



Original Research Article

Reinforcement Of Financial Planning Based on Buddhist Perspectives for Retirement Preparation

การเสริมสร้างการวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุ

ด้วยระบบคิดเชิงพุทธ

Phramaha Rangsey Thanavuddho Peykaeo^{1*}, & Phrarajvinaivajiramedhi²

พระมหารังสี ฐานวุฒโฒ ปี่แก้ว^{1*}, & พระราชวินัยวัชรเมธี²

ARTICLE INFO

Name of Author &
Corresponding Author: *

1. Phramaha Rangsey Thanavuddho Peykaeo*

พระมหารังสี ฐานวุฒโฒ ปี่แก้ว

Graduate School of Vajiranyanavarorasa Mahamakut Buddhist University, Thailand.

บัณฑิตวิทยาลัยวชิรญาณวโรรส มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

Email: rajapradith@gmail.com

2. Phrarajvinaivajiramedhi

พระราชวินัยวัชรเมธี

Graduate School of Vajiranyanavarorasa Mahamakut Buddhist University, Thailand.

บัณฑิตวิทยาลัยวชิรญาณวโรรส มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

Email: sairung.in@mbu.ac.th

คำสำคัญ :

วางแผนการเงิน, เกษียณอายุ, การเตรียมความพร้อม

Keywords:

Financial Planning, Retirement, Preparation

Article history:

Received: 11/05/2026

Revised: 11/06/2026

Accepted: 02/07/2026

Available online: 31/07/2026

How to Cite:

Peykaeo, R. & Phrarajvinaivajiramedhi, (2026). Reinforcement Of Financial Planning Based on Buddhist Perspectives for Retirement Preparation. *Journal of Dhamma for Life*, 32(4), 295-310.

ABSTRACT

This study aimed to 1) study financial planning for retirement preparedness; 2) examine Buddhist cognitive systems that enhance financial planning for retirement preparedness; 3) strengthen financial planning for retirement preparedness through Buddhist cognitive systems; and 4) propose a model and body of knowledge concerning the enhancement of financial planning for retirement preparedness through Buddhist cognitive systems. The study employed a qualitative research methodology. Data were collected through in-depth interviews with 15 key informants and analyzed using descriptive analysis.

The findings revealed that financial planning for retirement preparedness in Thailand relies primarily on welfare funds and long-term savings mechanisms, including the Social Security Fund, Government Pension Fund, Provident Fund, National Savings Fund, and Retirement Mutual Fund. The Buddhist cognitive systems that enhance financial planning consist of 1) the development of financial literacy, 2) the cultivation of financial discipline, and 3) the establishment of financial goals. The analysis further showed that the principle of Santosa supports financial planning based on knowledge, skills, and moral values; the principle of Bhoga-vibhāga promotes disciplined financial management; and the principle of Dīṭṭhadhammikāttha encourages diligence, saving behavior, social networking, and moderate consumption. The findings led to the development of a "Model for Enhancing Financial Planning for Retirement Preparedness through Buddhist Cognitive Systems," which can be applied to promote effective financial planning and retirement preparedness.



บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 4 ประการ ได้แก่ 1) ศึกษาการวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุ 2) ศึกษากระบวนการคิดเชิงพุทธที่เสริมสร้างการวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุ 3) เสริมสร้างการวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุด้วยระบบคิดเชิงพุทธ และ 4) นำเสนอรูปแบบและองค์ความรู้เกี่ยวกับการเสริมสร้างการวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุด้วยระบบคิดเชิงพุทธ การวิจัยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ เก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 15 รูป/คน และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา

ผลการวิจัยพบว่า การวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุในประเทศไทยอาศัยกลไกกองทุนสวัสดิการและการออมระยะยาว ประกอบด้วย กองทุนประกันสังคม กองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ กองทุนสำรองเลี้ยงชีพ กองทุนการออมแห่งชาติ และกองทุนรวมเพื่อการเลี้ยงชีพ ระบบคิดเชิงพุทธที่ช่วยเสริมสร้างการวางแผนการเงิน ประกอบด้วย 1) การสร้างองค์ความรู้ทางการเงิน 2) การสร้างวินัยทางการเงิน และ 3) การกำหนดเป้าหมายทางการเงิน ผลการวิเคราะห์พบว่า หลักสันโดษช่วยส่งเสริมการวางแผนการเงินบนฐานของความรู้ ทักษะ และคุณธรรม หลักโภควิภาคช่วยเสริมการบริหารจัดการเงินอย่างมีวินัย ส่วนหลักทิฏฐัมมิกัตถะช่วยส่งเสริมความขยัน การออม การสร้างเครือข่ายทางสังคม และการใช้จ่ายอย่างพอเหมาะ ผลการวิจัยนำไปสู่การพัฒนาองค์ความรู้ในรูปแบบ “Model เพื่อเสริมสร้างการวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุด้วยระบบคิดเชิงพุทธ” ซึ่งสามารถประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมการวางแผนการเงินและการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยเกษียณได้อย่างเหมาะสม

บทนำ

การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรเป็นหนึ่งในประเด็นสำคัญที่หลายประเทศทั่วโลกกำลังเผชิญ โดยเฉพาะการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ (Aging Society) ซึ่งเป็นผลจากความก้าวหน้าด้านการแพทย์และสาธารณสุข การเพิ่มขึ้นของคุณภาพชีวิต และการลดลงของอัตราการเกิด ประเทศไทยเป็นหนึ่งในประเทศที่มีการเปลี่ยนผ่านเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างรวดเร็ว โดยข้อมูลจากสำนักงานสถิติแห่งชาติ (2567) ระบุว่า สัดส่วนประชากรสูงอายุของประเทศไทยเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 6.8 ของประชากรทั้งหมดในปี พ.ศ. 2537 เป็นร้อยละ 20.0 ในปี พ.ศ. 2567 ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงเชิงโครงสร้างประชากรอย่างมีนัยสำคัญ ปรากฏการณ์ดังกล่าวเกิดจากหลายปัจจัย ได้แก่ ความก้าวหน้าของระบบบริการสุขภาพ การเข้าถึงบริการสาธารณสุขที่มีประสิทธิภาพมากขึ้น รวมถึงการลดลงของอัตราการเกิดจากการเปลี่ยนแปลงค่านิยมด้านครอบครัวและการวางแผนครอบครัว (ศิริวรรณ มนอัคระผดุง และคณะ, 2559) นอกจากจำนวนผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้นแล้ว อายุขัยเฉลี่ยของประชากรไทยยังมีแนวโน้มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยประชากรชายไทยที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปมีแนวโน้มดำรงชีวิตต่ออีกประมาณ 19 ปี และประชากรหญิงประมาณ 21.5 ปี หรือมีอายุเฉลี่ยประมาณ 79 ปี และ 81.5 ปี ตามลำดับ (วุฒิชัย คำควร, 2558) การมีช่วงชีวิตหลังเกษียณที่ยาวนานขึ้นจึงทำให้ประเด็นด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจและการ



วางแผนทางการเงินก่อนเกษียณกลายเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลโดยตรงต่อคุณภาพชีวิต ความสามารถในการพึ่งพาตนเอง และความเป็นอยู่ที่ดีของผู้สูงอายุในระยะยาว ขณะเดียวกัน รูปแบบความสัมพันธ์ภายในครอบครัวไทยได้เปลี่ยนแปลงจากครอบครัวขยายไปสู่ครอบครัวเดี่ยวมากขึ้น ส่งผลให้บทบาทของครอบครัวในการสนับสนุนด้านเศรษฐกิจและการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุลดลง ผู้สูงอายุจำนวนมากจึงจำเป็นต้องพึ่งพาทรัพยากรทางการเงินของตนเองมากขึ้น (พรนภา สมสกุล และคณะ, 2564) สอดคล้องกับข้อมูลสำนักงานสถิติแห่งชาติ (2567) ที่พบว่า สัดส่วนผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ตามลำพังเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 3.6 ในปี พ.ศ. 2537 เป็นร้อยละ 10.4 ในปี พ.ศ. 2567 แนวโน้มดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่าการเตรียมความพร้อมทางการเงินก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุไม่ใช่เพียงประเด็นส่วนบุคคล แต่เป็นประเด็นเชิงโครงสร้างที่เกี่ยวข้องกับความมั่นคงทางสังคมในอนาคต

