

# การเผยแผ่ธรรมด้านธุดงค์วัตรของพระมหากัสสปเถระเพื่อประยุกต์ใช้ใน สังคมสงฆ์ไทย

The Method of Propagating the Dhamma Regarding Dhutangavatana of Phra  
Mahakassapa Thera for Application in Thai Monastic Society

พระมหาระพีพงศ์ คำเหลี่ยม  
Phramaha Rapeepong Khamliam

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
Graduate School, Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand.  
E-mail: raphiphong20@gmail.com

Received April 29, 2024; Revised June 24, 2024; Accepted August 9, 2024

## บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาธุดงค์วัตรที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเพื่อศึกษาการปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระมหากัสสปเถระ และเพื่อเสนอแนวทางการเผยแผ่ธรรมด้านธุดงค์วัตรของพระมหากัสสปเถระเพื่อประยุกต์ใช้ในสังคมสงฆ์ไทย ผลการวิจัย พบว่า ความเป็นมาของธุดงค์ในพระพุทธศาสนานั้นพบว่าธุดงค์คือองค์คุณเป็นเครื่องกำจัดกิเลสสององค์ของผู้กำจัดกิเลส หมายถึง เจตนาความตั้งใจขัดเกลากิเลสเจตจำนงค์ความจงใจที่ทำให้ละกิเลสได้ จากการวิจัย พบว่า ธุดงค์ที่มีมาในพระไตรปิฎกที่จริงแล้วมีเพียง 8 ข้อเท่านั้นที่ปรากฏอยู่ในปัจจุบันว่ามี 13 ข้อเกิดจากการบัญญัติเพิ่มเข้ามาในภายหลังของพระสาวกหรือพระพุทธเจ้าทรงอนุญาตให้มีการปฏิบัติกันอยู่แต่ไม่ได้มีการนำเอาไปรวมกับธุดงค์วัตร 8 ข้อ จนเวลาผ่านไปหลังจากที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าดับขันธปรินิพพานแล้วพระสาวกจึงได้นำเอาการปฏิบัติที่มีลักษณะใกล้เคียงกับธุดงค์ที่มีอยู่แล้วมาบัญญัติและรวมเข้ากับธุดงค์อีก 5 ข้อ จึงกลายมาเป็นธุดงค์ 13 ปฏิบัติในการถือธุดงค์ของพระมหากัสสปเถระพบว่าพระมหากัสสปเถระเป็นพระสาวกที่มีบาทสำคัญในการจรโลงพระพุทธศาสนาในด้านการสมทานธุดงค์ ท่านมุ่งมั่นในการสมทานธุดงค์วัตรอย่างเคร่งครัด 3 ข้อ คือ ผ้าบังสุกุลเป็นวัตร ถือการเที่ยวบิณฑบาตเป็นวัตร และถือ การอยู่ป่าเป็นวัตร จากการวิเคราะห์ปฏิบัติในการถือธุดงค์ของพระมหากัสสปเถระพบว่าสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับสังคมสงฆ์ การถือผ้าบังสุกุลเป็นวัตร สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการใช้วัตถุสิ่งของอย่างเห็นคุณค่าได้ การถือเที่ยวบิณฑบาตเป็นวัตรสามารถนำมาเป็นแนวทางและประยุกต์ใช้โดยการเป็นผู้เอาใจใส่ในกิจวัตรของพระสงฆ์ การไม่ทอดทิ้งธุระในการบิณฑบาตเพราะการบิณฑบาตเป็นการเผยแผ่พระพุทธศาสนา การอยู่ป่าเป็นวัตร การอยู่ป่าช่วยส่งเสริมความเป็นผู้ขัดเกลาและความมักน้อยยินดีในเสนาสนะป่าอันสงบสงัดเหมาะแก่การปลีภิวัตน์ตนเองนับได้ว่าการอยู่ป่าของพระมหากัสสปเถระเป็นรูปแบบการเผยแผ่พระพุทธศาสนาอีกรูปแบบหนึ่ง

คำสำคัญ: ธุดงค์วัตร; พระกัสสปเถระ; การประยุกต์ใช้

## Abstract

This article aimed to study the Dhudangavat that appears in the Buddhist scriptures and to study the practice of Dhudangavat by Phra Maha Kassapa Thera. and to propose guidelines for propagating the Dhamma of Dhutangavat of Phra Maha Kassapa Thera for application in Thai monastic society. The results of the study found that the history of the Dhutanga in Buddhism found that the Dhutanga is a virtue that eliminates defilements. The quality of the person who eliminates defilements refers to the intention, the intention to refine the defilements, the intention, the intention that allows one to abandon defilements. From the study, the researcher found that there are actually only 8 rules of the Dhutanga that appear in the Tripitaka at present. There are 13 rules that were added later by his disciples or the Buddha allowed them to. It was practiced, but it was not combined with the 8 Dhudangavatana practices. Until time had passed after the Lord Buddha passed away, his disciples then adopted a practice that was similar in nature to the Dhudanga practice. That already existed were formulated and combined with the other 5 Dhutangas, thus becoming the 13 Dhutangas. The practice of holding the Dhutanga of Phra Maha Kassapa Thera found that Phra Maha Kassapa Thera was a disciple who played an important role in Promoting Buddhism in the form of meditation He was committed to strictly observing the 3 Dhutanga practices, namely the requiem robe as an observance. Consider going for alms as a practice. and considered living in the forest as a practice based on the analysis of the practice of holding a pilgrimage by Phra Mahakassapa Thera Found that it can be applied to monastic society. Carrying the requiem cloth is a practice. Can be applied to use objects in an appreciative way. Observing the alms round as a practice can be used as a guideline and applied by being attentive to the monks' routines. Not abandoning the task of collecting alms because collecting alms is the propagation of Buddhism. Living in the forest is a practice. Living in the forest promotes one's refinement and apathy in the tranquility of the forest. Suitable for seclusion, it can be considered that the forest residence of Phra Mahakassapa Thera is another form of propagating Buddhism.

