

จิตวิญญาณและการฟื้นฟูชีวิต: บทเรียนแผ่นดินไหวสำหรับแรงงานผู้เปราะบางทางสังคม
Spiritual Resilience and Life Restoration: Earthquake Lessons
for Socially Marginalized Laborers

พระราชวรญาณเมธี
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
Phrarajvajaranamethi
Mahamakut Buddhist University
e-mail: Pm-chatchai.su@mbu.ac.th

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้ มีเจตจำนงสะท้อนการศึกษาเกี่ยวกับมิติของจิตวิญญาณและการฟื้นฟูชีวิตของแรงงานผู้เปราะบางทางสังคมผ่านบริบทของภัยพิบัติแผ่นดินไหวในฐานะบทเรียนทางอารมณ์และโครงสร้างทางสังคมทั้งในระดับปัจเจกและระบบสังคม โดยการประยุกต์ใช้หลักธรรมคำสอนในทางพุทธศาสนา อาทิ หลักอหิงสาคือ (ปฏิเสธสมุภบาท) อริยสัจสี่ และมรรควิถีสี่ ตลอดจนแนวคิดทางจิตตปัญญาศึกษาเพื่อเข้าใจกลไกภายในของการเยียวยา ความทุกข์ และการคืนกลับสู่ภาวะสมดุล หลักสัจธรรมที่ประยุกต์ใช้ในการฟื้นฟูหลังภัยพิบัตินั้น ไม่อาจจำกัดอยู่เพียงในเชิงวัตถุหรือเศรษฐกิจเท่านั้น หากแต่ต้องเข้าใจในมิติของการฟื้นคืนคุณค่าความเป็นมนุษย์ด้วย ซึ่งแรงงานผู้เปราะบางมักถูกละเลยทางสังคมและขาดโอกาสในการมีส่วนร่วมเชิงศักดิ์ศรี ดังนั้น การฟื้นฟูและการเยียวยาจึงจำเป็นต้องมีแนวทางที่ประสานพลังระหว่างหลักพุทธธรรมกับแนวคิดในสังคมสงเคราะห์สมัยใหม่ เช่น แนวทางจิตสังคมบำบัด การเสริมพลัง และการฟื้นคืนทุนทางสังคมและจิตวิญญาณ พร้อมนี้สารัตถะแห่งข้อมูลที่ใช้เพื่อสะท้อนถึงรูปแบบการฟื้นฟูที่ยั่งยืนทั้งทางร่างกาย จิตใจ และจิตวิญญาณบนพื้นฐานแนวคิดการบูรณาการพุทธศาสตร์กับสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ในระดับนโยบายและการปฏิบัติเพื่อส่งเสริมการฟื้นฟูที่ยึดโยงกับความเข้าใจในทุกข์ สุข และเป้าหมายชีวิตของผู้คนในปัจจุบัน

คำสำคัญ: จิตวิญญาณและการฟื้นฟูชีวิต, บทเรียนแผ่นดินไหว, แรงงานผู้เปราะบางทางสังคม

Abstract

This academic article aims to explore the dimensions of spirituality and the restoration of life among socially vulnerable laborers through the lens of an earthquake disaster, regarded as both an emotional and structural lesson at the individual and systemic levels. The study applies key Buddhist principles—such as the

law of dependent origination (Idappaccayata or Paticcasamuppada), the four noble truths, and the noble eightfold path—together with contemplative education concepts to understand the inner mechanisms of healing, suffering, and the return to balance. The truths employed in post-disaster recovery are not confined to material or economic dimensions; rather, they must encompass the restoration of human dignity and worth. Vulnerable laborers are often socially marginalized and deprived of opportunities for meaningful participation. Therefore, effective recovery and healing processes require an integrative approach that combines Buddhist principles with modern social work concepts, such as psychosocial therapy, empowerment, and the revitalization of social and spiritual capital. The data synthesized in this study highlight a sustainable recovery model—addressing physical, mental, and spiritual dimensions—based on an integrative framework of Buddhist Studies and Social Work, both at policy and practice levels, to promote recovery processes grounded in an understanding of suffering, happiness, and life purpose in contemporary society.

Keywords: Spiritual Restoration, Earthquake Lessons, Socially Vulnerable Laborers

บทนำ

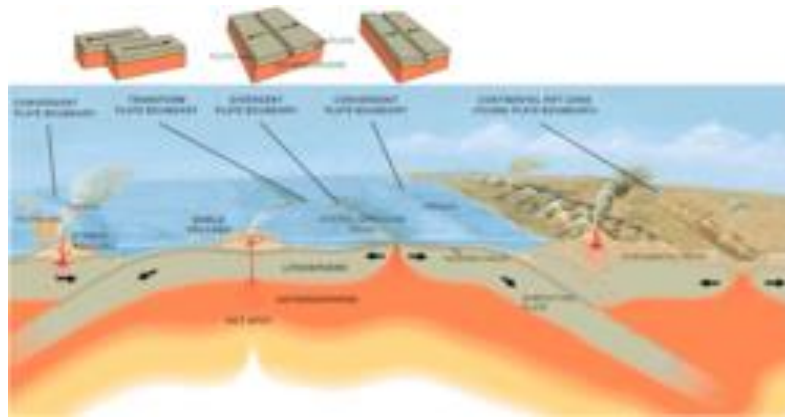
ภัยพิบัติทางธรรมชาติคือภัยที่เกิดจากธรรมชาติ ซึ่งไม่อาจควบคุมได้ ภัยพิบัติทางธรรมชาติเป็นปรากฏการณ์ที่สร้างความสูญเสียทั้งชีวิตและทรัพย์สิน สร้างความเสียหายต่อบ้านเรือน ตลอดจนวิถีชีวิต ความเป็นอยู่ และยังส่งผลให้ผู้คนนับล้านทั่วโลกต้องไร้ที่อยู่อาศัย ต้องพลัดถิ่น ภัยพิบัติทางธรรมชาติที่เกิดขึ้นบนโลกมีมากมายหลายประเภท และสร้างความเสียหายแต่ละพื้นที่แตกต่างกันไป ไม่ว่าจะเป็นภัยพิบัติทางแผ่นดิน ภัยพิบัติทางพื้่นน้ำ ภัยพิบัติทางสภาพอากาศ และภัยพิบัติอันเกิดจากไฟ ภัยพิบัติทางธรรมชาติมีกี่ประเภท เป็นคำถามที่จะช่วยให้เราเห็นภาพชัดขึ้นว่าภัยพิบัติทางธรรมชาติต่าง ๆ ส่งผลให้เกิดการพลัดถิ่นครั้งใหญ่ได้อย่างไร เพราะภัยพิบัติทางธรรมชาติแต่ละประเภทก่อให้เกิดความเสียหายที่แตกต่างกันไป โดยภัยพิบัติทางธรรมชาติประกอบไปด้วย 4 ประเภทหลัก ๆ ดังต่อไปนี้ (1) ธรณีพิบัติภัยหรือภัยพิบัติทางธรรมชาติที่เกิดจากพื้นดิน เช่น แผ่นดินไหว ภูเขาไฟระเบิด และดินถล่ม (2) อุทกภัยหรือภัยพิบัติทางธรรมชาติที่เกิดจากน้ำ เช่น น้ำท่วม น้ำป่าไหลหลาก และคลื่นสึนามิ (3) วาตภัย หรือภัยพิบัติทางอากาศ เช่น พายุประเภทต่าง ๆ และ (4) อัคคีภัย หรือภัยพิบัติทางธรรมชาติที่เกิดจากไฟ เช่น ไฟป่า ทั้งนี้การเกิดไฟป่าในบางครั้งก็อาจเกิดจากมนุษย์ได้เช่นกัน (UNHCR, 2024)

