมีความจริงใจ ประพฤติสุจริตในกาย วาจา และใจ (ซึ่งถ้าคนในครอบครัวมีความจริงใจต่อกันสมาชิกในครอบครัวก็จะมีความสุขและความมั่นคง มีความเจริญในหน้าที่การงาน มีคนนับหน้าถือตา)

2. ทมะ (การฝึกตน) หมายถึงการฝึกตนให้มีการปรับปรุงตัวทั้งในด้านจิตใจ และการกระทำด้วยปัญญาเพื่อปรับปรุง แก้ไขข้อบกพร่องในหน้าที่การงานหรือสิ่งที่กระทำอยู่นั้น ทมะ เป็นธรรมที่มุ่งใช้สติใคร่ครวญ และไตร่ตรองให้รอบคอบก่อนที่จะกระทำการใด ๆ โดยต้องคำนึงอยู่เสมอว่า มีประโยชน์มากกว่าโทษหรือมีดีมากกว่าชั่วจึงกระทำ โดยเฉพาะการเอาชนะความโกรธ เพราะเมื่อความโกรธเกิดขึ้นย่อมส่งผลให้จิตใจขุ่นมัว ผิวพรรณเศร้าหมอง เกิดความเสียหายแก่ตนเองและผู้อื่น ความโกรธไม่รู้ธรรมไม่รู้จักรู้จักผิดชอบชั่วดี สามารถฆ่าได้แม้กระทั่งบิดามารดาหรือตนเอง ผู้ที่ถูกความโกรธครอบงำย่อมเสียทรัพย์ เสียสมลาภ เสียยศ หาที่พึ่งได้ยาก ไร้ญาติขาดมิตร

3. ขันติ (ความอดทน) หมายถึง ความอดทน อดกลั้นต่อปัญหาอุปสรรค รวมถึงอดทนต่อสิ่งที่ไม่พึงปรารถนาทางใจเช่น ความยากลำบากในการงานคำว่าท้อจากผู้อื่น ซึ่งความอดทนนี้ ประกอบด้วย 4 ลักษณะ ได้แก่ (1) ความอดทนอดกลั้นต่อความยากลำบากทางธรรมชาติ ซึ่งเกิดขึ้นทางกายภาพ เช่น ความร้อน ความหนาว ความเหนื่อยล้า และความหิว เป็นต้น (2) ความอดทนต่อทุกขเวทนาที่เกิดขึ้นทางกายเช่น ความเจ็บป่วย ความทุกข์ทรมาน ก็รู้จักอดทนอดกลั้นไม่สร้างความทุกข์เพิ่มขึ้นอีก (3) อดทนอดกลั้นต่อความเจ็บใจ อันเกิดจากทาง

จิตภาพ เช่น วาจาเสื่อมเสียถ้อยคำว่าหาญคายหรือคำกล่าวล่วงเกินก่อให้เกิดความเสียหายสร้างความขุ่นเคืองใจอันไม่พึงปรารถนา (4) อดทน อดกลั้นต่อพลังอำนาจบีบคั้นของกิเลส ได้แก่ ราคะ โทสะ โมหะ

4. จาคะ (การบริจาค/ความเสียสละ) หมายถึง การบริจาคหรือความเสียสละจากความสุขและผลประโยชน์ของตน รวมถึงการละจากกิเลส ทำให้เป็นผู้มีความใจกว้าง รู้จักเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และพร้อมที่จะเผชิญกับความทุกข์ร่วมกับผู้อื่น

ดังนั้น ขรวาสาธรรม 4 ประการ จึงเป็นหลักธรรมที่มีความสำคัญในการใช้ชีวิต ถ้าผู้ครองคู่ใดยึดปฏิบัติตามหลักธรรมนี้ ย่อมจะอำนวยประโยชน์ให้แก่คู่ครองคู่หนึ่งก็จะก่อให้เกิดความสุขสวัสดิ์มีความราบรื่นในการดำเนินชีวิตขึ้นภายในครอบครัว และเป็นแบบอย่างให้ผู้ปฏิบัติตามที่ได้รับมอบหมายกับคู่ครองคู่อื่นต่อ ๆ ไปเป็นแบบอย่างให้แก่คนรุ่นหลัง ซึ่งได้แก่ สัจจะ ทมะ ขันติ และจาคะ

กล่าวโดยสรุป ในการครองเรือน สามี-ภรรยาควรพึงปฏิบัติตามหลัก การเลือกคน การออกเรือน คำโอวาท 10 ประการ และหลักในการครองเรือนที่ขาดไม่ได้คือ ขรวาสาธรรม 4 นำมาปฏิบัติต่อกัน มีหลักธรรมของคู่ชีวิตที่จะทำให้คู่สมรสมีชีวิตสอดคล้องกลมกลืนกันเป็นพื้นฐานอันมั่นคงที่จะทำให้อยู่ครองกันได้อย่างยาวนานเป็นแบบอย่างครอบครัวนั้นจะพบแต่ความสุขอย่างแท้จริง จึงเป็นเรื่องสำคัญในการครองเรือนอย่างแท้จริง

หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

“เศรษฐกิจพอเพียง” เป็นปรัชญาที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชฯ รัชกาลที่ 9 ทรงมีพระราชดำรัส ชี้แนะแนวทางการดำเนินชีวิตแก่พสกนิกรชาวไทยมาโดยตลอดนานกว่า 30 ปี ตั้งแต่ก่อนเกิดวิกฤตการณ์ทางเศรษฐกิจ และเมื่อภายหลังได้ทรงเน้นย้ำแนวทางการแก้ไขเพื่อให้รอดพ้น และสามารถดำรงอยู่ได้อย่างมั่นคงและยั่งยืนภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์และการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ

ความหมายของเศรษฐกิจพอเพียง (Sufficiency Economy) เศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง เศรษฐกิจที่สามารถอยู่ด้วยตนเองอยู่ได้โดยไม่ต้องเดือดร้อน โดยต้องสร้างพื้นฐานเศรษฐกิจของตนเองให้ดีเสียก่อน คือ ตั้งตัวให้มีความพอมีพอใช้ ไม่ใช่มุ่งหวังแต่จะทุ่มเทสร้างความเจริญ ยกเศรษฐกิจให้รวดเร็วแต่เพียงอย่างเดียว เพราะผู้มีโอกาสและฐานะเพียงพอที่จะพึ่งตนเอง สามารถสร้างความเจริญก้าวหน้าและฐานะทางเศรษฐกิจขั้นที่สูงขึ้นไปตามลำดับ กล่าวคือการยึดทางสายกลางในการดำรงชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเอง ได้แก่ พึ่งตนเองทางจิตใจ คนที่สมบูรณ์พร้อมต้องมีจิตใจที่เข้มแข็ง มีจิตสำนึกว่าตนนั้นสามารถพึ่งตนเองได้ (สุเมธ ตันติเวชกุล, 2544, น. 284) พร้อมด้วยกรมการศาสนา (2549, หน้า 15) หมายถึง การดำรงชีวิตที่เรียบง่าย ประหยัด ไม่ฟุ้งเฟ้อ ฟุ่มเฟือย ยึดถือทางสายกลาง รู้จักพอดี พอประมาณ และพอใจ มีความเมตตาเอื้ออาทรต่อกัน ไม่เบียดเบียนกัน ไม่เอารัดเอาเปรียบกัน ไม่มั่งร่ำรวยทำลายกัน ประกอบสัมมาอาชีพด้วยความซื่อสัตย์สุจริต สามารถพึ่งพาตนเองได้ ไม่เดือดร้อน ไม่ตกเป็นทาสอบายมุข วัตถุ นิยม และบริโภคนิยม ดำเนินชีวิตในความพอดี มีชีวิตใหม่คือ หวนกลับมาใช้ชีวิตวิถีไทยในการสร้างรากฐานหรือพื้นฐานของระบบเศรษฐกิจทั้งหมด พร้อมด้วย (สุนทร กุลวัฒน์วรพงศ์, 2544, หน้า 55-57) ได้สรุปเศรษฐกิจพอเพียงไว้ 7 ประการ คือ

1. พอเพียงสำหรับทุกคน ทุกครอบครัว ไม่ใช่เศรษฐกิจแบบทอดทิ้งกัน
2. จิตใจพอเพียง ทำให้รัก และเอื้ออาทรคนอื่นได้ คนที่ไม่พอจะรักคนอื่นไม่เป็นและทำลายมาก
3. สิ่งแวดล้อมพอเพียง การอนุรักษ์และเพิ่มพูนสิ่งแวดล้อม ทำให้ยังชีพและทำมาหากินได้ เช่น การทำเกษตรผสมผสาน

4. ชุมชนเข้มแข็งพอเพียง การรวมตัวกันเป็นชุมชนที่เข้มแข็ง จึงทำให้สามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้ เช่น ปัญหาสังคม ปัญหาความยากจน หรือปัญหาสิ่งแวดล้อม
5. ปัญญาพอเพียง มีการเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติ และปรับตัวได้อย่างต่อเนื่อง
6. อยู่บนพื้นฐานวัฒนธรรมพอเพียง วัฒนธรรม หมายถึง วิถีชีวิตของกลุ่มคนที่สัมพันธ์อยู่กับสิ่งแวดล้อมที่หลากหลาย ดังนั้นเศรษฐกิจพอเพียงจึงควรสัมพันธ์และเติบโตขึ้นจากฐานวัฒนธรรมจึงจะมั่นคง
7. มีความมั่นคงพอเพียง จึงจะทำให้สุขภาพจิตดี เมื่อทุกอย่างพอเพียงเกิดความสมดุล (Equilibrium) ความสมดุล คือ ความเป็นปกติและยั่งยืน หรืออาจกล่าวถึงเศรษฐกิจพอเพียงในชื่ออื่น ๆ เช่น เศรษฐกิจพื้นฐาน เศรษฐกิจสมดุล เศรษฐกิจบูรณาการ เศรษฐกิจศีลธรรม ฯลฯ

ลักษณะของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

1. เป็นวิถีการดำเนินชีวิต ที่ใช้ความรู้คู่คุณธรรม
2. เป็นการพัฒนาให้ความก้าวหน้าไปพร้อมกับความสมดุล มั่งคั่ง ยั่งยืน
3. เป็นหลักคิดและหลักปฏิบัติ เพื่อให้คนส่วนใหญ่พึ่งพาตนเองได้อย่างพออยู่ พอกิน พอมี พอใช้ พออก พอใจ ให้กับคนในสังคม ได้อยู่ร่วมกันอย่างสมดุล ยั่งยืน และมั่นคง

องค์ประกอบปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

เศรษฐกิจพอเพียง ประกอบด้วย คุณลักษณะ 3 ห่วง 2 เงื่อนไข ดังนี้ คือ

ความพอประมาณ หมายถึง ความพอดี ที่ไม่น้อยเกินไป และไม่มากเกินไปต่อความจำเป็น และเหมาะสมกับฐานะของตนเอง โดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น

ความมีเหตุผล หมายถึง การตัดสินใจเกี่ยวกับการดำเนินงานในเรื่องต่าง ๆ อย่างมีเหตุผลโดยพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้น ๆ อย่างรอบคอบ ทั้งผลด้านบวกและผลด้านลบ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้น ๆ

การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว หมายถึง การเตรียมตัวให้พร้อมต่อผลกระทบและเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นโดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่าง ๆ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคตทั้งใกล้และไกล พร้อมเตรียมการรับมืออย่างทันกับการเปลี่ยนแปลง หรือความเสี่ยงที่คาดว่าจะเกิดขึ้น ไม่ว่าจะเป็นด้าน สังคม เศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรม ภายใต้งาน 2 ประการ คือ เงื่อนไขความรู้คู่คุณธรรม ซึ่งเป็นเงื่อนไขในการตัดสินใจและการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ให้อยู่ในระดับพอเพียง ดังนี้ คือ

เงื่อนไขความรู้ ได้แก่ รอบรู้ รอบคอบ ระมัดระวัง คือการมีความรอบรู้เกี่ยวกับวิชาการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องอย่างรอบด้าน ความรอบคอบที่จะนำความรู้เหล่านั้นมาพิจารณาให้เชื่อมโยงกันเพื่อประกอบการวางแผนและความระมัดระวังในขั้นปฏิบัติ

เงื่อนไขคุณธรรม ได้แก่ สติปัญญา ขยันหมั่นเพียร อดทน ซื่อสัตย์สุจริต แบ่งปัน คือ มีความตระหนักในคุณธรรม ขยันหมั่นเพียรเน้นความซื่อสัตย์ สุจริต มีความอดทน มีความพอเพียง ใช้สติปัญญาในการดำเนินชีวิต (นันทปราชญ์ นันทิวัฒน์กุล และสุกัญญา อนุภานนท์, 2551 หน้า 13-15) เชื่อมโยงนำไปสู่ 4 มิติ คือ

ชีวิต คือ มีความสุขตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง “พออยู่ พอกิน”

เศรษฐกิจ คือ การหารายได้เพิ่ม การลดค่าใช้จ่าย ใช้ชีวิตอย่างพอควร คิดและวางแผนในการใช้จ่ายอย่างรอบคอบแบบต่อเนื่องและยั่งยืนในอนาคตสืบไป เช่น การปลูกผักพืชสวนครัว (ปลอดสาร) ไว้ทานเองเหลือก็แบ่งขาย หารายได้และนำไปสู่ชีวิตที่ดีมีความสุข

สังคม คือ การรู้จักช่วยเหลือสังคม เกื้อกูล รู้จักสามัคคีสร้างความเข้มแข็งในสังคมและชุมชน เช่น การแบ่งปันความรู้ความสามารถในการสร้างรายได้แก่สังคม เช่น สินค้า โอท็อป (OTOP)

