

รูปแบบการปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระสงฆ์ในลุ่มแม่น้ำโขง (ไทย-ลาว)

The Model of Ascatic Practice of Monks in The Mekong River (Thai-Laos)

พระมหานพดล นวตลปญโญ¹, พระครูสุธีคัมภีรญาณ, วิ² และ พระมหามิตร จิตตปญโญ³

Phramaha Noppadol Navatalayanyo¹, Phrakru Sudhikhambhirayana, Wi²

and Phramaha Mit Thitapanyo³

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น^{1, 2, 3}

Mahachulalongkornrajavidyalaya University Khonkaen Campus, Thailand^{1, 2, 3}

E-mail: Noppadolnavatalayanyo@gmail.com

Received February 22, 2021; Revised April 19, 2021; Accepted July 5, 2021

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาธุดงค์วัตรในคัมภีร์พระพุทธศาสนา 2) เพื่อศึกษารูปแบบการปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระสงฆ์ในลุ่มแม่น้ำโขง (ไทย-ลาว) 3) เพื่อวิเคราะห์รูปแบบการปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระสงฆ์ในลุ่มแม่น้ำโขง (ไทย-ลาว) เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสัมภาษณ์ข้อมูลเชิงลึก ผลการวิจัยพบว่า

1. ธุดงค์วัตรในคัมภีร์พระพุทธศาสนา เป็นองค์คุณเครื่องกำจัดกิเลส ไม่ใช่ข้อบังคับ แต่เป็นการสมทานด้วยศรัทธา มีทั้งหมด 13 ข้อ อันเป็นเส้นทางไปสู่ มรรค ผล นิพพาน อันเป็นเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา

2. การปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระสงฆ์ในลุ่มแม่น้ำโขง (ไทย-ลาว) มี 2 อย่างคือ 1) พระสงฆ์ไทยนิยมสมทานธุดงค์แบบจาริก โดยการกำหนดระยะทาง ระยะเวลาในการเดิน จากสถานที่หนึ่ง-ไปยังอีกสถานที่หนึ่ง 2) พระสงฆ์ สปป.ลาว ถือสมทานปฏิบัติอยู่ในสำนักโดยไม่ได้ออกเดินจาริก จะถือปฏิบัติในช่วงเข้าพรรษา หรือในช่วงระยะที่กำหนด

3. รูปแบบการปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระสงฆ์ในลุ่มแม่น้ำโขง (ไทย-ลาว) จะถือปฏิบัติ เพียง 8 ข้อ คือ 1) การนุ่งห่มผ้าสามผืนเป็นวัตร 2) การเที่ยวบิณฑบาตเป็นวัตร ถือการฉันทเฉพาะที่ได้จากการบิณฑบาต 3) การเที่ยวบิณฑบาตไปตามแถวเป็นวัตร 4) การนั่งฉันทครั้งเดียวเป็นวัตร ฉันทวันละครั้งเดียว 5) การฉันทเฉพาะในบาตรเป็นวัตร ฉันทอาหารในบาตรเท่านั้น 6) การไม่รับภัตที่เขานำมาถวายภายหลังเป็นวัตร เมื่อลงมือฉันแล้ว 7) การอยู่ในเสนาสนะแล้วแต่เขาจะจัดให้เป็นวัตร 8) การนั่งเป็นวัตร มีการอยู่ด้วยอิริยาบถ 3 คือ การยืน การเดิน การนั่ง เว้นการนอน

คำสำคัญ: รูปแบบ; ฤตงควัตร; พระสงฆ์

ABSTRACT

This Article aimed to study 1) To study the buddhist scriptures. 2) To study the practice of monks in the Mekong River (Thai–Laos) 3) To analyze the practice of monks in the Mekong (Thai–Laos) the sample was Qualitative Research The instrument for collecting data was In–depth Interview Analysis data by Descriptive statistics and Content Analysis. The research results were found as follows;

1. Dhutaṅga in the Buddhist scriptures is the tool to eliminate the defilement. It is not the regulations but is the practice that practitioners are willing to perform based on their faith. There are 13 items of practice to attain the paths, fruitions and Nirvana, the ultimate goal of Buddhism.

2. The model of Dhutaṅga of monks of Mekong River (Thai–Laos) consisted 2 types: 1) Thai monks vowed to perform Cārika–Dhutaṅga (Travelling Austere Practices) by setting the distance and walking length from one place – to another; 2) Laos monks vowed to stay at the monastery during the Buddhist Lent with or during the set duration.

3. The model of Dhutaṅga of monks of Mekong River (Thai–Laos), take Dhutaṅga with 8 practices: 1) triple–robe–wearer’s practice; 2) alms–food–eater’s practice; 3) alms–food–wanderer’s practice; 4) one–sessioner’s practice; 5) bowl– food– eater’s practice; 6) non–food receiver after beginning having food; 7) any– place– user’s practice; 8) sitting practice with 3 actions standing, walking, sitting without laying down.

Keywords: Model: Ascetic Routine: Monk

บทนำ

พระพุทธศาสนา มีหลักธรรมคำสอนสำหรับฝึกฝนอบรมมนุษย์หลายระดับ พระพุทธเจ้าทรงวางแนวทางการปฏิบัติ การฝึกฝนตนเอง ด้วยการเจริญสติ เจริญสมาธิภาวนา อันเป็นขั้นสูงสุดของการทำความดีหรือทางแห่งการทำความดี คือ ทาน ศีล และภาวนา เป็นขั้นสุดท้ายของการสร้างบุญสร้างกุศลเป็นการฝึกอบรมจิตใจเจริญปัญญาเพื่อจุดมุ่งหมายคือความหลุดพ้นจากกิเลสและบรรลุมรรคผลนิพพาน อันเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนาที่ทุกคนสามารถพัฒนาตนเองและบรรลุถึงได้ แต่การที่จะไปถึงสิ่งนั้นได้อีกก็ต้องผ่านอุปสรรค คือ กิเลส ตัณหา อาสวะ ภายในจิตนั้นได้ ก่อน

ซึ่งพระพุทธเจ้าพระองค์ทรงได้แสดงแนวทางหรือข้อวัตรพิเศษ ที่จะให้ไปถึงสิ่งนั้นโดยเร็ว คือหลักในข้อวัตรอัฐงค์

คำว่า “อัฐงค์” นั้น แปลตามตัวหมายถึง องค์คุณเครื่องกำจัดกิเลส ประกอบด้วยข้อวัตรปฏิบัติ 13 ข้อ ในวิสุทธิมรรค ซึ่งผู้ที่ปฏิบัติสามารถเลือกปฏิบัติข้อใดข้อหนึ่งได้ตามความสมัครใจ และไม่จำเป็นต้องปฏิบัติให้ครบทุกข้อ เพราะการปฏิบัติขึ้นอยู่กับความอดทน และความเพียร อัฐงค์แต่ละข้อก่อให้เกิดอานิสงส์ต่อตัวผู้ปฏิบัติและก่อนที่จะลงมือปฏิบัติ ผู้ปฏิบัติต้องกล่าวคำ สมาทานอัฐงค์วัตรข้อนั้น ๆ ก่อนอัฐงค์วัตร 13 ข้อ ประกอบด้วย 1) ถือน้ำบังสูกุลเป็นวัตร 2) ถือน้ำสามผืนเป็นวัตร 3) ถือน้ำการบิณฑบาตเป็นวัตร 4) ถือน้ำการบิณฑบาตตามลำดับบ้านเป็นวัตร 5) ถือน้ำการฉันมือเดียวเป็นวัตร 6) ถือน้ำการฉันในบาตรเป็นวัตร 7) ถือน้ำการห้ามกัด (อาหาร) ที่เขานำมาถวายภายหลังเป็นวัตร 8) ถือน้ำการอยู่ป่าเป็นวัตร 9) ถือน้ำการอยู่โคนต้นไม้เป็นวัตร 10) ถือน้ำการอยู่กลางแจ้งเป็นวัตร 11) ถือน้ำการอยู่ป่าช้าเป็นวัตร 12) ถือน้ำการอยู่ในเสนาสนะที่เขาจัดให้เป็นวัตรและ 13) ถือน้ำการนั่งเป็นวัตร (พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา แปล เล่ม 11: 73-104) อัฐงค์วัตรที่กล่าวมาถือได้ว่า เป็นเจตนาที่แสดงออกเพื่อขจัดกิเลสของตน เกี่ยวกับเครื่องนุ่งห่ม อาหาร ที่อยู่อาศัยและความเพียรด้วยข้อปฏิบัติอัฐงค์วัตร (จุฑาทิพย์ อุมะวิชนี และ นภาเดช กาญจนะ, 2540)

