

หมอตามรอยพ่อหลวง



รักในหลวง เรียนรู้สิ่งที่ท่านทรงสอน

ศาสตราจารย์ คลินิก นพ. อดุลย์ รัตนวิจิตรศิลป์

รักในหลวง เรียนรู้สิ่งที่ท่านทรงสอน

Follow our beloved King

ผู้เขียน ศาสตราจารย์ คลินิก นพ. อุดลย์ รัตนวิจิตรศิลป์

ISBN [e-book] 978-616-572-858-4

สงวนลิขสิทธิ์

อนุญาต เผยแพร่ ที่ไม่ได้ใช้ประโยชน์เพื่อการค้า

ราคาเล่มละ 0 บาท

พิมพ์ครั้งที่ 1 ธันวาคม พ.ศ. 2563 E book

จัดทำโดย ศาสตราจารย์ คลินิก นพ. อุดลย์ รัตนวิจิตรศิลป์

พิมพ์ที่

ติดต่อสั่งซื้อได้ที่ สาขาวิชาศัลยศาสตร์ ศีรษะคอและเต้านม
ภาควิชาศัลยศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล
เลขที่ 2 ถนนวังหลัง บางกอกน้อย กรุงเทพมหานคร 10700
โทร 02-4198016 email: sisuhnb@diamond.mahidol.ac.th

คำนำ

หนังสือเล่มนี้ เนื้อหาส่วนใหญ่ เขียนขึ้น ในช่วง 1 ปีแรก หลัง พระบาทสมเด็จพระมหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร เสด็จสวรรคต และ รวมเป็นเล่มครั้งแรก ในวันที่ 13 ตุลาคม พ.ศ. 2560 ในรูปแบบ PDF เผยแพร่ในวัจนครบรอบ 1 ปี เสด็จสวรรคตของ ในหลวงรัชกาลที่ ๙

จุดประสงค์ของการเขียนหนังสือเล่มนี้ เพื่อถอดบทเรียน จากสิ่งที่พระองค์ทรงปฏิบัติ โดยนำแนวทางที่ท่านศึกษา ค้นคว้า จนพบความจริงของแนวทางที่ปฏิบัติ ทำได้จริง ถ่ายทอดสู่คนไทยทุกคน และ ทรงแยกคาย ในการถ่ายทอด ที่ให้ทำ โดยไม่เหมือนการสั่ง แต่เป็นการสอนแบบ พ่อกับลูก ที่ ยกเรื่องราวต่างๆ มาให้ดู และ ทรงทำให้เห็นเป็นตัวอย่าง ... เนื้อหาในหนังสือนี้ เป็นวิธีคิดที่ผมได้เรียนรู้ และ นำมาทดลองปฏิบัติ จึงได้นำมาแบ่งปัน โดยหวังว่า จะเกิดประโยชน์

สิ่งต่างๆ ในหนังสือเล่มนี้ จะเกิดขึ้นไม่ได้เลย หากไม่มีศิริราช สถาบันอันเป็นที่รัก ครูบาอาจารย์ เพื่อนร่วมงาน ผู้ป่วยที่ให้ความไว้วางใจให้ผมรักษา ตลอดจน ครอบครัว มิตรสหาย ที่คอยให้การสนับสนุนตลอดมา ขอขอบคุณที่ดีที่เกิดจากหนังสือเล่มนี้ ให้กับทุกท่าน

รักในหลวง เรียนรู้สิ่งที่ท่านทรงสอน

อดุลย์ รัตนวิจิตราศิลป์

สารบัญ

ในหลวง รัก และ เข้าใจ ประชาชน	7
โตจากข้างใน ด้วย อิทธิบาท 4	8
สิ่งที่ในหลวงสอนเราผ่านบทพระราชนิพนธ์	9
พระมหาชนก เป็นต้นแบบของความอดทน วิริยะ และ ไข้ปัญญา	12
ทองแดง เป็นต้นแบบของการปฏิบัติกับผู้อื่น เป็นพื้นฐานของการปรับตนเองให้ปฏิบัติต่อผู้อื่นได้อย่าง เหมาะสม	16
ฉันทะเกิดเมื่อรู้ว่าเราทำได้ และ ได้ประโยชน์	19
ใช้ความพร้อมจากข้างใน เดินบนวิถีความพอเพียง	23
เคล็ดวิชาเศรษฐกิจพอเพียง ที่ในหลวงรัชกาลที่ ๙ ทรงพระราชทาน	24
เอาใจใส่และทำเพื่อคนอื่น คือเศรษฐกิจพอเพียงภาคปฏิบัติ	27
ทรัพย์จากพื้นดิน เปลี่ยนดินให้เป็นทอง	30
ในหลวงสอนให้ทำให้ดี ยิ่งดียิ่งใหญ่ ไม่ใช่ยิ่งใหญ่ยิ่งดี	34
ผู้แต่ง.....	38

ท่านเป็นทั้ง พ่อ เป็นทั้ง ครู



ในหลวง รัก และ เข้าใจ ประชาชน

คำที่เราได้ยินกันบ่อยๆ คือ ในหลวงไม่ทรงทิ้งประชาชน ท่านเป็นคนละเอียด และ ตั้งใจทำให้ประชาชน ไม่บ้กคับ ไม่สั่ง แต่ทดลอง ทำให้ดู เมื่อได้ผลจึงเผยแพร่และสอน

ท่านเป็นนักคิด ซึ่งวิธีคิดของท่าน เป็นระบบ เป็นวิชาการ มีความเชื่อมโยง แต่ ท่านไม่ได้พูด ให้เป็นวิชาการนัก เพราะบางครั้งการพูดวิชาการมากเกินไป ก็ทำให้คนกลัว และ มีความรู้สึกว่าย่าใจยาก ตั้งแต่ต้น .. ดังนั้นความรู้ที่ท่านสอน จึงติดดิน และ ทำได้จริง

