

ศึกษาวิเคราะห์การสวดมนต์ตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาท An Analytical Study of Praying According to Theravada Buddhism

ณรงค์วัชรราช บุญมา

สาขาสังคมศึกษา คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ และ
หน่วยวิจัยพุทธพัฒนา สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
kokkird2518@hotmail.com

บทคัดย่อ

จากการศึกษาวิเคราะห์การสวดมนต์ตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาท พบว่า 1) จุดมุ่งหมายของการสวดมนต์มีพัฒนาการไปตามกาลสมัย ตามเหตุการณ์ มีสภาพปรับตัวได้เสมือนน้ำหรือสิ่งมีชีวิต เริ่มด้วยสวดเพื่อรักษาสิบทอดพระธรรมคำสอน ต่อมาสวดเพื่อจำกัดสิ่งชั่วร้ายทั้งปวงและยังความสวัสดิ์ให้บังเกิดขึ้น สวดเพื่อสรรเสริญบูชาพระรัตนตรัย และสวดเพื่อความ เป็นสิริมงคลเสริมสร้างกำลังใจ บทสวดที่ได้รับความนิยมคือ 7 ตำนาน และ 12 ตำนาน ทั้งนี้ การสวดมนต์ตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาทจะต้องไม่เป็นไปในลักษณะเพื่ออ้อนวอนเทพเจ้า และเพื่อทำร้ายผู้อื่น เช่น เสก เป่า เวทมนต์ 2) คุณค่าและประโยชน์ที่เกิดจากการสวดมนต์ตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาทนั้น สามารถจำแนกได้ ดังนี้ (1) เกิดคุณค่าภายในจิตใจ (2) จิตเป็นสมาธิง่าย (3) ปอดแข็งแรง สุขภาพกายดี (4) ทำให้เข้าใจความหมายของหลักธรรมในบทสวด (5) มีโอกาสเข้าถึงธรรมได้ง่าย (6) มีสภาพไร้โทษ ให้คุณตามสมควรแก่การปฏิบัติ

คำสำคัญ: การสวดมนต์, พระพุทธศาสนาเถรวาท, พระปริตร, คุณค่าและประโยชน์

Abstract

The results of analytical study of praying according to Theravada Buddhism : 1) the purposes of praying depend on the situation by the time adaptable virtual water or organisms, started by praying to treat inherited preaching, later pray to limit all evil and It also happens to, pray to praise worship the Triple Gems and pray for the prosperity strengthen. Chants that have been popular are 7 and 12 parittas. Any way, praying according to Theravada Buddhism must not be identical to that plea to the gods and to harm others, such as blowing magic spell. 2) the value and benefits resulting from praying according to Theravada Buddhism can be classified as follows: (1) the value of the mental health (2) mental concentration simple (3) lung health, good physical health, (4) to understand the meaning of the principles in the Psalms (5) have access fairly easily (6) have access to a reasonably practical.

Keywords: praying, Theravada Buddhism, partita, value and benefits

1. บทนำ

การสวดมนต์เป็นส่วนหนึ่งของพิธีกรรมทางศาสนาของศาสนาทั้งหลายที่ขาดไม่ได้ แม้ว่าการสวดมนต์นั้นจะด้วยวัตถุประสงค์ที่แตกต่างกันออกไปก็ตาม เช่น บ้างก็สวดเพื่ออ้อนวอน บ้างก็สวดเพื่อขอพร บ้างก็สวดเพื่อปิดเป่าสิ่งชั่วร้ายหรือขับไล่สิ่งชั่วร้าย บ้างก็สวดเพื่อเพิ่มบุญเพิ่มบารมี บ้างก็สวดเพื่อความขลังความศักดิ์สิทธิ์ บ้างก็สวดเพื่อเป็นการจดจำคำสอน

หรือสืบทอดคำสอน บ้างก็สวดเพื่อยังความเจริญวิติกกังวลที่มีอยู่ให้สงบระงับลง บ้างก็สวดเพื่อยกย่องสรรเสริญบูชาสิ่งที่ตัวเองเคารพนับถือ เป็นต้น

ชวน เพชรแก้ว ได้กล่าวไว้ในหนังสือ การศึกษาวรรณคดีไทยว่า “ชาวพุทธหรือศาสนิกชนของศาสนาอื่น มีประเพณีตั้งแต่บรรพกาลและมีการนำมาสวดกันในระยะต่อมา”

ชมพูทวีปหรืออินเดียปัจจุบัน ถือว่าเป็นแหล่งกำเนิดของลัทธิ ศาสนา และสำนักปรัชญาต่างๆ ทางตะวันออก และการสวดมนต์ที่มีแบบแผนเป็นหลักเป็นการ ต้องยกให้ศาสนาพราหมณ์เป็นต้นกำเนิด ศาสนาพราหมณ์ถือเป็นศาสนาเก่าแก่ที่มีความโดดเด่นเรื่องการสวดมนต์ อันได้แก่ คัมภีร์พระเวท เป็นคัมภีร์ในศาสนาพราหมณ์-ฮินดู หากกล่าวโดยเฉพาะลงไป หมายถึง บทสวดต่างๆ ที่เกี่ยวกับความเชื่อของชาวอินโดอารยัน หรืออาจเรียกได้ว่าศาสนาพราหมณ์ฮินดู โดยมีการรวบรวมเป็นหมวดหมู่ในชั้นหลัง

คำว่า “เวท” นั้น หมายถึง ความรู้ มาจากธาตุ “วิท” (กริยา = รู้) คัมภีร์พระเวท มี 4 เล่ม ประกอบด้วย

1. ฤคเวท เป็นบทสวดสรรเสริญเทพเจ้า
2. สามเวท เป็นบทสวดในพิธีกรรมถวายน้ำโสมแก่พระอินทร์และขับกล่อมเทพเจ้า
3. ยชุรเวท เป็นระเบียบวิธีในการประกอบพิธีบูชาัญญและบวงสรวงต่างๆ และ
4. อถรรพเวท เป็นที่รวบรวมคาถาอาคมหรือเวทมนตร์

