

การศึกษาวันธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาท

A STUDY OF DHAMMASAVANA DAY  
IN BUDDHISM THERAVĀDA



พระครูเกษมศีลาภรณ์ (บัญญัติ แน่นกระโทก)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา  
บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
พุทธศักราช ๒๕๕๕

การศึกษาวันธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาท



พระครูเกษมศีลาภรณ์ (ปัญญุตี แน่นกระโทก)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา  
บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทาลัยมหาราชาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
พุทธศักราช ๒๕๕๕

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทาลัยมหาราชาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)

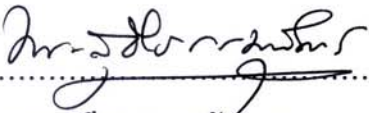
A STUDY OF DHAMMASAVANA DAY  
IN BUDDHISM THERAVĀDA



Phra khou Kasamsirapron (Banyat Naenkrathok)

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of  
The Requirement For The Degree of  
Master of Arts  
(Buddhist studies)  
  
Graduate School  
Mahachulalongkornrajavidyalaya University  
Bangkok, Thailand

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับ  
วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา



(พระสุธีธรรมานุวัตร, ผศ.ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์ ..... ประธานกรรมการ

(พระมหาทวี มหาปัญญา, ผศ.ดร.)

กรรมการ

(พระเมธีสุตาภรณ์, ดร.)

กรรมการ

(พระหัตถ์ กิตติคุณโท, ดร.)

กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรพงษ์ คงสัตย์)

กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. วิชาชา เดชสุภา)

---

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ พระเมธีสุตาภรณ์, ดร. ประธานกรรมการ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุรพงษ์ คงสัตย์ กรรมการ

ชื่อวิทยานิพนธ์	: การศึกษาวันธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาท
ผู้วิจัย	: พระครูเกษมศีลาภรณ์ (บัญญัติ แน่นกระโทก)
ปริญญา	: พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (สาขาวิชาพระพุทธศาสนา)
คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์	
	: พระเมธีสุตาภรณ์ ป.ธ. ๘, Ph.D.
	: ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุรพงษ์ คงสัตย์ ป.ธ. ๘, พธ.บ., M.A, ปร.ค.
วันสำเร็จการศึกษา	: ๑๕ พฤษภาคม ๒๕๕๕

### บทคัดย่อ

- (๑) เพื่อศึกษาความเป็นมาวันธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาท
- (๒) เพื่อศึกษาหลักการปฏิบัติวันธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาท และ
- (๓) เพื่อศึกษาข้อปฏิบัติวันธรรมสวนะของพุทธศาสนิกชนในสังคมไทยปัจจุบัน

ผลการวิจัยพบว่า

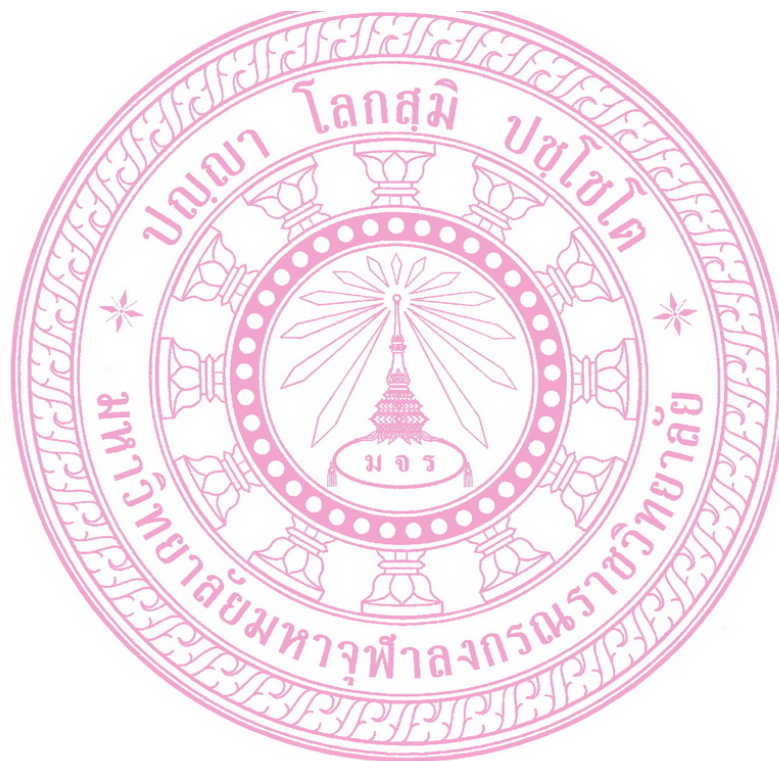
ความเป็นมาวันธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาท พบว่า ในสมัยพุทธกาล พระเจ้าพิมพิสาร กษัตริย์ผู้ครองแคว้นมคธ ทรงเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้าซึ่งประทับอยู่ที่ เขาคิชฌกูฏ ใกล้เมืองราชคฤห์ ซึ่งเป็นเมืองหลวงของแคว้นมคธ พระเจ้าพิมพิสารได้กราบทูลว่า นักบวชในศาสนาอื่นมีวันประชุมสนทนาเกี่ยวกับหลักธรรมคำสอนในศาสนา แต่พระพุทธศาสนานั้นยังไม่มี พระพุทธเจ้าจึงทรงอนุญาตให้พระสงฆ์ประชุมสนทนาธรรม และแสดงพระธรรมเทศนาแก่ประชาชนตามคำขออนุญาตของพระเจ้าพิมพิสาร ตั้งแต่บัดนั้นเป็นต้นมา ได้กำหนดวันขึ้น ๘ ค่ำ วันขึ้น ๑๕ ค่ำ (วันเพ็ญ) วันแรม ๘ ค่ำ และแรม ๑๕ ค่ำ (หากเดือนใดเป็นเดือนขาดถือเอาวัน แรม ๑๕ ค่ำ) เป็นวันฟังธรรมในสมัยพุทธกาล

หลักปฏิบัติวันธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาท พบว่า การปฏิบัติกิจกรรมในการทำบุญ คือ (๑) การทำวัตรสวดมนต์ พระสงฆ์จะทำวัตรสวดมนต์ อุบาสกอุบาสิกาจึงทำวัตรสวดมนต์ต่อจากพระสงฆ์ (๒) การรับศีล ในวันธรรมดาโดยทั่วไปจะสมาทานเบญจศีล (ศีล ๕) ในวันธรรมสวนะ (วันพระ) จะสมาทานอุโบสถศีล หรือศีลอุโบสถ มี ๘ ข้อและ (๓) การฟังธรรม เพื่อบำเพ็ญจิตภาวนา และปฏิบัติไปเพื่อต้องการบรรลุหลักธรรมขั้นสูง

ข้อปฏิบัติวันธรรมสวนะของพุทธศาสนิกชนในสังคมไทยปัจจุบัน พบว่า เมื่อวันธรรมสวนะมาถึงพุทธศาสนิกชนไทยปัจจุบันส่วนหนึ่งจึงออกไปทำบุญที่วัด และอีกส่วนหนึ่งก็ทำการสวดมนต์ ไหว้พระที่บ้าน หรือแม้แต่พระสงฆ์ และสามเณรในวัดก็ได้ทำกิจกรรม



เช่นเดียวกัน หากพิจารณาข้อปฏิบัติวันธรรมสวนะของสังคมไทยปัจจุบัน คือ ช่วงเช้าทำบุญ ตักบาตร รับประทานอาหาร ฟังเทศนาธรรม และรวมถึงการรักษาศีลอุโบสถ สิ่งเหล่านี้สะท้อนให้เห็นถึงความศรัทธา และความเชื่อที่มีต่อวันธรรมสวนะ สังคมไทยจึงได้ถือปฏิบัติมาเป็นเวลาช้านาน และถือว่าเป็นวันที่สำคัญที่จะไปประชุมกันฟังพระธรรมเทศนาจากพระสงฆ์ที่วัด ประเทศไทยปรากฏหลักฐานว่าได้มีประเพณีวันพระมาตั้งแต่สมัยสุโขทัย และในปัจจุบันก็ได้ปฏิบัติ เพื่อดำรงรักษาไว้ พระพุทธศาสนาให้มั่นคงสืบต่อไป



**Dissertation Title** : A Study of dhammasavana day in Buddhist holy Tharavada

**Researcher** : Phrakhougasamsirapron

**Degree** : Master of art Buddhism (Buddhism Studies)

**Thesis Supervisory Committee**

: Phramedhisutabhorn Pali ix, M.A., Ph.D.

: Assist. Prof. Dr.Suraprong kongsat B.A. , M.A., Ph.D.

**Date of Graduation** : May 15, 2012

**Abstracts**

This thesis, The purpose of the study, three factors:

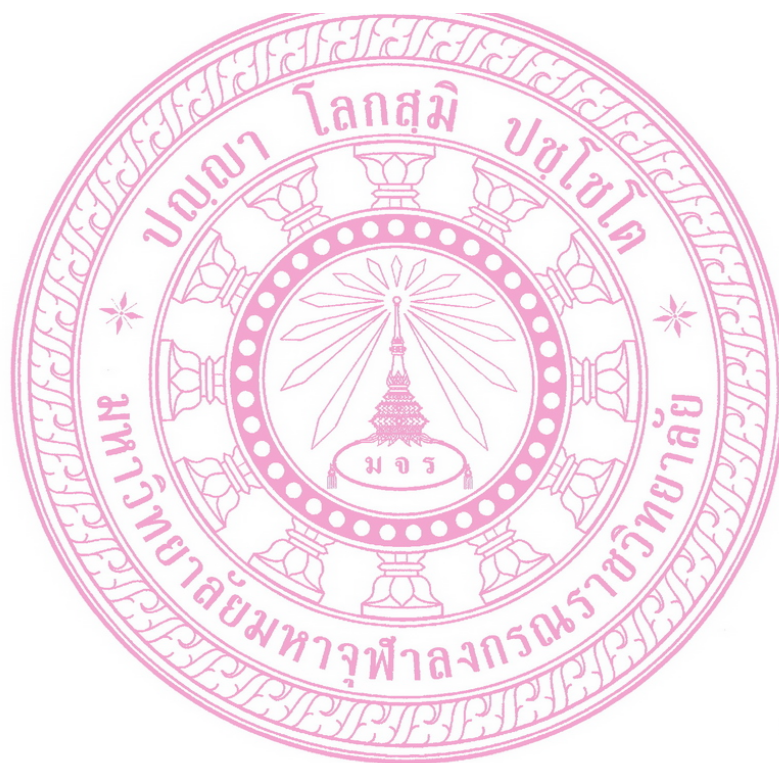
- (1) To study a Buddhist Holy day in Theravada Buddhism
- (2) To study the practical principles of the Buddhist Holy day in Theravada Buddhism, and
- (3) To study procedure in Buddhist Holy day of the Buddhists in the present Thai society. The results showed that

The Background of Buddhist Holy day in the Theravada Buddhism found that in the Buddhist era. The king Bhimbhisara who ruled Bihar, He met the Buddha where stands at Griddhakuta hill near the city of Rajgri, the capital of Magadha, The king said substance that Priests in other religions have the discussion about the teaching of religious principles. But Buddhist religion is not. Buddha allowed the monks to discuss the teaching of Buddha and a sermon to the people along the application of King Bhimbhisara.

Ever since the day of the eighth lunar day, the fifteenth lunar day night (full moon day), the eighth waning day and the fifteenth waning day (if any month is lunar month with only ๒๕ day to be considered as the fifteenth waning days).

The Buddhist Holy day in the activities of present Thai Buddhist found that : (1) On the Buddhist Holy day in a part of Thai Buddhists go to make merit in the monastery and the other part is to pray and respect that at home, or even a priest and a novice in the same activities. If you consider the Buddhist Holy day in the present Thai society, in the morning of the Thai Buddhists to make merit, offer food, received precepts, and listen sermons and main precepts.

This reflects the faith and the belief that the Buddhist Holy day. Thai society has been long practice that is important to listen to the sermons of the Thai monks at the monastery. Thailand is evidence that the tradition dates from the Sukhothai period and in the present. To maintain Buddhism and will continue to the post.





## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เรื่อง การศึกษาวัฒนธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาท สำเร็จลุล่วงลงได้ด้วยดีโดยได้รับความอนุเคราะห์จากคณาจารย์และผู้มีพระคุณที่ได้กรุณาให้ข้อมูลฉบับนี้มีความสมบูรณ์ และสำเร็จตามวัตถุประสงค์ของการศึกษาทุกประการ จึงขอจารึกนามไว้เพื่อเป็นเกียรติ ดังนี้

ขอขอบพระคุณพระเมธีสุตาภรณ์ ดร. ประธานกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรพงษ์ คงสัตย์ กรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ เสนอแนะแนวทางการศึกษา ตรวจสอบข้อบกพร่องเนื้อหาวิทยานิพนธ์ของผู้วิจัยด้วยดีตลอดมา ขอบคุณพระอาจารย์สุวัฒน์ วชิราวโร, ดร. พระครูสุภาจารนิวิฐ พระครูบุญญสารโสภิต พระอาจารย์นันทพัฒน์ ฐิตธมฺโม พระมหาศุภญชร สุพุทธจิตโต พระปลัดประสิทธิ์ ภัทฺถรจิตโต พระปลัดสมบัติ ปญญาวิโร พระทะนงศักดิ์ ปภังโกโร พระใจกลาง ปญญาวิโร และเพื่อนนิสิตมหาบัณฑิตร่วมคณะ รุ่นที่ ๕ วิทยาเขตนครราชสีมา ที่คอยเป็นกำลังใจ ดูแลเอาใจใส่ให้คำแนะนำปรึกษา อคิดที่เป็นประโยชน์ และมีส่วนสำคัญกับความสำเร็จของวิทยานิพนธ์ฉบับนี้

ขอบคุณจากแรงบันดาลใจจากผู้มีพระคุณที่ทำให้ผู้วิจัยมุ่งมั่นอยู่เสมอ ในการทำวิทยานิพนธ์ ทำให้ความหวังสู่ความสำเร็จ ขอบคุณพระเดชพระคุณพระธรรมวรนายก เจ้าคณะจังหวัดนครราชสีมาที่กล่าวว่า วันพระ ๘ ค่ำ ๑๕ ค่ำ ท่านได้ทำกิจกรรมอะไรบ้าง จึงเป็นเหตุที่ทำให้ผู้วิจัยตั้งใจที่จะศึกษาในงานวิจัยเรื่องวัฒนธรรมสวนะ

ขอบคุณโยมบิดา มารดา ถึงแม้ท่านไม่มีโอกาสได้ชื่นชมในความสำเร็จในครั้งนี้ แต่ท่านมีส่วนที่สำคัญที่ทำให้มีวันนี้ได้ ถึงแม้ท่านทั้งสองจะล่วงลับไปแล้วก็ตาม พี่ๆน้องๆ ทุกคนที่พยายามเอาใจช่วยรอความสำเร็จ คิษยานุศิษย์และคณะญาติโยมที่สนับสนุนมาตลอด จึงเป็นแรงบันดาลใจให้เกิดความพยายามจนได้รับความสำเร็จ ดังกล่าว

พระครูเกษมศีลาภรณ์

๒ เมษายน ๒๕๕๕

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
กิตติกรรมประกาศ	จ
สารบัญ	ฉ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ช
<b>บทที่ ๑ บทนำ</b>	<b>๑</b>
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๓
๑.๓ ขอบเขตของการวิจัย	๓
๑.๔ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๓
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๓
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๔
๑.๗ วิธีการดำเนินการวิจัย	๕
๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๕
<b>บทที่ ๒ วันธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาท</b>	<b>๕</b>
๒.๑ วันธรรมสวนะที่ปรากฏในคัมภีร์ในพระไตรปิฎก	๕
๒.๒ ความหมายวันธรรมสวนะ	๑๐
๒.๓ คำเรียกวันธรรมสวนะ	๑๒
๒.๓.๑ วันพระ	๑๒
๒.๓.๒ วันธรรมสวนะ	๑๔
๒.๓.๓ วันอุโบสถ	๑๕
๒.๔ จุดมุ่งหมายวันธรรมสวนะ	๑๖
๒.๕ การเผยแพร่ธรรมในวันธรรมสวนะทางพระพุทธศาสนาเถรวาท	๒๓
๒.๖ สรุป	๒๖

<b>บทที่ ๓ หลักการปฏิบัติในวันธรรมทางศาสนาเถรวาท</b>	๒๘
๓.๑ หลักการปฏิบัติในวันธรรมสวนะ	๒๘
๓.๒ หลักธรรมปฏิบัติในวันธรรมสวนะ	๔๑
๓.๓ สรุป	๔๕
<b>บทที่ ๔ ข้อปฏิบัติในวันธรรมสวนะของพุทธศาสนิกชนสังคมไทยในปัจจุบัน</b>	๕๑
๔.๑ ข้อปฏิบัติในวันธรรมสวนะของพุทธศาสนิกชนในสังคมไทยปัจจุบัน	๕๑
๔.๒ ข้อปฏิบัติวันธรรมสวนะของพุทธศาสนิกชนในการทำบุญ	๕๔
๔.๓ การปฏิบัติธรรมในวันธรรมสวนะของพุทธศาสนิกชน	๕๕
๔.๔ ข้อปฏิบัติกรเข้าพบพระสงฆ์ของพุทธศาสนิกชน	๕๕
๔.๕ การเผยแพร่ธรรมของพระสงฆ์ในวันธรรมสวนะ	๖๐
๔.๖ สรุป	๖๓
<b>บทที่ ๕ สรุปและข้อเสนอแนะ</b>	๖๔
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๖๔
๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๖๗
<b>บรรณานุกรม</b>	๖๘
<b>ประวัติผู้วิจัย</b>	๗๑

## คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

### (๑) การใช้อักษรย่อ

อักษรย่อชื่อคัมภีร์ในวิทยานิพนธ์นี้ ใช้อ้างอิงจากคัมภีร์พระไตรปิฎกทั้งภาษาบาลีและภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๐๐ และฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พุทธศักราช ๒๕๓๕ ดังต่อไปนี้

		<b>พระวินัยปิฎก</b>			
วิ.มหา. (บาลี) =	วินยปิฎก	มหาวิภงคปาติ		(ภาษาบาลี)	
วิ.มหา. (ไทย) =	วินัยปิฎก	มหาวิภังค์		(ภาษาไทย)	
		<b>พระสุตตันตปิฎก</b>			
ที.สี. (บาลี) =	สุตตฺตปิฎก	ทีฆนิกาย	สีลขจนรชคคปาติ	(ภาษาบาลี)	
ที.สี. (ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	สีลขันธวรรค	(ภาษาไทย)	
ที.ม. (บาลี) =	สุตตฺตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวคคปาติ	(ภาษาบาลี)	
ที.ม. (ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)	
ที.ปา. (บาลี) =	สุตตฺตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฎีกคคปาติ	(ภาษาบาลี)	
ที.ปา. (ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฎีกวรรค	(ภาษาไทย)	
ม.มู. (บาลี) =	สุตตฺตปิฎก	มชฌิมนิกาย	มุลปณณาสกปาติ	(ภาษาบาลี)	
ม.มู. (ไทย) =	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มูลปณณาสก	(ภาษาไทย)	
ม.ม. (บาลี) =	สุตตฺตปิฎก	มชฌิมนิกาย	มชฌิมปณณาสกปาติ	(ภาษาบาลี)	
ม.ม. (ไทย) =	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มัชฌิมปณณาสก	(ภาษาไทย)	
ม.อุ. (บาลี) =	สุตตฺตปิฎก	มชฌิมนิกาย	อุปริปณณาสกปาติ	(ภาษาบาลี)	
ม.อุ. (ไทย) =	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	อุปริปณณาสก	(ภาษาไทย)	
ส.ส. (ไทย) =	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิคาย	สคาถวรรค	(ภาษาไทย)	
ขุ.ป. (บาลี) =	สุตตฺตปิฎก	ขุททกนิกาย	ขุททกนิกาย	(ภาษาบาลี)	
ขุ.ป. (ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ขุททกนิกาย	(ภาษาไทย)	



### อรรถกถา และปกรณ์พิเศษ

องฺ.ปญจก.อ. (ไทย) = อังคุตตรนิกาย มโนรตปุรณี ปัญจนินบาตอรรถกถา (ภาษาไทย)

องฺ.ปญจก.อ. (บาลี) = องฺคุตตรนิกาย มโนรตปุรณี ปญจนินบาตอฏฐกถา (ภาษาบาลี)

#### (๒) การระบุหมายเลขย่อ

การอ้างอิงพระไตรปิฎกฉบับภาษาบาลี ใช้ระบุชื่อคัมภีร์ และระบุถึง เล่ม/ชื่อ/หน้า ตามลำดับ เช่น วิ.ม. (บาลี) ๑/๑/๑. หมายถึง การอ้างอิงนั้นระบุถึงคัมภีร์พระวินัยปิฎก ฉบับภาษาบาลี เล่มที่ ๑ ชื่อที่ ๑ หน้าที่ ๑ การอ้างอิงพระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ใช้ระบุชื่อคัมภีร์ และระบุถึง เล่ม/ชื่อ/หน้า ตามลำดับ เช่น ส.ข. (ไทย) ๑/๑/๑. หมายถึง การอ้างอิงนั้นระบุถึง คัมภีร์พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย ชันธวารวรรค เล่มที่ ๑ ชื่อที่ ๑ หน้าที่ ๑

ส่วนการอ้างอิงอรรถกถา และปกรณ์พิเศษ ภาษาบาลีจะแจ้งชื่อคัมภีร์/เล่ม/หน้า ตามลำดับ เช่น วิสุทฺธิ. ๑/๑๓๒. หมายถึง คัมภีร์ปกรณ์วิเสสวิสุทฺธิมรรค เล่มที่ ๑ หน้าที่ ๑๓๒. ถ้าเป็นภาษาไทย จะระบุคำว่า “แปล” ในวงเล็บวงไว้ท้ายชื่อคัมภีร์ เช่น วิสุทฺธิ. (แปล) ๒/๑๓๒. หมายถึง คัมภีร์ปกรณ์วิเสสวิสุทฺธิมรรคแปล เล่มที่ ๒ หน้าที่ ๑๓๒.



## บทที่ ๑

### บทนำ

#### ๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาประจำชาติด้วยชาติไทยได้นับถือและสืบทอดต่อเนื่องกันมาเป็นเวลานาน ขนบธรรมเนียมประเพณี และศิลปวัฒนธรรมของชาติส่วนใหญ่ มีพื้นฐานมาจากพระพุทธศาสนา องค์พระมหากษัตริย์พระประมุขของชาติทรงเป็นพุทธมามกะ และทรงดำรงอยู่ในฐานะเป็นองค์เอกอัครศาสนูปถัมภ์ ทรงยกย่องเชิดชูพระพุทธศาสนาตลอดมาตั้งแต่อดีตอันยาวนานจนถึงปัจจุบัน ประวัติศาสตร์พระพุทธศาสนาว่าสถานที่ในการประกอบกิจกรรมพระพุทธศาสนาของพุทธศาสนิกชนและมีความสัมพันธ์กันอย่างแนบแน่นกับสังคม คือ วัดนอกจากจะเป็นที่อยู่อาศัยของพระภิกษุสงฆ์ในการศึกษาปฏิบัติพระธรรมวินัยและประกอบศาสนกิจแล้ว วัดยังเป็นสถาบันหลักที่เป็นศูนย์กลางของชุมชนในการจัดกิจกรรม ทางสังคม เป็นแหล่งศิลปะวิทยาการ ทำหน้าที่ถ่ายทอดศิลปกรรม จริยธรรมและประเพณีต่างๆ ไปสู่ชุมชนตั้งแต่แรกเกิดจนกระทั่งเสียชีวิต<sup>๑</sup>

การไปวัด การไหว้พระ สวดมนต์ แผ่เมตตา เป็นกิจกรรมที่ชาวพุทธปฏิบัติเป็นประจำในชีวิตประจำวันแต่ปัจจุบันสภาพสังคมที่เปลี่ยนไป คนมีเวลาน้อยลงและสนใจในการทำกิจกรรมอื่นมากกว่าการไหว้พระสวดมนต์ หรือประกอบกิจกรรมทางศาสนาส่วนบ้านกลับวัดเริ่มห่างกันเนื่องจากพุทธบริษัทของสังคม เศรษฐกิจ โดยรวมของสังคมไทย มีชีวิตและความเป็นอยู่เปลี่ยนไปในทุกด้าน แต่คุณค่าทางศาสนายังเป็นเรื่องจำเป็นควบคู่กับการพัฒนาประเทศ เพราะศาสนาเป็นเรื่องจำเป็นของจิตใจ เป็นเรื่องศิลปกรรม คุณธรรมและจริยธรรมเป็นพื้นฐานที่ดีงามให้กับสังคมไทยมาโดยตลอด ดังนั้นการประกอบกิจกรรมทางศาสนาเป็นเรื่องที่พึงปฏิบัติและไม่ใช้เรื่องไกลตัวสำหรับพุทธศาสนิกชน ในอดีตการเข้าวัดวันธรรมสวนะ หรือวันพระ วันอุโบสถ อาจเป็นวันประชุมใหญ่ของพุทธศาสนิกชน เพื่อปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนาในวันพระพุทธศาสนาประจำสัปดาห์ อาจเรียกว่าที่มีกำหนดตามปฏิทินจันทรคติ โดยมีเดือนละ ๔ วัน อันได้แก่ วันขึ้น ๘ ค่ำ วันขึ้น ๑๕ ค่ำ (วันเพ็ญ) วันแรม ๘ ค่ำ และแรม ๑๕ ค่ำ ( หากเดือนใดเป็น

<sup>๑</sup> ปนัดดา นพพานวัน, การศึกษากระบวนการสื่อสารเผยแพร่ธรรมะของสถาบันสงฆ์ไทย, วิทยานิพนธ์ปริญญาโทศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๓), หน้า ๔๒.

เดือนขาดถือเอาวัน แรม ๑๕ ค่ำ) พุทธศาสนิกชนจึงถือเอาวันดังกล่าวเป็นวันธรรมสวนะสืบมา โดยจะเป็นวันที่สำคัญที่พุทธศาสนิกชนจะไปประชุมกันฟังพระธรรมเทศนาจากพระสงฆ์ที่วัด ในประเทศไทยปรากฏหลักฐานว่าได้มีประเพณีวันพระมาตั้งแต่สมัยสุโขทัย<sup>๒</sup> สิ่งที่บอกเล่าในประเทศไทย หลังจากวันพระได้ถูกยกเลิกไม่ให้เป็นวันหยุดราชการ ทำให้วันพระที่กำหนดวันตามปฏิทินจันทรคติส่วนใหญ่ไม่สอดคล้องกับปฏิทินที่ใช้กันอยู่ทั่วไป (เช่น วันพระไปตรงกับวันทำงานปกติ) ซึ่งคือหนึ่งในสาเหตุสำคัญในปัจจุบันที่ทำให้พุทธศาสนิกชนในปัจจุบันคงเหลือธรรมเนียมปฏิบัติอยู่แต่เฉพาะประเทศที่นับถือพระพุทธศาสนาเถรวาท เช่น ศรีลังกา พม่า, ไทย, ลาว และ เขมร (ในอดีตประเทศเหล่านี้ถือวันพระเป็นวันหยุดราชการ) โดยพุทธศาสนิกชนเถรวาทนับถือวันนี้เป็นวันสำคัญที่จะถือโอกาสไปวัดเพื่อทำบุญถวายภัตตาหารแด่พระสงฆ์และ ฟังพระธรรมเทศนา สำหรับผู้ที่เคร่งครัดในพระพุทธศาสนาอาจถือศีลแปดหรือศีลอุโบสถในวันพระด้วย นอกจากนี้ชาวพุทธยังถือว่าวันพระไม่ควรทำบาปใดๆ โดยเชื่อกันว่าการทำบาปหรือไม่ถือศีลห้าในวันพระถือว่าเป็นบาปมากกว่าในวันอื่นประเทศไทย ห่างจากการเข้าวัด เพื่อทำบุญในวันพระ”

ในปัจจุบันนี้สังคมไทยมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดำเนินชีวิตในสังคมคนเมืองและสังคมชนบทที่แตกต่างกันและเห็นได้ชัดเจน เพราะความสำคัญในการเข้าวัดฟังธรรมเพื่อ สืบสานวัฒนธรรมประเพณีในวันสำคัญของพระพุทธศาสนา โดยมีพระสงฆ์แสดงธรรมในวันพระ สิ่งเหล่านี้หล่อหลอมจิตใจของชาวพุทธ การสะสมบุญไว้เป็นเบื้องหน้าในวันธรรมสวนะ คือ การปฏิบัติโดยนำเอาหลักธรรมว่าด้วย ศีล สมาธิ ปัญญา มาเป็นบรรทัดฐานที่ต้องศึกษาในพระสงฆ์ ส่วนอุบาสก อุบาสิกาได้นำเอาหลักธรรมที่ว่าด้วย ทาน ศีล ภาวนา มาเป็นบรรทัดฐานในการปฏิบัติและดำเนินชีวิตที่ถูกต้องตามหลักธรรมอันดีงามของชาวพุทธ

ด้วยเหตุข้างต้น จึงเป็นแรงป็นคาลใจเกิดความสนใจศึกษาวันธรรมสวนะในพระพุทธศาสนา เพื่อบอกเอกลักษณ์และขนบธรรมเนียมประเพณีที่คึงามในการดำเนินชีวิตของชาวไทย จนกลายเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตและต้องการให้รู้เข้าใจถึงความสำคัญของวันธรรมสวนะ เพื่อนำหลักธรรมมาปรับใช้ในชีวิตรประจำวันพร้อมทั้งได้โอกาสส่งเสริมคุณธรรมพุทธศาสนิกชนได้เข้าใจและนำหลักธรรมพื้นฐานในวันธรรมสวนะไปปรับใช้ เข้ากับสังคมไทยปัจจุบัน

<sup>๒</sup>จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ศิลจารึกพ่อขุนรามคำแหงมหาราช, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย: จัดทำเนื่องในโอกาส ๓๐๐ ปี ลายสือไทย, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๒๗), หน้า ๔๗.

<sup>๓</sup><http://th.wikipedia.org/wik.com>, (ออนไลน์), ๑๕ มกราคม ๒๕๕๔.

## ๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาความเป็นมาวันธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษาหลักการปฏิบัติวันธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๒.๓ เพื่อศึกษาข้อปฏิบัติในวันธรรมสวนะของพุทธศาสนิกชนในสังคมไทยปัจจุบัน

## ๑.๓ ขอบเขตการวิจัย

สำหรับการวิจัยครั้งนี้ มีขอบเขตการวิจัย โดยแบ่ง ออกเป็น ๒ ด้าน คือ (๑) ด้านเนื้อหาและ (๒) ด้านเอกสาร ดังนี้

๑.๓.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา มุ่งศึกษาตามกรอบวัตถุประสงค์ของการวิจัย ได้แก่ ศึกษาความเป็นมาวันธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาท ศึกษาหลักการปฏิบัติวันธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาทและเพื่อศึกษาข้อปฏิบัติในวันธรรมสวนะของพุทธศาสนิกชนในสังคมไทยปัจจุบัน

๑.๓.๒ ขอบเขตด้านเอกสาร ผู้วิจัยศึกษาค้นคว้าจากหลักฐานข้อมูลจากเอกสาร คือ เอกสารชั้นปฐมภูมิ ได้แก่ พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๕ และเอกสารชั้นทุติยภูมิ ได้แก่ อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา ตำราวิชาการ สารนิพนธ์ วิทยานิพนธ์ สื่อออนไลน์ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยนี้

## ๑.๔ ปัญหาที่ต้องการทราบ

- ๑.๔.๑ วันธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาทเป็นอย่างไร
- ๑.๔.๒ หลักการปฏิบัติวันธรรมสวนะทางพระพุทธศาสนาเถรวาทมีอย่างไร
- ๑.๔.๓ ข้อปฏิบัติในวันธรรมสวนะของพุทธศาสนิกชนในสังคมไทยปัจจุบันมีอะไรบ้าง



## ๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในงานวิจัย

**วันธรรมสวนะ** หมายถึง วันฟังธรรมแต่ชาวพุทธนิยมเรียกว่า วันพระหรือวันอุโบสถ เป็นวันที่พุทธศาสนิกชนประชุมกันที่วัดเพื่อทำทาน รักษาศีล เจริญภาวนา และฟังธรรมในประเทศไทยกำหนดวันพระไว้เดือนหนึ่งมี ๔ วัน ได้แก่ วันขึ้น ๘ ค่ำ วันขึ้น ๑๕ ค่ำ วันแรม ๘ ค่ำ และ แรม ๑๕ ค่ำ (หรือวัน ๑๔ ค่ำในบางเดือน)

**พุทธศาสนิกชน** หมายถึง คนที่ตกลงใจน้อมรับนับถือพระพุทธศาสนาเป็นศาสนาประจำตัวประจำชีวิต ยินดีที่จะปฏิบัติตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา เต็มใจที่จะปฏิบัติตามหลักธรรมคือ เว้นจากการทำความชั่ว ทำแต่ความดี และทำจิตใจให้หมดจดจากกิเลสด้วยการบำเพ็ญบุญในพระพุทธศาสนา เช่น ให้ทาน รักษาศีล และเจริญภาวนาเพื่อขัดเกลา อบรมบ่มเพาะกาย วาจา ใจให้งดงามเรียบร้อย ให้สงบนิ่ง และให้พ้นจากความเศร้าหมองต่างๆ

**การดำเนินชีวิตพุทธศาสนิกชน** หมายถึง ผู้ปฏิบัติตนให้เป็นผู้รู้ ผู้ฉลาด ตื่นตัวอยู่เสมอ ไม่มัวเมา ไม่ประมาทมัวเมา ไม่หลงไปตามกระแสกิเลสชีวิตคนส่วนใหญ่ ต้องการมีความสุขในชีวิต

**สังคมไทย** หมายถึง กลุ่มคนที่อยู่รวมกันมากกว่า ๒ คน มีความสัมพันธ์กัน พึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน มีกิจกรรมร่วมกันและมีความรู้สึกเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันในประเทศไทย

## ๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้าข้อมูลจากหนังสือ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

๑.๖.๑ **พระธรรมวโรดม (บุญมา คุณสมฺปนฺโน)** กล่าวว่า อุบาสกในสมัยปัจจุบันมีการนิมนต์ หรืออัญเชิญพระภิกษุสงฆ์ เพื่อนิมนต์นบถ หรืออาหารที่ได้อัญเชิญ เนื่องในโอกาสต่างๆ เช่น การขึ้นบ้านใหม่ การฉลองวันคล้ายวันเกิด ทำบุญประจำปี สังฆนัต หรืออาหารที่ถวายได้ครบทุกรูปโดยส่วนมากจะจัดที่วัดนั้นๆ ส่วน อุทเทศกัต หรืออาหารที่ถวายระบุจำนวนนิยมตั้งแต่ ๕ รูปขึ้นไป นิยมจัดตั้งที่บูชาพระรัตนตรัย มีรูปเทียน ดอกไม้ ไม้ขีดไฟ เทียนชนวน ภาชนะสำหรับกรวดน้ำพร้อมน้ำ โดยจัดอาสน์สงฆ์ไว้ด้านซ้ายที่บูชาพระรัตนตรัย ผู้เป็นเจ้าภาพงานจะจุดรูปเทียนเพื่อกล่าวคำบูชาพระรัตนตรัย อาราธนาศีล สมาทานศีล แล้วจึงถวายทานด้วย

มือของตน ส่วนเงินทองนิยมมอบไว้แก่ไวยาวัจกร หรือลูกศิษย์ พระภิกษุสงฆ์ เสร็จแล้วจึงกรวดน้ำอุทิศส่วนกุศลให้บรรพบุรุษผู้ล่วงลับไปแล้ว<sup>๔</sup>

๑.๖.๒ พระธรรมกิติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ. ๘ ราชบัณฑิต) และคณะ กล่าวว่าในวันธรรมสวนะ (วันพระ) หรือวันอุโบสถศีล พุทธศาสนิกชนต่างไปสมาทาน รักษาศีล ฟังธรรมที่วัดเป็นนิตย์ จึงถือได้ว่าเป็นการปฏิบัติที่สมควรแก่การประพฤติ ปฏิบัติในทางดำเนินชีวิตได้ถูกต้อง ทำดีถูกทาง หากจะให้เคร่งครัด และสูงกว่านั้น ต้องปฏิบัติถือศีลอุโบสถ ซึ่งประกอบด้วยองค์ ๘ ประการ ที่บุคคลอยู่จำศีลแล้วย่อมได้รับอานิสงส์มาก มีความเจริญรุ่งเรืองไพศาล อันมีความสุขเป็นกำไร เป็นผู้ที่ไม่มีใครติเตียน ย่อมได้ฟังอันเกษมและย่อมถึงสวรรค์<sup>๕</sup>

๑.๖.๓ พระเทพโสภณ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) กล่าวว่า การเผยแผ่ธรรมในวันธรรมสวนะต่อพุทธศาสนิกชน เพื่อให้เกิดประโยชน์และความพึงพอใจต่อเนื้อหาสาระ ต่อสื่อบุคคล เพื่อเปลี่ยนแปลงละลายพฤติกรรมของผู้รับสารทุกกลุ่ม ทุกสังคม จึงจำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือ ร่วมแรง ร่วมใจของทุกฝ่าย โดยเฉพาะคณะสงฆ์ซึ่งเป็นผู้นำทางจิตวิญญาณ มีหน้าที่โดยตรง ควรตระหนักจะต้องปรับปรุงทักษะ กระบวนการรูปแบบ และยุทธวิธี หรือกลยุทธ์วิธีการประยุกต์ให้ทันสมัย เรียกว่า “แบบบูรณาการ” และปฏิบัติการเผยแผ่เชิงรุกในการเผยแผ่ธรรม เช่น การทำสังคมสงเคราะห์ หรือสังคหวัตถุธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงสอนไว้ นั่นคือ ธรรมานุญในการเผยแผ่ในพระพุทธศาสนา<sup>๖</sup>

๑.๖.๔ ธนิต อยู่โพธิ์ กล่าวถึง การเตรียมตัวของอุบาสกในการปฏิบัติธรรม ฟังนุ่งขาวห่มขาว เข้าจำอุโบสถอันประกอบด้วยองค์ ๘ ประการ ตลอดวัน ๑๔ ค่ำ วัน ๑๕ ค่ำ และวัน ๘ ค่ำแห่งปีกัณฑ์ และ ตลอดปาฏิหาริย์กัณฑ์ ระมัดระวังในนิจศีลหรือ ศีล ๕ และอุโบสถศีลหรือ ศีล ๘ บ้างก็ถือตลอดพรรษา<sup>๗</sup>

<sup>๔</sup> พระธรรมวาโรดม (บุญมา คุณสมฺปนฺโน), สากลทาน, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์สหธรรมิก), ๒๕๕๐, หน้า ๑-๓.

