



บทความเทคนิค (Technical Article)

เสียงธรรมนำชีวิตของคนพิการทางการเห็น The Sound of Dhamma Leading the Lives of Visually Impaired People

วินัย อินเสมียน¹ และพระครูปริยัติพัฒน์บัณฑิต²

Winai Insamian¹, and Phrakru Pariyattiphanntanabundit²

มูลนิธิธรรมิกชนเพื่อคนตาบอดในประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์^{1,2}

Dhammikajana Foundation for the Blind in Thailand Under the Royal Patronage of his Majesty the King^{1,2}

Received: June 30, 2023 Revised: July 29, 2023, Accepted: July 30, 2023

บทคัดย่อ

คนพิการทางการเห็นเป็นผู้ที่มีความบกพร่องในการมองเห็น ไม่มีสายตา หรือมีสายตาวูบว้างแต่ไม่สามารถที่จะทำงานได้ตามปกติเพราะเกี่ยวกับการมองเห็น การเรียนรู้ของพวกเขาไม่สามารถที่จะเรียนรู้ผ่านการมองเห็นได้ แต่พวกเขาสามารถศึกษาได้ผ่านการฟัง การสัมผัส และการดมกลิ่น เป็นต้น การพัฒนาการเป็น การพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อให้สามารถปรับให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม เพื่อชีวิตให้มีความสุขในสังคม การพัฒนาจิตสามารถพัฒนาจากการฟัง การสัมผัส และการดมกลิ่นเพื่อเรียนรู้สิ่งเหล่านี้ และค่อย ๆ ยกระดับจิตตนให้สูงขึ้น เพื่อให้เกิดความปล่อยวาง ไม่ยึดมั่นในอารมณ์ที่เกิดขึ้นมากนัก มีการสำรวมระวังอินทรีย์อย่างมีสติ โดยไม่ให้ถูกความโลภ ความโกรธ ความหลง ความแค้นเคือง ความริษยา เป็นต้น เข้ามาครอบงำ แต่ใช้ให้เป็นให้ได้ประโยชน์ โดยเฉพาะให้เกิดปัญญา รู้ความจริงที่ได้สัมผัสแล้วนำข้อมูลที่ได้สังเคราะห์เพื่อนำมาใช้หรือแก้ปัญหา จึงเห็นว่าบุคคลพิการทางการเห็นนั้นสามารถทำงานอย่างสร้างสรรค์ได้

คำสำคัญ: เสียงธรรม, ชีวิต, คนพิการทางการเห็น

Abstract

Visually impaired people are those who have visual impairments, have no sight, or have some sight but cannot function normally because of their vision. Their learning cannot be through sight, but they can study through hearing, touching, and smelling, etc. The development of the body is the development of personality to be able to adapt to the environment for a happy life in society. The development of the mind can be developed from hearing, touching, and smelling to learn these things and gradually elevate the mind to a higher level. This will lead to detachment and a lack of attachment to emotions that arise. There is mindfulness in the senses, so that greed, anger, delusion, hatred, jealousy, etc., do not dominate, but are used to benefit, especially to gain wisdom and know the truth that has

¹ Corresponding author, Tel. 0862355523, Email: naikaina@hotmail.com



been touched. Then, the synthesized data can be used to solve problems. Therefore, it is seen that visually impaired people can work creatively.

Keywords: The Sound of Dhamma, Life, Visually Impaired People

บทนำ

คนพิการเป็นคำที่ใช้อธิบายลักษณะคนที่มีความไม่สมบูรณ์หรือมีความบกพร่องทางร่างกาย การสื่อสารสติปัญญาหรือจิตใจ ซึ่งหากถามคนทั่วไปในสังคมไทยเกี่ยวกับคนพิการภาพแรกที่ปรากฏขึ้นมักเป็นไปในเชิงลบ เช่นเป็นผู้ที่ไม่มีความสามารถในการทำงาน เป็นผู้ที่ไม่สามารถใช้ชีวิตประจำวันได้อย่างปกติ หรือเป็นภาระและปัญหาให้กับสังคม (สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, 2553) ทศนคติดังกล่าวนี้มักมีผลกระทบต่อคนพิการ อีกทั้งยังเป็นกำแพงทางสังคมซึ่งขวางกั้นการเข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมและส่วนร่วมในด้านอื่น ๆ ทางสังคมของคนพิการ รวมถึงการเข้าถึงสิทธิต่างๆ สิ่งที่เกิดขึ้นสะท้อนให้เห็นบริบทการตีความของคนในสังคม ทำให้คนพิการบางส่วนมักจะเข้าใจและน้อยเนื้อต่ำใจว่าตัวเองว่าเป็นบุคคลที่สร้างภาระให้กับครอบครัว สังคม และคนรอบข้าง คนพิการจึงมีพฤติกรรมหลีกเลี่ยงที่จะเผชิญหน้ากับคนหมู่มาก เนื่องด้วยกลัวบุคคลมองตนเองด้วยความน่าเวทนาน่าสงสาร บางครั้งอาจมีบางคนกล่าวคำพูดล้อเลียน คนพิการมักจะอยู่ในกลุ่มคนพิการด้วยกันที่มีการแสดงความเป็นตัวตนอย่างเต็มที่ เนื่องจากเกิดความรู้สึกที่ไม่แปลกแยกและสามารถไว้วางใจเพื่อนในกลุ่มได้ วิธีการดำเนินชีวิตของคนพิการย่อม แตกต่างไปจากคนปกติทั่วไป โดยเฉพาะคนพิการที่เกิดความพิการขึ้นมาในภายหลัง พวกเขาเคยเป็นผู้ที่มีอวัยวะครบถ้วนสมบูรณ์ เคยทำกิจกรรมต่างๆ ได้อย่างคล่องแคล่ว เมื่อต้องกลายเป็นคนพิการ จึงทำให้จิตใจท้อแท้ หดหู่สิ้นหวังไม่อยากพบปะใคร นอกจากนี้คนพิการยังมีทัศนคติมุมมองต่อตนเองและสังคมเป็นลบ เนื่องจากไม่ได้รับการยอมรับอย่างเต็มที่จากผู้อื่น (Goffman, 1963) ภาพลักษณ์ที่สังคมมีต่อคนพิการเป็นภาพลักษณ์มิติเดียว ซึ่งให้ความหมายและคุณค่าในเชิงลบ ส่งผลให้มีมุมมองและมายาคติเชิงลบต่อคนพิการ จนเบียดขับให้เป็นคนชายขอบ กลายเป็นคนกลุ่มที่ไร้พื้นที่ทางสังคม เพราะปราศจากการพยายามทำความเข้าใจคนพิการ (จิตติมา เจือไทย, 2551) จึงทำให้พวกเขาเหล่านั้นเกิดผลกระทบทั้งทางด้านจิตใจและร่างกายอย่างรุนแรง ส่งผลทำให้คุณภาพชีวิตที่แย่อยู่แล้วแยลงยิ่งขึ้น

