

บทที่ 3 ผลการวิจัย

3.1 พฤติกรรมการบริโภคอาหารของชาวไทยมุสลิม

อาหารของมนุษย์ในแต่ละสังคม มีความแตกต่างกันออกไป ขึ้นอยู่กับทรัพยากรที่มีอยู่ ตามธรรมชาติของแต่ละท้องถิ่นนั้น มิใช่เฉพาะความเป็นอยู่และสภาพแวดล้อมที่ไม่เหมือนกันเท่านั้น แต่ขึ้นอยู่กับปัจจัยทางสังคมและวัฒนธรรมควบคู่กันไป ปัจจัยอีกประการหนึ่งคือ ความแตกต่างกันทางด้านเชื้อชาติศาสนา

อาหารของชาวไทยมุสลิม บัญญัติขึ้นตามหลักการอิสลาม มุสลิมต้องเลือกบริโภคแต่อาหาร (รวมทั้งเครื่องดื่ม) ที่ดี เป็นประโยชน์แก่ร่างกายอัลลอฮ์ ทรงสร้างสรรพสิ่งทั้งหลายมาให้เป็นเครื่องยังชีพ พระองค์ทรงอนุญาตให้ในสิ่งที่ดี และให้ละเว้นในสิ่งไม่ดี อาหารมุสลิมที่มีมาตั้งแต่ดั้งเดิมก็ยังคงชั่วหลานและมีให้เราได้พบเห็นตราบเท่าที่ยังมีการถ่ายทอดกันมา

อาหารมุสลิม

อาหารมุสลิม หมายถึง อาหารที่รับประทานได้ตามบทบัญญัติเกี่ยวกับอาหารโดยผ่านวิธีทำความสะอาดอย่างถูกต้อง ไม่ขัดต่อหลักศรัทธาและหลักปฏิบัติของศาสนาอิสลาม ซึ่งได้ยึดถือและปฏิบัติสืบต่อกันมา

การบริโภคอาหารของชุมชนมุสลิม

ศาสนาอิสลามมีบทบัญญัติในการรับประทานอาหาร มีคำสอนเกี่ยวกับสัญลักษณ์โดยผ่านกรรมวิธีอย่างเข้มงวด บัญญัติของอาหารที่เรียกว่า " ฮาลาล " และ " หะรอม "

อาหาร และการบริโภคอาหารจากบทบัญญัติของศาสนาอิสลาม

สามารถสรุปสาระได้ดังนี้

1. มุสลิมควรบริโภคแต่อาหาร และเครื่องดื่มที่ดีมีประโยชน์แก่ร่างกายที่พระอัลลอฮ์ประทานมาให้ เป็นเครื่องยังชีพแก่มนุษย์ เช่น สัตว์และพืชที่พระองค์ทรงอนุมัติ คือ สิ่งที่พระองค์ประทานมาเพื่อเป็นเครื่องยังชีพได้นั้นมีทั้งสิ่งดีและไม่ดี สำหรับมุสลิมนั้นพระองค์ได้ทรงอนุมัติอนุมัติให้แต่สิ่งที่ดีและให้ละเว้นสิ่งที่ไม่ดีตลอดจนห้ามปฏิบัติคำยั่วยุของหมู่มาร สำหรับการปฏิบัติ การนี้เคยเกิดขึ้นครั้งแรกตั้งแต่มนุษย์คู่แรก เคือนบีอาดัม (อลัยฯ) และพระนางฮาวา ซึ่งหากมุสลิม รู้ข้อความจริงและใช้วิจารณญาณแล้ว ย่อมต้องกราบขอบพระคุณในพระองค์ต่อความเมตตาต่อความโปรดปรานนี้

อย่างไรก็ตามด้วยความเมตตาแห่งพระองค์ พระองค์ก็มีทรงเอาผิดต่อผู้ฝ่าฝืนที่ไม่มีเจตนาและอยู่ในสภาวะคับขัน

อาหารฮาลาล เป็นอาหารที่อัลลอฮ์ทรงอนุมัติให้มุสลิมใช้ประโยชน์หรือนำมาบริโภคได้ ผู้ที่นับถือศาสนาอิสลามหรือมุสลิมต้องประพฤติปฏิบัติตนให้อยู่ในแนวทางที่ศาสนาบัญญัติไว้ โดยเฉพาะในเรื่องการบริโภคอาหารมุสลิมจะเลือกบริโภคแต่เฉพาะสิ่งที่ศาสนาอนุมัติ (สรรค์ละคราญ เขียนรวานิน, 2544, 145)

อาหารที่รับประทานได้นั้นมีหลายชนิดด้วยกัน เช่น นม (ที่มาจากวัว แพะ แกะ และอูฐ) น้ำผึ้ง ปลา ผักสด ผลไม้แห้งหรือผลไม้สด ถั่วต่างๆ ธัญพืชชนิดต่างๆ สัตว์ที่เชือดอย่างถูกต้องตามหลักศาสนาอิสลาม ไก่ เป็ด และสัตว์ปีกทุกชนิด ยกเว้นนกเหยี่ยวหรือนกอินทรี นกและไก่ที่มีเดือยแหลมคมอยู่หลังเท้า

อาหารต้องห้าม หรือเรียกว่า หะรอม คือ อาหารที่กินไม่ได้ เป็นอาหารที่ไม่อนุมัติแก่มุสลิม ถึงแม้จะมีไม่กี่ชนิดแต่มุสลิมก็ต้องถือปฏิบัติโดยเคร่งครัด

อาหารที่รับประทานไม่ได้ ได้แก่ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หมู และผลิตภัณฑ์จากหมู เช่น เบคอน แฮม เจลลาติน เลือด และผลิตภัณฑ์จากเลือดสุนัข สัตว์ที่มีเขี้ยวแหลมคมสำหรับฆ่าเหยื่อ เช่น เสือ สิงโต หมี ช้าง แมว และลิง สัตว์ครึ่งบกครึ่งน้ำ เช่น จระเข้ เต่า กบ ซากสัตว์ อวัยวะสัตว์ที่บัญญัติว่าสกปรก สัตว์ที่เชือดไม่ถูกต้องตามหลักอิสลาม

ส่วนอาหารที่ต้องสงสัยว่าเป็นอาหารหะรอม เช่น ไชมันเนย บริเวอรี่สต์ เนยแข็ง คอลลาเจน เครื่องแต่งสีและรสอาหาร เอนไซม์ เป็นต้น (นิดดา หงส์วิวัฒน์, 2547, 10)

จากข้ออนุมัติ (ฮาลาล) และข้อห้าม (หะรอม) ดังกล่าวในเรื่องของอาหารนี้ กล่าวได้ว่าเป็นเครื่องวัดคุณธรรมของมุสลิมได้ในหลายๆ ประการ เช่น ความซื่อสัตย์สุจริต ความอดทนอดกลั้น ความสำรวมตน เป็นต้น

2. ให้มุสลิมบริโภคอย่างพอประมาณและไม่สุร่ยสุร่าย ไม่ให้รับประทานในลักษณะที่งูๆ ข้างๆ ใ้อวดในความพอประมาณนั้น เช่น ในสามส่วนของกระเพาะ ควรเป็นอาหาร 1 ส่วน น้ำ 1 ส่วน และอากาศ 1 ส่วน

3. นอกเหนือจากอาหารอันเป็นประโยชน์ซึ่งอนุมัติโดยทั่วไปแล้ว พระอัลลอฮ์ยังทรงแนะนำให้มุสลิมบริโภคสิ่งต่างๆ อันจะเป็นประโยชน์ยิ่งต่อร่างกายของมนุษย์

4. อาหารที่ไม่ทรงอนุมัติให้มุสลิมบริโภค ได้แก่

(1) ซากสัตว์

ซากสัตว์ในที่นี้ หมายถึง สัตว์ที่ตายโดยไม่ได้ผ่านการเชือดตามวิธีการของศาสนา ส่วนสาเหตุหนึ่งหรือความประเสริฐในการรับประทานซากสัตว์ก็เพราะสัตว์ ดังกล่าวนั้นตายโดยผิดปกติ และเป็นเหตุทำให้เกิดโรค พร้อมทั้งเกรงว่าเชื้อโรคที่มีอยู่ในตัวสัตว์นั้นจะเป็น

อันตรายต่อสุขภาพของผู้บริโภค นอกจากนั้นแล้วซากสัตว์ในสายตาของผู้มีสติปัญญาสมบูรณ์ดี นั้น ถือว่าน่าขยะแขยงและสกปรกอีกด้วย

(2) เลือด

ห้ามรับประทานเลือด ไม่ว่าจะเป็เลือดก่อนหรือไม่ใช่เลือดก่อน (เลือดสด) ก็ตาม ส่วนความประเสริฐในการห้ามรับประทานเลือดก็เพราะว่าเลือดสกปรก และยากต่อการย่อยสลาย อีกทั้งเลือดยังแฝงไว้ด้วยสารที่ร่างกายไม่ต้องการอีกด้วย

(3) เนื้อหมู

มุสลิมห้ามรับประทานเนื้อหมู เพราะ มีผลหลายประการด้วยกัน ดังที่ กะมาลุชุกรี ได้แสดงเหตุผลดังนี้ คือ เนื่องจากหมูเป็นสัตว์ที่ชอบสิ่งปฏิกูลเป็นที่สุด ชาวแคนาดา และชาวอเมริกัน ได้รู้ถึงผลเกี่ยวกับอันตรายในการรับประทานเนื้อหมูจากการกล่าวของ ด็อกเตอร์อิฟฮาร์ด เรื่องอันตรายในการรับประทานเนื้อหมูว่า ในเนื้อหมูมีแบคทีเรีย Trichina (ทริคีน่า-พยาธิ ไตมีวหนังสือหรือตัวจิ๊ด) เมื่อรับประทานเข้าไปจะทำให้ป่วยเป็นโรค Trichinosis คือ โรคตัวจิ๊ด ซึ่งเป็นสาเหตุมาจากการรับประทานเนื้อหมู ส่วนมากผู้ที่เป็โรคทั้งหลายนั้นไม่รู้ถึงอาการเกิดโรคดังกล่าว และบางส่วน จากผู้ที่ถูกตรวจพบว่าเป็นโรคนั้นก็รักษาหายช้า บางส่วนก็ถึงแก่ความตาย เหล่านี้คือผลจากการที่ชอบรับประทานเนื้อหมูนั่นเอง

ผลเสียในการรับประทานเนื้อหมูนั้น เป็นที่ทราบกันมาตั้งแต่สมัย จักรพรรดิฉินในราชวงศ์ " ถัง " โดย นายซุน ซีเหมา และในราชวงศ์ " หมิง " โดย นายหลี่ ซึ่เหียน ตามผลการวิจัยด้านการแพทย์พบว่าเนื้อหมูมีเชื้อแบคทีเรีย ปะปนอยู่มากกว่า 20 ชนิด เช่น พยาธิไส้เดือน พยาธิตัวกลม พยาธิเส้นด้าย พยาธิปากขอ และอื่นๆอีก ทั้งเนื้อหมูยังเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดโรคมามากมาย เช่น โรคท้องร่วง โรคผิวหนัง โรคปัญญาอ่อน และอื่นๆ อีก เป็นต้น

(4) สัตว์ที่ถูกเชือด โดยกล่าวนามอื่น นอกจากพระนามของอัลลอฮ์

อัลลอฮ์ทรงห้ามเชือดสัตว์ด้วยการกล่าวนามสิ่งอื่น นอกจากพระนามของพระองค์ การเชือดสัตว์ที่ไม่ได้กล่าวนามของอัลลอฮ์ นั้น ชาวอาหรับใน สมัย ญาฮิลียะฮ (สมัยป่าเถื่อน) ได้ปฏิบัติกัน พวกเขาได้เชือดสัตว์ด้วยการกล่าวนามเทวรูป ของพวกเขาที่มีชื่อว่า ลัตตา และอุซซา หลังจากนั้นก็ถวายสัตว์เชือดเพื่อบูชาเทวรูปดังกล่าว

(5) สัตว์ที่ถูกรัดคอตาย

ไม่อนุญาตให้รับประทานสัตว์ที่ตายเพราะถูกบีบ หรือรัดคอ ซึ่งรวมไปถึงการการมัดด้วยเชือกหรือการติดบ่วงด้วย

(6) สัตว์ที่ถูกทุบตี หรือทับตาย

ไม่อนุญาตให้รับประทานสัตว์ที่ถูกทุบตี หรือทับตายไม่ว่าด้วยท่อนไม้หรือก้อนหิน และอื่นๆ ก็ตาม



(7) สัตว์ที่ตกลงมาหรือถูกชนตาย หรือสัตว์ที่ถูกตะครุบกิน

ด้านกฤษฎีกาและเทคโนโลยีสารสนเทศ

สัตว์ที่มีสาเหตุอันเนื่องมาจากตกลงมาจากที่สูง ถูกชนหรือถูกสัตว์อื่นตะครุบนั้น

ถ้าหากว่าถึงแก่ความตายก็ไม่อนุญาตให้นำมาบริโภค สัตว์ที่ถูกระบุไว้ในข้อ (5) , (6) , (7) ข้างบนนี้จะเป็นมีอนุญาตให้ก็ต่อเมื่อพบว่ามันยังมีชีวิตอยู่และได้ทำการเชือดตามหลักเกณฑ์ของ ศาสนา (กะมารูล ชุกริ , ม.ป.ป , 3-6)

(8) สัตว์ที่มีเขี้ยวเล็บต่างๆ รวมทั้งสัตว์เลื้อยคลาน

(9) เครื่องดื่มได้แก่ สิ่งที่เป็นอันตราย เช่น ยาพิษ และสิ่งอื่นๆ ในทำนองนี้ เป็นต้น สิ่งที่สกปรก เช่น เลือด ปัสสาวะ น้ำเหลือง หรือนมจากสัตว์ที่ห้ามบริโภคของเนื้อสัตว์เหล่านั้น เป็นต้น สิ่งที่ทำให้มีเนมา หรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ผสมอยู่เช่น น้ำหมัก กระแช่ เบียร์ เหล้า สุรา ไวน์ เป็นต้น

อาหารที่ถูกจำกัด หรืออาหารที่ไม่จำกัดของชุมชนมุสลิมยังคงปฏิบัติตามหลักศาสนา กันอย่างเคร่งครัด อาหารและการบริโภคอาหารที่ตกทอดต่อกันมา กลายเป็นขนบธรรมเนียม ประเพณีของคนในแต่ละท้องถิ่น ประพฤติปฏิบัติของคนในสังคมบางครั้งหาข้อพิสูจน์ไม่ได้ว่าหา ต้นกำเนิดมาจากที่ใด แต่ได้ถือว่าปฏิบัติกันมาหลายชั่วอายุคนโดยไม่มีเหตุผล ชุมชนมุสลิมเขต หนองจอกมีวัฒนธรรมการบริโภคอาหารที่เป็นเอกลักษณ์ถึงแม้จะมีการเปลี่ยนแปลงไปบ้างแต่บ่ง ชี้ให้เห็นถึงความเป็นมุสลิมอย่างชัดเจน

ภาชนะที่ใช้ใส่อาหาร

การบริโภคอาหารของมุสลิมจะรับประทานกันเป็นครอบครัวโดยการวางอาหารในสำหรับ หรือภาชนะที่เรียกว่า " ตีบซี " (ถาดอลูมิเนียมมีลักษณะกลม) มีหลายขนาด การจัดสำหรับหนึ่ง สำหรับกลุ่มประมาณ 3-5 คน ใช้ตีบซีขนาดใหญ่เส้นผ่าศูนย์กลางขนาดใหญ่มากกว่า 60 เซนติเมตร จัดวางกับข้าวโดยรอบและให้ภาชนะใส่ข้าวเป็นจำนวนมากก็จะมีหม้อแกมข้าว ต่างหากอยู่ข้างสำหรับที่นั่งรับประทานกัน ส่วนขนมหวานจัดแยกใส่อีกสำหรับหนึ่ง ตีบซี มีขนาดเล็ก เส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 40 เซนติเมตร ถ้วยหรือชามขนมมีขนาดเล็กพอรับประทานกัน นิยม นั่งรับประทานอาหารกับพื้น ใช้มือตักอาหารรับประทาน บางครอบครัวใช้ช้อนเมื่อเห็นว่าไม่สะดวก ในการรับประทานอาหาร และหากมีแขกมาเยือนบ้าน การจัดสำหรับอาหารจะมีลักษณะการจัดวาง แตกต่างออกไป นั่นคือ ถาดที่ใส่ข้าว จะมีการแบ่งออก เป็นส่วนๆ ตามจำนวนคนภายในถาดนั้น ส่วนกับข้าวจะอยู่ตรงกลางเพื่อรับประทานกัน

มารยาทในการบริโภคอาหาร

ในการบริโภคอาหารและการดื่ม อิสลามสอนให้ใช้มือขวา ห้ามรับประทานอาหารเลอะเทอะ มุมมาม รับประทานพอค่ำไม่มากเกินไปเคี้ยวให้ละเอียดก่อนกลืน ไม่ให้ตักใส่จานมากเกินไป ความพอดี ไม่ล้วงล้าของบริโภคผ่านหน้าผู้อื่นถ้าจำเป็นควรขอโทษ และขอให้ช่วยส่งให้ การรับประทานอาหารวงใหญ่ควรหยิบอาหารส่งให้กับผู้ที่ไกลจากอาหารแต่ใกล้ตัวเรา ไม่กินทิ้งกินขว้าง สูรุษสูร่าย ไม่ตำหนิอาหาร แต่ต้องกล่าวพระนามของพระองค์ และสรรเสริญพระองค์ เมื่อกินหรือดื่มให้กล่าว " บิสมิลลาฮฺ " (ด้วยพระนามแห่งอัลลอฮ์) และเมื่ออิ่มแล้วให้กล่าว " อัล-หัมดุลิลลาฮฺ-ละซ็อฎูอะมะนะนา วะสะกะอ นาวะญะอะละนะนา มุสลิมีน " (บรรดาการสรรเสริญเป็นสิทธิ์แห่งอัลลอฮ์ที่ทรงให้อาหารแก่เราและเครื่องดื่มแก่เราและทรงให้เราเป็นมุสลิม) นอกจากนี้ให้มุสลิมรับประทานอาหารร่วมกัน และไม่ควรมีรับประทานนอกจากจำเป็นจริง ๆ (ดิเรก กุลสิริ สวัสดิ์, 2525 ,82-83)