<sup>๕</sup> พระธรรมกิติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ. ๘ ราชบัณฑิต) และคณะ, คลังธรรม เล่ม ๓, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เคียงเคียง, ๒๕๔๖), หน้า ๑๕๗.

<sup>๖</sup> พระเทพโสภณ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), การเผยแผ่เชิงรุก, (กรุงเทพมหานคร : สามลดา, ๒๕๔๘), หน้า ๑๕.

<sup>๗</sup> ธนิต อยู่โพธิ์, อานิสงส์อุโบสถศีล, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๗), หน้า ๔๖-๕๘.



๑.๖.๕ สุเมธ เมธาวิทยากุล กล่าวไว้ว่า สังคมไทยทั้งสังคมเมืองและสังคมชนบทให้ความสำคัญ สนใจในการเข้าวัดฟังธรรมเพื่อเผยแพร่พระพุทธศาสนา ซึ่งเป็นหน้าที่ของพุทธศาสนิกชน โดยพระสงฆ์เป็นผู้แสดงธรรมในวันพระ หรือวันธรรมสวนะเป็นวันกำหนดให้มีวันฟังธรรม<sup>๔</sup>

๑.๖.๖ บุญมี แทนแก้ว กล่าวว่า วันธรรมสวนะเป็นวันที่จัดว่าศักดิ์สิทธิ์ยิ่งกว่าทุกวันในรอบหนึ่งเดือนเพราะชาวพุทธจะได้ชำระความไม่ดี บาปอกุศลกรรมเพื่อให้จิตใจสบาย สะอาด สว่าง สงบ ชาวพุทธจึงควรฟังธรรม เพราะเป็นกาลเวลาที่สมควรวันเช่นนี้กว่าจะมาถึงในรอบหนึ่งเดือนมีเพียง ๔ วัน คือ วันขึ้น ๘ ค่ำ ขึ้น ๑๕ ค่ำ หรือวันแรม ๘ ค่ำ แรม ๑๔ ค่ำ หรือแรม ๑๕ ค่ำ ชาวพุทธควรถือโอกาสทำความดี ชำระจิตใจโดยอาศัยการปฏิบัติธรรมเพื่อขจัดความชั่วร้าย ความไม่ดีออกจากจิตใจ ทางพระพุทธศาสนาจัดว่าเป็นกาลอันมงคล

๑.๖.๗ กรุงเทพโพลล์<sup>๕</sup> ได้ทำการสำรวจและวิจัย เรื่อง การปฏิบัติตนในวันออกพรรษา และความเห็นของชาวพุทธต่อพระพุทธศาสนาในปัจจุบัน พบว่า ชาวพุทธร้อยละ ๖๑.๑๘ เลื่อมศรัทธาในพุทธศาสนาเพราะข่าวด้านลบต่างๆ ของพระสงฆ์ แต่ยังคงให้ความสำคัญมากกับวันสำคัญทางพุทธศาสนา เนื่องในวันที่ ๑๒ ตุลาคม ๒๕๕๔ เป็นวันออกพรรษา ศูนย์วิจัยมหาวิทยาลัยกรุงเทพ (กรุงเทพโพลล์) จึงได้ดำเนินการสำรวจความคิดเห็นพุทธศาสนิกชนเรื่อง “การปฏิบัติตนในวันออกพรรษา และความเห็นของชาวพุทธต่อพุทธศาสนาในปัจจุบัน” โดยเก็บข้อมูลจากประชาชนอายุ ๑๘ ปีขึ้นไป ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน ๑,๒๐๓ คน เมื่อวันที่ ๓-๕ ตุลาคม ที่ผ่านมา พบว่า กิจกรรมที่ชาวพุทธตั้งใจจะทำในวันออกพรรษามากที่สุดคือ ทำบุญตักบาตร อุทิศส่วนกุศลให้ญาติผู้ล่วงลับ (ร้อยละ ๘๐.๑) รองลงมาคือ ร่วมกุศลกรรม ตักบาตรเทโว (ร้อยละ ๓๒.๓) และไปวัดฟังธรรม (ร้อยละ ๒๑.๑๔)<sup>๕</sup>

๑.๖.๘ วสิน อินสระ ได้กล่าวถึงความเข้าใจและตระหนักถึงความสำคัญของวันธรรมสวนะว่า การฟังธรรมในวันธรรมสวนะเป็นการแก้ปัญหาชีวิตนั้น บางครั้งขึ้นอยู่กับปัญหา

<sup>๔</sup>สุเมธ เมธาวิทยากุล, สังคัมปิธีกรรม, (กรุงเทพมหานคร : โอ.เอส.พรินติ้งเฮ้าส์, ๒๕๓๒), หน้า ๖๔.

<sup>๕</sup>กรุงเทพโพลล์, การปฏิบัติตนในวันออกพรรษา และความเห็นของชาวพุทธต่อพระพุทธศาสนาในปัจจุบัน, (ออนไลน์), <http://www.ryt9.com/s/bkp/1255465>, [๘ เมษายน ๒๕๕๕].

ของแต่ละคน เพราะการฟังธรรมก่อให้เกิดแนวคิด การแก้ไขปัญหา ตลอดจนการทำบุญในวันธรรมสวนะที่ถูกต้องตามหลักธรรมวินัยที่พระพุทธองค์ทรงบัญญัติไว้<sup>๑๐</sup>

๑.๖.๕ คุณ โทจันทร์ ได้กล่าวถึงกิจกรรมวันสำคัญของวันธรรมสวนะว่าเป็นการปฏิบัติที่สืบทอดมาแต่โบราณกาล ซึ่งจะมาประกอบพิธีกรรมกันที่วัดเพื่อความสมัครสมานสามัคคี การทำบุญกับพระสงฆ์ผู้เป็นนาบุญของโลก ตลอดจนได้มารักษาศีลอุโบสถ การฟังธรรมจากพระภิกษุ สามเณร ก่อให้เกิดความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ซึ่งกันและกัน<sup>๑๑</sup>

๑.๖.๑๐ พระครูปลัดศิริวัฒน์ สญฺญจิตโต (วิชาผา) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง ความพึงพอใจต่อการเผยแผ่ธรรมในวันธรรมสวนะของพุทธศาสนิกชน : กรณีศึกษาเขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพมหานคร โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงคุณลักษณะทางประชากรศาสตร์ ของพุทธศาสนิกชนต่อการเผยแผ่ธรรมในวันธรรมสวนะ และเกิดความพึงพอใจกับการนำไปใช้ประโยชน์ที่ได้จากการฟังธรรม เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะทางประชากรต่อการเผยแผ่ธรรมในวันธรรมสวนะพร้อมทั้งผู้ร่วมกิจกรรมในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา<sup>๑๒</sup>

๑.๖.๑๑ พระมหาคหลวงธรรม ฐมาโก (โอชาผล) ได้ศึกษาวรรณกรรมของไม้ เมืองเดิม อิทธิพลของพระพุทธศาสนาที่มีต่อวรรณกรรมของไม้ เมืองเดิม และอิทธิพลของวรรณกรรมของไม้ เมืองเดิม ที่มีต่อสังคมไทย พบว่า ไม้ เมืองเดิม กล่าวถึงศาสนพิธีที่ชาวบ้านปฏิบัติกันในวรรณกรรม เช่น วันสงกรานต์ วันเข้าพรรษา วันธรรมสวนะ ตรงกับที่พุทธศาสนิกชนไทยปฏิบัติกันอยู่ในชีวิตจริงอันเป็นการสะท้อนให้เห็นวิถีชีวิตไทยผ่านทางวรรณกรรม<sup>๑๓</sup>

<sup>๑๐</sup> วิสิน อินทสยะ, เพื่อความสุขใจ, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เม็ดทราย, ๒๕๔๔), หน้า ๓๓๗.

<sup>๑๑</sup> คุณ โทจันทร์, พระพุทธศาสนากับชีวิตประจำวัน, (กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์, ๒๕๔๓), หน้า ๑๐๔.

<sup>๑๒</sup> พระครูปลัดศิริวัฒน์ สญฺญจิตโต (วิชาผา). ความพึงพอใจต่อการเผยแผ่ธรรมในวันธรรมสวนะของพุทธศาสนิกชน : กรณีศึกษาเขตบางกอกใหญ่ (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕), หน้า ๔๓.

<sup>๑๓</sup> พระมหาคหลวงธรรม ฐมาโก (โอชาผล), วิชานิพนธ์เรื่อง ศึกษาวรรณกรรมของไม้ เมืองเดิม อิทธิพลของพระพุทธศาสนาที่มีต่อวรรณกรรมของไม้ เมืองเดิม และอิทธิพลของวรรณกรรมของไม้ เมืองเดิม ที่มีต่อสังคมไทย, วิชานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ๑๒๑.

## ๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ มีวิธีดำเนินการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) มีวิธีการดำเนินการวิจัย ดังนี้

๑.๗.๑ ศึกษาเอกสารชั้นปฐมภูมิ ได้แก่ พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๘ และอรรถกถา มหามกุฏราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๒๕

๑.๗.๒ ศึกษาเอกสารข้อมูลชั้นทุติยภูมิ ได้แก่เอกสาร อรรถกถา วิธานิพนธ์ ตำรา บทความทางวิชาการ เอกสารอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง

๑.๗.๓ วิเคราะห์ข้อมูลที่ได้รวบรวมจาก ชั้นปฐมภูมิ และทุติยภูมิ

๑.๗.๔ สรุปผลการวิจัย พร้อมข้อเสนอแนะ

๑.๗.๕ เสนอผลการวิจัยโดยวิธีพรรณวิเคราะห์ (Descriptive Analysis)

## ๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๘.๑ ทำให้ทราบถึงความเป็นมาวันธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๘.๒ ทำให้ทราบถึงหลักการปฏิบัติวันธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๘.๓ ทำให้ทราบถึงข้อปฏิบัติในวันธรรมสวนะของพุทธศาสนิกชนในสังคมไทยปัจจุบัน



## บทที่ ๒

### วันธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาท

ในบทนี้ มุ่งศึกษาวันธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาท ออกเป็น ๖ ประการ คือ (๑) ความเป็นมาของวันธรรมสวนะในพระไตรปิฎก (๒) ความหมายของวันธรรมสวนะ (๓) คำเรียกวันธรรมสวนะ และ (๔) จุดมุ่งหมายของการกำหนดวันธรรมสวนะ (๕) การเผยแผ่วันธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาท และ (๖) สรุป มีรายละเอียด ดังนี้

#### ๒.๑ ความเป็นมาของวันธรรมสวนะในพระไตรปิฎก

##### ๒.๑.๑ ความเป็นมาของวันธรรมสวนะในพระวินัยปิฎก

ความเป็นมาของวันธรรมสวนะเกิดขึ้นในสมัยพุทธกาล โดยมีพระเจ้าพิมพิสาร กษัตริย์ผู้ครองแคว้นมคธ ทรงเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้าซึ่งประทับอยู่ที่เขาคิชฌกูฏ ใกล้เมืองราชคฤห์ ซึ่งเป็นเมืองหลวงของแคว้นพระเจ้าพิมพิสารได้กราบทูลว่า นักบวชในศาสนาอื่นมีวันประชุมสนทนาเกี่ยวกับหลักธรรมคำสอนในศาสนา แต่พระพุทธศาสนานั้นยังไม่มี พระพุทธเจ้าจึงทรงอนุญาตให้พระสงฆ์ประชุมสนทนาธรรม พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสเรียกภิกษุทั้งหลาย เมื่อภิกษุมาประชุมโดยพร้อมเพรียงกันแล้วจึงทรงตรัสแก่ภิกษุทั้งหลายว่า ลูกก่อนภิกษุทั้งหลายเราอนุญาตให้เธอทั้งหลายประชุมพร้อมกันในวัน ๑๔ ค่ำ ๑๕ ค่ำ และ ๘ ค่ำ<sup>๑</sup> เพื่อแสดงพระธรรมเทศนาโปรดแก่ประชาชนตามคำขออนุญาตของพระเจ้าพิมพิสาร ตั้งแต่บัดนั้น เป็นต้นมา<sup>๒</sup> พุทธศาสนิกชนจึงถือเอาวันดังกล่าวเป็นวันธรรมสวนะเพื่อกำหนดให้มีการประชุมพร้อมเพรียงกันฟังธรรม การประชุมสงฆ์ซึ่งเป็นสาวกของพระพุทธองค์นั้นก็ได้นัดหมายไปประชุมกัน และจะมีพระสงฆ์รูปหนึ่งเป็นผู้สวดพระปาฏิโมกข์ พระภิกษุทุกรูปก็จะนั่งฟังด้วยอาการอันสำรวม และตั้งใจจนกระทั่งจบ

ดังนั้น วันธรรมสวนะจึงได้เกิดขึ้น คำว่า "สวนะ" แปลว่า การฟัง และคำว่า "ธรรมสวนะ" แปลว่า การฟังธรรม นั่นคือ วันธรรมสวนะก็แปลว่า กำหนดประชุมฟังธรรม หรือพูดตามภาษาชาวบ้านทั่วไปว่า วันไปฟังเทศน์หรือวันพระ ในทางศาสนาก็ยังได้เรียกว่า วันอุโบสถ ซึ่งแปลว่า วันจำศีลของอุบาสิกอุบาสิกาผู้ต้องการบุญกุศลเป็นกรณีพิเศษ โดยปกติการทำบุญใน

<sup>๑</sup> ม.อ. (ไทย) ๒๐/๓๑/๒๓๕-๒๔๐.

<sup>๒</sup> วิ.มหา. (ไทย) ๔/๑๑/๕๕.

สมัยพุทธกาล จะเห็นได้จากที่พระพุทธองค์ทรงออกบิณฑบาต เพื่อให้พุทธศาสนิกชนได้ทำบุญใส่บาตรเพียงเท่านั้น จากนั้นพระพุทธองค์ก็ทรงสั่งสอนธรรมในโอกาสที่ทรงเห็นว่าบุคคลใดจะได้บรรลุธรรม ดังนั้นจึงเป็นการดีที่พระเจ้าพิมพิสารได้ทูลขอให้พระพุทธองค์ทรงให้พระสงฆ์ประชุมเพื่อสนทนาธรรมซึ่งกันและกัน นอกจากนี้ยังเป็นการเปิดโอกาสให้ธรรมได้เข้ามาถึงกลุ่มพุทธศาสนิกชนที่จะได้ไต่ถามข้อสงสัยและแนวทางแห่งการปฏิบัติ ในครั้งแรกที่มีการประชุมเพื่อแสดงธรรม

ผู้วิจัยตั้งข้อสังเกตไว้ว่าน่าจะมีการไปฟังธรรมโดยยังไม่มี การถวายสิ่งของหรือการให้ทาน รักษาศีล เจริญภาวนาแต่อย่างใด ต่อมาเมื่อมีการฟังธรรมกันมากขึ้น และเข้าใจในหลักธรรมโดยเฉพาะหลักไตรสิกขา ได้แก่ ทาน ศีล ภาวนา การทำบุญจึงจะบริบูรณ์ ต่อมาก็มีการให้ทานตามพุทธบัญญัติของพระพุทธองค์ที่พุทธศาสนิกชนให้สังเคราะห์พระสงฆ์และสามเณร ผู้มีศีลทั้งหลาย จะทำให้ได้บุญมากและมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีสุขสบายแก่ผู้ถวายทานนั้น ดังที่พระพุทธองค์ทรงกล่าวไว้ว่าพระสงฆ์เป็นเนื้อนาบุญที่ดีทั้งหลายในโลก และต่อมาก็เริ่มมีการปฏิบัติธรรมจนสืบทอดมาถึงปัจจุบันนี้

## ๒.๒ ความหมายของคำว่า “วันธรรมสวนะ”

ความหมายวันธรรมสวนะ (อ่านว่า วัน-ท่า-มะ-สะ-วะ-นะ) คือ วันกำหนดประชุมฟังธรรมของพุทธบริษัท ที่เรียกเป็นคำสามัญโดยทั่วไปว่า “วันพระ” เป็นประเพณีนิยมของพุทธบริษัทที่ได้ปฏิบัติสืบเนื่องกันมาแล้วแต่ครั้งพุทธกาล โดยถือว่าการฟังธรรมตามกาลที่กำหนดเป็นประจำไว้ ย่อมก่อให้เกิดสติปัญญาและสิริมงคลแก่ผู้ฟังอย่างน้อยได้รับธรรมสวนานิสงส์อยู่เสมอ วันกำหนดฟังธรรมนี้พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้ในเดือนหนึ่ง ๆ ทั้งข้างขึ้น และข้างแรมรวม ๔ วัน ได้แก่ (๑) วันขึ้น ๘ ค่ำ (๒) วันขึ้น ๑๕ ค่ำ (๓) วันแรม ๘ ค่ำ (๔) วันแรม ๑๔ หรือ ๑๕ ค่ำ (หากตรงกับเดือนขาด เป็นแรม ๑๔ ค่ำ) ของทุกเดือนวันทั้ง ๔ นี้ ถือกันว่าเป็นวันกำหนดประชุมฟังธรรมโดยปกติ และนิยมเป็นวันรักษาปกติอุโบสถสำหรับฆราวาส ผู้ต้องการอบรมกุศลอีกด้วย<sup>๓</sup> วันธรรมสวนะนี้พุทธบริษัทได้ปฏิบัติสืบเนื่องกันมา แต่ครั้งสมัยพุทธกาล

<sup>๓</sup>พระเทพเวที (ประยูรค์ ปยุตโต ป.ธ.๘), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม, (กรุงเทพมหานคร โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๒๘), หน้า ๓๓.



จนกระทั่งปัจจุบัน และเมื่อพระพุทธศาสนาได้เผยแผ่เข้ามาในประเทศไทย<sup>๕</sup> พุทธศาสนิกชนชาวไทย จึงถือเอาวันดังกล่าวเพื่อถือศีล ปฏิบัติธรรม ประกอบบุญกุศล และกระทำความดีของสงฆ์ ซึ่งมีมาตั้งแต่สมัยสุโขทัย เพื่อกำหนดให้มีการประชุมพร้อมเพรียงกันฟังธรรมในสมัยพุทธกาล สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงประชุมพระสงฆ์สาวกเพื่อทรง สั่งสอนธรรม การประชุมสงฆ์ ซึ่งเป็นสาวกของพระพุทธองค์นั้น ก็ได้นัดหมายไปประชุมกัน และจะมีพระสงฆ์รูปหนึ่งเป็นผู้สวดพระปาฏิโมกข์พระภิกษุทุกรูปก็จะนั่งฟังด้วยอาการอันสำรวม และตั้งใจจนกระทั่งจบคำว่า “สวณะ” แปลว่า การฟัง, และคำว่า “ธรรมสวณะ” แปลว่า การฟังธรรม นั่นคือวันธรรมสวณะ ก็แปลว่า กำหนดประชุมฟังธรรมหรือ กล่าวตามภาษาชาวบ้านทั่วไปว่า วันไปฟังเทศน์กันนั่นเอง

อนึ่ง วันพระในทางศาสนาก็ยังได้เรียกว่า วันอุโบสถ ซึ่งแปลว่าวันจำศีลของอุบาสก อุบาสิกาผู้ต้องการบุญกุศลเป็นกรณีพิเศษพิเศษของชาวบ้าน โดยพุทธศาสนิกชนก็จะไปร่วมทำบุญ ตักบาตร ถวายอาหารหวานคาวแด่พระสงฆ์ สมาทานศีล (รับศีล) และฟังพระธรรมเทศนาที่วัด ในวันธรรมสวณะ ชาวบ้านจะละเว้นการประพฤติกิจที่เป็นบาปต่าง ๆ การสมาทานศีลในวันนี้ เช่น รับศีล ๕ หรือศีล ๘ ซึ่งเรียกว่า อุโบสถศีล พระสงฆ์จะแสดงพระธรรมเทศนาหรือธรรมสากัจฉา หรือสนทนาธรรมกัน การประชุมฟังธรรมในวันธรรมสวณะจึงมีพิธีกรรมที่ต้องปฏิบัติเกิดขึ้น โดยนิยมเป็นระเบียบปฏิบัติซึ่งเรียกกันว่าขั้นตอนพิธีกรรม อีกความหมายหนึ่ง วันธรรมสวณะหมายถึง วันฟังธรรมทางจันทรคติ ของพุทธศาสนิกชน ตรงกับวันขึ้น แรม ๘ ค่ำ และ ๑๕ ค่ำ หรือ แรม ๑๔ ค่ำ<sup>๖</sup> เนื้อหาสาระในบทพระธรรมเทศนาทั้ง ๒๘๘ ล้านวนั้น เป็นการนำเสนอสารแบบเทศนาโวหาร คือ พุคให้ผู้ที่ฟังได้เกิดการเรียนรู้ในเนื้อหาสาระของธรรมะโดยตรง แบ่งเนื้อหาของหลักธรรมออก เป็น ๓ ประเภท คือ

- ก. ทานมัย ทำบุญด้วยการให้ปันสิ่งของ
- ข. ศีลมัย ทำบุญด้วยการรักษาศีล
- ค. ภาวนามัย ทำบุญด้วยการเจริญภาวนา คือฝึกอบรมจิตใจ

<sup>๕</sup> วิทย์ วิศทเวทย์, และ เสฐียรพงษ์ วรรณปก, "หนังสือเรียนสังคมศึกษา รายวิชา ส ๐๑๘ พระพุทธศาสนา" ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท อักษรเจริญทัศน์ อจท. จำกัด. พ.ศ. ๒๕๓๓), หน้า ๑๔๘.

<sup>๖</sup> สุชีพ ปุญญากาพ, พระไตรปิฎกฉบับสำหรับประชาชน, (กรุงเทพมหานคร:โรงพิมพ์มหาสมุทรราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕), หน้า ๖๕.

หลักสำคัญในการแสดงเนื้อหาสาระของธรรมะ เพื่อให้ผู้ฟังเกิดการเรียนรู้<sup>๖</sup> พระธรรมกถึกต้องแสดงอย่างชัดเจนแจ่มแจ้ง ให้ผู้ฟังเกิดการสนใจ และเข้าใจในความหมายของ ธรรมะได้อย่างถูกต้อง เรียนรู้วิธีนำไปปฏิบัติและผลของการปฏิบัติ<sup>๗</sup>

ดังนั้น คำว่า "สวนะ" แปลว่า การฟัง และคำว่า "ธรรมสวนะ" แปลว่า การฟังธรรม นั้น คือ วันธรรมสวนะก็แปลว่า กำหนดประชุมฟังธรรม หรือพูดตามภาษาชาวบ้านทั่วไปว่า วัน ไปฟังเทศน์หรือวันพระ ในทางศาสนาก็ยังได้เรียกว่า วันอุโบสถ ซึ่งแปลว่า วันจำศีลของอุบาสก อุบาสิกา ผู้ต้องการบุญกุศลเป็นกรณีพิเศษ พิธีของชาวบ้านโดยพุทธศาสนิกชนก็จะไปร่วม ทำบุญตักบาตร ถวายอาหารหวานคาวแด่พระสงฆ์ สมาทานศีล (รับศีล) และฟังพระธรรมเทศนา ที่วัด ในวันธรรมสวนะนี้ ชาวบ้านก็จะพลະเว่นการประพตติกิจที่เป็นบาปต่างๆ การสมาทานศีล ในวันนี้ เช่น รับศีล ๕ หรือ ศีล ๘ ซึ่งเรียกว่า อุโบสถศีล พระสงฆ์จะได้แสดง พระธรรมเทศนา หรือ ธรรมสาส์นจำลา หรือ สนทนาธรรมกัน ซึ่งนับว่าเกิดเป็นประโยชน์แก่ผู้ฟังเป็นอย่างยิ่ง<sup>๘</sup>

### ๒.๓ คำเรียกวันธรรมสวนะ

ผู้วิจัย ศึกษาคำเรียกวันธรรมสวนะ มีรายละเอียด ดังนี้

#### ๒.๓.๑ วันพระ

หลังจากนั้น พุทธศาสนิกชนจึงถือเอาวันดังกล่าวเป็นวันธรรมสวนะสืบมา โดย จะเป็นวันสำคัญที่พุทธศาสนิกชนจะไปประชุมกันฟังพระธรรมเทศนาจากพระสงฆ์ที่วัด ในประเทศไทยปรากฏหลักฐานว่าได้มีประเพณีวันพระมาตั้งแต่สมัยสุโขทัย<sup>๙</sup> วันพระ ในปัจจุบัน คงเหลือธรรมเนียมปฏิบัติอยู่แต่เฉพาะประเทศที่นับถือพระพุทธศาสนาเถรวาท เช่น ศรีลังกา, พม่า, ไทย, ลาว และเขมร (ในอดีตประเทศเหล่านี้ถือวันพระเป็นวันหยุดราชการ) โดย

<sup>๖</sup>พระมหานุกูล โสภณสิโร, คู่มือศาสนพิธี เล่ม ๑, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (สุราษฎร์ธานี, ๒๕๓๑), หน้า ๔๗.

<sup>๗</sup>จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ศิลาจารึกพ่อขุนรามคำแหงมหาราช, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จัดทำเนื่องในโอกาส ๗๐๐ ปี ลายสือไทย, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๒๗), หน้า ๑๑๒.

<sup>๘</sup>จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ศิลาจารึกพ่อขุนรามคำแหงมหาราช, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยจัดทำเนื่อง ในโอกาส ๗๐๐ ปี ลายสือไทย, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๒๗), หน้า ๑๑๕.

พุทธศาสนิกชนเถรวาทนับถือว่าวันนี้เป็นวันสำคัญที่จะถือโอกาสไปวัดเพื่อทำบุญถวายภัตตาหารแด่พระสงฆ์และฟังพระธรรมเทศนา สำหรับผู้ที่เคร่งครัดในพระพุทธศาสนาอาจถือศีลแปดหรือศีลอุโบสถในวันพระด้วย นอกจากนี้ชาวพุทธยังถือว่าวันพระไม่ควรทำบาปใด ๆ โดยเชื่อกันว่าการทำบาปหรือไม่ถือศีลห้าในวันพระถือว่าเป็นบาปมากกว่าในวันอื่น ในประเทศไทยหลังจากวันพระได้ถูกยกเลิกไม่ให้เป็นวันหยุดราชการ ทำให้วันพระที่กำหนดวันตามปฏิทินจันทรคติส่วนใหญ่ไม่สอดคล้องกับปฏิทินที่ใช้กันอยู่ทั่วไป (เช่น วันพระไปตรงกับวันทำงานปกติ) ซึ่งคือหนึ่งในสาเหตุสำคัญในปัจจุบันที่ทำให้พุทธศาสนิกชนในประเทศไทยห่างจากการเข้าวัดเพื่อทำบุญในวันพระ นอกจากนี้ ในประเทศไทยยังมีคำเรียกวันก่อนวันพระหนึ่งวันว่า "วันโกน" เพราะปกติในวันขึ้น ๑๔ ค่ำปกติ ก่อนวันเพ็ญขึ้น ๑๕ ค่ำ เป็นธรรมเนียมของพระสงฆ์ในประเทศไทยที่จะโกนผมในวันนี้

วันพระ คือวันประเสริฐสำหรับชีวิต ๗ วัน มีวันประเสริฐวันหนึ่ง เป็นวันแห่งการชำระชะล้าง เป็นวันแห่งการพิจารณาตัวเอง ตักเตือนตัวเอง แก้ไขตัวเองเพื่อทำตัวเราให้ดีขึ้น เสื้อผ้าที่เราสวมใส่ ถ้าไม่ได้ซักเลยก็จะเหม็นสาบ ร่างกายไม่ได้อาบน้ำก็สกปรก มีกลิ่นไม่ค่อยจะดี บ้านเรือนไม่ได้ปัดกวาดก็ไม่สะอาดฉันใดร่างกายจิตใจเรานี้ก็เหมือนกัน เราจะต้องมีการชำระชะล้าง เพราะสิ่งสกปรกเกิดขึ้นทุกวินาทีของชีวิต สิ่งที่เป็นอกายเป็นสิ่งสกปรกภายนอก เราดูด้วยน้ำได้ แต่สิ่งที่เปื้อนใจมันเป็นกิเลส ที่เกิดขึ้นครอบงำจิตใจ ทำให้จิตใจเปลี่ยนหน้าตาเดิม กลายเป็นสกปรก รุนแรง เราร้อน เป็นสิ่งที่เราจะต้องขัดต้องถูเอาสิ่งนั้นออก วันพระเป็นวันแห่งความดี เป็นวันที่เราควรจะไปหาพระ รับคำสอนของพระนำมาเป็นหลักปฏิบัติ ในชีวิตประจำวัน ทุกศาสนามีวันพระด้วยกันทั้งนั้น ชาวพุทธเราปกติถือว่าวันเพ็ญ วันขึ้น ๘ ค่ำ วันกลางเดือน วันแรม ๘ วันดับนับทางจันทรคติถือว่าเป็นวันพระ ศาสนาคริสต์เขาถือวันอาทิตย์เป็นวันพระ อิสลามถือวันศุกร์เป็นวันพระ จะถือวันไหนก็ตามใจ ทางศาสนาจึงตั้งระบบไว้ว่า วันพระเป็นวันชำระสะสาง เป็นวันที่ควรจะได้ใช้สติปัญญา พิจารณาตัวเอง ตักเตือนตัวเอง แก้ไขตัวเอง ก็เราทุกคนที่เกิดมามีชีวิตอยู่ในโลกนี้ ควรจะอยู่ด้วยความคิดว่าเราอยู่เพื่อความดีขึ้น อยู่เพื่อความดีขึ้น อยู่เพื่อความสะอาด อยู่เพื่อความสงบ อยู่เพื่อความสว่าง ไม่ใช่อยู่เพื่อความสกปรก เราร้อน รุนแรง ถ้าอยู่เพื่อความสกปรก ชีวิตลดค่าลดราคา จะไม่มีความหมาย ไม่มีคุณค่า สมกับที่เราเกิดมาเป็นผู้เป็นคน เพราะฉะนั้น เราจึงต้องมีการชำระสะสางบ่อย ๆ ความจริงก็ควรชำระกันทุกวัน สะสางกันทุกวัน แต่บางทีก็ลืมไป เพียงกำหนดไว้ว่า ๗ วัน เป็นวันหยุดงานพักผ่อน แล้วก็ควรจะได้ชำระสะสางกายวาจาใจ ของเราให้สะอาด ปราศจากสิ่งเศร้าหมองใจ



การเข้ามาชำระสะสางจิตใจนั้น เรียกว่าเข้ามาอยู่เพื่อปฏิบัติธรรม ตามภาษาธรรมะเขา เรียกว่า เข้าอยู่อุโบสถ อุโบสถ แปลว่าการเข้าไปอยู่ในกรอบของศีลธรรม ไม่ปล่อยตัวปล่อยใจ ไปตามอารมณ์ ตามสิ่งแวดล้อม เพื่อแก้ไขตัวเอง เพื่อจะได้รู้จักตัวเอง เพื่อจะได้รู้ว่าอะไรมัน เกิดขึ้นในใจของเรา เพื่อจะรู้ว่า สิ่งนั้นว่าเกิดอยู่ในตัวเรา มันให้อะไรแก่เรา ให้ความทุกข์ ให้ความสุข ให้ความเสื่อม ให้ความเจริญอย่างไร ถ้ารู้ว่ามันเป็นไปเพื่อความทุกข์ เพื่อความเสื่อม เราก็ต้องชำระสะสางเอาสิ่งนั้น ออกไปจากจิตใจ เครื่องมือสำหรับชำระสะสางจิตใจนั้น ก็คือ หลักศีลธรรม คำสอนในทางพระศาสนา เราเป็นผู้นับถือพุทธศาสนา เราก็เอาหลักศีลธรรม คำสอนของพระพุทธเจ้า เป็นเครื่องมือสำหรับชำระสะสางชีวิตจิตใจ ให้่องใส ให้สะอาด ปราศจากสิ่งที่เป็นทุกข์เป็นโทษ ถ้าเราไม่ต้องการชำระสะสางชีวิตจิตใจ เราก็จะมีทุกข์มากขึ้น มีความไม่สะอาดมากขึ้น ก็เกิดเป็นปัญหา ปัญหาไม่ได้เกิดเฉพาะตัว แต่จะเกิดขึ้นแก่สังคม แก่ ประเทศชาติ แก่ลูกก็ว่าได้

### ๒.๓.๒ วันธรรมสวนะ

คำว่า "สวนะ" แปลว่า การฟัง และคำว่า "ธรรมสวนะ" แปลว่า การฟังธรรม นั่นคือ วันธรรมสวนะก็แปลว่า กำหนดประชุมฟังธรรม หรือพูดตามภาษาชาวบ้านทั่วไปว่า วันไปฟัง เทศน์หรือวันพระ ในทางศาสนาก็ยังได้เรียกว่า วันอุโบสถ ซึ่งแปลว่า วันจำศีลของอุบาสก อุบาสิกาผู้ต้องการบุญกุศลเป็นกรณีพิเศษ พิธีของชาวบ้าน โดยพุทธศาสนิกชนก็จะไปร่วม ทำบุญตักบาตร ถวายอาหารหวานคาวแด่พระสงฆ์ สมาทานศีล(รับศีล) และฟังพระธรรมเทศนา ที่วัด ในวันธรรมสวนะนี้ ชาวบ้านก็จะพลະเว่นการประพาดกิจที่เป็นบาปต่างๆ ซึ่ง ซึ่งนับว่าเกิด เป็นประโยชน์แก่ผู้ฟังเป็นอย่างยิ่ง

ประเทศไทยพุทธศาสนิกชนจึงถือเอาวันดังกล่าวเป็นวันธรรมสวนะสืบมา โดยจะเป็นวันสำคัญที่พุทธศาสนิกชนจะไปประชุมกันฟังพระธรรมเทศนาจากพระสงฆ์ที่วัด ในประเทศไทยปรากฏหลักฐานว่า ได้มีประเพณีวันธรรมสวนะมาตั้งแต่สมัยสุโขทัย<sup>๕</sup>

วันธรรมสวนะในปัจจุบัน คงเหลือธรรมเนียมปฏิบัติอยู่แต่เฉพาะประเทศที่นับถือ พระพุทธศาสนาเถรวาท เช่น ศรีลังกา, พม่า, ไทย, ลาว และเขมร (ในอดีตประเทศเหล่านี้ถือวัน

<sup>๕</sup> จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ศิลาจารึกพ่อขุนรามคำแหงมหาราช. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยจัดทำเนื่องใน โอกาส ๗๐๐ ปี ลายสือไทย, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๒๗), หน้า ๘๕.