ความพิการนั้นมิใช่อยู่หลายประเภท ในส่วนคนพิการทางการเห็นก็ยังมีอีกมากมายที่ยังต้องดิ้นรน ต่อสู้กับปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินชีวิต โดยคนพิการทางการเห็นนั้นแบ่งออกเป็นสองประเภทคือ คนสายตาเลือนรางและคนตาบอดสนิท ซึ่งการสูญเสียการมองเห็นมีผลต่อความสามารถในการทำกิจกรรมต่างๆ และอาจรวมถึงคุณภาพชีวิตที่ลดลง การฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ที่มีความพิการทางการเห็นจะช่วยให้ผู้มีความพิการสามารถช่วยเหลือตนเอง ในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันและการเคลื่อนไหวได้ดีขึ้น ตลอดจนทำให้มีความสุขขึ้นนั้นเป็นการพัฒนาที่มีผลกระทบต่อบุคคลที่เป็นคนพิการและสังคม ในทางพระพุทธศาสนาอธิบายถึงบุคคลพิการทางการเห็นหรือคนตาบอดว่า ภิกษุทั้งหลาย บุคคล 3 จำพวกนี้ มีปรากฏอยู่ในโลก 3 จำพวกเป็นโชน คือ คนตาบอด 1 คนตาเดียว 1 คนสองตา 1 ภิกษุทั้งหลาย บุคคลตาบอดเป็นโชน บุคคลบางคนในโลกนี้ ไม่มีนัยน์ตาอันเป็นเหตุได้โรคทรัพย์ที่ยังไม่ได้หรือทำโรคทรัพย์ที่ได้แล้วให้ทวีมากขึ้น ไม่มีนัยน์ตาเครื่องรู้ธรรมที่เป็นกุศลและอกุศล รู้ธรรมที่มีโทษและไม่มีโทษ รู้ธรรมที่เลวและประณีตรู้ธรรมที่มีส่วนเปรียบด้วยธรรมฝ่ายดำและฝ่ายขาว ฯลฯ (อง.ติก. (ไทย) 20/29/178.)

การดำเนินชีวิตของคนพิการทางการเห็นจึงต้องมีความเพียรพยายามสูงมีการเปลี่ยนเจตคติอารมณ์ของตนในเชิงลบเป็นเจตคติอารมณ์ในเชิงบวก สามารถควบคุมอารมณ์ของตนได้ อีกทั้งเป็นการเพิ่มพูนความรู้



ความคิด ทักษะความชำนาญให้มีคุณค่าที่สอดคล้องกับความรู้ ความคิด ที่ได้จากกระบวนการเรียนรู้ทั้งหมด การเรียนรู้เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น "จิต" ถือว่าเป็นองค์ประกอบที่สำคัญอย่างยิ่งต่อคุณภาพชีวิต เพราะผู้ที่มีการพัฒนาจิตแล้วย่อมสามารถควบคุมตนเอง เข้าใจในสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง และยังทำให้ผู้อื่นมีความรู้สึกที่ดีกับตนได้ หลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนามีการประพฤติปฏิบัติในการฝึกอบรม พัฒนาจิตที่เรียกว่า จิตตภาวนา เป็นรากฐานให้คนได้รู้จักการพัฒนาปัญญาตน อันเป็นพื้นฐานของการพัฒนา ชีวิตให้มีคุณภาพทั้งจิตใจและร่างกาย เพื่อไปสู่เป้าหมายชีวิต (อง.ป. (ไทย) 22/79/121) การพัฒนาคุณภาพ ชีวิตกับจิตตภาวนา หมายถึง การฝึกฝนอบรมจิตใจ ให้มีความมั่นคงเข้มแข็งมีความเจริญไพบุลย์ด้วยคุณธรรม ทั้งปวง ฝึกฝนตนให้มีความรัก ความเมตตาต่อสรรพสัตว์ทั้งหลายพัฒนาจิตของตนให้มีความสงสารอยาก จะช่วยเหลือเพื่อน มนุษย์ที่กำลังประสบปัญหาความทุกข์นานาประการอยู่ในสังคมปัจจุบันและฝึกฝนจิตของตน ให้มีความผ่องใสเบิกบานดำเนินชีวิตด้วยความสุขใจ (พระมหาภคคิษฐ์ มหาวีโร และ พระมหามิตร รุติปัญญา, 2560) อย่างไรก็ตามการพัฒนาคุณภาพชีวิตนั้นจำเป็นต้องพัฒนาทั้ง 4 ด้าน คือพัฒนากาย จิตใจ สังคมและ สติปัญญา (อง.ปญจก. (ไทย) 22/79/121)

