

**ศึกษาวิเคราะห์การดำเนินชีวิตของบรรพชิตในพระพุทธศาสนาตามหลัก
อปัณณกปฏิบัติทาสูตร**
AN ANALYTICAL STUDY OF THE BUDDHIST MONK 'S WAYS OF LIFE IN BUDDHISM
ACCORDING TO APANNAKAPATIPADASUTTA

พระมหาผล นาควโร (ถ้ากลาง)^๑

ดร.เบญจมาศ สุวรรณวงศ์^๒

ดร.เสฐียร ทั้งทองมะดัน^๓

บทคัดย่อ

การศึกษานี้ มีวัตถุประสงค์ ๓ ข้อ คือ ๑) เพื่อศึกษาความหมายและประวัติความเป็นมาของหลักอปัณณกปฏิบัติทาสูตรในพระพุทธศาสนาเถรวาท ๒) เพื่อศึกษาการดำเนินชีวิตของบรรพชิตตามหลักอปัณณกปฏิบัติทาสูตรในพระพุทธศาสนาสมัยอดีตกาลและ ๓) เพื่อศึกษาวิเคราะห์การดำเนินชีวิตของบรรพชิตในพระพุทธศาสนาตามหลัก อปัณณกปฏิบัติทาสูตรในสมัยปัจจุบัน การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยใช้วิธีวิจัยเชิงเอกสารและการสัมภาษณ์เชิงลึก

ผลการวิจัย พบว่า อปัณณกปฏิบัติทา หมายถึง ความประพฤติที่ไม่ผิด คือ ไม่ผิดไปจากความดี เป็นหลักปฏิบัติที่นำไปสู่จุดหมายปลายทางของพระพุทธศาสนาได้ เหมาะสมกับการปฏิบัติของพระสงฆ์และชาวบ้านทั่ว ๆ ไป ที่พระพุทธเจ้าแสดงไว้ในอปัณณกสูตร ๓ ประการคือ ๑) อินทรีย์สังวร คือ การสำรวมอินทรีย์ ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจไม่ให้ยินดีในร้ายในอารมณ์ต่าง ๆ ๒) โภชนเนมัตตัญญูตา คือ การรู้จักประมาณการบริโภคอาหารไม่มากไม่น้อยจนเกินไป และ ๓) ชาคริยานุโยค คือ การหมั่นประกอบความเพียรตื่นตัวอยู่เสมอ ไม่เห็นแก่นอนมาก หลักอปัณณกปฏิบัติทาสูตรนี้ เป็นหลักที่ภิกษุในพระพุทธศาสนาต้องปฏิบัติมาตั้งแต่สมัยพุทธกาล ซึ่งท่านปฏิบัติเป็นตัวอย่างมาแล้ว เช่น พระมหาติสสเถระ พระจิตคุตตเถระ เป็นต้น

วิเคราะห์การดำเนินชีวิตของบรรพชิตในพระพุทธศาสนาตามหลัก อปัณณกปฏิบัติทาสูตร ในสมัยปัจจุบันของบรรพชิตในอำเภอสามแฉกแสดง จังหวัดนครราชสีมา จากการสัมภาษณ์เชิงลึกกลุ่มเป้าหมายพบว่า การปฏิบัติของบรรพชิตสมัยนี้ไม่ค่อยปฏิบัติกันมากนัก ได้แก่ (๑) ด้านอินทรีย์สังวร ปัจจุบันส่วนใหญ่จะขาดการสำรวมอินทรีย์ปล่อยตัวปล่อยใจให้ตกภายใต้อำนาจกิเลส จึงเป็นสาเหตุให้เกิดปัญหาในการปฏิบัติของพระสงฆ์ที่ไม่เหมาะสมจึงส่งผลกระทบต่อภาพลักษณ์ที่ดีต่อองค์กรสงฆ์และพระศาสนาในปัจจุบัน (๒) ด้านโภชนเนมัตตัญญูตา ปัจจุบันส่วนใหญ่จะบริโภคอาหารเกินพอดีและไม่มีคุณค่าทางโภชนาการทำให้เกิดปัญหาสุขภาพตามมา ควรบริโภคอาหารแต่

