

# ศูนย์การเรียนรู้เศรษฐกิจพอเพียง บ้านห้วยน้ำเย็น ตำบลเหล่าต่างคำ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดหนองคาย

บุคคลต้นแบบ

“พออยู่ พอดี พอมี พอเพียง ตามรอยพ่อ”



นายธนรัตน์ ผ่านคำ

ผู้ใหญ่บ้าน หมู่ 3 บ้านห้วยน้ำเย็น

องค์การบริหารส่วนตำบลเหล่าต่างคำ



โทร : ๐๔๒-๔๙๐๘๔๕, Fax ๐๔๒-๔๙๐๘๔๖

เว็บไซต์ : [www.laotangkhamo.go.th](http://www.laotangkhamo.go.th)



Facebook : [www.facebook.com/LaotangkhamSAO](https://www.facebook.com/LaotangkhamSAO)

## ข้อมูลส่วนบุคคล

ชื่อ-สกุล นายธนรัตน์ ผ่านคำ

เกิดวันที่ : 13 พฤษภาคม 2518

ที่อยู่ : 167 หมู่ 3 ตำบลเหล่าต่างคำ อำเภอโพธิ์พิสัย จังหวัดหนองคาย

การศึกษา : จบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 กศน. อำเภอโพธิ์พิสัย

อาชีพ : เกษตรกร

## ประวัติการดำรงตำแหน่งหน้าที่ในชุมชน

- ➔ ประธานกรรมการหมู่บ้านห้วยน้ำเย็น
- ➔ ผู้จัดการกลุ่มนาแปลงใหญ่ ตำบลเหล่าต่างคำ
- ➔ ประธานกรรมการสถานศึกษาโรงเรียนบ้านห้วยน้ำเย็น
- ➔ ประธานกองทุนหมู่บ้านห้วยน้ำเย็น
- ➔ ประธานกลุ่มออมทรัพย์เพื่อการผลิต
- ➔ ประธานกองทุนแผ่นดินบ้านห้วยน้ำเย็น
- ➔ ประธานกลุ่มหน่อไม้แปรรูปประจำตำบล
- ➔ ประธานธนาคาร โค-กระบือบ้านห้วยน้ำเย็น
- ➔ ประธานกลุ่มเลี้ยงปลา
- ➔ นักปราชญ์ประจำหมู่บ้านห้วยน้ำเย็น



## ประวัติการดำรงตำแหน่งหน้าที่ในชุมชน

- ➔ อสม.บ้านห้วยน้ำเย็น
- ➔ เจ้าของศูนย์การเรียนรู้เศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริ
- ➔ เจ้าของศูนย์การเรียนรู้โลกหนองนาโมเดล
- ➔ เจ้าของศูนย์การเรียนรู้ ศพก.อำเภอ โพนพิสัย

## ประวัติการฝึกอบรมและผลงาน

- ➔ ได้ผ่านการฝึกอบรม หลักสูตรการพัฒนาเกษตรกรผู้ระบบเศรษฐกิจพอเพียง 2563
- ➔ ได้ผ่านการฝึกอบรม หลักสูตรชุดปฏิบัติจิตอาสาภัยพิบัติ
- ➔ ได้ผ่านการฝึกอบรม หลักสูตรตามโครงการสร้างจิตสำนึกพลเมืองดีวิถีประชาธิปไตย
- ➔ ได้ผ่านการฝึกอบรม หลักสูตรการพัฒนาการเกษตรส่งเสริมอาชีพด้านการขาย
- ➔ ได้ผ่านการฝึกอบรม โครงการพัฒนาพื้นที่ต้นแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักทฤษฎีใหม่
- ➔ พ.ศ. 2562 ได้รับรางวัลหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียงอยู่เย็นเป็นสุข

## ประวัติการฝึกอบรมและผลงาน

- ➔ ได้รับใบประกาศปฏิบัติหน้าที่ป้องกันและปราบปรามยาเสพติด ๒๕๖๑
- ➔ ได้รับเกียรติบัตรเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือสนับสนุนการปฏิบัติหน้าที่ของเจ้าหน้าที่ตำรวจ สภต.เหล่าต่างคำ
- ➔ ได้รับเกียรติคุณปฏิบัติหน้าที่ป้องกันและปราบปรามยาเสพติด จากศูนย์ปฏิบัติหน้าที่ป้องกันและปราบปรามยาเสพติดอำเภอ โพนพิสัย



