



ใส่บัตร...ให้ได้บุญ

จำนวนพิมพ์	๑๐,๐๐๐ เล่ม
ฉบับปรับปรุง	ครั้งที่ ๑ พฤษภาคม ๒๕๕๔
ผู้แต่ง/เรียบเรียง	พระวิชิต ธมฺมชิตโต (วัดโพธิ์เผือก นนทบุรี)
ภาพประกอบ/รูปเล่ม	วทีญญู พรอัมรา
จัดทำโดย	เครือข่ายพุทธิกา



สอบถามรายละเอียดได้ที่

เครือข่ายพุทธิกา

๔๕/๔ ซ.อรุณอมรินทร์ ๓๙ ถ.อรุณอมรินทร์

แขวงอรุณอมรินทร์ เขตบางกอกน้อย

กรุงเทพฯ ๑๐๗๐๐

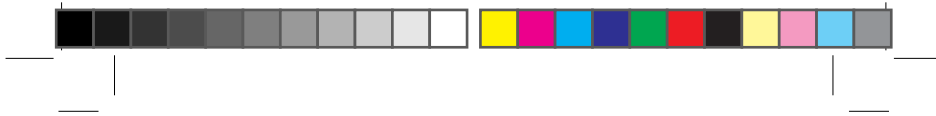
โทรศัพท์ ๐๒-๘๘๒-๔๓๘๗, ๐๒-๘๘๖-๐๘๖๓,

๐๘๖-๓๐๐-๕๔๕๘

โทรสาร ๐๒-๘๘๒-๕๐๔๓

อีเมล b_netmail@yahoo.com

เว็บไซต์ www.budnet.org



เกร็ดก่อนใส่บาตร



การใส่บาตรเป็นบุญกิริยาที่ชาวพุทธเราคำนึงและทำบ่อยครั้งกว่าบุญพิธีอื่นๆ การใส่บาตรนอกจากเป็นการให้ทาน เจริญเมตตา ช่วยขจัดความตระหนี่แล้ว ยังเกื้อกูลต่อพระให้ท่านได้ศึกษาธรรมะ และปฏิบัติศาสนกิจได้โดยไม่ต้องมีภาระเรื่องหาสิ่งขบฉัน ทั้งช่วยบำรุงสืบทอดอายุพระศาสนาโดยรวมด้วย การใส่บาตรอาจมีรายละเอียดที่แตกต่างกันไปบ้างตามความเชื่อและวิถีชีวิตของผู้คนในแต่ละพื้นที่แต่ก็ต้องอยู่ในกรอบของพระวินัยที่บัญญัติไว้

แต่ด้วยสภาพสังคมที่เปลี่ยนไปอย่างรวดเร็ว ทำให้มีอาหารเครื่องอุปโภคบริโภค ทำให้การใส่บาตรทุกวันนี้เปลี่ยนไป จนหลายอย่างกลายเป็น

บริษัท จำกัด



เรื่องที่ไม่เหมาะสมนำไปสู่การละเมิดวินัยของ
พระ สูญเสียสิ่งเปลี่ยนแปลงโดยใช้เหตุ บุญกุศลที่ควร
จะได้รับก็ไม่เต็มที่ ชำร่วยอาจสร้างความเศร้า
หมองให้เกิดกับจิตใจ สังคมกิเลส และอาจถึงขั้น
บั่นทอนทำลายพุทธศาสนาได้

ใส่บาตร... ให้ได้บุญ จึงเสนอตัวเป็นคู่มือเล่ม
เล็กๆ ที่ช่วยให้ชาวพุทธเข้าใจเรื่องการใส่บาตร
มากขึ้น ทำให้ผู้ใส่บาตรได้รับอานิสงส์จากการ
ทำบุญอย่างเต็มที่ และยังเป็นการปฏิบัติธรรม
หรือพัฒนาตนตามหลักพุทธศาสนาที่ทำให้รู้จัก
เสียสละ ละความเห็นแก่ตัว เกิดความเมตตา
ช่วยสืบทอดอายุพระศาสนา และยังเอื้อให้พระ
ได้ปฏิบัติตนอย่างสอดคล้องกับพระวินัยที่
พระพุทธรองค์ทรงบัญญัติไว้ด้วย

