

ค่านิยมบริโภคตามแนวพระพุทธศาสนา*

THE CONSUMERISM ACCORDANCE WITH BUDDHIST CONCEPT

พระครูธรรมธรไพบูลย์ พิศาลวชิโรภาส

Phrakru DhammadhronPhaiboon Phisanwachiropas

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ราชบุรี

Mahachulalongkornrajavidyalaya University Ratchaburi Buddhist College, Thailand

จنگล บุญพิทักษ์

Chongkol Boonpitak

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์สุพรรณบุรีศรีสุวรรณภูมิ

Mahachulalongkornrajavidyalaya University Suphanburi Buddhist College, Thailand

E-mail: oadsy1972@gmail.com

บทคัดย่อ

สภาพการบริโภคในยุคโลกาภิวัตน์เป็นการบริโภคตามกระแสค่านิยม เพื่อตอบสนองความต้องการที่เกินความจำเป็นของตนเอง เป็นไปเพื่อความหรูหรา หลงตามกระแส จนทำให้เกิดมีพฤติกรรมการเลียนแบบด้วยความหลง เพราะเชื่อว่าถ้าได้บริโภคตามความต้องการแล้ว จะดูโก้ และทันสมัยอยู่เสมอ ทำให้เกิดผลกระทบตามมาจากการบริโภคอาหารก็คือ เกิดปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพ การเสพติดที่เกินความจำเป็น การเสพติดด้วยความลุ่มหลง ทำให้เกิดการสูญเสียทั้งทรัพย์สิน สุขภาพ และสติปัญญา การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เกินขนาด ทำให้เกิดโรคภัยไข้เจ็บและปัญหาต่าง ๆ อีกมากมาย การเล่นเกมพนัน จะนำมาซึ่งปัญหาโจรกรรม ลักขโมย ฉ้อโกง ปล้น จี เป็นต้น การเที่ยวในโลกาภิวัตน์ เป็นเหตุให้เกิดปัญหาครอบครัว ปัญหาโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

การบริโภคตามแนวพุทธ เป็นการบริโภคโดยใช้ปัญญาในการพิจารณาไตร่ตรองทั้งก่อนและหลังบริโภค ให้รู้จักการบริโภคที่เป็นประโยชน์อย่างแท้จริง เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของมนุษย์ให้มีความสมบูรณ์ ด้วยหลักธรรม 2 ข้อ ได้แก่ หลักโภชนสัปปายะ คือ การกินอาหารที่เหมาะสมกับร่างกาย เกื้อกูลต่อสุขภาพ และโภชนเมตตัตถุญตา คือการรู้จักประมาณในการบริโภค ไม่กินมากจนเกินไปหรือน้อยจนเกินไป แต่ให้กินพอดีกับความต้องการของร่างกาย ดังนั้น การบริโภคปัจจัย 4 มีควรมองให้เห็นจุดมุ่งหมายสูงสุดของชีวิตคือความหลุดพ้น

คำสำคัญ: ค่านิยมบริโภค, ตามแนวพระพุทธศาสนา

* Received 31 October 2019; Revised 18 November 2019; Accepted 25 November 2019



Abstract

A result of this study was that the state of consumerism in the globalization generally followed the fashion to fulfill the individual's unnecessary want. It was luxury and indulgent in the recent fashion until there was the imitation of such fashion with delusion because it was believed that if one fulfilled one's want, one felt smart and modern. This action affected directly the food consumption, The unnecessary consumption and the consumption with the enchantment caused losing money, health and wisdom. To drink unlimited alcohol caused many diseases, and gamble. gamble caused banditry, stealing, defalcation, plunder and robbery, etc. Tourism in the era of globalization Causing family problems Problems of sexually transmitted diseases.

The Buddhist consumption was consisted of wisdom to consider things for real benefits in order to make the human being's life- quality complete, with 2 dharmic principles for example, Bhochanasappaya principle is eating that is appropriate incant a body, help build the health, and Bhochanemattanyuta principle is knowwing about in consuming, a until few too, and until too many, but eating that is appropriate incant a body and in those four elements should stare see, topmost goal of the life, to goal for extrication.

Keywords: Consumerism Accordance With, Buddhist Concept

บทนำ

การดำเนินชีวิตของคนไทยในปัจจุบันนี้ มีการเปลี่ยนแปลงไปจากเดิมมาก จากอดีตที่เป็นประเทศแบบสังคมเกษตรกรรม ประชาชนส่วนมากทำนา ทำสวน ทำไร่ ทรัพยากรธรรมชาติมีความอุดมสมบูรณ์จนมีคำกล่าวที่ว่า ในน้ำมีปลาในนามีข้าว ผู้คนในสังคมมีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แบ่งปัน แต่ปัจจุบันนี้สภาพทรัพยากร ธรรมชาติถูกทำลายไปมาก เพื่อสนองความต้องการที่เกิดจากความอยากจนเกินไป ในเรื่องของปัจจัยสี่ จึงทำให้การดำเนินชีวิตของผู้คนในอดีตจากสังคมเกษตรกรรมกลายเป็นสังคมอุตสาหกรรม หนุ่มสาวมุ่งเข้าสู่โรงงานมากกว่ามุ่งเข้าสู่ท้องทุ่งนา จากที่เคยเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แบ่งปัน กลายเป็นเห็นแก่ตัว เข้ากับสุภษิตโบราณที่เคยกล่าวไว้ว่า มือใครยาวสาวได้สาวเอา เอาเปรียบคนอื่นได้เมื่อมีโอกาส ทุกสิ่งต้องยื้อแย่งแข่งขันกันเพื่อให้ได้มา แม้แต่การบริโภคปัจจัยสี่ก็เกิดความจำเป็น ไม่บริโภคเพียงเพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้



จากสังคมที่ผู้คนเคยอยู่กันอย่างสงบ ถ้อยทีถ้อยอาศัยซึ่งกันและกัน เอื้อเพื่อแบ่งปัน จากที่เคยเป็นสังคมอันเต็มไปด้วยความอบอุ่นเอื้ออาทร แต่ก็กลายมาเป็นสังคมที่ทุกคนต้องดิ้นรนเพื่อความอยู่รอด ความเจริญด้านเทคโนโลยีได้เชื่อมผู้คนบนโลกนี้ให้ติดต่อกันและรับรู้ข่าวสารต่าง ๆ ทั้งเศรษฐกิจ การเมือง บ้านเท็งได้อย่างรวดเร็ว โลกทั้งโลกกำลังไปในทิศทางเดียวกัน มีรูปแบบการบริโภคที่เหมือนกัน มีมาตรฐานการดำรงชีวิตที่คล้ายๆ กัน ทำให้สังคมที่เคยอยู่กันอย่างเอื้อเพื่อเผื่อแผ่ แบ่งปัน กลายเป็นสังคมแห่งการบริโภค เอาardtเอาเปรียบและเห็นแก่ตัว การสื่อสารแบบไร้พรมแดนที่เกิดจากความก้าวหน้าของเทคโนโลยี เช่น สื่อโทรทัศน์ดาวเทียม คอมพิวเตอร์ อินเทอร์เน็ต ตลอดจนโทรศัพท์มือถือ และโครงข่ายการสื่อสารที่เชื่อมต่อกันทั้งโลก ทำให้การสื่อสารแบบข้ามทวีปเกิดขึ้นภายในไม่กี่วินาที เหล่านี้ทำให้กระแสยุคบริโภคนิยมกระจายไปทั่วโลก “ในยุคนี้ยากจะมีอุดมการณ์ใดที่ทรงพลังเท่ากับบริโภคนิยม ในรัสเซียและยุโรปตะวันออก ระบบคอมมิวนิสต์นอกจากสกัดกั้นมันไม่ได้แล้ว ยังต้องพังทลายเพื่อเปิดทางให้มันได้แพร่หลายอย่างเสรี ในจีนและเวียดนาม ความอยู่รอดของระบบคอมมิวนิสต์ขึ้นอยู่กับว่ายอมลัทธิบริโภคนิยมแค่ไหน” (พระไพศาล วิสาโล, 2555)

กระแสบริโภคนิยม ที่สื่อต่าง ๆ ทั้งโทรทัศน์ วิทยุ หนังสือพิมพ์ต่างโฆษณาสินค้า เพื่อกระตุ้นการบริโภค ทำให้เกิดการบริโภคที่เกินพอดี ยิ่งโดยเฉพาะยุคโลกาภิวัตน์ก็มีอิทธิพลต่อสังคมไทยในปัจจุบันเป็นอย่างมาที่ ทำให้ผู้คนในสังคมมีค่านิยมในการนับถือเงินเนื่องจากเงินสามารถซื้อทุกสิ่งทุกอย่างที่ต้องการได้ การหาเงินแม้จะเป็นสิ่งสำคัญ แต่การรู้จักใช้เงินมีความสำคัญกว่า (พุทธิดา รักพงษ์, 2536) การบริหารจัดการทรัพย์สินสมบัติ หรือการใช้จ่ายทรัพย์สินตามแนวการบริโภคซึ่งเป็นหลักที่พระพุทธเจ้าทรงประทานให้แก่ชาวพุทธ สำหรับเป็นแนวทางในการใช้จ่ายทรัพย์สินเพื่อดำเนินชีวิต อาจกล่าวได้ว่าเป็นการใช้จ่ายทรัพย์สินเชิงพุทธ เป็นหลักการที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในปัจจุบันได้เป็นอย่างดี เพราะหลักการบริโภคนิยมนี้เป็นหลักที่พระพุทธเจ้าสอนให้ชาวพุทธรู้จักวิธีในการวางแผนจัดการทรัพย์สินหรือเงิน ที่ตนพยายามดิ้นรนแสวงหามาได้ด้วยความสำเร็จจิตเพื่อใช้จ่ายในการดำเนินชีวิต การรู้จักวางแผนทางการเงิน ถือเป็นจุดเริ่มต้นและเป็นส่วนสำคัญ ที่จะทำให้มนุษย์สามารถดำเนินชีวิตไปได้อย่างราบรื่นมีทิศทางที่ดีและมีความสุข

อย่างไรก็ตาม พระพุทธศาสนายังมีนัยที่พิจารณาธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ที่แตกต่างไปจากที่กล่าวมาแล้ว นอกจากมนุษย์จะมีวิชาเป็นเหตุให้เกิดปัญหาแล้ว ยังพิจารณาว่า มนุษย์สามารถพัฒนาความคิด หรือความเห็นในการบริโภคปัจจัยทางวัตถุเพื่อเป็นคุณประโยชน์ของชีวิตของตน ทางออกจากระบบเศรษฐกิจที่ครอบงำสังคมไทย สิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ชีวิตนี้ในสมัยปัจจุบันเรียกว่า คุณภาพชีวิต (พระเทพเวที (ประยูร ปรยุตโต), 2532) ในขณะที่นักวัตถุนิยมสนใจแต่สินค้าเป็นสิ่งสำคัญ พุทธศาสนิกชนสนใจแต่การให้มีอิสระเสรีภาพเป็นส่วนใหญ่ แต่พระพุทธศาสนาถือหลักมัชฌิมาปฏิปทา มิได้ขัดแย้งกับหลักการกินที่อยู่ดีทางกายภาพ



