อุโบสถศีล

รักษาอย่างไรจึงจะถูกต้องตามพุทธบัญญัติ

นาวาเอก ทองย้อย แสงสินชัย

รวบรวม/เรียบเรียง

เรือตรี รณภพ คุณรัชนี จันทร์เชื้อ

และชมรมธรรมธารา

พิมพ์เป็นธรรมบรรณาการ โดยเสด็จพระราชกุศล

พระกฐินพระราชทาน วัดมหาธาตุวรวิหาร จังหวัดราชบุรี

๒๑ ตุลาคม ๒๕๖๐

อุโบสถศีล

โดย นาวาเอก ทองย้อย แสงสินชัย

พิมพ์ครั้งแรก : ตุลาคม ๒๕๖๐ ๑,๕๐๐๐ เล่ม

เรือตรี รณภพ คุณรัชนี จันทร์เชื้อ และชมรมธรรมธารา

พิมพ์เป็นธรรมบรรณการโดยเสด็จพระราชกุศล

พระกฐินพระราชทานวัดมหาธาตุ วรสิหาร จังหวัดราชบุรี

คำนำ

สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมหาวชิราลงกรณ บดินทรเทพยวรางกูร ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าโปรดกระหม่อมพระราชทานผ้าพระกฐินให้คณะอุโบสถ (คือคณะบุคคลที่มาถืออุโบสถศีลประจำ) และทายกทายิกาวัดมหาธาตุ วรวิหาร นำไปทอดถวายพระสงฆ์ที่จำพรรษากาลถ้วนไตรมาส ณ วัดมหาธาตุ วรวิหาร อำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี ในวันที่ ๒๑ ตุลาคม พุทธศักราช ๒๕๖๐ นับเป็นพระมหากรุณาธิคุณล้นเกล้าล้นกระหม่อมหาที่สุดมิได้

ในการนี้ **เรือตรี รณภพ คุณรัชนี จันทร์เชื้อ และชมรมธรรมธารา** มีศรัทธาจัดพิมพ์หนังสือ **ทอดกฐินให้ถูกวิธี** และ **อุโบสถศีล** มอบเป็นธรรมบรรณาการ โดยเสด็จพระราชกุศลเป็นพิเศษอีกส่วนหนึ่ง

คณะผู้ได้รับพระราชทานผ้าพระกฐินขอขอบพระคุณและอนุโมทนาต่อญาติมิตรและท่านที่เคารพนับถือทั้งปวงที่ร่วมโดยเสด็จพระราชกุศลในการถวายผ้าพระกฐินพระราชทานใครครั้งนี้โดยทั่วกัน

คณะอุโบสถและทายกทายิกาวัดมหาธาตุ วรวิหาร

๒๑ ตุลาคม ๒๕๖๐

สารบัญ

หน้า

ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับ "อุโบสถ"	๑
คณะอุโบสถวัดมหาธาตุ ราชบุรี	๕
อุโบสถสูตร	๑๑
อุโบสถรับจ้าง	๑๑
อุโบสถจอมปลอม	๑๒
ทำจิตให้ผ่องใสคืออริยอุโบสถ	๑๓
ตามรอยพระอรหันต์	๑๙
อานิสงส์ของการรักษาอุโบสถศีล	๒๒
อายุของชาวสวรรค์	๒๒
ส่งท้าย	๒๕
ศีลแปดกับศีลอุโบสถ ต่างกันอย่างไร	๒๘
วิธีรักษาอุโบสถศีล	๓๐
คำประกาศอุโบสถ	๓๓
องค์อุโบสถศีล	๓๘
อานิสงส์อุโบสถศีล	๔๒
ข้อสังเกตเกี่ยวกับการถืออุโบสถ	๔๓

ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับ "อุโบสถ"

คำว่า "**อุโบสถ**" มีความหมายหลายอย่างที่ควรทราบ ดังต่อไปนี้

๑. การสวดปาติโมกข์ของพระสงฆ์ทุกกึ่งเดือน

การสวดปาติโมกข์ของพระสงฆ์ทุกกึ่งเดือน เป็นเครื่องซักซ้อมตรวจสอบความบริสุทธิ์ทางวินัยของภิกษุทั้งหลาย และทั้งเป็นเครื่องแสดงความพร้อมเพรียงของสงฆ์ด้วย, อุโบสถเป็นสังฆกรรมที่ต้องทำเป็นประจำสม่ำเสมอและมีกำหนดเวลาที่แน่นอน มีชื่อเรียกย่อยออกไปหลายอย่าง การทำอุโบสถจะมีการสวดปาติโมกข์ได้ต่อเมื่อมีภิกษุครบองค์สงฆ์จตุวรรค คือ ๔ รูปขึ้นไป ถ้าสงฆ์ครบองค์กำหนดเช่นนี้ทำอุโบสถ เรียกว่า **สังฆอุโบสถ** (มีรายละเอียดวิธีปฏิบัติตามพุทธบัญญัติในอุโปสถขันธกะ, วินย.๔/๑๔๗/๒๐๑);

ในกรณีที่มีภิกษุอยู่ในวัดเพียง ๒ หรือ ๓ รูป เป็นเพียงคณะ ท่านให้บอกความบริสุทธิ์แก่กันและกันแทนการสวดปาติโมกข์ เรียกอุโบสถนี้ว่า **คณอุโบสถ** หรือ ปาริสุทธิอุโบสถ กล่าวคือ ถ้ามี ๓ รูป พึงให้รูปที่สามารถตั้งญัตติว่า

"สุณนฺตุ เม อายสฺมนฺตา, อชฺชุโปสโถ ปณฺณรโส, ยทายสฺมนฺตานํ ปตฺตกลฺลํ, มยํ อญฺญมญฺญํ ปาริสุทฺธิอุโปสถํ กเรยฺยาม."

(**ปณฺณรโส** คือ ๑๕ ค่ำ ถ้า ๑๔ ค่ำ เปลี่ยนเป็น **จาตุทฺทโส**)

จากนั้น ทั้งสามรูปพึงบอกความบริสุทธิ์ของตนไปตามลำดับพรรษา (พระเถระว่า **“ปริสุทฺโธ อหํ อาวุโส, ปริสุทฺโธติ มํ ธาเรถ”** ว่า ๓ ครั้ง รูปอื่นเปลี่ยน **อาวุโส** เป็น **ภนฺเต**)

ถ้ามี ๒ รูป ไม่ต้องตั้งญัตติ เพียงบอกความบริสุทธิ์ของตนแก่กัน (พระเถระว่า **“ปริสุทฺโธ อหํ อาวุโส, ปริสุทฺโธติ มํ ธาเรหิ”** ว่า ๓ ครั้ง;

รูปที่อ่อนพรรษาเปลี่ยน **อาวุโส** เป็น **ภนฺเต** และเปลี่ยน **ธาเรหิ** เป็น **ธาเรถ**)

ถ้ามีภิกษุอยู่ในวัดรูปเดียว ท่านให้ทำเพียงอธิษฐาน คือตั้งใจกำหนดจิตว่า วันนี้เป็นอุโบสถของเรา (**“อชฺช เม อุโปสโถ”**) อุโบสถที่ทำอย่างนี้เรียกว่า **ปุคคลอุโบสถ** หรือ **อธิษฐานอุโบสถ**; อุโบสถที่ทำในวันแรม ๑๔ ค่ำ เรียกว่า **จาตุทสิก-** ทำในวันขึ้นหรือแรม ๑๕ ค่ำ เรียกว่า **ปัณณรสิก-** ทำในวันสามัคคี เรียกว่า **สามัคคีอุโบสถ**

๒. การอยู่จำรักษาองค์ ๘

อุโบสถ คือ การอยู่จำรักษาองค์ ๘ ที่โดยทั่วไปเรียกกันว่า ศีล ๘ ของอุบาสกอุบาสิกานั้น จำแนกได้เป็น ๓ ประเภท คือ

๑. **ปกติอุโบสถ** อุโบสถที่รักษาตามปกติชั่ววันหนึ่งกับคืนหนึ่ง ปัจจุบันนิยมรักษากันเฉพาะในวันขึ้นและแรม ๘ ค่ำ วันจันทร์เพ็ญ คือ ขึ้น ๑๕ ค่ำ และวันจันทร์ดับ คือ แรม ๑๕ ค่ำ หรือ ๑๔ ค่ำ (ปกติอุโบสถอย่างเต็ม มี ๘ วัน คือ วัน ๕ ค่ำ ๘ ค่ำ ๑๔ ค่ำ และ ๑๕ ค่ำ ของทุกปักษ์ ถ้าเดือนขาดรักษาในวันแรม ๑๓ ค่ำเพิ่มด้วย)

๒. ปฏิชาครอุโบสถ อุโบสถของผู้ตื่นอยู่ (คือผู้กระตือรือร้นขวนขวายในกุศล ไม่หลับไหลด้วยความประมาท) ได้แก่ อุโบสถที่รักษาครั้งหนึ่งๆ ถึง ๓ วัน คือ รักษาในวันอุโบสถตามปกติ พร้อมทั้งวันก่อนและวันหลังของวันนั้น ซึ่งเรียกว่า วันรับและวันส่งด้วย เช่น อุโบสถที่รักษาในวัน ๘ ค่ำ มีวัน ๗ ค่ำ เป็นวันรับ วัน ๙ ค่ำ เป็นวันส่ง (เดือนหนึ่งๆ จะมีวันรับและวันส่งรวม ๑๑ วัน, วันที่มิใช่วันอุโบสถ ในเดือนขาดมี ๑๐ วัน เดือนเต็ม ๑๑ วัน)

๓. ปาฏิหาริยอุโบสถ อุโบสถที่พึงนำไปซ้ำอีกๆ หรือย้อนกลับไปนำเอามาทำ คือรักษาให้เป็นไปตรงตามกำหนดดังที่เคยทำมาเป็นประจำในแต่ละปี หมายความว่า ในแต่ละปีมีช่วงเวลาที่กำหนดไว้เฉพาะที่จะรักษาอุโบสถประเภทนี้ อย่างสามัญ ได้แก่ อุโบสถที่รักษาเป็นประจำตลอด ๓ เดือน ในพรรษา (อย่างเต็มได้แก่รักษาตลอด ๔ เดือน แห่งฤดูฝน คือ แรม ๑ ค่ำ เดือน ๘ ถึง ขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๑๒, ถ้าไม่สามารถรักษาตลอด ๔ เดือน หรือ ๓ เดือน จะรักษาเพียง ๑ เดือน ระหว่างวันปวารณาทั้งสอง คือ แรม ๑ ค่ำ เดือน ๑๑ ถึง ขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๑๒ ก็ได้, อย่างต่ำสุดพึงรักษากึ่งเดือนต่อจากวันปวารณาแรกไป คือ แรม ๑ ค่ำ เดือน ๑๑ ถึง แรม ๑๔ ค่ำ เดือน ๑๑)

อย่างไรก็ตาม มติในส่วนรายละเอียดเกี่ยวกับอุโบสถ ๒ ประเภทหลังนี้ คัมภีร์ต่างๆ ยังแสดงไว้แตกต่างไม่ลงกันบ้าง ท่านว่าพอใจอย่างใด ก็พึงถือเอาอย่างนั้น เพราะแท้จริงแล้ว จะรักษาอุโบสถในวันใดๆ ก็ใช้ได้ เป็นประโยชน์ทั้งนั้น แต่ถ้ารักษาได้ในวันตามนิยมก็ย่อมควร

๓. วันอุโบสถ

วันอุโบสถสำหรับพระสงฆ์ คือ วันจันทร์เพ็ญ (ขึ้น ๑๕ ค่ำ) และวันจันทร์ดับ (แรม ๑๕ ค่ำ หรือ ๑๔ ค่ำเมื่อเดือนขาด), สำหรับคฤหัสถ์ คือ วันพระ ได้แก่ วันขึ้นและแรม ๘ ค่ำ วันจันทร์เพ็ญ และวันจันทร์ดับ

๔. สถานที่สงฆ์ทำสังฆกรรม

สถานที่สงฆ์ทำสังฆกรรม เรียกตามศัพท์ว่า **อุโปสถาคาร** หรือ **อุโปสถัคคะ** (โรงอุโบสถ), ไทยมักตัดเรียกว่า **โบสถ์**

ที่มา :

พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์
ฉบับ (ชำระ- เพิ่มเติม ช่วงที่ ๑) พ.ศ.๒๕๕๐
ของ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต)

