

ผลกระทบการดื่มสุราที่มีต่อสังคมไทย

THE EFFECT OF ALCOHOL DRINKING TOWARD THAI SOCIETY

พระมนตรี ตนต์ิปาโล (เหล็กศรี)

Phra Montri Tuntipalo(Leksri)

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ร้อยเอ็ด

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Roi Et Buddhist College

E-mail: wunmont101@gmail.com

บทคัดย่อ

สภาพและผลกระทบการดื่มสุราในสังคมไทย ก่อให้เกิดปัญหาทุกข้อที่เกี่ยวข้องกันไปหมดแทบทุกเรื่องทั้ง ความฟุ้งเฟ้อความยากจน ครอบครัวแตกแยก และมีปัญหาก่อให้เกิดอาชญากรรมต่าง ๆ อุบัติเหตุ โรคภัยสารพัด รุมเร้า การสูญเสียทรัพยากรบุคคลและสูญเสียทางเศรษฐกิจของสังคมไทยโดยรวม ผลกระทบของการ ดื่มสุราต่อ สังคมไทยซึ่งทำให้เกิดความเชื่อผิดคิดว่าการดื่มสุราเป็นวัฒนธรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็น ส่วนหนึ่งของ วิถีชีวิตเป็นธรรมเนียมปฏิบัติที่แทรกซึมอยู่ในทัศนคติจนทำให้ผู้คนในสังคมมองว่าการดื่มเป็นเรื่อง ปกติ แม้แต่งงาน บุญก็ยังไม่วั้นการดื่มด้วยเช่นกัน การดื่มสุรากลับทำให้ผู้ดื่มขาดสติขาดความยับยั้งชั่งใจ และมี การกระทำความ รุนแรงอันเป็นปัญหาของสังคม

คำสำคัญ : ผลกระทบ, การดื่มสุรา, สังคมไทย

Abstract

The states and effects of alcohol drinking in Thai society causing chain problems that are almost all connected both extravagance, poverty, family split and have problems causing various crimes, accidents, diseases, beset Loss of human resources and overall economic loss of Thai society. The impact of alcohol drinking on Thai society that it leads to the misconception that drinking is a culture. Drinking alcohol as part of a lifestyle is a tradition that permeates the attitude

that makes people in society see drinking as normal. Even though the merit-making also does not drink. Drinking alcohol.