ประเทศไทยจะมีระบบสนับสนุนด้านการเงินหลังเกษียณหลายรูปแบบ อาทิ กองทุนประกันสังคม กองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ กองทุนสำรองเลี้ยงชีพ และกองทุนการออมแห่งชาติ แต่ปัญหาสำคัญคือประชากรวัยทำงานจำนวนมากยังขาดความรู้ ความเข้าใจ และพฤติกรรมการบริหารจัดการทางการเงินที่เหมาะสมสำหรับการเกษียณ ส่งผลให้เกิดความเสี่ยงด้านความไม่เพียงพอของรายได้หลังเกษียณ โดยเฉพาะเมื่อเผชิญกับค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพและค่าครองชีพที่เพิ่มสูงขึ้น ดังนั้น การส่งเสริมความรู้ทางการเงิน (Financial Literacy) และการสร้างพฤติกรรมทางการเงินที่เหมาะสมจึงเป็นกลไกสำคัญในการเตรียมความพร้อมสำหรับสังคมผู้สูงอายุ อย่างไรก็ตาม งานวิจัยที่ผ่านมาเกี่ยวกับการวางแผนการเงินเพื่อการเกษียณอายุส่วนใหญ่มุ่งเน้นการศึกษาปัจจัยทางเศรษฐศาสตร์ เช่น รายได้ การออม การลงทุน หรือระดับความรู้ทางการเงิน โดยยังมีข้อจำกัดในการอธิบายมิติด้านคุณค่า ความเชื่อ และหลักคิดในการดำเนินชีวิตที่อาจมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมทางการเงินของบุคคล โดยเฉพาะบริบทของสังคมไทยที่มีรากฐานทางวัฒนธรรมและศาสนาพุทธเป็นสำคัญ

ในการศึกษาการบูรณาการหลักพุทธธรรมกับแนวคิดด้านการวางแผนทางการเงินเพื่อการเกษียณ ซึ่งอาจช่วยอธิบายกลไกการสร้างวินัยทางการเงิน การรู้จักประมาณตน และการใช้ทรัพยากรอย่างมีเหตุผลได้ลึกซึ้งยิ่งขึ้น หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา เช่น สันโดษ โภควิภาค และทิวฐัมมิกัตถะ เป็นแนวคิดที่ให้ความสำคัญกับการดำรงชีวิตอย่างสมดุล การสร้างความมั่นคงทางเศรษฐกิจ และการบริหารทรัพย์สินอย่างเหมาะสม หลักธรรมดังกล่าวสามารถนำมาประยุกต์ร่วมกับแนวคิดการวางแผนทางการเงินสมัยใหม่ เพื่อพัฒนาแนวทางการสร้างความพร้อมทางการเงินสำหรับวัยเกษียณที่สอดคล้องกับบริบททางสังคมและวัฒนธรรมไทย ดังนั้น การวิจัยครั้งนี้จึงมุ่งศึกษาความรู้ทางการเงินและพฤติกรรมทางการเงินที่ส่งผลต่อการวางแผนการเงินเพื่อการเกษียณอายุของประชากรวัยทำงานในกรุงเทพมหานคร รวมทั้งศึกษาการประยุกต์ใช้หลักพุทธบูรณาการเพื่อเสนอแนวทางการส่งเสริมความพร้อมทางการเงินก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ผลการวิจัยจะช่วยเติมเต็มช่องว่างทางองค์ความรู้ด้านการวางแผนการเงินเพื่อการเกษียณในมิติที่เชื่อมโยงระหว่างเศรษฐศาสตร์ พฤติกรรมศาสตร์ และหลักพุทธธรรม ตลอดจนสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางสำหรับหน่วยงานภาครัฐ ภาคเอกชน และองค์กรที่เกี่ยวข้องในการพัฒนานโยบายและกิจกรรมส่งเสริมการเตรียมความพร้อมสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างยั่งยืน

ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องและกรอบแนวคิดในการวิจัย

ทฤษฎีการวางแผนการเงินส่วนบุคคล

ทฤษฎีการวางแผนการเงินส่วนบุคคลอธิบายว่า การบริหารจัดการทรัพยากรทางการเงินของบุคคลเป็นกระบวนการที่ต้องดำเนินการอย่างเป็นระบบ เพื่อให้สามารถบรรลุเป้าหมายทางการเงินในแต่ละช่วงชีวิต โดยเฉพาะการสร้าง ความมั่นคงทางเศรษฐกิจภายหลังการเกษียณอายุ แนวคิดดังกล่าวตั้งอยู่บนสมมติฐานสำคัญว่า ความมั่นคงทางการเงินของบุคคลมิได้เกิดจากระดับรายได้เพียงอย่างเดียว หากแต่เกิดจากความสามารถในการกำหนดเป้าหมาย การตัดสินใจทางการเงิน และพฤติกรรมในการบริหารทรัพยากรที่เหมาะสม องค์ประกอบสำคัญของกระบวนการวางแผนการเงินส่วนบุคคลประกอบด้วย การประเมินสถานะทางการเงินในปัจจุบัน (Financial Assessment) การกำหนดเป้าหมายทางการเงิน (Financial Goal Setting) การวางแผนการออม และการลงทุน (Saving and Investment Planning) การบริหารความเสี่ยงทางการเงิน (Risk Management) และการติดตามประเมินผลเพื่อปรับปรุงแผนทางการเงินอย่างต่อเนื่อง (Monitoring and Adjustment) กระบวนการดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่า การเตรียมความพร้อมทางการเงินเพื่อการเกษียณจำเป็นต้องอาศัยทั้งความรู้ ความเข้าใจ และวินัยทางการเงินของบุคคล จากการศึกษาของ (กิจติพร สิทธิพันธุ์, 2552) พบว่า ความรู้ทางการเงิน ทักษะคิดทางการเงิน และพฤติกรรมทางการเงินมีความสัมพันธ์กับระดับการวางแผนทางการเงินส่วนบุคคลของประชาชน ซึ่งแสดงให้เห็นว่าปัจจัยด้านกระบวนการคิดและพฤติกรรมมีบทบาทสำคัญต่อความสำเร็จของการบริหารจัดการทางการเงิน ดังนั้น การพัฒนาการวางแผนการเงินเพื่อการเกษียณจึงจำเป็นต้องให้ความสำคัญกับการเปลี่ยนแปลงระบบคิดและพฤติกรรมของบุคคลควบคู่กับการเพิ่มพูนความรู้ทางการเงิน ในบริบทของการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณ ทฤษฎีการวางแผนการเงินส่วนบุคคลจึงเป็นฐานแนวคิดสำคัญที่ช่วยอธิบายกลไกการสร้าง ความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ผ่านการจัดการรายได้ รายจ่าย การออม การลงทุน และการบริหารความเสี่ยง เพื่อให้บุคคลสามารถดำรงชีวิตภายหลังเกษียณได้อย่างมีคุณภาพ

ทฤษฎีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณ

การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณเป็นแนวคิดที่มองว่าการเกษียณอายุเป็นกระบวนการเปลี่ยนผ่านที่สำคัญของชีวิต (Life Transition) มิใช่เพียงการสิ้นสุดบทบาทด้านการประกอบอาชีพ แต่เป็นช่วงเวลาที่คุณต้องปรับเปลี่ยนรูปแบบการดำรงชีวิตในหลายมิติ ทั้งด้านเศรษฐกิจ จิตใจ สังคม และสุขภาพ ดังนั้น การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยเกษียณจึงต้องดำเนินการอย่างเป็นระบบและเริ่มต้นตั้งแต่ช่วงวัยทำงาน แนวคิดดังกล่าวเสนอว่า ความพร้อมในการเกษียณประกอบด้วยหลายองค์ประกอบ โดยเฉพาะมิติด้านเศรษฐกิจ ซึ่งเกี่ยวข้องกับความสามารถในการจัดเตรียมทรัพยากรทางการเงิน เช่น เงินออม เงินลงทุน กองทุนสำรองเลี้ยงชีพ และสินทรัพย์ที่สามารถสร้างรายได้ภายหลังเกษียณ นอกจากนี้ยังครอบคลุมมิติด้านจิตใจ ได้แก่ ความสามารถในการยอมรับการเปลี่ยนแปลง การกำหนดเป้าหมายชีวิตใหม่ และการมีความมั่นคงทางอารมณ์ รวมถึงมิติด้านสังคม



และสุขภาพ ซึ่งมีผลต่อคุณภาพชีวิตในระยะยาว ศิริวรรณ มนอัคระผดุง และคณะ (2559) ได้เสนอว่า การเตรียมตัวก่อนเกษียณจำเป็นต้องครอบคลุมทั้งการบริหารชีวิตและการบริหารทรัพยากร เนื่องจากการเปลี่ยนผ่านเข้าสู่วัยเกษียณเกี่ยวข้องกับการปรับตัวทั้งทางเศรษฐกิจและจิตสังคม ดังนั้น การวางแผนทางการเงินจึงเป็นองค์ประกอบหลักของการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณ เพราะเป็นพื้นฐานที่ช่วยลดความไม่แน่นอนด้านรายได้ และสนับสนุนให้บุคคลสามารถดำรงชีวิตหลังเกษียณได้อย่างมั่นคง

แนวคิดเศรษฐศาสตร์พุทธ

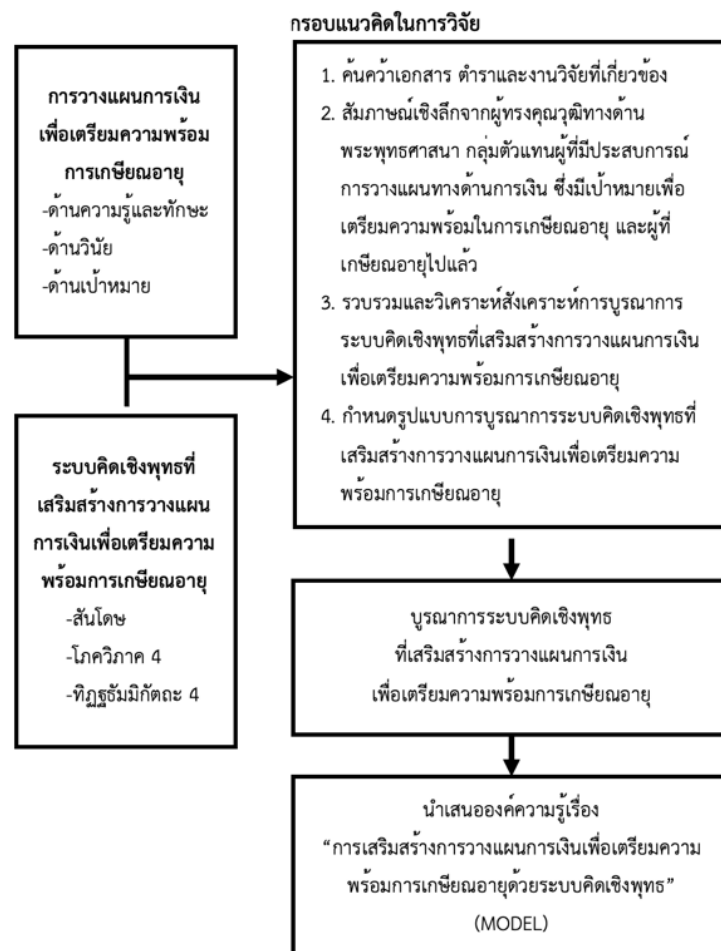
แนวคิดเศรษฐศาสตร์พุทธเป็นแนวคิดที่ประยุกต์หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเข้ากับการดำเนินชีวิตทางเศรษฐกิจ โดยให้ความสำคัญกับความสมดุลระหว่างความมั่นคงทางวัตถุกับความสุขทางจิตใจ แนวคิดนี้แตกต่างจากเศรษฐศาสตร์กระแสหลักที่มักให้ความสำคัญกับการเพิ่มผลประโยชน์สูงสุดและการบริโภคเป็นศูนย์กลาง โดยเศรษฐศาสตร์พุทธเสนอว่า การดำเนินกิจกรรมทางเศรษฐกิจควรอยู่บนพื้นฐานของความพอดี เหตุผล และความรับผิดชอบต่อชีวิตและสังคม หลักสำคัญของเศรษฐศาสตร์พุทธ ได้แก่ การบริโภคอย่างมีปัญญา (Wise Consumption) ซึ่งหมายถึงการใช้ทรัพยากรโดยพิจารณาถึงความจำเป็นและประโยชน์ที่แท้จริง การดำเนินชีวิตด้วยความพอประมาณและสมดุล (Moderation and Balance) ซึ่งช่วยลดพฤติกรรมบริโภคนิยมและส่งเสริมวินัยทางการเงิน รวมถึงแนวคิดเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างทรัพย์สินกับความสุข (Wealth and Well-being) ที่มองว่าทรัพย์สินเป็นเครื่องมือสนับสนุนคุณภาพชีวิต มิใช่เป้าหมายสูงสุดของการดำรงชีวิต พระคมสัน ฐิตเมธโส และคณะ (2560) พบว่า หลักพุทธธรรมสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการบริหารจัดการเศรษฐกิจและการดำเนินชีวิต เพื่อส่งเสริมการตัดสินใจที่มีเหตุผล ลดความสุดโต่ง และสร้างความสมดุลระหว่างความต้องการทางวัตถุกับความสุขภายใน ดังนั้น แนวคิดเศรษฐศาสตร์พุทธจึงเป็นฐานสำคัญในการพัฒนารูปแบบการวางแผนการเงินเพื่อการเกษียณที่มุ่งเน้นทั้งความมั่นคงและความยั่งยืนของชีวิต

ระบบคิดเชิงพุทธ

ระบบคิดเชิงพุทธเป็นกระบวนการทางปัญญาที่มุ่งพัฒนาการคิด การตัดสินใจ และการดำเนินชีวิตบนพื้นฐานของเหตุผล คุณธรรม และความเข้าใจธรรมชาติของชีวิต แนวคิดดังกล่าวสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับการบริหารจัดการทางการเงิน เนื่องจากพฤติกรรมทางการเงินของบุคคลไม่ได้เกิดจากความรู้เพียงอย่างเดียว แต่สัมพันธ์กับวิถีคิด ทศนคติ และแรงจูงใจภายใน องค์ประกอบสำคัญของระบบคิดเชิงพุทธที่เกี่ยวข้องกับการวางแผนการเงิน ได้แก่ โยนิโสมนสิการ เป็นกระบวนการคิดอย่างเป็นระบบและมีเหตุผล ช่วยให้บุคคลสามารถวิเคราะห์ข้อมูลทางการเงิน พิจารณาความจำเป็นก่อนการใช้จ่าย ประเมินความเสี่ยง และตัดสินใจลงทุนอย่างรอบคอบ ส่งผลให้ลดการตัดสินใจทางการเงินที่เกิดจากอารมณ์หรือแรงกดดันทางสังคม หลักสันโดษ เป็นแนวคิดเกี่ยวกับความพึงพอใจในสิ่งที่เหมาะสมกับตนเอง มิได้หมายถึงการหยุดพัฒนา แต่เป็นการรู้จักประมาณและบริหารความต้องการอย่างสมดุล หลักดังกล่าวสามารถส่งเสริมพฤติกรรมทางการเงิน เช่น การควบคุมรายจ่ายที่

