

ศึกษาแนวทางการปฏิบัติต่อผัสสาตนะเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต A Study of Practice Way of Phassāyatana for Life Development

สุรตนา ตฤณรัตน์
Suratana Trinratana^{*}

Received: May 02, 2024

Revised: May 14, 2024

Accepted: December 01, 2024

บทคัดย่อ

บทความวิจัยเรื่องศึกษาแนวทางการปฏิบัติต่อผัสสาตนะเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต มีวัตถุประสงค์เพื่อ (๑) ศึกษาผัสสาตนะในคัมภีร์พระพุทธศาสนา (๒) ศึกษาตัวอย่างบุคคลที่เสวยส่วยโลกทางผัสสาตนะในคัมภีร์พระพุทธศาสนา (๓) ศึกษาแนวทางการปฏิบัติต่อผัสสาตนะเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต ระเบียบวิธีวิจัยได้แก่การวิจัยเชิงเอกสารโดยศึกษาข้อมูลจากพระไตรปิฎกและอรรถกถา วิเคราะห์เนื้อหาและนำเสนอในลักษณะการพรรณนา ผลการวิจัยพบว่า (๑) ผัสสาตนะสภาวะธรรมของกระบวนการทำงานของจิตและเจตสิกซึ่งเป็นที่เกิดของสุขทุกข์ หรืออุเบกขา โดยแบ่งเป็น ๖ ประเภทได้แก่ จักขุผัสสาตนะ โสตผัสสาตนะ ฆานผัสสาตนะ ชิวหาผัสสาตนะ กายผัสสาตนะ มโนผัสสาตนะ (๒) ตัวอย่างบุคคลที่เสวยส่วยโลกทางผัสสาตนะพบว่าการรับรู้โลกทางผัสสาตนะนั้นเกิดขึ้นด้วยการทำงานของจิตและเจตสิกเป็นการเกิดผัสสะทั้งด้านกุศลวิบากและอกุศลวิบาก และมีกระบวนการต่อเนื่องทำให้เกิดกิเลสตัณหา อุปาทาน (๓) การปฏิบัติต่อผัสสาตนะเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยหลักธรรมสำคัญของการปฏิบัติคือสติสัมปชัญญะ ได้แก่ ๑) การใช้สติเพื่อรู้เท่าทัน หรือความไม่ประมาท ในการรู้เท่าทันผัสสาตนะในการเสวยอารมณ์ด้วยอินโสมนสิการ ๒) การเสวยอารมณ์ทางอายตนะ (ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ) ด้วยมนสิการคือการกำหนดไว้ในใจ ๓) กระบวนการของกลไกผัสสาตนะด้วยการปฏิบัติให้ถูกต้องโดยใช้สติสัมปชัญญะเพื่อไม่ให้เกิดตัณหา ซึ่งได้แก่ กายสังขาร วจิตสังขาร มโนสังขาร โดยการสำรวจอินทรีย์ ๔) การกำหนดรู้ด้วยผัสสาตนะเป็นอารมณ์ของวิปัสสนา ตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ ประการคือ กาย เวทนา จิต ธรรม

คำสำคัญ : แนวทางการปฏิบัติ; ผัสสาตนะ; การพัฒนาคุณภาพชีวิต; สติสัมปชัญญะ

^{*}สาขาวิชาพระพุทธศาสนาคณะบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
Buddhist Studies The Graduate School, Mahachulalongkornrajavidyalaya University,
Email: Suratana.t@ttcl.com เบอร์โทรศัพท์ ๐๘๙ ๙๖๘๐๑๕๑



Abstract

The study included the following objectives: (1) to study Phassāyatana in Buddhist texts; (2) to investigate and explore persons who had experience the world through Phassāyatana in Buddhist scriptures; and (3) to study the practical guidelines toward Phassāyatana for the development of life. The study employed documentary research by studying related data from Tipiṭaka and Commentaries. From the study, (1) it is found that Phassāyatana is the natural state of the mind working process which is cognition arising. They are the birth of Vedanā (feeling) such as Sukha (happiness), Dukkha (suffering) or Upekkhā (neutral feeling). The followings six kinds of Phassāyatana are divided according to Āyatana (specific sense sphere) i.e. Cakkhuphassāyatana (eye-contact), Sotaphassāyatana (Ear-contact), Ghānayaphassāyatana (nose-contact), Jivhāphassāyatana (tongue-contact), Kayāphassāyatana (body-contact), Manophassāyatana (mind-contact). (2) from the investigated and explored persons who had experience the world through all six kinds of Phassāyatana, which is the engagement with the world together with working of Citta (mind) and Cetasika (mental factor). The arising of diverse and complex perception such as Kusalavipākā (good result as happiness) and Akusalavipākā (bad result as suffering) and then the following continuous processes causes different kinds of Kilesa (defilements), Taṇhā (cravings), and Upādāna (attachments). (3) the practical guidelines toward Phassāyatana for the development of life, which is Sati-sampajañña (mindfulness and awareness) as a principle that is the key of the practice. The practical guidelines are followings i.e. 1) the using of Sati (mindfulness) be aware or be not careless in being of the senses with Yoniso-manasikāra (analytical of reflection). 2) the using of Phassāyatana through the senses (eyes, ears, nose, tongue, body, mind) with Manasikāra (determination in the mind). 3) the working process of Phassāyatana, through the senses should be performed correctly, by using Sati-sampajañña (mindfulness and awareness) as not be create the cravings, which are Kāya-saṅkhāra (bodily formation), Vacī-saṅkhāra (verbal formation), Citta-saṅkhāra (mental formation), by the development Indriya-saṁvara (control of the senses) 4) the development by focusing Phassāyatana for practicing Satipaṭṭhāna (four foundations of mindfulness) such as Kāya, Vedana, Citta, Dhamma.

Keywords: Practical guidelines; Phassāyatana; The Development of life; Sati-sampajañña

๑. บทนำ

มนุษย์มีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมและสังคมด้วยการรับรู้โลกโดยผ่านอายตนะของมนุษย์ ซึ่งพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงตรัสไว้ในพระสูตรมธุปนิชิตกสูตร “จักขุวิญญาณเกิดขึ้นเพราะอาศัยจักขุและรูปารมณ์ ความประจวบกันแห่งธรรมทั้ง ๓ เป็นผัสสะ เพราะผัสสะเป็นปัจจัย เวทนาจึงเกิด บุคคลเสวยอารมณ์ใด ย่อมหมายรู้อารมณ์นั้น...โสทวิญาณเกิดขึ้นเพราะอาศัยโสตะและสัทธารมณ์ ฯลฯ ฆานวิญาณเกิดขึ้นเพราะอาศัยฆานะและคันธารมณ์ ฯลฯ ชิวหาวิญาณเกิดขึ้นเพราะอาศัยชีวหาและรสารมณ์ ฯลฯ กายวิญาณเกิดขึ้นเพราะอาศัยกายและโผฏฐัพพารมณ์ ฯลฯ มโนวิญาณเกิดขึ้นเพราะอาศัยมโนและธรรมารมณ์ ความประจวบกันแห่งธรรมทั้ง ๓ เป็นผัสสะ เพราะผัสสะเป็นปัจจัย เวทนาจึงเกิด บุคคลเสวยอารมณ์โดยหมายรู้อารมณ์นั้น”^๒ ส่วนการดำเนินชีวิตของมนุษย์ ในทรรศนะของ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต) กล่าวว่า “กระบวนการรับรู้ต่อโลกเสพเสวยต่อโลกกระทำต่อโลกโดยกระบวนการเหล่านี้ต้องอาศัยช่องทางเรียกว่า ทวาร ประตู หรือแดนเชื่อม ไว้ติดต่อชีวิตกับโลกภายนอก กระบวนการรับรู้และเสพเสวยต่อโลกของชีวิตกับโลกภายนอกนี้ด้วยเครื่องรับ หรือเครื่องรู้คืออายตนะภายในได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ต่อโลกภายนอกที่เป็นสิ่งที่ถูกรู้หรืออายตนะภายนอกได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส สิ่งต้องกาย”^๓ เช่น ได้เห็น-เกิดการรู้ที่ได้จากตากระทบรูป ได้ยิน-เกิดการรู้ที่ได้จากหูกระทบเสียง ได้กลิ่น-เกิดการรู้ที่ได้จากจมูกกระทบกลิ่น รู้รส-เกิดการรู้ที่ได้จากลิ้นลิ้มรส รู้สิ่งต้องกาย-เกิดการรู้ที่ได้จากกายสัมผัสด้วยสิ่งที่มาต้องกาย รู้เรื่องในใจ - เกิดการรู้ที่ได้จากใจด้วยใจ ซึ่งการรู้ที่เกิดขึ้นนี้เรียกว่าผัสสะหรือการกระทบ ซึ่งเป็นขั้นตอนที่เกิดความรู้สึกต่อสิ่งที่รับรู้เข้ามาเกิดขึ้นที่อายตนะนั้นๆ เรียกว่า เวทนา เกิดความรู้สึก สุข ทุกข์ ไม่สุข ไม่ทุกข์ (เฉยๆ) อย่างใดอย่างหนึ่ง โดยที่มนุษย์มีการกระบวนการปรุงแต่งทั้งทางดี (กุศล) และไม่ดี (อกุศล) ซึ่งทำให้เกิดการกระทำทั้งทางดีและไม่ดี ด้วยการแสดงออกเป็นการพูด การทำ และการคิด ที่เป็นพฤติกรรมและการกระทำในการดำเนินกิจกรรมของชีวิตของมนุษย์

