

ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงกับพุทธปรัชญาเพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืน
The Philosophy of Sufficiency Economy and Buddhist Philosophy
for Sustainable Development

มนัสวี ศรีนนท์

Manatsawee Srinont

สถาบันนวัตกรรมการเรียนรู้ มหาวิทยาลัยมหิดล

Institute for Innovative Learning, Mahidol University

พระมหาหมหินทร์ ปุริสุตตโม

Phramaha Maghavin Purisuttamo

ศูนย์วิจัยธรรมศึกษา สำนักเรียนวัดอาวุธวิกสิตาราม

Research Center for Dhammasuka

Phrapariyattidhamma of Watawutwikasitaram

E-mail : maghavin9@hotmail.com

วันที่รับบทความ (Received) : 19 มิถุนายน 2561

วันที่แก้ไขบทความ (Revised) : 16 กรกฎาคม 2561

วันที่ตอบรับบทความ (Accepted) : 20 กรกฎาคม 2561

บทคัดย่อ

บทความเรื่องนี้มีวัตถุประสงค์ดังนี้ 1) เพื่อศึกษาเกี่ยวกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง 2) เพื่อศึกษาเกี่ยวกับพุทธปรัชญาเพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืน ผลการศึกษา พบว่า ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงนั้นเป็นการนำเสนอถึงความพอประมาณ ความมีเหตุผล และมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ส่วนพุทธปรัชญาที่เกี่ยวข้องกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง คือ สันโดษ 3 ได้แก่ ยถาลาภสันโดษ (ยินดีตามที่ได้) ยถาพลสันโดษ (ยินดีตามกำลัง) และ ยถาสารูปสันโดษ (ยินดีตามสมควร) ขรവാสาธรรม 4 ได้แก่ สัจจะ (ความจริง) ทมะ (การฝึกฝน) ขันติ (ความอดทน) จาคะ (ความเสียสละ)

คำสำคัญ : ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง, พุทธปรัชญา, การพัฒนาอย่างยั่งยืน

Abstract

The purposes of this article were: 1) to study the philosophy of sufficiency economy 2) to study the Buddhist philosophy for sustainable development. **The results of the study showed that** the philosophy of sufficiency economy is present modesty, reasonableness, and good self-immunity. The Buddhist philosophy related to the philosophy of sufficiency economy; there are 3 aspects were concerned, Santosa 3 (Contentment) : Yathalabha-Santosa (contentment with what one gets and deserves to get), Yathabala-Santosa (contentment with what is within one's strength or capacity), Yathasaruppa-Santosa (contentment with what is befitting) Furthermore, there is another doctrine was concerned

which is Gharavasa-dhamma 4 (virtues for a good household life): Sacca (truth and honesty), Dama (adjustment), Khanti (forbearance) Caga (generosity).

Keywords: Philosophy of Sufficiency Economy, Buddhist Philosophy, Sustainable Development

