

## การศึกษาวิเคราะห์เวทนาชั้นฐในฐานะประตูล้านดับท\*

### “Vedanākhandha” Gateway to Peace

ดนัย ปรีชาเพิ่มประสิทธิ์

Danai Preechapermprasit

สาขาวิชาปรัชญา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

Program in Philosophy, Faculty of Liberal Arts, Thammasart University, Thailand.

Corresponding Author's Email: jo\_danai@hotmail.com



### บทคัดย่อ

เวทนาชั้นฐปรากฏในพระสูตรสำคัญหลายแห่ง โดยเวทนามี 3 ประเภท คือ สุข ทุกข์ และอุเบกขา ซึ่งในบางที่แสดงเป็นเวทนา 5 และเวทนา 9 ซึ่งความสัมพันธ์ของเวทนานั้นสัมพันธ์กับหลักธรรมอื่นๆ หลายเรื่อง เช่น เวทนาเป็นหนึ่งในวงจรของปฏิจลสมุปบาท โดยมีผัสสะเป็นเหตุให้เกิดเวทนา เวทนาเป็นอนัตตาไม่ใช่ตัวตน เป็นของร้อนเพราะถูกกิเลสทั้ง 3 คือ โลภะ โทสะและโมหะเผาอยู่เป็นนิจ เวทนายังเป็นอารมณ์ของสติปัฏฐานสูตรโดยการพิจารณาเห็นเวทนาว่าไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขา และเมื่อเห็นเวทนาเกิดขึ้น ตั้งอยู่ดับไป ย่อมทำให้เกิดสัมมาทิฐิจนเป็นปัจจัยในการบรรลุสันติบทซึ่งแบ่งได้ 2 แบบ คือ สันติภายใน และสันติภายนอก

การกำหนดรู้เวทนาชั้นฐด้วยสติทำให้เกิดธรรมะหลายอย่างภายในจิตได้ เช่น ทมะ อุปสมะ เมตตา ขันติ สัมมาทิฐิไปจนถึงนิพพาน ธรรมเหล่านี้ทำให้เกิดสันติภายใน คือ ความสงบ ซึ่งจะส่งผลต่อสันติภายนอก คือ การระงับความขัดแย้งและความรุนแรงในด้านต่างๆ ตามที่ปรากฏหลักฐานในสมัยพุทธกาลและสมัยต่อมาว่ามีพระภิกษุมามากมายที่กำหนดรู้เวทนาชั้นฐจนบรรลุถึงสันติภายในและทำให้เกิดความสงบต่อบุคคลอื่นๆ ด้วยการระงับข้อพิพาทในเรื่องความขัดแย้งและความรุนแรง อันส่งผลต่อสันติภายนอกได้เป็นอย่างดี นับเป็นต้นแบบที่พุทธศาสนิกชนที่แสวงหาแนวทางสันติวิธีสามารถนำมาเป็นแบบอย่างในการเรียนรู้ได้จนถึงปัจจุบัน

**คำสำคัญ:** เวทนา; สันติบท; สันติภาพ; นิพพาน

### Abstract

*Vedanākhandha*, a concept extensively referenced within various Pali canons, exhibits a diverse categorization into three fundamental types, namely *sukhā* (pleasant), *dukkha* (unpleasant), and *upekkhā* (neutral) in some scriptural sources. Conversely, alternative classifications into five or even nine types are encountered in other textual traditions. *Vedanākhandha* is intrinsically linked with numerous dhammas. Notably, it occupies a pivotal role within the *paṭiccasamuppāda* (dependent origination) cycle, where it is causally associated with phassa (contact). Vedana is characterized by its anatta (non-self) nature and is always susceptible to the pervasive influence of the three *kilesa* (afflictions), namely *lobha* (greed), *dosa* (hate), and *moha* (delusion). *Vedanā* is also an *ārammaṇa* of the *Satipaṭṭhāna*

\*Received September 27, 2023; Revised November 10, 2023; Accepted November 13, 2023

Sutta by considering *vedanā* that it is not an animal, a person, a self, a person, and seeing that *vedanā* arise, remain, and disappear, it creates *sammādiṭṭhi* (right view) until it is a factor in achieving peace, which can be divided into 2 types: peace. Inside and outside peace.

Mindfully knowing *Vedanākhandha* can create many dharmas within the mind, such as *dama*, *upasama*, *mettā* (loving-kindness), *khanti* (tolerance), *sammādiṭṭhi* and *nibbāna*. These dharmas create internal peace, which is peace, which will affect external peace, which is the suppression of conflict and violence in various fields as evidenced during the Buddha's time and later, there were many monks who learned about feelings and aggregates to the point of achieving inner peace and causing peace to other people. By resolving disputes regarding conflict and violence which has a great effect on external peace It is considered a model that Buddhists who seek peaceful methods can use as an example for learning until now.

**Keywords:** *Vedanā*; *Santipada*; Peace; *Nibbāna*

## บทนำ

แนวคิดเกี่ยวกับสันติวิธีนั้นมีหลายทฤษฎี พระพุทธศาสนาก็เป็นหนึ่งในแนวคิดที่มีหลักธรรมเกี่ยวข้องกับสันติวิธีอยู่มาก โดยส่วนใหญ่แล้วสันติวิธีแนวพุทธจะเน้นกระบวนการสร้างสันติภายในโดยเชื่อว่าหากใครก็ตามสามารถฝึกจิตใจให้บรรลุถึงสันติภายในได้แล้วย่อมส่งผลต่อกระบวนการสันติภายนอกได้ไม่ยาก การสร้างสันติวิธีภายในด้วยการฝึกจิตนั้นสามารถสร้างได้ 2 วิธีหลักๆ คือ การฝึกจิตด้วยสมถกรรมฐาน 40 แบบและการฝึกวิปัสสนากรรมฐานด้วยสติปัฏฐาน 4 ซึ่งกรรมฐานทั้งสองนั้นส่งผลต่อจิตใจในรูปแบบที่ต่างกัน กล่าวคือ สมถกรรมฐานให้ผลเป็นความสงบ ในขณะที่วิปัสสนากรรมฐานให้ผลเป็นความรู้แจ้งในสภาพธรรมต่างๆ เช่น ชั้น 5 อายตนะ 12 ธาตุ 18

พระพุทธเจ้าทรงแสดงว่าสัตว์ทั้งหลายล้วนเป็นที่ประชุมรวมกันของชั้น 5 อันได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ในคัมภีร์มิลินทปัญหาที่มีการแสดงธรรมอุปมาการประชุมกันของชั้นทั้ง 5 ว่าเปรียบเหมือนรถ เมื่อมีองค์ประกอบหลายอย่าง เช่น ล้อ เพลา มาประชุมรวมกันก็ถูกสมมติเรียกว่ารถ ชั้น 5 ก็เช่นเดียวกัน เมื่อรูป เวทนา สัญญา เป็นต้น มาประชุมรวมกันก็สมมติเรียกว่าเป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน (Pranee Samroengrat Foundation, 1995) เวทนาเป็นหนึ่งในชั้น 5 ที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้หลายแห่งและหลายนัย จึงเป็นหลักธรรมที่สำคัญเรื่องหนึ่งในพระพุทธศาสนาซึ่งพุทธศาสนิกชนรู้จักกันดี แต่อาจจะยังไม่ค่อยมีผู้ศึกษาว่าชั้นทั้ง 5 นั้นสามารถเป็นอารมณ์ของสติปัฏฐานได้อย่างไรและการกำหนดสติเรียนรู้เวทนาชั้นนั้นเป็นไปเพื่อพัฒนาสันติภายในและภายนอกได้อย่างไร

ในบทความนี้ จะกล่าวถึงความสำคัญของเวทนาชั้นในฐานะที่เป็นประตูสู่สันติบททั้งภายในและภายนอก โดยอาศัยหลักฐานในคัมภีร์ต่างๆ ที่เกี่ยวข้องว่าเวทนามีที่ประเภทและกระบวนการฝึกจิตจนทำให้รู้แจ้งสภาวะลักษณะและสภาวะธรรมที่เกี่ยวข้องกับเวทนาเป็นอย่างไร โดยจะศึกษากระบวนการเชื่อมโยงระหว่างการเรียนรู้เวทนาชั้นกับการบรรลุสันติบททั้งภายในและภายนอกว่ามีความเกี่ยวข้องและสัมพันธ์กันอย่างไร การกำหนดสติเพื่อเรียนรู้เวทนาชั้นจะต้องผ่านกระบวนการอย่างไรบ้างและมีใครที่สามารถอาศัยแนวทางดังกล่าวในการบรรลุถึงสันติทั้งภายในและภายนอกได้จริง โดยศึกษาพุทธาธิบายและจากบุคคลต้นแบบทั้งในสมัยพุทธกาลและสมัยหลังพุทธกาลมาเป็นแบบอย่างในการศึกษารวมทั้งนำเสนอวิธีที่ผู้สนใจจะเป็น