Keywords: Effect; Alcohol Drinking; Thai Society

1. บทนำ

สุรา หมายถึงเครื่องดื่มที่มีเอทิล แอลกอฮอล์ (ETHYL ALCOHOL) ผสมอยู่ในปริมาณไม่เกิน 60% ซึ่งถือว่าอยู่ในเกณฑ์ที่คนสามารถใช้ดื่มได้ (เป็นเกณฑ์กำหนดของสากลทั่วไป แต่ของคนไทยครอบคลุมถึง ปริมาณไม่เกิน 80%) เอทิล แอลกอฮอล์ เป็นสารที่เสพติดได้ในพระวินัยปิฎก มหาวีรังก์ตอนว่าด้วยเรื่องสุรา ระบุว่า คำว่าสุรา คือสุราที่ทำจากแป้ง สุราที่ทำจากขนม สุราที่ทำจากข้าวสุก สุราหมักแป้งเชื้อสุรา สุราที่ผสม เครื่องปรุงหลายชนิด ส่วนเมรัย ได้แก่ น้ำหมักดองผลไม้ น้ำหมักดองน้ำผึ้ง น้ำหมักดองน้ำอ้อย น้ำหมักดองที่ ผสมเครื่องปรุงหลายชนิด หมายความว่าสุราก็คือเหล้าหรือน้ำเมาที่กลั่นแล้ว ในมาตรา 3 แห่งพระราชบัญญัติควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พ.ศ. 2551 ระบุว่า “เครื่องดื่มแอลกอฮอล์” หมายถึง สุราตามกฎหมายว่าด้วยสุรา ทั้งนี้ไม่รวมถึงยารัตนออกฤทธิ์ต่อจิต และประสาท ยาเสพติดให้โทษตามกฎหมายว่าด้วยการนั้น ส่วน “ผู้ติดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์” หมายความว่า บุคคลที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จนก่อให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพร่างกายหรือจิตใจ โดยการดื่มนั้นมีลักษณะที่ต้องเพิ่มปริมาณมากขึ้นและเมื่อหยุดดื่มจะมีอาการแสดงของการขาดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในร่างกายจากการดื่มสุราเป็นเหตุให้มีการประกาศในพระราชบัญญัติฉบับนี้โดยที่เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ก่อให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพ ครอบครัว อุบัติเหตุและอาชญากรรม ซึ่งมีผลกระทบต่อสังคมก่อให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพ ครอบครัว อุบัติเหตุและอาชญากรรม ซึ่งมีผลกระทบต่อสังคมและเศรษฐกิจโดยรวมของประเทศ สมควรกำหนดมาตรการต่าง ๆ ในการควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ รวมทั้งการบำบัดรักษาหรือฟื้นฟูสภาพผู้ติดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพื่อช่วยลดปัญหาและผลกระทบทั้งด้านสังคมและเศรษฐกิจ ช่วยสร้างเสริมสุขภาพของประชาชนโดยให้ตระหนักถึงภัยของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ตลอดจนช่วยป้องกันเด็กและเยาวชนมิให้เข้าถึงเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้โดยง่าย แม้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนหลายหน่วยงานจะพยายามรณรงค์เกี่ยวกับการลดละเลิกอบายมุข โดยเฉพาะการดื่มสุรา ไม่ว่าจะเป็นส่วนของการทรวงสาธารณสุขกระทรวงวัฒนธรรมหรือแม้แต่ภาคเอกชนเช่นมูลนิธิเมาไม่ขับ เป็นต้น พยายามที่จะกระตุ้นให้คนไทย ลด ละ เลิก สิ่งเสพติด อันจะก่อให้เกิดผลเสียทั้งแก่ตนเองและส่วนรวมแต่ผลที่ตามมาที่ยังไม่ ค่อยจะประสบความสำเร็จ ดังจะเห็นได้จากกรณีการกระตุ้นให้งดดื่มสุราในช่วงเทศกาลต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็น เทศกาลสงกรานต์หรือเทศกาลปีใหม่สุดท้ายก็ยังถือว่าไม่ประสบผลสำเร็จเท่าที่ควร แม้คนทั่วไปจะรู้ว่าสาเหตุส่วนหนึ่งที่ทำให้เกิดอุบัติเหตุสูงสุดถึงขั้นเสียชีวิตและมีผู้บาดเจ็บคือผลสะท้อนจากการดื่มสุราแล้วขับรถ ดังผลสำรวจในช่วงเทศกาลสงกรานต์ปี 2550 ตลอดระยะ 7 วันอันตราย จะ

