



ศึกษาวิเคราะห์ความทุกข์และวิธีการดับทุกข์จากความรักในพระพุทธศาสนา
: กรณีศึกษาปญฺจาราเถรี

ANALYTICAL STUDY OF SUFFERING AND CESSATION OF SUFFERING BY LOVE
IN BUDDHISM : A CASE STUDY OF PATĀCĀRĀTHĒRĪ

กมลวรรณ ประเสริฐ*

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ ดังนี้ ๑) เพื่อศึกษาความทุกข์ในพระพุทธศาสนาเถรวาท ๒) เพื่อศึกษาความทุกข์และวิธีการดับทุกข์อันเกิดจากความรักในพระพุทธศาสนา ๓) เพื่อวิเคราะห์ความทุกข์และวิธีดับทุกข์อันเกิดจากความรักของปญฺจาราเถรี

ผลจากการศึกษาวิจัย มีดังนี้

ทุกข์ในพระพุทธศาสนาเถรวาท ผลการศึกษาพบว่า ทุกข์ คือ ทุกข์คือสภาพที่ทนได้ยาก ทุกข์มี ๔ ลักษณะ คือ ทุกข์ในไตรลักษณ์ ทุกข์ในอริยสัจ ทุกข์ในปัญจขันธ์ และทุกข์ในปฏิจจสมุปบาท ทุกข์มี ๒ ประเภท คือ ทุกข์ท่ายกายและทุกข์ทางใจ ส่วนสาเหตุของทุกข์ มี ๓ ประการ คือ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา

ความทุกข์อันเกิดจากความรักและวิธีการดับทุกข์อันเกิดจากความรักในพระพุทธศาสนาของปญฺจาราเถรี ผลการศึกษาพบว่า ความทุกข์อันเกิดจากความรักในทางพระพุทธศาสนามี ๒ ประการ คือ ความทุกข์อันเกิดจากความรักตนเอง เป็นความทุกข์ที่เกิดจากการหลงในขั้นห้า มีรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ และความทุกข์อันเกิดจากความรักผู้อื่น เป็นความรักระหว่าง บิดา มารดา บุตร ธิดา สามี ภรรยา เป็นต้น เมื่อเกิดความสูญเสียหรือความพลัดพรากจากกัน ก็เป็นทุกข์ ส่วนวิธีการดับทุกข์อันเกิดจากความรักในพระพุทธศาสนา คือวิธีการดับด้วยปฏิบัติตามหลัก สมถกัมมัฏฐาน และตามหลักวิปัสสนากัมมัฏฐาน

วิเคราะห์ความทุกข์อันเกิดจากความรักและวิธีดับทุกข์อันเกิดจากความรักในพระพุทธศาสนาของปญฺจาราเถรี ผลการศึกษาพบว่า ความทุกข์อันเกิดจากความรัก ประกอบด้วยทุกข์อันเกิดจากความรัก บิดา มารดา สามี บุตร และตนเอง ส่วนวิธีดับทุกข์อันเกิดจากความรักของปญฺจาราเถรี มี ๒ ประการ คือ ดับทุกข์ได้เพราะกัลยาณมิตร คืออาศัยพระพุทธเจ้าที่พระองค์ทรงมีความเมตตาจึงทำให้พ้นจากทุกข์ ส่วนการดับทุกข์ด้วยหลักพุทธธรรม คือดับด้วยหลักสมถกัมมัฏฐาน และหลักวิปัสสนากัมมัฏฐาน

คำสำคัญ : ความทุกข์, วิธีการดับทุกข์, ปญฺจาราเถรี

* นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต (สาขาวิชาพระพุทธศาสนา) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Abstract

The research consists of three objectives as 1) to study the essence of suffering that found in Theravada Buddhism, 2) to study the suffering that occurred by love and its cessation in Buddhism and 3) to analyze the suffering that occurred by love and its cessation of Paṭṭhāra Therī.

The results revealed that the term 'dukkha' in Theravada Buddhism referred to 'pain' 'suffering' and 'discomfort'. The dukkha or suffering is divided into 4 categories as the suffering in the Three Characteristics or dukkha of conditioned states, the suffering in the Four Noble Truths, the suffering in the Five Aggregates and the suffering in the Dependent Origination. In addition, the sufferings can be categorized into 2 types as the physical suffering and mental suffering. There are three causes of suffering; they are called Taṇhā or craving viz. Kāma-taṇhā: craving for sensual pleasures, Bhava-taṇhā: craving for existence and Vibhava-taṇhā: craving for non-existence.

Regarding to the suffering caused by love and its cessation in Buddhism, the case study was focused on Paṭṭhāra Therī. The results revealed that the suffering caused by love was divided into 2 reason i.e. the suffering caused by the five aggregates of existence subject to clinging as corporeality, feeling, perception, mental formations and consciousness. The second reason is the suffering that caused by love of members in family between parents, children, husband and wife etc. Whenever the decay and death is arisen then the sorrow, lamentation, pain, grief and despair are occurred. The path to eliminate the suffering caused by love, it can be resolved by developing the tranquility and insight meditation.

When the case of Paṭṭhāra Therī's love was analyzed, it showed that the suffering caused by love consisted of many kinds of love as the love of parents, husband, children and oneself. The path to eliminate of Paṭṭhāra Therī's love sufferings were consists of 2 kinds such as to associate with good friend-the Buddha and to develop the tranquility and insight meditation.

