

กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา

Craving for sensual pleasure, existence and non-existence

รศ.ดร.ประพันธ์ เศวตนันท์

ตัณหา คือ เครื่องหล่อเลี้ยงชีวิตของปุถุชนทั่วไป การดำเนินชีวิตของเขาเหล่านั้นล้วนได้รับแรงจูงใจจากตัวตัณหาที่ฝังตัวอยู่ในชั้นธัมมทานของแต่ละบุคคลทั้งสิ้น ยกเว้นพระอรหันต์บุคคลเท่านั้นที่แรงจูงใจในการดำรงชีวิตมาจากฉันทะ คือ ความยินดีที่จะกระทำโดยไม่มีอึดติดตัวตนคนสัตว์ปรากฏอยู่ในใจ **ตัณหา** แปลว่า ความทะยานอยากในอารมณ์ที่พึงพอใจ การที่ปุถุชนมีความพอใจยินยอมให้ตัณหาเข้าครอบงำ ย่อมทำให้จิตใจเป็นบาปตลอดเวลา คือ จิตใจมีความกระวนกระวายเร่าร้อน ไม่มีสมาธิในการทำงาน การหล่อเลี้ยงชีวิตด้วยตัณหาจึงเท่ากับการกรงมือเรียกกอกุศลวิบากกรรมให้เข้ามาสู่ชีวิตตนเองอยู่ตลอดเวลา จนกุศลวิบากกรรมไม่มีทางหลุดรอดเข้ามาในชีวิตได้ ดังนั้นผู้ใดมีเพื่อนเป็นตัณหาเท่ากับผู้นั้นมีชีวิตอยู่กับชาติตานั่นเอง

ทุกคนล้วนต้องการความสุขและความพอใจในชีวิต ถ้ามีสุขแล้วก็จะติดในสุขนั้น อยากให้ความรู้สึกนั้นอยู่กับตนนานๆ แต่ถ้าชีวิตไม่มีความสุขเสียแล้ว ก็จะมีความคิดว่า 'ไม่รู้จะมีชีวิตอยู่ไปทำไม ตายเสียดีกว่า เป็นต้น การรู้ว่าตนเองเป็นสุขหรือทุกข์ จะต้องมีความรู้สึกเกิดขึ้นที่ตัวตนเสียก่อน ในทางธรรมะเรียกว่า **เวทนา** หมายถึงการเสวยอารมณ์ เมื่อเสวยอารมณ์แล้ว ถ้าตนเองพอใจก็มีความสุข แต่ถ้าไม่พอใจไม่ชอบก็ไม่มีความสุข คือ เป็นทุกข์นั่นเอง ถ้าไม่มีเวทนา ตัณหาก็คงไม่อาจเกิดขึ้นมาได้ เวทนาจึงเป็นปัจจัยทำให้เกิดตัณหา สิ่งที่ทำให้เกิดเวทนาได้คือ รูป รส กลิ่น เสียง และสัมผัส รูปแบบนี้ชอบ กลิ่นนี้ไม่ชอบ เสียงไพเราะหรือไม่ไพเราะ สัมผัสอ่อนนุ่มอย่างนี้ดี สัมผัสแข็งๆ ไม่ดี เป็นต้น คือประสบการณ์จากการเสวยอารมณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้สะสมไว้ในชั้นธัมมทานของแต่ละคน เหมือนความจำของฐานข้อมูลในคอมพิวเตอร์ มีการกระทบเมื่อใดก็แสดงผลออกมาได้เมื่อนั้น โดยแทบไม่เสียเวลาในการตัดสินใจเลย เรียกว่าเป็นไปโดยอัตโนมัติทีเดียว

กามตัณหา คือ ความอยากได้ในอารมณ์ซึ่งเกิดขึ้นจากรูป รส กลิ่น เสียง และสัมผัส ที่เราอยากได้รูปแบบนี้ กลิ่นเช่นนี้ เสียงเช่นนั้น สัมผัสเช่นนั้น ก็เพราะได้เคยมีประสบการณ์ในเวทนาที่พอใจเหล่านั้นมาก่อนนั่นเอง ประเด็นนี้เองที่เป็นข้อพิสูจน์ว่า การเวียนว่ายตายเกิดมีความเป็นจริงแท้แน่นอน เพราะเหตุว่ามนุษย์สัตว์ทั้งหลายมีความชอบไม่เหมือนกัน ทำไมคนนี้ชอบสีแดง ทำไมคนนั้นมีความยินดีติดใจในรสเปรี้ยว ทำไมบางคนชอบแบบนี้แบบนั้น ทำไมคนทั้งโลกชอบอะไรไม่เหมือนกัน ก็เพราะว่าอดีตของแต่ละคนนั้นได้สะสมประสบการณ์มาไม่เหมือนกันนั่นเอง

