



ฉลาดบริหารเงิน  
สไตส์ชาวพุทธ

**ฉลาดบริหารเงิน  
สไตล์ชาวพุทธ**

เรียบเรียง : พระไพศาล วิสาโล

ISBN : ๙๗๘-๖๑๖-๗๗๕๕-๔๕-๘

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : กันยายน ๒๕๖๑

จำนวน ๔,๐๐๐ เล่ม

รูปเล่ม-ปก : น้ามนต์-นะโม

ภาพประกอบ : เสรีภาพ

พิสูจน์อักษร : เพ็ชรชลดา ชั่งจิตสิริโรจน์

จัดพิมพ์และเผยแพร่เป็นธรรมทานโดย :

มูลนิธิเกียรตินาคิน

กลุ่มธุรกิจการเงินเกียรตินาคินภัทร

เครือข่ายพุทธิกา

สนใจเผยแพร่ติดต่อได้ที่เครือข่ายพุทธิกา

๔๕/๔ ซ.อรุณอมรินทร์ ๓๙ ถ.อรุณอมรินทร์

แขวงอรุณอมรินทร์ เขตบางกอกน้อย กรุงเทพฯ ๑๐๗๐๐

โทรศัพท์ ๐๒-๘๘๒-๔๓๘๗, ๐๘๑-๖๕๘-๗๒๔๑,

๐๘๖-๓๐๐-๕๔๕๘, ๐๙๘-๙๐๖-๓๔๘๘ โทรสาร ๐๒-๘๘๒-๕๐๔๓

เว็บไซต์ [www.budnet.org](http://www.budnet.org)

E-mail : [b\\_netmail@yahoo.com](mailto:b_netmail@yahoo.com), [budnet2500@gmail.com](mailto:budnet2500@gmail.com)

ID line : 0989063488

พิมพ์ที่ : ห้างหุ้นส่วนจำกัด สามลดา

๙/๑๒๐๕ หมู่ ๑ ซอยสะแกงาม ๓๕/๓ แยก ๑๒ ถนนสะแกงาม

แขวงแสมดำ เขตบางขุนเทียน กรุงเทพฯ ๑๐๑๕๐

โทรศัพท์ ๐๒-๔๖๒-๐๓๐๓



## คำปรารภ

เงินเป็นประดิษฐกรรมสำคัญที่เป็นทั้งตัวหล่อลื่นและขับเคลื่อนเศรษฐกิจของมนุษย์อย่างไม่มีอะไรเทียบเท่าได้ ไข่แต่เท่านั้นมันยังมีอิทธิพลอย่างมากต่อชีวิตของผู้คนทั้งในทางบวกและทางลบ เงินช่วยให้เรามีความสุขและสะดวกสบายมากขึ้น แต่ในเวลาเดียวกันก็สร้างความทุกข์ให้แก่เรามิใช่น้อย

เงินเป็นบ่าวที่ดี แต่เป็นนายที่เลว หากเรารู้จักใช้เงิน ประโยชน์ย่อมเกิดขึ้นอย่างมากมาย แต่บ่อยครั้งเรากลับปล่อยให้มันใช้เรา บงการให้เราเพิ่มพูนและปกป้องมันอย่างไม่หยุดหย่อน ข้ายังยอมทำชั่วเพื่อมันด้วย หลายคนถึงกับยอมตายเพื่อมัน

เงินจะกลายมาเป็นบ่าวที่ดีของเราได้ ต่อเมื่อเรารู้เท่าทันมัน เห็นคุณและโทษของมันอย่างรอบด้าน อีกทั้งยังรู้เท่าทันกิเลสของตนเองด้วย เราจะบริหารเงินไม่ได้เลย หากไม่รู้จักบริหารจิตใจของตนเอง รวมทั้งสามารถเข้าถึงความสุขที่ไม่อิงวัตถุสิ่งเสพ เมื่อใดที่เรามีความสุขดังกล่าว หล่อเลี้ยงจิตใจ เงินก็จะมีอำนาจบงการจิตใจเราน้อยลง และเราจะเป็นอิสระจากเงินได้มากขึ้น

หนังสือเล่มนี้มีที่มาจากคำบรรยายของข้าพเจ้าในหัวข้อเดียวกัน โดยได้รับนิมนต์จากธนาการเกียรตินาคิน เมื่อวันที่ ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑ ณ อาคารเคพีพี ทาวเวอร์ ต่อมาผู้จัดเห็นว่าคำบรรยายดังกล่าวมีประโยชน์ ควรเผยแพร่ให้กว้างขึ้น จึงสนับสนุนให้มูลนิธิเครือข่ายพุทธิกา จัดพิมพ์เป็นหนังสือ ในการพิมพ์ครั้งนี้มีการปรับปรุงแก้ไขหลายจุด แม้ข้าพเจ้าจะมีประสบการณ์ที่จำกัดในเรื่องการบริหารเงินอย่างฉลาด แต่ก็หวังว่าหนังสือเล่มนี้จะเป็นประโยชน์แก่ผู้อ่านในการบริหารเงินให้เกิดคุณประโยชน์แก่ชีวิตอย่างแท้จริง

