

# วิเคราะห์ความสำคัญของเวทนาต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนาในเวทนาสูตร

## An Analysis of the Importance of Vedana for Insight Meditation Practice in the Vedana Sutta

<sup>1</sup>สาริสา พชรญาณี และ <sup>2</sup>พระมหาชิต โต่งกระโทก

<sup>1</sup>Sarisa Bajrayani and <sup>2</sup>Phramaha Chit Tongkratok

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

E-mail: <sup>1</sup>ls.br.1980@gmail.com, <sup>2</sup>phramahachit@gmail.com

Received March 15, 2022; Revised April 19, 2022; Accepted May 15, 2022

### บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์ 2 ประการ คือ 1) ศึกษาเนื้อหาและหลักธรรมสำคัญในเวทนาสูตร และ 2) วิเคราะห์ความสำคัญของเวทนาต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนาในเวทนาสูตร โดยการศึกษา ค้นคว้าข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา คัมภีร์วิสุทธิมรรค และจากหนังสือ เอกสาร งานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง แล้วนำมาเรียบเรียงบรรยายตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ ผลการวิจัย พบว่า เนื้อหาและหลักธรรมสำคัญในเวทนาสูตร เวทนา 3 หมายถึง ความรู้สึกในการเสวยอารมณ์ 3 ทาง ได้แก่ 1) สุขเวทนา คือ ความรู้สึกสุข 2) ทุกขเวทนา คือ ความรู้สึกทุกข์ และ 3) อทุกขมสุขเวทนา คือ (ความรู้สึกที่มีสุขมีทุกข์) และอริยมรรคมีองค์ 8 คือ ข้อปฏิบัติอันเป็นทางสายกลาง 8 ประการ การวิเคราะห์ความสำคัญของเวทนาต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนาในเวทนาสูตร พบว่าเวทนา 3 ที่มีความสำคัญต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนา คือการกำหนดรู้เท่าทันต่อ สุขเวทนา ทุกขเวทนา และอทุกขมสุขเวทนา ที่เกิดขึ้นทางกายและใจ สักว่าเป็นแต่เพียงเวทนาที่เกิดขึ้นตามเหตุปัจจัยเท่านั้น เวทนาเมื่อเกิดขึ้นก็เพราะด้วยเหตุปัจจัยให้เกิดขึ้น เมื่อตั้งอยู่ก็ด้วยเหตุปัจจัยให้ตั้งอยู่ เมื่อดับก็ด้วยเหตุปัจจัยให้ดับไปในที่สุด ผู้เจริญวิปัสสนาภาวนาตามหลักธรรมในอริยมรรคมีองค์ 8 ได้ชื่อว่า ดำเนินตามทางสายกลาง ย่อมประสบผลสำเร็จ คือ ยังมรรค ผล นิพพาน ให้เกิดขึ้นได้ ทำให้พ้นจากกองทุกข์ทั้งปวงในสังสารวัฏ และเข้าถึงพระนิพพานซึ่งเป็นแดนเกษมอันเป็นสุขที่แท้จริง

คำสำคัญ: เวทนา; การเจริญวิปัสสนาภาวนา; เวทนาสูตร

## Abstract

This article aimed to study 1) the content and important principles in the Vedana Sutta and 2) the importance of Vedana for insight meditation practice in the Vedana Sutta. The data were gathered from Theravada Buddhist scriptures, such as the Tipitaka, the commentaries, and sub-commentaries. These were then summarized and written in a descriptive style. From the study, the findings were as follows: The teachings and essence in Vedana Sutta are that the Buddha stayed at Savatthi city, taught Bhikkhus three feelings, and Noble Eightfold Path cultivation for observing. The analysis of the importance of feelings for the development of Vipassana meditation in the Vedana Sutta revealed the three feelings that are important to the development of Vipassana meditation. It is the determination of knowing the pleasurable and unpleasurable feelings that occur on the physical and mental sides. It's just a feeling that arises from cause and effect only. This feeling arises because of a cause and effect, remaining due to its cause and effect, and extinguished due to it. It is caused by factors that will eventually extinguish. Those who have developed insight meditation Dhamma principle in the Noble Eightfold Path, known as the middle path, will soon reach the Noble Path, Fruits, and Nibbana to be released from all suffering heaps in Samsara and reach Nibbana, which is the realm of true happiness.

**Keywords:** Vedana; Insight Meditation Practice; Vedana Sutta

## บทนำ

เวทนา เป็นนามธรรมชนิดหนึ่ง เรียกว่า เวทนาเจตสิก ประกอบกับจิตทุกดวง เป็นธรรมชาติที่เสวยอารมณ์ สุข ทุกข์ หรือมิใช่สุขมิใช่ทุกข์ โดยผ่านทางอายตนะภายใน 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ อายตนะภายนอก 6 คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และธรรมารมณ์ คำว่า อารมณ์ หมายถึง สิ่งที่ถูกรู้หรือถูกรับรู้ สิ่งที่ยึดห้วงจิต เช่น รูปเป็นอารมณ์ของตา เสียงเป็นอารมณ์ของหู และรสเป็นอารมณ์ของลิ้น เป็นต้น (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2552) เวทนาเป็นเหตุแห่งความเป็นไปของชีวิตมนุษย์ สามารถนำพาชีวิตให้วนเวียนว่ายอยู่ในสังสารวัฏอันยาวนานอย่างไม่มีที่สิ้นสุด ซึ่งสามารถนำไปสู่ภพภูมิที่ดี หรือภพภูมิที่ไม่ดีได้ อย่างไรก็ตามถึงแม้ว่าเวทนาจะเป็นเหตุแห่งความสืบทอดของชีวิต แต่เวทนามีประโยชน์อันดีต่อชีวิตเช่นเดียวกัน เพราะมนุษย์สามารถใช้เวทนาเป็นทางดำเนินชีวิตให้ไปสู่ความเป็นอริยบุคคลได้ หากมีความรู้และความเข้าใจในเรื่องของเวทนาอย่างแท้จริง และปฏิบัติถูกต้องเมื่อมีเวทนาเกิดขึ้นอันเป็นความรู้ที่บริสุทธิ์ (สังข์वाल เสริมแก้ว และ คณะ 2565) ซึ่งเป็นกระบวนการที่นำออกไปจากสังสารวัฏ จนสามารถนำไปสู่การทำให้ถึงที่สุดแห่งกองทุกข์ทั้งปวงได้