เห็นได้ว่าอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นอันดับที่ 1 ก็คือการเมาสุราร้อยละ 39.56 พระพุทธองค์ได้ตรัสถึงโทษของการดื่มสุราไว้ในสัพพหลุสสูตรว่า “ภิกษุทั้งหลาย การดื่มสุราและเมรัยที่บุคคลเสพเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมอำนวยการไปเกิดในกำเนิดสัตว์ดิรัจฉาน อำนวยการไปเกิดในเปรตวิสัย วิบากแห่งการดื่มสุราและเมรัยอย่างเบาที่สุด ย่อมอำนวยการให้ผู้วิกลจริตแก่ผู้เกิด เป็นมนุษย์” พุทธประสงค์ดังกล่าวนี้ ต้องการชี้ให้เห็นถึงผลกระทบ หรือผลสะท้อนที่จะได้รับในภพหน้า ซึ่งมีผลร้ายแรงตั้งแต่การต้องเข้าไปสู่นรก แม้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์ก็ยังคงกลายเป็นคนบ้าไร้สติ นั่นคือผลกระทบที่บุคคลผู้ดื่มสุราจะต้องประสบตามหลักในทางพระพุทธศาสนาอันเป็นผลกระทบข้ามชาติ และผลที่บุคคลจะต้องประสบตามหลักการในทางพระพุทธศาสนาอันเป็นผลที่ประจักษ์อยู่อย่างแจ่มแจ้งทุกแห่งหน ซึ่งพระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ว่าเป็นทางแห่งความเสื่อมทราม มีผลเป็นที่เกิดขึ้นทันตาตั้งที่ตรัสไว้ในสังคาลสูตร ทิฆนิกายปาฏิกวรรค คือ (1) เสียทรัพย์ทันตาเห็น (2) ก่อการทะเลาะวิวาท (3) เป็นบ่อเกิดแห่งโรคภัยต่าง ๆ (4) เป็นเหตุเสียชื่อเสียง (5) เป็นเหตุให้ไม่รู้จักอาย (6) เป็นเหตุทอนกำลังปัญญา นั้นเป็นผลของการดื่มสุราที่ทำให้คนที่ขบถดื่มเป็นนิจจะต้องได้รับผลกระทบดังกล่าว ซึ่งหากมองดูถึงเหตุผลที่ทำให้บุคคลในสังคมไทยดื่มน้ำเมา แม้จะดูเหมือนเป็นพฤติกรรมสังคม เช่น การอยากมีเพื่อน การอยากแสดงศักยภาพมนุษย์ในสังคมมีชีวิตที่วุ่นวายยุ่งเหยิง ใช้ชีวิตกระเสือกกระสน ดันรน เพื่อแสวงหาวัตถุปัจจัยมาสนองความปรารถนาทางใจโดยไม่มีขอบเขตสิ้นสุด ไม่รู้จักพอ บ้างก็ต้องการที่จะหลีกเลี่ยงออกจากปัญหาดังกล่าว เมื่อหาทางแก้ไขไม่ได้ก็หวังพึ่งสุราเพื่อดับความทุกข์นั้น อันที่จริงถ้าคนเราเข้าใจได้ว่า ชีวิตนั้นก็คือสิ่งที่มีปัญหาหรือมีความทุกข์หรือมีสิ่งที่ไม่พึงปรารถนาอยู่ในตัวของเรา หากหยุดคิดสักนิดว่าคนเราเกิดมาเพื่อต่อสู้กับปัญหา จิตใจอย่าไปวุ่นวาย คนเราก็ของตนเองต่อสังคมก็ตามแต่ ความเป็นจริงก็คือบุคคลส่วนใหญ่ที่ปัญหานั้นล้วนมีปัญหากับชีวิตของตนเองจะมองเห็นหนทางรอดจากภัยดังกล่าวได้ วิฤตการณ์โลกปัจจุบันเกิดจากการพัฒนาอย่างไม่สมดุล การพัฒนายังคงเน้นถึงแหล่งความรู้ด้านจิตวิญญาณที่ยิ่งใหญ่ที่สุดแห่งหนึ่ง ซึ่งสามารถนำมาใช้เพื่อฟื้นฟูระบบการพัฒนาให้เกิดความสมดุลเพื่อเยียวยาวิฤตการณ์ของโลกได้ประเทศไทยเองแม้จะประสบกับภาวะวิฤตหลายครั้งเรายังมีขุมความรู้ทางจิตวิญญาณตามหลักพระพุทธศาสนาที่มีศักยภาพและจะนำมาใช้ได้ ซึ่งถ้าหากได้รับการเพิ่มพูนให้มีศักยภาพเข้มข้น และมีการนำไปใช้อย่างเหมาะสมแล้วก็จะสามารถช่วยหลีกเลี่ยงวิฤตการณ์ของมนุษยชาติและสิ่งแวดล้อมได้ ปัญหาของสังคมไทยในปัจจุบันเป็นสังคมไทยในปัจจุบันเป็นสังคมที่คอยการแก้ไขอย่างเร่งด่วนต่อความบกพร่อง ปัญหาที่เกิดขึ้นอยู่กับสังคมทุกวันนี้เกิดจากการกระทำของมนุษย์และความเปลี่ยนแปลงตามธรรมชาติ คนไทยส่วนใหญ่ร้อยละ 90 เป็นพุทธศาสนิกชน ปัญหาที่เกิดขึ้นย่อมเกิดจากชาวพุทธและจำเป็นต้องอาศัยพระพุทธศาสนาเป็นแนวทางในการแก้ไขพระพุทธศาสนา มีหลักธรรมที่จะชี้นำจิตวิญญาณ และแก้ปัญหาของสังคมทั้งโดยทางตรงและทางอ้อม ไม่ว่าจะเป็นปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ ปัญหาทางการเมืองการปกครอง ปัญหาทางด้านสภาพแวดล้อมและปัญหาทางด้านสิ่งแวดล้อม เป็นต้น โดยเฉพาะ ปัญหาการดื่มสุราที่ก่อตัวขึ้นมาตั้งแต่ระดับเด็กและเยาวชนจน