^๑ นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครราชสีมา

^๒ อาจารย์ประจำคณะพุทธศาสตร์บัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครราชสีมา

^๓ อาจารย์ประจำคณะพุทธศาสตร์บัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครราชสีมา

พอประมาณ หรือเลือกอาหารที่สะอาด ปลอดภัย และมีคุณค่าทางโภชนาการเพื่อภาวะสุขภาพที่ดี ช่วยทำให้เกิดความแข็งแรงสมบูรณ์ของร่างกายในด้านการป้องกันโรค เช่น โรคเบาหวาน โรคหัวใจ และหลอดเลือด ความดันโลหิตสูง ความอ้วน และ (๓) ด้านชาคริยานุโยค ปัจจุบันส่วนใหญ่จะประกอบความเพียรทั้งคัมภีร์ และวิปัสสนาธุระย่อหย่อนไปจากอดีตจากปัญหาส่วนตัวเช่นอายุมาก สุขภาพไม่ดี ไม่มีเวลา เกิดจากการเปลี่ยนแปลงของสังคมที่เน้นการพัฒนาด้านเทคโนโลยีมากเกินไป ซึ่งมีแรงจูงใจจากสภาพสังคมภายนอกที่รุนแรงทั้งสื่อต่าง ๆ ทิว อินเทอร์เน็ต หนังสือพิมพ์ซึ่งเป็นแรงกระตุ้นให้เสพให้บริโภคอย่างเต็มที่ ทำให้พระสงฆ์ที่ไม่รู้เท่าทัน ไม่ฝึกฝนอบรมตนด้วยการสำรวมระวังอินทรีย์ปล่อยตัวปล่อยใจให้ตกภายใต้อำนาจกิเลส จึงเป็นสาเหตุให้เกิดปัญหาในการปฏิบัติของพระสงฆ์ ไม่เหมือนในอดีต ดังนั้นการนำหลัก อปณณกปฏิบัติมาใช้ในการดำเนินชีวิตจึงได้ผลดีจากการปฏิบัติ คือ (๑) ด้านการพัฒนาตนเอง ทำให้อยู่ดีมีความสุข (๒) ด้านสังคมทำให้คนในสังคมมีระเบียบวินัย สังคมสงบสุขและ (๓) ด้านศาสนา ทำให้เห็นคุณค่าของศาสนาที่มีหลักคำสอนที่สำคัญสามารถทำให้ผู้ปฏิบัติสามารถปิดกั้น ป้องกันและทำลายกิเลสเข้าสู่พระนิพพานได้จริง

คำสำคัญ:การศึกษาเชิงวิเคราะห์, การดำเนินชีวิต, บรรพชิต, อปณณกปฏิบัติศาสตร์

Abstract

The title of this research has three objects; 1) to study meaning and background of sure course or Apannaka - patipathā principle in Theravāda Buddhism 2) to study the life of monks in sure course or Apannaka - patipathā principle 3)) to analytical study the life of monks in sure course or Apannaka-patipathā principle in the present. This was a qualitative research to collect all data from academic paper, books and in depth interview.

The result of this study was found that sure course or Apannaka - patipathā means good conduct for path leading to cessation of suffering or Nippāna. This principle is very special practice for monks and layman. The Buddha touch sure course or Apannaka - patipathā principle as followings ; 1) control of the senses; eye-consciousness, ear-consciousness, nose-consciousness, tongue-consciousness, body-consciousness, and mind-consciousness 2) moderation in eating 3) practice of wakefulness. The principle of Apannaka - patipathā principle is the special principle for monks in Buddhism in the past such as Phramahatissathera Phrajittakuttathera.

An analytical study the life of monks in sure course or Apannaka-patipathā principle in the present of monks in Khamsakaesang district Nakhon Ratchasima Province. The result of this practice by in depth interview the target group as followings; 1) control of the sense; many monks have practice for good conduct, but some have criticized in social network, because they don't have morality for purification, 2) modern ration in eating; eating food for living, to take

care health, 3) practice of wakefulness; many social network, internet, television, phone. Monk have to practice sure course as followings; 1) Self-development get happiness in daily life 2) Society means principle of peaceful in society 3) teaching in Buddhism get the value of the life quality with this practice. The sure course or Apannaka - patipathā principle make the followers get good conduct and wholesome until go to the Nippāna.

