



ใส่บาตร ถวายสังฆทานอย่างไร...จึงจะได้บุญ

สวัสดีค่ะ คุณผู้ฟัง พบกันอีกเช่นเคยในรายการ.....ซึ่งดิฉันได้นำสาระน่ารู้มาเสนอคุณผู้ฟังเป็นประจำ และวันนี้ดิฉันจะมาพูดคุยถึงเรื่อง “ใส่บาตร ถวายสังฆทานอย่างไร...จึงจะได้บุญ” โดยการสนับสนุนข้อมูลจาก กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา กระทรวงสาธารณสุข



คุณผู้ฟังคะ การทำบุญกับวิถีชีวิตคนไทยนับเป็นของคู่กันมาแต่โบราณ นับตั้งแต่เทศกาลขึ้นปีใหม่เพิ่งจะผ่านไป ก้าวเข้าสู่วันมาฆบูชา และวันสงกรานต์ นอกจากนี้พุทธศาสนิกชนก็ยังนิยมเข้าวัดทำบุญตักบาตร และถวายสังฆทานในโอกาสอื่นๆ เพื่อความเป็นสิริมงคล เช่น เนื่องในวันครบรอบคล้ายวันเกิด, วันพระ, วันขึ้นบ้านใหม่ เป็นต้น

คุณผู้ฟังคะ การทำบุญนั้นควรต้องคำนึงถึงความสะอาดของอาหารที่จะใส่บาตรด้วย เพื่อป้องกันมิให้พระภิกษุสงฆ์ สามเณร ฉันทอาหารที่มีสารปนเปื้อนหรือมีเชื้อจุลินทรีย์ปะปนอยู่ ซึ่งจะทำให้เกิดอาการท้องเสีย เนื่องจากอาหารเป็นพิษได้ แทนที่จะได้บุญ กลับได้บาปแทนนะคะ การเลือกซื้ออาหารใส่บาตร หรือถวายสังฆทาน ควรต้องพิถีพิถันกันสักหน่อย ดิฉันมีข้อแนะนำง่าย ๆ ดังนี้ค่ะ

ประการแรก หากท่านมีเวลาที่จะประกอบอาหารเอง ในการเลือกซื้ออาหารสดมาประกอบอาหาร ขอให้ซื้อจากร้านที่มีเครื่องหมายอาหารปลอดภัย หรือ “Food Safety” เพราะแสดงว่าร้านนั้นผ่านการตรวจสอบแล้วว่าอาหารสดเหล่านี้ไม่มีการปนเปื้อนของสารต้องห้ามที่เป็นอันตราย ไม่ว่าจะเป็นบอแรกซ์, พอร์มาลิน, สารเร่งเนื้อแดง, สารกันรา, แอฟลาทอกซิน หรือสารเคมีกำจัดศัตรูพืช และถ้าเป็นร้านที่ขายอยู่ในตลาดที่มีป้าย “ตลาดสดน่าซื้อ” ยิ่งดีเลยคะ

ประการที่สอง หากท่านไม่มีเวลาประกอบอาหารเอง การซื้ออาหารแบบปรุงสำเร็จหรืออาหารถุง ควรเลือกซื้อจากร้านอาหารที่ปรุงสุกใหม่ๆ ร้านประกอบอาหารต้องสะอาด ทั้งนี้ขอให้สังเกตร้านที่ได้รับ “ป้ายอาหารสะอาด รสชาติอร่อย” หรือ “Clean Food Good Taste” แสดงว่าร้านอาหารนั้นได้มาตรฐานสุขอนามัยที่ดี ในส่วนของอาหารถุงที่จัดเป็นชุดขายเพื่อใส่บาตร ขอให้สังเกตสัญลักษณ์การแต่งกายของผู้ขาย, ความสะอาดของเล็บมือ รวมทั้งแผงที่ขายใช้อุปกรณ์ภาชนะต้องสะอาด นอกจากนี้จุดที่ตั้งแผงขาย หากอยู่ใกล้สิ่งสกปรก เช่น ถังขยะ ท่อระบายน้ำเสีย ควรหลีกเลี่ยงกันนะคะ

ประการสุดท้าย หากอาหารที่จะใส่บาตร หรือถวายสังฆทาน เป็นอาหารแปรรูป อาหารในภาชนะบรรจุปิดสนิท เช่น อาหารกระป๋อง, บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป เป็นต้น ในการเลือกซื้อให้สังเกตที่ฉลากโดย ต้องซื้อผลิตภัณฑ์ที่มีเลขสารบบอาหาร ๑๓ หลัก ในกรอบเครื่องหมาย อย. บนฉลาก แสดงว่าผลิตภัณฑ์อาหารนั้น ได้ผ่านการกำกับดูแลคุณภาพ มาตรฐาน การผลิตจาก อย. แล้ว และภาชนะบรรจุต้องอยู่ในสภาพดี เช่น อาหารกระป๋องต้องไม่บวม, บวม, รั่วซึม และยังไม่หมดอายุนะคะ



คงไม่ยากเกินไป หรือทำให้ท่านเหนื่อยแล้วถอดใจไม่ทำบุญกันไปเลยนะคะ นอกจากอาหารแล้ว ก็ยังมีการถวายสังฆทานเป็นยาสามัญประจำบ้าน ซึ่งเป็นยาพื้นฐานที่มีความจำเป็นที่ใช้รักษาอาการป่วยเล็กน้อย เช่น ยาแก้ปวด , ยาหม่อง , ยาตม , ยาทาแผล เป็นต้น ซึ่งควรต้องควักวันหมดอายุด้วยนะคะ รวมถึงวัตถุดิบอันตรายในบ้านเรือน เช่น ผลิตภัณฑ์กำจัดแมลง , ผลิตภัณฑ์ทำความสะอาดพื้น/ห้องน้ำ ซึ่งท่านต้องไม่นำมาจัดปะปนรวมกับอาหารหรือยา เพื่อถวายสังฆทาน เพราะพระภิกษุสงฆ์อาจได้รับสารอันตรายที่ปนเปื้อนเข้าไปในผลิตภัณฑ์อาหารหรือยาได้ เดียวจะไม่ได้บุญกันเสียเปล่า ๆ ค่ะ

ค้นหาคำตอบ บริโภคปลอดภัย โทร.สายด่วน อย. 1556