

ผลกระทบการดื่มสุราที่มีต่อสังคมไทย

The Effect of Alcohol Drinking towards Thai Society

พระแสงจันทร์ ฐิตสาโร (เหล็กศรี)¹

Phrasaengchan Thitasaro(Leksri)¹

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ร้อยเอ็ด¹

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Roi Et Buddhist College¹

E-mail : 04nongbaul@gmail.com

บทคัดย่อ

สภาพและผลกระทบการดื่มสุราในสังคมไทย ก่อให้เกิดปัญหาลูกโซ่ที่เกี่ยวข้องกันไปหมดแทบทุกเรื่อง ทั้งความฟุ้งเฟ้อความยากจน ครอบครัวแตกแยก และมีปัญหาทำให้เกิดอาชญากรรมต่างๆ อุบัติเหตุ โรคมัยสารพัดรุนแรง การสูญเสียทรัพยากรบุคคลและสูญเสียทางเศรษฐกิจของสังคมไทยโดยรวม ผลกระทบของการดื่มสุราต่อสังคมไทยซึ่งทำให้เกิดความเชื่อผิดคิดว่าการดื่มสุราเป็นวัฒนธรรมการดื่ม เครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตเป็นธรรมเนียมปฏิบัติที่แทรกซึมอยู่ในทัศนคติจนทำให้ผู้คนในสังคมมองว่าการดื่มเป็นเรื่องปกติ แม้แต่งานบุญก็ยังไม่เว้นการดื่มด้วยเช่นกัน การดื่มสุราก็ทำให้ผู้ดื่มขาดสติขาดความยับยั้งชั่งใจ และมีการกระทำความรุนแรงอันเป็นปัญหาของสังคม

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

causes the drinker to lose consciousness and lack restraint and there is acts of violence that are a social problem.

Keywords : Effect; Alcohol Drinking; Thai Society

1. บทนำ

สุรา หมายถึงเครื่องดื่มที่มีเอทิล แอลกอฮอล์ (ETHYL ALCOHOL)ผสมอยู่ในปริมาณไม่เกิน 60% ซึ่งถือว่าอยู่ในเกณฑ์ที่คนสามารถใช้ดื่มได้ (เป็นเกณฑ์กำหนดของสากลทั่วไป แต่ของคนไทยครอบคลุมถึงปริมาณไม่เกิน 80%)เอทิล แอลกอฮอล์เป็นสารที่เสพติดได้ ในพระวินัยปิฎก มหาวิภังค์ ตอนว่าด้วยเรื่องสุราระบุว่า คำว่าสุรา คือสุราที่ทำจากแป้ง สุราที่ทำจากขนม สุราที่ทำจากข้าวสุก สุราหมัก แป้งเชื้อสุรา สุราที่ผสมเครื่องปรุงหลายชนิด ส่วนเมรัย ได้แก่ น้ำหมักดองผลไม้ น้ำหมักดองน้ำผึ้ง น้ำหมักดองน้ำอ้อย น้ำหมักดองที่ผสมเครื่องปรุงหลายชนิด (วิ.มหา. (ไทย) 2/328/465) หมายความว่าสุราก็คือเหล้าหรือน้ำเมาที่กลั่นแล้ว (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), 2538) ในมาตรา 3 แห่งพระราชบัญญัติควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พ.ศ. 2551 ระบุว่า “เครื่องดื่มแอลกอฮอล์” หมายถึง สุราตามกฎหมายว่าด้วยสุรา ทั้งนี้ไม่รวมถึงยาวัตถุออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาท ยาเสพติดให้โทษตามกฎหมายว่าด้วยการนั้น ส่วน “ผู้ติดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์” หมายความว่าบุคคลที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จนก่อให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพร่างกายหรือจิตใจ โดยการดื่มนั้นมีลักษณะที่ต้องเพิ่มปริมาณมากขึ้นและเมื่อหยุดดื่มจะมีการแสดงของการขาดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในร่างกาย

