

Principles of Sustainable Future Life Management

Anan Jitaree¹ Surachate Kumjai² and Denphum Aintawang³

Received: January 05, 2023

Revised: August 27, 2023

Accepted: October 10, 2023

Abstract

This academic article aimed to present 3 important issues related to sustainable management of life in the future, namely 1) background and situation of the Coronavirus or COVID 19 in Thailand; 2) management concepts, theories and related Buddhaddhamma; and 3) principles of sustainable future life management. It was found that the outbreak of the 2019 Coronavirus disease started in Wuhan, China, on December 30, 2019. Infected people had symptoms within 14 days. A person infected with the virus in Thailand was discovered to be a Chinese national who arrived in Bangkok on a flight from Wuhan on January 17, 2020. It was entering the era of living with the outbreak like today. At present, Thailand has entered a new normal life style with many changes in various dimensions. The appropriate management concept and theory were to define five administrative duties with the abbreviation "POCCC". The appropriate principle was Iddhipata 4. The principles of sustainable life management in the future must use the concept of defining 5 management duties, integrated with Iddhipada 4. At present, sustainable life management must emphasize the importance of living together in all aspects, both

¹⁻³ Nakhon Nan Buddhist College

Corresponding author, e-mail: jitaree2559@gmail.com, Tel. 088-7363044

personal health and environment to lead to sustainable future life management principles.

Keywords: Management Principles, Sustainability, Iddhipada 4

หลักการบริหารชีวิตในอนาคตอย่างยั่งยืน

อนันต์ จิตอารี¹ สุรเชษฐ์ คำใจ² และเด่นภูมิ นตะวัง³

Received: January 05, 2023

Revised: August 27, 2023

Accepted: October 10, 2023

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มุ่งนำเสนอประเด็นสาระสำคัญ 3 ประการ ที่เกี่ยวข้องกับการบริหารชีวิตในอนาคตอย่างยั่งยืน คือ 1) ความเป็นมาและสถานการณ์ไวรัสโคโรนา หรือ COVID 19 ในประเทศไทย 2) แนวคิด ทฤษฎีการบริหาร และพุทธธรรมที่เกี่ยวข้อง และ 3) หลักการบริหารชีวิตในอนาคตอย่างยั่งยืน พบว่า การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 เริ่มต้นที่นครอู่ฮั่น ประเทศจีน ตั้งแต่วันที่ 30 ธันวาคม 2562 ผู้ที่ติดเชื้อจะมีอาการภายใน 14 วัน และเริ่มค้นพบผู้ติดเชื้อไวรัสในประเทศไทยซึ่งเป็นคนจีนที่เดินทางมาถึงกรุงเทพมหานครโดยเที่ยวบินจากนครอู่ฮั่น ในวันที่ 17 มกราคม 2563 และมีการเข้าสู่ยุคของการอยู่ร่วมกับการระบาดดังเช่นปัจจุบัน โดยปัจจุบันประเทศไทยเข้าสู่รูปแบบชีวิตปกติใหม่อันมีการปรับเปลี่ยนมิติต่าง ๆ มากมาย แนวคิด ทฤษฎีการบริหารที่เหมาะสม คือ การกำหนดหน้าที่ทางการบริหารจัดการไว้ 5 ประการ มีตัวย่อว่า “POCCC” หลักธรรมที่เหมาะสม คือ หลักอิทธิบาท 4 โดยหลักการบริหารชีวิตในอนาคตอย่างยั่งยืนนั้นต้องใช้แนวคิดการกำหนดหน้าที่ทางการบริหารจัดการไว้ 5 ประการ บูรณาการกับหลักอิทธิบาท 4 ประการ ในปัจจุบันการบริหารชีวิตอย่างยั่งยืนนั้นต้องเน้นความสำคัญของการอยู่ร่วมกันทั้งด้านสุขภาวะส่วนบุคคล และด้านสิ่งแวดล้อม เพื่อนำไปสู่การได้หลักการบริหารชีวิตในอนาคตอย่างยั่งยืน

คำสำคัญ: หลักการบริหาร, ความยั่งยืน, หลักอิทธิบาท 4

¹⁻³ วิทยาลัยสงฆ์นครน่านฯ

Corresponding author, e-mail: jitaree2559@gmail.com, Tel. 088-7363044

บทนำ

การแพร่ระบาดของไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 หรือ 2019-nCoV จากประเทศจีน นับจากที่มีการรายงานครั้งแรกเมื่อ 31 ธันวาคม ค.ศ. 2019 นั้น พบผู้ป่วยโรคปอดอักเสบที่ไม่รู้สาเหตุในเมืองอู่ฮั่นเพิ่มขึ้นเป็นลำดับ ต่อมาได้มีการรายงานเป็นทางการเมื่อ 3 มกราคม ค.ศ. 2020 ว่าโรคปอดอักเสบที่ระบาดที่อู่ฮั่น มีสาเหตุจากไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 (Novel Coronavirus 2019, 2019-nCoV) (พิเชษฐ บัญญัติ, 2563) และพบการแพร่เชื้อจากคนสู่คนได้ ดังนั้นประเทศจีนจึงได้ทำการสืบสวนหาแหล่งแพร่เชื้อของการระบาดในครั้งนี้อยู่ที่เมืองอู่ฮั่น และทุกภาคส่วนต่างร่วมกันหาวิธีและดำเนินการป้องกันแก้ไขและเยียวยาผลกระทบที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง ซึ่งสถานการณ์ของประเทศไทยเริ่มคลี่คลายในช่วงแรกและได้มีการระบาดครั้งสองด้วยการที่ประเทศไทยผ่านประสบการณ์มาจากครั้งที่หนึ่ง ทำให้คนไทยไม่ตื่นตระหนกเกินไป แต่ผลกระทบยังคงมีผลเชิงลบอย่างต่อเนื่อง ทั้งมิติทางสังคม การศึกษา เศรษฐกิจ และการปฏิบัติงานในองค์กร ซึ่งการแพร่ระบาดของโควิด-19 นอกจากจะส่งผลกระทบต่อสุขภาพแล้วยังส่งผลกระทบต่อเศรษฐกิจอีกด้วย ล่าสุดธนาคารแห่งประเทศไทย ได้ประกาศลดประมาณการการเติบโตทางเศรษฐกิจของไทยในปี 2020 มาอยู่ที่ -5.3% ซึ่งนับว่าต่ำที่สุดตั้งแต่วิกฤตต้มยำกุ้งซึ่งอยู่ที่ -7.6% และหากย้อนไปยังวิกฤติแฮมเบอร์เกอร์ยังหดตัวเพียง -0.7% เท่านั้น นับว่าเป็นผลกระทบที่รุนแรงมาก ถึงแม้ปัจจุบันประเทศไทยหรือสังคมโลกจะอยู่ในช่วงที่สถานการณ์ที่ดีหรือช่วงหลังการระบาดโควิดอันนิยามว่า New Normal เป็นคำที่ถูกบัญญัติขึ้นมาใหม่ โดยมีความหมายว่า “ความปกติใหม่ รากฐานชีวิตหรือรูปแบบการดำเนินชีวิตแบบใหม่” ซึ่ง New Normal สามารถนำมาปรับใช้ได้หลายบริบทในการดำเนินชีวิต เช่น วิธีคิด การสื่อสาร วิถีปฏิบัติในชีวิตประจำวัน เป็นต้น ซึ่งหากมีการบริหารจัดการชีวิตในอนาคตอย่างยั่งยืนนั้นอาจเป็นประเด็นที่น่าสนใจอันจะทำให้ผู้อ่านจุดประกายความคิดเพื่อการใช้ชีวิตที่ดีต่อไป

