



**การสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต  
ของพุทธศาสนิกชนในจังหวัดสมุทรสาคร**  
**Chanting Resulting in the Quality of Life Development of  
Buddhists in Samut Sakhon Province**

<sup>1</sup>ปวีณา กลัดสำเนียง

Paweena Kladsumnaing

<sup>2</sup>สายน้ำผึ้ง รัตนงาม

Asst.Prof.Dr.Sainumpung Rattanangam

<sup>12</sup>มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี

<sup>12</sup>Mahachulalongkornrajavidyalaya University Buddhapanya Sridvaravadi Buddhist

<sup>1</sup>Corresponding author, e-mail: DPK1689@GMAIL.COM

Received April 21, 2023; Revised July 12, 2023; Accepted: August 8, 2023



### บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์คือ 1) เพื่อศึกษาความหมาย ความสำคัญ คุณค่าของบทสวดมนต์ในพระพุทธศาสนา 2) เพื่อศึกษาอานิสงส์ของการสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต 3) เพื่อนำเสนอการสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของพุทธศาสนิกชนในจังหวัดสมุทรสาคร ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสานวิธี ประกอบด้วยการวิจัยเชิงปริมาณ โดยใช้วิธีการวิจัยเชิงสำรวจ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ประชากรที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ “ชมรมสวดมนต์เย็นวัดป้อมวิเชียรโชติการาม” และบุคคลจังหวัดสมุทรสาคร จำนวน 121 คน โดยการเปิดตารางขนาดกลุ่มตัวอย่างของทาโรยามาเน ข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้จากกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามทั้งหมดมาวิเคราะห์ และประมวลผล โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติเพื่อการวิจัยทางสังคมศาสตร์ โดยใช้สถิติ ดังนี้ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าเอฟ (F - test) การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว การวิจัยเชิงคุณภาพ ด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ และใช้เทคนิคการวิเคราะห์เนื้อหาประกอบปริบท

1. การสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของพุทธศาสนิกชนในจังหวัดสมุทรสาคร จากผลการวิเคราะห์ พบว่า โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก

2. ปัจจัยที่สัมพันธ์กับการสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของพุทธศาสนิกชนในจังหวัดสมุทรสาคร โดยจำแนกตามเพศ อายุ ระดับการศึกษา ประสบการณ์ในการทำงาน สถานภาพ (โสด หรือสมรส) ไม่แตกต่างกัน

3. ข้อเสนอแนะจากการวิเคราะห์ผลการสวดมนต์ ได้แก่ 1) ความหมาย ความสำคัญ คุณค่าของการสวดมนต์ และเชื่อศรัทธาว่าการสวดมนต์เป็นสิริมงคลแก่ตนเอง และ 2) เชื่อว่าการสวดมนต์คือการได้ปฏิบัติบูชาของคัมภีร์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า 3) การสวดมนต์ ก่อให้เกิด ศิล (กายและวาจา สारวม) สมธิ (ใจตั้งมั่น) ปัญญา และเชื่อว่าการสวดมนต์ เป็นการสวดเพื่ออบรมจิตใจ ทำให้สุขภาพใจดี คุณภาพชีวิตดีไปด้วย

**คำสำคัญ:** การสวดมนต์; บทสวด; วิธีการสวดมนต์ที่ถูกต้อง; อานิสงส์; การพัฒนาคุณภาพชีวิต

## Abstract

The objectives of this research article are 1 ) to study the meaning, importance and value of chanting in Buddhism, 2 ) to study the virtue of chanting that affects quality of life development, and 3 ) to present effective chanting to improve the quality of life of Buddhists in Samut Sakhon Province. The researcher conducted according to the integrated research methodology. It consists of quantitative research using a survey research method. The sample group used in this research is the population used in the research, namely "Wat Pom Wichien Chotikaram Temple Evening Prayer Club" and 121 people in Samut Sakhon province by opening the sample size table of Taro Yamane. Data collected from the sample, all questionnaires were analyzed and processed by the researcher using a statistical package for social science research using the following statistics: Frequency, Percentage, Mean and Standard Deviation (F-test), one-way analysis of variance (ANOVA), qualitative research by conducting in-depth interviews with key informants and using content analysis techniques.

1) Chanting resulting in the quality of life development of Buddhists in Samut Sakorn Province is overall at a high level.

2) The factors related to chanting that result in the quality of life development of Buddhists in Samut Sakorn province found no difference in opinions when classified by genders, ages, educational levels, work experience, and marital status. Based on multiple linear regressions, reveal that the definition, significance, and values of chanting may predict the factors for chanting with a statistical significance of 0.05 level; accepting the null hypothesis.

3) The suggestions from analyzing chanting results the following: (1) Prayers can realize the definition, significance, as well as believing that chanting will bring



auspiciousness to oneself. (2) Prayers believe that chanting shows reverence for the Buddha. (3) chanting helps to train the mind, to be healthy, and have a life quality.