Keyword: Analytical, The way of life, Monks, Apannakapatipathāsutta

๑. บทนำ

การดำเนินชีวิตของบรรพชิตในพระพุทธศาสนาเถรวาทนั้น การเรียนรู้ถึงหน้าที่ของพระภิกษุในการปฏิบัติตามหลักพระธรรมวินัยและจรรยาวัตรอย่างเหมาะสม หน้าที่ของพระภิกษุสงฆ์ ซึ่งเป็นบรรพชิตในพระพุทธศาสนา มีหน้าที่ศึกษาปฏิบัติธรรม เผยแผ่คำสอน สืบต่อพระพุทธศาสนามีคุณธรรมและหลักความประพฤติที่ต้องปฏิบัติมากมาย ได้แก่ (๑) ปริยัติ ได้แก่ การศึกษา พระภิกษุมีหน้าที่ศึกษาเล่าเรียนพระธรรมวินัย (๒) ปฏิบัติ พระภิกษุเมื่อได้ศึกษาเล่าเรียนมาแล้ว ย่อมต้องได้ประพฤติปฏิบัติตนทั้งในด้านพุทธบัญญัติและการอบรมขัดเกลาจิตใจ (๓) ปฏิเวธ แปลว่า การรู้แจ้งแทงตลอดในข้อธรรมของพระพุทธเจ้า หากจะสรุปหน้าที่ของพระภิกษุแล้ว พระภิกษุย่อมมีหน้าที่ที่สำคัญ ๒ ประการ ดังนี้ (๑) คັນถุระ ได้แก่ การศึกษาเล่าเรียน (๒) วิปัสสนาธุระ ได้แก่ การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน สำหรับการศึกษาในคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าที่เรียกว่า ปริยัติ^๔ นั้น มีหลักธรรมของพระพุทธองค์อยู่มากมายที่ควรต้องศึกษา แต่ผู้วิจัยได้เห็นความสำคัญในพระสูตรเรื่อง อปถนภกปฏิบัติปาฐาสุตระ^๕ ซึ่งเป็นธรรมสำหรับผู้ประพฤติปฏิบัติดำเนินไปสู่ทางที่ไม่ผิด ได้แก่ (๑) อินทริยสังวร (๒) โภชนะมัตตัญญุตตา (๓) ชาติริยานุโยค

ตัวอย่างของบรรพชิตในพระพุทธศาสนาสมัยอดีตกาล เช่น พระนันทเถระ^๖ เมื่อบรรลุป็นพระอรหันต์แล้ว ปรากฏว่าท่านเป็นผู้สำรวจมรณะวังอินทริยทั้ง ๖ พระปิ่นโทษภราทวาทเถระ^๗ เป็นบุตรของพราหมณ์มหาศาล ได้มีโอกาสฟังพระธรรมเทศนาจากพระบรมศาสดาแล้ว ก็เกิดศรัทธาเลื่อมใส แล้วอุทิศส่าห์บำเพ็ญเพียรเจริญวิปัสสนากรรมฐานไม่ช้าก็บรรลุประอรหันต์ผล พระอุปเสนเถระ^๘ ท่านได้ตั้งตนเป็นอุปัชฌาย์ ท่านได้พาสัทธวิหริกศิษย์ของท่านไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคเจ้า ด้วยหวังว่าจะได้รับค้ำยกย่องชมเชยจากพระองค์ แต่พระพุทธองค์ทรงประณามตำหนิท่านอย่างรุนแรง ท่านอุปเสนะ รู้สึกสลดใจที่ถูกพระบรมศาสดาตำหนิอย่างนั้น จากนั้นท่านได้กราบทูลลาพระผู้มีพระภาคพาสัทธวิหริก ตั้งใจบำเพ็ญเพียรเจริญวิปัสสนากรรมฐาน ไม่นานนักก็ได้บรรลุประอรหันต์ผล

สำหรับในสังคมปัจจุบันนี้ มีความเจริญรุดหน้าไปอย่างรวดเร็วในทุก ๆ ด้าน ส่งผลให้การดำเนินชีวิตของบรรพชิตในสังคมปัจจุบันเปลี่ยนไปด้วย ซึ่งมีทั้งทางด้านดี และด้านไม่ดี ในด้านดีนั้น

^๔ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๒๒๐.