อย่างไรก็ดี ในปัจจุบันมีกฎหมายที่เกี่ยวกับคนพิการที่ส่งผลทำให้คนพิการมีสิทธิในการพัฒนาด้าน ต่างๆให้ดีขึ้น คือ พระราชบัญญัติส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการ พ.ศ. 2550 (และฉบับแก้ไข 2556) ได้ระบุสิทธิประโยชน์ของคนพิการ(ที่มีบัตรประจำตัวคนพิการ ให้ได้รับสิทธิประโยชน์ สวัสดิการ และการ ช่วยเหลือจากภาครัฐ ประกอบด้วย 1) สิทธิในการฟื้นฟูสมรรถภาพโดยกระบวนการแพทย์ 2) การคุ้มครอง สิทธิทางการศึกษา 3) ได้รับการส่งเสริมอาชีพและคุ้มครองการมีงานทำ 4) การคุ้มครองสิทธิทางสังคมและ สวัสดิการ 5) สิทธิในสิ่งอำนวยความสะดวก 6) สิทธิในการกู้ยืมเงินเพื่อประกอบอาชีพ 7) สิทธิในการปรับ สภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัย 8) สิทธิในการได้รับบริการล่ามภาษามือ 9) สิทธิในการมีผู้ช่วยคนพิการ และ 10) สิทธิในการลดหย่อนค่าโดยสารรถสาธารณะ

บทความชิ้นนี้ผู้เขียนมุ่งเน้นการสร้างความรู้ความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับคนพิการทางการเห็นเป็นสำคัญ สร้าง ความรู้ความเข้าใจกับสังคมให้เห็นถึงสิทธิพื้นฐานที่คนพิการพึงได้รับตามกฎหมาย เพื่อเปิดโลกทัศน์ในอีกแง่มุม ให้กับบุคคลทั่วไปได้เข้าใจคนพิการทางการเห็น และมากกว่านั้นเป็นการแนะนำการฟื้นฟูสุขภาพกายและ การฟื้นฟูสุขภาพจิตของคนพิการทางการเห็นเป็นสำคัญดังจะนำเสนอสาระสำคัญ ต่อไปนี้

คนพิการทางการเห็น

มนุษย์ทุกคนที่เกิดมาแล้วย่อมมีความเท่าเทียมกันด้วยความเป็นธาตุ 4 และชั้น 5 ซึ่งเป็นสภาวะที่ ปรากฏในตัวมนุษย์ ความต้องการที่จะอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างเท่าเทียมเป็นสิ่งที่ทุกคนคาดหวัง เพราะมนุษย์ นั้นไม่มีใครอยากจะทำให้ผู้อื่นมองว่าเราเป็นบุคคลที่มีความสามารถน้อยกว่า เนื่องจากทุกคนต่างมีความรู้ ความสามารถและความเพียรพยายามเพื่อตนเองเหมือนกัน ถึงแม้ว่าบางคนจะเป็นคนพิการ ไม่ว่าจะเป็นพิการทาง สายตา หรือทางใดก็ตาม แต่บุคคลเหล่านี้ก็มีสิ่งอื่นมาทดแทน มีอวัยวะอื่นที่ใช้การได้ ถึงแม้จะเป็นคนพิการ ทางการเห็น แต่หูยังได้ยิน เท้ายังเดินได้ มือยังสามารถใช้งานได้ และตราบดีที่หัวใจยังเต้นอยู่ พวกเขา เหล่านี้ก็เหมือนคนปกติอย่างพวกเรา เพียงแค่เราลองเปิดใจให้กว้าง หยิบยื่นโอกาส และช่วยเหลือกัน เพียง เท่านั้นก็เปรียบเหมือนการให้กำลังใจ ให้โอกาส และให้เสรีภาพแก่บุคคลที่ได้ชื่อว่าเป็นผู้พิการทางการเห็นได้

World Health Organization (2011) หรือองค์การอนามัยโลกกล่าวว่า คนพิการ หมายถึง บุคคลซึ่ง ประสบสภาวะความไม่สมบูรณ์ทางร่างกายหรือจิตใจชั่วคราวหรือถาวร ส่งผลให้ไม่ได้รับความเท่าเทียม



ทางด้านบริการสุขภาพ การศึกษา และโอกาสในการทำงาน ทั้งนี้ ในปัจจุบันความพิการมักถูกตีความหมายจากสังคมมากกว่าความผิดปกติทางร่างกาย

พระราชบัญญัติส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการ (2550) กล่าวว่า คนพิการ หมายถึง บุคคลที่มีความบกพร่องหรือข้อจำกัดทางด้านร่างกาย การมองเห็น การได้ยิน การเคลื่อนไหว ความบกพร่องทางพฤติกรรมสื่อสาร ความบกพร่องทางอารมณ์ สติปัญญาและการเรียนรู้ รวมถึงความบกพร่องทางด้านอื่น ๆ ที่ส่งผลและเป็นอุปสรรคต่อการดำเนินกิจกรรมในชีวิตประจำวัน