ไม่จำเป็น การลดการบริโภคเกินความจำเป็น และการสร้างวินัยในการออม หลักมัชฌิมาปฏิปทา เป็นแนวทางการดำเนินชีวิตที่เน้นความสมดุลและหลีกเลี่ยงความสุดโต่ง สามารถประยุกต์ใช้ในการสร้างสมดุลระหว่างการใช้ชีวิตในปัจจุบันกับการเตรียมความมั่นคงในอนาคต ผ่านการบริหารรายได้ การออม และการลงทุนอย่างเหมาะสมและ หลักการจัดการทรัพย์สินตามแนวพระพุทธศาสนา (Buddhist Wealth Management) เป็นแนวคิดที่มุ่งเน้นกระบวนการได้มา รักษา และใช้ทรัพย์สินอย่างถูกต้อง โดยประกอบด้วยการสร้างทรัพย์สินด้วยความสุจริต การรักษาทรัพย์สิน การใช้ทรัพย์สินให้เกิดประโยชน์ และการแบ่งปันเพื่อสร้างคุณค่าต่อสังคม ภณิดา เหลืองวิลาศ (2560) เสนอว่า แนวคิดการจัดการทรัพย์สินตามหลักพระพุทธศาสนาไม่ได้มุ่งเน้นการสะสมความมั่งคั่งเพียงอย่างเดียว แต่ให้ความสำคัญกับการใช้ทรัพย์สินอย่างมีคุณธรรมและเกิดประโยชน์ต่อการดำรงชีวิต

กรอบแนวคิดในการวิจัย



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุ
2. เพื่อศึกษาระบบคิดเชิงพุทธที่เสริมสร้างการวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุ
3. เพื่อเสริมสร้างการวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุด้วยระบบคิดเชิงพุทธ
4. เพื่อนำเสนอรูปแบบและองค์ความรู้เกี่ยวกับ “การเสริมสร้างการวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุด้วยระบบคิดเชิงพุทธ”

ระเบียบวิธีการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การเสริมสร้างการวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุด้วยระบบคิดเชิงพุทธ” เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยใช้การวิจัยเอกสาร (Documentary Research) ร่วมกับการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) เพื่อศึกษาหลักพุทธธรรม แนวคิดการวางแผนการเงิน และแนวทางการประยุกต์ใช้ระบบคิดเชิงพุทธในการเตรียมความพร้อมด้านการเงินสำหรับวัยเกษียณ ซึ่งได้รับหนังสือรับรองจริยธรรมจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย เลขที่ จว. 201/2565 วันที่ 26 ธันวาคม พ.ศ. 2565 โดยมีขั้นตอนการวิจัย ดังนี้

ศึกษาและรวบรวมข้อมูลปฐมภูมิ

ผู้วิจัยศึกษาข้อมูลจากพระไตรปิฎกและอรรถกถา ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย โดยมุ่งศึกษาหลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับการใช้ทรัพย์ การออม การดำเนินชีวิต และการพึ่งพาตนเองทางเศรษฐกิจ เพื่อนำมาใช้เป็นกรอบในการวิเคราะห์ระบบคิดเชิงพุทธที่เกี่ยวข้องกับการวางแผนการเงินเพื่อการเกษียณอายุ

ศึกษาและรวบรวมข้อมูลทุติยภูมิ

ผู้วิจัยศึกษาหนังสือ ตำรา บทความวิชาการ งานวิจัย วารสาร และเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวางแผนการเงิน การออม การเตรียมความพร้อมเพื่อการเกษียณอายุ รวมถึงแนวคิดด้านเศรษฐศาสตร์ พฤติกรรมทางการเงิน และพุทธบูรณาการ เพื่อใช้เป็นฐานข้อมูลในการศึกษาวิเคราะห์และสังเคราะห์องค์ความรู้

สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ทรงคุณวุฒิ

ผู้วิจัยดำเนินการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 15 รูป/คน โดยใช้การคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ประกอบด้วยผู้ทรงคุณวุฒิด้านพระพุทธศาสนา ผู้เชี่ยวชาญด้านการวางแผนการเงิน และผู้มีประสบการณ์ด้านการบริหารจัดการทางการเงิน เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับแนวคิด พฤติกรรม และแนวทางการประยุกต์หลักพุทธธรรมกับการวางแผนการเงินเพื่อการเกษียณอายุ



สร้างและตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

ผู้วิจัยพัฒนาแบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง (Semi-structured Interview) จากการทบทวนวรรณกรรมและกรอบแนวคิดการวิจัย โดยกำหนดประเด็นคำถามให้ครอบคลุมด้านความรู้ทางการเงิน วินัยทางการเงิน เป้าหมายทางการเงิน และหลักพุทธธรรมที่เกี่ยวข้องกับการจัดการทรัพย์สินและการดำเนินชีวิต

วิเคราะห์และสังเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลจากเอกสารและการสัมภาษณ์มาวิเคราะห์เชิงพรรณนา (Descriptive Analysis) ร่วมกับการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) เพื่อจัดหมวดหมู่ข้อมูล เปรียบเทียบแนวคิด และสังเคราะห์ประเด็นสำคัญเกี่ยวกับการเสริมสร้างการวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุด้วยระบบคิดเชิงพุทธ

นำเสนอองค์ความรู้และข้อเสนอแนะ

ผู้วิจัยสรุปผลการศึกษาและพัฒนาเป็นองค์ความรู้เกี่ยวกับ “การเสริมสร้างการวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุด้วยระบบคิดเชิงพุทธ” พร้อมนำเสนอข้อค้นพบ ข้อสรุป และข้อเสนอแนะเชิงวิชาการเพื่อใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาการวางแผนการเงินสำหรับวัยเกษียณต่อไป

ผลการวิจัย

การวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุ

ผลการวิจัยพบว่า การวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุประกอบด้วยกระบวนการสำคัญ 4 ประการ ได้แก่ การสร้างความมั่นคงด้านรายได้ การบริหารจัดการทรัพย์สิน การควบคุมรายจ่ายและภาระหนี้สิน และการบริหารความเสี่ยงทางการเงิน โดยการวางแผนดังกล่าวต้องดำเนินการอย่างต่อเนื่องตั้งแต่ช่วงวัยทำงาน เพื่อสะสมทรัพยากรที่จำเป็นสำหรับการดำรงชีวิตในช่วงหลังเกษียณ ทั้งนี้ ผลการศึกษพบว่า บุคคลที่มีความพร้อมทางการเงินมิใช่เพียงผู้ที่มีรายได้สูงหรือมีทรัพย์สินจำนวนมาก แต่เป็นผู้ที่สามารถบริหารรายได้ รายจ่าย การออม และการลงทุนได้อย่างเหมาะสมกับบริบทชีวิตของตนเอง ในมิติของพระพุทธศาสนา ผลการวิจัยพบว่า แนวคิดเรื่อง “ทรัพย์” มีความหมายกว้างกว่ามุมมองทางเศรษฐศาสตร์ทั่วไป กล่าวคือ มิได้หมายถึงเพียงทรัพย์สินที่สามารถครอบครองหรือแลกเปลี่ยนได้เท่านั้น แต่ครอบคลุมถึงทรัพย์ภายใน ได้แก่ ความรู้ คุณธรรม และปัญญา ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญของการใช้ทรัพย์ภายนอกอย่างถูกต้อง การบริหารทรัพย์ตามแนวคิดเชิงพุทธจึงมิใช่การแสวงหาความมั่งคั่งเพื่อบริโภคเพียงอย่างเดียว แต่เป็นการใช้ทรัพย์เป็นเครื่องมือสนับสนุนการดำรงชีวิตที่สมดุลและมีคุณค่า ผลการศึกษายังพบว่า การเตรียมความพร้อมทางการเงินก่อนเกษียณจำเป็นต้องให้ความสำคัญกับการสร้างรายได้อย่างสุจริต การรักษาทรัพย์ การลดพฤติกรรมการบริโภค



