

๖ 14482836

เลขหมู่.....HG79.C6 43258 2554

เลขทะเบียน.....18977492

วันที่รับ.....20 JUN 2018

อภินันท์นาถ

จาก



ห้องสมุดส่งเสริมส่งเสริมคนงานสิ่งแวดล้อม

## คำนำ

สืบเนื่องจากในปี พ.ศ. ๒๕๕๔ เป็นปีมหามงคลที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงเจริญพระชนมพรรษาครบ ๗ รอบ ด้วยสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณที่ประกอบพระราชกรณียกิจในการบริหารจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม เพื่อให้พสกนิกรชาวไทยมีคุณภาพชีวิตและความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม โดยกรมส่งเสริมคุณภาพสิ่งแวดล้อม จึงได้จัดทำ “โครงการทำดีเพื่อแผ่นดิน ลดคาร์บอนลดโลกร้อน เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๗ รอบ ๕ ธันวาคม ๒๕๕๔” เพื่อเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง พร้อมทั้งส่งเสริมให้ทุกภาคส่วนในสังคมมีส่วนร่วมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรบริโภคให้เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม และมีส่วนร่วมในการลดปัญหาภาวะโลกร้อน

หนังสือ *ชีวิตสร้างสรรค์สู่การบริโภคอย่างยั่งยืน* จึงเป็นสื่อประชาสัมพันธ์และรณรงค์ที่มุ่งเน้นและเข้าถึงกลุ่มเป้าหมาย ทำให้ประชาชนมีความรู้ มีจิตสำนึก มีความตระหนัก มีทัศนคติที่ดี และมีส่วนร่วมในการบริโภคที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม ซึ่งเป็นแนวทางหนึ่งในการจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมอย่างยั่งยืน อีกทั้งยังทำหน้าที่ในการกระตุ้นจิตสำนึก และส่งเสริมความรู้ความเข้าใจของประชาชนในการบริโภคที่ยั่งยืน และสร้างความตระหนักให้ผู้บริโภคปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสู่การมีวิถีชีวิตที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม

หนังสือ ชีวิตสร้างสรรค์สู่การบริโภคอย่างยั่งยืน นำเสนอวิธีการใช้ชีวิตอย่างสร้างสรรค์และยั่งยืน ในสังคมบริโภคนิยมที่ช่วยฟื้นฟูสุขภาพจิตใจ ชุมชน สังคม และสิ่งแวดล้อมให้ดีขึ้น ด้วยขั้นตอนการปฏิบัติแบบง่ายๆ เป็นการเพื่อเผยแพร่องค์ความรู้สู่สังคมในวงกว้าง ในรูปแบบหนังสือที่สามารถเข้าถึงได้ ทั้งในระดับปัจเจกบุคคล และชุมชน เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ และความตระหนักถึงผลเสียของการใช้ชีวิตแบบบริโภคนิยมที่ส่งผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม เพื่อนำไปสู่การปรับเปลี่ยนการดำรงชีวิตสู่วิถีชีวิตอย่างสร้างสรรค์เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม อันเชื่อมโยงไปสู่การอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ โดยมีกลุ่มเป้าหมายเป็นผู้บริโภคหัวใจสีเขียว ผู้ประกอบการรายย่อย กลุ่มธุรกิจ ผู้ผลิตและแปรรูปสินค้า กิจกรรมร้านกรีน หน่วยงานภาครัฐ ภาคเอกชน องค์กรพัฒนาเอกชน และประชาชนทั่วไป

VI  
ในโอกาสโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๗ รอบ ๕ ธันวาคม ๒๕๕๔ จึงขอให้ประชาชนทุกหมู่เหล่า ร่วมกัน ทำดีเพื่อแผ่นดิน ลดคาร์บอน ลดโลกร้อน ด้วยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรบริโภคให้เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม และมีส่วนร่วมในการลดปัญหาภาวะโลกร้อน เพื่อถวายแด่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ด้วยสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณ ที่ประกอบพระราชกรณียกิจในการบริหารจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม เพื่อให้พสกนิกรชาวไทยมีคุณภาพชีวิตและความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น กรมส่งเสริมคุณภาพสิ่งแวดล้อมจึงขอให้ประชาชนทุกภาคส่วนของสังคม เข้าร่วมโครงการทำดีเพื่อแผ่นดิน ลดคาร์บอน ลดโลกร้อน เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๗ รอบ ๕ ธันวาคม ๒๕๕๔

# สารบัญ

คำนำ

V

๑. มากมายในวันนี้

๕

๒. ดันเหตุมากมาย

๒๓

๓. ได้หน้ากากมากมาย

๘๕

๔. ถึงเวลาน้อยๆ น้อย

๑๔๓

๕. ตัวอย่างชีวิตน้อยๆ น้อย

๒๓๕

ต้นทางแรงบันดาลใจและข้อมูลประกอบการเขียน

๒๕๕

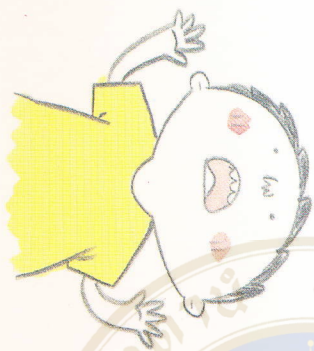








ชีวิตราหูวันนี้  
ตกอยู่ในวงล้อมของความมากมาย



ทอดสายตาไปไกลๆ  
สำรวจหนอยลี...เมืองที่เราอยู่หน้าตาอย่างไร

ผู้คน รถยนต์ มอเตอร์ไซด์  
สำนักงาน ออฟฟิศ ตึกสูง ตึกแถว  
ถนนหนทาง ตรอกซอย เขตก่อสร้าง  
คอนโด บ้านเดี่ยว ทาวน์เฮาส์ ทาวน์โฮม  
ตลาดสด ตลาดนัด หาบเร่ แผงลอยบนทางเท้า  
ร้านสะดวกซื้อ ซูเปอร์มาร์เก็ต ห้างสรรพสินค้า  
ป้ายโฆษณา ใบปลิว ใบแปะ  
ถุงร้อน ถุงเย็น ถุงก๊อบแก๊บ หลอดกาแฟ  
แก้วพลาสติก กล่องโฟม หนีบห่อบรรจุภัณฑ์  
กองขยะ ควั่นพืช ฝุ่นละออง



ทั้งหมดที่กล่าวมา...ไม่มีอะไรหายาก  
ยิ่งเมืองขยายใหญ่ขึ้นเท่าใด  
สิ่งเหล่านี้ยิ่งมากมายขึ้นเท่านั้น

ว่าแต่ สารพัดความมากมายที่อัดแน่นอยู่ในเมือง  
ทำให้ความสุขของเราเพิ่มพูนขึ้นหรือไม่