พระอัฐงค์ในกรอบทางพระพุทธศาสนาที่สังคมปัจจุบันเข้าใจ คือกลุ่มพระสงฆ์ที่มุ่งดำเนินตามทางการปฏิบัติของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มีความมักน้อย และสันโดษไม่ยึดติดในยศศักดิ์ปลีกวิเวกหาความสงบ มุ่งสู่การบรรลุธรรมจนถึงพระนิพพาน (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 24 ข้อ 181: 245)

กล่าวโดยสรุปแล้ว การศึกษาแนวทางการปฏิบัติอัฐงค์วัตร ก็คือการศึกษาค้นคว้าข้อปฏิบัติของพระอัฐงค์ว่ามีข้อปฏิบัติอย่างไร และอะไรเป็นข้อปฏิบัติที่สำคัญ ข้อปฏิบัติอัฐงค์วัตรที่ปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎก มีทั้งหมด 8 ข้อ คือ 1) อารัญญกัฏฐอัฐงค์ 2) ปิณฑปาตีกัฏฐอัฐงค์ 3) บังสูกุลิกัฏฐอัฐงค์ 4) เตจิวริกัฏฐอัฐงค์ 5) สปะทานจาริกัฏฐอัฐงค์ 6) ชลุปัจฉภาตติกัฏฐอัฐงค์ 7) เนสัชชีกัฏฐอัฐงค์และ 8) ยถาสันถติกัฏฐอัฐงค์ และเพิ่มมาอีก 5 ข้อ ที่ปรากฏในวิสุทธิมรรค คือ 1) เอกาสนิกัฏฐอัฐงค์ 2) ปัตตปิณฑกัฏฐอัฐงค์ 3) รุกขมุลิกัฏฐอัฐงค์ 4) อัฟโภกาสิกัฏฐอัฐงค์ และ 5) โสสานิกัฏฐอัฐงค์ รวมเป็นอัฐงค์วัตร 13 ข้อ โดยการปฏิบัติส่วนใหญ่จะเน้นถือน้ำการอยู่ป่าเป็นวัตร อยู่ป่าช้าเป็นวัตรอยู่โคนไม้เป็นวัตร เป็นต้น ซึ่งข้อวัตรปฏิบัติเหล่านี้พระพุทธเจ้าได้บ่งชี้ถึงความสำคัญ และเน้นย้ำให้สาวกปฏิบัติธรรมในป่า ภูเขา ถ้ำ มาตั้งแต่ในครั้งสมัยพุทธกาล การปฏิบัติอัฐงค์จึงเป็นการทวนกระแสเข้าสู่วิถีเดิมของการปฏิบัติ เนื่องจากอัครสาวกในพุทธกาลได้ดำเนินตามทางขององค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ต่างบรรลุผลในการปฏิบัติกันมาก และการปฏิบัติอัฐงค์ยังให้อานิสงส์ต่อผู้ที่ปฏิบัติช่วยให้ผู้ที่ปฏิบัติพัฒนาทางด้านจิตใจ พัฒนาด้านปัญญาญาณ และสะท้อนออกมาในรูปของพฤติกรรมที่ดีเป็นที่น่าเลื่อมใส หรือเป็นพระสงฆ์ที่มีปฏิปทางดงามเพียบพร้อมนั่นเองด้วยเหตุผลดังกล่าวนี้

ผู้วิจัยจึงมีแรงบันดาลใจในการที่จะศึกษาเกี่ยวกับ รูปแบบการปฏิบัติอัฐงค์วัตรในพระพุทธศาสนา โดยศึกษาเฉพาะกรณีการปฏิบัติอัฐงค์วัตรในกลุ่มแม่น้ำโขง (ไทย-ลาว) เพื่อให้เห็น

รูปแบบในการปฏิบัติตามหลักธุดงค์วัตร ต่างจากครั้งพุทธกาล หรือไม่ว่าอย่างไรและเป็นการเผยแพร่หลักคำสอนที่พระพุทธองค์ทรงสอนไว้อย่างไร ตลอดทั้งเป็นการรักษาข้อวัตรต่างๆ ไว้ไม่ให้สูญหาย เพราะฉะนั้น ในการศึกษาครั้งนี้

ผู้วิจัยจึงมุ่งศึกษารูปแบบการปฏิบัติธุดงค์วัตรในพระพุทธศาสนา โดยต้องการศึกษาเฉพาะกรณีรูปแบบการปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระสงฆ์ในลุ่มแม่น้ำโขง (ไทย-ลาว) อันจะยังประโยชน์ต่อพระพุทธศาสนาต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาธุดงค์วัตรในคัมภีร์พระพุทธศาสนา
2. เพื่อศึกษารูปแบบการปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระสงฆ์ในลุ่มแม่น้ำโขง (ไทย-ลาว)
3. เพื่อวิเคราะห์รูปแบบการปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระสงฆ์ในลุ่มแม่น้ำโขง (ไทย-ลาว)

การทบทวนวรรณกรรม

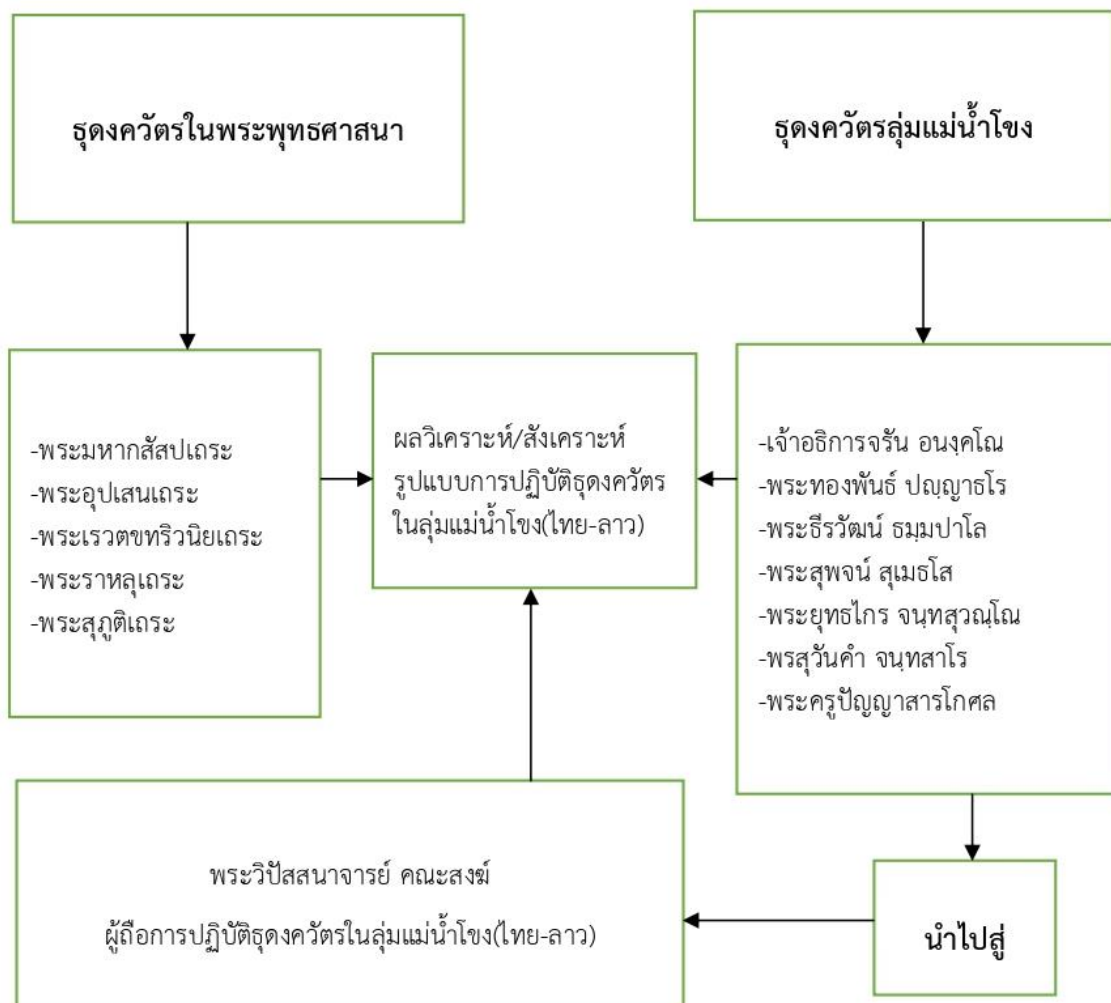
พระมหาสุทัศน์ กตสโร (ประทุมแก้ว) (2557) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษารูปแบบการปฏิบัติธุดงค์วัตรในสังคมไทย” พบว่ารูปแบบการปฏิบัติธุดงค์วัตรในสังคมไทยในปัจจุบัน มีกระบวนการฝึกอบรมตามหลักธุดงค์วัตร 13 ข้อ แต่ใน 3 สำนักนี้ไม่ได้ปฏิบัติตามทั้ง 13 ข้อ กล่าวคือ หลวงพ่อชา สุภทฺโท มีรูปแบบการปฏิบัติธุดงค์วัตร 6 ข้อ คือ (1) การใช้ผ้าเพียง 3 ผืน (2) เทียบบิณฑบาตเป็นประจำ (3) บิณฑบาตไปตามลำดับแถว (4) นั่งฉันในอาสนะเดียว (5) ฉันเฉพาะในบาตร (6) เมื่อฉันแล้วจะไม่รับอาหารที่นำมาถวายในภายหลัง, ส่วนพระอาจารย์จรรย์ อนุสสุตโก มีรูปแบบการปฏิบัติธุดงค์วัตร 6 ข้อ คือ (1) ยินดีเฉพาะในการบิณฑบาตเท่านั้น ไม่ยินดีในกิจนิมนต์ (2) เดินไปเป็นแถวไม่โลเลในการเดินระหว่างการบิณฑบาต (3) ฉันในที่หนึ่งเดียว ห้ามลุกออกจากอาสนะจนกว่าจะอิ่ม ถ้าลุกถือว่าขาดจากการสมาทาน (4) ฉันเฉพาะอาหารที่ใส่ไปในบาตร ไม่ว่าจะเป็นของหวานหรือของคาวก็ตาม (5) เมื่อได้อาหารเพียงพอต่อการขบฉันแล้ว จะไม่รับอาหารอื่นที่นำมาถวายเมื่อภายหลัง (6) ไม่อยู่ตามใจกิเลสของตนเอง แต่พึงยินดีในเสนาสนะที่เขาจัดเตรียมให้ ส่วนรูปการปฏิบัติธุดงค์วัตรของ วัดพระธรรมกาย ปฏิบัติธุดงค์วัตรเพียง 2 ข้อ เท่านั้น กล่าวคือ (1) ถือการอยู่ในเสนาสนะที่เจ้าหน้าที่จัดไว้ให้ โดยไม่เลือกว่าสะดวกหรือสบาย (2) ถือการฉันอาสนะเดียวเป็นวัตร คือ ในแต่ละวันจะฉันอาหารเข้าเพียงเวลาเดียวเท่านั้น ธุดงค์วัตรที่กล่าวมาของแต่ละสำนัก สามารถใช้เป็นแนวทางในการปฏิบัติและใช้เป็นแนวทางในการสั่งสอนพระภิกษุสามเณรที่บวชเข้ามาในพุทธศาสนา โดยการสมาทานถือปฏิบัติได้ ซึ่งเป็นข้อวัตรที่ต้องเลือกสมาทานแล้วปฏิบัติตามกาลังศรัทธา เป็นต้น