ขอกราบขอบคุณพระอาจารย์ไพศาล วิสาโล
ที่กรุณาให้กำลังใจและข้อเสนอแนะที่เป็น
ประโยชน์อย่างยิ่งต่อเนื้อหา รวมทั้งขอบคุณทีม
วิชาการของเครือข่ายพุทธิกาที่ให้คำแนะนำดีๆ
มากมาย และขออนุโมทนาทุกท่านที่มีส่วน
ร่วมช่วยกันทำให้หนังสือเล่มนี้ได้รับการเผยแพร่
แพร่ออกไป

พระวิจิต ธมฺมชิตโต



สารบัญ

เกริ่นก่อนใส่บาตร

๒

เตรียมข้อมูล

๓

พระวัดไหนทำหนังสืออย่างไร

๔

ที่วัดมีโรงครัวหรือเปล่า

๕

พระท่านมีโรคประจำตัวหรือไม่

๑๑

พระท่านต้องเลี้ยงดูใครพิเศษหรือไม่

๑๒

เป้าหมายใส่บาตรกรณีพิเศษหรือไม่

๑๓

เตรียมกาย

๑๔

เตรียมตัวอย่างไร

๑๔

แต่งตัวให้เหมาะสม

๑๖

หมั่นทำภาวนา

๑๗

ขยับอาหารใส่บาตรอย่างสม่ำเสมอ

๑๘

เตรียมใจ

๒๐

ใส่ตามคนอื่น

๒๑

ใส่บาตรแบบขลุ่ย

๒๒

จบอาหารก่อนใส่บาตร

๒๓

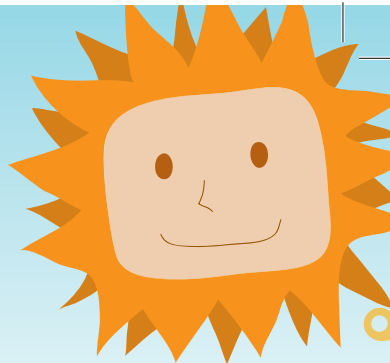
ตั้งใจรับพร

๒๔

กรวดน้ำ

๒๖

ลิขสิทธิ์สงวนลิขสิทธิ์



เตรียมอาหาร

๒๘

อาหารสด

๒๙

อาหารแห้ง

๓๐

ควรใส่หมวกกันแดด

๓๑

ใส่บาตรลดภาวะโลกร้อน

๓๒

ข้อควรรู้เกี่ยวกับการใส่บาตร

๓๓

ต้องใส่ดอกไม้ รูปเทียนหรือเปล้า

๓๔

ต้องใส่ข้าวหรือไข่

๓๕

ควรใส่ปัจจัยสี่หรือไม่

๓๖

ถวายสิ่งถวายด้วยเศียรหรือไข่

๓๗

ถวายยา สมุด ปากกาต่อใส่บาตรได้ไหม

๓๘

อยากช่วยพระถือของบิณฑบาตได้หรือไม่

๓๙

ผลไปผูกมือหรือจี้พระขณะใส่บาตร

๔๐

พระยืนรออาหารขายอาหาร

๔๑

ต้องทำให้พระจำได้

๔๒

ในโอกาสที่ต่างกัน จะใส่บาตรเหมือนกันหรือไม่

๔๓

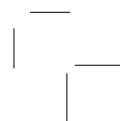
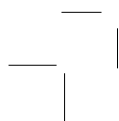
ส่งท้าย

๔๔

ปริศนาปริศนาปริศนา

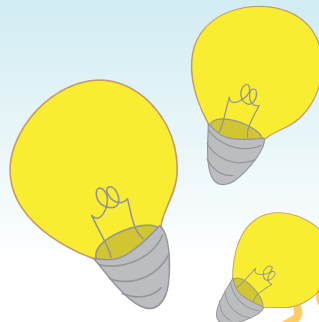


บริการสุขภาพ
จากคุณ





เตรียมข้อมูล



จะต้องเตรียมข้อมูลอะไรมากมายกับการใส่บาตร หลายคนอาจคิดอย่างนั้น เพราะรู้สึกว่าเป็นเรื่องที่คุ้นเคยมาตั้งแต่เด็ก แต่อยากบอกว่าการที่เราไม่รู้ข้อมูลเกี่ยวกับวัดหรือพระเลย อาจทำให้อาหารที่เราตั้งใจเตรียมไว้ใส่บาตรอย่างดีนั้น พระท่านไม่ได้ฉัน หรือฉันไม่ได้ things ที่อยากฉลองศรัทธาญาติโยม เพราะหากฉันไปก็ผิดพระวินัยต้องอาบัติ ดังนั้นข้อมูลบางอย่างที่คนเฒ่าคนแก่รู้กันจนเป็นเรื่องธรรมดา แต่เราคนวัยทำงานยุคใหม่ที่ค่อนข้างจะห่างไกลวัดอาจไม่เคยรู้เลยทำให้เกิดข้อขัดข้องขึ้นอย่างน่าเสียดายแล้วข้อมูลอะไรบ้างที่ผู้ใส่บาตรควรต้องรู้