## ประวัติศูนย์การเรียนรู้เศรษฐกิจพอเพียงเรียนรู้

ศูนย์การเรียนรู้เศรษฐกิจพอเพียงแห่งนี้ มีเนื้อที่ จำนวน 27 ไร่ พ.ศ.2457 นายเชียงหนุแก้ว ผ่านคำ(ปู่ทวด)สมัยนั้นเป็นผู้ใหญ่บ้านต่างคำ หมู่ 2 ได้มาจับจองพื้นที่ทำไร่ทำสวนและได้มอบให้นายมี ผ่านคำ (ปู่) ผู้ใหญ่บ้านห้วยน้ำเย็น ซึ่งเป็นบุตรชาย พ.ศ.2499 มอบให้นายสมร ผ่านคำ (พ่อ) ได้เข้ามาทำมาหากิน โดยการปลูกพืชผักสวนครัวไว้กินในครัวเรือนและแบ่งปันญาติพี่น้องอยู่เสมอ พ.ศ.2516 ได้ทำแปลงนาเพิ่มเติม พ.ศ.2529 ได้ขุดบ่อเพิ่มเติม พ.ศ.2531 ได้เริ่มปลูกต้นไม้ มาเรื่อยๆจนถึงปัจจุบัน พ.ศ.2539 นายสมร ผ่านคำ ได้รับรางวัล ผู้นำอาชีพ ก้าวหน้าระดับอำเภอเป็นเกษตรกรดีเด่นของอำเภอโพธิ์พิสัย พ.ศ.2534 ได้รับรางวัลเกษตรกรดีเด่นสาขาไร่นาผสมผสาน และต่อมาจึงมอบหน้าที่การบริหารจัดการให้กับ นายธนรัตน์ ผ่านคำ ปัจจุบันเป็นผู้ใหญ่บ้านห้วยน้ำเย็น นายธนรัตน์ ผ่านคำ ได้สานต่อและพัฒนา ร่วมกับญาติพี่น้องอีก 5 คนในปี 2563 ได้รับการยกย่องชูเกียรติให้เป็นเกษตรกร ดีเด่น สาขาการบริหารจัดการน้ำในแปลงนา พ.ศ.2564 ได้รับรางวัลชนะเลิศอันดับ 1 การประกวดศูนย์เรียนรู้เศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริจังหวัดหนองคาย

บ้านห้วยน้ำเย็น มีศูนย์เรียนรู้หลักของชุมชน โดยเป็นไร่นาสวนผสมในพื้นที่ของผู้ใหญ่บ้านคนปัจจุบันเป็นศูนย์เรียนรู้ให้คนในชุมชนและพื้นที่ใกล้เคียงได้นำไปเป็นแนวทางปฏิบัติในการดำเนินชีวิตตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ประกอบด้วยฐานเรียนรู้จำนวน 20 ฐานเรียนรู้



8.ฐานเรียนรู้การ  
เพาะเห็ดไข่

13. ฐานเรียนรู้  
การสร้างคลอง  
ไส้ไก่

9.ฐานเรียนรู้การ  
เลี้ยงวัวพื้นบ้าน

14. ฐานเรียนรู้  
การปลูกไม้  
กสิกรรม

12. ฐานเรียนรู้  
การปลูกพืช  
ผสมผสาน

10.ฐานเรียนรู้  
การปลูกพืชผัก  
สวนครัว

11. ฐานเรียนรู้  
การปลูกหญ้า  
เลี้ยงสัตว์

15. ฐานเรียนรู้  
การเลี้ยงไก่  
พื้นบ้าน

16. ฐานเรียนรู้  
การเผาถ่านใน  
ครัวเรือน

20. ฐานเรียนรู้  
การทำสมาธิเพื่อ  
เพิ่มประสิทธิภาพ  
ในการใช้  
ชีวิตประจำวัน

19. ฐานเรียนรู้  
การตอนกิ่ง  
มะขามหวาน

17. ฐานเรียนรู้  
การทำจัด  
ศัตรูพืช

18. ฐานเรียนรู้  
การทำปุ๋ย  
ชีวภาพ





# พระบรมราชาโชวาทและพระราชดำรัส เกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง คำสอนของพ่อหลวง รัชกาลที่ 9

คำว่า "เศรษฐกิจพอเพียง" เป็นแนวทางการดำเนินชีวิตที่พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร มีพระราชดำรัสให้คนไทยได้นำไปปฏิบัติกันมานานกว่าครึ่งศตวรรษแล้ว หากแต่เราเข้าใจคำสอนของพ่อในเรื่องนี้มากน้อยแค่ไหน