ภัยพิบัติทางธรรมชาตินอกจากสร้างความสูญเสียและสร้างความเสียหายต่อสิ่งปลูกสร้างทรัพย์สิน รวมไปถึงร่างกายและจิตใจของผู้ที่ได้รับผลกระทบ ยังสามารถส่งผลให้เกิดการพลัดถิ่นและการลี้ภัยในหลายภูมิภาคทั่วโลก ครอบคลุมจำนวนมากต้องหนีเอาชีวิตรอดจากภัยพิบัติทางธรรมชาติหรือปรากฏการณ์ที่เกิดจากวิกฤตการณ์เปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ (climate change) แสงอาทิตย์ที่ปกฟุ้งที่ปลอดภัยและเริ่มต้นชีวิตใหม่อีกครั้ง ในระยะเวลา 2-3 ปีที่ผ่านมาเราได้เห็นภัยพิบัติทางธรรมชาติรุนแรงที่ทำให้เกิดการพลัดถิ่นครั้งใหญ่ เช่น แผ่นดินไหวในตุรเคีย-ซีเรีย (Turkey-Syria) ภูเขาไฟระเบิดในคองโก (Congo) น้ำท่วมใหญ่ในปากีสถาน (Pakistan) น้ำท่วมใหญ่หลังเขื่อนแตกในลิเบีย (Libya) จากฝนที่ตกลงมาอย่างหนักต่อเนื่อง แต่ละเหตุการณ์มีผู้เสียชีวิตตั้งแต่หลักพันไปจนถึงหลักหมื่น นอกจากนี้ยังมีผู้สูญหายและต้องพลัดถิ่นหลังบ้านเรือนเสียหาย ไร้ที่พักพิงอีกนับแสนคน แผ่นดินไหวไม่เพียงสร้างแรงสั่นสะเทือนให้กับผิวโลก (the structure of the world) หากยังส่งผลกระทบต่อโครงสร้างทางสังคม เศรษฐกิจ และจิตวิญญาณของผู้คน โดยเฉพาะแรงงานผู้เปราะบางทางสังคม (socially vulnerable workers) ที่มักเป็นกลุ่มแรกที่ได้รับผลกระทบรุนแรงที่สุด กล่าวได้ว่าแผ่นดินไหวจึงมิใช่เพียงปรากฏการณ์ทางธรณีวิทยา แต่ยังเป็นบททดสอบสำคัญของมนุษยชาติทั้งในด้านกายภาพ จิตใจ และการฟื้นตัวของชีวิตในมิติจิตวิญญาณ (earthquakes are therefore not only geological phenomena, but also an important test for humanity in terms of physicality, mentality, and the recovery of life in the spiritual dimension)

แผ่นดินไหว (earthquake) เป็นปรากฏการณ์สั่นสะเทือนหรือการเขย่าของพื้นผิวโลก เพื่อปรับตัวให้อยู่ในสภาวะสมดุล ซึ่งแผ่นดินไหวสามารถก่อให้เกิดความเสียหายและภัยพิบัติต่อบ้านเมืองสิ่งก่อสร้าง ที่อยู่อาศัย สิ่งมีชีวิต ส่วนสาเหตุของการเกิดแผ่นดินไหวนั้นส่วนใหญ่เกิดจากธรรมชาติ โดยแผ่นดินไหวบางลักษณะสามารถเกิดจากการกระทำของมนุษย์ได้ แต่มีความรุนแรงน้อยกว่าที่เกิดขึ้นเองจากธรรมชาติ นักธรณีวิทยาประมาณกันว่าในวันหนึ่ง ๆ จะเกิดแผ่นดินไหวประมาณ 1,000 ครั้ง แผ่นดินไหวเป็นภัยพิบัติทางธรรมชาติที่เกิดจากการเคลื่อนที่ของแผ่นเปลือกโลกทำให้เกิดการเคลื่อนตัวของชั้นหินขนาดใหญ่เลื่อน เคลื่อนที่ หรือแตกหักและเกิดการโอนถ่ายพลังงานศักย์ ผ่านในชั้นหินที่อยู่ติดกัน พลังงานศักย์นี้อยู่ในรูปคลื่นไหวสะเทือน แหล่งกำเนิดแผ่นดินไหวหรือบริเวณตำแหน่งศูนย์กลางแผ่นดินไหวส่วนใหญ่จะอยู่ตรงบริเวณ ขอบของแผ่นเปลือกโลก แนวรอยเลื่อนต่าง ๆ และบริเวณที่มนุษย์มีกิจกรรมกระตุ้นให้เกิดแผ่นดินไหว เช่น เหมือง เขื่อน บ่อน้ำมัน บริเวณที่มีการฉีดของเหลวลงใต้พื้นดิน บริเวณที่มีการเก็บกากรังสีเป็นต้น การเกิดแผ่นดินไหวนั้น ผู้เขียนมองว่าพบจาก 3 ปรากฏการณ์ คือ เกิดจากธรรมชาติ เกิดจากน้ำมือมนุษย์ และความเชื่อ

1) แผ่นดินไหวที่เกิดจากธรรมชาติ (natural earthquakes) เป็นปรากฏการณ์ทางธรรมชาติที่จะเกิดจากการสั่นสะเทือนของพื้นดิน เนื่องมาจากการปลดปล่อยพลังงานเพื่อระบายความร้อน ที่สะสมไว้ภายในโลกออกมาอย่างฉับพลันเพื่อปรับความสมดุลของเปลือกโลกให้คงที่ ภาวะนี้เกิดขึ้นบ่อยในบริเวณขอบเขตของแผ่นเปลือกโลก ที่ที่แบ่งชั้นเปลือกโลกออกเป็นธรณีภาค

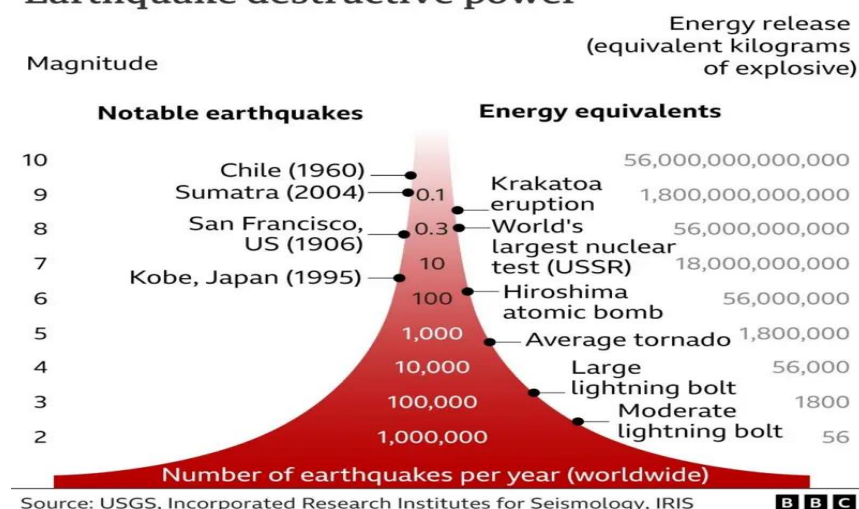
(lithosphere) เรียกแผ่นดินไหวที่เกิดขึ้นบริเวณขอบเขตของแผ่นเปลือกโลกนี้ว่า แผ่นดินไหวระหว่างแผ่น (interplate earthquake) ซึ่งเกิดได้บ่อยและรุนแรงกว่า แผ่นดินไหวภายในแผ่น (intraplate earthquake)



ภาพที่ 1 แผ่นดินไหวที่เกิดจากธรรมชาติ ที่มาภาพ: <https://th.wikipedia.org/wiki>

โดยปกติแล้วมนุษย์จะไม่รับรู้เมื่อเกิดแรงสั่นสะเทือนที่มีขนาด 2.5 หรือน้อยกว่านั้น แต่สามารถตรวจจับได้ด้วยเครื่องมือ แต่ว่าเมื่อเหตุแผ่นดินไหวมีขนาดสูงถึง 5 มนุษย์จะสามารถรับรู้ได้ และอาจก่อให้เกิดความเสียหายเล็กน้อย แผ่นดินไหวในทิเบตมีขนาด 7.1 ถือว่ามีความรุนแรงในระดับ "ใหญ่" (major) เช่นเดียวกับแผ่นดินไหวขนาด 7.8 ที่ทางตอนใต้ของตุรกีและซีเรียเมื่อเดือนกุมภาพันธ์ 2024 แผ่นดินไหวที่มีขนาดเกิน 8 ขึ้นไปจัดว่าอยู่ในระดับ “รุนแรงมาก” ซึ่งสามารถก่อให้เกิดความเสียหายอย่างหายนะและทำลายชุมชนในจุดศูนย์กลางได้อย่างสิ้นเชิง

Earthquake destructive power



ภาพที่ 2 ระดับแผ่นดินไหว ที่มาภาพ: <https://www.bbc.com/thai/articles/c86w8699w5yo>

