รวยแล้วไม่มีเวลา สุดท้ายยังไงคนเราก็หาเวลาใช้เงินได้ แล้วถ้าเงินเท่าเดิม จะใช้อย่างไรให้มีความสุขมากขึ้น?

"พี่ช่วงนี้หนูยุ่งจนไม่มีเวลาใช้เงินเลยพี่..." เป็นประโยคที่พูดขึ้นกลางวงสนทนาหนึ่ง ทำให้เพื่อนร่วมวงหลายคนโต้ตอบในทำนองว่าน่าหมั่นไส้ บ้างก็กระเซ้าว่าคงเหนื่อยแย่ แต่นึกดี ๆ บางทีนี่แหละปัจจัยที่ทำให้บางคนรวยขึ้น ๆ ได้จริง ๆ จากประโยคก่อนหน้า บางคนก็คิดย้อนทีเล่นทีจริงได้ทันทีว่า **"ต่างกับเราที่ว่างเลยมีเวลาใช้เงินหมด"** และแง่นี้มันก็เป็นเช่นนั้นจริง ๆ คนที่ไม่มีเวลาใช้เงิน ย่อม "เงินเหลือ" มากกว่าคนที่มีเวลาใช้เงิน และคำว่า "ยุ่ง" ในที่นี้ต้องหมายถึง ยุ่งในเรื่องการงาน หรือในเรื่องที่เป็นสาระแบบไม่ได้เสียเงิน ที่สำคัญถ้าความยุ่งนั้น "แปรผันตามรายได้" ด้วยแล้ว เขาเหล่านั้น รวยขึ้น ๆ คงไม่แปลกอะไรที่จะยิ่งยุ่ง ยิ่งรวย ตัวอย่างง่าย ๆ ที่หลายคนอาจมีประสบการณ์

ในวันที่เรายุ่งทั้งวัน มันทำให้เราแทบไม่มีเวลา "กิน" หรือมานั่ง "เลือกกิน" แค่เรื่องนี้ก็ทำให้เราเสียเงินน้อยลงมาก เพราะเราจะไม่ว่างพอไปสรรหากิน ออกไปกินอะไรแพง ๆ ไม่ได้เพราะไม่มีเวลา หรือ กินได้ตามจำเป็น ไม่มีเวลากินจุกจิก หากเป็นเช่นนี้ ค่ากิน ก็หายไปพอควร นี่คือตัวอย่างง่าย ๆ ต่อคำว่า "ไม่มีเวลาใช้เงิน" หรืออีกนัยหนึ่งไม่มีเวลาทำให้เสียเงินโดยใช่เหตุ จะเห็นว่า "ไม่มีเวลาใช้เงิน" **แน่ละ เงินก็เหลือมากขึ้น และยิ่งเหตุที่ทำให้ไม่มีเวลานั้นคือการเอาเวลาไปหาเงิน หรือพัฒนา, สร้างความก้าวหน้าก็ยิ่งส่งผล ดังนั้น "การทำตัวให้ยุ่งเข้าไว้" อาจเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้เรารวยขึ้น เพียงแต่ "ยุ่ง" นั้นต้องไม่ใช่ ยุ่งเรื่องปัญหาคาราคาซัง ที่มันไม่ก่อให้เกิดอะไร เพราะยุ่งแนวนั้นสุดท้ายมันคืออยากใช้เงิน แต่ไม่มีเงินให้ใช้ ไม่ใช่ไม่มีเวลาใช้เงิน ตรงนี้แยกให้ดี คิดให้ออก และต้องหลุดออกมาให้ได้**