จากการดื่มสุราเป็นเหตุให้มีการประกาศใช้พระราชบัญญัติฉบับนี้ก็โดยที่เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ก่อให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพ ครอบครัว อุบัติเหตุและอาชญากรรม ซึ่งมีผลกระทบต่อสังคมก่อให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพ ครอบครัว อุบัติเหตุและอาชญากรรม ซึ่งมีผลกระทบต่อสังคมและเศรษฐกิจโดยรวมของประเทศ สมควรกำหนดมาตรการต่างๆ ในการควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ รวมทั้งการบำบัดรักษาหรือฟื้นฟูสภาพผู้ติดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพื่อช่วยลดปัญหาและผลกระทบต่อสังคมและเศรษฐกิจ ช่วยสร้างเสริมสุขภาพของประชาชนโดยให้ตระหนักถึงภัยของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ตลอดจนช่วยป้องกันเด็กและเยาวชนมิให้เข้าถึงเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้โดยง่าย แม้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนหลายหน่วยงานจะพยายามรณรงค์เกี่ยวกับการลดละเลิกอบายมุข โดยเฉพาะการดื่มสุรา ไม่ว่าจะเป็นส่วนของกระทรวงสาธารณสุขกระทรวงวัฒนธรรมหรือแม้แต่ภาคเอกชนเช่นมูลนิธิเมามาไม่ขับ เป็นต้น พยายามที่จะกระตุ้นให้คนไทยลด ละ เลิก สิ่งเสพติด อันจะก่อให้เกิดผลเสียทั้งแก่ตนเองและส่วนรวมแต่ผลที่ตามมาก็ยังไม่ค่อยจะประสบความสำเร็จ ดังจะเห็นได้จากกรณีการกระตุ้นให้งดดื่มสุราในช่วงเทศกาลต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นเทศกาลสงกรานต์ หรือเทศกาลปีใหม่สุดท้ายก็ยังถือว่าไม่ประสบ

ผลสำเร็จเท่าที่ควร แม้คนทั่วไปจะรู้ว่าสาเหตุส่วนหนึ่งที่ทำให้เกิดอุบัติเหตุสูงสุดถึงขั้นเสียชีวิตและมีผู้บาดเจ็บคือผลสะท้อนจากการดื่มสุราแล้วขับรถ ดังผลสำรวจในช่วงเทศกาลสงกรานต์ปี 2550 ตลอดระยะเวลา 7 วันอันตราย จะเห็นได้ว่าอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นอันดับที่ 1 ก็คือการเมาสุราร้อยละ 39.56 พระพุทธองค์ได้ตรัสถึงโทษของการดื่มสุราไว้ในสัพพหลุสสูตรว่า “ภิกษุทั้งหลายการดื่มสุราและเมรัยที่บุคคลเสพเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมอำนวยผลให้ไปเกิดในกำเนิดสัตว์ดิรัจฉานอำนวยผลให้ไปเกิดในเปรตวิสัย วิบากแห่งการดื่มสุราและเมรัยอย่างเบาที่สุด ย่อมอำนวยผลให้เป็นผู้วิกลจริตแก่ผู้เกิดเป็นมนุษย์” (อง.อภฎก. (ไทย) 23/40/302)

