

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในกามสูตร

A Study of Vipassana Practice in *Kama Sutta*

¹พระปลัดสมชัย นววงศ์วิวัฒน์ และ ²วิโรจน์ คุ่มครอง

¹Phrapalad Somchai Navawongwiwat and ²Viroj Koomkrong

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Mahachulalongkornrajavidyalaya University

E-mail: ²koom-krong9@hotmail.com

Received January 28, 2022; Revised March 4, 2022; Accepted May 15, 2022

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาเนื้อหาและหลักธรรมสำคัญในกามสูตร 2) เพื่อศึกษาวิเคราะห์หลักธรรมในกามสูตรที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยการศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และเอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง สรุปวิเคราะห์ เรียบเรียง บรรยายเชิงพรรณนา ผลการวิจัยพบว่า หลักธรรมในกามสูตรที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยแบ่งออกเป็น 2 อย่าง คือ 1) กิเลสที่เกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ โยคีบุคคลผู้ปฏิบัติธรรมควรละ 3 อย่าง คือ (1) ราคะ คือ ความอยากได้สิ่งของของคนอื่นมาเป็นของตนเองซึ่งเป็นความเพ่งเล็งด้วยความโลภ จัดเป็นอกุศลมูลคือที่เนื่องด้วยราคะ (2) โลภะที่อกุศลมูลทั้งหมดที่ทำให้จิตเศร้าหมอง ซึ่งจะทำให้การปฏิบัติธรรมก้าวหน้า (3) อิจฉา คือ ความอยากได้ ความปรารถนา ความขวนขวาย ความหลงใหล อยู่ในกามทั้งหลายได้จะทำให้การปฏิบัติธรรมเจริญก้าวหน้า 2) วัตถุประสงค์ที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาคือ โยคีบุคคลผู้ปฏิบัติธรรมควรละกามคุณทางรูป ทางเสียง ทางกลิ่น ทางรส และทางสัมผัสต้องคอยสำรวมระวังอารมณ์คือ อายตนะภายนอกเมื่อมากระทบสัมผัส กำหนดรู้ด้วยสติให้เท่าทันว่าสักแต่เป็นเพียงรูป-นามที่เกิด-ดับอย่างรวดเร็ว เห็นเป็นเพียงว่าเป็นธาตุธรรมชาติ ที่ปรากฏตามเหตุปัจจัย เมื่อผู้เจริญวิปัสสนาได้กำหนดรู้กามคุณ 5 ไปตามสภาพความเป็นจริงอย่างไม่ลดละ การกำหนดรู้ด้วยสติอย่างต่อเนื่องจะเป็นตัวช่วยการละและกำจัดความยึดติดอารมณ์กามคุณ 5 ได้อย่างดี

คำสำคัญ: การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา; กามสูตร; พุทธศาสนาเถรวาท

Abstract

The objectives of this article were 1) to study the content and important teachings found in *Kāmasutta* and 2) to study the practice of Vipassana meditation in *Kāmasutta*. All research data has been taken from Theravada Buddhist scriptures and documents related, being summarized, analyzed, and compiled in descriptive type. The results revealed that analysis of the teachings in *Kāmasutta* related to Vipassana meditation practice was divided into 2 types: 1) *Kilesakāma* or subjective sensitivity associated with insight practice in which yogi who practice insight should avoid these 3 defilements: (1) *Rāga* or the desire to possess others' properties which do not belong to one's own, which refers to attachment classified as unwholesome defilement connected with lust, (2) *Lobha* or greed, referring to all unwholesome roots causing the mind to become miserable, this will advance the practice of insight, (3) *Ichchā* or envy, which is the desire, longing, wondering, and passion for all sensual pleasures. To abandon these defilements will enhance the insight practice in progress; and 2) *Vatthukāma* or objective sensitivity related to insight practice reveals that a yogi who practices insight should abandon the sensual desire of visible objects, sound, smell, taste, and touch, he must be mindful of all appearances, that is, when external senses are active, realizing the true nature of all as just *Nāma* or name and *Rūpa* or objects in which arises and falls immediately, just a natural way, appearing according to various factors. Completely observed these five sensual-pleasures as they really were with consistent mindfulness, the practitioners will gain great aid in abandoning and eliminating these 5 sensual-pleasure attachments.

