

การศึกษาวิเคราะห์พุทธจริยศาสตร์ในการแก้ไขปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด

พระมหาชินวัฒน์ โชติธมฺโม (หรบรรณ์)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
พุทธศักราช 2567

การศึกษาวิเคราะห์พุทธจริยศาสตร์ในการแก้ไขปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด

พระมหาชินวัฒน์ โชติธมฺโม (หรบรรณ์)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
พุทธศักราช 2567
(ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย)

AN ANALYSIS STUDY OF BUDDHIST ETHICS IN SOLVING THE PROBLEM OF BRINGE DRINKING OF DONGPHIKUL VILLAGERS, PHRACHAO SUBDISTRICT, CHIANGKHWAN DISTRICT, ROI ET PROVINCE

PHRAMAHA CHINNAWAT CHOTIDAMMO (HORABAN)

A THESISE SUBMITTED IN PARTIAL FULFILLMENT OF THE REQUIREMENTS
FOR THE DEGREE OF MASTER OF ARTS
PROGRAM IN BUDDHISM AND PHILOSOPHY
GRADUATE SCHOOL
MAHAMAKUT BUDDHIST UNIVERSITY
2024

(COPYRIGHT OF MAHAMAKUT BUDDHIST UNIVERSITY)

หัวข้อวิทยานิพนธ์	:	**การศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธจริยศาสตร์ในการแก้ไขปัญหาการดื่มสุราเมรัย ของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด**
ชื่อนักศึกษา	:	**พระมหาชินวัฒน์ โชติธมฺโม (หรบรรณ์)**
ชื่อปริญญา	:	**ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**
สาขาวิชา	:	**พุทธศาสนาและปรัชญา**
ปีพุทธศักราช	:	**2566**
อาจารย์ที่ปรึกษา	:	**พระครูสีลสราธิคุณ, ดร.**

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย .....
(พระสุทธิสารเมธี, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ :
ประธานกรรมการ .....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ประภาส แก้วเกตุพงษ์)

กรรมการ (อาจารย์ที่ปรึกษา) .....
(พระครูสีลสราธิคุณ, ดร.)

กรรมการ .....
()ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิเชียร แสนมี

กรรมการ .....
(รองศาสตราจารย์ ดร.โสวิทย์ บำรุงภักดิ์)

กรรมการ .....
(ดร.สงวน หล้าโพนทัน)

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

Thesis Topic	:	An Analysis Study of Buddhist Ethics in Solving the Problem of Bringe Drinking of Dong Phikul Villagers, Phrachao Sub-District, Chiang Khwuan District, Roi Et
Student's Name	:	Phramaha Chinnawat Chotidammo (Horaban)
Degree Sought	:	Master of Arts
Program	:	Buddhism and Philosophy
Anno Domini	:	2023
Advisor	:	Phrakhusirasarathikhun, Dr.

Accepted by the Graduate School, Mahamakut Buddhist University in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Master of Arts (Buddhism and Philosophy)

Dean of Graduate School .....
(Phrasutthisanmethi, Asst.Prof.Dr.)

Thesis Committee :

Chairman .....
(Asst.Prof.Dr.Prapas Kaewketpong)

Member (Advisor) .....
(Phrakhusirasarathikhun, Dr.)

Member .....
(Asst.Prof.Dr.Wichian Sanmee)

Member .....
(Assoc.Prof.Dr.Sowit Bamrungphak)

Member .....
(Dr. Sanguan Laphontan)

Copyright of the Graduate School, Mahamakut Buddhist University

บทคัดย่อ

หัวข้อวิทยานิพนธ์	:	**การศึกษาวิเคราะห์พุทธจริยศาสตร์ในการแก้ไขปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด**
ชื่อนักศึกษา	:	**พระมหาชินวัฒน์ โชติธมฺโม (หรบรรณ์)**
ชื่อปริญญา	:	**ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**
สาขาวิชา	:	**พุทธศาสนาและปรัชญา**
ปีพุทธศักราช	:	**2567**
อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก	:	**พระครูสีลสราธิคุณ, ดร.**
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม	:	**รองศาสตราจารย์ ดร.โสวิทย์ บำรุงภักดิ์**

วิทยานิพนธ์นี้มีวัตถุประสงค์ คือ 1) เพื่อศึกษาสภาพปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด 2) เพื่อศึกษาพุทธจริยศาสตร์ที่เกื้อหนุนต่อการลด ละ และเลิกดื่มสุราเมรัย และ 3) เพื่อวิเคราะห์พุทธจริยศาสตร์ในการแก้ปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด ซึ่งเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยศึกษาจากพระไตรปิฎก อรรถกถา หนังสือ เอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แล้วนำเสนอผลการวิจัยด้วยการพรรณนาเชิงวิเคราะห์แบบอุปนัย

ผลการศึกษาพบว่า

บ้านดงพิกุลมีลักษณะภูมิประเทศส่วนใหญ่มีสภาพพื้นที่ราบเรียบ เป็นท้องทุ่งไร่นาและสวนสลับกันไปกับพื้นที่ป่า ชาวบ้านดงพิกุลร้อยละ 85 ทำเกษตรกรรม มีประเพณีวัฒนธรรมที่ใช้ปฏิบัติร่วมกันเหมือนชาวอีสานโดยทั่วไป ลักษณะนิสัยอย่างหนึ่งของชาวบ้านดงพิกุลคือชอบดื่มสุราเมรัยกันมาก สาเหตุเพราะมีค่านิยมที่ผิด ความเชื่อที่ผิด ความเคยชิน และดื่มกินตามอย่างคนรุ่นเก่า ซึ่งส่งผลให้ชาวบ้านดงพิกุลมีฐานะยากจน ทะเลาะวิวาท ขาดปัญญาในการดำรงชีพ ครอบครัวและคนรอบข้างในหมู่บ้าน

หลักธรรมทางพุทธศาสนาหรือเรียกในฐานะข้อประพฤติปฏิบัติทางพุทธศาสนาว่าพุทธจริยศาสตร์ ที่มีส่วนส่งเสริมและสนับสนุนให้เกิดการลด ละ เลิกดื่มสุราเมรัย ได้แก่ หลักความระลึกรู้เท่าทันก่อนการดื่มหรือเสพบริโรคสุราเมรัยและสิ่งมึนเมาอื่นๆ (สติสัมปชัญญะ) คิดในใจอย่างแยบยลมีเหตุผลในการดำรงชีพตนและคนในครอบครัว (โยนิโสมนสิการ) และมีความจริงใจ มีความตั้ง หรือมีสัจจะจริงจังในชีวิต (สัจจะ)

เมื่อนำหลักพุทธจริยศาสตร์ไปวิเคราะห์การแก้ปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ทำให้ทราบว่า ชาวบ้านดงพิกุลรู้จักตระหนักคิดในขณะดื่มสุราเมรัย จนสามารถระงับยับยั้งชั่งใจได้ แม้ในเวลา

ขณะจะดื่มสุราเมรัย มีปัญญาคือมีเหตุผลแยกแยะว่าสุราเมรัยเป็นสิ่งไม่มีคุณค่าทางอาหาร การดื่มสุราเมรัยอันจะเป็นเหตุให้ตนเสียสติและเสียทรัพย์ และประการสุดท้ายเป็นเรื่องมีสัจจะคือความจริงใจ ความตั้งใจ ความมุ่งมั่นที่จะลด ละ จนถึงเลิกดื่มสุรามัยและสิ่งมึนเมาอื่นๆ อย่างเด็ดขาดไปตลอดชีวิต

คำสำคัญ การดื่มสุราเมรัย, การแก้ปัญหา, พุทธจริยศาสตร์, ชาวบ้านดงพิกุล

ABSTRACT

Thesis Topic	:	**An Analysis Study of Buddhist Ethics in Solving the Problems of Binge Drinking of Dongphikul Villagers, Phrachao subdistrict, Chiangkhwan district, Roi Et Province**
Student's Name	:	**Phramaha Chinnawat Chotidammo (Horaban)**
Degree Sought	:	**Master of Arts**
Program	:	**Buddhism and Philosophy**
Anno Domini	:	**2024**
Advisor	:	**Phrakhusilasarathikhun, Dr.**
Co-Advisor	:	**Assoc. Prof. Dr. Sowit Bamrungphak**

The objectives of this thesis were: 1) to study the problems of drinking alcohol among Dong Phikul villagers, Phra Chao Subdistrict, Chiang Khwan District. Roi Et Province 2) to study Buddhist ethics that support reducing, and quit drinking alcohol and 3) to analyze Buddhist ethics in solving the problem of drinking alcohol of Dongphikul Villagers, Phrachao subdistrict, Chiangkhwan district, Roi Et Province.

It was a qualitative research by studying from the Tripitaka, commentaries, books, documents, and related researches Then present the research results with an inductive analytical description.

The results of the research found that:

Ban Dong Phikul had mostly flat terrain. There were fields and gardens alternating with forest areas. 85 percent of Dong Phikul villagers were agricultural. There were a culture traditions , used together like general Isaan people. One of the characteristic of Dong Phikul villagers were drinking alcohol caused wrong value, wrong beliefs, altogether with habits from the drinking alcohol of the older generation. As a result, Dong Phikul villagers were poor, quarrelsome, and lack the wisdom to make a living. Family and people around the village

Buddhist principles which was called Buddhist code of conduct were Buddhist ethics, contributing and promoting the reduction of alcoholic including the principle of being mindful and aware before drinking or consuming alcoholic beverages and

other intoxicants. (Consciousness) Think in your mind wisely and had reasons for your own and your family's livelihood. (Yonisomanasikara) and had sincerity or determination, or be trustworthy life (Sajja).

When the principles of Buddhist ethics were used to analyze, how to solve the problem of drinking alcohol among Dong Phikul villagers found that They knew how to be mindful while drinking alcoholic beverages until able to suppress restraint even when drinking it. Having wisdom meant having reason to distinguish alcoholic beverages as having no nutritional value, drinking alcohol caused one to lose consciousness and lose money. And finally was matter of truth, which is sincerity, intention, and determination to reduce and quit drinking alcohol and other intoxicants throughout life.

Keywords : Problems of binge drinking, Problem solving, Buddhist ethics, Dong Pikul Villagers

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จได้เนื่องจากบุคคลหลายฝ่ายที่ได้ช่วยเหลือในครั้งนี้ ผู้วิจัยใคร่ขอขอบคุณมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ซึ่งเป็นสถาบันที่ประสิทธิ์ประสาทความรู้ทางการศึกษาด้านพุทธศาสนาและปรัชญา ระดับปริญญาโท ขอขอบคุณ พระครูสีลสราธิคุณ, ดร. ที่ให้ความอนุเคราะห์รับเป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และ รองศาสตราจารย์ ดร.โสวิทย์ บำรุงภักดิ์ ที่ปรึกษาร่วมได้ให้คำปรึกษาตลอดจนตรวจสอบข้อบกพร่องต่าง ๆ พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงแก้ไขเนื้อหาของวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ จนสำเร็จลุล่วงได้เป็นอย่างดียิ่ง

ขอกราบขอบพระคุณ ประธานสาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา คณาจารย์ประจำสาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา, รองศาสตราจารย์ ดร.โสวิทย์ บำรุงภักดิ์ ผู้ประสิทธิ์ประสาทวิชา รวมถึงคณาจารย์เจ้าหน้าที่มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด ที่เมตตาแนะนำให้ความรู้ ให้กำลังใจ ตลอดจนตรวจแก้ไข รูปแบบบทวิทยานิพนธ์จนเสร็จลงด้วยดี

ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่ห้องสมุดมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ดทุกท่าน ขอบพระคุณ พระครูสีลสราธิคุณ, ดร. ที่ช่วยดูเอกสารข้อมูลแนะนำในการทำวิทยานิพนธ์เพื่อเก็บข้อมูลเก็บรวบรวมข้อมูลวิทยานิพนธ์ และขอขอบพระคุณเพื่อนพระนักศึกษา และนักศึกษาทุกท่านที่เป็นกำลังใจ จึงขอขอบพระคุณไว้ ณ โอกาสนี้ด้วย

คุณงามความดีและประโยชน์อันเกิดจากวิทยานิพนธ์นี้ ผู้วิจัยขอใช้เป็นเครื่องสักการบูชาคุณพระรัตนตรัย พระคุณของบิดา มารดา ครู อาจารย์ที่ประสิทธิ์ประสาทความรู้ที่มีคุณค่ายิ่งและขอแผ่คุณความดีนี้ให้แก่เพื่อนมนุษย์และสรรพสัตว์ทุกรูปทุกนาม พร้อมทั้งเจ้ากรรมนายเวรในทุกภพทุกชาติด้วยเทอญ

พระมหาชินวัฒน์ โชติธมฺโม (หรบรรณ์)

สารบัญคำย่อ

พระไตรปิฎกที่ผู้วิจัยใช้ในการเขียนวิทยานิพนธ์เล่มนี้ คือ พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย พิมพ์เนื่องในวโรกาสครบ 200 ปี แห่งกรุงรัตนโกสินทร์ พุทธศักราช 2525 และคำเต็มของคัมภีร์เรียงตามลำดับ ดังนี้

คำย่อ		คำเต็ม
พระวินัยปิฎก		
วิ.มหา.	=	วินัยปิฎก มหาวิภังค์ ปฐมภาค
วิ.ม.	=	วินัยปิฎก มหาวรรค ปฐมภาค
วิ.ป.	=	วินัยปิฎก ปริวารวรรค
พระสุตตันตปิฎก		
ที.ปา.	=	สุตฺตันตปิฎก ทีฆนิกาย ปาฏิกวคฺค
ที.ปา.อ	=	สุตฺตันตปิฎก ทีฆนิกาย สุมงฺคลวิลาสินี ปาฏิกวคฺคอฏฺฐกถา
ที.ปา.ฎีกา.	=	สุตฺตันตปิฎก ทีฆนิกาย ปาฏิกวคฺคฎีกา
ม.ม.	=	สุตฺตนฺตปิฎก มชฺฌิมนิกาย มชฺฌิมปณฺณาสก
ม.ม.อ.	=	สุตฺตนฺตปิฎก มชฺฌิมนิกาย ปปญฺจสูทนี มชฺฌิมปณฺณาสกอฏฺฐกถา
ม.อุ.	=	สุตฺตนฺตปิฎก มชฺฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์
ม.มู.	=	สุตฺตนฺตปิฎก มชฺฌิมนิกาย มูลปัณณาสก์
องฺ.เอกก.	=	สุตฺตนฺตปิฎก องฺคุตฺตรนิกาย เอกกนิปาต
องฺ.ทุกก.	=	สุตฺตนฺตปิฎก องฺคุตฺตรนิกาย ทุกกนิปาต
องฺ.ติก.	=	สุตฺตนฺตปิฎก องฺคุตฺตรนิกาย ติกนิปาต
สํ.ข.	=	สุตตันตปิฎก สงฺยุตฺตนิกาย ขันธวรรค
สํ.ม.	=	สุตตันตปิฎก สงฺยุตฺตนิกาย มชฺฌิมปณฺณาสก
สํ.ส.	=	สุตตันตปิฎก สงฺยุตฺตนิกาย มชฺฌิมปณฺณาสก
สํ.นิ.	=	สุตตันตปิฎก สงฺยุตฺตนิกาย นิทานวรรค
อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก		
ขุ.ธ.อ.	=	สุตฺตนฺตปิฎก ขุทฺทกนิกาย ธมฺมปท อฏฺฐกถา
ขุ.อิติ.	=	สุตฺตนฺตปิฎก ขุทฺทกนิกาย อิติวุตฺตกอฏฺฐกา
ขุ.อิติ.อ.	=	สุตฺตนฺตปิฎก ขุทฺทกนิกาย ปรมตฺถทีปนี อิติวุตฺตกอฏฺฐกา

การอ้างอิง

ชื่อย่อพระไตรปิฎกมี 3 ตอน คือ พระไตรปิฎกในวิทยานิพนธ์นี้ใช้การอ้างอิงแบบ 3 ตอน ได้แก่ เล่ม/ข้อ/หน้า เช่น ม.อุ. 14/63/120 หมายถึง สุตฺตนฺตปิฎก มชฺฌิมนิกาย อุปริปณฺณาสก เล่มที่ 14 ข้อที่ 63 หน้าที่ 120 เป็นต้น

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย..... จ

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ..... ช

กิตติกรรมประกาศ..... ฌ

สารบัญคำย่อ..... ญ

สารบัญ..... ฎ

บทที่ 1 บทนำ..... 1

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา..... 1

1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย..... 3

1.3 ขอบเขตการวิจัย..... 3

1.4 วิธีดำเนินการวิจัย..... 5

1.5 ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง..... 6

1.6 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ..... 12

1.7 นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย..... 12

บทที่ 2 สภาพและปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด..... 14

2.1 ข้อมูลพื้นฐานของบ้านดพิกุล..... 14

2.1.1 ประวัติความเป็นมาของบ้านดงพิกุล..... 16

2.1.2 สิ่งสำคัญของบ้านดงพิกุล..... 16

2.2 ปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล..... 17

2.2.1 ปัญหาด้านสังคม..... 18

2.2.2 ปัญหาด้านกฎหมาย..... 20

2.2.3 ปัญหาด้านสาธารณสุข..... 20

2.3 สาเหตุของการดื่มสุราเมรัย..... 20

2.4 ผลกระทบของการดื่มสุราเมรัย..... 23

2.4.1 ผลกระทบต่อสุขภาพ..... 24

2.4.2 ผลกระทบต่อครอบครัว..... 28

2.4.3 ผลกระทบต่อสังคม..... 29

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

2.4.4 ผลกระทบของการดื่มสุราที่มีต่อเศรษฐกิจ..... 31
2.4.5 ผลกระทบต่อศีลธรรมจริยธรรม..... 32
2.5 สรุป..... 36
บทที่ 3 พุทธจริยศาสตร์ที่เกื้อหนุนต่อการลด ละ และเลิกการดื่มสุราเมรัย..... 38
3.1 หลักสติสัมปชัญญะ..... 38
3.1.1 ความหมายของสติสัมปชัญญะ..... 38
3.1.2 ความสำคัญของสติสัมปชัญญะ..... 40
3.1.3 สารัตถะของสติสัมปชัญญะ..... 41
3.2 โยนิโสมนสิการ..... 43
3.2.1 ความหมายของโยนิโสมนสิการ..... 43
3.2.2 ความสำคัญของโยนิโสมนสิการ..... 51
3.2.3 สารัตถะของโยนิโสมนสิการ..... 54
3.3 สัจจะ..... 55
3.3.1 ความหมายของสัจจะ..... 55
3.3.2 ความสำคัญของสัจจะ..... 57
3.3.3 สารัตถะของสัจจะ..... 58
3.4 สรุป..... 60
บทที่ 4 วิเคราะห์การแก้ไขปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด..... 63
4.1 ขาดความยั้งคิดในการดื่มสุราเมรัย..... 63
4.2 ขาดความไตร่ตรองในการดื่มสุราเมรัย..... 72
4.3 ขาดความจริงใจเลิกดื่มสุราเมรัย..... 77
4.4 สรุป..... 91
บทที่ 5 สรุปและข้อเสนอแนะ..... 93
5.1 สรุปผลการวิจัย..... 93
5.2 ข้อเสนอแนะ..... 96
5.2.1 ข้อเสนอแนะทั่วไป..... 97
5.2.2 ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป..... 97

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

บรรณานุกรม..... 98

ภาคผนวก..... 103

ภาคผนวก ก หนังสือขอความอนุเคราะห์ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ (IOC)..... 104

ภาคผนวก ข แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย..... 108

ภาคผนวก ค หนังสือขอความอนุเคราะห์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการสัมภาษณ์..... 111

ภาคผนวก ง ภาพผู้ให้สัมภาษณ์เชิงลึก..... 122

ประวัติผู้วิจัย..... 128

บทที่ 1
บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในสมัยหนึ่งพระพุทธเจ้าประทับอยู่วัดเชตวัน เมืองสาวัตถีทรงปรารภหญิงนักดื่มสุรา 500 คน ผู้เป็นสหายของนางวิสาขามหาอุบาสิกา ได้ตรัสอดีตนิทานมาสาธกว่า กาลครั้งหนึ่งสมัยของพระเจ้าพรหมทัตครองเมืองพาราณสี มีนายพรานป่าคนหนึ่งชื่อสุระ ได้เข้าป่าเพื่อหาของป่าค้าขาย มีต้นไม้ต้นหนึ่งลำต้นตรงสูงขนาดเท่าคนยืนมี 3 คาคบ ตรงกลางมีโพรงขนาดเท่าตุ่มน้ำ เมื่อฝนตกน้ำก็จะขังเต็มเปี่ยม ลูกสมอ มะขามป้อม และพริกไทยที่ขึ้นอยู่รอบข้างต้นไม้นั้น ก็จะหล่นไปหมักอยู่ในน้ำนั้น และที่ใกล้ ๆ ต้นไม้นั้นมีข้าวสาลีเกิดเองอยู่เมื่อนกคาบรวงข้าวสาลีบินไปจับกินอยู่บนต้นไม้นั้น เมล็ดข้าวสาลีก็เมื่อย่างเข้าฤดูร้อน ฝูงนกกระหายน้ำก็จะบินมากินน้ำที่ต้นไม้นั้น ก็มึนเมาพลัดตกลงไปที่โคนต้นไม้นั้น ม่อยหลับไปสักครู่หนึ่งก็บินขึ้นไปได้ ฝูงลิงก็เช่นกัน วันหนึ่งนายพรานสุระไปพบเห็นสิ่งแปลกประหลาดนั้นเข้า ก็คิดแปลกใจว่า “แปลกจริงหนอ ถ้าน้ำนี้มีพิษ พวกสัตว์เหล่านี้คงตายไปแล้วล่ะ แต่นี่มันร่วงลงมานอนสักครู่หนึ่งแล้วก็เดินหนีไปได้ น้ำนี่คงไม่มีพิษอะไร” จึงลองดื่มดูเกิดอาการมึนเมาแล้วอยากจะกินเนื้อสัตว์ จึงก่อไฟปิ้งนกที่ร่วงลงมาพื้นดินนั้นกิน มือหนึ่งฟ้อนรำ มือหนึ่งถือปิ้งนกกัดกินเขาเป็นอยู่อย่างนี้ถึง 2 วัน จึงออกเดินหาของป่าโดยไม่ลืมตักน้ำใส่กระบอกไม้ไผ่นำไปดื่มด้วย ในที่ไม่ไกลจากนั้น มีดาบสชื่อวรุณะบำเพ็ญพรตอยู่ นายพรานสุระเมื่อเดินหาของป่าไปพบเห็นดาบสนั้นเข้า จึงชวนให้มาดื่มน้ำที่เขาใส่กระบอกไม้ไผ่ไปด้วยนั้น คนทั้งสองจึงดื่มน้ำนั้นกับเนื้อย่างร่วมกัน เพราะเหตุนั้นน้ำนั้นเขาจึงเรียกว่า “สุรา”บ้าง “วรุณี”บ้าง ตามชื่อของพรานและดาบสนั้นส่วนการดื่มสุราก็มีมาในโลกมนุษย์ แต่วันนั้นเป็นต้นมาจนถึงปัจจุบัน[1]

ดูกรภิกษุทั้งหลาย ก็แลพวกเธอพึงยกสิกขาบทนี้ขึ้นแสดงอย่างนี้ว่าดังนี้

พระบัญญัติเป็นปาจิตตีย์ ในเพราะดื่มสุราและเมรัย สิกขาบทวิภังค์ ที่ชื่อว่า สุรา ได้แก่สุราที่ทำด้วยแป้ง สุราที่ทำด้วยขนม สุราที่ทำด้วยข้าวสุก สุราที่หมักส่าเหล้า สุราที่ผสมด้วยเครื่องปรุง ที่ชื่อเมรัย ได้แก่น้ำดองดอกไม้ น้ำดองผลไม้ น้ำดองน้ำผึ้ง น้ำดองน้ำอ้อยงบ น้ำดองที่ผสมด้วยเครื่องปรุง

คำว่า ดื่ม คือ ดื่มโดยที่สุดแม้ด้วยปลายหญ้าคา ต้องอาบัติปาจิตตีย์ บทภาชนีย์ติกะปาจิตตีย์[2] ภิกษุดื่มน้ำที่มีกลิ่นรสเหมือนน้ำเมา แต่ไม่ใช่น้ำเมา 1 ภิกษุดื่มน้ำเมาที่เจือลงในแกง 1 ที่เจือลงในเนื้อ

---

[1] ขุ.ชา. 3/2295/326-327.

[2] วิ.มหา. 2/576/508.

1 ที่เจือลงในน้ำมัน 1 น้ำเมาในน้ำอ้อยที่ดองมะขามป้อม 1 ภิกษุดื่มยาดองอริฏฐะซึ่งไม่ใช่ของเมา 1 ภิกษุวิกลจริต 1 ภิกษุอาทิกัมมิกะ 1 ไม่ต้องอาบัติแล[3]

ชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด มีปัญหาการดื่มสุราเมรัยของมึนเมา เช่น ซื้อมาดื่มเอง ดื่มสังสรรค์ตามงานเลี้ยง และตามเทศกาลต่าง ๆ ทำให้มีผลกระทบต่อคนที่ไม่ดื่มสุราเมรัยในพื้นที่ชุมชนบ้านดงพิกุลอย่างมาก อีกทั้งเกิดปัญหาเมาแล้วขับ เกิดอุบัติเหตุถึงขั้นร่างกายพิการ ปัญหาเมาแล้วทะเลาะวิวาท การลักทรัพย์ และงัดตู้บริจาคตามวัดในพื้นที่ตำบลพระเจ้า เพื่อซื้อสุราเมรัยมาดื่ม เป็นต้น

แนวทางแก้ไขปัญหานั้นมหาเถรสมาคม โดยสำนักเลขาธิการมหาเถรสมาคม ได้มีมติครั้งที่ 10/2551 มติที่ 222/2551 เรื่อง พระราชบัญญัติควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พ.ศ.2551 ลงวันที่ 21 เมษายน 2551 ได้ขอความร่วมมือให้ สำนักงานพระพุทธศาสนา ชี้แจงให้วัดทุกแห่งปฏิบัติตาม พ.ร.บ.ฉบับนี้อย่างเคร่งครัด เพื่อให้เป็นเขตห้ามซื้อห้ามดื่ม หากฝ่าฝืนจะมีโทษตามกฎหมาย โดยสำนักงานพระพุทธศาสนาจังหวัดมีบทบาทสำคัญต่อการประสานความร่วมมือกับวัดและสำนักสงฆ์ทุกแห่งสำนักงานวัฒนธรรมจังหวัด เครือข่ายภาคประชาชนที่มีบทบาทสำคัญ ต่อการสนับสนุนกลไกภาครัฐในการเฝ้าระวังแก้ปัญหาแอลกอฮอล์ในระดับพื้นที่ นอกจากนั้นยังมี การดำเนินกิจกรรมรณรงค์แก้ปัญหาการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มาอย่างต่อเนื่อง มีการรณรงค์ส่งเสริมให้เกิดกระบวนการประชาสังคมสนับสนุนการบังคับใช้กฎหมายพระราชบัญญัติดังกล่าวเพื่อพัฒนาความร่วมมือจากทุกภาคส่วน ทั้งในด้านเอกชนและเครือข่ายประชาชนให้มีการบังคับใช้กฎหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพ พระผู้พระภาคเจ้าได้ตรัสโทษของการดื่มน้ำเมาไว้ใน สัพพลหุสสูตร[4] ว่าการดื่มน้ำเมาคือสุราเมรัย ผู้เสพย่อมไปเกิดในนรก เปรตวิสัย และสัตว์ดิรัจฉาน โทษอย่างเบาที่สุด คือเป็นบ้า จิตใจเลื่อนลอย ขาดสติ ทำให้ตนเองตกต่ำ และตรัสไว้ใน สิงคาลกสูตร ฑีฆนิกายปาฏิกวรรค คือ[5] เสียทรัพย์ทันตาเห็น ก่อการทะเลาะวิวาท เป็นบ่อเกิดแห่งโรคภัยต่างๆ เป็นเหตุเสียชื่อเสียง เป็นเหตุให้ไม่รู้จักอาย เป็นเหตุทอนสติปัญญา อย่างไรก็ตามผลจากการรณรงค์เพื่อส่งเสริมการงดเว้นการดื่มสุราเมรัยพบว่า ได้ผลประมาณไม่ถึงหนึ่งในสาม ซึ่งไม่ใช่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในระดับมหภาค และนอกจากนั้นยังมี การเกี่ยวโยงกับความเชื่อทางศาสนาเป็นสิ่งสำคัญ ศาสนาและศีลธรรมเป็นเหตุผลสำคัญที่สุดในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

จากเหตุผลความสำคัญ และปัญหาที่กล่าวมาแล้วนี้ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะนำเอาหลักจริยธรรมในพระพุทธศาสนา มาใช้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดื่มสุราเมรัย โดยศึกษาจริยธรรมเพื่อส่งเสริมการ งดเว้นการดื่มสุราเมรัย ตามหลักพุทธปรัชญาเถรวาท ได้มีการงดเว้นการดื่มสุราเมรัยในระดับมหภาค และได้เป็นเอกสารสำคัญสำหรับผู้ที่สนใจศึกษาในเรื่องนี้สืบต่อไป

---

[3] วิ.มหา. 2/578/508.

[4] องฺ อฏฐก. 23/40/302.

[5] ที.ปา. 11/248 /202-203.

1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1.2.1 เพื่อศึกษาสภาพปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด

1.2.2 เพื่อศึกษาพุทธจริยศาสตร์ที่เกื้อหนุนต่อการลด ละ และเลิกดื่มสุราเมรัย

1.2.3 เพื่อวิเคราะห์พุทธจริยศาสตร์ในการแก้ไขปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด

1.3 ขอบเขตของการวิจัย

1.3.1 ขอบเขตด้านเอกสาร

1) เอกสารชั้นปฐมภูมิ ในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยได้กำหนดเอกสารที่เป็นปฐมภูมิประกอบการศึกษา ได้แก่ พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ปี พุทธศักราช 2539

2) เอกสารชั้นทุติยภูมิ ในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยได้แบ่งเอกสารชั้นทุติยภูมิออกเป็น 5 ส่วน ได้แก่

2.1) เอกสารชั้น อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา โยชนา

2.2) เอกสารชั้นปกรณ์วิเสส คือ วิสุทธิมรรค วิมุตติมรรค มิลินทปัญหา

2.3) เอกสารวิชาการทางพระพุทธศาสนาทั้งที่เป็นหนังสือและตำรา

2.4) เอกสารที่เป็นงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.5) เอกสารทางวิชาการอื่น ๆ ที่ตีพิมพ์ใน 1) วารสาร : Scopus, ฐาน 1 ฐาน 2 (TCI) 2) นิตยสาร 3) บทความทางวิชาการ และ 4) เว็ปไซต์ (Website)

2.6) เอกสารที่เกี่ยวกับแนวคิด ทฤษฎีการลด ละ เลิกการเสพติดสุราเมรัย และหลักการทางพุทธจริยศาสตร์

1.3.2 ขอบเขตด้านเนื้อหา

งานวิจัยนี้ผู้วิจัยมุ่งศึกษาสภาพปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด โดยศึกษาพุทธวิธีที่เกื้อหนุนและสอดคล้องกับการงดดื่มสุราเมรัย นำไปสู่การลด ละ และเลิก ตามหลักพุทธจริยศาสตร์ในการแก้ไขปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด

1.3.3 ขอบเขตด้านพื้นที่

งานวิจัยนี้ผู้วิจัยได้กำหนดพื้นที่วิจัย (Research Area) ได้แก่ บ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด โดยมีเกณฑ์ในการเลือก (Criteria) ดังนี้

1) เป็นชุมชนที่ใหญ่และเก่าแก่มีอายุยาวนาน มีความสำคัญในด้านความเชื่อและศรัทธาในพระพุทธศาสนาอย่างยาวนานของ ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด

2) เป็นชุมชนที่ส่งเสริมและอนุรักษ์ประเพณีวัฒนธรรมอันดีงามของ ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด

3)เป็นที่ตั้งของสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน คือโรงเรียนบ้านดงบัง(พิกุลศึกษาคาร) ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด

4) เป็นชุมชนที่ส่งเสริมกิจกรรมการงดเว้นการดื่มสุราเมรัย เพราะ เป็นหมู่บ้านกีฬาต้านยาเสพติด ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด

1.3.4 ขอบเขตด้านประชากรกลุ่มเป้าหมาย (ผู้ให้ข้อมูลหลัก)

งานวิจัยนี้ผู้วิจัยได้กำหนดประชากร (Person) ซึ่งเป็นกลุ่มเป้าหมายที่ใช้ศึกษาและเป็นผู้ให้ข้อมูล (Key Informants) สำหรับการศึกษาวิจัย การได้มาซึ่งกลุ่มประชากรกลุ่มเป้าหมายในครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้วิธีการเจาะจง (Purposive Sampling)

1. พระสงฆ์ชั้นปกครอง	จำนวน	3	รูป
2. ปราชญ์ชุมชน	จำนวน	3	คน
3. หัวหน้าด้านสาธารณสุข	จำนวน	3	คน
4. ผู้นำชุมชน	จำนวน	3	คน
รวมทั้งสิ้น	จำนวน	12	รูป/คน

กลุ่มประชากรกลุ่มเป้าหมายหรือผู้ให้ข้อมูลหลักที่มีการเลือกในครั้งนี้ ผู้วิจัยมีเหตุผล (Reason) ในการเลือก ดังนี้

1) พระสังฆาธิการ ระดับเจ้าคณะตำบล และเจ้าอาวาสในเขตชุมชนหมู่บ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด

2) พระสังฆาธิการระดับเจ้าอาวาส และผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านดงบัง(พิกุลศึกษาคาร) ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด

3) ผู้นำจิตวิญญาณที่เป็นตัวแทนชาวบ้าน ทำหน้าที่มัคคนายกในชุมชนและคณะครูโรงเรียนบ้านดงบัง(พิกุลศึกษาคาร) ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด

4) ผู้ใหญ่บ้าน ผู้นำชมุชน ในเขตชุมชน ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด.

1.3.5 ระยะเวลาการทำวิจัย

งานวิจัยนี้ผู้วิจัยได้กำหนดระยะเวลาในการทำวิจัยไว้ระหว่างเดือนมกราคม – เดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2566

1.4 วิธีดำเนินการวิจัย

1.4.1 รูปแบบการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยผู้วิจัยได้แบ่งรูปแบบในการวิจัยออกเป็น 2 อย่าง คือ

1.4.2 การวิจัยเอกสาร

โดยการรวบรวมข้อมูลจากตำราวิชาการบทความ และงานแปลตลอดจนแหล่งข้อมูลเอกสารอื่น ๆ ได้แก่

1) ชั้นปฐมภูมิ ได้แก่ พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทยฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และคัมภีร์อรรถกถา ชั้นทุติยภูมิ ได้แก่ เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ตำราทางวิชาการที่เกี่ยวข้องกับการเลิกดื่มสุราเมรัย และหลักพุทธจริยศาสตร์ที่นำมาแก้ปัญหาการดื่มสุรามัย

2) การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) โดยการสัมภาษณ์บุคคล หน่วยงานภาครัฐและเอกชน ผู้ที่เกี่ยวข้องในการให้ข้อมูลการลด ละ เลิก การดื่มสุราเมรัยในหมู่บ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด

1.4.2 ขั้นรวบรวมข้อมูล

1. รวบรวมข้อมูลที่เป็นปฐมภูมิ
2. รวบรวมข้อมูลที่เป็นทุติยภูมิ
3. รวบรวมข้อมูลที่เป็นเอกสารวิชาการทางพระพุทธศาสนา เอกสารที่เกี่ยวข้องทั่วไป และงานวิจัยวิจัยที่เกี่ยวข้อง ทั้งในประเทศและต่างประเทศ

1.4.3 ขั้นวิเคราะห์และสังเคราะห์ข้อมูล

1) วิเคราะห์ข้อมูลที่เป็นหนังสือหรือตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2) สังเคราะห์ : ถอดออกมาเป็นองค์ความรู้

1.4.4 ขั้นกำหนดเครื่องมือในการทำวิจัย

1) แบบสอบถาม

2) แบบสัมภาษณ์

3) แบบสังเกต

4) แบบสนทนากลุ่ม

1.4.5 ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือในการทำวิจัย

1) ออกแบบการสัมภาษณ์ / การสังเกต / การสนาทนากลุ่ม

2) พบอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อขอคำแนะนำ

3) นำไปปรับแก้ไขตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

4) เสนอบัณฑิตวิทยาลัยเพื่อออกหนังสือเสนอผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย (IOC)

5) บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้ลงพื้นที่เก็บข้อมูล

1.4.6 ขั้นตอนลงภาคสนาม

1. สำรวจพื้นที่
2. เก็บรวบรวมข้อมูล
3. สัมภาษณ์
4. รวบรวม จัดหมวดหมู่ เรียบเรียง

1.4.7 ขั้นการเขียนวิทยานิพนธ์

1) นำวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 ไปตั้งเป็นบทที่ 2 วัตถุประสงค์ข้อที่ 2 ไปตั้งเป็นบทที่ 3 และวัตถุประสงค์ข้อที่ 3 ไปตั้งเป็นบบที่ 4

2) ลงมือเขียนตามสารบัญที่กำหนด

3) สรุปผลการวิจัย (บทที่ 5)

4) นำเสนอผลการวิจัย

5) เผยแพร่ผลการวิจัยต่อสาธารณะ (ตีพิมพ์)

1.5 ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1.5.1 เอกสารที่เกี่ยวข้อง

จากการศึกษาปัญหาการการดื่มสุราเมรัยและบริบทของการดำเนินชีวิต บ่งบอกถึงสภาพจิตใจของผู้คนหลายสาขาอาชีพ ที่ดำเนินชีวิตอยู่ในสงคมไทย ดังต่อไปนี้

พระเทพดิลก (ระแบบ ฐิตญาโณ) ได้กล่าวถึงศีลคืออาภรณ์ชีวิตไว้ในหนังสือ ธรรมะคือคุณากรมีใจความดังนี้ ศีลเมื่อเกิดขึ้น จะลึกลงไปในภายในจิตโดยลำดับ กิเลสก็สงบ จิตจะน้อมเอียงเข้าหาสมาธิเพราะฉะนั้นศีลในส่วนที่เป็นผล รักษาเสร็จแล้วจะเป็นสีลานุสติ คือ อนุสติ คือ ศีล เช่น ท่านสาธุชนสมาทานศีล ตอนเช้านี้ไปแล้ว ตอนเย็น ๆ มานั่งทบทวน ตั้งแต่รักษาศีลเป็นต้นมา เราทำชั่วทำผิดอะไรบ้างที่เป็นการผิดศีล ถ้าเราเห็นความบกพร่องความผิดพลาด ใจเราจะฝ่อ จะขุ่นมัว จะไม่เกิดบิติปราโมทย์ แต่ถ้าเราเห็นว่าศีลของเราไม่บกพร่อง รักษาได้อย่างต่อเนื่องบริสุทธิ์หมดจด เราก็เกิดปีติปราโมทย์พอเกิดปีติถึงจุดหนึ่ง จิตจะสงบ พอสงบจิตจะเดินเข้าหาสมาธิ พอจิตเป็นสมาธิ จะเดินลงที่สงบลึกยิ่งกว่านั้น นั้นก็คือพวกญาณต่าง ๆ เป็นต้นศีลจึงอำนวยประโยชน์สุขให้แก่

บุคคลตราบเท่าแก่เฆ่าจนแตกกายทำลายไป จนบังเกิดในโลกใหม่ ผลของศีลเป็นความสุข เป็นความสงบ เป็นความเจริญก้าวหน้าของจิต ตามสมควรแก่การประพฤติปฏิบัติ[6]

พระไพศาล วิสาโล ได้ศึกษาเรื่อง ประวัติศาสตร์การบริโภคสุราในประเทศไทย ศึกษาและวิเคราะห์จากเอกสาร ผลการศึกษาพบว่า การบริโภคสุรามิได้เป็นเพียงแค่ปัญหาศีลธรรม ปัญหาสังคมหรือเป็นสาเหตุของปัญหาระหว่างบุคคลเท่านั้น หากยังได้กลายเป็นปัญหาทางด้านสุขภาพอนามัยและกลายเป็นปัญหาในทางระบาดวิทยา ปัญหาอุบัติเหตุค่อนข้างสูง[7]

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต)[8] ได้กล่าวถึงการแก้ปัญหาทุกประเภท ตามหลักการของพระพุทธศาสนาไว้ในหนังสือ พุทธธรรม ว่า พระพุทธศาสนาสอนให้แก้ปัญหาของมนุษย์ด้วยมนุษย์เองที่ตรงด้วยเหตุปัจจัยและพูดเช่นนี้อย่างเป็นกลาง ๆ ไม่ได้จำกัดเพราะว่า จะแก้แต่ข้างในหรือจากข้างนอก คือแล้วแต่เหตุปัจจัย ควรจะย้อนกลับออกไปเสียด้วยซ้ำว่า ศิลปวิทยาและระบบกาทั้งหลายเท่าที่มีอยู่นี้ต่างหากที่มักมุ่งแต่จะแก้ปัญหาข้านอกอย่างเดียว ด้านเดียว มองข้ามการแก้ปัญหาด้านภายในไปอย่างแทบจะสิ้นเชิง อันนับว่าเป็นการแก้ปัญหาอย่างไม่สมบูรณ์อาจพูดอีกอย่างหนึ่งว่า การแก้ปัญหาตามหลักพระพุทธศาสนานั้น ไม่ใช่แก้ที่ข้างนอกหรือแก้ที่ด้านในอย่างเดียวแต่ให้แก้ข้างในออกมาทีเดียว หมายความว่า มิใช่แก้ข้างนอกอย่างเดียว ต้องแก้ข้างในด้าย คือแก้หมด แก้ที่เหตุปัจจัย ไม่ว่าจะเป็นข้างนอกหรือข้างใน

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ[9] ได้กล่าวถึงโทษของสุราไว้ว่า สุรา เป็นสาเหตุสำคัญของการเสียชีวิตจากอุบัติเหตุดังนี้อุบัติเหตุจราจรประมาณ50% ของผู้เสียชีวิตทั้งหมด อุบัติเหตุในโรงงานอุตสาหกรรม ประมาณ 40% ของผู้เสียชีวิตทั้งหมด อุบัติเหตุจมน้ำประมาณ 38% ของผู้เสียชีวิตทั้งหมด อุบัติเหตุไฟไหม้น้ำร้อนลวกประมาณ 53-64 % ขอผู้เสียชีวิตทั้งหมด อุบัติเหตุตกจากที่สูงประมาณ 17 - 35% ของผู้เสียชีวิตทั้งหมด สถานการณ์อุบัติเหตุจราจรในประเทศไทยในช่วงที่ผ่านมาได้ทวีความรุนแรงมากขึ้นเรื่อย ๆ ซึ่งจากสถิติที่ผ่านมาคนไทยเสียชีวิตจากอุบัติเหตุจราจร เฉลี่ยถึง 2 คน/ชั่วโมง และเกิดความสูญเสียทางเศรษฐกิจสูงถึงจุ106,367 ล้านบาท ซึ่งนับวันแนวโน้มสถิติเกี่ยวกับเรื่องนี้จะสูงขึ้นเรื่อย ๆ ปัญหาอุบัติเหตุจราจรที่กล่าวมาข้างต้นนี้สาเหตุสำคัญซึ่ง

---

[6] พระเทพดิลก (ระแบบ ฐิตญาโณ), *ธรรมคือคุณากร*, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์แปดสิบเจ็ด, 2552), หน้า 63.

[7] พระไพศาล วิสาโล, *ประวัติศาสตร์การบริโภคสุราในประเทศไทย*, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท ดีไซร์ จำกัด, 2537), หน้า 154.

[8] พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), *พุทธธรรม*, พิมพ์ครั้งที่ 10 (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์บริษัทสหธรรมิก จำกัด, 2546), หน้า 920,

[9] สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, “โทษของสุรา”, <www.haiHealth.or.th>. (6 กรกฎาคม 2563).

มากกว่าร้อยละ 50 เกิดจากพฤติการณ์การขับขี่รถขณะเมาสุราความสัมพันธ์ของระดับแอลกอฮอล์ในเลือดส่งผลให้เกิดอุบัติเหตุทางจราจรได้เมื่อเทียบระดับแอลกอฮอล์ในเลือดต่อมิลลิกรัมเปอร์เซ็นต์กับคนปกติโดยมูลนิธิเมาไม่ขับได้สรุปผลสำรวจไว้ว่าผู้บริโภคมีระดับแอลกอฮอล์ในเลือด 20 มิลลิกรัมเปอร์เซ็นต์โอกาสที่จะเกิดอุบัติเหตุใกล้เคียงกับคนที่ไม่ดื่มสุรา มีระดับแอลกอฮอล์ในเลือด 50 มิลลิกรัมเปอร์เซ็นต์โอกาสที่จะเกิดอุบัติเหตุเมื่อเทียบกับคนไม่ดื่มสุราเป็น 2 เท่า มีระดับแอลกอฮอล์ในเลือด 80 มิลลิกรัมเปอร์เซ็นต์โอกาสที่จะเกิดอุบัติเหตุเมื่อเทียบกับคนไม่ดื่มสุราเป็น 3 เท่า มีระดับแอลกอฮอล์ในเลือด 100 มิลลิกรัมเปอร์เซ็นต์โอกาสที่จะเกิดอุบัติเหตุเมื่อเทียบกับคนไม่ดื่มสุราเป็น 6 เท่า มีระดับแอลกอฮอล์ในเลือด 150 มิลลิกรัมเปอร์เซ็นต์โอกาสที่จะเกิดอุบัติเหตุเมื่อเทียบกับคนไม่ดื่มสุราเป็น 40 เท่า ซึ่งประเทศไทยได้กำหนดมาตรการในการตรวจจับผู้ขับขี่ที่เมาสุราโดยถือเอาระดับแอลกอฮอล์ในเลือดที่เกิน 50 มิลลิกรัมเปอร์เซ็นต์เป็นผู้ขับขี่ที่เมาสุราและมีความผิดตามพระราชบัญญัติจราจรทางบก มาตรา 43 (2) (ที่แก้ไขแล้ว) ผู้ฝ่าฝืนมีโทษจำคุกไม่เกิน 1 ปีหรือปรับตั้งแต่ 2,000 1,0000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

มาโนช หล่อตระกูล[10] กล่าวว่ากลุ่มอาการเนื่องจากการขาดสุรา (Alcohol Withdrawal Syndrome) เป็นกลุ่มอาการที่เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงในหน้าที่ของระบบประสาทส่วนกลางเกิดขึ้นในผู้ที่หยุดดื่มหรือลดการดื่มสุราลงกะทันหัน หลังจากที่ดื่มติดต่อกันมานาน ผู้ป่วยที่มีภาวะถอนพิษสุรา (Alcohol Withdrawal) จะมาพบแพทย์ด้วยอาการแตกต่าง กันไปเช่น อาการตัวสั่น ตึงเครียด ชัก ประสาทหลอน หรือมีอาการสับสน วุ่นวายพบบ่อยว่าผู้ป่วยเกิดอาการ เหล่านี้ขึ้น หลังจากเข้ารับการรักษาตัวในโรงพยาบาลได้ 2 – 3 วัน ด้วยความเจ็บป่วยอื่นหรือได้รับอุบัติเหตุซึ่งลักษณะอาการทางคลินิก แบ่งออกเป็น 4 กลุ่ม ตามความรุนแรงและช่วงเวลาที่เกิดอาการ 1) อาการถอนพิษสุราที่ไม่มีภาวะแทรกซ้อน (Uncomplicated Alcohol Withdrawal)อาการที่พบแรกสุด และบ่อที่สุด ได้แก่ อาการตัวสั่น มือสั่น ร่วมกับ มีอารมณ์หงุดหงิด คลื่นไส้อาเจียน ซึ่งอาการเหล่านี้มักเกิดหลังจากหยุดดื่มได้ไม่กี่ชั่วโมง จะเป็นในตอนเช้าวันรุ่งขึ้น อาการสั่นเป็นอาการที่เห็นได้ชัด การสั่นจะมากขึ้นเมื่อมีการเคลื่อนไหวหรือมีความเครียด อาการเหล่านี้จะรุนแรงมากสุดในช่วง 24 – 48 ชั่วโมงแล้วค่อยๆ ลดลงจนปกติภายใน 5 – 7 วัน แต่อาจมีอารมณ์หงุดหงิดง่าย นอนไม่ค่อยหลับได้ถึง 1 วันหรือนานกว่านั้น 2) อาการชักจากภาวะถอนพิษสุรา (Alcohol Withdrawal Seizure) พบว่าร้อยละ 90 เกิดอาการชักในช่วง 7 – 48 ชั่วโมงหลังจากหยุดดื่มสุรา ลักษณะการชักประมาณหนึ่งในสามของผู้ที่มีการชักจะเกิดอาการเพ้อคลั่ง (withdrawal delirium) ต่อไป และอาการชักหลังหยุดดื่มสุรานี้ไม่ได้เป็นตัวบ่งถึง ความรุนแรงของการเป็นโรคพิษสุรา 3) อาการประสาทหลอนจากภาวะถอน

---

[10] มาโนช หล่อตระกูล, กลุ่มอาการเนื่องจากการขาดสุรา และการรักษาในปัจจุบัน, <http://www.mahidol.ac.th>. (6 กรกฎาคม 2563)

พิษสุรา (Alcohol Withdrawal Hallucinosis) โดยมากเริ่มมีอาการภายใน 48 ชั่วโมงหลังจากหยุดดื่ม ลักษณะอาการเด่นจะเป็นประสาทหลอนซึ่งส่วนใหญ่จะเป็นเสียงแว่ว เช่น เสียงนาฬิกา เสียงรถยนต์เสียงระฆังเสียงคนพูดกัน หรือ พูดข่มขู่ผู้ป่วย ผู้ป่วยจะหวาดกลัว ตื่นตระหนก กระสับกระส่าย 4) อาการเพ้อจากภาวะถอนพิษสุรา (Alcohol Withdrawal Delirium) อาการมักเกิดขึ้นหลังจากหยุดสุราได้ 2 - 3 วัน และจะรุนแรงมากที่สุดในวันที่ 4 - 5 เกิดในผู้ที่ดื่มสุราหนักมา 5 - 15 ปี และมีความเจ็บป่วยทางร่างกายร่วม เช่น อุบัติเหตุ โรคตับ โรคติดเชื้อ รู้สึกว่ามีอะไรมาไต่ตามตัวบางครั้งหูแว่ว เสียงคนพูด เสียงคนข่มขู่ มีท่าทางหวาดกลัวบางครั้งพูดฟังไม่เข้าใจ ร้องตะโกนหรือหลบซ่อนตัว อาการเป็นตลอดทั้งคืน ส่วนใหญ่จะมีอาการมากอยู่ประมาณ 3 วันแล้วค่อย ๆ ทุเลาลง

ปิ่น มุทุกันต์[11] ได้กล่าวถึงวรรณกรรมที่เกี่ยวกับการสำรวมในการดื่มน้ำเมาที่เป็นผลงานที่เป็นผลงานของพระสิริมังคลาจารย์ไว้ว่า เนื้อแท้ของมงคลทีปนีข้อที่ 20 มชชปานา จ สญฺโม” แปลว่า สำรวมในการดื่มน้ำเมาการบรรยายข้อนี้มีปัญหาอยู่ 3 ประการ เรื่องแรกคือ ของต้องห้ามและข้อห้ามของมัชชปานา แปลว่า ของเมา กินความรวมถึงของมึนเมาทุกอย่าง น้ำหนักของคำนี้ตรงกับภาษาไว้ที่ว่า ของเสพติดให้โทษ ซึ่งไม่ใช่สุราแต่อย่างเดียว แต่หมายถึงสิ่งเสพติดทุกชนิด เช่น เหล้า ฝิ่น กระแช่ น้ำตาลเมา เบียร์ กัญชา ใบกระท่อมและสิ่งอื่น ๆ อีก ซึ่งมีลักษณะคล้ายคลึงกันนี้รวมอยู่ในคำว่า มัชชะทั้งสิ้น

พระมหากำพล คุณงฺกโร ได้กล่าวถึงปัญหาการดื่มสุราในสังคมไทย ดังมีใจความว่าสภาพและปัญหาการดื่มสุรา ก่อให้เกิดปัญหาลูกโซ่ ที่เกี่ยวโยงกันไปหมดทุกเรื่อง ทั้งความฟุ้งเฟ้อความยากจน ครอบครัวแตกแยก มีปัญหาก่อให้เกิดอาชญากรรมต่าง ๆ อุบัติเหตุโรคภัยสารพัดรุมเร้าทำให้สูญเสียทรัพยากรมนุษย์ และสูญเสียเศรษฐกิจทางสังคมโดยส่วนรวมผลกระทบจากการดื่มสุราที่มีต่อสังคมไทย ทำให้เข้าใจผิดคิดว่า การดื่มสุราเป็นวัฒนธรรม การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอร์เป็นส่วนหนึ่งของชีวิต เป็นธรรมเนียมปฏิบัติที่แทรกอยู่ในทัศนคติจนทำให้คนในสังคมว่า การดื่มสุราเป็นภาวะปกติ แม้แต่งานบุญก็ไม่มีการงดเว้นเช่นกัน การดื่มสุราทำให้ขาดสติความยับยั้งชั่งใจ และทำให้เกิดความรุนแรงเป็นปัญหาสังคม[12]

จากแนวคิดที่ยกมากล่าวไว้ข้างต้น สรุปได้ว่า พระพุทธศาสนาสอนให้คนแก้ปัญหาด้วยตนเอง คือจะต้องแก้ปัญหาที่เกิดในภายในตัวเองก่อนแล้วจึงแก้ไขปัญหาภายนอก การดื่มสุราเป็นปัญหาที่เกิดจากปัจเจกบุคคล หรือตนเองก่อนแล้วมีผลกระทบสังคมจากการการดื่มสุราของบุคคล

---

[11] ปิ่น มุทุกันต์, *มงคลชีวิต ภาค 2,* (กรุงเทพมหานคร : มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2535), หน้า 368-369.

[12] พระมหากำพล คุณงฺกโร, “ปัญหาการดื่มสุราของสังคมไทย”, *วารสารวิทยาลัยนครราชสีมา*, ปีที่ 8 ฉบับที่ 1 (มกราคม – มิถุนายน 2557) : 105.

เหล่านั้น ปัญหาการดื่มสุราเป็นปัญหาที่เกิดมานานจนไม่สามารถบอกได้ว่าเกิดมาตั้งแต่เมื่อไร อย่างไรก็ตามการดื่มสุราก่อให้เกิดปัญหาแบบลูกโซ่ ที่เกี่ยวโยงกับทุกเรื่อง ความฟุ้งเฟ้อ ความยากจน ครอบครัวแตกแยก มีปัญหาทำให้เกิดอาชญากรรม อุบัติเหตุ เป็นต้น ปัญหาเหล่านี้ก็จะแก้ได้ก็ต้องอาศัยหลักธรรมทางพุทธศาสนาช่วย จึงจะทำให้ปัญหาทุเลาลงได้

1.5.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

พระมหาไพฑูรย์ แก้วเขียว ได้ศึกษาพุทธจริยธรรมกับการดื่มสุราของชาวไทยพุทธในกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า พุทธจริยธรรมขั้นพื้นฐาน ได้แก่ เบญจศีลและเบญจธรรมต่างเกื้อกูลสอดประสานกัน ดังปรากฏในศีลข้อที่ 5 และธรรมข้อที่ 5 ที่คอยควบคุมป้องกันไม่ให้มีการดื่มสุรา พุทธจริยธรรมขั้นกลาง ได้แก่ กุศลกรรมบถ 10 กล่าวถึงการดื่มสุราว่าเป็นอบายมุข คือทางแห่งความเสื่อมเสีย ส่วนพุทธจริยธรรมขั้นสูง คือ มรรคมีองค์ 8 ซึ่งเป็นจริยธรรมช่วยกำจัดกิเลสที่ละเอียดซึ่งจริยธรรมทั้ง 2 ขั้นดังกล่าวกำจัดไม่ได้ ผลของการดื่มสุราเกิดโทษ 6 ประการ ได้แก่ สิ้นเปลืองทรัพย์โดยเปล่าประโยชน์ ก่อการทะเลาะวิวาท เป็นบ่อเกิดโรค เสื่อมเสียเกียรติและชื่อเสียง ทำให้เป็นผู้ไม่รู้จักอาย และบั่นทอนกำลังสติปัญญา พุทธจริยธรรมที่กล่าวแล้วข้างต้นช่วยส่งเสริมการงดเว้นการดื่มสุรา[13]

พระมหาสำรวย ณาณสำโร (พินดอน) ได้ทำการศึกษาเรื่องผลกระทบจากการล่วงละเมิดศีลข้อที่ 5 ที่มีต่อสังคมไทยข้อสรุปว่าการเสพสุราเมรัยและของมึนเมาทุกชนิด เกิดจากแรงจูงใจที่มาจากปัจจัยภายในส่วนบุคคล ปัจจัยภายนอก คือ สิ่งแวดล้อมทางสังคม เช่น ค่านิยมและสื่อทำให้ตนเองและสังคม เสพสุราเมรัยทำให้ขาดสติเป็นที่ตั้งแห่งความประมาทสามารถทำกรรมได้ทุกอย่างได้โดยไม่รู้สึกตัว [14]

พระครูนิวาตวิริยธรรม (เพียร ตปคุโณ) ได้ศึกษาเรื่อง รูปแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาแก้ปัญหาการดื่มสุรา จากการวิจัยพบว่า ประวัติพัฒนาการของสุรา ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันได้พัฒนาไปอย่างมาก ในอดีตนั้นการใช้สุราเป็นยาและในพิธีกรรมต่าง ๆ แต่ในปัจจุบันสุรากลายเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับสังคมและเศรษฐกิจจนทำให้เป็นปัญหาที่ส่งผลกระทบต่อตนเองและสังคมเศรษฐกิจและประเทศชาติ

การศึกษาถึงเกณฑ์ตัดสินปัญหาเชิงจริยธรรมในเรื่องการดื่มสุรา ได้พบว่ามีเกณฑ์ตัดสิน 3 ประเภท ได้แก่ เกณฑ์หลัก เกณฑ์รอง และเกณฑ์รวม เกณฑ์หลักที่ใช้ตัดสิน ได้แก่การพิจารณาถึง

---

[13] พระมหาไพฑูรย์ แก้วเขียว, “พุทธริยธรรมกับการดื่มสุราของชาวไทยพุทธ : ศึกษาเฉพาะกรณีชาวไทยพุทธในกรุงเทพมหานคร”, วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล), 2541, หน้า 157.

[14] พระมหาสำรวย ณาณสำโร (พินดอน) การศึกษาผลกระทบจากการล่วงละเมิดศีลข้อที่ 5 ที่มีต่อสังคมไทย, วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล), 2542, หน้า 125.

ต้นตอของการกระทำที่เกิดขึ้นจากอกุศลมูล ถือ โลภะ โทสะ โมหะ ทั้ง 3 อย่างนี้ถือว่าเป็นเกณฑ์สากลที่ใช้พิจารณาต้นตอของปัญหาที่เกิดจากสภาพจิตภายในของบุคคลนั้น ซึ่งส่งผลกระทบต่อตนเองและสังคม ส่วนเกณฑ์รองที่ใช้ในการตัดสินคือ มโนธรรมสำนึกความรู้สึกผิดชอบชั่วดีของผู้ดื่ม สังคมย่อมมีหลักประกันตั้งแต่จุดเริ่มต้นคือ เริ่มที่มโนธรรมสำนึกของผู้คิดดื่มสุราการพัฒนาจิตไปด้วย คือ มุ่งให้ผู้กระทำมีจิตสำนึกรับผิดชอบตักเตือนตนเองก่อนที่จะกระทำถือได้ว่าเป็นจุดเริ่มดันของการพัฒนา[15]

ชัยยุทธ ดาผา ได้ศึกษาเรื่อง ปัจจัยของการขัดเกลาทางสังคมของพ่อแม่ที่กระทบต่อพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น ศึกษาที่โรงเรียนมัธยมศึกยาตอนปลาย ของกรมสามัญศึกษาที่อยู่ในเทศบาลเมืองสกลนคร จำนวน 300 คน โดยมีวัตถุประสงค์ คือ (1) เพื่อศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมของครอบครัวที่พ่อ หรือแม่ดื่มเครื่องดื่มที่ผสมแอลกอฮอล์ กับพฤติกรรมของลูกที่ดื่มเครื่องดื่มที่ผสมแอลกอฮอล์ (2) เพื่อศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่าง การควบคุมและการสนับสนุนโดยทั่วไปของพ่อแม่ที่มีผลต่อพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มที่ผสมแอลกอฮอล์ของลูก (3) เพื่อศึกษาปัจจัยภูมิหลังครอบครัวของวัยรุ่นที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มที่ผสมแอลกอฮอล์ ผลการวิจัยพบว่า (1) ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มที่ผสมแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น คือ ปัจจัยภูมิหลังทางครอบครัว (2) ขนาดของครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มที่ผสมแอลกอฮอล์ (3) การสนับสนุนจากพ่อแม่ให้ถูกดื่มมีอิทธิพลต่อการดื่มของลูก (4) การอบรมเลี้ยงดูแบบใกล้ชิดจากแม่จะมีความสัมพันธ์ในเชิงลบ ต่อพฤติกรรมการดื่มของลูก (5) การอบรมเลี้ยงดูโดยการควบคุมอย่างเข้มงวดจากพ่อในเรื่องเกี่ยวกับการดื่มมีความสัมพันธ์ในเชิงลบกับพฤติกรรมการดื่มของลูก[16]

กมลทิพย์ วิจิตรสุนทรกุล ได้ทำการวิจัย “เรื่องปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนอาชีวะศึกษาชายในเขตกรุงเทพมหานคร” ผลการวิจัยพบว่านักเรียนอาชีวะศึกษาชายในกรุงเทพมหานครร้อยละ 66.8 ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มีระดับการดื่มค่อนข้างสูง คือ ดื่มระดับมากร้อยละ 2.0 ดื่มระดับปานกลางถึงมาก ร้อยละ 34.4 ดื่มระดับปานกลาง ร้อยละ 30.5 ดื่มระดับน้อยร้อยละ 21.5 และดื่มเป็นครั้งคราวร้อยละ 11.5 นักเรียนที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ร้อยละ 65.1 มีแนวโน้มที่จะดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มมากขึ้น หรือดื่ม ไปในทางที่ผิด ช่วงอายุ 14 - 18 ปีมีการเริ่มต้นดื่มมากที่สุด คือร้อยละ 81.5 และจะดื่มมากขึ้นเมื่อมีอายุมากขึ้น ลักษณะการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นการดื่มเพื่อการสังสรรค์ทางสังคม เช่น มีการดื่มเป็นกลุ่ม ดื่มตามคำชักชวน

---

[15] พระครูนิวาตวิริยธรรม (เพียร ตปคุโณ), “รูปแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาแก้ปัญหาการดื่มสุรา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), 2552, หน้า 127.