พระไพศาล วิสาโล

๑ สิงหาคม ๒๕๖๑

## สารบัญ

บ่าวที่ดี นายที่เลว	๙
แบ่งทรัพย์แบบพุทธ	๑๗
บริหารใจควบคู่กับบริหารเงิน	๒๙
รู้ทันสิ่งล่อเร้าเข้ายวน	๓๗
ปิดจุดอ่อนของตัว	๔๕
เพิ่มพลังจิต	๕๑
เข้าถึงความสุขที่ประณีต	๕๗
เมื่อพบสุขที่ประเสริฐ ก็เมินเฉยสุขที่ด้อยกว่า	๖๗

## ช่วงคำถามจากผู้ฟัง

๗๗





ตามปกติ การนิมนต์พระมาบรรยายเรื่องการ  
บริหารเงินอย่างฉลาด เป็นเรื่องที่จะออกจะผิดฝาดตัว  
สักหน่อย เพราะพระวินัยและวิถีชีวิตแบบนักบวชทำให้  
พระค่อนข้างจะห่างไกลจากเงินและการบริหารเงิน อีก  
ทั้งโดยส่วนตัวอาตมาก็ไม่ได้เป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จ  
ในด้านการเงิน พอที่จะมีอะไรมาแนะนำทุกท่านในที่นี้  
ซึ่งเป็นผู้มีประสบการณ์และความรู้ในเรื่องการเงินดีอยู่  
แล้ว

อย่างไรก็ตาม อาตมาเชื่อว่าคำสอนของพระพุทธเจ้า  
น่าจะเป็นประโยชน์กับทุกท่านได้ โดยเฉพาะเรื่องการ  
วางท่าทีที่ถูกต้องเหมาะสมเกี่ยวกับเงิน



ข่าวที่ดี  
นายที่เลว

คนทั่วไปมักมองว่าพุทธศาสนามีท่าทีที่เป็นลบ  
ต่อเงินหรือต่อความสุขที่เกิดจากการใช้จ่ายเงินทอง  
แม้พระพุทธเจ้าเคยตรัสกับพระอานนทว่า เงินคือ  
อสรพิษ แต่สำหรับคฤหัสถ์หรือผู้ครองเรือนแล้ว เงิน  
เป็นสิ่งจำเป็น ไม่ใช่แค่สำคัญเท่านั้น แต่ยังเป็นสิ่ง  
จำเป็นสำหรับชีวิต เมื่อมีเงินแล้วก็ควรรู้จักใช้เงินให้  
เกิดประโยชน์ ซึ่งประโยชน์เบื้องต้นก็คือ การทำให้  
ตัวเองมีความสุข



มีคราวหนึ่ง พระพุทธเจ้าทรงทราบว่า มีเศรษฐีคนหนึ่งในเมืองสาวัตถีเสียชีวิตลง และเนื่องจากเศรษฐีคนนั้นไม่มีทายาท ทรัพย์สมบัติทั้งหมดซึ่งมีจำนวนมหาศาล จึงตกเป็นของหลวง เศรษฐีคนนี้มีพฤติกรรมบางอย่างที่น่าจะนำมากล่าวถึงคือเป็นคนตระหนี่ แม้มั่งมีร่ำรวย แต่ใช้ชีวิตแบบอึดคัดขัดสน กินปลายข้าวกับน้ำส้ม ใส่เสื้อผ้าปุปะ ใช้รถเกาๆ เป็นพาหนะ ร่มทำด้วยใบไม้ อีกทั้งไม่รู้จักบริจาคเงินเพื่อช่วยเหลือผู้อื่น พระองค์ตรัสถึงเศรษฐีคนนั้นว่า เป็นคนที่น่าตำหนิ เป็นอัสถบุรุษ เพราะไม่รู้จักใช้ทรัพย์เพื่อเลี้ยงตนและผู้อื่นให้เป็นสุข

พระพุทธเจ้าไม่ได้มองว่าความยากจนหรือความอึดคัดขัดสนเป็นของดี จริงอยู่วิถีชีวิตของพระ ถ้าเทียบกับฆราวาสก็ถือว่าเป็นผู้ที่อยู่อย่างเรียบง่ายและอาจถือว่ายากจนด้วยซ้ำ แต่นั่นก็เพราะพระมีชีวิตที่ต้องพึ่งพาผู้อื่นด้านปัจจัยสี่ จึงควรอยู่อย่างเรียบง่าย แต่ในส่วนของฆราวาสหรือผู้ครองเรือน เมื่อหาเงินมาได้ ก็ต้องรู้จักใช้ทรัพย์เลี้ยงให้ตนมีความสุข ถ้าไม่ใช้ทรัพย์เพื่อเลี้ยงตนให้มีความสุข ถือว่าเป็นคนโง่ ไม่น่าสรรเสริญ นี่เป็นประเด็นหนึ่งที่ชี้ว่า พุทธศาสนาไม่ได้มองหรือมีท่าทีลบต่อเงินทอง



พระพุทธเจ้าได้ตรัสถึงการใช้จ่ายเงิน หรือการเกี่ยวข้องกับเงินไว้หลายตอน มีธรรมะหมวดหนึ่งชื่อว่า กามโกติ แปลว่าผู้บริโภคมกาม หรือผู้ครองเรือน พระองค์ตรัสว่า ฆราวาสต้องรู้จักหาทรัพย์โดยชอบธรรม คือ ไม่คดโกง ไม่ลักขโมย ไม่กดขี่ขูดรีด ไม่ประกอบมิจฉาอาชีวะ เมื่อได้ทรัพย์มาแล้ว ต้องรู้จักใช้ทรัพย์ให้เป็น