^๕ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๕, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอส. อาร์. พรินติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด, ๒๕๕๑), หน้า ๑๐๘-๑๐๙.

^๖ พระครูกัลยาณสิทธิวัฒน์ (สมาน กัลยาณมโม/พรหมอยู่), เอตทัคคะในพระพุทธศาสนา, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗), หน้า ๖๖-๗๐.

^๗ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๐๗-๑๑๒.

^๘ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๖๕-๑๖๙.

ความเจริญทำให้การเผยแผ่พระพุทธศาสนาเป็นไปอย่างรวดเร็ว และขยายกว้างมากขึ้น มีวิธีการที่ทันสมัยในการช่วยส่งเสริมการเผยแผ่เป็นอย่างดี ส่วนในด้านไม้ดีนั้น ปัญหาที่พบจากการสังเกตและได้พบเห็นในหน้าหนังสือพิมพ์และสื่อออนไลน์ต่าง ๆ ทำให้พบว่า การดำเนินชีวิตของบรรพชิตในสังคมปัจจุบันประสบปัญหาขาดหลักอปถกปฏิบัติปฏิบัติได้แก่ การไม่สำรวมอินทรีย์ การไม่ประมาณในการฉัน และการไม่ประพฤติความเพียร เช่น การไปเดินห้างสรรพสินค้า ฉันทอาหารในร้านที่ไม่เหมาะสม และการใช้เครื่องมือสื่อสารไม่ถูกกาลเทศะ เป็นต้น ซึ่งปัญหาเหล่านี้ทำให้เกิดการตีเตียนจากสังคมในปัจจุบัน ทำให้ทางผู้วิจัยจะมุ่งเน้นศึกษาในส่วนการดำเนินชีวิตของบรรพชิตในพระพุทธศาสนา ซึ่งผู้วิจัยมองเห็นถึงความสำคัญในเรื่องนี้ เพื่อจะได้นำประเด็นสำคัญมาวิเคราะห์ถึงปัญหาและแนวทางการแก้ไขสำหรับการดำเนินชีวิตของบรรพชิตในพระพุทธศาสนาตามหลักอปถกปฏิบัติปฏิบัติในสมัยอดีตเพื่อจะเป็นแนวทางในการนำมาประยุกต์ใช้กับสภาพการณ์ดำเนินชีวิตของบรรพชิตในพระพุทธศาสนาสมัยปัจจุบัน

๒. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑. เพื่อศึกษาความหมายและประวัติความเป็นมาของหลักอปถกปฏิบัติปฏิบัติในพระพุทธศาสนาเถรวาท
๒. เพื่อศึกษาการดำเนินชีวิตของบรรพชิตตามหลัก อปถกปฏิบัติปฏิบัติในพระพุทธศาสนาสมัยอดีตกาล
๓. เพื่อศึกษาวิเคราะห์การดำเนินชีวิตของบรรพชิตในพระพุทธศาสนาตามหลักอปถกปฏิบัติปฏิบัติในสมัยปัจจุบัน