นักสันติวิธีเชิงพุทธสามารถอาศัยการศึกษาเวทนาชั้นนี้เป็นหนึ่งในแนวทางการพัฒนาสันติภายในให้มีความชัดเจนมากขึ้น

ในเบื้องต้นจะกล่าวถึงเวทนาชั้นที่ปรากฏในพระไตรปิฎกเป็นเบื้องต้นก่อนที่จะพิจารณาถึงเรื่องอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับเวทนาชั้นจนนำไปสู่การบรรลุสันติบทในที่สุด

### เวทนาชั้นที่ปรากฏในพระสูตรสำคัญ

เวทนาชั้น ปรากฏในอนัตตลักขณสูตรเป็นครั้งแรก พระสูตรนี้พระพุทธเจ้าทรงแสดงแก่พระปัญจวัคคีย์ ณ ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน หลังจากที่ตั้ง 5 ท่านได้บรรลุธรรมเป็นพระโสดาบันแล้ว โดยหลังจากที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงปฐมเทศนา คือ ธัมมจักกัปปวัตตนสูตรในวันเพ็ญเดือนอาสาฬหะ พระพุทธเจ้าทรง แสดงอนัตตลักขณสูตรเกี่ยวกับความไม่มีตัวตนของชั้น 5 อันได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขารและวิญญาณ ว่าเป็นอนัตตา โดยข้อความที่เกี่ยวข้องกับเวทนานั้นความว่า ถ้าเวทนานี้จักเป็นอัตตาแล้ว เวทนานี้จะไม่พึงเป็นไปเพื่ออาหาร และบุคคลพึงบังคับได้ในเวทนาว่าเวทนาของเราจะเป็นอย่างนี้ เวทนาของเราอย่าได้เป็นอย่างนั้น แต่เพราะเวทนาเป็นอนัตตา ฉะนั้น เวทนาจึงเป็นไปเพื่ออาหาร และบุคคลย่อมบังคับไม่ได้ในเวทนาว่า เวทนาของเราจะเป็นอย่างนี้ เวทนาของเราอย่าได้เป็นอย่างนั้น (Thai Tripitakas: 4/20/27)

หลังจากทรงแสดงอนัตตลักขณสูตรแล้ว พระพุทธเจ้าก็ทรงแสดงพระสูตรสำคัญที่เกี่ยวข้องกับเวทนาชั้น ถู้อเป็นพระสูตรลำดับที่ 3 หลังตรัสรู้ คือ อาทิตตปริยายสูตร ที่ทรงแสดงแก่ชฎิล 3 พี่น้อง ณ ตำบลคยาสิละ ริมฝั่งแม่น้ำคยา พร้อมกับบริวารของชฎิล 1,000 รูป โดยเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับเวทนานั้นพระพุทธเจ้าตรัสว่าเวทนาทั้ง 3 นั้นเป็นของร้อนเพราะกิเลส และร้อนเพราะความเกิดแก่เจ็บตาย ความว่า จักขุรูป จักขุวิญญาณ จักขุสัมผัส เป็นของร้อน แม้สุขเวทนา ทุกขเวทนา หรือทุกขมสุขเวทนา ที่เกิดขึ้นเพราะจักขุสัมผัส เป็นปัจจัยก็เป็นของร้อน ร้อนเพราะไฟ คือ ราคะ โทสะ โมหะ ร้อนเพราะชาติ ชรา มรณะ โสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส และอุปายาส (Thai Tripitakas: 4/54/63-64)

พระสูตรต่อมาที่เกี่ยวข้องกับเวทนาชั้น พระพุทธเจ้าทรงแสดง “เวทนาปริคคหสูตร” หรือในบางที่เรียกว่า “ทีฆนขสูตร” ซึ่งเป็นชื่อหลานพระสารีบุตรที่ได้ฟังพระธรรมเทศนาสูตรนี้จนบรรลุธรรมเป็นพระโสดาบันพร้อมกับพระสารีบุตรผู้เป็นลุงที่ยืนถวายงานพัดอยู่เบื้องหลังของพระพุทธเจ้าและได้ฟังพระธรรมเทศนานี้ด้วยจนบรรลุเป็นพระอรหันต์ ณ ถ้าสุกรขาตา ภูเขาคิชฌกูฏ เมืองราชคฤห์ เนื้อหาของพระสูตรนี้มีสาระใจความว่า ทีฆนขปริพาชกเข้ามาเฝ้าพระพุทธเจ้าแล้วได้สนทนากันถึงเรื่องความเห็นต่างๆ ว่าแบบใดควร แบบใดไม่ควร ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงแสดงว่าความเห็นต่างๆ ทำให้เกิดการวิวาทจึงไม่ควรยึดมั่นถือมั่นในความเห็น

หลังจากนั้น พระพุทธเจ้าทรงแสดงธรรมให้เห็นโทษของกายเพื่อให้ละความพอใจในกายและในท่ายที่สุดทรงแสดงเรื่องความไม่ยึดมั่นในเวทนาทั้งสามว่าสุขเวทนา ทุกขเวทนา แม้ทุกขมสุขเวทนา ก็ไม่เที่ยง อันปัจจัยปรุงแต่งขึ้น อาศัยปัจจัยเกิดขึ้น มีความสิ้นไป เสื่อมไป คลายไป ดับไปเป็นธรรมดา อริยสาวกผู้ได้สดับแล้วเห็นอยู่อย่างนี้ ย่อมหน่ายทั้งในสุขเวทนา ทุกขเวทนา อทุกขมสุขเวทนา เมื่อหน่ายย่อมคลายกำหนด เพราะคลายกำหนดย่อมหลุดพ้น เมื่อหลุดพ้นแล้วก็มิญาณหยั่งรู้ว่าหลุดพ้นแล้ว รู้ชัดว่าชาติสิ้นแล้ว พรหมจรรย์อยู่จบแล้ว กิจที่ควรทำสำเร็จแล้ว กิจอื่นเพื่อความเป็นอยู่อย่างนี้มิได้มี ภิกษุผู้มีจิตหลุดพ้นแล้วอย่างนี้ย่อมไม่วิวาทแก่งแย่งกับใครๆ โวหารใดที่ชาวโลกพูดกัน ก็พูดไปตามโวหารนั้นแต่ไม่ยึดมั่นด้วยทิฐิ (Thai Tripitakas: 13/201-205/239-244)

เวทนาชั้นยังถูกกล่าวถึงในพระสูตรสำคัญในการปฏิบัติธรรม คือ มหาสติปัฏฐานสูตร โดยที่พระสูตรนี้ พระพุทธเจ้าทรงให้กำหนดสติในฐานทั้ง 4 คือ กาย เวทนา จิต และธรรม จะเห็นว่าเวทนาชั้นนั้นเป็น 1 ใน 4 ของอารมณ์ในการกำหนดสติปัฏฐาน อันเป็นทางสายเอกเพื่อการบรรลุธรรม ดังข้อความว่า

“ดูกรภิกษุทั้งหลาย หนทางนี้เป็นที่ไปอันเอก เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงความโศกและปริเทวะ เพื่อความดับสูญแห่งทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุธรรมที่ถูกต้อง เพื่อทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพานหนทางนี้ คือ สติปัฏฐาน 4 ประการ 4 ประการ เป็นไฉน ดูกรภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้ พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้” (Thai Tripitakas: 10/371/301-302)

จากพระสูตรต่างๆ ที่ยกมาในหัวข้อนี้ ทำให้เห็นว่าเวทนาชั้นนั้นปรากฏอยู่ในพระสูตรสำคัญที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงในหลายแห่ง และทำให้เห็นว่าเวทนาชั้นนั้นเป็นสภาวะธรรมที่สำคัญและมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกับพระสูตรอื่นๆ ดังที่จะได้กล่าวถึงในหัวข้อต่อไป