Keywords: The suffering , the end of suffering, Paṭṭhāra Therī

บทนำ

พระพุทธศาสนา เป็นศาสนาแห่งเหตุผล มีหลักธรรมคำสอนอย่างหลากหลาย เพื่อให้พุทธบริษัท ๔ ได้เลือกให้เหมาะแก่สภาพสภาวะจิต แต่ละระดับของแต่ละบุคคล ดังเป็นที่ทราบโดยทั่วกัน ซึ่งในความหลากหลายแห่งคำสอนเหล่านั้น ก็กล่าวถึงความรักไว้มากมาย ๑ ที่ว่าสาเหตุแห่งรักนั้นมีสองสถาน คือ เป็นบุพเพมีวาสนามาแต่กาลก่อนหรือเรียกว่า บุพเพสันนิวาส และเอื้อเฟื้อกันในปัจจุบัน ดังมีพระบาลีรองรับว่า

ปุพฺเพว สนนฺนิวาเสน ปจฺจุปปนฺนํ หิ เต น วา

เอนต์ ชายเต เปมี อุปปลัว ยโถทเก

ความรักนั้นเมื่อเกิด ย่อมเกิดเพราะอาศัยเหตุ ๒ อย่าง คือ บุพเพสันนิวาส และความ
เกื้อกูลใกล้ชิดกันในปัจจุบัน เปรียบเหมือน ดอกอุบลเมื่อจะเกิดในน้ำ ย่อมเกิดเพราะอาศัย
เหตุ ๒ อย่าง คือ น้ำและเปือกตม (ธมฺปทฎฺฐกา ปญฺจโม ภาโค, ๒๕๓๔ : ๑๗๙)

ความรักในความหมายที่แท้จริง หมายถึง อยากเห็นเขามีความสุข เช่น พ่อแม่รักลูกก็
อยากเห็นลูกมีความสุข แต่ก็มีความรักอีกแบบหนึ่งคือความรักที่อยากได้เขามาทำให้ตัวเป็นสุข เป็นสิ่ง
ที่มนุษย์ทุกคนส่วนใหญ่ มักจะควบคุมมาด้วยความหลง ทำให้เข้าใจคลาดเคลื่อนผิดไปจากความจริง
หรือที่เรียกว่า โมหะ ในทางพระพุทธศาสนา คือ “หลงคิด” หรือ เข้าใจผิด เข้าไปยึดถือว่าสิ่งนั้นสิ่งนี้
เป็นตัวเรา เป็นของเรา เพราะความรักมีอีกชื่อหนึ่งว่า “กามตัณหา” ซึ่งคือกิเลสอันเจือด้วยราคะ ฝ่
แต่เรียกร้องต่าง ๆ นานา ให้ตอบสนองกันและกันอย่างไม่สิ้นสุด ความทุกข์เป็นส่วนหนึ่งของชีวิต
มนุษย์ ไม่สามารถหลีกเลี่ยงพ้นได้ ความจริงแล้วปัญหาในชีวิตของมนุษย์ล้วนแต่เกิดขึ้นมาจากการไม่
เข้าใจความทุกข์ และการแสวงหาความสุขเกินพอดีของมนุษย์ทั้งสิ้น มีอมตวาจาที่เป็นพระพุทธพจน์
บทหนึ่ง ซึ่งพระพุทธองค์ตรัสไว้เกี่ยวกับเหตุแห่งทุกข์ว่า

ปิยโต ชายเต โสโก ปิยโต ชายเต ภย

ปิยโต วิปมุตตสฺส นตฺถิ โสโก กุโต ภย

ความโศกเกิดจากสิ่งเป็นที่รัก ภัยเกิดจากสิ่งเป็นที่รัก ผู้พ้นจากสิ่งเป็นที่รักได้โดยเด็ดขาด
ย่อมไม่มีความโศกและภัยจากที่ไหนเลย (ธมฺปทฎฺฐกา ญฺญโง ภาโค, ๒๕๓๔ : ๑๔๓)

เหตุเพราะว่าความรัก ก็อยู่ในกฎไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ความไม่เที่ยงแท้แน่นอน ทุกขัง
ความทุกข์ ไม่สามารถทนได้ อนัตตา ความไม่ใช่ตัวตน ไม่เป็นตามความปรารถนา เหตุเพราะบุคคลผู้
มีความรัก มักมองไม่เห็น หรือไม่ก็มองข้าม ไม่ใส่ใจ อยากให้ความรักเป็นนิจจัง เที่ยงแท้ถาวร ยึดมั่น
ถือมั่น ฟันกฎธรรมชาติข้อนี้ไป ครั้นเมื่อความจริงปรากฏ จึงมีความทุกข์ต่าง ๆ นานา เป็นเพราะไม่
ยอมรับความจริง ยึดติด หลง อยากให้สิ่งต่าง ๆ ที่เรารักอยู่กับเราตลอดไป ทั้ง ๆ ที่ไม่อาจฟันกฎของ
ความจริง ที่ว่าทุกสิ่งทุกอย่างในโลกล้วนไม่เที่ยงแท้แน่นอน ไม่ควรไปยึดติด เป็นอนิจจัง ทุกสิ่งที่เรา
ยึดติดตามหลักพระพุทธศาสนา ล้วนเป็นสิ่งที่ให้ความทุกข์ทั้งสิ้น และมีอีกหลากหลายคำสอน ที่
กล่าวถึงความทุกข์ที่เกิดจากความรักเป็นอาทิ

