

อิทธิบาท 4 กับการแก้ปัญหาความยากจนหลังการระบาดของโรคโควิด-19*

4 ITDHIPADA (BASIS FOR SUCCESS) FOR SOLVING POVERTY PROBLEMS AFTER THE COVID-19 OUTBREAK

พระเอกลักษณ์ ฐิตาโลโก (แสงจันทร์)*, พระครูวิจิตรศีลาจารย์, พระครูโฆสิตวัณณานุกุล, สิริโชค ปาณะศรี

Phra Aeklak Thitaloko (Saeng Chan)*, Phrakru Wijitsreerajal, Phrakru Kositwattananukul, Sittichok Panasri

หลักสูตรพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช ประเทศไทย

Doctor of Philosophy in Buddhist Studies Program, Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Nakhon Si Thammarat, Thailand

*Corresponding author E-mail: aekaksaengchan7@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้ได้นำเสนอถึงสถานการณ์หลังการระบาดของโรคโควิด-19 รวมถึงผลกระทบจากสถานการณ์การระบาดของโรคโควิด-19 และแนวทางการนำหลักธรรม คือ อิทธิบาท 4 มาประยุกต์เพื่อแก้ปัญหาความยากจนหลังการระบาดของโรคโควิด-19 แม้ว่าการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ตั้งแต่ปี 2562 ถึงปัจจุบันเป็นเวลา 5 ปีผ่านไปแล้วก็ตาม แต่ว่าผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ยังคงดำเนินอยู่ ปัจจุบันยังมีผู้ติดโรคโควิด-19 รายใหม่กว่าวันละ 300 ราย และมีผู้ป่วยสะสมอยู่ที่ 38,236 ราย (15 กันยายน 2567) มีผลกระทบเชิงลบที่เป็นปัญหามาจนถึงปัจจุบันคือผลกระทบด้านสุขภาพ ด้านเศรษฐกิจ และด้านสังคม การประยุกต์ใช้อิทธิบาท 4 ในชีวิตประจำวัน กล่าวคือ 1) ฉันทะ มีความรัก พอใจในสิ่งที่ทำอยู่ ทำให้เห็นแนวทางหรือสิ่งที่ต้องเปลี่ยนแปลงในการทำงานได้ 2) วิริยะ มีความพากเพียรและความขยันอย่างต่อเนื่อง หากตั้งใจทำงานด้วยความขยัน พากเพียรก็จะช่วยเสริมให้งานที่ทำอยู่นั้นประสบความสำเร็จได้ไม่ยาก ทั้งนี้ จะต้องไม่ลืมนึกถึงที่จะฝึกฝนและพัฒนาตนเองอยู่เสมอ 3) จิตตะ มีความเอาใจใส่ มุ่งมั่น และรับผิดชอบสิ่งนั้น ๆ โดยเฉพาะการใส่ใจและรับผิดชอบต่อในงานที่ตนเองได้รับมอบหมาย หากทำงานด้วยความรัก ความขยัน ประกอบกับการรับผิดชอบต่องานที่ดีแล้วก็เป็นหนึ่งในหนทางที่ช่วยให้งานประสบความสำเร็จได้ และ 4) วิมังสา หมายถึง ความตระหนักไตร่ตรองถึงเหตุและผลในการทำงานแต่ละครั้งจะต้องคำนึงถึงหลักและเหตุผลโดยใช้ทักษะและปัญญา เพื่อให้งานถูกต้องและไม่เกิดความผิดพลาดในครั้งต่อไป

คำสำคัญ: อิทธิบาท 4, การแก้ปัญหาความยากจน, ผลกระทบจากโควิด-19

Abstract

This academic article presents the post-COVID-19 pandemic situation, including the impacts resulting from the COVID-19 outbreak. situation, and guidelines for applying the principles of Dhamma, namely the 4 ITDHIPADA, to solving poverty problems after the COVID-19 outbreak. Even though the COVID-19 epidemic has passed since 2019 until now, 5 years have passed. But the impact of the COVID-19 outbreak still ongoing, there are still people infected with COVID-19. There are more than 300 new cases per day and the cumulative number of patients is 38,236

* Received December 20, 2024; Revised January 13, 2025; Accepted January 19, 2025



(15 September 2024). There are negative impacts that have been a problem until now, namely health, economic and social impacts. Application of the 4 ITDHIPADA in daily life, namely 1) Chantha, having love and being satisfied with what one is doing. Makes it possible to see guidelines or things that need to be changed in work. 2) Wiriya: having perseverance and continuous diligence. If you intend to work with diligence Perseverance will help make the work you are doing successful, not forget to practice and always develop themselves. 3) Chitta is attentive, committed, and responsible for things, especially caring and responsible for the work one has been assigned. If you work with love, diligence, and responsibility for your work, then It is one of the ways that help the work be successful. and 4) Vimansa means awareness and reflection on cause and effect In each work, principles and reasons must be taken, using skill and intelligence. In order to do the job correctly and not make mistakes next time.

Keywords: 4 ITDHIPADA, Poverty Alleviation, Impact from Covid-19

บทนำ

ไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 หรือโรคโควิด-19 (Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)) เริ่มต้นขึ้นในเดือนธันวาคม พ.ศ. 2562 แรกเริ่มถูกค้นพบจากสัตว์ โดยเป็นสัตว์ทะเลที่มีการติดเชื้อไวรัสแล้วคนที่อยู่ใกล้ชิดคลุกคลีกับสัตว์เหล่านี้ก็ติดเชื้อไวรัสมาอีกที โดยเริ่มต้นจากเมืองอู่ฮั่น เมืองหลวงของมณฑลหูเป่ย์ ประเทศจีน อันตรายที่ทำให้เสี่ยงถึงชีวิต จะเกิดขึ้นเมื่อระบบภูมิคุ้มกันของเราไม่แข็งแรง หรือเชื้อไวรัสเข้าไปทำลายการทำงานของปอด โดยเชื้อไวรัสจะแพร่กระจายลูกกลามอย่างรวดเร็วและเพิ่มมากขึ้น จนทำให้ปอดเกิดการเสียหายและสูญเสียการทำงานหากไม่ได้รับการรักษาอย่างทันท่วงที จะทำให้ผู้ป่วยเสียชีวิตได้อย่างรวดเร็ว องค์การอนามัยโลก (World Health Organization: WHO) ได้ประกาศให้การระบาดนี้เป็นภาวะฉุกเฉินทางสาธารณสุขระหว่างประเทศ ในวันที่ 30 มกราคม พ.ศ. 2563 และประกาศให้เป็นโรคระบาดทั่วไป ในวันที่ 11 มีนาคม พ.ศ. 2563 ช่วงกลางปี 2564 การแพร่กระจายของโรค โควิด-19 สายพันธุ์ใหม่ต่าง ๆ ได้ส่งผลให้การฟื้นตัวทางเศรษฐกิจของโลกยังคงชะลอตัวอย่างต่อเนื่อง ถึงแม้ว่าโดยภาพรวมประเทศที่พัฒนาแล้วจะมีสัดส่วนในการฉีดวัคซีนให้แก่ประชาชนในประเทศของตนเองสูงขึ้นแล้วก็ตาม แต่ในกลุ่มประเทศที่กำลังพัฒนายังมีสัดส่วนในการฉีดวัคซีนค่อนข้างต่ำ เช่น ลาตินอเมริกาและแคริบเบียน เอเชียและมิดีตราการเสียชีวิตสูงสุด (เสียชีวิต 187 รายต่อประชากร 100,000 คน ณ วันที่ 13 มิถุนายน พ.ศ. 2564) และ GDP หดตัวมากที่สุดในปี 2563 (-7.3%) โดยข้อมูลองค์การสหประชาชาติกล่าวว่าหากเปรียบเทียบการคาดการณ์ GDP ล่าสุดกับก่อนการระบาด ความสูญเสียที่คาดการณ์ไว้สูงขึ้นโดยเฉลี่ยประมาณร้อยละ 6.5 สำหรับกลุ่มประเทศที่พัฒนาแล้ว และร้อยละ 7.5 สำหรับประเทศกำลังพัฒนา (กรมควบคุมโรค, 2564)

ผลกระทบเชิงลบจากการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 ส่งผลให้เกิดปัญหามากมาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งต่อกลุ่มคนยากจนที่ต้องทำงานเพื่อเลี้ยงชีพในแต่ละวัน ซึ่งกลุ่มนี้ต้องเผชิญกับการตกงานและการสูญเสียรายได้ นอกจากนี้ คนยากจนยังมีข้อจำกัดในการเข้าถึงบริการด้านสาธารณสุขเมื่อเปรียบเทียบกับผู้ที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดีกว่า อีกด้านหนึ่ง ผลกระทบที่สำคัญ คือ การผลิตในอุตสาหกรรม ซึ่งส่งผลให้เกิดการขาดแคลนสินค้า เช่น อุปกรณ์ทางการแพทย์และเครื่องมือดูแลสุขภาพ ทำให้ราคาสินค้าเหล่านี้สูงขึ้น เช่น หน้ากากอนามัยและเจลล้างมือ รวมถึงสินค้าที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต อัตราการจ้างงานโดยรวมของประเทศยังคงตัวอยู่ที่ร้อยละ 68 นับตั้งแต่เริ่มมีการระบาด แม้อัตรานี้จะแตกต่างกันบ้างตามกลุ่มประชากรและภูมิภาคต่าง ๆ แม้การจ้างงานในเมืองจะลดลง การจ้างงานในแถบชนบทกลับเพิ่มขึ้นเนื่องจากผู้คนที่ต้องออกจากงานในตัวเมืองหวนคืนสู่ภาคการเกษตร ผู้ให้ข้อมูล

ร้อยละ 50 กล่าวว่างานของตนได้รับผลกระทบจากโควิด-19 บางคนต้องออกจากงาน บ้างถูกลดจำนวนชั่วโมงทำงาน หรือค่าตอบแทนลง ความเปลี่ยนแปลงนี้ส่งผลกระทบต่อครัวเรือนที่มีรายได้ต่ำ ผู้หญิง ผู้มีการศึกษาไม่สูงนักอย่างมีนัยสำคัญ นอกจากนี้ ผลกระทบในระยะยาวยังเกิดจากการลดลงของการเติบโตทางเศรษฐกิจ ซึ่งส่งผลให้การพัฒนาศักยภาพมนุษย์ที่เกี่ยวข้องกับการจ้างงานลดลง ประเทศอาจสูญเสียขีดความสามารถในการแข่งขัน และการเติบโตทางเศรษฐกิจในอนาคต เนื่องจากต้องใช้ทรัพยากรจำนวนมากในการลงทุนเพื่อป้องกันและรักษาโรคโควิด-19 การนำเงินกู้จำนวนมากมาใช้ในช่วงนี้อาจทำให้เกิดการขาดแคลนทรัพยากรในการลงทุนในโครงสร้างพื้นฐานที่จำเป็นในอนาคตได้

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสหลักอิทธิบาท 4 ไว้ว่า เป็นสิ่งเพิ่มพูนความสำเร็จ เพื่อให้เกิดความชำนาญ เพื่อพลิกแพลงให้เกิดความสำเร็จ อิทธิบาท คือ ธรรมให้ถึงความสำเร็จ ซึ่งมี 4 ข้อ คือ 1) ฉันทะ รักงาน การเห็นคุณค่า ความรัก ความพอใจ คือ มีใจรัก พอใจจะทำสิ่งนั้น และทำด้วยใจรัก ต้องการทำให้เป็นผลสำเร็จอย่างดีแห่งกิจหรืองานที่ทำ มิใช่สักว่าทำพอให้เสร็จ ๆ หรือเพียงเพราะอย่างใดรางวัลหรือผลกำไร 2) วิริยะ สู้งาน มีความเพียรเห็นเป็นความท้าทาย ใจสู้ขยัน คือ พากเพียรทำ ขยัน หมั่น ประคบ หมั่นกระทำสิ่งนั้นด้วยความพยายามเข้มแข็งอดทน เอาธุระ ไม่ทอดทิ้ง ไม่ทอดถอย ก้าวไปข้างหน้าจนกว่าจะสำเร็จ 3) จิตตะ ใส่ใจงาน ความคิด อุทิศตัวต่องาน ใจจดจ่อ จริงจัง คือ เอาจิตผูกพัน ตั้งจิต รั้งในสิ่งที่ทำ และทำสิ่งนั้นด้วยความคิดไม่ปล่อยจิตใจให้ฟุ้งซ่านเลื่อนลอย ใช้ความคิดในเรื่อง นั้น บ่อย ๆ เสมอ ๆ ทำกิจหรืองานนั้นอย่างอุทิศตัวอุทิศใจ และ 4) วิมังสา ทำงานด้วยปัญญา ไตร่ตรอง พิสูจน์ทดสอบ ตรวจสอบ ปรับปรุงแก้ไข ใช้ปัญญาสอบสวน คือ หมั่นใช้ปัญญาศึกษาใคร่ครวญตรวจตรารหาเหตุผล และตรวจสอบข้อยิ่งหย่อน เกินเลยบกพร่องขัดข้องในสิ่งที่ทำนั้น โดยรู้จักทดลอง วางแผน วัดผล คิดค้นวิธีแก้ไข ปรับปรุง เป็นต้น เพื่อจัดการและดำเนินงานนั้นให้ได้ผลดียิ่งขึ้นไป (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), 2545)

การนำเสนอบทความวิชาการเรื่อง “อิทธิบาท 4 กับการแก้ปัญหาความยากจนหลังการระบาดของโรคโควิด-19” นี้ ผู้เขียนขอเสนอ สถานการณ์หลังการระบาดของโรคโควิด-19 ซึ่งรวมถึงผลกระทบจากสถานการณ์การระบาดของโรคโควิด-19 และแนวทางการนำหลักธรรมคืออิทธิบาท 4 มาประยุกต์เพื่อแก้ปัญหาความยากจนหลังการระบาดของโรคโควิด-19 เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตของชาวพุทธต่อไป

