

คุณค่าและความสำคัญของการบิณฑบาตในพระพุทธศาสนา

The Value and Importance of Alms in Buddhism

ภาวดี พูลประภา เอี่ยมเจริญ

พระอธิการสมนึก จรโณ

พระอนงค์ไชย วิลาศศักดิ์

วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

somnuek.tub@mcu.ac.th

บทคัดย่อ

การบิณฑบาตเป็นถ้อยวิธีการดำรงชีวิตที่เหมาะสมสำหรับเพศบรรพชิตในพระพุทธศาสนา เป็นกิจวัตรประจำวันที่พระภิกษุจะต้องประพฤติปฏิบัติตามหลักพระวินัย พระพุทธองค์ทรงบัญญัติข้อวัตรปฏิบัติสำหรับการบิณฑบาตมีปรากฏในคัมภีร์พระวินัยปิฎกอยู่ในเสขยิกัณฑ์ปริมณฑลวรรค ได้แก่ บทบัญญัติเกี่ยวกับการนุ่งห่ม การโคจรบิณฑบาต กริยามารยาทในการรับบิณฑบาตและการรับอาหารบิณฑบาตซึ่งถือเป็นหลักการที่สำคัญของพระสงฆ์ในพระพุทธศาสนาที่จะต้องถือเป็นข้อปฏิบัติอย่างเคร่งครัด เพราะการบิณฑบาตมีความสำคัญในฐานะที่เป็นกรณีศึกษา และความสำคัญในฐานะที่เป็นอาชีวปริสสุตศีล คือ การเลี้ยงชีวิตในทางที่ชอบเป็นการหาเลี้ยงชีพที่มีความบริสุทธิ์สำหรับนักบวช ผู้ละบ้านเรือนไม่เกี่ยวข้องด้วยบ้านเรือนแล้ว การดำรงชีพของพระภิกษุยังเป็นการสร้างอรรถประโยชน์ ทั้งสองฝ่าย คือ ประโยชน์ตน และประโยชน์ผู้อื่น นอกนั้นแล้ว การบิณฑบาตยังส่งผลต่อคุณค่าด้านดำรงชีพชีวิตที่พระภิกษุ คุณค่าด้านการพัฒนาทางกาย ทำให้ร่างกายสมบูรณ์และมีบุคลิกภาพที่ดี การพัฒนาทางใจ ทำให้มีสมาธิและมีความอดทน และพัฒนาทางปัญญา เห็นคุณค่าของการดำรงชีพเพื่อจำกัดกิเลสและไม่ยึดมั่นถือ รู้จักปล่อยวาง เพื่อเป้าหมายสูงสุดทางพระพุทธศาสนาคือพระนิพพาน

Attract

The alms round is considered a method of living that is suitable for sex monks in Buddhism. It is a daily routine that monks must follow the rules of the discipline. the

Buddha commanded The rules of conduct for alms appear in the Vinaya Pitaka scriptures in the perimeter of the Sakhikan paragraph, namely the provisions relating to clothing. alms round The etiquette of receiving alms and alms food, which is an important principle of Buddhist monks, must be strictly observed. because alms are important as an event and its importance as a vocational purification is to live in a way that favors a pure livelihood for the priests. People who leave houses are no longer related to houses. A monk's livelihood is also beneficial to both sides, namely one's own benefit and the benefit of others. In addition, alms-giving also affects the value of the monk's livelihood. physical development value Make a complete body and have a good personality. mental development to concentrate and have patience and intellectual development Appreciating the value of living to limit the desires and disobedience know how to let go for the ultimate goal of Buddhism is Nirvana.

บทนำ

พระพุทธองค์ทรงกำหนดให้พระภิกษุต้องบิณฑบาตเพราะทรงปรารถนาให้พระภิกษุมีเวลาว่างพอที่จะประพฤติปฏิบัติธรรมได้อย่างเต็มที่ ไม่ต้องไปดิ้นรนหาเลี้ยงชีพให้ลำบากจนไม่มีกำลังใจในการศึกษาธรรมะซึ่งถือว่าเป็นหน้าที่ที่จะต้องเลี้ยงชีพด้วยการบิณฑบาตเท่านั้น สำหรับการบิณฑบาตนี้ พระพุทธองค์ทรงปฏิบัติเป็นแบบอย่างที่ดีเยี่ยมแก่พระสาวก การบิณฑบาตไม่มักมากในลาภสักการะมากเกินไป ดังที่พระพุทธองค์ทรงตรัสกับพระเจ้าอชาตศัตรูว่า

“มहाบพิตร ภิกษุเชื่อว่าเป็นผู้สันโดษเป็นอย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้สันโดษด้วยจีวรพอกุ้มร่างกายและบิณฑบาตพออิมท้องจะไป ณ ที่ใดๆ ก็ไปได้ทันทีเหมือนนกบินไป ณ ที่นั้นๆ ก็มีแต่ปีกเป็นภาระ “มहाบพิตร ภิกษุเชื่อว่าเป็นผู้สันโดษเป็นอย่างนี้แล” (ที.สี. (ไทย) 9/215/73.) การบิณฑบาตยังถือเป็นพุทธวงศ์ คือ วงศ์ของพระพุทธเจ้าอันมีพระที่ปึงกรพุทธเจ้า พระโกณฑัญญะพุทธเจ้า เป็นต้น ต่างก็อาศัยอาหารบิณฑบาตจากผู้อื่นดำรงชีพ พระพุทธเจ้าตรัสยืนยันเมื่อคราวเสด็จกรุงกบิลพัสดุ์ว่า “มहाบพิตร คำว่า ธรรมเนียมการเสด็จภิกษาจารเพื่อบิณฑบาตนี้มีใช้ธรรมเนียมของขัตติยวงศ์ก็จริง แต่เป็นธรรมเนียมของพุทธวงศ์ (วงศ์ของพระพุทธเจ้า) พระพุทธเจ้าตรัสว่า ธรรมเนียมของผู้สละบ้านเรือนออกบวชเป็นพระพุทธเจ้า และพระสงฆ์สาวกต้องเที่ยวบิณฑบาตเลี้ยงชีพ เป็นอาชีพอัน

สุจริตของนักบวชในพุทธวงศ์ อันมีพระที่ปึงกรพะพุทธเจ้า พระโกณฑัญญะพุทธเจ้า พระกัสสปะพุทธเจ้าเป็นวงศ์ของอาตมาภาพและพระพุทเจ้าอื่นๆ นับได้หลายพันที่ได้สำเร็จจากการเลี้ยงชีพด้วยการภิกขาจารเท่านั้น” (พระสุริยนต์ ทุสสนีโย (น้อยสงวน), 2554: น. 16)

พุทธองค์ทรงตรัสสอนให้พระภิกษุเป็นอยู่ด้วยอาหารบิณฑบาตที่ชาวบ้านเขาถวาย เพราะฉะนั้นการออกบิณฑบาตจึงเป็นวิธีการดำรงชีวิตที่เหมาะสมสำหรับบรรพชิต จึงมีความสำคัญในฐานะที่เป็นกรณียกิจที่ประพจน์ปฏิบัติเป็นกิจวัตรประจำวัน เพื่อการดำรงชีพสร้างอรรถประโยชน์ ประโยชน์ทั้งสองฝ่าย คือ ประโยชน์ตน และประโยชน์ผู้อื่น ทั้งเป็นประโยชน์ในภาพปัจจุบันและประโยชน์ในภพหน้า (ช.ม. (ไทย) 29/156/427.)

พระพุทธเจ้าทรงให้อาวาสพระสงฆ์ผู้บวชใหม่ว่า “บรรพชาอาศัยโภชนะ คือ คำข้าวอันหาได้ด้วยปลีแข้ง เธอพึงทำอุตสาหะในสิ่งนั้นตลอดชีวิต” (วิ.มหา. (ไทย) 4/182/197) ถือว่าเป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่งสำหรับพระภิกษุสงฆ์ เพราะว่าการบิณฑบาตนั้นเป็นการปฏิบัติตามพระวินัย พระพุทธเจ้าทรงมอบบาตรเอาไว้ให้เป็นเครื่องมือสำหรับเลี้ยงชีพของพระภิกษุสงฆ์ เพื่อต้องการให้เกิดการปฏิสัมพันธ์กันระหว่างพระภิกษุกับชาวบ้าน โดยชาวบ้านถวายปัจจัยพระภิกษุก็ให้ธรรมะเป็นการตอบแทนการบิณฑบาตเป็นกิจเป็นหน้าที่ เป็นกิจวัตรประจำวันของพระสงฆ์ที่จะต้องปฏิบัติ ในสมัยพุทธกาลเวลาที่พระพุทธเจ้าสนทนาปราศรัยกับภิกษุอาคันตุกะทั้งหลายมักจะตรัสถามด้วยข้อความว่า

“ภิกษุทั้งหลายเธอทั้งหลายยังสบายดีหรือยังพอเป็นอยู่ได้หรือ พวกเธอเป็นผู้พร้อมเพรียงกันร่วมใจกัน ไม่ทะเลาะกันอยู่จำพรรษาเป็นผาสุกหรือบิณฑบาตไม่ลำบากหรือ” นี่เป็นพุทธประเพณีและอีกข้อความหนึ่งว่า “ภิกษุเธอยังสบายหรือยังพอเป็นอยู่ได้หรือบิณฑบาตไม่ลำบากหรือ” เป็นการชี้ให้เห็นว่าเรื่องการบิณฑบาตนี้มีความสำคัญเพราะการเป็นอยู่ของพระสงฆ์ก็เพื่อศึกษาฝึกหัดพัฒนาตน แต่จะศึกษาฝึกหัดพัฒนาตนได้ก็ต้องมีเรี่ยวแรงมีพลังกำลังมีการเป็นอยู่ที่เป็นไปได้มีความเป็นอยู่ที่เหมาะสม หมายความว่าต้องมีอาหารบิณฑบาตที่เพียงพอหรือที่เรียกว่าอาหารสัปายะ เพราะเหตุว่าพระพุทธเจ้าทรงพิจารณาเห็นความสำคัญของอาหารบิณฑบาตว่าเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการดำรงชีพของภิกษุสงฆ์

การบิณฑบาต มีความสำคัญในฐานะที่เป็นอาชีวปริสฺสุทฺธิศีล คือ การเลี้ยงชีพในทางที่ชอบ เป็นการหาเลี้ยงชีพที่มีความบริสุทธิ์สำหรับนักบวช ผู้ละบ้านเรือนไม่เกี่ยวข้องด้วยบ้านเรือนแล้ว พระสงฆ์จะต้องไม่ดำรงชีวิตด้วยการประกอบอาชีพดุษฎฆาบ้าน ด้วยการหลอกลวงหรือด้วยอาการอื่นใดที่ไม่เอื้อเพื่อต่อพระธรรมวินัย มีความเป็นอยู่ที่เรียบง่าย ไม่ฟุ้งเฟ้อ สันโดษด้วยปัจจัย 4 มุ่งกระทำ