บทความนี้ผู้เขียนและคณะจึงเสนอแนะให้มีการนำเอาหลักพุทธศาสนาสอนอย่างที่เราเรียกว่า “พุทธธรรม” นำมาปรับใช้ในการบริหารชีวิตหลังวิกฤตไวรัสโควิด 2019 (COVID 19) หรือยุค New Normal ทั้งนี้เพื่อผู้อ่านดำเนินชีวิตให้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและเกิดประโยชน์สูงสุดและมีความสุขอย่างยั่งยืน โดยผู้เขียนกำหนดวัตถุประสงค์บทความวิชาการนี้ ดังนี้ เพื่อศึกษาค้นคว้าสังเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) เพื่อเสนอแนวคิด ทฤษฎีการบริหาร และ

หลักธรรมที่เกี่ยวข้อง และเพื่อนำเสนอหลักการบริหารชีวิตในอนาคตอย่างยั่งยืน ดังจะนำเสนอต่อไป

เนื้อเรื่อง

ความเป็นมาและสถานการณ์ไวรัสโคโรนา หรือ COVID 19 ในประเทศไทย

ภาควิชาจุลชีววิทยา คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล (ภาควิชาจุลชีววิทยา คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล, 2565) ได้กล่าวว่า การแพร่ระบาดของไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 (novel coronavirus 2019, 2019-nCoV) ที่ก่อโรคปอดอักเสบ (Pneumonia) ในเมืองอู่ฮั่น (Wuhan) มณฑลหูเป่ย์ (Hubei) ประเทศจีน เริ่มจากช่วงปลายปี ค.ศ. 2019 จนถึงปัจจุบัน โดยในช่วงแรกคาดว่าเป็นการติดเชื้อจากสัตว์สู่คน เมื่อมีข่าวการระบาดนี้ ทั่วโลกก็เฝ้าระวังอย่างใกล้ชิด เพราะมีประสบการณ์มาจากโรคทางเดินหายใจร้ายแรงที่เกิดจากไวรัสโคโรนา ได้แก่ โรคซาร์ (Severe Acute Respiratory Syndrome, SARS) ที่ระบาดในช่วงปี ค.ศ. 2002-2003 ซึ่งมีสาเหตุจากไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ SARS-CoV ที่เป็นไวรัสโคโรนาข้ามสปีชีส์จากค้างคาวผ่าน Civet Cat (ชะมด) มาติดเชื้อในคน โดยเริ่มระบาดจากประเทศจีนและกระจายไปทั่วโลก มีผู้ติดเชื้อกว่าแปดพันคน อัตราการตายร้อยละ 10 และเพิ่มเป็นร้อยละ 50 ในผู้สูงอายุ ต่อมาในปี ค.ศ. 2012-2014 ก็มีการระบาดของไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ ชื่อ Middle East Respiratory Syndrome Coronavirus (MERS-CoV) ที่เป็นไวรัสโคโรนาข้ามสปีชีส์จากค้างคาวผ่านอูฐมาติดเชื้อในคน เริ่มจากผู้ป่วยในประเทศซาอุดีอาระเบีย มีผู้ติดเชื้อรวม 1,733 คน อัตราการตายร้อยละ 36

ไวรัสโคโรนา เป็นไวรัสที่มีขนาดใหญ่ที่สุดที่มีสารพันธุกรรมเป็นอาร์เอ็นเอ และมีเปลือกหุ้มด้านนอกที่ประกอบด้วยโปรตีนคลุมด้วยกลุ่มคาร์โบไฮเดรตเป็นปุ่ม ๆ (Spikes) ยื่นออกไปจากอนุภาคไวรัส ทำให้เมื่อดูด้วยกล้องจุลทรรศน์อิเล็กตรอน จะเห็นเป็นเหมือนมงกุฎ (ภาษาละติน Corona แปลว่า Crown หรือมงกุฎ) ล้อมรอบ จึงเป็นที่มาของชื่อเชื้อไวรัสในกลุ่มนี้ที่มีสมาชิกหลากหลาย ติดเชื้อง่ายได้ทั้งในคน และสัตว์หลายชนิด เช่น สัตว์ปีก สัตว์เลี้ยงลูกด้วยนม (ม้า วัว แมว สุนัข ค้างคาว กระจง หู อูฐ และสัตว์ป่าอื่น ๆ) และสัตว์เลื้อยคลาน เช่น งู ดังนั้น ไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ที่ก่อโรคในสัตว์ทั้งระบบทางเดินหายใจและทางเดินอาหาร อาจแพร่มาสู่คนและก่อโรคในคนได้ (Zoonotic Infection) ไวรัสโคโรนาถูกแบ่งเป็น 4 ยีนส์คือ Alphacoronavirus,