"การใช้จ่ายโดยประหยัดนั้น จะเป็นหลักประกันความสมบูรณ์พูนสุข  
ของผู้ประหยัดเองและครอบครัว ช่วยป้องกันความขาดแคลนในวัน  
ข้างหน้า การประหยัดดังกล่าวนี้ จะมีผลดีไม่เฉพาะแก่ผู้ประหยัด  
เท่านั้น ยังจะเป็นประโยชน์แก่ประเทศชาติด้วย"

**พระราชดำรัสพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลย  
เดชมหาราช บรมนาถบพิตร เนื่องในวันขึ้นปีใหม่ 31 ธันวาคม  
2502**

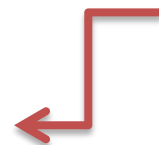


คนเราถ้าพอใจในความต้องการ  
...ก็มีความโลภน้อย...

เมื่อมีความโลภน้อยก็เบียดเบียนคนอื่นน้อย

ถ้าทุกประเทศ...มีความคิดว่าทำอะไรต้องพอเพียง  
หมายความว่าพอประมาณ ไม่สุดโต่ง ไม่โลภอย่างมาก  
...คนเราก็อยู่เป็นสุข...

- พระราชดำรัส พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช -



"...การพัฒนาประเทศจำเป็นต้องทำตามลำดับขั้น ต้องสร้างพื้นฐานคือ ความพอมี พอกิน พอใช้ของประชาชนส่วนใหญ่เบื้องต้นก่อน โดยใช้วิธีการและอุปกรณ์ที่ประหยัดแต่ถูกต้องตามหลักวิชาการ เมื่อได้พื้นฐานความมั่นคงพร้อมพอสมควร และปฏิบัติได้แล้ว จึงค่อยสร้างค่อยเสริมความเจริญ และฐานะทางเศรษฐกิจขั้นที่สูงขึ้นโดยลำดับต่อไป..."

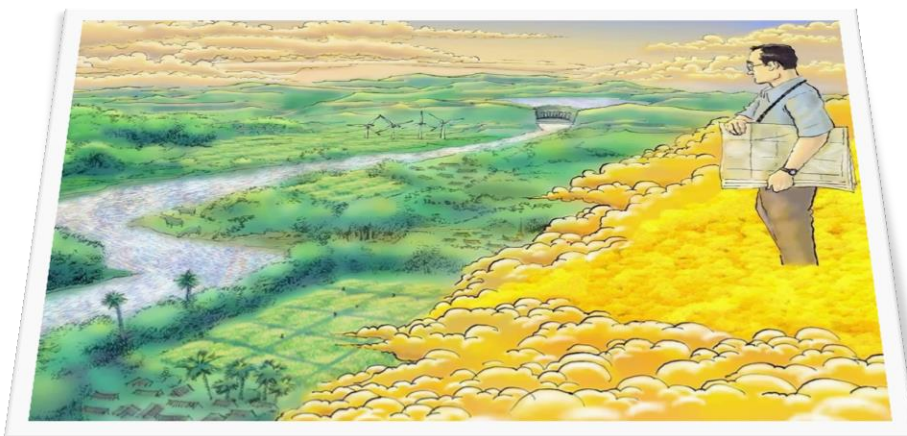


“...การพัฒนาประเทศจำเป็นต้องทำตามลำดับขั้น  
ต้องสร้างพื้นฐานคือ ความพอมี พอกิน พอใช้  
ของประชาชนส่วนใหญ่เบื้องต้นก่อน  
โดยใช้วิธีการและอุปกรณ์ที่ประหยัดแต่ถูกต้องตามหลักวิชาการ  
เมื่อได้พื้นฐานความมั่นคงพร้อมพอสมควร  
และปฏิบัติได้แล้วจึงค่อยสร้างค่อยเสริมความเจริญ  
และฐานะทางเศรษฐกิจขั้นที่สูงขึ้นโดยลำดับต่อไป...”