พระเป็นวันหยุดราชการ) โดยพุทธศาสนิกชนเถรวาทนับถือว่าวันนี้เป็นวันสำคัญที่จะถือโอกาสไปวัดเพื่อทำบุญถวายภัตตาหารแด่พระสงฆ์และฟังพระธรรมเทศนา สำหรับผู้ที่เคร่งครัดในพระพุทธศาสนาอาจถือศีลแปดหรือศีลอุโบสถในวันพระด้วย นอกจากนี้ชาวพุทธยังถือว่าวันพระไม่ควรทำบาปใด ๆ โดยเชื่อว่าการทำบาปหรือไม่ถือศีลห้าในวันธรรมสวนะถือว่าเป็นบาปมากกว่าในวันอื่น ในประเทศไทย หลังจากวันพระได้ถูกยกเลิกไม่ให้เป็นวันหยุดราชการ ทำให้วันธรรมสวนะที่กำหนดวันตามปฏิทินจันทรคติส่วนใหญ่ไม่สอดคล้องกับปฏิทินที่ใช้กันอยู่ทั่วไป (เช่น วันธรรมสวนะไปตรงกับวันทำงานปกติ) ซึ่งคือ หนึ่งในสาเหตุสำคัญในปัจจุบันที่ทำให้พุทธศาสนิกชนในประเทศไทยห่างจากการเข้าวัดเพื่อทำบุญในวันธรรมสวนะ

### ๒.๓.๓ วันอุโบสถ

วันอุโบสถ (วัน ๘ ค่ำ) หรือวันลงอุโบสถ (วัน ๑๔ หรือ ๑๕ ค่ำ) ๑) วันอัฐมี วัน ๘ ค่ำ ใช้เรียกทั้งข้างขึ้นและข้างแรม เรียกเต็มว่า อัฐมีดิถีอัฐมี ปกติใช้ในการประกาศองค์อุโบสถในวันพระ ซึ่งหัวหน้าอุบาสกหรืออุบาสิกาจะประกาศก่อนที่จะรับศีลอุโบสถจากพระว่า<sup>๑๑</sup> “ขอประกาศเริ่มเรื่องความที่จะสมาทานรักษากุโบสถ อันพร้อมไปด้วยองค์แปดประการให้สาธุชนที่ได้ตั้งจิตสมาทานทราบทั่วกันก่อนแต่สมาทาน ณ บัดนี้ ด้วยวันนี้เป็นอัฐมีดิถีที่สิบสี่ แห่งกาฬปักษ์มาถึงแล้ว ก็แหละวันเช่นนี้เป็นกาลที่สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงบัญญัติแต่งตั้งไว้ให้ประชุมกัน ฟังธรรม และเป็นกาลที่จะรักษากุโบสถของอุบาสกอุบาสิกาทั้งหลาย” ถ้าเป็นวัน ๑๔ ค่ำใช้ว่า วันจาตุทสี วัน ๑๕ ค่ำ ใช้ว่า วันปณณรสี ส่วน วันจาตุทสีจาตุทสี (อ่านว่า จาตุตตะสี) แปลว่า ดิถีเป็นที่เต็ม ๑๔ วัน คือ วัน ๑๔ ค่ำ ใช้เรียกทั้งข้างขึ้นและข้างแรม เรียกเต็มว่า จาตุทสีดิถีจาตุทสี ปกติใช้ในการประกาศองค์อุโบสถในวันพระ ซึ่งหัวหน้าอุบาสกหรืออุบาสิกาจะประกาศก่อนที่จะรับศีลอุโบสถจากพระว่า<sup>๑๒</sup> “ขอประกาศเริ่มเรื่องความที่จะสมาทานรักษากุโบสถ อันพร้อมไปด้วยองค์แปดประการให้สาธุชนที่ได้ตั้งจิตสมาทานทราบทั่วกันก่อนสมาทาน และกล่าวด้วยเป็นจาตุทสี ดิถีที่สิบสี่ แห่งกาฬปักษ์มาถึงแล้ว ก็แหละวันเช่นนี้เป็นกาลที่สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงบัญญัติแต่งตั้งไว้ให้ประชุมกัน ฟังธรรม และเป็นกาลที่จะรักษากุโบสถของอุบาสกอุบาสิกาทั้งหลาย” ถ้าเป็นวัน ๘ ค่ำใช้ว่า วันอัฐมี วัน ๑๕ ค่ำ ใช้ว่าวันปณณรสี และวันปณณรสี แปลว่า ดิถีเป็นที่เต็ม ๑๕ วัน คือ วัน ๑๕ ค่ำ ใช้เรียกทั้งข้างขึ้นและข้างแรม เรียกเต็มว่า ปณณรสีดิถีปณณรสี ปกติใช้ในการประกาศองค์อุโบสถในวันพระ

<sup>๑๑</sup> พระธรรมกถึกสังคหี (ทองดี สุรเตโช) ป.ธ. ๘ ราชบัณฑิต, พจนานุกรมเพื่อการศึกษาศาสนาพุทธ ศุภ คำ วัด, วัดราชโอรสาราม กรุงเทพมหานคร, ๒๕๔๘, หน้า ๖๕.

<sup>๑๒</sup> พระธรรมกถึกสังคหี (ทองดี สุรเตโช) ป.ธ. ๘ ราชบัณฑิต, เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๓.



ซึ่งหัวหน้าอุบาสกหรืออุบาสิกาจะประกาศก่อนที่จะรับศีลอุโบสถจากพระว่า “ขอประกาศเริ่มเรื่องความที่จะสมาทานรักษาศีลอุโบสถ อันพร้อมไปด้วยองค์แปดประการให้สาธุชนที่ได้ตั้งจิตสมาทานทราบทั่วกันก่อนแต่สมาทาน ณ บัดนี้ ด้วยวันนี้เป็นปีณาลี ดิลกที่สิบห้า แห่งกาพย์กษ มาถึงแล้ว ก็แหละวันนี้เป็นกาลที่สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงบัญญัติแต่งตั้งไว้ให้ประชุมกัน ฟังธรรม และเป็น กาลที่จะรักษาศีลอุโบสถของอุบาสกอุบาสิกาทั้งหลาย” นอกจากนี้คำว่า "คืนวันปีณาลี" ยังสามารถใช้ได้กับวันออกพรรษาได้อีกด้วย<sup>๒</sup> ถ้าเป็นวัน ๘ คำใช้ว่า วันอัฐมิ วัน ๑๔ คำ ใช้ว่าวันจาตุทสี

## ๒.๔ จุดมุ่งหมายของวันธรรมสวนะ

จุดมุ่งหมายสำคัญของวันธรรมสวนะ มีอยู่ ๔ ประการ ดังนี้

### ๒.๔.๑ การให้ทาน

การให้ทาน คือ การทำบุญตักบาตรในตอนเช้า ทำบุญตักบาตรในตอนเช้า ในวันพระ ทุกขึ้น/แรม ๘/๑๕ คำ โดยทั่วไปพระภิกษุจะไม่มีการออกบิณฑบาต ผู้คนจะนำทานไปถวายที่วัด และวันนั้นพระภิกษุจะมีการเทศนาธรรมที่วัด โดยคตินิยมการเข้าวัดทำบุญนั้นน่าจะมีมาแต่สมัยพุทธกาลที่ชาวพุทธ ไปวัดเพื่อรับฟังพระธรรมเทศนาและถืออุโบสถศีล ในอดีตการไปทำบุญตักบาตรที่วัดวันพระนับว่าเป็นการ ไปพบปะเพื่อนฝูงญาติมิตรและแสดงออกถึงความสามัคคีของคนในชุมชนที่ได้มาทำกิจกรรมร่วมกัน ซึ่งในปัจจุบันยังพอหาพบได้บ้างตามหมู่บ้าน ในแถบชนบท ในเมืองใหญ่ๆ ที่มีความเร่งรีบ เช่น กรุงเทพมหานคร บางวัดจะมีการเทศนาที่วัดอย่างเดียวโดยไม่มีการจัดทำบุญตักบาตร ส่วนพระสงฆ์จะออกเดินบิณฑบาต เพื่อโปรดชาวพุทธตามปกติ<sup>๓</sup>

### ๒.๔.๒ การรักษาศีล

การรักษาศีลเปรียบเสมือนเป็นเครื่องป้องกันมิให้บุคคลกระทำความชั่ว เพราะการล่วงละเมิดต่อศีลโดยเจตนาที่ดีหรือไม่เจตนาที่ดีย่อมนำความเดือดร้อนมาสู่ตนเอง และคนอื่นไม่ว่าทางตรงหรือทางอ้อม ดังในพระสูตรต้นตปิฎก ขุททกนิกายจุฬนิเทศ พระสารีบุตรได้ให้ความหมายเอาไว้ว่า ศีล หมายถึง การปฏิบัติของภิกษุที่มีความสำรวมในปาฏิโมกข์ ถึงพร้อมด้วยอาจารย์และโจจร เห็นภัยในโทษทั้งหลายแม้มีประมาณน้อย สมาทานอยู่ในสิกขาบททั้งหลาย

<sup>๒</sup> พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) ป.ธ. ๙ ราชบัณฑิต, พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด คำวัด, วัดราชโอรสาราม กรุงเทพมหานคร, ๒๕๔๘), หน้า ๗๖.

<sup>๓</sup> พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) ป.ธ. ๙ ราชบัณฑิต, เรื่องเดียวกัน, อ้างแล้ว, หน้า ๘๗.

ความสำรวม ความระวัง ความไม่ก้าวล่วงในสิกขาบททั้งหลาย ซึ่งหมายถึงการสำรวม กาย วาจา และใจ<sup>๑๔</sup> ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค พระพุทธโฆษาจารย์ได้อธิบายความหมายของศีลไว้ว่า เจตนาชื่อว่าศีล เจตสิกชื่อว่าศีล สังวรชื่อว่าศีล การไม่ล่วงละเมิดสิกขาชื่อว่าศีล<sup>๑๕</sup> ในพจนานุกรมพุทธศาสตร์ ท่านให้ความหมายไว้ว่า ศีล คือ การรักษา กาย วาจา ให้เรียบร้อย ข้อปฏิบัติสำหรับควบคุมกายและวาจาให้ตั้งอยู่กับความดีงาม การรักษาปกติตามระเบียบวินัย ปกติมารยาทที่สะอาดปราศจากโทษ ข้อในการเว้นจากความชั่ว ข้อปฏิบัติในการฝึกหัดกาย วาจาให้ดีขึ้น<sup>๑๖</sup> คำสั่งสอนหรือหลักเกณฑ์ในการประพฤติปฏิบัติ การปฏิบัติก็จะเกิดผลดีและหากไม่ปฏิบัติก็จะเกิดผลชั่วความกฏแห่งกรรมหรือการกระทำนั้น ๆ ศีลที่พระพุทธเจ้าทรงสอนนั้น เป็นศีลที่เป็นหลักเกณฑ์ขั้นต่ำสุดเพื่อการปฏิบัติ คือ ศีล ๕ ซึ่งใช้ได้กับทุกสังคมและทุกกาลเวลา ศีล ๕ ประกอบด้วย ห้ามฆ่าสัตว์ ห้ามพูดเท็จ ห้ามผิดลูกเมียผู้อื่น ห้ามลักทรัพย์ และห้ามดื่มสุรา นอกจากศีล ๕ ดังกล่าวแล้วก็ยังมีศีลเป็นองค์มรรคอีก ๓ องค์ รวมเป็นศีล ๘ สำหรับอุบาสก อุบาสิกา ศีลที่เป็นมรรคอีก ๓ องค์ คือ

๑. เจริญชอบ คือ เว้นการพูดเท็จ เว้นการพูดสอดเสียด เว้นการพูดกำหยาบ พูดคำอ่อนหวาน เว้นการพูดเพื่อเจ้อ พูดแต่คำที่มีประโยชน์

๒. กระทำชอบ คือ เว้นการทำลายชีวิต เว้นการนำเอาสิ่งที่เป็นเจ้าของไม่อนุญาต และเว้นการประพฤติดิโนกาม

๓. เลี้ยงชีพชอบ คือ การละมิจาชีพ เลี้ยงชีวิตด้วยสัมมาอาชีพ รวมทั้งขยันหมั่นเพียรในการประกอบอาชีพที่สุจริต

ดังนั้น การรักษาศีลจึงเป็นจุดมุ่งหมายอีกข้อหนึ่งของวันพระ เพื่อต้องการให้ทุกคนทั้งที่เดินทางมารักษาศีลกันที่วัดและบุคคลที่ไม่ได้เดินทางมารักษาศีลที่วัดก็สามารถที่จะรักษาศีลกันที่บ้านหรือที่ใด ๆ ก็ยอมได้เช่นเดียวกัน เพราะจุดหมายของการรักษาศีลที่แท้จริง คือ การไม่ทำความชั่ว ให้ทำแต่ความดี เช่น ศีลข้อที่ ๑ ห้ามฆ่าสัตว์ หมายถึง ห้ามฆ่าสัตว์ทุกประเภทที่มีชีวิต เพื่อป้องกันการเบียดเบียน การทำร้ายซึ่งกันและกัน และไม่ให้อสร้างเวรสร้างกรรมชั่ว นอกจากนี้ศีลยังคุ้มครองผู้ที่รักษาให้อยู่เย็นเป็นสุข ซึ่งบุคคลรักษาศีลได้ทุกวัน

<sup>๑๔</sup> พ.จ. (ไทย) ๓๐/๕๒/๒๐.

<sup>๑๕</sup> มหามกุฏราชวิทยาลัย, วิสุทธิมรรค ภาค ๑ ตอน ๑, (กรุงเทพมหานคร : มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๑๓.

<sup>๑๖</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, (กรุงเทพมหานคร : มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๓), หน้า ๒๕๒.

ยอมนำสุขมาให้ แต่เนื่องด้วยบุคคลปุถุชนไม่รู้เท่าทันโทษภัยหรือข้อดีของการรักษาศีล ทำให้ล่วงละเมิดไป พระพุทธองค์จึงทรงประชุมสงฆ์เพื่อให้วันพระ ๑๔ คำ ๑๕ คำ และ ๘ คำ เป็นวันที่ทุกคน จะได้งดเว้นจากการทำความชั่วโดยการรู้เท่าไม่ถึงการณ์ เพื่อให้มองเห็นตามความเป็นจริงและเป็นการได้หยุดสร้างเวร สร้างความชั่วอีกต่อไป เพื่อให้วันพระเป็นวันงดเว้นจากความชั่วและค่อๆ ลดลงในทุกวัน และยังถือว่าเป็นคุณธรรมเบื้องต้นในการปฏิบัติให้เกิดสมาธิในระดับขั้นที่สูงขึ้นไป

### ๒.๔.๓ การเจริญภาวนา

การเจริญภาวนานั้นมี ๒ อย่าง คือ

๑. การเจริญสมถภาวนา คือ เป็นการปฏิบัติเพื่อยังจิตให้เข้าถึงความสงบ โดยเพ่งอยู่ในอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่ง จนกระทั่งจิตนิ่งสงบเป็นสมาธิ

๒. การเจริญวิปัสสนาภาวนา คือ เป็นการเจริญสติให้เกิดปัญญา เกิดความรู้แจ้ง เห็นจริงว่า อ้อ ! สังขารชีวิตนี้เป็นธรรมชาติที่เปลี่ยนแปลง เกิดดับ บังคับไม่ได้ ไม่ใช่ตัวตน อย่างนี้เรียกว่าเกิดปัญญา ปัญญาจะช้าแรกจะประหารกิเลส เมื่อกิเลสลดน้อยลง ความร้อนใจทุกข์ใจ ก็ลดลง ความเย็นก็ปรากฏ ความสุขก็ปรากฏ ยิ่งความร้อนมอดลงไปดับสนิทเมื่อไร ก็พบกับความเย็นสนิทมากเท่านั้น เรียกว่านิพพาน นิพพานก็คือความเย็น หรือความที่เพลิงทุกข์เพลิงกิเลสดับสนิทนั้นแหละ นิพพานก็เป็นไปตามขั้นของอริยบุคคล พระโสดาบันก็ละกิเลสได้ระดับหนึ่ง พระสกทาคามีก็ละกิเลสได้อีกระดับหนึ่ง พระอนาคามีก็ละกิเลสได้ยิ่งขึ้นอีกระดับหนึ่ง จนกระทั่งระดับพระอรหันต์ก็ดับเพลิงทุกข์เพลิงกิเลสได้อย่างสิ้นเชิง ใจก็จะเย็นสงบสนิทอย่างชนิดความเร่าร้อนความเศร้าหมองจะไม่กำเริบขึ้นมาได้อีกเลย เราก็มาเดินตามรอยพระบาทของพระพุทธเจ้า คือเดินตามคำสอนของพระพุทธองค์ อย่าคิดว่าเราไม่มีหน้าที่ปฏิบัติ เพราะเราทำงาน เรายังอายุไม่มาก เราไม่ได้อยู่วัด ไม่ใช่หน้าที่ของเรา อย่าไปคิดอย่างนั้น บุคคลใดที่มีความทุกข์ บุคคลใดที่ยังมีกิเลส บุคคลนั้นก็ยังมีหน้าที่ที่จะต้องปฏิบัติ เพราะการปฏิบัติก็เพื่อที่จะดับความทุกข์ เพื่อที่จะชำระกิเลส เหมือนคนที่ไม่มีโรค ก็เห็นว่าหมอไม่จำเป็น แต่คนที่มีโรคภัยไข้เจ็บ มีความเจ็บปวด ก็จำเป็นที่จะต้องไปหาหมอ ต้องได้รับการรักษาจากหมอ พวกเราก็มีโรคคือกิเลส จึงจำเป็นต้องมีรักษา ซึ่งธรรมโอสภที่พระพุทธเจ้าได้ประทานไว้ให้ก็คือ สมถะและวิปัสสนากรรมฐาน<sup>๑๓</sup>

<sup>๑๓</sup> พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรวิสี), <http://www.dhammadjak.net/smati/9.html>, (ออนไลน์),

[๒๒ มีนาคม ๒๕๕๕].



การเจริญสมณะและวิปัสสนาควบคู่กันไป โดยเน้นที่การเจริญเมตตาคู่กับการเจริญวิปัสสนา เพราะเห็นว่าจะได้รับประโยชน์ ๒ อย่าง คือ

๑. ประโยชน์จากการเจริญเมตตา ซึ่งมีอานิสงส์มาก

๒. ประโยชน์จากการเจริญวิปัสสนา ซึ่งยิ่งประเสริฐในการที่จะชำระกิเลสให้หมดสิ้นไปสำหรับประโยชน์ของการเจริญเมตตานั้น พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า ผู้ที่เจริญเมตตาอยู่เนืองนิตย์ จมจืดมีเมตตาได้จริงๆ จะประสบผลเป็นอานิสงส์ ๑๑ ประการ คือ

๑. หลับเป็นสุข หลับอย่างสบาย หลับสนิท ไม่ใช่หลับๆ ตื่นๆ อะไรรอย่างนั้น

๒. ตื่นเป็นสุข ตื่นมากก็เป็นสุข จิตใจแจ่มใส เบิกบาน บางทีไม่ต้องใช้เวลาหลับนานก็พอ เพราะว่าได้หลับสนิทนอนเต็มอิ่มเพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย

๓. ไม่ฝันร้าย ถ้าจะฝันก็ฝันดี บางคนนอกจากนอนหลับไม่สนิทแล้ว ยังฝันมั่วไป

หมด ฝันแล้วก็จำไม่ได้ เวลาฝันสมองส่วนหนึ่งไม่ได้พัก เพราะจิตส่วนหนึ่งต้องขึ้นมาคิดในวิจิต เมื่อหลับไม่สนิท ร่างกายก็เลยไม่สบาย เพราะพักไม่สนิท แต่ถ้าเราเจริญเมตตาอยู่เนืองนิตย์ แม้เพียงก่อนนอนเจริญเมตตาให้ดี ให้จิตใจเกลี้ยงเกลา มีความเมตตาจริงๆ หลับก็เป็นสุข ตื่นก็เป็นสุข ไม่ฝันร้าย

๔. เป็นที่รักของมนุษย์ทั้งหลาย ถ้าเรามีเมตตา ใครเห็นเราก็มีความรัก มีความเมตตาต่อเรา อยากจะช่วยเหลือ อยากคุย อยากเห็นเรา ไม่ใช่ว่าเห็นหน้าเราแล้วก็อยากจะหนี ไม่อยากมอง ไม่อยากพูด ไม่อยากเอื้อเฟื้อช่วยเหลือ นั่นแสดงว่าเป็นคนไม่มีเมตตา เพราะฉะนั้น ให้เจริญเมตตาไว้ แล้วจะเป็นที่รักของมนุษย์ทั้งหลาย

๕. เป็นที่รักของอมมนุษย์ทั้งหลาย อมมนุษย์ก็คือไม่ใช่มนุษย์ เช่นพวกเทวดาก็ดี กุศพิศายอะไรก็แล้วแต่เหล่านี้ก็ดี ซึ่งบางทีก็เล่นงานเบียดเบียนมนุษย์ได้ อย่างเราไปนอนในสถานที่บางแห่งเขาก็มาเบียดเบียนเรา แต่ถ้าเราเจริญเมตตาแผ่เมตตาให้เขา เขาก็จะกลับจิตกลับใจมีเมตตาต่อเรา บางทีเขาก็จะสงเคราะห์อนุเคราะห์เราเหมือนกับแม่อนุเคราะห์บุตร

๖. เทวดารักษา เทวดารักษานะดีกว่ามนุษย์รักษา เช่นมีบางสิ่งบางอย่างมาอย่างลึกลับเราก็ต้องอาศัยเทวดาคู่มือกรอรักษา ปิดเป่าให้เราปลอดภัย เดินทางปลอดภัย ทำอะไรก็ปลอดภัย หรือเมื่อมีพวกคิดร้ายคิดไม่ดีเข้ามา เทวดาก็ช่วยปิดเป่าให้ได้เหมือนกัน

๗. ศาสตร์อาวูฐ ไฟ ยาพิษ เป็นต้น ทำอันตรายไม่ได้

๘. หน้าตาผ่องใส คนมีเมตตาผิวหน้าก็ผ่องใส แววตาแจ่มใส ไม่เครียด ทำให้มีคนอยากพบ อยากเห็น อยากคุย อยากช่วยเหลือ เพราะว่าหน้าตาน่าดูไม่บึ้งตึง



๕. สมาธิตั้งมั่นได้เร็ว ผู้ที่เจริญเมตตาจะมีจิตที่มีความสุข อันจะยังผลให้เกิดสมาธิได้ เพราะความสุขเป็นเหตุของสมาธิ

๑๐. ไม่หลงตาย คือในขณะที่จะตายจิตไม่เศร้าหมอง อันจะเป็นประโยชน์ในภพชาติต่อไป เพราะว่าถ้าไม่หลงตายก็ไปเกิดในสุคติภูมิ ถ้าคนหลงตายก็ไปเกิดในทุคติภูมิ ถ้าคนหลงตายคือจิตเศร้าหมองก็ลงไปสู่อบายภูมิ ไปเกิดเป็นสัตว์นรก เปรต อสุรกาย สัตว์เดียรฉานได้

๑๑. ตายแล้วไปสู่พรหมโลก ไปเกิดเป็นพรหม แต่ผู้นั้นต้องได้มานด้วยนะ เพราะการเจริญเมตตาสามารถทำให้ได้ถึงมโนจิต หรือแม้ว่าเราไม่ได้มโนจิต แต่ถ้าจิตของการเจริญเมตตาส่งผลในขณะที่ใกล้จะตาย ก็จะไปเกิดในสุคติภูมิ เป็นมนุษย์ หรือเทวดาได้<sup>๑๔</sup>

ดังนั้น บุคคลทั้งหลายเมื่อทราบถึงหลักการเจริญสมถะกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐานก็มักจะมาบำเพ็ญสมาธิกัน โดยในบางวัดก็ ๑ วัน ๑ คืน บางวัดก็ ๒ วัน ๒ คืน เป็นต้น แต่ในปัจจุบันที่เข้ามาวัดพุทธศาสนิกชนส่วนใหญ่จะมาทำบุญให้ทาน มากกว่าจะมารักษาศีล ส่วนหนึ่งอาจเป็นเพราะไม่มีเวลา และไม่รู้ถึงข้อดีของการปฏิบัติการเจริญภาวนา ส่วนใหญ่จะเป็นผู้สูงอายุมากกว่าเยาวชนหรือวัยกำลังทำงาน การเจริญภาวนาจึงมีความสำคัญกับบุคคลผู้มียุมากแล้ว และนับวันจะลดลงเรื่อยๆ ทั้งที่การเจริญภาวนามีประโยชน์และอานิสงส์มากมายดังที่ได้กล่าวไว้แล้วข้างต้น

นอกจากนี้ การเจริญภาวนาเพื่อให้ชีวิตของตนมีความเจริญก้าวหน้ามีความสอดคล้องกับหลักภาวนา ๔ ประการ อันได้แก่ ภาวิตกาโย ภาวิตสีโล ภาวิตจิตโต และภาวิตปัญโญ<sup>๑๕</sup> เพราะเป็นจุดมุ่งหมายของการพัฒนากาย วาจา ใจ ของผู้ที่เดินทางมาทำบุญมีกรให้ทาน รักษาศีล และเจริญภาวนา คือ

(ก) ภาวิตกาโย แปลว่าเจริญกาย หมายถึง การเจริญกาย การพัฒนากาย การฝึกอบรมกาย ใ้รู้จักติดต่อกันเกี่ยวข้องกับสิ่งทั้งหลายภายนอกทางอินทรีย์ทั้ง ๕ ด้วยดี และปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณมิให้เกิดโทษ ให้กุศลธรรมงอกงาม ให้อกุศลธรรมเสื่อมสูญ ซึ่งถือว่าเป็นการพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ<sup>๑๖</sup> การพัฒนากายดังกล่าวส่งผลดี

<sup>๑๔</sup> พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรวิสี), <http://www.dhammadajak.net/smati/9.html>, (ออนไลน์), ๒๕ มีนาคม ๒๕๕๕.

<sup>๑๕</sup> อจ. ดิก. (บาลี) ๒๐/๑๐๑/๒๔๒-๒๔๖.

<sup>๑๖</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗), หน้า ๙๐.

ต่อตนเองเพราะได้ชำระล้างกายของตนให้สะอาด ถือว่าเป็นการเริ่มต้นในการพัฒนาตนไปสู่กระบวนการทางความสัมพันธ์กับสิ่งต่างๆ รอบตัวเอง การดำเนินชีวิตที่ดีย่อมเกิดจากการพัฒนาตนในจุดเริ่มแรกนี้ก่อน คือ การเจริญกายหรือการฝึกอบรมกาย<sup>๒๑</sup>

(ข) ภาวิตสีโล แปลว่า เจริญศีล หมายถึงการเจริญศีล การพัฒนาความประพฤติ การฝึกอบรมศีลให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหายให้ผู้อื่น อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดี เกื้อกูลซึ่งกันและกัน<sup>๒๒</sup> ศีลจึงเป็นระเบียบแบบแผนในการพัฒนาตนที่ดีอย่างหนึ่งในกระบวนการพัฒนาตน หากมนุษย์ให้ความสำคัญในการรักษาศีลแล้ว ความทุกข์ ความเดือดร้อน ภัยคุกคามจากเพื่อนมนุษย์ด้วยกันก็จะไม่มี เพราะทุกคนต่างอยู่ในระบบของศีลธรรม การเจริญศีลให้มีมากยิ่งขึ้นขึ้นไปแต่ละบุคคล คือ รักษาศีลไม่ให้ห่างพร้อย ไม่ให้ขาด ไม่ให้ทะเลาะ จึงมีความจำเป็นอย่างมากในการเจริญภาวนามีให้ตกไปในสิ่งที่ชั่วทั้งหลายโดยการไม่ละเมิดศีล

(ค) ภาวิตจิตโต แปลว่า การเจริญจิต หมายถึงการเจริญจิต การพัฒนาจิต การฝึกอบรมจิตใจให้เข้มแข็ง มั่นคง เจริญองงามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีความเมตตา กรุณา ขยันหมั่นเพียร มีความอดทน มีสมาธิ มีความพอองใส สดชื่น เบิกบานใจ จึงจำเป็นที่จะต้องมีการภาวนาทางด้านจิตใจให้มีความอึดเอิบ ปราโมทย์ มีความร่าเริง ควรแก่การงานทั้งหลาย<sup>๒๓</sup>

(ง) ภาวิตปัญญา แปลว่า เจริญปัญญา หมายถึงการเจริญปัญญา การพัฒนาปัญญา การฝึกอบรมปัญญา ให้รู้เข้าใจในสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง รู้เท่าทันโลกและชีวิตตามสภาวะ สามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ ทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลส และรอดพ้นจากความทุกข์ แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญา ทำให้บุคคลได้รู้และเข้าใจในสิ่งต่างๆ อย่างถูกต้องตามความเป็นจริง เป็นสัมมาทิฐิ ละมโนทุจริต ปฏิบัติตามมโนสุจริต เป็นการพัฒนามนุชคคตามหลักของปัญญา เรียกว่า ปัญญาภาวนา การปฏิบัติข้อนี้เป็นการพัฒนามนุชคคให้เข้าใจชีวิตอย่าง

<sup>๒๑</sup> อจ. ติก. (ไทย) ๒๐/๑๐๑/๓๓๖.

<sup>๒๒</sup> คุรยละเอียดในพระศักดิ์คำ วิสุทธิญาณ, การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักพระพุทธศาสนา, วิทยานิพนธ์มหาวิทยาลัย, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐), หน้า ๒๕.

<sup>๒๓</sup> คุรยละเอียดในไพศาล ไกรสิทธิ์, เอกสารคำสอนรายวิชาการพัฒนาตน, หน้า ๘๒.

แจ่มแจ้งจนถึงสัมมาญาณ และบรรลุสัมมาวิมุตติ (ความหลุดพ้นจากกิเลสได้อย่างสิ้นเชิง) ซึ่งถือเป็นปัญญาภาวนา<sup>๒๔</sup>

#### ๒.๔.๔ การฟังพระธรรมเทศนา

การฟังพระธรรมเทศนา พระธรรม ได้แก่ คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า คำสั่ง นั้น ได้แก่ วินัยบัญญัติ คือ ข้อบังคับให้ปฏิบัติจะละเมิดมิได้ ส่วนคำสอนนั้น ได้แก่ ข้อปฏิบัติตาม อรรถาธิบายของผู้ปฏิบัติไม่ให้ตกไปในที่ชั่ว พระธรรมจึงมีคุณสมบัติคือความงามสามระยะ คือ งามในเบื้องต้นด้วยประกาศข้อปฏิบัติความระเบียบ เรียบร้อย คือ ศิล งามในท่ามกลางด้วยการ ประกาศข้อปฏิบัติที่ทำให้ปราณีต คือ สมภาวิความตั้งใจมั่นคงไม่หวั่นไหวในอารมณ์ต่าง ๆ และงามในที่สุดด้วยประกาศคุณอันปราณีตที่สุดเป็นยอดแห่งการปฏิบัติ คือ ปัญญาความรู้ชัดแจ้ง อันเป็นผลมาแต่สมภาวิ เพราะผู้มีจิตเป็นสมภาวิที่จะรู้ชัดแจ้งในกระแสธรรมได้

อนึ่ง พระธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนาสามารถอำนวยประโยชน์สุขให้แก่ ชาวโลก หากชาวโลกหันมาสนใจในการประพฤติปฏิบัติตามหลักธรรมคำสอนของ พระพุทธศาสนาแล้ว โลกของเราก็จะสงบประชาชนจะอยู่ด้วยกันโดยสันติสุข ไม่มีความ หวาดระแวง ไม่เคียดแค้น ชาวโลกก็จะได้รับสันติสุขอย่างแท้จริง เพราะพระธรรมของ พระพุทธศาสนาสอนให้เป็นมิตรกัน ไม่เบียดเบียนกัน ไม่เอาเปรียบกัน ไม่อภัยกัน มิเมตตาต่อกัน เห็นสุขทุกข์ของคนอื่นเหมือนกับของตน มุ่งผลคือประโยชน์สุขแก่ส่วนรวมเป็นที่ตั้ง พระพุทธศาสนาแผ่ไปถึงไหนสันติสุขก็ย่อมมีในที่นั้น ๆ การฟังพระธรรมเทศนา คือ การสดับ ตรีบฟังพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าที่พระภิกษุนำมาถ่ายทอดให้พุทธศาสนิกชนได้รู้และ เข้าใจ พร้อมกับน้อมนำมาเพื่อการปฏิบัติอย่างถูกต้องอันจะอำนวยประโยชน์สุขให้แก่ผู้ประพฤติ ปฏิบัติ และย่อมเกิดอานิสงส์แห่งการฟังธรรม ๕ ประการ ได้แก่

๑. ผู้ฟังธรรมย่อมได้ฟังสิ่งที่ยังไม่เคยได้ฟัง ผู้ฟังธรรมครั้งหนึ่งๆ จะได้ฟังธรรม และเนื้อความแห่งธรรมที่ตนยังไม่เคยได้ยิน ได้ฟังมาบ้างไม่มากก็น้อย

๒. สิ่งใดที่เคยฟังแล้ว แต่ไม่เข้าใจชัด ย่อมเข้าใจสิ่งนั้นชัด ถึงแม้ตนไม่เคยฟังธรรม นั้นมาแล้ว แต่ยังไม่เข้าใจแจ่มแจ้งหรือเข้าใจไม่ชัด จะเข้าใจธรรมนั้นชัดเจนยิ่งขึ้น

๓. บรรเทาความสงสัยเสียได้ ผู้ใคร่ธรรมที่ยังเป็นปุถุชน ย่อมมีความสงสัยข้องใจใน ธรรมบางข้อ เมื่อได้ฟังธรรมเทศนาแล้ว อาจจัดความสงสัยนั้นๆ เสียได้ ไม่มากก็น้อย

<sup>๒๔</sup> โกลด เพ็ชรวงษ์, พระพุทธศาสนากับการพัฒนาคน : ศึกษาเฉพาะกรณีผู้เข้าฝึกอบรมตามหลักสูตร วัดไร่ขิง, วิชานิพนธ์ปริญญาอักษรศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๓), หน้า ๓๓.