ใช้ทรัพย์ให้เป็น ได้แก่

๑) เลี้ยงตนและครอบครัวให้มีความสุข

๒) รู้จักแบ่งปันและใช้ทำความดี เช่น บริจาคช่วยเหลือส่วนรวม อุปลัมภศาสนาหรือพระสงฆ์ คนที่หาเงินมาโดยชอบธรรมแต่ไม่รู้จักเลี้ยงตนให้มีความสุข อย่างนี้ไม่ถูก หรือเลี้ยงตนให้มีความสุข แต่ไม่รู้จักแบ่งปันหรือใช้ทำความดีช่วยเหลือผู้อื่น อย่างนี้ก็ไม่ได้เช่นกัน



๓) ไม่สบาย ไม่มัวเมาหมกมุ่นในกามหรือความสุขจากทรัพย์ ใช้เงินหรือหาความสุขจากทรัพย์อย่างรู้เท่าทัน มีอิสระ เป็นนายเหนือทรัพย์ ประการหลังเป็นสิ่งสำคัญมาก พูดอย่างง่ายๆ คือ เราต้องรู้จักใช้ทรัพย์ให้เป็นประโยชน์

พุทธศาสนามองว่า ทรัพย์หรือเงินทองเป็นบ่าวที่ดี แต่เป็นนายที่เลว หากเราเป็นนายของเงิน เราก็สามารถสร้างสรรค์ประโยชน์มากมายจากเงินที่หามาได้ ทั้งเลี้ยงตัวให้มีความสุข แบ่งปันเพื่อแผ้วให้ผู้อื่นได้รับความสุข ทำบุญ หรือช่วยเหลือส่วนรวม อย่างนี้เรียกว่ารู้จักใช้เงิน เป็นนายของเงิน แต่คนส่วนใหญ่ไม่ได้เป็นนายของเงิน กลับปล่อยให้เงินและทรัพย์ทั้งหลายกลายเป็นนายตน นี่คือสาเหตุสำคัญที่ทำให้ผู้คนมีความทุกข์กันอยู่ทุกวันนี้



เวลาเงินหาย ของหาย ถ้าเราเสียอกเสียใจจนกินไม่ได้ นอนไม่หลับ นั่นแปลว่าเรากำลังปล่อยให้ทรัพย์เป็นนายเรา เวลาเราทำงานแล้วได้เงินน้อยเกิดความไม่พอใจ เป็นทุกข์ นั่นแปลว่าเรากำลังปล่อยให้เงินมาเป็นนายเรา ใครที่ยอมให้เงินเป็นนายตน ในที่สุดก็อาจจะทำชั่ว คอร์รัปชั่นเพื่อเงิน บางทีถึงกับไปปล้นหรือฆ่าเพื่อแย่งชิงทรัพย์มา นี่ก็เพราะตกเป็นทาสของเงิน บางทีถึงกับฆ่าพี่ฆ่าน้อง หรือฆ่าพ่อฆ่าแม่เพื่อเอามรดก ดังที่เป็นข่าว นี่เป็นตัวอย่างของคนที่ตกเป็นทาสของเงิน จึงยอมทำชั่วเพราะเงิน

จริงอยู่หลายคนไม่ถึงกับยอมทำชั่วเพื่อเงิน แต่อาจยอมตายเพื่อเงินก็ได้ ด้วยการทุ่มเทชีวิตทั้งชีวิตเพื่อเงิน ไม่ได้หลับไม่ได้นอน ไม่ได้พักผ่อน ทั้งที่มีเงินเยอะแล้วก็ยังหาเงินไม่หยุด จนเครียดหนัก เป็นโรคความดัน โรคหัวใจ หรือโรคประสาท บางคนอายุ ๗๐-๘๐ ปี แล้วก็ยังไม่หยุดหาเงิน แทนที่จะใช้เงินให้มีความสุข กลับยอมทุกข์เพื่อมีเงินเข้ามามากๆ นี่คือการของคนที่ตกเป็นทาสของเงิน เพราะยอมตายเพื่อเงินได้



บางคนพกเงินสดรวมแหวนเพชรสร้อยทอง เดินไป  
ในซอยเปลี่ยว จู่ๆ มีโจรมาจี้เอาเงิน หลายคนเลือกที่  
จะต่อสู้ขัดขืน จนถูกทำร้ายบาดเจ็บหรือล้มตาย  
อย่างนี้เรียกว่าเจ็บหรือตายเพื่อเงิน คนที่ยอมตาย  
เพื่อเงิน เราจะเรียกเขาว่าเป็นนายของเงินได้อย่างไร  
เขาคิดว่าเงินเป็นของเขา แต่ที่จริงเขาเป็นของเงิน  
มากกว่า