จิตรเทพ ปิ่นแก้ว (2553) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาคุณลักษณะเฉพาะของพุทธสาวกกรณีศึกษาหลวงปู่ หล้าตาทิพย์ (พระครูจันทสมานคุณ)” พบว่า จากประวัติของพระมหากัสสปะสรูป

ได้ว่าท่านเป็นผู้มีคุณลักษณะเฉพาะอยู่หลายอย่าง เช่น เป็นผู้ถือธุดงค์3 ข้อ คือ ถือทรงผ้าบังสุกุลจีวร เป็นวัตร ถือเที่ยววิณทนาตเป็นวัตร และถืออยู่ป่าเป็นวัตร อย่างเคร่งครัด เป็นผู้มักน้อยสันโดษ มีความเมตตา กรุณาและเป็นประธานสงฆ์ในการทำสังคายนาพระธรรมวินัยครั้งที่ 1 นับ ว่าเป็นบทบาทหรือคุณลักษณะเฉพาะที่โดดเด่นอีกอย่างหนึ่งของท่าน ดังนั้น ท่านจึงได้รับยกย่องว่าเป็นผู้เลิศกว่าภิกษุทั้งหลายผู้ทรงธุดงค์ความเป็นผู้ทรงธุดงค์จึงจัดเป็นคุณลักษณะเฉพาะของท่าน

กรอบแนวคิดการวิจัย

ผู้วิจัยกำหนดกรอบแนวคิดการวิจัย โดยมีรายละเอียด ดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้ระเบียบวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยศึกษาในเชิงเอกสาร ภาคสนาม โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก และการสังเกตการเพื่อให้ได้มาซึ่งรูปแบบการปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระสงฆ์ในลุ่ม

แม่น้ำโขง (ไทย-ลาว) ผู้วิจัยจึงกำหนดวิธีวิจัยไว้ คือ 1) รวบรวมข้อมูลในเชิงเอกสาร โดยศึกษาจาก คัมภีร์ หนังสือ ตำรา รายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง และเอกสารแสดงความสัมพันธ์ 2) รวบรวมข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก 3) รวบรวมข้อมูลจากสังเกตแบบมีส่วนร่วม การประชุมกลุ่มย่อย แล้วนำข้อมูลที่ได้อาวิเคราะห์เชิงพรรณนา

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ประชากรที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลด้านประชากรที่เป็นกลุ่มเป้าหมายที่สามารถให้ข้อมูลได้ จึงกำหนดกลุ่มตัวอย่างในลักษณะของบุคคลเป็นผู้ให้ข้อมูลที่สำคัญที่คาดว่าเป็นผู้รู้ข้อมูลการร่วมเดินธุดงค์วัตร กล่าวคือ ต้องมีส่วนร่วมปฏิบัติโดยตรงในการเดินธุดงค์วัตร และเต็มใจให้ข้อมูล ได้แก่ พระสงฆ์ที่ร่วมการปฏิบัติธุดงค์วัตรในลุ่มแม่น้ำโขง (ไทย-ลาว) โดยการสัมภาษณ์เชิงลึกและวิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน 27 คน ได้แก่

1. พระวิปัสสนาจารย์	จำนวน 7 รูป ได้แก่
-พระวิปัสสนาจารย์ไทย	จำนวน 5 รูป
-พระวิปัสสนาจารย์ลาว	จำนวน 2 รูป
2. พระสงฆ์ที่ร่วมเดินธุดงค์	จำนวน 20 รูป ได้แก่
-พระสงฆ์ไทยที่ร่วมเดินธุดงค์	จำนวน 17 รูป
-พระสงฆ์ลาวที่ร่วมเดินธุดงค์	จำนวน 3 รูป
รวมทั้งสิ้น	จำนวน 27 รูป

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ และเชิงพรรณนา ได้แก่ รวบรวมข้อมูลจากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้อง และแบบสัมภาษณ์ รวบรวมข้อมูลเชิงลึกแนวทางการสนทนากลุ่มมาประมวลผลเป็นภาพรวมในแต่ละประเด็น เป็นหมวดหมู่ตามวัตถุประสงค์การศึกษา และนำมาสรุปวิเคราะห์ สังเคราะห์ และข้อเสนอแนะในการทำวิจัยในครั้งต่อไป

ผลการวิจัย

ธุดงค์วัตรในคัมภีร์พระพุทธศาสนา... เป็นข้อวัตรปฏิบัติขัดเกลาคิดใจ ไม่ใช่วินัย ไม่ใช่ข้อบังคับ แต่เป็นการสมาทานด้วยศรัทธา ความสมัครใจเพื่อฝึกฝน มีทั้งหมด 13 ข้อ คือ 1.การถือผ้าบังสุกุลเป็นวัตร 2.การถือผ้าสามผืนเป็นวัตร 3.การถือบิณฑบาตเป็นวัตร 4. บิณฑบาตไปตามแถวเป็นวัตร 5. ฉันทาสนะเดียวเป็นวัตร 6. ฉันทบาตรเป็นวัตร 7. ห้ามภักตอันนำมาถวายเมื่อ ภายหลังเป็นวัตร 8. อารัญญกัณณะ การถืออยู่ป่าเป็นวัตร 9. อยู่โคนไม้เป็นวัตร 10. อยู่ในที่แจ้งเป็นวัตร 11. อยู่ป่าช้าเป็นวัตร 12. อยู่ในเสนาสนะอันท่านจัดให้เป็นวัตร 13. การนั่งเป็นวัตร มุ่งปฏิบัติเพื่อสละ ลด ละ กิเลส สันโดษจากสิ่งของภายนอก ให้อุดหนุนต่อสิ่งที่มา กระทบเพื่อต่อสู้กับกิเลส อันเป็นเส้นทางไปสู่ มรรค ผล นิพพาน