สิ่งแวดล้อม คือ การรู้จักใช้ทรัพยากรธรรมชาติและการอนุรักษ์รักษาธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม เช่น การจัดการขยะที่เกิดขึ้นจากครัวเรือน เริ่มจาก 1) การลดปริมาณขยะ ณ แหล่งกำเนิดของการเกิดขยะ คือ ใช้ถุงผ้า ตะกร้า ไปตลาด งดถุงพลาสติก 2) การนำกลับมาใช้ใหม่ (Recycling) เช่น ผลิตภัณฑ์จากพลาสติกที่ใช้แล้วกลับมาใช้อีก และ 3) การเปลี่ยนขยะ (การทำปุ๋ย) เช่น การแยกขยะเปียกมาทำปุ๋ย เพื่อรักษาสภาพสิ่งแวดล้อมที่ดีในอนาคตข้างหน้า (Tammemagi, H., 1999, PP. 1-7) ก่อให้เกิดความสมดุลในชีวิตด้วยความมั่นคงและยั่งยืนตลอดไป

กล่าวโดยสรุป ปรัชญาที่เป็นทั้งแนวคิด หลักการ และแนวทางปฏิบัติตนแต่ละบุคคล สังคม องค์การ ภายใต้หลักการ 3 ห่วง 2 เงื่อนไข คือ ความพอประมาณ ความมีเหตุมีผลและการมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว โดยอยู่ภายใต้เงื่อนไขความรู้ ได้แก่ รอบรู้ รอบคอบ ระมัดระวัง คุณธรรม ได้แก่ ได้แก่ ซื่อสัตย์ สุจริต ขยัน อดทน แบ่งปัน เพื่อนำไปสู่ชีวิตเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม ก่อให้เกิดความสมดุล มั่นคง และยั่งยืนตลอดไป ซึ่งเป็นที่มาของคำว่า “หลักการเศรษฐกิจพอเพียง”

หลักการครองเรือนตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ที่พระองค์ทรงมีพระราชดำรัสชี้แนะให้พลนิกรชาวไทยในการดำเนินชีวิตบนทางสายกลาง เพื่อให้อยู่รอดพ้นวิกฤตและสามารถดำรงอยู่ได้อย่างมั่นคง สามารถใช้ชีวิตคู่ที่อยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุขและยืนยาวภายใต้การเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ซึ่งประกอบด้วย คุณลักษณะ 3 ห่วง 2 เงื่อนไข คือ

ความประมาณ หมายถึง ความพอดี ไม่มากและไม่น้อยเกินไป และเหมาะสมกับฐานะของตนเอง เช่น การปลูกบ้านไว้เป็นเรือนหอในการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน หลังพอประมาณ เหมาะสมกับฐานะเราเอง โดยไม่เบียดเบียนผู้อื่น ความมีเหตุผล หมายถึง การตัดสินใจเกี่ยวกับการดำเนินงานในเรื่องต่าง ๆ โดยพิจารณาอย่างมีเหตุผล อย่างรอบคอบ ทั้งผลด้านบวกและผลด้านลบ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้น ๆ เช่น ความจำเป็นในการใช้ของฟุ่มเฟือย ของที่มีอยู่อย่าง ใช้อย่างประหยัด โดยไม่ถึงรายได้ของตนเอง

การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว หมายถึง การเตรียมตัวให้พร้อมต่อผลกระทบและเปลี่ยนแปลงด้าน สังคม เศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรม ที่จะเกิดขึ้นในอนาคต เช่น การรู้จักแบ่งเก็บแบ่งออม ประหยัด ใช้จ่ายเงินอย่างพอเพียงตามกำลังของตน โดยปราศจากการกู้ยืมสิน หรือมีก้น้อยตามกำลังของเรา เมื่อพบสภาพเศรษฐกิจตกต่ำเราก็จะได้ไม่เดือดร้อน เพราะเรามีการเตรียมพร้อมที่ดีไว้ก่อนล่วงหน้า ซึ่งอยู่ภายใต้เงื่อนไขความรู้คุณธรรม

เงื่อนไขความรู้ คือ รอบรู้ รอบคอบ ระมัดระวัง เช่น มีการวางแผนการทํากิจการรับ-รายจ่ายในครอบครัวที่เกิดขึ้นแต่ละเดือน มีการทำกิจกรรมร่วมในครอบครัว เช่น การปลูกพืชสวนครัวไว้กินเอง เพื่อการประหยัดในครอบครัว เหลือก็ขายมีรายได้เกิดขึ้น

เงื่อนไขคุณธรรม คือ ซื่อสัตย์ สุจริต ขยัน อดทน แบ่งปัน เช่น การเคารพกันและกัน ช่วยเหลือ แบ่งปันซึ่งกันและกัน ทั้งทาง กาย วาจา และใจ ในการใช้ชีวิตคู่อย่างยั่งยืน มีความตระหนักในคุณธรรม มีความซื่อสัตย์ สุจริต มีความเพียร มีความอดทน มีความพอเพียงใช้สติปัญญาในการดำเนินชีวิต (ประเวศ วะสี, 2542 หน้า 9)