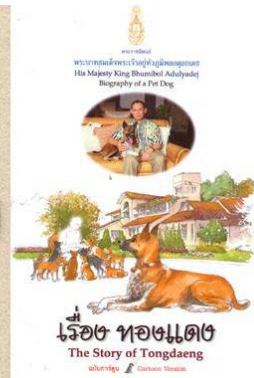
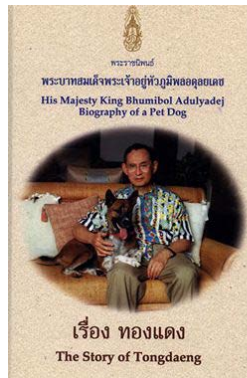
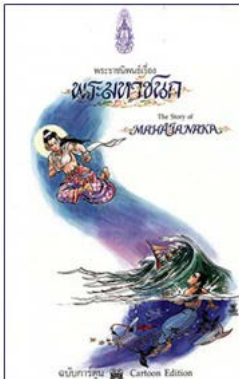
ทุกเรื่องที่ท่านทำ ท่านสอน มีส่วนสำคัญทั้งนั้น เป็นเหมือน ภาพ jig saw ที่ต่อกันเป็นภาพใหญ่ โดยทุกภาพเป็นสิ่งที่จะช่วยให้ประชาชนทำได้ ทำได้ด้วยตัวเอง โดยมีพื้นฐานพัฒนาตัวเองให้พร้อมด้วย อิทธิบาท 4 คือ มี ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา ซึ่งเป็นการโตจากข้างใน ยิ่งดี ยิ่งใหญ่(ดีกว่าแล้วจะใหญ่เอง) ขณะเดียวกัน ให้แนวทางของ เศรษฐกิจพอเพียง เป็นแนววิถีปฏิบัติ ที่ทำให้การทำงานเป็นไปแบบสมดุล ไม่เบียดเบียนตนเอง ไม่เบียดเบียนสังคม

ท่านทรงสอนเราด้วยหลากหลายวิธี เพราะ บางเรื่อง เราฟังแล้วเฉยๆ อีกคนอาจจะรู้สึกประทับใจเหลือเกิน เหมือนที่ภักษิตไทยว่า ลางเนื้อชอบลางยา ท่านจึงจัดสร้างตัวอย่างหลากหลายรูปแบบ เป็นโครงการในพระราชดำริ จำนวนมาก เพื่อให้ประชาชน ได้ทดลอง ใครชอบแบบไหน ก็จะได้เริ่มต้นเข้าใจสิ่งที่ท่านสอนจากแบบนั้น

โตจากข้างใน ด้วย อิทธิบาท 4

สิ่งที่ในหลวงสอนเราผ่านบทพระราชนิพนธ์

สิ่งที่ในหลวงสอนเราผ่านบทพระราชนิพนธ์



สองบทพระราชนิพนธ์ที่พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช ได้นำให้พวกเราสนใจด้วยพระองค์เอง คือ “พระมหากษัตริย์” และ “ทองแดง” ซึ่ง ทรงโปรดให้มีทั้งภาษาไทยและอังกฤษในเล่มเดียวกัน และทั้งสองเรื่องทรงโปรดให้มีฉบับการ์ตูน

น่าจะไม่ใช่เหตุบังเอิญ แต่คงเป็นพระประสงค์ที่จะให้เป็นเช่นนั้น .. ท่านคง อยากให้คนไทยและต่างชาติได้อ่าน ได้เข้าใจหลักสำคัญของหนังสือทั้งสองเล่ม ... หากเข้าใจหลักและปฏิบัติเช่นเดียวกับ พระมหากษัตริย์ และ คุณทองแดง ทุกคนก็

สามารถมีพื้นฐานความสำเร็จในชีวิตและการทำงาน ซึ่งเป็นพื้นฐานติดตัว เป็นความ
แข็งแกร่งจากภายใน ในการทำหน้าที่การทำงาน เป็นส่วนหนึ่งของอิทธิบาท 4 ซึ่งเป็น
หนทางในการปฏิบัติตนเอง สู่ความสำเร็จ

พระมหาชนก เป็นต้นแบบของความอดทน วิริยะ และใช้ปัญญา เป็น
พื้นฐานของการเอาชนะตนเอง ควบคุมตนเอง

ทองแดง เป็นต้นแบบของการปฏิบัติกับผู้อื่น เสมอต้นเสมอปลาย เป็น
พื้นฐานของการปรับตนเองให้ปฏิบัติต่อผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม

ทั้งพระมหาชนก และ ทองแดง เป็นเรื่องของ EQ เป็นการเตรียมตนเองให้
พร้อม รู้วิธีปฏิบัติต่อตนเองและผู้อื่น เพื่อให้อยู่ในสังคมได้เป็นอย่างดี ซึ่งควรเตรียม
ตั้งแต่เด็ก (จึงทำฉบับการ์ตูน) ทั้งสองเรื่องเป็นการสร้างนิสัยที่ดีงาม เป็นนิสัยที่ติด
ตัว เป็นนิสัยที่ ใครเห็นใครรัก ใครได้ใกล้ชิดใครชอบ... ท่านทรงสอน แบบไม่ต้อง
สอนเป็นบทเรียน...สอนให้พัฒนาตนเอง ก่อนที่จะใช้ ยุทธวิธี (strategy) ของ
เศรษฐกิจพอเพียง ในชีวิตการทำงาน ในการผสมความรู้และคุณธรรม นำไปสู่การ
ทำงานที่สมดุลพอดีระหว่างเหตุผลและมีภูมิคุ้มกัน

ท่านลึกซึ้ง ตั้งใจ และมีเหตุผล ทุกเรื่องทุกการกระทำ

พระมหาชนก เป็นต้นแบบของความอดทน
วิริยะ และใช้ปัญญา

พระมหาชนก เป็นต้นแบบของความอดทน วิริยะ และใช้ปัญญา



“ขอจงมีความเพียรที่บริสุทธิ์
ปัญญาที่เฉียบแหลม กำลังกายที่
สมบูรณ์” จาก พระราชาบรมภ