อย่างสิ้นเชิง ในเวทนาสูตร ว่าด้วยเวทนาที่มีปรากฏในพระไตรปิฎก พระสูตรต้นตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวรรค

การเจริญวิปัสสนาภาวนาจนบรรลุถึง มรรค ผล นิพพาน คือจุดมุ่งหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา หลักธรรมที่พระองค์ทรงสั่งสอนเรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา หรืออริยมรรคมีองค์ 8 แปลว่า ทางมีองค์แปดประการอันประเสริฐมี สัมมาทิฐิ เป็นต้น (พระพรหมคุณาภรณ์ ป. อ. ปยุตโต, 2554) ซึ่งยังเห็นพระนิพพานโดยประจักษ์ ดังที่ท่านพระสารีบุตรกล่าวกับภิกษุทั้งหลายว่า “ท่านผู้มีอายุทั้งหลาย บรรดาธรรมเหล่านั้น โสภะและโทสะเป็นบาป มัชฌิมาปฏิปทามีอยู่เพื่อละโสภะและโทสะ เป็นปฏิปทา ก่อให้เกิดจักขุ ก่อให้เกิดญาณ เป็นไปเพื่อความสงบระงับ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อตรัสรู้ เพื่อพระนิพพาน” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

จากความเป็นมาและปัญหาตั้งที่กล่าวมาแล้วนี้ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะ ศึกษาวิเคราะห์ ความสำคัญของเวทนาต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนาในเวทนาสูตร ซึ่งมีเนื้อหาสาระสำคัญที่เกี่ยวกับ เวทนาต่าง ๆ เพื่อเป็นการเสริมสร้างองค์ความรู้ (พระมหาสุบิน สุนทรธมฺโม และพระมหาบุญศรี ญาณวฑฺฒโน, 2564) และเป็นแนวทางให้กับผู้สนใจที่จะศึกษาเรื่องเวทนาให้เข้าใจลึกซึ้งยิ่งขึ้น และนำ หลักธรรมเหล่านี้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน รวมไปถึงการเผยแผ่พระพุทธศาสนาให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น และนำไปใช้เป็นหลักในการเจริญวิปัสสนาภาวนาเพื่อความดับทุกข์ได้อย่างสิ้นเชิง คือ การบรรลุถึง มรรค ผล นิพพาน

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาเนื้อหาและหลักธรรมสำคัญในเวทนาสูตร
2. เพื่อวิเคราะห์ความสำคัญของเวทนาต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนาในเวทนาสูตร

## การทบทวนวรรณกรรม

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องโดยแบ่งเอกสารออกเป็นสอง ส่วน คือ เอกสารชั้นปฐมภูมิ ประกอบด้วยคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา ได้แก่ คัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา และคัมภีร์วิสุทธิมรรค เอกสารชั้นทุติยภูมิ คือเอกสารที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ หนังสือ ตำรา บทความ เอกสารทางพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

พระพุทธเจ้าตรัสถึงหลักสำคัญของการกำหนดรู้เวทนาด้วยอริยมรรคมีองค์ 8 ว่า “ภิกษุทั้งหลาย เวทนา 3 ประการ คือ 1. สุขเวทนา (ความรู้สึกสุข) 2. ทุกขเวทนา (ความรู้สึกทุกข์) 3. อทุกขมสุขเวทนา (ความรู้สึกที่มิใช่สุขมิใช่ทุกข์) เวทนา 3 ประการนี้ ภิกษุทั้งหลาย บุคคลพึงเจริญอริยมรรคมีองค์ 8 เพื่อกำหนดรู้เวทนา 3 ประการนี้” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) พระอรรถกถาได้อธิบายว่า ผู้เจริญวิปัสสนาเมื่อใส่ใจถึงความเกิดและความเสื่อม โดยความเป็นปัจจัยก่อน ในขณะที่

วิปัสสนากำหนดเวทนาชั้นเป็นอารมณ์ ที่มีความเกิดและความเสื่อมนั้น จึงเห็นความเกิดและความเสื่อมของเวทนาชั้นนั้น เมื่อเห็นความเกิดและความเสื่อม โดยลักษณะว่าความเกิดขึ้นแห่งเวทนา ความเสื่อมอย่างนี้ เวทนาเกิดขึ้นอย่างนี้เสื่อมไปอย่างนี้ ญาณรู้อย่างนี้ว่าธรรมเหล่านี้ไม่มีแล้วมี มีแล้วเสื่อมด้วยสภาวะดังนี้ พระโยคาวจรนั้นย่อมเห็นความเกิดขึ้นทั้งหลายความดับแห่งชั้นทั้งหลายนี้ เป็นการเห็นความเกิดและความดับโดยปัจจัย (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2552)