นักประวัติศาสตร์ส่วนใหญ่กล่าวว่า คัมภีร์พระเวท เป็นคัมภีร์ที่เก่าแก่ที่สุดที่เหลืออยู่ สำหรับส่วนที่ใหม่สุดของพระเวท ซึ่งมีอายุราวๆ พุทธกาล สำหรับ 3 คัมภีร์แรก มีอายุราว 1,000 ปีก่อนพุทธกาล นักภคตวิทยาเชื่อว่า เนื้อหาของคัมภีร์เหล่านี้ได้มีการท่องจำกันมาซึ่งก็เป็นการบันทึกอีกทางหนึ่งที่มีสมัยนั้นจะทำได้ ซึ่งมีหลักฐานจากลักษณะทางภาษา และปริบททางสังคมต่างๆ (สมิคร บูรราวาศ, 2516 : 159-160)

พระพุทธรูปศาสนาให้ความสำคัญกับการสวดมนต์เช่นเดียวกัน แต่การให้ความสำคัญของพระพุทธรูปศาสนามีจุดมุ่งหมายเหมือนหรือแตกต่างจากศาสนาอื่นอย่างไร ขณะเดียวกันการสวดมนต์ตามแนวพระพุทธรูปศาสนามีคุณค่าและประโยชน์อย่างไร ด้วยเหตุดังกล่าวนี้ จึงได้ทำการศึกษาวิจัย เรื่อง ศึกษาวิเคราะห์การสวดมนต์ตามแนวพระพุทธรูปศาสนา

2. วัตถุประสงค์การวิจัย

- 2.1 เพื่อศึกษาวิเคราะห์การสวดมนต์ตามแนวพระพุทธรูปศาสนาเถรวาท
- 2.2 เพื่อศึกษาวิเคราะห์คุณค่าและประโยชน์ที่เกิดจากการสวดมนต์ตามแนวพระพุทธรูปศาสนา

3. วิธีดำเนินการวิจัย

3.1 ศึกษาและรวบรวมข้อมูลเอกสารปฐมภูมิ (Primary) ในส่วนที่ว่าด้วยเรื่องศึกษาวิเคราะห์การสวดมนต์ตามแนวพระพุทธรูปศาสนาเถรวาท จากคัมภีร์พระไตรปิฎก

3.2 ศึกษาและรวบรวมข้อมูลเอกสารทุติยภูมิ (Secondary) ได้แก่ วรรณคดี ฎีกา อนุฎีกา ปรกณวิเศษ หนังสือบทความ เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องศึกษาวิเคราะห์การสวดมนต์ตามแนวพระพุทธรูปศาสนาเถรวาท เพื่อหาข้อสรุป ต่อการวิจัยต่อไป

4. ผลการวิจัย

4.1. การสวดมนต์แบบพระพุทธรูปศาสนาเถรวาท

4.1.1 นิยามและความหมายคำว่า “สวดมนต์”

คำว่า “สวดมนต์” มี 2 หน่วยคำ คือ “สวด” กับ “มนต์” สวด เป็น คำกริยาแห่งการท่องบ่นหรือสาธยาย ที่เป็นจังหวะหรือทำนอง ทางพระพุทธรูปศาสนา การสวดมีวัตถุประสงค์ 2 ประการ คือ (1) สวดเพื่อทรงจำคำสอน สืบทอดคำสอน เป็นการรักษาศาสนา (2) สวดเพื่อการคุ้มครอง คือ การสวดพระปริตร (ปะริต, ปะหริด) เป็นการสวดเพื่อคุ้มครองป้องกันอันตราย มีการสวดเพื่อตัวเอง สวดเพื่อผู้อื่น สามารถทำได้ตามสมควร ส่วนคำว่า “มนต์”

ได้แก่ คำสอนของพระพุทธเจ้า เป็นคำศักดิ์สิทธิ์ มีความเข้มแข็งในตัวเอง, เป็นคำสวดเพื่อความเป็นสิริมงคล ต้องอาศัย การสวดหรือกิจกรรมพำนักจึงจะทำให้เกิดฤทธาภาพ (สมเด็จพระพรยาตารงราชานุภาพ, 2514 : 207)

นอกจากนี้ คำว่า “มนต์” หากแปลตามตัวอักษรหรือโดยพยัญชนะมี 3 ความหมาย ด้วยกัน คือ (1) มนต์ แปลว่า ปัญญา มีคำวิเคราะห์ศัพท์ ดังนี้ (1.1) “มนติ ขานาติ มนต์” แปลว่า “ปัญญาที่รู้ ชื่อว่า มนต์” (อภิธาน (ไทย), 153/205) (1.2) “มนติ เอตยาติ มนต์” แปลว่า “ปัญญาเครื่องรู้ ชื่อว่า มนต์” (อภิธาน (ไทย), 352/449) (2) มนต์ แปลว่า พระเวท มีคำวิเคราะห์ศัพท์ ดังนี้ “ติก เวเท มุนาติ ขานาติ ธมฺมิ อเนนาติ มนต์” แปลว่า “วิชาที่ช่วยให้รู้ข้อปฏิบัติ หมวด 3 ในคัมภีร์พระเวท ชื่อว่า มนต์” (อภิธาน (ไทย), 108/160) (3) มนต์ แปลว่า อำนาจ มีคำวิเคราะห์ศัพท์ ดังนี้ “มนตา วุจจติ ปณฺญา, สา เอตสฺมิ วิชชติ ตาย นิปฺวา เทตพฺพตฺตาติ มนต์” แปลว่า “ปัญญา ท่านเรียกว่า มนต์ (อภิธาน (ไทย), 351/449) มนต์นั้นมียุ่ เพราะเป็นอำนาจที่ช่วยให้ทำอะไรสำเร็จได้ เพราะฉะนั้น จึงเรียกว่า มนต์” กล่าวสรุปได้ว่า คำว่า “มนต์” หมายถึง คำศักดิ์สิทธิ์ที่มีอำนาจทำให้ผู้สวด ผู้ได้ฟังหรือผู้ที่เจาจงถึง เกิดสมาธิ จิตใจตั้งมั่น มีความสงบสุข เกิด ปัญญา มีสุขภาพทางจิตที่พิเศษกว่าคนทั่วไป

