

## ศึกษาเชิงวิเคราะห์หลักปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระสงฆ์ในจังหวัดสกลนคร\*

### AN ANALYTICAL STUDY OF THE DHUTANGA PRACTICE PRINCIPLE OF MONKS IN SAKON NAKHON PROVINCE

พระครูธรรมญาณทิพย์รัตน์ (จักรายุธ สมฺปโต)\*, พระสุทธีวชิรเมธี

Phrakru Dhammayantipayarach (Jakrayut Sampatto)\*, Phra Sutthivachiramethi

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาราชวิทยาลัย วิทยาเขตศรีล้านช้าง เลย ประเทศไทย

Graduate School, Mahamakut Buddhist University, Srilanchang Campus, Loei, Thailand

\*Corresponding author E-mail: jakrayut.rob@student.mbu.ac.th

#### บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาธุดงค์วัตรในพุทธศาสนาเถรวาท วิธีการปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระสงฆ์ และวิเคราะห์การปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระสงฆ์ในจังหวัดสกลนคร วิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interviews) และการสังเกต (Observation) ผลการวิจัยพบว่า 1) ธุดงค์วัตรในพุทธศาสนาเถรวาท เป็นวัตรแต่ไม่เป็นศีล ถือทรงผ้าบังกกุล, เพียงไตรจีวร, เทียบบิณฑบาตไปตามลำดับ, นั่งฉัน ณ อาสนะเดียว, ฉันเฉพาะในบาตร, ห้ามภักที่ถวายภายหลัง, อยู่ป่า, อยู่ที่แจ้ง, อยู่ป่าช้า, ถือในเสนาสนะแล้วแต่เขาจัดให้, และความเพียร 3 อริยาบถ นั่ง ยืนและเดิน 2) วิธีการปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระสงฆ์ตามปัจจัยที่จะเอื้ออำนวย สมทานในเรื่องการใช้ผ้าเพียง 3 ผืน การบิณฑบาต การอยู่เสนาสนะที่จัดไว้ไม่เลือกว่าสะดวกหรือไม่ อยู่ป่าเป็นวัตร สมทานธุดงค์วัตรตามศรัทธาปฏิบัติตามวินัยที่ครูอาจารย์ปฏิบัติสืบต่อมา การอบรมข้อวัตรปฏิบัติเป็นขั้นตอน คือ การอบรมลูกศิษย์ แนะนำการเจริญจิตภาวนา สอนวิปัสสนากรรมฐาน และ 3) ธุดงค์วัตรของพระสงฆ์ในจังหวัดสกลนคร เป็นไปเพื่อขัดเกลาจิตใจให้เป็นคนมักน้อย สันโดษ เลี้ยงง่ายอยู่ง่าย การปฏิบัติเป็นประจำเข้าสู่วิถีตามพุทธบัญญัติที่ครูบาอาจารย์ได้ให้การอบรมสั่งสอนถ่ายทอดต่อมา ดังหลวงปู่มั่น ภูริทัตโต ถือปฏิบัติตลอดชีวิตของท่านเป็นบูรพาจารย์ที่พุทธศาสนิกชนเคารพนับถือมีลูกศิษย์ปฏิบัติตามเป็นที่ยอมรับนับถือถึงปัจจุบัน ให้การอบรมแนะนำให้คำปรึกษา มีต่างกันบ้างแต่แต่ละสำนักแต่ยึดตามหลักพุทธศาสนาเถรวาท พุทธวินัยที่เคร่งครัด

**คำสำคัญ:** ธุดงค์วัตร, พระสงฆ์ในจังหวัดสกลนครปฏิบัติธุดงค์วัตร, หลักปฏิบัติธุดงค์วัตร

#### Abstract

The purpose of this study was to study the practices of Dhutanga Vatta in Theravada, the methods of practices of Dhutanga Vatta of monks and to analyze the practice of Dhutanga Vatta of monks in Sakon Nakhon Province. That is a Qualitative Research, in-depth interviews, and observation. The research results found 1) The practices of Dhutanga Vatta in Theravada Buddhism are practices but not precepts: Pangsukulikanka (wearing cloth that is completely dry), Tejivarikanka (wearing the triple robe), Sapatancarika (going on alms round in sequence), Khupacchabhattika (prohibiting eating later), Arannika (living in the forest), Yathasanthatikanka (living in a place provided

\* Received December 20, 2024; Revised January 16, 2025; Accepted January 21, 2025

by others), Nesajjikanka (sitting), the effort of the three postures of sitting, standing and walking. 2) Methods of practices of Dhutanga Vatta for monks according to the factors that will facilitate, wearing the triple robe, going on alms round, staying to the arranged place of residence regardless of whether it is convenient or not, living in the forest, the practices of Dhutanga Vatta according to faith and following the discipline that teachers have practiced and passed down. Training in the practices of Dhutanga Vatta is a process, that is, training disciples, giving advice on developing the mind, teaching Vipassana meditation. And 3) The practices of Dhutanga Vatta of monks in Sakon Nakhon Province is to purify their defilements to become people with few desires, content, easy to support and live easily, to practice regularly, adhering to the methods according to the Buddha's teachings that teachers have given training, taught and passed on, as Luang Pu Man Phurithatto has practiced throughout his life as a revered ancestor, with disciples following him and being accepted and respected to this day, giving training, advice and consultation, which are somewhat different in each school, but they strictly adhere to the principles of Theravada Buddhism, the According to strict Buddhist discipline.

**Keywords:** Dhutanga, Monks in Sakon Nakhon Province of Dhutanga Vatta Practices, Principles of Dhutanga Vatta Practices

## บทนำ

พุทธศาสนามีหลักธรรมคำสอนสำหรับฝึกฝนอบรมมนุษย์หลายระดับ พระพุทธเจ้าทรงวางแนวการฝึกตนเองด้วยการเจริญสติ เจริญสมาธิ ภาวนา อันเป็นขั้นสูงสุดของการทำความดีที่เน้นหลักการปฏิบัติ 3 อย่าง คือ ปริยัติ ปฏิบัติ และปฏิเวธ ฉะนั้น การปฏิบัติจึงเป็นเป้าหมายหนึ่งของการปฏิบัติให้รู้แจ้งเห็นจริง ทรงชี้ให้ผู้ปฏิบัติแสวงหา คือ มรรค ผล นิพพาน อันเป็นเป้าหมายหลักที่จะไปถึงจุดนั้นได้ก็ต้องฝ่าฟันอุปสรรค คือ กิเลส ตัณหา อาสวะ ภายในจิตนั้นให้ได้เสียก่อนโดยใช้ข้อวัตรในธุดงค์วัตร การปฏิบัติธุดงค์วัตรที่ปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎก มีทั้งหมด 8 ข้อ และเพิ่มมาอีก 5 ข้อ ที่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรค รวมเป็นธุดงค์วัตร 13 ข้อ (สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), 2547)