พระพุทธโฆสเถระ (2553) อธิบายเนื้อความกล่าวถึงเวทนาตอนหนึ่งว่า “ความเกิดขึ้นแห่งเวทนาชั้นโดยหมายความว่าเกิดขึ้นเพราะปัจจัย คือ เพราะอริชชาเกิด เวทนาจึงเกิด เห็นความเกิดขึ้นของเวทนาชั้น โดยความหมายว่า เกิดขึ้นเพราะปัจจัย คือ เพราะตัณหาเกิดขึ้น เพราะกรรมเกิดขึ้น เพราะผัสสะเกิดขึ้น เวทนาจึงเกิดขึ้น ทั้งเมื่อเห็นลักษณะแห่งความเกิดขึ้น ก็เห็นความเกิดขึ้นของเวทนาชั้น เห็นความดับของเวทนาชั้น โดยความหมายว่าดับไปเพราะปัจจัย คือ เพราะอริชชาดับ ตัณหาดับ กรรมดับ ผัสสะดับ เวทนาจึงดับไป ทั้งเมื่อเห็นลักษณะของความแปรผัน ก็เห็นความดับเวทนาชั้นด้วย”

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) (2546) อธิบายไว้ว่า เวทนา คือ การเสวยอารมณ์ หรือ การเสพรสของอารมณ์ ความรู้สึกต่อสิ่งที่มากระทบ ซึ่งจะเกิดมีทุกครั้งที่มีการรับรู้ เป็นความสุข สบาย ภูมิใจ หรือทุกข์ บีบคั้น เจ็บปวด หรือไม่ก็เฉย ๆ อย่างใดอย่างหนึ่ง ข้อที่ควรทำความเข้าใจอย่างหนึ่งเกี่ยวกับเวทนา เพื่อป้องกันสับสนกับสังขาร คือ เวทนา เป็นกิจกรรมของจิตในขั้นรับ กล่าวคือ เกี่ยวข้องกับผลที่อารมณ์มีต่อจิตเท่านั้น ยังไม่ใช่ขั้นที่เป็นฝ่ายจำนง หรือกระทำต่ออารมณ์ ซึ่งเป็นกิจกรรมของสังขาร ดังนั้นคำว่า ชอบไม่ชอบ ชอบใจ ไม่ชอบใจ ตามปกติใช้เป็นคำแสดงกิจกรรมในหมวดสังขาร โดยเป็นอาการสืบเนื่องจากเวทนาอีกต่อหนึ่ง เพราะคำว่า ชอบไม่ชอบ ชอบใจ ไม่ชอบใจ แสดงถึงอาการจำนง หรือกระทำต่ออารมณ์ ดังนั้น เวทนา มีความสำคัญมาก เพราะเป็นสิ่งที่มุ่งประสงค์ เสาะแสวงหา (หมายถึง สุขเวทนา) และสิ่งที่เกลียดกลัวหลีกเลี่ยง (หมายถึง ทุกขเวทนา) สำหรับสัตว์ทั้งหลาย เมื่อมีการรับรู้ขึ้นแต่ละครั้ง เวทนาจะเป็นข้อต่อ และเป็นต้นทางแยก ที่ชี้แนะหรือส่งแรงผลักดันแก่องค์ธรรมอื่น ๆ ว่าจะดำเนินไปในทางใด อย่างไร เช่น ถ้ารับรู้อารมณ์ใดแล้วรู้สึกสบาย ก็กำหนดหมายอารมณ์นั้นมาก และในแง่หรือแนวทางที่จะสนองเวทนานั้น และคิดปรุงแต่งเพื่อให้ได้อารมณ์นั้นมาเสวยสวดต่อไปอีก

พุทธทาสภิกขุ (2534) ได้กล่าวถึง เวทนา ไว้ในหนังสือหลักพุทธธรรมว่า เวทนา หมายถึง ความรู้สึกที่เกิดขึ้น ถ้าเกิดความรู้สึกพอใจ ภูมิใจ ก็เรียกว่า สุขเวทนา เวทนาที่เป็นสุข ถ้าไม่ภูมิใจก็เรียกว่า ทุกขเวทนา คือ เวทนาที่เป็นทุกข์ ถ้าไม่อาจจะกล่าวได้ว่า สุขหรือทุกข์ก็มีชื่อว่า อทุกขมสุข เวทนา คือ ไม่ใช่สุข ไม่ใช่ทุกข์ เป็นสามเวทนาด้วยกัน ฉะนั้น เวทนาไม่ได้ แปลว่า ความสงสาร แต่ แปลว่า ความรู้สึกที่เกิดขึ้นแก่ใจ หลังจากมีการกระทบ เวทนา เป็นคำกลาง ๆ ต้องประกอบกับคำอื่น เข้าข้างหน้า เป็นสุขเวทนา ทุกขเวทนา อทุกขมสุขเวทนา แล้วอันนี้แหละระวางให้ดี คือมันเนื่องมาจาก อารมณ์ที่มากกระทบแล้วส่งให้เกิดเวทนา คือ ความรู้สึกพอใจ หรือไม่พอใจ หรือยังเป็นกลาง ๆ เรา

เรียกว่า เวทนาและอันนี้แหละ เป็นตัวการเป็นตัวปัญหายุ่งยาก เพราะว่าเวทนาี้ตามปกติแล้วมันไม่หยุดอยู่เพียงแค่เวทนา มันปรุงแต่งให้เกิดตัณหา คือ ความทะยานอยากไปตามอำนาจของเวทนา จนเกิดเป็นอุปาทาน จนเป็นทุกข์ในที่สุด

### งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

พระพัฒน์สา ปวทุตโม (2561) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ศึกษาประโยชน์และคุณค่าของเวทนาในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4” จากการวิจัยพบว่า เวทนา ได้แก่ ความรู้สึกเป็นสุข ทุกข์ หรือเฉย ๆ สติกำหนดเวทนา ต้องการให้เห็นความจริงตามสภาพที่ปรากฏ เช่น มีอาการ เจ็บ ปวด เป็นต้น เห็นความจริงตามหลักไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา บรรลุความพ้นทุกข์ คือ พระนิพพาน สำหรับวิธีการกำหนดเวทนามีหลักสำคัญ คือ เวทนาเป็นเรื่องการเสวยอารมณ์ทางกายและทางใจ การกำหนดจึงมีความยิ่งหย่อนแตกต่างกัน สำนักปฏิบัติธรรม 3 สำนัก คือ วัดไร่เปิง วัดพระธาตุศรีจอมทอง และศูนย์ปฏิบัติธรรม ตาเน้ง เลนัง ที่ใช้แนวปฏิบัติตามนัยแห่งอรรถกถา ต่างกันในรายละเอียดปลีกย่อย ส่วนศูนย์วิปัสสนากรรมฐานธรรมสัมพันธ์ เห็นว่าเวทนานุปัสสนา คือ ที่รวมลงของธรรมทั้งหลาย (กาย จิต ธรรม) จึงเน้นการกำหนดรู้เวทนาทั้งอนุโลมและปฏิโลม วางใจให้เป็นอุเบกขา ถือเป็นหัวใจสำคัญของการปฏิบัติสำนักนี้

พระอนุชา อนุชาโต (2556) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การศึกษาการเจริญเวทนานุปัสสนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท” จากการวิจัยพบว่า “เวทนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท พบว่า เวทนานุปัสสนาที่ปรากฏในพระสูตรต้นตปิฎกมีหลายลักษณะ และในพระสูตรต่าง ๆ เช่น เวทนาในชั้น 5 เป็นต้น ความหมายเวทนาในอรรถกถา คือ การมีสติรู้เท่าทันเวทนา เท่าทันขณะเกิดขึ้นบ้างเท่าทันขณะที่กำลังแปรปรวนอยู่บ้าง หรือขณะดับไปบ้าง ดังนั้นเวทนาจึงเป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อมีอารมณ์มากระทบจิต ความสำคัญของเวทนานุปัสสนา คือ การใช้สติเข้าไปรู้เห็นเวทนาทั้งหลายอย่างต่อเนื่อง ประเภทของเวทนานุปัสสนา จำแนกการเสวยอารมณ์ 3 ทาง คือ (1) ความรู้สึกสุข (2) ความรู้สึกทุกข์ และ (3) ความรู้สึกไม่ใช่สุขไม่ใช่ทุกข์ การเจริญสติปัฏฐาน 4 มี กาย เวทนา จิต ธรรม เมื่อย่อยลงแล้วเหลือนามกับรูป คือ การกำหนดรู้ตามสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นกาย จัดเป็น “รูป” ส่วน เวทนาจิต ธรรม จัดเป็น “นาม” ที่มีความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป หากมีการดำเนินตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา”

จากการศึกษาทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งหมด พบว่างานวิจัยที่ศึกษานี้ได้วิจัยเฉพาะในแง่มุมที่สอดคล้อง และใกล้เคียงกับเนื้อหาของการศึกษาวิเคราะห์ความสำคัญของเวทนาต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนาในเวทนาสูตร แต่ยังไม่ตรงประเด็นของเนื้อหาทั้งหมด เพียงพอที่จะสามารถใช้เป็นแนวทางในการวิจัยเท่านั้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งไม่เคยมีงานวิจัยที่กล่าวถึง การศึกษาวิเคราะห์ความสำคัญของเวทนาต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนาในเวทนาสูตร จึงเป็นเหตุให้ผู้วิจัยสนใจที่จะนำมาศึกษาให้ชัดเจนยิ่งขึ้น ดังนั้น การศึกษาวิจัยครั้งนี้จึงมุ่งศึกษาเพิ่มเติมในรายละเอียดต่าง ๆ ซึ่งยังประโยชน์ทำให้ทราบแนวทาง และความสำคัญของเวทนาต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนาในเวทนาสูตร

เพื่อประโยชน์แก่กุลต่อผู้วิจัย ผู้สนใจศึกษาตลอดจนเพื่อใช้ข้อมูลเป็นพื้นฐานในการเจริญวิปัสสนาภาวนาสืบต่อไป

### ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงเอกสาร โดยมุ่งศึกษาข้อมูลจาก คัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา คัมภีร์วิสุทธิมรรค และหนังสือเอกสารงานวิจัยต่าง ๆ รวมถึงการวิเคราะห์ข้อมูล โดยดำเนินการตามวิธีการ และขั้นตอนการวิจัยตามลำดับดังต่อไปนี้

1. ศึกษาเนื้อหาและการเจริญวิปัสสนาภาวนา ในคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา และคัมภีร์วิสุทธิมรรค
2. ศึกษาหลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับเวทนาประกอบด้วย คัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา และคัมภีร์วิสุทธิมรรค
3. ศึกษาวิเคราะห์เวทนาที่มีผลต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนา สรุปผลที่ได้จากการวิจัย พร้อมข้อเสนอแนะ และประเด็นที่จะเป็นประโยชน์ต่อการศึกษาต่อไป