กระทั่งประชาชนคนไทยทั่วไปได้ส่งผล กระทั่งต่อวิถีชีวิตสังคมไทยทั้งระบบ โดยเริ่มตั้งแต่ปัญหาส่วนตัวของบุคคลผู้ดื่มเอง เช่น ก่อให้เกิดการเสียทรัพย์สิน เงินทองโดยไม่ก่อให้เกิดประโยชน์ และก่อให้เกิดโรคภัยต่อสุขภาพร่างกายของตัวเอง เป็นต้น และยังส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิตครอบครัวผ่านผวนความสงบสุขภายในครอบครัวก็จะลดน้อยถอยลงไป ส่งผลให้เกิดเป็นมหันตภัยเงียบคอยบั่นทอนความมั่นคง

2. สภาพปัญหาการดื่มสุราในสังคมไทย

การดื่มสุราอยู่ในวิถีชีวิตและสังคมไทยมายาวนานตั้งแต่สมัยอดีตแต่ไม่ได้มีกฎหมายคุ้มครองผู้บริโภคจนกระทั่งในสมัยพระเจ้าปราสาททองจึงมีการเก็บอากรสุรา ทั้งจากผู้ผลิตและผู้ขาย โดยรัฐแต่ละยุคแต่ละสมัยต่างพยายามที่จะกำหนดนโยบายเพื่อควบคุมปัญหาสุรา เพื่อประโยชน์ทางระบบเศรษฐกิจของประเทศและ ประโยชน์ด้านสุขภาพของประชาชนและสังคมโดยรวม เมื่อวัฒนธรรมตะวันตกได้แผ่ขยายเข้ามาสู่ประเทศอย่างรุนแรง ทำให้ระบบสังคมครอบครัวไทยเริ่มแตกสลายและวัฒนธรรม ดังกล่าวยังก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ขึ้นในสังคมไทย ทั้งปัญหาที่สะท้อนถึงความเสื่อมโทรมของสังคมไทยอย่างเห็นได้ชัด บางคนหาทางออกจากปัญหาดังกล่าวด้วยการพึ่งพาอบายมุขโดยเฉพาะสุรา ทำให้ความสุขในสังคมเดิมลดบทบาทลงมาก ดังที่ศูนย์เครือข่าย วิชาการเพื่อสังเกตการณ์และวิจัยความสุขชุมชน มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญหรือเอแบคโพลล์ ชี้ความสุขมวลรวมของคนไทยในเดือนกรกฎาคม 2552 หดฮวบจาก 7.15% เหลือ 5.92% กรุงเทพฯ มีความสุขต่ำสุดในขณะที่ภาคอีสานมีความสุขสูงสุด เหตุผลหนึ่งนั้นก็มาจากสุรา ซึ่งบริษัทที่ดำเนินธุรกิจด้านสุราต่างโฆษณาให้บุคคลหากำไรให้กับชีวิตในทางที่ต้องการกระตุ้นการขายสินค้าเมาต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นเหล้า เบียร์ และสิ่งของมีเมาอื่น ๆ และการดื่มสุรานั้นยังก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมาอย่างมากมาย ไม่ว่าจะเป็นปัญหาชีวิตของบุคคลปัญหาครอบครัวและยังส่งผลกระทบต่อปัญหาสังคมระดับชุมชน และระดับประเทศด้วย จากการสำรวจสภาพการดื่มสุราของคนไทยที่สำนักงานสถิติแห่งชาติเก็บล่าสุดในปี 2550 พบว่าประชากรกว่า 15 ล้านคน หรือคิดเป็น 30% ของประชากรดื่มสุราและเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นประจำ เป็นเพศชายประมาณ 13 ล้านคน และเพศหญิง 2 ล้านคน ส่วนใหญ่อายุ 15 ปีขึ้นไป เครื่องดื่มที่ประชากรนิยมดื่มมากที่สุดคือเบียร์รองลงมาคือเหล้าขาวและสุราผสม