๓. วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ด้วยการเก็บรวบรวมข้อมูลจากเอกสาร (Documents) และเก็บข้อมูลภาคสนาม (Field Study) จากการสัมภาษณ์เชิงลึก โดยมีขั้นตอน คือ ๑) ศึกษาค้นคว้าข้อมูลปฐมภูมิและข้อมูลทุติยภูมิที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยคือ ความหมายและประวัติความเป็นมาของหลักอปถกปฏิบัติปฏิบัติในพระพุทธศาสนาเถรวาท, การดำเนินชีวิตของบรรพชิตตามหลักอปถกปฏิบัติปฏิบัติในพระพุทธศาสนาสมัยอดีตกาล และสมัยปัจจุบัน ๒) จัดทำแบบสัมภาษณ์เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาโดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหาและโครงสร้าง ๓) นำแบบสัมภาษณ์ไปสัมภาษณ์เชิงลึกกับประชากรกลุ่มเป้าหมายคือประชาชนทั้งบรรพชิต และคฤหัสถ์ ในเขตอำเภอขามสะแกแสง จังหวัดนครราชสีมา จำนวน ๒๐รูป/คน ๔) นำข้อมูลที่ได้จากการศึกษาวิจัยมาวิเคราะห์ ๕) สรุปผลการศึกษาและข้อเสนอแนะเสนอผลการศึกษา

๔. ผลการศึกษา

ศึกษาวิเคราะห์การดำเนินชีวิตของบรรพชิตในพระพุทธศาสนาตามหลักอปถกปฏิบัติปฏิบัติ ผลการศึกษาค้นคว้าวิจัยพบว่า

๑. อปถกปฏิบัติปฏิบัติ หมายถึงความประพฤติที่ไม่ผิด หรือข้อปฏิบัติที่ไม่ผิดไปจากความดีงาม เพื่อก่อให้เกิดสติปัญญาในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงาม มีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตทำให้เกิดประสิทธิภาพในการทำงาน ในส่วนของประเภทของอปถกปฏิบัติปฏิบัติ ข้อปฏิบัติที่ไม่ผิดมี ๓ ประการคือ (๑) อินทรีย์สังวรคือการสำรวมอินทรีย์ทั้ง ๖ (๒) โภชนะมัตตัญญูตา คือ การรู้จักประมาณในการรับและการบริโภคอาหารและ(๓) ชาคริยานุโยคคือ การหมั่นประกอบความเพียรตื่นตัวอยู่เสมอ ในอปถกปฏิบัติปฏิบัติยังมีหลักธรรมที่ปรากฏอยู่คือ (๑) หลักสัมมาทิฐิ (๒) หลักกุศลกรรมบถ (๓)

หลักวิชา ๓ เมื่อบุคคลปฏิบัติในอปถกปฏิบัติแล้วย่อมได้รับอานิสงส์ คือ (๑) ทำให้บาปอกุศลเกิดขึ้นไม่ได้ (๒) บรรเทาและป้องกันโรค และทำให้บรรลุตรรณ และ (๓) มีสุขในปัจจุบัน

๒. การดำเนินชีวิตของบรรพชิตตามหลักอปถกปฏิบัติในพระพุทธานุสสาสมัยอดีตกาล จากการที่ได้ศึกษาการดำเนินชีวิตของบรรพชิตตามหลักอปถกปฏิบัติในพระพุทธานุสสาสมัยอดีตกาล สามารถสรุปความได้ว่า การดำเนินชีวิตของบรรพชิตตามหลักอปถกปฏิบัติในพระพุทธานุสสานั้น ต้องปฏิบัติตามพระวินัยบัญญัติทำตามข้อที่พระองค์อนุญาต งดเว้นข้อที่พระพุทธเจ้าห้าม คือ (๑) มีการสำรวมระวังอินทริย์ (๒) ดำเนินชีวิตด้วยความเรียบง่ายเป็นอยู่บริโภคแต่พอประมาณ และ (๓) ไม่ปล่อยปละละเลยในการประกอบความเพียรทางจิต จากการตีตัวอย่างของพระมหาตีสสระและพระจิตตคุดตเถระ แสดงให้เห็นว่าพระเถระทั้งสองได้ทำการสำรวมอินทริย์ ในด้านโภชนมัตตัญญาตา พบว่าจากการตีตัวอย่างการบริโภคอาหารของพระมหาอุทายีเถระและพระเจ้าประเสนทิโกศล แสดงให้เห็นถึงการแสวงหาอาหารในเวลาวิกาล อันเป็นกาลที่ไม่สมควร ย่อมทำให้เกิดอันตราย และการรู้จักประมาณในการบริโภคย่อมส่งผลดีต่อสุขภาพ และผลของการดำเนินชีวิตของบรรพชิตสมัยอดีตกาลตามหลักอปถกปฏิบัติในพระพุทธานุสสาสมัยอดีตกาลตามหลักอปถกปฏิบัติในพระพุทธานุสสานั้น สามารถสรุปความได้ว่า ในด้านอินทริย์สังวร คือ ทำให้เป็นผู้ที่มีศีลที่ดีและบริสุทธิ์ ดำเนินชีวิตอยู่อย่างร่มเย็นและเป็นสุข ทำให้สามารถปฏิบัติตนเพื่อการหลุดพ้นจากกิเลสแห่งทุกขนั้นได้ ในด้านโภชนมัตตัญญาตา ส่งผลให้ไม่เกิดโรคร้ายกับตนด้วย และในด้านชาคริยานุโยค ทำให้จิตใจเป็นสุข มีสติสัมปชัญญะในการดำเนินชีวิต