จริยธรรมในการบริโภคอาหาร

สรรคัสคราญ เชี่ยวนาวิน (2544 117-121) กล่าวไว้ในงานวิจัยเรื่อง หน้าที่ของวัฒนธรรมอาหารอิสลามที่มีต่อวิถีชีวิตของชาวไทยมุสลิมเกี่ยวกับจริยธรรมในการบริโภคอาหารว่า ศาสดาของอิสลามได้วางรูปแบบของจริยธรรมในการบริโภคอาหารไว้เพื่อเป็นแบบอย่างให้มุสลิมปฏิบัติ ซึ่งได้ให้ความเห็นไว้ว่า " พอสสมควร " เป็นคำอธิบายถึงจริยธรรมในการบริโภคอาหารแบบอิสลามได้ง่ายและถูกต้องโดยคำว่า พอสสมควร เมื่อนำมาแยกความหมายของตัวอักษรแต่ละตัวแล้ว พ-อ-ส-ม-ค-ว-ร ได้ความหมายดังต่อไปนี้

พ หมายถึง " พรอันประเสริฐ "

อิสลามสอนว่ามุสลิมทุกคนจะต้องขอพรต่ออัลลอฮ์ ทั้งก่อนและหลังจากการบริโภคอาหารนั้น โดยเริ่มต้นขอพรและระลึกถึงพระคุณความดีที่อัลลอฮ์ ได้ทรงประทานให้เพื่อมีสุขภาพที่ดีทั้งกายและใจ และเมื่อบริโภคจนอิ่มแล้ว ก็ให้กล่าวสรรเสริญ และระลึกถึงคุณของอัลลอฮ์

อ หมายถึง " อนามัย "

อิสลามจะเน้นในเรื่องของความสะอาด เพราะถือว่าความสะอาดเป็นส่วนหนึ่งของความศรัทธา จาก จริยวัตรของท่านศาสดาในเรื่องรับประทานอาหาร ท่านศาสดาจะล้างมือด้วยน้ำก่อนรับประทานอาหารเสมอ ท่านใช้มือขวาในการหยิบจับอาหารรับประทาน ด้วยนิ้วมือสามนิ้ว นั่งรับประทานด้วยกิริยาสำรวม ไม่ตำหนิอาหารและทำความสะอาด ซองปากทุกครั้งหลังมืออาหาร

ส หมายถึง " สงเคราะห์ "

ในเรื่องอาหารนั้น มุสลิมทุกคนจะต้องรู้จักแบ่งปัน หรือสงเคราะห์อาหารให้แก่ผู้ยากไร้ และอาหารนั้นต้องมีความเทียบเท่ากับอาหารที่ตัวเองรับประทาน ท่านศาสดาท่านมีจริยวัตร

เกี่ยวกับการทำบุญเลี้ยงอาหารแก่ผู้ที่เป็นแขกนั้น ท่านจะคำนึงถึงเพื่อนบ้านใกล้เคียงเสมอและ
ดำเนินผู้ที่อยู่ด้วยความอึดอัดในขณะที่ยู่ที่อื่นหิวโหย และท่านได้สอนว่าการเป็นเจ้าของ
บ้านนั้นให้มุสลิมสังเคราะห์บริการอาหารแก่แขก เจ้าของบ้านควรรับประทานอาหารแก่แขกและ
หยุดรับประทานอาหารภายหลังแขกเสมอ

ม หมายถึง "เหมาะสม"

การเดินทางสายกลางเป็นสิ่งที่ท่านศาสดาได้ปรารถนาให้มุสลิมปฏิบัติตาม ครั้งหนึ่งท่าน
ศาสดาขอร้องให้สาวกที่ถือศีลอดอย่างยาวนาน ให้ละเว้นการถือศีลอด และให้กลับไปดำรงตนเป็น
พ่อบ้านซึ่งมีหน้าที่ต้องคอยดูแลครอบครัว เพราะศาสนาอิสลามไม่ปรารถนาให้ปฏิบัติศาสนกิจจน
เกิดความพอดี ดังนั้น การบริโภคอาหารจึงนึกถึงความเหมาะสม และพอดี

ค หมายถึง "ควบคุมปริมาณ"

มุสลิมนิยมรับประทานอาหารแต่ในปริมาณที่น้อย ไม่รับประทานอาหารมากเกินไป เพราะ
จะก่อให้เกิดผลเสียหลายประการ เช่น ทำให้ได้รับสารอาหารมากเกินไปซึ่งเป็นสาเหตุที่
ก่อให้เกิดโรค เช่น โรคอ้วน โรคเบาหวาน โรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง เป็นต้น ท่านศาสดาจะ
ไม่รับประทานอาหารก่อนรู้สึกหิว และท่านจะหยุดรับประทานอาหารก่อนอิ่มเสมอ

จ หมายถึง "วีรติ" ซึ่งแปลว่าการงดเว้น

ให้งดเว้นในการบริโภคอาหาร หะรอม หรือสิ่งที่ต้องห้ามในศาสนาอิสลาม ได้แก่ สุกร
เลือด สัตว์อนูมิตีที่ไม่ได้ผ่านการเชือดตามบัญญัติอิสลาม สุรา ของมีเมา เป็นต้น การอด
อาหารในช่วงเดือนรอมฎอน จึงเป็นส่วนหนึ่งในการบริโภคอาหารตามแบบอิสลาม

ร หมายถึง "ร่วมกัน"

การทำกิจกรรมร่วมกันในการบริโภคอาหารถือเป็นส่วนหนึ่งในการนับถือศาสนาอิสลาม
ชาวมุสลิมในครอบครัวเดียวกันจะรับประทานอาหารร่วมกัน ไม่ว่าจะป็นในช่วงเวลาปกติหรือ
กระทั่งการถือศีลอดก็ตาม

บทบัญญัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารและเครื่องดื่มที่ปรากฏในคัมภีร์อัล-กุรอานและหะดีษ

นอกจากมุสลิมจะมีหน้าที่ในการปฏิบัติศาสนกิจและวิถีชีวิตตามวัฒนธรรมอิสลามดังได้
กล่าวแล้วนั้น มุสลิมยังมีหน้าที่แสวงหาปัจจัยในการยังชีพตามหลักในการบริโภคซึ่งตามคัมภีร์
อัล-กุรอาน และแบบอย่างคำสอนของท่านศาสดาได้วางหลักการแลกฎข้อบังคับในเรื่องเครื่อง
บริโภคและวิธีการบริโภค ซึ่งมาระสำคัญ ดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 : อาหาร

การเลือกสิ่งบริโภค

สิ่งที่ดีมีประโยชน์ที่มนุษย์สามารถจะบริโภคได้นั้นมีจำนวนมากมาย ส่วนสิ่งที่เป็นอันตรายก็มีจำนวนไม่น้อย แต่สิ่งที่ดีนั้นก็มีมากมายจนไม่จำเป็นต้องไปเลือกบริโภคแก่สิ่งที่ให้โทษ อิสลามได้กำหนดไว้อย่างชัดเจนเกี่ยวกับการเลือกสิ่งที่จะบริโภค ทั้งนี้เพื่อประโยชน์แก่สุขภาพ และอนามัยของมนุษย์โดยตรง ซึ่งตามคัมภีร์อัล-กุรอานได้ระบุเกี่ยวกับการเลือกสิ่งที่จะบริโภคไว้ดังนี้

“มนุษย์ชาติเอ๋ย จงบริโภคสิ่งที่อนุมัติและสิ่งดี (แก่สุขภาพ) ที่มีอยู่ ณ แผ่นดิน และจงอย่าปฏิบัติตามรอย (เอาเยี่ยงอย่าง) ของมาร แท้จริงมันเป็นศัตรูที่เปิดเผยสำหรับสุเจ้า”

(กุรอาน 2:168)

“บรรดาผู้ศรัทธาเอ๋ย จงบริโภคจากสิ่งที่ดีทั้งหลายที่เราได้ประทานเครื่องยังชีพแก่สุเจ้า (อย่าบริโภคอาหารที่ให้โทษแก่ร่างกาย) และจงขอบคุณต่ออัลลอฮ์ (ด้วยการทำความดี) ถ้าพระองค์เท่านั้นที่สุเจ้าเคารพภักดี” (กุรอาน 2:172)

จากโองการดังกล่าวข้างต้น อัลลอฮ์ทรงกล่าวแก่มนุษย์ทั้งหลาย โดยการเรียกร้องให้มนุษย์จงเลือกบริโภคสิ่งที่ดีที่พระองค์ทรงจัดหาไว้ให้ และเตือนมิให้หลงเดินตามแนวทางความชั่วร้ายที่ล่อลวงผู้คนให้ห้ามปรามสิ่งเป็นประโยชน์ต่าง ๆ ที่พระองค์ได้ทำให้เป็นที่อนุมัติ (ฮาลาล) เพราะการกระทำเช่นนั้นจะเป็นการนำไปสู่กับดักแห่งการทำลายตนเอง และทรงเตือนให้พวกเขาสำนึกในความกรุณาของพระองค์

ประเภทของสิ่งบริโภคในอิสลาม

ก). ประเภทของสิ่งบริโภคที่อนุมัติ

ตามหลักการในอิสลาม อัลลอฮ์ทรงสร้างสรรพสิ่งทั้งหลายเพื่อยังประโยชน์แก่มนุษย์ อาหารส่วนใหญ่จึงเป็นสิ่งที่อนุมัติ (ฮาลาล) จะเห็นว่า อิสลามยังให้ความสำคัญในเรื่องโภชนาการและการบริโภคเป็นอย่างยิ่ง ทั้งนี้เนื่องจากมีอิทธิพลต่อสุขภาพและอนามัยของมนุษย์โดยตรง ดังนั้น สิ่งบริโภคที่อิสลามอนุมัติก็คือสิ่งบริโภคที่อิสลามอนุมัติก็คือสิ่งบริโภคที่ดีมีคุณค่าทางโภชนาการ เสริมสร้างพลาสมาและสุขภาพที่ดีแก่ร่างกาย ซึ่งอาหารที่มีคุณค่าเหล่านี้จะต้องประกอบด้วยสารอาหารครบทั้ง 5 หมู่ ได้แก่ คาร์โบไฮเดรต โปรตีน ไขมัน วิตามิน และเกลือแร่ รวมทั้งน้ำ ตามการจัดหมวดหมู่อาหารที่ได้รับการปรับปรุงสำหรับชาวไทยมุสลิมดังนี้

หมู่ที่ 1

อาหารประเภทเนื้อสัตว์ ไช้ นม และถั่วเมล็ดแห้งที่ให้โปรตีน ซึ่งช่วยเสริมสร้างเนื้อเยื่อ และยังให้ไขมัน วิตามิน และเกลือแร่ ได้แก่ เนื้อวัว ควาย แพะ แกะ เป็ด ไก่ นก ปลา ปู กุ้ง หอย เครื่องในสัตว์ และผลิตภัณฑ์จากถั่วเหลือง เป็นต้น

หมู่ที่ 2

ข้าว แป้ง น้ำตาล เผือก มัน รวมทั้งผลิตภัณฑ์จากแป้งและน้ำตาล ซึ่งให้สารอาหารประเภทคาร์โบไฮเดรตในปริมาณที่สูง ทั้งยังให้สารอาหารประเภทไขมัน วิตามิน และเกลือแร่ ซึ่งมีประโยชน์ในการให้พลังงาน ได้ ข้าว ข้าวเหนียว ข้าวโพด ข้าวฟ่าง ข้าวสาลี ลูกเดือย เผือก มันเทศ มันฝรั่ง มันแกว มันสำปะหลัง เม็ดสาคุ ขนมะจีน ก่วยเตี๋ยว ขนมะปราง น้ำผึ้ง อ้อย

หมู่ที่ 3

ผักชนิดต่าง ๆ ได้แก่ ผักใบเขียวและผักอื่น ๆ ซึ่งให้วิตามิน เกลือแร่ และเส้นใยที่มีประโยชน์ในการขับถ่ายและป้องกันมิให้เกิดโรค ได้แก่ พักทอง บวบ น้ำเต้า มะเขือเทศ แตงกวา กะหล่ำปลี ต้นหอม ถั่วงอก ผักกาดขาว คะน้า ผักขม ผักกวางตุ้ง ผักบุ้ง พริกไทย มะระ เป็นต้น

หมู่ที่ 4

ผลไม้ชนิดต่าง ๆ (เหตุผลที่แยกเอาผลไม้ออกจากผัก เพราะผลไม้มีปริมาณน้ำตาลอยู่มาก) ให้วิตามิน เกลือแร่ และพลังงานที่จำเป็นแก่ร่างกาย ได้แก่ กล้วย ทูเรียน ขนุน ชมพู แตงโม แตงไทย แคนตาลูป น้อยหน่า ฝรั่ง ละครุด พุทรา มะกอก มะขาม มะตูม ส้ม มะนาว มะปราง มะเฟือง มะไฟ มะละกอ สับปะรด มะม่วง ลำไย ลิ้นจี่ องุ่น อ้อย และอินทผลัม

หมู่ที่ 5

ไขมันทั้งจากสัตว์และพืชซึ่งให้พลังงานแก่ร่างกาย ไขมันจากพืชที่มีประโยชน์ต่อร่างกายมากกว่า เพราะไขมันที่ได้จากพืชเป็นไขมันที่ไม่อิ่มตัวที่จำเป็นและร่างกายสร้างขึ้นเองไม่ได้หากบริโภคในปริมาณพอเหมาะจะช่วยลดไขมันในเส้นเลือด ยกเว้นไขมันมะพร้าวเป็นไขมันอิ่มตัวส่วนไขมันที่ไม่อิ่มตัวมักอยู่ในน้ำมันพืชที่ได้มาตรฐาน อาทิ น้ำมันจากข้าวโพด ดอกทานตะวัน ดอกคำฝอย รำข้าว และถั่วเหลือง เป็นต้น

นอกจากสิ่งบริโภคหรืออาหารที่มีคุณประโยชน์โดยทั่วไปที่อนุมัติให้บริโภคแล้วอิสลามยังแนะนำให้มุสลิมบริโภคอาหารบางอย่างเสริม เช่น เนื้อสัตว์ นม น้ำผึ้ง ผัก และผลไม้ ฯลฯ

ข). ประเภทของสิ่งบริโภคที่ไม่อนุมัติ

อย่างที่ได้อธิบายข้างต้นแล้วว่า อัลลอฮ์ทรงสร้างสรรพสิ่งทั้งหลายเพื่อยังประโยชน์แก่มนุษย์ ดังนั้น อาหารส่วนใหญ่จึงเป็นที่อนุมัติ แต่ขณะเดียวกันนั้น พระองค์ก็ทรงกำหนดสิ่งต้องห้ามหรือ สิ่งที่ไม่อนุมัติ (ฮารอม) ไว้ ด้วยเหตุที่สิ่งบริโภคที่อิสลามไม่อนุมัตินั้นเป็นสิ่งบริโภคที่ไม่ดีไม่ส่งเสริมให้ร่างกายมีพละกำลังที่แข็งแรงสมบูรณ์ ทั้งยังเป็นอันตรายต่อสุขภาพร่างกายและจิตใจ

ซึ่งในคัมภีร์อัล-กุรอานได้ปรากฏหลักฐานการกำหนดสิ่งบริโภคที่ต้องไว้ดังต่อไปนี้

“แท้จริง พระองค์ทรงห้ามสุเจ้าแต่เพียงสัตว์ที่ตายเอง เลือด (ที่คั่งหรือไหลออกมา) เนื้อของสุกร และสัตว์ที่ถูกเชือดพลีเพื่อผู้อื่นนอกไปจากอัลลอฮ์ แต่ผู้ใดก็ตามที่ตกอยู่ในภาวะคับขัน (ที่ต้องบริโภคอาหารเช่นนั้น) ไม่ใช่เจตนาขัดขึ้น (นึกอยากลอง) และไม่ไร้ละเมียด (บริโภคเกินความคับขันหรือความจำเป็น) ดังนั้นไม่มีบาปแก่เขา เพราะแท้จริงอัลลอฮ์เป็นผู้ทรงอภัย ผู้ทรงเมตตาเสมอ” (กุรอาน 2:173)

จะเห็นได้ว่า โองการที่ห้ามอาหาร 4 ประเภทกับโองการที่ห้ามอาหาร 10 ประเภทดังกล่าวไม่มีอะไรขัดกัน เพราะสัตว์ที่ถูกรัดคอตาย สัตว์ที่ถูกตีจนตาย สัตว์ที่พลัดตกมาจากที่สูงตาย สัตว์ที่ถูกขวิดจนตาย และสัตว์ที่ถูกสัตว์ป่าดุร้ายกัดกินนั้นจัดอยู่ในประเภทของสัตว์ที่ตายเองทำนองเดียวกัน สัตว์ที่ถูกเชือดพลีเพื่อบูชายัญเคารพก็จัดอยู่ในสัตว์ที่ถูกพลีอุทิศให้แก่ผู้อื่นนอกไปจากอัลลอฮ์นั่นเอง

ดังนั้น อาหารที่ต้องห้ามบริโภคสำหรับมุสลิมตามคัมภีร์อัล-กุรอานจึงแบ่งออกเป็นประเภทใหญ่ ๆ ได้ 4 ประเภท ดังนี้ คือ

1. สัตว์ที่ตายเอง

สัตว์ที่ตายเอง หมายถึง สัตว์ที่ตายเองตามธรรมชาติ โดยมีได้ถูกฆ่าหรือถูกล่าโดยมนุษย์ซึ่งอาจเป็นการตายเองโดยผลของเชื้อโรค สุขภาพไม่แข็งแรงสมบูรณ์ หรือแก่ตาย เป็นต้น นอกจากนี้คำว่า “สัตว์ที่ตายเอง” นี้ยังถูกขยายความเพิ่มเติมในวรรคที่ (5:3) ว่า สัตว์ที่ตายเองนั้นให้รวมถึงสัตว์ประเภทต่าง ๆ ดังนี้

ก). สัตว์ที่ถูกรัดคอตาย หมายถึง สัตว์ที่ถูกรัดคอตายด้วยเชือกหรือด้วยวิธีใดที่ทำให้หายใจไม่ออกจนตาย

ข). สัตว์ที่ถูกตีจนตาย หมายถึง สัตว์ที่ถูกตีด้วยกระบองหรือวัตถุใดก็ตามจนตาย

ค). สัตว์ที่ตกลงมาตาย หมายถึง สัตว์ที่ตายเพราะพลัดตกลงมาจากที่สูงหรือตกลงไปในห้วย

