



การพัฒนาสำนักปฏิบัติธรรมตามหลักสัปปายะ 7 ในพระพุทธศาสนา :  
กรณีศึกษาวัดห้วยเจริญ จังหวัดสุพรรณบุรี

The Development of a Meditation Practice Center According to  
the Seven Factors of Suitability (Sappāya 7) in Buddhism: A  
Case Study of Huai Charoen Temple, Suphan Buri Province,  
Thailand

พระครูสมุห์สุทัศน์ ทตตมโน (แสงอินทร์)<sup>1</sup>

Phrakhrusamu Suthat Dattamano (Saengin)<sup>1</sup>

E-mail: mcu.phasutas@gmail.com<sup>1</sup>

Received: November 25, 2025 Revised: December 17, 2025 Accepted: December 22, 2025



#### บทคัดย่อ

บทความวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์คือเพื่อศึกษาวิเคราะห์หลักสัปปายะในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท และเสนอแนวทางการพัฒนาสำนักปฏิบัติธรรมตามหลักสัปปายะในพระพุทธศาสนา: กรณีศึกษาวัดห้วยเจริญ จังหวัดสุพรรณบุรี โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงเอกสารโดยใช้วิธีการวิเคราะห์เชิงพรรณนา

ผลการวิจัยพบว่า สัปปายะ หมายถึง สิ่งแวดล้อมหรือปัจจัยที่เกื้อกูลต่อการปฏิบัติวิปัสสนา ช่วยสนับสนุนให้การบำเพ็ญวิปัสสนาภาวนาเกิดผลอย่างมีประสิทธิภาพ ส่งเสริมให้สมาธิตั้งมั่นและไม่เสื่อมถอย โดยสัปปายะประกอบด้วย 7 ประการ ได้แก่ (1) อาวาสสัปปายะ คือ ที่พักอาศัยและบริเวณสถานที่ที่มีความเหมาะสมต่อการปฏิบัติธรรม สงบ ร่มรื่น และเอื้อต่อการเจริญภาวนา (2) โคจรสัปปายะ คือ ท้องถิ่นหรือชุมชนโดยรอบที่เอื้ออำนวยต่อการบิณฑบาต อยู่ไม่ไกลจากสำนักปฏิบัติธรรมและสามารถเดินทางได้โดยสะดวก (3) ภัตตสัปปายะ คือ การใช้ถ้อยคำหรือการสนทนาที่เหมาะสม งดเว้นคำพูดที่ไร้ประโยชน์ มุ่งกล่าวแต่ถ้อยคำที่เป็นกุศลและเกื้อกูลต่อการภาวนา (4) บุคคลสัปปายะ คือ การมีผู้ร่วมปฏิบัติหรือกัลยาณมิตรผู้ตั้งมั่นในพระธรรมวินัย และมีความรู้

<sup>1</sup> พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย/ Doctor of Philosophy  
Mahachulalongkornrajavidyalaya University



ความสามารถพอที่จะให้คำแนะนำหรือเป็นแบบอย่างที่ดี (5) โภชนสัปปายะ คือ อาหารและเครื่องอุปโภคบริโภคที่เหมาะสม เกื้อกูลต่อสุขภาพ ไม่เป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติ (6) อุตุสัปปายะ คือ สภาพภูมิอากาศและสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติที่เหมาะสม ไม่ร้อนหรือหนาวเกินไป ทำให้ร่างกายสามารถปฏิบัติธรรมได้อย่างมีประสิทธิภาพ (7) อิริยาบถสัปปายะ คือ อิริยาบถหรือรูปแบบการเคลื่อนไหวที่เหมาะสม โดยผู้ปฏิบัติสามารถเลือกอิริยาบถที่ทำให้เกิดความผ่อนคลาย ไม่ก่อให้เกิดนิเวรณ และเกื้อกูลต่อการเจริญสติ วัดห้วยเจริญมีแนวคิดในการพัฒนาสำนักปฏิบัติธรรมบนพื้นฐานของสัปปายะทั้ง 7 ประการ โดยมุ่งเสริมสร้างปัจจัยแวดล้อมที่เอื้อต่อการประพุดติและปฏิบัติธรรมอย่างรอบด้าน ได้แก่ การจัดสภาพสถานที่ให้เหมาะสมทั้งที่พักอาศัย บรรยากาศทางธรรมชาติ การอยู่ใกล้แหล่งอาหารและปัจจัยยังชีพ การมีครูบาอาจารย์หรือผู้ทรงภูมิปัญญาเป็นแบบอย่าง การส่งเสริมการสำรวจวาจาเพื่อสร้างความสงบภายใน และการจัดสภาพแวดล้อมให้ผู้ปฏิบัติสามารถเลือกอิริยาบถที่เกื้อหนุนต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนา เพื่อให้การปฏิบัติธรรมเกิดผลอย่างลึกซึ้งและมีประสิทธิผลสูงสุด

**คำสำคัญ :** การพัฒนา; สำนักปฏิบัติธรรม; สัปปายะ 7; วัดห้วยเจริญ อำเภอศรีประจันต์ จังหวัดสุพรรณบุรี

### Abstract

This paper investigated on study and analysis of the principles of Sappāya in Theravada Buddhist scriptures and presenting the guideline of Meditation Center development based on Sappāya principle of Wat Huaicharoen, Sriprachan district, Suphanburi province. The research method was documentary work using a descriptive analysis method.