โดยปกติแล้ว เวลาเราพูดถึงศาสตร์แห่งการเงิน เราก็มักจะนึกถึงวิธีการหาเงินและบริหารเงินเสียเป็นส่วนใหญ่ คนมากมายใช้บริการที่ปรึกษาทางการเงินเพื่อช่วยบริหารความมั่งคั่งให้เติบโต และมีอีกมากมายที่แสวงหาโอกาสด้านการงานต่าง ๆ เพื่อเพิ่มรายได้ ทั้งหมดทั้งมวลตั้งอยู่บนความเชื่อที่ว่า หากมีเงินมากขึ้น เราจะยิ่งมีความสุข ซึ่งถ้าว่ากันตามตรงแล้ว มันก็สมเหตุสมผลดี มีเงินมากขึ้นก็สบายใจขึ้น จับจ่ายใช้สอยได้มากขึ้น แต่ว่างานวิจัยในยุคสมัยใหม่ได้ให้คำตอบอันน่าทึ่งว่า รายได้ที่มากขึ้นเป็นเท่าตัวนั้น ส่งผลให้ความสุขเพิ่มขึ้นเพียงน้อยนิด และเมื่อรายได้สูงถึงจุดหนึ่งเมื่อไร การเพิ่มขึ้นของรายได้ก็จะไม่ส่งผลกับความสุขมากเท่าที่ควร หรือเผลอ ๆ อาจจะไม่ส่งผลเลยก็ได้

มีหลัก 5 ประการที่จะช่วยให้เราใช้เงินเพิ่มความสุขได้ แก่นสำคัญคือ ก่อนที่เราจะใช้เงิน เราควรไตร่ตรองให้ถี่ถ้วนก่อนว่า สิ่งที่เรากำลังจะจ่ายไปนั้นจะสร้างความสุขให้เราจริง ๆ ไหม หรือแค่ความสุขชั่วครั้งคราว แต่อย่างว่าเถอะ พอถึงสถานการณ์จริง คนเราก็มักหลงระเริงไปกับสัญชาตญาณมากกว่า ฉะนั้นจึง**เป็นการดีที่เราจะลองมาแกะหลัก 5 ประการนี้ดู**

1. ซื้อประสบการณ์ เงินที่เราจ่ายไปนั้นแลกเป็นของได้สองประเภท อย่างแรกคือวัตถุ อย่างที่สองคือประสบการณ์ การซื้อวัตถุนั้นเป็นอะไรที่ค่อนข้างแพร่หลายและเป็นที่นิยม อีกทั้งยังให้ความสุขแบบรวดเร็วฉับไว ลองนึกถึงความตื่นเต้นเวลาเดินช็อปปิ้ง เข้าร้านโปรด หรือเข้า Shopee ดูสิ ไหนจะช่วงเวลาที่เพิ่งได้รับสิ่งของมาหมาดๆ ความรู้สึกมันตื้นตันมากเลยใช่ไหม แต่ความสุขของวัตถุนั้นมักจะอยู่ได้ไม่นาน เราน่าจะคุ้นเคยกับสิ่งของต่าง ๆ มากมายที่เราหลงลืม เลิกเห่อ หรือไม่ได้หยิบมาใช้อีกเลย บางทีไม่รู้ตัวด้วยซ้ำว่าหายไปไหน หายไปเมื่อไร นี่ไม่ใช่เรื่องแปลกอะไร เพราะผู้คนส่วนใหญ่ระบุว่าความสุขที่ได้จากวัตถุนั้นเลือนหายไปตามกาลเวลา ตัวอย่างเช่น เด็กที่เพิ่งได้ของเล่นมาจากตู้เกม ช่วงแรก ๆ ก็จะยังเห่อของเล่นชิ้นนั้นอยู่ แต่ไม่นานนักพวกเขาก็ละเลยของเล่น ปล่อยทิ้งไว้ไม่ได้พกติดตัว

นอกจากนั้น งานวิจัยจากฮาร์วาร์ดยังบอกอีกว่าวัตถุไม่ใช่ตัวบ่งบอกความสุขเสมอไป นักศึกษาฮาร์วาร์ดที่ได้อยู่ในบ้านพักสวย ๆ แม้จะมีความสุขมากกว่านักศึกษาที่อยู่ในบ้านด้อยลงมาอยู่บ้าง แต่ปัจจัยเรื่องที่อยู่ไม่ใช่ตัววัดความสุขโดยรวม สิ่งที่ช่วยเสริมสร้างความสุขคือปัจจัยอื่น ๆ เช่น สังคมภายในบ้าน ต่างหาก ถ้าวัตถุไม่ตอบโจทย์ความสุขของเราอย่างยั่งยืน แล้วอะไรกันล่ะที่จะช่วย? คำตอบคือประสบการณ์