2) แผ่นดินไหวจากการกระทำของมนุษย์ (human-caused earthquakes) มีทั้งทางตรงและทางอ้อม เช่น การระเบิด การทำเหมือง สร้างอ่างเก็บน้ำหรือเขื่อนใกล้รอยเลื่อน การทำงานของเครื่องจักรกล การจลาจล รวมถึงการเก็บขยะนิวเคลียร์ไว้ใต้ดิน เป็นต้น เช่น การสร้างเขื่อนและอ่างเก็บน้ำขนาดใหญ่ ซึ่งอาจพบปัญหาการเกิดแผ่นดินไหว เนื่องจากน้ำหนักของน้ำในเขื่อนกระตุ้นให้เกิดการปลดปล่อยพลังงาน ทำให้สภาวะความเครียดของแรงในบริเวณนั้นเปลี่ยนแปลงไป รวมทั้งทำให้แรงดันของน้ำเพิ่มสูงขึ้น ส่งผลให้เกิดพลังงานต้านทานที่สะสมตัวในชั้นหิน เรียกแผ่นดินไหวลักษณะนี้ว่า แผ่นดินไหวท้องถิ่น ส่วนมากจะมีศูนย์กลางอยู่ที่ระดับความลึก 5-10 กิโลเมตร ขนาดและความถี่ของการเกิดแผ่นดินไหวจะลดลงเรื่อย ๆ จนกระทั่งเข้าสู่ภาวะปกติ รายงานการเกิดแผ่นดินไหวในลักษณะเช่นนี้เคยมีที่เขื่อนฮูเวอร์ (Hoover Dam) ประเทศสหรัฐอเมริกา เมื่อ พ.ศ. 2488 แต่มีความรุนแรงเพียงเล็กน้อย เขื่อนการิบา (Kariba Dam) ประเทศซิมบับเว เมื่อ พ.ศ. 2502 เขื่อนครีมัสต้า (Cremasta Dam) ประเทศกรีซ เมื่อ พ.ศ. 2506 และครั้งที่มีความรุนแรงครั้งหนึ่งเกิดจากเขื่อนคอยนา ในประเทศอินเดีย เมื่อ พ.ศ. 2508 ซึ่งมีขนาดถึง 6.5 ทำให้มีผู้เสียชีวิตกว่า 180 คน

3) แผ่นดินไหวเกิดจากความเชื่อ (earthquakes caused by beliefs) ชาวกรีกโบราณเชื่อว่าเทพเจ้าองค์หนึ่ง มีชื่อว่า “โพไซดอน” (Poseidon) เป็นผู้ที่ก่อให้เกิดแผ่นดินไหว โพไซดอน (Poseidon) มีรูปร่างขนาดใหญ่ เมื่อพิโรธโกรธาก็จะกระทุ้งเท้า ทำให้เกิดแผ่นดินไหว ส่วนชาวฮินดูในประเทศอินเดียเชื่อว่าโลกของเราตั้งอยู่บนถาดทองคำซึ่งวางอยู่บนหลังช้างหลายเชือกติดกัน เมื่อใดที่ช้างเคลื่อนไหว โลกก็จะสั่นสะเทือนไปด้วย และเกิดเป็นแผ่นดินไหว ส่วนคนญี่ปุ่นเชื่อกันมาตั้งแต่สมัยโบราณว่า มีปลาอุกยักษ์โอนามาสุ (giant catfish Onamasu) อยู่ใต้พื้นดิน และเมื่อใดที่ปลาอุกยักษ์พลิกตัวหรือขยับเขยื้อนแต่ละครั้ง ก็จะทำให้เกิดแผ่นดินไหว (พัชรา จันทรครบ, 2543)

ส่วนกรมทรัพยากรธรณี (2568) อธิบายว่า แผ่นดินไหว เป็นภัยพิบัติทางธรรมชาติที่เกิดจากการสั่นสะเทือนของพื้นดิน อันเนื่องมาจากการปลดปล่อยพลังงานเพื่อระบายความเครียดที่สะสมไว้ภายในโลกออกอย่างฉับพลันเพื่อปรับสมดุลของเปลือกโลกให้คงที่ สาเหตุของการเกิดแผ่นดินไวนั้นจัดแบ่งได้ 2 ชนิด ชนิดที่หนึ่ง เกิดจากการกระทำของมนุษย์ ได้แก่ การทดลองระเบิดปรมาณู การกักเก็บน้ำในเขื่อนและแรงระเบิดของการทำเหมืองแร่ เป็นต้น ชนิดที่สองเป็นแผ่นดินไหวจากธรรมชาติ ได้แก่ การเคลื่อนตัวของรอยเลื่อนเปลือกโลก (fault) การเคลื่อนที่ของหินหลอมเหลวใต้ภูเขาไฟที่ใกล้ระเบิด และการตกกระทบผิวโลกของลูกอุกกาบาต เป็นต้น และนักวิชาการมหาวิทยาลัยมหิดล (2565) อธิบายว่า สิ่งบอกเหตุก่อนเกิดแผ่นดินไหวขนาดใหญ่ดังนี้ (1) พื้นดินเกิดการยกตัวขึ้นมาอย่างผิดปกติ (2) ค่าความเข้มสนามแม่เหล็กโลกเปลี่ยนแปลงไป (3) สภาพการนำไฟฟ้าของหินเปลี่ยนแปลง (4) เกิดแผ่นดินไหวเล็ก ๆ เกิดขึ้นเป็นการเตือนภัยก่อน และ (5) มีปริมาณก๊าซเรดอน (Radon gas) ในบ่อน้ำสูงกว่าปกติ

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่า แผ่นดินไหว (earthquake) คือ ปรากฏการณ์ทางธรณีวิทยาที่เกิดจากการปลดปล่อยพลังงานอย่างฉับพลันภายในเปลือกโลก ซึ่งทำให้เกิดคลื่นสั่นสะเทือนแผ่กระจายออกจากจุดศูนย์กลางใต้พื้นดิน เรียกว่า “จุดเกิดแผ่นดินไหว” (focus หรือ hypocenter) โดยจุดบนผิวโลกที่ตั้งตรงกับจุดเกิดแผ่นดินไหว เรียกว่า “ศูนย์กลางแผ่นดินไหว” (epicenter) คลื่นที่แผ่ออกมานั้นเรียกว่า คลื่นไหวสะเทือน (seismic waves) ปรากฏการณ์นี้มักเกิดขึ้นตามแนวรอยเลื่อน (faults) ที่มีพลังงานสะสมจากการเคลื่อนตัวของแผ่นเปลือกโลก (tectonic plates) และปลดปล่อยพลังงานออกมาเมื่อแรงเสียดทานระหว่างแผ่นเปลือกโลกไม่สามารถต้านทานแรงเค้นได้อีกต่อไป (Kanamori & Brodsky, 2004) โดยทั่วไปแผ่นดินไหวสามารถวัดขนาดได้ด้วยหน่วยแมกนิจูด (magnitude) ซึ่งแสดงปริมาณพลังงานที่ปลดปล่อย และระดับความรุนแรงของแรงสั่นสะเทือนวัดได้โดยใช้มาตราเมอร์คัลลี (Modified Mercalli Intensity – MMI)

