



THE JOURNAL

OF OCCUPATIONAL THERAPIST ASSOCIATION OF THAILAND

วารสารกิจกรรมบำบัด

ปีที่ 25 ฉบับที่ 3

ISSN XXXX-XXXX (Online)

ประจำเดือน กันยายน-ธันวาคม 2564



วารสาร กิจกรรมบำบัด

THE JOURNAL OF OCCUPATIONAL THERAPIST ASSOCIATION OF THAILAND

E-ISSN XXXX-XXXX (Online)

เดือนกันยายน-ธันวาคม 2564 ปีที่ 25 ฉบับที่ 3

เจ้าของ : สมาคมนักกิจกรรมบำบัด/อาชีพบำบัดแห่งประเทศไทย

ภาควิชากิจกรรมบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ 50200

วัตถุประสงค์ :

1. เพื่อเป็นสื่อกลางเผยแพร่ความรู้ และประสบการณ์ระหว่างนักกิจกรรมบำบัด
2. เพื่อเผยแพร่ความรู้แก่บุคลากรทางการแพทย์ และบุคคลทั่วไป

กำหนดออกเผยแพร่ : ปีละ 3 ฉบับ

ฉบับที่ 1 มกราคม – เมษายน

ฉบับที่ 2 พฤษภาคม – สิงหาคม

ฉบับที่ 3 กันยายน – ธันวาคม

ก่อนการเผยแพร่ทุกบทความต้องได้รับการกลั่นกรองและประเมินคุณภาพจากผู้ทรงคุณวุฒิอย่างน้อย 2 ท่าน หากเป็นบทความภายในจะต้องได้รับการประเมินจากผู้ทรงคุณวุฒิจากภายนอกเท่านั้น การประเมินบทความจะเป็นแบบ Double-blinded ผู้นิพนธ์ไม่ทราบชื่อผู้ประเมินและผู้ประเมินไม่ทราบชื่อผู้นิพนธ์

ติดต่อ : สมาคมนักกิจกรรมบำบัด/อาชีพบำบัดแห่งประเทศไทย ภาควิชากิจกรรมบำบัด

คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ 50200

E-mail address: otatthai@gmail.com

ที่ปรึกษา : 1. รองศาสตราจารย์ นายแพทย์เทอดชัย ชีวะเกตุ

2. คณบดีคณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

3. นายกสมาคมนักกิจกรรมบำบัด/อาชีพบำบัดแห่งประเทศไทย



บรรณาธิการ :	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เพื่อนใจ	รัตตากร
กองบรรณาธิการ :	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พริยา	มันเขตวิทย์
	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สรินยา	ศรีเพชรราชูธ
	รองศาสตราจารย์ ดร.สุภาวดี	พุดินน้อย
	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สายฝน	บุญฉัตรกุล
	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.จิรนนท์	กริฟพิทส์
	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศศิธร	สังข์อู่
	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศุภลักษณ์	เข้มทอง

ผู้ทรงคุณวุฒิประเมินบทความ ภายใน :

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรเพ็ญ	ศิริสัตยวงค์
รองศาสตราจารย์ ดร.จรรย์ญา	ปัญญามี ทิพย์พะยอม
อาจารย์หทัยชนก	อภิโกมลกร
รองศาสตราจารย์ ดร.สุจิตรพร	เลอศิลป์
อาจารย์ ดร.อนุชาติ	เขื่อนนิล

ผู้ทรงคุณวุฒิประเมินบทความ ภายนอก :

นางสาวพรสวรรค์	โพธิ์สว่าง
นางสาวอังคณา	สารคำ
นางสาวยุภาพรรณ	ศิริอ้าย
นางกัญญาลักษณ์	ณ รังษี
นางจินตนา	ปาลิวนิช
นางเดือนงาม	ภักดี
นางสาวพรทิพย์พา	ธิมายอม
นางสาวอินทรีรา	อะตะมะ



สารบัญ

หน้า

บทบรรณาธิการ

กิจกรรมการดำเนินชีวิตในเดือนรอมฎอนของผู้สูงอายุมุสลิม

นุรฮุดา บุนา, เพื่อนใจ รัตตากร 1

การศึกษาเปรียบเทียบการคิดเชิงบริหารในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ที่เล่นเกมและไม่ได้เล่นเกม RoV โดยใช้แบบประเมินมาตรฐาน the Behavior Rating Inventory of Executive Function (the BRIEF Parent Form)

รัชฎิกันต์ กองสี, สุภาพร ชินชัย 34

ผลการให้ความรู้ด้านการฟื้นฟูสมรรถภาพภาวะกลืนลำบากจากโรคหลอดเลือดสมองแก่ผู้ดูแลในโรงพยาบาลพะเยา Educational Effect of Stroke Dysphagia Rehabilitation for Caregivers In Phayao Hospital

วิเชียร ถิ่นลำปาง, พัทธรินทร์ คำนวล 54

พฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันที่เกี่ยวข้องกับการทำกิจวัตรประจำวันขั้นสูงของผู้สูงอายุ

สิริกาญจน์ นาเทพ, ณัฐรดา อันมัน และหทัยชนก อภิโกมลกร 85

หลักเกณฑ์การดำเนินงานของกองบรรณาธิการ..... 99

คำแนะนำสำหรับผู้ส่งบทความลงพิมพ์..... 101

ขั้นตอนการส่งต้นฉบับและการพิจารณาบทความ..... 110



บทบรรณาธิการ

สวัสดีสมาชิกที่รักทุกท่าน วารสารฉบับที่ 3 ของปี 2564 มีเนื้อหาทางวิชาการที่น่าสนใจของนิพนธ์ต้นฉบับจำนวน 4 เรื่อง คือ นิพนธ์ต้นฉบับเรื่องที่ 1 เป็นเรื่องของกิจกรรมการดำเนินชีวิตในเดือนรอมฎอนของผู้สูงอายุมุสลิม เพื่อศึกษาถึงกิจกรรมการดำเนินชีวิต และการให้ความหมายต่อศาสนกิจของผู้สูงอายุมุสลิมในเดือนรอมฎอน โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ (qualitative research) ผลการศึกษาสะท้อนให้เห็นถึงแบบแผนการทำกิจกรรมในเรื่องของการประกอบศาสนกิจตามหลักการของศาสนาอิสลามที่ผู้สูงอายุมุสลิมลงมือปฏิบัติ เรื่องที่ 2 เป็นการศึกษาเปรียบเทียบการคิดเชิงบริหารในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ที่เล่นเกมและไม่ได้เล่นเกม RoV โดยใช้แบบประเมินมาตรฐาน the Behavior Rating Inventory of Executive Function (the BRIEF Parent Form) ซึ่งเป็นแบบประเมินที่สอบถามข้อมูลพฤติกรรมเด็กที่เกี่ยวข้องกับการคิดเชิงบริหารจากผู้ปกครองในบริบทบ้าน ซึ่งการศึกษาจะทำให้ทราบถึงความสามารถของการคิดเชิงบริหารของเด็กกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งสามารถใช้เป็นข้อมูลในการวางแผนป้องกันหรือบำบัดรักษาทางกิจกรรมบำบัดในรายที่มีปัญหา เพื่อให้มีพัฒนาการความสามารถของการคิดเชิงบริหารให้ดีขึ้นและเหมาะสมตามวัยมากยิ่งขึ้น เรื่องที่ 3 เป็นเรื่องเกี่ยวกับผลการให้ความรู้ด้านการฟื้นฟูสมรรถภาพภาวะกล้ามเนื้อลำบากจากโรคหลอดเลือดสมองแก่ผู้ดูแลในโรงพยาบาลพะเยา เพื่อศึกษาผลการให้ความรู้ด้านการฟื้นฟูสมรรถภาพภาวะกล้ามเนื้อลำบากจากโรคหลอดเลือดสมองแก่ผู้ดูแลในโรงพยาบาลพะเยา ซึ่งนักกิจกรรมบำบัดได้จัดทำโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพภาวะกล้ามเนื้อลำบากจากโรคหลอดเลือดสมองแก่ผู้ดูแลเพื่อให้ผู้ดูแลสามารถดูแลผู้ป่วยร่วมกับ นักกิจกรรมบำบัดให้กลับคืนสู่สภาวะกล้ามเนื้อและมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นได้ต่อไป สำหรับนิพนธ์ต้นฉบับเรื่องที่ 4 เป็นเรื่องของพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันที่เกี่ยวข้องกับการทำกิจวัตรประจำวันขั้นสูงของผู้สูงอายุจำนวน 86 คน ที่อาศัยอยู่ในชนบทและอยู่ในตัวเมือง เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์ โดยใช้แบบสำรวจการใช้แอปพลิเคชันในสมาร์ทโฟนของผู้สูงอายุที่เกี่ยวข้องกับการทำกิจวัตรประจำวันขั้นสูง ซึ่งผลการศึกษาดังกล่าวถือเป็นการส่งเสริมการใช้แอปพลิเคชันเพื่อทำกิจวัตรประจำวันขั้นสูงในผู้สูงอายุและสามารถใช้เป็นทางเลือกหนึ่งในการคงความสามารถในการทำกิจกรรมของผู้สูงอายุ และยังช่วยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถทำกิจกรรมได้ด้วยตนเองอย่างอิสระต่อไป

กองบรรณาธิการหวังเป็นอย่างยิ่งว่านิพนธ์ต้นฉบับในเล่มนี้จะช่วยให้ผู้อ่านสามารถนำเนื้อหาที่ได้ไปต่อยอดองค์ความรู้และนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ได้ต่อไปในการทำงาน และกองบรรณาธิการมีความยินดีที่จะเปิดรับบทความวิชาการและสิ่งที่เป็นสาระประโยชน์ตลอดจนประสบการณ์ในการทำงานจากสมาชิกสมาคมฯ และท่านผู้สนใจทุกท่านมาเผยแพร่เพื่อเป็นการแลกเปลี่ยนทัศนะเชิงวิชาการซึ่งกันและกัน โดยสามารถดูคำแนะนำสำหรับผู้ส่งบทความลงพิมพ์ได้ที่ท้ายเล่มของวารสารค่ะ แล้วพบกันใหม่ในฉบับหน้านะคะ..สวัสดีค่ะ

เพื่อนใจ รัตตากร

กิจกรรมการดำเนินชีวิตในเดือนรอมฎอนของผู้สูงอายุมุสลิม

นุรฮุดา บุนา* เพื่อนใจ รัตตากร*

บทคัดย่อ

การวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงกิจกรรมการดำเนินชีวิต และการให้ความหมายต่อศาสนกิจของผู้สูงอายุมุสลิมในเดือนรอมฎอน โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ (qualitative research) เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์แบบเชิงลึก (in-depth interview) ผู้สูงอายุมุสลิมในชุมชนควนสตอ อำเภอควนโดน จังหวัดสตูล อายุ 70-79 ปี จำนวน 7 คน และทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (content analysis) ผลการศึกษาสะท้อนให้เห็นถึง แบบแผนการทำกิจกรรมในเรื่องของการประกอบศาสนกิจตามหลักการของศาสนาอิสลามที่ผู้สูงอายุมุสลิมลงมือปฏิบัติ คือ การละหมาดฟรดูและสุนัต การอ่านอัลกุรอาน การบริจาคทาน การขอพรจากอัลลอฮ์ และการรำลึกถึงพระองค์ แต่เมื่อเข้าสู่เดือนรอมฎอนจะเห็นได้ว่า การประกอบศาสนกิจในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุนั้น มีบางส่วนที่แตกต่างหรือพิเศษไปจากเดิม และบางส่วนที่ยังคงเดิม นั่นคือ ผู้สูงอายุยังคงทำการละหมาดเหมือนเดิม และมีการอ่านอัลกุรอาน การบริจาค การขอพรและการรำลึกถึงอัลลอฮ์ที่เพิ่มมากขึ้นกว่าเดือนอื่น ๆ ไม่เพียงเท่านั้นในเดือนรอมฎอนนั้นยังมียุทธศาสตร์พิเศษที่ผู้สูงอายุปฏิบัติ ซึ่งมีให้เห็นเฉพาะในเดือนนี้เท่านั้น คือ การถือศีลอดในเดือนรอมฎอน และการละหมาดสุนัตตารอเวียห์ นั้นเป็นเพราะผู้สูงอายุมุสลิมเป็นผู้ที่มีพื้นฐานความเชื่อและความศรัทธาเดียวกัน คือ ความเชื่อและความศรัทธาในอัลลอฮ์ผู้เป็นพระเจ้า ผู้สูงอายุมุสลิมต่างก็มีความรู้สึกที่ดีต่อการปฏิบัติศาสนกิจเหล่านี้ และกระทำด้วยความเต็มใจ เพราะความเป็นป่าวของพระเจ้านั้น จึงทำให้พวกเขาต้องแสดงการเคารพภักดีต่อพระเจ้าของพวกเขา ด้วยการประกอบศาสนกิจที่อัลลอฮ์ทรงสั่งใช้ พร้อมทั้งหวังในความเมตตาและผลบุญจากพระองค์เพื่อเป็นเสบียงสะสมเก็บไว้ ซึ่งจะนำไปสู่เป้าหมายอันสูงสุดในวันข้างหน้าคือ การได้เข้าสวรรค์ของอัลลอฮ์ และถึงแม้จะอยู่ในวัยสูงอายุที่มีการเปลี่ยนแปลงด้านสุขภาพร่างกายแล้วก็ตาม แต่ผู้สูงอายุมุสลิมยังคงไว้ซึ่งการปฏิบัติศาสนกิจในเดือนรอมฎอนอย่างเคร่งครัด ภายใต้การปรับเปลี่ยนรูปแบบของกิจกรรมให้เหมาะสมตามความสามารถของตนเอง เพื่อยังคงไว้ซึ่งการเคารพภักดีต่อพระเจ้าเหมือนเดิม เพราะผู้สูงอายุมุสลิมมีการให้ความหมายและคุณค่าต่อศาสนกิจในเดือนรอมฎอน ซึ่งในทางกิจกรรมบำบัดอธิบายได้ว่า กิจกรรมการดำเนินชีวิตในเดือนรอมฎอนของผู้สูงอายุมุสลิมเกิดจากความสัมพันธ์ของเงื่อนไขหรือบริบทเวลา (temporal context) เมื่อเวลาเปลี่ยนแปลงไป ทำให้รูปแบบของกิจกรรมการดำเนินชีวิต (occupation) ที่ผู้สูงอายุ (person) ลงมือปฏิบัตินั้นเปลี่ยนแปลงไปด้วย และด้วยความเชื่อ (belief) ความศรัทธา (faith) ของผู้สูงอายุทำให้เกิดการลงมือปฏิบัติอย่างเคร่งครัดแม้สภาพร่างกายจะเปลี่ยนแปลงไป แต่มีการปรับเปลี่ยนวิธีหรือรูปแบบ (pattern) ของกิจกรรม เพื่อให้สามารถปฏิบัติศาสนกิจนั้น ๆ ได้ เพื่อเป้าหมายที่สำคัญ คือ สุขภาวะทางจิตวิญญาณ (spiritual well-being) จึงทำให้เกิดความเข้าใจมากขึ้นเกี่ยวกับการให้ความหมาย (meaning) และคุณค่า (value) ต่อศาสนกิจในเดือนรอมฎอนของผู้สูงอายุมุสลิม ซึ่งจะเป็นแนวทางแก่นักกิจกรรมบำบัดหรือบุคลากรที่เกี่ยวข้อง ในการช่วยดูแลและส่งเสริมการทำกิจกรรมการดำเนินชีวิตในเดือนรอมฎอนของผู้สูงอายุมุสลิมต่อไป

*ภาควิชากิจกรรมบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่



ABSTRACT

This research aimed to understand and describe the occupation of the religious activities of Muslim elders. The qualitative research has been selected for this study by employing in-depth interview. The key informants were 7 Muslim elderly people in Khuan sa to community, Khuan don district, Satun province who had age 70-79 years old. Content analysis of interview and filed notes were use identify themes.

The results reflected pattern of occupation or religious activities according to the principles of Islamic religious ; Fard and Sunnah prayer, reading the Quran, donating to charity, reciting invocations and remembrance of Allah but in Ramadan religious activities in daily life of Muslim elders there are some different from the routines, and some remain unchanged. Muslim elders are still prayers and increased reciting the Quran, donating to charity, reciting invocations and remembrance of Allah in Ramadan. Furthermore, in Ramadan, fasting and another type of Sunnah prayer, Taraweeh prayers, are only conducted in Ramadan. Because of belief and faith in Allah, the one and only God. Muslim elders had great feeling to religious practice and willingly because of the servant of God. So they had to respect and loyalty to Allah with the religious activities that command from Allah including hope in his mercy and good deeds from Allah and get paradise as a reward that mercy for the day of judgment. Although the elderly are changing in the body structure and body function but Muslim elders religious practice strictly in the Ramadan by pattern redesign of occupation according to their own abilities to maintain the respect and loyalty to God in meanings and values to the religious activities in Ramadan. From occupational therapy's perspectives in Ramadan of Muslim elders depend on the conditions of temporal context when the time changing in occupational due to spiritual well-being. Therefore understanding about the meanings and values of religious activities in Ramadan which will guide for occupational therapist or related personnel to promote occupation in Ramadan of Muslim elders.



บทนำ

ที่มาและความสำคัญของปัญหา

การประกอบกิจกรรมการดำเนินชีวิตมีความสำคัญต่อบุคคลในการผูกมัดบุคคลไว้กับเวลา กิจกรรมการดำเนินชีวิตเชื่อมโยงกับสุขภาพที่ดี หมายรวมถึงกิจกรรมที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ที่ทำให้บ่งบอกได้ถึงความเป็นตัวเรา กิจกรรมการดำเนินชีวิตของแต่ละบุคคลมักถูกขึ้นรูปโดยวิถีแห่งวัฒนธรรมเพื่อเติมเต็มเวลา และทำให้ชีวิตของแต่ละคนมีความหมาย ในตลอดช่วงชีวิตของมนุษย์นั้น บุคคลลงมือกระทำกิจกรรมต่าง ๆ อย่างนับไม่ถ้วน⁽¹⁾ กิจกรรมการดำเนินชีวิตถูกตกแต่งโดยความสนใจส่วนบุคคล (personal interest) ความปรารถนา (desire) และคุณค่า (value)⁽²⁾ และถูกตีความโดยประสบการณ์แห่งตน การประกอบกิจกรรมการดำเนินชีวิตขึ้นอยู่กับสมรรถนะ (capacity) และความสามารถ (ability) ของบุคคลเป็นสำคัญ แต่การประกอบกิจกรรมการดำเนินชีวิตจะมีความหมาย (meaning) แก่บุคคลมากเพียงใดนั้น ความเชื่อและความศรัทธาที่มีผลต่อมุมมองและการรับรู้ในการลงมือทำของบุคคลร่วมด้วย รูปแบบกิจกรรมการดำเนินชีวิตของบุคคลอาจแตกต่างกันไปตามเวลา (time) สิ่งแวดล้อม (environment) บริบท (context) และประสบการณ์ (experience) ของคน⁽³⁾ การประกอบกิจกรรมการดำเนินชีวิตในบริบทและเวลาที่แตกต่างกันก็อาจทำให้รูปแบบและเนื้อหาของการประกอบกิจกรรมการดำเนินชีวิตแตกต่างกัน⁽⁴⁾

การประกอบกิจกรรมการดำเนินชีวิตช่วงเดือนรอมฎอนในศาสนาอิสลามนั้น ก็ผูกพันอยู่กับความเชื่อและความศรัทธาตามที่กล่าวมาแล้วข้างต้นเช่นกัน ซึ่งสิ่งที่ผู้คนส่วนใหญ่มักนึกถึงเป็นอันดับแรกเมื่อกล่าวถึงเดือนรอมฎอนคือ การอดอาหาร แต่ในความเป็นจริงแล้วในเดือนรอมฎอนนั้นมิใช่มีเพียงแค่การอดอาหารเท่านั้น แต่ยังมีกิจกรรมประกอบในแต่ละวันที่น่าสนใจอีกมากมาย เดือนรอมฎอนเป็นเดือนที่ 9 นับตามปฏิทินอิสลาม ซึ่งเป็นเดือนที่ถูกบัญญัติให้ผู้ที่นับถือศาสนาอิสลาม หรือมุสลิมที่บรรลุนิติภาวะแล้วและมีความสามารถในการถือศีลอด ทำการถือศีลอดตลอดทั้งเดือน ซึ่งเป็นหลักปฏิบัติที่เน้นการทำงานทางด้านจิตวิญญาณเป็นสำคัญ คือ ให้มุสลิมทุกคนรู้จักความอดทน อดกลั้น หรือละเว้นจากการกิน การดื่ม การร่วมประเวณีระหว่างสามีภรรยา ตั้งแต่แสงอรุณขึ้นจนกระทั่งดวงอาทิตย์ตก และต้องละเว้นการกระทำในสิ่งที่ไร้สาระที่ศาสนาไม่อนุญาตอีกด้วย เช่น การพูดโกหก การนินทา การดูหนัง การฟังเพลง เป็นต้น และในเดือนรอมฎอนนี้มีมิใช่มีเพียงแค่การอดหรือละเว้นในสิ่งอันพึงละเว้นเท่านั้น แต่ยังมีส่งเสริมให้มุสลิมทุกคนกระทำความดีต่าง ๆ เพิ่มขึ้นกว่าเดือนอื่น ๆ อีกด้วย เช่น การยืนละหมาดยาม ค่ำคืน (ละหมาดตารอเวียะห์¹⁾) การบริจาคทานให้มาก การเลี้ยงอาหารแก่บรรดาผู้ละศีลอด และการอ่านอัลกุรอานให้มาก เป็นต้น^(5,6) นอกจากนี้การถือศีลอดยังเป็น 1 ใน 5 ของหลักปฏิบัติ 5 ประการของศาสนาอิสลาม หรือที่มุสลิมเรียกกันว่า รุกนอิสลามนั่นเอง

โดยทั่วไปมุสลิมทุกคนจะมีวิถีปฏิบัติตามบทบัญญัติในเดือนรอมฎอนที่เหมือนกัน แต่ด้วยเพศ อายุ หรือปัจจัยเฉพาะบุคคลที่แตกต่างกัน อาจส่งผลให้มีรายละเอียดปลีกย่อยในวิถีปฏิบัติที่แตกต่างกันไปสำหรับ