Keywords: Vipassana Practice, *Kāmasutta*; Theravada Buddhist

บทนำ

สำหรับพระภิกษุและสามเณรที่ออกบวชแล้วนั้น トラバได้ยังเป็นปุถุชนอยู่ทั้งกายและใจก็ยังไม่อาจหลีกออกจากกามได้ คือ ยังมีความต้องการอุฏฐบริหารชั้นดี ต้องการอยากฉันอาหารที่มีรสเลิศ อยากฟังเสียงที่ไพเราะอยู่เป็นต้น เมื่อได้สิ่งที่ตนต้องการมา เกิดการยึดติดอยู่กับสิ่งเหล่านั้น เมื่อไม่ได้ก็เกิดเป็นทุกข์ และทำให้จิตห่างจากการประพฤติปฏิบัติธรรม เพราะถูกอำนาจของกามครอบงำ เป็นเหตุให้การดำรงชีวิตของบรรพชิตนั้นนอกกรรมนอกวินัยมากยิ่งขึ้น (ชัยชาญ ศรีหาณู, 2564; พระมหาพงศ์ศิริ ปญญาวชิโร, 2564) เพื่อป้องกันการประพฤตินอกกรรม นอกวินัยของพระภิกษุและสามเณรในศาสนานี้ พระพุทธเจ้าจึงทรงแสดงเรื่องกามนี้แก่ท่านเหล่านั้น เพราะทรงเห็นว่า กามนั้นเป็นอันตราย

ต่อการบรรลุธรรม เป็นตัวขัดขวางการบรรลุ ถึงแม้ว่ากามจะให้สุขอยู่บ้าง แต่เป็นความสุขที่หายาบ เป็นความสุขที่ไม่ประเสริฐ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ดังนั้น ภิคุและสามเณรต้องพยายามละกามสุข เพื่อให้ได้บรรลุฌานสุข และต้องละฌานสุขที่ได้ เพื่อให้ได้บรรลุนิพพานสุข ซึ่งเป็นสุขอันสูงสุด

ส่วนในพระสูตรตันตปิฎกมีพระสูตรหนึ่งที่กล่าวถึงเรื่องกาม และเปรียบเทียบเรื่องกามได้น่าสนใจมาก มีชื่อว่า “กามสูตร” เป็นพระสูตรว่าด้วยกาม ดังพระพุทธพจน์ว่า

ภิคุทั้งหลาย โดยมาก สัตว์ทั้งหลายหมกมุ่นอยู่ในกาม กุลบุตรผู้ละเดียวและคานหาบหญ้า ออกบวชเป็นบรรพชิต ควรเรียกว่า กุลบุตรผู้มีศรัทธาออกบวช ข้อนั้นเพราะเหตุไร เพราะเขาควรได้กามด้วยความเป็นหนุ่ม และกามเหล่านั้นมีระดับ คือ กามเลว กามปานกลาง และกามประณีต (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) แต่กามทั้งหมดนับว่า กามทั้งนั้น เปรียบเหมือนเด็กอ่อนนอนหงายเอาชิ้นไม้หรือชิ้นกระเบื้องใส่เข้าไปในปาก เพราะความพลั้งเผลอของพี่เลี้ยง พี่เลี้ยงพึงใส่ใจในเด็กนั้นทันทีที่รับนำชิ้นไม้หรือชิ้นกระเบื้องออกโดยเร็ว ถ้าไม่สามารถนำออกโดยเร็วได้ เอามือซ้ายจับโดยเร็ว ถอนนิ้วมือข้างขวาแล้วแยงเข้าไปนำออกมาทั้งที่ยังมีโลหิต ข้อนั้นเพราะเหตุไร เพราะความลำบากนั้นจะมีแก่เด็ก เราไม่กล่าวว่า ไม้มีความลำบาก และพี่เลี้ยงผู้หวังประโยชน์เกื้อกูลอนุเคราะห์ พึงทำอย่างนั้นด้วยความอนุเคราะห์ แต่เมื่อใด เด็กนั้นเจริญวัย มีปัญญาสามารถ เมื่อนั้น พี่เลี้ยงก็วางใจในเด็กนั้นว่า บัดนี้ เด็กมีความสามารถรักษาตนเองได้ ไม่ประมาท ฉนใด ภิคุทั้งหลาย ภิคุฉนนั้นเหมือนกันย่อมเป็นผู้ที่เราต้องรักษาตลอดเวลาที่เขายัง

- 1) ไม่ทำสิ่งที่ควรทำในกุศลธรรมด้วยศรัทธา
- 2) ไม่ทำสิ่งที่ควรทำในกุศลธรรมด้วยhiri
- 3) ไม่ทำสิ่งที่ควรทำในกุศลธรรมด้วยโอตตัปปะ
- 4) ไม่ทำสิ่งที่ควรทำในกุศลธรรมด้วยวิริยะ
- 5) ไม่ทำสิ่งที่ควรทำในกุศลธรรมด้วยปัญญา

แต่เมื่อใด ภิคุ

- 1) ทำสิ่งที่ควรทำในกุศลธรรมด้วยศรัทธา
- 2) ทำสิ่งที่ควรทำในกุศลธรรมด้วยhiri
- 3) ทำสิ่งที่ควรทำในกุศลธรรมด้วยโอตตัปปะ
- 4) ทำสิ่งที่ควรทำในกุศลธรรมด้วยวิริยะ
- 5) ทำสิ่งที่ควรทำในกุศลธรรมด้วยปัญญา