### ลักษณะและกระบวนการทำงานของเวทนาชั้น

เวทนามีอุปมาดุจพระราชเสวยพระกระยาหาร (Abhidhammatha Bhavinidika: 1996) เวทนาแบ่งได้หลายประเภท บางที่แสดงเวทนา 2 อย่าง คือ เวทนาทางกายและเวทนาทางใจ (Thai Tripitakas: 18/270/302) ในคัมภีร์ส่วนใหญ่จะแสดงเวทนา 3 อย่าง คือ สุขเวทนา ทุกขเวทนา อุเบกขาเวทนา (Thai Tripitakas: 11/353/372-373) บางแห่งแสดงเวทนา 5 อย่าง ด้วยการเพิ่มโสมนัสเวทนาและโทมนัสเวทนาจากเวทนา 3 ข้างต้น (Thai Tripitakas: 18/270/303) ในบางพระสูตรแสดงเวทนา 6 อย่าง ที่เกิดขึ้นทางอายตนะทั้ง 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ได้แก่ จักขุสัมผัสสชาเวทนา คือ เวทนาเกิดจากสัมผัสทางตา โสตสัมผัสสชาเวทนา คือ เวทนาเกิดจากสัมผัสทางหู ฆานสัมผัสสชาเวทนา คือ เวทนาเกิดจากสัมผัสทางจมูก ชิวหาสัมผัสสชาเวทนา คือ เวทนาเกิดจากสัมผัสทางลิ้น กายสัมผัสสชาเวทนา คือ เวทนาเกิดจากสัมผัสทางกาย และ มโนสัมผัสสชาเวทนา คือ เวทนาเกิดจากสัมผัสทางใจ (Thai Tripitakas: 18/434/287)

ส่วนในสติปัฏฐาน 4 แสดงเวทนาถึง 9 อย่าง โดยนำเวทนาทั้ง 3 อย่าง มาจำแนกเป็นอิงอามิสและไมอิงอามิสซึ่งจะกล่าวถึงในหัวข้อที่ 3 ลักษณะที่กล่าวมาทั้งหมดนั้น ในทางนัยของพระอภิธรรมจะเรียกว่าลักษณะเฉพาะหรือวิเสสลักษณะ แต่สภาพธรรมทั้งหลายยังมีลักษณะอีกอย่างที่เราเรียกว่าลักษณะทั่วไปหรือสามัญลักษณะ คือ ไตรลักษณ์ ได้แก่อนิจจตา คือ ความไม่เที่ยง ทุกขตา คือ ความคงทนในสภาพเดิมไม่ได้ และอนัตตตา คือ ความไม่มีตัวตนนั่นเอง ทั้งนี้ สภาพธรรมทั้งหลายที่ล้วนตกอยู่ภายใต้สามัญลักษณะก็เพราะว่าเป็นธรรมที่ถูกปัจจัยปรุงแต่งตามกฎของปฏิจจสมุปบาทซึ่งถือได้ว่าเป็นกฎเดียวกัน (Phra Dhammapitaka (P.A. Payutto), 2003)

หากจะพิจารณาตามกฎของปฏิจจสมุปบาทปัจจัยของเวทนาที่ปรากฏในพระสูตรต่างๆ ที่ได้กล่าวไปแล้วนั้นจะพบว่าพระพุทธเจ้าแสดงว่าเวทนานั้นมีปัจจัยปรุงแต่งให้เกิดขึ้น ในบางพระสูตรก็ไม่ได้กล่าวไว้ว่าปัจจัยปรุงแต่งของเวทนาคืออะไร ธรรมะที่กล่าวถึงเหตุปัจจัยอย่างเด่นชัดที่สุดก็คงไม่พ้นหลักธรรมเรื่องปฏิจจสมุปบาท หากพิจารณาในฝ่ายอนุโลมแล้วก็จะพบว่าผัสสะเป็นปัจจัยแก่เวทนานั่นเอง ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่าเพราะอวิชชาเป็นปัจจัย สังขารจึงมีเพราะสังขารเป็นปัจจัย วิญญาณจึงมีเพราะวิญญาณเป็นปัจจัย

นามรูปจึงมีเพราะนามรูปเป็นปัจจัย สหายตนะจึงมีเพราะสหายตนะเป็นปัจจัย ผัสสะจึงมีเพราะผัสสะเป็นปัจจัย เวทนาจึงมีเพราะเวทนาเป็นปัจจัย ตัณหาจึงมีเพราะตัณหาเป็นปัจจัย อุปาทานจึงมีเพราะอุปาทานเป็นปัจจัย ภพจึงมีเพราะภพเป็นปัจจัยชาติจึงมี เพราะชาติเป็นปัจจัย ชรา มรณะ โสกะ (ความเศร้าโศก) ปริเทวะ (ความคร่ำครวญ) ทุกข์ (ความทุกข์กาย) โทมนัส (ความทุกข์ใจ) และอุปายาส (ความคับแค้นใจ) จึงมีความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้ มีได้ด้วยประการฉะนี้ นี้เรียกว่า ปฏิจจสมุปบาท (Thai Tripitakas: 16/1/2) หากพิจารณาจากหลักธรรมนี้ ปัจจัยหรือสาเหตุของเวทนา คือ ผัสสะ

หากพิจารณาในเวทนาปริคคหสูตร พระพุทธเจ้าทรงแสดงว่าสุขเวทนาไม่เที่ยง ทุกขเวทนามก็ไมเที่ยง แม้ทุกขมสุขเวทนามก็ไมเที่ยง อันปัจจัยปรุงแต่งขึ้นอาศัยปัจจัยเกิดขึ้น มีความสิ้นไป เสื่อมไป คลายไป ดับไป เป็นธรรมดา หากใช้หลักปฏิจจสมุปบาท ปัจจัยของเวทนามก็ได้แก่ผัสสะนั่นเอง ซึ่งสอดคล้องกับเหตุการณ์ทั้งก่อนตรัสรู้และหลังตรัสรู้ที่พระพุทธเจ้าก็ทรงพิจารณาปฏิจจสมุปบาทเช่นเดียวกัน กล่าว คือ ในปัจฉิมยามคืนวันตรัสรู้พระพุทธเจ้าก็ทรงพิจารณาปัจจยการหรือปฏิจจสมุปบาทและเมื่อตรัสรู้แล้ว ตอนเสวยวิมุตติสุขใต้ต้นศรีมหาโพธิ์ พระพุทธเจ้าได้ทรงมนสิการปฏิจจสมุปบาทอันเป็นอนุโลมด้วยดีตลอดปฐมยามแห่งราตรีกว่า เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้ก็มี เพราะสิ่งนี้เกิด สิ่งนี้จึงเกิด ซึ่งในวงจรของปฏิจจสมุปบาทนั้นมีเงื่อนไขหนึ่งที่กล่าวว่า เพราะผัสสะเป็นปัจจัยจึงมีเวทนา เป็นต้น หลังจากนั้น พระพุทธเจ้าจึงทรงเปล่งพุทธอุทานว่า เมื่อใดแล ธรรมทั้งหลายปรากฏแก่พราหมณ์ผู้มีความเพียร พังอยู่เมื่อนั้น ความสงสัยทั้งปวงของพราหมณ์นั้นย่อมสิ้นไป เพราะมารู้ธรรมพร้อมทั้งเหตุ (Thai Tripitakas: 4/1/1-3)

ในทางตรงกันข้าม เมื่อผัสสะดับไป เวทนามก็ย่อมดับไปเช่นกัน ตามที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงหลักปฏิจจสมุปบาทในฝ่ายปฏิโลม ว่าเพราะอวิชชาดับไปไม่เหลือด้วยวิราคะ สังขารจึงดับ เพราะสังขารดับ วิญญาณจึงดับ เพราะวิญญาณดับ นามรูปจึงดับ เพราะนามรูปดับ สหายตนะจึงดับ เพราะสหายตนะดับ ผัสสะจึงดับ เพราะผัสสะดับ เวทนาจึงดับ เพราะเวทนาดับ ตัณหาจึงดับ เพราะตัณหาดับ อุปาทานจึงดับ เพราะอุปาทานดับ ภพจึงดับ เพราะภพดับ ชาติจึงดับ เพราะชาติดับ ชรา มรณะ โสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส และอุปายาสจึงดับ ความดับแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้ มีได้ด้วยประการฉะนี้ หลังจากนั้น พระพุทธเจ้าจึงทรงเปล่งพุทธอุทานว่า เมื่อใดแล ธรรมทั้งหลาย ปรากฏแก่พราหมณ์ผู้มีความเพียร พังอยู่ เมื่อนั้น ความสงสัยทั้งปวงของพราหมณ์นั้นย่อมสิ้นไป เพราะได้รู้ความสิ้นแห่งปัจจัยทั้งหลาย (Thai Tripitakas: 4/2/1-3)