พระพุทธเจ้าตรัสรู้อยู่ถึง ๔ คือทุกข์ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), ๒๕๕๕ : ๒๔)
ความไม่สบายกาย ความไม่สบายใจ สมุทัย เหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ นิโรธ ความดับทุกข์ มรรค วิธีดับทุกข์
ความทุกข์ย่อมมีแก่บุคคลทุกคนไม่มีข้อยกเว้น ทุกคนที่เกิดมาต้องเป็นไปตามกฎธรรมชาติ ได้แก่ เกิด
แก่ เจ็บ ตาย คือการเสื่อมสลายไปของสังขารหรือร่างกายที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์นั้น และความทุกข์ยัง
เกิดจากการที่ได้ประสบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก พลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รัก ไม่ได้สิ่งปรารถนาก็เป็น
ทุกข์ โดยสรุป ก็คือ ความยึดมั่นในขันธ ๕ เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ (ช.ธ. (ไทย) ๒๕/๓๐๐/๑๔๕) ซึ่ง
พระพุทธศาสนามองว่า กระบวนการของชีวิต คือ การเกิดแก่เจ็บตายนั่นเป็นความทุกข์ คือเป็น
สถานที่ทนได้ยาก หรือคงทนต่อสภาวะการเกิดการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ไม่ได้ทั้งในส่วนของความทุกข์
ที่เป็นไปในทางเวทนา คือทุกข์ทางกายและจิต รวมถึงทุกข์ที่เป็นไปในรูปแบบของกระบวนการอัน
เป็นไปตามกฎธรรมชาติ โดยพระพุทธองค์ได้ตรัสว่า เหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ ก็เพราะมีการเกิดเป็น
สมุฏฐาน เพราะมีการเกิดเป็นเบื้องต้น ทุกข์จึงมี นอกจากนั้น จะพบว่า เมื่อพิจารณาจากกระบวนการ
ธรรมของพระพุทธศาสนาแล้ว ความทุกข์นั้นมีบ่อเกิดจากรากเหง้าของกิเลส คือ โลภะ โทสะ และ

โมหะ เพราะกิเลสทั้ง ๓ ประการนี้ เป็นเสมือนหนึ่งเครื่องดองในสันดาน หรือเป็นฐานของพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดทุกข์ทั้งมวล

ความจริง ทุกชีวิตที่เกิดมา สัตว์ทุกประเภทรวมถึงเทวดาทั้งหลาย ก็มีความทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น เนื่องจากยังไม่สามารถกำจัดกิเลสได้ และหากจะกล่าวเป็นการเฉพาะลงไป ในบรรดาสัตว์ต่าง ๆ เหล่านั้นแต่ละประเภทแต่ละชนิด ก็มีทุกข์ที่แตกต่างกันไป เช่น มนุษย์ก็ทุกข์อย่างหนึ่ง สัตว์ดิรัจฉานก็ทุกข์อย่างหนึ่ง เทวดา มาร พรหม ก็ทุกข์ไปอีกอย่างหนึ่ง หรือจะกล่าวเฉพาะมนุษย์ในสังคมมนุษย์ที่อยู่รวมกันนั้น ก็ล้วนมีทุกข์ที่แตกต่างกัน ไม่ว่ายากดีมีจน เช่น พระราชา มหากษัตริย์ ก็มีทุกข์อย่างหนึ่ง เศรษฐี ยาก วณิพก สมณพราหมณ์ ก็มีความทุกข์กันคนละอย่าง ไม่เว้นกระทั่งเด็ก ผู้ใหญ่ ก็มีความทุกข์ที่แตกต่างกัน สตรีกับบุรุษก็มีความทุกข์ที่แตกต่างกัน ทั้งนี้ ก็เพราะพระพุทธศาสนา กำหนดว่า ทุกชีวิตมีกรรมที่แตกต่างกันและกรรมนั้นเอง เป็นตัวกำหนดให้แต่ละชีวิตมีทุกข์ที่แตกต่างกันออกไป

นอกจากประเด็นทางด้านครอบครัวแล้ว พระพุทธศาสนายังได้อธิบายถึงทุกข์ในด้านอื่น ๆ อีกหลายด้าน เช่น ด้านร่างกาย สังคม เป็นต้น ซึ่งทุกข์ต่าง ๆ ที่กล่าวมานั้น ล้วนมาจากสาเหตุหลายประการ แต่เมื่อก้าวโดยรวมแล้ว ก็คือกิเลสนั่นเอง หากจะกล่าวโดยสรุปแล้ว ในคัมภีร์พระพุทธศาสนา ได้กล่าวถึงความทุกข์ไว้ดังนี้ คือ (๑) ความทุกข์ด้านสังคม (๒) ความทุกข์ด้านครอบครัว (๓) ความทุกข์ด้านร่างกาย (๔) ความทุกข์ด้านสติปัญญาหรือด้านการศึกษา ซึ่งความทุกข์ทั้งหมดนี้ ล้วนเป็นความทุกข์ที่มีสาเหตุหรือที่มาแตกต่างกัน

พระพุทธศาสนานั้น นอกจากจะกล่าวถึงทุกข์แล้ว ยังได้เสนอแนวทางในการแก้ไขปัญหาคือความทุกข์ไว้อีกด้วย ทั้งนี้ ก็เพราะพระพุทธศาสนานั้น เห็นว่ามนุษย์เป็นสัตว์ที่สามารถฝึกได้และสามารถทำตนให้เป็นสิ่งที่พึ่งตนเองได้ และถือว่าเป็นมนุษย์มีสติปัญญาสามารถฝึกได้หรือพัฒนาการเพื่อการก้าวไปสู่ความเป็นบัณฑิตได้

ดังที่กล่าวมา พอสรุปได้ว่า คนเราเกิดมาทุกข์ขึ้นเมื่อ ๑) ไม่ได้ในสิ่งที่ต้องการ ๒) ได้รับในสิ่งที่ไม่ต้องการ ๓) สิ่งที่รัก สิ่งที่ต้องการ หายไปจากชีวิต ความทุกข์ในระดับปัจเจกชนนั้นจะดำเนินอยู่บนมูลเหตุของอกุศลธรรมทั้ง ๓ คือ ความโลภ ความโกรธ ความหลง ตามคำอธิบายของพระพุทธศาสนา ในชีวิตประจำวันของปัจเจกชน (ที.ม.(ไทย) ๔/๑๔/๒๑)

