

ธรรมานุศาสตร์

เพื่อให้ความรู้ด้านพระพุทธศาสนาและส่งเสริมให้กำลังพล ทอ. มีคุณธรรมและจริยธรรมในการปฏิบัติราชการ

ชนะโควิด ๑๙ ด้วยอริยสัจ ๔

พระพุทธองค์ทรงแสดงอัมมจักกัปปวัตตนสูตร เป็น “ปฐมเทศนา” เผยแผ่พระธรรมเป็นครั้งแรกในโลก ด้วยความจริงอันประเสริฐ ๔ ประการ หรือ “อริยสัจสี่” ที่ทำให้พระองค์ตรัสรู้ เพื่อหลุดพ้นจากความทุกข์ โดยแก้ที่สาเหตุของทุกข์ กล่าวคือ ทุกข์ ควรรู้, สมุทัย ควรละ, นิโรธ ควรทำให้แจ้ง และมรรค คือการลงมือปฏิบัติ ระหว่างที่ทรงแสดงพระปฐมเทศนาอยู่ พระโกณฑัญญะหนึ่งในปัญจวัคคีย์ เกิดดวงตาเห็นธรรมสำเร็จเป็นพระอริยบุคคล ได้กราบทูลขอบรพชาอุปสมบท พระพุทธองค์ทรงบวชให้ด้วยพระองค์เอง พระอัญญาโกณฑัญญะจึงเป็นพระอริยสงฆ์องค์แรกในพระพุทธศาสนา เมื่อวันเพ็ญกลางเดือนอาสาฬหะ (เดือน ๘) จึงเป็น “วันอาสาฬหบูชา” วันที่ “พระรัตนตรัย” บังเกิดขึ้นในโลกเป็นครั้งแรก มี “พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์” ครบบริบูรณ์

เราสามารถนำหลักอริยสัจ ๔ มาปรับใช้กับสถานการณ์ปัจจุบันดังนี้

๑. **ทุกข์ คือ ปัญหา** กล่าวคือ ความคิด ความเครียด ที่จะติดเชื้อโควิด ๑๙
๒. **สมุทัย คือ สาเหตุ** กล่าวคือ ไม่หยุดอยู่บ้าน ไม่เว้นระยะห่าง ไม่ล้างมือ และไม่สวมหน้ากากอนามัย
๓. **นิโรธ คือ เป้าหมาย** กล่าวคือ ลด ละ เลิก พฤติกรรมเสี่ยง เพื่อลดการติดเชื้อและแพร่เชื้อ
๔. **มรรค คือ แนวปฏิบัติ** กล่าวคือ ต้องใส่ใจสุขภาพ โดยเริ่มที่ตัวเรา เช่น ล้างมือบ่อย ๆ สวมหน้ากากอนามัยเมื่อเจ็บป่วยและงดร่วมงานสังคัมต่าง ๆ

พระพุทธองค์ ทรงเรียงวิธีแก้ทุกข์ ให้ดูตั้งแต่แสดงให้เห็นปัญหา (ทุกข์) สาเหตุของปัญหา (สมุทัย) จุดมุ่งหมายในการแก้ปัญหาคือดับทุกข์ (นิโรธ) และ วิธีปฏิบัติ (มรรค) เพื่อให้พ้นทุกข์ อยู่บ้านหยุดเชื่อในช่วงนี้ ลองหาหนังสือธรรมะมาอ่านเพื่อค้นคว้าหาความรู้เพิ่มเติม นำธรรมะมาช่วยลดความทุกข์ สุขภาพจิต สุขภาพกายที่แข็งแรง คือ “สิ่งที่สำคัญที่สุด”

จัดทำโดย : กองอนุศาสนาจารย์ กรมยุทธศึกษาทหารอากาศ
คณอก.จัดกิจกรรมส่งเสริมให้กำลังพลของ ทอ.มีคุณธรรมและจริยธรรมในการปฏิบัติราชการ