พระพุทธศาสนาสอนให้ละเว้นความสุข พระพุทธศาสนายอมรับความสุขตามที่เป็นจริง (Damnoen et al., 2021) สอนให้ปฏิบัติเพื่อบรรลุความสุขตามวิธีที่เหมาะสม (Yusamran et al., 2021) และข้อสำคัญคือ ยังมีความสุขอื่นที่สุขกว่า ลึกซึ่งประณีตกว่าสุขที่เกิดจากกามหรือความสุข แต่อริยสาวกละกามเพราะกามมีความสุขก็จริง แต่ยังปะปนด้วยทุกข์มาก และข้อสำคัญก็คือยังมีสุขอื่นที่สุขกว่า ลึกซึ่งประณีตกว่าสุขที่เกิดจากกาม หรือความสุขที่เกิดจากการเสพสรวรสร้อยของโลกอย่าง

สามัญชน (พระพรหมคุณาภรณ์ ป.อ. ปยุตฺโต, 2557) การประยุกต์หลักคำสอนจึงจำเป็นต้องมีกระบวนการในประเพณีปฏิบัติที่เหมาะสม (Damnoen & Dhirabhaddo, 2019)

ด้วยเหตุผลดังกล่าวมาข้างต้นนี้ ผู้วิจัยจึงได้สนใจศึกษาเรื่อง ศีลภาวนาปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในกามสูตร เพื่อให้เกิดความเข้าใจถูกต้องตามความเป็นจริง เพื่อเป็นการส่งเสริมการเรียนการศึกษา พระพุทธศาสนาให้กว้างขวางยิ่งขึ้น และเพื่อเป็นประโยชน์แก่ผู้สนใจที่จะศึกษาเรื่องกามต่อไป เพื่อเป็นแนวทางการศึกษาจะเป็นประโยชน์นำไปประยุกต์ใช้แก่พุทธศาสนิกชนสืบไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาเนื้อหาและหลักธรรมสำคัญในกามสูตร
2. เพื่อศึกษาวิเคราะห์หลักธรรมในกามสูตรที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

การทบทวนวรรณกรรม

ความสำคัญของเรื่องกามสูตร ในพระสูตรตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาตกล่าวถึงเรื่อง กาม และเปรียบเรื่องกามว่า ภิภุขทั้งหลาย โดยมากสัตว์ทั้งหลายหมกมุ่นอยู่ในกาม (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ในคัมภีร์อรรถกถาภาษาไทย มโนรตปุณณิ ภาค 4 มีปรากฏข้อความในกามสูตรว่า คำว่า กาม ว่าด้วยเรื่อง ความใคร่ ความอยากและสิ่งที่ปรารถนาน่าใคร่ มี 2 อย่าง คือ 1) กิเลสกาม กิเลสที่ทำให้ใคร่ ได้แก่ ราคะ โลภะ อิจฉา(ความอยากได้) เป็นต้น 2) วัตถุกาม วัตถุอันน่าใคร่ ได้แก่ กามคุณ 5 (รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ (สัมผัสทางกาย) ที่น่าใคร่ น่าพอใจ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2552)

สรุปว่า การศึกษาด้านเนื้อหาในเรื่องกามสูตรที่เป็นบาทฐานการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา งานวิจัยนี้เป็นขอบเขตด้านเนื้อหาเป็นการศึกษาเรื่อง กาม 2 อย่าง คือ (1) กิเลสกาม (2) วัตถุกามใน กามสูตร การใช้หลักกิเลสกามและวัตถุกามที่เป็นข้อคิดในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ผู้วิจัยมีความประสงค์ที่ค้นคว้าการศึกษาในแง่มุมประเด็นที่เกี่ยวกับกิเลสกามและวัตถุกาม และข้อมูลที่เกี่ยวข้องที่ว่าด้วยเรื่องสมถยานิกที่เป็นบาทฐานของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ซึ่งจะศึกษาในรายละเอียดทั้งในส่วนที่เป็นสมถยานิกและวิปัสสนายานิก ให้สมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

ระเบียบวิธีการวิจัย

การวิจัยนี้ มุ่งศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา และวรรณกรรม พระพุทธศาสนาจากอดีตจนถึงยุคปัจจุบัน เพราะฉะนั้น ผู้วิจัยจะดำเนินการตามวิธีการและขั้นตอนการวิจัยตามลำดับดังต่อไปนี้