การดำเนินชีวิตของคนเรามีความสัมพันธ์และเกี่ยวข้องกับสิ่งรอบตัวด้วยกระบวนการผ่านผัสสาอายตนะทั้งสี่ด้วยวิถีของชีวิตซึ่งดำเนินไปในรูปแบบต่างกันด้วยการปฏิบัติต่อกันก็เป็นไปตามบทบาทหน้าที่ของคนๆนั้น กล่าวได้ว่าคนในสังคมที่มาอยู่ร่วมกันต้องมีการปฏิสัมพันธ์และ

^๒ ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๐๔/๒๑๓.

^๓ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, พิมพ์ครั้งที่ ๓๙, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), หน้า ๒๘-๓๐.

ปฏิบัติซึ่งกันและกันด้วยพฤติกรรมต่างๆที่แสดงออกมา จากเหตุการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นในสังคมจึงมีเรื่องราวเกิดขึ้นทั้งดีและไม่ดี โดยที่แต่ละเหตุการณ์นั้นก็ต้ออาศัยอายตนะเป็นตัวเชื่อมต่อที่ทำให้คนเรามีการกระทำต่างๆกันไป ตามปรากฏตามหน้าหนังสือพิมพ์หรือสื่อออนไลน์ที่เราได้อ่านนั้นว่า เหตุการณ์ทั้งหลายล้วนมีผัสสาอายตนะเป็นแดนเกิดหรือเป็นแดนเชื่อมที่ทำให้พฤติกรรมหรือการกระทำที่ทำให้มีผลเกิดขึ้นทั้งสิ้นซึ่งมีทั้งดีและไม่ดี ตัวอย่างเช่น “กรณีเหตุการณ์เมื่อวันที่ ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖ เด็กชายอายุขวบเศษถูกพี่เลี้ยงทำร้ายร่างกายจนเสียชีวิต โดยจับหัวเด็กโขกพื้น ซึ่งเธอได้รับสารภาพภายหลังว่าเด็กร้องไห้งอแงไม่ยอมหยุด จนทำให้เธอพลั้งมือจับหัวเด็กโขกพื้น”^๔ ในเหตุการณ์นี้พี่เลี้ยงเด็กได้ยินเสียงร้องทางหู เกิดความรำคาญจึงแสดงออกโดยการทำร้ายเด็ก มีกรณีข่าว “เรื่องคดีชายเจ้าของร้านจำหน่ายเครื่องใช้ไฟฟ้า เข้าแจ้งความตำรวจว่าถูกลูกชายและลูกสะใภ้ได้วางยาสลบและกักขังในห้องเป็นเวลากว่า ๒ ปี และได้จัดฉากร้องต่อศาลให้ว่า ชายผู้เป็นพ่อเป็นบุคคลไร้ความสามารถ และได้ยกย้ายทรัพย์ของพ่อผู้เป็นบิดาให้เป็นของพวกตน”^๕ จากเหตุที่ลูกชายและลูกสะใภ้ มีกิเลสหวังที่จะได้ทรัพย์ เกิดจากอายตนะทางธรรมาอายตนะจึงได้กระทำการกุศลกรรม มีตัวอย่างเรื่องโซกลางของสังคมไทยมาแต่อดีตจากคอลัมน์ในหนังสือพิมพ์ออนไลน์ เขียนว่า“ในคราวที่กรุงศรีอยุธยาจะถูกทำลายอย่างย่อยยับ ก็มีลางบอกเหตุที่หลวงพ่อดำพันญะเชิงหลังน้ำพระเนตร”^๖ ซึ่งเป็นการใช้อายตนะทางหู อายตนะทางใจ คิดปรุงแต่งเรื่องต่างๆเกี่ยวโยงกับเหตุการณ์น้ำพระเนตรไหลโดยที่ยังไม่ได้พิสูจน์

ดังนั้นการดำเนินชีวิตของคนมนุษย์ที่เสพสวையทั้งความสุขความทุกข์แตกต่างกันไปจึงทำให้มีความสนใจที่จะศึกษาผัสสาอายตนะและกระบวนการทำงานของผัสสาอายตนะรวมถึงการเสพสวையโลกทางผัสสาอายตนะของบุคคลในคัมภีร์พระพุทธศาสนาจากพระพุทธพจน์ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาอันเป็นประโยชน์อย่างยิ่งและแนวทางการปฏิบัติต่อผัสสาอายตนะเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้มีความสุข

๒. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของงานวิจัยเรื่อง “ศึกษาแนวทางการปฏิบัติต่อผัสสาอายตนะเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต” สำหรับวัตถุประสงค์ที่ต้องการนำเสนอในบทความนี้มี ๓ ข้อ คือ

- ๑) เพื่อศึกษาผัสสาอายตนะในคัมภีร์พระพุทธศาสนา
- ๒) เพื่อศึกษาตัวอย่างบุคคลที่เสพสวையโลกทางผัสสาอายตนะในคัมภีร์พระพุทธศาสนา
- ๓) เพื่อศึกษาแนวทางการปฏิบัติต่อผัสสาอายตนะเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต

^๔ ไทยรัฐ, ปีที่ ๗๔ ฉบับที่ ๒๓๗๖๑ (๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖): ๑.

^๕ ไทยรัฐ, ปีที่ ๗๔ ฉบับที่ ๒๓๗๖๕ (๑๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖): ๑.

^๖ โรม บุนนาค, (๒ มิถุนายน ๒๕๖๖), “เรื่องเก่า-เล่าสนุก”, ผู้จัดการ, [ออนไลน์], ๑๓ พฤษภาคม ๒๕๖๖, แหล่งที่มา : <https://mgronline.com/onlinesection/detail/9660000050735> [๒๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๖].



๓. วิธีดำเนินการวิจัย/รูปแบบการวิจัย/ขอบเขตการวิจัย

งานวิจัยเรื่อง “ศึกษาแนวทางการปฏิบัติต่อผัสสาตนะเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต” นี้ ผู้วิจัยได้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) โดยการรวบรวมข้อมูลในเอกสารคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ขอบเขตของการวิจัยไว้ ๒ ด้าน คือ (๑) ขอบเขตด้านเนื้อหา ได้แก่ ศึกษาความหมาย ประเภท และลักษณะของผัสสาตนะ กระบวนการทำงานของผัสสาตนะ ศึกษากระบวนการรับรู้และเสพสวโยโลกทางผัสสาตนะ พร้อมทั้งบุคคลที่เสพสวโยโลกทางผัสสาตนะในคัมภีร์พระพุทธศาสนาทั้งทางดีและไม่ดี และแนวทางการปฏิบัติต่อผัสสาตนะเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต (๒) ขอบเขตด้านเอกสาร ได้แก่ ศึกษาพระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๙ อรรถกถาภาษาไทยฉบับมหาจุฬาราชวิทยาลัย คัมภีร์วิสุทธิมรรคภาษาไทยฉบับมหาจุฬาราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๖๒ คัมภีร์ปกรณ์วิเสส เพื่อนำมาเสนอการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