ภาพของพระมหาชนกในความรู้สึกของเรา คือ คนที่มีความเพียรพยายาม
ไม่ท้อถอย ว่ายน้ำข้ามมหาสมุทร 7 วัน 7 คืน แม้ไม่เห็นฝั่ง ก็ยังมีความตั้งใจว่ายน้ำ
ต่อไปโดยไม่ถอดใจ .. ในพระราชนิพนธ์ พระมหาชนก ยังมีเรื่องที่ทรงสอนอีกหลาย
อย่าง

ท่านแสดงให้เห็นภาพของการผ่านพ้นความยากลำบากในเรื่องพระมหา
ชนก ของตัวละคร 3 คน 3 ครั้ง ตั้งแต่ พระโปลชนก(อา) พระเทวี(แม่) และตัว
พระมหาชนกเอง ทั้ง 3 พระองค์ประสบทุกข์ภัย แต่ด้วยความบริสุทธิ์ใจ มีความ
ตั้งใจฟันฝ่าอุปสรรค และมีความเพียรไม่ย่อท้อ มุมานะจนกระทั่ง ผู้อื่นมองเห็น
ความดีและความตั้งใจ จึงยื่นมือเข้ามาช่วย และ ผ่านพ้นอุปสรรคได้ในที่สุด .. ทรง

แสดงให้เห็นว่า นอกจากความเพียรแล้ว ยังต้องมีเจตนาบริสุทธิ์ และ การได้รับความช่วยเหลือจากผู้อื่น ที่เห็นความตั้งใจและความเพียรของเรา การต่างๆ จึงจะสำเร็จ

ความเพียร และ ไม่ย่อท้อ เป็นเรื่องที่เด่นมาก ใน พระมหาชนก เพราะ การที่คนๆหนึ่ง สามารถมีกำลังใจว่ายนํ้ากลางมหาสมุทร คนเดียว แต่ยังมีใจที่จะสู้ต่อ ย่อมหาผู้ใดเปรียบมิได้ เป็นแบบอย่างให้เราสู้สู้กว่า เรื่องของเรา่ายกว่า พระมหาชนกเยอะมาก เราจะยังย่อท้ออยู่หรือ ควรที่จะลองพยายามดู ถึงจะไม่เท่าพระมหาชนกก็ตาม แต่หากพยายาม ก็ย่อมมีโอกาสสำเร็จ แต่ถ้าไม่พยายามเลย โอกาสสำเร็จก็จะมีเลย

อีกหนึ่งบทเรียนที่สำคัญในเรื่องพระมหาชนก คือเรื่องของ ต้นมะม่วง ซึ่งในหลวงรัชกาลที่๙ ได้ทรงเขียนไว้ในบทนำของหนังสือ “นับแต่อุปราชนถึงคนรักขาข้างคนรักขาม้า และนับแต่คนรักขาม้าจนถึงอุปราช และ โดยเฉพาะเหล่าอมตย์ ล้วนจารึกในโมหภูมิทั้งนั้น ไม่มีความรู้ทั้งทางวิทยาการทั้งทางปัญญา ยังไม่เห็นความสำคัญของผลประโยชน์แท้แท้ของตนเอง จำเป็นต้องได้รับการพัฒนาด้านวิทยาการให้เกิดปัญญา จึงทรงตั้งสถานอบรมสั่งสอนให้เบ็ดเสร็จ” พระองค์ทรงเข้าใจธรรมชาติของคน และมีเมตตา เห็นว่า หนทางสู่ความสำเร็จ จำเป็นต้องมีความรู้ จึงทรงเน้นถึงการตั้งสถานอบรมสั่งสอน .. การไม่มีความรู้ทำให้ผู้คนพากันยื้อแย่งผลมะม่วงอันหอมหวาน จนต้นมะม่วงล้มตายลง ผลที่ควรได้รับกลับเสียหายไป ดังส่วนหนึ่งของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ที่เน้นการใช้เหตุผลอย่างมีวิชาการ... และพระองค์ก็ทรงปฏิบัติเช่นเดียวกับพระมหาชนก โดยตั้งสถานอบรมทั่วประเทศไทย ดังปรากฏเป็น โครงการในพระราชดำริต่างๆ เพื่อสอนเราให้ปฏิบัติ

อย่างมีความรู้ ไม่ทำให้ต้นมะม่วงที่มีผลอันหอมหวานถูกโค่นลงด้วยความ
รู้เท่าไม่ถึงการณ์

ท่านยังทรงแทรกภาคผนวกเล็กๆ ลงในหนังสือ ถึงวิธี อนุบาลต้นมะม่วง
ตามวิธีสมัยใหม่ (น่าจะมีเฉพาะ ใน พระมหาชนก version ของพระองค์)

ท่านทรง รักพวกเรา ภาคปฏิบัติ ไม่ย่อท้อ ที่จะทำให้อู และสอนพวกเรา
ให้ทำงานอย่างมีความรู้ มีวิชา ด้วยความตั้งใจที่แน่วแน่ ไม่ย่อท้อ และ รอเวลาที่
พวกเราจะมาช่วยท่าน สานต่อสิ่งที่ท่านไว้ทำให้สำเร็จ ถึงเวลาแล้วยังที่เราจะ “รัก
พ่อภาคปฏิบัติ”

ทองแดง เป็นต้นแบบของการปฏิบัติกับผู้อื่น
เป็นพื้นฐานของการปรับตนเองให้ปฏิบัติต่อ
ผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม

ทองแดง เป็นต้นแบบของการปฏิบัติกับผู้อื่น เป็นพื้นฐานของการปรับตนเองให้ปฏิบัติต่อผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม



ความกตัญญูคุณ ... เมื่อมาใหม่ๆ ทองแดงอายุเพียง ๕ อาทิตย์ จึงต้องอาศัยนม “แม่มะลิ” ทองแดงไม่เคยอยู่ห่าง “แม่มะลิ” คอยติดตามแม่จนตลอดเวลาแม่เลิกกินนมแม่แล้ว แม่ลูกสุนัขตัวอื่นจะออกไปวิ่งเล่นกัน ทองแดงมักจะอยู่คลอเคลียอยู่กับแม่มะลิ เลียนหน้าเลียนตาประจบประแจง.. ต่อมาเมื่อแยกกันอยู่ เมื่อมาพบกัน ทองแดงก็ยังแสดงความเคารพ “แม่มะลิ” ผิดกับคนอื่นที่เมื่อกลายมาเป็นคนสำคัญแล้ว มักจะลืมหืมตา และ ดูหมิ่นผู้มีพระคุณที่เป็นคนต่ำต้อย ... คุณสมบัติของทองแดงดังที่กล่าวนี้ น่าจะมาจากนิสัยของแม่แดง ซึ่งแม่จะเป็นสุนัขเร่ร่อนต่ำต้อย จนถูกเจ้าหน้าที่ กทม.จับไปรอวันตายที่ทุ่งสีกัน เมื่อโชคได้รับอุปการะอยู่ในบ้าน ก็ได้วางตัวเหมาะสมอย่างมหัศจรรย์ โดยเฉพาะในด้านเคารพสุนัขอาวุโส ที่แม่จะเคยรังแก แม่แดงก็ไม่เคยโต้ตอบหรือเคียดแค้น ทุกครั้งที่พบ ก็จะวิ่งเข้าไปหมอบคารวะผู้ใหญ่เช่นเดิม

มารยาทดี.... ทองแดงเป็นสุนัขที่มีกิริยามารยาทเรียบร้อย มีสัมมาคารวะ ไม่เคยลามปาม สุนัขตัวอื่นเช่นลูกๆของทองแดง เมื่อเข้าเฝ้า ก็จะแสดงความดีใจ

โดยกระโดดขึ้นนั่งบนพระเพลาแล้วเลียพระพักตร์ ทองแดงไม่เคยทำเช่นนั้นเลย เวลาเฝ้าฯ จะนั่งอยู่ต่ำกว่าเสมอ แม้จะทรงตั้งตัวขึ้นมากอด ทองแดงก็จะหมอบลงกับพื้น และทำหูหลู่อย่างนอนน้อม เจียมเนื้อเจียมตัว คล้ายๆ กับแสดงว่า “ไม่อาจเอื้อม” เมื่อจะแสดงความจงรักภักดี ทองแดงจะเลียพระหัตถ์อย่างหนักหน่วงและเนิ่นนาน แบบที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงเรียกว่า “เลียอย่างเป็นกิจการ” คือเอาจริงเอาจัง... ทำหมอบเฝ้าฯ ประจำของทองแดงแบบประสานมือไว้ข้างหน้า เป็นที่คุ้นเคยดี สำหรับผู้ที่เคยพบเห็น มีข้าราชการบริพารผู้หนึ่งกล่าวว่า ถ้าจะดูการหมอบเข้าเฝ้าฯอย่างถูกต้อง ให้ดูทองแดง

ความจงรักภักดี..... ทองแดงมีความจงรักภักดีต่อพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวเป็นอย่างยิ่ง เวลาที่เข้าเฝ้าฯ ทองแดงจะหมอบในท่าประจำ คือ ไขว้มือ หากพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงขยับพระองค์ หรือแม้แต่ทรงกระแอม ทองแดงจะเงยหน้าขึ้นมองอย่างระวังระไว เมื่อมีผู้มาเฝ้าฯ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทองแดงจะหมอบเฝ้าฯ อยู่ที่พระบาท ไม่วิ่งไปไหน และจะหมอบขวางอยู่ตรงกลางระหว่าง พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวและผู้มาเฝ้าฯ ถ้าเฝ้าฯอยู่นาน ทองแดงจะเงยหน้าขึ้นมองพระพักตร์และผู้มาเฝ้าฯ พร้อมกับถอนใจยาว แต่ไม่ลุกไปไหน

เสน่ห์ของทองแดง ที่มีทั้ง ความกตัญญู ถ่อมตัว เป็นส่วนที่ดีจากภายใน ทำให้การใช้ชีวิต ราบรื่น เป็นที่รักใคร่ ทำอะไรก็สำเร็จ เป็นคุณสมบัติพื้นฐานในการใช้ชีวิต เพื่อให้ได้ความสำเร็จ

ที่มา - พระราชนิพนธ์ เรื่อง ทองแดง

ฉันทงเกิดเมื่อรู้ว่าเรำทำได้ และ ำได้ประโยชน์

ฉันทะเกิดเมื่อรู้ว่าเราทำได้ และ ได้ประโยชน์



สร้าง 'ฉันทะ' ไม่ใช่เรื่องง่าย

คงจะไม่มีใครอยากทำเกษตร ตามแนวเกษตรทฤษฎีใหม่ ถ้าไม่รู้ว่า มันทำได้จริง และได้ผลจริง เกิดประโยชน์แก่คนทำจริง เราคงไม่เชื่อ และ ดำเนินรอยตาม ในหลวง ร๙ ที่ใช้ชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ถ้าไม่รู้ว่า เศรษฐกิจพอเพียงสามารถปฏิบัติได้จริง และคงไม่ทำเพียงเพราะเป็นสิ่งที่พระเจ้าอยู่หัวทรงสอนให้ทำ เพราะเศรษฐกิจพอเพียง เป็นของใหม่ ที่ไม่เคยได้ยินชื่อมาก่อน ไม่รู้ด้วยซ้ำว่า มีวิธีทำงานแบบนี้ได้

ในหลวง ร๙ พยายามที่จะช่วยให้ราษฎรของท่านสามารถเอาชนะความจน ความอดอยาก ซึ่งการเอาชนะได้นั้น จะมานั่งรอความช่วยเหลือไม่ได้ แต่ จำเป็นต้องช่วยตัวเอง และช่วยอย่างถูกวิธี ... ท่านได้ศึกษา และ คิดค้น แนวทาง เศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งเชื่อว่า ประชาชนทั่วไป สามารถทำได้และ เกิดประโยชน์ ... แต่กระนั้นก็ดี เมื่อทรงพระราชทานแนวคิดนั้นแล้ว ก็เชื่อว่า ประชาชนทั่วไป จะรับ และทำตาม และ ทำได้ ...