เดี๋ยวนี้เราพบว่าคนที่ปล่อยให้เงินเป็นนายมีอยู่  
เยอะมาก ผู้คนทะเลาะเบาะแว้งกันในหมู่เพื่อน ใน  
หมู่พี่น้อง ก็เพราะเงิน ความสัมพันธ์สูญเสียไปก็เพราะ  
เงิน บางคนตั้งเป้าหมายในชีวิตหลังจากเรียนจบว่า  
เมื่ออายุถึง ๓๐ ปีจะต้องมีเงินให้ได้ ๒๐ ล้านบาท  
เขาจึงทุ่มเททุกอย่าง แม้จะขัดแย้งกับพ่อแม่ เพื่อนฝูง  
แม้จะทะเลาะกับเพื่อนร่วมงาน เขาก็ไม่สนใจ มี  
ครอบครัวก็ไม่สนใจลูกและภรรยา สุขภาพก็ไม่ดูแล  
รักษา สนใจเพียงเพื่อมีเงินให้ได้ตามเป้า ครั้นอายุ  
ครบ ๓๐ ปี เขามีเงินถึง ๑๐๐ ล้านบาท เกินเป้า  
ด้วยซ้ำ แต่ครอบครัวแตกแยก ร่างกายเจ็บป่วย เป็น  
โรคหัวใจ ความดันสูง นอนไม่หลับ ที่เป็นเช่นนี้ก็  
เพราะยอมตนเป็นทาสของเงิน



คนที่ฉลาด จะทำตนให้เป็นนายของเงิน ไม่ใช่  
เป็นทาสของเงิน

ธรรมะเรื่องกามโมक्षิหรือผู้ครองเรือน ให้ข้อคิด  
ที่ดีมาก นั่นคืออย่าสยบ อย่ามัวเมา หมกมุ่นในทรัพย์  
ใช้ทรัพย์อย่างมีปัญญา คือเห็นประโยชน์ของมัน  
ขณะเดียวกันก็รู้เท่าทันโทษของมัน รู้จักทำตนให้เป็น  
อิสระเหนือทรัพย์ คือเป็นนายของทรัพย์ เพราะชีวิต  
คนเรามีค่ามากกว่าการหาเงินหาทองให้ได้มากๆ โดย  
ต้องสูญเสียหลายสิ่งหลายอย่างที่มีความหมายต่อชีวิต







## แบ่งทรัพย์สิน แบบพุทธ

คำสอนอีกประการหนึ่งของพระพุทธเจ้าเกี่ยวกับเรื่องเงินก็คือ โภควิภาค คือหลักการแบ่งทรัพย์สิน สองมาพิจารณาดูว่ามีประโยชน์กับเราแค่ไหน

พระองค์แนะนำว่าเมื่อได้เงินมา ควรแบ่งเงินออกเป็นสี่ส่วน ส่วนที่หนึ่งใช้เลี้ยงตนและคนที่ควรบำรุงให้มีความสุข รวมทั้งทำประโยชน์ให้แก่ผู้อื่น อีกสองส่วน ใช้ลงทุนประกอบการงาน อีกหนึ่งส่วนให้เก็บไว้ใช้ยามจำเป็น

สังเกตว่าพระพุทธรองค์ทรงแนะนำ ให้ใช้ทรัพย์ เพื่อเลี้ยงตนและครอบครัว รวมทั้งทำประโยชน์แก่ผู้อื่น รวมแล้ว ๒๕ เปอร์เซ็นต์ของเงินทั้งหมดที่หามาได้ อีก ๒๕ เปอร์เซ็นต์ให้เก็บออมไว้ใช้ในยามจำเป็น ส่วนอีก ๕๐ เปอร์เซ็นต์เอาไว้ใช้ลงทุน หลายคนอาจสงสัยว่าทำไมลงทุนและเก็บออมเยอะ เพราะรวมทั้งหมดมากถึง ๗๕ เปอร์เซ็นต์ ขณะที่ให้ใช้แค่ ๒๕ เปอร์เซ็นต์ นั่นเป็นเพราะคนสมัยก่อนเวลาอยากได้อะไร เขาก็ทำขึ้นหรือหามาเอง เช่น ปลูกข้าว เก็บผัก จับปลา ทอผ้า ความจำเป็นที่ต้องใช้เงินมีน้อย มาถึงสมัยนี้ การที่คนเราจะใช้เงินเพียงแค่ ๒๕ เปอร์เซ็นต์ เพื่อเลี้ยงตนและครอบครัวให้มีความสุขนั้น เป็นไปได้



ยาก เพราะอะไรๆ ก็ต้องจ่ายเงิน จะซื้อหรือทำเอง น้อยมาก

แต่ถึงอย่างไรคำสอนเรื่องนี้ก็มีประโยชน์มาก เพราะชี้ให้เห็นว่าคนเรานั้น ทรัพย์ที่หามาได้นั้น ควรแบ่งเป็นสามส่วนคือ ๑) การใช้จ่าย ๒) การเก็บออม ๓) การลงทุน

เวลาเราพูดถึงเรื่องการบริหารเงิน ชาวพุทธมีหลักอยู่ว่า ทำอย่างไรจะให้เงินมาเป็นบ่าวที่ดี ไม่ใช่มาเป็นนายของเรา จะทำอย่างนั้นได้ ก็ต้องมีหลักในการใช้เงิน กล่าวคือ ต้องรู้จักจัดลำดับความสำคัญ การจัดลำดับความสำคัญนั้นเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับทุกเรื่อง เช่นเวลา เราแต่ละคนมีเวลาในโลกนี้อย่างจำกัด วันหนึ่งเรามีแค่ ๒๔ ชั่วโมง ดังนั้นจะทำอะไรก็ต้องจัดลำดับความสำคัญ อันไหนที่สำคัญก็ควรทำก่อน อันไหนสำคัญรองลงมาก็เอาไว้ทีหลัง เรื่องเงินก็เหมือนกัน ในแต่ละขณะเรามีเงินอยู่จำกัด เราจึงจำเป็นต้องจัดลำดับความสำคัญก่อน