4.1.2 จุดมุ่งหมายของการสวดมนต์ในพระพุทธศาสนาเถรวาท

จุดมุ่งหมายของการสวดมนต์ตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาท พบว่า มีพัฒนาการไปตามกาลสมัย ตาม เหตุการณ์ มีสภาพปรับตัวได้เสมือนน้ำหรือสิ่งมีชีวิต ดังนี้

1) สวดเพื่อรักษาสิบทอดพระธรรมคำสอน

เริ่มแรกการสวดมนต์ก็เพียงเพื่อทรงจำรักษาและสืบทอดพระพุทธวจนะอันเป็นพระธรรมคำสอนให้ ดำรงอยู่ พระสงฆ์สาวกช่วยกันจดจำพระธรรมคำสอนโดยวิธีการช่วยกันท่องบ่น เรียกว่า “มุขปาฐะ” มีการสาธยาย ท่องบ่น จนจำขึ้นใจ ทรงจำได้แล้วก็บอกกันต่อ ๆ ไป ดำเนินไปในทำนองว่า บอกให้ท่องไปวันละเล็กน้อยตามกำลังสติปัญญาของผู้ ทรงจำนั้นๆ เมื่อได้รับบอกไปแล้วต้องไปท่องจนกว่าจะคล่องปากขึ้นใจ มีการกล่าวกันว่าบางท่านสามารถสวดทั้งอนุโลม (สวดไปตามลำดับ) และปฏิโลม (สวดย้อนกลับ) ได้ และมีการสวดทวนกันอยู่เป็นระยะๆ ไม่ขาดสาย ป้องกันการลืม

2) สวดเพื่อกำจัดสิ่งชั่วร้ายทั้งปวงและยังความสวัสดิให้บังเกิดขึ้น

ต่อมาการสวดก็ถูกพัฒนาขึ้นโดยได้รับพระพุทธานุญาตให้นำมาสวดเพื่อปัดเป่า ทุกข์ ภัย โรค ชั่วร้าย สิ่ง ชั่วร้าย อมนุษย์ทั้งหลาย โดยบทสวดที่เริ่มใช้สวดคือ รัตนสูตร สวดที่เมืองเวสาลี รัตนสูตรเป็นพระสูตรในพระ สุตตันตปิฎก หมวดขุททกนิกาย ขุททกปาฐะ และยังปรากฏในหมวดสุตตันตปิฎก เป็นพระคาถาจำนวน 17 บท แต่ปรากฏใน พากย์ภาษาสันสกฤตจำนวน 19 บท ดังที่มีอยู่ในคัมภีร์มหาวิศตูวาทานของนิกายโลกัตถรวาท และนิกายมหาสังฆิกะ พระ สูตรนี้พรรณานาคของพระรัตนตรัย และป่าวประกาศความยิ่งใหญ่ และคุณลักษณะของพระอริยะเจ้า มีพระโสดาบัน เป็น อาทิ จุดประสงค์ของการประกาศพระสูตรนี้ก็เพื่อโปรดชาวเมืองเวสาลีให้รอดพ้นจากภัยอันตรายทั้งหลายทั้งปวงที่กำลังรุมเร้า เมืองแห่งนี้ และเพื่อยังให้ชาวเมืองทั้งหลายได้มีดวงตาเห็นธรรม

ตามวรรณคดีพระบาลีมีการกล่าวไว้ว่า เมื่อคราวเมืองเวสาลี (ไพสาลี ไวสาลี) เกิดโรคระบาดที่เรียกว่า โรคห่าทำให้คนและสัตว์ตายไปเป็นจำนวนมาก พระพุทธเจ้าทรงรับสั่งให้พระอานนท์เรียนรัตนสูตรจากพระองค์แล้วนำไปสวด เพื่อขจัดปัดเป่าภัยพิบัติร้ายแรงทั้งหลายที่เกิดขึ้นกับชาวกรุงเวสาลี ซึ่งมีทั้งโรคระบาด อันตรายจากภูตผีปีศาจ ความอดอยาก ล้มตาย พระพุทธองค์ทรงรับสั่งให้พระอานนท์ระลึกถึงคุณพระรัตนะ คือ พุทธรัตนะ ธรรมรัตนะ และสังฆรัตนะ ทำสังกิริยา แล้ว ประพรมน้ำพระพุทธรณีให้เกิดความสุขสวัสดิแก่ชาวกรุงเวสาลี ด้วยอำนาจแห่งพระรัตนสูตรนี้ ภัยพิบัติร้ายแรงได้ สงบระงับลงอย่างฉับพลัน พระพุทธเจ้าทรงอนุญาตให้สวดรัตนสูตรเพื่อรักษาเมืองเวสาลีจากภัย 3 ประการ คือ 1) ความแห้ง แล้ง 2) ทุพภิกขภัย และ 3) โรคระบาด (ขุ.ข. (ไทย) 25/1-18/9-14)

รัตนสูตรได้รวมเอาหลักธรรมเรื่องความเมตตาและสังจะไว้ด้วยกันโดยได้ยกเอาคุณพิเศษของพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ มากกล่าวไว้ว่าเป็นสังจะอันประเสริฐที่สุด ทำให้นามาสังจะอันประเสริฐด้วยอำนาจของพระรัตนตรัย

