

# เราะมะฎอนกับการสร้างจิตสำนึกที่ดี

[ ไทย – Thai – تايلاندي ]

มุนีร มุหะหมัด

ตรวจทานโดย : ซุฟอัม อุษมาน

ที่มา : เว็บไซต์ **islammore.com**

[http://www.islammore.com/main/content.php?page=news  
&category=4&id=3603](http://www.islammore.com/main/content.php?page=news&category=4&id=3603)

2014 - 1435

IslamHouse.com

# رمضان وبناء الوعي الأخلاقي

« باللغة التايلاندية »

منير محمد

المراجعة: صافي عثمان

المصدر: موقع إسلام مور

[http://www.islammore.com/main/content.php?page=news  
&category=4&id=3603](http://www.islammore.com/main/content.php?page=news&category=4&id=3603)

2014 - 1435

IslamHouse.com

ด้วยพระนามของอัลลอฮ์ ผู้ทรงเมตตา ปรานียิ่งเสมอ

## เราะมะฎอนกับการสร้างจิตสำนึกที่ดี

คำถามที่หลายคนต้องการคำตอบคือ จิตสำนึกที่ดีคืออะไร ? จิตสำนึกเป็นพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกซึ่งเกี่ยวข้องกับหน้าที่ ภาระรับผิดชอบ และการทำงาน ดังที่เราได้ยินคำพูดเหล่านี้บ่อยครั้ง เช่น จิตสำนึกของความเป็นครู จิตสำนึกของการเป็นพลเมืองดี การมีจิตสาธารณะ จิตสำนึกของการเป็นคนดี จิตสำนึกรักสิ่งแวดล้อม ฯลฯ ดังนั้นจิตสำนึกจึงเกี่ยวข้องกับคุณธรรมและจริยธรรมของบุคคล คำพูดเช่นนี้แสดงให้เห็นถึงความต้องการของสังคมและองค์กรให้สมาชิกและผู้ร่วมงานมีจิตสำนึกที่ดีในการปฏิบัติหน้าที่ มีจริยธรรมในการปฏิบัติงาน มีความซื่อสัตย์สุจริต มีความรับผิดชอบ มีระเบียบวินัย ช่วยเหลือเกื้อกูล มีเมตตาธรรมกรุณาธรรม มีความอดทน เศรษฐกิจพอเพียง มีความเสียสละ รู้จักให้อภัย

การที่บุคคลจะมีคุณธรรม มีจิตสำนึกที่ดี จำเป็นจะต้องมีการอบรมสั่งสอนหรือซึมซับประสบการณ์จากศาสนา ครอบครัวที่ดี และสังคมโดยรอบที่ดี และผ่านกระบวนการทำความดีจนติดเป็นนิสัย การที่จะทำให้จิตสำนึกเกิดขึ้นเองย่อมเป็นไปได้ยาก

ศาสนาอิสลามมุ่งมั่นให้ผู้นับถือศาสนานี้และประชาชนทั่วไป โดยเป็นผู้ที่มีคุณธรรมจริยธรรม ดังจะเห็นได้ว่า โครงสร้างของศาสนาอิสลามมี 3 ประการ คือ 1) การศรัทธาซึ่ง เป็นการเชื่อมั่นภายในหัวใจ 2) ศาสนบัญญัติ เป็นการปฏิบัติตามกฎบัญญัติ เพื่อเป็นการเคารพภักดีและรักษาระเบียบวินัย 3) คุณธรรม เป็นการตระหนักมั่นในการทำความดี หลักทั้ง 3 ประการนี้มีความผูกพันกัน ดังจะเห็นได้จากศาสนบัญญัติประการต่าง ๆ เช่น การละหมาด การจ่ายซะกาต การถือศีลอด การประกอบพิธีฮัจญ์ นอกจากนี้จะต้องปฏิบัติโดยถูกต้องตามบัญญัติแล้วจะต้องมีผลทางด้านจริยธรรมด้วย

พระองค์อัลลอฮ์ ตรัสถึงเป้าหมายของการถือศีลอดไว้  
ว่า

﴿لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ﴾ [البقرة: 183]

