

วิถีชีวิตแบบ เศรษฐกิจพอเพียง

เรื่อง : สมจิตร หุตะเสวี



รางวัลเหรียญทอง(สื่อต้นแบบ)
การประกวดสื่อการเรียนการสอน



ระดับช่วงชั้นที่ ๓
(มัธยมศึกษาตอนต้น)

วิถีชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง

เรื่อง : สมจิตร หุตะเสวี

ครู ค.ศ. ๒ โรงเรียนเฉลิมพระเกียรติ

สมเด็จพระศรีนครินทร์ กำแพงเพชร

จัดทำโดย : สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจ
และสังคมแห่งชาติ

เลขมาตรฐานสากลประจำหนังสือ : ๙๗๔-๙๔๒๓๗-๓-๙

พิมพ์ครั้งแรก : เมษายน ๒๕๔๙



สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ

วิถีชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง



เรื่อง : สมจิตร หุตะเสวี



เช้าวันอาทิตย์ที่แสนสบายในช่วงปลายฝน
ต้นหนาวครอบครัวของเรารับประทานอาหารร่วมกัน
หลังจากรับประทานอาหารเสร็จ พ่อเอ๋ยปากชวนทุกคน
ไปนั่งที่ระเบียงหน้าบ้าน เมื่อนั่งพักได้สักครู่พ่อก็เอ๋ยปาก
ขึ้นว่า

“ลูกรู้ไหมว่าตอนนี้ สภาพความเป็นอยู่ของคนไทย
ส่วนใหญ่เป็นอย่างไร”





“หนูรู้ว่าตอนนี้ของแพงขึ้น อย่างเช่น ข้าวที่
โรงอาหารของโรงเรียนขึ้นราคา ค่ารถแพงขึ้น
เพราะน้ำมันขึ้นราคา”
น้องเอยลูกสาวคนเล็กพูดขึ้น

พี่เอย ลูกสาวคนโตก็พูดเสริมว่า
“เพื่อนหนูเล่าว่าพ่อเขาตกงาน
ทำงานใหม่ไม่ได้ เพื่อนกลุ่มใจ
กลัวจะไม่มีเงินเรียน”



แม่พูดแทรกขึ้นมาว่า

“แม้ว่าชีวิตทุกวันนี้คนเราดิ้นรนมากเหลือเกิน
และใช้ทรัพยากรกันอย่างฟุ่มเฟือย คนมีความอยากสูง
ชอบกิน ชอบเที่ยว แม่เห็นเด็กนักเรียนที่แม่สอน
ใช้โทรศัพท์มือถือ โกรกสีผม ทาเล็บมือ ทาปาก
ทำสารพัดอย่างต่างๆ ที่โรงเรียนก็มีระเบียบห้าม”



ขณะที่คนในครอบครัวกำลังพูดคุยกันอยู่นั้น ก็มีผู้หญิง
คนหนึ่งพาเด็กน้อยวัยไม่เกิน ๕ ขวบ ๓ คนเข้ามาหา

“ท่านนายอำเภอคะ ฉันมาขอความเมตตา ฉันจนมาก
ลูกๆ ฉันทิ้งหลานไว้ให้ฉันเลี้ยง เขาไม่เคยมาเยี่ยม
ไม่ส่งเงินมาให้ฉัน จึงต้องอาศัยขอเขากินไปวันๆ พวก
ชาวบ้านแนะนำให้มาขอความช่วยเหลือ จากท่าน
นายอำเภอ”

พ่อจึงซักถามรายละเอียดและนัดให้ไปที่อำเภอเพื่อขึ้น
ทะเบียนคนจน และหาทางช่วยเหลือตามระเบียบราชการ
ต่อไป



แม่มองหน้าเด็กน้อยที่หน้าตาเกราะกรังด้วยน้ำมูกและ
ซีตา ยายของเด็กบอกว่าไม่มีน้ำอาบเพราะน้ำฝนหมด
และน้ำในสระข้างบ้านก็แห้ง เราจึงช่วยอาบน้ำ
ให้เด็กน้อยทั้งสาม หาเสื้อผ้าให้ใส่ให้กินนม
และให้เงินยายไปร้อยบาท