คณะอุโบสถวัดมหาธาตุ ราชบุรี

ในเมืองไทยของเรานี้ เมื่อถึงฤดูกาลเข้าพรรษาประชาชนนิยมไปประชุมกันทำบุญตามวัดต่างๆ ในละแวกบ้านของตนทุกวันพระ พร้อมกันนั้นก็จะมีชาวบ้านส่วนหนึ่งสมาทานอุโบสถศีลตลอดวันหนึ่งและคืนหนึ่ง เมื่อเสร็จกิจตลอดเวลากลางวันแล้วบ้างก็กลับบ้าน บ้างก็นอนค้างที่วัด ต่อรุ่งเช้าทำวัตรสวดมนต์ตอนเช้าเสร็จแล้วจึงกลับบ้าน ปฏิบัติเช่นนี้ทุกวันพระตลอดพรรษา เรียกรู้กันว่าไปถือศีล ซึ่งหมายถึงศีล ๘ หรือศีลอุโบสถ บางทีก็เรียกว่าถืออุโบสถ หรือรักษาอุโบสถ

วัดมหาธาตุ ราชบุรี ก็คงจะเป็นเช่นเดียวกับวัดทั่วไป เท่าที่ฟังมา ผู้มาถือศีลวันพระที่วัดมหาธาตุแต่เดิมมามีไม่มาก และส่วนมากไม่ได้นอนค้างที่วัด ทั้งนี้อาจเป็นเพราะที่วัดมหาธาตุเกิดมีสำนักสตรีผู้ปฏิบัติธรรมมาตั้งแต่ พ.ศ.๒๔๔๕ (สมัยหลวงพ่อตั๋นเป็นเจ้าอาวาส) เรียกชื่อ “สำนักประชุมนารี” โดยมีสตรีบวชเป็นแม่ชี ถือศีล ๘ มาอยู่รวมกันหลายท่าน จึงเสมือนมีผู้ถืออุโบสถพำนักอยู่เป็นประจำอยู่แล้ว พอเข้าพรรษาหากผู้มาทำบุญที่วัดมีศรัทธาจะรักษาอุโบสถในวันพระ ที่เป็นผู้หญิงหากจะอยู่ค้างคืนก็คงจะเข้าไปค้างในสำนักประชุมนารี ไม่ค้างในวัด ที่เป็นผู้ชายก็น่าจะค้างในวัด ในสมัย**พระราชธรรมเสนานี**เป็นเจ้าอาวาส พบร่องรอยว่ามีอยู่คนหรือสองคน เป็นไทยมอญบ้านอยู่ท่าเสา วันพระจะมาถือศีลอยู่ที่วัด

ธรรมเนียมถืออุโบสถนอนค้างวัดนั้นเห็นจะมีมูลสืบเนื่องมาจากสมัยพุทธกาล กล่าวคือสมัยที่ยังไม่มีวัดสำหรับพระสงฆ์อยู่ประจำที่ เมื่อพระสงฆ์มาพักจำพรรษาอยู่ใกล้หมู่บ้านโดยชาวบ้านช่วยกันจัดแจงตกแต่งเสนาสนะให้พอพักอาศัยอยู่ได้ตามอัตภาพ (เสนาสนะเหล่านั้นเมื่อมีพระสงฆ์หมุนเวียนมาพำนักอยู่เป็นประจำ ต่อมาก็ได้กลายเป็นวัดในพระพุทธศาสนาดังที่เราเห็นกันอยู่ในปัจจุบัน) ตกเวลาเย็นชาวบ้านก็จะไปปรนนิบัติพระสงฆ์ด้วยการถวายน้ำปานะและถือโอกาสสนทนาธรรมฟังธรรมไปด้วย ถ้าเป็นวันพระก็ถืออุโบสถศีลและนิยมฟังธรรมกันตลอดคืน จนรุ่งเช้าจึงกลับบ้าน คงถือปฏิบัติเช่นนี้สืบกันมา ตกมาถึงสมัยปัจจุบันแม้บางวัดจะไม่ได้สนทนาธรรมฟังธรรมตลอดคืน แต่ก็ยังมีผู้ถืออุโบสถนอนค้างวัดเป็นธรรมเนียมสืบมา ด้วยเห็นว่าเป็นโอกาสที่จะได้บำเพ็ญบุญกิริยาได้เต็มที่สมกับคำที่ว่า **“ตลอดวันหนึ่งและคืนหนึ่ง”**

การสนทนาธรรมฟังธรรมตลอดคืนนั้น วัดมหาธาตุ ราชบุรี ถือปฏิบัติสืบต่อมาได้อย่างหนึ่ง คือวันวิสาขบูชา พระสงฆ์และอุบาสกอุบาสิกาชาววัดมหาธาตุจะอยู่ทำกิจกรรมสนทนาธรรมและฟังธรรมกันตลอดคืนทุกปี ยังทำมาจนถึงทุกวันนี้

ตั้งแต่สมัยพระราชธรรมเสนานีเป็นเจ้าอาวาสสืบต่อมาจนถึงสมัย **พระเทพวิสุทธิโมลี** ช่วงเข้าพรรษาทุกวันพระก็มีชาวบ้านมาทำบุญที่วัด พระสงฆ์ลงศาลาสวดถวายพรพระ รับสังฆทาน แล้วยกสำรับภัตตาหารไปฉันตามคณะ ไม่ได้ฉันรวมกันที่ศาลา เวลาประมาณ ๐๘:๓๐ พระสงฆ์สามเณรลงทำวัตรในพระอุโบสถ อุบาสิกาสำนักประชุมนารีพร้อมทั้งทายกทายิกาที่มาทำบุญและมีศรัทธารักษาอุโบสถมารวมกันในพระอุโบสถ

พระสงฆ์สามเณรทำวัตรเช้าจบแล้วคณะอุบาสิกาและญาติโยมทำวัตรเช้าจบแล้วพระแสดงธรรมขึ้นธรรมาสน์ อุบาสิกาที่ได้รับมอบหมายประกาศอุโบสถ จบแล้วอาราธนาธรรม พระแสดงธรรมจบ คณะอุบาสิกาและญาติโยมสวดสาธุการรับเทศน์ จบแล้วพระเทศน์อนุโมทนาขึ้นบทยถา พระสงฆ์สามเณรรับสัพพี เป็นอันเสร็จพิธี ต่อจากนั้นผู้ถืออุโบสถจะกลับบ้านหรืออยู่ค้างวัดก็ปฏิบัติกิจต่างๆ ไปตามอัธยาศัย

ออกพรรษาแล้วไม่มีการทำบุญวันพระ แต่การลงทำวัตร ฟังเทศน์ในพระอุโบสถทุกวันพระมีตลอดทั้งปี

เมื่อ**พระธรรมปัญญาภรณ์** (ตั้งแต่ครั้งยังเป็น**พระวิสุทธิธีรพงศ์**) ดำรงตำแหน่งเจ้าอาวาส ท่านได้ฟื้นฟูธรรมเนียมทำบุญวันพระของวัดมหาธาตุให้เข้มข้นขึ้น และชักชวนญาติโยมให้มาถืออุโบสถนอนค้างวัดตั้งแต่ประมาณปี ๒๕๓๘ เป็นต้นมา

วัดส่วนใหญ่มีการทำบุญทุกวันพระเฉพาะในระหว่างเข้าพรรษา พอออกพรรษาหมดเขตกฐินคือถึงวันลอยกระทงก็หยุดทำบุญวันพระ ไปเริ่มกันอีกทีก็เมื่อเข้าพรรษาปีต่อไป

วัดมหาธาตุก็เป็นเช่นนั้น คือพอออกพรรษาก็ไม่มีการทำบุญวันพระ แต่เมื่อมีอุบาสกอุบาสิกามาถืออุโบสถนอนค้างวัดกันแล้ว ญาติโยมชาววัดมหาธาตุจึงได้ชักชวนกันให้มีการทำบุญทุกวันพระตลอดทั้งปี วัดมหาธาตุจึงได้มีการทำบุญวันพระและมีผู้ถืออุโบสถค้างวัดตลอดทั้งปีสืบมาจนถึงปัจจุบัน และเรียกขานผู้ถืออุโบสถว่า “คณะอุโบสถ”

หนังสือ **สวดมนต์ฉบับอุบาสกอุบาสิกา** ซึ่งวัดมหาธาตุ ราชบุรีพิมพ์เผยแพร่เมื่อ พ.ศ.๒๕๔๑ ได้กล่าวถึงเรื่อง "ธรรมเนียมการถืออุโบสถศีลของวัดมหาธาตุ ราชบุรี" ขอคัดข้อความตอนหนึ่งมาลงไว้ในที่นี้ดังต่อไปนี้

ธรรมเนียมการถืออุโบสถศีลของวัดมหาธาตุ ราชบุรีในปัจจุบันนี้นั้นเกี่ยวพันกับการทำบุญวันพระ จึงขอบันทึกไว้เพื่อเห็นภาพ และเพื่อเป็นหลักฐานดังต่อไปนี้

วันโกน ตอนบ่ายประมาณ ๑๕:๐๐ นาฬิกา เคาะระฆัง พระภิกษุสามเณรกวาดอาวาส วิหาร ลานพระเจดีย์ แม่ชีในสำนักประชุมนารีทำความสะอาดกวาดบริเวณพระปรางค์ คนวัดทำความสะอาดศาลา ปูลาดอาสนะ เตรียมภาชนะใส่อาหาร และสถานที่ตักบาตร

วันพระ ชาวบ้านมาทำบุญตอนเช้า พระลงศาลาเวลาประมาณ ๐๗:๓๐ นาฬิกา มรรคนายกนำบูชาพระรัตนตรัย สมาทานศีล พระสงฆ์สวดถวายพรพระ ผู้มาทำบุญบางส่วนที่ยังถือธรรมเนียมเดิม จะลุกขึ้นไปตักบาตรตอนขึ้นบทพาหุง

ถวายพรพระจบแล้ว มรรคนายกนำบูชาข้าวพระพุทธและถวายสังฆทาน ประธานสงฆ์ (โดยปกติเป็นท่านเจ้าอาวาส) กล่าวธรรมกถาแล้วอนุโมทนา

ต่อจากนั้นพระสงฆ์ฉันที่ศาลา ในระหว่างพระฉัน อุบาสกอุบาสิกาขึ้นไปทำวัตรเช้าบนวิหารหลวง (เมื่อ พ.ศ.๒๕๓๙ ได้สร้างศาลาสุภัทโท

ขึ้นที่หน้าพระปรางค์ และใช้เป็นศาลาบำเพ็ญกุศลอย่างศาลาการเปรียญ วิหารหลวงกับศาลาสุภัทโทอยู่ใกล้กัน) เมื่อพระฉันเสร็จแล้วขึ้นไปทำวัตรบนวิหารหลวง อุบาสกอุบาสิกาลงมารับประทานอาหารเช้า

พระสงฆ์ทำวัตรเช้าเสร็จแล้ว มาประชุมพร้อมกันในศาลา เจ้าของกัณฑ์เทศน์ประจำวันพระนั้นจุดธูปเทียนบูชาพระรัตนตรัย และจุดเทียนส่องธรรม มรรคนายกประกาศอุโบสถ (เท่าที่ผ่านมา ผู้ประกาศอุโบสถมักเป็นแม่ชีในสำนักประชุมนารี) อาราธนาอุโบสถศีล อาราธนาธรรม พระธรรมกถึกแสดงธรรม จบแล้ว คณะอุบาสกอุบาสิกาสวดสาธุการรับเทศน์ พระธรรมกถึกอนุโมทนาขึ้นบทยถา พระสงฆ์ที่ลงฟังเทศน์รับสัพพี เป็นอันเสร็จพิธีในตอนเช้า

เมื่อถึงเวลาเพล พระสงฆ์ลงฉันเพลที่ศาลา ผู้ถืออุโบสถศีลรับประทานอาหารกลางวัน เสร็จแล้วพักผ่อนตามอัธยาศัย ตอนบ่ายผู้ถืออุโบสถศีลซ้อมสวดมนต์หรือสนทนาธรรม หรือปฏิบัติธรรมตามแต่เหตุการณ์

เวลา ๑๗:๐๐ นาฬิกา เคาะระฆัง ผู้ถืออุโบสถศีลขึ้นทำวัตรเย็นบนวิหารหลวง ทำวัตรสวดมนต์จบแล้วปฏิบัติธรรมตามความสามารถ

เวลา ๑๙:๓๐ นาฬิกา ฟังพระธรรมเทศนาอีกกัณฑ์หนึ่ง จบแล้วสนทนาธรรมตามอัธยาศัยจนได้เวลาพอสมควรจึงเข้านอน