กิจอย่างสูงคือ การฝึกจิตให้หลุดพ้นจากกิเลสทั้งปวง รูปแบบของการบิณฑบาตนั้นก็ยังมีหลายลักษณะ เช่น การถือบาตรออกไปบิณฑบาตตามบ้าน ญาติโยมจัดมาถวายที่วัด พระรับนิมนต์ไปฉันที่บ้านโยม เป็นต้น

การบิณฑบาตถึงหมายเอาอาหารที่ใส่ลงในบาตรพระ ส่วนในภาษาไทยใช้ความหมายว่า รับประทานอาหาร พระที่ไปบิณฑบาตคือ ไปรับอาหารที่เขาส่งใส่ในบาตร (พระพรหมคุณาภรณ์ ป.อ. ปยุตฺโต), 2551 : น.182.) และการบิณฑบาตเป็นกิจวัตรของพระสงฆ์ ในพระพุทธศาสนา การออกถือบาตรรับการถวายภัตตาหารหรือสิ่งของจากชาวบ้านในเวลาเช้า เรียกว่า การออกบิณฑบาต บิณฑบาตเป็นกิจวัตรของพระภิกษุ สามเณรในพระธรรมวินัยที่พระพุทธเจ้าทรงกำหนดไว้ให้เป็นหน้าที่ของพระภิกษุสามเณรมาตั้งแต่สมัยพุทธกาล (พระธรรมกิตติวงศ์, 2548: น. 463) โดยพระพุทธองค์ทรงสรรเสริญการบิณฑบาตว่าเป็นกิจอันประเสริฐ หรือในสามัญเรียกว่า “การโปรดสัตว์” การบิณฑบาตนั้นนับว่าเป็นการเผยแผ่พระพุทธศาสนาอีกทางหนึ่งด้วย ดังนั้นผู้เขียนมองว่า การบิณฑบาตถือเป็นรูปแบบการดำรงชีพของพระสงฆ์ที่มีมาตั้งแต่สมัยพุทธกาลสืบทอดมาจนถึงปัจจุบัน ผู้เขียนต้องการจะวิเคราะห์คุณค่าและความสำคัญของการบิณฑบาตในพระพุทธศาสนา โดยจะกล่าวความหมายของบิณฑบาต ลักษณะของการบิณฑบาต คุณค่าและความสำคัญของการบิณฑบาต โดยอาศัยคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาเถรวาทมาวิเคราะห์ เพื่อให้เกิดความเชื่อความศรัทธาและเห็นคุณค่าของการบิณฑบาตของนักบวชในพระพุทธศาสนาต่อไป

ความหมายของคำว่าบิณฑบาต

คำว่า “บิณฑบาต” ในทางพระพุทธศาสนานั้นมีความหมายกว้างขวาง สามารถอธิบายได้หลายอย่าง หลายแง่ขึ้นอยู่กับว่าจะนำไปอธิบายในแง่ไหน บริบทไหน ในการศึกษาครั้งนี้จึงได้แยกอธิบายความหมายของคำว่า บิณฑบาต ออกเป็น 2 ความหมายด้วยกัน คือ ความหมายตามคำศัพท์ และความหมายที่คนทั่วไปเข้าใจ ดังต่อไปนี้

ความหมายตามตัวคำศัพท์

คำว่า บิณฑบาต มาจากภาษาบาลี คือ ปินฺหาปาท ซึ่งเป็นศัพท์ที่มาจากสองคำรวมกัน แปลว่า อาหารที่ใส่ลงในบาตรพระ อาหารถวายพระ รับประทานอาหารที่เขาใส่ลงในบาตร (พระราชวรมุนี (ป.อ. ปยุตฺโต), 2528: น. 137)

พุทธทาสภิกขุ ได้ให้ความหมายของคำว่า บิณฑบาต ตามตัวพยัญชนะแปลว่า การตกลง
แห่งก้อนข้าว แต่โดยความหมายของคำนี้แล้วมีความหมายมากกว่านั้นหมายถึง การที่พระภิกษุไม่ต้อง
หุงหาอาหารเอง ไม่สร้างครัวเอง ไม่ให้เก็บสะสมอาหาร ให้ภิกษุอาศัยอาหารบิณฑบาต (พระธรรม
กิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช), 2548 : น. 463)

ความหมายโดยทั่วไป

พระธรรมปิฎก ได้ให้ความหมายของคำว่า บิณฑบาต ภาษาไทยใช้ในความหมายว่ารับของ
ใส่บาตร เช่น ที่ว่าพระไปบิณฑบาต คือ ไปรับอาหารที่เขาจะใส่ลงในบาตร (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุต
โต), 2545: น.137)

พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2542 ได้ให้ความหมายของคำว่าบิณฑบาต
หมายถึง กิริยาที่พระภิกษุสามเณรรับของที่เขานำมาใส่บาตร (ราชบัณฑิตยสถาน, 2542,น. 626)

สุชีพ ปุญญาณภาพ ได้ให้ความหมายของการที่พระบิณฑบาต หมายความว่า เดินเพื่อรับ
การใส่บาตรหรือเดินเพื่อรับอาหารที่ชาวบ้านถวาย (สุชีพ ปุญญาณภาพ, 2545: น.124)

ข้อวัตรปฏิบัติสำหรับการบิณฑบาต

ข้อวัตรปฏิบัติสำหรับการบิณฑบาตมีปรากฏในคัมภีร์พระวินัยปิฎกอยู่ในเสขยิกัณฑ์ปริมณฑล
วรรค ได้แก่ บทบัญญัติเกี่ยวกับการนุ่งห่ม การโคจรบิณฑบาต กริยามารยาทในการรับบิณฑบาตและ
การรับอาหารบิณฑบาตซึ่งถือเป็นหลักการที่สำคัญของพระสงฆ์ในพระพุทธศาสนาต้องถือเป็นข้อ
ปฏิบัติอย่างเคร่งครัด

การนุ่งห่มสำหรับบิณฑบาต

การนุ่งห่มออกบิณฑบาต ตามธรรมเนียมพระภิกษุในเสขยวัตร มีพุทธบัญญัติห้ามไม่ให้
พระภิกษุนุ่งห่มผ้าอย่างคลุ่หัสต์ผู้ครองเรือน ทรงอนุญาตให้ใช้บังสุกุล ไม่ว่าจะอยู่ในวัดหรือนอกวัดก็
ต้องนุ่งห่มให้เรียบร้อยเป็นปริมณฑล ผ้าที่ใช้สำหรับนุ่งเรียกว่า อันตราวาสก คือ สบง ผ้าที่ใช้สำหรับห่ม
เรียกว่า อุตตราสงค์ คือ จีวร และทรงอนุญาตให้ใช้ประคดสำหรับรัดเอวไม่ให้ผ้าที่นุ่งหลุด

บิณฑจรีกวัต อันว่าด้วยวัตรปฏิบัติของผู้เที่ยวบิณฑบาต ได้กล่าวถึงบทบัญญัติการศึกษา
ของการบิณฑบาตเอาไว้ โดยเริ่มตั้งแต่การนุ่งห่มจีวรเพื่อออกไปบิณฑบาตจนกระทั่งฉันเสร็จและเก็บ
บาตร ดังข้อความว่า “ภิกษุผู้เที่ยวบิณฑบาต เมื่อจะเข้าหมู่บ้าน พึงนุ่งห่มให้เรียบร้อย และปฏิบัติตน

ขณะเข้าบ้าน ตามเสถียรวัตร”(วิรัช ศรีเมือง, 2545: น.240.) พระภิกษุจะต้องนุ่งห่มให้เรียบร้อย มีพุทธบัญญัติว่าเวลาเดินเข้าไปบิณฑบาตยังหมู่บ้าน ให้พระภิกษุห่มจีวรให้เรียบร้อย โดยการปกปิดกายให้ดี ดังปรากฏในสิกขาบทที่ 3 ความว่า ภิกษุ พึงทำความสำเหนียกว่าเราจักปกปิดกายให้ดี ไปในละแวกบ้านภิกษุใดไม่เอื้อเฟื้อ เดินเปิดกายไปในละแวกบ้าน ต้องอาบัติทุกกฏ (วิ.มหา. (ไทย) 2/578/652)

พระพุทธองค์ทรงบัญญัติสิกขาบทเกี่ยวกับการนุ่งห่มนี้ ก็เพื่อต้องการให้พระภิกษุนุ่งสบง และห่มจีวรให้เรียบร้อย เวลาเข้าไปบิณฑบาตยังหมู่บ้าน ไม่นุ่งสบงห่มจีวรให้แปลกพิสดารไปจากที่พระพุทธองค์ทรงบัญญัติเอาไว้ เพราะการนุ่งสบงห่มจีวรไม่ใช่เป็นเรื่องของแฟชั่นการแต่งกาย ไม่ใช่เพื่อความทันสมัย ไม่ใช่เพื่อความสวยงาม แต่พระภิกษุจะต้องพิจารณาอยู่เสมอว่าการนุ่งสบงห่มจีวรนี้ เพื่อป้องกันความร้อน หนาว ลม แดด เพื่อปกปิดกาย เป็นต้น เพื่อยังอัตภาพให้เป็นอยู่ได้ และเป็นการเอื้อเฟื้อแก่พระธรรมวินัย

การโคจรบิณฑบาต

พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติถึงลักษณะ และกิริยามารยาทต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการโคจรบิณฑบาตเอาไว้ เพราะว่าการออกบิณฑบาตของพระภิกษุสามเณรต้องพบเห็นอะไรต่างๆ หลายอย่าง ไม่ว่าจะเป็นธรรมชาติรอบๆ ข้างตามทางที่เดิน ผู้คน และอื่นๆ อีกมากมาย ล้วนมีส่วนในการศึกษาเรียนรู้ ผูกพันปฏิบัติธรรมได้ทั้งสิ้น ลักษณะการโคจรบิณฑบาตนั้น พระภิกษุจะต้องสังเกตทางเข้าออกให้ดี เวลายืนรับบิณฑบาต ก็ไม่ควรเข้าใกล้หรืออยู่ห่างชาวบ้านเกินไป ไม่ควรยืนรอนานหรือเร็วเกินไป ดังความที่ปรากฏในปิตกทวารวาท อันว่าด้วยวัตรปฏิบัติของภิกษุผู้เที่ยวบิณฑบาต ความว่า “เมื่อจะเข้าสู่ที่อยู่พึงสังเกตทางเข้าออก ไม่พึงเข้าออกโดยรีบด่วน ไม่พึงยืนไกลเกินไปหรือใกล้เกินไป ไม่พึงยืนนานเกินไปหรือเร็วเกินไป”

