

พุทธศาสนากับสังคมวิถีใหม่ภายใต้สถานการณ์ COVID-19

Buddhism and a new way of society under the circumstances of COVID-19

พระนฤพันธ์ ญาณิสฺสโร

Phra Naruepan Nanissaro

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

Mahachulalongkornrajavidyalaya University Lamphun Sangha College, Thailand

Corresponding Author E-mail: Naruepan@gmail.com

Retrieved: June 22, 2023; Revised: July 25, 2023; Accepted: August 20, 2023

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้ ผู้เขียนจะนำเสนอสภาพการณ์ทางสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงในยุคปัจจุบัน ที่ไม่ได้มีเพียงการเปลี่ยนแปลงไปตามยุคสมัยแห่งโลกาภิวัตน์ หรือ Globalizations เท่านั้น แต่ยังมี การเปลี่ยนแปลงทางสังคมภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19 อีกด้วย ซึ่งได้กลายเป็นสังคมวิถีใหม่ที่ผู้คนในสังคมจะต้องปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตเพื่อป้องกันและรับมือการแพร่ระบาดดังกล่าว แต่ถึงกระนั้น สติ ซึ่งเป็นหลักธรรมในพุทธศาสนาก็สามารถนำมาประยุกต์ให้เข้ากับสถานการณ์ในครั้งนี้ เพื่อสร้างสังคมวิถีใหม่ที่ผู้คนในสังคมจะต้องดำรงอยู่ให้ได้ นอกเหนือไปจากการดำรงชีวิตตามมาตรฐานสุขของประเทศ ดังนั้นแล้ว บทสรุปที่ได้จากบทความนี้ สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันของเราในการปรับตัวให้เข้ากับสังคมวิถีใหม่ภายใต้สถานการณ์ COVID-19

คำสำคัญ: พุทธศาสนา, สังคมวิถีใหม่, สถานการณ์ COVID-19

Abstract

This academic article The author presents the changing social conditions of times. That is not only the change in the era of globalization. But there are also social changes under the COVID-19 epidemic situation. Which has become a new way of society that people in society must change their lifestyles to prevent and cope with the epidemic. But still, mindfulness which is a Buddhist principle can be applied to this situation. To create a new way of society that people in society must live in addition to living in accordance with the national public health measures. So the conclusion from this article can be applied in our daily life to adapt to the modern society after the circumstances of COVID-19.

Keywords: Buddhism, New way of society, Circumstances of COVID-19

บทนำ

มนุษย์รู้จักรวมตัวเป็นหมู่เหล่า โดยระยะแรก ๆ ได้รวมตัวกันอยู่อย่างง่าย ๆ แล้วจึงค่อย ๆ วิวัฒนาการมาตามลำดับจนกลายเป็นสังคม เป็นบ้านเมืองอย่างทุกวันนี้ เหตุที่มนุษย์ต้องรวมกันอยู่เป็นกลุ่มก้อนหรือเป็นสังคมนั้น ก็เพราะมนุษย์ต้องพึ่งพาอาศัยกันในการดำรงชีพ นักสังคมวิทยามีความเห็นว่าการสังคมนั้นจะแยกจากกันไม่ได้ เพราะมนุษย์เริ่มเกิดมาก็ต้องอาศัยสังคม ต้องพึ่งพาอาศัยมนุษย์ด้วยกัน ต้องมีความสัมพันธ์กัน และกระทำต่อกันทางสังคมเพื่อประโยชน์แห่งตนและสังคมในการดำรงชีวิต