อันเป็นจุดสูงสุดในพุทธศาสนา เป็นการเดินตามรอยบาทพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้ความรู้แจ้ง เห็นจริง ในสังขารและเป็นการประกาศพระศาสนาให้เจริญสืบไป

ข้อควรปฏิบัติในการสมาทานถืออุตงค์แต่ละข้อ ควรถืออย่าเคร่งครัดตามที่ได้อธิบายสมาทานเตรียมกาย ใจ ให้พร้อม ตัดปัสสัทธิเครื่องกังวลให้หมด พิจารณาโรค ภัย ไข้เจ็บที่มีประจำร่างกาย ไม่ให้กระทบต่อหลักข้อปฏิบัติอุตงค์ คุณภาพแวดล้อม ที่พักอาศัย ความสลับปะของการเข้าสมาทานอุตงค์ ศึกษาข้ออุตงค์จากตำราและครูบา อาจารย์ ให้เข้าใจและตั้งใจปฏิบัติด้วยความเคารพศรัทธา

วิธีถือปฏิบัติอุตงค์ ในการถืออุตงค์นั้น จะแบ่งเป็น 2 แบบ คือ 1) การถืออุตงค์จาริกถือปฏิบัติในช่วงระยะเวลาที่กำหนด โดยจะเดินทางจากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง ถือว่าสิ้นสุดการสมาทาน ส่วนข้อวัตรจะเน้นเฉพาะเกี่ยวกับภินทบาตบางข้อคือ ภินบาตรเป็นวัตร ภินทบาตไปตามลำดับบ้านเป็นวัตร ฉ้นในบาตร ฉ้นอาสนะเดียว ส่วนที่เกี่ยวกับเสนาสนะนั้นจะถือตามที่จัดไว้เป็นวัตร ส่วนการนั่งเป็นวัตรนั้นจะทำเฉพาะวันพระหรือวันสำคัญทางศาสนา 2) การปฏิบัติอุตงค์อยู่กับที่ ในช่วงระยะเวลาที่กำหนดการปฏิบัติจะสมาทานในช่วงเช้าพรรษา 3 เดือน ในการถืออุตงค์นั้นในหมวดจิวร จะนุ่งห่มผ้าสามผืนเป็นหลัก ในหมวดภินทบาตจะเน้นการฉ้นอาสนะเดียว ภินทบาตเป็นวัตร ฉ้นแต่ในบาตรและห้ามอาหารที่โยมนำมาภายหลัง ส่วนการนั่งเป็นวัตรนั้นส่วนมากจะเป็นวันพระใหญ่ สิบห้าค่ำเมื่อมีโยมมาร่วมปฏิบัติก็จะนำพากระทำในกลุ่มใหญ่

การปฏิบัติอุตงค์วัตรด้วยการจาริกและรอนแรมไปที่ต่างๆ อุตงค์ไม่ได้แปลว่าเดิน แต่เป็นเพียงขบวนการการขัดเกลากิเลสเท่านั้น การอยู่กับที่หรือจาริกก็สามารถปฏิบัติอุตงค์ได้ แล้วแต่ความพอใจของแต่ละท่านในการอยากขัดเกลากิเลสตนเอง เพราะไม่ใช่ข้อบังคับ อยู่ที่วัดก็สมาทานได้ แล้วแต่ความสมัครใจ แต่สำหรับผู้ที่ยังใหม่ ในการบวชจำเป็นอย่างมาก ในการเดินจะได้ตื่นตัวในการปฏิบัติเพราะเปลี่ยนสถานที่อยู่ตลอด ทำให้ไม่ยึดติดในสถานที่ ถ้าเราได้ไปด้วยสติ พิจารณาทำให้เกิดธรรมได้ ไม่จำเป็นที่ต้องเดิน เพราะจะทำให้ยุ่งยาก ลำบากเวลาเดิน หรือเก็บสัมภาระสิ่งของ ในแต่ละครั้ง ทำให้เนิ่นช้าในการปฏิบัติเพราะไม่ใช่ข้อบังคับ อยู่ที่วัดก็สมาทานได้ แล้วแต่ความสมัครใจ เพราะอยู่กับที่มีใจสงบได้ พิจารณาธรรม ได้เห็นธรรมเร็วกว่าเพราะสิ่งภายนอกมากระทบน้อย ทำให้ยุ่งยากกับสัมภาระในการเดิน หากความสงบได้ยากถ้าปฏิบัติจริงๆ ไม่ว่าจะเดินหรืออยู่กับที่ก็สามารถที่จะปฏิบัติให้เข้าถึงธรรมได้

ปัญหาในการสมาทานอุตงค์วัตร การใช้ผ้าสามผืนนั้น บางครั้งเมื่อถึงฤดูหนาวก็จำเป็นที่ต้องใช้ผ้าห่มเพิ่มเพื่อความอบอุ่น ในการนุ่งห่มผ้าบังสกุลเป็นวัตรในยุคสมัยนี้โยมส่วนมากคนคงไม่ยอมรับเพราะถือว่าไม่เหมาะสมและหาได้ลำบาก ในช่วงที่เราสมาทานฉ้นในบาตรเป็นวัตรบางครั้งมีโยมมานิมนต์ไปฉ้นที่บ้าน ก็ต้องได้ฉ้นในภาชนะเพื่อฉลองศรัทธาโยม ส่วนการฉ้นอาหารนั้นบางครั้งโยมนำอาหารมาถวาย ภายหลังก็จำเป็นต้องฉ้นให้เพื่อฉลองศรัทธา หมวดภินทบาตจะมีปัญหาฤดูฝนบางวันไม่สามารถภินทบาตได้ ด้านที่พักอาศัยก็พักตามที่เขาจัดไว้ให้ ส่วนปัญหาในการจาริกอุตงค์เป็นหมู่คณะใหญ่นั้น มีปัญหาเรื่องที่พักและอาหาร ไม่เพียงพอต่อการฉ้น เพราะบางพื้นที่คนนับถือพุทธศาสนา

น้อย การอยู่ป่าช้าเป็นวัตร ยุคปัจจุบันนี้จะไม่ค่อยมีเพราะโดยส่วนจะมีวัดป่าให้เผาศพที่เมรุและมีกุฏิให้พระอยู่

ปัญหาที่เกิดจากการปฏิบัติถูกต้อง ส่วนใหญ่จะเป็นปัญหาด้านสุขภาพ บางรูปสุขภาพไม่แข็งแรง มีโรคประจำตัวจึงไม่สามารถ ที่จะทนต่อข้อสมทานได้จนจบการสมทานตามเวลาที่กำหนด สำหรับปัญหาที่เกิดขึ้นในการเดินจาริกนั้น จะมีปัญหาเรื่อง ไม่สามารถจะเข้าไปในป่าได้ เขตป่าสงวนเดินทางผ่านลำบาก ในบางข้อสังคมในปัจจุบันจะไม่ค่อยยอมรับและถือว่าเป็นเรื่องแปลกเช่น นุ่งห่มผ้าบังสุกุล(ห่อศพ) อยู่โคนต้นไม้ นอนในที่โล่งแจ้ง เป็นต้น ส่วนหมวดบิณฑบาตในฤดูฝนวันไหนฝนตกแรง ก็ไม่สามารถบิณฑบาตได้ บางครั้งโยมถวายอาหาร ของหวาน ผลไม้ในภาชนะ บิณฑบาตที่มาถวายภายหลังก็ต้องฉีกให้โยมจึงจำเป็นต้องฉีกเพื่อรักษาศรัทธา เมื่อมีกิจนิมนต์เช้า หรือเมื่อไม่สบาย ก็ไม่สามารถออกบิณฑบาตได้ เรื่องจีวรโยมมาถวายให้ใช้ก็ต้องฉีกของศรัทธา ถือว่าบกพร่องบางส่วน การถือผ้าสามผืนเป็นวัตรเมื่อผ่านไปหลายๆ วันก็จำเป็นที่ต้องซักต้องเปลี่ยนผ้าจึงไม่เพียงพอ บางครั้งผ้าที่ใช้ขาดก็ต้องเปลี่ยนใหม่ บางครั้งผู้ปฏิบัติไม่สบายก็ต้องได้งดเว้นบิณฑบาต และบางรูปใจถอยจากความเพียรที่สมทานไว้ก็หยุดในการถือถูกต้อง