พุทธประสงค์ดังกล่าวนี้ ต้องการชี้ให้เห็นถึงผลกระทบ หรือผลสะท้อนที่จะได้รับในภพหน้า ซึ่งมีผลร้ายแรงตั้งแต่การต้องเข้าไปสู่นรก แม้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีกยังกลายเป็นคนบ้าไร้สติ นั่นคือผลกระทบที่บุคคลผู้ดื่มสุราจะต้องประสบตามหลักในทางพระพุทธศาสนาอันเป็นผลกระทบข้ามชาติ และผลที่บุคคลจะต้องประสบตามหลักการในทางพระพุทธศาสนาอันเป็นผลที่ประจักษ์อยู่อย่างแจ่มแจ้งทุกแห่งหนซึ่งพระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ว่าเป็นทางแห่งความเสื่อมทราม มีผลเป็นที่เกิดขึ้นทันตาตั้งที่ตรัสไว้ในสังคัลลสูตร ทัศนิกายปาฎิกวรรค คือ (1) เสียทรัพย์ทันตาเห็น (2) ก่อการทะเลาะวิวาท (3) เป็นบ่อเกิดแห่งโรคภัยต่างๆ (4) เป็นเหตุเสียชื่อเสียง (5) เป็นเหตุให้ไม่รู้จักอายุ (6) เป็นเหตุทอนกำลังปัญญา (ที.ปา. (ไทย) 11/248/202-203)

นั่นเป็นผลของการดื่มสุราที่ทำให้คนที่ชอบดื่มเป็นนิจจะต้องได้รับผลกระทบดังกล่าว ซึ่งหากมองดูถึงเหตุผลที่ทำให้บุคคลในสังคมไทยดื่มน้ำเมา แม้จะดูเหมือนเป็นพฤติกรรมสังคม เช่น การอยากมีเพื่อน การอยากแสดงศักยภาพมนุษย์ในสังคมมีชีวิตที่วุ่นวายยุ่งเหยิงใช้ชีวิตกระเสือกกระสน ดิ้นรน เพื่อแสวงหาวัตถุปัจจัยมาสนองความปรารถนาทางใจโดยไม่มีขอบเขตสิ้นสุดไม่รู้จักพอ (ปัญญา สระทองตรง, 2540) บ้างก็ต้องการที่จะหลีกเลี่ยงหนีออกจากปัญหาดังกล่าว เมื่อหาทางแก้ไม่ได้ ก็หวังพึ่งสุราเพื่อดับความทุกข์นั้น อันที่จริงถ้าคนเราเข้าใจได้ว่า ชีวิตนั้นก็สิ่งที่มีปัญหาหรือมีความทุกข์ หรือมีสิ่งที่ไม่พึงปรารถนา อยู่ในตัวของเรา (พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ), 2545) หากหยุดคิดสักนิดว่าคนเราเกิดมาเพื่อต่อสู้กับปัญหา จิตใจอย่าไปวุ่นวาย คนเราก็คงตนเองต่อสังคมก็ตามแต่ ความเป็นจริงก็คือบุคคลส่วนใหญ่ที่ล้วนมีปัญหาเกี่ยวกับชีวิตของตนเองจะมองเห็นหนทางรอดจากภัยดังกล่าวได้ วิฤตการณ์โลกปัจจุบันเกิดจากการพัฒนาอย่างไม่สมดุล การพัฒนายังคงเน้นถึงแหล่งความรู้ด้านจิตวิญญาณที่ยิ่งใหญ่ที่สุดแห่งหนึ่ง ซึ่งสามารถนำมาใช้เพื่อฟื้นฟูระบบการพัฒนาให้เกิดความสมดุลเพื่อเยียวยาวิฤตการณ์ของโลกได้ ประเทศไทยเองแม้จะประสบกับภาวะวิฤตหลายครั้งเรายังมีขุมความรู้ทางจิตวิญญาณตามหลักพระพุทธศาสนา ที่มีศักยภาพ และจะนำมาใช้ได้ ซึ่งถ้าหากได้รับหารเพิ่มพูนให้มีศักยภาพเข้มข้น และมีการนำไปใช้อย่างเหมาะสมแล้วก็จะสามารถช่วยหลีกเลี่ยงวิฤตการณ์ของมนุษยชาติและสิ่งแวดล้อมได้ ปัญหาของสังคมไทยในปัจจุบันเป็นสังคมไทยในปัจจุบันเป็นสังคมที่คอยการแก้ไขอย่างเร่งด่วน ความบกพร่องหรือ