(18 กรกฎาคม 2517)

พระบรมราโชวาทพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร  
มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ในพิธีพระราช  
ทานปริญญาบัตรของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เมื่อวันที่  
**18 กรกฎาคม 2517**

"...คนอื่นจะว่าอย่างไรก็ช่างเขา จะว่าเมืองไทยล้ำสมัย ว่าเมืองไทยเซย ว่าเมืองไทยไม่มีสิ่งที่สมัยใหม่ แต่เราอยู่พอมีพอกิน และขอให้ทุกคนมีความปรารถนาที่จะให้เมืองไทยพออยู่พอกิน มีความสงบ และทำงาน ตั้งจิตอธิษฐานตั้งปณิธาน ในทางที่จะให้เมืองไทยอยู่แบบพออยู่พอกิน ไม่ใช่ว่าจะรุ่งเรืองอย่างยอด แต่ว่ามีความพออยู่พอกิน มีความสงบ เปรียบเทียบกับประเทศอื่น ๆ ถ้าเรารักษาความพออยู่พอกินนี้ได้ เราก็จะยอดยิ่งยวดได้..."





จะต้องมีความพอเพียงพอสมควร  
บางสิ่งบางอย่างผลิตได้มากกว่าความต้องการก็ขายได้  
แต่ขายในที่ไม่หวังกำไรก็ไม่ต้องเสียค่าขนส่งมากนัก

พระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ณ เมืองไมอากาฮานะเฉลิมพระชนมพรรษา

"...ฉะนั้น ถ้าทุกท่านซึ่งถือว่าเป็นผู้ที่มีความคิด และมีอิทธิพล มีพลังที่จะทำให้ผู้อื่นซึ่งมีความคิดเหมือนกัน ช่วยกันรักษาส่วนรวมให้อยู่ดีกินดีพอสมควร ขอย้ำ พอควร พออยู่พอกิน มีความสงบ ไม่ให้คนอื่นมาแย่งคุณสมบัตินี้จากเราไปได้ ก็จะเป็นของขวัญวันเกิดที่ถาวร ที่จะมีคุณค่าอยู่ตลอดกาล..."

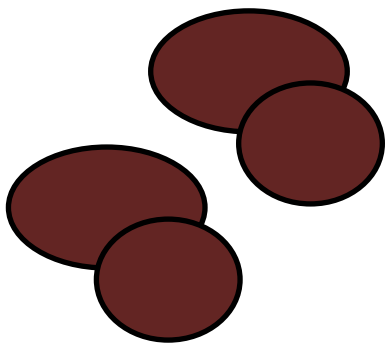
"...ถ้าท่านทั้งหลายช่วยกันคิด ช่วยกันทำ แม้จะมีการเถียงกันบ้าง แต่เถียงด้วยรากฐานของเหตุผล และเมตตาซึ่งกันและกัน และสิ่งที่สูงสุด ที่สุดก็คือประโยชน์ร่วมกัน คือ ความพอมีพอกิน พออยู่พอกินของประเทศไทย..."

พระราชดำรัสพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร เนื่องในวันเฉลิมพระชนมพรรษา วันที่ 4 ธันวาคม 2517



"...วิถีทางดำเนินของบ้านเมืองและประชาชนโดยทั่วไป มีความเปลี่ยนแปลงมาตลอด เนื่องจากความวิปริตผันแปรของวิถีแห่งเศรษฐกิจ สังคม การเมือง และอื่น ๆ ของโลก ยากยิ่งที่เราจะหลีกเลี่ยงให้พ้นได้ จึงต้องระมัดระวัง ประคับประคองตัวเรามากขึ้น โดยเฉพาะในเรื่องการเป็นอยู่ โดยประหยัด เพื่อที่จะอยู่ให้รอดและก้าวหน้าต่อไปได้โดยสวัสดิ์..."

พระราชดำรัสพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร เนื่องในโอกาสวันขึ้นปีใหม่ วันที่ 31 ธันวาคม 2521

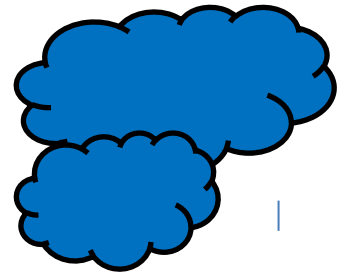


"...เศรษฐศาสตร์เป็นวิชาของเศรษฐกิจ การที่ต้องใช้รถไถต้องไปซื้อ เราต้องใช้ต้องหาเงินมาสำหรับซื้อน้ำมันสำหรับรถไถ เวลารถไถเก่า เราต้องยิ่งซ่อมแซม แต่เวลาใช้นั้นเราก็ต้องป้อนน้ำมันให้เป็นอาหาร เสร็จแล้วมันคายควัน ควันเราสูดเข้าไปแล้วก็ปวดหัว ส่วนควายเวลา เราใช้เราก็ต้องป้อนอาหาร ต้องให้หญ้า ให้อาหารมันกิน แต่ว่ามัน คายออกมา ที่มันคายออกมาก็เป็นปุ๋ย แล้วก็ใช้ได้สำหรับให้ที่ดินของ เราไม่เสีย..."



พระราชดำรัสพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร เนื่องในพระราชพิธีพืชมงคลจรดพระนังคัลแรกนาขวัญ ณ ศาลาดุสิดาลัย วันที่ 9 พฤษภาคม 2529

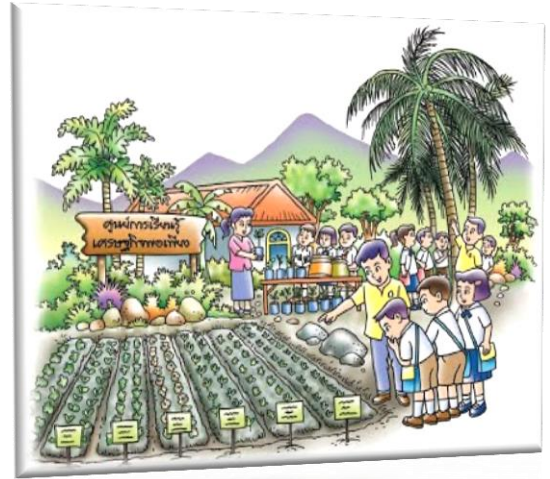
"...ในทุกวันนี้ ประเทศไทยยังมีทรัพยากร  
พร้อมมูล ทั้งทรัพยากรธรรมชาติและ  
ทรัพยากรบุคคล ซึ่งสามารถนำมาใช้เสริมสร้าง  
ความอุดมสมบูรณ์ และเสถียรภาพอันถาวร  
ของบ้านเมืองได้เป็นอย่างดี ข้อสำคัญ ต้องรู้จัก  
ใช้ทรัพยากรนั้นอย่างฉลาด โดยมุ่งถึง  
ประโยชน์แท้จริงที่จะเกิดแก่ประเทศชาติ..."



พระราชดำรัสพระบาทสมเด็จพระบรม  
ชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช  
บรมนาถบพิตร เนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระ  
ชนมพรรษา วันที่ 5 ธันวาคม 2529



"...เราไม่เป็นประเทศร่ำรวย เรามีพอสมควร พออยู่ได้ แต่ไม่เป็นประเทศที่ก้าวหน้าอย่างมาก เราไม่อยากจะเป็นประเทศก้าวหน้าอย่างมาก เพราะถ้าเราเป็นประเทศก้าวหน้าอย่างมากที่สุดก็จะมีแต่ถอยกลับ ประเทศเหล่านั้นที่เป็นประเทศอุตสาหกรรมก้าวหน้า จะมีแต่ถอยหลังและถอยหลังอย่างน่ากลัว แต่ถ้าเรามีการบริหารแบบเรียกว่าแบบคนจน แบบที่ไม่ติดกับตำรามากเกินไป ทำอย่างมีสามัคคีนี้แหละคือเมตตากัน จะอยู่ได้ตลอดไป..."



พระราชดำรัสพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหา  
ภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร เนื่องในโอกาสวันเฉลิม  
พระชนมพรรษา วันที่ 4 ธันวาคม 2534

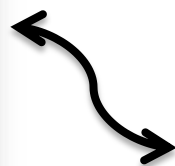
"...ความจริงเคยพูดเสมอในที่ประชุมอย่างนี้ว่า การจะเป็นเสื้อ  
นั้นไม่สำคัญ สำคัญอยู่ที่เรามีเศรษฐกิจแบบพอมีพอกิน แบบ  
พอมีพอกินนั้นหมายความว่า อุ้มชูตัวเองได้ ให้มีพอเพียงกับ  
ตนเอง อันนี้ก็เคยบอกว่า ความพอเพียงนี้ไม่ได้หมายความว่า ทุก  
ครอบครัวจะต้องผลิตอาหารของตัวเอง จะต้องทอผ้าใส่เอง อย่าง  
นั้นมันเกินไป แต่ว่าในหมู่บ้านหรือในอำเภอจะต้องมีความ  
พอเพียงพอสมควร บางสิ่งบางอย่างที่ผลิตได้มากกว่าความ  
ต้องการก็ขายได้ แต่ขายในที่ไม่ห่างไกลเท่าไร ไม่ต้องเสียค่า  
ขนส่งมากนัก อย่างนี้ท่านนักเศรษฐกิจต่าง ๆ ก็มาบอกว่าล้าสมัย  
จริง อาจจะล้าสมัย คนอื่นเขาต้องมีเศรษฐกิจ ที่ต้องมีการ  
แลกเปลี่ยน เรียกว่าเศรษฐกิจการค้า ไม่ใช่เศรษฐกิจความ  
พอเพียง เลยรู้สึกว่าไม่หรูหรา แต่เมืองไทยเป็นประเทศที่มีบุญ  
อยู่ว่า ผลิตให้พอเพียงได้..."

