

การเจริญวิปัสสนาในผัสสมูลกสูตร

A Study of Vipassana Practice in Phassamulaka Sutta

พระสมันต์ ทั้งสุวรรณ และ ธาณี สุวรรณประทีป

Phra Sombat Thungsuwan and Thanee Suwanprateep

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Palisuksa Buddhagosa Campus, Thailand.

E-mail: ¹thungsuwan@gmail.com, ²thanees.su@mcu.ac.th

Received May 24, 2023; Revised August 20, 2023; Accepted August 29, 2023

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาเนื้อหาและหลักธรรมในผัสสมูลกสูตร 2) เพื่อศึกษาการเจริญวิปัสสนาในผัสสมูลกสูตร การวิจัยนี้ เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาวิจัยเชิงเอกสาร โดยศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท เอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง วิเคราะห์เรียบเรียง และนำเสนอผลการวิจัย ในลักษณะพรรณนา ผลจากการวิจัย พบว่า 1) ผัสสมูลกสูตร คือ พระสูตรว่าด้วยเวทนา 3 ประการ คือ (1) สุขเวทนา (2) ทุกขเวทนา (3) อทุกขมสุขเวทนา ซึ่งเกิดจากผัสสะ มีผัสสะเป็นมูล มีผัสสะเป็นเหตุ มีผัสสะเป็นปัจจัย เวทนา หมายถึง การเสวยอารมณ์ เมื่อจำแนกประเภทโดยลักษณะแห่งการเสวยอารมณ์ สุข ทุกข อทุกข และ ผัสสะ หมายถึง สัมผัส การกระทบ การถูกต้องทำให้เกิดความรู้สึกภายใน ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ และความรู้สึกภายนอก ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ และวิญญาณ 2) การเจริญวิปัสสนาในผัสสมูลกสูตร คือ การกำหนดรู้ผัสสะที่เกิดขึ้นทางทวารทั้ง 6 โดยการกำหนดรู้ตามหลักเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ได้แก่ (1) การกำหนดรู้สุขเวทนา คือ การกำหนดความรู้สึกเป็นสุขทางกาย ได้แก่ ความโล่ง เบาสบาย หรือความรู้สึกเป็นสุขทางใจ (2) การกำหนดรู้ทุกขเวทนา คือ การกำหนดรู้ ความรู้สึกที่เป็นทุกข์ทางกาย เช่น ความเจ็บ ปวด ร้อน เย็น เหนื่อย หรือความทุกข์ทางใจ และ (3) การกำหนดรู้ทุกขมสุขเวทนา คือ การกำหนดความรู้สึกแบบเป็นกลาง ๆ ไม่สุขไม่ทุกข์ หรือ ความเฉยแห่งใจ ตามความเป็นจริง และอานิสงส์ของการเจริญวิปัสสนาภาวนาในผัสสมูลกสูตร คือ สามารถนำไปสู่การขัดอณูสัยกิเลส อาสวะ บรรลุมรรค ผล นิพพาน ได้ในที่สุด

คำสำคัญ: การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา; เวทนา; ผัสสมูลกสูตร

Abstract

This article aimed 1) to study the contents and teachings in Phassamulaka Sutta and 2) to study the development of Vipassana in Phassamulaka Sutta. In this study, it was documentary research by studying information from Theravada Buddhist scriptures, related documents, collecting, summarizing, analyzing, and compiling in descriptive style. The results of the research revealed that Phassamulaka Sutta is the discourse concerning on 3 aspects of feeling: 1) pleasurable or Sukhavedana, 2) unpleasurable or Dukkavedana, and 3) Non-

pleasure or Ubekkhavedana which arises from contact, having contact as its cause, having contact as its factor. Vedana means feeling experiencing of the objects. Categorized by its nature, the experience of feeling; happiness, unhappiness, equanimity, and contact means touch, impact, and right that caused internal sensations such as eye, ear, nose, tongue, body, and mind, and external sensations such as form, sound, smell, taste, contact, mental objects, and consciousness. 2) The cultivation of Vipassana in Phassamulaka Sutta focuses on the determination of the senses arising through the six rectums by pursuing knowledge according to 3 feelings based on Vedananupassanasatipatthana: (1) observing the happy feeling referring to bodily happiness such as clearness, comfort, or feeling of inner happiness, (2) observing the bodily suffering such as pain, heat, cold, tiredness, or mental suffering, and (3) determining the neutral feelings, neither happiness nor suffering, or indifference of the mind as they really are. The benefits of Vipassana meditation practice found Phassamulaka Sutta was that it can lead to the elimination of defilements, the end of impurities, and finally attaining the Noble Path, the Fruits, and Nibbana.