**Keywords:** Dhudangavat; Phra Mahakassapa Thera; Application

## บทนำ

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่เกี่ยวข้องกับป่าและธรรมชาติ เพราะเริ่มแรกตั้งแต่เจ้าชายสิทธัตถะแห่งศากยวงศ์ เสด็จออกผนวชแสวงหาโมกขธรรม ทรงพักอาศัยตามป่าเช่น ทรงบำเพ็ญทุกรกิริยาจนทรงเปลี่ยนมาบำเพ็ญเพียรทางใจแล้วได้ตรัสรู้อนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ ตรัสรู้เป็นพระพระพุทธเจ้าผู้เป็นเลิศกว่าเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย เสวยวิมุตติสุขที่โพธิมณฑล ซึ่งอยู่ในป่า หลังจากตรัสรู้แล้ว พระองค์ตัดสินพระทัยออกประกาศพระศาสนา ส่วนมากก็พักอาศัยอยู่ในป่า จนกระทั่งพระองค์เสด็จดับขันธปรินิพพานก็ปรินิพพานในป่าไม้สาละ พระสาวกทั้งหลายในสมัยพุทธกาลมีวิถีชีวิตที่เกี่ยวข้องกับป่าเช่นเดียวกับพระพุทธเจ้า เช่น พระสารีบุตร เวลาเช้าท่านจะไปบิณฑบาต ฉันทัดอาหารเสร็จแล้ว เข้าไปพักกลางวันที่โคนไม้ในป่าอันธวัน จนถึงเวลาเย็น จึงออกจากป่า

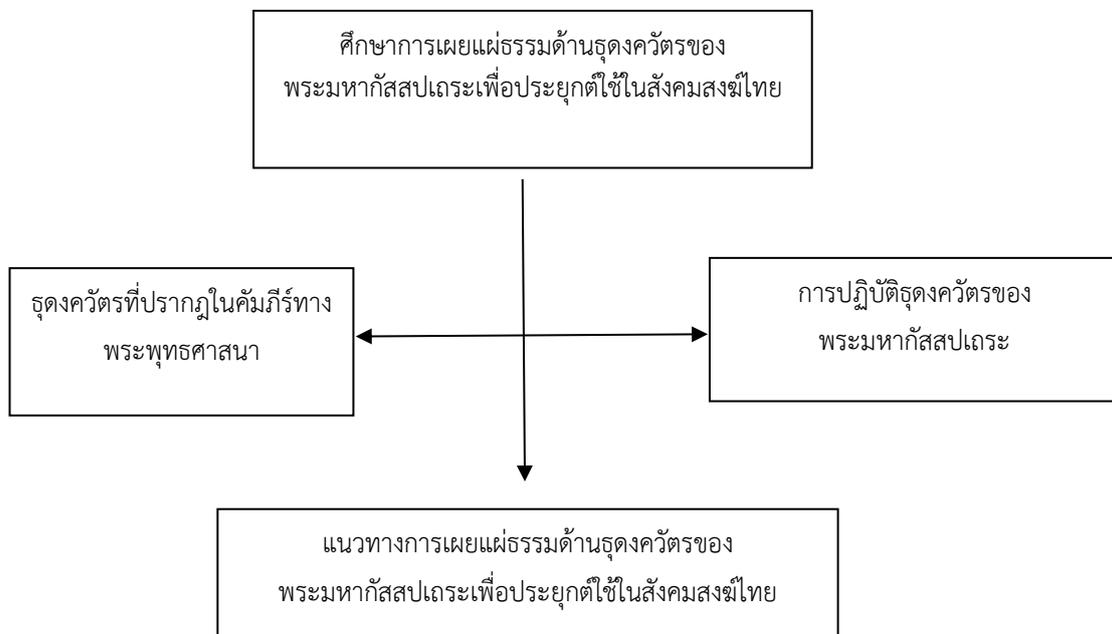


หลักคำสอนที่สนับสนุนความจริงดังกล่าวนี้ คือ หลักคำสอนเรื่องศรัทธา และปัญญา ศรัทธา คือ ความเชื่อ ศรัทธา ในพระพุทธศาสนาเป็นความเชื่อที่ประกอบด้วยปัญญา หรือเหตุผล (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ ป.อ. ปยุตโต, 2564)ซึ่งเรียกว่า ศรัทธาเพื่อปัญญา หลักคำสอนของพระพุทธเจ้านี้มีข้อสังเกตประการหนึ่ง คือ หากทรงสอนเรื่องศรัทธาไว้ในที่ใด ก็ทรงสอนปัญญากำกับไว้ในที่นั้นด้วย นั่นก็หมายความว่า ทรงสอนให้ใช้ศรัทธาที่ประกอบด้วยปัญญาเสมอไป ตัวอย่างเช่น ในหลักคำสอนหมวด พลละ 5 (ธรรมอันเป็นกำลัง) ประกอบด้วย ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา หรือใน อริยทรัพย์ 7 (ทรัพย์ภายในอันประเสริฐ) ประกอบด้วย ศรัทธา ศีล หิริ โอตตัปปะ พุสฺสัจจะ จาคะ และปัญญา