ท่ามกลางการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ที่มีการแพร่ระบาดไปทั่วโลกกว่า 200 ประเทศ และประเทศไทยเองก็เป็นหนึ่งในประเทศเหล่านั้นที่หนีไม่พ้นสถานการณ์การแพร่ระบาดดังกล่าว ก่อให้เกิดความวิตกกังวลในการใช้ชีวิตที่จะต้องปรับตัวเป็นอย่างมากเพื่อรับมือกับการระบาดของโรค การปรับตัวของสังคมไทยหลังการระบาดครั้งใหญ่ของโควิด-19 ซึ่งถือได้ว่าเป็นโรคอุบัติใหม่ที่โลกไม่เคยพบเจอมาก่อน และได้สร้างผลกระทบเป็นวงกว้างทั้งทางสังคมและเศรษฐกิจ การปรับตัวของผู้คนในสังคมไทยจากมาตรการทั้งจากกระทรวงสาธารณสุขและมาตรการทางสังคมโดยการใช้ Social Distancing หรือระยะห่างทางสังคม และนอกจากนั้น การที่จะสร้างความตระหนักรู้ในการใช้ชีวิตวิถีใหม่ หรือ New Normal ซึ่งเป็นแนวทางที่หลากหลาย ๆ คนจะต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในช่วงนี้และอาจถึงกับต้องเปลี่ยนชีวิตเราไปอีกรูปแบบหนึ่ง ทำให้เราต้องปรับเปลี่ยนรูปแบบวิถีชีวิตไปพร้อมกันทั่วโลก รวมถึงประเทศไทยด้วย ในขณะเดียวกัน มิติของการพัฒนาสังคมก็ดูเหมือนว่าจะหยุดชะงักไปด้วยหลังการแพร่ระบาดของโรคนี้ นักพัฒนาสังคมไม่อาจลงพื้นที่เพื่อค้นหาปัญหา ประเมินสถานการณ์ และวิเคราะห์แนวทางการแก้ปัญหาเพื่อการพัฒนาสังคมในเชิงพื้นที่ได้ ทั้งนี้ กระบวนการพัฒนาสังคมก็ยังคงดำเนินการต่อไปเพราะเป็นส่วนหนึ่งของพลวัตทางสังคมที่จะต้องมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา และหากเรามองถึงสถานการณ์ปัญหาการแพร่ระบาดของ COVID-19 เราก็คงจะมองเห็นถึงความเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่เกิดขึ้นจากการปรับตัวของมนุษย์และสังคมโดยภาพรวมเพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ภายใต้สถานการณ์ดังกล่าว

การเปลี่ยนแปลงทางสังคมจากวิกฤตการณ์ COVID-19

การเปลี่ยนแปลงทางสังคมเป็นการเปลี่ยนแปลงของระบบความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในสังคม และการเปลี่ยนแปลงทางด้านโครงสร้างของความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มและระหว่างส่วนประกอบของสังคมนั้น เช่น ความสัมพันธ์ระหว่างชนบทและชาวเมือง เป็นต้น การเปลี่ยนแปลงทางสังคมดังกล่าวนี้ย่อมเกิดขึ้นในระดับกลุ่มบุคคลและในระดับสถาบันทางสังคม ไม่ว่าจะเป็นในสถาบันครอบครัว เครือญาติ หรือสถาบันเศรษฐกิจก็ได้ (สุริชัย หวันแก้ว, 2553) ดังนั้น การเปลี่ยนแปลงทางสังคม จึงเป็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในระบบสังคม โครงสร้างทางสังคมและความสัมพันธ์ของคนในสังคม โดยการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นนั้นสามารถเป็นรูปแบบทั้งบวกและลบ หรือที่เป็นคุณประโยชน์หรือโทษก็ได้ แต่ถึงกระนั้น การเปลี่ยนแปลงทางสังคมภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรค COVID-19 ได้ก่อให้เกิดมิติของการเปลี่ยนแปลงทางสังคมใหม่เกิดขึ้น ซึ่งส่งผลกระทบจนก่อให้เกิดเป็นวิกฤตการณ์ทางสังคมขึ้นในปัจจุบัน