Keywords: Vipassana Meditation; Sensation; Phassamulaka Sutta

บทนำ

การเจริญวิปัสสนา คือ การเจริญสติเพื่อให้เกิดปัญญารู้เท่าทันตามความเป็นจริงของสภาวะธรรมทั้งหลาย อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ตลอดจนรู้ถึงเหตุปัจจัยจนนำไปสู่การแก้ปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งยังช่วยให้สามารถดำเนินชีวิตในปัจจุบันได้อย่างถูกต้องดีงาม มีความสงบสุข สามารถรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงของโลกตามความเป็นจริง ดังพระพุทธพจน์ตรัสว่า “วิปัสสนาที่ภิกษุเจริญแล้วย่อมให้สำเร็จประโยชน์ คือ ย่อมให้ปัญญาเจริญ ปัญญาที่เจริญแล้วย่อมให้สำเร็จประโยชน์ คือ ย่อมละอวิชชาได้” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) มนุษย์จึงจำเป็นต้องปฏิบัติวิปัสสนาเพื่อเป็นการพัฒนาด้านจิตใจให้ละความเห็นผิดจนเกิดปัญญา จนนำไปสู่การดำเนินชีวิตที่ถูกต้องตามหลักพระพุทธศาสนาได้ในที่สุด

เวทนา หมายถึง การเสวยอารมณ์ ความรู้สึก สุข ทุกข์ หรือเฉย ๆ ไม่สุขไม่ทุกข์ ความรู้สึกเหล่านี้จะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อมีการถูกระทบ หรือการรับรู้ของอารมณ์ ซึ่งกระบวนการรับรู้ของอารมณ์นั้นเกิดจากอายตนะภายในทั้ง 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ กระทบกับอารมณ์ (อายตนะภายนอก) ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ (สิ่งที่ต้องกาย) และธรรมารมณ์ (สิ่งที่ต้องใจ) โดยมีวิญญาณคือความรู้ร่วมด้วย การรับรู้นี้เกิดขึ้นเมื่อมีองค์ประกอบครบ 3 อย่างคือ อายตนะภายใน อายตนะภายนอก (อารมณ์) และวิญญาณบรรจบกันเกิดผัสสะหรือสัมผัสมี 6 อย่าง ได้แก่ จักขุสัมผัส โสตสัมผัส ฆานสัมผัส ชิวหาสัมผัส กายสัมผัส และมนโสมผัสทำให้เกิดกระบวนการ คือ เวทนา ได้แก่ ความรู้สึกสบาย ชื่นใจ ถูกใจ (สุขเวทนา) หรือไม่สบาย เจ็บปวด ทุกข์ใจ (ทุกขเวทนา) หรือเฉย ๆ เฉย ๆ สบายก็ไม่ใช่ ไม่สบายก็ไม่ใช่ (อุเบกขาเวทนา) ด้วยเหตุนี้จึงกล่าวได้ว่าเวทนาเกิดจากผัสสะ (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ ป.อ. ปยุตฺโต, 2559) ดังมีพระพุทธพจน์ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย เพราะไม้ 2 อันเสียดสีกัน จึงเกิดความร้อน ไฟลุกขึ้น เพราะแยกไม้ทั้งสองนั้นออกจากกัน ความร้อนที่เกิดจากการเสียดสีนั้นจึงดับระงับไปแม้ฉับใด เวทนา 3 ประการนี้ก็ฉับนั้นเหมือนกัน เกิดแต่ผัสสะ

มีผัสสะเป็นมูล มีผัสสะเป็นเหตุ มีผัสสะเป็นปัจจัย เพราะอาศัยผัสสะที่เกิดแต่ปัจจัยนั้น เวทนาที่เกิดแต่ผัสสะนั้นจึงเกิด เพราะผัสสะที่เกิดแต่ปัจจัยนั้นดับ เวทนาที่เกิดแต่ผัสสะนั้นจึงดับ”

จากพุทธพจน์ดังกล่าวจึงสรุปได้ว่า เวทนาเกิดจากผัสสะ และเมื่อผัสสะดับคือเมื่ออายตนะภายในกระทบกับอารมณ์แล้ววิญญาณไม่เกิด เวทนาจึงดับ

การเจริญวิปัสสนาในผัสสมูลสูตร เป็นการเจริญวิปัสสนาภาวนาเพื่อให้เห็นถึง ความเป็นไตรลักษณ์ ได้แก่ 1) อนิจจลักษณะ คือ อาการไม่เที่ยง อาการไม่ยั่งยืน อาการที่เกิดขึ้นแล้วเสื่อมและสลายไป อาการที่แสดงถึงความเป็นสิ่งไม่เที่ยงของขันธ, 2) ทุกขลักษณะ อาการเป็นทุกข์ อาการที่ถูกบีบคั้นด้วยการเกิดขึ้นและสลายตัว อาการที่กดดัน อาการฝืนและขัดแย้งอยู่ในตัว อาการที่แสดงถึงความเป็นทุกข์ของขันธ และ 3) อนัตตลักษณะ อาการของสิ่งที่ไม่ใช่ตัวตน อาการที่แสดงถึงความไม่ใช่ใคร ไม่ใช่ของใคร ไม่อยู่ในอำนาจควบคุมของใคร