The results of the research found that **Sappāya** refers to conditions or supportive factors conducive to the effective practice of vipassanā meditation. These factors help strengthen meditation, sustain its continuity, and promote successful development of insight. *Sappāya* consists of seven components: (1) *Āvāsasappāya* – Suitable dwellings or physical environment which are calm, peaceful, and conducive to meditation practice. (2) *Gocarasappāya* – Appropriate surroundings or communities that support alms-round activities, located within a reasonable distance and convenient for daily travel. (3) *Phassasappāya* – Appropriate speech and communication, avoiding unwholesome or meaningless talk, and engaging only in beneficial, wholesome verbal expressions that support meditation. (4) *Puggalasappāya*



– Suitable companions or spiritual friends who uphold the Dhamma–Vinaya and possess the knowledge and ability to offer guidance or serve as virtuous examples. (5)*Bhojanasappāya* – Proper food and consumables that support good health and do not hinder the meditative process. (6) *Utusappāya* – Suitable climatic and environmental conditions that are neither too hot nor too cold, enabling practitioners to meditate effectively. (7)*Iriyāpathasappāya* – Appropriate bodily postures or modes of movement that generate comfort, reduce hindrances, and enhance mindfulness and meditative progress. Wat Huai Charoen adopts a developmental approach to its meditation center based on all seven aspects of Sappāya. The temple emphasizes creating an environment that holistically supports spiritual cultivation, including providing suitable lodging and natural surroundings, ensuring proximity to sources of food and daily necessities, and offering access to knowledgeable teachers and knowledgeable practitioners. Furthermore, it promotes restraint in speech to cultivate inner calm and arranges the environment to allow practitioners to choose postures that facilitate concentration and the effective development of vipassanā meditation. This holistic approach aims to enhance the depth and efficiency of meditative practice.

**Keywords:** Development; Meditation Center; Sappaya 7; Huai Charoen Temple, Si Prachan District, Suphan Buri Province



## บทนำ

สมัยพุทธกาล เมื่อพระพุทธศาสนาได้อุบัติขึ้นในโลกภายหลังการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า พระพุทธองค์ทรงมีพระมหากรุณาธิคุณในการแสดงธรรมโปรดเวไนยสัตว์เพื่อให้พ้นจากทุกข์ ทรงประกาศพระธรรมที่ได้ตรัสรู้มาอย่างกว้างขวาง จนกระทั่งมีผู้บรรลุธรรมและรู้แจ้งเห็นจริงตามพระธรรมคำสอนของพระองค์เป็นจำนวนมาก ในขณะนั้น พระอรหันตสาวกได้อุบัติขึ้นแล้ว 60 รูป รวมทั้งพระพุทธองค์ด้วยเป็น 61 รูป พระพุทธองค์ได้ทรงวางหลักการและวิधिปฏิบัติในการเผยแผ่พระธรรมคำสอนให้แก่เหล่าพระสาวก ซึ่งเป็นพระอรหันต์รุ่นแรก เพื่อให้เป็นแนวทางร่วมกันในการประกาศพระพุทธศาสนาให้แพร่หลายแก่หมู่มนุษยชาติ และเพื่อความดำรงมั่นคงแห่งพระสัทธรรม ทั้งนี้ พระองค์ได้ตรัสว่า:

“ภิกษุทั้งหลาย เราพ้นแล้วจากบ่วงทั้งปวง ทั้งที่เป็นของทิพย์และของมนุษย์ ภิกษุทั้งหลาย พวกเธอจงจาริกไป เพื่อประโยชน์และความสุขแก่ชนเป็นอันมาก เพื่ออนุเคราะห์ชาวโลก เพื่อ



ประโยชน์เกื้อกูลและความสุขแก่ทวยเทพและมนุษย์ อย่างไม่ได้ไปโดยทางเดียวกันสองรูป จึงแสดงธรรม ให้มีความงามในเบื้องต้น ความงามในท่ามกลาง และความงามในที่สุด จึงประกาศพรหมจรรย์พร้อม ทั้งอรรถและพยัญชนะ อันบริสุทธิ์บริบูรณ์ครบถ้วน สัตว์ทั้งหลายที่มีธุลีในดวงตาน้อยยังมีอยู่ เมื่อได้ ฟังธรรมแล้วจักรู้ธรรมได้ ภิกษุทั้งหลาย แม้เราก็จักไปยังตำบลอุรุเวลาเสนานิคมเพื่อแสดงธรรม เช่นกัน”<sup>2</sup>

เมื่อพระภิกษุออกไปประกาศศาสนาที่พักอาศัยที่เหมาะสมกับพระภิกษุในพระพุทธศาสนา จึงมีความสำคัญ พระพุทธเจ้าทรงอนุญาตเสนาสนะสำหรับพระสงฆ์ เสนาสนะ ได้แก่ ที่พักสำหรับ ภิกษุ สมัยแรก พระพุทธองค์ให้ภิกษุพักตามโคนไม้ เรือน ราง ถ้ำ ตามป่าเขา แต่พอพระศาสนาเจริญ ขึ้นมีผู้คนเลื่อมใสมากขึ้น จึงทรงจัดระบบใหม่เพื่อให้ เกิดประโยชน์แก่ทั้งสองฝ่าย คือแก่พระภิกษุ ผู้ประพฤติปฏิบัติธรรม จะได้เป็นที่สำหรับรวมกลุ่มกัน เพื่อให้สะดวกแก่การทำกิจพระศาสนา และ อุบาสกอุบาสิกาผู้มี ใจเลื่อมใสศรัทธาส่งเสริม บุญกุศล และมีส่วนร่วมเป็นดินแดนบุญประชุม พบปะกันระหว่างภิกษุสงฆ์กับอุบาสกอุบาสิกา ในวันสำคัญทางศาสนาต่าง ดังที่ตรัสอนุญาตเสนาสนะ สำหรับภิกษุเพิ่มเติมจากเดิม ดังปรากฏในพระวินัยปิฎกจูฬวรรคว่า “ภิกษุทั้งหลาย เราอนุญาต เสนาสนะ 5 ชนิด คือ วิหาร อัทธมโยค ปราสาท หัมมียะ คูหา”<sup>3</sup> เสนาสนะแต่ละอย่างมีคำอธิบายว่า 1. วิหาร คือ อาวาสที่อยู่อย่างอื่นนอกเหนือจากเรือนมุงแถบเดียวเป็นต้น ชื่อว่า วิหาร<sup>4</sup> เขาสร้างเป็นหลัง ๆ มีหลังคาประตูเข้าออก มีหน้าต่าง เป็นต้น สามารถอยู่ได้ 1 รูปขึ้นไป 2. อัทธมโยค คือ เรือนมุงแถบ เดียว คือ ที่พักที่มุงหลังคาเพียงด้านเดียว 3. ปราสาท คือ เรือนชั้น เรือนเป็นชั้น หรือที่พักที่ก่อสร้าง ทำเป็นชั้น ๆ 4. หัมมียะ คือ เรือนโล้นหรือหลังคาตัด คือ เรือนที่มีสัณฐานทรงกลม 5. คูหา คือ ถ้ำมี หลากหลายชนิด เช่น ถ้ำอิฐ ถ้ำหิน ถ้ำไม้ ที่สามารถใช้พักอาศัยกัน แดด ลม ฝนได้ สำหรับที่อยู่อาศัย คือเสนาสนะนี้ พระพุทธองค์กำหนดให้ ภิกษุ พิจารณาทุกครั้งที่ใช้สอย จึงจะไม่ถูก อาสวะครอบงำจิตใจ ดังพุทธดำรัสตอนหนึ่งว่า “ภิกษุพิจารณาโดยแยบคายแล้วใช้สอย เสนาสนะเพียง เพื่อป้องกันความหนาว ความร้อน เหลือบ ยุง ลม แดด และสัมผัสแห่ง สัตว์เลื้อยคลาน เพียงเพื่อ บรรเทาอันตรายที่เกิดจากฤดูและเพื่อความยินดีในการหลีกเร้น”<sup>5</sup>