๔. ผลการวิจัย

ผลการวิจัยนี้ได้ค้นพบประเด็นที่ตอบวัตถุประสงค์ดังนี้

๑. ผัสสาตนะในคัมภีร์พระพุทธศาสนาพบว่า (๑) ความหมายของผัสสาตนะ “ผัสสาตนะ หมายถึงที่เกิดแห่งผัสสะ”^๗ หรือ ที่อาศัยเกิดพร้อมกันของผัสสะ ซึ่งเป็นการประจวบพร้อมของ ๓ องค์ธรรม “อายตนะภายนอก ๖ ได้แก่ ๑) รูปายตนะ (รูป) ๒) สัททายตนะ (เสียง) ๓) คันธายตนะ (กลิ่น) ๔) รสอายตนะ (รส) ๕) โผฏฐัพพายตนะ (โผฏฐัพพะ) ๖) ธัมมายตนะ (ธรรมารมณ์)”^๘ กับ “อายตนะภายใน ๖ ได้แก่ ๑) จักขวยตนะ (ตา) ๒) โสตายตนะ (หู) ๓) ฆานายตนะ (จมูก) ๔) ชิวหายตนะ (ลิ้น) ๕) กายายตนะ (กาย) ๖) มนายตนะ (ใจ)”^๙ และ “วิญญาน ๖ ได้แก่ ๑) จักขุวิญญาน (ความรู้แจ้งอารมณ์ทางตา) ๒) โสทวิญญาน (ความรู้แจ้งอารมณ์ทางหู) ๓) ฆานวิญญาน (ความรู้แจ้งอารมณ์ทางจมูก) ๔) ชิวหาวิญญาน (ความรู้แจ้งอารมณ์ทางลิ้น) ๕) กายวิญญาน (ความรู้แจ้งอารมณ์ทางกาย) ๖) มโนวิญญาน (ความรู้แจ้งอารมณ์ทางใจ)”^{๑๐} (๒) ประเภทของผัสสาตนะโดยแบ่งประเภท ๖ ประเภทตามอายตนะที่เกิด ได้แก่ “จักขุผัสสาตนะ โสตผัสสาตนะ ฆานผัสสาตนะ ชิวหาผัสสาตนะ กายผัสสาตนะ มโนผัสสาตนะ”^{๑๑} (๓) กลไกการทำงานของผัสสาตนะ ๑) กระบวนการรับรู้ที่มีการเกิดกระทบบรรจบพร้อมๆของ อายตนะภายใน อายตนะภายนอก และวิญญาน (ความรู้แจ้งในอารมณ์) หรือ

^๗ ดูรายละเอียดใน ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๗๑/๖๑.

^๘ ดูรายละเอียดใน ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๒๓/๓๑๖.

^๙ ดูรายละเอียดใน ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๒๓/๓๑๕-๓๑๖.

^{๑๐} ดูรายละเอียดใน ส.น. (ไทย) ๑๖/๒/๗., ที.ปา (ไทย) ๑๑/๓๒๓/๓๑๖.

^{๑๑} ดูรายละเอียดใน ที.ส.อ. (ไทย) ๑/๑๔๔/๑๗๘.



เรียกว่าผัสสะ การรับรู้ตามอายตนะที่เกิดผัสสะนั้นๆได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ซึ่งกลไกของการเกิดของผัสสะทางผัสสายตนะเนื่องด้วยเหตุและปัจจัย ความว่า “เพราะสหายตนะเป็นปัจจัย ผัสสะจึงมีเป็นไฉน จักขุสัมผัส โสตสัมผัส ฆานสัมผัส ชิวหาสัมผัส กายสัมผัส และมนโสัมผัส นี้เรียกว่า เพราะสหายตนะเป็นปัจจัยผัสสะจึงมี เพราะผัสสะเป็นปัจจัยเวทนาจึงมี เป็นไฉน เวทนาที่เกิดแต่จักขุสัมผัส เวทนาที่เกิดแต่โสตสัมผัส เวทนาที่เกิดแต่ฆานสัมผัส เวทนาที่เกิดแต่ชิวหาสัมผัส เวทนาที่เกิดแต่กายสัมผัส เวทนาที่เกิดแต่มนโสัมผัส นี้เรียกว่า เพราะผัสสะเป็นปัจจัยเวทนาจึงมี”^{๑๒} ๒) กระบวนการทำงานของจิตและเจตสิกซึ่งมีที่เกิดจากการกระทบกันของอายตนะภายใน (ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ) กับอายตนะภายนอก (รูป เสียง กลิ่น รส สิ่งต้องกาย สิ่งนึกคิด) และวิญญาณ (ความรู้แจ้งทางอารมณ์ : ได้เห็นทางตา ได้ยินทางหู ได้กลิ่นทางจมูก ได้รู้รสทางลิ้น ได้รู้สัมผัส เย็น ร้อน อ่อน แข็งทางกายรู้เรื่องในใจทางใจ) (๔) กลไกสืบเนื่องของผัสสายตนะ ๑) กระบวนการสืบเนื่องของผัสสะที่อายตนะนั้นๆ หรือผัสสายตนะที่เป็นเกิดของผัสสะด้วยเหตุจากผัสสะโดยรู้อารมณ์นั้น ได้แก่ สัมผัสทางตา สัมผัสทางหู สัมผัสทางจมูก สัมผัสทางลิ้น สัมผัสทางกาย สัมผัสทางใจ ที่ทำให้เกิดอารมณ์ทางใจที่คิดนึกถึงรูป เสียง รส กลิ่น สิ่งต้องกาย จึงเป็นกลไกสืบเนื่องและเป็นปัจจัยของเวทนา (ทุกข์ สุข อุเบกขา) ๒) กระบวนการสืบเนื่องของผัสสายตนะคือเวทนาซึ่งเป็นปัจจัยของตัณหา เช่น กิเลส ๑๕๐๐ ตัณหา ๑๐๘ อุปาทาน เช่น ในคัมภีร์พระไตรปิฎก สหายตนะวรรค ขณะสูตร นี้ได้เปรียบเทียบ”อารมณ์ที่รู้แจ้งที่ไม่น่าพอใจ (ทุกข์เวทนา) และน่าพอใจ (สุขเวทนา) โดยทวารทั้ง ๖ ว่าเป็นนรก ๖ ขุม สวรรค์ ๖ ชั้น”^{๑๓} หรือ สวรรค์ในอกนรกในใจ (๕) ไตรลักษณ์นั้นเป็นลักษณะทั่วไปหรือเรียกว่าสามัญลักษณะคือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ซึ่งเป็นกฎธรรมชาติของสิ่งทั้งปวง ซึ่งไตรลักษณ์ในลักษณะที่เป็นความจริงของชีวิตของมนุษย์ และการดำเนินของชีวิตมนุษย์นั้นย่อมมีผัสสายตนะที่ทำให้เกิดความทุกข์ความสุขนั้น เพราะผัสสายตนะเป็นที่เกิดแห่งผัสสะเนื่องจากปัจจัยต่างมากระทบกันและการรับรู้อารมณ์ จึงเกิดการทำงานของผัสสายตนะต่อเนื่องเวทนา ซึ่งเป็นวิภูษะที่ทำให้เกิดทุกข์สุข ดังนั้น พระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนไว้ว่า การพิจารณาด้วยปัญญาว่า ผัสสายตนะไม่เที่ยงมีความเสื่อมหรือแปรปรวนไปตามธรรมชาติ สิ่งใดไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และผัสสายตนะนั้นล้วนเป็นอนัตตาไม่มีตัวตนที่แท้จริง ตามกฎของไตรลักษณ์นั่นเอง ในการใช้ปัญญา

๒. ตัวอย่างบุคคลที่เสพเสวยโลกทางผัสสายตนะในคัมภีร์พระพุทธศาสนา พบว่า (๑) การเสพเสวยโลกจากการกระทบของจักขายตนะกับรูปายตนะ ได้แก่ ๑) การเสพเสวยของพระเจ้ากุสสะ^{๑๔} เสพด้วยตาคือเห็นรูปงามและเสวยสุขเวทนาด้วยผัสสายตนะทางตา คือ ตากระทบรูปและเห็นรูปทางตา หรือเรียกว่า จักขามผัสสายตนะ คือจักขุประสาทรับรู้ภาพ เมื่อรับรู้รูปา

^{๑๒} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒๓๐-๒๓๑/๒๒๑.

^{๑๓} ดุรายละเอียดใน ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๑๓๕/๑๖๙-๑๗๐.

^{๑๔} ดุรายละเอียดใน พุ.ชา.สตตก.อ.(ไทย) ๘/๕๓๑/๑๔๘-๒๐๕.