เวลา ๐๔:๐๐ นาฬิกา เคาะระฆัง ผู้ถืออุโบสถศีลตื่นขึ้นทำวัตรเช้ามืดบนวิหาร ทำวัตรสวดมนต์จบแล้ว ปฏิบัติธรรมตามความสามารถ จนรุ่งสว่าง ทำความสะอาดบริเวณที่พัก รับประทานอาหารเช้า แล้วลาพระกลับบ้าน

ปัจจุบันทางวัดมหาธาตุ ราชบุรี มีนโยบายว่า จะพยายามให้มีกิจกรรมถืออุโบสถศีลค้างคืนอยู่ที่วัดสืบต่อไปมิให้ขาดสาย โดยจะอำนวยความสะดวกให้ตามสมควร เช่นจัดที่พักให้ จัดอาหารเช้าให้รับประทานก่อนกลับบ้าน เพื่อจะได้ไม่ต้องเป็นกังวลว่ามาค้างวัดแล้วต้องกลับไปเสียเวลาหุงหามื้อเช้ากินเองอีก และจัดรถไปส่ง แต่จะไม่จัดรถไปรับ เพราะการไปรับอาจแปลเจตนาไปได้หลายอย่าง ทั้งเพื่อแสดงให้เห็นว่า ผู้มาถืออุโบสถศีลค้างวัดมาด้วยความเต็มใจสมัครใจมากันเองจริงๆ มิได้มาเพราะเกรงใจคนไปรับแต่ประการใด

อุโบสถสูตร

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ ปราสาทของมิคารมาตา ในบุพพาราม ใกล้พระนครสาวัตถี

ครั้งนั้น นางวิสาขามิคารมาตาได้ไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคยังที่ประทับในวันอุโบสถ ถวายอภิวาทพระผู้มีพระภาคแล้ว นั่ง ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่ง

ครั้นแล้ว พระผู้มีพระภาคตรัสถามว่า ดูก่อนวิสาขา เธอมาแต่ไหนแต่ยังวันอยู่ นางวิสาขากราบทูลว่า วันนี้หม่อมฉันเข้าจำอุโบสถพระเจ้าข้า

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า ดูก่อนวิสาขา อุโบสถมี ๓ อย่าง คือ โคปาลกอุโบสถ ๑ นิคัณฐอุโบสถ ๑ อริยอุโบสถ ๑

อุโบสถรับจ้าง

ดูก่อนวิสาขา ก็โคปาลกอุโบสถเป็นอย่างไร

นายโคบาล (คนรับจ้างเลี้ยงโค) รับโคจากเจ้าของในตอนเช้า ต้อนฝูงโคไปหากินตลอดวัน ครั้นตอนเย็นต้อนฝูงโคกลับมาส่งให้แก่เจ้าของแล้ว ครุ่นคิดอยู่แต่ว่า วันนี้เราต้อนโคไปเที่ยวหากินที่ทุ่งโน้น ให้ดื่มน้ำที่หนองนั้น พรุ่งนี้เราจะต้อนโคไปเที่ยวหากินที่ทุ่งนั้น จะให้ดื่มน้ำที่หนองโน้น ดังนี้ฉันใด

คนรักษาอุโบสถศีลบางคนในโลกนี้ก็ฉันนั้นเหมือนกัน คิดคำนึงอยู่แต่ว่า วันนี้เราได้กินของอย่างนี้ ได้ใช้ของชนิดนี้ พรุ่งนี้เราจะได้กินของอย่างนั้น จะได้ใช้ของชนิดนั้น เขามีใจประกอบด้วยความโลภอยากกินอยากได้อยู่ตลอดเวลา ทำวันคืนให้ล่วงไปด้วยความโลภนั้น

ดูก่อนวิสาขา โคปาลกอุโบสถเป็นเช่นนี้แล

โคปาลกอุโบสถที่บุคคลถือแล้วอย่างนี้แล ไม่มีผลมาก ไม่มีอานิสงส์มาก ไม่รุ่งเรืองมาก ไม่แผ่ไพศาลมาก

อุโบสถจอมปลอม

ดูก่อนวิสาขา ก็นิคัณฐอุโบสถเป็นอย่างไร

มีสมณะนิกายหนึ่ง มีนามว่านิครนถ์ นิครนถ์เหล่านั้นชักชวนสาวกอย่างนี้ว่า มาเถอะชาวเราทั้งหลาย วันนี้อย่าทำอันตรายสัตว์ที่อยู่ทางทิศตะวันออกในที่เลยร้อยโยชน์ไป วันนี้อย่าทำอันตรายสัตว์ที่อยู่ทางทิศตะวันตกในที่เลยร้อยโยชน์ไป วันนี้อย่าทำอันตรายสัตว์ที่อยู่ทางทิศเหนือในที่เลยร้อยโยชน์ไป วันนี้อย่าทำอันตรายสัตว์ที่อยู่ทางทิศใต้ในที่เลยร้อยโยชน์ไป นิครนถ์เหล่านั้นชักชวนให้เอ็นดูกรุณาสัตว์บางเหล่า ไม่ชักชวนให้เอ็นดูกรุณาสัตว์บางเหล่า ด้วยประการฉะนี้

ในวันอุโบสถ นิครนถ์เหล่านั้นชักชวนสาวกอย่างนี้ว่า มาเถอะชาวเราทั้งหลาย จงเปลื้องเสื้อผ้าออกเสียทุกชิ้นแล้วประกาศแก่คนทั้งหลายว่า ข้าพเจ้าไม่ต้องเป็นภาระกังวลของใครๆ ในที่ไหนๆ และบุคคลหรือสิ่งของใดๆ ในที่ไหนๆ ก็ไม่ต้องมาเป็นภาระกังวลของข้าพเจ้า ดังนี้

แต่ในความเป็นจริงแล้ว มารดาบิดาของเขาย่อมรู้อยู่ว่า ผู้นี้เป็นบุตรของเรา ถึงตัวเขาเองก็รู้อยู่ว่า ท่านเหล่านี้เป็นมารดาบิดาของเรา

อนึ่ง บุตรภรรยาของเขาก็รู้อยู่ว่า ผู้นี้เป็นบิดา เป็นสามีของเรา ถึงตัวเขาเองก็รู้อยู่ว่า ผู้นี้เป็นบุตรภรรยาของเรา

พวกคนรับใช้และคนทำงานให้เขาย่อมรู้อยู่ว่า ท่านผู้นี้เป็นนายของเรา ถึงตัวเขาเองก็รู้อยู่ว่า คนเหล่านี้เป็นคนรับใช้และคนทำงานให้เรา

เขาชักชวนให้พูดเท็จในคราวที่ควรชักชวนให้พูดคำสัตย์ ด้วยประการฉะนี้ คำพูดของผู้นั้นเราตถาคตกล่าวว่าเป็นมุสาวาท

พอล่วงราตรีนั้นไป เขาบริโภคใช้สอยของกินของใช้อันได้มาจากผู้ที่เลื่อมใส ก็เท่ากับบริโภคใช้สอยของที่เขาไม่ได้ให้ การกระทำของผู้นั้นเราตถาคตกล่าวว่าเป็นอทินนาทาน

ดูก่อนวิสาขา นิคัณฐอุโบสถเป็นเช่นนี้แล

นิคัณฐอุโบสถที่บุคคลถือแล้วอย่างนี้แล ไม่มีผลมาก ไม่มีอานิสงส์มาก ไม่รุ่งเรืองมาก ไม่แผ่ไพศาลมาก

ทำจิตให้ผ่องใส คืออริยอุโบสถ

ดูก่อนวิสาขา ก็อริยอุโบสถเป็นอย่างไร

จิตที่เศร้าหมอง ย่อมทำให้ผ่องแผ้วได้ด้วยความเพียร

ทำได้อย่างไร

อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ ย่อมระลึกถึงพระตถาคตว่า แม้เพราะเหตุนี้ๆ พระผู้มีพระภาคพระองค์นั้นเป็นพระอรหันต์ ตรัสรู้เองโดยชอบ ถึงพร้อมด้วยวิชชาและจรณะ เสด็จไปดีแล้ว ทรงรู้แจ้งโลก ทรงเป็นสารถีฝึกบุรุษที่ควรฝึกไม่มีผู้อื่นยิ่งกว่า ทรงเป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ทรงเบิกบานแล้ว ทรงเป็นผู้จำแนกธรรม

เมื่อหมั่นระลึกถึงพระตถาคตอยู่ จิตย่อมผ่องใส เกิดความปราโมทย์ ละเครื่องเศร้าหมองแห่งจิตเสียได้

เปรียบเหมือนศีรษะที่เปื้อน จะสะอาดได้ก็ด้วยการลงมือทำ

คืออย่างไร

คือใช้ขี้ตะกรัน ดินเหนียว น้ำ กับการลงมือทำตามวิธีการ

ศีรษะที่เปื้อนย่อมสะอาดได้ด้วยการลงมือทำอย่างนี้แล ฉันใด

จิตที่เศร้าหมองย่อมทำให้ผ่องแผ้วได้ก็ด้วยความเพียรฉันนั้นเหมือนกัน

ดูก่อนวิสาขา อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ ... เมื่อหมั่นระลึกถึงพระตถาคตอยู่ จิตย่อมผ่องใส เกิดความปราโมทย์ ละเครื่องเศร้าหมองแห่งจิตเสียได้

อริยสาวกนี้เรียกว่าเข้าจำพรหมอุโบสถ อยู่ร่วมกับพรหม และมีจิตผ่องใสเพราะปรารภพรหม เกิดความปราโมทย์ ละเครื่องเศร้าหมองแห่งจิตเสียได้

จิตที่เศร้าหมองย่อมทำให้ผ่องแผ้วได้ด้วยความเพียรอย่างนี้แล

ดูก่อนวิสาขา ... อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ย่อมระลึกถึงพระธรรมว่า ธรรมอันพระผู้มีพระภาคตรัสดีแล้ว อันบุคคลผู้บรรลุจะพึงเห็นเอง ไม่ประกอบด้วยกาล ควรเรียกให้มาดู ควรน้อมเข้ามา อันวิญญูชนพึงรู้เฉพาะตน

เมื่อหมั่นระลึกถึงพระธรรมอยู่ จิตย่อมผ่องใส เกิดความปราโมทย์ ละเครื่องเศร้าหมองแห่งจิตเสียได้

เปรียบเหมือนกายที่เปื้อน จะทำให้สะอาดได้ก็ด้วยการลงมือทำ

คืออย่างไร

คือใช้เชือก แป้งสำหรับอาบน้ำ กับการลงมือทำตามวิธีการ

กายที่เปื้อนย่อมสะอาดได้ด้วยการลงมือทำอย่างนี้แล ฉันใด

จิตที่เศร้าหมองย่อมทำให้ผ่องแผ้วได้ก็ด้วยความเพียรฉันนั้นเหมือนกัน

ดูก่อนวิสาขา อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ ... เมื่อหมั่นระลึกถึงพระธรรมอยู่ จิตย่อมผ่องใส เกิดความปราโมทย์ ละเครื่องเศร้าหมองแห่งจิตเสียได้

อริยสาวกนี้เรียกว่าเข้าจำธรรมอุโบสถ อยู่ร่วมกับธรรม และมีจิตผ่องใสเพราะปรารภธรรม เกิดความปราโมทย์ ละเครื่องเศร้าหมองแห่งจิตเสียได้

จิตที่เศร้าหมองย่อมทำให้ผ่องแผ้วได้ด้วยความเพียรอย่างนี้แล

ดูก่อนวิสาขา ... อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ ย่อมระลึกถึงพระสงฆ์ว่า พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาค เป็นผู้ปฏิบัติดีแล้ว เป็นผู้ปฏิบัติตรงแล้ว เป็นผู้ปฏิบัติเป็นธรรม เป็นผู้ปฏิบัติสมควร นี้คือคู่แห่งบุรุษ ๔ บุรุษบุคคล ๘ นี่แหละคือพระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาค เป็นผู้ควรแก่ของคำนับ เป็นผู้ควรแก่ของต้อนรับ เป็นผู้ควรแก่ของทำบุญ เป็นผู้ควรทำอัญชลี เป็นนาบุญของโลกไม่มีนาบุญอื่นยิ่งกว่า

เมื่อหมั่นระลึกถึงพระสงฆ์อยู่ จิตย่อมผ่องใส เกิดความปราโมทย์ ละเครื่องเศร้าหมองแห่งจิตเสียได้