[16] ชัยยุทธ ดาผา, “ปัจจัยของการขัดเกลาทางสังคมของพ่อแม่ที่กระทบต่อพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น”, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์), 2534, หน้า 188.

ของเพื่อนและนิยมดื่มมากใน โอกาสต่าง ๆ การคล้อยตามกลุ่มเพื่อนสามารถทำนาบการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ ร้อยละ 34 และความพึงพอใจราคาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สามารถทำนายการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไปในทางที่ผิดได้ ร้อยละ 20.3 นอกจากนี้พบว่า ทัศนคติและการรับรู้การโฆษณาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญ ต่อพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์[17]

การศึกษาเรื่องผลกระทบจากการดื่มสุราเมรัย ที่มีต่อสังคมไทยข้อสรุปว่าการเสพสุราเมรัยและของมึนเมาทุกชนิด เกิดจากแรงจูงใจที่มาจากปัจจัยภายในส่วนบุคคล ปัจจัยภายนอก คือ สิ่งแวดล้อมทางสังคม เช่น ค่านิยมและสื่อทำให้ตนเองและสังคม เสพสุราเมรัยทำให้ขาดสติเป็นที่ตั้งแห่งความประมาทสามารถทำกรรมได้ทุกอย่างได้โดยไม่รู้สึกตัวการบริโภคสุรามิได้เป็นเพียงแค่ปัญหาศีลธรรม ปัญหาสังคมหรือเป็นสาเหตุของปัญหาระหว่างบุคคลเท่านั้น หากยังได้กลายเป็นปัญหาทางด้านสุขภาพอนามัยและกลายเป็นปัญหาในทางระบาดวิทยา ปัญหาอุบัติเหตุค่อนข้างสูง เป็นต้น

1.6 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1.6.1 ทำให้ทราบถึงสภาพปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด

1.6.2 ทำให้มีความเข้าใจในพุทธวิธีที่เกื้อหนุนต่อการลด ละ และเลิกดื่มสุราเมรัยตามหลักพุทธจริยศาสตร์

1.6.3 ทำให้ได้ความรู้เกี่ยวกับพุทธจริยศาสตร์ในการลด ละ และเลิกการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด

1.7 นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

พุทธจริยศาสตร์ หมายถึง หลักการหรือแนวคำสอนในพระพุทธศาสนาที่พระพุทธเจ้าทรงวางหลักปฏิบัติไว้ ซึ่งแนวคำสอนในพระพุทธศาสนานั้นมีอยู่มากมายหลายด้าน

ชาวบ้านดงพิกุล หมายถึง ประชาชนที่อาศัยอยู่ในพื้นที่บ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด

---

[17] กมลทิพย์ วิจิตรสุนทรกุล, “ปัจจัยที่มีผลต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนอาชีวศึกษาชายในเขตกรุงเทพมหานคร”, วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล), 2542, หน้า 167.

สุราเมรัย หมายถึง น้ำเมาที่ทำให้ผู้ดื่มเมาเสียสติ ที่ประกอบเชื้อแป้งขนม ข้าวสุกเครื่องปรุงและวัตถุผสม หรือแอลกอฮอล์เป็นส่วนผสม เป็นต้น แล้วกลั่นเพื่อให้มีรสเข้มข้นหลังการดื่มส่งผลให้เกิดความมึนเมาได้ ระดับของความมึนเมานี้ขึ้นอยู่กับระดับ และปริมาณของแอลกอฮอล์ที่มีส่วนผสมอยู่ในเครื่องดื่มนั้น ๆ

พุทธจริยศาสตร์ในการแก้ไขปัญหาการดื่มสุราเมรัย หมายถึง หลักการแนวคิดในการปฏิบัติเพื่อลด ละ เลิก ในการดื่มสุรา อันได้แก่ หลักสติสัมปชัญญะ หลักโยนิโสมนสิการ และหลักสัจจะ เป็นต้น



บทที่ 2
สภาพปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด

บทที่ 2 นี้ ผู้วิจัยมุ่งเน้นศึกษาถึงสภาพและปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด โดยมีหัวข้อที่จะศึกษา คือ ข้อมูลพื้นฐานของบ้านดงพิกุลปัญหาการดื่มสุราเมรัย, สาเหตุของการดื่มสุราเมรัย, ผลกระทบของการดื่มสุราเมรัย โดยรายละเอียด ดังนี้

2.1 ข้อมูลพื้นฐานของบ้านดงพิกุล

บ้านดงพิกุลเป็นหนึ่งใน 12 หมู่บ้านของตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด ห่างจากองค์การบริหารส่วนตำบลพระเจ้า ประมาณ 7 กิโลเมตร และมีอาณาเขตติดต่อดังนี้[1]

1. ทิศเหนือ ติดต่อกับ บ้านหนองลุมพุก ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด
2. ทิศใต้ ติดต่อกับ บ้านมีชัย ตำบลหมูม้น อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด
3. ทิศตะวันออก ติดต่อกับ บ้านดอนแคน ตำบลหนองพอก อำเภอธวัชบุรี จังหวัดร้อยเอ็ด
4. ทิศตะวันตก ติดต่อกับ บ้านดอนขี ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด

เขตการปกครอง

บ้านดงพิกุล ได้แบ่งเขตการปกครองออกเป็น 2 หมู่บ้าน ดังนี้

1. บ้านดงพิกุล หมู่ที่ 5 มีประชากร 119 ครัวเรือน ปัจจุบัน มีนายธงไชย ตามภิบาล เป็นผู้ใหญ่บ้าน

2. บ้านดงพิกุล หมู่ที่ 11 มีประชากร 113 ครัวเรือน ปัจจุบัน มีนายบุญเรือง แมนสถิตย์ เป็นผู้ใหญ่บ้าน

ลักษณะภูมิประเทศของบ้านดงพิกุล ส่วนใหญ่มีสภาพพื้นที่เป็นที่ราบถึงค่อนข้างเรียบเป็นท้องทุ่งนาสลับกับพื้นที่ป่า การใช้ประโยชน์จากที่ดินของบ้านดงพิกุล กว่าร้อยละ 85 เป็นพื้นที่ทำการเกษตร เช่น ทำนาและปลูกพืชอื่นเพียงเล็กน้อย เช่น พืชผักขุดบ่อเลี้ยงปลา นอกจากนี้ยังมีแหล่ง

---

[1] สัมภาษณ์ นายฉัตรชัย เวียงพล, ส.อบต.พระเจ้า บ้านดงพิกุล หมู่ 11 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 25 มกราคม 2566.

น้ำที่สำคัญที่สามารถนำไปใช้ประโยชน์ในยามหน้าแล้ง เช่น หนองสิม อยู่ทางทิศใต้ของหมู่บ้าน ซึ่งเป็นหนองเก่าแก่ อยู่คู่หมู่บ้านมายาวนาน

สภาพทางเศรษฐกิจ ประชาชนในเขตพื้นที่หมู่บ้านดงพิกุล ส่วนใหญ่มีรายได้จากการประกอบอาชีพเกษตรกรรมเป็นหลัก ได้แก่ การทำนา ปลูกผักเลี้ยงปลา เลี้ยงเป็ดเลี้ยงไก่ ไว้เป็นอาหาร ด้านการเลี้ยงสัตว์ที่ทำรายได้ให้เกษตรกร ได้แก่ การเลี้ยงโค กระบือ สุกร เป็ด และไก่พื้นเมือง เป็นต้น อาชีพรับจ้างทั่วไปถือเป็นอาชีพรองจากอาชีพด้านการเกษตร ชาวบ้านส่วนใหญ่เดินทางไปรับจ้างทำงานทั่วไปตามต่างจังหวัด และกรุงเทพมหานคร ทำให้มีรายได้พอสมควร ส่วนแม่บ้านก็เย็บถักเสื้อคอกะเช้า พรมเช็ดเท้า เพื่อหารายได้จุนเจือครอบครัว อาชีพค้าขาย ประชาชนส่วนหนึ่งประกอบอาชีพค้าขายควบคู่ไปกับการเกษตร จะเป็นการค้าขายของเบ็ดเตล็ด เล็ก ๆ น้อย ๆ ภายในบ้าน ผลผลิตหรือสินค้าบริการที่สำคัญของหมู่บ้าน ได้แก่ พรมเช็ดเท้า เสื้อคอกะเช้า ข้าวหอมมะลิ ข้าวโพด ถั่วลิสง ผักสวนครัวปลอดสารพิษ เป็นต้น

สภาพทางสังคม ภายในหมู่บ้านดงพิกุล มีวัด 3 วัด คือ 1. วัดดงพิกุล 2. วัดเทพธิดาวราราม 3. วัดป่าโชคระดาศรัทธาธรรม มีโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น/ขยายโอกาส 1 แห่ง คือ โรงเรียนบ้านดงบัง (พิกุลศึกษาคาร) โดยเปิดสอนตั้งแต่ชั้นอนุบาล – มัธยมศึกษาตอนต้น (ม.3) ปัจจุบัน มี ส.อ.จักรินทร์ จุลสม เป็นผู้อำนวยการโรงเรียนประเพณีและวัฒนธรรมบ้านดงพิกุล ประชากรส่วนใหญ่นับถือศาสนพุทธาซึ่งมีวัฒนธรรมประเพณีเป็นขนบธรรมเนียมของชาวอีสาน ที่ถือปฏิบัติสืบต่อกันมาเป็นเอกลักษ์ของท้องถิ่น ดังนี้

1. ทำบุญวันขึ้นปีใหม่ ทำบุญตักบาตร ไหว้พระสวดมนต์ ฟังพระธรรมเทศนา
2. บุญข้าวจี่ จัดทำข้าวจี่เพื่อไปทำบุญที่วัด
3. บุญผะเหวด แห่กัณฑ์หลอน ฟังเทศน์มหาชาติ
4. สงกรานต์ รดน้ำดำหัวแสดงมุทิตาจิตต่อผู้สูงอายุ , เล่นสาดน้ำ และการละเล่นต่างๆ
5. บุญบั้งไฟ แข่งขันบั้งไฟ, จัดขบวนแห่บั้งไฟบูชาพระยาแถน และการละเล่นต่างๆ
6. สารทไทย ทำบุญถวายสังฆทานกับญาติผู้ล่วงลับไปแล้ว
7. เข้าพรรษา ทำบุญตักบาตร เวียนเทียนรอบอุโบสถ ไหว้พระสวดมนต์ เจริญจิตภาวนา
8. ออกพรรษา ตักบาตรเทโว เวียนเทียนรอบอุโบสถ ไหว้พระสวดมนต์ เจริญจิตภาวนา
9. บุญกฐิน ทอดถวายผ้ากฐิน เครื่องบริวารกฐิน ทำบุญตามกาลทาน ฟังพระธรรมเทศนา
10. ลอยกระทง บูชาพระแม่คงคา ตามแหล่งน้ำสาธารณะของหมู่บ้าน และการละเล่นต่างๆ

การคมนาคม

บ้านดงพิกุล มีเส้นทางในการคมนาคม ใช้เส้นทางกลางหมู่บ้าน ถนนส่วนใหญ่เป็นถนนคอนกรีตเสริมเหล็ก และถนนลาดยาง เชื่อมต่อหมู่บ้านและตำบลอื่นๆ

2.1.1 ประวัติความเป็นมาของบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด

บ้านดงพิกุล เดิมที ชื่อว่าบ้านดงบัง ตำบลพระธาตุ อำเภอธวัชบุรี จังหวัดร้อยเอ็ด ต่อมาได้แยกเขตการปกครองออก เป็นกิ่งอำเภอเชียงขวัญ ได้ชื่อว่า บ้านดงบัง หมู่ที่ 4 ตำบลพระเจ้า กิ่งอำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด โดยมีนายบุญตา แมนสถิตย์ เป็นผู้ใหญ่บ้านในสมัยนั้น ต่อมา กิ่งอำเภอเชียงขวัญ ได้ขึ้นสถานะเป็นอำเภอเชียงขวัญ เลยแยกหมู่บ้านออกเป็น 2 หมู่บ้าน และได้ตั้งชื่อหมู่บ้านขึ้นมาใหม่คือ บ้านดงพิกุลหมู่ที่ 5 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด โดยมี นายสมศรี ขำขมเขตต์ เป็นผู้ใหญ่บ้าน ต่อมา บ้านดงพิกุลได้แยกเขตการปกครอง ออกเป็น 2 หมู่ จากเดิมที่มีหมู่ที่ 5 และได้ตั้งเพิ่มขึ้นมาอีก คือ หมู่ที่ 11 คือ บ้านดงพิกุล หมู่ที่ 11 โดยมีนายตุ่น แน่นอุดร เป็นผู้ใหญ่บ้าน ประมาณปี พ.ศ. 2534 ปัจจุบันมี 2 หมู่ คือ บ้านดงพิกุล หมู่ที่ 5 มีนายธงไชย ตามภิบาล เป็นผู้ใหญ่บ้านคนปัจุบัน และ บ้านดงพิกุล หมู่ที่ 11 มีนายบุญเรือง แมนสถิตย์ เป็นผู้ใหญ่บ้านคนปัจจุบัน[2]

2.1.2 สิ่งสำคัญของบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด

1. การศึกษา เดิมทีบ้านดงพิกุลไม่มีโรงเรียน แต่ก่อนก็อาศัยวัดบ้านดงพิกุล ใช้เป็นสถานอบรม บ่มเพาะ ในด้านจริยธรรม บรรยายธรรม เทศนาสั่งสอนให้เด็กๆ และเยาวชน ตลอดถึงคนเฒ่าคนแก่ เรื่อยมา ต่อมาได้ตั้งโรงเรียนขึ้นที่บ้านดงพิกุลชื่อว่า โรงเรียนบ้านดงบัง (พิกุลศึกษาคาร) ได้เปิดทำการสอน ในระดับประถมศึกษา ต่อมาได้ขยายโอกาส ถึงระดับมัธยมศึกษาตอนต้น (ม.3.) และได้ทำการเรียนการสอนเรื่อยมาจนถึงปัจจุบัน

2. ด้านการปกครอง บ้านดงพิกุล ได้แบ่งเขตการปกครองออกเป็น 2 หมู่ คือ ดงพิกุลหมู่ที่ 5 โดยมีประชากรทั้งหมด 119 ครัวเรือน มีนายธงไชย ตามภิบาล เป็นผู้ใหญ่บ้านคนปัจจุบัน และดงพิกุลหมู่ที่ 11 โดยมีประชากรทั้งหมด 113 ครัวเรือน มีนายบุญเรือง แมนสถิตย์ เป็นผู้ใหญ่บ้านคนปัจจุบัน ประชากรในหมู่บ้าน ส่วนใหญ่มีการปกครองแบบเรียบง่าย ประชากรอยู่กันแบบญาติๆพี่ๆน้องๆเป็นส่วนใหญ่

ที่ผ่านมามีผู้นำ ฝ่ายปกครอง คือผู้ใหญ่บ้านทั้งหมด 7 คน เรียงตามลำดับ[3] ดังนี้

1. นายบุญตา แมนสถิตย์ (ดงบัง ม. 4 ในสมัยนั้น)
2. นายสมศรี ขำขมเขตต์ (ดงพิกุล ม. 5)
3. นายปั่น ประทุมดวง (ดงพิกุล ม.5)

---

[2] สัมภาษณ์ นายบุญเรือง แมนสถิตย์ ผู้ใหญ่บ้าน บ้านดงพิกุล หมู่ 11 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 25 มกราคม 2566.

[3] สัมภาษณ์ นายตุ่น แน่นอุดร อดีตผู้ใหญ่บ้าน บ้านดงพิกุล หมู่ 11 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 25 มกราคม 2566.

4. นายตุ่น แน่นอุดร (ดงพิกุล ม. 11)

5. นายสว่าง เรืองศักดิ์ (ดงพิกุล ม. 5)

6 .นายบุญเรือง แมนสถิตย์ (ดงพิกุล ม. 11)

7. นายธงชัย ตามภิบาล (ดงพิกุล ม. 5)

3. ด้านศาสนสถาน บ้านดงพิกุล ประชากรส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ สิ่งจรรโลงจิตใจของชาวพุทธ ก็คือวัดวาอาราม โดยมีวัดทั้งหมด 3 วัด ดังนี้

1. วัดบ้านดงพิกุล สังกัดคณะสงฆ์ มหานิกาย โดยมีพระพรมรินทร์ โชติวโร เป็นเจ้าอาวาส

2. วัดเทพธิดาวราราม สังกัดคณะสงฆ์ มหานิกาย โดยมีพระหวาน อินทาโก เป็นเจ้าอาวาส

3. วัดป่าโชคระดาศรัทธาธรรม สังกัดคณะสงฆ์ ธรรมยุต โดยมีพระมหาชินวัฒน์ โชติธมฺโม เป็นเจ้าอาวาส

นอกจากจะมีวัดวาอารามแล้ว ยังมีสิ่งที่เป็นที่พึ่งให้กับชาวพุทธอีกอย่างก็คือ ดอนปู่ตา ที่ชาวบ้านให้ความนับถือ ทุกปีชาวบ้านจะนำอาหารคาวหวานรวมทั้งผลไม้ต่างๆ พานบายศรี ธูปเทียนดอกไม้ มาทำพิธีเซ่นไหว้บวงสรวงเป็นประจำทุกปี

2.2 ปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล

สุราเมรัยคือเครื่องดื่มที่มีเอทิลแอลกอฮอล์เป็นส่วนประกอบ ที่สำคัญโดยแอลกอฮอล์นี้มีฤทธิ์กดระบบประสาทส่วนกลาง ผู้ดื่มในปริมาณไม่มากรู้สึกผ่อนคลาย เนื่องจากแอลกอฮอล์ไปกดจิตใต้สำนึกที่คอยควบคุมตนเอง ทำให้กล้าแสดงออกมากขึ้น[4] แต่มื่อดื่มมากขึ้นก็จะกดสมองบริเวณอื่นๆ ทำให้เสียการทรงตัว พูดไม่ชัด จนแม้กระทั่งหมดสติในที่สุด สุรานี้เป็นสิ่งที่มีโทษต่อสุขภาพและเป็นภัยต่อสังคม[5] เมื่อดื่มเข้าไปแล้วจะทำให้เสียสติขาดการควบคุมตนเองเป็นเหตุก่อให้เกิดปัญหาอาชญากรรมและ การทำความผิดต่างๆ เช่น การฆ่ากัน ทำร้ายร่างกาย การข่มขืนกระทำชำเรา การกระทำอนาจาร การลักทรัพย์ หรือการกระทำอันเป็นเหตุทำให้ประมาท เช่น ขับขี่ยานพาหนะและเกิดอุบัติเหตุต่างๆเป็นต้น เหล่านี้เป็นปัญหาที่ค่อยๆรุมเร้ากัดกร่อนความเป็นสังคมที่ดีให้เสื่อมถอยลงไปทุกวัน สุราได้ก่อให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพต่อบุคคล ครอบครัว สังคม เป็นผลให้เกิดอุบัติเหตุและ

---

[4] สัมภาษณ์ นายภาสกร สีทาหล่อน ชาวบ้านทั่วไป บ้านดงพิกุล หมู่ 5 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 5 มกราคม 2566.

[5] สัมภาษณ์ นายธงไชย ตามภิบาล ผู้ใหญ่บ้าน บ้านดงพิกุล หมู่ 5 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 5 มกราคม 2566.

อาชญากรรม ในขณะเดียวกันสังคมไทยกำลังถูกสุราคืบคลานแทรกซึมเข้าไปทุกเพศทุกวัยโดยไม่รู้ตัว ยกตัวอย่างปัญหาที่เกิดขึ้นภายในครอบครัว ปัญหาความระหองระแหงความ ทะเลาะเบาะแว้งของสามีภรรยาอันมีสุราเป็นต้นเหตุนั้น ย่อมส่งผลกระทบต่อลูกที่ต้องมา รองรับปัญหาดังกล่าว อย่างที่เป็นข่าวตามหน้าหนังสือพิมพ์ โทรทัศน์ และสื่อออนไลน์ต่างๆ ซึ่งประสบปัญหาทางครอบครัว โดยเฉพาะปัญหา ความรุนแรงที่มีสาเหตุหลายอย่าง เช่น สามี ดื่มเหล้า เล่นการพนัน ไม่รับผิดชอบครอบครัว ทุบตีภรรยา ทำให้เกิดปัญหาต่อร่างกาย จิตใจ นั่นถือได้ว่า เป็นปัญหาที่ ก่อให้เกิดความเจ็บปวดกับใครหลายคน โดย เฉพาะตัวภรรยาที่สามีติดสุรา ที่ต้องแบกรับภาระในการต้องรับผิดชอบครอบครัวทุกวิถีทาง อันเป็นนิสัยของผู้หญิงที่ส่วนใหญ่จะ มีมาก โดยเฉพาะการต้องรับภาระในการส่งเสริมให้ลูกได้มีการศึกษาและการเป็นอยู่ที่ดีให้ทัดเทียมกับเพื่อนบ้านคนอื่นเขา

ปัญหาการดื่มสุราเมรัย หรือบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของชาวบ้านดงพิกุลนั้น สุราหรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์[6] ซึ่งเป็นสิ่งเสพติด หากดื่มเข้าไปแล้วนอกจากไม่มีประโยชน์ต่อร่างกายแล้ว ยังเป็นปัจจัยสำคัญที่ก่อให้เกิดปัญหาต่างๆมากมาย ดังนี้

2.2.1 ปัญหาด้านสังคม

1. ความรุนแรงในครอบครัวที่มีผู้ดื่มสุราเมรัย หรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ สังคมครอบครัว โดยเฉพาะปัญหา ความรุนแรงที่มีสาเหตุหลายอย่าง เช่น สามี ดื่มเหล้า เล่นการพนัน ไม่รับผิดชอบครอบครัว ทุบตีภรรยา ส่งผลต่อความผูกพันในครอบครัวจาก สภาพครอบครัวที่ไม่มีความสุข[7] ขาดการ สื่อสารที่เหมาะสมในครอบครัว ขาดการ แสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมของบุคคล ในครอบครัว ขาดความรักความเข้าใจต่อกัน ในครอบครัว หรือบางรายที่ครอบครัวมีการ เสพสุราและมีปัญหาการใช้ความรุนแรง หรือ ได้รับความบอบช้ำทางจิตใจจากการถูกทารุณกรรมทางกายและทางเพศ มีผลทำให้ลูกที่เป็น เยาวชนมีอารมณ์ซึมเศร้า วิตกกังวล มองโลก ในแง่ร้าย ดื้อดึง เกเรขาดการควบคุมตนเอง มี บุคลิกต่อต้านสังคม ก้าวร้าว ไม่ปฏิบัติตาม ที่ดีหรือขาดหน้าที่ประชากรที่ควรทำต่อสังคม หรือขาดหน้าที่ลูกบ้านที่พึงใส่ใจกับ ชุมชนของตนเอง อย่างเช่น เมื่อชุมชนมี กิจกรรมที่ต้องการความร่วมมือร่วมใจสร้าง ประโยชน์ให้เกิดแก่ชุมชน ก็หวังพึ่งพาอาศัยไม่ได้ ไม่ว่าจะเป็นการอาศัยด้านเรี่ยวแรง กำลังกาย หรือการสนับสนุนทางด้านแรง สติปัญญา หรือด้านแรงใจ เพราะสุรานั้นได้ บั่นทอนกำลังเหล่านั้น แล้วส่งผลกระทบด้านสุภาพจิตและชีวิตบุคคลใน ครอบครัว ทั้งคู่ครอง บุตร และ

---

[6] สัมภาษณ์ นางดวงจันทร์ ทิพย์สนเท่ห์ อสม. บ้านดงพิกุล หมู่ 11 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 5 มกราคม 2566.

[7] สัมภาษณ์ นายสว่าง เรืองศักดิ์ ปราชญ์ชุมชน บ้านดงพิกุล หมู่ 5 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 5 มกราคม 2566.

ญาติมิตรที่ได้รับ โดยเฉพาะการก่อความรุนแรงในครอบครัว[8] เป็น พฤติกรรมในเชิงล่วงละเมิด ขู่เข็ญ ทำร้ายคน ในครอบครัว เช่น ใช้กำลังทำร้ายทุบตีภรรยา ทำร้ายจิตใจ เช่น การนอกใจภรรยา ด่าทอ ดูถูกเหยียดหยาม ทำให้อับอาย เศร้าเสียใจ มึนตึงไม่พูดด้วย ตลอดจนการปิดกั้นโอกาสทาง สังคม ไม่ให้ติดต่อกับเพื่อน ญาติพี่น้อง หรือ สังคมภายนอก มีการล่วง ละเมิดทางเพศในรูปแบบต่างๆ เช่น การ ข่มขืนบังคับใจภรรยาให้มีเพศสัมพันธ์แบบวิตถาร เป็นต้น ราชบัณฑิตสถาน ได้ให้ความหมายของครอบครัว หมายถึง ผู้ร่วมครัวเรือน คือสามี ภรรยา และบุตร เป็นต้น เป็นที่ทราบกันดีว่า ครอบครัวคือสถาบันครอบครัว หากได้วางแผน วางเป้าหมายที่ดีแล้ว ก็จะทำให้ครอบตรัวนั้นมีตามเป็นอยู่ที่ดีและความสุข รวมถึงประเทศชาติมั่นคงไปด้วย[9]

2. ก่อเหตุทะเลาะวิวาท เกิดการทะเลาะเบาะแว้งทำร้ายร่างกาย ถ้าพ่อหรือแม่ดื่มเครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์ แน่นอนว่าครอบครัวย่อมหาความสงบได้ยากเพราะเมื่อแอลกอฮอล์เข้าปากสติยั้งคิดก็ไม่เต็มร้อยความ อดทนต่อสิ่งต่าง ๆ ลดลงการทะเลาะวิวาทเกิดขึ้นได้ง่ายเรื่องเล็กกลายเป็นเรื่องใหญ่มีการทุบตีทำร้าย กันจนบาดเจ็บทั้งร่างกายและจิตใจและผู้ได้รับผลกระทบอย่างเต็มที่ก็คือลูกซึ่งเมื่อเขาเติบโตไปในวัน ข้างหน้าเขาจะเกิดความเคยชินกับพฤติกรรมทำนองนี้และดูดซับความรุนแรงเอาไว้ในบุคลิกภาพของ ตนเอง

3. เกิดอุบัติเหตุ ดื่มแล้วเจ็บตายสร้างภาระหนักต่อระบบบริการสุขภาพ ด้านสาธารณสุข จากการรวบรวมสถิติผู้ ประสบอุบัติเหตุบนท้องถนนพบว่าในภาวะปกติร้อยละเกี่ยวข้องกับการ “เมาแล้วขับ” และเพิ่มเป็น ร้อยละ 60-65 ในช่วงเทศกาลเมื่อคำนวณเฉพาะค่าวัสดุสำหรับการรักษาพยาบาลผู้ป่วยหนักกลุ่มนี้ พบว่าต้องเสียค่าใช้จ่ายประมาณ 3,000-10,000 บาทต่อรายและใช้จ่ายจะเพิ่มเป็น 3 เท่าสำหรับ การรักษาในโรงพยาบาลเอกชน อย่างไรก็ตามสถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนาประเทศไทยได้วิเคราะห์ไว้ว่าหากสามารถลด อุบัติเหตุจราจรคนเมาได้ร้อยละ 50 จะลดจำนวนผู้เสียชีวิตได้ปีละ 2,900 รายและลดการบาดเจ็บ ได้ปีละ 29,625 ราย ตัวเลขดังกล่าวบอกให้เราทราบว่าถ้าเราไม่ประมาทจนบาดเจ็บ หรือ ล้มตาย ทุกคนก็จะช่วยประหยัดเงินของชาติ 13, 975 ล้านบาท[10]

---

[8] สัมภาษณ์ นายสมัย ไชยคิรินทร์ ปราชญ์ชุมชน บ้านดงพิกุล หมู่ 5 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 5 มกราคม 2566.

[9] ราชบัณฑิตยสถาน, *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน* (กรุงเทพมหานคร : อักษรเจริญทัศน์, 2525), หน้า 168.

[10] ศิริลักษณ์ นัยกิจ, “ปัจจัยที่มีความรู้สัมพันธ์กับพฤติกรรมการดื่ม เครื่องดื่มอแลกแฮอล์ของประชาชน ตำบลไร่น้อย อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี*”, วารสารสำนักงานป้องกันควบคุมโรค 10*, ปีที่ 14 ฉบับที่ 2 (กรกฎาคม-ธันวาคม 2559), : 16-32.

2.2.2 ปัญหาด้านกฎหมาย

กรณีผู้ขับขี่ยานพาหนะ ดื่มสุราหากฝ่าฝืนขับขี่ ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกิน 1 ปีหรือปรับตั้งแต่ 10,000 บาท ถึง 20,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ ถ้าผู้ขับขี่เมาสุรา เป็นเหตุทำให้ผู้อื่นได้รับอันตราย ต่อร่างกาย และจิตใจหรือถึงแก่ความตาย มีบทลงโทษ ดังนี้

1. ทำให้ผู้อื่นได้รับอันตรายต่อร่างกายและจิตใจ โทษจำคุก1-5 ปี ปรับ 20,000 บาท - 100,000บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ พักใช้ใบอนุญาตขับขี่ไม่น้อยกว่า 1 ปี หรือเพิกถอน

2. ทำให้ผู้อื่นได้รับอันตรายอย่างสาหัส โทษจำคุก 2-6 ปีปรับ 40,000 บาท -120,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ พักใช้ใบอนุญาตขับขี่ไม่น้อยกว่า 2 ปี หรือเพิกถอน

3. ทำให้ผู้อื่นถึงแก่ความตาย โทษจำคุก 3-10 ปี ปรับ60,000 บาท – 200,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ เพิกถอนใบอนุญาตขับขี่

2.2.3 ปัญหาด้านสาธารณสุข

สุราก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพหลากหลายทั้งความเจ็บป่วย โรคภัยและบาดเจ็บต่างๆ[11] และยังเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดโรคมะเร็งในช่องปาก หลอดอาหารและกล่องเสียง หากดื่มสุราเป็นเวลานานและมากเกินไป ทำให้เกิดโรคพิษสุราเรื้อรัง โรคตับแข็ง หรือตับอ่อนอักเสบได้ การดื่มสุรายังเป็นอันตรายต่อทารกในหญิงมีครรภ์[12] ยิ่งไปกว่านั้น ปัญหาความเจ็บป่วยที่พบบ่อย เช่น ความดันโลหิตสูง กระเพาะอาหารอักเสบ เบาหวาน และความผิดปกติของเส้นเลือดในสมองบางชนิด หรือแม้แต่ การเจ็บป่วยทางจิตใจ เช่น โรคซึมเศร้ามักจะกำเริบ ทำให้สุขภาพแย่ลง หลังการดื่มสุราเพียงเล็กน้อย เป็นครั้งคราวก็ตาม นอกจากนั้นการดื่มสุรามากเกินไป ยังเป็นสาเหตุทำให้เกิดอุบัติเหตุบนท้องถนน การตกจากที่สูง หรืออุบัติเหตุจากการทำงาน โดยความเสี่ยงจากการดื่มสุรามากน้อยขึ้นอยู่กับพฤติกรรมของผู้ดื่มเข้าไป เป็นต้น

2.3 สาเหตุของการดื่มสุราเมรัย

สุราหรือเหล้าเป็นคำเรียก “น้ำเมา” ชนิดต่าง ๆ ที่นิยมบริโภคกันมากแทบทุกสังคม เพราะทำให้ผู้ดื่มสุรามักเข้าใจว่าตนมีความกล้าหาญและ มักแสดงออกในลักษณะท่าทางต่าง ๆ กันออกไป เช่นบางคนก็เอะอะโวยวาย บางคนก็นิ่งเงียบบางคนก็ร้องไห้บางคนก็เผลอหลับไปก็มี [13]ประวัติของ

---

[11] สัมภาษณ์ พระสุภาพ โชติวโร, เจ้าอาวาสวัดดงพิกุล บ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 15 มกราคม 2566.

[12] สัมภาษณ์ นายเกียรติศักดิ์ เทพบำรุง, ปราชญ์ชุมชน บ้านดงพิกุล หมู่ 5 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 15 มกราคม 2566.

[13] สัมภาษณ์ นายเฉลิมศักดิ์ พิรุณสุนทร, ปราชญ์ชุมชน บ้านดงพิกุล หมู่ 11 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 15 มกราคม 2566.

สุราในทางประวัติศาสตร์เล่ากันว่ามีความเป็นมากว่า7พัน ปีและมีพัฒนาการในประเทศไทยประมาณสมัยรัชการที่ 1 เป็นต้นมาถึงปัจจุบันโดยแบ่งสุราเป็น หลายประเภทเช่นสุราขาวสุราแดงไวน์เบียร์เป็นต้นและให้ผลที่แตกต่างกันออกไปด้านแรงจูงใจของ การดื่มสุราก็เนื่องมาจากความอยาก หรือ ตัณหาได้แก่อยากในกลิ่นและรสของสุราตลอดจนฤทธิ์ที่ สุราปรากฏหลังดื่มไปแล้วแต่แรงจูงใจนั้นสามารถหยุดยั้งการดื่มสุราได้หากผู้ประสงค์จะเลิกสุราก็พึง ใช้ฉันทะการพากเพียรทำความดีต่างๆสุราที่นิยมดื่มกันของประชาชนในทุกวันนี้ทั้งในเมืองและนอกตัวเมือง คือ สุราขาวหรือ 40 ดีกรีโดยเฉพาะผู้ชายในชนบทเนื่องจากราคาไม่แพงมากนักส่วนใหญ่ผู้ชายในตัวเมืองมักนิยมดื่มสุราแดงหรือเหล้าแดงซึ่งมีหลายยี่ห้อส่วนสุราต่างประเทศก็มีการดื่มเฉพาะของคนบางกลุ่มเช่น ทหาร ตำรวจและข้าราชการระดับสูงเท่านั้น เนื่องจากราคาแพงกว่ากันมากกว่าครึ่ง เครื่องดื่มประเภทเบียร์ก็มีขายกันมากหลายยี่ห้อ เช่นกันทั้งของไทย และของชาติที่เป็นที่รู้จักกันนอกจากนั้นก็ยังมียาดอง เหล้าที่ขายกันเกลื่อนเมืองเนื่องจากเชื่อกันว่าเป็นยาบำรุงร่างกายทำให้เจริญอาหารอยู่ไฟง่ายรสชาติ ไม่แรงเหมือนสุราโดยตรง[14]

สุราเมรัยหรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ถือเป็นน้ำเมาที่อยู่คู่กับสังคมไทยมาอย่างยาวนานตั้งแต่สุโขทัย อยุธยา จนมาถึงปัจจุบัน สุราเมรัยเข้ามามีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตของสังคมเมืองและขยายสู่สังคมน้อยใหญ่ มีวิวัฒนาการเปลี่ยนแปลงรูปแบบ ด้วยมันสมองภูมิปัญญาของมนุษย์ที่สร้างมันขึ้นมาด้วยการผลิตให้สอดคล้องกับบริบทของสังคมและเปลี่ยนแปลงเหมาะสมกับยุคสมัยเรื่อยมาจนถึงปัจจุบัน สาเหตุที่ดื่มสุราหรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พบว่าสาเหตุหลัก มี 3 สาเหตุ[15] ดังนี้

1) เพื่อเข้าสังคม งานสังสรรค์ บุญประเพณีความเชื่อแต่โบราณ เพื่อเซ่นสังเวยสิ่งศักดิ์สิทธิ์สังคมไทยก่อนที่พระพุทธศาสนาจะแพร่เข้ามาได้รับอิทธิพล เป็นอย่างมากจากลัทธิพราหมณ์ที่ถือผีและศาสนาพราหมณ์ดังนั้นจึงนิยมใช้สุราสังเวยเพราะเชื่อว่า ทั้งผีและเทวดานั้นชอบสุรา เพื่อให้เกิดภาวะทางจิตแบบเนื้อสามัญ การมีสุรามีผลต่อจิตสำนึก อารมณ์และความรับรู้ ได้ทำให้ผู้บริโภคขณะที่มึนเมามีสภาพประหนึ่งประสบภาวะกฎ้าทางจิตวิญญาณ นอกจากเชื่อกันว่า ในภาวะดังกล่าวผู้ประกอบพิธีสามารถติดต่อกับเทพหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ได้แล้ว ยังอาจทำให้เกิดฤทธิ์เกิด ญาณอีก เพื่อความเป็นสิริมงคลตามความเชื่อของสังคมไทยตั้งแต่นั้นเรื่อยมากลายเป็นประเพณีวิสัยจนถึงปัจจุบัน[16]

---

[14] วิชัย โปษยะจินดา และคณะ. สุราในสังคมไทย : ผลการศึกษาโครงการศึกษาปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพื่อหามาตรการทางเลือกป้องกันแก้ไข, (กรุงเทพมหานคร : ศูนย์วิจัยยาเสพติด สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์การแพทย์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2544), หน้า 105.

[15] พระไพศาล วิสาโล, *ประวัติศาสตร์บริโภคสุราในประเทศไทย*, (กรุงเทพมหานคร : คณะกรรมการระบาดวิทยาแห่งชาติสถาบันวิจัยสาธารณสุขไทย มูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติ, 2536), หน้า 7-8

[16] พระไชยา ปสนฺโน (อ้วนแก้ว), “เรื่องศึกษาปัญหาการดื่มสุราของประชาชนตามโครงการหมู่บ้านรักษาศีล 5 อำเภอบึงโขงหลง จังหวัดบึงกาฬ”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), 2564, หน้า 75 -77.

ปัจจัยที่เกี่ยวกับการดื่มสุราครั้งแรก และการคงการเป็นผู้ดื่มสุรา อย่างต่อเนื่องนั้น มีจำนวนมากที่เกี่ยวเนื่องกับค่านิยมที่ใช้สุราเป็นสื่อสัมพันธ์ทางสังคม โดยเห็นว่า การดื่มสุรารวมกันมีความหมายถึงการเป็นสมาชิกกลุ่มสังคมเดียวกัน มีระดับความสัมพันธ์ที่เป็น กันเอง จริงใจต่อกัน และยังมีความเชื่อว่า สุราเป็นยาบำรุงสุขภาพ ทำให้เลือดลมไหลเวียนดีทำให้มี กำลังวังชา ทำให้มีบุคลิกภาพที่น่าเชื่อถือ ผ่อนคลายความตึงเครียด นอนหลับพักผ่อนดี ลืมเหตุการณ์ต่างๆได้ดี ทำให้มีเพื่อนมาก กล้าทำพฤติกรรมที่ไม่เคยกล้า ทำได้เกิดความสนุกสนาน ซึ่งความเชื่อเหล่านี้ทำให้เกิดความสบายใจ ไม่เกิดความวิตกกังวลใด ๆ ที่จะแสดงพฤติกรรมออกมา

2) ตามอย่างเพื่อน หรือเพื่อนชวนดื่ม การดื่มสุราเมรัย สามารถสร้างความสนุกได้แค่ชั่วครั้งชั่วคราว แต่หลายคนก็ติดใจกับความสนุกดังกล่าว หรือบางคนก็ใช้เหล้า เป็นที่ระบาย เมื่อรู้สึกเครียดกับปัญหารอบตัว และการเริ่มต้นดื่มเหล้าแก้วแรก ก็สามารถนำพาให้ผู้ดื่มนำตัวไปสู่การติดเหล้าได้ไม่ยาก และจุดเริ่มต้นของแต่ละคนในการดื่มจนกลายเป็นคนติดสุรานั้น มีด้วยกัน สิ่งที่คนรอบข้างต้องทำความเข้าใจหาวิธีที่จะแก้ไขไปด้วยกันลงมาส่วนใหญ่สาเหตุที่อยากดื่มเพราะต้องการทดลองดื่ม ส่วนใหญจะเป็นนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษา ตอนปลายหรือชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) หลังจากนั้นก็จะเป็นการดื่มตามเพื่อน ๆ ในวัยเรียน ระดับประกาศนียบัตรชีพชั้นสูง (ปวส.) จนถึงอุดมศึกษาซึ่งทั้งหมดนี้จะเป็นนักเรียนชายเป็นส่วนใหญ่ ส่วนนักเรียนหญิงก็มีอยากลองดื่มบ้างโดยเริ่มหัดดื่มในเทศกาลต่าง ๆ เช่นเทศกาลปีใหม่เทศกาลวัน สงกรานต์และเทศกาลในวันตามประเพณี [17] ดังคำกล่าวที่ได้ยินใน หมู่ผู้ดื่มว่า “กินเหล้า ย้อมใจ” ช่วยให้มดลูกเข้าอู่เร็วขึ้น สุราช่วยให้กินข้าวได้ และ เชื่อว่า สุราเป็นยาบำรุงสุขภาพ ทำให้ เลือดลมไหลเวียนดีทำให้มีกำลังวังชา ส่วนค่านิยม ทางสังคม คือ สามารถบ่งบอกถึงสภาพทางสังคม เศรษฐกิจของผู้ดื่มได้ด้วย เช่น สุรา ขาว เป็นสุขของชนชั้นล่างที่มีระดับทางเศรษฐกิจต่ำ แต่สุรา ต่างประเทศ สุราสีเป็น สุราของชนชั้นสูง หรือฐานะทางเศรษฐกิจดีการดื่มสุราร่วมกันมีความ หมายถึง การ เป็นสมาชิกกลุ่มสังคมเดียวกัน มีระดับความสัมพันธ์ที่เป็นกันเอง จริงใจต่อกัน และ ช่วย ให้มีเพื่อนฝูงในสังคม นำไปสู่การพึ่งพาอาศัยการช่วยเหลือจุนเจือกันในสังคม

บางกรณีสุรานั้นได้เพิ่มพลังคึกคะนองให้แก่ผู้ดื่ม โดยเฉพาะวัยรุ่น เมื่อวัยรุ่นได้ดื่มสุราเข้าไปแล้วมักจะมี การมั่วสุม มีการเที่ยวเตร่ ขับรถจักรยานยนต์ ออกไปเที่ยวยามค่ำคืน สร้างความรำคาญให้ เกิดแก่บุคคลทั่วไป และเป็นสาเหตุให้เกิด อุบัติเหตุตามท้องถนน บางครั้งก่อคดีขับรถ ชนคนอื่นถึง

---

[17] วิชัย โปษยะจินดา และคณะ, *สุราในสังคมไทย : ผลการศึกษาโครงการศึกษาปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพื่อหามาตรการทางเลือกป้องกันแก้ไข*, หน้า 116.

ขั้นเสียชีวิตก็มีและมีเหตุการณ์ทัด แงะลักขโมยมากขึ้น ความไม่ปลอดภัยย่อมเกิดแก่บุคคลที่อยู่ในสังคมทั้งๆที่ไม่ต้องการ[18]

3) อยากทดลองดื่ม ด้วยฤทธิ์ของแอลกอฮอล์ทำให้ผู้ดื่มมีอารมณ์ความรู้สึกที่ดี ลดความวิตกกังวลเฉพาะหน้า ใช้ช่วยแก้ปัญหาโรคนอนไม่หลับ หรือเมื่อเกิดเหตุการณ์วิกฤติในชีวิตก็จะดื่มสุรา เพราะสุราช่วย ลดความเคร่งเครียดที่เกิดจากการทำงาน[19] บางรายดื่มเพื่อบรรเทาความ เจ็บปวด หรือช่วยให้นอนหลับ หรือค่านิยมการดื่มเพื่อให้กล้าทำบางสิ่งบางอย่าง ดังคำกล่าวที่ได้ยิน ในหมู่ผู้ดื่มว่า “กินเหล้าย้อมใจ” นอกจากนี้ยังเห็นว่าสุราช่วยให้มีเพื่อนฝูงในสังคม นำไปสู่การพึ่ง อาศัยการช่วยเหลือจุนเจือกันในสังคม ส่วนนักเรียนหญิงนิยมดื่มเพราะเชื่อว่าดื่มแล้วไม่เมาเช่นเดียวกัน ในปัจจุบันสุราถูกจัดให้มีสภาพเท่ากับฐ้าผลไม้และฐ้าอัดลม จึงทำให้การดื่มสุรา กลายเป็นเรื่องปกติทั่วๆไปสามารถดื่มได้และมีการเลือกบริโภคตามความนิยม เช่น เพศหญิงดื่มสุรา ที่เป็นรสหวาน มีแอลกอฮอล์ระดับต่างๆ เช่น ไวน์ ส่วนเพศชายจะดื่มสุราที่มีปริมาณแอลกอฮอล์ ในระดับสูงกว่า และยังสามารถบ่งบอกถึงสภาพทางสังคม เศรษฐกิจของผู้ดื่มได้ด้วยเช่น สุราขาว เป็นสุข ของชนชั้นล่างที่มีระดับทางเศรษฐกิจต่ำ แต่สุราต่างประเทศ สุราสีเป็นสุราของชนชั้นสูง หรือฐานะ ทางเศรษฐกิจดี ส่วนสาเหตุและปัจจัยที่เกี่ยวกับการดื่มสุราครั้งแรก และการคงการเป็นผู้ดื่มสุราอย่างต่อเนื่องนั้นมีจำนวนมากที่เกี่ยวเนื่องกับค่านิยมที่ใช้สุราเป็นสื่อสัมพันธ์ทางสังคม กลุ่มสังคมเดียวกัน มีระดับความสัมพันธ์ที่เป็น กันเอง จริงใจต่อกัน และยังมีความเชื่อว่า สุราเป็นยาบำรุงสุขภาพ ทำให้เลือดลมไหลเวียนดีทำให้มี กำลังวังชา ทำให้มีบุคลิกภาพที่น่าเชื่อถือ ผ่อนคลายความตึงเครียด นอนหลับพักผ่อนดี ลืมเหตุการณ์ต่าง ๆ ได้ดีทำให้มีเพื่อนมากกล้าทำพฤติกรรมที่ไม่เคยกล้าทำได้เกิดความสนุกสนาน ซึ่ง ความเชื่อเหล่านี้ทำให้เกิดความสบายใจ ไม่เกิดความวิตกกังวลใดๆ

2.4 ผลกระทบของการดื่มสุราเมรัย

ผลกระทบของการดื่มสุรา ผลกระทบอันสืบเนื่องจากการดื่มสุราในสังคมไทยปัจจุบันเป็นที่น่าวิตกและน่าเป็นห่วง อย่างยิ่งโดยเฉพาะในช่วงเทศกาลสำคัญต่าง ๆ[20] มีวันหยุดติดต่อกันหลายวัน ผู้ดื่มมักถือโอกาสเช่นนี้ดื่มกันอย่างแพร่หลายและมีความเสี่ยงต่ออันตรายในการขับขี่รถยนต์ดังจะเห็นได้จากสถิติในแต่ละปีเช่น เทศกาลวันขึ้นปีใหม่จะมีผู้เสียชีวิตจากอุบัติเหตุรถยนต์นับร้อย ๆ รายวัน

---

[18] สัมภาษณ์ นายสุนทร คำภักดี ปราชญ์ชาวบ้าน บ้านดงพิกุล หมู่ 11 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 20 กุมภาพันธ์ 2566.

[19] สัมภาษณ์ นายเบอ ไพรวัลย์ ปราชญ์ชาวบ้าน บ้านดงพิกุล หมู่ 5 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 20 กุมภาพันธ์ 2566.

[20] สัมภาษณ์ นายสงคราม ชรารัตน์ ปราชญ์ชาวบ้าน ดงพิกุล หมู่ 11 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 20 กุมภาพันธ์ 2566.

สงกรานต์ก็เช่นกันมีจำนวน ไม่น้อยกว่าปีละ 400-500 รายเลยทีเดียวสุราจึงเป็นสาเหตุหลักของการเกิดอุบัติเหตุในการเดินทาง ของประชาชนส่วนใหญ่ที่ประมาทและไม่ได้พิจารณาเห็นโทษของสุราจึงทำให้ประเทศไทยของเราต้อง สูญเสียบุคลากรที่อยู่ในวัยทำงานไปปีละไม่น้อยและสูญเสียทรัพย์สินชีวิตเสียเวลาหรืออาจจะทำให้ พิการทุพพลภาพเป็นต้นดังนั้นสุราที่ถูกดื่มเข้าไปโดยไม่มีสติของผู้ดื่มนั้นจึงทำให้เกิดผลกระทบในด้าน ต่าง ๆ ตามมา คือ ผลต่อสุขภาพร่างกายผลต่อครอบครัวผลต่อสังคมผลต่อเศรษฐกิจและผลต่อ ศีลธรรมจริยธรรมความเป็นมนุษย์ดังนั้นผู้วิจัยได้วางกรอบแนวคิดเกี่ยวกับผลกระทบของสุราใน 5 ประเด็นสำคัญด้วยกันคือผลต่อสุขภาพ, ผลต่อครอบครัว, ผลต่อสังคม, ผลต่อเศรษฐกิจและผลต่อ หลักศีลธรรมจริยธรรม[21] โดยมีรายละเอียด ดังนี้

2.4.1 ผลกระทบต่อสุขภาพ

เครื่องดื่มที่ผสมแอลกอฮอล์นั้นได้ทำร้ายตัวเองและสังคมโทษและผลเสียจากการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์นั้นในหลายมิติสรุปสถิติของผู้ที่ดื่มประจำทุกวันในปริมาณ 20.0–39.9 กรัม ของแอลกอฮอล์บริสุทธิ์หรือเทียบได้กับเบียร์1-2 ขวดต่อวัน จะมีความเสี่ยงมากกว่าผู้ที่ไม่ได้ดื่ม ในเรื่องต่าง ๆ ต่อไปนี้

(1) แท้งผู้ดื่มเสี่ยงมากกว่าผู้ไม่ดื่ม 1.76 เท่า

(2) มารดาคลอดทารกน้ำหนักต่ำเสี่ยง 1.40 เท่า

(3) มะเร็งปากและช่องปากเสี่ยง 1.85 เท่า

(4) มะเร็งหลอดอาหารเสี่ยง 2.38 เท่า

(5) มะเร็งตับเสี่ยง 3.03 เท่า

(6) มะเร็งเต้านม (อายุน้อยกว่า 45 ปี) เสี่ยง 1.41 เท่า (อายุมากกว่า 45 ปี) เสี่ยง 1.38 เท่า

(7) มะเร็งอื่น ๆ เสี่ยง 1.30 เท่า

8) ความดันโลหิตสูงเสี่ยง 2.00 เท่า

(9) ตับแข็งเสี่ยง 9.50 เท่า (10) หัวใจเต้นผิดปกติเสี่ยง 2.23 เท่า

อย่างไรก็ตามเครื่องดื่มที่ผสมแอลกอฮอล์เอธิลแอลกอฮอล์เป็นสารที่มีคุณสมบัติที่สามารถ ละลายในน้ำและในไขมันได้ดีเมื่อนำมาผสมกับน้ำหรือโซดาแล้วดื่มจะสามารถดูดซึมได้ทันที เช่นเดียวกับน้ำ ดังนั้นเมื่อดื่มแอลกอฮอล์ชนิดต่าง ๆ เข้าสู่ปากแอลกอฮอล์จะซึมผ่านเข้าสู่ร่างกาย อย่างรวดเร็วโดยแอลกอฮอล์ส่วนใหญ่จะถูกดูดซึมในกระเพาะอาหารประมาณ 20-30% ที่เหลือจะ ดูดซึมในลำไส้เข้าสู่ตับแล้วถูกย่อยเผาผลาญในตัวบางส่วนจะถูกดูดซึมเข้าสู่หัวใจและกระแสเลือด ภายในเวลาเพียง 5 นาทีและอวัยวะต่าง ๆ ทั่วร่างกายภายใน 10-20 นาทีแล้วถูกขับออกทางลม หายใจปัสสาวะและเหงื่อ

---

[21] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), *พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลธรรม*, พิมพ์ครั้งที่ 9, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2543), หน้า 207.

ดังนั้นการตรวจวัดระดับแอลกอฮอล์ในร่างกายสามารถวัดได้หลายทางทั้ง ทางลมหายใจเลือดและปัสสาวะทั้งนี้จะสามารถตรวจพบแอลกอฮอล์ในเลือดได้ภายในเวลา 5 นาที หลังจากเริ่มดื่มและเริ่มก่อให้เกิดปฏิกิริยาต่ออวัยวะทั่วร่างกายดังตัวอย่างต่อไปนี้

1) ช่องปากและลำคอ การดื่มแอลกอฮอล์จะเกิดความระคายเคืองอย่างที่นักดื่มเรียกว่า “เหล้าบาดคอ”

2) ผิวหนังและหลอดเลือด ฤทธิ์ของแอลกอฮอล์จะส่งผลให้เห็นชัดเจนตั้งแต่ผิวหนังที่เปลี่ยนไปและหลอดเลือดที่ขยายตัวจากฤทธิ์ของแอลกอฮอล์จะทำให้ผู้ดื่มหน้าแดงตัวแดงในทางตรงข้ามผู้ดื่มบางรายอาจมีอาการเส้นเลือดหดตัวทำให้หน้าซีดซึ่งเป็นอันตรายต่อชีวิตมากกว่า

3) สมอง แอลกอฮอล์มีพิษโดยตรงต่อสมองทำให้สมองขยายตัวเกิดอาการเรียกว่า “สมอง บวม”นานเข้าจะเกิดการสูญเสียของเหลวในเซลล์สมองเซลล์ลีบเหี่ยวเสื่อมและตายในที่สุด

4) หัวใจ การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้หัวใจถูกกระตุ้นเพื่อสูบฉีดโลหิตเร็วขึ้นหัวใจ จะทำงานหนักขึ้นในระยะยาวการทำงานของกล้ามเนื้อหัวใจจะแปรปรวนเมื่อหัวใจทำงานหนักขึ้นกล้ามเนื้อหัวใจจะเริ่มหนาขึ้นเกิดโรคหัวใจโตจนกระทั่งหัวใจวายหรือหัวใจล้มเหลวในที่สุด

5) กระเพาะอาหาร โรคที่พบได้บ่อยในหมู่นักดื่ม คือ โรคกระเพาะอาหารเพราะ แอลกอฮอล์แม้ในระดับความเข้มข้นต่ำเพียงร้อยละ 10 ก็ทำให้การกระตุ้นฝ่ายย่อยในกระเพาะอาหาร ส่งผลให้เกิดแผลทั้งในกระเพาะอาหารและลำไส้[22] ขณะที่แอลกอฮอล์ที่มีความเข้มข้นสูงจะทำให้เกิด อาการเยื่อบุกระเพาะอาหารอักเสบเฉียบพลันดังนั้นหากดื่มเครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์ติดต่อกันเป็น เวลานานจะทำให้มีเลือดออกในกระเพาะอาหารอาเจียนเป็นสีดำอุจจาระดำและอาการที่น่ากลัวอาจ เกิดขึ้นได้ในผู้ดื่มบางรายก็คือการฉีกขาดของเยื่อหลอดอาหารซึ่งเกิดจากการอาเจียนหรือขย้อนอย่าง รุนแรงกรณีเช่นนี้ผู้ป่วยจะอาเจียนมีเลือดปนออกมาบ่อย ๆ ทำให้เสียเลือดมากอาจต้องรักษาโดยการ ผ่าตัดเย็บรอยฉีกขาดของเยื่อบุดังกล่าว

6) ตับ แอลกอฮอล์เป็นสารพิษที่ร่างกายไม่ต้องการและถูกย่อยโดยตับ ฉะนั้น ตับซึ่งเป็นอวัยวะที่ได้รับพิษจากแอลกอฮอล์มากที่สุดเซลล์ของตับที่ถูกทำลายจะมีไขมันเข้าไปแทนที่หากถูกทำลายมากขึ้นจะทำให้เกิดการคั่งของไขมันในตับซึ่งเป็นสาเหตุแรก ๆ ของอาการตับอักเสบเมื่อเซลล์ตับตายลงถึงระดับหนึ่งจะมีการสร้างพังผืดขึ้นที่บริเวณนั้นในลักษณะคล้ายแผลเป็นทำให้เนื้อตับที่เคยอ่อนนุ่มจะแข็งตัวขึ้นเกิดอาการที่เรียกว่า “ตับแข็ง” การสูญเสียเซลล์ตับทุกเซลล์เป็นการสูญเสียที่ถาวรและไม่มีการสร้างขึ้นทดแทนเพราะฉะนั้นยิ่งเนื้อตับถูกทำลายมากเท่าใดโอกาสที่ผู้ป่วยจะเสียชีวิตยิ่งมีมากขึ้นเท่านั้น โปรดระลึกไว้เสมอว่าเซลล์ของตับถูกทำลายไปพร้อมกับทุกหยดของ

---

[22] จันทร์เพ็ญ ชูประภาวรรณ, *สุขภาพคนไทย : สถานะสุขภาพของตนไทย*, (กรุงเทพมหานคร : อุษาการพิมพ์, 2543), หน้า 38.

แอลกอฮอล์ที่ดื่มและตับต้องทำงานหนักเพื่อขจัดสารพิษแปลกปลอมออกจากร่างกายเพราะฉะนั้นถ้าไม่อยากให้ตับซึ่งเปรียบเสมือนเป็นกองบัญชาการสูงสุดต้องสูญเสียกำลังไปควรงดดื่มดีที่สุด

7) ไอคิวลดเพราะดื่มหนัก มีรายงานการวิจัยในประเทศไทยที่ระบุว่าการดื่มเครื่องดื่ม ผสมแอลกอฮอล์ตั้งแต่อายุยังน้อยทำให้ผู้ดื่มมีระดับเชาวน์ปัญญาลดลงการวิจัยดังกล่าวคือการวิจัย เรื่องความเสี่ยงของเชาวน์ปัญญาในผู้ป่วยจิตเวชสุราของโรงพยาบาลสมเด็จเจ้าพระยา[23]

8) ก่อให้เกิดโรคจิต จากการศึกษาขององค์การอนามัยโลก พบว่า 1 ใน 3 ของผู้ป่วยทางจิตในแต่ละประเทศมีสาเหตุมาจากแอลกอฮอล์สารพิษที่เกิดจากการเผาผลาญแอลกอฮอล์ในร่างกาย คือ “เตตราไฮโดรไอโสควิโนลีนส์” ซึ่งสารนี้จะเข้าไปทำลายสารเคมีในสมองที่ช่วยให้คนเรารู้สึกเป็นปกติสุขและสงบเพราะเหตุนี้คนที่ติดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จึงมักมีจิตใจและอารมณ์อ่อนไหวมีความ อดทนต่อสิ่งต่าง ๆ ลดน้อยลงขาดสมาธิสุดท้ายนำไปสู่บุคลิกภาพที่เสื่อมโทรมและมีอาการต่าง ๆ ได้แก่

(1) ผู้ที่ดื่มเรื้อรังจะมีอาการฝ่อลีบของสมองส่วนนอก (cortex) ซึ่งมีผลทำให้เกิดอาการเสื่อมทางจิต

(2) โรคจิตจากการดื่มเครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์มีหลายอาการและมักจะรักษาให้หายขาดได้ยากได้แก่โรคประสาทหลอนโรคหวาดระแวงโรคความจำเสื่อมโรคซึมเศร้าโรคหวาดกลัวผิดปกติเป็นต้น

(3) อาการทางจิตที่เกิดขึ้นในผู้ดื่มอย่างชัดเจนคือภาวะตื่นกลัวที่เรียกว่า “panicdisorder” ซึ่งอาการนี้จะนำไปสู่ภาวะแทรกซ้อนอื่น ๆ ตามมาได้แก่อาการผิดปกติของหัวใจระบบประสาทและระบบกระเพาะอาหาร

(4) โดยปกติภาวะกลัวเช่นนี้พบในอัตรา 1-2 คนจากประชากร 100 คนแต่ในกลุ่ม ผู้ดื่มจนเข้าสู่ภาวะพิษสุราเรื้อรังอัตราจะเพิ่มเป็น 13-50 คนต่อ 100 คน ซึ่งบุคคลเหล่านี้จะไม่ สามารถใช้ชีวิตตามปกติได้

9. แอลกอฮอล์ทำให้แก่เร็วหย่อนยานก่อนวัย เครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์เป็นตัวการ สำคัญที่ทำให้อวัยวะเสื่อมทั้งโดยฤทธิ์ของแอลกอฮอล์เองและฤทธิ์ของสารกระตุ้นที่ผู้ผลิตผสมซึ่งสาร เหล่านี้จะกระตุ้นให้อวัยวะสำคัญอย่างเช่นหัวใจไตสมองเป็นต้นทำงานหนักเกินกว่าปกติทำให้อวัยวะ ต่าง ๆ ในร่างกายเสื่อมสภาพก่อนเวลาอันควรหรือหยุดทำงานเมื่อขาดการกระตุ้นดังนั้นคนที่ดื่ม เครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยเฉพาะผู้ที่ดื่มจัดจึงมักดูแก่ก่อนวัยและเมื่ออายุมากขึ้นก็อาจ “หมดสภาพ”ไปได้ง่ายๆ รวมถึงการเสื่อมสมรรถภาพทางเพศก่อนวัยอันควรนั่นคือร่างกายจะหยุดการสร้างเซลล์ สืบพันธุ์ผลที่ตามมาคือเต้านมเหี่ยวรังไข่มดลูกเสื่อมสภาพเร็ว

---

[23] องค์กรเครือข่ายงดเหล้า, *ความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์*, (กรุงเทพมหานคร : สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2547), หน้า 23.