ดังนั้น ภิกษุในพระพุทธศาสนาจึงควรพิจารณาในเวลาพักอาศัยในเสนาสนะ สำหรับ พิจารณาว่าเสนาสนะใดอันเราใช้สอยแล้ว ไม่ทันพิจารณาในวันนี้เสนาสนะนั้น เราใช้สอยแล้ว เพียง เพื่อบำบัดความหนาว เพื่อบำบัดความร้อน เพื่อบำบัดสัมผัสอันเกิดจากเหลือบ ยุง ลม แดด และ

<sup>2</sup> วิ.ม. (ไทย) 4/4/4-5.

<sup>3</sup> วิ.จ. (ไทย) 7/200/68.

<sup>4</sup> วิ.ม.ท.อ. (ไทย) 3/294/318.

<sup>5</sup> ม.ม. (ไทย) 12/23/23.



สัตว์เลื้อยคลานทั้งหลาย เพียงเพื่อบรรเทาอันตรายอันจะพึงมีจากดินฟ้าอากาศ และเพื่อ ความเป็นผู้ ยินดีอยู่ได้ในที่หลีกเร้นสำหรับภาวานา<sup>6</sup> ดังกล่าวให้มีความเหมาะแก่การปฏิบัติธรรม โดยกำหนด สถานที่ที่เหมาะสมไว้ 7 ประการ โดยหลักธรรมชาติ สิ่งแวดล้อมต่าง ๆ มีอิทธิพลเป็นอย่างมากต่อ ความเป็นอยู่ของบุคคล ต่อความเสื่อม ความเจริญของบุคคล ถ้าบุคคลอาศัยอยู่ภายใต้สิ่งแวดล้อมที่ดี ก็จะทำให้มีความเจริญก้าวหน้าในชีวิตได้มากสิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการประพฤติปฏิบัติธรรม เรียกว่า สัปปายะ 7 ประการ<sup>7</sup>

เมื่อพระภิกษุได้ศึกษาในสำนักของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระพุทธองค์ตรัสแก่ภิกษุ ทั้งหลายให้แยกย้ายกันออกไปประกาศพระสัทธรรมในที่ต่าง ๆ “ในเวลาต่อมาพระเจ้าพิมพิสารได้ ถวายวัดเวฬุวันให้เป็นวัดแห่งแรกในพระพุทธศาสนา”<sup>8</sup>

ปัจจุบัน วัดห้วยเจริญ ตำบลวังน้ำซับ อำเภอศรีประจันต์ จังหวัดสุพรรณบุรี เป็นวัดที่ ได้รับอนุญาตจัดตั้งขึ้นเมื่อวันที่ 25 สิงหาคม พ.ศ. 2531 และได้รับพระราชทานวิสุงคามสีมาเมื่อวันที่ 25 มีนาคม พ.ศ. 2536 ปัจจุบันวัดได้ส่งเสริมการศึกษาปฏิบัติธรรม โดยได้รับการสนับสนุนและ ส่งเสริมจากมหาเถรสมาคม เพื่อให้วัดทั่วประเทศสามารถจัดตั้งสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดที่มี มาตรฐาน เป็นที่ยอมรับในด้านการฝึกอบรมสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน วัดห้วยเจริญมี แนวทางในการจัดตั้งสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัด โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาบุคคลให้ประพฤติ ดี มีคุณธรรม และสามารถอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างปกติสุข การอบรมและการสั่งสอนภายในสำนัก ปฏิบัติธรรมเน้นให้ผู้ปฏิบัติเรียนรู้การอยู่ร่วมกันในสังคม โดยมุ่งเน้นหลักการมีมนุษยสัมพันธ์ เช่น ความสามัคคี การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ การเคารพนับถือ และการให้ความไว้วางใจต่อกัน เพราะคุณสมบัติ เหล่านี้เป็นสิ่งที่มนุษย์ปรารถนาจะได้รับจากผู้อื่น เมื่อทุกคนต่างประพฤติปฏิบัติต่อกันเช่นนี้ จะ ก่อให้เกิดความรัก ความศรัทธา และความเกื้อกูลต่อกัน ซึ่งล้วนเกิดจากการปฏิบัติธรรมด้วยรูปแบบ และวิธีการที่ถูกต้อง การปฏิบัติเช่นนี้จึงถือเป็นการขัดเกลาจิตใจของมนุษย์ตั้งแต่ระดับต่ำสุดจนถึง ระดับสูงสุด

การพัฒนาวัดห้วยเจริญให้สอดคล้องกับยุคสมัยและสังคมที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว อาจสร้างความท้าทายต่อการดำเนินงานตามบทบาทที่พึงประสงค์ของสำนักปฏิบัติธรรม การ ขับเคลื่อนด้านสัปปายะของสำนักปฏิบัติธรรมจึงจำเป็นต้องปรับปรุงความรู้ด้านการประยุกต์ หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาให้สอดคล้องกับแนวคิดและทฤษฎีการพัฒนาการจัดการโลกีย์ ทั้งนี้ยัง ต้องปรับปรุงวิสัยทัศน์ด้านการบริหารจัดการให้ชัดเจน รวมถึงการติดตามผลและประเมินผลโครงการ

<sup>6</sup> วิสุทธิ. (ไทย) 1/1/70-71.