การให้การศึกษา เป็นสิ่งที่สำคัญที่ท่านได้เขียนไว้ในเรื่อง พระมหาชนก แต่การให้การศึกษา จำเป็นต้องมีคนอยากเรียน มีฉันทะ ในการเรียน และ การทำงานนั้น

ท่านจึงใช้แนวทางของ อิทธิบาท 4 สร้างฉันทะ ให้เกิดขึ้น ใน กลุ่มเป้าหมาย โดยการทำให้ ประชาชนรู้ว่า เกษตรทฤษฎีใหม่ทำได้ และ ได้ ประโยชน์ แนวทางเศรษฐกิจพอเพียงทำได้ และ มีประโยชน์ ผ่านโครงการ พระราชดำริ และ เปิดเหมือนโรงเรียนสอน ให้คนได้มาทดลองปฏิบัติ จนเห็นผล .. ในโรงเรียนที่สอน หรือ โครงการตามพระราชดำรินั้น ก็อาศัยคนสอน ที่เป็นคนที่ เคยปฏิบัติจริง และ เห็นผลสำเร็จจริง เป็นผู้ถ่ายทอด ซึ่งการถ่ายทอดความรู้ นั้น สามารถถ่ายทอดได้อย่างเข้าใจ ถ่ายทอดอย่างคนที่มีความมั่นใจ เชื่อมั่นว่า เป็นสิ่ง ที่ทำได้ เพราะตนเองเคยทำได้ และ คิดว่ามีประโยชน์ จึงอยากให้ผู้อื่นได้ประโยชน์ .. นับเป็น กุศโลบาย ที่สร้างฉันทะให้เกิดขึ้น ได้ดียิ่งยิ่ง ตามแบบที่คนโบราณว่า สิบปากว่าไม่เท่าตาเห็น สิบตาเห็นไม่เท่ามือทำ ทรงเปิดโอกาสให้ ประชาชนที่สนใจ ได้ลงมือทำ ลงมือปฏิบัติจริง และ ฉันทะก็จะเกิด เป็นจุดเริ่มต้น ของการพัฒนา และ ช่วยเหลือตนเองให้พ้นจากความยากจน

ท่านทรงเลือกที่จะใช้โครงการพระราชดำริ หลากหลายรูปแบบ เพื่อที่ว่า
คนที่ไปพบเห็นนั้น โครงการในพระราชดำริ บางเรื่อง ก็จะทำให้เกิดความเข้าใจ เหตุ
การณ์ ในมุมมองของตนเอง

ทรงสร้างฉันทะให้เกิดขึ้นตามวิถีธรรมชาติ ไม่ยัดเยียด ไม่บังคับ แต่ได้ผล...
สร้างฉันทะ และ แรงบันดาลใจ เป็นจุดเริ่มต้นของความสำเร็จ ตามแนวเศรษฐกิจ
พอเพียง คือ มีความพอดี มีเหตุผล และมีภูมิคุ้มกัน โดยใช้หลักวิชา และ หลัก
คุณธรรม

ใช้ความพร้อมจากข้างใน เดินบนวิถีความพอเพียง

เคล็ดวิชาเศรษฐกิจพอเพียง ที่ในหลวงรัชกาลที่ ๙ ทรงพระราชทาน

เคล็ดวิชาเศรษฐกิจพอเพียง ที่ในหลวงรัชกาลที่ ๙ ทรงพระราชทาน



เวลาดูหนังจีนแบบมีกำลังภายใน เรามักจะเห็นการฝึกฝนเคล็ดวิชา โดยที่เคล็ดวิชาเป็นคำพูดสั้นๆ ไม่กี่คำ ที่บันทึกแก่นของวิชาจากผู้รู้ โดยที่ผู้ที่ได้เคล็ดวิชาไปแล้ว จะต้องไปตีความหมายเอง และ ฝึกฝนจนปฏิบัติได้จริงตามเคล็ดวิชา ก็จะมีความสามารถ

ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ที่ในหลวงรัชกาลที่ ๙ ทรงพระราชทาน แก่ปวงชนชาวไทย ก็เปรียบเหมือนเคล็ดวิชา ที่กลั่นออกมาจากความรู้และประสบการณ์ของพระองค์ ซึ่งท่านได้ทรงทดลองปฏิบัติ จนทราบว่าเป็นสิ่งที่ทำได้จริง จึงนำมา

สรุป(เป็นเคล็ดวิชา) พระราชนานแก่วงชนชาวไทย ไว้ใช้ปฏิบัติ และ เมื่อเป็นเคล็ดวิชา จึงง่าย และ สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้กับทุกเรื่องทุกสถานการณ์ตามแต่บริบทของแต่ละคน แต่ละสมัย

เศรษฐกิจพอเพียง เป็นการผานให้เกิดความสมดุลของ การทำงานและใช้ชีวิต ให้ประสบความสำเร็จ และ มีความสุข ...ด้านความสำเร็จ ประกอบด้วย ฝั่งซ้าย คือประกอบกิจ ด้วยเหตุผล โดยใช้หลักวิชา(ความรู้) ด้านมีความสุข ประกอบด้วยฝั่งขวา คือ มีภูมิคุ้มกัน(ลดความเสี่ยง) โดยใช้หลักคุณธรรม และ ผสมทั้งของด้านให้พอดี พอประมาณ เกิดสมดุลระหว่างความสำเร็จและความสุข