1. ศึกษาการปฏิบัติในคัมภีร์พระพุทธศาสนา ประกอบด้วย พระไตรปิฎก อรรถกถาฎีกา ปกรณ์วิเสสต่าง ๆ และวรรณกรรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง
2. ศึกษาเนื้อหาและหลักธรรมสำคัญที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ประกอบด้วย พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และปกรณ์วิเสสต่าง ๆ และวรรณกรรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง
3. ศึกษาวิเคราะห์หลักธรรมในกามสูตร เช่น กามที่เป็น วัตถุกาม และกิเลสกาม เป็นต้น มีต่อการเจริญวิปัสสนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนา
4. สรุปผลที่ได้จากการวิจัย พร้อมข้อเสนอแนะ และประเด็นที่จะเป็นประโยชน์ต่อการศึกษาต่อไป

ผลการวิจัย

1. เนื้อหาและหลักธรรมสำคัญในกามสูตร

กามสูตร เป็นพระสูตรว่าด้วยกาม (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) คือ กิเลสกาม และวัตถุกาม โดยกามสูตรที่ละกามออกเป็นภิกษุ แต่ยังประพจน์ต้องศีลธรรม 5 ประการดังกล่าวไม่บริบูรณ์ พระผู้มีพระภาคต้องทรงคอยดูแล ดูง่วงที่เลี้ยงที่คอย ดูแลเด็กอ่อนไร้เดียงสาจนกว่าจะช่วยเหลือตนเองได้ ส่วนภิกษุผู้ประพจน์ศีลธรรมสมบูรณ์แล้ว พระผู้มีพระภาคทรงวางพระทัยไม่ต้องทรงคอยดูแลต่อไป กามสูตร หมายถึง พระสูตรว่าด้วยกาม คือ ความใคร่ ความอยาก ความปรารถนา สิ่งที่น่าปรารถนา น่าใคร่ กามมี 2 คือ 1) กิเลสกาม กิเลสที่ทำให้ใคร่ ได้แก่ ราคะ ความกำหนัด โลภะ ความโลภ และอิจฉา ความอยากได้ เป็นต้น 2) วัตถุกาม วัตถุอันน่าใคร่ ได้แก่ กามคุณ 5 คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่น่าใคร่ น่าพอใจ (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2561)

เนื้อหาและสาระสำคัญในกามสูตร มีเหตุเกิดขึ้นเพราะอหังการของตนเอง หมายถึง พระสูตรที่พระพุทธองค์ทรงมีพระอหังการที่จะแสดงเอง เพื่อให้ภิกษุ หรือพุทธศาสนิกชนได้รู้ในสิ่งที่ยังไม่รู้ ที่รู้แล้วจักได้รู้ยิ่งขึ้น ในพระไตรปิฎก และอรรถกถาไม่ได้ระบุสถานที่เกิดเหตุเอาไว้เป็นหลักฐานชัดเจน มีบุคคลสำคัญ 2 บุคคลคือ 1) พระพุทธเจ้าผู้ทรงแสดงกามสูตร 2) ภิกษุทั้งหลาย ในพระสูตรมิได้ระบุว่าภิกษุรูปไหนเป็นพิเศษ เพียงแต่ระบุว่า เป็นคัมภีร์ต่าง ๆ ที่พระพุทธเจ้าใช้พระสาวกของพระองค์ว่าภิกษุทั้งหลาย มีสาระสำคัญคือ พระพุทธองค์ทรงแสดงกามคือ กิเลสกาม และวัตถุกามให้ภิกษุทั้งหลายฟัง (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

หลักธรรมสำคัญในกามสูตร ท่านแบ่งกาม คือ ความใคร่ ความอยาก สิ่งที่น่าปรารถนา น่าใคร่ มี 2 อย่าง คือ

- 1) กิเลสกาม คือ ความพอใจ ความกำหนัด ความพอใจ และความกำหนัด ความดำริ ความกำหนัดมาก ความดำริและความกำหนัด ความพอใจคือความใคร่ ความกำหนัดคือความใคร่ ความเพิลิตเพิลินคือความใคร่ในกามทั้งหลาย ความปรารถนาในกาม ความเสนาหาในกาม ความเร่าร้อนในกาม ความหลงในกาม ความติดใจในกาม ห่วงคือกาม ความประกอบในกาม ความยึดถือในกาม

เครื่องกันทางคือกามฉันทะ ชื่อว่ากิเลสกาม (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) เป็นกิเลสที่ทำให้ใจของบุคคลมีความพอใจ ยินดี รักใคร่ บรรารณา ไขว่คว้า ต้องการจะได้มาซึ่งสิ่งต่าง ๆ ถ้าจิตใจของบุคคลไม่มีสิ่งเหล่านี้อยู่ภายใน ความใคร่ ความต้องการในอารมณ์ทั้งหลาย ก็จะไม่เกิดขึ้น ท่านจึงเรียกว่า กิเลสเป็นเหตุให้ใคร่ มีราคะ โลภะ และอิจฉา ความอยากได้เป็นต้น