Betacoronavirus, Gammacoronavirus และ Deltacoronavirus โดยไวรัสโคโรนาที่ก่อโรคในคนที่ทำให้มีอาการของระบบทางเดินหายใจที่ไม่รุนแรง และมักมีการติดเชื้อแบบไม่มีอาการ จัดอยู่ในยีนส์ Alphacoronavirus ส่วนไวรัสโคโรนาที่ก่อโรครุนแรงในคนและข้ามสปีชีส์มาจากสัตว์ เช่น SARS-CoV และ MERS-CoV จัดอยู่ในยีนส์ Betacoronavirus และมีสารพันธุกรรมเป็นอาร์เอ็นเอ จึงมีโอกาสกลายพันธุ์สูง และสามารถก่อการติดเชื้อข้ามสปีชีส์ได้มากขึ้นในสถานที่ที่นำสัตว์เหล่านี้มาอยู่รวมกันอย่างหนาแน่น ดังเช่น ในตลาดค้าสัตว์เพื่อเป็นอาหาร ที่เป็นแหล่งแพร่เชื้อ SARS-CoV จาก Civet Cat สุนัข

สถานการณ์การแพร่ระบาดของไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 หรือ 2019-nCoV จากประเทศจีน นับจากที่มีการรายงานครั้งแรกเมื่อ 31 ธันวาคม ค.ศ. 2019 นั้น พบผู้ป่วยโรคปอดอักเสบที่ไม่รู้สาเหตุในเมืองอู่ฮั่นเพิ่มขึ้นเป็นลำดับ ต่อมาได้มีการรายงานเป็นทางการเมื่อ 3 มกราคม ค.ศ. 2020 ว่าโรคปอดอักเสบที่ระบาดที่อู่ฮั่น มีสาเหตุจากไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 (novel coronavirus 2019, 2019-nCoV) และพบการแพร่เชื้อจากคนสู่คนได้ ดังนั้นประเทศจีนจึงได้ทำการสืบสวนหาแหล่งแพร่เชื้อของการระบาดในครั้งนี้อย่างเร่งด่วน จากผู้ติดเชื้อกลุ่มแรกที่เป็นคนงานและลูกค้าของตลาดขายส่งอาหารทะเลฮุอันนาน (Huanan Seafood Wholesale Market) โดยที่ตลาดสดนี้ นอกจากขายอาหารทะเลแล้ว ยังขายเนื้อสัตว์ และสัตว์ที่ใช้ทำอาหารที่ยังมีชีวิต เช่น เป็ด ไก่ ลา แกะ หมู อูฐ สุนัขจิ้งจอก งู แบดเจอร์ หนูอ้วน เฮดจ์ฮอก แต่ระยะแรกตรวจไม่พบเชื้อ 2019-nCoV ในตัวอย่างตรวจจากสิ่งแวดล้อมและอาหารทะเลที่ได้จากตลาดขายส่งอาหารทะเลฮุอันนาน อย่างไรก็ตาม พบผู้ป่วยที่มีประวัติว่าไม่ได้เข้าไปที่ตลาดแห่งนี้เลย

รายงานผลการตรวจหาลำดับเบสของสารพันธุกรรมอาร์เอ็นเอส่วนเปลือก (Glycoprotein Spikes) ของเชื้อ 2019-nCoV (MN908947) ที่ได้จากผู้ป่วย พบว่าไวรัสนี้อยู่ในยีนส์ Betacoronavirus ซึ่งเป็นยีนส์เดียวกับ SARS-CoV และ MERS-CoV ซึ่งเมื่อนำไปเปรียบเทียบกับสารพันธุกรรมของไวรัสโคโรนาจากคนและสัตว์ต่าง ๆ จำนวน 271 สายพันธุ์ พบว่าเชื้อ 2019-nCoV เป็นไวรัสที่เกิดจากการผสมสารพันธุกรรมระหว่างไวรัสโคโรนาของค้างคาวกับไวรัสโคโรนาของงูเห่า (Chinese Cobra, Naja Atrata) จึงทำให้ไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 นี้แพร่เชื้อข้ามสปีชีส์จากงูเห่ามายังคนได้ โดยเริ่มแรกจากคนงานและลูกค้าในตลาดเริ่มติดเชื้อก่อน และต่อมาเชื้อมีการกลายพันธุ์มากขึ้น จึงสามารถติดต่อจากคนสู่คน

ข้อมูลดังกล่าวข้างต้นสอดคล้องกับการรายงานของกรมควบคุมโรค (กรมควบคุมโรค, 2565) ที่ระบุว่า การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 เริ่มต้นที่ประเทศจีน ตั้งแต่วันที่ 30 ธันวาคม 2562 ต่อมาได้พบผู้ป่วยยืนยันในหลายประเทศทั่วโลก จำนวนผู้ป่วยยืนยันเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว เช่น ฮองกง มาเก๊า ไต้หวัน เกาหลีใต้ สิงคโปร์ และญี่ปุ่น โดยพบผู้ป่วยรายใหม่ทั่วโลกเพิ่มขึ้นวันละประมาณ 1,000 ราย มีผู้เสียชีวิตเพิ่มขึ้นวันละประมาณ 100 ราย และพบอัตราการเสียชีวิตจากโรคประมาณร้อยละ 2 ซึ่งร้อยละ 26.4 ของผู้เสียชีวิตเป็นผู้สูงอายุ และผู้ที่มีโรคประจำตัวมีโอกาสเสี่ยงที่จะเสียชีวิตเพิ่มขึ้น โดยผู้ที่เป็นโรคหัวใจ มีอัตราการเสียชีวิตมากที่สุด ร้อยละ 10.5 รองลงมาคือ โรคเบาหวาน (ร้อยละ 7.3) และโรคระบบทางเดินหายใจเรื้อรัง (ร้อยละ 6.3) ขณะนี้มีหลักฐานการติดต่อจากคนสู่คน และพบมีการระบาดภายในประเทศ เพิ่มขึ้นหลายพื้นที่ ข้อมูลองค์การอนามัยโลก ณ วันที่ 24 กุมภาพันธ์ 2563 พบมีรายงานการระบาดของโรครวม 35 ประเทศ 2 เขตบริหารพิเศษ ได้แก่ จีน ฮองกง มาเก๊า ไต้หวัน เกาหลีใต้ อิตาลี ญี่ปุ่น สิงคโปร์ อิหร่าน อเมริกา ไทย มาเลเซีย ออสเตรเลีย เวียดนาม เยอรมัน สหราชอาณาจักร สหรัฐอาหรับเอมิเรตส์ ฝรั่งเศส แคนาดา ฟิลิปปินส์ อินเดีย สเปน รัสเซีย อิสราเอล สวีเดน ศรีลังกา เนปาล เลบานอน อิรัก ฟินแลนด์ อียิปต์ กัมพูชา เบลเยียม อัฟกานิสถาน บาห์เรน คูเวต และ โอมาน องค์การอนามัยโลกได้ประเมินสถานการณ์ และเห็นว่าการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 แพร่กระจายได้อย่างรวดเร็วจนน่ากังวล ในวันที่ 30 มกราคม 2563 องค์การอนามัยโลกจึงได้ประกาศให้โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 เป็นภาวะฉุกเฉินทางสาธารณสุขระหว่างประเทศ (Public Health Emergency of International Concern) และแนะนำทุกประเทศให้เร่งรัดการเฝ้าระวัง ป้องกัน และควบคุมโรค