1. บทนำ

เวลาพูดถึงเศรษฐกิจพอเพียง ที่นับว่าเป็นปรัชญาหรือเป็นแนวความคิดศาสตร์พระราชา บางคนเข้าใจ บางคนไม่เข้าใจ หรือบางคนเข้าใจ แต่เป็นการเข้าใจไม่ถูกต้อง บางคนไม่เข้าใจและไม่สนใจที่จะเข้าใจด้วย ดังนั้นในเรื่องนี้ จึงมีปรากฏการณ์ความเข้าใจและไม่เข้าใจของคนในสังคมให้ได้ศึกษากันเรื่อยมา แต่เมื่อพิจารณากันในรายละเอียดแล้ว เรื่องนี้ก็ควรที่จะได้มีการศึกษากันให้รอบคอบ เพราะเรื่องหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงนี้มีความสำคัญในฐานะเป็นเกณฑ์ทางจริยศาสตร์หรือเป็นหลักปฏิบัติสำหรับปัจเจกชนและสังคมได้ ดังนั้น การทำความเข้าใจให้ชัดเจนในเรื่องหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงนี้ เชื่อกันว่าจะทำให้ชีวิตของแต่ละคนดีขึ้นได้อย่างแน่นอน คือ ความทุกข์หรือความลำบากทางกายและใจที่มีอยู่ ก็จะบรรเทาเบาบางลงและหมดไปในที่สุด ตรงกันข้าม หากไม่สนใจในเรื่องนี้แล้ว ย่อมจะเกิดปัญหาอย่างน้อย 2 ระดับ ได้แก่ ปัญหาในระดับบุคคล คือ เมื่อดำเนินชีวิตโดยไม่สนใจหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงแล้ว บุคคลย่อมเกิดความลำบากทางกายได้ไม่มากนักน้อย เพราะต้องทุ่มเทแรงกายในการแสวงหาวัตถุมาปรนเปรอตนเองอย่างไม่มีขอบเขต เรียกว่าอยากจะมีวัตถุเสียจนยอมละทิ้งคุณงามความดีหรือคุณค่าทุกอย่างไป หรือแม้แต่ทำให้เกิดความลำบากทางใจ เพราะใจของตนไม่รู้จักความพอเพียง คือ หาวัตถุมาได้เท่าไรก็ไม่รู้จักพอ เพราะความรู้สึกภายในใจนั้นพร่อง ส่วนปัญหาในระดับสังคม คือ เมื่อแต่ละคนในสังคมต่างดิ้นรนแสวงหาวัตถุภายนอกอย่างไม่รู้จักจำนวนที่พอเพียงหรือเพียงพอสำหรับตนเอง ตลอดถึงความรู้สึกภายในใจก็เต็มไปด้วยความละโมภโลภมาก อยากได้นั้นอยู่ตลอดเวลา ดังนั้น ภายในใจจึงไม่มีความสุข ด้วยใจนั้นถูกแผดเผาด้วยแรงแห่งความอยาก (ตัณหา) อย่างไม่มีที่สิ้นสุด

ดังนั้น การนำเสนอถึงปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงกับพุทธปรัชญาเพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืน จึงเป็นประเด็นที่น่าสนใจยิ่ง เพราะจะช่วยทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจอย่างชัดเจนในปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงที่นับว่าเป็นศาสตร์พระราชา ตลอดถึงจะได้เกิดความชัดเจนในเรื่องนี้ยิ่งขึ้น เมื่อได้นำมาอธิบายเชื่อมโยงกับหลักพุทธปรัชญา ซึ่งนับเป็นหลักคำสอนของศาสนาที่เป็นสถาบันหลักในสังคมไทยด้วย

2. ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงกับกับพุทธปรัชญาเพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืน

หลักพุทธปรัชญาหรือแนวคำสอนของพระพุทธเจ้า นับได้ว่าเป็นแนวคิดและทฤษฎีที่ไปด้วยกันได้กับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและเป็นหลักการที่ช่วยทำให้ประชาชนเข้าใจในแนวทางแห่งการประยุกต์ใช้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงได้อย่างเป็นรูปธรรม เรียกว่าช่วยทำให้เกิดการรู้และการปฏิบัติที่ชัดเจนขึ้นนั่นเอง ดังนั้น ต่อไปนี้ จะได้อธิบายเชื่อมโยงระหว่างปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงกับกับพุทธปรัชญาเรื่องสันโดษ 3 และอิทธิบาท 4 ดังนี้

ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงกับสันโดษในพุทธปรัชญา

ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงกับเรื่องสันโดษในพุทธศาสนาเป็นเรื่องเดียวกันหรือไม่ใช่เรื่องเดียวกันนั้นสามารถตอบได้ 2 ทาง คือ ถ้าตอบว่าเป็นเรื่องเดียวกัน ก็อาจจะถูกท้วงติงจากผู้นับถือศาสนาอื่นได้ว่าในศาสนาอื่นก็มี หรือถ้าตอบว่าเป็นเรื่องเดียวกัน ก็อาจจะทำให้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงคับแคบไปสำหรับการอธิบายให้สาธารณะ กับศาสนาอื่นได้อีก สุดท้ายคำถามนี้ จึงตอบได้ว่าสามารถเป็นเรื่องเดียวกันได้

เพราะหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงพูดถึงความพอประมาณ ความมีเหตุผล และมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ซึ่งมีความหมายไม่แตกต่างกันหรือมีความคล้ายคลึงกันได้ คือ

1. **ความพอประมาณ** หมายถึง ความพอดีที่ไม่น้อยเกินไปและไม่มากเกินไป โดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น เช่น การผลิตและการบริโภคที่อยู่ในระดับพอประมาณ

2. **ความมีเหตุผล** หมายถึง การตัดสินใจเกี่ยวกับระดับความพอเพียงนั้นจะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผล โดยพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้นๆ อย่างรอบคอบ