เกินความจำเป็น และการเตรียมเงินสำรองสำหรับความไม่แน่นอนในอนาคต ซึ่งสอดคล้องกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ได้แก่ อุฏฐานสัมปทา อารักขสัมปทา และสมชีวิตา ที่เน้นการสร้างฐานะ การรักษาทรัพย์ และการดำรงชีวิตอย่างเหมาะสมกับรายได้ของตน

ระบบคิดเชิงพุทธที่เสริมสร้างการวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุ

ผลการวิจัยพบว่า ระบบคิดเชิงพุทธสามารถนำมาประยุกต์ใช้เป็นกรอบแนวคิดในการเสริมสร้างการวางแผนการเงินเพื่อวัยเกษียณ โดยมีลักษณะเป็นระบบคิดที่เชื่อมโยงระหว่างการพัฒนาความรู้ การสร้างวินัย และการบรรลุเป้าหมายทางการเงิน ซึ่งแตกต่างจากแนวคิดการวางแผนการเงินทั่วไปที่มุ่งเน้นตัวเลขหรือผลตอบแทนทางเศรษฐกิจเป็นหลัก เนื่องจากระบบคิดเชิงพุทธให้ความสำคัญกับกระบวนการคิดและพฤติกรรมของบุคคลควบคู่ไปกับการจัดการทรัพย์สิน ประการแรก ระบบคิดเชิงพุทธด้านองค์ความรู้ทางการเงิน พบว่าหลักสันโดษ สัมมาอาชีวะ และวิริยะ เป็นหลักธรรมสำคัญที่ช่วยพัฒนามุมมองต่อการแสวงหาและการใช้ทรัพย์อย่างเหมาะสม โดยเฉพาะหลักสันโดษที่ช่วยให้บุคคลรู้จักประมาณตน แยกแยะระหว่างความจำเป็นกับความต้องการ และลดการดำเนินชีวิตตามกระแสบริโภคนิยม ทั้งนี้ สันโดษในบริบทของการเงินมิได้หมายถึงการหยุดพัฒนาตนเองหรือไม่แสวงหาความก้าวหน้า แต่หมายถึงการรู้จักใช้ทรัพยากรอย่างมีเหตุผลและสอดคล้องกับศักยภาพของตน ประการที่สอง ระบบคิดเชิงพุทธด้านวินัยทางการเงิน พบว่า หลักโภควิภาค 4 เป็นแนวทางสำคัญในการจัดสรรทรัพย์อย่างสมดุล โดยเน้นการแบ่งทรัพย์เพื่อการดำรงชีวิต การสร้างความมั่นคงในอนาคต และการเตรียมพร้อมสำหรับเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิด หลักดังกล่าวสะท้อนแนวคิดการบริหารกระแสเงินสด การออม และการลงทุนอย่างเป็นระบบ ซึ่งสามารถเชื่อมโยงกับแนวคิดการวางแผนการเงินสมัยใหม่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ประการที่สาม ระบบคิดเชิงพุทธด้านการบรรลุเป้าหมายทางการเงิน พบว่า หลักกัมมฐัมมิกัตถะ 4 ได้แก่ อุฏฐานสัมปทา อารักขสัมปทา กัลยาณมิตตตา และสมชีวิตา เป็นกลไกสำคัญในการสนับสนุนให้บุคคลสามารถสร้างความมั่นคงทางการเงินในระยะยาว กล่าวคือ การมีความเพียรในการสร้างรายได้ การรู้จักรักษาทรัพย์ การมีเครือข่ายที่ส่งเสริมการเรียนรู้ และการดำรงชีวิตอย่างสมดุล ล้วนเป็นปัจจัยที่ช่วยลดความเปราะบางทางการเงินเมื่อเข้าสู่วัยเกษียณ

ตารางที่ 1 สัดส่วนหลักโภควิภาค 4

ส่วน	สัดส่วน	วัตถุประสงค์
ส่วนที่ 1	25%	ใช้จ่ายเพื่อการดำรงชีวิต
ส่วนที่ 2-3	50%	ลงทุนหรือประกอบการงาน
ส่วนที่ 4	25%	เก็บออมสำหรับเหตุฉุกเฉิน



การเสริมสร้างการวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุด้วยระบบคิดเชิงพุทธ

ผลการวิจัยพบว่า การเสริมสร้างการวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุด้วยระบบคิดเชิงพุทธ เป็นกระบวนการบูรณาการระหว่างหลักพุทธธรรมกับแนวคิดการบริหารจัดการทางการเงิน โดยมุ่งพัฒนาบุคคลให้มีความพร้อมทั้งด้านทรัพย์สินและด้านจิตใจ กระบวนการดังกล่าวประกอบด้วยการปรับเปลี่ยนฐานคิดทางการเงิน การสร้างวินัยในการบริหารทรัพย์สิน และการดำเนินชีวิตอย่างสมดุล ผลการศึกษาพบว่า หลักสันโดษมีบทบาทสำคัญต่อการปรับเปลี่ยนทัศนคติทางการเงิน โดยช่วยให้บุคคลลดความต้องการบริโภคที่เกินความจำเป็นและสามารถวางแผนการใช้จ่ายตามฐานะของตน ขณะที่หลักโภควิภาคช่วยสร้างโครงสร้างในการบริหารเงินอย่างเป็นระบบ ผ่านการกำหนดสัดส่วนของการใช้จ่าย การลงทุน และเงินสำรอง ส่วนหลักทิวฐธัมมิกัตถะช่วยสนับสนุนการสร้าง ความมั่นคงในระยะยาว โดยครอบคลุมทั้งการสร้างรายได้ การรักษาทรัพย์สิน การเรียนรู้จากบุคคลที่มีความรู้ และการดำรงชีวิตอย่างเหมาะสม ดังนั้น การวางแผนการเงินตามระบบคิดเชิงพุทธจึงไม่ได้มุ่งหมายเพียงให้บุคคลมีเงินเพียงพอสำหรับวัยเกษียณ แต่เป็นการสร้างความสามารถในการบริหารชีวิตอย่างมีปัญญา สามารถใช้ทรัพย์สินอย่างถูกต้อง ลดความวิตกกังวลทางเศรษฐกิจ และดำรงชีวิตหลังเกษียณได้อย่างมีคุณค่า