เคยไหมที่ย้อนนึกถึงช่วงเวลาที่ได้ไปเที่ยวที่แปลก ๆ ได้ใช้เวลาทำกิจกรรมกับคนที่รัก ได้ดูภาพยนตร์หรืออ่านหนังสือดี ๆ เราจะรู้สึกมีความสุข เวลาเล่าให้ใครฟังเราก็จะสนุกสนานไปกับมัน อันที่จริงไม่ใช่แค่ประสบการณ์สุขอย่างเดียว ประสบการณ์ที่เราเคยทุกข์กับมันอย่างการไปเข้าค่ายทรหด ก็ทำให้เราสุขได้เมื่อเราย้อนกลับไปเล่าถึงมันอีกครั้ง (แต่ทั้งนี้ทั้งนั้น ก็ไม่ได้หมายความว่าทุกประสบการณ์ทุกข์จะมอบความสุขยามหวนนึกถึงนะ) ในภาพรวมนั้น ประสบการณ์เป็นสิ่งที่เพิ่มความสุขได้ในระยะยาว มันอยู่ทนติดตรึงในใจเรามากกว่า นอกจากนี้มันยังหล่อหลอมตัวตนของเราอีกด้วย การซื้อประสบการณ์จึงเป็นทางเลือกที่ดีหากคิดจะใช้เงินไปกับอะไรสักอย่าง ทีนี้อาจจะมีคำถามว่า เส้นแบ่งระหว่างวัตถุกับประสบการณ์อยู่ตรงไหน? เพราะบางอย่างมันก็คลุมเครือมาก หนังสือเล่มหนึ่งจัดเป็นหมวดหมู่ไหน? คำตอบคือต้องดูว่าจุดประสงค์ที่เราซื้อมาคืออะไร ถ้าเห็นแค่ปกสวย อยากได้มาประดับชั้นวางหนังสือ นี่คือวัตถุ และอีกไม่นานเราก็จะเลิกเห่อ แต่ถ้าซื้อมาเพื่อดื่มด่ำเนื้อหา ใช้เวลาซึมซาบ นั่นคือประสบการณ์ที่จะติดตัวเราไป

2. เปลี่ยนความสุขเล็กน้อยให้กลายเป็นรางวัล หลายครั้งเราน่าจะเคยสังเกตว่า เรามักจะเฉย ๆ กับอะไรที่เรามีอยู่แล้ว หรืออะไรที่เราต้องใช้ทุกวัน กินทุกวัน มันกลายเป็น Routine ไปแล้ว และนั่นก็ทำให้สิ่งต่าง ๆ ดูจะไม่พิเศษเอาเท่าไร ดูเหมือนว่าอะไรที่มันซ้ำซากเกินไป เราก็ชิน ไม่ว่าจะสุขหรือทุกข์ก็ตาม ก็เหมือนการที่เรามักจะไม่ได้ทานอาหารในร้านละแวกแถวบ้าน แล้วชอบไปหาของกินนอกบ้านไกล ๆ มากกว่า หรือการที่เราไปอยู่เมืองเมืองหนึ่งเป็นปี จนรู้สึกว่ามันจำเจไปแล้ว ทั้งที่จริง ๆ ยังมีสถานที่ต่าง ๆ ให้เราไปเสาะหาอีกเยอะ ให้เราถ่ายรูปเก็บไว้ เมื่อมองย้อนกลับไป ก็รู้สึกเสียดายที่ยังใช้เวลาดื่มด่ำกับมันไม่คุ้มค่าพอ เมื่อเทียบความซ้ำซากจำเจกับอาหารมื้อพิเศษในร้านหรูที่นาน ๆ จะได้กินที ทริปต่างจังหวัดที่ได้ไปกับเพื่อนแค่ปีละไม่กี่

หน หรือรายการทีวีที่มาแค่ทีละตอนสองตอน เราจะรู้สึกเลยว่าอะไรที่มีจำกัด มาไม่บ่อยนั้นทำให้เราอิ่มเอมได้มากกว่า

