

ตอบคำถามโดย : อาจารย์ ชารีฟ (ประสาน) ศรีเจริญ
ผู้ทรงคุณวุฒิจุฬาราชมนตรี
ปริญญาดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์
มหาวิทยาลัยอิสลาม มดีนะห์ ซาอุดีอาระเบีย

ถามตอบเรื่องศาสนาอิสลาม เกี่ยวกับการถือศีลอด

รอมฎอนเป็นภาษาอาหรับแปลว่าอะไร ?

รอมฎอน เป็นชื่อของเดือนที่ 9 ของเดือนในศาสนาอิสลาม แปลตามภาษาว่า “ ร้อนจัด หรือเผาไหม้ ” เพราะการตั้งชื่อเดือนนี้ว่า รอมฎอน เพราะในช่วงเวลาดังกล่าวเป็นช่วงเวลาที่ร้อนจัด และคำว่า “ เผาไหม้ ” ก็คือ เมื่อได้มีการถือศีลอดจะมีการทำลาย (เผา) กิเลสในตัวผู้ถือศีลอดให้หมดไป

การถือศีลอดมีที่มาอย่างไร ?

การถือศีลอด เป็นข้อบัญญัติหนึ่งในห้าของมุขบัญญัติอิสลามที่มุสลิมทุกคนต้องปฏิบัติ อันประกอบด้วย 1. กล่าวปฏิญาณตนว่าไม่มีพระเจ้าอื่นใดที่ต้องเคารพสักการะนอกจากอัลเลาะห์เพียงพระองค์เดียวเท่านั้น และมุฮัมมัดเป็นศาสนทูตของอัลเลาะห์ 2. นมัสการละหมาดวันละ 5 เวลา 3. บริจาคทานชะกาต 4. ถือศีลอดเดือนรอมฎอน และ 5. ประกอบพิธีฮัจญ์สำหรับผู้มีความสามารถ

การถือศีลอด คือ การอดกลั้น การงดเว้น สิ่งบางอย่างที่ศาสนากำหนดไว้ โดยมีเจตนาเพื่อสนองตอบความศรัทธาในพระเจ้า เป็นศาสนกิจเก่าแก่นับแต่ศาสดาก่อน ๆ เช่น ศาสดาดาวูด (เดวิด) ศาสดาอีซา (เยซู) และศาสดามูซา (โมเสส) เป็นต้น แม้ในศาสนาต่าง ๆ ก็มีการถือศีลอดเช่นกัน เพราะการถือศีลอดคือการงดเว้นบางอย่างในบางเวลา เช่น บางคนไม่ทานเนื้อ ทานแต่ผัก ก็เป็นการถือศีลอดอย่างหนึ่ง บางคนอดอาหารดื่มแต่น้ำในบางช่วงเวลา ก็เป็นการถือศีลอดอย่างหนึ่ง และบางคนต้องการสิ่งใดที่สำคัญอย่างมุ่งมั่นก็มีการอดอาหารเพื่อให้ร่างกายบริสุทธิ์ก็เป็นการถือศีลอดประเภทหนึ่งเหมือนกัน ดังนั้น การถือศีลอดย่อมมีในทุกศาสนาเพียงแต่รูปแบบและวิธีการอาจแตกต่างกัน

ถือศีลอดกันเพราะอะไร ? ทำไมต้องถือศีลอดกันด้วย ?

เหตุผลสำคัญที่ต้องถือศีลอดคือ ปฏิบัติตามคำปฏิญาณว่าจะเชื่อฟังอัลเลาะห์ และศาสนทูต เมื่อพระองค์บัญชาให้ถือศีลอดก็ต้องสนองตอบ นั่นเป็นเหตุผลหลัก ส่วนเหตุผลรองมีหลายประการ เช่น การถือศีลอดทำให้ร่างกายแข็งแรง มีการปล่อยใจให้กะเพาะหยุดทำงาน และที่สำคัญทำให้มีจิตเมตตา เอื้ออาทรต่อบุคคลที่ขาดอาหารการกินเพราะความจน เมื่อตนได้ลิ้มรสแห่งความหิวว่าเป็นอย่างไร ก็จะทำให้มองเห็นคนอื่นที่หิวหอยเป็นอย่างไ

ถือศีลอดในช่วงเดือนไหน ?

ถือศีลอดในเดือนรอมฎอน ซึ่งไม่แน่นอนว่าจะตรงกับเดือนอะไร เพราะการนับวันเดือนปีในศาสนาอิสลามให้นับทางจันทรคติ ซึ่งในแต่ละปีจะมีจำนวนวันที่น้อยกว่าการนับทางสุริยคติประมาณ 10 วัน อย่างเช่นในปีที่แล้วตรงกับต้นเดือนสิงหาคม ปีนี้อาจเริ่มต้นประมาณกลางเดือนสิงหาคม เป็นต้น

ทำไมต้องเจาะจงเป็นช่วงเดือนนี้ละ มันพิเศษอย่างไรหรือเดือนนี้ ?

การปฏิบัติศาสนกิจแต่ละประเภทต้องมีกฎและกติกาทันที รวมทั้งกำหนดเวลา ที่แน่นอนด้วย ดังนั้น การถือศีลอดศาสนาอิสลามได้กำหนดให้ถือศีลอดในเดือนรอมฎอน ถ้าว่ามีเหตุผลหรือความเป็นพิเศษอย่างไร ก็ตอบว่า เดือนนี้เป็นเดือนพิเศษเพราะเป็นเดือนที่เริ่มต้นการเป็นศาสนทูตของศาสดามุฮัมมัด และเป็นเดือนที่เริ่มต้นการประทานพระมหาคัมภีร์อัลกุรอาน

การถือศีลอดต้องทำอะไรบ้าง เริ่มตั้งแต่วันแรก ต้องทำอะไรบ้าง ?

จะกินได้ตอนไหน ก่อนกินต้องทำอะไรก่อน ?

การถือศีลอดคือ “ ต้องงดเว้นการกิน การดื่ม และการประเวณี นับตั้งแต่แสงอรุณขึ้นไปจนดวงอาทิตย์ลับขอบฟ้า ” รวมทั้งต้องงดและอดกลั้น การทำบาปทั้งกาย วาจา และจิตใจ

การกินและดื่ม จะกระทำได้ที่เมื่อได้เวลาที่กำหนดคือ หลังตะวันตกลับขอบฟ้าของวัน ก่อนกินก็ต้องขอพรต่ออัลเลาะห์และขอบคุณพระองค์ทรงประทานอาหารมาให้

ใครบ้างที่ต้องถือศีลอด แล้วใครบ้างที่ได้รับการยกเว้นให้ไม่ต้องถือศีลอด ?

ผู้ที่จำเป็นต้องถือศีลอดคือ ต้องเป็นมุสลิม บรรลุศาสนภาวะ (อายุ 15 ปี) มีสติสัมปชัญญะ ต้องสะอาดจากรอบเดือน (หญิง) ไม่เป็นผู้เดินทางไกล และมีความสามารถ ดังนั้น ผู้ที่ได้รับการยกเว้นคือ เด็ก คนชรา (ที่ไม่สามารถถือได้) คนเสียสติ สตรีที่มีประจำเดือน ตั้งครรภ์ คลอดบุตร เป็นแม่นม (แต่ต้องมีการถือศีลอดชดใช้เมื่อหมดภาวะดังกล่าว) คนที่เดินทางไกลประมาณ 85 ก.ม. หรือคนป่วย (แต่ต้องชดใช้ภายหลัง) เป็นต้น

ถ้าหิวมากแล้วจะอย่างไร ?

เมื่อหิวมากจนอาจเป็นอันตราย จำเป็นต้องละศีลอดโดยการรับประทานอาหาร เพราะการรักษาชีวิตย่อมเป็นสิ่งจำเป็นก่อนอื่นใด แล้วไปถือศีลอดชดใช้ภายหลังโดยไม่เป็นบาป

สมมุติว่าเรากินอะไรเข้าไปจะถือว่าเป็นบาปไหม ?

หากกินโดยลืมหรือไม่ตั้งใจ ถือว่าไม่บาปและการถือศีลอดไม่เสีย แต่ถ้ากินโดยตั้งใจและไม่มีเหตุผลอื่นใดที่จำเป็นถือว่า การกินนั้นเป็นบาป

ถ้าไม่ถือศีลอดจะบาปไหม ?

บุคคลที่ศานนากำหนดให้ถือศีลอดแต่เขาไม่ปฏิบัติถือว่าบาป เพราะฝ่าฝืนคำสั่งของศาสนา

ต้องถือนานกี่วัน ?

ต้องถือศีลอดเป็นเวลา 1 เดือน คือ 29 หรือ 30 วัน (ข้อห้ามการกิน การดื่ม และการประเวณีช่วงตอนกลางวันเท่านั้น)

ประโยชน์จากการถือศีลอดคืออะไร ? ทั้งตามหลักศาสนาและความรู้สึกของคนถือศีลอด ? และตามหลักวิชาการมีประโยชน์อย่างไร ?

ประโยชน์ตามหลักศาสนา คือ ได้ปฏิบัติตามคำสั่งใช้ของอัลเลาะห์ จะได้รับการอภัยโทษจากพระเจ้า และจะได้เข้าสวรรค์ ส่วนความรู้สึกของผู้ถือศีลอดคือ มีความสุขจากการที่ได้ปฏิบัติตามหลักศาสนา มีความรู้สึกคล่องตัวที่มีการลดอาหารบางมื้อ และรู้จักการฝึกให้ตรงต่อเวลาทั้งในการกินและการปฏิบัติภารกิจต่าง ๆ

ประโยชน์ทางวิชาการ โดยทางการแพทย์ถือว่า การถือศีลอดเป็นการบำบัดโรคบางชนิดได้ เช่นโรคความอ้วน โรคไขมันในเส้นเลือด เป็นต้น เพราะในระยะหนึ่งเดือนนั้นเรารับประทานอาหารเป็นเวลา หยุดเป็นเวลา เป็นการพักผ่อนไปในตัว ไม่ทำให้เกิดท้องเสียหรือมีโรคแทรกประการใด และสามารถลดความสมบูรณ์เกินไปลงได้ด้วย

โดยการถือศีลอดนี้ หากผู้ใดปฏิบัติก็จักเป็นผู้รักสงบ มีขันติธรรม มีความเมตตา กรุณา มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นในความลำบากทั้งหลาย รักระเบียบวินัย มั่นคงในศีลธรรม ซึ่งทุกอย่างเป็นสิ่งประเสริฐที่จะช่วยกันพัฒนาจิตใจมนุษย์ให้สูงส่ง และที่สำคัญเป็นการยุติความฟุ้งเฟ้อและฟุ้งเฟ้อในการดำเนินชีวิตด้วย