ตารางที่ 2 สรุปหลักธรรมกับแนวทางประยุกต์ใช้ในการวางแผนเกษียณและผลลัพธ์

หลักธรรม	แนวทางประยุกต์ใช้ในการวางแผนเกษียณ	ผลที่เกิดขึ้น
หลักสันโดษ	วางแผนการเงินตามรายได้และศักยภาพของตน ลดรายจ่ายที่ไม่จำเป็น ใช้จ่ายอย่างพอประมาณ และลงทุนตามกำลัง	ลดความวิตกกังวลทางการเงิน เกิดวินัยในการใช้จ่าย และมีความมั่นคงทางชีวิตหลังเกษียณ
หลักโภควิภาค	แบ่งทรัพย์สินอย่างเป็นระบบสำหรับค่าใช้จ่าย การลงทุน และเงินสำรองฉุกเฉิน	ช่วยสร้างความมั่นคงทางการเงิน ลดความเสี่ยง และรองรับค่าใช้จ่ายในวัยเกษียณ
หลักทิวฐธัมมิกัตถะ	พัฒนาความสามารถในการหารายได้ รักษาทรัพย์สิน สร้างเครือข่ายที่ดี และดำเนินชีวิตสมดุลตามฐานะ	ส่งเสริมความมั่นคง ความยั่งยืน และคุณภาพชีวิตที่เหมาะสมในระยะยาว

รูปแบบและองค์ความรู้เกี่ยวกับการเสริมสร้างการวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุด้วยระบบคิดเชิงพุทธ

จากผลการวิจัยสามารถสังเคราะห์เป็นองค์ความรู้ใหม่ คือ “รูปแบบการเสริมสร้างการวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุด้วยระบบคิดเชิงพุทธ” ซึ่งประกอบด้วย 3 องค์ประกอบหลัก ได้แก่ (1) ฐานคิดเชิงพุทธ (Buddhist Mindset) (2) การบริหารจัดการทางการเงิน (Financial Management) และ (3) ความพร้อมสู่การเกษียณ (Retirement Readiness) องค์ประกอบแรก คือ ฐานคิดเชิงพุทธ เป็นรากฐานของการกำหนดทัศนคติและพฤติกรรมทางการเงิน โดยใช้หลักสันโดษ สัมมาอาชีวะ และวิริยะ เพื่อสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับคุณค่าของทรัพย์และการใช้ทรัพย์อย่างมีเหตุผล องค์ประกอบที่สอง คือ การบริหารจัดการทางการเงิน เป็นกระบวนการนำหลักโศกวิภาคและหลักธรรมด้านการบริหารทรัพย์มาประยุกต์ใช้ในการออม การลงทุน และการบริหารความเสี่ยง ส่วนองค์ประกอบที่สาม คือ ความพร้อมสู่การเกษียณ เป็นผลลัพธ์ของกระบวนการทั้งหมด ซึ่งสะท้อนถึงความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ความสมดุลในการดำเนินชีวิต และคุณภาพชีวิตที่ดีในวัยหลังเกษียณ กล่าวโดยสรุป ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า ระบบคิดเชิงพุทธสามารถทำหน้าที่เป็นกรอบแนวคิดในการพัฒนาการวางแผนการเงินเพื่อการเกษียณได้อย่างเป็นองค์รวม โดยเชื่อมโยงมิติทางเศรษฐกิจเข้ากับมิติด้านจริยธรรมและการพัฒนาตนเอง อันนำไปสู่รูปแบบการเตรียมความพร้อมการเกษียณที่มีความยั่งยืนและสอดคล้องกับบริบทของสังคมร่วมสมัย

อภิปรายผล

ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 สะท้อนให้เห็นอย่างชัดเจนว่า การวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุเป็นกระบวนการที่ต้องอาศัย 3 องค์ประกอบสำคัญ ได้แก่ ความรู้ทางการเงิน วินัยทางการเงิน และการกำหนดเป้าหมายทางการเงินที่ชัดเจน โดยทั้งสามด้านต้องทำงานร่วมกันจึงจะนำไปสู่ความมั่นคงในวัยเกษียณ การวางแผนการเงินเป็นกระบวนการเชื่อมสภาพปัจจุบันไปสู่เป้าหมายในอนาคต โดยผู้ที่เข้าใจเรื่องเงินเพื่อ ดอกเบี้ย และพฤติกรรมค่าใช้จ่าย มีแนวโน้มวางแผนเกษียณได้ดีกว่า สอดคล้องกับ (กิจติพร สิทธิพันธุ์, 2552) และ (จักรพงษ์ เมษพันธุ์, 2566) ที่เห็นว่าความรู้ทางการเงินเป็นพื้นฐานสำคัญของความมั่นคงทางการเงิน อย่างไรก็ตาม แม้มีความรู้ แต่หากขาดวินัยในการออมและลงทุนอย่างต่อเนื่อง ก็ไม่สามารถสร้างความมั่นคงในวัยเกษียณได้ ขณะเดียวกัน ผู้ที่กำหนดเป้าหมายทางการเงินชัดเจนและสอดคล้องกับช่วงชีวิต จะมีแรงจูงใจในการออมและลงทุนมากกว่า โดยแนวคิดดังกล่าวสอดคล้องกับหลัก SMART Goal และข้อเสนอของ (จักรพงษ์ เมษพันธุ์, 2566) ที่มองว่าการมีเป้าหมายระยะยาวเป็นเงื่อนไขสำคัญของการเตรียมความพร้อมเพื่อวัยเกษียณ ผลการวิจัยยังสะท้อนปัญหาในบริบทสังคมไทยว่า คนจำนวนมากเริ่มวางแผนการเงินเมื่อใกล้เกษียณ ทำให้มีเวลาสะสมทรัพย์ไม่เพียงพอ สอดคล้องกับ (จันทร์เพ็ญ บุญฉาย, 2551) ที่พบว่าหนี้สินจำนวนมากเกิดจากการขาดการวางแผนทางการเงินตั้งแต่ต้น อีกทั้งประชาชนส่วนใหญ่ยังเข้าถึงความรู้ทางการเงินได้จำกัด โดยเฉพาะ



ด้านการลงทุนและการวางแผนภาษี ส่งผลให้การออมส่วนใหญ่อยู่ในรูปเงินฝากที่ให้ผลตอบแทนต่ำกว่าอัตราเงินเฟ้อ (กิจติพร สิทธิพันธุ์, 2552)

ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 ชี้ให้เห็นว่า ระบบคิดเชิงพุทธสามารถประยุกต์ใช้กับการวางแผนการเงินเพื่อเกษียณอายุได้อย่างชัดเจน โดยมุ่งสร้างความมั่นคงทางการเงินควบคู่กับความสมดุลในการดำเนินชีวิต มิได้เน้นเพียงการสะสมทรัพย์ แต่ให้ความสำคัญกับการแสวงหาและใช้ทรัพย์อย่างเหมาะสม สอดคล้องกับแนวคิดของ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต) (2556) ผลการวิจัยพบว่า หลักสันโดษช่วยควบคุมความต้องการ ลดการใช้จ่ายเกินฐานะ และส่งเสริมการออมระยะยาว โดยเฉพาะเมื่อดำเนินควบคู่กับวิริยะหรือความเพียร จะช่วยให้บุคคลหารายได้อย่างสุจริต ใช้จ่ายอย่างมีวินัย และไม่ก่อหนี้เกินตัว สอดคล้องกับ เสฐียรพงษ์ วรรณปก (2534) และพระครูปลัดดุสิต อภิทธิโชโต (2564) ด้านโภควิภาค 4 ผลการวิจัยพบว่า เป็นหลักการจัดสรรทรัพย์ที่สอดคล้องกับการวางแผนการเงินสมัยใหม่ ทั้งด้านค่าใช้จ่าย การลงทุน และเงินสำรองฉุกเฉิน สะท้อนว่าพระพุทธศาสนาให้ความสำคัญกับการสร้างความมั่งคั่งและการบริหารความเสี่ยงควบคู่กัน ส่วนทฤษฎีธัมมิกัตถะ 4 ครอบคลุมการสร้างรายได้ การรักษาทรัพย์ การคบหากัลยาณมิตร และการดำเนินชีวิตอย่างสมดุล ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการวางแผนการเงินตามวงจรชีวิตและการสร้างความมั่นคงระยะยาว กล่าวโดยสรุป ระบบคิดเชิงพุทธทั้งสันโดษ โภควิภาค 4 และทฤษฎีธัมมิกัตถะ 4 มีลักษณะสนับสนุนกันเป็นลำดับ ตั้งแต่การปรับทัศนคติต่อทรัพย์ การจัดสรรทรัพย์อย่างมีวินัย ไปจนถึงการสร้าง ความมั่นคงทางการเงินในระยะยาว จึงสามารถใช้เป็นกรอบคิดสำหรับการวางแผนเกษียณอายุได้อย่างเหมาะสมในบริบทสังคมไทย

ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 3 พบว่า ระบบคิดเชิงพุทธสามารถเสริมสร้างการวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุได้อย่างเป็นรูปธรรม โดยมุ่งสร้างความมั่นคงทางการเงินควบคู่กับความสมดุลทางจิตใจ ภายใต้อำนาจการใช้ทรัพย์อย่างพอประมาณ มีเหตุผล และสอดคล้องกับฐานะชีวิต หลักสันโดษช่วยลดการใช้จ่ายเกินตัว ลดหนี้สิน และส่งเสริมการออมระยะยาว โดยยถาลาภสันโดษทำให้พอใจในทรัพย์ที่ได้มาโดยสุจริต ยถาพลสันโดษช่วยให้วางแผนตามกำลังรายได้จริง และยถาสารูปสันโดษช่วยให้ใช้จ่ายเหมาะสมกับฐานะ ไม่ยึดติดกับค่านิยมบริโภคนิยม ด้าน หลักโภควิภาค 4 ช่วยให้จัดสรรทรัพย์อย่างเป็นระบบ ทั้งด้านค่าใช้จ่าย การลงทุน และเงินสำรองฉุกเฉิน สอดคล้องกับแนวคิดการวางแผนการเงินสมัยใหม่ ที่เน้นการลงทุนระยะยาว การกระจายความเสี่ยง และการรักษาสภาพคล่องทางการเงิน ส่วนหลักทฤษฎีธัมมิกัตถะ 4 ช่วยเสริมความมั่นคงทางการเงินในระยะยาว โดยอุฏฐานสัมปทานเน้นการสร้างรายได้ อารักขสัมปทานเน้นการรักษาทรัพย์ กัลยาณมิตตทานเน้นการมีที่ปรึกษาหรือเครือข่ายที่ดี และสมชีวิตาเน้นการดำรงชีวิตให้สมดุลระหว่างรายรับกับรายจ่าย

ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 4 พบว่า ระบบคิดเชิงพุทธสามารถบูรณาการกับการวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุได้อย่างเป็นรูปธรรม โดยช่วยสร้างทั้งความมั่นคงทางการเงินและความสมดุลในการดำเนินชีวิต ท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ สังคม และเทคโนโลยีในปัจจุบัน เบื้องต้น หลักสันโดษทำหน้าที่กำกับทัศนคติทางการเงิน ช่วยให้บุคคลใช้ชีวิตตามฐานะ ลดการบริโภคเกินจำเป็น และไม่ยึดติดกับค่านิยมบริโภคนิยม ส่งผลให้สามารถออมและวางแผนการเงินระยะยาวได้อย่างมั่นคง ด้าน หลักโภควิภาค 4 เป็นกรอบการจัดสรรทรัพย์อย่างสมดุล ทั้งด้านค่าใช้จ่าย การลงทุน และเงินสำรองฉุกเฉิน ช่วยให้เกิด



ความมั่นคงทางการเงินทั้งในปัจจุบันและอนาคต โดยไม่ละเลยความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นในวัยเกษียณ ส่วนหลักทฤษฎี 4 ช่วยเสริมกระบวนการสร้างและรักษาความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ผ่านความขยันในการประกอบอาชีพ การรักษาทรัพย์ การมีเครือข่ายหรือกัลยาณมิตรที่ดี และการดำเนินชีวิตอย่างสมดุลระหว่างรายรับกับรายจ่าย กล่าวโดยสรุป องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัยสะท้อนว่า การวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุด้วยระบบคิดเชิงพุทธ ไม่ได้มุ่งเพียงการสะสมทรัพย์ แต่เน้นการจัดการชีวิตอย่างพอดี มีวินัย และสอดคล้องกับความเปลี่ยนแปลงของสังคมร่วมสมัย อันนำไปสู่ความมั่นคงทางการเงินและคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนในวัยเกษียณ

องค์ความรู้ใหม่ที่ได้รับจากการศึกษา

องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัยเรื่อง “การเสริมสร้างการวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุด้วยระบบคิดเชิงพุทธ” สังกเคราะห์เป็นรูปแบบ “HFL Model” ซึ่งประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ ดังนี้

H (Health Asset) การเตรียมความพร้อมด้านกายและใจ มุ่งพัฒนาสติปัญญาและการดำเนินชีวิตอย่างพอประมาณตามหลักสันโดษ ได้แก่ 1) ยินดีตามที่ได้ 2) ยินดีตามกำลัง และ 3) ยินดีตามฐานะ เพื่อสร้างความเข้าใจในการใช้ชีวิตและการใช้ทรัพย์อย่างเหมาะสม

F (Financial Security) การเตรียมความพร้อมด้านการเงิน มุ่งบริหารจัดการทรัพย์ตามหลักโภควิภาค โดยแบ่งรายได้ออกเป็น 4 ส่วน ได้แก่ 1 ส่วนสำหรับค่าใช้จ่ายจำเป็น 2 ส่วนสำหรับการออมและการลงทุน และ 1 ส่วนสำหรับเงินสำรองฉุกเฉิน เพื่อเสริมสร้างความมั่นคงทางการเงินก่อนเข้าสู่วัยเกษียณ

L (Living Strategy) การเตรียมความพร้อมด้านสังคมและการดำเนินชีวิต มุ่งดำเนินชีวิตให้เหมาะสมกับฐานะทางเศรษฐกิจตามหลักทฤษฎี 4 ได้แก่ 1) การสร้างความมั่นคงในการดำรงชีวิต 2) การสร้างเครือข่ายและความสัมพันธ์ที่เกื้อกูล และ 3) การดำเนินชีวิตอย่างสมดุลและเหมาะสมกับรายได้

HFL Model เป็นองค์ความรู้ที่บูรณาการหลักพุทธธรรมกับการวางแผนการเงิน เพื่อส่งเสริมความพร้อมด้านกาย ใจ การเงิน และการดำเนินชีวิตสำหรับวัยเกษียณอย่างเหมาะสมและยั่งยืน



แผนภาพที่ 2 รูปแบบองค์ความรู้ (Model)