ถึงอย่างนั้นมันก็ไม่ใช่เรื่องง่ายกับการเตือนตัวเองว่าในระยะยาวสิ่งที่เราได้มานั้นจะจืดจางไปตามกาลเวลา เพราะเมื่อสิ่งนั้นอยู่ใกล้แค่เอื้อม และเรามีกำลังคว้าไว้ เราก็มักจะถูกกิเลสโน้มน้าวให้ใช้เงินเข้าแลกโดยทันที แต่ก็ไม่ได้หมายความว่า ให้เราหักห้ามใจ บังคับตัวเองว่าห้ามซื้อนู่นซื้อนี่ตามอำเภอใจนะ แบบนั้นก็จะฝืนไปหน่อย (และเผลอ ๆ อาจจะยิ่งทำให้อยากมากขึ้น เหมือนการไดเอตที่ห้ามกินขนม) อันที่จริง วิธีการที่จะทำให้สำเร็จในระยะยาวคือการตระหนักรู้ว่าชีวิตเรามีความสุขได้จากสิ่งเรียบง่ายในชีวิตประจำวัน ไม่จำเป็นต้องมีของหวือหวาหรือสิ่งยั่วยุเลย เผลอ ๆ สิ่งเหล่านั้นอาจจะนำมาซึ่งทุกข์มากกว่า เพราะจะทำให้เราอยากได้อยากมีไม่รู้จักจบสิ้น

<u>3. ซื้อเวลาว่างให้ตัวเอง</u> เราน่าจะเคยเห็นกรณีที่ว่า คนมีเงินเยอะมาก ๆ แต่ไม่มีเวลาพักผ่อนเลย สุดท้ายก็ล้มป่วย แล้วก็มานึกเสียดายว่าทำไมไม่ผ่อนคลายหรือใช้เวลากับครอบครัวมากกว่านี้ กลายเป็นว่ามีเงินมากมายแต่ไม่มีเวลาให้กับความสุข ก็เหมือนชีวิตไม่สมบูรณ์ ขาดสีสันไป แล้วเราจะมีเงินเยอะ ๆ ไปทำไม ถ้าไม่ได้ใช้เพื่อความสุขของตัวเองและคนรอบข้าง? ในฝั่งของงานวิจัยเอง ก็ระบุว่าคนที่รวยไม่ได้มีเวลาที่สุขมากขึ้น กลับกัน จะเครียดกว่าเดิม เพราะมัวแต่กังวลเรื่องจะใช้เงินไปทำอะไร จะหาเงินมากขึ้นอย่างไร จะรักษาความมั่งคั่งอย่างไร พวกเขามีสิ่งให้ยึดติดมากมายจนไม่สามารถปล่อยวางได้

ปัญหานี้เกิดจากมุมมองต่อเวลาและเงิน คนส่วนใหญ่มักเห็นทุกอย่างเป็นเงินเป็นทอง แม้กระทั่งเวลา มีงานวิจัยหนึ่งน่าสนใจ เขาแบ่งผู้ทดลองเป็นสองกลุ่ม กลุ่มแรกได้ลองคำนวณว่ารายได้ต่อชั่วโมงของตัวเองนั้นคิดเป็นเท่าไร ส่วนกลุ่มที่สองไม่ต้อง ผลก็คือคนกลุ่มแรกจะรู้สึกมีความสุขน้อยกว่าเมื่อถูกปล่อยให้นั่งฟังเพลงเฉย ๆ ในขณะที่กลุ่มสองมีความสุขผ่อนคลายกว่า นั่นเป็นเพราะกลุ่มแรกรู้สึกว่าการนั่งฟังเพลงเฉย ๆ เป็นเรื่องเสียเวลา เอาเวลาไปทำมาหากินดีกว่า การมองว่าเวลามีค่ามาก ตีความเวลาในรูปแบบของเงิน ก็จะยิ่งทำให้เราไม่กล้าใช้เวลาไปกับเรื่องที่สร้างความสุขโดยที่ไม่สร้างรายได้ เราต้องเปลี่ยนมุมมองว่าเวลานั้นไม่เกี่ยวข้องกับเงิน เวลาสามารถผลิตความสุขได้โดยที่ไม่ต้องผลิตเงิน และการเบนโฟกัสเรื่องการใช้เงินเพื่อสร้างเวลาแห่งความสุขก็จะเป็นกุญแจสำคัญที่จะทำให้เงินที่เราใช้นั้น เพิ่มความสุขมากขึ้น