ต้องการและแสวงหาความรักจากคนรอบข้างหรือสิ่งต่าง ๆ ในระดับโลกียวิสัย (ตามวิสัยโลก) ความรักนั้น ถือว่าเป็นสิ่งจรรโลงใจ และดีงามมากกว่าที่จะเป็นสิ่งที่ชั่วร้ายและเลวทราม หรือนำมาสู่ความสุขมากกว่าความทุกข์

อย่างไรก็ตาม ในบางครั้งความรักก็อาจนำความทุกข์มาสู่ปัจเจกชนมากกว่าความสุขได้ เช่น กรณีของปฏาจาราเถรี ที่ปรากฏเป็นเรื่องเล่าในพระไตรปิฎก (เถรี.อ.(ไทย) ๒/๔/๑๘๔-๑๘๗, อง.อ.(ไทย) ๑/๒/๒๔-๒๘ , ขุ.ธ.อ.(ไทย) ๑/๒/๒/๔๘๙-๔๙๘, ขุ.อป.(ไทย) ๙/๕๙๒-๕๙๗)

นางเป็นมนุษย์ยังมีกิเลส ทุกคนย่อมมีความผิดพลาดในชีวิต ขณะเดียวกันนางต้องเผชิญกับการสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก และความทุกข์เหล่านั้นก็หนักหนาเกินกว่ามนุษย์ผู้หนึ่งจะแบกรับเอาไว้ได้ แม้ในปัจจุบันคนจำนวนไม่น้อยก็ตกอยู่ในสถานการณ์เช่นเดียวกับปฏาจาราเถรี ข้ำร้ายกว่านั้นผู้คนจำนวนมากยังไม่อาจนำพาตัวเองออกมาจากห้วงของความทุกข์เหล่านั้นได้ มองกันในแง่นี้ ปฏาจาราเถรี ยังถือว่าโชคดี ที่นางก็ยังได้รับธรรมโอสธจากพระพุทธเจ้า เพื่อให้บรรเทาความทุกข์ลงได้และท้ายที่สุดนางก็ได้พบกับหนทางแห่งความหลุดพ้น คือพระนิพพานนั่นเอง

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับความทุกข์ ความรักในพระพุทธศาสนา และศึกษาวิเคราะห์ความทุกข์และวิธีดับทุกข์ อันเนื่องมาจากความรักกรณีศึกษาปญฺาจารย์เถรี เพื่อวิเคราะห์แง่มุมต่าง ๆ สรุปผลให้เห็นวิธีการคิด วิธีการดับความทุกข์ อันเนื่องมาจากความรักตามหลักการแห่งพระพุทธศาสนา จึงเป็นอีกแรงจูงใจหนึ่งที่น่าจะใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเข้าไปช่วยแก้ไขได้บ้าง ซึ่งมองเห็นจุดนี้ว่า สามารถนำความรู้ที่ได้ไปใช้ให้เป็นประโยชน์ทั้งต่อตนเองและสังคม ด้วยหลักการและเหตุผลดังกล่าว จึงเป็นที่มาของการศึกษาวิจัยเรื่องนี้

๒. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑. เพื่อศึกษาความทุกข์ในพระพุทธศาสนาเถรวาท
๒. เพื่อศึกษาความทุกข์และวิธีการดับทุกข์อันเกิดจากความรักในพระพุทธศาสนา
๓. เพื่อวิเคราะห์ความทุกข์และวิธีดับทุกข์อันเกิดจากความรักของปญฺาจารย์เถรี

๓. ปัญหาที่ต้องการทราบ

๑. ความทุกข์ในพระพุทธศาสนาเถรวาทเป็นอย่างไร
๒. ความทุกข์และวิธีการดับทุกข์อันเกิดจากความรักในพระพุทธศาสนาเป็นอย่างไร
๓. ผลการวิเคราะห์ความทุกข์และวิธีดับทุกข์อันเกิดจากความรักของปญฺาจารย์เถรีเป็นอย่างไร

๔. ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) โดยมีขอบเขตการวิจัยดังต่อไปนี้

๔.๑ ขอบเขตด้านเอกสาร

การทำการวิจัย ในครั้งนี้ ผู้ทำการวิจัยศึกษาจากเอกสารคัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๓๙ อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา ตำราวิชาการด้านพระพุทธศาสนา ตำราวิชาการจากคณาจารย์ต่าง ๆ พร้อมทั้งหนังสือ บทความ นิตยสารเอกสาร และงานวิจัยอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยนี้

๔.๒ ขอบเขตด้านเนื้อหา

ผู้วิจัย ศึกษาความทุกข์และวิธีการดับทุกข์อันเกิดจากความรักตามหลักการแห่งพระพุทธศาสนา ตลอดจนความทุกข์และวิธีการดับทุกข์จากความรักของปญฺาจารย์เถรี

๕. ความหมายของทุกข์ในพระพุทธศาสนาเถรวาท

ทุกข์ คือ สภาพที่ทนได้ยาก ความรู้สึกไม่สบาย ได้ แก่ ทุกขเวทนา ถ้ามาคู่กันกับโทมนัสในเวทนา ๕ ทุกข์ หมายถึง ความไม่สบายกายคือทุกข์กาย โทมนัส คือ ไม่สบายใจ แต่ถ้ามาลำพัง ในเวทนา ๓ ทุกข์ หมายถึง ความไม่สบายกายไม่สบายใจ คือทั้งทุกข์กายและทุกข์ใจ (พระเทพเวที (ประยูรย์ ปยุตฺโต), ๒๕๓๓ : ๙๙)