๔. ทำให้ความเห็นให้ถูกต้องได้ บุคคลอาจมีความเห็นยังไม่ตรงต่อคำสั่งสอนอยู่บ้าง เมื่อได้ฟังธรรมที่พระธรรมกถึกแสดงตามพระไตรปิฎกและอรรถกถาแล้ว ก็อาจทำให้เห็นให้ตรงได้

๕. จิตของผู้ฟังย่อมผ่องใส ในขณะที่ฟังธรรมนั้น จิตของผู้ฟังย่อมผ่องใส ปราศจากความขุ่นมัวและเศร้าหมอง ยิ่งกว่านั้น ก็อาจจะผ่องใสตลอดไป การฟังพระธรรมเทศนา จึงทำให้ผู้ฟังได้รู้คิดรู้ชั่ว ทำให้รักและช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เห็นใจกัน ไม่เบียดเบียนกัน ทำให้ชีวิตมีความเจริญก้าวหน้า และทำให้เป็นคนและมีความสุข<sup>๒๕</sup>

ดังนั้น จึงจะเห็นได้ว่าความหมายของคำว่า วันธรรมสวนะ หมายถึง วันที่พุทธศาสนิกชนจะได้มาทำบุญให้ทาน รักษาศีล เจริญภาวนา ความสำคัญของวันธรรมสวนะก็คือ ก่อให้เกิดสติปัญญาและเป็นสิ่งดีงามแก่ชีวิตในการดำเนินชีวิต และวันธรรมสวนะส่วนใหญ่จะนิยมเรียกกันว่า วันพระบ้าง วันศีลบ้าง และวันอุโบสถบ้าง จุดมุ่งหมายของวันธรรมสวนะ เพื่อให้พุทธศาสนิกชนได้มาทำบุญ รักษาศีล และฟังธรรม และกิจกรรมอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องเพื่อดำรงไว้ซึ่งพระพุทธศาสนาให้มั่นคงยาวนาน สืบไป วิธีสร้างบุญบารมีในพระพุทธศาสนามีอยู่ ๓ ขั้นตอน คือการให้ทาน การถือศีล และการเจริญภาวนา ที่นิยมเรียกกันว่า "ทาน ศีล ภาวนา" ซึ่งการให้ทานหรือการทำทานนั้น เป็นการสร้างบุญที่ต่ำที่สุด ได้บุญน้อยที่สุด ไม่ว่าจะทำมาอย่างไรก็ไม่มีทางที่จะได้บุญมากไปกว่าการถือศีลไปได้ การถือศีลนั้นแม้จะมากอย่างไรก็ไม่มีทางที่จะได้บุญมากเกินไปกว่าการเจริญภาวนาไปได้

## ๒.๕ การเผยแพร่ธรรมในวันธรรมสวนะทางพระพุทธศาสนาเถรวาท

พุทธบริษัท ๔ เป็นศูนย์กลางในการเผยแพร่พระพุทธศาสนาไปสู่พุทธศาสนิกชนทั้งหลาย และเผยแพร่ไปสู่ชาวพุทธด้วยกัน ทั้งในประเทศและต่างประเทศที่เลื่อมใสและนับถือพระพุทธศาสนาในวันธรรมสวนะจึงต้องให้ความสำคัญสนใจในการเข้าวัดฟังธรรม โดยพระสงฆ์เป็นผู้แสดงธรรมในวันพระ หรือวันธรรมสวนะ เป็นวันกำหนดให้มีกรฟังธรรม<sup>๒๖</sup>

<sup>๒๕</sup> การฟังพระธรรมเทศนา, <http://mediacenter.mcu.ac.th/data/caipyo/m1/unit4/no26.php>, (ออนไลน์), [๒๗ มีนาคม ๒๕๕๕].

<sup>๒๖</sup> ปันดดา นพพานวัน, การศึกษากระบวนการสื่อสารเผยแพร่ธรรมะของสถาบันสงฆ์ไทยวิทยานิพนธ์ปริญญาโทศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต ภาควิชาการประชาสัมพันธ์, (บัณฑิตวิทยาลัย : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๓), หน้า ๔๒.



การฟังธรรมโดยกาลนั้น ชื่อว่าเป็นมงคล เพราะเหตุให้บรรลุลุณวิเศษมีประการต่างๆ นับว่าเป็นกิจกรรมสำคัญอย่างยิ่งของพุทธบริษัทและพุทธศาสนิกชนในการเผยแผ่ธรรม พระพุทธองค์ทรงตรัสว่า สุตสูติ ลกเต ปญญี. แปลว่า ฟังด้วยดีย่อมได้ปัญญา<sup>๒๑</sup> การฟังเป็นการปฏิบัติกรณขั้นแรกที่จะรับข้อมูลข่าวสารเพื่อคิดหาเหตุผล การเข้าใจในคำสอนของศาสนาแล้วสามารถนำไปใช้ในการดำเนินชีวิต เพราะเมื่อเข้าใจในหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ย่อมที่จะเผยแผ่หลักธรรมนั้นไปสู่บุคคลอื่นๆ ได้

การเผยแผ่หลักธรรมสมัยพุทธกาล เมื่อพระพุทธองค์ได้ส่งพระอรหันตสาวกจำนวน ๖๐ รูป เดินทางไปประกาศพรหมจรรย์หรือหลักธรรมคำสอน ซึ่งเป็นการเผยแผ่พระพุทธศาสนาครั้งแรก และหลังจากพระพุทธเจ้าตรัสรู้ได้ ๘ เดือน เมื่อเสร็จพุทธกิจแสดงธรรมที่ถ้ำสุกกรชาดาแล้ว ก็เสด็จมาประทับที่วัดเวฬุวัน เมืองราชคฤห์แคว้นมคธ ประเทศอินเดีย ในปัจจุบัน วันนั้นตรงกับวันเพ็ญเดือนมาฆะหรือเดือน ๓ เวลาบ่าย พระอรหันตสาวกของพระองค์จำนวน ๑,๒๕๐ รูป ได้มาประชุมพร้อมกัน ณ ที่ประทับของพระพุทธเจ้ามีเหตุมหัศจรรย์เกิดขึ้นเป็นองค์ประกอบสำคัญ ๔ ประการคือ<sup>๒๒</sup>

- ๑) เป็นวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๓
- ๒) พระสงฆ์จำนวน ๑,๒๕๐ รูป มาประชุมพร้อมกันโดยมิได้นัดหมาย
- ๓) พระสงฆ์ทั้งหมดเป็นพระอรหันต์ผู้ได้อภิญญา ๖
- ๔) พระสงฆ์ทั้งหมดได้รับการอุปสมบทโดยตรงจากพระพุทธเจ้า วันสำคัญ

ดังกล่าวมีชื่อเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า วันจาตุรงคสันนิบาต โอกาสนี้พระพุทธเจ้าได้แสดงโอวาทปาติโมกข์ ในที่ประชุมสงฆ์เหล่านั้น ๑๘ โอวาทปาติโมกข์ หมายถึง คำสอนที่เป็นหลักสำคัญในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงแก่พระอรหันต์ เพื่อให้ใช้เป็นแนวทางการดำเนินงานต่อไป มีการกำหนดให้ นิพพาน หรือความหลุดพ้นจากทุกข์เป็นเป้าหมายสูงสุดในการปฏิบัติธรรมแนวทางปฏิบัติธรรมให้ยึดหลักธรรม แบ่งเป็น ๓ ส่วน คือ หลักการ ๓ อุดมการณ์ ๔ วิธีการ ๖ ซึ่งขยายความได้ดังนี้ หลักการ ๓

๑. การไม่ทำบาปทั้งปวง ได้แก่การงดเว้น การลด ละ เลิก ทำบาปทั้งปวง ซึ่งได้แก่อกุศลกรรมบถ ทางแห่งความชั่ว มี ๑๐ ประการ อันเป็นความชั่วทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ ความชั่วทางกาย ได้แก่ การฆ่าสัตว์ การลักทรัพย์ การประพฤตินอกกามความชั่วทาง

<sup>๒๑</sup> ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๔๖/๑๕๓.

<sup>๒๒</sup> เสฐียรพงษ์ วรรณปก, คำบรรยายพระไตรปิฎก, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร :ธรรมสภาและสถาบันบวรธรรม, ๒๕๔๓), หน้า ๔.

วาทา ได้แก่ การพูดเท็จ การพูดส่อเสียด การพูดคำหยาบ การพูดเพื่อเจือความชั่วทางใจ ได้แก่ การอยากได้สมบัติของผู้อื่น การผูกพยาบาท และความเห็นผิดจากทำนองคลองธรรม

๒. การทำกุศลให้ถึงพร้อม ได้แก่ การทำความดีทุกอย่างซึ่ง ได้แก่ กุศลกรรมบถ เป็นแบบของการทำฝ่ายดี ๑๐ อย่าง อันเป็นความดีทางกายทางวาจา และทางใจความดีทางกาย ได้แก่ การไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ทำร้ายเบียดเบียนผู้อื่น มีแต่ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน การไม่ถือเอาสิ่งของที่เจ้าของเขาไม่ได้ให้มาเป็นของตน มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และการไม่ประพฤติดิฉินในกาม การทำความดีทางวาจา ได้แก่ การไม่พูดเท็จ ไม่พูดส่อเสียด ไม่พูดคำหยาบและไม่พูดเพื่อเจือ พูดแต่คำจริง พูดคำอ่อนหวาน พูดคำให้เกิดความสามัคคีและพูดถูกกาลเทศะการทำความดีทางใจ ได้แก่ การไม่โลภอยากได้ของผู้อื่น มีแต่คิดเสียสละ การไม่ผูกอาฆาตพยาบาท มีแต่คิดเมตตาและปรารถนาดี และมีความเห็นความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องตามทำนองคลองธรรม เช่น เห็นว่า ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว

๓. การทำจิตให้ผ่องใส ได้แก่การทำจิตของตนให้ผ่องใสปราศจากนิวรณ์ ซึ่งเป็นเครื่องขัดขวางจิตไม่ให้เข้าถึงความสงบมี ๕ ประการ ได้แก่

๑) ความพอใจในกาม (กามฉันทะ)

๒) ความอาฆาตพยาบาท (พยาบาท)

๓) ความหุดหู่ท้อแท้ ง่วงเหงาหาวนอน (ถีนมิทธะ)

๔) ความฟุ้งซ่าน รำคาญ (อุทธัจจะกุกกุจจะ) และ

๕) ความคลั่งเลสงสัย (วิจิจณา) เช่น สงสัยในการทำความดี ความเชื่อว่ามิผล

จริงหรือไม่ วิธีการทำจิตให้ผ่องใส ที่แท้จริงเกิดขึ้นจากการละบาปทั้งปวงด้วยการถือศีลและบำเพ็ญกุศลให้ถึงพร้อมด้วยการปฏิบัติสมณะและวิปัสสนา จนได้บรรลุอรหัตผล อันเป็นความผ่องใสที่แท้จริงอุดมการณ์ ๔ และวิธีการ ๖ ได้แก่

อุดมการณ์ ๔ คือ

๑) ความอดทน ได้แก่ ความอดกลั้น ไม่ทำบาปทั้งทางกาย วาจา ใจ

๒) ความไม่เบียดเบียน ได้แก่ การงดเว้นจากการทำร้าย รบกวน หรือเบียดเบียนผู้อื่น

๓) ความสงบ ได้แก่ ปฏิบัติตนให้สงบทั้งกาย ทางวาจา และใจ

๔) นิพพาน ได้แก่ การดับทุกข์ ซึ่งเป็นเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา เกิดขึ้นได้จากการดำเนินชีวิต ตามมรรคมืองค์ ๘

วิธีการ ๖ คือ

- ๑) "ไม่ว่าร้าย" ได้แก่ "ไม่กล่าวให้ร้ายหรือ กล่าวโจมตีใคร"
- ๒) "ไม่ทำร้าย" ได้แก่ "ไม่เบียดเบียนผู้อื่น"
- ๓) "สำรวจในปาติโมกข์" ได้แก่ "ความเคารพพระเบียบ"

วินัย กถุ กติกา กฎหมาย รวมทั้งขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงามของสังคม

๔) รู้จักประมาณ ได้แก่ รู้จักความพอดีในการบริโภคอาหารหรือการใช้สอย  
สิ่งต่างๆ

๕) อยู่ในสถานที่ที่สงัด ได้แก่ อยู่ในสถานที่สงบมีสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสม

๖) ฝึกหัดจิตใจให้สงบ ได้แก่ ฝึกหัดชำระจิต ให้สงบมีสุขภาพ คุณภาพ และ  
ประสิทธิภาพที่ดี

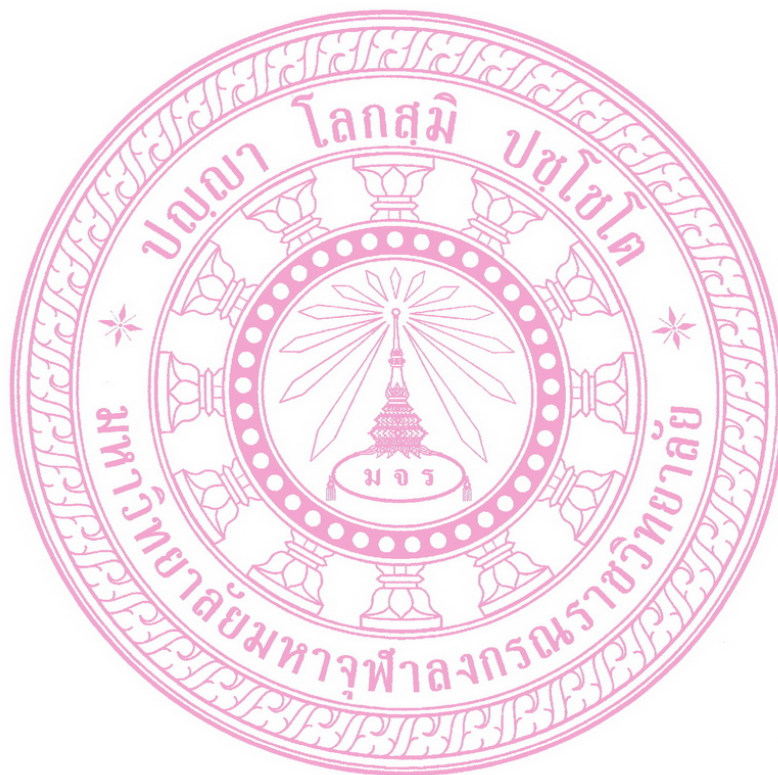
การแสดงโอวาทปาติโมกข์ มีหลักธรรมสรุปได้ว่า ให้ละเว้นชั่ว กระทำความ  
ดี และทำจิตใจให้บริสุทธิ์ผ่องใส ซึ่งเป็นแนวทางประพฤติปฏิบัติสำหรับพระสงฆ์ในการเผยแผ่  
หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ให้เกิดประโยชน์สุขแก่ชาวโลก ไม่มีการเปลี่ยนแปลงทั้ง  
หลักการ อุดมการณ์และวิธีการดังกล่าว และได้สืบทอดต่อมา จากสมัยพุทธกาลยืดยาวจนถึง  
ปัจจุบัน จากแนวคิดเรื่องการเผยแผ่หลักธรรมสมัยพุทธกาล สาระสำคัญ คือ โอวาทปาติโมกข์  
ของพระพุทธองค์ นับว่าเป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่งสำหรับพระธรรมจาริกที่จะต้องศึกษาเรียนรู้ให้  
เข้าใจอย่างถ่องแท้และนำมาเป็นหลักปฏิบัติในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาในชุมชนระดับ  
หมู่บ้าน

## ๒.๖ สรุป

สรุปได้ว่า ความเป็นมาของวันธรรมสวนะในพระไตรปิฎก มีการบัญญัติให้  
พระสงฆ์แสดงธรรม และเพื่อเปิดโอกาสให้ธรรมได้เข้ามาถึงกลุ่มพุทธศาสนิกชนที่จะได้ไต่ถาม  
ข้อสงสัยและแนวทางแห่งการปฏิบัติ ในครั้งแรกที่มีการประชุมเพื่อแสดงธรรม ความหมายของ  
วันธรรมสวนะ คือ วันกำหนดประชุมฟังธรรมของพุทธบริษัท ที่เรียกเป็นคำสามัญโดยทั่วไปว่า  
“วันพระ” เป็นประเพณีนิยมของชาวพุทธ คำเรียกวันธรรมสวนะ มีการเรียนที่แตกต่างกันไป  
เช่น วันดับ วันโกน วันธรรมสวนะ วันอุโบสถศีล เป็นต้น แล้วแต่ภูมิภาคด้วย จุดมุ่งหมายของ  
การกำหนดวันธรรมสวนะคือ ให้ทาน รักษาศีล เจริญภาวนา และฟังธรรม และ การเผยแผ่วัน



ธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาท คือ การนำเอาหลักธรรมคำสอนของพระพุทธองค์ที่ทรง  
บัญญัติไว้ในวันธรรมสวนะเพื่อเผยแผ่ไปยังพุทธศาสนิกชนทั่วไป





## บทที่ ๓

### หลักการปฏิบัติวัณธรรมสวณะในพระพุทธศาสนาเถรวาท

ในบทนี้ มุ่งศึกษาหลักการปฏิบัติวัณธรรมสวณะในพระพุทธศาสนาเถรวาท โดยกำหนดประเด็นของการศึกษาไว้ ๓ ประการ คือ (๑) หลักการปฏิบัติในวัณธรรมสวณะ (๒) หลักธรรมที่ควรปฏิบัติในวัณธรรมสวณะ (๓) สรุป มีรายละเอียด ดังต่อไปนี้

#### ๓.๑ หลักการปฏิบัติในวัณธรรมสวณะ

การปฏิบัติในวัณธรรมสวณะ คือ การปฏิบัติตนของอุบาสก – อุบาสิกา และ พุทธศาสนิกชนทั่วไป วัดเป็นสถานที่อบรมประชาชนมาแต่โบราณ โดยได้ก่อสร้างปลูกค่านิยม พื้นฟูชีวิตให้เป็นชีวิตที่ดี ชีวิตที่ประเสริฐ โบราณบัณฑิตจึงไม่คิดห่างวัด นิยมเข้าไปฝึกหัด อบรมภาวนาอาศัยหลักปรัชญาธรรม เพื่อเข้าใจในเหตุผล สามารถพ้นทุกข์ได้เมื่อปฏิบัติตาม แต่ปัจจุบันโลกเจริญไปอีกแบบหนึ่ง วัดเริ่มจางหายไปจากดวงจิต ถ้าจะกล่าวโดยไม่คิดเกรงใจกันก็ ว่า จิตจางไปมากอุปมาเหมือนอ้อยก็คงเป็นปลายอ้อย ความหวานเจือจางโบราณบัณฑิตท่านคิด ท่านรู้ คือ รู้หลักว่าควรบำเพ็ญตนอย่างไร เพื่อให้รอดพ้นจากปัญหาทุกข์ร้อนต่างๆ เพื่อจะได้ ประสบสุขในบั้นปลาย หากเป็นไปได้ก็เพื่อสวรรค์นิพพานฉะนั้น โอกาสนี้จักวิชันาพระธรรม เทศนาเรื่อง พระบารมีธรรมนำพาเป็นบันไดไปสู่สวรรค์ ตามนัยแห่งพระบาลีที่อัญเชิญเป็นอุเทศ หัวข้อแห่งเทศนาว่า “ทานิ สกคฺคสฺส โสပါณิ”<sup>๑</sup> ดังนี้ ความจริงทางไปสู่สวรรค์ แดนที่มีอรรถมนต์ เลิศประเสริฐด้วยความสุข พระพุทธองค์ทรงชี้แนะไว้ ๓ ทาง คือ ทาน ๑ ศีล ๑ ภาวนา ๑ ซึ่งมี อรรถอธิบาย ดังต่อไปนี้

##### ๓.๑.๑ การรักษาศีล

###### ๓.๑.๑.๑ การรักษาศีลของอุบาสก – อุบาสิกา

การปฏิบัติตนในสถานะอุบาสกและอุบาสิกาการปฏิบัติตนนั้นสำคัญมาก เพราะมนุษย์เรามีความรู้ความสามารถมาก แต่การแสดงออกทางกาย วาจา และใจนั้น อาจจะไม่ค่อย จะสัมพันธ์กันเท่าไรนักอันสืบเนื่องมาจากความคิดเห็นต่าง ๆ แต่ละคนที่แสดงออกมาก็คนละ

<sup>๑</sup> ม.อ. (ไทย) ๒๓/๑๓๑/๑๕๗.

ความคิด ด้วยเหตุนี้พระพุทธเจ้าจึงทรงวางหลักการปฏิบัติไว้ให้อุบาสก อุบาสิกาได้ประพฤติปฏิบัติกัน คือ รักษาศีล ๘ และการฟังเทศนาธรรมจากพระสงฆ์ ดังนี้

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ พระวิหารเชตวัน อารามของท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐี ใกล้พระนครสาวัตถี ครั้งนั้นแล พระผู้มีพระภาคตรัสเรียกภิกษุทั้งหลายว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเหล่านั้นทูลรับพระผู้มีพระภาคแล้วพระผู้มีพระภาคตรัสว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลายอุโบสถประกอบด้วยองค์ ๘ ประการอันบุคคลเข้าอยู่แล้ว ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก มีความรุ่งเรืองมาก มีความแพร่หลายมาก ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อุโบสถประกอบด้วยองค์ ๘ ประการอันบุคคลเข้าอยู่แล้วอย่างไร จึงมีผลมาก มีอานิสงส์มาก มีความรุ่งเรืองมาก มีความแพร่หลายมาก อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ ตระหนักชัดดังนี้ว่า<sup>๒</sup>

๑) งคเวณีจากปาณาติบาต วางท่อนไม้ วางศาตรา มีความละอายเอื้อเอ็นดูอนุเคราะห์เกื้อกูลสรรพสัตว์อยู่ตลอดชีวิต ในวันนี้ แม้เราก็จละปาณาติบาต งคเวณีจากปาณาติบาต วางท่อนไม้ วางศาตรา มีความละอายเอื้อเอ็นดู อนุเคราะห์เกื้อกูลสรรพสัตว์อยู่ตลอดคืนและวันนี้ เราเชื่อว่ากระทำตามพระอรหันต์แม่ด้วยองค์นี้ และอุโบสถชื่อว่าจักเป็นอันเราเข้าอยู่แล้ว อุโบสถประกอบด้วยองค์ที่ ๑

๒) งคเวณีจากอทินนาทาน ถือเอาแต่สิ่งของที่เขาให้ หวังแต่สิ่งของที่เขาให้ มีตนไม่เป็นขโมย สะอาดอยู่ตลอดชีวิต ในวันนี้ แม้เราก็จละอทินนาทาน งคเวณีจากอทินนาทาน ถือเอาแต่สิ่งของที่เขาให้ หวังแต่สิ่งของที่เขาให้ มีตนไม่เป็นขโมย สะอาดอยู่ตลอดคืนและวันนี้ เราเชื่อว่ากระทำตามพระอรหันต์แม่ด้วยองค์นี้ และอุโบสถชื่อว่าจักเป็นอันเราเข้าอยู่แล้ว อุโบสถประกอบด้วยองค์ที่ ๒

๓) ประพฤติพรหมจรรย์ประพฤติห่างไกล เว้นจากเมถุนอันเป็นธรรมของชาวบ้านตลอดชีวิต ในวันนี้ แม้เราก็จละพรหมจรรย์ ประพฤติพรหมจรรย์ประพฤติห่างไกล เว้นจากเมถุนอันเป็นธรรมของชาวบ้านอยู่ ตลอดคืนและวันนี้ เราเชื่อว่ากระทำตามพระอรหันต์ทั้งหลายแม่ด้วยองค์นี้ และอุโบสถชื่อว่าจักเป็นอันเราเข้าอยู่แล้ว อุโบสถประกอบด้วยองค์ที่ ๓

๔) งคเวณีจากมุสาวาท พุดแต่คำสัตย์ ส่งเสริมคำจริง มั่นคง ควรเชื่อถือได้ ไม่กล่าวให้คลาดจากความจริงแก่โลกตลอดชีวิต ในวันนี้ แม้เราก็จละมุสาวาท งคเวณีจากมุสาวาท พุดแต่คำสัตย์ส่งเสริมคำจริง มั่นคง ควรเชื่อถือได้ ไม่แก้งกล่าวให้คลาดจากความจริงแก่โลกตลอดคืนและวันนี้ เราเชื่อว่าทำตามพระอรหันต์ทั้งหลาย แม่ด้วยองค์นี้ และอุโบสถชื่อว่าจักเป็นอันเราเข้าอยู่แล้ว อุโบสถประกอบด้วยองค์ที่ ๔

<sup>๒</sup> ม.อ. (ไทย) ๒๓/๑๓๑/๑๕๘.

๕) ละการค้ำน้ำเมา คือ สุราและเมรัยอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาทงดเว้นการค้ำน้ำเมา คือ สุราและเมรัยอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาทตลอดชีวิต ในวันนี้ แม้เราก้ละการค้ำน้ำเมา คือ สุราและเมรัยอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท งดเว้นจากการค้ำน้ำเมา คือ สุราและเมรัยอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาทตลอดคืนและวันนี้ เราเชื่อว่ากระทำตามพระอรหันต์ทั้งหลาย แม้ด้วยองค์นี้ และอุโบสถชื่อว่าจักเป็นอันเราเข้าอยู่แล้ว อุโบสถประกอบด้วยองค์ที่ ๕ นี้ ฯ

๖) เป็นผู้บริโภคาหารครั้งเดียว งดบริโภคอาหารในกลางคืน เว้นจากการบริโภคอาหารในเวลาวิกาลอยู่ตลอดชีวิต ในวันนี้ แม้เราก้บริโภคอาหารครั้งเดียว งดการบริโภคอาหารในกลางคืน เว้นจากการบริโภคอาหารในเวลาวิกาล ตลอดคืนและวันนี้ เราเชื่อว่ากระทำตามพระอรหันต์ทั้งหลายแม้ด้วยองค์นี้ และอุโบสถชื่อว่าจักเป็นอันเราเข้าอยู่แล้ว อุโบสถประกอบด้วยองค์ที่ ๖

๗) งดเว้นจากการฟ้อนรำ ขับร้อง การประโคม การเล่นอัน เป็นข้าศึก และการทัดทรง ประดับตกแต่งด้วยดอกไม้ ของหอมและเครื่องลูบไล้อันเป็นฐานแห่งการแต่งตัวตลอดชีวิต ในวันนี้ แม้เราก้งดเว้นจากการฟ้อนรำ ขับร้อง การประโคม การเล่นอันเป็นข้าศึก และงดเว้นการทัดทรงประดับตกแต่งด้วยดอกไม้ ของหอม และเครื่องลูบไล้ อันเป็นฐานแห่งการแต่งตัว ตลอดคืนและวันนี้ เราเชื่อว่ากระทำตามพระอรหันต์ทั้งหลายแม้ด้วยองค์นี้และอุโบสถชื่อว่าจักเป็นอันเราเข้าอยู่แล้ว อุโบสถประกอบด้วยองค์ที่ ๗

๘) ละการนั่งการนอนบนที่นั่งที่นอนสูงใหญ่ งดเว้นจากการนั่งการนอนบนที่นั่งที่นอนสูงใหญ่ สำเร็จการนั่งการนอนบนที่นั่งที่นอนต่ำ คือ บนเตียงหรือเครื่องลาดด้วยหญ้าตลอดชีวิต ในวันนี้ แม้เราก้ละการนั่งการนอนบนที่นั่งที่นอนสูงใหญ่ งดเว้นจากการนั่งการนอนบนที่นั่งที่นอนสูงใหญ่สำเร็จการนั่งการนอนบนที่นั่งที่นอนต่ำ คือ บนเตียงหรือเครื่องลาดด้วยหญ้าตลอดคืนและวันนี้ เราเชื่อว่ากระทำตามพระอรหันต์ทั้งหลาย แม้ด้วยองค์นี้ และอุโบสถชื่อว่าจักเป็นอันเราเข้าอยู่แล้ว อุโบสถประกอบด้วยองค์ที่ ๘ นี้ดูก่อนอุบาสกอุบาสิกาทั้งหลาย อุโบสถประกอบด้วยองค์ ๘ ประการ บุคคลเข้าอยู่แล้วอย่างนี้แล จึงมีผลมาก มีอานิสงส์มาก มีความรุ่งเรืองมาก มีความแพร่หลายมาก”

#### ๑. พิธีรักษาอุโบสถ

อุโบสถ เป็นเรื่องของกุศลกรรมสำคัญประการหนึ่งของคฤหัสถ์ แปลว่าการเข้าจำ เป็นอุบาสกขัตติกาภิเสกอย่างหยาบให้เบาบาง และเป็นทางแห่งความสงบ ระวังอันเป็น

<sup>๓</sup> ม.อ. (ไทย) ๒๓/๑๓๒/๒๐๐.



ความสุขอย่างสูงสุดในพระพุทธศาสนา เพราะฉะนั้น พุทธศาสนิกชนผู้อยู่ในภราวาสวินัย จึงนิยมเอาใจใส่หาโอกาสประพฤติปฏิบัติตามสมควร อุโบสถของคฤหัสถ์ที่กล่าวนี้มี ๒ อย่าง คือ ปกติอุโบสถอย่าง ๑ ปฏิภาครอุโบสถอย่าง ๑

โบสถ์ที่รับรักษากันตามปรกติเฉพาะวันหนึ่งคือหนึ่งอย่างที่รักษากันตามปกติทั่วไป เรียกว่า ปกติอุโบสถ, ส่วนอุโบสถที่รับและรักษาเป็นพิเศษกว่าปรกติ คือ รักษาคราวละ ๓ วัน จัดเป็นวันรับวันหนึ่ง วันรักษากันวันหนึ่ง และวันส่งวันหนึ่ง เช่น จะรักษาอุโบสถวัน ๘ คำ ต้องรับและรักษามาแต่วัน ๗ คำ ตลอดไปถึงสุดวัน ๘ คำ คือ ใ้ได้อรุณใหม่ของวัน ๑๐ คำนั่นเอง จึงหยุดรักษา อย่างนี้เรียกว่า ปฏิภาครอุโบสถ ทั้ง ๒ อย่างนี้ ต่างกันเฉพาะวันที่รักษามากน้อยกว่ากันเท่านั้น และการรักษาอุโบสถทั้ง ๒ อย่างนี้ โดยเนื้อแท้ ก็คือสมาทานรักษาศีล ๘ อย่างเคร่งครัด เป็นเอกัสมสมาทานมั่นคงอยู่ด้วยความผูกใจจนตลอดกาลของอุโบสถที่ตนสมาทานนั้น จึงเป็นเหตุให้เกิดประโยชน์สำคัญดังกล่าวแล้วการรักษาอุโบสถนี้ ประกอบด้วยพิธีกรรมซึ่งปฏิบัติกันมาโดยระเบียบต่อไปนี้<sup>๔</sup>

## ๒. ขั้นตอนพิธี

๑) เมื่อตั้งใจจะรักษาอุโบสถวันพระใด ฟังตื่นแต่เช้ามีดก่อนรุ่งอรุณของวันนั้นพอได้เวลารุ่งอรุณของวันนั้น ฟังเตรียมตัวให้สะอาดเรียบร้อยตลอดถึงการบ้วนปากแล้วบูชาพระเปล่งวาทกอธิษฐานอุโบสถด้วยตนเองก่อนว่า "อิมัง อัญญังคะสมันนาคะตัง พุทธะปัญญุตตัง อุโปสะถัง อิมัญจะ รัตติง อิมัญจะ ทิวะสัง สัมมะเทวะ อะภิรักขิตุง สะมาทียามิ" แปลเป็นภาษาไทยว่า "ข้าพเจ้าขอสมาทานเอาซึ่งองค์อุโบสถศีล ที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้ อันประกอบด้วยองค์แปดประการนี้ เพื่อจะรักษาไว้ให้ดี มิให้ขาด มิให้ทำลาย ตลอดคืนหนึ่งและวันหนึ่งในเวลานี้" แล้วขยับยืนรอมเวลาอยู่ด้วยอาการสงบเสงี่ยมตามสมควร รับประทานอาหารเช้าแล้วไปสู่วัด มณ ใดวัดหนึ่ง เพื่อรับสมาทานอุโบสถศีลต่อพระสงฆ์ตามประเพณี

๒) โดยปรกติอุโบสถนั้น เป็นวันธรรมสวนะ ภายในวัดพระสงฆ์สามเณรย่อมลงประชุมกันในพระอุโบสถหรือศาลาการเปรียญ เป็นต้น หลังจากฉันภัตตาหารเช้าแล้ว บางแห่งมีทำบุญตักบาตรที่วัดประจำทุกวันพระภิกษุสามเณรลงฉันอาหารบิณฑบาตพร้อมกันทั้งวัด เสร็จภัตตาหารแล้วขึ้นกุฏิทำสรีริกกิจพอสมควร แล้วลงประชุมพร้อมกันอีกครั้งหนึ่งตอนสายประมาณ ๕.๐๐ นาฬิกา ต่อหน้าอุบาสกอุบาสิกา แล้วทำวัตรเช้า พอภิกษุสามเณรทำวัตรเสร็จอุบาสกอุบาสิกา ฟังทำวัตรเข้าร่วมกันตามแบบนิยมของวัดนั้นๆ

<sup>๔</sup> กรมการศาสนา, คู่มือการศึกษานักธรรมและธรรมศึกษาชั้นตรี, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์การศาสนา กรมการศาสนา, ๒๕๓๘), หน้า ๓๓.



๓) ทำวัตรจบแล้ว ห้วนน้ำอุบาสกหรืออุบาสิกาก็ตาม ฟังลูกเข้าประนมมือ ประกาศองค์อุโบสถ ทั้งคำบาลีและคำไทย<sup>๕</sup> คือ

### คำประกาศองค์อุโบสถ

อัมชะ โภณโต ปักขัสสะ อัมภูระมีทิวะโส เอวะรุโป โข โภณโต ทิวะโส, พุทเธนะ ณะกะวะตา ปัญญัตตัสสะ ชัมมัสสะวะนัสสะ เจวะ, ตะททถายะ อุปาสะกะอุปาสิกานัง อุโปสถัสสะ จะ กาโล โหติ, หันทะ มะยัง โภณโต สัพเพ อีระ สะมาคะตา, ตัสสะ ณะกะวะโต ชัมมานุชัมมะปะฏิปัตติยา ปุชะนัตถายะ, อิมัญจะ รัตติง อิมัญจะ ทิวะสัง อัมภูจจะสะมะนนาคะตัง อุโปสะถัง อุปะวะลิสสามาติ, กาละปะริจเทง กัตวา ตัง ตัง เวรมณิง อารัมมะณัง กะริตวา, อะวิกขิตตะจิตตา หุตวา สักกัจจิง อุโปสะถัง สะมาทียะยามะ, อิทิสัง หิ อุโปสะถัง สัมปัตตานัง อัมหากัง ชิวิตัง มา นิรัตตะกัง โหตุ

(คำแปล) ขอประกาศเริ่ม เรื่องความที่จะสมาทานรักษากุโบสถอันพร้อมไปด้วย องค์ ๘ ประการให้สาธุชนที่ได้ตั้งจิตสมาทานทราบทั่วกันก่อนแต่จะสมาทาน ณ บัดนี้ ด้วยวันนี้ เป็น วันอัฐมิมัตถิที่แปด แห่งปีภิกษุมาถึงแล้ว ก็แหละวันเช่นนี้เป็นกาลที่สมเด็จพระผู้มี พระภาคเจ้าทรงบัญญัติแต่งตั้งไว้ในประชุมกันฟังธรรม และเป็นกาลที่จะรักษากุโบสถของ อุบาสกอุบาสิกาทั้งหลายเพื่อประโยชน์แก่การฟังธรรมนั้นด้วย เชิญเถิดเราทั้งหลายทั้งปวงที่ได้ มาประชุมพร้อมกัน ณ ที่นี้ ฟังกำหนดกาลว่า จะรักษากุโบสถตลอดวันหนึ่งกับคืนหนึ่งนี้ แล้ว ฟังทำความเว้นโทษนั้น ๆ เป็นอารมณ์ ( คือ เว้นจากฆ่าสัตว์ ๑ เว้นจากลักขโมยสิ่งของที่เขา ไม่ให้ ๑ เว้นจากประพฤติกรรมที่เป็นข้าศึกแก่พรหมจรรย์ ๑ เว้น จากเจรจาคำที่จลลวงผู้อื่น ๑ เว้นจากดื่มกินสุรามรัยอันเป็นเหตุที่ตั้งแห่งความประมาท ๑ เว้นจากบริโภคอาหารตั้งแต่เวลา พระอาทิตย์เที่ยงแล้วไปจนถึงเวลาอรุณขึ้นมาใหม่ ๑ เว้นจากฟ้อนรำขับร้องและประโคมเครื่อง ดนตรีต่าง ๆ และการดูการละเล่น แต่บรรดาที่เป็นข้าศึกแก่กุศลทั้งสิ้น และตัดทรงประทับ ตกแต่งร่างกายด้วยดอกไม้ของหอมเครื่องประดับเครื่องทำ เครื่องย้อม ผัดผิวทำกายให้วิจิตร งดงามต่าง ๆ อันเป็นเหตุที่ตั้งแห่งความกำหนัดยินดี ๑ เว้นจากนั่งนอนเหนือเตียงตั้งมุ้งที่มีทำ สูงเกินประมาณและที่นั่งที่นอนใหญ่ ภายในมีนุ่นและสำลีเครื่องปูลาดที่วิจิตรด้วยเงินและทอง ต่าง ๆ ๑) อย่าให้จิตฟุ้งซ่านส่งไปอื่น ฟังสมาทานเออองค์อุโบสถทั้งแปดประการ โดยเคารพ เพื่อ

<sup>๕</sup>พระมหานุกูล โขม ปริญญาสิโล, คู่มือเรียนนักธรรมและธรรมศึกษาชั้นตรี, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (สุราษฎร์ธานี, ๒๕๓๓), หน้า ๕๐.