ความเข้มงวดของการปฏิบัตินี้จะทำให้ผู้ปฏิบัติเข้าถึงธรรมได้ง่ายเพราะหลักธุดงค์วัตรที่กล่าวมาในเบื้องต้นจะคอยขัดเกลาให้กิเลสของผู้ปฏิบัติเบาบางลง วิธีการปฏิบัติเช่นนี้ บางคนเข้าใจผิดว่าเป็นไปในทางสุดโต่ง 2 ทาง คือ “อัตตภิสมถาญโยค” และ “กามสุขัลลิกานุโยค” พระสงฆ์ผู้ถือธุดงค์วัตรทั้งหลายที่ปฏิบัติเพื่อต้องการลด ละ เลิก ความยึดมั่นถือมั่นกับสิ่งที่มนุษย์ทุกคนแสวงหาและไม่ให้จิตไปหมกมุ่นอยู่กับเรื่องของการมาราคะมากจนเกินไป (มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2525)

การประพฤติตามพระธรรมวินัยซึ่งเป็นข้อวัตรหรือข้อปฏิบัติจนเป็นขนบธรรมเนียมประเพณีที่ผิด ๆ ในปัจจุบัน กล่าวคือ มีการถือโดยมกมายหรือสักว่าทำตามกันมาโดยไม่มีความเข้าใจในความมุ่งหมายไม่เห็นเหตุเห็นผลจนหลงไปว่าจะบรรลุจุดมุ่งหมายบางที่ขยายรูปแบบที่พิสดาร ซึ่งเป็นข้อปฏิบัตินอกกรอบของพระธรรมวินัยของพุทธศาสนาเถรวาท โดยมีตัณหาและทิฐิแอบแฝง มีความอยากได้ลาภ ยศ และสรรเสริญเป็นผลตอบแทนจนเกิดอุปสรรคที่จะไปถึงจุดมุ่งหมายที่แท้จริงและยังปิดกั้นไม่ให้เข้าถึงจุดมุ่งหมายสำคัญของการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา นอกจากนี้ผู้ปฏิบัติยังมองข้ามและไม่ให้ความสำคัญกับเรื่องอาบัติเล็ก ๆ น้อย ๆ จากสภาพปัญหาของผู้ปฏิบัติดูจะละเลยในเรื่องวัตรปฏิบัติเหล่านี้ไปไม่น้อย ดังนั้น ข้อวัตรจึงไม่ใช่เรื่องเล็กน้อยที่ควรมองข้าม แต่จะ



เป็นจุดเริ่มต้นที่ดีในการเข้าถึงแก่นแท้ของพุทธศาสนา และทำให้พุทธศาสนาเถรวาทมีความมั่นคงสืบไปอย่างมีคุณค่าและประโยชน์อนันต์ (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2561)

จากสภาพปัญหาและความสำคัญ สกลนครเป็นเมืองที่มีพระเถระสายกัมมัฏฐานพำนักอยู่เกือบทุกท้องถิ่น เป็นพระอาจารย์วิปัสสนาชั้นเยี่ยมในยุคสมัยถึงพุทธกาล แนวทางการปฏิบัติธรรมและการเทศนาสั่งสอนพุทธบริษัทของหลวงปู่มั่น ภูริทัตโต ท่านได้ยึดถือแนวทางการปฏิบัติตามหลักธรรม คือ ธุดงค์วัตร 13 ที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงบัญญัติ (พระอาจารย์มหาบัว ญาณสัมปันโน, 2551) ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาเรื่อง ศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระสงฆ์ในจังหวัดสกลนคร เพื่อศึกษาธุดงค์วัตรในพุทธศาสนาเถรวาท วิธีการปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระสงฆ์และวิเคราะห์การปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระสงฆ์ในจังหวัดสกลนคร ซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะของพระกัมมัฏฐานตลอดจนการนำเอาข้อวัตรปฏิบัติของครูบาอาจารย์เหล่านั้นมาเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาธุดงค์วัตรในพุทธศาสนาเถรวาท
2. เพื่อศึกษาวิธีการปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระสงฆ์ในจังหวัดสกลนคร
3. เพื่อวิเคราะห์การปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระสงฆ์ในจังหวัดสกลนคร

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่องนี้ มีวิธีดำเนินการวิจัยตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

1. รูปแบบการวิจัย เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยศึกษาหลักปฏิบัติธุดงค์วัตรในพุทธศาสนาเถรวาทจากพระไตรปิฎก รวมทั้งศึกษาประวัติ และการปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระสงฆ์สาวก ในสมัยพุทธกาล เช่น พระมหากัสสปเถระ, พระอุปเสนเถระ, พระเวตขทิวรณียเถระ, พระราหุลเถระ, พระสุภูตะเถระ, พระโมฆราชเถระ และพระปิณโฑลภารทวาชเถระ เป็นต้น ศึกษาหลักปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระสงฆ์ ที่ได้รับการยกย่องเชิดชูจากพุทธบริษัท และเรียกขานกันว่าเป็นอริยสงฆ์ในจังหวัดสกลนคร ได้ยกตัวอย่างมาศึกษาเป็นกรณีเฉพาะ ได้แก่ พระสงฆ์ที่เป็นพระเถระผู้ใหญ่ที่มีรณภาพแล้ว พระสงฆ์ที่เป็นพระเถระผู้ใหญ่ที่ยังมีชีวิตอยู่ และสัมภาษณ์เชิงลึกพระสงฆ์ที่ถือการปฏิบัติธุดงค์วัตรสืบทอดเป็นลำดับมาในจังหวัดสกลนคร โดยศึกษาจากเอกสารที่เป็นปฐมภูมิและทุติยภูมิ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ศึกษาแม่นยำและเป็นวิชาการมากขึ้น และศึกษาการปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระสงฆ์ที่ถือการปฏิบัติธุดงค์วัตรสืบทอดเป็นลำดับมาในจังหวัดสกลนคร โดยเฉพาะอย่างยิ่งในสายองค์หลวงปู่มั่น ภูริทัตโต ที่นำมาเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติ สืบทอดการถือธุดงค์วัตรตามหลักธุดงค์วัตรในพุทธศาสนาเถรวาท

2. ประชากรและผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ประชากร ได้แก่ พระเถระผู้ใหญ่ที่ยังดำรงชั้น และพระสงฆ์ใน สายวัดป่า ที่เคร่งพระวินัย ตามแนวปฏิบัติหลวงปู่มั่น ภูริทัตโต พระสงฆ์ในจังหวัดสกลนคร ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ได้แก่ พระเถระผู้ใหญ่ผู้ปฏิบัติธุดงค์วัตรระดับครูอาจารย์ พระสงฆ์ผู้ปฏิบัติธุดงค์วัตรระดับพระสังฆาธิการ พระสงฆ์ผู้ปฏิบัติธุดงค์วัตรสายวัดป่า ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้ 1) พระเถระผู้ใหญ่ปฏิบัติธุดงค์วัตรระดับครู อาจารย์ จำนวน 5 รูป 2) พระสงฆ์ผู้ปฏิบัติธุดงค์วัตรระดับพระสังฆาธิการ จำนวน 5 รูป 3) พระสงฆ์ผู้ปฏิบัติ ธุดงค์วัตรสายวัดป่าในจังหวัดสกลนคร ให้ข้อมูลโดยตอบแบบสอบถามและอภิปรายกลุ่ม จำนวน 11 รูป เลือก กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญแบบเจาะจง (Purposive Sampling) รวมทั้งสิ้น จำนวน 21 รูป