อานนท์ วันลา (2553) กล่าวว่า คนพิการ หมายถึง บุคคลที่มีความบกพร่องทางด้านร่างกาย อารมณ์ และจิตใจ ซึ่งส่งผลให้เกิดข้อจำกัดในการเรียนรู้และสื่อความหมาย เช่น การพูด การฟัง หรือการอ่านเขียนในชีวิตประจำวัน รวมถึงการประกอบอาชีพและการสร้างสัมพันธภาพกับคนในสังคม

ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา (2554) กล่าวว่า คนพิการเป็นผู้ที่มีความบกพร่องทางด้านจิตใจ ด้านร่างกาย ด้านสติปัญญา รวมถึงด้านการเรียนรู้ หรือความบกพร่องโนประเด็นอื่น ๆ ซึ่งส่งผลและเป็นอุปสรรคในการดำเนินกิจกรรมหรือกิจกรรมต่าง ๆ ประจำวัน และการเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจการต่าง ๆ ในสังคม และบางคนอาจต้องได้รับความช่วยเหลือเพื่อให้สามารถเข้าร่วมการดำเนินกิจการต่าง ๆ ได้อย่างคนทั่วไป

แฉล้ม แยมเอี่ยม (2550) “ให้คำจำกัดความของคนตาบอด ไว้ดังนี้ ความหมายทั่วไปคนตาบอด หมายถึง ผู้ที่มองไม่เห็น ไม่มีสายตาสายตาอยู่ข้างแต่ไม่สามารถที่จะทำงาน ซึ่งเกี่ยวข้องกับการใช้สายตา ได้ดีเท่าคนปกติการศึกษาคนตาบอดไม่สามารถรับการศึกษาได้ โดยการเห็นหรือการใช้สายตา แต่สามารถศึกษาได้โดยการฟัง การสัมผัส การดมกลิ่นและการใช้กล้ามเนื้อเป็นสำคัญ

วาริ ธีระจิตร (2545) ได้กล่าวถึง ความหมายเกี่ยวกับเด็กตาบอดไว้ดังนี้

1. มองเห็นเลือนราง (Partially Sighted หรือ Low Vision) หมายถึง บุคคลที่มีสายตาสายตาบกพร่องภายหลังจากการแก้ไขแล้ว จะมองเห็นได้บ้าง และสามารถใช้อายตาได้บ้างในระยะ 20/70 หมายความว่า บุคคลนี้จะมองเห็นได้ระยะ 20 ฟุต โดยที่คนตาปกติจะมองเห็นได้ในระยะ 70 ฟุตเมื่อวัดด้วยสเนลเลนชาร์ท (Snellen Chart) เด็กเหล่านี้ต้องการเครื่องมือและอุปกรณ์พิเศษบางอย่างที่ช่วยให้เด็กสามารถใช้สายตาได้ดีขึ้น

2. ตาบอดสนิท (Totally Bind) หมายถึง บุคคลที่ตามองอะไรไม่เห็น หรือบุคคลที่มีสายตาสายตาเหลือน้อยมาก หรือไม่มีเลย ซึ่งเป็นการสูญเสียการมองเห็น 2/600 หรือน้อยกว่านั้นหมายความว่า คนสายตาสายตาปกติจะมองเห็นได้ระยะ 200 ฟุต แต่คนตาบอดสนิทจะไม่สามารถรับรู้การเคลื่อนไหวต่าง ๆ หรือแม้แต่การโบกมือในระยะ 2 ฟุต การเรียนการสอนสำหรับเด็กเหล่านี้ต้องเป็นวิธีที่อาศัยสายตาเป็นหลักเด็กที่บกพร่องทางการเห็นจะมีความบกพร่องทางการเคลื่อนไหวเพราะต้องอาศัยการสัมผัสแทนการใช้สายตา เคลื่อนไหวช้า ๆ นอกจากนั้นยังได้ให้ข้อคิดไว้ว่า เด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็น จะมีข้อจำกัดในเรื่องของการรับรู้ ความรู้ และความเข้าใจ 3 ด้าน คือ 1) ความมากมายของประสบการณ์ 2) ความสามารถในการเดินทางไปไหนมาไหน และ3) การปรับตัวเองให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม และการปรับปรุงสิ่งแวดล้อมให้เข้ากับตนเองได้น้อย ซึ่งข้อจำกัดเหล่านี้ล้วนส่งผลต่อพัฒนาการทางสติปัญญาของเด็ก”

สุวิมล อุดมพิริยะศักดิ์ (2549) กล่าวว่า ตาเป็นสื่อในการติดต่อสื่อสารกับโลกภายนอกเป็นตัวเชื่อมความรู้สึกนึกคิดภายใน และแสดงออกถึงอารมณ์ของผู้เป็นเจ้าของลูกตาได้ดี ดังคำเปรียบที่ว่าดวงตาเป็นหน้าต่างแห่งดวงใจ การดูสิ่งต่าง ๆ ต้องใช้ตาพร้อม ๆ กันทั้งสองตา เพื่อรับรู้ความกว้าง ความยาว ความลึก ระยะทาง เปรียบเทียบขนาดการเคลื่อนไหว และการเดินทาง รวมไปถึงสีสันที่สดสวยรอบ ๆ ตัว ตาเป็นอวัยวะขนาดเล็ก แต่มีส่วนประกอบมากมาย มีความละเอียดอ่อนในการทำงานร่วมกันถ้าส่วนใดส่วนหนึ่งบกพร่องไป หรือไม่สามารทำงานได้ จะทำให้เกิดความบกพร่องทางการเห็น อันเป็นผลต่อพัฒนาการและการ