จะบูชาสมเด็จพระผู้มีพระภาคพุทธเจ้าขึ้นด้วยธรรมานุธรรมปฏิบัติ อนึ่ง ชีวิตของเราทั้งหลายที่ได้เป็นอยู่รอดมาถึงวันอุโบสถเช่นนี้ จงอย่าได้ล่วงไปเสียเปล่าจากประโยชน์เลย<sup>๖</sup>

คำประกาศนี้สำหรับวันพระ ๘ คำทั้งข้างขึ้นและข้างแรม ถ้าเป็นวันพระ ๑๕ คำ เปลี่ยนบาลีเฉพาะคำที่ขีดเส้นได้ว่า ปิณณะระสี ทิวะ โสและเปลี่ยนคำไทยที่ขีดเส้นได้เป็นว่า "วันปิณณเรสีลิตีที่สิบห้า ถ้าเป็นวันพระ ๑๔ คำ เปลี่ยนบาลีตรงนั้นว่า จาคุททสีทิวะ โส และเปลี่ยนคำไทยแห่งเดียวกันว่า "วันจาคุททสีลิตีที่สิบสี่" สำหรับคำไทยภายในวงเล็บ จะว่าด้วยก็ได้ ไม่ว่าจะด้วยก็ได้ แต่มีนิยามว่าในวัด ท่านให้สมาทานอุโบสถศีลบอกให้สมาทานทั้งคำบาลี และคำแปลในตอนต่อไปเป็นข้อ ๆ เวลาประกาศก่อนสมาทานนี้ไม่ต้องว่าคำในวงเล็บเพราะพระท่านจะบอกให้สมาทาน เมื่อจบประกาศนี้แล้ว สำหรับวัดที่ท่านให้สมาทานอุโบสถศีลแต่เฉพาะคำบาลีเท่านั้นไม่ต้องบอกคำแปลด้วยเวลาประกาศก่อนสมาทานนี้ ควรว่าความในวงเล็บทั้งหมด

๔) เมื่อหัวหน้าประกาศจบแล้ว พระสงฆ์ผู้แสดงธรรมขึ้นนั่งบนธรรมมาสน์ อุบาสก อุบาสิกาทุกคน ฟังนั่งคุกเข่ากราบพร้อมกัน ๓ ครั้ง แล้วกล่าวคำอาราธนาอุโบสถศีลพร้อมกันว่า มะยัง ภันเต, ติสระระณณะ สะหะ อัญจันตะสะมันนาคะตัง อุโปสะตัง ยาจามะ ทุติยัมปิ มะยัง ภันเต, ติสระระณณะ สะหะ อัญจันตะสะมันนาคะตัง อุโปสะตัง ยาจามะ

ตะติยัมปิ มะยัง ภันเต ติสระระณณะ สะหะ อัญจันตะสะมันนาคะตัง อุโปสะตัง ยาจามะ (ต่อจากนั้นควรตั้งใจรับสรณคมน์และศีลโดยเคารพ คือ ประณมมือ)

๕) ฟังว่าตามคำสั่งที่พระสงฆ์บอกเป็นตอนๆ ไป คือ

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ (๓ จบ)

พุทฺธัง สะระณัง คัจฉามิ

ชัมมมัง สะระณัง คัจฉามิ

สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ

ทุติยัมปิ พุทฺธัง สะระณัง คัจฉามิ

ทุติยัมปิ ชัมมมัง สะระณัง คัจฉามิ

ทุติยัมปิ สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ

ตะติยัมปิ พุทฺธัง สะระณัง คัจฉามิ

ตะติยัมปิ ชัมมมัง สะระณัง คัจฉามิ

<sup>๖</sup> สุชีพ ปุณฺณญาภ, พระไตรปิฎกฉบับสำหรับประชาชน, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕), หน้า ๑๑๐.

ตะตยัมปิ สังฆัง สาระณัง คัจฉามิ

เมื่อพระสงฆ์ว่า "ติสระณะคะมะมัง นิฏฐิตัง" ควรรับพร้อมกันว่า "อามะ ภัณฑ" แล้วท่านจะให้ศีลต่อไป คอยรับพร้อมกันตามระยะที่ท่านหยุดดังต่อไปนี้

ปณาคีปาตา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

อะทินนาทานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

กามสุ มิจฉาจารา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

อะพรหมมะจะริยา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

มุสาวาทา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

สุรามระยะมัชชะปะมาทัญญานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

(ต่อจากนี้พระท่านจะสรุปอานิสงส์ของศีล เราควรตั้งใจฟังเพื่อให้เกิดเป็นบุญกุศลจริง ๆ)

อิมานิ ปญฺจะ สิกขาปะทานิ สีเลนะ สุกะตัง ยันติ สีเลนะ โภคะสัมปะทา สีเลนะ นิพพุตัง ยันติ ตัสมา สีลํ วิโสธะเย

ถ้าให้ศีล ๘ ก็ว่าเหมือนกัน เปลี่ยนแต่ชื่อ กาม เป็นอะพรหมมะจะริยา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ เท่านั้น แล้วต่อจากชื่อ สุรา ไปดังนี้

วิกาละโภชนะนา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

นังจะคิตะวาทิตะวิสูกะทัสสะนา มาลาคันธะวิเลปะนะธาระณะมัณฑะนะวิฏ

สะนัญญานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

อุจจาสะยะนะมะหาสะยะนา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

(สรุปเหมือนศีล ๕ เปลี่ยนแต่ ปญฺจะ เป็น อัญฺจะ เท่านั้น)

ถ้าให้อุโบสถศีล ให้นำว่าต่อจากข้อสุดท้าย ทีละตอน ดังนี้

อิมัง อัญฺจันตะสะมันนาคะตัง, พุทธะปัญฺณุตตัง อุโปสะกัง,

อิมัญฺจะ รัตติง อิมัญฺจะ ทิวะสัง, สัมมะเทวะ อะภีริกัจจุง สะมาทิยามิ

หยุดรับเพียงเท่านี้ ในการให้ศีลอุโบสถนี้ตลอดถึงคำสมาทานท้ายศีลบางวัดให้ เฉพาะคำบาลี มิได้แปลให้ บางวัดให้คำแปลด้วย ทั้งนี้สุดแต่นิยมอย่างใดตามความเหมาะสมของ บุคคลและสถานที่นั้น ๆ ถ้าท่านแปลให้ด้วย ฟังว่าตามเป็นข้อ ๆ และคำ ๆ ไปจนจบ ต่อแต่นี้ พระสงฆ์จะว่า" อิมานิ อัญฺจันตะ สิกขาปะทานิอุโปสะถะวะเสนะ มะนะสิกะริตวา, สาธุกัง อัปปะมา



เทนะ รักจิตัพพานิ " ฟังรับพร้อมกันเมื่อท่านกล่าวจบคำนี้ว่า "อามะ ภันเต" แล้วพระสงฆ์จะว่า อานิสงส์ศีลต่อไป ดังนี้<sup>๖</sup>

สีเลนะ สุคะตัง ยันติ สีเลนะ โภคะสัมปะทา

สีเลนะ นิพพุตัง ยันติ ตัสมา สีลัง วิโสธะเย

พอท่านว่าจบ ฟังกราบพร้อมกัน ๓ ครั้ง ต่อนี้นั่งราบพับเพียบประนมมือฟังธรรมซึ่งท่านจะได้แสดงต่อไปนี้

๖) เมื่อพระแสดงธรรมจบแล้ว ทุกคนฟังให้สาธุการและสวดประกาศตนพร้อมกัน สาธุ สาธุ สาธุ อะหัง พุทธัญจะ ธัมมัญจะ สังฆัญจะ สาระณัง คะโต (หญิงว่า คคะตา)อุปาสะกัตตัง (หญิงว่า อุปาสีกัตตัง) เทเสสัง ภิกขุสังฆัสสะ สัมมุขา เอตัง เม สาระณัง เขมิง เอตัง สาระณะมุตตะมัง เอตัง สาระณะมากัมมะ ตัพพะ ทุกขา ปะมุจจะเย ยะถาพะลัง จะเรยาหัง สัมมาสัมพุทเธสาสะนังทุกขะนิสสะระณัสสวะระ ภาคิ อัสสัง (หญิงว่า ภาคินิสสัง) อะนาคะเต ฯ คำสวดประกาศข้างต้นนี้ ถ้าผู้ว่าเป็นผู้หญิง ฟังเปลี่ยนคำที่เน้นคำไว้ ดังนี้ คะโต เปลี่ยนเป็นว่า คคะตา อุปาสะกัตตัง เปลี่ยนเป็นว่า อุปาสีกัตตัง ภาคิ อัสสัง เปลี่ยนเป็นว่า ภาคินิสสัง นอกนั้นว่าเหมือนกัน

เมื่อสวดประกาศนี้จบแล้ว ฟังกราบพร้อมกันอีก ๓ ครั้ง เป็นอันเสร็จพิธีตอนเช้า เพียงเท่านี้

๗) ต่อนี้ผู้รักษาอุโบสถฟังขยับยังอยู่ที่วัด ด้วยการนั่งสมาทานธรรมกันบ้างภาวนากัมมัฏฐานตามสัปปายะของตนบ้าง หรือจะท่องบ่นสวดมนต์และอ่านหนังสือธรรมอะไร ก็ได้ พอถึงเวลาฟังรับประทานอาหารเพลให้เสร็จทันกาลก่อนเที่ยง เสร็จแล้วจะพักผ่อนหรือปฏิบัติอะไรที่ปราศจากโทษก็แล้วแต่อัธยาศัย พอได้เวลาบ่ายหน้าเย็นจนค่ำ ฟังประชุมกันทำวัตรค่ำตามแบบนิยมของวัดนั้น ๆ ในภาคบ่ายจนถึงเย็นนี้บางแห่ง ทางวัดจัดให้มีเทศน์โปรดอีกกัณฑ์หนึ่ง ถ้ามีเทศน์ พระผู้เทศน์จะลงมาเทศน์ เมื่อจบทำวัตรตอนเย็นนี้ หัวหน้าฟังนั่งคุกเข่ากราบพระ๓ ครั้ง แล้วกล่าวอาราธนาธรรมพิเศษโดยเฉพาะ ว่าดังนี้

๘) เมื่ออาราธนาจบแล้ว พระจะขึ้นแสดงธรรม ฟังนั่งฟังธรรมโดยเคารพอย่างพิธีตอนเช้า พอเทศน์จบ ทุกคนฟังให้สาธุการและสวดประกาศตนพร้อมกันอย่างเดียวกับที่ว่าท้ายเทศน์

<sup>๖</sup> กรมการศาสนา, ปัญหาและเฉลยนักธรรมและธรรมศึกษาชั้นตรี, (กรุงเทพมหานคร. โรงพิมพ์การศาสนา กรมการศาสนา, ๒๕๓๑), หน้า ๘๒-๘๓.

<sup>๗</sup> พระศรีวิสุทธิญาณ, ศาสนพิธีสังเขป, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย ๒๕๓๑), หน้า ๕๕.

ในภาคเช้า และสวดประกาศต่อท้ายติดกันไปอีกว่า กาเยนะ วาจาเยนะ เว เจตะสา วา พุทเธ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยังพุทโธ ปะฎีกคัมหะตุ อัจจะยันตังกาลันตะเร สังวะริตฺตง วะ พุทเธกาเยนะ วาจาเยนะ เว เจตะวา วา รัมเม กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง รัมโม ปะฎีกคัมหะตุ อัจจะยันตังกาลันตะเร สังวะริตฺตง วะ รัมเมกาเยนะ วาจาเยนะ เว เจตะสา วา สังเข กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง สังโฆ ปะฎีกคัมหะตุ อัจจะยันตัง กาลันตะเร สังวะริตฺตง วะ สังเขฯ

๕) ถ้าไม่มีเทศน์กัณฑ์เขื่อนี้ พอทำวัตรจบ ผู้ประสงคจะกลับไปพักผ่อนที่บ้าน ฟังขึ้นไปลาหัวหน้าสงฆ์บนกุฏิ หรือหัวหน้าสงฆ์จะลงมารับลาในที่ประชุมก็แล้วแต่ธรรมเนียมของวัดนั้น ๆ ซึ่งผู้ประสงคจะค้างที่วัดไม่กลับบ้านก็ไม่ต้องลา แต่ถ้ามีเทศน์ด้วยดังกล่าว ผู้จะกลับบ้าน ฟังบอกลาต่อพระผู้เทศน์ เมื่อสวดประกาศตอนท้ายเทศน์จบลงแล้วได้ทันที ถ้าลากลับบ้านฟังว่าดังนี้

หันทะทานิ มะยัง กันเต, อาปุจามะ พะหุกิจจา มะยัง พะหุกระระณียา  
พระสงฆ์ผู้รับการบอกลาท่านจะกล่าวคำว่า "ยัสสะทานิ ตุมहे กาลัง มัญญะถะ"  
ผู้ลาฟังพระพร้อมกันว่า "สาธุกันเต" แล้วกราบพร้อมกัน ๓ ครั้ง แล้วจึง

เดินทางกลับบ้านด้วยจิตใจผ่องใส สะอาดด้วยบุญ

### ๓.๑.๑.๒ การรักษาศีลของคฤหัสถ์ (ปุลุชน)

คฤหัสถ์ แปลว่า ผู้มากไปด้วยอาชีพ ประกอบการงานเป็นอาชีพ ทำให้ไม่มีเวลา มาทำบุญให้ทาน รักษาศีล และฟังธรรมเทศนา วันพระที่พระพุทธรองค์ได้ทรงบัญญัติขึ้นมานั้น ส่งผลให้ชาวพุทธทั้งหลายได้มาทำบุญ รักษาศีล ชาวพุทธเราเอาแต่ท่องทว่าในทางปฏิบัติแล้วหาผู้ปฏิบัติได้ครบทุกข้อค่อนข้างยาก นั่นอาจเป็นเพราะเรามีทัศนคติในเชิงลบต่อศีล ๕ ว่าเป็นข้อห้าม หรือเป็นกฎทางจริยธรรมที่พระมอบให้ ซึ่งไม่ใช่เรื่องเกี่ยวกับชีวิตของคนโดยตรง จึงไม่อยากรนำมาปฏิบัติ แต่แท้ที่จริงนั้น ศีล ๕ ไม่ใช่ข้อห้าม หากแต่เป็น "ข้อฝึกปฏิบัติ" (สิกขาบท) ที่เราทุกคนโดยไม่จำเป็นที่จะต้องเป็นชาวพุทธ ขอเพียงแค่เป็นมนุษย์เท่านั้น ก็ควรจะรับมาเป็นแนวทางในการปฏิบัติ เพื่อฝึกหัดพัฒนาชีวิตให้ตั้งงามล้ำเลิศในทุก ๆ ด้าน ศีล ๕ นี้ ในภาษาบาลีเดิมเรียกว่า "มนุษยธรรม" (ธรรมที่ทำให้คนให้เป็นมนุษย์) เพราะผู้ปฏิบัติตามศีล ๕ ได้ ย่อมเป็นคนคุณภาพที่สามารถยกชีวิตให้พัฒนาขึ้นมาอีกระดับหนึ่งจากปุลุชนทั่วไป ที่ยังคงใช้ชีวิตโดยการชักจูงของสัญชาตญาณเป็นส่วนใหญ่ ส่วนผู้ปฏิบัติตามศีล ๕ แล้วนั้น จะก้าวเข้าสู่การเป็น

<sup>๕</sup> วิทย วิศทเวทย์,ดร., และ เสฐียรพงษ์ วรรณปก, "หนังสือเรียนสังคมศึกษา รายวิชา ส ๑๑๘ พระพุทธศาสนา" ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท อักษรเจริญทัศน์ อจท. จำกัด, ๒๕๓๑), หน้า ๑๔๐.

มนุษย์ผู้พร้อมที่จะร่วมเป็นส่วนหนึ่งแห่งสังคมอารยะ ที่สามารถจะนำพาทั้งชีวิตของตน ของคนอื่น และของสังคมโดยรวม ไปสู่ความร่มเย็นเป็นสุขอย่างเกื้อกูลกันในวงกว้าง ทั่วทั้งโลก คำอธิบาย และคำสมาทานศีล ๕ มีประกอบด้วย

๑. ปาณาติปาตา เวรมณี สิกขาปทํ สมาธิยามิ (ข้าพเจ้าสมาทานซึ่งสิกขาบท คือ เว้นจากการฆ่าสัตว์ด้วยตนเองและไม่ใช้ให้ผู้อื่นฆ่า)

๒. อทินนาทานา เวรมณี สิกขาปทํ สมาธิยามิ (ข้าพเจ้าสมาทานซึ่งสิกขาบท คือ เว้นจากการลัก , น้อ ของผู้อื่นด้วยตนเอง และไม่ใช้ให้ผู้อื่นลัก น้อ)

๓. กามเมสุมิจุฉานารา เวรมณี สิกขาปทํ สมาธิยามิ (ข้าพเจ้าสมาทานซึ่งสิกขาบท คือ เว้นจากการประพฤติดิพิดในกาม)

๔. มุสาวาทา เวรมณี สิกขาปทํ สมาธิยามิ (ข้าพเจ้าสมาทานซึ่งสิกขาบท คือ เว้นจากการพูดเท็จ คำไม่เป็นจริง และคำต่อลวง อำพรางผู้อื่น)

๕. สุราเมรยมชฺชชุปมาทภูฏานา เวรมณี สิกขาปทํ สมาธิยามิ (ข้าพเจ้าสมาทานซึ่งสิกขาบท คือ เว้นจากการดื่มสุรา เมรัย เครื่องดองของทำใจให้คลั่งไคล้ต่างๆ)

#### คำอาราธนาศีล ๕

มะยัง ภันเต วิสุง วิสุง รักขะณัตถิยาถะ ทิสะระณะนะ สะหะ ปัญจะ สีลานิยาจามะ

ทุติยัมปิ มะยัง ภันเต วิสุง วิสุง รักขะณัตถิยาถะ ทิสะระณะนะ สะหะ ปัญจะ สีลานิยาจามะ

ตะติยัมปิ มะยัง ภันเต วิสุง วิสุง รักขะณัตถิยาถะ ทิสะระณะนะ สะหะ ปัญจะ สีลานิยาจามะ (ถ้าคนเดียวเปลี่ยนจากคำว่า "มะยัง" เป็น "อะหัง" และ "ยาจามะ" เป็น "ยามิ")

คำแปล ข้าแต่ ท่านผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอสมาทานศีล ๕ พร้อมด้วยไตรสรณคมน์ เพื่อประโยชน์แห่งการรักษาเป็นข้อๆ

ดังนั้น การรักษาศีล ๘ และศีล ๕ ของอุบาสก อุบาสิกา และคฤหัสถ์นั้น จะต้องรักษาศีลในทุกๆ วัน แต่เนื่องด้วยเป็นผู้มีกิจมากไม่สามารถจะรักษาได้ครบทุกข้อ พระพุทธองค์จึงทรงกำหนดให้วันพระเป็นวันงดเว้นจากสิ่งไม่ดีทั้งปวง เพื่อให้ศีลของตนบริสุทธิ์ เมื่อศีลบริสุทธิ์ความเป็นมนุษย์จึงจะสมบูรณ์



นอกจากนี้ ต้องละเว้นจากวิบัติ ๕ ในการประกอบอาชีพของตน อาชีพ ๕ อย่างที่อุบาสกและอุบาสิกาควรละเว้น อุบาสกและอุบาสิกา พึงตั้งตนอยู่ในคุณสมบัติ ๕ ประการ ต้องละเว้นจากวิบัติ ๕ คือการประกอบอาชีพในทางที่ไม่ชอบธรรม

๑. ค้าขายเครื่องประหาร เช่นอาวุธต่างๆ มีปืน ดาบ หอก มีด เครื่องมือเหล่านี้ ล้วนเป็นภัยต่อสัตว์ทั้งหลาย ตลอดจนมนุษย์ด้วยกัน เพราะเหตุนี้จึงไม่ควรกระทำการ ค้าขายในฐานะที่เป็นอุบาสกและอุบาสิกาชาวพุทธ

๒. ค้าขายมนุษย์ มนุษย์มีชาติกำเนิดเสมอกัน มีความรู้สึกนึกคิด ชอบสุขเกลียดทุกข์เหมือนกัน โฉนดเลขมาเบียดเบียนกัน โดยเห็นแก่เงินยอมกระทำความผิดเช่นฆ่าสัตว์ เช่นค้าทาส แรงงานเด็กและสตรี เป็นการเอาเปรียบเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน ควรจะสามัคคีกันไว้จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง

๓. ค้าขายสัตว์เป็น ๆ สำหรับฆ่าเพื่อเป็นอาหาร การขายสัตว์เพื่อเป็นการกีฬา หรือทรมานสัตว์ สิ่งดังกล่าวนี้สำหรับอุบาสกในพระพุทธศาสนาแล้วไม่นิยมกระทำกันเพราะเป็นการทำลายชีวิตสัตว์หรือทรมานสัตว์ อาชีพนี้ต้องงดเว้นในฐานะที่เป็นอุบาสก

๔. ค้าขายสุรา น้ำเมา ประเภทเครื่องดองของมีนเมาต่าง ๆ เฮโรอีน ผีน เหล้า กัญชา มอร์ฟีน ยาอี และยาบ้าก็ตาม ไม่สมควรขาย

๕. ค้าขายยาพิษ ยาพิษทุกชนิดเป็นภัยแก่ผู้ที่ใช้ละเว้นไม่ได้ก็แสดงว่าไม่มีกัลยาณธรรมที่สมบูรณ์<sup>๑๑</sup>

การทำงานหาเลี้ยงชีพ ถือว่าเป็นสิ่งที่ดีและสำคัญสำหรับคฤหัสถ์ผู้ครองเรือน เพราะเป็นการช่วยแบ่งเบาภาระทางครอบครัวอย่างหนึ่ง ซึ่งเป็นหน้าที่ของผู้นำครอบครัว และสมาชิกในครอบครัวด้วย อาจจะเป็นฝ่ายสามี หรือภรรยาก็ได้ สามีและภรรยาช่วยกันทำงานหาเลี้ยงชีพทั้ง ๒ คนในทางที่ชอบขยันหมั่นเพียร ซื่อสัตย์สุจริต ก็จัดว่าเป็นแบบอย่างที่ดีแก่บุตร และธิดา เพราะพ่อแม่ คือ ต้นแบบเบื้องต้นของบุตรที่จะดำเนินชีวิตต่อไปในภายหน้า

สรุปได้ว่า พุทธศาสนิกชนผู้อยู่ในฆราวาสวิสัย จึงนิยมเอาใจใส่หาโอกาสประพฤติปฏิบัติตามสมควร อุโบสถของคฤหัสถ์ที่กล่าวนี้มี ๒ อย่าง คือ ปกติอุโบสถอย่าง ๑ ปฏิหารอุโบสถอย่าง ๑ อุโบสถที่รับรักษากันตามปกติเฉพาะวันหนึ่ง คือ หนึ่งอย่างที่รักษากันตามปกติทั่วไป เรียกว่า ปกติอุโบสถ ส่วนอุโบสถที่รับและรักษาเป็นพิเศษกว่าปกติคือ รักษาคราวละ ๓ วัน จัดเป็นวันรับวันหนึ่ง วันรักษากันวันหนึ่ง และวันส่งวันหนึ่ง เช่น จะรักษาอุโบสถวัน ๘ คำ ต้องรับและรักษามาแต่วัน ๗ คำ ตลอดไปถึงสุดวัน ๕ คำ คือ ใต้อรุณใหม่ของวัน ๑๐

<sup>๑๑</sup> อ.จ. ปลูกจ. (ไทย) ๒๒/๑๙๙/๑๙๖.

คำ นั่นเอง จึงหยุดรักษา อย่างนี้เรียกว่า ปฏิษาครุโอบสททั้ง ๒ อย่างนี้ ต่างกันเฉพาะวันที่รักษา มากน้อยกว่ากันเท่านั้น และการรักษาอุโบสททั้ง ๒ อย่างนี้ โดยเนื้อแท้ก็คือสมาทานรักษาศีล ๘ อย่างเคร่งครัด เป็นสมาทานมั่นคงอยู่ด้วยความผูกใจจนตลอดกาลของอุโบสทที่ตนสมาทานนั้น จึงเป็นเหตุให้เกิดประโยชน์

### ๓.๑.๒ การให้ทานของคฤหัสถ์

การให้ทานในวันธรรมสวนะ พระพุทธเจ้าตรัสว่า วิเจย ทานํ ทาทพฺพํ ยตุต ทินฺนํ มหฺพฬํ ต้องพิจารณาให้ดีแล้วจึงให้ทานในที่ที่มีผลมาก คำว่าพิจารณาคือ เลือกของถวาย และเลือกผู้รับ ประการแรกเลือกของถวายให้เหมาะกับผู้รับ ใสบาตรพระเพื่อให้ พระท่านมีกำลัง เผยแผ่พระพุทธศาสนา เรียกว่ามี บุญพเจตนา เจตนาเบื้องต้นก่อนถวาย ของที่ ถวายเป็นของ บริสุทฺธิ์ เรียกว่าเป็นทักษิณาทิบริสุทฺธิ์ วันสำคัญทางศาสนาขอให้เจตนาที่ดี บุญฯ พระด้วย เจตนาที่เป็นกุศล ให้จิตเกิดโสมนัสดีใจชื่นใจ ถ้าเจตนาก่อนทำ กำลังทำ และทำแล้ว ผ่องใส ทาน ก็มีผลมาก มีอานิสงส์มาก อีกประการหนึ่งขึ้นอยู่กับผู้รับด้วย ถ้าผู้รับเป็นผู้มีศีล บริสุทฺธิ์ เพิ่งออกจากกัมมัญฐานเจโตสมาบัติ ทานยังให้ผลมาก อีกอย่างหนึ่งคือถวายสงฆ์ เรียกว่า สังฆทานเป็นวิธีที่ปลอดภัยอย่างหนึ่ง เมื่อใดพระอรียเจ้ามาใช้ประโยชน์จากทานนั้น ผู้บริจาคก็ จะได้บุญใหญ่...ขอให้ใช้วิจารณ์ญาณประกอบการให้ทาน วิเจย ทานํ คือ พิจารณาจากแนวคิด ข้างต้นตรงกับกรให้ทานของสัตบุรุษที่ว่า สัตบุรุษยอมให้ทาน คือ ให้น้ำและโภชนะที่สะอาด ใให้ของที่ประณีต ให้ตามกาล ใให้ของ ที่สมควร ให้เป็นนิตย์ ในทานผู้ประพลิตพรหมจรรย์ ผู้เป็น เขตติ บริจาคอามิสมากมายก็ไม่ เดือดร้อน ทานผู้เห็นแจ้งยอมสรรเสริญทานที่สัตบุรุษให้แล้ว อย่างนี้ บัณฑิตผู้มีปัญญา มี ศรัทธา มีใจเสียสละ บุญอย่างนี้ ย่อมเข้าถึงโลกที่ไม่มีความ เบียดเบียน เป็นสุข<sup>๑๑</sup> พระพุทธองค์ได้ตรัสสัปปุริสทาน (ทานของสัตบุรุษ) ไว้ ๘ ประการ<sup>๑๒</sup>คือ

๑. สัตบุรุษยอมให้ของที่สะอาด
๒. สัตบุรุษยอมให้ของที่ประณีต
๓. สัตบุรุษยอมให้ตามกาล
๔. สัตบุรุษยอมให้ของที่สมควร
๕. สัตบุรุษยอมเลือกให้<sup>๑๓</sup>

<sup>๑๑</sup> อจ.อภฺรฺรูก. (ไทย) ๒๓/๓๗/๒๕๗.

<sup>๑๒</sup> อจ.อภฺรฺรูก. (ไทย) ๒๓/๓๗/๒๕๗

<sup>๑๓</sup> อจ.อภฺรฺรูก.อ.(บาลี) ๓/๓๗/๒๕๖-๒๕๗, อจ.อภฺรฺรูก. (ไทย) ๒๓/๓๗/๒๕๗.

๖. สัตบุรุษยอมให้เป็นนิตย์
  ๗. สัตบุรุษกำลังให้ก็ทำจิตให้ฟ้องใส
  ๘. สัตบุรุษครั้นให้แล้วก็ดีใจ
- ทานของสัตบุรุษอีกนัยหนึ่ง<sup>๑๔</sup>

๑. ให้โดยเคารพ<sup>๑๕</sup>
  ๒. ให้ด้วยความอ่อนน้อม
  ๓. ให้ด้วยมือตนเอง
  ๔. ให้ของที่ไม่เป็นเดน
  ๕. เห็นผลที่จะพึงมาถึงจึงให้<sup>๑๖</sup>
- ทานของสัตบุรุษอีกนัยหนึ่ง<sup>๑๗</sup>

๑. ให้ทานด้วยศรัทธา
๒. ให้ทาน โดยเคารพ
๓. ให้ทานตามกาลอันควร
๔. เป็นผู้มิจิตอนุเคราะห์ให้ทาน
๕. ให้ทานไม่กระทบตนและผู้อื่น<sup>๑๘</sup>

เรื่องทานใน ๓ ประเด็น คือ ผู้ให้ ผู้รับ และสิ่งที่ให้ ในทานสูตรได้แสดง องค์ ๓ ของทายก<sup>๑๙</sup> คือ

๑. ก่อนให้ก็มีใจดี
๒. กำลังให้ก็ทำจิตให้เลื่อมใส
๓. ครั้นให้แล้วก็มีใจเบิกบาน

ดังนั้นผู้ให้ควรตั้งใจที่จะได้ทำบุญ เมื่อทำก็เลื่อมใสในบุญที่ทำนั้นว่ามีผลมีอานิสงส์จริง ครั้นเมื่อได้ทำบุญสำเร็จแล้วก็เบิกบานใจ นอกจากนี้ผู้ให้ควรคิดได้เองว่าจะให้เพราะอะไร ไม่ต้องมีใครมาบังคับ ไม่ต้องถูกชักชวนก่อนแล้วจึงให้ในเวลาทำบุญ มีความตั้งใจ

<sup>๑๔</sup> อภ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๑๔๗/๒๔๓.

<sup>๑๕</sup> อภ.ปญจก.อ. (บาลี) ๓/๑๔๗/๕๗, อภ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๑๔๗/๒๔๔.

<sup>๑๖</sup> อภ.ปญจก.อ. (บาลี) ๓/๑๔๗/๕๗, อภ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๑๔๗/๒๔๔.

<sup>๑๗</sup> อภ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๑๔๘/๒๔๔-๒๒๕.

<sup>๑๘</sup> อภ.ปญจก.อ. (บาลี) ๓/๑๔๘/๕๘, อภ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๑๔๘/๒๒๕.

<sup>๑๙</sup> อภ.จก. (ไทย) ๒๒/๓๗/๔๘๖



ปรารถนาให้ได้มรรค นิพพาน คิดทำบุญเอง ไม่มีใครมาชักชวน ให้ทำ ผู้ที่ทำบุญเช่นนี้ได้ผลบุญมาก คือสามารถจะนำไปเกิดเป็นมนุษย์ก็ได้ ไปเกิดเป็นเทวดา ก็ได้ ถ้าไปเกิดเป็นมนุษย์จะร่ำรวยมาก มั่งมีศรีสุข มีปัญญามาก หากออกเจริญสมถกรรมฐาน ก็จะได้บรรลุมรรค หากออกเจริญวิปัสสนากรรมฐาน ก็จะได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน เป็นพระโสดาบัน เป็นต้น

### ๓.๒ หลักธรรมสำคัญที่ควรปฏิบัติในวันธรรมสวนะ

#### ๓.๒.๑ หลักอริยสัจ ๔

หลักอริยสัจ ๔ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทอริยสัจเป็นหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงให้ถึงความ เป็นธรรมชาติของสิ่งต่างๆและในคัมภีร์พระพุทธศาสนาได้ปรากฏเนื้อหาที่เป็นความหมายแห่งอริยสัจ ซึ่งมีความสอดคล้องกันไว้โดยสังเขป ดังนี้ อรรถกถา พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย พระอรรถกถาจารย์ กล่าวว่า “ตสฺมา อริยานิ สจฺจานิ ความว่า สัจจะทั้งหลาย เหล่านั้นเป็นของแท้ ไม่เป็นโดยประการอื่น เพราะเหตุนี้ ท่านจึงเรียกว่า สัจจะของพระอริยะทั้งหลาย ก็พระอริยะทั้งหลายย่อมไม่แทงตลอดสัจจะทั้งหลายที่แปรผันเป็นอย่างอื่น โดยความจริงของพระอริยะ”<sup>๒๐</sup> คัมภีร์วิสุทธิมรรค พระพุทธโฆสจารย์ให้ความหมายของอริยสัจไว้ ๔ นัยว่า

- (๑) เป็นสัจจะที่พระอริยตรัสรู้
- (๒) เป็นสัจจะของพระอริยะ
- (๓) เป็นสัจจะที่ทำให้เป็นอริยะ
- (๔) เป็นสัจจะอย่างอริยะ คือ จริงแท้ ไม่เท็จ ไม่ลวง<sup>๒๑</sup> คัมภีร์มังคลัตถทีปนี

พระสิริมังคลาจารย์ให้ความหมายไว้เป็น ๓ นัย ดังนี้

- (๑) เป็นของจริง เพราะเป็นธรรมชาติจริงแท้
- (๒) เป็นสัจจะของพระอริยะเจ้าทั้งหลาย
- (๓) เพราะเป็นสัจจะที่ทำให้สำเร็จความเป็นพระอริยะ เพราะสัจจะเหล่านั้น

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสรู้จำเพาะด้วยพระองค์เอง<sup>๒๒</sup> อริยสัจ คือ หลักธรรมว่าด้วยความจริงอัน

<sup>๒๐</sup> ส.ม. (ไทย) ๕/๒/๔๔๔.

<sup>๒๑</sup> พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถระ), พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท ธารเพชร จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๘๒๘- ๘๒๙.

<sup>๒๒</sup> วัดพระปฐมเจดีย์ราชวรมหาวิหาร, มังคลัตถทีปนี แปลไทย ภาค ๒, (กาญจนบุรี : สหภาพพัฒนาการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๓๓๘.