พระวัดซ่งท้าวซังก็ทำอะไร



ทุกวันนี้พระในแต่ละวัดมีรูปแบบการฉันที่แตกต่างกันหลายแบบ เช่น ฉันพร้อมกันทั้งวัด โดยนำอาหารที่บิณฑบาตได้มารวมกันที่โรงครัว ให้โยมหรือเณรช่วยกันจัดแล้วถวายอีกครั้งบนศาลาฉัน บางวัดก็ฉันรวมกันเฉพาะพระในกุฏิของท่าน บางวัดก็แยกฉันเดี่ยวเฉพาะอาหารที่ตนบิณฑบาตได้มา หรือฉันรวมกันเฉพาะวันพระวันอื่นๆ แยกกันฉัน เป็นต้น นอกจากนี้บางวัดท่านฉันเพียงมือเดียว ฉันโดยตักอาหารใส่ในบาตรของตน บ้างก็สองมือ มีการจัดอาหารใส่ถาดใส่จานแล้วฉันร่วมกัน บางครั้ง ๒ มือที่ฉัน

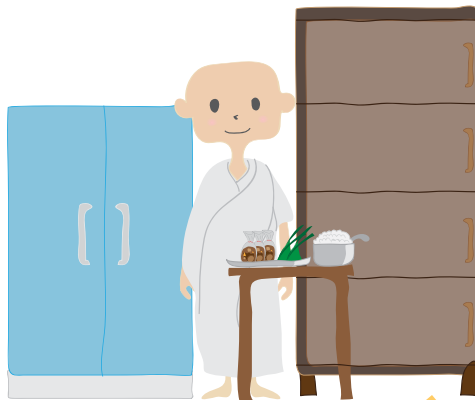


นั่นก็มีวิธีการไม่เหมือนกัน เช่น ตอนเช้าอาจฉัน
รวมกัน ตอนเพลแยกกันฉัน เป็นต้น

การรู้ข้อมูลเหล่านี้จะช่วยให้เราเตรียม
อาหารใส่บาตรได้เหมาะสมขึ้น เช่น ถ้าท่านฉัน
รวมกัน พระมาบิณฑบาต ๒-๓ รูป เราก็อาจ
ตักบาตรข้าวทั้ง ๓ รูป แล้วใส่แกงใส่ผลไม้รวม
กันไปถุงเดียวช่วยประหยัดเวลาได้ พระเณรก็ไม่
ต้องแกะถุงเล็กถุงน้อยเทกลับรวมกันอีก แถมยัง
ลดขยะ ลดการใช้ถุงพลาสติกได้ด้วย แต่หากว่า
ท่านฉันรวมตอนเช้า แล้วเก็บอาหารไว้ฉันเพล
กันเอง การมีอาหารเป็นถุงเล็กๆ อยู่แล้วก็สะดวก
กับท่าน

ที่วัดมีโรงครัวหรือเปล่า

วัดส่วนใหญ่ไม่มีครัวของวัด เว้นแต่วัดป่า
หรือวัดที่มีแม่ชี แต่วัดที่ไม่มีครัวของวัดก็อาจมี
ครัวในกุฏิที่มีสามเณรหรือศิษย์วัดช่วยดูแลอยู่
(พระจัดให้มีครัว ทำและดูแลครัวด้วยตนเองไม่
ได้) แต่ก็มีวัดอีกไม่น้อยที่ไม่มีครัวทั้งของวัดหรือ
ในกุฏิ