ในพุทธศาสนาก็มีคำอธิบายของเหตุแห่งแผ่นดินไหวเช่นกัน ทั้งนี้ พระมหาบุรณะ ชาตเมโธ (2554) อธิบายว่า ในมหาปริณีพพานสูตร พระไตรปิฎกเล่มที่ 10 ข้อที่ 170 หน้า 117 และภูมิฉาลสูตร พระไตรปิฎกเล่มที่ 23 ข้อที่ 70 หน้า 376-378 โดยสรุป เหตุการณ์นี้พระพุทธรูปเจ้าตรัสในวันที่ปลงมาขุสังขาร ก่อนเสด็จดับขันธปรินิพพาน 3 เดือน ในคราวที่พระพุทธรูปเจ้าประทับอยู่ ณ ภูเขาศาลา ปามหาวัน เขตกรุงเวสาลี เมื่อพระผู้มีพระภาคทรงมีสติสัมปชัญญะ ทรงปลงพระชนมาขุสังขารแล้ว ณ ปาวาลเจดีย์ ได้เกิดแผ่นดินไหว ครั้งใหญ่ อันน่าสะพรึงกลัว ขนพองสยองเกล้า ทั้งกลองทิพย์ก็ดังกึกก้อง พระอานนท์ จึงเข้าไปทูลถามพระพุทธรูปเจ้า ถึงเหตุปัจจัยที่ทำให้แผ่นดินไหวอย่างรุนแรง พระผู้มีพระภาคตรัสว่า เหตุปัจจัย 8 ประการ คือ (1) ดูกอรานนท์ มหาบุรุษนี้ตั้งอยู่บนน้ำ, น้ำตั้งอยู่บนลม, ลมตั้งอยู่บนอากาศ, สมัยที่ลมใหญ่พัด, เมื่อลมใหญ่พัดอยู่ ย่อมยังน้ำให้ไหว น้ำไหวแล้วย่อมยังแผ่นดินให้ไหว, อันนี้เป็นเหตุเป็นปัจจัยข้อที่หนึ่ง เพื่อให้แผ่นดินไหวใหญ่ปรากฏ (2) สมณะหรือพราหมณ์ผู้มีฤทธิ์ ถึงความเป็นผู้ชำนาญในทางจิต, หรือว่าเทวดาผู้มีฤทธิ์มาก มีอำนาจมาก, เขาเจริญบ्रวิสัยญาณเพียงเล็กน้อย เจริญอาโปลญาณอย่างแรงกล้า, เขาย่อมยังแผ่นดินนี้ให้สะเทือนสะท้านหวั่นไหวได้ (3) เมื่อใด พระโพธิสัตว์จุติจากชั้นดุสิต มีสติสัมปชัญญะลงสู่พระครรภ์พระมารดา (4) เมื่อใด พระโพธิสัตว์มีสติสัมปชัญญะ ประสูติจากพระครรภ์พระมารดา (5) เมื่อใด พระตถาคตตรัสรู้พระอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ (6) เมื่อใด พระตถาคตให้อนุตรธรรมจักรเป็นไป (7) เมื่อใด พระตถาคตมีพระสติสัมปชัญญะ ทรงปลงอายุ สังขาร และ (8) เมื่อใด พระตถาคตปรินิพพานด้วยอนุปาทิเสสนิพพานธาตุ

พระมหาบุรณะ ชาตเมโธ (2554) ได้ขยายความถึงปรากฏการณ์แผ่นดินไหวผ่านมุมมองทางพระพุทธศาสนาโดยเชื่อมโยงกับองค์ประกอบของธรรมชาติอันเป็นพื้นฐานแห่งจักรวาล ท่านชี้แจงว่า แผ่นดินอันหนาแน่นมีฐานะตั้งอยู่เหนือน้ำ และน้ำนั้นตั้งอยู่บนลม ส่วนลมก็อาศัยอยู่ในอากาศ เมื่อใดที่เกิดลมชื่อว่า “อุกเขปวาทะ” พัดขึ้นอย่างรุนแรง ลมนั้นจะเคลื่อนไหวแทรกเข้าไปในชั้นล่างของแผ่นดิน ทำให้เกิดการสั่นสะเทือนของน้ำ เมื่อมวลน้ำเคลื่อนไหวก็ส่งผลให้แผ่นดินซึ่งลอย

อยู่เหนือน้ำเกิดการเคลื่อนไหวตามไปด้วย เปรียบได้กับภาชนะที่ตั้งอยู่บนผิวน้ำ เมื่อผิวน้ำสั่นไหว ภาชนะก็จะโยกตามแรงของน้ำเช่นเดียวกัน แนวคิดนี้สามารถตีความในเชิงเปรียบเทียบกับ วิทยาศาสตร์สมัยใหม่ได้ว่า “ลม” หรือ “ธาตุ” ในภาษาพุทธศาสนา อาจหมายถึงพลังงานภายในโลก เช่น ก๊าซหรือของไหลใต้พิภพ ที่ก่อให้เกิดความไม่มั่นคงของแผ่นดิน เมื่อพลังงานดังกล่าวเกิดการเปลี่ยนแปลงหรือเคลื่อนไหว ก็อาจทำให้เกิดแรงสั่นสะเทือนซึ่งนำไปสู่การเกิดแผ่นดินไหวในที่สุด ท่านยังกล่าวต่อว่า ความจริงแล้วแผ่นดินมิได้เป็นมวลเดียวกันทั้งหมด หากแต่ประกอบด้วยแผ่นต่าง ๆ ที่จรดต่อกันอยู่ หากส่วนหนึ่งเกิดการเคลื่อนไหว ก็สามารถส่งผลกระทบต่อส่วนอื่น ๆ ได้โดยง่าย ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดทางธรณีวิทยาสมัยใหม่เรื่องแผ่นเปลือกโลก (tectonic plates) ที่อธิบายการเคลื่อนไหวของแผ่นดินโลกเช่นเดียวกัน

ไตรเทพ ไกรงู (2554) สะท้อนมุมมองว่า ในคัมภีร์เก่าแก่ของมนุษยชาติ พบว่ามีการกล่าวถึงเหตุการณ์แผ่นดินไหวในบันทึก ดังนี้ พระคัมภีร์ไบเบิลฉบับพันธสัญญาใหม่ (The new testament) เมื่อพิจารณาจากบริบทดังกล่าว บทเมทธิว 24: 7 กล่าวว่า “จะเกิดการลุกขึ้นต่อสู้กันระหว่างชนชาติและอาณาจักรต่าง ๆ เกิดความอดอยาก โรคภัยไข้เจ็บ และแผ่นดินไหวในสถานที่ต่าง ๆ” ในยุคอาณาจักรโรมัน ก็มีแผ่นดินไหวที่กรุงโรม บันทึกโดย คอเนเลียส แทกซิตุส (Cornelius Tacitus) นักประวัติศาสตร์ และวุฒิสมาชิก ซึ่งมีชีวิตอยู่ในช่วง ค.ศ. 56-ค.ศ. 117 ได้บันทึกไว้ว่า “มีแผ่นดินไหวบ่อยครั้งที่กรุงโรม ทำให้บ้านช่องเสียหาย และเมืองใหญ่ ๆ 12 แห่ง ในดินแดนเอเชียก็พังพินาศ เพราะแผ่นดินไหว” ดินแดนเอเชียในที่นี้หมายถึงแถบตะวันออกกลางในปัจจุบัน เช่น ซีเรีย (Syria) และยังมีบันทึกเพิ่มเติมอีกว่า ปี ค.ศ. 46 แผ่นดินไหวที่เกาะครีต (Crete) ปี ค.ศ. 51 ที่กรุงโรม ปี ค.ศ. 53 ที่เมืองอาปาไมอา (Apamaia) ปี ค.ศ. 60 ที่เมืองลาโอดีเซีย (Laodicea) และ ปี ค.ศ. 62 ที่เมืองแคมปานี (Campania)

สำนักข่าว บีบีซี ของอังกฤษ ออกข่าวเมื่อ วันที่ 18 สิงหาคม 2544 ว่า นักธรณีวิทยาชาวอังกฤษชื่อ เกรแฮม แฮร์ริส (Graham Harris) ค้นพบต้นเหตุของการล่มสลายจมธรณีของเมืองเก่าแก่ตามพระคัมภีร์ไบเบิล ฉบับพันธสัญญาเดิม (The old testament) คือเมืองโชดอม (Chodom) และเมืองกอมโมรา (Gommora) ซึ่งเคยตั้งอยู่ริมฝั่งทะเลเดดซี (Dead Sea) ปัจจุบันเป็นพรมแดนประเทศจอร์แดน ติดต่อกับประเทศอิสราเอล ตามพระคัมภีร์ไบเบิลกล่าวว่า “เมืองทั้งสองถูกกลืนด้วยไฟนรกจากการลงโทษของพระเจ้า” ซึ่ง เกรแฮม แฮร์ริส (Graham Harris) ได้ให้ความเห็นตามหลักวิชาธรณีวิทยาว่า เมืองคู่นี้ตั้งอยู่บนรอยเลื่อนของเปลือกโลกที่ชื่อว่า “Dead Sea Fault” และประสบกับแผ่นดินไหวอย่างรุนแรงราว 4,500 ปี ที่แล้ว ส่วนไฟบรลักษ์กัลป์ที่แผดเผาก็มาจากบ่อแก๊สมีเทนขนาดใหญ่ (large methane gas reservoir) ที่อยู่ใต้เดดซีปะทุขึ้นมาขณะแผ่นดินไหว ปัจจุบันนักวิทยาศาสตร์จากหลายประเทศที่นับถือศาสนาคริสต์ กำลังพยายามค้นหาซากเมืองคู่นี้ โดยใช้เทคโนโลยีการสำรวจใต้น้ำ หากพบว่ามีเมืองดังกล่าวจริง ก็เป็นข้อพิสูจน์ข้อมูลของพระคัมภีร์ดังกล่าวที่สะท้อนความว่า “ทุกครั้งที่เกิดแผ่นดินไหวจะสร้างความเดือดร้อนและเป็นอันตรายแก่สรรพสัตว์