สถานการณ์หลังการระบาดของโรคโควิด-19

ปัจจุบัน แม้ว่าเราจะผ่านช่วงการระบาดหนักของโรคโควิด-19 มาแล้ว แต่โลกยังคงอยู่ในปีที่ 5 นับตั้งแต่การตรวจพบโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (โควิด-19) ครั้งแรก ข้อมูลล่าสุดจากการรายงานทั่วโลก ณ วันที่ 7 กุมภาพันธ์ 2567 ระบุว่าผู้ติดเชื้อรวม 774 ล้านคน และมีผู้เสียชีวิตจากโรคนี้มากกว่า 7 ล้านคน และองค์การอนามัยโลกสนับสนุนให้มีการศึกษาวิจัยในเรื่องนี้ และข้อเสนอแนะต่าง ๆ จะมีการปรับปรุงและเผยแพร่เมื่อมีข้อมูลสนับสนุนอย่างเพียงพอ ประเทศไทยประกาศให้โควิด-19 เป็นโรคประจำถิ่น แต่สถานการณ์การระบาดยังไม่ได้หายไป ตั้งแต่ช่วงปลายเดือนพฤศจิกายน 2566 ข้อมูลที่รายงานในระบบ พบว่า ยอดผู้ป่วยที่รักษาตัวในโรงพยาบาลมีแนวโน้มเพิ่มสูงมากขึ้น ต่อเนื่องมาจนถึงปี 2567 ยังคงมีอัตราการติดเชื้อที่เพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ โดยปัจจุบัน พบว่ามีผู้ติดเชื้อโควิด-19 วันละ 314 ราย (15 กันยายน 2567) และมีผู้ป่วยที่ต้องเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล รวมถึงผู้ป่วยที่มีอาการปอดอักเสบรุนแรงและต้องใช้เครื่องช่วยหายใจ ซึ่งจำนวนผู้เสียชีวิตก็ยังคงเพิ่มขึ้น โดยมีผู้ป่วยสะสมอยู่ที่ 38,236 ราย และมีผู้ป่วยรายใหม่เสียชีวิตสัปดาห์ละ 1 ราย อย่างไรก็ตาม ยังไม่มีข้อมูลที่ชัดเจนว่าไวรัสโควิด-19 สายพันธุ์ที่ระบาดในปัจจุบันทำให้เกิดความเจ็บป่วยรุนแรงมากขึ้น แต่เชื่อมีความสามารถในการแพร่ระบาดได้อย่างรวดเร็ว และการปฏิบัติตามมาตรการป้องกันของประชาชนลดลง ส่งผลให้จำนวนผู้ป่วยเพิ่มขึ้น นอกจากนี้ ยังมีประชาชนบางส่วนในประเทศไทยที่ไม่ได้รับการฉีดวัคซีนหรือได้รับวัคซีนไม่ครบตามที่กำหนด



จากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา-19 ดังกล่าว ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงเป็นอย่างมาก ต่อพฤติกรรมของประชาชนในสังคม โดยมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ชีวิตแบบวิถีชีวิตใหม่ (New Normal) เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสถานการณ์ปัจจุบันได้

ผลกระทบของการระบาดของโรคโควิด-19

ผลกระทบของการระบาดของโรคโควิด-19 สามารถแบ่งได้เป็น 2 ประการ คือ ผลกระทบเชิงลบจากการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 มีดังนี้ คือ 1) ผลกระทบด้านสุขภาพประชาชนจำนวนมากประสบปัญหาสุขภาพและมีผู้เสียชีวิตเป็นจำนวนมาก ส่งผลให้บุคลากรทางการแพทย์ต้องทำงานหนักขึ้นอย่างมาก 2) ผลกระทบทางสังคมเกิดความตื่นตระหนกและความกลัวในสังคม ซึ่งนำไปสู่ความแตกแยกและการกีดกัน โดยเฉพาะในช่วงเริ่มต้นของการระบาด และ 3) ผลกระทบทางเศรษฐกิจผลกระทบนี้มีความรุนแรงอย่างมาก เนื่องจากประเทศไทยพึ่งพาการส่งออกและการท่องเที่ยว โดย IMF ประเมินว่า GDP ของประเทศไทยอาจลดลงถึง -6.7% ซึ่งถือเป็นการลดลงที่หนักหนาสำหรับเศรษฐกิจไทย และผลกระทบเชิงบวกจากการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 มีดังนี้ 1) ทำให้เห็นถึงศักยภาพของระบบสาธารณสุขไทยที่มีความพร้อมในการรับมือและควบคุมการระบาด โดยในเขตเมืองมีทรัพยากรทางการแพทย์ที่แข็งแกร่ง ขณะที่พื้นที่ห่างไกลก็มีจุดแข็งในการป้องกันเชิงรุก นอกจากนี้ ชุมชนท้องถิ่นยังมีระบบสาธารณสุขพื้นฐานที่เข้มแข็ง เช่น การมีอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) จำนวน 1 ล้านคน โรงพยาบาลสุขภาพระดับตำบล (รพ.สต.) เกือบ 10,000 แห่ง และโรงพยาบาลขนาดใหญ่ประมาณ 700 - 800 แห่งที่สามารถรองรับผู้ป่วยได้ 2) ประชาชนได้ปรับตัวจาก “การตื่นกลัว” สู่ “การตื่นรู้” เกิดการเรียนรู้ที่สำคัญในการรับมือกับการระบาดของไวรัส การดูแลตัวเอง และการเว้นระยะห่างทางสังคม 3) เกิดธรรมาภิบาลของประชาชนในการต่อสู้กับโรคโควิด-19 โดยประชาชนได้มีการกำหนดมาตรการของตนเองในการจัดการกับโรคระบาด ซึ่งรวมถึงการปฏิบัติตามมาตรการของรัฐและการสร้างมาตรการในชุมชนเพื่อป้องกันกลุ่มเสี่ยง เช่น ผู้สูงอายุ เด็กเล็ก และผู้ป่วยโรคเรื้อรัง พร้อมทั้งมีมาตรการดูแลทางสังคม เช่น การตั้งโรงงานและการดูแลซึ่งกันและกันในชุมชน (สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ, 2567)

การเรียนรู้หลังการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19

มนุษย์ได้มีวิถีชีวิตใหม่ (New Normal) เป็นแนวทางที่หลายคนต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเอง เนื่องจากการระบาดของไวรัสโควิด-19 ได้เปลี่ยนแปลงชีวิตเราไปอย่างยาวนาน ทำให้เราต้องปรับรูปแบบการใช้ชีวิตร่วมกันทั่วโลก จากที่เคยออกจากบ้านไปทำงานหรือไปโรงเรียน ตอนนี้ต้องทำทุกอย่างที่บ้านให้มากที่สุด หากมีความจำเป็นต้องออกไปช้อปปิ้งหรือไปพบแพทย์ เราจำเป็นต้องสวมหน้ากากอนามัยเพื่อป้องกันโรค ต้องรักษาระยะห่างจากผู้อื่น ล้างมือบ่อย ๆ เป็นเวลา 20 วินาที และใช้แอลกอฮอล์เช็ดมือ นอกจากนี้ ธุรกิจและบริการต่าง ๆ ก็ต้องปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ปัจจุบัน โดยการเปิดระบบลงทะเบียนออนไลน์และการใช้บริการซื้อขายผ่านช่องทางออนไลน์ สิ่งเหล่านี้ได้กลายเป็นวิถีใหม่ในการดำเนินชีวิต ซึ่งเมื่อปฏิบัติตามอย่างต่อเนื่องจนเกิดความคุ้นเคย ในที่สุดทั้งหมดนี้ก็ได้กลายเป็น New Normal ในสังคมของเราในปัจจุบัน เช่น การทำงานที่บ้าน (work from home) การดำเนินธุรกรรมผ่านอิเล็กทรอนิกส์ (online business) การเรียน (online learning) การแพทย์และสาธารณสุข (online medical consulting) และการพึ่งพาการผลิตในประเทศ (deglobalization) เป็นต้น (สถาบันส่งเสริมความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน (องค์การมหาชน), 2566)

จากการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ได้สร้างบทเรียนสำคัญหลายประการ ดังนี้ 1) สังคมได้ตระหนักถึงความเสี่ยงที่มีอยู่ ซึ่งไม่ว่าจะเป็นคนรวยหรือคนจน ต่างก็มีโอกาสเผชิญกับความเสี่ยงที่เท่าเทียมกัน ทั้งในปัจจุบันและอนาคต ความเสี่ยงเหล่านี้มีความหลากหลายและสามารถส่งผลกระทบต่อชีวิตได้ทันที โรคโควิด-19 ได้สร้าง

ผลกระทบอย่างกว้างขวาง ดังนั้นสังคมไทยจึงต้องเตรียมความพร้อมในการรับมือ โดยการสร้างระบบที่มีประสิทธิภาพ และการมีส่วนร่วมของประชาชน 2) สังคมได้เรียนรู้ว่าปัญหาด้านสุขภาพ สังคม เศรษฐกิจ และการเมืองนั้นไม่สามารถแยกออกจากกันได้ ทุกอย่างมีความเชื่อมโยงกัน เมื่อเกิดปัญหาโรคระบาดขึ้น ส่งผลกระทบต่อทุกด้าน ทำให้เกิดความไม่มั่นคงในสังคม เศรษฐกิจ และการเมือง ดังนั้น การลงทุนจึงต้องครอบคลุมทั้งด้านเศรษฐกิจและสุขภาพ 3) สังคมได้ตระหนักว่าการแก้ไขปัญหาที่มุ่งเน้นอยู่ที่ส่วนกลางเพียงอย่างเดียวไม่เพียงพอ การแก้ไขปัญหาทางด้านสาธารณสุขและเศรษฐกิจต้องมีการกระจายอำนาจให้กับผู้ว่าราชการจังหวัดและหน่วยงานในพื้นที่ เพื่อให้สามารถตอบสนองต่อสถานการณ์ได้อย่างรวดเร็วและมีประสิทธิภาพ 4) สังคมได้ตระหนักถึงสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ซึ่งทำให้เราเห็นปัญหาความเหลื่อมล้ำทางรายได้และความคิดอย่างชัดเจน โดยเฉพาะจากความต้องการของคนชั้นกลางในเมืองที่เรียกร้องนโยบายเข้มงวด ห้ามออกนอกบ้าน เนื่องจากพวกเขาสามารถอยู่ได้และต้องการความปลอดภัย ในขณะที่อีกกลุ่มหนึ่งต้องมุ่งทำมาหากินเป็นหลัก เพราะหากไม่ทำเช่นนั้นอาจมีความเสี่ยงต่อชีวิต ช่องว่างระหว่างสองกลุ่มนี้ชัดเจน และจำเป็นต้องมีการประนีประนอมเพื่อหลีกเลี่ยงความขัดแย้งที่อาจนำไปสู่การเผชิญหน้ากันได้ (สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ, 2567)

สรุปได้ว่าหลังการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 นั้น ได้มีการเรียนรู้มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางสังคมอย่างมาก เช่น การดำรงชีวิตวิถีใหม่ หรือ New Normal และการเรียนรู้จากบทเรียนต่าง ๆ ทั้งด้านการทำงานเป็นทีม และการตระหนักถึงสถานการณ์สำคัญของประเทศร่วมกัน ทำให้สังคมไทยได้มีความโดดเด่นด้านสาธารณสุขทันที

อิทธิบาท 4 หลักธรรมเพื่อแก้ปัญหาความยากจน

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสหลักอิทธิบาท 4 ไว้เพื่อให้เป็นข้อปฏิบัติหรือเป็นแนวทางให้ประสบผลสำเร็จ หรือประกอบภารกิจดี เมื่อต้องการสมาธิเพื่อให้กิจที่ทำนั้นดำเนินไปอย่างได้ผลดีก็พึงปลูกเร้าและชักจูงด้วยอิทธิบาท 4 พระพุทธองค์ได้ให้หลักการและแนวคิดเกี่ยวกับอิทธิบาท 4 ในสูตรต้นตปิฎก มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปัณณาสก์ (ม.ม. 13/247/292) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ไว้ว่า สาวกทั้งหลายของเราผู้ปฏิบัติตามเจริญอิทธิบาท 4 ประการ คือ 1) เจริญอิทธิบาท อันประกอบไปด้วย ฉันทสมาธิปธานสังขาร สมาธิที่เกิดจากฉันทะ ความเพียรสร้างสรรค์ 2) เจริญอิทธิบาทอันประกอบไปด้วยวิริยสมาธิปธานสังขาร สมาธิที่เกิดจากวิริยะความเพียรสร้างสรรค์ 3) เจริญอิทธิบาทอันประกอบไปด้วยจิตตสมาธิปธานสังขาร สมาธิที่เกิดจากจิตตความเพียรสร้างสรรค์ 4) เจริญอิทธิบาทอันประกอบไปด้วยวิมังสาสมาธิปธานสังขาร สมาธิที่เกิดจากวิมังสาสมาธิความเพียรสร้างสรรค์ ในมหาปริณิพพานสูตร (ที.ม. 10/179/127) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงอานาภาพของอิทธิบาท 4 ประการ ไว้ว่า “อานนท์ ! กรุงราชคฤห์นารัณมย์ ภูเขาคิชฌกูฏนารัณมย์ อิทธิบาท 4 ผู้ใดผู้หนึ่งเจริญทำให้มากแล้วทำให้เป็นดุจยานแล้ว ทำให้เป็นที่ตั้งแล้ว ให้ตั้งมั่นแล้ว สังสมแล้ว ปรรกต ผู้หนึ่งเมื่อมุ่งหวัง พึงดำรงอยู่ได้หนึ่งกัลป์หรือเกินกว่าหนึ่งกัลป์ อิทธิบาท 4 ตถาคตเจริญทำให้มากแล้ว ทำให้เป็นดุจยานแล้ว ทำให้เป็นที่ตั้งแล้ว ให้ตั้งมั่นแล้ว สังสมแล้ว ปรรกตแล้ว ตถาคตเมื่อมุ่งหวังพึงดำรงอยู่ได้หนึ่งกัลป์หรือเกินกว่าหนึ่งกัลป์”

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต) ได้ให้ความหมายของคำว่า อิทธิบาท หมายถึง ธรรมเครื่องให้ถึงอิทธิฤทธิ์หรือความสำเร็จ หรือธรรมที่เป็นเหตุให้ประสบความสำเร็จ หรือทางแห่งความสำเร็จ มี 4 อย่าง ได้แก่ ฉันทะ (ความพอใจ) วิริยะ (ความเพียร) จิตตะ (ความคิดจดจ่อ) และวิมังสา (ความสอบสวนไตร่ตรอง) แปลให้ง่ายตามลำดับว่า มีใจรักพากเพียรทำเอาจิตฝึกใฝ่ใช้ปัญญาสอบสวน (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), 2549)