**Keywords:** Chanting; mantras; correct way of chanting; virtue; improving the quality of life.

## บทนำ

การสวดมนต์นี้มีเรื่องเล่าในวรรณคดีบาลีถึงความปลอดภัยไร้โรค รวมถึงการขจัดปัดเป่าภูตผีปีศาจด้วย เมื่อคราเมืองเวสาลีเกิดโรคระบาดทำให้คนและสัตว์ตายไปเป็นจำนวนมาก พระอานนท์ได้ไปยังเมืองเวสาลีแล้วสวดมนต์บทรัตนสูตร โรคระบาดนั้นก็ระงับไปได้ (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 25 ข้อที่ 1-18 หน้าที่ 9-14 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) นอกจากนี้เมื่อครั้งพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงประชวรก็โปรดให้พระจุนทเถระสวดโพชฌงค์ปริตรถวาย (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 19 ข้อที่ 197 หน้าที่ 130-131 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) และต่อมาภิกษุทั้งหลายไปบำเพ็ญสมณธรรมในป่า ถูกพวกอมนุษย์รบกวน กลับมาเฝ้ากราบทูลพระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์โปรดให้สวดกรณียเมตตสูตรแล้วอยู่ต่อไปได้ ภัยเหล่านั้นก็ไม่มี (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 25 ข้อที่ 1-10 หน้าที่ 20-21 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ครั้นเมื่อมาถึงสมัยที่ได้จดจารึกพระพุทธรวจนะนั้นๆ ไว้เป็นหลักฐานแล้วกุลบุตรที่จะขอกล่าวจำทรงอย่างแต่ก่อนก็น้อยลงๆ จำทรงได้แล้วก็บอกกันต่อๆ ไป เป็นไปในการทำงานบอกให้ท่องไปวันละเล็กวันละน้อยตามกำลังปัญญาทรงจำของผู้นั้น เมื่อได้รับบอกไปแล้วต้องไปท่องจนกว่าจะขึ้นปากที่ท่องได้ไว้แล้ว ต้องคอยสวดสาธยายไว้อีกเพื่อกันหลงลืม ด้วยเหตุที่ถือกันว่าเป็นสิริมงคลและสามารถที่จะป้องกันภัยอันตรายได้นั้น จึงพากันนิยมการสวดมนต์สาธยายมนต์

ในสถานการณ์ยุคปัจจุบันกับชาวโลกที่มีความเป็นอยู่ในสังคมที่ต้องดำเนินอาชีพ มีครอบครัวตลอดถึงทายาท มีหน้าที่ การทำงานตลอดถึงมีความสัมพันธ์เป็นหมู่คณะ ไปจนถึงประเทศชาติ มีการดำรงชีวิตอยู่ในความวุ่นวาย การแข่งขันทางธุรกิจ เพื่อการดำรงชีวิตให้สมบูรณ์และประสบความสำเร็จและอยู่รอด ในด้านของผู้ที่มีความศรัทธาในพระพุทธศาสนา มีการใช้ชีวิตด้วยการสวดมนต์ และปฏิบัติธรรมด้วยตนเอง การสวดมนต์เป็นการบำเพ็ญภาวนาอย่างหนึ่งทำให้มีสมาธิ จิตใจแจ่มใส เมื่อจิตที่มีสมาธิย่อมแจ่มใส มีกำลัง คิดหาทางแก้ไขปัญหาชีวิตการทำงานต่างๆ ก็ทำได้ง่าย เป็นที่พึงทางจิตใจและพัฒนาคุณภาพชีวิตได้ด้วย เพราะการสวดมนต์ทำให้ใจสงบ เป็นสมถกรรมฐาน ดังคำกล่าวที่ว่า “สวดมนต์เป็นยาทา วิปัสสนาเป็นยากิน” (พระธรรมสิงหบุราจารย์ (จรัญ ฐิตธมฺโม), 2550).

การสวดมนต์หรือการสวดคาถาประกอบพิธีกรรมในศาสนาถือว่าเป็นสิ่งที่มีมาตั้งแต่สมัยพุทธกาล ศาสนาพราหมณ์ก็นิยมสวดมนต์ด้วยเช่นกัน ตั้งแต่ที่เรียกกันว่า สาธยายมนต์ ร่ายมนต์ เพื่อความทรงจำพระเวทบ้าง เพื่อเป็นสิริมงคลบ้าง ในทางพระพุทธศาสนาก็มีการสวดสาธยายเช่นเดียวกัน ในขั้นต้นเพียงสวดสาธยายเพื่อความทรงจำพระพุทธรวจนะเท่านั้น เมื่อชาวบ้านได้ยินพระสงฆ์สวดสาธยายก็พากันอนุโมทนาและได้ถือกันว่า การได้ยินพระสงฆ์สวดสาธยายเช่นนั้นเป็นสิริมงคล ในสมัยนั้นยังไม่มีคัมภีร์ที่จะได้จดจารึก ต้องท่องจำทรงกันด้วยวาจา จำหลักคำสอนที่เรียกว่า

มุขปาฐะ คือการท่องจำให้ขึ้นใจจนติดปาก เมื่อมีเหตุการณ์อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น พระสงฆ์ก็ใช้การสวดสวดขยายพระพุทธวจนะนั้นตามสมควรแก่เหตุการณ์

ศึกษาการสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของพุทธศาสนิกชนในจังหวัดสมุทรสาคร เพราะการสวดมนต์ถือเป็นส่วนหนึ่งของชาวพุทธ คือการฝึกใจให้เป็นสมาธิขณะสวดมนต์ ทำให้เกิดการพัฒนาคูณภาพชีวิต ด้วยการมีสติปัญญาในการดำรงชีวิต ถือเป็น การเริ่มต้นของสัมมาทิฐิ ความเห็นชอบดังบทสวดธรรมจักรกัปปวัตนสูตรสู่ความมีสัมมาสติและสัมมาสมาธิที่เป็นประโยชน์ในชีวิตอย่างมหาศาล ซึ่งการศึกษาวิจัยนี้จะมีผลให้รู้ถึงคุณค่า อานิสงค์ของการสวดมนต์ ที่มีผลต่อการพัฒนาจิตใจ คุณภาพชีวิตทั้งด้านร่างกายและจิตใจของพุทธศาสนิกชนในจังหวัดสมุทรสาครต่อไป

### วัตถุประสงค์

- 1) เพื่อศึกษาความคิดเห็นของประชาชนที่มีต่อการสวดมนต์ที่มีผลต่อการส่งเสริมคุณภาพชีวิตในจังหวัดสมุทรสาคร
- 2) เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการสวดมนต์ให้เกิดการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของประชาชนในจังหวัดสมุทรสาคร
- 3) เพื่อนำเสนอการสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคูณภาพชีวิตของพุทธศาสนิกชนในจังหวัดสมุทรสาคร

### วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้ใช้การวิจัยแบบผสมวิธี (Mixed Methods Research) โดยใช้การวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) ซึ่งเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม (Questionnaires) และการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) การสร้างเครื่องมือในการวิจัย ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างขึ้นจากการทบทวนแนวคิด ทฤษฎี งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยเรื่อง “การสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคูณภาพชีวิตของพุทธศาสนิกชนในจังหวัดสมุทรสาคร” การศึกษาวิจัยเรื่อง “การสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคูณภาพชีวิตของพุทธศาสนิกชนในจังหวัดสมุทรสาคร” การวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ เชิงลึก จากเจ้าอาวาสวัดป้อมวิเชียรโชติการาม ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดป้อมวิเชียรโชติการาม และบุคลากร กลุ่มประชากร ชมรมสวดมนต์เย็นวัดป้อมวิเชียรโชติการาม ตำบลมหาชัย ในเขตอำเภอเมืองสมุทรสาคร ผู้วิจัยได้ทำการจัดกลุ่มข้อมูลตามสาระสำคัญของประเด็นการสัมภาษณ์ที่กำหนดไว้ (Data Grouping) และทำการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้เทคนิค การวิเคราะห์เนื้อหาประกอบบริบท (Content Analysis Techniques)

การศึกษาวิจัยเรื่อง “การสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคูณภาพชีวิตของพุทธศาสนิกชนในจังหวัดสมุทรสาคร” โดยวิธีการนำเสนอและรายงานผลการวิจัย ดังนี้

- 1) ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถามนำเสนอ โดยใช้ตารางประกอบค่าความถี่ (Frequency) และ ค่าร้อยละ (Percentage)



2) ข้อมูลจากระดับความคิดเห็นที่มีต่อการการสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของพุทธศาสนิกชนในจังหวัดสมุทรสาคร ซึ่งเป็นข้อมูลมาตราส่วนประเมิณ นำเสนอในรูปแบบของตารางประกอบด้วย ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation: S.D.)

3) ข้อมูลจากการเปรียบเทียบความคิดเห็นที่มีต่อการการสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของพุทธศาสนิกชนในจังหวัดสมุทรสาคร โดยใช้วิธีการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบ Enter Multiply Regression Analysis

4) ข้อมูลจากคำถามปลายเปิด (Open Ended Question) ในเรื่องความคิดเห็น ปัญหาอุปสรรค และข้อเสนอแนะของกลุ่มประชากร ชมรมสวดมนต์เย็นวัดป้อมวิเชียรโชติการาม ตำบลมหาชัย ในเขตอำเภอเมืองสมุทรสาคร เพื่อวิเคราะห์เนื้อหาสาระประกอบประเด็นสำคัญ และนำเสนอเป็นการเขียนแบบความเรียง

5) ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) เจ้าอาวาสวัดป้อมวิเชียรโชติการาม ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดป้อมวิเชียรโชติการาม จำนวน 3 รูป แม่ชี 1 รูป บุคลากร กลุ่มประชากร ชมรมสวดมนต์เย็นวัดป้อมวิเชียรโชติการาม ตำบลมหาชัย ในเขตอำเภอเมืองสมุทรสาคร จำนวน 12 ท่าน รวมเป็น 16 ท่าน โดยวิเคราะห์เนื้อหาสาระประกอบประเด็นสำคัญ และนำเสนอเป็นเขียนแบบความเรียง

## ผลการวิจัย

1. ศึกษาความคิดเห็นของประชาชนที่มีต่อการสวดมนต์ที่มีผลต่อการส่งเสริมคุณภาพชีวิตในจังหวัดสมุทรสาคร จากผลการวิเคราะห์ พบว่า โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก (= 4.255) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านความหมาย ความสำคัญ คุณค่าของบทสวดมนต์ (=4.270) ด้านอันิสงส์ของการสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต (=4.241) อยู่ในระดับมากทุกด้านศึกษาความคิดเห็นของประชาชนที่มีต่อการสวดมนต์ที่มีผลต่อการส่งเสริมคุณภาพชีวิตในจังหวัดสมุทรสาคร

ตารางที่ 1 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของพุทธศาสนิกชนชาวสมุทรสาคร ในภาพรวม