การที่วัดมีโรงครัวมีแม่ชีช่วยดูแลเรื่องอาหาร หรือมีเณรมีศิษย์วัดดูแลครัวที่กุฏิ ทำให้น้ำอาหาร บิณฑบาตไปจัดเตรียมหรือปรุงหุงต้มเพิ่มเติมให้ เหมาะกับการขบฉันของพระได้ และยังเก็บของแห้งหรืออาหารสดที่มีจำนวนมากไว้ก่อนแล้วแบ่ง นำพระเคนพระในวันต่อๆ ไปได้อีก กรณีเช่นนี้ เราอาจใส่บาตรถวายน้ำพริกเผาท่านไปทั้ง กระปุก หรือเก็บดอกแคสดใส่บาตรให้ทางโรง ครัวของวัดนำไปลวกถวายท่านพร้อมผักอื่นๆ แต่ ถ้าท่านไม่มีครัว น้ำพริกเผาที่ท่านฉันเหลือใน กระปุก หรือดอกแคถุงนั้นท่านก็ต้องทิ้งไปเพราะ พระวินัยไม่อนุญาตให้ท่านหุงต้มหรือปรุงอาหาร เองได้



อาหารทั้งหลายไม่ว่าอาหารสดหรืออาหารแห้ง กะปิ น้ำปลา ถ้าที่วัดไม่มีโรงครัว ท่านก็ฉันได้แค่เพียงวันนั้น เก็บไว้ฉันวันต่อไปไม่ได้ เว้นแต่ที่เป็นน้ำปานะที่ท่านเก็บไว้ฉันได้ตลอดทั้งวัน หรือที่ถือว่าเป็นยาที่มีพุทธานุญาตไว้ (เช่น เนย น้ำมัน น้ำผึ้ง น้ำอ้อย จะเก็บไว้ฉันได้ ๗ วัน) เคยมีโยมที่ปรารถนาดี ถวายกล้วยห่ามๆ มาทั้งหวี หมายถึงจะให้ท่านแขว่นไว้ที่กุฏิฉันได้หลายวัน แถมกำชับพระมาด้วยว่า “หนักหน่อยนะ หลวงพี่แต่ก็เก็บไว้ฉันได้อีกหลายวัน” ปรากฏว่าท่านไม่ได้ฉันเลย เพราะวันที่รับมานั้นกล้วยก็ยังไม่สุกดี เก็บไว้วันรุ่งขึ้นก็ฉันไม่ได้แล้ว ก็ได้แต่เอาไปแจกจ่ายญาติโยมที่มาช่วยงานที่วัดเท่านั้น

พระท่านมีโรคประจำตัวหรือไม่

ทุกวันนี้มีหลวงพ่หลวงตามาบวชมากขึ้น ในกรณีที่เราใส่บาตรประจำ หรือรู้ว่าพระรูปที่มารับบาตรหน้าบ้านท่านมีโรคประจำตัวอยู่ เช่น แพ้อาหารบาง





อย่าง หรือท่านอายุมากแล้ว การเตรียมอาหาร
ที่เหมาะสมกับท่านก็จะช่วยเกื้อกูลต่อสุขภาพ
ท่าน อาหารนั้นก็เกิดประโยชน์ต่อผู้รับ ผู้ใส่ก็ได้
อานิสงส์เต็มที

พระท่านต้องเลี้ยงดูใครพิเศษหรือเปล่า

บางวัดพระต้องเผื่อแผ่อาหารบิณฑบาตไป
ให้พระเถระ พระที่อาพาธ หรือเผื่อไปยังแม่ชี
ลูกศิษย์ ญาติโยมที่มาปฏิบัติธรรมหรือช่วยงาน
วัด บางแห่งก็นำไปเป็นอาหารกลางวันให้
นักเรียน ข้อมูลเหล่านี้ช่วยให้เราเตรียมอาหาร
ใส่บาตรทั้งชนิดและปริมาณได้เหมาะสม
ยิ่งขึ้น บางท่านเห็นพระบิณฑบาตได้
อาหารมากมายจนทำให้รู้สึกไม่
อยากใส่บาตร แต่จริงๆ แล้วท่าน
ไม่ได้มีอาหารฉันเหลือเฟืออย่าง
ที่เห็น ทางที่ดีควรหาข้อมูลใน
เรื่องนี้ด้วย