อุปสรรคของการปลดปล่อย ให้มีอิสระเสรีภาพนั้น มิได้อยู่ที่ทรัพย์สินคุณากร แต่ว่าอยู่ที่ตัณหาที่ ดิ้นรนเพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งเหล่านั้น ดังนั้น สารสำคัญของการบินโคจรคือ ความเรียบง่ายและหลักอหิงสา” (ซูเมกเกอร์ อี เอฟ, 2528) นอกจากนี้ตามแนวทางของการบินโคจรแนว พุทธ ยังได้ให้ความรู้เกี่ยวกับเรื่อง ของคุณภาพชีวิตจิตใจ ที่กำกับพฤติกรรม คุณภาพของ พฤติกรรม ที่จะใช้ทรัพยากรว่า การใช้ทรัพยากรนั้นมีคุณภาพหรือไม่ คือการใช้โดยไม่ เบียดเบียนตนเองและไม่ส่งผลให้เกิดการเบียดเบียนสังคม เพราะฉะนั้น ความรู้จากแนวทาง ของการบินโคจรแนวพุทธ จึงเป็นความรู้ที่จะพัฒนาคุณภาพสังคม มุ่งหมายให้เกิดการไม่ เบียดเบียนตนเองและสังคม และการพัฒนานี้ต้องเกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์กับการใช้วัตถุสิ่งของอย่าง หลีกเลียงไม่ได้ในระบบความรู้ดังกล่าว จึงเป็นความรู้ที่มีการกล่าวถึงปัจจัยทางเศรษฐกิจ และ ชีวิตของมนุษย์ในสังคมโลกปัจจุบัน

เมื่อการบินโคจรในยุคโลกาภิวัตน์เป็นปัญหาในเรื่องของค่านิยมทางวัตถุ ให้คุณค่าทาง วัตถุมากกว่าคุณค่าทางด้านจิตใจ ถึงแม้จะมีวัตถุเพื่ออำนวยความสะดวกมากมาย แต่ก็ยังเกิด ความไม่สมดุลระหว่างคุณค่าแท้กับคุณค่าเทียมในทางเศรษฐศาสตร์ จึงเห็นว่าหลักการและ แนวคิดตามพุทธน่าจะจะเป็นทางออกที่ดีที่สุดสำหรับปัญหาทางโลกวัตถุนิยมในปัจจุบัน การ บริโภคแนวพุทธนั้นจะเน้นการผลิตและบริโภคด้วยปัญญา มีเหตุผลในการอุปโภคบริโภคว่าสิ่ง ใดควรผลิตและไม่ควรประกอบการ ได้แก่ การค้าขายศัตราอันเป็นเครื่องประหาร การค้าขาย มนุษย์ การค้าขายยาพิษ เป็นต้น การบริโภคตามแนวพุทธมุ่งสอนหลักในการปฏิบัติ เพื่อการ บรรลุคุณธรรม หรือคุณภาพชีวิตระดับอริยะก็ตาม แต่ก็มีได้ปฏิเสธความสุขที่เกิดจากทรัพย์ สมบัติ ที่ผู้ครองเรือนควรมี ได้แก่ สุขเกิดจากการมีทรัพย์ สุขเกิดจากการใช้จ่ายทรัพย์ สุขเกิด จากการทำงานไม่เป็นหนี้ สุขเกิดจากการประพฤติน่ามีโทษ แม้แต่การจัดสรรทรัพยากรที่ตนหา มาได้โดยชอบธรรมได้แสดงวิธีการแบ่งทรัพย์ไว้คือ หนึ่งส่วนใช้จ่ายเลี้ยงตน เลี้ยงคนที่ควรบำรุง เลี้ยงและทำประโยชน์ สองส่วนใช้เป็นทุนประกอบการงาน อีกหนึ่งส่วนเก็บไว้ใช้คราวจำเป็น ในขณะที่เดียวกันก็ได้กำหนดคุณสมบัติของคฤหัสถ์ผู้แสวงหาโภคทรัพย์ที่เป็นไปเพื่อชอบด้วย คุณธรรมจริยธรรม คือแสวงหาโภคทรัพย์โดยชอบธรรม มิใช่โดยทุจริต ใช้จ่ายทรัพย์ เพื่อเลี้ยง ตนให้เป็นสุขและเบิกบาน แบ่งปันโภคทรัพย์แก่ผู้อื่น และใช้ในการประกอบกุศลกรรมทั้งปวง เป็นต้น

ดังนั้น การศึกษาเรื่องวิเคราะห์ค่านิยมบริโภคตามแนวพระพุทธศาสนา จึงต้องการ ศึกษาถึงสภาพการบินโคจรในยุคโลกาภิวัตน์ และต้องการวิเคราะห์ค่านิยมบริโภคตามแนว พุทธศาสนาว่า ปัญหาการบินโคจรวัตถุนิยม ซึ่งนับวันจะก่อความเดือดร้อนให้เกิดขึ้น มากมาย โดยเฉพาะปัญหาหนี้สินที่เกิดจากการใช้จ่ายเกินความพอดี จนทำให้เงินที่มีอยู่ไม่ พอใช้ การบริโภคแนวพุทธนั้นมีทางออกให้กับปัญหานี้อย่างไร เพื่อให้เห็นความสำคัญของ



หลักธรรมในทางพระพุทธศาสนา สำหรับใช้เป็นข้อมูลในการแก้ไขปัญหาการบริโภคนิยมในยุคโลกาภิวัตน์ได้ในโอกาสต่อไป

สภาพการบริโภคนิยมในยุคโลกาภิวัตน์

1. การบริโภคนิยมตามกระแสค่านิยม

ในปัจจุบันเรามักจะได้ยินว่าคนไทยมีค่านิยมชอบใช้ของต่างประเทศ ชอบเลียนแบบชาวต่าง ประเทศโดยรับเอาวัฒนธรรมของต่างประเทศเข้ามามากโดยลืมนึกถึงความเสียหายที่จะเกิดขึ้น ซึ่งคำว่า “ค่านิยม” ถือว่าเป็นปัจจัยภายนอกซึ่งเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความรู้สึกนึกคิดของบุคคลเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากการเรียนรู้หรือสิ่งอื่นใดก็ตามที่เป็นตัวกำกับหรือควบคุมพฤติกรรมของบุคคลที่อยู่ในสังคมนั้น ๆ ซึ่งความสำเร็จ หรือความล้มเหลวของธุรกิจทางการตลาดขึ้นอยู่กับความสอดคล้องกับค่านิยมเป็นสำคัญ เนื่องจากสภาพสังคมและวัฒนธรรมของไทยที่เปลี่ยนแปลงไป ทำให้คนในสังคมโดยเฉพาะวัยรุ่นรับเอาอิทธิพลทั้งด้านวัตถุและไม่ใช่วัตถุจากตะวันตกมาเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิตมากขึ้น ดังนั้น ค่านิยมจึงเกี่ยวข้องกับการตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้นด้วยวิธีที่มีมาตรฐาน ซึ่งบุคคลจะถูกกระตุ้นให้มีส่วนร่วมในพฤติกรรมเพื่อให้บรรลุค่านิยม และความเกี่ยวข้องกันกับพฤติกรรมผู้บริโภคนิยม ในขณะที่แต่ละชั้นของสังคมจะมีลักษณะของค่านิยมและพฤติกรรมในการบริโภคนิยมจะแตกต่างกันออกไป

เพื่อให้มองเห็นถึงสภาพของการบริโภคนิยมในยุคโลกาภิวัตน์ ที่เกี่ยวกับค่านิยมที่สำคัญและเด่นชัดของวัยรุ่นยุคบริโภคนิยมไว้ โดยจะขอยกตัวอย่างกลุ่มค่านิยมกับพฤติกรรมบริโภคนิยมของคนไทยในยุคโลกาภิวัตน์ ที่เป็นปรากฏการณ์ ดังต่อไปนี้

2. สภาพการบริโภคนิยมในยุคโลกาภิวัตน์

พฤติกรรมบริโภคนิยม เป็นพฤติกรรมที่เกิดจากกระแสของการโฆษณาทางสื่อต่าง ๆ จนทำให้วัยรุ่นเกิดเห็นว่าถ้าได้บริโภคสิ่งนั้นแล้วจะเป็นค่านิยมที่คนทั่วไปยอมรับ จนในที่สุดก็กลายมาเป็นความเชื่อในการบริโภคว่าเป็นความโก้เก๋หรูหรา ดังนั้น พฤติกรรมบริโภคนิยมของวัยรุ่นยุคบริโภคนิยม จึงสามารถแยกเป็นประเด็นต่าง ๆ ได้แก่

2.1 ความรัก ความรักของวัยรุ่นมีหลายรูปแบบ คือ รักพ่อแม่ ญาติพี่น้อง รักเพื่อน รักพวกพ้อง รักเพื่อนต่างเพศ ซึ่งเป็นความรักแบบหนุ่มสาว ขณะเดียวกันวัยรุ่นก็ต้องการได้รับความรักจากบุคคลเหล่านี้ด้วย (ณัฐนันท์ ยศปัญญา, 2544)

2.2 ความสนุกสนานเพลิดเพลิน ความสนุกสนานเพลิดเพลินของวัยรุ่นส่วนมากมักจะออกมาในรูปของกิจกรรมกีฬาหรือความบันเทิง เช่น การเชียร์กีฬา เป็นต้น

2.3 ความเป็นอิสระ ความต้องการเป็นอิสระจะมีสูงมากในวัยรุ่น เพราะเป็นวัยที่อยู่ระหว่างวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่ต้องการแสดงออกซึ่งความเป็นตัวของตัวเอง ฉะนั้นจึงไม่



ขอให้ผู้ใหญ่มาก้าวร่างกายในชีวิตของตน ไม่ขอให้ใครมาสอน วัยรุ่นบางคนจึงทำอะไรโดยไม่ให้ผู้ใหญ่รู้เห็น

2.4 การมีชื่อเสียง วัยรุ่นต้องการให้สังคมยอมรับหรือชมเชย หรืออยากเด่นอยากดัง เช่น ต้องการเป็นนักกีฬาที่เก่งเพื่อให้เป็นขวัญใจของเพื่อนๆ เป็นต้น

2.5 มีอุดมคติสูง วัยรุ่นมักจะเป็นวัยที่มีอุดมคติแรงกล้า มีความกล้าเสี่ยง และมีพลังผลักดันสูง ทำให้เชื่อคนง่ายจนบางครั้งตกเป็นเครื่องมือของผู้มีอำนาจ มีอิทธิพลแสวงหาผลประโยชน์ได้

2.6 สนใจเรื่องเพศและเพศตรงข้าม วัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการความรู้ ความเข้าใจทางเพศอย่างถูกต้อง แต่มักถูกกีดกันจากผู้ใหญ่ ทำให้วัยรุ่นหาความรู้ด้วยการไต่ถามหรือได้ฟังคนอื่นพูด ซึ่งอาจจะไม่ถูกต้องทั้งหมด หรือไม่ก็อ่านหนังสือเรื่องเพศที่มีขายตามท้องตลาด ซึ่งอาจเป็นหนังสือที่เร้าความรู้สึกทางเพศได้