3. ปัญหาการรับผิดชอบต่อครอบครัว

การรับผิดชอบต่อครอบครัวถือว่าเป็นคุณธรรมของผู้นำครอบครัว เพราะสังคมไทยไม่ว่าจะเป็นสังคมเมืองหรือสังคมชนบท ต่างได้รับการปลูกฝังจิตสำนึกให้ผู้ชายเป็นใหญ่หรือมีอำนาจมากที่สุดในบ้านหากว่าผู้นำ

ครอบครัวไร้คุณธรรมเสีย ใช้อำนาจมากกว่าเหตุผล ย่อมทำให้ความสุขในครอบครัวลดทอนไปได้ โดยเฉพาะครอบครัวชนบทที่ย้ายเข้ามาทำงานในเมืองแล้วพักอาศัยอยู่ในบ้านเช่า ซึ่งปัญหาที่สำคัญนั้นก็มาจากสุราเพราะในการบริโภคสุรา ผู้บริโภคก็ต้องใช้เวลาชลุกอยู่กับการบริโภคสุราจนวัฒนธรรม ความเชื่อ และทัศนคติเหล่านี้ส่วนหนึ่งได้ถูกสร้างขึ้นจากธุรกิจเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในช่วงการพัฒนาเศรษฐกิจที่เน้นส่งเสริมให้มีการบริโภคจำนวนมาก เพื่อนำมาสู่การมีกำไรสูงสุด โดยธุรกิจแอลกอฮอล์ได้มีความพยายามในการขยายช่องทางการขายสินค้า เพื่อให้เข้าถึงกลุ่มเป้าหมายทุกกลุ่ม รวมถึงด้านการส่งเสริมการตลาด พบว่า ธุรกิจดังกล่าวมีการโหมใช้สื่อการตลาดอย่างเต็มรูปแบบ ตั้งแต่การโฆษณาผ่านวิทยุ โทรทัศน์ เพลงหนังละคร เป็นต้น รวมถึงมีการส่งเสริมการขายการใช้พนักงานขาย การตลาดขายตรงและการจัดกิจกรรมการตลาด ทำให้คนในสังคมยังมองว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นวัฒนธรรมที่สืบทอดมานานและเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิต นำมาซึ่งผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่อคนทุกกลุ่มในสังคมไทย โดยเฉพาะผลกระทบในด้านต่าง ๆ เช่น ปัญหาอุบัติเหตุสุขภาพ ความรุนแรงทางเพศและปัญหาภายใน ครอบครัว อาชญากรรม การสูญเสียด้านเศรษฐกิจ การทะเลาะ การตั้งครมไม่พึงประสงค์ ปัญหาการติดเชื่อทางเพศสัมพันธ์เช่น โรคเอดส์ เป็นต้น