(n=121)

การสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของ พุทธศาสนิกชนชาวสมุทรสาคร	ระดับการมีส่วนร่วม		แปลผล
	$\bar{X}$	S.D.	
1. ด้านความหมาย ความสำคัญ คุณค่าของบทสวดมนต์	4.270	0.560	มาก
2. ด้านอันิสงส์ของการสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต	4.241	0.645	มาก
ค่าเฉลี่ยรวม	4.255	0.588	มาก

2. ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการสวดมนต์ให้เกิดการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของประชาชนในจังหวัดสมุทรสาคร ผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่สัมพันธ์กับการสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของพุทธศาสนิกชนในจังหวัดสมุทรสาคร โดยจำแนกตามเพศ อายุ ระดับการศึกษา ประสบการณ์ในการทำงาน สถานภาพ (โสด หรือสมรส) ไม่แตกต่างกัน มีความคิดเห็นต่อปัจจัยที่สัมพันธ์กับการสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของพุทธศาสนิกชนในจังหวัดสมุทรสาคร ไม่แตกต่างกัน ผลการวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ยพบค่า ตัวแปรอิสระ ต่อ การมีส่วนร่วมสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต ให้ความสนใจด้านความหมาย คุณค่า ด้านอานิสงส์ ของการสวดมนต์ สามารถพยากรณ์ปัจจัยที่มีส่วนร่วมต่อการสวดมนต์ ของพุทธศาสนิกชนชาวสมุทรสาคร ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.005 โดยสามารถสรุปผลการทดสอบสมมติฐานเป็นไปตามผลการสมมติฐานที่ตั้งไว้

3. นำเสนอการสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของพุทธศาสนิกชนในจังหวัดสมุทรสาคร การวิเคราะห์การสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของพุทธศาสนิกชนในจังหวัดสมุทรสาคร พบว่า ผู้เข้าร่วมสวดมนต์ให้ตระหนักถึง 1) ความหมาย ความสำคัญ คุณค่าของการสวดมนต์ และเชื่อศรัทธาว่าการสวดมนต์เป็นสิริมงคลแก่ตนเอง (4.553) และ 2) เชื่อว่าการสวดมนต์คือการได้ปฏิบัติบูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า (4.454) และเชื่อว่า อานิสงส์ของการสวดมนต์มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต. 3) การสวดมนต์ ก่อให้เกิด ศิล (กายและวาจา ส้ารวม) สมาธิ (ใจตั้งมั่น) ปัญญา (น้อมนำไปใช้ในชีวิต) โดยมีค่าเฉลี่ย (=4.388 ) และเชื่อว่าการสวดมนต์ เป็นการสวดเพื่ออบรมจิตใจ ทำให้สุขภาพใจดี คุณภาพชีวิตดีไปด้วย มีค่าเฉลี่ย (=4.380) ผลที่ได้กล่าวมานี้ จึงเป็นรากฐานของการสวดมนต์ของพุทธศาสนิกชนในจังหวัดสมุทรสาคร

จากการวิจัย อานิสงส์ของการสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต ทำให้เกิดความรู้ตามความเป็นจริง ใช้ความคิด ความเห็นที่ถูกต้อง (สัมมาทิฐิ) Right View สู่ความคิดที่ถูกต้อง (สัมมาสังกัปปะ) Right Intention เกิดการพัฒนาทางด้านวาจา การพูดด้วยความเมตตาต่อตนเองและผู้อื่น (สัมมาวาจา) Right Speech พัฒนาสู่การตัดสินใจที่ถูกต้องทำในสิ่งที่ถูกต้อง (สัมมากัมมันโต) Right Action หากเป็นผู้ที่ทำงานเกิดการพัฒนาและมีการเจริญยิ่งขึ้นไปในอาชีพ (สัมมาอาชีพ) Right Livelihood มีการพัฒนาด้วยการเจริญสติภาวนา (สัมมาวายามะ) Right Effort สู่การใช้ชีวิตหลักความเป็นจริงเป็นแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยด้วยสัมมาสติ Right Mindfulness สัมมาสมาธิต่อไป (Right Concentration) จากการวิจัย การนำเสนอการสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต ด้านหลัก สอดคล้องกับหลักภาวนา 4 ประการ พัฒนาด้านกายภาวนา พัฒนาด้านศีลภาวนา พัฒนาด้านจิตตภาวนา พัฒนาด้านปัญญาภาวนา

### อภิปรายผลการวิจัย

ความเชื่อว่าการสวดมนต์เป็นสิริมงคลแก่ชีวิต และตัวของผู้สวดเอง ( $\bar{X}$  =4.553 โดยสอดคล้องกับงานวิจัยของพระครูศิริโสธรคณารักษ์ ได้เสนอวิทยานิพนธ์เรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์พิธีสวดมนต์ในพระพุทธศาสนาเถรวาท ศึกษาเปรียบเทียบความเชื่อของนักศึกษาปริญญาโท มหาวิทยาลัยมหิดล ผลการศึกษาพบว่าวัตถุประสงค์ของการสวดมนต์เป็นไปเพื่อรักษาคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า การรักษาศีลและวิธีขัดกุศล ตามด้วยพิธีกรรมที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อป้องกันรักษาบุคคลให้พ้นจากภัยอันตราย ในกาลต่อมา อานุภาพของมนต์ขึ้นกับตัวผู้ฟังและผู้สวดมีความศรัทธาในพระ