หากอ้างอิงตามหลักการของปฏิจจสมุปบาทและพุทธอุทานทั้งสองบทนี้ การพิจารณาถึงความเกิดดับของเวทนาจึงเป็นปัจจัยประการหนึ่งที่ทำให้ความสงสัยในธรรมนั้นหมดสิ้นไปได้ นอกจากนี้เมื่อพิจารณาตามนัยของปฏิจจสมุปบาทเมื่อเห็นว่าเวทนาดับ ตัณหาก็ย่อมดับด้วย โดยวิธีการนี้สอดคล้องกับการกำหนดรู้เวทนาขั้นที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ในมหาสติปัฏฐานสูตรอีกด้วย ความว่าภิกษุพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายในอยู่ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในเวทนาทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่ หรือว่าภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะเห็นว่าเวทนามีอยู่ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรๆ ในโลก (Thai Tripitakas: 10/380/314) เมื่อพิจารณาเวทนาตามนัยพระสูตรนี้เมื่อเห็นเหตุเกิด คือ ผัสสะเกิดขึ้น เวทนามก็เกิดขึ้นและเมื่อเห็นเหตุดับ คือ ผัสสะดับลง เวทนามก็ดับด้วย เมื่อเวทนาเกิดขึ้น ตัณหากก็เกิดขึ้น เมื่อเวทนาดับลง ตัณหากก็ดับลงด้วย ดังนั้น สภาวธรรมดังกล่าวก็จะสอดคล้องกับพุทธพจน์ในอนัตตลักขณสูตรที่ว่า

“ก็สิ่งใดไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีความแปรผันเป็นธรรมดา ควรหรือที่จะพิจารณาเห็น  
สิ่งนั้นว่า ‘นั่นของเรา เราเป็นนั่น นั่นเป็นอัตตาของเรา ... เวทนาทั้งหมดนั้นเธอทั้งหลาย



พึงเห็นด้วยปัญญาอันชอบตามความเป็นจริงอย่างนี้ว่า ‘นั่นไม่ใช่ของเรา เราไม่เป็นนั่น นั่นไม่ใช่ของเรา’ ... อริยสาวกผู้ได้สดับเห็นอยู่อย่างนี้ ย่อมเบื่อหน่ายแม้ในรูป ย่อมเบื่อหน่ายแม้ในเวทนา ย่อมเบื่อหน่ายแม้ในสัญญา ย่อมเบื่อหน่ายแม้ในสังขาร ย่อมเบื่อหน่ายแม้ในวิญญาณ เมื่อเบื่อหน่ายย่อมคลายกำหนัด เพราะคลายกำหนัดจิตย่อมหลุดพ้น เมื่อจิตหลุดพ้นแล้ว ก็รู้ว่า ‘หลุดพ้นแล้ว’ รู้ชัดว่า ‘ชาติสิ้นแล้ว อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว ไม่มีกิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้อีกต่อไป” (Thai Tripitakas: 17/59/95-96)

การกำหนดความเกิดดับของเวทนานี้เองที่จะนำไปสู่การเห็นไตรลักษณ์เพื่อถ่ายถอนความยึดมั่นถือมั่นในขั้น 5 ทั้งหมดว่าเป็นสวั บุคคล หรือตัวตน เราเขา จนจิตเกิดความคลายกำหนัดและหลุดพ้นจากกิเลสจนบรรลุสันติบทในลำดับขั้นต่างๆ ดังจะกล่าวถึงในหัวข้อต่อไป

### การกำหนดรู้เวทนาขั้นเพื่อการบรรลุสันติบท

คำว่าสันติบทนั้นกล่าวถึงในพระสูตรหลายแห่ง โดยอธิบายว่า สันติ สันตะ สันติบท เป็นคำเดียวกันนั้น คือ อมตนิพพาน ได้แก่ ธรรมอันเป็นที่ระงับสังขารทั้งปวง เป็นที่ออกจากตัณหาเครื่องร้อยรัด บทนั้นเป็นความสงบ เป็นธรรมชาติประณีต อีกความหมายหนึ่ง ธรรมเหล่านี้ย่อมเป็นไปเพื่อบรรลุความสงบ เพื่อถูกต้องความสงบ เพื่อทำให้แจ้งความสงบ คือ สติปัฏฐาน 4 สัมมัปปธาน 4 อธิเบทา 4 อินทริย 5 พละ 5 โพชฌงค์ 7 อริยมรรคมีองค์ 8 ธรรมเหล่านี้เรียกว่า สันติบท (ทางสงบ) ตาณบท (ทางปกป้อง) เลณบท (ทางหลีกเร้น) สรณบท (ทางเป็นที่พึ่ง) อภยบท (ทางไม่มีภัย) อัจจุตบท (ทางที่ไม่เคลื่อนไหว) อมตบท (ทางอมตธรรม) นิพพานบท (ทางดับตัณหา) (Thai Tripitakas: 29/150/410)

คัมภีร์มหานิทเทศแบ่งลักษณะของสันติออกเป็น 3 อย่าง คือ 1) อัจจันตสันติ 2) ตทังคสันติ 3) สมมติสันติ โดยกล่าวว่า อมตนิพพาน เรียกว่า อัจจันตสันติ คือ ธรรมเป็นที่ระงับสังขารทั้งปวง เป็นที่สลัดทิ้งอุปธิทั้งหมด เป็นที่สิ้นตัณหา เป็นที่คลายกำหนัด เป็นที่ดับกิเลส เป็นที่เย็นสนิท ตทังคสันติ คือ ผู้บรรลุปฐมฌานก็มีนิ वर्ณสงบไป ผู้บรรลุทุติยฌานก็มีวิตกพิจารณาสงบไป ผู้บรรลุตติยฌานก็มีปีติสงบไป ผู้บรรลุจตุตถฌานก็มีสุขและทุกขสงบไป ผู้บรรลุอากาศาณญายตนสมาบัติก็มี 1) รูปสัญญา 2) ปฐมิสัญญา 3) นานัตตสัญญา สงบไป ผู้บรรลุวิญญาณญายตนสมาบัติ ก็มีอากาศาณญายตนสัญญาสงบไป ผู้บรรลุอากาศัญญายตนสมาบัติ ก็มีวิญญาณญายตนสัญญาสงบไป ผู้บรรลุเนวสัญญานาสัญญายตนสมาบัติ ก็มีอากาศัญญายตนสัญญาสงบไป ส่วนสมมติสันติ คือ ความสงบแห่งทวิภูฏี 62 อธิบายความว่าสันติที่กำหนดทั่วแล้วเห็นความไม่เที่ยง อันปัจจัยปรุงแต่ง อาศัยกันเกิดขึ้น มีความสิ้นไปเป็นธรรมดา มีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา มีความคลายไปเป็นธรรมดา มีความดับไปเป็นธรรมดา (Thai Tripitakas: 29/19/88-89)

หากพิจารณาเนื้อความในคัมภีร์มหานิทเทศก็จะเห็นว่าคำว่าสันติแบ่งได้เป็น 2 ระดับ คือ ระดับโลกุตตระ หมายถึง นิพพาน ระดับโลกียะ คือ การสงบจากกรรมเบื้องต่ำด้วยกรรมเบื้องสูง และในระดับสมมติ คือ การสงบจากความเห็นต่างๆ 62 ประการตามพรหมชาลสูตร (Thai Tripitakas: 9/28-147/11-46) พระมหาหรรษา ธมฺมหาโส (ปัจจุบันดำรงตำแหน่งสมณศักดิ์ที่พระเมธีวชิรบัณฑิต) กล่าวว่า สันติในพระพุทธศาสนาอาจไม่ใช่เป็นเรื่องของโลกุตตรธรรมซึ่งเป็นเรื่องสันติภายในเพียงอย่างเดียว แต่อาจรวมไปถึงสันติที่เป็นโลกียธรรมซึ่งเป็นเรื่องสันติภายนอกได้อีกด้วย (Phramaha Hansa Dhammahaso (Nithibunyakorn), 2021) แนวคิดดังกล่าวสอดคล้องกับหลักฐานที่ปรากฏในคัมภีร์มหานิทเทศ โดยคำว่าสันติบททั้งภายนอกและภายใน อาจใช้เทียบเคียงกับคำว่าโลกียสันติและโลกุตตรสันติ ซึ่งในบทความนี้จะใช้คำเหล่านี้เป็นโวพจน์ซึ่งกันและกัน