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ 1) แบบสังเกต (Observation) จากการศาสนกิจของพระเถระและพระสงฆ์วัดในจังหวัดสกลนคร ระยะเวลา 1 สัปดาห์ เป็นอย่างน้อย ตั้งแต่การเตรียมสถานที่ การเตรียมตัว วิธีการขั้นตอนการปฏิบัติ เพื่อให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับการปฏิบัติธุดงค์วัตรในพุทธศาสนาเถรวาทของพระสงฆ์ใน จังหวัดสกลนคร 2) แบบสัมภาษณ์ (Interview Guide) เพื่อให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับองค์ความรู้ การปฏิบัติธุดงค์วัตรในพุทธศาสนาเถรวาท ของพระสงฆ์ในจังหวัดสกลนคร ใช้สัมภาษณ์ชนิดมีโครงสร้าง (Structured Interview) หรือแบบ



มาตรฐาน โดยมีแผนการสัมภาษณ์เตรียมไว้ล่วงหน้าชัดเจน ผู้ให้สัมภาษณ์ตอบคำถามเดียวกันโดยกำหนดข้อคำถามเกี่ยวกับการปฏิบัติธรรมในพุทธศาสนาเถรวาทของพระสงฆ์ในจังหวัด สกลนคร ได้แก่ 1) ข้อมูลทั่วไปของผู้ประเมิน 2) ธรรมะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท 3) วิธีการปฏิบัติธรรม วัตรของพระสงฆ์ในจังหวัดสกลนคร 4) วิเคราะห์หลักการปฏิบัติธรรมของพระสงฆ์ในจังหวัดสกลนคร และแบบสัมภาษณ์ชนิดไม่มีโครงสร้าง (Non-Structured Interview) ที่การสัมภาษณ์จะยืดหยุ่น เปิดกว้างและปรับเปลี่ยนการซักถาม ให้เหมาะสมกับผู้ให้สัมภาษณ์แต่ละรูป/คน 3) แบบสำรวจ (Survey) เป็นการสำรวจ ข้อมูลเบื้องต้นในพื้นที่ทำการวิจัยเกี่ยวกับการปฏิบัติธรรมในพุทธศาสนาเถรวาทของพระสงฆ์ในจังหวัด สกลนคร 4) การสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) ได้มีระดับพระรองสังฆาธิการจากวัดที่ เจาะจง ท่านที่ได้ปฏิบัติธรรมโดยปกติ

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล ได้ดำเนินการดังนี้ 1) นำแบบสัมภาษณ์พร้อมแนบหนังสือจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาราชวิทยาลัย วิทยาเขตศรีล้านช้าง และนัดหมายวันเวลาในการเข้าสัมภาษณ์ 2) ทำการประมวล ข้อสังเกตที่รวบรวมไว้ และรับแบบสอบถามคืนเมื่อจบการสัมภาษณ์ ตามวันเวลาการนัดหมาย 3) ประเมินผลจากแบบสำรวจข้อมูลเบื้องต้นของพื้นที่ทำการวิจัยเกี่ยวกับการปฏิบัติธรรมในพุทธศาสนาเถรวาทของพระสงฆ์ในจังหวัดสกลนคร

5. การวิเคราะห์ข้อมูล ได้ดำเนินการ ดังนี้ 1) การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ได้แก่ 1) วิเคราะห์ข้อมูลจากเอกสารที่ค้นคว้าเกี่ยวกับประวัติและธรรมะของพระเถระในพุทธศาสนาเถรวาทและพระสงฆ์ที่เป็นพระเถระผู้ใหญ่ในจังหวัดสกลนคร 2) ข้อมูลภาคสนามที่ได้จากการสัมภาษณ์บุคคลผู้ให้ข้อมูล สำคัญ การสัมภาษณ์ การประชุมกลุ่มย่อย แล้วนำมาทำการวิเคราะห์ วิธีการปฏิบัติธรรมแบบจับประเด็นจากหลักปฏิบัติธรรมของพระสงฆ์ที่ยึดหลักปฏิบัติธรรมสืบทอดเป็นลำดับมา 3) จำแนกข้อมูลแยก ออกประเด็นตามจุดประสงค์ของการวิจัยที่ตั้งไว้ และตรวจสอบความสมบูรณ์ความถูกต้องอีกครั้งว่าข้อมูลที่ได้นั้น มีความครบถ้วนเพียงพอเหมาะสมพร้อมที่จะนำไปวิเคราะห์ สรุปผลแล้วหรือ ไม่ ในกรณีที่ข้อมูลที่ได้ไม่มีความ สอดคล้องกัน จะใช้การตรวจสอบแบบสามเส้า (Triangulation) โดยการศึกษา รวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการปฏิบัติธรรมในพุทธศาสนาเถรวาทของพระสงฆ์ในจังหวัดสกลนคร เพิ่มเติมอีกหากว่าข้อมูลส่วนใดยังไม่สมบูรณ์ และ 2) การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ได้ดำเนินการศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลตามจุดประสงค์ของ การวิจัยในแต่ละประเด็นที่กำหนดไว้โดยใช้แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เป็นแนวทางในการวิเคราะห์ ข้อมูล และอธิบายผลตามจุดมุ่งหมายของการวิจัยแล้ว นำเสนอผลงานวิจัยในการวิเคราะห์หลักปฏิบัติธรรมของพระสงฆ์ในจังหวัดสกลนครตามลำดับ ขั้นตอนแล้ว นำมาเขียนเป็นรายงานผลการวิจัยเป็นแบบเชิงพรรณนาวิเคราะห์

## ผลการวิจัย

ผลการวิจัย พบว่า

ธรรมะในพุทธศาสนาเถรวาท ที่ปรากฏในพระไตรปิฎกมีเพียง 8 ข้อเท่านั้น ซึ่งมีใจความว่าธรรมะเป็นวัตร แต่ไม่เป็นศีล มี 8 ข้อ คือ ข้อที่ 1-8 ได้แก่ 1) ปังสุกติกังคธรรม (นุ่งห่มผ้าบังสุกุล) 2) เติจวิรังกังคธรรม (ทรงไตรจีวร) 3) ปิณฑปาตีกังคธรรม (เที่ยวบิณฑบาต) 4) สปัตทานจาริกังคธรรม (เที่ยวบิณฑบาตตามลำดับ) 5) ขลุปัจฉาภัตติกังคธรรม (การห้ามภักเมื่อภายหลัง) 6) อารัญญิกังคธรรม (การอยู่ป่า) 7) ยถาสันถติกังคธรรม (การอยู่ในเสนาสนะอันท่านจัดให้) 8) เนสัชชิกังคธรรม (การนั่ง) ต่อมา มีการเพิ่มธรรมะเข้ามาอีก 5 ข้อ คือ ข้อ 9 ถึง 13 เป็นผลให้ปัจจุบันนี้ ธรรมะเพื่อปฏิบัติมี 13 ข้อ และการปฏิบัติที่เข้มข้น เป็นแบบอุกฤษฏ์ แบบเพลา ๆ หรือแบบกลาง และแบบต่ำ(น้อย)



วิธีการปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระสงฆ์ในจังหวัดสกลนคร เป็นไปเพื่อขัดเกลากิเลส เป็นคนมักน้อยสันโดษ เลี้ยงง่ายอยู่ง่าย ได้ถือปฏิบัติธุดงค์วัตรมาเป็นประจำไม่ย่อหย่อนในการปฏิบัติธุดงค์ เป็นการปฏิบัติที่ยึดมั่นด้วยวิธีการของการปฏิบัติตามพุทธบัญญัติ เลียนแบบพระสาวกในสมัยพุทธกาล เช่น พระมหากัสสปะเถระพระอุปเสนเถระ, พระเรวตขทรวนียเถระ, พระราหุลเถระ, พระสุภูตะเถระ, พระโฆมราชเถระ และพระปิณฑกาทวาทเถระ ซึ่งได้ปฏิบัติตามคำสอนพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้ว ทำให้พระสาวกเหล่านั้นได้บรรลุผลตามต้องการ ด้วยพิจารณาแล้ว เห็นว่า ข้อวัตรปฏิบัติของพระสงฆ์ในระยะหลัง มีข้อปฏิบัติตลอดจนขนบธรรมเนียมปฏิบัติเริ่มผิดแบบ อันดีแต่โบราณ การปฏิบัติตาม ๆ กันไปโดยไม่ทราบเหตุและผล จุดประสงค์ถือการปฏิบัติแบบมกมาย จนได้บรรลุผลเท่าที่เป็นการแอบอ้างเท่านั้น บางทีก็ปรับเปลี่ยนรูปแบบวิธีการ (สร้างแบบวิธีปฏิบัติแบบพิสดาร) มีต้นหาแอบแฝงหวังในลาภยศสรรเสริญ อีกทั้งยังมองข้ามเรื่องอาบัติเล็ก ๆ น้อย ๆ ซึ่งจะเป็นจุดเริ่มต้นของการปิดกั้นการเข้าถึงแก่นสารของพุทธศาสนาเถรวาทที่แท้จริง

ผลการวิเคราะห์การปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระสงฆ์ในจังหวัดสกลนคร ที่เป็นแบบอย่างในการถือปฏิบัติธุดงค์วัตร ผิดปฏิบัติให้มีคุณค่าต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์ ใช้หลักศีลธรรมในการดำรงชีวิตของพุทธบริษัทตามกฎหมายแห่งธรรมชาติ รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลง มีการดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกันได้อย่างสันติสุขพุทธศาสนิกชนเป็นผู้มีความรอบรู้ทั้งทางโลกและทางธรรมด้วยกระบวนการธุดงค์วัตรในการพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา อีกทั้งยังเผยแผ่ได้อย่างมีคุณภาพเป็นประโยชน์ตนและประโยชน์สังคมประเทศชาติ หลักธุดงค์วัตร 13 ข้อในพุทธศาสนาเถรวาทของพระสงฆ์ในจังหวัดสกลนคร แบ่งออกได้เป็น 4 หมวด ได้แก่ หมวดที่ 1 ว่าด้วยจีวร ก็คือเครื่องนุ่งห่ม มีดังนี้ 1) ถือปฏิบัติใช้ผ้าบังสุกุลเป็นวัตร 2) ถือการปฏิบัติใช้ผ้าไตรจีวรเป็นวัตรถือผ้าเพียงสามผืน ได้แก่ จีวร สบง สังฆาฏิ อย่างละผืน ไม่มีผ้าผืนที่สองในแต่ละชนิด หมวดที่ 2 ว่าด้วยบิณฑบาตก็คืออาหารและยารักษาโรค มีดังนี้ 1) การถือเทียวบิณฑบาตเป็นวัตร หลักการปฏิบัติ คือ ยินดีเฉพาะในการบิณฑบาตเท่านั้น ไม่ยินดีในกิจนิมนต์ และไม่รับปัจจัยดังที่ได้สมาทานไว้เบื้องต้น 2) ถือเทียวบิณฑบาตไปตามแถวเป็นวัตร หลักการปฏิบัติ คือ เดินไปเป็นแถวไม่โลเลในการเดิน ไม่ว่าจะมีคนใส่หรือไม่มีใส่บาตรก็ตาม ไม่เดินหาอาหารบิณฑบาตนอกแถว แชนหน้าชนหลัง หรือมีความกังวลในอาหารที่ตนจะได้ถือนั่งฉันอาสนะเดียวเป็นวัตร หลักการปฏิบัติ คือ ฉันในที่นั่งฉันห้ามลุกจากที่จนกว่าจะฉันอันอื่น ถ้าลุก กลับมาฉันอีกถือเป็นขาดจากการสมาทาน ยกเว้นการสมาทานอย่างกลาง และอย่างเพลา ฉันวันละมือ 4) ถือฉันเฉพาะในบาตรเดียวเป็นวัตร หลักการปฏิบัติ คือ ฉันเฉพาะอาหารที่ลงมาในบาตร เช่น อาหารที่เป็นของหวาน และอาหารที่เป็นของคาว ร่วมกันอยู่ในบาตรเดียว ไม่ฉันในภาชนะอื่น เช่น จานลองรับหรือภาชนะอื่น ๆ 5) การห้ามภักที่เขานำมาถวายภายหลัง หลักการปฏิบัติ คือ เมื่อลงมือฉันแล้ว มีผู้นำอาหารมาถวายอีกก็ไม่รับ เมื่อเรามีอาหารเพียงพอต่อการขบเคี้ยวแล้ว จะไม่รับอาหารอื่นที่นำมาในภายหลัง แม้อาหารนั้นจะอร่อยเพียงใดก็ตาม หมวดที่ 3 ว่าด้วยเสนาสนะก็คือที่อยู่อาศัย มีดังนี้ 1) ถือการอยู่ในเสนาสนะที่เขาจัดให้เป็นวัตร หลักการปฏิบัติ คือ ไม่อยู่ตามใจกิเลสของตัวเอง แต่พึงยินดีในเสนาสนะที่เขาเตรียมและจัดไว้ให้ จะเป็นที่ได้ก็ตามพระธุดงค์เมื่อสมาทานแล้วก็ยินดีในเสนาสนะนั้น ไม่เลือกเสนาสนะเอาตามพอใจตัวเอง 2) การปฏิบัติอยู่โคนต้นไม้เป็นวัตร 3) การปฏิบัติอยู่กลางแจ้งเป็นวัตร ไม่อยู่ในที่มุงบัง หรือแม้แต่ใต้ร่มเงาไม้ 4) การอยู่ป่าเป็นวัตร เพราะป่าเป็นสถานที่อันสงบเงียบ ไม่มีผู้คนที่จะเข้ามาวุ่นวาย 5) การปฏิบัติอยู่ป่าช้าเป็นวัตร การอยู่แรมคืนในป่าช้าเป็นประจำ และ หมวดที่ 4 ว่าด้วยการปรารภความเพียรความสันโดษ มีดังนี้ 1) ถือการนั่งเป็นวัตร คือ การถือนั่ง ยืน และเดิน เท่านั้น ไม่เอนกายนอน