<sup>7</sup> วิสุทธิ. (ไทย) 1/1/161.

<sup>8</sup> วิ.ม. (ไทย) 4/1/117-118.



การวางยุทธศาสตร์ในการบริหารสำนักเชิงรุก และการบริหารศรัทธาของสาธุชน เพื่อให้ทราบปัญหา และสามารถนำไปปรับปรุงพัฒนาการบริหารจัดการให้มีประสิทธิภาพ

ด้วยเหตุดังกล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาเรื่อง “การพัฒนาสำนักปฏิบัติธรรมตามหลักสัปปายะ 7 ในพระพุทธศาสนา : กรณีศึกษาวัดห้วยเจริญ จังหวัดสุพรรณบุรี” เพื่อศึกษาสัปปายะ 7 ตามหลักที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา และศึกษาพัฒนาสำนักปฏิบัติธรรมตามหลักสัปปายะ 7 ของวัดห้วยเจริญ เพื่อเสนอรูปแบบการพัฒนาสำนักปฏิบัติธรรมอื่น ๆ อีกทั้งยังเป็นองค์ความรู้ให้ผู้สนใจที่จะศึกษาต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาหลักสัปปายะ 7 ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
2. เพื่อการพัฒนาสำนักปฏิบัติธรรมตามหลักสัปปายะ 7 ของวัดห้วยเจริญ อำเภอศรีประจันต์ จังหวัดสุพรรณบุรี

### วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาสำนักปฏิบัติธรรมตามหลักสัปปายะ 7 ในพระพุทธศาสนา : กรณีศึกษาวัดห้วยเจริญ จังหวัดสุพรรณบุรี” เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตของการวิจัยดังนี้

1. ศึกษาการพัฒนารูปแบบการพัฒนาสำนักปฏิบัติธรรมตามหลักสัปปายะ 7 โดยอาศัยข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎกที่เกี่ยวข้องทั้งหมด และหนังสือหรือบทความอัน สำคัญทางพระพุทธศาสนา ตลอดจนหนังสือ งานวิจัยและบทความอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย
2. ศึกษาการพัฒนารูปแบบการพัฒนาสำนักปฏิบัติธรรมตามหลักสัปปายะ 7 ในพระพุทธศาสนา: กรณีศึกษาวัดห้วยเจริญ จังหวัดสุพรรณบุรี โดยอาศัยข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎกที่เกี่ยวข้องทั้งหมด และหนังสือหรือบทความสำคัญทางพระพุทธศาสนา ตลอดจนหนังสือ งานวิจัย และบทความอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย
3. รวบรวม เรียบเรียง วิเคราะห์ข้อมูล
4. สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

### ผลการวิจัย

สัปปายะ หมายถึง สิ่งที่สบาย สภาพที่เอื้อ สิ่งที่เกิดอุปสรรคต่อการปฏิบัติวิปัสสนาต่อการพัฒนาชีวิต สิ่งที่เหมาะสม ช่วยสนับสนุนในการบำเพ็ญภาวนาให้ได้ผลดี ช่วยให้สมาธิตั้งมั่น ไม่เสื่อมถอย มี 7 ประการ ได้แก่ 1) อาวาสสัปปายะ คือ ที่อยู่ที่พักที่อาศัยและสถานที่เป็นที่เหมาะสมแก่การปฏิบัติ 2) โคจรสัปปายะ คือ หมู่บ้านหรือท้องถิ่นเหมาะสมเพื่อเข้าไปบิณฑบาต มีอยู่ในที่ไม่ไกลนัก ไปมาสะดวก 3) ภัตสัปปายะ คือ การพุดคุย หรือถ้อยคำที่เหมาะสมในระหว่างการปฏิบัติกรรม



วาจา พูดน้อยปฏิบัติมาก ไม่กล่าววาจาไม่เป็นประโยชน์กล่าวแต่วาจาที่เป็นประโยชน์แม้ว่าวาจาที่เป็นประโยชน์ก็ควรพูดพอประมาณ 4) บุคคลสัปายะ คือ บุคคลที่สมควรเข้าไปสนทนาปราศรัยในขณะที่กำลังปฏิบัติ ตั้งอยู่ในหลักธรรมวินัยมีความรู้ความสามารถ มีอาจารย์ตรงตาม 5) โภชนสัปายะ คือ อาหารและเครื่องบริโภคน้ำที่ถูกต้องถูกใจพอใจ ถูกกับร่างกาย เกื้อกูลต่อสุขภาพ ฉันทันไม่ยากเป็นที่สมควรแก่การบริโภค 6) อุตสัปายะ คือ สภาวะดินฟ้าอากาศธรรมชาติแวดล้อมที่เหมาะสมเช่น ไม่หนาวเกินไป ไม่ร้อนเกินไป เป็นต้น 7) อิริยาปถสัปายะ คือ อาการหรือการเคลื่อนไหวในกิริยาท่าทางที่ปฏิบัติแล้วถูกใจจนมีการเคลื่อนไหวที่พอดี อิริยาปถที่ปฏิบัติแล้วเกิดความสบายกายสบายใจ ได้รับผลดีโดยไม่มีนิเวศน์เกิดขึ้น โยคีผู้ปฏิบัติทั้งหลายควรใช้ปัญญาในการพิจารณาใคร่ครวญถึงสิ่งไหนเป็นสัปายะไม่เป็นสัปายะ เหมาะใจแก่ตน หรือไม่เหมาะใจแก่ตน เป็นที่สบายแก่ตน หรือไม่เป็นที่สบายแก่ตน มีความผาสุกใจ หรือไม่มีความผาสุกใจ จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิ หรือจิตไม่ตั้งมั่นเป็นสมาธิ ก่อเกิดกุศลหรือไม่ก่อเกิดกุศล เป็นต้น อุปมาเหมือนคนที่เมื่อร่างกายนั้นร้อน บุคคลนั้นก็ควรหาวิธีคลายร้อนหรือเมื่อร่างกายนั้นหนาวเย็น บุคคลนั้นก็ควรหาวิธีที่จะทำให้ร่างกายนั้นอบอุ่น เป็นต้น เพื่อเป็นการป้องกันมิให้เกิดความทุกข์ร้อนเป็นกังวลใจเกิดขึ้นในระหว่างปฏิบัติ อันจะก่อให้เกิดผลเสียต่อการปฏิบัติได้ เมื่อผู้ปฏิบัติได้ใช้ปัญญา และได้เสพกับสิ่งที่เป็นสัปายะเป็นที่สบายแก่ตนเองแล้วการปฏิบัติก็จะดำเนินไปได้อย่างราบรื่น และสะดวกสบายตลอดการปฏิบัติ และได้ผลอันสูงสุด คือพระนิพพาน