อย่างไรก็ตาม แม้เวทนาจะเป็นเหตุแห่งปัญหาในชีวิตมนุษย์แต่เวทนามีประโยชน์อันต่อชีวิต เพราะมนุษย์สามารถใช้เวทนาเป็นหนทางในการนำชีวิตไปสู่ความเป็นอริยบุคคลได้หากมนุษย์มีความเข้าใจในเรื่องของ “เวทนา” ที่มีต่อชีวิต (มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2553) ด้วยเหตุผลดังกล่าว เวทนาจึงเป็นส่วนประกอบของชีวิตที่เป็นนามธรรมอันได้แก่การเสวยอารมณ์ คือความรู้สึกต่อสิ่งที่ถูกรับรู้ซึ่งเกิดขึ้นในขณะที่มีการรับรู้ ได้แก่ความสุขสำราญทางกาย ใจ หรือความไม่สุขสำราญทางกาย ใจ และความรู้สึกเฉย ๆ ความรู้สึกเหล่านี้มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อชีวิต เพราะทุกชีวิตจะต้องมีความรู้สึกเหล่านี้ตลอดเวลาตราบเท่าที่ยังมีลมหายใจ ถ้าขาดความรู้สึกชีวิตก็ไม่มีประโยชน์ ไม่มีความหมาย ฉะนั้น การครองชีวิตโดยรู้จักปฏิบัติตนต่อเวทนาให้ถูกต้อง จึงนับเป็นเรื่องสำคัญ ในเบื้องต้น ถ้าปฏิบัติต่อเวทนาเป็นก็จะทำให้สุขภาพจิตดี และถ้าถึงขั้นสูงก็สามารถทำให้หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวงได้

บทความนี้นำเสนอผลการศึกษากการเจริญวิปัสสนาในผัสสมูลสูตร โดยศึกษาเฉพาะในเรื่องของสุขเวทนา ทุกขเวทนา และอทุกขมสุขเวทนา (อุเบกขาเวทนา) เพื่อนำเสนอองค์ความรู้ใหม่ที่เป็นข้อมูลในเชิงวิชาการ และสามารถนำไปเป็นบาทฐานสำคัญในการศึกษาค้นคว้า ตลอดจนยังส่งเสริมศรัทธา ปสาทะที่เกื้อกูลต่อความเข้าใจใหม่ ๆ ในการเจริญวิปัสสนา อันจะเป็นประโยชน์เกื้อกูลแก่ของพุทธศาสนิกชนคนรุ่นหลังสืบต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

- 1) เพื่อศึกษาเนื้อหาและหลักธรรมในผัสสมูลสูตร
- 2) เพื่อศึกษากการเจริญวิปัสสนาในผัสสมูลสูตร

การทบทวนวรรณกรรม

ในการทำวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยศึกษาข้อมูลที่เป็นหลักฐานจาก พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา ปกรณ์วิเสส วิสุทธิมรรค และจากเอกสารที่ผู้ทรงคุณวุฒิได้ศึกษาค้นคว้าแล้วเผยแพร่ปรากฏอยู่ในปัจจุบัน ในเบื้องต้นผู้วิจัยได้สำรวจเอกสาร รายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย “ศึกษาการเจริญวิปัสสนาในผัสสมูลสูตร”

ความสำคัญของผัสสมูลสูตร ว่าด้วยเวทนามีผัสสะเป็นมูล เป็นพระสูตรว่าด้วยเวทนา 3 ประการ คือ 1) สุขเวทนา 2) ทุกขเวทนา 3) อทุกขมสุขเวทนา (อุเบกขาเวทนา) ซึ่งเกิดจากผัสสะ มีผัสสะเป็นมูล มีผัสสะเป็นเหตุ มีผัสสะเป็นปัจจัย เพราะอาศัยผัสสะที่เกิดแต่ปัจจัยนั้น เวทนาที่เกิดแต่ผัสสะนั้นจึงเกิด เพราะผัสสะที่เกิดแต่ปัจจัยนั้นดับ เวทนาที่เกิดแต่ผัสสะนั้นจึงดับ เพราะอาศัยผัสสะอันเป็นที่ตั้งแห่งทุกขเวทนา ทุกขเวทนาจึงเกิด เพราะผัสสะอันเป็นที่ตั้งแห่งทุกขเวทนานั้นนั่นแลดับ ทุกขเวทนาที่เกิดเพราะอาศัยผัสสะอันเป็นที่ตั้งแห่งทุกขเวทนาที่เสวยอยู่อันเกิดจากผัสสะนั้นก็ดับคือสงบไป เพราะอาศัยผัสสะอันเป็นที่ตั้งแห่งอทุกขมสุขเวทนา อทุกขมสุขเวทนาจึงเกิดเพราะผัสสะอันเป็นที่ตั้งแห่งอทุกขมสุขเวทนานั้นนั่นแลดับ อทุกขมสุขเวทนาที่เกิดเพราะ

อาศัยผัสสะ อันเป็นที่ตั้งแห่งอทุกขมสุขเวทนาที่เสวยอยู่อันเกิดจากผัสสะนั้นก็ดับคือสงบไป (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามหลักธรรมของพระพุทธศาสนาโดยอาศัยข้อกำหนดเป็นสิกขาบทที่พระพุทธเจ้าบัญญัติไว้เป็นกรอบปฏิบัติที่เอื้อต่อการพัฒนาคุณธรรมภายในให้เจริญขึ้น (พระธรรมปิฎก