รัตนตรัย มีความเมตตา ซื่อสัตย์ เพียรปฏิบัติด้วยสติปัญญาไม่เป็นไปเพื่อมุ่งลาภ สักการะ ส่วนความเชื่อที่ต่างกันคือ นักศึกษาสายวิทยาศาสตร์มีความเชื่อที่ถูกต้องตามหลักธรรม คือ ความศักดิ์สิทธิ์ ของพุทธมนต์เกิดจากผู้ฟังต้องมีศัลบริสุทธิ์ ในขณะที่นักศึกษาศิลปศาสตร์เชื่อว่าไม่จำเป็นที่ผู้ฟังและผู้สวดต้องมีศัลบริสุทธิ์ อำนาจพุทธมนต์จึงจะคุ้มครอง (พระครูศิริโสธรคณารักษ์, 2543)

การสวดมนต์เป็นการได้ปฏิบัติบูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X} = 4.454$ ) โดยสอดคล้องกับงานวิจัยของทัตพล พูลสุวรรณ นักอักษรศาสตร์ปฏิบัติการ ที่ได้กล่าววาทธรรมนิยมการสวดมนต์ หรือการสาธมนต์สันนิษฐานว่ามีมาตั้งแต่สมัยก่อนพุทธกาลโดยได้รับอิทธิพลความเชื่อในพระเวท (Vedism) หรือแบบลัทธิพราหมณ์ (Brahmanism) ที่เข้ามาเมื่ออิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตและเป็นกฎหมายขนบธรรมเนียมประเพณีที่พึงปฏิบัติ ทั้งที่เป็นความเชื่อว่าได้ยินมาจากพระผู้เป็นเจ้าของโดยตรง และที่จดจำสืบต่อกันมา โดยพระพุทธรูปศาสนาจะได้รับเอาวัฒนธรรมการสวดสาธยายหรือการท่องบ่นเพื่อจดจำคำของศาสดามาด้วย การสวดมนต์จึงเป็นการน้อมนำคำสั่งสอนของพระศาสดามาสาธยาย ถือเป็นการได้ปฏิบัติบูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า (ทัตพล พูลสุวรรณ, 2562)

การสวดมนต์เป็นการสาธยายคำสอนของพระพุทธเจ้า เพื่อสืบทอดพระพุทธศาสนา มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X} = 4.329$ ) โดยสอดคล้องกับงานวิจัยของพระวงศ์สรสิทธิ์รัตติกโร และพระครูวิจิตรศีลาจาร ได้ทำการวิจัยเรื่อง “คุณค่าของการสวดมนต์ที่มีต่อพุทธศาสนิกชนไทย: กรณีศึกษาสำนักปู่สวรรค์” การนำไปสู่การบูรณาการและสร้างองค์ความรู้ใหม่คุณค่าของการสวดมนต์เป็นการสืบทอดในทางพระพุทธศาสนา เป็นการน้อมนำหลักธรรม จากบทสวดมนต์มาใช้ในการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่าในด้านเศรษฐกิจ การเมือง สังคม ครอบครัว ความศรัทธา และความสงบสุขภายในจิตใจ ก่อให้เกิดฟื้นฟูศีลธรรมสถิตแน่นมั่นคง อยู่ในใจ อุปสรรคใดๆ ที่บังเกิดขึ้นก็จะถูกแก้ไขด้วยปัญญาไปตามลำดับๆ ในที่สุดความรุ่งเรือง ของพระพุทธศาสนา ก็จะกลับมาอีกครั้งในยุคปัจจุบันดังที่เคยรุ่งเรืองในอดีตกาล คุณค่าของการสวดมนต์ที่มีต่อกลุ่ม สาธุศิษย์สำนักปู่สวรรค์คือ พิธีสวดมนต์ได้กลายเป็นพิธีกรรมทางศาสนา เพื่อการรักษาและการป้องกันภัยอันตรายต่างๆ และเชื่อว่าช่วยให้พ้นทุกข์เช่น ทำให้มีปัญหา ทำให้ระลึกถึงคุณ ของพระรัตนตรัยได้ทำให้จิตใจไม่เศร้าหมอง มีสุขคติเป็นที่ไป เป็นการเผยแผ่ และสืบทอด พระพุทธศาสนา (พระวงศ์สรสิทธิ์ รัตติกโร และคณะ, 2561)

การสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต ในจังหวัดสมุทรสาคร ด้านอันนิสงส์ของการสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต ( $\bar{X} = 4.241$ ) เมื่อพิจารณาตามรายชื่อที่มาก คือเชื่อว่าการสวดมนต์ ก่อให้เกิด ศีล (กายและวาจา สारรวม) สมาธิ (ใจตั้งมั่น) ปัญญา (น้อมนำไปใช้ในชีวิตร) โดยมีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X} = 4.388$ ) โดยสอดคล้องกับงานวิจัยของพระวงศ์สรสิทธิ์ รัตติกโร และคณะ ได้วิจัยเรื่อง “คุณค่าของการสวดมนต์ที่มีต่อพุทธศาสนิกชนไทย: กรณีศึกษาสำนักปู่สวรรค์” พบว่า การวิเคราะห์คุณค่าการสวดมนต์ที่มีต่อกลุ่มสาธุศิษย์สำนักปู่สวรรค์คุณค่าของการ สวดมนต์ อยู่ที่การสำรวมกาย วาจา ซึ่งจัดว่าเป็นศีล และยกระดับจิตใจให้สงบเป็นสมาธิ เข้าใจ ถึงความหมายของบทสวดเพิ่มพูนความคิดแตกฉานก่อให้เกิดปัญญา การสวดมนต์ก่อให้เกิด ศีล สมาธิและปัญญา ซึ่งเป็นหลักปฏิบัติในพระพุทธศาสนา อยาได้ชื่อว่าสวดแล้วเป็นการเปล่า ประโยชน์ไม่ได้อะไร นอกจากว่าสวดให้ผ่านพ้นไปเท่านั้น ทุกๆ ครั้ง พุทธศาสนิกชนผู้มีศรัทธา ได้ตั้งใจสวดสาธยายด้วยจิตอันเปี่ยมด้วยกุศลเลื่อมใส จะมีผลดี หรือจะมีผลอะไรเกิดขึ้นแก่ท่าน ทั้งหลายเหล่านั้นอย่างไรบ้าง พระพุทธมนต์ก็คือ พระธรรม

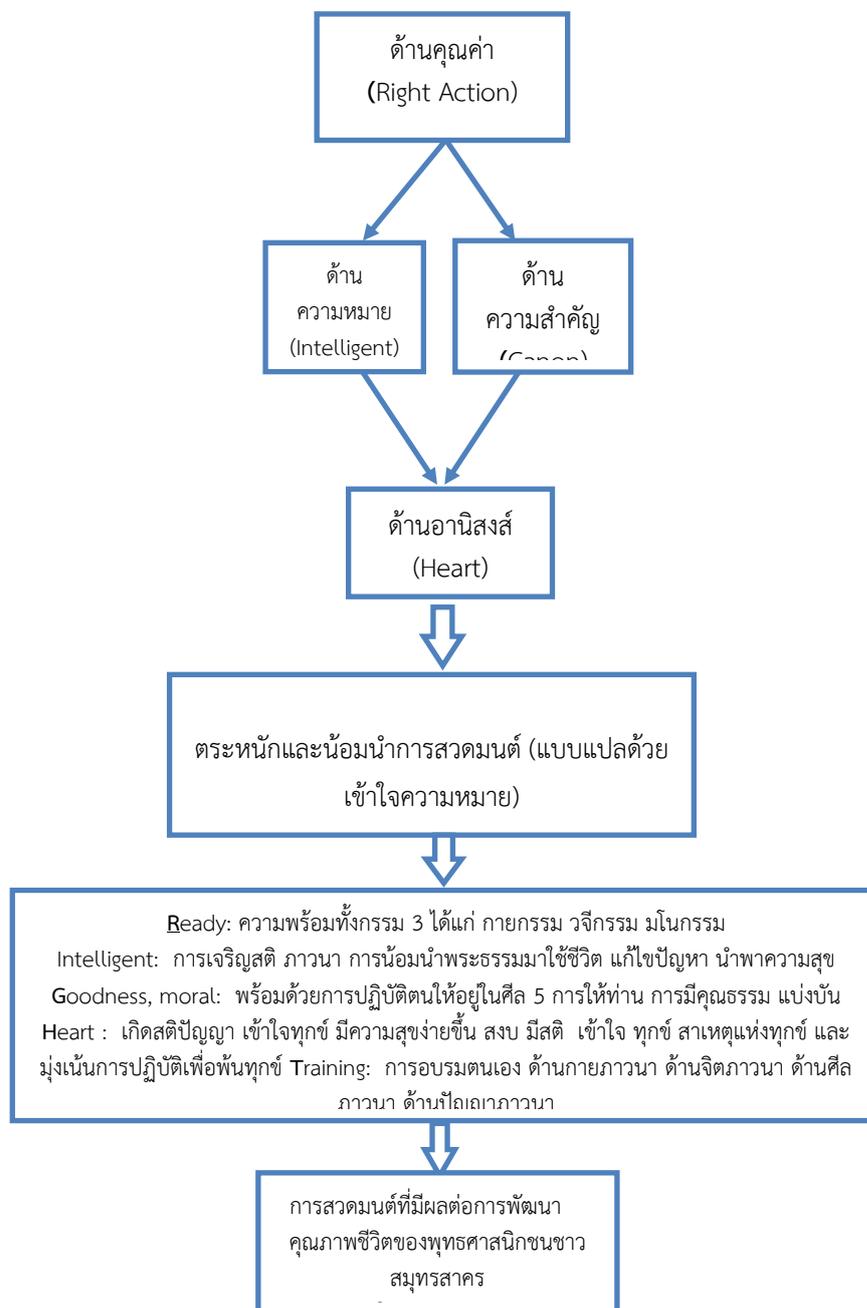
คำสั่งสอนที่เป็นภาษาบาลี มีความหมายทุกอักขระ มีความศักดิ์สิทธิ์ทุกตัวอักษร เป็นการสร้างปัญญา (ปัญญาพล) คือ การสร้างสรรค์ พลังทางปัญญา เพราะการที่เราท่องบ่นจดจำหลักธรรมที่ปรากฏในพระสูตรต่างๆ นั้น แล้ว นำไปพิจารณาเพื่อให้เกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง โดยการพินิจพิจารณาความหมายของ แต่ละสูตร ซึ่งในกระบวนการดังกล่าวเป็นการพัฒนาทางด้านความคิดและสติปัญญาให้เกิดขึ้น และย่อมสามารถขจัดปัญหาอุปสรรคได้อย่างถูกต้องและเหมาะสมที่สุด (พระวงศ์ศรีสิทธิโรติกโร และคณะ, 2561)