สรุป

ผลการศึกษาการวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุด้วยระบบคิดเชิงพุทธ แสดงให้เห็นว่า การเตรียมความพร้อมทางการเงินสำหรับวัยเกษียณเป็นกระบวนการที่ต้องอาศัยทั้งองค์ความรู้ด้านการบริหารจัดการทางการเงินและการพัฒนาระบบคิดที่เหมาะสม โดยการบูรณาการหลักพุทธธรรมเข้ากับแนวคิดการวางแผนทางการเงินสามารถนำไปสู่รูปแบบการดำเนินชีวิตที่มีความสมดุล มีวินัยทางการเงิน และสามารถจัดการทรัพยากรที่มีอยู่อย่างมีประสิทธิภาพ ผลการศึกษาสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัยในการพัฒนาแนวทางการวางแผนการเงินเพื่อรองรับวัยเกษียณ โดยพบว่า หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาสามารถทำหน้าที่เป็นกรอบแนวคิดในการกำกับพฤติกรรมทางการเงิน ส่งเสริมการตัดสินใจที่รอบคอบ และสร้างความมั่นคงในการดำรงชีวิตระยะยาว องค์ความรู้ที่ได้รับจากการศึกษาประการสำคัญ คือ การนำหลักสันโดษมาใช้เป็นฐานในการปรับเปลี่ยนทัศนคติด้านการเงิน โดยส่งเสริมให้บุคคลรู้จักประมาณตน ดำเนินชีวิตตามกำลังและฐานะของตน ลดการบริโภคที่เกินความจำเป็น และสร้างความตระหนักถึงความสำคัญของการบริหารรายได้และรายจ่ายอย่างเหมาะสม หลักสันโดษจึงมิได้หมายถึงการจำกัดความต้องการเพียงอย่างเดียว แต่เป็นกระบวนการสร้างความพอดีทางเศรษฐกิจที่ช่วยสนับสนุนการสร้างความมั่นคงทางการเงินในระยะยาว นอกจากนี้ การศึกษายังพบว่า หลักโศกวิภาคสามารถพัฒนาเป็นแนวทางในการจัดสรรทรัพยากรทางการเงินอย่างเป็นระบบ โดยช่วย

กำหนดสัดส่วนระหว่างการใช้จ่ายเพื่อการดำรงชีวิต การออมและการลงทุน ตลอดจนการจัดเตรียมเงินสำรอง เพื่อรองรับความเสี่ยงในอนาคต ส่งผลให้บุคคลสามารถวางแผนทางการเงินได้อย่างมีเป้าหมายและลดความไม่แน่นอนทางเศรษฐกิจเมื่อเข้าสู่วัยเกษียณ ขณะเดียวกัน หลักทฤษฎีธัมมิกัตถะช่วยเสริมสร้างรากฐานของความมั่นคงทางการเงินผ่านการสร้างรายได้ การรักษาทรัพย์ การแสวงหาความรู้และเครือข่ายทางการเงิน รวมถึงการดำเนินชีวิตให้เหมาะสมกับรายได้และสถานภาพของตน

ในเชิงวิชาการ ผลการศึกษานี้ก่อให้เกิดองค์ความรู้เกี่ยวกับการบูรณาการแนวคิดด้านการวางแผนการเงิน กับหลักพุทธธรรม ซึ่งช่วยขยายมุมมองจากการบริหารจัดการเงินในเชิงเศรษฐศาสตร์ไปสู่การพัฒนาพฤติกรรม ความคิด และคุณค่าของการดำรงชีวิต โดยเสนอว่าความมั่นคงทางการเงินในวัยเกษียณไม่ได้ขึ้นอยู่กับปัจจัยด้านรายได้หรือทรัพย์สินเพียงอย่างเดียว แต่ขึ้นอยู่กับความสามารถในการบริหารจัดการตนเอง การมีวินัยทางการเงิน และการดำเนินชีวิตอย่างสอดคล้องกับหลักความพอเหมาะพอดี องค์ความรู้ดังกล่าวสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางสำหรับนักวิชาการ นักพัฒนานโยบาย และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณ เพื่อออกแบบแนวทางหรือโปรแกรมพัฒนาศักยภาพทางการเงินที่คำนึงถึงทั้งมิติทางเศรษฐกิจ สังคม และจิตวิถีของบุคคลอย่างเป็นองค์รวม ดังนั้น ผลการศึกษานี้จึงสะท้อนให้เห็นว่า ระบบคิดเชิงพุทธ สามารถเป็นกรอบแนวคิดสำคัญในการเสริมสร้างการวางแผนการเงินเพื่อการเกษียณอายุ โดยช่วยเชื่อมโยงระหว่างการสร้างความมั่นคงทางเศรษฐกิจกับการดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่า อันนำไปสู่แนวทางการเตรียมความพร้อมวัยเกษียณที่มีความยั่งยืนและเหมาะสมกับบริบทของสังคมไทยร่วมสมัย

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

เพื่อส่งเสริมรูปแบบการเสริมสร้างการวางแผนการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุด้วยระบบคิดเชิงพุทธ จึงขอเสนอแนะนโยบายสำคัญเพื่อการวิจัย ดังนี้

1. รัฐบาลควรมีนโยบายสนับสนุนผลักดันกลไก ทางนโยบายให้เกิดเป็นรูปธรรม ด้วยการส่งเสริมให้ประชาชนนำหลักพุทธธรรมมาเป็นเครื่องมือและคู่มือในการจัดสรรทรัพย์ในครัวเรือนอย่างจริงจัง
2. ภาคเอกชน ควรมีการนำหลักหลักพุทธธรรมไปประยุกต์ใช้ในการบริหารด้านการเงินเพื่อเป็นการพัฒนาทั้งในองค์กรต่างๆ ได้
3. ประชาชนควรตระหนักถึงและให้ความสำคัญต่อหลักพุทธธรรมเพื่อเป็นหลักการพัฒนาตนเองให้มีคุณภาพชีวิตดี



ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษารูปแบบการบริหารจัดการทรัพย์สินตามหลักวิทยาการสมัยใหม่
2. ควรมีการศึกษาถึงแนวทางการแก้ปัญหาอันสืบเนื่องมาจากการจัดการทรัพย์สิน

เอกสารอ้างอิง

- กิจติพร สิทธิพันธุ์. (2552). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการวางแผนทางการเงินส่วนบุคคลของประชาชนในกรุงเทพมหานคร. [วิทยานิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยกรุงเทพ].
- จันทร์เพ็ญ บุญฉาย. (2551). การจัดการการเงินส่วนบุคคล : กรณีศึกษาเฉพาะกลุ่มวัยทำงาน. รายงานผลการวิจัย, มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต.
- จักรพงษ์ เมษพันธุ์. (2566). MONEY 101 เริ่มต้นนับหนึ่งสู่ชีวิตการเงินอุดมสุข. ซีเอ็ดดูเคชั่น.
- พระคมสัน จิตเมธโส และคณะ. (2560). การวิเคราะห์หลักพุทธธรรมที่ส่งเสริมหลักการแห่งเศรษฐศาสตร์. รายงานการวิจัย, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระครูปลัดดุษิต อธิธิโชโต (แสงย่อ). (2564). การศึกษาเปรียบเทียบสันโดษในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาเต๋า. [วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย].
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). (2556). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. สำนักพิมพ์ผลิธัมม.
- ภณิดา เหลืองวิลาศ. (2560). แนวทางการจัดการทรัพย์สินในทางพระพุทธศาสนา. [วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย].
- พรนภา สมสกุล และคณะ. (2564). การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเพื่อรองรับสังคมผู้สูงอายุตามนโยบายของรัฐบาลในพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลปากน้ำปราณ อำเภอปราณบุรี จังหวัดประจวบคีรีขันธ์. วารสาร Lawarath Social E-Journal, 3(2), 3-4.
- วุฒิคุณ คำควร. (2558). บทบาทผู้นำชุมชน วัฒนธรรมชุมชนและการยอมรับการใช้นวัตกรรมที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตตำบลหนองไผ่ล้อม อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง.
- ศิริวรรณ มนอัคระผดุง และคณะ. (2559). การเตรียมตัวเกษียณอายุราชการของผู้บริหารสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา. วารสารวิจัยและพัฒนา วไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์ สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, 11(2), 49-52.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2567). รายงานการสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. 2567. สำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม.
- เสฐียรพงษ์ วรรณปก. (2534). พระพุทธศาสนาที่คนและวิจารณ์. กรุงเทพฯ: อมรินทร์การพิมพ์.