4. การแก้ปัญหาการดื่มสุราด้านสุขภาพชีวิตส่วนบุคคล

การดื่มสุราจัดได้ว่ามีผลกระทบต่อสังคมไทยเป็นอย่างมาก ทั้งผลกระทบต่อบุคคลผู้ดื่ม ครอบครัว ชุมชน และระดับประเทศ ดังกล่าวแล้วในบทที่ผ่านมาในประเด็นที่เกี่ยวกับปัญหาดังกล่าวได้ด้วยการนำหลักพุทธธรรมเข้าไปเยียวยา หลักธรรมที่ถือว่าเป็นบทพื้นฐานแห่งชีวิต ที่สามารถลดระดับปัญหาและสามารถนำไปเป็นทางออกจากปัญหาการดื่มสุราของปัจเจกบุคคลกลายเป็นบุคคลต้นแบบ เป็นตัวอย่างของคนอื่น ด้วยหลัก 3 ประการ คือ

1. หลักอบายมุข อบายมุข 6 ประการ อันเป็นหนทางเสื่อมแห่งตน อบายมุข คือ ทางแห่งความเสื่อม ทางแห่งความพินาศ เหตุย่อยยับแห่งโคตรทรัพย์อันเป็นเหตุนำมาซึ่งความหายนะ นั้นคนที่จมปลักอยู่ในอบายมุขนี้เป็นฆราวาสพวกที่จมปลัก มีความยากจน มีความเสื่อมสุขภาพอนามัย แล้วก็ยังเบียดเบียนกันอีก เพราะความหลงใหลในสิ่งที่เป็นอบายมุข (พุทธ ทาสภิกขุ, ม.ป.ป.) หลักอบายมุข 6 คือ การดื่มน้ำเมาการเที่ยวกลางคืน การเที่ยวดูมหรสพ การละเล่นต่าง ๆ การเล่นการพนัน การคบคนชั่วเป็นมิตรและความเกียจคร้านในการทำงาน จะไม่ใช่ประเด็นที่เกี่ยวกับสุรา แต่เป็นส่วนหนึ่งที่เอื้อให้คนดื่มสุราและติดสุราในที่สุด ซึ่งการจะนำหลักธรรมดังกล่าวไปปฏิบัติในเชิงรูปธรรมนั้น ผู้ที่ดื่มสุรานั้นเมื่อรู้โทษของสุรา ดังกล่าวแล้วต้องมีความเข้มแข็งทางด้านจิตใจ โดยคิด

เสมอว่าหนทางดังกล่าว เป็นความเชื่อที่จะเกิดขึ้นทั้งแก่ตนและแก่บุคคลที่อยู่ร่วมกันเมื่อสามารถกระทำได้ตามนั้น โรคภัยไข้เจ็บก็จะทุเลาเบาบางลงไป และสามารถหายได้ในที่สุด สำหรับผู้ที่มีผลกระทบไม่มาก