๖. ลักษณะของทุกข์

ลักษณะของทุกข์ มี ๔ ลักษณะด้วยกัน ได้แก่ ทุกข์ในไตรลักษณ์ คือ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ความไม่มีตัวตน ทุกข์ในอริยสัจ คือ ความจริงของพระอริยะ ความจริงอันประเสริฐ มี ๔ ข้อ ได้แก่ ๑) ทุกข์ คือ สภาพที่ทนได้ยาก ภาวะที่ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ สภาพที่บีบคั้น ๒) ทุกขสมุทัย คือ เหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ ๓) ทุกขนิโรธ คือ ความดับทุกข์ ๔) ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา หรือ มรรค คือ ทางแห่งความดับทุกข์ (ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒, ๒๕๔๖: ๑๓๓๗) ทุกข์ในปัญจขันธ์ คือ ขันธ์ ๕ หมายถึง หมาด หมู่ หรือ กอง ประกอบด้วยธรรม ๕ ประการ ได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ (พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๙ ราชบัณฑิต), ๒๕๔๘ : ๙๙) และทุกข์ในปัจจุสมุปบาท คือ สภาวะที่อาศัยกันและกันเกิดขึ้น สภาวะที่อาศัยปัจจัยเกิดขึ้น สภาวะที่กองทุกข์เกิดขึ้นเพราะอาศัยปัจจัยต่อเนื่องกันมา ชีวิตทุกชีวิตมีส่วนที่เป็นเหตุเป็นผล อาศัยกันเกิดขึ้นเนื่องกันไปไม่ขาดสาย เมื่อสิ่งหนึ่งเกิดขึ้น ก็เป็นเหตุให้อีกสิ่งหนึ่งเกิดขึ้นสืบต่อกันไป เป็นลูกโซ่ ไม่รู้จักจบสิ้น ไม่รู้จักเบื้องต้นเบื้องปลาย ดังที่พระพุทธองค์ตรัสสอนภิกษุสงฆ์ว่า “ภิกษุทั้งหลาย สงสารคือการเวียนว่ายตายเกิดแห่งชีวิตนี้ ไม่รู้จักเบื้องต้นเบื้องปลาย (ส.นิทาน. (ไทย) ๑๖/ ๒๑๒)

๗. ประเภทของความทุกข์

ความทุกข์ในพระพุทธศาสนาแบ่งออกเป็นสองประเภทได้แก่ ความทุกข์ทางกาย ความไม่สำราญทางกาย ความเสวยอารมณ์ที่ไม่สำราญ เป็นทุกข์ อันเกิดแต่กายสัมผัส (ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๒๖/ ๑๑๙, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๙๓/๓๒๖) และความทุกข์ทางใจ คือ ความไม่สำราญทางใจ ความเสวยอารมณ์ที่ไม่สำราญ เป็นทุกข์ อันเกิดแต่มนัสสัมผัส (ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๙๔/๓๒๖, ม.ม. (ไทย) ๑๒/ ๑๒๗/๑๑๙)

๘. สาเหตุของความทุกข์

สาเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ เกิดมาจากความต้องการภายในตัวของมนุษย์ ซึ่งได้แก่ ตัณหา คือ ความทะยานอยาก ที่ทำให้วางใจ ปฏิบัติตน แสดงออก สัมพันธ์ และกระทำต่อชีวิตและโลก อย่างไม่ถูกต้อง อย่างไม่เป็นไปด้วยความรู้ตามเป็นจริง แต่เป็นไปด้วยความยินดียินร้าย ตลอดจนกิเลสปกป้องตัวตนทั้งหลาย เช่น ความกลัว ความริษยา ความหวาดระแวง เป็นต้น ที่สืบเนื่องมาจากตัณหาคือที่มาแห่งความทุกข์ของมนุษย์ กามตัณหา อายาทกาม ได้แก่ อยากได้ อยากเอา อยากเสพ อยากเสวยอย่างหนึ่ง ภาวตัณหา อายาทกาม ได้แก่ อยากเป็นอยากคงอยู่ตลอดไป อยากมีชีวิตนิรันดร์อย่างหนึ่ง วิภวตัณหา อายาทกาม ได้แก่ ปราปรณภาวะสิ้นสูญ

๙. ความทุกข์และวิธีการดับทุกข์อันเกิดจากความรักในพระพุทธศาสนา

ในทางพระพุทธศาสนานั้น “ความทุกข์อันเกิดจากความรัก” ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเป็นไปตามอุปปัตติเหตุ เช่น ภิกษุที่หลงรักนางสิริมา เพราะเป็นไปตามอำนาจของตัณหา เรียกว่า “เสนหา” ก็นำมาซึ่งความทุกข์ และความรักที่อาศัยเรื้อน เรียกว่า “เคหสิตเปมะ” คือเป็นความรักที่เกี่ยวเนื่องกัน เช่น บิดา มารดา รักบุตร สามีรักภรรยา พี่ชายรักน้องชาย เพื่อนรักเพื่อน ก็นำมาซึ่งความทุกข์ ทุกข์เกิดจากความพลัดพราก ดังคำที่ว่า ที่ใดมีรักที่นั่นมีทุกข์ ดังนั้น การจะดับทุกข์อันเกิดจากความรักต้องอาศัยหลักสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐานช่วยดับ

๑๐. ความทุกข์อันเกิดจากความรักของปญฺจาราเถรี

ความทุกข์อันเกิดจากความรักของปญฺจาราเถรี มี ๔ ประการได้แก่ ๑. ความทุกข์อันเกิดจากความรักบิดามารดา ๒. ความทุกข์อันเกิดจากความรักสามี ๓. ความทุกข์อันเกิดจากความรักบุตร และ ๔. ความทุกข์อันเกิดจากความรักตนเอง มีดังนี้