หลังจากนั้น การสวดมนต์ก็มีเป็นระยะๆ ขึ้นอยู่กับเหตุการณ์และความจำเป็นที่นำมาสวดในทำนอง ของรัตนสูตร มีการเลือกบทที่จะสวดให้เหมาะสมกับจุดมุ่งหมายที่ต้องการในแต่ละครั้งในแต่ละเหตุการณ์ไป เช่น สมัยหนึ่ง พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้เสด็จไปทรงประทับอยู่ ณ เวฬุวันมหาวิหาร ใกล้กรุงราชคฤห์ ครั้งนั้น พระมหากัสสปะอาศัยอยู่ที่ ปิณฑลคูหา พระมหากัสสปะบังเกิดโรคาพาธอย่างแรงกล้า อาการหนักขึ้นทุกวัน ขณะนั้นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้เสด็จทรง

สถิตอยู่ในสมาบัติ ครั้นออกจากสมาบัติแล้ว จึงทรงมีพระกรุณาโปรด เสด็จไปเยี่ยมอาการไข้ของพระมหากัสสปะเถระ และ ได้ทรงแสดงโพชฌงค์ทั้ง 7 ประการโดยการสวดให้ท่านพระมหากัสสปะได้รับฟัง เมื่อการสวดจบนั้น พระมหากัสสปะ มีจิต โสมนัสยินดีรื่นเริงในธรรม ลูกขึ้นกราบลงที่ฝ่าพระบาทของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า หายจากอาการไข้โดยพลัน

อีกคราวหนึ่งพระองค์ได้ทรงแสดงธรรมบทนี้แก่พระโมคคัลลานะซึ่งอาพาธอยู่ในลักษณะเดียวกันกับพระ มหากัสสปะ หลังจากนั้นก็พบว่า พระโมคคัลลานะก็หายจากโรคาพาธเช่นเดียวกัน

เรื่องราวที่สำคัญที่สุดอีกครั้งหนึ่งก็คือ เมื่อครั้งที่พระพุทธองค์เองทรงประชวร พระองค์ก็ทรงโปรดให้พระจุน ทเถระสวดโพชฌงค์ปริตรถวาย ซึ่งพบว่าพระพุทธเจ้าก็ทรงหายจากอาการประชวร (ส.ม. (ไทย) 19/197/130-131)

ต่อมาภิกษุทั้งหลายไปบำเพ็ญสมณธรรมในป่า ถูกพวกอมนุษย์รบกวน กลับมาเข้าเฝ้าและกราบทูลเรื่อง นั้นแด่องค์สัมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระพุทธองค์ก็ทรงโปรดให้พระภิกษุทั้งหลายเหล่านั้นเรียนกรณียเมตตาสูตรแล้วให้ กลับบำเพ็ญสมณธรรมเหมือนเดิม โดยให้สวดกรณียเมตตาสูตร ณ สถานที่บำเพ็ญสมณธรรมนั้น หลังจากนั้นภัยทั้งหลาย เหล่านี้ก็ไม่มี (ขุ.ข. (ไทย) 25/1-10/20-22)

การสวดมนต์เพื่อให้เกิดพลาภาพหรือเพื่อความขลังความศักดิ์สิทธิ์นั้น มีองค์ประกอบที่ต้องให้ ความสำคัญ (ธนิต อยุธยา, 2535 : 31) ดังนี้

- (1) บทสวดนั้นต้องเป็นพระพุทธรูปที่ไม่ได้ตั้งขึ้นในภายหลัง
- (2) บทสวดนั้นต้องมีเนื้อหาสอดคล้องตรงตามความมุ่งหมายที่ต้องการให้เกิดผล
- (3) ผู้สวดต้องมีศีลบริสุทธิ์ มีจิตแน่วแน่มั่นคง เป็นสมาธิ และมีจิตเมตตา
- (4) ต้องสวดให้ถูกต้อง ชัดเจน อักษรไม่วิบัติ
- (5) ต้องสวดด้วยความเคารพในพระพุทธรูป

3) สวดเพื่อสรรเสริญบูชาพระรัตนตรัย

การสวดมนต์เพื่อสรรเสริญบูชาพระรัตนตรัย เช่น การทำวัตรสวดมนต์เช้า-เย็น มีลักษณะสืบเนื่องจาก ประเพณีการบูชาพระศาสนาตั้งแต่สมัยที่พระพุทธเจ้าปรินิพพานพระองค์ได้มอบพระธรรมวินัย หรือที่อยู่ในรูปของ พระไตรปิฎกภาษาบาลีในปัจจุบัน ให้เป็นศาสนาแทนพระองค์ จึงเป็นหน้าที่ของพุทธบริษัทจะต้องศึกษาเล่าเรียน ท่องบ่นสวด หรือสาธยายพระพุทธรูปเหล่านั้นแล้วนำมาสั่งสอนสืบต่อกันมา และในวันสำคัญๆ เช่น วันวิสาขบูชา มาฆบูชา และ อาพาหบูชา เป็นต้น

การสวดมนต์เพื่อสรรเสริญบูชาพระรัตนตรัยนั้นสามารถที่จะพัฒนากาย จิต และสติปัญญาของผู้สวด มนต์ได้อย่างดีและมีประสิทธิภาพ หากแต่ต้องอยู่ภายใต้เงื่อนไข ดังนี้