ปัญหาที่เกิดขึ้นอยู่กับสังคมทุกวันนี้เกิดจากการกระทำของมนุษย์และความเปลี่ยนแปลงตามธรรมชาติ คนไทยส่วนใหญ่ร้อยละ 90 เป็นพุทธศาสนิกชน ปัญหาที่เกิดขึ้นย่อมเกิดจากชาวพุทธและจำเป็นต้องอาศัยพระพุทธศาสนาเป็นแนวทางในการแก้ไขพระพุทธศาสนามีหลักธรรมที่จะชี้นำจิตวิญญาณ และแก้ปัญหาของสังคมทั้งโดยทางตรงและทางอ้อม ไม่ว่าจะเป็นปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ ปัญหาทางการเมือง การปกครอง ปัญหาทางด้านสภาพแวดล้อมและปัญหาทางด้านสิ่งแวดล้อมเป็นต้น

โดยเฉพาะปัญหาการดื่มสุราที่ก่อตัวขึ้นมาตั้งแต่ระดับเด็กและเยาวชนจนกระทั่งประชาชนคนไทยทั่วไปได้ส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิตสังคมไทยทั้งระบบ โดยเริ่มตั้งแต่ปัญหาส่วนตัวของบุคคลผู้ดื่มเอง เช่น ก่อให้เกิดการเสียทรัพย์สินเงินทองโดยไม่ก่อให้เกิดประโยชน์ และก่อให้เกิดโรคร้ายต่อสุขภาพร่างกายของตัวเองเป็นต้น และยังส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิตครอบครัวผ่านความสงบสุขภายในครอบครัวก็จะลดน้อยถอยลงไป ส่งผลให้เกิดเป็นมหันตภัยเงียบ คอยบั่นทอนความมั่นคง

2. สภาพปัญหาการดื่มสุราในสังคมไทย

การดื่มสุรามีอยู่ในวิถีชีวิตและสังคมไทยมายาวนานตั้งแต่สมัยอดีตแต่ไม่ได้มีกฎหมายคุ้มครองผู้บริโภคจนกระทั่งในสมัยพระเจ้าปราสาททองจึงมีการเก็บอากรสุรา ทั้งจากผู้ผลิตและผู้ขาย โดยรัฐแต่ละยุคแต่ละสมัยต่างพยายามที่จะกำหนดนโยบายเพื่อควบคุมปัญหาสุรา เพื่อประโยชน์ทางระบบเศรษฐกิจของประเทศและประโยชน์ด้านสุขภาพของประชาชนและสังคมโดยรวม (บัณฑิต ศรีไพศาล และคณะ, 2549) เมื่อวัฒนธรรมตะวันตกได้แผ่ขยายเข้ามาสู่ประเทศอย่างรุนแรง ทำให้ระบบสังคมครอบครัวไทยเริ่มแตกสลายและวัฒนธรรมดังกล่าวยังก่อให้เกิดปัญหาต่างๆ ขึ้นในสังคมไทย ทั้งปัญหาที่สะท้อนถึงความเสื่อมโทรมของสังคมไทยอย่างเห็นได้ชัด บางคนหาทางออกจากปัญหาดังกล่าวด้วยการพึ่งพาอบายมุข โดยเฉพาะสุรา ทำให้ความสุขในสังคมเดิมลดบทบาทลงมาก ดังที่ศูนย์เครือข่ายวิชาการเพื่อสังเกตการณ์และวิจัยความสุขชุมชนมหาวิทยาลัยอัสสัมชัญหรือเอแบคโพลล์ ซึ่งความสุขมวลรวมของคนไทยในเดือนกรกฎาคม 2552 หดฮวบจาก 7.15 หรือ 5.92 กรุงเทพฯ มีความสุขที่สุดในขณะที่ภาคอีสานมีความสุขสูงสุด (ศูนย์เครือข่ายวิชาการเพื่อสังเกตการณ์และวิจัยความสุขชุมชน มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ, 2552) เหตุผลหนึ่งนั้นก็มาจากสุรา ซึ่งบริษัทที่ดำเนินธุรกิจด้านสุราต่างโฆษณาให้บุคคลหากำไรให้กับชีวิตในทางที่ต้องการกระตุ้นการขายสินค้าน้ำเมาต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นเหล้า เบียร์ และสิ่งของมีนเมาอื่นๆ และการดื่มสุรานั้นยังก่อให้เกิดปัญหาต่างๆ ตามมาอย่างมากมาย ไม่ว่าจะเป็นปัญหาชีวิตของบุคคลปัญหาครอบครัว และยังส่งผลกระทบต่อปัญหาสังคมระดับชุมชนและระดับประเทศด้วย จากการตรวจสอบสภาพการดื่มสุราของคนไทยที่สำนักงานสถิติแห่งชาติเก็บล่าสุดในปี 2550 พบว่าประชากรกว่า 15 ล้านคน หรือคิดเป็น 30% ของประชากรดื่มสุราและเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นประจำ เป็นเพศชายประมาณ 13 ล้านคน และ