การจัดลำดับความสำคัญของเงิน อาตมาจำแนกแบบกว้างๆ ว่าเงินที่เราจะใช้จ่ายหรือสิ่งที่เราต้องใช้จ่าย ด้วยเงิน มีอยู่สี่ประเภท คือ



๑. สิ่งจำเป็นระยะสั้น
๒. สิ่งจำเป็นระยะยาว
๓. สิ่งที่ทำให้ความสุขระยะสั้น
๔. สิ่งที่ทำให้ความสุขระยะยาว

สิ่งจำเป็นระยะสั้น เช่น อาหาร เสื้อผ้า ค่าเช่าบ้าน ค่าน้ำไฟ ค่าโทรศัพท์ ค่าพาหนะ น้ำมันรถ ค่าเสื้อผ้า ภาษีสังคม (เช่น งานศพ งานแต่งงาน) ผ่อนบ้าน ผ่อนรถ อันนี้หมายถึงสิ่งที่จำเป็นต้องใช้เพื่อการดำเนินชีวิต เพื่อการทำงาน ซึ่งใช้แบบวันต่อวันหรือไม่เกินหนึ่งเดือน

สิ่งที่ให้ความสุขระยะสั้น เช่น ดูหนัง กินข้าว นอกบ้าน น้าซากาแพ ซอปปิง ทำบุญ คนเราหากจะ



ใช้จ่ายเงินเฉพาะสิ่งที่จำเป็น ก็ดูแห่งแล้งจิตซัดไปหน่อย เราทุกคนล้วนต้องการความสุขเพื่อช่วยให้มีชีวิตชีวาขึ้นมา เป็นการเติมสีสันให้กับชีวิต ฉะนั้นสำหรับปุถุชนหรือฆราวาสผู้ครองเรือน การมีค่าใช้จ่ายเพื่อเติมความสุขให้กับชีวิต เป็นเรื่องที่ปฏิเสธได้ยาก

สิ่งจำเป็นระยะยาว เช่น เงินประกันชีวิต เงินประกันสุขภาพ ค่ารักษาพยาบาล ค่าผ่อนรถ ผ่อนบ้านหรือที่ดิน นี่เป็นค่าใช้จ่ายที่จำเป็นในวันข้างหน้า อาจจะเป็นปีหน้า หรืออีก ๑๐ ปี หรือ ๓๐ ปีข้างหน้า ดังนั้นจึงจำเป็นต้องอดออมเสียแต่วันนี้ เพราะถ้าพึ่งเงินเดือนแต่ละเดือน คงไม่พอกับค่ารักษาพยาบาลซึ่งอาจเป็นจำนวนหลายหมื่นบาทหรือเป็นแสน นอกจากนั้นก็ต้องคิดถึงเรื่องการซื้อที่ดิน หรือซื้อบ้าน สำหรับคนที่เช่าบ้านหรือเช่าหออยู่ ในระยะยาวก็ควรมีบ้านหรือที่พักของตนเอง รวมทั้งค่าประกันรถที่ต้องจ่ายปีละนับหมื่นบาท

สิ่งที่ให้ความสุขกับเราระยะยาว ซึ่งหมายถึงสิ่งที่อยากทำตั้งแต่หนึ่งปีขึ้นไป เช่น การเที่ยวต่างประเทศ ซื้อกล้องถ่ายรูป เครื่องเสียงซึ่งสำหรับบางคนราคานับแสน

อาจมาคิดว่าการจัดลำดับความสำคัญของการบริหารเงิน มีวิธีการจัดได้หลายแบบ อันนี้เป็นตัวอย่างหนึ่ง โดยจัดลำดับความสำคัญเป็นสี่ประเภท คือ จำเป็นระยะสั้น จำเป็นระยะยาว ความสุขระยะสั้น ความสุขระยะยาว

สำหรับสิ่งที่เป็นความจำเป็นระยะสั้น หรือความสุขระยะสั้น จัดอยู่ในรายจ่าย เป็นรายจ่ายเดือนต่อเดือน ส่วนความจำเป็นระยะยาว หรือความสุขระยะยาว ควรมาจากการออม ดังนั้นเมื่อเรามีรายรับเข้ามา สิ่งที่เราควรทำ คือกันเงินส่วนหนึ่งไว้เป็นเงินออม อีกส่วนหนึ่งเป็นเงินลงทุน แล้วที่เหลือจึงค่อยเป็นรายจ่าย



บางคนมีรายได้เข้ามา จ่ายก่อน เหลือเท่าไรจึงค่อยออม หลายคนที่ใช้วิธีการแบบนี้พบว่าตนจ่ายเงินไม่เหลือให้ออมหรือลงทุนเลย

มันจะดีกว่าหรือเปล่า เมื่อเรามีรายได้เข้ามา ก่อนที่จะใช้จ่ายอะไรก็กันส่วนหนึ่งเป็นเงินออมไว้ก่อน รวมทั้งเป็นเงินลงทุน เช่น ซื้อพันธบัตร กองทุนรวม หรือซื้อกองทุนอะไรต่างๆ ก็ได้