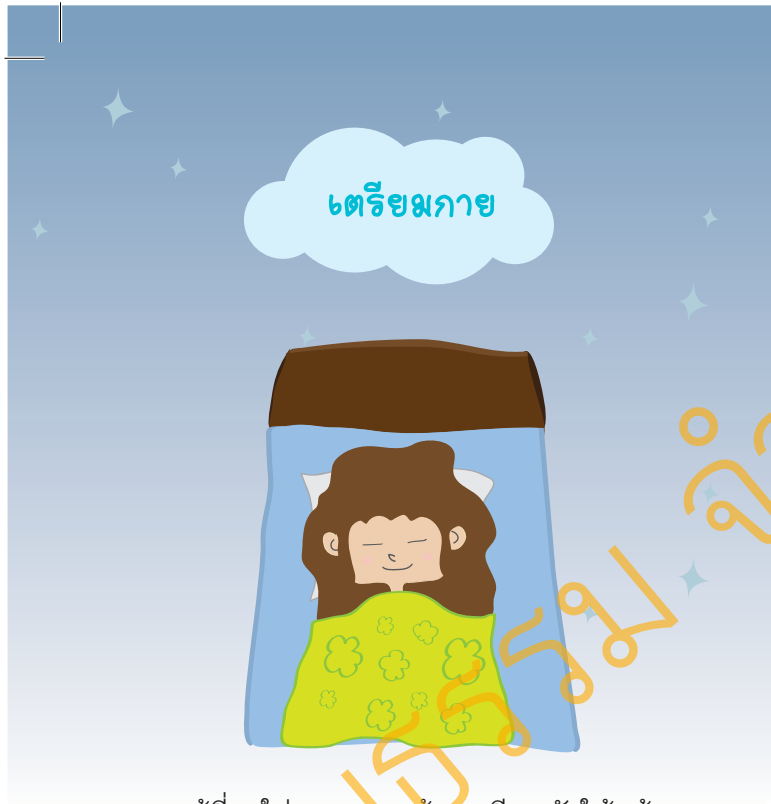


พิธีการใส่บาตรกรณีพิเศษหรือเปล่า



บางโอกาสการใส่บาตรจัดขึ้นเป็นกรณีพิเศษ เช่น เนื่องในเทศกาลสำคัญ หรือทำบุญสำนึกงาน เพื่อประโยชน์ของพระและความสะดวกของผู้ใส่ เราจึงมักเตรียมอาหารแห้งมาใส่บาตร ผู้จัดต้องไม่มีเตรียมอาหารที่ปรุงแล้วไว้ให้พระฉันด้วย มิฉะนั้นท่านอาจได้เฉพาะอาหารแห้งไปเข้าโรงครัวหรือไปบริจาคต่อ แต่ไม่มีอาหารสำหรับฉันในวันนั้น (ในกรณีที่ผู้จัดจะช่วยนำอาหารแห้งที่ได้จากการบิณฑบาตไปบริจาคต่อ ต้องแจ้งให้พระท่านทราบ เพื่อจะได้สละอาหารที่ได้รับมาก่อน มิฉะนั้นถือว่าเป็นการนำของพระของวัดไปโดยพลการ ผิดกันทั้งพระทั้งโยม)





ผู้ที่ใส่บาตรควรต้องเตรียมตัวให้พร้อม
ก่อน จะได้ไม่ต้องรีบร้อนลุกลงนจนชุกชลักทำให้
จิตใจขุ่นมัวเปล่าๆ ลองมาดูว่าจะต้องเตรียม
อะไรบ้าง