ง). สัตว์ที่ถูกขวิดตาย หมายถึง สัตว์ที่ถูกสัตว์อื่นขวิดตาย

จ). สัตว์ที่ถูกสัตว์ป่ากิน หมายถึง สัตว์ที่ถูกสัตว์ป่ากัดและตายเพราะเหตุนั้น

อนึ่ง สัตว์ที่กำลังตายจากสาเหตุข้างต้น พระองค์ทรงยกเว้นไว้ว่า “ เว้นแต่สุเจ้าเชือดทัน” หมายความว่า ถ้าหากใครมาพบสัตว์ขณะที่ยังมีชีวิตอยู่และสามารถเชือดมันได้ทัน เนื้อของสัตว์นั้นก็เป็นที่อนุมัติ (ฮาลาล) ซึ่งคำว่า “ยังมีชีวิตอยู่” หมายถึง ยังเห็นสัญญาณของการมีชีวิตของมันอยู่

เหตุผลของการห้ามบริโภคสัตว์ที่ตายเอง

1). การบริโภคเนื้อสัตว์ที่ตายเอง เป็นสิ่งที่น่ารังเกียจต่อความรู้สึกของคนที่มีอารยธรรม เพราะเป็นการขัดต่อเกียรติยศศักดิ์ศรีของมนุษย์ และศาสนาที่นับถือคัมภีร์ของพระผู้เป็นเจ้าล้วน

มีข้อห้ามการบริโภคเนื้อสัตว์ที่ตายเอง จะบริโภคแต่เฉพาะเนื้อของสัตว์ที่ถูกเชือดหรือฆ่าอย่างถูกต้องเสียก่อนเท่านั้น ส่วนเรื่องวิธีการฆ่าสัตว์นั้นอาจมีความแตกต่างกันไปบ้าง

2). ในการประกอบกิจการใดก็ตาม มุสลิมจะกระทำอย่างมีวัตถุประสงค์และความตั้งใจ และดำเนินการตามเป้าหมายจนสำเร็จโดยจะไม่ใช่หรือเก็บเกี่ยวผลประโยชน์อื่นใดที่ไม่อยู่ในขอบเขตเป้าหมาย การฆ่าสัตว์ก็เช่นกัน วัตถุประสงค์ของการฆ่าสัตว์เพื่อที่จะใช้มันเป็นอาหาร และเพื่อที่จะทำให้มันพ้นจากสภาพ “สัตว์ที่ตายเอง” เพราะอัลลอฮ์มีทรงต้องการให้มนุษย์บริโภคสิ่งที่เรามิได้เจตนาหรือตั้งใจที่จะบริโภคดังในกรณีของสัตว์ที่ตายเอง เช่นเดียวกับการล่าสัตว์นั้นก็ต้องมีเจตนาที่จะล่ามาเพื่อเป็นอาหารด้วยเช่นกัน

3). การที่สัตว์ตายเองโดยธรรมชาตินี้ อาจเป็นการตายลงเพราะอุบัติเหตุ โรคระบาด ร้ายแรงการกินพืชที่เป็นพิษ หรือโดยสาเหตุอื่น ๆ ที่คล้ายคลึงกัน การกินเนื้อของมันจึงอาจเป็นอันตรายได้ ดังนั้น การห้ามบริโภคสัตว์ที่ตายจึงเป็นการช่วยระวังสุขภาพ ซึ่งย่อมเป็นผลดีแก่ร่างกายและจิตใจของมนุษย์เอง อนึ่ง สัตว์ที่ตายลงเพราะความแก่ชราหรือขาดอาหารตายก็ต้องห้ามเช่นกัน

4). มุสลิมถือว่านับเป็นความเมตตาอย่างยิ่งของอัลลอฮ์ที่ทรงห้ามมนุษย์กินสัตว์ที่ตายเองเพราะพระองค์ทรงมีความประสงค์ที่จะจัดหาแหล่งอาหารไว้ให้แก่สัตว์ต่าง ๆ หลายประเภท รวมทั้งนกนานาชนิด

5). การห้ามมนุษย์มิให้บริโภคเนื้อสัตว์ที่ตายเองเช่นนี้ยังเป็นการกระตุ้นให้เจ้าของสัตว์มีความเมตตากรุณา และรู้จักดูแลป้องกันสัตว์ของตนเองมิให้ได้รับอันตรายจากสาเหตุทั้งหลายต่าง ๆ มนุษย์จะต้องไม่ปล่อยปละละเลยจนมันเป็นโรค หรือถูกรัดคอ หรือพลัดจากที่สูง หรือถูกขวิดในการต่อสู้กับสัตว์อื่น และต้องไม่ทรมาณมันด้วยวิธีใด ๆ เพราะมิฉะนั้นมันก็อาจจะตายลงได้ซึ่งเป็นการสิ้นเปลืองทรัพยากร

2. เลือด

คำว่า “เลือด” ในที่นี้หมายถึง เลือดซึ่งไหลออกมาเท่านั้น อาจเป็นเลือดที่ไหลจากตัวสัตว์เนื่องจากบาดแผลจากอุบัติเหตุ หรือจากการเชือดสัตว์เพื่อเอาเลือดมาบริโภค

ในอดีตก่อนหน้าอิสลาม มีผู้คนจำนวนมากใช้กระดูกหรือสิ่งมีคมแทงเข้าไปในเนื้อสัตว์เพื่อให้เลือดไหลแล้วเอาเลือดนั้นมาดื่มกิน เนื่องจากการแทงเข้าไปในเนื้อของสัตว์ที่มีชีวิตนั้นเป็นการทำให้มันได้รับบาดเจ็บและอ่อนกำลังลง ดังนั้น อัลลอฮ์จึงได้ห้ามการกระทำดังกล่าวนี้ เหตุที่อัล-กุรอานห้ามการนำเลือดมาบริโภคหรือประกอบอาหารนั้น เพราะถือว่าเป็นสิ่งไม่สะอาดน่ารังเกียจต่อความรู้สึก เป็นแหล่งรวมของเชื้อโรคต่าง ๆ และมีโทษมากกว่าประโยชน์ที่จะได้รับซึ่งเป็นอันตรายต่อสุขภาพร่างกายของมนุษย์ และในกรณีนี้บทบัญญัติของโมเสสก็ห้ามไว้เช่นกัน

(Leviticus 7:26)

ปัจจุบันเป็นที่ทราบกันโดยทั่วไปว่า แพทย์สามารถวินิจฉัยโรคต่าง ๆ ได้จากการตรวจเลือดจะนั้นมุสลิมคงจะหาคำตอบได้ด้วยตัวเองในประการนี้แล้วว่า เพราะเหตุใดพระองค์จึงทรงไม่อนุมัติให้บริโภคเลือดของสัตว์ และแท้จริงบทบัญญัติที่เป็นทั้งข้อใช้และข้อห้ามในแต่ละประการพระองค์ทรงไว้ด้วยเหตุผลซึ่งจะเป็นประโยชน์แก่มวลมนุษยชาติ โดยที่พวกเขาเหล่านั้นจะได้ทราบความจริงและความเข้าใจด้วยการใช้เหตุผลและวิจารณ์ญาณไตร่ตรอง

3. เนื้อสุกร

อาจจะกล่าวได้ว่าเนื้อของสุกร (หมู) เป็นสิ่งต้องห้ามตามบทบัญญัติของศาสนาอิสลาม ซึ่งห้ามมิให้บริโภคอย่างที่ทราบกันโดยทั่วไปแล้ว ไม่เพียงแต่คัมภีร์อัล-กุรอานเท่านั้นหลายลัทธิหลายศาสนาในโลกก็ต่างมีข้อห้ามมิให้บริโภคหรือแต่ละต้องเนื้อหมูเช่นกันเช่น ชาวไซโรแอลเทียอันไม่บริโภคเนื้อหมู ชาวฮิวและคริสต์บางลัทธิไม่บริโภคและไม่แต่ละต้องเนื้อหมูเพราะถือว่าหมูเป็นสัตว์ที่สกปรก กินอาหารไม่เลือกไม่ว่าจะเป็นซากสัตว์หรือสิ่งปฏิกูลต่าง ๆ ความเป็นอยู่ภายนอกของหมูที่เราสามารถเห็นได้ก็อยู่ในภาวะที่ไม่สะอาดเท่าสัตว์ประเภทอื่น ๆ นอกจากนี้ หมูยังมีรูปร่างลักษณะน่าเกลียด ทำเดินก็อ้วกอ้าย อุปนิสัยก็สกปรก มุมมาม และลำสอน ด้วยเหตุนี้เนื้อของมันจึงเป็นที่น่ารังเกียจต่อคนที่มีรสนิยม

ความจริงแล้วเหตุผลของการที่มุสลิมถูกห้ามมิให้บริโภคเนื้อหมูนั้นด้วยจุดมุ่งหมาย 2 ประการ คือ เพื่อสุขภาพร่างกายและจิตใจของมนุษย์เอง และข้อสำคัญก็คือเป็นพระบัญชาของพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของ ด้วยเหตุนี้มุสลิมจึงไม่บริโภคหมู แต่มิได้เกิดจากเหตุผลที่ว่า ศาสนาอิสลามถือกำเนิดขึ้นในดินแดนทะเลทรายซึ่งมีสภาพภูมิศาสตร์ไม่เหมาะต่อการเลี้ยงหมู ดังนักวิชาการตะวันตกเคยตั้งสมมติฐานไว้เพราะแท้จริงผู้ทรงบัญญัติห้ามมิให้บริโภคคือพระเจ้า (อัลลอฮ์) มิใช่ท่านศาสดามุฮัมมัดและศาสนาอิสลามที่พระองค์ทรงประทานมานั้นก็เพื่อมนุษยชาติทั่วโลกมิใช่เพื่อแต่เฉพาะชาวอาหรับในทะเลทรายเท่านั้น

ต่อมาเมื่อวิทยาการเจริญ คำว่า "เพื่อสุขภาพ" ก็มีคำอธิบายมากขึ้น วงการแพทย์ยอมรับว่าหมูเป็นสัตว์ที่มีเชื้อโรคภายในตัวมาก กล่าวคือ หมูเป็นสัตว์ที่สามารถเป็นโรคติดต่อต่าง ๆ ได้ง่าย ตั้งแต่โรคธรรมดาจนถึงโรคที่มีอันตรายร้ายแรง เช่น ท้องร่วง บิด อหิวาต์ บาดทะยัก กาฬโรค โรคแอนแทรกซ์ และโรคพยาธินาซันนิค จากการค้นคว้าทางการแพทย์เมื่อเร็ว ๆ นี้ แสดงให้เห็นว่าในเนื้อหมูมีพยาธิที่เป็นอันตรายร้ายแรงมากกว่าพยาธิในสัตว์อื่น ๆ ซึ่งมีชื่อว่า ตัวจิ๊ด (ทริคิโนซิส) นอกจากนี้ยังพบอีกว่า เนื้อหมูเป็นอาหารที่ย่อยได้ยาก ทำให้อวัยวะภายในร่างกายต้องทำงานหนักมากก่อให้เกิดอาการท้องผูก ถ้าใส่อุดตัน เนื้อหมูมีไขมันประเภทอิ่มตัวมากซึ่งมีโทษมากกว่าประโยชน์ทำให้ไขมัน (คลอเรสเตอรอล) ในเลือดสูง ก่อให้เกิดการอุดตันของเส้นเลือด ความดันโลหิตสูงซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดโรคต่าง ๆ อีกมากมาย ดังนั้นการบริโภคเนื้อหมูจึงเป็นอันตรายในทุกสภาพอากาศโดยเฉพาะในเขตอากาศร้อน นอกจากนี้

นักปราชญ์บางคนยังให้ความเห็นว่า การบริโภคหมูปอย ๆ จะทำให้ความรู้สึกละเอียดของมนุษย์ในเรื่องที่เกี่ยวกับสิ่งหยาบโลนน้อยลงและในขณะเดียวกันก็ไม่มีใครสามารถอธิบายถึงสิ่งที่อาจค้นพบในอนาคต จะทำให้มนุษย์ล่วงรู้ถึงเหตุผลของการห้ามมิให้บริโภคเนื้อหมูได้ เพราะอัลลอฮ์ผู้ทรงยิ่งใหญ่ได้ตรัสสมจริงแล้วที่ทรงกล่าวว่า “ห้ามสิ่งโลมม” (กุรอาน 7:157)

4. สัตว์ที่ถูกพลีให้แก่ผู้อื่นนอกจากอัลลอฮ์

สัตว์ที่ถูกพลีให้แก่ผู้อื่นนอกจากอัลลอฮ์หมายถึง สัตว์ที่ถูกเชือดโดยที่ผู้เชือดกล่าวนามอื่นนอกจากอัลลอฮ์ ยังให้รวมถึงสัตว์ที่ถูกเชือดพลีเพื่อการบูชาบุญบรรดาเทวรูปเคารพต่าง ๆ เพราะการเชือดทั้งสองต่างเป็นการบูชาเทพเจ้าจอมปลอมเหมือนกัน

จะแตกต่างกันตรงที่ว่าในกรณีของ “ที่ถูกพลีให้แก่ผู้อื่นนอกจากอัลลอฮ์” การเชือดสัตว์มิได้กระทำในบริเวณที่ตั้งรูปปั้นบูชา แต่กล่าวชื่อบรรดาพระเจ้าหรือเทวรูปบูชานามอื่นนอกจากอัลลอฮ์ในขณะที่เชือดพลี เช่น ในสมัยอดีต เมื่อเวลาเชือดสัตว์ พวกอาหรับที่บูชารูปปั้นจะเอ่ยนามบรรดาเทพเจ้าองค์อื่น ๆ หรือเทวรูปของตนเพื่อที่จะแสวงหาความใกล้ชิดกับเทพเจ้าของพวกเขา ส่วนในกรณี “ที่ถูกพลีเพื่อการบูชาบุญ” การเชือดสัตว์จะกระทำต่อหน้ารูปปั้นและบนแท่นบูชาโดยตรง ดังนั้นจึงไม่จำเป็นที่จะต้องเอ่ยนามของเทวรูปที่ตนจะเชือดสัตว์บูชาให้ เช่น ในยุคญาฮิลียะฮ์นั้น บริเวณข้างหน้าบรรดาเทวรูปรอบกะบะฮ์จะมีแท่นบูชาดังอยู่ พวกบูชาเจ็ดจะเชือดสัตว์บนแท่นหรือไม่ก็ใกล้กับแท่นนี้ ดังนั้นเพื่อขจัดความคิดดังกล่าวออกจากจิตใจของคนอัล-กุรอานจึงได้บัญญัติไว้อย่างชัดเจนว่า การกระทำดังกล่าวจัดอยู่ในประเภทเดียวกับที่ถูกบูชาให้แก่ผู้อื่นนอกจากอัลลอฮ์

เหตุผลที่มุสลิมถูกห้ามมิให้บริโภคสัตว์ประเภทนี้คงมิใช่เพื่อป้องกันสุขภาพร่างกายเช่นเดียวกับสัตว์ประเภทอื่น ๆ หากแต่เป็นเรื่องที่เกี่ยวกับจิตใจและความศรัทธาทั้งสิ้น กล่าวคือเพื่อป้องกันรักษาไว้ซึ่งความเชื่อในเอกภาพของมุสลิมมิให้ตั้งภาคีต่ออัลลอฮ์หรือมี ศรัทธาที่ล้ำสอนแลเป็นการต่อสู้กับการชริกทุกรูปแบบ ซึ่งจะทำให้การปฏิบัติศาสนกิจเป็นสิ่งบริสุทธิ์

นอกจากนี้ เมื่ออัลลอฮ์สร้างมนุษย์ขึ้นมาก็ให้ควบคุมทุกสิ่งที่อยู่บนโลก และอนุญาตให้ฆ่าเพื่อนำมาเป็นอาหาร ดังนั้น เมื่อก่อนจะฆ่าสัตว์ มนุษย์จึงควรประกาศนามของอัลลอฮ์ออกมาเพื่อเป็นการขออนุญาตจะเอาชีวิตของมันจากผู้สร้างมันขึ้นมา และหากผู้ใดเอ่ยนามอื่นไปจากอัลลอฮ์ย่อมหมายถึงเขาไม่ได้ขออนุญาตจากพระองค์ ดังนั้น เนื้อของมันจะต้องถูกปฏิเสธ (ฮารอม)

5. สัตว์บกประเภทอื่น ๆ ที่ต้องห้าม

เกี่ยวกับเรื่องของสัตว์บกนั้น อัลลอฮ์ทรงกำหนดห้ามการบริโภคอาหารไว้เพียง 4 ประเภท คือ เนื้อหมู เลือด เนื้อของสัตว์ที่ตายเอง และเนื้อของสัตว์ที่ถูกเชือดพลีเพื่อผู้อื่นนอก

ไปจากอัลลอฮ์ ซึ่งปรากฏหลักฐานอย่างชัดเจนในบทบัญญัติของคัมภีร์อัล-กุรอาน ซึ่งอาจแบ่งได้เป็นประเภทย่อย ๆ 10 ประเภทดังที่กล่าวมาแล้ว และขณะเดียวกันในคัมภีร์อัล-กุรอาน และหะดีษของท่านศาสดายังได้กล่าวเกี่ยวกับสัตว์บกที่ต้องห้ามประเภทอื่น ๆ ไว้ ดังนี้

“และเขาห้ามพวกเขาในสิ่งที่เลว” (กุรอาน 7:157)

“ในวันการเผชิญหน้ากันที่คอย ท่านศาสดาได้ห้ามกินเนื้อของลาที่ถูกเลี้ยงไว้ใช้งาน” (รายงานโดยบุคอรี)

“ท่านศาสดาได้ห้ามมิให้บริโภคเนื้อของสัตว์ที่ร้ายที่มีเขี้ยวทุกชนิด” (รายงานโดยมุสลิม)

“ท่านศาสดาได้ห้ามมิให้บริโภคเนื้อของสัตว์ป่าใด ๆ ก็ตามที่มีเขี้ยว และนกที่มีกรงเล็บ” (รายงานโดยบุคอรี และมุสลิม)