- (1) สถานที่สวดต้องสัปปายะ มีสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการยกระดับจิต ไม่วุ่นวาย
- (2) ขณะสวดต้องสวดออกเสียงดังๆ พอประมาณ ให้ได้ยินเสียงตัวเอง จะช่วยให้ปอดได้ทำงาน เมื่อปอดทำงานดี เลือดลมก็จะเดินสะดวก เมื่อเลือดลมเดินสะดวก ร่างกายก็จะสดชื่น กล้ามเนื้อคลายความเครียดลง
- (3) ขณะสวดมนต์ต้องมีสติจดจ่ออยู่กับบทสวด ทำให้สมองไม่กังวลในเรื่องใดๆ เกิดการผ่อนคลายทางอารมณ์ ไม่มีความเครียด ก่อให้เกิดจิตว่าง สว่าง สบง เย็น สบาย
- (4) เมื่อปฏิบัติตาม 2 ข้อเบื้องต้นได้แล้ว จะได้ขั้นธรรมขั้นในกายในใจของผู้สวด
- (5) ขณะสวดให้พิจารณาธรรมะตามบทสวดจะก่อให้เกิดสติปัญญา เข้าใจแจ่มแจ้งในธรรม แล้ว น้อมนำมาปฏิบัติให้บังเกิดผลดีในการดำเนินชีวิตได้
- (6) ขณะสวดผู้สวดได้ฝึกลมหายใจเข้า – ออก โดยไม่รู้ตัว อันจะเป็นพื้นฐานในการฝึกจิตให้ได้ผล เร็วยิ่งขึ้น ด้วยเหตุนี้ หลังการสวดมนต์ จึงนิยมให้ฝึกจิตต่อเนื่องไป ที่เรียกว่า จิตภาวนา หรือ ทำสมาธิ
- (7) เนื่องจากการสวดมนต์ ต้องสัมพันธ์กันทั้งกายกับจิต ระยะเวลาในการสวดควรให้เป็นไปตาม ความเหมาะสมจากน้อยไปหามากตามลำดับ

- | | |
|--------------------------------------|--------------------------------|
| - ไม่เคยสวดมนต์เลย เริ่มแรก | ให้ใช้เวลา 5 - 10 นาที |
| - ระยะที่ 2 เคยสวดมาบ้าง | ให้ใช้เวลา 10 - 15 นาที |
| - ระยะที่ 3 สวดทุกวันพระวันโกน | ให้ใช้เวลา 15 - 20 นาที |
| - ระยะที่ 4 สวดอยู่บ่อยๆ เกือบทุกวัน | ให้ใช้เวลา 20 - 30 นาที |
| - ระยะที่ 5 สวดเป็นประจำ | ให้ใช้เวลา 30 - 45 นาที ขึ้นไป |

ถึงอย่างไรก็ตาม ทั้งนี้ทั้งนั้นก็ขึ้นอยู่กับจริตของแต่ละท่าน พัฒนาได้เร็วหรือช้าเป็นปัจเจกบุคคล สำคัญอยู่ที่ใจ พร้อมทั้งฝึกหรือพัฒนาหรือเปล่า ถ้าพร้อมก็ไป และสามารถสวดเป็นช่วงๆ โมง หรือ หลายๆ ช่วงโมง หรือเป็นวันๆ ได้ บางคนสวดไม่นานต่อครั้ง แต่สวดบ่อย เช่น วันหนึ่ง สวดอย่างน้อย 3 ครั้ง คือ เช้า เที่ยง และเย็น หรือบางท่านก็ 2 เวลาต่อวัน คือเช้า กับ เย็น สำหรับบางท่านก็สวด 1 เวลา คือ เย็น (ก่อนนอน) ที่เดียว

4) สวดเพื่อความเป็นสิริมงคลเสริมสร้างกำลังใจ

ศตวรรษที่ 3 หลังจากที่พระพุทธศาสนาได้เริ่มเข้าสู่ลังกา เมื่อประมาณปี พ.ศ.236 (สมเด็จพระบรมวงศ์เธอกรมพระยาดำรงราชานุภาพ, 2543 : 135-150) ในคราวครั้งนั้น พระเจ้าอโศกมหาราช ทรงเลื่อมใสในพระพุทธศาสนา ได้ทรงอุปถัมภ์ให้การสังคายนา ครั้งที่ 3 ที่ประเทศอินเดีย ด้วยเหตุที่พระองค์ทรงมองการณ์ไกลถึงความมั่นคงของพระพุทธศาสนาในอนาคต ได้ส่งศาสนทูตมีพระเถระานุเถระผู้ที่รอบรู้แตกฉานและปฏิบัติดีปฏิบัติชอบในพระธรรมวินัยไปเผยแผ่พระพุทธศาสนาในดินแดนต่างๆ ที่ไม่ใช่อินเดีย รวม 9 สาย 1 ใน 9 สายนั้น นำโดยพระมหินทเธระได้มายังเกาะลังกา อันได้แก่ประเทศศรีลังกาในปัจจุบัน โดยสมัยนั้น พระเจ้าเทวานัมปิยติสสะซึ่งเป็นพระสหายรักของพระเจ้าอโศกมหาราชเป็นกษัตริย์ครองเมืองลังกา

เมื่อพระพุทธศาสนาได้เข้าสู่ลังกา ชาวสิงหลได้เกิดความเลื่อมใสในบทสวดมนต์ที่ได้ยินพระสงฆ์สาธยายท่องจำ ต่างพากันอนุโมทนา และถือกันว่าการได้ยินพระสงฆ์สวดสาธยายเช่นนั้นเป็นสิริมงคล และยังสามารถที่จะป้องกันภัยอันตรายได้อีกด้วย จึงได้มีการอาราธนาพระสงฆ์ให้ไปสวด เพื่อความเป็นสิริมงคล อวยชัยให้พร ปัดเป่าสิ่งชั่วร้าย ตามแบบที่มีพระพุทธานุญาตให้สวดในสมัยพุทธกาล จึงก่อเกิดการสวด “พระปริตร” ขึ้น จัดเป็น 7 บทบ้าง 12 บทบ้าง แต่ละบทจะมีเรื่องราวหรือมีตำนาน จึงถูกเรียกว่า 7 ตำนานบ้าง หรือ 12 ตำนานบ้าง