ผู้ที่ติดเชื้อจะมีอาการภายใน 14 วัน พบว่า มีอาการไข้ ไอ เมื่อตามเนื้อตัว เจ็บคอ น้ำมูกไหล คัดจมูก ปวดศีรษะ อ่อนเพลีย ท้องเสีย คลื่นไส้ อาเจียน หอบเหนื่อย และแน่นหน้าอก เชื้อไวรัสต้องเข้าไปแบ่งตัวและเจริญเติบโตในเซลล์มนุษย์ เช่น เซลล์ของเยื่อหุ้มหลอดลม จึงจะก่อโรคได้ การที่เชื้อเพิ่มจำนวนมากขึ้นและเข้าไปในเซลล์ข้างเคียงอีกหลายรอบ จะทำลายเซลล์มนุษย์ในหลอดลมและปอด ทำให้ปอดอักเสบและการหายใจล้มเหลวในที่สุด หากระบบภูมิคุ้มกันของมนุษย์ไม่สามารถทำลายหรือควบคุมเชื้อทันกาล สำหรับการป้องกันการสัมผัสโรคโควิด-19 สามารถทำได้โดยการล้างมือด้วยสบู่และน้ำสะอาดอย่างน้อย 20 วินาที หรือลูบมือด้วยเจลแอลกอฮอล์แล้วรอจนเจลแห้ง สวมหน้ากากอนามัยอย่างถูกต้อง หลีกเลี่ยงการสัมผัสใบหน้า ขยี้ตา แคะจมูก และสัมผัส

ปาก ไม่ใกล้ชิดกับผู้มีอาการของโรคระบบทางเดินหายใจ หลีกเลี่ยงจากใช้สิ่งของเครื่องใช้กับผู้อื่น
เช็ดทำความสะอาดพื้นผิวที่หยิบจับสัมผัสบ่อย ๆ และหลีกเลี่ยงการไปในสถานที่ที่ผู้คนหนาแน่น

จากข้อมูลที่กำลังมาแล้วนั้นจะเห็นว่าวิกฤตการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19
ส่งผลกระทบต่อร่างกาย จิตใจ สังคม ตลอดจนการดำรงชีวิต ความเป็นอยู่ของประชาชน ผู้คน
ว่างงาน เกิดปัญหาหนี้สิน เศรษฐกิจถดถอย บางคนเกิดความท้อแท้ วิตกกังวล หวั่นกลัวกับโรค
ระบาด จนเสียสุขภาพจิต บ้างคิดสั้นจบชีวิตตัวเอง ซึ่งสรุปแล้วส่งผลกระทบดังนี้ 1) ผลกระทบจาก
การเจ็บป่วยและเสียชีวิตของประชาชน 2) ผลกระทบจากพฤติกรรมที่หลีกเลี่ยง เพื่อห่างไกลจาก
โอกาสในการติดเชื้อไวรัส 3) ผลกระทบต่อการจ้างงาน, ค่าจ้าง, ความยากจน และความเหลื่อมล้ำ
4) ผลกระทบทางลบด้านอุปทานการผลิต และ 5) ผลกระทบในระยะยาวที่เกิดจากการสูญเสียทุน
มนุษย์ ซึ่งส่งผลกระทบต่อชีวิตของผู้คนโดยตรง

แนวคิด ทฤษฎีการบริหาร

หลักการบริหารที่เป็นสากล หมายถึงหลักการบริหารที่สามารถนำไปใช้เป็นแนวทางใน
การบริหารงานในองค์การได้ทุกชนิด ทุกประเภท ทุกขนาด ทุกสถานการณ์ โดยไม่มีข้อยกเว้นไม่ว่า
จะนำไปใช้ในองค์การของรัฐหรือเอกชน เช่น หน่วยงานราชการ การบริหารงานทหาร ตำรวจ พล
เรือนหรือโรงเรียน... ทั้งนี้เพราะการบริหารก็คือการบริหาร ขอเพียงแต่ให้สามารถสร้างหลักการ
บริหารที่เป็นสากลขึ้นมาไว้เท่านั้น ก็จะไปปรับใช้ในการบริหารงานได้ทุกประเภท นั่นคือ
สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ในทุกสถานการณ์ (ศิริพงษ์ ลดาวัลย์ ณ อรุณยา 2551)

ในขณะที่ Henri Fayol (องรี ฟาโยล, 2558) ซึ่งเป็นทั้งวิศวกรและนักวิชาการชาว
ฝรั่งเศส ได้กำหนดหน้าที่ทางการบริหารจัดการไว้ 5 ประการ มีตัวย่อว่า “POCCC” ซึ่งเป็นการนำ
ตัวอักษรตัวแรกของแต่ละหน้าที่มาเขียนได้แก่ มีดังนี้

P = Planning การวางแผน

การวางแผน (Planning) หมายถึง จินตนาการหรือวิสัยทัศน์ที่เราวาดภาพไว้ล่วงหน้า
แล้วว่า งานที่เรา กำลังจะทำนั้น เมื่อเสร็จออกมาแล้ว หน้าตามันน่าจะเป็นอย่างไร

O = Organizing การจัดการองค์การ

การจัดหน่วยงาน (Organizing) หมายถึง การเข้ามารับผิดชอบในการทำงานเหล่านั้นให้
สำเร็จลุล่วง การออกแบบหน่วยงานจะออกแบบจากหน่วยงานที่ใหญ่ที่สุด เช่น ฝ่ายผลิต แล้วค่อย ๆ

ขอยกมาให้เล็กลง เช่นในฝ่ายผลิตควรจะต้องมีงาน อาทิ แผนกเตรียมวัตถุดิบ แผนกควบคุมเครื่องจักร แผนกซ่อมบำรุง แผนกคลังสินค้า ฯลฯ