¹การละหมาดตารอเวียะห์ คือ การละหมาดที่ศาสนาไม่บังคับ ผู้ใดจะละหมาดก็ได้ตามความสมัครใจ ซึ่งเป็นการละหมาดที่มีการกระทำเฉพาะในเดือนรอมฎอนเท่านั้น

ผู้สูงอายุมุสลิมทั้งหญิงและชายที่ความสามารถในการถือศีลอดอาจต่างจากมุสลิมวัยหนุ่มสาวอันเนื่องมาจากความชราภาพหรือการประสบกับโรคภัยไข้เจ็บที่ไม่มีทางรักษาหายได้ ในกรณีนี้ ศาสนาอนุญาตให้ไม่ต้องถือศีลอด แต่ต้องมีการบริจาอาหารให้แก่คนยากจนทุกวันตามบทบัญญัติ แต่สำหรับผู้สูงอายุมุสลิมที่ยังมีความสามารถพอในการถือศีลอด ก็จำเป็นที่พวกเขาจะต้องถือศีลอดและปฏิบัติศาสนกิจเช่นเดียวกับมุสลิมในวัยอื่น ๆ แต่ด้วย วัยสูงอายุที่อาจจะมีการเปลี่ยนแปลงภาวะสุขภาพด้านโครงสร้างของร่างกาย (body structure) ทำให้มีผลต่อสมรรถภาพการทำงานของร่างกาย (body function) ซึ่งอาจก่อให้เกิดข้อจำกัดต่อการประกอบกิจกรรม (activity limitations) และข้อจำกัดต่อการมีส่วนร่วมในกิจกรรม (participation restrictions) นั้น ๆ ได้ เช่น ผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัวจำเป็นต้องรับประทานยาอย่างสม่ำเสมอ เมื่อรอมฎอนมาถึงต้องมีการบริหารยาในช่วงรอมฎอน (drug intake during Ramadan) ที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม และต้องดูแลสุขภาพของตนเองมากขึ้นเป็นพิเศษ หรือผู้สูงอายุที่มีปัญหากระดูกและข้ออาจไม่สามารถยืนเป็นเวลานานได้ หรือมีปัญหาการทรงตัวไม่ดี จึงอาจต้องเปลี่ยนจากการยืนละหมาดยามค่ำคืนเป็นการนั่งละหมาดแทน ซึ่งข้อจำกัดบางประการเหล่านี้ อาจส่งผลให้วิถีปฏิบัติในเดือนรอมฎอนของผู้สูงอายุแตกต่างไปจากกลุ่มคนในวัยอื่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้สูงอายุช่วงแก่ปานกลาง อายุประมาณ 70-79 ปี ที่เริ่มมีอาการเจ็บป่วย ร่างกายอ่อนแอ มีโรคประจำตัวหรือโรคเรื้อรัง และเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมน้อยลง ⁽⁷⁾ อย่างไรก็ตามผู้วิจัยซึ่งเป็นมุสลิมที่ใช้ชีวิตอยู่ในชุมชนคนสวน อำเภอกวนโดน จังหวัดสตูล เป็นชุมชนที่มีประชากรมุสลิม 99 % ได้มีโอกาสเห็นและสัมผัสได้ว่า ผู้สูงอายุในชุมชนที่มีอายุประมาณ 70-79 ปี ส่วนใหญ่ยังคงมีส่วนร่วม (participation) ต่อกิจกรรมหรือการปฏิบัติศาสนกิจในเดือนรอมฎอนเหมือนเดิมอย่างเต็มที่ด้วยความตั้งใจ จึงทำให้ผู้วิจัยเกิดคำถามที่ว่า เพราะเหตุใดถึงแม้จะอยู่ในวัยสูงอายุที่มีปัจจัยที่เป็นข้อจำกัดต่อการปฏิบัติศาสนกิจตามที่กล่าวมาในข้างต้น

ผู้สูงอายุมุสลิมจึงยังคงมีการปฏิบัติศาสนกิจในเดือนรอมฎอนอยู่ภายใต้ข้อจำกัดที่ตนเองมีและภายใต้ข้ออนุโลมของศาสนา และวิถีปฏิบัติในเดือนรอมฎอนของผู้สูงอายุมุสลิมเป็นอย่างไร และอะไรเป็นสิ่งที่สำคัญที่ทำให้ผู้สูงอายุมีวิถีปฏิบัติเช่นนั้น ซึ่งในทางกิจกรรมบำบัดมีมุมมองว่าวิถีปฏิบัติที่ผู้สูงอายุมุสลิมยังคงยึดในการปฏิบัติศาสนกิจในเดือนรอมฎอนนั้นคือส่วนหนึ่งของกิจกรรมการดำเนินชีวิตที่เป็นผลมาจากการให้ความหมายต่อกิจกรรม (meaning of occupation) ที่ต้องปฏิบัติในเดือนรอมฎอนซึ่งเป็นหลักปฏิบัติที่ศาสนาบัญญัติไว้ และมีผลต่อความรู้สึกทางด้านจิตวิญญาณเป็นสำคัญเมื่อได้ประกอบกิจกรรมดังกล่าว ซึ่งความหมาย (meaning) และคุณค่า (value) มีความเกี่ยวข้องกับการประกอบกิจกรรมการดำเนินชีวิตของบุคคลแต่ละเพศวัย และแต่ละสังคมวัฒนธรรมอย่างใกล้ชิด ทำให้ผู้วิจัยจึงเกิดความสนใจต่อไปว่า เพราะเหตุใดผู้สูงอายุมุสลิมถึงยังคงไว้ซึ่งปฏิบัติศาสนกิจในเดือนรอมฎอนอย่างเข้มข้น และอะไรคือสิ่งที่ผู้สูงอายุให้ความสำคัญและให้คุณค่าต่อการประกอบกิจกรรมดังกล่าว

จากที่กล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษากิจกรรมการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุมุสลิมในเดือนรอมฎอน ในชุมชนคนสวน อำเภอกวนโดน จังหวัดสตูล เพื่อทำความเข้าใจเกี่ยวกับการประกอบกิจกรรมการดำเนินชีวิตและการให้ความหมายต่อศาสนกิจของผู้สูงอายุมุสลิมในเดือนรอมฎอน ซึ่งผู้วิจัยคาดว่า

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้จะเป็นแนวทางแก่นักกิจกรรมบำบัดหรือบุคลากร ที่เกี่ยวข้อง ในการช่วยดูแลและส่งเสริมการทำกิจกรรมการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุมุสลิมในเดือนรอมฎอนให้เหมาะสมต่อสุขภาพและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาถึงกิจกรรมการดำเนินชีวิตและการให้ความหมายต่อศาสนกิจของผู้สูงอายุมุสลิมในเดือนรอมฎอน

คำถามการวิจัย

ผู้สูงอายุมุสลิมมีกิจกรรมการดำเนินชีวิตในเดือนรอมฎอนและให้ความหมายต่อศาสนกิจในช่วงเดือนรอมฎอนอย่างไร

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทราบถึงกิจกรรมการดำเนินชีวิตในเดือนรอมฎอนของผู้สูงอายุมุสลิม
2. ทราบถึงคุณค่าและการให้ความหมายต่อศาสนกิจของผู้สูงอายุมุสลิมในเดือนรอมฎอน
3. เป็นแนวทางแก่นักกิจกรรมบำบัดหรือบุคลากรที่เกี่ยวข้อง ในการช่วยดูแลและส่งเสริมการทำกิจกรรมการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุมุสลิมในเดือนรอมฎอนต่อไป
4. เป็นข้อมูลสารสนเทศเพื่อการศึกษาวิจัยครั้งต่อไป

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. **กิจกรรมการดำเนินชีวิต** หมายถึง ศาสนกิจต่าง ๆ ที่บุคคลกระทำออกมาเป็นกิจกรรมในชีวิตประจำวันของตนเองในเดือนรอมฎอน คือ การถือศีลอด การละหมาด การบริจาคทาน การอ่านอัลกุรอาน และการเอียะอดิกาฟ

2. **ผู้สูงอายุมุสลิม** หมายถึง ผู้ที่มีอายุ 70-79 ปี และนับถือศาสนาอิสลาม ดำเนินตามหลักธรรมคำสอนของอิสลาม รวมทั้งมีประสบการณ์การดำเนินชีวิตในเดือนรอมฎอน ซึ่งในการวิจัยนี้หมายถึงผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในชุมชนควนสตอ อำเภอควนโดน จังหวัดสตูล

3. **เดือนรอมฎอน** หมายถึง เดือนที่ 9 ตามปฏิทินฮิจญ์เราะฮ์ในศาสนาอิสลาม เป็นเดือนที่มุสลิมทุกคนที่บรรลุนิติภาวะแล้ว และมีความสามารถต้องอดอาหารและเครื่องดื่มทุกชนิด ละเว้นการร่วมประเวณีระหว่างสามีภรรยา รวมถึงการกระทำในสิ่งที่ไร้สาระหรือขัดต่อหลักบัญญัติของศาสนา ซึ่งเริ่มตั้งแต่แสงอรุณขึ้นจนกระทั่งดวงอาทิตย์ตก ด้วยเจตนา (เนียต) เพื่อพระองค์อัลลอฮ์ (พระเจ้า) เท่านั้น

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้สูงอายุกับการประกอบกิจกรรมการดำเนินชีวิต

เมื่อบุคคลย่างเข้าสู่วัยสูงอายุ มักจะมีการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ เกิดขึ้นทั้งการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ทางสังคมและเศรษฐกิจ จะเริ่มมีอาการเจ็บป่วย ร่างกายอ่อนแอ มีโรคประจำตัวหรือโรคเรื้อรังเกิดขึ้น แต่ถึงแม้วัยสูงอายุจะมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางวัยเสื่อม แต่ผู้สูงอายุยังคงถือเป็น “บุคคล” ที่จะต้องมีการผูกมัดไว้กับกิจกรรมการดำเนินชีวิตเช่นเดียวกับคนในช่วงวัยอื่น ทั้งการทำงาน (productivity or work) การดูแลตนเอง (ADL) และกิจกรรมยามว่าง (leisure)^(8,9) โดยรูปแบบและลักษณะของกิจกรรมแต่ละประเภทอาจมีความแตกต่างจากคนในช่วงวัยอื่นบ้าง โดยเฉพาะอย่างยิ่งผลการศึกษานักกิจกรรมบำบัดในประเทศแคนาดา ที่สำรวจลักษณะของกิจกรรมของผู้สูงอายุ แล้วพบว่า ผู้สูงอายุใช้เวลาส่วนใหญ่มากกับกิจกรรมทางสังคมที่สร้างผลงาน และกิจกรรมออกกำลังกายมากที่สุด⁽¹⁰⁾

นอกจากนี้ Laliberte (1995) ได้ทำการศึกษาเชิงคุณภาพเกี่ยวกับกิจกรรมที่มีความหมายต่อผู้สูงอายุ ซึ่งผลการศึกษาได้ค้นพบสิ่งที่มีความหมายและสำคัญที่สุดสำหรับวัยสูงอายุ คือ การปฏิสัมพันธ์ทางสังคม การได้รับการสนับสนุน การมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีสุขภาพแข็งแรง และสภาพลักษณะภายนอกที่ดี

ยิ่งไปกว่านั้นการสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้มีการเข้าร่วมกิจกรรม หรือให้ผู้สูงอายุได้ทำกิจกรรมเป็นสิ่งที่ซึ่งสามารถช่วยให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพกายและใจที่ดี ถ้าบุคคลประสบความสำเร็จในการทำกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่ง จะทำให้บุคคลนั้นรับรู้ความสามารถของตนเองและส่งผลโดยตรงต่อการนับถือของตนเอง การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมก็เป็นองค์ประกอบหนึ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุประสบความสำเร็จในชีวิตเพื่อให้ผู้สูงอายุได้อยู่ในสังคมอย่างมีคุณค่าและมีความสุข⁽⁹⁾

หลักการดำเนินชีวิตตามแนวทางอิสลาม

วิถีการดำเนินชีวิตในอิสลาม เป็นวิถีการดำเนินชีวิตที่มีการศรัทธาอัลลอฮ์องค์เดียว เป็นศูนย์รวมจิตใจให้มุสลิมประพฤติปฏิบัติกิจกรรมทุกอย่างตามที่อิสลามกำหนด คือมุสลิมต้องพลีชีวิตด้วยกาย วาจา และใจ เพื่อปฏิบัติตามคำสั่งของอัลลอฮ์ หรือตามอุดมการณ์ของอิสลามที่ ท่านศาสดามุฮัมมัด (ช.ล.)² นำมาเผยแผ่ทุกประการ วิถีการดำเนินชีวิตในอิสลามเป็นวิถีการดำเนินชีวิตที่เรียบง่าย สมถะ มีความนอบน้อม ไม่มีพิธีกรรมมากมาย แม้แต่ในเรื่องการแต่งงานหรือ เรื่องการปฏิบัติต่อผู้ตาย ซึ่งชาวโลกถือเป็นเรื่องใหญ่แต่อิสลามจะมีวิธีที่สะดวกและง่ายต่อการปฏิบัติ วิถีการดำเนินชีวิตตามแนวทางอิสลามไม่เกาะติดกับความสะดวกสบาย หรือความรื่นเริงของโลกนี้ ซึ่งอิสลามถือว่าการอาศัยอยู่ชั่วคราวและมีระยะเวลาสั้น แต่จะมุ่งเพื่อชีวิตที่สงบสุขและถาวรในปรโลก หลักในการดำเนินชีวิตตามระบอบอิสลามนั้น ไม่ว่าจะทำอะไรสิ่งใด ต้องขึ้นอยู่กับ 1) หลักความถูกต้องชอบธรรม 2) หลักของความสะอาด 3) หลักของสายกลาง 4) หลักของคุณประโยชน์ และ 5) หลักของศีลธรรม

²(ช.ล.) ย่อมาจาก “ซ็อลลัลลอฮุ อะลัยฮิ วะซัลลัม” แปลว่า ขออัลลอฮ์โปรดประทานความเมตตาและสันติแก่ท่าน ซึ่งเป็นคำกล่าวประสาทรให้แก่ท่านศาสดามุฮัมมัดที่มุสลิมจะกล่าวต่อท้ายชื่อของท่านอยู่เสมอ



หรือศาสนาเพื่อแสวงหาความโปรดปรานจากอัลลอฮ์ การนึกถึงพระผู้เป็นเจ้าทุกอิริยาบถทั้งยามเดิน ยามนั่ง และยามนอนตามหลักการของอิสลามที่กล่าวข้างต้น เป็นหลักสำคัญในการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่แท้จริง เพราะทำให้ผู้ปฏิบัติมีสติ และคิดจะทำเฉพาะสิ่งที่ดี สิ่งที่ดีควรหรือเลือกแล้วเท่านั้น⁽¹¹⁾

การประกอบกิจกรรมการดำเนินชีวิตต่างๆ ของผู้สูงอายุมุสลิมในเดือนรอมฎอนที่ผู้วิจัยต้องการศึกษานั้น ถือเป็นส่วนหนึ่งของวิธีการดำเนินชีวิตตามหลักการของศาสนาอิสลามที่ผูกมัดไว้กับคำสั่งใช้ของอัลลอฮ์ และแบบอย่างการปฏิบัติจากท่านศาสดามุฮัมมัด (ซ.ล.) ซึ่งมุสลิมทุกคนต้องปฏิบัติ เพื่อการแสดงความเคารพภักดีต่ออัลลอฮ์ และทุกๆ การปฏิบัติศาสนกิจหรือทำงานนั้นเพื่อความสุขในปรโลกทั้งสิ้น

หลักปฏิบัติสำหรับมุสลิมในเดือนรอมฎอน

ในเดือนรอมฎอนนั้นมีลักษณะเฉพาะด้วยกับคุณลักษณะพิเศษที่ยิ่งใหญ่ นั่นก็คือ การที่บรรดาความดีทั้งหลายจะถูกตอบแทนด้วยการเพิ่มผลบุญทวีคูณ และอัลลอฮ์จะตอบแทนโดยไม่สามารถคำนวณนับได้ ซึ่งหลักปฏิบัติในเดือนอันมีเกียรติสำหรับบรรดามุสลิมทั้งหลายมีดังนี้^(12,13,14)

1. จำเป็นต้องถือศีลอดในรอมฎอน ด้วยความศรัทธาและหวังในผลตอบแทนจากอัลลอฮ์ เท่านั้น
2. ส่งเสริมให้ยืนละหมาดยามค่ำคืนในเดือนรอมฎอนกับความศรัทธาและหวังในผลตอบแทนจากอัลลอฮ์เท่านั้น
3. ส่งเสริมให้ทำการศอดาเกาะฮ์หรือบริจาคทานให้มาก
4. ส่งเสริมให้เลี้ยงอาหารแก่บรรดาผู้ถือศีลอด
5. ส่งเสริมให้อ่านอัลกุรอานให้มากกว่าเดือนอื่นๆ
6. จงแสวงหาลัษตะตุลก็อตร ของสิบคืนสุดท้ายในเดือนรอมฎอน ซึ่งลัษตะตุลก็อตร คือ คืนหนึ่งในเดือนรอมฎอนที่มุสลิมมีความเชื่อว่าเป็นคืนที่ประเสริฐยิ่งกว่าหนึ่งพันเดือน หากใครได้กระทำความดีในคืนนี้จะได้รับผลบุญอย่างมหาศาล
7. ทำการเอียะอดิกาฟในช่วง 10 คืนสุดท้ายของเดือนรอมฎอน ซึ่งการเอียะอดิกาฟ คือ การพำนักรออยู่ในมัสยิดด้วยเจตนาเพื่อการภักดีต่ออัลลอฮ์ ส่งเสริมให้ปฏิบัติในสิบคืนสุดท้ายของเดือนรอมฎอน
8. รำลึกถึงอัลลอฮ์และหมั่นขอภัยโทษและขออุมมา (การวิงวอนขอต่อพระเจ้า) จากพระองค์ให้มาก
9. รักษาการละหมาด 5 เวลา และรักษาละหมาดสุนัตรออาติบ (ละหมาดที่หากกระทำแล้วจะได้รับผลบุญ แต่หากละเว้นก็ไม่เป็นไร)
10. แสดงความสุภาพต่อกัน และผินหลังจากบรรดาผู้เฝ้าเซลาทั้งหลาย พร้อมทั้งละเว้นจากสิ่งไร้สาระทั้งหมด

แนวคิดและทฤษฎีทางกิจกรรมบำบัดที่เกี่ยวข้อง

Person-Environment-Occupation Model of Occupational Performance

การประกอบกิจกรรมการดำเนินชีวิตเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับมนุษย์ทุกเพศทุกวัย ซึ่งแต่ละคนมีรูปแบบการประกอบกิจกรรมที่แตกต่างกันไปตามเป้าหมายที่ตนเองมีและการที่มนุษย์จะ ประกอบกิจกรรมต่างๆ ในการดำเนินชีวิตได้อย่างเต็มศักยภาพนั้นย่อมต้องอาศัยองค์ประกอบต่างๆ ที่แตกต่างกันไปตามแต่ละบุคคล และมักขึ้นอยู่กับปัจจัยส่วนบุคคล เช่น เพศ อายุ บทบาท ความเชื่อ ความสนใจ สุขภาพ ระดับการศึกษา นอกจากนี้ยังขึ้นอยู่กับปัจจัยทางด้านสิ่งแวดล้อมอีกด้วย เช่น สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ สังคม การเมือง เป็นต้น

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้อาศัยแนวคิดและทฤษฎีทางวิชาชีพกิจกรรมบำบัดในการพิจารณา กิจกรรมการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุมุสลิมในเดือนรอมฎอน ตามแนวคิดของแบบจำลอง Person-Environment-Occupation Model of Occupational Performance ที่ถูกพัฒนาโดย Law, Cooper, Strong, Stewart, Rigby และ Letter ในปี 1996 ซึ่งได้อธิบายถึงทฤษฎีและการประยุกต์ใช้ทางคลินิก ในเรื่องของความสัมพันธ์ของความซับซ้อนของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (person) สิ่งแวดล้อม (environment) และกิจกรรมการดำเนินชีวิต (occupation) แบบจำลองนี้ยังเป็นการให้เหตุผลทางคลินิก และยังเป็นฐานสำหรับการประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติทางคลินิกกิจกรรมบำบัดอีกด้วย⁽¹⁵⁾

โดยแบบจำลองได้เปรียบเทียบทั้งสามองค์ประกอบนี้ด้วยวงกลมสามวงที่มีปฏิสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญและมีส่วนที่ทับซ้อนกันอยู่ ทำให้เกิดวงตรงกลางที่มาจาก การทับซ้อนกันทั้งสามวงอย่างสมบูรณ์คือ พฤติกรรมการทำกิจกรรม หรือ Occupational performance⁽¹⁶⁾ เมื่อความสัมพันธ์ของสามองค์ประกอบนี้มีความเกี่ยวเนื่องซ้อนทับกันมากเท่าใดก็จะทำให้เกิดความกลมกลืนและเอื้อให้เกิดผลลัพธ์ที่ดีในพฤติกรรมการทำกิจกรรม เช่นกันหากเกิดการเปลี่ยนแปลงในองค์ประกอบต่างๆ ก็ย่อมมีผลต่อความกลมกลืนของความสัมพันธ์นั้น ๆ พฤติกรรมการทำกิจกรรมของบุคคลได้รับอิทธิพลจากสามองค์ประกอบดังที่กล่าวมา ซึ่งทั้งสามองค์ประกอบมีความเกี่ยวข้องกับกิจกรรมการดำเนินชีวิตของบุคคล กล่าวคือ

1. บุคคล (person) ปัจจัยเชิงลึกภายในของแต่ละบุคคล ซึ่งแต่ละบุคคลมีอัตลักษณ์และเอกลักษณ์ของตนทั้งความเชื่อในศาสนา ความคิด ความรู้สึก อารมณ์ มีความรู้ ทักษะ ประสบการณ์ที่สั่งสมมา และมีบทบาทที่แตกต่างกันไป รวมทั้งลักษณะร่างกายของผู้สูงอายุแต่ละคนก็แตกต่างกันไป อาจมีผลมาจากองค์ประกอบ ถัดไป และสิ่งสำคัญในการวิเคราะห์ คือพฤติกรรมของบุคคล เช่น⁽¹⁵⁾