1. ฉันทะ แปลว่า ความพอใจ ได้แก่ ความมีใจรักใคร่ในสิ่งที่ทำ และพอใจฝึกฝั รักในจุดหมายของสิ่งที่ทำนั้น อยากทำสิ่งนั้น ๆ ให้สำเร็จ อยากให้งานนั้นหรือสิ่งนั้นบรรลุ กล่าวอย่างง่าย คือ การรักงานและรักจุดหมายของงาน กล่าวให้ลึกกลงไปในทางธรรมว่า ความรักความใฝ่ใจปรารถนา ต่อภาวะดีงาม งานเต็มเปี่ยมสมบูรณ์ของสิ่งนั้น ๆ



ของงานนั้น อยากทำให้สำเร็จผลตามจุดหมายที่ตั้งามนั้น เมื่อเห็นสิ่งนั้นหรืองานนั้นกำลังเดินหน้าไปสู่จุดหมาย ก็เกิดปิติ เป็นความเอิบอิ่มใจ ครั้นสิ่งหรืองานที่ทำนั้นบรรลุจุดหมายก็รับสมณัสเป็นความฉ่ำชื่นใจที่พร้อมด้วยความรู้สึกโปร่งโล่งผ่องใสเบิกบานแผ่ ออกไปเป็นอิสระไร้ขอบเขต

2. วิริยะ แปลว่า ความอาจหาญ แก่กล้า บากบั่น ก้าวไป ใจสู้ ไม่ย่อท้อไม่ หวั่น กลัวต่ออุปสรรคและ ยากลำบาก เมื่อคนรู้ว่าสิ่งใดมีคุณค่าควรแก่การบรรลุถึง ถ้าวิริยะเกิดขึ้นแก่เขาแล้ว แม้ได้ยินว่าจุดหมายนั้นจะลุล่วง ได้ยากนัก มีอุปสรรคมาก หรืออาจใช้เวลาเท่านั้นปีเท่านั้นเดือน เขาก็ไม่ท้อถอย กลับเห็นเป็นสิ่งที่ท้าทายที่เขาเอาชนะ ให้ได้ทำให้สำเร็จ คนที่มีความเพียร เท่ากับมี แรงทุน เวลาทำงานหรือปฏิบัติธรรมก็ตาม จิตใจจะแน่วแน่มั่นคง พุ่งตรงต่อจุดหมาย สมาธิก็เกิดขึ้นได้ เรียกว่า เป็นวิริยสมาธิ พร้อมทั้งมีปธานสังขาร คือ ความเพียรสร้างสรรค์เข้า ประกอบคู่ไปด้วยกัน

3. จิตตะ แปลว่า ความคิดจดจ่อ หรือเอาใจฝักใฝ่ ได้แก่ ความมีจิตผูกพัน จดจ่อ ฝักใฝ่คิดเรื่องนั้นใจอยู่กับงานนั้น ไม่ปล่อย ไม่ห่างไปไหน ถ้าจิตตะเป็นไปอย่างแรงกล้าในเรื่องใด เรื่องหนึ่ง หรืองานอย่างใดอย่างหนึ่ง คนผู้นั้นจะไม่สนใจไม่รับรู้เรื่องอื่น ๆ ใครพูดอะไรเรื่อง ๆ ไม่สนใจ แต่ถ้าพูดเรื่องงานนั้นจะสนใจเป็นพิเศษทันที บางทีจัดทำเรื่องนั้น งานนั้น ขลุ้ง่วนอยู่ทั้งวันทั้งคืนไม่ เอาใจใส่ร่างกายแต่งเนื้อแต่งตัว อะไรเกิดขึ้นก็ไม่สนใจ เรื่องอื่นเกิดขึ้นใกล้ ๆ บางทีก็ไม่รู้ ทำงานลืมวัน ลืมคืน ลืมกินลืมนอน ความมีใจฝักใฝ่เช่นนี้ ย่อมทำให้เกิดสมาธิเกิดขึ้น จิตจะแน่วแน่ แนบสนิทใน กิจที่ทำ มีกำลังมากเฉพาะสำหรับกิจนั้น เรียกว่า จิตตสมาธิ พร้อมกันนั้นก็เกิดปัญา สังขาร คือความ เพียรสร้างสรรค์ร่วมสนับสนุนไปด้วย

4. วิมังสา แปลว่าความสอบสวนไตร่ตรอง ได้แก่ การใช้ปัญญาพิจารณาหมั่น ใคร่ครวญตรวจตราหาเหตุผล และตรวจสอบข้อยิ่งหย่อนเกินเลย บกพร่องหรือขัดข้อง เป็นต้น ในกิจที่ทำ รู้จักทดลองและคิดค้นหาทางแก้ไข ปรับปรุง ข้อนี้เป็นการใช้ปัญญาชักนำสมาธิ ซึ่งจะเห็นได้ไม่ยากคนมีวิมังสาเป็นพวกชอบคิด ค้นหาเหตุผล ชอบสอบสวนทดลองเมื่อทำอะไร ก็คิดพิจารณาทดสอบไป เช่น คิดว่าผลนี้เกิดจากสาเหตุอะไร ทำไมจึงเป็นอย่างนี้ ผลคราวนี้เกิดจากปัจจัยที่เป็นองค์ประกอบเหล่านี้เท่านั้น ลองเปลี่ยนองค์ประกอบนั้นแล้ว ไม่เกิดผลอย่างที่เคยคาดหมาย เป็นเพราะอะไร จะแก้ไขที่จุดไหน เป็นเหตุให้จิตแน่วแน่แล่นดังไปกับเรื่องที่พิจารณา ไม่ฟุ้งซ่านไม่วอกแวก และมีกำลังว่าวิมังสาสมาธิ ซึ่งจะมีปธานสังขาร คือ เพียรสร้างสรรค์เกิดมาด้วย เช่นเดียวกับสมาธิข้ออื่น (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), 2542)

พุทธทาสภิกขุ ได้กล่าวถึงหลักอิทธิบาทแยกออกเป็น อิทธิ แปลว่า ความสำเร็จ บาท แปลว่า ฐาน เจริญรือง
ดังนั้น อิทธิบาท จึงแปลว่า รากฐานแห่งความสำเร็จ มี 4 อย่าง คือ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ และวิมังสา (พุทธทาสภิกขุ,
2537)

สัญญา สัญญาวิวัฒน์ กล่าวว่า หลักอิทธิบาท 4 เป็นหลักธรรมที่จะทำให้การทำงานประสบความสำเร็จ และมีความสุขได้ด้วยความศรัทธา ความเชื่อมั่น เป็นหลักการทำงานให้ประสบผลสำเร็จ และมีความสุขกับงาน (สัญญา สัญญาวิวัฒน์, 2550)

สรุป อิทธิบาท หมายถึง หลักธรรมที่จะทำให้ประสบความสำเร็จ มี 4 ประการ คือ ฉันทะ ความพึงพอใจ
วิริยะ ความเพียรพยายาม จิตตะ ความเอาใจใส่หรือจดจ่อ และวิมังสา ความพิจารณาไตร่ตรอง เป็นองค์ธรรม
สำคัญให้มนุษย์บรรลุเป้าหมายได้ทุกระดับ และเป็นไปเพื่อประโยชน์ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