ต่อมาประเทศต่างๆ รวมไปถึงประเทศไทยก็ทำบ้าง เมื่อปรารถนาเหตุอย่างใดอย่างหนึ่งก็อาราธนาพระสงฆ์สวดเพื่อสิริมงคล เพื่อเจริญธรรมะสังเวช ปรารถนาเหตุต่างๆ กันออกไป เมื่อมีความนิยมการสวดมนต์มากขึ้น ต่อมาก็เลยนิยมเป็นพิธีทั้งในพระราชพิธีรัฐพิธีและพิธีของประชาชนทั่วไป ก่อเกิดเป็นประเพณีการสวดพระปริตรขึ้นอย่างมีรูปแบบ หรือแบบแผนมาจนถึงปัจจุบัน

4.1.3 บทสวดพระปริตรที่นิยม

การสวดสาธยายเพื่อจดจำหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าที่เรียกว่า “มุขปาฐะ” บางส่วนก็ได้กลายมาเป็นบทสวดเพื่อมุ่งให้เกิดฤทธาภาพ ป้องกัน ปัดเป่า จำกัดภัยอันตราย สร้างเสริมความเป็นสิริมงคล ตลอดถึงความสำเร็จ สุขสมหวังในชีวิต โดยเฉพาะการสวดมนต์พระปริตร คำว่า “พระปริตร” ซึ่งมาจากภาษาบาลี ก็คือ “ปริตตา” ความหมายตามรูปศัพท์คือ การป้องกัน รักษาคุ้มครอง คำอาราธนาเพื่อให้พระภิกษุสงฆ์สวดมนต์นั้น จึงได้มีการระบุเป้าหมายของการสวดมนต์ไว้อย่างชัดเจน มี 3 ประการ คือ (1) เพื่อป้องกันความวิบัติทั้งหลายไม่ให้เกิดขึ้น(2) เพื่อความสำเร็จในสมบัติทั้งปวง (3) เพื่อกำจัดทุกข์ ภัย และโรคทั้งปวงให้พินาศไป การสวดมนต์พระปริตรนั้นนิยมสวดกัน 2 ประเภท คือ (1) จุลราชปริตร (เจ็ดตำนาน) มีจำนวน 7 ปริตร ประกอบด้วย มงคลปริตร, รตนปริตร, เมตตปริตร, ชันธปริตร, โมรปริตร, ธัคคปริตร, และอาภูยานุฎยปริตร (2) มหาราชปริตร (สิบสองตำนาน) มีจำนวน 12 ปริตร ประกอบด้วย มงคลปริตร, รตนปริตร, เมตตปริตร, ชันธปริตร, โมรปริตร, วัฏฏกปริตร, ธัคคปริตร, อาภูยานุฎยปริตร, องคสิมมปริตร, โพชฌังคปริตร, อภยปริตร, ขยปริตร (สมเด็จพระยาดำรงราชานุภาพ, 2514 : 207)

4.1.4 ภาวนาภาพของพระปริตร

พระปริตรแต่ละบทก็จะมีอานุภาพที่แตกต่างกันออกไป ดังนี้ 1) เมตตปริตร ทำให้หลับเป็นสุข ตื่นเป็นสุข ไม่ฝันร้าย เป็นที่รักของมนุษย์และอมมนุษย์ทั้งหลาย เทพพิทักษ์รักษา ไม่มีภัยอันตราย จัดเป็นสมาธิง่าย โบราณผู้ใส่ มีสิริมงคลไม่หลงสติในเวลาเสียชีวิต และเป็นพรหมเมื่อบรรลุเมตตามาน 2) ชันธปริตร ป้องกันภัยจากอสรพิษ และสัตว์ร้ายอื่นๆ 3) โมรปริตร ป้องกันภัยจากผู้คิดร้าย 4) อาภูยานุฎยปริตร ป้องกันภัยจากอมมนุษย์ ทำให้มีสุขภาพดี และมีความสุข 5) โพชฌังคปริตร ทำให้มีสุขภาพดี มีอายุยืน และพ้นจากอุปสรรคทั้งปวง 6) ขยปริตร ทำให้ประสบชัยชนะ และมีความสุขสวัสดิ์ 7) รตนปริตร ทำให้ได้รับความสวัสดิ์ และพ้นจากอุปสรรคอันตราย 8) วัฏฏกปริตร ทำให้พ้นจากอค์คิภัย 9) มงคลปริตร ทำให้เกิดสิริมงคล และปราศจากอันตราย 10) ธัคคปริตร ทำให้พ้นจากอุปสรรคอันตราย การตกจากที่สูง 11) อังคสิมมปริตร ทำให้ปลอดภัย และป้องกันอุปสรรคอันตราย 12) อภยปริตร ทำให้พ้นจากภัยพิบัติ และไม่ฝันร้าย

พระมหาอุทัย (ว.วชิรเมธี) ได้กล่าวในหนังสือ 9 มนต์เพื่อความก้าวหน้า การสวดมนต์นั้น มีประโยชน์มากมายนับอเนกประการ สามารถสรุปเป็นข้อได้ 7 ข้อ ดังนี้ 1) ทำให้เข้าใจพระธรรมคำสอนอย่างแจ่มกระจ่าง 2) ทำให้รื่นเริงเบิกบานใจ 3) ทำให้อิ่มเอิบใจ 4) ทำให้กายสงบระงับ 5) ทำให้มีความสุข 6) ทำให้จิตเป็นสมาธิ 7) เป็นเหตุแห่งความหลุดพ้นจากกิเลส