ประเสริฐ หรือความจริงของอริยบุคคล เป็นหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสรู้ และเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา และจัดเป็นหลักธรรมที่เป็นหลักของเหตุและผลทางพระพุทธศาสนา หลักคำสอนทั้งหมดจะสรุปประมวลลงในหลักอริยสัจ ๔ ประกอบด้วยหลักธรรม ๔ อย่าง คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และ มรรค<sup>๒๓</sup>

ทุกข์ ความทุกข์, สภาพที่ทนได้ยาก, สภาพที่บีบคั้น

ทุกข์สมุทัย เหตุเกิดแห่งทุกข์, สาเหตุให้ทุกข์เกิด

ทุกข์นิโรธ ความดับทุกข์ ได้แก่ ภาวะที่ตัดขาดดับสิ้นไป

ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา ปฏิปทาที่นำไปสู่ความดับแห่งทุกข์<sup>๒๔</sup>

สรุปได้ว่า อริยสัจ ๔ เป็นกระบวนการแก้ปัญหา หรือดับทุกข์สำหรับมนุษย์ การที่จะนำเอาอริยสัจ ๔ มาใช้ในชีวิต จะต้องเข้ากระบวนการของอริยสัจให้ถูกต้อง ได้แก่ ประการแรก กำหนดรู้ปัญหาหรือทุกข์ที่เกิดขึ้นให้ชัดเจน ประการที่สอง ค้นหาสาเหตุของความทุกข์ที่เกิดขึ้นให้ได้ และตัดต้นเหตุที่เสียดาย พิจารณาหาสาเหตุที่แท้จริงให้ได้ ประการที่สาม กำหนด หรือเข้าใจเป้าหมายของการแก้ปัญหาอย่างชัดเจนว่า ทำเพื่ออะไร ผลที่ได้จะเป็นอย่างไรการรู้ว่าปัญหานั้นแก้ได้ และแก้ปัญหานั้นให้สิ้นสุด และประการที่ ๔ ต้องปฏิบัติตามแนวทางการแก้ปัญหาอย่างถูกต้องตามหลักมรรค ๘ มีสัมมาทิฐิ เป็นต้น กระบวนการทั้ง ๔ นี้ เป็นวิธีการแก้ปัญหตามหลักพระพุทธศาสนา ที่เน้นการแก้ปัญหอย่างเป็นระบบ

### ๓.๒.๒ หลักไตรสิกขา

สมัยพุทธกาล พระพุทธองค์ได้ทรงกระทำกรรมตา เป็นอันมากแก่ภิกษุในเรื่องศีลสมาธิ ปัญญา ไตรสิกขาจึงเป็นพุทธธรรมมิกถา และเป็นสาระสำคัญสำคัญที่สอดแทรกอยู่ในหลักธรรมต่างๆ เช่นสอดแทรกอยู่ในหลักโอวาทปาฏิโมกข์<sup>๒๕</sup> ดังพระพุทธโฆษาจารย์อธิบายไว้ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคว่า การไม่ทำบาปทั้งปวงจัดเป็นศีล เพราะเป็นเหตุนำมาซึ่งความไม่เดือดร้อน ส่วนการทำกุศลให้ถึงพร้อมก็จัดเป็นสมาธิ เพราะนำมาซึ่งอิทธิวิธี และท้ายที่สุด การทำจิตของตนให้ผ่องแผ้วนั้นจัดเป็นหน้าที่ของปัญญา<sup>๒๖</sup> แม้ช่วงก่อนปรินิพพาน พระพุทธองค์

<sup>๒๓</sup> วิ.ม. (ไทย) ๔/๒๖/๓๓.

<sup>๒๔</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๓, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอส.อาร์. พรินติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๑๕๕.

<sup>๒๕</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๕๐/๕๐.

<sup>๒๖</sup> ดูรายละเอียดในพระพุทธโฆษาจารย์, คัมภีร์วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๑ ตอนที่ ๑, หน้า ๕-๑๐.

ทรงเน้นย้ำให้ตระหนักถึงอันสงส์การประพตฺในหลักไตรสิกขาให้มากเป็นพิเศษ ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงจำแนกพุทธโอวาทที่แสดงให้เห็นถึงความสำคัญของไตรสิกขาออกเป็นด้านๆ ดังนี้

(๑) ไตรสิกขาเป็นหลักธรรมใหญ่ที่เป็นไปเพื่อดับกิเลสของพระพุทธศาสนา ดังปรากฏในอนุพุทธสูตร ว่าด้วยการตรัสรู้ธรรมเป็นเหตุสิ้นภพว่า “ภิกษุทั้งหลายเพราะไม่รู้แจ้งแห่งตลอกกรรม ๔ ประการ เราและเธอทั้งหลายจึงเที่ยวเร่รอนไปตลอดกาลนาน ยาวนานอย่างนี้ ธรรม ๔ ประการอะไรบ้าง คือ อริยศีล อริยสมาธิ อริยปัญญา และอริยวิมุตติ เราถอนภพได้แล้ว ธรรมเหล่านี้ คือ ศีล สมาธิ ปัญญา และวิมุตติ อันยอดเยี่ยมพระโคดมผู้ได้ตรัสรู้แล้ว”<sup>๒๖</sup>

(๒) ไตรสิกขาเป็นรากฐานสำคัญของพระวินัย ดังปรากฏในวัชชีปุตตสูตร เมื่อพระพุทธองค์ทรงแนะนำภิกษุรูปหนึ่งว่า หากไม่อาจประพตฺปฏิบัติตามสิกขาบทที่บัญญัติไว้ได้ครบถ้วนบริบูรณ์ ก็ให้พึงศึกษาปฏิบัติในสิกขา ๓ ประการ เพื่อการละระาะ โทสะ โมหะ ทำให้เป็นผู้ไม่ประกอบอกุศลกรรม ทั้งนี้เพราะ สิกขา ๓ ประการ นี้เป็นที่รวมของสิกขาบท<sup>๒๗</sup> พุทธวจนะนี้บ่งชี้ถึงสาระของการบัญญัติสิกขาบท และการรักษาศีลในพระพุทธศาสนาว่า การทำตามกฎระเบียบที่กำหนดไว้ มีจุดหมายเพื่อละระาะ โทสะ และ โมหะ อันเป็นตัวนำไปสู่ความประพตฺที่เลวทราม เมื่อละได้ปฏิบัติได้อกุศลกรรมย่อมไม่มี

(๓) ไตรสิกขา คือ เครื่องมือในการกำจัดกิเลสอย่างหยาบ ไปจนถึงกิเลสอย่างละเอียด ในปิงสุโรวกสูตร พระพุทธองค์ทรงเปรียบเทียบการละอุปกิเลสไปที่ลำดับจึงจะทำให้หลุดพ้นจากกิเลสได้ ที่ว่า คนล้างฝุ่น ล้างทอง ย่อมล้างกรวดดินอย่างหยาบก่อน แล้วจึงล้างกรวดและทราย จากนั้นจึงล้างทรายละเอียดออกไป แล้วใส่ผงทองลงในเบ้าหลอม หลอมจนเป็นเนื้อเดียวกัน และอ่อนนุ่มพอจะนำไปทำเครื่องประดับได้ฉันใด ภิกษุผู้ฉลาดย่อมละอุปกิเลสอย่างหยาบให้สิ้นไป แล้วจึงละอุปกิเลสอย่างกลาง และอุปกิเลสอย่างละเอียดให้สิ้นไปด้วย เมื่อจิตตั้งมั่นและสงบอยู่ภายในภิกษุย่อมสามารถทำให้แจ้งซึ่งเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ ด้วยปัญญาอันยิ่งยงนั้น<sup>๒๘</sup> ในคัมภีร์สมันตปาสาทิกา อรรถกถาพระวินัย พาหิรนิทานวรรณา ได้แสดงศีลเป็นข้าศึกต่อกิเลสอย่างหยาบ (วิติกมกิเลส) แสดงสมาธิเป็นข้าศึกต่อกิเลสอย่างกลาง (ปริยฎฐานกิเลส) และแสดงปัญญาเป็นข้าศึกต่อกิเลสอย่างละเอียด (อนุสัยกิเลส)<sup>๒๙</sup>

<sup>๒๖</sup> อจ. จตุกก (ไทย) ๒๑/๑/๑-๒.

<sup>๒๗</sup> อจ.ติก (ไทย) ๒๐/๘๓/๓๑๒.

<sup>๒๘</sup> อจ.ติก (ไทย) ๒๐/๑๐๒/๓๔๑-๒๔๒..

<sup>๒๙</sup> วิมหา.อ. (ไทย) ๑/๑/๔๘.



(๔) ไตรสิกขาเป็นกระบวนการพัฒนาบุคคลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางคุณสมบัติในตัวผู้ปฏิบัติจากเสขบุคคลไปสู่อเสขบุคคล ดังที่แสดงไว้ในปฐมสิกขาสูตรว่า “ภิกษุผู้ทำให้บริสุทธิ์ในศีล ทำพอประมาณในสมาธิ และปัญญา ย่อมสามารถบรรลุเป็นพระโสดาบัน หรือเป็นพระสกทาคามี ขณะที่ภิกษุผู้ทำให้บริบูรณ์ในศีล และสมาธิ ทำพอประมาณในปัญญา ย่อมสามารถบรรลุเป็นพระอนาคามี ส่วนภิกษุผู้ทำให้บริบูรณ์ในศีล สมาธิ ปัญญา ย่อมหลุดพ้นจากอสวะกิเลสทั้งปวง”<sup>๓๑</sup> และการพัฒนาตามหลักไตรสิกขา ดังนี้

ไตรสิกขา เป็นระบบฝึกฝนอบรมกาย วาจา ใจ หรือฝึกฝนอบรม ใน ๓ ด้าน คือ (๑) อธิศีลสิกขา (๒) อธิจิตตสิกขา (๓) อธิปัญญาสิกขา<sup>๓๒</sup> เนื่องจากองค์ประกอบแห่งการดำเนินชีวิต ของมนุษย์ ที่มี ๓ ด้าน คือ พฤติกรรม จิตใจ และปัญญา เรียกว่า ไตรสิกขา ซึ่งมีสาระสำคัญดังนี้

๑. อธิศีลสิกขา หมายถึง ธรรมที่มีเจตนาของบุคคลผู้งดเว้นจากปาณาติบาต เป็นต้น และของบุคคลผู้บำเพ็ญวัตรปฏิบัติอยู่<sup>๓๓</sup> บุคคลผู้มีศีลนี้ จักต้องมีการฝึกความประพฤติสุจริตทางกาย วาจา และอาชีวะ หมายถึง รวมเอาองค์มรรคข้อสัมมาวาจา เป็นต้น ด้วยศีลสิกขานี้เป็นเบื้องต้นของการปฏิบัติ

๒. อธิจิตตสิกขา หมายถึง การฝึกฝนด้านคุณภาพของจิต ได้แก่ การรวมเอาองค์มรรคข้อสัมมาวาชามะ สัมมาสติและสัมมาสมาธิเข้ามา เพื่อการฝึกให้มีจิตใจเข้มแข็ง มีความมั่นคง ควบคุมตนเองได้ มีสมาธิ มีจิตที่สงบ โดยเฉพาะการใช้ปัญญาอย่างลึกซึ้งและตรงตามความเป็นจริง

๓. อธิปัญญาสิกขา หมายถึง การฝึกปัญญาเพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจสรรพสิ่งตามความเป็นจริง เป็นต้น ไม่มีกิเลสแอบแฝง คิดพิจารณากิจทั้งปวง ในทางที่เป็นประโยชน์อย่างแท้จริง<sup>๓๔</sup>

ไตรสิกขาเป็นหลักการพัฒนามนุษย์เป็นระบบ คือ การพัฒนาจะต้องเป็นแบบบูรณาการทางด้านรูป (ร่างกาย คือ การประพฤติทางกาย วาจา) โดยให้ยึดหลักของศีล เพื่อใช้ควบคุมพฤติกรรมต่าง ๆ แล้วดำเนินชีวิตไปตามทางสายกลาง เช่น การบริโภคปัจจัย ๔ ให้พอเหมาะ กับการเลี้ยงดู เช่น ตัวอย่างเรื่องอาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องแต่งกาย และยารักษาโรค ส่วน

<sup>๓๑</sup> คูรายละเอียดใน อัง.ติก (ไทย) ๒๐/๘๗/๓๑๒.

<sup>๓๒</sup> วิ.มหา. (ไทย) ๑/๔๕/๓๑.

<sup>๓๓</sup> พระพุทธโฆสะเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า ๕.

<sup>๓๔</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า ๑๕๔-๑๕๕.

ทางด้านจิตใจ ต้องสร้างให้จิตยึดมีความมั่นคงบริสุทธิ์แจ่มใสด้วยสมาธิ และเมื่อจิตมั่นคงไม่หวั่นไหวก็จะเป็นพื้นฐานของการพิจารณาสิ่งต่างๆ อย่างแยกกาย(โยนิโสมนสิการ)ให้เห็นตามความเป็นจริง นั่นคือ ปัญญาได้เกิดขึ้น เพราะมีสัมมาทิฐิ ตัวอย่างของความเห็นหรือความเชื่อที่ถูกต้องตามครรลองคลองธรรม เช่น เชื่อว่าทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว เป็นต้น และพร้อมที่จะประพฤติปฏิบัติดี เข้าสู่การฝึกปฏิบัติตนตามหลักไตรสิกขาขั้นต้น คือ ศีล พัฒนาขึ้นเรื่อย ๆ ไปสู่สมาธิ และจนถึงระดับสูงสุด คือปัญญา

สรุปได้ว่า ความสำคัญของไตรสิกขาที่นำมาแสดงข้างต้น เป็นเครื่องยืนยันได้ว่าเป็นหลักคำสอนที่ควรนำมาปฏิบัติเพื่อพัฒนาตัวเองให้บริสุทธิ์จากกิเลสยิ่งขึ้น ซึ่งการเริ่มฝึกปฏิบัติอาจเริ่มในวันธรรมสวนะหรือวันอื่นๆ ขึ้นอยู่กับความสะดวก ย่อมนำมาซึ่งประโยชน์ของผู้ประพฤติ ปฏิบัติอย่างแน่นอน

### ๓.๒.๓ หลักบุญกิริยาวัตถุ ๑๐

ตามหลักพุทธศาสนา มีการทำบุญด้วยกัน ๑๐ วิธี เรียกว่า บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ (สิ่งอันเป็นที่ตั้งแห่งการทำบุญ ๑๐ ประการ) คือ<sup>๓๕</sup>

๑. ให้ทาน แบ่งปันผู้อื่นด้วยสิ่งของ ไม่ว่าจะให้ใครก็เป็นบุญ (ทานมัย) การให้ทานเป็นการช่วยขจัดเกลาความเห็นแก่ตัว ความคับแค้น ความตระหนี่ถี่เหนียว และความติดยึดในวัตถุ นอกจากนี้สิ่งของที่เรแบ่งปันออกไปก็จะเป็นประโยชน์กับบุคคลหรือชุมชนโดยรวม

๒. รักษาศีล ก็เป็นบุญ (ศีลมัย) เป็นการฝึกฝนที่จะ ลด ละ เลิกความชั่ว ไม่ไปเบียดเบียนใคร มุ่งที่จะทำความดี เอื้อเพื่อเพื่อผู้อื่นเป็นการหล่อเลี้ยงบ่มเพาะให้เกิดความดีงามและพัฒนาคุณภาพชีวิตไม่ให้ตกต่ำ

๓. เจริญภาวนา ก็เป็นบุญ (ภาวนามัย) การภาวนาเป็นการพัฒนาจิตใจและปัญญา ทำให้จิตสงบ ไม่มีกิเลส ไม่มีเรื่องเศร้าหมอง เห็นคุณค่าสิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริง ผู้ที่ภาวนาอยู่เสมอย่อมเป็นหลักประกันว่า จิตจะมีความสงบ ชีวิตมีความสุข คุณภาพชีวิตดีขึ้น สูงขึ้น

๔. อ่อนน้อมถ่อมตน ผู้น้อยอ่อนน้อมถ่อมตนต่อผู้ใหญ่ ผู้ใหญ่ก็แสดงออกในความมีเมตตาต่อผู้น้อย และต่างก็อ่อนน้อมต่อผู้มีคุณธรรมรวมถึงการให้เกียรติ ให้ความเคารพในความแตกต่างซึ่งกันและกันทั้งในความคิด ความเชื่อและวิถีปฏิบัติของบุคคลและสังคมอื่น เป็นการลดความยึดมั่นถือมั่นในความเป็นตัวตน ก็เป็นบุญ (อปจายนมัย)

๕. ช่วยเหลือสังคมาบข้าง ช่วยเหลือสละแรงกาย เพื่องานส่วนรวม หรือช่วยงานเพื่อนบ้านที่ต้องการความช่วยเหลือ ก็เป็นบุญ (ไวยาวัจจมัย)

<sup>๓๕</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๔/๒๒๔/๗๑๑.

๖. เปิดโอกาสให้คนอื่นมาร่วมทำบุญกับเรา หรือในการทำงานก็เปิดโอกาสให้คนอื่นมีส่วนร่วมทำ ร่วมแสดงความคิดเห็น รวมไปถึงการอุทิศส่วนบุญให้แก่ผู้ที่ล่วงลับไปแล้วด้วย ก็เป็นบุญ (ปัตติทานมัย)

๗. ขอมรับและยินดีในการทำความคิด หรือทำบุญของผู้อื่น การชื่นชมยินดีหรืออนุโมทนาไม่อิจฉาหรือระแวงสงสัยในการกระทำความคิดของผู้อื่น ก็เป็นบุญ (ปัตตานุโมทนา มัย)

๘. ฟังธรรม บ่มเพาะสติปัญญาให้สว่างไสว ฟังธรรมะ ฟังเรื่องที่ดีมีประโยชน์ต่อสติปัญญา หรือมีประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตที่ดี เป็นความจริง ความดี ความงาม ก็เป็นบุญ (ธรรมสวนมัย)

๙. แสดงธรรม ให้ธรรมะและข้อคิดที่ดีกับผู้อื่น แสดงธรรมนำธรรมะไปบอกกล่าว เพื่อเผื่อให้คนอื่นได้รับฟัง ให้เขาได้รู้จักวิธีการดำเนินชีวิตที่ดี เป็นเรื่องของความจริง ความดี ความงามก็เป็นบุญ (ธรรมเทศนามัย)

๑๐. ทำความเห็นให้ถูกต้องและเหมาะสม มีการปรับทัศนคติ แก้ไขปรับปรุงพัฒนาความคิดเห็น ความเข้าใจให้ถูกต้องตามธรรม ให้เป็นสัมมาทัศนะอยู่เสมอ เป็นการพัฒนาปัญญาอย่างสำคัญ ถือเป็นบุญด้วยเช่นกัน (ทิฏฐุชกรรม) ทิฏฐุชกรรมหรือสัมมาทัศนะ เป็นสิ่งที่ขาดไม่ได้ในการทำบุญทุกชนิดและทุกโอกาส จะต้องประกอบและประกอบเข้ากับบุญกิริยาวัตถุข้ออื่นทุกข้อ เพื่อให้งานบุญข้อนั้น ๆ เป็นไปอย่างถูกต้องตามความหมายและความมุ่งหมาย พร้อมทั้งได้ผลถูกต้อง การทำบุญ ๑๐ ประการนี้ สามารถสรุปเป็นข้อความคล้องกันว่า

- |                        |                          |
|------------------------|--------------------------|
| ๑. แบ่งปันกันกิน       | ๒. รักษาศีล คือ กาย วาจา |
| ๓. เจริญสมาธิภาวนา     | ๔. กาย- วาจา-ใจอ่อนน้อม  |
| ๕. ขอมตนรับใช้         | ๖. แบ่งให้ความคิด        |
| ๗. มีใจอนุโมทนา        | ๘. ใฝ่หาฟังธรรม          |
| ๙. นำแสดงออกไม่ได้เว้น | ๑๐. ทำความเห็นให้ถูกต้อง |

นอกจากนี้ การนำหลักธรรมไปใช้ จำเป็นต้องคำนึงถึงผู้รู้และเข้าใจหลักธรรมนั้นจริงๆ เนื่องจากธรรมะของพระพุทธเจ้าที่ทรงค้นพบนั้นมีความลึกซึ้ง ละเอียดเกินกว่าปุถุชนผู้เบาปัญญาจะรู้เท่าทันและดำเนินตามหลักธรรมดังที่กล่าวมาข้างต้นได้ พระพุทธศาสนาจำแนกกลุ่มเป้าหมายในการรับสารไว้ ๔ กลุ่มเปรียบเหมือนบัว ๔ เหล่า ได้แก่

๑. กลุ่มบัวพื้หน้า เมื่อได้รับแสงอาทิตย์จะแย้มบานทันทีกลุ่มนี้เปรียบเสมือนผู้มีปัญญาเฉียบแหลมมีปัญญาคิดแล้ว ไม่ต้องการเนื้อหาหรือการอธิบายอะไรมากมาย เพียงแต่ให้



หัวข้อธรรมะก็สามารถรู้ได้กลุ่มนี้เพียงได้รับหัวข้อข่าวสารก็สามารถยังประโยชน์ตน และประโยชน์ผู้อื่นให้สำเร็จได้

๒. กลุ่มบัวได้ผิวน้ำ เพียงรอวันจะไหลพ้นน้ำขึ้นมารับแสงอรุณแล้วข้ามบานในวันรุ่งขึ้น เปรียบเสมือนผู้มีปัญญามากอยู่แล้วให้ข้อมูลข่าวสารเล็กน้อยก็จะเข้าใจยังประโยชน์ให้สำเร็จ

๓. กลุ่มบัวที่อยู่กลางน้ำ โอกาสที่จะไหลขึ้นมาพ้นน้ำเพื่อรับแสงอรุณแล้วข้ามบานกับการที่ปลาเต่ากัดกินเป็นอาหารมีเท่าๆ กัน เปรียบเสมือนกลุ่มคนที่มีเขาหัวปัญญาปานกลางหากประคับประคองดี โอกาสที่จะประสบความสำเร็จในชีวิตก็มีมาก การสื่อสารกับเป้าหมายกลุ่มนี้ต้องละเอียดอ่อน เนื้อหาต้องตรงประเด็นชัดเจนและถูกต้อง เพราะกลุ่มนี้ไม่ยอมเปลี่ยนแปลงอะไรง่ายๆ

๔. กลุ่มบัวในโคลนตม ที่ยังเป็นหน่อยังไม่ได้ไหลโคลนตมขึ้นมา โอกาสที่จะเป็นอาหารของเต่าของปลาก็มีมากที่สุด เปรียบเสมือนกลุ่มผู้รับสารที่มีปัญญาทึบห่อหุ้มด้วยวิชาคือความไม่รู้แจ้ง การสื่อสารกับกลุ่มนี้ผู้ส่งสารต้องออกแรงมากจึงประสบความสำเร็จ บางครั้งอาจต้องเลิกรากันไปเฉยๆ พระพุทธเจ้าได้ทรงใช้ญาณพิเศษทราบถึง ภูมิหลังตั้งแต่อดีตชาติจึงช่วยกลุ่มนี้บรรลุนิพพานได้ กลุ่มนี้เป็นกลุ่มปทปรมผู้มีศรัทธาอย่างยิ่ง<sup>๓๖</sup>

ดังนั้นหลักธรรมที่กล่าวไว้ข้างต้นมีทั้งระดับโลกียชน คือ สำหรับชาวบ้านทั่วไปจนถึงระดับสูงสุดบรรลุนิพพานที่เหนือโลกหมดทุกข์โดยสิ้นเชิง ซึ่งจุดเริ่มต้นของมนุษย์ไม่ว่าบรรพชาและคฤหัสถ์มีวิธีการปฏิบัติเพื่อรักษารธรรมและพัฒนาตนเอง ได้แก่

(๑) รู้จักเลือกหาแหล่งความรู้และแบบอย่างที่ดี คนเราจะเดินหน้าในการพัฒนา ก็ต้องรู้จักเลือกหาแหล่งความรู้ เริ่มต้นตั้งแต่รู้จักเลือกคบคน ซึ่งไม่ใช่เป็นแหล่งความรู้เท่านั้น แต่เป็นแหล่งของความดีงามอีกด้วย ปัญญาจึงเป็นแกนนำในการพัฒนาชีวิต

(๒) มีชีวิตและอยู่ร่วมสังคมเป็นระเบียบวินัย รู้จักจัดระเบียบชีวิต ชีวิตที่จะทำอะไรได้จะต้องมีช่องโอกาส โอกาสนั้นเกิดจากการจัดระเบียบ ถ้าชีวิตไม่มีระเบียบและการอยู่ร่วมในสังคมไม่เรียบร้อยก็จะเกิดความวุ่นวายได้

(๓) มีแรงจูงใจ ใฝ่รู้ ใฝ่สร้างสรรค์ มีแรงจูงใจที่ถูกต้อง มีความใฝ่ในธรรม

(๔) มุ่งมั่นพัฒนาตนให้เต็มประสิทธิภาพ เชื่อมมั่นในศักยภาพของมนุษย์ที่มีอยู่ในตน มีจิตสำนึกในการที่จะพัฒนาตนอยู่เสมอ

<sup>๓๖</sup> สมาน งามสนิท, ผู้ส่งสารที่พึงประสงค์ตามแนวพุทธะ : ครอบรอบ ๑๐ ปี สาขารธรรมนิเทศ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, (นนทบุรี: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, ๒๕๓๗), หน้า ๕๓-๕๕.

(๕) ปรับทัศนคติและค่านิยมให้เกิดความเหมาะสม มองสิ่งทั้งหลายตามเหตุและปัจจัย ไม่ใช่มองด้วยท่าทีของการยินดี ยินร้าย แต่เป็นการมองที่เป็นท่าทีของการเรียนรู้

(๖) มีสติตื่นตัวอยู่ตลอดเวลา รู้เท่าทันโลกที่เปลี่ยนแปลงอยู่ทุกขณะ

(๗) แก้ปัญหาและพึ่งพาตนได้ด้วยความรู้คิด รู้ทำ รู้พิจารณาสิ่งดีชั่ว ควรไม่ควร ตามเหตุปัจจัย

สรุปได้ว่า การปฏิบัติตนในวันธรรมสวนะของพระพุทธศาสนาเถรวาท ๓ ประการ คือ (๑) การปฏิบัติตนด้วยการให้ทาน การให้ทานประกอบไปด้วย ๓ ประการ คือ อามิสทาน ๑ ธรรมทาน ๑ อภัยทาน ๑ อามิสทาน หมายถึงการให้วัตถุสิ่งของเครื่องใช้ การแบ่งปัน เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ให้รางวัลเพื่อเป็นขวัญกำลังใจในการปฏิบัติหน้าที่ ไม่ทอดทิ้งยามทุกข์ยาก เข้าลักษณะว่า ยามปกติเรียกใช้ ยามเจ็บไข้ก็รักษา ดังคำประพันธ์ว่า เสาสมบัติให้ทาน ด้วยการให้ ตั้งใจสงเคราะห์เหมาะแก่คน ทานที่ทำแล้วคุณเป็นบุญญา แสนสุขชุ่มชื่นรื่นกมลธรรมทาน หมายถึงการให้ธรรม ให้วิชาความรู้ แนะนำเตือนผู้พลอยหลงผิดคิดร้าย ช่วยผู้จะตกนรกให้วกสู่อุทิศสวรรค์ เช่น ครูอาจารย์อบรมศิษย์ บิณฑบาตอบรมนิสัยบุตรธิดาให้เป็นคนดีมีชีวิตศดใสไพโรจน์ พระพุทธเจ้าโปรดเวไนยสัตว์ชี้ทางบันฑิตทุกข์ ชี้สุขเกษมสันต์ ชี้ทางสู่นิพพาน อภัยทาน คือ การให้อภัยได้แก่ไม่โกรธอาฆาตจองเวรสามารถเบี่ยงเบนความรู้สึกปรับความเข้าใจกันได้โดยถือคติว่า“การให้อภัย” เพราะได้สำนึกเป็นเหตุลบลอยร้ายฉาน ย่อมบันฑิตสันติสุขส่วนรวม ทานทั้ง ๓ ประการ ย่อมเป็นบันฑิตแห่งสวรรค์ ดังพระบาลี ว่า ทานํ สกคฺคสฺส โส ปานํ ทานํ ย่อมเป็นบันฑิตแห่งสวรรค์ ดังนี้ ฯ (๒) การปฏิบัติตนด้วยการรักษาศีล การปฏิบัติตนด้วยการรักษาศีล คือ การรักษากายวาจาใจให้เรียบร้อย ให้อยู่ในกฎกติกา มารยาท ซึ่งสามารถจัดเป็น ๒ ประเภท คือ ศีลของชาวบ้าน ๑ ศีลของชาววัด ๑ ซึ่งทั้งหมดล้วนแต่มีความจำเป็นที่สุดสำหรับบุคคลทุกชั้นถ้าผู้นำทั้งมวลกันถ้วนหน้าต่างรักษาศีลมั่น ไม่วุ่นไหว สรรวมกายอินทรีย์ วจิใจ เป็นธงชัยชูเชิดเจดจรรูญ แต่ถ้าหากขาดศีลสิ้นฉลาด คุณของปราชญ์เสื่อมหายมลายสูญ กลับกลายเป็นพาลาแสนอาภุค โสกาตุรเพราะทรมลื่นความดี” เพราะเหตุนี้เอง นักปราชญ์ทั้งหลายจึงสรรวมระวังรักษาศีลอย่างเคร่งครัด ดังพระบาลีว่า สิลํ รกฺขเขยฺย เมธาวิ แปลว่า นักปราชญ์พึงรักษาศีล อนึ่งศีลย่อมมีความหมายถึงความ “เย็น” มีอรรถธิบายว่า “บุคคลน้อมนำศีลมากำกับใจใส่ตนเอง ตนเองจะไปอยู่ที่ใด ๆ ที่นั่น ๆ ก็เย็นผู้อยู่ใกล้ๆ ก็เย็นไปด้วย คือเย็นใจวางใจไม่หวาดระแวง ไม่วุ่นผวาว่า บุคคลผู้นี้จะมาทำอันตรายคิดร้ายต่อเรา มาขโมยของ ๆ เรา หรือมาหลอกลวงเรา เช่นนี้เป็นต้น ดังนั้นศีลทุกประเภทดังที่ว่า ย่อมนำพาผู้รักษาสู่สวรรค์ ดังคำ

ว่า สีเลน สุขตี ษนติ สีเลน โภคสมปทา สีเลน นิพพุตี ษนติ ดังนี้<sup>๓๖</sup> การปฏิบัติตนด้วยการภาวนา การภาวนาเพื่อบำเพ็ญตนให้มีใจเมตตาปรารถนาดีหวังดีต่อผู้อื่น เช่น ปลุกเมตตาความรักในคน ร่วมบ้านร่วมงานร่วมวัด ร่วมประเทศชาติ ตลอดเพื่อนมนุษย์และสัตว์ทั้งหลาย วิธีทำง่าย ๆ คือ เพียงพบหน้ากัน ก็ยิ้มแย้ม เข้มแข็ง ยึดหยุ่น ไม่แสดงอาการขี้ก่าหน้าอเป็นต้น ในคัมภีร์มาก แห่งแสดง ไว้ว่า พึงเจริญเมตตาแผ่เจาะจงให้แก่ตนเองก่อนว่า “ อหิ สุจิตโต โหมิ” ขอให้ข้าพเจ้า มี สุข เราชักสุขเกลียดทุกข์ฉันใด บุคคลอื่นก็ข้อมเป็นเช่นนั้น เมื่อชานาญแล้วจึงเจริญเมตตาทั่ว ๆ ไปอีก และพึงแผ่ไปโดยไม่เจาะจงในหมู่เทพยดา ในหมู่มนุษย์ อมนุษย์ และสัตว์ ทั้งหลาย โดยนัยเป็นต้นว่า “ สพเพ สตดา สพเพ ปาณา สพเพ ภูตา จ เกวลา สพเพ ภพฺพรานิ ปสฺสนตุ มา กิญจิ ปาปมาคมา มีความหมายว่า ขอเหล่าสัตว์ เหล่าภูติทั้งหลาย จงประสบความสุขความเจริญ อย่าประสบความทุกข์เคราะห์กรรมใด ๆ เลย เป็นต้นผู้ใดก็เจริญเมตตา

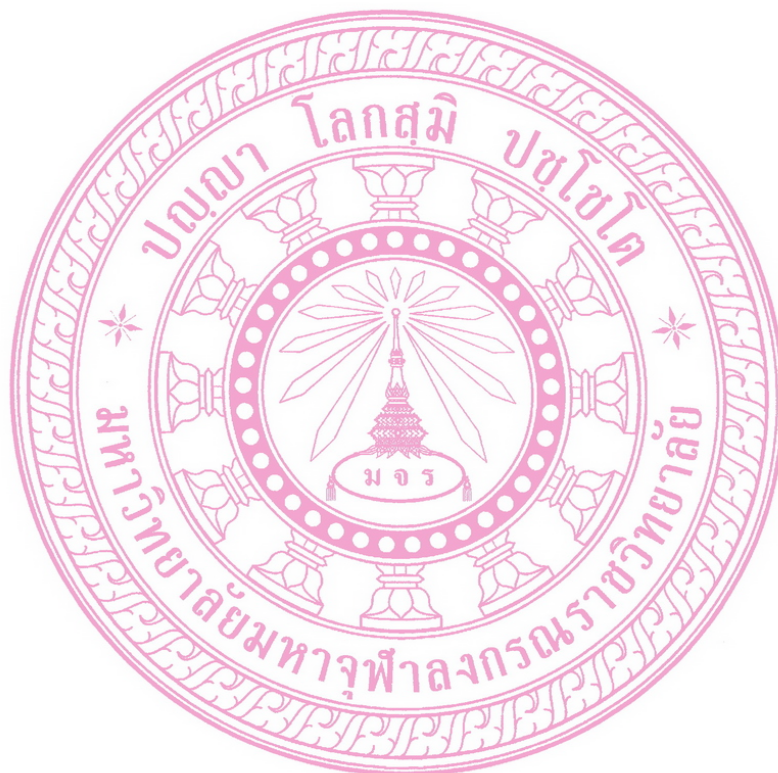
### ๓.๓ สรุป

หลักการปฏิบัติในวันธรรมสวนะ ซึ่งพุทธศาสนิกชนสามารถปฏิบัติตามหลักการ ในวันธรรมสวนะ คือ วันประชุมฟังธรรมของพุทธบริษัทที่เรียกเป็นคำสามัญโดยทั่วไปว่า “ วันพระ ” เป็นประเพณีนิยมของพุทธบริษัทที่ได้ปฏิบัติสืบเนื่องกันมาแล้วแต่ครั้งพุทธกาล โดย ถือว่าการฟังธรรมตามกาลที่กำหนดเป็นประจำไว้ข้อมก่อให้เกิดสติปัญญาและสิริมงคลแก่ผู้ฟัง อย่างน้อยได้รับธรรมสวนานิสงส์อยู่แล้ววันกำหนดฟังธรรมนี้พระพุทธรเจ้าทรงบัญญัติไว้ใน เดือนหนึ่ง ๆ ทั้งข้างขึ้นและข้างแรมรวม ๔ วัน ถือกันว่าเป็นวันกำหนดประชุมฟังธรรมโดยปกติ และนิยมเป็นวันรักษาปกติอุโบสถสำหรับฆราวาสผู้ต้องการอบรมกุศลอีกด้วยวันธรรมสวนะนี้ ชาวบ้านก็จะละเว้นการประพฤติกิจที่เป็นบาปต่าง ๆ การสมาทานศีลในวันนี้ เช่น รับศีล ๕ หรือ ศีล ๘ ซึ่งเรียกว่า อุโบสถศีล พระสงฆ์จะได้แสดงพระธรรมเทศนาหรือธรรมสากัจฉา หรือ สันทนาธรรมกัน ซึ่งนับว่าเกิดเป็นประโยชน์แก่ผู้ฟังเป็นอย่างยิ่ง การปฏิบัติกิจกรรมในการทำบุญของแต่ละวัดอาจจะแตกต่างกันในรายละเอียด แต่หลักปฏิบัติโดยส่วนใหญ่แล้วทุกวัดจะ ปฏิบัติเหมือนกัน คือ (๑) การทำวัตรสวดมนต์ (พระสงฆ์จะทำวัตรสวดมนต์ก่อน เมื่อพระสงฆ์ ทำวัตรสวดมนต์จบแล้วอุบาสกอุบาสิกาจึงทำวัตรสวดมนต์ต่อจากพระสงฆ์ บางวัดอาจจะสวด มนต์แปล แต่บางวัดอาจจะสวดมนต์เป็นล้วน ๆ ไม่สวดแปล ให้ทำตามธรรมเนียม ของวัดนั้น ๆ (๒) การรับศีล ในวันธรรมดาโดยทั่วไปจะสมาทานเบญจศีล (ศีล ๕) ในวันธรรม

<sup>๓๖</sup> พระเทพเวที (ประยูร ษนติ ป.ธ.๘), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, พ.ศ. ๒๕๒๘), หน้า ๕๘.