พระภิกษุจะต้องมีความสำรวมพึงระวัง ต้องรู้จักคุ้มครองป้องกันตา หู จมูก ลิ้นกาย และใจ จะต้องทำให้มีความเคารพในอาหารบิณฑบาต เดินไปรับบิณฑบาตตามลำดับตรอกซอย ไม่เลือกที่จะรับบิณฑบาตเฉพาะแต่หน้าบ้านของคนรวยเว้นบ้านคนจน ดังภาษิตของพระวังคันตปุตตอุปเสนเถระ กล่าวว่า “ภิกษุพึงคุ้มครองทวารสำรวมระวังทำให้เคารพเอื้อเฟื้อแล้ว เที่ยวบิณฑบาตตามลำดับสกุล ตามลำดับตรอก (ขุ.เถร. (ไทย) 26/579/439)

พระภิกษุจะต้องมีสติสัมปชัญญะ อยู่ทุกขณะแห่งการก้าวไปบิณฑบาต มีความสำรวมสายตาไม่ลอกแลก ไม่เดินมองไปทั่ว ดังเนื้อความที่ปรากฏในพระไตรปิฎกว่า ภิกษุไม่พึงเป็นผู้มีตา

ลอกแลก ฟังป้องกันหู มิให้ได้ยินกามกถา ไม่ฟังติดใจในรส และไม่ฟังยึดถืออะไรๆ ในโลกว่าเป็นของเรา

พระพุทธองค์ทรงบัญญัติถึงลักษณะการโคจรบิณฑบาตเอาไว้ เพื่อพัฒนากายและจิตของพระภิกษุให้กิริยาอาการทั้งดงาม มีความสงบ มีความสำรวม ทำให้ชาวบ้านผู้พบเห็นเกิดศรัทธาเลื่อมใส และยังเป็นอนุเคราะห์พระวินัย

ในการออกบิณฑบาตของพระภิกษุสามเณร ไม่ควรออกเที่ยวบิณฑบาตเข้าหรือสายเกินไป ไม่ควรใช้เวลาในการเข้าหมู่บ้านนานเกินไป ไม่ว่าในอดีตจะเคยเป็นใคร เคยประพฤติ ปฏิบัติตนอย่างไร แต่เมื่อบวชเข้ามาแล้ว ก็ต้องปฏิบัติตามพระธรรมวินัยที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติเอาไว้ เพื่อความรับว่าดีแห่งสงฆ์ เพื่อความผาสุกแห่งสงฆ์ ว่า “ภิกษุทั้งหลาย กุลบุตรผู้เคยเป็นอัญเดียรฉัตร เข้าหมู่บ้านเข้าเกินไป กลับสายเกินไป แม้เช่นนี้ก็ชื่อว่า เป็นผู้ปฏิบัติมิให้สงฆ์ยินดี (ขุ.ส. (ไทย) 25/389/591))

กิริยามารยาทในการรับบิณฑบาต

กิริยามารยาทในการรับบิณฑบาต มีปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎก ได้กล่าวถึงพุทธจริยาของพระพุทธเจ้าเกี่ยวกับการบิณฑบาตเอาไว้ อันเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่พระภิกษุเพื่อจะได้นำไปประพฤติปฏิบัติ สร้างความศรัทธาเลื่อมใสให้เกิดแก่กุลบุตร อุบาสก อุบาสิกาและผู้พบเห็นทั้งหลาย ดังความว่า

เมื่อทรงรับข้าวสุกก็นิทรชบาตรขึ้นรับ ไม่ทรงลดบาตรลงรับ ไม่ทรงยื่นบาตรคอยรับ ไม่ทรงแกว่งบาตรคอยรับ ทรงรับข้าวสุกไม่น้อยนัก ไม่มากนัก ทรงรับกับข้าว

บทบัญญัติเกี่ยวกับกิริยามารยาทในการรับบิณฑบาตนั้น พระพุทธองค์ทรงบัญญัติเอาไว้ในพระวินัยปิฎก เสดียกัณห์ ชัมภกตวรรค สิกขาบทที่ 7 ว่าพระภิกษุสามเณรจะต้องรับอาหารบิณฑบาตด้วยความเคารพ เอื้อเฟื้อ ไม่แสดงกิริยาอาการในการรับเหมือนไม่เต็มใจรับ หรือทำที่เหมือนจะทิ้งจะขว้าง ขณะรับอาหารบิณฑบาตพระภิกษุจะต้องให้ความสำคัญในบาตร ตั้งใจมองดูอยู่แต่ในบาตร ไม่ใช้สายตาลอกแลก มองนั่นมองนี่ไปเรื่อยไม่ได้ ดังปรากฏในพระวินัยปิฎกเสเดียกัณห์ ชัมภกตวรรค สิกขาบทที่ 8 ความว่า ภิกษุ ฟังทำความสำเหนียกว่า เราจักให้ความสำคัญในบาตรขณะรับบิณฑบาต (วิ.มท. (ไทย) 2/603/677) นอกจากนี้ ยังมีหลักในการรับบิณฑบาต พระภิกษุสามเณรจะต้องพิจารณาสังเกตสำรวมกิริยามารยาทในการรับบิณฑบาต ดังปรากฏในปิณฑจาริกวัตร อันว่าด้วยวัตรปฏิบัติของภิกษุผู้เที่ยวบิณฑบาต ว่าพึงสังเกตว่า เขาใครจะถวายอาหารหรือไม่ ถ้าเขาแสดงอาการจะ

ถวาย ฟังยืนอยู่เมื่อเขาถวายอาหาร (ใส่บาตร) ฟังยกสังฆาฏิด้วยมือข้างซ้าย ส่งบาตรออกด้วยมือข้าง
ขวา จับบาตรด้วยมือทั้งสองรับอาหาร ไม่ฟังมองหน้าของผู้ถวายอาหาร ฟังสังเกตดูว่า เขาทำอาการ
จะถวายแกงหรือไม่ ถ้าเขาแสดงอาการ ฟังยืน (รอ) อยู่ เมื่อเขาถวายเสร็จ แล้วฟังปิดบาตรด้วยสังฆาฏิ
กลับไปด้วยดี ไม่รับร้อนห

พระพุทธองค์ทรงบัญญัติเกี่ยวกับกิริยามารยาทในการรับบิณฑบาตเอาไว้เพื่อให้พระภิกษุ
รับบิณฑบาตจากชาวบ้านด้วยความเคารพ ไม่แสดงอาการดูหมิ่นทั้งทานและทายกผู้ถวายและให้
ความสำคัญในขณะรับบิณฑบาต คือ มองดูอยู่ในบาตรขณะรับบิณฑบาต ไม่แสดงอาการลูกลี้ลูกลก

การรับอาหารบิณฑบาต

พระพุทธองค์ทรงมีพุทธานุญาตให้พระภิกษุสงฆ์สามารถรับอาหารบิณฑบาตประเภทเนื้อได้
ดังมีเนื้อความปรากฏในพระไตรปิฎกว่า หมอชีวกได้เข้าไปกราบทูลถามพระพุทธเจ้า ว่ามีคนทั้งหลาย
ฆ่าสัตว์เพื่อนำมาถวายพระพุทธองค์ พระองค์รู้ก็ยังไม่ฉันอาหารนั้น คำกล่าวเหล่านี้เป็นจริงหรือไม่
พระผู้มีพระภาคตรัสว่า ชีวก ชนเหล่าใดกล่าวอย่างนี้ว่า “ชนทั้งหลายฆ่าสัตว์เจาะจงถวายสมณะโคตม
พระสมณะโคตมก็ทราบการนั้น แต่ก็ยังสวຍเนื้อที่เขาฆ่าเจาะจงพระองค์ ที่เขาอาศัยพระองค์ทำ” ชน
นั้นไม่ชื่อว่าพูดตรงตามที่เรากล่าวไว้ แต่ชื่อว่ากล่าวตู่เราด้วยคำเท็จที่ไม่มีอยู่ เรากล่าวเนื้อที่ภิกษุไม่
ควรฉันไว้ด้วยเหตุ 3 ประการ คือ

1. เนื้อที่ตนเห็น
2. เนื้อที่ตนได้ยิน
3. เนื้อที่ตนสงสัย

เรากล่าวเนื้อที่ภิกษุควรฉันไว้ด้วยเหตุ 3 ประการ คือ

1. เนื้อที่ตนไม่เห็น
2. เนื้อที่ตนไม่ได้ยิน
3. เนื้อที่ตนไม่สงสัย (ม.ม. (ไทย) 13/51-52/48-49)

ทั้งนี้มิได้หมายความว่าพระพุทธองค์ส่งเสริมสนับสนุนให้มีการฆ่าสัตว์ หรือนำอาหารที่เป็น
เนื้อมาถวายพระภิกษุสงฆ์ แต่เพราะเหตุว่า พระภิกษุสงฆ์นั้นมีวิถีชีวิตที่เนื่องด้วยผู้อื่น อาศัยอาหารที่
ชาวบ้านเขาถวาย เมื่อชาวบ้านเขากินอาหารอย่างไร เขาก็นำอาหารอย่างนั้นมาถวาย จะเห็นได้ว่า แม้

เพียงแค่นี้ก็สงสัยว่าเนื้อนั้นชาวบ้านเขาฆ่าเพื่อนำมาถวายพระภิกษุ หากพระภิกษุขึ้นฉันเข้าไปก็ถือว่าเป็นอาบัติ ปรับอาบัติทุกคำที่ฉัน

อาหารที่พระภิกษุสามารถรับได้นอกจากเนื้อแล้วยังมีอาหารที่ทำด้วยแป้งทุกชนิดรวมถึงพวกผักทั้งหลายด้วย ดังปรากฏในพระวินยปิฎก เกสัชชบັນธกะ โรหมลลวตถุ ว่าด้วยเจ้ามัลละชื่อโรหะถวายผักกาดสดและของฉันของทำด้วยแป้ง ดังความว่า พระผู้มีพระภาครับสั่งกับพระภิกษุทั้งหลายว่า “ภิกษุทั้งหลาย เราอนุญาตผักสดทุกชนิด และของฉันทำด้วยแป้งทุกชนิด” (วิ.มหา. (ไทย) 2/605/680.)