การถือถูกต้องของพระนวกะ พระนวกะสามารถถือถูกต้องได้ตามความสมัครใจ ถ้ามีความศรัทธา เพราะในแควต่างจังหวัดนั้นพระนวกะที่บวชเข้ามา จะบวชตามประเพณี บวชแทนคุณบิดามารดา ในช่วงระยะเวลาไม่เกินหนึ่งเดือน เพราะไม่รู้เป้าหมายในคุณค่าแห่งการบวช ฉะนั้นการจาริกถูกต้องนั้นจึงเป็นจุดเริ่มต้นแห่งจากประเพณีปฏิบัติเพื่อให้เห็นคุณค่าของคำว่า กตัญญู ชนติ เมตตา ปัญญา แต่ก็ถือว่าลำบากพอสมควรเพราะการถือถูกต้องถือว่าเป็นสิ่งที่ทำได้ยาก ถ้าอินทรีย์ยังไม่แก่กล้า ก็อาจจะทำให้กำลังใจถอยได้ แต่ต้องอยู่ในการดูแลของครูบาอาจารย์ที่มีความรู้ ทางธรรม วินัย และมีประสบการณ์ในการปฏิบัติ เพราะข้อวัตรถูกต้องจะนำพาให้ผู้มีความตั้งใจในการปฏิบัติได้สร้างบุญบารมี เป็นอย่างดี

การถือถูกต้องของ อุบาสก-อุบาสิกา และสามเณร อุบาสก-อุบาสิกาและสามเณร สามารถถือปฏิบัติถูกต้องได้ตามศรัทธา เพราะไม่ใช่วินัย ไม่ได้เจาะจง ไม่ใช่ข้อบังคับ ถ้าอยากฝึกตน ชัดเกลากิเลสสามารถไปร่วมได้ เพื่อความเจริญแห่งธรรม แต่ก็สามารถที่จะประยุกต์บูรณาการให้เข้ากับข้อวัตรถูกต้องได้ คือ จีวรก็เปรียบกับเสื้อผ้า เพราะเป็นเครื่องนุ่งห่มเหมือนกัน ส่วนเรื่องบิณฑบาตก็สามารถหาภาชนะอย่างอื่นมาใช้ได้ ส่วนที่พักนอนสามารถอยู่ในที่ลักษณะเดียวกันได้ สามารถปฏิบัติฝึกฝน ให้เห็นประโยชน์ คุณค่าของเครื่องใช้สอยต่างๆ เช่น เครื่องนุ่งห่ม อาหาร ที่อยู่อาศัย เป็นต้น เป็นข้อปฏิบัติชัดเกลาคิดใจให้ทางไกลและหลุดพ้นจากเครื่องพันธนาการทั้งหลายทั้งปวง ในครั้งพุทธกาลก็มี อุบาสก-อุบาสิกา สามเณรตั้งใจปฏิบัติจนบรรลุธรรมก็มี

สาเหตุที่พระสงฆ์ไม่สามารถถือปฏิบัติถูกต้องวัตรได้ทั้ง 13 ข้อ การถือปฏิบัติถูกต้องนั้นขึ้นอยู่กับตัวบุคคล ความอดทน ความศรัทธาไม่เท่ากัน ในแต่ละข้อถือว่าเป็นของยากถ้าจะทำในระดับเคร่งครัด ย่อมจะต้องเจอกับอุปสรรคหลายอย่างที่กล่าวมา เช่น การใช้ผ้าบังสุกุล คงจะไม่มีแล้วในสังคม

พระสงฆ์ไทย การบิณฑบาตเป็นวัตร บางวันก็ฝนตกหรือติดกิจนิมนต์เพื่อฉลองศรัทธาโยมเป็นต้น และการปฏิบัติบางต้องมีแนวทางของท่านโดยส่วนตัว ความเพียร ความตั้งใจ อินทรีย์ไม่แก่กล้า และศรัทธาไม่ถึง ร่ายกายไม่พร้อมที่จะทำได้เพราะบางคนมีโรคประจำตัวในข้อการฉันอาหารอาจจะทำไม่ได้ และตามสภาพแวดล้อมของสังคมการที่จะอยู่ป่าไม่สามารถที่จะทำได้ตามกฎหมายบ้านเมือง ที่ไม่สามารถทำได้ครบสถานที่หรือสภาพแวดล้อมไม่เอื้ออำนวยต่อการปฏิบัติขึ้นอยู่กับพระผู้ปฏิบัติอินทรีย์ยังอ่อนขึ้นอยู่กับยุคสมัยบางข้อก็ไม่สามารถทำได้เพราะสังคมไม่ยอมรับถือว่าไม่เหมาะสม เช่น ในหมวดบิณฑบาต ทั้งห้าข้อ ทำได้ลำบากเพราะต้องรักษาศรัทธาโยม สิ่งแวดล้อมไม่เอื้อต่อการปฏิบัติ การอยู่ป่าเป็นวัตร ความเพียรไม่ถึง อินทรีย์ยังอ่อน ไม่สามารถทำได้ในบางข้อ การนุ่งห่มผ้าบังสุกุล การนอนที่กลางแจ้ง การอยู่โคนไม้และพระผู้ปฏิบัติอินทรีย์ไม่ถึงเพราะเป็นสิ่งที่ทำได้ยาก

วิธีการแก้กรรมให้ผู้ถือปฏิบัติถูกต้องที่ละจากความเพียร ต้องใช้วิธีปลุกเร้าจิตใจ ให้เห็นคุณค่าในชีวิตนักบวช ว่าสามารถเป็นที่พึ่งเป็นเนืองนาบุญของญาติโยมได้ เป็นแบบอย่างแก่ผู้ที่กำลังเดินตามเส้นทางของเรา พูดถึงประโยชน์และโทษของถูกต้องให้ฟัง สังสอน ให้กำลังใจ เพื่อให้ไปถึงเป้าหมาย ปลุกเร้า ปลอบประโลม ด้วยธรรม ให้มีใจฮึกเหิมให้อยู่ต่อ หาอุบายให้เหมาะสมในแต่ละบุคคล ให้กำลังใจ ถ้ามีอะไรที่ทำให้ใจท้อแท้ ถดถอย จะต้องดูแล อนุเคราะห์กัน ไม่รีบเร่ง ใช้อุบายในการปลอบใจ ดังเช่นในครั้งพุทธกาลพระนันทะจิตใต้ถ้อยถอย ในการปฏิบัติ ราคะเข้าครองงำ พระพุทธเจ้าก็ใช้อุบายเพื่อชักจูงให้อยู่ต่อ จนบรรลุธรรมในที่สุด พิจารณาตามเหตุปัจจัยแต่ละคน ให้กำลังใจ อบรม ชักจูงปลอบประโลมใจ ให้เริ่มต้นใหม่ ตั้งใจใหม่ ค่อยๆ ทำ ประคับประคองตัวเองไปเรื่อยๆ ชักจูงเข้าห่มคณะ นำพาปฏิบัติ สอนทนายธรรมบอกประโยชน์และอานิสงส์ของการถือถูกต้อง

ประโยชน์ที่ได้จากการปฏิบัติถูกต้องวัตรในแต่ละข้อที่ได้สมารถ ทำให้มีความอดทน จิตใจเข้มแข็ง เห็นคุณค่าของการใช้สอยผ้าจีวรว่าไม่จำเป็นต้องมีเยอะแฉะสามผืนก็พอใช้แล้ว เห็นคุณค่าในอาหารบิณฑบาตว่าการฉันวันละมื้อ ก็สามารถอยู่ได้ เห็นคุณค่าของเสนาสนะที่อยู่อาศัยว่าเป็นเพียงแค่ว่าที่หลบนอนเท่านั้นไม่จำเป็นต้องหรูหราใหญ่โตอะไร สามารถนำรูปแบบไปใช้ในกลุ่มย่อยคือรูปแบบ การเดิน การทำกิจกรรมในการจาริกธุดงค์ นำแนวทางไปปฏิบัติเองและฝึกฝนญาติโยมที่เคารพศรัทธา ต่อได้และทำให้ตนเกิดศรัทธาอารมณธรรมเกิดขึ้นในจิตใจ เพิ่มประสบการณ์ในการครองเพศสมณะ มีระเบียบ แบบแผน ในการใช้ชีวิต และถือว่าเป็นส่วนหนึ่งในการสืบต่ออายุพระพุทธศาสนาให้ยืนยงอีกด้วย ทำให้การเป็นอยู่บริสุทธิ์จากกิเลส มีใจสงบ เข้มแข็ง อดทนไม่มีความโลภในวัตถุเครื่องใช้สอยภายนอก เกิดศรัทธาในการอยู่ครองเพศสมณะ เดินตามรอยพระสัมมาสัมพุทธเจ้า รู้คุณค่า รู้คุณค่าครูบา อาจารย์ที่เคยอบรมสั่งสอน เพราะเห็นความลำบากที่ได้พบเจอ