ความพอเพียง ในระดับบุคคล และ สังคม จะปรับเข้าหากัน ภายใต้หลักวิชาและคุณธรรม สามารถมีเหตุผลที่ตอบทุกฝ่ายได้ และ สร้างภูมิคุ้มกันให้กับส่วนรวม เพราะถ้าส่วนรวมอยู่ไม่ได้ ปังเจกบุคคลก็อยู่ไม่ได้ (นี่เป็นเพียง การตีความ จากจินตนาการ ของ ลูกเล็กๆ คนหนึ่ง) .. เคล็ดวิชา จะใช้ได้ผลหรือไม่ ขึ้นอยู่กับ คนที่ตีความและนำไปใช้ให้เกิดผล ถ้าไม่สามารถเข้าใจ หรือ ไม่สามารถนำไปใช้ เคล็ดวิชา ก็เป็นแค่ตัวอักษร ที่ถูกบันทึกไว้นั้น

ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ง่าย ได้ผล และ ประยุกต์ใช้ได้กับทุกเรื่อง .. มาเดินตามรอยพ่อ เพื่อ ตนเองและประเทศ มีความก้าวหน้า อย่างมีความสุข

เอาใจใส่และทำเพื่อคนอื่น คือเศรษฐกิจพอเพียง
ภาคปฏิบัติ

เอาใจใส่และทำเพื่อคนอื่น คือเศรษฐกิจพอเพียง ภาคปฏิบัติ



เวลาถูกถามว่า ทำงานยังไงให้เกิดผลสำเร็จ .. คำตอบคือ ให้ดู พ่อหลวง ร ๙ ..ท่านทรงสอนและทรงงานให้ดูเป็นแบบอย่าง เศรษฐกิจพอเพียง คือวิถีสู่ความสำเร็จ

เวลาพูดถึงเศรษฐกิจพอเพียง เรามักจะประสบปัญหาว่า คืออะไรแน่ หลายคนตีความแบบ เกษตรทฤษฎีใหม่ แบ่งพื้นที่แหล่งน้ำ เพาะปลูก อาศัย.. บางคนตีความว่า ทำแค่กิน เหลือแบ่งปัน และ ขาย.... ท่านเองทรงพระราชทานความรู้เรื่องเศรษฐกิจพอเพียงหลายครั้งหลายโอกาส และ ทรงงานให้ดู ทั้งนี้

เพื่อให้เรา รู้จักเศรษฐกิจพอเพียงในหลากหลายมิติ ไม่ใช่แบบตาบอดคลำช้าง และต่างคนต่างก็ว่าไปว่า ช้างเป็นต้น ช้างเป็นแผ่น ฯลฯ

หลักที่ทรงพระราชทานและ ถูกแปลงมาเผยแพร่ ในรูป 3 ห่วง 2 เงื่อนไข เป็น การสรุปที่สั้น และ ตรง คือ พอเพียง มีเหตุผล มีภูมิคุ้มกัน บนพื้นฐานของ วิชาการและคุณธรรม ... สั้นง่าย ได้ใจความ... แต่ถึงกระนั้นก็ตาม ในทางปฏิบัติ ก็มักจะเกิดประเด็นว่า เราจะดำเนินงาน ตามรอยเศรษฐกิจพอเพียงได้อย่างไร ในทุกเรื่อง และมักจะรู้สึกว่่า แล้วจะประยุกต์ใช้ได้หรือ

“เอาใจใส่ และ ทำเพื่อคนอื่น” คือสิ่งที่พอหลวง ร๙ ท่านทรงงานให้เราดู เป็นตัวอย่าง และ ทุกๆการกระทำของท่าน สะท้อนวิถีของเศรษฐกิจพอเพียง ตลอดเวลา ... คนที่เอาใจใส่ ย่อมจะเลือกการกระทำที่มีเหตุผล มีหลักวิชา ขณะเดียวกัน หากเจตนาของการกระทำนั้น ทำเพื่อคนอื่น ย่อมต้องคำนึงถึง สภาพแวดล้อมโดยรวม ดำเนินการตามหลักคุณธรรม เพื่อให้เกิดภูมิคุ้มกัน ไม่ให้มีผลกระทบในทางลบกับใครก็ตามที่เกี่ยวข้อง และ เมื่อทั้งเอาใจใส่ และ ทำเพื่อคนอื่น ย่อมประสานเหตุผลและภูมิคุ้มกันให้ใช้ทรัพยากรอย่างสมดุล พอเพียง

การดำเนินรอยตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง หากว่ากันแบบง่าย คือ ทุกๆ การกระทำ หากเอาใจใส่ และ ทำเพื่อคนอื่น สุดท้ายเราจะทำงานภายใต้แนวคิด ของเศรษฐกิจพอเพียงเอง ...”เอาใจใส่และทำเพื่อคนอื่น คือเศรษฐกิจพอเพียง ภาคปฏิบัติ”

ทรัพย์จากพื้นดิน เปลี่ยนดินให้เป็นทอง

ทรัพย์สินจากพื้นดิน เปลี่ยนดินให้เป็นทอง



ในหลวง ร ๙ ทรงสอนให้เราสร้างทรัพย์สินจากพื้นดิน

คนเราทำมาหากินได้เงินทองมาจาก 3 ทาง กลุ่มเอาแรงเข้าแลก กลุ่มหาเงินจากโอกาส และ กลุ่มแปลงดินให้เป็นทอง

อาชีพกลุ่มที่หนึ่ง ส่วนที่ทำงานโดยใช้ความสามารถที่มีอยู่ภายในตนเอง แลกกับรายได้ ไม่ว่าจะเป็นคนขับรถเมล์ แม่ครัว ครู แพทย์ หรือทนาย ล้วนแต่เป็นการทำงานที่ใช้แรงงานและความสามารถ เข้าแลกเพื่อให้เกิดผลงานและ รายได้ คนกลุ่มนี้ จะมีรายได้มากน้อยต่างกัน ตามความยากง่ายของงาน แต่มีสิ่งเหมือนกันคือ ต้องทำถึงจะได้เงิน หยุดทำงานเมื่อไร ก็ไม่ได้ค่าตอบแทน ... คนทำงานบริษัท และ รับราชการ จึงอยู่ในกลุ่มนี้ เป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงต่ำถ้าไม่ตกงาน ความมั่นคงของงานจึงขึ้นอยู่กับ องค์กร ที่ตนเองไปทำงาน แต่เสี่ยงสูงสุดในระยะยาว เพราะเมื่อไม่สามารถทำงานได้ หรือไม่มีการทำ นั่นคือ รายได้หยุดเข้าทันที