ถ้าเราไม่ทำเช่นนั้น แต่ใช้จ่ายก่อน เหลือเท่าไรค่อยออม ในที่สุดอาจจะไม่เหลือเลยก็ได้ มันเหมือนการใช้เวลา เรามีเวลาวันหนึ่ง ๒๔ ชั่วโมง เรานอนไป ๘ ชั่วโมง ก็เหลืออยู่ ๑๖ ชั่วโมง เราตั้งใจว่าจะแบ่งเวลาส่วนหนึ่งเอาไว้สำหรับทำสิ่งที่สำคัญ เช่น ออกกำลังกาย นั่งสมาธิ แต่แล้วเราบอกว่าจะออกกำลังกาย นั่งสมาธิ มีเวลากับครอบครัวเป็นสิ่งที่ดี แต่ว่างเมื่อไรค่อยทำ คนที่คิดแบบนี้จะพบว่าสุดท้ายก็ไม่มีเวลาว่างเหลือทำสิ่งเหล่านั้นเลย เพราะอะไรต่ออะไรแย่งเวลาเราไปหมด ซึ่งมักจะเป็นสิ่งที่ไม่สำคัญ แต่ดึงดูดใจ เช่น เล่นไลน์หรือเฟซบุ๊ก ดูหนังซีรีส์เกาหลี ไปสังสรรค์กับเพื่อน แต่ถ้าคิดว่าอะไรที่สำคัญ ให้ลงมือทำเลย เหลือเวลาอีกเท่าไรค่อยเอาไปใช้อย่างอื่น อย่างนี้รับรองว่าสิ่งสำคัญในชีวิตจะได้ทำแน่นอน



อุปมาเหมือนกับว่าคุณมีขวดโหลอยู่หนึ่งใบ แล้วคุณใส่ก้อนหินลงไปจนเต็ม คุณยังสามารถใส่กรวดและทรายลงไปได้อีก จากนั้นยังสามารถเติมน้ำได้อีก แต่ถ้าคุณเริ่มต้นจากการใส่กรวดหรือทรายให้เต็มขวดก่อน คุณจะไม่สามารถใส่ก้อนหินได้อีก เพราะไม่มีที่ว่างเหลือ

สิ่งสำคัญอยู่ที่ว่าคุณใส่อะไรลงไปก่อน ถ้าคุณใส่ก้อนหินลงไปก่อน แม้จะเต็มขวดแล้ว คุณก็ยังใส่กรวดใส่ทรายลงไปได้อีก แต่ถ้าคุณเริ่มต้นจากการใส่ทรายหรือใส่กรวดก้อนเล็กๆ เมื่อเต็มแล้วคุณก็จะไม่สามารถใส่ก้อนหินลงไปได้ แม้แต่ก้อนเดียว



เรื่องการบริหารเงินก็เหมือนกัน เมื่อมีรายได้มาแล้วคิดว่าจ่ายก่อน เหลือเท่าไรค่อยออม หรือค่อยลงทุน สุดท้ายคุณก็จะไม่เหลือเงินเลย เพราะคุณจะสนุกกับการจ่ายจนลืม แต่ถ้าคุณเริ่มต้นด้วยวิธีนี้คือ เมื่อได้เงินมาก็แบ่งเป็นสี่กองทันที กองแรกเป็นเงินออม กองที่สองสำหรับลงทุน ที่เหลือเป็นค่าใช้จ่ายในแต่ละเดือน สำหรับความจำเป็นและความสุขระยะสั้นในหนึ่งเดือน วิธีนี้จะทำให้การใช้หรือการบริหารเงินของคุณเป็นไปอย่างที่ต้องการ คือ มีเงินทั้งสำหรับสิ่งที่จำเป็นระยะสั้น และสิ่งที่ให้ความสุขระยะสั้นคือหนึ่งเดือน แล้วคุณก็ยังมีเงินเหลือสำหรับสิ่งจำเป็นระยะยาว และสิ่งที่ให้ความสุขระยะยาวตั้งแต่หนึ่งปีขึ้นไป รวมทั้งเงินลงทุนด้วย

นี่เป็นตัวอย่างว่า ถ้าเราสามารถจัดลำดับความสำคัญได้ ก็จะช่วยให้การบริหารเงินส่วนบุคคลเป็นไปได้ดีขึ้น

นี่เรื่องพื้นฐานที่ทุกท่านรู้จักกันอยู่แล้ว แต่สิ่งสำคัญคือ ถ้าเรามีการวางแผนแบบนี้แล้ว เราจะทำตามแผนนี้ได้อย่างไร สิ่งที่เกิดขึ้นกับหลายคนก็คือ ไม่ว่าจะวางแผนแบบไหนก็ตาม สวยหรูเพียงใด แต่กลับทำตามแผนไม่ได้ เพราะอะไร เพราะผลใจ ไม่มีวินัย คุณตัวเองไม่ได้ ด้วยเหตุนี้เราจึงจำเป็นต้องมีวิธีการเพื่อช่วยให้การบริหารเงินเป็นไปตามแผนที่วางไว้ ผู้รู้ด้านนี้ให้คำแนะนำง่ายๆ ว่า ให้เปิดบัญชีในธนาคารอย่างน้อยสี่บัญชี คือบัญชีเงินลงทุน บัญชีสำหรับความจำเป็นระยะสั้น บัญชีสำหรับความสุขระยะสั้น และบัญชีสำหรับความสุขและความจำเป็นระยะยาว หรือจะแยกเงินก้อนหลังออกเป็นสองบัญชีก็ได้ คือบัญชีสำหรับความสุขระยะยาว และบัญชีสำหรับความจำเป็นระยะยาว เมื่อได้เงินมาแล้วก็แบ่งเงินเป็นสี่กองแล้วเอาเข้าบัญชีของแต่ละกองเลย วิธีนี้ช่วยให้การบริหารเงินเป็นไปตามแผน เพราะเมื่อเอาเงินเข้าธนาคารแล้ว ก็เป็นการตีกรอบจำกัดในตัวเอง จะใช้เงินแต่ละประเภทได้เท่าใด รวมทั้งตรวจสอบได้ว่า เราได้ใช้จ่าย ลงทุน และออมตามแผนที่วางไว้หรือเปล่า ดีกว่าการเก็บเงินไว้ในกระเป๋าเหมือนกัน



