



การกีฬาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตแนวพุทธของบุคลากร

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

THE STUDY OF SPORTS FOR BUDDHIST'S LIFE FOR DEVELOPING THE QUALITY
OF MAHACHULALONGKORNRAJAVIDYALAYA UNIVERSITY'S PERSONNEL

นายพิชากร กระลาม

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๕



การกีฬาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตแนวพุทธของบุคลากร
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

นายพิชากร กระละม

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๕

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



**THE STUDY OF SPORTS FOR BUDDHIST'S LIFE FOR DEVELOPING THE QUALITY
OF MAHACHULALONGKORNRAJAVIDYALAYA UNIVERSITY'S PERSONNEL**

MR.PICHAKORN KRALAM

**A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
The Requirement for The Degree of
Master of Arts
(Buddhist Studies)**

**Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
Bangkok, Thailand
C.E. 2012**



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์เรื่อง “การ
กีฬาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตแนวพุทธของบุคลากรมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย” เป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

.....
(พระสุธีธรรมานุวัตร,ผศ.ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ
(พระมหาหรรษา ธมฺมหาโส,รศ.ดร.)

..... กรรมการ
(พระมหาสมบุญ ฐุฑฺฒิกโร,ดร.)

..... กรรมการ
(ผศ.ดร.สมชัย ศรีนอก)

..... กรรมการ
(ดร.ประพันธ์ ศุภสร)

..... กรรมการ
(ดร.อชุกร งามชาติ)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

พระมหาสมบุญ ฐุฑฺฒิกโร,ดร.	ประธานกรรมการ
ผศ.ดร.สมชัย ศรีนอก	กรรมการ
ดร.ประพันธ์ ศุภสร	กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย

.....
(นายพิชากร กระลาม)

ชื่อวิทยานิพนธ์ : การกีฬาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตแนวพุทธของบุคลากร
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ผู้วิจัย : นายพิชากร กระดาม

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: พระมหาสมบุญ วุฑฒิกโร,ดร. ป.ธ.๗,พธ.บ.,ศศ.ม.,พธ.ด.

: ผศ.ดร.สมชัย ศรีนอก ป.ธ.๔,พธ.บ.,พธ.ม.,พธ.ด.

: ดร.ประพันธ์ ศุภสร ป.ธ.๗,พธ.บ.,ศศ.ม.,พธ.ด.

วันสำเร็จการศึกษา : ๒๐ เมษายน ๒๕๕๖

บทคัดย่อ

การกีฬาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตแนวพุทธของบุคลากรมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ (๑) เพื่อศึกษาแนวคิดทฤษฎีทั่วไปเกี่ยวกับการใช้กีฬาพัฒนาคุณภาพชีวิต (๒) เพื่อศึกษาหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยกีฬา (๓) เพื่อศึกษาการพัฒนาคุณภาพชีวิตจากการเล่นกีฬาของบุคลากรมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

การวิจัยครั้งนี้ ได้กำหนดแนวทางและวิธีดำเนินการวิจัยไว้ ๓ วิธี คือ (๑) การวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) (๒) การสัมภาษณ์ (Interview) (๓) การสังเกตแบบมีส่วนร่วม (Participant Observation)

จากผลการวิจัย พบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคลากรผ่านกิจกรรมการแข่งขันกีฬานั้นับว่าเป็นสิ่งสำคัญอย่างหนึ่งในการช่วยให้บุคลากรมีสุขภาพกายแข็งแรง สุขภาพจิตดีงาม และมีความสุขกับการทำงาน มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ให้ความสำคัญและส่งเสริมกิจกรรมดังกล่าวมาโดยตลอด เพราะถือว่าการออกกำลังกายนั้นไม่เพียงแต่จะช่วยให้สุขภาพร่างกายแข็งแรงเท่านั้น แต่ยังช่วยสร้างความสัมพันธ์อันดี ความสามัคคีของหมู่คณะให้เกิดมีขึ้นกับบุคลากรของมหาวิทยาลัย ทั้งวิทยาเขต วิทยาลัยสงฆ์ ห้องเรียน และหน่วยวิทยบริการที่สังกัดมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