เปรียบเหมือนผ้าที่เปื้อน จะทำให้สะอาดได้ก็ด้วยการลงมือทำ

คืออย่างไร

คือใช้เกลือ น้ำด่าง โคมัย น้ำ กับการลงมือทำตามวิธีการ

ผ้าที่เปื้อนย่อมสะอาดได้ด้วยการลงมือทำอย่างนี้แล ฉันใด

จิตที่เศร้าหมองย่อมทำให้ผ่องแผ้วได้ก็ด้วยความเพียรฉันนั้นเหมือนกัน

ดูก่อนวิสาขา อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ ... เมื่อหมั่นระลึกถึงพระสงฆ์อยู่ จิตย่อมผ่องใส เกิดความปราโมทย์ ละเครื่องเศร้าหมองแห่งจิตเสียได้

อริยสาวกนี้เรียกว่า เข้าจำสังฆอุโบสถ อยู่ร่วมกับสงฆ์ และมีจิตผ่องใสเพราะปรารภสงฆ์ เกิดความปราโมทย์ ละเครื่องเศร้าหมองแห่งจิตเสียได้

จิตที่เศร้าหมองย่อมทำให้ผ่องแผ้วได้ด้วยความเพียรอย่างนี้แล

ดูก่อนวิสาขา ... อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ย่อมระลึกถึงศีลของตนอันไม่ขาด ไม่ทะลุ ไม่ด่าง ไม่พร้อย เป็นไทแก่ตัว ท่านผู้รู้สรรเสริญ ไม่ถูกตัณหาทิฐิครอบงำ เป็นไปเพื่อสมาธิ

เมื่อเธอหมั่นระลึกถึงศีลอยู่ จิตย่อมผ่องใส เกิดความปราโมทย์ ละเครื่องเศร้าหมองแห่งจิตเสียได้

เปรียบเหมือนกระจกเงาที่มัว จะทำให้ใสได้ก็ด้วยการลงมือทำ

คืออย่างไร

คือใช้น้ำมัน เถ้า แปรง กับการลงมือทำตามวิธีการ

กระจกที่มัว ย่อมทำให้ใสได้ด้วยความเพียรอย่างนี้แล ฉันใด

จิตที่เศร้าหมองย่อมทำให้ผ่องแผ้วได้ก็ด้วยความเพียร ฉันนั้นเหมือนกัน

ดูก่อนวิสาขา อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ ... เมื่อหมั่นระลึกถึงศีลของตนอยู่ จิตย่อมผ่องใส เกิดความปราโมทย์ ละเครื่องเศร้าหมองแห่งจิตเสียได้

อริยสาวกนี้เรียกว่า เข้าจำศีลอุโบสถ อยู่ร่วมกับศีล และมีจิตผ่องใสเพราะปรารภศีล เกิดความปราโมทย์ ละเครื่องเศร้าหมองแห่งจิตเสียได้

จิตที่เศร้าหมองย่อมทำให้ผ่องแผ้วได้ด้วยความเพียรอย่างนี้แล

ดูก่อนวิสาขา ... อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ย่อมระลึกถึงเทวดาว่า

เทวดาพวกชั้นจาตุมหาราช ชั้นดาวดึงส์ ชั้นยามะ ชั้นดุสิต ชั้นนิมมานรดี ชั้นปรินิมมิตวสวัตตีมีอยู่ เทวดาพวกที่นับเนื่องเข้าในหมู่พรหมมีอยู่ เทวดาพวกที่สูงกว่านั้นขึ้นไปมีอยู่

เทวดาเหล่านั้นประกอบด้วยศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ และปัญญาเช่นใด จึงจุติจากภพนี้ไปเกิดในภพนั้น ศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ และปัญญาเช่นนั้นแม้ของเราก็มี

เมื่อเธอระลึกถึงศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ และปัญญาของตน กับของเทวดาเหล่านั้นอยู่ จิตย่อมผ่องใส เกิดความปราโมทย์ ละเครื่องเศร้าหมองแห่งจิตเสียได้

เปรียบเหมือนทองที่หมอง จะทำให้สุกได้ก็ด้วยการลงมือทำ

คืออย่างไร

คือใช้เบ้าหลอม เกลือ ยางไม้ สูบ คีม กับการลงมือทำตามวิธีการ

ทองที่หมอง ย่อมทำให้สุกได้ด้วยความเพียรอย่างนี้แล ฉันใด

จิตที่เศร้าหมองย่อมทำให้ผ่องแผ้วได้ก็ด้วยความเพียร ฉันนั้นเหมือนกัน

ดูก่อนวิสาขา อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ ... เมื่อหมั่นระลึกถึงคุณธรรมที่ทำให้ไปเกิดเป็นเทวดาอยู่ จิตย่อมผ่องใส เกิดความปราโมทย์ ละเครื่องเศร้าหมองแห่งจิตเสียได้

อริยสาวกนี้เรียกว่า เข้าจำเทวดาอุโบสถ อยู่ร่วมกับเทวดา มีจิตผ่องใสเพราะปรารภเทวดา เกิดความปราโมทย์ ละเครื่องเศร้าหมองแห่งจิตเสียได้

จิตที่เศร้าหมองย่อมทำให้ผ่องแผ้วได้ด้วยความเพียรอย่างนี้แล

ตามรอยพระอรหันต์

ดูก่อนวิสาขา ... อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ย่อมพิจารณาเห็นดังนี้ว่า

พระอรหันต์ทั้งหลายละการฆ่าสัตว์ เว้นขาดจากการฆ่าสัตว์ วางทัณฑะ วางศาตราแล้ว มีความละอายมีความเอ็นดู มีความกรุณา หวังประโยชน์แก่สัตว์ทั้งปวงอยู่ จนตลอดชีวิต

แม้เราก็ได้ละการฆ่าสัตว์ เว้นขาดจากการฆ่าสัตว์ วางทัณฑะ วางศาตราแล้ว มีความละอาย มีความเอ็นดู มีความกรุณา หวังประโยชน์แก่สัตว์ทั้งปวงอยู่ ตลอดคืนหนึ่งกับวันหนึ่งในวันนี้

แม้ด้วยองค์อันนี้ เราก็ชื่อว่าได้ทำตามพระอรหันต์ทั้งหลาย ทั้งอุโบสถก็จักเป็นอันเราเข้าจำแล้ว

พระอรหันต์ทั้งหลายละการลักทรัพย์ เว้นขาดจากการลักทรัพย์ รับแต่ของที่เขาให้ ต้องการแต่ของที่เขาให้ ไม่ประพฤติตนเป็นคนขโมย เป็นผู้สะอาดอยู่ จนตลอดชีวิต

แม้เราก็ละการลักทรัพย์ เว้นขาดจากการลักทรัพย์ รับแต่ของที่เขาให้ ต้องการแต่ของที่เขาให้ ไม่ประพฤติตนเป็นคนขโมย เป็นผู้สะอาดอยู่ ตลอดคืนหนึ่งกับวันหนึ่งในวันนี้

แม้ด้วยองค์อันนี้ เราก็ชื่อว่าได้ทำตามพระอรหันต์ทั้งหลาย ทั้งอุโบสถก็จักเป็นอันเราเข้าจำแล้ว

พระอรหันต์ทั้งหลายละกรรมอันเป็นข้าศึกแก่พรหมจรรย์ ประพฤติพรหมจรรย์ ประพฤติห่างไกล เว้นขาดจากเมถุนอันเป็นกิจของชาวบ้าน จนตลอดชีวิต

แม้เราก็ได้ละกรรมอันเป็นข้าศึกแก่พรหมจรรย์ ประพฤติพรหมจรรย์ ประพฤติห่างไกล เว้นขาดจากเมถุนอันเป็นกิจของชาวบ้าน ตลอดคืนหนึ่งกับวันหนึ่งในวันนี้

แม้ด้วยองค์อันนี้ เราก็ชื่อว่าได้ทำตามพระอรหันต์ทั้งหลาย ทั้งอุโบสถก็จักเป็นอันเราเข้าจำแล้ว

พระอรหันต์ทั้งหลายละการพูดเท็จ เว้นขาดจากการพูดเท็จ พูดแต่คำจริง ดำรงคำสัตย์ พูดเป็นหลักฐาน ควรเชื่อได้ ไม่พูดลวงโลก จนตลอดชีวิต

แม้เราก็ได้ละการพูดเท็จ เว้นขาดจากการพูดเท็จ พูดแต่คำจริง ดำรงคำสัตย์ พูดเป็นหลักฐาน ควรเชื่อได้ ไม่พูดลวงโลก ตลอดคืนหนึ่งกับวันหนึ่งในวันนี้

แม้ด้วยองค์อันนี้ เราก็ชื่อว่าได้ทำตามพระอรหันต์ทั้งหลาย ทั้งอุโบสถก็จักเป็นอันเราเข้าจำแล้ว

พระอรหันต์ทั้งหลายละการดื่มน้ำเมาคือสุราและเมรัยอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท เว้นขาดจากการดื่มน้ำเมาคือสุราและเมรัยอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท จนตลอดชีวิต

แม้เราก็ละการดื่มน้ำเมาคือสุราและเมรัยอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท เว้นขาดจากการดื่มน้ำเมาคือสุราและเมรัยอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท ตลอดคืนหนึ่งกับวันหนึ่งในวันนี้

แม้ด้วยองค์อันนี้ เราก็ชื่อว่าได้ทำตามพระอรหันต์ทั้งหลาย ทั้งอุโบสถก็จักเป็นอันเราเข้าจำแล้ว

พระอรหันต์ทั้งหลายฉันหนเดียว เว้นการบริโภคในราตรี งดจากการฉันในเวลาวิกาล จนตลอดชีวิต

แม้เราก็บริโภคหนเดียว เว้นการบริโภคในราตรี งดจากการบริโภคในเวลาวิกาล ตลอดคืนหนึ่งกับวันหนึ่งในวันนี้

แม้ด้วยองค์อันนี้ เราก็ชื่อว่าได้ทำตามพระอรหันต์ทั้งหลาย ทั้งอุโบสถจักเป็นอันเราเข้าจำแล้ว

พระอรหันต์ทั้งหลายเว้นขาดจากการฟ้อนรำ ขับร้อง ประโคมดนตรี ดูการเล่นอันเป็นข้าศึกแก่กุศล ทัดทรงประดับตกแต่งร่างกายด้วยดอกไม้ ของหอม และเครื่องประเทืองผิว อันเป็นฐานะแห่งการแต่งตัว จนตลอดชีวิต

แม้เราก็เว้นขาดจากการฟ้อนรำ ขับร้อง ประโคมดนตรี ดูการเล่นอันเป็นข้าศึกแก่กุศล ทัดทรงประดับตกแต่งร่างกายด้วยดอกไม้ ของหอม และเครื่องประเทืองผิว อันเป็นฐานะแห่งการแต่งตัว ตลอดคืนหนึ่งกับวันหนึ่งในวันนี้

แม้ด้วยองค์อันนี้ เราก็ชื่อว่าได้ทำตามพระอรหันต์ทั้งหลาย ทั้งอุโบสถก็จักเป็นอันเราเข้าจำแล้ว

พระอรหันต์ทั้งหลายละการนั่งนอนบนที่นั่งที่นอนอันสูงใหญ่ เว้นขาดจากการนั่งนอนบนที่นั่งที่นอนอันสูงใหญ่ ท่านนอนบนที่นอนอันต่ำ คือบนเตียงหรือบนเครื่องปูลาดที่ทำด้วยหญ้า จนตลอดชีวิต

แม้เราก็ได้ละการนั่งนอนบนที่นั่งที่นอนอันสูงใหญ่ เว้นขาดจากการนั่งนอนบนที่นั่งที่นอนอันสูงใหญ่ เรานอนบนที่นอนอันต่ำ คือบนเตียงหรือบนเครื่องปูลาดที่ทำด้วยหญ้า ตลอดคืนหนึ่งกับวันหนึ่งในวันนี้

แม้ด้วยองค์อันนี้ เราก็ชื่อว่าได้ทำตามพระอรหันต์ทั้งหลาย ทั้งอุโบสถก็จักเป็นอันเราเข้าจำแล้ว

ดูก่อนวิสาขา อริยอุโบสถเป็นเช่นนี้แล

อริยอุโบสถอันบุคคลเข้าจำแล้วอย่างนี้แล ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก มีความรุ่งเรืองมาก มีความแผ่ไพศาลมาก

อานิสงส์ของการรักษาอุโบสถศีล

อริยอุโบสถมีผลมากเพียงไร มีอานิสงส์มากเพียงไร มีความรุ่งเรืองมากเพียงไร มีความแผ่ไพศาลมากเพียงไร

ดูก่อนวิสาขา เปรียบเหมือนผู้ใดพึงครองราชย์เป็นอิสราธิบดีแห่งชนบทใหญ่ ๑๖ แคว้นเหล่านี้ อันสมบูรณ์ด้วยรัตนะ ๗ ประการ คือ อังคะ มคธะ

กาสี โกสละ วัชชี มัลละ เจตี วังสะ กุรุ ปัญจาละ มัจฉะ สุรเสนะ อัสสกะ อวันตี คันธาระ กัมโพชะ การครองราชย์ของผู้นั้นยังไม่ถึงเสี้ยวที่ ๑๖ แห่งอุโบสถที่ประกอบด้วยองค์ ๘

ข้อนั้นเพราะเหตุไร

เพราะราชสมบัติที่เป็นของมนุษย์ เป็นของเล็กน้อย เมื่อเปรียบเทียบกับสุขที่เป็นทิพย์

อายุของชาวสวรรค์

ดูก่อนวิสาขา ๕๐ ปีของมนุษย์ เป็นคืนหนึ่งกับวันหนึ่งของเทวดาชั้นจาตุมหาราช ๓๐ ราตรีทิพย์เป็นหนึ่งเดือน ๑๒ เดือนทิพย์เป็นหนึ่งปี ๕๐๐ ปีทิพย์เป็นประมาณอายุของเทวดาชั้นจาตุมหาราช

ดูก่อนวิสาขา ข้อนี้เป็นฐานะที่จะมีได้ คือ สตรีหรือบุรุษบางคนในโลกนี้ เข้าจำอุโบสถอันประกอบด้วยองค์ ๘ แล้ว เมื่อแตกกายตายไป พึงไปเกิดเป็นเทวดาชั้นจาตุมหาราช

ดูก่อนวิสาขา เราหมายเอาความข้อนี้แล จึงกล่าวว่า ราชสมบัติที่เป็นของมนุษย์ เป็นของเล็กน้อย เมื่อเปรียบเทียบกับสุขอันเป็นทิพย์

ดูก่อนวิสาขา ๑๐๐ ปีของมนุษย์ เป็นคืนหนึ่งกับวันหนึ่งของเทวดาชั้นดาวดึงส์ ๓๐ ราตรีทิพย์เป็นหนึ่งเดือน ๑๒ เดือนทิพย์เป็นหนึ่งปี ๑,๐๐๐ ปีทิพย์เป็นประมาณอายุของเทวดาชั้นดาวดึงส์

ดูก่อนวิสาขา ข้อนี้เป็นฐานะที่จะมีได้ คือ สตรีหรือบุรุษบางคนในโลกนี้ เข้าจำอุโบสถอันประกอบด้วยองค์ ๘ แล้ว เมื่อแตกกายตายไป พึงไปเกิดเป็นเทวดาชั้นดาวดึงส์

ดูก่อนวิสาขา เราหมายเอาความข้อนี้แล จึงกล่าวว่า ราชสมบัติที่เป็นของมนุษย์ เป็นของเล็กน้อย เมื่อเปรียบเทียบกับสุขอันเป็นทิพย์

ดูก่อนวิสาขา ๒๐๐ ปีของมนุษย์ เป็นคืนหนึ่งกับวันหนึ่งของเทวดาชั้นยามะ ๓๐ ราตรีทิพย์เป็นหนึ่งเดือน ๑๒ เดือนทิพย์เป็นหนึ่งปี ๒,๐๐๐ ปีทิพย์เป็นประมาณอายุของเทวดาชั้นยามะ

ดูก่อนวิสาขา ข้อนี้เป็นฐานะที่จะมีได้ คือ สตรีหรือบุรุษบางคนในโลกนี้ เข้าจำอุโบสถอันประกอบด้วยองค์ ๘ แล้ว เมื่อแตกกายตายไป พึงไปเกิดเป็นเทวดาชั้นยามะ

ดูก่อนวิสาขา เราหมายเอาความข้อนี้แล จึงกล่าวว่า ราชสมบัติที่เป็นของมนุษย์ เป็นของเล็กน้อย เมื่อเปรียบเทียบกับสุขอันเป็นทิพย์

ดูก่อนวิสาขา ๔๐๐ ปีของมนุษย์ เป็นคืนหนึ่งกับวันหนึ่งของเทวดาชั้น

ดุสิต ๓๐ ราตรีทิพย์เป็นหนึ่งเดือน ๑๒ เดือนทิพย์เป็นหนึ่งปี ๔,๐๐๐ ปีทิพย์เป็นประมาณอายุของเทวดาชั้นดุสิต

ดูก่อนวิสาขา ข้อนี้เป็นฐานะที่จะมีได้ คือ สตรีหรือบุรุษบางคนในโลกนี้ เข้าจำอุโบสถอันประกอบด้วยองค์ ๘ แล้ว เมื่อแตกกายตายไป พึงไปเกิดเป็นเทวดาชั้นดุสิต

ดูก่อนวิสาขา เราหมายเอาความข้อนี้แล จึงกล่าวว่า ราชสมบัติที่เป็นของมนุษย์ เป็นของเล็กน้อย เมื่อเปรียบเทียบกับสุขอันเป็นทิพย์

ดูก่อนวิสาขา ๘๐๐ ปีของมนุษย์ เป็นคืนหนึ่งกับวันหนึ่งของเทวดาชั้นนิมมานรดี ๓๐ ราตรีทิพย์เป็นหนึ่งเดือน ๑๒ เดือนทิพย์เป็นหนึ่งปี ๘,๐๐๐ ปีทิพย์เป็นประมาณอายุของเทวดาชั้นนิมมานรดี

ดูก่อนวิสาขา ข้อนี้เป็นฐานะที่จะมีได้ คือ สตรีหรือบุรุษบางคนในโลกนี้ เข้าจำอุโบสถอันประกอบด้วยองค์ ๘ แล้ว เมื่อแตกกายตายไป พึงไปเกิดเป็นเทวดาชั้นนิมมานรดี

ดูก่อนวิสาขา เราหมายเอาความข้อนี้แล จึงกล่าวว่า ราชสมบัติที่เป็นของมนุษย์ เป็นของเล็กน้อย เมื่อเปรียบเทียบกับสุขอันเป็นทิพย์

ดูก่อนวิสาขา ๑,๖๐๐ ปีของมนุษย์ เป็นคืนหนึ่งกับวันหนึ่งของเทวดาชั้นปรนิมมิตวสวัตดี ๓๐ ราตรีทิพย์เป็นหนึ่งเดือน ๑๒ เดือนทิพย์เป็นหนึ่งปี ๑๖,๐๐๐ ปีทิพย์เป็นประมาณอายุของเทวดาชั้นปรนิมมิตวสวัตดี

ดูก่อนวิสาขา ข้อนี้เป็นฐานะที่จะมีได้ คือ สตรีหรือบุรุษบางคนในโลกนี้ เข้าจำอุโบสถอันประกอบด้วยองค์ ๘ แล้ว เมื่อแตกกายตายไป พึงไปเกิดเป็นเทวดาชั้นปรนิมมิตวสวัตดี

ดูก่อนวิสาขา เราหมายเอาความข้อนี้แล จึงกล่าวว่า ราชสมบัติที่เป็นของมนุษย์ เป็นของเล็กน้อย เมื่อเปรียบเทียบกับสุขอันเป็นทิพย์

ส่งท้าย

ปาณํ น หญฺเญ น จาทินฺนมาทิเย
มุสา น ภาเส น จ มชฺชโป สิยา
อพฺรหฺมจารา วิรเมยฺย เมถุนา
รตฺตึ น ภุญฺเชยฺย วิกาลโภชนํ.
บุคคลไม่พึงฆ่าสัตว์ ไม่พึงลักทรัพย์
ไม่พึงพูดเท็จ ไม่พึงดื่มน้ำเมา
พึงงดเว้นเมถุนอันมิใช่พรหมจรรย์
ไม่พึงบริโภคโภชนะในเวลาวิกาล

มาลํ น ธาเร น จ คนฺธมาจเร
มญฺเจ ฉมายํ ว สเยถ สนฺถเต
เอตญฺหิ อฏฺฐงฺคิกมาหุโปสถํ
พุทฺเธน ทุกฺขนฺตคุนา ปกาสิตํ.
ไม่พึงทัดทรงดอกไม้ ไม่พึงลูบไล้ของหอม
และพึงนอนบนเตียง บนพื้นที่ปูลาด
อุโบสถอันประกอบด้วยองค์ ๘ นี้แล ท่านว่า
พระพุทธเจ้าผู้ถึงที่สุดทุกข์ทรงประกาศไว้

จนฺโท จ สูโร จ อุโภ สุทสฺสนา
โอภาสยนฺตา อนุยนฺติ ยาวตา
ตโมนุทา เต ปน อนฺตลิกฺขคา
นเภ ปภาสนฺติ ทิสาวิโรจนา.

พระจันทร์และพระอาทิตย์ทั้งสองดวงที่น่าดู
ส่องแสงโคจร กำจัดความมืดอยู่ในท้องฟ้า
เจิดจ้านภากาศ สาดส่องไปทั่วทิศาภาค
มีบริเวณกว้างไกลมากประมาณเท่าใด

เอตมฺหิ ยํ วิชฺชติ อนฺตเร ธนํ
มุตฺตา มณี เวฬุริยญฺจ ภทฺทกํ
สิงฺคีสุวณฺณํ อถวาปิ กาญฺจนํ
ยํ ชาตรูปํ หฏกนฺติ วุจฺจติ
อฏฺฐงฺคุเปตสฺส อุโปสถสฺส
กลฺลมฺปิ เต นานุภวนฺติ โสฬสึ
จนฺทปฺปภา ตารคณา ว สพฺเพ.

ทรัพย์ คือ แก้วมุกดา มณี ไพฑูรย์ อันมีค่า
ทองคำสิงคี กาญจนา และทองธรรมชาติ
บรรดาที่มีเกิดอยู่ในสถานที่ประมาณเท่านั้น
ยังมีค่าไม่ถึงเศษเสี้ยวของบุญอุโบสถ
ดุจหมู่ดาวทั้งหมดสว่างไม่เท่าแสงจันทร์ฉะนั้น

ตสฺมา หิ นารี จ นโร จ สีลวา
อฏฺฐงฺคุเปตํ อุปวสฺสุโปสถํ
ปุญฺญานิ กตฺวาน สุขุทฺรยานิ
อนินฺทิตา สคฺคมุเปนฺติ ฐานนฺติ.
เพราะฉะนั้นแล บุรุษสตรีผู้มีศีล
เข้าจำอุโบสถประกอบด้วยองค์ ๘ ประการ
ทำบุญสุนทร์ทานซึ่งมีสุขเป็นกำไร
ย่อมไม่มีใครจะค่อนว่า มีแต่จะบ่ายหน้าสู่สรวงสถานแล

นาวาเอก ทองย้อย แสงสินชัย
แปล / เรียบเรียง จาก
อุโบสถสูตร ติกนิบาต อังคุตรนิกาย
พระไตรปิฎกเล่ม ๒๐ ข้อ ๕๑๐
มโนรถปูรณี ภาค ๒ หน้า ๓๒๐ – ๓๓๑

ศีลแปดกับศีลอุโบสถต่างกันอย่างไร

ศีลแปด กับ **ศีลอุโบสถ** ไม่ต่างกันในสาระสำคัญ คือองค์ศีลเท่ากันเหมือนกันทุกอย่าง แต่ต่างกันที่เจตนาในการถือ

มีคำอธิบายดังนี้

ถ้าตั้งเจตนาถือศีลแปด ก็คือตั้งใจงดเว้นไม่ประพฤติสิ่งต่างๆ ๘ เรื่อง ตั้งแต่ไม่ฆ่า ไปจนถึงไม่นอนบนที่นอนอ่อนนุ่มสุขสบาย

ประเด็นสำคัญอยู่ตรงที่ว่า ทั้ง ๘ เรื่องนี้ต่างเป็นอิสระแก่กัน สมมุติว่าละเมิดเข้าเรื่องหนึ่ง อีก ๗ เรื่องก็ยังบริสุทธิ์ดีอยู่ ไม่กระทบกระเทือน คือไม่เสียหายบกพร่องไปด้วยแต่ประการใด พูดสั้นๆ ว่า ผิดข้อไหนก็เสียเฉพาะข้อนั้น

แต่ถ้าตั้งเจตนาถือศีลอุโบสถขึ้นมา ก็จะต้องใช้หลักการใหม่ กล่าวคือศีลทั้ง ๘ ข้อนั้นต้องรวมเข้าเป็นเรื่องเดียวกัน ไม่เป็นอิสระแก่กันเหมือนถือศีลแปดธรรมดา คราวนี้สมมุติว่าละเมิดเข้าเรื่องหนึ่ง อีก ๗ เรื่องก็จะต้องพลอยกระทบกระเทือนไปด้วย