บทสวดมนต์อันเป็นหลักธรรมหรือพระพุทธพจน์ซึ่งเป็นคำสอนในพระพุทธศาสนา ได้มีการนำมาเปลี่ยนแปลงเป็นปริตรธรรมในภายหลังพบว่ามิใช่น้อยมาก ดังปรากฏในนิลนทปัญหาคติที่สวดบริกรรมพระปริตรนั้นก็คือ 1) งูที่มุ่งจะกัดก็ไม่กัดและปากที่อ้าไว้ก็หุบลง 2) แม้โจรที่มุ่งหมายจะทำร้ายได้ทำการยกก้อนหินจะทุ่มใส่ก็ไม่ทุ่ม โยนก้อนหินทิ้งแล้วเปลี่ยนใจกลับมารัก 3) ช้างที่ดุร้ายครั้งวิ่งมาถึงก็หมอบสงบลงอยู่ใกล้ๆ 4) แม้กองไฟที่ลุกโชติช่วงอยู่นั้น ครั้นไหม้ลามเข้ามาใกล้ก็ดับลง 5) ยาพิษขมขื่นแรงเมื่อกินเข้าไปแล้วก็กลับกลายเป็นยาถอนพิษ หรือกลายเป็นอาหารที่บำรุงร่างกายไป 6) ฆาตกรที่มุ่งมาดจะฆ่า ครั้นเข้ามาใกล้ก็ภักตียมตัวเป็นทาส 7) แม้แต่บ่วงดักสัตว์ที่เขาดักไว้ พอเหยียบลงไปก็ไม่รูตรัดเท้า (ปฎิ สกนฺดา (แปล), 2530 : 216 - 221)

บทสวดมนต์จะมีพลาณภาพมากที่สุดเมื่อผู้สวดพระปริตรเพียบพร้อมด้วยหลัก 3 ประการคือ (1) มีจิตใจให้มีเตตา โดยมุ่งประโยชน์แก่ผู้ฟัง (2) ต้องสวดไม่ผิด ออกเสียงพยัญชนะ สระ ตัวสะกดไม่ผิดเพี้ยนไปจากเดิม และรู้ความหมายของบทสวด (3) ไม่เคยทำอนันตริยกรรม คือ ฆ่ามารดา บิดา ฆ่าพระอรหันต์ ทำร้ายพระพุทธเจ้าจนถึงห้อพระโลหิต และทำสังฆเภท (พระมหาเทอด ญาณวชิโร (วงศ์ชะอุ่ม), 2549 : 207)

4.2 คุณค่าและประโยชน์ของการสวดมนต์ตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาท

คุณค่าและประโยชน์ของการสวดมนต์ ดังนี้

4.2.1 เกิดคุณค่าภายในจิตใจ เป็นคุณค่าภายในเกิดความสุขใจที่เป็นปัจเจกตั้ง ผู้สวดจะรู้ได้เฉพาะตน บางครั้งการสวดมนต์ก็ไม่ได้หวังผลใดๆ จากการสวด หากแต่เพียงอยากสวดหรือชื่นชอบในการสวด เมื่อได้สวดแล้วก็เกิดความมีความสุขทุกครั้งที่ได้สวด หรือไม่ก็เกิดความสงบขึ้นภายในจิตใจ อันเนื่องมาจากจิตขณะสวดมนต์ จดจ่ออยู่กับคำสวด สิ่งเร้าภายนอกไร้ช่องทางเข้าก่อความวิต ความวิตกกังวลที่มีอยู่ก่อนมีกำลังอ่อนลง ถูกทอดทิ้งเสมือนหนึ่งไม่มีค่าใดๆ ที่ควรแก่จิตใจจะให้ความสำคัญเหมือนเก่าก่อน สอดคล้องกับงานวิจัยของพระมหาสุนทร สิริธมโม (เนเรียว) เรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์กรณีเมตตสูตร” พบว่า เมื่อจิตมีสภาวะรวมเป็นหนึ่งเดียว จดจ่ออยู่แต่กับเรื่องใดเรื่องหนึ่ง จิตก็กลับมีพลังขึ้นมาเหนือความไม่ดีทั้งปวง ความสุขแห่งจิตก็ไหลพุ่งขึ้นมาให้ปรากฏแก่ผู้ที่จิตอาศัยอยู่ เป็นความละเอียดอ่อนที่รับรู้ได้เฉพาะตน

4.2.2 จิตเป็นสมาธิง่าย การสวดมนต์เป็นพื้นฐานของการฝึกสมาธิขั้นพื้นฐาน สอดคล้องกับงานเขียนของพระมหาอุทัย (ว.วชิรเมธี) 9 มนต์เพื่อความก้าวหน้า ระบุว่า การสวดมีประโยชน์คือ จิตเกิดสมาธิง่าย คนที่มีสมาธิสั้นให้ฝึกสวดมนต์ก่อนก็จะให้ลงมือปฏิบัติสมาธิ การสวดมนต์ยังส่งผลให้ผู้สวดใจเย็นลง มีสติการระลึกรู้มันคงมากขึ้น

4.2.3 ปอดแข็งแรง สุขภาพกายดี การสวดมนต์ที่ดี ไม่ควรสวดในใจ ต้องสวดเปล่งเสียงออกมา จะทำให้ปอดแข็งแรง ช่วงเสริมสร้างให้สุขภาพกายดีไปด้วย สอดคล้องกับงานเขียนของพระมหาอุทัย (ว.วชิรเมธี) 9 มนต์เพื่อความก้าวหน้า ระบุว่า การสวดมนต์อาจจะสวดในใจได้ แต่ไม่ควรสวดในใจ เพราะการสวดเปล่งเสียงจะทำให้ปอดของผู้สวดแข็งแรง อันจะก่อให้เกิดผลดีต่อสุขภาพกายได้

4.2.4 ทำให้เข้าใจความหมายของหลักธรรมในบทสวด หากสวดมนต์แปล จะทำให้ผู้สวดได้รู้ถึงความหมายของบทสวดและทำให้เข้าใจหลักธรรมในบทสวดนั้นๆ ได้เรียนรู้ธรรมะหลักธรรมต่างๆ กัมมัฏฐาน สอดคล้องกับงานเขียนของพระมหาอุทัย (ว.วชิรเมธี) 9 มนต์เพื่อความก้าวหน้า ระบุว่า การสวดมนต์จะทำให้ผู้สวดเข้าใจหลักธรรมอย่างแจ่มกระจ่าง หลักธรรมใดที่ยังไม่รู้ ไม่เข้าใจ ก็จะได้รู้และเข้าใจ ที่รู้แล้วเข้าใจแล้ว ก็จะทำให้รู้และเข้าใจยิ่งขึ้นไป