การจะพิจารณาว่า ของสิ่งนี้จะส่งผลกระทบกับการเวลาใช้ชีวิตของเรามากแค่ไหน ในหนังสือมีคำถามง่าย ๆ ให้ลองตอบ นั่นก็คือ ก่อนจะซื้ออะไรสักอย่าง ให้คิดว่าสิ่งนี้จะเข้ามามีผลกับชีวิตในวันอังคาร (หรือวันอะไรก็ได้) ของเรามากน้อยแค่ไหน บางทีเราอาจจะคิดว่าการมีบ้านชานเมืองที่มีสระว่ายน้ำนั้นเป็นเรื่องสำคัญ แต่เราลืมไปว่าเราต้องไปทำงานในเมือง กว่าจะเดินทางกลับก็ค่ำแล้ว คงไม่มีเวลามาว่ายน้ำ ในทางกลับกันหากเราเลี้ยงสุนัข เราต้องพามันออกไปวิ่งตอนเย็น การมีอยู่ของสุนัขจะช่วยเพิ่มเวลาแห่งความสุขในเย็นวันอังคารขึ้น เป็นต้น

4. จ่ายก่อนใช้ ลองนึกถึงการเที่ยวครั้งล่าสุด ความสุขเกิดขึ้นตั้งแต่ตอนไหน? สำหรับหลาย ๆ คน มันไม่ได้เริ่มต้นตอนที่เดินทาง แต่เริ่มต้นตั้งแต่วางแผนเที่ยว หาข้อมูล และจินตนาการถึงสถานที่แล้วต่างหาก สำหรับข้อนี้ หลักสำคัญคือการยื้อเวลาของการรอคอยให้นานขึ้นอีกนิด เพราะความสุขของเรามักจะเกิดขึ้นตอนคาดหวังถึงสิ่งดี ๆ ที่กำลังจะได้รับ ไม่ว่าจะเป็นของชิ้นใหม่หรือประสบการณ์แปลกใหม่ การชะลอการกินการใช้ของเรานั้น จึงช่วยเพิ่มความสุขมากขึ้น แต่ถึงอย่างนั้น นี่ไม่ใช่สิ่งที่ทำกันได้ง่าย ๆ เท่าไร หากเราต้องเลือกระหว่างได้รับของตอนนี้ หรือรับของอีก 3 เดือนข้างหน้า ส่วนใหญ่ก็ยังคงขอเลือกวันนี้ เพราะเราให้น้ำหนักกับ “ปัจจุบัน” มากกว่า เราให้คุณค่ากับความสุขในปัจจุบันมากกว่าอนาคต สิ่งนี้ก็ตรงกับหลักการทางเศรษฐศาสตร์พฤติกรรมเหมือนกัน

เมื่อคนเราให้น้ำหนักกับปัจจุบัน สุขหรือทุกข์ในปัจจุบันก็ดูจะกระทบกระเทือนจิตใจอย่างสูง คนเราพอใจกับความสุขฉับพลัน ขณะเดียวกันก็ทุกข์ใจฉับพลันเมื่อต้องจ่ายเงินออกไปทันที ด้วยเหตุนี้ ทุนนิยมจึงคิดค้น “บัตรเครดิต” ขึ้นมา เพื่อลดความเจ็บปวดของการต้องจ่ายเงินตอนนี้ ชะลอการจ่ายเงินออกไปแทน เราจะได้เพลิดเพลินกับการอุปโภคบริโภค กล้าซื้อของมากขึ้น แต่จริง ๆ แล้ว การใช้ก่อน จ่ายทีหลังนั้นก็มีผลข้างเคียงเหมือนกัน เพราะการชะลอความเจ็บปวดออกไปนั้น นอกจากจะกระตุ้นให้เราใช้จ่ายเกินตัว จนอาจเกิดหนี้ตามมาทีหลังแล้วนั้น มันยังทำให้เราไม่สามารถเอ็นจอยกับการอุปโภคบริโภคในปัจจุบันได้เต็มที่ เพราะเราก็จะรู้สึกว่า เดี๋ยวเราจะต้องจ่ายเงินให้สิ่งนี้... ถ้านึกภาพไม่ออก ลองจินตนาการถึงตอนขึ้นแท็กซี่ ตัวอย่างนี้ทำให้เราเห็นภาพชัดดี หากเราขึ้นแท็กซี่มิเตอร์แบบที่ตัวเลขขึ้นตามระยะทาง เสียง “ติ๊ดๆๆ” บ่งบอกว่าราคาขึ้นตลอดเวลานั้นทำให้เราไม่สามารถดื่มด่ำกับการชมวิวหรือผ่อนคลายได้เท่าที่ควร