10. แม่ดื่มอันตรายส่งถึงลูกในท้อง พิษของแอลกอฮอล์สามารถส่งผ่านจากแม่ไปสู่ ทารกในครรภ์ได้อย่างง่ายดายแม้ว่าจะดื่มเพียงเล็กน้อยก็ตามและโดยเฉพาะอย่างยิ่งสำหรับทารกที่ อวัยวะต่าง ๆ ยังไม่เจริญเติบโตเต็มที่พิษของแอลกอฮอล์ก็ยิ่งส่งผลในการทำลายมากขึ้นแอลกอฮอล์มีผลกระทบต่อการสร้างอวัยวะของตัวอ่อนทารกโดยเฉพาะในระยะเวลา 6-8 สัปดาห์เพราะฉะนั้นแม่ที่เป็นนักดื่มจึงมีโอกาสสูงที่จะทำให้ทารกที่เกิดมามีความพิการของอวัยวะต่าง ๆ เช่น กระดูกหัวใจไตเป็นต้นมีร่างกายเล็กลีบแคระแกรนและมีความเสี่ยงสูงที่ลูกจะปัญญาอ่อนแต่กำเนิดแอลกอฮอล์อาจทำให้เกิดการตกเลือดหรือแท้งได้จากการศึกษากรณีผู้ป่วยแท้งบุตรพบว่าหลายรายมีประวัติดื่มยาดองเหล้าซึ่งส่วนใหญ่ใช้แอลกอฮอล์เป็นตัวทำลายแม้ว่ายาดังกล่าวจะโฆษณาว่ามีสรรพคุณในการบำรุงครรภ์ก็ตามในทางการแพทย์พบว่าแม่ที่ดื่มเครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์ขณะตั้งครรภ์จะทำให้เกิดความผิดปกติต่อลูกในครรภ์ได้อย่างมากนับตั้งแต่ก่อนคลอดคือแท้งทารกเสียชีวิตขณะคลอดหรือคลอดออกแล้วร่างกายไม่สมประกอบรวมถึงมีพัฒนาการช้าในช่วงหลังคลอด[24]

11. พิษแอลกอฮอล์ก่อให้เกิดความผิดปกติ แอลกอฮอล์สามารถทำให้เกิดความผิดปกติบางอย่างหรือครบทั้ง 10 อย่างแก่ทารกได้แก่มีน้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์ปกติปากแหว่งเพดานโหว่ดวงตาและกรามมีขนาดเล็กกว่าปกติสมองเล็กกว่าปกติหัวใจผิดปกติแต่กำเนิดแขน-ขาเจริญเติบโตผิดปกติความสามารถในการดูดน้อยกว่าทารกปกติร้องกวนโยเย่ง่ายรูปร่างแคระแกรนนอนหลับยากระดับสติปัญญา (ไอคิว) ต่ำกว่าปกติมีผลการวิจัยในประเทศสวีเดนพบว่าถ้าแม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นประจำขณะตั้งครรภ์จะส่งผลให้ลูกมีโอกาสติดเครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์ในอนาคตได้มากกว่าเด็กธรรมดาถึง 4 เท่ากล่าวคือถ้าแม่ไม่ดื่มโอกาสที่ลูกจะเติบโตเป็นนักดื่มมีเพียงร้อยละ 2.8 แต่ถ้าแม่ ดื่มลูกในครรภ์ที่เกิดมาติดเหล้าถึงร้อยละ 10.3

12. การตายที่สัมพันธ์กับการบริโภคแอลกอฮอล์ องค์การอนามัยโลก (2004) ระบุว่าการเจ็บป่วยและเสียชีวิตก่อนวัยอันควรที่สัมพันธ์กับการดื่มสุราคือโรคทางจิตประสาท 38% การบาดเจ็บที่ไม่ได้ตั้งใจ 27% การบาดเจ็บโดยจงใจ 13% โรคระบบทางเดินอาหาร 8% โรคมะเร็งและโรคหัวใจและหลอดเลือด 7% ด้วยเหตุนี้การเสียชีวิตของประชากรโลก 5 ใน 100 คน เกิดจากเครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์และเป็นสาเหตุของโรคและการบาดเจ็บมากกว่า 60 ชนิด[25]

---

[24] องค์การเครือข่ายงดเล้า, *ความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์*, หน้า 27.

[25] ศูนย์บำบัดรักษายาเสพติดขอนแก่น, *อุบัติการณ์และแบบแผนการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของเด็กเยาวชนในสถานศึกษาภาคตะวันออกเฉียงเหนือภายหลังนโยบายคุ้มครองเด็ก*, หน้า 22.

2.4.2 ผลกระทบต่อครอบครัว

ครอบครัวไม่เพียงเป็นหน่วยสังคมแรกที่มีอิทธิพลต่อการเป็นคนดื่มหรือไม่ดื่มเครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์แต่ครอบครัวยังเป็นหน่วยสังคมที่ได้รับผลกระทบมากที่สุดจากการดื่มของคนในบ้านดังต่อไปนี้

1. เพิ่มค่าใช้จ่ายในบ้าน ในสภาพสังคมปัจจุบันแทบทุกครอบครัวสามีภรรยาต่างก็ต้องช่วยกันทำงานเพื่อเลี้ยงดูสมาชิกในครอบครัวและหาเงินเพื่อเป็นค่าใช้จ่ายที่จำเป็นในชีวิตประจำวันซึ่งก็มีอยู่มากมายจนต้องทำงานกัน “ตัวเป็นเกลียว” แทบทุกบ้านอยู่แล้วยิ่งถ้าสมาชิกคนใดคนหนึ่งในบ้านอ่านเป็นนักดื่มก็จะเพิ่มรายจ่ายขึ้นมากับสิ่งที่ไม่มีประโยชน์และสุ้ร้ายยังมีโทษอื่น ๆ ตามมาอีกมากมาย เป็นต้น

2. เกิดการทะเลาะเบาะแว้งทำร้ายร่างกาย ถ้าพ่อหรือแม่ดื่มเครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์แน่นอนว่าครอบครัวย่อมหาความสงบได้ยากเพราะเมื่อแอลกอฮอล์เข้าปากสติยั้งคิดก็ไม่เต็มร้อยความอดทนต่อสิ่งต่าง ๆ ลดลงการทะเลาะวิวาทเกิดขึ้นได้ง่ายเรื่องเล็กกลายเป็นเรื่องใหญ่มีการทุบตีทำร้ายกันจนบาดเจ็บทั้งร่างกายและจิตใจและผู้ได้รับผลกระทบอย่างเต็มที่ก็คือลูกซึ่งเมื่อเขาเติบโตไปในวันข้างหน้าเขาจะเกิดความเคยชินกับพฤติกรรมทำนองนี้และดูดซับความรุนแรงเอาไว้ในบุคลิกภาพของตนเอง

3. แอลกอฮอล์ทำลายอนาคตครอบครัวทุกด้าน จากงานวิจัยของมูลนิธิเพื่อนหญิงเรื่องแอลกอฮอล์ในฐานะปัจจัยร่วมก่อความรุนแรงในครอบครัว (2545) พบว่า เครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์ทำให้เกิดปัญหาในครอบครัว 3 ด้านคือ

(1) ปัญหาสุขภาพเช่นสมรรถภาพของร่างกายและจิตใจลดลงเพราะบาดเจ็บตาม ร่างกายจากการทุบตีคิดมากอารมณ์เสียง่ายซึมเศร้าคิดสั้นประสิทธิภาพการทำงานลดลงเป็นโรค ต่าง ๆ

(2) ปัญหาการใช้ความรุนแรงเช่นเกิดการทะเลาะเบาะแว้งด่าว่ากันด้วยถ้อยคำ หยาบคายระหว่างคนในครอบครัวเดียวกันเกิดการละเมิดสิทธิทางเพศและทำลายสิ่งของ

(3) ปัญหาทางเศรษฐกิจครอบครัวจะเริ่มมีปัญหาเรื่องรายได้ตั้งแต่ระดับไม่มีเงินเก็บ รายได้ไม่พอใช้จ่ายจนกระทั่งถึงขั้นเป็นหนี้สินในที่สุด

4. ถ้าพ่อแม่ดื่มลูกเสี่ยงเป็นโรคซึมเศร้า การเผชิญหน้ากับการทะเลาะเบาะแว้งระหว่าง พ่อแม่จากการมึนเมาทำให้เด็กเกิดความตึงเครียดด้านอารมณ์เกิดความรู้สึกหวาดกลัวตกใจโดดเดี่ยว ไม่สบายใจขณะเดียวกันพ่อแม่ที่มีความเครียดก็จะไม่สามารถตอบสนองด้านอารมณ์ให้กับเด็กได้จากการรวบรวมข้อมูลพบว่าเด็กในครอบครัวที่พ่อแม่ดื่มเครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์มีแนวโน้มจะเกิดโรคซึมเศร้ามากกว่าครอบครัวทั่วไปและเด็กมีพัฒนาการด้านการเรียนรู้ช้ามีปัญหาเรื่องการเรียน[26]

---

[26] เรื่องเดียวกัน, หน้า 23.

2.4.3 ผลกระทบต่อสังคม

องค์การอนามัยโลกคาดประมาณว่าร้อยละ 30 ของการตายจากมะเร็งหลอดอาหารโรค ตับ โรคชักอุบัติเหตุจราจรฆาตกรรมและการบาดเจ็บโดยเจตนามีสาเหตุจากการดื่มเครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์ในกลุ่มประเทศยุโรปที่มีอัตราการบริโภคพอๆกับคนไทยนั้น 1 ใน 4 ของการตายในผู้ชายอายุระหว่าง 15-29 ปีนั้น มีสาเหตุมากจากการดื่มเครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์ปัญหาจากแอลกอฮอล์ในสังคมไทยแอลกอฮอล์เป็นสาเหตุการตายอันดับหนึ่งของอุบัติเหตุจราจร (ร้อยละ 50 เกิดจากคนเมาแล้วขับรถ) นอกจากนั้นแอลกอฮอล์เป็นภาระโรค (disease burden : ตายก่อนวัยอันควรบวกสูญเสียจากการเจ็บป่วย) อันดับที่ 3 ของคนไทยในปี2542 และอันดับที่ 1 ของประชากรในประเทศกำลังพัฒนาโดยมากกว่ายาเสพติดประมาณ 5 เท่าแอลกอฮอล์เป็นสาเหตุสำคัญของปัญหาความรุนแรงในครอบครัวแอลกอฮอล์เป็นสะพานเชื่อมไปสู่ยาเสพติดเพศสัมพันธ์และอาชญากรรมแม้ว่าหน้าที่สำคัญในการเกิดมาเป็นมนุษย์ก็คือช่วยเหลือทำประโยชน์ให้กับชุมชนหรือสังคมของตัวเองและไม่ทำตัวให้เป็นปัญหาหรือสร้างภาระให้กับสังคมไม่ว่าจะโดยทางตรงหรือทางอ้อมนี่คือหน้าที่ของ “พลเมืองดี” แล้วรู้หรือไม่ว่าการดื่มแอลกอฮอล์ที่ใคร ๆ มักพูดกันว่าเป็นสิทธิส่วนตัวนั้นแต่พอดื่มจนเมา (หรือดื่มถึงขั้นเป็นโรค) ผลกระทบย่อมเกิดขึ้นเป็นวงกว้างและสร้างความสูญเสียต่อสังคมหลายประการดังตัวอย่างต่อไปนี้

1.เพิ่มภาระแก่โรงพยาบาล ในความเป็นจริงโรงพยาบาลทุกแห่งของรัฐต่างทำงานกัน หนักอยู่แล้วเพื่อรักษาผู้ป่วยที่มีจำนวนมากในแต่ละวันแต่ปรากฏว่าทุกวันนี้จำนวนผู้มารับการรักษา ในโรงพยาบาลมากขึ้นเพราะเกิดอุบัติเหตุหรือการบาดเจ็บจากการทะเลาะวิวาทดังนั้นจากการสำรวจ ในโรงพยาบาลชุมชนพบว่าผู้บาดเจ็บจากอุบัติเหตุจราจรและอุบัติภัยเพราะเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มานอนรักษาตัวนอกเวลาปกติคิดเป็นร้อยละ 90 จากผู้บาดเจ็บที่มารักษาตัวนอกเวลาทำการทั้งหมด

2. แอลกอฮอล์เป็นสาเหตุให้เกิดคดีสารพัดรูปแบบ มีการศึกษาพบว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ก่อให้เกิดความรุนแรงและอาชญากรรมประมาณร้อยละ 7 ของคดีอาญาทั้งหมดซึ่งอยู่ในรูปแบบต่าง ๆ คือ ทำให้เสียทรัพย์ 59 % ความผิดเกี่ยวกับเพศ 35 % ความผิดต่อร่างกาย 20 %

3. “ดื่มแล้วขับ” เสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุกว่าปกตินับร้อยเท่า หน่วยจัดการความรู้เพื่อ ถนนปลอดภัยคณะแพทย์ศาสตร์รามาธิบดี (จรป.) ยืนยันระดับความเสี่ยงจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อนการขับรถว่าทำให้มีโอกาสเกิดอุบัติเหตุมากกว่าปกติยิ่งถ้าระดับแอลกอฮอล์ในเลือดเข้มข้นมากเท่าใดก็ยิ่งเพิ่มโอกาสเกิดอุบัติเหตุสูงมากขึ้นเท่านั้น (1) ระดับแอลกอฮอล์ 20-40 มก.% (ประมาณไม่เกิน 1 ชั่วโมง หลังการดื่มเบียร์ 1 ขวด) จะเสี่ยงต่อการเสียชีวิตจากอุบัติเหตุมากกว่าคนที่ไม่ได้ดื่ม 3 – 5 เท่า (2) ระดับแอลกอฮอล์ 50-70 มก.% เสี่ยงต่อการเสียชีวิตเพิ่มเป็น 6-17 เท่า (3) ระดับแอลกอฮอล์100-140 มก.% เสี่ยงต่อการเสียชีวิตเพิ่มเป็น 29-240 เท่า (4) ระดับแอลกอฮอล์เกิน 150 มก.% เสี่ยงต่อการเสียชีวิตเพิ่มสูงเป็น 300 เท่า

4. เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำลายสมรรถภาพการขับรถทุกด้าน มีผลวิจัยชัดเจนชี้ให้เห็นว่าแอลกอฮอล์ทำลายความสามารถในการขับขี่ยานพาหนะในด้านต่าง ๆ ดังนี้

(1) ทำให้การมองเห็นแคบลงมัวลงเห็นภาพซ้อนในสภาพเช่นนี้ผู้ขับขี่จะรับรู้การ เคลื่อนไหวรอบตัวได้น้อยลง

(2) ทำให้การสั่งการของสมองไปยังกล้ามเนื้อช้าลงเมื่อเกิดภาวะคับขันอาจแตะเบรกได้ช้ากว่าปกติและหักรถหลบหลีกได้ช้ากว่าปกติ

(3) ทำให้ลำพองใจในลักษณะ“เห็นสิบล้อเป็นรถอีแต๋น หรือ ซาเล้งได้[27]

5. ความสูญเสียจากการ “เมาแล้วขับ” ตามปกติอุบัติเหตุทางถนน หรือ อุบัติเหตุในส่วนอื่น ๆ ก็เกิดขึ้นมากมายเป็นประจำทุกวันอยู่แล้วยิ่งถ้ามีการดื่มแล้วไปขับรถความสูญเสียก็จะยิ่งเพิ่มขึ้นในหลายๆ ส่วนเช่นมีผู้บาดเจ็บพิการและเสียชีวิตเป็นจำนวนมากขึ้นจากอุบัติเหตุรถชนกันบนถนนจากข้อมูลของกระทรวงสาธารณสุขและสถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนาแห่งประเทศไทยระบุว่าคนไทยเสียชีวิตจากอุบัติเหตุเฉลี่ยถึง 2 คนต่อชั่วโมง จากรายงานผลการศึกษาทางการแพทย์ทำให้คาดคะเนได้ว่าบ้านเรามีจำนวนคนพิการเพิ่มขึ้นปีละกว่า 4,000 คน เนื่องจากอุบัติเหตุจราจรโดยที่บางคนอาจจะยังพอทำงานช่วยเหลือตัวเองได้บ้างและอีกบางส่วนพิการมากจนสูญเสียทั้งอาชีพและรายได้ทั้งหมดถ้าหากใครเจอแบบนี้ชีวิตก็เหมือนตกนรกทั้งเป็นเลยทีเดียว[28]

6. ความรุนแรงของปัญหาจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เหตุผลของการดื่มของคน ส่วนใหญ่อาจต้องการเพียงแค่คลายเครียดและความสนุกสนานในกลุ่มเพื่อนฝูงชั่วคราวแต่ผลพวงหลังการดื่มอาจจะให้บทเรียนที่เจ็บปวดไปตลอดชีวิตการดื่มแอลกอฮอล์เป็นสาเหตุการตายอันดับ 1 ของอุบัติเหตุจราจร (ร้อยละ 50 เกิดจากคนเมาขับรถ) นอกจากนั้นการดื่มแอลกอฮอล์เป็นสาเหตุ การเจ็บป่วยอันดับ3ของคนไทยรองจากการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัยและบุหรี่เป็นสาเหตุสำคัญของปัญหาความรุนแรงในครอบครัวเป็นสะพานเชื่อมไปสู่ยาเสพติดชนิดอื่น ๆ เพศสัมพันธ์ความปลอดภัยและอาชญากรรม

7. แอลกอฮอล์กับอุบัติเหตุจากรายงานการเฝ้าระวังการบาดเจ็บรุนแรงจากอุบัติเหตุ ขนส่งในวันหยุดปีใหม่ของสำนักระบาดวิทยากรมควบคุมโรคพบว่าร้อยละ 72.7 ของผู้บาดเจ็บ รุนแรงจากยานพาหนะทุกประเภทนิยมดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อนเกิดเหตุและในปี 2547 มี ผู้บาดเจ็บรุนแรงที่มีอายุต่ำกว่า 18 ปีดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อนเกิดเหตุถึงร้อยละ 44.2 สูงกว่าปี 2546 ซึ่งมีร้อยละ 19.2

---

[27] ศูนย์บำบัดรักษายาเสพติดขอนแก่น, *อุบัติการณ์และแบบแผนการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของเด็กเยาวชนในสถานศึกษาภาคตะวันออกเฉียงเหนือภายหลังนโยบายคุ้มครองเด็ก*, หน้า 24-25-26.

[28] สำนักงานเครือข่ายองค์กรงดเหล้า, *ความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์*, (ม.ป.ท. : ม.ป.ป.), หน้า 34.

2.4.4 ผลกระทบของการดื่มสุราที่มีต่อเศรษฐกิจ

สังคมก็เหมือนครอบครัวใหญ่หากสมาชิกในบ้านสร้างปัญหาขึ้นก็ย่อมส่งผลกระทบต่อครอบครัวหรือสังคมโดยตรงเช่นกันการดื่มแอลกอฮอล์ไม่เพียงแค่เปลืองเงินส่วนตัวของผู้ดื่มเท่านั้น หากแต่ยังกระทบไปถึงเงินส่วนกลางของชาติด้วยหากคุณดื่มแล้วขับจนเกิดอุบัติเหตุดังนั้น พอสรุปความเสียหายในแง่มุมทางเศรษฐกิจได้ดังต่อไปนี้

1. ดื่มแล้วเจ็บตายสร้างภาระหนักต่อระบบบริการสุขภาพ จากการรวบรวมสถิติผู้ประสบอุบัติเหตุบนท้องถนนพบว่าในภาวะปกติร้อยละเกี่ยวข้องกับการ “เมาแล้วขับ” และเพิ่มเป็นร้อยละ 60-65 ในช่วงเทศกาลเมื่อคำนวณเฉพาะค่าวัสดุสำหรับการรักษาพยาบาลผู้ป่วยหนักกลุ่มนี้

พบว่าต้องเสียค่าใช้จ่ายประมาณ 3,000-10,000 บาท ต่อรายและใช้จ่ายจะเพิ่มเป็น 3 เท่าสำหรับการรักษาในโรงพยาบาลเอกชน อย่างไรก็ตามสถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนาประเทศไทยได้วิเคราะห์ไว้ว่าหากสามารถลด อุบัติเหตุจราจรคนเมาได้ร้อยละ 50 จะลดจำนวนผู้เสียชีวิตได้ปีละ 2,900 ราย และลดการบาดเจ็บ ได้ปีละ 29,625 ราย ตัวเลขดังกล่าวบอกให้เราทราบว่าถ้าเราไม่ประมาทจนบาดเจ็บ หรือ ตายทุกคน จะช่วยประหยัดเงินของชาติ 13, 975 ล้านบาท[29]

2. ครอบครัวสูญรายได้ลงขวดเหล้านับหมื่นล้านต่อปี ผลวิจัยภาคสนามของมูลนิธิเพื่อ หญิงเมื่อปีพ.ศ. 2546 พบว่า ค่าใช้จ่ายในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในครอบครัวที่มีผู้ดื่ม แอลกอฮอล์สูงเฉลี่ยประมาณวันละ 100-300 บาท ซึ่งเมื่อคำนวณจำนวนผู้ดื่มขั้นต่ำประมาณ 13 ล้านคน ในอัตราความถี่ของการดื่มประมาณสัปดาห์ละครั้งคิดเป็นเงินจ่ายในการดื่มเครื่องดื่ม แอลกอฮอล์ถึง 4.68 หมื่นล้านบาทในแต่ละปีซึ่งเงินจำนวนนี้สามารถนำไปให้โรงเรียนได้ประมาณ 7,000 – 20,000 แห่ง

3. เศรษฐกิจประเทศทรุดลงแต่คนดื่มแอลกอฮอล์กลับเพิ่มจำนวนมากขึ้น ข้อมูลนี้เป็นเรื่อง ที่น่าเป็นห่วงมากเมื่อปีพ.ศ. 2539 ซึ่งเป็นช่วงวิกฤตเศรษฐกิจคนไทยดื่มแอลกอฮอล์เฉลี่ยต่อคนอยู่ที่ 110.6 ลิตรต่อคนปีพ.ศ. 2544 เพิ่มเป็น 125.9 ลิตรต่อคน ซึ่งเมื่อเปรียบเทียบระหว่างปีพ.ศ. 2539-2544 ผลลัพธ์ออกมาว่าคนไทยบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้นปีละ 15 ลิตรในเวลา 5 ปีจนถึงวันนี้จำนวนคนที่ริเริ่มทดลองดื่มก็ยังเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ซึ่งนับเป็นปัญหาใหญ่เรื่องหนึ่งของ ประเทศชาติที่ต้องมาตามแก้ปัญหาผลพวงจากคนดื่มแอลกอฮอล์ดังนั้นถ้าทุกคนรักประเทศไทยรัก สังคมรักครอบครัวและรักตัวเองก็ไม่ควรเกี่ยวข้องหรือตกเป็นทาสของเครื่องดื่มที่ได้รับการขนานนามว่า “น้ำเปลี่ยนนิสัย” หรือ “เครื่องดื่มอายุสั้น” กันเลยและโปรดระลึกไว้เสมอว่าเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทั้งหลายอาจให้ความเพลิดเพลินสนุกสนานเพียงชั่วครู่แต่ชีวิตอาจพบกับความหดหู่ทุกข์ทรมานตราบจนสิ้นลมหายใจ

---

[29] ศูนย์บำบัดรักษายาเสพติดขอนแก่น, *อุบัติการณ์และแบบแผนการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของเด็กเยาวชนในสถานศึกษาภาคตะวันออกเฉียงเหนือภายหลังนโยบายคุ้มครองเด็ก*, หน้า 26-27.

4. นโยบายและมาตรการควบคุมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์องค์การอนามัยโลก (WHO) ประมาณการว่าร้อยละ 4 ของการตายและความพิการทั่วโลกเกิดจากการบริโภคแอลกอฮอล์ ซึ่งมากเกือบเท่าบุหรี่และมากกว่ายาเสพติดถึง 5 เท่าการบริโภคแอลกอฮอล์เกินควรทำให้เกิดปัญหาทางสังคมและสุขภาพต่าง ๆ เช่น ความเครียดการบาดเจ็บมะเร็งการเสื่อมของอวัยวะต่าง ๆ เกิดการเสพติดครอบครัวแตกแยกและการสูญเสียงานปัญหาเหล่านี้ไม่ได้เกิดแก่ผู้บริโภคแอลกอฮอล์เพียงผู้เดียวแต่มีผลกระทบต่อคนที่เกี่ยวข้องในสังคมอีกด้วยในประเทศกำลังพัฒนาที่มีอัตราการตายต่ำแอลกอฮอล์เป็นปัจจัยเสี่ยงอันดับแรกในเพศชายทำให้เกิดความสูญเสียถึง 9.8% ของปีที่หายไปจากอายุเฉลี่ยเนื่องจากตายหรือพิการอันมีสาเหตุมาจากแอลกอฮอล์ อย่างไรก็ตามในขณะผู้บริโภคแอลกอฮอล์ทั่วโลกส่วนใหญ่เป็นผู้ชายผู้หญิงเป็นผู้ได้รับ ผลกระทบมากที่สุดไม่ว่าจะเป็นความรุนแรงในครอบครัวหรือเงินจุนเจือครอบครัวที่ลดน้อยลง

การดื่มสุราเมรัย หรือแอลกอฮอล์อย่างหนักทำให้เกิดผลกระทบอย่างมากต่อผู้เยาว์โดยทำให้พฤติกรรมด้านอาชญากรรม ของเด็กการบาดเจ็บและการได้รับการศึกษาที่ไม่สมบูรณ์ตามเกณฑ์มีอัตราสูงขึ้นประเทศไทยถือว่า เป็นประเทศที่พลเมืองมีการบริโภคแอลกอฮอล์บริสุทธิ์โดยเฉลี่ยต่อหัวสูงเป็นอันดับ 5 ของโลกจาก ฐานข้อมูลการบริโภคเครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์ขององค์การอนามัยโลก (WHO) ที่คำนวณการบริโภค แอลกอฮอล์บริสุทธิ์ต่อหัวต่อปีของประชากร[30] พบว่า ปีพ.ศ. 2543 คนไทยบริโภคต่อหัวเท่ากับ 13.59 ลิตรสูงเป็นอันดับ 5 รองจากโปรตุเกสสาธารณรัฐไอร์แลนด์บาฮาม่าส์และสาธารณรัฐเชกตาม ลำดับ เป็นที่น่าสังเกตว่าประเทศไทยมีอัตราการดื่มสูงกว่าประเทศที่เข้าใจกันว่าดื่มมากเช่น ฝรั่งเศส เยอรมัน รัสเซีย อังกฤษ สหรัฐอเมริกา และญี่ปุ่น ดังนั้นจากการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ ครั้งล่าสุดปีพ.ศ. 2535 พบว่า คนไทยอายุ 11 ปีขึ้นไปที่ดื่มเครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์มีจำนวน 18.61 ล้านคนหรือคิดเป็นร้อยละ 29.13 ของประชากรทั้งหมด 63.38 ล้านคน มีปริมาณการ บริโภคเครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์เฉพาะที่ผลิตเองภายในประเทศรวมทั้งหมดประมาณ 3691 ล้าน ลิตรคิดเป็นมูลค่าไม่ต่ำกว่า 1.5 แสนล้านบาท

2.4.5 ผลกระทบต่อศีลธรรมจริยธรรม

ศีลธรรม กับ จริยธรรม คำแรกคือ ศีลธรรมเป็นคำเก่าใช้ หรือเรียกขานกันมานาน ในสังคมไทยจนกระทั่งไม่รู้ว่ามีความหมายอย่างไรแน่ชาวบ้านก็เข้าใจว่าปัจจุบันนี้คนมีศีลธรรมหรือไม่มีศีลธรรมโดยมุ่งไปในเรื่องของการดำเนินชีวิตด้านภายนอกและการอยู่ร่วมกันในสังคมเป็นใหญ่และความรู้สึกจะบอกว่าเป็นเรื่องราวอยู่ร่วมกันแต่ก็มีนักปราชญ์บางท่านพยายามจะแยกว่ามันมาจากคำอะไรบางท่านก็บอกว่ามาจากศีลและธรรมศีลก็คือ ข้อห้ามธรรมก็คือสิ่งที่แนะนำให้ประพฤติก็ตีความกันไปถ้าอย่างนั้น ศีลก็เป็นเรื่องในระดับของความประพฤติทั่วไปเช่นการอยู่ร่วมสังคม

---

[30] ราชกิจจานุเบกษา ที่ รก. 2493/16/346/21 มีนาคม 2493.

โดยเฉพาะก็คือการเว้นจากการเบียดเบียนกันจะได้อยู่ร่วมกันได้ดีส่วนธรรมก็คือคำแนะนำสั่งสอนการทำความรู้สึก ของคนทั่วไป

คำว่าธรรมเป็นคำว่าที่กว้างครอบคลุมหมด แบ่งธรรมเป็นระดับต่าง ๆ ธรรมในระดับศีลเรียกว่า ศีลธรรม จากนั้นก็มีสมาธิธรรมและปัญญาธรรมอย่างไรก็ตาม “จริยธรรม” จึงเป็นเรื่องของถึงอย่างไรก็อยู่ในเรื่องสิ่งแวดล้อมนั้นเองคือ

การประพฤติสิ่งที่ดีงามที่เน้นในการอยู่ร่วมกัน ในสังคมปัจจุบันก็ขยายไปถึงเรื่องสิ่งแวดล้อมทั่วไปด้วย (1) สิ่งแวดล้อมทางสังคม (2) สิ่งแวดล้อมโดยธรรมชาติ

เป็นอันว่าจริยธรรมก็อยู่ในระดับสิ่งแวดล้อม เป็นเรื่องความประพฤติปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อมภายนอกตัวอย่างนี้จึงตรงกับคำว่าศีลธรรมในความหมาย ที่ว่าธรรมะระดับศีลศีลธรรมในทัศนะผู้รู้ทางศาสนาในสังคมอื่นแปลคำว่า ethic เทียบกับศัพท์ในพุทธ ศาสนาว่าศีลเท่านั้นเองเพราะฉะนั้นก็ลงกันว่า ethic คือเรื่องศีลเป็นธรรมระดับศีลจริยธรรมใน ความหมายของตะวันตกที่เราบัญญัติตาม ethic ก็หมายถึงเรื่องของศีลจึงสรุปได้ว่าจริยธรรมของฝรั่ง เป็นแค่ศีลเท่านั้นเอง แต่ในความหมายทางพุทธศาสนาที่เรียกว่า “พรหมจริยะ” แปลว่า “จริยะอันประเสริฐ” หมายถึง ศีล สมาธิ ปัญญา ฉะนั้น จึงเกิดความลักลั่นระหว่างความหมายของตะวันตกที่ไทยเอามาใช้กับตะวันออก หรือของฝรั่งที่ไทยเอามาเรียกกับพุทธศาสนาไม่เท่ากัน[31] คำว่า “จริยะ” ในพุทธศาสนาได้แก่มรรคมี ศีลสมาธิปัญญารวมหมดทั้งชุดส่วนของตะวันตกได้แค่ศีลนี้เป็นเรื่องของการพยายามหาความหมายตามศัพท์ เมื่อย้อนกลับมาในเรื่องขอบเขตของจริยธรรมที่สัมพันธ์กับมนุษย์และการพัฒนามนุษย์ในเมื่อพุทธศาสนามองจริยะว่าคลุมทั้งเรื่อง ศีล สมาธิ ปัญญา[32] ดังนี้

(1) ศีล คือ เรื่องพฤติกรรมภายนอกที่สัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทั้งทางสังคมและวัตถุ ตลอดจนธรรมชาติ

(2) สมาธิคือ เรื่องของจิตใจบางทีท่านใช้คำว่า “จิต” เหตุที่ใช้สมาธิเพราะว่า สมาธิเป็นตัวแกนสำคัญในการพัฒนาทางด้านจิตใจเรียกง่ายๆ ว่าจิตใจ

(3) ปัญญา คือ เรื่องของความรู้ความเข้าใจการมองเห็นเหตุผลคุณค่าตลอดจนเข้าถึง ความจริงของธรรมชาติทำไมจึงว่ามีสามอย่างก็เพราะถือว่าตัวคนนี้เป็นองค์รวมที่ใช้ศัพท์ปัจจุบันคือ ชีวิตของมนุษย์จะไปแยกส่วนออกเด็ดขาดจากกันไม่ได้คุณสมบัติและความเป็นไปทั้งหลายของชีวิต เป็นเพียงด้านต่าง ๆ ของชีวิตนั้นโดยเฉพาะที่สำคัญยิ่งก็คือว่ามันเป็นปัจจัยส่งผลกระทบต่อกัน พฤติกรรมไม่สามารถแยกขาดจากจิตใจจิตใจไม่สามารถแยกขาดจากปัญญาพฤติกรรมกับปัญญาก็ แยกกันไม่ได้

---

[31] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), *ถึงเวลามาพัฒนาเยาวชนกันใหม่* (เอกสารประกอบการ บรรยาย), (กรุงเทพมหานคร : ม.ป.ท., 2548), หน้า 36.

[32] เรื่องเดียวกัน, หน้า 47- 50.

ด้วยเหตุนี้ “จริยธรรม” จึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งในสังคมเพราะสังคมจะมีความสงบสุข และเจริญก้าวหน้าได้นั้นคนในสังคมจะต้องมีจริยธรรมที่ดีงามศีลธรรมและจริยธรรมนับว่าเป็นปัจจัย ทางสังคมที่สำคัญประการหนึ่งที่จะทำให้สังคมมีความสงบสุขเรียบร้อยไม่มีปัญหาแต่หากบุคคลใน สังคมขาดจริยธรรมแล้วสังคมจะวุ่นวายขาดความสงบสุขเต็มไปด้วยปัญหาคุณธรรมจริยธรรมจึงเป็น เครื่องกำหนดความเจริญและความเสื่อมของสังคมมูลเหตุของความไม่สงบในบ้านเมืองนั้นย่อมเกิด จากสาเหตุหลายประการแต่ประการที่สำคัญก็คือ ความเสื่อมถอยทางจิตใจของคนในสังคมหากคนในสังคมได้รับการพัฒนาทางจิตใจให้มีจริยธรรมที่สูงก็จะสามารถทำให้สังคมมีความเจริญและมั่นคงเป็นผลดีต่อการพัฒนาประเทศส่วนเกณฑ์การวินิจฉัยความหมายและคุณค่าของหลักจริยธรรมทางพระพุทธศาสนาเพื่อป้องกันความเข้าใจคลาดเคลื่อนหรือการมองที่ต่างทัศนะเบื้องต้นพึงศึกษาว่าจะมองจริยธรรมในแง่ใดก่อนไม่เช่นนั้นก็จะไม่สามารถพิจารณาจริยธรรมข้อนั้น ๆ ว่ามีจุดมุ่งหมายในเรื่องใดควรปฏิบัติต่อสังคมใดเช่นจริยธรรมในแง่ของสังคมวิทยาแนวพุทธในแง่ของเศรษฐศาสตร์แนวพุทธในแง่ของรัฐศาสตร์แนวพุทธหรือการปกครอง[33] ส่วนประเด็นที่มุ่งศึกษาในงานวิจัยครั้งนี้หมายเอาผลกระทบของการดื่มสุราในสังคมไทย ที่มีทางด้านศีลธรรมและจริยธรรมความประพฤติที่ดีของประชาชนหากมีผู้ดื่มสุรากันมากแล้วย่อม ก่อให้เกิดความเสียหายด้านศีลธรรม/จริยธรรมแก่ใครด้านใดบ้างดังตัวอย่างต่อไปนี้

1. ผลกระทบในแง่พฤติกรรมส่วนตัวของบุคคลอันไม่เหมาะสม ซึ่งทำให้ผู้ดื่มสุราถูกมองว่าเป็นนักเลงสุราและประสบปัญหากับความเสื่อมหรือทางพินาศ หรือ เป็นเหตุให้ทรัพย์ที่ได้มานั้นย่อยยับไปตามนัยแห่งอบายมุข 4 ได้แก่

(1) อิตถีธุตตะความเป็นนักเลงหญิง, นักเที่ยวหญิง

(2) สุราธุตตะ ความเป็นนักเลงสุรา, นักดื่ม

(3) อักขธุตตะ ความเป็นนักการพนัน

(4) ปาปมิตต ะการคบคนชั่วเป็นมิตร[34]

2. ผลกระทบที่มีต่อการศึกษาของเด็กและเยาวชน[35] ซึ่งจะเป็นกำลังสำคัญของชาติหากคนเหล่านั้นเพลิดเพลินกับการดื่มสุราเป็นนิจประเทศไทยในอนาคตคงจะมีแต่คนเมาเต็มบ้านเต็มเมืองเป็นเรื่องน่าเป็นห่วงและควรหาทางป้องกันแก้ไขไว้แต่เบื้องต้นไม่ควรสนับสนุนหรือส่งเสริมทางสื่อ

---

[33] พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), *กระแสธรรม เพื่อชีวิตและสังคม*, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, 2536), หน้า 128-134.

[34] องฺ.อฏฺฐก. 23/114/ 292.

[35] สัมภาษณ์ พระครูโพธิปัญญาประยุต เจ้าคณะตำบลบ้านเขือง วัดโพธิ์ศรี ตำบลบ้านเขือง อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 23 มีนาคม 2566.

เกี่ยวกับเครื่องดื่มประเภทสุราเช่นคำขวัญที่ว่า “ความสุขที่คุณดื่มได้” เป็นเพราะเป็นการจูงใจให้เยาวชนอยากทดลองดื่มกันมากยิ่งขึ้น

3. ผลกระทบที่มีต่อสามีและภรรยา[36] ในการครองชีวิตคู่ส่วนผู้หญิงที่ถูกทำร้ายจากสามีหรือคนในครอบครัวเพราะเมาสุรานั้นพบว่าได้รับผลกระทบต่อสุขภาพทางกายและสุขภาพจิตมากที่สุด หลายคนตกอยู่ในอาการหวาดผวาทุกครั้งที่สามียกแก้วเหล้าขึ้นดื่มและเกือบทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่างผู้ได้รับผลกระทบตอบว่าไม่กล้าโต้ตอบหรือต่อสู้และไม่กล้าเล่าให้ใครฟังแม้กระทั่งไปพบแพทย์เพราะอับอายและคิดว่าเป็นเรื่องที่คนเป็นภรรยาต้องยอมทนและรองรับอารมณ์ของสามีให้ได้ในฐานะภรรยาที่ดีที่สำคัญปัญหาความรุนแรงในครอบครัวมาจากค่านิยมสังคมแบบชายเป็นใหญ่ก่อให้เกิดความเชื่อที่ว่าผู้ชายเป็นผู้นำของครอบครัวสามีเป็นเจ้าของภรรยามีสิทธิดุด่าทำร้ายทุบตีหรือบังคับให้หลับนอนด้วยได้ประกอบกับทัศนคติค่านิยมที่มองว่าเรื่องภายในครอบครัวเป็นเรื่องส่วนตัว

4. ผลกระทบต่อพฤติกรรมที่รุนแรงและกระทบสิทธิบุคคลอื่น[37] ปัญหาเรื่องการดื่มสุรานี้ได้ลุกลามไปทุกชนชั้นทุกระดับการศึกษาผู้หญิงที่ถูกทำร้ายมีทั้งคนที่มีการศึกษามีฐานะดีและจากทุกฐานะคนเหล่านี้ถูกกระทำรุนแรงทั้งตบตีถูกข่มขืนจนสุดจะกลั้นหลายคนอยากฆ่าตัวตายแม้แต่ผู้หญิงวัย 60 กว่าปีก็ยังถูกข่มขืนจากลูกหลานปัญหาที่เกิดขึ้นมาจากทัศนคติของผู้ชายที่เห็นผู้หญิงในบ้านเป็นสมบัติส่วนตัวจะทำอะไรก็ได้ทั้งนี้สิ่งที่พบว่าเป็นตัวกระตุ้นให้ผู้ชายทำรุนแรงกับผู้หญิงก็คือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ผู้หญิง 3,000 คน ที่มาปรึกษากับมูลนิธิเพื่อนหญิงในปี 2548 เป็นเพียงเศษเสี้ยวเดียวของผู้หญิงไทยจำนวนมากที่ถูกระทำเท่านั้นปัญหาเรื่องนี้ต้องแก้ที่ทัศนคติของผู้ชายให้เห็นผู้หญิงเป็นคนเหมือนกัน

เพื่อหยุดการทำร้ายกันของครอบครัวไทยแม้แต่ผู้ช่วยศาสตราจารย์วิลาสินี พิพิธกผู้อำนวยการสำนักรณรงค์และสื่อสารสาธารณะเพื่อสังคมสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) กล่าวว่าผลงานวิจัยเรื่อง “ผลกระทบของสุราในฐานะปัจจัยร่วมการเกิดปัญหาความรุนแรงในครอบครัว” ยืนยันได้ว่าเครื่องดื่มแอลกอฮอล์คือหนึ่งในปัจจัยสำคัญที่ทำให้ผู้ชายใช้ความรุนแรงกับผู้หญิงบวกกับค่านิยมในสังคมไทยที่ยอมรับและเคยชินกับการใช้อำนาจที่เหนือกว่าของผู้ชายทำให้เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ถูกใช้เป็นตัวกระตุ้นให้เกิดความรุนแรงในครอบครัวและชีวิตคู่ในหลายกรณี

ผลกระทบของการดื่มสุราเมรัยต่อสังคมทำให้เกิดความเชื่อผิดคิดว่าการดื่มสุราเป็นวัฒนธรรม การดื่มสุราเมรัย หรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตเป็นธรรมเนียมปฏิบัติที่

---

[36] สัมภาษณ์ พระครูไพโรจน์ศีลสังวร เจ้าคณะตำบลพระเจ้า วัดเหนือ บ้านพระเจ้า ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 23 มีนาคม 2566.

[37] สัมภาษณ์ พระครูกิตติคุณารักษ์ เจ้าคณะอำเภอเชียงขวัญ (ธ) วัดป่าโพธิ์ศรี ตำบลบ้านเขือง อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 23 มีนาคม 2566.

แทรกซึมอยู่ในทัศนคติจนทำให้ผู้คนในสังคมมองว่าการดื่มเป็นเรื่องปกติ แม้แต่งานบุญก็ยังไม่เว้นการดื่มด้วย เช่นกัน การดื่มสุรากลับทำให้ผู้ดื่มขาดสติความยับยั้งชั่งใจ และการกระทำความรุนแรงอันเป็นปัญหาของสังคม นอกจากนั้น การดื่มุราเมรัยหรือบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ยังถือเป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลกระทบต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิตเมื่อดื่มแล้วจะทำให้เกิดผลต่อระบบประสาท อย่างเช่น เสียการทรงตัว พูดไม่ชัด และที่รุนแรงคือหมดสติ หลังจากดื่มสุราเข้าไปปริมาณหนึ่ง ทำให้ร่างกายจิตใจและพฤติกรรมผิดปกติ ความสามารถในการทำหน้าที่ต่างๆ บกพร่อง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการขับขี่ยานพาหนะก่อให้เกิดปัญหาทั้งต่อผู้ดื่มเองครอบครัวและสังคมการดื่มสุราเมรัยหรือเครื่องแอลกอฮอล์ มีผลต่ออวัยวะหลายส่วนภายในของร่างกาย ในด้านสุขภาพเป็นสาเหตุหลักในการเสียชีวิตในที่สุด

2.5 สรุป

ปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญจังหวัดร้อยเอ็ด ก่อให้เกิดปัญหาลูกโซ่ที่เกี่ยวโยงกันไปหมดแทบทุกเรื่อง ทั้งความฟุ้งแฟ้อความยากจน ครอบครัวแตกแยก มีปัญหาก่อให้เกิด อาชญากรรมต่างๆ อุบัติเหตุ โรคภัยสารพัดรุมเร้า การสูญเสียทรัพยากรบุคคล และสูญเสียทางเศรษฐกิจของสังคมโดยรวม ทำให้ความเชื่อผิด คิดว่าการดื่มสุราเมรัยเป็นวัฒนธรรม แท้จริงแล้วการดื่มสุราเมรัยนั้นเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตเป็นธรรมเนียมปฏิบัติที่แทรกซึมอยู่ในทัศนคติจนทำให้ผู้คนในสังคมมองว่าการดื่มสุราเมรัยเป็นเรื่องปกติ แม้แต่งานบุญก็ยังไม่เว้นการดื่มสุราเมรัยเช่นกัน การดื่มสุราเมรัยกลับทำให้ผู้ดื่มขาดสติ ขาดความยับยั้งชั่งใจ และกระทำความรุนแรงอันเป็นปัญหาของสังคม

จากการดื่มสุราเมรัยหรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์นั้น ยังเป็นเหตุให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพครอบครัว อุบัติเหตุและอาชญากรรม ซึ่งมีผลกระทบต่อสังคม และเศรษฐกิจโดยรวมของประเทศ จึงสมควรกำหนดมาตรการต่างๆในการควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ รวมทั้งการบำบัดรักษาหรือฟื้นฟูสภาพผู้ติดสุรา หรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพื่อช่วยลดปัญหาและผลกระทบทั้งด้านสังคมและเศรษฐกิจ ช่วยสร้างเสริมสุขภาพของประชาชนโดยให้ตระหนักถึงพิษภัยของสุราเมรัยหรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ตลอดจนช่วยป้องกันเด็กและเยาวชนมิให้เข้าถึงเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้โดยง่าย

ปัญหาของสังคมไทยในปัจจุบันเป็นสังคมที่คอยการแก้ไขอย่าเร่งด่วน ความบกพร่องหรือปัญหาที่เกิดขึ้นอยู่กับสังคมทุกวันนี้เกิดจากการกระทำของมนุษย์ และความเปลี่ยนแปลงตามธรรมชาติ คนไทยส่วนใหญ่ร้อยละ90เป็นพุทธศาสนิกชน ปัญหาที่เกิดขึ้นย่อมเกิดจากชาวพุทธ และจำเป็นต้องอาศัยพระพุทธศาสนาเป็นแนวทางในการแก้ไข เพราะพระพุทธศาสนามีหลักธรรมที่จะชี้นำจิตวิญญาณและแก้ปัญหาของสังคมทั้งโดยทางตรงและทางอ้อม ไม่ว่าจะเป็นปัญหาด้านเศรษฐกิจ ด้านการเมือง การปกครอง ด้านสิ่งแวดล้อม และปัญหาด้านสิ่งเสพติดเป็นต้น โดยเฉพาะปัญหาการ

ดื่มสุราเมรัยที่ก่อตัวขึ้นมา ตั้งแต่ระดับเด็กและเยาวชน จนถึงประชาชนทั่วไป ได้ส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิตครอบครัว

การดื่มสุราที่มากเกินไปนั้นเป็นสาเหตุ ของความเจ็บป่วยและก่อปัญหาทั้งต่อตัวผู้ดื่มเอง ต่อครอบครัวและต่อเพื่อน เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดปัญหาสัมพันธภาพขาดสติสัมปชัญญะ ความสามารถในการขับขี่ยานยนต์ลดลง หย่อนสมรรถภาพทางเพศ เกิดอุบัติเหตุ พิการ บาดเจ็บ ต้องนอนโรงพยาบาล หรือเสียชีวิตก่อนวัยอันควร การดื่มสุราส่งผลให้เกิดปัญหาการสูญเสียทางเศรษฐกิจอย่างมากมาย และนอกจากนั้น ย่อมทำให้ระบบเศรษฐกิจในครอบครัวผันผวน ความสงบสุขภายในครอบครัวก็จะลดน้อยถอยลงไป ส่งผลให้เกิดมหันตภัยเงียบคอยบั่นทอนความเจริญความมั่งคงในชีวิตทุกด้าน เป็นต้น

บทที่ 3
พุทธจริยศาสตร์ที่เกื้อหนุนต่อการลดละ และเลิกการดื่มสุราเมรัย

บทที่ 3 นี้ ผู้วิจัยมุ่งศึกษาหลักพุทธจริยศาสตร์ที่เกื้อหนุนต่อการลด ละ และเลิกการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด โดยมีหัวข้อที่จะศึกษา คือ สติ สัมปชัญญะ, โยนิโสมนสิการ, และสัจจะ โดยมีรายละเอียด ดังนี้

3.1 หลักสติสัมปชัญญะ

คำว่า “สติ” คือ ความระลึกได้นึกได้ สำนึกอยู่ไม่เผลอ อัปปมาทะ คือ ความไม่ประมาท คือ ความเป็นอยู่อย่างไม่ขาดสติ หรือความเพียรที่มีสติเป็นเครื่องเร่งเร้าและควบคุมได้แก่ การดำเนินชีวิตโดยมีสติเป็นเครื่องกำกับความประพฤติปฏิบัติและการกระทำทุกอย่างระมัดระวังตัวไม่ยอมถลำลงไปในทางเสื่อม แต่ไม่ยอมพลาดโอกาสสำหรับความดีงามและความเจริญก้าวหน้า ตระหนักในสิ่งที่พึงทำและพึงละเว้น ใส่ใจสำนึกอยู่เสมอในหน้าที่อันจะต้องรับผิดชอบ ไม่ยอมปล่อยปละละเลย กระทำการด้วยความจริงจังรอบคอบ และรุดหน้าเรื่อยไปข้อนี้เป็นองค์ประกอบภายในและเป็นฝ่ายสมาธิ

3.1.1 ความหมายสติสัมปชัญญะ

สติ คือ ความระลึกได้ หมายถึง ความระลึกได้ หรือความตระหนักรู้ หรือการเอาจิตไปรับรู้ ในสิ่งที่เกิดขึ้น หรือปรากฏขึ้น ในปัจจุบันขณะ หรือความระลึกรู้ในปัจจุบันขณะ

พระธรรมโกศาจารย์ (เงื่อม อินฺทปญฺโญ) สติ คือ ความระลึกรู้ในปัจจุบันขณะนี้ จะเกิดขึ้นก่อนและเป็นตัวชักนำ ให้เกิดความรู้ตัว หรือ สัมปชัญญะขึ้นด้วย หมายถึง เมื่อสติขึ้นจะชักนำให้เกิดความรู้ตัวเกิดขึ้นด้วยเสมอ จึงทำให้เกิดทั้งความระลึกรู้ในปัจจุบันขณะและความรู้ตัว เพราะเหตุนี้ จึงมักพูดติดต่อไปด้วยกัน หรือพูดเป็นคำเดียวกันว่า ‘สติสัมปชัญญะ’ คือ เมื่อมีความระลึกรู้ในปัจจุบันขณะ จะเกิดความรู้ตัวด้วยเสมอ[1]

การเอาจิตไปรับรู้ในสิ่งที่เกิดขึ้น หรือปรากฏขึ้น ในปัจจุบันขณะนั้น จิตจะมีความจดจ่อและสงบแนวแน่ด้วย คือเกิดสมาธิขึ้นด้วย สมาธิคือความจดจ่อและสงบแนวแน่ในสิ่งที่จิตระลึกรู้ (หรือในสิ่งที่จิตใช้เพ่ง) ถ้ามีสติชั่วขณะ ก็จะเกิดสมาธิเพียงชั่วขณะสั้นๆ (เรียกว่า ขณิกสมาธิ) ถ้ามีสติที่เกิดต่อเนื่อง ก็จะเกิดสมาธิที่ต่อเนื่อง (เรียกว่า อุปจารสมาธิ) ถ้ามีสติที่ต่อเนื่องละเอียดและแนบสนิท ก็จะเกิดสมาธิที่ต่อเนื่องและแนบสนิท (เรียกว่า อัปปนาสมาธิ) สติจึงเป็นตัวชักนำให้เกิดสมาธิขึ้นด้วยทั้งขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ หรืออัปปนาสมาธิ

---

[1] อภิ.ส. 34/23/31.

เมื่อมีสติ หรือสติสัมปชัญญะ คือ มีความระลึกรู้ในปัจจุบันขณะและความรู้ตัว อย่างต่อเนื่องบ่อยๆ เนืองๆ จนละเอียดถี่ถ้วน จะเกิดความสำรวมระวังในการรับรู้ทางทวาร (หรืออายตนะ หรืออินทรีย์) ทั้ง 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ความสำรวจระวังในอินทรีย์ 6 นี้ คือ ศีล สติสัมปชัญญะจึงทำให้เกิดศีล เรียก อินทรียสังวรศีล

นอกจากนี้ สติสัมปชัญญะที่ละเอียดต่อเนื่อง ยังจะทำให้เห็นชีวิตตามความเป็นจริงว่ามีกาย (รูป) และจิต (นาม) หรือมีองค์ประกอบห้าอย่าง (ขันธ์ 5 คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ) สติสัมปชัญญะจึงเป็นตัวชักนำให้เกิดการเห็นความจริง หรือเกิดปัญญา บางทีจึงเรียกติดต่อกัน หรือเรียกเป็นคำเดียวกันว่า ‘สติปัญญา’ ปัญญาที่เกิดจากสติสัมปชัญญะนี้ เรียกว่า ภาวนามยปัญญา หรือวิปัสสนาปัญญา

ได้อธิบายคำว่าสติ ไว้ว่า สติ คือความระลึกได้ที่เติมคำว่า “ได้”ก็เพราะว่าโดยมากคนทั่วไประลึกไม่ได้ ไม่รู้ด้วยซ้ำไปว่าจะต้องระลึก ฉะนั้นจึงระลึกไม่ได้ บางทีมันรู้ว่าจะต้องระลึกแต่มันก็ยังระลึกหรือระลึกไม่ทัน ดังนั้น จึงทำให้ไม่สำเร็จประโยชน์ เราจึงจำกัดความให้ชัดลงไปว่า “ระลึกได้”[2]

พุทธทาส อินฺทปญฺโญ กล่าวว่า สติ มีการระลึก มีการเข้าไปประคองไว้เป็นลักษณะ สติ ย่อมให้กำหนดและให้ระลึกกุศลโดยชอบสติใคร่ครวญคติทั้งแห่งธรรมที่เป็นประโยชน์ และไม่เป็นประโยชน์สติมีลักษณะแนบชิดอารมณ์ มีหน้าที่ไม่หลงลืมมีประโยชน์ในการระแวดระวังรักษาหรือมีภาวะมุ่งหน้าสู่อารมณ์เป็นงานเฉพาะหน้า มีความจำได้หมายรู้ มั่นคงเป็นทางดำเนิน หรือมีสติปัฏฐานในกาย เป็นต้น เป็นทางดำเนิน ส่งผลให้จิตหลุดพ้น ดังมีมาใน มหาปุริสสูตรความว่า คือภิกษุในธรรมวินัยนี้ 1. พิจารณาเห็นกายใน กายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ เมื่อเธอพิจารณา เห็นกายในกายอยู่ จิตย่อมคลายกำหนัด หลุดพ้นจากอาสวะทั้งหลายเพราะไม่ถือมั่น 2.พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย 3. พิจารณาเห็นจิตในจิต 4. พิจารณาเห็นกายในกายอยู่มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้ เมื่อเธอพิจารณาเห็นกายในกายอยู่ จิตย่อมคลายกำหนัด หลุดพ้นจากอาสวะทั้งหลาย เพราะไม่ถือมั่นบุคคลผู้มีจิตหลุดพ้นเป็นอย่างนี้แล[3]

สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ สมเด็จพระสังฆราช (จวน อุฏฺฐายีมหาเถระ) สติ คือความระลึกได้ก่อนที่จะทำ จะพูด จะคิด ความยั้งคิดรอบคอบในกิจการ ความจำการที่ทำและคำที่พูดแม้นานได้ไม่หลงลืม ชื่อว่าความไม่ประมาทซึ่งเป็นความไม่ประมาทในธรรมคือ ความชั่วและความดีทั้งปวงในด้านความชั่ว คือ ไม่ดูหมิ่นความชั่วเพียงเล็กน้อยก็ละเสียไม่ทำ ไม่ปล่อยให้ความชั่วสะสม

---

[2] พระสุภกิจ สุปณฺโณ, “การประยุกต์ใช้สติสัมปชัญญะสำหรับการใช้ชีวิตประจำวัน”, *วารสารรัฐศาสตร์,* มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา, ปีที่ 4 ฉบับที่ 2 (กรกฎาคม-ธันวาคม 2564) : 101.

[3] ส.ม. 19/377/229.

เพิ่มขึ้น เพียรละความชั่วให้หมดสิ้นไป ในด้านความดี คือเพียรพยายามกระทำความดี ไม่ดูหมิ่นความดีว่าเล็กน้อยแล้วทอดธุระ ขยันสะสมความดี เมื่อความชั่วหมดไปความดีเต็มเปี่ยม ย่อมบริบูรณ์ด้วยสันติสุขอันเกิดจากสติสัมปชัญญะกำกับตัวอยู่เสมอ ไม่เผลอหลงลืมตัว มีความตั้งใจที่จะเว้นชั่ว หยุดทำความชั่ว ขยันสร้างความดี ความไม่ประมาทจึงเป็นยอดแห่งธรรม ทั้งปวง[4]

กล่าวได้ว่าสตินี้คือ ความระลึกได้อย่างนี้ แล้วถ้าจะมีสติต้องระลึกให้ได้ทีนี้จะต้องให้ทันแก่เวลาเรียกว่า ระลึกทันควันดีกว่าเพราะเรื่องของจิตนั้นเร็ว เร็วยิ่งกว่า สายฟ้าแลบ ดังนั้นถ้าเราปล่อยสติไปผิดจังหวะนิดเดียวก็ระลึกไม่ได้ระลึกไม่ทัน ดังนั้นการระลึกได้นี้ต้องจำกัดลงไปอีกอย่างว่าระลึกได้ทันควันจึงจะเรียกว่า สติ หรือ ระลึกได้

ถ้าเราสามารถทำการปรับ “สติ สัมปชัญญะ” ของเราให้ดีขึ้นได้ ก็สามารถแก้ไขปรับชุดความคิดเราก็จะมีความสุขในชีวิตประจำวันทำอะไรก็ราบรื่นไปหมดแล้วก็จะประสบความสำเร็จได้นั่นเอง

3.1.2 ความสำคัญของสติสัมปชัญญะ

ความสำคัญของสติและสัมปชัญญะคือ สติ สัมปชัญญะเป็นตัวกำกับการตั้งมั่นดำรงอยู่ของคนถ้ามีสติทุกเวลาในการดำเนินชีวิตจะเป็นประโยชน์ ต่อตนเองและผู้อื่น”[5]

สติวินัยเป็นอย่างนี้ การระงับอธิกรณบางอย่างในธรรมวินัยนี้ยอมมีได้ด้วยสติวินัยอย่างนี้[6]

สติเป็นเกราะกันภัยให้ไปถึงนิพพานสติจะเป็นเกราะกำบังพาไปถึงเป้าหมายได้สติ ช่วยป้องกันมรรคมีองค์ 8 นำพาผู้ปฏิบัติไปถึงนิพพาน “ทางนั้นชื่อว่าเป็นทางตรงทิศนั้นชื่อว่าไม่มีภัยรถชื่อว่าไม่มีเสียงดังประกอบด้วยล้อ คือ ธรรมหิริ เป็นฝาประทุนของรถนั้น สติเป็นเกราะกั้นของรถนั้นเรากล่าวธรรมสัมมาทิฏฐินำหน้าว่าเป็นนายสารถียานชนิดนี้มีอยู่แก่ผู้ใดจะเป็นสตรีหรือบุรุษก็ตาม ผู้นั้นไปใกลนิพพานด้วยยานนี้แล”[7]

สติเป็นสิ่งสำคัญมากในการดำเนินชีวิต เวลาที่เราทุกข์ ถ้าเราขาดสติ เราจะคิดว่าเราทุกข์อยู่คนเดียว แต่ถ้าเรามีสติ เราจะเข้าใจว่า เรามีเพื่อนร่วมทุกข์มากมาย เราจะแบ่งปันเรื่องราวความทุกข์ของเราให้ผู้อื่นฟัง ซึ่งจะทำให้ทุกข์ในหัวใจของเราเบาบางลง สติทำให้เรารู้จักคิด รู้จักยับยั้งชั่งใจ ทำให้เรามองหาหนทางที่ถูกต้องสำหรับชีวิต และทำให้เราหาหนทางออกจากวิกฤตได้ทุกครั้ง

ดังนั้น เราจำเป็นต้องฝึกปลูกสติเหมือนกับที่เราปลูกต้นไม้ ในตัวเราให้มีเมล็ดพันธุ์แห่งสติอยู่ เราต้องหมั่นรดน้ำพรวนดิน ด้วยการฝึกตามดู ตามรู้ลมหายใจ หรือมีสติอยู่กับสิ่งที่เรากำลังทำอยู่

---

[4] สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ สมเด็จพระสังฆราช (จวน อุฏฐายีมหาเถระ), *มงคลในพระพุทธศาสนา* พิมพ์ครั้งที่ 7, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์กิตติวรรณ, 2538), หน้า 40.

[5] อง.ทสก. 24/58/126

[6] ม.อุ. 14/89/56.

[7] ส.ส. 15/46/60.