หลังจากยายคนจนพาหลาน
กลับไปแล้ว พ่อก็มองหน้าลูกๆ
นานอยู่ครู่หนึ่ง แล้วจึงเอ่ยปากว่า
“นี่คือภาพส่วนใหญ่ของชาวชนบท
ในปัจจุบัน ที่หนุ่มสาวพากันเข้าไปทำงาน
ในเมือง ทิ้งคนแก่เฒ่าบ้าน เมื่อมีลูกก็ฝากให้
พ่อ แม่เลี้ยง บางรายก็ส่งเงินมาให้บ้าง บางราย
ก็หายหน้าไป ปู่-ย่า ตา-ยาย ก็เลี้ยงหลานตามมีตามเกิด
เด็กได้รับสารอาหารไม่ครบถ้วน มีร่างกายอ่อนแอ คนแก่
ที่เฝ้ารอคอยการกลับมาของลูกหลานก็มีจิตใจเหงาหงอย
เด็กขาดพ่อแม่เอาใจใส่ใกล้ชิดก็ติดเพื่อน และมักถูก
ชักจูงไปในทางที่เสียหาย บางรายติดยา จึงหลงหรือทุบตี
ข่มขู่เอาเงินจากปู่-ย่าที่เลี้ยงดู เด็กผู้หญิงบางคนชอบใช้
ของราคาแพง ชอบเที่ยวเตร่จึงขายตัวจนเสียนาคต”

ทุกคนนั่งฟังพ่อพูดด้วยความรู้สึกทหดหู่ใจ น้องเอ๋เอ๋ยื่นขึ้นว่า “แล้วเราจะทำอย่างไรกัน จึงจะทำให้ทุกชีวิตมีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น” แม่จึงพูดว่า “เรื่องนี้ทุกคนในชาติต้องร่วมมือกัน ไม่ว่าจะคนรวยหรือคนจน คนรวยจะบอกว่าเราไม่เกี่ยวไม่ได้ เพราะทุกอย่างกระทบถึงกันหมด เช่น คนจนไม่มีจะกิน ก็ก่อให้เกิดปัญหา อาชญากรรม เราจึงต้องรู้จักใช้ทรัพยากรอย่างประหยัด รู้จักลดรายจ่ายที่ไม่จำเป็นและอาจหารายได้เสริม



ชาวชนบทบางแห่งนำโครงการเกษตร “ทฤษฎีใหม่” ในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมาใช้ คือ การใช้ชีวิตแบบพึ่งพาตัวเอง โดยมีที่ดินพอประมาณ มีการวางแผนในการจัดสรรที่ดินของตน ขุดสระเพื่อให้มีน้ำใช้ มีการเลี้ยงสัตว์ ปลูกพืช ทำนา พอเหลือกินเหลือใช้จึงขาย เรียกว่ามีวิถีชีวิตแบบพออยู่พอกิน พอพูดถึงคนอื่นแล้วเราก็ต้องเริ่มต้นที่ตัวเรา เพราะเมื่อเราช่วยเหลือตัวเองได้แล้วเราก็จะสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้ โหน...เราช่วยกัน คิดซิว่าเราควรจะทำอย่างไรจึงจะได้ชื่อว่ามีวิถีชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง



“หนูขอพูดก่อน” พี่เอ๋บอก “เราต้องประหยัดพลังงานทุกชนิด เพราะพลังงานส่วนใหญ่เอามาจากธรรมชาติ คนมีมากก็ใช้พลังงานมาก ธรรมชาติสร้างไม่ทัน มนุษย์ก็ช่วยสร้างไม่พอ เราจะเริ่มจากประหยัดไฟฟ้า ด้วยการเปิดไฟเท่าที่จำเป็น ไม่เปิดโทรทัศน์ทิ้งไว้ ไม่เปิดตู้เย็นบ่อยๆ ไม่เปิดคอมพิวเตอร์ทิ้งไว้เกิน ๑๕ นาที ไม่เปิดวิทยุทิ้งไว้ทั้งคืน เปิดแอร์ที่อุณหภูมิ ๒๕ องศา และไม่คุยโทรศัพท์นานเกินไป”





“ตัวพ่อ หรือ” พ่อทำท่าคิด “พ่อก็จะ
อุดหนุนสินค้าในท้องถิ่น เช่น พ่อจะใส่
ผ้าทอมือในหมู่บ้านทำให้ชาวบ้านมีรายได้
และยังเป็นการเชิญชวนให้คนอื่นมานิยม
ตาม เวลาพ่อออกไปประชุมชาวบ้านหรือ
ประชุมกำนัน-ผู้ใหญ่บ้าน ก็จะบอกให้
ชาวบ้านลดการใช้สารเคมี หันมาใช้ปุ๋ย
เกษตรอินทรีย์ ก็จะเป็นการลดต้นทุน ชาวบ้าน
ก็จะไม่เจ็บป่วย พ่ออยากให้เขาดูแลบ้านเรือนให้
สะอาด ขยันออกกำลังกาย ร่างกายจะได้แข็งแรง ไม่ดื่ม
เหล้า ลูกรู้ไหมว่าการที่พ่อไม่ดื่มเหล้าทำให้ลูกน้อง
หลายคนเกรงใจ จึงค่อยๆ เลิกดื่มเหล้า มี
ลูกน้องบางคนมาบอกพ่อว่า หลังจากเขา
เลิกดื่มเหล้า เขาสามารถประหยัด
เงินได้ถึงเดือนละ ๒,๐๐๐-๓,๐๐๐ บาท”