ในทางกลับกัน เมื่อเราจ่ายเงินค่าทริปไปเที่ยวเรียบร้อยแล้ว (หรือแม้กระทั่งว่าใช้บัตรเครดิตรูด แล้วมันตัดบัตรแล้วก็ตาม) หลายเดือนต่อมาเราก็สามารถไปเที่ยวได้อย่างไร้กังวล และสามารถมีความสุขกับมันได้อย่างเต็มที่ การจ่ายล่วงหน้านาน ๆ ยังจะให้ความรู้สึกเหมือนว่าเราได้ของสิ่งนั้นมาแบบ “ฟรีๆ” ยังจะว่าได้เลย จุดสำคัญจึงเป็นระยะเวลาระหว่างการจ่ายเงินกับการได้รับของ ช่วงระยะเวลาตรงนั้นแหละคือความสุขที่เราสามารถสร้างได้จากการคาดหวังว่าเรากำลังจะได้รับสิ่งที่จ่ายเงินไป นอกจากนี้ ความไม่แน่ไม่นอนของสิ่งที่กำลังจะได้รับ ก็อาจเพิ่มความสุขแบบตื่นเต้น ๆ ได้ด้วย

5. บริจาค / ให้คนอื่น ข้อนี้อาจจะฟังดูแปลก แตกต่างจากข้ออื่น ๆ ที่เป็นการใช้จ่ายเพื่อตัวเอง แต่ข้อนี้นั้นบอกเราว่า การแบ่งปันเงินให้กับผู้อื่น จะช่วยสร้างความสุขได้ยิ่งกว่าการใช้เงินกับตัวเองเสียอีก ซึ่งการให้ที่ว่านี้อาจจะเป็นการบริจาคเพื่อสังคม การซื้อของขวัญให้คนใกล้ตัว หรือการซื้อของมาแบ่งปันเพื่อน ก็ได้ทั้งนั้น มีงานทดลองหลายชิ้นชี้ผลลัพธ์ไปในทางเดียวกัน กลุ่มที่ใช้เงินไปกับการแบ่งปันผู้อื่นนั้นมักจะให้คะแนนความสุขตัวเองมากกว่า หากเป็นในองค์กรที่มีการแบ่งปันกัน ก็จะช่วยส่งผลให้ประสิทธิภาพการทำงานดีขึ้น สะท้อนไปถึงผลการดำเนินงานที่ดีขึ้นเช่นกัน

บางคนอาจจะเถียงในใจ “พวกเขามีความสุขกับการให้เพราะพวกเขารวยน่ะสิ!” ซึ่งก็อาจจะจริงบางส่วน หากเราต้องหาเช้ากินค่ำก็อาจจะไม่ค่อยอยากให้เงินหรืออาหารกับใครเท่าไร เพราะแค่ตัวเองยังจะไม่รอด แต่การทดลองหนึ่งก็พิสูจน์ให้เห็นว่า ไม่ว่าคนจะมีรายได้มากน้อยแค่ไหน ก็มีความสุขกับการให้ได้ แต่การให้นั้นอาจจะมีรูปแบบต่างออกไป เช่น คนรวยอาจจะมีความสุขกับการให้ของขวัญกัน แต่คนจนนั้นแค่ช่วยเหลือกันให้รอดยามวิกฤตก็ทำให้พวกเขามีความสุขแล้ว ถึงอย่างนั้น การที่เราจะมีความสุขจากการให้ได้นั้น ก็ไม่ได้ไร้กฎเกณฑ์เสียทีเดียว หนังสือบอกว่าต้องมี 3 องค์ประกอบ การให้นั้นถึงจะสร้างความสุขที่สุดได้ นั่นคือ