เสมอ สติที่ถูกปลูกขึ้นมาแล้ว ก็เหมือนต้นไม้ที่งอกงามอยู่ในใจเรา ชีวิตของเราจะดำเนินไปในทางที่ดีขึ้น เพราะคนที่มีสติ จะไม่ทำสิ่งที่ไม่ถูกต้อง และเหล้าถือเป็นตัวการสำคัญที่จะทำให้เราขาดสติ ทำลายเราทั้งร่างกายและจิตใจ หากใครรักษาศีลข้อห้าได้ จะถือเป็นอานิสงส์สูงสุด แต่ถ้าทำไม่ได้จะเป็นอันตรายสูงสุดแก่ชีวิต

สรุปได้ว่า สติ คือความรู้ตัวว่า สิ่งที่พูด สิ่งที่ทำรวมถึงสิ่งที่คิด แสดงออกมาแบบใด มีความรู้เท่าทันในสิ่งนั้น ๆ หากมีการคิดที่ไม่ดี จะสามารถหักห้ามเอาไว้ไม่ให้พูดหรือทำในสิ่งที่ไม่ดีตามมาได้ ส่วนสติในอดีตที่ผ่านมา คือ การหวนคำนึงถึงสิ่งเก่า ๆ ที่เคยทำลงไปในวันที่ผ่านมา เมื่อคิดได้ด้วยสติแล้ว สติจะช่วยขับเคลื่อนให้จิตใจสั่งตนเองไว้ว่าจะไม่ทำในสิ่งที่ไม่ดีเหมือนในครั้งก่อนอีก แต่จะหาหนทางปรับปรุงแก้ไขในการกระทำเสียใหม่โดยใช้วันที่ผ่านมาเป็นบทเรียน สำหรับสติ ในอนาคตนั้นเป็นการคำนึงถึงสิ่งที่ยังไม่เกิดขึ้น หากเป็นไปในลักษณะที่ไกลเกินตัว ไกลจากความจริงคือคิดโดยปราศจากสติแล้วนั้น สิ่งที่คิดอยู่คือความเพ้อฝัน หาสาระแก่นสารไม่ได้แต่หากเราระลึกรู้ว่าวันข้างหน้าเรายังไม่ได้ทำสิ่งใด ๆ ลงไปในวันนี้ เราก็จะหาหนทางทำสิ่งเหล่านั้นในวันต่อไป

3.1.3 สารัตถะของสติสัมปชัญญะ

ในพระวินัยปฎกพระพุทธองคตรัสหลักของสติไว้สวนมากจะเกี่ยวกับเรื่องของวินัยซึ่งเปนการสอนภิกษุใหสำรวมกายมิใหเกิดความเสียหายในเรื่องตาง ๆ กลาวคือในประเด็นนี้ผูวิจัยจะไดนำเสนอเรื่องที่ตรัส สอนภิกษุที่จำวัดโดยไมกำหนดสติสัมปชัญญะไว จึงทำใหการหลับของภิกษุเหลานี้อยูในอาการที่เผอเลอขาดสติสัมปชัญญะเปลือยกายบาง อยูรวมกับอุบาสกบางซึ่งเปนกิริยาที่เหมาะสมดังกรณีตัวอยางดังตอไปนี้

1) เรื่องภิกษุบวชใหม

สมัยนั้น พระผูมีพระภาคพุทธเจาประทับอยู ณ อัคคาฬวเจดีย เขตเมืองอาฬวี สมัยนั้น พวกอุบาสกมาฟงธรรมที่อาราม เมื่อพระธรรมกถึกแสดงธรรมแลว พระภิกษุเถระทั้งหลายกลับไปที่อยู พวกภิกษุบวชใหมนอนรวมกันกับอุบาสกในโรงฉัน ขาดสติสัมปชัญญะเปลือยกายละเมอ กรน พวกอุบาสกพากันตำหนิ ประณาม โพนทะนาวา “ไฉนพระคุณเจาทั้งหลายจึงนอนขาดสติสัมปชัญญะเปลือยกายละเมอ กรนเลา” ภิกษุทั้งหลายไดยินพวกอุบาสกตำหนิ ประณาม โพนทะนาแลว บรรดาภิกษุผูมักนอยสันโดษ ...จึงพากันตำหนิ ประณาม โพนทะนาวา“ไฉนพวกภิกษุจึงนอนขาดสติสัมปชัญญะเปลือยกายละเมอกรนเล่า” ครั้นภิกษุเหลานั้นตำหนิพวกภิกษุบวชใหมโดยประการตาง ๆ แลวจึงนำเรื่องนี้ไปกราบทูลพระผูมีพระภาคใหทรงทราบ[8]

[8] วิ.มหา. 2/49/237.

2) เรื่องภิกษุนอนหลับขาดสติสัมปชัญญะ

สมัยนั้น ภิกษุทั้งหลายฉันอาหารอันประณีต จำวัดหลับขาดสติสัมปชัญญะ เมื่อพวกเธอจำวัดหลับขาดสติสัมปชัญญะ น้ำอสุจิออกมาเพราะความฝน เสนาสนะ เปรอะเปอนน้ำอสุจิครั้งนั้น พระผู้มีพระภาคทรงมีพระอานนทตามเสด็จ เสด็จจาริกไปตามเสนาสนะได้ทอดพระเนตรเห็นเสนาสนะเปรอะเปอนน้ำอสุจิ จึงตรัสถามพระอานนทวา “อานนท เสนาสนะนั่นเปรอะเปอนอะไร”พระอานนทกราบทูลวา “เวลานี้ภิกษุฉันอาหารอยางดี จำวัดหลับขาดสติสัมปชัญญะ เมื่อพวกภิกษุเหลานั้นจำวัดหลับขาดสติสัมปชัญญะน้ำอสุจิออกมาเพราะความฝนเสนาสนะนี้จึงเปรอะเป อนน้ำอสุจิ พระพุทธเจาขา”

พระผู้มีพระภาคตรัสวา “อยางนั้นแหละอานนทเพราะเมื่อภิกษุเหลานั้นจำวัดหลับขาดสติสัมปชัญญะ น้ำอสุจิยอมออกมาเพราะความฝน อานนท น้ำอสุจิของภิกษุผู้จำวัดหลับมีสติตั้งมั่น มีสัมปชัญญะ ยอมไมออกมา อานนท น้ำอสุจิแมของปุถุชนผู้ปราศจากความกำหนัดในกาม ยอมไมออกมา อานนทยอมไมมีทางเปนไปได ไมใชโอกาสที่น้ำอสุจิของพระอรหันตจะออกมา”

ตอมา พระผู้มีพระภาคทรงแสดงธรรมกถาเพราะเรื่องนี้เปนตนเหตุรับสั่งกับภิกษุทั้งหลายวา “ภิกษุทั้งหลาย วันนี้ เรามีอานนทเดินตามหลัง เที่ยวจาริกไปตามเสนาสนะได้เห็นเสนาสนะเปรอะเปอนน้ำอสุจิจึงถามอานนทวา อานนท เสนาสนะนั่นเปรอะเปอนอะไรอานนทตอบวา เวลานี้ ภิกษุฉันอาหารอยางดี จำวัดหลับขาดสติสัมปชัญญะ เมื่อพวกภิกษุเหลานั้นจำวัดหลับขาดสติสัมปชัญญะน้ำอสุจิออกมาเพราะความฝนเสนาสนะเปรอะเปอนน้ำอสุจิเรากลาวรับรองวา อยางนั้นแหละ อานนท อยางนั้นแหละ อานนท เพราะเมื่อภิกษุเหลานั้นจำวัดหลับขาดสติสัมปชัญญะ อานนท น้ำอสุจิยอมออกมาเพราะความฝน น้ำอสุจิของภิกษุผู้จำวัดหลับมีสติตั้งมั่น มีสัมปชัญญะ ยอมไมออกมา อานนท น้ำอสุจิแมของปุถุชนผู้ปราศจากความกำหนัดในกามยอมไมออกมา อานนท ยอมไมมีทางเปนไปไดไมใชโอกาสที่น้ำอสุจิของพระอรหันตจะออกมา[9]

สรุปไดวาสติและสัมปชัญญะที่ปรากฏในพระวินัยปฎกเปนหมวดที่สำหรับพระภิกษุขอวินัยข้อปฏิบัติในการดำรงอยูเพื่อปองกันความประพฤติเสียหายของพระภิกษุสงฆและภิกษุณีและเปนขอปฏิบัติมารยาทที่ดีงามที่เรียกวาพระปาติโมกขซึ่งจำเปนตองมีสติสัมปชัญญะเปนตัวควบคุมตนเอง สติสัมปชัญญะในความหมายระลึกได้ความทรงจำและความไมประมาทสติสัมปชัญญะจึงมีขอบเขตความรับผิดชอบกวางขวางที่สุดในพระวินัย

---

[9] วิ.ม. 5/353/225-227.

3.2 โยนิโสมนสิการ

โยนิโสมนสิการ ที่โบราณแปลสืบมาวา “ทำในใจโดยแยบคาย” หรือมนสิการโดยแยบคาย หรือง่ายๆ วาคิดแยบคายเป็นการใชความคิดอยางถูกวิธีหรือคิดอย่างมีวิธีตามความหมายที่กล่าวมาแลวขอทวนความย้ำวา เมื่อเทียบในกระบวนการพัฒนาปญญา โยนิโสมนสิการ อยูในระดับเหนือศรัทธา เพราะเป็นขั้นที่เริ่มใชความคิดของตนเองเปนอิสระ สวนในระบบการศึกษาอบรม โยนิโสมนสิการเปนการฝกความคิด ใหรูจักคิดอยางถูกวิธีคิดอยางมีระเบียบ รูจักคิดวิเคราะหไมมองเห็นสิ่งตาง ๆ อยางตื้น ๆ ผิวเผิน เปนขั้นสำคัญในการสร่างปญญาที่บริสุทธิ์เปนอิสระ ทำใหพึ่งตนได้และนำไปสูจุดหมายของพุทธธรรมอยางแทจริง

3.2.1 ความหมายของโยนิโสมนสิการ

ความหมายของโยนิโสมนสิการ มี 4 แบบด้วยกัน ดังนี้

1. อุบายมนสิการ คือ คิดถูกวิธี การศึกษาต้องสอนให้คนมีวิธีคิด วิธีวิจัยและใช้วิธีการนั้นอย่างถูกต้องว่องไว้

2. ปถมนสิการ คือ คิดมีระเบียบ การศึกษาต้องสอนให้คนคิดต่อเนื่องอย่างเป็นธรรมมีระเบียบ ไม่กระโดดไป กระโดดมา คิดอย่างมีเป้าหมาย

3. การณมนสิการ คือ คิดมีเหตุผล รู้จักเชื่อมโยงว่าเหตุนั้นนำไปสู่ผลอะไร หรือผลนั้นมาจากเหตุอะไร

4. อุปปาทกมนสิการ คือ คิดเป็นกุศลเป็นการคิดเพื่อค้นหาแก่นสารสาระ เมื่อได้รับข้อมูลข่าวสารมากมาย ต้องรู้จักกรองเอาส่วนที่เป็นประโยชน์และเหมาะสมกับเรา โยนิโสมนสิการทั้ง 4ประการ เป็นวิธีคิดเพื่อเข้าถึงความจริง และอยู่อย่างสอดคล้องกับ ความจริงในธรรมชาติ ข้อแตกต่างระหว่างวิธีคิดของตะวันออกกับของตะวันตกอยู่ตรงที่ว่า วิธีคิดของ ตะวันออกมุ่งให้รู้ธรรมชาติตามความเป็นจริง ไม่ใช่เพื่อกดขี่ย่ำยีทำลายธรรมชาติแต่มุ่งให้อยู่อย่าง สอดคล้องกับธรรมชาติ[10]

ความหมายของโยนิโสมนสิการ หมายถึง แนวความคิดที่เกิดจากการคิดพิจารณาอย่างถูกวิธีอันสอดคล้องกับเรื่องที่เรียนรู้ไม่การลัดขั้นตอน หรือด่วนสรุปเกินข้อมูลที่ได้รับมา เป็นแนวคิดที่มีระบบตามขั้นตอน คิดมีเหตุผลที่สมบูรณ์เป็นการคิดที่ถูกต้องตรงตามความเป็นจริง รู้จักพิจารณารู้จักวิเคราะห์ซึ่งจะก่อให้เกิดประโยชน์สร้างสรรค์ในสิ่งที่ดีทั้งต่อตนเองและสังคม[11]

---

[10] พระเทพโสภณ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), *ขอบฟ้าแห่งความรู้*, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อัมรินทร์, 2548), หน้า 65-71.

[11] อารุณี ไทยบัณฑิตย์, “การพัฒนาความสามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โดยใช้การฝึกคิดแบบโยนิโสมนสิการ”, วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร), 2545, หน้า 19.

ความหมายการคิดแบบโยนิโสมนสิการ หมายถึง การคิดอย่างมีเหตุผล คิดอย่างแยบคาย พิจารณาไตร่ตรองให้รอบคอบ เพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น[12]

สรุปได้ว่า โยนิโสมนสิการ หมายถึง การคิดที่เป็นระบบระเบียบ เป็นการใช้ความคิดที่ถูกวิธี รู้วิธีหาเหตุผลโดยสามารถนิยามระบุปัญหา มองเห็นปัญหา เห็น ประเด็นชัดเจน สามารถนำข้อมูลมาวิเคราะห์ สังเคราะห์ จำแนกข้อมูลที่คลุมเครือและชัดเจน มีการใช้ตรรกะและเหตุผลเชื่อมโยงความสัมพันธ์ของสิ่งต่าง ๆ เพื่อหาข้อ สรุปอย่างสมเหตุสมผลและ ตัดสินใจประเมินค่า ตามความหมายการคิดแบบโยนิโสมนสิการ” ได้แก่ คิดการพิจารณาไตร่ตรอง ประกอบด้วยปัญญามีลักษณะที่ละเอียดอ่อน ลึกซึ้ง รอบคอบคอยเอาใจใส่ตลอดเวลา ประกอบด้วยเหตุผล คำนึงถึงส่วนดี ส่วนเสีย เป็นประโยชน์และมิใช่ประโยชน์

1. ความหมายโยนิโสมนสิการในคัมภีร์พุทธศาสนา

ในทางพระพุทธศาสนาแบ่งองค์ประกอบของการคิดแบบโยนิโสมนสิการ ได้มีผู้ศึกษาวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ ได้ประมวลวิธีคิดแบบ โยนิโสมนสิการ ออกมาเป็น 10 วิธีประกอบด้วยดังต่อไปนี้[13]

1. วิธีคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัย เป็นวิธีคิดเพื่อให้รู้สภาวะที่เป็นจริง พิจารณาปรากฏการณ์ที่เป็น ผล ให้รู้จักสภาวะที่เป็นจริง หรือพิจารณาปัญหาหาหนทางแก้ไขด้วยการค้นหามาเหตุและปัจจัยต่าง ๆ ที่ สัมพันธ์ส่งผลสืบทอดกันมา อาจเรียกว่า วิธีคิดแบบอิทัปปัจจยตาหรือคิดตามหลักปฏิจจสมุปบาท “เมื่อสิ่งนี้มีสิ่งนี้จึงมีเพราะสิ่งนี้เกิด สิ่งนี้จึงเกิด เพราะสิ่งนี้ไม่มีสิ่งนี้จึงไม่มีเพราะสิ่งนี้ดับ สิ่งนี้จึงดับไปเป็นต้น[14]

2.วิธีคิดแบบแยกแยะส่วนประกอบ เป็นวิธีคิดเพื่อกำหนดแบบแยกปรากฏการณ์ ต่าง ๆ ออกเป็น สิงที่เป็นรูปธรรมและสิ่งที่เป็นนามธรรม หรือกระจายเนื้อหาเป็นการคิดที่มุ่งให้มองให้รู้จักสิ่งทั้งหลายตาม สภาวะของมันเองอีกแบบหนึ่ง ในทางธรรมท่านมักใช้พิจารณาเพื่อให้เห็นความไม่มีแก่นสารหรือความไม่ เป็นตัวตนที่แท้จริงของสิ่งทั้งหลายโดยเฉพาะพิจารณาเห็นสัตว์หรือบุคคลเป็นเพียงการรวมเข้าขององค์ประกอบต่าง ๆ เรียกว่าขันธ์ 5 การคิดพิจารณาโดยแยกแยะให้เห็นส่วนย่อยจากส่วนใหญ่ เช่น รถยนต์ที่เรามองเห็นเป็นตันสวยงาม มีความมั่นคงถาวร แต่เมื่อมองโดยละเอียดรอบด้าน หรือพิจารณาด้วยปัญญา โดยแยกแยะวิเคราะห์แล้ว รถยนต์นั้นไม่มีส่วนไหนที่เป็นรถยนต์ เป็นสิ่งประกอบด้วยเหล็ก โลหะ ไฟเบอร์และ อื่น ๆ เท่านั้นด้วยกรรมวิธีทางเทคโนโลยีจึงทำให้

---

[12] นวพร ถึงประเสริฐ, “ผลการใช้รูปแบบการเรียนการสอนโดยสร้างศรัทธาและโยนิโสมนสิการในรายวิชาพระพุทธศาสนาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนกาญจนาภิเษกกาฬสินธุ์”, วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร), 2549, หน้า 35.

[13] ลักขณา สริวัฒน์, *การคิด*, (กรุงเทพมหานคร : โอ.เอส. พริ้นติ้งเฮาส์, 2549), หน้า 185-193.

[14] ส.นิ. 16/37/79.

มองเห็นว่าเป็นรถยนต์เป็นต้น แม้ร่างกายของมนุษย์ที่มองเห็นสูง ต่ำ ดำ ขาว สวยงาม น่าเกลียด หรือน่าทะนุถนอมก็ตาม ถ้าพิจารณาโดยแยกแยะแล้วไม่มีส่วนไหนที่เป็นของเรา ตัวเอา เป็นเพียงการรวมกันเข้าของธาตุ 5 ดิน น้ำ ไฟ ลม เป็นต้น มีพระพุทธพจน์ที่ตรัสไว้เกี่ยวกับการพิจารณาโดยแยกแยะนี้ว่า“ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายควรเห็นรูปทั้งปวงตามความเป็นจริงด้วยปัญญาอันชอบอย่างนี้ว่า นั่นไม่ใช่ของเรา เราไม่เป็นนั่น นั่นไม่ใช่อัตตาของเรา”สิ่งที่เรามองเห็นเป็นเพียงการประชุมกันเข้าขององค์ประกอบต่าง ๆ ที่เรียกว่า ขันธ์ 5[15]

3. วิธีคิดแบบสามัญลักษณ์ หรือวิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา คือ มองอย่างรู้เท่าทันความเป็นไป ของสิ่งทั้งหลาย ว่าสิ่งต่าง ๆ นั้นเกิดขึ้นเองแล้วจะดับไปเอง เรียกว่า อิสระไม่ผูกมัดตัว คิดได้อย่างนี้ก็เป็นท่าทีแห่งการปลงตกถอนตัวขึ้นได้จากเหตุการณ์ หายจากทุกข์ หรือ อย่างน้อยทำให้ทุกข์เบาบางลง

4. วิธีคิดแบบอริยสัจ คิดแก้ปัญหา เรียกตามทางธรรมะได้ว่า วิธีแห่งความดับทุกข์ คือ 1. ทุกข์ หรือ ทุกขอริยสัจ ทุกขอริยสัจ คือ ความเป็นทุกข์ อันเกิดจาก ความเกิด ความแก่ ความเจ็บและความตาย รวมไปถึงความพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รัก ไม่ได้สิ่งที่ตนเองปรารถนา 2. สมุทัย หรือ ทุกขสมุทัยอริยสัจ ทุกขสมุทัยอริยสัจ คือ ความเพลิดเพลิน และตัณหาทำให้เกิดอารมณ์นั้นๆ ได้แก่ กามตัณหา, ภวตัณหา และวิภวตัณหา 3. นิโรธ หรือ ทุกขนิโรธอริยสัจ ทุกขนิโรธอริยสัจ คือ ความสลัดตัณหา ความพ้นและไม่อาลัย ดับตัณหาอย่างไม่เหลือวิราคา 4. มรรค หรือ ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ หรือ มรรค 8 คือ วิธีการที่จะทำให้บรรลุจุดมุ่งหมาย มี 8 ประการ ได้แก่ สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ

5. วิธีคิดแบบอรรถสัมพันธ์เป็นวิธีคิดให้สัมพันธ์กันระหว่างหลักการและ ความมุ่งหมาย สามารถ ตอบคำถามได้ว่าที่ทำหรือที่จะทำอย่างนั้นอย่างนี้เพื่ออะไร ในเมื่อจะลงมือปฏิบัติการตามหลักอย่างใด อย่างหนึ่ง เพื่อให้ได้ผลตมจุดมุ่งหมายทำให้การกระทำมีขอบเขตไม่ เลยเถิด ไม่กลายเป็นการกระทำที่ เคลื่อนคลาด เลื่อนลอย หรืองมงาย

6. วิธีคิดแบบเห็นคุณโทษและทางออก เป็นการคิดบนพื้นฐานความตระหนัก ที่ว่าทุกสิ่งในโลกนี้ทั้งส่วนดีและส่วนด้อย ดังนั้น เมื่อต้องคิดตัดสินใจเลือกเอาของเพียงสิ่งใดเพียงอย่างเดียวจะต้องยอมรับส่วนดีของสิ่งที่ไม่ได้เลือกไว้ และไม่มองข้ามโทษหรือข้อบกพร่องจุดอ่อน จุดเสียของสิ่งที่เลือกไว้ การคิดและมอง ตามความจริงนี้ ทำให้ไม่ประมาท อาจนำเอาส่วนดีที่ไม่ได้เลือกนั้นมาใช้ประโยชน์ได้ และสามารถหลีกเลี่ยง หรือมีโอกาสแก้ไขส่วนเสียส่วนบกพร่องที่ติดมากับสิ่งที่เลือกไว้เป็นวิธีคิดที่

[15] ม.มู. 12/244/261.

ต่อเนื่องกับการปฏิบัติมาก เช่น ก่อนจะแก้ปัญหาต้องเข้าใจปัญหาให้ชัดเจนและรู้ที่ไปให้ดีก่อน เป็นการกระทำที่รอบคอบสมควรและดีจริง

7. วิธีคิดแบบรู้คุณค่าแท้ คุณค่าเทียม เป็นการพิจารณาเกี่ยวกับการใช้สอยหรือบริโภคเป็นขั้น ฝึกหัดขัดเกลากิเลศหรือตัดทางมาให้กิเลสเข้าครอบงำจิตใจหรือชักจูงพฤติกรรม ต่าง ๆ คุณค่าแท้หมายถึง ความหมาย คุณค่าหรือประโยชน์ของสิ่งต่าง ๆ ในแง่สนองความต้องการชีวิตโดยตรงคุณค่านี้อาศัยปัญญา เป็นเครื่องตีตราหรือวัดราคา เช่น อาหารมีคุณค่าอยู่ที่ประโยชน์สำหรับหล่อเลี้ยงร่างกายให้ดำรงชีวิตอยู่ ได้คุณค่าเทียม หมายถึง คุณค่าหรือประโยชน์ของสิ่งทั้งหลาย ที่มนุษย์พอกเพิ่มให้แก่สิ่งนั้นเพื่อเสริมราคา อาศัยตัณหาเป็นเครื่องตีค่าหรือวัดราคา เช่น คุณค่าอาหารอยู่ที่ความอร่อย เสริมความสนุกสนานวิธีคิดนี้ใช้เพื่อมุ่งให้เกิดความเข้าใจและเลือก เสพคุณค่าแท้ที่เป็นประโยชน์แก่ชีวิต เพื่อพ้นจากการเป็นทาสของ วัตถุ เป็นการเกี่ยวข้องด้วยปัญญามรขอบเขตเหมาะสม

1) คุณค่าแท้หมายถึงคุณค่าที่เป็นประโยชน์ในด้านคุณภาพที่ส่งเสริมให้ร่างกายมีความสมบูรณ์แข็งแรง ต่อต้านโรคภัยไข้เจ็บต่าง ๆ หรือเป็นสิ่งจำเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต ในด้านที่ทำให้ชีวิตมีความสุขตรมอัตภาพของตน สามารถแก้ปัญหาด้านสุขภาพร่างกายได้เช่น การบริโภคอาหาร คุณค่าอยู่ที่ประโยชน์ที่หล่อเลี้ยงร่างกายเป็นอยู่ดีมีสุขภาพดีมีความสุข มีกาลังเกื้อกูลแก่ตนเองและผู้อื่นแก่การบำเพ็ญหน้าที่[16] เช่นเดียวกับบ้านเป็นที่สำหรับหลับนอนพักผ่อนเป็นที่อยู่อาศัย ไม่จำเป็นต้องใหญ่เสมอไปขอเพียงให้บังแดดลมฝนและสัตว์ร้ายภัยธรรมชาติก็ถือว่าเป็นคุณค่าหรือประโยชน์ที่แท้จริงของบ้าน รถยนต์ก็เช่นเดียวกันคุณค่าหลักหรือประโยชน์ที่แท้จริงของรถคืออำนวยความสะดวกรวดเร็ว แข็งแรง ทนทานบรรจุได้มาก สามารถแก้ปัญหาได้ทันท่วงทีเช่น เมื่อความไม่สบายเกิดขึ้นนำไปสู่ที่รักษาพยาบาลได้ทันต่อเหตุการณ์ก่อนที่จะเสียชีวิตได้เป็นต้น คุณค่าที่แท้จริงในการบริโภคใช้สอยปัจจัย 4 นั้นเห็นได้จากบทพิจารณาของพระสงฆ์ก่อนที่จะใช้สอยปัจจัย 4 หรือที่เรียกว่าปัจจเวกขณะ ดังที่ปรากฏในพระไตรปิฎกว่า ภิกษุพิจารณาโดยแยบคายแล้วฉันบิณฑบาต ไม่ฉันเล่นไม่ฉันแบบเมามัน ไม่ฉันเพื่อบารุงร่างกายตกแต่งให้สวยงาม แต่เพียงเพื่อการมีชีวิตอยู่ได้เพื่อแก้ความหิวเพื่อการประพฤติพรหมจรรย์ด้วยการพิจารณาเห็นว่า “ด้วยการทำอย่างนี้เราจักกำจัดความหิวเก่าให้หมดไปและไม่ให้เวทนาใหม่เกิดขึ้น การดำรงอยู่อย่างไม่มีโทษ และเราจักการอยู่ด้วยความสบาย” แล้วฉันอาหาร[17]

2) คุณค่าแอบแฝง หรือคุณค่าเทียม หมายถึงคุณค่าที่เป็นเพียงส่วนเกินไม่เป็นประโยชน์ต่อร่างกายอย่างแท้จริง การบริโภคส่วนนี้เพื่อสนองตัณหาความอยาก เพื่อเสริมอัตตาในการแสดง

---

[16] ม.มู. 12/216-220/226-230.

[17] ม.มู. 12/23/23.

บทบาททางสังคม เพื่อความสนุกสนาน เพื่อความโก้เก๋อวดความมั่งมีฐานะในสังคมเท่านั้น เช่น การดื่มไวน์ขวดละหมื่น หรือแสนบาทเป็นเพียงการดื่ม เพื่อให้คนทั่วไปเห็นว่ามีฐานะที่ดีอีกหนึ่งหนึ่งการรับประทานอาหารมากเกินไปเป็นสาเหตุให้คนเราเป็นโรคร้ายแรงและเสียชีวิตได้อย่างนี้เรียกว่าเป็นคุณค่าเทียมซึ่งตรงข้ามกับคุณค่าแท้ของการบริโภคอาหารที่ถูกหลักและได้สัดส่วนตามหลักโภชนาการอาหารหลัก 5 หมู่ก็ถือว่าเป็นยาอายุวัฒนะแล้ว ฮิปโปรเครตีส บิดาแห่งวงการแพทย์แผนปัจจุบันกล่าวไว้ว่า อาหารเป็นยา และยาก็ได้จากอาหารที่เรากินเข้าไป อาหารเป็นยารักษาโรคและส่งเสริมสุขภาพซึ่งมีหลักฐานยืนยันทางประวัติศาสตร์ที่แน่นอน

คุณค่าแท้ของการรักษาศีล คือ การรักษากาย วาจาให้เรียบร้อยเป็นปกติหรือเจตนาเป็นเครื่องงดเว้น จากการล่วงละเมิดสิทธิของผู้อื่นทางด้านร่างกายและวาจา กล่าวคือ การเว้นขาดจากการทรมานหรือ ฆ่าสัตว์งดเว้นจากการลักขโมยสิ่งของผู้อื่นหรือทาลายทรัพย์สินของผู้อื่นให้เสียหาย การงดเว้นการล่วงละเมิดสิทธิของผู้อื่น งดเว้นการเสพของมึนเมา และการงดเว้นจากการพูดคาหยาบโกหก หลอกลวงผู้อื่นให้ได้รับความเสียหาย เป็นต้น คุณค่าแท้สามารถปฏิบัติได้ด้วยตนเอง โดยไม่ต้องไปสมาทาน (รับ) กับพระสงฆ์ที่วัดก็ได้เพราะคุณค่าของศีล คือการเว้นขาด (เวรมณี) ด้วยเจตนาตนเอง แม้ว่าอยู่ที่ใด ในป่าหรือที่บ้านก็สามารถมีศีลได้ทั้งนี้เพื่อแสดงให้เห็นความเป็นสากลของศีลที่ประพฤติเมื่อใด ที่ไหน ก็มีคุณค่าแท้เช่นเดียวกัน คือ ความตั้งใจจริงที่จะงดเว้นจากการประพฤติผิดทางกายและวาจา คุณค่าหรือวัตถุประสงค์เท่ากันกับไปรับจากพระสงฆ์ที่วัด นี้คือคุณค่าที่แท้ของศีลส่วนคุณค่าเทียม เช่น การนุ่งขาวห่มขาวเข้าวัด เป็นเพียงคุณค่าเทียม ที่เสริมให้เข้ากับบรรยากาศ เพราะการนุ่งขาวห่มขาวอย่างเดียว ไม่ได้หมายความว่า ผู้นั้นจะมีศีล หรือเป็นผู้เว้นขาดจากการประพฤติผิดทางกายและวาจาไม่ ในทางตรงกันข้ามผู้นุ่งขาวห่มขาวอาจจะฆ่าสัตว์ (เช่น ยุงมด แมลง) หรือนินทาคนอื่นก็ได้นี้ถือว่าเป็นคุณค่าเทียมของศีล เพราะเจตนาที่แท้จริงของศีลคือ การงดเว้นเด็ดขาดจากการประพฤติผิดทางกายและวาจา ถึงแม้จะนุ่งห่มเสื้อผ้าหลากสีสัน จะเป็นสีเขียวแดง ส้ม น้ำเงินก็ตาม ถ้าผู้นั้นงดเว้นจากการเบียดเบียนสัตว์ลักทรัพย์ล่วงละเมิดสิทธิของผู้อื่นก็ชื่อว่าเป็นผู้มีศีลในคุณค่าที่แท้จริง

8. วิธีคิดแบบเร้าคุณธรรม เป็นการคิดถึงแต่สิ่งที่ดีมีกุศล เมื่อได้รับประสบการณ์ ใดแทนที่ จะคิดถึงสิ่งที่ไม่ดีงาม เป็นวิธีคิดที่สกัดกั้น ขัดเกลากิเลสตัณหา

9. วิธีคิดแบบอยู่กับปัจจุบัน เป็นวิธีคิดในแนวทางของความรู้ด้วยอำนาจปัญญา ไม่ว่าเป็นเรื่องที่ เป็นอยู่หรือเรื่องที่ล่วงไปแล้ว หรือเรื่องกาลภายหน้า ความคิดที่ไม่เป็นอยู่ในปัจจุบันคือความคิดที่เกาะ ติดกับอดีตและเลื่อนลอยในอนาคต ตกอยู่ในอำนาจอารมณ์ อาลัยอาวรณ์ สิ่งที่ล่วงเลยมาแล้ว ฟุ้งซ่านใน เรื่องที่เพ้อฝันปรุงแต่ง ซึ่งไม่ฐานแห่งความเป็นจริงในปัจจุบัน

10. วิธีคิดแบบวิภัชชวาท เป็นการคิดแบบให้มองเห็นความจริง โดยแยกแยะ ออกให้เห็นแต่ละ แง่ แต่ละด้านจนครบทุกด้าน ไม่พิจารณาสิ่งใดๆ เพียงด้านเดียวหรือแง่มุมเดียวการคิดแบบ

กระบวนการ ดังกล่าวล้วนเป็นปัจจัยที่ก่อให้เกิดสัมมาทิฐิหรือความคิดที่ถูกต้อง อันเป็นก้าวสำคัญในการดำรงชีวิตบน ทางสายกลาง สรุปรวมความแล้วก็คือ คิดถูกทาง ถูกวิธี มีเหตุผล การคิดนั้นก่อให้เกิดการกระทำที่เป็น กุศล ดังนั้น กระบวนการในการสร้างปัญญาตามหลัก โยนิโสมนสิการ จึงเป็นเครื่องมือหล่อเลี้ยงสติและ ทำให้ต้องใช้ปัญญาเมื่อความคิดเป็นระเบียบ มีจุดมุ่งหมาย จิตจะตั้งมั่นอยู่กับงานที่กำลังทำอยู่นั้น หรือ เรียกว่ามีสติในการทำงาน

จึงกล่าวได้ว่าโยนิโสมนสิการ เป็นองค์ประกอบภายในมีความเกี่ยวข้องกับการฝึกใช้ความคิดให้รู้จักคิดอย่างถูกวิธีคิดอย่างมีระเบียบคิดอย่างวิเคราะห์ไม่มองเห็นสิ่งต่าง ๆ อย่างตื้นๆ ผิวเผิน เป็นขั้นตอนสำคัญของการสร้างปัญญา ทำใจให้บริสุทธิ์และเป็นอิสระ ทำให้ทุกคนช่วยตนเองได้นำไปสู่ความเป็นอิสระไร้ทุกข์ พร้อมด้วยสันติสุขเป็นจุดหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนาโยนิโสมนสิการ ไม่ใช่ตัวปัญญา แต่เป็นปัจจัยให้เกิดปัญญา มีเป้าหมายสูงสุดคือการดับทุกข์ในการดำเนินชีวิต สติเป็นองค์ธรรมที่จำเป็นต้องใช้ในการทำงานทุกอย่างโยนิโสมนสิการ เป็นสิ่งหล่อเลี้ยงสติที่ยังไม่เกิดให้ได้เกิดช่วยให้สติที่เกิดแล้วเกิดต่อเนื่องต่อไป

2.ความหมายโยนิโสมนสิการตามทัศนะของนักวิชาการทางพุทธศาสนา

พระเทพโสภณ ประยูร ธมฺมจิตฺโต อธิบายความหมายของโยนิโสมนสิการไว้ว่าโยนิโส แปลว่า ถูกต้องแยบคาย มนสิการ แปลว่า ทำไว้ในใจ โยนิโสมนสิการ หมายถึง การทำ ไว้ในใจโดยแยบคาย หรือการคิดถูกต้องตามความเป็นจริง โดยอาศัยการเก็บข้อมูลอย่างเป็นระบบ และคิดเชื่อมโยงตีความข้อมูลเพื่อนำไปใช้ประโยชน์ต่อไป[18]

ทิศนา แขมมณี และคณะ กล่าวถึง โยนิโสมนสิการ คือ การคิดเป็น หมายถึงความสามารถที่บุคคลรู้จักมอง รู้จักพิจารณาสิ่งทั้งหลายตามสภาวะโดยวิธีคิดหาเหตุปัจจัย สืบค้นจากต้นเหตุตลอดทางจนถึงผลสุดท้ายที่เกิด แยกแยะเรื่องออกให้เห็นตามสภาวะที่เป็นจริงคิดตามความสัมพันธ์ที่สืบทอดจากเหตุโดยไม่เอาความรู้สึกอุปาทานของตนเอง เข้าไปจับหรือครอบคลุมบุคคลนั้นจะสามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสมด้วยวิธีการแห่งปัญญา จากความหมายข้างต้นสรุปได้ว่า โยนิโสมนสิการ หมายถึง การคิดเป็น มีเหตุผล การคิด วิเคราะห์อย่างแยบคาย รู้จักพิจารณาความจริงเป็นขั้นตอนอย่างต่อเนื่องจนสามารถแก้ไข ปัญหาต่าง ๆ ได้[19]

เอ็ดเวิร์ด เดอโบโน ได้กล่าวถึง การคิด สรุปได้ว่า การคิด หมายถึง การสำรวจอย่างไตร่ตรองและ รอบคอบของความรู้ความชำนาญและประสบการณ์ เพื่อจุดประสงค์อย่างใดอย่างหนึ่งและ

---

[18] พระเทพโสภณ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), *ขอบฟ้าแห่งความรู้,* พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อัมรินทร์, 2548), หน้า 65–71.

[19] ทิศนา แขมมณีและคณะ, *วิทยาการด้านการคิด,* (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์บริษัทเดอะมาสเตอร์กรุ๊ปแมนเนจเม้นท์ จำกัด, 2544), หน้า 87.

จุดประสงค์นั้นจะหมายรวมถึงการเข้าใจการตัดสินใจการวางแผนการแก้ไขปัญหาการตัดสินคุณค่าการกระทำและอื่น ๆ[20]

คำว่า “โยนิโสมนสิการ” ที่ท่านผูทรงคุณวุฒิทางวิชาการได้ให้ ความหมายไว้นั้น ท่านได้นำข้อความจากคัมภีร์มาอธิบาย โดยท่านอธิบายตามที่คัมภีร์ ชั้นอรรถกถาและฎีกาซึ่งได้ไขความไว้โดยวิธีแสดงไวพจน์ให้เห็นความหมายแยก ดังต่อไปนี้

1. คิดเป็นคิดเป็นระบบ คิดเป็นเรื่องเป็นราว เป็น Systematic Thought ความคิดที่เป็นระบบหรือว่า thoughtful พวกที่คิดเป็นระบบ คิดเป็น เข้าใจในความคิด มีวิธีคิด เป็นเรื่องที่ไม่คอยได้สอนกับในโรงเรียน คือ วิธีคิดว่าเรื่องนี้ควรจะคิดอย่างไร แล้ว มันก็จะได้ผลออกมาดีมาก ถ้ามีวิธีคิดหรือคิดเป็น

2. การทำไว้ในใจโดยแยบคาย, การพิจารณาโดยแยบคาย นั่นคือ ความ เป็นผูฉลาดในการคิด คิดอย่างถูกวิธีถูกระบบ พิจารณา ไตร่ตรองสาวไปจนถึงสาเหตุหรือ ตนตอของเรื่องที่กำลังคิดคือคิดถึงรากถึงโคนนั่นเอง แลวประมวลความคิดรอบดาน จนกระทั่งสรุปออกมาได้ว่าสิ่งนั้นควรหรือไม่ควร ดีหรือไม่ดีเป็นวิถีทางแห่งปัญญา เป็นธรรมสำหรับกลั่นกรองแยกแยะข้อมูลหรือแหล่งข่าว (ปรโตโฆสะ)อีกชั้นหนึ่ง เป็นบ่อเกิด แห่งสัมมาทิฐิทำให้มีเหตุผลไม่งมงาย[21]

3. การใช้ความคิดถูกวิธีคือ การกระทำในใจโดยแยบคาย มองสิ่ง ทั้งหลายด้วยความคิดพิจารณาสืบถึงตนเค้าสาวหาเหตุผลจนตลอดสายแยกแยะออก วิเคราะห์ดูด้วยปัญญาที่คิดเป็นระเบียบและอุบายวิธีใหเห็นสิ่งนั้น ๆ หรือปัญหานั้น ๆ ตามสภาวะและตามความสัมพันธแห่งปัจจัยและเป็นฝ่ายปัญญา ธรรมข้ออื่น ที่ได้รับยก ยองคลายโยนิโสมนสิการในบางแง่ ได้แก่ อัปปมาทะความไม่ประมาท, วิริยารัมภะ การ ปรารภความเพียร, สันตุฏฐี ความสันโดษ, สัมปชัญญะ ความรู้ตัวสำนึกตระหนักดวย ปัญญา, กุสลาธัมมานุโยค การหมั่นประกอบกุศลธรรม, สีลสัมปทา ความถึงพรอมแห่งศีล, ฉันทสัมปทา ความพรอมแห่งฉันทะ, อัตตสัมปทา ความถึงพรอมแห่งตน คือมีจิตใจซึ่งพัฒนาเต็มที่แลว, ทิฏฐิสัมปทา ความถึงพรอมแห่งทิฏฐิและอัปปมาทสัมปทา ความถึงพร้อมแห่งอัปปมาทธรรม[22]

ดังนั้น การศึกษาความหมายของคำว่า “โยนิโสมนสิการ” ในคัมภีร พระไตรปิฎก ซึ่งล้วนแล้วแต่เป็นการเทศนาที่แสดงให้เห็นถึงการใชวิธีพิจารณา โดยแยบแคบ ทั้งในการกิน การพูด

---

[20] เอ็ดเวิร์ด เดอ โบโน, *สอนศิษย์ให้คิดเก่ง* แปลโดย ทวี ลักษมีวัฒนา, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอ็กซ์เปอร์เน็ท จำกัด, 2550), หน้า 47.

[21] พระธรรมกิตติวงศ (ทองดี สุรเตโช) ป.ธ. 9 ราชบัณฑิต, *พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด คำวัด*, (กรุงเทพมหานคร : วัดราชโอรสาราม, 2548), หน้า 123.

[22] น.อ.(พิเศษ) ปรีชา นันตาภิวัฒน์ ร.น., *พจนานุกรมหลักธรรมพระพุทธศาสนา*, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ดวงแก้ว, 2544), หน้า 110-111.

การศึกษาหาความรู้ตลอดจนการพิจารณาเมื่ออยู่ในภาวะวิกฤตหรือเมื่อใกล้ตาย เป็นตน ลักษณะการคิดเช่นนี้เป็นการสร้างปัญญา ระดับพื้นฐาน เพื่อบรรลุความสุขในทางโลกถือเป็นความสุขเบื้องตนและการใช้วิธีพิจารณาโดยแยบคายอันเป็นเหตุให้เกิดปัญญารู้ตามความเป็นจริง ซึ่งเป็นปัญญา ระดับสูง เพื่อการสิ้นกิเลสเข้าสภาวะหมดการปรุงแต่งอันเป็นหนทางสู่พระนิพพาน

พระเทพโสภณ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) อธิบายความหมายของโยนิโสมนสิการ ว่ามีวิธีคิดโดยสรุปได้เป็น 4 แบบด้วยกัน ดังนี้

1. อุบายมนสิการ คือ คิดถูกวิธี การศึกษาต้องสอนให้คนมีวิธีคิด วิธีวิจัยและใช้วิธีการนั้นอย่างถูกต้องว่องไว

2. ปถมนสิการ คือ คิดมีระเบียบ การศึกษาต้องสอนให้คนคิดต่อเนื่องอย่างเป็นธรรมมีระเบียบ ไม่กระโดดไป กระโดดมา คิดอย่างมีเป้าหมาย

3. การณมนสิการ คือ คิดมีเหตุผล รู้จักเชื่อมโยงว่าเหตุนั้นนำไปสู่ผลอะไร หรือผลนั้น มาจากเหตุอะไร

4. อุปปาทกมนสิการ คือ คิดเป็นกุศลเป็นการคิดเพื่อค้นหาแก่นสารสาระ เมื่อได้รับข้อมูลข่าวสารมากมาย ต้องรู้จักกรองเอาส่วนที่เป็นประโยชน์และเหมาะสมกับเรา โยนิโสมนสิการทั้ง 4 ประการ เป็นวิธีคิดเพื่อเข้าถึงความจริง และอยู่อย่างสอดคล้องกับ ความจริงในธรรมชาติ ข้อแตกต่างระหว่างวิธีคิดของตะวันออกกับของตะวันตกอยู่ตรงที่ว่า วิธีคิดของ ตะวันออกมุ่งให้รู้ธรรมชาติตามความเป็นจริง ไม่ใช่เพื่อกดขี่ย่ำยีทำลายธรรมชาติแต่มุ่งให้อยู่อย่าง สอดคล้องกับธรรมชาติ[23]

อารุณีไทยบัณฑิตย์ให้ความหมายของโยนิโสมนสิการ หมายถึง แนวความคิดที่เกิดจากการคิดพิจารณาอย่างถูกวิธีอันสอดคล้องกับเรื่องที่เรียนรู้ไม่การลัดขั้นตอน หรือด่วนสรุปเกินข้อมูลที่ได้รับมาเป็นแนวคิดที่มีระบบตามขั้นตอน คิดมีเหตุผลที่สมบูรณ์เป็นการคิดที่ถูกต้องตรงตามความเป็นจริง รู้จักพิจารณา รู้จักวิเคราะห์ซึ่งจะก่อให้เกิดประโยชน์สร้างสรรค์ในสิ่งที่ดีทั้งต่อตนเองและสังคม[24]

นวพร ถึงประเสริฐ ให้ความหมาย การคิดแบบโยนิโสมนสิการ หมายถึง การคิดอย่างมีเหตุผล คิดอย่างแยบคาย พิจารณาไตร่ตรองให้รอบคอบ เพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น[25]

---

[23] พระเทพโสภณ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), *ขอบฟ้าแห่งความรู้,* พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อัมรินทร์, 2548), หน้า 65-71.

[24] อารุณี ไทยบัณฑิตย์, “การพัฒนาความสามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โดยใช้การฝึกคิดแบบโยนิโสมนสิการ”, วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร), 2545, หน้า 19.

[25] นวพร ถึงประเสริฐ, “ผลการใช้รูปแบบการเรียนการสอนโดยสร้างศรัทธาและโยนิโสมนสิการในรายวิชาพระพุทธศาสนาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนกาญจนาภิเษกกาฬสินธุ์”, วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร), 2549, หน้า 35.

สรุปได้ว่า โยนิโสมนสิการ หมายถึง การคิดที่เป็นระบบระเบียบ เป็นการใช้ความคิดที่ถูกวิธี รู้วิธีหาเหตุผลโดยสามารถนิยามระบุปัญหา มองเห็นปัญหา เห็น ประเด็นชัดเจน สามารถนำข้อมูลมาวิเคราะห์ สังเคราะห์ จำแนกข้อมูลที่คลุมเครือและชัดเจน มีการใช้ตรรกะและเหตุผลเชื่อมโยงความสัมพันธ์ของสิ่งต่าง ๆ เพื่อหาข้อ สรุปอย่างสมเหตุสมผลและ ตัดสินใจประเมินค่าตามความหมายการคิดแบบโยนิโสมนสิการ" ได้แก่ คิดการพิจารณาไตร่ตรอง ประกอบด้วยปัญญามีลักษณะที่ละเอียดอ่อน ลึกซึ้ง รอบคอบคอยเอาใจใส่ตลอดเวลา ประกอบด้วยเหตุผล คำนึงถึงส่วนดีส่วนเสีย เป็นประโยชน์และมิใช่ประโยชน์

3.2.2 ความสำคัญของโยนิโสมนสิการ

"ภิกษุทั้งหลาย เมื่อดวงอาทิตย์อุทัยอยู่ ย่อมมีแสงอรุณขึ้นมาก่อน เป็นบุพนิมิตฉันในความถึงพร้อมด้วยโยนิโสมนสิการ ก็เป็นตัวนำ เป็นบุพนิมิตแห่งการเกิดขึ้นของอริยอัษฎางคิกมรรค แก่ภิกษุฉันนั้น ภิกษุผู้ถึงพร้อมด้วยโยนิโสมนสิการ พึงหวังสิ่งนี้ได้ คือ จักเจริญ จักทำให้มากซึ่งอริยอัษฎางคิกมรรค"[26]

"ภิกษุทั้งหลาย เมื่อดวงอาทิตย์อุทัยอยู่ ย่อมมีแสงเงินแสงทอง เป็นบุพนิมิตมาก่อน ฉันใด โยนิโสมนสิการก็เป็นตัวนำ เป็นบุพนิมิตแห่งการเกิดขึ้นของโพชฌงค์7 แก่ภิกษุ ฉันนั้น ภิกษุผู้ถึงพร้อมด้วยโยนิโสมนสิการ พึงหวังสิ่งนี้ได้คือ จักเจริญ จักทำให้มากซึ่งโพชฌงค์"[27]

"ภิกษุทั้งหลาย ร่างกายนี้ดำรงอยู่ด้วยอาหาร อาศัยอาหารจึงดำรงอยู่ได้, ไม่มีอาหาร หาดำรงอยู่ได้ไม่ ฉันใด นิวรณ์ 5 ก็ฉันนั้นเหมือนกัน ดำรงอยู่ด้วยอาหาร อาศัยอาหารจึงดำรงอยู่ได้, ไม่มีอาหาร หาดำรงอยู่ได้ไม่; อะไรเล่าคืออาหาร...ก็คือการกระทำให้มากซึ่งอโยนิโสมนสิการ...

"ภิกษุทั้งหลาย ร่างกายนี้ดำรงอยู่ด้วยอาหาร อาศัยอาหารจึงดำรงอยู่ได้, ไม่มีอาหาร หาดำรงอยู่ได้ไม่ ฉันใด โพชฌงค์7 ก็ฉันนั้นเหมือนกัน ดำรงอยู่ด้วยอาหาร อาศัยอาหารจึงดำรงอยู่ได้, ไม่มีอาหารหาดำรงอยู่ได้ไม่, อะไรเล่าคืออาหาร ก็คือ การกระทำให้มากซึ่งโยนิโสมนสิการ[28]

"ภิกษุทั้งหลาย เพราะโยนิโสมนสิการ เพราะโยนิโสสัมมัปปธาน (การตั้งความเพียรชอบถูกวิธี) เราจึงได้บรรลุอนุตรวิมุตติจึงได้ประจักษ์แจ้งอนุตรวิมุตติ, แม้เธอทั้งหลายก็จะบรรลุอนุตรวิมุตติได้ประจักษ์แจ้งอนุตรวิมุตติได้เพราะโยนิโสมนสิการ เพราะโยนิโสสัมมัปปธาน"[29]

"ภิกษุทั้งหลายเรากล่าวความสิ้นไปแห่งอาสวะทั้งหลาย(ว่าสำเร็จได้)แก่ผู้รู้ผู้เห็น มิใช่แก่ผู้ไม่รู้ มิใช่แก่ผู้ไม่เห็น; เมื่อรู้อยู่ เห็นอยู่อย่างไรจึงจะมีความสิ้นไปแห่งอาสวะทั้งหลาย? เมื่อรู้เห็น (วิธีทำให้เกิดและไม่ให้เกิด) โยนิโสมนสิการ และอโยนิโสมนสิการ; เมื่อมนสิการโดยไม่แยบคาย อาสวะที่ยัง

---

[26] สำ.ม. 19/136/37.

[27] สำ.ม. 19/414/113.

[28] สำ.ม. 19/357-372/94-98.

[29] วินย. 4/35/42, สำ.ส.15/425/153

ไม่เกิด ย่อมเกิดขึ้น และอาสวะที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมเจริญเพิ่มพูน, เมื่อมนสิการโดย แยบคาย อาสวะที่ยังไม่เกิด ย่อมไม่เกิดขึ้น และอาสวะที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมถูกละได้”[30]

“ภิกษุทั้งหลาย ธรรมทั้งหลายเหล่าหนึ่งเหล่าใดก็ตาม ที่เป็นกุศล อยู่ในภาคกุศล อยู่ในฝ่ายกุศล ธรรมเหล่านั้นทั้งหมด มีโยนิโสมนสิการเป็นมูลราก ประชุมลงในโยนิโสมนสิการ, โยนิโสมนสิการ เรียกว่าเป็นยอดของธรรมเหล่านั้น”[31]

“ดูกรมหาลิ โลภะ โทสะ โมหะ อโยนิโสมนสิการ จิตที่ตั้งไว้ผิด เป็นเหตุเป็นปัจจัย เพื่อการกระทำกรรมชั่ว เพื่อความเป็นไปแห่งกรรมชั่ว, อโลภะ อโทสะ อโมหะ โยนิโสมนสิการ จิตที่ตั้งไว้ชอบ เป็นเหตุเป็นปัจจัย เพื่อการกระทำกัลยาณกรรม เพื่อความเป็นไปแห่งกัลยาณกรรม”[32]

“เราไม่เล็งเห็นธรรมอื่น แม้สักอย่างหนึ่ง ที่เป็นเหตุให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้นหรือให้อกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว เสื่อมไป เหมือนโยนิโสมนสิการเลย เมื่อมีโยนิโสมนสิการ กุศลธรรมที่ยังไม่เกิด ย่อมเกิดขึ้น และอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมเสื่อมไป”[33]

“เราไม่เล็งเห็นธรรมอื่นแม้สักอย่าง ที่เป็นไปเพื่อประโยชน์ ยิ่งใหญ่[34] ที่เป็นไปเพื่อความดำรงมั่น ไม่เสื่อมสูญ ไม่อันตรธานแห่งสัทธรรม[35]เหมือนโยนิโสมนสิการเลย”

“โดยกำหนดว่าเป็นองค์ประกอบภายใน เราไม่เล็งเห็นองค์ประกอบอื่นแม้สักข้อหนึ่ง ที่เป็นไปเพื่อประโยชน์ยิ่งใหญ่ เหมือนโยนิโสมนสิการเลย”[36]

“สำหรับภิกษุผู้เสขะ ยังไม่บรรลุอรหัตผล ปรารถนาความเกษมจากโยคะ อันยอดเยี่ยม เราไม่เล็งเห็นองค์ประกอบภายในอย่างอื่นแม้สักอย่าง ที่มีประโยชน์มาก เหมือนโยนิโสมนสิการเลย ภิกษุผู้ใช้โยนิโสมนสิการ ย่อมกำจัดอกุศลได้และบำเพ็ญกุศลให้เกิดขึ้น”[37]

“เราไม่เล็งเห็นธรรมอย่างอื่น แม้สักข้อหนึ่ง ซึ่งเป็นเหตุให้สัมมาทิฏฐิที่ยังไม่เกิด ก็เกิดขึ้น หรือให้สัมมาทิฏฐิที่เกิดขึ้นแล้ว เจริญยิ่งขึ้น เหมือนโยนิโสมนสิการเลย เมื่อมีโยนิโสมนสิการ สัมมาทิฏฐิที่ยังไม่เกิด ย่อมเกิดขึ้น และสัมมาทิฏฐิที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมเจริญยิ่งขึ้น”[38]

---

[30] ม.มู. 12/11/12.

[31] สำ.ม. 19/465/129.

[32] องฺ.ทสก. 24/47/90.

[33] องฺ.เอก. 20/68/15.

[34] องฺ.เอก. 20/92/20.

[35] องฺ.เอก. 20/142/24.

[36] องฺ.เอก. 20/108/22; สำ.ม. 19/518/141.

[37] ขุ.อิติ. 25/194/236.

[38] องฺ.เอก. 20/186/41.

“เราไม่เล็งเห็นธรรมอื่นแม้สักข้อหนึ่งซึ่งเป็นเหตุให้โพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดก็เกิดขึ้น หรือให้โพชฌงค์ ที่เกิดขึ้นแล้ว ถึงความเจริญเต็มบริบูรณ์เหมือนโยนิโสมนสิการเลย เมื่อมีโยนิโสมนสิการ โพชฌงค์ ที่ยังไม่เกิดย่อมเกิดขึ้น และโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้วย่อมถึงความเจริญเต็มบริบูรณ์”[39]

“เราไม่เล็งเห็นธรรมอื่นแม้สักข้อหนึ่ง ที่จะเป็นเหตุให้ความสงสัยที่ยังไม่เกิด ก็ไม่เกิดขึ้นหรือที่เกิดขึ้นแล้ว ก็ถูกกำจัดได้เหมือนโยนิโสมนสิการเลย”[40]

โยนิโสมนสิการในอสุภนิมิต เปนเหตุใหราคะไมเกิด และราคะที่เกิดแลว ก็ถูกละไดโยนิโสมนสิการในเมตตาเจโตวิมุตติเปนเหตุใหโทสะไมเกิด และโทสะที่เกิดแลว ก็ถูกละไดโยนิโสมนสิการ (โดยทั่วไป) เปนเหตุใหโมหะไมเกิด และโมหะที่เกิดแลว ก็ถูกละได[41]

เมื่อโยนิโสมนสิการ นิวรณ 5 ยอมไมเกิด ที่เกิดแลว ก็ถูกกำจัดไดในขณะเดียวกันก็เปนเหตุใหโพชฌงค์ 7 เกิดขึ้นและเจริญเต็มบริบูรณ[42]

“ธรรม 9 อย่างที่มีอุปการะมาก ได้แก่ธรรม 9 อย่าง ซึ่งมีโยนิโสมนสิการเป็นมูล กล่าวคือ เมื่อโยนิโสมนสิการ ปราโมทย์ย่อมเกิด เมื่อปราโมทย์ปีติย่อมเกิด เมื่อมีใจปีติกายย่อมสงบผ่อนคลาย (ปัสสัทธิ) เมื่อกายสงบผ่อนคลาย ย่อมได้เสวยสุข ผู้มีสุข จิตย่อมเป็นสมาธิผู้มีจิตเป็นสมาธิย่อมรู้เห็นตามเป็นจริง เมื่อรู้เห็นตามเป็นจริง ย่อมนิพพิทาเอง เมื่อนิพพิทา ก็วิราคะเพราะวิราคะ ก็วิมุตติ”[43]

กล่าวสรุปได้ว่าหลักโยนิโสมนสิการกับหลักกัลยาณมิตรในพระพุทธศาสนา โยนิโสมนสิการเป็นกระบวนการคิดเป็นวิธีการที่ให้บุคคลมีหลักการและวิธีการคิดที่ก่อให้เกิดประโยชน์ เพื่อให้ง่ายต่อการนำไปใช้ในกระบวนการสอน ขอใช้ในความหมายง่าย ๆ ว่า โยนิโสมนสิการ คือ กระบวนการคิดหาสาเหตุ หรือกระบวนการพิจารณาหาเหตุเป็นการใช้ความคิดอย่างถูกวิธีเมื่อเทียบในกระบวนการพัฒนาปัญญาโยนิโสมนสิการอยู่ในระดับที่เหนือศรัทธาเพราะเป็นขั้นที่เริ่มใช้ความคิดของตนเองเป็นอิสระ ส่วนในระบบการศึกษาอบรมโยนิโสมนสิการเป็นการฝึกการใช้ความคิดให้รู้จักคิดอย่างถูกวิธี คิดอย่างมีระเบียบ รู้จักคิดวิเคราะห์ไม่มองเห็นสิ่งต่าง ๆ อย่างตื้นๆ ผิวเผิน เป็นขั้นสำคัญในการสร้างปัญญาที่บริสุทธิ์เป็นอิสระ ทำให้ทุกคนช่วยตนเองได้และนำไปสู่จุดหมายของพุทธธรรมอย่างแท้จริง กัลยาณมิตรในพระพุทธศาสนาคุณสมบัติของมิตรดีหรือมิตรแท้ คือท่านที่คบหรือเข้าหาแล้วจะเป็นเหตุให้เกิดความดีงามและความเจริญได้แก่ เป็นที่รักเป็นที่พอใจ เป็นที่เคารพ เป็นที่ยกย่อง เป็นนักพูด เป็นผู้อดทนต่อถ้อยคำ เป็นผู้พูดถ้อยคำลึกซึ้งได้ และไม่ชักนำในฐานะ ไม่แนะนำในเรื่องเหลวไหลหรือชักจูงไปในทางเสื่อมเสีย

---

[39] องฺ.เอก. 26/76/17.

[40] องฺ.เอก. 20/21/5.

[41] องฺ.ติก. 20/508/258.

[42] สำ.ม. 19/7/122.

[43] ที.ปา. 11/455/329.

3.3.3 สารัตถะของโยนิโสมนสิการ

ในพระไตรปฎกได้ระบุความหมายไว้หลายนัยด้วยกัน หรือที่เรียกว่า “ไวพจน์” ของ “โยนิโสมนสิการ” เช่น คำว่า อุปปริกขา[44] ปฏิสังขา[45] ปฏิสัญจิกขณา[46] โยนิโสมนสิการ[47] เป็นต้น ล้วนมีนัยความหมายของศัพท์ว่า โยนิโสมนสิการ ทั้งสิ้น แต่มีน้อยไม่นิยมนำมาใช้นัก

ในคัมภีร์พระไตรปฎก มีคำที่ให้ความหมายเดียวกับโยนิโสมนสิการปรากฏอยู่มากมาย เช่น พิจารณาโดยแยบคาย มนสิการโดยแยบคาย มนสิการ อุบายวิธีใส่ใจใคร่ครวญ ไตร่ตรอง คำนึงถึง เป็นต้น และจากกลุ่มคำที่มีความหมายเดียวกับโยนิโสมนสิการเหล่านี้จะเห็นถึงระดับของการนำโยนิโสมนสิการไปใช้ในความหมายต่าง ๆ ตามวัตถุประสงค์และสถานการณ์ได้ดังต่อไปนี้

1. หมายถึง การพิจารณาอย่างถูกต้อง เหมาะสม กอนบริโภคอาหารเช่นพระพุทธองค์ได้เทศนาแก่พระอริยสาวก ให้พิจารณาโดยแยบคายในการฉันอาหารไม่ใช่เพื่อเล่น ไม่ใช่เพื่อมัวเมา ไม่ใช่เพื่อตกแต่ง แต่เพียงเพื่อความดำรงอยู่ของร่างกายเท่านั้น[48]

2. หมายถึงการมนสิการ การไตร่ตรอง การคิด ให้รอบคอบ กอนกล่าววาจา เช่นที่พระพุทธองค์ทรงย้ำให้มนสิการก่อนที่จะตอบ[49] หรือให้ไตร่ตรองให้รอบคอบก่อนกล่าวติเตียนหรือกล่าวสรรเสริญผู้อื่น[50]

3. หมายถึง การไตร่ตรอง การคำนึงถึงในการเล่าเรียน เนื้อความแห่งธรรมอย่างถูกวิธี ถูกทาง ดังเช่นพุทธพจน์แสดงว่า “ภิกษุทั้งหลาย กุลบุตรบางพวกในธรรมวินัยนี้ย่อมเล่าเรียนธรรม คือ สุตตะ เคยยะ เวยยากรณะ คาถา อุทาน อิติวุตตกะ ชาตกะ อัพภูตธรรม และเวทัลละ พวกเขาเล่าเรียนธรรมนั้นแล้ว ย่อมไตร่ตรองเนื้อความแห่งธรรมเหล่านั้นด้วยปัญญา”[51]

4. หมายถึง การคำนึงถึงอย่างเขาใจ ถูกทาง เพื่อการดำเนินชีวิตที่เป็นสุข เช่น ไม่ควรคำนึงถึงสิ่งที่ล่วงไปแล้ว ไม่ควรหวังในสิ่งที่ยังมาไม่ถึง สิ่งที่ล่วงไปแล้วให้ละ สิ่งที่ยังมาไม่ถึงก็เป็นสิ่งที่มาไม่ถึง ไม่ต้องนำมาคิดคำนึง[52] หรือในขณะที่ใกล้จะตายให้คิดคำนึงแต่ในแง่มุมที่ดีในกุศลที่ได้ทำสำเร็จแล้ว ดังพุทธพจน์ที่ว่า “โภคทรัพย์ทั้งหลายเราได้บริโภคแล้ว คนที่ควรเลี้ยงเราได้เลี้ยงแล้ว อันตราย

---

[44] สำ.ข. 17/87/53.

[45] องฺ.จตุกฺก. 21/37/51.

[46] องฺ.ทสก. 24/92/197.

[47] สำ.นิ. 16/154/84.

[48] ม.ม. 13/24/27

[49] ม.ม. 12/357/394, ม.ม.อ. 2/358/186.

[50] องฺ.ทุก. 20/135/117.

[51] ม.มู. 12/238/285.

[52] ม.อุ. 14/272/319.