“เพื่อสุเจ้าทั้งหลายจะยำเกรง” (อัลบะกอเราะฮ์ / 183)

เป้าหมายของอายะฮ์นี้คือ การถือศีลอดมิใช่เป็นเพียง  
การอดอาหาร เครื่องดื่ม การขังแหวะทางเพศในช่วงระยะเวลา  
ที่ถือศีลอดเท่านั้น หากแต่ผลของการถือศีลอดจะต้องสะท้อน  
ออกถึงผลทางจริยธรรมด้วย กล่าวคือ

### 1 – ความซื่อสัตย์ต่อตัวเองระหว่างการถือศีลอด

ภายใต้การกำกับของพระองค์อัลลอฮ์ ทั้งที่ลับและที่  
เปิดเผย เพราะว่า ระหว่างการถือศีลอด เขาสามารถที่จะแอบ  
ดื่มน้ำหรือรับประทานอาหารได้ขณะอยู่ตามลำพัง แต่ด้วย  
ความซื่อสัตย์ต่อตัวเองและการกำกับของพระองค์อัลลอฮ์ ทำให้  
เขาระงับที่จะละเมิดบัญญัติการถือศีลอด ด้วยสภาพเช่นนี้จึง  
เป็นการปลูกฝังจิตสำนึกให้บุคคลมีความซื่อสัตย์ในการใช้  
ชีวิตประจำวันและการทำงานตามหน้าที่รับผิดชอบ ไม่ฉ้อฉล

บิดพลิ้ว ตบัดส์ตัย คดโกงต่อบริษัทและองค์กร ทำให้สามารถ  
ยกระดับจริยธรรมของบุคคลให้สูงขึ้น และเป็นการปลุกฝัง  
จิตสำนึกที่ดีแก่เขา

## 2 – ความรับผิดชอบ

การถือศีลอดฝีกหัดให้บุคคลมีความรับผิดชอบ รักษา  
เวลา เพราะการถือศีลอดในเดือนเราะมะฎอนของศาสนา  
อิสลามค่อนข้างนานถึงหนึ่งเดือน กำหนดเวลาที่มีความ  
แน่นอน มีบัญญัติค่อนข้างเข้มงวด ผู้ใดสามารถผ่านการ  
ทดสอบจากการถือศีลอดได้ จะทำให้เขาสามารถใช้ประโยชน์  
ไปในการสร้างจิตสำนึกต่อการมีความรับผิดชอบในการปฏิบัติ  
หน้าที่ รวมทั้งการรักษาเวลาและการตรงต่อเวลาด้วย

## 3 – ความอดทน

ประโยชน์ประการหนึ่งที่ได้จากการถือศีลอดคือ การ  
ปลุกฝังความอดทนให้แก่บุคคลในการเผชิญต่อปัญหาและ  
อุปสรรคในการดำรงชีวิตหรือปัญหาอื่นใดที่ถาถมเข้ามาใน  
ชีวิต พร้อมกับหาทางแก้ไขปัญหาดังกล่าวโดยสันติวิธี โดยวิธี

ที่ถูกต้องชอบธรรม มิใช่ด้วยการใช้วิธีทุจริตหรือวิธีที่ชั่วร้าย ขณะเดียวกันการถือศีลอดสั่งสอนให้บุคคลมีความอดกลั้น ควบคุมอารมณ์มิให้แสดงความโมโหฉุนเฉียว ระวังจิตใจมิให้ฟุ้งซ่าน ขจัดความวิตกกังวลอันอาจเกิดขึ้น บัญญัติอิสลามกำหนดให้บุคคลต้องถือศีลอดเมื่อเขาบรรลุนิติภาวะและมีสติสัมประชัญญะ จึงเท่ากันเป็นการหล่อหลอมจิตสำนึกที่ดีให้บุคคลรู้จักความอดทนตั้งแต่เยาว์วัย