จากโองการแรกข้างต้น “สิ่งที่เลว” ในที่นี้หมายถึง สิ่งที่คนทั่วไปเห็นว่ามันเป็นที่น่ารังเกียจ แม้ว่าอาจจะจะมีบางคนชื่นชอบมันก็ตาม ส่วนในหะดีษที่ถัดมานั้น ท่านศาสดาได้กำหนดห้ามการบริโภคเนื้อของลาบ้านที่มนุษย์เลี้ยงไว้เพื่อขี่และใช้งานบรรทุกของ แต่ลาบ้านนั้นถือเป็นสัตว์อีกประเภทหนึ่งที่ต่างจากสัตว์ที่เรียกว่าลาบ้าน ดังนั้น ลาป่าจึงเป็นสัตว์ที่ศาสนาอนุญาตให้บริโภค ส่วน “เนื้อของสัตว์ร้ายที่มีเขี้ยวทุกชนิด” ได้แก่ ช้าง สิงโต เสือ งู จระเข้ สุนัขป่า แมวป่า เป็นต้น “สัตว์ป่า” หมายถึง สัตว์ป่าใด ๆ ที่ล่าเหยื่อเป็นอาหาร เช่น สิงโต เสือ สุนัขป่า และอื่น ๆ ที่คล้ายกัน ส่วน “นกที่มีกรงเล็บ” ได้แก่ เหยี่ยว อินทรี และนกชนิดอื่นที่จับสัตว์ที่เป็นเหยื่อด้วยกรงเล็บของมัน

“สัตว์ทะเล” ในที่นี้หมายถึง สัตว์ที่อาศัยอยู่ในทะเลและไม่สามารถที่จะดำรงชีวิตอยู่ได้ หากมิได้อาศัยอยู่ในน้ำ อิสลามถือว่าเป็นสัตว์ที่อนุมัติให้บริโภค (ฮาลาล) ทั้งหมดไม่ว่าจะได้มาโดยวิธีใดก็ตาม จะยังมีชีวิตอยู่หรือตายแล้ว จะเป็นตัวหรือเป็นชิ้น ๆ จะเป็นปลาหรือสัตว์น้ำชนิดอื่น ๆ ที่ถูกเรียกว่าอะไรก็ตาม จะถูกจับโดยมุสลิมหรือไม่ใช่มุสลิมก็ตาม ด้วยเหตุที่อัลลอฮ์ผู้ทรงกรุณาได้ให้ความอุดมสมบูรณ์อันกว้างใหญ่ไพศาลของพระองค์แก่บรรดาบ่าวของพระองค์ด้วยการอนุญาตให้บ่าวของพระองค์สามารถบริโภคสัตว์ทะเลทุกอย่างได้โดยไม่จำเป็นต้องเชือดเพื่อให้เลือดของมันไหลก่อน มนุษย์มีเสรีภาพเต็มที่ในการที่จะจับมันไม่ว่าจะในลักษณะใดก็ได้ เพียงแต่ให้หลีกเลี่ยงการทรมานที่ไม่จำเป็นใด ๆ ให้ไกลที่สุดที่จะไกลได้ นอกจากนี้ ท่านอุมัร ได้อธิบายว่า “อาหารของมัน” หมายถึง สิ่งที่ถูกเอาขึ้นจากทะเล ขณะที่ท่านอิบนุ อับบาส กล่าวไว้ว่า “อาหารของมัน” หมายถึง สัตว์ที่ตายจากมัน ดังนั้น สัตว์ทะเลที่ตายเองถือเป็นสิ่งอนุมัติ

ท่านองเดียวกับสัตว์จำพวกตักแตน อิสลามได้กำหนดยกเว้นให้เป็นที่ยอมรับให้บริโภคได้ เนื่องจากสัตว์จำพวกตักแตนนั้นได้รับการยกเว้นให้พ้นสภาพจากอาหารประเภท “สัตว์ที่ตายเอง”

โดยมิได้ถือเป็นการฆาตกรรม เหตุที่ท่านศาสดาอนุญาตให้สามารถบริโภคสัตว์จำพวกตักแตนที่ตายได้ เพราะเห็นว่าปัญหาเกี่ยวกับเรื่องการทำหรือเชือดมันนั้นมิได้เกิดขึ้น

“พวกเราได้ออกไปลาดตระเวนกับท่านศาสดาเจ็ดหรือหกครั้งด้วยกัน และเราได้กินเนื้อสัตว์จำพวกตักแตนกับท่าน” (รายงานโดยญะมาอะฮ์)

ความจำเป็นทางการแพทย์

เกี่ยวกับปัญหาที่ว่าอาหารต้องห้ามบางอย่างสามารถนำมาใช้เป็นยาได้หรือไม่นั้นในเรื่องนี้นักกฎหมายอิสลามยังมีความเห็นที่แตกต่างกันไปเป็นสองทาง กลุ่มหนึ่งมิได้ถือว่ายารักษาโรคจัดอยู่ในประเภทของสิ่งที่มีความจำเป็นเหมือนอาหาร ซึ่งกลุ่มที่มีความคิดเห็นเช่นนี้ได้นำเอาหะดีษของท่านศาสดามุฮัมมัดมาเป็นข้อสนับสนุนว่า

“แน่แท้ อัลลอฮ์มิได้ทรงจัดการรักษาสำหรับท่านในสิ่งที่พระองค์ได้ห้ามแก่ท่าน” (รายงานโดยบุคอรี)

แต่ขณะเดียวกัน นักกฎหมายอีกกลุ่มหนึ่งกลับมีความเห็นว่าต้องการยารักษาโรคนั้นมีความสำคัญเท่า ๆ กับความต้องการอาหาร เพราะความต้องการทั้งสองอย่างนี้มีความจำเป็นในการรักษาชีวิต ซึ่งในการสนับสนุนความคิดเห็นที่ว่าสิ่งต้องห้ามสามารถนำมาเป็นยาได้นั้น นักกฎหมายกลุ่มนี้อ้างว่า ท่านศาสดาอนุญาตให้อับดุลเราะห์มาน บิน ออฟ และ ชุบัยร์ บิน อาวาม สวมใส่ผ้าไหมได้ เพราะบุคคลทั้งสองได้รับความลำบากจากโรคผิวหนัง ซึ่งทัศนคติประการหลังนี้อาจจะใกล้เคียงกับเจตนารมณ์ของอิสลามที่คำนึงถึงการสงวนชีวิตมนุษย์ในทุกบัพัญญูและคำสอน แต่อย่างไรก็ตาม การใช้ยารักษาโรคที่มีส่วนประกอบจากสิ่งหะรอมจะเป็นที่อนุมัติก็ต่อเมื่ออยู่ภายใต้เงื่อนไขดังต่อไปนี้

1. ชีวิตของคนไข้จะเป็นอันตรายถ้าหากว่าไม่ได้รับยานี้
2. ไม่มีทางเลือกหรือมีการรักษาอื่นที่ฮาลาลมาทดแทน
3. การให้ยารักษานั้นถูกกำหนดโดยแพทย์มุสลิมที่มีความรู้และยำเกรงต่อพระเจ้า

อย่างไรก็ตาม หากพิจารณาบนพื้นฐานของการสังเกตและความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ จะเห็นได้ว่า ความจำเป็นทางการแพทย์ที่ต้องใช้สิ่งที่ไม่เป็นที่อนุมัติ (ฮารอม) แทบจะไม่เกิดขึ้นเลยแต่อย่างไรก็ดี ในกรณีที่มุสลิมตกอยู่ในสภาพที่มาสามารถหาวิธีการเยียวยาอื่นใดนอกไปจากวิธีการที่ต้องอาศัยสิ่งฮารอมก็อาจกระทำได้เนื่องจากเข้าใจหลักที่ว่า “ความจำเป็นคือสิ่งกำหนดข้อยกเว้น”

ตอนที่ 2 : เครื่องดื่ม

อย่างที่กล่าวมาแล้วว่า หลักการพื้นฐานของอิสลามเกี่ยวกับการเลือกสิ่งบริโภคนั้น (อาหารและเครื่องดื่ม) อิสลามกำหนดไว้อย่างชัดเจน โดยเรียกร้องให้มนุษย์เลือกบริโภคแต่สิ่งที่ดีที่อัลลอฮ์ทรงจัดหาไว้ และห้ามมิให้มนุษย์บริโภคสิ่งใด ๆ ก็ตามที่อาจก่ออันตรายต่อสุขภาพจะเห็นได้ว่า อิสลามให้ความสำคัญในเรื่องการบริโภคเป็นอย่างยิ่ง ทั้งนี้เนื่องจากการบริโภคนั้นมีอิทธิพลต่อสุขภาพและร่างกายของมนุษย์โดยตรง ซึ่งตามคัมภีร์อัล-กุรอานได้ระบุเกี่ยวกับการเลือกสิ่งที่จะบริโภคไว้ดังนี้

“มนุษย์ชาติเอ๋ย จงบริโภคสิ่งที่อนุมัติและสิ่งดี (แก่สุขภาพ) ที่มีอยู่ ณ แผ่นดิน และจงอย่าปฏิบัติตามรอย (เอาเยี่ยงอย่าง) ของมาร แท้จริงมันเป็นศัตรูที่เปิดเผยสำหรับสูเจ้า” (กุรอาน 2:168)

“บรรดาผู้ศรัทธาเอ๋ย จงบริโภคจากสิ่งที่ดีทั้งหลายที่เราได้ประทานเครื่องชีพแก่สูเจ้า (อย่าบริโภคอาหารที่ให้โทษแก่ร่างกาย) และจงขอบคุณต่ออัลลอฮ์ (ด้วยการทำความดี) ถ้าพระองค์เท่านั้นที่สูเจ้าเคารพภักดี” (กุรอาน 2:172)

จากโองการดังกล่าว จะเห็นได้ว่า สิ่งที่บริโภคที่ดีมีประโยชน์สามารถจะบริโภคได้นั้นมีจำนวนมากมายมหาศาล ส่วนที่ไม่ดีเป็นอันตรายก็มีไม่น้อย ซึ่งอิสลามห้ามบริโภค (กินหรือดื่ม) สิ่งที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ และในทางตรงกันข้าม อิสลามสั่งให้บริโภคสิ่งที่ดีที่อัลลอฮ์ทรงอนุมัติ

ประเภทของเครื่องดื่มในอิสลาม

ก). เครื่องดื่มที่อิสลามอนุมัติและส่งเสริม

ตามหลักการอิสลามแล้ว อัลลอฮ์ทรงสร้างสรรพสิ่งทั้งหลายเพื่อยังประโยชน์แก่มนุษย์ ดังนั้น อาหาร (รวมทั้งเครื่องดื่ม) ส่วนใหญ่จึงเป็นสิ่งที่อนุมัติ และถ้าหากพิจารณาเฉพาะในเรื่องเครื่องดื่ม เครื่องดื่มที่อิสลามอนุมัตินั้น ก็คือเครื่องดื่มที่มีคุณค่าทางโภชนาการ เสริมสร้างพลังงานมัย และสุขภาพที่ดีต่อร่างกายนั่นเอง

นอกจากเครื่องดื่มโดยทั่วไปที่อนุมัติให้บริโภคแล้ว อิสลามยังแนะนำให้มุสลิมบริโภคเครื่องดื่มบางอย่างที่มีประโยชน์เสริม เช่น น้ำ น้ำนม น้ำผึ้ง และน้ำผลไม้ที่ไม่ทำให้มีเมฆา

ข). เครื่องดื่มที่อิสลามไม่อนุมัติ (ต้องห้าม)

เครื่องดื่มต้องห้ามที่อิสลามไม่อนุมัตินั้นแบ่งออกได้เป็น 3 ประเภท ดังนี้ คือ

1). สิ่งที่เป็นอันตราย เช่น ยาพิษ และสิ่งอื่น ๆ ในทำนองนี้ เป็นต้น

เนื่องจากหลักการพื้นฐานในเรื่องการบริโภคอาหารและเครื่องดื่มในอิสลามก็คือ ห้ามมิให้มุสลิมบริโภคกินหรือดื่มสิ่งใดก็ตามที่อาจก่อให้เกิดอันตรายต่อสุขภาพและร่างกายถึงตายไม่ว่าจะตายโดยทันทีหรือค่อย ๆ ตายก็ตาม เช่น ยาพิษ หรือสิ่งอื่นที่เป็นอันตรายหรือเป็นโทษ

นอกจากนี้ อิสลามยังได้ห้ามการบริโภคหรือการดื่มกินสิ่งใดในปริมาณหรือเป็นจำนวนมากด้วย ถ้าหากว่าการบริโภคในปริมาณหรือเป็นจำนวนมากนั้นจะนำมาซึ่งความเจ็บไข้ได้ป่วย เพราะอิสลามถือว่ามุสลิมใช้นายของตนเองเสียทั้งหมดทีเดียว แต่เขาเป็นส่วนหนึ่งของศาสนาและประเทศชาติของเขาด้วย นอกจากนี้ ชีวิต สุขภาพ ทรัพย์สิน และทุกสิ่งที่อัลลอฮ์ทรงได้ประทานให้ เป็นสิ่งที่เขาได้รับมอบหมายให้เป็นผู้มีหน้าที่ดูแล ซึ่งเขาไม่ได้รับอนุญาตให้บั่นทอนหรือทำลายดังที่อัลลอฮ์ทรงกล่าวว่า

“และจงอย่าฆ่าตัวของสุเจ้า แท้จริงอัลลอฮ์เป็นผู้ ทรงเมตตาต่อสุเจ้าเสมอ”

“และจงอย่าโยนสู่ความพินาศโดยมือของสุเจ้าเอง” (กุรอาน 2:195)

“จงอย่าทำอันตรายตัวเองหรือคนอื่น ๆ” (รายงานโดยอะหมัด และอิบนุ มาญะฮ์)

2). สิ่งที่เป็นสิ่งสกปรก เช่น เลือด ปัสสาวะ น้ำเหลือง หรือน้ำนมจากสัตว์ที่ห้ามบริโภค เนื้อของสัตว์เหล่านั้น เป็นต้น ซึ่งเหตุผลของการห้ามในข้อนี้ได้กล่าวแล้วในส่วนของการอาหาร

3). สิ่งที่ทำให้มีเมมา หรือเครื่องดื่มประเภทที่มีแอลกอฮอล์ผสมอยู่ เช่น น้ำหมัก กระแช่ เบียร์ เหล้า สุรา ไวน์ เป็นต้น ซึ่งในข้อนี้มีบทบัญญัติปรากฏในคัมภีร์อัล-กุรอานและหะดีษดังนี้

“บรรดาผู้ศรัทธาเอ๋ย แท้จริงน้ำเมา และการพนัน และการบูชาอัยดู และการเสียดตัวนั้น เป็นสิ่งโสมนมจากการกระทำมาร ดังนั้นจงหันห่างมันเสีย เพื่อสุเจ้าจะได้ประสบความสำเร็จมา เพียงแต่ปรารถนาที่จะก่อการเป็นศัตรูและการเกลียดชังกันในระหว่างสุเจ้าเนื่องในน้ำเมา และการพนัน และหันเหสุเจ้าจากการรำลึกถึงอัลลอฮ์และจากการละหมาดแล้วสุเจ้ายังเป็นผู้ชินอยู่หรือ?” (กุรอาน 5:90-91)

“จงออกห่างจากสุรา เพราะมันเป็นบ่อเกิดแห่งความชั่วร้ายทั้งปวง” (รายงานโดยมุสลิม และนะซาอี)

โองการทั้งหลายดังกล่าวข้างต้นนี้ อัลลอฮ์ได้ทรงห้ามน้ำเมาและการพนันอย่างเด็ดขาด โดยรวมมันไว้กับการบูชาอัยดูและเสียดทาย และพระองค์ยังทรงประกาศว่า การกระทำดังกล่าวเป็น “ริจฎ์ส” (สิ่งสกปรกโสมนม) ซึ่งตามคัมภีร์อัล-กุรอาน ใช้ในความหมายว่า เป็นสิ่งที่น่ารังเกียจที่สุดและสิ่งที่ชั่วร้ายเลวทราม พระองค์ได้ชี้ให้เห็นว่า น้ำเมาและการพนันนั้นเป็นงานของมารร้ายที่มีแต่ความหลอกลวง ความชั่วร้าย และพระองค์ได้ทรงบัญชาแก่ผู้ศรัทธาให้หลีกเลี่ยงออกจากมันเพื่อที่ว่าพวกเขาจะได้พบความสำเร็จ โดยได้กล่าวถึงผลร้ายของสุราและการพนันที่มีต่อสังคม เพราะมันจะทำลายความสัมพันธ์ที่ดี สร้างความเป็นศัตรู และความเกลียดชังให้เกิดขึ้น นอกจากนี้ ยังมีผลต่อจิตใจของมนุษย์ด้วย โดยมันจะเป็นสาเหตุที่ทำให้เขาละทิ้งหน้าที่ทางศาสนาและการรำลึกถึงอัลลอฮ์ โดยเหตุที่อัลลอฮ์ต้องทรงประกาศห้ามการดื่มเครื่องดื่มประเภทสุรานั้นเนื่องมาจากในยุคญาฮิลียะฮ์นิยมดื่มสุราและจัดงานเลี้ยงฉลองต่าง ๆ ที่มีการดื่ม

สิ่งมีนเมาอย่างมาก ซึ่งความนิยมในการดื่มสุรานี้สะท้อนให้เห็นได้จากภาษาและวรรณกรรมของ พวกเขาที่กล่าวถึงสรรพคุณของสุราชนิดต่าง ๆ และชื่อเรียกอันหลากหลายของเครื่องดื่มประเภท แอลกอฮอล์นี้ ดังนั้น เพื่อทำลายความชั่วช้าเลวทรามที่กำลังแพร่ระบาดในสังคมและที่ กำลังขยายออกไปนั้นอัลลอฮ์ได้ใช้วิธีการอันชาญฉลาด โดยให้การศึกษาอบรมและการบัญญัติ ห้ามอย่างเป็นทางการเป็นขั้นตอนพระองค์ได้ทำให้พวกเขาอหับเห็นเป็นที่ชัดเจนว่า โทษของการดื่มสุรานั้น ยิ่งใหญ่กว่าคุณประโยชน์ที่พวกเขาจะได้รับ และพระองค์ยังได้ห้ามพวกเขาอย่างเด็ดขาดไม่ให้ทำ ละหมาดขณะมีนเมาด้วย

สำหรับประเด็นที่ว่า แอลกอฮอล์จะนำไปใช้เป็นยาได้หรือไม่ ท่านศาสดามุฮัมมัดกล่าวว่า “อัลลอฮ์ได้ส่งโรคและยารักษาโรคลงมาให้ และสำหรับทุกโรคนั้นมียารักษา ดังนั้น จงใช้ยา แต่จงอย่าใช้สิ่งใดที่ฮารอมเป็นยา” (รายงานโดยอะบู ดาวูด)

“มันไม่ใช่ยารักษาโรค แต่มันเป็นโรคอย่างหนึ่ง” (รายงานโดยมุสลิม, อะหมัด, อาบู ดาวูด และติรมิซี)