ทั้งหลายเราได้ข้ามพ้นแล้วทักษิณาที่มีผลสูงขึ้นไปเราได้ให้แล้ว และพลีกรรม 5 อย่างเราได้ทำแล้ว”[53] ดังนี้จึงถือว่าเป็นผู้มีโยนิโสมนสิการ

5. หมายถึง การพิจารณาอย่างสำรวม โดยการสำรวมในอินทรีย์ทั้ง 5[54]

6. หมายถึง ความตั้งใจ มุ่งมั่น เพียรปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรม[55]

7. หมายถึง การพิจารณาสาวหาตามเหตุปจจัย เป็นเหตุให้เกิดปัญญา[56]

8. หมายถึง การใช้ความคิดอย่างถูกวิธี การใส่ใจ ใคร่ครวญ การพิจารณาโดยอุบายวิธีที่แยบคาย เช่น พิจารณาว่าไม่เที่ยงในสิ่งที่ไม่เที่ยง พิจารณาว่าเป็นทุกข์ในสิ่งที่เป็นทุกข์[57]

9. หมายถึง พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายหรือใส่ใจลมหายใจเข้าออกด้วยความเพียร สัมปชัญญะและสติ[58] เป็นต้น

ดังนั้น การศึกษาความหมายของคำว่า “โยนิโสมนสิการ” ในคัมภีร์พระไตรปฎก ซึ่งล้วนแล้วแต่เป็นการเทศนาที่แสดงให้เห็นถึงการใช้วิธีพิจารณาโดยแยบคาย ทั้งในการกิน การพูด การศึกษาหาความรู้ตลอดจนการพิจารณาเมื่ออยู่ในภาวะวิกฤตหรือเมื่อใกล้ตาย เป็นต้น ลักษณะการคิดเช่นนี้เป็นการสร้างปัญญาระดับพื้นฐาน เพื่อบรรลุความสุขในทางโลกถือเป็นความสุขเบื้องต้น และการใช้วิธีพิจารณาโดยแยบคายอันเป็นเหตุให้เกิดปัญญารู้ตามความเป็นจริง ซึ่งเป็นปัญญาระดับสูง เพื่อการสิ้นกิเลสเข้าสู่ภาวะหมดการปรุงแต่งอันเป็นหนทางสู่พระนิพพาน

3.3 สัจจะ

สัจจะ แปลว่า ความสัตย์ความซื่อ สัจจะ หมายถึง ความจริงที่มีอยู่ตามธรรมชาติ ไม่มีใครไปเสกสรรปั้นแต่งขึ้นมา เช่น ดวงอาทิตย์ส่องแสงสว่างในเวลา กลางวัน ดวงจันทร์ส่องแสงสว่างในเวลากลางคืน น้ำย่อมไหล จากที่สูงไปสู่ที่ต่ำ ทุกคนเกิดแล้วก็ต้องแก่ เจ็บ และตาย เป็นต้น

3.3.1 ความหมายของสัจจะ

สัจจะ หมายถึง ความจริงที่เกิดจากการกระทำต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการกระทำของคนหรือสัตว์ แบ่งการกระทำดังกล่าวเป็น 2 ประเภท คือ 1) สัจจะ หมายถึง ความจริงที่เกิดจากการกระทำที่ขาดสติ ซึ่งอาจเกิดจากความไม่รู้จริงหรือรู้แต่ประมาท ไม่คำนึงถึง ผลเสียที่จะเกิดตามมาว่า จะนำความเดือดร้อนเสีย หายและมีน้ำตา นองหน้าในภายหลังทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น จึงเอาแต่สะดวกสบาย

---

[53] องฺ.จตุกฺก. 21/61/104.

[54] ม.มู. 12/23/22.

[55] วิ.ม. 4/35/44.

[56] ที.ม. 10/57/31.

[57] ที.ปา.อ. 149/75, ที.ปา.ฏีกา 149/75, ที.ปา.11/149/109.

[58] ม.อุ. 14/148/190.

หรือประโยชน์เฉพาะหน้าเป็นที่ตั้ง 2) สัจจะ หมายถึง ความจริงที่เกิดจากการกระทำ อย่างมีสติ เกิดจากความฮู้จริงและตั้งใจทำ จริงในสิ่งนั้น รู้จักระแวง ภัยที่น่าระแวง และระวังภัยที่อาจทำให้เดือดร้อนตามมา ภายหลังอีกด้วย จึงกระทำทุกอย่างตรงไปตรงมาประกอบด้วย เหตุผล

สัจ- สัจจะ (สัด, สัดจะ-) ความจริง, ความจริงใจ, เช่น ทำงานร่วมกันต้องมีสัจจะต่อกันสัจจะหมายถึง ความจริงใจ ความซื่อตรง ในการประพฤติด้วยกาย คือ การกระทำ และการประพฤติด้วยวาจา คือ การพูด และการประพฤติด้วยใจ คือ ความนึกคิด ด้วยความจริง ไม่มีสิ่งแอบแฝงเพื่อวัตถุประสงค์อื่นแก่ตนเอง เช่นนี้เรียกว่า มีความจริงใจ หรือ สัจจะ[59]

สุชีพ ปุญญานุภาพ ได้ให้ความหมายของสัจจะ ไว้ว่า สัจจะ ความมีสัตย์ คือ การแสดงออกด้วยการประพฤติตนในทางเที่ยงตรง เป็นคนจริงตามสภาวะที่ไม่เปลี่ยนแปลง เป็นของแท้ และเที่ยงตรง ไม่เป็นอย่างอื่นทางใจ ประกอบด้วย

1. จริงใจ ได้แก่ ความบริสุทธิ์ใจ ไม่มีอย่างอื่นแอบแฝง
2. จริงวาจา ได้แก่ พูดจริง
3. จริงกาย ได้แก่ ทำจริง

วิทย์ วิศทเวทย์ และเสฐียรพงษ์ วรรณปก ได้แบ่งสัจจะไว้ 5 ประการ คือ[60]

1. ความจริงใจต่อตนเอง คือ การซื่อสัตย์ต่อตนเอง มีศีลธรรมประจำใจ มีความละอายใจ เกรงกลัวต่อการทำความชั่ว แต่มีความมุ่งมั่นที่จะประพฤติตนเป็นคนดี บุคคลใดถ้าขาดสจัจะต่อ ตนเองแล้ว ย่อมจะโกหกคดโกง หรือ หลอกลวงผู้อื่นได้โดยง่าย

2. ความจริงใจต่อคนอื่น คือ การมีความซื่อตรง จริงใจประพฤติปฏิบัติอย่าง ตรงไปตรงมาต่อบุคคลที่เราเกี่ยวข้องด้วย เช่น บิดามารดา ผู้มีพระคุณ ครูอาจารย์ มิตรสหาย ผู้ร่วมงานทั้งระดับ สูงกว่าและต่ำกว่า ความจริงใจเหล่านี้แสดงออกด้วยการไม่ทรยศคดโกง เบียด บังผลประโยชน์ให้แก่ตนเอง คือ เมื่ออยู่ต่อหน้าพูดจาปราศรัยดี พอลับหลังกลับนินทาให้ร้าย

3. ความจริงใจต่อหน้าที่ คือ การปฏิบัติหน้าที่การงานด้วยความรับผิดชอบ ทำงานด้วยความซื่อสัตย์ ไม่แสวงผลประโยชน์ให้แก่ตนเอง และพวกพ้อง ด้วยการใช้อำนาจหน้าที่โดยมิชอบ หรือผิดจากทำนองคลองธรรม ความจริงใจเหล่านี้แสดงออกด้วยการตั้งใจจริงที่จะปฏิบัติหน้าที่ ของตนให้สำเร็จลุล่วงและเกิดผลดี

4. การพดูความจริงรักษาคำพดู คำมั่นสัญญา เมื่อรับปากว่าจะทำอะไรแล้วก็จะต้อง พยายามกระทำตามที่รับปากไว้ให้ได้ ปากตรงกับใจ ไม่พูดปด หรือกล่าวให้ร้ายผู้อื่น

---

[59] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม*, พิมพ์ครั้งที่ 34, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2559), หน้า 114.

[60] วิทย์ วิศทเวทย์ และ เสฐียรพงษ์ วรรณปก, *หนังสือเรียนสังคมศึกษา รายวิชา ส 0111 พระพุทธศาสนา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 (ม.2)*, (กรุงเทพมหานคร : อักษรเจริญทัศน์ อจท.จำกัด, 2542), หน้า 24-28.

5. ความจริงใจต่อประเทศคือการเคารพยึดมั่น ในกฎระเบียบข้อบังคับของชาติมีความจงรักภักดีต่อสถาบันสำคัญ คอยป้องกันภัยที่จะมีต่อประเทศ และไม่กระทำการใด ๆ อันจะเป็นการบ่อนทำลายหรือทำให้ประเทศชาติต้องเสื่อมเสียชื่อเสียง สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส นอกจากความสุจริตที่กล่าวมา ข้างต้น แล้ว พระพุทธเจ้ายังได้ตรัสถึงสุจริตอีก 3 อย่าง ดังนี้ [61]

1. กายสุจริต คือ การประพฤติชอบด้วยกาย ได้แก่ การเว้นจากการฆ่าสัตว์ เว้นจากการลักทรัพย์ และเว้นจากการประพฤติผิดในกาม

2. วจีสุจริต คือ การประพฤติชอบด้วยวาจา ได้แก่ การเว้นจากการพูดเท็จ เว้นจากการพูดส่อเสียด เว้นจากการพูดคำหยาบ และเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ

3. มโนสุจริต คือ การประพฤติชอบด้วยใจ ได้แก่ การไม่โลภอยากได้ของของคนอื่น ไม่พยาบาทปองร้ายคนอื่น และการทำความเห็นให้ถูกต้องตามหลักเป็นจริง หรือตามครรลองคลองธรรม

3.3.2 ความสำคัญของสัจจะ

สัจจะคือความจริง สัจจะวาจา คือการซื่อตรงต่อคำพูด การรักษาคำพูด เพราะคำว่าสัจจะนั้นแปลว่า ความซื่อสัตย์ ซื่อตรง ทั้งการประพฤติด้วยกาย การประพฤติด้วยวาจา และการประพฤติด้วยใจ จะต้องไม่บิดพลิ้ว ไม่บ่ายเบี่ยง และไม่มีสิ่งใดแอบแฝงเพื่อวัตถุประสงค์อื่นแก่ตนเอง ถึงจะเรียกว่ามีความจริงใจ หรือมีสัจจะนั่นเอง ส่วนคนไม่มีสัจจะวาจา ก็คือคนที่ไม่ซื่อตรงต่อคำพูด ไม่รักษาคำพูด กลับกลอก มักพูดเท็จ ไม่จริงใจ ซึ่งสัจจะจะมาพร้อมกับความซื่อสัตย์ และตามหลักความเชื่อทางศาสนาเชื่อว่า คนที่ไม่ซื่อสัตย์จะทำการสิ่งใดก็ไม่เจริญ เพราะฉะนั้น เพื่อให้เกิดผลดีต่อชีวิตตนเอง เราจึงควรรักษาสัจจะทั้งทางกาย วาจา และใจ เพราะความซื่อสัตย์นำไปสู่ชีวิตที่สมบูรณ์และมีอิสระ ความซื่อสัตย์ไม่ใช่แค่การบอกความจริง แต่ความซื่อสัตย์ทำให้เราสามารถพัฒนาตนเองในการนำเสนอข้อเท็จจริง ความซื่อสัตย์จะทำให้การรับรู้ของเราแหลมคมขึ้นและช่วยให้เราสังเกตทุกสิ่งรอบตัวเราอย่างชัดเจนอีกด้วย และเพื่อฝึกตนเองไปอีก วิธีฝึกตนเองด้วยสัจจะสู่ภาวะผู้นำมี 7 วิธีดังนี้

1. รักษาคำพูดของตนเมื่อคุณบอกว่าคุณจะทำบางสิ่งเพื่อใครซักคนจงทำสิ่งนั้น เพราะคำมั่นสัญญาเป็นจุดเด่นของบุคคลที่น่าเชื่อถือ เช่น ทำภารกิจต่างๆ ที่ได้รับมอบหมายหรือรับปากไว้ให้ตรงเวลา และพยายามอย่าผิดสัญญา เพราะนั่นจะทำให้คุณล้มเหลวในการทำ

2. ซื่อสัตย์ในทุกสิ่งที่ทำ ความซื่อสัตย์เป็นหลักสำคัญที่จะส่งผลให้คุณไม่เป็นคนไม่มีสัจจะวาจา ความซื่อสัตย์รวมถึงการมีมารยาทที่ดี เมื่อพูดตรงไปตรงมา อย่างน้อยต้องสุภาพ และต้อง

---

[61] กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, สมเด็จพระมหาสมณเจ้า, *นวโกวาท (ฉบับประชาชน),* พิมพ์ครั้งที่ 12, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2540), หน้า 6-7.

ตระหนักว่าการซื่อสัตย์ของคุณ จะทำให้คุณได้รับความเคารพจากคนรอบข้าง แม้ในสถานการณ์ที่ยากลำบากก็ควรจะพูดความจริง

3. จงมีเมตตากรุณาและมีน้ำใจ ลักษณะเหล่านี้จะนำไปสู่ความน่าไว้วางใจเพราะคุณทำให้คนอื่นรู้ว่าคุณให้เวลากับคนอื่นและคุณยินดีที่จะให้โอกาส ความเห็นอกเห็นใจจะต้องรู้สึกจากภายในและเรียนรู้ผ่านประสบการณ์โดยลองเข้าไปอยู่ในสถานการณ์ของคนอื่น เพื่อเห็นสิ่งต่างๆ จากมุมมองของพวกเขา

4. หลีกเลี่ยงการนินทา หลีกเลี่ยงการเข้าไปพัวพันกับการนินทา หลีกเลี่ยงการเริ่มข่าวลือ แต่ควรพูดให้ชัดเจน พึ่งพาข้อเท็จจริงและชี้ให้เห็นความเป็นจริงให้ผู้อื่นรู้ เพราะการนินทานอกจากจะทำให้คุณดูไม่น่าเชื่อถือทางคำพูดและกลายเป็นคนไม่มีสัจจะวาจาได้แล้วนั้น คุณอาจจะทำร้ายความรู้สึกของใครบางคนได้

5. อย่าหลอกลวงและอย่าโกหก แม้ว่าบางครั้งที่การหลอกลวงและการโกหกดูเหมือนเป็นหนทางที่ถูกต้องสำหรับบางสิ่ง แต่สุดท้ายแล้วความจริงก็จะปรากฏในที่สุด และเป็นการดีกว่าที่เราจะเลือกพูดแต่ความจริง เพราะถ้าคุณบอกความจริงคุณไม่จำเป็นต้องจำอะไรเลย ทำให้ชีวิตง่ายขึ้น มีความสุขขึ้น และเติมเต็มมากขึ้นอีกด้วย

6. รู้จักการขอโทษ หากคุณทำผิด ให้ยอมรับโดยเร็วและถามว่าคุณจะทำอะไรได้บ้างเพื่อให้มันถูกต้อง เพราะการยอมรับผิดจะแสดงให้เห็นว่าคุณสามารถรับผิดชอบต่อการกระทำของคุณโดยไม่โทษผู้อื่นได้อย่างไรบ้าง ก็จะส่งผลให้ความน่าเชื่อถือและความไว้วางใจของคุณเพิ่มมากขึ้น

7. เชื่อมั่นในตัวเอง คุณทำได้ดีที่สุดในชีวิตเมื่อคุณเริ่มต้นจากรากฐานที่แข็งแกร่ง เชื่อมั่นในตัวเองและรักตัวเองเพื่อที่คุณจะได้ถ่ายทอดความไว้วางใจและความรักภายในนั้นให้ผู้อื่น มอบความไว้วางใจและรักพวกเขาด้วยพลังและความปรารถนาดี รักษาคำพูดอยู่เสมอ จะช่วยให้คุณเป็นที่ไว้วางใจได้ในที่สุด เพราะมีสัจจะนั่นเอง

3.3.3 สารัตถะของสัจจะ

สัจจะวาจา คือคำพูดทีกลั่นออกมาจากใจ มีพลังแห่งคำพูดสามารถเปลี่ยนชีวิตคนเราได้ “ทุกคำพูดออกมาคือพันธะสัญญากับตัวเอง”[62] หลายคนคงเคยได้ยินคำว่า “ดีร้ายอยู่ที่ปาก” ซึ่งแฝงความหมายที่ลึกซึ้ง เพื่อสอนให้เรารู้สึกตัวและคิดก่อนพูด ไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้นจงพูดแต่สิ่งดี ๆ พูดแต่คำที่ไพเราะรื่นหู และมีความหมายเป็นมงคลเข้าไว้ แม้ในยามที่ชีวิตตกอยู่ท่างกลางวิกฤติยิ่งต้องควบคุมจิตใจให้หนักแน่น ไม่ปล่อยให้ใจไหลไปตามสถานการณ์นั้น ๆ และพ่น “วจีทุจริต” ออกมาทำร้ายตัวเองและผู้อื่นเพราะผู้ที่ต้องรับผลร้ายนั้นไปเต็ม ๆ คือตัวเราเป็นคนแรก ในเวลาที่เราด่า บ่น พูดว่าส่อเสียด ล้อเลียน ด้วยถ้อยคำที่ร้ายกาจ แม้ไม่ได้ตั้งใจ และไม่ได้หมายความตามที่พูดจริงๆ เพราะ

---

[62] องฺ.อฏฺฐก. 23/39/300.

ทุกคำที่พูดออกมา เป็นไปด้วยอารมณ์โกรธ พอหายโกรธเราก็ลืมมันไป ไม่ว่าจะเป็นการว่าตัวเองเมื่อไม่พอใจตัวเอง หรือว่าคนอื่น เมื่อคนอื่นทำให้เราไม่พอใจวาจาจะร้ายกายมากขึ้นไปตามอารมณ์โกรธที่เพิ่มขึ้น จนทำให้เราลืมไปว่า สิ่งที่ออกจากปากเรา ตัวเราคือคนแรกที่ได้ยิน นั่นคือเราได้ยินถ้อยคำเหล่านั้นตั้งแต่ยังไม่ได้พูดออกมาด้วยซ้ำ

คำพูดจะเปล่งออกมาจากคำสั่งของสมอง ผ่านการกลั่นกรองจากจิตใจ ก่อนเปล่งออกไปเป็นเสียงที่ใช้สื่อความหมาย เราจะได้ยินก่อน รับรู้ก่อนจากจุดเริ่มต้นที่อยู่ลึกลงไปในตัวเรา ตกกระทบใจเราเป็นคนแรก ก่อนวิ่งไปเข้าหูคนอื่น ถ้าพูดไม่ดีถ้อยคำร้ายกาจเหล่านั้นจะทำร้ายจิตใจเราก่อน ก่อนที่จะพุ่งออกไปทำร้ายคนอื่น พลังแง่ลบจากวจีทุจริต จะทำให้จิตใต้สำนึกรับรู้ว่าเป็นภารกิจที่ต้องปฏิบัติ และเขียนพิมพ์เขียวชีวิตเราตามสิ่งที่รับรู้ เหมือนเป็นพันธะสัญญาที่ต้องทำให้ลุล่วงมันจะคอยบงการชีวิตเราอยู่ภายใน เช่น ส่งความทุกข์ ความวุ่นวาย ความล้มเหลวมาตามคำที่เราบ่นแบบไม่ได้ตั้งใจ คำพูดทุกคำพูด เมื่อพูดออกไปแล้วถือเป็นสัจจวาจา หรือ วาจาสัตย์นั่นเอง ถือเป็นคุณค่าในการดำรงอยู่ของชีวิตมนุษย์

วาจาสัตย์ คือคุณค่าในการดำรงอยู่ของมนุษย์ เคยมีผู้กล่าวไว้ว่า[63] “ก่อนพูด เราเป็นเจ้านายของคำพูด เมื่อพูดแล้ว คำพูดเป็นเจ้านายของเรา” เป็นเช่นนี้ก็เพราะว่า ก่อนจะพูดอะไรให้เราคิดใคร่ครวญให้ดีเสียก่อนเพราะเมื่อพูดออกไปแล้ว คำพูดเป็นหลักฐานที่คนฟังยึดถือเอาคำที่เราพูดนั้นเป็นเกณฑ์ในการเข้าใจ หรือเชื่อถือเรื่องราวที่เราพูดนั้น หากคำที่พูดไมตรงกับความรู้สึกนึกคิดหรือการกระทำของเรา หรือสิ่งที่รู้ สิ่งเห็นมานี่ก็เท่ากับเป็นการพูดเท็จ พูดโกหก หากเราเคยให้คำมั่นสัญญาเรื่องอะไรกับใครไว้แล้วไม่ทำตามคำมั่นสัญญา นี่ก็เท่ากับเป็นการตระบัดสัตย์ ผลของการพูดไม่ตรงความจริง โป้ปดมดเท็จ โกหกตลบตะแลง ตระบัดสัตย์เมื่อคนที่ฟังเราพูด รู้ความจริงว่าเราพูดโกหก ความน่าเชื่อถือในตัวเราก็หายไปในสายตาของผู้ฟังและเมื่อผู้ที่เราให้คำมั่นสัญญา รู้ว่าเราไม่ทำตามคำมั่นสัญญา..ความไม่น่าเชือถือความไม่น่าไว้วางใจ ก็เกิดขึ้นทันทีในความรู้สึกของผู้ที่เราให้คำมั่นสัญญา หากทำเช่นนี้บ่อยๆเข้า ความน่าเชื่อถือ ความน่าไว้วางใจในตัวเราต่อผู้อื่นต่อสังคมรอบข้างก็จะหมดหายไป ความเจริญรุ่งเรืองของหน้าที่การงาน ความสุขสมบูรณ์ของทรัพย์สินและครอบครัว ก็จะกลายเป็นความเสื่อมถอยร่อยหรอลงที่สุดคุณค่าของเราก็จะไม่เหลือ

นี่คือผลเสียของการพูดไม่ตรงความจริง โกหกตลบตะแลง ตระบัดสัตย์ต่อผู้อื่น ส่วนผลเสียต่อการพูดเท็จ ตระบัดสัตย์ ต่อตัวเองหากเราเป็นคนโลเล ไม่ทำตามความคิดหรือคำพูดที่เราให้ไว้ต่อตัวเอง ที่เราสัญญากับตัวเองว่าเราจะทำอย่างนั้นจะทำอย่างนี้ จะทำเรื่องนั้นเรื่องนี้ แต่พอถึงเวลาเรากลับไม่ทำ อาจจะด้วยความขี้เกียจ ด้วยความเอาแต่อารมณ์ความสุขสบาย หรือเป็นคนที่เปลี่ยนแปลงอะไรง่าย จึงทำให้เราเสียคำสัตย์ต่อตัวเอง ผลที่เกิดขึ้นคือ เรื่องต่างๆที่หวังจะให้สำเร็จก็ไม่สำเร็จ เช่น

---

[63] ฉลอง มาปรีดา, *คุณธรรมสำหรับผู้บริหาร*, (กรุงเทพมหานคร : โอเดี้ยนสโตร์, 2537), หน้า 14.

เราตั้งใจว่าจะลดความอ้วน เราต้องกินอาหารให้น้อยลง แต่พอถึงเวลาจะกินด้วยความอยากในอาหารไม่บันยะบันยัง เราก็กินจุกกินจิก กินมากเหมือนเดิมเลยทำให้เสียคำสัตย์ต่อตัวเอง สุดท้ายก็ยังอ้วนเหมือนเดิม พอโดนทักว่าหุ่นไม่สวยก็อยากลดน้ำหนักอีก แต่พอจะกินก็ทำใจไม่ได้ กินมากเหมือนเดิม ก็ปรากฏว่าลดน้ำหนักไม่สำเร็จอีก วกวนอยู่อย่างนี้..นี่คือผลของการเสียคำสัตย์ต่อตัวเอง นอกจากความคาดหวังในเรื่องต่างๆ จะไม่สำเร็จแล้ว ก็จะกลายเป็นคน โลเล สับสน ซับซ้อน ไม่มีความชัดเจน ไม่หนักแน่น ทำการงานอะไรก็ผิดพลาดง่ายไม่เรียบร้อยสมบูรณ์เท่าที่ควร เพราะไม่มั่นใจในตัวเอง ใครๆก็ไม่อยากให้ทำงานเพื่อนฝูงก็ไม่อยากคบหาสมาคม ก็จะกลายเป็นคนที่ล้มเหลวอยู่ตลอดเวลา ผลของการไม่มีวาจาสัตย์ นอกจากจะทำให้ตัวเองหมดคุณค่าแล้ว ครอบครัวสังคม โลก ก็พลอยเดือดร้อนไปด้วย

สรุปได้ว่าสัจจะ ก็คือความจริงนั่นเอง ความจริงถือเป็นรากฐานของชีวิตที่อยู่ร่วมกันคนเราอยู่ร่วมกันต้องมีสัจจะต่อกัน สัจจะเริ่มที่ไหน ก็เริ่มที่ความจริงใจ คือมีความจริงใจต่อกัน แล้วก็ซื่อสัตย์ต่อกัน มีความรักที่แท้ต่อกัน ตอนนี้เริ่มจากในใจ พอมีความจริงใจต่อกันแล้ว ก็ออกมาทางวาจา ก็พูดจริง แล้วก็ออกมาทางการกระทำ คือ ทำจริงตามที่พูด สัจจะนี้จะทำให้ไม่ต้องหวาดระแวงกัน พอเริ่มต้นถ้าเสียข้อนี้แล้ว ทุกอย่างก็เรรวนง่อนแง่นหมด เพราะฉะนั้นท่านจึงเปรียบสัจจะว่าเป็นเหมือนรากแก้วของชีวิตสมรส เพราะถ้าไม่มีสัจจะเมื่อไร หรือเริ่มระแวงในสัจจะความจริงใจต่อกันเมื่อไร ชีวิตคู่ก็เริ่มง่อนแง่นทันที เสียความมั่นคง เพราะฉะนั้น สัจจะจึงเป็นตัวรักษาฐาน ทำให้เกิดความมั่นคง ต้องมีไว้เป็นอันดับที่หนึ่ง คือ สัจจะ ความจริง ฉะนั้นจงตั้งปณิธานให้แน่วแน่ว่า เราจะรักษาไว้ซึ่ง “สัจจวาจา” เพื่อยังความเจริญรุ่งเรืองความสมบูรณ์ ในหน้าที่การงาน ในทรัพย์ ศฤงคารในครอบครัว และความถึงพร้อมด้วยคุณค่าความเป็นมนุษย์ของเราทุกคน

3.4 สรุป

หลักพุทธจริยศาสตร์ที่เกื้อหนุนต่อการลด ละ และเลิกดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด การหาทางออกจากปัญหาการดื่ม สุรามัย เพื่อแก้ปัญหาสุขภาพส่วนบุคคลนั้นเป็น การรู้จักใช้หลักธรรมในทางพระพุทธศาสนา เพื่อแก้ปัญหาอันเกิดขึ้นแก่ตัวบุคคล ผู้ดื่มสุราเมรัย ด้วยอาศัยหลักธรรมทั้ง 3 ประการ คือ

(1) โยนิโสมนสิการ เป็นเครื่องชี้นำให้เห็นโทษ ทัณฑ์ของการเข้าไปเกี่ยวข้องกับสุราว่ามีผลเป็นอย่างไร เช่น เสียทรัพย์ทันตาเพาะความคิดเห็นที่หลงผิด หรือเกิดโรคภัยต่างๆ เป็นต้น และมีรูปแบบอย่างไรที่เรารู้ภัยแล้วควรที่จะหยุดเสียแล้วด้วยหลักการ ที่มีอยู่คือ

(2) สัจจะ วาจาที่เป็นความจริง เป็นการงดเว้นจากการดื่มสุรานั้นอย่างเด็ดขาด และ

(3) สติ สัมปชัญญะ เป็นเสมือน ยามรักษาการณ์ ที่คอยระแวดระวังภัยต่างๆ รอบตัวเราไม่ให้ผิดพลาดพลั้งอีกครั้งหนึ่ง

หลักธรรมที่มีความสำคัญอันดับแรกก็คือสติ สัมปชัญญะ คือ หลักธรรมที่ควบคุมไม่ให้บุคคลทำผิดพลาด ควบคุมพฤติกรรมของบุคคลให้ดำเนินชีวิตอย่างถูกต้อง ควบคุมอารมณ์ไม่ให้วู่วามรู้จักคิดไม่ปล่อยความนึกคิดไปตามความรู้สึกที่ชอบใจหรือไม่ชอบใจ คอยเหนี่ยวรั้งใจให้ทำ พูด หรือคิดในสิ่งที่ดี เหมือนบิดามารดาคอยห้ามบุตรธิดาไม่ให้ทำความชั่ว แนะนำให้ตั้งอยู่ในความดี เป็นธรรมที่มีอุปการะมาก เกื้อกูลอุดหนุนในการทำความดีทุกอย่างให้มั่นคงดียิ่งขึ้น

สติสัมปชัญญะเป็นธรรมที่มีอุปการะ มาก เกื้อกูลใน การทำ ความดีทุกอย่าง พระธรรมทั้งมวลสรุป ลงที่สติสัมปชัญญะตามหลักไตรสิกขา คือศีล สมาธิ ปัญญา ก็ต้องอาศัยสติสัมปชัญญะทั้งนั้น สติหมายถึงความระลึกได้ มีความ รอบคอบ ไม่ลืม ไม่เผลอ ไม่ประมาทเป็น พื้นฐาน สัมปชัญญะหมายถึงความรู้สึกตัวไม่ หลงลืม รู้สึกตัวอยู่เสมอทุกขณะจิตว่ากำลังทำอะไรอยู่ที่เกี่ยวข้องกับปัจจุบัน ไม่ส่งใจไปใน อดีตหรืออนาคต สติสัมปชัญญะเป็นสติที่มี ปัญญาสนับสนุน ให้น้อมนำเข้ามาดูจิตใจ ตัวเอง มองตัวเองในการกระทำ การพูดการ คิด เป็นสภาวะที่รู้เท่าทัน ไม่หลงผิดไปตามกิเลส ตัณหาและอารมณ์ที่มากระทบ เมื่อมี สมาธิสมบูรณ์แล้ว จึงจะเกิดสัมปชัญญะขึ้น ได้ สติคือความระลึกได้ สัมปชัญญะคือการรู้ตัว หลักธรรมข้อนี้ทำให้บุคคลรู้จักตนเองว่า เป็นใคร กำลังทำอะไรอยู่และรู้ว่าจะทำอะไร สามารถครองตนระงับอารมณ์ต่างๆได้ นอกจากจะมีสติ มีความระลึก รู้ตัวเองในขณะปัจจุบัน ก็ต้องมีสัจจะ เป็นการตระหนักรู้อยู่แก่ใจตนเอง

สัจจะ แปลว่า ความสัตย์ความซื่อ หรือความซื่อสัตย์นั่นเอง ถ้าขยายตามศัพท์แยกได้ 3 ลักษณะคือ ความจริง ความตรง และความแท้จริง คือตรงไม่เล่น คือความประพฤติทางกาย วาจาตรงไม่บิดพลิ้ว ไม่บ่ายเบี่ยง แท้ คือไม่เหลวไหล ตรงกันข้ามกับคำว่า อสัจ ซึ่งแปลว่า ไม่จริงบิดพลิ้ว แต่ในทางปฏิบัติ สัจจะคือ ความรับผิดชอบ หมายความว่า ถ้าจะทำอะไรแล้ว ต้องตั้งใจทำจริง ทำอย่างสุดความสามารถให้เป็นผลสำเร็จการที่ใครจะสามารถสร้างตัวขึ้นมาได้นั้น ต้องมีสัจจะเป็นพื้นฐาน เพราะคนที่มีสัจจะเป็นพื้นฐานนั้นจะมีความรับผิดชอบต่องานที่ทำทุกอย่าง ไม่ปล่อยผ่านกับสิ่งที่ได้รับมา จะทำทุกสิ่งที่มาถึงมืออย่างสุดกำลัง และเต็มความสามารถ มี 5 ประการด้วยกัน คือ 1) ซื่อสัตย์ต่อความดี 2) ซื่อสัตย์ต่อหน้าที่ 3) ซื่อสัตย์ต่อการงาน 4) ซื่อสัตย์ต่อวาจา 5) ซื่อสัตย์ต่อบุคคล

พุทธจริยศาสตร์ที่กลัดเกลาจิตใจให้โน้มไปเพื่อการลด ละ และเลิกดื่มสุราเมรัย หรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์นั้น นอกจากสติ สัมปชัญญะ และมีสัจจะแล้ว ก็ยังมีหลักโยนิโสมนสิการ บ่งบอกถึงการคิดพิจารณาอย่างรอบคอบ โยนิโสมนสิการ หมายถึง การทำในใจให้ดีละเอียดถี่ถ้วน กล่าวคือการพิจารณาอย่างรอบคอบถี่ถ้วน ทางพุทธศาสนาถือว่ามีคุณค่าเท่ากับความไม่ประมาท ซึ่งเป็นแหล่งรวมแห่งธรรมฝ่ายดีหรือ “กุศลธรรม” ทั้งปวง เป็น การคิดหรือพิจารณาโดยอุบาย คือ การคิดอย่างมีวิธีหรือถูกวิธี ซึ่งหมายถึง การเข้าถึงความจริง สอดคล้องกับแนวสัจจะ ซึ่งทำให้รู้สภาวลักษณะและสามัญลักษณะของสิ่งทั้งหลาย “โยนิโสมนสิการ” เป็น การคิดถูกทาง ต่อเนื่องเป็นลำดับ หมายถึง

ความคิดที่เป็นระเบียบตามหลักเหตุผล ไม่ยุ่งเหยิงสับสน จิตไม่แว๊บติดพันในเรื่องนี้ แต่เดี๋ยวกลับเตลิดไปคิดอีกเรื่องหนึ่ง จิตยุ่งเหยิงนี้กระโดดไปมา ไม่เป็นชิ้นเป็นอัน แต่รวมทั้งความสามารถในการชักความนึกคิดไปสู้แนวทางที่ถูกต้อง โยนิโสมนสิการ เป็น การคิดอย่างมีเหตุผล เป็นการสืบค้นตามแนวความสัมพันธ์สืบทอดแห่งเหตุปัจจัย จึงเรียกว่าการทำในใจโดยแยบคาย

โยนิโสมนสิการเป็นหลักธรรมภาคปฏิบัติที่ก่อให้เกิดประโยชน์ในการดำเนินชีวิตประจำวัน เพื่อประโยชน์สุขแก่ตัวเราเองและผู้อื่น เป็นการส่งเสริมคุณลักษณะที่ดีในการฝึกอบรมตนอย่างมีสติ รู้จักคิดอย่างถูกวิธีคิดอย่างมีระบบ คิดวิเคราะห์ ไม่มองสิ่งต่างๆอยางผิวเผิน คิดตามเหตุผล และคิดแบบกุศล ทำให้เรารู้จักเลือกรับรอารมณ์ต่างๆ ที่มากระทบจากภายนอก และคิดใคร่ครวญพิจารณาอารมณ์นั้น ๆ โยนิโสมนสิการไม่ใช่ตัวปัญญา แต่เป็นปัจจัยที่ทำให้เกิดปัญญา คือ เกิดสัมมาทิฏฐิที่สามารถ กำจัดอวิชชาโดยตรง และสกัดหรือบรรเทาตัณหาได้ ฝึกให้ ตนเองมองเห็นความสัมพนธ์ อาศัยของสรรพสิ่ง ฝึกเรียนรู้ รู้จัก คิดอย่างถูกวิธี คิดมีระบบ และคิดเป็นกุศล จึงอาจกล่าวได้ว่าการประยุกต์ใช้วิธีคิดแบบโยนิโสมสิการ เพื่อพัฒนาตนเอง และให้รู้จัก อย่างคำว่า “คิดเป็น ก็เป็นสุข” เป็นต้น

บทที่ 4
วิเคราะห์การแก้ไขปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด

บทที่ 4 นี้ ผู้วิจัยจะศึกษา วิเคราะห์การแก้ไขปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด 1) ขาดความยั้งคิดในการดื่มสุราเมรัย 2) ขาดความไตร่ตรองในการดื่มสุราเมรัย 3) ขาดความจริงใจเลิกดื่มสุราเมรัย ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

4.1 ขาดความยั้งคิดในการดื่มสุราเมรัย

การแก้ปัญหาของสังคมไทยในปัจจุบัน เป็นสังคมที่คอยการแก้ไขอย่างเร่งด่วน ความบกพร่องหรือปัญหาที่เกิดขึ้นอยู่กับสังคมทุกวันนี้ เกิดจากการกระทำของมนุษย์และความเปลี่ยนแปลงตามธรรมชาติ คนไทยส่วนใหญ่ร้อยละ 90 เป็นพุทธศาสนิกชน ปัญหาที่เกิดขึ้นย่อมเกิดจากชาวพุทธ และจำเป็นต้องอาศัยพระพุทธศาสนาเป็นแนวทางในการแก้ไข คือศีล 5 ซึ่งเป็นหลักพุทธธรรมพื้นฐานเบื้องต้นสำหรับชาวพุทธ พระพุทธศาสนามีหลักธรรมที่จะชี้นำจิตวิญญาณ และแก้ปัญหาของสังคมทั้งโดยทางตรงและทางอ้อม ไม่ว่าจะเป็นปัญหาทางด้านเศรษฐกิจปัญหาทางด้านการเมืองการปกครองปัญหาทางด้านสภาพแวดล้อม และปัญหาทางด้านสิ่งเสพติด เป็นต้น หากขาดหลักพุทธธรรมประครองชีวิตก็จะทำให้เกิดปัญหาของสังคมได้ มนุษยธรรม คือ ธรรมสำหรับมนุษย์ อันได้แก่ เบญจศีลหรือนิจศีล คือศีล 5[1] ข้อนั้น ศีลข้อที่ 5 ของคฤหัสถ์ ได้แก่ เจตนาการงดเว้นจากการดื่มน้ำเมา คือ สุราเมยและของมึนเมาอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท นับว่าสำคัญมาก เพราะการดื่มสุราเมรัยและของมีนเมาเป็นเหตุให้ตั้งอยู่แห่งความประมาท คนประมาทย่อมขาดสติ อันเป็นเหตุให้กระทำความชั่วได้ง่ายกว่าคนทั่วไป ดังพระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “ความไม่ประมาทเป็นทางแห่งความไม่ตาย ความประมาท เป็นหนทางแห่งความตาย ผู้ไม่ประมาทย่อมไม่ตาย ผู้ประมาทเหมือนคนที่ตายแล้ว”[2] การเสพสุราเมรัยและของมึนเมานั้น ได้แก่เจตนาที่เป็นเหตุแห่งการดื่มสุราเมรัยและของมึนเมา สุราเมรัยนี้พระพุทธองค์ทรงบัญญัติให้เป็นศีลข้อหนึ่งในจำนวนศีล 5 ข้อ และได้ทรงแสดงโทษของการดื่มสุราและเมรัยไว้ในอังคุตตรนิกายบาลีว่า “ภิกษุทั้งหลาย การดื่มสุราและเมรัยนี้ เมื่อดื่ม

---

[1] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์*, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2551), หน้า 391.

[2] วิ.มหา. 1/9/85.

ประจำ บ่อยครั้งจนเป็นนิสัยย่อมส่งผลให้บังเกิดในนรก กำเนิดเดรัจฉาน เปรตวิสัย อนึ่ง โทษของการดื่มสุราและเมยอย่างเบาที่สุดนั่นคือ เมื่อมีโอกาสได้เกิดเป็นมนุษย์แล้ว เขาเหมือนกับคนบ้า นอกจากนี้แล้ว การดื่มสุราและเมรัย ในทางพระพุทธศาสนาจัดว่าเป็นมลทินความเศร้าหมองของการประพฤติพรหมจรรย์ ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสถึงความเศร้าหมองของสมณะไว้ 4 อย่าง คือ 1. เพราะการดื่มสุราและเมรัย 2. เพราะการเสพเมถุนธรรม 3. เพราะการยินดีรับทองและเงิน 4. เพราะการเลี้ยงชีพในทางที่ผิด ตามหลักพระพุทธศาสนา คำสอนทั้งหมดเป็นระบบการปฏิบัติ เพราะเหตุที่คำสอนเป็นสัจธรรม คือ เกิดจากประสบการณ์จริง หรือการ ตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า คำสอนจะให้ผลอย่างแท้จริงเฉพาะผู้ที่นำไปปฏิบัติเท่านั้น ศีลก็อยู่ในลักษณะเดียวกัน แม้ว่าจะเป็นคำสอนระดับพื้นฐาน แต่ถ้าคนนำไปปฏิบัติอย่างถูกต้องแล้ว จะมีความสัมพันธ์กับระบบอื่น ๆ และพัฒนาขึ้นไปจนถึงระดับสูงสุด ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่าศีลเป็นอย่างนี้ สมาธิเป็นอย่างนี้ ปัญญาเป็นอย่างนี้สมาธิที่ศีลอบรมแล้วย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก ปัญญาที่สมาธิอบรมแล้ว ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก จิตที่ปัญญาบ่มแล้วย่อมหลุดพ้นจากอาสวะโดยสิ้นเชิง คือ จากกามาสวะ ภวาสวะ และอวิชชาสวะจากพระพุทธพน์ที่กล่าวมาข้างตันนี้ ช่วยชี้ให้เห็นว่า ศีลมีความสำคัญอย่างยิ่งที่จะเป็นตัวเชื่อมโยง ในการพัฒนาคนให้เข้าถึงคุณธรรมทุกระดับ จนถึงจุดหมายระดับสูงสุดทางพระพุทธศาสนาคือความสงบสุขสันตีในชีวิตของคนผู้ประพฤติปฏิบัติตามหลักการของศีลจากหลักการและเหตุผลข้างตัน ทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาเชิงวิเคราะห์การพัฒนาคุณภาพสังคมด้วยการงดเว้นจากการดื่มสุราและเมรัยตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท โดยนำหลักธรรมในทางพระพุทธศาสนา เพื่อมาประยุกต์ใช้ในการจัดการกับปัญหาดังกล่าว อันจะส่งผลกระทบที่รุนแรงต่อบุคลากรของประเทศ วิถีชีวิตของระบบสังคมไทยระดับย่อยและระบบของสังคมโดยรวม เพื่อเป็นการหาทางออกสำคัญ ที่จะนำสังคมไทยไปสู่ความสงบสุขยั่งยืนและมั่นคงต่อไป จากการลงพื้นที่สัมภาษณ์ประชากรกลุ่มเป้าหมายได้กล่าวว่า

พระครูกิตติคุณารักษ์ “การดื่มสุรามัยทำให้เกิดผลเสียต่อร่างกายการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หรือสุราเป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลกระทบต่อสุขภาพร่างกาย และสุขภาพจิต เมื่อดื่มแล้วจะทำให้เกิดผลต่อระบบประสาทอย่างเช่น เสียการทรงตัว พูดไม่ชัด และที่รุนแรงคือหมดสติ หลังจากดื่มสุราเข้าไปปริมาณหนึ่ง ทำให้ร่างกายจิตใจและพฤติกรรมผิดปกติ ความสามารถในการทำหน้าที่ต่าง ๆ บกพร่อง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการขับขี่ยานพาหนะก่อให้เกิดปัญหาทั้งต่อผู้ดื่มเอง ครอบครัว และสังคม”[3] ผลเสียของการดื่มสุรา การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีผลต่ออวัยวะหลายส่วนภายในของร่างกาย ในด้านสุขภาพเป็นสาเหตุหลักในการเสียชีวิต ทั้งผลเสียทั้งในระยะสั้นและระยะสะสม สมองและระบบประสาท ผลต่อสมอง มีอาการมึนเมา ง่วงนอน หลับ หมดสติ ระบบประสาทส่วนปลาย ทำ

[3] สัมภาษณ์ พระครูกิตติคุณารักษ์, เจ้าคณะอำเภอเชียงขวัญ (ธ), วัดป่าโพธิ์ศรี ตำบลบ้านเชือง อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 23 กรกฎาคม 2566.

ให้มีอาการชาตามปลายมือ ปลายเท้า ถ้าดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นประจำ หรือดื่มจนติดจะทำให้เกิดความจำเสื่อม ทำให้สมองเสื่อมเมื่อเอ็กซเรย์สมองจะพบว่าขนาดของสมองเล็กลง สูญเสียการทรงตัว เดินไม่ตรงทาง มีการเปลี่ยนแปลงทางบุคลิกภาพ ไม่สนใจสิ่งรอบข้าง บางครั้งมีอาการเศร้าซึม หรือบางครั้งจะมีอาการประสาทหลอน ระแวงว่าจะมีคนมาทำร้าย ระบบทางเดินอาหารและตับ กระเพาะอาหาร ทำให้เกิดโรคกระเพาะอาหารอักเสบ เป็นแผลในกระเพาะ เลือดออกในกระเพาะอาหาร เส้นเลือดดำที่หลอดอาหารโป่ง ก่อให้เกิดอาการปวดท้อง หรืออาเจียนเป็นเลือดผลต่อตับอ่อน ทำให้ตับอ่อนอักเสบ มีอาการปวดท้องอย่างรุนแรง มีไข้ขึ้นสูง บางครั้งอาจทำให้เสียชีวิตได้ ผลต่อตับ เมื่อดื่มนานเข้าจะทำให้เกิดโรคตับแข็ง ซึ่งจะมีอาการอ้วกเป็นเลือด ทำให้อาจเป็นมะเร็งตับได้ ระบบหัวใจและหลอดเลือด ระบบหัวใจ เมื่อดื่มแอลกอฮอล์มาก ๆ จะทำให้การเต้นและการบีบตัวของหัวใจไม่ปกติ หัวใจเต้นเร็วขึ้น และขณะเดียวกันถ้าดื่มสุรามากจะขาดวิตามินบีหนึ่ง ก็จะทำให้กล้ามเนื้อของหัวใจทำงานไม่ปกติ ระบบหลอดเลือด แอลกอฮอล์จะทำให้เส้นเลือดขยายตัวและทำให้ไขมันในเลือดสูงทำให้เส้นเลือดแข็งตัวง่าย ซึ่งจะทำให้เส้นเลือดในสมองแตกได้ง่าย ส่งผลให้เป็นอัมพาต อัมพฤกษ์ พิการชั่วชีวิตได้ ระบบขับถ่ายและอวัยวะสืบพันธุ์ เมื่อดื่มจนเรื้อรังจะทำให้ความต้องการทางเพศจะลดลง และส่งผลทำให้ลูกอัณฑะมีขนาดเล็กลงได้ในผู้หญิงตั้งครรภ์ จะทำให้เกิดการแท้งหรือคลอดบุตรเร็วกว่ากำหนด มีโอกาสทำให้เด็กที่กำลังจะเกิดมาเกิดมามีความผิดปกติได้สูง ทำให้การสร้างเซลล์ประสาทและสมอง รวมถึงหัวใจ ตา แขน ขา อวัยวะเพศของทารก ผิดปกติ ทารกมีน้ำหนักตัวน้อย สมองเล็กกว่าปกติ เป็นโรคสมาธิสั้น รูปหน้าผิดปกติ ดวงตา กรามมีขนาดเล็ก ปลายจมูกพิการ ผลต่อวงจรการนอน แอลกอฮอล์จะช่วยให้หลับง่ายในช่วงแรกแต่เมื่อดื่มต่อเนื่องจะทำลายวงจรการนอนโดยตรง ทำให้ตื่นกลางคืน และมีปัญหาการนอนไม่หลับ การดื่มแอลกอฮอล์ส่งผลเสียโดยตรงต่อปัญหาสุขภาพทางร่างกายในระบบประสาทและสมอง และยังเป็นสาเหตุหลักของโรคตับแข็ง ซึ่งการดื่มสุราเป็นระยะเวลานานนอกจากจะมีปัญหาสุขภาพแล้วยังส่งผลกระทบต่อชีวิตในด้านความสัมพันธภาพกับคนในครอบครัวและการงานอีกด้วย นอกจากนี้ยังส่งผลต่อสังคมที่เรามักจะพบเห็นกับบ่อย ๆ อย่างการเมาแล้วขับ ผู้ที่มีปัญหาการติดแอลกอฮอล์หรือสุราจึงควรได้รับการบำบัดรักษาควบคู่กับการปรับเปลี่ยนกระบวนการคิด เพื่อเลิกสุราอย่างได้ผล

การแก้ไขปัญหาขาดความยั้งคิดในการดื่มสุราเมรัย โดยใช้หลักพุทธธรรม “สติ สัมปชัญญะ”[4] พุทธองค์ตรัสว่า “ภิกษุนั้นประกอบด้วยศีลขันธ์ อินทรียสังวร สติสัมปชัญญะและสันโดษอันเป็นอริยะเช่นนี้แล้ว ย่อมเสพเสนาสนะ อันสงัด คือ ป่า โคนไม้ ภูเขา ซอกเขา ถ้ำ ป่าช้า ป่าชัฏ ที่แจ้ง ลอมฟาง ในกาลภายหลังภัต เธอกลับจากบิณฑบาตแล้ว นั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกายตรง ดำรงสติเฉพาะหน้า เธอละความเพ่งเล็งในโลก มีใจปราศจากความเพ่งเล็งอยู่ย่อมชำระจิตให้บริสุทธิ์จากความเพ่งเล็งได้ ละความ

[4] ที.ปา. 11/378/290; องฺ.ทุก. 20/424/119

ประทุษร้ายคือพยาบาท ไม่คิดพยาบาทมีความกรุณาหวังประโยชน์แก่สัตว์ทั้งปวงอยู่ ย่อมชำระจิตให้บริสุทธิ์จากความประทุษร้ายคือ พยาบาทได้ ละถีนมิทธะแล้ว เป็นผู้ปราศจากถีนมิทธะ มีความกำหนดหมายอยู่ที่แสงสว่าง มีสติสัมปชัญญะอยู่ ย่อมชำระจิตให้บริสุทธิ์จากถีนมิทธะได้ละอุทธัจจะกุกกุจจะแล้ว เป็นผู้ไม่ ฟุ้งซ่าน มีจิตสงบ ณ ภายในอยู่ ย่อมชำระจิตให้บริสุทธิ์จากอุทธัจจะกุกกุจจะได้ละวิจิกิจฉาแล้ว เป็นผู้ข้ามวิจิกิจฉา ไม่มีความคลางแคลงในกุศลธรรมทั้งหลายอยู่ ย่อมชำระจิตให้บริสุทธิ์จาก วิจิกิจฉาได้[5]

พระครูไพโรจน์ศีลสังวร “ปัจจัยนำที่ขาดความยั้งคิดทำให้เสพติดสุรา คือ ขาดความอบอุ่นจากครอบครัวในวัยเด็ก มีแบบอย่างบุคคลในครอบครัวติดสุรา สภาพแวดล้อมเอื้ออำนวย ให้ดื่มสุรา ส่วนผลกระทบจากการติดสุรา คือ ปัญหาสุขภาพ การทำร้ายตนเองตลอดจนพยายามฆ่าตัวตาย หน้าที่การงานบกพร่อง สูญเสียเงินทอง มีปัญหาด้านสัมพันธภาพกับครอบครัว เพื่อนบ้าน มีปัญหาเพศสัมพันธ์กับคู่สมรส และมีความรู้สึกกับตัวเองด้านลบ จากเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทำให้ทราบได้ว่า การดื่มสุรามีผลกระทบทั้งต่อสุขภาพ ร่างกายของบุคคล และมีผลกระทบต่อระบบของสังคมตั้งแต่ครอบครัว สังคมรอบข้าง ตลอดถึงสังคม ใหญ่ระดับประเทศ โดยจะต้องอาศัยหลักการและวิธีการในทางพระพุทธศาสนาเป็นเครื่องมือช่วยเชื่อมประสาน เพื่อพัฒนาคนพัฒนาชาติให้เป็นสังคมคุณภาพตามหลักพุทธธรรมต่อไป”[6]

พระครูโพธิปัญญาประยุต “โดยชาวไทยส่วนใหญ่นับถือพระพุทธศาสนา มีหลักพุทธธรรมที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการป้องกันการติดสุราในรูปแบบการปฏิบัติตามหลักคำสอน เช่น หลักเบญจศีล หลักเบญจธรรม หลักอริยสัจ 4 หลักไตรสิกขา หลักอบายมุข 4 และหลักอบายมุข 6 ซึ่งควรประยุกต์หลักคำสอนร่วมกับการจัดกิจกรรมเชิงพุทธ เช่น การสวดมนต์ การเจริญจิตภาวนา การบำบัดผู้ติดสุราด้วยสมุนไพรเพื่อถอนพิษสุรา ปรับสภาพจิตใจ ให้เข้มแข็ง อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดี ทั้งทางสังคมและที่อยู่อาศัย”[7] ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาแนวทางการแก้ไขปัญหาการนำหลักพุทธธรรมไปประยุกต์ใช้ในการป้องกันการติด สุราของประชาชนในตำบลผาสุก อำเภอวังสามหมอ จังหวัดอุดรธานี โดยการนำหลักธรรมในพระพุทธศาสนา กับการป้องกันการติดสุราในสังคมไทยในยุคปัจจุบันนี้ เป็นอีกทางเลือกหนึ่งในการป้องกันการติดสุรา อันเป็นสาเหตุสำคัญของปัญหาต่างๆ โดยที่ผู้วิจัยจะได้ทำการศึกษาถึงสภาพปัญหาการติดสุรา แนวทางการแก้ปัญหาโดยภาครัฐ ภาคเอกชนและองค์กรทางพระพุทธศาสนา การนำหลักธรรมในพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ในการป้องกันการติดสุราของ

---

[5] ที.สี. 9/125/68.

[6] สัมภาษณ์ พระครูไพโรจน์ศีลสังวร, เจ้าคณะตำบลพระเจ้า, วัดเหนือ บ้านพระเจ้า ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 23 กรกฎาคม 2566.

[7] สัมภาษณ์ พระครูโพธิปัญญาประยุต, เจ้าคณะตำบลบ้านเขือง, วัดโพธิ์ศรี ตำบลบ้านเขือง อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 23 กรกฎาคม 2566.

ชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด เพื่อเป็นประโยชน์ในการศึกษา และการป้องกันปัญหาสืบต่อไป

เบญจศีลและเบญจธรรม เป็นธรรมคู่กัน คนที่มีเบญจธรรมจึงจะเป็นผู้มีเบญจศีล ซึ่งหากคนมีศีลและธรรมดังกล่าวแล้ว จะเว้นจากการทำความชั่ว รู้จักควบคุมตนให้ตั้งอยู่ในความดี ไม่เบียดเบียนตนและคนอื่น และประพฤติชอบทางกาย วาจา และใจ จะทำให้อยู่ร่วมกับคนอื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข เบญจศีล หมายถึง ศีล 5 ข้อ เป็นการรักษาเจตนาที่จะควบคุมกาย และวาจาให้เป็นปกติ คือ ไม่ทำบาป โดยการละเว้น 5 ประการ คือ ละเว้นจากการฆ่าสัตว์ ละเว้นจากการลักขโมย ละเว้นจากการประพฤติผิดในกาม ละเว้นจากการพูดปด ละเว้นจากการเสพสุรา เบญจศีล เป็นเครื่องรักษาเจตนาที่จะควบคุมกาย และวาจาให้เป็นปกติ คือ ไม่ทำบาป โดยการละเว้น 5 ประการ คือ 1. ปาณาติบาต คือ ละเว้นจากการฆ่าสัตว์ และการเบียดเบียนสัตว์ 2. อทินนาทาน คือ ละเว้นจากการลักขโมย ปล้นจี้ ฉกชิง วิ่งราว เป็นต้น 3. กาเมสุมิจฉาจาร คือ ละเว้นจากการประพฤติผิด ล่วงละเมิดลูกเมียผู้อื่น 4. มุสาวาท คือ ละเว้นจากการพูดปด พูดคำหยาบ พูดเพ้อเจ้อ พูดส่อเสียด 5. สุราเมระยะ คือ ละเว้นจากการเสพสุรา เพราะเป็นสาเหตุให้ทำผิดศีลข้อ 5 อานิสงส์ของการรักษาศีล 1. ทำให้มีความสุขกายสุขใจ ทำให้ไม่เป็นคนหลงลืมสติ 2. ทำให้เกิดทรัพย์สมบัติมากขึ้นได้ 3. ทำให้สามารถใช้สอยทรัพย์นั้นได้เต็มที่ โดยไม่ต้องหวาดระแวงภัย 4. ทำให้ไม่ต้องหวาดระแวงว่าจะมีใครมาทวงทรัพย์คืน 5. ทำให้เกียรติคุณฟุ้งขจรขจายไป ทำให้ผู้อื่นเกิดความเคารพเชื่อถือ 6. ตายแล้วย่อมไปเกิดในสุคติภูมิ เบญจศีลทั้ง 5 ข้อจะเกิดขึ้นมาได้ก็เพราะบุคคลผู้นั้นมีเบญจธรรมประจำตัว

นายบุญเรือง แมนสถิต “การที่จะลด ละ เลิก ดื่มสุราเมรัย ของมึนเมาต่าง ๆ ต้องใช้หลักเบญจธรรมเข้ามาช่วย เป็นหลักธรรมที่ควรปฏิบัติมี 5 ประการ ได้แก่ 1) เมตตากรุณา คือ บุคคลใดที่มีเมตตาย่อมไม่ฆ่า หรือเบียดเบียนสัตว์ ด้วยรู้ดีว่าทุกชีวิตย่อมมี ความรักตัวกลัวตายเช่นเดียวกับเรา ทำให้ไม่ผิดศีลในข้อที่ 1 2) สัมมาอาชีพ คือ ประกอบอาชีพที่สุจริต มีรายได้ รู้จักใช้จ่าย และที่สำคัญรู้จักคำว่าพอดี และมีหิริโอตตัปปะ คือ ความละอาย”[8] และเกรงกลัวต่อผลของบาป จึงทำให้ไม่ผิดศีลข้อที่ 2 3) ความสำรวมอินทรีย์ คือ ระมัดระวัง ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ทำให้ ความใคร่ในกามคุณ คือ การติดในรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ลดน้อยลง เมื่อความสำรวมเกิดขึ้น จึงทำให้ไม่ผิดศีลข้อที่ 3 4) ความซื่อสัตย์ คือ การพูดความจริง เป็นสิ่งที่ทำให้ไม่เกิดการมุสาวาท ทำให้ไม่ผิดศีลข้อที่ 4 5) สติ คือ การรู้สึกตัว ซึ่งเป็นหัวหน้าฝ่ายกุศล ทำให้ชีวิตไม่ประมาท เพราะรู้ว่าอะไรดี อะไรชั่ว ทำ

---

[8] สัมภาษณ์ นายบุญเรือง แมนสถิตย์, ผู้ใหญ่บ้าน บ้านดงพิกุล หมู่ 11 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 25 กรกฎาคม 2566.