๑) ความทุกข์อันเกิดจากความรักบิดามารดา บุตรธิดาเป็นผู้มีความผูกพันกับบิดามารดามาตั้งแต่ถือปฏิสนธิ ดังนั้น เมื่อมีวาสนาได้เกิดเป็นบิดามารดาบุตรธิดากันแล้ว ก็จะต้องประพฤติปฏิบัติตามธรรมะ ถ้าไม่ปฏิบัติตาม บุตรธิดาเองก็ย่อมได้ชื่อว่าเป็นคนอกตัญญู ถ้าบิดามารดาไม่ปฏิบัติก็ย่อมได้ชื่อว่าบิดามารดาที่ไม่ดี ไม่รู้จักหน้าที่ของตนที่พึงมีต่อบุตรธิดา แต่ถ้าหากทั้งสองฝ่ายประพฤติปฏิบัติต่อกันโดยเอื้อเฟื้อก็จะทำให้กลายเป็นพ่อแก้วแม่แก้วและลูกแก้ว อยู่ร่วมกันโดยปกติสุขภายในบ้านเกิดความรักความกลมเกลียวกันขึ้น เปรียบประดุจดังที่อยู่ร่วมกันของเทพบุตรเทพธิดาที่อาศัยอยู่ในวิมานเดียวกัน ส่งผลให้บ้านนั้นกลายเป็นสวรรค์วิมาน

ด้วยเหตุแห่งความผูกพันระหว่างบิดามารดากับบุตรธิดาและคุณธรรมของบิดามารดาต่อบุตรธิดาทำให้นางปญฺจารารักบิดามารดาที่สุด เมื่อเกิดเหตุที่ไม่คาดฝันทำให้บิดามารดาได้ล้มตายเพราะภัยธรรมชาติ จึงทำให้นางปญฺจาราประสบความทุกข์อันเกิดจากความรักบิดามารดา ด้วยการพลัดพรากจากกัน

๒) ความทุกข์อันเกิดจากความรักสามี คนรับใช้กับนางปญฺจารา มีคุณสมบัติที่จะเป็นสามีภรรยากันได้ เนื่องจากมีศรัทธากันเสมอ มีศีลเสมอกัน มีจาคะเสมอกัน และมีปัญญาเสมอกัน ดังนั้น การที่นางปญฺจารารักสามีมากเพราะมีคุณสมบัติความเป็นสามีที่มีความสอดคล้องกับหลักทศ ๖ คือหน้าที่ของสามีภรรยา ซึ่งสามีได้บำรุงภรรยาผู้เป็นทิศเบื้องหลัง ตามหน้าที่ ๕ ประการ ได้แก่ ๑. ให้เกียรติยกย่อง ๒. ไม่ดูหมิ่น ๓. ไม่ประพฤตินอกใจ ๔. มอบความเป็นใหญ่ให้ ๕. ให้เครื่องแต่งตัว ด้วยคุณสมบัติดังกล่าวทำให้ทั้งสองได้อยู่ร่วมกันฉันสามีภรรยาโดยตลอด และด้วยความคิดถึงบิดามารดามาโดยตลอด นางจึงหนีจากสามีไป แต่ถูกสามีห้ามไว้เสมอ การที่นางอยากไปหาบิดามารดาเพราะว่าอยู่กับสามีมีความลำบาก ไม่สะดวกสบายเหมือนกับอยู่กับบิดามารดา สุดท้ายนางได้หนีจากสามี ไปอีกครั้งพร้อมกับบุตรน้อยและสามีก็ตามไปจนพบและนางกำลังจะคลอดบุตรน้อยอีกคน นางจึงได้ให้สามีไปตัดไม้ไผ่เพื่อทำเพิงกัน ขณะที่ตัดไม้สามีของนางได้เหยียบงูเห่าที่ข้างจอมปลวก งูจึงได้ฉกสามีของนางปญฺจารา ด้วยฤทธิ์ของพิษงูแล่นเข้าสู่หัวใจทำให้เสียชีวิตทันที หลังจากที่นางได้คลอดบุตรและฝนได้หยุดตก นางก็ได้ออกติดตามหาสามีสุดที่รักของนาง เมื่อนางได้พบร่างอันไร้วิญญาณของสามี นางทำใจไม่ได้ร้องไห้ คร่ำครวญถึงสามีอยู่ตลอดเวลา ดังนั้น การพลัดพรากจากสิ่งที่ตนเองรัก ย่อมเป็นทุกข์เสมอ

๓) ความทุกข์อันเกิดจากความรักบุตร ความรักของบิดามารดาต่อบุตร ในประเด็นนี้จะเห็นได้ว่า นางปญฺจารามีความรักความผูกพันกับบุตรน้อยของตนเอง นางคิดอยู่เสมอว่า ถึงแม้ว่าสามีของนางได้ตายไปแล้ว แต่ยังมีบุตรน้อยเป็นตัวแทนของสามี นางจึงจะพาบุตรไปหาตายายที่เมืองสาวัตถี เมื่อมาถึงแม่น้ำอจิรวดี ด้วยเหตุที่ฝนตกหนักเมื่อคืนทำให้น้ำท่วมอย่างหนัก น้ำไหลอย่างเชี่ยวกราก นางจึงได้นำบุตรน้อยที่เกิดใหม่ข้ามไปก่อน โดยเอาบุตรคนโตให้นั่งรออยู่ฝั่งนี้ แล้วนางก็ข้าม

แม่น้ำไปอีกฝั่งหนึ่ง แล้วนำบุตรน้อยนอนบนฝั่ง ในระหว่างทางมีเหยี่ยวตัวหนึ่งเห็นเด็กน้อยนอนอยู่ คิดว่าเป็นชิ้นเนื้อจึงโฉบลงเอาบุตรน้อยไป เป็นเหตุให้นางเกิดความโศกเศร้าเสียใจอย่างมาก เพราะความที่นางรักบุตรมาก ย่อมเป็นสาเหตุทำให้นางมีความทุกข์ที่เกิดจากความรักบุตร