อาชีพกลุ่มที่สอง เป็นกลุ่มที่หาเงินจากโอกาส ไม่ว่าจะเป็นการให้เช่าบ้าน เจ้าของโรงแรมที่จัดที่พักให้ เจ้าของขนส่ง การซื้อขายหุ้น กิจการซื้อมาขายไป ล้วน

แต่เป็นการหาเงินจากโอกาส คือ คนที่อยากได้โอกาส ก็ยอมจ่ายส่วนต่างเพื่อให้ได้โอกาสนั้นมา เช่นซื้อของใกล้บ้านราคาแพงขึ้นเล็กน้อย แลกกับการไม่ต้องเดินทางไปซื้อไกลขึ้นที่เสียทั้งเวลาและค่าเดินทาง, นำเงินไปลงทุน ให้คนอื่นนำเงินเราไปสร้างโอกาส แลกกับเงินปันผล หรือ ค่าหุ้นที่แพงขึ้น ฯลฯ ในกลุ่มนี้เป็นกลุ่มที่มีรายได้ง่าย ลงแรงน้อย รายได้อาจจะมากมายเป็นกอบเป็นกำ หรือรายได้น้อยจนถึงขาดทุน ขึ้นอยู่กับว่า กิจกรรมที่ทำ ทำในที่ๆ มีโอกาสมากหรือไม่ และ มีทุนตั้งต้นมากหรือไม่.. หากกิจกรรมที่ทำ ทำในทำเล หรือ มุมที่มีความต้องการของตลาดสูง โอกาสจะมีรายได้หรือกำไรสูง ก็มีมาก และ เมื่อไร มีทุนตั้งต้นสูง ก็ทำให้กำไรเป็นทวีคูณ... งานกลุ่มนี้ เหนื่อยน้อย แต่เสี่ยงเยอะ การหารายได้แบบนี้จึงต้องเข้าใจความต้องการตลาด และ เลือกลงทุนที่เหมาะสม

กลุ่มที่สาม คือ กลุ่มเปลี่ยนดินให้เป็นทอง เป็นการใช้ธรรมชาติทำงาน กลุ่มนี้ส่วนใหญ่เป็นกลุ่มเกษตรกรรม เมื่อหว่านเมล็ดข้าวลงในนา รอให้ธรรมชาติเปลี่ยนเมล็ดข้าวเป็นต้น ออกรวงเป็นเมล็ด สุกแล้วเราก็เก็บเกี่ยว, นำลูกไก่มาเลี้ยงให้อาหาร รอในธรรมชาติของไก่เติบโต ออกไข่ นำไข่ไปขาย ฆ่าเอาเนื้อไปกิน ฯลฯ กลุ่มนี้ เป็นกลุ่มที่ปล่อยให้ธรรมชาติทำงาน เป็นกลุ่มที่เปลี่ยนดินให้เป็นทองลงทุนน้อย แต่ต้องเข้าใจธรรมชาติ เมื่อไรก็ตามหากเข้าใจธรรมชาติ และ รักษาให้สิ่งที่เหมาะสมปลูก หรือ เพาะเลี้ยง ให้อยู่ในธรรมชาติที่เหมาะสม ก็จะกลายเป็นผลผลิตและ เงินทอง เป็นกลุ่มที่ ลงทุนน้อย ได้ผลมาก แต่มีความเสี่ยงจากธรรมชาติ การเปลี่ยนแปลงของลมฟ้าอากาศ ดังนั้น อาชีพของคนในกลุ่มนี้ จึงสามารถทำได้ถึงแม้จะมีทุนน้อย แต่ที่สำคัญคือ ต้องรู้จักธรรมชาติ แต่ถ้าหากทำการเพาะปลูกหรือ เลี้ยงสัตว์ ตามคำบอกเล่า ให้ใส่ปุ๋ย ให้ซื้ออาหาร ก็จะไม่ต่างอะไร กับคนที่ใช้แรงงานให้คนรับซื้อ แต่รับความเสี่ยงจากธรรมชาติไว้อย่างเต็มที่

ในหลวง ร๙ ทรงเล็งเห็นว่า อาชีพ การเปลี่ยนดินให้เป็นทองเป็นอาชีพที่สามารถทำได้สำหรับคนทุกระดับชั้น แม้แต่คนที่มีทุนน้อย มีโอกาสที่มีความรู้ทางเทคนิคน้อย(ไม่ได้เป็นพยาบาล เป็นวิศวะ) ก็สามารถทำได้ เพียงแต่ท่านทรงสอนให้รู้จักธรรมชาติ ใช้หลักวิชา ทำงานอย่างมีเหตุผล ... เป็นอาชีพ ที่ท่านเล็งเห็นว่า จะลดความยากจนลงได้ จึงได้มุ่งเน้นพระราชกรณียกิจของท่านในการส่งเสริม ให้คนที่แม้แต่มีทุนน้อย ก็สามารถมีอาชีพและอยู่รอดได้ ด้วยการเปลี่ยนดินให้เป็นทอง

ในกลุ่มนายทุนใหญ่ ที่มีทั้งความรู้และ ทุนทรัพย์ สามารถเปลี่ยนดินให้เป็นทองในปริมาณมาก ด้วยการควบคุมธรรมชาติ และ สร้างสิ่งแวดล้อมใหม่ขึ้นมา โดยไม่ต้องพึ่งธรรมชาติ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการเลี้ยงสัตว์ จึงเป็นการเปลี่ยนดินให้เป็นทองอย่างเป็นล่ำเป็นสัน ...