แล้วคำนวณอยู่ในหัวว่า เดือนนี้เราจะใช้ทำอะไรบ้าง เช่น ใช้สำหรับสิ่งจำเป็น ๒๐,๐๐๐ บาท ใช้สำหรับหาความสุข ๒,๐๐๐ บาท เอาเข้าจริงกลับทำไม่ได้ เพราะอดใจไม่ได้ ใช้จ่ายเงินเพื่อหาความสุขเพลินไปหน่อย หมดไป ๕,๐๐๐ บาท สุดท้ายก็ต้องไปดึงเอาจากเงินออมมาใช้ ซึ่งทำได้ง่ายเพราะอยู่ในกระเป๋าเดียวกัน ดังนั้นแผนที่วางเอาไว้จึงไม่ได้ผล





## บริหารใจ ควบคู่กับ บริหารเงิน

นอกจากเรื่องการบริหารเงินแล้ว สิ่งที่เป็นอีกอย่างหนึ่งคือ การบริหารใจของเรา การบริหารใจเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้เกิดวินัยในการใช้เงิน และช่วยให้การบริหารเงินเป็นจริงได้

การบริหารใจ เริ่มต้นด้วยการรู้ทันความอยาก และรู้จักหักท้วงจิตใจของตน หลายคนแม้รู้ว่าอะไรควรซื้อ อะไรไม่ควรซื้อ แต่ทำไม่ได้อย่างที่ต้องการ มีคำพูดว่า “ดีชั่วรู้หมด แต่อดใจไม่ได้” เช่น รู้ว่าการออกกำลังกายเป็นของดี รู้ว่าการกินน้ำตาลมากไม่ดี รู้ว่าการกินเนื้อเยอะๆ ในวัยนี้เสี่ยงกับการเป็นโรคหัวใจ รู้ว่าสูบบุหรี่ไม่ดี กินเหล้าไม่ดี แต่อดใจไม่ได้

FOOD  
SALE

สิ่งที่เรารู้มันอยู่ในหัว มันบอกเราว่าอะไรดี อะไรไม่ดี แต่ปรากฏว่าใจมักไม่ร่วมมือด้วย ใจไม่ร่วมมือด้วยส่วนหนึ่งก็เพราะใจไม่ได้รับการฝึกฝน อีกส่วนหนึ่งเป็นเพราะไม่มีสติรู้ทันจิตใจของตัวเอง เมื่อความอยากเกิดขึ้นก็ปล่อยให้มันชักพาจิตใจไปตามอำนาจของมัน หลายคนใช้จ่ายเงินอย่างไม่มีสติ เพราะถูกสิ่งกระตุ้นเร้าพาจิตใจไป

มีคนหนึ่งเล่าว่าวันหนึ่งจะไปซื้อรองเท้าแตะก็เลยไปห้างสรรพสินค้า ปรากฏว่าในห้างมีของขายลดราคาเยอะแยะ สุดท้ายเขาซื้ออะไรต่ออะไรมากมาย อย่างเดียวที่ไม่ได้ซื้อคือรองเท้าแตะ

พอไปถึงห้าง เห็นของลดราคาก็อยากได้ซื้อเพลินจนลืมไปเลยว่าเข้าห้างไปเพื่ออะไร ไปห้างเพื่อจะซื้อรองเท้า แต่พอเจอสิ่งล่อเร้าเข้ายวนก็ลืมรองเท้าไปเลย ซื้อสารพัด สิ่งเดียวที่ไม่ได้ซื้อคือ สิ่งที่ตั้งใจจะไปซื้อแต่แรก

นี่เพราะไม่มีสติ เพราะลืมตัว แล้วถ้าคุณปล่อยให้ตัวเองลืมตัวบ่อยๆ ในชีวิตประจำวัน วันแล้ววันเล่า แม้คุณวางแผนการบริหารเงิน วางแผนใช้เงินให้สวยอย่างไร คุณก็ทำอย่างที่ต้องการไม่ได้

รู้ทันจิตใจของเรา หมายความว่าเมื่อมีความอยากก็รู้ทัน





อาตมาประทับใจแม่คนหนึ่ง เธอมีลูกสาวอายุ ๙ ขวบ วันหนึ่งลูกสาวกลับจากโรงเรียนบอกแม่ว่า หนูอยากได้ของเล่นชิ้นหนึ่ง อยากได้มากเลยแม่ แม่ถามว่ามันคืออะไรเธอ ลูกสาวตอบว่ามันเป็น ไมโครโฟนที่เวลา กดปุ่มแล้วจะมีเสียงเพลงออกมา เหมือนว่าเธอกำลังร้องเพลงออกมาจริงๆ นี่คือเมื่อ สิบกว่าปีก่อน สมัยที่ยังไม่มีสมาร์ตโฟน ของเล่นของเด็กอย่างดีก็ประมาณนี้แหละ