มณีนันมีความสุขเกิดจนกระทั่งความใคร่ครวญคิดถึงรูป (ความงาม) ของพระนางประภาวดี ๒) การเสพเสวยของพระนางประภาวดี^{๑๕} เสพด้วยตาคือเห็นรูปอัปลักษณ์ของพระเจ้ากุสสะ และเสวยทุกขเวทนาด้วยผัสสายตนะทางตา พระนางเกิดความไม่พอใจหรือทุกข์ที่เห็นหน้าพระเจ้ากุสสะหน้าตาหน้าเกลียดด้วยเพราะพระนางมัวเมาในรูปของนาง (นางมีรูปร่างผิวพรรณงามกว่าผู้อื่น) ๓) การเสพเสวยของเจ้าหญิงโรหิณี^{๑๖} ในอดีตชาติพระนางโรหิณีเห็นรูปของนางหญิงพื่อนผู้เลอโฉม พระนางเสพรูปารมณรู้ด้วยผัสสายตนะทางตา (จักขาผัสสายตนะ) เมื่อพระนางรู้แจ้งในรูปาอารมณ พระนางเสวยทุกขเวทนาด้วยผัสสายตนะทางตา พระนางโรหิณีจึงได้ทำกรรมจากการเสวยทุกขเวทนา เกิดกิเลสจึงได้ทำกรรมกับนางหญิงพื่อน จึงมีผลทำให้พระนางโรหิณีเกิดในชาตินี้มีปุมปมที่ผิวหนังทั่วร่างกาย ๔) การเสพเสวยของเทพบุตรทั้ง ๔^{๑๗} เทพบุตรทั้ง ๔ เห็นรูปของพระนางโรหิณี (รูปารมณ) เกิดสุขเวทนาในความงามของพระนาง และอยากครอบครองพระนาง ทำให้เทพบุตรทั้ง ๔ เกิดการทะเลาะแก่งแย่งพระนางโรหิณี ๕) การเสพเสวยของท้าวสักกะ^{๑๘} เสพความงามของพระนางโรหิณีเป็นรูปารมณด้วยผัสสายตนะทางตา (จักขาผัสสายตนะ) เมื่อรับอารมณ์นั้นจึงเสวยสุขเวทนาเกิดความสุขได้ใคร่ครวญถึงอารมณ์นั้น ๒) การเสพเสวยจากการกระทบกันของโสตายตนะกับสัททายตนะ ได้แก่ ๑) การเสพเสวยของสามเณรปาลิต^{๑๙} ได้ยินเสียงและรู้เสียงนั้นด้วยผัสสายตนะทางหู (โสตาผัสสายตนะ) เกิดเสวยสุขเวทนา (เกิดความรู้สึกชอบ) สามเณรปาลิตไม่สามารถควบคุมใจตนเองได้ทำให้เกิดกิเลสตัณหาจึงตั้งพระจิตขุบาลเพื่อทำกิจจนเกิดศีลวิบัติแต่ถ้าสามเณรปาลิตมีสติกำกับตัวเองได้คงไม่กระทำความชั่ว ๒) การเสพเสวยของกุกุมพีปาลิต^{๒๐} ได้ยินข่าวไม่ดีของพระพี่ชายว่าตาบอด ด้วยผัสสายตนะทางหูจึงเกิดทุกขเวทนา (เสียใจ) เกิดอารมณ์ปรุงแต่งแสดงอาการนอนกลิ้งเกลือกบนพื้น ๓) การเสพเสวยของนกยูงทองโพธิสัตว์^{๒๑} เสพคือได้ยินเสียงนกยูงตัวเมีย (นกต่อ) ด้วยผัสสายตนะทางหูเกิดสุขเวทนาได้ใคร่ครวญคิดถึงเสียง (อารมณ์) หวานๆของนางนกต่อจนขาดสติกำกับตัวเองจนลืมสวดคาถาพระปริตรที่อาราธนาทุกเช้าเย็นเป็นเวลา ๗๐๐ ปี ๔) การเสพเสวยของพระนางเทวีขมา^{๒๒} เสพคือได้ยินเสียงแสดงธรรมของนกยูงทองจากความฝัน พระนางเสวยสุขเวทนาและตั้งใจในเสียงจากความฝันจนทำให้พระราชาต้องการจับนกยูงทองมาแสดงธรรมให้นางฟัง ๕) การเสพ

^{๑๕} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๔๘-๒๐๕.

^{๑๖} ดุรายละเอียดใน ขุ.ธ.อ. (ไทย) ๒/๑๗๔/๒๘๒-๒๘๖.

^{๑๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๘๒-๒๘๖.

^{๑๘} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๘๒-๒๘๖.

^{๑๙} ดุรายละเอียดใน ขุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๑/๓-๑๘.

^{๒๐} ดุรายละเอียดใน ขุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๑/๓-๑๘.

^{๒๑} ดุรายละเอียดใน ขุ.ชา.ทุก.อ. (ไทย) ๓/๑๕๙/๓๗-๔๓.

^{๒๒} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๗-๔๓.



เสวยของพระเจ้าพิมพิสาร^{๒๓} เสพเสียงร้องของเปรตมากระทบกับหู ซึ่งพระเจ้าพิมพิสารรู้ว่าเสียงนั้นโหยหวนเกิดทุกข์เวทนาจากเสียงของเปรตมาขอส่วนบุญ (๓) การเสพเสวยโลกจากการกระทบของขนายตนะกับคันธายตนะ ได้แก่ ๑) การเสพเสวยของพระโมคคัลลานะ^{๒๔} ท่านได้กลิ่นของดอกปาริชาติ ท่านไม่สุขไม่ทุกข์จากกลิ่นหอมของดอกไม้กลิ่นนั้นส่งกลิ่นกระทบกับจมูกของพระโมคคัลลาน ๒) การเสพเสวยของพระภิกษุ^{๒๕} ได้ดมดอกบัว มีความสุขจากกลิ่นนั้นเมื่อมีความสุขท่านจึงอยากดมกลิ่นนี้ทุกวัน ถึงแม้ว่าพระภิกษุรูปนี้จะพิจารณาเอากลิ่นมาเป็นอารมณ์ก็มีมัญฐาน (๔) การเสพเสวยโลกจากการกระทบของชีวหายตนะกับรสายตนะ ได้แก่ ๑) การเสพเสวยของนายโฆคาคี^{๒๖} เสพในรสของเนื้อปิ้ง ด้วยผัสสายตนะทางลิ้น (ชีวหาผัสสายตนะ) ได้เสวยสุขเวทนาจนติดในรสของเนื้อปิ้งมาก เมื่อเขารู้ว่าไม่มีเนื้อให้กิน เขาโกรธมากจนขาดสติไม่สามารถควบคุมความอยากทำให้เขาไปตัดตัดลิ้นโคมากิน ๒) การเสพเสวยของพระเจ้าปรีสาทา^{๒๗} เสพรสของอาหารที่ปรุงด้วยเนื้อมากด้วยผัสสายตนะทางลิ้น (ชีวหาผัสสายตนะ) เสวยสุขเวทนาและยังคงคิดถึงรสนั้น จนกระทั่งไม่มีสติมากำกับกิเลสของตนเองได้ จึงได้ทำกรรมโดยการฆ่าคนเป็นจำนวนมาก (๕) การเสพเสวยโลกจากการกระทบของกายายตนะกับโผฏฐัพพายตนะ ได้แก่ ๑) การเสพเสวยของพระเจ้าพกะ, พระเจ้าพาวริกะ^{๒๘} เสพด้วยผัสสายตนะทางกาย (กายผัสสายตนะ) รับรู้ความอ่อนนุ่มของผิวกายด้วยประสาททางกายได้เสวยสุขเวทนาจนติดใจในกายสัมผัสไม่สามารถกำกับกิเลสที่เกิดขึ้นภายในตนได้ ๒) การเสพเสวยของนางปัญจบาปี^{๒๙} ได้เสพผัสสายตนะทางกายกับลักลอบได้เสียขายอื่นนางได้เสวยสุขเวทนาและนางไม่สามารถควบคุมกิเลสของตนเองได้ (๖) การเสพเสวยโลกจากการกระทบของมนายตนะกับธัมมายตนะ ได้แก่ ๑) การเสพเสวยทางมนายตนะของพระภาคินยสังฆรักขิต^{๓๐} เสพคือคิด (มนายตนะ) เรื่องต่างๆไปเองจนกระทั่งเรื่องที่เกิด (ธัมมายตนะ) เสวยทุกข์เวทนาคือไม่ชอบและโกรธกรรยา (ในความคิด) นั้นแล้วไม่ติกรรยา (ในความคิด) แต่ได้ตีศรีษะพระสังฆรักขิตเถระด้วยกำนัพัตตาล (ขณะที่คิด) ๒) การเสพเสวยของภิกษุปัญจวัคคีย์^{๓๑} มีความคิดไม่เลื่อมใสพระพุทธรเจ้าเพราะพระพุทธรเจ้าไม่บำเพ็ญทุกขกิริยาแบบพวกตน และไม่เชื่อว่าพระพุทธรองค์บรรลุพระนิพพานแล้ว ๓) การเสพ

^{๒๓} ดูรายละเอียดใน พุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๘/๙๕-๙๙.