2. เบญจศีล มนุษย์เกิดมามีรูปพรรณสัณฐานต่างกัน สุดแต่เหตุแต่งมาทำให้บางคนที่มีรูปงามบางคน มีรูปทราม ผู้มีรูปงามย่อมเป็นที่ชอบของผู้พบเห็น ตรงกันข้ามกับผู้ที่มีรูปทรามย่อมไม่เป็นที่ชอบใจ เหมือนดอกไม้ที่ทั้งสวยและยังมีกลิ่นหอม และที่ไม่สวยซ้ำยังมีกลิ่นเหม็น ถ้าเป็นดอกไม้สวยมีกลิ่นหอม ก็ย่อมเป็นที่ชอบใจของคนทั้งหลาย แต่ถ้าเป็นดอกไม้ที่มีรูปและมีสีส่นไม่สวยงาม ซ้ำยังมีกลิ่นเหม็นแล้วย่อมไม่มีคน ประารณาเลย เช่นเดียวกับคนที่มีรูปงามน้ำใจไม่ได้และถ้ายิ่งเป็นคนรูปชั่วยังใจร้ายใจดำด้วย ก็จะหาคนคบค้า สมาคมด้วยไม่ได้เลย ส่วนใจนั้นก็มักเป็นไปตามพื้นเดิมแต่ก็ยังมิทางแก้ไขให้ดีขึ้นได้ด้วยการตั้งใจดี เช่นเดียวกับ ของที่ไม่หอมมาแต่เดิม เขายังอบให้หอมได้พระพุทธองค์ได้ทรงกำหนดวางแบบแผนแห่งความประพฤติไว้เป็นหลักฐาน การตั้งใจประพฤติตามบทบัญญัตินั้นชื่อว่า ศีลเมื่อบำเพ็ญศีลให้บริบูรณ์แล้ว ก็จะพบแนวทางสำหรับ ประพฤติความดีและสามารถ ปฏิบัติตามคุณธรรมอย่างอื่นได้ยั่งยืนไม่แปรผัน

3. สติสัมปชัญญะ สติสัมปชัญญะเป็นธรรมที่มีอุปการะมาก

เกื้อกูลในการทำความดีทุกอย่าง พระธรรมทั้งมวลสรุปลงที่สติสัมปชัญญะตามหลักไตรสิกขา คือศีล สมาธิ ปัญญาก็ต้องอาศัยสติสัมปชัญญะทั้งนั้น สติหมายถึงความระลึกได้ มีความรอบคอบ ไม่ลืม ไม่เผลอ ไม่ประมาทเป็นพื้นฐาน สัมปชัญญะ หมายถึงความรู้สึกรู้ตัวไม่หลงลืม รู้สึกรู้ตัวอยู่เสมอทุกขณะจิตที่กำลังทำอะไร อยู่ที่เกี่ยวข้องกับปัจจุบัน ไม่ส่งใจไปในอดีตหรืออนาคต สติสัมปชัญญะเป็นสติที่มีปัญญาสนับสนุน ให้น้อมนำเข้ามาดูจิตใจตัวเอง มองตัวเองในการกระทำการพูดการคิด เป็นสภาวะที่รู้เท่าทัน ไม่หลงผิดไปตามกิเลส ตัณหาและอารมณ์ที่มากระทบ เมื่อมีสมาธิสมบูรณ์แล้วจึงจะเกิดสติสัมปชัญญะขึ้นได้ สติคือความระลึกได้ สัมปชัญญะคือการรู้ตัวหลักธรรมข้อนี้ ทำให้บุคคลรู้จักตนเองว่าเป็นใคร กำลังทำอะไรอยู่ และรู้ว่าทำอะไรสามารถครองตนระงับอารมณ์ต่าง ๆ ได้

5. สรุป

การหาทางออกจากปัญหาการดื่มสุรา เพื่อแก้ปัญหาสุขภาพส่วนบุคคลนั้นเป็นการรู้จักใช้หลักธรรมในทางพระพุทธศาสนาเพื่อแก้ปัญหาอันเกิดขึ้นแก่ตัวบุคคล ผู้ดื่มสุราด้วยอาศัยหลักธรรมทั้ง 3 ประการ คือ (1) อปายมุข 6 เป็นเครื่องชี้ให้เห็นโทษทัณฑ์ของการเข้าไปเกี่ยวข้องกับสุราว่ามีผลเป็นอย่างไร เช่น เสียทรัพย์สินตาหรือเกิดโรคภัยต่าง ๆ เป็นต้น และมีรูปแบบอย่างไรที่จะเอื้อให้เข้าไปคลุกคลีกับการดื่มสุรา เช่น การคบคนชั่วเป็นมิตรซึ่ง