2) วัตถุกาม คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ อันเป็นที่ชอบใจ เครื่องลาดเครื่องนุ่งห่ม ทาสี ทาส แพะ แกะ ไก่ สุกร ช้าง โค ม้า ลา นาทู ที่ดิน เงิน ทองบ้าน นิคม ราชธานี แคว้นแคว้น ชนบท กองพล ทัพ คลังหลวง และวัตถุเป็นที่ยึดเหนี่ยวความกำหนดย่างใดอย่างหนึ่ง ชื่อว่า วัตถุกาม (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) วัตถุกามเป็นโลกแห่งสัมผัสจิตใจของบุคคลมีความใคร่ ความพอใจยินดีในสิ่งที่เป็นรูป เสียง กลิ่น รส เย็น ร้อน อ่อน แข็งที่ใจของบุคคลไปกำหนดว่ารูปสวย เสียงไพเราะ กลิ่นหอมรสอร่อย สัมผัสน่าจับต้อง ความพอใจ ความยินดี ความต้องการความกำหนด ความโลภในสิ่งนั้นจะบังเกิดขึ้น กิเลสกามและวัตถุกามจึงมีความเกี่ยวเนื่องกัน ถ้ามีเพียงอย่างใดอย่างหนึ่ง จะไม่มีความเปลี่ยนแปลงภายในจิตใจของบุคคล และเกิดขึ้นไม่ได้

2. วิเคราะห์หลักธรรมในกามสูตรที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

กิเลสกามที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยกิเลสกาม หมายถึง กิเลสที่ทำให้ใคร่ แบ่งออกเป็น 3 ประการ คือ ราคะ คือ ความกำหนด โลภะ คือ ความโลภ และอิจฉา ความอยากได้ ได้แก่

1) ราคะที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ ความกำหนดยินดีในกามารมณ์ ความใคร่ในกามคุณ (ราชบัณฑิตยสถาน, 2556) ส่วนคนที่มีราคะ หรือราคะจริตจะมีพฤติกรรมรักสวรั้งกาม มีกิริยา คือ ยืน เดิน นั่ง นอน เป็นต้นเรียบร้อย นุ่มนวล ชอบสะอาด ทำกิจต่าง ๆ ไม่รีบร้อน ชอบกินของที่บรรจงจัด ชอบของหวาน มีอารมณ์สุนทรีย์ ดูอะไรก็ดูนาน ละเอียดพิเคราะห์ มีอุปนิสัยเป็นคนเจ้าเล่ห์ ถือตัว แง่งอน ชอบอวด ชอบยอ อยากได้หน้า และบุคคลที่มีความโลภจัดอยู่ในจำพวกราคะจริต (พระพุทธโฆสเถระ, 2554) ฉะนั้น โยคีบุคคลผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาควรละราคะ คือ ความอยากจะได้ของของคนอื่นมาเป็นของตนเอง ได้แก่ ความเพ่งเล็งจะได้ของของคนอื่นมาเป็นของตัวเอง มีใจอยากได้ของคนอื่นแต่ยังไม่ถึงกับแสดงออก ความโลภอย่างแรงกล้าจึงจะไม่เลือกได้ว่าควรหรือไม่ควร เช่น ความเพ่งเล็งด้วยความโลภ เป็นอกุศลมูลคือโลภะที่เนื่องด้วยราคะ

2) โลภะที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือความโลภ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ที่ครอบงำจิตใจทำให้ใจประกอบด้วยอกุศล เมื่อมีจิตอกุศลมากทำให้สังคมระส่ำระสายเดือดร้อนได้เช่น มีความโลภ โลภะนี้ก็เป็นเหตุให้เกิดอกิฆเณ คือ เกิดความโลภอยากได้ของผู้อื่นมาเป็นของตัวเองที่รุนแรงมากถึงขั้นลักขโมย การคิดอยากได้ ความหลงผิด ก็เป็นที่ตั้งแห่งโลภะ ต้องไปหาให้ได้ ถ้าไม่ได้ก็เกิดโทสะเมื่อมีความโกรธจะเกิดเคียดแค้นพยาบาท ทำให้คิดปองร้าย ทำให้เกิดการประทุษร้าย จองเวรกัน มีช่องทางทำลายกันได้ เมื่อไรจะจ้องฉวยโอกาส กระทำผิดศีลเบียดเบียนสังคมหรือกล่าวร้าย ทำร้ายกัน ทำให้ สังคมแตกแยกไม่สงบสุข เพราะว่าผู้ที่แพ้ชนะยอมไม่มีความสงบ ดังนั้น