2.7 การยอมรับของผู้ใหญ่ คือ ให้ผู้ใหญ่ยอมรับว่ามีความสามารถหรือมีประโยชน์ต่อสังคมเพราะ ฉะนั้นผู้ใหญ่ไม่ควรเพิกเฉย ควรให้วัยรุ่นรับผิดชอบในกิจกรรมบางอย่าง จะช่วยให้วัยรุ่น รู้จักความรับผิดชอบ เป็นตัวของตัวเองหรือช่วยตัวเองได้มากขึ้น

2.8 เป็นแบบอย่างที่ดี วัยรุ่นในปัจจุบันแม้จะชอบความอิสระ แต่ก็ต้องการคำแนะนำที่ดีจากผู้ใหญ่ ผู้ใหญ่จึงต้องคอยนำทาง คอยตักเตือน และให้รางวัลเมื่อวัยรุ่นทำดี

2.9 ความปลอดภัยและความมั่นคง วัยรุ่นต้องการได้หลักประกันว่าถ้าหากทำในสิ่งที่ดี แล้วจะไม่ถูกลงโทษหรือไม่เป็นที่พอใจของผู้ใหญ่ เพราะในสายตาของผู้ใหญ่สิ่งที่วัยรุ่นคิดว่าดีแล้วอาจจะไม่ดีในสายตาผู้ใหญ่ก็ได้

2.10 ต้องการประสบการณ์ใหม่ๆ ผู้ใหญ่บางคนมักจะกีดกันไม่ให้วัยรุ่นทดลองสิ่งใหม่ๆ ทั้งที่บางสิ่งไม่ก่อให้เกิดอันตรายแต่อย่างใด เช่น ต้องการแต่งกายแปลกๆ ตามสมัยนิยม ต้องการมีเพื่อนต่างเพศ เป็นต้น ทำให้ผลที่ตามมาคือเกิดการช่อนเร้น หลอกหลวงและในที่สุดอาจเกิดความเสื่อมเสียได้

2.11 มีความรู้สึกรุนแรง เช่น ถ้าเกิดความสมหวังก็ชื่นชมซาบซึ้ง ตื่นเต้น ถ้าผิดหวังก็จะคับแค้นใจ น้อยใจในวาสนาของตัวเอง ความรู้สึกนี้จะรุนแรงผิดธรรมดา บางครั้งอาจออกมาในรูปที่ว่าเป็นเพราะตัวเองผิด บางคนถึงกับฆ่าตัวตายได้ถ้าเกิดผิดหวังในบางเรื่อง เช่น ความรัก การสอบตก หรือถูกพ่อแม่ดู เป็นต้น

2.12 มีอนาคตและมีความสำเร็จ วัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการรับผิดชอบ ต้องการพึ่งตนเอง ฝันถึงจุดหมายในอนาคต เช่น ต้องการเป็นหมอ เป็นวิศวกร เป็นต้น

2.13 การรวมกลุ่ม เพื่อนมีความสำคัญมาก เป็นวัยที่ต้องการให้เพื่อนยอมรับ เพราะฉะนั้น จึงพยายามทำตามเพื่อน แม้บางครั้งจะขัดกับความรู้สึกส่วนตัวก็ตาม เช่น เพื่อน



ชวนเดินขบวนแม้ไม่อยากจะเดินก็ตาม เพราะกลัวเพื่อนไม่รักไม่ให้เข้ากลุ่มด้วย เป็นต้น (ณัฐนันท์ ยศปัญญา, 2544)

3. กลุ่มบริโภคนิยมในปัจจุบัน

ปัจจุบันความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยี ที่ใช้เป็นสื่อกลางในการโฆษณาสินค้าทุกประเภท มีผลต่อการบริโภคของคนไทยอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ จึงทำให้เกิดพฤติกรรมเลียนแบบการบริโภค ที่ตนเองสามารถแสวงหาได้ เพื่อสนองความต้องการของตน กลุ่มบริโภคนิยมในปัจจุบันที่สามารถแยกได้ มีดังต่อไปนี้

3.1 กลุ่มค่านิยมความร่ำรวย และนิยมใช้ของจากต่างประเทศ

การบริโภคนิยมของกลุ่มนี้ จุดเด่นที่เป็นนิสัย คือชอบทำตัวว่าตัวเองเป็นคนร่ำรวยเนื่องมาจากการใช้สินค้า สินค้าที่นิยมใช้จะเป็นสินค้าที่นำเข้ามาจากต่างประเทศเท่านั้น มีพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการบริโภค คือเป็นบุคคลที่ชอบใช้ของแพงๆ ทำให้คนอื่นมองว่าตัวเองเป็นผู้ที่ร่ำรวย ต้องการให้คนอื่นยกย่องนับถือ เป็นคนที่ต้องมีเกียรติ ต้องการเป็นผู้นำในการใช้สินค้า นิยมใช้สินค้าที่นำเข้ามาเท่านั้น มองว่าสินค้าในประเทศเป็นสินค้าที่ไม่มีคุณภาพ ไม่มีมาตรฐาน เป็นสินค้าด้อยคุณภาพ จะรู้สึกภูมิใจทุกครั้งเมื่อได้ใช้สินค้าที่เป็นสินค้าจากต่างประเทศ ชอบไปเที่ยวต่างประเทศเพื่อไปซื้อสินค้า บางครั้งซื้อมาแล้วก็ไม่ได้ใช้ประโยชน์ก็จะซื้อ หรือบางครั้งอาจจะไม่มีเวลาไปเที่ยวต่างประเทศ ก็ชอบฝากให้คนอื่นซื้อ มีความเป็นต่างชาติสูงมาก จะเป็นบุคคลที่เน้นการแต่งกายดีตั้งแต่ศีรษะจรดเท้า เพื่อเสริมสร้างบุคลิกภาพ สร้างความน่าเชื่อถือ นิยมใช้บัตรเครดิต ชอบความสะดวกสบายไม่ชอบการรอคอยนาน ๆ ชอบสังคมกับเพื่อนที่มีฐานะร่ำรวย เท่าเทียมกัน ไม่ชอบคบหาสมาคมกับคนที่ด้อยกว่าหรือจนกว่า ทำอะไรคิดถึงตัวเองมากกว่าคนอื่น บางครั้งอาจจะประสบกับปัญหาทางการเงินแต่กลัวว่าคนอื่นจะรู้ถึงฐานะของตนเองต้องยอมกู้เงินเพื่อพยุงฐานะของตนเองก็ยอมเพื่อรักษาภาพลักษณ์ของตนเอง โดยไม่ต้องการให้ใครมามองว่าตัวเองจนลำบาก หรือต่ำต้อยกว่าคนอื่น

สินค้าที่นิยมบริโภค ก็มักจะเป็นประเภทสินค้าที่คนในยุคโลกาภิวัตน์นิยมบริโภคกัน โดยมากจะเป็นทั้งสินค้าที่เป็นเครื่องอุปโภค และบริโภค เท่าที่ค้นคว้าหาหลักฐานมาก็พอที่จะนำมาเสนอให้เห็น ได้แก่ บ้านหรูหรา ราคาแพง มีเนื้อใช้สอยมาก เพอร์นิเจอร์ตกแต่งบ้านราคาแพง ต้องใช้สถาปนิกเป็นผู้ออกแบบ รถยนต์มีราคาแพงและมีความปลอดภัยสูง เป็นรถนำเข้า ใช้โทรศัพท์มือถือติดต่อบริษัท หรือมีเครื่องคอมพิวเตอร์ เครื่องใช้ไฟฟ้า อิเล็กทรอนิกส์นำเข้าจากต่างประเทศ เสื้อผ้าที่สวมใส่ จะเป็น BRAND NAME จากต่างประเทศมีราคาแพง เครื่องประดับ สวมใส่ เช่น นาฬิกา แวนตา เข็มกลัด เป็นของต่างประเทศ น้ำหอมที่ใช้ก็เป็นสินค้านำเข้าจากต่างประเทศ ใช้บัตรเครดิตหลายใบ เพื่อความสะดวกและคล่องตัว ชอบออกกำลังกายตาม FITNESS และใช้บริการสถานเสริมสวยความงาม ชอบทานอาหารนอกบ้าน เช่น โรงแรม ภัตตาคาร และร้านอาหารที่มีชื่อเสียง โดยเฉพาะชอบอาหารต่างชาติ อาทิ อาหาร



ญี่ปุ่น อาหารอิตาลี เครื่องดื่ม ชอบดื่มเหล้านอก ไวน์จากประเทศฝรั่งเศส (ศิริวรรณ เสรีรัตน์, 2538)

3.2 ค่านิยมสุขภาพดี

ค่านิยมบริโภคของกลุ่มนี้ จะเป็นบุคคลที่รักษาสุขภาพของตนเอง และครอบครัว เพื่อที่จะได้มีชีวิตยืนยาว ปราศจากโรคร้ายต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นกับสุขภาพร่างกายของตนเอง ถึงแม้สิ่งนั้นจะมีราคาแพง ชนิดที่คนบางคนไม่สามารถที่จะหาเงินมาซื้อได้ แต่ก็จะมีอีกกลุ่มหนึ่งที่ยอมเสียเงินเพื่อให้ได้สิ่งที่คิดว่าดีที่สุดมากบริโภค พฤติกรรมของบุคคลที่มีค่านิยมสุขภาพดี มักจะเป็นคนที่ดูแลตนเองเป็นอย่างดี มีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ชอบความสะดวกสบาย ไปพบแพทย์เป็นประจำ มีการพักผ่อนอย่างเพียงพอเลือกรับประทานอาหารที่มีคุณค่า มีประโยชน์ต่อร่างกาย เพื่อให้สุขภาพแข็งแรง รวมทั้งดูแลคนในครอบครัวด้วยต้องการให้คนในครอบครัวปราศจากโรคร้ายไข้เจ็บ ต้องการมีชีวิตที่ยืนยาว มีร่างกายที่แข็งแรงและสมบูรณ์ ชอบพักผ่อนอยู่กับบ้าน และทานอาหารในบ้านเพราะเน้นความสะดวก ชอบดูหนังฟังเพลงอยู่ในบ้าน

สินค้าที่นิยมบริโภค ได้แก่ อาหารมังสวิรัต อาหารเสริม เช่น แบรินดี สก็อตนมที่มีแคลเซียม เพื่อเสริมสร้างกระดูก นมพร่องมันเนย โยเกิร์ต วิตามินต่าง ๆ เช่น วิตามินซี วิตามินบี ฯลฯ ผักปลอดสารพิษ ต้มน้ำผลไม้ ต้มน้ำแร่ โสมเกาหลี เห็ดหลินจือ ใก่ตุ๋นยาจีน ใก่ตายรักษาโรค (จากแพทย์สั่ง)