พระพุทธองค์ทรงบัญญัติเกี่ยวกับการรับประทานอาหารบิณฑบาตเอาไว้ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องอาหารชนิดใดบ้างที่สามารถรับได้ อาหารชนิดใดที่ทรงเอาไว้ บุคคลที่พระสงฆ์ไม่ควรรับอาหารบิณฑบาตมีใครบ้าง และทรงบัญญัติให้พระภิกษุรู้จักประมาณในการรับประทานอาหาร รับประทานให้พอเหมาะแก่ความต้องการของร่างกายที่จะเป็นอยู่ได้ภายในวันหนึ่ง ไม่รับประทานมากเกินไปจนความจำเป็นทั้งนี้ก็เพื่อเป็นการอนุเคราะห์พระวินัย และยังเป็นอนุเคราะห์ตระกูลอีกด้วย

ความสำคัญของการบิณฑบาต

การบิณฑบาตในทางพระพุทธศาสนาถือว่าเป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่ง ทั้งนี้ก็เพราะว่า วิถีชีวิตการเป็นอยู่ของพระภิกษุสงฆ์นั้นขึ้นอยู่กับอาหารบิณฑบาต พระพุทธองค์ทรงบัญญัติ ห้ามไม่ให้พระภิกษุสงฆ์ประกอบอาชีพ ไม่ให้ทำการเกษตรกรรมเพราะปลูกเลี้ยงชีพเอง จะหุง ต้มอาหารเองก็ไม่ได้ แม้แต่ผลไม้ที่ตกหล่นอยู่หากไม่มีผู้ประเคนให้จะหยิบฉวยเองก็ไมควร ดังนั้นการบิณฑบาตจึงถือว่ามีความสำคัญดังนี้

การบิณฑบาตเป็นกรณีกิจของบรรพชิต

การบิณฑบาตมีความสำคัญในฐานะที่เป็นกรณีกิจ คือ กิจที่พระภิกษุสามเณรพึงกระทำเป็นกิจวัตรประจำวัน ความสำคัญข้อนี้จะเห็นได้จากที่พระพุทธเจ้าทรงอนุญาตให้พระอุปัชฌาย์บอกนิสสัย คือปัจจัยเครื่องอาศัยของบรรพชิตในวันอุปสมบทซึ่งมีอยู่ 4 อย่างได้แก่ เทียวบิณฑบาต 1 นุ่งห่มผ้าบังสุกุล 1 อยู่โคนไม้ 1 ฉันทาองด้วยน้ำมูลตรเน่า 1 (วิ.ม. (ไทย) 4/128/197)

จุดประสงค์ของการบอกนิสสัยเพื่อต้องการให้ผู้ที่ยังเข้ามาใหม่ได้รู้สิ่งที่สำคัญ สิ่งที่เป็นพื้นฐานสำหรับการดำรงชีวิตของพระภิกษุสามเณร ในสมัยพุทธกาลพระภิกษุต่างก็ต้องออกบิณฑบาตเลี้ยงชีพเป็นกิจวัตร ดังที่พระพุทธองค์เสด็จไปโปรดปัญจวัคคีย์ซึ่งเป็นพระภิกษุ กลุ่มแรกใน

พระพุทธศาสนา ดำรงชีพด้วยการบิณฑบาตได้อาหารมาก็แบ่งปันกันตามสมควรดังความว่า “พระผู้มีพระภาคได้เสวยพระกระยาหารที่ท่านทั้งสามนำมาถวายแล้ว ก็ทรงให้โอวาท สั่งสอนภิกษุทั้งหลายที่เหลือ ด้วยธรรมีกถา ภิกษุ 3 รูปเที่ยวบิณฑบาตแล้วนำสิ่งใดมา ทั้ง 6 รูป ก็ยังอรรถภาพให้เป็นไปด้วยสิ่งนั้น (วิ.ม. (ไทย) 4/19/26)

การบิณฑบาตเป็นพุทธรวงค์

การบิณฑบาตมีความสำคัญในฐานะที่เป็นเป็นพุทธรวงค์ คือพระพุทธเจ้าทุกพระองค์ในอดีตได้ประพฤติปฏิบัติเป็นแบบอย่างๆ สืบต่อกันมา คงจะเห็นได้จากเมื่อครั้งที่พระพุทธเจ้าเสด็จกลับกรุงกบิลพัสดุ์ ได้เสด็จเข้าไปบิณฑบาตในเมือง พร้อมด้วยภิกษุสงฆ์หมู่ใหญ่ เมื่อพระเจ้าสุทโธทนะทรงทราบจึงรีบเสด็จไปยื่นเบื้องพระพักตร์ของพระพุทธเจ้า ตรัสว่า “ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ เพราะเหตุไรพระองค์จึงทำให้หม่อมฉันได้อาหารของเรากลับเป็นวงศ์กษัตริย์ไม่เคยมีกษัตริย์องค์ใดออกไปเที่ยวภิกขาจารเช่นนั้น” (คณาจารย์เลี้ยงเซียว, 2547) พระพุทธองค์ตรัสว่า “มหาบพิตร คำว่าวงศ์กษัตริย์นั้นเป็นวงศ์ของพระองค์ ส่วนวงศ์ของอาตมาภาพอันมีพระที่ปึงกรพระพุทธเจ้า เป็นต้น นั้นชื่อว่าพุทธรวงค์ ซึ่งสำเร็จการเลี้ยงชีพด้วยภิกขาจารเท่านั้น” แล้วตรัสพระคาถาว่า “บุคคลไม่ควรประมาทในบิณฑบาตที่ตนได้รับ” (วิเชียร มีผลกิจและ สุริย์มีผลกิจ, 2543) จากเนื้อความที่ยกมาเป็นการชี้ให้เห็นว่า พระพุทธเจ้าทุกพระองค์ อันมีพระที่ปึงกร พระพุทธเจ้าเป็นต้น หรือที่เรียกว่า พุทธรวงค์ ล้วนแล้วแต่มีวิถีการดำรงชีวิต เนื่องด้วยผู้อื่น อาศัยอาหารบิณฑบาตจากผู้อื่นเลี้ยงชีพ อุบัติขึ้นเพื่อประโยชน์สุขแก่สัตว์โลกทั้งหลาย ดังเนื้อความ ปราภุขัตในพระประวัติอดีตชาติของพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าผู้ยอดเยี่ยมในโลกทั้งที่เป็นอดีตและปัจจุบันทุกๆ พระองค์ได้เสด็จขึ้นสู่ปราสาทของเราแล้วหมู่พระอริยะเหล่านั้นเป็นผู้หมดจดจากกิเลสอันข้าพเจ้านิมนต์ฉันจนอิ่มหนา ด้วยน้ำตาลกรวด น้ำมัน น้ำผึ้ง น้ำอ้อย และข้าวอย่างดี (ขุ.อป. (ไทย) 32/24-28/5)

พระพุทธเจ้าทรงเล่าให้ภิกษุทั้งหลายฟังว่า ในสมัยของพระพุทธเจ้าพระนามว่าที่ปึงกร พระองค์และภิกษุทั้งหลายต่างก็มีวิถีชีวิตที่เป็นอยู่ด้วยอาหารที่ผู้อื่นเขาถวายดังปรากฏเนื้อความว่าด้วยพระประวัติของพระที่ปึงกรพระพุทธเจ้า ความว่าครั้งนั้น ชนเหล่านั้นทูลนิมนต์พระพุทธเจ้าพระนามว่าที่ปึงกรทรงเป็นผู้นำสัตว์โลกพร้อมทั้งภิกษุสงฆ์ให้เสวยและฉันแล้ว (ขุ.พุทธ. (ไทย) 33/1/592)

การบิณฑบาตเป็นพุทธรกิจ

การบิณฑบาตมีความสำคัญในฐานะที่เป็นพุทธรกิจคือ กิจที่พระพุทธเจ้าทรงปฏิบัติเป็นกิจวัตรประจำวัน เพื่อทรงอนุเคราะห์แก่กุลสัตว์โลกให้เป็นสุข ให้บรรลุมะตธรรมด้วยพระอหิยาศัย

อันเปี่ยมไปด้วยพระมหากรุณาธิคุณ ไม่ว่าพระพุทธองค์จะประทับอยู่ ณ ที่ใด ทั้งในพรรษากาล และนอกพรรษากาล โดยมีได้คำนึงถึงความเหน็ดเหนื่อยยามยากหรือความลำบากแต่ประการใด นับตั้งแต่ตรัสรู้ตรากบจนเสด็จดับขันธปรินิพพานเป็นเวลาถึง 45 พรรษา ก็ได้ทรงละพุทธกิจ 5 ประการคือ กิจในปุเรภัต กิจในปัจฉิมภัต กิจในปฐมยาม กิจในมัชฌิมยาม และกิจในปัจฉิมยามกิจวัตรประจำวันที่พระพุทธเจ้าทรงบำเพ็ญตลอด เรียกว่า พุทธกิจ มี 5 ประการ คือ

1. ปุพฺพณฺเห ปิณฺทปาทณฺจ ในเวลาเช้าเสด็จบิณฑบาต
2. สายณฺเฑ ธมฺมเทศนํ เวลาเย็นทรงแสดงธรรมพระธรรมเทศนา
3. ปโทเส ภิกฺขุโอรุวาทํ เวลาบ่ายคำประทานโอวาทแก่เหล่าภิกษุ
4. อชฺฌมรตฺเต เทวปณฺหนํ เวลาเที่ยงคืนทรงพยากรณ์ปัญหาเทวดา
5. ปจฺจุสฺเสว คเต กาเล ภพฺพาภพฺเพวโลกนํ เวลาจวนสว่างทรงตรวจพิจารณาสัตว์ที่มาร

รถ และที่ยังไม่สามารถบรรลุธรรมอันควรจะเสด็จไปโปรด (พระเทพเวที (ป.อ. ปยุตฺโต) : 2538)

กิจในปุเรภัตคือ เวลาเช้า เสด็จออกบิณฑบาตและแสดงธรรมโปรดมหาชนผู้คนส่วนมาก ให้ความสนใจเฉพาะการแสดงธรรมโปรดมหาชนโดยสืบทอดเสด็จออกไปเพื่อบิณฑบาต พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงตื่นบรรทมแต่เช้าตรู่หลังจากปฏิบัติพระสรีระแล้ว ครั้นได้เวลาภิกษาจารย์ทรงครองจีวร ถือบาตร เสด็จดำเนินไปบิณฑบาตยังคามนิคมบ้างครั้งเสด็จไปเพียงพระองค์เดียว บางครั้งมีภิกษุสาวกตามเสด็จ

พุทธกิจทั้ง 5 ประการนี้ จะเห็นได้ว่า พระพุทธเจ้าทรงให้ความสำคัญต่อการ บิณฑบาต ซึ่งเป็นกิจวัตรที่พระองค์ทรงประพฤติปฏิบัติมิได้ขาดไม่ว่าจะเสด็จไป ณ ที่แห่งหนใด ในเวลาเช้าพระพุทธองค์ก็จะเสด็จออกบิณฑบาตเพื่อโปรดเวไนยสัตว์ ดังข้อความที่พระองค์ตรัสกับพราหมณ์ว่า “พราหมณ์ เราอาศัยหมู่บ้านหรือตำบลใดในโลกนี้อยู่ในเวลาเช้าเราครองอันตราวาสก ถือบัตรและจีวรเข้าไปสู่หมู่บ้านหรือตำบลนั้นแล เพื่อบิณฑบาต (อง.ติก. (ไทย) 20/64/249-250)