ความโลภเป็นเหตุทำให้สังคมาตมรื้อถอนจนวายได้ ฉะนั้นโยคีบุคคลผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาควรละโลภะที่ชื่อว่า ราคะ เพราะกำหนดด้วยสามารถแห่งความยินดี ชื่อว่า สาราคะ เพราะความยินดีอันมีกำลัง ชื่อว่า นิธิ เพราะเป็นเหตุให้สัตว์เพิลิตเพิลินในภพใดภพหนึ่ง ชื่อว่า ตัณหาสมุทะ เพราะทำให้เต็มไม่ได้ และควรละกิเลสตระกูลโลภะที่อภิสกุลมูลทั้งหมดที่ทำให้จิตเศร้าหมองจะทำให้การปฏิบัติธรรมก้าวหน้าไปได้ด้วยดี (พระพุทธโฆสเถระ, 2554)

3) อธิบายที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ ความอยากได้ ความอยากมีกำลังทรมานเกิดขึ้นครั้งแรก ความโลภมีกำลังเกิดขึ้นในเวลาต่อ ๆ มา และความปรารถนาในวัตถุอันตนยังไม่ได้ชื่อว่า ความอยากความยินดีในวัตถุอันตนได้แล้วชื่อว่า อธิชาคือ ความอยากได้ในโลก ฉะนั้น โยคีบุคคลผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาควรละกิเลสตระกูลโลภะคือ อธิชา ได้แก่ ความอยากได้ ติดพันด้วยความเข้มข้นในภพ คือ ความเข้มข้นในภพอย่างหนึ่ง ได้แก่สุขเวทนา วัตถุที่ปรารถนา และไม่หลง ไม่หลงไหล หลงพร้อมอยู่ในกามคุณ 5 ไม่หลง ไม่หลงไหล ไม่หลงพร้อม อันอวิชชาทำให้ตาบอดหุ้มห่อไว้ ปิดไว้ ปิดบังไว้ ปกปิดไว้ ปกคลุมไว้ ครอบงำไว้ ชื่อว่า ละอธิชาคือ ความอยากได้ ความปรารถนา ความขวนขวาย ความหลงไหลอยู่ในกามทั้งหลายได้จะทำให้การปฏิบัติธรรมก้าวหน้าไปได้ด้วยดี โดยมีแนวทางในการปฏิบัติที่ถูกต้องจนสามารถนำไปบูรณาการใช้ในการดำเนินชีวิตได้ถูกต้อง (Kongkawai et al., 2021)

ส่วนวัตถุกามที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยวัตถุนั้นใคร่ ได้แก่ กามคุณ 5 คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่น่าใคร่ น่าพอใจ ได้แก่

1) กามคุณ 5 ข้อที่ 1 คือ รูป ที่น่าใคร่ น่าพอใจ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยโยคีบุคคลเมื่อเห็นรูปเกิดขึ้น เพราะมีการกระทบผัสสะเป็นปัจจัย และผัสสะเกิดได้เพราะมีการประชุมกันของจักขุประสาทรูปที่ใส ๆ รูปารมณ์คือสีต่าง ๆ และจักขุวิญญาณ ทั้งสามอย่างนี้ โดยอาศัยอายตนะ คือ เหตุเกิดหรือเชื่อมต่อกัน โยคีบุคคลผู้ปฏิบัติธรรมไม่ควรถือโดยนิमितและอนุพยัญชนะ ควรเลือกอารมณ์รวมทั้งการพัฒนาด้านอินทรีย์ด้วยเป็นสภาวะธรรมอย่างหนึ่งตามกฎไตรลักษณ์ เมื่อตาเห็นรูปเป็นต้น ก็เป็นเพียงการกระทบสัมผัส คือสภาวะธรรมที่เกิดไปตามธรรมชาติตามเหตุและผล ต้องคอยสำรวจระวังอินทรีย์และอารมณ์ภายนอกเมื่อมากระทบเห็นสักแต่ว่า เป็นเพียงสภาวะรูป-นาม ไตรตรองและพิจารณากับอารมณ์ที่ปรากฏสามารถรู้ชัดสภาวะธรรมในการเห็นเป็นต้นเป็นลตละกิเลสโดยตรง

2) กามคุณ 5 ข้อที่ 2 คือ เสียง ที่น่าใคร่ น่าพอใจ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยการได้ยินจะเกิดขึ้นไม่ได้หากปราศจากหู และปราศจากเสียงกระทบกับกระแสโสตประสาท เป็นปัจจัยให้เกิดโสตวิญญาณทำหน้าที่รับรู้เสียงเพียงชั่วขณะแล้วดับไป การรับรู้การกระทบของเสียงได้อย่างชัดเจน เมื่อมีสมาธิตั้งมั่นเราก็จะสามารถควบคุมได้ โยคีบุคคลผู้ปฏิบัติธรรมควรทราบ ว่า สุข และทุกข์เกิดจากการกระทบกันระหว่างเสียงและหู โดยไม่มีอดีตาวตวน