ธุดงค์วัตรจะเน้นปฏิบัติตามหลักของพระธรรมวินัยอย่างเคร่งครัด ธุดงค์นั้นหมายถึง องค์คุณเครื่องขัดเกลากิเลสและธุดงค์วัตร ซึ่งมี 13 ประการดังกล่าวแล้ว การสมาทานธุดงค์วัตรเป็นไปตามสมัครใจ ส่วนใหญ่จะปฏิบัติเป็นแนวเดียวกัน ได้แก่ 1) การถือเทียวบิณฑบาตเป็นวัตร มีหลักการปฏิบัติ คือ ยินดีเฉพาะในการบิณฑบาตเท่านั้น ไม่ยินดีในกิจนิมนต์ และไม่รับปัจจัยดังที่ได้สมาทานไว้เบื้องต้น 2) ถือเทียวบิณฑบาตไปตามแถวเป็นวัตร



มีหลักการปฏิบัติ คือ เดินไปเป็นแถวไม่โลเลในการเดิน ไม่ว่าจะมีคนใส่หรือไม่ใส่บาตรก็ตามไม่เดินหาอาหาร บิณฑบาตนอกแถว แชนหน้าชนหลัง หรือมีความกังวลในอาหารที่ตนจะได้ 3) ถือนั่งฉันอาสนะเดียวเป็นวัตร มีหลักการปฏิบัติ คือ ฉันในที่นี้ ห้ามลุกจากที่จนกว่าจะฉันอิ่ม ถ้าลุกกลับมาฉันอีกถือเป็นขาดจากการสมาทาน ยกเว้นการสมาทานอย่างกลาง และอย่างเพลา 4) ถือนั่งเฉพาะในบาตรเดียวเป็นวัตร มีหลักการปฏิบัติ คือ ฉันเฉพาะอาหารที่ลงในบาตร เช่น อาหารที่เป็นของหวาน และอาหารที่เป็นของคาว รวมกันอยู่ในบาตรเดียว ไม่ฉันในภาชนะอื่น เช่น จานลองรับ หรือภาชนะอื่น ๆ 5) ถือนั่งห้ามกัณฑ์อันนำมาถวายเมื่อภายหลังเป็นวัตร มีหลักการปฏิบัติ คือ เมื่อเราได้อาหารเพียงพอต่อการขบเคี้ยวแล้ว จะไม่รับอาหารอื่นที่นำมาในภายหลัง แม้อาหารนั้นจะอร่อยเพียงใดก็ตาม 6) ถือนั่งอยู่ในเสนาสนะที่เขาจัดให้เป็นวัตร มีหลักการปฏิบัติ คือ ไม่อยู่ตามใจกิเลสของตัวเอง แต่พึงยินดีในเสนาสนะที่เขาเตรียมและจัดไว้ให้ จะเป็นที่ดีก็ตามพระอรหันต์เมื่อสมาทานแล้วก็ยินดีในเสนาสนะนั้น ส่วนข้ออื่น ๆ ถือเป็นบางโอกาสเนื่องจากสถานที่บางแห่งไม่เอื้อต่อการปฏิบัติ สำคัญพระสงฆ์ที่ร่วมจาริกธุดงค์มีทั้งพระภิกษุผู้บวชใหม่ คือ มีทั้งระดับพระนวกะ พระมัชฌิมะ และพระเถระ ยังมีการสมาทานถือปฏิบัติเพิ่มเป็นพิเศษอีก 3) ข้อ คือ 1) สมาทานไม่ขึ้นรถ 2) สมาทานไม่ใส่รองเท้าในระหว่างการเดินทาง และ 3) ไม่รับปัจจัยใด ๆ ทั้งสิ้น การอบรมและฝึกปฏิบัติข้อวัตร คือ การอบรมลูกศิษย์แนะนำการเจริญจิตภาวนา สอนวิปัสสนากรรมฐาน ซึ่งเป็นภารกิจที่ครูบาอาจารย์ต้องให้การอบรมแนะนำดูแลให้คำปรึกษาลูกศิษย์อย่างใกล้ชิด การเข้ามาบวชตั้งแต่เป็นผ้าขาวเพื่อทดลองฝึกการปฏิบัติก่อนการบวชเพื่อเป็นพระภิกษุที่เพียบพร้อมในศีลาจารวัตร