ดังนั้นการนำหลักพุทธธรรมมาใช้ประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตได้อย่างเกิดประโยชน์ เช่น การพิจารณาเห็นโทษของความโกรธที่เกิดขึ้นจากความไม่พอใจ หรือขัดเคืองใจ ซึ่งเมื่อเกิดขึ้นแล้วก็ไปเป็นเหตุให้สร้างปัญหา หรือประพฤติดนพิตศีลธรรม (พระยุชาน นาคขำ, 2567) สามารถดกกลั่นต่อกิเลสทั้งหลาย ไม่ให้ยินดีสนองความต้องการเกินจำเป็น ความอดทนเป็นกุญแจสำคัญในการศึกษาเล่าเรียน การทำงาน หรือทำหน้าที่ของตนให้สำเร็จ บรรลุเป้าหมาย และ ความอดทนช่วยให้บรรลุเป้าหมายในทุกระดับคือ ในการดำเนินชีวิตระดับบุคคล ครอบครัว การพัฒนาสังคมและเศรษฐกิจ และประเทศชาติ เป็นกระบวนการฝึกปฏิบัติการอบรมทั้งทางกายและทางจิตใจเป็นสิ่งสำคัญเพื่อปรับพฤติกรรมทางกาย ทางวาจา (พระครูปลัดอนุนวัฒน์ ชื่อสัตย์, 2567) เพื่อการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข ทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิตต่อไป

### กรอบแนวคิดการวิจัย

งานวิจัยนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยกำหนดกรอบแนวคิดการวิจัยตามกรอบวิจัยเชิงคุณภาพ โดยมีรายละเอียดดังแผนภาพที่ 1



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

## ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth-Interview) ผู้วิจัยกำหนดวิธีดำเนินการวิจัย โดยมีลำดับขั้นตอน ดังต่อไปนี้

การรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth-Interview) จากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ เพื่อรวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการเผยแพร่ธรรมด้านธุดงค์วัตรของพระมหากัสสปเถระเพื่อประยุกต์ใช้ในสังคมสงฆ์ไทย ซึ่งมีขั้นตอนการทำวิจัยดังนี้

- 1) คัดเลือกพื้นที่ดำเนินการวิจัย วัดนาหลวง (อภิญญาเทสิตธรรม) อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี
- 2) ประสาน ผู้ที่ปฏิบัติธุดงค์วัตรและผู้ที่เกี่ยวข้องอื่น ๆ
- 2) สัมภาษณ์เชิงลึกเป็นรายบุคคล
- 4) สรุปผลการวิจัย

### 2. กลุ่มเป้าหมาย/ผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants)

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) ประกอบด้วย กลุ่มพระสงฆ์ที่ประพฤติปฏิบัติตามหลักของธุดงค์วัตร เป็นประจำมากกว่า 5 ปี จำนวน 15 รูป

### 3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย (การสร้างแบบสัมภาษณ์ แนวคำถามในการสัมภาษณ์ การหาคุณภาพเครื่องมือ)

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยสร้างแบบสัมภาษณ์ด้วยตนเองโดยมีขั้นตอนการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ดังนี้

- 1) ศึกษาวิธีการสร้างแบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูลจากเอกสาร ตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดกรอบแนวคิดในการสร้างแบบสัมภาษณ์ที่มีความเที่ยงตรงและถูกต้อง
- 2) ศึกษาแนวคิด ทฤษฎีและเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พิจารณาถึงรายละเอียดต่าง ๆ เพื่อให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ในตัวแปรตามด้านเนื้อหาของงานวิจัยที่กำหนดไว้
- 3) สร้างแบบสัมภาษณ์ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัยเพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบสัมภาษณ์เชิงลึก มีโครงสร้าง (structure interview) โดยแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่

ส่วนที่ 1 คำถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์

ส่วนที่ 2 คำถามในการสัมภาษณ์และข้อเสนอแนะการเผยแพร่ธรรมด้านธุดงค์วัตรของพระมหากัสสปเถระ เพื่อประยุกต์ใช้ในสังคมสงฆ์ไทย

## ผลการวิจัย

### ธุดงค์วัตรที่ปรากฏในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา

ความเป็นมาของธุดงค์ในพระพุทธศาสนาเถรวาท จากการศึกษาพบว่า คำว่า “ธุดงค์” ในภาษาบาลี คือ ธุดังคะ แปลว่า องค์คุณเป็นเครื่องกำจัดกิเลสองค์คุณของผู้กำจัดกิเลส หมายถึง เจตนาความตั้งใจขัดเกลากิเลส เจตจำนงค์ความตั้งใจทำให้ละกิเลสได้ธุดงค์ เป็นวัตรปฏิบัติที่พระพุทธเจ้าทรงอนุญาตไว้ แต่ไม่มีการบังคับแล้วแต่ผู้ใดจะสมัครใจปฏิบัติเป็นอุบายวิธีกำจัดขัดเกลากิเลส ทำให้เกิดความมักน้อยสันโดษยิ่งขึ้นไม่สะสม

หลักธุดงค์วัตรในพระพุทธศาสนาที่มีมาในพระไตรปิฎกแค่เพียง 8 ข้อเท่านั้น ซึ่งมีใจความว่า ธุดงค์เป็นวัตรแต่ไม่เป็นศีล มี 8 ข้อ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ได้แก่