๔) ความทุกข์อันเกิดจากความรักตนเอง ว่า นางปญฺญาจารามีความรักในตนเองคืออยากให้ตนเองมีความสุขจึงได้รับการบำรุงด้วยอาหารอย่างดีที่ไปหล่อเลี้ยงชั้น ๕ ทำให้นางมีผิวพรรณวรรณะผ่องใสและมีรูปร่างที่สวยงาม เป็นที่หมายปองของชายทั่วเมืองสาวัตถี ด้วยที่นางมีจิตปฏิพัทธ์ต่อคนรับใช้และเพื่อให้ตนเองได้มีความสุข ไม่ได้นึกถึงผลที่จะตามมาในภายหลัง จึงได้ตัดสินใจหนีไปกับคนที่นางรัก จึงกล่าวได้ว่า นางปญฺญาจารามีความทุกข์อันเกิดจากความรักตนเอง เพราะตามปกติมนุษย์ทุกคนเกิดมาในโลกนี้ ทุกคนก็ย่อมที่จะรักตนเองเสมอ ไม่มีใครที่จะไม่รักตัวเอง แม้แต่นางปญฺญาจाराเองก็ย่อมรักตนเองเหมือนคนอื่น ๆ แต่ถึงอย่างไร ถ้าขึ้นต้นด้วยความรักที่ประกอบด้วยตัณหา ย่อมนำมาซึ่งความทุกข์อย่างแน่นอน ไม่ว่าจะรักตนเอง หรือรักผู้อื่นก็ตาม ย่อมได้รับผลเช่นเดียวกัน ก็คือความทุกข์ที่เกิดจากความรัก

๑๑. วิธีการดับทุกข์อันเกิดจากความรักของปญฺญาจาราเถรี

วิธีการดับทุกข์อันเกิดจากความรักของปญฺญาจาราเถรี มี ๔ วิธี ได้แก่ วิธีดับทุกข์เพราะกัลยาณมิตร วิธีดับทุกข์ด้วยหลักพุทธธรรม วิธีดับทุกข์ด้วยสมถกัมมัฏฐาน และวิปัสสนากัมมัฏฐาน มีดังนี้

๑) ดับทุกข์เพราะกัลยาณมิตร นางปญฺญาจาราได้มาพบพระพุทธเจ้า ซึ่งพระองค์ทรงเป็นกัลยาณมิตรอย่างแท้จริง พระองค์มีความเมตตาต่อนางปญฺญาจาราโดยการเรียกสติของนางกลับคืนมาจากความเป็นบ้า ที่นางได้พบกับความทุกข์แสนสาหัส หลังจากนางมีสติสมบูรณ์พร้อมที่จะรับฟังธรรมจากพระองค์ พระองค์ก็ทรงสอนหลักธรรมตามความเป็นจริงที่นางประสบกับปัญหาชีวิตเกี่ยวกับความตายของบุตร สามิ บิดา มารดา พระองค์ทรงเตือนสตินางเสมอว่า “ประโยชน์อะไร ที่นางจะต้องเศร้าโศกเสียใจถึงบุตรที่ตายไปแล้ว น้ำตาที่ไหลออกของนางผู้ร้องไห้อยู่ในสงสารนี้ ในเวลาที่ปิตุชนมีบุตรเป็นต้นตาย ยิ่งมากกว่าน้ำในมหาสมุทรทั้ง ๔ ก็เป็นเช่นนั้นเหมือนกัน ทำไมจึงยังประมาทอยู่” นางคิดถึงคำสอนของพระองค์ก็ได้สตินึกถึงคุณของพระพุทธเจ้าและเอาอาโปกสิณเป็นอารมณ์ในการพิจารณา จึงทำให้นางหลุดพ้นจากอาสวะกิเลสทั้งหลาย เพราะเหตุแห่งการที่นางได้พบกับกัลยาณมิตร จึงทำให้นางได้พบทางสว่างหรือแสงสว่างแห่งปัญญา และบรรลุจุดมุ่งหมายอันสูงสุดของชีวิตคือพระนิพพาน

๒) ดับทุกข์ด้วยหลักพุทธธรรม ว่า นางปญฺญาจาราใช้ไตรลักษณ์พิจารณาความเป็นจริงของชีวิตด้วยการกำหนดวัยทั้ง ๓ โดยกำหนดว่า สัตว์ทั้งหลายตายในปฐมวัยก็มี เปรียบเหมือนน้ำที่รดครั้งแรก ตายในมัชฌิมวัยก็มี เปรียบเหมือนน้ำที่รดครั้งที่ ๒ และที่ไปไกลกว่าครั้งแรก ตายในวัยปัจฉิมวัยก็มี เปรียบเหมือนน้ำที่รดครั้งที่ ๓ ซึ่งไปได้ไกลกว่าครั้งที่ ๒ ตามที่นางปญฺญาจาราได้กำหนดเรื่องวัย ซึ่งลักษณะนี้ก็เป็นไปตามกฎไตรลักษณ์ คือ เมื่อมนุษย์เกิดขึ้นมาไม่ว่าจะอยู่ในปฐมวัย มัชฌิมวัย ปัจฉิมวัย ก็ตาม จะตกอยู่ในลักษณะความไม่เที่ยงแท้แน่นอนของชีวิต (อนิจจัง) ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ (ทุกขัง) และแตกดับไปตามเหตุ (อนัตตา) นางได้พิจารณาตามนี้ จึงทำให้เกิดปัญญาารู้แจ้งเห็นจริงของชีวิต และมีการปล่อยวาง จิตไม่ตกอยู่ในกองทุกข์ ทำให้พ้นทุกข์จากกิเลสทั้งปวง เพราะยึดหลักความเป็นจริงของชีวิต จึงทำให้ชีวิตมีความสุข และได้บรรลุธรรมสูงสุดคือพระนิพพาน