การบิณฑบาตเป็นอาชีวนิวิธาน

การบิณฑบาต ถือว่าเป็นการเลี้ยงชีพที่บริสุทธิ์ เพราะเป็นการเข้าไปบิณฑบาต อย่างใจบริสุทธิ์ ไม่ได้ไปบังคับให้ใครมาใส่ข้าว ไม่มีเรียกร้องขอจากใคร ผู้ใดมีจิตศรัทธาใส่ข้าว ปลา อาหาร แก่กับภริยาแต่พอดี ไม่เอามากเกินไป การฉันอาหาร หรือการรับบิณฑบาตมาฉัน ต้องมีจิตคิดถึงหน้าที่อันนี้เสมอ และรู้ว่าเราได้ทำหน้าที่อันนี้แล้ว และมีสิทธิ์ที่จะไปรับอาหาร บิณฑบาตมาฉัน ดังนั้นเราจึงพยายามสุดความสามารถ ที่จะบำเพ็ญกิจหน้าที่พรหมจรรย์ให้สมบูรณ์ แล้วยังไปเผยแผ่

พระธรรมคำสอนตามที่ได้รับรู้ และศึกษาปฏิบัติมา (พุทธทาสภิกขุ, 2523 :น. 139.) ในพระไตรปิฎก เล่มที่ 20 ได้บันทึกพุทธพจน์ว่าไว้ “เราอาศัยหมู่บ้านหรือตำบลใด ในโลกนี้อยู่ในเวลาเช้า ครองอันตร วาสก ถือบาตรจีวร เข้าไปหมู่บ้านหรือตำบลนั้นแล เพื่อบิณฑบาต กลับจากบิณฑบาต หลังจากฉัน เสร็จแล้วเข้าสู่ชายป่า กวาดหญ้า หรือใบไม้ที่มีอยู่ในที่นั้น รวมเข้าเป็นกองแล้วนั่งขัดสมาธิ ตั้งตรง ดำรงสติไว้มั่น รู้ชัดอย่างนี้ว่า เราละราคะ โทสะ โมหะได้เด็ดขาดแล้ว ตัถรากถอนโคน เหมือนต้นตาล ที่ถูกตัดรากถอนโคนนี้แล้วเหลือแต่พื้นที่ ทำให้ไม่มีเกิดขึ้นต่อไปไม่ได้ ถ้าเราผู้เป็นอย่างนี้จึงกรมอยู่ ใน สมัยนั้นที่จึงกรมของเรานั้นชื่อว่าเป็นของพระอริยะ ถ้าเราผู้เป็นอย่างนี้ยืนอยู่ ฯลฯ นั่งอยู่ ฯลฯ นอน อยู่ ในสมัยนั้นที่นอนสูงและที่นอนใหญ่ของเรานั้นชื่อว่าเป็นของอริยะ” (อง.ตัก. (ไทย) 20/64/251)

การดำรงชีวิตอยู่ด้วยพระธรรมวินัย เป็นการดำเนินวิถีชีวิตที่บริสุทธิ์ ด้วยเหตุผลว่า ชาวบ้านให้การอุปถัมภ์ผู้ปฏิบัติ ปฏิบัติชอบปฏิบัติตรงตามคำสอนของพระพุทธเจ้า ผู้เผยแผ่ธรรมะ ให้มีชีวิตอยู่และทำกิจหน้าที่ บำเพ็ญประโยชน์ต่อพระศาสนาและต่อสังคมได้ สะดวกยิ่งขึ้น จึงสมควร แก่การรับอาหารบิณฑบาต สมควรแก่การเคารพบูชาของชาวบ้าน ดังบท สนทนากันระหว่างภิกษุณี โรหิณีกับบิดา ความว่า บิดาถามว่าแม่โรหิณีผู้เจริญ เจ้าหลักก็พูดว่า “สมณะ” ตื่นก็พูดว่า “สมณะ” สรรเสริญแต่สมณะเท่านั้นโรหิณีลูกถวายข้าวและน้ำอย่างไพบุลย์แก่เหล่าสมณะพ่อขอถามเดี๋ยวนี เพราะเหตุไรเหล่าสมณะจึงเป็นที่รักของลูกพวกสมณะไม่ชอบทำการทำงาน เกียจคร้านอาศัยแต่ของที่คน อื่นให้เลี้ยงชีพหวังแต่จะได้ขอบของอร้อยเพราะเหตุไรเหล่าสมณะจึงเป็นที่รักของลูกภิกษุณีโรหิณีตอบ บิดาว่าสมณะทั้งหลายชอบทำการทำงาน ไม่เกียจคร้านทำแต่การทำงานที่ประเสริฐสุด จึงละราคะโทสะได้ เพราะเหตุนั้น เหล่าสมณะจึงเป็นที่รักของลูกสมณะเหล่านั้น หลีกออกจากหมู่บ้านใดไปไม่เสียวเล อย่างกังวลในหมู่บ้านนั้นไปอย่างไม่มีเยื่อใยเลยเพราะเหตุนั้น เหล่าสมณะจึงเป็นที่รักของลูก

สรุป ได้ว่าวิถีชีวิตการเป็นอยู่ของพระภิกษุสงฆ์นั้นขึ้นอยู่กับอาหาร บิณฑบาตที่ชาวบ้าน ถวาย จะประกอบอาชีพอย่างคฤหัสถ์ไม่ได้เพราะฉะนั้น การบิณฑบาตจึงเป็นการเลี้ยงชีพที่บริสุทธิ์ ตามแนวทางของพระพุทธศาสนา ด้วยเหตุนี้การบิณฑบาตจึงมีความสำคัญในฐานะที่เป็นอาชีพบริสุทธิ์

การบิณฑบาตเป็นธุดงค์วัตร

ธุดงค์วัตร แปลว่า องค์คุณเครื่องสลัดหรือกำจัดกิเลส เป็นข้อวัตรปฏิบัติเป็นประจำ หมายถึง ข้อวัตรที่ผู้สมครใจจะพึงสมาทานประพฤติได้ถึงกระทำหน้าที่ธรรมนิยมข้อปฏิบัติจำแนก ออกเป็นกิจวัตรคือ กิจที่ควรทำ เช่น อุปัชฌาย์วัตร สัททวิหาริกวัตร อาคันตุกวัตร จริยาวัตรคือ มารยาทอันควรประพฤติ เช่น ไม่ทิ้งขยะทางหน้าต่างไม่จับวัตถุอนามาส วิถีวัตร คือ แบบอย่างที่พัก

กระทำเช่น วิธีเก็บบาตร พับจีวร เครื่องครัดในการรักษาศีล วินัย เพื่อช่วยส่งเสริมความมกน้อย และ
สันโดษเพื่อความต้งาม ขัดเกลาจิต ผูกอบรมตนให้ยิ่งกว่าปกติ (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต)
:269) ใครถือปฏิบัติหรือไม่ก็ได้ไม่มีความผิดดุจค มี 13 ข้อ แบ่งออกได้เป็น 4 หมวดในดุจคทั้ง 13
ข้อนั้น มีที่เกี่ยวกับการบิณฑบาต ดังนี้

1. บิณฑบาตคองค องคแห่งผู้ถือเทียวบิณฑบาตเป็นวัตร คําสมาทานว่า “อติเรกภิกฺขุข
ปามิ, บิณฑบาตคองคสมาธิยามิ” แปลว่าข้าพเจ้างดอติเรกลาสมาทานองคแห่งผู้ถือเทียวบิณฑบาต
เป็นวัตร”

2. สบทานจาริกงค องคแห่งผู้ถือเทียวบิณฑบาตไปตามลำดับเป็นวัตร คําสมาทานว่า
“โลลุปจารภิกฺขุขปามิสบทานจาริกงค สมาธิยามิ”. แปลว่า “ข้าพเจ้างดการเทียวตามใจอยาก
สมาทานองคแห่งผู้ถือเทียวบิณฑบาตไปตามลำดับเป็นวัตร”

3. เอกาสนิกงค แปลว่า องคแห่งผู้ถือฉันฉน ณ อาสนะเดียวเป็นวัตรคือ ฉนวันละมือเดียว
ลูกจากที่แล้วไม่ฉนอีก คําสมาทาน นานาสนโภชน ภิกฺขุขปามิ เอกาสนิกงค สมาธิยามิ” แปลว่า
ข้าพเจ้างดการฉน ณ ต่างอาสนะ สมาทานองคแห่งผู้ถือฉันฉน ณ อาสนะเดียวเป็นวัตร”

4. ปตตปิณฑกค แปลว่า องคแห่งผู้ถือฉันเฉพาะในบาตรเป็นวัตรคือ ไม่ใช้ภาชนะใส่
อาหารเกิน 1 อย่างคือบาตร คําสมาทานว่า“หุติยาชน ภิกฺขุขปามิ ปตตปิ ณคคสมาธิยามิ”แปลว่า
“ ข้าพเจ้างดภาชนะที่สองมาทานองคแห่งผู้ถือฉันเฉพาะในบาตรเป็นวัตร”

5. ขลุปจณาตติงค แปลว่า องคแห่งผู้ถือห้ามภทที่ถวายเป็นวัตร คือเมื่อได้ปลง
ใจกำหนดห้ามภท ด้วยการลงมือฉนเป็นต้นแล้วไม่รับอาหารที่เขานามาถวายอีก แม้จะเป็นของ
ประณีต คําสมาทานว่า “อติริตโภชนภิกฺขุขปามิขลุปจณาตติงคสมาธิยามิ” แปลว่า “ข้าพเจ้างด
โภชนะอันเหลือเฟือสมาทานองคแห่งผู้ถือห้ามภทที่ถวายเป็นวัตร” (บุญเชิดกิตติธรางกูร,2546)
ดุจควัตรที่เกี่ยวกับการบิณฑบาตนี้ จัดว่าเป็นข้อปฏิบัติที่ส่งเสริมการปฏิบัติธรรมทางจิตใจโดยตรง
เป็นการขัดเกลาภิกเลยิ่งขึ้นไปอีก ยกตัวอย่างเช่น จะไปบิณฑบาตหรือรับบิณฑบาต แต่ตามลำดับที่เข้า
ไปถึงคือไม่เลือกบิณฑบาตก้าวยเอาตามทีพอใจ โดยหวังว่าจะได้อาหารประณีตๆ มาฉนวัน
บ้านเรือนที่ยากจนข้ามไปเลือกรับเฉพาะบ้านที่การรับไปตามลารวย ลำดับ เช่นนี้เรียกว่า “สบทา
นิกงค”