การพัฒนาคุณภาพชีวิตจากการเล่นกีฬาของบุคลากรมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เน้นการพัฒนา ๔ ด้าน คือ (๑) การพัฒนาด้านร่างกาย ทำให้บุคลากรมีร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง ปราศจากโรค สามารถปฏิบัติหน้าที่ได้ต่อเนื่องยาวนานขึ้น (๒) การพัฒนาด้านจิตใจ ทำให้บุคลากรมีจิตใจร่าเริงแจ่มใส มีสมาธิในการปฏิบัติหน้าที่ มีความคิดสร้างสรรค์ มีทัศนคติที่ดีต่อองค์กร (๓) การพัฒนาด้านความสามัคคี ทำให้บุคลากรมีโอกาสได้พบปะสังสรรค์ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน จากการร่วมกิจกรรมการแข่งขันกีฬา และยังสามารถนำปรับใช้ในหน่วยงานหรือองค์กรได้เป็นอย่างดี เพราะความสามัคคีทำให้ประสบความสำเร็จในการปฏิบัติงานได้เป็นอย่างดี (๔) การพัฒนาด้านระเบียบวินัย ทำให้บุคลากรเป็นคนตรงต่อเวลารับผิดชอบหน้าที่การงาน ไม่เอาเปรียบผู้อื่น ซึ่งจะส่งผลดีต่อองค์กรโดยรวม

Thesis Title : The Study of Sports for Buddhist's Life for Developing
the Quality of Mahachulalongkornrajavidyalaya
University's Personnel

Researcher : Mr.Pichakorn Kralam

Degree : Master of Arts (Buddhist Studies)

Thesis Supervisory Committee

: Pramaha Somboon Wutdhikaro,Dr. Pāli VII, B.A.,M.A.,Ph.D.

: Asst.Dr.Somchai Srinork Pāli IV, B.A.,M.A.,Ph.D.

: Dr.Prapan Supasorn Pāli VII, B.A.,M.A.,Ph.D.

Date of Graduation : 20 April 2013

Abstract

The study of sports for Buddhist's life for developing the quality of Mahachulalongkorn rajavidyalaya University's personnel. This research is of 3 objectives, namely (1) to study the general theory about the using of sports for developing the quality of life (2) to study the principles of Buddhism relating to the developing of the quality of life with the help of sports (3) to study the development of the personnel's lives at Mahachulalongkornrajavidyalaya University from playing the games.

This research is of the established guidelines and procedures in three ways : (1) the documentary research (2) the interview (3) the participant's observation.

From the research, it is found that the developing of the quality of staff's lives through the sports is a very important part to help the people to be healthy, good mental health and happiness in working. Mahachulalongkornrajavidyalaya University recognizes the importance of such events and promote the educational activities throughout. The exercise is not only the way to cause a man to be healthy, but is still helps the personnel to be healthy. It also helps a person to build a good relationship. The unity of the group can help the personnel of the University to students and the College of Science at Mahachulalongkornrajavidyalaya University to be of good health.

The developing the quality of life of the staff at Mahachulalongkornrajavidyalaya University to training the sports focuses on the development of four factors : (1) the development of the body to solve the physical health problems and the sickness problems. The personnel are able to work continuously for longer time. (2) the development of the mind by the staffs is useful in concentrating the performance, the creative thinking and positive attitude towards the organization. (3) the development of unity by the staffs cause them to have the opportunity to meet one another, to share their experiences with one another, the participants can work together happily. They can also adapt the development for using in organizations. The unity can cause the work to be accomplished very well. (4) the development of the discipline can cause of the officers to work with responsibility, not to exploit the others benefits.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความเมตตาให้ความอนุเคราะห์จากผู้บริหาร คณาจารย์ เจ้าหน้าที่ และผู้เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกีฬาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคลากรมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และท่านซึ่งไม่สามารถนำมากล่าวในที่นี้ได้อย่างครบถ้วน จึงขอกล่าวเฉพาะบางท่านที่สามารถแสดงในกิตติกรรมประกาศได้

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ พระมหาสมบุรณ์ วุฑฺฒิกโร,ดร. ประธานกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ ผศ.ดร.สมชัย ศรีนอก และขอบพระคุณ ดร.ประพันธ์ ศุภษร คณะกรรมการที่ปรึกษา และควบคุมวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาเสียสละเวลาให้คำชี้แนะวิธีการทำงานวิจัย