^{๒๔} ดูรายละเอียดใน พุ.วิ.อ. (ไทย) ๑/๖๘๐-๖๘๘/๒๐๖-๒๑๐.

^{๒๕} ดูรายละเอียดใน ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๓๔/๓๓๕-๓๓๖.

^{๒๖} ดูรายละเอียดใน พุ.ธ.อ. (ไทย) ๒/๑๘๒/๓๑๓-๓๑๔.

^{๒๗} ดูรายละเอียดใน พุ.ชา.อสีติ.อ. (ไทย) ๘/๕๓๗/๔๖๒-๔๙๘.

^{๒๘} ดูรายละเอียดใน พุ.ชา.อสีติ.อ. (ไทย) ๘/๕๓๕/๔๓๒-๔๓๖.

^{๒๙} ดูรายละเอียดใน พุ.ชา.อสีติ.อ. (ไทย) ๘/๕๓๕/๔๓๗.

^{๓๐} ดูรายละเอียดใน พุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒๗/๒๘๕-๒๘๘.

^{๓๑} ดูรายละเอียดใน วิ.ม. (ไทย) ๔/๑๒/๑๘-๒๐.



เสวยทางมนายตนะของนางปติปฐิกา^{๓๒} นางระลึกชาติได้ว่าอดีตชาตินั้นนางเป็นภรรยาของมาลาภารจินมันทำบุญเพื่อกลับไปหาสามีในอดีตชาติของนาง

๓. แนวทางการปฏิบัติต่อผัสสายตนะเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตพบว่า การดำเนินชีวิตผ่านผัสสายตนะด้วยอายตนะนั้นๆที่เป็นเกิดผัสสะ ซึ่งผัสสายตนะเกิดผัสสะได้ทั้งด้านกุศลวิบากหรืออกุศลวิบากที่ก่อให้เกิดความสุขความทุกข์ จากการวิเคราะห์บุคคลตัวอย่างจึงนำแนวทางการปฏิบัติต่อผัสสายตนะเพื่อพัฒนาชีวิตดังต่อไปนี้ (๑) กระบวนทำงานด้วยในการเสพอารมณ์ทางอายตนะ เช่น ตา กระบรูป ถ้าใช้การเสพอารมณ์อย่างโยนิโสหรือใช้อย่างไม่ถูกต้องทำให้เกิดทุกข์ได้ ดังนั้นจึงต้องใช้สติเพื่อรู้เท่าทัน หรือความไม่ประมาทในการรู้เท่าทัน ซึ่งข้อความในสัพพาสวสังวรสูตร “ความสันอาสวะของภิกษุผู้รู้ผู้เห็นอะไร (คือ) ผู้รู้ ผู้เห็นโยนิโสมนสิการและอโยนิโสมนสิการ เมื่อภิกษุมนสิการโดยไม่แยบคาย อาสวะทั้งหลายที่ยังไม่เกิดย่อมเกิดขึ้น และอาสวะทั้งหลายที่เกิดขึ้นแล้วย่อมเจริญ เมื่อภิกษุมนสิการโดยแยบคาย อาสวะทั้งหลายที่ยังไม่เกิดย่อมไม่เกิดขึ้น และอาสวะทั้งหลายที่เกิดขึ้นแล้วย่อมเสื่อมไป”^{๓๓} “ภิกษุทั้งหลายอาสวะทั้งหลายที่ต้องละด้วยทัสสนะก็มีอาสวะทั้งหลายที่ต้องละด้วยการสังวร”^{๓๔} ในการเสพอารมณ์ทางอายตนะ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นั้นถ้าผู้เสพอารมณ์โดยโยนิโสมนสิการจะนำไปสู่ตณหา แต่ถ้าเสพอารมณ์โดยโยนิโสมนสิการด้วยสติก็จะไม่ไปสู่ตณหา คือ ๑) เสพอารมณ์โดยใช้ปัญญา (โยนิโสมนสิการ = สติ) ไม่เกิดตณหา ๒) เสพอารมณ์โดยไม่ใช้ปัญญา (อโยนิโสมนสิการ = ไม่มีสติ) เกิดตณหา (๒) การเสพอารมณ์ด้วยการกำหนดไว้ในใจหรือการทำไว้ในใจหรือมนสิการการเสพแบบมีสติ ซึ่งข้อความในพาฬยสูตร “๑) จงพิจารณาเห็นกายในกายอยู่มีความเพียรมีสัมปชัญญะมีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ ๒) จงพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย ฯลฯ ๓) จงพิจารณาเห็นจิตในจิต ฯลฯ ๔) จงพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้”^{๓๕} ดังนั้น การเสพอารมณ์ทางอายตนะ (ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ) ด้วยการทำให้ไว้ในใจ (มนสิการ = สติสัมปชัญญะ) ซึ่งไม่นำไปสู่ตณหา ส่วนการเสพอารมณ์ด้วยการไม่ทำให้ไว้ในใจ (อมนสิการ = ไม่มีสติสัมปชัญญะ) จะนำไปสู่ตณหา จึงควรกำหนดไว้ในใจด้วยสติสัมปชัญญะว่า “เห็นสักแต่ว่าเห็น ได้ยินสักแต่ว่าได้ยิน” (๓) การรับรู้อารมณ์ของการเสพเสวยที่ผัสสายตนะซึ่งเป็นที่ยอาศัยเกิดของตณหา ซึ่งข้อความมรุตปิณฑิกสูตร “จักขุวิญญาณเกิดขึ้นเพราะอาศัยจักขุและรูปารมณ ความประจวบกันแห่งธรรมทั้ง ๓ เป็นผัสสะ เพราะผัสสะเป็นปัจจัย เวทนาจึงเกิด บุคคลเสวยอารมณ์โดยย่อหมายถึงรู้อารมณ์นั้น บุคคลหมายรู้อารมณ์โดยย่อตรีการมณนั้น บุคคลตรีการมณโดยย่อคิดปรุงแต่งอารมณ์นั้น บุคคลคิดปรุงแต่งอารมณ์ใด เพราะความคิดปรุงแต่งอารมณ์นั้นเป็นเหตุ แง่ต่าง ๆ แห่งปัญจสัญญาย่อมครอบงำ

^{๓๒} ดูรายละเอียดใน พุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๓๖/๓๔๐-๓๔๒.

^{๓๓} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๕/๑๘.

^{๓๔} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๖/๑๘.

^{๓๕} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๘๑/๒๓๗.



บุรุษ ในรูปทั้งหลายที่จะพึงรู้แจ้งทางตาทั้งที่เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบัน โสตวิญญานเกิดขึ้น เพราะอาศัยโสตะและสัททวารณ ๗๖ ...”^{๓๖} ในกระบวนการรับรู้อารมณ์นั้นซึ่งผัสสะหรือผัสสายตนะที่เป็น กุศลวิบากโดยเปรียบเทียบถึงอารมณ์ที่รู้แจ้งที่น่าพอใจ (สุขเวทนา) เปรียบเทียบกับสวรรค์ ๖ ชั้น ส่วนอกุศลวิบากโดยเปรียบเทียบถึงอารมณ์ที่รู้แจ้งที่ไม่น่าพอใจ (ทุกขเวทนา) เปรียบเทียบกับนรก ๖ ชุม ดังคำพังเพยว่า “สวรรค์ในอกนรกในใจ” (๔) กระบวนการของกลไกผัสสายตนะเมื่อกระบวนการเกิดควรปฏิบัติให้ถูกต้องโดยใช้สติสัมปชัญญะเพื่อไม่ให้เกิดตัณหา ซึ่งได้แก่ กายสังขาร วจีสังขาร มโนสังขาร โดยการเจริญอินทริย์ หรือภาวนาอินทริย์^{๓๗} ๑) การปฏิบัติต่อผัสสายตนะ (อุเบกขา = สติสัมปชัญญะ) ทำให้ไม่เกิดตัณหา ๒) การปฏิบัติต่อผัสสายตนะ (สุข ทุกข์ = ไม่มีสติสัมปชัญญะ) ทำให้เกิดตัณหา