การประยุกต์อิทธิบาท 4 เพื่อแก้ปัญหาความยากจน

พุทธธรรมเป็นสิ่งที่ทุกคนควรปฏิบัติหากใครได้ปฏิบัติจะส่งผลดีต่อบุคคลนั้น เนื่องจากหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนานั้นผลด้านพัฒนาจิตใจเป็นสำคัญ มีผลต่อบุคคลผู้ที่ปฏิบัติโดยตรง และมีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตทุกด้าน ทั้งด้านการเมือง การปกครอง เศรษฐกิจ สังคม ขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรม ตลอดจน

การเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรม (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), 2538) การประยุกต์ใช้อิทธิบาท 4 ซึ่งเป็นแนวทางทั้งการเรียน การทำงาน และการดำเนินชีวิตให้ประสบความสำเร็จที่พระพุทธองค์ได้ทรง สอนไว้อย่างแยบคาย ซึ่งจะต้องปฏิบัติให้ได้ครบกระบวนการทั้ง 4 ข้อ อันเป็น 4 ขั้นตอนที่ต้องเนื่องหนุนเสริมกัน จะขาดข้อใดข้อหนึ่งไม่ได้ ด้วยว่ามันเป็นกระบวนการที่เชื่อมโยงกันทั้ง 4 ข้อ จึงจะทำให้เราประสบผลสำเร็จในชีวิตและการทำงานได้ตามความมุ่งหวัง ขออธิบายดังต่อไปนี้

1. ฉันทะ หมายถึง ความรักและความหลงใหลในสิ่งที่เราทำ ซึ่งเกิดจากความศรัทธาและความเชื่อมั่นในสิ่งนั้น ๆ เมื่อมีฉันทะแล้ว ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจะเป็นไปตามที่ควรจะเป็น เรามักได้ยินคำว่า “ขอฉันทามติจากประชุม” หรือ “มีฉันทะร่วมกัน” ก่อนที่จะสิ้นสุดการประชุม ซึ่งเป็นเหมือนสัญญาระหว่างกันว่าเราจะร่วมมือกันทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง หรือจะละเว้นบางอย่างร่วมกัน อย่างไรก็ตาม ความเข้าใจในเรื่องนี้อาจไม่ครบถ้วน เพราะ “ฉันทะ” ไม่ได้หมายถึง แค่สัญญาในรูปแบบเอกสารหรือข้อตกลงระหว่างสมาชิกเท่านั้น แต่ยังหมายถึง สัญญาใจที่มีความผูกพันอย่างลึกซึ้ง เป็นความศรัทธาและความเชื่อมั่นที่เต็มเปี่ยม ซึ่งจะนำไปสู่ความพยายามอย่างต่อเนื่อง เปรียบเสมือนนักวิจัยที่มีความเชื่อมั่นในแนวคิดและวิธีการทำงานเพื่อพัฒนาท้องถิ่น แม้ว่าความเชื่อมั่นนี้อาจแตกต่างกันไป แต่ไม่มีใครสามารถบอกได้ดีไปกว่าตัวนักวิจัยเอง และผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจะเป็นที่ประจักษ์ต่อสาธารณชน หลายคนเคยได้ยินคำว่า “Where there is the will, there is the way” ที่ใดมีความปรารถนาอันแรงกล้า ที่นั่นย่อมมีหนทางเสมอ ขอเพียงแต่มีความตั้งใจแน่วแน่ในการประสบความสำเร็จในสิ่งนั้น ๆ ด้วยความมุ่งมั่นและไม่ย่อท้อ ย่อมมีหนทางที่จะนำเราไปสู่ความสำเร็จได้ในที่สุด วิธีการสร้างฉันทะ พระพุทธองค์ได้ตรัสสอนไว้ว่า มนุษย์เราควรเลือกที่จะมีศรัทธาในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง และต้องหมั่นตรวจสอบศรัทธาของตนเองว่ามีประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น รวมถึงสังคมโดยรวมด้วย หากศรัทธานั้นดีทั้งสองด้าน ก็จงมุ่งมั่นทำสิ่งนั้นด้วยความตั้งใจ แต่ถ้าหากไม่ดี ก็ต้องมีการเปลี่ยนแปลงศรัทธาใหม่ เราต้องมีการเลือก มิฉะนั้น เราจะกลายเป็นคนที่สับสน ไร้แก่นสาร และไม่มีรากฐานในชีวิต เมื่อเราไม่มีแก่นสาร ก็จะถูกชักจูงไปในทางที่ไม่ดีได้ง่าย หากต้องการฝึกฝนตนเอง อาจเริ่มจากการตั้งคำถามกับตัวเองว่า เราศรัทธาในสิ่งใด เพราะเมื่อเรามีศรัทธาในสิ่งใด เราก็จะสามารถเข้าถึงสิ่งนั้นได้ เช่น หากเราศรัทธาในเทคโนโลยี เราก็จะเข้าถึงเทคโนโลยี หากเราศรัทธาต่อชาวบ้าน เราก็จะเข้าถึงชาวบ้าน หากเราศรัทธาต่อวัตถุ เราก็จะเข้าถึงวัตถุ หากเราศรัทธาต่อความสำเร็จและเกียรติยศ เราก็จะเข้าถึงสิ่งเหล่านั้น หรือหากเราศรัทธาต่อความรู้ เราก็จะเข้าถึงความรู้ หรือหากเราไม่มีศรัทธาในสิ่งใดเลย เราก็จะไม่สามารถเข้าถึงอะไรได้เลย เพราะศรัทธานำมาซึ่งความมุ่งมั่นและการทุ่มเทในการทำทุกอย่างเพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่เราศรัทธานั้นเอง ในขณะเดียวกันเราก็ควรตรวจสอบตัวเองว่าสิ่งที่เราศรัทธานั้นเป็นอย่างไร (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), 2549)

2. วิริยะ หมายถึง ความมุ่งมั่นและความทุ่มเททั้งกายและใจในการเรียนรู้และเข้าถึงแก่นแท้ของสิ่งต่าง ๆ หากเราทำสิ่งใด เราจะทำจนเชี่ยวชาญและกลายเป็นผู้รู้ หากเราศึกษา เราจะศึกษาจนถึงรากเหง้าของเรื่องนั้น ๆ ดังนั้น คำว่า “วิริยะ” จึงสื่อถึงความพยายามอย่างสูงในการทำตามความต้องการหรือศรัทธาของตนเอง หากเราไม่มีความเพียรพยายาม ก็สามารถสันนิษฐานได้ว่าเรามีศรัทธาที่ไม่จริงใจ ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น ผลงานที่เราทำจะสะท้อนให้เห็นถึงเจตนาของเราอย่างชัดเจน ดังนั้น นักวิจัยท้องถิ่นจึงควรมีความรักต่อชุมชนและความมุ่งมั่นในการทำวิจัยเพื่อแก้ไขปัญหาของคนในท้องถิ่น ซึ่งถือเป็นศรัทธาที่สูงที่สุด หากไม่เป็นเช่นนั้น ก็จะมีเพียงศรัทธาที่ว่างเปล่าไร้ซึ่งความมุ่งมั่นและทุ่มเท ในขณะเดียวกัน วิริยะยังมาคู่กับความอดทน ซึ่งเป็นความสามารถในการไม่ย่อท้อต่อปัญหาและมีความหวังในการเอาชนะอุปสรรคต่าง ๆ โดยมีศรัทธาเป็นแรงขับเคลื่อนจิตใจ ความอดทนเป็นเครื่องมือสำหรับผู้ที่มีจิตใจเย็นและงาม ไม่ใช้การกระทำที่หุนหันพลันแล่น เพราะอาจนำไปสู่ความผิดพลาดได้ง่าย เมื่อถูกถามว่า “ความวิริยะเกิดจากอะไร” คำตอบ คือ “มันเกิดจากศรัทธาหรือฉันทะ” ซึ่งเป็นศรัทธาที่มั่นคงไม่ว่าจะเผชิญกับอุปสรรคใด ๆ ก็ไม่เปลี่ยนแปลง แม้อาจมีบางช่วงที่ต้องปล่อยวางหรือวางเฉยเพื่อรอสถานะที่เหมาะสม ความวิริยะไม่ใช่ความดุดันหรือการทำทุกอย่างให้สำเร็จเสมอไป แต่เป็นการเลือกทำในสิ่งที่รักษาศรัทธาไว้