ป.อ. ปยุตฺโต, 2546) เป็นลักษณะของบรรพชิตที่นำไปสู่ความศรัทธาเลื่อมใสของหมู่ชน (พระทีศพร ทองอยู่, 2565) โดยเริ่มต้นด้วยการศึกษาปริยัติให้รู้จักหลักการสำคัญในหลักคำสอนของศาสนาในการพัฒนาตนเองได้อย่างเหมาะสม (พระมหากิตติธัมมัญญ์ สุกิตติเมธี, 2564) สามารถนำความรู้ที่เกิดขึ้นจากการสัมผัสแหล่งเรียนรู้และสามารถเพิ่มทักษะในการนำไปปฏิบัติได้จริงเพื่อทำให้เกิดประโยชน์อย่างสูงสุดทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น ชุมชน สังคม (ศุภวรรณ การุญญะวีร์, 2564) ทดลองฝึกปฏิบัติตามที่ได้เรียนมา และการปฏิบัตินี้จะนำไปสู่ความรู้แจ้งเห็นจริง (Damnoen et al., 2021) การบูรณาหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในการดำเนินชีวิตในการพัฒนาพฤติกรรมของตนเอง (พระอำพัน นิลิน และ ธาณี สุวรรณประทีป, 2565) จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องนำไปใช้ด้วยความรอบคอบ (Tan & Damnoen, 2020) มีความรู้ ควบคู่กับการมีคุณธรรม จริยธรรม เป็นการปรับเปลี่ยนทัศนคติและพฤติกรรม ด้วยการปฏิบัติตามหลักเบญจศีลและเบญจธรรมเพื่อการดำเนินชีวิตอย่างสุขสงบ (ปรีयर วิชาลบุรณ์ และคณะ, 2566)และมีวัฒนธรรมในการดำรงชีวิตสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข (พระภัทรชัยญาณกรณ์ อุดสวย, 2564)

สรุปผลการทบทวนวรรณกรรม พบว่า เอกสารงานวิจัยต่าง ๆ เป็นหัวข้อธรรมในแง่มุม ที่มีการกำหนดรู้เวทนาที่เกิดจากการกระทบของผัสสะ และมีการเจริญวิปัสสนาเข้ามากำกับเพื่อให้รู้ถึงความดับโดยแท้จริงของเวทนาที่เกิดเพราะการกระทบของผัสสะ แต่ข้อจำกัดก็มีอยู่ คือ เวทนาที่เกิดเพราะการกระทบของผัสสะนั้นยังไม่ใช่องค์ธรรมสูงสุดที่จะทำให้ละกิเลสที่อยู่ลึกหรือฝังแน่นที่สุดไปได้ จำเป็นจะต้องอาศัยองค์ประกอบอีกหลายอย่างเพื่อให้รู้แจ้งแทงตลอด

ระเบียบวิธีการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยเชิงเอกสาร ฉบับนี้ ผู้วิจัยกำหนดขั้นตอนการวิจัยต่าง ๆ ดังนี้

- 1) ศึกษาค้นคว้าข้อมูลจากเอกสารทางด้านพระพุทธศาสนาเถรวาทในคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถาฎีกา ปกรณ์วิเสส รวมทั้งเอกสารวิชาการและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องที่นักวิชาการด้านพระพุทธศาสนาเถรวาทได้เรียบเรียงไว้
- 2) เรียบเรียง ตรวจสอบความถูกต้อง และความน่าเชื่อถือของข้อมูล ตลอดจนจัดลำดับความสำคัญของแหล่งที่มา โดยเปรียบเทียบกับคัมภีร์พระไตรปิฎก
- 3) กำหนดประเด็นเพิ่มเติม หรือรายละเอียดอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยการขอคำแนะนำจากผู้ทรงคุณวุฒิและคณาจารย์ที่มีความเชี่ยวชาญเฉพาะทาง
- 4) วิเคราะห์ และสรุปคำตอบปัญหาการวิจัย ตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์
- 5) ปรับปรุง แก้ไขเนื้อหา สรุปเรียบเรียงบรรยายเชิงพรรณนา

ผลการวิจัย

เนื้อหาและหลักธรรมในผัสสมูลกสูตร

เนื้อหาและหลักธรรมในผัสสมูลกสูตร เป็นการอบรมปัญญาให้รู้แจ้งตามความเป็นจริงของรูปนาม เห็นความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ ความเป็นอนัตตา และเป็นการฝึกอบรมปัญญา กำหนดรู้เวทนา 3 ประการ คือ 1) สุขเวทนา 2) ทุกขเวทนา 3) อทุกขมสุขเวทนา (อุเบกขาเวทนา) ซึ่งเกิดจากผัสสะ มีผัสสะเป็นมูล มีผัสสะเป็น

เหตุ มีผัสสะเป็นปัจจัย (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) เพราะอาศัยผัสสะที่เกิดแต่ปัจจัยนั้น เวทนาที่เกิดแต่ผัสสะนั้นจึงเกิด เพราะผัสสะที่เกิดแต่ปัจจัยนั้นดับ เวทนาที่เกิดแต่ผัสสะนั้นจึงดับ ในการวิจัยครั้งนี้