- แรงจูงใจ ความสนใจส่วนบุคคล และวัฒนธรรมที่เกี่ยวข้องกับการทำกิจกรรม
- สถานการณ์ หรือเงื่อนไขที่ทำให้เกิดการตอบสนองทางอารมณ์ เช่น ความล้มเหลว ความเครียด ความหุนหัน
- ระดับความอิสระ หรือความเป็นตัวเอง

2. สิ่งแวดล้อม (environment) เป็นองค์ประกอบภายนอกหรือสิ่งแวดล้อมรอบตัวของบุคคล ทั้งทางสังคม เช่น ศาสนา สถาบัน การเมือง ทางกายภาพ เช่น จำพวกสิ่งก่อสร้างต่างๆ ภายในชุมชน ทางธรรมชาติ เช่น ดิน ฟ้า สภาพอากาศ เป็นต้น และในการพิจารณาสิ่งแวดล้อมของผู้สูงอายุนั้นต้องคำนึงถึงมุมมองของบุคคลรอบตัว



ร่วมด้วย ทั้งครอบครัว ชุมชน ความคาดหวัง หรือความต้องการของสิ่งแวดล้อมและการตอบสนองจากสิ่งแวดล้อม และตามการพิจารณาตามแบบจำลองนี้ เชื่อว่าสิ่งแวดล้อมทุกประเภทย่อมมีความสำคัญเท่าเทียมกัน⁽¹⁵⁾

3. กิจกรรมการดำเนินชีวิต (occupation) หมายถึง งานหรือกิจกรรมใดๆ ที่มีความหมายสำหรับบุคคล และบุคคลได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมนั้นตลอดชีวิตของเขา⁽¹⁶⁾ ซึ่งในการวิจัยนี้หมายถึง ศาสนกิจต่างๆ ในเดือนรอมฎอนที่มีความหมายต่อผู้สูงอายุมุสลิม และผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมนั้น คือ ได้กระทำกิจกรรมนั้นๆ อันได้แก่ การถือศีลอด การละหมาด การบริจาคทาน การอ่านอัลกุรอาน และการเอียะอดิกาฟ โดยในการพิจารณากิจกรรมทางศาสนกิจ ที่ผู้สูงอายุมุสลิมกระทำนั้น ผู้วิจัยจะพิจารณาทั้งในเนื้อหาเกี่ยวกับคุณลักษณะของกิจกรรม (characteristic) ระดับโครงสร้างของกิจกรรม (degree of structure) ระยะเวลาของกิจกรรม (duration of activity) ความซับซ้อนของกิจกรรม (complexity) และคุณลักษณะที่กิจกรรมต้องการ (characteristic of task demands) นอกจากนี้ยังพิจารณาถึงการให้ความหมาย (meaning) และการให้คุณค่า (value) ต่อการปฏิบัติศาสนกิจต่างๆ ในเดือนรอมฎอนร่วมด้วย

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการทบทวนวรรณกรรมงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมการดำเนินชีวิตในเดือนรอมฎอนของผู้สูงอายุมุสลิมนั้น ยังไม่พบว่ามียานวิจัยโดยตรง ผู้วิจัยจึงได้รวบรวมงานวิจัยที่น่าจะใช้เป็นแนวทางบางส่วนมาเสนอ ดังนี้ คือ

สมมาศ ณ จรูญ (2543)⁽¹⁷⁾ ได้ทำการศึกษาประเพณีถือศีลอดในเดือนรอมฎอนของชาวไทยมุสลิมในอำเภอเทพา จังหวัดสงขลา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาขั้นตอนและพิธีกรรมที่ปรากฏจากประเพณีถือศีลอดในเดือนรอมฎอนของชาวไทยมุสลิม และเพื่อศึกษาผลกระทบที่เกิดจากการปฏิบัติตามประเพณีถือศีลอดในเดือนรอมฎอน ซึ่งกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษาคือชาวไทยพุทธหรือชาวไทยมุสลิมที่มีภูมิลำเนาอยู่ในอำเภอเทพาตามทะเบียนบ้านและอยู่มาไม่น้อยกว่า 10 ปี ซึ่งมีสถานภาพทางสังคมเป็นผู้นำทางศาสนาอิสลามในตำแหน่งต่างๆ เช่น โต๊ะอิหม่าม คอเต็บ บิหลั่น จำนวนไม่น้อยกว่า 14 คน และเป็นผู้นำชุมชน ครูอาจารย์หรือประชาชนผู้มีความรู้ทั่วไป จำนวนไม่น้อยกว่า 21 คน โดยใช้การสัมภาษณ์และการรวบรวมข้อมูลจากเอกสารที่ให้ความรู้เกี่ยวกับประเพณีถือศีลอดในเดือนรอมฎอน และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีพรรณนา ซึ่งผลการศึกษารูปได้ว่า ในส่วนของขั้นตอนและพิธีกรรมที่ปรากฏจากประเพณีพบว่า ชาวไทยมุสลิมในอำเภอเทพาได้ถือปฏิบัตินี้อย่างเป็นไปตามบทบัญญัติทางศาสนาด้วยความเคร่งครัด จำแนกตามขั้นตอนได้ว่า มีขั้นเตรียมการ 3 ประเด็น ขั้นปฏิบัติ 7 ประเด็น รายละเอียดการปฏิบัติแต่ละขั้นตอนโดยทั่วไปเป็นไปตามบทบัญญัติทางศาสนา ยกเว้นในรายละเอียดปลีกย่อยบางประการจะมีความนิยมปฏิบัติที่แตกต่างออกไปบ้าง ในขณะเดียวกันในส่วนของการปฏิบัติในรายละเอียดปลีกย่อยที่เป็นกรปฏิบัติโดยภาพรวมของประชากรทั้งอำเภอนั้นพบว่า ในบางชุมชนหรือบางหมู่บ้านมีการปฏิบัติที่แตกต่างไปจากชุมชนหรือหมู่บ้านอื่นๆ อีกด้วย และสำหรับผลกระทบที่เกิดจากการปฏิบัติตามประเพณีนี้พบว่า ผลกระทบทางด้านสังคมและวัฒนธรรมมีผลกระทบที่เกี่ยวกับเรื่องกิจวัตรในชีวิตประจำวัน ความสัมพันธ์ของบุคคลในครอบครัวและระหว่างครอบครัว การแต่งกายและการใช้เครื่องประดับ

สุขภาพอนามัยส่วนบุคคล ความปลอดภัยในชีวิตในทรัพย์สินและการคมนาคมในท้องถิ่น การจัด การเรียนการสอน ในโรงเรียนสังคมของชาวไทยมุสลิม ความสัมพันธ์และการร่วมกิจกรรมระหว่างชาวไทยมุสลิมกับชาวไทยพุทธ เรื่องความเชื่อ เรื่องศาสนา ซึ่งโดยส่วนใหญ่จะเป็นผลกระทบทางด้านความดี และมีผลกระทบทางด้านที่ควร ปรับปรุงแก้ไขจำนวนเล็กน้อย ส่วนผลกระทบทางด้านเศรษฐกิจพบว่า ด้านเศรษฐกิจในครอบครัวโดยภาพรวม มีค่าใช้จ่ายต่างๆ เพิ่มขึ้นกว่าเดือนอื่นๆ ในรอบปี แต่สำหรับผู้ประกอบอาชีพเสริมที่เกี่ยวกับการสินค้าอุปโภค และบริโภคที่เกี่ยวข้องกับประเพณีนี้ กลับมีรายได้เพิ่มมากขึ้นด้านเศรษฐกิจในชุมชน และพบว่า ประชาชนมี การนำเงินออม เงินรายได้ มาใช้จ่ายในเรื่องที่เกี่ยวข้องหรือรองรับการปฏิบัติตามประเพณีจำนวนมาก ทำให้มี การหมุนเวียนของเงิน ทำให้เศรษฐกิจโดยรวมของอำเภอเทพาในเดือนที่มีการปฏิบัติประเพณีเปลี่ยนแปลงดี ขึ้นกว่าเดือนอื่นๆ ในรอบปี

Wright-St Clair, Bunrayong, Vittayakorn, & Rattakorn (2004)⁽¹⁸⁾ ได้ทำการศึกษาวิจัยประเพณี อาหารในเทศกาลสงกรานต์ของสตรีไทยสูงอายุ (offerings: food traditions of older Thai women at Songkran) ซึ่งทำการเก็บข้อมูลโดยการสนทนากลุ่ม (focus group interviews) ในประเด็นของการวางแผน การจัดเตรียม และการถวายอาหารในเทศกาลสงกรานต์ กับกลุ่มเป้าหมายหญิงไทยอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 33 คน ผลการวิจัยได้อธิบายถึงการดำเนินพิธีกรรมของประเพณีอาหารในสังคมเชียงใหม่ โดยผู้สูงอายุต้องทำตามวิธี โบราณที่ถูกถ่ายทอดมาจากคุณแม่และยาย และต้องเตรียมอาหารไปวัดเพื่อถวายพระสงฆ์และทำบุญแก่บรรพ บุรุษที่ล่วงลับไปแล้ว ซึ่งความสุขของพวกเขามาจากการได้ทำบุญ การได้ลงมือทำตามหน้าที่ของตนเอง และ การมีส่วนร่วมในการสร้างสังคมไทยให้เป็นสังคมที่ดีและมีน้ำใจ “serve the good traditions forever.” เป็นคำพูดที่ชี้ให้เห็นว่าผู้สูงอายุจะคงไว้ซึ่งประเพณีอันดีงามนี้ตลอดไป ผ่านการส่งต่อไปยังรุ่นสู่รุ่น และ “it is deep within our hearts that we have to do this.” ที่หมายถึงว่า “มันเป็นสิ่งที่อยู่ในส่วนลึกของจิตใจ ที่ คอยบอกว่าเราจะต้องกระทำเช่นนี้” คำพูดดังกล่าวสะท้อนให้เห็นถึงความเชื่อและความศรัทธาของบุคคล ตลอดจนความหมายทางสังคมของกิจกรรมการประกอบอาหารในเทศกาลสงกรานต์ของสตรีไทยสูงอายุ และ ผลจากการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ยังเชื่อมโยงกับศาสตร์แห่งกิจกรรมการดำเนินชีวิต (occupational science) ใน ด้านกิจกรรมการประกอบอาหาร (food occupations) และการให้ความหมาย (meaning) ของผู้สูงอายุใน วัฒนธรรมหนึ่งๆ อีกด้วย

Kim, Kim, & Chin (2015)⁽¹⁹⁾ ได้ทำการศึกษาวิจัยความสำคัญของกิจกรรมเชิงวัฒนธรรมที่มีความหมาย สำหรับสุขภาพของผู้สูงอายุชาวเกาหลีในสหรัฐอเมริกา (the importance of culturally meaningful activity for health benefits among older Korean immigrant living in the United States) โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษากิจกรรมเชิงวัฒนธรรมที่มีความหมาย (meaning) สำหรับสุขภาพ และความสุขสมบูรณ์ (well-being) ของผู้สูงอายุชาวเกาหลีที่ย้ายถิ่นฐานมาอาศัยอยู่ในประเทศสหรัฐอเมริกา ซึ่งใช้การสัมภาษณ์แบบเชิงลึกในการ เก็บข้อมูล และผลการวิจัยได้ชี้ให้เห็นว่าการที่ผู้สูงอายุได้เข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมเชิงวัฒนธรรมต่างๆ นั้น ทำให้พวกเขาได้รับรู้ถึงความสำคัญทางด้านสังคม วัฒนธรรม และจิตวิทยา ที่ถือว่าเป็นสิ่งสำคัญในการดำเนิน ชีวิต ดังสามประเด็นหลักที่ปรากฏ คือ (1) เป็นการเพิ่มความสุขสมบูรณ์ทางด้านจิตใจ (2) การเพิ่มอารมณ์และ



ความรู้สึกในเชิงบวกมากขึ้น (3) ได้พัฒนาด้านการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่น และการศึกษา ครั้งนี้ยังเป็นหลักฐานที่แสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุชาวเกาหลีที่ย้ายถิ่นฐานมาพำนักในประเทศสหรัฐอเมริกา มีการคงไว้และพัฒนาเอกลักษณ์ทางวัฒนธรรมของตนผ่านกิจกรรมเชิงวัฒนธรรมที่มีความหมายอีกด้วย

ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่องกิจกรรมการดำเนินชีวิตในเดือนรอมฎอนของผู้สูงอายุมุสลิม จากการศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยได้กำหนดระเบียบวิธีวิจัย ดังนี้

ประเภทของการวิจัย

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ซึ่งเป็นการศึกษาแนวปรากฏการณ์วิทยา (phenomenology) เพื่อศึกษาเกี่ยวกับกิจกรรมการดำเนินชีวิตในเดือนรอมฎอนของผู้สูงอายุมุสลิม

ขอบเขตการวิจัย

1. ขอบเขตด้านกลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นสมาชิกชุมชนควนสตอ อำเภอควนโดน จังหวัดสตูล และมีคุณสมบัติดังนี้

- 1.1 เป็นผู้ที่นับถือศาสนาอิสลาม
- 1.2 มีอายุ 70-79 ปี
- 1.3 เพศ หญิง/ชาย
- 1.4 เป็นผู้ที่มีประสบการณ์การดำเนินชีวิตในเดือนรอมฎอน

2. ขอบเขตด้านพื้นที่

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เลือกพื้นที่เป้าหมาย คือ ชุมชนควนสตอ อำเภอควนโดน จังหวัดสตูล ซึ่งเป็นชุมชนที่มีประชากรมุสลิม 99 %

3. ขอบเขตด้านเนื้อหา

ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับกิจกรรมการดำเนินชีวิตในเดือนรอมฎอนของผู้สูงอายุมุสลิม

4. ขอบเขตด้านระยะเวลา

สำหรับการศึกษาวิจัยในครั้งนี้มีระยะเวลาการดำเนินการ 1 เดือน ระหว่างเดือนธันวาคม พ.ศ. 2560 ถึง เดือนมกราคม พ.ศ. 2561

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ซึ่งเป็นกระบวนการค้นคว้าวิจัยเพื่อหาความเข้าใจบนพื้นฐานของระเบียบวิธีอันมีลักษณะเฉพาะที่มุ่งค้นหาประเด็นปัญหาทางสังคม หรือปัญหาของมนุษย์ และดำเนินการศึกษาในสถานการณ์ที่เป็นธรรมชาติ⁽²⁰⁾ ซึ่งกิจกรรมการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุมุสลิมในเดือนรอมฎอนเป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นเฉพาะบุคคล และเป็นข้อมูลที่มีรายละเอียดปลีกย่อยที่แตกต่างกันไปในรายบุคคล ผู้วิจัยจึงเลือกการเก็บข้อมูลการวิจัยในครั้งนี้ เป็นการสัมภาษณ์แบบเชิงลึก (in-depth interview) โดยผู้วิจัยได้ทำการกำหนดแนวคำถามในการสัมภาษณ์ไว้ล่วงหน้าเป็นทิศทางในการสัมภาษณ์ แต่ไม่ใช้การสนทนาตามโครงสร้างที่เข้มงวด เพื่อมุ่งทำความเข้าใจโลกในชีวิตจริงของผู้ให้ข้อมูล หรือทำความเข้าใจต่อปรากฏการณ์จริงที่เกิดขึ้นในเดือนรอมฎอนเกี่ยวกับกิจกรรมการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุมุสลิมที่ผู้วิจัยต้องการศึกษา โดยการสัมภาษณ์ได้ดำเนินไปจนกระทั่งข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ถึงจุดอิ่มตัว (data saturation) คือไม่มีข้อมูลใหม่เกิดขึ้นแล้ว ซึ่งถือเป็นอันเสร็จสิ้นการสัมภาษณ์ เครื่องมือที่ถือว่าสำคัญในการวิจัยเชิงคุณภาพครั้งนี้คือตัวผู้วิจัยเอง ชาย โพธิ์สีดา (2549) กล่าวว่า เครื่องมือในการสัมภาษณ์ที่ดี คือตัวผู้สัมภาษณ์ เนื่องจากเป็นผู้ที่มีปฏิสัมพันธ์โดยตรงกับผู้สูงอายุ และกับเหตุการณ์ หรือสถานการณ์ในขณะทำการสัมภาษณ์ และตัวผู้สัมภาษณ์เองจะต้องเป็นผู้ที่ดำเนินการตลอดกระบวนการของการเก็บรวบรวมข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูล ตลอดจนหาข้อสรุปเกี่ยวกับกิจกรรมการดำเนินชีวิตในเดือนรอมฎอนของผู้สูงอายุมุสลิมในงานวิจัยขั้นนี้

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัยและวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เริ่มต้นศึกษาทบทวนเพื่อทำความเข้าใจแนวคิดของการวิจัยเชิงคุณภาพ และขั้นตอนของการทำวิจัย เพื่อนำมาประกอบการพัฒนาโครงร่างการวิจัย และนำเสนอโครงร่างการวิจัยแก่อาจารย์ที่ปรึกษาและคณะกรรมการภาควิชาเพื่อทำการพิจารณาอนุมัติ เพื่อยื่นขอจริยธรรมการวิจัยผ่านทางคณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

หลังจากโครงร่างการวิจัยได้ผ่านการอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย ผู้วิจัยได้ทำการขอข้อมูลรายชื่อผู้สูงอายุมุสลิมในหมู่ที่ 8 ชุมชนควนสตอ ตำบลควนสตอ อำเภอควนโดน จังหวัดสตูล จากอดีตประธานชุมชนควน เมื่อได้รายชื่อผู้สูงอายุทั้งหมด ผู้วิจัยจึงค้นหาผู้สูงอายุที่มีอายุ 70-79 ปี โดยการสอบถามถึงความน่าจะเป็นของอายุผู้สูงอายุแต่ละท่านจากอดีตประธานชุมชน และสมาชิกชุมชนที่คุ้นเคยกับผู้สูงอายุ และจากลูกหลานของผู้สูงอายุเอง หลังจากนั้นผู้วิจัยจึงลงสำรวจพื้นที่ด้วยตนเองโดยการเดินทางไปที่บ้านของผู้สูงอายุแต่ละท่านตามรายชื่อที่มีอยู่ เพื่อสำรวจอายุของผู้สูงอายุ ในช่วงแรกผู้วิจัยพยายามไปที่บ้านของผู้สูงอายุที่ตนเองคุ้นเคยก่อนเพื่อจะได้เข้าถึงกลุ่มเป้าหมายได้ง่าย แต่กลับพบว่าผู้สูงอายุเหล่านั้นไม่ได้มีอายุตามช่วงที่กำหนดไว้ ผู้วิจัยจึงทำการสำรวจไปเรื่อยๆ และมีการติดต่อกับลูกหลานของผู้สูงอายุที่ผู้วิจัยสนิท เพื่อให้ผู้นำผู้วิจัยไปพบกับผู้สูงอายุ จึงได้พบกับผู้ให้ข้อมูลคนแรก และในส่วนของผู้สูงอายุคนที่สอง เป็นผู้สูงอายุในรายชื่อที่มีความน่าจะเป็นของอายุว่าจะสามารถเป็นผู้ให้ข้อมูลได้ ผู้วิจัยได้สอบถามอายุของผู้สูงอายุท่านนี้จากผู้ให้ข้อมูลคนแรก เนื่องจากทั้งสองเป็นเพื่อนบ้านกัน และเพื่อความแน่ใจของข้อมูล ผู้วิจัยจึงตัดสินใจไปพบกับผู้สูงอายุคนที่สอง

โดยให้ญาติผู้ใหญ่ของผู้วิจัยนำไป เนื่องจากตัวผู้วิจัยเองไม่คุ้นเคยกับผู้สูงอายุท่านนี้สักเท่าใด สำหรับผู้สูงอายุท่านอื่นๆ ผู้วิจัยได้เดินทางไปที่บ้านของผู้สูงอายุด้วยตนเอง แต่ก่อนหน้านั้นผู้วิจัยได้สอบถามอายุของผู้สูงอายุบางคนไว้ก่อนแล้ว จากลูกหลานของผู้สูงอายุ แล้วจึงลงไปสำรวจพื้นที่ เมื่อผู้วิจัยได้พบผู้สูงอายุที่มีคุณสมบัติตามที่กำหนดไว้ ผู้วิจัยได้ชี้แจงวัตถุประสงค์ และรายละเอียดของงานวิจัยให้ผู้สูงอายุทราบ จากนั้นขออนุญาตให้ผู้สูงอายุลงนามในหนังสือยินยอมการเข้าร่วม และทำการเก็บรวบรวมข้อมูลตามลำดับ ผู้วิจัยเลือกใช้การสัมภาษณ์แบบเชิงลึกในการเก็บข้อมูล ซึ่งก่อนหน้านั้นผู้วิจัยได้ทำการฝึกซ้อมการเก็บรวบรวมข้อมูลกับเพื่อนและผู้สูงอายุที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มเป้าหมายมากที่สุด โดยการฝึกซ้อมการพูดคุย การตั้งคำถาม และมีการอัดเทปบันทึกเสียง ให้มีสถานการณ์ใกล้เคียงกับสถานการณ์จริงมากที่สุด แต่ไม่ได้นำข้อมูลเหล่านั้นมาวิเคราะห์ผล และในการฝึกซ้อมครั้งนั้น มีอาจารย์ที่ปรึกษาคอยสังเกตการณ์ และให้คำแนะนำ พร้อมทั้งชี้ให้เห็นถึงจุดที่บกพร่องในการสัมภาษณ์เพื่อเก็บข้อมูลของผู้วิจัย เพื่อให้การเก็บข้อมูลวิจัยในสถานที่จริงครบถ้วนมากที่สุด

ผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์เพื่อเก็บข้อมูลวิจัย โดยการกำหนดประเด็นคำถามไว้ล่วงหน้า และใช้การสัมภาษณ์หรือการสนทนาให้ครอบคลุมหัวข้อการวิจัย พร้อมทั้งขออนุญาตในการจดบันทึกประเด็นสำคัญและบันทึกเสียงในระหว่างทำการสัมภาษณ์ ซึ่งใช้เวลาในการสัมภาษณ์ทั้งหมดประมาณ 1 ชั่วโมง – 1 ชั่วโมง 30 นาที ต่อ ผู้สูงอายุ 1 คน ในช่วงเวลากลางวัน ซึ่งเป็นช่วงปิดเทอมของผู้วิจัย ผู้วิจัยได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งหมดจากผู้สูงอายุ ตั้งแต่วันที่ 10-26 ธันวาคม 2560 โดยทำการเก็บข้อมูลจากผู้สูงอายุทีละคน จนกระทั่งข้อมูลอ้อมตัวจากผู้สูงอายุรายที่ 7 เมื่อเสร็จสิ้นการสัมภาษณ์ผู้วิจัยได้นำข้อมูลที่ได้จากการจดบันทึกมารวบรวม พร้อมการถอดความจากการบันทึกเสียง ชนิดคำต่อคำ และตรวจสอบความถูกต้องอีกครั้งโดยการฟังเทปซ้ำ เพื่อจะได้นำข้อมูลมาวิเคราะห์อย่างละเอียดและถูกต้อง และในการเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนามในครั้งนี้ ผู้วิจัยเลือกใช้ภาษาไทยท้องถิ่นภาคใต้ในการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูล เนื่องจากผู้สูงอายุในชุมชนใช้ภาษาไทยท้องถิ่นภาคใต้หรือภาษาใต้เป็นภาษาหลักในชีวิตประจำวัน จึงทำให้การใช้หรือฟังภาษาไทยราชการทำได้ไม่คล่องแคล่วหรือไม่เข้าใจในบางประโยคที่ผู้วิจัยต้องการสื่อ จึงต้องภาษาใต้ เพื่อให้เกิดความเข้าใจระหว่างผู้วิจัยและผู้ให้ข้อมูลมากขึ้น และยังช่วยลดช่องว่างที่เกิดขึ้นระหว่างผู้วิจัยและผู้ให้ข้อมูลอีกด้วย รวมทั้งผู้วิจัยเองก็ใช้ภาษาใต้ในการสื่อสารกับผู้สูงอายุในชุมชนควนสตอมาโดยตลอด ดังนั้นภาษาไทยท้องถิ่นภาคใต้จึงเหมาะสมที่สุดสำหรับการเก็บรวบรวมข้อมูลในครั้งนี้ และอาจมีการสื่อสารโดยใช้คำศัพท์ภาษาอาหรับที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติศาสนกิจ เพื่อให้เกิดความสะดวกและความเข้าใจระหว่างผู้วิจัยและผู้ให้ข้อมูลเช่นกัน แต่ในการเขียนรายงานสรุปผลนั้น ผู้วิจัยได้ทำการแปลภาษาท้องถิ่นภาคใต้และคำศัพท์ภาษาอาหรับเป็นภาษาไทยราชการเพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ตรงกัน และเมื่อทำการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการเก็บรวบรวมเรียบร้อยแล้ว จึงทำการสรุปผลและเขียนรายงานการวิจัย



แนวคำถามในการสัมภาษณ์แบบเชิงลึก

สำหรับการวิจัยเรื่อง กิจกรรมการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุมุสลิมในเดือนรอมฎอน ผู้วิจัยมีการวางประเด็นสำหรับแนวคำถามหลักในการสัมภาษณ์ดังนี้

ส่วนที่ 1 คำถามปลายเปิดเกี่ยวกับกิจกรรมการดำเนินชีวิตทั่วไป

-ท่านช่วยเล่าเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตของท่านในแต่ละวัน

ส่วนที่ 2 คำถามปลายเปิดเกี่ยวกับกิจกรรมการดำเนินชีวิตในเดือนรอมฎอน

-ท่านมีความรู้สึกอย่างไรเมื่อเดือนรอมฎอนมาถึง

-ท่านช่วยเล่าเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตของท่านในเดือนรอมฎอน

-ท่านคิดว่าการดำเนินชีวิตของท่านในเดือนอื่นๆ เหมือนหรือแตกต่างกับเดือนรอมฎอนหรือไม่ อย่างไร

-การดำเนินชีวิตในเดือนรอมฎอน ตอนหนุ่มสาวกับตอนสูงอายุของท่านแตกต่างกันหรือไม่ อย่างไร

-ในเดือนรอมฎอนท่านปฏิบัติศาสนกิจใดบ้าง และมีศาสนกิจใดบ้างที่ท่านปฏิบัติในเดือนรอมฎอน แตกต่างไปจากเดือนอื่นๆ

-ท่านคิดว่าสิ่งใดมีผลต่อการปฏิบัติศาสนกิจต่างๆ ของท่านในเดือนรอมฎอนบ้าง

-ท่านถือศีลอดในเดือนรอมฎอนหรือไม่ เพราะเหตุใด และมีความรู้สึกอย่างไรขณะถือศีลอดในเดือนรอมฎอน วัยสูงอายุของท่านส่งผลต่อการถือศีลอดอย่างไรบ้าง แล้วท่านคิดว่าการถือศีลอดมีความสำคัญ หรือมีประโยชน์และคุณค่าต่อตัวท่านอย่างไรบ้าง

-ท่านทำการละหมาดในยามค่ำคืนหรือไม่ เพราะเหตุใด การละหมาดในยามค่ำคืนของท่านทำที่ไหน เมื่อไหร่ กับใคร และอย่างไร วัยสูงอายุของท่านส่งผลต่อการละหมาดในยาม ค่ำคืนอย่างไรบ้าง และมีความรู้สึกอย่างไรขณะทำการละหมาดในยามค่ำคืน แล้วท่านคิดว่าการละหมาดในยามค่ำคืนมีความสำคัญ หรือมีประโยชน์และคุณค่าต่อตัวท่านอย่างไรบ้าง

-ท่านบริจาคทานหรือไม่ หากทำการบริจาค ทำเพราะเหตุใด บริจาคทานในรูปแบบไหน ที่ไหน เมื่อไหร่ กับใคร และอย่างไร ท่านคิดว่าการบริจาคทานมีความสำคัญ หรือมีประโยชน์และคุณค่าต่อตัวท่านอย่างไรบ้าง และมีความรู้สึกอย่างไรเมื่อได้บริจาคทาน

-ท่านอ่านอัลกุรอานในเดือนรอมฎอนหรือไม่ เพราะเหตุใด แล้วอ่านอัลกุรอานเมื่อไหร่ กับใคร และอย่างไร ท่านมีความรู้สึกอย่างไรเมื่ออ่านอัลกุรอาน และท่านคิดว่าการอ่าน อัลกุรอานมีความสำคัญ หรือมีประโยชน์และคุณค่าต่อตัวท่านอย่างไรบ้าง

-ช่วงสิบคืนสุดท้ายในเดือนรอมฎอนวิถีชีวิตของท่านมีความแตกต่างกับช่วงที่ผ่านมาหรือไม่ อย่างไร

-ท่านได้ทำการเอียะอดิก๊าฟหรือไม่ เพราะเหตุใด หากท่านได้ทำการเอียะอดิก๊าฟ ทำที่ไหน เมื่อไหร่ และกับใคร และท่านช่วยเล่าเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตในขณะเอียะอดิก๊าฟว่าเป็นอย่างไร

-ท่านให้ความสำคัญกับศาสนกิจใดมากที่สุดในเดือนรอมฎอน เพราะเหตุใด แล้วท่านคิดว่าอะไรคือสิ่งสำคัญที่ทำให้ท่านยังคงเคร่งครัดกับการปฏิบัติศาสนกิจต่างๆ ในเดือนรอมฎอน

-ชุมชนที่ท่านอาศัยอยู่มีผลต่อการดำเนินชีวิตในเดือนรอมฎอนของท่านอย่างไรบ้าง และท่านวางแผนเป้าหมายในชีวิตเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตในเดือนรอมฎอนของท่านอย่างไรบ้าง

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ เป็นกระบวนการที่ต้องกระทำต่อเนื่องไปตลอดกระบวนการวิจัย⁽²⁰⁾ ซึ่งการวิเคราะห์ข้อมูลการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ตามขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพของ Colaizzi⁽²¹⁾ ซึ่งเป็นวิธีที่ใช้กันอย่างแพร่หลายในงานวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา โดยผู้วิจัยได้นำข้อมูลที่ได้จากถอดความจากการบันทึกเสียง และการบันทึกภาคสนามมาทบทวนหลายๆ ครั้ง เพื่อให้เกิดความเข้าใจในภาพรวมของข้อมูลที่ได้มาและพิจารณาประเด็นที่สำคัญ นำข้อมูลมาอ่านทบทวนพร้อมทั้งพิจารณาอีกครั้งอย่างละเอียดและตีความพร้อมทั้งจับประเด็นข้อความหรือประโยคที่สำคัญ แล้วทำการรวบรวมข้อความหรือประโยคที่มีความหมายเหมือนกันหรือใกล้เคียงกันมาไว้ในกลุ่มเดียวกัน พร้อมทั้งสร้างหัวข้อสรุป และกลุ่มหัวข้อสรุปแนวคิดของตัวข้อมูล โดยให้ทุกๆ ข้อความหรือทุกๆ ประโยคนั้นมีรหัสข้อมูลกำกับอยู่แล้วจึงตั้งคำสำคัญ ซึ่งจะจัดเป็นกลุ่มใหญ่ (themes) และกลุ่มย่อยที่อยู่ภายใต้ความหมายของกลุ่มใหญ่ (sub-theme) และทำการอธิบายปรากฏการณ์อย่างละเอียดและครบถ้วน โดยเขียนให้มีความต่อเนื่องและกลมกลืนกันระหว่างข้อความหรือประโยค ความหมายและหัวข้อต่างๆ ซึ่งในขั้นตอนนี้อาจจะต้องตัดข้อมูลหรือหัวข้อที่ไม่จำเป็นออก และใช้วิธีการเขียนบรรยายในสิ่งที่พบเห็นอย่างละเอียดและชัดเจน โดยไม่นำ เอาทฤษฎีใดๆ มาควบคุมเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น พร้อมกับยกตัวอย่างคำพูดประกอบคำหลักสำคัญที่ได้ เพื่อแสดงให้เห็นภาพของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นนั้นได้อย่างชัดเจน จากนั้นจึงนำข้อมูลกลับมาตรวจสอบกับอาจารย์ที่ปรึกษาภาคนิพนธ์อีกครั้งหนึ่ง

ผลการศึกษาและอภิปรายผล

ความรู้สึกจากหัวใจ...เมื่อเข้าสู่รอมฎอนเดือนอันประเสริฐ

เมื่อวันสุดท้ายของเดือนชะบานตามปฏิทินฮิจญ์เราะฮ์สิ้นสุดลง ความรู้สึกยินดีก็เกิดขึ้นกับพี่น้องมุสลิมทั่วโลก เพราะพวกเขาต่างทราบกันดีว่า วันถัดจากนั้น คือวันที่ 1 รอมฎอนของปี ฮิจญ์เราะฮ์นั้นๆ เป็นเวลาที่หลายคนรอคอยมาตลอด 1 ปีเต็ม เพื่อจะได้ใช้ชีวิตในเดือนรอมฎอนอีกครั้ง สำหรับผู้สูงอายุมุสลิมในชุมชนควนสตอกี้เช่นกัน พวกเขาต่างรู้สึกดีใจเมื่อรอมฎอนมาถึง เพราะเป็นเดือนที่พิเศษกว่าเดือนอื่นๆ ซึ่งเป็นช่วงเวลาแห่งการทำอิบาดะฮ์ ซึ่งตามทัศนะของมุสลิมแล้ว เดือนรอมฎอนเป็นเดือนที่ยิ่งใหญ่แตกต่างจากเดือนอื่นๆ เนื่องจากลักษณะและความประเสริฐบางประการที่มีอยู่ซึ่งได้บอกไว้ในคัมภีร์อัลกุรอาน (มุอาหมัด บินคอลิห์ อัลมนัจญิด, ม.ป.ป.) จึงไม่แปลกที่พวกเขาจะรู้สึกดีใจเมื่อรอมฎอนมาถึง ผู้สูงอายุสองท่านได้บอกเล่าถึงทัศนะของตนเองเกี่ยวกับเดือนรอมฎอน ดังที่ยายฟาติมะฮ์กล่าวว่า “... เดือนรอมฎอนนั้นเดือนพิเศษ พิเศษทั้งต่อตัวเรา พิเศษกับอัลลอฮ์...เพราะเดือนรอมฎอน เป็นเดือนที่เขาทำบุญ ชัยฎอนเขา [อัลลอฮ์ : ผู้วิจัย] ล่ามหมด อิบลิส [ชื่อหนึ่งของบรรดาชัยฎอน : ผู้วิจัย] ชัยฎอนเขาล่ามหมด เขาไม่ปล่อย ...”

ความพิเศษของเดือนนี้ มิได้เกิดขึ้นกับตัวเขาเพียงผู้เดียว แต่มันกลับเป็นความพิเศษที่ยิ่งใหญ่ ณ ที่พระเจ้าของเขาด้วย เพราะในเดือนนี้บรรดาความดีทั้งหลายจะถูกตอบแทนด้วยการเพิ่มผลบุญทวีคูณ และ อัลลอฮ์จะตอบแทนโดยไม่สามารถคำนวณนับได้^(5,12,13) และบรรดาหัวหน้าชัยฏอนจะถูกลบล้าง และถูกพันนาการ ดังนั้นจะไม่มีช่องทางที่จะล่อลวงหรือชักชวนมนุษย์ให้กระทำความผิด หรือความชั่วได้ เพราะบรรดามุสลิมกำลังมีการถือปฏิบัติอยู่กับการถือศีลอด ซึ่งจะขัดหรือปราบปรามความใคร่ต่างๆ ให้หมดสิ้นไปด้วยการถือศีลอด และการทำอิบาดะฮ์ชนิดต่างๆ ซึ่งจะอบรมและขัดเกลาจิตใจของเขา^(12,13) ซึ่งแตกต่างจากเดือนอื่นๆ อย่างสิ้นเชิง

ตาอุสมานกล่าวว่า “...เรา...ได้เข้าหาอัลลอฮ์มากกว่าเดือนไหนๆ แล้ว เพราะเดือนรอมฎอนนี้เป็นเดือนที่ประเสริฐ ทุกๆ ปี มีปีละครั้ง กว่าที่จะถึงมาอีก ปีหน้าก็ไม่ว่าจะถึงเราไหม ...” จากคำพูดข้างต้นสะท้อนให้เห็นถึงความพิเศษและลักษณะบางประการของเดือนรอมฎอนที่แฝงไปด้วยความพิเศษที่มีอยู่ ซึ่งแตกต่างจากเดือนอื่นๆ การวนมาของเดือนรอมฎอนปีละหนึ่งครั้งนั้นส่งผลต่อทั้งด้านความรู้สึกและการปฏิบัติที่เกิดขึ้น ซึ่งผู้สูงอายุคิดว่าเดือนนี้ทำให้ตนเองได้เข้าหาอัลลอฮ์มากยิ่งขึ้น การเข้าหาในที่นี้คือ การทำอิบาดะฮ์ หรือการประกอบศาสนกิจเพื่อการเคารพภักดีต่ออัลลอฮ์นั่นเอง ไม่ว่าจะเป็น การถือศีลอด การละหมาดตารอเวียะห์ การบริจาคทาน หรือการอ่านอัลกุรอาน ซึ่งเป็นอิบาดะฮ์ที่เกิดขึ้นในเดือนรอมฎอนทั้งสิ้น

ผู้วิจัยได้ถามถึงความรู้สึกของผู้สูงอายุแต่ละท่านเมื่อชีวิตได้เวียนมาสู่เดือนรอมฎอนอีกครั้งหนึ่ง ความรู้สึกทั้งหมดเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นภายในจิตใจ และบ่งบอกไปในทางที่ดี ทั้งความรู้สึกดีใจ และสบายใจ ซึ่งล้วนแล้วเป็นผลมาจากการที่ผู้สูงอายุได้ทำอิบาดะฮ์ หรือได้ประกอบศาสนกิจเพื่อการเคารพภักดีต่อพระเจ้าของพวกเขาทั้งสิ้น

ตาอิสมาแอลกล่าวว่า “รู้สึกดีใจได้ถือศีลอด สบายใจได้ทำอิบาดะฮ์” เป็นประโยคสั้นๆ ที่ผู้กล่าวพยายามจะอธิบายถึงความรู้สึกที่เกิดขึ้นในใจของเขา เดือนรอมฎอนนั้นเป็นที่รู้กันดีว่าอิบาดะฮ์ที่สำคัญอย่างหนึ่ง ซึ่งจะละเว้นการปฏิบัติไม่ได้ และมีเพียงในเดือนนี้เท่านั้นคือ การถือศีลอด นั้นทำให้เขาารู้สึกดีใจเมื่อได้กระทำ และมีความสบายใจเมื่อได้เคารพภักดีต่ออัลลอฮ์

ผู้สูงอายุบางท่านแสดงถึงความรู้สึกดีใจ และขอบคุณต่ออัลลอฮ์จากการที่เขายังมีชีวิตถึงรอมฎอนอีกครั้ง เนื่องจากการที่เขาใช้ชีวิตอยู่จนถึงเดือนรอมฎอนในอีกหนึ่งปีนั้น เป็นเหมือนความเมตตาจากพระเจ้าที่มอบให้แก่เขา “รู้สึกดีใจ เมื่อได้ถือศีลอด ว่าอัลลอฮ์ให้ได้ถือศีลอดอีกในปีนี้ (หัวเราะ) ไว้ชีวิต อัลลอฮ์ไว้ชีวิตอยู่อีก (เสียงสูงขึ้น) ได้ถือศีลอด อัลฮัมดุลิลลาฮ์ [มวลการสรรเสริญทั้งสิ้นนั้นเป็นสิทธิ์ของอัลลอฮ์ : ผู้วิจัย] ซูโอรอัลลอฮ์ [ขอบคุณอัลลอฮ์ : ผู้วิจัย] นี่แหละ ไม่รู้จะว่าย่างงแล้ว (ยิ้ม)” ยายญันนะฮ์กล่าว

เหมือนว่าทุกอย่างขึ้นอยู่กับอัลลอฮ์ พระผู้เป็นเจ้าของเขา เมื่อมีชีวิตถึงรอมฎอนอีกครั้ง ความรู้สึกแรกที่ไหลผ่านเข้ามา คงหนีไม่พ้นความดีใจ ที่ยังมีชีวิตอยู่ในวันนั้น ด้วยความสูงอายุ คงปฏิเสธไม่ได้ว่าพวกเขาจะไม่คิดเรื่องความเป็นความตาย ซึ่งเป็นสัจธรรมของชีวิตที่มนุษย์เราหลีกเลี่ยงไม่ได้ แต่หากยังมีชีวิตอยู่ต่อไปจากนี้ สำหรับผู้สูงอายุแล้วการได้ทำอิบาดะฮ์คงเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดแล้วที่จะทำให้หัวใจรู้สึกยินดีได้ เช่นเดียวกันกับยายซัยนับที่กล่าวว่า “ถามคนแก่ๆ ถ้าเข้าเดือนบวช [เดือนรอมฎอน : ผู้วิจัย] นั่นก็ดีใจ หันได้บวช [ถือศีลอด :



ผู้วิจัย] ดีใจอัลลอฮ์ยังไม่เอากลับไป [ยังไม่เสียชีวิต : ผู้วิจัย] ทนได้บวช [ถือศีลอด : ผู้วิจัย] นี่ก็นึกอยู่ว่าบวชปีนี้ไม่รู้เนี่ยะ [ปีนี้ไม่รู้จะได้ถือศีลอดหรือไม่ : ผู้วิจัย] ดีใจ ดีใจลูกเอ๋ย (เสียงสูง)”

ยายฟาติมะฮ์ได้กล่าวไว้ว่า “ดีใจแหละ ถึงเวลาทำบุญแล้วอัลลอฮ์เอ๋ย ดีใจ...เวลาละหมาดก็ได้บุญมากๆ เวลาเราบวช [ถือศีลอด : ผู้วิจัย] อัลลอฮ์ก็ให้บุญมาก (ลากเสียงยาว)”

และยายฮาวากกล่าวว่า “สนุกได้ทำครบทุกเรื่อง...ครบก็...ได้บวช ได้ตารอเวียะห์ ได้ทำอะไรกับลูกๆ หลานๆ ละหมาดกันพร้อม สนุกแบบนั้นแหละ...ได้ทำอะไร [การบริจาค : ผู้วิจัย] กับเขา [คนยากจน : ผู้วิจัย] สนุกแหละ”

จะเห็นได้ว่าความรู้สึกยินดีที่เกิดขึ้นในหัวใจของผู้สูงวัยนั้น เป็นผลมาจากการได้ลงมือกระทำ หรือปฏิบัติสิ่งหนึ่งที่ตนเองรู้สึกพึงพอใจ นั้นหมายถึงศาสนกิจต่างๆ ที่เกิดขึ้นในเดือนรอมฎอน ซึ่งการปฏิบัติศาสนกิจต่างๆ ในเดือนรอมฎอนนั้น จะได้รับผลบุญอย่างมากเป็นการตอบแทน และความรู้สึกตรงนี้เป็นส่วนหนึ่งจากปัจจัยเชิงลึกภายในของแต่ละบุคคล (person) และมีความเกี่ยวข้องกับกิจกรรมการดำเนินชีวิตในเดือนรอมฎอนของผู้สูงอายุมุสลิม ที่กำลังจะเกิดขึ้นใน 30 วันข้างหน้าของเดือนรอมฎอนนั่นเอง

ศาสนกิจ...หนทางในการเคารพภักดีต่อพระเจ้า

“ถือศีลอด” เพียงเพื่อหวังความโปรดปรานจากพระเจ้า

ในบทที่ผ่านมา ผู้วิจัยได้กล่าวถึงรายละเอียดของการถือศีลอดในเดือนรอมฎอนไปแล้ว ซึ่งผู้สูงอายุมุสลิม นั้นได้ปฏิบัติตามบทบัญญัติของศาสนาอิสลาม ด้วยความที่การถือศีลอดในเดือนรอมฎอนนั้นเป็นสิ่งที่วาญิบ หรือจำเป็นต้องปฏิบัติ จึงเป็นหนึ่งเหตุผลที่ทำให้ผู้สูงอายุมุสลิมต่างขยันขันแข็งในการถือศีลอด แต่จากการพูดคุยกับผู้สูงอายุ ทำให้ผู้วิจัยมองเห็นถึงการให้คุณค่าและความหมายจากการถือศีลอดของผู้สูงอายุมุสลิม ท่ามกลางข้อจำกัด หรือปัจจัยส่วนบุคคลของผู้สูงอายุแต่ละคน โดยพวกเขาไม่ได้ถือศีลอด เพียงเพราะต้องอดอาหารตามความจำเป็นเท่านั้น แต่ยังมีรายละเอียดสำคัญของการถือศีลอดที่มากกว่านั้น ตามมุมมองของผู้สูงอายุที่ให้ข้อมูล