และเวลาที่เหมาะสมเพื่อให้บรรลุผลตามที่ตั้งใจ หากต้องการฝึกฝนความวิริยะ ควรเริ่มจากการมีความคิดที่จะฝึกฝนตนเองอย่างสม่ำเสมอ ทำ คิด เขียน และนำเสนออย่างต่อเนื่อง อย่าซีเรียหรือกลัวความผิดพลาด และควรกล้าแสดงความรู้สึกชอบต่อความล้มเหลวของตนเอง อย่าท้อแท้กับงานหนัก เพราะการทํามากจะทำให้เราเรียนรู้และเก่งขึ้น อย่าบ่นว่าไม่มีเวลา เพราะเวลาอย่างคงเท่าเดิมเสมอ

3. จิตตะ หมายถึง ความตั้งใจและความรับผิดชอบ เมื่อเรามีจิตใจที่มุ่งมั่นแล้ว ความรอบคอบก็จะตามมา คำนี้มีความสำคัญอย่างยิ่งในยุคปัจจุบันที่สังคมมีความซับซ้อนและมีสิ่งใหม่ ๆ เกิดขึ้นมากมาย หลายคนต้องเผชิญกับภาระหน้าที่ที่มากมาย จนไม่รู้จะเริ่มทำอะไรจากตรงไหน เวลาที่อ่านหนังสือก็คิดถึงงานที่ต้องทำ และเมื่อทำงานก็จะคิดถึงงานหนังสือเพื่อเตรียมสอบ ทำให้ไม่สามารถจดจ่ออยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งได้นาน ผลที่ตามมาคือ ทำอะไรก็ไม่ดีสักอย่างและมักจะทำผิดพลาดอยู่เสมอ แต่ถ้าเรามีจิตใจที่มุ่งมั่นต่อสิ่งที่เราคิดและทำ รวมถึงการรับผิดชอบต่อเรื่องต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการเรียนหรือการทำงาน ทุกอย่างก็จะดีขึ้นเอง เราจะมีความรู้มากขึ้นเรื่อย ๆ จากความตั้งใจและความใฝ่รู้ของเรา เมื่อมีความรู้มากขึ้น ความรอบคอบก็จะตามมา และเมื่อมีความรอบคอบ การตัดสินใจก็就会有ความผิดพลาดน้อยลง ความรอบคอบไม่สามารถเกิดขึ้นได้หากไม่มีความรู้ ดังนั้น การที่จะมีความรู้ได้นั้น เราต้องหมั่นศึกษาเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง ติดตามข่าวสารบ้านเมืองอย่างสม่ำเสมอ และอ่านหนังสืออย่างหลากหลายโดยไม่ยึดติดกับเรื่องใดเรื่องหนึ่ง นอกจากนี้ สิ่งสำคัญ คือ การฝึกตั้งคำถามกับตัวเองเกี่ยวกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นรอบตัวเรา

4. วิมังสา หมายถึง การทบทวนสิ่งที่เราได้คิดและทำมา ซึ่งเกิดจากความรักและความมุ่งมั่นในการทำงานอย่างตั้งใจและรับผิดชอบ โดยใช้วิจาร์ณญาณที่รอบรู้และรอบคอบ การทบทวนนี้ช่วยให้เราได้พิจารณาผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น ทั้งในเรื่องส่วนตัวและในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการทำงานร่วมกับผู้อื่น เพื่อปรับปรุงและพัฒนาให้ดียิ่งขึ้น การทบทวนภายในตนเองมีความสำคัญอย่างยิ่งในยุคปัจจุบันที่ผู้คนมักรู้สึกสับสน การตรวจสอบความคิดและการกระทำของเราจะช่วยให้เราเข้าใจว่าทำไมเราถึงคิดหรือทำในลักษณะนั้น และเราทำเพื่ออะไร เพื่อความสุขของตนเองหรือเพื่อความสุขของสังคม ซึ่งจะช่วยให้เราตระหนักถึงจุดที่เราควรอยู่ในสังคมและวิธีการเปลี่ยนแปลงตนเองเพื่อสร้างสรรค์ทั้งตนเองและสังคมให้ดีขึ้น ในงานวิจัยและการพัฒนา เรามักใช้คำว่า “สรุปบทเรียน” เพื่อสรุปผลการดำเนินงานในช่วงเวลาหนึ่ง เพื่อประเมินว่าสิ่งที่เราคิดและทำไปนั้นเป็นไปตามที่ตั้งใจไว้หรือไม่

จะเห็นได้ว่าหลายคนมักเข้าใจว่าควรทำเมื่อถึงครึ่งทางของงานหรือเมื่อเสร็จสิ้นโครงการ หรืออย่างดีที่สุดคือ การทำแผนงานรายไตรมาสทุก 3 เดือน แต่ความจริงแล้ว การสรุปบทเรียนควรทำอย่างสม่ำเสมอ อาจจะเป็นการพูดคุยกันหลังจากกิจกรรมแต่ละครั้ง หรือหลังเลิกงานในแต่ละวัน หรือใช้วิธีการที่ไม่เป็นทางการเพื่อให้ได้บทเรียนจากแต่ละคนมากที่สุด นอกจากนี้ การพูดคุยกับตัวเองก็เป็นอีกวิธีหนึ่งที่ช่วยให้เราเข้าใจตัวเองมากขึ้น โดยการใช้สติและความรู้สึกตัว จะทำให้เรามองเห็นปัญหาที่เรา กำลังเผชิญอยู่และหาวิธีแก้ไขได้ เพราะตามธรรมชาติของมนุษย์ เรามักมองออกไปข้างนอกและไม่เห็นตัวเองและสิ่งรอบตัว ดังนั้น การมองตัวเองเหมือนการส่องกระจกจึงเป็นสิ่งสำคัญ เราควรถามตัวเองอยู่เสมอว่า เราทำอะไรบ้างและไม่รู้จะอะไรบ้าง เป้าหมายในชีวิตของเราคืออะไร และเราจะไปถึงจุดนั้นได้อย่างไร คำถามที่ดีเพียงหนึ่งคำถามมีค่ามากกว่าคำตอบหลายร้อยคำ ถ้าเราตั้งคำถามกับตัวเองบ่อย ๆ จิตใจเราก็จะหาคำตอบให้เราได้ มิฉะนั้น เราจะใช้ชีวิตไปโดยไม่มีจุดหมายและเต็มไปด้วยความทุกข์ใจที่หาทางออกไม่ได้ หรือถ้ามีคนอื่นอยู่ด้วย เราก็สามารถพูดคุยในใจเพื่อสร้างเสียงภายในได้เช่นกัน