๕. อภิปรายผล

๑. การศึกษาผัสสายตนะในคัมภีร์พระพุทธศาสนา ผลการวิจัยพบว่าผัสสายตนะเป็นกระบวนการรับรู้โลกด้วยผัสสะ ๖ ด้วยการประจวบกันของ อายตนะภายใน อายตนะภายนอก กับวิญญาน ผัสสายตนะ มี ๖ ประการ คือ จักขุผัสสาดตนะ โสตผัสสาดตนะ ฆานผัสสาดตนะ ชิวหาผัสสาดตนะ กายผัสสาดตนะ มโนผัสสาดตนะ เมื่อมีการเสพรู้โลกทางผัสสายตนะหรือกระบวนการทำงานของจิตและเจตสิก จึงเกิดเวทนาคือเสวยสุขหรือทุกข์ ซึ่งเป็นปัจจัยให้เกิดกลไกการทำงานต่อเนื่องของผัสสายตนะ ธรรมต่อเนื่องนั้น ได้แก่ มโนปวีจาร์ ๑๘ กิเลส ๑๕๐๐ ตัณหา ๑๐๘ เป็นต้น สอดคล้องกับงานของพระมหาภราดร อภาโร (อินทะพูล) และคณะ^{๓๘} ได้ศึกษาเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์ความสำคัญของอายตนะในสฬายตนวิภังคสูตร” ผลการศึกษาพบว่า กระบวนการทำงานของอายตนะเกิดขึ้นตามลำดับดังนี้ อายตนะภายในกระทบกับอายตนะภายนอก เกิดการรู้ของแต่ละอายตนะนั้นๆ เรียกว่า วิญญาน เมื่อครบองค์ประกอบทั้ง ๓ เกิดพร้อมเรียกว่า ผัสสะ และพบว่ามีหลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับอายตนะได้แก่ ๑) อายตนะกับไตรลักษณ์ ๒) อายตนะกับอริยะสัจสี่ ๓) อายตนะกับปฏิจจสมุปบาท ในกระบวนการทำงานของอายตนะซึ่งเป็นจุดเชื่อมต่อที่ทำให้กิเลส ดังนั้นการดับกิเลสทั้งปวงของกระบวนการทำงานของอายตนะนั้นด้วยการวิปัสสนาขั้นสูง

๒. การศึกษาตัวอย่างบุคคลที่เสพรู้โลกทางผัสสายตนะในคัมภีร์พระพุทธศาสนา ผลการวิจัยพบว่า การเสพรู้โลกทางผัสสายตนะนั้นในกระบวนการเริ่มต้นการเสพนั้นเกิดขึ้นเหมือนกันดังนี้ “อายตนะภายใน + อายตนะภายนอก + วิญญาน = ผัสสายตนะ -> เวทนา”

^{๓๖} ม.ญ. (ไทย) ๑๒/๒๐๔/๒๑๓-๒๑๔.

^{๓๗} ดูรายละเอียดใน ม.อ. (ไทย) ๑๔/๔๕๔-๔๖๒/๕๐๕-๕๐๙

^{๓๘} พระมหาภราดร อภาโร (อินทะพูล) และคณะ, “การศึกษาวิเคราะห์ความสำคัญของอายตนะในสฬายตนวิภังคสูตร”, *มจร สังคมศาสตร์ปริทรรศน์*, ปีที่ ๗ ฉบับที่ ๓ (กรกฎาคม-กันยายน ๒๕๖๑): ๑๐๑-๑๑๑.



กระบวนการต่อเนื่องนั้นจะแตกต่างกันไป ได้แก่ ดัชนีหา อุปาทาน เป็นต้น สอดคล้องกับงานของ ศศิธร เวียงวะลัย^{๓๙} ได้ศึกษาเรื่อง “อายตนะในฐานะสื่อสันติภาพ” ผลการศึกษาพบว่า การปฏิบัติต่ออายตนะเพื่อให้เกิดความรู้เท่าทันความจริงและประเพณีปฏิบัติเกี่ยวกับทุกซ์สุขอย่างถูกต้อง ด้วยการรู้จักใช้อายตนะเป็นเครื่องมือสร้างปัญญา

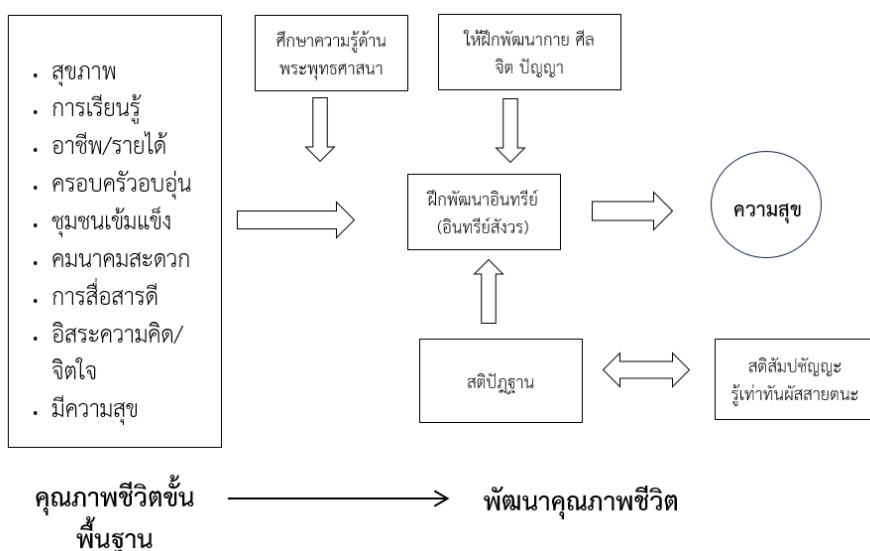
๓. การศึกษาแนวทางการปฏิบัติต่อผัสสายตนะเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต ผลวิจัยพบว่า การดำเนินชีวิตด้วยกระบวนการทำงานของผัสสายตนะโดยใช้อายตนะเป็นเครื่องมือในการดำเนินชีวิต ซึ่งทำให้เกิดผัสสะทั้งด้านกุศลวิบาก (ความสุข) และอกุศลวิบาก (ความทุกข์) ในปฏิบัติต่อผัสสายตนะสำหรับการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าหรือกำลังประสบอยู่ในขณะนั้นๆ จึงต้องใช้หลักธรรมที่เป็นหัวใจสำคัญคือ “สติสัมปชัญญะ” ซึ่งสติหมายถึงความระลึกได้ในการกระทำและความคิด เช่น ก่อนทำ ก่อนพูด ก่อนคิด โดยใช้สติ ทำหน้าที่รักษาควบคุมอายตนะทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ให้ระลึกรู้อยู่เสมอ และสัมปชัญญะหมายถึงการรู้ชัดแจ่มแจ้งด้วยผัสสายตนะ ๖ โดยการกำหนดรู้ รู้ชัดสิ่งที่รู้ในใจด้วยการเข้าใจตามความจริงของสิ่งนั้น สอดคล้องกับงานของ นันทนา สุภาพคำ และคณะ^{๔๐} ได้ศึกษาเรื่อง “การบำบัดโรคซึมเศร้าด้วยการเจริญสติ” ผลการศึกษาพบว่าภาวะซึมเศร้าในพระพุทธศาสนาถือว่าเป็นอาการประจำตัวของมนุษย์ที่เกิดมาทุกคน ในช่วงใดช่วงหนึ่งของชีวิตคนเราทุกคน เป็นอาการที่ถูกตั้งชื่อไว้เรียกอาการของคนที่เป็นทุกข์ สิ่งที่ทำให้คนป่วยทางใจมีสุขภาพจิตเสื่อมโทรมคือ กิเลส อันประกอบด้วยโลภะ (ตัณหา) โทสะ (ปฏิกัมภ) และโมหะ (อวิชชา) ดังนั้น การเจริญสตินี้ทำให้ควบคุมอายตนะความคิดอารมณ์ได้และทำให้แก้ไขการรับรู้ความคิดที่ผิดพลาดให้ถูกต้องได้ ดังนั้นการเจริญสติด้วยการกำกับอายตนะจึงทำให้รักษาอาการเครียดซึมเศร้า

๖. องค์ความรู้ใหม่

การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยการศึกษาความรู้ทางพระพุทธศาสนาและฝึกฝนพัฒนา กาย ศีล จิต ปัญญา การฝึกอบรมอินทรีย์ด้วยสติปัญญาฐานคือปฏิบัติต่อผัสสายตนะด้วย สติสัมปชัญญะคือการรู้เท่าทันผัสสายตนะ

^{๓๙} ศศิธร เวียงวะลัย, “อายตนะในฐานะสื่อแห่งสันติภาพ”, บัณฑิตศึกษามหาจุฬาลงกรณ์, ปีที่ ๔ ฉบับที่ ๒ (กรกฎาคม-ธันวาคม ๒๕๖๐): ๕๑-๖๓.

^{๔๐} นันทนา สุภาพคำ และคณะ, “การบำบัดโรคซึมเศร้าด้วยการเจริญสติ”, วารสารมจร อุบลวรรณ, ปีที่ ๗ ฉบับที่ ๓ (กันยายน-ธันวาคม ๒๕๖๕): ๒๑๗-๒๓๑.



๗. สรุป

๑. ผลการการศึกษาผัสสายตนะในคัมภีร์พระพุทธศาสนาพบว่า (๑) ความหมายและประเภทของผัสสายตนะ ผัสสายตนะเป็นสภาวะประจวบพร้อมกันของธรรม ๓ ประการคือ “อายตนะภายใน” “อายตนะภายนอก” และ “วิญญาณ” ประจวบพร้อมกันเกิด “ผัสสะ” ซึ่งมี ๖ อย่าง คือ จักขุสัมผัส โสตสัมผัส ฆานสัมผัส ชิวหาสัมผัส กายสัมผัส มโนสัมผัส จากสภาวะที่ประจวบพร้อมกันนี้คือผัสสายตนะ ซึ่งแบ่งประเภทตามที่เกิดของอายตนะ ได้แก่ ๑) จักขุผัสสายตนะ (ผัสสายตนะทางตา) คือ ที่เกิดของกระทบทางตา ซึ่งเป็นสภาวะที่เกิดพร้อมกันของจักขายตนะ (ตา) รูปายตนะ (รูป) และจักขุวิญญาณ (รู้แจ้งอารมณ์ทางตา) ๒) โสตผัสสายตนะ (ผัสสายตนะทางหู) คือ ที่เกิดของกระทบทางหู ซึ่งเป็นสภาวะที่เกิดพร้อมกันของโสตายตนะ (หู) สัททายตนะ (เสียง) และโสตวิญญาณ (รู้แจ้งอารมณ์ทางหู) ๓) ฆานผัสสายตนะ (ผัสสายตนะทางจมูก) คือที่เกิดการกระทบทางจมูก ซึ่งเป็นสภาวะที่เกิดพร้อมกันของฆานายตนะ (จมูก) คันธายตนะ (กลิ่น) และฆานวิญญาณ (รู้แจ้งอารมณ์ทางจมูก) ๔) ชิวหาผัสสายตนะ (ผัสสายตนะทางลิ้น) คือที่เกิดการกระทบทางลิ้น ที่เป็นสภาวะที่เกิดพร้อมกันของชิวหายตนะ (ลิ้น) รสายตนะ (รส) และชิวหาวิญญาณ (รู้แจ้งอารมณ์ทางลิ้น) ๕) กายผัสสายตนะ (ผัสสายตนะทางกาย) คือที่เกิดการกระทบทางกาย ที่เป็นสภาวะที่เกิดพร้อมกันของกายายตนะ (กาย) โผฏฐัพพายตนะ (สิ่งต้องกาย) และกายวิญญาณ (รู้แจ้งอารมณ์ทางกาย) ๖) มโนผัสสายตนะ (ผัสสายตนะทางใจ) คือที่เกิดของสภาวะธรรมที่สัมผัสอารมณ์ ทางใจ โดยอาศัยเกิดพร้อมกันของมนายตนะ (ใจ) กระทบกับธัมมายตนะ (สิ่งในใจ) และมโนวิญญาณ (รู้แจ้งอารมณ์ทางใจ) (๒) ผัสสายตนะมีความหมายโดยนัยยะว่าเป็นสภาวะธรรมนั้นคือเป็นกระบวนการทำงานของจิตผ่านอายตนะภายใน (ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ) กระทบอายตนะภายนอก (รูป เสียง กลิ่น รส สิ่งต้องกาย ธรรมารมณ์) ความรู้แจ้งอารมณ์ที่



เป็นที่เกิดของผัสสะของอายตนะนั้นๆ เมื่อกระบวนการทำงานของผัสสาตนะคือ อายตนะภายใน + อายตนะภายนอก + วิญญาณ = ผัสสะ -> เวทนา (เสวยเวทนา ๓ ได้แก่ สุข ทุกข์ อุเบกขาเวทนา) -> ตัณหา -> อุปาทาน ซึ่งกลไกการทำงานของผัสสาตนะทำให้มีเจตนาเกิดสืบต่อจากการทำงานของผัสสาตนะ ๖ นั้น โดยแสดงออกทางการกระทำ ๓ อย่าง ได้แก่ กายกรรม วาจากรรม และมโนกรรม

๒. ผลการศึกษาการศึกษาตัวอย่างบุคคลที่เสพเสวยโลกในคัมภีร์พระพุทธศาสนาพบว่าตัวอย่างบุคคลที่เสพเสวยทางผัสสาตนะ ๖ คือตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เกิดการเสวยเวทนา สุข ทุกข์ ไม่สุขไม่ทุกข์ ได้แก่ (๑) การเสพเสวยโลกจากการกระทบของจักขายตนะกับรูปายตนะ หรือที่เรียกว่าตากระทบรูป กระบวนการเริ่มต้นการเสพเหมือนกันคือ “จักขายตนะ (ตา) + รูปายตนะ (รูป) + วิญญาณ (รู้) = ผัสสาตนะทางตา -> เวทนา ๓” ส่วนกระบวนการต่อเนื่องของการเสวยแตกต่างกันไป ด้วยตัวอย่างบุคคลในคัมภีร์พระพุทธศาสนา เช่น เวทนา (สุข ทุกข์ ไม่สุขไม่ทุกข์) -> ตัณหา, อุปาทาน เป็นต้น ตัวอย่างบุคคล คือ พระเจ้ากุสะ พระนางประภาวดี พระนางโรหิณี เทพบุตรทั้ง ๕ ท้าวสักกะ (๒) การเสพเสวยโลกจากการกระทบของโสตายตนะกับสัททายตนะหรือที่เรียกว่าหูกระทบเสียง กระบวนการเริ่มต้นการเสพเหมือนกันคือ “โสตายตนะ (หู) + สัททายตนะ (เสียงของสตรี) + วิญญาณ (รู้) = ผัสสาตนะทางหู -> เวทนา ๓” ส่วนกระบวนการต่อเนื่องของการเสวยแตกต่างกันไป ด้วยตัวอย่างบุคคลในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเช่น เวทนา (สุข ทุกข์ ไม่สุขไม่ทุกข์) -> ตัณหา, สังขาร, อุปาทาน เป็นต้น ตัวอย่างบุคคล คือ สามเณรปาลิต ภูมพิปาลิต นกยูงทองโพธิสัตว์ พระนางเทวีเขมา พระเจ้าพิมพิสาร ฝูงเปรต (๓) การเสพเสวยโลกจากการกระทบของฆณายตนะกับคันธายตนะหรือที่เรียกว่าจมูกกระทบกลิ่น กระบวนการเริ่มต้นการเสพเหมือนกันคือ “ฆณายตนะ (จมูก) + คันธายตนะ (กลิ่น) + วิญญาณ (รู้) = ผัสสาตนะทางจมูก-> เวทนา ๓” กระบวนการต่อเนื่องของการเสวยแตกต่างกันไป ด้วยตัวอย่างบุคคลในคัมภีร์พระพุทธศาสนา เช่น เวทนา (สุข ทุกข์ ไม่สุขไม่ทุกข์) -> ตัณหา, อุปาทาน เป็นต้น ตัวอย่างบุคคล คือ พระโมคคัลลานะ พระภิกษุ (๔) การเสพเสวยโลกจากการกระทบของชีวนายตนะกับรสายตนะหรือที่เรียกว่าลิ้นกระทบรส กระบวนการเริ่มต้นการเสพเหมือนกันคือ “ชีวนายตนะ (ลิ้น) + รสายตนะ (รส) + วิญญาณ (รู้) = ผัสสาตนะทางลิ้น -> เวทนา ๓” ส่วนกระบวนการต่อเนื่องของการเสวยแตกต่างกันไป ด้วยตัวอย่างบุคคลในคัมภีร์พระพุทธศาสนา เช่น เวทนา (สุข ทุกข์ ไม่สุขไม่ทุกข์) -> ตัณหา, อุปาทาน เป็นต้น ตัวอย่างบุคคล คือ นาคโคฆาตกร พระเจ้าปรีสาท (๕) การเสพเสวยโลกจากการกระทบของกายายตนะกับโผฏฐัพพายตนะหรือที่เรียกว่ากายกระทบสิ่งต้องกาย กระบวนการเริ่มต้นการเสพเหมือนกันคือ “กายายตนะ (กาย) + โผฏฐัพพายตนะ (สิ่งต้องกาย) + วิญญาณ (รู้) = ผัสสาตนะทางกาย -> เวทนา ๓” ส่วนกระบวนการต่อเนื่องของการเสวยแตกต่างกันไป ด้วยตัวอย่างบุคคลในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเช่นเวทนา (สุข ทุกข์ ไม่สุขไม่ทุกข์) -> ตัณหา, อุปาทาน เป็นต้น ตัวอย่างบุคคล คือ พระเจ้าพกะ พระเจ้าพวริกะ นางปัญจาปปี (๖) การเสพเสวยโลกจากการกระทบของมนายตนะกับธัมมายตนะหรือที่เรียกว่าใจกระทบอารมณ์ที่เกิดขึ้นในใจ กระบวนการเริ่มต้นการเสพ