#### 4 – เศรษฐกิจพอเพียง

อิสลามใช้ให้บรรดามุสลิมมีความประหยัดในการใช้จ่าย โดยให้บัญญัติการถือศีลอดให้เป็นแนวทางในการปฏิบัติ จากการรับประทานอาหาร 3 มื้อ และรับประทานของจุกจิกเกือบตลอดวันมาเป็นการรับประทานอาหารเพียง 2 มื้อ พร้อมกับงดการบริโภคสิ่งอื่นระหว่างมื้ออาหาร การถือศีลอดจึงเป็นการสร้างวินัยในการใช้จ่าย สร้างวินัยในการรับประทานอาหาร จะนำมาซึ่งการดูแลสุขภาพอนามัยให้แก่ตัวเอง ไม่เป็นโรคอันเกิดจากการรับประทานอาหาร เช่น โรคอ้วน โรค

ไขมัน โรคเบาหวาน เป็นต้น และไม่ใช่จ่ายทรัพย์สินไปใน  
หนทางที่ไร้ประโยชน์ พระองค์อัลลอฮ์ตรัสว่า

﴿ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴾ [الأعراف: ٣١]

“และสูเจ้าทั้งหลายจงกิน จงดื่ม และจงอย่าฟุ่มเฟือย แท้จริง  
พระองค์ไม่ทรงรักบรรดาผู้ฟุ่มเฟือย” (อัล-อะอฺรอฟ/31)

## 5 – การช่วยเหลือเกื้อกูล

การถือศีลอดมิได้มีเป้าหมายให้ผู้ถือศีลอดได้สัมผัส  
ความหิวโหยแต่เพียงผู้เดียวเท่านั้น หากแต่จำเป็นจะต้อง  
สะท้อนออกให้เป็นสภาพความทุกข์ยากของบรรดาผู้ด้อยฐานะ  
ว่าเขาเหล่านั้นต้องลิ้มรสความหิวโหยอย่างไร ในเมื่อเขารู้ซึ่งถึง  
ความหิวโหยดังกล่าวความรู้สึกภายในจิตใจของเขาที่แสดงออก  
คือ การมีความรู้สึกร่วมกับความหิวโหยของบรรดาผู้ด้อยฐานะ  
เหล่านั้น ทำให้จิตใจมีความรู้สึกเห็นอกเห็นใจพวกเขาจึงนำมา  
ซึ่งการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ การช่วยเหลือเกื้อกูล การโอบอ้อม  
อารีย์ แบ่งสรรส่วนหนึ่งจากสิ่งที่มีอยู่ให้แก่พวกเขา เพื่อ  
แสดงออกถึงการมีน้ำใจและความเป็นพี่น้องร่วมสังคมมนุษย์  
ด้วยกัน



## 6 – การให้อภัยกัน

วิสัยของมนุษย์ทั่วไปมีการปฏิบัติถูกต้อง แต่ก็ไม่บริสุทธิ์จากความผิดพลาด ความผิดพลาดที่เกิดขึ้น บางครั้งก็เป็นส่วนเฉพาะตัวเอง และบางครั้งความผิดพลาดเป็นการคุกคามต่อผู้อื่น เดือนเราะมะฎอนเป็นเดือนแห่งการประกอบความดี การสร้างความสันติสุข สร้างความสามัคคีปรองดองกัน ส่วนหนึ่งจากปัจจัยที่จะทำให้สิ่งเหล่านี้เกิดขึ้นก็คือ การขจัดข้อขัดแย้ง กรณียพิพาท และความไม่เข้าใจกัน โดยการหาทางประนีประนอม การให้อภัย บรรดามุสลิมจะใช้ช่วงเดือนเราะมะฎอนในการปฏิบัติความดีร่วมกัน ปรบความเข้าใจกัน อันเป็นมูลเหตุนำสังคมสู่ความผาสุก

สังคมจะมีความสันติสุข มีความอบอุ่น มีความสามัคคีปรองดองได้ สมาชิกในสังคมจะต้องมีจิตสำนึกที่ดี ดังนั้น จึงสมควรที่เราจะฉวยโอกาสในช่วงเดือนเราะมะฎอนนี้สร้างจิตสำนึกที่ดีกันเถิด

ที่มา

<http://www.islammore.com/main/content.php?page=news&category=4&id=3603>