วิเคราะห์รูปแบบการปฏิบัติถูกต้องวัตรของพระสงฆ์ในกลุ่มแม่น้ำโขง (ไทย-ลาว)

1) จีวร ถือการนุ่งห่มผ้าสามผืนเป็นวัตร กล่าวคือการใช้ผ้าเพียง 3 ผืนเท่านั้น นุ่งห่มเฉพาะผ้าไตรจีวร งดจีวรผืนที่ 4 เครื่องนุ่งห่มเป็นปัจจัยสำคัญของพระภิกษุ ถือเพียงว่าเป็นเครื่องปกปิดพันกายเท่านั้น เดิมพระสงฆ์สายนี้ใช้เครื่องนุ่งห่มเพียงสามผืน คือ จีวร สบง สังฆาฏิ ไม่ได้ใช้ผ้าอะไรอื่นเกิน

ความจำเป็น เนื่องด้วยผ้าที่จะนำมาตัดเย็บสมัยนั้นหายาก พระสงฆ์จะต้องแสวงหาเก็บผ้าบังสุกุลที่ชาวบ้านทิ้งไว้ตามป่าช้ามาเย็บเป็นเครื่องนุ่งห่ม แต่ในปัจจุบันได้มีผู้เลื่อมใสในเอาผ้ามาถวาย พระมากมาย เพื่อให้พระสงฆ์นำไปตัดเย็บเป็นเครื่อง นุ่งห่มต่อไป ถึงอย่างไรก็ดีพระอรรถกัมมัญญานก็ยังถือวัตรการใช้ผ้านุ่งห่ม 3 ผืน ยึดถือเป็นหลักจนปัจจุบัน วัตรข้อนี้ทำให้พระสงฆ์เกิดความสบายใจไม่ต้องกังวลเรื่องเครื่องนุ่งห่มมากนักและเวลาย้ายเปลี่ยนสถานที่อรรถกัมมัญญานก็ไปในที่ต่างๆ

2) ปิณฑบาต ถือการเที่ยวปิณฑบาตเป็นวัตร กล่าวคือ การไม่รับอดิเรกလာอย่างอื่น ถือการฉันเฉพาะอาหารที่ได้จากการปิณฑบาตเท่านั้น เป็นกิจวัตรที่พระสงฆ์จะต้องปฏิบัติตามพุทธธรรมนิยมเป็นประจามีได้ขาด ยกเว้นพระภิกษุสามเณรที่อาพาธเท่านั้น ทำให้พระสงฆ์ตั้งอยู่ในความสำรวมกาย วาจา ใจ มีสติอยู่กับความเพียรในขณะรับปิณฑบาต ไม่ปล่อยใจพลั้งเผลอไปตามสิ่งยั่วชวนต่างๆ ที่เข้ามาสัมผัสกับอายตนะทั้งหก คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ถือการเที่ยวปิณฑบาตไปตามแถวเป็นวัตร ข้อนี้เป็นการเดินปิณฑบาตไปตามลำดับ ตามแถว หรือตามแนวซ้ายหรือขวา ไม่รับข้ามแถว ข้ามฟากตรงกันข้าม ซึ่งพระภิกษุสามเณรจะงดการเที่ยวไปตามใจอยาก ทำให้มีความเป็นระเบียบเรียบร้อยน่าเคารพศรัทธายิ่งนัก ถือการนั่งฉันครั้งเดียวเป็นวัตร

3) เสนาสนะ ถือการอยู่ในเสนาสนะแล้วแต่เขาจะจัดให้เป็นวัตร หมายถึง การยินดีในเสนาสนะที่เขาจัดให้ ไม่ว่าจะเลวหรือประณีตอย่างไร ก็ยินดีไปตามนั้น กล่าวคือความยินดีในที่อยู่ตามมีตามเกิด วัตรในข้อนี้ทำให้พระสงฆ์พอใจที่อยู่ที่อยู่ที่จะหาได้ในสภาพต่างๆ ของชุมชนที่เกิดจากความเลื่อมใสศรัทธาของชาวบ้านเป็นสำคัญ ในสมัยก่อนกุฏิของพระสงฆ์มีสภาพอย่างง่าย ๆ คือ เป็นแคร่หรือกระท่อม พื้นปูด้วยไม้ หลังคามุงด้วยหญ้าคาก็สามารถอาบแดดฝนได้บ้าง ปัจจุบันกุฏิชั่วคราวก็ได้เปลี่ยนมาเป็นกุฏิแบบถาวรตามกำลังทรัพย์ของผู้มีจิตเลื่อมใสศรัทธาที่ได้สร้างถวาย แต่ยังคงรูปแบบของกุฏิพระกัมมัญญานซึ่งมีขนาดตามพระวินัย เว้นแต่เจ้าภาพมีศรัทธาสร้างถวายเพิ่มเติมให้เป็นกุฏิมาตรฐาน ถือการนั่งเป็นวัตร มีการอยู่ด้วยอิริยาบถ 3 คือ การยืน การเดิน การนั่ง เว้นการนอน แม้แต่เอนกายก็ไม่ทำ ซึ่งจะมีการปฏิบัติอย่างนี้เป็นครั้งคราว ถือเป็นข้อเตือนใจให้พระสงฆ์ได้ตระหนักในสังขารที่ว่า ในโลกนี้ไม่มีอะไรเป็นแก่นสาร มีการเกิด แก่ เจ็บ ตาย และเน่าเปื่อยผุพังแตกสลายไปในที่สุดไม่มีอะไรหลงเหลืออยู่เลย กลายเป็นความว่างเปล่าในที่สุด

อภิปรายผลการวิจัย

1. อุดมคติวัตรในคัมภีร์พระพุทธศาสนา เป็นองค์คุณเครื่องกำจัดกิเลส ข้อวัตรปฏิบัติขัดเกลาจิตใจ ไม่ใช่วินัย ไม่ใช่ข้อบังคับ แต่เป็นการสมาทานด้วยศรัทธา ความสมัครใจเพื่อฝึกฝน มีทั้งหมด 13 ข้อ คือ 1.การถือผ้าบังสุกุลเป็นวัตร 2.การถือผ้าสามผืนเป็นวัตร 3.การถือปิณฑบาตเป็นวัตร 4.ปิณฑบาตไปตามแถวเป็นวัตร 5. ฉันอาสนะเดียวเป็นวัตร 6. ฉันในบาตรเป็นวัตร 7. ห้ามกัดอันนำมาถวายเมื่อ ภายหลังเป็นวัตร 8. อารัญญกัณฑ์ การถืออยู่ป่าเป็นวัตร 9. อยู่โคนไม้เป็นวัตร 10. อยู่ในที่แจ้งเป็นวัตร 11. อยู่ป่าช้าเป็นวัตร 12. อยู่ในเสนาสนะอันท่านจัดให้เป็นวัตร 13. การนั่งเป็นวัตร มุ่งปฏิบัติ