เป็นผู้ได้รับเวทนาเกิดขึ้นและดับไปในทันที และสภาวะธรรมทุกสิ่งไม่คงทนถาวร เมื่อสมาธิพัฒนาแก่กล้าขึ้นย่อมรู้เห็นได้ถึงการเกิดและการดับไปไม่จบสิ้น

3) กามคุณ 5 ข้อที่ 3 คือ กลิ่น ที่น่าใคร่ น่าพอใจ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยการรู้กลิ่นเป็นสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นตามเหตุและปัจจัย เช่น การได้กลิ่นเกิดได้เพราะมีการกระทบกันระหว่างจมูกและกลิ่น หากขาดจมูกหรือไม่ก็มีกลิ่น การรู้กลิ่นจะเกิดขึ้นไม่ได้ ความเพ็ดเพลินยินดีในกามคุณ 5 ข้อที่ 3 คือ กลิ่น ที่น่าปรารถนา จึงชื่อว่า กามคือกลิ่น ฉะนั้นโยคีบุคคลผู้ปฏิบัติธรรมที่กำหนดรู้อยู่เสมอ จิตรับรู้กลิ่นย่อมทราบ ว่า เวทนาที่เกิดขึ้นและดับไปขณะรู้กลิ่นนั้นมีได้ 3 อย่าง คือ พอใจ ไม่พอใจ และเฉย ๆ ซึ่งเป็นการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้อง ขงจนสามารถนำไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองได้อย่างเหมาะสม (Tan & Damnoen, 2020)

4) กามคุณ 5 ข้อที่ 4 คือ รส ที่น่าใคร่ น่าพอใจ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยการลิ้มรสเป็นสภาวะธรรมที่เกิดจากการกระทบกันของลิ้นและอาหารเป็นปัจจัยให้เกิดมีชีวหาวิญญูณขึ้น หากไม่มีลิ้นหรือรสอาหารมากระทบจิตที่รู้รสก็ย่อมเกิดขึ้นไม่ได้ วิถีจิตในการรู้รสเกิดดับเร็วมากจนเป็นเสมือนชั่วขณะจิตเดียว ชิวหาวิญญูณเปลี่ยนแปลงไปตามความเปลี่ยนแปลงของลิ้นและรส ความเพ็ดเพลินยินดีในกามคุณ 5 ข้อที่ 4 คือ รส ที่น่าปรารถนา จึงชื่อว่า กามคือรส สำหรับโยคีบุคคลผู้ปฏิบัติธรรมกำหนดรู้รูป-นามอยู่ทุกขณะ ย่อมทราบชัดด้วยประสบการณ์ของตนถึงการเกิดดับของของรสตามหลักเวทนา 3 คือ สุข ทุกข์ และวางเฉยกับรสของอาหารที่เกิดขึ้น (พระพุทโธสเถระ, 2554)

5) กามคุณ 5 ข้อที่ 5 คือ ผัสสะ ที่น่าใคร่ น่าพอใจ ที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยกายทวารเป็นที่เกิดของผัสสะและเวทนาได้เช่นกัน กายสัมผัสมีขอบเขตกว้างขวาง การกำหนดรู้กายสัมผัสจึงเป็นส่วนสำคัญยิ่งสำหรับโยคีบุคคลผู้เริ่มปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา กายปสาทเป็นส่วนที่ตั้งรับเมื่อโงฐัพพารมณมากระทบ โดยกระจายอยู่ทั่วร่างกาย ในทุกส่วนที่มีเลือดเนื้อชุ่มชื้นกายปสาทรูปเหล่านี้ เป็นที่อาศัยเกิดของจิตที่สามารถรับรู้สัมผัสซึ่งมากระทบร่างกายได้ทั้งภายนอกและภายใน กายปสาทเป็นสภาวะธรรมที่ไม่คงทนถาวร แปรเปลี่ยน อยู่ตลอดเวลาจากขณะหนึ่งไปสู่อีกขณะหนึ่ง อุปมาเหมือนกับสายน้ำที่ไหลไม่ขาดช่วง ฉะนั้นผู้ปฏิบัติธรรมควรกำหนดให้ดี

สรุป

สรุปในภาพรวมของบทความ ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในกามสูตร เป็นพระสูตรว่าด้วยกาม ซึ่งแบ่งเป็น 2 ประเภท คือ 1) กิเลสกาม กิเลสที่ทำให้ใคร่ ได้แก่ ราคะ ความกำหนัด โลภะ ความโลภ และอิจฉา ความอยากได้ เป็นต้น 2) วัตถุกาม วัตถุอันน่าใคร่ ได้แก่ กามคุณ 5 คือ รูป เสียง กลิ่น รส โงฐัพพะ ที่น่าใคร่ น่าพอใจ พระสูตรนี้มีเหตุเกิดขึ้นด้วยอหังการของพระพุทธเจ้าเอง โดยพระองค์ทรงมีพระอหังการที่จะแสดงธรรมเอง มีบุคคลสำคัญ 2 บุคคลคือ พระพุทธเจ้าในฐานะผู้ทรงแสดงธรรม และภิกษุทั้งหลายในฐานะผู้ฟังธรรม ในพระสูตรนี้ทรงแสดงกามเปรียบเหมือนเด็กอ่อนนอนหงาย