3.3 ค่านิยมรักความสนุกสนาน

ค่านิยมบริโภคของกลุ่มนี้ เป็นบุคคลที่รักความสนุก มีความรื่นเริงอยู่ตลอดเวลา ชอบสังสรรค์ ไม่ว่าจะเป็นเทศกาลใดก็ตาม ลักษณะของพฤติกรรมบุคคลจะเป็นบุคคลที่รักสนุก ชอบความรื่นเริง มีการสังสรรค์ในหมู่ญาติพี่น้อง เพื่อนฝูงอยู่ตลอดเวลา ไม่ว่าจะเป็นการจัดปาร์ตี้ทุกสิ้นเดือน หรือเป็นเทศกาลต่าง ๆ เช่น วันขึ้นปีใหม่ วันตรุษจีน วันสงกรานต์ ฯลฯ ทุกเทศกาลก็จะมี ความสนุกสนานตลอดเวลา สินค้าที่นิยมบริโภค ได้แก่ รับประทานอาหารทุกชนิด เช่น อาหารกับแก้ม้อ อาจทำทานเอง หรือไปทานนอกบ้าน เครื่องดื่มทุกชนิด เช่น น้ำอัดลมผลไม้ต่าง ๆ (ผลไม้ไทยและผลไม้นำเข้า) ขนมคบเคี้ยวต่าง ๆ ดื่มสุรา (ผลิตในประเทศไทยและนำเข้าจากต่างประเทศ) ชอบร้องเพลง KARAOKE (อาจจะร้องเพลงอยู่ในบ้าน หรือตามสถานเริงรมย์ต่าง ๆ ชอบดูภาพยนตร์ ชอบไปรับประทานอาหาร และฟังเพลงตามโรงแรม ห้องอาหารต่าง ๆ และตามคาเฟ่ ชอบไปเที่ยวตามสถานที่ในต่างจังหวัด

3.4 ค่านิยมบริโภคนิยม

ค่านิยมบริโภคของกลุ่มนี้ จะเป็นบุคคลที่มีนิสัยชอบบริโภคเป็นหลัก ซึ่งไม่ได้คำนึงถึงสุขภาพ ลักษณะพฤติกรรมบริโภคชอบรับประทานอาหารนอกบ้าน พยายามสรรหาร้านอาหารที่อร่อยๆ ไม่ว่าจะอยู่ใกล้หรือไกล ถ้าขึ้นชื่อในระดับ เซลล์ชวนชิม แม้



ช้อยนางรำ และไม่ลองไม่รู้ ซึ่งมีใบรับประกัน ชอบที่จะไปทดลองชิมดูว่าอร่อยสมชื่อหรือเปล่า ชอบร้านอาหารที่มีลักษณะสะอาด มีความสะดวกสบาย มีที่จอดรถสะดวก บางครั้งบริโภคมากจนเกินความจำเป็นและมีผลต่อสุขภาพ ทำให้เกิดโรคต่าง ๆ ได้ง่าย เช่น โรคไขมันอุดตัน โรคเบาหวาน ความดัน อาหารไม่ย่อย อาหารเป็นพิษ ฯลฯ สินค้าที่นิยมบริโภค ได้แก่ อาหารทุกชนิด เช่น ร้านอาหารดังๆ ร้านอาหารญี่ปุ่น ร้านอาหารอิตาลี ขนมคบเคี้ยวต่าง ๆ เครื่องดื่มทุกชนิด สุรายี่ห้อต่าง ๆ

3.5 ค่านิยมเลียนแบบต่างประเทศ

ค่านิยมบริโภคของกลุ่มนี้ เป็นบุคคลที่มีลักษณะชอบเลียนแบบ เอาค่านิยมจากต่างประเทศมาใช้เป็นพฤติกรรมของตนเอง ไม่มีจุดยืนเป็นของตัวเอง เห็นใครสวยก็อยากจะได้สวยและเท่เหมือนคนอื่นบ้าง ลักษณะพฤติกรรมชอบเลียนแบบจากต่างประเทศ โดยเฉพาะสื่อต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นนิตยสาร โทรทัศน์ดาวเทียม เป็นการเปิดรับข้อมูลข่าวสารจากต่างประเทศโดยมิได้กลั่นกรองมาก่อน ทำให้พฤติกรรมการรับรู้จะสอดแทรกเข้าไปเป็นส่วนหนึ่งของพฤติกรรม ซึ่งค่านิยมการเลียนแบบจากต่างประเทศจะมีมากขึ้น เช่น แฟชั่นต่าง ๆ การแต่งตัว การทำทรงผม สีส้ม จะนิยมไปทางตะวันตก การดำรงชีวิตเปลี่ยนไป กล้าแสดงออกมากขึ้น มีความมั่นใจในตัวเองสูง ทำอะไรคิดว่าตัวเองทำถูกเสมอ มองผู้อื่นผิดอยู่ตลอดเวลา บางครั้งลืมนวัตกรรมที่ดีของประเทศเราไป เช่น เป็นคนก้าวร้าว ไม่มีสัมมาคารวะ พูดจาไม่เพราะ ขาดความน่าเชื่อถือ และหลงตัวเอง สินค้าที่นิยมบริโภค ได้แก่ เสื้อผ้าตามแฟชั่น เช่น สายเดี่ยว เกาะอก ทรงผมตามแฟชั่น เช่น กลัดสีผม โกรกผม นิตยสารแฟชั่นของต่างประเทศ อ่านนิตยสารต่างประเทศ วารสารต่างประเทศ ภาพยนตร์ต่างประเทศ ฟังเพลงต่างประเทศ ชอบเดินรำ อ่านหนังสือการ์ตูนญี่ปุ่น (พจนารถ หอมประสิทธิ์, 2550)

การบริโภคตามกระแสค่านิยมดังกล่าวข้างต้น กล่าวโดยสรุปทั้งหมดนั้นเป็นการบริโภคตามกระแสค่านิยมที่เป็นการบริโภคปัจจัย 4 ที่เป็นการบริโภคเพื่อตอบสนองความต้องการที่เกินความจำเป็นของตนเอง เป็นไปเพื่อความหรูหรา หลงตามกระแสค่านิยม จนทำให้เกิดมีพฤติกรรมการเลียนแบบด้วยความหลง เพราะเชื่อว่าถ้าได้บริโภคตามความต้องการแบบต้นเหตุแล้วจะดูโก้ และทันสมัยอยู่เสมอ แต่ทั้งนี้และทั้งนั้นก็ปรากฏการณ์ให้เห็นถึงสภาพของการบริโภคปัจจัย 4 ในยุคโลกาภิวัตน์ เพื่อตอบสนองความต้องการของตนเอง ที่จริงแล้วอาจเป็นความจำเป็นและเกินความจำเป็นไปเสียก็ได้

การบริโภคและผลกระทบในยุคโลกาภิวัตน์ตามแนวพุทธ

มนุษย์จำเป็นต้องการบริโภคใช้สอยปัจจัย 4 แต่ถ้าการบริโภคนั้นเกินความพอดี หรือบริโภคด้วยความประมาทขาดสติแล้ว ผลกระทบที่จะตามมาก็ต้องมีเป็นเรื่องราวธรรมดา ส่วนจะมี



มากหรือน้อยก็ขึ้นอยู่กับสิ่งที่ตนบริโภคนั้น สำหรับผลกระทบที่เกิดจากการบริโภคในหัวข้อนี้ มีรายละเอียดดังจะได้กล่าวถึงตามลำดับต่อไป

1. ผลกระทบจากการกินอาหาร

ปัญหาด้านสุขภาพของคนปัจจุบัน นอกจากจะมีสาเหตุมาจากปัจจัยภายในอย่างเช่น ความบกพร่องของยีนส์หรือเป็นเพราะกรรมพันธุ์แล้วอีกสาเหตุหนึ่งก็คือมาจากปัจจัยภายนอก เช่นอาหารและสภาพแวดล้อมที่อาศัยอยู่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งอาหาร กล่าวได้ว่า โรคภัยไข้เจ็บต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นแก่มนุษย์นั้น ส่วนหนึ่งมาจากอาหารที่มนุษย์รับประทานเข้าไป ในส่วนนี้เป็นไปได้ว่า มนุษย์เราไม่คำนึงถึงเท่าที่ควรจะเป็นการกินยังเป็นการกินเพื่อให้อิ่มผ่านพ้นไปเป็นวัน ๆ เท่านั้นการให้ค่าหรือความสำคัญแก่การกินที่เหมาะสมยังไม่มีให้เห็นเท่าที่ควร ปัญหาด้านสุขภาพ เช่น โรคเบาหวาน มะเร็ง โรคระเพาะอาหารอักเสบ ท้องเสีย ท้องอืด แม้กระทั่งโรคอ้วน แม้ไม่ใช่โรคโดยตรงแต่เมื่อมีการรักษาเยียวยาและทำให้ไม่พอใจก็ถือว่าเป็นโรคชนิดหนึ่งเหล่านี้ ถือว่าส่วนหนึ่งมีสาเหตุมาจากอาหารเรียกว่าอาหาร อย่างไรก็ตาม ปัญหาสุขภาพที่เกิดจากการกิน จึงเป็นปัจจัยสำคัญ 2 ส่วนประกอบกัน คือ พฤติกรรมการกินและอาหารที่กินเข้าไป เพราะพฤติกรรมการกินของมนุษย์ ยังเป็นพฤติกรรมการกินที่ไม่เหมาะสมและไม่พึงปรารถนาคำว่า ไม่เหมาะสม และไม่พึงปรารถนาในที่นี้หมายความว่า ไม่สอดคล้องกับความต้องการของร่างกาย ไม่สอดคล้องกับการทำงานของร่างกายรวมถึงการกินที่ไม่พอเหมาะพอดี ซึ่งมากเกินไปหรือน้อยเกินไป ตลอดถึงการกินที่ไม่เป็นมื้อ ไม่เป็นเวลา ซึ่งนอกจากจะได้ประโยชน์จากอาหารน้อย ร่างกายได้รับสารอาหารที่ไม่เพียงพอแล้ว ยังเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพอีกด้วย เช่น โรคระเพาะอาหารอักเสบ และเป็นการทำให้การทำงานของร่างกายเสียระบบอีกด้วย (ปรีชา บุญศรีตัน, 2545)

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร จากการเปลี่ยนแปลงของสภาพสังคม เศรษฐกิจ การเมือง วัฒนธรรมและความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยี ข้อมูลข่าวสารที่ทันสมัย ทำให้ประชาชนในปัจจุบันมีการปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตของตนเองและบุคคลภายในครอบครัวแต่ละครอบครัวจะต้องต่อสู้กับชีวิตและความเป็นอยู่ภายในครอบครัวให้มีความเป็นอยู่ที่ดี แต่บางครอบครัวอาจขาดการดูแลเอาใจใส่ตนเองและบุคคลภายในครอบครัว เพราะเนื่องจากต้องออกหางาน ทำงานแข่งกับเวลา เพื่อหาเงินมาเลี้ยงบุคคลภายในครอบครัว ทำให้ไม่มีเวลาในการดูแลสุขภาพตนเอง ทำให้ตนเองมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง เช่น การบริโภคอาหารสำเร็จ รูปการบริโภคอาหารไม่ครบ 5 หมู่ บริโภคอาหารมากเกินไป และไม่รับประทานอาหารเป็นเวลา ทำให้เกิดการเจ็บป่วยด้วยโรคต่าง ๆ ที่สามารถป้องกันได้ เช่น โรคระเพาะอาหาร โรคขาดสารอาหาร โรคอ้วน โรคภาวะโภชนาการเกิน โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง เป็นต้น