การให้ต้องเป็นทางเลือก นั่นหมายความว่าผู้ให้จะต้องไม่รู้สึกถูกบังคับว่าต้องให้ ถ้าเป็นอย่างนั้นเราก็คงไม่มีความสุขเท่าไร ลองคิดถึงการถูกอาสาสมัครบุกรุกตอนเดินถนนดูก็ได้ เราจะรู้สึกได้ถึงการกดดันบางอย่าง แต่ถ้าการให้นั้นเป็นสิ่งที่เราเลือกเองจริง ๆ คือเรายินยอมพร้อมใจจะให้ นี่แหละถึงจะสร้างความสุขได้ การให้จะต้องอิงกับความผูกพัน สมมติว่าเราให้เงินไปกับคนแปลกหน้าโดยที่เราก็ไม่รู้ว่าเขาจะเอาเงินนั้นไปทำอะไร เราก็คงเฉย ๆ ไม่ได้รู้สึกอะไร (อาจจะรู้สึกเสียดายด้วยซ้ำ) แต่หากเราแบ่งปันเงินให้กับครอบครัว เพื่อนฝูง คนรัก หรือคนอื่น ๆ ที่เราอยากจะผูกสัมพันธ์ยาว ๆ ด้วย การให้ก็จะเป็นการเสริมสร้างความแข็งแรงให้ความสัมพันธ์มากขึ้น

การให้ควรจะสร้างผลกระทบที่เรารับรู้ ลองคิดดูว่าเราบริจาคเงินให้องค์กรใหญ่ ๆ ที่มีระบบซับซ้อนหลายขั้นตอน เราไม่รู้เลยว่าเงินที่เราให้ไปนั้นส่งผลกระทบกับใครอย่างไรบ้าง เหมือนให้ไปแล้วลอยไปกับสายลม จริงอยู่ว่าเราควรมีความสุขกับการแค่คิดว่าขอเพียงได้ให้ แต่ถ้าเราได้เห็นผลกระทบที่เกิดจากการให้ของเราด้วยแล้วนั้น มันก็จะยิ่งทำให้เราปลาบปลื้มมากขึ้น ลองคิดว่าเราบริจาคเงินให้เด็กคนหนึ่ง แล้วเราได้เห็นเด็กคนนั้นยิ้ม สุขภาพแข็งแรง ได้เรียนหนังสือสิ

อย่างไรก็ดี มีอีกกรณีหนึ่งที่น่าสนใจ คือกรณีที่มีการขายของเข้ามาเกี่ยวข้อง หลายคนอาจจะรู้สึกว่าสมมติถ้าเราซื้อของที่มีการหักกำไรบางส่วนไปทำบุญ เราก็คงมีความสุขจากการให้ด้วยเช่นกันใช่หรือไม่ อันที่จริงอาจจะไม่ใช่นะ เพราะเมื่อมีสิ่งของมาล่อตา เราก็มักจะโดนกิเลสครอบงำให้สนใจแค่สิ่งของนั้นมากกว่าว่าเงินเราจะไปบริจาคเพื่อใครที่ไหน มันกลับกลายมาเป็นการซื้อของให้ตัวเองมากกว่า

หลักการเหล่านี้ควรนำไปปรับใช้อย่างไรดี? เมื่อเราได้รู้หลักการทั้ง 5 ไปแล้ว อีกสิ่งสำคัญที่ควรรู้คือ เราสามารถนำหลักการทั้ง 5 มาผสมเข้ากันสำหรับการใช้จ่ายครั้งหนึ่งได้ ตัวอย่างเช่น เราไปสตาร์บัคส์ ซื้อกาแฟให้ตัวเองและเพื่อน (ข้อ 5) ซึ่งการดื่มกาแฟในสตาร์บัคส์ก็ถือเป็นประสบการณ์ (ข้อ 1) ทำให้ได้ใช้เวลาว่างร่วมกับเพื่อน (ข้อ 3) อีกทั้งกาแฟแก้วนี้ยังเป็นแก้วพิเศษหลังไม่ได้ดื่มกาแฟมาหนึ่งสัปดาห์ (ข้อ 2) และเราอาจจะเติมเงินในบัตรสตาร์บัคส์ก่อนหน้าการใช้จ่ายมาแล้ว (ข้อ 4)