หญิง 2 ล้านคน ส่วนใหญ่อายุ 15 ปีขึ้นไป เครื่องดื่มที่ประชานิยมดื่มมากที่สุดคือเบียร์ รองลงมาคือเหล้าขาวและสุราผสม

3. ปัญหาการรับผิดชอบต่อครอบครัว

การรับผิดชอบต่อครอบครัวถือว่าเป็นคุณธรรมของผู้นำครอบครัว เพราะสังคมไทยไม่ว่าจะเป็นสังคมเมืองหรือสังคมชนบท ต่างได้รับการปลูกฝังจิตสำนึกให้ผู้ชายเป็นใหญ่หรือมีอำนาจมากที่สุดในบ้าน หากว่าผู้นำครอบครัวไร้คุณธรรมเสีย ใช้อำนาจมากกว่าเหตุผล ย่อมทำให้ความสุขในครอบครัวลุดหายไป ได้ โดยเฉพาะครอบครัวชนบทที่ย้ายเข้ามาทำงานในเมืองแล้วพักอาศัยอยู่ในบ้านเช่า ซึ่งปัญหาที่สำคัญนั้นก็มาจากสุรา เพราะในการบริโภคสุรา ผู้บริโภคก็ต้องใช้เวลาชลุกอยู่กับการบริโภคสุราจน วัฒนธรรม ความเชื่อ และทัศนคติเหล่านี้ ส่วนหนึ่งได้ถูกสร้างขึ้นจากธุรกิจเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในช่วงการพัฒนาเศรษฐกิจที่เน้นส่งเสริมให้มีการบริโภคจำนวนมาก เพื่อนำมาสู่การมีกำไรสูงสุด โดยธุรกิจแอลกอฮอล์ได้มีความพยายามในการขยายช่องทางทางการขายสินค้า เพื่อให้เข้าถึงกลุ่มเป้าหมายทุกกลุ่ม รวมถึงด้านการส่งเสริมการตลาด พบว่า ธุรกิจดังกล่าวมีการโฆษณาใช้สื่อการตลาดอย่างเต็มรูปแบบ ตั้งแต่การโฆษณาผ่านวิทยุ โทรทัศน์เพลงหนังละครเป็นต้น รวมถึงมีการส่งเสริมการขายการใช้พนักงานขาย การตลาดขายตรง และการจัดกิจกรรมการตลาด ทำให้คนในสังคมยังมองว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นวัฒนธรรมที่สืบทอดมานานและเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิต นำมาซึ่งผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่อคนทุกกลุ่มในสังคมไทยโดยเฉพาะผลกระทบในด้านต่างๆ เช่น ปัญหาอุบัติเหตุ สุขภาพ ความรุนแรงทางเพศและปัญหาภายในครอบครัว อาชญากรรม การสูญเสียด้านเศรษฐกิจ การทะเลาะ การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ ปัญหาการติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ เช่น โรคเอดส์ เป็นต้น