การเชื่อมโยงนำไปสู่ 4 มิติ คือ

ชีวิต คือ การใช้ชีวิตร่วมกันอย่างมีความสุขตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ยึดหลัก “พออยู่ พอกิน พอมี พอใช้”

เศรษฐกิจ คือ การหารายได้เสริมจากรายได้ประจำ เช่น การทำสินค้า โอท็อป (OTOP) การทำมะพร้าวแก้ว และการปลูกผักพืชสวนครัวไว้ทานเองและแบ่งขาย หน้าบ้าน ซึ่งเป็นผักปลอดสารเคมี หารายได้เป็นอย่างดีและนำไปสู่ชีวิตที่มีแต่ความสุข

สังคม คือ การรู้จักช่วยเหลือสังคม เช่น เป็นครอบครัวตัวอย่างในการดำเนินชีวิตอย่างพอเพียง และแบ่งปันความรู้ความสามารถในการสร้างรายได้แก่สังคม

สิ่งแวดล้อม คือ การอนุรักษ์รักษาธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม เช่น การจัดการขยะที่เกิดขึ้นจากครัวเรือน ซึ่งเริ่มจากการลดปริมาณขยะ ณ แหล่งกำเนิดของการเกิดขยะ คือ ใช้ถุงผ้า ตะกร้า ไปตลาด งดถุงพลาสติก การนำกลับมาใช้ใหม่ (Recycling) เช่น ผลิตภัณฑ์จากพลาสติกที่ใช้แล้วกลับมาใช้ซ้ำอีก การเปลี่ยนขยะ (การทำปุ๋ย) เช่น การแยกขยะเปียกมาทำปุ๋ย เพื่อไม่ให้เกิดปัญหาสิ่งแวดล้อมก่อให้เกิดความสมดุลในชีวิตด้วยความมั่นคงและยั่งยืนตลอดไป

กล่าวโดยสรุป หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้พระราชทานแก่พสกนิกรชาวไทย ซึ่งตั้งอยู่บนพื้นฐานของทางสายกลางของคำนิยามว่า “3 ห่วง 2 เงื่อนไข” ซึ่งนำมาประยุกต์ในการครองเรือนในสังคมปัจจุบัน ประกอบด้วย ความพอประมาณ มีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว บนเงื่อนไขความรู้ คุณธรรม ทั้งด้านวัตถุและด้านจิตใจ ได้เป็นอย่างดี เศรษฐกิจพอเพียงจะมุ่งเน้นให้บุคคลในครอบครัวสามารถประกอบอาชีพได้อย่างยั่งยืน และใช้จ่ายเงินอย่างประหยัดอย่างพอเพียง ตามกำลังของเรา โดยปราศจากการกู้หนี้ยืมสิน เพื่อพร้อมรับต่อการเปลี่ยนแปลงจากโลกภายนอก รวมทั้งทำให้เกิดการพัฒนาอย่างสมดุลและยั่งยืน

ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงกับการจัดการชีวิตครอบครัว

การดำเนินชีวิตครอบครัวให้ราบรื่นผาสุก จำเป็นต้องพิจารณาหลักคิดบางประการเป็นแนวทางที่นำไปสู่การปฏิบัติอย่างมีแบบแผนหรืออย่างมีเหตุผล โดยเฉพาะการมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเป็นสิ่งยึดเหนี่ยวอันมีวิสัยทัศน์ และการประพฤติปฏิบัติตนในหนทางที่เหมาะสม เศรษฐกิจพอเพียงมีเป้าหมายเพื่อให้มีแนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติตนให้ได้สมดุล พร้อมรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและกว้างขวางในด้านต่าง ๆ ทั้งด้านวัตถุ ทางด้านทุนนิยม ทางด้านเศรษฐกิจ ด้านสังคม ด้านสิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรม แบ่งออกเป็น 3 ระดับ คือ ระดับปัจเจกบุคคล หรือระดับครอบครัว ระดับชุมชน และระดับรัฐหรือประเทศ ดังนี้ (โสภณ สุภาพงษ์, 2547, หน้า 20)

1. ความพอเพียงในระดับปัจเจกบุคคลหรือครอบครัว คือ การที่สมาชิกในครอบครัวใช้ชีวิตบนพื้นฐานของการรู้จักตนเอง สามารถพึ่งตนเอง และดำรงชีวิตอย่างพอกินพอใช้ โดยไม่เบียดเบียนผู้อื่น ทำให้เกิดความสุขและความพอใจในการดำเนินชีวิตอย่างพอเพียง พยายามพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้สามารถอยู่อย่างพอเพียงได้ในทุกสถานการณ์ โดยมีแนวการปฏิบัติดังต่อไปนี้