ความท้าทายคือ การที่คนเราจะเพิ่มความสุขจากการใช้เงินได้นั้น ก่อนอื่นก็ต้องมีเงินก่อน (แหงล่ะ) นอกจากนั้นยังอาจต้องมีเวลาเพิ่มเข้ามาด้วย สิ่งนี้อาจจะเป็นความท้าทายของปัจเจกบุคคล แต่จริง ๆ แล้ว มันก็เป็นความท้าทายของภาครัฐด้วยเช่นกัน

ในหลาย ๆ ครั้ง พฤติกรรมการใช้จ่ายของเรา อ้างอิงกับพื้นฐานของระบบในแต่ละประเทศ ไม่ว่าจะเป็นในด้านกฎหมาย ความเท่าเทียม หรือผังเมือง งานสำรวจบ่งบอกว่าผู้คนจะรู้สึกมีความสุขมากกว่าหากมีการกระจายรายได้อย่างเท่าเทียมกันมากขึ้น อาจจะไม่ต้องเท่ากัน 100% แต่อยากให้คนรวยรวยน้อยลงอีกนิด คนจนมีเงินมากขึ้นอีกหน่อย ยิ่งมีความเหลื่อมล้ำด้านรายได้มากเท่าไร ในภาพรวมคนก็มีความสุขน้อยลง ต้องอย่าลืมว่าคนส่วนใหญ่ของประเทศมักเป็นคนที่มีรายได้น้อยกว่า ไม่ใช่คนรวย และผลกระทบด้านลบย่อมส่งผลต่อคนจนมากกว่า ตัวอย่างเช่น หากคนมีเงินไม่มากพอที่จะซื้อที่พักใกล้ที่ทำงาน ก็ต้องออกไปซื้อที่พักตรงชานเมือง ซึ่งทำให้เสียเวลาการเดินทาง ลดทอนความสุขลงไปอีก แล้วถ้าสมมติว่าประชาชนมีเงินใช้ รัฐบาลจะสามารถออกนโยบายอะไรบ้างเพื่อกระตุ้นให้คนใช้เงินอย่างมีความสุข?

รัฐบาลหลายประเทศมีงบสนับสนุนสถานที่อย่างพิพิธภัณฑ์ สวนสาธารณะ หรือสถาบันด้านวัฒนธรรมอื่น ๆ ซึ่งเอื้ออำนวยให้ประชาชนสามารถเข้าถึงการซื้อประสบการณ์ได้ แต่การจะทำแบบนั้นได้ประชาชนก็ต้องมีเวลา และพอได้ยินคำว่าความสุข ๆ หลายครั้ง หลายคนอาจจะเริ่มกังขาว่า จริง ๆ แล้วการวิ่งตามความสุขตลอดเวลาแบบนี้เป็นผลดีจริงหรือ? อาจจะไม่ใช่เรื่องน่าอภิรมย์เท่าไร และอาจจะส่งผลลบกว่าด้วยซ้ำกับการตามหาความสุขตลอดเวลา หนังสือไม่ได้มุ่งหวังจะให้เราทำแบบนั้น แต่แค่นำเสนอวิธีการใช้เงินที่เราสามารถเลือกเองได้ว่าจะปรับใช้อย่างไรให้เกิดความสุขมากขึ้น บนพื้นฐานของเงินที่เรามีอยู่ หลาย ๆ กรณีหนังสือแนะว่า ไม่จำเป็นต้องใช้เงินเยอะเลย บางทีแค่บริจาคไม่กี่บาทก็ช่วยให้เรามีความสุขแล้ว

ผู้จัดทำ/เรียบเรียง : นางสาวณัฏฐนันท์ คงทน / นสม.ชก

หน่วยงาน : ฝ่ายข่าวและรายการ สวท.ปัตตานี

แหล่งที่มา : Creative Commons 3.0 Thailand License https://shorturl.asia/OL3Fh / Finnomena.https://shorturl.asia/YACh7