### ผลการวิจัย

#### เนื้อหาและหลักธรรมสำคัญในเวทนาสูตร

เวทนาสูตร เป็นพระสูตรที่พระพุทธองค์ทรงแสดงการเจริญอริยมรรคมีองค์ 8 เพื่อกำหนดรู้เวทนา 3 จากข้อมูลเบื้องต้นในการนำเสนอบุคคลสำคัญในเวทนาสูตรนั้นมีพระพุทธเจ้าเป็นผู้แสดง โดยทรงแสดงหลักธรรมนี้ให้กับภิกษุทั้งหลายโดยไม่ระบุว่ามิมีจำนวนภิกษุเท่าใด แต่จุดมุ่งหมายที่ทรงแสดงนั้นก็เพื่อส่งเสริมบุคคลทั้งหลายให้เจริญอริยมรรคมีองค์ 8 เพื่อกำหนดรู้เวทนา 3 ในเวทนาสูตรพระพุทธองค์ทรงแสดงหลักธรรมสำคัญ คือ (1) เวทนา 3 (2) อริยมรรคมีองค์ 8 ดังนี้

- 1) เวทนา 3 คือ ความรู้สึกในการเสวยอารมณ์ 3 ทาง ได้แก่ (1) สุขเวทนา ความรู้สึกสุข เช่น ความรู้สึกเป็นสุขทางกาย ได้แก่ ความโล่ง เบาสบาย หรือความรู้สึกเป็นสุขทางใจ เช่น ความดีใจ เบิกบาน โสมนัสยินดี เป็นต้น (2) ทุกขเวทนา ความรู้สึกทุกข์ เช่น ความรู้สึกที่เป็นทุกข์ทางกาย เช่น ความเจ็บ ปวด เมื่อย ชา คั้น ร้อน เย็น จุกเสียด เหนื่อย หรือความรู้สึกเป็นทุกข์ทางใจ เช่น โทมนัส ความเศร้าโศก เสียใจ กลัว ไม่สบายใจ ร้อนใจ วิตกกังวล เป็นต้น (3) อทุกขมสุขเวทนา ความรู้สึกที่มีใช้สุขมิใช่ทุกข์ หมายถึง ความเฉยแหย่งใจ เมื่อเสวยอารมณ์แห่งอทุกขมสุขเวทนา หรือรับรู้อารมณ์ฝ่ายอุเบกขา คือ ความรู้สึกเป็นกลาง ๆ ไม่สุขไม่ทุกข์ เรียกว่า อทุกขมสุขเวทนา เมื่อเวทนาทั้ง 3 ประการนี้เกิดขึ้น ก็ต้องกำหนดรู้สภาพธรรมตามความเป็นจริงในขณะปัจจุบัน เพื่อให้เห็นเป็นลัทธิว่าเพียงรูปกับนามไม่ใช่สัตว์ ตัวตน บุคคล เรา เขา เป็นแต่เพียงสภาวธรรมที่มีความเกิดขึ้น มีความตั้งอยู่ และมีความดับไปเป็นธรรมดา

2) อริยมรรคมีองค์ 8 คือ หนทางอันประเสริฐ ประกอบด้วยองค์ 8 ประการ ได้แก่

(1) สัมมาทิฏฐิ เป็นอริยมรรคข้อแรกในอริยมรรคมีองค์ 8 เป็นมรรคที่สำคัญ คือเป็นหัวหน้าแห่งอริยมรรคที่เหลือว่าจะมีอริยมรรคข้ออื่น ๆ เกิดขึ้นตามมา สัมมาทิฏฐิ หมายถึง ความเห็นชอบ หรือปัญญาเห็นชอบ คือ เห็นอริยสัจ 4 องค์ธรรมที่เป็นข้อปฏิบัติในสัมมาทิฏฐิ คือ ความรู้ในทุกข์ ความรู้ในทุกขสมุทัย ความรู้ในทุกขนิโรธ ความรู้ในทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา สภาวะธรรมของสัมมาทิฏฐิ คือ ปัญญา ภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง

(2) สัมมาสังกัปปะ หมายถึง ความดำริชอบ ความดำริอยู่ใน ศีล สมาธิ และปัญญา คือสามารถยกจิตขึ้นสู่มหากุศล องค์ธรรมที่เป็นข้อปฏิบัติในสัมมาสังกัปปะ คือ ความดำริในการออกจากกาม ความดำริในการไม่พยาบาท ความดำริในการไม่เบียดเบียน สภาวะธรรมของสัมมาสังกัปปะ คือ ความที่จิตแนบแน่นในอารมณ์ ความที่จิตแนบสนิทในอารมณ์ ความยกจิตขึ้นสู่อารมณ์

(3) สัมมาวาจา หมายถึง เจรจาชอบ พุตถุกรรมถุวินัย พุตแล้วไม่เสียหาย มีแต่ดีฝ่ายเดียว การงดเว้นวจีทุจริต 4 ได้เด็ดขาดจึงจัดเป็นสัมมาวาจาในมรรคได้ องค์ธรรมที่เป็นข้อปฏิบัติในสัมมาวาจา คือ เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากการพูดเท็จ เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากการพูดส่อเสียด เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากการพูดคำหยาบ เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ สภาวะธรรมของสัมมาวาจา คือ ความงด ความเว้น ความเว้นขาด เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากวจีทุจริต 4

(4) สัมมากัมมันตะ หมายถึง การงานชอบ ได้แก่ การกระทำที่เว้นจากความประพฤติชั่วทางกาย 3 อย่าง คือ การงานที่ทำทางกาย ประกอบด้วย ศีล สมาธิ และปัญญา องค์ธรรมที่เป็นข้อปฏิบัติในสัมมากัมมันตะ คือ เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากการลักทรัพย์ เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากการประพฤติผิดในกาม สภาวะธรรมของสัมมากัมมันตะ คือ ความงด ความเว้น ความเว้นขาด เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากกายทุจริต 3