วิกฤตจากสถานการณ์ COVID-19 ในสังคมยุค New Normal จึงจะเป็นทั้งเรื่องของเศรษฐกิจ วิถีชีวิตของคน การใช้จ่ายใช้สอย การบริโภค การไปทำงาน การใช้บริการขนส่งสาธารณะการเดินทาง การท่องเที่ยว แม้กระทั่งการเข้าไปใช้ในสถานรักษาพยาบาล COVID-19 มีผลกับทุกคนไม่ใช่เฉพาะธุรกิจ สถาบันการเงินที่เกี่ยวข้องกับเศรษฐกิจ แต่วิถีชีวิตของคนที่จะต้องเปลี่ยนไปแม้สถานการณ์ดีขึ้นแต่ยังคงมาตรการเดิม สิ่งที่ต้องทำในยุค New Normal ของวันนี้ก็คือ ทำอย่างไรก็ได้ที่จะการป้องกันการแพร่ระบาดของโรค เพื่อลดผลกระทบอื่น ๆ ที่จะตามมาเป็นลูกโซ่ มีการใส่หน้ากากอนามัย ล้างมือให้ถูกต้อง ไม่เอามือไปสัมผัสบริเวณใบหน้า มีระยะห่างทางสังคม (Social Distancing) ใช้ชีวิตในพื้นที่ส่วนรวม มีระยะห่างประมาณ 2 เมตร สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งสำคัญและจะเป็นมาตรฐานในการดำเนินชีวิตของเราไปอีกนาน หรืออาจเป็นพฤติกรรมที่ต้องทำตลอดไป (ศรุตานนท์ ชอบประดิษฐ์, 2563) อย่างไรก็ตาม เราไม่อาจปฏิเสธได้ว่า นอกจากความยากจน ความเหลื่อมล้ำ การศึกษา สุขภาพอนามัย ต้นทุนทางสังคม ซึ่งล้วนแล้วแต่เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงทางสังคมเชิงระบบ และยิ่งเกิดวิกฤตการณ์การระบาดของโรคโควิด-19 ยิ่งทำให้สังคมได้รับผลกระทบหนักยิ่งขึ้นไปอีก โดยผลกระทบทางสังคมล้วนเป็นผลมาจากความยากจน ซึ่งถูกกระทบต่อกันเป็นทอด ๆ จากการสูญเสีย รายได้ครัวเรือน อันเป็นผลมาจากการเลิกจ้าง การสั่งพักงาน หรือการลดชั่วโมงทำงาน รวมทั้งจากการหยุดชะงักของการส่งมอบบริการทางสังคม มาตรการด้านสาธารณสุข ทำให้เกิดผลกระทบทางลบ ต่อการส่งมอบบริการ เช่น การศึกษา โภชนาการ หรือการปกป้องคุ้มครอง ซึ่งเกิดจากการปิดโรงเรียน และการผันทรัพยากรแบ่งไปช่วยรับมือการแพร่ระบาดของ COVID-19 ปัญหาความยากจนนี้บรรเทาได้ชั่วคราวด้วยมาตรการแจกเงินช่วยเหลือผู้ได้รับผลกระทบ แต่จะรุนแรงขึ้นเมื่อมาตรการดังกล่าวสิ้นสุดลง กลุ่มที่ถูกกระทบหนักที่สุดคือประชากรยากจน เด็กและผู้สูงอายุ กลุ่มคนพิการและเจ็บป่วยเรื้อรัง และคนจนในเขตเมือง นอกจากนี้ แรงงานนอกระบบก็ได้รับผลกระทบอย่างหนักด้วยเช่นกัน เพราะไม่ได้รับความคุ้มครองจากระบบประกันสังคม ด้วยมีทรัพยากรที่น้อยกว่าคนอื่นในการบรรเทาภาวะรายได้ชะงักงัน ประชาชนกลุ่มนี้จึงเป็นกลุ่มเปราะบางที่สุดทั้งก่อนและหลังวิกฤตการณ์ครั้งนี้ สิ่งสำคัญคือต้องเสริมสร้างโครงข่ายความคุ้มครองทางสังคม (Social Safety Net) โดยการป้องกัน รักษาตำแหน่งงานไว้เพื่อประกันรายได้ครัวเรือน ซึ่งจะช่วยให้ครัวเรือนรับมือวิกฤตได้ด้วยตนเอง ตลอดจนการขยายความคุ้มครองทางสังคมในรูปโครงการแจกเงินช่วยเหลือโดยตรงให้ครอบคลุมกลุ่มที่เปราะบางที่สุด (โครงการพัฒนาแห่งสหประชาชาติและองค์การทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ, 2563) และในระหว่างนี้ที่ยังไม่มีใครตอบได้ว่าการระบาดครั้งนี้จะดำเนินไปถึงเมื่อไร ไม่ว่าประเทศไทยจะมีผู้ติดเชื้อกี่คน หรือการแพร่ระบาดอยู่ในระดับใดก็ตาม สิ่งที่เราควรทำเพื่อตัวเองและสังคม คือ รักษาสุขภาพให้แข็งแรง ปฏิบัติตนให้ถูกสุขลักษณะ ระมัดระวังการแพร่และการติดเชื้อ และหลีกเลี่ยงข้อมูลที่ไม่เป็นประโยชน์และไม่มั่นใจว่าเป็นความจริง โดยเฉพาะอย่างยิ่ง สังคมแห่งความรู้ในศตวรรษที่ 21 นั้นประชาชนต้องเผชิญกับข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพที่หลากหลาย ทั้งที่ถูกและไม่ถูกต้อง จึงเป็นสิ่งที่น่าสนใจและติดตามต่อไปว่า ประชาชนจะเลือกปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพหรือวิถีสุขภาพไปในทิศทางใด เพื่อให้เกิดสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี (อวาทิพย์ แว, 2563)