การสวดมนต์ เป็นการสวดเพื่ออบรมจิตใจ ทำให้สุขภาพใจดี คุณภาพชีวิตดีไปด้วย มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}=4.380$ ) โดยสอดคล้องกับงานวิจัยของเยาวรัตน์ มัชฌิม และคณะ ได้ทำงานวิจัยเรื่อง ประสิทธิภาพการสวดมนต์ของผู้ป่วยมะเร็ง: การศึกษาเชิงปรากฏการณ์วิทยา ผลการวิจัยพบว่าสาระสำคัญของการสวดมนต์ตามประสบการณ์ของผู้ป่วยมะเร็งมี 4 กลุ่ม คือ 1) การสวดมนต์เป็นการปฏิบัติภายใต้ความเชื่อและความศรัทธา 2) การสวดมนต์เป็นการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม โดยได้อธิบายไว้ครอบคลุมใน 4 ประเด็น คือ ส่งเสริมการนอนหลับ ทำให้จิตใจสงบเป็นสมาธิ ทำให้คิดดีคิดทางบวก และทำให้ชีวิตมีพลังไม่ท้อแท้ 3) การสวดมนต์ช่วยเสริมผลการรักษาและลดอาการข้างเคียง และ 4) การสวดมนต์ เป็นวิธีปฏิบัติที่สะดวกและยืดหยุ่น ผลการวิจัยครั้งนี้ทำให้เข้าใจประสบการณ์สวดมนต์ของผู้ป่วยมะเร็งเพิ่มขึ้น และการสวดมนต์อาจเป็นอีกหนึ่ง ทางเลือกที่บุคลากรทางสุขภาพอาจแนะนำ ให้ผู้ป่วยมะเร็งที่กำลังเสาะแสวงหาที่พึ่งทางใจปฏิบัติ เพราะการสวดมนต์ อย่างสม่ำเสมอ มีแนวโน้มว่าจะช่วยส่งเสริมสุขภาพทั้งด้านร่างกายและจิตใจ” (เยาวรัตน์ มัชฌิม และคณะ, 2559)

## องค์ความรู้ใหม่

จากการวิจัยเรื่อง “การสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของพุทธศาสนิกชนชาวสมุทรสาคร” ผู้วิจัยได้รับองค์ความรู้จากการวิจัยครั้งนี้ คือ 1) ทราบถึงความหมาย ความสำคัญ คุณค่าของบทสวดมนต์ในพระพุทธศาสนา อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสาคร ได้แก่ ด้านความหมาย ความสำคัญ คุณค่าของบทสวดมนต์ จากการสอบถามโดยพิจารณาจากรายด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากไปหาน้อย 2) ทราบถึงอันติสงส์ของการสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตในอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสาคร ได้แก่ ด้านอันติสงส์การสวดมนต์ จากแบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับบุคคล ซึ่งเป็นปัจจัยที่ตรงสมมติฐาน และปัจจัยที่ปฏิเสธสมมติฐาน โดยพิจารณาจากความถี่และร้อยละที่มีมากที่สุดและน้อยที่สุด 3) เพื่อนำเสนอการสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของพุทธศาสนิกชนในจังหวัดสมุทรสาคร จากการสอบถามปลายเปิด โดยพิจารณาจากวัตถุประสงค์ด้านความหมายของบทสวดมนต์ ความสำคัญของการสวดมนต์ และคุณค่าของบทสวดมนต์ ตลอดจนอันติสงส์ของการสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต พิจารณาข้อเฉพาะที่มีความถี่มากที่สุดเท่านั้น

ภานา 4 ประการ (RICH Model)



ภาพที่ 1.1 สรุปองค์ความรู้ใหม่ที่ได้จากการวิจัย

### บทสรุป

การทำวัตรเข้า-เย็น คือ การทำกิจที่พึงทำตามหน้าที่หรือตามธรรมเนียม การทำวัตรเช้าและ  
ทำวัตรเย็นเป็นธรรมเนียมเลียนแบบมาตั้งแต่สมัยพุทธกาล ซึ่งพระสงฆ์จะเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้าเพื่อรับ  
ฟังโอวาทเป็นกิจวัตรประจำวัน ต่อมามีการนำมาให้พุทธศาสนิกชน ร่วมทำวัตรสวดมนต์ เพื่อให้มี

จิตใจที่สงบ ซึ่งเป็นรูปแบบหนึ่งของชาวพุทธในล้านนา ได้ปฏิบัติสืบทอดกันมาในแต่ละยุคสมัย การสวดมนต์เป็นกิจกรรมหนึ่งของวัดในล้านนา ที่จะต้องมีการสวดมนต์เป็นปกติทุกวัน ซึ่งการสวดมนต์ในวันพระของพุทธศาสนิกชนมีการสวดอยู่เป็นประจำ ซึ่งบทสวดมนต์นับเป็นอีกวิธีหนึ่งที่ทำให้ผู้สวดมนต์มีความสุขขึ้นได้ การท่องบทสวดมนต์จะช่วยให้มีสมาธิ จิตใจสงบ ผ่องใส อีกทั้งยังเป็นการแผ่ส่วนบุญ ส่วนกุศลที่ได้ทำมาให้กับเพื่อนมนุษย์ หรือสรรพสัตว์ต่างๆ ในโลก