“เยี่ยมจริงๆ” น้องเอ๋อ และน้องเอย ตะโกนขึ้นพร้อมกัน
เราจะเริ่มดำเนินชีวิตแบบ “พออยู่ พอกิน” ตั้งแต่วันนี้
เป็นต้นไปเลยนะจ๊ะ

“ดีมากเลยลูก พ่อ-แม่ ดีใจที่หนูคิดได้ การที่เราคิดถูก
จะทำให้เราดำเนินชีวิตไปในทางที่ถูกต้อง เมื่อชีวิตเราดี
เราก็จะสามารถช่วยให้สังคมและประเทศชาติให้ดีขึ้นได้”

แล้ว พ่อ-แม่ ลูก ก็หันหน้ามายิ้มให้กันอย่างมีความสุข
กับการเริ่มต้นวันใหม่ . . . ด้วยใจที่ตั้งมั่น

กิจกรรมท้ายเรื่อง

เมื่ออ่านเนื้อเรื่องจบแล้วให้ทำกิจกรรมในข้อ ๑ และ ๒

๑. ให้เลือกทำกิจกรรมในข้อ ๑.๑- ๑.๔ ตามความสนใจ

- ๑.๑ แต่งบทสนทนาผ่านกลุ่มตัวละครที่หลากหลาย โดยยึดหลักความรู้ ความคิดที่ถูกต้องเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง
- ๑.๒ เขียนแสดงแนวคิดของท่านที่จะปฏิบัติตนอย่าง “พออยู่ พอกิน”
- ๑.๓ แบ่งกลุ่มอภิปรายเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง โดยกำหนดบทบาทและหัวข้อแก่ผู้อภิปราย เช่น ความหมายและที่มาของแนวพระราชดำริ “เศรษฐกิจพอเพียง” ประโยชน์ของการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง ตัวอย่างบุคคลที่ประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง และประสบการณ์การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงของผู้อภิปราย เป็นต้น
- ๑.๔ ใ้วาดทิวทัศน์ในหัวข้อ “ดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง ดีกว่า ดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจฟองสบู่”

๒. ให้ท่านดำเนินชีวิตตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงตามที่สามารถทำได้ ให้หมั่นสำรวจตนเอง จดบันทึกกิจวัตรของตน และอย่าลืมให้กำลังใจตนเองและคนรอบข้างที่มุ่งมั่นจะดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง เมื่อดำเนินกิจกรรมไปได้ระยะเวลาหนึ่ง

ควรมีการประชุมกลุ่มเพื่อ แลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกัน และกัน



สารจากผู้เขียน

“เรารักในหลวง” คือคำมงคลที่ประทับอยู่ในดวงจิตของพสกนิกรชาวไทย เฉกเช่นข้าพเจ้าที่รักเทิดทูนพระองค์ยิ่ง และได้ตั้งใจมั่นว่าหากมีโอกาสทำสิ่งใดที่เป็นการสนองพระเมตตาคุณที่พระองค์ทรงมีต่อปวงชนได้ ก็จะขอใช้สติปัญญาของตนกระทำโดยไม่รังรอ

ดังนั้น เมื่อ สมศ. มีโครงการประกวดสื่อการเรียนการสอน รากฐานการเรียนรู้ “เศรษฐกิจพอเพียง” ซึ่งเป็นหนทางหนึ่งที่จะเผยแพร่ “แนวพระราชดำริการดำเนินชีวิตในระบบเศรษฐกิจพอเพียง” ออกไปสู่หมู่ชน โดยเฉพาะอย่างยิ่งเยาวชนไทยที่จะเติบโตเป็นกำลังสำคัญของชาติ ที่เราต้องเร่งมือกันสร้าง “รากฐานชีวิต” ของเขาเหล่านั้นให้แข็งแรง ข้าพเจ้าจึงได้ศึกษาทบทวนแนวพระราชดำริดังกล่าว นำมาผสมผสานกับประสบการณ์การเป็นครู และรวบรวมความคิดของคนใกล้ตัวมาสร้างเป็นเรื่องราว จนเกิดเป็นหนังสือเล่มเล็ก “วิถีชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง” และขอให้ “ประสานใจ” ลูกสาวคนโตวาดภาพประกอบให้ (ต้นฉบับเดิม)

หนังสือเล่มเล็กนี้จึงเป็นการถ่ายทอดความคิดเกี่ยวกับเรื่อง “การพออยู่พอกิน” ผ่านตัวละครในครอบครัวที่มีหลักการถูกต้อง เพราะผู้เขียนได้กลั่นกรองแล้ว และมีกิจกรรมท้ายเรื่อง ที่ผู้อ่านสามารถเลือกทำกิจกรรมได้ตามความสมัครใจ และครูผู้สอนอาจนำไปดัดแปลงได้ตามความเหมาะสม

ข้าพเจ้าขอขอบคุณ สมศ. เป็นอย่างสูงที่เป็นผู้จุดประกายความคิดของครูไทยคนหนึ่ง ให้ได้มีโอกาสแสดงสิ่งดีๆ ออกสู่สังคมไทย และเหนือสิ่งอื่นใด หากหนังสือเล่มเล็กนี้มีประโยชน์ต่อผู้อ่าน ข้าพเจ้าขอทูลเกล้าทูลกระหม่อมถวายเป็นการเฉลิมพระเกียรติเนื่องในวโรกาสฉลองสิริราชสมบัติครบ ๖๐ ปี

สมจิตร หุตะเสวี



สารจากสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (สศช.) ได้จัดทำ “โครงการประกวดสื่อประกอบการเรียนการสอนปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง” ขึ้น โดยมีวัตถุประสงค์หลัก เพื่อสร้างสื่อการเรียนรู้เกี่ยวกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เผยแพร่แก่กลุ่มเด็กและเยาวชนให้มีความรู้ ความเข้าใจ และสามารถนำหลักเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน และเกิดการมีส่วนร่วมอย่างกว้างขวาง โดยสำนักงานฯ ได้มอบหมายให้สำนักรับรองมาตรฐานและประเมินคุณภาพการศึกษา (องค์การมหาชน) หรือ สมศ. เป็นผู้ดำเนินการ

การดำเนินโครงการดังกล่าว มีผู้สนใจจากทั่วประเทศส่งผลงานเข้าร่วมประกวดทั้งสิ้น ๕๒๔ ชิ้นงาน จากนั้นคณะกรรมการซึ่งเป็นผู้ทรงคุณวุฒิด้านสื่อการสอน หลักสูตร และด้านการศึกษา ทั้งในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานและการอาชีวศึกษา ผู้บริหารจากกระทรวงศึกษาธิการ และผู้เชี่ยวชาญจากมหาวิทยาลัยและภาคเอกชน ได้ร่วมกันตัดสินจนสามารถคัดสรรสื่อต้นแบบสำหรับการเรียนรู้ในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานและระดับการอาชีวศึกษา ที่ได้รับคะแนนสูงสุดในแต่ละช่วงชั้นจำนวน ๕ ชิ้นงาน โดยเป็นสื่อในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ๔ ชิ้นงาน ได้แก่ ช่วงชั้นที่ ๑ (ประถมศึกษาตอนต้น) ช่วงชั้นที่ ๒ (ประถมศึกษาตอนปลาย) ช่วงชั้นที่ ๓ (มัธยมศึกษาตอนต้น) ช่วงชั้นที่ ๔ (มัธยมศึกษาตอนปลาย) และอีก ๑ ชิ้นงาน คือ ผลงานระดับการอาชีวศึกษา ซึ่ง สมศ. ได้พัฒนาสื่อเหล่านี้ให้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้นตามข้อเสนอของคณะกรรมการและผู้เชี่ยวชาญ และได้ผลิตเป็นสื่อต้นแบบขึ้นทั้ง ๕ ชิ้นงาน เพื่อเผยแพร่ไปยังสถานศึกษาและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

สำนักงานฯ ขอขอบคุณผู้ที่มีส่วนสนับสนุนให้การดำเนินโครงการครั้งนี้ บรรลุวัตถุประสงค์อย่างดียิ่ง โดยเฉพาะผู้ส่งผลงานเข้าประกวด และคณะกรรมการทุกท่าน ซึ่งทุกฝ่ายได้แสดงถึงความตั้งใจที่จะร่วมขับเคลื่อนให้เกิดการเรียนรู้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงในหมู่เด็กและเยาวชน ซึ่งนับเป็นกลุ่มที่จะเป็นพลังและความหวังในการสร้างความเข้มแข็งให้กับประเทศของเราสืบไป นอกจากนี้ สำนักงานฯ หวังเป็นอย่างยิ่งว่า สื่อที่สร้างสรรค์ชิ้นนี้ จะได้รับการขยายผลและนำไปใช้ประโยชน์ในการศึกษาของเด็กและเยาวชนอย่างกว้างขวางต่อไป

(นายอำพน กิตติอำพน)

เลขาธิการคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ



ลิขสิทธิ์ สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ

หากต้องการผลิต ดัดแปลง ต้องได้รับอนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษรจาก
สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ เท่านั้น
เลขที่ ๙๖๒ ถ.กรุงเกษม เขตป้อมปราบฯ กรุงเทพมหานคร ๑๐๑๐๐
โทรศัพท์ ๐-๒๒๔๐-๕๐๘๕ หรือ ๓๓๒๖ โทรสาร ๐-๒๒๑๔-๖๑๒๗
Website : <http://www.sufficiencyeconomy.org>