การกำหนดรู้เวทนาขันธเป็นหนทางไปสู่การบรรลุสันติภายในได้อย่างไร หากพิจารณาจากทีฆนขสูตรจะเห็นว่าพระพุทธเจ้าตรัสว่าเวทนาแต่ละอย่าง คือ สุข ทุกข์ และอุเบกขา นั้น สามารถรู้ได้ทีละอย่าง คือ ในขณะที่เสวยสุขเวทนาอยู่นั้น ในขณะที่นั้นไม่ได้เสวยทุกขเวทนา ไม่ได้เสวยอุเบกขาเวทนา เสวยแต่สุขเวทนาเท่านั้น ในขณะที่ได้เสวยทุกขเวทนา ในขณะที่นั้นไม่ได้เสวยสุขเวทนา ไม่ได้เสวยอุเบกขาเวทนา ได้เสวยแต่ทุกขเวทนาเท่านั้น ในขณะที่ได้เสวยอุเบกขาเวทนา ในขณะที่นั้นไม่ได้เสวยสุขเวทนา ไม่ได้เสวยทุกขเวทนา ได้เสวยแต่อุเบกขาเวทนาเท่านั้น (Thai Tripitakas: 13/205/243) พระพุทธพจน์นี้แสดงว่าจิตสามารถรับรู้หรือเสวยเวทนาในแต่ละขณะได้เพียงอย่างเดียวเท่านั้น การที่พระพุทธเจ้าตรัสเช่นนี้ คือ การกำหนดรู้เวทนาที่เป็นปัจจุบันอารมณ์นั่นเอง ในมหาสติปัฏฐานสูตรได้ขยายรายละเอียดของเวทนาที่ต้องกำหนดรู้ไว้ถึง 9 ประเภท ดังต่อไปนี้

“ภิกษุในธรรมวินัยนี้เมื่อเสวยสุขเวทนามารู้ชัดว่า ‘เราเสวยสุขเวทนาเมื่อเสวยทุกขเวทนา ก็รู้ชัดว่า ‘เราเสวยทุกขเวทนา’เมื่อเสวยอุทกขมสุขเวทนา ก็รู้ชัดว่า ‘เราเสวยอุทกขมสุขเวทนาเมื่อเสวยสุขเวทนาที่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า ‘เราเสวยสุขเวทนาที่มีอามิส’เมื่อเสวยสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า ‘เราเสวยสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส’เมื่อเสวยทุกขเวทนาที่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า ‘เราเสวยทุกขเวทนาที่มีอามิส’เมื่อเสวยทุกขเวทนาที่ไม่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า ‘เราเสวยทุกขเวทนาที่ไม่มีอามิส’เมื่อเสวยอุทกขมสุขเวทนาที่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า ‘เราเสวยอุทกขมสุขเวทนาที่มีอามิส’เมื่อเสวยอุทกขมสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า ‘เราเสวยอุทกขมสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส’” (Thai Tripitakas: 10/380/313)

เมื่อสติสัมปชัญญะสามารถกำหนดรู้เวทนาที่เป็นปัจจุบันได้แล้ว ก็กำหนดรู้หาสาเหตุว่าเวทนาเหล่านี้เกิดจากอะไร ซึ่งได้กล่าวไปแล้วว่าเวทนาทั้งปวงเกิดขึ้นเพราะผัสสะ และเวทนาเหล่านั้นก็ล้วนดับไปเพราะผัสสะดับ ความรู้ดังกล่าวสอดคล้องกับพุทธอุทานหลังการตรัสรู้และสอดคล้องกับสติปัฏฐานสูตรที่กล่าวว่าให้พิจารณาเห็นธรรม คือ ความเกิดขึ้นในเวทนาบ้าง พิจารณาเห็นธรรม คือ ความเสื่อมในเวทนาบ้าง พิจารณาเห็นธรรม คือ ทั้งความเกิดขึ้นทั้งความเสื่อมในเวทนาบ้าง ดังที่ได้กล่าวแล้วในหัวข้อที่ 2 หากพิจารณาเวทนาขันธดังนี้ จิตก็จะเริ่มเข้าสู่สันติบทได้ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ในบทนำของมหาสติปัฏฐานสูตรว่า ทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุญายธรรม 4 เพื่อทำให้แจ้งนิพพาน (Thai Tripitakas: 10/373/301) พระนิพพาน คือ สันติบทที่เป็นโลกุตตรสันติหรือสันติภายในนั่นเอง การเจริญสติปัฏฐานจึงเป็นหนทางเอกในการเข้าสู่สันติภายในตามพุทธพจน์ที่กล่าวมานี้

การเข้าสู่สันติบทภายในย่อมเป็นปัจจัยแก่วิถีปฏิบัติหรือสันติภายในได้เช่นกัน หากพิจารณาจากเนื้อหาในคัมภีร์ต่างๆ เช่น คัมภีร์ธัมมปาฏิฐกถา อรรถกถาพุทธกนิยา คณาธรรมบท ยมกวรรคที่ 1 กล่าวว่าพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงมีพระทัยสมาธิในบุคคลทั่วไป คือ ในนายขมังธนู ในพระเทวทัต ในโจรองคุลิมาล ในช้างธนบาล และในพระราหุล (Thai Tripitakas and Commentary: 40/197) การที่บุคคลใดจะวางจิตเสมอกันได้ทั้งในผู้ที่ควรรักหรือควรเกลียดซึ่งถือเป็นโลกียสันติหรือสันติภายนอกนั้นเป็นสิ่งที่ทำได้ยากหากบุคคลนั้นยังไม่บรรลุโลกุตตรสันติ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้แสดงว่าจิตของผู้ที่เจริญพรหมวิหารธรรม คือ เมตตา กรุณา มุทิตาและอุเบกขา จนถึงขั้นฌานนั้น จิตจะเข้าถึงสภาวะที่เรียกว่า “สมาสัมเปท” คือ การทำลายเขตแดน ไม่มีขอบเขต หรือเรียกได้อีกอย่างว่า “อัปมัณญา” คือ ความไม่มีประมาณ หมายถึงการที่จิตนั้นมีความเมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา แก่สัตว์โลกทั้งหลายเสมอกันหมดโดยไม่มีขอบเขตหรือไม่มีที่สุดไม่มีประมาณ ไม่ว่าบุคคลอื่นๆ นั้นจะเป็นผู้ที่รัก รักมาก รักปานกลาง หรือแม้แต่ผู้ที่ศัตรูกัน (Phra Dhammapitaka (P.A. Payutto), 2003) ความมีเมตตาจนถึงมุทิตานั้นเป็นสุขเวทนา การกำหนดรู้สุข

เวทนาจึงเป็นเหตุให้เกิดสันติทั้งภายในเพราะจิตนั้นย่อมเต็มไปด้วยความไม่โกรธอันเป็นอารมณ์ของเมตตาจิต และส่งผลไปสู่สันติภายนอกเพราะเกิดความต้องการช่วยเหลือและปรารถนาดีแก่สรรพสัตว์ทั้งหลาย

ส่วนการกำหนดรู้อุเบกขาเวทนาจนจิตเป็นกลางได้นั้นก็ย่อมทำให้เกิดสันติภายในเพราะมีใจเป็นกลาง ไม่มีความยินดีและยินร้ายในสรรพสัตว์ทั้งหลายทั้งปวง และเมื่อวางใจเป็นกลางแล้วก็จะเกิดสันติภายนอก เพราะว่าบุคคลเหล่านั้นย่อมวางเฉย ไม่มีความขัดแย้ง ไม่ประทุษร้าย สร้างความรุนแรงต่อบุคคลอื่นๆ ไม่ว่า บุคคลนั้นจะมาทำดีหรือทำไม่ดีกับผู้มีใจเป็นอุเบกขาก็ตาม ในเมตตสูตรได้แสดงว่าการเจริญโพชฌงค์ 7 เช่น สติสัมโพชฌงค์ ถึงอุเบกขาสัมโพชฌงค์ ทำให้บรรลุเมตตาเจโตวิมุตติได้ ความว่าภิกษุในธรรมวินัยนี้ย่อมเจริญสติสัมโพชฌงค์ อันสพรหคด้วยเมตตา ฯลฯ ย่อมเจริญอุเบกขาสัมโพชฌงค์อันสพรหคด้วยเมตตา อาศัยวิเวก อาศัยวิราคะ อาศัยนิโรธ น้อมไปในการสละ ถ้าหวังอยู่ว่า เราพึงเว้นสิ่งไม่ปฏิกุลและปฏิกุลทั้งสองนั้นออกเสีย แล้ววางเฉยมีสติสัมปชัญญะอยู่ ก็ย่อมวางเฉย มีสติสัมปชัญญะในสิ่งทั้งสองนั้นอยู่ (Thai Tripitakas: 19/235/177-178) พุทธพจน์ดังกล่าวแสดงว่าผู้ที่เจริญจิตจนถึงอุเบกขาสัมโพชฌงค์แล้วก็จะสามารถวางเฉยได้ทั้งในสิ่งที่ เป็นปฏิกุลและไม่เป็นปฏิกุล ซึ่งก็สอดคล้องกับที่การกล่าวไว้ที่ถึงสันติบสามารถวางจิตเป็นกลางได้ทั้งในผู้ที่รักและเกลียดนั่นเอง