คำว่า “กระทบกระเทือนไปด้วย” ไม่ได้หมายความว่า ตบยุงตายตัวหนึ่งมีผลเท่ากับลักทรัพย์ ร่วมประเวณี พูดเท็จ ดื่มเหล้า เรื่อยไปจนถึงนอนบนที่นอนอ่อนนุ่มสุขสบาย หรือที่นิยมพูดกันว่า ผิดศีลข้อเดียว เท่ากับขาดหมดทุกข้อ ไม่ได้หมายความแบบนั้น

แต่หมายความว่า องค์ของอุโบสถไม่บริสุทธิ์บริบูรณ์ คือแม้จะขาดข้อไหนก็เสียเฉพาะข้อนั้น ข้ออื่นๆ ไม่ได้ขาดไปด้วยก็จริง แต่ก็มีผลทำให้คุณภาพของอุโบสถศีลไม่สมบูรณ์ ได้อานิสงส์ไม่เต็มที่

จะเห็นได้ว่า เจตนาในการถือศีลทั้งสองประเภทนี้แตกต่างกันมาก คือ ถือศีลแปด เจตนาอ่อนกว่า คือถือแบบสบายๆ หากจะหายหกตกหล่นไปบ้างเป็นบางข้อ ก็ไม่ต้องกลัวว่าจะเสียหายไปทั้งหมด เพราะข้ออื่นๆ ก็ยังบริสุทธิ์ดีอยู่ แต่ถือศีลอุโบสถนั้นเจตนาต้องแข็งกล้ามากกว่าหลายเท่า เพราะต้องระแวดระวังให้บริสุทธิ์ดีหมดพร้อมๆ กันไปทั้ง ๘ เรื่อง

พอจะอุปมาได้คล้ายกับคนขนของ ๘ ชิ้น ถือศีลแปดเหมือนขนไปทีละชิ้น สบายดี แต่ต้องใช้เวลาถึง ๘ เที่ยว ส่วนถือศีลอุโบสถเหมือนขนไปทีเดียวทั้ง ๘ ชิ้น หนักหน่อย แต่ใช้เวลาแค่เที่ยวเดียว

ศีลแปดกับศีลอุโบสถจึงต่างกันตรงนี้ ท่านจึงว่าถือศีลอุโบสถมีอานิสงส์มากกว่า.

วิธีรักษาอุโบสถศีล

ผู้ที่ตั้งใจจะรักษาอุโบสถศีล ควรเตรียมการล่วงหน้า เช่น อาหารการกินจะเตรียมขึ้นเองหรือจะซื้อหาจากที่ไหนอย่างไร เครื่องนุ่งห่มควรจะมีอะไรบ้าง ที่พักที่หลับนอนจะอยู่ตรงไหน และตลอดเวลาวันหนึ่งและคืนหนึ่งนั้นจะทำกิจอะไรที่ไหนบ้าง เหล่านี้ให้คิดคำนึงไว้ให้พร้อม

ข้อสำคัญที่สุดต้องศึกษาให้เข้าใจถูกต้องถ่องแท้เสียก่อนว่า **ในการรักษาอุโบสถศีลนั้นต้องทำอะไร และต้องไม่ทำอะไรบ้าง** อย่าสักแต่ว่าทำตามเขาโดยไม่รู้ความมุ่งหมาย หรือไม่ได้ตั้งใจจะทำหรือจะงดการกระทำนั้นๆ อย่างจริงจัง

ครั้นเมื่อถึงวันอุโบสถ ให้งดกิจธุระอื่นทั้งปวง โดยเฉพาะกิจอันจะต้องไปเกี่ยวข้องกับคนอื่นๆ ทำตัวให้ว่าง ให้พร้อม ทำใจให้สงบ ตั้งจิตสมาทานตั้งแต่เช้าตรู่ โดยปฏิบัติดังนี้

๑. ถ้าสมาทานกับพระสงฆ์ได้ก็เป็นการดี เช่นไปที่วัดที่มีกิจกรรมรักษาอุโบสถ ร่วมสมาทานกับคนอื่นๆ ตามเวลาที่ทางวัดกำหนด

๒. ถ้าไม่สะดวกที่จะไปวัด จะสมาทานอยู่กับบ้านก็ได้ แต่ควรเปล่งวาจาสมาทานกับบุคคลที่ทรงศีลทรงธรรมรู้วิธีรักษาอุโบสถศีล

๓. ถ้าหาบุคคลที่ทรงศีลทรงธรรมเช่นนั้นไม่ได้ ก็ให้สมาทานกับตนเอง

๔. คำสมาทาน เริ่มด้วย นะโม ไตรสรณคมน์ และอุโบสถศีลทั้ง ๘ ข้อ (ดูที่หัวข้อ **คำประกาศอุโบสถและสมาทานอุโบสถศีล**)

๕. ถ้ากล่าวคำบาลีไม่ได้ ก็ให้สมาทานเป็นภาษาของตัวเองให้ได้ใจความตรงกัน

๖. ถ้าเรียบเรียงคำพูดก็ยังไม่เป็นอีก ก็ให้กำหนดรู้ให้แน่ชัดในใจว่า **การรักษาอุโบสถศีลนั้นต้องทำอะไรบ้าง และต้องไม่ทำอะไรบ้าง** แล้วอธิษฐานจิตตั้งใจปฏิบัติให้ได้ตามนั้น

เคล็ดลับการสำรวมปากในวันรักษาอุโบสถศีล

๑. ทำตัวทำใจให้รู้สึกว่า วันนี้เราถูกจำคุกขังเดี่ยว จึงไม่มีใครจะให้เราพูดด้วย

๒. ถ้าทำไม่ได้ ก็ให้นึกว่า วันนี้ลืมเอาปากติดมากับตัว

๓. ถ้ายังทำไม่ได้ ก็ขอให้นึกว่า คนที่เราพบวันนี้ไม่พูดกับเรา

๔. ถ้ายังทำไม่ได้อีก ก็ทำเพียงแค่ "พูด" แต่อย่า "คุย"

(ควรศึกษาความแตกต่างระหว่าง "พูด" กับ "คุย" ให้เข้าใจ)

๕. ถ้าอยากจะคุย ก็คุยธรรมะอย่างเดียว

๖. ถ้าอยากคุยเรื่องนอกธรรมะจริงๆ ก็ลาศีลอุโบสถเสีย วันพระหน้าค่อยตั้งใจใหม่ (*แต่โปรดระลึกไว้ด้วยว่า ไม่มีใครรับประกันว่าเราจะยังมีชีวิตอยู่จนถึงวันพระหน้าหรือไม่*)

อรรถกถาอุโบสถสูตรว่า "เมื่อเข้าจำอุโบสถ ไม่ควรทำอะไรๆ ที่จะเป็นการรบกวนผู้อื่น ควรใช้เวลาพิจารณาสังขารให้มาก"

ฎีกาอุโบสถสูตรว่า "จำเดิมแต่สมาทานศีลอุโบสถแล้ว ผู้รักษาอุโบสถไม่ควรทำกิจอะไรๆ อย่างอื่น ควรให้เวลาล่วงไปด้วยการฟังธรรม หรือใฝ่ใจศึกษาปฏิบัติกรรมฐาน"

วันอุโบสถ
เป็นวันที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้
เพื่อให้ขัดเกลาตัวเอง
อย่าลดค่าวันอุโบสถ
ให้เป็นเพียงวันพบปะสังสรรค์กัน

คำประกาศอุโบสถ

อัชชะ โภนโต ปักขัสสะ อัฏฐะมีทิวะโส
(ถ้าวันพระ ๑๕ ค่ำ ว่า **ปัณณะระสีทิวะโส**
ถ้าวันพระ ๑๔ ค่ำ ว่า **จาตุททะสีทิวะโส**)
เอวะรูโป โข โภนโต ทิวะโส พุทเธนะ ภะคะวะตา ปัญญัตตัสสะ ธัมมัสสะวะนัสสะ เจวะ ตะทัตถายะ อุปาสะกะอุปาสิกานัง อุโปสะถัสสะ จะ กาโล โหติ.

หันทะ มะยัง โภนโต สัพเพ อิธะ สะมาคะตา ตัสสะ ภะคะวะโต ธัมมานุธัมมะปะฏิปัตติยา ปูชะนัตถายะ อิมัญจะ รัตติง อิมัญจะ ทิวะสัง อัฏฐังคะสะมันนาคะตัง อุโปสะถัง อุปะวะสิสสามาติ กาละปะริจเฉทัง กัต๎วา ตัง ตัง เวระมะณิง อารัมมะณัง กะริต๎วา อะวิกขิตตะจิตตา หุต๎วา สักกัจจัง อุโปสะถัง สะมาทิเยยยามะ อีทิสัง หิ อุโปสะถะกาลัง สัมปัตตานัง อัมหากัง ชีวิตัง มา นิรัตถะกัง โหตุ.

ขอประกาศเริ่มเรื่องความที่จะรักษาอุโบสถศีลให้สาธุชนทราบทั่วกันก่อนแต่สมาทาน วันนี้เป็นวันอุโบสถ ขึ้น ๘ ค่ำ (**เปลี่ยนไปตามวันพระนั้นๆ คือ** แรม ๘ ค่ำ, ขึ้น ๑๕ ค่ำ, แรม ๑๕ ค่ำ **หรือ** แรม ๑๔ ค่ำ) แห่งปักษ์ เป็นวันที่สาธุชนอุบาสกอุบาสิกาพึงสดับพระธรรมเทศนาและรักษาอุโบสถศีลอันประกอบไปด้วยองค์ ๘ ประการ

บัดนี้ ขอกุศลอันยิ่งใหญ่ คือการตั้งจิตสมาทานองค์ ๘ ประการแห่งอุโบสถนั้นจงเกิดมีแก่สาธุชนทั้งหลายผู้มาประชุมพร้อมกันในสถานที่นี้ จงกำหนดว่า เราจักรักษาอุโบสถศีลสิ้นคืนและวันวันนี้ พึงทำความเว้นจาก

โทษนั้นๆ ให้เป็นอารมณ์ คือ เว้นจากฆ่าสัตว์ ๑ เว้นจากถือเอาสิ่งของที่เจ้าของมิได้ให้ด้วยอาการแห่งขโมย ๑ เว้นจากกรรมอันเป็นข้าศึกแก่พรหมจรรย์ ๑ เว้นจากพูดปด ๑ เว้นจากดื่มสุราเมรัยอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท ๑ เว้นจากบริโภคอาหารในเวลาวิกาล คือตั้งแต่ตะวันเที่ยงแล้วไป ๑ เว้นจากฟ้อนรำ ขับร้อง ประโคมดนตรี และดูการละเล่นอันเป็นข้าศึกแก่กุศล และทัดทรงประดับตกแต่งร่างกายด้วยระเบียบดอกไม้ ของหอม เครื่องย้อมเครื่องทา ๑ เว้นจากที่นอนสูงและที่นอนใหญ่ ภายในมีนุ่นและสำลี ๑ ฉะนี้ อย่าให้จิตฟุ้งซ่านส่งไปอื่น จงสมาทานองค์ ๘ ประการแห่งอุโบสถนั้นโดยเคารพ เพื่อจะบูชาองค์สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้นด้วยธัมมานุธัมมปฏิบัติ ตามกำลังของคฤหัสถ์ทั้งหลาย ชีวิตของเราทั้งหลายที่ได้ดำรงมาจนถึงวันอุโบสถเช่นนี้แล้ว อย่าให้ล่วงไปเปล่าปราศจากประโยชน์เลย.

อาราธนาอุโบสถศีล

เมื่อประกาศอุโบสถจบแล้วพึงตั้งใจอาราธนาอุโบสถศีลพร้อมกัน ดังนี้

มะยัง ภันเต, ติสะระเณนะ สะหะ,
อัฏฐังคะสะมันนาคะตัง อุโปสะถัง ยาจามะ,
ทุติยัมปิ มะยัง ภันเต, ติสะระเณนะ สะหะ,
อัฏฐังคะสะมันนาคะตัง อุโปสะถัง ยาจามะ,
ตะติยัมปิ มะยัง ภันเต, ติสะระเณนะ สะหะ,
อัฏฐังคะสะมันนาคะตัง อุโปสะถัง ยาจามะ.

ต่อนี้ ตั้งใจรับสรณคมน์และศีลโดยเคารพ คือประนมมือว่าตามคำที่พระสงฆ์บอกเป็นตอน ๆ ดังนี้

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ (๓ จบ)

พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ

ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ

สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ

ทุติยัมปิ พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ

ทุติยัมปิ ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ

ทุติยัมปิ สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ

ตะติยัมปิ พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ

ตะติยัมปิ ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ

ตะติยัมปิ สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ.