## อภิปรายผล

จากผลการวิจัย สามารถอภิปรายผลได้ ดังนี้

ธุดงค์วัตร เป็นข้อปฏิบัติที่เข้มงวดพิเศษเพื่อการขัดเกลาจิตใจอย่างยิ่ง ภิกษุถือปฏิบัติ เป็นการสมัครใจที่จะเลือกปฏิบัติได้เอง ปฏิบัติข้อใดเป็นเวลาเท่าใดก็ได้ เมื่อจะถือปฏิบัติเพียงแต่กล่าวคำสมาทานธุดงค์วัตร พระสงฆ์มักจะปฏิบัติควบคู่ไปกับการปฏิบัติกรรมฐานเพราะธุดงค์วัตรจะสนับสนุนให้การปฏิบัติกรรมฐานเห็นผลในด้านสมาธิอย่างชัดเจนและรวดเร็วยิ่งขึ้น กิริยาท่าทางของพระธุดงค์กรรมฐานก็แลดูสงบเยือกเย็นเป็นที่น่าเคารพและน่าเลื่อมใส อันเกิดจากการปฏิบัติธุดงค์วัตรนั่นเอง ความดีงาม ควรประกอบด้วย หลักธรรมที่จะช่วยส่งเสริมได้ด้วยสุขภาพร่างกาย จิตใจและสติปัญญา กล่าวคือ หลักไตรสิกขาที่ครอบคลุมให้บรรลุวัตถุประสงค์ในการถือธุดงค์ด้วยศีลสมาธิและปัญญาอันส่งผลให้เห็นแจ้งหรือรู้ชัดในสิ่งทั้งหลายตรงต่อสภาวะเข้าใจตามความเป็นจริงหรือตามกระบวนการสมถวิปัสสนา นอกจากนี้ยังมีการศึกษาของพระครูปลัดทินกร อิสสรโรและคณะ เรื่อง “ธุดงค์วัตร : แนวทางพัฒนาศาสนทายาทในพุทธศาสนาเถรวาท” ผลการวิจัยพบว่า การปฏิบัติธุดงค์วัตรต้องประกอบด้วยหลักธรรมที่จะช่วยส่งเสริมสุขภาพร่างกาย จิตใจและสติปัญญา กล่าวคือ หลักไตรสิกขาที่ครอบคลุมให้ศาสนทายาทบรรลุวัตถุประสงค์ในการถือธุดงค์ด้วยศีลสมาธิและปัญญาอันส่งผลให้ศาสนทายาทเห็นแจ้งหรือรู้ชัดเห็นตรงต่อสภาวะเข้าใจตามความเป็นจริงหรือตามกระบวนการสมถวิปัสสนา พระภิกษุผู้มุ่งการบรรลุธรรมส่วนมากจะปฏิบัติโดยการเอาชีวิตเป็นเดิมพันเพื่อเข้าถึงแก่นแท้ของการปฏิบัติเช่นการปฏิบัติขั้นอุกฤษฏ์ ซึ่งเป็นการทรมานตนเองอย่างกลาง ๆ ตามฐานะที่ตนสมาทานถือปฏิบัติและอย่างเพลา คือ เป็นไปตามบารมีที่ตนสร้างมาโดยการปฏิบัติไปเรื่อย ๆ ไม่มีกำหนดขอบเขตหรือตามจริตและความสามารถที่ตนพึงมี (พระครูปลัดทินกร อิสสรโร และคณะ, 2565) อีกทั้งยังมีการศึกษาของ พระสุทัศน์ กตสาโร เรื่อง “รูปแบบการปฏิบัติธุดงค์วัตรในสังคมไทย” พบว่า ธุดงค์วัตรแปลตามตัว หมายถึง องค์คุณเครื่องกำจัดกิเลส ประกอบด้วยข้อวัตรปฏิบัติ 13 ข้อ เรียกว่า ธุดงค์วัตร 13 ซึ่งผู้ที่ปฏิบัติสามารถเลือกปฏิบัติข้อใดข้อหนึ่งได้ตามความสมัครใจ และไม่จำเป็นต้องปฏิบัติให้ครบทุกข้อ เพราะการปฏิบัติขึ้นอยู่กับบุญบารมี ความอดทน และความเพียร เช่น การถือปฏิบัติข้ออารัญญกังคะ (อยู่ป่า) และโสสานิกังคะ (อยู่ป่าช้า) (พระสุทัศน์ กตสาโร, 2556) และการศึกษาของพระไพศาล พญสุตโต (สุมาลี) เรื่อง “วิธีการ



สร้างศาสนทายาทของพระสายปฏิบัติในจังหวัดสกลนคร” ผลการวิจัยพบว่า วิธีการสร้างศาสนทายาทที่เป็นอัตลักษณ์ของจังหวัดสกลนคร คือ อบรมข้อวัตร แต่ละสำนักจะมีขั้นตอนการอบรมและฝึกปฏิบัติขั้นตอนดังกล่าวคือ การอบรมลูกศิษย์แบบนำการเจริญจิตภาวนา สอนวิปัสสนากรรมฐานนั้นเป็นภารกิจที่ครูบาอาจารย์ต้องให้การอบรมแนะนำดูแลให้คำปรึกษาลูกศิษย์อย่างใกล้ชิด (พระไพศาล พุสุตโต (สุมาลี), 2558)

วิธีการปฏิบัติธุดงค์ของพระสงฆ์ในจังหวัดสกลนคร เป็นการปฏิบัติที่ยึดมั่นด้วยวิถีทางการปฏิบัติตามพุทธบัญญัติ เลียนแบบพระสาวกในสมัยพุทธกาล คือ ได้ปฏิบัติตามคำสอนพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้ว ทำให้พระสาวกเหล่านั้นได้บรรลุผลตามต้องการ และปฏิบัติตามคำสอนและวิธีการของบูรพาจารย์ กฎระเบียบวิธีการที่บูรพาจารย์ได้รับการอบรมถ่ายทอดมาอย่างดี และด้วยปฏิปทาของบูรพาจารย์ที่แน่วแน่ในการถ่ายทอดเพื่อให้การอบรมฝึกปฏิบัติเป็นไปอย่างถูกต้องมีประสิทธิภาพ และแก้ไขสิ่งที่ผิดกลับมาเห็นตรงเห็นชอบตามคำสอนของพระศาสดา อีกทั้งยังมีการศึกษาของพระไพศาล พุสุตโต(สุมาลี) เรื่อง “วิธีการสร้าง ศาสนทายาทของพระสายปฏิบัติในจังหวัดสกลนคร” ผลการวิจัยพบว่า วิธีการสร้างศาสนทายาทของพระสายปฏิบัติในจังหวัดสกลนคร คือ อบรมข้อวัตร ให้การอบรมและทำการฝึกปฏิบัติ ให้คำแก้ไขในข้อสงสัยในการเจริญจิตภาวนา สอนวิปัสสนากรรมฐานนั้นเป็นภารกิจที่ครูบาอาจารย์แนะนำดูแลให้คำปรึกษา ตลอดถึงศึกษาข้อวัตรปฏิบัติต่าง ๆ ถ่ายทอดและอย่างมีคุณภาพ มีความรู้ที่ถูกต้อง วิธีการที่ถูกต้องให้กับลูกศิษย์รุ่นหลังต่อเนื่องอย่างเพียบพร้อม (พระไพศาล พุสุตโต (สุมาลี), 2558) นอกจากนี้มีการศึกษาของพระมหาจรัญ ปญญาโวโร ได้ศึกษาเรื่อง การศึกษาบทบาทของพระมหาภิกษุสเประในการเผยแผ่พุทธศาสนาเถรวาท พบว่า พระมหาภิกษุสเประ ท่านถือธุดงค์ 3 ข้ออย่างเคร่งครัดคือ ปิงสุกุลิภังคธุดงค์ การอธิฐานจิตหรือเปล่งวาจาสมาทานใช้แต่เฉพาะผ้าบังสุกุลเท่านั้น ไม่รับจีวรที่มีผู้ถวาย ปิณฑปาติภังคธุดงค์ การอธิฐานจิตหรือเปล่งวาจาสมาทานถือเทียวบิณฑบาต เลี้ยงชีวิตเป็นวัตรไม่รับอติเรกลาภ และอารัญญิภังคธุดงค์ การอธิฐานจิตหรือเปล่งวาจาสมาทานถืออยู่ป่าเป็นวัตรซึ่งห่างจากบ้านคน 511 ชั่วธนูหรือ 25 เส้น และจากคำอนุศาสน์ที่พระอุปัชฌาย์กล่าวสอนพระบวชใหม่ที่ใช้กระทั่งถึงปัจจุบัน คำสอนที่สำคัญในเบื้องต้นของนักบวช มีอยู่ 8 ข้อด้วยกัน คือ 4 ข้อเป็นกิจที่พึงกระทำ และ 4 ข้อเป็นกิจที่ไม่ควรกระทำ กิจที่ไม่ควรกระทำห้ามเด็ดขาด ห้ามเสพเมถุน ห้ามฆ่ามนุษย์ ห้ามลักทรัพย์ ห้ามอวดอุตริवादคุณธรรมวิเศษที่ไม่มีในตน กิจที่พึงกระทำ ถ้าไม่ทำก็ไม่ผิด แต่ถ้าทำก็ทำให้เจริญก้าวหน้าในธรรม ได้บรรลุธรรมอย่างรวดเร็ว คือ 1) บิณฑบาตเป็นวัตร 2) อยู่โคนไม้อยู่ตามป่าที่มีต้นไม้ เป็นสถานที่สงบ สงัด วิเวก ที่เหมาะกับการบำเพ็ญจิตภาวนา 3) ใช้ผ้าบังสุกุล คือใช้เศษผ้ามาทำจีวร ไม่เลือกผ้าที่เป็นผ้าสำเร็จผ้าที่ทำมาจากโรงงานผ้าใหม่ ให้เอาผ้าเก่าผ้าขี้ริ้วที่เขาทิ้งแล้ว ตามสถานที่ต่าง ๆ ไปรวบรวมเก็บเอามาไว้ได้จำนวนที่พอต่อการนำมาเย็บเป็นผ้าจีวรก็เอามาตัดเย็บกัน นำมาย้อมด้วยน้ำฟาด น้ำที่ต้มด้วยแก่นไม้ เช่น แก่นขนุน จะได้ผ้าสีเหลือง ผ้าสีกาสาพัสตร์ และ 4) ใช้ยาตองน้ำมูตรเน่า คือใช้น้ำปัสสาวะตองกับสมุนไพรต่าง ๆ เช่น สมอ หรือสมุนไพรที่ใช้เป็นยาได้ เอามาตองหรือแม้แต่การต้มน้ำปัสสาวะโดยตรงเลย ในสมัยพุทธกาล น้ำปัสสาวะถือว่าเป็นน้ำโอสถชนิดหนึ่ง รักษาโรคภัยไข้เจ็บได้ ปัจจุบันมีความก้าวหน้าทางการสาธารณสุข ก็ไม่สมาทานก็ได้ แต่พระบูรพาจารย์ท่านก็ยังคงสมาทานธุดงค์ข้อนี้เป็นปกติ (พระมหาจรัญ ปญญาโวโร, 2541)