- 1) อารัญญิกังคธุดงค์ การสมาทานการอยู่ป่าเป็นวัตร
- 2) ปิณฑปาติกังคธุดงค์ การสมาทานการเที่ยวบิณฑบาตเป็นวัตร
- 3) ปิงสุกุลิกังคธุดงค์ การสมาทานการนุ่งห่มผ้าบังสุกุลเป็นวัตร
- 4) เตจิวริกังคธุดงค์ การสมาทานการทรงไตรจีวรเป็นวัตร
- 5) สปัตทานจาริกังคธุดงค์ การสมาทานการเที่ยวบิณฑบาตตามลำดับตรอกเป็นวัตร
- 6) ชลุปัจฉาภักติกังคธุดงค์ การสมาทานการงดฉันอาหารมือหลังเป็นวัตร
- 7) เนสัชชิกังคธุดงค์ การสมาทานการนั่งเป็นวัตร
- 8) ยถาสันถติกังคธุดงค์ การสมาทานการอยู่ในเสนาสนะตามที่เขาจัดให้เป็นวัตร

ต่อมาได้มีการเพิ่มธุดงค์วัตรเข้ามาอีก 5 ข้อ คือ (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ ป.อ. ปยุตโต, 2564)

- 1) เอกาสนิกังคะ การสมาทานอาสนะเดียวเป็นวัตร คือฉันวันละครั้งเดียว ลูกจากที่แล้วไม่ฉันอีก
- 2) ปัตตปิณฑิกังคะ การสมาทานฉันเฉพาะในบาตรเป็นวัตร
- 3) รุกขมุลิกังคะ การสมาทานอยู่โคนไม้เป็นวัตร
- 4) อัฟโภกาลิกังคะ การสมาทานอยู่ที่แจ้งเป็นวัตร
- 5) โสสานิกังคะ การสมาทานอยู่ป่าช้าเป็นวัตร

#### การปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระมหากัสสปเถระ

ปฏิบัติในการถือธุดงค์ของพระมหากัสสปเถระ จากการศึกษาพบว่าพระมหากัสสปเถระเป็นพระสาวกที่มีบทบาทสำคัญในการช่วยจรรโลงพระพุทธศาสนา ท่านเป็นผู้ที่ได้รับยกย่องจากพระพุทธเจ้าว่าเป็นเลิศกว่าภิกษุทั้งหลายในด้านการสมาทานธุดงค์ ท่านมุ่งมั่นในการสมาทานธุดงค์เป็นวัตรอย่างเคร่งครัด พระพุทธเจ้าทรงเปรียบเทียบพระมหากัสสปเถระเหมือนดวงจันทร์ผ่องใส ไม่มีเมฆหมอก เมื่อท่านเข้าสู่ตระกูลทั้งหลายมีกายและใจไม่คะนองเป็นผู้ใหญ่อยู่เป็นนิตย์พระมหาหัสสปเถระถือธุดงค์ 3 ข้ออย่างเคร่งครัดตลอดชีวิตของท่าน ได้แก่ ใช้แต่ผ้าบังสุกุลเป็นวัตรตลอดชีวิต อยู่ป่าตลอดชีวิต และถือการเที่ยวบิณฑบาตเป็นวัตรตลอดชีวิต

#### แนวทางการเผยแผ่ธรรมด้านธุดงค์วัตรของพระมหากัสสปเถระเพื่อประยุกต์ใช้ในสังคมสมัยไทย

การวิเคราะห์ปฏิบัติในการถือธุดงค์ของพระมหากัสสปเถระพบว่าสามารถนำมาประยุกต์ใช้และเป็นแนวทางสำหรับพระสงฆ์ไทยในปัจจุบัน ดังนี้

1) การถือผ้าบังสุกุลเป็นวัตร แม้ปัจจุบันพระสงฆ์โดยส่วนมากจะใช้จีวรที่ทนายกาถาถวายแต่ก็ยังมีพระสงฆ์สายวัดป่าที่ยังถือผ้าบังสุกุลอยู่แต่รูปแบบของผ้าบังสุกุลในสมัยปัจจุบันกับสมัยพุทธกาลก็ไม่เหมือนกัน แต่ธุดงค์ข้อนี้ก็สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการใช้ชีวิตของอย่างเห็นคุณค่าได้ แต่โดยทั่วไปแล้วพระสงฆ์ไทยส่วนมากรับคหบดีจีวรการที่พระสงฆ์ไม่ปฏิบัติใช้ผ้าบังสุกุลเป็นวัตรก็เนื่องมาจากในสมัยปัจจุบันมีการเย็บผ้าจีวรสำหรับพระสงฆ์ถูกทำให้เป็นการค้าขายโดยมีการทำเป็นอุตสาหกรรมทั้งขนาดเล็กขนาดกลางและไปจนถึงขนาดใหญ่เพื่อตอบสนองความต้องการของพุทธศาสนิกชนที่ต้องการนำผ้าจีวรที่สวยงามสะอาดประณีตไปถวายแก่พระภิกษุสงฆ์ที่ตนเคารพนับถือ