3. **การมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี** หมายถึง การเตรียมตัวให้พร้อมรับผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ ที่จะเกิดขึ้น โดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่างๆ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคต (Kevin's Daddy คุณพ่อนักวางแผนการเงิน, 2561)

ดังนั้น ในที่นี้จึงกล่าวถึงความพอประมาณ ความมีเหตุผล และมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ซึ่งเป็นความหมายของหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงได้ว่าสัมพันธ์กับเรื่องสันโดษในพุทธศาสนา 3 อย่าง (ความยินดี, ความพอใจ, ความยินดีด้วยของของตนซึ่งได้มาด้วยเรี่ยวแรงความเพียรโดยชอบธรรม, ความยินดีด้วยปัจจัยสี่ตามมีตามได้, ความรู้จักอิมมฺมจักกพอ) (ที.อ. 1/253) คือ

1. **ยถาลภสันโดษ** (ยินดีตามที่ได้, ยินดีตามที่พึงได้ คือ ตนได้สิ่งใดมา หรือ เพียรหาสิ่งใดมาได้ เมื่อเป็นสิ่งที่ตนพึงได้ ไม่ว่าจะหยาบหรือประณีตแค่ไหน ก็ยินดีพอใจด้วยสิ่งนั้น ไม่ติดใจอยากได้สิ่งอื่น ไม่เดือดร้อนกระวนกระวายเพราะสิ่งที่ตนไม่ได้ ไม่ปรารถนาสิ่งที่ตนไม่พึงได้หรือเกินไปกว่าที่ตนพึงได้โดยถูกต้องชอบธรรม ไม่เพ่งเล็งปรารถนาของที่คนอื่นได้ ไม่ริษยาเขา)

2. **ยถาพลสันโดษ** (ยินดีตามกำลัง คือ ยินดีแต่พอแก่กำลังร่างกายสุขภาพและวิสัยแห่งการใช้สอยของตน ไม่ยินดีอยากได้เกินกำลัง ตนมีหรือได้สิ่งใดมาอันไม่ถูกกับกำลังร่างกายหรือสุขภาพ เช่น ภิกษุได้อาหารบิณฑบาตที่แสดงต่อโรคของตน หรือเกินกำลังการบริโภคใช้สอย ก็ไม่หวงแหนเสียดายเก็บไว้ให้เสียเปล่า หรือฝืนใช้ให้เป็นโทษแก่ตน ย่อมสละให้แก่ผู้อื่นที่จะใช้ได้ และรับหรือแลกเอาสิ่งที่ถูกโรคกับตน แต่เพียงที่พอแก่กำลังการบริโภคใช้สอยของตน)

3. **ยถาสารูปสันโดษ** (ยินดีตามสมควร คือ ยินดีตามที่เหมาะสมกับตน อันสมควรแก่ภาวะ ฐานะ แนวทางชีวิต และจุดหมายแห่งการบำเพ็ญกิจของตน เช่น ภิกษุไม่ปรารถนาสิ่งของอันไม่สมควรแก่สมณภาวะ หรือภิกษุบางรูปได้ปัจจัยสี่ที่มีค่ามาก เห็นว่าเป็นสิ่งสมควรแก่ท่านผู้ทรงคุณสมบัติน่านับถือ ก็นำไปมอบให้แก่ท่านผู้นั้น ตนเองใช้แต่สิ่งอันพอประมาณ หรือภิกษุบางรูปกำลังประพฤติวัตรขัดเกลาก่อน ได้ของประณีตมาก็สละให้แก่เพื่อนภิกษุรูปอื่นๆ ตนเองเลือกหาของปอนๆ มาใช้หรือตนเองมีโอกาสจะได้ลาภอย่างหนึ่ง แต่รู้ว่าสิ่งนั้นเหมาะสมหรือเป็นประโยชน์แก่ท่านผู้อื่นที่เชี่ยวชาญถนัดสามารถด้านนั้น ก็สละให้ลาภถึงแก่ท่านผู้นั้นตนรับเอาแต่สิ่งที่เหมาะสมกับตน) (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2561)

สรุปแล้ว ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและสันโดษในพุทธศาสนามีความสัมพันธ์กันใน 2 ส่วน คือ