สวณะ (วันพระ) จะสมათานอุโบสถศีล หรือศีลอุโบสถ มี ๘ ข้อ (๓) การบำเพ็ญจิตภาวนา เป็นต้น และ หลักธรรมที่ควรปฏิบัติในวันธรรมสวณะได้แก่ อริสัจ ๔ ไตรสิกขา ๓ และ บุญกริยา วัตถุ ๑๐ ถือว่า หลักธรรมที่เป็นหัวใจของพุทธบริษัทจะต้องนำมาฝึกไตรตรองอยู่เสมอในวันธรรมสวณะหรือในช่วงของการดำเนินชีวิต



## บทที่ ๔

### ข้อปฏิบัติในวันธรรมสวนะของพุทธศาสนิกชนของสังคมไทยปัจจุบัน

ในบทนี้ มุ่งศึกษาข้อปฏิบัติในวันธรรมสวนะของพุทธศาสนิกชนของสังคมไทยปัจจุบันในประเด็นการศึกษา ๕ ประการ คือ (๑) การปฏิบัติในวันธรรมสวนะของพุทธศาสนิกชนทั่วไป (๒) การปฏิบัติวันธรรมสวนะพุทธศาสนิกชนในวันทำบุญ (๓) การปฏิบัติธรรมในวันธรรมสวนะของพุทธศาสนิกชน (๔) การปฏิบัติเมื่อเข้าพบพระสงฆ์ของพุทธศาสนิกชน และ (๕) การเผยแพร่ธรรมของพระสงฆ์ในวันธรรมสวนะ มีรายละเอียด ดังนี้

#### ๔.๑ การปฏิบัติในวันธรรมสวนะของพุทธศาสนิกชนทั่วไป

ประเทศไทยมีพระพุทธศาสนาเป็นศาสนาประจำชาติมาจนถึงบัดนี้ นับได้เป็นระยะเวลาไม่น้อยกว่า ๑๐๐ ปีเศษแล้ว พระพุทธศาสนาย่อมมีส่วนสำคัญที่สุดในการสร้างรากฐานทางวัฒนธรรมในด้านจิตใจและเป็นแนววิถีชีวิตที่ได้ฝังรากลึกลงในจิตใจของพุทธศาสนิกชนมาในครั้งโบราณกาล สังเกตเห็นได้ว่าพุทธศาสนิกชนมีความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน และมีน้ำใจที่ดีต่อกัน<sup>๑</sup> โดยมีวัดเป็นศูนย์รวมจิตใจ เป็นรากฐานสำคัญของศิลปวัฒนธรรม และมีพระสงฆ์เป็นผู้บรมสั่งสอนเผยแผ่หลักธรรมให้แก่ประชาชน เพื่อนำไปประพฤติปฏิบัติตามและอยู่ในศีลธรรมอันดีงาม ดังจะเห็นได้ว่าการดำรงชีวิตนั้นมีความสัมพันธ์กับพุทธศาสนาทั้งสิ้น โดยเฉพาะในวันธรรมสวนะจะมีการประกอบพิธีกรรมและข้อปฏิบัติในวันธรรมสวนะของคนไทยปัจจุบัน เช่น การตักบาตรประจำวัน การทำบุญ และการฟังธรรม การไหว้พระสวดมนต์ พิธีกรรมต่างๆ จะมีความเกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนาเกือบทั้งสิ้น ดังนั้น เมื่อวันธรรมสวนะมาถึงพุทธศาสนิกชนหรือคนไทยปัจจุบันส่วนหนึ่งจึงออกไปทำบุญที่วัด และอีกส่วนหนึ่งก็ทำการสวดมนต์ ไหว้พระที่บ้าน หรือแม้แต่พระสงฆ์และสามเณรในวัดก็ได้ทำกิจกรรมเช่นเดียวกัน เมื่อเราพิจารณาก็จะพบขั้นตอน ดังนี้

##### ๔.๑.๑ การแต่งกายไปวัด

การแต่งกายของพุทธศาสนิกชนโดยทั่วไปที่พบเห็น คือ นับตั้งแต่การสวม ใช้เสื้อผ้าสีอ่อนๆ ถ้ามีลายก็เป็นลายเรียบๆ เนื้อผ้าไม่ควรโปรงบางจนเกินไป ไม่หรูหราจนเกินไป เสื้อผ้า

---

<sup>๑</sup> สัมภาษณ์, พระครูปฐมธรรมมานุโยค, รองเจ้าคณะตำบลหมื่นไวย ชุมชนอำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา, ๒ เมษายน ๒๕๕๕.

ไม่ควรหลวมหรือรัดรูปจนเกินไป เพื่อความสะดวกในการกราบไหว้พระ และนั่งสมาธิสำหรับ  
 ผู้หญิงควรแต่งกายให้สุภาพเรียบร้อย และไม่ควรตกแต่งด้วยเครื่องประดับและเครื่องสำอาง  
 ตลอดจนใส่ น้ำหอมมากจนเกินไป แต่งหน้า เขียนคิ้ว ทาปาก ทาเล็บจนเกินงามเหตุที่ควรปฏิบัติ  
 เช่นนี้เพราะวัดเป็นสถานที่ปฏิบัติธรรม คนไปวัดเพื่อทำบุญ ทำจิตใจให้สงบ จึงควรตัดเรื่องปรุง  
 แต่งกิเลสเหล่านี้ออกไปเสียก่อน<sup>๒</sup> แต่ทุกวันนี้ยังมีให้เห็นอยู่ คือ การนุ่งสั้น และเสื้อผ้ามีความ  
 บางเกินไป แต่อย่างไรก็ตามก็เป็นตามยุค ตามสมัยที่สังคมพุทธศาสนิกชนก็มีการพัฒนาตาม  
 เทคโนโลยีก็อาจจะมีแปลกบ้างในเรื่องการแต่งกาย

#### ๔.๑.๒ การนำเด็กหรือบุคคลอื่นๆ ไปวัด

สิ่งหนึ่งที่ชาวพุทธศาสนิกชนทำ คือ นำลูกหลานเข้าวัดหรือบุคคลอื่นๆ ที่มีโอกาส  
 หรือแนะนำบุคคลที่กำลังเกิดปัญหาชีวิต จึงเป็นนิสัยที่พบเห็นทุกวันนี้ จึงถือว่าเป็นการปลูกฝัง  
 นิสัยที่ดีแก่เด็ก เพราะทำให้เด็กได้ใกล้ชิดพระศาสนา ตั้งแต่อยู่ในวัยอันสมควร แต่มีข้อระวังคือ  
 อย่างนำเด็กอ่อนไปวัดโดยไม่จำเป็น เพราะอาจก่อให้เกิดความรำคาญ หรือในกรณีที่เด็กชุกชน  
 อาจส่งเสียงดังรบกวนสมาธิของผู้อื่นที่ต้องการความสงบ ในกรณีที่มีความจำเป็นต้องนำ  
 บุคคลอื่นๆ เช่น พนักงานขับรถหรือคนรับใช้ไปวัดด้วย ก็เปิดโอกาสให้เขาได้ร่วมทำบุญด้วย  
 และกวาดล้างเรื่องกิริยามารยาทและการแต่งกาย การขับรถเข้าไปในบริเวณวัด ระวังระวังในเรื่อง  
 การใช้แตร การเร่งเครื่องยนต์เสียงดัง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในขณะที่พระกำลังสวด และการจอดรถ  
 ก็จอดให้เป็นระเบียบในสถานที่ที่ทางวัดได้กำหนดไว้

#### ๔.๑.๓ การเตรียมอาหารไปวัด

การจัดเตรียมอาหารหรือสิ่งของที่จะไปวัดนั้นจำทำเอง ปรุงเอง หรือตั้งแต่หา  
 อุปกรณ์ต่างๆ และต้องมีความสด สุทธิ นำรับประทาน คือ อาหารจึงมีความเหมาะสมกับ  
 พระสงฆ์ เป็นสิ่งที่พุทธศาสนิกชนระมัดระวังเป็นอย่างมาก แต่อย่างไรพระพุทธรูปศาสนาก็ได้

<sup>๒</sup> สุชาดา วราหพันธ์, วิถีธรรมวิถีไทย (พระพุทธศาสนา), (ออนไลน์),

<http://www.dhammadjak.net/dhammadbox-2/2.html>, [๒๒ เมษายน ๒๕๕๕].



กำหนดมีข้อห้ามปรุงแต่งไปถวายทาน ได้แก่ เนื้อมนุษย์ เนื้อม้า เนื้องู เนื้อเสือโคร่ง เนื้อเสือดาว เนื้อช้าง เนื้อสุนัข เนื้อราชสีห์ เนื้อเสือเหลือง และเนื้อหมี

นอกจากนั้นพุทธศาสนิกชนจะไม่นำอาหารที่ปรุงจากเนื้อดิบๆ เลือดดิบๆ ไปถวายพระภิกษุสงฆ์ เช่น ปลาดิบ กุ้งดิบ ฯลฯ จนกว่าจะทำให้สุกด้วยไฟ นอกจากนั้น ไม่ควรนำอาหารที่ปรุงด้วยสุราที่มีสีหรือกลิ่นหรือรสปรากฏชัดไปถวายพระภิกษุสงฆ์ และอย่าฆ่าสัตว์โดยจำเพาะเจาะจงว่าจะนำเนื้อนั้นไปทำอาหารถวายแด่พระภิกษุสงฆ์

#### ๔.๑.๔ การเตรียมตัวก่อนไปวัด

สำหรับการเตรียมตัวก่อนไปวัดของชาวพุทธนั้นมักจะเตรียมตัวเหมือนอยู่บ้าน เพียงแต่มีการตั้งใจจริง หรือบางคนก็บอกเจ้าที่เจ้าทางของบ้านก่อนแต่โดยทั่วไปสรุปได้จากการสอบถาม ดังนี้

- ๑) ทำภารกิจของตนให้เรียบร้อยเพื่อจะได้ไม่ต้องเป็นที่กังวล
- ๒) จิตใจให้แจ่มใส โดยการระลึกถึงบุญกุศลและคุณงามความดีที่เคยได้ทำมาแล้ว
- ๓) รำลึกถึงคุณพระรัตนตรัยเพื่อทำใจให้บริสุทธิ์ หรือมีคำกล่าวของพิธีกรว่า ตั้งใจมาแต่บ้าน อาหารอันบริสุทธิ์ มุ่งตรงพระนิพพาน

#### ๔.๑.๕ การปฏิบัติตนโดยทั่วไปภายในวัด

วัดเป็นที่รวมของคนหลายประเภทซึ่งแตกต่างกันมาก ทั้งอายุ ฐานะ และความ เป็นอยู่ การศึกษา อาชีพ ตลอดจนนิสัยใจคอ โอกาสที่จะกระทบกระทั่งกันย่อมเกิดขึ้นได้ง่าย ดังนั้นทุกคนจึงควรยึดถือข้อปฏิบัติในทางพุทธศาสนาที่วางไว้และในปัจจุบันนี้พุทธศาสนิกชนจึงปฏิบัติร่วมกันเมื่อไปอยู่ในวัด คือ

- ๑) สรรวมกาย วาจา ใจ ให้สงบเรียบร้อย งดอาการคะนองด้วยประการทั้งปวง ทั้งนี้เพื่อให้กาย วาจา ใจ ของเราเหมาะสมที่จะบำเพ็ญบุญกุศล
- ๒) งดสูบบุหรี่โดยเด็ดขาด
- ๓) นั่งเป็นระเบียบในสถานที่ที่กำหนดไว้

๔) ในการประกอบศาสนพิธี เช่น สวดมนต์ สมาทานศีล ถวายสังฆทาน ฯลฯ เปล่งเสียงอย่างชัดเจนโดยพร้อมเพรียงกัน

๕) เมื่อมีสิ่งใดทำให้ขุนข้องหมองใจ เช่น อากาศร้อน กระจายน้ำ เห็นหรือได้ยินกิริยาอาการที่ไม่เหมาะสมของคนอื่น หรือการไม่ได้รับความสะดวกในเรื่องต่างๆ อดทนและแผ่เมตตา ให้ความเห็นอกเห็นใจทุกสิ่งทุกอย่าง อย่าให้เกิดโทสะขึ้นได้

๖) การสนทนากับพระในการสนทนากับพระนั้น หากเป็นผู้ชายไม่ค่อยมีระเบียบปฏิบัติที่เคร่งครัดนัก เพียงแต่ให้ตระหนักว่าเป็นการสนทนากับพระ ซึ่งเป็นปูชนียบุคคลของสังคม มีเพศ คือ สถานะทางสังคมเหนือกว่าตน เมื่อเข้าไปถึงที่อยู่ของท่าน จะกราบพระพุทธรูปปฏิมาที่ประดิษฐานอยู่ในนั้นก่อน แล้วจึงกราบพระสงฆ์ ซึ่งนิยมกราบแบบเบญจางคประดิษฐ์สำหรับคนที่ต้องแสดงความเคารพอย่างสูงทุกครั้งทีพบกับท่านควรพนมมือไหว้ ใช้สรรพนามที่ใช้เรียกตนเอง เช่น "กระผม" "ดิฉัน" โดยมองที่สถานะของพระเป็นตัวกำหนด หากท่านเป็นพระธรรมดา สรรพนามที่เรียกท่านมักนิยมคำว่า "ท่าน" "พระคุณเจ้า" หากเป็นพระที่มีสมณศักดิ์สูงก็อาจจะใช้คำว่า "ใต้เท้า" "พระเดชพระคุณ" "พระคุณ" "เจ้าพระคุณ" สำหรับสมเด็จพระสังฆราชใช้คำว่า "ฝ่าบาท" สรรพนามแทนตนเองใช้คำว่า "กระหม่อม" ในกรณีที่เป็นสตรีนั้น ควรมีผู้ชายไปด้วยจะเป็นการดี เพราะพระท่านอาจจะมีปัญหาทางพระวินัย ต้องอาบัติได้ง่ายเมื่ออยู่กับสตรีสองต่อสอง”

## ๔.๒ การปฏิบัติวันธรรมสวณะของพุทธศาสนิกชนในการทำบุญ

การทำบุญเป็นสิ่งสำคัญของชาวพุทธในวันธรรมสวณะซึ่งได้กล่าวไว้ในบทที่ ๓ ว่าควรปฏิบัติตนอย่างไร ดังนั้นปัจจุบันนี้จึงพบเห็นทั่วไปในการเข้าวัด ทำบุญของชาวพุทธในสังฆมการที่ปฏิบัติตนหรือเป็นการเตรียมความพร้อมองค์ประกอบ ๓ ประการที่ปฏิบัติกัน และ การเตรียมตัวไปวัดเพื่อทำบุญต้องเตรียมความพร้อมคือ<sup>๓</sup>

<sup>๓</sup> สัมภาษณ์, พระเอียง วรทินโน, ๒๑ มีนาคม ๒๕๕๕.

<sup>๔</sup> จันทร์จิรา จูมพลกล้า และคณะ, พุทธประวัติตามรอยบาทพระศาสดา ณ แดนพุทธภูมิ, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทพริกหวานกราฟฟิค จำกัด, ๒๕๕๕), หน้า ๑๕.

๑) การเตรียมกาย ควรแต่งกายด้วยเสื้อผ้าสีขาวเรียบ หรือสีที่ไม่ฉูดฉาด ไม่หลวมไม่คับเกินไป เนื่องจากจะไม่คล่องตัวไม่ประดับร่างกายด้วยเครื่องประดับ ไม่ใช่เครื่องประทีนผิว เช่น น้ำหอม เป็นต้น รับประทานอาหารแต่พอดี ไม่อ้วนจนอึดอัด เพื่อประทังความหิว เนื่องจากหากมีอาการหิวกระหายจะทำให้จิตใจไม่สบายไปด้วย ควรงดเว้นอาหารที่อาจจะทำให้เกิดอาการท้องเสีย เป็นต้น

๒) การเตรียมใจ ให้ตัดความวิตกกังวลที่จะเกิดขึ้นเช่น เรื่องครอบครัว เรื่องการทำงาน เป็นต้น

๓) การเตรียมสิ่งของ ให้จัดเตรียมดอกไม้ธูปเทียนเพื่อบูชาพระ อาหารหวานคาว รวมถึงสิ่งของอื่น ๆ (ปัจจัยไทยธรรม) เพื่อไปถวายพระสงฆ์ตามกำลังและความศรัทธา

### ๔.๓ การปฏิบัติธรรมในวันธรรมสวนะของพุทธศาสนิกชน

การปฏิบัติธรรมในวันธรรมสวนะก็เป็นอีกส่วนหนึ่งที่พุทธศาสนิกชนได้ถือปฏิบัติกันมาตั้งแต่มีวันธรรมสวนะในประเทศไทย โดยส่วนมากก็จะไม่ผิดไปจากหลักการที่เป็นข้อกำหนดซึ่งได้กล่าวไว้แล้วในบทที่ ๓ เกี่ยวกับการปฏิบัติธรรมหรือสิ่งที่ชาวพุทธควรปฏิบัติ ดังนี้

๑. เมื่อตั้งใจจะรักษาอุโบสถวันพระใด พุทธศาสนิกชนจะตื่นแต่เช้ามีดก่อนรุ่งอรุณของวันนั้น พอได้เวลารุ่งอรุณของวันนั้น เตรียมตัวให้สะอาดเรียบร้อยตลอดถึงการบ้วนปากแล้วบูชาพระเปล่งวาจาอธิษฐานอุโบสถด้วยตนเองก่อนว่า “อิมัง อัญญังคะสมันนาคะตัง, พุทธะปัญญัตตังอุโปสะตัง, อิมัญจะ รัตติง อิมัญจะ ทิวะสัง, สัมมะเทาะ อะภิรักขิตุง สะมาทิยามิ.” แปลเป็นภาษาไทยว่า “ข้าพเจ้าขอสมาทานเอาซึ่งองค์อุโบสถศีลที่พระพุทธรเจ้าทรงบัญญัติไว้ อันประกอบด้วยองค์แปดประการนี้ เพื่อจะรักษาไว้ให้ดี มิให้ขาด มิให้ทำลาย ตลอดคืนหนึ่งและวันหนึ่งในเวลานี้” แล้วขยับยืนรอเวลาอยู่ด้วยอาการสงบเสงี่ยมตามสมควร รับประทานอาหารเข้าแล้ว ไปสู่สมาคม ฌวัดใดวัดหนึ่ง เพื่อรับสมาทานอุโบสถศีลต่อพระสงฆ์ตามประเพณี

๒. โดยปกติอุโบสถนั้น เป็นวันธรรมสวนะภายในวัดพระสงฆ์สามเณรย่อมลงประชุมกันในพระอุโบสถหรือศาลาการเปรียญ เป็นต้น หลังจากฉันภัตตาหารเช้าแล้ว บางแห่งมีทำบุญตักบาตรที่วัดประจำทุกวันพระภิกษุสามเณรลงฉันอาหารบิณฑบาตพร้อมกันทั้งวัดเสร็จภัตตาหารแล้วขึ้นกุฏิทำสรีริกขพอสมควรแล้วลงประชุมพร้อมกันอีกครั้งหนึ่งตอนสายประมาณ ๘.๐๐ นาฬิกา ต่อหน้าอุบาสิกอุบาสิกาแล้วทำวัตรเช้า พอภิกษุสามเณรทำวัตรเสร็จ อุบาสิกอุบาสิกาทำวัตรเช้าร่วมกันตามแบบนิยมของวัดนั้น ๆ



๓. ทำวัตรสวดมนต์ หรือมีการแสดงตนเป็นพุทธมามกะ และสมาทานศีล ๘ โดยจะมีหัวหน้าอุบาสกหรืออุบาสิกาคุกเข่าประนมมือประกาศองค์อุโบสถทั้งคำบาลีและคำไทย คำประกาศองค์อุโบสถ

อัมระ โภโกโต ปักขัสสะ อัญญะมิตฺติวะโส  
 เอวะรุโป โข โภโกโต ทิวะโส, พุทฺเธนะ ณะกะวะตา  
 ปัญฺญัตตัสสะ ชัมมัสสะวะนัสสะ เจวะ, ตะทักกัตถายะ  
 อุปาสะกะอุปาสิกานัง อุโปสะถัสสะ จะ กาโล โหติ,  
 หันตะ มะยัง โภโกโต สัพเพ อีระ สะมาคะตา, ตัสสะ  
 ณะกะวะโต ชัมมานุชัมมะปะฏิปัตติยา ปุชฺชนัตถายะ,  
 อิมัญจะ รัตติง อิมัญจะ ทิวะสัง อัญญังคะสะมันนาคะตัง  
 อุโปสะถัง อุปะวะสิสสามาติ, กาละปะริจเฑทัง  
 กัตวา ตัง ตัง เวระมะณิง อารัมมะณิง กะริตวา,  
 อะวิกขิตตะจิตตา หุตวา สักกัจจิง อุโปสะถัง สะมาทิเชยยามะ,  
 อิทิสัง หิ อุโปสะถัง สัมปัตตานัง  
 อัมหากัง ชีวิตัง มา นิรัตถะกัง โหตุ.

(คำแปล) ขอประกาศเริ่ม เรื่องความที่จะสมาทานรักษากุโบสถอันพร้อมไปด้วยองค์ ๘ ประการให้สาธุชนที่ได้ตั้งจิตสมาทานทราบทั่วกันก่อนแต่จะสมาทาน ณ บัดนี้ ด้วยวันนี้เป็นวันอัญญมิตฺติที่แปลแห่งปีขัมาถึงแล้ว ก็แหละวันเช่นนี้เป็นกาลที่สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงบัญญัติแต่งตั้งไว้ในประชุมกันฟังธรรม และเป็นกาลที่จะรักษากุโบสถของอุบาสกอุบาสิกาทั้งหลายเพื่อประโยชน์แก่การฟังธรรมนั้นด้วย เจริญเถิดเราทั้งหลายทั้งปวงที่ได้มาประชุมพร้อมกัน ณ ที่นี้ พึงกำหนดกาลว่าจะรักษากุโบสถตลอดวันหนึ่งกับคืนหนึ่งนี้ แล้วพึงทำความเว้นโทษนั้น ๆ เป็นอามณ์ คือ เว้นจากฆ่าสัตว์ ๑ เว้นจากลักขโมยสิ่งของที่เขาไม่ให้ ๑ เว้นจากประพฤติกรรมที่เป็นข้าศึกแก่พรหมจรรย์ ๑ เว้นจากเจรจาคำเท็จล่อลวงผู้อื่น ๑ เว้นจากดื่มกินสุราเมรัยอันเป็นเหตุที่ตั้งแห่งความประมาท ๑ เว้นจากบริโภคอาหารตั้งแต่เวลาพระอาทิตย์เที่ยงแล้วไปจนถึงเวลาอรุณขึ้นใหม่ ๑ เว้นจากฟ้อนรำขับร้อง และประโคมเครื่องดนตรีต่าง ๆ และการดูการเล่น แต่บรรดาที่เป็นข้าศึกแก่กุศลทั้งสิ้นและตัดทรงประทับตบแต่งร่างกายด้วยดอกไม้ของหอม เครื่องประดับ เครื่องทำ เครื่องข้อม ผัดผิวกายให้วิจิตรงดงามต่าง ๆ อันเป็นเหตุที่ตั้งแห่งความกำหนัดยินดี ๑ เว้นจากนั่งนอนเหน็ดเตียงตั้งม้าที่มีเท้าสูงเกินประมาณและที่นั่งที่นอนใหญ่ภายในมีนุ่นและสำลีเครื่องปูลาดที่วิจิตรด้วยเงินและทองต่าง ๆ ๑ อย่าให้จิตฟุ้งซ่านส่งไป

อื่น พึงสมทานเอาองค์อุโบสถทั้งแปดประการ โดยเคารพเพื่อจะบูชาสมเด็จพระผู้มีพระภาค  
 พุทธเจ้านั้นด้วยธรรมานุธรรมปฏิบัติ อนึ่ง ชีวิตของเราทั้งหลายที่ได้เป็นอยู่รอดมาถึงวันอุโบสถ  
 เช่นนี้ จงอย่าได้ล่วงไปเสียเปล่าจากประโยชน์เลย คำประกาศนี้สำหรับวันพระ ๘ คำ ทั้งข้างขึ้น  
 และข้างแรม ถ้าเป็นวันพระ ๑๕ คำ เปลี่ยนบาลีเฉพาะคำที่ขีดเส้นได้ว่า ปิณณะระสี ทิวะโส และ  
 เปลี่ยนคำไทยที่ขีดเส้นได้เป็นว่า “วันปิณณะระสีคิถิ ที่สิบห้า ถ้าเป็นวันพระ ๑๔ คำ เปลี่ยนบาลีตรง  
 นั้นว่า จาคูททสิทิวโส และเปลี่ยนคำไทยแห่งเดียวกันว่าวันจาคูททสิคิถิที่สิบสี่” สำหรับคำไทย  
 ภายในวงเล็บ จะว่าด้วยก็ได้ ไม่ว่าด้วยก็ได้ แต่มีนิยามว่าในวัด ท่านให้สมทานอุโบสถศีลบอกให้  
 สมทานทั้งคำบาลีและคำแปลในตอนต่อไปเป็นข้อ ๆ เวลาประกาศก่อนสมทานนี้ไม่ต้องว่าคำ  
 ในวงเล็บเพราะพระท่านจะบอกให้สมทานเมื่อจบประกาศนี้แล้ว สำหรับวัดที่ท่านให้สมทาน  
 อุโบสถศีลแต่เฉพาะคำบาลีเท่านั้น ไม่บอกคำแปลด้วย เวลาประกาศก่อนสมทานนี้ ควรว่าความ  
 ในวงเล็บทั้งหมด<sup>๕</sup>

๔. พึงธรรมเมื่อหัวหน้าประกาศ พระสงฆ์แสดงธรรมขึ้นนั่งบนธรรมาสน์  
 อุบาสิกอุบาสิกาทุกคนพึงนั่งคุกเข่ากราบพร้อมกัน ๓ ครั้ง แล้วกล่าวคำอาราธนาอุโบสถศีล  
 พร้อมกันว่ามะยัง ภันเต, ติสระระณณะ สะหะ อัญญังคะสะมันนาคะตัง อุโปสะถัง ยาจามะ,  
 ทุติยัมปิ มะยัง ภันเต, ติสระระณณะ สะหะ อัญญังคะสะมันนาคะตัง อุโปสะถัง ยาจามะ, ตะติยัมปิ  
 มะยัง ภันเต, ติสระระณณะ สะหะ อัญญังคะสะมันนาคะตัง อุโปสะถัง ยาจามะ, ต่อจากนั้นควร  
 ตั้งใจรับสรณคมน์และศีล โดยเคารพ คือ ประณมมือ

๕. พึงว่าตามคำที่พระสงฆ์บอกเป็นตอน ๆ ไป คือ นะโม ตัสสะ ะกะอะโ  
 อะระหะโตสสัมมาสัมพุทฺธัสสะ (๓ จบ) พุทฺธัง สะระณัง คัจฉามิ, ัมมัง สะระณัง คัจฉามิ, สังฆัง  
 สะระณัง คัจฉามิ, ทุติยัมปิ พุทฺธัง สะระณัง คัจฉามิ, ทุติยัมปิ ัมมัง สะระณัง คัจฉามิ, ทุติยัมปิ  
 สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ, ตะติยัมปิ พุทฺธัง สะระณัง คัจฉามิ, ตะติยัมปิ ัมมัง สะระณัง คัจฉามิ,  
 ตะติยัมปิ สังฆัง สะระณังคัจฉามิ. เมื่อพระสงฆ์ว่า “ตีสระระณะกะมะนัง นิฏฐิตัง” ควรรับพร้อม  
 กันว่า “อามะ ภันเต” แล้วท่านจะให้ศีลต่อไป คอยรับพร้อมกันตามระยะที่ท่านหยุดดังต่อไปนี้

ปาณาติปาตา เวระมะณี สิกขาปะทังสะมาทิยามิ,

อะทินนาทานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ,

กาเมสุมิจจาจारा เวระมะณี สิกขาปะทัง

สะมาทิยามิ, (อะพรหมมะจะริยา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ)

มุสาวาทา เวระมะณี สิกขาปะทังสะมาทิยามิ,

<sup>๕</sup> พระมหาจรรณฺญ สมน้อย, คู่มือเตรียมสอบ น.ธ.โท (รวมทุกวิชา), (กรุงเทพมหานคร: มปท.มปป).

สุรามระยะมัชชะปะมาทัญญานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ, (ต่อจากนี้ พระท่านจะสรูปอนิสงส์ของศีล เราควรตั้งใจฟังเพื่อให้เกิดเป็นบุญกุศลจริง ๆ) อิมานิ ปัญจะ สิกขาปะทานิสีเลนะ สุคะติง ยันติ, สีเลนะ โภคะสัมปะทา, สีเลนะ นิพพุติง ยันติ, ตัสมา สีสัง วิโสระเย. ถ้าให้ศีล ๘ ก็ว่าเหมือนกัน เปลี่ยนแต่ชื่อ กามะ เป็น อะพรหมะจะริยา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิเท่านั้น แล้วต่อจากชื่อ สุรา ไปดังนี้ วิกาละโภชนะนา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ, นี้จะคิดะวาทีตะวิสุกะทัสสนมาลาคันธะวิเลปะนะธาระณะมัณฑะนะวิภูสะ นัญญานา เวระมะณี สิกขาปะทังสะมาทิยามิ, อุจจาสะยะนะมะหาสะยะนา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ, (สรูปเหมือนศีล ๕ เปลี่ยนแต่ ปัญจะ เป็น อัญจะ เท่านั้น) ถ้าให้อุโบสถศีล ใช้คำว่า ต่อจากข้อสุดท้าย ทีละตอนดังนี้ อิมัง อัญจะ สะมะณนาคะตัง, พุทธะปัญญุตตัง อุโปสะถัง, อิมัญจะ รัตติง อิมัญจะ ทิวะสัง, สัมมะเทวะอะภีรักขิตุง สะมาทิยามิ

หยุดรับเพียงเท่านี้ ในการให้ศีลอุโบสถนี้ตลอดถึงคำสมาทานท้ายศีลบางวัดให้ เฉพาะคำบาลี มิได้แปลให้ บางวัดให้คำแปลด้วย ทั้งนี้ สุดแต่นิยมอย่างไรตามความเหมาะสม ของบุคคลและสถานที่นั้น ๆ ถ้าท่านแปลให้ด้วย ฟังว่าตามเป็นข้อๆ และคำๆ ไปจนจบ ต่อนี้ พระสงฆ์จะว่า“อิมานิ อัญจะ สิกขาปะทานิ อุโปสะถะวะเสนะ มะนะสิกะริตวา, สาธุกัง อัมปะมา เทนะรักขิตัพพานิ” ฟังรับพร้อมกันเมื่อท่านกล่าวจบคำนี้ว่า “อามะ ภันเต” แล้วพระสงฆ์จะว่า อานิสงส์ศีลต่อไป ดังนี้ สีเลนะ สุคะติง ยันติ สีเลนะ โภคะสัมปะทา สีเลนะ นิพพุติง ยันติ, ตัสมา สีสัง วิโสระเย ท่านว่าจบ ฟังกราบพร้อมกัน ๓ ครั้ง ต่อนี้นั่งราบพับเพียบประนมมือฟังธรรมซึ่ง ท่านจะได้แสดงต่อไป

๖. เมื่อพระแสดงธรรมจบแล้ว ทุกคนให้สาธุการและสวดประกาศตนพร้อมกัน สาธุ สาธุสาธุ, อะหัง พุทธัญจะ ธัมมัญจะ สังฆัญจะ สาระณะงั คะโต, (หญิงว่า คคะตา) อุปาสะกัตตัง (หญิงว่าอุปาสิกัตตัง) เทเสสิง ภิกขุสังฆัสสะ สัมมุขา, เอตัง เม สาระณะงั เขมัง เอตัง สาระณะ มุคตะมังเอตัง สาระณะมากัมมะ สัพพะทุกขา ปะมุจจะเย ยะถาพะลัง จะเรยยาหัง สัมมา สัมพุทธะ สาสะนังทุกขะ นิสสระณะสเสวะ ภาติ อัสสัง (หญิงว่า ภาคินิสสัง) อะนาคะเต คำสวด ประกาศข้างต้นนี้ ถ้าผู้ว่าเป็นผู้หญิง ฟังเปลี่ยนคำที่เน้นคำไว้ ดังนี้ คะโต เปลี่ยนเป็นว่า คคะตาอุปาสะกัตตัง เปลี่ยนเป็นว่า อุปาสิกัตตังภาติ อัสสัง เปลี่ยนเป็นว่าภาคินิสสัง นอกนั้นก็เหมือนกัน เมื่อสวดประกาศนี้จบแล้ว ฟังกราบพร้อมกันอีก ๓ ครั้ง เป็นอันเสร็จพิธีตอนเช้าเพียงเท่านี้<sup>๖</sup>

<sup>๖</sup> จ. เปรียญ, สวดมนต์พิธี. (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ธรรมบรรณาการ, ๒๕๒๔), หน้า ๒๖.