ทั้งหลาย หากเป็นผู้มีบุญมาเกิด การเกิดแผ่นดินไหวต้องไม่มีอันตรายแก่สรรพสัตว์ทั้งหลาย” (มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2555)

ในประเด็นสาระต่อนี้ ผู้เขียนมีมุมมองว่า แนวคิดเรื่องแผ่นดินไหวตามหลักศาสนา การอธิบายเชิงจิตวิญญาณและจักรวาลวิทยา ในมิติทางศาสนา ปรากฏการณ์แผ่นดินไหวไม่ได้ถูกมองเพียงในฐานะเหตุการณ์ทางกายภาพเท่านั้น หากแต่ยังมีความหมายลึกซึ้งในเชิงจิตวิญญาณ จักรวาลวิทยา และศีลธรรมด้วย โดยแต่ละศาสนามีกรอบอธิบายที่สะท้อนถึงความเชื่อในโครงสร้างของโลกและบทบาทของธรรมชาติในความสัมพันธ์กับมนุษย์และเทพเจ้า ดังนี้

1) พระพุทธศาสนา (Buddhism) ตามคัมภีร์อภิธรรมและอรรถกถา เช่น ในพระไตรปิฎกกล่าวว่า แผ่นดินไหวอาจเกิดขึ้นได้จาก 8 เหตุปัจจัย เช่น กำลังของลมใต้พิภพ (อุกเขปวาทะ) การจุติหรือปฏิสนธิของพระโพธิสัตว์ การตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า หรือการแสดงธรรมจักร เป็นต้น (พระไตรปิฎก เล่มที่ 11). นอกจากนี้ยังมีคำอธิบายในเชิงธรรมชาติดังกล่าวไว้ว่าโลกประกอบด้วยธาตุทั้งสี่ (ดิน น้ำ ลม ไฟ) ซึ่งธาตุเหล่านี้สามารถ “กำเริบ” หรือเสียสมดุลได้ ทำให้เกิดความไหวสะเทือน เช่น ลมใต้โลกพัดแรงจนน้ำที่รองรับแผ่นดินเคลื่อนไหว และส่งผลต่อแผ่นดินโดยตรง

2) ศาสนาฮินดู (Hinduism) ในปรัชญาฮินดู โลกอยู่ภายใต้การควบคุมของเทพเจ้าหลายองค์ เช่น พระศิวะผู้ทรงอำนาจในการทำลายและสร้างสรรค์ หากโลกเกิดความวิปริต เช่น การเบี่ยงเบนศีลธรรมของมนุษย์ เทพอาจกระทำการเพื่อฟื้นฟูสมดุล เช่น ทำให้เกิดแผ่นดินไหวหรือภัยพิบัติ เพื่อเตือนสติและชำระโลก

3) ศาสนาคริสต์ (Christianity) แผ่นดินไหวในพระคัมภีร์ไบเบิล (The Bible) มักเชื่อมโยงกับ “การสำแดงของพระเจ้า” หรือ “การพิพากษา” เช่น ในพันธสัญญาเดิม เหตุการณ์แผ่นดินไหวเกิดขึ้นพร้อมการประทานธรรมบัญญัติ หรือเหตุการณ์ที่พระเยซูสิ้นพระชนม์ แสดงถึงพลังแห่งพระเจ้าและการเปลี่ยนผ่านครั้งสำคัญในประวัติศาสตร์ของโลก

4) ศาสนาอิสลาม (Islam) ในอัลกุรอาน (The Quran) มีการกล่าวถึงเหตุการณ์แผ่นดินไหวในฐานะสัญญาณของ “วันพิพากษา” (Yawm al-Qiyamah) ซึ่งเป็นวันที่มนุษย์ต้องรับผลแห่งการกระทำของตน เป็นการเตือนสติให้มนุษย์กลับใจและยึดมั่นในพระเจ้า (อัลลอฮ์)

สรุปภาพรวมได้ว่าบรรดาแนวคิดเกี่ยวกับแผ่นดินไหวในศาสนาต่าง ๆ แม้จะมีลักษณะเฉพาะของตน แต่ล้วนให้ความสำคัญกับความสัมพันธ์ระหว่างธรรมชาติ (nature) จิตวิญญาณ (spirituality) และศีลธรรม (moral) โดยเฉพาะในฐานะ “สัญญาณที่สะท้อนถึงความไม่สมดุลทั้งทางกายภาพและจิตใจ อีกทั้งยังเป็นเครื่องเตือนสติและกระตุ้นให้มนุษย์กลับมาทบทวนวิถีชีวิตของตนให้สอดคล้องกับธรรมะหรือพระประสงค์ของพระเจ้า” (A sign that reflects physical and mental imbalances, and is also a reminder and stimulus for people to rethink their way of life to be in line with Dharma or God's will) โดยในบทความนี้จะกล่าวถึงการฟื้นฟูผู้ประสบภัยและเปราะบางทางสังคม ในประเด็นเกี่ยวกับการสังเคราะห์แนวทางการใช้ภูมิปัญญา

ท้องถิ่น และการฟื้นฟูผู้ประสบภัยและผู้เปราะบางทางสังคม: กรอบแนวคิดเชิงพุทธ รวมถึงบทเรียนจากแผ่นดินไหว: การเรียนรู้จากความทุกข์ (Disaster as a Spiritual Teacher) พร้อมทั้งข้อเสนอเชิงแนวคิดและนโยบาย (Conceptual and Policy Recommendations)

การฟื้นฟูผู้ประสบภัยและผู้เปราะบางทางสังคม

1. การสังเคราะห์แนวทางการใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่น

นพวรรณ พิงพา (2567) ได้ทำการศึกษาและสังเคราะห์แนวทางการใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นของประเทศอินโดนีเซียในการจัดการภัยพิบัติ โดยใช้กรอบแนวคิดการลดความเสี่ยงจากภัยพิบัติเซนได (sendai framework for disaster risk reduction) เป็นกรอบวิเคราะห์ ผ่านกระบวนการวิจัยเชิงเอกสารตามแนวทางของ Scott (1990; 2006) จากแหล่งข้อมูลรวมจำนวน 14 ฉบับ ทั้งจากบทความวิจัย บทความวิชาการ และเอกสารจากหน่วยงานภาครัฐและเอกชน ผลการศึกษาพบว่า ภูมิปัญญาท้องถิ่นในการจัดการภัยพิบัติของอินโดนีเซียสามารถจำแนกออกได้เป็น 2 ลักษณะสำคัญ ได้แก่ (1) มาตรการด้านโครงสร้าง (structural measures) ชุมชนมีการประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาดั้งเดิมในการก่อสร้างที่พักอาศัยให้สามารถรองรับภัยพิบัติ เช่น แผ่นดินไหว โดยนิยมใช้วัสดุจากธรรมชาติที่ยืดหยุ่น เช่น ไม้และไม้ไผ่ และเมื่อเกิดภัยพิบัติแล้ว ชาวบ้านจะนำองค์ความรู้ด้านการก่อสร้างแบบดั้งเดิมมาใช้ในการฟื้นฟูหรือซ่อมแซมที่อยู่อาศัย และ (2) มาตรการที่ไม่ใช่โครงสร้าง (non-structural measures) แนวทางที่พบได้ทั่วไปคือ การถ่ายทอดองค์ความรู้ด้านภัยพิบัติจากรุ่นสู่รุ่นในระดับชุมชน โดยมีได้มีลักษณะเป็นทางการ รวมทั้งยังมีการถ่ายทอดความรู้ผ่านรูปแบบทางวัฒนธรรม อาทิ เพลงกลอน เรื่องเล่า และศิลปะเกี่ยวกับภัยพิบัติ นอกจากนี้ยังพบว่าชุมชนให้ความสำคัญกับการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ การประกอบพิธีกรรมทางศาสนา การสร้างเครือข่ายสังคมภายในชุมชน การอยู่ร่วมกับธรรมชาติ การบริหารจัดการโดยผู้นำท้องถิ่น การสังเกตความผิดปกติในธรรมชาติ ตลอดจนการส่งเสริมความสามัคคีและการใช้กฎระเบียบทางศาสนาเป็นกลไกในการเตรียมความพร้อมและลดความเสี่ยงจากภัยพิบัติ โดยมีการจัดทำแผนที่ระบุพื้นที่เสี่ยงภายในชุมชนเพื่อใช้ในการวางแผนรับมือ ผลการศึกษาครั้งนี้จึงสามารถนำไปใช้เป็นกรอบแนวคิดในการต่อยอดงานวิจัยในพื้นที่อื่น ๆ เพื่อพัฒนาและประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นในการจัดการภัยพิบัติอย่างยั่งยืนในบริบทของแต่ละชุมชน