มิติศาสนากับการสร้างสังคมวิถีใหม่

New Normal หมายถึง “ความปกติในรูปแบบใหม่” พบว่าใช้เป็นทางการครั้งแรกโดย Bill Gross นักเศรษฐศาสตร์ชาวอเมริกัน ที่ใช้คำนี้ในช่วงปี 2008 นิยามสภาวะเศรษฐกิจโลกที่ถดถอย เกิดการชะลอตัว และกลับมาสู่อัตราเดิม ซึ่งเป็นการใช้ในเชิงเศรษฐศาสตร์ แต่ปัจจุบันนี้มีการนำมาใช้ในหลายมิติมากขึ้น โดยเฉพาะด้านวิถีชีวิตใหม่ หลังการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ที่ต้องปรับตัวกันทั้งโลก

การวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางสังคมในโลกยุคทันสมัยมีการเปลี่ยนแปลงในหลายประเด็น ซึ่งแต่ละส่วนของสังคมต้องมีการปรับตัวเพื่อรักษาภาวะความสมดุลของโครงสร้างทางสังคม สถาบันทางสังคม เพื่อความอยู่รอด การดำรงอยู่ และการดำเนินกิจกรรมทางสังคมต่อไป และเมื่อโครงสร้างทางสังคมเกิดปัญหา สถาบันทางสังคมไม่สามารถทำหน้าที่ได้อย่างปกติ สังคมก็จะมีการปรับตัวโดยให้โครงสร้างทางสังคมส่วนอื่นเข้ามาทำหน้าที่แทนโครงสร้างที่เป็นปัญหา เพื่อให้สังคมดำเนินกิจกรรมต่อไปได้ เพื่อความมีเสถียรภาพและความมั่นคงของสังคม (ธีรศักดิ์ สุขสันติกมล, 2559) สิ่งที่เราพบเห็นความเปลี่ยนแปลงของวิถีชีวิตใหม่ในสังคมวิถีใหม่ อาทิ การสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยก่อนออกจากบ้านเพื่อป้องกันตัวเองจากโรคติดต่อ การสวมหน้ากากจึงเป็นมาตรการที่ภาครัฐร้องขอให้ประชาชนร่วมมือทุกคนให้สวมหน้ากากก่อนออกจากบ้าน การมีจุดบริการเจลแอลกอฮอล์ก่อนเข้าอาคาร ร้านค้า ห้างสรรพสินค้า เป็นต้น เมื่อมีการสัมผัสพื้นที่สาธารณะร่วมกันจึงต้องลดโอกาสติดเชื้อมีด้วยการตั้งจุดบริการเจลแอลกอฮอล์ไว้ในบริเวณที่พบเห็นได้ชัด เช่น ก่อนทางเข้าอาคาร ร้านค้า ห้างสรรพสินค้า จุดแคชเชียร์ เพื่อเพิ่มความปลอดภัยมากขึ้น มาตรการสำคัญทางสาธารณสุขในการ ป้องกันการแพร่ระบาดคือมาตรการในการกักกันตนเอง (Home Quarantine) และ มาตรการระยะห่างทางสังคม (Social Distancing) เพื่อป้องกันหรือหลีกเลี่ยงการสัมผัสกับเชื้อไวรัสจากคนหนึ่ง ไปสู่อีกคนหนึ่งด้วยการหลีกเลี่ยงการรวมกลุ่ม หรือการเข้าไปในกลุ่มคนหมู่มาก และการรักษาระยะห่างกับบุคคลอื่นในระยะ 1 – 2 เมตร รวมถึงการทำงานออนไลน์ หรือ Work from Home ซึ่งหน่วยงานราชการ ภาครัฐ ภาคเอกชน ได้มีนโยบายให้ข้าราชการ พนักงานภาครัฐ พนักงานภาคเอกชน ได้ทำการ Work from Home ในช่วงที่ COVID-19 ระบาดอยู่ เพื่อลดความแออัดและลดการแพร่เชื้อในสถานที่ทำงาน หรือแม้แต่การเรียนออนไลน์ ซึ่งสถานศึกษาและสถาบันการศึกษาต่าง ๆ ได้ใช้มาตรการนี้เพื่อเป็นการป้องกันการแพร่เชื้อและการติดเชื้อของผู้เรียน โดยมีการจัดการเรียนรู้ผ่านโปรแกรมต่าง ๆ เช่น Google Meet, Zoom, Microsoft Team เป็นต้น