ให้ไม่เกลือกกลั้วกับสิ่งที่จะทำให้ชีวิตตกต่ำ เช่น สุราเมื่อคนดื่มกินก็ทำให้มึนเมาและขาดสติ การมีสติจึงทำให้ไม่ผิดศีลข้อที่ 5

หลักอริยสัจ 4 อริยสัจ 4 คือ ความจริงอันประเสริฐ 4 ประการ อันเป็นหลักคำสอนสำคัญของพระพุทธศาสนา มีดังนี้ 1) ทุกข์ คือ ความจริงที่ว่าด้วยความทุกข์ 2) สมุทัย คือ ความจริงที่ว่าด้วยเหตุให้เกิดทุกข์ 3) นิโรธ คือ ความจริงที่ว่าด้วยความดับทุกข์ 4) มรรค คือความจริงที่ว่าด้วยทางแห่งความดับทุกข์ 1. ทุกข์ (ธรรมที่ควรรู้) ทุกข์ คือ ความไม่สบายกาย ไม่สบายใจ มนุษย์ทุกคนไม่ว่าจะเป็นเด็กหรือผู้ใหญ่ ต่างก็มีความทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น ความทุกข์จึงเกิดขึ้นกับใครก็ได้ทุกขณะ เราจึงไม่ควรประมาทและพร้อมที่จะเผชิญหน้ากับความจริงของทุกข์นั้นๆ ความทุกข์เกิดขึ้นที่ไหน และมีกระบวนการเกิดขึ้นได้อย่างไร 1) ขันธ์ 5 คือ องค์ประกอบของชีวิตมี 5 ประการ รูป คือ ส่วนประกอบของชีวิตเป็นร่างกาย รวมถึงพฤติกรรมทั้งหมดของร่างกายด้วย เวทนา คือ ความรู้สึกของกายและใจที่เกิดขึ้นต่อสิ่งที่รับรู้นั้นๆ (คือรู้ทางตาที่เกิดจากการได้เห็น, รู้ทางหูที่เกิดจากการได้ยินได้ฟัง, รู้ทางจมูกที่เกิดจากได้กลิ่น, รู้ทางลิ้นที่เกิดจากการได้ลิ้มรส, รู้ทางกายที่เกิดจากการได้สัมผัส, รู้ทางใจที่เกิดจากการได้คิด) มี 3 อย่าง คือ ความรู้สึกสบายกายและสบายใจ เรียกว่า สุขเวทนา ความรู้สึกไม่สบายกายและสบายใจ เรียกว่า ทุกข์เวทนา ความรู้สึกที่ไม่เป็นสุขและไม่เป็นทุกข์ เรียกว่า อุเบกขาเวทนา สัญญา คือ ความจำได้หมายรู้ในสิ่งต่างๆ ทั้งที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม ที่เกิดจากตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ได้สัมผัสกับ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และนึกคิด สังขาร คือ การที่จิตของคนเราคิดปรุงแต่งไปในทางที่ดี ทางที่ชั่ว หรือทางที่ไม่ดีและไม่ชั่ว (การคิดกลางๆ) ซึ่งเป็นขั้นตอนที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมทั้งทางดีและทางชั่ว หรือ เป็นแรงจูงใจหรือกระตุ้นผลักดันให้คนเราทำกระทำการอย่างใดอย่างหนึ่ง วิญญาณ คือ การรับรู้อารมณ์ (ความรู้สึก)ของใจผ่านประสาทสัมผัสทั้ง 5 การรับรู้อารมณ์ทางตา หรือการเห็น เรียกว่า จักขุวิญญาณการรับรู้อารมณ์ทางหู หรือ การได้ยิน เรียกว่า โสตวิญญาณ การรับรู้อารมณ์ทางจมูก หรือ การได้กลิ่น เรียกว่า ฆานวิญญาณ การรับรู้อารมณ์ทางลิ้น หรือ การลิ้มรส เรียกว่า ชิวหาวิญญาณ การรับรู้อารมณ์ทางกาย หรือ การสัมผัสทางกาย เรียกว่า กายวิญญาณ การรับรู้อารมณ์ทางใจ หรือ การคิด เรียกว่า มโนวิญญาณ สรุป ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เรียกว่า อายตนะภายในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส การนึกคิด (ธรรมารมณ์) เรียกว่า อายตนะภายนอก อายตนะ แปลว่า สิ่งที่เชื่อมต่อให้เกิดการรับรู้ เช่น ตาบอด จะมองไม่เห็นรูป (สิ่งต่างๆ) เมื่อมองไม่เห็นความรู้ที่เกิดการจากมองไม่เห็นก็จะไม่มี แต่ก็มีข้อดี คือ ความทุกข์ที่เกิดจากทางตาที่ได้เห็นก็จะไม่มี เป็นต้น ตา มองเห็นสิ่งที่ไม่ดี เกิดความทุกข์ทางใจ หู ได้ยินเสียงที่ไม่ดี เกิดความทุกข์ทางใจ จมูกได้กลิ่นที่ไม่ดี เกิดความทุกข์ทางใจ ลิ้น ได้ลิ้มรสที่ไม่ดี เกิดความทุกข์ทางใจ กายได้สัมผัสสิ่งที่ไม่ดี เกิดความทุกข์ทางใจและทางกาย ใจได้นึกคิดถึงสิ่งที่ไม่ดี เกิดความทุกข์ทางใจ ในทางตรงข้ามตามองเห็นสิ่งที่ดี เกิดความสุขทางใจ หู ได้ยินเสียงที่ดี เกิดความสุขทางใจ จมูกได้กลิ่นที่ดี เกิดความสุขทางใจลิ้น ได้ลิ้มรสที่ดี เกิดความสุขทางใจ กายได้สัมผัสสิ่งที่ดี เกิดความสุขทางใจและทาง

กาย ใจได้นึกคิดถึงสิ่งที่ดี เกิดความสุขทางใจ ฉะนั้น ความสุขและความทุกข์ของคนเรานั้นเกิดขึ้นที่กายและที่ใจ เมื่อมีการกระทำเกิดขึ้นหรือมีพฤติกรรมเกิดขึ้น และเมื่อการกระทำนั้นผ่านไปแล้ว บางทีก็ทำให้เกิดความสุขและความทุกข์ได้เช่น จดจำการกระทำนั้นได้ และได้นึกคิดเกี่ยวกับการกระทำนั้น ทำให้เกิดความไม่พอใจ เกิดความแค้นใจ เกิดความโศกเศร้าใจ เป็นต้น นี่เรียกว่า ความทุกข์[9]

2. สมุทัย (หลักธรรมที่ควรละ) สมุทัย คือ ความจริงที่ว่าด้วยเหตุเกิดแห่งความทุกข์ เพราะความทุกข์หรือปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้น มีสาเหตุเกิดจากอะไรบางอย่าง ไม่ได้เกิดขึ้นลอย ๆ โดยไม่เหตุ หลักธรรมที่ควรละ เพื่อไม่ให้เกิดทุกข์ต่าง ๆ ที่ควรรู้ คือ หลักกรรม (วิบัติ 4) อกุศลกรรมบถ 10 อบายมุข 6 หลักกรรม ได้แก่ วิบัติ 4 หลักกรรม หรือกฎแห่งกรรม เป็นคำสอนที่สำคัญของพุทธศาสนา มีใจความสั้นว่า หว่านพืชเช่นใด ได้ผลเช่นนั้น ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่วผลของกรรมมีทั้งผลชั้นในและผลชั้นนอกผลชั้นใน หมายความว่า เมื่อใดเราทำดีเราก็เป็นคนดีเมื่อนั้น คือ ใจสงบ สะอาด ปลอดโปร่ง เมื่อใดทำชั่วก็เป็นคนชั่วเมื่อนั้น คือ จิตใจเต็มไปด้วยความโลภ ความมุ่งร้าย ความไม่สงบผ่องใส ผลชั้นนอก หมายถึง ความสุข ความทุกข์ ความเจริญ ความเสื่อม ซึ่งปัจจัยภายนอกตัวเราเป็นผู้กำหนด ทำให้ผลชั้นนอกของกรรมไม่เป็นไปอย่างที่ควรเป็นสิ่งที่สนับสนุนให้กรรมดีให้ผล (ชั้นนอก) และขัดขวางการให้ผล (ชั้นนอก ของกรรมชั่ว เรียกว่า สมบัติ สิ่งที่สนับสนุนให้กรรมชั่วให้ผล (ชั้นนอก) และขัดขวางการให้ผล (ชั้นนอก ของกรรมดี เรียกว่า วิบัติ วิบัติ 4 คือ ความบกพร่อง 4 ประการ ดังนี้ คติวิบัติ คือ เกิดอยู่ในภพ ถิ่น หรือประเทศที่ไม่เจริญ อุปธวิบัติ คือ เกิดมามีร่างกายพิกลพิการ อ่อนแอ ไม่สง่างาม กาลวิบัติ คือ เกิดอยู่ในสมัยที่บ้านเมืองมีทุกข์เข็ญ ยกย่องคนชั่ว บีบคั้นคนดี ไม่มีศีลธรรม ปโยควิบัติ คือ การทำงานไม่ครบถ้วนไม่ต่อเนื่อง ทำครึ่งๆกลางๆ ไม่ตรงกับความถนัดหรือความสามารถของตน อกุศลกรรมบถ 10 หมายถึง ทางแห่งความชั่ว หรือ กรรมชั่วอันเป็นทางไปสู่ความเสื่อมและความทุกข์ การทำความชั่ว แบ่งได้ 3 ทาง 1) การทำความชั่วทางกาย มี 3 ประการ ดังนี้ ปาณาติบาต คือ การฆ่าสัตว์ หรือการทำให้ชีวิตสัตว์โลกถึงแก่ความตาย อทินนาทาน คือ การลักขโมยของผู้อื่น หรือ การถือเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ให้ รวมถึง การฉ้อโกง การยักยอก การหลอกลวง กาเมสุมิจฉาจาร คือ การประพฤติผิดในสามี ภรรยา บุตร ธิดาของผู้อื่น 2) การทำความชั่วทางวาจา มี 4 ประการ คือ มุสาวาท คือ การพูดเท็จ พูดสิ่งที่ไม่จริงโดยที่ตนรู้ว่าไม่จริง รวมถึงการพูดกำกวมเพื่อหลอกลวงผู้อื่น ปิสุณาวาจา คือ การพูดส่อเสียด พูดกระทบกระเทียบเหน็บแนม เพื่อให้อีกฝ่ายหนึ่งเจ็บใจ การพูดส่อเสียดมักเกิดจากความอิจฉา ผรุสาวาจา คือ การพูดคำหยาบ การพูดหยาบก่อให้เกิดความแตกร้าว ทำให้เรื่องเล็กกลายเป็นเรื่องใหญ่ สัมผัปปลาปะ คือ การพูดเพ้อเจ้อ ไม่มีสาระ ไม่มีประโยชน์แก่ใครไม่ว่าตนเองหรือผู้อื่น

---

[9] เบญจวรรณ ชยางกูร ณ อยุธยา, แนวทางกำหนดรู้ขันธ์ 5 ในยุคนิวนอร์มอล, *วารสารพุทธนวัตกรรมปริทรรศน์*, ปีที่ 2 ฉบับที่ 2 (กรกฎาคม-กันยายน 2564) : 99-102.

3) การทำความชั่วทางใจ มี 3 ประการ คือ อภิชฌา คือ การคิดเพ่งเล็งอยากได้ของผู้อื่น โดยไม่นึกว่าของใครใครก็หวง แม้ยังมิได้ลงมือขโมยแต่ก็ทำให้จิตใจเสื่อม พยาบาท คือ การคิดร้ายต่อผู้อื่น อยากให้ผู้อื่นเจ็บปวด เสียหาย ประสงค์ร้าย ความคิดร้ายนั้นจะบั่นทอนความสามารถและความดีของตนเอง มิจฉาทิฐิ คือ ความเห็นผิดจากคลองธรรม เช่น ไม่เชื่อว่าทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว เป็นต้น

หลักอบายมุข 4 อบายมุข แปลว่า ช่องทางของความเสื่อม ปากแห่งความเสื่อม หมายถึงทางที่จะนำไปสู่ความพินาศ เหตุย่อยยับแห่งโภคทรัพย์ เป็นทางแห่งความเสื่อมทรัพย์สมบัติและเกียรติยศชื่อเสียง ผู้ใดประพฤติเข้า ย่อมถึงความวิบัติล่มจม ท่านจำแนกไว้ 4 ประการบ้าง 6 ประการบ้าง ในที่นี้จะกล่าวถึงอบายมุข 4 ประการ[10] คือ

1) อิตถีธุตตะ อิตถีธุตตะ แปลว่า ความเป็นนักเลงหญิง คือความเป็นคนชอบเที่ยวผู้หญิง แม้ความเป็นคนชอบเที่ยวผู้ชาย คือผู้หญิงที่ชอบเที่ยวผู้ชาย ก็นับเข้าในข้อนี้ด้วยเช่นกันความเป็นคนชอบเที่ยวผู้หญิง (หรือผู้หญิงที่ชอบเที่ยวผู้ชาย) นั้น ก่อให้เกิดโทษดังนี้ ชื่อว่าไม่รักษาตัว คือ เป็นการไม่ดูแลสุขภาพ เพราะอาจทำให้ติดโรคได้ง่าย เป็นการทำลายสุขภาพ ชื่อว่าไม่รักษาลูกเมีย (หรือสามี) คือ เป็นการไม่เอาใจใส่ดูแลครอบครัว อาจทำให้เกิดปัญหาครอบครัวได้ง่าย ชื่อว่าไม่รักษาทรัพย์ คือ เป็นการใช้ทรัพย์สินให้สิ้นเปลืองหมดไปกับเรื่องไร้สาระหาประโยชน์มิได้เป็นที่ระแวงของคนทั้งหลาย คือ คนทั่วไปจะไม่ไว้เนื้อเชื่อใจบุคคลที่มีความประพฤติลักษณะนี้มักถูกใส่ความ คือ หากมีเรื่องเกิดขึ้น บุคคลประเภทนี้มักตกเป็นผู้ต้องสงสัย เพราะความประพฤติไม่ดีได้รับความลำบาก คือ จากโทษ 5 ข้อที่กล่าวมาข้างต้น จะทำให้บุคคลนั้นต้องได้รับความทุกข์ ความลำบากเดือดร้อนตามมา

2) สุราธุตตะสุราธุตตะ แปลว่า ความเป็นนักเลงสุรา คือ เป็นนักดื่ม ชอบเสพของมึนเมา รวมไปถึงยาเสพติดให้โทษทั้งหลายด้วยโทษของความเป็นนักเลงสุรา มีดังนี้เสียทรัพย์ เพราะสุราของมึนเมา หรือยาเสพติดทั้งหลาย ต้องใช้ทรัพย์แลกมาจึงจะหามาดื่มมาเสพได้เป็นเหตุก่อทะเลาะวิวาท เพราะเมื่อเมาแล้วย่อมขาดสติ เป็นสาเหตุให้ทะเลาะวิวาทกับเพื่อนหรือบุคคลอื่นได้ง่ายเป็นบ่อเกิดแห่งโรค เพราะสุรายาเสพติดนั้น เป็นของที่ทำลายสุขภาพ เมื่อดื่มหรือเสพมากเข้าก็จะก่อให้เกิดผลเสียต่อร่างกาย หรือเกิดโรคภัยไข้เจ็บตามมาถูกตำหนิติเตียน เพราะการดื่มสุราหรือเสพสิ่งเสพติดเป็นการกระทำที่ผิดศีล ปัญญาชนทั้งหลายย่อมติเตียนไม่รู้จักอาย เพราะเมื่อเมาแล้ว ความละอายก็หายไป กล้าทำเรื่องไม่ดีได้สารพัดทอนกำลังปัญญา เพราะฤทธิ์ของสุราหรือสิ่งเสพติดทั้งหลาย ทำให้ความสามารถในการคิดอ่านหรือวิเคราะห์สิ่งต่าง ๆ ลดลง คือบดบังปัญญานั่นเอง

3) อักขธุตตะ อักขธุตตะ แปลว่า ความเป็นนักเลงการพนัน คือชอบเล่นการพนันเป็นชีวิตจิตใจ ติดงอมแงม เลิกไม่ได้ ความเป็นนักเลงการพนัน มีโทษ 6 อย่าง ดังนี้ เมื่อชนะย่อมก่อเวร คือ เมื่อชนะการพนันแล้ว คนอื่นที่แพ้ย่อมต้องการเอาคืนด้วยวิธีใดวิธีหนึ่ง เมื่อแพ้ย่อมเสียดาย

---

[10] องฺ.อฏฺ.ก. 23/144/292.

ทรัพย์ที่เสียไป คือ เมื่อแพ้การพนันแล้วย่อมเสียทรัพย์ เมื่อเสียทรัพย์ก็ย่อมเป็นทุกข์เพราะเสียดาย และต้องการเล่นใหม่เพื่อเอาคืน เป็นอย่างนี้ไม่จบสิ้น ทรัพย์สินที่มีอยู่ย่อมฉิบหาย คือ คนที่ติดการพนันจะยอมเสียทุกอย่างเพื่อให้ได้เล่น เมื่อเสียเงินแล้วก็ยอมเอาทรัพย์สินอย่างอื่นไปแลกเงินมาเพื่อเล่นการพนัน สุดท้ายก็สิ้นเนื้อประดาตัว ไม่เหลือสักอย่าง ไม่มีใครเชื่อถือถ้อยคำ เพราะคนที่ติดการพนัน ย่อมไม่เป็นที่ไว้เนื้อเชื่อใจของคนอื่น ดังนั้น พูดอะไรก็จะไม่มีใครเชื่อ คำพูดไม่มีน้ำหนัก เป็นที่หมิ่นประมาทของเพื่อน คือ คนอื่น ๆ หรือแม้แต่เพื่อน ย่อมดูหมิ่นดูแคลน ไม่มีใครอยากคบค้าสมาคมด้วย ไม่มีใครอยากแต่งงานด้วย คือ ไม่มีใครอยากแต่งงานเป็นคู่ชีวิตกับคนที่ติดการพนัน เพราะจะมีแต่ล่มจม ไม่มีความเจริญรุ่งเรือง แม้คนที่แต่งงานมีครอบครัวแล้ว ถ้าติดการพนัน ก็จะทำให้ครอบครัวเดือดร้อน สามีหรือภรรยาย่อมต้องการที่จะหย่าร้างกันไป

4) ปาปมิตตะ ปาปมิตตะ แปลว่า การคบคนชั่วเป็นมิตร หรือ ความเป็นผู้มีเพื่อนชั่ว คือมีเพื่อนไม่ดีนั่นเอง การคบคนชั่วเป็นมิตร มีโทษตามลักษณะของมิตรชั่วที่คบ 6 ประเภท ดังนี้ คนเล่นการพนัน เมื่อคบแล้วย่อมชักชวนเราให้เล่นการพนันด้วย ความเสื่อมเสียหรือโทษจากการเล่นการพนันก็จะตามมา คนเจ้าชู้ เมื่อคบแล้วก็ย่อมจะชักนำเราให้เป็นคนเจ้าชู้ตามไปด้วย ครอบครัวก็จะไม่สงบสุข ชีวิตคู่ไม่มั่นคง คนชอบดื่มเหล้า เมื่อคบแล้วย่อมชักชวนเราให้ดื่มเหล้า หรือเสพของมึนเมาเสพยาเสพติดอื่น ๆ ตามมา โทษจากการเป็นนักเลงสุราก็จะเกิดขึ้นตามมา คนลวงเขาด้วยของปลอม คือพวกนักต้มตุ๋นหรือมิจฉาชีพทั้งหลาย เมื่อคบแล้ว ย่อมชักชวนเราให้เป็นเหมือนเขา คนลวงเขาซึ่งหน้า คือคนชอบโกหกหลอกลวง เมื่อคบแล้วย่อมชักชวนเราให้กลายเป็นคนโกหกหลอกลวงด้วย นักเลงหัวไม้ เมื่อคบแล้ว ย่อมชักนำเราให้กลายเป็นนักเลงหัวไม้ไปด้วย

สรุปก็คือ คบคนเช่นใดย่อมเป็นคนเช่นนั้น ถ้าคบคนไม่ดีเราก็จะกลายเป็นคนไม่ดีตามไปด้วย ผลเสียทั้งหลายก็จะตามมา

อบายมุข 6 หมายถึง ทางแห่งความเสื่อม มี 6 ประการ 1) ติดสุราและของมึนเมา มีโทษดังนี้ ทำให้เสียทรัพย์ ทำให้เกิดการทะเลาะวิวาทกันและบางครั้งถึงกับฆ่ากัน เป็นบ่อเกิดแห่งโรค เพราะทำให้เสียสุขภาพ บั่นทอนกำลังกาย ทำให้เสียเกียรติยศและชื่อเสียง ทำให้เป็นหน้าด้านไม่รู้จักอาย บั่นทอนกำลังสติปัญญา ชอบเที่ยวกลางคืน มีโทษดังนี้ เป็นการไม่รักตัว เพราะทำให้ร่างกายและจิตใจไม่ปกติไม่อาจประกอบอาชีพการงานได้ตามปกติ และต้องเสียเงินรักษาตัวโดยไม่จำเป็น เป็นการไม่รักลูกเมียหรือครอบครัว เพราะทำให้ครอบครัวขาดความอบอุ่น เป็นการไม่รักษาทรัพย์สมบัติ เพราะเป็นการจ่ายเงินโดยไม่ได้ประโยชน์อะไร มีแต่หมดไป เป็นที่ระแวงสงสัยของผู้อื่น ทำให้เกิดความไม่ไว้วางใจในการทำงาน เช่น หัวหน้าจะไม่ไว้ใจว่าจะทำงานได้ดี หรือลูกน้องไม่เลื่อมใส เป็นเป้าหมายให้เขาใส่ความได้ เป็นที่มาของความเดือดร้อนนานาชนิด เพราะเมื่อเที่ยวจนหมดเงิน อาจคิดการทุจริตหรืออารมณ์เสียบ่อยๆ ทำให้ครอบครัวแตกแยก 3) ชอบเที่ยวดูการละเล่น มีโทษ คือ ทำให้ใจจดจ่ออยู่กับสิ่งที่จะเล่น ไม่เป็นอันทำมาหากิจ เสียทั้งเวลา เสียงทั้งเงิน ทำให้คนเชื่อถือน้อยลง ถูกมองว่า

เป็นคนไม่เอาการเอางาน 4) ติดการพนัน มีโทษดังนี้ เมื่อชนะย่อมก่อเวร คือ เมื่อเล่นได้ก็ย่อมมีคนอยากแก้มือเรียกร้องให้เล่นอีก เมื่อแพ้ย่อมเสียดายทรัพย์ เพราะเมื่อเล่นเสีย จิตใจก็บังเกิดความเสียดายทรัพย์ ทรัพย์สินย่อมเสียหาย เพราะเงินที่ได้มานั้นมักเก็บไว้ได้ไม่นาน เรียกเงินร้อน ต้องใช้จ่ายจนหมด ไม่ใครเชื่อถือ เพราะผู้อื่นย่อมขาดความเชื่อถือในถ้อยคำ มักถูกมองว่าเป็นคนหลอกลวง เพื่อนฝูงดูหมิ่น ไม่อยากคบค้าสมาคม เพราะกลัวจะเสียชื่อเสียงตามไปด้วย ไม่มีใครอยากได้เป็นคู่ครอง เพราะกลัวครอบครัวไม่ราบรื่น และอาจละทิ้งครอบครัวได้ 5) คบคนชั่วเป็นมิตร มีโทษ คือทำให้เป็นคนชั่วตามไปด้วย ได้รับความทุกข์ความเดือดร้อนตามไปด้วย 6) เกียจคร้านการงาน มีโทษ คือ ทำให้ชีวิตตกต่ำไม่เจริญก้าวหน้า มีแต่ความอยากลำบาก ขัดสนในชีวิต ประโยชน์ของการละเว้นอบายมุข ไม่เสียทรัพย์ไปโดยเปล่าประโยชน์ ไม่หมกมุ่นในสิ่งที่หาสาระมิได้ ประกอบหน้าที่การงานได้เต็มที่ ชีวิตไม่ตกต่ำ เป็นที่รักและไว้วางใจของผู้อื่น สามารถประกอบอาชีพหน้าที่การงานได้ด้วยความสุจริต

4.2 ขาดความไตร่ตรองในการดื่มสุราเมรัย

จากปัญหาที่กล่าวมาข้างต้นทำให้คนไทยขาดความไตร่ตรองในการดื่มสุราเมรัยมากขึ้นจากการวิเคราะห์ข้อมูลจากระบบภาษี และการจำหน่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกรมสรรพสามิต กระทรวงการคลัง ในปี พ.ศ.2554-2558 พบว่า ปริมาณแอลกอฮอล์ที่ดื่มเฉลี่ยต่อหัวประชากรไทยค่อนข้างคงที่ โดยอยู่ที่ประมาณ 6.8 ถึง 7.1 ลิตรของแอลกอฮอล์บริสุทธิ์ต่อคนต่อปี ทั้งนี้ จากข้อมูลการสำรวจ พฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ของสำนักงานสถิติแห่งชาติในปี 2559 พบว่าประชากรกว่า 15 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 30 ของประชากรดื่มสุราและเครื่องดื่ม แอลกอฮอล์เป็นประจำเป็นเพศชายประมาณ 13 ล้านคน และหญิง 2 ล้านคน ส่วนใหญ่อายุ 15 ปี ขึ้นไป เครื่องดื่มที่ประชากรนิยมดื่มมากที่สุดคือเบียร์ รองลงมา คือ เหล้าขาว และสุราผสมโดยผู้ดื่มเบียร์ คิดเป็นร้อยละ 45.76 ของผู้บริโภคสุราทั้งหมด รองลงมาคือผู้ดื่มเหล้าขาวหรือสุรากลั่นชุมชน คิดเป็นร้อยละ 39.17 ตามด้วย ผู้ดื่มสุราสีย่ีห้อไทย คิดเป็นร้อยละ 10.69 และสุราสีย่ีห้อต่างประเทศ คิดเป็นร้อยละ 2.11 ยาดองเหล้าคิดเป็นร้อยละ 1.32 ไวน์คูลเลอร์ ตามลำดับ"จากสถิติดังกล่าว จะเห็นว่าการดื่มสุราในสังคมไทยนิยมดื่มทุกระดับชั้น ผู้ดื่มจะเป็นผู้ขาย และอายุ 15 ปีขึ้นไป อีกทั้งปัจจุบันสังคมไทยมีความเจริญเติบโตทั้งด้านสังคม เศรษฐกิจ โดยเฉพาะการใช้สื่อโฆษณาของผู้ประกอบการด้าน เครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างเข้มข้น ส่งผลให้พฤติกรรมการดื่มสุราที่เพิ่มมากขึ้นด้วยเฉพาะในกลุ่มเยาวชนและสตรี ในบทนี้ผู้วิจัยจะได้กล่าวถึงภาพรวมของปัญหาการดื่มสุราในสังคมไทย ทั้งในด้านความหมาย ผลกระทบ และแนวทางแก้ไขของหน่วยงานต่างๆเพื่อให้เป็นพื้นฐานในการวิเคราะห์หาแนวทางแก้ไขตามหลักพระพุทธศาสนาในบทต่อไป

หลักธรรมที่ใช้แก้ปัญหาขาดความไตร่ตรองในการดื่มสุราเมรัย ใช้หลักธรรม “โยนิโสมนสิการ”[11] หมายถึง การทำในใจให้ดีละเอียดถี่ถ้วน กล่าวคือ การพิจารณาอย่างรอบคอบถี่ถ้วน ทางพุทธศาสนาถือว่ามีคุณค่าเท่ากับความไม่ประมาทหรือ “อัปปมาท”[12] ซึ่งเป็นแหล่งรวมแห่งธรรมฝ่ายดีหรือ “กุศลธรรม”[13] ทั้งปวง ดังปรากฏในพระไตรปิฎก นอกจากนั้น ยังจัดเป็นธรรมะข้อหนึ่งในกลุ่มธรรมที่เป็นไปเพื่อความเจริญด้วยปัญญา และเป็นธรรมะมีอุปการะมากแก่มนุษย์ดังพรรณนาในพระไตรปิฎก[14]

การใช้ความคิดถูกวิธี คือ การกระทำในใจโดยแยบคาย มองสิ่งทั้งหลายด้วยความคิดพิจารณาสืบค้นถึงต้นเค้า สาวหาเหตุผลจนตลอดสายแยกแยะออกพิเคราะห์ดูด้วยปัญญาที่คิดเป็นระเบียบและโดยอุบายวิธี ให้เห็นสิ่งนั้นๆ หรือปัญหานั้นๆ ตามสภาวะและตามความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย เช่น

“คิดจากเหตุไปหาผล คิดจากผลไปหาเหตุ คิดแบบ แยกแยะองค์ประกอบ คิดแบบมองเป็นองค์รวม คิดแบบเห็น ความสัมพันธ์ต่อเนื่องเป็นลูกโซ่ คิดเห็นองค์ประกอบที่มาทำให้เจริญ คิดเห็นองค์ประกอบที่มาทำให้เสื่อม คิดเน้น เฉพาะจุดที่ทำให้เกิด คิดเน้น สิ่งที่มาตัดขาดให้ดับ คิดเทียบเคียง อะไรเป็นไปได้ หรือเป็นไปไม่ได้”

ในทางพระพุทธศาสนาได้แบ่งโยนิโสมนสิการทั้งหมด 10 อย่างด้วยกัน คือ

1) วิธีคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัย หรือวิธีคิดแบบอิทัปปัจจยตา คือการคิดวิเคราะห์การพิจารณาว่า สิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี เพราะสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้จึงไม่มี วิธีคิดแบบนี้อธิบายว่าสมมุติว่าทอดไข่เจียว ถ้ามีน้ำมันผลเป็นเช่นไร ไม่มีน้ำมันผลเป็นเช่นไร ใส่เกลือผลเป็นเช่นไร (เค็ม) ไม่ใส่เกลือผลเป็นเช่นไร ไฟแรงผลเป็นเช่นไร (ไหม้เร็วไหม้ง่าย) ไฟไม่แรงผลเป็นเช่นไร

2) วิธีคิดแบบแยกส่วน หรือวิธีคิดแบบธาตุวัตถาน เป็นการคิดแบบสังเคราะห์ คือการคิดแบบแยกแยะองค์ประกอบ เช่นการพิจารณาว่า ร่างกายนี้ประกอบด้วยธาตุทั้ง4 คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ วิธีคิดแบบนี้อธิบายว่า รถยนต์ถ้าเราเอามาแยกส่วนเป็นชิ้น ก็จะเห็นว่ามีอะไรเป็นองค์ประกอบบ้าง เป็นการศึกษาและเทียบเคียงองค์ประกอบ ว่ามีลักษณะอย่างไร ทำด้วยอะไร แตกต่างกันอย่างไร มีหน้าที่อย่างไรเพื่อเข้าใจองค์ประกอบต่างๆให้ชัดเจน

3) วิธีคิดแบบสามัญญลักษณะ หรือคิดแบบศึกษาปรากฏการณ์ทางธรรมชาติ คือการพิจารณาว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน มีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่แปรเปลี่ยน ดับไป วิธีคิดแบบนี้อธิบายว่าสมมุติว่าวางปลาทอดไว้ ปลาจะค่อยๆเน่าในที่สุด หรือเมื่อสังเกตธรรมชาติ จะเห็นว่าฤดูกาล

---

[11] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์*, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2551), หน้า 336.

[12] เรื่องเดียวกัน, หน้า 534.

[13] สำ.มหา. 19/464/129.

[14] องฺ.จตุกฺก 12/268-9/332.

จะเปลี่ยนแปลงเป็นหน้าร้อน หน้าฝน หน้าหนาว ผู้คนจะเปลี่ยนแปลงจากเด็กเป็นวัยรุ่นเป็นผู้ใหญ่ เป็นคนแก่ เป็นต้น

4) วิธีคิดแบบอริยสัจ คือวิธีการคิดแบบแก้ปัญหา แบบหาสาเหตุแห่งปัญหา โดยหาวิธีแก้ที่ต้นเหตุ เพื่อเข้าถึงการแก้ปัญหา คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค

5) วิธีคิดแบบอรรถธรรมสัมพันธ์ คือการศึกษาเป้าหมายและวิธีการ ว่าวิธีการถูกต้องต่อการที่จะทำให้เป้าหมายบรรลุผลหรือไม่. อธิบายว่าอรรถหมายถึงหัวข้อธรรม ประโยชน์ เป้าหมาย ผล เช่น อิทธิบาท มรรค โพชฌงค์ ทิฏฐธัมมิกกัตถประโยชน์ เป็นต้น , ธรรมหมายถึงข้อปฏิบัติ วิธีการ หลักการ เหตุหรือปัจจัย เช่น ฉันทะ สัมมาทิฏฐิ สติ อุฏฐานสัมปทา เป็นต้น

6) วิธีคิดแบบพิจารณาคุณโทษและทางออก หรือการพิจารณาข้อดี(อายโกศล) ข้อเสีย(อปายโกศล) และอุบายการใช้ประโยชน์จากข้อดี ข้อเสียนั้น(อุปายโกศล) วิธีคิดแบบนี้อธิบายว่าข้อดีของคนตัวใหญ่คือมีกำลังมาก ข้อเสียคือน้ำหนักเยอะไม่คล่องตัว ข้อดีของคนตัวเล็กคือคล่องแคล่ว ข้อเสียของคนตัวเล็กคือมีกำลังน้อย การใช้ประโยชน์เวลานำมาแข่งขันกีฬาก็ให้อยู่ในตำแหน่งหน้าที่ที่เหมาะสม ในทุกสิ่งมีทั้งข้อดีและข้อเสียในตัวเองด้วยกันทั้งนั้น ในคุณลักษณะตรงข้ามกันให้นำจุดแข็งของด้านนั้นเพื่อเอาชนะจุดอ่อนของอีกด้าน เช่นเอาข้อดีของสั้นเอาชนะข้อเสียของยาวเป็นต้น และในข้อเสียบ้างครั้งก็ใช้ประโยชน์ได้ เช่น พิษงูก็ยังนำไปทำเซรุ่มได้ ดังคำกล่าวที่ว่าไม่มีสิ่งใดไร้ประโยชน์ มีเพียงสิ่งที่ไม่อยู่ในที่ ๆเหมาะสมกับตัวเองเท่านั้น

7) วิธีคิดแบบคุณค่าแท้คุณค่าเทียม หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่าวิธีคิดแบบปัจจเวกขณวิธี คือการพิจารณาว่าอะไรคือแก่น อะไรคือเปลือก อะไรคือสิ่งประดับ อะไรคือกาฝาก

8) วิธีคิดแบบเร้าคุณธรรม หรือวิธีคิดแบบอุปปาทกมนสิการ แปลว่าการคิดอย่างสร้างสรรค์ คือการคิดสร้างประโยชน์ให้เกิดขึ้นในสิ่งต่างๆ การคิดบวก วิธีคิดแบบนี้อธิบายว่าปากกาด้ามหนึ่งใช้ประโยชน์อะไรได้บ้าง ใช้เป็นตะเกียบได้หรือเปล่า หรือนำมาเป็นแกนกังหันลมกระดาษ (คิดพลิกแพลง) แนวคิดนี้นำไปดัดแปลงเป็นอะไรร่วมกับอะไรได้บ้างหรือใช้กับอะไรได้บ้าง เช่น พระอานนท์เห็นคันนาชาวมคธแล้วนำมาออกแบบเป็นขัณฑ์ของจีวร (คิดประยุกต์) หรือสถานการณ์แบบนี้ควรนำหลักธรรมใดมาใช้ในการดำเนินชีวิตดี รวมถึงการคิดหาข้อบกพร่องหรือข้อผิดพลาดที่เกิดขึ้นและหาวิธีแก้ไข เพื่อพัฒนาปรับปรุงให้ดียิ่งขึ้น และคิดในแง่บวก เช่น เกิดอุบัติเหตุแขนเจ็บ ก็คิดในแง่ดีว่าดีกว่าหัวเจ็บ อาจตายได้ เป็นต้น หรือวันนี้เราสามารถทำอะไรให้เกิดประโยชน์แก่ตนเองและผู้อื่นได้บ้าง เราสามารถทำอะไรให้เกิดประโยชน์แก่ตนเองหรือผู้อื่นให้ยิ่งขึ้นไปอีกได้บ้าง

9) วิธีคิดแบบปัจจุบัน เป็นกระบวนการคิดที่จะค้นหาความจริงจากประสบการณ์ตรงผ่านประสาทสัมผัสทั้ง 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ผ่านการมีสติในปัจจุบันจนเกิดความรู้จริงขึ้น เช่นอาหารนี้อร่อยหรือไม่อร่อยก็ต้องชิมดู ซึ่งแตกต่างจากโยนิโสมนสิการข้ออื่นที่เน้นกระบวนการคิด ส่วนโยนิโสมนสิการข้อนี้เน้นประสบการณ์ตรง ซึ่งทำให้เกิดความสมบูรณ์ ในข้ออื่น

จะเกี่ยวข้องกับอดีตอนาคตผ่านการพิจารณาเหตุปัจจัย แต่ข้อนี้จะเน้นอยู่กับปัจจุบัน ทำให้เกิดความสมบูรณ์ในกระบวนการพิจารณาอย่างรอบด้านครบถ้วน

10) วิธีคิดแบบวิภัชชวาที หรือการคิดแบบแยกแยะเทียบเคียงประเด็น คือการคิดแบบองค์รวมโดยไม่เหมารวม คือการพิจารณาสิ่งต่างๆเป็นกรณีๆไป หรือการคิดแบบเทียบเคียงความจริงเฉพาะหน้า คือการพิจารณาถึงความเป็นไปได้และเป็นไปไม่ได้นั่นเอง เป็นการพิจารณาความเข้ากันได้หรือเข้ากันไม่ได้ของข้อมูล วิธีคิดแบบนี้อธิบายว่าสมมุติเกิดการฆาตกรรมขึ้น ฝ่ายสืบสวนและฝ่ายนิติวิทยาศาสตร์ ค้นพบหลักฐานที่มีความจริง ถ้ามีข้อสันนิษฐานอะไรที่ไม่ตรงกับหลักฐานที่มีย่อมใช้ไม่ได้ เมื่อเจอความจริงสองอย่างที่ขัดแย้งกันก็ต้องพิจารณาว่าอันไหนที่จริงหรือจริงทั้งคู่แต่มีอะไรถึงขัดแย้งกัน หรือควรสืบสวนใหม่หมดเพื่อได้คำตอบที่ถูกต้องชัดเจน ไม่มีความจริงใดขัดแย้งกัน, เปรียบได้กับความจริงของโลก ที่เราแบ่งการเข้าใจความจริงของโลกเป็นกลุ่มย่อย ๆ และเมื่อนำความจริงทั้งหมดมารวมกันก็จะได้ความจริงของสรรพสิ่งที่สมบูรณ์ในที่สุด เมื่อข้อความรู้ในความจริงขัดแย้งก็เข้าไปศึกษาว่าควรแก้ไขหรือตัดออก ซึ่งอาจเกิดความรู้ความเข้าใจในความจริงๆใหม่ได้ เป็นการเข้าใจอดีต เข้าใจปัจจุบัน เข้าใจอนาคต เป็นการเข้าใจความจริงทุกสรรพสิ่งในภาพรวมทั้งหมด เปรียบได้กับเกมโซโดกุ ที่ตัวเลขต้องไม่ขัดแย้งกัน “วิธีคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัย จัดเป็นการคิดเชิงวิเคราะห์ วิธีคิดแบบแยกส่วน จัดเป็นการคิดเชิงสังเคราะห์ วิธีคิดแบบสามัญญลักษณะ จัดเป็นการคิดเชิงอนาคต วิธีคิดแบบอริยสัจ จัดเป็นการคิดเชิงบูรณาการ วิธีคิดแบบอรรถธรรมสัมพันธ์ จัดเป็นการคิดเชิงกลยุทธ วิธีคิดแบบพิจารณาคุณโทษและทางออก จัดเป็นการคิดเชิงประยุกต์ วิธีคิดแบบคุณค่าแท้คุณค่าเทียม จัดเป็นการคิดเชิงวิพากย์ วิธีคิดแบบเร้าคุณธรรม จัดเป็นการคิดเชิงสร้างสรรค์ วิธีคิดแบบปัจจุบัน จัดเป็นการคิดเชิงมโนทัศน์ วิธีคิดแบบวิภัชชวาที จัดเป็นการคิดเชิงเปรียบเทียบ”

เมื่อขาดความไต่ตรองในการดื่มสุรา ใช้หลักธรรมใน การบริหารจิตและการเจริญปัญญา เป็นการบำรุงเลี้ยงจิตใจให้แข็งแรง เช่นเดียวกับการให้อาหารแก่ร่างกาย จิตใจที่ได้รับการฝึกสมาธิจะบริสุทธิ์สะอาด มีคุณธรรม มีความเข้มแข็ง มีความผ่อนคลาย สงบสุข พร้อมแก่การพัฒนาทางด้านปัญญา ผ่านการอ่าน การฟัง หรือการคิดไตร่ตรองอย่างถี่ถ้วนจนเกิดความรู้ การบริหารจิตเจริญปัญญาในศาสนาพุทธมีอยู่ในหลัก “โยนิโสมนสิการ”[15]

การเจริญปัญญาโดยการคิดแบบโยนิโสมนสิการ หมายถึง การคิดพิจารณาอย่างละเอียด ถี่ถ้วนและลึกซึ้ง หรือการคิดที่ถูกวิธี มีระเบียบและสร้างสรรค์ มี 10 วิธีดังนี้

1) วิธีคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัย คือ คิดแบบมีเหตุผล เช่น พิจารณาว่าที่เป็นสุข หรือเป็นทุกข์นี้ เกิดขึ้นโดยมีอะไรเป็นปัจจัย ต้นเหตุของปัญหาที่เกิดขึ้นเกิดจากอะไร

---

[15] ถาปกรณ์ กำเนิดศิริ, *โยนิโสมนสิการ*, จาก<https://www.trueplook panya.com/learning/detail/34916>. (30 เมษายน 2566).

2) วิธีคิดแบบแยกแยะส่วนประกอบ คือ การคิดจำแนกแยกแยะองค์รวมของสิ่งต่างๆ ออกเป็นองค์ย่อย ทำให้มองเห็นความสัมพันธ์ขององค์ประกอบย่อยเหล่านั้นว่ามีความเกี่ยวเนื่องกันอย่างไร

3) วิธีแบบสามัญลักษณะ คือ คิดแบบไตรลักษณ์ (อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา) คือคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา ชีวิตของคนเราก็เป็นเช่นนี้เอง เป็นอนิจจัง ไม่เที่ยงแท้ เป็นทุกขัง มีแต่ความทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่มีตัวตนที่แน่นอน

4) วิธีคิดแบบอริยสัจ คือ การพิจารณาปัญหาว่าคืออะไร (ทุกข์) มีอะไรเป็นสาเหตุ (สมุทัย) เป้าหมายของการแก้ปัญหาคืออะไร (นิโรธ) หนทางเพื่อบรรลุเป้าหมายเป็นอย่างไร (มรรค)

5) วิธีคิดแบบอรรถธรรมสัมพันธ์ คือ การคิดแบบสัตบุรุษอันเป็นคุณสมบัติของคนดี คือ คิดตามหลักการและความมุ่งหมาย รู้จักเหตุ รู้จักผล รู้จักตน รู้จักประมาณ รู้จักบุคคล รู้จักชุมชน

6) วิธีคิดแบบเห็นคุณเห็นโทษและเห็นทางออก คือ มองในเชิงคุณค่าว่าสิ่งนั้น ๆ มีคุณในแง่ไหน มีโทษในด้านใด แล้วก็พิจารณาหาทางออก

7) คิดแบบคุณค่าแท้และคุณค่าเทียม คือ รู้จักแยกแยะสิ่งดีสิ่งชั่ว สิ่งแท้จริงสิ่งปลอมอย่างมีเหตุผล

8) วิธีคิดแบบปลุกเร้าคุณธรรม คือ คิดหาประโยชน์ในการกระตุ้น และส่งเสริมคุณงามความดี

9) วิธีคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน คือ คิดอยู่ในปัจจุบัน ไม่รำพึงถึงอดีตและไม่กังวลถึงอนาคต

10) วิธีคิดแบบวิภัชชวาท คือ คิดแบบรอบด้าน แยกแยะ มองสิ่งต่าง ๆ ในหลาย ๆ มุมมองอย่างละเอียดรอบคอบ

การคิดแบบโยนิโสมนสิการทั้ง 10 ข้อที่กล่าวมา สรุปได้ว่า คือการคิดอย่างเป็นเหตุเป็นผลและคิดเพื่อให้เกิดการกระทำที่เป็นกุศล

หลักไตรสิกขา คือ หลักการพัฒนาชีวิตเพื่อให้ประสบความสำเร็จเป็นคนสมบูรณ์แบบตามแนวพุทธ ไตรสิกขา จึงจัดอยู่ใน มรรค (ธรรมที่ควรเจริญ) คือ ควรทำให้เกิดมีขึ้น เพื่อใช้เป็นเครื่องมือพัฒนาชีวิต ไตรสิกขา แปลว่า สิกขา 3 หมายถึง ข้อปฏิบัติที่ต้องศึกษา 1 อย่าง คือ

1) อธิสีลสิกขา สิกขา คือ ศีลอันยิ่ง

2) อธิจิตตสิกขา สิกขา คือจิตอันยิ่ง หมายถึง สมาธิ

3) อธิปัญญาสิกขา สิกขา คือ ปัญญาอันยิ่ง ไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา เป็นกระบวนการปฏิบัติ หรือ กระบวนการพัฒนา 3 ด้าน คือ ศีล เป็นหลักการพัฒนาระดับความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางสังคม สมาธิ เป็นหลักการพัฒนาจิตใจให้มีสมรรถภาพและประสิทธิภาพในการคิดพิจารณาตัดสินใจกระทำหรือไม่กระทำการใด ๆ ปัญญา เป็นหลักการพัฒนา

ความรู้ความเข้าใจ รู้จักสิ่งทั้งหลายตามที่มันเป็น และสามารถแยกแยะวิเคราะห์สืบหาสาเหตุของสิ่งทั้งหลายได้ชัดแจ้ง ไตรสิกขาจึงเป็นกระบวนการพัฒนาแบบบูรณาการ[16]

4.3 ขาดความจริงใจเลิกดื่มสุราเมรัย

การขาดการความจริงใจเลิกดื่มสุราเมรัย ของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ดนั้น เพราะว่ามีเหตุจูงใจ ทำให้ไม่สามารถเลิกดื่มสุราได้อย่างเด็ดขาด ไม่ว่าจะเป็นการชักชวนจากเพื่อนฝูง ตั้งวงดื่มสุราหลังเลิกงาน ไปงานสังสรรค์ พบปะสังคมบ้าง งานประเพณีต่าง มักจะมีสุราเมรัย เห็นโฆษณาในทีวี ในสื่อโซเชียลมีเดีย ออนไลน์บ้าง ในแอปพลิเคชันต่างๆ เช่น ไลน์ (Line) เฟซบุ๊ก (Facebook) ทวิตเตอร์ (Twitter) เป็นต้น เป็นเหตุกระตุ้น และขาดความจริงใจในการเลิกดื่มสุราทำให้ไม่สามารถเลิกดื่มสุราเมรัยได้ แม้ว่าจะสมาทานรับศีล 5 จากพระสงฆ์ไปแล้วก็ตาม

“ด้วยเหตุนี้ต้องใช้หลักธรรม ฆราวาสธรรม ประกอบด้วย 2 คำ “ฆราวาส” แปลว่า ผู้ดำเนินชีวิตในทางโลก, ผู้ครองเรือน และ “ธรรม” แปลว่า ความถูกต้อง, ความดีงาม, นิสัยที่ดีงาม, คุณสมบัติ , ข้อปฏิบัติ ฆราวาสธรรม แปลว่า คุณสมบัติของผู้ประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิตทางโลก ประกอบด้วยธรรมะ 4 ประการ คือ สัจจะ แปลว่า จริง ตรง แท้ มีความซื่อสัตย์เป็นพื้นฐาน เป็นคนจริงต่อความเป็นมนุษย์ของตน ทมะ แปลตามศัพท์ว่า การฝึก การฝึกตามปกติมี 2 ขั้น ท่านนำศัพท์นี้มาใช้ในการฝึกไม่ว่าคนหรือสัตว์ เช่นเมื่อเรานำเอาสัตว์มาจากป่า จะมีการฝึก 2 ขั้น ขั้นที่ 1 คือ การปราบพยศ หรือทำให้เชื่อง ศัพท์โบราณท่านใช้คำว่า ข่ม หรือ ทรมาน ทรมานนี้เมื่อนำมาใช้ในภาษาไทย ความหมายเพี้ยนไป ทรมานกลายเป็นการทำให้เจ็บปวด แต่ในภาษาพระทรมาน แปลว่า ฝึก เช่น พระโมคคัลลานะไปทรมานเศรษฐีท่านหนึ่ง เราอ่านก็สงสัยว่า พระทำไมไปทรมานคนแต่เปล่า ในภาษาโบราณของพระ ทรมานมาจากคำว่าทมะ แปลว่าฝึก คือแก้นิสัยเสีย เช่น ความตระหนี่เหนียวแน่น ความโกรธ แก้ไขให้ดีขึ้นหรือให้หาย เรียกว่าทมะหรือทรมาน เพราะฉะนั้นถ้าไปอ่านหนังสือเก่าๆ พบคำว่าทรมานก็อย่าเข้าใจผิด นี้คือตอนแรกปราบพยศ แก้ความผิดพลาดต่างๆ พอแก้พยศได้เชื่องดีแล้ว ก็ฝึกขั้นที่ 2 คือปรับปรุงพัฒนา ตอนนี้จะเอาไปใช้งานอะไรก็ฝึกไปตามนั้น เช่น จะให้ช้างลากซุง หรือจะให้ม้าวิ่งแข่ง หรืออะไรก็ตามแล้วแต่เราจะฝึก รวมความว่าฝึกปรับปรุงพัฒนาให้ดีขึ้น จนกระทั่งมีความสามารถที่จะทำอะไรต่ออะไรได้ตามที่เราต้องการ

คนเราก็เหมือนกัน เราต้องยอมรับว่า เราต้องฝึกตัวอยู่เสมอ เพราะว่าคนเรานี้เกิดมา แน่นอนว่ายังเป็นคนไม่สมบูรณ์ เราทุกคนจึงต้องฝึกตนเอง การฝึกก็มี 2 ตอน ตอนที่ 2 คือ ข่มไว้ ปราม

---

[16] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์,* พิมพ์ครั้งที่ 10, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2546), หน้า 483.

แก้ส่วนที่ไม่ดี แล้วต่อจากนั้นก็ คือ ปรับปรุง พัฒนา ทำให้ดียิ่งขึ้น โดยเฉพาะในกรณีของชีวิตที่อยู่ร่วมกัน จะมีส่วนสำคัญที่แยกง่าย ๆ คือขั้นแรกเป็นการปรับตัว แล้วขั้นที่ 2 ก็ปรับปรุงให้พัฒนายิ่งขึ้น ธรรม 4 ประการนี้นับว่าเป็นหลักสำคัญในการครองเรือน เริ่มด้วย

สัจจะ ความจริง, ซื่อตรง ซื่อสัตย์ จริงใจ พูดจริง ทำจริง สัจจะ ความจริง ธรรมข้อนี้ท่านยกเป็นอันดับที่ 1 เพราะมีความสำคัญมาก ถือว่าเป็นเหมือนฐานทีเดียว ฐานรากของอาคาร หรือรากของต้นไม้เป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้อาคารเป็นต้น หรือสิ่งทั้งหลายที่ตั้งอาศัย ดำรงอยู่ได้อย่างมั่นคง ถ้าฐานไม่แน่น ไม่ดี ไม่มั่นคงเสียแล้ว ทุกอย่างก็หวั่นไหว คลอนแคลน ไม่มีความแน่ใจ ไม่มั่นใจ สัจจะก็เป็นฐานรองรับชีวิตที่อยู่ร่วมกัน[17]

บุคคลที่มาอยู่ร่วมกันจะต้องมีสัจจะคือ ความจริง เริ่มด้วยจริงใจ เช่น มีความรักจริง มีเมตตาด้วยใจจริง โดยบริสุทธิ์ใจ ขั้นแรกต้องมีความจริงอันนี้ คือจริงใจ มีความซื่อสัตย์ต่อกัน ถ้าขาดความจริงใจ หรือขาดความซื่อสัตย์เมื่อไร ก็จะเริ่มระแวง เริ่มหวั่นไหว เริ่มแกว่งไกวทันที จึงจะต้องรักษาสัจจะตัวนี้ไว้ก่อน ต่อจากจริงใจก็จริงวาจา เมื่อจริงใจแล้ว เวลาพูดจาอะไรต่างๆ ก็พูดจริงต่อกัน ไม่หลอกลวงกัน และจริงในการกระทำ คือทำจริงตามที่พูดบอกหรือให้สัญญาไว้ ถ้าบอกไว้ว่าจะทำอย่างไรแล้ว ไม่ทำตามสัญญา ไม่ทำตามที่พูด ก็เกิดปัญหาอีก จึงต้องจริงให้ครบ ทั้งจริงใจ จริงวาจา และจริงการกระทำ ครบทั้ง 3 อย่างที่ว่า จริงในการกระทำนั้น นอกจากทำจริงตามที่พูด แล้วก็ทำอย่างจริงๆ จังๆ เช่นในการทำงาน ก็มีความขยันหมั่นเพียรในกิจในหน้าที่ของตน แต่รวมแล้วก็คือต้องจริง นี้คือสัจจะข้อที่ 1 ซึ่งสำคัญมาก เมื่อมีรากฐาน คือความจริง ความซื่อสัตย์ แล้วก็ก้าวต่อไปให้ข้อที่ 2 ตามมาด้วย

ทมะ การฝึกฝน, การข่มใจ ฝึกนิสัย ปรับตัว, รู้จักควบคุมจิตใจ ฝึกหัดดัดนิสัย แก้ไขข้อบกพร่อง ปรับปรุงตนให้เจริญก้าวหน้าด้วยสติปัญญา[18] เช่นเมื่อเรานำเอาสัตว์มาจากป่า จะมีการฝึก 2 ขั้น ขั้นที่ 1 คือ การปราบพยศ หรือทำให้เชื่อง ศัพท์โบราณท่านใช้คำว่า ข่ม หรือ ทรมาน ทรมานนี้เมื่อนำมาใช้ในภาษาไทย ความหมายเพี้ยนไป ทรมานกลายเป็นการทำให้เจ็บปวด แต่ในภาษาพระทรมานแปลว่า ฝึก เช่น พระโมคคัลลานะไปทรมานเศรษฐีท่านหนึ่ง เราอ่านก็สงสัยว่า พระทำไมไปทรมานคน แต่เปล่า ในภาษาโบราณของพระ ทรมานมาจากคำว่าทมะ แปลว่าฝึก คือแก้นิสัยเสีย เช่น ความตระหนี่เหนียวแน่น ความโกรธ แก้ไขให้ดีขึ้นหรือให้หาย เรียกว่าทมะหรือทรมาน เพราะฉะนั้นถ้าไปอ่านหนังสือเก่าๆ พบคำว่าทรมานก็อย่าเข้าใจผิด นี้คือตอนแรกปราบพยศ แก้ความผิดพลาดต่าง ๆ พอแก้พยศได้เชื่องดีแล้ว ก็ฝึกขั้นที่ 2 คือปรับปรุงพัฒนา ตอนนี้จะเอาไปใช้งานอะไรก็

---

[17] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม* พิมพ์ครั้งที่ 34, (กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิการศึกษาเพื่อสันติภาพ, 2559), หน้า 114.

[18] เรื่องเดียวกัน, หน้า 114.

ฝึกไปตามนั้น เช่น จะให้ช้างลากซุง หรือจะให้ม้าวิ่งแข่ง หรืออะไรก็ตามแล้วแต่เราจะฝึก รวมความว่าฝึกปรับปรุงพัฒนาให้ดีขึ้น จนกระทั่งมีความสามารถที่จะทำอะไรต่ออะไรได้ตามที่เราต้องการ คนเราก็เหมือนกัน เราต้องยอมรับว่า เราต้องฝึกตัวอยู่เสมอ เพราะว่าคนเรานี้เกิดมา แน่นอนว่ายังเป็นคนไม่สมบูรณ์ เราทุกคนจึงต้องฝึกตนเอง การฝึกก็มี 2 ตอน ตอนที่ 1 คือ ข่มไว้ ปราม แก้ส่วนที่ไม่ดี แล้วต่อจากนั้นก็ คือ ปรับปรุง พัฒนา ทำให้ดียิ่งขึ้น โดยเฉพาะในกรณีของชีวิตที่อยู่ร่วมกัน จะมีส่วนสำคัญที่แยกง่ายๆ คือขั้นแรกเป็นการปรับตัว แล้วขั้นที่ 2 ก็ปรับปรุงให้พัฒนายิ่งขึ้น การปรับตัวนี้เข้ากับลักษณะขั้นที่ 1 ของการฝึก เรายังไม่พร้อม ยังไม่เหมาะกับสภาพใหม่ๆ ที่จะไปอยู่ หรือจะไปทำงาน เรายังไม่คุ้น เรายังไม่รู้จัก ท่าทีลักษณะอาการของเรายังขัดเขินอยู่ เราจึงต้องเรียนรู้ แล้วเราก็ปรับตัวเข้ากับสถานที่ใหม่ ปรับตัวเข้ากับที่ทำงานใหม่ ปรับตัวเข้ากับคนที่พบใหม่ อย่างคู่สมรสนี้เรื่องการปรับตัวสำคัญมาก ท่านว่าต้องปรับตัวปรับใจให้เข้ากัน เพราะเป็นธรรมดาว่าคนเราไม่มีใครเหมือนกันสักคน แม้แต่พี่น้องฝาแฝดก็ยังมีข้อแตกต่าง ยิ่งอยู่คนละครอบครัว อยู่คนละถิ่นฐาน มีพื้นฐานพื้นเพทางด้านความรู้ความเข้าใจ ความนึกคิด การอบรมทางครอบครัว ทางวัฒนธรรมต่างๆ หรือถิ่นต่างๆ ไม่เหมือนกัน ความแตกต่างนี้ย่อมมีอยู่เป็นธรรมดา ซึ่งจะต้องรู้จักจัดความต่างนั้นทำให้เกิดผลได้ 2 แบบ คือต่างทำให้แตกก็ได้ ต่างทำให้เต็มก็ได้ ถ้าจัดไม่เป็น หรือไม่จัด ความต่างก็ทำให้แตก คือ เพราะต่างกันก็เลยไปด้วยกันไม่ได้ ก็แตกกัน เป็นการแตกแยก แต่ถ้าจัดเป็น ก็กลายเป็นมาเติมให้เต็ม ดังเช่นร่างกายของเรานี้มีอวัยวะมากมาย ทำงานกันต่างๆ รูปร่างก็ไม่เหมือนกัน หน้าที่ก็ไม่เหมือนกัน จึงรวมกันเป็นร่างกายที่สมบูรณ์ แต่ถ้าขืนมีอวัยวะอย่างเดียวกัน ก็ทำงานไปไม่ได้ เป็นชีวิตไม่ได้ ร่างกายไม่สมบูรณ์ การที่ร่างกายของเราสมบูรณ์ ชีวิตเราสมบูรณ์ ก็เพราะว่า เรามีอวัยวะต่างๆ ที่ต่างกัน เมื่ออวัยวะที่ต่างกันนั้นทำหน้าที่ของมัน มารวมกันเข้าก็กลายเป็นความเต็ม เพราะฉะนั้นความต่างจึงมีความสำคัญมาก คนเราเมื่อต่างกันมาก็ใช้หลักธรรมข้อนี้คือ ทมะ มาเป็นหลักในการปรับตัว ยกตัวอย่างง่ายๆ คนสองคนมาอยู่ด้วยกัน คนหนึ่งชอบเก็บตัว ไม่อยากยุ่งเกี่ยวกับใคร อีกคนหนึ่งชอบออกสังคม ไม่ชอบอยู่นิ่งเลย ไปไหนๆ เรื่อยตลอดเวลา นี่ก็ต่างกันแล้ว ทีนี้ถ้าไม่รู้จักปรับไม่รู้จักจัด เมื่อมาอยู่ด้วยกันต่างฝ่ายต่างก็จะเอาอย่างของตัวเอง ก็เรียกร้องจากอีกฝ่ายหนึ่ง ว่าจะต้องเอาตามฉัน ไม่ยอมซึ่งกันและกัน อย่างนี้ต่างก็ทำให้แตก แต่ถ้ารู้จักจัดก็จะพบว่า ความจริงการเก็บตัวก็ดีอยู่บ้างในบางกรณี แต่มันก็มีข้อเสียทำให้ขาดประโยชน์บางอย่างที่พึงได้ และในทำนองเดียวกันการออกข้างนอกตลอดเวลาก็มีทั้งข้อดีและข้อเสีย เราก็มาจัดมาปรับ 2 ฝ่าย

ฝ่ายหนึ่งเก็บตัวมากไป อีกฝ่ายหนึ่งออกสังคมมากไป ก็มาจัดมาปรับตกลงกันให้พอดี ท่านว่าให้ใช้วิธีแห่งปัญญา ทมะนี่สำคัญมาก ต้องใช้ปัญญา คือมาพูดมาจามาช่วยกันพิจารณาปรับตัว ตกลงกันก็กลายเป็นดีไปเลย 2 ฝ่ายก็มาเติมเต็มกัน ฝ่ายหนึ่งก็ขาดในการคบหาเกี่ยวข้องกับผู้คน อีกฝ่ายหนึ่งก็ขาดในแง่ของการทำในสิ่งที่ควรทำเฉพาะตัว เมื่อมาปรับให้พอดีอย่างนี้เรียกว่าต่างทำให้เต็ม หรือว่าฝ่ายหนึ่งเงียบไม่ยอมพูดยอมจา อีกฝ่ายหนึ่งก็พูดมากเหลือเกิน พูดจ้อ อย่างนี้ก็เหมือนกัน บาง

ทีจัดให้ดีแล้วก็กลายเป็นว่าเกิดความพอดี เรียกว่าต่างที่ทำให้เต็ม คือต่างที่มาเติมซึ่งกันและกันให้เต็ม เรื่องของชีวิตคู่ที่อยู่ด้วยกันนี้ ทมะสำคัญมาก อย่างน้อยเริ่มต้นก็ต้องปรับตัวปรับใจเข้าหากัน ไม่ถือสาในเรื่องข้อแตกต่าง ถ้าเห็นผิดหูผิดตาแปลกไปก็ไม่วู่วามไม่ตามอารมณ์ ค่อยๆ อดใจไว้ก่อน เรียกว่าข่มใจไว้ก่อนแล้วก็ค่อยๆ พูด ค่อยๆ จา ค่อยๆ ใช้ปัญญาคิดแก้ อะไรต่ออะไรก็ลงตัว การที่คนมาอยู่ร่วมกันนี้ ท่านถือว่าเป็นการที่ทำให้เราได้ฝึกตัวเองด้วย ถ้าเราฝึกตัวเองได้สำเร็จในการมีชีวิตคู่ เราก็จะมีความอิ่มใจ ภูมิใจว่า เราประสบความสำเร็จในการฝึกตัว ซึ่งเป็นชีวิตส่วนหนึ่งที่สำคัญ เพราะฉะนั้นจึงควรสำรวจตนเองว่าเรานี่สามารถไหม เรามีความสามารถในการปรับตัวเองเข้ากับสถานการณ์ หรือเข้ากับคนอื่นได้ ทมะก็จะมีประโยชน์มาก และถือว่าชีวิตแต่งงานเป็นโอกาสให้เราได้เรียนรู้ได้ฝึกตนไปด้วยต่อจากการปรับตัวขั้นที่ 1 แล้วจากนั้นก็ปรับปรุงตน อะไรที่ยังบกพร่อง เราก็เรียนรู้ แล้วพยายามปรับปรุงตนหรือพัฒนาตนอยู่เรื่อย เราก็จะเจริญงอกงาม เรื่องของการปรับปรุงตน ในที่นี้จะไม่พูดถึง เพราะเป็นเรื่องกว้างขวางมาก แต่ขั้นที่ 1 ต้องทำให้ได้ก่อนคือปรับตัว เมื่อถึงขั้นที่ 2 ปรับปรุงตน เราพัฒนาต่อไป ก็จะทำให้เกิดความสุขความเจริญแน่นอน

ขันติ ความอดทน ตั้งหน้าทำหน้าที่การงานด้วยความขยันหมั่นเพียร เข้มแข็ง ทนทาน ไม่หวั่นไหว มั่นในจุดหมาย ไม่ท้อถอย แปลว่า ความอดทน[19] ซึ่งเป็นความเข้มแข็ง เพราะตัวศัพท์เมื่อพูดสั้นๆ ก็คือทน อย่างเช่นไม้ ก็เรียกว่า ทนทาน อะไรต่ออะไรที่เราจะนำมาใช้ประโยชน์ เราก็ชอบของทนทาน ถ้าของไม่ทน อ่อนแอ เปราะ เราก็ไม่ชอบ เพราะใช้ไม่ได้ผลดี เราชอบของที่ทนทาน ก็คือเข้มแข็ง คนก็เหมือนกันก็ต้องดูว่า คนนั้นเป็นคนอดทนคือมีความทนทานหรือเปล่า หรือเป็นคนเปราะใจเสาะแตกง่ายคนเราจะต้องมีความเข้มแข็งอยู่ในตัว ถ้าเป็นคนอ่อนแอก็โวยวายง่าย มีอะไรนิดอะไรหน่อย ก็โวยวาย วู่วามไปตามอารมณ์ ไม่มั่นคง แต่ถ้าเป็นคนเข้มแข็งก็อยู่กับเหตุกับผลได้ อะไรต่ออะไรที่ไม่ดีก็ขุดทิ้งไป อย่างน้อยเราก็ระงับเรื่องได้ สิ่งที่จะทำให้เกิดปัญหาถ้าเป็นเรื่องเล็กก็ไม่ขยายตัว ถ้าเป็นเรื่องใหญ่ก็กลายเป็นเรื่องเล็ก ถ้าเป็นเรื่องเล็กก็หายเลย แต่ถ้าเราไม่มีความอดทนเรื่องเล็กก็กลายเป็นเรื่องใหญ่ เรื่องใหญ่ก็เสียหายใหญ่โตอาจถึงกับทำให้เกิดความย่อยยับไปก็ได้ เพราะฉะนั้นจึงบอกว่าต้องมีความอดทนในชีวิตของคนเราต้องใช้ขันติหลายอย่าง อย่างน้อยก็คือ

1) ขันติ ความอดทนต่อความลำบากตรากตรำ เช่นการทำงาน คนเราต้องมีงานการทำเป็นเรื่องธรรมดา เมื่อทำงานหาเลี้ยงชีพ ก็ต้องมีความอดทน ใจสู้ ไม่ย่อท้อง่ายๆ จะทำงานก็ทำไปบุกฝ่าไป ไม่ย่อท้อ ลำบากไม่กลัว อย่างนี้ก็เจริญแน่นอน

---

[19] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม* พิมพ์ครั้งที่ 34, (กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิการศึกษาเพื่อสันติภาพ, 2559), หน้า 114.