“อัลลอฮ์มิได้ให้ยารักษาโรคแก่ท่านในสิ่งที่พระองค์ได้ทรงห้ามท่าน” (รายงานโดยบุคอรี)

ดังนั้น อิสลามจึงห้ามการใช้แอลกอฮอล์ และสิ่งต้องห้ามอื่น ๆ เพื่อเป็นยารักษาโรคดังที่ อิบน์ ก็อยยิม อธิบายว่า เมื่ออิสลามห้ามสิ่งใดแล้ว ย่อมหมายถึง การที่มุสลิมจะต้อง หลีกเลี่ยงห่างไกลจากมันทุกวิถีทาง แต่การใช้แอลกอฮอล์เพื่อเป็นยาทำให้จะต้องมีมันไว้ใน ครอบครอง ดังนั้นจึงเป็นการขัดต่อวัตถุประสงค์ของอัลลอฮ์ผู้ทรงออกกฎหมาย เกี่ยวกับเรื่องนี้ อิบน์ ก็อยยิม กล่าวว่า “ถ้าแอลกอฮอล์ถูกอนุญาตให้นำมาใช้เป็นยาในขณะที่ประชาชนมีแนวโน้ม ที่จะเข้าไปสัมผัสกับมันอยู่แล้ว มันก็ยิ่งทำให้ประชาชนมีข้อแก้ตัวในการที่จะดื่มมันเพื่อความ สนุกสนานรื่นเริง โดยเฉพาะหากประชาชนมีความเชื่อว่ามันเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพโดยสามารถ บรรเทาทุกขโศกและรักษาโรคต่าง ๆ ได้”

อาหารกับความเชื่อ และพิธีกรรมของชุมชนมุสลิม

ความเชื่อศาสนาอิสลามเกี่ยวกับอาหาร

ความเชื่อเกี่ยวกับอาหารของศาสนาอิสลาม อาจพิจารณาได้ในแง่มุมต่างๆมากมาย สำหรับมุสลิมนอกจากอาหารมีความสำคัญในการดำรงชีวิตแล้ว ความเชื่อเกี่ยวกับอาหารคือ เป็นไปตามบัญญัติของศาสนาอิสลาม อาหารของมุสลิมมีทั้งที่เป็นข้อห้ามและเป็นการส่งเสริม ดังนั้นจึงมีทั้งอาหารที่รับประทานได้ และอาหารต้องห้ามตามศาสนาอิสลาม

อาหารตามหลักศาสนาอิสลามนั้น ต้องอยู่ในเงื่อนไขสองประการ

1. ฮาลาล เป็นอาหารที่อัลลอฮ์ไม่ได้บัญญัติห้ามไว้ถือว่าเป็นอาหารที่อัลลอฮ์ทรงอนุมัติให้รับประทานได้

2. ฎอฮยิบ เป็นอาหารที่ตีสระอาด ให้ความชื่นชมแก่ผู้บริโภค บำรุงสุขภาพของร่างกาย อาหารสามารถแบ่งออกได้เป็น

1. อาหารคาว ประเภทแกงต่างๆ ผัด ต้ม เช่น แกงกรูหม่า แกงจะหมอ แกงदारजा (แกงเปรี้ยว) ข้าวเหนียวเหลือง-ไก่ปิ้ง(จะใช้ในงานแต่งงาน) ซุปไก่ ซุปหนั๋ง ยำสลัด ฯลฯ

2. อาหารหวาน ประเภท นึ่ง อบ ทอด เชื่อม เช่น ฆะนง ดาดา ข้าวเหนียวแดง(จะใช้ในงานแต่งงาน) ข้าวต้มมัด ขนมต้มขาว-ขนมต้มแดง ทองหยอด ฝอยทอง สังขยา สุกหมอ เม็ดขนุน ขนมชั้น ลูกตาลเชื่อม ฯลฯ

อาหารตามโอกาส ประเพณี และพิธีกรรมต่างๆ ของชาวมุสลิม จะมีลักษณะแตกต่างกันตามประเพณี และพิธีกรรม หรือในบางชนิดจะใช้ในหลายๆพิธีกรรมได้เช่นเดียวกัน

ประเพณีและพิธีกรรมต่างๆของศาสนาอิสลามที่นำอาหารมาใช้งาน ได้แก่ ประเพณีที่เกี่ยวกับการเกิด ประเพณีโกนผมไฟ พิธีเชือดสัตว์ ประเพณีแต่งงาน ประเพณีงานศพ ประเพณีเข้าสุนัต ประเพณีถือศีลอด ประเพณีขึ้นบ้านใหม่ และประเพณีวัยเมาลิด

การนับถือศาสนาอิสลามของชาวมุสลิม ทำให้มีกฎเกณฑ์และบทบัญญัติเกี่ยวกับการประกอบอาหารในลักษณะต่างๆ ของชาวไทยมุสลิม จึงมีขั้นตอนและวิธีปฏิบัติที่เป็นหลักการของศาสนา ดังนั้นความเชื่อเกี่ยวกับอาหารส่วนใหญ่ ได้รับการสืบทอดและปฏิบัติกันต่อมา อาหารที่ปรากฏให้พบเห็นล้วนแต่มาจากความศรัทธาและความเชื่อในอัลลอฮ์

ความเชื่อวิญญานบรรพบุรุษเกี่ยวกับอาหาร

ความเชื่อเกี่ยวกับวิญญานบรรพบุรุษ อันที่จริงแล้วมุสลิมเชื่อว่า มนุษย์ทุกคนต้องตาย แต่จะตายในลักษณะใด พระเจ้าเป็นผู้กำหนดมาแล้ว มุสลิมทุกคนต้องยอมรับ แต่การที่มุสลิมอาศัยอยู่ในสังคมไทย ทำให้เกิดแนวความเชื่อในเรื่องวิญญานบรรพบุรุษ การทำบุญก็เพื่อแสดงความกตัญญูที่มีแก่บรรพบุรุษ

นักคิดชนวิทยาเชื่อกันว่า สาเหตุที่มนุษย์เชื่อในเรื่องวิญญาน มีดังนี้คือ มนุษย์ได้สัมผัสกับความฝัน ความตาย มนุษย์จึงเชื่อว่าวิญญานมีตัวตน และอีกสาเหตุหนึ่งก็คือ มนุษย์มีประสบการณ์ที่น่าสะพรึงกลัวในด้านธรรมชาติ การดำรงอยู่ ทำให้มนุษย์พยายามหาสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจเพื่อสำหรับคุ้มครองป้องกันหรือช่วยเหลือ

ความเชื่อในเรื่องวิญญานบรรพบุรุษมีตั้งแต่สมัยโบราณ เพราะมนุษย์มีความเชื่อชีวิตหลังความตายว่า วิญญานของผู้ที่ล่วงลับไปแล้วนั้น หากยังไม่ไปผุดไปเกิด ก็จะวนเวียนอยู่ในอีโลกหนึ่ง ซึ่งมีความต้องการและความรู้สึกนึกคิดเช่นเดียวกับมนุษย์ จึงได้มีการนำอาหารต่างๆมาเช่น

ไหว้แกผู้ล่วงลับไปแล้ว เพราะเชื่อว่าผู้ล่วงลับไปแล้วนั้นจะได้กิน แต่สำหรับศาสนาอิสลามนั้น ศาสนาอิสลามมิได้สอนให้เชื่อเรื่องวิญญาณเวียนว่ายตายเกิด ตามที่อัลลอฮ์ได้ทรงกล่าวไว้ว่า และเบื้องหลังของเขามีสิ่งปิดกันอยู่จนกว่าจะถึงวันที่พวกเขาถูกให้ฟื้นคืนชีพฉะนั้น ชีวิตของเรา เมื่อตายไปแล้วก็ไปอยู่อีกมิติหนึ่ง หรือที่เรียกว่า "โลกบรัชค" จึงไม่ใช่วิญญาณที่เร่ร่อนหรือ วิญญาณที่รอการวนเวียนเพื่อเกิดใหม่ และไม่มีอำนาจใดๆที่จะทำให้ใครเป็นและตาย

จากการสัมภาษณ์แม่ครัวในการปรุงอาหารพิธีแต่งงานว่า มีอาหารอะไรบ้างที่ชาวมุสลิม เชื่อเกี่ยวกับบรรพบุรุษ ได้รับคำตอบว่าอาหารที่ใช้ในการอุทิศส่วนกุศลให้บรรพบุรุษ ถ้าเป็น จำพวกแกงก็จะเป็นแกงมัสมั่น ส่วนใหญ่ที่ใช้แกงมัสมั่นก็เพราะว่า ได้มีการกระทำสืบกันมา ส่วน ในวันพิธีกรรมต่างๆ เช่น งานแต่งงาน งานสุหนัต เป็นต้น งานเหล่านี้จะมีการล้มัว หรือเชือดวัว จะกระทำเนื่องในงานบุญ นิยมทำกันมากในงานแต่งงานของผู้ค่อนข้างมีฐานะดี การเชือดวัวทำให้ มีปริมาณของเนื้อวัวมากพอสมควร เขาจึงนิยมแกงมัสมั่น เนื่องด้วยแกงมัสมั่นนั้นสามารถเก็บไว้ ได้นานนำมาอุ่นรับประทานได้บ่อยๆ หากเหลือจากพิธีดังกล่าว อาหารชนิดอื่นๆก็เช่น กุรหม่า แกง ดารจา ต้มซุบ เป็นต้น หากเป็นขนมหวานก็จะใช้ขนมชะนาง ดาดา จัดเตรียมเพื่อใช้อุทิศส่วนกุศล ให้บรรพบุรุษผู้ล่วงลับไปแล้ว เพราะเชื่อว่าเป็นสิ่งที่บรรพบุรุษชอบและจะกลับมารับของไหว้เหล่านี้ ขนมชนิดนี้ไม่นิยมทำทานเล่น นอกจากทำในวันงานเท่านั้น การจะทำชะนาง ดาดา จึงมีสาเหตุแห่ง การทำ กล่าวคือ มีเจตนาทำขึ้นเพื่อวัตถุประสงค์เฉพาะนั่นเอง

ดังนั้นชาวมุสลิมในประเทศไทย จะมีความสัมพันธ์กับสังคมไทยที่นับถือศาสนาพุทธเป็น ส่วนใหญ่ จึงมีความเชื่อเกี่ยวพันกับศาสนา เช่น ศาสนาพุทธ ศาสนาฮินดู และความเชื่อของชาว ไทยเชื้อสายอื่นที่ตั้งถิ่นฐานอยู่ในประเทศไทย ชาวไทยมุสลิมมีความเชื่อที่สืบทอดกันมาเป็น วัฒนธรรมของตนเอง โดยอาจไม่มีการแสดงออกมาให้เห็น แต่ยังมีปรากฏตามงานประเพณี และ พิธีกรรมอยู่

ความเชื่อและพิธีกรรมเกี่ยวกับอาหารมุสลิม

ผู้วิจัยได้ศึกษาเกี่ยวกับอาหารและการบริโภคอาหารของชุมชนมุสลิม พบว่า การบริโภค อาหารแต่ละมื้อ อาหารที่นำมาบริโภคจะต้องประกอบอาหารตามหลักและบทบัญญัติของศาสนา เนื่องจากชาวไทยมุสลิมแห่งนี้ยังศรัทธาและปฏิบัติตามแบบฉบับของศาสนาอิสลามอย่างเคร่งครัด ไม่ว่าจะอาศัยอยู่ ณ ที่แห่งใดก็ตาม ซึ่งหลักการและบทบัญญัติมิไว้เพื่อให้ชาวมุสลิมได้บริโภคอาหาร ที่ดีมีประโยชน์ และตั้งอยู่บนพื้นฐานแห่งการมีสุขภาพดี มิใช่มีแต่หมูเท่านั้นที่มุสลิมห้าม รับประทาน แต่ยังมีอาหารประเภทอื่นๆอีกที่ห้ามรับประทาน เช่นสัตว์ที่ตายเอง สัตว์ที่เชือดโดยได้ กล่าวนามพระอัลลอฮ์ สัตว์มีเขี้ยวเล็บ สัตว์มีพิษ หมู กบ สัตว์ที่จับอาหารด้วยเล็บหรือเท้าของมัน เช่น นกแก้ว สัตว์ที่ตกหน้าผาตาย และสัตว์ที่ถูกรัดคอตาย

โดยทั่วไป ศาสนาอิสลามไม่ได้สอนให้มุสลิมมีความเชื่อแต่อย่างใด แต่การปฏิบัติตามกันมา และการได้รับการถ่ายทอดจากบรรพบุรุษเกี่ยวกับการจัดลำดับในการประกอบพิธีกรรมต่างๆ ตลอดทั้งประเพณีของชาวไทยมุสลิม ในบางพื้นที่ยังคงปฏิบัติกันอยู่ แต่ในบางพื้นที่ได้ลดจำนวนการปฏิบัติลงบ้าง

ความเชื่อเกี่ยวกับอาหารตามหลักความเชื่อและแนวฉบับศาสนาฮามัด

1. พิธีแต่งงาน หรือ นิกะห์ หมายถึง การที่ฝ่ายชายและฝ่ายหญิงตกลงที่จะใช้ชีวิตร่วมกับตามแบบแผนและประเพณีที่ปฏิบัติสืบกันมา

(1) อาหาร

อาหารคาว ได้แก่ แกงมัสมั่น ข้าวเหนียวเหลือง-ไก่ปิ้ง แกงสุ่มอ ข้าวหมก ซุบหางวัว เป็นต้น
อาหารหวาน ได้แก่ ฆะนง ดาดา กะดูยี้ ข้าวเหนียวแดง ขนมหม้อแกง ขนมที่มีคำว่า "ทอง" เช่นทองหยอด ฝอยทอง เป็นต้น

ผลไม้ ได้แก่ ผลไม้เจ็ดสิ่ง และผลไม้ที่จัดหาได้ตามฤดูกาล

(2) พิธีกรรม

วันที่ 1 การแต่งงาน เริ่มที่บ้านเจ้าสาวด้วยการจัดเตรียมอาหารรับรองคนที่มาร่วมงาน และขนมแห้วหมากของเจ้าบ่าว มีการอ่านอาดูหรือบทสวดเป็นภาษาอาหรับ เพื่อเป็นสิริมงคล วันที่ 2 งานของขวัญเจ้าสาว ผู้หญิงที่อาวุโสในชุมชน ซึ่งเป็นบุคคลที่ได้รับการยอมรับนับถือของคนในชุมชน และครองชีวิตคู่อย่างร่มเย็นเป็นสุขกับสามี จะเป็นผู้ปูที่นอน ระหว่างนี้บ่าวสาวสามารถขอของขวัญที่ต้องการจากญาติพี่น้องได้ ซึ่งถือว่าเป็นการปลอบใจเจ้าสาวที่กำลังเสียความบริสุทธิ์ภายในงานจะมีดนตรีบรรเลงเพื่อความรื่นเริง แต่ต้องเป็นดนตรีที่อนุญาตให้เล่นได้ตามบัญญัติของศาสนาอิสลาม คือ ลิเกเลียบ จะประกอบด้วยผู้ชายล้วน กลองรำมะนา และขับร้องเป็นเนื้อเกี่ยวกับการสรรเสริญพระเจ้าันบีมูฮัมมัด คือลัลลอลฮุอะลัยฮิจะซัลลิม และการกำเนิดของศาสนาอิสลาม

วันที่ 3 วันนิกะห์ หมายถึง การรวมกัน การผูกนิติสัมพันธ์ รวมทั้งหมายถึงการร่วมเพศระหว่างชายและหญิง การสมรสหรือแต่งงานตามหลักการของอิสลาม ครอบครัวฝ่ายเจ้าสาวจะจัดขนมหวานไปให้ฝ่ายเจ้าบ่าวที่ยกขบวนแห่มาบ้านเจ้าสาวโดยเด็กผู้ชายเดินนำหน้าขบวนและเชิญคำภีร์อัลกุรอาน ตามด้วยเด็กผู้หญิงถือแจกันดอกไม้คู่ ซุ้มประตูอ้อยและขันหมากที่จัดเป็นบายศรีสองพานคู่กัน ขนมหวานและผลไม้จะจัดเป็นคู่ การทำพิธีนิกะห์ เจ้าสาวจะถูกเก็บตัวไว้ในห้องไม่ให้ออกมาภายนอก เริ่มพิธีด้วยการอ่านอาดู และเชิญคำภีร์อัลกุรอานจากฝ่ายเจ้าบ่าว ในระหว่างพิธีนี้ จะมีการเลี้ยงอาหารแขกที่มาร่วมขบวนขันหมากของเจ้าบ่าว

วันที่ 4 วันแห่เจ้าสาว หลังจากเสร็จพิธีนิกะห์ไม่เกินเจ็ดวันหรือในวันรุ่งขึ้น ครอบครัวเจ้าสาวจะจัดขบวนแห่เจ้าสาวไปยังบ้านของฝ่ายเจ้าบ่าว ขบวนแห่นี้จะมีแจกันดอกไม้คู่ ขนม

หวานทอดด้วยผ้าหรือกระดาษที่มีสีสดใสจัดไว้เป็นคู่ๆ ญาติทางฝ่ายเจ้าสาวที่เป็นผู้อาวุโส จะถือขันน้ำและพานหมากพลูไปด้วย ส่วนฝ่ายเจ้าบ่าวก็จะจัดเตรียมไว้เช่นเดียวกัน เมื่อขบวนแห่เจ้าสาวไปถึงทั้งสองครอบครัวจะแลกกันตี่มน้ำและกินหมากพลู และทำพิธีส่งตัวเจ้าบ่าวและเจ้าสาวต่อไป

2. การเกิด

ประเพณีและพิธีกรรมในการเกิดประกอบด้วย

2.1 พิธีทำบุญฝากครรภ์ เป็นพิธีที่สร้างขึ้นเพื่อต้อนรับสมาชิกใหม่ จะทำตั้งแต่แม่ตั้งครรภ์ได้เจ็ดเดือน โดยจะมีพิธีฝากครรภ์กับหมอต้าแยะ ไม่ให้เด็กในท้องได้รับอันตราย เมื่อคลอดออกมาก็จะอาขานที่หูขวาของเด็กและอาบอกมะฮ์ที่หูซ้าย เพื่อให้เด็กได้ฟังสิ่งที่ตั้งาม

2.2 พิธีโกนผมไฟ

การทำพิธีตัดผมหรือโกนผมแก่เด็กที่เกิดใหม่ และตั้งชื่อให้เด็กเมื่อเด็กอายุครบ 7 วัน