เรียนรู้ ผู้ที่ปราศจากดวงตา หรือตาพิการแต่กำเนิดจะไม่รู้ว่าชาติสิ่งสำคัญบางอย่างไป ไม่ได้ใช้ตาดูสิ่งต่าง ๆ ไม่สามารถรับรู้เกี่ยวกับความสดชื่นสีสน และความคุ้นเคยกับสภาพสิ่งแวดล้อมได้เท่าเทียมคนปกติ ต้องใช้ประสาทสัมผัสส่วนอื่นเพื่อทดแทนดวงตา

พระราชบัญญัติส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการ (2550) กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ได้แบ่งประเภทของความพิการไว้ดังนี้ 1) ความพิการทางการเห็น 2) ความพิการทางการได้ยิน หรือการสื่อความหมาย 3) ความพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย 4) ความพิการทางจิตใจหรือพฤติกรรม 5) ความพิการทางสติปัญญา 6) ความพิการทางการเรียนรู้ 7) ความพิการทางออทิสติก บุคคลผู้ที่มีความพิการทางการเห็นถือได้ว่าเป็นทรัพยากรที่สำคัญของชาติเช่นเดียวกันกับบุคคลทั่วไป ที่ต้องได้รับการดูแลช่วยเหลือเพื่อให้มีความเป็นอยู่ที่ดี ความพิการจากการไม่เห็นมีทั้งที่เป็นแต่กำหนดและมาประสบในภายหลัง สิ่งเหล่านี้มีการทำให้การใช้ชีวิตของพวกเขาได้มีการเปลี่ยนแปลงของชีวิตหรือผิดปกติต่างจากบุคคลทั่วไป เมื่อการใช้ชีวิตที่ไม่เป็นปกติแล้วย่อมมีปัญหาตามมา ไม่ว่าจะเป็นปัญหาทางกายภาพและจิตภาพที่พวกเขาต้องพบและอยู่กับมันให้ได้

เสียงธรรมนำชีวิตของคนพิการทางการเห็น

บุคคลที่มองไม่เห็นนั้นจะใช้เสียงในการสื่อสาร การทำกิจกรรม การดำเนินชีวิตและการทำงานเน้นที่เสียง อุปกรณ์ที่ช่วยอำนวยความสะดวกในการดำเนินชีวิตยังต้องอาศัยเสียง แต่เป็นเสียงที่นำภาพทางกายภาพมาอธิบายด้วยเสียงเพื่อทำความเข้าใจก่อนจึงจะคิดวิเคราะห์แล้วดำเนินกิจกรรมต่างๆตามความเหมาะสมและสถานการณ์ ขณะเดียวกันยังมีเสียงอีกเสียงหนึ่งเสียงที่สามารถนำชีวิตของคนพิการทางการเห็น เรียกว่าเสียงธรรม ที่เรียกอย่างนี้ ก็เพราะเป็นเสียงที่นำสภาพจิตใจให้เกิดความผ่อนคลายและสบายใจ พระพุทธศาสนาอธิบายเกี่ยวกับ ดวงตาตอนหนึ่งว่า ภิกษุทั้งหลาย บุคคล 3 จำพวกนี้ มีปรากฏอยู่ในโลก 3 จำพวกเป็นฉนวน คือ คนตาบอด 1 คนตาเดียว 1 คนสองตา 1 ภิกษุทั้งหลาย บุคคลตาบอดเป็นฉนวน บุคคลบางคนในโลกนี้ ไม่มีนัยน์ตาอันเป็นเหตุได้โรคทรัพย์ที่ยังไม่ได้หรือทำโรคทรัพย์ที่ได้แล้วให้ทวีมากขึ้น ไม่มีนัยน์ตาเครื่องรู้ธรรมที่เป็นกุศลและอกุศล รู้ธรรมที่มีโทษและไม่มีโทษ รู้ธรรมที่เลวและประณีตรู้ธรรมที่มีส่วนเปรียบด้วยธรรมฝ่ายดำและฝ่ายขาว ภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่าคนตาบอด...อง.ติก. (ไทย) 20/29/178. อย่างไรก็ตามการพัฒนาบุคคลนั้นต้องพัฒนาทั้งกายและใจ พัฒนากายให้ความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ หรือเรื่องวัตถุสภาพแวดล้อมต่างๆไป ที่เข้ามาสัมพันธ์ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย เป็นการพัฒนามุ่งให้เกิดความสัมพันธ์ทางทวาร 5 เรียกอีกอย่างหนึ่งว่าอินทรีย์ 5 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ซึ่งเป็นด่านเป็นช่องทางที่จะติดต่อกับโลกภายนอกที่มีการทำหน้าที่ประสานกัน ในการพัฒนาใจหรือจิตที่เป็นการพัฒนาทางอารมณ์ ให้อารมณ์รู้เท่าทันสิ่งที่เข้ามากระทบ การพัฒนากายและจิตใจในพระพุทธศาสนาเรียกว่า กาวนา ซึ่งมีการพัฒนาอยู่ 4 ด้านด้วยกัน (อง.ปญจก. (ไทย) 22/79/121.) กายกาวนา หมายถึง การพัฒนาฝึกฝนอบรมกายด้วยอินทรีย์ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ให้มีอินทรีย์สังวรความรู้จักระมักระวังรักษาตนไม่ให้ก่อโทษ ทางกายและต้องรู้จักปรับตนเองให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพที่เหมาะสม (พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต) (2546) กล่าวว่า ความประพฤติดีทางกาย และวาจา การรักษากายและวาจาให้เรียบร้อย, ข้อปฏิบัติสำหรับควบคุมกายและวาจาให้ตั้งอยู่ในความดีงาม การรักษาปกติตามระเบียบวินัย ปกติมารยาทที่ปราศจากโทษ ข้อปฏิบัติในการฝึกหัดกายวาจาให้ดียิ่งขึ้น ความสุจริตทางกายวาจาและอาชีวะ มักใช้เป็นคำเรียกอย่างง่ายสำหรับคำว่า อธิศีลสิกขา (ข้อ 1 ในไตรสิกขา, ข้อ 2 ในบารมี 10, ข้อ 2 ในอริยทรัพย์ 7, ข้อ 2 ในอริยัตถิ 5) การส่งเสริมและพัฒนาคนพิการทางการเห็นให้