C=Commanding การบังคับบัญชา

การบังคับบัญชา (Commanding) หมายถึง การสั่งงานต่าง ๆ ให้แก่ผู้ใต้บังคับบัญชา ดังนั้นเราจึงต้องวางคนตามความเหมาะสม ทั้งด้านความรู้ ความสามารถ ประสบการณ์ ความถนัด ฯลฯ ให้เต็มอัตรากับงานที่เราจัดแบ่งไว้ โดยคนที่รับผิดชอบหน่วยงานที่ใหญ่กว่า ก็จะต้องสามารถสั่งการคนที่รับผิดชอบหน่วยงานเล็กกว่า การวางคนให้สามารถสั่งการกันได้นี้ เรานิยมเรียกว่า สายการบังคับบัญชา (Command) เพื่อให้คนที่เรากำหนดกำลังเหล่านี้ ทำงานที่ได้รับมอบหมาย ให้สำเร็จลุล่วง บรรลุตามแผน

C=Coordinating การประสานงาน

การประสานงาน (Coordinating) หมายถึง การเชื่อมโยงงานของทุกคนให้เข้ากันให้เข้ากันได้และไปสู่เป้าหมายเดียวกัน ฟาโยล บอกว่า เป็นเพราะมีแต่การวางแผน แบ่งงาน วางคน แต่ไม่มีการประสานงานที่ดี ผู้มีหน้าที่รับผิดชอบในหน่วยงานที่ใหญ่กว่า จะต้องคอยช่วยเหลือเกื้อกูลเพื่อให้หน่วยงานย่อย ๆ ของตน มีการประสานงานที่ดี

C=Controlling การควบคุม

การควบคุม (Controlling) หมายถึง การที่จะต้องกำกับให้สามารถประกันได้ว่ากิจกรรมต่างๆที่ทำไปนั้นสามารถเข้ากันได้กับแผนที่วางไว้ปัจจัยสำคัญอีกอย่างหนึ่งในการทำงานให้สำเร็จ ก็คือจะต้องมีการควบคุม (Control) ให้หน่วยงาน กำลังคน การประสาน สามารถดำเนินให้แล้วเสร็จตามแผนที่วางไว้ ในเวลาและค่าใช้จ่ายที่กำหนด

หลักการบริหารเหล่านี้เมื่อวิเคราะห์โดยละเอียด ผู้เขียนเห็นว่าสามารถวิเคราะห์ในมิติอื่นที่ไม่ใช่องค์การได้อีก กล่าวคือด้านการบริหารตนเอง แต่กระนั้นแล้วการวิเคราะห์โดยใช้เพียงหลักการบริหารขององริ ฟาโยล คือ POCCC เพียงประการเดียวคงไม่สามารถวิเคราะห์ได้ครอบคลุมถึงการบริหารตนได้ละเอียดลึกซึ้งจึงมีคำจำเป็นต้องนำหลักการนี้มาบูรณาการเข้ากับหลักพุทธธรรมหรือสภาวะจิตของพระพุทธศาสนาจึงจะสามารถตอบโจทย์ดังกล่าวข้างต้นได้

หลักพุทธธรรมเกี่ยวกับการบริหารชีวิต

การพัฒนาชีวิตให้บรรลุเป้าหมายที่ตนเองตั้งเป้าไว้เป็นสิ่งสำคัญ บางคนต้องสะดุดเนื่องจากผลกระทบจากการระบาดของไวรัสโคโรนา และหลังจากไวรัสทุเลาตนสามารถใช้ชีวิตเป็นปกติแต่เป้าหมายของชีวิตอาจจะเปลี่ยนแปลงไปด้วยต้องเปลี่ยนงานหรือด้วยขาดรายได้ หรืออาจนำสู่การเป็นโรคซึมเศร้า ดังนั้นการพัฒนาชีวิตที่ดีความใช้หลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา หรือ “หลักพุทธธรรม” ซึ่งมีความสำคัญสำหรับพุทธศาสนิกชนทุกคนในทุกยุคทุกสมัย เป็นตัวแทนของพระพุทธเจ้าในฐานะศาสดาของพระพุทธศาสนา เป็นกระบวนการนำหลักธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตจริง คือ ฝึกฝนพัฒนาตนเอง ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ ปัญญา และสังคม ซึ่งที่สำคัญคือ อริยสัจ 4 โดยมีรายละเอียด ดังต่อไปนี้

อริยสัจ 4 นั้น พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2559) ได้ให้ความหมายและอธิบายไว้ว่า คือ ความจริงอันประเสริฐ, ความจริงของพระอริยะ, ความจริงที่ทำให้ผู้เข้าถึงกลายเป็นอริยะ (Ariyasacca: The Four Noble Truths) ประกอบไปด้วย

1. ทุกข์ (ความทุกข์, สภาพที่ทนได้ยาก, สภาวะที่บีบคั้น ชัดแจ้ง บกพร่อง ขาดแก่นสารและความเที่ยงแท้ ไม่ให้ความพึงพอใจแท้จริง, ได้แก่ ขาติ ขรา มรณะ การประจวบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก การพลัดพรากจากสิ่งที่รัก ความปรารถนาไม่สมหวัง โดยย่อว่า อุปาทานขันธ 5 เป็นทุกข์ (Dukkha: suffering; unsatisfactoriness)

2. ทุกขสมุทัย (เหตุเกิดแห่งทุกข์, สาเหตุให้ทุกข์เกิด ได้แก่ ตัณหา 3 คือ กามตัณหา ภวตัณหาและ วิภวตัณหา (Dukkha-samudaya: the cause of suffering; origin of suffering)

3. ทุกขนิโรธ (ความดับทุกข์ ได้แก่ ภาวะที่ตัณหาดับสิ้นไป, ภาวะที่เข้าถึงเมื่อกำจัดอวิชชาสำรอกตัณหาสิ้นแล้ว ไม่ถูกย้อม ไม่ติดข้อง หลุดพ้น สงบ ปลอดโปร่ง เป็นอิสระ คือ นิพพาน (Dukkha-nirodha: the cessation of suffering; extinction of suffering)

4. ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา (ปฏิบัติที่นำไปสู่ความดับแห่งทุกข์, ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ได้แก่ อริยอัฏฐังคิกมรรค หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า มัชฌิมาปฏิปทา แปลว่า “ทางสายกลาง” มรรคมรรค 8 นี้ สรุปลงในไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา (Dukkha-nirodhagāminīpāṇipadā: the path leading to the cessation of suffering)