จากสถานการณ์ไวรัส COVID-19แพร่ระบาดทั่วโลก ทำให้เราต้องหันกลับมาทำความเข้าใจโลกและชีวิตกันมากขึ้น คนเรามนุษย์ปุถุชนทั่วไป ไม่อาจหลีกเลี่ยงการเผชิญเหตุการณ์วิกฤตในชีวิตได้ แต่เราสามารถเลือกพัฒนาปัจจัยปกป้องให้เกิดขึ้น เพื่อให้สามารถเผชิญและผ่านพ้นเหตุการณ์วิกฤตต่าง ๆ ในชีวิตได้ด้วยสภาวะจิตใจที่สมดุล อาจใช้วิกฤตเป็นโอกาสในการเรียนรู้และพัฒนาจิตใจให้งอกงามยิ่งขึ้นไป เมื่อมี “สติ” เป็นเครื่องคุ้มกันทางจิตใจ ทำให้ความทุกข์เบาบาง สภาวะจิตใจมีความสมดุล ทำให้สามารถเผชิญปัญหาและวิกฤตชีวิตได้ การตั้งรับสถานการณ์ที่ดี การทำความเข้าใจความจริงของชีวิตและโลกอย่างไร สถานการณ์แพร่กระจายของโรคไวรัส COVID-19 มีลักษณะแตกต่างกับการแพร่ของเชื้อโรคอื่นที่ผ่านมาในอดีต เนื่องจาก

เชื้อโรคแพร่กระจายทั่วโลกแบบไม่จำกัดพื้นที่ ฉะนั้นการปฏิบัติตัวและวางใจต่อเหตุการณ์นี้อย่างไร นับว่าเป็นวิกฤติของโลกครั้งใหญ่ที่กระทบทั้งวิถีการดำรงชีวิตของมนุษย์ที่ต้องเผชิญกับวิกฤติที่ไม่ได้เตรียมพร้อมตั้งรับมาก่อน แม้เราจะพัฒนาเทคโนโลยีขั้นสูงสุดก็ตาม มนุษย์ก็ไม่สามารถพิชิตโรคที่มองไม่เห็นได้ทุกอย่างด้วยยาปฏิชีวนะและการสร้างภูมิคุ้มกันโดยวัคซีนต้านไวรัสโคโรนา-19 ได้อย่างมีประสิทธิภาพพร้อยเปอร์เซ็นต์ในขณะนี้