ผัสสมูลกสูตร หมายถึง พระสูตรว่าด้วยเวทนา 3 ประการ คือ 1) สุขเวทนา 2) ทุกขเวทนา 3) อทุกขมสุขเวทนา (อุเบกขาเวทนา) ซึ่งเกิดจากผัสสะ มีผัสสะเป็นมูล มีผัสสะเป็นเหตุ มีผัสสะเป็นปัจจัย เพราะอาศัยผัสสะที่เกิดแต่ปัจจัยนั้น เวทนาที่เกิดแต่ผัสสะนั้นจึงเกิด เพราะผัสสะที่เกิดแต่ปัจจัยนั้นดับ เวทนาที่เกิดแต่ผัสสะนั้นจึงดับ

ความสำคัญของผัสสมูลกสูตร ว่าด้วยเวทนามีผัสสะเป็นมูล เป็นพระสูตรว่าด้วยเวทนา 3 ประการ คือ 1) สุขเวทนา 2) ทุกขเวทนา 3) อทุกขมสุขเวทนา (อุเบกขาเวทนา) ซึ่งเกิดจากผัสสะ มีผัสสะเป็นมูล มีผัสสะเป็นเหตุ มีผัสสะเป็นปัจจัย เพราะอาศัยผัสสะที่เกิดแต่ปัจจัยนั้น เวทนาที่เกิดแต่ผัสสะนั้นจึงเกิด เพราะผัสสะที่เกิดแต่ปัจจัยนั้นดับ เวทนาที่เกิดแต่ผัสสะนั้นจึงดับ เพราะอาศัยผัสสะอันเป็นที่ตั้งแห่งทุกขเวทนา ทุกขเวทนาจึงเกิด เพราะผัสสะอันเป็นที่ตั้งแห่งทุกขเวทนานั้นนั่นแลดับ ทุกขเวทนาที่เกิดเพราะอาศัยผัสสะอันเป็นที่ตั้งแห่งทุกขเวทนาที่เสวยอยู่อันเกิดจากผัสสะนั้นก็ดับคือสงบไป เพราะอาศัยผัสสะอันเป็นที่ตั้งแห่งอทุกขมสุขเวทนา อทุกขมสุขเวทนาจึงเกิดเพราะผัสสะอันเป็นที่ตั้งแห่งอทุกขมสุขเวทนานั้นนั่นแลดับ อทุกขมสุขเวทนาที่เกิดเพราะอาศัยผัสสะ อันเป็นที่ตั้งแห่งอทุกขมสุขเวทนาที่เสวยอยู่อันเกิดจากผัสสะนั้นก็ดับคือสงบไป

สภาวะธรรมในพระสูตรตันตปิฎกเล่มที่ 10 สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค ผัสสมูลกสูตร แสดงหลักธรรม 2 ข้อ ได้แก่ 1) เวทนา 3 และ 2) ผัสสะ 6 โดยมีเนื้อหาใจความสำคัญว่าด้วยเวทนามีผัสสะเป็นมูล เวทนา คือ การเสวยอารมณ์ เมื่อจำแนกประเภทโดยลักษณะแห่งการเสวยอารมณ์ หมายความว่า เป็นนัยที่จำแนกความรู้สึกโดยลักษณะแห่ง มี 3 ประเภท คือ 1) สุขเวทนา 2) ทุกขเวทนา 3) อทุกขมสุขเวทนา (อุเบกขาเวทนา) เหตุที่ทำให้เวทนาเกิด และดับ คือ เกิดแต่ผัสสะ มีผัสสะเป็นมูล มีผัสสะเป็นเหตุ มีผัสสะเป็นปัจจัย เพราะอาศัยผัสสะที่เกิดแต่ปัจจัยนั้น เวทนาที่เกิดแต่ผัสสะนั้นจึงเกิด เพราะผัสสะที่เกิดแต่ปัจจัยนั้นดับ การเฝ้าตามดูเวทนาไว้เท่าเทียมกับการพิจารณาธาตุสี่ ในตอนว่าด้วยการเฝ้าตามดูกายในการปฏิบัติสติปัฏฐานตามระบบ เมื่อปฏิบัติดำเนินมาถึงขั้นก้าวหน้าไปได้อย่างราบเรียบสม่ำเสมอในการเฝ้าตามดูกายแล้ว อาจารย์ผู้ฝึกจะแนะนำให้สนใจในการเฝ้าตามดูความสุขและทุกข์ซึ่งอาจจะเกิดขึ้นขณะปฏิบัติหรือเกี่ยวเนื่องกับการปฏิบัติ ความสุขและทุกข์เหล่านี้เป็นสภาพที่ค่อนข้างสลับซับซ้อนของจิตไม่ใช่ความรู้สึกล้วน ๆ เมื่อกำหนดความรู้สึกเหล่านั้น การกำหนดจะลือกเปลือกที่เป็นองค์ประกอบของอารมณ์ต่าง ๆ ออกไปรวมทั้งความคิดเห็นอันมุ่งเข้าหาตนด้วย จนปรากฏเหลือเพียงความสุขหรือความทุกข์ล้วน ๆ ซึ่งจะไม่สามารถชักพาผู้ปฏิบัติให้เตลิดออกไปสู่ภาวะของความดีใจจัด หรือเสียใจจัดจนเกิดขนาด อันจะพัดพาผู้ฝึกให้หันเหออกไปจากทางก้าวหน้าในการปฏิบัติการหยั่งเห็นความไม่เที่ยงของเวทนาว่าเป็นสภาวะเกิดขึ้นและดับไปนี้ไม่ใช่เป็นเพียงจินตนาการที่ตั้งอยู่บนสมมุติฐานว่าทุกสิ่งที่เกิดขึ้นย่อมเสื่อมสลายไปเป็นธรรมดา แต่เป็นการรู้แจ้งเห็นประจักษ์ด้วยประสบการณ์อย่างแท้จริงว่า เวทนาเป็นเพียงความรู้สึกที่เกิดขึ้นแล้ว ตั้งอยู่และดับไปของเวทนาแล้วปัญญาก็จะประจักษ์ชัดว่าอาการต่าง ๆ และจิตที่ตามรู้เป็นคนละส่วนกัน หลังจากนั้นจะเกิดปัญญาหยั่งเห็นความเกิดดับอย่างรวดเร็วของการต่าง ๆ และจิตที่ตามรู้ ปัญญา ที่เกิดขึ้นนี้จัดว่ายังเห็นไตรลักษณ์จนกระทั่งบรรลุมรรคผลนิพพานในที่สุด (พระโสภณมหาเถระ มหาสิริยาตอ 2553)