อริยสัจ 4 นี้ เรียกกันสั้นๆ ว่า ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค (Dukkha, Samudaya, Nirodha, Magga); การแสดงอริยสัจ 4 นี้ มีชื่อเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า สามกัณฑ์สิกขาธรรมเทศนา อก.อฏฐก.23/102/190) แปลตามอรรถกถาว่า พระธรรมเทศนาที่พระพุทธเจ้าทรงหยิบยกขึ้นถือเอาไว้ด้วยพระองค์เอง คือ ทรงเห็นด้วยพระสยัมภูญาณ (ตรัสรู้เอง) ไม่สาธุการแก่ผู้อื่น (แต่ตามที่อธิบายกันมา มักแปลว่า “พระธรรมเทศนาที่พระพุทธเจ้าทรงยกขึ้นแสดงเอง โดยไม่ต้องปรารภคำถามหรือการทูลขอรับรองของผู้ฟัง อย่างการแสดงธรรมเรื่องอื่น ๆ”; ความจริง จะแปลว่า “พระธรรมเทศนาชั้นสุดยอด” ก็ได้ ซึ่งสมกับเป็นเรื่องที่ทรงแสดงท้ายสุดต่อจาก อนุบุพพิกขา 5 คำแปลอย่างหลังนี้ พึงเทียบ อก.ทสก.24/95/208)

เมื่อพิจารณาดูแล้วนั้นจะเห็นว่า แท้จริงแล้ว อริยสัจ 4 คือ วิธีการดำเนินชีวิตของมนุษย์ว่ามีทางปฏิบัติอยู่ 2 ทาง คือ ชีวิตที่ทุกข์ (ทุกข์-สมุทัย) และชีวิตที่ไม่ทุกข์ (นิโรธ-มรรค) ได้แก่ 1) ทุกข์ คือ การยึดมั่นในขั้น 5 2) สมุทัย คือ ตัณหา ความอยากได้ 3) นิโรธ คือ ภาวะที่ความอยากนั้นหมดไป และ 4) มรรค คือ ข้อปฏิบัติไม่ให้เกิดทุกข์ ซึ่งเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นในช่วงภาวะวิกฤตการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 และหลังจากวิกฤตเบาบางและหายไปนั้น หลักธรรมประการนี้ยังคงเป็นสิ่งที่ควรน้อมนำมาประพฤติปฏิบัติเพื่อทำให้ชีวิตพัฒนายิ่งๆ ขึ้น และนำไปสู่ความยั่งยืนต่อไป

หลักการบริหารชีวิตในอนาคตอย่างยั่งยืน

การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 ในปัจจุบันของประเทศไทยแม้จะทุเลาลงแล้วก็ตามซึ่งเป็นช่วง New Normal อันเป็นคำที่ถูกบัญญัติขึ้นมาใหม่ โดยมีความหมายว่า “ความปกติใหม่ รากฐานชีวิตหรือรูปแบบการดำเนินชีวิตแบบใหม่” ซึ่ง New Normal สามารถนำมาปรับใช้ได้หลายบริบทในการดำเนินชีวิต เช่น วิธีคิด การสื่อสาร วิถีปฏิบัติในชีวิตประจำวัน หรือในบริบทของการทำงาน เช่น การปรับรูปแบบการทำงาน และการเปลี่ยนโมเดลธุรกิจ เป็นต้น การพัฒนาชีวิตให้มีประสิทธิภาพหลังช่วงวิกฤตไวรัสโควิด 2019 (COVID 19) และในอนาคตอย่างยั่งยืน นั้นต้องประกอบไปด้วย ขั้นตอน 4 ประการ คือ 1) เข้าใจสภาพที่เป็น 2) มองเห็นถึงสาเหตุ 3) เจนจัดการพัฒนา และ 4) ยึดมรรคที่แท้จริง เพื่อให้ผู้อ่านเข้าใจมากยิ่งขึ้น ผู้เขียนจะอธิบาย ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 เข้าใจสภาพที่เป็น นำสู่การวางแผน เนื่องจากช่วงไวรัสโคโรนา หรือโควิด 19 ระบาดนั้น ส่งผลกระทบมากมาย ซึ่งถือกว่าเป็นบทเรียนประการสำคัญของมวลมนุษยชาติ เมื่อไวรัสดังกล่าวทุเลาหรือหายไป สิ่งที่ดีคนไทยต้องเข้าใจและปฏิบัติการเป็นเบื้องต้น คือ การใช้หลักของอริยสัจ 4 ตามหลักของพุทธศาสนา อันประกอบไปด้วย ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรค

กล่าว คือ 1) จากช่วงระบาดของไวรัสโคโรนาเข้ามาซึ่งความทุกข์หลากหลายประการแตกต่างกันตามพื้นที่ อาชีพ บริบท และสังคม ซึ่งคนไทยเองต้องเข้าใจว่านั่นเป็นทุกข์ประการหนึ่ง 2) ส่วนสาเหตุสำคัญที่ทำให้คนไทยและประเทศที่เกิดโรคระบาดเป็นทุกข์คือไวรัสโคโรนา ซึ่งหากวิเคราะห์อย่างแยกย่อยแล้ว แท้จริงสาเหตุของการระบาดหนักอยู่ที่การขาดการป้องกันและรักษาที่ทันทั่วถึงและถูกต้อง ดังนั้นเมื่อไวรัสทุเลาลงจำเป็นต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและความเชื่อบางประการอันนำไปสู่การกลับมาของไวรัสดังกล่าว 3) เมื่อทราบถึงสาเหตุของทุกข์คือไวรัสแล้วนั้น สิ่งที่คนไทยต้องเรียนรู้คือ การติดตามข้อมูลข่าวสารทั้งในและต่างประเทศในทุก ๆ มิติ การให้ความสำคัญกับการออกกำลังกาย การเลือกรับประทานอาหารที่ไม่เป็นเมนูแปลกประหลาดหรือเมนูพิศดาร การระมัดระวังตนเองในการใช้ชีวิตในสังคมหมู่มาก เป็นต้น และ 4) การกระทำตามข้อที่กล่าวมาข้างต้นอย่างเหมาะสม หรือเรียกว่าทางสายกลางนั่นเอง เช่น การรับรู้ความทุกข์อย่างเหมาะสมโดยไม่วิตกกังวลจนเกินไป การออกกำลังกายเพื่อให้ร่างกายแข็งแรงอย่างเหมาะสม การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกายอย่างพอดี การใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นอย่างกลมกลืนและปลอดภัย เป็นต้น