พุทธศาสนากับสังคมวิถีใหม่ภายใต้พิบัติภัย COVID-19

สังคมวิถีใหม่ภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรค COVID-19 การดำรงชีวิตในสังคมจะต้องสร้างความตระหนักรู้ในการใช้ชีวิตวิถีใหม่ หรือ New Normal ตามมาตรการการป้องกันและควบคุมการระบาดของ COVID-19 ในด้านการสาธารณสุขที่เป็นกรอบการดำรงชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะ การเว้นระยะห่าง และด้านสุขภาพอนามัย การเดินทาง กิจกรรมทางสังคม ต้องเป็นไปตามมาตรฐานสาธารณสุข คือ สวมใส่หน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยเสมอ ต้องเว้นระยะห่าง ล้างมือบ่อย ๆ ใช้เจลหรือแอลกอฮอล์ หลีกเลี่ยงสถานที่แออัด ซึ่งต้องเว้นระยะห่างทางสังคมในการติดต่อสื่อสารในทุกรูปแบบ (เทียน ทองแก้ว, 2563) โดยบุคคลที่ทำกิจกรรมทางสังคมต้องอยู่ห่างกัน 1-2 เมตร ในทุกกิจกรรมเพื่อหลีกเลี่ยง หรือลดการสัมผัสอันเป็นการป้องกันและลดการแพร่กระจายของเชื้อ COVID-19 ชีวิตวิถีใหม่ หรือ New Normal เป็นแนวทางที่หลายหลายคนจะต้องปรับเปลี่ยนชุดพฤติกรรมในช่วงไวรัสตัวนี้ออกมาระบาดแล้วเปลี่ยนชีวิตเราไปอีกนาน ทำให้เราต้องปรับเปลี่ยนรูปแบบวิถีชีวิตพร้อมกันทั่วโลก จากที่เราเคยออกจากบ้านเพื่อไปทำงาน ไปโรงเรียน เราต้องหันมาทำทุกอย่างที่บ้าน หากมีความจำเป็นต้องออกจากบ้านไปช้อปปิ้ง หรือแม้กระทั่งไปพบแพทย์ เราต้องใส่หน้ากากเพื่อป้องกันโรค ต้องเว้นระยะห่างสำหรับบุคคล ล้างมือบ่อย ๆ นาน 20 วินาที เช็ดมือด้วยแอลกอฮอล์ ดังนั้น การนำหลักสติเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต ทำให้เรารู้ว่าจะทำอย่างไร จะอยู่อย่างไร ควบคุมอวัยวะภายในและภายนอกให้เป็นปกติไม่ตระหนกข่าวสารต่าง ๆ รับข่าวสารอย่างมีสติ นำสติไปใช้ในการดำเนินชีวิตอย่างปกติเพื่อให้ห่างจากโรค COVID-19 นี้ รวมถึงการปรับเปลี่ยนทางด้านธุรกิจและบริการต่างๆ ให้ทันต่อสถานการณ์ปัจจุบัน จึงต้องปรับเปลี่ยนไปสู่การเปิดระบบลงทะเบียนออนไลน์ การใช้ระบบซื้อขายและบริการทางออนไลน์ สิ่งนี้เกิดเป็นวิถีใหม่ในการดำรงชีวิตซึ่งเราจำเป็นต้องปฏิบัติให้เป็นปกติต่อเนื่องในระยะเวลาหนึ่ง จนเกิดเป็นความพอใจในที่สุด ทั้งหมดนี้ก็จะกลายเป็น New Normal ในสังคมของเรา (สำราญ โคตรสมบัติ, 2563)

หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาถือได้ว่าเป็น “อกาลิโก” คือสามารถประยุกต์ใช้ได้โดยไม่จำกัดกาลเวลากล่าวคือสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับสังคมยุคปัจจุบันได้อย่างลงตัวและเที่ยงแท้แน่นอน จากปัญหาทางสังคมหลาย ๆ อย่างที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน หากมีการนำเอาหลักพุทธธรรมเข้ามาประยุกต์ใช้แล้วนั้นย่อมทำให้ประสบความสำเร็จในการแก้ปัญหาได้ส่วนหนึ่งแม้จะไม่ทั้งหมดก็ตาม ด้วยสังคมไทยมีพระพุทธศาสนาเป็นที่พึ่งทางใจจะเห็นได้จากวิถีชีวิตของคนไทยเป็นวิถีของชาวพุทธซึ่งถือปฏิบัติกันมาช้านาน ชาวพุทธได้ศึกษาและปฏิบัติตามคำสอนจนเป็นขนบธรรมเนียมประเพณีของชาวไทย พระพุทธศาสนาจึงมีบทบาทและมีความกลมกลืนในการดำเนินชีวิตของคนไทยที่ได้ซึมซับอยู่ในวิถีชีวิตจนเป็นเรื่องปกติธรรมดาของทุกคน ในสถานการณ์เช่นนี้