(5) สัมมาอาชีวะ หมายถึง เลี้ยงชีวิตชอบ คือ เว้นจากเลี้ยงชีวิตโดยทางที่ผิด เช่น หลอกหลวงค้าอาวุธ ค้าคน ค้ายาเสพติด ค้ายาพิษ เป็นต้น เป็นอยู่ชอบ คือ เป็นอยู่ชอบเพราะความเพียร เป็นอยู่ชอบเพราะงดเว้นอย่างเด็ดขาดจาก กายทุจริต 3 วจีทุจริต 4 องค์ธรรมที่เป็นข้อปฏิบัติในสัมมากัมมันตะ คือ ละมิจฉาอาชีวะ เลี้ยงชีวิตอยู่ด้วยสัมมาอาชีวะ สภาวะธรรมของสัมมาอาชีวะ คือ ความงด ความเว้น ความเว้นขาด เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากมิจฉาอาชีวะ

(6) สัมมาวายามะ หมายถึง เพียรชอบ คือ ตั้งใจประพฤติปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาอย่างจริงจัง เพื่อให้หลุดพ้นไปจากกิเลสและกองทุกข์โดยเร็วพลัน องค์ธรรมที่เป็นข้อปฏิบัติในสัมมาวายามะ คือ ปรรากความเพียร เพื่อป้องกันบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดมิให้เกิดขึ้น ปรรากความเพียร เพื่อละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว ปรรากความเพียร เพื่อทำกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น ปรรากความเพียร เพื่อความดำรงมั่น ไม่เลือนหายเพื่อความไพบูลย์ เจริญเต็มเต็มที่แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว สภาวะธรรมของสัมมาวายามะ คือ การปรรากความเพียรทางใจ อย่างไม่ทอดถอย ความไม่ทอดทิ้งธุระ

(7) สัมมาสติ หมายถึง ระลึกชอบ คือ ระลึกในรูปนามหรือการเจริญวิปัสสนาภาวนา ได้แก่ การระลึกอยู่กับกาย เวทนา จิต และธรรม องค์ธรรมที่เป็นข้อปฏิบัติในสัมมาสติ คือ พิจารณาเห็นกายในกาย พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา พิจารณาเห็นจิตในจิต พิจารณาเห็นธรรมในธรรม สภาวธรรมของสัมมาสติ คือ ความตามระลึก สติ กิริยาที่ระลึก ความไม่หลงลืม

(8) สัมมาสมาธิ หมายถึง ตั้งจิตมั่นชอบ มีใจจดจ่ออยู่กับการกำหนดรู้รูปนาม จนกระทั่งถึงมรรค มีโสตปฏิบัติมรรคญาณ เป็นต้น องค์ธรรมที่เป็นข้อปฏิบัติในสัมมาสมาธิ คือ ความสงบจาก กามและอกุศลธรรมทั้งหลาย บรรลุปฐมฌานที่มีวิตก มีวิจาร์ มีปีติและสุข อันเกิดจากวิเวกอยู่ เพราะ วิตกวิจาร์สงบระงับไปแล้ว บรรลุทุติยฌานที่มีความผ่องใสในภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ไม่มี วิตก ไม่มีวิจาร์ มีแต่ปีติและสุข อันเกิดจากสมาธิอยู่ เพราะปีติจางคลายไป มีอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะ เสวยสุขด้วยนามกาย บรรลุตติยฌานที่พระอรหันต์ทั้งหลายกล่าวสรรเสริญว่า ผู้มีอุเบกขา มีสติอยู่เป็นสุข เพราะละสุขและทุกข์ได้ เพราะโสมนัสและโทมนัสดับไปก่อน บรรลุจตุตถฌานที่ไม่มีทุกข์ไม่มีสุข มีสติ บริสุทธิเพราะอุเบกขาอยู่ สภาวธรรมของสัมมาสมาธิ คือ ความตั้งอยู่แห่งจิต ความตั้งมั่น ความไม่ซัด ส่าย ความไม่ฟุ้งซ่าน ความที่จิตตั้งมั่นอยู่กับการกำหนดรู้รูปนาม เพื่อให้เห็นถึงความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และบังคับบัญชาไม่ได้ เพื่อความเบื่อหน่ายคลายกำหนด เพื่อความพ้นไปจากสังสารวัฏ เพื่อความดับ สนิทซึ่งกองทุกข์ เพื่อกระทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน

### วิเคราะห์ความสำคัญของเวทนาต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนาในเวทนาสูตร

ในเวทนาสูตรพระพุทธเจ้าทรงแสดงหลักธรรมสำคัญที่มากู้กัน คือ เวทนา 3 และอริยมรรคมี องค์ 8 สำหรับเวทนา 3 นั้น เป็นธรรมที่ควรกำหนดรู้ เพื่อละ ราคะ โทสะ โมหะ เพื่อการบรรลุเป็นพระ อริยบุคคล เข้าถึงพระนิพพาน ส่วนอริยมรรคมีองค์ 8 นั้น เป็นธรรมที่ควรเจริญ เพราะถ้าเจริญและทำ ให้มากแล้ว จะเป็นธรรมที่กำจัด ราคะ โทสะ โมหะ ยิ่งทำให้มากเจริญให้มากกิเลสยิ่งลดลง การ กำหนดรู้เวทนามีจุดมุ่งหมาย คือ เพื่อให้รู้สภาพธรรมของเวทนาตามความเป็นจริง ซึ่งสภาพธรรมที่ แท้จริงของเวทนามีลักษณะที่แปรปรวน เช่น ในขณะกำหนดรู้ ทุกขเวทนา ที่มีอาการปวดอยู่นั้น จะ สังเกตเห็นได้ว่าระยะอาการปวดของเวทนา ในแต่ละช่วงนั้นมีความแตกต่างกัน ฉะนั้น จึงควรกำหนด พิจารณาว่ารู้ที่อาการแปรปรวนต่าง ๆ ของเวทนามันตามความเป็นจริงทุกขณะ ๆ ไปเท่านั้น อย่าให้ ความชอบใจ หรือไม่ชอบใจเกิดขึ้นมา ให้จิตดำรงอยู่ในความเป็นกลางตลอดเวลาในขณะที่พิจารณาอยู่ นั้น หลังจากที่รับรู้ถึงความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปของเวทนาที่กำลังกำหนดรู้อยู่นั้น ก็จะทำให้ เกิดปัญญาที่รู้แจ้งต่อมากไปกว่า เมื่อกำหนดเวทนาที่เกิดขึ้นให้ดับลงทันทีทุกขณะที่กำหนดอยู่ จะรับรู้ถึง ความเกิดดับอย่างรวดเร็วของเวทนา ซึ่งความเข้าใจเช่นนี้ เรียก ว่าเป็นการรู้แจ้งความเกิดดับของ เวทนาที่กำลังกำหนดรู้อยู่ ดังนั้น ผลสำเร็จของการกำหนดรู้เวทนาทั้งโดยตรงและโดยอ้อมก็ตาม ล้วนมี ความดับทุกข์ในวิภูฏะสงสารอย่างสิ้นเชิง บรรลุถึงความ เป็นพระอริยบุคคล และเข้าสู่จุดหมาย ปลายทาง คือ พระนิพพาน