1. ในแง่หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและสันโดษทางกาย ได้แก่ ความพอประมาณ และ ยถาลภสันโดษ (ยินดีตามที่ได้) การมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ยถาพลสันโดษ (ยินดีตามกำลัง) 2. ในแง่หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและสันโดษทางใจ ได้แก่ ความมีเหตุผล และ ยถาสารูปสันโดษ (ยินดีตามสมควร)

ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง	สันโดษในพุทธปรัชญา	เกณฑ์ตัดสินปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงกับสันโดษ
ความพอประมาณ	ยถาลาภสันโดษ	พอเพียงในเชิงวัตถุ
การมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี	ยถาพลสันโดษ	พอเพียงในเชิงการปฏิบัติ
ความมีเหตุผล	ยถาสารูปสันโดษ	พอเพียงในเชิงความคิด

ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงกับขรรวาสธรรมในพุทธปรัชญา

หลักคุณธรรมที่เป็นพื้นฐานปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง มีสี่จะ ทมะ ขันติ จาคะ ทั้ง 4 ข้อนี้มีเนื้อหาที่พออธิบายได้อย่างคร่าวๆ ดังนี้ หลักธรรมทั้ง 4 ข้อนี้คือขรรวาสธรรม (ธรรมสำหรับขรรวาส, ธรรมสำหรับการครองเรือน, หลักการครองชีวิตของคฤหัสถ์) (ส.ส. 15/845/316)

1. **สัจจะ** (ความจริง, ซื่อตรง ซื่อสัตย์ จริใจ พุดจริง ทำจริง)
2. **ทมะ** (การฝึกฝน, การข่มใจ ฝึกนิสัย ปรับตัว, รู้จักควบคุมจิตใจ ฝึกหัดตนนิสัย แก้ไขข้อบกพร่อง ปรับปรุงตนให้เจริญก้าวหน้าด้วยสติปัญญา)
3. **ขันติ** (ความอดทน, ตั้งหน้าทำหน้าที่การทำงานด้วยความขยันหมั่นเพียร เข้มแข็ง ทนทาน ไม่หวั่นไหว มั่นในจุดหมาย ไม่ท้อถอย)

4. **จาคะ** (ความเสียสละ, สละกิเลส สละความสุขสบายและผลประโยชน์ส่วนตนได้ ใจกว้าง พร้อมที่จะรับฟังความทุกข์ ความคิดเห็น และความต้องการของผู้อื่น พร้อมทั้งจะร่วมมือ ช่วยเหลือ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่คับแคบเห็นแก่ตนหรือเอาแต่ใจตัว) (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), 2561)

ทั้ง 4 ข้อนี้เป็นหลักคุณธรรมพื้นฐานของหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงได้ เพราะเป็นรูปแบบแห่งการดำเนินชีวิตหรือการพัฒนาชีวิตตามแนวพุทธศาสนานั้นเอง แต่ต้องบอกว่าถ้าจะให้อยู่ในกรอบแห่งปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงนั้นนับว่าเป็นเรื่องยากมาก เพราะการดำเนินชีวิตจริงๆ ที่ไม่ใช่แค่ทฤษฎีนั้นชีวิตต้องถูกกิเลสหรือสิ่งกระตุ้นเร้าให้เกิดความอยากนั้นมีมาก กล่าวคือความพอเพียงจะเกิดขึ้นไม่ได้ ถ้าไม่มีสัจจะ (ความซื่อสัตย์) ทมะ (การฝึกฝน) ขันติ (ความอดทน) และจาคะ (ความเสียสละ) เพราะทั้ง 4 ข้อนี้เป็นหลักคุณธรรมที่เน้นการพัฒนาภายในและภายนอกตนเอง ได้แก่ สัจจะ ทมะ และขันติ เน้นฝึกตนเองให้มีภูมิคุ้มกันต่อแรงยั่วจากกิเลสหรือความต้องการวัตถุที่อยากได้หรือที่คนอื่นเอามาหลอกล่อเพื่อผลประโยชน์ต่างตอบแทนบางอย่าง แต่ถ้าประกอบด้วยคุณธรรมทั้ง 3 อย่างดังกล่าวแล้ว โอกาสที่ตนเองจะรอดพ้นจากกับดักแห่งความโลภในวัตถุย่อมเป็นไปได้เสมอ ส่วนจาคะนั้นจัดว่าเป็นเรื่องของมิจิตอาสา เสียสละแบ่งปัน พร้อมทั้งจะให้คนอื่นได้มีในสิ่งที่อยากมี ได้อยู่ตามความต้องการ และได้ใช้อย่างไม่อดอยาก