พระธรรมคำสอนจึงเปรียบเหมือนที่พึ่งพิงทางใจให้กับชาวไทยยามเมื่อประสบกับปัญหาต่าง ๆ ด้วยเหตุที่พระพุทธศาสนาที่อยู่คู่กับสังคมไทยมาเป็นระยะเวลาอันยาวนาน จึงเป็นทางเลือกหนึ่งที่คนไทยสามารถนำพระธรรมคำสอนมาปรับใช้ในการดำเนินชีวิต ในการปรับตัวปรับใจกับความเครียดที่เกิดขึ้นจากเหตุการณ์สถานการณ์ COVID-19 ซึ่งอาจมีผลกระทบที่จะทำให้เกิดปัญหาต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิตตามมา (นภาพัทธ์ งามบุษบงโสภิน และคณะ, 2563) ซึ่งนอกจากจะปฏิบัติตามวิธีการทางสาธารณสุขขั้นพื้นฐานโดยการอยู่บ้าน หยุดเชื้อ เพื่อชาติแล้ว เรายังต้องปฏิบัติตามหลักการของพระพุทธเจ้าด้วย คือ การหมั่นดูแลจิตใจให้สะอาด สดใส ร่าเริง ควบคู่กับการดูแลสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง รวมถึงการมีสติ และไม่ประมาทในชีวิต ไม่ว่าจะเกิดสถานการณ์อะไรก็ตามในชีวิต เราจะมีภูมิคุ้มกันร่างกายและจิตใจอย่างแน่นนอน ดังนั้น การดูแลสุขภาพกายเพียงอย่างเดียวอาจไม่สามารถตอบโจทย์การดูแลสุขภาพได้ทั้งหมด เพราะถึงแม้ว่าสุขภาพกายจะแข็งแรง ปราศจากโรค แต่เมื่อสุขภาพใจที่บางครั้งอาจได้รับแรงกระทบจากการเสพสื่อข่าวสารต่าง ๆ ที่เป็นเชิงลบ ข่าวลือ ข่าวที่ก่อให้เกิดความตื่นตระหนก ก็อาจทำให้เราไม่สามารถที่จะมีสุขภาพใจที่ดีได้ และจะส่งผลกระทบต่อเนื่องมายังสุขภาพกายในที่สุด

สรุป

บทความนี้ได้บทสรุปที่สำคัญอย่างหนึ่งคือ การนำหลักธรรมทางพุทธศาสนามาเป็นส่วนหนึ่งของการสร้างสังคมวิถีใหม่ภายใต้พหุวัฒนธรรม COVID-19 โดยเฉพาะในเรื่องของ สติ ที่เป็นหัวใจสำคัญของหลักคำสอนทางพุทธศาสนา พระพุทธองค์ทรงเน้นย้ำอยู่เสมอว่าให้ดำเนินชีวิตด้วยความไม่ประมาท มีสติกำกับอยู่เสมอ แม้ในสถานการณ์ปัจจุบันที่มีความเปลี่ยนแปลงทางสังคมเกิดขึ้นมากมาย ทั้งความเป็นสังคมสมัยใหม่ในยุคโลกาภิวัตน์ สังคมทุนนิยมที่มีการแข่งขัน สังคมที่เต็มไปด้วยข้อมูลข่าวสารที่มีทั้งจริงและเท็จปะปนกันไป หรือแม้แต่สังคมที่อยู่ในห้วงของความหวาดกลัวและความหวาดระแวงอันเกิดจากการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)