ประโยชน์ของการปฏิบัติดุจควัตรข้อที่เกี่ยวกับการบิณฑบาต ทำให้พระภิกษุสงฆ์ที่จาริก
ไปตามป่าเขาลำเนาไพร ฟานักตามโคนไม้ และตามถ้ำ เป็นอยู่อย่างสมณะ เสียสละลดละอุปโภค

บริโภค ทำให้จิตใจของท่านเป็นอิสระ พ้นจากพันธนาการเครื่องร้อยรัดขัดขวาง สู่ความเบาสบาย สงบ
เอื้อต่อการเจริญสมาธิภาวนา บำเพ็ญความเพียร การท่องเที่ยวไปในป่าพงพนาที่ดารดาษไป ด้วย
สิ่งสารสัตรู อาจจะเกิดภัยอันตรายได้ทุกเมื่อ เป็นการฝึกหัดพัฒนาจิต หลอมใจให้มีสติ เข้มแข็ง มีสติ
ระลึกรู้อยู่ตลอดเวลา ด้วยเหตุนี้การบิณฑบาตจึงมีความสำคัญในฐานะที่เป็นธุดงค์วัตร

วิเคราะห์คุณค่าและความสำคัญของการบิณฑบาต

การบิณฑบาตเป็นวัตรประจำวันของพระภิกษุ เพื่อดำรงชีพตามอัตภาพแล้วยังเป็นการ
ฝึกหัดพัฒนาทางด้านร่างกายและจิตใจ เพื่อประโยชน์แก่ตัวเองได้แก่ การส่งเสริมพัฒนาด้านสุขภาพ
อนามัยทำให้มีกายที่สงบ มีการสำรวมและมีกายที่สง่างาม กายสงบ และจิตใจมีสมาธิ มีใจจดจ่อในแต่
ละก้าว ก้าวอย่างระมัดระวังมีสติสัมปชัญญะอยู่ตลอดเวลา นอกจากนั้นยังมีคุณค่าในด้านการพัฒนา
ตามหลักพระพุทธศาสนาทั้ง 4 ด้านคือ

การพัฒนากาย (กายภาวนา)

คุณค่าของการบิณฑบาตด้านอัตตประโยชน์นอกจากเพื่อการดำรงชีพแล้ว ยังเป็นการ
ฝึกหัดพัฒนาทางด้านร่างกาย เรียกว่า กายภาวนา การบิณฑบาตช่วยเกื้อหนุนส่งเสริมการพัฒนากาย
2 ด้านด้วยกัน คือ

การพัฒนาด้านสุขภาพ

การออกเดินบิณฑบาตเป็นการบริหารร่างกาย ให้มีสุขภาพอนามัยที่ดีแข็งแรง
สมบูรณ์ เหมือนม้าที่คนใช้ขี่เพื่อเดินทางไกล เจ้าของม้าก็ต้องฉลาดในการบริหารม้าไม่ให้ผอมแห้ง
และอ้วนเกินไป ให้อาหารเหมาะสมพอดีให้เป็นม้าที่แข็งแรง อดทน คล่องแคล่ว ไม่เจ็บ ใช้งาน พระภิกษุ
สงฆ์ก็เช่นกัน จะต้องรู้จักเอาใจใส่บริหารร่างกายของตน ให้อยู่ในสภาพที่เหมาะสม แข็งแรง
คล่องแคล่ว และกระปรี้กระเปร่า พระพุทธเจ้าเองก็มีผู้สรรเสริญว่า “พระสมณโคดม เป็นผู้มือนามัยดี
มีความกระปรี้กระเปร่า” การบริหารร่างกายนี้ พึงถือหลักสั้นๆ ว่าการบริหารกายมิใช่บริหารให้เกิด
ความสวยงาม หรือเกิดความรู้สึกสนุกสนาน เอร็ดอร่อยทางเนื้อหนัง แต่บริหารกายนี้เพื่อให้เป็นเครื่อง
รองรับอันเหมาะสมแก่ภาวะจิตที่จะก้าวหน้าไปตามทางธรรม

หากพระภิกษุมีการเดินบิณฑบาตเป็นประจำ ก็จะช่วยให้อาหารของพระภิกษุดีขึ้น
มีร่างกายที่แข็งแรง โดยไม่จำเป็นต้องอาศัยเครื่องมือออกกำลังกายที่มีราคาแพงมาช่วย อาศัย
เพียงแต่ร่างกายนี้แหละเป็นเครื่องมือในการออกกำลังกาย ทั้งนี้ก็เพื่อที่จะได้สมกับความเป็นสมณะ

สารูป และยังส่งเสริมให้พระภิกษุมีความเป็นอยู่ที่เรียบง่าย ไม่วุ่นวาย ไม่ยุ่งยาก เป็นผู้สันโดษ ไม่ไป
รบกวนศรัทธาญาติโยมจนมากเกินไป การออกเดินจากวัดหรือที่พักอาศัยมายังหมู่บ้านและจาก
หมู่บ้านกลับมายังที่พัก เป็นระยะทางที่จะให้ร่างกายได้ยืดเส้นยืดสาย ได้บริหารกล้ามเนื้อ ฉะนั้น การ
เดินบิณฑบาตก็เป็นอีกวิธีหนึ่งที่จะช่วยให้สุขภาพอนามัยของพระภิกษุดีขึ้นอีกทั้งเป็นผู้มีความ
สูงและมีความอดทนในการเดินทางไกล

การพัฒนาด้านบุคลิกภาพ

การบิณฑบาต ด้านอัตตประโยชน์เป็นการฝึกหัด พัฒนาด้านร่างกายโดยส่งผลให้มีลักษณะ
บุคลิกภาพที่ดีหลายๆ อย่าง คือ ทำให้มีกายที่สงบ มีกาย สාරวม และมีกายที่สง่างาม ดังรายละเอียด
ต่อไปนี้

(1) กายสงบ การเดินบิณฑบาตถือได้ว่าเป็นการเดินที่สมบูรณ์แบบ ท่าน ดิข นัท ฮันท์ได้
กล่าวเอาไว้ในหนังสือเรื่อง เดิน วิถีแห่งสติว่า “เดินให้ช้าลงและจดจ่อความสนใจ ของเธอลงไปในแต่ละ
ละก้าว มีสติอยู่ในการก้าวแต่ละก้าว ก้าวอย่างระมัดระวังและสงบ ก้าวด้วย อาการดำเนินแห่งพุทธ
องค์” (รสนา โตสิตระกูล, 2528 : น.15) พระภิกษุสามเณรต้องมีความสำรวมระวัง มีสติสัมปชัญญะอยู่
ตลอดเวลา จึงส่งผลให้บุคลิกภาพทางกาย มีกายที่สงบ การเดินมีใช้เพื่อไปให้ถึงเป้าหมาย จุดประสงค์
ของการเดินก็เพื่อที่จะมีชีวิตอยู่ในปัจจุบัน ขณะและรื่นรมย์แต่ละย่างก้าวที่เดิน การเดินที่ดูเหมือนว่า
เป็นการวิ่ง เท่ากับว่าเราได้ประทับรอยวิตกกังวลและความเศร้าโศกไว้บนพื้นพิภพ เราจะต้องเดินใน
ลักษณะที่ประทับรอยศานติและความ สงบเย็นไว้บนพื้นพิภพนี้เท่านั้น จึงจะทำให้มีกายที่มีความสงบ
ฉะนั้น คุณค่าของการบิณฑบาตด้านอัตตประโยชน์เพื่อการพัฒนาด้าน บุคลิกภาพประการแรกก็คือ
ช่วยทำให้มีกายที่สงบ เพราะแต่ละย่างก้าวพระภิกษุสามเณรนั้นตั้งอยู่ บนฐานของสติสัมปชัญญะ มี
จิตใจจดจ่ออยู่ในแต่ละย่างก้าวที่เดินไปบิณฑบาต

(2) กายสำรวม การเดินบิณฑบาตของพระภิกษุสามเณรนั้น จะมีลักษณะ พิเศษที่เป็น
การกำหนดกิริยาอาหารทุกอย่างที่เดิน โดยการกำหนดรู้จะต้องมีความสำรวมตลอดเวลา ไม่ว่าจะเป็น
การก้าว การแลดูการก้าว เป็นต้น ดังปรากฏเนื้อความในพระไตรปิฎก อันว่าด้วยผล แห่งความเป็น
สมณะความว่า

ภิกษุในธรรมวินัยนี้ทำความรู้สึกตัวในการก้าวไป การถอยกลับ การแลดูการ เหลียวดู การ
ก้าวเหยียดออก การครองสังฆาฏิบาตรและจีวร การฉัน การตีม การเคี้ยว การลิ้ม การถ่ายอุจจาระ
ปัสสาวะ การเดิน การยืน การนั่ง การนอน การตื่น การพูด การนิ่ง (สันติสุข โสภณสิริ, 2537 , น.109.)

เมื่อพระภิกษุสามเณรมีการกำหนดทุกกิริยาอาการ ทุกอย่างก้าวแล้วก็จะทำให้บุคลิภาพ
ทางด้านกายมีความสำรวม และเมื่อเข้าไปบิณฑบาตยังหมู่บ้านแล้ว ก็ไม่ควรแสดงอาการรีบร้อน
ลุกลี้ลุกลน ไม่ควรกล่าววาจาใดๆ ที่เป็นการขออาหารจากชาวบ้าน จะต้องมีความสำรวมกาย และ
วาจา ดังปรากฏความว่า มุนีเข้าไปยังหมู่บ้านแล้ว ไม่ควรรีบร้อนเข้าไปเรือนตระกูลอุปฐาก เป็นผู้ตัด
การพูดคุย ไม่ควรกล่าววาจาเกี่ยวกับการแสวงหาของกัน (ขุ.สุ. (ไทย) 25/717/669) สมณศากยบุตร
จะต้องเป็นผู้ที่มีความสำรวมในศีล สำรวมในพระปาฏิโมกข์ มีความเพียบพร้อมด้วยอาจารย์และโคจร
องเห็นโทษภัยแม้เล็กน้อย สมทานศึกษาอยู่ในสิกขาบททั้งหลาย จะต้องมิตีลสมบุรณ์ (อง.จตุกก.
(ไทย) 21/37/60)

(3) กายสง่างาม บุคลิกลักษณะการเดินบิณฑบาตของพระภิกษุสามเณร ไม่ว่าจะเป็นการตั้ง
ลำตัวของกายยกเท้าก้าวอย่าง การทอดสายตาลงเบื้องต่ำ บุคลิกลักษณะที่มีความ สำรวม มีกายสงบ ทำ
ให้มองดูแล้วสง่างาม สมกับที่ป็นผู้ได้รับการฝึกหัดพัฒนาน้ำ ผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติ ชอบ ปฏิบัติตรง ยัง
ความเลื่อมใสศรัทธาให้เกิดขึ้นแก่ผู้พบเห็น ดังปรากฏความว่า เวลาเช้าตรู่ภิกษุเหล่านั้นเดินออกจากที่
นั้นๆ คือ จากป่า โคนไม้ภูเขา ชอกเขา ถ้ำ ป่าช้า ป่าชฎ ที่แจ้ง ลอมฟาง ทอดสายตาลงต่ำ มีการก้าว
ไป การถอยหลัง การมองดูการ เหลียวดูการคู้แขน การเหยียดแขนนำเลื่อมใส เป็นผู้สมบุรณ์ด้วย
อิริยาบถ