1.1 ครอบครัวควรมีสำนึกในจริยธรรม โดยเฉพาะจริยธรรมแบบเศรษฐกิจพอเพียง หรือที่สอดคล้องกัน เช่น มีความซื่อสัตย์ ความอดทน ความเพียร ความมีสติ ปัญญา ความเมตตา กรุณา ฯลฯ

1.2 ครอบครัวควรแสวงหาความรู้ และอบรมสั่งสอนสมาชิกในครอบครัวให้มีความรู้และมีคุณธรรม โดยเน้นลักษณะความรู้และคุณธรรมที่สอดคล้องกับหลักปรัชญาของจริยธรรม แบบเศรษฐกิจพอเพียง

1.3 ครอบครัวควรมีวินัยในการใช้จ่าย เริ่มจากความจำเป็นพื้นฐานแล้วขยายไปสู่ความจำเป็นด้านอื่น

1.4 ครอบครัวควรเคารพต่อกติกาและกฎหมายของสังคม โดยไม่ขัดแย้งกับจริยธรรมแบบพอเพียง

1.5 ครอบครัวควรมีสำนึกและรับผิดชอบต่อโลกและสิ่งแวดล้อม เพราะความเชื่อเรื่องโลกที่มีความเปลี่ยนแปลง ทำให้ต้องมีการดูแลรักษาสิ่งแวดล้อมไม่ให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปสู่วิกฤติ แต่ต้องให้มีความเปลี่ยนแปลงให้เกิดสมดุลต้องมนุษย์

แนวปฏิบัติระดับครอบครัวดังกล่าวมีลักษณะเป็นองค์รวม ต้องปฏิบัติประกอบกันไปโดยให้ความพอประมาณ มีเหตุผลที่ดี และมีภูมิคุ้มกันที่ดี กล่าวคือภายใต้โลกและสังคมที่มีความเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา การทำให้ครอบครัวมีความรู้เรื่องต่าง ๆ ทั้งความรู้ที่เป็นข้อมูลต่าง ๆ และความรู้เรื่องคุณธรรมจะทำให้ครอบครัวมีเหตุผลและมีสำนึกทางจริยธรรมตามมา ซึ่งจะทำให้มีความพอประมาณ การรู้จักการพอประมาณจะทำให้มีวินัยในการใช้จ่าย การมีวินัยในการใช้จ่าย จะทำให้ครอบครัวมีภูมิคุ้มกันที่ดีทางเศรษฐกิจ ประกอบกับการรับผิดชอบต่อสิ่งแวดล้อมจะทำให้ครอบครัวมีภูมิคุ้มกันที่ดีในระบบชีวิตทั้งหมด

2. ความพอเพียงในระดับชุมชน เกิดขึ้นเมื่อสมาชิกในชุมชนมีความพอเพียงในระดับครอบครัวเป็นพื้นฐานแล้ว สมาชิกสามารถนำหลักเศรษฐกิจพอเพียงมาขยายผลสู่การปฏิบัติในระดับชุมชนได้ รวมกลุ่มทำประโยชน์เพื่อส่วนรวม โดยอาศัยภูมิปัญญาและความสามารถที่ตนมีอยู่เป็นพื้นฐานประกอบการดำเนินชีวิต มีการช่วยเหลือแบ่งปันกัน จึงเป็นพื้นฐานให้เกิดการรวมกลุ่มในสังคม สร้างเป็นเครือข่ายเชื่อมโยงระหว่างกันต่อไป ซึ่งจะนำไปสู่ความเป็นอยู่ที่พอเพียงในชุมชนโดยรวมในการดำเนินชีวิตที่สมดุลอย่างแท้จริง มีแนวการปฏิบัติ ดังนี้

2.1 สังคมควรร่วมมือกัน เพื่อเรียนรู้ แลกเปลี่ยนความรู้ซึ่งกันและกัน จะทำให้มีความรู้เรื่องต่าง ๆ กว้าง และลึกขึ้น จะทำให้มีเหตุผลมากขึ้น มีความรอบคอบ ระมัดระวัง มากขึ้นในการนำความรู้ต่าง ๆ มาใช้

2.2 สังคมควรส่งเสริมให้จริยธรรมแบบเศรษฐกิจพอเพียงเป็นบรรทัดฐานของสังคม มีการให้รางวัลและการลงโทษที่เหมาะสมต่อสมาชิกของสังคมที่ปฏิบัติตามจริยธรรมดังกล่าว

2.3 สังคมควรจัดตั้งกลุ่มสหกรณ์ออมทรัพย์ เพื่อส่งเสริมให้มีการประหยัดและ การออม ซึ่งจะสามารถนำไปสู่การเกิดกองทุนต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมทำให้สังคมมีความเข้มแข็ง สามารถพึ่งตัวเองได้