(เมื่อพระสงฆ์ว่า **ติสะระณะคะมะนัง นิฏฐิตัง** พึงรับพร้อมกันว่า **อามะ ภันเต**

พระให้ศีลต่อไป ปกติว่าเฉพาะคำบาลี ไม่ต้องแปล ในที่นี้ลงคำแปลไว้เพื่อให้รู้ความหมาย)

๑. ปาณาติปาตา เวระมะณีสิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

(ข้าพเจ้าขอสมาทานซึ่งสิกขาบทคือเจตนาวิรัติ เครื่องงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ด้วยตนเอง และใช้ผู้อื่นให้ฆ่า)

๒. อะทินนาทานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

(ข้าพเจ้าขอสมาทานซึ่งสิกขาบทคือเจตนาวิรัติ เครื่องงดเว้นจากการถือเอาซึ่งสิ่งของที่เจ้าของไม่ได้ให้ด้วยตนเอง และใช้ให้ผู้อื่นถือเอา)

๓. อะพ์รัห์มะจะริยา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

(ข้าพเจ้าขอสมาทานซึ่งสิกขาบทคือเจตนาวิรัติ เครื่องงดเว้นจากการเสพอสัทธรรม อันไม่ใช่วิสัยของผู้ประพฤติธรรมอันประเสริฐ)

๔. มุสาวาทา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

(ข้าพเจ้าขอสมาทานซึ่งสิกขาบทคือเจตนาวิรัติ เครื่องงดเว้นจากการกล่าวเท็จด้วยตนเอง และเสี้ยมสอนผู้อื่นให้กล่าว)

๕. สุราเมระยะมัชชะปะมาทัฏฐานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

(ข้าพเจ้าขอสมาทานซึ่งสิกขาบทคือเจตนาวิรัติ เครื่องงดเว้นจากการดื่มน้ำเมาคือสุราและเมรัยอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท)

๖. วิกาละโภชะนา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

(ข้าพเจ้าขอสมาทานซึ่งสิกขาบทคือเจตนาวิรัติ เครื่องงดเว้นจากการบริโภคอาหารในเวลาวิกาล)

๗. นัจจะ คีตะ วาทิตะ วิสูกะทัสสะนะ, มาลา คันธะ วิเลปะนะ ธาระณะ มัณฑะนะ วิภูสะนัฏฐานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

(ข้าพเจ้าขอสมาทานซึ่งสิกขาบทคือเจตนาวิรัติ เครื่องงดเว้นจากการฟ้อนรำขับร้อง ประโคมดนตรี ดูฟังการละเล่นอันเป็นข้าศึกแก่การกุศล และทัดทรงด้วยระเบียบดอกไม้ ลูบไล้ทาตัวด้วยของหอม เครื่องแต่งเครื่องย้อมต่าง ๆ)

๘. อุจจาสะยะนะมะหาสะยะนา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

(ข้าพเจ้าขอสมาทานซึ่งสิกขาบทคือเจตนาวิรัติ เครื่องงดเว้นจากการนั่งนอนบนที่นอนอันสูงและใหญ่)

(ต่อไปนี้ควรว่าคำแปลด้วย)

อิมัง อัฏฐังคะสะมันนาคะตัง, พุทธะปัญญัตตัง อุโปสะถัง, อิมัญจะ รัตติง อิมัญจะ ทิวะสัง, สัมมะเทวะ อะภิรักขิตุง สะมาทิยามิ.

ข้าพเจ้าสมาทานซึ่งอุโบสถศีล อันประกอบไปด้วยองค์แปดประการนี้, เพื่อจะรักษาไว้ให้ดีมิให้ขาดมิให้ทำลาย, ตลอดวันหนึ่งและคืนหนึ่ง ณ เวลาวันนี้

อิมานิ อัฏฐะ สิกขาปะทานิ อัจเจกัง รัตตินทิวัง อุโปสะถะสีละวะเสนะ ตุมเหหิ อุปาสะกะอุปาสิกาภูเตหิ สาธุกัง อะขัณฑัง กัต๎วา อัปปะมาเทนะ รักขิตัพพานิ.

(รับพร้อมกันว่า **อามะ ภันเต**)

สีเลนะ สุคะติง ยันติ (*พระหยุด, รับพร้อมกันว่า **สาธุ***)
สีเลนะ โภคะสัมปะทา (*พระหยุด, รับพร้อมกันว่า **สาธุ***)
สีเลนะ นิพพุติง ยันติ (*พระหยุด, รับพร้อมกันว่า **สาธุ***)
ตัส๎มา สีลัง วิโสธะเย.

(*รับพร้อมกันว่า **อามะ ภันเต***)

พิธีรับศีลอุโบสถจบแค่นี้ ถ้ามีการฟังธรรม ก็อาราธนาธรรมและฟังธรรมต่อไป

องค์อุโบสถศีล

“**องค์อุโบสถศีล**” หมายถึง อุโบสถศีลแต่ละข้อมีองค์ประกอบอะไรบ้างที่จะใช้เป็นเครื่องวินิจฉัยได้แน่นอนว่าเป็นการล่วงละเมิดศีลข้อนั้นๆ ถ้าครบองค์ประกอบ ศีลก็ขาด ถ้าไม่ครบองค์ประกอบ ศีลยังไม่ขาด แต่อาจด่างพร้อยหรือมัวหมอง

ปาณาติบาต มีองค์ ๕ คือ

๑. **ปาโณ**	สัตว์มีชีวิต
๒. **ปาณะสัญญิตา**	ตนรู้อยู่ว่าสัตว์มีชีวิต
๓. **วะธะกะจิตตัง**	จิตคิดจะฆ่า
๔. **อุปักกะโม**	ทำความเพียรที่จะฆ่า
๕. **เตนะ มะระณัง**	สัตว์ตายด้วยความเพียรนั้น

อทินนาทาน มีองค์ ๕ คือ

๑. **ปะระปะริคคะหิตัง**	ของอันเจ้าของหวงแหน
๒. **ปะระปะริคคะหิตะสัญญิตา**	ตนรู้อยู่ว่าของอันเจ้าของหวงแหน
๓. **เถยยะจิตตัง**	จิตคิดจะลัก
๔. **อุปักกะโม**	ทำความเพียรที่จะลัก
๕. **เตนะ หะระณัง**	ได้ของนั้นมาด้วยความเพียรนั้น

อพรัหมฯ มีองค์ ๓ คือ

๑. **ติณณัง มัคคานัง อัญญะตะระตา**	วัตถุอันตนประพฤติล่วงในมรรคทั้ง ๓ มรรคใดมรรคหนึ่ง
๒. **ตัส์มิง เสวะนะจิตตัง**	จิตคิดจะเสพในมรรคทั้ง ๓ นั้น
๓. **มัคเคนะ มัคคะปะฏิปัตติ**	เมื่อเสพทำมรรคใดมรรคหนึ่งให้ถึงกันในที่ชุ่มประมาณเท่าเมล็ดงา

มุสาวาท มีองค์ ๓ คือ

๑. **วิสังวาทะนะจิตตัง**	จิตคิดจะพูดให้ผิด
๒. **ตัชโช วายาโม**	เพียรกล่าวปดออกไป
๓. **ปะรัสสะ ตะทัตถะวิชานะนัง**	ข้อความที่ตนพูดนั้นคนอื่นรู้เข้าใจ

สุราฯ มีองค์ ๔ คือ

๑. **มัชชะภาโว**	ความเป็นของมึนเมามีสุราเป็นต้น
๒. **ปาตุกัมยะตาจิตตัง**	จิตใคร่จะดื่มกิน คือเสพของมึนเมา
๓. **ตัชโช วายาโม**	เพียรพยายามเกิดแต่จิตนั้น
๔. **ตัสสะ ปานัง**	ดื่มน้ำเมานั้นให้ล่วงไหลลำคอเข้าไป

วิกาลโภชน์ มีองค์ ๔ คือ

๑. **วิกาละตา**	ล่วงตั้งแต่ตะวันเที่ยงแล้วไป
๒. **ยาวะกาลิกะตา**	อาหารและลูกไม้ที่เป็นของเคี้ยวและกัด

๓. **อัชโฌหะระณะปะโยโค**	ประโยคกลืนกิน
๔. **เตนะ อัชโฌหะระณัง**	กลืนให้ล่วงไหลลำคอลงไป ด้วยประโยคนั้น

นัจจคีตะฯ มีองค์ ๓ คือ

๑. **นัจจาทิตา**	ความเป็นการเล่นมีฟ้อนรำ เป็นต้น
๒. **ทัสสะนัตถายะ คะมะนัง**	ไปเพื่อต้องการจะดู
๓. **ทัสสะนัง**	กิริยาที่ได้เห็น

มาลาฯ มีองค์ ๓ คือ

๑. **มาลาทีนัง อัญญะตะระตา**	ดอกไม้ ของหอม เครื่องทา เครื่องย้อม และ เครื่องประดับ อันใดอันหนึ่ง
๒. **อะนุญญาตะการะณาภาโว**	เหตุที่พระพุทธเจ้าทรง อนุญาตไม่มี คือทาของหอม คิดจะแก้เจ็บก็หามิได้
๓. **อะลังกะตะภาโว**	ทัดทรงประดับกายด้วยจิต คิดจะประดับ

อุจจาฯ มีองค์ ๓ คือ

๑. **อะกัปปิยะธาระตา**	ทรงเครื่องลาดมีนุ่นและสำลีภายในและวิจิตรงามต่างๆ
๒. **ปะมาณาติกกันตะมัญจะปีฐะตา**	เตียงตั่งมีเท้าสูงเกินประมาณ คือเกินสิบนิ้วหนึ่งกระเบียดช่างไม้
๓. **อะภินิสีทะนัง วา อะภินิปัชชะนัง วา**	นั่งหรือนอนบนเตียงตั่งหรือเครื่องลาดนั้น

อานิสงส์อุโบสถศีล

๑. ไม่มีเวรภัยกับใครๆ (ศีลข้อ 1 และ 2)

๒. ประหยัดโภคทรัพย์ (ศีลข้อ 5, 6 และ 7)

๓. ถนอมสุขภาพ (ศีลข้อ 3, 5, 6 และ 7)

๔. บรรเทาและควบคุมกามราคะได้ (ศีลข้อ 3 และ 7)

๕. ไม่ถูกหลอกลวง (ศีลข้อ 4)

๖. ไม่ติดสุข แต่มีสุขได้ง่าย (ศีลข้อ 7 และ 8)

๗. ไม่ติดสนุก แต่จิตแจ่มใส (ศีลข้อ 7)

๘. มีสง่าราศี (ศีลทุกข้อ) (ทานเป็นเหตุให้รวย ศีลเป็นเหตุให้สวย ภาวนาเป็นเหตุให้มีปัญญา)

๙. มีเวลาทำความดีมากขึ้น (เพราะไม่ต้องเสียเวลาไปกับการประพฤติล่วงละเมิดอุโบสถศีล)

๑๐. อบรมเจริญสติได้ผลเร็ว (ศีลข้อ 5)

๑๑. ไปเกิดในภพภูมิที่ดี จนถึงบรรลุนิพพาน (ศีลทุกข้อ)

นาวาเอก ทองย้อย แสงสินชัย : ถอดความ

๓๐ มีนาคม ๒๕๕๒

ข้อสังเกตเกี่ยวกับการถืออุโบสถ

หลักการ

การถืออุโบสถเท่าที่ปรากฏในคัมภีร์ พอจะสรุปได้ดังนี้

๑. นอกพุทธกาล คือก่อนที่พระพุทธเจ้าจะเสด็จอุบัติ เพียงไม่กินอาหารหลังเที่ยงก็ถือกันว่าเป็นอุโบสถแล้ว

๒. การถืออุโบสถในพระพุทธศาสนา แต่ดั้งเดิมนั้นถืออยู่กับบ้าน นอกจากสมาทานองค์ ๘ แล้ว ก็เจริญธรรม เช่นพิจารณาอาการ ๓๒ เป็นต้น เป็นหลัก

๓. ต่อมาเมื่อมีวัดเกิดขึ้น ผู้ถืออุโบสถจึงนิยมไปฟังธรรมที่วัดในวันอุโบสถ (อันที่จริงการไปฟังธรรมที่วัดเป็นกิจที่ผู้เลื่อมใสในคำสอนของพระพุทธเจ้ากระทำกันอยู่แล้วทุกวัน คือ ตอนเช้านำภัตตาหารไปถวาย ตอนบ่ายไปถวายน้ำปานะ ตอนเย็นถือเครื่องสักการะไปฟังธรรม)

๔. กิจกรรมหลักเมื่อไปถืออุโบสถที่วัด คือฟังธรรมและสนทนาธรรม และมักจะกระทำกันตลอดคืน อันเป็นมูลเหตุให้ผู้ถืออุโบสถไปอยู่ที่วัดตลอดวันหนึ่งและคืนหนึ่ง และกลายเป็นธรรมเนียมนอนค้างวัดมาจนทุกวันนี้

การฟังธรรมในวันอุโบสถนั้น มีหลักฐานปรากฏในคำอาราธนาธรรมวันอุโบสถที่ว่า

จาตุททะสี ปัณณะระสี ยา จะ ปักขัสสะ อัฏฐะมี

กาลา พุทเธนะ ปัญญัตตา สัทธัมมัสสะวะนัสสิเม.