4. การแก้ปัญหาการดื่มสุราด้านสุขภาพชีวิตส่วนบุคคล

การดื่มสุราจัดได้ว่ามีผลกระทบต่อสังคมไทยเป็นอย่างมาก ทั้งผลกระทบต่อบุคคลผู้ดื่ม ครอบครัว ชุมชน และระดับประเทศ ดังกล่าวแล้วในบทที่ผ่านมาในประเด็นที่เกี่ยวกับปัญหาดังกล่าวได้ด้วยการนำหลักพุทธธรรมเข้าไปเยียวยา หลักธรรมที่ถือว่าเป็นบทพื้นฐานแห่งชีวิตที่สามารถลดระดับปัญหาและสามารถนำไปเป็นทางออกจากปัญหาการดื่มสุราของปัจเจกบุคคลกลายเป็นบุคคลต้นแบบ เป็นตัวอย่างของคนอื่น ด้วยหลัก 3 ประการ คือ

1. หลักอบายมุข อบายมุข 6 ประการ อันเป็นหนทางเสื่อมแห่งตน (ที.ปา. (ไทย) 11/247/202) อบายมุข คือ ทางแห่งความเสื่อม ทางแห่งความพินาศ เหตุย่อยยับแห่งโรคภัยอันเป็นเหตุนำมาซึ่งความหายนะ (พระเทพเวที (ป.อ.ปยุตโต), 2539) นั่นคนที่จมปลักอยู่ในอบายมุขนี้เป็นฆราวาสพวกที่จม

ปลัก มีความยากจน มีความเสื่อมสภาพอนามัย แล้วก็ยังเบียดเบียนกันอีก เพราะความหลงใหลในสิ่งที่เป็นอบายมุข (พุทธทาสภิกขุ, ม.ป.ป.) หลักอบายมุข 6 คือ การดื่มน้ำเมาการเที่ยวกลางคืน การเที่ยวดูมหรสพ การละเล่นต่างๆ การเล่นการพนัน การคบคนชั่วเป็นมิตร และความเกียจคร้านในการทำงาน จะไม่ใช่ประเด็นที่เกี่ยวกับสุรา แต่เป็นส่วนหนึ่งที่เอื้อให้คนดื่มสุราและติดสุราในที่สุด ซึ่งการจะนำหลักธรรมดังกล่าวไปปฏิบัติในเชิงรูปธรรมนั้น ผู้ที่ดื่มสุรานั่นเมื่อรู้โทษของสุรา ดังกล่าวแล้วต้องมีความเข้มแข็งทางด้านจิตใจ โดยคิดเสมอว่าหนทางดังกล่าวเป็นความเสื่อมที่จะเกิดขึ้นทั้งแก่ตนและแก่บุคคลที่อยู่ร่วมกันเมื่อสามารถกระทำได้นั้นโรคภัยไข้เจ็บก็จะทุเลาเบาบางลงไป และสามารถหายได้ในที่สุดสำหรับผู้ที่มีผลกระทบไม่มาก