เป็นที่ทราบกันดีแล้วว่าการถือศีลอดที่เป็นวาญิบ หรือจำเป็นต้องปฏิบัตินั้นใน 1 ปี มีเพียงครั้งเดียว คือในเดือนรอมฎอนเท่านั้น ด้วยเหตุนี้ จึงเป็นอีกหนึ่งเหตุผลที่ทำให้ผู้สูงอายุมุสลิมนั้น ถือศีลอดในเดือนรอมฎอนอย่างครบถ้วน เพราะพวกเขาจะได้รับผลบุญจากอัลลอฮ์ ซึ่งเป็นผลมาจากการถือศีลอดของพวกเขานั้นเอง ตามที่ยายฟาติมะฮ์กล่าวว่า “เราได้อดข้าว อดน้ำเพื่ออัลลอฮ์ ของที่อัลลอฮ์ไม่ให้กินในเวลาเดือนบวช...ก็อย่ากินเสีย...ได้บุญมากกว่า มากกว่าเวลาเดือน ไม่บวช [เดือนปกติ : ผู้วิจัย]”

และยายฟาติมะฮ์ยังกล่าวด้วยน้ำเสียงที่นิ่งเรียบแสดงออกถึงความจริงจังในคำพูดอีกว่า “บวช [ถือศีลอด : ผู้วิจัย] สิ..บุญทวีคูณ อัลลอฮ์ให้ในเดือนบวชนั้น ต้องบวชแหละที่นี่..ในทั้ง ปีๆ นั้น เดือนบวชแหละที่ว่าพิเศษสุด..ถ้าเราไม่ทำก็ขาดทุน...ขาดทุนก็...เราได้โอกาสแล้ว เราไม่เก็บ ได้โอกาสแล้วเราไม่เอา อัลลอฮ์ให้โอกาสแล้วเราไม่เอา แบบนั้นแหละ...ต้องเอาให้หมด ต้องเอาให้ครบ ของที่ อัลลอฮ์ใช้...เหมือนบวชนี้ ถ้าเราทนได้ ให้



ทบทวน ถ้าเราทบทวนไม่ได้ ก็หยุดได้ แต่ให้เราชด แบบนั้นแหละ ถ้าว่าวันไหนเราคิดว่าไม่ไหว อ่า เราไม่บวช แต่พอไม่บวชนั้น พอหมดเดือนบวชนั้นต้องชด ต้องชดให้เต็มเลยให้เต็มทั้งเดือนเลย”

หนึ่งเดือนเป็นเหมือนโอกาสที่เข้ามาในชีวิต เมื่อมนุษย์เราพบเจอกับโอกาสแล้ว แน่แน่นอนว่าเขาจะต้องคว้าโอกาสนั้นไว้ และเก็บเกี่ยวอย่างเต็มที่โดยไม่ยอมให้ตนเองขาดทุน นั่นคือการถือศีลอดเปรียบเสมือนโอกาสในการเก็บเกี่ยวผลบุญ หากไม่ได้ถือศีลอดในเดือนนี้ ก็จะไม่ได้รับผลบุญตรงนี้ ผู้สูงอายุมองว่าผลบุญจากการถือศีลอดในเดือนรอมฎอนนั้นมีมากกว่าเดือนอื่นๆ ซึ่งถ้าไม่รับความมั่นใจก็ถือว่าตนเองนั้นขาดทุน เพราะเหตุนี้ผู้สูงอายุจึงทำการถือศีลอดในเดือนรอมฎอน ซึ่งเป็นศาสนกิจที่เขาให้ความสำคัญ เพื่อเก็บเกี่ยวผลบุญให้ได้อย่างเต็มที่

ผู้สูงอายุเองยังมองว่าการถือศีลอดนั้นเป็นเรื่องที่สำคัญอย่างยิ่งสำหรับตนเอง เนื่องจากเป็นคำสั่งใช้ของอัลลอฮ์ จึงกลายเป็นสิ่งที่วาญิบจำเป็นจะต้องปฏิบัติ หากผู้ใดไม่มีความสามารถในการถือศีลอด ก็สามารถจ่ายช่าวสาร คือ การให้อาหารแก่คนยากจนเป็นการชดเชยการถือศีลอดในวันที่ขาดไป ตามตัวอย่างความคิดเห็น ของยายชัยนับที่ว่า “สำคัญ มัน [การถือศีลอด : ผู้วิจัย] สำคัญมาก ทุกคนอัลลอฮ์วางไว้แล้ว มันสำคัญต้องบวชปีละหนึ่งครั้ง สำคัญ ถ้าบวชไหวก็ต้องบวชแต่ถ้าไม่ไหวก็ไม่ใช่ไร แต่ถ้าอยู่แบบนี้ก็ต้อง ก็ต้องจ่ายช่าวสาร (ชีไปทางสามเณรของตนเองที่เป็นผู้ป่วย ดิดเตียง)”

หากจะกล่าวถึงความรู้สึกขณะถือศีลอด สิ่งที่คนทั่วไปคิดถึงคงหนีไม่พ้นความเหนื่อยจากการอดอาหาร แต่สำหรับผู้สูงอายุแล้ว ขณะที่พวกเขาถือศีลอดนั้นมีความรู้สึกต่างๆ ที่เอ่อท้นอยู่ในภายในใจ ทั้งความสบายใจ ดีใจ ภูมิใจ หรือแม้กระทั่งความรู้สึกที่ตรงข้ามกับความเหนื่อย นั่นคือ พวกเขาไม่รู้สึกเหนื่อยใดๆ แต่กลับรู้สึกสบายกายเมื่อได้ถือศีลอด แต่สำหรับบางคนก็ยอมปฏิเสธความรู้สึกเหนื่อย หรือความเพลียจากการอดอาหารไม่ได้ ซึ่งก็เป็นปกติในเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ และเป็นเหมือนผลกระทบที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุมุสลิมต่อการถือศีลอดในเดือนรอมฎอน ซึ่งผู้สูงอายุได้บอกเล่าถึงความรู้สึกขณะได้ถือศีลอดว่าตนเองนั้นไม่รู้สึกเหนื่อย หรือรู้สึกอ่อนเพลีย กับการถือศีลอดเลย ถึงแม้จะอยู่ในวัยสูงอายุก็ตาม กลับกัน เพราะวัยสูงอายุนั้นแหละที่ทำให้ตนเองได้สัมผัสประสบการณ์การถือศีลอดมานาน จนกลายเป็นความเคยชินกับการอดอาหารและถือศีลอดได้ปกติ โดยไม่มีปัญหาใดๆ ตามที่ตาอุสมานได้กล่าวไว้ดังนี้

“ก็ถ้าว่าพูดถึง ถ้าพูดถึง สงไม่สง มันไม่ค่อยสงแหละเพราะว่าคนสูงอายุนี้อ่า...เขาวามันมี อ่า...ประสบการณ์ เกี่ยวกับประสบการณ์ที่ทำให้บวชได้...แต่บางคนเขาบวชไม่ได้ เห็นไหม...บางคนบวชปั๊บ แสดงอาการเป็นลมบ้างอะไรบ้าง แบบนั้นแหละ แต่ถ้าว่าเราถือติดตลอดมานั้น ยิ่งอายุมากก็ยิ่งไม่มีปัญหาอะไร อ่า...สำหรับตัวตาอุสมานนี้ไม่มีปัญหาอะไร เป็นปกติ ถึงมันจะสองเดือนก็ไม่มีปัญหา...เราคิดแบบนั้นในใจแหละ มันก็สบายใจ”

และตาอัสมาแอล ก็บอกกับผู้วิจัยว่าตนเองไม่รู้สึกเหนื่อย และรู้สึกสบายดีขณะถือศีลอด “รู้สึกว่างสบายดี ไม่เหนื่อย สบาย ไม่เพลีย” เมื่อผู้วิจัยถามต่อว่าเพราะอะไร ผู้สูงอายุตอบว่า “ไม่รู้เอนะ อัลฮัมดุลิลลาฮ์ [มวลการสรรเสริญทั้งสินนั้นเป็นสิทธิของอัลลอฮ์ : ผู้วิจัย] อัลลอฮ์ให้ เพราะ...ก็เหมือนเหมือนสองอย่างที่ได้บอกไปเมื่อกี้เลย เราได้ ละทิ้งสิ่งที่อัลลอฮ์ห้าม และทำสิ่งที่อัลลอฮ์ใช้”



โดยรวมแล้วการถือศีลอดในเดือนรอมฎอน ทำให้ผู้สูงอายุมีทั้งความสบายใจ ความดีใจ และความภาคภูมิใจ ที่เกิดขึ้นขณะพวกเขาถือศีลอด นั้นเป็นผลมาจากการที่พวกเขาได้กระทำในสิ่งที่อัลลอฮ์สั่งใช้ และจะได้รับผลบุญจากสิ่งนั้นๆ นั้นเอง

ยายอาอี๊ยะได้แสดงถึงความรู้สึกของตนเองเมื่อได้ถือศีลอด เพราะเป็นคำสั่งใช้ของอัลลอฮ์ และยังบอกว่า หากสิ่งนี้ไม่ได้มาจากคำสั่งใช้ของอัลลอฮ์ ตนเองคงไม่ได้ทำการถือศีลอดแล้ว เพราะร่างกายนั้นไม่ไหวแล้ว จะเห็นได้ว่าถึงแม้สุขภาพร่างกายจะไม่ค่อยพร้อมต่อการถือศีลอด แต่ผู้สูงอายุนั้นก็ยังขยันหัด และเคร่งครัดในการถือศีลอดอยู่ เนื่องจากการถือศีลอดนั้นเป็นคำสั่งใช้ของอัลลอฮ์ผู้เป็นพระเจ้าของเขา “รู้สึกดีใจแหละ ชอบใจ ถ้าได้บวช...พออัลลอฮ์ใช้ เราก็จะทำในสิ่งที่อัลลอฮ์ใช้ เราได้ทำ ดีใจแหละ (ยิ้ม หัวเราะ) ถ้าอัลลอฮ์ไม่ใช้ไม่ทำแล้วแหละ ไม่ใช่ไหวแล้ว (หัวเราะ)”

เช่นเดียวกันกับยายฮาวาที่กล่าวว่า “ดีใจแหละ รู้สึกว่าได้บวช แล้วได้บุญ...อัลลอฮ์ให้เราทำ แล้วอัลลอฮ์ให้ (ผลบุญ)...ได้บวช ได้แก้บวชนั้น เราได้ทำตามที่อัลลอฮ์บอก ได้บุญ...สำคัญนี้ที่สำคัญแหละการบวชนั้น ถ้าคนที่บวชได้นั้นต้องบวช สำคัญเรื่องบวชนั้น ไม่บวช ไม่ได้อะไรนั้น ไม่ใช่อิสลาม ถ้าอิสลามต้องบวช”

การถือศีลอดเป็นเหมือนการทำตามคำสั่งใช้ของอัลลอฮ์ และผู้ที่กระทำจะได้รับผลบุญเป็นสิ่งตอบแทน และการถือศีลอดถือว่าเป็นสิ่งที่สำคัญสำหรับผู้ที่มีความสามารถ หากไม่ถือศีลอดถือว่าเป็นการทำตามคำสั่งใช้ของอัลลอฮ์ และถือว่าผู้นั้นไม่ใช่อิสลาม เนื่องจากผู้ที่นับถือศาสนาอิสลามนั้นต้องทำตามคำสั่งใช้ของอัลลอฮ์ซึ่งเป็นพระเจ้าของพวกเขา

และสิ่งสำคัญอีกหนึ่งอย่างที่เห็นได้อย่างชัดเจนจากความสูงอายุคือ เมื่ออยู่ในวัยสูงอายุแล้ว พวกเขา มักจะคิดถึงเพียงเรื่องอียาดะฮ์ และการปฏิบัติตนอย่างไรให้เป็นที่รักของอัลลอฮ์ แลหวังในผลตอบแทนจากพระองค์ เพราะพวกเขาทราบดีว่าใกล้ถึงเวลาของพวกแล้ว เหมือนดังคำกล่าวของยายฟาติมะฮ์ที่ว่า “...หัวใจเรานั้น คิดแค่ว่า...จะตายแล้ว คิดว่า เราจะทำยังไงจะให้บุญเราเยอะ จะให้บุญเราเต็มตัว ให้บุญเราล้นตัว จะทำอย่างไร คิดแบบนี้ เพราะว่าตอนนี้ เราไม่ได้คิดอะไรแล้ว คิดถึงอียาดะฮ์ คิดถึงว่าจะตายแล้ว แค่นั้น จะทำยังไงหนทางทางไหนจะทำให้อัลลอฮ์รักเรา...(น้ำเสียงนิ่งเรียบ สิ้นหัวจริงจัง)”

ผู้สูงอายุมีความคิดที่ว่า จะต้องกระทำในสิ่งที่ได้รับผลบุญ จะต้องสะสมผลบุญไว้มาก เพื่อจะได้เป็นที่รักของพระเจ้า และเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุแล้ว ผู้สูงอายุจะมีความคิดว่า เวลาที่จะได้อยู่บนโลกนี้นั้นเหลือไม่มากแล้ว ซึ่งความคิดเหล่านี้ส่งผลให้พวกเขาขยันขันแข็งในการทำการถือศีลอด และอียาดะฮ์อื่นๆ ในเดือนรอมฎอน เพื่อเป็นการเคารพภักดีต่ออัลลอฮ์ และหวังในผลบุญจากพระองค์

ในมุมมองของอิสลามแล้ว การถือศีลอดนั้น มีประโยชน์และคุณค่ามากมายทางด้าน จิตวิญญาณ ซึ่งการถือศีลอดจะฝึกให้มนุษย์เกิดความอดทน และความรับผิดชอบ และปลูกฝังความเมตตาแก่ผู้ที่ถือศีลอด ขณะที่เขามีความหิวโหย หรือเกิดความยากลำบาก จะผลักดันให้เขามีจิตใจที่อยากช่วยเหลือคนยากจน คนที่ต้องการอาหารและเครื่องดื่มเพื่อบรรเทาความหิวกระหายที่มี และในขณะเดียวกัน การถือศีลอดยังสร้างความอบอุ่นให้แก่คนยากจน ทำให้พวกเขาเกิดทัศนคติที่ดี เมื่อมีคนเข้ามามีส่วนร่วมในการขจัดความหิวกระหายที่เขามี และช่วยเหลือเจือจุนพวกเขา พร้อมทั้งจะช่วยให้มนุษย์สามารถควบคุมตัวเองจากอารมณ์ใฝ่ต่ำได้ จะคอยดักเตือน

ให้มนุษย์ไม่หลงหรือลืมนั่นว่าเป็นบ่าวของอัลลอฮ์ และเขาจะไม่รู้สึกตัวยิ่งใหญ่ พร้อมทั้งมีความบริสุทธิ์ใจ ในการเคารพภักดีต่ออัลลอฮ์ ซึ่งประโยชน์และคุณค่าทั้งหมดนั้น ทำให้เกิดผลลัพธ์ที่สำคัญยิ่ง นั่นคือ การตักวา หรือการยำเกรงต่ออัลลอฮ์ ตัวอย่างจากคำกล่าวของตาอุสมานที่บอกว่าการถือศีลอดนั้นสามารถยับยั้งตนเอง จากการนึกคิดและพูดสิ่งที่ไม่ดีหรือการกล่าววาทินทาผู้อื่นได้ เพราะสิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่ต้องห้ามขณะถือศีลอด ดังนี้

“ทำ (ถือศีลอด) แล้วสบายใจ แล้วก็...เราพูดอะไรๆ นั้น เราก็บริสุทธิ์ใจจริงๆ เราคิดจะทำโน้นทำนี่นั้น ต้องคิด ของไม่ดีไม่ดีขึ้นเราลดได้ เราจะไม่นึกถึงของไม่ดี ไม่พูดออกมา เป็นแบบนี้ในเดือนนี้ พอเรารู้สึกคิด ขึ้นนี้ เราก็นึกได้ว่าเรากำลังบวช...การจะนินทาคนอื่นโน้นนี่นั่นแหละ ว่าแบบนี้แบบนี้คือไม่มีในเดือนนี้ ยับยั้ง ตัวเองไม่ให้พูดของไม่ดีนั้นแหละ พอเราจะพูดอะไรออกมาแล้วเรานึกได้ว่าเราบวช เออก็ไม่พูด ระวังไว้”

นอกจากการถือศีลอดมีประโยชน์และคุณค่าทางด้านจิตวิญญาณแล้ว ยังมีประโยชน์และคุณค่าต่อ ร่างกายของผู้ที่ถือศีลอดอีกด้วย ซึ่งการถือศีลอดในเดือนรอมฎอนไม่ใช่การอดอาหารอย่างแท้จริง เป็นเพียง การเปลี่ยนแปลงเวลากินเท่านั้น แต่ร่างกายยังได้พลังงานและสารอาหารครบเช่นเดียวกับวันปกติ เพียงแต่เลื่อน เวลากินให้ห่างออกจากกัน ร่างกายอดอาหารอยู่ช่วงเวลาหนึ่ง จากนั้นจึงกลับไปกิน และจากงานวิจัยของ นายแพทย์แมคซิโม เมสลอส พบว่า การถือศีลอดอย่างถูกต้องเมื่ออดอาหารแต่หากทำงานตามปกติ ไม่กิน อาหารหนักมื้อค่ำ ผลที่ได้คือระดับ HDL ในเลือดซึ่งเป็นดัชนีเชิงบวกของการป้องกันโรคหัวใจดีขึ้น ซึ่งผู้สูงอายุ เองก็มองว่าการถือศีลอดนั้นมีประโยชน์ต่อร่างกายของตนเอง โดยมองว่า การถือศีลอดเป็นเหมือนการพักผ่อน ร่างกาย และพักการทำงานหนักตลอดระยะเวลา 11 เดือนของกระเพาะอาหาร และช่วยทำให้สุขภาพดีขึ้นอีก ด้วย ตามที่ตาอุสมานแอลกล่าวไว้ว่า “มีประโยชน์นั้น คล้ายๆ ว่า...เรากินมาตลอดสิบเอ็ดเดือน แล้วเราได้พัก กระเพาะอาหาร พักร่างกายของเราเพียงเดือนเดียว ทำให้เราสบายพอได้พัก ถ้ากินอยู่ตลอดมันก็ไม่ค่อยสบาย เหมือนกัน”

เช่นเดียวกับยายอาอี๊ชะที่กล่าวว่า “การบวชทำให้เรากินน้อย กินเป็นเวลา ทำให้สุขภาพดี ตอนธรรมดา กินทุกอย่างตามใจปากหมด”

นอกจากนี้ผู้สูงอายุยังมองว่า ประโยชน์ของการถือศีลอดนั้น คือส่งผลให้พวกเขาได้รับผลบุญจากการ ทำในสิ่งที่อัลลอฮ์สั่งใช้ และตามความเชื่อแล้วผลบุญเหล่านี้จะส่งผลในวันอาคีเราะห์ ซึ่งเป็นวันแห่งการพิพากษา ของพระเจ้าถึงการทำงานต่างๆ ที่มนุษย์นั้นได้กระทำให้โลกนี้อีกด้วย ดังคำกล่าวของยายญันนะฮ์ที่ว่า “มีความสำคัญ และมีประโยชน์...เรื่องของอัลลอฮ์ ถือว่ามีประโยชน์ถึงวันหน้าแหละเนอะ (หัวเราะ) วันอาคีเราะห์แหละ (หัวเราะ) เพราะเป็นของที่อัลลอฮ์ใช้...อัลลอฮ์ให้ (ผลบุญ) ใจ เราก็คิดว่าบุญของเราแหละ แต่ก็เป็นเรื่องของอัลลอฮ์ แหละนั่น [อัลลอฮ์เป็น ผู้กำหนด : ผู้วิจัย]”

การถือศีลอดที่ถูกบัญญัติให้ปฏิบัติมีเพียงในเดือนรอมฎอนเท่านั้น ผู้ที่เป็นมุสลิมทุกคน จำเป็นจะต้องถือศีลอด รวมทั้งผู้สูงอายุมุสลิมด้วย แต่ที่พวกเขาถือศีลอดในเดือนรอมฎอนนั้นไม่ใช่เพียง เพราะว่าเป็นสิ่งจำเป็นเท่านั้น หากแต่พวกเขาพยายามแสวงหาหนทางในการเคารพภักดีต่ออัลลอฮ์ และ



หวังในผลตอบแทนจากพระองค์เพียงเท่านั้น ถึงแม้ว่าร่างกายจะไม่ไหวแค่นั้น แต่ด้วยจิตใจที่เปี่ยมไปด้วยความเชื่อและความศรัทธาของบุคคลนั้น ถือว่าชนะทุกสิ่งอย่างแล้ว

ความเชื่อ (belief) และความศรัทธา (faith) ในพระเจ้าเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้เกิดพฤติกรรมการถือศีลอดของผู้สูงอายุมุสลิม ที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อการเคารพภักดีต่อพระเจ้า และมีความหมาย (meaning) สำหรับพวกเขา ซึ่งเป็นการค้นพบความหมายทางจิตวิญญาณ เพื่อให้เกิดเป้าหมายที่สำคัญ คือ สุขภาวะทางจิตวิญญาณ (spiritual well-being)

ได้พูดคุยกับพระเจ้าผ่านการอ่าน “อัลกุรอาน”

อย่างที่ทราบกันดีแล้วว่าอัลกุรอานคือคัมภีร์ของศาสนาอิสลาม ที่ถูกประทานมาจาก พระผู้เป็นเจ้า และในเดือนรอมฎอนนี้ยังเป็นเดือนที่อัลกุรอานถูกประทานลงมา จึงทำให้ผู้สูงอายุมุสลิมมีการอ่านอัลกุรอานที่เพิ่มมากขึ้นกว่าเดือนอื่นๆ ซึ่งพวกเขาได้ให้เหตุผลดังนี้ว่า ในเดือนรอมฎอนนี้เป็นช่วงที่ต้องอ่านอัลกุรอานให้มาก เนื่องจากเป็นเดือนพิเศษ และเป็นเดือนแห่งการทำอิบาดะฮ์

การอ่านอัลกุรอานนั้น ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกสบายใจขึ้น เพราะเหมือนตนเองได้พูดคุยกับอัลลอฮ์ และได้ขอบคุณพระองค์ เนื่องจากคำพูดของอัลลอฮ์ในอัลกุรอาน เป็นคำพูดที่บริสุทธิ์ทั้งสิ้น รวมทั้งยังรู้สึกสบายใจ เพราะได้ทำตามคำสั่งใช้ของอัลลอฮ์ ได้ทำอิบาดะฮ์ในเดือนรอมฎอนซึ่งเป็นเดือนที่อัลลอฮ์เพิ่มพูนผลบุญให้มากขึ้น และหากวันไหนได้อ่านในปริมาณที่มากจะรู้สึกดีใจ บ้างก็รู้สึกภูมิใจที่ตนเองได้อ่าน เนื่องจากอัลลอฮ์ให้โอกาสแล้วและตนเองก็ได้ทำมันอย่างเต็มที่ โดยไม่ขาดทุน ตามคำกล่าวของผู้สูงอายุทั้งสามท่านดังนี้

ยายณันะฮ์กล่าวว่า “...รู้สึกสบายใจ (ลากเสียงยาวสูงและยืม) ถ้าเราได้อ่านกุรอาน เย็นใจ...เพราะเราได้ขอบคุณอัลลอฮ์ ได้คุยกับอัลลอฮ์...สำคัญกับอัลลอฮ์ทุกสิ่ง...สำหรับตัวเรานั้น สำคัญแล้วแหละ...อ่านกุรอานนั้นได้ขอบคุณอัลลอฮ์ นั้นสำคัญที่สุดๆ อยู่ในอิหม่ามแหละเนอะ (หัวเราะ) หัวใจของเราอยู่ที่อัลลอฮ์...”