ผัสสะ หมายถึง สัมผัส การกระทบ การถูกต้องทำให้เกิดความรู้สึก ผัสสะ เป็น ความประจวบกันแห่งสามสิ่ง คือ อายตนะภายใน ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อายตนะภายนอก รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ และวิญญาณ องค์ธรรมของผัสสะ คือ ผัสสเจตสิก และความสำคัญของผัสสะ 6 ประการนี้ ย่อมเป็นปัจจัยให้เกิดการรับรู้อารมณ์ทางทวาร 6 เรียกว่า วิญญาณ 6 ได้แก่ (1) จักขุสัมผัสสละ เป็นปัจจัยให้เกิดจักขุวิญญาณ (2) โสตสัมผัสสละ เป็นปัจจัยให้เกิดโสตวิญาณ (3) ชานสัมผัสสละ เป็นปัจจัยให้เกิดชานวิญาณ (4) ชิวหาสัมผัสสละ เป็นปัจจัยให้เกิดชิวหาวิญาณ (5) กายสัมผัสสละ เป็นปัจจัยให้เกิดกายวิญาณ และ (6) มโนสัมผัสสละ เป็น

ปัจจัยให้เกิดมโนวิญญาณ ส่วนเหตุที่ทำให้เกิดผัสสะ คือ เพราะนามรูปเป็นปัจจัย วิญญาณจึงมี เพราะวิญญาณเป็นปัจจัย นามรูปจึงมี เพราะนามรูปเป็นปัจจัย สฬายตนะจึงมี เพราะสฬายตนะเป็นปัจจัย ผัสสะจึงมี และเหตุที่ทำให้ ผัสสะดับ คือ เพราะนามรูปดับ วิญญาณจึงดับ เพราะวิญญาณดับ นามรูปจึงดับ เพราะนามรูปดับ สฬายตนะจึงดับ เพราะสฬายตนะดับ ผัสสะจึงดับ โดยไม่มีใครหรือสิ่งใดมาบังการ หรือบังคับบัญชาได้ (พระมหาชินวัฒน์ จุกกวโร, 2556)

การเจริญวิปัสสนาตามหลักเวทนานุปัสสนาในผัสสมูลกสูตร

การเจริญวิปัสสนา คือ การใช้สมาธิแต่เพียงขั้นต้น ๆ ในการอบรมปัญญาให้รู้แจ้งตามความเป็นจริงของรูปนาม โดยการเพ่งลักษณะของไตรลักษณ์ให้เห็นถึงความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ และความเป็นอนัตตา ซึ่งเป็นการใช้สมาธิเป็นบาทฐานในการฝึกอบรมปัญญา มีอยู่ 2 ประการ ได้แก่ (1) วิปัสสนาญาณิก คือ การเพ่งลักษณะของไตรลักษณ์ ได้แก่ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา และ (2) สมถญาณิก คือ การเพ่งอารมณ์ที่เป็นบัญญัติ ได้แก่ กสิณ 10 เป็นต้น เพื่อฌานสมาบัติ 8 มีรูปฌาน 4 และ อรูปฌาน 4