- (1) อาหาร ได้แก่ อาหารที่มีรสชาติหวานทั้งอาหารคาวและอาหารหวาน เช่น มัสมัน ทองหยอด ฝอยทอง ขนมหม้อแกง ส่วนผลไม้ ได้แก่ มะพร้าวและผลไม้ตามฤดูกาล
- (2) ความเชื่อ เพื่อให้เด็กมีนิสัยอ่อนโยนและมีความเจริญรุ่งเรือง
- (3) พิธีกรรม โต๊ะครู โต๊ะอิหม่าม หรือผู้ใหญ่ที่ชาวบันเคารพนับถือ พุดเก่ง รักษาคำพูด มีความรู้ทางศาสนาเป็นผู้ทำพิธี จะทำการตัดผมเด็กแล้วนำมาใส่ในลูกมะพร้าวอ่อนหรือน้ำเต้าสลักลวดลายสวยงามแล้วนำไปฝัง

2.3 พิธีเปิดปากเด็ก

- (1) อาหาร อาหารคาวได้แก่ ข้าวหมก แกงมัสมั่น และ ผลไม้ ได้แก่ อินทผลัม
- (2) ความเชื่อ เป็นการเตรียมตัวเพื่อให้เด็กดูดนมมารดาหรือเป็นการกระตุ้นการทำงาน

ปาก และทำให้เกิดความชุ่มคอแก่เด็กด้วย

(3) พิธีกรรม มีการทำอาเกีเกาะฮ์ คือการเชือดสัตว์ ถ้าเป็นลูกชายจะเชือดแพะหรือแกะ 2 ตัวถ้าเป็นลูกหญิงจะเชือดแพะหรือแกะ 1 ตัว การเชือดสัตว์ไม่จำเป็นต้องทำทุกครอบครัว แล้วแต่ฐานะ ผู้ทำพิธีจะต้องเป็นคนที่มีความรู้และบริสุทธิ์มาทำพิธีเคี้ยวอินทผลัมแล้วป้อนหรือทาปากให้กับเด็ก ในน้ำผึ้งจะใส่แหวนเงิน ทอง นาค เอาไว้เป็นเคล็ด

3. พิธีเข้าสู่หนัด คือพิธีขลิบหนังหุ้มอวัยวะเพศของเด็กชาย ก่อนการเข้าสู่หนัดจะจัดพิธีกินข้าวเหนียว (การจัดเลี้ยง) เพื่อเป็นการให้เกียรติแก่ผู้ที่จะเข้าสู่หนัด

- (1) อาหาร อาหารคาว ได้แก่ ข้าวเหนียวแดง เหลือง ข้าว แกงมัสมั่น กุรุม่า ข้าวหมกไก่ ข้าวเหนียวเหลืองหน้าไก่ ซุบหางวัว
- อาหารหวาน ได้แก่ ฆะนง ดาดา ขนมชั้น คุ้มน
- ผลไม้ ได้แก่ ผลไม้เจ็ดสิ่ง

(2) ความเชื่อ เชื่อว่าบรรพบุรุษพอใจและมารับของไหว้

(4) พิธีกรรม โต๊ะครู โต๊ะอิหม่าม หรือผู้อาวุโส เชิญโต๊ะมุเต็ง (ผู้ทำพิธีขลิบ) อ่านอาตุเพื่อขอพรจากพระเจ้า จากนั้นตั้งโต๊ะมุเต็ง จะพาเด็กชายที่เข้าสู่หนัดไปนั่งคร่อมหยวกกล้วย แล้วทำการขลิบหุ้มอวัยวะเพศของเด็ก

4. พิธีทำบุญขึ้นบ้านใหม่

การทำบุญขึ้นบ้านใหม่เป็นการปลูกเรือนเพื่อจะเข้าไปอยู่อาศัย แต่ก่อนที่จะเข้าไปอยู่อาศัยนั้นต้องมีการทำบุญเพื่อเป็นสิริมงคล และในการทำบุญนั้นต้องมีอาหารเป็นหลักของการทำบุญ

(1) อาหาร อาหารคาว ได้แก่ ข้าวเหนียวเหลือง กล้วย หรือแกงมัสมั่น หรือ กุหลาบมา ฯลฯ อาหารหวาน ได้แก่ ฆะนง ดาดา ขนมชั้น วุ้น ขนมหม้อแกง ผลไม้ ได้แก่ ผลไม้เจ็ดสี

(2) ความเชื่อ อาหารเหล่านี้เป็นที่พอใจของบรรพบุรุษ

(3) พิธีกรรม เชิญผู้ทรงความรู้ในชุมชนด้านศาสนาขอพรและทำพิธีกรรมตามประเพณีที่ปฏิบัติกันมา

5. พิธีการตาย

เป็นงานที่มุสลิมสิ้นชีวิต ญาติพี่น้องจะต้องรีบทำความสะอาดผู้ตายด้วยการอาบน้ำชำระสิ่งสกปรกออก

(1) อาหาร อาหารคาว ได้แก่ ผัดหมี่ และแกงอีกหนึ่งอย่าง เพื่อสะดวกและประหยัดเวลา

(2) ความเชื่อ ไม่มีความเชื่อ แต่จัดหามาเพื่อความสะดวก เนื่องจากญาติไม่มีเวลาจัดเตรียมอาหารให้กับผู้มาร่วมงานเท่าไร

(3) พิธีกรรม ผู้อาบน้ำให้ผู้ตายควรเป็นเพศเดียวกัน และจะมีการละหมาดขอพรให้ผู้ตาย ไม่มีการก้มและกราบสถานที่ฝังศพ

จะเห็นได้จากที่กล่าวมาข้างต้น ประเพณี และพิธีกรรมต่างๆ จะมีอาหารในการประกอบพิธี จะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับฐานะของเจ้าภาพหรือเจ้าของงาน ส่วนในงานอื่นๆ เช่น ในงานเมาลิด หรือวันคล้ายวันประสูติของศาสดา ซึ่งตรงกับวันจันทร์ ที่ 12 เดือนที่ 3 ของเดือนอาหรับ จะมีการอ่านชีวประวัติของศาสดา การแสดงนิทรรศการเกี่ยวกับศาสนาอิสลาม อาหารที่ใช้ในงานเมาลิดนั้นไม่กำหนด จะเป็นอาหารอะไรก็ได้ หากแต่นำมาเพื่อประกอบและรับประทานด้วย

วันฮารียอ หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า วันอีด ซึ่งมี 2 วัน คือ วันอีดเล็ก และวันอีดใหญ่ อีดหมายถึง วันที่รื่นเริง วันที่กลับคืนมา วันที่ยิ่งใหญ่ ในวันอีดเล็กนั้นจะมีการตวงข้าวสารประมาณคนละ 4 ลิตร ในตอนเช้า การตวงข้าวก็เพื่อ จะใช้ทำทาน และเพื่อชดเชยข้อบกพร่องของการถือศีลอด สำหรับอาหารนั้น ก็จะไม่มีการกำหนด แต่ความนิยมนั้นก็มักจะทำข้าวต้มมัด เพราะว่าเป็น

อาหารที่เก็บไว้ได้นาน และทำง่าย ในวันนี้จะมีการละหมาดด้วยเพื่อเป็นสิริมงคลกับตนเอง ถึงไม่ละหมาดก็ไม่เป็นไร สำหรับวันอีดีใหญ่ จะมีการเชือดกุรบาน (เชือดสัตว์ใหญ่เป็นการพลี) เช่น อูฐ วัว ควาย แพะ แกะ และมีการเฉลิมฉลองนมัสการพระเจ้า อาหารที่ทำ จะเป็นอาหารที่มาจากการเชือดกุรบาน เช่น แกงมัสมั่น ข้าวหมก แต่ก็มีได้บังคับว่าจะต้องทำอะไร เพียงแต่กำหนดว่า เนื้อดิบบางส่วนต้องนำไปแจกจ่ายให้ญาติมิตรเพื่อนบ้าน และผู้ยากจน กล่าวคือ แบ่งเนื้อเป็น 3 ส่วน ส่วนที่หนึ่งทำรับประทานเอง ส่วนที่สองเก็บไว้เอง และส่วนที่สามนำไปบริจาคเพื่อเป็นทาน

การบริโภคอาหารของคนมุสลิมในชุมชนท่าอิฐ

มุสลิมชุมชนท่าอิฐเริ่มมาตั้งถิ่นฐานบริเวณ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรีในช่วงสมัยรัตนโกสินทร์ตอนต้น การบริโภคอาหารของชาวไทยมุสลิมเป็นอาหารแบบไทย ปนกับมลายู เช่น แกงเผ็ด แกงมัสมั่น แกงเขียวหวาน ต้มยำ โดยรับประทานจากกระทง หรือจาน ต่อมาในปี พ.ศ. 2450 จึงเปลี่ยนมาเป็นอาหารแบบชาวอาหรับในเอเชียตะวันออกเฉียง โดยทำข้าวหมก แกงกุรหม่า อาจากเทศและเปลี่ยนจากรับประทานจากกระทงหรือจานมารับประทานร่วมกันหลายคนในถาดตักชี (ถาดสำหรับใส่อาหาร) เดียวกันในส่วนของหวานนั้น จะมีขนมแบบไทย ๆ เช่น เม็ดขนุน ทองหยอด ฝอยทอง รวมอยู่ด้วย

เนื่องจากอาหารเป็นสิ่งจำเป็นในการดำรงชีวิต อาหารของชาวมุสลิมในปัจจุบันนั้นมีความแตกต่างกับอาหารในอดีต เพราะปัจจุบันได้มีการนำเอาเทคโนโลยีใหม่ ๆ มาใช้ในการผลิตอาหาร อาหารช่วยให้คนมีร่างกายที่แข็งแรงและสุขภาพดี ขณะเดียวกันการบริโภคอาหารที่มีพิษทำให้ร่างกายเกิดโทษ สุขภาพทรุดโทรมและมีโรคภัยไข้เจ็บ ซึ่งเป็นอันตรายต่อสุขภาพได้เช่นกัน

การที่ศาสนาอิสลามมีหลักการและข้อกำหนดในเรื่องการบริโภคที่ละเอียด ชัดเจน และเข้มงวดทำให้มีผลต่อการดำเนินชีวิตของมุสลิมในหลาย ๆ เรื่อง ไม่ว่าจะเป็นการคบค้าสมาคมรวมกลุ่ม การเลือกสถานที่อยู่อาศัย ที่ทำงาน การเดินทาง เป็นต้น (สรรค์สะคราญ เชี่ยวนาวิน, 2544,177)

ดังนั้น อาหารจึงเข้ามามีบทบาทต่อพฤติกรรมในการประกอบอาหารและการบริโภคอาหารของชุมชนมุสลิมที่ศึกษา จำแนกตามรูปแบบดังนี้

1. ประเภทของอาหารมุสลิม

1.1 อาหารที่เป็นของชาวไทยมุสลิมดั้งเดิม

อาหารที่เป็นของชาวไทยมุสลิมดั้งเดิมนั้นจะมีความโดดเด่นในด้านของเครื่องเทศ และกรรมวิธีการปรุงค่อนข้างซับซ้อน มีส่วนประกอบที่เป็นนม เนย เนยแข็ง กะทิ และน้ำมันค่อนข้างมาก เช่น อาหารคาวได้แก่ ข้าวหมก จัดเป็นอาหารที่ยอดนิยมของมุสลิมและคนไทยทุก

เชื้อสาย มีหลายชนิดแล้วแต่จะเลือกส่วนผสมและนำมาปรับปรุงแต่งเพิ่มรสชาติ ได้แก่ข้าวหมกไก่ ข้าวหมกแพะ ข้าวหมกสามสี เป็นต้น ส่วนแกงมัสมั่น ถือได้ว่าเป็นอาหารที่คนไทยรู้จักกันดีและติดใจในรสชาติของความอร่อย ชาวไทยมุสลิมนิยมรับประทานเพราะสามารถนำมาอุ่นรับประทานในครั้งต่อไป และเก็บไว้ได้เป็นระยะเวลาช้านาน สะเต๊ะ คือ อาหารที่นิยมรับประทานเป็นอาหารว่าง หรืออาหารทานเล่น มีทั้งสะเต๊ะเนื้อ สะเต๊ะไก่ หรือเนื้อสัตว์ชนิดอื่นที่ไม่ใช่เนื้อสัตว์ต้องห้าม การรับประทานสะเต๊ะจะรับประทานกับน้ำจิ้มที่ทำจากถั่วผสมเครื่องแกงควบคู่กับอาจาด

นอกจากอาหารที่กล่าวมาข้างต้นแล้ว ยังมี ซุป รสชาติคล้ายกับต้มยำน้ำใสอาหารของไทย แต่จะมีกลิ่นเครื่องเทศปนอยู่ด้วย อาหารอีกชนิดหนึ่งคือ ยำสลัดแขกต่างจากสลัดผักที่คนไทยรู้จักและนิยมบริโภคตรงที่ส่วนผสมของการทำน้ำสลัด น้ำสลัดที่เรารู้จักจะใช้ไข่ขาวเป็นหลักแต่น้ำสลัดของมุสลิมส่วนผสมหลัก คือ ถั่วลิสงบดหยาบคลุกเคล้ากับส่วนผสมอื่น อีกชนิดหนึ่งคือ อาจาด เป็นเครื่องเคียงที่ใช้ประกอบการรับประทานอาหาร มีทั้งอาจาดดอง รสชาติออกเปรี้ยวและหวาน

อาหารหวาน ได้แก่ ฆะนงหรือดานง เป็นอาหารหวานที่ทำมาจากแป้งข้าวเหนียวและแป้งข้าวเจ้า ผสมกับไข่และกะทิ นำไปทอดเป็นแผ่น แล้วรับประทานกับน้ำเชื่อมที่เคี่ยวจากน้ำตาลปีบ และน้ำตาลทราย โรยด้วยข้าวตอก ส่วน ดาดาเป็นขนมที่มักจะทำควบคู่กับ ฆะนงเป็นขนมที่ทำจากแป้งข้าวเจ้าผสมกับไข่เป็ดและไข่ไก่ ผงขมิ้น กะทิ นำไปทอด ทานกับน้ำเชื่อมโรยด้วยข้าวตอก

1.2 อาหารที่บริโภคในชีวิตประจำวัน

อาหารมีมากมายหลายชนิด ปัจจุบันอาหารในชีวิตประจำวันที่มุสลิมนำมาบริโภคและเป็นอาหารของมุสลิมโดยตรงนั้นลดน้อยลง อาหารที่มีลักษณะเฉพาะของมุสลิมจะถูกจัดสรรขึ้นมาในบางโอกาสเท่านั้น ส่วนที่ยังพบเห็นและบริโภคกันอยู่ในปัจจุบัน เช่น

อาหารคาว ได้แก่ ข้าวหมกข้าวมักตูม แกงมัสมั่น สะเต๊ะ ต้มซุป ยำสลัดแขก น้ำพริกข้าวย่ำ

อาหารหวาน ได้แก่ ขนมไส้ไก่ โรตีสเฒ่า มะตะบะ ทองพับ คุกกี้ ส่วนผลไม้แช่อิ่มก็นิยมรับประทานเป็นอาหารหวาน พบในย่านชุมชนคูฝิ่งเหนือเป็นส่วนใหญ่เพราะมีชื่อเสียงในด้านการทำขนมหวาน

ผลไม้ ได้แก่ ผลไม้ที่จัดหามาได้หรือตามฤดูกาล

1.3 อาหารที่ใช้ในพิธีกรรม

โดยทั่วไปอาหารที่ใช้ในพิธีกรรมในแต่ละพิธีนั้น อาหารบางชนิดนำไปใช้ได้หลายพิธี จากการสัมภาษณ์แม่ครัว ได้ยกตัวอย่างอาหารในพิธีกรรม ดังนี้

อาหารคาว ได้แก่ ข้าวเหนียวเหลือง กับไก่ปิ้ง ข้าวเหนียวเหลือง คือ ข้าวเหนียวมูน สีเหลือง ที่ได้มาจากสีของขมิ้นที่แช่ข้าวเหนียวทิ้งไว้ก่อนนำมานึ่งแล้วมูน กับกะทิข้าวเหนียวเหลือง มักจะทำมาคู่กับไก่ปิ้ง แกงกุ่มหมา จะนำมาใช้ในพิธีเข้าสู่หนัด และพิธีแต่งงาน ยังมีอาหารอื่น ๆ อีก เช่น แกงมัสมั่น ข้าวบุรุษานี น้ำพริกตานี น้ำจิ้มแซก

อาหารหวาน ได้แก่ ขนมหม้อแกง ทองหยอด เม็ดขนุน สังขยา ฆะนงดาตา สุขอบ บอ ดินทร์ สัมปะนี วุ้นหน้ากะทิ เป็นต้น

อาหารที่นำมาใช้ในพิธีมีจำนวนมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับฐานะทางการเงินของเจ้าของงาน บางครอบครัวมีอาหารไม่ต่ำกว่า 10 ชนิด บางครอบครัวจัดเตรียมอาหารได้น้อยเนื่องจากงบประมาณมีจำกัด ทั้งนี้แค่พอทำเป็นพิธีเท่านั้นก็ได้

อาหารที่ใช้ในพิธีกรรมต่างๆ ของชุมชนมุสลิม นิยมนำกะทิมาใช้เป็นส่วนประกอบในการปรุงอาหารเกือบทุกชนิด ไม่ว่าจะเป็นพิธีแต่งงาน พิธีเข้าสู่หนัด (มะฮะยาวิ) โคนผมไฟขึ้นบ้านใหม่ ทำบุญให้คนตาย ล้วนแต่ นำกะทิมาใช้เป็นส่วนประกอบในการทำอาหาร รวมทั้งการใช้เครื่องเทศจำนวนมากในการปรุงอาหาร จำนวนชนิดของอาหารจะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับฐานะของเจ้าของงาน ถ้าหากเป็นผู้มีฐานะดีอาหารก็จะมากชนิด และขนมหวานก็มีมากตาม หรือบางครอบครัวมีผลไม้ร่วมด้วย โดยจะจัดใส่ภาชนะอย่างสวยงาม ส่วนใหญ่การจัดเตรียมอาหารของครอบครัวที่จะประกอบพิธีกรรมจะกำหนดว่ามีงบประมาณในการดำเนินงานเท่าไร ต้องการอาหารอะไรบ้าง และใช้จำนวนคนในการปรุงมากน้อยเพียงใด ทางผู้ที่รับงานก็จะจัดเตรียมให้ตามที่ขอ