ในปัจจุบันพบว่า วัยรุ่นมีพฤติกรรมการบริโภคที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิมอย่างมาก ทั้งนี้เนื่องจากวัยรุ่นได้รับอิทธิพลจากความเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม วัฒนธรรม และความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี สภาพวิถีชีวิตของครอบครัว เพื่อน สังคม และสภาพแวดล้อม การแข่งขันกับเวลาในการศึกษาหาความรู้ จึงทำให้วัยรุ่นมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยหันมารับประทานอาหารจานด่วนหรืออาหารฟาสต์ฟู้ด ทั้งนี้เนื่อง จากอาหารจานด่วน หรืออาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นอาหารที่มีการเตรียมขึ้นมาก่อนแล้วบรรจุใส่บรรจุภัณฑ์ที่สะดวกและรวดเร็วประหยัดเวลาสามารถรับประทานได้ทันทีซึ่งเหมาะกับสังคมในสภาพที่ต้องเร่งด่วน แฮมเบอร์เกอร์ สเต็ก แซนวิช พาย พิซซ่า ไก่ทอด ไส้กรอก เป็นต้น ส่วนประเภทขนม เช่น โดนัท พุดดิ้ง เค้ก และไอศกรีม เป็นต้น อาหารจานด่วนจะเป็นอาหารจำพวก แป้ง ไขมัน และน้ำตาลมาก เมื่อรับประทานเข้าไปจะทำให้เกิดภาวะโภชนาการเกิน และโรคอ้วน และจะทำให้เสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน ภาวะความดันโลหิตสูง ภาวะไขมันในเลือดสูง โรคหัวใจขาดเลือด โรคหลอดเลือดสมองตีบและพบว่ามีแนวโน้มสูงขึ้นเรื่อย ๆ (อนุกุล พลศิริ, 2551)

ผลกระทบของการบริโภคอาหารที่โดยส่วนใหญ่แล้วก็คือขาดการพิจารณาถึงความพอดีในการบริโภค อะไรบริโภคแล้วให้โทษ อะไรบริโภคได้ให้ประโยชน์ การไม่บริโภคอาหารตามหลักโภชนบัญญัติ จึงเกิดผลตามมาต่อร่างกาย คือ เกิดปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพ เช่น โรคอ้วน โรคเบาหวาน โรคกระดูกพรุน โรคกระเพาะอาหาร ท้องอืดท้องเฟ้อ ทำให้เสียสุขภาพ ปัญหาทั้งหลายก็มาจากพฤติกรรมการกินและเรื่องของอาหารที่กินเข้าไปนั่นเอง

2. ผลกระทบจากการเสพ

ด้วยกระแสวัตถุนิยมที่ถาโถมเข้ามาในสังคมปัจจุบัน ประกอบกับมาตรการที่เอื้ออำนวยต่อการตอบสนองต่อกิเลสแห่งวัตถุนิยมเหล่านั้น ไม่แปลกที่คนไทยจะมีหนี้สินเพิ่มมากขึ้น แต่สิ่งที่น่าวิตกกังวลคือ ในขณะที่การเป็นหนี้เพิ่มมากขึ้น แต่ประสิทธิภาพในการชำระหนี้กลับลดลง เมื่อการเป็นหนี้สามารถทำได้ง่าย จึงไม่แปลกที่ลักษณะนิสัยการเสพติดการเป็นหนี้จะเพิ่มสูงขึ้น

การศึกษาพบว่าในปัจจุบันนี้โรคอ้วนและโรคอ้วนลงพุงมีอัตราการเพิ่มที่สูงขึ้นและเป็นปัญหาต่อสังคมและเศรษฐกิจ ซึ่งสาเหตุหนึ่งอาจเกิดจากการเสพติดอาหาร โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเสพติดอาหารที่มีน้ำตาลสูงหรือการติดรสชาติหวาน การติดอาหารที่มีไขมันสูงกลุ่มอาหารทอด ขนมเบเกอรี่ และอาหารที่มีความเค็ม เช่น มันฝรั่งทอด เนื้อทอด ไก่ทอด หมูปิ้ง ซอสปรุงรสต่าง ๆ (ฉัตรภา หัตถโกศล, 2555)

นักวิชาการด้านโภชนาการได้ทำการศึกษาถึงการเสพติดอาหารของคน พบว่าคนที่มี การเสพติดอาหารจะมีสารเคมีในสมองที่เปลี่ยนแปลงเหมือนคนที่เสพติดยาเสพติด โดยความหวานจะทำให้คนติดมากที่สุด รองมาคือความเค็มและความมัน เมื่อได้รับอาหารที่ตัวเองเสพติดแล้ว สารโดปามีนจะหลั่งออกมาทำให้เกิดความสุข ทำให้อารมณ์ดี ตื่นตัว กระฉับกระเฉง มี



สมาธิทำงานได้ดีขึ้น จึงเกิดเป็นการเสพติด เพราะต้องการที่จะได้รับความสุขและทำงานได้มากขึ้น จนบางครั้งทำให้กินอาหารประเภทนั้น ๆ บ่อยและมากเกินไป ผลที่ตามมาคือทำให้ได้สารอาหารบางอย่างมากเกินไป เช่น พลังงานที่มากเกินไปจนเกินกว่าความจำเป็นของร่างกาย ทำให้น้ำหนักเพิ่มมากขึ้น และตามมาด้วยโรคอ้วน โรคไขมันในเลือดสูง โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน และโรคเรื้อรังอื่น ๆ

พฤติกรรมที่บ่งบอกว่าการเสพติดอาหาร สามารถแยกให้เห็นถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหาร อันเป็นที่มาแห่งปัญหาต่าง ๆ ได้ 7 ประการ คือ 1) เลือกซื้ออาหารชนิดนั้นเป็นประจำ สัปดาห์ละมากกว่า 3 ครั้ง 2) กินอาหารชนิดนั้นมากกว่าที่วางแผนว่าจะกิน หรือกินแล้วไม่ยอมหยุดกิน 3) มีความอยากกินอาหารชนิดนั้นมากกว่าอาหารชนิดอื่น 4) กินอาหารชนิดนั้นแม้ว่าจะไม่หิวเลยก็ตาม 5) เมื่อไม่ได้กินอาหารชนิดนั้นจะทำให้จิตใจไม่เป็นสุข เกิดความหงุดหงิด อารมณ์เสียหรืออาการทางร่างกายเช่นปวดหัวมือสั่น ใจสั่น หน้ามืด 6) ขาดสมาธิเมื่อไม่ได้กินอาหารชนิดนั้น ๆ 7) หาข้ออ้างหรือเหตุผลในการกินอาหารชนิดนั้นเสมอ

สำหรับแนวทางการแก้ไขการเสพติดอาหารที่จะต้องนำไปปฏิบัติตามมี 5 ประการ คือ

2.1 วางแผนการกินในแต่ละวันและพยายามทำให้ได้ตามแผน สามารถรับประทานอาหารที่เสพติดได้ แต่กินให้น้อยลง และกินเฉพาะในมื้ออาหารเท่านั้น

2.2 พยายามเลือกอาหารที่มีประโยชน์แทนที่อาหารที่ไม่มีประโยชน์ เช่น หากติดการรับประทานน้ำหวาน อาจเริ่มเปลี่ยนแปลงเป็นผลไม้รสหวานแทน และรับประทานผลไม้ที่ไม่หวานร่วมด้วย

2.3 ทำการจดบันทึกพฤติกรรมบริโภคอาหารว่ามีความถี่ในการกินมากน้อยแค่ไหน

2.4 ถามตัวเองก่อนที่จะกินอาหารที่เสพติดว่าต้องการจริง ๆ หรือไม่ และต้องการปริมาณเท่าใดถึงจะพอ การถามตัวเองก่อนจะช่วยลดปริมาณความอยากอาหารลงได้

2.5 พยายามหลีกเลี่ยงสิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการซื้อหาหรือมีอาหารที่เสพติดอยู่ การเสพติดอาหารแม้ว่าจะฟังดูไม่น่ากลัวเหมือนการเสพติดอย่างอื่น แต่ก็ส่งผลกระทบต่อสุขภาพได้เช่นกัน ดังนั้นหากเราสามารถที่จะลดการเสพติดอาหารโดยเฉพาะอาหารนั้นเป็นอาหารที่ก่อให้เกิดโทษต่อร่างกายได้แล้ว ก็จะทำให้เรามีความสุขกับการกินอาหารได้หลากหลายมากยิ่งขึ้น และทำให้สุขภาพดีตามมา (ฉัตรภา หัตถโกศล, 2555)

ดังที่กล่าวมาการเสพติดที่เป็นปัญหาคือการเสพติดที่เกินความจำเป็น การเสพติดด้วยความลุ่มหลง การเสพติดที่ขาดการใช้ปัญญาพิจารณาไตร่ตรอง การเสพติดที่ไม่เป็นไปเพื่อประโยชน์ไม่เป็นไปเพื่อความพอดีของร่างกาย แต่กลับเสพติดสิ่งที่ไม่ให้โทษแก่ร่างกาย จนทำให้เกิดการสูญเสียทั้งทรัพย์สิน สุขภาพ และสติปัญญา ที่สำคัญคือทำให้เสียอนาคตไปเลยสำหรับเยาวชน ที่หลงผิด



คิดว่าการเสพติดเหล้านี้เป็นเรื่องดี เป็นสิ่งที่สังคมยอมรับ เมื่อเสพติดถึงที่สุดแล้วก็ไม่สามารถนำความสุขที่แท้จริงมาสู่ตนเองได้เลย

3. ผลกระทบจากการดื่ม

ด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ และเกิดความหลงในความมีเงินมา จึงทำให้คนหลายคนต้องเผชิญกับปัญหาตามมามากมาย จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทุกชนิด ดังรายละเอียดต่อไปนี้

3.1 ผลกระทบทางด้านร่างกายและจิตใจ เป็นผลกระทบที่เกิดขึ้นโดยตรงต่อร่างกาย และสภาพจิตใจของผู้บริโภค ซึ่งจำแนกตามลักษณะอาการแสดงภาวะมีเงินมาจากแอลกอฮอล์ เป็นผลจากการที่แอลกอฮอล์ในกระแสเลือดไปมีผลต่อการทำงานของสมอง ทำให้เกิดอาการต่าง ๆ แตกต่างกันไปตามระดับของแอลกอฮอล์ในกระแสเลือด ผู้บริโภคจะมีอาการมากขึ้นเพียงใดนั้นขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายอย่างได้แก่ ปริมาณของแอลกอฮอล์ที่บริโภคเข้าไป อัตราการเพิ่มสูงขึ้นของแอลกอฮอล์ในร่างกาย ซึ่งยิ่งดูดซึมเร็ว อัตรานี้จะยิ่งมากขึ้น ทำให้มีการอาการได้เร็วและมากขึ้นตามลำดับ ภาวะร่างกายของแต่ละคนที่จะตอบสนองต่อแอลกอฮอล์ซึ่งบางคนต้องใช้แอลกอฮอล์ปริมาณมากจึงจะเกิดอาการขึ้นได้ นอกจากนี้ปัจจัยทางพันธุกรรมที่เป็นตัวกำหนดการตอบสนองของสมองที่มีต่อระดับแอลกอฮอล์ และภาวะของอารมณ์และสิ่งแวดล้อมในขณะที่บริโภค ผลของแอลกอฮอล์ที่มีต่อการทำงานของสมองจะสัมพันธ์กับปริมาณแอลกอฮอล์ในกระแสเลือดโดยในระดับต่ำจะมีผลต่อการควบคุมอารมณ์ให้รู้สึกสำราญ คึกคัก และ ความวิตกกังวลลดลง