"...การกู้เงินนี้นำมาใช้ในสิ่งที่ไม่ทำรายได้นั้นไม่ดี อันนี้เป็นข้อสำคัญ เพราะว่าถ้ากู้เงินและทำให้มีรายได้ก็เท่ากับจะใช้หนี้ได้ ไม่ต้องติดหนี้ ไม่ต้องเดือดร้อน ไม่ต้องเสียเกียรติ กู้เงินนั้น เงินจะต้องให้เกิดประโยชน์ มีใช้สำหรับไปเล่นไปทำอะไรที่ไม่เกิดประโยชน์..."

"...เมื่อปี 2517 ถึง 2541 ก็ 24 ปีใช้ไปหมด วันนั้นได้พูดว่า เราควรจะปฏิบัติให้พอมีพอกิน พอมีพอกินก็แปลว่าเศรษฐกิจพอเพียงนั่นเอง ถ้าแต่ละคนมีพอมีพอกินก็ใช้ได้ ยิ่งถ้าทั้งประเทศพอมีพอกินก็ยิ่งดีใหญ่..."



"...สมัยก่อนนี้พอมีพอกิน มาสมัยนี้ชักจะไม่พอมีพอกิน จึงต้องมีนโยบายที่จะทำเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อที่จะให้ทุกคนพอเพียงได้ ให้พอเพียงนี้ก็หมายความว่า มีกิน มีอยู่ ไม่ฟุ่มเฟือย ไม่หรูหราก็ได้ แต่ว่าพอ แม้ว่าบางอย่างอาจจะฟุ่มเฟือย แต่ถ้าทำให้มีความสุข ถ้าทำได้ก็สมควรที่จะทำ สมควรที่จะปฏิบัติ อันนี้ก็ความหมายอีกอย่างของเศรษฐกิจพอเพียง หรือระบบพอเพียง ..."



"... แต่ว่าพอเพียงนี้มีความหมายกว้างขวางยิ่งกว่านี้อีก คือ คำว่าพอ ก็เพียงพอเพียงนี้ก็พอ ดังนั้นเอง คนเราถ้าพอใจในความต้องการ ก็มีความโลภน้อย เมื่อมีความโลภน้อยก็เบียดเบียนผู้อื่นน้อย..."

"...มีความคิดว่าทำอะไรต้องพอเพียง หมายความว่า พอประมาณ ไม่สุดโต่ง ไม่โลภอย่างมาก คนเราก็อยู่เป็นสุข พอเพียงนี้อาจจะมีมาก อาจจะมีของหรูหราก็ได้ แต่ว่าต้องไม่ไปเบียดเบียนคนอื่น ต้องให้พอประมาณตามอัธยาศัย พุดจาก็พอเพียง ทำอะไรก็พอเพียง ปฏิบัติตนก็พอเพียง..."

"... ความพอเพียงนี้ก็แปลว่าความพอประมาณ และความมีเหตุผล..."

พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร เนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา วันที่ 4 ธันวาคม 2540

"...คนเราถ้าพอในความต้องการ ก็มีความโลภน้อย เมื่อมีความโลภน้อย ก็เบียดเบียนคนอื่นน้อย ถ้าทุกประเทศมีความคิด อันนี้ไม่ใช่ เศรษฐกิจ มีความคิดว่าทำอะไรต้องพอเพียง หมายความว่าพอประมาณ ไม่สุดโต่ง ไม่โลภอย่างมาก คนเราก็อยู่เป็นสุข..."