การพัฒนาจิต (จิตตภาวนา)

คุณค่าของการบิณฑบาตด้านอัตตประโยชน์นอกจากเพื่อการดำรงชีพและการฝึกฝนกาย
ของพระภิกษุแล้ว ยังเป็นการพัฒนาจิตเกื้อหนุนใน 3 ด้าน คือ

การพัฒนาจิตเกื้อหนุนให้มีสมาธิ

พระสงฆ์ในสมัยพุทธกาล ต้องได้รับการฝึกอบรมให้ปฏิบัติสมาธิภาวนา เกือบตลอดทั้งวัน
ท่านเหล่านั้นจะสัมพันธ์กับผู้คนในหมู่บ้านก็ในกรณีของการแสดงธรรม และการภิกษาจารเพื่อหา
อาหารประทังชีพไปวันหนึ่งๆ เท่านั้น ฉะนั้น ในเมื่อพระภิกษุสามเณรต้องอาศัยอาหารจากชาวบ้าน ก็
อาศัยเหตุคือการบิณฑบาต นี่เป็นประโยชน์ในการฝึกหัดพัฒนาทางด้านจิตใจ ฝึกจิตให้มีสมาธิอยู่
ตลอดเวลาเพราะว่าการเดิน บิณฑบาตก็คล้ายกับการเดินจงกรม สามารถใช้เป็นอุบายในการฝึกจิตให้
มีสมาธิได้และสมาธิที่เกิดขึ้นจากการเดินจะต้องอยู่ได้นาน ดังที่พระพุทธองค์ตรัสว่า “สมาธิที่ได้จาก
การเดินจงกรมตั้งอยู่ ได้นาน” (สันติสุข สุขภณสิริ, น.99 -100) ดังนั้นการออกเดินบิณฑบาตเป็นทาง

หนึ่งสำหรับการฝึกหัดพัฒนาจิตให้มีสมาธิทุก อย่างก้าว ทุกกิริยาบถจะต้องอยู่บนพื้นฐานของสมาธิให้มี
จิตใจจดจ่อ แน่วแน่อยู่กับบิณฑบาตไม่ว่า จะเป็นเวลาเดินออกไปบิณฑบาตก็ให้มีสมาธิอยู่กับการเดิน
เวลารับประทานอาหารบิณฑบาตก็ให้มี จิตใจแน่วแน่อยู่กับการรับอาหารบิณฑบาต เวลาเดินกลับก็ให้
มีสมาธิอยู่กับการเดิน เป็นต้น

การพัฒนาจิตเกื้อหนุนให้มีสติสัมปชัญญะ

พระภิกษุต้องมีสติสัมปชัญญะอยู่ตลอดเวลา ตั้งแต่ก่อนจะออกไปบิณฑบาต ขณะกำลังเดิน
บิณฑบาตอยู่ทุกย่างก้าว ทุกอิริยาบถไม่ว่าจะเป็นการเปิดจีวร การเปิดฝาบาตร การย่นบาตรออกไปรับ
อาหาร การปิดฝาบาตร การเดินกลับเมื่อบิณฑบาตเสร็จแล้วจะต้องตั้งอยู่บนพื้นฐานของ
สติสัมปชัญญะอยู่เสมอ

การกำหนดรู้ขณะกำลังเดินบิณฑบาตจัดเป็นกายนุปัสสนาอย่างหนึ่ง เพราะเป็นการ
กำหนดรู้กิริยาอาการต่างๆ ของร่างกาย ไม่ว่าจะเป็นการย่น เดิน การเคลื่อนไหว เมื่ออยู่ในกิริยา
อาการใดๆ ก็ให้รู้ชัดในกิริยาอาการนั้นๆ ตามหลักสติปัฏฐาน ภิกษุนั้นเมื่อดำรงกายอยู่โดยอาการ ใดๆ
ก็รู้ชัดกายที่ดำรงอยู่โดยอาการนั้น ๆ ด้วยวิธีนี้ภิกษุจึงชื่อว่าพิจารณาเห็นกายในกายอยู่ (ม.ม. (ไทย)
12/108/104)

เมื่อมีสติแล้วจะต้องมีสัมปชัญญะควบคู่กันไปด้วยหลักของสัมปชัญญะ มีอยู่ว่า

ทำความรู้สึกตัวในการก้าวไป การถอยกลับ

ทำความรู้สึกตัวในการแลดู การเหลียวดู

ทำความรู้สึกตัวในการคู้เข้า การเหยียดออก

ทำความรู้สึกตัวในการครองสังฆาฏิ บาตรและจีวร (ม.ม. (ไทย)

12/109/105)

การออกไปบิณฑบาตยังหมู่บ้านนั้นต้องได้พบเห็นอะไรต่างๆ มากมายที่ไม่ควรจะรบกวน
จิตใจ กระตุ้นอารมณ์ให้หลงเพลิดเพลินการไม่มีสติรู้เท่าทันอารมณ์ไม่สำรวมอินทรีย์อาจเกิดโทษแก่
พรหมจรรย์ได้ดังความที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า

ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ก็เหมือนกัน เวลาเข้าครองอันตราสกถือบาตรและจีวรไม่รักษา
กายวาจาจิต ไม่ตั้งสติให้มั่นคง ไม่สำรวมอินทรีย์เข้าไปบิณฑบาตยังบ้านหรือนิคม เธอเห็นมาตุคามนุ่ง
ห่มไม่เรียบร้อยในที่นั้น ราคะก็รบกวนจิตของเธอ เพราะเห็นมาตุคาม นุ่งห่มไม่เรียบร้อย เธอถูกราคะ
รบกวนจิต จึงถึงมีความตายหรือทุกข์ปางตาย การที่เธอบอก คีนสิกขากลับมาเป็นคฤหัสถ์นั้นจัดเป็น

ความตายในวินัยของพระอริยะ การที่เธอต้องอาบัติ เศร้าหมองอย่างใดอย่างหนึ่ง การประพฤติวัตร เพื่อออกจากอาบัติตามที่ต้อนั้นจัดเป็นทุกข์ปางตาย ภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุนี้ เธอทั้งหลายพึงศึกษาอย่างนี้ว่า “เราทั้งหลายจักรักษากายวาจาจิต ตั้งสติให้มั่นคง สำรวมอินทรีย์ เข้าไปบิณฑบาตยัง บ้านหรือนิคม” (ส.น. (ไทย) 16/232/322)

หากพระภิกษุสามเณรไม่มีสติสัมปชัญญะ ขาดความอดทนเสียแล้ว ก็ยากแก่การดำรงอยู่ในเพศสมณะ อาจจะบอกคืนลาสิกขากลับไปเป็นคฤหัสถ์ก็ได้ฉะนั้น พระภิกษุสามเณรจึงต้อง ฝึกหัดพัฒนาจิตให้มีสติสัมปชัญญะ ให้มีความอดทน เพื่อรับมือกับกิเลสต่างๆ ที่เกิดขึ้นทุกขณะ เวลาไม่ว่าจะเป็นเวลาบิณฑบาตหรือฉันอาหารบิณฑบาต เป็นต้น

การพัฒนาจิตเกื้อหนุนให้มีความสันโดษ

พระพุทธองค์ตรัสสอนให้พระภิกษุเป็นผู้มีความสันโดษในการ บิณฑบาตตามมีตามได้ก็เพื่อสอนให้รู้จักประมาณ ไม่ทะเยอทะยาน ในสิ่งซึ่งทำให้เกิดความโลภ จนไม่สิ้นสุด อันเป็นทางที่จะให้เกิดความทุกข์ร้อน เป็นทางที่จะนำไปสู่หายนะ เพราะธรรมชาติของความโลภนั้นไม่มีขีดจำกัด (พุทธทาสภิกขุ, 2529) ดังมีปรากฏในพระไตรปิฎก ความว่า

ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้เป็นผู้สันโดษด้วยบิณฑบาตตามมีตามได้และกล่าว สรรเสริญความสันโดษด้วยบิณฑบาตตามมีตามได้ทั้งไม่ประกอบการแสวงหา ผิดที่ไม่ สมควร เพราะเหตุแห่งบิณฑบาต ไม่ได้บิณฑบาตก็ไม่กระวนกระวาย และได้บิณฑบาต แล้วก็ไม่ติดใจ ไม่หลง ไม่พัวพัน มองเห็นโทษ มีปัญญาเครื่องสลัดออก บริโภคอยู่

อนึ่ง เพราะความสันโดษด้วยบิณฑบาตตามมีตามได้นั้น จึงไม่ยกตน ไม่ข่มผู้อื่น เพราะภิกษุใดขยัน ไม่เกียจคร้าน มีความรู้ตัว มีสติกำกับในการสันโดษด้วยบิณฑบาตนั้น (ที.สี. (ไทย) 9/215/73) และอีกแห่งหนึ่งได้อธิบายความหมายของคำว่า สันโดษ เกี่ยวกับบิณฑบาตเอาไว้ว่า ให้แสวงหาอาหารบิณฑบาตแค่พออิ่มท้อง ไม่ใช่ทำการเก็บสะสมอาหารที่ได้จากการบิณฑบาต ดังปรากฏเนื้อความในพระไตรปิฎกว่า

ภิกษุในธรรมวินัยนี้สันโดษด้วยจิรวพอคุ้มกายและบิณฑบาตพออิ่มท้อง จะไป ณ ที่ใดๆ ก็ไปได้ทันทีเหมือนนกบินไป ณ ที่ใดๆ ก็มีแต่ปีกเป็นภาระ มหาบพิตร ภิกษุชื่อว่าผู้สันโดษเป็นอย่างนี้ และ (ขุ.ม. (ไทย) 29/206/599-603)

การพัฒนาปัญญา (ปัญญาภาวนา)

การบิณฑบาตด้านอัตตประโยชน์เพื่อการพัฒนาปัญญาหลายด้านคือ ทำให้รู้จักคุณค่าของอาหาร ละครสละสลม และรู้จักการปล่อยวาง ดังมีรายละเอียดต่อไปนี้