และตาอุสมานได้กล่าวถึงความรู้สึกตรงนั้นว่า “...เป็นเดือนแห่งอิบาดะฮ์ ให้เราได้ทำดี ในเดือนนั้น ให้กอบโกยในเดือนนี้ อ่า...มันทำให้สบายใจ ถ้าเราได้อ่านกุรอานทุกวันๆ มันทำให้ใจเราสบายขึ้น...มันเพราะนั่นแหละ เพราะ...เพราะว่าคำพูดของอัลลอฮ์นี้ มันเป็นคำที่เรียกว่าอะไรนะ...บริสุทธิ์ เป็นความที่ออกมาจากนั้น นั่นแหละ...ทำให้เราสบายใจ”

เช่นเดียวกันกับยายฟาติมะฮ์ที่กล่าวว่า “สบายใจ ภูมิใจว่าเราได้อ่าน ถ้าเราไม่อ่าน เราก็ขาดทุน...แบบให้ไป ไปลอยๆ นั้น ผ่านไปแบบที่เราไม่ได้อ่านอะไร ก็เสียดาย...ถ้าไม่อ่านก็ไม่ได้แหละ อัลลอฮ์ไม่ให้ (ผลบุญ) เพราะอัลลอฮ์ให้โอกาสแล้วในเดือนบวชต้องอ่านให้มาก แล้วเราก็สบายใจ ว่าในปีๆ หนึ่ง โอ้ เราได้อ่านหนังสือ [อัลกุรอาน : ผู้วิจัย] สมบูรณ์แบบนั่นแหละ”

นอกจากนี้ยายฟาติมะฮ์ยังกล่าวอีกว่าการอ่านอัลกุรอานมีคุณค่าและมีประโยชน์ต่อตนเอง “โอ้ มีคุณค่า อัลลอฮ์ให้บุญ..มีประโยชน์นั่นแหละ ถ้าเราอ่านมากก็ได้มาก อัลลอฮ์จะให้เราเข้าสวรรค์”

การได้รับสวรรค์จากอัลลอฮ์ เป็นการตอบแทนสำหรับผู้ที่ทำความดี ซึ่งผู้สูงอายุเชื่อว่า การอ่านอัลกุรอานนั้นทำให้เขาจะได้รับผลบุญจากอัลลอฮ์ และหากตนเองอ่านอัลกุรอานมากขึ้น ก็จะได้เข้าสวรรค์ของอัลลอฮ์

เช่นเดียวกันกับ**ยายณนะฮ์**ที่กล่าวถึงความรู้สึกของตนเองและการให้ความสำคัญในการอ่านอัลกุรอานของตนเองว่า “เดือนนี้เขาให้อ่านมากๆ ที่สุดๆ อัลลอฮ์ว่าอย่าพูดมาก ให้อ่านเยอะ บวชเยอะ บวชใจ บวชทุกสิ่ง ให้อ่านกุรอาน พูดกับกุรอาน พูดกับอัลลอฮ์คนเดียว เหมือนว่า...เวลาอ่านกุรอาน เราคุยกับอัลลอฮ์... ลองดูเราอ่านตัวเดียวอัลลอฮ์ให้ตั้งสิบผลบุญ...”

อย่างที่กล่าวไปแล้วข้างต้นว่าเดือนรอมฎอนนั้นเป็นเดือนที่ส่งเสริมให้อ่านอัลกุรอานเพิ่มมากขึ้นกว่าเดือนปกติ และให้ละเว้นจากการคิดการพูดที่ไร้สาระ ซึ่งเป็นเหตุผลให้ผู้สูงอายุนั้นเคร่งครัดในการอ่านอัลกุรอาน และสำหรับผู้ที่ย่านอัลกุรอานนั้นจะได้รับ 10 ผลบุญ ต่อ 1 ตัวอักษรที่เขาได้อ่านไป ดังคำกล่าวของศาสดามุฮัมมัด (ซ.ล.) ที่ว่า “ผู้ใดอ่านหนึ่งอักษรจากคัมภีร์ของอัลลอฮ์ (อัลกุรอาน) เขาจะได้รับหนึ่งความดี และหนึ่งความดีจะ (ถูกทวีคูณ) เป็นสิบเท่าของมัน ฉันไม่ได้บอกว่า อะลิฟ ลาม มีม คือ หนึ่งอักษร แต่ อะลิฟ คือ หนึ่งอักษร ลาม คือ หนึ่งอักษร มีม คือ หนึ่งอักษร” (ฮาดีษบันทึกโดยอับดุล-ติรมิซีย)

การที่คนเราจะตั้งใจทำอะไรได้นั้น แน่นอนว่าสิ่งๆ นั้นต้องมีคุณค่า (value) ต่อตนเอง การตั้งใจอ่านอัลกุรอานในเดือนรอมฎอนของผู้สูงอายุมุสลิมก็เช่นกัน สำหรับพวกเขาแค่ได้อ่าน อัลกุรอานก็สามารถทำให้รู้สึกสบายใจได้ และเป็นเหมือนการขอบคุณอัลลอฮ์ และยิ่งไปกว่านั้น เขามีความหวัง (hopeful) และความเชื่อ (belief) ที่ว่า เมื่อเขาอ่านอัลกุรอานนั้น อัลลอฮ์จะให้ผลบุญแก่เขา ซึ่งจะเป็นเหตุให้เขาได้รับรางวัลสวรรค์จากพระองค์ เมื่อบุคคลมีเป้าหมายต่อกิจกรรมการอ่านอัลกุรอาน หรือต้องการผลลัพธ์ที่ได้รับจากการทำกิจกรรมหลังจากบุคคลแปลความหมายว่ากิจกรรมการอ่านอัลกุรอานนั้นมีความหมาย (meaning) สำหรับเขา บุคคลนั้นจึงมีความต้องการ หรือความตั้งใจที่จะอ่านอัลกุรอานในเดือนรอมฎอน และคงไว้ซึ่งการมีส่วนร่วมในกิจกรรมนี้ (occupational participation)

การเข้าเฝ้าพระเจ้าใน “ยามค่ำคืน”

การละหมาดยามค่ำคืนในเดือนรอมฎอนนั้น เป็นอีกหนึ่งอิบาดะฮ์หนึ่งที่ส่งเสริมให้ปฏิบัติอย่างยิ่งในเดือนรอมฎอน ถึงแม้จะเป็นเพียงสิ่งที่ส่งเสริม มิใช่สิ่งที่จำเป็นต้องปฏิบัติ แต่ผู้สูงอายุมุสลิมนั้นก็ยังคงเคร่งครัดกับการละหมาดยามค่ำคืนในเดือนรอมฎอน ซึ่งผู้สูงอายุได้กล่าวถึงการละหมาดยามค่ำคืนว่า สิ่งนี้เป็นอีกหนึ่งสิ่งที่ทำให้เขาสบายใจได้ เนื่องจากการละหมาดเป็นเหมือนการได้ใกล้ชิดกับอัลลอฮ์ และได้พูดคุยกับพระองค์ ได้ขอพรในสิ่งที่ขอจากมนุษย์ไม่ได้ และผู้สูงอายุยังรู้สึกสบายใจเพราะได้ทำสิ่งที่อัลลอฮ์สั่งใช้อย่างเต็มที่ในเดือนพิเศษนี้ ดังตัวอย่างคำพูดของ**ยายฟาติมะฮ์**ที่กล่าวถึงการละหมาดตะฮัจญ์ว่า “ตะฮัจญ์คืนนั้นสบายใจ...สบายใจโล่ง (ลากเสียงยาวสูง) ไปแหละ เราได้คุยกับอัลลอฮ์กลางคืนนั้น สบายใจ...”

การได้ใกล้ชิดกับอัลลอฮ์ อย่างการละหมาดตะฮัจญ์นั้น ทำให้มนุษย์นั้นสามารถขอพรจากพระองค์โดยตรงได้ง่าย หากหวังในสิ่งใดให้ขอ เพราะอัลลอฮ์ได้บอกไว้แล้วว่าพระองค์จะให้ในสิ่งที่เขาผู้นั้นขอ และหาก



ผู้ใดกระทำให้สิ่งเหล่านี้ จะได้รับผลบุญเป็นสิ่งตอบแทนจากอัลลอฮ์อีกด้วย ดังคำบอกเล่าของยายอาอีฉะที่ว่า “ถ้าเราลุกขึ้นมาทำละหมาดกลางคืน [ละหมาดตะฮัจญุด : ผู้วิจัย] ถ้าเราหวังอะไร อัลลอฮ์บอกว่าอัลลอฮ์จะให้... อัลลอฮ์บอกในอัลกุรอานแหละ” เมื่อผู้วิจัยได้ถามต่อว่าคุณยายหวังอะไรจากการลุกขึ้นมาละหมาดยามค่ำคืน ซึ่งได้คำตอบว่า “ต้องการผลบุญ...แล้ว ดูว่า [การวิงวอนขอต่อพระเจ้า : ผู้วิจัย] ถ้าเราทำอิบาดะฮ์ไปแล้วขออัลลอฮ์ ช่วยรับอิบาดะฮ์แหละ เรียนก็ไม่มาก ทำไป ขอให้อัลลอฮ์รับแหละ อยู่กุโบร [หลุมฝังศพ : ผู้วิจัย] นั้นอยู่คนเดียวแหละ ขอแหละขอ”

ยายอาอีฉะนั้นได้ลุกขึ้นมาทำละหมาดในยามค่ำคืนของเดือนรอมฎอนเป็นประจำ ซึ่งยายอาอีฉะกล่าวว่า ตนจะวิงวอนขอต่อพระเจ้าในสิ่งตนเองต้องการ ซึ่งการวิงวอนนั้นก็คือ ขอให้อัลลอฮ์ทรงตอบรับอิบาดะฮ์ต่างๆ ที่ได้ทำไป เนื่องจากตนเองนั้นเป็นผู้ที่เรียนน้อย ปฏิบัติไปเท่าที่เรียนมา และเกรงกลัวว่าหากตนเองเสียชีวิตไปนั้น จะต้องอยู่ในหลุมฝังศพเพียงผู้เดียว จึงขอให้การงานที่ดีนั้นเป็นตัวช่วยในวันข้างหน้า

“...เพราะเป็นของที่อัลลอฮ์ใช้ ของนบี [ศาสดามุฮัมมัด : ผู้วิจัย] ทำ เราก็ต้องทำตามนบี...เพราะเรา เป็นของอัลลอฮ์...เราเนียต [ตั้งใจ : ผู้วิจัย] ว่าเราไม่ลืมอัลลอฮ์ ก็เหมือนเราอยู่กับอัลลอฮ์ ทุกๆ เวลานั้นแหละ เรานึกถึงอัลลอฮ์ตลอดเวลา เราขอจากอัลลอฮ์ ซูโกร [ขอบคุณ: ผู้วิจัย] กับอัลลอฮ์ ให้อัลลอฮ์ให้เนียต [ความ เมตตา : ผู้วิจัย] เรา ให้อยู่ใน อิหม่าน [ความศรัทธา : ผู้วิจัย]...สบายใจ เวลาได้ละหมาด รู้สึกสบายใจ บางทีดีใจ ขอขอบคุณอัลลอฮ์ ไม่รู้จะบอกยังไงเหมือนกัน (หัวเราะ เสียงดังและยิ้ม) ด้วยความดีใจ ขอขอบคุณกับอัลลอฮ์ รู้สึก ว่าสบายใจ ขออัลลอฮ์ให้เราสบายทั้งโลกนี้แหละโลกหน้าแหละ แบบนั้นแหละที่เราขอ”

ประโยคข้างต้นเป็นคำกล่าวของยายญันนะฮ์ ซึ่งบอกว่าตนเองนั้นละหมาดยามค่ำคืนเพราะทำตาม แนวทางของศาสดามุฮัมมัด (ช.ล.) ซึ่งเป็นศาสนทูตของอัลลอฮ์ และที่ต้องทำตามแนวที่นี้เพราะชีวิตเป็นของ อัลลอฮ์ และจะต้องอยู่กับพระองค์ โดยที่ต้องมีชีวิตอยู่อย่างไม่ลืมอัลลอฮ์ และรู้สึกสบายใจเวลาที่ได้ละหมาด ตะฮัจญุดยามค่ำคืน และได้วิงวอนขอจากอัลลอฮ์เช่นกันให้ตนเองนั้นอยู่ในความศรัทธา และขอให้มีชีวิตอยู่ อย่างสบายทั้งโลกนี้และโลกหน้า

เช่นเดียวกันกับยายฟาติมะฮ์ที่ได้บอกกล่าวถึงการวิงวอนขอจากพระเจ้าของเขา ซึ่งเป็นการขอให้ตนเอง ใช้ชีวิตอยู่อย่างสุขสบาย และขอให้อัลลอฮ์ทรงตอบรับอิบาดะฮ์ของตนเองเช่นกัน พร้อมทั้งหวังในความช่วยเหลือ จากพระองค์ หากตนเองเสียชีวิต ขอให้ได้รับสรวงสวรรค์ของอัลลอฮ์ พร้อมทั้งวิงวอนขอเพื่อลูกๆ ของตนเองด้วย ดังนี้

“เพราะว่าเราใกล้ชิดกับอัลลอฮ์ มีคุณค่า เราขออะไรอัลลอฮ์ให้เร็ว เพราะว่าเราคุยกับพระองค์ ขอจาก พระองค์ ไม่ต้องผ่านอะไร คุยไปโดยตรงเลย โอ้อัลลอฮ์...ให้เราอยู่สบายแหละ ให้เราเข้าสวรรค์ของอัลลอฮ์ ของ (อิบาดะฮ์) ที่เราทำอัลลอฮ์เอ๋ยให้อัลลอฮ์รับแหละ ให้รับเพราะว่าเราตั้งใจจะทำตั้งใจจะใกล้ชิดกับอัลลอฮ์ ถ้าเสียชีวิตในวัน ข้างหน้า ขอให้อัลลอฮ์ช่วยแหละ ให้เราได้ขึ้นสวรรค์ของอัลลอฮ์ ได้เข้าสวรรค์ของอัลลอฮ์ ชั้นที่สูงสุด (ลากเสียงยาว) แบบนั้นแหละ ขอแบบนี้แหละ...ขอให้ลูกๆ ด้วยอีก ลูกที่เสีย [เสียชีวิต : ผู้วิจัย] ไปนั้น โอ้อัลลอฮ์ขอให้ ปลอดภัยทุกสิ่งทุกอย่าง ให้ปลอดภัยจากบทลงโทษในกุโบร ขอให้ไกลจากไฟนรก ขอแบบนี้แหละขอไป”

จะเห็นได้ว่าผู้สูงอายุที่ลุกขึ้นมาละหมาดตะฮัจญ์ดยามคำคืนในเดือนรอมฎอนนั้นต่างหวังที่จะใกล้ชิดกับพระเจ้าของเขา และวิงวอนขอสิ่งต่างๆ ที่ตนเองต้องการจากพระองค์ พร้อมทั้งหวังในผลบุญซึ่งเป็นสิ่งตอบแทนจากการละหมาดนี้

ในส่วนของการละหมาดตารอเวียะห์นั้น ก็ถือเป็นอิบาดะฮ์ที่ต้ออย่างหนึ่ง ซึ่งไม่ได้เป็นวาญิบที่ต้องปฏิบัติ แต่หากเป็นไปได้ คือ ต้องคงไว้ซึ่งละหมาดอย่าให้ขาด เพราะใน 1 ปีนั้น มีเพียงครั้งเดียวคือ เฉพาะในเดือนรอมฎอนเท่านั้น และเป็นสิ่งที่อัลลอฮ์สั่งให้ทำ และได้ทำตามแบบอย่างของท่านศาสดามุฮัมมัด (ช.ล.) จึงทำให้ผู้สูงอายุนั้นขยันขันแข็งในการละหมาดตารอเวียะห์ ดังที่ยายฟาติมะฮ์กล่าวว่า “...เวลาละหมาดตารอเวียะห์อีก เราทำของที่อัลลอฮ์ใช้ เราทำให้ได้แบบนั้นแหละ เรามั่นใจว่าเราต้องเอาให้ได้ เอาให้เต็ม เฉพาะของเดือนนั้นนะ เดือนพิเศษนั้น...ทำให้เต็มเม็ดเต็มหน่วยไปเลย เพราะว่าเดือนบวชทั้งเดือนนั้น มีปีหนึ่งเดือนเดียว”

ยายชัยนับได้กล่าวถึงการละหมาดตารอเวียะห์ว่า “มีคุณค่ามีประโยชน์สิ ถึงได้ทำนะ มันไม่เป็นวาญิบแล้วก็ชอบจะทำ หนุ่มจนแก่ก็ชอบทำ...เพราะอัลลอฮ์วางไว้มาแบบนั้นๆ เราก็ต้อง ทำสิ ตามที่อัลลอฮ์ว่า”

ด้วยคุณค่าและความหมายข้างต้นจึงทำให้ผู้สูงอายุมุสลิมยังคงเคร่งครัดอยู่กับการละหมาดยามคำคืน ถึงแม้ว่าไม่ได้เป็นสิ่งที่เป็นวาญิบก็ตาม แต่ด้วยสุขภาพร่างกายของผู้สูงอายุแล้วจึงส่งผลให้ผู้สูงอายุบางคนเกิดความยากลำบากในบางอิริยาบถของการละหมาดตามที่ได้กล่าวไปในบทก่อนหน้านี้ แต่อย่างไรก็ตามสำหรับผู้สูงอายุยังคงพยายามและเคร่งครัดในการละหมาดยามคำคืนอยู่ ถึงแม้จะต้องทำในรูปแบบใดก็ตาม แต่หัวใจที่อยากทำอยากแสดงความขอบคุณต่อพระเจ้าด้วยการละหมาด พร้อมทั้งทำตามคำสั่งใช้ของพระองค์ ก็จะทำแบบนี้ไปเรื่อยๆ เพราะหากในบางวันที่รู้สึกไม่ไหว และไม่ได้ทำ จะรู้สึกไม่สบายใจ หดหู่ใจเป็นอย่างมาก ดังตัวอย่างคำพูดของผู้สูงอายุสองท่านดังนี้

ยายอาอี๊าะกล่าวว่า “พอแก่แล้ว บางวันไม่ไหว ไม่ได้ทำ วันไหนไม่ได้ทำ ไม่สบายใจ หดหู่ใจ คนอื่นได้ทำ”

และยายญันนะฮ์ได้พูดถึงการละหมาดยามคำคืนของตนเองว่า “ไม่ค่อยจะไหว ทำเรื่อยๆ ไม่ได้ไปทำกับเขา [ไปมัสยิด : ผู้วิจัย] แต่ก็อยากทำอยู่นั้นแหละ หัวใจนั้น...ทำขอบคุณกับอัลลอฮ์ไง ของอัลลอฮ์ใช้ ไม่ได้หยุดแหละ ทำอยู่แบบนั้น ไม่ไหวก็ฝืนทำ”

“ปีที่แล้วก็อัลฮัมดุลิลละฮ์ ถึงจะทำที่บ้านก็ได้ทำครบ” คำพูดของตาอุสมานที่กล่าวขอบคุณต่ออัลลอฮ์ ถึงแม้ว่าปีที่แล้วตนเองนั้นไม่ได้ไปร่วมละหมาดตารอเวียะห์กับผู้อื่นที่มัสยิด แต่ก็ทำการละหมาดที่บ้านได้ครบทุกคืนตลอดเดือนรอมฎอน

และในทางกลับกันผู้สูงอายุบางคนบอกว่าในตอนหนุ่มสาวนั้นตนเองยุ่งอยู่กับการทำงาน และเกิดความเกียจคร้านในการทำละหมาดบ้าง เมื่อเข้าวัยสูงอายุ มีเวลามากขึ้น และไม่มีภาระใดต้องรับผิดชอบ จึงทำให้ตนเองได้เต็มที่ไปกับการละหมาดยามคำคืน ตามคำกล่าวของยายฟาติมะฮ์ ดังนี้ “...ตอนหนุ่มๆ เราขี้เกียจ (หัวเราะ) มัวแต่ทำงาน กริดยาง ยุ่งแหละ...พอแก่ก็ได้ทำแล้วแหละ แบบว่า ไม่มีภาระอะไรไร สามีกี่ไม่มี ลูกจะกวนกินนมก็ไม่มี (หัวเราะและยิ้ม) ไม่มีภาระอะไร ได้ทำสมบูรณ์”