ขั้นตอนที่ 2 มองเห็นถึงสาเหตุ นำสู่การจัดการตนเอง คือการค้นหาสาเหตุต่าง ๆ อย่างมีเหตุผลแล้ว สิ่งที่คนไทยและทุกคนจะต้องเร่งในการพัฒนาและปรับความคิดใหม่ คือ การดำรงตนให้ถูกต้องและจริงจังในบทบาทและหน้าที่อันจะต้องรับผิดชอบหลังจากการระบาดของไวรัสทุเลาลง โดยใช้อิทธิบาท 4 ประการ กล่าวคือ การดำรงตนในหน้าที่การงานเดิมหรือจำเป็นต้องหางานใหม่เนื่องจากผลกระทบของไวรัสให้ต้องตกงาน จึงต้องมีฉันทะ หมายถึง หากยังคงทำงานในตำแหน่งหน้าที่เดิมหรือต้องหางานใหม่ก็ตามจงพึงพอใจในหน้าที่การงานที่ได้รับมอบหมายไม่ว่าจะเป็นงานเดิมหรือเป็นงานใหม่ หน้าที่ใหม่ก็ตาม เมื่อมีความพอใจในหน้าที่การงานที่ได้รับมอบหมายแล้วนั้น จะต้องมีความเพียร คือ มีความเพียรพยายามในการประกอบอาชีพ หากเป็นผู้ตกงานจงมีความพยายามในการชวนชวนหางานใหม่อย่างไม่ย่อท้อและไม่เป็นผู้เลื่องงาน จากความพากเพียรดังกล่าวอาจยังไม่เพียงพอในการพัฒนาคุณภาพชีวิตจำเป็นต้องมีจิตตั้งมั่นในการประกอบอาชีพ ไม่เป็นผู้เปลี่ยนงานบ่อยหรือเป็นผู้ไม่มีความมั่นคงในความคิด ดังนั้นต้องกำหนดเป้าหมายให้ชัดเจนและตั้งมั่นในการไปยังเป้าหมายที่ตั้งไว้ ในขณะเดียวกันระหว่างทางที่ดำเนินชีวิตอาจมีการสะดุดจากผลกระทบของไวรัสหรือต้องสะดุดด้วยการเจอปัญหาอุปสรรคใหม่จากการประกอบอาชีพ ในตำแหน่งหน้าที่ใหม่ จำเป็นต้องมีการใช้หลักวิมังสา คือ จะต้องใคร่ครวญอย่างถี่ถ้วนว่าสาเหตุดังกล่าวนี้เกิดจากอะไรและเร่งปรับปรุงแก้ไขข้อผิดพลาดนั้นให้ทันทั่วถึงอย่างจริงจังและต่อเนื่อง

ขั้นตอนที่ 3 เจนจัดการพัฒนา โดยต้องมีการบังคับบัญชา และการประสานงาน ที่ดีประกอบด้วย ซึ่งผลกระทบประการหนึ่งหลังจากเกิดการระบาดของไวรัสโคโรนาหรือโควิด 19 นั้น คือ การตกงาน ผู้ประกอบการบางรายปิดกิจการ หรือเลิกสาขาของธุรกิจ ซึ่งประการนี้ส่งผลต่อทัศนคติต่อการเลือกอาชีพการทำงานมากยิ่งขึ้น มีการให้ความสำคัญต่ออาชีพที่มีความมั่นคงมากยิ่งขึ้น การเลือกอาชีพธุรกิจส่วนตัวมีสัดส่วนที่ลดน้อยลงเนื่องจากมีความผันผวนตามสภาวะการณ์ต่างๆ ที่เปลี่ยนแปลงไปทั้งที่เป็นสภาวะการณ์ที่กะทันหันและบริหารจัดการยาก อีกประการหนึ่งที่สำคัญในสังคมปัจจุบันในการพัฒนาตนเองให้บรรลุเป้าหมายทั้งหน้าที่การทำงาน โดยเฉพาะการเงิน คือ การพัฒนาตนเองมีปัญหาที่เฉียบแหลมรวมถึงพัฒนาปัญหาที่นำไปสู่การเป็นผู้มีศักยภาพสูงอยู่เสมอ รวมถึงการเป็นผู้ฝึกฝนหาความรู้ใหม่ ๆ ที่หลากหลายและทันทั่วทั้งที่อยู่เสมอ อาทิ เช่น ผู้ประกอบอาชีพในสถานศึกษาจำเป็นต้องมีทักษะในการใช้เทคโนโลยีมากยิ่งขึ้น ผู้บริหารจำเป็นต้องใช้เทคโนโลยีช่วยในการบริหารจัดการองค์กรมากยิ่งขึ้น คนไทยเองก็ต้องมีทักษะการใช้งานเทคโนโลยีเพิ่มขึ้น เป็นต้น การเป็นผู้ที่มีความรู้ที่หลากหลายและมีความเชี่ยวชาญจึงสำคัญต่อการพัฒนาชีวิตให้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้มากยิ่งขึ้น

ขั้นตอนที่ 4 ยึดมรรคาที่แท้จริง โดยต้องมีการควบคุมที่ดี ซึ่งหลังจากมีการพัฒนาตนเองให้มีความรู้หรือปัญหาที่หลากหลายและเหมาะสมแล้วนั้น สิ่งที่คนไทยและมนุษย์สมควรละเลย คือ การดำรงจิตใจให้เป็นผู้ปกติ ซึ่งทางพระพุทธศาสนาเรียกผู้มีศีลว่า เป็นผู้ปกติ แต่กระนั้นในความเป็นจริงหลักคำสอนของทุกศาสนา ทุกลัทธิ มีจุดมุ่งหมายเดียวกัน คือ สอนให้ทุกคนเป็นคนดี ในประการนี้สำคัญที่สุดถึงแม้จะมีการพัฒนาตนด้วยการใช้หลักอริยสัจ 4 และยึดในหลักการปรับปรุงแก้ไขและพัฒนาปัญญาโดยการแสวงหาความรู้อยู่เสมอจนมีความเชี่ยวชาญและประสบความสำเร็จขนาดไหนก็ตาม แต่หากซึ่งการเป็นผู้มีจิตใจและกระทำการสิ่งที่ดีงามแล้วนั้นก็นำมาซึ่งความเสียหายต่อตนเอง ครอบครัว ชุมชน สังคม และประเทศชาติได้โดยง่าย เช่น เป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จ มีทรัพย์สินเงินทองมากมาย แต่มาจากการทุจริต ย่อมไม่ถือว่าเป็นผู้มีชีวิตที่สมบูรณ์และมีประสิทธิภาพได้ การพัฒนาชีวิตให้มีประสิทธิภาพในอนาคตอย่างยั่งยืนจึงต้องประกอบด้วย การบริหารโดยบูรณาการเข้ากับอิทธิบาท 4 ประการดังกล่าวมาแล้วนั้น