2) การถือเที่ยวบิณฑบาตเป็นวัตรจากการศึกษาวิเคราะห์พบว่า การถือธุดงค์ข้อนี้ของพระมหากัสสปเถระสามารถนำมาเป็นแนวทางและประยุกต์ใช้โดยการเป็นผู้เอาใจใส่ในกิจวัตรของพระสงฆ์ การไม่ทอดทิ้งธุระในการบิณฑบาตเพราะการบิณฑบาตเป็นการเผยแผ่พุทธศาสนา การบิณฑบาตจึงมีความสำคัญในฐานะเป็นกรณีกิจคือกิจที่พระภิกษุสามเณรพึงกระทำเป็นกิจวัตรประจำวันเป็นพุทธประสงค์คือพระพุทธเจ้าทั้งหลายในอดีตต่างก็มีวิถีชีวิตที่อาศัยอาหารบิณฑบาตจากผู้อื่นเลี้ยงชีพเป็นพุทธกิจคือกิจที่พระพุทธเจ้าทรงปฏิบัติเป็นประจำทุกวันเพื่อโปรด

สรรพสัตว์เป็นการเลี้ยงชีพที่บริสุทธิ์สำหรับบรรพชิตและการสมาทานบิณฑบาตเป็นวัตรจัดเป็นจุดประสงค์ที่ช่วยขัดเกลากิเลสให้ลดน้อยลง

3) การอยู่ป่าเป็นวัตร จากการวิเคราะห์พบว่า พระมหากัสสปเถระมีจุดเด่นอยู่ที่การอยู่ป่าเป็นวัตรทำให้มีผู้เลื่อมใสศรัทธาในการปฏิบัติเป็นจำนวนมากเพราะการอยู่ป่าดังกล่าวช่วยส่งเสริมความเป็นผู้ขัดเกลาและความมกน้อยยินดีในเสนาสนะป่าอันสงบสงัดเหมาะแก่การปลีกวิเวกนั่นเองนับได้ว่าการอยู่ป่าของท่านเป็นรูปแบบการเผยแผ่พระพุทธศาสนาอีกรูปแบบหนึ่งการอยู่ป่าของพระเถระได้สร้างคตินิยมให้สังคมรู้จักอยู่ร่วมกับธรรมชาติอย่างเป็นมิตรไม่ขัดแย้งกับความเชื่อเดิมของคนบางกลุ่มที่เชื่อว่าต้นไม้มีชีวิตและมีเทวดอาศัยเมื่อมีการตัดต้นไม้มาทำการก่อสร้างที่อยู่อาศัยหรืออาคารสาธารณประโยชน์ย่อมเป็นการเบียดเบียนเทวดาและสิ่งมีชีวิตอื่นเป็นเหตุให้ประชาชน ตีเตียนอีกด้วยดังนั้นการอยู่ป่าจึงเป็นการรักษาความศรัทธาของประชาชนไว้ทางหนึ่งและอาศัยโทษจากการตัดไม้ทำลายป่าทำให้พระพุทธเจ้าจึงทรงบัญญัติสิกขาบทห้ามตัดพืชพันธุ์ทุกชนิดในป่า

### อภิปรายผลการวิจัย

จุดควัตรที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา จุดควัตร คือ องค์เครื่องกำจัดกิเลส ให้เบาบาง ไม่ได้เป็นกฎข้อบังคับในพระวินัย เป็นข้อปฏิบัติที่ขึ้นอยู่กับผู้ที่มีศรัทธาที่จะปฏิบัติเฉพาะตน มี 13 ข้อ แบ่งออกเป็น 3 หมวด หมวดที่ 1 ว่าด้วยจีวรมี 2 ประเภทคือการทรงผ้าบังสุกุลเป็นวัตรและการทรงไตรจีวรเป็นวัตร 2 หมวดบิณฑบาตรมี 5 ประเภทคือการเที่ยวบิณฑบาตเป็นวัตร การเที่ยวบิณฑบาตไปตามลำดับเป็นวัตร การฉันอาสนะเดียวเป็นวัตร การฉันเฉพาะในบาตรเป็นวัตร และการห้ามภัตรที่เขานำมาส่งไปภายหลังเป็นวัตร หมวดที่ 3 จุดควัตรเสนาสนะมี 6 ประเภท คือการอยู่ป่าเป็นวัตรการอยู่โคนไม้เป็นวัตรการอยู่กลางแจ้งเป็นวัตร การอยู่ป่าช้าเป็นวัตร การอยู่ในเสนาที่เขাজัดไว้เป็นวัตร การนั่งเป็นวัตร เป็นจริยวัตรพิเศษอย่างหนึ่ง ตามแต่ใครจะสมัครถือนิไฉนกิจจำเป็น แต่มีวัตถุประสงค์เพื่อให้เป็นอุบายขัดเกลากิเลสและเป็นไปเพื่อความมกน้อยสันโดษในจุดประสงค์แต่ละข้อนั้น มีหลักการถืออยู่ 3 อย่างคือ (1) อย่างเพลา (2) อย่างกลาง (3) อย่างอุกฤษฏ์ (อย่างเคร่ง) ผู้ปฏิบัติจุดควัตรสามารถเลือกปฏิบัติให้เหมาะสมและตามใจชอบของตนได้จะปฏิบัติข้อใดข้อหนึ่งก็ได้หรือจะปฏิบัติจุดควัตรหลาย ๆ ข้อ พร้อมกันก็ได้การปฏิบัติจุดควัตรนั้น ช่วยให้เป็นคนมกน้อยสันโดษ นอกจากนี้ยังได้รับอานิสงส์ของการปฏิบัติตามสมควรแก่การปฏิบัติกล่าวโดยรวมแล้วทำให้ได้รับอานิสงส์ 28 ประการ มีอาชีวะบริสุทธิ์ทำให้สงบ และทำให้พ้นจากกิเลส