3.2 ผลกระทบทางด้านครอบครัว เป็นผลกระทบที่เกิดขึ้นต่อครอบครัวของผู้บริโภค ซึ่งจำแนกตามลักษณะของผลกระทบของความรุนแรงในครอบครัวพบว่า การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นผลทำให้เกิดความรุนแรงในครอบครัว โดยจากการศึกษาของ ศรีลำยอง สังข์ศิริ (ศรีลำยอง สังข์ศิริ, 2545) พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความรุนแรงต่อสตรีในครอบครัวทางด้านจิตใจ ได้แก่ การบริโภคเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ขณะที่การศึกษาของ อติศวรร หลายชูไทยและคณะ (อติศวรร หลายชูไทย และคณะ, 2545) พบว่า สุราเป็นสาเหตุสำคัญของการทะเลาะวิวาท โดยมีข้อมูลแสดงให้เห็นว่า ครอบครัวผู้ที่บริโภคสุราเป็นประจำ มีโอกาสจะเกิดปัญหาการทะเลาะวิวาท และทำร้ายร่างกายกับทั้งคนในบ้านและคนนอกบ้านได้มากกว่าผู้บริโภคนั้นเป็นครั้งคราว ปัญหาที่เกิดในครอบครัวจากการที่สามีบริโภคสุราเป็นประจำและทำร้ายร่างกายภรรยาเกิดขึ้นร้อยละ 6.2 และภรรยาที่บริโภคสุราเป็นประจำและทำร้ายสามีเกิดขึ้นร้อยละ 5.6 ของผู้ที่บริโภคเป็นประจำและภรรยาที่บริโภคประจำนี้ มีโอกาสที่จะถูกคนในบ้านทำร้ายร่างกายร้อยละ 5.5 ดังนั้นครอบครัวที่มีสามีหรือภรรยาบริโภคสุราเป็นประจำโอกาสที่จะเกิดปัญหาทำร้ายร่างกายกันและกันมีได้เท่าๆ กัน แต่ภรรยาอาจจะ



เสียเปรียบเมื่อเมาสุราแล้ว โอกาสที่จะถูกทำร้ายจากคนในบ้านมีมากกว่าสามี่เมาสุราแล้ว ถูกกระทำ (สุทธิลักษณ์ ตั้งกุลบริบูรณ์, 2553)

3.3 ผลกระทบทางด้านสังคม เป็นผลกระทบที่เกิดขึ้นโดยตรงต่อชุมชนและสังคมที่ผู้บริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อาศัย หรือเกี่ยวข้องกับกาเกิดอุบัติเหตุ โดยจากข้อมูลของสถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนาประเทศไทย หน่วยจัดการความรู้เพื่อถนนปลอดภัย ฝ่ายวิชาการ สสส. (ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา, 2546) พบว่า การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และความเมาสัมพันธ์กับอุบัติเหตุจราจร ได้แก่ ระดับแอลกอฮอล์ 20-40 มก.เปอร์เซ็นต์ (ประมาณไม่เกิน 1 ชั่วโมงหลังการดื่มเบียร์ 1 ขวด) จะเสี่ยงต่อการเสียชีวิตจากอุบัติเหตุมากกว่าคนที่ไม่ดื่ม 3-5 เท่าและเสี่ยงต่อการเสียชีวิต เพิ่มขึ้นเป็น 6-17 เท่าที่ระดับ 50-70 มก.เปอร์เซ็นต์ และเสี่ยงต่อการเสียชีวิตเพิ่มขึ้นเป็น 29-240 เท่าที่ระดับ 100-140 มก.เปอร์เซ็นต์ เมื่อเทียบกับคนไม่ดื่มและการกระทำผิดทางกฎหมาย เป็นอีกผลกระทบหนึ่งที่เกิดขึ้นตามมาจากการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งจากการวิเคราะห์ข้อมูลคดีอาญาศาลจังหวัดลพบุรี เกี่ยวกับการกระทำผิดที่มีสาเหตุจากการดื่มสุรา พบว่า กรณีกระทำความผิดทำให้เสียทรัพย์ คิดเป็นร้อยละ 59.1 ความผิดเกี่ยวกับเพศ คิดเป็นร้อยละ 34.8 ความผิดต่อร่างกาย ร้อยละ 20.8 ความผิดฐานบุกรุก คิดเป็นร้อยละ 16.1 และความผิดฐานข่มขืนกระทำชำเรา คิดเป็นร้อยละ 10.5 (บัณฑิต ศรีไพศาล, 2553)

สิ่งที่ได้ในตอนแรกจากการดื่มคือความสนุกสนาน รู้สึกผ่อนคลายหายเครียดก็จริง ผลกระทบที่เกิดจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เมื่อดื่มจนเกินขนาดหรือดื่มเป็นประจำก็จะมีโทษตามมา ได้แก่ผลกระทบทางด้านร่างกาย ทำให้เกิดโรคมัยไข้เจ็บต่าง ๆ มากมาย และจิตใจนั้นก็จะเกิดหลงยึดติดในรสชาติของเครื่องดื่ม จนเกิดความเคยชินติดเป็นอุปนิสัยไปอีกนาน ผลกระทบทางด้านครอบครัวก็จะทำให้เกิดการทะเลาะ ปัญหารายได้ไม่พอกับรายจ่ายเกิดหนี้สิน สุดท้ายก็คือผลกระทบทางด้านสังคม ก็จะกลายเป็นปัญหาสังคม เสี่ยงต่อการเกิดอาชญากรรม อุบัติเหตุตามมาอีกนานาประการ

4. ผลกระทบจากการเล่น

การศึกษาพฤติกรรมการเล่นพนันในประเทศไทยเชิงปริมาณได้ใช้เครื่องมือทางเศรษฐมิติเพื่อวิเคราะห์ถึงปัจจัยที่มีส่วนกำหนด “การเคยเล่นการพนัน” และ “การยังคงเป็นผู้เล่นพนัน” ของคนไทยโดยอาศัยข้อมูลจากการสำรวจภายใต้โครงการวิจัย รวมจำนวนทั้งสิ้น 5,042 ตัวอย่างข้อค้นพบในภาพรวมที่สำคัญพบว่า สำหรับคนไทยแล้ว การพนันเป็นสินค้าเสพติด (Addictive Goods) ผลการศึกษายังระบุว่า “ความสุข” ที่ได้จากการเล่นการพนันมีส่วนสำคัญในการกำหนดว่า บุคคลจะเป็นผู้ที่เล่นการพนันหรือไม่

การศึกษายังพบว่าปัจจัยกำหนดและลักษณะของผู้ที่ “เคยเล่น” การพนัน และผู้ที่ “ยังคงเล่น” การพนันมีความแตกต่างกัน เช่น ความแตกต่างทางด้านเพศไม่มีส่วนอธิบายว่า



บุคคลจะเป็นผู้ที่ยังคงเล่นการพนันหรือไม่ แต่การเป็นเพศชายมีความสัมพันธ์กับการมีประสบการณ์ในการเล่นการพนันอย่างมีนัยสำคัญ ดังนั้น ลักษณะและปัจจัยกำหนดที่แตกต่างกันย่อมส่งผลต่อนัยเชิงนโยบายที่แตกต่างกัน จากผลการศึกษาในส่วนที่ผ่านมารูปแบบนโยบายที่ต้องการป้องกันผู้เล่นใหม่ (New Entry) อาจควรให้ความสำคัญกับประชากรไทยที่เป็นเพศชาย และเริ่มการรณรงค์กับบุคคลตั้งแต่อายุยังน้อย นอกจากนั้น บุคคลที่มีปัญหาทางครอบครัว ได้แก่ กลุ่มคนมีสถานะภาพหม้าย หย่า หรือแยกกันอยู่มีแนวโน้มที่จะทดลองเล่นการพนันได้ง่ายกว่ากลุ่มอื่น ๆ และที่สำคัญ เนื่องจากสมาชิกในครัวเรือนมีส่วนกำหนดพฤติกรรมการลองเล่นการพนันของบุคคล ดังนั้น การทำนโยบายรณรงค์เพื่อลดการพนันอาจไม่เพียงมุ่งเป้าไปที่เฉพาะบุคคล แต่อาจเป็นไปในวงกว้างเพื่อสร้างสำนึกให้ผู้ที่เล่นการพนันรู้ว่าตนเองสามารถสร้างปัญหาให้กับคนข้างเคียงในครัวเรือนได้เช่นเดียวกัน (ซึ่งคล้ายคลึงกับกรณีการสูบบุหรี่) สิ่งดังกล่าวอาจช่วยให้การรณรงค์ลดการพนันเกิดขึ้นอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น (สมประวิณ มั่นประเสริฐ, 2554)

เชิงนโยบายที่เกี่ยวข้องกับผู้ที่เป็นผู้เล่นในปัจจุบัน ควรจะให้ความสำคัญกับทุกเพศทุกวัย โดยกลุ่มผู้ที่มีการศึกษาในระดับอาชีวศึกษาควรเป็นกลุ่มที่ได้รับการให้ความสำคัญเป็นลำดับแรก และข้อเท็จจริงที่ว่า ผู้เล่นพนันคนไทยมีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรม “เสพติดอย่างมีเหตุผล” กับการพนัน ดังนั้น การดำเนินนโยบายการเกี่ยวข้องกับการเพิ่มต้นทุนส่วนบุคคล (Private Cost) ของการเล่นการพนัน เช่น การเพิ่มค่าปรับการเพิ่มบทลงโทษ และการควบคุมการเล่นการพนันที่เข้มงวดขึ้น (ซึ่งจะทำให้ Expected Cost ของการเล่นพนันเพิ่มขึ้น) อาจมีส่วนช่วยในการลดการเล่นพนันลง ผลการศึกษาในรายละเอียดยังพบว่า การที่ผู้พนันเคยถูกลงโทษจากการเล่นพนันมิได้ทำให้คนดังกล่าวมีแนวโน้มที่จะลดการเล่นพนันลง ข้อค้นพบดังกล่าวเป็นการเสริมข้อเสนอแนะที่ว่า บทลงโทษต่อการเล่นการพนันอาจยังไม่พอที่จะทำให้ผู้เล่นเห็นว่า “ผลเสีย” (Expected Loss) มีมากกว่าอรรถประโยชน์ที่ตนจะได้รับโดยเฉพาะการพนันหวยใต้ดิน หวยทุกชนิด การพนันในบ่อน การพนันมวย/มวยตู้ การพนันในบ่อน