2) อดทนต่อทุกขเวทนา ตัวอย่างง่ายๆ เช่น เมื่อเจ็บปวดเมื่อยล้าก็ต้องอดทน หรือในเวลาเจ็บไข้ได้ป่วยก็ต้องอดทน ไม่ใช่เจ็บไข้นิดๆ หน่อยๆ ก็โวยวายทำให้อีกฝ่ายหนึ่งใจคอไม่ดีไปด้วย แต่ที่ว่าอดทนนั้นไม่ใช่ไม่รักษา ก็รักษาไป และต้องไม่ประมาทด้วย แต่ความอดทนนี้ทำให้รักษาสถานการณ์ได้ดี และบรรยากาศก็ดี

3) ความอดทนที่สำคัญคือ อดทนต่อสิ่งกระทบกระทั่งใจ คนเราเมื่ออยู่ด้วยกันก็เป็นธรรมดาอย่างที่บอกข้างต้นว่าย่อมมีความแตกต่าง มีความแปลกหูแปลกตา หรือแม้จะไม่ต่าง แต่เมื่ออยู่กันนานๆ ก็ต้องมีความพลาดพลั้งบ้าง แม้ไม่ได้เจตนา เมื่อทำอะไรไปเผลอไผลก็อาจจะไปกระทบกระเทือนใจอีกฝ่ายหนึ่งได้ ทีนี้ถ้าเราไม่สะกดใจ ไม่มีขันติความอดทน ก็ยุ่งเลย พออะไรมาไม่ถูกใจปั๊บก็เกิดเรื่องทันที ถ้าอย่างนี้ ปัญหาก็ต้องตามมาแน่ๆ แต่ถ้าเราอดทนไว้ ก็ค่อยๆใช้วิธีเอาธรรมะข้อ 2 มาช่วยในการจัดปรับ แล้วแก้ไขปัญหา ก็หมดเรื่องไป ความกระทบใจนี้เป็นเรื่องใหญ่ บางทีใช้มากกว่าข้ออดทนต่อความลำบากตรากตรำ และอดทนต่อทุกขเวทนา เพราะว่าความอดทนต่อความลำบากตรากตรำและต่อทุกขเวทนานั้น โดยมากจะทำเป็นนิสัยไปเลย แต่อดทนต่อความกระทบกระทั่งใจนี้มีโอกาสเกิดได้เรื่อยๆ ฉะนั้น เราจึงควรมองในแง่ที่ว่าเป็นการฝึกตนเอง เริ่มตั้งแต่ดูว่าเรามีความเข้มแข็งพอไหม เขาทำมาอย่างนี้ เขาอาจจะไม่ได้เจตนา แล้วเรามีความเข้มแข็งพอที่จะรับได้ทนได้ไหม เมื่อมองอย่างนี้ ก็เป็นการทดสอบตนเองด้วย อย่าไปมองแต่เขา ถ้าเรามองตัวเอง เอาเป็นเครื่องทดสอบแล้ว เมื่อเห็นว่าเราแข็งพอ ก็กลับมีความอิ่มใจ และภูมิใจที่ว่าเรานี้เข้มแข็งพอสู้ได้ เป็นการฝึกตนไปด้วย พร้อมกันนั้นปัญหาอะไรต่ออะไรก็แก้ไขไปด้วยวิธีของปัญญาด้วยเหตุด้วยผลและด้วยเจตนาดีปรารถนาดีต่อกัน ขันติเป็นธรรมสำคัญมาก เพราะว่าเมื่อเราอยู่ด้วยกันเราก็จะต้องร่วมกันในการทำการทำงาน ในการสร้างสรรค์ชีวิตเป็นต้น ชีวิตของเราจะเจริญก้าวหน้าได้เราจะต้องมีความเข้มแข็งมีความทนทานอย่างที่ว่านี้ เมื่อมีความเข้มแข็งทนทานอย่างนี้ พลังของคนที่มาอยู่ร่วมกันก็จะกลายเป็นพลังบวกรวมเป็นสอง แต่ถ้าสองคนไม่มาเสริมกัน ก็กลายเป็นมาขัดมาแย้งกัน พอมาขัดมาแย้งกันหนึ่งกับหนึ่งก็ลบกันกลายเป็นศูนย์ กลายเป็นว่าแทนที่จะเท่าเดิม เดิมมีหนึ่งพอมาเจออีกหนึ่งกลายเป็นศูนย์ไปเลย แต่ถ้ามีความเข้มแข็งและมาอยู่ด้วยกันแล้วมาเสริมกัน ก็กลายเป็นหนึ่งบวกหนึ่งรวมเป็นสองเท่ากับได้พลัง การแต่งงานนี้ถือว่าทำให้เราได้พลังเพิ่ม ไม่เฉพาะพลังเพิ่มของคู่บ่าวสาวเท่านั้น แต่ได้เพิ่มมามาก เริ่มตั้งแต่ได้เพิ่มญาติมากมาย คุณพ่อคุณแม่ก็เพิ่มสองเท่า คุณลุง คุณป้า คุณน้า คุณอา พี่น้อง เพื่อนก็เพิ่ม ฉะนั้นคนแต่งงาน จึงเป็นคนมีโชคดี จะต้องรักษาโชคนี้ไว้ให้ได้ คือ เมื่อได้กำลังเพิ่มแล้วก็รู้จักใช้กำลังเพิ่มให้เป็นประโยชน์เป็นอันว่าขันตินี้มีความหมายมาก แต่รวมแล้วก็คือพลังความเข้มแข็ง ที่จะพาชีวิตของเราให้เดินหน้าไป และให้กำลังของเรามาเสริมซึ่งกันและกัน

จาคะ ความเสียสละ, สละกิเลส สละความสุขสบายและผลประโยชน์ส่วนตนได้ ใจกว้าง พร้อมที่จะรับฟังความทุกข์ ความคิดเห็น และความต้องการของผู้อื่น พร้อมที่จะร่วมมือ ช่วยเหลือ

เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่คับแคบเห็นแก่ตนหรือเอาแต่ใจตัว[20] ถ้าใครทำได้อย่างนี้ก็ประเสริฐ คือแทนที่จะนึกว่าฉันจะเรียกร้องเอาความสุข ก็กลับไปนึกถึงอีกฝ่ายหนึ่ง ว่าเราทำอย่างไรจะให้เขาเป็นสุข ถ้าคิดอย่างนี้ได้ก็เรียกว่ามีจาคะ เริ่มต้นจากใจก็ตั้งไว้ถูกต้อง ว่าเราคิดแต่ว่าทำอย่างไรจะให้เขาเป็นสุข คิดอยู่แต่อย่างนี้ การที่ตั้งใจว่าทำอย่างไรจะให้เขาเป็นสุขนั้น ใจเราเองก็จะดีด้วยเพราะเป็นใจที่มีเมตตาพร้อมกันนั้นก็ทำให้อยู่ด้วยกันอย่างสามัคคีปรองดอง เพราะฉะนั้นจาคะจึงสำคัญมาก จาคะจะต้องเก่งถึงขนาดที่ว่าสามารถสละความสุขของตนเพื่ออีกฝ่ายหนึ่ง แม้กระทั่งคิดแต่เพียงว่าทำอย่างไรจะให้เขาเป็นสุข จนกระทั่งไม่คำนึงถึงความสุขของตัวเอง เมื่อสองฝ่ายคิดอย่างเดียวกันต่างฝ่ายต่างก็จะพยายามทำให้อีกฝ่ายหนึ่งเป็นสุข ก็เลยสุขด้วยกัน สบายไป แต่ถ้าต่างฝ่ายต่างเรียกร้องจะเอาอย่างใจตัวเอง ต่างก็เรียกร้องความสุขให้แก่ตัวเอง อย่างนี้ก็เกิดปัญหาแน่ถ้ามีจาคะสละความสุขได้ก็เป็นคนมีน้ำใจ เพราะฉะนั้นจาคะจึงแปลว่าความมีน้ำใจ ความมีน้ำใจต่อกันนี้เริ่มต้นด้วยการยอมสละความสุขแก่กันได้ เช่นอีกฝ่ายหนึ่งเหนื่อยมาจากนอกบ้าน อีกฝ่ายหนึ่งอยากให้เขาเป็นสุข เขาเหนื่อยมาทำอย่างไรดี ก็ต้องต้อนรับจัดอะไรให้เขารับประทาน และพูดจาดีๆ ทำให้อีกฝ่ายหนึ่งสบายใจ เมื่อคนหนึ่งเหนื่อยมาหรืออาจจะมีปัญหามาจากที่ทำงาน พอมาถึงบ้านพบการต้อนรับเอาใจใส่ก็เย็นใจสบายคราวนี้ไม่อยากไปไหนแล้ว เพราะคิดว่าถ้ามีทุกข์มาเราก็กลับบ้าน เดี๋ยวเราก็หายทุกข์หายร้อนจาคะนี่แสดงได้ตลอดเวลา แม้กระทั่งยามเจ็บไข้ได้ป่วย เมื่อฝ่ายหนึ่งเจ็บไข้ได้ป่วย อีกฝ่ายหนึ่งก็พยายามมาคอยเอาใจใส่ดูแลขวนขวายจัดอะไรให้ เฝ้าพยาบาลไม่เห็นแก่หลับแก่นอนเป็นต้น ทำให้เกิดความเห็นอกเห็นใจกัน ทำให้เกิดความประสานสามัคคี เพราะฉะนั้น จาคะจึงแปลว่ามีน้ำใจ เพราะเป็นเหมือนน้ำหล่อเลี้ยง มิฉะนั้นก็แห้งแล้ง ถ้ามีน้ำหล่อเลี้ยงแล้ว ชุ่มชื่นก็มีความสุขนอกจากมีน้ำใจต่อกันโดยสละต่อกันระหว่างคู่ครองแล้ว ก็สละต่อผู้อื่นด้วย โดยมีน้ำใจต่อญาติมิตรทั้งสองฝ่าย ต่อคุณพ่อคุณแม่ของอีกฝ่ายหนึ่ง ต่อญาติมิตรพี่น้องทั้งหลาย ต่อเพื่อนฝูง มีน้ำใจไปหมด เมื่อทำอย่างนี้แหละจึงจะมาเสริมกำลังซึ่งกันและกัน แล้วชีวิตก็จะเจริญงอกงามมาก เพราะฉะนั้นจาคะก็จึงช่วยให้เรามีกำลัง เมื่อมีกำลังมากต่อไปเรามีทรัพย์สินเงินทองมาก มียศฐาบรรดาศักดิ์มาก คือมีทรัพย์ มีอำนาจมาก เราก็ยิ่งสามารถใช้จาคะไปบำเพ็ญประโยชน์แก่เพื่อนมนุษย์แก่สังคมกว้างขวางออกไป ที่ว่านี้ก็แล้วแต่กำลังความสามารถ แต่อย่างน้อยก็ให้มีน้ำใจต่อกันระหว่างคู่ครองและญาติมิตรใกล้เคียงโดยแสดงออกซึ่งจาคะคือความเสียสละมีน้ำใจนี้นี่คือหลักธรรม 4 ประการ ซึ่งมีความสำคัญในการครองเรือน ที่พระพุทธเจ้าตรัสประทานไว้ ถ้าทำได้ตามนี้ก็ย่อมเป็นธรรมมงคลแน่นอน คือเป็นมงคลที่เกิดจากธรรมะ เกิดจากการปฏิบัติสิ่งที่ดีงามถูกต้อง มงคลนั้นแปลว่าสิ่งที่นำมาซึ่งความสุขความเจริญ สิ่งอะไร

---

[20] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม* พิมพ์ครั้งที่ 34, (กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิการศึกษาเพื่อสันติภาพ, 2559), หน้า 114.

จะนำมาซึ่งความสุขความเจริญก็ต้องธรรมะนี่แหละคือการทำอะไรก็ตามที่ถูกต้องดีงาม เพราะฉะนั้น รวมแล้วก็เป็น 4 ข้อ โดยสรุปก็คือประการที่ 1 สัจจะ ความจริง ทั้งจริงใจ จริงวาจา และจริงการกระทำ มีความซื่อสัตย์ ประการที่ 2 ทมะ การฝึกฝนปรับปรุงตน เริ่มแต่ปรับตัวเป็นต้นไป เป็นคนที่พัฒนาตนอยู่เสมอ ไม่หยุดนิ่ง ประการที่ 3 ขันติ มีความอดทน เข้มแข็งทนทาน ทั้งต่องานยากลำบากตรากตรำ ต่อทุกขเวทนาความเจ็บปวดเมื่อยล้า และต่อสิ่งกระทบกระทั่งใจ ประการที่ 4 จาคะ มีน้ำใจสามารถสละความสุขของตนเพื่ออีกฝ่ายหนึ่งได้ ตลอดจนเพื่อเพื่อนมนุษย์ทั้งหลายกว้างขวางออกไป เราจะต้องทำชีวิตของเราให้ดีให้มีความสุข ถ้าตัวเรามีความสุข คุณพ่อคุณแม่ก็มีความสุขไปด้วย เป็นการตอบแทนพระคุณไปในตัวเลย เพราะฉะนั้นหลักธรรมนี้จึงมีความสำคัญ เป็นการพัฒนาชีวิตจากการที่คอยเรียกร้องความสุขให้แก่ตนเอง มาสู่ขั้นที่อยากจะให้คนอื่นเป็นสุขแล้วก็ขยายออกไป อยากให้คู่ครองเป็นสุข อยากให้ลูกเป็นสุข อยากให้เพื่อนมนุษย์เป็นสุข เมื่อทำได้อย่างนี้ชีวิตของตัวเราเองก็มีใจเป็นสุข และคนอื่นก็มีความสุขไปด้วย นี่ก็ครบชุดแล้ว

นายตุ่น แน่นอุดร กล่าวว่า การแก้นิสัยไม่ดีแต่ละอย่าง ไม่ใช่ทำได้ง่ายๆ ต้องพยายามแก้ส่วนจะแก้ได้มากหรือได้น้อยแค่ไหนก็ต้องพยายามแก้กันเรื่อยไป พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เมื่อครั้งบำเพ็ญบารมีในพระชาติต้นๆ ความรู้ความประพฤติของพระองค์ก็ไม่สมบูรณ์เช่นคนทั้งหลาย จึงต้องล้มลุกคลุกคลานไปบ้าง บางชาติเกิดเป็นสัตว์ บางชาติเกิดเป็นคน เป็นคนยากจนก็มี เป็นกษัตริย์ก็มี บางชาติเป็นนักปราชญ์ แต่จะล้มลุกคลุกคลานอย่างไร พระองค์ก็พยายามฝึกตัวอยู่ตลอดเวลา สังเกตได้จากชาดกเรื่องต่างๆ เราประกาศตัวเป็นชาวพุทธ เท่ากับประกาศว่าเป็นลูกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จึงมีหน้าที่ต้องฝึกตนตามพระองค์ รู้ว่านิสัยอะไรไม่ดีก็รีบแก้เสีย ฝืนใจให้ได้ ฝืนใจอยู่บ่อยๆ ทำซ้ำแล้วซ้ำอีกไม่ช้าก็คุ้นกับความดี[21]

นายธงไชย ตามภิบาล “ศีลธรรมต้องนำหน้าความรู้ ปัญหาที่เกิดขึ้นในที่ทำงานหลายแห่งคือคนส่วนใหญ่มักไม่ฝึกฝน ปรับปรุงตัวเองโดยเฉพาะความประพฤติ บางคนปรับปรุงเฉพาะความรู้ ซึ่งความรู้ทางโลก เป็นความรู้ที่สามารถเรียนรู้ ทันกันได้โดยใช้เวลาไม่นาน และถ้าหากมีความรู้แล้วแต่ไม่รู้จักการฝึกฝนตนเอง ก็ยากที่จะเจริญก้าวหน้าได้”[22] ทางที่ถูกที่ควร คือ เมื่อด้านวิชาการก้าวหน้าอยู่ตลอด ตัวเราก็ต้องพยายามค้นคว้าเพิ่มเติมมากหรือน้อยก็ให้ก้าวหน้าไปเรื่อย ๆ พร้อมกันนั้นก็รีบปรับปรุงคุณธรรมในตัวเราเสียแต่เนิ่น ๆ พอถึงเวลาแล้ว เราต้องอาศัยคุณธรรมเป็นแนวทาง ในเรื่องการถนอมน้ำใจคน เรื่องการเข้าสังคม เรื่องการติดต่อกับผู้ใหญ่ และอีกหลายสิ่งหลายอย่าง แต่ถ้าขาดคุณธรรม ย่อมเกิดปัญหาตามมามากมาย เช่น การเล่นพรรคเล่นพวก ปัดแข้งปัดขา ก่อเวร ต่างคนต่าง

---

[21] สัมภาษณ์ นายตุ่น แน่นอุดร, อดีตผู้ใหญ่บ้าน บ้านดงพิกุล หมู่ 5 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 28 กรกฎาคม 2566.

[22] สัมภาษณ์ นายธงไชย ตามภิบาล, ผู้ใหญ่บ้าน บ้านดงพิกุล หมู่ 5 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 28 กรกฎาคม 2566.

มีจิตใจขุ่นมัว แล้วในที่สุด ก็ไม่สามารถสร้างตัวได้ ดังนั้นควรตั้งใจฝึกคุณธรรมดีที่สุด คุณธรรมที่ต้องฝึก ก็คือ ความไม่ลำเอียง ถ้าลำเอียงแล้ววินิจฉัยจะเสียตาม บางคนลำเอียงแม้เรื่องเล็กๆ เช่น สุนัขบ้านเราไปกัดแพ้สุนัขข้างบ้าน แค่นั้นและชักเคืองแทนสุนัขขึ้นมาทีเดียว คือ เอาหัวใจไปผูกกับสุนัข บางคนเรื่องเล็กไม่ลำเอียง แต่ลำเอียงเรื่องใหญ่ พอลูกตัวเองไปเล่นกับลูกชาวบ้าน เกิดทุบตีกันขึ้นไม่ได้ถามเลยว่า ลูกตัวไปรังแกเขาก่อนหรือไปทำอะไรมา เข้าข้างลูกตัวเองทันที จะไปเล่นงานลูกชาวบ้านอย่างนี้ก็มี เรื่องความลำเอียงนี้ บางทีแก้กันชั่วชีวิตกว่าจะหาย เพราะฉะนั้นต้องฝึกเป็นคนไม่ลำเอียงให้ได้ การฝึกเช่นนี้ เน้นการนั่งสมาธิมากๆ ให้ใจละเอียดอ่อน แล้วจะไม่ลำเอียง ไม่มีอคติกับใคร แล้วเราจะไม่มีปัญหากับใคร และจะเจริญก้าวหน้าได้ในที่สุด

กล่าวโดยสรุป ทมะ คือ การฝึกปรับปรุงตัวเองเรื่อยไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านคุณธรรม ซึ่งนอกจากจะทำให้การทำงานดีขึ้นแล้ว ยังทำให้ไม่มีเวรมีภัยกับใคร สามารถยับยั้งตัวเองได้สร้างเนื้อสร้างตัวได้มั่นคง

ขันติ หมายถึง การรักษาปกติภาวะของตนไว้ได้ ไม่ว่าจะถูกกระทบกระทั่งด้วยสิ่งอันเป็นที่พึงปรารถนา หรือไม่พึงปรารถนาก็ตาม มีความมั่นคงหนักแน่นเหมือนแผ่นดิน ซึ่งไม่หวั่นไหว ไม่ว่าจะมีคนเทอะไรลงไป ของเสีย ของหอม ของสกปรกหรือของดีงามก็ตาม ลักษณะความอดทนที่ถูกต้องอดทนถอนตัวหรือหลีกเลี่ยงจากความชั่วให้ได้ อดทนทำความดีต่อไป อดทนรักษาใจไว้ไม่ให้เศร้าหมอง ประเภทของความอดทน ความอดทนแบ่งตามเหตุที่มากระทบได้เป็น 4ประเภทคือ

อดทนต่อความลำบากตรากตรำ เป็นการอดทนต่อสภาพธรรมชาติ ดินฟ้าอากาศ ความหนาว ความร้อน อดทนต่อทุกขเวทนา เป็นการอดทนต่อการเจ็บไข้ได้ป่วยความไม่สบายกายของเราเอง ความปวด ความเมื่อย

อดทนต่อความเจ็บใจ เป็นการอดทนต่อความโกรธ ความไม่พอใจ ความขัดใจ อันเกิดจากคำพูดที่ไม่ชอบใจ กิริยามารยาทที่ไม่งาม บางคน เพียงถูกคนโน้นกระทบที คนนี้กระแทกที เขาว่าหน่อยค่อนขอดนิด ก็อึดอัดเจ็บใจบางคนทนต่อความเจ็บใจได้บ้าง เพราะเขาเป็นผู้บังคับบัญชาของตน ถึงจะทนไม่ได้ก็ต้องทน การทนอย่างนี้ได้ถือว่ายังไม่เรียกว่า ขันติบางคนทนต่อความเจ็บใจ ต่อคำพูดของคนในระดับเดียวกัน พรรคพวกเพื่อนฝูงในที่ทำงานเดียวกันได้ถือว่า มีขันติระดับปานกลาง ส่วนคนที่มีขันติ จริงๆ นั้น ต้องทนต่อการกระทบกระเทียบ เปรียบเปรย การทำให้เจ็บอกเจ็บใจ จากคนใต้บังคับบัญชาหรือผู้ต่ำกว่าได้ ในการทำงานนั้น เราต้องมีการติดต่อกับบุคคลหลายประเภท เพราะแต่ละคนมีการฝึกฝนตนเองต่างกัน ถ้าหากไม่มีขันติแล้ว ก็ไม่อาจจะทำงานให้ออกมาดีได้อย่างเป็นสุข ทั้งบางครั้งยังอาจทำให้มีเรื่องเดือดร้อนมาสู่ตัวเองอีกด้วย

อดทนต่ออำนาจกิเลส เป็นการอดทนต่ออารมณ์อันน่าใคร่น่าเพลิดเพลินใจ อดทนต่อสิ่งที่เราอยากทำ แต่ไม่สมควรทำในที่นี้มุ่งหมายถึง การไม่เอาแต่ใจตัว ไม่ยอมปล่อยตัวตามกระแสโลก ความเพลิดเพลิน เช่น ความสนุกสนาน การเที่ยวเตร่ ความฟุ้งเฟ้อต่าง ๆ หรือการได้ผลประโยชน์ในทางที่ไม่ควร เป็นต้น

กิเลสเป็นเชื้อโรคร้ายที่ฝังอยู่ในตัวเรามาตั้งแต่เกิด เวลามันกำเริบขึ้นมา จะคอยบีบคั้น บังคับให้เราทำความชั่วต่างๆ โดยไม่มีความละอาย แล้วพอเราไปทำเข้า กิเลสก็ทำให้เราได้รับทุกข์ เป็นความเดือดร้อนมากมาย เป็นเหตุให้เราต้องมานั่งตำหนิตนเองในภายหลัง อบายมุข เป็นสิ่งเร้าภายนอกที่คอยกระตุ้นกิเลสให้กำเริบ และลุกลามอยู่ภายในใจ จนกลายเป็นนิสัยที่ไม่ดี หรือสันดานชั่วๆ ที่แก้ไขได้ยาก บุคคลบางคนทนต่อความลำบากตรากตรำได้ ทนต่อทุกข์เวทนาได้ ทนต่อความเจ็บใจจากผู้ใต้บังคับบัญชา แต่ที่ทนได้ยากที่สุดคือ ทนต่ออำนาจกิเลส หรือ การอดทนต่อความอยากนั่นเอง ตัวอย่างเช่น ผู้ชายบางคน ทนแดดทนฝน ทนได้สารพัด แม้ที่สุด เขาเอาเงินมาติดสินบนก็ไม่ยอมรับ เอาปืนมาขู่จะฆ่าบังคับ จะให้ทำผิด ก็ไม่ยอมก้มหัว แต่พอเจอสาวๆ สวย ๆ มาออดอ้อนเอาใจเข้าหน่อย ก็เผลอใจไปหมดทุกอย่าง อะไรที่ผิดก็ยอมทำ ไม่ว่าจะ ผิดกฎหมาย ผิดศีล หรือผิดธรรมก็ตาม ถ้าหากเป็นเช่นนี้แล้วก็ยากที่จะสร้างตัวขึ้นมาได้

จาคะ แปลว่า ความเสียสละ, การแบ่งปัน, ความเอื้อเฟื้อ มีความหมายเช่นเดียวกับคำว่า ทาน และ บริจาค จาคะ หมายถึงการสละสิ่งของและความสุขส่วนตัวเพื่อประโยชน์สุขแก่ผู้อื่น และหมายรวมถึงการสละละทิ้งกิเลส ละความโลภ ความเห็นแก่ตัว ความตระหนี่ ความใจแคบ และการเลิกละนิสัย ตลอดถึงความประพฤติที่ไม่ดี ที่ทำให้เกิดความเสียหาย ก่อความบาดหมางทะเลาะเบาะแว้ง เป็นต้นด้วยจาคะ เป็นคุณธรรมที่เป็นเหตุให้ผู้ปฏิบัติมองเห็นและเอื้ออาทรต่อความทุกข์ยากและความต้องการของคนอื่น นำให้เป็นคนไม่คับแคบ ไม่เห็นแก่ตัวแล้วให้ความช่วยเหลือ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ด้วยความเห็นอกเห็นใจ เป็นคนชอบให้ ชอบแบ่งปันคิดถึงคนอื่นมากกว่าตัวเอง

อานิสงส์ของการสร้างตัวให้มีฆราวาสธรรม อานิสงส์ของการมีสัจจะ - ปลูกนิสัยความรับผิดชอบให้เกิดขึ้นในตัว - เป็นคนหนักแน่นมั่นคง - มีความเจริญก้าวหน้าในการประกอบหน้าที่การงาน - ได้รับการเคารพยกย่อง - มีคนเชื่อถือ และยำเกรง - ครอบครัวมีความมั่นคง - ได้รับเกียรติยศชื่อเสียง

อานิสงส์ของการมีทมะ - ปลูกฝังนิสัยรักการฝึกฝนตนให้เกิดขึ้นในตัว - ทำให้เป็นคนมีความสามารถในการทำงาน - ไม่มีเวรกับใคร - ยับยั้งตนเองไม่ให้หลงไปทำผิดได้ - สามารถตั้งตัวได้ - มีปัญญาเป็นเลิศ

อานิสงส์ของการมีขันติ - ปลูกฝังนิสัยการอดทนต่ออุปสรรคและปัญหาต่างๆ - ทำงานได้ผลดี - สามารถเป็นหลักในครอบครัวได้ - สามารถเป็นหลักให้กับบริวารได้ - ไม่มีเรื่องวิวาทกับคนอื่น - ไม่หลงผิดไปทำความชั่วได้ - ทำให้ได้ทรัพย์มา

อานิสงส์ของการมีจาคะ - ปลูกฝังการมีอารมณ์ผ่องใสและนิสัยเสียสละให้เกิดขึ้นในตัว - เป็นการสร้างความปลอดภัยแก่ตนเอง - เป็นที่นับหน้าถือตาของคนทั่วไป - ครอบครัวและสังคมเป็นสุข - มีกัลยาณมิตรรอบตัว สรุปแล้วคุณของการมีฆราวาสธรรมโดยรวม ก็คือ เมื่อมีสัจจะย่อมมีเกียรติยศ

ชื่อเสียง เมื่อมีทมะย่อมได้รับปัญญา เมื่อมีขันติย่อมเกิดทรัพย์ในบ้าน และเมื่อมีจาคะย่อมเกิดมิตรที่ดีไว้เป็นสมัครพรรคพวกในสังคม

โทษของการไม่สร้างตัวให้มีฆราวาสธรรม โทษของการขาดสัจจะ- ปลูกนิสัยขาดความรับผิดชอบให้เกิดขึ้นในตัว - เป็นคนเหลาะแหละ - พบแต่ความตกต่ำ - มีแต่คนดูถูก - ไม่มีคนเชื่อถือ - ไม่สามารถรองรับความเจริญต่างๆ ได้ - ไร้เกียรติยศชื่อเสียง

โทษของการขาดทมะ - ขาดนิสัยรักการฝึกฝนตนเอง - ทำให้ขาดความสามารถในการทำงาน - สามารถหลงผิดไปทำความชั่วได้ง่าย - จะเกิดการทะเลาะวิวาทได้ง่าย - จะจมอยู่กับอบายมุข - ครอบครัวเดือดร้อน - ไม่สามารถตั้งตัวได้ - เป็นคนโง่เขลา

โทษของการขาดขันติ - ไม่สามารถอดทนต่อปัญหาและอุปสรรคต่างๆ ได้ - เป็นคนจับจด ทำงานคั่งค้าง - ไม่สามารถเป็นหลักให้ครอบครัวได้ - หลงผิดไปทำความชั่วได้ง่าย - ไม่ได้รับความไว้วางใจจากผู้อื่น - เต็มไปด้วยศัตรู - ขาดความเจริญก้าวหน้า - ทำให้เสื่อมจากทรัพย์

โทษของการขาดจาคะ - ปลูกฝังความตระหนี่ให้เกิดขึ้นในใจ - ได้รับคำครหาติเตียน - เป็นทุกข์ใจ - ไม่มีใครอยากเข้าใกล้ สรุปแล้วโทษของการขาดฆราวาสธรรมโดยรวมก็คือ เมื่อขาดสัจจะย่อมเกิดปัญหา ถูกหวาดระแวง เมื่อขาดทมะย่อมเกิดปัญหาความโง่เขลา เมื่อขาดขันติย่อมเกิดปัญหาความยากจน และเมื่อขาดจาคะย่อมเกิดปัญหาความเห็นแก่ตัวเกิดขึ้นในสังคม

แนวทางในการเลิกดื่มสุราเมรัย ทบทวนตัวเองทุกวันถึงส่วนดีและส่วนเสียของเหล้า ระลึกถึงเหตุการณ์ในอดีต เทียบเคียงกับชีวิต ที่ดื่มเหล้าและไม่ดื่มเหล้า หันมองหน้าลูกเมีย หรือผู้ที่ท่านรักเคารพและคำนึงถึงคำแนะนำของบุคคลเหล่านั้น นึกถึงภารกิจที่ท่านมีต่อครอบครัวและอนาคตของท่านเอง ตัดสินใจเสียวันนี้ว่าจะดื่มต่อไปหรือจะหยุด ถ้าจะดื่มต่อไป คิดว่าจะลด ละ เลิกเมื่อใด หรือจะตายไปกับเหล้า ถ้าจะหยุด คิดว่าจะทำอย่างไรดี ทำใจเข้มแข็ง สัญญากับผู้ที่ท่านรักว่าจะเลิกดื่ม การเลิกเหล้ามีหลายวิธี เช่น การใช้การบำบัดทางจิตสังคม ได้แก่ จิตบำบัดรายบุคคล จิตบำบัดแบบกลุ่ม และการใช้ยา มีสถานบริการทั่วไป ทุกโรงพยาบาลของรัฐ นอกจากนั้น ยังมีศูนย์บำบัดรักษายาเสพติด ซึ่งเป็นสถานบำบัดที่มีความเชี่ยวชาญเฉพาะในการบำบัดรักษาผู้ที่มีปัญหาจาก การใช้สุรา ปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์ พยาบาล ซึ่งเป็นที่ปรึกษาด้านอดเหล้าอย่างเคร่งครัด วางตัวให้ห่างจากขวดเหล้า และห่างจากเพื่อนกินเหล้า หันมาคบกับเพื่อนกลุ่มที่สนใจกับกิจกรรมอื่นๆ เช่น กีฬา ดนตรี สิ่งดีๆ ที่ท่านชอบ สิ่งที่ทำให้ท่านหลุดพ้นจากอิทธิพลของเหล้า เป็นต้นจากการลงพื้นที่สัมภาษณ์ประชากรกลุ่มเป้าหมายได้กล่าวว่า

พระครูกิตติคุณารักษ์ เจ้าคณะอำเภอเชียงขวัญ (ธ) “การขาดความจริงใจเลิกดื่มสุราเมรัยมีผลเสียมากกว่าผลดี เพราะการดื่ม สามารถสร้างความสนุกได้แค่ชั่วครั้งชั่วคราว แต่หลายคนก็ติดใจกับความสนุกดังกล่าว หรือบางคนก็ใช้เหล้า เป็นที่ระบาย เมื่อรู้สึกเครียดกับปัญหารอบตัว และการเริ่มต้นดื่มเหล้าแก้วแรก ก็สามารถนำพาให้ผู้ดื่มนำตัวเองไปสู่การติดเหล้าได้ไม่ยาก และจุดเริ่มต้นของ

แต่ละคนในการดื่มจนกลายเป็นคนติดสุรานั้น ขอให้มีสติในการดื่ม ไม่เยอะเกินไปจนเสียการงาน เสียสุขภาพ สิ่งที่คนรอบข้างต้องทำความเข้าใจ และหาวิธีที่จะแก้ไขไปด้วยกัน จุดเริ่มต้นของคนที่ติดเหล้านั้น จะเป็นการรวมตัวกันด้วยสาเหตุหลายประการ ทั้งปูมหลังครอบครัวที่มีคนติดเหล้า สภาวะจิตใจ สภาพแวดล้อมและสังคมที่เติบโตมา ทั้งหมดเป็นปัจจัยเสี่ยงที่จะทำให้คนหนึ่งคนสามารถเดินทางสู่ด้านมืดกับการติดเหล้าได้ ยิ่งถ้ามีตัวกระตุ้นในการอยากดื่มด้วยแล้ว เขาอาจไปจนกู่ไม่กลับได้ ไม่ว่าจะเป็น งานบุญ งานบวช งานแต่งงาน งานขึ้นบ้านใหม่ ถ้าปราศจากสุรา เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของมึนเมา ก็จะเป็นมงคลแก่ชีวิตอย่างยิ่ง”[23]

พระครูไพโรจน์ศีลสังวร “ถ้าขาดความจริงใจเลิกดื่มสุราเมรัยทำให้สภาพแวดล้อมที่ตึงเครียด แต่ละคนนั้น มีวิธีการรับมือกับความเครียดที่แตกต่างกัน และมีอยู่หลายคนที่ใช้เหล้าเป็นทางออก เพราะรู้สึกอยากหนีจากโลกที่เป็นอยู่ในปัจจุบันไปสู่ความสนุกสนาน เมื่อพวกเขาเครียดจากการทำงาน ไม่สามารถหาทางออก หรือหาทางระบายได้ การดื่มอย่างหนักนับว่าเป็นทางออกของคนที่กำลังเครียด และเรามักได้เห็นคนวัยทำงานที่ดื่มหนักกว่าวัยรุ่นและมักจะดื่มกันหลังเวลาเลิกงานเป็นประจำทั้งนี้ ทางออกในการแก้ปัญหาความเครียดจากชีวิตประจำวันนั้นมีอยู่หลายทาง เพียงแต่ว่าการเดินเข้าร้านเหล้าแล้วนั่งลงดื่มพร้อมกับระบายให้เพื่อนฝูงฟังเป็นวิธีที่ง่ายที่สุด ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับว่าคนคนนั้นเลือกที่จะอยู่กับสภาพแวดล้อมแบบไหน และจะเลือกทางออกที่ดีที่สุดให้กับตนเอง หรือจะเอาทางออกที่ง่ายแต่ทำร้ายตัวเอง”[24]

พระครูโพธิปัญญาประยุต “ถ้าขาดความจริงใจเลิกดื่มสุราเมรัย มีผลกระทบต่อร่างกาย ถ้าเลิกดื่มได้ก็ขอให้เลิกขาดไปเลย บางคนเป็นนักดื่มตั้งแต่วัยรุ่น คนที่กลายเป็นนักดื่มตั้งแต่อายุยังน้อยนั้น มีความเสี่ยงที่จะมีปัญหาการดื่มที่มากเกินไป เพราะยิ่งอายุมากการดื่มของคนเหล่านี้ก็จะยิ่งมากตาม ขณะที่หลายคนนั้นมองว่า การดื่มนั้นนับเป็นช่วงเวลาที่แสนสบาย แต่ในความเป็นจริงแล้วร่างกายกำลังถูกทำร้ายด้วยน้ำมือของคุณเองอย่างรุนแรง ดังนั้น หนทางในการรับมือเมื่อรู้สึกว่าตนเองเป็นนักดื่มหน้าใหม่ที่ดื่มเยอะจนเกินไป ก็ขอให้ค่อย ๆ ลดและพยายามเอาชนะใจตนเองให้ได้”[25]

ถ้าขาดความจริงใจเลิกดื่มสุราเมรัย สภาวะทางจิตใจส่งผลต่อการติดเหล้าความกังวล สภาวะซึมเศร้า ตลอดไปจนถึงสภาวะทางอารมณ์ที่ไม่สามารถควบคุมได้ ทั้งหมดนี้ล้วนแล้วแต่เป็นปัจจัยอัน

---

[23] สัมภาษณ์ พระครูกิตติคุณารักษ์ เจ้าคณะอำเภอเชียงขวัญ (ธ), วัดป่าโพธิ์ศรี ตำบลบ้านเขือง อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 23 กรกฎาคม 2566.

[24] สัมภาษณ์ พระครูไพโรจน์ศีลสังวร เจ้าคณะตำบลพระเจ้า, วัดเหนือ บ้านพระเจ้า ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 23 กรกฎาคม 2566.

[25] สัมภาษณ์ พระครูโพธิปัญญาประยุต เจ้าคณะตำบลบ้านเขือง, วัดโพธิ์ศรี ตำบลบ้านเขือง อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 23 กรกฎาคม 2566.

เนื่องมาจากสุขภาวะทางอารมณ์ที่เพิ่มความเสี่ยงให้คนที่ชอบดื่มกลายเป็นคนติดเหล้าได้ เพราะเวลาที่สภาพจิตใจไม่ปกตินั้น เป็นเรื่องง่ายมากที่หลายคนจะหันไปหาเหล้า และหลายคนรู้สึกการดื่มนั้น ช่วยให้พวกเขาได้ปลดปล่อยตัวเองออกจากอารมณ์อันแสนหดหู่นั้นได้ชั่วขณะหนึ่ง และนั่นเป็นเหตุให้หลายคนดื่มมากขึ้น มากขึ้น และต่อเนื่องกันไปเรื่อย ๆ จนกลายเป็นคนติดเหล้าในที่สุด
ถ้าคนใกล้ตัวคุณมีสภาวะทางจิตใจอันส่งผลให้ต่อการติดเหล้าได้โดยง่าย จำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องมีการพูดคุยและนำพาเขาไปปรึกษากับจิตแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ เพราะการดื่มอย่างต่อเนื่อง จะทำให้คนที่มีสภาวะทางจิตใจอ่อนแอนั้น มีอาการแย่ลงไปเรื่อย ๆ

นายบุญเรือง แมนสถิต “ชาวบ้าน บ้านดงพิกุลถ้าขาดความจริงใจเลิกดื่มสุราเมรัย การดื่มเหล้าคู่ไปกับยา คนที่ดื่มหนัก ๆ มักจะไม่สนใจว่า ตนเองต้องรักษาตัวอย่างไร หรือกินยาอย่างไร และบางคนก็กินยาไปพร้อมกับการดื่ม ซึ่งยาบางชนิดนั้นทำปฏิกิริยากับแอลกอฮอล์ อันจะส่งผลร้ายต่อร่างกาย หากคนคนนั้นยังคงเป็นนักดื่มอยู่ และถ้าคนที่เป็นนักดื่ม ไม่ยอมหยุดดื่ม ในระหว่างที่ร่างกายยังต้องเข้ารับการรักษานั้น อาจมีความเสี่ยงถึงชีวิตได้ ขอแนะนำให้เข้าวัดปฏิบัติธรรม ที่ผ่านมาบ้านดงพิกุล หมู่ 11 ก็เข้าร่วมโครงการหมู่บ้านรักษาศีล 5 ก็ช่วยได้เยอะครับ ชาวบ้านดื่มสุราลดลงมาก”[26]

นายตุ่น แน่นอุดร “ถ้าขาดความจริงใจเลิกดื่มสุราเมรัยจะมีผลเสียต่อหน้าที่การงาน ผลเสียต่อทรัพย์สิน เงินทอง มีคนในครอบครัวเคยติดเหล้ามาก่อนปูมหลังของนักดื่มบางรายนั้น มาจากครอบครัวซึ่งพ่อหรือแม่ หรือญาติใกล้ชิดมีประวัติติดเหล้ามาก่อน ซึ่งนักดื่มในประเภทนี้ มีความเสี่ยงที่จะติดเหล้าได้ง่ายเช่นกัน ที่เป็นเช่นนั้น เพราะส่วนหนึ่งมาจากพันธุกรรม และอีกส่วนหนึ่งมาจากสภาพแวดล้อมของครอบครัว เพราะเด็กที่เติบโตมาในครอบครัวที่มีคนดื่มเหล้า พวกเขาจะไม่ได้รู้สึกว่า การดื่มเหล้าเป็นเรื่องอันตราย และมองว่า การดื่มเหล้าเป็นเรื่องปกติ เมื่อเป็นเช่นนี้ คนที่มาจากครอบครัวที่เป็นนักดื่ม มีโอกาสที่จะเข้าสู่สังคมของการดื่มได้ง่ายกว่า และถ้ามีประวัติของคนในครอบครัวเคยติดสุรามาแล้ว ก็มีความเสี่ยงมากยิ่งขึ้น”[27]

ถ้าจะเลิกดื่มสุราเมรัยต้องตั้งใจจริง องค์ประกอบแรกนั้นสำคัญที่สุด คือความตั้งใจที่จะเลิก ประกอบไปด้วย ต้องคำนึงถึงโทษและพิษของสุราก่อน คนส่วนใหญ่มักจะคิดว่าเมาแล้วเดี๋ยวก็หาย การเรียนรู้ถึงพิษของสุราในระยะสั้นและระยะยาว จะช่วยให้เราเลิกสุราได้ง่ายขึ้น การจะเลิกสุราได้หรือไม่ได้นั้น ขึ้นอยู่กับความตั้งใจของเราเป็นสำคัญที่สุด เพราะมันมีความสำคัญมากกว่ายาใดๆ ยิ่งไปกว่านั้นการเลิกสุราได้นับว่ายากมากแล้ว แต่การระวังตนไม่ให้กลับไปติดอีกนั้นสำคัญยิ่งการตอนที่เลิกเสียอีก ตั้งเป้าหมายว่าจะเลิกเพื่อใคร การตั้งเป้าหมาย ว่าอยากจะเลิกเหล้าเพื่อใครสักคน ก็เป็นสิ่งที่

---

[26] สัมภาษณ์ นายบุญเรือง แมนสถิตย์ ผู้ใหญ่บ้าน, บ้านดงพิกุล หมู่ 11 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 25 กรกฎาคม 2566.

[27] สัมภาษณ์ นายตุ่น แน่นอุดร อดีตผู้ใหญ่บ้าน, บ้านดงพิกุล หมู่ 11 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 25 กรกฎาคม 2566.

ทำให้สามารถเลิกเหล้าได้เช่นกัน ตัวอย่าง เช่น อยากเลิกเหล้าเพื่อให้พ่อแม่ได้ภูมิใจ ว่าเราไม่ได้เป็นคนเหลวไหล หรืออยากเลิกเหล้าเพราะไม่อยากเมาให้ลูกเห็น อยากเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่ลูก อยากเลิกเหล้าเพื่อสามี เพื่อภรรยา รวมถึงเพื่อสุขภาพที่ดีของตัวเอง ก็แล้วแต่ตรงนี้ถือว่าเป็นการแรงบันดาลใจของแต่ละคนที่แตกต่างกันไป

นายธงไชย ตามภิบาล “ถ้าจริงใจในการเลิกดื่มสุราเมรัย ก็ปรับเปลี่ยนนิสัยการดื่ม ปรับเปลี่ยนนิสัยการดื่ม เช่น ผู้ที่เคยดื่มสุราเป็นประจำอาจเลิกทันทีได้ยาก ให้ลองใช้วิธีดังต่อไปนี้ ซึ่งจะทำให้ดื่มน้อยลง เช่น ดื่มสุราพร้อมกับรับประทานอาหาร หมั่นดื่มน้ำเปล่าควบคู่ไปกับการดื่มสุรา เปลี่ยนขนาดของแก้วจากแก้วใหญ่เป็นแก้วเล็ก ดื่มเครื่องดื่มที่มีดีกรีต่ำกว่าทดแทนไปก่อนในระยะแรก ตั้งเป้าหมายว่าจะลดปริมาณการดื่มให้น้อยลงไปเรื่อย ๆ จนงดในที่สุดสำคัญมาก ๆ คือ การเลิกสุราสำหรับใครที่ติดหนักจริงๆ ควรปรึกษาแพทย์ อาจต้องค่อยๆ ลดปริมาณลงไม่สามารถหักดิบได้ ส่วนยาเลิกเหล้า ยาเบื่อเหล้า ก็มีจำหน่ายทั่วไปตามร้านขายยา จะช่วยให้เราไม่มีอาการลงแดงหนักๆ ในช่วงแรกที่เลิก สามารถขอคำแนะนำจากโรงพยาบาล สถานบริการสาธารณะสุขทั่วประเทศ หรือโทร 1165 สายด่วนเลิกเหล้า รวมถึง 1413 ศูนย์รับปรึกษาปัญหาเรื่องสุราได้”[28]

นางดวงจันทร์ ทิพย์สนเท่ห์ “การขาดความจริงใจเลิกดื่มสุราเมรัย การดื่มแอลกอฮอล์ จะส่งผลเสียโดยตรงต่อปัญหาสุขภาพทางร่างกายในระบบประสาทและสมอง และยังเป็นสาเหตุหลักของโรคตับแข็ง ซึ่งการดื่มสุราเป็นระยะเวลานานนอกจากจะมีปัญหาสุขภาพแล้วยังส่งผลกระทบต่อชีวิตในด้านความสัมพันธภาพกับคนในครอบครัวและการงานอีกด้วย ถ้าดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นประจำ หรือดื่มจนติดจะทำให้เกิดความจำเสื่อม ทำให้สมองเสื่อมเมื่อเอ็กซเรย์สมองจะพบว่าขนาดของสมองเล็กลง สูญเสียการทรงตัว เดินไม่ตรงทาง มีการเปลี่ยนแปลงทางบุคลิกภาพ ไม่สนใจสิ่งรอบข้าง บางครั้งมีอาการเศร้าซึม หรือบางครั้งจะมีอาการประสาทหลอน ระแวงว่าจะมีคนมาทำร้าย นอกจากนี้ยังส่งผลต่อสังคมที่เรามักจะพบเห็นกับบ่อย ๆ อย่างการเมาแล้วขับ ผู้ที่มีปัญหาการติดแอลกอฮอล์หรือสุราจึงควรได้รับการบำบัดรักษาควบคู่กับการปรับเปลี่ยนกระบวนการคิด เพื่อเลิกสุราอย่างได้ผล”[29]

นายเกียรติศักดิ์ เทพบำรุง ให้ความคิดเห็นว่า “ถ้ามีความจริงใจในการเลิกดื่มสุราเมรัย ให้หลีกเลี่ยงจากปัจจัยแวดล้อมที่จะทำให้เราดื่มเหล้าได้ง่ายขึ้น หากจะเลิกสุราให้ขาด เราต้องเปลี่ยนการดำเนินชีวิตของเรา ให้ห่างจากสุรามากที่สุด ได้แก่ ช่วงเวลาหลังเลิกงาน วันเงินเดือนออก โอกาสพิเศษต่าง ๆ การไปเที่ยวผับ หรือร้านอาหาร สถานบันเทิง การชักชวนจากกลุ่มเพื่อนที่ดื่มจัด รวมถึง

---

[28] สัมภาษณ์ นายธงไชย ตามภิบาล ผู้ใหญ่บ้าน, บ้านดงพิกุล หมู่ 5 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 28 กรกฎาคม 2566.

[29] สัมภาษณ์ นางดวงจันทร์ ทิพย์สนเท่ห์ อสม. บ้านดงพิกุล, หมู่ 11 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 28 กรกฎาคม 2566.

สาเหตุต่างๆ ที่นำไปสู่อาการเหน็ดเหนื่อย ท้อแท้ เศร้า หรือเครียดใช้เวลาว่างทำกิจกรรมอื่นแทนการสังสรรค์ สุราเป็นทั้งสาเหตุของการเสียชีวิตอันดับต้น ๆ ของประเทศไทย ทั้งในแง่ที่ทำให้เกิดอุบัติเหตุหรือเป็นสาเหตุทำให้เกิดโรคหลายชนิด ไม่ว่าจะเป็นตับแข็ง หรือโรคเกี่ยวกับหลอดเลือด เนื่องจากแอลกอฮอล์ถือเป็นสารที่ก่อให้เกิดผลเสียต่อร่างกาย สามารถทำลายระบบประสาท การดื่มสุราจึงส่งผลให้ผู้ที่ดื่มเป็นโรคเกี่ยวกับความจำเสื่อมได้ ความจำ ความคิด และการตัดสินใจของผู้ที่ดื่มสุราจะแย่กว่าคนปกติ นอกจากนี้สุรายังไม่มีประโยชน์ใดๆ ต่อร่างกายของเราในระยะยาว และการดื่มที่เกินกว่าจำเป็น จะส่งแต่ผลเสียให้กับร่างกายเรา ดังนั้นต้องหันมาดูแลสุขภาพตัวเองในด้านอื่น ๆ เช่น ออกกำลังกาย เล่นกีฬา ไปทำบุญ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ จะส่งผลให้เลิกสุราได้ง่ายขึ้น”[30]

นายเฉลิมศักดิ์ พิรุณสุนทร “ถ้าขาดความจริงใจเลิกดื่มสุราเมรัย ก็จะไม่สามารถเลิกดื่มสุราได้อย่างเด็ดขาด ต้องมีความตั้งใจจริง มีใจแน่วแน่ในการเลิกดื่ม ให้ฝึกการปฏิเสธให้เด็ดขาด สาเหตุที่คนเรามักจะหลงไปติดสุราจำนวนมาก มาจากค่านิยมที่ว่า สุราเป็นเครื่องมือเข้าสังคม และความคิดที่ว่านิดเดียวไม่ติดหรอก แต่สุดท้ายก็กลายเป็นคนที่ติดสุราโดยไม่รู้ตัว เหตุผลที่การเลิกสุราทำได้ยากนั้น สาเหตุหลักคือหาดื่มได้ง่าย และไม่ผิดกฎหมาย และในทุกๆ งานเลี้ยงของคนไทยมักจะมีสุราอยู่ด้วยเสมอ ฉะนั้นสำคัญที่สุดคือ ต้องรู้จักปฏิเสธ จึงจะเลิกสุราได้อย่างถาวร เช่น ถ้าเพื่อนชวนให้ดื่มสุรา ให้บอกว่าหมอห้ามดื่ม สัญญากับลูกไว้ ไม่ว่างต้องรีบไปทำธุระ เป็นต้น”[31]

นายสงคราม ชรารัตน์ “ถ้าขาดความจริงใจในการเลิกดื่มสุราเมรัย ให้หาที่พึ่งทางใจรวมถึงหากำลังใจจากคนรอบข้าง การหาที่พึ่งทางใจจากคนใกล้ตัว โดยเฉพาะคนในครอบครัว เช่น พ่อแม่ คนรัก ลูก เพื่อนสนิท หรือคนที่สามารถให้คำแนะนำดี ๆ แก่เราได้ก็เป็นสิ่งที่สำคัญเช่นกัน การได้รับกำลังใจ การถูกตักเตือนจากคนที่เรารัก และชื่นชมในความพยายามของเรา จะทำให้เรารู้สึกว่า เราสามารถมีความสุขได้โดยไม่ต้องพึ่งสุรา และมีค่ามากขึ้นเมื่อเวลาไม่เมา สำหรับผู้ติดสุราเรื้อรังอาจเกิดอาการถอนพิษสุราอย่างรุนแรง หากเลิกด้วยกันหักดิบ การหยุดใช้ยา ระงับประสาทหลาย ๆ ตัว โดยเฉียบพลันอาจทำให้เกิด อาการประสาทหลอนจากพิษสุรา ในช่วงสองสามวันแรก ของการหักดิบ อาการวิตกกังวลอย่างรุนแรงและอาการสั่นอาจนำไปสู่อาการชักกระตุก หรืออาจลุกลามถึงขึ้น เป็นลมชักมีอันตรายถึงชีวิต ผู้ติดสุรา ทบทวนตัวเองทุกวันถึงส่วนดีและส่วนเสียของเหล้า ระลึกถึงเหตุการณ์ในอดีต เทียบเคียงกับ ชีวิตที่ดื่มเหล้าและไม่ดื่มเหล้า หันมองหน้าลูกเมีย หรือผู้ที่ท่านรักเคารพและคำนึงถึงคำแนะนำของบุคคลเหล่านั้น นึกถึงภารกิจที่ท่านมีต่อครอบครัวและอนาคตของท่านเองตัดสินใจเสียวันนี้ว่าจะดื่มต่อไปหรือจะหยุด ถ้าจะดื่มต่อไป คิดว่าจะลด ละ เลิกเมื่อใด หรือจะ

---

[30] สัมภาษณ์ นายเกียรติศักดิ์ เทพบำรุง ปราชญ์ชุมชน, บ้านดงพิกุล หมู่ 5 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 28 กรกฎาคม 2566.

[31] สัมภาษณ์, นายเฉลิมศักดิ์ พิรุณสุนทร ปราชญ์ชุมชน, บ้านดงพิกุล หมู่ 11 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 28 กรกฎาคม 2566.

ตายไปกับเหล้า ถ้าจะหยุด คิดว่าจะทำอย่างไรดี ทำใจเข้มแข็ง สัญญากับผู้ที่ท่านรักว่าจะเลิกดื่มแล้ว หันมาทำกิจกรรมอื่น ๆ ที่เกิดประโยชน์ เช่น กีฬา ดนตรี ทำแต่สิ่งดี ๆ ที่ท่านชอบ อย่างนี้ เป็นต้น”[32]

4.4 สรุป

วิเคราะห์การแก้ไขปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด 1) ขาดความยั้งคิดในการดื่มสุราเมรัย 2) ขาดความไตร่ตรองในการดื่มสุราเมรัย 3) ขาดความจริงใจเลิกดื่มสุราเมรัย แนวทางในการเลิกดื่มสุราเมรัย ทบทวนตัวเองทุกวันถึงส่วนดีและส่วนเสียของเหล้า ระลึกถึงเหตุการณ์ในอดีต เทียบเคียงกับชีวิต ที่ดื่มเหล้าและไม่ดื่มเหล้า หันมองหน้าลูกเมีย หรือผู้ที่ท่านรัก เคารพและคำนึงถึงคำแนะนำของบุคคลเหล่านั้น นึกถึงภารกิจที่ท่านมีต่อครอบครัวและอนาคตของท่านเอง ตัดสินใจเสียวันนี้ว่าจะดื่มต่อไปหรือจะหยุด ถ้าจะดื่มต่อไป คิดว่าจะลด ละ เลิกเมื่อใด หรือจะตายไปกับเหล้า ถ้าจะหยุด คิดว่าจะทำอย่างไรดี ทำใจเข้มแข็ง สัญญากับผู้ที่ท่านรักว่าจะเลิกดื่ม การเลิกเหล้ามีหลายวิธี เช่น การใช้การบำบัดทางจิตสังคม ได้แก่ จิตบำบัดรายบุคคล จิตบำบัดแบบกลุ่ม และการใช้ยา มีสถานบริการทั่วไป ทุกโรงพยาบาลของรัฐ นอกจากนั้นยังมีศูนย์บำบัดรักษายาเสพติด ซึ่งเป็นสถานบำบัดที่มีความเชี่ยวชาญเฉพาะในการบำบัดรักษาผู้ที่มีปัญหาจาก การใช้สุรา ปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์ พยาบาล ซึ่งเป็นที่ปรึกษาด้านอดเหล้าอย่างเคร่งครัด วางตัวให้ห่างจากขวดเหล้า และห่างจากเพื่อนกินเหล้า หันมาคบกับเพื่อนกลุ่มที่สนใจกับกิจกรรมอื่น ๆ เช่น กีฬา ดนตรี สิ่งดี ๆ ที่ท่านชอบ สิ่งที่ทำให้ท่านหลุดพ้นจากอิทธิพลของเหล้า เป็นต้น

ใช้หลักธรรม หลักเบญจศีล หลักเบญจธรรม หลักอริยสัจ 4 หลักไตรสิกขา หลักอบายมุข 4 และหลักอบายมุข 6 และหลักฆราวาสธรรม มาแก้ปัญหาถือปฏิบัติให้จริงจังเพื่อเข้ากับหลักพุทธจริยศาสตร์

พระพุทธองค์ทรงใช้ศัพท์ว่า “มชฺชปานา จ สญฺญโม จ” มีความหมายเท่ากับ และ มชฺชปานา แปลว่า “จากการดื่มมัชชะ” สญฺญโม แปลว่า น้ำเมา หมายเอาสิ่งมึนเมาทุกชนิด เช่น สุรา (น้ำเมาที่กลั่น) เมรัย (น้ำเมาที่ไม่ได้กลั่น) พวกอุ กะแช่ น้ำตาลเมา เป็นต้น มีผู้อธิบายว่า สัญญมะ แปลว่า “สำรวม” คำว่าสำรวมหมายถึง ระมัดระวังไม่ให้เกินขนาด ไม่เกินพอดี มิได้หมายถึงการงดเว้นโดยสิ้นเชิง อย่างเช่น สำรวมตา หมายถึง เวลาดูอะไรก็ให้ดูอย่างระมัดระวัง มิใช่ห้ามดู สำรวมปาก หมายถึงให้พูดอย่างระมัดระวัง มิใช่ห้ามพูด เพราะฉะนั้น สำรวมจากการดื่มน้ำเมา ก็หมายความว่า

---

[32] สัมภาษณ์ นายสงคราม ชรารัตน์ ปราชญ์ชาวชุมชน, บ้านดงพิกุล หมู่ 11 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด, 28 กรกฎาคม 2566.