จะเห็นว่าผู้สูงอายุบางคนเมื่อเข้าวัยสูงอายุ ภาระงาน และบทบาทหน้าที่ต่างๆ ก็ลดน้อยลง จึงทำให้มีเวลาว่างเพิ่มมากขึ้น ซึ่งถือเป็นเวลาที่ทำให้ได้ลงมือทำงานหรือกิจกรรมใดๆ ที่มีความหมายสำหรับตนเองได้อย่างเต็มที่ แต่ด้วยวัยสูงอายุที่มักจะมีปัญหาสุขภาพร่างกายเข้ามามีส่วนเกี่ยวข้องหรือเป็นอุปสรรคกับการทำงานหรือกิจกรรมที่ตนเองต้องการ แต่สำหรับผู้สูงอายุมุสลิมแล้วสุขภาพร่างกายไม่ใช่อุปสรรคใดๆ ในการเข้าเฝ้าอัลลอฮ์ และแสดงเคารพภักดีต่อพระองค์ ซึ่งถือเป็นศาสนกิจหนึ่งในเดือนรอมฎอนที่มีความหมายทางด้านจิตวิญญาณ (spiritual) ต่อผู้สูงอายุมุสลิม เพราะสิ่งเหล่านี้ย่อมต้องอาศัยเรื่องของหัวใจทั้งสิ้น หัวใจที่อยากจะทำศาสนกิจ (occupation) ในสิ่งที่ตนศรัทธา (fait) ต่ออัลลอฮ์ จึงทำให้ผู้สูงอายุยังคงมีส่วนร่วมในการประกอบกิจกรรม (occupational participation) และดังกล่าวกว้างทั้งหมดนี้ แสดงออกมาเป็นพฤติกรรมการทำงาน (occupational performance)

“การเป็นผู้ให้” สุขใจแค่ไหน ใครเล่าจะรู้ได้

การบริจาคทานโดยสมัครใจ หรือการศอดาเกาะฮุนั้น แน่นนอนว่า เป็นการทำโดยสมัครใจไม่มีกฎ หรือข้อบังคับใดที่บอกว่าต้องทำ ซึ่งหากไม่ทำก็ไม่ได้มีความผิด หรือเกิดความเสียหายใดๆ แล้วเพราะเหตุใดผู้สูงอายุถึงทำการบริจาคทานในเดือนรอมฎอน

“อัลลอฮ์ให้กับเรา เราก็ได้ให้กับเด็กที่กำพร้า ยากจนกับกำพร้าที่สำคัญแหละสำหรับเรา...เด็กก็ไม่มีพ่อแม่ เราที่สำคัญแล้ว เราทำก็เพื่ออัลลอฮ์...สบายใจ ก็ดีใจแหละว่า อัลลอฮ์ให้เงินเรา เราก็ได้ไปทำขอบคุณกับอัลลอฮ์ สิ่งอะไรๆ อัลลอฮ์ให้มาทั้งนั้น ริสกี [ปัจจัย ยังชีพ : ผู้วิจัย] อะไรๆ อัลลอฮ์ให้หมด เราก็ต้องขอบคุณอัลลอฮ์”

ประโยคข้างต้นเป็นคำพูดของยายญันนะฮ์ ที่ได้บอกเล่าถึงเหตุผลในการบริจาคของตนเอง ซึ่งผู้สูงอายุนั้นมองการบริจาคทานว่าไม่ได้เกิดจากความสงสารเพียงอย่างเดียว แต่เป็นสิ่งที่ดี และเป็นสิ่งที่อัลลอฮ์สั่งใช้ส่งเสริมให้กระทำอย่างยั่งยืนในเดือนนี้ เมื่อเป็นมุสลิมแล้วก็ต้องทำตามคำสั่งใช้ของพระองค์ และในการกระทำนี้ก็หวังในผลบุญ และการตอบแทนจากพระองค์ทั้งสิ้น และพวกเขายังคิดว่าริสกี หรือปัจจัยยังชีพที่ตนเองมีนั้นมาจากพระเจ้าทั้งสิ้น เพราะฉะนั้นแล้ว เมื่อตนเองมีจึงต้องแบ่งปันให้ผู้อื่นด้วย หรือนำริสกีเหล่านั้นไปสร้างประโยชน์ให้แก่สังคม โดยไม่ได้ถือตัวว่าตนเองมีอยู่คนเดียว ซึ่งทั้งหมดนี้ก็เป็นการทำเพื่ออัลลอฮ์ทั้งสิ้น

สำหรับยายอาอี๊ชะก็เช่นกัน ที่ได้บอกเล่าถึงความรู้สึกสบายใจของตนเองจากการบริจาคทาน เมื่อเห็นผู้รับดีใจก็ทำให้ตนเองสบายใจไปด้วย และการบริจาคานั้นจะส่งผลให้เขาได้รับการตอบแทนเป็นผลบุญจากอัลลอฮ์ ดังนี้ “ถ้าเราทำศอดาเกาะฮ์ มันให้ผลบุญกับตัวเรา อัลลอฮ์ จะตอบแทนเรา...ตอบแทนได้หมดแหละ ให้เราได้สบาย ได้ทำอิบาดะฮ์ พอได้ทำแล้วสบายใจ...พอเราให้เขา เขาดีใจ เราก็สบายใจ”

ตาอิสมาแอล ผู้ที่นำอาหารที่ภรรยาเป็นคนทำหรือซื้อมาจากตลาดนัด ไปแบ่งปันให้เพื่อนบ้านใกล้เรือนเคียงก่อนจะถึงเวลาละศีลอดในทุกๆ วัน เพื่อให้ได้ในการละศีลอดได้บอกเล่าถึงคุณค่าในสิ่งที่ตนกระทำว่า “มีคุณค่าสิ เพราะถ้าเราศอดาเกาะฮ์ให้เขาละศีลอดนะ เราจะได้ผลบุญมาด้วย...เพราะของที่เรานำไป เขาเอาไปละศีลอด เขาก็ถือศีลอดทั้งวัน เราก็เอาไปบริจาค เขาได้กินขนมที่เราให้ละศีลอด”



เมื่อบุคคลได้กระทำความดีด้วยความเต็มใจแล้ว ย่อมส่งผลต่อทางด้านจิตใจอย่างแน่อน ความสบายใจที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุคงเป็นสิ่งที่อธิบายได้ยาก หากไม่ได้เป็นผู้กระทำเองก็คงรับรู้ถึงความรู้สึกตรงนี้ได้เพียงระดับหนึ่ง จากคำบอกเล่าของผู้สูงอายุเมื่อได้ทำการบริจาคทานโดยสมัครใจหรือศอดาเกาะห์แล้ว ก็รู้สึกสบายใจดีใจและภูมิใจเมื่อได้เป็นผู้ให้ และเห็นผู้รับดีใจพลอยทำให้รู้สึกดีใจไปด้วย และเกิดเป็นความภูมิใจที่ตนเองได้ทำในสิ่งที่อัลลอฮ์สั่งใช้ เพราะผู้สูงอายุคิดและตระหนักรู้เสมอว่าริสกีต่างๆ นั้นมาจากอัลลอฮ์ทั้งสิ้น เมื่อตนได้ใช้มันไปในหนทางของอัลลอฮ์ พระองค์ก็จะตอบแทนให้อย่างแน่อน ซึ่งสิ่งเหล่านี้ถือเป็นส่วนหนึ่งของอิบาดะฮ์ในเดือนรอมฎอนที่ผู้สูงอายุยึดถือและปฏิบัติตลอดมา และจะเห็นได้ว่าการบริจาคทานในเดือนรอมฎอนของผู้สูงอายุมุสลิม ไม่ว่าจะเป็นรูปแบบ (pattern) ใดก็ตาม แต่ทั้งหมดย่อมเป็นพฤติกรรมที่มีจุดมุ่งหมายและความหมาย (meaning) สำหรับพวกเขา ซึ่งทำให้ผู้สูงอายุมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม (environment) และบริบท (context) รอบตัวของตนเอง เมื่อผู้สูงอายุเต็มใจที่จะแบ่งปันอาหารการกิน สิ่งของเครื่องใช้ และทรัพย์สินเงินทองที่ตนเองมีให้กับผู้คนในชุมชน หรือสังคม (social) ที่สมควรได้รับ ก็ถือเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรม (productivity) ที่มีคุณค่า (value) และความหมาย (meaning) สำหรับผู้สูงอายุ จึงทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขและต่างก็หวังในผลตอบแทนจากพระเจ้าจากการลงมือทำกิจกรรมนี้ นั่นคือ การบริจาคทานที่เกิดขึ้นด้วยความสมัครใจซึ่งเป็นผลมาจากความเชื่อ (belief) และความศรัทธา (fait) ที่เกิดขึ้นในหัวใจของผู้สูงอายุ

ศรัทธาอันแรงกล้า...เป็นเรื่องของหัวใจ

กิจกรรมการดำเนินชีวิตที่บุคคลกระทำนั้น ย่อมมีเหตุผลเป็นตัวรองรับสำหรับการกระทำนั้นๆ เสมอ ซึ่งพฤติกรรมการทำงานหรือกิจกรรมของบุคคลต้องมียุทธศาสตร์ประกอบจากหลายปัจจัย แต่ที่ขาดไม่ได้ นั่นคือ ปัจจัยเชิงลึกภายในของแต่ละบุคคล ตัวอย่างเช่น แรงจูงใจ ความสนใจส่วนบุคคล ความเชื่อหรือความศรัทธาส่วนบุคคล ความเป็นตัวเอง และวัฒนธรรมที่เกี่ยวข้องกับการทำกิจกรรม ซึ่งสิ่งเหล่านี้ล้วนมีความแตกต่างกันไปเฉพาะบุคคล

หากจะตั้งคำถามว่า อะไรคือสิ่งสำคัญที่ทำให้ผู้สูงอายุมุสลิมยังคงเคร่งครัดกับการปฏิบัติศาสนกิจในเดือนรอมฎอนเช่นนี้ หรือสิ่งใดที่ส่งผลต่อการปฏิบัติศาสนกิจในเดือนรอมฎอนของผู้สูงอายุมุสลิมบ้าง คงเป็นคำถามที่ฟังดูเข้าใจยาก และการสรรหาคำอธิบายเพื่อมาตอบคำถามนี้คงเป็นไปได้ยากสำหรับผู้สูงอายุ แต่หากมองลึกๆ แล้ว คำถามเหล่านี้เป็นเหมือนการถามหาเหตุผล เพื่อมาเป็นตัวรองรับในการกระทำที่ผู้สูงอายุมุสลิมได้ปฏิบัติในเดือนรอมฎอน นั่นก็คือ การปฏิบัติศาสนกิจ หรือการทำอิบาดะฮ์ที่เป็นคำสั่งใช้ของอัลลอฮ์นั่นเอง เพราะสิ่งเหล่านี้เป็นการปฏิบัติที่ต้องใช้เวลา และลงทุนทั้งร่างกายและกำลังทรัพย์ โดยที่พวกเขาสามารถเลือกที่จะไม่ปฏิบัติก็ได้ เพราะเป็นการปฏิบัติส่วนบุคคลไม่ได้กระทบกับผู้อื่น แต่ไม่เลย ในทางกลับกันพวกเขาเลือกที่จะลงมือปฏิบัติอย่างเคร่งครัด ถึงแม้จะอยู่ในวัยสูงอายุที่มีปัจจัยที่เป็นข้อจำกัดต่อการปฏิบัติศาสนกิจต่างๆ ในเดือนรอมฎอนก็ตาม

“ใจมันแกร่งขึ้นมา แข็งแรงขึ้น เพราะว่ายากจะทำบุญ อยากจะทำอิบาดะฮ์ เพราะว่ายางานอะไรก็ไม่มีแล้ว พอมาถึงเดือนบวชก็อยากจะทำให้เต็มที่ ว่าแหละ...อยากทำเต็มที่ เพราะว่า ร่างกายของยายนี้ รู้สึกว่า



ไม่รู้จะอยู่นานแค่ไหนแล้ว ปีหน้าก็ไม่รู้จะถึงไหม บอกไม่ถูก พออายุแค่นี้แล้ว ไม่รู้อัลลอฮ์จะเอาวันไหนแล้ว ต้องทำให้ได้ของที่อัลลอฮ์ใช้ ทำให้เต็มเก็บให้หมด แบบนั้นแหละ”

ข้างต้นเป็นประโยคจากคำบอกเล่าของยายฟาติมะฮ์ ถึงเหตุผลของตนเองที่ยังคงเคร่งครัดในการปฏิบัติศาสนกิจในรอมฎอน เขาบอกว่าเมื่อเข้าสู่รอมฎอนแล้ว ใจมีความแข็งแกร่งขึ้น อยากทำในสิ่งที่อัลลอฮ์สั่งใช้ อยากทำอิบาดะฮ์ให้เต็มที่ เพราะไม่ทราบว่าตนเองจะมีชีวิตอยู่บนโลกนี้ได้นานอีกแค่ไหน จึงต้องทำอิบาดะฮ์ให้เต็มที่

เช่นเดียวกับกับยายญันนะฮ์ที่ต้องการให้ทุกๆ เวลาในชีวิตของตนเองได้ทำการอิบาดะฮ์ต่ออัลลอฮ์ “มันเป็นเรื่องของอัลลอฮ์ เพราะว่าอัลลอฮ์ให้เราทำ เราขอจากอัลลอฮ์ให้ได้ทำ ทุกๆ เวลาให้ชีวิตได้ทำอิบาดะฮ์ต่ออัลลอฮ์...ของที่อัลลอฮ์ใช้ ของอัลลอฮ์ห้ามเราอย่าทำ ทำแค่ของที่อัลลอฮ์ใช้”

ไม่เพียงเท่านั้นยายฮาวาได้ให้เหตุผลว่า ตนเองนั้นมีใจที่จะทำ และอัลลอฮ์ยังให้ตนเองมีชีวิตอยู่ จึงจำเป็นต้องทำในสิ่งที่ผู้ให้ชีวิตได้สั่งใช้ไว้ “สิ่งสำคัญนั้น เรามิใจ อัลลอฮ์ยังให้มีชีวิตอยู่ ให้ทำให้ถูกต้องบนโลกนี้ในสิ่งที่ทำได้...สิ่งที่เราทำได้ ถ้าไม่มีความสามารถก็ไม่ต้องทำ...(พูดช้าและน้ำเสียงเรียบๆ)...เรายังขยับได้ ไหวอยู่ เราก็ต้องทำแหละ”

นอกจากหัวใจที่เปี่ยมไปด้วยความแข็งแกร่งและความอยากที่จะทำในสิ่งที่อัลลอฮ์ใช้แล้ว ยังมีอีกหนึ่งความรู้สึกของหัวใจที่ส่งผลต่อการปฏิบัติศาสนกิจในเดือนรอมฎอนนี้ นั่นคือความกลัวที่เกิดขึ้นในหัวใจของผู้เป็นบ่าวมนุษย์ที่เป็นบ่าวของพระเจ้าย่อมต้องเกรงกลัวในพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของชีวิตของเขา และบทลงโทษของพระองค์ ซึ่งสำหรับมุสลิมแล้ว หากสิ่งไหนที่เป็นข้อบังคับทางศาสนา สิ่งนั้นต้องถูกปฏิบัติ และหากผู้ใดมีความพร้อมและความสามารถในการปฏิบัติสิ่งนั้นๆ แต่กลับละเลยการปฏิบัติดังกล่าว บทลงโทษจากอัลลอฮ์คือ สิ่งที่เขาจะได้รับ ตามที่ยายอาอ์ฉะกล่าวว่า “ความกลัวแหละ ความกลัวอัลลอฮ์ กลัวบทลงโทษ...อัลลอฮ์ให้ชีวิตเรามา เราต้องทำแหละ ถ้าเราไม่ทำ เดียวอัลลอฮ์ไม่ให้”

การที่มนุษย์ได้ปฏิบัติในสิ่งที่พระเจ้าของเขาสั่งใช้นั้น ถือว่าเป็นการทำความดี และผลของการทำความดีนั้น คือ ผลบุญจากอัลลอฮ์ ซึ่งหากใครปฏิบัติความดีในเดือนรอมฎอนนั้นอัลลอฮ์จะตอบแทนผลบุญให้อย่างเต็มที่ทวีคูณซึ่งมีอาจนับได้ เพราะรอมฎอนคือเดือนพิเศษ เป็นเดือนแห่งการเก็บเกี่ยวผลบุญของบรรดามุสลิมทั้งหลาย ตัวอย่างคำกล่าวของฟาติมะฮ์ถึงประเด็นนี้ว่า

“มันยังโงะ...มันคืออยู่แล้วแหละ เวลาเดือนนั้นเราตั้งใจทำอะไรเราชอบ ของเราชอบละ เราตั้งใจทำ...ชอบเพราะว่า มันได้บุญมาก เดือนบวช...บุญที่เราต้องการนั้น ได้มาก...คือ อัลลอฮ์จะตอบแทนผลบุญให้เราเต็มที่นั่นแหละ อัลลอฮ์จะตอบแทนผลบุญให้สูงสุดแหละ ในเดือนนี้นะถ้าเราทำนะ ถ้าเราไม่ทำนั้น ก็ไม่ได้สิต้องทำ...คิดว่าจะได้ทวีคูณมากแบบนั้นแหละ บุญนั้น...ถ้าเราไม่ทำก็ขาดทุนแหละ ขาดทุนในตัวของเรา อยู่ยังงี้ก็ต้องทำ อัลลอฮ์ให้อีกแล้ว...อยู่เหมือนเดือนธรรมดา มันอยู่ไม่ได้ มันเป็นเดือนพิเศษ เขาเรียก (น้ำเสียงจริงจังนิ่งเรียบ)”

นอกจากการปฏิบัติศาสนกิจต่างๆ ในเดือนรอมฎอนจะเป็นคำสั่งใช้ของอัลลอฮ์แล้ว ยังเป็นแบบอย่างในการแสดงออกถึงการเคารพภักดีต่ออัลลอฮ์ของท่านศาสดามุฮัมมัด (ซ.ล.) ผู้เป็นศาสนทูตของพระองค์อีกด้วย



ซึ่งมนุษยชาติทั้งหลายย่อมต้องปฏิบัติตามแบบอย่างของท่านหรือที่เรียกว่า ชุมนะฮ์ของท่านรอซูลุลลอฮ์นั่นเอง ดังคำกล่าวของยายญันนะฮ์ที่ว่า “อัลลอฮ์แหละบอกให้ทำ ให้ทำสิ่งที่อัลลอฮ์ใช้ ให้หยุดสิ่งที่อัลลอฮ์ห้าม (ยัม)...ทำตามชุมนะฮ์นบี นบีใช้ทำ แบบนั้นๆ เราก็อทำตามชุมนะฮ์นบี”

ทั้งหมดนี้คือเหตุผลในปฏิบัติศาสนกิจต่างๆ ในเดือนรอมฎอนของผู้สูงอายุมุสลิม ซึ่งเหตุผลต่างๆ นั้น เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากความเชื่อ (belief) และความศรัทธา (faith) ของตัวบุคคล ไม่ว่าจะเป็นการทำตามแบบอย่างของท่านศาสดา ความแข็งแกร่งที่เกิดขึ้นในหัวใจของผู้สูงอายุ ความต้องการในการทำสิ่งที่อัลลอฮ์สั่งใช้ หรือแม้กระทั่งความรู้สึกกลัวต่ออัลลอฮ์ และบทลงโทษของพระองค์ สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่มองไม่เห็นด้วยตาเปล่า แต่สัมผัสได้ด้วย “ใจ” เพราะเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นภายในจิตใจของคน เป็นสิ่งที่บุคคล (person) ให้ความสำคัญ มอบคุณค่า (value) และให้ความหมาย (meaning) แก่มัน พร้อมแสดงออกมาเป็นพฤติกรรม การทำกิจกรรม (occupational performance) หรือการประกอบศาสนกิจต่างๆ ในเดือนรอมฎอนให้เห็นได้อย่างชัดเจน และทั้งหมดเหล่านี้ต้องอาศัยความศรัทธา (faith) ในพระเจ้าที่ถูกสร้างขึ้นภายในหัวใจของผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นองค์ประกอบของการประกอบกิจกรรมต่างๆ ของบุคคลนั่นเอง และผู้สูงอายุต่างให้เหตุผลในการเคร่งครัดกับการประกอบศาสนกิจในเดือนรอมฎอนว่าตนเองนั้นต้องกระทำในสิ่งที่เป็นคำสั่งใช้ของพระเจ้า และต้องแสดงการเคารพภักดีต่อพระองค์ผ่านการทำอิบาดะฮ์หรือการประกอบศาสนกิจนั่นเอง ซึ่งชี้ให้เห็นได้อย่างชัดเจนว่าการประกอบศาสนกิจในเดือนรอมฎอนนั้นเป็นเรื่องของจิตวิญญาณ (spiritual) อย่างแท้จริง ซึ่งเกิดจากการที่ผู้สูงอายุมีความเชื่อ (belief) ความศรัทธา (faith) ในพระเจ้า เมื่อการประกอบศาสนกิจในเดือนรอมฎอนมาจากคำสั่งใช้ของพระเจ้าแล้ว แน่นนอนสิ่งนั้นย่อมมีความหมาย (meaning) และมีคุณค่า (value) ต่อบุคคล (person) และเมื่อผู้สูงอายุได้ให้ความหมาย (meaning) และให้คุณค่า (value) ต่อการประกอบศาสนกิจในเดือนรอมฎอนแล้ว ทำให้ผู้สูงอายุนั้นลงมือประกอบศาสนกิจในเดือนรอมฎอนด้วยหัวใจที่เต็มเปี่ยมไปด้วยความเต็มใจที่จะกระทำ และเต็มเปี่ยมไปด้วยความสุขเมื่อได้ลงมือกระทำ (doing) มีส่วนร่วม (participation) กับศาสนกิจนั้นๆ อย่างสุดความสามารถ เพื่อเป้าหมายที่สำคัญ คือ สุขภาวะทางจิตวิญญาณ (spiritual well-being)