ความสำคัญของการเจริญวิปัสสนา คือ การฝึกอบรมปัญญาเพื่อให้เกิดความเห็นแจ้งในสังขารว่า เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา องค์ธรรม คือ ปัญญินทรีย์เจตสิก มีลักษณะพิเศษ 4 ประการ ได้แก่ 1) มีการรู้แจ้งตามความเป็นจริงเป็นลักษณะ 2) มีการกระทำอารมณ์ให้แจ่มแจ้งเป็นกิจ 3) มีความไม่หลงในอารมณ์เป็นอาการปรากฏ และ 4) มีสมาธิเป็นเหตุก่อให้เกิดขึ้น

การเจริญวิปัสสนาตามหลักเวทนานุปัสสนาในผัสสมูลกสูตร คือ การกำหนดรู้ผัสสะที่เกิดขึ้นทางทวารทั้ง 6 โดยการกำหนดรู้ตามหลักเวทนา 3 ได้แก่ (1) การเจริญวิปัสสนาตามหลักสุขเวทนาในผัสสมูลกสูตร คือ การกำหนดความรู้สึกเป็นสุขทางกาย ได้แก่ ความโล่ง เบาสบาย หรือความรู้สึกเป็นสุขทางใจ อันได้แก่ ความดีใจ เบิกบาน ความยินดี เมื่อมีสุขเวทนาเกิดขึ้น นักปฏิบัติควรกำหนดรู้เท่าทันต่อสุขเวทนาว่า “สุขหนอ” “สบายหนอ” “โล่งหนอ” “ดีใจหนอ” “อิมใจหนอ” ตามความเป็นจริง และย่อมรู้ชัดว่า มีเพียงสภาวะธรรมเท่านั้นที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็ดับไป (2) การเจริญวิปัสสนาตามหลักทุกขเวทนาในผัสสมูลกสูตร เป็นการกำหนดรู้ ความรู้สึกที่เป็นทุกข์ทางกาย ซึ่งเรียกว่า กายิกทุกข์ เช่น ความเจ็บ ปวด เมื่อย ชา คั้น ร้อน เย็น จุกเสียด เหนื่อย หรือความรู้สึกเป็นทุกข์ทางใจ ซึ่งนักปฏิบัติพึงตามรู้ ทุกขเวทนาตามอาการนั้น ๆ ว่า “เจ็บหนอ” “ปวดหนอ” “เมื่อยหนอ” “ชาหนอ” “คั้นหนอ” “ร้อนหนอ” “เย็นหนอ” “จุกหนอ” “เสียดหนอ” “เหนื่อยหนอ” หรือ “เศร้าโศกหนอ” “เสียใจหนอ” “กลัวหนอ” ตามความเป็นจริงย่อมรู้ชัดว่า มีเพียงสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่มีเรา ของเรา เป็นต้น และ (3) การเจริญวิปัสสนาตามหลักอทุกขมสุขเวทนาในผัสสมูลกสูตร เป็นการกำหนดความรู้สึกแบบเป็นกลาง ๆ ไม่สุขไม่ทุกข์ หรือ อทุกขมสุขเวทนา ก็อุเบกขาเวทนานี้ เป็นความเฉยแห่งใจ มีสภาพเสวยอารมณ์กลาง ๆ เป็นลักษณะแบ่งออกเป็น 6 ชนิด คือ อุเบกขาทางตา เห็นสีเฉย ๆ อุเบกขาทางหู ได้ยินเสียงเฉย ๆ อุเบกขาทางจมูกได้กลิ่นเฉย ๆ อุเบกขาทางลิ้น รุสเฉย ๆ อุเบกขาทางกาย รู้สัมผัสแล้วเฉย ๆ (สุขก่อนแล้วเฉยทีหลัง) อุเบกขาทางใจ นึกคิดเฉย ๆ เมื่อเวทนาชนิดนี้เกิดขึ้น ก็ให้มีสติระลึกกำหนดรู้เท่าทันว่า “เฉยหนอ ๆ” ตามความเป็นจริง

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

การเจริญวิปัสสนาภาวนาในผัสสมูลกสูตร คือ การกำหนดรู้ให้เห็นความเป็น ไตรลักษณ์ หรือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา โดยการกำหนดรู้ เวทนา 3 ประการ ได้แก่ สุขเวทนา ทุกขเวทนา และอทุกขมสุขเวทนา (อุเบกขาเวทนา) ซึ่งเป็นจุดมุ่งหมายที่เป็นที่สุดของมนุษย์เป็นการฝึกจิตให้รู้แจ้งเห็นจริงจนสามารถทำลายกิเลสได้

เพื่อให้เกิดปัญญา ความรู้ความเข้าใจในรูป-นาม ตามความเป็นจริงไม่หลงไหลไปตามอำนาจกิเลสอันเป็นเหตุให้ทำอกุศล ทั้งยังสามารถนำไปสู่การจัด頓สยักิเลส สันอาสวะ บรรลุมรรค ผล นิพพาน ได้ในที่สุด