อนึ่ง เฉพาะทมะและขันตินั้น ทมะ แปลว่า การข่มใจ ขันติ คือ ความอดทน ซึ่งมีความใกล้เคียงกันมาก แต่ก็มี ความแตกต่างกันอยู่บ้าง กล่าวคือทมะนั้นหมายถึงการข่มใจที่เป็นปัจจัยภายในในตน ได้แก่ เป็นความรู้สึกภายในของตนเองที่ทนทานต่อการยั่วของกิเลสที่อยู่ภายในใจ เช่น ความอยากได้นั้นนี้ ความพยายาม การอาฆาต เป็นต้น ส่วนขันติ หมายถึง การอดทนต่อปัจจัยภายนอกที่มากระตุ้นให้เกิดกิเลส ได้แก่ เป็นความรู้สึกพยายามที่จะไม่ตอบโต้หรือลงมือกระทำตอบในเมื่อถูกบุคคลอื่นทำร้ายหรือรังแก เป็นต้น

ฆราวาสธรรม 4	ปัจจัย	ลักษณะที่ปรากฏและสัมพันธ์กับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง
สัจจะ	ปัจจัยภายใน	ความรู้สึกริះใจต่อการจัดการกิเลสที่มีอยู่ภายในตน จนทำให้ตนเองสามารถประกอบความพอเพียงได้อย่างปกติ
ทมะ	ปัจจัยภายใน	ความรู้สึกริះใจต่อกิเลสที่มีอยู่และที่มากระตุ้นภายในตน จนทำให้ตนเองสามารถประกอบความพอเพียงได้อย่างปกติ
ขันติ	ปัจจัยภายนอก	ความอดทนต่อบุคคลอื่นที่มาทำร้ายหรือดูหมิ่น จนทำให้ตนเองสามารถประกอบความพอเพียงได้อย่างปกติ
จาคะ	ปัจจัยภายนอก	ความต้องการช่วยเหลือบุคคลอื่นที่มาขอ ทำให้ตนเองสามารถประกอบความพอเพียงได้อย่างปกติ

3. บทสรุป

จากที่กล่าวมาทั้งหมดเกี่ยวกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงกับหลักพุทธปรัชญาเรื่องสันโดษและฆราวาสธรรมเพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืนนั้น ทำให้เข้าใจได้ว่าหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงที่นับว่าเป็นศาสตร์พระราชาสามารถนำมาเป็นแนวทางในการพัฒนาชีวิตให้มีคุณภาพได้ เพราะปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงย่อมช่วยทำให้แต่ละคนในสังคมได้ใช้ชีวิตอย่างเหมาะสมกับฐานะของตนเอง กล่าวคือได้ประคับประคองตนเองตามหลักสันโดษ ที่ประกอบด้วยการมีศัักยภาพในการหา มีกำลังวังชา และมีศัักยภาพในการบริหารจัดการ ซึ่งทั้งหมดที่กล่าวมานี้ก็คือความเหมาะสมของจำนวนสิ่งของที่ควรได้กับศัักยภาพในตนที่มีอยู่ หรือแม้แต่การดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงก็สอดคล้องหรือไปด้วยกันได้กับหลักฆราวาสธรรม เพราะช่วยทำให้การบริหารจัดการชีวิตเป็นไปอย่างเรียบร้อยและมีความสุขในขณะที่ชีวิตต้องเผชิญกับโลกธรรมอยู่ตลอดเวลา สรุปแล้ว การดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวคิดศาสตร์พระราชาเพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืนย่อมเป็นไปได้และเป็นไปอย่างนั้รันดร์ด้วย

บรรณานุกรม

- มหาหมกุฎราชวิทยาลัย. (2527). **พระไตรปิฎกและอรรถกถาแปล ฉบับพิมพ์ 91 เล่ม**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาหมกุฎราชวิทยาลัย.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระสุทัศน สิลวโส. (2553). **ศัักยภาพการใช้จิวัรในพระพุทธศาสนาเถรวาท**. วิทยานิพนธ์หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). (2561). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. http://84000.org/tipitaka/dic/d_item.php?i=122.
- Kevin's Daddy คุณพ่อนักวางแผนการเงิน. (2561). **ปรัชญาของ “เศรษฐกิจพอเพียง” รากฐานการวางแผนการเงินของคนไทยอย่างแท้จริง**. <https://aommoney.com>.