2. เบญจศีล มนุษย์เกิดมามีรูปพรรณสัณฐานต่างกัน สุดแท้แต่เหตุแต่งมา ทำให้บางคนที่มีรูปร่าง บางคนมีรูปพราม ผู้มีรูปร่างย่อมเป็นที่ชอบของผู้พบเห็น ตรงกันข้ามกับผู้ที่มีรูปร่างย่อมไม่เป็นที่ชอบใจ เหมือนดอกไม้ที่ทั้งสวยและยังมีกลิ่นหอม และที่ไม่สวยซ้ำยังมีกลิ่นเหม็น ถ้าเป็นดอกไม้สวยมีกลิ่นหอม ก็ย่อมเป็นที่ชอบใจของคนทั้งหลาย แต่ถ้าเป็นดอกไม้ที่มีรูปและมีสีอันไม่สวยงาม ซ้ำยังมีกลิ่นเหม็นแล้วย่อมไม่มีใครปรารถนาเลยเช่นเดียวกับคนที่มีรูปร่างน่าใจไม่ได้ และถ้ายังเป็นคนรูปชั่วยังใจร้ายใจดำด้วย ก็จะหาคนคบค้าสมาคมด้วยไม่ได้เลย ส่วนใจนั้นก็มักเป็นไปตามพื้นเดิมแต่ก็ยังมีทางแก้ไขให้ดีขึ้นได้ด้วยการตั้งใจดี เช่นเดียวกับดอกไม้ที่ไมหอมมาแต่เดิมเขายังอบให้หอมได้ พระพุทธองค์ได้ทรงกำหนดวางแบบแผนแห่งความประพฤติไว้เป็นหลักฐาน การตั้งใจประพฤติตามบัพัญญุตินั้นชื่อว่า ศีลเมื่อบำเพ็ญศีลให้บริบูรณ์แล้ว ก็จะพบแนวทางสำหรับประพฤติกุศลและสามารถปฏิบัติตามคุณธรรมอย่างอื่นได้ยั่งยืนไม่แปรผัน

3. สติสัมปชัญญะ สติสัมปชัญญะเป็นธรรมที่มีอุปการะมาก (อง.ทศ. (ไทย) 20/180/129) เกื้อกูลในการทำกุศลทุกอย่าง พระธรรมทั้งมวลสรุปลงที่สติสัมปชัญญะตามหลักไตรสิกขา คือศีลสมาธิปัญญา ก็ต้องอาศัยสติสัมปชัญญะทั้งนั้นสติหมายถึงความระลึกได้ มีความรอบคอบ ไม่ลืม ไม่เผลอ ไม่ประมาทเป็นพื้นฐาน สัมปชัญญะหมายถึงความรู้สึกตัวไม่หลงลืม รู้สึกตัวอยู่เสมอทุกขณะจิตว่ากำลังทำอะไรอยู่ที่เกี่ยวข้องกับปัจจุบัน ไม่สนใจไปในอดีตหรืออนาคต สติสัมปชัญญะเป็นสติที่มีปัญญาสนับสนุนให้หันมามองเข้ามาดูจิตใจตัวเอง มองตัวเองในการกระทำการพูดการคิด เป็นสภาวะที่รู้เท่าทัน ไม่หลงผิดไปตามกิเลส ตัณหาและอารมณ์ที่มากกระทบ เมื่อมีสมาธิสมบูรณ์แล้วจึงจะเกิดสติสัมปชัญญะขึ้นได้ สติคือความระลึกได้ สัมปชัญญะคือความรู้สึกตัวหลักธรรมข้อนี้ ทำให้บุคคลรู้จักตนเองว่าเป็นใคร กำลังทำอะไรอยู่ และรู้ว่าจะทำอะไรสามารถครองตนระงับอารมณ์ต่างๆ ได้