เหมือนกันคือ “มนายตนะ (ใจ) + อัมมายตนะ (เรื่องที่เกิด) + วิญญาน (รู้) = ผัสสายตนะทางใจ -> เวทนา ๓” ส่วนกระบวนการต่อเนื่องของการเสวยแตกต่างกันไป ด้วยตัวอย่างบุคคลในคัมภีร์พระพุทธศาสนา เช่น เวทนา (สุข ทุกข์ ไม่สุขไม่ทุกข์) -> ตัณหา, อุปาทาน เป็นต้น ตัวอย่างบุคคล คือ พระภาคินย สัมภักขิต ภิกษุปัญจวัคคีย์ นางปติปฐิกา

๓. ผลการศึกษาแนวทางการปฏิบัติต่อผัสสายตนะเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตพบว่า การดำเนินชีวิตนั้นมีกระบวนการของผัสสายตนะทั้งสิ้น ซึ่งใช้อายตนะเป็นเครื่องมือในการดำเนินชีวิต ซึ่งทำให้เกิดผัสสะทั้งด้านกุศลวิบาก (ความสุข) และอกุศลวิบาก (ความทุกข์) ดังนั้นแนวทางการปฏิบัติต่อผัสสายตนะสำหรับการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าหรือกำลังประสบอยู่ในขณะนั้นๆ จึงต้องใช้หลักธรรมที่เป็นหัวใจสำคัญของการปฏิบัติต่อผัสสายตนะนี้ คือ สติสัมปชัญญะ แบ่งเป็น ๒ คำ คือ ๑) สติ หมายถึง ความระลึกได้ในการกระทำและความคิด เช่น ก่อนทำ ก่อนพูด ก่อนคิด โดยใช้สติ ทำหน้าที่รักษาควบคุมอายตนะทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ให้ระลึกอยู่เสมอ ๒) สัมปชัญญะ หมายถึง การรู้ชัดแจ่มแจ้งด้วยผัสสายตนะ ๖ โดยการกำหนดรู้ รู้ชัดสิ่งที่รู้ในใจ ด้วยการเข้าใจตามความจริงของสิ่งนั้น และการพัฒนาอินทรีย์ เป็นการจัดระเบียบอินทรีย์ทั้ง ๖ คือการจัดระเบียบของอายตนะตั้งมั่นด้วยสติ ไม่ให้ความยินดียินร้ายหรือถูกรอบงำของการรับรู้ด้วยอายตนะภายใน ๖ หรือ อินทรีย์ ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ การสำรวมอินทรีย์นั้น เมื่อได้เสพอารมณ์ ๖ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ สิ่งนี้ก่อกำเนิดในการพัฒนาด้วย สำรวมอินทรีย์นี้ผู้ที่เสพอารมณ์รู้ดี สิ่งใดชั่ว ไม่ให้อารมณ์ที่รับรู้มาครอบงำ ดังนั้นการปฏิบัติต่อผัสสายตนะเพื่อการพัฒนาชีวิตนั้นสรุปได้ดังนี้ (๑) กระบวนการทำงานด้วยในการเสพอารมณ์ทางอายตนะ (ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ) เช่น ตา กระทบรูป หูกระทบเสียง ในการเสพอารมณ์อย่างอโยนิโสมนสิการหรือเสพอโดยไม่ใช้สติ ทำให้เกิดตัณหา แต่ถ้าเสพอารมณ์โดยอโยนิโสมนสิการด้วยสติจะไม่เกิดตัณหา ดังนั้นการใช้สติเพื่อรู้เท่าทัน หรือความไม่ประมาทในการรู้เท่าทันกับผัสสายตนะในการเสพอารมณ์ด้วยอโยนิโสมนสิการ (๒) การเสพอารมณ์ทางอายตนะ (ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ) ด้วยการทำไว้ในใจ (มณสิการ = สติสัมปชัญญะ) ซึ่งไม่นำไปสู่ตัณหา ส่วนการเสพอารมณ์ด้วยการไม่ทำไว้ในใจ (อมณสิการ = ไม่มีสติสัมปชัญญะ) จะนำไปสู่ตัณหา จึงควรกำหนดไว้ในใจด้วยสติสัมปชัญญะว่า “เห็นสักแต่ว่าเห็น ได้ยินสักแต่ว่าได้ยิน” (๓) กระบวนการรับรู้ อารมณ์นั้นซึ่งผัสสะหรือผัสสายตนะที่เป็นกุศลวิบากโดยเปรียบเทียบถึงอารมณ์ที่รู้แจ้งที่น่าพอใจ (สุขเวทนา) ส่วนอกุศลวิบากโดยเปรียบเทียบถึงอารมณ์ที่รู้แจ้งที่ไม่น่าพอใจ (ทุกขเวทนา) ดังนั้นกระบวนการการทำงานของผัสสายตนะในการรับรู้อารมณ์ที่เป็นสุขเปรียบเทียบเป็นสวรรค์คือ อารมณ์ที่รู้แจ้งที่น่าพอใจมีเกิดที่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ส่วนการรับรู้อารมณ์ที่เป็นทุกข์ เปรียบเทียบเป็นนรกคืออารมณ์ที่รู้แจ้งที่ไม่น่าพอใจเกิดที่ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ดังคำพังเพยว่า “สวรรค์ในอกนรกในใจ” (๔) กระบวนการของกลไกผัสสายตนะเมื่อกระบวนการเกิดควรปฏิบัติให้ถูกต้องโดยใช้สติสัมปชัญญะเพื่อไม่ให้เกิดตัณหา ซึ่งได้แก่ กายสังขาร วจีสังขาร มโนสังขาร โดยการเจริญอินทรีย์

๔. ข้อเสนอแนะ



ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไปดังนี้

๑. ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างผัสสาตนะกับขันธในคัมภีร์พระพุทธศาสนา
๒. ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างผัสสาตนะกับธาตุ ๑๘ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนา

บรรณานุกรม

- ไทยรัฐ. ข่าวหน้าหนึ่ง. ปีที่ ๗๔ ฉบับที่ ๒๓๗๖๑ (๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖): ๑.
- ไทยรัฐ. ข่าวหน้าหนึ่ง. ปีที่ ๗๔ ฉบับที่ ๒๓๗๖๕ (๑๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖): ๑.
- นันทนา สุภาพคำ และคณะ. “การบำบัดโรคซึมเศร้าด้วยการเจริญสติ”. วารสารมจรอุบล
 วรรณ. ปีที่ ๗ ฉบับที่ ๓ (กันยายน-ธันวาคม ๒๕๖๕): ๒๑๗-๒๓๑.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต). พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย. พิมพ์ครั้งที่ ๓๙.
 กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.
- พระมหาภาธร อาภาโร (อินทะพูล) และคณะ. “การศึกษาวิเคราะห์ความสำคัญของอายตนะ
 ในสฬายตนวิภังคสูตร”. มจร สังคมศาสตร์ปริทรรศน์. ปีที่ ๗ ฉบับที่ ๓ (กรกฎาคม-
 กันยายน ๒๕๖๑): ๑๐๑-๑๑๑.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
 กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
 กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๖๐.
- โรม บุนนาค. (๒ มิถุนายน ๒๕๖๖). “เรื่องเก่า-เล่าสนุก”. ผู้จัดการ. [ออนไลน์]. ๑๓ ย่อหน้า.
 แหล่งที่มา: <https://mgronline.com/online/section/detail/9660000050735>
 [๒๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๖].
- ศศิธร เวียงวะลัย. “อายตนะในฐานะสื่อแห่งสันติภาพ”. บัณฑิตศึกษามหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. ปีที่ ๔
 ฉบับที่ ๒ (กรกฎาคม-ธันวาคม ๒๕๖๐): ๕๑-๖๓.