แม่ถามลูกว่าราคาเท่าไร เด็กตอบว่า ๔๐๐ บาท สำหรับครอบครัวนี้เงิน ๔๐๐ บาทถือว่าเยอะ เมื่อ ผู้เป็นแม่เจอแบบนี้ส่วนใหญ่จะหาอย่างใดอย่างหนึ่ง ในสองประการคือ หนึ่ง ซื้อให้ลูก สอง ไม่ซื้อ



แต่แม่คนนั้นฉลาด เธอบอกว่าถ้าลูกอยากได้จริงๆ ก็ได้ แต่แม่มีเงื่อนไขสองข้อคือ ข้อแรก แม่จะหักเงิน ค่าขนมครึ่งหนึ่งจนครบหนึ่งอาทิตย์ ส่วนที่เหลือแม่ จะออกให้ และข้อสอง ทุกเย็นก่อนกลับบ้านให้ลูกไป ที่ร้านของเล่นนั้น นอกจากไปดูของแล้ว ให้สังเกต ความอยากในใจของตัวด้วย

เด็กอยากได้จึงรับปาก ทุกเย็นเด็กก็ไปที่ร้าน ของเล่น ด้วยความอยากได้ของเล่น เด็กดีใจที่ได้เห็น ของเล่น แต่ก็ทำตามที่ได้รับปากแม่ คือสังเกตความ อยากในใจด้วย ผ่านไปสามวัน เด็กมาบอกกับแม่ว่า หนูไม่เอาแล้ว แม่ถามว่าทำไมล่ะ เด็กบอกว่าเบื่อ แล้ว เสียตายเงิน เอาเงินไปซื้ออย่างอื่นดีกว่า

เด็กหมดความอยากแล้ว ความอยากได้ของเล่น หายไปไหน มันหายไปเพราะเธอสังเกตดูมันทุกวัน ธรรมชาติของอารมณ์ เช่น ความอยาก หรือความ โกรธ หากเรารู้ทันมัน หรือเห็นมัน มันจะผ่อหรือ หายไปเลย แต่คนส่วนใหญ่ไม่ได้ทำอย่างนั้น พอมี ความอยากปุ๊บ ก็ทำตามความอยากเลย เห็นของ ในห้าง อยากได้ก็ซื้อเลย ทั้งที่ไม่ได้คิดจะซื้อมาก่อน มารู้ตัวก็เผลอซื้อของเข้าบ้านไปแล้ว แต่ถ้าเราหมั่น

สังเกตความอยากของตัว แทนที่เราจะรีบซื้อทันที เรา  
มาดูความอยากของตัว ในที่สุดความอยากมันก็จะ  
หายไป



ทุกวันนี้เราถูกกระตุ้นเร้าให้เกิดความอยาก ถ้า  
เราไม่มีสติ เราก็เปลืองจ่ายเงินไปโดยไม่รู้ตัวครั้งแล้ว  
ครั้งเล่า แผนการใช้เงินที่วางไว้ไม่เคยทำได้ตามเป้าเลย  
เพราะลืมหืมตัว เพราะไม่มีสติ อันนี้เป็นเพราะเราคิดแต่  
จะบริหารเงิน แต่ไม่คิดจะบริหารใจของเรา

การมีสติเป็นเรื่องสำคัญ สติช่วยให้เรารู้เท่าทัน  
ความอยาก รู้เท่าทันอารมณ์ของตัว แค่รู้ทันเฉยๆ  
โดยไม่ต้องกดข่มมัน คุณเพียงแค่ดูมันเฉยๆ ลองทำดู  
ก็ได้ เมื่อเราอยากได้อะไร อย่าเพิ่งรีบซื้อ เพียงแค่

ทอดเวลาไปสักพัก สัก ๒-๓ วัน แล้วมีสติรู้เท่าทัน  
อารมณ์ ความอยากก็จะหมดหรือเจือจางลง

หลายคนพบว่าพอรีบซื้อแล้ว มักมีความทุกข์อีก  
ประการหนึ่งตามมา เช่น หนึ่งอาทิตย์ต่อมาปรากฏว่า  
ของนั้นลดราคา ๒๐ เปอร์เซ็นต์ คุณจะรู้สึกเสียดาย  
และเสียใจทันที ตอนที่คุณได้มาใหม่ๆ คุณดีใจมาก  
แต่พอคุณรู้ว่าอีกอาทิตย์หนึ่งหรือหนึ่งเดือนต่อมามัน  
ลดราคา คุณมีความสุขใหม่ ไม่มี บางครั้งซื้อไปแล้ว  
แต่พอเดินไปเจออีกร้านหนึ่งพบว่าขายถูกกว่า อาจจะ  
แค่นิดหน่อย คุณจะรู้สึกเสียใจทันที หลายคนเสียใจ  
เพราะเหตุนี้ ทั้งที่ได้ของมา แต่ก็ทุกข์ เพราะอะไร  
เพราะความหุนหันพลันแล่น แต่ถ้าคุณทิ้งระยะไว้  
สักหน่อย อย่างน้อยๆ คุณจะพบว่าความอยากมัน  
ลดลง เผลอๆ คุณอาจจะได้ของที่ดีกว่าหรือราคา  
ถูกกว่าด้วย เพราะคุณมีข้อมูลมากขึ้น พบว่าที่อื่น  
ขายถูกกว่า