มีการยอมรับความจริง ปรับตัวปรับใจแล้วก็สามารถพัฒนาอาชีพได้และอยู่ในสังคมอย่างเป็นปกติสุขเหมือนบุคคลทั่วไป

ศีลภาวนา หมายถึง ความประพฤติเรียบร้อยดีงาม มีระเบียบวินัย มีกติกาทางสังคมร่วมกัน (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) (2546) กล่าวว่า พัฒนาความประพฤติ, การฝึกอบรมศีล ให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดีเกื้อกูลแก่กัน ในขณะเดียวกัน (วศิน อินทสระ (2549) กล่าวถึงพฤติกรรมต้องอาศัยศีลเป็นหลักว่า ศีลมีความไม่เดือดร้อนใจเป็นอันสงฆ์เย็นกาย เย็นใจ เพราะไม่เห็นโทษเครื่องเศร้าหมองใด ๆ ของตน เหมือนบุรุษหรือสตรีผู้ได้อาบน้ำชำระล้างร่างกายเรียบร้อยแล้ว บริโภคอาหารประณีตอันเป็นที่พอใจแล้ว ได้นั่งพัก ณ ริมไพรใหญ่ริมลำธาร อันมีน้ำใสสะอาด เมื่อรักษาศีลดีแล้วย่อมเป็นผู้มีศีลประจำใจ ประจำตน ศีลจะกลับมารักษาเรา เหมือนเราปลูกต้นไม้รักต้นไม้รักษาต้นไม้ด้วยดีเมื่อต้นไม้โตขึ้นย่อมหวนมารักษาผู้ปลูกนั่นเอง ในส่วนของคนพิการทางการเห็นนั้นสามารถฝึกให้คนพิการทางการเห็นให้ปฏิบัติตามกฎกติกาขององค์กรหรือสังคมนั้นๆ คนพิการทางการเห็นก็สามารถที่จะปรับตัวอยู่ร่วมในสังคมได้และเป็นที่ยอมรับของสังคมต่อไป

จิตตภาวนา หมายถึง การฝึกฝนอบรมจิตใจ ให้มีความมั่นคงเข้มแข็ง มีความเจริญไพบุลย์ด้วยคุณธรรมทั้งปวง ฝึกฝนตนให้มีความรัก ความเมตตาต่อสรรพสัตว์ทั้งหลาย พัฒนาจิตของตนให้มีความสงสาร อยากจะช่วยเหลือเพื่อน มนุษย์ที่ประสบปัญหาความทุกข์นานาประการอยู่ในสังคมปัจจุบันและฝึกฝนจิตของตนให้มีความผ่องใสเบิกบาน ดำเนินชีวิตด้วยความสุขใจ พุทธสาสิกขุ กล่าวว่า (2526) ชีวิตพัฒนาน่า “จิตตภาวนา ก็คือ ชีวิตพัฒนา จิตตภาวนาคือการทำจิตให้เจริญ ก็คือ ชีวิตพัฒนานั่นคือ การพัฒนาชีวิต หมายความว่า ทำให้มากขึ้น ให้ดีขึ้น จึงจะเรียกว่า พัฒนา ถ้ามากขึ้นแต่ไม่ดีขึ้นหรือ เลวลง อย่างนี้ไม่เรียกว่า พัฒนา” พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), (2546) อธิบายว่า จิตตภาวนา คือ การเจริญจิต, พัฒนาจิต, การฝึกอบรมจิตใจ ให้เข้มแข็งมั่นคงเจริญงอกงาม ด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีเมตตากรุณา มีฉันทะ ขยันหมั่นเพียร อดทน มีสมาธิและสดชื่นเบิกบาน เป็นสุขผ่องใส เป็นต้น การพัฒนาจิตของคนพิการทางการเห็นนั้นได้มีกิจกรรมพึงธรรมจากพระสงฆ์ที่นิมนต์มาแสดงธรรมให้กับคนพิการทางการเห็น ซึ่งเป็นกิจกรรมในห้องเรียน จะมีการจัดเป็นครั้งๆ ไป นอกจากนั้นก็ยังมีการให้ฟังธรรมจากวิทยุเป็นบางเวลาทั้งนี้ก็เพื่อให้พวกเขาได้ผ่อนคลายและสบายใจเมื่อได้ฟังธรรมที่เป็นประโยชน์