ท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงทางสังคมไปสู่สังคมวิถีใหม่ที่ผู้คนในสังคมจะต้องมีการปรับตัวเพื่อให้สามารถอยู่ในสังคมที่จะต้องต่อสู้กับการแพร่ระบาดของโรค COVID-19 แน่แน่นอนว่าเราไม่อาจทราบได้ว่าการระบาดในรอบต่อ ๆ ไป นั้นจะเกิดขึ้นอีกหรือไม่จะเกิดขึ้นเมื่อใด และจะมีคลัสเตอร์ใหม่ ๆ เกิดขึ้นที่ใดอีก การป้องกันตนเองตามมาตรการทางสังคมต่าง ๆ จะเป็นส่วนสำคัญที่จะช่วยป้องกันสังคมไทยให้รอดพ้นจากวิกฤตครั้งนี้ไปได้ การปรับตัวของผู้คนในสังคมไทยจะต้องอาศัยความไม่ประมาทเป็นที่ตั้ง การใช้วิถีชีวิตใหม่ที่จะต้องใส่หน้ากากอนามัย ใช้แอลกอฮอล์เจลล้างมือ เว้นระยะห่างทางสังคม หรือ Social Distancing การกินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ จะเป็นวิถีชีวิตใหม่ของสังคมไทยที่ทุกคนจะต้องตระหนักรู้และปฏิบัติให้เคยชิน ความไม่ประมาทตามหลักการทางพระพุทธศาสนา จะเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้ผู้คนในสังคมไทยมีสติในการใช้ชีวิต อย่างน้อยเมื่อต้องออกนอกบ้านไปพบปะผู้คนภายนอก ไปทำงาน ทำกิจกรรม ในสถานที่ที่จะต้องพบปะกับผู้คนมากมาย ก็ควรที่จะมีความตระหนักรู้ในการป้องกันตนเองอยู่ด้วย และใช้ชีวิตด้วยความไม่ประมาท ก็จะทำให้เราสามารถที่จะปรับตัวในสังคมวิถีใหม่ภายใต้พหุวัฒนธรรม COVID-19 ได้เป็นอย่างดี

เอกสารอ้างอิง

- โครงการพัฒนาแห่งสหประชาชาติและองค์การทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ. (2563). *การประเมินผล กระทบ รวมด้านเศรษฐกิจและสังคมของโรคโควิด-19 ในประเทศไทย*. กรุงเทพฯ: สำนักงานผู้ประสานงาน สหประชาชาติประจำประเทศไทย.
- เทียน ทองแก้ว. (2563). การออกแบบการศึกษาในชีวิตวิถีใหม่: ผลกระทบจากการแพร่ระบาด COVID-19 . *คุรุสภาวิทยาทารย*, 1(2), 5.
- ธีรศักดิ์ สุขสันติกมล. (2559). การเปลี่ยนแปลงทางสังคมในโลกยุคทันสมัย. *วารสารมนุษยสังคมปริทัศน์*, 18 (1), 83.
- นภาพัทธ งามบุษบงโสภิน และคณะ. (2563). พุทธวิธีเพื่อการดูแลตนเองในสถานการณ์โควิด 19. *วารสาร บัณฑิตศึกษาปริทรรศน์*, 16(2), 44-45.
- ศรุตานนท์ ขอบประดิษฐ์. (2563). วิกฤตโควิด 19 ส่งผลกระทบต่อการศึกษาอย่างไร. *วารสาร ชัยภูมิปริทรรศน์*, 3(2), 10.
- สำราญ โคตรสมบัติ. (2563). *การใช้สติกับวิถีชีวิตใหม่ในการปรับตัวในภาวะ COVID-19 ยุค New Normal*. รวมบทความวิชาการโครงการสัมมนาวิชาการระดับชาติครั้งที่ 2 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย. นครปฐม: สาสะพิมพ์การ.
- สุริชัย หวันแก้ว. (2553). *การเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรม*. พิมพ์ครั้งที่ 12. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย.
- อวาทิพย์ แว. (2563). COVID-19 กับการเรียนรู้สู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพในวันนี้. *วารสารสมาคม วิชาชีพสุขภาพศึกษา*, 35(1), 24.