## อภิปรายผลการวิจัย

ผลจากการวิจัย พบว่า เวทนาสูตร เป็นพระสูตรที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงหลักธรรมสำคัญที่มากู้กัน คือ เวทนา 3 และอริยมรรคมีองค์ 8 สำหรับเวทนา 3 นั้น เป็นธรรมที่ควรกำหนดรู้ เพื่อละ ราคะ โทสะ โมหะ เพื่อการบรรลุเป็นพระอริยบุคคล เข้าถึงพระนิพพาน ส่วนอริยมรรคมีองค์ 8 นั้น เป็นธรรมที่ควรเจริญ เพื่อให้รู้สภาพธรรมของเวทนาตามความเป็นจริง ผลสำเร็จของการกำหนดรู้เวทนาทั้งโดยตรงและโดยอ้อมก็ตาม ล้วนมีความดับทุกข์ในวัฏฏะสงสารอย่างสิ้นเชิง เพื่อป้องกันสับสนกับสังขาร คือ เวทนา เป็นกิจกรรมของจิตในขั้นรับ (พระพรหมคุณาภรณ์ ป.อ.ปยุตฺโต, 2546) เพราะว่าเวทนานี้ตามปกติแล้วมันไม่หยุดอยู่เพียงแค่เวทนา มันปรุงแต่งให้เกิดตัณหา คือ ความทะยานอยากไปตามอำนาจของเวทนา จนเกิดเป็นอุปาทานจนเป็นทุกข์ในที่สุด (พุทธทาสภิกขุ, 2534) ผู้เจริญวิปัสสนาภาวนาตามหลักธรรมในอริยมรรคมีองค์ 8 ได้ชื่อว่า ดำเนินตามทางสายกลาง ย่อมประสบผลสำเร็จ คือ ยังมรรค ผล นิพพาน ให้เกิดขึ้นได้ ทำให้พ้นจากกองทุกข์ทั้งปวงในสังสารวัฏและเข้าถึงพระนิพพาน ซึ่งเป็นแดนเกษมอันเป็นสุขที่แท้จริง ดำรงชีวิตอยู่ด้วยความไม่ประมาท (Damnoen, 2021) นำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันในการพัฒนาบุคลิกภาพได้อย่างเหมาะสม (พระมหานพดล นวตลปญโญ และคณะ, 2564) มีปฏิปทาที่น่าเลื่อมใสต่อผู้ที่ได้พบเห็น หรือมีโอกาสได้สนทนาด้วย (พระสมชาย บัวแก้ว และคณะ, 2564) เพราะว่าพัฒนาศักยภาพของตนเองอย่างสม่ำเสมอ ส่งผลให้ชีวิตประจำวันเป็นไปอย่างปกติสุข (อุไรพร ประชาบุตร และ วิไลศักดิ์ กิ่งคำ, 2564) การบูรณาหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในการดำเนินชีวิตในการพัฒนาพฤติกรรมของตนเองจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องนำไปใช้ด้วยความรอบคอบ และมีสติระลึกรู้ตัวอย่างสม่ำเสมอ (Tan & Damnoen, 2020) เพราะว่าการประยุกต์ใช้หลักธรรมที่เหมาะสมกับตนเองจะส่งผลให้การประพฤติปฏิบัติมีความก้าวหน้า ประสบผลดังที่ตั้งไว้

## องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

การวิเคราะห์ความสำคัญของเวทนาต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนาในเวทนาสูตร พบว่าเวทนา 3 ที่มีความสำคัญต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนา คือการกำหนดรู้เท่าทันต่อ สุขเวทนา ทุกขเวทนา และอกุทขมสุขเวทนา ที่เกิดขึ้นทางกายและใจ ผู้เจริญวิปัสสนาภาวนาตามหลักธรรมในอริยมรรคมีองค์ 8 ได้ชื่อว่า ดำเนินตามทางสายกลาง ย่อมประสบผลสำเร็จ คือ ยังมรรค ผล นิพพาน ให้เกิดขึ้นได้ ทำให้พ้นจากกองทุกข์ทั้งปวงในสังสารวัฏ และเข้าถึงพระนิพพานซึ่งเป็นแดนเกษมอันเป็นสุขที่แท้จริง

## สรุป

เวทนาสูตร เป็นพระสูตรที่พระพุทธองค์ทรงแสดงการเจริญอริยมรรคมีองค์ 8 เพื่อกำหนดรู้เวทนา 3 เพื่อให้รู้สภาพธรรมของเวทนาตามความเป็นจริง ผลสำเร็จของการกำหนดรู้เวทนาทั้งโดยตรงและโดยอ้อมก็ตาม ล้วนมีความดับทุกข์ในวัฏฏะสงสารอย่างสิ้นเชิง

## ขอเสนอแนะ

การศึกษาวិเคราะห์ความสำคัญของเวหนาดต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนาในเวทนาสูตร สำหรับบุคคลผู้ที่มีความสนใจจะศึกษาโดยละเอียด และนำข้อมูลไปใช้ในวัตถุประสงค์อย่างอื่น หวังเป็นอย่างยิ่งว่างานวิจัยนี้จะมีข้อมูลที่เป็นประโยชน์ ต่อการพัฒนาองค์ความรู้ใหม่ ๆ ให้เกิดขึ้นต่อไป ดังนั้น ผู้วิจัยจึงขอเสนอแนะจากการวิจัย และขอเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป ดังนี้

### ขอเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

การศึกษาวิเคราะห์ความสำคัญของเวหนาดต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนาในเวทนาสูตร ทำให้ทราบว่าในพระไตรปิฎกกล่าวถึงข้อปฏิบัติ ในเรื่องของการกำหนดรู้เวทนา 3 ในการเจริญอริยมรรคมีองค์ 8 เพื่อการเจริญวิปัสสนาภาวนา ทำให้เข้าใจหลักการปฏิบัติ ตลอดจนจนอานิสงส์ที่จะพึงได้รับตามสมควรแก่สติปัญญา ดังนั้น ผู้สนใจที่จะศึกษาให้ละเอียดยิ่งขึ้นต่อไปอีก ควรศึกษาข้อมูลเพิ่มเติมในพระไตรปิฎกที่ได้จากแหล่งต่าง ๆ เพื่อว่าข้อมูลตรงกันหรือแตกต่างกันด้านใด เพื่อจะได้รับคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญ และเป็นฐานข้อมูลในการศึกษาค้นคว้าต่อไป

### ขอเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

จากการศึกษาเรื่อง การศึกษาวิเคราะห์ความสำคัญของเวหนาดต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนาในเวทนาสูตร ผู้วิจัยพบว่า ยังมีประเด็นที่เป็นสาระสำคัญที่น่าสนใจศึกษาค้นคว้า ดังนี้

- 1) สัมมาทิฐิที่มีความสำคัญต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนา
- 2) สัมมาสติที่มีความสำคัญต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนา
- 3) สัมมาวาจาที่มีความสำคัญต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนา

## เอกสารอ้างอิง

- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต). (2554). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์*. (พิมพ์ครั้งที่ 16). กรุงเทพฯ: สหธรรมิก.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2546). *พุทธธรรม*. (พิมพ์ครั้งที่ 11). กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระพัฒนสา ปวทุตฺตโม. (2561). *ศึกษาประโยชน์และคุณค่าของเวหนาดในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 (วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต)*. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระพุทธิโสภณเถระ. (2548). *คัมภีร์วิสุทธิมรรค*. (สมเด็จพระพุฒาจารย์ (ฮาจ อาสภมฺหาเถระ), แปล). (พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพฯ: ธนาเพรส.

- พระมหานพดล นวตลปญโญ, พระครูสุธีคัมภีร์ญาณ (ประมวณ) และ พระมหามิตร ฐิตปญโญ. (2564). รูปแบบการปฏิบัติตุงควัตรของพระสงฆ์ในลุ่มแม่น้ำโขง (ไทย-ลาว). *วารสารศิลปการจัดการ*, 5(2), 325-339.
- พระมหาสุบิน สุนทรธมฺโม และพระมหาบุญศรี ญาณวฑฺฒโฒ. (2564). ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในอัครราสูตร. *วารสาร มจร ภาพีศึกษาพุทธโฆสปริทรรคณ*, 7(1), 123-134.
- พระสมชาย บัวแก้ว, พระมหาบุญศรี วงค์แก้ว และ สุเชาวน พลอยชุม. (2564). อภิสมาจาร: กระบวนการพัฒนาบุคลิกภาพตามแนวพระพุทธศาสนา. *วารสารศิลปการจัดการ*, 5(3), 895-907.
- พระอนุชา อนุชาโต. (2556). *การศึกษาการเจริญเวทนานุปัสสนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท* (วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พุทธทาส ภิกขุ. (2534). *หลักพุทธธรรม*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: สุขภาพใจ.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2552). *อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สังข์वाल เสริมแก้ว, ธาณี สุวรรณประทีป, ชลิต วงษ์สกุล และ พระครูปลัดประวิทย์ วรธมฺโม. (2565). การบูรณาการหลักอัฐตะ 3 ในการสังคมสงเคราะห์ : บทวิเคราะห์ในมิติพระพุทธศาสนา. *วารสาร มจร ภาพีศึกษาพุทธโฆสปริทรรคณ*, 8(1), 1-15.
- อุไรพร ประชาบุตร และ วิไลศักดิ์ กิ่งคำ. (2564). ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างอานาปานสติกับ ไตรลักษณ์ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท. *วารสาร มจร ภาพีศึกษาพุทธโฆสปริทรรคณ*, 7(2), 1-12.
- Damnoen, P. S. (2021). The Development of Student Characteristics in According to the Nawaluk Framework of the Buddhist integration of Buddhapanya Sri Thawarawadee Buddhist College. *Asia Pacific Journal of Religions and Cultures*, 5(2), 126-135.
- 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.