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณผู้บริหาร คณาจารย์ เจ้าหน้าที่ และผู้เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกีฬาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคลากรมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ทั้งส่วนกลาง วิทยาเขต และวิทยาลัยสงฆ์ ทั้ง ๒๐ ท่าน ที่เมตตาให้สัมภาษณ์ถึงความเป็นมาและแนวทางในการจัดการแข่งขันกีฬาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคลากร อันเป็นข้อมูลที่สำคัญอย่างยิ่ง ข้อมูลที่สอบถามจะเป็นประโยชน์ต่อองค์กรในการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยในโอกาสต่อไป และขอขอบคุณ ดร.ประยศ ไกรจันทร์ เพื่อนของผู้วิจัยที่ช่วยประสานงานและติดต่อผู้ให้สัมภาษณ์ รวมทั้งบันทึกภาพให้ขณะสัมภาษณ์อีกด้วย งานวิจัยเรื่องนี้ ผู้วิจัยตั้งใจทำให้เกิดประโยชน์แก่มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ขอขอบคุณทุกท่านที่เรียบเรียงหนังสืออ้างอิง สารนิพนธ์ วิทยานิพนธ์ ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษานำมาใช้อ้างอิงผลงานอันมีค่าของท่านในงานวิจัยนี้ จึงขอขอบคุณทุกท่านที่มีส่วนช่วยเหลือ ทั้งงานวิจัยและผู้ให้กำลังใจ ทั้งเพื่อนๆ ภรรยา (คุณทิวพร กระลาม) ลูกชายทั้ง ๒ ที่ช่วยแบ่งเบาภาระงานที่บ้าน และขอบคุณ คุณประภาพร บุญส่งศรี ที่กรุณาช่วยพิมพ์ข้อมูลด้วยความอดทน ขอขอบพระคุณ คุณวิไลวรรณ อาจารย์ยานนท์ เป็นอย่างสูง ที่คอยเป็นห่วงเป็นใยสนับสนุนส่งเสริมอีกท่านหนึ่งคือ คุณชยานันต์ ศรีสุบัติ กัลยาณมิตรที่คอยสอบถามความคืบหน้าอยู่ตลอดเวลา

ท้ายสุดนี้ ผู้วิจัยขอกราบบูชาคุณพระรัตนตรัย ที่มาแห่งหลักธรรมที่ผู้วิจัยศรัทธา และใช้ในการดำเนินชีวิตตลอดมา ผู้วิจัยสำนึกในพระคุณของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ที่เปิดโอกาสให้ผู้วิจัยได้มาศึกษาพระธรรม ทำให้ได้ความรู้อันประมาณค่ามิได้

นายพิชากร กระลาม

๑๒ มีนาคม ๒๕๕๖

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
กิตติกรรมประกาศ	จ
สารบัญ	น
สารบัญตาราง	ญ
สารบัญแผนภูมิ	ฉ
สารบัญภาคผนวก	ฎ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ฐ
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๔
๑.๓ ขอบเขตการศึกษา	๔
๑.๔ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๕
๑.๕ คำจำกัดความของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย	๕
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๖
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๑๑
๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๑๑
บทที่ ๒ แนวคิดทฤษฎีทั่วไปเกี่ยวกับการใช้กีฬาพัฒนาคุณภาพชีวิต	๑๒
๒.๑ แนวคิดเรื่องกีฬาทั่วไป	๑๒
๒.๑.๑ กีฬาและการออกกำลังกาย	๑๒
๒.๑.๒ ลักษณะของกีฬา	๑๓
๒.๒ แนวคิดเบื้องต้นในการใช้กีฬาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต	๑๔
๒.๒.๑ การพัฒนาตนเองเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต	๑๕
๒.๒.๒ ความต้องการของมนุษย์	๑๖
๒.๓ ความสำคัญของการใช้กีฬาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต	๑๗
๒.๓.๑ ความสำคัญของกีฬา	๑๗