ปัญญาภาวนา หมายถึง การพัฒนาฝึกฝนอบรมตนจากการได้ศึกษาเล่าเรียน การสดับรับฟังมามาก และการลงมือปฏิบัติตามทฤษฎีที่ศึกษามาแล้วนั้นให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและคนอื่น ปัญญาภาวนา (การอบรมปัญญา) คือ การเจริญปัญญา พัฒนาปัญญา การฝึกอบรมปัญญาให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง รู้เท่าทัน เห็นแจ้งโลกและชีวิตตามสภาวะ สามารถทำให้เป็นอิสระ ทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลสและปลดปล่อยจากความทุกข์แก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญา ความหมายการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามแนวพระพุทธศาสนานั้น ต้องพัฒนาร่วมกันหลายอย่าง เช่น การพัฒนากาย การพัฒนาจิต การพัฒนาปัญญาเข้าด้วยกัน จึงจะเป็นการพัฒนาที่ยั่งยืนโดยไม่แน่นอนอย่างใดอย่างหนึ่ง รวมถึงเป็นปัญญาในอรหัตผล ชื่อว่า ปัญญาภาวนา ที.ป. (ไทย) 11/305/272 พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) (2540) ปัญญาภาวนา คือ การเจริญปัญญา, พัฒนาปัญญา, การฝึกอบรมปัญญา ให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นแจ้งโลกและชีวิตตามสภาวะ สามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ ทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลสและปลดปล่อยจากความทุกข์แก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญา สำหรับคนพิการทางการเห็นนั้นมืองค์กรหลายองค์กรที่ริเริ่มและพัฒนาทางด้านการศึกษารวมถึงพัฒนาคุณภาพชีวิต องค์กรเพื่อคนพิการทางการเห็นที่สำคัญในปัจจุบันคือ “มูลนิธิธรรมิกชนเพื่อคนตาบอดในประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์” โดยองค์กรดังกล่าวได้เริ่มต้นเมื่อ พ.ศ. 2521 ก่อตั้งขึ้นโดยดร.ประหยัด



ภูหนองโอง(ครุตาบอด) ปี พ.ศ. 2526 ได้รับอนุมัติการจดทะเบียนถูกต้องตามกฎหมายเป็น มูลนิธิธรรมิกชน เพื่อคนตาบอดในประเทศไทย ในเดือนมิถุนายน ปี พ.ศ. 2527 ได้รับพระมหากรุณาธิคุณจากพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช รัชกาลที่ 9 ทรงรับมูลนิธิไว้ในพระบรมราชูปถัมภ์ จึงเปลี่ยนชื่อเป็น “มูลนิธิธรรมิกชนเพื่อคนตาบอดในประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์” ปัจจุบันมีหน่วยงานและสถานศึกษาในสังกัด เพื่อให้บริการทางการศึกษาและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการทางการเห็นรวม 26 หน่วยงาน ซึ่งคนพิการทางการเห็นที่มารับบริการจะมีระดับการศึกษาแตกต่างกัน คนพิการภายหลังจะมีวุฒิการศึกษาเดิมมาก่อนที่จะพิการและหลังจากนั้นจะพัฒนาเพิ่มเติมทางการศึกษาด้วยการเรียนทั้งในระบบและเรียนนอกระบบหรือตามอัธยาศัย เช่น เรียน กศน. หรือเรียนในระดับอุดมศึกษาที่มหาวิทยาลัย การจัดการเรียนรู้และการพัฒนาส่วนใหญ่จะได้รับโอกาสจากองค์กรของคนพิการและองค์กรเพื่อคนพิการในลักษณะการเข้าร่วมการอบรมเพื่อฟื้นฟูและฝึกอาชีพ รวมถึงเข้าร่วมการประชุมหรือสัมมนาตามกิจกรรมต่าง ๆ ที่องค์กรจัดขึ้น ส่วนการเข้าถึงข้อมูลข่าวสารเพื่อการเรียนรู้คนพิการทางการเห็นนั้นสามารถเรียนรู้ได้จากสมาร์ทโฟนโดยผ่านแอปพลิเคชันต่าง ๆ เช่น ไลน์, เฟสบุ๊ก, ยูทูบ รวมถึงบางรายที่มีพื้นฐานในการเขียนอ่านอักษรเบรลล์ได้ก็จะอ่านโดยใช้อักษรเบรลล์นอกจากนั้นก็ยังมีการเรียนรู้ผ่านห้องสมุดหนังสือเสียง 1414 ของสมาคมคนตาบอดแห่งประเทศไทย และฟังผ่านวิทยุ, โทรศัพท์และ MP3 เป็นต้น

องค์ความรู้ใหม่

บุคคลที่มีข้อจำกัดทางร่างกาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งบุคคลที่มีความบกพร่องทางการเห็น แต่สามารถรับรู้ด้วยการฟังและการเคลื่อนไหว บุคคลเหล่านี้มีการสื่อสารด้วยการเคลื่อนไหวด้วยอารมณ์กำหนดรู้ มีสติปัญญาและการเรียนรู้ทันกับเหตุที่เกิดขึ้นได้ ถึงแม้ว่าจะมีผลกระทบและเป็นอุปสรรคต่อการดำเนินกิจกรรมในชีวิตประจำวัน แต่พวกเขาก็ยังสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างไร้ขีดจำกัด ดังภาพที่ 1



ดังนั้น เสี่ยงธรรมนำชีวิตของคนพิการทางการเห็น จึงให้ความสำคัญกับการพัฒนากายซึ่งเป็นการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อให้สามารถปรับให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม สามารถสร้างชีวิตให้มีความสุขและความพึงพอใจในการใช้ชีวิตในสังคมอย่างอย่างสง่างาม องอาจและภาคภูมิใจในการใช้ชีวิต ในขณะที่เดียวกันการพัฒนาจิตคือ