2. การฟื้นฟูผู้ประสบภัยและผู้เปราะบางทางสังคม: กรอบแนวคิดเชิงพุทธ

การฟื้นฟูผู้ประสบภัยและผู้เปราะบางทางสังคมไม่อาจดำเนินการได้เพียงด้วยการช่วยเหลือทางวัตถุหรือการจัดการทางสังคมเพียงอย่างเดียว หากแต่ควรบูรณาการแนวคิดทางจิตวิญญาณเข้าไปด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในบริบทสังคมพุทธ แนวคิดทางพระพุทธศาสนาสามารถเป็นกรอบทฤษฎีเพื่อการฟื้นฟูที่ลุ่มลึก ครอบคลุมทั้งระดับปัจเจกและสังคม แนวคิดสำคัญในที่นี่ประกอบด้วยหลักอหิงสกา, อริยสัจ 4, สัมมาชีพและพุทธจิตวิทยา ซึ่งสามารถอธิบายได้ดังนี้

1) อิทัปปัจจยตา (Dependent Origination) ความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย หลักอิทัปปัจจยตา (ปฏิจจนสมุปบาท) คือหลักแห่งความสัมพันธ์ระหว่างเหตุและผล ที่แสดงให้เห็นว่าทุกสิ่งในโลกล้วนเกิดขึ้นจากปัจจัยซึ่งสัมพันธ์กันอย่างเป็นระบบ (พระไตรปิฎก เล่มที่ 16, ข้อ 50) แนวคิดนี้ให้ความเข้าใจแก่ผู้ประสพภัยว่า ความทุกข์ที่เกิดขึ้นนั้น มิใช่เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นมาลอย ๆ โดยไม่มีเหตุ แต่มีเหตุแห่งการเกิดขึ้น และมีหนทางแห่งการเปลี่ยนแปลงได้ หลักการนี้ช่วยเปิดพื้นที่ทางความคิดให้ผู้ประสพภัยเข้าใจตนเอง เข้าใจธรรมชาติของเหตุการณ์ และลดการโทษตนเองหรือจมอยู่กับความสิ้นหวัง

2) อริยสัจ 4 (The Four Noble Truths) กระบวนการเผชิญและดับทุกข์ อริยสัจ 4 ประกอบด้วย ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรค เป็นกรอบแนวคิดเพื่อการเข้าใจและจัดการกับความทุกข์อย่างเป็นระบบ (พุทธทาสภิกขุ, 2545) ในบริบทของการฟื้นฟูผู้ประสพภัย “ทุกข์” คือสภาพทางจิตใจและชีวิตที่บอบช้ำจากภัยพิบัติ “สมุทัย” คือปัจจัยที่ก่อให้เกิดทุกข์ เช่น ความสูญเสีย ความกลัว ความสิ้นหวัง “นิโรธ” คือภาวะแห่งการดับทุกข์ หรือการฟื้นฟูชีวิตอย่างมีความหมายใหม่ และ “มรรค” คือแนวทางปฏิบัติเพื่อไปสู่การดับทุกข์ เช่น การเจริญสติ การพัฒนาเมตตาจิต และการฟื้นฟูสัมพันธภาพในครอบครัวและชุมชน

3) สัมมาชีพ (Honest Livelihood) การดำเนินชีวิตอย่างถูกต้องแม้ในภาวะวิกฤต ในองค์แห่ง อริยมรรคมีองค์ 8 ข้อ “สัมมาชีพ” มีบทบาทสำคัญในบริบทของการดำรงชีวิตใหม่หลังภัยพิบัติ โดยเสนอว่าการเลี้ยงชีพที่ถูกต้อง ไม่เบียดเบียน ไม่ผิดศีล และไม่ขัดกับศีลธรรมทางสังคม คือ หนทางสู่การฟื้นฟูทั้งในระดับปัจเจกและสังคม (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), 2540) สำหรับผู้ประสพภัยซึ่งอาจเผชิญกับความยากลำบากทางเศรษฐกิจ แนวคิดสัมมาชีพเป็นหลักประกันทางจริยธรรม และเป็นแรงผลักดันให้เกิดการพัฒนาอาชีพ การฟื้นฟูศักยภาพและศักดิ์ศรีแห่งความเป็นมนุษย์อย่างยั่งยืน

4) พุทธจิตวิทยา (Buddhist Psychology) การทำงานของจิตใจและการฟื้นฟูภายใน พุทธจิตวิทยา อธิบายว่าความทุกข์ทางใจสามารถคลี่คลายได้ผ่านการทำความเข้าใจการทำงานของจิต อาทิ อวิชชา ตัณหา อุปาทาน และสังขาร (Wallace, 2007) ในบริบทผู้ประสพภัย การเจริญสติและการรู้เท่าทันอารมณ์ (เวทนา จิต ธรรม) เป็นเครื่องมือสำคัญในการลดความตึงเครียด ความกลัว และความสิ้นหวัง การฝึกสติสามารถเป็นกระบวนการบำบัดฟื้นฟูจิตใจอย่างเป็นธรรมชาติ และส่งเสริมให้ผู้ประสพภัยกลับมามีความมั่นคงทางใจและคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น พุทธจิตวิทยาหรือจิตวิทยาแนวพุทธ จึงเป็นการการนำศาสตร์ที่ศึกษาถึงจิตใจ และกระบวนการทางจิตใจคือจิตวิทยา มาอธิบายกระบวนการการเกิดทุกข์และการพ้นทุกข์ อันเป็นสาระสำคัญของพุทธศาสนานั้นเอง อย่างกรณีเมื่อประสพภัยแผ่นดินไหว ผู้ที่สูญเสีย ก็ย่อมเกิดความทุกข์ใจเพราะมองแต่ด้านที่ตนสูญเสียไป ก็อาจจะฝึกปรับเปลี่ยนวิธีคิดเสียใหม่ว่าตนยังมีอะไรเหลืออยู่บ้าง ให้เวลากับตนเองและครอบครัวมากขึ้น หรือทบทวนเหตุการณ์นั้น ๆ ทำให้เราได้เรียนรู้ที่จะนำมาเป็นบทเรียนเพื่อจะปรับปรุงสิ่งบกพร่อง

ต่อไป การพัฒนาตนเองแนวพุทธจิตวิทยา จึงสามารถช่วยบรรเทาทุกข์ที่เกิดขึ้น ให้มีความรู้สึกที่บรรเทาเบาบางได้ แม้จะไม่ใช่วิธีดับความทุกข์เลยทีเดียวได้ (ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานต์, 2552)

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่า กรอบแนวคิดเชิงพุทธดังกล่าวไม่เพียงแต่เป็นหลักปรัชญาหรือหลักธรรมที่ใช้ในการเข้าใจโลกและชีวิตเท่านั้น แต่ยังสามารถประยุกต์ใช้เป็นแนวทางการฟื้นฟูชีวิตของผู้ประสบภัยและผู้เปราะบางทางสังคมได้อย่างลึกซึ้ง มีความเมตตา และมีประสิทธิภาพ ด้วยการบูรณาการทั้งด้านจิตใจ จิตวิญญาณ และการดำรงชีวิตอย่างมีคุณธรรมในโลกแห่งความไม่แน่นอน

บทเรียนจากแผ่นดินไหว: การเรียนรู้จากความทุกข์ (Disaster as a Spiritual Teacher)

ผู้เขียนถอดบทเรียนจากแผ่นดินไหว (lessons learned from the earthquake) การฟื้นฟูผู้ประสบภัย (disaster victim rehabilitation) และผู้เปราะบางทางสังคมด้วยพุทธปัญญา (disaster as a spiritual teacher: Buddhist wisdom in post-disaster recovery) ในบริบทของภัยพิบัติทางธรรมชาติ เช่น แผ่นดินไหว น้ำท่วม หรือไฟป่า ผู้ประสบภัยมักได้รับความเสียหายทั้งทางกายภาพ จิตใจ และสังคม แม้ว่าเหตุการณ์เหล่านี้จะก่อให้เกิดทุกข์อย่างใหญ่หลวง แต่หากพิจารณาในเชิงพุทธศาสตร์ ภัยพิบัติก็อาจทำหน้าที่เป็นครูทางจิตวิญญาณ (spiritual teacher) ที่เปิดโอกาสให้มนุษย์ได้รู้แจ้ง เข้าใจชีวิต และแปรเปลี่ยนความทุกข์ให้กลายเป็นปัญญา (transform suffering into the wisdom) ได้บนพื้นฐานแห่งบริบท ดังนี้