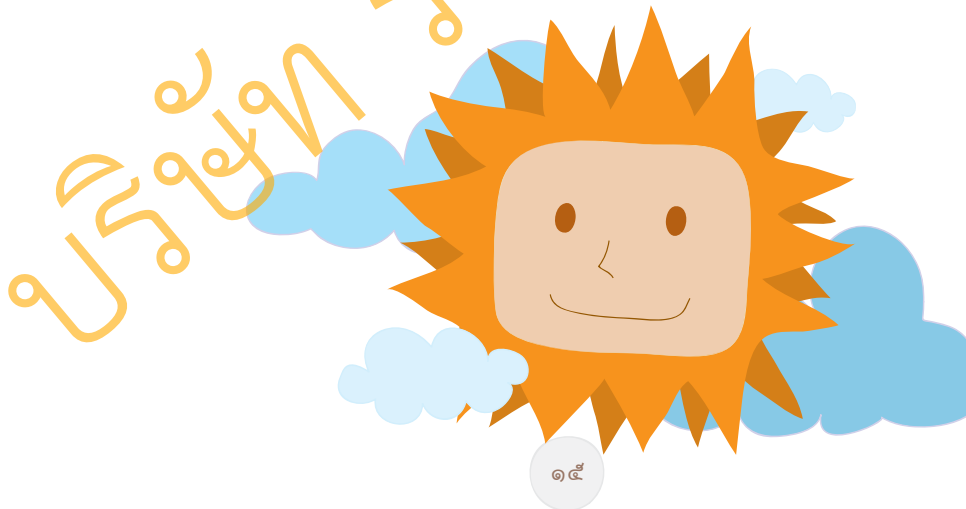
เตรียมตัวก่อนใส่บาตร

การตื่นนอนแต่เช้าดูจะเป็นปัญหาใหญ่ของ
คนยุคนี้ แต่หากจะใส่บาตรก็ควรต้องตื่นให้เช้า
เพื่อจะได้มีเวลาเพียงพอที่จะจัดเตรียมอาหารใส่



บาตร แต่ก็ไม่จำเป็นต้องไปรดตั้งแต่ยังมีด เพราะ
โดยพระวินัยแล้วพระจะออกบิณฑบาตได้ก็ต่อ
เมื่อรุ่งอรุณหรือเริ่มวันใหม่แล้ว อย่างไรก็ตาม
แต่ละวัดก็อาจนับเวลาอรุณที่ต่างกัน บางแห่งก็
ดูที่ฟ้าเริ่มมีแสงเงินแสงทองจับ บ้างก็ดูใบไม้ว่า
แยกใบแกใบอ่อนจากกันได้หรือยัง หรือดูเส้น
ลายมือของตนเอง ถ้ามองเห็นก็เป็นอันว่าอรุณ
แล้ว บางวัดก็ถือเอาเวลาพระอาทิตย์ขึ้นตาม
พยากรณ์อากาศก็มี

ในช่วงนอกรัศมี พระบางรูปอาจต้องเดิน
ไปบิณฑบาตในหมู่บ้านไกลๆ ทำให้ต้องออกจาก
วัดก่อนอรุณ แต่ท่านจะเริ่มรับบาตรได้เมื่ออรุณ
แล้วเท่านั้น เพราะการใส่บาตรตั้งแต่ยังไม่อรุณ
ขึ้นถือว่าเป็นอาหารที่รับประเคนมาตั้งแต่เมื่อวาน



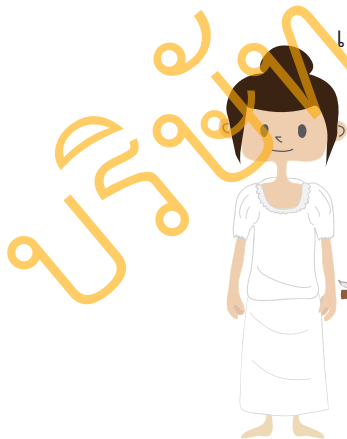


จะนำมาฉันในวันใหม่ (หลังอรุณ) ไม่ได้ บางคน
ถือเคล็ดอยากใส่บาตรเป็นคนแรก หรือมีธุระ
รอนสว่างไม่ได้ ไปรอใส่บาตรตั้งแต่เช้ามีด
หน้าประตูวัด ความตั้งใจดีของเราอาจพลอย
ทำให้พระท่านอาบัติได้ ไว้รอหาโอกาสมีเวลาที่
เหมาะสมค่อยใส่ตอนสว่างแล้วหรือรอใส่บาตร
ตอนท่านกลับจะดีกว่า ไม่ต้องให้ท่านถืออาหาร
เดินไปเดินกลับหนักเปล่าๆ

ส่วนวันไหนที่มีฝนตกหนักจนพระออก
บิณฑบาตไม่ได้ หากพอที่จะนำอาหารไปถวายที่
วัดได้ก็จะเกื้อหนุนท่านอย่างมากโดยเฉพาะวัดที่
ไม่มีโรงครัวหรือลูกศิษย์คอยเตรียมอาหารถวาย

๖๖ แต่งตัวให้เหมาะสม

เมื่อจะใส่บาตรควรแต่งตัวให้เหมาะสมโดย
เฉพาะสุภาพสตรี ควรสวมเสื้อผ้าปกปิด
ร่างกายให้มิดชิด เพราะต้องน้อม
ตัวไปใส่บาตร ต้องนั่งลงไหว้
รับพร ควรสวมรองเท้าที่
สามารถถอดได้ง่าย เพราะ