สรุป

ผัสสมูลกสูตร คือ พระสูตรที่ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎกเล่มที่ 18 พระสุตตันตปิฎกเล่มที่ 10 สังยุตตนิกายสฬายตนวรรค เวทนาสังยุต สคาถวรรค หมวควาด้วยสูตรที่มีคาถา เป็นพระสูตรลำดับที่ 10 ว่าด้วยเวทนา 3 ประการ คือ 1) สุขเวทนา 2) ทุกขเวทนา 3) อทุกขมสุขเวทนา (อุเบกขาเวทนา) ซึ่งเกิดจากผัสสะ มีผัสสะเป็นมูล มีผัสสะเป็นเหตุ มีผัสสะเป็นปัจจัย เพราะอาศัยผัสสะที่เกิดแต่ปัจจัยนั้น เวทนาที่เกิดแต่ผัสสะนั้นจึงเกิด เพราะผัสสะที่เกิดแต่ปัจจัยนั้นดับ เวทนาที่เกิดแต่ผัสสะนั้นจึงดับ

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

การเจริญวิปัสสนาในผัสสมูลกสูตร เป็นการกำหนดรู้ผัสสะ 6 โดยการกำหนดรู้ด้วยปริยญา 3 ได้แก่ 1. ญาณปริยญา 2. ตีรณปริยญา 3. ปหานปริยญา และการกำหนดรู้เวทนา 3 คือ การกำหนดรู้ สุขเวทนา ทุกขเวทนา และอุเบกขาเวทนา แสดงถึงหลักธรรมสำคัญที่เป็นหัวใจของพระพุทธศาสนาไว้อย่างครบถ้วน ดังนั้นผู้ที่เกี่ยวข้องหรือผู้ที่สนใจสามารถนำไปใช้ประโยชน์ในการปฏิบัติ การค้นคว้า และเป็นแนวทางในการศึกษาต่อไป

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

งานวิจัยนี้ได้ค้นพบที่สำคัญคือ เวทนาที่เกิดเพราะการกระทบของผัสสะนั้นยังไม่ใช่องค์ธรรมสูงสุดที่จะทำลายกิเลสที่อยู่ลึกหรือฝังแน่นที่สุดไปได้ จำเป็นจะต้องอาศัยองค์ประกอบอีกหลายอย่างเพื่อให้รู้แจ้งแทงตลอดเมื่อได้ทราบข้อสรุปนี้ จึงทำให้ยังมีประเด็นในการวิจัยครั้งต่อไปควรทำวิจัยในประเด็นเกี่ยวกับ ดังนี้

- 1) ศึกษาการกำหนดเวทนา 3 ในผัสสมูลกสูตร
- 2) ศึกษาการกำหนดผัสสะ 6 ในผัสสมูลกสูตร

เอกสารอ้างอิง

- ปริยพร วิศาลบุรณ์, สุรัฎฐา รอดมณี, เนาวนิจ พึ่งจันทร์เดช และ เบญญาภา ทนต์ประเสริฐเวช. (2566). จิตบำบัดตามแนวพุทธจิต: บทวิเคราะห์ในมิติทางการพยาบาล. *วารสารสหวิทยาการมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*, 6(1), 120-140.
- พระทัศพร ทองอยู่. (2565). การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในทุกขสูตร. *วารสารสหวิทยาการมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*, 5(2), 528-537.
- พระภัทรชัยญาณกรณ์ อุดสวย. (2564). การบริหารการศึกษาตามหลักพุทธธรรมของโรงเรียนตำรวจตระเวนชายแดน. *วารสารนวัตกรรมการจัดการศึกษาและการวิจัย*, 4(3), 83-92.
- พระมหาภิตติคุณ สุทธิเมธี. (2564). การวิเคราะห์แนวทางดเว้นจากความเสื่อมในปาวาสสูตร. *วารสารสหวิทยาการมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*, 4(1), 84-95.
- พระมหาชินวัฒน์ จกกวโร. (2556). *พระอภิธรรม เจตสิกปริวรรต*. กรุงเทพฯ: เอบุ๊ค ดิสทริบิวชั่น.
- พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ). (2553). *มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน*. ตรวจชำระ เรียบเรียงแปล โดย พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม). กรุงเทพฯ: ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์.

- พระอำพัน นิลโน, ธาณี สุวรรณประทีป. (2565). การปฏิบัติวิปัสสนาในวิถิตถนสูตร. *วารสารสหวิทยาการมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*, 5(2), 538-545
- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2553). *อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ศุภวรรณ การุญญะวีร์. (2564). การบริหารจัดการแหล่งเรียนรู้ภายในสถานศึกษาตามหลักสัปปายะ 7 วิธีใหม่. *วารสารนวัตกรรมการจัดการศึกษาและการวิจัย*, 4(3), 75-82.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2559). *พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย*. (พิมพ์ครั้งที่ 47). กรุงเทพฯ: เพ็ท แอนด์โฮม.
- Damnoen, P. S., Chaiworamankul, Y., Thammawatsiri, P. A., & Soontrondhammanitus, P. (2021). Buddhist Ethics and the way of Living in Daily Life: An Analysis of Genital Malfeasances (Kamesumicchacara). *Turkish Journal of Computer and Mathematics Education*, 12(8), 2943-2948.
- Tan, C. C., & Damnoen, P. S. (2020). Buddhist Noble Eightfold Path Approach in the Study of Consumer and Organizational Behaviors. *Journal of MCU Peace Studies*, 8(1), 1-20.