1) บทเรียนแผ่นดินไหวในฐานะ “ครู” แห่งการรู้แจ้ง (The earthquakes as teachers of enlightenment) ในพระพุทธศาสนา ความทุกข์ (ทุกข์) ถือเป็นสัจธรรมประการแรกในอริยสัจ 4 (พุทธทาสภิกขุ, 2542) ความทุกข์จากแผ่นดินไหวไม่ใช่เพียงภัยธรรมชาติ แต่เป็นโอกาสในการเรียนรู้ธรรมชาติของอนิจจัง (ความไม่เที่ยง), ทุกขัง (ความเป็นทุกข์), และอนัตตา (ความไม่มีตัวตนที่แท้จริง) เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นโดยไม่คาดคิด เช่น การสูญเสียบ้านหรือครอบครัว ทำให้ปัจเจกบุคคลตระหนักถึงความไม่แน่นอนของชีวิต และอาจเกิดสภาวะสลดจิต (โยนิโสมนสิการ) ซึ่งนำไปสู่การใคร่ครวญถึงคุณค่าของชีวิตใหม่

2) ประสบการณ์ของผู้ประสบภัยกับความเปลี่ยนแปลงภายใน (victims' experiences of internal changes) ผู้ประสบภัยหลายรายได้สะท้อนว่า “ประสบการณ์แห่งความทุกข์ในภัยพิบัติได้เปลี่ยนแปลงโลกทัศน์ของพวกเขาอย่างลึกซึ้ง” งานศึกษาทางจิตวิทยาและจิตวิญญาณ (Tedeschi & Calhoun, 2004) เรียกปรากฏการณ์นี้ว่า “post-traumatic growth” ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดในพุทธจิตวิทยาที่ว่า “ความทุกข์เป็นจุดตั้งต้นของปัญญา” หากมีการพัฒนา “โยนิโสมนสิการ” หรือการใคร่ครวญอย่างถูกต้อง ย่อมเกิด “ปัญญาเห็นแจ้ง” ที่เปลี่ยนแปลงตนเองจากภายใน

3) การแปรเปลี่ยนทุกข์เป็นปัญญา (transforming suffering into the wisdom) แนวคิดพื้นฐานในพุทธศาสนาเสนอว่า “ทุกข์เป็นครู” เพราะเป็นสิ่งที่ทำให้ปุถุชนตื่นรู้ (พระธรรมปิฎก

, 2551) การแปรเปลี่ยนทุกข์เป็นปัญญานั้นมิใช่เพียงการยอมรับสภาพเท่านั้น แต่หมายถึงการเห็นธรรมะในทุกข์ และเปลี่ยนทุกข์นั้นให้กลายเป็นแรงผลักดันในการเปลี่ยนแปลงชีวิต เช่น การกลับมาเห็นคุณค่าของความสัมพันธ์ การมีชีวิตอยู่กับปัจจุบัน การลดละความโลภ หรือการหันหน้าเข้าสู่ศาสนา

4) พุทธปัญญาในการก่อรูปชีวิตใหม่หลังภัยพิบัติ (Buddhist wisdom in rebuilding life after disasters) พุทธปัญญา คือความรู้เห็นอย่างถูกต้องตามความเป็นจริง (ยถาภูตญาณทัสสนะ) ซึ่งสามารถใช้เป็นเครื่องนำทางชีวิตหลังภัยพิบัติ ในกระบวนการฟื้นฟูชีวิตใหม่นั้น พุทธศาสนาเสนอหลักการ 3 ประการ ได้แก่ (1) การปล่อยวาง (วิมุตติ) ผู้ประสบภัยต้องเรียนรู้การปล่อยวางอดีตและความยึดติดในสิ่งที่สูญเสีย (2) การอยู่กับปัจจุบัน (สติปัญญา) การฝึกเจริญสติเป็นเครื่องมือช่วยให้สามารถจัดการกับความเครียด ความกลัว และภาวะซึมเศร้าได้อย่างเป็นระบบ และ (3) การบ่มเพาะเมตตาและกรุณา การช่วยเหลือผู้อื่นในภาวะเดียวกัน เป็นกระบวนการที่ส่งเสริมการเยียวยาตนเองผ่านการทำความดี (บุญกิริยาวัตถุ) ในระดับสังคม พุทธปัญญายังเสนอการสร้าง “ชุมชนแห่งการเยียวยา” (Healing Community) ผ่านการสื่อสารอย่างมีเมตตา การแบ่งปันทรัพยากรอย่างเป็นธรรม และการส่งเสริมสติในระบบการศึกษาและการบำบัด

ข้อเสนอเชิงแนวคิดและนโยบาย (Conceptual and Policy Recommendations)

ในบริบทของการเปลี่ยนแปลงทางสภาพภูมิอากาศ ภัยพิบัติทางธรรมชาติ และวิกฤติเชิงโครงสร้างต่าง ๆ ที่ส่งผลกระทบต่อชีวิตของประชาชน โดยเฉพาะผู้ที่อยู่ในสถานะเปราะบาง อาทิ แรงงานนอกระบบ ผู้สูงอายุ ผู้พิการ และผู้ที่พึ่งพาความจำเป็นในการออกแบบนโยบายสาธารณะเพื่อการฟื้นฟูอย่างรอบด้านจึงทวีความสำคัญขึ้นเรื่อย ๆ ดังนั้น ผู้เขียนจึงเสนอแนวคิดและกรอบนโยบายเพื่อการฟื้นฟูผู้ประสบภัย โดยบูรณาการหลักพุทธธรรมในฐานะฐานคิดด้านจริยศาสตร์ (ethical concepts) จิตวิญญาณ (spirituality) และการฟื้นฟูอย่างองค์รวม (holistic restoration) เพื่อนำไปสู่การเยียวยาทั้งระดับปัจเจกและระดับโครงสร้างในประเด็นดังต่อไปนี้

1) แนวทางในการออกแบบนโยบายสำหรับแรงงานเปราะบางหลังภัยพิบัติ กลุ่มแรงงานเปราะบาง เช่น แรงงานนอกระบบ แม่ค้า ผู้ขับขีรถจักรยานยนต์รับจ้าง มักได้รับผลกระทบอย่างรุนแรงจากภัยพิบัติ โดยเฉพาะการสูญเสียรายได้และขาดแหล่งทุนในการฟื้นตัว แนวทางเชิงนโยบายที่เสนอ ได้แก่ (1) การส่งเสริมสมาชิกสหกรณ์โดยฝึกอบรมทักษะใหม่ ๆ ที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตอย่างมีคุณธรรม และส่งเสริมเศรษฐกิจชุมชนอย่างยั่งยืน (2) กองทุนฟื้นฟูชุมชนบนฐานพุทธธรรม สนับสนุนเงินทุนที่มุ่งเน้นการพึ่งพาตนเองแบบพอเพียง และสร้างกลุ่มออมทรัพย์ที่เน้นคุณธรรม และ (3) การประกันความเสี่ยงตามแนวพุทธ รัฐควรจัดทำระบบประกันภัยพิบัติที่ไม่ใช่เพียงการจ่ายเงินชดเชย แต่มีมิติของการให้คำปรึกษา ฟื้นฟูจิตใจ และเสริมพลังภายในแก่ผู้ประสบภัย

2) การสร้างพื้นที่การเยียวยาเชิงจิตวิญญาณในระบบรัฐและชุมชน การเยียวยาทางจิตวิญญาณไม่สามารถเกิดขึ้นได้โดยลำพัง ต้องมี “พื้นที่” ที่เอื้อต่อการใคร่ครวญ สื่อสาร และฟื้นฟูภายในใจของผู้คน แนวทางสำคัญ ได้แก่ (1) พื้นที่ภาวนาในศูนย์พักพิงหรือศูนย์ชุมชน สนับสนุนการจัดอบรมเจริญสติ ฝึกสมาธิ และจิตบำบัดแนวพุทธ โดยเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุและเด็ก (2) บทบาทของพระสงฆ์และผู้นำจิตวิญญาณ ส่งเสริมให้พระสงฆ์และครูบาอาจารย์มีบทบาทในการให้คำปรึกษา เยี่ยมเยียน และสร้างความหวังแก่ชุมชน และ (3) บูรณาการกับระบบราชการ รัฐควรจัดให้มีตำแหน่ง “นักฟื้นฟูจิตวิญญาณ” ในทีมช่วยเหลือภัยพิบัติ และเชื่อมโยงกับโรงเรียน วัด โรงพยาบาล และองค์การปกครองส่วนท้องถิ่น