การปฏิบัติธุดงค์ของพระสงฆ์ในจังหวัดสกลนคร ปฏิปทาของพระมหาเถระในการสืบสานพุทธศาสนาเถรวาทให้ยั่งยืนต่อไป พระภิกษุสงฆ์บวชใหม่สามารถปฏิบัติธุดงค์ได้และออกจาริกเพื่อการขัดเกลาจิตใจ ซึ่งมีพระอาจารย์เป็นผู้แนะนำสั่งสอน เมื่อได้ฝึกปฏิบัติแล้ว พระภิกษุเหล่านั้นหากลาสิกขาไป จะเป็นศาสนิกชนที่ดีมีคุณภาพ ถ้าจะรับการปฏิบัติเพิ่มหรือมีจิตศรัทธาให้การสนับสนุนกิจของพุทธศาสนาเถรวาทต่อไปได้ นอกจากนี้มีการศึกษาของพระครูสิริกิจจาภรณ์เสริม กตกิจใจ เรื่อง โสสานิกธุดงค์ในพุทธศาสนาเถรวาท: กรณีศึกษา หลวงพ่อเกษม เขมโก พบว่า ธุดงค์ในพุทธศาสนาเถรวาท ปฏิบัติข้อใดข้อหนึ่งก็ได้หรือจะปฏิบัติธุดงค์หลาย ๆ ข้อพร้อมกันก็ได้ ช่วยให้เป็นคนมีกนายน้อยสันโดษ นอกจากนี้ยังได้รับอานิสงส์ของการปฏิบัติตามสมควรแก่การปฏิบัติ



กล่าวโดยรวมแล้วทำให้ได้รับอานิสงส์ 28 ประการ มีอาชีวะบริสุทธิ์ทำให้สงบ และทำให้พ้นจากกิเลสซึ่งเป็นผลของปฏิบัติตรงควัตรในการพัฒนามนุษย์ให้เป็นคนที่ยึดพร้อมคุณธรรม (พระครูสิทธิกิจจาภรณ์เสริม กตกิจใจ, 2549) อีกทั้งยังมีการศึกษาของพระมหาสุชนา โรจนญาโณ เรื่อง การศึกษาบทบาทของพระโมคคัลลานะเถระในการเผยแผ่พุทธศาสนาเถรวาท กล่าวเกี่ยวกับการปฏิบัติตรงคัมภีร์ของพระโมคคัลลานะเถระว่า เราทั้งหลายถือการอยู่ป่าเป็นวัตร ถือการเที่ยวบิณฑบาตเป็นวัตร ถือการอยู่โคนต้นไม้เป็นวัตร พอใจในอาหารที่อยู่ในบาตรด้วยการเที่ยวแสวงหาได้มา มีจิตมั่นคงดีภายใน พึงทำลายเสนามัจจุราชได้ พระโมคคัลลานะเถระถือได้ว่าเป็นกำลังในการช่วยเหลือพระศาสนา ท่านจึงมีคำสอนสำหรับเป็นเครื่องเตือนใจแก่พุทธบริษัทและบุคคลทั่วไป ซึ่งนับได้ว่าเป็นประโยชน์ต่อพุทธศาสนาเถรวาทอย่างยิ่ง (พระมหาสุชนา โรจนญาโณ, 2541)