จุดควัตรเป็นข้อวัตรข้อปฏิบัติเป็นไปเพื่อขัดเกลากิเลส สามารถนำมาเป็นแนวทางในการประยุกต์ใช้ในสังคมสงฆ์ไทย การถือผ้าบังสุกุลเป็นวัตร สามารถนำมาเป็นแนวทางในการประยุกต์ใช้ในการใช้สิ่งของอย่าง อย่างเห็นคุณค่าใช้สอยอย่างประหยัด ไม่สิ้นสมที่มากเกินไปจนความจำเป็นต่อความเป็นสมณะ การถือเที่ยวบิณฑบาตเป็นวัตร สามารถนำมาเป็นแนวทางในการประยุกต์ใช้ในกิจวัตร ข้อวัตรของพระสงฆ์ การไม่ทอดทิ้งธุระในการบิณฑบาตรซึ่งเป็นหน้าที่พระพุทธเจ้าทรงปฏิบัติกันมาเป็นประเพณีตั้งแต่อดีต เพราะการบิณฑบาตนั้น เป็นการช่วยเผยแผ่พระพุทธศาสนาอีกช่องทางหนึ่งที่ศรัทธาพุทธบริษัทได้มีโอกาสเข้าถึงศาสนา มีโอกาสได้สร้างบุญสร้างกุศลในตัวเอง การอยู่ป่าเป็นวัตร ช่วยส่งเสริมความเป็นผู้ขัดเกลาจิตใจในให้เป็นผู้มกน้อยในตนเองยินดีในเสนาสนะที่อยู่อาศัยเท่าที่มีไม่ติดที่อยู่อาศัย อยู่เท่าที่มีการฉันอาสนะเดียวเป็นวัตร ไม่กังวลกับบริโภคมมาก สร้างความอดทนในตัวเอง ให้เป็นผู้เลี้ยงง่าย เป็นอยู่เพื่อผู้อื่นอยู่เพื่อสร้างคุณงามความดี (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ ป.อ. ปยุตโต, 2564) เป็นกระบวนการฝึกปฏิบัติการอบรมทั้งทางกายและทางจิตใจเป็นสำคัญเพื่อปรับพฤติกรรมทางกาย ทางวาจา (พระครูปลัดอนุนวัฒน์ ชื่อสัตย์, 2567) เพื่อการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข ทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิตต่อไป

จุดควัตร 13 ข้อ สามารถที่จะนำประยุกต์ใช้ในปัจจุบันนี้เพราะว่าหลักของจุดควัตรนั้น เป็นหลักปฏิบัติที่มุ่งเน้น พัฒนาจิตพัฒนาใจตนเอง ให้เป็นคนมกน้อย สันโดษ เป็นผู้อดทน ฝืนจิตฝืนใจตนเอง ผู้ที่ปฏิบัติได้ ย่อม

เกิดผลกับตนเองแน่นอน ถึงจะผ่านระยะเวลา มาหลายยุคหลายสมัย ตั้งแต่ครั้งพุทธกาลซึ่งมีท่านพระมหากัสสปเถระเป็นต้นแบบที่ได้วางรากฐานแบบแผน หลักข้อประพฤติปฏิบัติที่สืบทอดมาจนถึงปัจจุบัน ก็ไม่ถือว่าล้าหลังสามารถประยุกต์ใช้กับทุกยุคทุกสมัย พระภิกษุสามเณรถ้าได้ประพฤติปฏิบัติตามหลักของธุดงค์วัตร ก็จะมีหลักใจที่จะอยู่ในพระศาสนาเป็นกำลังหลักของพุทธศาสนาต่อไปได้ และเป็นที่พึ่งให้แก่คณะศรัทธาญาติโยมในวันข้างหน้าได้ เช่นการถือผ้า 3 ผืน สอนให้เราเป็นคนรู้จักคุณค่าของสิ่งของการใช้ของอย่างประหยัด ไม่สะสมที่เกินความจำเป็นต่อบรรพชิต ถือเทียวบิณฑบาตรเป็นวัตร สอนให้เรา มีระเบียบและรักษาข้อวัตรเอาใจใส่กิจวัตร เป็นผู้ที่มีข้อปฏิบัติสมควรกับปัจจัยอันเป็นเครื่องอาศัยของบรรพชิต การฉันทมือเดียวทำให้เป็นผู้มีอาพาธน้อย ทำให้ไม่กังวลกับบริโภคมามากมีกำลังที่แข็งแรง มีการอยู่อย่างผาสุกสบาย อยู่ป่าเป็นวัตรช่วยละความพอใจอาลัยในชีวิตได้แล้ว ช่วยส่งเสริมความเป็นผู้ขัดเกลาและความไม่ยินดีในเสนาสนะป่าอันสงบสงัด ผู้บวชเข้ามาในพุทธศาสนานั้นก็มุ่งเพื่อพัฒนาจิตใจของตนเองให้สูงขึ้นและทำให้กิเลสเบาบางการปฏิบัติตามหลักของธุดงค์วัตรนั้นจึงเป็นหลักปฏิบัติอีกทางหนึ่งซึ่งช่วยขัดเกลากิเลสสำหรับผู้เข้ามาฝึกฝนตนเองในพระพุทธศาสนาเป็นอย่างดี การนำหลักพุทธธรรมมาใช้ประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตได้อย่างเกิดประโยชน์ เช่น การพิจารณาเห็นโทษของความโกรธที่เกิดขึ้นจากความไม่พอใจ หรือขัดเคืองใจ ซึ่งเมื่อเกิดขึ้นแล้วก็เกิดเหตุให้สร้างปัญหา หรือประพฤติดนพิตศีลธรรม (พระยุชานนาคชา, 2567) สามารถอดกลั้นต่อกิเลสทั้งหลาย ไม่ให้ยินดีสนองความต้องการเกินจำเป็น ความอดทนเป็นกุญแจสำคัญในการศึกษาเล่าเรียน การทำงาน หรือทำหน้าที่ของตนให้สำเร็จบรรลุเป้าหมาย และ ความอดทนช่วยทำให้บรรลุเป้าหมายในทุกระดับคือ ในการดำเนินชีวิตระดับบุคคล ครอบครัว การพัฒนาสังคมและเศรษฐกิจ และประชาชาติ

### องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

ธุดงค์วัตรเป็นข้อวัตรที่พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงอนุญาตไว้ให้พระภิกษุถือปฏิบัติโดยไม่ได้มีการบังคับแต่ประการใดท่านไหนจะปฏิบัติสมาทานธุดงค์ก็ตามความปรารถนาของบุคคลคนนั้นธุดงค์วัตรนั้นช่วยกำจัดขัดเกลากิเลสภายในจิตใจให้เป็นผู้มีความมักน้อยเป็นผู้มีความสันโดษมีความสงบปรารถนาความเพียรและความเป็นผู้เลี้ยงง่ายเช่นการถือผ้า 3 ผืน สอนให้เราเป็นคนรู้จักคุณค่าของสิ่งของการถือเทียวบิณฑบาตรเป็นวัตร สอนให้เรา มีระเบียบและรักษาข้อวัตรไม่เกียจคร้าน เอาใจใส่ในกิจหน้าที่ของสงฆ์ ฉันทมือเดียวทำให้ไม่กังวลกับบริโภคมามากจนเกินไปผู้บวชเข้ามาในพุทธศาสนานั้นก็มุ่งเพื่อพัฒนาจิตใจของตนเองให้สูงขึ้นและทำให้กิเลสเบาบางการปฏิบัติตามหลักของธุดงค์วัตรนั้นจึงเป็นหลักปฏิบัติอีกทางหนึ่งซึ่งช่วยขัดเกลากิเลสสำหรับผู้เข้ามาฝึกฝนตนเองในพระพุทธศาสนาเป็นอย่างดี ธุดงค์นั้นมี 13 ข้อ แบ่งออกเป็น 3 หมวดหมวดที่ 1 ว่าด้วยจีวรมี 2 ประเภทคือการทรงผ้าบังสกุลเป็นวัตรและการทรงไตรจีวรเป็นวัตร 2 หมวดบิณฑบาตรมี 5 ประเภทคือการเทียวบิณฑบาตรเป็นวัตร การเทียวบิณฑบาตไปตามลำดับเป็นวัตร การฉันทอาสาณะเดียวเป็นวัตร การฉันทเฉพาะในบาตรเป็นวัตร และการห้ามภัตที่ เขานำมาส่งไปภายหลังเป็นวัตร หมวดที่ 3 ธุดงค์หมวดเสนาสนะมี 6 ประเภท คือการอยู่ป่าเป็นวัตร การอยู่โคนไม้เป็นวัตรการอยู่กลางแจ้งเป็นวัตร การอยู่ป่าช้าเป็นวัตร การอยู่ในเสนาที่เขาคัดไว้เป็นวัตร การนั่งเป็นวัตร ในธุดงค์วัตรไม่เพียงแต่จะช่วยให้เราปฏิบัติเพื่อขัดเกลากิเลส มีความเป็นผู้มักน้อย สันโดษเท่านั้น แต่ธุดงค์วัตรยังสอนให้เราเป็นคนมีระเบียบวินัยในตนเอง รู้จักหน้าที่ของตนเอง มีความอดทนอดกลั้น รู้จักข่มจิตข่มใจ พินใจตนเองไม่ให้ไหลไปตามกระแสของความอยากผู้ที่สามารถประพฤติปฏิบัติได้ย่อมเกิดประโยชน์ต่อผู้นั้นแน่นอน โดยเฉพาะพระสงฆ์สามเณรที่เข้ามาบวชในบวรพระพุทธศาสนาควรที่จะหันมาประพฤติปฏิบัติเพื่อขัดจิตขัดใจตนเองพัฒนาจิตใจของตนเองให้สูงขึ้น

## สรุป

ชุดค้วตร เป็นข้อวัตรปฏิบัติเป็นไปเพื่อขัดเกลากิเลส สามารถนำมาเป็นแนวทางในการประยุกต์ใช้ในสังคมสงฆ์ไทย การถือผ้าบังสุกุลเป็นวัตร เป็นข้อปฏิบัติที่สอนให้เรารู้จักใช้สอยสิ่งของอย่างประหยัด ไม่สิ้นสมที่มากเกินความจำเป็นต่อความเป็นสมณะเช่น จีวรที่ไม่จำเป็นจากผ้าที่อธิฐานสามผืน การถือเที่ยวบิณฑบาตเป็นวัตรสอนให้เป็นคนรู้จักหน้าที่ของตนเอง ไม่ทอดทิ้งธุระในกิจวัตร ปฏิบัติสมควรกับปัจจัยอันเป็นเครื่องอาศัยของบรรพชิต การฉันมือเดียวทำให้เป็นผู้มีอาพาธน้อย ไม่ต้องคอยกังวลกับการบริโภคมาก มีกำลังแข็งแรง อยู่ป่าเป็นวัตร ทำให้สามารถละความพอใจอาศัยในชีวิตได้แล้วยังช่วยส่งเสริมความเป็นผู้ขัดเกลากิเลสที่หยาบ ไม่นินยิตยิตติดกับที่อยู่อาศัยที่สุขสบายจนทำให้ลืมนตัว

## ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

### 1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

พระสงฆ์ควรศึกษาพระวินัยข้อวัตรปฏิบัติให้เข้าใจอย่างแท้จริงแล้วนำมาประยุกต์กับการปฏิบัติ เพราะเท่าที่ผ่านมาพระสงฆ์ไม่ค่อยให้ความสำคัญกับหลักของชุดค้วตรข้อปฏิบัติ ทำให้ภิกษุปัจจุบันไม่ค่อยมีความรู้ที่ถูกต้องเท่าที่ควร เมื่อเป็นเช่นนี้ชุดค้วตรหรือข้อปฏิบัติต่าง ก็อาจจะสูญสิ้นไปตามกาลสมัยรัฐบาลควรเอาใจใส่ดูแลอำนวยความสะดวกในการประพฤติปฏิบัติของพระสงฆ์ ให้มากขึ้นกว่าเท่าที่ผ่านมาหน่วยงานต่าง ๆ ควรนำเสนอเรื่องราวข่าวสารเกี่ยวกับชุดค้วตรของพระป่ากรรมฐาน เช่น นำเสนอรูปแบบสารคดี ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับข้อประพฤติปฏิบัติ พระสงฆ์ควรเอาใจใส่ข้อวัตร ข้อปฏิบัติให้สมบูรณ์ หมั่นศึกษาข้อธรรมพระวินัยข้อประพฤติปฏิบัติให้มาก ๆ เพื่อประโยชน์เกื้อกูลแก่ตนเองและควร เอื้อเพื่อพระธรรมวินัยในหมู่คณะของพระสงฆ์ด้วยกัน คณะพระสงฆ์เราก็จะงดงาม เป็นที่พึ่งให้แก่คณะญาติโยม ได้พึ่งพาอาศัย พระพุทธศาสนาก็จะได้เจริญรุ่งเรืองสืบต่อไป

ชุดค้วตรเป็นหลักปฏิบัติที่พระพุทธองค์ ทรงบัญญัติขึ้นมาเพื่อให้ผู้ปฏิบัติได้ปฏิบัติเพื่อขัดเกลากิเลสพัฒนาตนเอง ไม่ให้ไหลไปตามกระแสของกิเลส ทางหนึ่ง เพื่อยกระดับจิตใจให้สูงขึ้น มีอาณิสงส์มาก ผู้ที่ประพฤติปฏิบัติตามย่อมเกิดผลประโยชน์อย่างมหาศาล สามารถพัฒนาตนไปถึงความบริสุทธิ์หมดจดได้ คือพระนิพพาน คณะสงฆ์ควรที่จะนำหลักการปฏิบัติของชุดค้วตรไปใช้ให้มาก ๆ เพื่อที่จะได้พัฒนาระดับจิตใจของตนให้สูงยิ่ง ๆ ขึ้นไป

### 2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

จากการศึกษาเรื่อง “ศึกษาการเผยแผ่ธรรมด้านชุดค้วตรของพระมหากัสสปเถระเพื่อประยุกต์ใช้ในสังคมสงฆ์ไทย” พบว่า ยังมีประเด็นที่ควร ทำการศึกษาวิจัยในประเด็นต่าง ๆ ต่อเนื่อง ดังนี้

- 1) ศึกษาเปรียบเทียบหลักการปฏิบัติชุดค้วตรของสำนักต่าง ๆ ให้เห็นเด่นชัดและเป็นรูปธรรมมากขึ้น
- 2) ศึกษาบทบาทการปฏิบัติชุดค้วตรของพระอรหันต์สมัยพุทธกาล
- 3) ศึกษาเปรียบเทียบหลักการปฏิบัติชุดค้วตรสมัยพุทธกาล กับการปฏิบัติชุดค้วตรสมัยปัจจุบันมีความแตกต่างกันอย่างไร

### เอกสารอ้างอิง

- พระครูปลัดทินกร คงถาวร. (2565). ธุดงค์วัตร : แนวทางพัฒนาศาสนทายาทในพระพุทธศาสนา. *วารสารปรัชญาปริทรรศน์*, 27(1), 80-93.
- พระครูปลัดอนันต์ ชี้อิสฺสีย์. (2567). การประยุกต์ใช้หลักสติเพื่อจัดการความโกรธของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนวัดศรีบุญเรือง เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร. *วารสารนวัตกรรมการจัดการศึกษาและการวิจัย*, 7(1), 247-256.
- พระยุธาน นาคขำ. (2567). การประยุกต์ใช้ขันติธรรมในการดำเนินชีวิตของประชาชนวัดค้ำคาจ จังหวัดนนทบุรี. *วารสารนวัตกรรมการจัดการศึกษาและการวิจัย*, 7(1), 247-256.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต). (2564). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม*. (พิมพ์ครั้งที่ 41). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์เฟ็ดแอนดิโฮม.
- Damnoen, P. S., Siri, P., Supattho, P. S., & Kaewwilai, K. (2021). The Development of Student Characteristics in According to the Nawaluk Framework of the Buddhist integration of Buddhapanya Sri Thawarawadee Buddhist College. *Asia Pacific Journal of Religions and Cultures*, 5(2), 126–135.