การพัฒนาสำนักปฏิบัติธรรมตามหลักสัปายะ 7 ในพระพุทธศาสนา กรณีศึกษาวัดห้วยเจริญ จังหวัดสุพรรณบุรี ได้มีการส่งเสริมความสำเร็จในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยส่งเสริมผู้ปฏิบัติให้เกิดความเกื้อกูลหรือความสะดวกในการปฏิบัติวิปัสสนา โดยใช้วัดหรือสำนักปฏิบัติธรรมให้มีความเหมาะสมตามธรรมชาติต่าง ๆ เช่น การเลือกสถานที่ปฏิบัติวิปัสสนาควรคำนึงถึงความเหมาะสมของสภาพแวดล้อมทางภูมิศาสตร์ และควรจะนำทฤษฎีการเลือกสถานที่ปฏิบัติในครั้งพุทธกาลมาประยุกต์ใช้เป็นบรรทัดฐาน เช่น เช่น ป่า โคนไม้ ภูเขา ซอกเขา ถ้ำ ป่าช้า ป่าชักริมที่แจ้ง ลอมฟาง มีการส่งเสริมความสำเร็จของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาด้วยสัปายะวิธี เพื่อให้สถานที่ที่มีความเอื้อต่อการปฏิบัติวิปัสสนา เพราะถือว่าเป็นหลักธรรมชาติทั่วไปหรือสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ มีอิทธิพลต่อความสำเร็จเป็นอย่างมากสำหรับบุคคล ต่อความเสื่อมความเจริญของบุคคล ถ้าบุคคลอาศัยอยู่ภายใต้สิ่งแวดล้อมที่ดีก็จะก่อให้เกิดความเจริญก้าวหน้าในการปฏิบัติวิปัสสนาได้มากและการได้ในสิ่งที่ตนปฏิบัติจะส่งเสริมการปฏิบัติวิปัสสนาให้มีความเจริญก้าวหน้าทั้งด้านทางกายและทางใจ สามารถที่จะพัฒนาฝึกฝนอบรมตนให้เข้าถึงความสำเร็จตามเป้าหมายสูงสุดทางพระพุทธศาสนา คือพระนิพพาน สัปายะวิธีจึงมีความสำคัญต่อการปฏิบัติวิปัสสนาดังที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้นทั้งหมดนั่นเอง

วัดห้วยเจริญมีแนวคิดในการส่งเสริมความสำเร็จในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยส่งเสริมหลักสัปายะทั้ง 7 ประการ คือ ส่งเสริมให้สถานที่มีความเหมาะสม เอื้อหรือเกื้อกูลต่อการประพฤติและปฏิบัติธรรม ทั้งที่พักอาศัย สภาพอากาศ ใกล้เคียงแหล่งอาหารและยา อาหารและเครื่องบริโภคน้ำที่ถูกต้องถูกใจ ถูกกับร่างกาย เกื้อกูลต่อสุขภาพ ฉันทันไม่ยาก แวดล้อมด้วยผู้ทรงธรรมและทรงภูมิ



ปัญญา ส่งเสริมให้มีการพูดคุย หรือถ้อยคำที่เหมาะสมในระหว่างการปฏิบัติ การสำรวจวจา พุดน้อยปฏิบัติมาก ไม่กล่าววจาไม่เป็นประโยชน์กล่าวแต่วจาที่เป็นประโยชน์แม้ว่าวจาที่เป็นประโยชน์ก็ควรพูดพอประมาณ ส่งเสริมให้บรรยากาศเป็นธรรมชาติเหมาะสม เช่น ไม่หนาวเกินไป ไม่ร้อนเกินไป ส่งเสริมให้มีการเคลื่อนไหวในกิริยาท่าทางที่ปฏิบัติแล้วถูกใจจนมีการเคลื่อนไหวที่พอดี อิริยาบถที่ปฏิบัติแล้วเกิดความสบายกายสบายใจ ได้รับผลดีโดยไม่มีนิเวรณัเกิดขึ้นเพื่อเอื้อหรือเกื้อหนุนต่อการประพฤดีและการเจริญภาวนาให้ได้ผลดีได้รับผลอย่างเต็มที่ จนบรรลุความสำเร็จเข้าถึงมรรคผลนิพพานตามหลักทางพระพุทธศาสนา โดยความเป็นไปที่ไม่ยากลำบากนัก