แปลว่า วัน ๑๔ ค่ำ วัน ๑๕ ค่ำ และวัน ๘ ค่ำแห่งปักษ์ เป็นกำหนดกาลที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้เพื่อฟังธรรม

และในคำประกาศอุโบสถตอนหนึ่งว่า

เอวะรูโป โข โภนโต ทิวะโส พุทเธนะ ภะคะวะตา

ปัญญัตตัสสะ ธัมมัสสะวะนัสสะ เจวะ ตะทัตถายะ

อุปาสะกะอุปาสิกานัง อุโปสะถัสสะ จะ กาโล โหติ.

แปลว่า เป็นวันที่สาธุชนอุบาสกอุบาสิกาพึงสดับพระธรรมเทศนาและรักษาอุโบสถศีลเพื่อประโยชน์แก่การฟังธรรมนั้น อันพระผู้มีพระภาคพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้

ในภาษาไทยมีคำเรียกวันอุโบสถหรือวันพระ ว่า **วันธรรมสวนะ** ซึ่งแปลได้ตรงตัวว่า *วันฟังธรรม* เป็นอันยืนยันได้แน่นอนว่า **กิจกรรมสำคัญในวันอุโบสถก็คือการฟังธรรม**

ความเป็นจริงในปัจจุบันของผู้ไปถืออุโบสถที่วัด

๑. ไม่นิยมสนทนาธรรม แต่ชอบคุยกันนอกเรื่อง

๒. วันธรรมดานอนดึก วันอุโบสถนอนแต่หัวค่ำ

๓. กิจกรรมทุกอย่างยึดถือรูปแบบเป็นสำคัญกว่าเนื้อหาสาระที่ถูกต้องแท้จริง และเมื่อได้ทำตามรูปแบบเสร็จแล้วก็ถือว่าสำเร็จผลแล้ว โดยไม่ติดใจที่จะรู้ว่าสาระที่แท้จริงของกิจกรรมนั้นคืออะไร เช่น

(๑) การสวดมนต์

การสวดมนต์นั้นเป็นกิจกรรมที่ผู้ถืออุโบสถให้ความสำคัญมาก ขาดไม่ได้ ถึงไม่ได้ค้างวัดก็ขอให้ได้มาสวดมนต์ แต่แทบทุกคนต้องกางหนังสือสวด

การกางหนังสือสวดเป็นการเปลี่ยนแปลงค่านิยมที่น่าเป็นห่วง คือทำให้คนเราหมดความอุตสาหะที่จะท่องจำ แทนที่จะเก็บบทสวดไว้ในสมองในจิตใจ ก็เอาไปฝากไว้ในหนังสือ ถึงกระนั้นแล้ว เวลาจะขึ้นบทไหนก็ยังถามหรือยังต้องให้บอกว่าบทนั้นอยู่หน้าไหน ทั้งๆ ที่สวดมาแล้วหลายสิบรอบ

เหตุผลต้นเดิมของสวดมนต์คือทบทวนความรู้ เดี๋ยวนี้มีศรัทธาต้องการสวดมนต์ แต่ไม่ต้องการความรู้ ที่เกิดมีระบบสวดแปลนั้นเหตุผลก็เพื่อให้รู้เรื่อง แต่พอถามความรู้ความเข้าใจเอาจริงๆ ส่วนมากก็ยังไม่รู้เรื่องอยู่นั่นเอง

ข้อที่ขอชวนให้คิดก็คือ สวดแปลนั้นความจริงก็คือการพูดซ้ำ ๒ เที่ยวนั่นเอง ยังไม่ช่วยให้รู้เรื่องไปได้สักเท่าไร ข้อความในบทสวดมนต์เป็นภาษาบาลี ถ้าทำความเข้าใจจนรู้ความหมายของข้อความนั้นๆ ได้สักครั้งหนึ่งแล้ว ครั้งต่อไปก็ไม่จำเป็นต้องแปล เช่น **นะโม** แปลว่า *ขอนอบน้อม* รู้คำแปลอย่างนี้แล้ว ต่อไปพอสวดว่า **นะโม** แค่นี้ก็รู้ความหมายทันที ไม่จำเป็นต้องสวดว่า "**นะโม** *ขอนอบน้อม*" เหมือนเรารู้คำอังกฤษว่า Good morning แปลว่า *สวัสดีตอนเช้า* พอไปพูดกับฝรั่งจริงๆ ก็พูดว่า Good morning เท่านั้น ไม่ต้องพูดว่า "Good morning *สวัสดีตอนเช้า*"

การอยากรู้เรื่องในบทสวดมนต์นั้นก็เป็นเรื่องดี แต่ควรไปศึกษาหาความรู้เอาทีหลัง ศึกษาจากหนังสือสวดมนต์ในวันที่ไปถืออุโบสถนั่นเลย ดีที่สุด เพราะมีเพื่อนที่ถืออุโบสถด้วยกันให้ร่วมคิดร่วมศึกษา พระสงฆ์ในวัดก็มีให้ไต่ถามได้สะดวก ถ้าพระท่านไม่รู้ ก็ยิ่งสมควรถาม (ทำนองเดียวกับธรรมเนียมมีพระราชปุจฉา) เพื่อเป็น “การบ้าน” ให้ท่านไปศึกษาหาความรู้มาถ่ายทอดให้ญาติโยมฟัง เพราะนั่นคือหน้าที่ของพระโดยตรง (หน้าที่ของพระสงฆ์ คือ ศึกษาปฏิบัติตามคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้วสั่งสอนผู้อื่นให้รู้ตามด้วย) เมื่อศึกษาจนเข้าใจเรื่องราวในบทสวดแล้ว ครั้งต่อไปพอสวดบทนั้นอีกก็จะรู้เรื่องได้ตลอดโดยไม่จำเป็นต้องแปลซ้ำ แต่ส่วนมากสวดเสร็จก็เก็บหนังสือ ไม่สนใจที่จะเปิดอ่านเพื่อศึกษาอะไรอีก หนังสือสวดมนต์ก็เลยมีไว้เพื่อกางสวดเท่านั้น ทั้งๆ ที่เป็นหนังสือบันทึกวิชาความรู้ เพราะเหตุนี้การสวดแปลก็เลยกลายเป็นรูปแบบที่ยึดถือกัน โดยไม่ได้ตั้งใจที่จะศึกษาให้รู้เรื่องจริงจังแต่ประการใด

เวลานี้อาจกล่าวได้ว่า ความถดถอยได้ลุกลามมากขึ้น จากเดิมท่องบทสวดมนต์ได้ ก็กลายเป็นต้องกางหนังสือสวด ตอนนี้แม้แต่คำแปลหรือความหมายก็ซึมซับรับไว้ไม่ได้ ต้องสวดคำแปลด้วยจึงจะรู้ ในอนาคตอาจถึงขั้นแม้แต่คำบาลีก็สวดไม่ได้ จึงควรที่จะช่วยกันส่งเสริมให้มีอุตสาหะในการท่องบ่นบทสวดมนต์เพื่อรักษาแบบแผนที่ดีงามไว้ให้ยั่งยืนต่อไป

(๒) การฟังเทศน์

ส่วนใหญ่จะฟังเอาบุญ แต่ไม่เอากุศล คือไม่เกิดปัญญา ตั้งแต่จุดธูปเทียน บูชาพระ อาราธนาธรรม ประนมมือฟังจน **เอวังก็มี** รับพร ถวายเครื่องกัณฑ์ เป็นอันจบ ถือว่าได้บุญเรียบร้อยแล้ว แต่อย่าถามว่าพระเทศน์เรื่องอะไร สาระสำคัญว่าอย่างไร **เพราะนั่นไม่ใช่สิ่งที่ต้องการรู้!**

(๓) การสนทนาธรรม

ส่วนมากแล้วไม่ได้ทำกิจกรรมนี้ ถ้าทำ แทนที่จะเป็นการพูดคุยธรรมะตามธรรมชาติเหมือนคนนั่งคุยกัน มักกลายรูปแบบเป็นการเรียนธรรมในห้องเรียนซึ่งชวนให้เคร่งเครียด เป็นเหตุให้ผู้สูงวัยไม่เข้าร่วมกิจกรรมโดยอ้างว่าอายุมากแล้ว สมองไม่ดี เรียนไม่ไหว

(๔) ปฏิบัติธรรม

ส่วนมากยังยึดวิธีการตามแบบที่ได้ไปปฏิบัติมาจากสำนักต่างๆ คือต้องนั่งแบบนั้น ต้องเดินแบบนั้น ต้องเตรียมสถานที่ ต้องทำเป็นเวลา พอหมดเวลาก็เลิกทำ การปฏิบัติธรรมที่ควรจะเป็นการกระทำตามปกติในชีวิตจริงจึงกลายกิจกรรมที่แปลกแยกไปจากชีวิตปกติ

(๕) การแต่งกาย

มีส่วนหนึ่งที่เข้าใจว่า จะถืออุโบสถศีลต้องแต่งชุดขาว หรือชุดอุโบสถตามธรรมเนียมของวัดนั้นๆ ซึ่งอันที่จริงก็เป็นรูปแบบที่ดี ควรแก่การอนุโมทนาแต่ไปๆ มาๆ ทำท่าจะกลายเป็นเพียงติดในรูปแบบ คือเข้าใจไปว่าถ้าไม่ได้แต่งชุดแบบนั้นก็ถืออุโบสถศีลไม่ได้หรือปฏิบัติธรรมไม่ได้ แล้วเลยรู้สึกต่อไปว่าเพียงแค่แต่งชุดอุโบสถ ไปวัด ค้างวัด ทำนั่นนี่ไปตามธรรมเนียมเท่านี้ก็ได้บุญแล้ว เหมือนถือชามเปล่ามาจากบ้าน เช้ารุ่งขึ้นก็ถือกลับบ้านโดยไม่สนใจว่ามีอะไรใส่ชามกลับไปบ้างหรือเปล่า

๔. **ศรัทธานำปัญญา** คือทำเช่นนั้นเช่นนี้ หรืองดกระทำเช่นนั้นเช่นนี้ โดยยึดความเชื่อของตนเองเป็นหลักมากกว่าที่จะศึกษาให้เข้าใจถึงหลักการของเรื่องนั้นๆ ว่าทำไมจึงทำและทำไมจึงห้ามทำ

๕. **ขาดลักษณะนิสัยใฝ่รู้ในทางธรรม** ทั้งๆ ที่ส่วนมากก็บอกว่ายังไม่ค่อยรู้อะไร (ยังไม่รู้ น่าจะยิ่งใฝ่รู้ แต่กลับตรงกันข้าม)

๖. **ให้ความสำคัญแก่บุญไวยาวัจมัย** (เก็บกวาด เช็ดถู ขัดล้าง หยิบยก ฯลฯ) **มาก**เป็นพิเศษ แต่ให้ความสำคัญแก่บุญภาวนามัย และธัมมัสสวนมัย หรือการฝึกฝนอบรมปรับปรุงอารมณ์ ลักษณะนิสัย จิตใจ และความรู้ความเข้าใจทางธรรมของตนเอง*น้อย*เป็นพิเศษ (อาจเป็นไปตามลักษณะนิสัยของผู้นำในแต่ละสำนัก)

โปรดสำรวจดูว่า เมื่อไปถืออุโบสถศีล หรือไปนอนค้างวัดในวันอุโบสถ ท่านเป็นเช่นที่ว่ามานี้หรือเปล่า

ถ้าเป็น ท่านคิดจะปรับปรุงแก้ไขหรือไม่ หรือว่าท่านมีเหตุผลที่คิดว่าถูกต้องแล้วที่จะยังคงเป็นเช่นนั้นต่อไป

วันอุโบสถ
เป็นวันที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้
เพื่อให้ขัดเกลาตัวเอง
อย่าลดค่าวันอุโบสถ
ให้เป็นเพียงวันพบปะสังสรรค์กัน