2.4 สังคมที่ประกอบอาชีพเกษตรกรรม ควรใช้แนวทางของเกษตรแบบทฤษฎีใหม่ โดยปรับใช้ตามความเหมาะสมของสถานที่ เพราะเกษตรทฤษฎีใหม่สอดคล้องกับหลักปรัชญาของจริยธรรมแบบพอเพียง

2.5 สังคมที่ไม่ได้ประกอบอาชีพเกษตรกรรม ควรประกอบอาชีพโดยยึดหลักการทางสายกลาง โดยมีการพอประมาณ มีเหตุผล โดยการพึ่งพาตนเองเป็นหลัก หมายถึงเริ่มต้นจากตัวเอง ทั้งด้านความรู้ ความสามารถ ทรัพย์สินเงินทุน และบริหารด้วยความรอบคอบระมัดระวัง เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีให้กับสังคม

2.6 สังคมควรมีสำนึกและรับผิดชอบต่อสิ่งแวดล้อม โดยมีความเกี่ยวเนื่องกับแนวปฏิบัติระดับครอบครัว แนวปฏิบัติระดับสังคมดังกล่าวมีพื้นฐานมาจากแนวปฏิบัติระดับครอบครัว และมีลักษณะเป็นองค์รวมเช่นเดียวกับแนวปฏิบัติระดับครอบครัว กล่าวคือ ภายใต้โลกและสังคมที่มีความเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา การรวมตัวกันเรียนรู้ แลกเปลี่ยนความรู้ซึ่งกันและกันจะทำให้สังคมมีเหตุผลในการใช้ความรู้ต่าง ๆ นอกจากจะทำให้มีความรอบรู้มากขึ้นแล้วจะทำให้มีความระมัดระวัง รอบคอบมากขึ้นด้วย ประกอบกับการส่งเสริมจริยธรรมทำให้คนในสังคมเห็นคุณค่าของวิถีชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงแล้ว ยังทำให้เกิดความพอประมาณ ซึ่งจะนำไปสู่การมีภูมิคุ้มกันที่ดีต่อสังคม

3. ความพอเพียงในระดับรัฐหรือประเทศ เป็นเศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้า เกิดขึ้นจากการรวมกลุ่มชุมชนหลาย ๆ แห่ง ที่มีความพอเพียงมาร่วมแลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์ ตลอดจนร่วมมือกันพัฒนาตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อสร้างเป็นเครือข่ายเชื่อมโยงระหว่างชุมชน ด้วยหลักแบ่งปันและช่วยเหลือซึ่งกันและกันจนเกิดเป็นสังคมแห่งความพอเพียง ในที่สุดเมื่อรู้แจ้งเห็นจริง ด้วยเหตุผลว่าพื้นฐานของประเทศเป็นอย่างไร ก็จะสามารถวางนโยบายและกลยุทธ์ การพัฒนาให้สังคมเจริญก้าวหน้าได้อย่างสมบูรณ์และยั่งยืน โดยมีแนวการปฏิบัติ ดังนี้

- 3.1 รัฐควรกำหนดหลักสูตรจริยธรรมแบบเศรษฐกิจพอเพียงในการศึกษาของชาติในระดับต่าง ๆ
- 3.2 รัฐควรส่งเสริม สนับสนุนการพัฒนา ประชาชนที่สนใจวิถีชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง
- 3.3 รัฐควรส่งเสริม สนับสนุน สร้างองค์ความรู้ที่สอดคล้องกับจริยธรรมแบบเศรษฐกิจพอเพียงให้กับประชาชน เช่น จัดให้มีการศึกษาทดลองอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้เกิดรูปธรรม ในวิถีชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง หรือการพัฒนาข้อมูลในเรื่องต่าง ๆ และเปิดโอกาสให้มีการ “เข้าถึง” ข้อมูลกับประชาชนอย่างเท่าเทียมกัน ฯลฯ
- 3.4 รัฐควรมีกฎหมายที่ส่งเสริมสนับสนุนกับจริยธรรมแบบเศรษฐกิจพอเพียง
- 3.5 รัฐควรจัดตั้งกองทุนต่าง ๆ ที่จำเป็นต่อจริยธรรมแบบเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อส่งเสริม สนับสนุนเงินทุนให้กับประชาชนที่ขาดเงินทุน โดยมีสนใจและเลือกที่ จะใช้ชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง
- 3.6 รัฐกำหนดท่าทีในความสัมพันธ์ระหว่างประเทศที่เหมาะสมในด้านต่าง ๆ โดยยึดหลักทางสายกลาง มีเหตุผล มีผลประโยชน์ร่วมกันที่ดี ฯลฯ
- 3.7 รัฐควรส่งเสริม สนับสนุนให้ประชาชนมีสำนึกและรับผิดชอบต่อสิ่งแวดล้อมโดยมีเหตุผลเดียวกับแนวปฏิบัติระดับครอบครัวและสังคม แนวปฏิบัติระดับรัฐดังกล่าว ก็เช่นเดียวกับแนวปฏิบัติระดับครอบครัวและสังคม กล่าวคือต้องปฏิบัติในลักษณะเป็นองค์รวม ซึ่งต้องยึดหลักให้มีความพอประมาณ มีเหตุผล และให้มีระบบภูมิคุ้มกันที่ดี กล่าวคือ ภายใต้อิทธิพลเปลี่ยนแปลงของโลกและสังคมรัฐควรส่งเสริม สนับสนุนให้ประชาชนทุกระดับมีความรู้และมีคุณธรรมแบบเศรษฐกิจพอเพียงจะทำให้ประชาชนเข้าใจและเห็นความสำคัญที่จะดำเนินชีวิต