### อภิปรายผล

หลักสัปปายะ 7 ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท พบว่า สัปปายะเป็นปัจจัยเกื้อกูลต่อการปฏิบัติภาวนาและการพัฒนาชีวิต ทั้งด้านกาย จิต และปัญญา สภาพแวดล้อมที่เหมาะสมทำให้จิตตั้งมั่น เกิดสมาธิ และไม่เสื่อมถอย ซึ่งผลดังกล่าวสอดคล้องกับงานวิจัยของนักวิชาการหลายท่านทั้งด้านพระพุทธศาสนาและจิตวิทยาการภาวนา สอดคล้องกับงานวิจัยของ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) พบว่า “สัปปายะ” เป็นองค์ประกอบสำคัญในการสร้าง *ภาวนามัย* และช่วยให้จิตสงบตั้งมั่นได้รวดเร็ว โดยเฉพาะอาวาสสัปปายะและบุคคลสัปปายะถือเป็น “เงื่อนไขภายนอกที่กระทบภายใน” หากสภาพแวดล้อมเหมาะสมจริตของผู้ปฏิบัติ ก็ทำให้เกิดความผาสุกใจ ไม่ก่อให้เกิดนิเวรณัและความฟุ้งซ่าน<sup>1</sup> งานของท่านสะท้อนตรงกับผลวิจัยที่ชี้ว่า ผู้ปฏิบัติต้องเลือกสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมใจตนเอง จึงจะทำให้สติและสมาธิเกิดขึ้นได้อย่างต่อเนื่องและยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ อาจารย์ทองสุข ชูโต ซึ่งศึกษา “ปัจจัยเสริมสร้างสมาธิในผู้เข้าสมาธิภาวนา” พบว่า การสำรวจวจา การลดการพูดคุยที่ไม่เป็นประโยชน์ (ภัสสะสัปปายะ) เป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้จิตตั้งมั่น ทำให้ผู้ปฏิบัติไม่วอกแวก และลดความคิดปรุงแต่งที่ทำให้สมาธิเสื่อมถอย<sup>2</sup> ข้อค้นพบนี้สอดคล้องอย่างเด่นชัดกับผลการวิจัยที่ว่า แม้แต่ถ้อยคำที่เป็นประโยชน์ก็ต้องพูดแต่พอดี และ “พุดน้อย ปฏิบัติมาก” ถือเป็นสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมธรรมภาวนาอย่างแท้จริงและยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระมหาสมบุญ วุฑฒิกโร เรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมและความก้าวหน้าในการปฏิบัติวิปัสสนา” พบว่า โภชนสัปปายะ อุตุสัปปายะ และอิริยาบถสัปปายะ มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อความสมดุลของกายและใจ ซึ่งสัมพันธ์กับความสามารถในการอยู่กับสติได้ยาวนาน<sup>3</sup> งานของท่านอธิบายว่าผู้ปฏิบัติที่อยู่ในสภาพอากาศพอเหมาะ มีอาหารที่ไม่ทำให้ร่างกายหนักและง่วง และเลือกอิริยาบถที่เหมาะสมกับสรีระ ย่อมสามารถขยายเวลาภาวนาได้ต่อเนื่องและมีคุณภาพ ซึ่งสนับสนุนผลการวิจัยนี้อย่างสมบูรณ์

จากการเปรียบเทียบทั้งหมด จะเห็นได้ว่าผลวิจัยของผู้วิจัยสอดคล้องกับงานวิจัยทั้งสามท่านในมิติที่ว่า “สัปปายะ” เป็นองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกันระหว่างกาย-ใจ-สภาพแวดล้อม และเป็นเงื่อนไขสำคัญต่อการเกิดสมาธิและปัญญา ข้อค้นพบนี้ช่วยยืนยันว่าการปฏิบัติธรรมต้องอาศัยความเข้าใจในธรรมชาติของจิตนิสัย ความเหมาะสมส่วนบุคคล และการรู้จักจัดสภาพแวดล้อมให้ถูกต้อง



ไม่ว่าจะเป็นสถานที่ อาหาร บุคคล หรืออากาศล้วนมีผลต่อความก้าวหน้าทางจิตทั้งสิ้น นอกจากนี้ ผลวิจัยยังชี้ให้เห็นว่า ความสามารถในการใช้ปัญญาเลือกสัปปายะ คือหัวใจสำคัญของผู้ปฏิบัติ ซึ่งสอดคล้องกับคำสอนในคัมภีร์ที่ว่า ผู้ปฏิบัติต้องรู้อะไรส่งเสริมกุศล อะไรทำให้เกิดอกุศล และต้องปรับให้เหมาะกับตนเอง มิใช่เพียงปฏิบัติตามรูปแบบโดยไม่ใช้ปัญญาพิจารณา การค้นพบนี้สอดคล้องกับข้อเสนอในงานวิชาการทั้งสามชิ้นที่เห็นว่า สัปปายะมิใช่สิ่งตายตัว แต่ต้องปรับให้เหมาะกับจริตของผู้ปฏิบัติ จึงจะเกิดผลอันสูงสุด คือภาวะจิตที่นำไปสู่ปัญญาและพระนิพพาน