ทั้งนี้อาจอนุมานได้ว่าสภาวะจิตที่จะเป็นเช่นนี้ได้ ต้องไม่เห็นว่าคุณค่าทั้งรักและเกลียดเป็นสัตว์บุคคล ตัวตน เรา เขา แต่เป็นเพียงสภาวะของผัสสะที่มากกระทบจนทำให้เกิดเวทนาเท่านั้น ดังนั้น บุคคลต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นคนที่เคยรัก เคยโกรธ บุคคลเหล่านั้นล้วนมีสภาวะเสมอกันหมดเพราะเป็นเพียงผัสสะที่มากกระทบเท่านั้น หาได้มีสัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา อยู่ในสภาวะของผัสสะและเวทนาแต่อย่างใดไม่ หากกำหนดรู้เวทนาได้อย่าง คล่องแคล่วก็จะสามารถขยายการเรียนรู้ได้ว่าสภาพธรรมทั้งหลายไม่ว่าจะเป็นกิเลสและสังขารที่ต่างๆ ก็เป็นเพียงผัสสะที่มากกระทบเสมอกับสิ่งอื่นๆ ไม่ว่าจะเป็น ลมหายใจ รสชาติอาหาร ความเย็น ความร้อน ความอ่อน ความแข็ง ความฟู่ง ฯลฯ การเรียนรู้กระบวนการเกิดดับของเวทนาเช่นนี้เป็นสัมมาทิฐิ ดังข้อความจากสัมมาทิฐิสูตรว่า เมื่อใด พระอริยสาวกรู้ชัดเวทนา เหตุเกิดแห่งเวทนา ความดับแห่งเวทนาและข้อปฏิบัติ ให้ถึงความดับแห่งเวทนาอย่างนี้ เมื่อนั้น ท่านละราคานุสัยโดยประการทั้งปวง ฯลฯ เป็นผู้ทำที่สุดแห่งทุกข์ได้ แม้ด้วยเหตุเพียงเท่านั้นพระอริยสาวกรัก็ชื่อว่า มีสัมมาทิฐิ มีความเห็นตรง มีความเลื่อมใสอันแน่วแน่ในธรรม มาสู่พระสัทธรรมนี้ (Thai Tripitakas: 12/96/92) เมื่อมีสัมมาทิฐิคือความเห็นที่ถูกต้องโดยอาศัยการเรียนรู้ เวทนาขั้นแล้วก็ย่อมเป็นผู้สงบจนถึงนิพพานได้นั่นเอง

ในหัวข้อต่อไปจะกล่าวถึงบุคคลต้นแบบในสมัยพุทธกาลและสมัยหลังพุทธกาลที่สามารถกำหนดรู้ เวทนาขั้นจนบรรลุสันติบทั้งภายในและภายนอกได้

### บุคคลต้นแบบที่บรรลุสันติบด้วยการกำหนดรู้เวทนาขั้น

เรื่องราวของพระภิกษุที่เป็นตัวอย่างของการกำหนดรู้เวทนาและสามารถอดทนอดกลั้นกับเวทนา ต่างๆ โดยเฉพาะทุกขเวทนานั้นปรากฏอยู่ในคัมภีร์พระไตรปิฎกและอรรถกถาอยู่หลายเรื่อง โดยพุทธพจน์ ที่กล่าวถึงเรื่องนี้อย่างชัดเจนที่สุดพระสูตรหนึ่ง คือ กกจูฬสูตร ที่มีความว่าหากพวกโจรผู้ประพฤติดำทราวมจะ พึงใช้เสียที่มีที่จับ 2 ข้างเสียอวัยวะน้อยใหญ่ ผู้มีใจคิดร้ายแม้ในพวกโจรนั้น ก็ไม่เชื่อว่าทำตามคำสั่งสอนของ เรา เพราะเหตุที่อดกลั้นไม่ได้ นั่น เธอทั้งหลายควรสำเหนียกว่าจิตของเราจักไม่แปรผัน เราจักไม่เปล่งวาจาชั่ว หยาบ และจักอนุเคราะห์ด้วยสิ่งที่เป็นประโยชน์ (Thai Tripitakas: 12/232-233/244) จะเห็นว่าแนวทาง จากพระสูตรดังกล่าว พระพุทธเจ้าทรงยกทุกขเวทนาอย่างแรงกล้าที่พระสาวกต้องกำหนดรู้เพื่อแสดงให้เห็นถึง ภาวะของสันติภายในที่ส่งผลต่อสันติภายนอกอย่างชัดเจน ตัวอย่างของพระภิกษุที่สามารถประพฤติปฏิบัติได้ ตามพระสูตรนี้มีปรากฏในบุณโณวาทสูตร ดังมีเรื่องราวต่อไปนี้



เมื่อพระปณณทัฬหะพุทธเจ้าว่าตนจะเดินทางไปยังสุนาปรีตชนบท พระพุทธเจ้าตรัสว่า ชาวสุนาปรีตชนบทดูร้ายหยาบช้า หากชาวสุนาปรีตชนบททำร้ายพระปณณะ ท่านจะอย่างไร ถ้าชาวสุนาปรีตชนบทด่าบริภาษตน พระปณณะจะคิดว่ายดีที่ไม่ได้ประหารด้วยฝ่ามือ ถ้าชาวสุนาปรีตชนบทประหารด้วยฝ่ามือ พระปณณะจะคิดว่ายดีที่ไม่ประหารด้วยก้อนดิน ถ้าชาวสุนาปรีตชนบทประหารด้วยก้อนดิน พระปณณะจะคิดว่ายดีที่ไม่ประหารด้วยท่อนไม้ ถ้าชาวสุนาปรีตชนบทประหารด้วยท่อนไม้ พระปณณะจะคิดว่ายดีที่ไม่ประหารด้วยศาสตรา ถ้าชาวสุนาปรีตชนบทประหารด้วยศาสตรา พระปณณะจะคิดว่ายดีที่ไม่ปลิดชีพด้วยศาสตราอันคม ถ้าชาวสุนาปรีตชนบทปลิดชีพตนด้วยศาสตราอันคม พระปณณะจะคิดว่า มีเหล่าสาวกของพระผู้มีพระภาคที่อึดอัดเกลียดชังร่างกายและชีวิต พวกกันแสวงหา ศาตราสังหารชีพอยู่แต่เราไม่ต้องแสวงหาสิ่งดังนั้นก็เลยได้ศาสตราสังหารชีพแล้ว

พระพุทธเจ้าจึงกล่าวว่าพระปณณะประกอบด้วยหเมและอุปสมะ จักสามารถอยู่ในสุนาปรีตชนบทได้ ท่านพระปณณะได้เดินทางจาริกไปยังสุนาปรีตชนบท ทำให้ชาวสุนาปรีตชนบทกลับใจแสดงตนเป็นอุบาสกประมาณ 500 คน อุบาสิกาประมาณ 500 คน ภายในพรรษานั้นเอง ส่วนตัวท่านได้ทำให้แจ้งซึ่งวิชชา 3 ภายในพรรษานั้นเช่นกัน (Thai Tripitakas: 18/88/85-88) จะเห็นว่าธรรมะข้อหนึ่งที่พระพุทธเจ้าตรัสถึงพระปณณะ คือ คำว่าอุปสมะ หมายถึง ความสงบซึ่งสามารถตีความถึงลักษณะของสันติทั้งภายในและภายนอกได้ดังที่กล่าวแล้วในหัวข้อที่ 3 การถูกบริภาษจนถึงขั้นทำร้ายร่างกายก็ย่อมทำให้เกิดทุกขเวทนาอย่างมาก การกำหนดรู้ทุกขเวทนาด้วยหเมเช่นนี้แสดงให้เห็นว่าการกำหนดรู้เวทนาจนทำให้เกิดความสงบย่อมนำไปสู่สันติภายใน คือ อุปสมะหรือความสงบได้ เมื่อจิตเกิดความสงบภายในแล้วก็ย่อมส่งผลต่อความสงบหรือสันติภายนอกดังที่พระปณณะสามารถประพฤติธรรมและเผยแผ่ธรรมภายใต้สภาวะแวดล้อมที่เต็มไปด้วยความรุนแรงแต่กลับเปลี่ยนให้คนสังคมที่มีความขัดแย้งในสุนาปรีตชนบทกลายเป็นคนที่กลับใจเป็นพุทธบริษัทถึง 1,000 คน