อาหารในการประกอบพิธีกรรมของชุมชนมุสลิมมีทั้งที่ยังคงเดิม และเริ่มมีการเปลี่ยนแปลง ความเปลี่ยนแปลง ทางวัฒนธรรมและวิถีชีวิตของชุมชนมุสลิมทำให้เกิดการผสมกลมกลืนทางวัฒนธรรม บุคคลที่สามารถประกอบอาหารได้ในชุมชนมุสลิมจะเรียกว่า " ช่างแกง " ซึ่งจะต้องเป็นผู้ที่รู้วิธีการทำ ไม่ขัดต่อหลักการของศาสนา อาหารที่ประกอบ กันตามประเพณีในท้องถิ่น มีความแตกต่างกันออกไปบัพัญญูติของศาสนาอิสลามได้

1.4 อาหารที่นิยมในท้องถิ่น

การดำเนินชีวิตของคนในท้องถิ่น สภาพแวดล้อมและทรัพยากรธรรมชาติในชุมชนมีผลต่อการผลิตอาหาร ดังนั้นการประกอบอาหารของแต่ละพื้นที่ในชุมชนมีทั้งความเหมือนและความแตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับความถนัด การเรียนรู้ และการนำวัตถุดิบมาใช้ให้เกิดประโยชน์ อาหารในชุมชนปัจจุบันทั้งที่เป็นของมุสลิม โดยตรง และอาหารไทยปะปนอยู่ในชีวิตประจำวัน ของสังคมมุสลิมแห่งนี้ ค่านิยมและการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ ทำให้วัฒนธรรมการบริโภคความเปลี่ยนแปลง เช่นเดียวกับการนำอาหารที่มีใช้ของมุสลิมโดยตรงมาใช้ในการประกอบพิธีกรรม และประเพณีที่เกี่ยวข้อง สภาพภูมิศาสตร์และทรัพยากรธรรมชาติในท้องถิ่นทำให้มุสลิมมีการ

เปลี่ยนแปลงเพื่อนำมาใช้ แต่ทุกอย่างต้องคำนึงถึงหลักศรัทธาและหลักปฏิบัติของศาสนาอย่างเคร่งครัด

2. อาหารที่นำมาใช้ในพิธีกรรมที่ไม่ใช่อาหารมุสลิมโดยตรง

อาหารที่นำมาใช้ในพิธีกรรมต้องเป็นอาหารที่ถูกต้องตามบทบัญญัติของศาสนาอิสลาม และนำมาปรุงเพื่อใช้ในการประกอบพิธีกรรมต่างๆ ซึ่งโดยมากเป็น อาหารที่ชาวไทยมุสลิมเองรู้จักเป็นอย่างดี เพราะได้มีการสืบทอดเรื่องของการอาหารต่อกันมา อาหารที่ไม่ใช่ของชาวไทยมุสลิมมักจะเตรียมไว้เลี้ยงผู้มาในงานเสียมากกว่า ส่วนอาหารที่ใช้ในพิธีกรรมจะเป็นอาหารมุสลิมโดยตรงดังที่กล่าวมาแล้ว เพราะอาหารที่นำมาใช้ในการประกอบพิธีกรรมเป็นอาหารของชาวไทยมุสลิมที่ได้รับการถ่ายทอดมาจากบรรพบุรุษ ว่ามีอาหารชนิดใดบ้างที่จะต้องใช้ในพิธีกรรมต่างๆ ซึ่งส่วนใหญ่เป็นอาหารดั้งเดิมของชาวไทยมุสลิมเอง

นอกจากนั้นยังมีอาหารที่ใช้ในโอกาสต่าง ๆ ได้แก่ การพบปะสังสรรค์ จะมีน้ำชาไว้สำหรับร่วมกันรับประทาน รวมทั้งแสดงถึงความเป็นกันเองของผู้ร่วมสังสรรค์สมาคมมุสลิมด้วยกัน โดยอาจมีขนมจัดวางเพื่อเป็นอาหารว่างประกอบการรับประทานน้ำชา การต้อนรับแขกหรือผู้มาเยือนบ้าน ก็เป็นโอกาสหนึ่งที่บุคคลในครอบครัวจะต้องต้อนรับเพื่อให้แขกเหล่านั้นรู้สึกเป็นเจ้าของบ้านให้ความดูแลเอาใจใส่เป็นอย่างดี อาหารที่นำมารับแขกจะมีการจัดแยกสำหรับบุคคลนั้นๆ แต่เจ้าของบ้านจะต้องร่วมรับประทานสำหรับเดียวกับแขก การแต่งงาน ถือเป็นอีกโอกาสหนึ่งที่มุสลิมให้ความสำคัญในการจัดอาหารเพื่อให้ผู้ที่มาร่วมงานได้รับประทาน สำหรับอาหารที่นำมารับประทานกันนั้นเป็นแบบเรียบง่ายตามแต่เจ้าของงานจะจัดให้ เช่น แกงมัสมั่น ต้มซุป ข้าวหมก ทองหยอด ฝอยทอง ขนมชั้น วุ้น และขนมหม้อแกง

3. อาหารที่นิยมนำมาบริโภค

อาหารคาวได้แก่ แกงจืด ข้าวหมก ซุป แกงเผ็ด ต้มกะทิ แกงเหลือง แกงเขียวหวาน เป็นต้น ส่วนอาหารหวาน ได้แก่ ขนมหม้อแกง บ้าบิ่น ทองหยอด ฝอยทอง โรตีสี วุ้นหน้ากะทิ เป็นต้น สิ่งที่จะนำมาประกอบอาหารจะได้จาก พืชพันธุ์ต่างๆ ที่มีอยู่ในท้องถิ่น เครื่องเทศที่ใช้ในการประกอบอาหาร ส่วนใหญ่มีการใช้เครื่องเทศในการแต่งกลิ่น และรสชาติอาหาร การรู้จักเครื่องเทศจึงเป็นสิ่งจำเป็นในการศึกษาอาหารมุสลิม เครื่องเทศต่างๆ ได้แก่ ยี่หระ หรือยี่หระเล็ก เป็นเครื่องเทศที่มีกลิ่นหอม ใช้แต่งกลิ่นอาหาร และดับกลิ่นคาว รสเผ็ดซ่า นอกจากเครื่องเทศเหล่านี้แล้ว ยังมีอีกมากมายหลายชนิด เช่น ลูกกระวาน ลูกผักชี อบเชย กานพลู ลูกชืด พริกไทยดำ ใบกระวาน ใบยี่หระ ใบลำมาหลุย มีชื่อเรียกหลายชื่อ ทั้งใบเขียวแกง ใบกาลบุแลหรือใบดาลจา

พริกป่น อินเดีย เมล็ดมัสตาร์ด ลูกจันทน์ไทย ลูกกัสกัส เมล็ดมีขนาดเล็กมากคล้ายกับไข่มด ใสใน
 กุรหม่าแห้ง

ดอกจันทน์ ผงขมิ้น เป็นเครื่องเทศสำหรับใช้แต่งสีอาหาร ดับกลิ่นคาว ย้อมสีเด้าหัว และ
 เนยแข็ง เทียนข้าวเปลือก หรือยี่หระใหญ่ ผงมัสล่า ดีปลีแห้ง เนยแขก ทำจากนมวัว ผงกะหรี่ ถั่ว
 เหลืองผ่าซีก (นิดดา หงส์วิวัฒน์, 2547, หน้า 16-19)

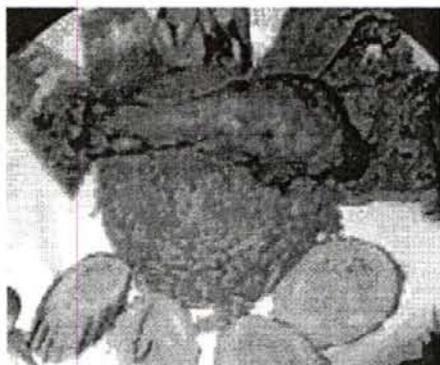
อาหารของชุมชนมุสลิมที่นิยมนำมาบริโภคในชีวิตประจำวัน แต่เดิมชาวไทยมุสลิมกลุ่ม
 จะประกอบอาหารตามแบบที่ตนถนัดและปรุงตามรสชาติที่ต้องการโดยกรรมวิธีการปรุงและการ
 บริโภคอาหารจะต้องถูกต้องตามบทบัญญัติของศาสนา ต่อมาชาวมุสลิมได้เรียนรู้วิธีการทำและ
 ปรุงแต่งอาหารจากวัฒนธรรมภายนอกชุมชน จึงมีการปรับเปลี่ยนการปรุงอาหารให้ทันสมัยขึ้น
 แต่ก็ยังคงรสชาติของอาหารให้ใกล้เคียงกับอาหารดั้งเดิมที่ลิ้มรสอยู่เป็นประจำ ดังนั้นอาหารที่
 มุสลิมไทยในชุมชน จึงมิใช่บริโภคแต่อาหารที่เป็นของมุสลิมเองเท่านั้น แต่ยังปรุงแต่งและประกอบ
 อาหารแบบไทย เพราะอิทธิพลทางสังคม และสภาพแวดล้อมของชุมชน ทำให้อาหารไทยบางชนิด
 เข้ามามีส่วนร่วมในการดำรงชีวิตของชาวไทยมุสลิมแห่งนี้ด้วย อาหารที่นำมาบริโภคในปัจจุบันจึง
 มีมากมายหลายชนิดด้วยกัน เช่น พะโล้ ต้มยำ ทั้งน้ำข้นและน้ำใส จะใช้เนื้อสัตว์ที่พระอัลลอฮ์
 บัญญัติให้เท่านั้นในการทำต้มยำ เช่น เนื้อ กุ้ง ปลา เป็นต้น ต้มส้ม จะใช้ปลาในการทำต้มส้ม มี
 รสชาติเปรี้ยว ส่วนแกงจืด ส่วนใหญ่จะเป็นแกงจืดที่ทำจากไก่ อาจเป็นแกงจืดฟักไก่ แกงจืดเด้าหัว
 ไก่ เป็นต้น

อาหารที่นิยมรับประทานอีกชนิดหนึ่ง คือ แกงเขียวหวาน ก็จะมีลักษณะแกงเขียวหวาน
 เหมือนแกงไทยทั่วไป แต่นิยมใช้ไก่ และเนื้อวัวในการทำแกงเขียวหวาน ตามแบบมุสลิม ต้ม
 สบายบัว มีกะทิและปลาหูเป็นส่วนประกอบ ชาวมุสลิมชื่นชอบในรสชาติของกะทियู่แล้ว จึงเป็นที่
 ได้รับความนิยมเป็นอย่างมากส่วนสabayบัวได้ง่ายเพราะมีอยู่ทั่วไปในพื้นที่ของชุมชน แกงส้มที่
 ชาวมุสลิมรับประทานก็เหมือนกับชาวไทยรับประทานเช่นเดียวกัน อาจเป็นแกงส้มปลาหรือกุ้ง

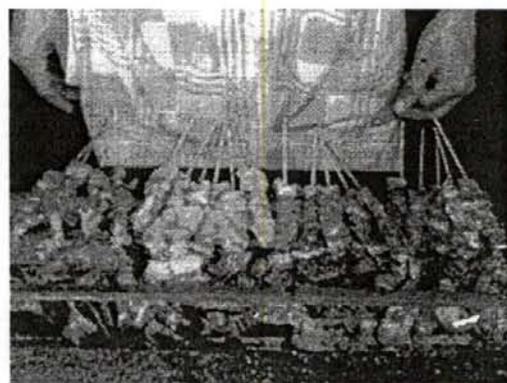
จากการศึกษาเกี่ยวกับพิธีต่างๆ ตามแนวความคิดและความเชื่อ แสดงให้เห็นว่า มุสลิมให้
 ความสำคัญกับชีวิตตั้งแต่เกิดจนตาย ถึงแม้การเปลี่ยนแปลงทางสังคม และวัฒนธรรมจะมี
 บทบาทในชีวิตประจำวันเช่นไรนั้น ชาวไทยมุสลิมเชตหนองจอกยังคงปฏิบัติตามที่บรรพบุรุษได้
 กระทำไว้สืบทอดกันมาจนรุ่นลูกรุ่นหลาน ส่วนหน้าที่หลักของศาสนา คือ การปฏิบัติตามคำสอน
 ของอิสลาม ซึ่งถือว่าเป็นสิ่งสำคัญยิ่งในการทำหน้าที่ของชาวมุสลิมที่ดี จะเห็นว่าพิธีกรรมต่างๆที่
 กล่าวไว้ข้างต้น ไม่จำเป็นต้องมีอาหารเฉพาะสิ่ง แล้งแต่ครอบครัวหรือเจ้าของงานจะจัดหามาได้
 แต่การปฏิบัติจะทำให้ได้รับความโปรดปรานจากพระเจ้ามากกว่า เช่น พิธีเกี่ยวกับการเกิด

มุสลิมเชื่อว่า มนุษย์เกิดมาด้วยพระประสงค์ของพระองค์ อัลลอฮ์เป็นผู้ประทานบุตรให้แก่ครอบครัว ส่วนการปฏิบัติที่ได้กุศลมากคือ การทำกุรมาน แสดงถึงความศรัทธาต่ออัลลอฮ์

ตัวอย่างอาหารอิสลามที่นิยมบริโภค



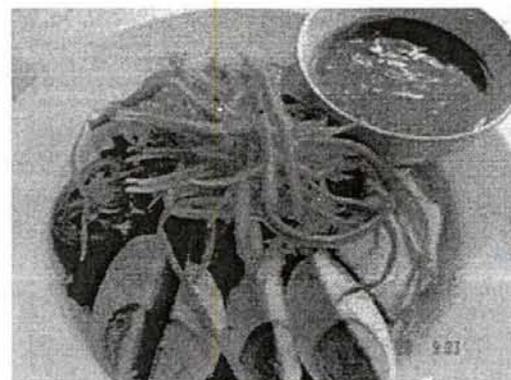
ข้าวหมกไก่



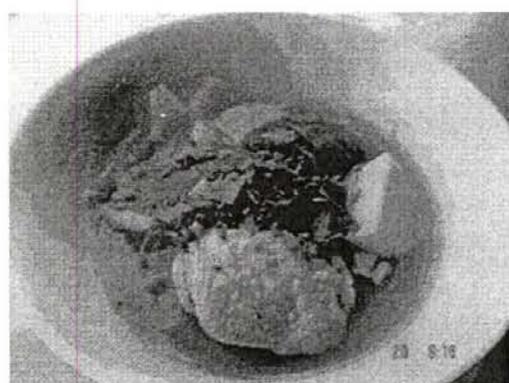
สะเต๊ะไก่-เนื้อ



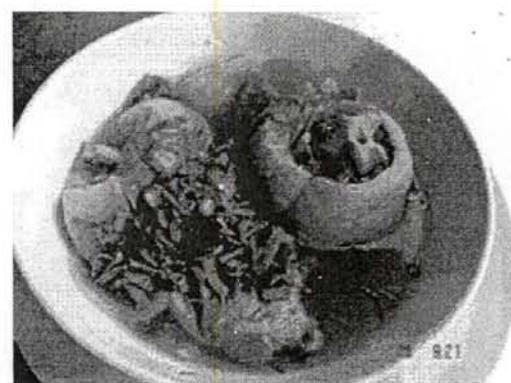
แกงกะหรี่แพะ



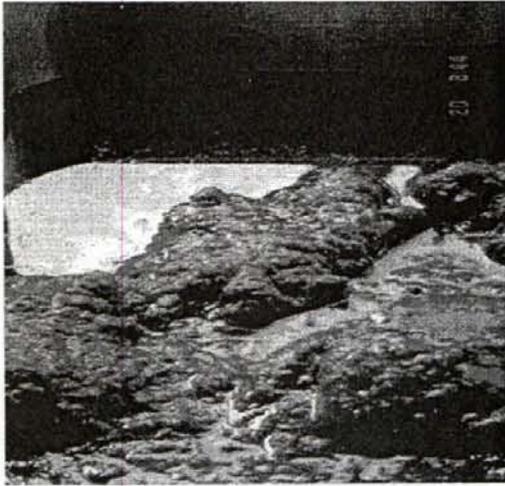
สลัดแขก



ซูปไก่



ซูปหางวัว



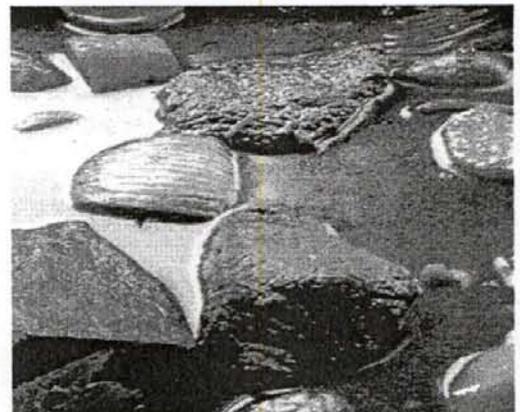
แกงมัสมั่น



แกงกรุหม่า



โรตีมะตะบะ



มัสมั่นเนื้อ

ที่มา www.fareedaspices.com/

3.2 ความสัมพันธ์ของพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารกับปัญหาสุขภาพอนามัย

3.2.1 ลักษณะประชากรทั่วไป

กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาประกอบด้วย ส่วนใหญ่เพศหญิง ร้อยละ 62.5 เพศชาย ร้อยละ 37.5 ระดับการศึกษาส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับประถมศึกษา ร้อยละ 73.5 รองลงมาจบการศึกษา ระดับมัธยมศึกษา ร้อยละ 16.5 ไม่ได้ศึกษา ร้อยละ 5 ระดับ ปวส. ร้อยละ 4 ระดับปริญญาตรี ร้อยละ 1 ตามลำดับ กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 39.5 ไม่ได้ประกอบอาชีพ อยู่บ้านดูแลบ้านและบุตร หลาน รองลงมาประกอบอาชีพค้าขาย ร้อยละ 26 รับจ้าง ร้อยละ 25.5 รับราชการ ร้อยละ 3 อาชีพ อื่นๆ เช่น ผู้ประกอบพิธีทางศาสนา ร้อยละ 6 รายได้ที่ได้รับต่อเดือนส่วนใหญ่ ร้อยละ 61.5 เพียงพอกับการใช้จ่าย ร้อยละ 38.5 ไม่เพียงพอกับการใช้จ่าย ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงจำนวน ร้อยละของลักษณะเพศ การศึกษา อาชีพและรายได้ของกลุ่ม ตัวอย่าง