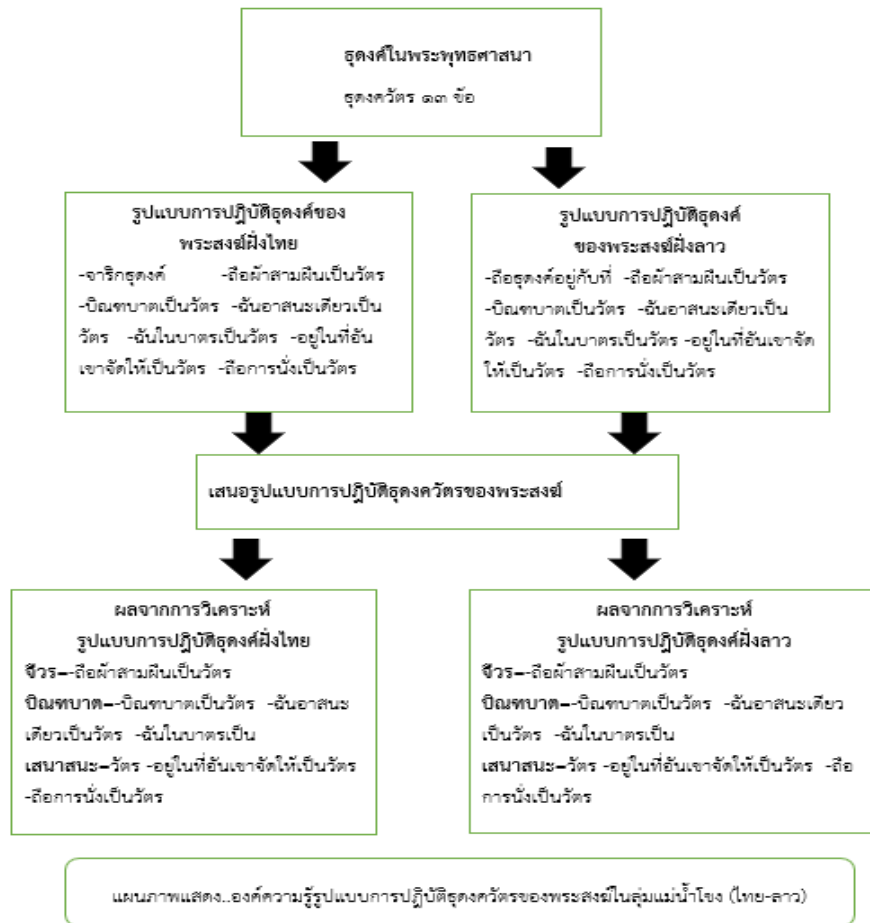
เพื่อ มรรค ผล นิพพาน อันเป็นจุดสูงสุดในพุทธศาสนา เป็นการสร้างความสามัคคีในหมู่พุทธบริษัทที่ได้มาร่วมทำบุญกับพระสงฆ์และเป็นการประกาศพระศาสนาให้เจริญสืบไปซึ่งมีความสอดคล้องกับพระครูสิริกิจจาภรณ์ (เสริม กตกิจฺโจ) (2549) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “โอสถานิกธุดงค์ในพระพุทธรูป ศาสนา กรณีศึกษาหลวงพ่อกษม เขมโก” ผลการวิจัยพบว่า ธุดงค์ในพระพุทธรูปศาสนา มีทั้งหมด 13 ประเภท ซึ่งเป็นจริยวัตรพิเศษอย่างหนึ่ง ตามแต่ใครจะสมัครถือ ไม่ใช่กิจจำเป็น แต่มีวัตถุประสงค์เพื่อให้เป็นอุบายขัดเกลากิเลสและนำไปเพื่อความมักน้อยสันโดษ ในธุดงค์แต่ละข้อนั้น มีหลักการถืออยู่ 3 อย่างคือ (1) อย่างเพลา (2) อย่างกลาง (3) อย่างอุกฤษฏ์ (อย่างเคร่ง) ผู้ปฏิบัติธุดงค์วัตรสามารถเลือกปฏิบัติให้เหมาะสมและตามใจชอบของตนได้จะปฏิบัติข้อใดข้อหนึ่งก็ได้หรือจะปฏิบัติธุดงค์วัตรหลายๆ ข้อ พร้อมกันก็ได้การปฏิบัติธุดงค์นั้น ช่วยให้เป็นคนมักน้อยสันโดษ นอกจากนี้ยังได้รับอานิสงส์ของการปฏิบัติตามสมควรแก่การปฏิบัติกล่าวโดยรวมแล้วทำให้ได้รับอานิสงส์ 28 ประการ มีอาชีวะบริสุทธิ์ทำให้สงบ และทำให้พ้นจากกิเลส เป็นต้น

2. รูปแบบการปฏิบัติ มี 2 อย่างคือ 1) สมahatanธุดงค์แบบจาริกธรรม พระสงฆ์ไทยจะนิยมถือธุดงค์ในรูปแบบจาริกธุดงค์ตามแนวบูรพาจารย์ในอดีต ที่มีพระจำนวนมากมาร่วมเดินธุดงค์ โดยการกำหนดระยะทาง ระยะเวลาในการเดิน จากสถานที่สำคัญทางพระศาสนาไปยังอีกสถานที่หนึ่ง ในช่วงระยะเวลาการเดินจะทำกิจกรรมร่วมกันในส่วนของการสมahatanในข้อวัตรต่างๆ คือการบิณฑบาตเป็นวัตร ฉ้นในบาตร ฉ้นอาสนะเดียว นอนในที่เขาคัดให้ สมahatanนั่งเป็นวัตรเฉพาะในวันพระและวันสำคัญทางศาสนาและมีระเบียบเพื่อเติมคือ ไม่ใส่รองเท้า ไม่ดูตบหู ไม่ขาดสวดมนต์ ทำวัตร โดยผู้ทำตามระเบียบได้จะได้ร่วมเดินทางไปอินเดียต่อไป 2) พระสงฆ์ สปป.ลาว ก็จะทำปฏิบัติในช่วงเข้าพรรษา นอกพรรษานั้นแต่จะมีการปฏิบัติธรรม อบรมธรรม อยู่ในสำนัก ในช่วงระยะเวลา 3 วัน 5 วัน โดยการถือผ้าสามผืน การฉ้นอาสนะเดียว ฉ้นในบาตรเป็นวัตร การอยู่ในเสนาสนะที่เขาจัดให้ สมahatanปฏิบัติอยู่ในสำนักโดยไม่ได้ออกเดินจาริกเพราะพื้นที่ไม่เอื้ออำนวยในการจาริก ถือปฏิบัติในวัดเป็นการส่วนตัว เพราะพระสงฆ์ไม่เยอะ ถือปฏิบัติส่วนตัวในวัดในช่วงเข้าพรรษาเพื่อเป็นการสร้างบารมี เพราะพระต้องอาศัยศรัทธาโยมและดูแลซ่อมแซมวัดเองจึงไม่สามารถถือธุดงค์ตลอดได้ ซึ่งมีความสอดคล้องกับ พระมหาวิชาญ สุวิชาโน (บัวบาน) (2542) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษากระบวนการฝึกอบรมบุคลากรทางพระพุทธศาสนาของพระโพธิญาณเถระ (ชา สุภทฺโท)” ผลการวิจัยพบว่า วิธีการต่างๆ จะเป็นเครื่องสนับสนุนส่งเสริมให้พระธุดงค์กรรมฐานสามารถเที่ยวจาริกบำเพ็ญสมณะธรรมไปในที่ต่างๆ ได้เป็นอย่างดีทั้งนี้เพราะท่านถือเอาธรรมเป็นเครื่องสำคัญเหนือกว่า สิ่งอื่นใดทั้งหมด และประการสำคัญธุดงค์วัตรเหล่านี้เป็นกรอบหรือแนวทางในการปฏิบัติที่ช่วยกำจัดกิเลส เพื่อนำไปสู่ความหลุดพ้นในทางพระพุทธศาสนา ถือปฏิบัติที่พระภิกษุหรือภรรวาสปฏิบัติได้ยาก เพราะล้วนแต่เป็นสิ่งที่ขัดขืนจิตใจทั้งนั้นธุดงค์วัตรเป็นเครื่องขัดเกลากิเลสจะเห็นได้ว่าลักษณะของพระป่ามีลักษณะที่เอื้อต่อการบำเพ็ญสมณธรรม การฝึกอบรมบรรพชิตในพุทธศาสนาด้วยหลักธุดงค์จึงมีประโยชน์ที่เอื้อต่อตนเอง หมู่สงฆ์

และต่อพระพุทธศาสนา สามารถได้บรรลุได้อย่างรวดเร็ว แต่อย่างไรก็ตามเนื่องจากอุตุนต์มีใช้ บทบัญญัติจึงต้องเกิดความศรัทธาหากปฏิบัติแล้ว ศิล สมาธิปัญญา เจริญก็ควรสมทานต่อไป