#### ๔.๔ การปฏิบัติเมื่อเข้าพบพระสงฆ์ของพุทธศาสนิกชน

เมื่อต้องสนทนากับพระสงฆ์พุทธศาสนิกชนทั้งหลายต้องรู้ว่ากำลังสนทนากับบุคคลที่เชื่อว่าเป็นผู้มีศีลมากกว่า และต้องเคารพท่าน ซึ่งเกี่ยวกับการปฏิบัติในส่วนของมารยาทในการเข้าพบพระภิกษุสงฆ์ที่วัด การพบปะพระภิกษุสงฆ์นับเป็นมงคลเพราะได้มีโอกาสสนทนา ธรรมอย่างใกล้ชิดกับบัณฑิต แต่การดูกาลและโอกาสที่เหมาะสมและควรศึกษาพระวินัยเพื่อจะได้ปฏิบัติตนได้ ถูกต้อง ในการไปพบพระภิกษุสงฆ์ที่วัดนั้น ควรแต่งกายให้สุภาพเรียบร้อย และรักษากิริยามารยาททางกายวาจา ใจไว้อย่างดี นอกจากนั้น ตามประเพณีนิยมควรเตรียมเครื่องสักการบูชา เช่น ดอกไม้ รูป เทียน เป็นต้น ใส่พานนำไปถวายเพื่อเป็นเครื่องแสดงความเคารพบูชาท่านด้วยถ้าไปก่อนเที่ยง ควรมีภัตตาหารเช้าหรือเพลไปถวายด้วยก็สมควร ถ้าไปหลังเที่ยงก็ควรนำน้ำปานะหรือน้ำผลไม้ไปถวายเหล่านี้เป็นข้อปฏิบัติที่มีมาตั้งแต่ครั้งพระพุทธองค์ยังทรงพระชนม์ชีพอยู่ ดังปรากฏอยู่ในหนังสือพระ ัมมปัทฏฐกถาแปลภาค ๑ ความว่า "ทั้งท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐี ทั้งวิสาขามหาอุบาสิกาขอมไปอยู่ที่อุปัฏฐากพระตถาคตเจ้าวันละ 2 ครั้ง เป็นประจำและเมื่อไปไม่เคยมีมือเปล่าไป ด้วยคิดเกรงว่า ภิกษุหนุ่มและสามเณรจักแกล่ คู่มือตน เมื่อไปก่อนเวลาฉันอาหาร ขอมใช้ให้คนถือของขบเคี้ยวเป็นต้น เมื่อไปภายหลังแต่เวลาฉันอาหาร ใช้ให้คนถือปัจจัยเภสัชและธูปเทียนไป" ในกรณีที่จะนิมนต์พระภิกษุสงฆ์ไปประกอบพิธีกรรม สิ่งที่ไม่ควรขาด คือ ดอกไม้ รูป เทียน เพื่อแสดงคารวะต่อท่านเมื่อไปถึงเขตวัด ก่อนเข้าพบควรปฏิบัติ ดังนี้

- ๑) การไต่ถามพระภิกษุสงฆ์ สามเณรหรือศิษย์วัดพุทธศาสนิกชนจะยกมือไหว้ และจะแจ้งความจำนงหรือขออนุญาตก่อนเข้าพบ เมื่อได้รับอนุญาตแล้วจึงเข้าไปพบ
- ๒) ในกรณี ไม่พบผู้ใดพอจะไต่ถามหรือเคาะประตูให้เสียงก่อนจะเข้าพบท่าน ขณะอยู่ภายในห้องเมื่อได้รับอนุญาตแล้ว จึงเปิดประตูเข้าไปส่วนสตรีไม่นิยมเข้าพบพระภิกษุสงฆ์ภายในห้อง
- ๓) ระหว่างรอคอยอย่าส่งเสียงอะระหัมมสวและจะนั่งอย่างสงบ สบายเพราะในวัดต้องการความเงียบสงบ
- ๔) เมื่อเข้าพบพระภิกษุจะนั่งเรียบร้อยแล้ว จึงกราบท่านแบบเบญจางค์ประดิษฐ์ ๓ ครั้ง

๕) เมื่อกราบเสร็จแล้ว นิยมนั่งพับเพียบไม่นั่งอาสนะเสมอพระภิกษุสงฆ์ เช่น นั่งบนเสื่อหรือพรมผืนเดียวกันหรือนั่งเก้าอี้เสมอกันกับท่าน เป็นต้น

๖) กิริยาอาการนั่งพับเพียบ ต้องทำให้ถูกวิธี เช่น เก็บเท้าให้เรียบร้อยระวัง เครื่องนุ่งห่มปกปิดร่างกายให้มีฉิดเป็นต้น

๗) ขณะที่พระภิกษุสงฆ์อยู่ชั้นล่างกุฏิ กุฏิหลังที่ชายหญิง ไม่ขึ้นไปชั้นบนกุฏิ ตลอดจนไม่เข้าไปในห้องส่วนตัวของท่าน

๘) เวลาที่ดีที่พบพระภิกษุสงฆ์ส่วนมากแล้วจะนำเพลไปถวายด้วย

เมื่อมีการสนทนากับพระภิกษุสงฆ์ควรปฏิบัติดังต่อไปนี้

พระภิกษุสงฆ์เป็นผู้ประพฤติกติ ปฏิบัติซื่อตรงประพฤติเพื่อออกไปจากทุกข์ ประพฤติถูกต้อง และเป็นเนื่อนานูญของชาวโลกดั่งนั้นในขณะสนทนากับพระภิกษุสงฆ์ พึงปฏิบัติดังนี้

๑) ไม่พูดล้อเล่น ไม่พูดหยาบโลน ไม่เล่าเรื่องส่วนตัวไม่ยกตัวตีเสมอคล้ายเพื่อน หรือยกตัวสูงกว่า

๒) ถ้าพระภิกษุสงฆ์รูปนั้นเป็นพระเถระผู้ใหญ่ให้ประนมมือพูดกับท่านทุกครั้ง ที่กราบเรียนท่านและรับคำพูดของท่าน

๓) เฉพาะสตรีแม้จะเป็นญาติกับพระภิกษุสงฆ์รูปนั้นก็ตามไม่นิยม สนทนาอยู่กับพระภิกษุสงฆ์สองต่อสอง ทั้งภายในห้องและภายนอกห้องทั้งในที่ลับหูและลับตาเพราะ ผิดพระวินัย

๔) เมื่อเสร็จกิจธุระแล้วให้รีบลากลับ ไม่ควรอยู่นานเกินควรเพราะเป็นการรบกวนเวลาของท่าน กราบท่านด้วยเบญจางค์ประดิษฐ์ ๓ ครั้ง เมื่อจะลาท่านกลับ<sup>๓</sup>

#### ๔.๕ การเผยแพร่ธรรมของพระสงฆ์ในวันธรรมสวนะ

การเผยแพร่ธรรมะในยุคปัจจุบันจึงไม่สามารถจำกัดอยู่แต่เพียงภายในวัด โดยพระสงฆ์เท่านั้น หากแต่พุทธบริษัทอันได้แก่ อุบาสก อุบาสิกา ก็มีส่วนสำคัญในการเผยแพร่

<sup>๓</sup> มารยาทในการเข้าพบพระภิกษุสงฆ์,

[http://watlantong.igetweb.com/index.php?mo=3&art=382742,](http://watlantong.igetweb.com/index.php?mo=3&art=382742)

ธรรมะ ท่ามกลางสังคมที่มีการแข่งขันสูง ต้องการความรวดเร็ว ฉับไว การที่จะให้ธรรมะเข้าไปถึงจิตใจได้ ต้องทำงานในลักษณะเชิงรุก จึงมีการเผยแผ่ในรูปแบบอื่นที่หลายหลาย พร้อมทั้งจะมานำเสนอที่บ้าน ที่ทำงาน หรือที่สาธารณะต่างๆ เช่น ห้างสรรพสินค้า สวนสาธารณะ เป็นต้น<sup>๔</sup>

การเผยแผ่ธรรมจำเป็นต้องตระหนัก เพราะการเผยแผ่หลักธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ข้อที่สำคัญคือผู้ที่เผยแผ่ต้องเข้าใจถูก เห็นถูกต้องตรงตามพระไตรปิฎก และอรรถกถาเป็นหลัก การจะใช้สื่ออย่างใดเผยแผ่ย่อมอยู่ที่ความเหมาะสมกับฐานะของผู้เผยแผ่ ซึ่งจะต้องไม่ขัดกับพระธรรมวินัยด้วย ข้อสำคัญควรจะต้องอยู่ที่ว่าผู้เผยแผ่ต้องศึกษาพระธรรมคำสอนให้เข้าใจอย่างละเอียดลึกซึ้งก่อนเป็นอันดับแรก เพราะถ้าเข้าใจผิดและเผยแผ่ออกไปเท่ากับเผยแผ่ความเห็นผิดไม่ตรงกับหลักธรรมคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า คือ เป็นการทำให้คำสอนที่ถูกต้องเสื่อมเร็วยิ่งขึ้น การเผยแผ่ในลักษณะอย่างนี้ ย่อมจะเป็นโทษกับผู้เผยแผ่ เป็นไปเพื่อทุกข์แก่ตน และผู้อื่นที่รับฟังตลอดกาลนาน<sup>๕</sup>

การเผยแผ่ธรรมะย่อมเป็นสิ่งจำเป็นและมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งระหว่างผู้เผยแผ่กับผู้รับธรรมะจะต้องมีการสื่อสารกันให้ตรงกับสิ่งที่เผยแผ่ ตามหลักพระพุทธศาสนา ที่เป็นวิธีการสอนของพระพุทธเจ้า จะต้องประกอบด้วย การวิเคราะห์ผู้ฟัง กำหนดรู้บริบทของผู้ฟัง กำหนดเนื้อหาสาระที่จะทรงใช้สอน รูปแบบการนำเสนอ วิธีการนำเสนอ ลวดลายที่เกินและเพิ่มส่วนที่พร่อง การประเมินผล และการติดตามผล พร้อมทั้งสามารถวิเคราะห์หลักการและ วิธีการเผยแผ่พุทธธรรม ดังต่อไปนี้

#### ๑. การใช้ถ้อยคำ

การใช้ถ้อยคำที่ปรากฏในบทความทั่วไป มักจะเป็นถ้อยคำที่ทันสมัย บางเรื่องจะมีปรากฏถ้อยคำที่เข้าใจยาก เป็นภาษาทางวิชาการ และบางคำจะมีภาษาต่างประเทศกำกับอยู่ก็มีให้เห็นในบทความโดยทั่วไป จึงขอยกตัวอย่างถ้อยคำหรือกลุ่มคำที่มักจะปรากฏอยู่ในบทความต่างๆ ที่พระราชบัญญัติฯ ได้นำมาเสนอเป็นการสื่อสารเพื่อเข้าถึงผู้ฟังจากผลการศึกษาลแล้วสามารถแบ่งออกเป็น ๔ กลุ่ม คือ

๑.๑) ถ้อยคำที่กล่าวโดยตรง มักจะปรากฏอยู่ในอยู่ทั่วไปในบทความต่างๆ เช่น บทความเรื่องบทบาทพระสงฆ์ในการพัฒนาการเมืองไทย ใช้ถ้อยคำที่ตรงๆ ชัดเจนได้

<sup>๔</sup> สนธยา พลศรี, ทฤษฎีและหลักการพัฒนาชุมชน, (กรุงเทพฯ : พิมพ์ที่ โอ.เอส. พรินต์ติ้งเฮาส์, ๒๕๓๓), หน้า ๑๕๖-๑๕๗.

<sup>๕</sup> การเผยแผ่พระพุทธศาสนา, <http://dhammadhome.com/front/webboard/show.php?id=1321>, (ออนไลน์), แหล่งที่มา : ๒๒ มกราคม ๒๕๕๕.



ความหมายตามที่ต้องการ ดังเนื้อความที่ว่า การเมืองมีปัญหาหรือวิกฤตก็อยู่ที่บุคคลผู้เข้าไปเกี่ยวข้อง โดยเฉพาะผู้เข้าไปแสวงหาอำนาจและผลประโยชน์ส่วนตัวจากการเมือง ซึ่งสมมติเรียกว่า นักการเมือง (Politicians) ทั้งมาในรูปเปิดเผย และไม่เปิดเผย คนเหล่านี้มีพื้นฐานทางใจที่สกปรกอยู่แล้ว สกปรกด้วยความโลภ โกรธ หลง บ้าอำนาจ ขาดเมตตา และความบริสุทธิ์ใจ เข้าไปทำการเมืองที่บริสุทธิ์หมดจดคดๆฝาดๆ ให้แปดเปื้อนสกปรกน่าขยะแขยงไปด้วย<sup>๑๑</sup>

๑.๒) ถ้อยคำที่ทันสมัย มีทั้งภาษาต่างประเทศ หรือภาษาไทย ซึ่งเป็นที่สนใจ เป็นคำที่จำเพาะเจาะจง หรือทันสมัยที่สังคมกำลังใช้กันตามสื่อต่างๆ ดังบทความเรื่อง เงิน เงิน เงิน Money Money Money เรื่องราวที่อยู่ในความสนใจของสื่อมวลชนมากที่สุดไม่มีเรื่องใดเกินเรื่อง เงิน เงิน เงิน Money Money Money ท่านผู้รู้ผู้เชี่ยวชาญเรื่องนี้ก็ตั้งวงพูดคุยสนทนาอภิปราย สัมภาษณ์ และเขียนกันอยู่ตามหน้าหนังสือพิมพ์ นิตยสาร จอโทรทัศน์ และวิทยุต่างๆ จนคำว่า โลกาภิวัตน์ และ I.T. ไปหมดแล้ว<sup>๑๒</sup>

๑.๓) ถ้อยคำที่เป็นวิชาการ เป็นถ้อยคำที่ใช้อยู่เป็นประจำ มีปริมาณมากในบทความทั่วไปดังตัวอย่างว่า “บทบาทของศาสนาหรือผู้นำศาสนานั้น มีความสำคัญยิ่งต่อการเป็นไปของโลกสันนิบาตในอนาคต เพราะพลเมืองโลกเกือบร้อยทั้งร้อยมีการนับถือปฏิบัติตามศาสนา ในขณะที่อำนาจรัฐแม้จะยิ่งใหญ่เพียงไร ก็ไม่อาจเข้าถึงประชาชนลึกซึ้ง โดยเฉพาะเรื่องจิตใจ การพัฒนา และเปลี่ยนแปลงโลกจะเป็นไปได้จริง ก็ต่อเมื่อมีการเปลี่ยนแปลงตัวมนุษย์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเปลี่ยนแปลงภายในคือวิธีการคิด-จิตใจของมนุษย์ด้วยพลานุภาพของศาสนา”

๑.๔) ถ้อยคำอันเป็นภาษาต่างประเทศ มีปรากฏอยู่ในบทความทั่วไป บางคำใช้กำกับหรือวงเล็บหลังภาษาไทย บางคำก็ใช้ภาษาต่างประเทศโดยตรง หรือบทความบางเรื่องก็บรรยายเป็นภาษาต่างประเทศ และบทความที่ได้จากการค้นคว้าตำราต่างประเทศมากมายเช่น หนังสือเรื่อง พระพุทธเจ้า ในสายตานักปราชญ์โลก แปลว่า น้ำพระทัยบริสุทธิ์ ไม่เคยมีสักครั้งเลย ที่พระพุทธเจ้า แสดงอาการขุ่นเคืองให้เห็น ไม่เคยมีสักเหตุการณ์เลย ที่ถ้อยคำหยาบปราศจาก เมตตาหลุดจากพระโอษฐ์ของพระองค์ (ดร. เอส.ราชกฤษณ์ อติตประธานาธิบดีของอินเดีย)

<sup>๑๑</sup> พระศรีปริยัติโมลี (สมชัย กุศลจิตโต), พุทธทัศนะร่วมสมัย, หน้า ๖๓.

<sup>๑๒</sup> พระศรีปริยัติโมลี (สมชัย กุศลจิตโต), การเมือง (มิโซ) เรื่องของสงฆ์, หน้า ๑๓.

๒. การใช้สำนวนภาษา ใช้สำนวนภาษาที่ทันสมัย ทันต่อเหตุการณ์ ใช้สำนวนพุทธศาสนสุภาษิต สุภาษิต คำคม คำกลอน ใช้ทั้งในส่วนภาษาไทยและภาษาอังกฤษ

#### ๔.๖ สรุป

สรุปได้ว่า การพัฒนาบุคคลให้เป็นคนดีมีคุณภาพตั้งอยู่ในคุณธรรม ย่อมทำให้ครอบครัว และสังคมพัฒนาตามไปด้วย ทรัพยากรบุคคลจะมีคุณภาพศักยภาพมากขึ้นเพียงใด นั้น ขึ้นอยู่กับการฝึกฝนทั้งทางร่างกายและจิตใจ นอกจากนี้อิทธิพลที่เกี่ยวกับความเชื่อมีส่วนสำคัญทำให้คนประพฤติดี มีเมตตา ไม่ทำบาป เพราะคนไทยเชื่อ เรื่องบาป บุญ คุณ โทษ เชื่อเรื่องกฎแห่งกรรม และเรื่องกรรมที่ทำในชาตินี้จะมีผลไปสู่ชาติหน้าจึงทำให้คนไม่กล้า ทำบาป เพราะกลัวว่าถ้าเกิดในชาติต่อไปจะมีผล ต่อความทุกข์ ความสุข เข้าใจในธรรมก็สามารถเผยแผ่ธรรมะได้

## บทที่ ๕

### สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การศึกษาวันธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาท มีวัตถุประสงค์ของการศึกษา ๓ ประการ คือ (๑) เพื่อศึกษาความเป็นมาวันธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาท (๒) เพื่อศึกษาหลักการปฏิบัติวันธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาท และ (๓) เพื่อข้อปฏิบัติในวันธรรมสวนะของพุทธศาสนิกชนของสังคมไทยปัจจุบัน ซึ่งศึกษาค้นคว้าในคัมภีร์พระพุทธศาสนา อรรถกถา หนังสือวิชาการทางพระพุทธศาสนา และ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สามารถสรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ ดังนี้

#### ๕.๑ สรุปผลการวิจัย

๕.๑.๑ ความเป็นมาของวันธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาท พบว่า วันธรรมสวนะ หมายถึง วันฟังธรรม เรียกกันในปัจจุบันว่า วันพระ หรือ วันอุโบสถ หมายถึงวันที่พุทธศาสนิกชนประชุมกันที่วัดเพื่อทำทาน รักษาศีล เจริญภาวนา และฟังธรรม ในประเทศไทย กำหนดวันพระไว้เดือนละ ๔ วัน คือ วันขึ้น ๘ ค่ำ วันขึ้น ๑๕ ค่ำ วันแรม ๘ ค่ำ และวันแรม ๑๕ ค่ำ (หรือวัน ๑๔ ค่ำในบางเดือน) ความสำคัญวันธรรมสวนะ เป็นวันสำคัญวันหนึ่งในพระพุทธศาสนา เป็นวันแห่งการทำความดี โดยพระพุทธองค์ได้ทรงอนุญาตให้ชาวพุทธได้มีโอกาสทำบุญ ให้ทาน รักษาศีล เจริญภาวนา และฟังธรรม เพื่อทำจิตใจให้สะอาด และสว่างสงบ ยิ่งๆ ขึ้น คำเรียกวันธรรมสวนะ ก็เรียกได้หลายอย่าง ได้แก่ วันพระ, วันธรรมสวนะ, วันอุโบสถ, และวันศีล ส่วนจุดมุ่งหมายวันธรรมสวนะ คือ (๑) การทำบุญตักบาตรในตอนเช้า (๒) ปิดกวางดบ้านเรือนให้สะอาด งดเว้นอบายมุข (๓) ศึกษาและฟังหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า และ (๔) ประกอบพิธีกรรมทางศาสนา

๕.๑.๒ หลักการปฏิบัติวันธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาท พบว่า ระเบียบพิธีและการปฏิบัติตนโดยทั่วไป เมื่อถึงวันธรรมสวนะ พุทธศาสนิกชนจะทำบุญตักบาตรกันในตอนเช้า แต่เมื่อว่าด้วยระเบียบพิธีแล้ว เมื่อถึงวันนี้จะมีการกำหนดวิธีปฏิบัติตนไว้ ดังนี้

๑. ตอนเช้าประมาณ ๘.๐๐ นาฬิกา พระภิกษุสามเณร อุบาสกอุบาสิกา ประชุมพร้อมกันในสถานที่กำหนดแสดงธรรม จัดให้นั่งกันตามที่เป็นส่วนสัดเรียบร้อย มีพระพุทธรูปและพุทธบูชาประดิษฐานอยู่เบื้องหน้า



๒. เมื่อพร้อมกันแล้ว พระภิกษุสามเณรเริ่มทำวัตรเช้า

๓. เสร็จพิธีทำวัตร หัวหน้าอุบาสกหรืออุบาสิกาประกาศอุโบสถ พระสงฆ์ผู้แสดงธรรมขึ้นธรรมาสน์

๔. เมื่อจบประกาศแล้ว อุบาสกอุบาสิกา กุศเข้าประนมมือ กล่าวคำอาราธนาอุโบสถศีล พร้อมกัน พระสงฆ์ให้ศีล ๘ เป็นอุโบสถศีล ผู้ที่ต้องการรักษาอุโบสถศีลก็รับทั้ง ๘ ข้อ แต่ถ้าผู้ใดต้องการจะรักษาศีลเพียง ๕ เท่านั้น ก็รับสมาทาน ว่า กามสุขุมิจจาราแทน และรับต่อไปจนครบทั้ง ๘ ข้อเมื่อครบแล้วก็กราบ ๓ ครั้ง ลงนั่งราบไม่ต้องรับต่อไป

๕. ต่อจากรับศีลแล้วพระสงฆ์ (พระธรรมเถิก) แสดงธรรม ระหว่างแสดงธรรมควรประนมมือรับฟังด้วยความตั้งใจจนจบ

๖. เมื่อเทศน์จบแล้ว หัวหน้าอุบาสก หรืออุบาสิกา นำกล่าวสาธุการ เป็นอันเสร็จพิธี

การประชุมฟังธรรมบางวัดกำหนดเป็นสองช่วง คือ ช่วงเช้า และช่วงบ่าย ผู้ที่ฟังในช่วงเช้าแล้ว จะอยู่ฟังธรรมในช่วงบ่ายต่อก็ได้แล้วแต่อัธยาศัย

๕.๑.๑ ข้อปฏิบัติในวันธรรมสวนะของพุทธศาสนิกชนของสังคมไทยปัจจุบันพบว่า การแต่งกายไปวัดของพุทธศาสนิกชนโดยทั่วไปที่พบเห็น คือ แต่งกายสุภาพเรียบร้อย มีการนำเด็กหรือบุคคลอื่นๆ ไปวัด การเตรียมอาหารไปวัดนั้นจะทำเอง ประมง หรือตั้งแต่หาอุปกรณ์ต่างๆ และต้องมีความสด ละเอียด น่ารักประทาน คือ อาหารจึงมีความเหมาะสมกับพระสงฆ์ เป็นสิ่งที่พุทธศาสนิกชนระมัดระวังเป็นอย่างมาก แต่อย่างไรพระพุทธรูปศาสนาก็ได้กำหนดมีข้อห้ามปรุงแต่งไปถวายทาน ได้แก่ เนื้อมนุษย์ เนื้อม้า เป็นต้น การปฏิบัติตนโดยทั่วไปภายในวัด คือ ตำรวมกาย วาจา ใจ ให้สงบเรียบร้อย งดอาการคะนองด้วยประการทั้งปวง ทั้งนี้เพื่อให้กาย วาจา ใจ ของเราเหมาะสมที่จะบำเพ็ญบุญกุศล การปฏิบัติวันธรรมสวนะของพุทธศาสนิกชนในการทำบุญมีองค์ประกอบ ๓ ประการคือ ๑) การเตรียมกาย ๒) การเตรียมใจ ๓) การเตรียมสิ่งของ การปฏิบัติธรรมในวันธรรมสวนะของพุทธศาสนิกชน สิ่งที่ชาวพุทธควรปฏิบัติ คือ เมื่อตั้งใจจะรักษาอุโบสถวันพระใด พุทธศาสนิกชนจะตื่นแต่เช้ามีดก่อน รุ่งอรุณของวันนั้น

การปฏิบัติเมื่อเข้าพบพระสงฆ์ของพุทธศาสนิกชน คือ ๑) การไต่ถามพระภิกษุสงฆ์ สามเณรหรือศิษย์วัดพุทธศาสนิกชนจะยกมือไหว้และจะแจ้งความจำนงหรือขออนุญาตก่อนเข้าพบ เมื่อได้รับอนุญาตแล้วจึงเข้าไปพบ ๒) ในกรณีไม่พบผู้ใดพอจะไต่ถามหรือเกาะประตูให้เสียงก่อนจะเข้าพบท่านขณะอยู่ในห้องเมื่อได้รับอนุญาตแล้ว จึงเปิดประตูเข้า

ไปส่วนสตรีไม่นิยมเข้าพบพระภิกษุสงฆ์ภายในห้อง ๓) ระหว่างรอคอยอย่าส่งเสียงเอะอะ  
 รบกวนและจะนั่งอย่างสงบ สำรวมเพราะในวัดต้องการความเงียบสงบ ๔) เมื่อเข้าพบพระภิกษุ  
 จะนั่งเรียบร้อยแล้ว จึงกราบท่านแบบเบญจางค์ประดิษฐ์ ๓ ครั้ง ๕) เมื่อกราบเสร็จแล้ว นิมนต์  
 พับเพียบไม่นั่งอาสนะเสมอพระภิกษุสงฆ์ เช่น นั่งบนเสื่อหรือพรมผืนเดียวกันหรือนั่งเก้าอี้เสมอ  
 กันกับท่าน เป็นต้น ๖) กิริยาอาการนั่งพับเพียบ ต้องทำให้ถูกวิธี เช่น เก็บเท้าให้เรียบร้อยระวัง  
 เครื่องนุ่งห่มปกปิดร่างกายให้มิดชิด เป็นต้น ๗) ขณะที่พระภิกษุสงฆ์อยู่ชั้นล่างกุฏิ กุฏิสัถย์ทั้ง  
 ชายหญิง ไม่ขึ้นไปชั้นบนกุฏิ ตลอดจนไม่เข้าไปในห้องส่วนตัวของท่าน ๘) เวลาที่ดีที่พบ  
 พระภิกษุสงฆ์ส่วนมากแล้วจะนำเพลไปถวายด้วย และ เมื่อมีการสนทนากับพระภิกษุสงฆ์คือ  
 ๑) ไม่พูดล้อเล่น ไม่พูดหยาบโลน ไม่เล่าเรื่องส่วนตัวไม่ยกตัวตีเสมอคล้ายเพื่อนหรือยกตัวสูง  
 กว่า ๒) ถ้าพระภิกษุสงฆ์รูปนั้นเป็นพระเถระผู้ใหญ่ให้ประณมมือพูดกับท่านทุกครั้ง ที่กราบ  
 เรียนท่านและรับคำพูดของท่าน ๓) เฉพาะสตรีแม้จะเป็นญาติกับพระภิกษุสงฆ์รูปนั้นก็ตามไม่  
 นิยม สนทนาอยู่กับพระภิกษุสงฆ์สองต่อสอง ทั้งภายในห้องและภายนอกห้องทั้งในที่ลับหูและ  
 ลับตาเพราะผิดพระวินัย ๔) เมื่อเสร็จกิจธุระแล้วให้รีบลากลับ ไม่ควรอยู่นานเกินควรเพราะเป็น  
 การรบกวนเวลาของท่าน กราบท่านด้วยเบญจางค์ประดิษฐ์ ๓ ครั้ง เมื่อจะลาพระสงฆ์กลับบ้าน

การเผยแผ่ธรรมของพระสงฆ์ในวันธรรมสวนะจะเห็นว่า การเผยแผ่ธรรมะ  
 ในยุคปัจจุบันจึงไม่สามารถจำกัดอยู่แต่เพียงภายในวัดโดยพระสงฆ์เท่านั้น หากแต่พุทธบริษัท  
 อันได้แก่ อุบาสก อุบาสิกา ก็มีส่วนสำคัญในการเผยแผ่ธรรมะ ท่ามกลางสังคมที่มีการแข่งขัน  
 สูง ต้องการความรวดเร็ว ฉับไว การที่จะให้ธรรมะเข้าไปถึงจิตใจได้ การเผยแผ่ธรรมะย่อม  
 เป็นสิ่งจำเป็นและมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งระหว่างผู้เผยแผ่กับผู้รับธรรมะจะต้องมีการสื่อสาร  
 กันให้ตรงกับสิ่งที่จะเผยแผ่ ตามหลักพระพุทธศาสนา ที่เป็นวิธีการสอนของพระพุทธเจ้า  
 จะต้องประกอบด้วย การวิเคราะห์ผู้ฟัง กำหนดรู้บริบทของ ผู้ฟัง กำหนดเนื้อหาสาระที่จะทรงใช้  
 สอน รูปแบบการนำเสนอ วิธีการนำเสนอ ลวดล้นที่เกิน และ เพิ่มส่วนที่พร่อง การประเมินผล  
 และการติดตามผล พร้อมทั้งสามารถวิเคราะห์หลักการและ วิธีการเผยแผ่พุทธธรรม คือ ๑)  
 ถ้อยคำที่กล่าวโดยตรง มักจะปรากฏอยู่ในอยู่ทั่วไปในบทความต่างๆ เช่นบทความเรื่องบทบาท  
 พระสงฆ์ในการพัฒนาการเมืองไทย ใช้ถ้อยคำที่ตรงๆ ชัดเจนได้ความหมายตามที่ต้องการ  
 หลักธรรมที่นิมนต์มาเทศน์สอนในวันธรรมสวนะ มีอยู่ ๓ หลักธรรม คือ หลักอริยสัจ ๔  
 ได้แก่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค เป็นหลักธรรมที่พระพุทธองค์ทรงตรัสรู้เป็นครั้งแรก หลัก  
 ไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา และบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ ประการ เพื่ออุบาสกอุบาสิกามีความ  
 เข้าใจในหลักธรรมนั้นๆ อย่างถูกต้อง

## ๕.๒ ข้อเสนอแนะ

### ๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

จากการศึกษาพบว่าหากเราได้ศึกษาเรื่องนี้ตั้งแต่แรกและจนจบจะทำให้เราเข้าใจในวันธรรมสวนะ และข้อปฏิบัติทั้งหลักการ จุดมุ่งหมายที่สำคัญของวันธรรมสวนะ ตลอดจนการนำเอาหลักธรรมมาใช้และการเผยแพร่วันธรรมสวนะ โดยทั่วกันดำรงมั่นซึ่งพระพุทธศาสนาให้ยืนยงตลอดไป

### ๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะนำงานวิจัยครั้งต่อไป

จากผลการศึกษาวันธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาทพบว่า ยังมีประเด็นที่เป็นสาระสำคัญที่น่าสนใจศึกษาค้นคว้า ดังนี้

- (๑) ควรมีการศึกษาวันสำคัญอื่นๆ เช่นวันเข้าพรรษา เป็นต้น
- (๒) ควรศึกษาวิธีการปฏิบัติตามหลักธรรมอื่นๆ และวิธีการอื่นที่น่าจะเป็นหนทางไปสู่ความหลุดพ้นได้
- (๓) ควรมีการเปรียบเทียบวันธรรมสวนะในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับพระพุทธศาสนานิกายมหายาน



## บรรณานุกรม

### ๑. ภาษาไทย – บาลี

#### ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาเดปีฎกั. ๒๕๐๐.

กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๐๐.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

#### ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

#### (๑) หนังสือ :

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ศีลาจารึกพ่อขุนรามคำแหงมหาราช. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยจัดทำ  
เนื่องในโอกาส ๗๐๐ ปี ลายสือไทย. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,  
๒๕๒๗.

คณัฎ จันทรเจ้าฉาย, ผู้ก่อตั้งบริษัท ไคเร็ด มีเดีย กรุ๊ป (ประเทศไทย) จำกัด, ๒๗ กันยายน  
๒๕๔๕.

ธนิต อยู่โพธิ์, อานิสงส์อุโบสถศีล, พิมพ์ครั้งที่ ๕, กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลง  
กรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๗.

บุญมี เมฆางกูร และบุษกร เมฆางกูร, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริเฉทที่ ๘,  
พระมหาบุญโฮม ปริบูรณ์โส, คู่มือศาสนพิธี เล่ม ๑. สุราษฎร์ธานี. ฉบับพิมพ์ครั้งที่ ๒  
พ.ศ. ๒๕๓๓.

พระธรรมวโรดม (บุญมา คุณสมปโน), สากลทาน, กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์สหธรรมิก,  
๒๕๕๐.

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) ป.ธ. ๘ ราชบัณฑิต พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสนัน  
ชุด คำวัด, วัดราชโอรสาราม กรุงเทพฯ พ.ศ. ๒๕๔๘.

พระพุทธรูปโลหะ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถระ),  
พิมพ์ครั้งที่ ๖, กรุงเทพมหานคร : บริษัท ธาราเพรส จำกัด, ๒๕๔๘.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่  
ที่ ๑๓, กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอส.อาร์. พรินติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด,  
๒๕๔๘.

\_\_\_\_\_ . พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, ๒๕๔๖.

พระพุทธรูปโลหะ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า ๘. กิตฺติ  
ภัทรพร สิริกาญจน. หน้าที่ของพระสงฆ์ตามพุทธบัญญัติ : แนวคิดและบทบาทของพระคำ  
เขียน สุวณฺโณ ในการพัฒนาชุมชน, กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์,  
๒๕๓๕.

ยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทย [www.ybat.org](http://www.ybat.org). ๓ มีนาคม ๒๕๕๕.

ระวี ภาวิไล, ราชบัณฑิต สำนักวิทยาศาสตร์ สาขาดาราศาสตร์, ๑๘ พฤษภาคม ๒๕๔๕.

เสฐียรพงษ์ วรรณปก, คำบรรยายพระไตรปิฎก, พิมพ์ครั้งที่ ๓, กรุงเทพมหานคร :ธรรมสภา  
และสถาบันสันติธรรม, ๒๕๔๓.

สนธยา พลศรี, ทฤษฎีและหลักการพัฒนาชุมชน. (กรุงเทพฯ : พิมพ์ที่ โอ.เอส.พรินติ้ง เฮ้าส์  
, ๒๕๓๓.

สุจินต์ บริหารวนเขตต์, ธรรมเตือนใจแต่คุณประมาท. ๒๕๓๗.

\_\_\_\_\_ . บทสนทนาธรรม, ๒๕๓๘.

สุชีพ ปุญญานุภาพ. พระไตรปิฎกฉบับสำหรับประชาชน. กรุงเทพมหานคร, โรงพิมพ์มหา  
มกุฏราชวิทยาลัย. พ.ศ. ๒๕๓๕.

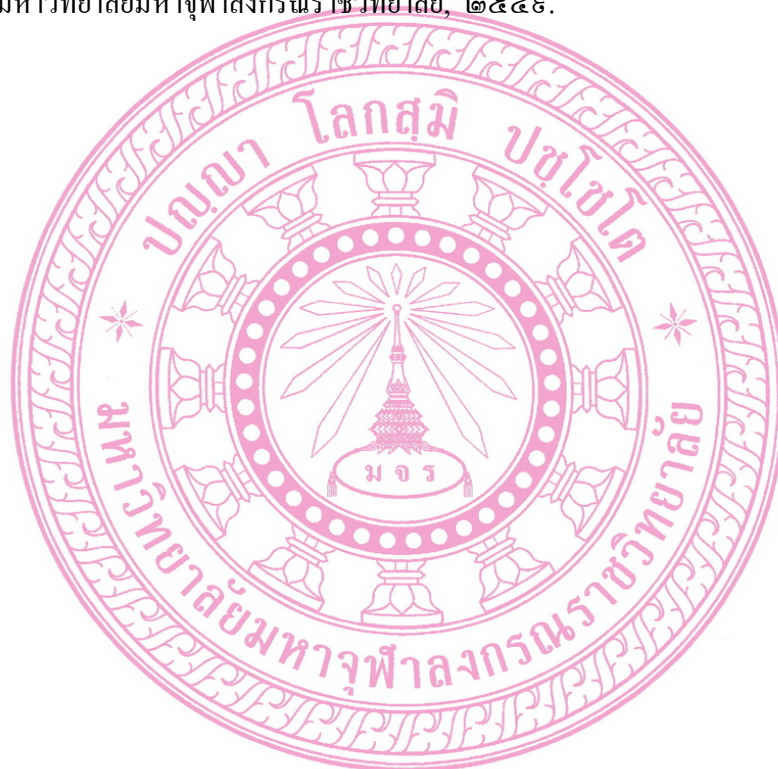
## (๒) วิทยานิพนธ์ :

ดวงกมล ทองคนารักษ์. บทบาทและความสำคัญของอุบาสิกานในพระพุทธศาสนาเถรวาท.

วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต.คณะศิลปศาสตร์  
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๓.

ชนกฤช ฉัตรเลขวนิช. การศึกษาเชิงเปรียบเทียบการดำรงชีวิตของอุบาสกในสมัยพุทธกาล  
และสมัยปัจจุบัน. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : จุฬาลง  
กรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๐.

พระมหาไชยวัฒน์ อภิญาณจารี (สิงห์เงิน). การวิเคราะห์บทบาทของนางวิสาขามหาอุบาสิกา  
ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.  
บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔.  
พระครูปลัดศิริวัฒน์ สดฺยญจิตโต (วิชาผา). ความพึงพอใจต่อการเผยแพร่ธรรมในวันธรรม  
สวนะของพุทธศาสนิกชน : กรณีศึกษาเขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพฯ :  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕.





## ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ : พระครูเกษมศีลาภรณ์  
เกิด : ๕ กรกฎาคม ๒๕๐๒  
สถานที่เกิด : จังหวัดนครราชสีมา  
สังกัด : วัดตาเงิน ตำบลสีละกอ อำเภอจักราช จังหวัดนครราชสีมา  
การศึกษา : หลักสูตรประกาศนียบัตรบริหารกิจการคณะสงฆ์  
: ปริญญาตรีหลักสูตรพุทธศาสตรบัณฑิตสาขาวิชา  
พระพุทธศาสนา  
: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ปี ๒๕๕๓  
ปัจจุบัน : ศึกษาระดับมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช  
วิทยาลัย  
หน้าที่การทำงาน : เจ้าอาวาสวัดตาเงิน ต. สีละกอ อ. จักราช จ. นครราชสีมา  
ที่อยู่ปัจจุบัน : วัดตาเงิน ตำบลสีละกอ อำเภอจักราช จังหวัดนครราชสีมา