5. สรุป

การหาทางออกจากปัญหาการดื่มสุรา เพื่อแก้ปัญหาสุขภาพส่วนบุคคลนั้นเป็นการรู้จักใช้หลักธรรมในทางพระพุทธศาสนาเพื่อแก้ปัญหาอันเกิดขึ้นแก่ตัวบุคคล ผู้ดื่มสุราด้วยอาศัยหลักธรรมทั้ง 3 ประการ คือ (1) อบายมุข 6 เป็นเครื่องชี้ให้เห็นโทษทัณฑ์ของการเข้าไปเกี่ยวข้องกับสุรามีผลเป็นอย่างไร เช่น เสียทรัพย์สินทันตา หรือเกิดโรคร้ายต่างๆ เป็นต้น และมีรูปแบบอย่างไรที่จะเอื้อให้เข้าไปคลุกคลีกับการดื่มสุรา เช่น การคบคนชั่วเป็นมิตรซึ่งจะชักนำไปในทางฉิบหายต่างๆ อันมีการเที่ยวกลางคืน และตกหนักที่การดื่มสุราแล้วเมาในที่สุด (2) ส่วนเบญจศีลเป็นเสมือนตะปูที่ตอกย้ำให้รู้ว่าเมื่อเรารู้ภัยแล้วควรที่จะหยุดเสียแล้วด้วยหลักการที่มีอยู่ เป็นการงดเว้นจากการดื่มสุรานั่นอย่างเด็ดขาด และ (3) สติสัมปชัญญะเป็นเสมือนยามรักษาการณ์ ที่คอยระแวดระวังภัยต่างๆ รอบตัวเราไม่ให้ผิดพลาดพลั้งอีกครึ่งหนึ่ง

6. บรรณานุกรม

- จักรกฤษณ์ ฤกษ์ดี. (2546). **ผลกระทบทางสุขภาพของประชาชนจากอุตสาหกรรมการผลิตเบียร์ในบ้านแม่ลาด หมู่ 2 ตำบลแม่ลาด อำเภอลองขลุง จังหวัดกำแพงเพชร**. งานวิจัย. สำนักวิจัยมหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- บัณฑิต ศรีไพศาล. นายแพทย์ และคณะ. (2549). **วิวัฒนาการนโยบายควบคุมปัญหาสุราของประเทศไทย**. เอกสารศูนย์วิจัยปัญหาสุรา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : ม.ป.ท.
- ปัญญา สระทอง. (2540). **ธรรมคดี**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์การศาสนา.
- แผนกตำรา กองวิชาการ สภาการศึกษาหมามกุฏราชวิทยาลัย. (2534). **ธรรมสมบัติ หมวดที่ 2 สังคี่ติถกถา**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์หมามกุฏราชวิทยาลัย.
- พระเทพเวที (ป.อ. ปยุตโต). (2539). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ). (2545). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระไพศาล วิสาโล. (2536). **ประวัติศาสตร์การบริโภคสุราในประเทศไทย**. กรุงเทพฯ : คณะกรรมการระดับชาติแห่งชาติ สถาบันวิจัยสาธารณสุขไทย มูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติ.
- พุทธทาสภิกขุ (ม.ป.ป.). **หลักธรรมของผู้ครองเรือน**. กรุงเทพฯ : ธรรมสภา.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มูลนิธิเพื่อนหญิง. (2549). **เลิกเหล้าชุมชนสร้างสุข**. กรุงเทพฯ : บริษัท พิมพ์ดีการพิมพ์ จำกัด.

- ศราวุธ ดีหมื่นไวย. (2549). เงินค่าเหล่า-เรียน. **เดลีเดธ ตายรายวัน**. กรุงเทพฯ: บริษัท พิมพ์ดีการพิมพ์ จำกัด.
- ศูนย์เครือข่ายวิชาการเพื่อสังเกตการณ์และวิจัยความสุขชุมชน มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ. (ออนไลน์). **ศึกษาแนวโน้มดัชนีความสุขมวลรวมของประชาชนในประเทศไทยตั้งแต่เดือนกรกฎาคม 2552. รายงานผลการสำรวจ สำนักวิจัยเอแบคโพลล์ สืบค้นเมื่อ 15 มีนาคม 2561. จาก www.abacpoll.au.edu.**
- สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส. (2534). **อธิบายคิทธิปฏิบัติ ทิศวิภาค**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย.
- _____. (2534). **อธิบายธรรมวิภาค ปริเฉทที่ 1**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย.
- สุนันทา ศิริวาท. (2548). **การทำหน้าที่ของครอบครัวตามการรับรู้ของเด็กวัยรุ่นที่เสพสุราในจังหวัดแพร่. งานค้นคว้าอิสระพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.**