อิทธิบาท จึงเป็นธรรมให้ถึงความสำเร็จ เป็นหลักธรรมที่ปฏิบัติเพื่อเอาชนะปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ เป็นหนทางนำไปสู่ความสำเร็จในหน้าที่การงานต่าง ๆ ตามที่มุ่งหวังไว้ ซึ่งมี 4 ข้อ คือ 1) ฉันทะ ความรักในงาน คือการมีใจที่เต็มเปี่ยมไปด้วยความชื่นชอบและความพอใจในการทำสิ่งนั้น โดยไม่ใช่เพียงแค่ทำให้เสร็จตามหน้าที่หรือเพื่อหวังผลตอบแทน แต่เป็นการมุ่งมั่นที่จะทำให้ผลงานออกมาดีที่สุด 2) วิริยะ ความเพียรในการทำงาน หมายถึงการมองเห็นความท้าทายและมีใจที่สู้ โดยไม่ย่อท้อและมุ่งมั่นทำงานอย่างขยันขันแข็ง พร้อมทั้งจะเผชิญกับอุปสรรค

และเดินหน้าต่อไปจนกว่าจะประสบความสำเร็จ 3) จิตตะ การใส่ใจในงานคือการมีสมาธิและอุทิศตนให้กับสิ่งที่ทำโดยไม่ปล่อยให้จิตใจฟุ้งซ่าน และมุ่งมั่นทำงานนั้นด้วยความตั้งใจและความคิดอย่างจริงจัง และ 4) วิมังสา การทำงานด้วยปัญญา คือ การใช้ความคิดในการวิเคราะห์และตรวจสอบสิ่งที่ทำอย่างรอบคอบ โดยมีการทดลองและปรับปรุงเพื่อหาวิธีที่ดีที่สุดในการดำเนินงานให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

สรุป

แม้ว่าการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ตั้งแต่ปี 2562 ถึงปัจจุบันเป็นเวลา 5 ปีผ่านไปแล้วก็ตาม แต่ว่าผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ยังคงดำเนินอยู่ ปัจจุบันยังมีผู้ติดโรคโควิด-19 รายใหม่กว่าวันละ 300 ราย และมีผู้ป่วยสะสมอยู่ที่ 38,236 ราย (15 กันยายน 2567) มีผลกระทบเชิงลบที่เป็นปัญหามาจนถึงปัจจุบัน คือ ผลกระทบด้านสุขภาพ ด้านเศรษฐกิจ และด้านสังคม ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงเป็นอย่างมากต่อพฤติกรรมของประชาชนในสังคม โดยมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ชีวิตแบบวิถีชีวิตใหม่ (New Normal) เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสถานการณ์ปัจจุบันได้ อย่างไรก็ตาม ประเทศไทยมีประชากรที่นับถือพระพุทธศาสนามากที่สุด ดังนั้น การนำหลักธรรมที่สำคัญ คือ อิทธิบาท 4 มาแก้ไขปัญหาคือความยากจน ซึ่งเป็นปัญหาด้านเศรษฐกิจที่เกิดขึ้นจากผลกระทบการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 จึงความจำเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากหลักธรรมอิทธิบาท 4 เป็นหลักธรรมที่ทำให้ผู้ปฏิบัติประสบความสำเร็จในชีวิต ประกอบด้วย ฉันทะ ความพึงพอใจ วิริยะ ความเพียรพยายาม จิตตะ ความเอาใจใส่ และวิมังสา ความพิจารณาไตร่ตรอง โดยการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน กล่าวคือ 1) ฉันทะ มีความรัก พอใจในสิ่งที่มีอยู่ อาจลองสำรวจตนเองว่ามีความรักและพอใจในงานที่ตนเองทำหรือไม่ หากพบว่าตนเองไม่รักหรือพอใจในงานที่ทำมากพอ ก็จะช่วยให้มองเห็นแนวทางหรือสิ่งที่จะต้องเปลี่ยนแปลงในการทำงานได้ 2) วิริยะ มีความพากเพียรและความขยันอย่างต่อเนื่อง หากตั้งใจทำงานด้วยความขยัน พากเพียรก็จะช่วยเสริมให้ งานที่ทำอยู่นั้นประสบความสำเร็จได้ไม่ยาก ทั้งนี้ จะต้องไม่ลืมที่จะฝึกฝนและพัฒนาตนเองอยู่เสมอ 3) จิตตะ มีความเอาใจใส่ มุ่งมั่น และรับผิดชอบสิ่งนั้น ๆ โดยเฉพาะการใส่ใจและรับผิดชอบในงานที่ตนเองได้รับมอบหมาย หากทำงานด้วยความรัก ความขยัน ประกอบกับการรับผิดชอบต่องานที่ดีแล้ว ก็เป็นหนึ่งในหนทางที่ช่วยให้งานประสบความสำเร็จได้ และ 4) วิมังสา หมายถึง ความตระหนักไตร่ตรองถึงเหตุและผล ในการทำงานแต่ละครั้ง จะต้องคำนึงถึงหลักและเหตุผลโดยใช้ทักษะและปัญญา เพื่อให้งานถูกต้องและไม่เกิดความผิดพลาดในครั้งต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- กรมควบคุมโรค. (2564). แนวปฏิบัติในการป้องกันควบคุมโรคไวรัสโคโรนา 2019 สำหรับสถานที่ประกอบพิธีกรรมทางศาสนา (วัด โบสถ์ มัสยิด ศาลเจ้า). เรียกใช้เมื่อ 8 กันยายน 2567 จาก https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/file/measure/mea_religious_040363.pdf
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). (2538). จิตวิทยาเพื่อการพัฒนาคนตามแนวธรรมชาติ. กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมิก จำกัด.
- _____. (2542). การศึกษากับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์. กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมิก จำกัด.
- _____. (2545). ธรรมานุชีวิต. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์กรมศาสนา.
- _____. (2549). พุทธธรรม ฉบับปรับปรุง และขยายความ. (พิมพ์ครั้งที่ 11). กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด.
- พุทธทาสภิกขุ. (2537). การทำงานที่เป็นสุข. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.



- สถาบันส่งเสริมความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน (องค์การมหาชน). (2566). ชีวิตวิถีใหม่. เรียกใช้เมื่อ 15 กันยายน 2567 จาก <https://www.tosh.or.th/covid-19/index.php/new-normal>
- สัญญา สัญญาวิวัฒน์. (2550). การบริหารจัดการแนวพุทธ. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์หนังสือแห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ. (2567). ส่องสังคมไทยหลังโควิด19 ตอกย้ำความสำคัญการกระจายอำนาจ ปูทางสู่การปฏิรูปประเทศ. เรียกใช้เมื่อ 15 กันยายน 2567 จาก <https://www.nationalhealth.or.th/en/node/2242>