"...ให้พอเพียงนี้ก็หมายความว่า มีกินมีอยู่ ไม่ฟุ่มเฟือย ไม่หรูหรา ก็ได้ แต่ว่าพอ แม้บางอย่างอาจจะดูฟุ่มเฟือย แต่ถ้าทำให้มีความสุข ถ้าทำได้ก็สมควรที่จะทำ สมควรที่จะปฏิบัติ อันนี้ก็หมายความอีกอย่าง ของเศรษฐกิจ หรือระบบพอเพียง...พอเพียงนี้อาจจะมีมาก อาจจะมีของหรูหราก็ได้ แต่ว่าต้องไม่เบียดเบียนคนอื่น ต้องให้พอประมาณ ตามอัตภาพ พูดจาก็พอเพียง ทำอะไรก็พอเพียง ปฏิบัติตนก็พอเพียง..."

คนเราถ้าพอในความต้องการ ก็มีความโลภน้อย เมื่อมีความโลภน้อยก็เบียดเบียนคนอื่นน้อย



"เศรษฐกิจพอเพียง...จะทำความ  
เจริญให้แก่ประเทศได้ แต่ต้องมีความ  
เพียร แล้วต้องอดทน ต้องไม่ใจร้อน  
ต้องไม่พุดมาก ต้องไม่ทะเลาะกัน ถ้า  
ทำโดยเข้าใจกัน เชื่อว่าทุกคนจะมี  
ความพอใจได้..."



พระราชดำรัสพระบาทสมเด็จพระ  
พระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพล  
อดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร  
เนื่องใน โอกาสวันเฉลิมพระ  
ชนมพรรษา วันที่ 4 ธันวาคม 2541

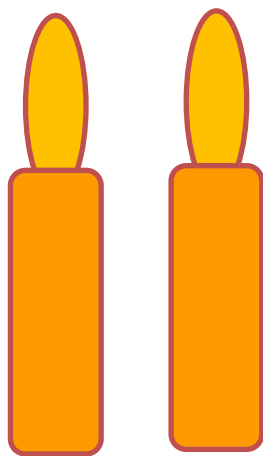


"เศรษฐกิจพอเพียงเป็นเสมือนรากฐานของชีวิต รากฐานความมั่นคงของแผ่นดิน เปรียบเสมือนเสาเข็ม ที่ถูกตอกรอรับบ้านเรือนตัวอาคารไว้ นั่นเอง สิ่งก่อสร้างจะมั่นคงได้ก็อยู่ที่เสาเข็ม แต่คนส่วนมากมองไม่เห็นเสาเข็มและลืมเสาเข็มเสียด้วยซ้ำไป"



พระราชดำรัสพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร จากวารสารชัยพัฒนาประจำเดือนสิงหาคม 2542

"...ไฟดับถ้ามีความจำเป็น หากมีเศรษฐกิจพอเพียงแบบไม่เต็มที่ เรามี  
เครื่องปั่นไฟก็ใช้ปั่นไฟ หรือถ้าขั้นโบราณกว่า มีดก็จุดเทียน คือมี  
ทางที่จะแก้ปัญหาเสมอ ฉะนั้นเศรษฐกิจพอเพียงก็มีเป็นขั้น ๆ แต่จะ  
บอกว่าเศรษฐกิจพอเพียงนี้ ให้พอเพียงเฉพาะตัวเองร้อยเปอร์เซ็นต์นี้  
เป็นสิ่งทำไม่ได้ จะต้องมีการแลกเปลี่ยน ต้องมีการช่วยกัน ถ้ามีการ  
ช่วยกัน แลกเปลี่ยนกัน ก็ไม่ใช่พอเพียงแล้ว แต่ว่าพอเพียงในทฤษฎี  
ในหลวงนี้ คือให้สามารถที่จะดำเนินงานได้..."



พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร เนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา ๗๓ พรรษา ๕ ธันวาคม ๒๕๖๒  
ศาลาดุสิตาลัย วันที่ 23 ธันวาคม 2542