ประเด็นสำคัญสุดท้ายเกี่ยวข้องกับผลของบุคคลรอบข้างที่เป็นเพื่อนสนิท (Peer Effects) ที่มีผลต่อการเพิ่มโอกาสให้บุคคลเป็น “ผู้ลองเล่น” การพนันและการเป็น “ผู้ยังคงเล่น” การพนันในปัจจุบัน ดังนั้น ผลจากการเล่นการพนันไม่เพียงแต่สร้างต้นทุนส่วนบุคคลให้กับผู้ที่เล่นการพนันเท่านั้น แต่ยังคงสร้างต้นทุนภายนอกทางอ้อม (Indirect External Costs) ให้กับสังคมได้จากการที่มีส่วนช่วยให้บุคคลอื่นกลายเป็นผู้เล่นการพนันไปด้วย งานศึกษาของ Kenkel, Reed III, and Wang พบว่า เมื่อกลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลสำคัญต่อพฤติกรรมการเสพติดของบุคคลหนึ่ง ๆ สิ่งดังกล่าวจะผลักดันให้มีการเสพติดเพิ่มมากขึ้นในระดับประเทศ ในกรณีดังกล่าว กลไกทางภาษีที่จะถูกนำมาใช้เพื่อลดการเสพติดจะต้องมีความรุนแรงเพิ่มขึ้นมากกว่า กรณีที่ไม่มี Peer Externalities ถึงร้อยละ 50 ดังนั้น ผลของการมีต้นทุนภายนอก



ดังกล่าวอาจก่อให้เกิดต้นทุนทางสังคมที่มากกว่าต้นทุนส่วนบุคคล นโยบายที่เกี่ยวข้องอาจมุ่งเน้นการประชาสัมพันธ์และสร้างค่านิยมสังคมที่ต่อต้านผู้เล่นการพนันเพื่อลดผลของ Negative Externalities ที่เกิดขึ้น โดยเฉพาะนโยบายควรมุ่งไปที่กลุ่มผู้เล่นการพนันประเภทฟุตบอล การพนันในบ่อนการพนันกีฬาที่บ้าน (สมประวิณ มั่นประเสริฐ, 2554)

ดังนั้น ผลกระทบที่เกิดจากการเล่นการพนัน ยังเป็นสิ่งที่ปรากฏให้เห็นอยู่เป็นประจำในสังคมไทย เพราะเกิดจากความลุ่มหลงที่คิดว่าจะนำพาตนเองให้ไปสู่ความร่ำรวยจากการเล่น ไม่ว่าจะเป็นการเล่นพนัน หวย ลอตเตอรี่ การเล่นพนันฟุตบอล การเล่นพนันแข่งม้า ล้วนแต่เป็นปัญหาของประเทศทั้งหมด เพราะสิ่งเหล่านี้เองจะนำมาซึ่งปัญหาโจรกรรม ลักขโมย ฉ้อโกง ปล้น จี้ เป็นต้น เพื่อให้ได้เงินมาต่อทุนด้วยการเล่นพนันต่อไปอีกอย่างไม่รู้จัก

5. ผลกระทบจากการเที่ยว

การกินการเที่ยวในปัจจุบันนี้ ได้รับความสนใจจากคนส่วนใหญ่และเป็นส่วนหนึ่งที่เป็นผลสะท้อนจากความเจริญในยุคบริโภคนิยม (Consumerism) กล่าวได้ว่า มนุษย์ใช้วิธีแสวงหาวัตถุ มีอาหาร เป็นต้น ที่แปลกใหม่เพื่อนำมาบำเรอชีวิต ประกอบกับการได้เที่ยวหรือชมสิ่งของแปลกใหม่สวยงามแปลกตา หรือสถานที่สร้างบรรยากาศให้เกิดความรู้สึกตื่นเต้น โรแมนติก หรือผ่อนคลาย เป็นต้น สิ่งเหล่านี้ใช้จะเป็นทางเลือกใหม่ที่มีเฉพาะปัจจุบันหรือสังคมที่เจริญแล้วเท่านั้น หากแต่ยังมีอิทธิพลครอบงำมนุษย์ทุกคนที่ยังมีความรู้สึกรักสุขเกลียดทุกข์ มีความเข้าใจผิด แก้ปัญหาด้วยการเสพหรือบำเรอตนด้วยกามสุขปัจจุบัน (พระไพศาล วิสาโล, 2555)

พฤติกรรมการเที่ยวสถานเริงรมย์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการเที่ยวสถานเริงรมย์โดยชอบไปเที่ยวร้านอาหารที่มีเพลงบรรเลงร้อยละ 48.80 รองลงมาเที่ยวผับ ร้อยละ 40.20 สถานเริงรมย์ที่ชอบไปใช้บริการมากที่สุดคือ ตะวันแดง ร้อยละ 35.00 รองลงมา คือ อเมซอน ร้อยละ 27.40 ความถี่ในการไปเที่ยว คือ 1-2 ครั้งต่อเดือน ร้อยละ 52.40 รองลงมา 3-4 ครั้งต่อเดือน ร้อยละ 23.60 ก่อนมาใช้บริการได้เดินทางมาจากหอพัก ร้อยละ 52.60 รองลงมา คือ ร้านเหล้าร้อยละ 27.40 ช่วงเวลาที่ใช้บริหารคือ วันศุกร์ถึงวัน อาทิตย์ ร้อยละ 69.60 รองลงมา คือ วันจันทร์ถึงวันพฤหัสบดี ร้อยละ 30.40 โดยเลือกช่วงเวลาที่เที่ยว คือ 32.01-01.00 น. รองลงมาคือ 21.01-23.00 น. มีค่าใช้จ่ายในการเข้าไปใช้บริการโดยเฉลี่ยต่อครั้งมากกว่า 500 บาท ขึ้นไป รองลงมาคือ 301-400 บาท โดยใช้เวลาในการเที่ยวแต่ละครั้ง 2-4 ชั่วโมง และ 4-6 ชั่วโมง เมื่ออยู่ในสถานเริงรมย์จะดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ รองลงมาคือ เต็นรำ ส่วนมากจะไปเที่ยวกับเพื่อน และรองลงมาคือไปเที่ยวกับคนต่างเพศ รู้จักสถานเริงรมย์จากเพื่อน รองลงมาจากสื่อมีวิทย์ เป็นต้น โดยมากไปใช้สถานเริงรมย์เพื่อความบันเทิง สุดท้ายคือเพื่อผ่อนคลาย (ณิชากา เสาร์ม, 2553)

ดังนั้น การเที่ยวในยุคโลกาภิวัตน์ โดยมากก็จะเป็นการเที่ยวกลางคืน เที่ยวแหล่งบันเทิง สถานเริงรมย์ต่าง ๆ เกิดความสนุกสนานจากการร้องเพลง เต็นรำ ดื่ม กิน เสพบริโภค



ให้เกิดความมั่นใจมา แม้แต่การเที่ยวสถานที่ให้บริการทางเพศอีกด้วย เป็นเหตุให้มีผู้ประกอบการ เปิดกิจการในลักษณะนี้มากในปัจจุบัน เพราะคนนิยมใช้บริการทำให้ได้ผลกำไรมหาศาล แต่ผลเสียก็คือทำให้เด็กหรือเยาวชนที่กำลังอยู่ในวัยเรียนหรือวัยทำงานหลงใหล ในแสงสีเสียงจาก การเสพบริโภคสิ่งเหล่านี้ยากที่จะแก้ไข

สรุป

การบริโภคในยุคโลกาภิวัตน์ เป็นการบริโภคตามกระแสค่านิยม บริโภคเพื่อตอบสนองความต้องการ การที่เกินความจำเป็นของตนเอง เน้นความหรูหรา หลงตามกระแสค่านิยม จนทำให้เกิดมีพฤติกรรมเปลี่ยนแบบด้วยความหลง เพราะเชื่อว่าถ้าได้บริโภคตามความต้องการนั้นแล้วจะดูโก้ และทันสมัยอยู่เสมอ เกินความจำเป็นต่อการดำรงชีวิต แต่เป็นการบริโภคเพื่อตอบสนองความอยาก (ตัณหา) การใช้จ่ายทรัพย์สินเพื่อบริโภคนั้นถ้าไม่มีการวางแผนในการใช้จ่ายให้ดีแล้วย่อมประสบปัญหาในการดำเนินชีวิตเพราะจะทำให้ทรัพย์สินที่มีอยู่ไม่พอต่อการใช้จ่าย ปัญหาหนี้สินก็จะตามมา อาจทำให้เกิดความขัดแย้งหรือครอบครัวแตกแยก บางครั้งอาจถึงกับคิดสั้นก่ออาชญากรรมหรือทำร้ายตัวเองได้ เพราะเครียดกับหนี้สินท่วมหัว อันเกิดจากการบริโภคที่ขาดสติสัมปชัญญะ

การบริโภคอาหารที่โดยส่วนใหญ่แล้วก็คือขาดการพิจารณาถึงความพอดีในการบริโภค อะไรบริโภคแล้วให้โทษ อะไรบริโภคได้ให้ประโยชน์ การไม่บริโภคอาหารตามหลักโภชนบัญญัติ จึงเกิดผลตามมาต่อร่างกาย คือ เกิดปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพ เช่น โรคอ้วน โรคเบาหวาน โรคมะเร็ง โรคกระเพาะอาหาร ท้องอืดท้องเฟ้อ ทำให้เสียสุขภาพ ปัญหาทั้งหลายก็มาจากพฤติกรรมกินและเรื่องของอาหารที่กินเข้าไปนั่นเอง การเสพที่เป็นปัญหาคือการเสพที่เกินความจำเป็น การเสพด้วยความลุ่มหลง การเสพที่ขาดการใช้ปัญญาพิจารณาไตร่ตรอง การเสพที่ไม่เป็นไปเพื่อประโยชน์ ไม่เป็นไปเพื่อความพอดีของร่างกาย แต่กลับเสพติดสิ่งที่ให้โทษแก่ร่างกาย จนทำให้เกิดการสูญเสียทั้งทรัพย์สิน สุขภาพ และสติปัญญา ที่สำคัญคือทำให้เสียอนาคตไปเลยสำหรับเยาวชน ที่หลงผิดคิดว่าการเสพสิ่งเหล่านี้เป็นเรื่องดี เป็นสิ่งที่สังคมยอมรับเมื่อเสพจนถึงที่สุดแล้วก็ไม่สามารถนำความสุขที่แท้จริงมาสู่ตนเองได้เลย การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ อันดับแรกเลยก็มาจากอุปนิสัยส่วนตัวที่อยากลองอยากรู้ในสิ่งใหม่ๆ ที่ยังไม่รู้ไม่เคย ประการต่อมา ก็จะเป็นกลุ่มของเพื่อนที่สนิทกัน เข้าใจกัน ชอบสังสรรค์จากกลุ่มเล็ก ๆ ไปจนถึงกลุ่มใหญ่ เมื่อเข้าสังคมบ่อย ๆ ก็จะกลายเป็นคนที่มีความเชื่อว่าเป็นเรื่องของสังคมและวัฒนธรรม เป็นเรื่องธรรมดาของคนทั่วไป สาเหตุที่ทำให้วัยรุ่นดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปัจจุบันก็คือกระแสของสื่อโฆษณา และประการสุดท้ายเกิดจากความเครียดในชีวิต จึงทำให้หันมาดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพื่อบรรเทาความเครียดหรือความทุกข์ การเล่นเกมพนัน ยังเป็นสิ่งที่ปรากฏให้เห็นอยู่เป็นประจำในสังคมไทย เพราะเกิดจากความลุ่มหลงที่คิดว่าจะนำพา