๓) ดับทุกข์ด้วยสมถกัมมัฏฐาน สมถกัมมัฏฐานเป็นวิธีปฏิบัติทางพระพุทธศาสนา หมายถึง การฝึกหัดจิตใจหรือการอบรมจิตใจให้สงบนิ่ง และอารมณ์ของสมถกัมมัฏฐาน มี ๔๐ ประการ ได้แก่ กสิณ ๑๐ อสุภะ ๑๐ อนุสสติ ๑๐ อัปปมัญญา ๔ อาหาเรปฏิกูลสัญญา ๑ จตุธาตุววัฏฐาน ๑ อรูป ๔ ซึ่งนางปฐาจารย์ใช้อารมณ์ของสมถกัมมัฏฐานเพียง ๓ อย่าง คือ อาโปกสิณ พุธานุสสติ และ มรณัสสติ เป็นอารมณ์ ก็สามารถดับทุกข์อันเกิดจากความทุกข์ได้ ไม่จำเป็นที่จะต้องใช้อารมณ์กัมมัฏฐานทั้งหมดมากำหนด แล้วแต่จริตของแต่ละคนไม่เหมือนกัน

๔) วิปัสสนากัมมัฏฐาน คือ กัมมัฏฐานเป็นอุบายเรื่องปัญญา กัมมัฏฐานที่ทำให้เห็นเป็นต่าง ๆ มีการเห็นชั้น โดยความเป็นของไม่เที่ยง อารมณ์ของวิปัสสนากัมมัฏฐานมี ๖ หมวด ได้แก่ ชั้นที่ ๕ อายตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒ อริยสัจ ๔ และปฏิจจนุปบาท

จึงกล่าวได้ว่า อารมณ์ของวิปัสสนากัมมัฏฐานย่อให้สั้นก็คือ มีรูปนามที่เป็นปัจจุบันเท่านั้น เป็นอารมณ์ การพิจารณาจึงจะได้ผลสามารถเห็นแจ้งรู้ทันได้ เพราะการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานมีวัตถุประสงค์อยู่ที่ต้องการให้เกิดปัญญา เพื่อพิจารณาทุกสิ่งทุกอย่างให้เห็นตามสภาพที่เป็นจริง กล่าวคือ สรรพสิ่งมีการเกิดขึ้นตั้งอยู่ชั่วขณะแล้วดับไป หรือมีสภาพไม่แน่นอนแปรปรวนอยู่ตลอดเวลา (อนิจจัง) ทนอยู่อย่างนั้นตลอดไปไม่ได้ (ทุกขัง) และไม่อยู่ในอำนาจบังคับของใคร เพราะเป็นสิ่งไม่มีตัวตนที่แท้จริง (อนัตตา) ดังนั้น อารมณ์ของวิปัสสนากัมมัฏฐานจึงครอบคลุมทุกเรื่อง ที่มนุษย์เข้าไปเกี่ยวข้อง แม้แต่อารมณ์ของสมถะก็นำมากำหนดพิจารณาให้เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาได้ เช่น การพิจารณาเห็นถึงความไม่เที่ยง ไม่คงทนอยู่ในสภาพเดิม และความหาตัวตนที่แท้จริงไม่ได้ในอสุภะทั้ง ๑๐ และในกสิณ ๑๐ เป็นต้น ดังนั้น เมื่อปฏิบัติตามหลักของวิปัสสนากัมมัฏฐานย่อมทำให้มนุษย์ทุกคนดับทุกข์หลุดพ้นจากวัฏฏสงสาร ไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป

๑๒. ข้อเสนอแนะ

๑๒.๑ ข้อเสนอแนะทั่วไป

๑) ควรนำหลักธรรมเกี่ยวกับความทุกข์และวิธีการดับทุกข์จากความทุกข์ไปใช้กับบุคคลโดยปฏิบัติอย่างจริงจัง และสามารถปรับใช้ได้ทุกสถานการณ์ในชีวิตจริงเพื่อความสุขของตนเอง ครอบครัว และสังคม

๒) ควรนำหลักธรรมไปใช้กับสังคมโดยเน้นในเรื่องการแก้ปัญหาความทุกข์อันเกิดจากความทุกข์ที่มีต่อกันในสังคม

๑๒.๒ ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยครั้งต่อไป

๑) ศึกษาวิเคราะห์ความทุกข์และวิธีการดับทุกข์จากความทุกข์ในพระพุทธศาสนา : กรณีศึกษานางกิสาคี

๒) ศึกษาเปรียบเทียบความทุกข์อันเกิดจากความทุกข์ระหว่างปฐาจารย์เถรกับกิสาคี เพื่อให้เห็นความเหมือนและความต่างกัน

บรรณานุกรม

๑. ภาษาบาลี – ภาษาไทย

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

_____. พระไตรปิฎกภาษาไทย. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร :
โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

คณะกรรมการแผนกตำรากองวิชาการ สภาการศึกษามหามกุฏราชวิทยาลัย. พระธัมมปัทมฐกถา
แปล ภาค ๑. กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔.

_____. พระธัมมปัทมฐกถา แปลภาค ๒. กรุงเทพมหานคร : มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒.

_____. พระธัมมปัทมฐกถา แปลภาค ๔. กรุงเทพมหานคร : มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔.

_____. พระธัมมปัทมฐกถา แปลภาค ๖. กรุงเทพมหานคร : มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒.

ข. ข้อมูลวิทยานิพนธ์

(๑) หนังสือ

พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๗.

๒๕๓๓. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเชโต). คำวัด. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๔๑.

_____. พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสตร์ ชุดคำวัด. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เลี้ยงช้าง,
๒๕๔๘.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). พุทธธรรม (ฉบับปรับปรุงและขยายความ). กรุงเทพมหานคร :
สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๒.

ราชบัณฑิตยสถาน. พจนานุกรมศัพท์วรรณคดีไทยสมัยสุโขทัย ไตรภูมิภค. กรุงเทพมหานคร:
ห้างหุ้นส่วนจำกัด อรุณการพิมพ์, ๒๕๔๔.