"...ฉันพูดเศรษฐกิจพอเพียงความหมายคือ ทำอะไรให้เหมาะสมกับฐานะของตัวเอง คือทำจากรายได้ 200-300 บาท ขึ้นไปเป็นสองหมื่นสามหมื่นบาท คนชอบเอาคำพูดของฉัน เศรษฐกิจพอเพียงไปพูดกันเลอะเทอะ เศรษฐกิจพอเพียง คือทำเป็น **Self-Sufficiency** มันไม่ใช่ความหมาย ไม่ใช่แบบที่ฉันคิด ที่ฉันคิดคือเป็น **Self-Sufficiency of Economy** เช่น ถ้าเขาต้องการคูทิวี ก็ควรให้เขามีคู ไม่ใช่ไปจำกัดเขาไม่ให้ซื้อทิวีคู เขาต้องการคูเพื่อความสนุกสนาน ในหมู่บ้านไกล ๆ ที่ฉันไป เขามีทิวีคูแต่ใช้แบตเตอรี่ เขาไม่มีไฟฟ้า แต่ถ้า **Sufficiency** นั้น มีทิวีเขาฟุ่มเฟือย เปรียบเสมือนคนไม่มีสตางค์ไปตัดสตางค์ใส่ และยังใส่เนคไทเวอร์ซาเซ อันนี้ก็เกินไป..."



พระราชดำรัสพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ณ พระตำหนักเปี่ยมสุข วังไกลกังวล วันที่ 17 มกราคม 2544

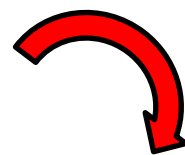
"...การอยู่พอมีพอกิน ไม่ได้หมายความว่า ไม่มีความก้าวหน้า มัน  
จะมีความก้าวหน้าแค่พอประมาณ ถ้าก้าวหน้าเร็วเกินไป ไปถึงขั้น  
เขายังไม่ถึงยอดเขา หัวใจวาย แล้วก็หล่นจากเขา ถ้าบุคคลหล่นจาก  
เขา ก็ไม่เป็นไร ช่างหัวเขา แต่ว่าถ้าคนคนเดียวขึ้นไปวิ่งบนเขา แล้ว  
หล่นลงมา บางทีทับคนอื่น ทำให้คนอื่นต้องหล่นไปด้วย อันนี้  
เดือดร้อน..."



พระราชดำรัสพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพล  
อดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร วันที่ 30 พฤษภาคม 2544



"... เศรษฐกิจพอเพียงที่ได้ย้าแล้วย้าอีกแปลเป็นภาษาอังกฤษว่า **sufficiency economy** ใครต่อใครก็ ต่อว่า ว่า ไม่มี **sufficiency economy** แต่ว่าเป็นคำใหม่ของเราก็ได้ก็ หมายความว่า ประหยัด แต่ไม่ใช่จู้เหญียว ทำอะไร ด้วยความอะลุ่มอล่วยกัน ทำอะไรด้วยเหตุ และผล จะเป็นเศรษฐกิจพอเพียง แล้วทุกคนจะมีความสุข แต่เศรษฐกิจพอเพียงนี้ เป็นสิ่งที่ปฏิบัติยากที่สุด..."



พระราชดำรัสพระบาทสมเด็จพระ  
บรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลย  
เดชมหาราช บรมนาถบพิตร เนื่องใน  
โอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา วันที่  
4 ธันวาคม 2544

"...ในเรื่องเศรษฐกิจพอเพียง พอเพียงคืออะไร ไม่ใช่เพียงพอ คือว่า ไม่ได้หมายความว่า ให้ทำกำไรเล็ก ๆ น้อย ๆ เท่านั้นเอง ทำกำไรก็ทำ ถ้าเราทำกำไรได้ดี มันก็ดี แต่ว่าขอให้มันพอเพียง ถ้าท่านเอากำไรหน้าเลือดมากเกินไป มันไม่ใช่พอเพียง..."

"...ฟังว่ารัฐบาลหรือเมืองไทย ประชาชน มีเงินเยอะ มีเงินเกิน ก็ใช้ดี เขาหาว่าเราเศรษฐกิจพอเพียง คำว่า พอเพียง ถ้ามีเงินก็ต้องใช้ ไม่ใช่ชี้เหนียว ถ้ามีเงินไม่ต้องชี้เหนียว ซื่อไปเถอะ ะไรก็ตาม เครื่องบิน เรือ รถถัง ซื่อ ถ้ามีเงินเยอะ ก็ถือว่าสนับสนุนให้จ่าย เดียวนี้เขาบอกว่า ในหนังสือพิมพ์เห็นรีเปล่า ว่าเขาสนับสนุนให้จ่าย ถ้ามีก็จ่าย แต่ถ้าไม่มีก็ระงับหน่อย ..."



พระราชดำรัสพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร เนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา วันที่ 4 ธันวาคม 2550