ตนเองให้ไปสู่ความร่ำรวยจากการเล่นไม่ว่าจะเป็นการเล่นพนัน หวย ลอตเตอรี่ การเล่นพนันฟุตบอล การเล่นพนันแข่งม้า ล้วนแต่เป็นปัญหาของประเทศทั้งหมด เพราะสิ่งเหล่านี้เองจะนำมาซึ่งปัญหาโจรกรรม ลักขโมย ฉ้อโกง ปล้น จี้ เป็นต้น เพื่อให้ได้เงินมาต่อทุนด้วยการเล่นพนันต่อไปอีกอย่างไม่รู้จบ การเที่ยวในยุคโลกาภิวัตน์ โดยมากก็จะเป็นการเที่ยวกลางคืน เที่ยวแหล่งบันเทิง สถานเริงรมย์ต่าง ๆ เกิดความสนุกสนานจากการร้องเพลง เต้นรำ ดื่ม กิน เสพบริโภคให้เกิดความเมินเมา แม้แต่การเที่ยวสถานที่ที่ให้บริการทางเพศอีกด้วย เป็นเหตุให้มีผู้ประกอบการเปิดกิจการในลักษณะนี้มากในปัจจุบัน เพราะคนนิยมใช้บริการทำให้ได้ผลกำไรมหาศาล แต่ผลเสียก็คือทำให้เด็กหรือเยาวชนที่กำลังอยู่ในวัยเรียนหรือวัยทำงานหลงใหลในแสงสีเสียงจากการเสพบริโภคสิ่งเหล่านี้ยากที่จะแก้ได้

การบริโภคตามแนวพระพุทธศาสนา เป็นการบริโภคโดยใช้ปัญญาในการพิจารณาให้รู้จักการบริโภคที่เป็นประโยชน์อย่างแท้จริง เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของมนุษย์ให้มีความสมบูรณ์ เพื่อดำรงอยู่ได้ของชีวิต ไม่ใช่บริโภคตามกระแสค่านิยมของสังคมยุคใหม่ เพียงแค่เห็นว่าสวยงามหรูหราสะดวกสบาย ที่เน้นความต้องการให้ตอบสนองความอยากที่ไม่เกิดประโยชน์ และไม่มีที่สิ้นสุดของการบริโภคในยุคโลกาภิวัตน์ การใช้ปัญญาพิจารณาแล้วเสพบริโภคแบบนี้เป็นการบริโภคแบบคุณค่าแท้ การเสพปัจจัยสี่มีการเสพบริโภคอาหารการกินและการท่องเที่ยวเพื่อแสวงหาความสุขของตนให้มากกว่าเดิม ยิ่งโดยเฉพาะคนที่มีการศึกษาด้วยแล้ว จะต้องพัฒนาความสุขของตนเองให้เลื่อนระดับไปสู่ขั้นที่สูงขึ้นให้ได้ เพราะโดยเป้าหมายของการศึกษาแล้วก็เพื่อพัฒนาตน การพัฒนาในที่นี้ไม่ใช่จะมุ่งแต่วิธีหากำไรหรือหาความสุขที่ได้จากวัตถุนิยมเท่านั้น แต่ต้องเป็นคนที่มีความสุขได้ง่ายขึ้นในยุคบริโภคนิยมของยุคโลกาภิวัตน์ โดยพึงวัตถุให้น้อยลง ไปจนถึงขั้นสุดท้ายคือการพัฒนาจิต มีปัญญามองเห็นความเป็นจริง ไม่ถูกทุกข์บีบคั้นเมื่อสามารถพัฒนาไปจนถึงขั้นนี้ได้หรือแม้ยังไม่ถึง เพียงแต่มีความรู้ความเข้าใจเรื่องการแสวงหาความสุขที่ถูกต้อง ก็สามารถนำพาตนเอง และสังคมรอบข้างให้พ้นจากโลกบริโภคนิยมทางวัตถุ การดื่มเครื่องดื่มทุกชนิดที่ดื่มเข้าไปแล้วทำลายสุขภาพ เกิดปัญหาตามมาภายหลัง ไม่ว่าจะเป็นการเสียเงินทองที่ซื้อมาดื่ม ทำให้สุขภาพร่างกายเป็นโรคภัยไข้เจ็บ เกิดอุบัติเหตุเมื่อขับชี่ยานพาหนะ เกิดการทะเลาะวิวาท เพราะเหตุแห่งขาดสติควบคุมตนเองไม่ได้ การดื่มตามแนวพุทธจึงถือว่าการดื่มที่ไม่เกิดคุณ ไม่มีประโยชน์ ไม่เป็นไปเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นได้ การเล่นตามพุทธ ถือว่าเป็นสิ่งที่ไร้สาระไม่มีแก่นสาร หาสาระแก่นสารของชีวิตไม่ได้ เป็นการปล่อยตัวเองให้หลงระเหิงไปกับกระแสบริโภคนิยม ตามที่คนส่วนใหญ่เขาเข้าใจผิดกันว่าเป็นสิ่งทันสมัย ให้ความสุขได้ ทำให้หายเครียดจากปัญหาที่เผชิญอยู่ แต่ในที่สุดก็กลับมาเป็นทุกข์จากการเล่นนั้นอีกเหมือนเดิม เพราะเป็นการแก้ปัญหาด้วยการกลบทุกข์ ไม่ใช่การแก้ปัญหาด้วยการกำจัดทุกข์คือปัญญา จึงต้องมาหลงติดอยู่กับกระแสของระบบวัตถุนิยมที่กำลังครอบงำสังคมไทยไปแล้วในปัจจุบันนี้ การเที่ยวกลางคืนเป็นสิ่งที่พุทธศาสนาไม่สนับสนุน



เพราะเป็นทางแห่งความเสื่อม เป็นที่เฟื่องเลี้ยงของผู้อื่น ลดความเชื่อถือในพฤติกรรมที่ไม่น่าไว้วางใจ การเที่ยวกลางคืนเป็นการทำลายสุขภาพ ทำให้ร่างกายของมนุษย์นั้นพักผ่อนไม่เพียงพอ ประสิทธิภาพการทำงานก็ลดน้อยตามความแข็งแรงของร่างกายไปด้วยกัน ในทางพุทธศาสนาถือว่าการเที่ยวกลางคืนเป็นอบายมุขหรือทางแห่งความเสื่อมอีกทางหนึ่งด้วย

ดังนั้น การบริโภคตามแนวพระพุทธศาสนา จึงขึ้นอยู่กับวัตถุที่บริโภคต้องเป็นสิ่งที่เกิดเหมาะสมกับความต้องการของชีวิต เป็นประโยชน์สูงสุดต่อสุขภาพกาย ไม่เป็นไปเพื่อทำลายชีวิตหรือสุขภาพกาย อันเป็นสาเหตุของปัญหาจนทำให้เกิดโทษภัยต่าง ๆ ตามมา และต้องรู้จักประมาณในการบริโภค ด้วยการใช้สติปัญญาพิจารณาไตร่ตรองอย่างสมเหตุสมผล ไม่มากเกินไปจนเกินความจำเป็น และไม่น้อยไปจนรู้สึกขาดแคลน

ข้อเสนอแนะ

การบริโภคนั้นเป็นไปเพื่อตอบสนองความต้องการที่จำเป็น และเป็นไปเพื่อตอบสนองในการปรนเปรอตนเองด้วยวัตถุนิยมที่เกินความจำเป็น จนเกิดปัญหาเรื่องต่าง ๆ ตามมา ดังนั้น การเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป 2 ข้อ คือ

1. ศึกษาวิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการบริโภคในยุคโลกาภิวัตน์ตามแนวพุทธ และแนวทางแก้ไขปัญหา
2. ศึกษาวิเคราะห์หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงกับการบริโภคตามแนวพุทธเพื่อหาทางออกให้กับข้าราชการครูในทุกสังกัดที่ประสบปัญหาหนี้สิน

เอกสารอ้างอิง

- ฉัตรภา หัตถโกศล. (2555). การเสพติดอาหาร. ใน *รายงานการวิจัย*. มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ชูเมกเกอร์ อี เอฟ. (2528). “จิตต์แต่แจ้ว” เศรษฐศาสตร์เชิงพุทธ แปลโดย สมบูรณ์ ศุภศิลป์. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ณัฐฉานิตย์ ยศปัญญา. (2544). *ค่านิยมที่สำคัญและเด่นชัดของวัยรุ่นยุคบริโภคนิยม*. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ณิชภา เสาร่ม. (2553). การศึกษาปัจจัยสิ่งแวดล้อมทางการตลาดที่มีผลต่อพฤติกรรมการเที่ยวสถานเริงรมย์ของนักศึกษาในเขตอำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม. ใน *รายงานการวิจัย*. มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย.
- บัณฑิต ศรีไพศาล. (2553). *สถานการณ์สุราประจำปี พ.ศ. 2553*. ใน *รายงานการวิจัย*. ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา.
- ปรีชา บุญศรีตัน. (2545). พุทธจริยศาสตร์กับการกิน. ใน *รายงานการวิจัย*. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาราชวิทยาลัย.



- พจนารถ หอมประสิทธิ์. (2550). การบริโภคนิยมของคนชนบท. ใน รายงานการวิจัย. มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี.
- พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต). (2532). ทางออกจากระบบเศรษฐกิจที่ครอบงำสังคมไทย. กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์พริ้นติ้งกรุ๊ฟ.
- พระไพศาล วิสาโล. (2555). พุทธศาสนากับบริโภคนิยม. กรุงเทพมหานคร:ธรรมสภา.
- พุทธิตา รักพงษ์. (2536). การศึกษาเศรษฐศาสตร์แนวพุทธ: ศึกษาเฉพาะกรณีโคกวิภาค 4. ใน สารนิพนธ์ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาพุทธศาสนศึกษา. มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย.
- ศรีลำยอง สังข์ศิริ. (2545). ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความรุนแรงต่อสตรีในครอบครัวในชุมชนแออัด เขตเทศบาลนครขอนแก่น : กรณีศึกษาชุมชนเทพารักษ์ 4. ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ศิริวรรณ เสรีรัตน์. (2538). พฤติกรรมผู้บริโภค. กรุงเทพมหานคร: วิสิทย์พัฒนา.
- ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา. (2546). การควบคุมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แห่งชาติ. นนทบุรี: ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา.
- สมประวิณ มันประเสริฐ. (2554). การศึกษาสถานการณ์พฤติกรรมและผลกระทบการพนันในประเทศไทย : กรณีศึกษาเชิงปริมาณด้วยแบบจำลองเศรษฐศาสตร์. ใน รายงานการวิจัย. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ.
- สุทธิลักษณ์ ตั้งกุลบริบูรณ์. (2553). องค์ความรู้เรื่องสาเหตุปัจจัยและกลไกของการบริโภคสุรา. ใน รายงานการวิจัย. ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา.
- อดิศวร์ หลายชูไทย และคณะ. (2545). การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ครั้งแรกและการดื่มแบบเม้าท์วอเตอร์น้ำของเยาวชนอำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี. ใน รายงานการวิจัย. มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี.
- อนุกุล พลศิริ. (2551). ความรู้ทัศนคติ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษา มหาวิทยาลัยรามคำแหง. ใน รายงานการวิจัย. มหาวิทยาลัยรามคำแหง.