ต้องถอดขณะใส่บาตร และถอดแล้วก็ไม่ควรยืนบนรองเท้าเพราะจะทำให้เรายืนสูงกว่าพระ โดยพระวินัยแล้วท่านจะไม่รับบาตร ไม่ให้พร หรือแสดงธรรมต่อผู้ที่ไม่แสดงอาการเคารพ เช่น อยู่ในที่สูงกว่า สวมรองเท้า สวมหมวก กางร่ม ฯลฯ หากจำเป็นไม่สามารถถอดรองเท้าได้ก็ควรแสดงความนอบน้อม จะย่อตัวหรือคุกเข่าใส่ หรือให้ท่านยืนในที่ที่สูงกว่า เช่น นิมนต์ให้ท่านยืนอยู่บนทางเท้า แล้วเรายืนใส่อยู่ที่ถนน เป็นต้น

ฉิมขตฺทากฺโข

เมื่อเห็นพระมาใกล้ควรเอ่ยปากนิมนต์ท่านก่อน เพื่อให้ท่านทราบว่าเราต้องการใส่บาตรท่าน เพราะหลายครั้ง โดยเฉพาะในเขตเมืองที่มีพระจากหลายวัดบิณฑบาตอยู่บริเวณเดียวกัน ถ้าไม่เอ่ยปากนิมนต์ท่านก็อาจไม่หยุดรับ เพราะคิดว่าโยมจะคอยใส่พระประจำรูปหลัง (บางครั้งพระก็หน้าแตกเพราะหยุดรับ แต่โยมบอกว่าจะใส่รูปที่ตามมา) และถ้ารอใส่บาตรอยู่ใกล้ๆ กัน ก็ควรใส่พร้อมๆ กันที่จุดเดียวเพื่ออำนวยความสะดวกให้กับท่าน พระจะได้ให้พรพร้อมกันครั้งเดียว



การนิมนต์ก็ไม่ยากเพียงประนมมือขึ้นระหว่างอก เอ่ยปากกับท่านว่า “นิมนต์ครับ/ค่ะ, เจ้าค่ะ” ก็เรียบร้อย แต่ด้วยความไม่คุ้นเคยกับพระกับวัด ทุกวันนี้จึงมีคำนิมนต์แปลกๆ ที่ฟังแล้วอาจไม่เหมาะนัก เช่น “เชิญค่ะ” “ทางนี้ครับ” หรือแม้แต่ตะโกนเรียก “พระๆ” พร้อมก๊วกมือเรียกก็มี

หยาบอาหารใส่บาตรอย่างสำรวม

ตั้งใจหยาบอาหารใส่บาตรโดยไม่ต้องรีบร้อน ข้าวหรืออาหารจะได้ไม่หก ตกหล่น กรณีที่คนในครอบครัวมารอใส่บาตรพร้อมกันหลายคน และมีพระมารับบาตรหลายรูป ควรตกลงกันให้เรียบร้อยว่าใครจะใส่รูปไหน ก่อนใส่บาตรควรสำรวจอีกนิดว่าเราจะหยาบอะไรก่อนหลัง เพื่อป้องกันไม่ให้ลืมใส่บางอย่าง หรือใส่เกินจนไม่พอพระรูปหลัง อย่าให้เกิดกรณีต้องไปล้างของจากบาตรรูปหนึ่งไปใส่อีกรูปหนึ่ง นอกจากดูไม่งามแล้ว อาจกลายเป็นเรื่องเล็กๆ น้อยๆ ที่ไปพูดตำหนิกันภายหลังจนทำให้ใจขุนมัวเปล่าๆ



การรอใส่บาตรด้วยกันหลายคนหากไม่ได้มีอาหารหลายอย่างที่ช่วยกันหยิบใส่ ควรให้คนใดคนหนึ่งเป็นตัวแทนหยิบอาหารใส่ลงในบาตร คนที่เหลือให้นั่งประนมมือตั้งใจร่วมอนุโมทนาและคอยรับพรจากพระพร้อมกัน ไม่จำเป็นต้องเกาะแขนต่อจากคนที่ใส่เดินไปด้วยกันเป็นกลุ่ม ทำให้ดูเก้งก้างวุ่นวาย จิตใจก็ไม่สงบเพราะต้องพะวงอยู่กับการจับแขนกัน (บุญไม่ต้องอาศัยตัวนำให้ไหลต่อกันไปเหมือนกระแสไฟฟ้า แต่อาศัยจิตใจที่สงบตั้งมั่นร่วมอนุโมทนามากกว่า)