องค์ความรู้จากการวิจัย

หลักธรรมในกามสูตรที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยแบ่งออกเป็น 2 อย่าง คือ

- 1) กิเลสที่เกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ โยคีบุคคลผู้ปฏิบัติธรรมควรละมี 3 อย่าง คือ (1) ราคะ (2) โลภะ (3) อิจฉา 2) วัตถุที่เกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาคือ โยคีบุคคลผู้ปฏิบัติธรรมควรละกามคุณ 5 ต้องคอยสำรวมระวังอารมณ์คือ อายตนะภายนอกเมื่อมากระทบสัมผัสกำหนดรู้ด้วยสติให้เท่าทันว่าสักแต่เป็นเพียงรูป-นามที่เกิด-ดับอย่างรวดเร็ว เห็นเป็นเพียงว่าเป็นธาตุธรรมชาติ ที่ปรากฏตามเหตุปัจจัย เมื่อผู้เจริญวิปัสสนาได้กำหนดรู้กามคุณ 5 ไปตามสภาพความเป็นจริงอย่างไม่คล้อย การกำหนดรู้ด้วยสติต่ออย่างต่อเนื่องจะเป็นตัวช่วยการละและกำจัดความยึดติดอารมณ์กามคุณ 5 ได้อย่างดี

ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาเรื่อง “ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในกามสูตร” ครั้งนี้ เป็นการศึกษาเชิงเอกสารที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาในกามสูตรว่า มีผลเป็นอย่างไร

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยเห็นว่า ควรมีการศึกษารายละเอียดเพิ่มเติมในส่วนของหลักธรรมในแง่มุมอื่น ๆ เพื่อเพิ่มพูนความรู้ให้ครบในทุก ๆ ด้าน ดังนี้

- 1) ศึกษาเนกขัมมะที่มีผลต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนาในกามสูตร
- 2) ศึกษาอภุศลธรรมที่ประกอบด้วยศรัทธาที่มีผลต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนาในกามสูตร
- 3) ศึกษาอภุศลธรรมที่ประกอบด้วยศรัทธาที่มีผลต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนาในกามสูตร

เอกสารอ้างอิง

ชัยชาญ ศรีหาม. (2564). วิเคราะห์คำสอนวิปัสสนาในเตภูมิกถาที่มีผลต่อคตินิยมเชิงพุทธในสังคมไทย.

วารสาร มจร บาลีศึกษาพุทธโฆสปริทรรศน์, 7(1), 12-26.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2557). พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย. (พิมพ์ครั้งที่ 40). กรุงเทพฯ: พลิธัมม.

พระพุทธโฆสเถระ. (2554). คัมภีร์วิสุทธิมรรค. (สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), แปล). (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพฯ: ธนาเพรส.

พระมหาพงศ์ศิริ ปญฺญาวชิโร. (2564). วิเคราะห์ทานบารมีในคัมภีร์อรรถกถาชาดก. วารสารสหวิทยาการมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, 4(1), 63-73.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2552). *อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*.

กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

ราชบัณฑิตยสถาน. (2556). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554*. กรุงเทพฯ: ศิริวัฒนาอินเตอร์พริ้นท์.

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต). (2561). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์*. (พิมพ์ครั้งที่ 31). กรุงเทพฯ: สหธรรมิก.

Damnoen, P. S., & Dhirabhaddo, P. N. (2019). The Development of Indicators of Active Aging Enhancement in Buddhist Way for the Retirement of Elderly. *Journal of Graduate MCU Khonkaen Campus*, 6(3), 209–228.

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 (Kāmesumicchācāra). *Turkish Journal of Computer and Mathematics Education*, 12(8), 2943–2948.

Kongkawai, P. S. Phrakruarunsutalangarn, P., Damnoen, P. S., & Khamhanphon, A. (2021). Buddhist Integrated of Management for the Youth Training of Moral Camp in Nakhon Si Thammarat Province. *Psychology and Education Journal*, 58(1), 3724–3728.

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.

Yusamran, P. P., Thitipassitthikorn, P.P., Damnoen, P. S., Thienthong, P. B., Rattana-ngam, S., & Homchan, P. (2021). Conservative and Inheritance of Atthami Bucha Day for Sustainable Promotion Tourism. *Journal of Positive Psychology and Wellbeing*, 5(3), 1400–1410.