สรุปผล

ในปัจจุบันการบริหารชีวิตอย่างยั่งยืนนั้นต้องเน้นความสำคัญของการอยู่ร่วมกันทั้งด้าน สุขภาวะส่วนบุคคล และด้านสิ่งแวดล้อม ซึ่งในปัจจุบัน ไวรัสโคโรนา เป็นไวรัสที่มีขนาดใหญ่ที่สุดที่มี สารพันธุกรรมเป็นอาร์เอ็นเอ และมีเปลือกหุ้มด้านนอกที่ประกอบด้วยโปรตีนคลุมด้วยกลุ่มคาร์โบไฮเดรตเป็นปุ่ม ๆ (Spikes) ยื่นออกไปจากอนุภาคไวรัส ทำให้เมื่อติดด้วยกล้องจุลทรรศน์อิเล็กตรอน จะเห็นเป็นเหมือนมงกุฎ (ภาษาละติน Corona แปลว่า Crown หรือ มงกุฎ) ล้อมรอบ จึงเป็นที่มาของ ชื่อเชื้อไวรัสในกลุ่มนี้ที่มีสมาชิกหลากหลาย ติดเชื้อก่อโรคได้ในคน และสัตว์หลายชนิด เช่น สัตว์ปีก สัตว์เลี้ยงลูกด้วยนม (ม้า วัว แมว สุนัข ค้างคาว กระต่าย หนู อูฐ และสัตว์ป่าอื่น ๆ) และ สัตว์เลื้อยคลาน เช่น งู ดังนั้น ไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ที่ก่อโรคในสัตว์ทั้งระบบทางเดินหายใจและ ทางเดินอาหาร อาจแพร่มาสู่คนและก่อโรคในคนได้ (Zoonotic Infection) ส่งผลกระทบต่อชีวิต ผู้คนทั่วโลกทั้งทางตรงและทางอ้อมซึ่งถือว่าเป็นปัญหาทางด้านสุขภาวะ และปัจจุบันประเทศไทยได้ อยู่ในช่วง New Normal เป็นคำที่ถูกบัญญัติขึ้นมาใหม่ โดยมีความหมายว่า “ความปกติใหม่ รากฐานชีวิตหรือรูปแบบการดำเนินชีวิตแบบใหม่” ซึ่ง New Normal สามารถนำมาปรับใช้ได้หลาย บริบทในการดำเนินชีวิต เช่น วิถีคิด การสื่อสาร วิถีปฏิบัติในชีวิตประจำวัน หรือในบริบทของการ ทำงาน เช่น การปรับรูปแบบการทำงาน และการเปลี่ยนโมเดลธุรกิจ เป็นต้น หลักพุทธธรรมที่ เหมาะสมกับการใช้ชีวิตอย่างยั่งยืนคือ อริยสัจ 4 คือความจริงอันประเสริฐ, ความจริงของพระ อริยะ, ความจริงที่ทำให้ผู้เข้าถึงกลายเป็น 1) ทุกข์ (ความทุกข์, สภาพที่ทนได้ยาก, สภาพที่บีบคั้น ขัดแย้ง บกพร่อง ขาดแก่นสารและความเที่ยงแท้ ไม่ให้ความพึงพอใจแท้จริง 2) ทุกขสมุทัย (เหตุ เกิดแห่งทุกข์, สาเหตุให้ทุกข์เกิด) 3) ทุกขนิโรธ (ความดับทุกข์ ได้แก่ ภาวะที่ตัดขาดดับสิ้นไป, ภาวะ ที่เข้าถึงเมื่อกำจัดอวิชชาสารอกตมหายาสิ้นแล้ว ไม่ถูกย้อม ไม่ติดข้อง หลุดพ้น สงบ ปลอดโปร่ง) 4) ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา (ปฏิปทาที่นำไปสู่ความดับแห่งทุกข์, ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ได้แก่ อริยอัฏฐังคิกมรรค หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า มัชฌิมาปฏิปทา แปลว่า “ทางสายกลาง” โดยการ พัฒนาชีวิตให้มีประสิทธิภาพหลังช่วงวิกฤตไวรัสโควิด 2019 (COVID 19) และในอนาคตอย่างยั่งยืน นั้นต้องประกอบไปด้วย ขั้นตอน 4 ประการ คือ 1) เข้าใจสภาพที่เป็น 2) มองเห็นถึงสาเหตุ 3) เจน จัดการพัฒนา และ 4) ยึดมรรคที่แท้จริง เพื่อให้ได้มาซึ่งหลักการใช้ชีวิตในอนาคตอย่างยั่งยืนที่ แท้จริง

เอกสารอ้างอิง

- กรมควบคุมโรค. (2565). คู่มือเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในการตอบโต้ภาวะฉุกเฉิน กรณีการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ในประเทศไทย. เข้าถึงได้จาก https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/file/g_other/G42_1.pdf.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). (2559). พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม. กรุงเทพฯ : มูลนิธิการศึกษาเพื่อสันติภาพ พระธรรมปิฎก.
- พิเชฐ บัญญัติ. (2563). คู่มือเอาตัวรอดจากไวรัส Covid-19. กรุงเทพฯ : บริษัท เซเวนดี บุ๊ค จำกัด.
- ภาควิชาจุลชีววิทยา คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล. (2565). ไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 (novel coronavirus 2019, 2019-nCoV). เข้าถึงได้จาก <https://www.si.mahidol.ac.th/th/healthdetail.asp?aid=1410>.
- ศิริพงษ์ ลดาวัลย์ ณ อยุธยา. (2551). แนวความคิดและทฤษฎีรัฐประศาสนศาสตร์. (พิมพ์ครั้งที่ 2). เชียงใหม่ : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ธนุขพรินติ้ง.