1. รู้คุณค่าของอาหาร

การบิณฑบาตส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาปัญญา ในด้านให้รู้จักคุณค่าของอาหาร ที่บิณฑบาตได้มา จะต้องทำให้ถูกต้องทั้งสองฝ่าย ข้าวปลาอาหาร ส่วนที่เป็นวัตถุดิบเป็นอาหารทางกาย การฉันอาหารเป็นเรื่องทางฝ่ายธรรมะ ต้องฉันให้ดี ฉันให้ถูกวิธี จะต้องฉันชนิดที่เป็นอาหารอย่าฉัน อย่างเป็นเหยื่ออย่าฉันเพื่อสนองกิเลส ข้าวปลาอาหารที่บิณฑบาตมาได้นั้นแหละ ฉันให้เป็นอาหารทางจิตใจด้วย คือ อย่าฉันเพื่อความเอร็ดอร่อยให้เป็นเหยื่อของกิเลส ฉันเท่าที่ เหมาะสมจะหล่อเลี้ยงร่างกายให้ปกติแล้วจิตใจจะได้อาศัยอยู่บนร่างกายที่เป็นปกติฉะนั้น จึงต้องฉันอาหารโดยมีธรรมะอยู่ในอาหารที่เข้าไป (พุทธทาสภิกขุ, 2549: น.28. คือฉันอย่างรู้คุณค่าของอาหาร

จุดมุ่งหมายในด้านอัตตประโยชน์ที่เกิดขึ้นจากการบิณฑบาตของพระภิกษุสามเณรก็คือ การฝึกหัดพัฒนาในด้านปัญญา เพื่อให้รู้จักคุณค่าของอาหาร จะได้ฉันอาหารของชาวบ้านอย่างไม่ เป็นหนี้ ฉันโดยมีสิทธิอันชอบธรรม ไม่เป็นทุกข์เพราะอาหารเป็นเหตุไม่เกิดมัวเมา รู้จักคุณค่า ของอาหาร ว่า อาหารนี้เพียงพอหล่อเลี้ยงให้ร่างกายดำรงอยู่ต่อไปได้

2. ละครสละสลม

การออกบิณฑบาตของพระภิกษุสามเณรในทุกๆ วันนั้นเป็นการส่งเสริมให้จิตใจไม่ เกิดความยินดีในการสละสลม ถึงแม้ว่าจะบิณฑบาตได้อาหารมาน้อยก็ฉันด้วย ปัญญา หากได้อาหารมา มากก็รู้จักการแบ่งปัน ไม่เก็บกักตนไว้ด้วยโมหะ โดยหวังว่าจะได้ไม่ต้อง ออกบิณฑบาตบ่อยๆ อันเป็น การขัดต่อพุทธบัญญัติดังกล่าว

ครั้งนั้น ท่านเวฬุทฐีสละ พระอุปัชฌาย์ของท่านพระอานนทอยู่ในป่า ท่านเที่ยวบิณฑบาต ได้มากมาย เอาข้าวสุกเปล่าไปตากแห้งเก็บไว้ที่อาราม คราวที่ต้องการภัตตาหาร ก็นำมาแช่น้ำแล้วฉัน นานๆ จึงจะเข้าไปบิณฑบาตในหมู่บ้าน

ลำดับนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้ารับสั่งว่า “...เวฬุทฐีสละ โฉนเธอจึงฉันโภชนะที่เก็บสะสมไว้ เล่า เวฬุทฐีสละ การกระทำอย่างนี้มีได้ทำให้คนที่ยังไม่เลื่อมใสให้เลื่อมใส...” ทรงบัญญัติสิกขาบทว่า

ภิกษุใดเคี้ยวของเคี้ยวหรือฉันของฉันที่เก็บสะสมไว้ต้องอาบัติปาจิตตีย์

ที่ชื่อว่า ของที่เก็บสะสมไว้คือ ของที่ภิกษุรับประเคนในวันนี้แล้วฉันในวันอื่น

ที่ชื่อว่าของเคี้ยว คือ ยกเว้นโภชนะ 5 ยามกาลิก สัตตหาลิก และยาวชีวินนอกนั้นชื่อว่า
ของเคี้ยว

ที่ชื่อว่า ของฉัน ได้แก่โภชนะ 5 คือ ข้าวสุก ขนมกุ่มมาส ข้าวตูปลา เนื้อ ภัทฺฐรับประเคน
ด้วยตั้งใจว่า “จะเคี้ยว จะฉัน” ต้องอาบัติทุกกฏ ฉันต้องอาบัติปาจิตตีย์ทุกๆ คำกลืน (วิมหา. (ไทย)
2/252-254/407-408)

3. รู้จักปล่อยวาง

พระภิกษุสามเณรต้องพิจารณาให้รู้จักคุณค่าที่แท้จริงของปัจจัย 4 โดยเฉพาะอาหาร
บิณฑบาต จะต้องไม่หลง ไม่ยึดติด ไม่พัวพัน ต้องประกอบด้วยปัญญา มองเห็น โทษ จึงจะสามารถ
ปล่อยวาง พัฒนาจิตให้บรรลุถึงที่สุดแห่งทุกข์ได้ดังปรากฏความว่า

พระปัจเจกสัมพุทธเจ้าเป็นผู้สันโดษด้วยบิณฑบาตตามมีตามได้ทั้งไม่ประกอบการแสวงหา
ผิด ที่ไม่สมควร เพราะเหตุแห่งบิณฑบาต ไม่ได้บิณฑบาตก็ไม่กระวนกระวาย และได้บิณฑบาตแล้วก็
ไม่ติดใจ ไม่หลง ไม่พัวพัน มองเห็นโทษ มีปัญญาเครื่องสลัดออกบริโภคอยู่ (ขุ.จ. (ไทย) 30/218/423)

วิถีชีวิตของนักบวชต้องเป็นผู้สันโดษในปัจจัยตามมีตามได้ เมื่อบิณฑบาตได้อาหารมาแล้ว
พิจารณาฉันเพียงเพื่อยังอัตภาพนี้ให้เป็นไปได้เท่านั้น ไม่เป็นผู้ยึดติดในอาหารนั้น ไม่ว่าจะประณีต
หรือเศร้าหมองก็ตาม มากหรือน้อยก็ตาม ดังภาษิตของพระปาราปริยเถระ ความว่าภิกษุทั้งหลายแต่
ปางก่อน สันโดษด้วยปัจจัยตามมีตามได้ ไม่ขบฉันอาหารประณีตก็ตาม เศร้าหมองก็ตามน้อยก็ตาม
มากก็ตาม เพียงเพื่อยังอัตภาพให้เป็นไปได้ ไม่ติด ไม่พัวพัน (ขุ.เถร. (ไทย) 26/923/491)

การรู้จักปล่อยวางจะทำให้พระภิกษุสามเณรเป็นผู้ไม่มีความทุกข์ไม่มีความกังวลเพราะเหตุ
แห่งอาหาร และการบิณฑบาตก็ยังเป็นการฝึกหัดพัฒนาจิตช่วยให้มีความโล่ง โปร่ง เบา เกื้อหนุนให้
เกิดความสะดวก สว่าง สงบ อันเป็นภาวะแห่งปัญญาภาวนา ฉะนั้น เมื่อพระภิกษุ สามเณรรู้จักการ
ปล่อยวางแล้ว ก็จะช่วยให้จิตใจมีความปลอดโปร่ง เบาสบาย เหมาะแก่การบำเพ็ญเพียร ฝึกจิตให้มี
ความเจริญยิ่งขึ้นไป

สรุป

การบิณฑบาตในทางพระพุทธศาสนาถือเป็นรูปแบบการดำรงชีวิตที่ประเสริฐและบริสุทธิ์
พระพุทธองค์ทรงปฏิบัติเป็นแบบอย่างให้กับสาวก และทรงบัญญัติข้อวัตรปฏิบัติในการบิณฑบาต
ตั้งแต่การห่มผ้า การเข้าโจจรบิณฑบาต การเดินบิณฑบาต และการฉันเข้าบิณฑบาต เพื่อให้เกิดความ

เป็นระเบียบและความสง่างามของนักบวชในทางพระพุทธศาสนา การบิณฑบาตยังส่งผลให้พระสงฆ์ได้
มีโอกาสสร้างปฏิสัมพันธ์กับชาวบ้านแล้ว การบิณฑบาตส่งผลให้เกื้อหนุนให้พระภิกษุเกิดความสะอาด
สว่าง และสงบทางกาย ทางจิตและทางปัญญา ซึ่งถือการดำรงชีพตามวิถีแห่งอริยมรรคอย่างแท้จริง

References

- บุญเชิดกิตติธรรมากร. (2546). *อธิบายวิชาธรรมสำหรับนักธรรมและธรรมศึกษาชั้นโท*.
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์การศาสนา.
- รสนา โตสิตระกูล แปล, ดิษ นัท ฮันท์ เชียเดิน. (2528). *วิถีแห่งสติ*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มูลนิธิ
โกมลคีมทอง.
- พระสุริยนต์ ทสสนีโย (น้อยสงวน). (2554). “การศึกษาวิเคราะห์บิณฑบาตในฐานะเป็นเครื่องมือ
หนุนชีวิต และกุศโลบายในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา”. *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*.
(บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย).
- พระพรหมคุณาภรณ์ ป.อ.ปยุตโต. (2551). *พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์*. พิมพ์ครั้งที่
12. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช). (2548). *พจนานุกรมเพื่อการศึกษาศาสนาพุทธศาสน์ชุดคำวัด*.
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เลียงเชียง.
- พระราชวรมนี (ป.อ. ปยุตโต). (2528). *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์*, พิมพ์ครั้งที่ 3.
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พุทธทาสภิกขุ. (2523). *คำสอนสำหรับผู้บวชใหม่*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ธรรมสภา.
- พุทธทาสภิกขุ. (2529). *พุทธทาสกับสวนโมกข์ประวัติการทำงานของท่านพุทธทาส*. กรุงเทพฯ:
ธรรมสภา.
- พุทธทาสภิกขุ. (2549). *ธรรมกับสุขภาพ ความมีสุขภาพอนามัยทางจิตใจที่ดี*. กรุงเทพฯ: ธรรมสภา.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2546). *พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542*. กรุงเทพมหานคร:
นานมีบุ๊คส์พับลิเคชันส์.
- สุชีพ ปุญญานุภาพ. (2541). *พจนานุกรมศัพท์พระพุทธศาสนา ไทย-อังกฤษ อังกฤษ-ไทย*. พิมพ์ครั้งที่
8. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พุทธทาสภิกขุ. (2523). *บวชทำไม*. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่รุ่งแสงการพิมพ์.
- 19-20 มีนาคม พ.ศ. 2565 ณ หอประชุมสมเด็จพระมหาธีรราชวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

สันติสุข โสภณสิริ แพล, ตีช นัท ฮันท์เธอคือศานติเขียน. (2537). ลำนำแห่งลมหายใจและรอยยิ้ม.
พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มูลนิธิโกมลคีมทอง.