การพัฒนาสำนักปฏิบัติธรรมตามหลักสัปปายะ 7 ในพระพุทธศาสนา กรณีศึกษาวัดห้วยเจริญ จังหวัดสุพรรณบุรี พบว่า วัดห้วยเจริญได้พัฒนาสำนักปฏิบัติธรรมโดยยึดหลักสัปปายะ 7 เพื่อสร้างสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม เกื้อกูล และเอื้อต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาอย่างเป็นระบบ ทั้งการจัดสถานที่ อาหาร อากาศ บุคคล และภาวะธรรมดาดอื่น ๆ ให้สอดคล้องต่อการอบรมสติ ทำให้ผู้ปฏิบัติมีความก้าวหน้าในการพัฒนากายและใจอย่างต่อเนื่อง ซึ่งข้อค้นพบนี้สอดคล้องกับงานวิจัยและงานวิชาการหลายฉบับที่ศึกษาเกี่ยวกับหลักสัปปายะกับการเจริญภาวนา สอดคล้องกับงานของ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) กล่าวไว้อย่างชัดเจนว่า “สัปปายะ” เป็นปัจจัยพื้นฐานของการภาวนา หากสภาพแวดล้อมเหมาะสมต่อจริตของโยคี ย่อมทำให้จิตไม่ถูกรบกวน และช่วยให้สมาธิเกิดขึ้นอย่างมั่นคง โดยเฉพาะอวาสสัปปายะและโภชนสัปปายะถือเป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลโดยตรงต่อการพัฒนาจิต<sup>1</sup> ข้อนี้สอดคล้องตรงกับผลการวิจัยที่พบว่า วัดห้วยเจริญจัดสถานที่พัก อาหาร และสภาพแวดล้อมให้สอดคล้องตามธรรมชาติ เช่น ความสงบ ความร่มเย็น และการเข้าถึงแหล่งอาหารและยาที่สะดวก ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติมีสมาธิได้ง่ายขึ้น และสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมกับความก้าวหน้าในการปฏิบัติวิปัสสนา พบว่า ผู้ปฏิบัติที่ได้รับสิ่งแวดล้อมทั้ง 7 ด้านของสัปปายะ จะมีความก้าวหน้าในการภาวนารวดเร็วกว่า โดยเฉพาะอุตุสัปปายะ อิริยาปถสัปปายะ และภัสสะสัปปายะ ล้วนมีผลต่อความสงบของจิตในทุกช่วงของการปฏิบัติ<sup>2</sup> ผลวิจัยของวัดห้วยเจริญสอดคล้องอย่างยิ่งกับข้อค้นพบนี้ เพราะวัดได้ออกแบบบรรยากาศธรรมชาติให้ไม่หนาวหรือร้อนเกินไป มีอิริยาบถการปฏิบัติที่เหมาะสม และเน้นการสำรวจวจา พุทธะที่จำเป็นทำให้ผู้ปฏิบัติมีความตั้งมั่นทางจิตมากขึ้นและยังสอดคล้องกับงานของ ทองสุข ชูโต ที่ศึกษา “ปัจจัยเสริมสร้างสมาธิในผู้เข้าสมาธิภาวนา” พบว่า ความสำเร็จของการภาวนาเกิดจาก 3 ปัจจัย ได้แก่ สถานที่สงบ อาหารที่เหมาะสม และการสัมผัสกับบุคคลผู้เป็นกัลยาณมิตร<sup>3</sup> ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของสัปปายะ 7 ทั้งสิ้น งานวิจัยของวัดห้วยเจริญที่เน้นสภาพแวดล้อมสงบ การล้อมรอบด้วยผู้ทรงธรรม และการจัดอาหารให้พอเหมาะ จึงสอดคล้องกับแนวคิดของทองสุขอย่างชัดเจน โดยเฉพาะการส่งเสริมบุคคลสัปปายะที่เน้นให้ผู้ปฏิบัติอยู่ร่วมกับผู้มีศีล ผู้ทรงธรรม และครูผู้สอนที่มีอาจารย์งดงาม

เมื่อพิจารณาผลการวิจัยของผู้วิจัยร่วมกับงานวิจัยทั้ง 3 ฉบับ จะเห็นได้ว่า “หลักสัปปายะ” เป็นองค์ประกอบที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาสำนักปฏิบัติธรรมอย่างยิ่ง ทุกงานวิจัยต่างเห็นตรงกันว่า สถานที่ อาหาร บุคคล อากาศ คำพูด และอิริยาบถ ล้วนเป็นปัจจัยที่ส่งผลโดยตรงต่อคุณภาพของ



จิต และความก้าวหน้าในการภาวนา การดำเนินงานของวัดห้วยเจริญจึงเป็นต้นแบบที่สะท้อนให้เห็น การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในระดับปฏิบัติได้เป็นอย่างดี และยังสร้างผลลัพธ์ที่นำสำนักปฏิบัติธรรม สู่ความมีมาตรฐาน เหมาะแก่การฝึกฝนอบรมจิตของผู้ปฏิบัติทุกระดับ

ในภาพรวม การดำเนินการตามหลักสัปปายะ 7 ของวัดห้วยเจริญมีความสอดคล้องกับ งานวิจัยทางพระพุทธศาสนาและจิตวิทยาภาวนาอย่างเด่นชัด โดยยืนยันว่า “สัปปายะ” คือปัจจัยที่ ช่วยให้ปฏิบัติเข้าถึงความก้าวหน้าในธรรมได้เร็วขึ้น ลดนิวรณ์ เพิ่มสติ และนำไปสู่ผลสูงสุดคือมรรค ผลนิพพาน การที่วัดนำหลักการโบราณจากครั้งพุทธกาล เช่น การเลือกป่า ภูเขา หรือสถานที่สงบ มา ใช้ในการบริหารจัดการพื้นที่ภาวนา แสดงถึงความเข้าใจเข้าถึงหลักธรรมอย่างแท้จริง และสะท้อน ความสำคัญของสภาพแวดล้อมต่อการหล่อเลี้ยงทั้งกายและใจของผู้ปฏิบัติธรรม

### องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

จากการวิจัยเรื่อง การพัฒนาสำนักปฏิบัติธรรมตามหลักสัปปายะ 7 ในพระพุทธศาสนา : กรณีศึกษาวัดห้วยเจริญ จังหวัดสุพรรณบุรี ทำให้ได้ความรู้ออกมาในรูปแบบของโมเดล EIM สำหรับ นำหลักสัปปายะ 7 เพื่อพัฒนาสำนักปฏิบัติธรรม ประกอบด้วย 3 องค์ประกอบใหญ่

E= External Support หมายถึง ปัจจัยภายนอก คือ สถานที่ อากาศ พื้นที่อาหาร บุคคล ทำให้สร้างความปลอดภัย ความผ่อนคลาย และสมดุลทางกาย

I = Internal Readiness หมายถึง ปัจจัยภายใน คือ การรู้จักเลือกสิ่งเหมาะสมตน การสำรวจ วาจา การกำกับอริยาบถด้วยสติ ทำให้จิตไม่ฟุ้งซ่าน

