

ภูมิคุ้มใจ



ภูมิคุ้มใจ, เครื่องช่วยมอง

ล้างมือ...ล้างใจ

เรื่องโดย ทีมงานความสุขประเทศไทย

20 Mar 2020

ไม่ใช่มีแค่เชื้อที่แพร่ระบาดรอบตัวเรา แต่ความกลัว ความเกลียดที่เกิดจากเชื้อโควิดมันก็กำลังแพร่ระบาดมาก

คนเราถ้ามีความกลัวมาก มันจะเห็นแก่ตัวยิ่งขึ้นเรื่อยๆ และความเห็นแก่ตัวจะทำลายทุกอย่าง เพราะมันทำให้เราขาดสติ มันกระตุ้นด้านลบ ด้านมืดของเราออกมา

และเมื่อด้านลบด้านมืดของเราออกมาแล้ว มันจะก่อความเสียหายมากมาย มันจะทำลายจิตใจของเรา ให้มีความเป็นมนุษย์น้อยลง

มันจะทำลายความสัมพันธ์ระหว่างเรากับคนรอบข้าง มันจะทำลายความเข้มแข็งมั่นคงของชุมชนที่เป็นปราการสำคัญในการที่จะรับมือกับไวรัสและช่วยเยียวยาผู้คน...

ให้ตระหนักว่าในยามที่ประเทศและโลกทั้งโลกเกิดวิกฤต มันมีแต่ความช่วยเหลือเอื้อเฟื้อกัน เห็นอกเห็นใจกันที่จะช่วยให้เราผ่านเหตุการณ์นี้ไปได้...

อย่ามัวแต่หาหน้าากมาป้องกันเชื้อไวรัส หรือป้องกันร่างกายตัวเอง อย่ามัวแต่ล้างมือ เพื่อให้ไวรัสมันหายไป
จะต้องมีสิ่งที่มาช่วยรักษาใจของเรา ไม่ให้มีความเห็นแก่ตัว ความเกลียด รวมทั้งความกลัว ความรังเกียจเหยียด
หยามมาครอบงำใจ...

*นอกจากล้างมือแล้วก็ต้องล้างใจ เพื่อให้จิตใจเราผ่อนคลายด้วย ใจเราคือปรากฏการณ์สำคัญที่จะช่วยให้เราผ่านพ้น
เหตุการณ์นี้ไปได้*

พระไพศาล วิสาโล