## ข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยเรื่อง “การสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของพุทธศาสนิกชนในจังหวัดสมุทรสาคร” ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

### ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

- 1) ควรมีการส่งเสริมกิจกรรมการสวดมนต์ออนไลน์ เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต
- 2) ควรมีการวางแผนจัดอบรมเกี่ยวกับการสวดมนต์ ความหมายการสาธยายมนต์แบบแปลการสมาทานศีล (ความหมาย) วิธีการสวดมนต์ที่ได้อานิสงค์ เพื่อพัฒนาไปสู่การสวดมนต์ได้ด้วยตนเอง โดยให้ความรู้กับพุทธศาสนิกชน
- 3) ควรมีการใช้นโยบายเพื่อพัฒนาระดับจิตใจ เพื่อส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพที่ต่อการสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของพุทธศาสนิกชนชาวสมุทรสาคร

### ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ

- 1) ควรจัดกิจกรรม ทำสื่อ ให้ความรู้เกี่ยวกับอานิสงค์ของการสวดมนต์ และให้ความรู้ เกี่ยววิธีการสวดมนต์ และการสวดมนต์แปลกับพุทธศาสนิกชน
- 2) ควรดำเนินพัฒนา เพิ่มขึ้น โดยมีการมุ่งเน้นเน้นในการพัฒนาจิตใจที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต เช่นการสวดมนต์ การปฏิบัติสมาธิ กรรมฐาน การฟังเทศน์ ฟังธรรม เจริญสติปัญญา
- 3) ควรฝึกสร้างลักษณะนิสัยให้กับพุทธศาสนิกชนชาวสมุทรสาคร เรื่องการน้อมนำการสวดมนต์เข้ามาในชีวิตประจำวัน อย่างน้อยวันละ 12 นาที ติดต่อกัน 8 สัปดาห์ (นายแพทย์วิโรจน์ ตระการวิจิตร ผู้อำนวยการสายงานแพทย์ โรงพยาบาลนครธน ผู้นำเอาธรรมปฏิบัติมาประยุกต์ใช้ในการรักษาผู้ป่วย) เกิดผลการสวดมนต์ และน้อมนำพระธรรมเพื่อนำมาใช้ในชีวิตประจำวัน

### ข้อเสนอแนะเพื่อทำการวิจัยครั้งต่อไป

การวิจัยในครั้งต่อไปนี้ ผู้วิจัยขอเสนอแนะการดำเนินการวิจัยในประเด็นต่อไปนี้

- 1) ควรศึกษาในลักษณะกลุ่มตัวแปรตามเดียวกัน โดยขยายขอบข่ายของพื้นที่ในการทำวิจัยให้กว้างออกไปอีกหลายอำเภอหรือหลายจังหวัด เพื่อให้ได้หลายมุมมองที่หลากหลายในการรักษาการสวดมนต์ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต
- 2) ควรมีการสัมภาษณ์เชิงลึกจากกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลายๆ ฝ่าย เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ลุ่มลึกหลากหลายมุมมอง



3) ควรมีการขยายขอบข่ายกลุ่มตัวแปรที่ศึกษา โดยเพิ่มปัจจัยที่เกี่ยวข้องหรือปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จในตามแนวทางการศึกษา และพัฒนาการร่วมสวดมนต์ให้มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต ด้านจิตใจ และส่งผลถึงด้านร่างกาย เพื่อพัฒนาพุทธศาสนิกชน หรือเยาวชนบุคคลทั่วไปด้วย

### เอกสารอ้างอิง

- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระธรรมสิงหบุราจารย์ (จรัญ ฐิตธมฺโม). 2550. *สวดมนต์เป็นยาทาวิปัสสนาเป็นยากิน*. กรุงเทพมหานคร: ธรรมทานบุ๊ค.
- พระครูศิริโสธรคณารักษ์. (2543). “แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามโครงการสวดมนต์ข้ามปีของประชาชนในจังหวัดยโสธร”. *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต*. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามงกุฎราชวิทยาลัย วิทยาลัยศาสนศาสตร์ยโสธร.
- เยาวรัตน์ มัชฌิม และคณะ. (2559). “ประสบการณ์การสวดมนต์ของผู้ป่วยมะเร็ง: การศึกษาเชิงปรากฏการณ์วิทยา”. *วารสารพยาบาลสงขลานครินทร์*, 36(6): 23-35.
- ทัตพล พูลสุวรรณ. (2562). *มหาทิมนต์ความลับเบื้องของบทพระพุทธรูปในสังคมไทย*. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่บริษัทอมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน).
- พระวงศ์สรสิทธิ์ รติโกโร และคณะ. (2561). คุณค่าของการสวดมนต์ที่มีต่อพุทธศาสนิกชนไทย: กรณีศึกษาสำนักปู่สวรรค์. *วารสารสังคมศาสตร์และมานุษยวิทยาเชิงพุทธ*, 3(2): 79-94.

