กับพิธีกรรมทางศาสนาและความเชื่อก็มีอยู่แล้ว ดังนั้น จึงจะพบว่าศาสนาต่างๆ ในโลกไม่ว่าจะเป็นศาสนาโบราณหรือศาสนาที่ยังมีคนนับถืออยู่ในทุกวันนี้ เช่น ศาสนาพราหมณ์ พุทธ คริสต์ อิสลาม ก็ยังคงสืบทอดพิธีกรรมการสวดมนต์เพื่อเข้าถึงความจริงทางศาสนาหรือการทำจิตให้เป็นสมาธิดังกล่าวนั้นอยู่ตลอดเวลา

สำหรับพระพุทธศาสนาถือว่าเป็นศาสนาที่ไม่ยอมรับหรือเชื่อในอำนาจของพระเจ้า (God) ตามนัยของศาสนาพราหมณ์(อดิศักดิ์ ทองบุญ:2546:13–14) และให้ความสำคัญกับศักยภาพและความสามารถของมนุษย์โดยเชื่อว่า มนุษย์สามารถที่จะเป็นผู้กำหนดโชคชะตาชีวิตของตนเองได้ (ขุ.ธ. (ไทย) 25/160/82) เพราะมนุษย์เป็นสัตว์ที่สามารถฝึกได้(ขุ.ธ. (ไทย) 25/47/152) แต่แม้กระนั้นในแง่ของรูปแบบและกระบวนการทางศาสนาพระพุทธองค์ก็มิได้ทรงห้ามมิให้มีการสวดมนต์หรือท่องบ่นสาธยาย เป็นแต่เพียงว่า ทรงมีพุทธวิธีในการปรับเปลี่ยนวิธีการสวดจากการสวดแบบอ้อนวอน มาเป็นการสวดเพื่อท่องจำหลักคำสอนที่เรียกว่า มุขปาฐะ คือการท่องจำให้ขึ้นใจจนติดปาก(พระธรรมปิฎก, (ป.อ.ปยุตฺโต):2546:198) ซึ่งมนต์หรือบทสวดมนต์นี้พระพุทธศาสนาถือว่า ถ้าไม่ท่องบ่นสาธยายประจำจะทำให้ลืมหรือหายไป(ขุ.ธ. (ไทย) 25/59/164) จึงเห็นได้ว่าวัฒนธรรมในด้านการสวดมนต์สาธยายนั้นก็มีปรากฏอยู่ในพระพุทธศาสนายุคต้นเช่นเดียวกัน

พระพุทธศาสนาเห็นว่าการสวดมนต์หรือการสาธยายมนต์คือคำสอนของพระพุธองค์นั้นเป็นการสืบทอดพระพุทธศาสนาอย่างหนึ่งตามแนวทางของการศึกษาในเชิงมุขปาฐะ กล่าวคือในสมัยเริ่มแรกของพระพุทธศาสนานั้นพระธรรมเทศนาของพระองค์มิได้ถูกบันทึกไว้โดยวิธีการอื่น ๆ แต่เป็นวิธีการของการท่องจำหรือสาธยาย เช่น การสาธยายพระปาฏิโมกข์ หรือข้อบัญญัติของพระพุทธองค์เกี่ยวกับพระวินัย(วิ.ม. (ไทย) 4/132/209) หรือหลักธรรมที่ทรงแสดงโดยพระปาฏิโมกข์นั้นภิกษุจะต้องสวดสาธยายกันในทุก ๆ 1 เดือน ดังนั้น การสวดมนต์ในลักษณะนี้จึงถือว่าเป็นการสวดมนต์หรือสวดพระธรรมเพื่อรักษาพระพุทธศาสนาอย่างหนึ่ง แต่การสวดสาธยายดังกล่าวในสมัยต่อมาก็พัฒนามาเป็นการสวดมนต์ประจำเดือนของเหล่าพระภิกษุ นอกจากบทสาธยายพระวินัยแล้วยังมีบทพระธรรมเทศนาบางบทที่จัดว่าเป็นพระปริตร เช่น โพชฌงคปริตร อาฏานาฏิยปริตร เป็นต้น ซึ่งการสวดพระปริตรเพื่อคุ้มครองป้องกันภยันตรายต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นนี้พระพุทธองค์ทรงอนุญาตให้เหล่าภิกษุสามารถที่จะสวดสาธยายพระปริตรเพื่อป้องกันอันตรายได้ (วิ.ภิกฺขุนี.(ไทย) 3/1015/263)

ในปัจจุบันพบว่าการสวดมนต์ภาวนา ไม่ว่าจะในศาสนาพุทธ ยิว คริสต์ และฮินดู ล้วนต่างให้คุณ ช่วยให้จิตใจสงบลงได้ทั้งสิ้น นายจูลล์ บอร์มานน์ ผู้ศึกษาวิจัยกล่าวในการเสนอรายงานทางเว็บไซต์ว่าที่จริงมันเป็นธรรมเนียมปฏิบัติในเกือบทุกศาสนา แต่ความจริงแล้วมันไม่เพียงแต่เกี่ยวกับศาสนิกชนเท่านั้น หากแต่เป็นเรื่องที่ไม่ต้องเกี่ยวข้องกับศาสนาใดด้วย “ขอให้สวดมนต์กันไว้เถิด มันเป็นเทคนิคช่วยระบบความเครียดในชีวิตประจำวันของเรา” เขาแนะนา ดร.ซาเมอร์ ภาริกห์ นักจิตวิทยาผู้มีชื่อเสียงของอินเดีย(เวทิส ประทุมศรี:2556 ; 58 (1): 67-74) ให้ความเห็นว่า “การสวดมนต์เป็นของมีคุณประโยชน์ มันไหลเลื่อนอย่างเป็นจังหวะ เป็นเครื่องช่วยผ่อนลมหายใจ ช่วยให้จิตใจสงบจากเรื่องฟุ้งซ่าน และยังได้บุญทางจิตวิญญาณด้วย” และเสริมว่า “มันเป็นสมบัติ