การยกระดับจิตตนให้สูงขึ้น เพื่อให้เกิดความปล่อยวาง ไม่ยึดมั่นในอารมณ์ที่เกิดขึ้นมากนัก มีการสำรวจมรรวังอินทรีย์อย่างมีสติ โดยไม่ให้ถูกความโลภ ความโกรธ ความหลง หรือแม้แต่ความแค้นเคือง ความอิจฉาริษยาเข้ามาครอบงำ แต่ใช้ให้เป็นให้ได้ประโยชน์ โดยเฉพาะให้เกิดปัญญารู้ความจริง และได้ข้อมูลข่าวสารที่จะนำไปใช้ในการแก้ปัญหาและทำงานอย่างสร้างสรรค์

บทสรุป

คนพิการทางการเห็น เป็นผู้มีความบกพร่องในการมองเห็น ไม่มีสายตาหรือมีสายตาวูบข้างแต่ไม่สามารถที่จะทำงานได้ตามปกติ เพราะเกี่ยวกับการมองเห็น การเรียนรู้ของพวกเขาไม่สามารถที่จะเรียนรู้ผ่านการมองเห็นได้ แต่พวกเขาสามารถศึกษาได้ผ่านการฟัง การสัมผัส และการดมกลิ่น เป็นต้น การพัฒนากายเป็นการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อให้สามารถปรับให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม เพื่อชีวิตให้มีความสุขในสังคม การพัฒนาจิตสามารถพัฒนาจากการฟัง การสัมผัสและการดมกลิ่นเพื่อเรียนรู้สิ่งเหล่านี้ค่อย ๆ ยกระดับจิตตนให้สูงขึ้น เพื่อให้เกิดความปล่อยวาง ไม่ยึดมั่นในอารมณ์ที่เกิดขึ้นมากนัก มีการสำรวจมรรวังอินทรีย์อย่างมีสติ โดยไม่ให้ถูกครอบงำด้วยอคติ 4 ได้แก่ ความรัก ความโลภ ความโกรธ และความหลง หรือการจัดการกับอารมณ์ที่รบกวนจิต เช่น ความอิจฉาริษยาเราสามารถจัดการได้ด้วยการทำสมาธิ เป็นต้น เราจึงควรดำเนินชีวิตอย่างมีสติอย่าให้สิ่งเหล่านั้นเข้ามาครอบงำ แต่ใช้ให้เป็นให้ได้ประโยชน์ โดยเฉพาะให้เกิดปัญญารู้ความจริงที่ได้สัมผัสแล้วนำข้อมูลที่ได้สังเคราะห์เพื่อนำมาใช้หรือแก้ปัญหา จึงเห็นว่าบุคคลพิการทางการเห็นนั้นสามารถพัฒนาและทำงานอย่างสร้างสรรค์ได้

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2556). *พระราชบัญญัติส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการ พ.ศ.2550 และแก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2556* (ฉบับอ้างอิงปรับปรุงครั้งที่ 11). จิตติมา เจือไทย. (2551). *การสร้างอัตลักษณ์แห่งตัวตนของคนพิการ*. ดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพัฒนศึกษา ศาสตราจารย์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- แฉล้ม แยมเอี่ยม. (2550). *การศึกษาความต้องการรูปแบบเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารเพื่อการเข้าถึงข้อมูลข่าวสารของคนพิการทางการมองเห็น*. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพัฒนสังคม, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ทวีศักดิ์ สิริรัตนเรขา.(2556). *ออทิสติก*. ค้นเมื่อ 11 กันยายน 2556, จาก <http://www.happyhomeclinic.com/au02-autism.htm>
- แผนยุทธศาสตร์สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข ปี 2551-2553. (2560). คณะกรรมการสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุขในการประชุมครั้งที่ 3/2550 เดือนมิถุนายน 2550.
- พระไตรปิฎก (ภาษาไทย). (2539). *มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). (2540). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม*. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). (2543). *พจนานุกรมพระพุทธศาสนา ฉบับประมวลธรรม*. พิมพ์ครั้งที่ 10. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.



- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). (2546). *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์*. พิมพ์ครั้งที่ 11, กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). (2546). *พุทธธรรม (ฉบับเดิม)*. พิมพ์ครั้งที่ 10. กรุงเทพฯ: บริษัทเอส. อาร์.พรินเตอร์ แมสโปรดักส์ จำกัด.
- พระมหาภคศิษฐ์มหาวิริโย และพระมหามิตร จิตปณฺโญ. (2560). การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักภาวนา 4. *วารสารบัณฑิตศึกษามหาจุฬาลงกรณแก่น*. 4(1), 42-54.
- พุทธทาสภิกขุ. (2544). *ธรรมทัศนะของพุทธทาสอยู่อย่างพุทธ*. กรุงเทพฯ: สุขภาพใจ.
- วสิน อินทสระ. (2549). *พุทธจริยศาสตร์*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ธรรมดา.
- วารี ถิระจิตร. (2545). *การศึกษาสำหรับเด็กพิเศษ*. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย.
- สุวิมล อุดมพิริยะศักดิ์. (2549). *การบริการช่วยเหลือระยะแรกเริ่มเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นและครอบครัว*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต.
- อานนท์ วันลา. (2553). *การสร้างเทคโนโลยีแห่งตัวตนของสมาชิกวุฒิสภาผู้พิการทางสายตา*. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการภาครัฐและภาคเอกชน มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- Goffman, E. (1963). *Stigma: Notes on the Management of Spoiled Identity*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- WHO. (2011). The World Health Organization Quality of Life. WHOQOL. in Butler and Ciarrochi, Goffman, Erving. (1963). *Stigma: Notes on the Management of Spoiled Identity*. New York: Simon & Schuster.