ดังนั้น ผู้เขียนมีมุมมองว่า การฟื้นฟูผู้ประสบภัยและกลุ่มเปราะบางทางสังคมจำเป็นต้องก้าวข้ามการเยียวยาทางกายภาพไปสู่การเยียวยาทางจิตใจและจิตวิญญาณ โดยอาศัยพุทธธรรมเป็นฐานคิดสำหรับการออกแบบนโยบายและกลไกการดำเนินงานที่เน้นความเข้าใจ ความเอื้ออาทร และการสร้างความหมายใหม่ในชีวิต การออกแบบเชิงนโยบายที่บูรณาการมิติของกาย ใจ สังคม และจิตวิญญาณจะช่วยเสริมสร้างสังคมที่เข้มแข็งและยั่งยืนหลังภัยพิบัติอย่างแท้จริง

7. สรุป (Conclusion)

การฟื้นฟูชีวิตของผู้ประสบภัยและกลุ่มแรงงานเปราะบางภายหลังจากเผชิญภัยพิบัติหรือภาวะวิกฤต ไม่สามารถจำกัดอยู่เพียงในกรอบของ “การฟื้นฟูทางกายภาพหรือเศรษฐกิจ” เท่านั้น หากแต่ต้องให้ความสำคัญอย่างยิ่งกับ “มิติของจิตวิญญาณ” ซึ่งเป็นแกนกลางของการเยียวยาอย่างแท้จริง โดยเฉพาะในบริบทของสังคมไทยที่มีพุทธศาสนาเป็นรากฐานทางวัฒนธรรมและจริยธรรม พุทธธรรมจึงสามารถทำหน้าที่เป็นพลังแห่งการฟื้นคืนศักดิ์ศรีและคุณค่าของความเป็นมนุษย์ในภาวะเปราะบางได้อย่างลึกซึ้งในประเด็นดังนี้

1) มิติทางจิตวิญญาณในการเยียวยาชีวิตมิได้หมายถึงศาสนพิธีในความหมายแคบ หากแต่คือการเข้าใจธรรมชาติของ “ทุกข์” ในชีวิตมนุษย์ การยอมรับความเปลี่ยนแปลงอย่างมีสติ และการฝึกฝนจิตใจให้ดำรงอยู่ด้วยความเมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา ซึ่งเป็นหลักธรรมที่สามารถเสริมสร้างความมั่นคงภายในจิตใจ อันนำไปสู่พลังแห่งการเยียวยาตนเองและผู้อื่นอย่างยั่งยืน

2) ในบริบทของนโยบายสาธารณะ แนวทางการบูรณาการพุทธธรรมร่วมกับหลักการของสังคมสงเคราะห์ (social welfare) คือความจำเป็นเร่งด่วนเพื่อให้เกิด “การเปลี่ยนผ่านที่ยั่งยืน” (sustainable transition) ซึ่งไม่เพียงแต่ตอบสนองต่อความต้องการเฉพาะหน้า หากแต่สามารถสร้างระบบการฟื้นฟูที่มุ่งพัฒนา “คน” ให้เข้าใจธรรมชาติของทุกข์และสุขอย่างถ่องแท้ เข้าใจความไม่เที่ยงของชีวิต และสามารถดำรงอยู่ร่วมกับความเปลี่ยนแปลงโดยไม่บอบช้ำเกินไปทางจิตใจ

3) การเยียวยาจึงต้องเป็นกระบวนการแบบองค์รวม (holistic healing) ที่ครอบคลุมทั้งมิติของกาย ใจ สังคม และจิตวิญญาณ โดยมีพุทธธรรมเป็นฐานคิดและกลไกสำคัญในการฟื้นฟู อัน

จะนำไปสู่การก่อเกิด “พื้นที่แห่งความหวัง” (spaces of hope) ทั้งในระดับบุคคล ชุมชน และรัฐที่เปิดโอกาสให้ผู้ประสบภัยและกลุ่มแรงงานเปราะบางสามารถกลับมามีชีวิตบนเส้นทางชีวิตใหม่อย่างมั่นคง มีศักดิ์ศรี และมีจิตวิญญาณแห่งความเป็นมนุษย์อย่างสมบูรณ์

กล่าวโดยสรุป การฟื้นฟูผู้ประสบภัยและแรงงานเปราะบางทางสังคมจึงควรตั้งอยู่บนฐานของการเข้าใจธรรมชาติของความเป็นมนุษย์ ผ่านการประสานพลังระหว่างพุทธธรรมและสังคมสงเคราะห์ เพื่อสร้างระบบนิเวศของการเยียวยาที่ไม่เพียงให้ความช่วยเหลือ แต่ยังส่งเสริมการเรียนรู้เติบโต และกลับมามีชีวิตใหม่อย่างเปี่ยมความหมายในโลกที่เปลี่ยนแปลงอย่างไม่หยุดยั้ง (The rehabilitation of disaster survivors and socially vulnerable laborers should be grounded in an understanding of the nature of human existence, through the integration of Buddhist principles and social work. This synergy aims to cultivate a healing ecosystem that not only provides assistance, but also fosters learning, growth, and the emergence of a renewed, meaningful life in an ever-changing world)

เอกสารอ้างอิง

- กรมทรัพยากรธรณี. (2568). สาเหตุที่ทำให้เกิดแผ่นดินไหว. สืบค้นเมื่อวันที่ 7 เมษายน 2568, จาก: <https://www.dmr.go.th/>
- ไตรเทพ ไกรงู (2554). แผ่นดินไหวในพระไตรปิฎก. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- นพวรรณ พิงพา. (2567). การวิจัยเชิงเอกสารเพื่อสังเคราะห์การใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นในการลดความเสี่ยงจากภัยพิบัติของประเทศอินโดนีเซีย. วารสารรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, 4(3), 130-143.
- พุทธทาสภิกขุ. (2545). อริยสัจ 4: ทางแห่งความพ้นทุกข์. กรุงเทพฯ: สอนโมกขพลาราม.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). (2540). พุทธธรรม. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระไตรปิฎก. (2525). พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย. (เล่มที่ 16). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย.
- พระมหาบุรณ ชุตเมธ. (2554). แผ่นดินไหวในพระไตรปิฎก. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พัชรา จันทรครบ. (2543). เจาะโลกมหัศจรรย์. กรุงเทพฯ: บริษัท นานมีบุ๊คส์ จำกัด
- มหาวิทยาลัยมหิดล. (2565). ภัยพิบัติแผ่นดินไหว. สืบค้นเมื่อวันที่ 7 เมษายน 2568, จาก: https://op.mahidol.ac.th/rm/wp-content/uploads/2018/06/earthquake_140516.pdf

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2555). แผ่นดินไหวในพระไตรปิฎก.

สืบค้น 7 เมษายน 2568, จาก: <https://www.mcu.ac.th/news/detail/7155>

ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์, กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2552). จิตวิทยาแนวพุทธ.

สืบค้น 7 เมษายน 2568, จาก: http://medinfo2.psu.ac.th/cancer/db/news_ca.

Kanamori, H., & Brodsky, E. E. (2004). The physics of earthquakes. *Reports on Progress in Physics*, 67(8), 1429–1496.

Sen, A. (1999). *Development as Freedom*. Oxford University Press.

Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations

and Empirical Evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1–18.

UNHCR. (2024). ภัยพิบัติทางธรรมชาติ ภัยจากธรรมชาติที่สร้างความสูญเสียเกินกว่าที่จะจินตนาการได้.

สืบค้นเมื่อวันที่ 7 เมษายน 2568, จาก: <https://www.unhcr.org/th/natural-disaster>.

United Nations Development Programme (UNDP). (2022). *Human Development Report 2022:*

Uncertain Times, Unsettled Lives. <https://hdr.undp.org>

Wallace, B. A. (2007). *Contemplative Science: Where Buddhism and Neuroscience Converge*. New York: Columbia University Press.