บทสรุป

การครองเรือนเป็นการใช้ชีวิตคู่ร่วมกันระหว่างคนสองคน จะต้องประคับประคองให้ดำรงอยู่อย่าง “พออยู่พอกิน พอมีพอใช้” โดยนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำรงชีวิตคู่ร่วมกันด้วยความรอบคอบรอบรู้และระมัดระวังพร้อมด้วยข้อสัตย์ มีความขยันหมั่นเพียร รู้จักแบ่งปันซึ่งกันและกัน มีความอดทน ใช้สติปัญญาในการแก้ไขปัญหาโดยยึดหลักทศพิธราชธรรม 4 ในการครองเรือน ประกอบด้วย สัจจะ ทมะ ขันติ จาคะ มาเป็นแนวทางในการปฏิบัติ เพื่อนำมาชีวิตครอบครัวให้มีความสุข ราบรื่น และเป็นแบบอย่างให้กับผู้อื่นปฏิบัติเพื่อให้เกิดความสุขอย่างยั่งยืนในอนาคตต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- กรมการศาสนา. (2549). *แผนพัฒนาส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง พุทธศักราช 2550*. กรุงเทพฯ: ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- ก่อ สวัสดิพานิชย์. (2519). *ความสัมพันธ์ในการครองเรือน*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์วัฒนาพานิช จำกัด.
- จำเนียร รักษาภักดี. (2544). *จริยธรรมของคู่สมรสตามหลักพระพุทธศาสนา* (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ณดา จันทร์สม และ ธีรพงศ์ ทองภักดี. (2555). *คุณธรรมตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง รายงานการวิจัยทุนสนับสนุนจากศูนย์ศึกษาพัฒนาการเศรษฐกิจ สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์*. กรุงเทพฯ: สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- นันทปราชญ์ นันทิวัฒน์กุล และสุกัญญา อนุทานนท์. (2551). *การประยุกต์ใช้ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในกลุ่มวัยรุ่น*. ปทุมธานี: มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี.
- ประเวศ วะสี. (2542). *เศรษฐกิจพอเพียงและประชาสังคมแนวทางพลิกพื้นเศรษฐกิจสังคม*. กรุงเทพฯ: หมอชาวบ้าน.

พระธรรมปิฎก. (ป.อ. ปยุตโต). (2537). *ชีวิตที่สมบูรณ์* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: บริษัท สหธรรมมิก จำกัด.

พระธรรมปิฎก. (ป.อ. ปยุตโต). (2542). *ธรรมกับไทยในสถานการณ์ปัจจุบัน* (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพฯ:

กองทุนวัฒนธรรมเพื่อการศึกษาและปฏิบัติธรรม.

พระมหาบุญเพียร ปุณฺณวิริโย. (2544). *แนวคิดและวิธีการขัดเกลาทางสังคมในสถาบันครอบครัวตามแนว*

พระพุทธศาสนา (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

วิรัช วิรัชนิภาวรรณ. (2550). *การบริหารจัดการตามแนวทางคุณธรรมและแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง*. กรุงเทพฯ:

โพธิ์เพชร.

สุเมธ ดันติเวชกุล. (2544). *เศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริ*. กรุงเทพฯ: มติชน.

สุนทร กุลวัฒนารพงศ์. (2544). *ตามรอยพระราชดำริเศรษฐกิจพอเพียง-ทฤษฎีใหม่*. กรุงเทพฯ: ชมรม.

โสภณ สุภาพงษ์. (2547). *โสภณ สุภาพงษ์ เลมอนฟาร์ม เส้นทาง การเกื้อกูลตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง*. กรุงเทพฯ:

สกุลไทย.

สุลักษณ์ ศิวรักษ์. (2525). *ศาสนากับสังคมไทย*. กรุงเทพฯ: บริษัท พลพันธ์การพิมพ์ จำกัด.

Tammemagi. H. (1999). *The Waste Crisis*. London: Oxford University Press.