ในหลวงทรงเน้น สอน และ พัฒนาด้านเกษตรกรรม เพราะเล็งเห็นว่า เป็นอาชีพ ที่ทำได้ ทุนน้อย ได้ผลมาก เพียงแต่ต้องรู้จักการลดความเสี่ยง ทำงานแบบมีภูมิคุ้มกัน ท่านเป็นผู้ที่สามารถเปลี่ยนดินให้เป็นทอง สมดังสมัญญาที่ว่า “ภูมิพล” พลั้งของแผ่นดิน

ในหลวงสอนให้ทำให้ดี ยิ่งดียิ่งใหญ่ ไม่ใช่ยิ่งใหญ่อิ่งดี

ในหลวงสอนให้ทำได้ดี ยิ่งดียิ่งใหญ่ ไม่ใช่ยิ่งใหญ่ได้ดี



ในตำราเรียนของโลกตะวันตก จะมีคำว่า economy of scale คือ การที่ลงทุน หรือ การประกอบกิจการต่างๆ เมื่อทำให้ใหญ่ถึงจุดหนึ่ง จะมีความคุ้มค่าประหยัด และ ยังมีขีดความสามารถที่จะได้โน่นได้นี้เป็นผลพลอยได้ ทำให้สามารถเกิดภาวะเงินต่อเงิน ทุนต่อทุน

แต่ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เน้นเพื่อให้เกิดการเติบโตจากภายใน อยู่ดี อยู่ดี และ เกิดความยั่งยืน ซึ่งใช้ ความรู้ คุณธรรม ทำให้ มีทั้ง ภูมิคุ้มกัน และ

ความยั่งยืน การเติบโตแบบเศรษฐกิจพอเพียง จะทำให้ เวลา ใหญ่โต หรือ เติบโต
ขึ้นภายหลัง มีความแข็งแกร่งและ โดวันโตคืน อย่างมั่นคง

สองแนวทางมีความแตกต่างกัน หาก economy of scale เกิดจากความ
แข็งแกร่ง คือ ค่อยๆ โต เมื่อโตถึงจุดหนึ่ง ย่อมมีความได้เปรียบแน่ และ จะส่งผล
ให้เติบโตต่อไปได้อีกมาก แต่ถ้า การทำงาน หรือ ธุรกิจ เน้นว่าจะต้องใหญ่แต่ต้น
หรือ ใหญ่เกินตัว เพื่อหวังให้เกิด economy of scale ก็อาจจะไม่ได้ผลดังคาด
เนื่องจากข้างในกลวง ไม่มีแก่น ไม่มีรากแก้ว.... ขณะที่การเติบโตแบบเศรษฐกิจ
พอเพียง เน้นเรื่อง การดำเนินงาน หรือ ดำเนินชีวิต ที่มีความมั่นคง สมดุล ใช้
ความรู้และคุณธรรม ทำให้ การเติบโตนั้น เน้นที่ ดีก่อน เมื่อดีแล้ว จะใหญ่ตาม จึง
เป็นการเดินด้วย หลักการของ การทำให้ดี ดีทั้ง คุณภาพ ดีทั้งการให้ผู้อื่นเกี่ยวข้องดี ดี
ทั้งกับธุรกิจ ดีทั้งกับพนักงาน ดีทั้งกับพันธมิตร ดีทั้งกับลูกค้า ฯลฯ เมื่อดีแล้ว ทุก
อย่างก็จะดำเนินไป สุดท้าย ก็จะมี economy of scale ตามมาเอง
โดยไม่ต้องไปปัดธง แต่แรก

ไม่จำเป็นต้อง ใหญ่ก่อนแล้วค่อยดี ลองคิดทำให้ดีก่อน แล้วจะใหญ่เอง
ตามมาครับ

รักในหลวง ร ๙ ด้วยการปฏิบัติตามท่าน
และ ถวายทอด การปฏิบัติไปสู่คนรุ่นต่อไป
จะเหมือนว่าท่านยังทรงอยู่กับพวกเรา

หนังสือเล่มนี้ เป็นเพียงเป็นวิธีคิดที่ผมได้เรียนรู้

จากคำสอนของ ในหลวงรัชกาลที่ ๙

และ นำมาทดลองปฏิบัติ จึงได้นำมาแบ่งปัน

โดยหวังว่า จะเกิดประโยชน์

ผู้แต่ง



ศาสตราจารย์ คลินิก นายแพทย์ อดุลย์ รัตนวิจิตรศิลป์

เกิด กรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2504

การศึกษา

- ประถมต้น รร เพยอิ่ง
- ประถมปลาย รร สามัญวัดประยุรวงศาวาส
- มัธยม รร สวนกุหลาบวิทยาลัย
- แพทยศาสตรบัณฑิต คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล
- ุฒิบัตรศัลยกรรมทั่วไป คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล
- Diploma Clinical Oncology, Institute of Cancer Research, London, UK
- Fellow in Breast Surgery, Cleveland Clinic Foundation, Ohio, US
- เสรฐวุฒิสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

การทำงาน

- แพทย์ และ ผู้อำนวยการ รพ สมเด็จพระยุพราชเชียงใหม่ของ เชียงราย
- แพทย์ รพ ดาดสันนครสวรรค์
- อาจารย์ ประจำสาขา และ อดีต หัวหน้าสาขา ศัลยศาสตร์ศีรษะ คอ และ เต้านม ภาควิชาศัลยศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล
- หัวหน้าสถานวิทยามะเร็งศิริราช คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล
- ผู้ช่วย และ รองคณบดี ฝ่ายประชาสัมพันธ์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล
- รองคณบดีฝ่ายทรัพยากรบุคคล คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล
- รองคณบดีฝ่ายสารสนเทศ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล
- ผู้ช่วยเลขาธิการแพทยสภา