จะชักนำไปในทางฉิบหายต่าง ๆ อันมีการเที่ยวกลางคืนและตกนีกที่การดื่มสุราแล้วเมาในที่สุด (2) ส่วนเบญจศีล เป็นเสมือนตะปูที่ตอกย้ำให้รู้ว่าเมื่อเรารู้ภัยแล้วควรที่จะหยุดเสียแล้วด้วยหลักการที่มีอยู่เป็นการงดเว้นจากการดื่มสุรานั้นอย่างเด็ดขาด และ (3) สติสัมปชัญญะเป็นเสมือนยามรักษาการณ์ ที่คอยระแวดระวังภัยต่าง ๆ รอบตัวเราไม่ให้ผิดพลาดพลั้งอีกครึ่งหนึ่ง

6. อ้างอิง

- จักรกฤษณ์ฤกษ์ศิริ. (2546). ผลกระทบทางสุขภาพของประชาชนจากอุตสาหกรรมการผลิตเบียร์ในบ้านแม่ลาด หมู่ 2 ตำบลแม่ลาด อำเภอลองลู่ จังหวัดกำแพงเพชร. งานวิจัย. สำนักวิจัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- บัณฑิต ศรีไพศาล. นายแพทย์และคณะ. (2549). วิวัฒนาการนโยบายควบคุมปัญหาสุราของประเทศไทย. เอกสารศูนย์วิจัยปัญหาสุรา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : ม.ป.ท.
- ปัญญา สระทอง. (2540). ธรรมคดี. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์การศาสนา.
- แผนกตำรา กองวิชาการ สภาการศึกษามหาวิทยาลัยสุราษฎร์ธานี. (2534). ธรรมสมบัติ หมวดที่ 2 สังคัตติกา. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุราษฎร์ธานี.
- พระเทพเวที(ป.อ.ปยุตโต). (2539). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระธรรมโกศาจารย์(พุทธทาสภิกขุ). (2545). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระไพศาล วิสาโล. (2536). ประวัติศาสตร์การบริโภคสุราในประเทศไทย. กรุงเทพฯ : คณะกรรมการระบอบวิยาแห่งชาติ สถาบันวิจัยสาธารณสุขไทย มูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติ.
- พุทธทาสภิกขุ(ม.ป.ป.). หลักธรรมของผู้ครองเรือน. กรุงเทพฯ : ธรรมสภา.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มูลนิธิเพื่อนหญิง. (2549). เลิกเหล้าชุมชนสร้างสุข. กรุงเทพฯ : บริษัท พิมพ์ดีการพิมพ์จำกัด.
- ศราวุธ ดีหมื่นไวย. (2549). เงินค่าเหล้า-เรียน. เดลิเดธ ดายรายวัน. กรุงเทพฯ: บริษัท พิมพ์ดีการพิมพ์จำกัด.

ศูนย์เครือข่ายวิชาการเพื่อสังเกตการณ์และวิจัยความสุขชุมชน มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ. (ออนไลน์). ศึกษาแนวโน้ม
ดัชนีความสุขมวลรวมของประชาชนภายในประเทศต้นเดือน กรกฎาคม 2552. รายงานผลการสำรวจ
สำนักวิจัยเอแบคโพล สืบค้นเมื่อ 15 มีนาคม 2561. จาก www.abacpoll.au.edu.

สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส. (2534). อธิบายคติปฏิบัติ ทศวิภาค. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์
มหามกุฏราชวิทยาลัย. (2534). อธิบายธรรมวิภาค ปรีเฉทที่ 1. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหามกุฏราช
วิทยาลัย.

สุนันทา ศิริวาจ. (2548). การทำหน้าที่ของครอบครัวตามการรับรู้ของเด็กวัยรุ่นที่เสพสุราในจังหวัดแพร่ งานค้นคว้า
อิสระพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่