### สรุปและข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่องนี้ สรุปได้ว่า ธุดงค์วัตร เป็นข้อปฏิบัติเพื่อการขัดเกลากิเลสเลือกปฏิบัติข้อใดเป็นเวลาเท่าใดก็ได้ ผลสมาธิริยาจะเป็นที่นำเคารพเลื่อมใสของผู้พบเห็น ความดีงามด้วยหลักไตรสิกขาจะส่งเสริมสุขภาพร่างกายจิตใจและสติปัญญา การถือธุดงค์ด้วยศีลสมาธิและปัญญาจะเห็นแจ้งชัดในสภาวะตามความเป็นจริง องค์คุณเครื่องกำจัดกิเลสด้วยข้อวัตรปฏิบัติ 13 ข้อ คือ ธุดงค์วัตร 13 วิธีการปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระสงฆ์ในจังหวัดสกลนคร ปฏิบัติตามคำสอนพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและวิธีการของบูรพาจารย์ที่ท่านได้ศึกษาและปฏิบัติด้วยปฏิบัติที่แน่วแน่ เพื่อให้การฝึกอบรมปฏิบัติเป็นไปอย่างถูกต้องมีประสิทธิภาพ ตามแบบอย่างพระมหาภิณายะเถระท่านได้ปฏิบัติตามแนวของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้วบรรลุพระอรหันต์ การปฏิบัติได้สืบทอดมาจนปัจจุบันเห็นได้จากคำอนุศาสน์ที่พระอุปัชฌาย์กล่าวสอนพระบวชใหม่อันสำคัญในเบื้องต้นของนักบวช มีอยู่ 8 ข้อ คือ 4 ข้อเป็นกิจที่พึงกระทำ และ 4 ข้อเป็นกิจที่ไม่ควรกระทำ สี่ข้อกิจที่ไม่ควรกระทำคือห้ามเด็ดขาด ห้ามเสพเมถุน ห้ามฆ่ามนุษย์ ห้ามลักทรัพย์ ห้ามอวดอุตริอวดคุณธรรมวิเศษที่ไม่มีในตน และการปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระสงฆ์ในจังหวัดสกลนคร ซึ่งพระอาจารย์เป็นผู้แนะนำสั่งสอนให้ฝึกปฏิบัติ โดยสมათานธุดงค์วัตรทำเป็นตัวอย่างให้ศิษยานุศิษย์ดูและปฏิบัติตาม แต่ละสำนักจะมีขั้นตอนการอบรมและฝึกปฏิบัติเป็นขั้นตอน คือ การอบรมลูกศิษย์ แนะนำการเจริญจิตภาวนาสอนวิปัสสนากรรมฐาน ซึ่งเป็นภารกิจที่ครูบาอาจารย์ต้องให้การอบรมแนะนำดูแลให้คำปรึกษาลูกศิษย์อย่างใกล้ชิด การเข้ามาบวชตั้งแต่เป็นผ้าขาวเพื่อทดลองฝึกการปฏิบัติก่อนการบวชเพื่อเป็นพระภิกษุ ตลอดถึงศึกษาข้อวัตรปฏิบัติต่าง ๆ เพื่อเป็นการฝึกหัดความอดทนด้วยวิธีเหล่านี้ จึงทำให้พระสายปฏิบัติในจังหวัดสกลนครมีศาสนทายาทที่ดีสืบทอด และมีคุณภาพสามารถพร้อมเป็นผู้นำเป็นครูเป็นอาจารย์สั่งสอนลูกศิษย์รุ่นหลังอย่างต่อเนื่องตลอดมา ภิกษุเหล่านั้นแม้ลาสิกขาไป จะเป็นศาสนิกชนที่มีคุณภาพ อาจปฏิบัติเพิ่มหรือให้การสนับสนุนกิจของพุทธศาสนาเถรวาทได้ เพราะผลของการปฏิบัติธุดงค์วัตร ในการพัฒนาคนให้เป็นคนที่มีคุณธรรม เป็นเครื่องเตือนใจแก่พุทธบริษัทและบุคคลทั่วไป อันนับได้ว่าเป็นประโยชน์ต่อพุทธศาสนาเถรวาทอย่างยิ่ง ข้อค้นพบที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเห็นว่าควรมีข้อเสนอแนะเพื่อเป็นนัยยะแห่งการศึกษาปฏิบัติธุดงค์วัตร ตามหลักพระธรรมวินัยที่ถูกที่ควรโดยเคร่งครัด อันจะนำผลให้เกิดประโยชน์กับพุทธบริษัทและศาสนิกชนโดยรวมและเผยแพร่สู่สังคมชาวโลก ได้มีส่วนรับรู้และทราบถึงวิธีการปฏิบัติเพื่อการส่งเสริมหรือสนับสนุนในภายภาคหน้า จึงมีข้อเสนอแนะ ดังนี้ 1) ควรมีการศึกษาพุทธศาสน์การเผยแพร่หลักการวิธีการและการปฏิบัติธุดงค์วัตร ตามหลักพระธรรมวินัย 2) ควรมีการประชาสัมพันธ์เพื่อสังคมทั่วไปได้รับทราบ ในการมีส่วนร่วม การปฏิบัติตนไม่ว่าจะเป็นการมีส่วนร่วม การให้การสนับสนุน หรือการรับทราบโดยไม่มีการวิจารณ์หรือขัดขวาง 3) ควรศึกษาคุณค่าของการถือธุดงค์วัตรที่มีคุณค่าจากการปฏิบัติของคณะสงฆ์ต่อสังคมทั่วไปและสังคมโลกตะวันตก 4) ควรศึกษาวิเคราะห์ธุดงค์วัตรในพระพุทธานุศาสน์เถรวาทกับการอนุรักษ์ทรัพยากร ธรรมชาติ ที่สามารถนำไปสู่การบรรลุธรรม 5) ศึกษาเชิงวิเคราะห์การจาริกธุดงค์กับหลักปฏิบัติธุดงค์วัตรที่ปรากฏในคัมภีร์มีส่วนคล้ายคลึงหรือแตกต่างกันในประเด็นใดบ้าง



## เอกสารอ้างอิง

- พระครูปลัดทินกร อีสสุโร และคณะ. (2565). ธุดงค์วัตร : แนวทางพัฒนาศาสนทายาทในพระพุทธศาสนา. วารสารปรัชญาปริทรรศน์, 23(1), 80-93.
- พระครูสิริกิจจาภรณ์เสริม กตกิจโจ. (2549). โสสานิกธุดงค์ในพุทธศาสนาเถรวาท : กรณีศึกษาหลวงพ่อกะเขม. ในวิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพระพุทธศาสนา. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระไพศาล พญสุตโต (สุมาลี). (2558). วิธีการสร้างศาสนทายาทของพระสายปฏิบัติในจังหวัดสกลนครศิลปะศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา ภาควิชาปรัชญาและศาสนาคณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. วารสารปณิธาน, 11(16), 130-146.
- พระมหาจรัญ ญาณวโร. (2541). การศึกษาบทบาทของพระมหากัสสปเถระในการเผยแผ่พุทธศาสนาเถรวาท. ในวิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพระพุทธศาสนา. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระมหาสุชนา ไรจัญญาโณ. (2541). การศึกษาบทบาทของพระโมคคัลลานะเถระในการเผยแผ่พุทธศาสนาเถรวาท. ในวิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพระพุทธศาสนา. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระสุทัศน์ กตสาโร. (2556). การศึกษาธุดงค์วัตรในพระพุทธศาสนา : กรณีศึกษาแนวปฏิบัติธุดงค์วัตรของวัดพระธรรมกาย ปทุมธานี. ใน ดุษฎีนิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาพระพุทธศาสนา. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระอาจารย์มหาบัว ญาณสัมปันโน. (2551). ประวัติท่านพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต. กรุงเทพมหานคร: บริษัทศิลป์สยามบรรณภัณฑ์และการพิมพ์ จำกัด.
- มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิราวุธวิทยาลัย. (2525). พระไตรปิฎกภาษาไทย. ฉบับมหายานมหาวิทยาลัย: พระสูตรและอรรถกถาแปล. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิราวุธวิทยาลัย.
- สมเด็จพระพุทธปาพจนจารย์ (อ.อ. อาสนมหาเถร). (2547). คัมภีร์วิมุตติ พระพุทธโฆสเถระ รจนา. (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพมหานคร: ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุต.โต). (2561). การพัฒนาที่ยั่งยืน. (พิมพ์ครั้งที่ 21). นครปฐม: วัดญาณเวศกวัน.