ตัวอย่างพระอีกรูปที่กำหนดรู้เวทนาปรากฏในคัมภีร์อรรถกถาธรรมบท โดยกล่าวถึงเรื่องพระติสสะเถระถูกทำร้ายโดยช่างทำแก้วมณีที่เป็นโยมอุปัฏฐากของท่านเอง ท่านถูกสงสัยว่าขโมยแก้วมณีไป ซึ่งความจริงแล้วนักรกระเรียนตัวหนึ่งได้กลืนแก้วมณีไป แต่พระติสสะเถระไม่ยอมบอกความจริงเพราะเกรงว่าช่างแก้วมณีจะผ่านนักรกระเรียนตัวนั้น ช่างทำแก้วมณีจึงทำทารุณกรรมพระเถระด้วยการนำเชือกพันศีรษะพระเถระ ขันด้วยท่อนไม้จนโลหิตท่านไหลออกจากศีรษะ หูและจมูก ตาทั้งสองทะลักออก ท่านเจ็บปวดมากจึงล้มลง นกกระเรียนได้กลืนโลหิตจึงมาตีมกิลโลหิตของท่าน ช่างแก้วมณีเห็นนกกระเรียนตายเพราะความโกรธแล้วจึงทราบความจริงจากพระเถระว่านักรกระเรียนตัวนี้กลืนกินแก้วมณีนั้น หากนกกนี้ไม่ตาย แม้พระเถระจะตายก็จักไม่บอก ช่างแก้วมณีได้แก้วมณีคืนแล้วขอขมาพระติสสะเถระ มีใจสลด หมอบลงใกล้เท้าของพระเถระ ขอให้พระติสสะอดโทษ พระเถระกล่าวว่าโทษของท่านและเราไม่มี มีแต่โทษของวิญญูเท่านั้น (Thai Tripitakas and Commentary: 42/50-53) เรื่องพระติสสะนี้เป็นตัวอย่างของการกำหนดรู้เวทนาขั้นดี โดยเฉพาะทุกขเวทนาที่ท่านพระติสสะได้รับอย่างแสนสาหัสแต่ท่านก็ได้แสดงถึงการเข้าถึงสันติภายในด้วยการกำหนดทุกขเวทนานั้นอย่างอุกฤษฏ์ โดยส่งผลทำให้เกิดสันติภายนอก คือ ท่านเลือกที่จะทำให้เกิดสันติภายนอกคือการไม่ประทุษร้ายโต้ตอบช่างแก้วด้วยความรุนแรงในแบบที่ท่านถูกรกระทำและเลือกที่จะทำให้นักรกระเรียนไม่ต้องตายเพราะความรุนแรง

ในคัมภีร์สุมังคลวิลาสนี้ อรรถกถาที่มกนิยาย มหาวรรคกล่าวถึงพระภิกษุรูปหนึ่งในกรุงสาวัตถีว่า บุตรของภุมมที่ชื่อติสสะละหรีพย์ 40 โกฏิ ออกบวชโดดเดี่ยวอยู่ในป่า ภริยาของน้องชายท่านส่งโจร 500 ให้ไปฆ่าท่านเสีย พวกโจรไปล้อมท่านไว้ ท่านจึงถามว่าอุบาสกมาทำไมกัน พวกโจรตอบว่ามาฆ่าท่าน ท่านจึงพูดขอร้องโจรว่าโปรดรับประกันให้ชีวิตสักคืนหนึ่งเถิด พวกโจรกล่าวว่าใครจักประกันท่านในฐานะอย่างนี้ได้

พระเถระจึงจับหินก้อนใหญ่ทุบกระตุกขาทั้งสองข้างแล้วกล่าวว่าประกันแบบนี้พอไหม โจรพวกนั้นไม่หลบหนีไปไหน พวกกันก่อไฟนอนใกล้ที่จึงกรม พระเถระข่มเวทนา พิจารณาศีล อาศัยศีลที่บริสุทธิ์ก็เกิดปีติและปราโมชลำดับต่อนั้นก็เจริญวิปัสสนา ทำสมณธรรมตลอดคืน ในยามทั้งสามพออรุณขึ้นกับบรรลुพระอรหันต์ (Thai Tripitakas and Commentary: 14/267-268) กรณีนี้ก็เป็นอย่างของการกำหนดรู้ทุกขเวทนาจนบรรลुสันติบททั้งภายในและภายนอกเช่นเดียวกับกรณีของพระติสสะเพียงแต่กรณีเปลี่ยนจากนกรกระเรียนเป็นโจรกล่าวคือ พระติสสะเถระได้กำหนดทุกขเวทนาที่เกิดจากหินทุบขาทั้งสองข้างจนเกิดปีติและปราโมชจนบรรลุอรหันต์เป็นการบรรลुสันติภายใน เมื่อเป็นพระอรหันต์ก็ย่อมเป็นผู้ทำให้เกิดสันติภายนอกแก่หมู่โจรด้วยเพราะท่านย่อมไม่ทำร้ายหรือประทุษร้ายโจรตอบอย่างแน่นอน

เรื่องต่อไป คือ ภิกษุกลุ่มหนึ่งจำนวน 30 รูป เรียนกัมมัฏฐานจากพระพุทธเจ้าแล้วจำพรรษาในวัดป่าท่านเหล่านั้นทำติกากันว่าจะทำสมณธรรมตลอดคืนในยามทั้งสามและจะต่างคนต่างอยู่ เมื่อภิกษุเหล่านั้นทำสมณธรรมแล้วจึงกลับ เสือก็มาจับภิกษุไปกินทีละรูปๆ แต่ไม่มีภิกษุรูปใดเปล่งวาจาว่าเสือคาบผมแล้ว ภิกษุจึงถูกเสือกินไปถึง 15 รูป เมื่อถึงวันอุโบสถ ภิกษุที่เหลือเมื่อทราบเรื่องแล้วจึงตกลงกันว่าถ้าถูกเสือกินให้ร้องบอกกัน ต่อมาเสือกินภิกษุหนุ่มรูปหนึ่ง ภิกษุนั้นก็ร้องแจ้งเตือน ภิกษุทั้งหลายถือไม้เท้าและคบเพลิงติดตามหมายว่าจะให้เสือปล่อย เสือหนีขึ้นไปยังเขาขาด จนภิกษุทั้งหลายตามไปไม่ได้และเริ่มกินภิกษุนั้นตั้งแต่นั้นทำภิกษุทั้งหลายก็ได้แต่กล่าวว่ากิจที่พวกเราจะต้องทำไม่มี ความวิเศษของภิกษุทั้งหลายมันปรากฏในสถานการณ์เช่นนี้ ภิกษุหนุ่มนั้นนอนอยู่ในปากเสือ ข่มเวทนาเจ็บปวดแล้วเจริญวิปัสสนา ตอนเสือกินถึงข้อเท้าบรรลुเป็นพระโสดาบัน ตอนกินไปถึงหัวเข่าเป็นพระสกทาคามี ตอนเสือกินไปถึงท้องเป็นพระอนาคามี ตอนเสือกินไปถึงไม่ถึงหัวใจ ก็บรรลुพระอรหันต์พร้อมด้วยปฏิสัมภิทา (Thai Tripitakas and Commentary: 14/268-269) กรณีนี้ก็เป็นอย่างของการกำหนดรู้ทุกขเวทนาจนบรรลुสันติบททั้งภายในและภายนอกเช่นเดียวกับ 2 กรณีข้างต้น ภิกษุรูปดังกล่าวกำหนดรู้เวทนาจากการที่ถูกเสือกินจนบรรลुสันติบทภายในและแสดงถึงสันติวิธีภายนอกอย่างอุกฤษฏ์ที่จะไม่ทำร้ายแม้กระทั่งเสือที่กำลังทำลายชีวิตตนเอง