๒.๓.๒ ประโยชน์ของการเล่นกีฬา	๑๘
๒.๓.๓ ลักษณะของกิจกรรมการออกกำลังกาย	๒๑
๒.๓.๔ โภชนาการกับการออกกำลังกาย	๒๒
๒.๓.๕ ความสำคัญของโภชนาการที่มีผลต่อสุขภาพ	๒๓
๒.๓.๖ วิธีสร้างแรงจูงใจในการออกกำลังกาย	๒๔
๒.๓.๗ กีฬากับคุณภาพชีวิต	๒๔
๒.๔ รูปแบบการใช้กีฬาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต	๒๕
๒.๔.๑ หลักในการเลือกชนิดกีฬาหรือออกกำลังกาย	๒๖
๒.๔.๒ ชนิดของกิจกรรมกีฬาเพื่อสุขภาพ	๒๘
๒.๔.๓ วัตถุประสงค์ของการออกกำลังกาย	๓๒
๒.๔.๔ การออกกำลังกายเพื่อความสมบูรณ์แข็งแรง	๓๔
๒.๕ เป้าหมายของกีฬาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต	๔๓
๒.๕.๑ การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านพลศึกษา	๔๓
๒.๕.๒ การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านจริยศึกษา	๔๕
๒.๕.๓ องค์ประกอบของบุคลิกภาพ	๕๐
๒.๕.๔ ลักษณะของผู้มีบุคลิกภาพดี	๕๑
๒.๕.๕ การปรับปรุงบุคลิกภาพ	๕๓
๒.๕.๖ บุคลิกภาพของนักกีฬา	๕๖
๒.๕.๗ สมรรถภาพทางกาย	๕๘
๒.๖ ประวัติการจัดกีฬาของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย	๕๙
๒.๖.๑ แผนและนโยบายเกี่ยวกับการพัฒนานุเคราะห์ด้วยกีฬา	๖๐
๒.๖.๒ ความสอดคล้องกับนโยบายกระทรวง	๖๑
๒.๖.๓ กฎ กติกาและประเภทกีฬาที่ใช้ในการแข่งขัน	๖๒
๒.๖.๔ ประเภทกีฬาที่ใช้แข่งขันเพื่อการพัฒนาบุคลากร	๖๓
บทที่ ๓ หลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยกีฬา	๘๕
๓.๑ กีฬาในพระพุทธศาสนา	๘๕
๓.๑.๑ ฌานกีฬา	๘๕
๓.๑.๒ จิตตกีฬา	๘๓
๓.๒ หลักธรรมสำหรับพัฒนาให้ประสบความสำเร็จในการกีฬา	๙๐

๓.๒.๑ หลักอิทธิบาท ๔	๕๐
๓.๒.๒ หลักภavana ๔	๕๑
๓.๓ หลักธรรมเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพสำหรับการกีฬา	๕๕
๓.๓.๑ หลักธรรมด้านโภชนาการ	๕๕
๓.๓.๒ หลักธรรมด้านสุขอนามัย	๕๕
๓.๔ หลักธรรมเกี่ยวกับ “ความรัก ความสามัคคี” ในการกีฬา	๕๗
๓.๔.๑ หลักกัลยาณมิตร	๕๗
๓.๔.๒ หลักสังกหวัตถุ ๔	๕๘
๓.๕ หลักธรรมที่ควรหลีกเลี่ยงในการกีฬา	๑๐๐
๓.๕.๑ อคติ ๔	๑๐๐
๓.๕.๒ ปมาทธรรม	๑๐๒
๓.๕.๓ อบายมุข	๑๐๒
๓.๖ หลักธรรมสำหรับการฝึกฝนให้รู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย	๑๐๔
๓.๖.๑ หลักพรหมวิหาร ๔	๑๐๔
๓.๖.๒ หลักการเคารพพระเบิยวินัย(การวตา)	๑๐๔
๓.๖.๓ สมานี	๑๐๕
๓.๖.๔ ขันติ โสรัจจะ	๑๐๖

บทที่ ๔ การพัฒนาคุณภาพชีวิตจากการเล่นกีฬาของบุคลากรมหาวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยสงครณราชวิทยาลัยตามหลักภavana ๔	๑๑๐
๔.๑ การพัฒนาคุณภาพชีวิตจากการเล่นกีฬาของบุคลากรตามหลักภavana ๔	๑๑๐
๔.๑.๑ การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านกาย	๑๑๔
๔.๑.๒ การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านศีล	๑๑๗
๔.๑.๓ การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านจิต	๑๒๐
๔.๑.๔ การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านปัญญา	๑๒๒
๔.๒ ผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตจากการเล่นกีฬาของบุคลากรตามหลักภavana ๔	๑๒๔
๔.๒.๑ ผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านกาย	๑๒๔
๔.๒.๒ ผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านศีล	๑๒๖
๔.๒.๓ ผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านจิต	๑๒๗
๔.๒.๔ ผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านปัญญา	๑๒๘
๔.๓ วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างกีฬาด้านกายกับจิต	๑๓๐

บทที่ ๕ สรุปและข้อเสนอแนะ	๑๓๓
๕.๑ สรุปผลการศึกษา	๑๓๓
๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๑๓๖
๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้	๑๓๖
๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป	๑๓๖
 บรรณานุกรม	 ๑๓๗
 ภาคผนวก	 ๑๔๑
 ประวัติผู้วิจัย	 ๑๔๒