ลักษณะ	ตัวแปร	จำนวน(คน)	ร้อยละ
เพศ	ชาย	75	37.5
	หญิง	125	62.5
การศึกษา	ไม่ได้เรียน	10	5
	ประถมศึกษา	147	73.5
	มัธยมศึกษา	33	16.5
	ปวส.	8	4
	ปริญญาตรี	2	1
	สูงกว่าปริญญาตรี	0	0
อาชีพ	รับจ้าง	51	25.5
	ค้าขาย	52	26
	แม่บ้าน/พ่อบ้าน	79	39.5
	รับราชการ	6	3
	อื่นๆ	12	6
รายได้	เพียงพอสำหรับการใช้จ่าย	123	61.5
	ไม่เพียงพอสำหรับการใช้จ่าย	77	38.5

3.2.2 ความเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังมากกว่า 2 ปีขึ้นไป

กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา มีความเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังสูงถึงร้อยละ 63 จำแนกเป็น ผู้ที่มีภาวะความดันโลหิตสูงมากที่สุด ร้อยละ 57.15 รองลงมาได้แก่ โรคเบาหวานร้อยละ 27.78 ภาวะไขมันในเลือดสูง ร้อยละ 15.07 ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงจำนวน ร้อยละของลักษณะความเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังมากกว่า 2 ปีขึ้นไป

ลักษณะความเจ็บป่วย	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ภาวะความดันโลหิตสูง	72	57.15
โรคเบาหวาน	35	27.78
ภาวะไขมันในเลือดสูง	19	15.07
รวม	126	100

3.2.3 ระดับความดันโลหิต

จากการตรวจร่างกายโดยการวัดความดันโลหิตในกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา พบว่ากลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 53 มีระดับความดันโลหิตปกติคือมีระดับความดันโลหิต ต่ำกว่า 120/80 มม.ปรอท ร้อยละ 11 อยู่ในภาวะก่อนมีความดันโลหิตสูง (Prehypertension) ร้อยละ 19 อยู่ในภาวะความดันโลหิตสูง (Hypertension) และร้อยละ 17 อยู่ในภาวะความดันโลหิตสูงที่อันตราย (Severe hypertension) ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 แสดงจำนวน ร้อยละระดับความดันโลหิตของกลุ่มตัวอย่าง

ระดับความดันโลหิต(มม.ปรอท)	เกณฑ์มาตรฐาน	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ต่ำกว่า 120/80	ปกติ	106	53
120-139/80-89	ก่อนสูง	22	11
140-159/90-99	สูง	38	19
สูงกว่า 160/100	สูงอันตราย	34	17
รวม		200	100

3.2.4 ดัชนีมวลกาย (Body mass index)

จากการวัดส่วนสูงและชั่งน้ำหนักกลุ่มตัวอย่าง แล้วนำมาคำนวณหาดัชนีมวลกาย โดยใช้

$$\text{สูตรดัชนีมวลกาย} = \frac{\text{ส่วนสูง (เมตร)}}{\text{น้ำหนัก (กิโลกรัม)}}$$

พบว่ากลุ่มตัวอย่างอยู่ในภาวะอ้วนถึงร้อยละ 47.5 ภาวะอ้วนอันตรายร้อยละ 35 ดัชนีมวลกาย ปกติ ร้อยละ 11.5 ท้วม ร้อยละ 4 และผอมร้อยละ 2 ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 แสดงจำนวน ร้อยละของระดับดัชนีมวลกาย (Body mass index)

ดัชนีมวลกาย(กก./เมตร)	การแปลผล	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ต่ำกว่า 18.5	ผอม	4	2
18.5-24.9	ปกติ	23	11.5
25.0-29.9	ท้วม	8	4
30.0-39.9	อ้วน	95	47.5
มากกว่า 40	อ้วนอันตราย	70	35
	รวม	200	100

3.2.5 พฤติกรรมในชีวิตประจำวันเพื่อการป้องกันโรคเรื้อรัง

กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เสี่ยงต่อการเจ็บป่วยคือใช้น้ำมันในการประกอบอาหารสม่าเสมอสูงถึงร้อยละ 84 ใช้เกลือหรือน้ำปลาเติมในอาหารที่ปรุงเสร็จแล้ว สม่าเสมอ ร้อยละ 47 ในการออกกำลังกาย ร้อยละ 54 ไม่เคยออกกำลังกายเลย

ส่วนพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่อาจมีผลทำให้เกิดความเจ็บป่วยได้คือ การบริโภคอาหารที่มีรสเค็มเช่น ปลาเค็ม เนื้อเค็ม และอาหารที่มีไขมันสูงเช่น ไข่แดง เครื่องในสัตว์ ปลาหมึก หอยนางรม เนื่องจากมีกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 52.5 บริโภคอาหารที่มีรสเค็มเป็นบางครั้ง และร้อยละ 59 บริโภคอาหารที่มีอาหารที่มีไขมันสูงเป็นบางครั้ง ดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 แสดงจำนวน ร้อยละของพฤติกรรมในชีวิตประจำวันเพื่อการป้องกันโรคเรื้อรัง

พฤติกรรม	การปฏิบัติตัว		
	สม่ำเสมอ	บางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ
การบริโภคอาหาร			
- เกลือ น้ำปลา	94(47.0)	47(23.5)	59(29.5)
- ผงชูรส	72(36)	62(31)	66(33)
- ปลาเค็ม เนื้อเค็ม	73(36.5)	105(52.5)	22(11)
- อาหารที่มีไขมันสูง	52(26)	118(59)	30(15)
- น้ำมันพืช	168(84)	17(8.5)	15(7.5)
การออกกำลังกาย	32(16)	60(30)	108(54)
การพักผ่อน	24(12)	56(28)	120(60)
การสูบบุหรี่	48(24)	4(2)	148(74)

3.2.6 ความเหมาะสมในการบริโภคอาหารคาว

จากการศึกษาโดยการสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารคาว จำนวน 14 รายการ พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ร้อยละ 73.5 มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารคาวที่ไม่เหมาะสมคือมีคะแนนต่ำอยู่ระหว่าง 14-28 คะแนน ดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 แสดงจำนวน ร้อยละของความเหมาะสมในการบริโภคอาหารคาว

คะแนน	จำนวน	ร้อยละ
29-56 (เหมาะสม)	53	26.5
14-28 (ไม่เหมาะสม)	147	73.5
รวม	200	100

3.2.7 ความเหมาะสมในการบริโภคอาหารหวาน

จากการศึกษาโดยการสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวาน จำนวน 10 รายการ พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานที่เหมาะสมและไม่เหมาะสมใกล้เคียงกัน คือ ร้อยละ 53 มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานที่เหมาะสมคือมีคະແນอยู่ระหว่าง 21-40 คະແນ ร้อยละ 47 มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานที่ไม่เหมาะสมคือมีคະແນอยู่ระหว่าง 10-20 คະແນ ดังตารางที่ 7

ตารางที่ 7 แสดงจำนวน ร้อยละของความเหมาะสมในการบริโภคอาหารหวาน

คะแนน	จำนวน	ร้อยละ
21-40 (เหมาะสม)	106	53
10-20 (ไม่เหมาะสม)	94	47
รวม	200	100

3.2.8 คะแนนพฤติกรรมการบริโภคอาหารของกลุ่มตัวอย่าง

พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการบริโภคอาหารคาวไม่เหมาะสมบางประเภท ได้แก่ เนื้อสัตว์ติดมัน แกงหรืออาหารที่ปรุงด้วยกะทิ เครื่องในสัตว์และ อาหารที่ทำจากไข่ เนื่องจากมีคະແນระหว่าง 1-2 (บริโภคทุกวัน- บ่อย) ส่วนอาหารคาวประเภทอื่น มีความเหมาะสมดี คือมีคະແນมากกว่า 3 คะแนน

ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนการบริโภคอาหารหวานส่วนใหญ่มีความเหมาะสมดี คือมีคະແນมากกว่า 3 คะแนน ยกเว้น อาหารที่ทำจากไข่และขนมไทย ดังตารางที่ 8

ตารางที่ 8 แสดงค่าค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมการบริโภคอาหารของกลุ่มตัวอย่าง

พฤติกรรม	\bar{x}	SD
1 ด้านการบริโภคอาหารคาว		
1.1 เนื้อสัตว์ติดมัน	1.88	0.53
1.2 อาหารมัน	3.34	1.26
1.3 อาหารทอด	2.42	0.98
1.4 เนย ครีม สลัดน้ำข้น	3.56	0.9
1.5 แองหรืออาหารที่ปรุงด้วยกะทิ	1.15	0.67
1.6 อาหารทะเล	3.16	1.01
1.7 เครื่องในสัตว์	1.56	0.12
1.8 เนื้อสัตว์ไม่มีมัน	2.18	1.13
1.9 อาหารที่ทำจากไข่	1.35	1.06
1.10 ไข่ลวก ไข่ต้ม	2.79	0.98
1.11 ไข่ดาว ไข่เจียว	3.18	1.23
1.12 ผักลวก ผักต้ม	3.56	1
1.13 ผัดผัก	2.67	1.43
1.14 แซมเบอร์เกอร์ แซนวิช สอทอดอก พิซซ่า	3.89	0.99
2 อาหารหวาน หรือ ขนม		
2.1 ขนมปัง เค้ก โดนัท แยม โรล เบเกอรี่ต่างๆ	3.16	0.91
2.2 ขนมหวานใส่กะทิ	2.45	1.04
2.3 ขนมทอด	2.78	0.98
2.4 ขนมคบเคี้ยว	3.56	1.35
2.5 ขนมประเภทเชื่อม หรือราดน้ำเชื่อม	2.14	1
2.6 ขนมหวานทำจากไข่	1.89	1.34
2.7 ขนมหวานไทย	1.67	0.78
2.8 ช็อกโกแลต	3.78	0.95
2.9 ลูกอม ลูกกวาด ท็อฟฟี่	3.65	1.23
2.10 ไอศกรีมต่างๆ	3.14	1.08

3.2.9 ความสัมพันธ์ของจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะความเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังกับความเหมาะสมในการบริโภคอาหารคาว

จากการศึกษาจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่มีความสัมพันธ์ของลักษณะความเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรัง ได้แก่โรคความดันโลหิตสูง เบาหวาน ไขมันในเลือดสูง กับความเหมาะสมในการบริโภคอาหารคาว พบว่าความเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังของคนในชุมชนมุสลิมที่ศึกษาด้วยความเหมาะสมในการบริโภคอาหารคาวมีความสัมพันธ์กัน ที่ระดับนัยสำคัญ .05 (p-value = .003) ดังตารางที่ 9

ตารางที่ 9 แสดงความสัมพันธ์ของจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะความเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังกับความเหมาะสมในการบริโภคอาหารคาว

ความเหมาะสมในการบริโภคอาหารคาว	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง(คน)				รวม
	ความดันโลหิตสูง	เบาหวาน	ไขมันในเลือดสูง	ไม่เจ็บป่วย	
เหมาะสม	13	4	8	28	53
ไม่เหมาะสม	59	31	11	46	147
			รวม		200
			p-value = .003		

3.2.10 ความสัมพันธ์ของจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะความเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังกับความเหมาะสมในการบริโภคอาหารหวาน

จากการศึกษาความสัมพันธ์ของจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะความเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรัง ได้แก่โรคความดันโลหิตสูง เบาหวาน ไขมันในเลือดสูง กับความเหมาะสมในการบริโภคอาหารหวาน พบว่าความเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังของคนในชุมชนมุสลิมที่ศึกษาด้วยความเหมาะสมในการบริโภคอาหารคาวไม่มีความสัมพันธ์กัน (p-value = .770) ดังตารางที่ 10

3.2.12 ความสัมพันธ์ของจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่มีค่าดัชนีมวลกายแต่ละระดับกับความเหมาะสมในการบริโภคอาหารหวาน

จากการศึกษาความสัมพันธ์ของจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่มีค่าดัชนีมวลกายแต่ละระดับกับความเหมาะสมในการบริโภคอาหารหวาน พบว่าจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่มีค่าดัชนีมวลกายแต่ละระดับในชุมชนที่ศึกษากับความเหมาะสมในการบริโภคอาหารหวานมีความสัมพันธ์กัน ที่ระดับนัยสำคัญ .05 (p-value = .000) ดังตารางที่ 12

ตารางที่ 12 แสดงความสัมพันธ์ของค่าดัชนีมวลกายกับความเหมาะสมในการบริโภคอาหารหวาน

ความเหมาะสมในการบริโภคอาหารหวาน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง(คน)					รวม
	ผอม	ปกติ	ท้วม	อ้วน	อ้วนอันตราย	
เหมาะสม	3	18	5	57	23	106
ไม่เหมาะสม	1	5	3	38	47	94
			รวม			200
				p-value =	.000	

3.3 การถ่ายทอดเทคโนโลยีด้านสุขภาพให้กับมุสลิมในชุมชน

จากการศึกษาความสัมพันธ์ของพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารกับปัญหาสุขภาพอนามัย ในชุมชนท่าอิฐ พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาร้อยละ 73.5 มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสม และร้อยละ 47 มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารหวานไม่เหมาะสม นอกจากนั้นค่าเฉลี่ยของอาหารคาวที่บริโภค บางประเภทได้แก่ เนื้อสัตว์ติดมัน แกงหรืออาหารที่ปรุงด้วยกะทิ เครื่องในสัตว์และ อาหารที่ทำจากไข่ อยู่ในระดับที่ไม่เหมาะสมคือบริโภคทุกวัน- บ่อย

ดังนั้นผู้วิจัยจึงกำหนดการถ่ายทอดเทคโนโลยีด้านสุขภาพให้กับมุสลิมในชุมชน โดยการจัดการอบรม และจัดนิทรรศการด้านสุขภาพโดยเน้นการใช้ภูมิปัญญาไทยเพื่อให้คนในชุมชนมีความรู้ที่ถูกต้องในการบริโภคอาหาร การออกกำลังกายและการดูแลสุขภาพตนเองและคนในชุมชนโดยใช้การนวดไทย โดยกำหนดหัวข้อการอบรมดังนี้

วันที่ 1

08.30-09.00 น.	ลงทะเบียน/ชี้แจงรายละเอียดการอบรม/ทดสอบความรู้
09.00-12.00 น.	บรรยาย เรื่อง สมุนไพรกับวิถีชีวิตของคนไทย
13.00-16.30 น.	สาธิตและฝึกปฏิบัติเรื่องอาหารสมุนไพรเพื่อสุขภาพ กลุ่ม 1 อาหารสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน กลุ่ม 2 อาหารสำหรับผู้ป่วยโรคไขมันในเลือดสูง

วันที่ 2

09.00-12.00 น.	บรรยาย เรื่อง การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ
13.00-16.30 น.	สาธิตและฝึกปฏิบัติเรื่องการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ กลุ่ม 1 ฤๅษีดัดตน กลุ่ม 2 การฝึกกายบริหาร

วันที่ 3

09.00-12.00 น.	บรรยาย เรื่อง การประยุกต์ใช้สมุนไพรเพื่อสุขภาพ
13.00-16.30 น.	สาธิตและฝึกปฏิบัติเรื่องผลิตภัณฑ์สมุนไพรในครัวเรือน กลุ่ม 1 การทำยาหม่องไพล กลุ่ม 2 การทำน้ำมันว่าน

วันที่ 4

09.00-12.00 น.	บรรยาย เรื่อง การนวดไทยเพื่อสุขภาพ
13.00-16.30 น.	สาธิตและฝึกปฏิบัติเรื่องการนวดไทยเพื่อสุขภาพ

วันที่ 5

09.00-12.00 น.	สาธิตและฝึกปฏิบัติเรื่องการนวดไทยเพื่อสุขภาพ
13.00-16.30 น.	สาธิตและฝึกปฏิบัติทำลูกประคบและการอบสมุนไพร

ผลการศึกษากการถ่ายทอดเทคโนโลยีด้านสุขภาพให้กับมุสลิมในชุมชน

3.3.1 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของระดับคะแนนการทดสอบความรู้ก่อนและหลังการอบรม

ผลการศึกษาพบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนการทดสอบความรู้ก่อนและหลังการอบรมการถ่ายทอดเทคโนโลยีด้านสุขภาพให้กับมุสลิมในชุมชน มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 แสดงว่าหลังการอบรมทำให้ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพและการปฏิบัติตัวในการรับประทานอาหาร การออกกำลังกายเพิ่มขึ้น

ตารางที่ 13 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของระดับคะแนนการทดสอบความรู้ก่อนและหลังการอบรม

การทดสอบความรู้	N	X	SD	t
ทดสอบก่อนการอบรม	40	10.6	1.436	
ทดสอบหลังการอบรม	40	21.63	1.848	33.763

3.3.2 ความพึงพอใจของการเข้ารับการอบรม

ผลการศึกษาความพึงพอใจของการเข้ารับการอบรม พบว่าโดยภาพรวมผู้เข้ารับการอบรม มีความพึงพอใจต่อการอบรม เมื่อพิจารณาแต่ละหัวข้อ พบว่าผู้เข้าอบรมมีความพึงพอใจต่อการอบรมอยู่ในระดับมากทุกรายการ

ตารางที่ 14 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานความพึงพอใจต่อการอบรม

รายการประเมิน	\bar{x}	SD	ระดับ
1. ความรู้			
1.1 อาหารสมุนไพรเพื่อสุขภาพ	4.03	51	มาก
1.2 การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	3.97	67	มาก
1.3 การประยุกต์ใช้สมุนไพรเพื่อสุขภาพ	3.86	74	มาก
1.4 การนวดไทยเพื่อสุขภาพ	3.97	74	มาก
2.ทัศนคติ			
2.1 อาหารสมุนไพรเพื่อสุขภาพ	3.91	65	มาก
2.2 การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	3.77	69	มาก
2.3 การประยุกต์ใช้สมุนไพรเพื่อสุขภาพ	4.03	61	มาก
2.4 การนวดไทยเพื่อสุขภาพ	4.03	63	มาก
3. การปฏิบัติ			
3.1 อาหารสมุนไพรเพื่อสุขภาพ	4.14	58	มาก
3.2 การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	3.86	61	มาก
3.3 การประยุกต์ใช้สมุนไพรเพื่อสุขภาพ	3.98	65	มาก
3.4 การนวดไทยเพื่อสุขภาพ	4.23	69	มาก