๓. การวิเคราะห์การดำเนินชีวิตของบรรพชิตในพระพุทธานุสสาตามหลักอปถกปฏิบัติในสมัยปัจจุบัน จากการสัมภาษณ์เชิงลึก ประชากรกลุ่มเป้าหมายคือบรรพชิตและคฤหัสถ์ ในอำเภอขามสะแกแสง จังหวัดนครราชสีมา พบว่า การปฏิบัติตามหลักอปถกปฏิบัติในพระพุทธานุสสา(การปฏิบัติไม่ผิดทาง) ของบรรพชิตสมัยปัจจุบันนี้ไม่ค่อยปฏิบัติกันมากนักเหมือนในอดีต จากการวิเคราะห์จะเห็นว่าสภาพปัญหาการดำเนินชีวิตของบรรพชิตหรือพระสงฆ์ตามหลักอปถกปฏิบัติในพระพุทธานุสสาสมัยปัจจุบันแบ่งออกเป็น ๓ ด้าน ได้แก่ (๑) ด้านอินทริย์สังวรนั้น ปัจจุบันส่วนใหญ่จะขาดการสำรวมอินทริย์ปล่อยตัวปล่อยใจให้ตกภายใต้อำนาจกิเลส จึงเป็นสาเหตุให้เกิดปัญหาในการปฏิบัติของพระสงฆ์เองพฤติกรรมของพระสงฆ์ดังที่กล่าวมาเกิดจากการไม่สำรวมระวังอินทริย์นั้น ทำให้โลกออนไลน์วิพากษ์วิจารณ์เป็นจำนวนมากว่าไม่เหมาะสมจึงส่งผลกระทบต่อภาพลักษณ์ที่ดีต่อองค์กรสงฆ์และพระศาสนาในปัจจุบันเป็นอย่างมาก (๒) ด้านโภชนมัตตัญญาตา พระสงฆ์ควรจะบริโภคอาหารแต่พอประมาณ หรือเลือกอาหารที่สะอาดปลอดภัย และมีคุณค่าทางโภชนาการเพื่อภาวะสุขภาพที่ดีบริโภคแต่พอดี ไม่มากเกินไปหรือน้อยเกินไป ความเป็นผู้รู้จักประมาณ ช่วยทำให้เกิดความแข็งแรงสมบูรณ์ของร่างกายในด้านการป้องกันโรค คือ ช่วยลดความเสี่ยงและปัจจัยที่ก่อให้เกิดโรคร้ายที่สำคัญ เช่นโรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือด ความดันโลหิตสูง ความอ้วน ความสุขสบายทำให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี มีสุขภาพที่แข็งแรงทำให้รู้สึกดีและมีความโปรดปรานสบายตัวแต่ถ้าบริโภคมากเกินไปที่ร่างกายต้องการจะเปลี่ยนไปเป็นไขมันได้ที่มีปัญหาโรครุมเร้าส่งผลเสียต่อสุขภาพกายสุขภาพจิตทำให้ไม่สามารถดำเนินกิจกรรมทางศาสนาได้ และ (๓) ด้านชาคริยานุโยค พระสงฆ์ในปัจจุบันส่วนใหญ่จะประกอบความเพียรทั้งคณ