M= Meditative Outcomes หมายถึง ผลลัพธ์ทางธรรม ทำให้ (1) สมาธิเกิดง่าย (2) อารมณ์กรรมฐานต่อเนื่อง (3) ลดนิวรณ์ (4) เพิ่มกุศลจิต (5) ก้าวหน้าสู่มรรคผลนิพพาน





รูปภาพที่ 1 รูปแบบสัปปายะ 7 เพื่อพัฒนาสำนักปฏิบัติธรรม

สรุป

สัปปายะ 7 เป็นหลักธรรมสำคัญที่ช่วยเกื้อหนุนให้การปฏิบัติธรรมดำเนินไปได้อย่างราบรื่น มีความก้าวหน้า และสร้างบรรยากาศที่เหมาะสมต่อการเจริญสมถะและวิปัสสนา สำหรับการพัฒนาศูนย์ปฏิบัติธรรม สัปปายะ 7 สามารถประยุกต์ให้เป็นเกณฑ์พิจารณาในการออกแบบสถานที่ กิจกรรม การบริหารจัดการ และการดูแลผู้มาปฏิบัติธรรมอย่างเป็นระบบ โดยประกอบด้วยปัจจัยภายนอกและปัจจัยภายในที่เกี่ยวข้องกันเป็นองค์รวม ปัจจัยภายนอกเริ่มจาก สถานที่สัปปายะ ซึ่งควรเป็นพื้นที่เงียบสงบ ปลอดภัยจากความวุ่นวาย มีสิ่งแวดล้อมเอื้อต่อความตั้งมั่นของจิต ตามมาด้วยอากาศสัปปายะ ที่มีความโปร่ง โล่ง สะอาด ช่วยให้ร่างกายไม่เกิดความอึดอัดและจิตใจผ่อนคลาย นอกจากนี้ อาหารถูกสัปปายะ มีความสำคัญต่อสุขภาวะของผู้ปฏิบัติ ควรเป็นอาหารย่อยง่าย ไม่กระตุ้นโลภะหรือความง่วงเหงา และสุดท้ายคือ บุคคลสัปปายะ หมายถึงผู้ดูแล พระวิปัสสนาจารย์ หรือผู้ปฏิบัติร่วม ที่มีศีล มีเมตตา และสนับสนุนบรรยากาศแห่งธรรม ด้านปัจจัยภายใน เริ่มจาก ธรรมสัปปายะ คือการได้รับคำสอนที่ถูกต้อง เหมาะสมกับระดับการปฏิบัติของแต่ละบุคคล ถัดมาคือ อารมณ์สัปปายะ หมายถึงการรู้จักเลือกวัตถุประสงค์ที่เกื้อหนุนจิต เช่น สถานที่ รูปธรรม หรือกิจกรรมที่ไม่รบกวนสติ อีกทั้งยังรวมถึง อิริยาบถสัปปายะ ที่ช่วยให้ร่างกายและจิตใจผ่อนคลาย เช่น การเดิน นั่ง นอน อย่างเหมาะสมตามสภาพร่างกาย และสุดท้ายคือ อายุสัปปายะ ซึ่งหมายถึงการจัดเวลาปฏิบัติให้เหมาะสม ไม่หักโหม และให้ผู้ปฏิบัติรักษาสุขภาพกายใจควบคู่กัน เมื่อสำนักปฏิบัติธรรมจัดสัปปายะ 7 ได้ครบถ้วน ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นคือผู้ปฏิบัติสามารถสร้างสมาธิได้ง่ายขึ้น เกิดอารมณ์กรรมฐานที่ต่อเนื่อง ลดนิเวรณทั้งหลาย จิตตั้งมั่น เกิดปัญญาเห็นตามความเป็นจริง และมี



ความก้าวหน้าในธรรมอย่างเป็นลำดับ นอกจากนี้ยังช่วยให้สำนักปฏิบัติธรรมมีคุณภาพ มีความน่าเชื่อถือ และเป็นศูนย์กลางการฝึกปฏิบัติที่ยั่งยืนต่อไป

### ข้อเสนอแนะ

#### 1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1) ผู้ปฏิบัติควรศึกษาศึกษาเรื่องสัปายะ 7 ที่อำนวยความสะดวกในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

2) สำนักปฏิบัติธรรมควรนำหลักสัปายะ 7 มาเป็นเครื่องมือในการพัฒนาสำนักปฏิบัติธรรมให้เหมาะสมกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

#### 2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

เพื่อประโยชน์ในการศึกษาเนื้อหาให้มีความเข้าใจมากขึ้นในบริบทเรื่องราวที่เกิดขึ้น และเพื่อประโยชน์ต่อการวิจัยครั้งต่อไป ควรศึกษาเพิ่มเติมในประเด็นดังต่อไปนี้

- 1) ศึกษาหลักสัปายะ 7 ที่เหมาะสมกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัญญา 4
- 2) ศึกษาวิเคราะห์หลักสัปายะ 7 ที่มีผลต่อการการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
- 3) วิเคราะห์หลักสัปายะ 7 ในการพัฒนาวัดให้เป็นสถานที่เหมาะสมต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา



### บรรณานุกรม

ทองสุข ชูโต. “ปัจจัยเสริมสร้างสมาธิในผู้เข้าสมาธิภาวนา.” วารสารพุทธศาสตร์ศึกษา 12. ฉบับที่ 2 (2561): 45–60.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). พุทธธรรม. (กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2562).

พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร. “สิ่งแวดล้อมกับความก้าวหน้าในการปฏิบัติวิปัสสนา.” วารสารวิปัสสนากรรมฐาน 8. ฉบับที่ 1 (2560): 22–38.

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาเตปิฎก 2500. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2535.

วัดห้วยเจริญ. แผนพัฒนาวัดห้วยเจริญ ระยะ 5 ปี. (สุพรรณบุรี: ศรีประจันต์การพิมพ์. 2565).

ประกาศสำนักนายกรัฐมนตรี ประกาศ ณ วันที่ 7 มกราคม 2512.