4.2.5 มีโอกาสเข้าถึงธรรมได้ง่าย ผู้สวดเมื่อสวดบ่อยๆ ซ้ำๆ โอกาสที่จะทำให้น้อมนำคำสอนในบทสวดนั้นมาปฏิบัติก็มีตลอดเวลา โอกาสที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเพื่อเดินทางไปสู่ความดีอันสูงสุดคือพระนิพพาน ก็ใกล้เข้ามา การสวดมนต์เป็นการขัดเกลาจากข้างนอกสู่ข้างใน กล่าวคือ ขัดเกลาพฤติกรรมภายนอกคือความประพฤติดี ปฏิบัติดี สู่ภายในจิตใจคือ สงบ เยือกเย็น เป็นสมาธิ อันจะนำไปสู่การเข้าถึงสัจธรรมในที่สุด กัมมัฏฐาน สอดคล้องกับงานเขียนของพระมหาอุทัย (ว.วชิรเมธี) 9 มนต์เพื่อความก้าวหน้า ระบุว่าบทสวดมนต์เป็นเหตุแห่งการหลุดพ้นจากกิเลส

4.2.6 มีสภาพไร้โทษ ให้คุณตามสมควรแก่การปฏิบัติ บทสวดมนต์ในพระพุทธศาสนามีเนื้อหาที่ไม่ทำให้ทั้งตัวเองและผู้อื่นเดือดร้อน หากแต่เต็มไปด้วยความดีงามทั้งหลาย กัมมัฏฐาน สอดคล้องกับงานเขียนของพระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) เรื่อง อานุภาพของการเจริญหรือสวดปริตร ระบุว่า การสวดมนต์จะสามารถป้องกันหรือต้านทาน

ภัยวิบัติทั้งปวงให้หายไป สามารถยังความสำเร็จของสมบัติทั้งหลายให้เกิดขึ้นได้ และสามารถกำจัดทุกข์ภัยและปลดปล่อยทั้งปวงได้ ซึ่งจะเห็นว่าไม่มีโทษใดๆ เลย

5. สรุปวิเคราะห์การสวดมนต์ตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาท

การสวดมนต์หรือสาธยายมนต์เป็นการรักษาและสืบทอดคำสอนเชิงมุขปาฐะ (สมเด็จพระยามหาจักรีบรมราชูปถัมภ์, 2514, 208) การสวดมนต์ในลักษณะนี้ ถือว่าเป็นการสวดเพื่อรักษาพระพุทธศาสนา ต่อมาได้นำสวดเพื่อคุ้มครองป้องกันภัยอันตรายทั้งหลายที่จะเกิดขึ้น หรือเกิดขึ้นแล้วจำกัดให้หมดไป พร้อมกันนั้นก็เพื่อให้เกิดความเป็นสิริมงคลก่อให้เกิดความสำเร็จในสมบัติทั้งปวงที่ปรารถนา สรุปได้ว่าการสวดมนต์ตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาทนั้น จะต้องเป็นการสวดที่เป็นไปใน 3 ลักษณะ ดังต่อไปนี้

- 1) สวดหรือสาธยายพระธรรมคำสอนเพื่อรักษาพระศาสนา
- 2) สวดพระปริตรเพื่อจะคุ้มครองป้องกันภัยอันตราย
- 3) สวดเพื่อสรรเสริญบูชาคุณพระรัตนตรัย

แต่ทั้งนี้ทั้งนั้น การสวดมนต์ในพระพุทธศาสนา จะต้องไม่เป็นไปในลักษณะ ดังนี้

- 1) สวดเพื่ออ้อนวอนเทพเจ้า
- 2) สวดเพื่อทำร้ายผู้อื่น เช่น เสก เป่า เวทมนต์ หวังสร้างความเดือนร้อนให้ผู้อื่น

6. เอกสารอ้างอิง

- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. เล่มที่ 3, 4, 6, 7, 11, 19, 21, 25, 39. กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ชวน เพชรแก้ว. (2532). **การศึกษาวรรณคดีไทย**. กรุงเทพฯ : อักษรสัมพันธ์.
- สมิคร บวรวิทย์. (2516). **ปรัชญาพราหมณ์ในพุทธกาล**. ไม่ปรากฏครั้งที่พิมพ์. กรุงเทพฯ : แพร่พิทยา.
- สมเด็จพระยามหาจักรีบรมราชูปถัมภ์. (2514). **ตำนานพระปริตร**. กรุงเทพฯ : รุ่งเรือง.
- ธนิต อยู่โพธิ์. (2535). **อานุกาพย์พระปริตร**. กรุงเทพฯ. จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สมเด็จพระบรมวงศ์เธอกรมพระยาดำรงราชานุภาพ. (2543). **ตำนานปริตร**. กรุงเทพฯ : กรมการศาสนา.
- สมเด็จพระยามหาจักรีบรมราชูปถัมภ์. (2514). **ตำนานพระปริตร**. กรุงเทพฯ : รุ่งเรือง.
- พระมหาเถอด ญาณวชิโร (วงศ์ชะอุม). (2549). **พุทธานุภาพ**. กรุงเทพฯ : เพลสแอนด์ดีไซท์.
- พระมหาวิมลชัย (ว.วชิรเมธี). (2553). **9 มนต์เพื่อความก้าวหน้า**. กรุงเทพมหานคร : สถาบันวิมุตตยาลัย.
- บุญ แสงฉาย (แปล). (2530) **มิลินทปัญหาพร้อมด้วยอรรถกถา**. กรุงเทพมหานคร : ส.ธรรมภักดี.
- พระมหาสุนทร สิริธมโม (เนเรียว). (2545). **“การศึกษาวิเคราะห์กรณีเมตตสูตร”**. วิทยานิพนธ์พุทธศาสนศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.