ธุระ คือ ศึกษาเล่าเรียนพระพุทธรูปพจน์คำสอนของพระพุทธเจ้าและวิปัสสนาธุระ คือ การเจริญวิปัสสนา ย่อหย่อนไปจากอดีต อันเนื่องมาจากปัญหาส่วนตัวที่มาจากหลายสาเหตุเช่นอายุมาก สุขภาพไม่ดี ไม่มีเวลา เป็นเจ้าคณะผู้ปกครองต้องทำงานคณะสงฆ์ และการประชุมต่าง ๆ เป็นต้น

๕. บทสรุป

สรุปได้ว่า หลักอปถกปฏิบัติปทาสูตร เป็นแนวทางในการประพฤติ ปฏิบัติของพระสงฆ์ที่ไม่ผิดไปจากความดี เป็นหลักปฏิบัติที่นำไปสู่จุดหมายปลายทางของพระพุทธศาสนา

สภาพปัญหาการดำเนินชีวิตของบรรพชิตตามหลัก อปถกปฏิบัติปทาสูตรในพระพุทธศาสนาสมัยปัจจุบัน เกิดจากการเปลี่ยนแปลงของสังคมที่เน้นการพัฒนาด้านเทคโนโลยีมากเกินไป มีแรงจูงใจจากสภาพสังคมภายนอกที่รุนแรงทั้งสื่อต่าง ๆ ทีวี อินเทอร์เน็ต หนังสือพิมพ์ซึ่งเป็นแรงกระตุ้นให้แสวงหาบริโภคนิยมอย่างเต็มที่ ทำให้พระสงฆ์ที่ไม่รู้เท่าทัน ไม่ฝึกฝนอบรมตนด้วยการสำรวมระวังอินทรีย์ปล่อยตัวปล่อยใจให้ตกภายใต้อำนาจกิเลส จึงเป็นสาเหตุให้เกิดปัญหาในการปฏิบัติของพระสงฆ์เองเกี่ยวกับพฤติกรรมของพระสงฆ์การรู้จักประมาณในการบริโภคของพระสงฆ์จากที่รับศรัทธาจากโยมถวายแล้วพระสงฆ์ยังตามใจตนเองยังต้องการอาหารที่มีรสอร่อยถูกปากอยู่เลือกฉันอาหารที่อร่อย ยังขาดการรู้ประมาณในการบริโภคตามหลักพระพุทธศาสนาหรือแม้กระทั่งการประกอบความเพียรทำหน้าที่พระสงฆ์ทั้งคันธุระและวิปัสสนาธุระย่อหย่อนไปจากอดีต สาเหตุมาจากปัญหาส่วนตัวต่างๆ สิ่งเหล่านี้นับว่าเป็นปัญหาในการปฏิบัติตามหลักอปถกปฏิบัติปทาดังกล่าวให้ได้ผลดีนั้นยากยิ่ง

๖. ข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้ มุ่งเน้นไปที่การดำเนินชีวิตของบรรพชิตในพระพุทธศาสนาตามหลักอปถกปฏิบัติปทาสูตรยังมีประเด็นที่น่าศึกษาอีกมากผู้วิจัยไม่สามารถจะนำมากล่าวได้หมดในงานวิจัยนี้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงเห็นว่าการทำวิจัยครั้งต่อไปควรทำเรื่องดังต่อไปนี้

๑. ศึกษาวิเคราะห์อินทรีย์สังวรในพระพุทธศาสนาเถรวาท
๒. ศึกษาวิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการไม่สำรวมอินทรีย์ในพระพุทธศาสนาเถรวาท
๓. ศึกษาการประยุกต์หลักชาคริยานุโยคเพื่อการศึกษาของคณะสงฆ์ไทย

บรรณานุกรม

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์. พิมพ์ครั้งที่ ๑๒.

(กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑).

_____, พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๑๕. (กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอส. อาร์. พรินติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด, ๒๕๕๑).

พระครูกล้วยานลิวธิวัฒน์ (สมาน กลยาณธมโม/พรหมอยู่). เอตทัคคะในพระพุทธศาสนา. (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗).