

สารนํารู จากกองประสานงานโครงการพื้นที่ 2 สำนักงาน กปร. ร่วมกับ  
สำนักงานเลขาธิการ และศูนย์ปฏิบัติการต่อต้านการทุจริต  
ประจำเดือนกรกฎาคม 2562  
เรื่อง ประเภทของความพอเพียง

คนที่ 1  
หรือ  
คนที่ 2  
พูดก็ได้

คนที่ 1 สวัสดีค่ะ/ครับ...น้อง...ข..... คนที่ 2 สวัสดีครับ/ค่ะ.....พี่ ก.....

คนที่ 2 พี่...ก.....เมื่อคราวที่แล้ว พี่ลิสซ่าได้มีคำถามค้างไว้ว่า ความพอเพียง มีกี่ด้าน และในแต่ละด้านประกอบไปด้วยอะไรบ้าง พี่...ก.....จำได้รีเปล่าคะ

คนที่ 1 จำได้ซี เพราะพี่เองก็ติดตามฟังสารนํารูทุกวันจันทร์ และวันศุกร์อยู่เป็นประจำเพราะทำให้เราได้รับรู้เรื่องที่เป็นประโยชน์ทำให้รู้เท่าทันสถานการณ์ เหมือนกับเราได้สร้างภูมิคุ้มกันให้กับตัวเองไง แล้วยังน้อง...ข...มาถามพี่แบบนี้มีอะไรจะให้พี่ช่วยรีเปล่าคะ/ครับ

คนที่ 2 เข้าทางนุ่ พอดีเลย คืออย่างงี้คะ นู่เองก็มีความสงสัยเหมือนพี่ลิสซ่า เหมือนกันและโอป้าก็ได้อธิบายความหมายเรื่องความพอเพียง และเหตุผลว่าทำไมเราถึงต้องมีความพอเพียงไปบ้างแล้ว แต่ยังคงเรื่องความพอเพียงมีกี่ประเภท และมีรายละเอียดอย่างไรบ้าง นู่อยากรู้อีกก็เลยมาถามพี่....ก....ไงคะ

คนที่ 1 ได้ซี เรื่องความพอเพียงหรือความพอดีมีกี่ประเภท และมีอะไรบ้างนั้น ดร.สุเมธ ตันติเวชกุล ประธานคณะกรรมการจริยธรรม ประจำสำนักงาน กปร. ได้พูดไว้ในคราวที่ประชุมคณะกรรมการจริยธรรมของสำนักงาน กปร. ว่าเพื่อให้เข้าใจได้ง่ายจึงจำแนกความพอเพียงหรือความพอดีออกเป็นด้าน โดยแบ่งออกเป็น 5 ด้านประกอบด้วย

**ความพอดีด้านจิตใจ** หมายถึง ต้องมีจิตใจดี โอบอ้อมอารี เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ประนีประนอมหรืออะลุ่มอล่วย รักษาความซื่อตรง มุขิตาจิต เอื้ออาทรต่อคนอื่น

**ความพอดีด้านสังคม** หมายถึง เราไม่ได้อยู่ตัวคนเดียวในสังคม เราต้องอยู่ร่วมกับคนอื่น เป็นครอบครัว เป็นชุมชน จนถึงพลเมืองโลกในที่สุด ความพอดีของความสัมพันธ์ระหว่างเรากับผู้อื่น ต้องสร้างความสัมพันธ์ สร้างเครือข่ายโยงใยความเป็นอยู่และกิจกรรมเข้าด้วยกัน ส่งเสริมช่วยเหลือกันเพื่อการพัฒนาก้าวหน้าไปด้วยกัน

**ความพอดีทางเศรษฐกิจ** หมายถึง ควรมีความเป็นอยู่ที่ “พออยู่ พอกิน” ปรับวิถีชีวิตให้เรียบง่าย สอดคล้องกับรายได้และฐานะทางเศรษฐกิจของแต่ละคน ละทิ้งความฟุ่มเฟือยอยู่เกินตัว ไม่ตั้งอยู่บนความโลภและความต้องการไม่รู้จบ จะนำมาซึ่งความทุกข์

**ความพอดีทางทรัพยากรธรรมชาติ** หมายถึง ควรใช้ประโยชน์จากทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม โดยยึดหลักการพัฒนาแบบยั่งยืน ใช้ทุกอย่างให้เกิดประโยชน์สูงสุดด้วยความเฉลียวฉลาด บนระบบการจัดการที่ดี ส่วนความพอดีสุดท้ายคือ

**ความพอดีทางเทคโนโลยี** หมายถึง เราคงจะอยู่ในโลกดิจิทัลบรรทัดตลอดไปไม่ได้ ต้องก้าวตามโลกให้ทัน เพราะฉะนั้นการเลือกใช้และการพัฒนาเทคโนโลยีจึงมีความสำคัญด้วยเช่นกัน แต่จะต้องใช้เทคโนโลยีให้สอดคล้อง กับความต้องการและสภาพแวดล้อมทางสังคม วัฒนธรรม ภูมิประเทศและสิ่งแวดล้อมของเราด้วย

และ ดร.สุเมธ ยังสรุปให้ด้วยอีกว่า ถ้าเราทุกคนสามารถสร้างความพอดีหรือความพอเพียง 5 ประการนี้ได้ เราก็จะเจริญก้าวหน้า พัฒนาเติบโตได้อย่างสมดุล และยั่งยืนตลอดไป โดยไม่เสี่ยงกับภัยเศรษฐกิจ ภัยสังคม เป็นการสร้างภูมิคุ้มกันให้กับตัวเอง

### เป็นไงล่ะ นั่งฟังเพลินเลยนะ

**คนที่ 2** ลึกซึ้งจริง ๆ เลยค่ะ/ครับ พี่....ก.....ดร.สุเมธได้แยกความพอเพียงหรือความพอดีออกเป็นด้าน ๆ แบบนี้ ทำให้เราเข้าใจเรื่องความพอเพียงในแต่ละด้านได้ง่ายขึ้น และต้องขอบคุณพี่.....ก.....มากนะครับ/ค่ะ ที่นำสาระดี ๆ แบบนี้มาฝากน้องๆ

**คนที่ 1** ไม่เป็นไรจ๊ะ/ครับ....แต่ความรู้ดี ๆ ที่เราได้รับรู้มาจะเป็นประโยชน์มากกว่านี้ถ้าเรานำไปเผยแพร่ ขยาย หรือนำไปต่อยอดต่อนะ จ๊ะ/ครับ

**คนที่ 2** ได้ค่ะ/ครับ พี่.....เรื่องราวดี ๆ แบบนี้ต้องขยาย

**คนที่ 1** นั่นวันนี้ เราทั้ง 2 คน ขอจบสาระน่ารู้ไว้เพียงเท่านี้ โอกาสหน้าเราจะนำเรื่องดี ๆ มาฝากใหม่ นะคะ

(พูดพร้อมกัน) สวัสดีค่ะ/ครับ