กรณีสุดท้าย คือ กรณีพระสังฆราชสรณังกรแห่งประเทศศรีลังกาในรัชสมัยของพระเจ้ากิริติศรีราชสิงหะ ภายหลังที่พระอุปาสัมมณภาพด้วยโรคหุอักเสบ ณ กุฏิของพระโกแบกัตตเวในเมืองแคนดีตรงกับเดือนสามข้างขึ้น พ.ศ. 2299 (Sankut, 2006) เมื่อพระอุปาสัมมาเถระถึงมรณภาพ พระเจ้ากิริติศรีราชสิงหะจึงทรงแต่งตั้งพระสรณังกรเป็นพระสังฆราชองค์แรก (Somdej Krom Phraya Damrong Rajanubhab, 2003) ต่อมาราว พ.ศ. 2303 พระสังฆราชสรณังกรทรงถูกสงสัยว่ามีส่วนร่วมในการวางแผนก่อกบฏและลอบปลงพระชนม์พระเจ้ากิริติศรีราชสิงหะ คณะทหารจึงจับพระองค์ไว้ในคุกที่เกเหลละ ในเวลาต่อมาพระเจ้ากิริติศรีราชสิงหะ ทรงไคร่ครวญถึงคุณงามความดีของพระสังฆราชสรณังกรนานปีการทรงสงสัยเป็นอย่างยิ่งว่าเหตุใดพระสังฆราชไม่ตรัสบอกเหตุการณ์ทั้งปวงแก่พระองค์จึงเสด็จไปพูลถาม พระสังฆราชถวายพระพรให้เหตุผลว่าหากพระองค์ทรงบอกแก่พระเจ้ากิริติศรีราชสิงหะ คนหลายคนจะต้องถูกประหารเพราะพระองค์เองทรงเป็นต้นเหตุ พระองค์ดำริว่าสัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของตนจึงทรงวางเฉยเสียพร้อมกันนั้นทรงยื่นพระหัตถ์ให้พระเจ้ากิริติศรีราชสิงหะทอดพระเนตรแผลที่นิ้วพระหัตถ์ที่เรื้อรังมานานซึ่งพระองค์ไม่ได้ทรงใส่ยาอะไรลงไปเลยเพราะเกรงว่ายาจะไปทำลายชีวิตของสัตว์เล็กๆ ในแผลนั้น ด้วยเหตุนี้เจตนาที่จะทรงทำลายชีวิตของคนอื่นจะมีได้อย่างไร พระเจ้ากิริติศรีราชสิงหะได้ทรงสดับคำอธิบายของพระสังฆราชสรณังกรแล้วทรงเข้าใจความเป็นสมณะอย่างแท้จริงของพระสังฆราช และได้ตรัสขอมาโทษที่ได้ทรงกระทำไปแล้วแก่พระสังฆราช (Sankut, 2006)

พระสังฆราชสรณังกรเป็นตัวอย่างของการเข้าถึงสันติภายในและสันติภายนอกที่จะไม่เบียดเบียนผู้ใดด้วยการกำหนดรู้เวทนาของท่านเองจนเกิดสันติภายในจิตของท่านที่ก่อปรด้วยเมตตาและกรุณาต่อ

เหล่าสรรพสัตว์ทั้งหลายไม่ว่าจะเป็นคนที่ลอบปลงพระชนม์พระเจ้ากัณโฏราชสิงหะจนไปถึงสัตว์เล็ก ๆ ในผลของพระองค์อันเป็นตัวอย่างของการสร้างสันติภายนอก จากเรื่องราวของพระภิกษุรูปต่าง ๆ ตั้งแต่สมัยพุทธกาลจนถึงสมัยหลังพุทธกาลจะเห็นว่าพระภิกษุที่ปรากฏในเรื่องทั้งหลายล้วนเป็นผู้กำหนดรู้เวทนาชั้นในวาระต่างๆ จนทำให้บรรลุสันติภายใน คือ การเข้าถึงสันติภายในที่ประกอบด้วยคุณธรรมที่เป็นกุศลชั้นต่างๆ จนถึงธรรมสูงสุดที่เป็นสันติบทคือพระนิพพาน และเป็นการก่อกลสันติภายนอก คือ การทำให้ไม่เกิดความขัดแย้ง ความรุนแรงกับสรรพชีวิตทั้งหลายที่เกี่ยวข้อง แม้ว่าบุคคลเหล่านั้นไม่ว่าจะเป็นมนุษย์ด้วยกันเอง และแม้แต่สัตว์เดรัจฉานที่จะมาทำร้ายตัวท่านเองก็ตาม

## สรุป

การกำหนดรู้เวทนาชั้นและธรรมะที่เกี่ยวข้องกับเวทนาเกี่ยวข้องกับธรรมะหลายหมวด เช่น ชั้น 5 อัมมัญญา 4 ปฏิจสุมุบาท 12 สติปัฏฐาน 4 โพชฌงค์ 7 สัมมาทิฐิ ธรรมะเหล่านี้ล้วนมีสติปัฏฐานเป็นหลักในกระบวนการเรียนรู้เวทนาชั้น เพราะเวทนาชั้นเป็นอารมณ์หนึ่งของสติปัฏฐานที่สามารถทำให้เกิดสันติทั้งภายในและภายนอก คือ เมื่อเจริญสติจนเห็นเวทนาว่าเกิดจากเหตุปัจจัย ไม่ใช่สัตว์บุคคล ตัวตน เราเขา ก็จะเกิดสัมมาทิฐิรู้ตามจริงว่าสภาพธรรมเหล่านั้นล้วนเป็นเพียงนามธรรมและรูปธรรมที่มาประชุมกันตามเหตุและปัจจัยเท่านั้น เมื่อกำหนดรู้เวทนาชั้นได้เช่นนี้ก็จะบรรลุถึงสันติภายนอกด้วยทมะและขันติจนสามารถสงบการทะเลาะวิวาทอันจะทำให้ความขัดแย้งและความรุนแรง ดังตัวอย่างพระเถระทั้งในสมัยพุทธกาลและสมัยหลังที่สามารถสงบจิตของตนและส่งผลให้เกิดความสงบ ระวัง การทะเลาะเบาะแว้ง การทำร้ายร่างกายและจิตใจ อันเป็นสันติภายนอกกับคู่ขัดแย้งไม่ว่าจะเป็นมนุษย์หรือสัตว์เดรัจฉานก็ตาม และหากสามารถกำหนดรู้เวทนาชั้นจนรู้แจ้งเห็นความเกิดขึ้น ความดับไปตามลำดับจนรู้แจ้งอริยสัจจนไม่ยึดมั่นถือมั่นเวทนาชั้นด้วยตัณหาและอุปาทานก็จะสามารถบรรลุถึงสันติบทภายใน คือ การบรรลุนิพพานอันเป็นธรรมสูงสุดในพระพุทธศาสนาได้ในที่สุด ดังที่พระอริยบุคคลในสมัยพุทธกาลได้เป็นต้นแบบในการกำหนดรู้เวทนาชั้นจนบรรลุถึงสันติบททั้งภายในและภายนอกได้อย่างมากมายนั่นเอง

## References

- Mahachulalongkornrajavidyalaya University. (1996). *Abhidhammathavibhavinidika*. (2<sup>nd</sup> ed.). Bangkok: Wat Phra Chetuphon Foundation.
- Mahachulalongkornrajavidyalaya University. (1996). *Thai Tripitakas*. Bangkok: MCU Press.
- Mahamakutratchawitthayalai. (1993). *Thai Tripitakas and Commentary*. (3<sup>d</sup> ed.). Bangkok: Mahamakutratchawitthayalai Printing House.
- Phra Dhammapitaka (P.A. Payutto). (2003). *Buddhadhamma*. (11<sup>th</sup> ed.). Bangkok: Mahamakutratchawitthayalai Printing House.
- Phra Phutthakosa. (2003). *Visuddhimagga*. (4<sup>th</sup> ed.). Bangkok: Prayurawong Printing Co., Ltd.
- Phramaha Hansa Dhammhaso Nithibunyakorn). (2021). *Buddha Santhiwithi*. (3<sup>d</sup> ed.). Bangkok: Prayurasan Thai Printing.
- Pranee Samroengrat Foundation. (1995). *Milindapanha*. (1<sup>st</sup> ed.). Bangkok: Chuanpim Printing.
- Sankut, S. (2006). *Siamwong in Lanka*. (4<sup>th</sup> ed.). Bangkok: Sahathammik Co., Ltd.

Somdej Krom Phraya Damrong Rajanubhab. (2003). *The Matter of Enshrining Monks of the Siamwong in Lanka*. (1<sup>st</sup> ed.). Bangkok: Ganesha Printing Center Co., Ltd.