เป้าหมายอันสูงสุด คือ การได้รับใช้พระเจ้า

“และข้า (อัลลอฮ์) มิได้ให้บังเกิดมลาอิกีน และมนุษย์มาเพื่อการใด เว้นแต่เพื่อให้พวกเขา อิบาดะฮ์ (ทำหน้าที่เป็นบ่าว) ต่อข้า” (ซูเราะห์อัช-ซารียาต โองการที่ 56)

ประโยคข้างต้นเป็นโองการอัลกุรอาน ที่สามารถนำมาอธิบายเหตุผลของสิ่งที่กล่าวต่อไปได้อย่างชัดเจน นั่นคือ เป้าหมายสูงสุดในชีวิตของผู้สูงอายุมุสลิม ที่เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตในเดือนรอมฎอนของเขา ซึ่งผู้สูงอายุมีเป้าหมายว่า ตนเองนั้นยังอยากมีชีวิตอยู่ในเดือนรอมฎอนต่อไป และหากตนยังมีชีวิตอยู่นั้น อยากขอพรจากอัลลอฮ์ให้มีสุขภาพที่ดี มีกำลังเพียงพอ เพื่อจะได้กระทำในสิ่งที่อัลลอฮ์สั่งใช้ โดยการทำอิบาดะฮ์อย่างสมบูรณ์ครบถ้วนตลอดทั้งเดือน ทั้งการถือศีลอด การละหมาดตารอเวียะห์ การอ่านอัลกุรอาน และอิบาดะฮ์



อื่นๆ ซึ่งการทำอโศกในเดือนรอมฎอนนั้นเป็นการทำตามคำสั่งใช้ที่มาจากอัลลอฮ์ พระผู้เป็นเจ้าของพวกเขาทั้งสิ้น และนั่นคือ เป้าหมายสูงสุดของการดำเนินชีวิตในเดือนรอมฎอนที่ผู้สูงอายุได้วางไว้

ตาอิสมาแอลได้พูดถึงเป้าหมายในเดือนรอมฎอนของตนเองว่า “เป้าหมายในเดือนรอมฎอนนี้ ถ้าถือศีลอดไหวอีก จะถือตลอดชีวิต (น้ำเสียงหนักแน่น) แต่ถ้าไม่ไหวก็คงจำเป็นต้องจ่ายข้าวสาร วันละหนึ่งลิตร (เสียงเบาลง)...เพราะมันเป็นวาญิบ เป็นสิ่งที่อัลลอฮ์ใช้”

จากน้ำเสียงที่หนักแน่นข้างต้นนั้น บ่งบอกถึงความแน่วแน่มั่นในเป้าหมายที่เขาวางไว้ คือ การถือศีลอดไปตลอดชีวิต เว้นเสียแต่ว่า ร่างกายจะไม่ไหวขึ้นมา แต่ตนเองก็จะทำการบริจาคโดยการบริจาคข้าวสารให้แก่คนยากจนเป็นการทดแทนตามที่บัญญัติของศาสนาวางไว้ เพราะการถือศีลอดมีเงื่อนไขจำเป็นสำหรับผู้ที่มีร่างกายแข็งแรง สามารถถือศีลอดได้ตลอดทั้งวัน จึงไม่บังคับสำหรับผู้ที่ไม่สามารถจะถือศีลอดได้ เนื่องจากความชราภาพ ความป่วย หรือผู้ป่วยเรื้อรังที่ไม่มีทางรักษาหายได้ แต่จำเป็นสำหรับพวกเขาที่จะต้องชดเชยโดยการให้อาหารแก่คนยากจนทุกวันที่ไม่ได้ถือศีลอด ดังนั้นการให้อาหารแก่คนยากจน ถือเป็นการกระทำในสิ่งที่อัลลอฮ์สั่งใช้ และเป็นการเคารพภักดีต่ออัลลอฮ์อีกวิธีหนึ่งสำหรับผู้ที่ไม่มีความสามารถในการถือศีลอด

เช่นเดียวกันกับยายอาอี๊ชะที่กล่าวว่า “ให้ได้ทำอโศกซะแหละ อยากทำแหละ อะไรทำได้ อยากทำพอเดือนนี้ [เดือนรอมฎอน : ผู้วิจัย] อยากทำให้มากขึ้น...การเป็นอยู่แต่ละวันนี่ขอให้มีความสุขก็ได้ ให้ได้ทำอโศกซะแหละ...วันไหนที่ไม่ได้ทำแล้ว ขออัลลอฮ์เอาชีวิตกลับแล้วแหละ ไม่รู้จะอยู่ทำอะไรแล้ว (น้ำเสียงนิ่งเรียบ)”

หากวันไหนที่ตนเองเองไม่มีเรี่ยวแรงในการรับใช้พระเจ้าแล้ว วันนั้นก็ขอให้พระเจ้าได้ เอาชีวิตเขากลับไป เพราะการใช้ชีวิตทุกวันนี้เพียงเพื่อให้ได้ทำอโศกต่ออัลลอฮ์ นั่นคือ ความคิดของหญิงสูงอายุท่านหนึ่งที่บ่งบอกถึงความกล้าหาญ โดยไม่เกรงกลัวต่อความตาย และบ่งบอกถึงเป้าหมายอันชัดเจนของเขา

ไม่เพียงเท่านั้นยายชัยนับบเองก็กล่าวว่า “ก็อยากขอจากอัลลอฮ์ให้ได้ถือศีลอดให้หมด ละหมาดตารอเวียะห์ให้ครบ ให้ทำอามัล [การปฏิบัติกิจการงานที่ดี : ผู้วิจัย]...อ่านกุรอานให้ดี ให้หมด อันไหนที่อัลลอฮ์ว่าดีนั้นขอให้ได้ทำ ทำให้ครบๆ แหละเนอะ”

และตาอุสมานก็เช่นกัน เขาอยากขอจากอัลลอฮ์ว่าให้ตนเองได้ทำอโศกอย่างครบถ้วนสมบูรณ์ตามที่กล่าวว่า

“วางเป้าหมายว่าตั้งแต่แรกเริ่มวันแรก ขอจากอัลลอฮ์ว่าอย่าให้มีอะไรติดขัด ให้ได้สมบูรณ์ ขอให้สมบูรณ์ทั้งเดือน ขอจากอัลลอฮ์ตั้งแต่แรกเริ่ม ให้ได้ทำอโศกตั้งแต่แรกเริ่มจนจบ แล้วอัลลอฮ์ ก็ให้จริงๆ ให้ได้จริงๆ...ความสมบูรณ์หมายความว่า ให้เราได้ทำทุกสิ่งที่ขอได้ครบถ้วน ทำอโศกทุกสิ่งทุกอย่างครบ ทั้งสุนัตและวาญิบให้ครบๆ สมบูรณ์ตั้งแต่เริ่มต้น ให้ได้ครบๆ...ถ้าขาดสักสิ่ง ก็ไม่สมบูรณ์”

เป้าหมายที่ถูกกำหนดนั้น เป็นสิ่งที่บุคคลวางไว้ภายในใจว่าจะต้องกระทำสิ่งนั้น ให้ได้ซึ่งเป้าหมายในการใช้ชีวิตในเดือนรอมฎอนของผู้สูงอายุมุสลิม คือการได้แสดงการเคารพภักดีต่ออัลลอฮ์ หรือการทำอโศกต่อพระองค์ จะเห็นได้ว่าเป้าหมายของผู้สูงอายุนั้น ตรงกับเป้าหมายในการสร้างมนุษย์ของอัลลอฮ์พระผู้เป็นเจ้าของพวกเขา คือ เพื่อให้พวกเขาอโศกต่อพระองค์นั่นเอง

หากจะตั้งคำถามว่าทำไมผู้สูงอายุมุสลิมยังคงมีเป้าหมายที่จะประกอบศาสนกิจในเดือนรอมฎอน หรือยังอยากผูกมัดตนเองอยู่กับกิจกรรมการประกอบศาสนกิจต่างๆ ในเดือนรอมฎอน คำตอบก็คือผู้สูงอายุมุสลิมเห็นว่ากิจกรรมการดำเนินชีวิต (occupation) ในเดือนรอมฎอน หรือศาสนกิจต่างๆ นั้น มีความหมาย (meaning) ต่อตัวของเขา เนื่องจากความเชื่อ (belief) และความศรัทธา (faith) ทำให้พวกเขามองว่า ศาสนกิจเหล่านี้เป็นคำสั่งใช้จากอัลลอฮ์ และเป็นการแสดงการเคารพภักดีต่อพระองค์ และเฉพาะกิจกรรมการดำเนินชีวิต (occupation) ในเดือนรอมฎอน ที่มีความหมาย (meaning) นั้นจะยังคงอยู่ในวิถีของผู้สูงอายุมุสลิม (person) เนื่องจากพวกเขามีเป้าหมายที่สำคัญ คือ สุขภาวะทางจิตวิญญาณ (spiritual well-being) และความหมายหรือจุดมุ่งหมายของศาสนกิจนั้น เป็นเรื่องของอัตวิสัยหรือมุมมองของบุคคลต่อการประกอบศาสนกิจในเดือนรอมฎอน และประสบการณ์ที่ผ่านมาของบุคคลที่เกี่ยวข้องกับการประกอบศาสนกิจในเดือนรอมฎอน ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงเจตคติต่อเหตุการณ์ในชีวิตที่ถูกดำเนินไปในเดือนรอมฎอน

บทสรุปและข้อเสนอแนะ

บทสรุป

การศึกษาวิจัยเรื่อง กิจกรรมการดำเนินชีวิตในเดือนรอมฎอนของผู้สูงอายุมุสลิม ได้ทำการศึกษเกี่ยวกับกิจกรรมการดำเนินชีวิตและการให้ความหมายต่อศาสนกิจในเดือนรอมฎอนของผู้สูงอายุมุสลิมที่อาศัยอยู่ใน หมู่ที่ 8 ชุมชนควนสตอ อำเภอควนโดน จังหวัดสตูล โดยการศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ ใช้การเก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์แบบเชิงลึก (in-depth interview) และวิเคราะห์ตามขั้นตอนของการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ ซึ่งผลการศึกษา มีดังต่อไปนี้

ผู้สูงอายุมุสลิม เป็นผู้ที่นับถือศาสนาอิสลาม และมีทั้งความเชื่อความศรัทธาต่อพระเจ้า ซึ่งสิ่งนี้เป็นสิ่งที่สำคัญอย่างยิ่ง ที่มีผลต่อแรงจูงใจ ความคิด ความรู้สึกต่อกิจกรรมการดำเนินชีวิตในเดือนรอมฎอนที่เขาปฏิบัติ รวมทั้งความรู้ ทักษะ และประสบการณ์ในชีวิตทั้งหมดที่ผู้สูงอายุส่งสมมาก็ย่อมส่งผลต่อกิจกรรมการดำเนินชีวิตเช่นกัน และผู้สูงอายุแต่ละคนนั้นมีบทบาทหน้าที่ที่แตกต่างกันไป บางคนมีบทบาทเป็นภรรยาสามี พ่อแม่ และเป็นคุณตาคุณยาย หรือมีหลายบทบาทรวมกันในคนๆ เดียวกัน ซึ่งบทบาทเหล่านี้ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีหน้าที่ที่ต้องปฏิบัติแตกต่างกันไป และทำให้การทำกิจกรรมของแต่ละบุคคลแตกต่างกันไปด้วย รวมทั้งลักษณะร่างกายของผู้สูงอายุแต่ละคนก็มีความแตกต่างกัน เพราะเมื่อเวลาเปลี่ยนแปลงไป และเข้าสู่วัยสูงอายุย่อมมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายเกิดขึ้น ซึ่งผู้สูงอายุหลายคนมีปัญหาเรื่องกระดูกและข้อ หรือหลายคนที่มีโรคประจำตัว สิ่งเหล่านี้ส่งผลให้ต่อการประกอบศาสนกิจในเดือนรอมฎอน จึงทำให้ผู้สูงอายุต้องมีการปรับเปลี่ยนรูปแบบการประกอบกิจกรรมให้เข้ากับความสามารถของตนเอง แต่จะเห็นได้ว่า ถึงแม้จะมีเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายเกิดขึ้น แต่สำหรับผู้สูงอายุแล้ว สิ่งเหล่านี้ไม่ได้เป็นอุปสรรค หรือเป็นสิ่งที่ขัดขวางในการประกอบกิจกรรมแต่อย่างใด เพราะผู้สูงอายุมุสลิมก็ยังคงเคร่งครัดอยู่กับการประกอบศาสนกิจในเดือนรอมฎอนที่เป็นเช่นนี้ เพราะความเชื่อ (belief) และความศรัทธา (faith) ทำให้ผู้สูงอายุให้ความสำคัญ มอบคุณค่า (value) และให้ความหมาย (meaning) ต่อศาสนกิจที่ลงมือกระทำ



กิจกรรมการดำเนินชีวิตในเดือนรอมฎอน หรือศาสนกิจต่างๆ ในเดือนรอมฎอนเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นภายใต้เงื่อนไขหรือบริบทของเวลาที่เปลี่ยนแปลงไป (temporal context) เมื่อเข้าสู่เดือนรอมฎอนผู้สูงอายุมุสลิมต้องมีการปรับเปลี่ยนแบบแผนการดำเนินชีวิตให้เหมาะสมกับช่วงเวลา ณ ตอนนั้น จึงทำให้ผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมและลงมือกระทำในกิจกรรมหรือศาสนกิจต่างๆ ในเดือนรอมฎอนที่มีความหมายต่อตนเอง อันได้แก่ การถือศีลอด การละหมาดยามค่ำคืน การบริจาคทาน การอ่านอัลกุรอาน และในช่วงสัปดาห์สุดท้ายของเดือนรอมฎอน ด้วยรูปแบบลักษณะ และรายละเอียดของกิจกรรมต่างๆ เหล่านี้ที่แตกต่างกันไปตามหลักปฏิบัติของศาสนิกชนนั้นๆ ตัวอย่างเช่น รูปแบบของการละหมาดที่ต้องมีการเคลื่อนไหวร่างกายตามอิริยาบถต่างๆ ย่อมส่งผลให้เกิดความยากลำบากต่อผู้สูงอายุที่มีปัญหาทางด้านสุขภาพร่างกาย แต่ด้วยความเชื่อและความศรัทธาต่อพระเจ้าของผู้สูงอายุนั้น ทำให้พวกเขายังคงยืนหยัดต่อการละหมาดยามค่ำคืนโดยการปรับเปลี่ยนรูปแบบท่าทางตามหลักศาสนาอนุโลม และในส่วนของ การอ่านอัลกุรอานที่ต้องอาศัยการใช้สายตาในการมองตัวอักษรในเล่มคัมภีร์ สำหรับผู้สูงอายุบางท่านที่มีปัญหาสายตาย่อมส่งผลต่อกิจกรรมนี้ แต่อย่างไรก็ตามพวกเขาก็พยายามที่จะอ่านอัลกุรอานในบางบทที่ตนเองคุ้นเคย และเปลี่ยนจากการอ่านมาเป็นการท่องจำในบทที่ตนเองจำได้แทน หรือจะเป็นการถือศีลอด ที่ผู้สูงอายุบางคนมีความสามารถในการอดอาหารลดลง จึงมีการปรับเปลี่ยนรูปแบบโดยการปฏิบัติสิ่งอื่นเป็นการทดแทน นั่นคือ การบริจาคอาหารให้แก่คนยากจน จะเห็นได้ว่ารูปแบบของศาสนิกชนนั้นสามารถปรับเปลี่ยนได้ไปตามความสามารถของบุคคลแต่ต้องอยู่ภายใต้ความถูกต้องของบทบัญญัติของศาสนา จึงทำให้ผู้สูงอายุสามารถลงมือทำศาสนกิจได้อย่างเต็มความสามารถโดยไม่คิดว่าความสูงอายหรือการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายนั้น เป็นข้อจำกัดในการประกอบศาสนกิจในเดือนรอมฎอน เพราะการประกอบศาสนกิจต่างๆ ในเดือนรอมฎอนนั้น เกิดจากความเชื่อ (belief) ความศรัทธา (faith) ของผู้สูงอายุ จึงเป็นสิ่งที่มีความหมาย (meaning) และคุณค่า (value) สำหรับพวกเขา และผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมนั้น พร้อมทั้งมีเป้าหมายที่จะมีส่วนร่วม หรือได้ประกอบศาสนกิจในเดือนรอมฎอนไปตลอดชีวิตของเขา เพื่อเป้าหมายที่สำคัญ คือ การเกิดสุขภาวะทางจิตวิญญาณ (spiritual well-being)

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาถึงกิจกรรมการดำเนินชีวิต และการให้ความหมายต่อศาสนกิจในเดือนรอมฎอนของผู้สูงอายุมุสลิมที่อยู่ในบริบทสังคมอื่นๆ ด้วย เช่น ในชุมชนอื่น หรือพื้นที่ภาคเหนือ
2. ควรมีการศึกษาถึงกิจกรรมการดำเนินชีวิต และการให้ความหมายต่อศาสนกิจของผู้สูงอายุมุสลิมในวันปกติร่วมด้วย
3. อาจใช้วิธีการวิจัยในรูปแบบอื่นในการศึกษาวิจัยในครั้งต่อไป เช่น กรณีศึกษา เพราะอาจจะได้ผลการวิจัยที่ละเอียด และลึกซึ้งมากยิ่งขึ้น
4. มุมมองที่ได้รับจากงานวิจัยชิ้นนี้เป็นมุมมองของผู้วิจัยที่เป็นคนใน อาจมีศึกษาวิจัยในเรื่องนี้ หรือเรื่องที่คล้ายคลึงกันในงานวิจัยครั้งต่อไป โดยผู้วิจัยที่ไม่ได้คนใน คือ ไม่ได้เป็นผู้ที่นับถือศาสนาอิสลาม เพื่อจะได้เห็นมุมมองในอีกลักษณะหนึ่งของงานวิจัย



บรรณานุกรม

1. Christiansen , C. (2000). Identity, Personal projects and happiness : Self construction in everyday action. *Journal of occupational sciences*, 7, 98-107.
2. Radomski, M. V., & Latham, C. A. (2008). *Occupational therapy for physical dysfunction*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
3. Hasselkus, B. (2011). The meaning of everyday occupation. (2). Hocking, C., & Wright-St Clair, V. (2011). Occupational Science: Adding Value to Occupational Therapy. *New Zealand Journal of Occupational Therapy*, 58(1).
4. Hammell, K. W. (2004). Dimensions of meaning in the occupations of daily life. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 71(5), 296-305.
5. อับดุลวาเฮด สุนธธา. ([ม.ป.ป.]). *ประตูลู่ความดี ในเดือนรอมฎอน*. เรียกใช้เมื่อ 5 มิถุนายน 2560 จาก <http://www.islammore.com/view/4245>
6. ประสาน ศรีเจริญ. ([ม.ป.ป.]). *มารยาทการถือศีลอด*. เรียกใช้เมื่อ 7 มิถุนายน 2560 จาก <http://www.islammore.com/view/3854>
7. ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2549). *จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย เล่ม 2 วัยรุ่น-วัยสูงอายุ* (พิมพ์ครั้งที่ 7). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
8. เพื่อนใจ รัตตากร. (2539). *กิจกรรมบำบัดในผู้สูงอายุ*. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
9. สุภาวดี พุฒหน้อย. (2556). *ผู้สูงอายุและกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ*. เรียกใช้เมื่อ 10 มิถุนายน 2560 จาก <https://www.gotoknow.org/posts/551186>
10. LaLiberte, D. (1995). *An exploration of the meaning seniors attach to activity*. Unpublished master's thesis. The University of Western Ontario, London.
11. มานี ชูไชย. (2544). *อิสลามวิถีการดำเนินชีวิตที่พัฒนาคุณภาพชีวิต*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาสุศึกษาคณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
12. อับดุลก๊ิดดูซ อิบนูซามะฮฺ. ([ม.ป.ป.]). *ของขวัญอันล้ำค่าเนื่องในโอกาสเดือนรอมฎอนอันประเสริฐ*. (มุฮัมหมัด เหมอนุกูล., ผู้แปล) ส่วนพิมพ์และเผยแพร่กระทรวงกิจการอิสลามฯ ราชอาณาจักรซาอุดีอาระเบีย.
13. อิบนูญอลิบ บินอิรสี. ([ม.ป.ป.]). *12 ประตูลู่ความดีในเดือนรอมฎอน*. เรียกใช้เมื่อ 5 มิถุนายน 2560 จาก <http://www.islammore.com/view/2784>
14. อิสมาอีล กอเซ็ม. ([ม.ป.ป.]). *ลัษลาตุลกอศร*. เรียกใช้เมื่อ 26 มิถุนายน 2560 จาก <http://www.islammore.com/view/1376>



15. Law , M., Cooper, B., Strong, S., Stewart, D., Rigby, P., & Letts, L. (1996). The Person-Environment -Occupation Model: A transactive approach to occupational performance. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 63 (1), 9-23.
16. วิไลวรรณ มณีจักร สโนว์. (2559). *Person-Environment-Occupation Model of Occupational Performance*. ภาควิชากิจกรรมบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
17. สมมาศ ณ จรูญ. (2543). *ประเพณีถือศีลอดในเดือนรอมฎอนของชาวไทยมุสลิมในอำเภอเทพาจังหวัดสงขลา*. เรียกใช้เมื่อ 29 มิถุนายน 2560 จาก ฐานข้อมูลวิจัยทางการศึกษา : http://www.moe.go.th/datacenter/index.php?mod=Courses&op=showcontent&cid=69&qid=&lid=278&sid=&page=&uid=&eid=&quiz_attempts=
18. Wright-St Clair, V., Bunrayong, W., Vittayakorn, S., & Rattakorn, P. (2004). Offerings: Food Traditions of Older Thai Women at Songkran. *Journal of Occupation Sciene*, 11(3), 115-124
19. Kim, J., Kim, M., & Chin, S. (2015). *The importance of culturally meaningful activityfor health benefits among older Korean immigrant living in the United States*. Retrieved October 1, 2017, from DOI: 10.3402/qhw.v10.27501
20. ชาย โพธิ์สิตา. (2549). *ศาสตร์และศิลป์แห่งการวิจัยเชิงคุณภาพ* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ.
21. Shosha, G. (2012). Employment of Colaizzi's strategy in descriptive phenomenologya reflection of researcher. *European Scientifc Journal*, 8(27), 31-43.