สารบัญตาราง

เรื่อง		หน้า
ตารางที่ ๑	ลักษณะกิจกรรมออกกำลังกายและกีฬาที่เหมาะสมตามระดับอายุ	๓๐
ตารางที่ ๒	กิจกรรมการเคลื่อนไหวที่เหมาะสมเกี่ยวกับการออกกำลังกาย	๓๓
ตารางที่ ๓	ชนิดและอุปกรณ์กีฬา	๖๓

สารบัญแผนภูมิ

เรื่อง		หน้า
แผนภูมิที่ ๑	ประโยชน์ด้านการแพทย์	๑๕
แผนภูมิที่ ๒	ประโยชน์ด้านสุขภาพและสมรรถภาพ	๒๐
แผนภูมิที่ ๓	ประโยชน์ด้านบุคลิกภาพ	๒๑
แผนภูมิที่ ๔	ความสัมพันธ์เกี่ยวกับกีฬาเพื่อสุขภาพ	๒๕
แผนภูมิที่ ๕	ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ	๕๘

สารบัญภาคผนวก

เรื่อง	หน้า
ภาคผนวกที่ ๑ แบบกรอกประวัติผู้ให้สัมภาษณ์	๑๔๒
ภาคผนวกที่ ๒ แบบสอบถามใช้ในการสัมภาษณ์	๑๔๓
ภาคผนวกที่ ๓ รายชื่อผู้ให้สัมภาษณ์	๑๔๕
ภาคผนวกที่ ๔ ภาพประกอบการสัมภาษณ์	๑๔๖

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

การใช้อักษรย่อคัมภีร์

อักษรย่อในวิทยานิพนธ์ ใช้อ้างอิงจากพระไตรปิฎก ภาษาบาลีและภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๕๐ และ ๒๕๓๕ ตามลำดับ อรรถกถา ภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เรียงตามคัมภีร์ ดังนี้

พระวินัยปิฎก

วิ.จ. (ไทย) = วินัยปิฎก จุฬวรรค (ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

ที.ปา.	(บาลี)	=	สุตตนต์ปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฏิกวุคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ที.ปา.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฏิกวรรค	(ภาษาไทย)
อง.ติก.	(บาลี)	=	สุตตนต์ปิฎก	องคุตตรนิกาย	ติกนิปาตปาติ	(ภาษาบาลี)
อง.ติก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ติกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ปญจก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ปัญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.จก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	จักกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.สตก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	สັตตกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.อฎฐก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	อฎฐนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.ป.	(บาลี)	=	สุตตนต์ปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฏิสมภิทามคคปาติ	(ภาษาบาลี)

ปกรณ์วิเสส

วิสุทฺธิ. (บาลี) = วิสุทฺธิมคคปกรณ์ (ภาษาบาลี)

การใช้อักษรภาษาอังกฤษ

ibid	=	หมายถึง	เรื่องเดียวกัน
p.	=	หมายถึง	หน้า

การใช้หมายเลขย่อ

การใช้หมายเลขอ้างอิงพระไตรปิฎกภาษาบาลี จะแจ้งเล่ม / ข้อ / หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ ตัวอย่างเช่น วิ.ม. (บาลี) ๓/๒๕๕/๑๘๒ หมายถึง วินยปิฎก มหาวคฺคปาติ เล่ม ๓ ข้อ ๒๕๕ หน้า ๑๘๒ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๕

การใช้หมายเลขอ้างอิงพระไตรปิฎกภาษาไทย จะแจ้งเล่ม / ข้อ / หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ ตัวอย่างเช่น วิ.ม. (ไทย) ๔/๒๐/๒๗ หมายถึง วินยปิฎก มหาวคฺคปาติ เล่ม ๔ ข้อ ๒๐ หน้า ๒๗ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๕

การใช้หมายเลขอ้างอิงอรรถถา จะแจ้งเล่ม / ข้อ / หน้า หรือจะแจ้ง เล่ม / หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ ตัวอย่างเช่น วิ.อ. (บาลี) ๓/๒๕๕/๑๘๒ – ๑๘๓ หมายถึง สมณุตปาสาทิกา วินยปิฎกอุฎฺฐถา เล่ม ๓ ข้อ ๒๕๕ หน้า ๑๘๒ – ๑๘๓ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๕