ดื่มได้ แต่ดื่มอย่างระมัดระวัง หรือดื่มพอประมาณ แล้วก็ยกศีลข้อห้า สุราเมรยมชฺชปมาทฏฺฐาน ดื่มสุราเมรัยได้ แต่อย่าดื่มจนประมาทขาดสติเกิดการสูญเสียต่อตนเองและส่วนรวมเป็นอย่างมาก

ทางพุทธศาสนาถือว่าสุราเมรัยเป็น “ที่ตั้งแห่งความประมาท” คือเป็นสาเหตุให้เกิดความประมาทขาดสติ ไม่ว่าใครดื่มแล้วย่อมเมา เมาแล้วย่อมไม่มีสติสตัง ถ้าดื่มบ่อย ๆ จนเป็นนิสัยก็จะเป็นอันตรายต่อสุขภาพชีวิตและทรัพย์สิน อบายมุข นั่นแหละ พูดไปทำไมให้ฟังยาก ทางที่ดีจึงไม่ควรข้องแวะกับสุราเมรัย เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์และสิ่งมึนเมาดีที่สุด

ในสิงคาลกสูตร พระพุทธเจ้าตรัสโทษสุราไว้ชัดเจน และเป็นโทษที่ครอบคลุมเสียด้วย คือเสียทรัพย์ ก่อทะเลาะวิวาท เช่น โรคทางเดินอาหาร, พิษสุราเรื้อรัง, สติปัญญาเสื่อม สมองเสื่อม ความจำเลอะเลือน ไม่รู้จักอาย เมาแล้วทำอะไรแปลก ๆ เป็นต้น

บทที่ 5
สรุปและข้อเสนอแนะ

5.1 สรุปผลการวิจัย

ผู้วิจัยได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์พุทธจริยศาสตร์การแก้แก้ไขปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด” โดยได้ทำการวิจัยตามระเบียบวิธีวิจัยอย่างครบถ้วนแล้ว ผู้วิจัยสามารถสรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ ดังนี้

ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 พบว่า ปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญจังหวัดร้อยเอ็ด ก่อให้เกิดปัญหาลูกโซ่ที่เกี่ยวโยงกันไปหมดแทบทุกเรื่อง ทั้งความฟุ้งแฟ้อความยากจน ครอบครัวแตกแยก มีปัญหาก่อให้เกิด อาชญากรรมต่างๆ อุบัติเหตุ โรคภัยสารพัดรุมเร้า การสูญเสียทรัพยากรบุคคล และสูญเสียทางเศรษฐกิจของสังคมโดยรวม ทำให้ความเชื่อผิด คิดว่าการดื่มสุราเมรัยเป็นวัฒนธรรม แท้จริงแล้วการดื่มสุราเมรัยนั้นเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตเป็นธรรมเนียมปฏิบัติที่แทรกซึมอยู่ในทัศนคติจนทำให้ผู้คนในสังคมมองว่าการดื่มสุราเมรัยเป็นเรื่องปกติ แม้แต่งานบุญก็ยังไม่เว้นการดื่มสุราเมรัยเช่นกัน การดื่มสุราเมรัยกลับทำให้ผู้ดื่มขาดสติ ขาดความยับยั้งชั่งใจ และกระทำความรุนแรงอันเป็นปัญหาของสังคม

จากการดื่มสุราเมรัยหรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์นั้น ยังเป็นเหตุให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพ ครอบครัว อุบัติเหตุและอาชญากรรม ซึ่งมีผลกระทบต่อสังคม และเศรษฐกิจโดยรวมของประเทศ จึงสมควรกำหนดมาตรการต่างๆในการควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ รวมทั้งการบำบัดรักษาหรือฟื้นฟูสภาพผู้ติดสุรา หรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพื่อช่วยลดปัญหาและผลกระทบทั้งด้านสังคมและเศรษฐกิจ ช่วยสร้างเสริมสุขภาพของประชาชนโดยให้ตระหนักถึงพิษภัยของสุราเมรัยหรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ตลอดจนช่วยป้องกันเด็กและเยาวชนมิให้เข้าถึงเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้โดยง่าย

ปัญหาของสังคมไทยในปัจจุบันเป็นสังคมที่คอยการแก้ไขอย่าเร่งด่วน ความบกพร่องหรือปัญหาที่เกิดขึ้นอยู่กับสังคมทุกวันนี้เกิดจากการกระทำของมนุษย์ และความเปลี่ยนแปลงตามธรรมชาติ คนไทยส่วนใหญ่ร้อยละ 90 เป็นพุทธศาสนิกชน ปัญหาที่เกิดขึ้นย่อมเกิดจากชาวพุทธ และจำเป็นต้องอาศัยพระพุทธศาสนาเป็นแนวทางในการแก้ไข เพราะพระพุทธศาสนามีหลักธรรมที่จะชี้นำจิตวิญญาณและแก้ปัญหาของสังคมทั้งโดยทางตรงและทางอ้อม ไม่ว่าจะเป็นปัญหาด้านเศรษฐกิจ ด้านการเมือง การปกครอง ด้านสิ่งแวดล้อม และปัญหาด้านสิ่งเสพติดเป็นต้น โดยเฉพาะปัญหาการดื่มสุราเมรัยที่ก่อตัวขึ้นมา ตั้งแต่ระดับเด็กและเยาวชน จนถึงประชาชนทั่วไป ได้ส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิตครอบครัว

การดื่มสุราที่มากเกินไปนั้นเป็นสาเหตุ ของความเจ็บป่วยและก่อปัญหาทั้งต่อตัวผู้ดื่มเอง ต่อครอบครัวและต่อเพื่อน เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำ ให้เกิดปัญหาสัมพันธภาพ เกิดอุบัติเหตุ พิการ บาดเจ็บต้องนอนโรงพยาบาล หรือเสียชีวิตก่อนวัยอันควร การดื่มสุราส่งผลให้เกิดปัญหาการสูญเสียทางเศรษฐกิจอย่างมากมาย และนอกจากนั้น ย่อมทำให้ระบบเศรษฐกิจในครอบครัวผันผวน ความสงบสุขภายในครอบครัวก็จะลดน้อยถอยลงไป ส่งผลให้เกิดมหันตภัยเงียบคอยบั่นทอนความเจริญความมั่งคง

ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 พบว่า หลักพุทธจริยศาสตร์ที่เกื้อหนุนต่อการลด ละ และเลิกดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด การหาทางออกจากปัญหาการดื่ม สุรามัย เพื่อแก้ปัญหาสุขภาพส่วนบุคคลนั้นเป็น การรู้จักใช้หลักธรรมในทางพระพุทธศาสนา เพื่อแก้ปัญหาอันเกิดขึ้นแก่ตัวบุคคล ผู้ดื่มสุราเมรัย ด้วยอาศัยหลักธรรมทั้ง 3 ประการ คือ

(1) โยนิโสมนสิการ เป็นเครื่องชี้นำให้เห็นโทษ ทัณฑ์ของการเข้าไปเกี่ยวข้องกับสุราว่ามีผลเป็นอย่างไร เช่น เสียทรัพย์ทันตาเพาะความคิดเห็นที่หลงผิด หรือเกิดโรคภัยต่างๆ เป็นต้น และมีรูปแบบอย่างไรที่เรารู้ภัยแล้วควรที่จะหยุดเสียแล้วด้วยหลักการ ที่มีอยู่คือ

(2) สัจจะ วาจาที่เป็นความจริง เป็นการงดเว้นจากการดื่มสุรานั้นอย่างเด็ดขาด และ

(3) สติ สัมปชัญญะ เป็นเสมือน ยามรักษาการณ์ ที่คอยระแวดระวังภัยต่างๆ รอบตัวเราไม่ให้ผิดพลาดพลั้งอีกครั้งหนึ่ง

หลักธรรมที่มีความสำคัญอันดับแรกก็คือสติ สัมปชัญญะ คือ หลักธรรมที่ควบคุมไม่ให้บุคคลทำผิดพลาด ควบคุมพฤติกรรมของบุคคลให้ดำเนินชีวิตอย่างถูกต้อง ควบคุมอารมณ์ไม่ให้วู่วาม รู้จักคิด ไม่ปล่อยความนึกคิดไปตามความรู้สึกที่ชอบใจหรือไม่ชอบใจ คอยเหนี่ยวรั้งใจให้ทำ พูด หรือคิดในสิ่งที่ดี เหมือนบิดามารดาคอยห้ามบุตรธิดาไม่ให้ทำความชั่ว แนะนำให้ตั้งอยู่ในความดี เป็นธรรมที่มีอุปการะมาก เกื้อกูลอุดหนุนในการทำความดีทุกอย่างให้มั่นคงดียิ่งขึ้น

สติสัมปชัญญะเป็นธรรมที่มีอุปการะ มาก เกื้อกูลใน การทำ ความดีทุกอย่าง พระธรรมทั้งมวลสรุป ลงที่สติสัมปชัญญะตามหลักไตรสิกขา คือศีล สมาธิ ปัญญา ก็ต้องอาศัยสติสัมปชัญญะทั้งนั้น สติ หมายถึงความระลึกได้ มีความ รอบคอบ ไม่ลืม ไม่เผลอ ไม่ประมาทเป็น พื้นฐาน สัมปชัญญะหมายถึงความรู้สึกตัวไม่ หลงลืม รู้สึกตัวอยู่เสมอทุกขณะจิตว่ากำลังทำอะไรอยู่ที่เกี่ยวข้องกับปัจจุบัน ไม่ส่งใจไปใน อดีตหรืออนาคต สติสัมปชัญญะเป็นสติที่มี ปัญญาสนับสนุน ให้น้อมนำเข้ามาดูจิตใจตัวเอง มองตัวเองในการกระทำ การพูดการ คิด เป็นสภาวะที่รู้เท่าทัน ไม่หลงผิดไปตาม กิเลส ตัณหาและอารมณ์ที่มากระทบ เมื่อมี สมาธิสมบูรณ์แล้ว จึงจะเกิดสัมปชัญญะขึ้น ได้ สติคือความระลึกได้ สัมปชัญญะคือการรู้ตัว หลักธรรมข้อนี้ทำให้บุคคลรู้จักตนเองว่า เป็นใคร กำลังทำอะไรอยู่และรู้ว่าจะทำอะไร สามารถครองตนระงับอารมณ์ต่างๆได้ นอกจากจะมีสติ มีความระลึก รู้ตัวเองในขณะปัจจุบันก็ต้องมีสัจจะ เป็นการตระหนักรู้อยู่แก่ใจตนเอง

สัจจะ แปลว่า ความสัตย์ความซื่อ หรือความซื่อสัตย์นั่นเอง ถ้าขยายตามศัพท์แยกได้ 3 ลักษณะคือ ความจริง ความตรง และความแท้จริง คือตรงไม่เล่น คือความประพฤติทางกาย วาจา ตรงไม่บิดพลิ้ว ไม่บ่ายเบี่ยง แท้ คือไม่เหลวไหล ตรงกันข้ามกับคำว่า อสัจ ซึ่งแปลว่า ไม่จริงบิดพลิ้ว แต่ในทางปฏิบัติ สัจจะคือ ความรับผิดชอบ หมายความว่า ถ้าจะทำอะไรแล้ว ต้องตั้งใจทำจริง ทำอย่างสุดความสามารถให้เป็นผลสำเร็จการที่ใครจะสามารถสร้างตัวขึ้นมาได้นั้น ต้องมีสัจจะเป็นพื้นฐาน เพราะคนที่มีสัจจะเป็นพื้นฐานนั้นจะมีความรับผิดชอบต่องานที่ทำทุกอย่าง ไม่ปล่อยผ่านกับสิ่งที่ได้รับมา จะทำทุกสิ่งที่มาถึงมืออย่างสุดกำลัง และเต็มความสามารถ มี 5 ประการด้วยกัน คือ 1.ซื่อสัตย์ต่อความดี 2.ซื่อสัตย์ต่อหน้าที่ 3.ซื่อสัตย์ต่อการงาน 4.ซื่อสัตย์ต่อวาจา 5.ซื่อสัตย์ต่อบุคคล

พุทธจริยศาสตร์ที่กลัดเกลาจิตใจให้โน้มไปเพื่อการลด ละ และเลิกดื่มสุราเมรัย หรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์นั้น นอกจากสติ สัมปชัญญะ และมีสัจจะแล้ว ก็ยังมีหลักโยนิโสมนสิการ บ่งบอกถึงการคิดพิจารณาอย่างรอบคอบ โยนิโสมนสิการ หมายถึง การทำในใจให้ดีละเอียดถี่ถ้วน กล่าวคือการพิจารณาอย่างรอบคอบถี่ถ้วน ทางพุทธศาสนาถือว่ามีคุณค่าเท่ากับความไม่ประมาท ซึ่งเป็นแหล่งรวมแห่งธรรมฝ่ายดีหรือ "กุศลธรรม" ทั้งปวง เป็น การคิดหรือพิจารณาโดยอุบาย คือ การคิดอย่างมีวิธีหรือถูกวิธี ซึ่งหมายถึง การเข้าถึงความจริง สอดคล้องกับแนวสัจจะ ซึ่งทำให้รู้สภาวลักษณะและสามัญลักษณะของสิ่งทั้งหลาย "โยนิโสมนสิการ" เป็น การคิดถูกทาง ต่อเนื่องเป็นลำดับ หมายถึงความคิดที่เป็นระเบียบตามหลักเหตุผล ไม่ยุ่งเหยิงสับสน จิตไม่แว๊บติดพันในเรื่องนี้ แต่เดี๋ยวกลับเตลิดไปคิดอีกเรื่องหนึ่ง จิตยุ่งเหยิงนี้กระโดดไปมา ไม่เป็นชิ้นเป็นอัน แต่รวมทั้งความสามารถในการชักความนึกคิดไปสู่แนวทางที่ถูกต้อง โยนิโสมนสิการ เป็น การคิดอย่างมีเหตุผล เป็นการสืบค้นตามแนวความสัมพันธ์สืบทอดแห่งเหตุปัจจัย จึงเรียกว่าการทำในใจโดยแยบคาย

โยนิโสมนสิการเป็นหลักธรรมภาคปฏิบัติที่ก่อให้เกิดประโยชน์ในการดำเนินชีวิตประจำวัน เพื่อประโยชน์สุขแก่ตัวเราเองและผู้อื่น เป็นการส่งเสริมคุณลักษณะที่ดีในการฝึกอบรมตนอย่างมีสติ รู้จักคิดอย่างถูกวิธีคิดอย่างมีระบบ คิดวิเคราะห์ ไม่มองสิ่งต่างๆอย่างผิวเผิน คิดตามเหตผลุ และ คิดแบบกุศล ทำให้เรารู้จักเลือกรับรอารมณ์ต่างๆ ที่มากระทบจากภายนอก และคิดใคร่ครวญ พิจารณาอารมณ์นั้นๆ โยนิโสมนสิการไม่ใช่ตัวปัญญา แต่เป็นปัจจัยที่ทำให้เกิดปัญญา คือ เกิดสัมมาทิฏฐิ ที่สามารถ กำจัดอวิชชาโดยตรง และสกัดหรือบรรเทาตัณหาได้ ฝึกให้ ตนเองมองเห็นความสัมพันธ์ อิงอาศัยของสรรพสิ่ง ฝึกเรียนรู้ รู้จัก คิดอย่างถูกวิธี คิดมีระบบ และคิดเป็นกุศล จึงอาจกล่าวได้ว่าการประยุกต์ใช้วิธีคิดแบบโยนิโสมสิการ เพื่อพัฒนาตนเอง และให้รู้จัก อย่างคำว่า“คิดเป็น ก็เป็นสุข”

ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 3 พบว่า ผลกระทบของเหล้าที่มีต่อชุมชนในค้านเศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรมผลกระทบของเหล้าที่มีต่อชุมชนในด้านเศรษฐกิจ พบว่า เหล้าทำให้รายรับไม่เพียงพอและรายจ่ายเพิ่มขึ้น ก่อให้เกิดความสิ้นเปลืองโดยเปล่าประโยชน์ ตลอดทั้งสร้างหนี้สิ้นให้แก่ครอบครัวที่มีการดื่มเหล้ากันเป็นประจำ สร้างภาระค่าใช้จ่ายที่เกินความจำเป็นให้แก่ครอบครัวซึ่ง

สอดคล้องกับผลการศึกษาของ เดยอง (Dejong) ปัญหาที่เกี่ยวข้องกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ ปัญหาด้านร่างกายของผู้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เช่น ปัญหาการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เกินขนาด ปัญหาโรคพิษสุราเรื้อรัง ปัญหาจิตใจของบุคคลแวดล้อม อาทิ ปัญหาความสัมพันธ์ในครอบครัว ปัญหาด้านการก่อความรุนแรง เช่น ความรุนแรงในครอบครัวปัญหาการทะเลาะวิวาทในสถานที่จำหน่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หรือในหอพักต่าง ๆ ปัญหาอุบัติเหตุทางการจราจรอันเนื่องจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นต้น

ผลกระทบของเหล้าที่มีต่อชุมชนในด้านสังคม พบว่า ครอบครัวที่แตกแยก หย่าร้างทะเลาะเบาะแว้ง สุขภาพทางกายก่อให้เกิดโรคต่าง ๆ เช่น โรคพิษสุราเรื้อรัง โรคตับแข็ง โรคหัวใจเป็นต้น สุขภาพทางจิตทำให้สติปัญญาเสื่อมถอย ประสิทธิภาพในการทำงานลดลง ควบคุมสติ ตัวเองไม่ได้ เป็นสาเหตุทำให้เกิดอุบัติเหตุที่มีผลเสียทั้งต่อตนเอง คือ หกลัม ได้รับบาดเจ็บหรือเสียชีวิต และผลสียต่อครอบครัวและชุมชน คือ สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก ก่อให้เกิดความเสียหาย ทางทรัพย์สิน ตลอดทั้งส่งผลให้เกิดอาชญากรรม แม้ในชุมชนชนบท กล่าวคือ ความผิดฐานขโมย

ทรัพย์สิน ความผิดทำให้เสียทรัพย์ ความผิดฐานทำร้ายร่างกาย ความผิดฐานข่มขืนกระทำชำเราซึ่งสาเหตุมาจากฤทธิ์ข องเหล้าทำให้ควบคุมสติไม่ได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระมหาสำรวยญาณสังวโร ได้กล่าวว่าเหล้ามีผลกระทบต่อประชาชนอย่างมากทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ และสภาพทั่ว ๆ ไป เช่น สภาวะทางเศรษฐกิจ ปัญหาครอบครัว ดลอดจนประสิทธิ ภาพในการทำงาน และผลกระทบของเหล้าที่มีต่อสังคมไทยแบ่งออกเป็น 2 ประเด็น คือ (1) ด้านตนเองคือ สติปัญญาเสื่อมถอย ทำให้เสียสุขภาพกายและจิต เสียทรัพย์ เกิดโรคและเสียชื่อเสียง ที่สำคัญที่สุด ทำให้หมดความละอาย หมดความเกรงกลัวต่อการกระทำความชั่วทั้งปวง (2) ด้านสังคม คือเป็นโลกวัชชะชาวโลกติเตียน เพราะผู้เสพของเมาย่อมกระทำทุกอย่างได้โดยไม่รู้สึกตัว ผลกระทบของเหล้าที่มีต่อชุมชนในด้านวัฒนธรรม พบว่า มีผลกระทบในด้านความเชื่อประเพณีและพิธีกรรมที่มักมีการนำเหล้าเข้ามาเกี่ยวข้องในฐานะที่เหล้าเป็นองค์ประกอบหนึ่งของพิธีกรรม โดยเหล้าถูกนำมาใช้ในวัตถุประสงค์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับประเพณี เช่น การเซ่น สังเวยสิ่งศักดิ์สิทธิ์ตามความเชื่อ การประกอบพิธีกรรมต่าง ๆ เพื่อความเป็นสิริมงคล ด้วยความเชื่อ ว่าเหล้ากลั่นมาจากข้าวซึ่งเป็นของสูงจึงมักนำมาใช้ในการประกอบพิธีกรรมต่าง ๆ นอกจากนี้ยัง ถูกนำมาใช้ในพิธีการต่าง ๆ ด้วย ดังนั้นโอกาสที่บุคคลจะบริโภคเหล้าจึงมีมากขึ้น

5.2 ข้อแสนอแนะ

จากการศึกษาวิจัยการศึกษา “วิเคราะห์พุทธจริยศาสตร์การแก้แก้ไขปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด” พบว่ายังมี ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย ดังนี้

5.2.1 ข้อเสนอแนะทั่วไป

สำหรับข้อเสนอแนะทั่วไปที่เกิดจากการดำเนินการวิจัยในครั้งนี้

1) รูปแบบการวิเคราะห์การบริโภคสุราเมรัยที่เกินพอดีของมนุษย์ในสังคมไทยปัจจุบันที่ปรากฏในช่องทางการสื่อสารออนไลน์ในเฟซบุ๊ก (Facebook), ยูทูบ (Youtube), เว็ปไซต์ (Website) ในเวลาที่เผยแผ่นั้นควรมีเชิงอรรถของเอกสารนั้น ๆ และมีแหล่งอ้างอิงของพุทธรรมนั้น เพื่อให้เกิดสามารถตรวจสอบที่มาว่าเป็นข้อมูลเท็จ ข้อมูลจริง เพื่อให้เกิดความเลื่อมใสของศรัทธาและผู้ค้นหาว่าได้ข้อมูลที่จริงจากพระไตรปิฎก เล่มไหน หน้าไหน

2) กรมการศาสนาและสำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ หรือมหาเถรสมาคม ตลอดจนหน่วยงานองค์กรต่าง ๆ ควรให้ความสนใจและมีความตระหนักในเรื่อง การวิเคราะห์การบริโภคที่เกินพอดีของมนุษย์ในสังคมไทยปัจจุบันให้มีคุณธรรมและจริยธรรม และควรเน้นอบรมบุคคลากรทั้งพระภิกษุสงฆ์และอุบาสก อุบาสิกา ให้มีความรู้ในเรื่องการวิเคราะห์การบริโภคที่เกินพอดีของมนุษย์ในสังคมไทยปัจจุบันและนำไปใช้งานให้มีประสิทธิภาพ และให้เกิดความเหมาะสมกับพุทธบริษัท 4 ให้เข้าถึงหลักธรรมพระพุทธศาสนาและน้อมนำไปปฏิบัติเพื่อให้พ้นจากความทุกข์

5.2.2 ข้อเสนอแนะเพื่อการศึกษาวิจัยครั้งต่อไป

1) ควรมีศึกษาวิจัยเรื่อง การวิเคราะห์การบริโภคสุราเมรัยที่เกินพอดีของมนุษย์ในสังคมไทยปัจจุบันภายในประเทศ และต่างประเทศ

2) ควรศึกษาเปรียบเทียบ : กรณีศึกษาการงด ลด ละ เลิกการดื่มสุราเมรัยตามหลักพุทธจริยศาสตร์ในช่วงเข้าพรรษา

บรรณานุกรม

1. ภาษาไทย

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย. (2525). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย พิมพ์เนื่องในวโรกาสครบ 200 ปี แห่งกรุงรัตนโกสินทร์.* กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

1) หนังสือ

กรมพระยาวชิรญาณวโรรส สมเด็จพระมหาสมณเจ้า. (2540). *นวโกวาท ฉบับประชาชน* (พิมพ์ครั้งที่ 12). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย.

จันทร์เพ็ญ ชูประภาวรรณ. (2543). *สุขภาพคนไทย : สถานะสุขภาพของตนไทย*. กรุงเทพฯ: อุษาการพิมพ์.

ฉลอง มาปรีดา. (2537). *คุณธรรมสำหรับผู้บริหาร*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์

ทิศนา แขมมณี และคณะ. (2544). *วิทยาการด้านการคิด*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์บริษัทเดอะมาสเตอร์กรุ๊ปแมนเนจเม้นท์ จำกัด.

ปรีชา นันตาภิวัฒน์ ร.น., (2544). *พจนานุกรมหลักธรรมพระพุทธศาสนา*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ดวงแก้ว.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2543). *พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลธรรม* (พิมพ์ครั้งที่9). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

_____. (2546). *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์* (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

_____. (2548). *ถึงเวลามาพัฒนาเยาวชนกันใหม่. เอกสารประกอบการบรรยาย*. กรุงเทพฯ: ม.ป.ท.

_____. (2551). *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

_____. (2559). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม* (พิมพ์ครั้งที่ 34) . กรุงเทพฯ: มูลนิธิการศึกษาเพื่อสันติภาพ.

พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต). (2536*). กระแสธรรม เพื่อชีวิตและสังคม*. กรุงเทพฯ: ธรรมสภา.

พระเทพดิลก (ระแบบ ฐิตญาโณ). (2552). *ธรรมคือคุณากร.* กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แปดสิบเจ็ด.

พระเทพโสภณ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต). (2548). *ขอบฟ้าแห่งความรู้* (พิมพ์ครั้งที่ 2). (กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์อัมรินทร์ พริ้นติ้ง.

_____. (2548). *ขอบฟ้าแห่งความรู้* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์อัมรินทร์ พริ้นติ้ง.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). (2546). *พุทธธรรม* (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมิก จำกัด.

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช). (2548). *พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด คำวัด* (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพสถาบันบันลือธรรม.

_____. (2548). *พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด คำวัด*. กรุงเทพฯ: วัดราชโอรสาราม.

ราชบัณฑิตยสถาน. (2525. *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน*. กรุงเทพฯ: อักษรเจริญทัศน์.

พระไพศาล วิสาโล. (2536). *ประวัติศาสตร์บริโภคสุราในประเทศไทย*. กรุงเทพฯ: คณะกรรมการระบาดวิทยาแห่งชาติสถาบันวิจัยสาธารณสุข. มูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติ.

_____. (2537). *ประวัติศาสตร์การบริโภคสุราในประเทศไทย*. กรุงเทพฯ: บริษัท ดีไซร์ จำกัด.

ราชกิจจานุเบกษา. (2493, 21 มีนาคม). ที่ รก. 2493/16/346.

ลักขณา สริวัฒน์. (2549). *การคิด*. กรุงเทพฯ: โอ.เอส.พริ้นติ้งเฮาส์.

วิทย์ วิศทเวทย์ และ เสฐียรพงษ์ วรรณปก. (2542). *หนังสือเรียนสังคมศึกษา รายวิชา ส 0111 พระพุทธศาสนา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 (ม.2)*. กรุงเทพฯ: อักษรเจริญทัศน์ จำกัด.

วิชัย โปษยะจินดา และคณะ. (2544). *สุราในสังคมไทย : ผลการศึกษาโครงการศึกษาปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพื่อหามาตรการทางเลือกป้องกันแก้ไข*. กรุงเทพฯ: ศูนย์วิจัยยาเสพติด สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์การแพทย์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ศูนย์บำบัดรักษายาเสพติดขอนแก่น. (2548). *อุบัติการณ์และแบบแผนการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของเด็ก เยาวชนในสถานศึกษาภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภายหลังนโยบายคุ้มครองเด็ก* (พิมพ์ครั้งที่ 1). ม.ป.ท.

_____. (2548). *อุบัติการณ์และแบบแผนการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของเด็กเยาวชนในสถานศึกษาภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภายหลังนโยบายคุ้มครองเด็ก* (พิมพ์ครั้งที่ 1). ม.ป.ท.

_____. (2548). *อุบัติการณ์และแบบแผนการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของเด็กเยาวชนในสถานศึกษาภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภายหลังนโยบายคุ้มครองเด็ก* (พิมพ์ครั้งที่ 1). ม.ป.ท.

_____. (2548). *อุบัติการณ์และแบบแผนการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของเด็กเยาวชนในสถานศึกษาภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภายหลังนโยบายคุ้มครองเด็ก* (พิมพ์ครั้งที่ 1). ม.ป.ท.

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ. (2550). *3 เดือน โอกาสงดเหล้าเข้าพรรษา* กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข.

สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ สมเด็จพระสังฆราช (จวน อุฏฐายีมหาเถระ). (2538). *มงคลในพระพุทธศาสนา* (พิมพ์ครั้งที่ 7). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์กิตติวรรณ.

สำนักงานเครือข่ายองค์กรงดเหล้า. *ความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์*. ม.ป.ท.:ม.ป.ป.

องค์กรเครือข่ายงดเหล้า. (2547). *ความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์*. กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ.

_____. (2547). *ความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์*. กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ.

เอ็ดเวิร์ด เดอ โบโน. (2550). *สอนศิษย์ให้คิดเก่ง* แปลโดย ทวี ลักษมีวัฒนา. กรุงเทพฯ: บริษัท เอ็กซ์เปอร์เน็ท จำกัด.

2) ดุษฎีนิพนธ์ วิทยานิพนธ์และ/หรือสารนิพนธ์

กมลทิพย์ วิจิตรสุนทรกุล. (2542). *ปัจจัยที่มีผลต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอยอล์ของนักเรียนอาชีวศึกษาชายในเขตกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.

ชัยยุทธ ดาผา. (2534). *ปัจจัยของการขัดเกลาทางสังคมของพ่อแม่ที่กระทบต่อพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น*. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

นวพร ถึงประเสริฐ. (2549). *ผลการใช้รูปแบบการเรียนการสอนโดยสร้างศรัทธาและโยนิโสมนสิการในรายวิชาพระพุทธศาสนา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนกาญจนาภิเษกกาฬสินธุ์*. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร.

_____. (2549). *ผลการใช้รูปแบบการเรียนการสอนโดยสร้างศรัทธาและโยนิโสมนสิการในรายวิชาพระพุทธศาสนา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนกาญจนาภิเษกกาฬสินธุ์*. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร.

พระมหาไพฑูรย์ แก้วเขียว. (2541). *พุทธริยธรรมกับการดื่มสุราของชาวไทยพุทธ : ศึกษาเฉพาะกรณีชาวไทยพุทธในกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์อักษรตาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหิดล.

พระมหาสำรวย ณาณสำโร (พินดอน). (2542). *การศึกษาผลกระทบจากการล่วงละเมิดศีลข้อที่ 5 ที่มีต่อสังคมไทย*. วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.

พระครูนิวาตวิริยธรรม (เพียร ตปคุโณ). (2552). *รูปแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาแก้ปัญหาการดื่มสุรา*. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระไชยา ปสนฺโน (อ้วนแก้ว). (2564). *เรื่องศึกษาปัญหาการดื่มสุราของประชาชนตามโครงการหมู่บ้านรักษาศีล 5 อำเภอบึงโขงหลง จังหวัดบึงกาฬ*. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

อารุณี ไทยบัณฑิตย์. (2545). *การพัฒนาความสามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โดยใช้การฝึกคิดแบบโยนิโสมนสิการ*. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครนทรวิโรฒ ประสานมิตร.

3) สิ่งพิมพ์ต่อเนื่อง

3.1) บทความในวารสาร

เบญจวรรณ ชยางกูร ณ อยุธยา. (2564). แนวทางกำหนดรู้ขันธ์ 5 ในยุคนิวนอร์มอล. *วารสารพุทธนวัตกรรมปริทรรศน์*, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, *2*(2), 99-102.

พระสุภกิจ สุปณฺโณ. (2564). การประยุกต์ใช้สติสัมปชัญญะสำหรับการใช้ชีวิตประจำวัน. *วารสารรัฐศาสตร์*, มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา, *4*(2), 101.

พระมหากำพล คุณงฺกโร. (2557). ปัญหาการดื่มสุราของสังคมไทย. *วารสารวิทยาลัยนครราชสีมา*, *8*(1), 105.

ศิริลักษณ์ นัยกิจ. (2559). ปัจจัยที่มีความรู้สัมพันธ์กับพฤติกรรมการดื่ม เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของประชาชน ตำบลไร่น้อย อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี. *สำนักงานป้องกันควบคุมโรค 10*, *14*(2), 16-32.

4) เอกสารสารสนเทศอิเล็กทรอนิกส์

ถาปกรณ์ กำเนิดศิริ. (2564). *โยนิโสมนสิการ*. สืบค้นเมื่อ 30 เมษายน 2566, จาก https://www.trueplookpanya.com/learning/detail/34916.

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2563). *โทษของสุรา*. สืบค้นเมื่อ 30 เมษายน 2566, จาก www.haiHealth.or.th.

5) รายชื่อให้ผู้สัมภาษณ์

พระครูกิตติคุณารักษ์. (2566, 23 กรกฎาคม). เจ้าคณะอำเภอเชียงขวัญ(ธ) วัดป่าโพธิ์ศรี ตำบลบ้านเขือง อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด. สัมภาษณ์.

พระครูไพโรจน์ศีลสังวร. (2566, 23 กรกฎาคม). เจ้าคณะตำบลพระเจ้า วัดเหนือ บ้านพระเจ้า ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด. สัมภาษณ์.

พระครูโพธิปัญญาประยุต. (2566, 23 กรกฎาคม). เจ้าคณะตำบลบ้านเขือง วัดโพธิ์ศรี ตำบลบ้านเขือง อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด. สัมภาษณ์.

นายบุญเรือง แมนสถิตย์. (2566, 25 กรกฎาคม). ผู้ใหญ่บ้าน บ้านดงพิกุล หมู่ 11 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด. สัมภาษณ์.

นายตุ่น แน่นอุดร. (2566, 25 กรกฎาคม). อดีตผู้ใหญ่บ้าน บ้านดงพิกุล หมู่11 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด. สัมภาษณ์.

นายธงไชย ตามภิบาล. (2566, 28 กรกฎาคม). ผู้ใหญ่บ้าน บ้านดงพิกุล หมู่ 5 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด. สัมภาษณ์.

นางดวงจันทร์ ทิพย์สนเท่ห์. (2566, 28 กรกฎาคม). อสม. บ้านดงพิกุล หมู่ 11 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด. สัมภาษณ์.

นายเกียรติศักดิ์ เทพบำรุง. (2566, 28 กรกฎาคม). ปราชญ์ชุมชน บ้านดงพิกุล หมู่ 5 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด. สัมภาษณ์.

นายเฉลิมศักดิ์ พิรุณสุนทร. (2566, 28 กรกฎาคม). ปราชญ์ชุมชน บ้านดงพิกุล หมู่ 11 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด. สัมภาษณ์.

นายสงคราม ชรารัตน์. (2566, 28 กรกฎาคม). ปราชญ์ชาวบ้าน บ้านดงพิกุล หมู่ 11 ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด. สัมภาษณ์.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

หนังสือขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ (IOC)

บันทึกข้อความ

ส่วนงาน วิทยาเขตร้อยเอ็ด โทร. ๐-๔๓๕๑-๘๓๖๔ ต่อ ๑๒๔

ที่ อว ๗๙๑๗/ก๐๒๕๑ **วันที่** ๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๖

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย (IOC)

เจริญพร รองศาสตราจารย์ ดร.สุเทพ เมยไธสง

ด้วย พระมหาชินวัฒน์ โชติธมฺโม (หรบรรณ์) เลขทะเบียนนักศึกษา ๖๔๒๐๗๕๐๒๑๐๑๐๑๕ นักศึกษาหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด ได้รับอนุมัติหัวข้อวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การศึกษาวิเคราะห์พุทธจริยศาสตร์ในการแก้ไขปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด" มีความประสงค์ขอให้ท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ (IOC) เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบการเขียนงานวิทยานิพนธ์

ดังนั้น บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด จึงเจริญพรมายังท่านได้ให้ความอนุเคราะห์ สำหรับวันและเวลานั้น นักศึกษาจะเป็นผู้ติดต่อกับท่านด้วยตนเอง

จึงเจริญพรมาเพื่อพิจารณา

(พระครูวิจิตรปัญญาภรณ์, ผศ.ดร.)
รองอธิการบดี วิทยาเขตร้อยเอ็ด

บันทึกข้อความ

ส่วนงาน วิทยาเขตร้อยเอ็ด โทร. ๐-๔๓๕๑-๘๓๖๔ ต่อ ๑๒๔

ที่ อว ๗๙๑๗/ **วันที่** มิถุนายน ๒๕๖๖

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย (IOC)

เรียน พระมหาสากล สุภรเมธี, ดร.

ด้วย พระมหาชินวัฒน์ โชติธมฺโม (หรบรรณ์) เลขทะเบียนนักศึกษา ๖๔๒๐๗๕๐๒๑๐๑๕ นักศึกษาหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด ได้รับอนุมัติหัวข้อวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การศึกษาวิเคราะห์พุทธจริยศาสตร์ในการแก้ไขปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด" มีความประสงค์ขอให้ท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ (IOC) เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบการเขียนงานวิทยานิพนธ์

ดังนั้น บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด จึงเรียนมายังท่านได้ให้ความอนุเคราะห์ สำหรับวันและเวลานั้น นักศึกษาจะเป็นผู้ติดต่อกับท่านด้วยตนเอง

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณา

(พระครูวิจิตรปัญญาภรณ์, ผศ.ดร.)
รองอธิการบดี วิทยาเขตร้อยเอ็ด

ยินดีเป็นผู้เชี่ยวชาญ
ตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย

พระมหาสากล สุภรเมธี, ดร.

บันทึกข้อความ

ส่วนงาน วิทยาเขตร้อยเอ็ด โทร. ๐-๔๓๕๑-๘๓๖๔ ต่อ ๑๒๔

ที่ อว ๗๙๑๗/๓๐๔๒๑ **วันที่** ๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๖

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย (IOC)

เจริญพร ดร.สงวน หล้าโพนทัน

ด้วย พระมหาชินวัฒน์ โชติธมฺโม (หรบรรณ์) เลขทะเบียนนักศึกษา ๖๔๒๐๗๕๐๒๑๐๐๑๕ นักศึกษาหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด ได้รับอนุมัติหัวข้อวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การศึกษาวิเคราะห์พุทธจริยศาสตร์ในการแก้ไขปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด" มีความประสงค์ขอให้ท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ (IOC) เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบการเขียนงานวิทยานิพนธ์

ดังนั้น บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด จึงเจริญพรมายังท่านได้ให้ความอนุเคราะห์ สำหรับวันและเวลานั้น นักศึกษาจะเป็นผู้ติดต่อกับท่านด้วยตนเอง

จึงเจริญพรมาเพื่อพิจารณา

(พระครูวิจิตรปัญญาภรณ์, ผศ.ดร.)
รองอธิการบดี วิทยาเขตร้อยเอ็ด

ประโยชน์ของการหาความสอดคล้องของข้อคำถาม (IOC)
ดร.สงวน หล้าโพนทัน)

ภาคผนวก ข
แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย



แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย

เรื่อง การศึกษาวิเคราะห์พุทธจริยศาสตร์ในการแก้ปัญหาการดื่มสุราเมรัย ของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด

คำชี้แจง :

1. แบบสัมภาษณ์ชุดนี้ เป็นส่วนหนึ่งของวิทยานิพนธ์ตามหลักสูตรศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด มุ่งสำรวจความคิดเห็นเกี่ยวกับการแก้ปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด จัดทำขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบสำคัญทางวิชาการและเพื่อให้ได้ข้อมูลสำคัญที่สมบูรณ์ ซึ่งอาจนำไปสู่การวิจัยในอนาคตได้ โดยข้อมูลที่ได้จากความคิดเห็นของท่านมีคุณค่าและเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการวิจัยครั้งนี้ทั้งนี้ ผู้วิจัยจะเก็บคำตอบของท่านไว้เป็นความลับอย่างยิ่ง และนำเสนอผลการวิจัยในภาพรวมเท่านั้น ไม่ใช่รายบุคคล

2. แบบสัมภาษณ์ แบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ให้สัมภาษณ์

ตอนที่ 2 แบบสัมภาษณ์คำถามเกี่ยวกับการดื่มสุราเมรัย

ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่าน ในการให้ความร่วมมือตอบแบบสัมภาษณ์ในครั้งนี้ เพื่อช่วยให้งานวิจัยสำเร็จลุล่วงเป็นอย่างดี จึงขอเจริญพรและอนุโมทนาขอบคุณทุกท่านมา ณ โอกาสนี้ด้วย

พระมหาชินวัฒน์ โชติธมฺโม (หรบรรณ์)
นักศึกษาปริญญาโท หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ให้สัมภาษณ์

1. ชื่อ.....ฉายา/นามสกุล.....อาชีพ.....
   อายุ.....ปี การศึกษา.....
2. วัด/บ้าน.....บ้านเลขที่.....หมู่.....ตำบล.....
   อำเภอ.....จังหวัด.....รหัสไปรษณีย์.....
   โทร.....
3. วันที่สัมภาษณ์...../...../.....เวลา.....น.

ตอนที่ 2 คำถามที่ใช้ในการสัมภาษณ์

1. สาเหตุที่ดื่มสุรา มาจากอะไร เพราะอะไรถึงเลือกดื่มสุรา
   .....
   .....
   .....
2. ในช่วงหนึ่งปี ดื่มสุราบ่อยแค่ไหน ซื้อดื่มเองหรือไปงานเลี้ยงสังสรรค์
   .....
   .....
   .....
3. เคยประสบอุบัติเหตุ /หรือเกิดการทะเลาะวิวาท สืบเนื่องมาจากการดื่มสุราไหม
   .....
   .....
   .....
4. หลักธรรมที่ใช้ในการยับยั้งชั่งใจ เตือนสติไม่ให้ดื่มสุรา
   .....
   .....
   .....
5. ข้อเสนอแนะอื่นๆ
   .....
   .....
   .....

พระมหาชินวัฒน์ โชติธมฺโม (หรบรรณ์)
นักศึกษา/ผู้สัมภาษณ์
สัมภาษณ์วันที่...../...../.....

ภาคผนวก ค
หนังสือขอความอนุเคราะห์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการสัมภาษณ์

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
วิทยาเขตร้อยเอ็ด
ถนนเลี่ยงเมือง ตำบลดงลาน
อำเภอเมืองร้อยเอ็ด จังหวัดร้อยเอ็ด ๔๕๐๐๐
โทร. ๐-๔๓๕๑-๘๓๖๔ โทรสาร. ๐-๔๓๕๑-๔๖๑๘
www.rec.mbu.ac.th

ที่ อว ๗๙๑๗/ว๐๔๒๒

๑๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการสัมภาษณ์

เรียน พระครูกิตติคุณารักษ์ เจ้าคณะอำเภอเชียงขวัญ (ธ)

ด้วย พระมหาชินวัฒน์ โชติธมฺโม (หรบรรณ์) เลขทะเบียนนักศึกษา ๖๔๒๐๗๕๐๒๑๐๐๑๕ นักศึกษาหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญาของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด ได้รับอนุมัติหัวข้อวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์พุทธจริยศาสตร์ในการแก้ไขปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด” มีความประสงค์ขอความอนุเคราะห์ท่านเป็นผู้ทรงวุฒิในการสัมภาษณ์ เพื่อใช้ข้อมูลประกอบการเขียนงานวิทยานิพนธ์

ดังนั้น บัณฑิตวิยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด จึงเรียนมายังท่านได้ให้ความอนุเคราะห์ สำหรับวันและเวลานั้น นักศึกษาจะเป็นผู้ติดต่อกับท่านด้วยตนเอง

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาอนุเคราะห์และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

(พระครูวิจิตรปัญญาภรณ์, ผศ.ดร.)
รองอธิการบดี
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด
ปฏิบัติการแทนอธิการบดี

บัณฑิตวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด
โทร. ๐-๔๓๕๑-๘๓๖๔ ต่อ ๑๒๔, โทรสาร ๐-๔๓๕๑-๔๖๑๘
ผู้ประสานงาน นางรัชณีย์ เจริญนนท์ โทร ๐๘-๑๐๔๗-๒๐๐๑
นักศึกษา โทร. ๐๘ ๙๘๘๖ ๒๔๙๒

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
วิทยาเขตร้อยเอ็ด
ถนนเลี่ยงเมือง ตำบลดงลาน
อำเภอเมืองร้อยเอ็ด จังหวัดร้อยเอ็ด ๔๕๐๐๐
โทร. ๐-๔๓๕๑-๘๓๖๔ โทรสาร. ๐-๔๓๕๑-๔๖๑๘
www.rec.mbu.ac.th

ที่ อว ๗๙๑๗/ว๐๔๒๒

๑๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการสัมภาษณ์

เรียน พระครูไพโรจน์ศีลสังวร เจ้าคณะตำบลพระเจ้า

ด้วย พระมหาชินวัฒน์ โชติธมฺโม (หรบรรณ์) เลขทะเบียนนักศึกษา ๖๔๒๐๗๕๐๒๑๑๐๑๕ นักศึกษาหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญาของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด ได้รับอนุมัติหัวข้อวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์พุทธจริยศาสตร์ในการแก้ไขปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด” มีความประสงค์ขอความอนุเคราะห์ท่านเป็นผู้ทรงวุฒิในการสัมภาษณ์ เพื่อใช้ข้อมูลประกอบการเขียนงานวิทยานิพนธ์

ดังนั้น บัณฑิตวิยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด จึงเรียนมายังท่านได้ให้ความอนุเคราะห์ สำหรับวันและเวลานั้น นักศึกษาจะเป็นผู้ติดต่อกับท่านด้วยตนเอง

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาอนุเคราะห์และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

(พระครูวิจิตรปัญญาภรณ์, ผศ.ดร.)
รองอธิการบดี
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด
ปฏิบัติการแทนอธิการบดี

บัณฑิตวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด
โทร. ๐-๔๓๕๑-๘๓๖๔ ต่อ ๑๒๔, โทรสาร ๐-๔๓๕๑-๔๖๑๘
ผู้ประสานงาน นางรัชณีย์ เจริญนนท์ โทร ๐๘-๑๐๔๗-๒๐๐๑
นักศึกษา โทร. ๐๘ ๙๘๘๖ ๒๔๙๒

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
วิทยาเขตร้อยเอ็ด
ถนนเลี่ยงเมือง ตำบลดงลาน
อำเภอเมืองร้อยเอ็ด จังหวัดร้อยเอ็ด ๔๕๐๐๐
โทร. ๐-๔๓๕๑-๘๓๖๔ โทรสาร. ๐-๔๓๕๑-๔๖๑๘
www.rec.mbu.ac.th

ที่ อว ๗๙๑๗/ว๐๔๒๒

๑๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการสัมภาษณ์

เรียน พระครูโพธิปัญญาประยุต เจ้าคณะตำบลบ้านเขือง

ด้วย พระมหาชินวัฒน์ โชติธมฺโม (หรบรรณ์) เลขทะเบียนนักศึกษา ๖๔๒๐๗๕๐๒๑๑๐๑๕ นักศึกษาหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญาของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด ได้รับอนุมัติหัวข้อวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์พุทธจริยศาสตร์ในการแก้ไขปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด” มีความประสงค์ขอความอนุเคราะห์ท่านเป็นผู้ทรงวุฒิในการสัมภาษณ์ เพื่อใช้ข้อมูลประกอบการเขียนงานวิทยานิพนธ์

ดังนั้น บัณฑิตวิยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด จึงเรียนมายังท่านได้ให้ความอนุเคราะห์ สำหรับวันและเวลานั้น นักศึกษาจะเป็นผู้ติดต่อกับท่านด้วยตนเอง

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาอนุเคราะห์และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

(พระครูวิจิตรปัญญาภรณ์, ผศ.ดร.)
รองอธิการบดี
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด
ปฏิบัติการแทนอธิการบดี

บัณฑิตวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด
โทร. ๐-๔๓๕๑-๘๓๖๔ ต่อ ๑๒๔, โทรสาร ๐-๔๓๕๑-๔๖๑๘
ผู้ประสานงาน นางรัชณีย์ เจริญนนท์ โทร ๐๘-๑๐๔๗-๒๐๐๑
นักศึกษา โทร. ๐๘ ๙๘๘๖ ๒๔๙๒

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
วิทยาเขตร้อยเอ็ด
ถนนเลี่ยงเมือง ตำบลดงลาน
อำเภอเมืองร้อยเอ็ด จังหวัดร้อยเอ็ด ๔๕๐๐๐
โทร. ๐-๔๓๕๑-๘๓๖๔ โทรสาร. ๐-๔๓๕๑-๔๖๑๘
www.rec.mbu.ac.th

ที่ อว ๗๙๑๗/ว๐๔๒๒

๑๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการสัมภาษณ์

เจริญพร นายตุ่น แน่นอุดร ปราชญ์ชุมชน

ด้วย พระมหาชินวัฒน์ (โชติธมฺโม) หรบรรณ์ เลขทะเบียนนักศึกษา ๖๔๒๐๗๕๐๒๑๐๐๑๕ นักศึกษาหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญาของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด ได้รับอนุมัติหัวข้อวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์พุทธจริยศาสตร์ในการแก้ไขปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด ” มีความประสงค์ขอความอนุเคราะห์ท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการสัมภาษณ์ เพื่อใช้ข้อมูลประกอบการเขียนงานวิทยานิพนธ์

ดังนั้น บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด จึงเจริญพรมายังท่านได้ให้ความอนุเคราะห์ สำหรับวันและเวลานั้น นักศึกษาจะเป็นผู้ติดต่อกับท่านด้วยตนเอง

จึงเจริญพรมาเพื่อพิจารณาอนุเคราะห์และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอเจริญพร

(พระครูวิจิตรปัญญาภรณ์, ผศ.ดร.)
รองอธิการบดี
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด
ปฏิบัติการแทนอธิการบดี

บัณฑิตวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด
โทร. ๐-๔๓๕๑-๘๓๖๔ ต่อ ๑๒๔, โทรสาร ๐-๔๓๕๑-๔๖๑๘
ผู้ประสานงาน นางรัชณีย์ เจริญนนท์ โทร ๐๘-๑๐๔๗-๒๐๐๑
นักศึกษา โทร. ๐๘ ๒๑๐๖ ๗๓๓๑

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
วิทยาเขตร้อยเอ็ด
ถนนเลี่ยงเมือง ตำบลดงลาน
อำเภอเมืองร้อยเอ็ด จังหวัดร้อยเอ็ด ๔๕๐๐๐
โทร. ๐-๔๓๕๑-๘๓๖๔ โทรสาร. ๐-๔๓๕๑-๔๖๑๘
www.rec.mbu.ac.th

ที่ อว ๗๙๑๗/ว๐๔๒๒

๑๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการสัมภาษณ์

เจริญพร นายเฉลิมศักดิ์ พิรุณสุนทร ปราชญ์ชุมชน

ด้วย พระมหาชินวัฒน์ (โชติธมฺโม) หรบรรณ์ เลขทะเบียนนักศึกษา ๖๔๒๐๗๕๐๒๑๐๐๑๕ นักศึกษาหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญาของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด ได้รับอนุมัติหัวข้อวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์พุทธจริยศาสตร์ในการแก้ไขปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด ” มีความประสงค์ขอความอนุเคราะห์ท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการสัมภาษณ์ เพื่อใช้ข้อมูลประกอบการเขียนงานวิทยานิพนธ์

ดังนั้น บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด จึงเจริญพรมายังท่านได้ให้ความอนุเคราะห์ สำหรับวันและเวลานั้น นักศึกษาจะเป็นผู้ติดต่อกับท่านด้วยตนเอง

จึงเจริญพรมาเพื่อพิจารณาอนุเคราะห์และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอเจริญพร

(พระครูวิจิตรปัญญาภรณ์, ผศ.ดร.)
รองอธิการบดี
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด
ปฏิบัติการแทนอธิการบดี

บัณฑิตวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด
โทร. ๐-๔๓๕๑-๘๓๖๔ ต่อ ๑๒๔, โทรสาร ๐-๔๓๕๑-๔๖๑๘
ผู้ประสานงาน นางรัชณีย์ เจริญนนท์ โทร ๐๘-๑๐๔๗-๒๐๐๑
นักศึกษา โทร. ๐๘ ๒๑๐๖ ๗๓๓๑

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
วิทยาเขตร้อยเอ็ด
ถนนเลี่ยงเมือง ตำบลดงลาน
อำเภอเมืองร้อยเอ็ด จังหวัดร้อยเอ็ด ๔๕๐๐๐
โทร. ๐-๔๓๕๑-๘๓๖๔ โทรสาร. ๐-๔๓๕๑-๔๖๑๘
www.rec.mbu.ac.th

ที่ อว ๗๙๑๗/ว๐๔๒๒

๑๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการสัมภาษณ์

เจริญพร นางดวงจันทร์ ทิพย์สนเท่ห์ อสม. ดงพิกุล หมู่ ๑๑

ด้วย พระมหาชินวัฒน์ (โชติธมฺโม) หรบรรณ์ เลขทะเบียนนักศึกษา ๖๔๒๐๗๕๐๒๑๑๐๑๕ นักศึกษาหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญาของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด ได้รับอนุมัติหัวข้อวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์พุทธจริยศาสตร์ในการแก้ไขปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด ” มีความประสงค์ขอความอนุเคราะห์ท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการสัมภาษณ์ เพื่อใช้ข้อมูลประกอบการเขียนงานวิทยานิพนธ์

ดังนั้น บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด จึงเจริญพรมายังท่านได้ให้ความอนุเคราะห์ สำหรับวันและเวลานั้น นักศึกษาจะเป็นผู้ติดต่อกับท่านด้วยตนเอง

จึงเจริญพรมาเพื่อพิจารณาอนุเคราะห์และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอเจริญพร

(พระครูวิจิตรปัญญาภรณ์, ผศ.ดร.)
รองอธิการบดี
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด
ปฏิบัติการแทนอธิการบดี

บัณฑิตวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด
โทร. ๐-๔๓๕๑-๘๓๖๔ ต่อ ๑๒๔, โทรสาร ๐-๔๓๕๑-๔๖๑๘
ผู้ประสานงาน นางรัชณีย์ เจริญนนท์ โทร ๐๘-๑๐๔๗-๒๐๐๑
นักศึกษา โทร. ๐๘ ๒๑๐๖ ๗๓๓๑

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
วิทยาเขตร้อยเอ็ด
ถนนเลี่ยงเมือง ตำบลดงลาน
อำเภอเมืองร้อยเอ็ด จังหวัดร้อยเอ็ด ๔๕๐๐๐
โทร. ๐-๔๓๕๑-๘๓๖๔ โทรสาร. ๐-๔๓๕๑-๔๖๑๘
www.rec.mbu.ac.th

ที่ อว ๗๙๑๗/ว๐๔๒๒

๑๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการสัมภาษณ์

เจริญพร นายเกียรติศักดิ์ เทพบำรุง ชาวบ้านดงพิกุล หมู่ ๕

ด้วย พระมหาชินวัฒน์ (โชติธมฺโม) หรบรรณ์ เลขทะเบียนนักศึกษา ๖๔๒๐๗๕๐๒๑๑๐๑๕ นักศึกษาหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญาของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด ได้รับอนุมัติหัวข้อวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์พุทธจริยศาสตร์ในการแก้ไขปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด ” มีความประสงค์ขอความอนุเคราะห์ท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการสัมภาษณ์ เพื่อใช้ข้อมูลประกอบการเขียนงานวิทยานิพนธ์

ดังนั้น บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด จึงเจริญพรมายังท่านได้ให้ความอนุเคราะห์ สำหรับวันและเวลานั้น นักศึกษาจะเป็นผู้ติดต่อกับท่านด้วยตนเอง

จึงเจริญพรมาเพื่อพิจารณาอนุเคราะห์และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอเจริญพร

(พระครูวิจิตรปัญญาภรณ์, ผศ.ดร.)
รองอธิการบดี
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด
ปฏิบัติการแทนอธิการบดี

บัณฑิตวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด
โทร. ๐-๔๓๕๑-๘๓๖๔ ต่อ ๑๒๔, โทรสาร ๐-๔๓๕๑-๔๖๑๘
ผู้ประสานงาน นางรัชณีย์ เจริญนนท์ โทร ๐๘-๑๐๔๗-๒๐๐๑
นักศึกษา โทร. ๐๘ ๒๑๐๖ ๗๓๓๑

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
วิทยาเขตร้อยเอ็ด
ถนนเลี่ยงเมือง ตำบลดงลาน
อำเภอเมืองร้อยเอ็ด จังหวัดร้อยเอ็ด ๔๕๐๐๐
โทร. ๐-๔๓๕๑-๘๓๖๔ โทรสาร. ๐-๔๓๕๑-๔๖๑๘
www.rec.mbu.ac.th

ที่ อว ๗๙๑๗/ว๐๔๒๒

๑๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการสัมภาษณ์

เจริญพร นายธงไชย ตามภิบาล ผู้ใหญ่บ้านดงพิกุล หมู่ ๕ ตำบลพระเจ้า

ด้วย พระมหาชินวัฒน์ (โชติธมฺโม) หรบรรณ์ เลขทะเบียนนักศึกษา ๖๔๒๐๗๕๐๒๑๐๐๑๕ นักศึกษาหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญาของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด ได้รับอนุมัติหัวข้อวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์พุทธจริยศาสตร์ในการแก้ไขปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด ” มีความประสงค์ขอความอนุเคราะห์ท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการสัมภาษณ์ เพื่อใช้ข้อมูลประกอบการเขียนงานวิทยานิพนธ์

ดังนั้น บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด จึงเจริญพรมายังท่านได้ให้ความอนุเคราะห์ สำหรับวันและเวลานั้น นักศึกษาจะเป็นผู้ติดต่อกับท่านด้วยตนเอง

จึงเจริญพรมาเพื่อพิจารณาอนุเคราะห์และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอเจริญพร

(พระครูวิจิตรปัญญาภรณ์, ผศ.ดร.)
รองอธิการบดี
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด
ปฏิบัติการแทนอธิการบดี

บัณฑิตวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด
โทร. ๐-๔๓๕๑-๘๓๖๔ ต่อ ๑๒๔, โทรสาร ๐-๔๓๕๑-๔๖๑๘
ผู้ประสานงาน นางรัชณีย์ เจริญนนท์ โทร ๐๘-๑๐๔๗-๒๐๐๑
นักศึกษา โทร. ๐๘ ๒๑๐๖ ๗๓๓๑

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
วิทยาเขตร้อยเอ็ด
ถนนเลี่ยงเมือง ตำบลดงลาน
อำเภอเมืองร้อยเอ็ด จังหวัดร้อยเอ็ด ๔๕๐๐๐
โทร. ๐-๔๓๕๑-๘๓๖๔ โทรสาร. ๐-๔๓๕๑-๔๖๑๘
www.rec.mbu.ac.th

ที่ อว ๗๙๑๗/ว๐๔๒๒

๑๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการสัมภาษณ์

เจริญพร นายบุญเรือง แมนสถิตย์ ผู้ใหญ่บ้านดงพิกุล หมู่ ๑๑ ตำบลพระเจ้า

ด้วย พระมหาชินวัฒน์ (โชติธมฺโม) หรบรรณ์ เลขทะเบียนนักศึกษา ๖๔๒๐๗๕๐๒๑๐๑๐๑๕ นักศึกษาหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญาของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด ได้รับอนุมัติหัวข้อวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์พุทธจริยศาสตร์ในการแก้ไขปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด ” มีความประสงค์ขอความอนุเคราะห์ท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการสัมภาษณ์ เพื่อใช้ข้อมูลประกอบการเขียนงานวิทยานิพนธ์

ดังนั้น บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด จึงเจริญพรมายังท่านได้ให้ความอนุเคราะห์ สำหรับวันและเวลานั้น นักศึกษาจะเป็นผู้ติดต่อกับท่านด้วยตนเอง

จึงเจริญพรมาเพื่อพิจารณาอนุเคราะห์และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอเจริญพร

(พระครูวิจิตรปัญญาภรณ์, ผศ.ดร.)
รองอธิการบดี
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด
ปฏิบัติการแทนอธิการบดี

บัณฑิตวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด
โทร. ๐-๔๓๕๑-๘๓๖๔ ต่อ ๑๒๔, โทรสาร ๐-๔๓๕๑-๔๖๑๘
ผู้ประสานงาน นางรัชณีย์ เจริญนนท์ โทร ๐๘-๑๐๔๗-๒๐๐๑
นักศึกษา โทร. ๐๘ ๒๑๐๖ ๗๓๓๑

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
วิทยาเขตร้อยเอ็ด
ถนนเลี่ยงเมือง ตำบลดงลาน
อำเภอเมืองร้อยเอ็ด จังหวัดร้อยเอ็ด ๔๕๐๐๐
โทร. ๐-๔๓๕๑-๘๓๖๔ โทรสาร. ๐-๔๓๕๑-๔๖๑๘
www.rec.mbu.ac.th

ที่ อว ๗๙๑๗/ว๐๔๒๒

๑๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการสัมภาษณ์

เจริญพร นายสงคราม ชรารันต์ ชาวบ้านดงพิกุล หมู่ ๕

ด้วย พระมหาชินวัฒน์ (โชติธมฺโม) หรบรรณ์ เลขทะเบียนนักศึกษา ๖๔๒๐๗๕๐๒๑๑๐๑๕ นักศึกษาหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญาของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด ได้รับอนุมัติหัวข้อวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์พุทธจริยศาสตร์ในการแก้ไขปัญหาการดื่มสุราเมรัยของชาวบ้านดงพิกุล ตำบลพระเจ้า อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด ” มีความประสงค์ขอความอนุเคราะห์ท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการสัมภาษณ์ เพื่อใช้ข้อมูลประกอบการเขียนงานวิทยานิพนธ์

ดังนั้น บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด จึงเจริญพรมายังท่านได้ให้ความอนุเคราะห์ สำหรับวันและเวลานั้น นักศึกษาจะเป็นผู้ติดต่อกับท่านด้วยตนเอง

จึงเจริญพรมาเพื่อพิจารณาอนุเคราะห์และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอเจริญพร

(พระครูวิจิตรปัญญาภรณ์, ผศ.ดร.)
รองอธิการบดี
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด
ปฏิบัติการแทนอธิการบดี

บัณฑิตวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด
โทร. ๐-๔๓๕๑-๘๓๖๔ ต่อ ๑๒๔, โทรสาร ๐-๔๓๕๑-๔๖๑๘
ผู้ประสานงาน นางรัชณีย์ เจริญนนท์ โทร ๐๘-๑๐๔๗-๒๐๐๑
นักศึกษา โทร. ๐๘ ๒๑๐๖ ๗๓๓๑

ภาคผนวก ง

ภาพผู้ให้สัมภาษณ์เชิงลึก



ภาพที่ 1 สัมภาษณ์ พระครูกิตติคุณารักษ์ เจ้าคณะอำเภอเชียงขวัญ (ธ) วัดป่าโพธิ์ศรี
23 กรกฎาคม 2566



ภาพที่ 2 สัมภาษณ์ พระครูไพโรจน์ศีลสังวร เจ้าคณะตำบลพระเจ้า วัดเหนือ
23 กรกฎาคม 2566



ภาพที่ 3 สัมภาษณ์ พระครูโพธิปัญญาประยุต เจ้าคณะตำบลบ้านเขือง วัดโพธิ์ศรี
23 กรกฎาคม 2566



ภาพที่ 4 สัมภาษณ์ นายบุญเรือง แมนสถิตย์ ผู้ใหญ่บ้าน บ้านดงพิกุล หมู่ 11
25 กรกฎาคม 2566



ภาพที่ 5 สัมภาษณ์ นายตุ่น แน่นอุดร อดีตผู้ใหญ่บ้าน บ้านดงพิกุล หมู่ 11
25 กรกฎาคม 2566



ภาพที่ 6 สัมภาษณ์ นายธงไชย ตามภิบาล ผู้ใหญ่บ้าน บ้านดงพิกุล หมู่ 5
28 กรกฎาคม 2566



ภาพที่ 7 สัมภาษณ์ นางดวงจันทร์ ทิพย์สนเท่ห์ อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) บ้านดงพิกุล หมู่ 11 ตำบลพระเจ้า
28 กรกฎาคม 2566



ภาพที่ 8 สัมภาษณ์ นายเกียรติศักดิ์ เทพบำรุง ปราชญ์ชุมชน บ้านดงพิกุล หมู่ 11
28 กรกฎคม 2566



ภาพที่ 9 สัมภาษณ์ นายเฉลิมศักดิ์ พิรุณสุนทร ปราชญ์ชุมชน บ้านดงพิกุล หมู่ 11
28 กรกฎคม 2566



ภาพที่ 10 สัมภาษณ์ นายสงคราม ชรารัตน์ ปราชญ์ชุมชน บ้านดงพิกุล หมู่ 11
28 กรกฎคม 2566

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ สกุล : พระมหาชินวัฒน์ โชติธมฺโม (หรบรรณ์)

วัน เดือน ปีเกิด : วันอังคารที่ 4 สิงหาคม 2513

ชาติภูมิ : จังหวัดกาฬสินธุ์

ที่อยู่ปัจจุบัน : วัดป่าโชคระดาศรัทธาธรรม ตำบลพระเจ้า
อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด 45000
โทร: 0649951528

การศึกษา : น.ธ.เอก, ป.ธ.3, ปริญญาตรี ศาสนศาสตรบัณฑิต (ศน.บ.) สาขาวิชาปรัชญา
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด

ตำแหน่งทางคณะสงฆ์ : เจ้าอาวาสวัดป่าโชคระดาศรัทธาธรรม ตำบลพระเจ้า
อำเภอเชียงขวัญ จังหวัดร้อยเอ็ด 45000