3. วิเคราะห์รูปแบบการปฏิบัติจะถือปฏิบัติตรงตัวทั้งหมด 8 ข้อ คือ 1) ถือการนุ่งห่มผ้าสาม ผืนเป็นวัตร กล่าวคือการใช้ผ้าเพียง 3 ผืนเท่านั้น นุ่งห่มเฉพาะผ้าไตรจีวร งตจีวรผืนที่ 4 เครื่องนุ่งห่ม เป็นปัจจัยสำคัญของพระภิกษุ ถือเพียงว่าเป็นเครื่องปกปิดพันกายเท่านั้น 2) ถือการเที่ยวบิณฑบาต เป็นวัตร กล่าวคือ การไม่รับบิณฑบาตอย่างอื่น ถือการฉันเฉพาะอาหารที่ได้จากการบิณฑบาตเท่านั้น เป็นกิจวัตรที่พระสงฆ์จะต้องปฏิบัติตามพุทธธรรมเนียมเป็นประจำมิได้ขาด ยกเว้นพระภิกษุสามเณรที่ อาพาธเท่านั้น 3) ถือการเที่ยวบิณฑบาตไปตามแถวเป็นวัตร ข้อนี้ เป็นการเดินบิณฑบาตไปตามลำดับ ตามแถว หรือตามแนวซ้ายหรือขวา ไม่รับข้ามแถว ข้ามฟากตรงกันข้าม ซึ่งพระภิกษุสามเณรจะงดการ เที่ยวไปตามใจอยาก ทำให้มีความเป็นระเบียบเรียบร้อยน่าเคารพศรัทธายิ่งนัก 4) ถือการนั่งฉันครั้ง เดียวเป็นวัตร หมายถึงฉันวันละครั้งเดียว หรือมือเดียวเท่านั้น ถ้าลูกจากอาสนะแล้วจะไม่ฉันอาหารอีก 5) ถือการฉันเฉพาะในบาตรเป็นวัตร หมายถึงการฉันอาหารในบาตรนั่นเอง ไม่ต้องใช้ภาชนะอื่นอีก งต ภาชนะที่สอง โดยการนำเอาอาหารหวานคาวทุกชนิดรวมลงในบาตร 6) ถือการไม่รับภัตที่เขานำมา ถวายภายหลังเป็นวัตร หมายถึงว่า ในขณะที่ท่านตั้งใจลงมือฉันแล้ว แม้จะมีคนนำอาหารอย่างดีมา ถวาย ท่านก็จะไม่รับอีก 7) ถือการอยู่ในเสนาสนะแล้วแต่เขาจะจัดให้เป็นวัตร หมายถึง การยินดีใน เสนาสนะที่เขาจัดให้ ไม่ว่าจะเลวหรือประณีตอย่างไร ก็ยินดีไปตามนั้น 8) การนั่งเป็นวัตร มีการอยู่ด้วย อิริยาบถ 3 คือ การยืน การเดิน การนั่ง เว้นการนอน ซึ่งมีความสอดคล้องกับ จิตรเทพ ปิ่นแก้ว (2553) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาคุณลักษณะเฉพาะของพุทธสาวก กรณีศึกษาหลวงปู่ หล้าตาทิพย์ (พระครู จันทสมานคุณ)” ผลการวิจัยพบว่า จากประวัติของพระมหากัสสปะสรุปได้ว่าท่านเป็นผู้มีคุณลักษณะ เฉพาะอยู่หลายอย่าง เช่น เป็นผู้ถืออุตุนต์ 3 ข้อ คือ ถือทรงผ้าบังสุกุลจีวรเป็นวัตร ถือเที่ยวบิณฑบาต เป็นวัตร และถืออยู่ป่าเป็นวัตร อย่างเคร่งครัด เป็นผู้มักน้อยสันโดษ มีความเมตตา กรุณาและเป็น ประธานสงฆ์ในการทำสังคายนาพระธรรมวินัยครั้งที่ 1 นับ ว่าเป็นบทบาทหรือคุณลักษณะเฉพาะที่โดดเด่นอีกอย่างหนึ่งของท่าน ดังนั้น ท่านจึงได้รับยกย่องว่าเป็นผู้เลิศกว่าภิกษุทั้งหลายผู้ทรงอุตุนต์ความ เป็นผู้ทรงอุตุนต์จึงจัดเป็นคุณลักษณะเฉพาะของท่าน

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย



สรุป

พระวิปัสสนาจารย์ และพระสงฆ์ที่ร่วมเดินชุดงศ์ทั้ง 2 กลุ่ม กล่าวว่ เตจิวิริงคทะ สมหานองค์แห่งผู้ทรงผ้าไตรจิวร ฟิงทราบก่อนว่ ผ้าไตรจิวรในที่นี้ คือ อันตรวาสก (ฝานุ่ง) อุตตราสงค์ (ผ้าห่ม) และสังฆาฏิ (ผ้าพาด, ผ้าห่มซ้อน) ทั้งสามอย่างนี้เรียกว่จิวรทั้งหมด ไม่ใช่เฉพาะผ้าอุตตราสงค์เท่านั้น เป็นจิวรอย่างทีเข้าใจกัน พุดแบบคำไทยก็ว่ “...สบงก็ป็นจิวร จิวรก็ป็นจิวร สังฆาฏิก็ป็นจิวร...” เพียงแต่ใช้ในลักษณะต่างกันเท่านั้น คือ ถ้าจิวรนั้นใช้หึ่ง “...ก็ป็นอันตรวาสก...” ถ้าจิวรนั้นใช้ห่ม “...ก็ป็นอุตตราสงค์...” ถ้าจิวรนั้นใช้ห่มซ้อน “...ก็ป็นสังฆาฏิ...”

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

ผลการวิจัยพบว่ ในสมัยพุททกาลพระสงฆ์จะให้ความสำคัญกับการปฏิบัติธรรมขัดเกลาจิตใจ เพื่อให้บรรลุมรรคผล นิพพาน เป็นอย่างย่ง ดังนั้น ผู้ปกครองสงฆ์และผู้อุปถัมภ์ควรให้ความสำคัญดังนี

1. ภาครัฐควรให้การสนับสนุนการจาริกธุดงค์ของพระสงฆ์ เพื่อเป็นการส่งเสริมพระพุทธศาสนา

2. คณะสงฆ์ทุกจังหวัดควรมีหน่วยฝึก อบรม พระสงฆ์ที่มีความสนใจในการปฏิบัติธุดงค์

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

ผลการวิจัยพบว่า พระนวกะที่บวชเข้ามามีความสนใจในส่วนนี้มาก ดังนั้น พระเจ้าคณะผู้ปกครอง ควรให้ความเอาใจใส่ในส่วนนี้ คือ

1. พระสงฆ์ทุกจังหวัดควรออกปฏิบัติธุดงค์ทุกๆ ปีในระยะเวลาที่กำหนด เพื่อเป็นการเผยแผ่พระพุทธศาสนา

2. ช่วงในพรรษาควรมีการอบรมพระนวกะและนำพาปฏิบัติธุดงค์เพื่อเป็นการปลูกฝังความศรัทธาในพระศาสนา

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

งานวิจัยนี้ได้ค้นพบความรู้สำคัญคือรูปแบบ วิธีการปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระสงฆ์ในกลุ่มน้ำโขง ซึ่งสามารถนำไปเป็นแนวทางการทำวิจัยครั้งต่อไปได้ ดังนี้

1. การจาริกธุดงค์เผยแผ่ธรรมที่มีอิทธิพลต่อพุทธศาสนิกชนในกลุ่มแม่น้ำโขง

2. การจาริกธุดงค์เผยแผ่ธรรมที่มีอิทธิพลต่อพุทธศาสนาในสังคมไทย

3. แนวทางการธุดงค์วัตรของอุบาสก-อุบาสิกา

เอกสารอ้างอิง

จิตรเทพ ปิ่นแก้ว. (2553). *ศึกษาคุณลักษณะเฉพาะของพุทธสาวก : กรณีศึกษาหลวงปู่หล้าตาทิพย์ (พระครูจันทสมานคุณ)(วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต)*. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

จุฑาทิพย์ อุมะวิชนี และ นภาเดช กาญจนะ. (2540). *พระป่า*. กรุงเทพฯ: ธรรมสภา.

พระครูสิริกิจจาภรณ์ (เสริม กตกิจฺโจ). (2549). *โศสานิกธุดงค์ในพระพุทธศาสนา: กรณีศึกษาหลวงพ่อเกษม เขมโก(วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต)*. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระมหาวิชาญ สุวิชาโน (บัวบาน). (2542). *ศึกษากระบวนการฝึกอบรมบุคลากรทางพระพุทธศาสนาของพระโพธิญาณเถระ (ชา สุภทฺโท)(วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต)*. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระโสภณคณาภรณ์ (ระแบบ สุตญาโณ). (2529). *ธรรมปริทรรศน์ 2*. กรุงเทพฯ: ศรีสมบัติการพิมพ์.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*.

กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิราวุฒวิทยาลัย. (2534). พระไตรปิฎกพร้อมมอรรณกถาแปลชุด 91 เล่ม. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิราวุฒวิทยาลัย.