

# ความสุขในพุทธปรัชญา

## Happiness in Buddhist Philosophy

พระณัฐภัทร กิจจกาโร (เจริญรักษ์)<sup>๑</sup>

Phra Natthapat Kiccakaro(Charoenrak)

พระมหาสุรศักดิ์ ปัจจนตเสโน, ผศ.ดร.<sup>๒</sup>

Asst. Prof. Phramaha Surasak Paccantaseno, Ph.D

### บทคัดย่อ

บทความนี้ศึกษาเกี่ยวกับความสุขในระดับต่างๆ ในพุทธปรัชญา แม้ว่าพุทธปรัชญาจะกล่าวเรื่องของความทุกข์อยู่บ่อยครั้งแต่ก็ได้โจมตีหรือปฏิเสธเรื่องความสุขที่บุคคลกำลังแสวงหา แต่พุทธปรัชญามองเรื่องความเหมาะสมในการแสวงหาความสุขด้วยวิธีต่างๆ มากกว่าจะนำมาซึ่งผลที่ยั่งยืนหรือไม่หรือยังมีทุกข์เจือปนอยู่เพราะไม่ใช่ความสุขที่แท้จริง พุทธปรัชญาจึงแจกแจงความสุขว่ามีหลายระดับขึ้นตั้งแต่ระดับต่ำคือโลกวิสัยสู่ระดับสูงคือโลกุตระ บุคคลสามารถเข้าถึงความสุขในชั้นต่างๆ ได้ดังที่พระพุทธเจ้าได้แสดงวิธีการไว้แล้วมีประการต่างๆ ตั้งแต่ความสุขในกามจนถึงความสุขที่หมดจากกิเลสทั้งปวง แต่ความสุขในพุทธศาสนาสะท้อนภาพเชิงปฏิบัติการมากกว่าจะเป็นอุดมคติดังที่พระพุทธองค์ต้องการจะสื่อเพื่อให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจความทุกข์ก่อนเพราะเป็นสิ่งที่ปฏิบัติต่อความสุขและเป็นการใช้ความทุกข์เป็นจุดตั้งต้นเพื่อนำมาซึ่งกระบวนการแสวงหาความสุขอันจะนำไปสู่ภาวะปราศจากทุกข์สิ้นเชิง คือ พระนิพพาน

**คำสำคัญ :** ความสุข, ความทุกข์, เวทนา, พุทธปรัชญา

### Abstract

This article in fact tries to define the importance of happiness. But according to the many realization of the suffering (Dukkha) in the Buddhist philosophy, it does not necessarily refuse or beat the importance of bliss that one person would like to approach. But Buddhist philosophy actually criticizes the suitability of reaching it by pointing out that such bliss could bring the right and sustainable result or not, and it therefore classifies the several types of bliss, as a final consequence, from the mundane state to the transcendental sphere. By the way, as it taught by the Buddha, Buddhist philosophy undoubtedly accepts the self-capability that everyman can reach the several type of bliss - secular bliss to Nirvana. However, the Buddhist bliss directly shades the light on the changeable behaviors more than founding up an ideal concept of human. The Buddha would like human to realize their existence of suffering,

---

<sup>๑</sup> นิสิตพุทธศาสนตรุษย์บัณฑิต สาขาวิชาพระไตรปิฎกศึกษา ภาควิชาพระพุทธศาสนา คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Ph.D. Candidate, Tipitaka Studies, Department of Buddhism, Faculty of Buddhism, Mahachulalongkornrajavidyalaya University. E-mail.:uttayanon@icloud.com.

<sup>๒</sup> ผู้อำนวยการสถาบันภาษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Director of Language Institute, Mahachulalongkornrajavidyalaya University, E-mail.: saksurasen@yahoo.com.

because the pain has seen to be an important obstacle of bliss by questioning such pain to introduce the right path to catch the final destination – Nirvana.

**Keywords:** Happiness, Suffering, Feeling, Buddhist philosophy

## ๑. บทนำ

ความสุขในโลกนี้มีหลายระดับ หลายประเภท ทั้งความสุขในแง่ของปุถุชนและอริยบุคคลก็แตกต่างกันไปตามแต่คุณสมบัติของจิต แต่อย่างไรก็ตามความสุขในพระพุทธศาสนาก็เริ่มต้นขึ้นจากพระศาสดาอันเป็นองค์ปฐมแห่งคำสอนทั้งหลาย พระองค์ตั้งใจหยั่งจากสภาวะทุกข์จากการได้พบเจอเหตุทุกข์ทั้ง ๔ คือ คนแก่ คนเจ็บ คนตาย และสมณะ อีกทั้งเกิดความทุกข์จากการบำเพ็ญเพียรอันสุดไปทางทรมานตนหรืออัตตกลีณานุโยค การทดลองเพื่อจะหาความสุขของพระองค์ล้วนยังไม่ประสบผลสำเร็จแต่ก็เป็นการทดลองที่ไม่เสียประโยชน์เปล่าเพราะนำไปสู่การค้นพบข้อปฏิบัติที่ถูกต้องสู่ความสุขอันยิ่งในพระพุทธศาสนาคือพระนิพพานอันเป็นสภาวะปลอดทุกข์ ในคัมภีร์มหารวรรคแห่งพระวินัยปิฎกปรากฏคำว่า ความสุข ครั้งแรกหลังจากที่พระพุทธเจ้าผ่านการทดลองปฏิบัติภาวนาลองผิดลองถูกมาอย่างยาวนาน พระองค์ตรัสอุทานขึ้นกับพระองค์เองผู้เดียวขณะประทับอยู่ใต้ต้นมุจลินท์ว่า

ความสงบเป็นสุขของบุคคลผู้สันโดษ  
ผู้มีธรรมปรากฏแล้ว ผู้เห็นอยู่  
ความไม่เบียดเบียนคือความสำรวมในสัตว์ทั้งหลายเป็นสุขในโลก  
ความปราศจากราคะคือความล่วงกามทั้งหลายได้เป็นสุขในโลก  
ความกำจัดอัสมิมานะเสียได้เป็นสุขอย่างยิ่ง<sup>๓</sup>

จากพุทธอุทานข้างต้นจะแยกความสุขออกมาได้ ๔ อย่าง คือ ความสงบ ความไม่เบียดเบียน ความปราศจากราคะ ความกำจัดอัสมิมานะ ซึ่งพระพุทธเจ้าได้สัมผัสขณะบำเพ็ญเพียรและยังเป็นผลแห่งการปฏิบัติกรรมฐานของพระองค์ด้วยเช่นกัน โดยความสุขที่กล่าวมาคือ หนึ่ง ความไม่เบียดเบียนเป็นคุณธรรมพื้นฐานของผู้มีศีลและเป็นที่ยอมรับคุณธรรมขั้นสูงเพราะผู้ไม่เบียดเบียนไม่ต้องกลัวเวรภัยจากการจองเวรและยังมีอารมณ์เย็นจากอานิสงส์ของความเมตตา สอง ความสงบเป็นคุณสมบัติของบุคคลผู้ทำสมาธิภาวนาหรือจิตตภาวนาที่สามารถละกิเลสได้เป็นครั้งคราว(สมยวิมุตติ)ก่อให้เกิดสุขขณะปฏิบัติและยังสามารถทำให้สภาพของใจ(กัมมณีย์)พร้อมแก่การเจริญปัญญาหรือได้สุขที่ประณีตขึ้นไป สาม ความปราศจากราคะนั้นเป็นคุณสมบัติของผู้เข้าอนาคามีผลเป็นต้นไปซึ่งผู้ที่เข้าถึงคุณธรรมนี้ได้ต้องมีกำลังของศีลและสมาธิช่วย และ สี่ ความกำจัดอัสมิมานะเป็นความสุขที่สุดของผู้เข้าถึงอรหัตตผลหรือพระอรหันต์อันหมดกิเลสหรือสังโยชน์แล้วโดยสิ้นเชิงด้วยปัญญารู้แจ้ง ทั้งนี้สุขทั้ง ๔ ประการปรากฏแก่พระองค์ยังให้อุทานเกิดขึ้นโดยที่สุกว่า สุขที่สุดคือการ

<sup>๓</sup> วิมพา. (ไทย) ๔/๗/๘-๙.

กำจัดอัสมิมานะหรือพระนิพพานดังที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสข้อความที่อรรถกถาจารย์กล่าวว่าเป็นปฐมพุทธพจน์<sup>๔</sup> ว่า “เราตามหานายช่างผู้สร้างเรือน เมื่อไม่พบจึงท่องเที่ยวไปในสงสารเป็นอนnekชาติ เพราะการเกิด เป็นทุกข์ อยู่รำไป”<sup>๕</sup> และ “นายช่างเอ๋ย เราพบท่านแล้ว ท่านจะสร้างเรือนไม่ได้อีก จันทันทุกซี่ของท่าน เราหักแล้ว ยอดเรือน เราก็ตีแล้ว จิตของเราถึงธรรมปราศจากเครื่องปรุงแต่งแล้ว เราได้บรรลุธรรมเป็นที่สิ้นตัณหา

หลังจากสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ค้นพบความสุขที่แท้จริงจากการปฏิบัติแล้ว พระองค์ทรงพิจารณาแจกแจงวิธีการไปสู่ความสุหนัสดังแสดงในเหตุการณ์ตอนปฐมโพธิกาลที่ปรากฏในคัมภีร์ชั้นธกะว่า พระองค์พิจารณาปฏิจจนุปบาทด้วยวิธีอนุโลม(สมุทวาร)ว่า เพราะอวิชชาเป็นปัจจัย สังขารจึงมี เพราะสังขารเป็นปัจจัย วิญญาณจึงมี เพราะวิญญาณเป็นปัจจัย นามรูปจึงมี เพราะนามรูปเป็นปัจจัย สฬายตนะจึงมี เพราะผัสสะเป็นปัจจัย เวทนาจึงมี เพราะเวทนาเป็นปัจจัย ตัณหาจึงมี เพราะตัณหาเป็นปัจจัย อุปาทานจึงมี เพราะอุปาทานเป็นปัจจัย ภพจึงมี เพราะภพเป็นปัจจัย ชาติจึงมี เพราะชาติเป็นปัจจัย ชรา มรณะ โสกะ ปริเทวะ ทุกขะ โทมนัส อุปายาสจึงมี<sup>๖</sup> และ ปฏิโลม(นิโรธวาร)ว่า เพราะอวิชชาดับไปไม่เหลือด้วยวิราคะ สังขารจึงดับ เพราะสังขารดับ วิญญาณจึงดับ เพราะวิญญาณดับ นามรูปจึงดับ เพราะนามรูปดับ สฬายตนะจึงดับ เพราะสฬายตนะดับ ผัสสะจึงดับ เพราะผัสสะดับ เวทนาจึงดับ เพราะเวทนาดับ ตัณหาจึงดับ เพราะตัณหาดับ อุปาทานจึงดับ เพราะอุปาทานดับ ภพจึงดับ เพราะภพดับ ชาติจึงดับ เพราะชาติดับ ชรา มรณะ โสกะ ปริเทวะ ทุกขะ โทมนัส อุปายาสจึงดับ<sup>๗</sup> ตลอดทั้งคืนวันที่ในเวลาเช้าหลังจากตรัสรู้ที่ได้ดับโพธิ์ ดังนั้นหลักปฏิจจนุปบาทจึงเป็นต้นทางแห่งความสุขเพราะแสดงถึงการก่อตัวและการสิ้นไปของทุกข์ อันมีสาเหตุและปัจจัยที่สืบวิจัยได้โดยการปฏิบัติภาวนาถูกต้อง

ความสุขที่ปรากฏในพุทธศาสนามีได้มีแต่พระศาสดาเท่านั้น แต่พระสาวกผู้ปฏิบัติตามยังเข้าถึงความสุขชนิดนี้ได้อีกเช่นกัน ยกตัวอย่างเช่น พระมหากัปปินะสละราชสมบัติออกบวชอุทิศตนแต่พระศาสดาพร้อมด้วยอำมาตย์หมู่ใหญ่ ต่อมาพระมหากัปปินะได้ฟังธรรมมีอนุปปกัปปิกาเป็นเบื้องต้นทำให้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ หลังจากนั้นพระมหากัปปินะไม่ว่าจะอยู่ในอิริยาบถใดก็เปล่งอุทานออกมาเสมอๆ ว่า “สุขหนอ สุขหนอ” เพราะความอัมเธิรธรรมหรือธรรมปิติที่เกิดขึ้นจากความยินดีในโลกุตตรธรรม ๙ การเข้าใจอริยสัจตลอดสาย และโพธิปักขิยธรรมมีสติปัญญาเป็นต้น พระพุทธเจ้ากล่าวว่า พระมหากัปปินะมิได้สุขจากกามหรือราชสมบัติแต่สุขเพราะคำนึงถึงพระนิพพาน จากคำกล่าวที่มีมานี้สะท้อนคุณลักษณะสำคัญของความสุขว่า สุขที่ไม่แท้จริงคือความสุขที่เป็นฆราวาสวิสัย แต่สุขที่แท้จริงย่อมเกิดขึ้นจากความเข้าใจทุกข์ เหตุแห่งทุกข์ การดับทุกข์ และหนทางไปสู่การดับทุกข์นั้น อรรถกถาจารย์ยังปรารภถึงสติปัญญาอันเป็นมรรคาสู่ความเข้าใจอริยสัจ ดังนั้นวิธีการได้มาซึ่งความสุขทางพระพุทธศาสนาจึงต้องอาศัยการเจริญสติเป็นสำคัญ

<sup>๔</sup> วิ.อ. (ไทย) ๑/หน้า ๒๓.

<sup>๕</sup> ขุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑๕๓/๗๙.

<sup>๖</sup> ขุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑๕๔/๘๐.

<sup>๗</sup> วิ.ม. (ไทย) ๔/๑/๒.

<sup>๘</sup> วิ.ม. (ไทย) ๔/๑/๒-๓.

อย่างไรก็ตามมีพระสาวกอีกองค์หนึ่งคือพระภิกษุอดีตพระราชามีทหารเวรยามคุ้มกันอย่างดีทั้งในและนอกวัง แต่ก็ยังมีความสะดุ้งกลัวอันตรายอยู่เสมอๆ ภายหลังท่านสละราชสมบัติออกบวชแล้วได้บรรลุอรหัตต์ ท่านมีความสุขอยู่ตลอดเวลา ทุกอิริยาบถ และทุกสถานที่ไม่ว่าจะอยู่ในป่า อยู่ที่คางไม้ หรืออยู่เรือนว่าง ก็มักจะอุทานขึ้นว่า “สุขหนอ สุขหนอ” อยู่เสมอ แต่ความสุขของท่านว่ามีใช้สุขแบบฆราวาสวิสัย เช่น สุขจากการหวนคิดถึงราชสมบัติที่จากมา แต่เป็นสุขที่เกิดจากการสละราชสมบัติแล้วออกบวชได้ประพาศธรรมจนได้บรรลุมรรคผลต่างหากที่ขจัดความสะดุ้งกลัวภัยและอันตรายต่างๆ จนหมดสิ้นแม้ตัวท่านจะอยู่แต่เพียงผู้เดียวในป่า ดังพุทธอุทานที่กล่าวว่า “ผู้ใดไม่มีกิเลสเป็นเหตุให้กำเริบภายในจิต และล่วงพ้นความเป็นภพและอภพต่างๆ ได้แล้ว ทวยเทพไม่สามารถจะมองเห็นผู้นั้น ผู้ปราศจากภัย มีความสุข ไม่เศร้าโศก”<sup>๙</sup> จากคำกล่าวในพุทธอุทานบ่งชี้ว่า สุขในพุทธปรัชญานำมาซึ่งความสบายใจเมื่ออยู่คนเดียว ประกอบกับไม่มีความหวาดหวั่นในอันตรายรอบตัวแม้จะอยู่ในสถานที่เปลี่ยว ความสุขชนิดนี้จึงไม่ทั่วไปแก่ปุถุชนที่ยังมีความสะดุ้งกลัวอยู่ตลอดเพราะภายในของเขายังประกอบด้วยอวิชชาและกิเลสที่ทำให้จิตไม่สามารถเข้าถึงความสุขในขั้นนี้ได้ดังที่พระภิกษุทักขิณมโหณนันทว่า ความสุขชนิดใดเลิศกว่าความสุขทั้งหลาย พระอานนทตอบว่า ความสุขที่ได้รับเมื่อผู้นั้นสิ้นอาสวะแล้วและเป็นความสุขตามความเป็นจริงเป็นความสุขที่เลิศกว่าความสุขทั้งหลาย<sup>๑๐</sup>

แต่โดยเป้าประสงค์ของพุทธศาสนาแล้วต้องการให้มนุษย์เข้าถึงความสุขเป็นระดับขึ้นไปจากความสุขเบื้องต้นไปสู่ความสุขเบื้องสูง อย่างในอนุปุพพิกาที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนยสกุลบุตร<sup>๑๑</sup> ประกอบด้วยความสุขที่เกิดจากจากปฏิบัติเป็นลำดับขึ้น ๕ ประการ คือ

๑. สุขที่เกิดจากการทำทาน หรือ การให้โดยไม่หวังผลตอบแทน
๒. สุขที่เกิดขึ้นเพราะรักษาศีลตามเพศสภาวะ ในที่นี้หมายถึงศีล ๕
๓. สุขที่เป็นอนิสงส์จากการให้ทานและรักษาศีลจะนำผู้ปฏิบัติไปสู่สวรรค์หรือสถานที่ที่มีความสุขมากกว่าโลกมนุษย์
๔. สุขที่เกิดจากการละเว้นความต่ำทรามหรือความเศร้าหมองแห่งกาม อันได้แก่การถือศีล ๘ หรือศีลที่สูงขึ้นไปที่เป็นจริยาแห่งการบวชกายและใจ เว้นจากคิหิปฏิบัติอันเป็นของต่ำและเป็นมรรคาแห่งผลที่จะเกิดขึ้นในข้อที่ ๕
๕. สุขที่เป็นอนิสงส์แห่งการออกจากกาม ผลแห่งการบวชกายและใจได้สำแดงผล อันเป็นสุขประณีตที่ไม่ผูกพันกับสิ่งล่อใจทางวัตถุและกิเลสทั้งปวง แต่เป็นสันติสุขที่ละเอียดและไม่มีโทษ เป็นอิสรภาพอย่างแท้จริง

<sup>๙</sup> วิ.จู. (ไทย) ๗/๓๓๓/๑๗๓.

<sup>๑๐</sup> ดูรายละเอียดใน อง.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๑๗๐/๒๘๕-๒๘๖.

<sup>๑๑</sup> วิ.ม. (ไทย) ๔/๒๖/๓๒.

อย่างไรก็ตาม พระพุทธเจ้ามีคำตรัสสอนอุปพิกถาหรือถ้อยคำที่กล่าวโดยลำดับนี้แก่ เศรษฐีหรือกษัตริย์ ดังแสดงแก่อนาถปิณฑิกเศรษฐี<sup>๑๒</sup> และชันฑะราชโอรส<sup>๑๓</sup> เป็นต้น เพื่อขัดเกลาลัทธิตัณหาผู้ฟังให้ประณีตขึ้นไปเป็นขั้นๆ จนพร้อมทำความเข้าใจในธรรมส่วนปรมาตม<sup>๑๔</sup> หรือหมายถึงบรมมรรคผลเบื้องต้นหรือพระโสดาบัน

## ๒. ความหมายของความสุข

พุทธปรัชญาได้ให้ความหมายของความสุขไว้สองนัยด้วยกัน นัยแรก ความสุขหมายถึง สภาพที่ทนได้ง่าย ตรงข้ามกับความทุกข์ ซึ่งหมายถึง สภาพที่ทนได้ยากหรือความไม่สบาย<sup>๑๕</sup> ความสุขกับความทุกข์เป็นของคู่กัน เพราะต่างก็เป็นเวทนาอย่างหนึ่งในเวทนา ๓ และเวทนา ๕<sup>๑๖</sup> เมื่อความสุขเป็นเวทนา ดังนั้นความสุขจึงเป็นส่วนหนึ่งของขันธ ๕ และเมื่อเป็นขันธ ๕ ความสุขจึงตกอยู่ภายใต้กฎธรรมชาติหรือกฎไตรลักษณ์ อันหมายถึงลักษณะ ๓ ประการแห่งสังขารธรรมทั้งหลาย ลักษณะ ๓ ประการดังกล่าวนี้ได้แก่ อนิจจตา(ความเป็นของไม่เที่ยง) ทุกขตา(ความเป็นสิ่งที่ทนได้ยาก) และอนัตตตา(ความเป็นของไม่ใช่ตัวตน) นี่เป็นความหมายของความสุขในนัยที่หนึ่ง

นัยที่สอง ความสุขหมายถึง ภาวะที่สันติเลสทั้งปวง ภาวะที่ปราศจากตัณหา พุทธปรัชญา เรียกความสุขชนิดนี้ว่า นิพพานสุข เป็นเป้าหมายสูงสุด(Ultimate Goal)และถือว่าเป็นสิ่งดีสูงสุด(Summum Bonum) ของมนุษย์

เนื่องจากปัญหาเรื่องทุกข์เป็นปัญหาสำคัญในพุทธปรัชญา ดังจะเห็นได้จากคำสอนเรื่องอริยสัจ ๔ ซึ่งเริ่มต้นด้วยทุกข์ พุทธปรัชญาจึงสอนวิธีดับทุกข์เพื่อเข้าถึงความสุข อย่างไรก็ตาม ความสุขนั้นมีหลายระดับ เริ่มจากระดับต่ำสุด ได้แก่ กามสุข และประณีตขึ้นไปตามลำดับ จนถึงระดับสูงสุดซึ่งได้แก่นิพพานสุข

## ๓. ประเภทและระดับของความสุข

ความสุขในทางพุทธปรัชญาสามารถแบ่งออกได้ ๒ ระดับ ได้แก่ โลภียสุข และ โลกุตระสุข

๑. โลภียสุข คือ ความสุขที่เกี่ยวข้องกับเรื่องทางโลก เป็นความสุขของชาวโลกโดยทั่วไปอันประกอบด้วยความอยากที่จะให้ได้มาในสิ่งที่ต้องการ เป็นความสุขชนิดเบื้องต้นที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนแก่ผู้ที่ดำรงเพศคฤหัสถ์ประกอบด้วย ๔ ประการ ดังนี้

<sup>๑๒</sup> วิ.จู. (ไทย) ๗/๓๐๕/๑๑๔.

<sup>๑๓</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๗๕/๔๒.

<sup>๑๔</sup> ที.สี.อ. (ไทย) ๒๔๘/๒๕๐.

<sup>๑๕</sup> พระพรหมคุณาภรณ์(ป.อ, ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๓๐, กรุงเทพฯ : มูลนิธิธรรมทานกุศลจิต, หน้า ๖๓.

<sup>๑๖</sup> ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๒๗๐/๓๐๓.

๑.๑ อตฺถิสุข สุขที่เกิดจากการมีทรัพย์ คือ ความภูมิใจ อิ่มใจ ว่าตนได้ใช้ทรัพย์ที่ได้มาด้วยน้ำพักน้ำแรง ความขยันหมั่นเพียรของตนและโดยชอบธรรม

๑.๒ โภคสุข สุขเกิดจากการใช้จ่ายทรัพย์ คือ ความภูมิใจ อิ่มใจ ว่าตนได้ใช้ทรัพย์ที่ได้มาโดยชอบธรรม เลี้ยงชีพ บำรุงบิดามารดา สามีภรรยา บุตร มิตร และบำเพ็ญสาธารณะประโยชน์

๑.๓ อนนฺนสุข สุขเกิดจากความไม่เป็นหนี้ คือ ความภูมิใจ อิ่มใจว่า ตนเป็นอิสระไม่มีหนี้สินติดค้างใคร

๑.๔ อนวัชชสุข สุขเกิดจากความประพาสไม่มีโทษ คือ ความภูมิใจ อิ่มใจว่า ตนมีความประพาสสุจริต ไม่บกพร่องเสียหาย ใครๆ ดิเตือนไม่ได้ทั้งทางกาย วาจา ใจ

๒. โลกุตตรสุข คือ ความสุขที่อยู่เหนือวิถิโลก หมายถึง ความสุขอันเป็นเรื่องภายในจิตใจที่เกิดจากการปฏิบัติด้วยสติปัญญา ความสุขระดับนี้จะเข้าถึงได้ด้วยหลักอริยมรรค อันเป็นแนวทางแห่งการปฏิบัติของบุคคล เพื่อให้เกิดความดีสูงสุด ได้แก่

๑. สัมมาทิฐิ หมายถึง ความเห็นชอบ ความรู้ หรือความเข้าใจที่เกิดจากปัญญาต่อสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง มีความรู้แจ้งในอริยสัจ ๔

๒. สัมมาสังกัปปะ หมายถึง ความดำริชอบ หรือการนึกคิดที่ถูกต้องตามทำนองคลองธรรม

๓. สัมมาวาจา หมายถึง มีวาจาชอบ หรือการพูดด้วยถ้อยคำที่ถูกต้อง อ่อนหวาน มีความไพเราะ

๔. สัมมากัมมันตะ หมายถึง การทำกรงานชอบ หรือการกระทำที่ถูกต้อง

๕. สัมมาอาชีวะ หมายถึง การเลี้ยงชีพชอบ หรือการเลี้ยงชีพในทางที่ถูกต้องโดยชอบธรรม อาชีพที่สุจริต งดเว้นจากอาชีพที่ผิดกฎหมายและศีลธรรม

๖. สัมมาวายามะ หมายถึง ความพยายามชอบ หรือความเพียรพยายามที่ถูกต้องในสิ่งที่ดี

๗. สัมมาสติ หมายถึง ความระลึกชอบ หรือความระลึกในสิ่งที่ถูกต้องและมีสติรอบคอบ

๘. สัมมาสมาธิ หมายถึง จิตตั้งมั่นชอบ หรือความตั้งใจ ความตั้งมั่นในอารมณ์ให้เป็นหนึ่ง ไม่ฟุ้งซ่าน ทำจิตให้สะอาดบริสุทธิ์เป็นไปเพื่อความดับทุกข์

ในพระสูตรกล่าวถึงความสุข ๒ อย่าง ที่อยู่ในเวทนา ๕ และอินทรีย์ ๕ ได้แก่ สุขเวทนาทางกาย เรียกว่า สุขินทรีย์<sup>๑๗</sup> และสุขเวทนาทางใจ เรียกว่า โสมนัสสินทรีย์<sup>๑๘</sup> อันพระพุทธเจ้าตรัสสอนให้พิจารณาและรู้แจ้งด้วยปัญญาโดยต้องขจัดออกซึ่งเวทนาเหล่านี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อบรรลุคุณธรรมแห่งพระอริยบุคคลขั้นต่ำ คือโสดาบันและคุณธรรมแห่งพระอริยบุคคลขั้นสูงคืออรหันต์<sup>๑๙</sup> นอกจากนี้ พระพุทธเจ้ายังชักชวนให้ภิกษุ

<sup>๑๗</sup> อภิ.สัง. (ไทย) ๓๔/๔๕๒/๑๒๘, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒๒๐/๑๙๙

<sup>๑๘</sup> อภิ.สัง. (ไทย) ๓๔/๔๕๒/๑๒๘, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒๒๐/๒๐๐

<sup>๑๙</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๕๐๒-๕๐๓/๓๑๐-๓๑๑

สาวกพัฒนาความสุขของตนให้ดีและมีคุณภาพยิ่งขึ้นไปในพหุเวทนิยสูตร พระองค์แบ่งระดับความสุขเป็น ๑๐ ระดับ<sup>๒๐</sup> จากหยาบไปละเอียด ได้แก่

๑. กามสุข คือ ความสุขเนื่องด้วยกาม ได้แก่ ความสุขที่เกิดจากกามารมณ์ หรือความสุขในกามคือ ความใคร่ ความอยาก ความปรารถนา การเสพซึ่งวัตถุเพื่อมาบำเรอความสุข ได้แก่ บุคคลและสิ่งของต่างๆ รวมแล้วคือ กามคุณ ๕ ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ หรือสุขทางประสาทสัมผัสทั้ง ๕ เป็นสุขที่อาศัย อามิส

๒. ปฐมฌานสุข คือ ความสุขจากผลแห่งปฐมฌาน เป็นส่วนหนึ่งขององค์ฌาน ๕ ได้แก่ วิตก วิจาร ปีติ สุข เอกัคคตา

๓. ทุตติยฌานสุข คือ ความสุขจากผลแห่งทุตติยฌาน เป็นส่วนหนึ่งขององค์ฌาน ๓ ได้แก่ ปีติ สุข เอกัคคตา

๔. ตติยฌานสุข คือ ความสุขจากผลแห่งตติยฌาน เป็นส่วนหนึ่งขององค์ฌาน ๒ ได้แก่ สุข เอกัคคตา

๕. จตุตถฌานสุข คือ ความสุขจากผลแห่งจตุตถฌานที่ประกอบด้วยอุเบกขาและเอกัคคตา

๖. อากาสานัญจายตนสมาปัตติสุข คือ ความสุขจากผลแห่งอากาสานัญจายตนสมาบัติซึ่งพ้นจากรูป สัญญาและปฏิขันธ์สัญญา ไม่นมสิการณานัตตสัญญา นึกถึงเฉพาะอวกาศอันอนันต์เป็นอารมณ์

๗. วิญญูณัญจายตนสมาปัตติสุข คือ ความสุขจากผลแห่งวิญญูณัญจายตนสมาบัติซึ่งคำนึงถึง วิญญูณเป็นอารมณ์

๘. อากิญจัญญายตนสมาปัตติสุข คือ ความสุขจากผลแห่งอากิญจัญญายตนสมาบัติซึ่งคำนึงถึงภาวะที่ไม่มีอะไรเป็นอารมณ์

๙. เนวสัญญานาสัญญายตนสมาปัตติสุข คือ ความสุขจากผลแห่งเนวสัญญานาสัญญายตนสมาบัติ หมายถึง ภาวะที่มีสัญญาก็ไม่ใช่ ไม่มีสัญญาก็ไม่ใช่

๑๐. สัญญาเวทียตนิโรธสมาปัตติสุข คือ ความสุขจากผลแห่งสัญญาเวทียตนิโรธสมาบัติ หมายถึง ภาวะที่ดับสัญญาและเวทนาทั้งหมด

จากความสุขทั้ง ๑๐ ระดับข้างต้นยังสามารถจัดกลุ่มหรือย่อลงได้ ๓ ระดับ<sup>๒๑</sup>ของความสุข ได้แก่

๑. กามสุข คือ ความสุขในกามคุณ อันได้แก่ กามสุขในข้อที่ ๑

๒. ฌานสุข(ทิพย์สุข) เป็นความสุขที่เนื่องด้วยฌานที่เกิดจากการเพ่งอารมณ์จนใจแน่วแน่เป็นอัปปนาสมาธิซึ่งเป็นสมาธิระดับสูง ได้แก่ ความสุขอันเกิดจากสมาบัติ ๘ คือ สุขอันเกิดจากรูปฌาน ๔(สุขอันเป็นทิพย์ที่เกิดจากรูปสมาบัติของพรหมและมนุษย์<sup>๒๒</sup>) และอรุฌาน ๔ อันได้แก่ความสุขในข้อที่ ๒-๕

<sup>๒๐</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๓/๙๐/๙๒-๙๔

<sup>๒๑</sup> จุ.อ. (ไทย) ๒๕/๑๒/๑๙๒.

<sup>๒๒</sup> จุ.อ.อ. (บาลี) ๑๒/๑๑๒.

๓. นิโรธสมาบัติสุข(ความสุขจากการสิ้นสุดหา) ได้แก่ สุขที่เกิดจากผลสมาบัติ<sup>๒๓</sup>หรือสัญญาเวทิตนิโรธสมาบัติสุข

หรือยังแบ่งความสุขที่ใช้เวทนาเป็นเกณฑ์ได้อีกเป็น ๓ แบบ คือ

๑. เวทียิตสุข หมายถึง ความสุขที่เป็นเวทนาหรือความสุขที่ต้องมีการเสวยอารมณ์ ได้แก่ กามสุขอันเกิดจากการเสพกามคุณทั้งห้า และฌานสุขที่ได้จากผลของการบำเพ็ญฌานระดับต่างๆ ทั้งรูปฌานและอรุพฌาน

๒. อเวทียิตสุข หมายถึง ความสุขที่ไม่เป็นเวทนาหรือความสุขที่ไม่ต้องมีการเสวยอารมณ์ ได้แก่ นิโรธสมาบัติสุข หมายถึง ความสุขที่เนื่องมาจากนิโรธสมาบัติหรือความสุขที่ได้การเข้าสัญญาเวทิตนิโรธ<sup>๒๔</sup>

แบ่งความสุขโดยมี หยื่อหล่อหรืออามิส เป็นเกณฑ์ ได้แก่

๑. สามิสสุข หมายถึง ความสุขจากวัตถุสิ่งเสพบริโภคหรือความสุขที่ต้องมีหยื่อหล่อ เป็นความสุขภายนอกหรือสุขขั้นต้นหา

๒. นีรามิสสุข หมายถึง ความสุขที่ไม่ขึ้นต่อวัตถุสิ่งเสพบริโภค หรือความสุขที่ไม่ต้องมีหยื่อหล่อ เป็นความสุขจากภายในที่ไม่ต้องอาศัยวัตถุภายนอก

| สามิสสุข   |                                                                 | นีรามิสสุข                                                                                                                |                               |
|------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| เวทียิตสุข |                                                                 |                                                                                                                           | อเวทียิตสุข                   |
| กามสุข     | ฌานสุข                                                          |                                                                                                                           | นิโรธสมาบัติสุข               |
| ๑. กามสุข  | ๒. ปฐมฌานสุข<br>๓. ทุติยฌานสุข<br>๔. ตติยฌานสุข<br>๕. จตตฌานสุข | ๖. อากาสนัญญายตนสมาบัติสุข<br>๗. วิญญูณัญญายตนสมาบัติสุข<br>๘. อากิญจัญญายตนสมาบัติสุข<br>๙. เนวสัญญานาสัญญายตนสมาบัติสุข | ๑๐. สัญญาเวทิตนิโรธสมาบัติสุข |

#### ๔. การเข้าถึงความสุขในทางพุทธปรัชญา

ถึงแม้ว่าพระพุทธเจ้าจะสอนธรรมะโดยนำทุกข์เป็นตัวตั้งดังแสดงไว้ในอริยสัจ ๔ ประการ ทรงแสดงให้เห็นว่ามีแต่ทุกข์ตั้งเป็นโจทย์เพื่อไปหาจุดดับทุกข์หรือนิพพาน แต่พระองค์ก็ได้มองความสุขเป็นสิ่งที่ขัดขวางกุศลที่จะเกิดขึ้น ดังนั้นสำหรับบุคคลผู้ปรารถนาความสุขพระองค์จึงเสนอวิธีการเพื่อเป็นมรรคนำพาพุทธศาสนิกชนสู่ความสุขที่ประกอบด้วยกุศลยิ่งขึ้นไป ดังแสดงดังต่อไปนี้

##### ก. ความสุขตามกรอบแห่งไตรสิกขา

<sup>๒๓</sup> ชุ.อุ.อ. (บาลี) ๑๒/๑๑๒.

<sup>๒๔</sup> หมายถึง สภาวะสงบประณีตที่เกิดจากสัญญาและเวทนาดับไป



๑. ศิล คือ ความเป็นปกติของการกระทำทางกายและวาจาซึ่งเป็นพื้นฐานของคุณธรรมทั้งหลายทั้งปวง อีกทั้งศิลปะเป็นหลักการเบื้องต้นในทางพระพุทธศาสนาที่เน้นการเกี่ยวข้องกับสัมพันธกับสังคมและสิ่งแวดล้อมให้เกิดโทษน้อยที่สุด<sup>๒๕</sup> และศิลปะยังเป็นแนวทางไม่ให้บุคคลตอบสนองต่อความต้องการที่ไม่ดี ศิลสามารถแบ่งตามระดับการปฏิบัติของผู้ต้องการจะเข้าถึงความสุขในระดับต่างๆ อันได้แก่

๑.๑ ศิล ๕ ประการ คือ แผ่นดินหรือที่ตั้งแห่งคุณธรรมทั้งหลายที่พุทธศาสนิกชนจะต้องนำมาปฏิบัติเพื่อเป็นฐาน เป็นที่ตั้งให้คุณธรรมอื่นต่อยอดขึ้นไป อันว่ามีศิลปะเหมือนมีความเป็นมนุษย์ปกติ เพราะศิลปะหมายถึงสภาวะที่แสดงออกถึงความปกติสุขของผู้รักษาข้อปฏิบัติทั้ง ๕ ประการเรียกว่า สิกขาบท ซึ่งข้อปฏิบัติซึ่งเรียกว่าสิกขาบทคือข้อควรเว้นเพื่อไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่นซึ่งเป็นคุณธรรมพื้นฐานของมนุษยชาติ ดังนั้นผู้มีศิลปะจึงเป็นผู้มีสุขเพราะปราศจากความเบียดเบียนทั้งตนเองและผู้อื่น ทำให้ไม่เดือดร้อนใจจากการทำผิดทั้งหลายอันมีเจตนาเป็นตัวแสดงระดับแห่งวิบากกรรมที่จะได้รับ

๑.๒ ศิล ๘ และ ศิล ๑๐ คือ ศิลเบื้องต้นสำหรับผู้ต้องการความสุขที่สูงกว่าฆราวาสวิสัยความสุขชนิดนี้จำต้องฝึกฝนใจมากขึ้นเพราะมีข้อห้ามอันประกอบไปด้วยการไม่บริโภคอาหารยามวิกาล การนอนที่สบาย การไม่ตกแต่ง และการไม่จับเงินทอง เป็นต้น ที่จัดศิลปะ ๒ ข้อนี้ไว้รวมกันเพราะว่าเป็นเสมือนประตูด่านแรกหรือจุดเปลี่ยนผ่านไปสู่ข้อปฏิบัติที่สูงขึ้นไป ดังนั้นศิลปะในข้อนี้จึงเอื้อต่อความสุขในแง่ที่มีใช้ความสุขระดับผู้ครองเรือนแต่เป็นความสุขง่ายๆ ที่กำลังจะเป็นนักบวช ดังจะแสดงในข้อต่อไป

๑.๓ ศิล ๒๒๗ และ ศิล ๓๑๑ คือ ข้อปฏิบัติที่ต้องปฏิบัติอย่างเคร่งครัดสำหรับผู้ที่ต้องการความสุขที่ประณีตขึ้นแต่จำต้องแลกมาซึ่งการสละความสุขสบายและวิสัยแห่งโลก ศิลหรือสิกขาบทจำนวนมากเหล่านี้บางครั้งถูกมองว่าเหมือนข้อบังคับอันจุกจิกแต่ผู้มีศรัทธามองว่าเหมือนเครื่องมืออันช่วยอุปการะตนไปสู่การเข้าถึงความสุขที่สุดในพระพุทธศาสนา ความสุขชนิดที่เกิดจากการรักษาศิลข้อนี้จะเอื้อให้ผู้ปฏิบัติได้ความสุขอีกแบบหนึ่งเรียกว่า โลกุตตรสุข คือสุขเหนือโลกวิสัยที่ยังเจือด้วยกิเลส

๒. สมถกรรมฐาน คือ การปฏิบัติสมาธิภาวนาอันมุ่งหวังให้ผู้ปฏิบัติดับความฟุ้งซ่านในอารมณ์ต่างๆ เรียกว่า นิเวธมี ๕ ประการ การปฏิบัติสมาธิภาวนานั้นเหมือนเครื่องปรุงจิตให้เป็นหนึ่ง ทำให้ใจไม่ซัดส่ายไปหาอารมณ์ภายนอกอันเป็นปัญหาแก่ตัวเองเพราะบุคคลทั้งหลายย่อมมีจิตปกติเพ่งเล็งผู้อื่นและขาดการพิจารณาในปัจจุบัน การทำใจให้สงบหรือว่าสมถกรรมฐานจึงก่อให้เกิดสมาธิหรือจิตสามารถอยู่กับสิ่งที่ต้องการได้ดังจะทำให้ผู้ปฏิบัติเกิดความสุขขึ้นในใจอันมีปรากฏมาในองค์ฌาน ๕ แต่สุขชนิดดังกล่าวเหมือนหินซึ่งทับหญ้าไว้ หมายถึง เป็นสุขชั่วคราวต่อกาลสมัย ต่อเมื่อออกจากสมาธิแล้วจิตที่มีได้ตรึงไว้ก็จะส่ายไปหาอารมณ์ภายนอกอันจะนำพาซึ่งความทุกข์มาสู่บุคคลนั้น ดังนั้นผู้ที่ปรารถนาความสุขอันปราศจากนิเวธอันมีกามราคะเป็นต้นพึงเจริญสมถกรรมฐานอันเป็นสุขขั้นละเอียดกว่าสุขเพียงรักษาศิลและกุศลกรรมบถ สุขชนิดนี้เป็นสุข

<sup>๒๕</sup> พระครูธรรมธร ครรชิต คุณวโณ, การพัฒนาความสุขในพุทธธรรม, วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร, ปีที่ ๑๕, ฉบับที่ ๑ มกราคม - มีนาคม ๒๕๕๖, หน้า ๙๗.

ภายในที่มีคุณภาพกว่าสุขที่ได้จากสิ่งตอบสนองภายนอก ได้แก่ สิ่งของหรือบุคคล เป็นการพัฒนาความสุขที่ขึ้นต่อสิ่งภายนอกน้อยลงจนถึงไม่ต้องพึ่งสิ่งภายนอกก็มีความสุขได้<sup>๒๖</sup>

๓. วิปัสสนากรรมฐาน คือ ข้อปฏิบัติสูงสุดในพระพุทธศาสนาอันเป็นกุศโลบายเข้าถึงปรมัตถธรรมอันเป็นความดีสูงสุดในพระพุทธศาสนาและเป็นสิ่งแท้จริงของธรรมชาติหรือธรรมชาติ การปฏิบัติที่นิยมกัน คือ สติปัฏฐาน ๔ อันเป็นทางสายเอกที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ แต่อย่างไรก็ตามการปฏิบัติขั้นสูงสุดในพระพุทธศาสนาจะขาดพื้นฐานใน ๓ ข้อข้างต้นอย่างใดอย่างหนึ่งไม่ได้เพราะศีล สมาธิ เป็นเสมือนพื้นฐานให้ปัญญาองกามเมื่อศาสนิกชนปฏิบัติได้ดังนี้แล้วก็จะหวังได้ซึ่งความสุขชนิดสูงสุดในพระพุทธศาสนา คือ พระนิพพาน

### ข. ความสุขตามกรอบแห่งอริยสัจ ๔ และ ปฏิจ্ঞสมุปบาท ๑๒

พระพุทธศาสนาไม่ว่าจะนิยามใดต่างมีเรื่องอริยสัจและปฏิจ্ঞสมุปบาทเป็นสิ่งสำคัญที่เป็นหลักการพื้นฐานที่จะใช้อธิบายเหตุการณ์ต่างๆ เราสามารถเรียกเรื่องสองเรื่องนี้ว่า กฎ เพราะเป็นความจริงในทุกสภาพและเป็นสิ่งตายตัวที่บัญญัติมาในศาสนาพุทธ กฎทั้งสองนี้อย่างไรก็ตามนับเป็นสิ่งที่ เป็นธรรมชาติหรือธรรมชาติที่สามารถนำมาใช้อธิบายเรื่องความสุขในทางพุทธปรัชญาได้ ดังนี้

๑. อริยสัจ ๔ หมายถึง ความจริงอันประเสริฐ ความจริงของพระอริยะ หรือความจริงที่ทำให้ผู้เข้าถึงกลายเป็นอริยะ<sup>๒๗</sup> เป็นลำดับขั้นของการแก้ปัญหาที่เป็นหลักการทางวิทยาศาสตร์และเป็นหลักการแก้ไขปัญหาเชิงประจักษ์เพื่อให้ผู้ปฏิบัติมีแนวทางที่ถูกต้องต่อการแก้ปัญหาที่กำลังประสบ ในทางพุทธปรัชญามองว่าความทุกข์เป็นโจทย์ใหญ่ของมนุษย์ที่เป็นจุดตั้งต้นของการศึกษาและบรรลุธรรมอันเป็นสิ่งที่พึงปรารถนา ได้แก่ พระนิพพานที่เปรียบเสมือนปลายทางที่อริยสัจนำพาไปถึง พุทธปรัชญาจึงใช้โอกาสแห่งทุกข์เพื่อหาสาเหตุแห่งความทุกข์และนำไปสู่การปฏิบัติตามทางสายกลางซึ่งนำไปสู่จุดสุดยอดคือพระนิพพาน หรือถ้ากล่าวถึงในแง่ความสุขทางโลกอริยสัจก็ถูกใช้ในแง่การแก้ปัญหาที่ก่อให้เกิดทุกข์อันจะก่อให้เกิดสุขตามขั้นต่างๆ ซึ่งยังเป็นโลกวิสัยก็ได้ ดังนั้นอริยสัจอันเป็นหลักการทางพุทธปรัชญาจึงมองความสุขว่าเป็นความไม่มีทุกข์หรือการขจัดภาวะแห่งทุกข์โดยเฉพาะทางใจที่เป็นต้นทางแห่งวิบากกรรม การทำความเข้าใจทุกข์จึงเป็นกระบวนการสำคัญที่จะนำมาซึ่งความสุขที่พึงปรารถนาได้ อย่างไรก็ตามการใช้ปัญหาชี้นำไปสู่คำตอบเหมือนการตั้งสมมติฐานและทดลองตามหลักวิทยาศาสตร์ที่บุคคลจะต้องลงมือทำด้วยตนเองเพื่อให้ผลการทดลองประจักษ์ต่อหน้า และเสมือนเป็นเรื่องส่วนบุคคลที่เข้าใจได้เองเท่านั้น

๒. ปฏิจ্ঞสมุปบาท หมายถึง การเกิดขึ้นพร้อมแห่งธรรมทั้งหลายเพราะอาศัยกัน ธรรมที่อาศัยกันเกิดขึ้นพร้อม การที่สิ่งทั้งหลายอาศัยกันจึงเกิดขึ้น<sup>๒๘</sup> พุทธปรัชญามองว่าความทุกข์เกิดขึ้นเพราะสาเหตุต้นคือ

<sup>๒๖</sup> พระครูธรรมธร ธรรมจิต คุณวโณ, การพัฒนาความสุขในพุทธธรรม, วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร, ปีที่ ๑๕, ฉบับที่ ๑ มกราคม - มีนาคม ๒๕๕๖, หน้า ๙๘.

<sup>๒๗</sup> พระพรหมคุณาภรณ์(ป.อ, ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๓๐, (กรุงเทพฯ : มูลนิธิธรรมทานกุศลจิต, ๒๕๕๘), หน้า ๑๕๕.

<sup>๒๘</sup> พระพรหมคุณาภรณ์(ป.อ, ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๓๐, (กรุงเทพฯ : มูลนิธิธรรมทานกุศลจิต, ๒๕๕๘), หน้า ๒๕๒.

วารสาร มจร พุทธศาสตร์ปริทรรศน์

ปีที่ ๓ ฉบับที่ ๒ กรกฎาคม – ธันวาคม ๒๕๖๒ ๑๐๓

อวิชชาหรือความไม่รู้ในอริยสัจสี่ เรียกว่า ความไม่รู้แจ้ง ไม่รู้จริง ๘ ประการ หรือ อวิชชา ๘ อันได้แก่ ความไม่รู้จักความทุกข์เป็นต้น การไม่รู้ความจริงคือทุกข์ทำให้ไม่สามารถตั้งจิตไปสู่การแก้ปัญหาได้ เมื่อแก้ปัญหาไม่ได้ทุกข์จึงยังอยู่และเมื่อยังมีทุกข์อยู่ก็ไม่ประสบความสำเร็จที่ต้องการ ความไม่รู้หรืออวิชชาจึงเป็นสาเหตุสำคัญที่สุดที่บุคคลต้องแก้ไขให้ได้ ในอีกนัยหนึ่งการแก้ไขทุกข์ในทางปฏิบัติสามารถนำองค์ธรรมในปฏิจจสมุปบาทมาปฏิบัติได้ เช่น เราต่างรู้ว่าเราติดต่อกับโลกภายนอกผ่านทางอายตนะทั้ง ๖ เรียกว่า ผัสสะ อันเป็นต้นทางของการติดต่อกับโลกภายนอกและเป็นสาเหตุของความทุกข์ที่ชัดเจนที่สุด การกำหนดรู้ในเรื่องผัสสะจึงเป็นการป้องกันความทุกข์ได้ประการหนึ่ง และอีกอย่างหนึ่งคือเวทนาที่เป็นผลของผัสสะที่ผู้ปฏิบัติสามารถกำหนดรู้ได้ไม่ว่าจะเป็นอารมณ์สุขหรือทุกข์ทางกายและใจ ผู้ที่รู้แจ้งอารมณ์ก็จะเข้าใจและสามารถแก้ไขทุกข์ได้และรู้ซึ่งถึงความสุขในขั้นตอนนี้ ดังนั้นหลักปฏิจจสมุปบาทจึงสำคัญและเป็นเสมือนเครื่องมือเข้าถึงความสุข โดยมีลำดับขั้นตอนที่ละเอียดกว่าหลักอริยสัจ และเห็นภาพชัดในเชิงปฏิบัติการมากกว่าดังที่กล่าวมาแล้ว

## ๕. สรุป

ความสุขคือคำตอบของชีวิตมนุษย์ที่ทุกคนกำลังแสวงหาไม่ว่าจะเป็นกามสุข ฌานสุข หรือนิพพานสุข การค้นหาความสุขของแต่ละคนจึงเป็นสิทธิ์เฉพาะบุคคลแต่พุทธปรัชญากำกับการแสวงหาความสุขให้อยู่ภายใต้กรอบแห่งศีลธรรมด้วย ความสุขตามทางแห่งพุทธปรัชญาจึงเป็นความสุขที่ไม่มีโทษคือการเบียดเบียนตนเองและผู้อื่นอีกทั้งเป็นความสุขที่ประณีตขึ้นไปตามแต่ละวิธีที่จะเลือกปฏิบัติ แต่พุทธปรัชญาเล็งเห็นถึงความสำคัญของทุกข์ว่าเป็นองค์ประกอบสำคัญของการแสวงหาความสุขเพราะความทุกข์คือตัวตั้งต้นของกระบวนการและเป็นสิ่งที่บ่งชี้ว่าสภาวะแห่งสุขได้เกิดขึ้นแล้ว ความทุกข์จึงเสมือนจุดกำเนิดของความสุขเพราะเมื่อเกิดความสุขก็รู้ว่าไม่มีทุกข์ เมื่อรู้ว่าทุกข์ก็รู้ว่าไม่มีสุข เวทนาทั้ง ๒ ประการจึงสัมพันธ์กันด้วยสภาวะและด้วยวิธีการอย่างเนื่องกันและมองข้ามมิได้ ดังนั้น ความสุขที่พุทธปรัชญาให้ความสำคัญจึงค้นหาความไม่มีทุกข์โดยแบ่งเป็นระดับขั้นของความสุขตั้งแต่สุขชั้นหยาบไปหาความสุขชั้นละเอียด และสะท้อนภาพคู่ขนานถึงความทุกข์ที่ถูกลดทอนตั้งแต่ระดับทุกข์หยาบไปหาทุกข์ละเอียดเช่นกัน พุทธปรัชญาให้ความสำคัญต่อกระบวนการคู่ขนานดังกล่าวดังแสดงไว้ในอริยสัจสี่ประการและปฏิจจสมุปบาทสิบสอง และความสุขในพุทธปรัชญาเป็นเรื่องเชิงประจักษ์มากกว่าที่จะเป็นเรื่องการคาดคะเนหรือพยากรณ์เพื่อนำไปสู่ภาวะสุขในอุดมคติ พระนิพพานไม่ใช่ความสุขในอุดมคติแต่เป็นผลของการดำเนินกิจกรรมที่สอดคล้องกับธรรมชาติตามขั้นตอนของพุทธปรัชญาภายใต้กรอบแห่งไตรสิกขา

## เอกสารอ้างอิง

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

พระพรหมคุณาภรณ์(ป,อ, ปยุตฺโต). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๓๐. กรุงเทพฯ

วารสาร มจร พุทธศาสตร์ปริทรรศน์

ปีที่ ๓ ฉบับที่ ๒ กรกฎาคม - ธันวาคม ๒๕๖๒ ๑๐๔

: มุลนิธิธรรมทานกุศลจิต, ๒๕๕๘.

พระครูธรรมธร ครรชิต คุณวโณ. การพัฒนาความสุขในพุทธธรรม. วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย -

นเรศวร, ปีที่ ๑๕, ฉบับที่ ๑ มกราคม - มีนาคม ๒๕๕๖.

เกศรา สว่างวงศ์. ความสุขผ่านมุมมองของพระพุทธศาสนา. วารสารวิทยาลัยสงฆ์นครลำปาง, ปีที่ ๒, ฉบับที่

๒ กรกฎาคม - ธันวาคม ๒๕๕๖.

พระมหาวิเชียร สุธีโร. ความสุขในทัศนะของพระพุทธศาสนา. วารสารพุทธมคค์ ศูนย์วิจัยธรรมศึกษา สำนัก-

เรียนวัดอาวุธวิกสิตาราม, ปีที่ ๔ ฉบับที่ ๑ มกราคม - มิถุนายน ๒๕๖๒.

พระครูอินทรโสภณ. เปรียบเทียบแนวคิดเรื่องความสุขในพุทธปรัชญาเถรวาทและสุขนิยมของปรัชญาตะวันตก.

วารสารสถาบันวิจัยพินลธรรม, ปีที่ ๒, ฉบับที่ ๒ กรกฎาคม - ธันวาคม ๒๕๕๘.