กามตัณหาจึงเป็นความอยากได้ในอารมณ์ที่ปัจจุบันยังไม่ได้ แต่ในอดีตเคยมีประสบการณ์ในอารมณ์นั้นมาก่อน หลงยึดติดว่าเป็นสิ่งที่ทำให้ตนเองมีความสุขได้ จึงมีการแสวงหาอารมณ์ที่ตนเองพอใจเหล่านั้น เมื่อได้เสพอารมณ์นั้น ถ้าชอบ มีความพอใจ ก็ต้องพยายามเก็บอารมณ์นั้นไว้กับตัวให้นานที่สุด จนกว่าจะมีความเบื่อหน่าย ความรู้สึกที่ว่าความมีตัวตนเป็นสิ่งจำเป็นจึงเกิดขึ้น เพื่อรองรับความพอใจในใครเหล่านั้น ยิ่งเสพอารมณ์พอใจมากขึ้นเท่าไรก็ยิ่งมีอุปาทานความยึดมั่นถือมั่นมากขึ้นเป็นเงาตามตัว ทำให้เกิดตัณหาตัวใหม่เรียกว่า **ภวตัณหา** ซึ่งเป็นตัณหาที่เกิดขึ้นขณะกำลังเสวยอารมณ์ที่พอใจ แต่ถ้าการเสวยอารมณ์นั้น ไม่ถูกใจ ไม่ชอบใจ รู้สึกผิดหวัง ผู้เสพอารมณ์ย่อมไม่ประสงค์จะรักษาอารมณ์นั้นไว้ จึงไม่ต้องการให้มีตัวตนรองรับอารมณ์ที่ไม่พอใจนั้น ต้องการถอยหนีให้ห่างออกไปให้พ้นๆ โดยเร็วที่สุด เพราะการไม่ได้เสพอารมณ์ที่พอใจ อึดตายตัวตนจะมีไปเพื่ออะไร ความทะยานอยากในความขาดสูญแห่งอึดตาย้อมมีความสุขมากกว่า นี่คือตัณหาตัวที่ 3 คือ **วิภวตัณหา** เป็นตัณหาในทางปฏิเสธ

ความพอใจของตัณหาจึงมีทั้งพอใจที่จะรับ และพอใจที่จะปฏิเสธ ถ้าพอใจที่จะรับก็ทำการแสวงหาเพื่อเสวยอารมณ์ดังกล่าว เมื่อได้อารมณ์นั้นแล้ว ก็อยากให้อารมณ์ที่พอใจนั้นอยู่นานๆ เป็นนิรันดร์ ไม่ต้องการให้มีอะไรมาพรากไปจากอึดตายตัวตนได้ แต่ในทางตรงกันข้าม ถ้าไม่พอใจที่จะรับก็พยายามแสวงหาสภาวะที่ไม่มีสิ่งที่ไม่ต้องการนั้นด้วยวิธีการต่างๆ นานา อาจถึงขั้นต้องทำลายสิ่งที่เป็นอุปสรรคขวางกั้นไม่ว่าจะเป็นคน สัตว์ หรือสิ่งของ หรือถ้าทำลายไม่ได้ ก็อยากทำให้สภาวะตัวตนหายไป เพื่อตนเองจะได้ไม่ต้องรับกับอารมณ์ที่ไม่พอใจนั้น เช่น การฆ่าตัวตายเป็นวิธีการหนึ่งที่เจ้าของชีวิตกระทำไป เพื่อให้ตัวเองพ้นไปจากสภาวะที่ตัวเองไม่ต้องการ เป็นต้น

ตัณหาทำหน้าที่เป็นแรงจูงใจในการดำเนินชีวิตของปุถุชน ตั้งแต่ตื่นนอนเช้าจนถึงเข้านอนกลางคืน โดยเจ้าตัวอาจไม่รู้ตัวก็ได้ ตัณหาจึงเป็นผู้บงการชีวิตของมนุษย์อย่างแท้จริง คนส่วนใหญ่มีหน้าที่เชื่อฟังคำสั่งของตัณหาอย่างเดียว ไม่สามารถโต้แย้งอะไรได้ ตัณหาเป็นน้ำหล่อเลี้ยงการทำปัจจุบันกรรมของสัตว์ทั้งหลาย และเป็นที่แน่นอนว่า การทำกรรมที่ได้รับการจูงใจจากตัณหาจะมีแต่กรรมฝ่ายชั่วอย่างเดียว ตัณหาจึงเป็นความอยากฝ่ายชั่ว ในชีวิตประจำวันตัณหาทั้งสามตัว คือ กามตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหา ต่างผลัดกันทำหน้าที่สลับกันไปจนแยกประเภทไม่ได้ชัดเจน

หลวงพ่อดีใจเล่าให้ฟังว่า ในระหว่างที่ท่านยังเป็นเจ้าอาวาสที่วัดไผ่สามกอก แปรดริ้ว ครั้งหนึ่งมีผู้มาจากต่างประเทศศานาบุหรืชิการ์มาถวายหลวงพ่อบุหรืชิการ์มวนใหญ่สุมไม่ถนัด ปกติ

หลวงพ่อก็จะสูบบุหรี่ที่ห้องถื่นบ้านโพธิ์มวนเล็ก แต่เมื่อญาติโยมที่มีจิตศรัทธานำมาถวายบอกว่ารสดี มาก หลวงพ่อก็จำเป็นต้องรับ และต้องสูบให้เขาเห็น เพื่อให้เขาเกิดความปีติในทานนั้น (ในปัจจุบันไม่สมควรถวายบุหรี่แก่พระภิกษุโดยเด็ดขาด) แต่เนื่องจากรสชาติของบุหรี่ยี่ห้อไม่คุ้นเคย กับหลวงพ่อก็ไม่ชอบที่จะสูบเลย เมื่อแขกกลับหมดแล้ว ท่านก็เลิกสูบบุหรี่ และไปจุดบุหรี่บ้าน โพธิ์สูบแทน เพราะคุ้นเคยกับรสชาติมากกว่า เราจะสังเกตว่า ในขณะที่หลวงพ่อบูหรี่ฝรั่งในตอนแรกนั้น หลวงพ่อเกิดวิถาวตณหาขึ้น คือ ไม่ชอบไม่พอใจที่จะสูบเลย อยากจะทิ้งชิการ์ เมื่อมี โอกาสก็ทิ้งบุหรี่ยี่ห้อไป คือ หนีจากอดีตที่ตนเองไม่มีสุขเวทนา ในขณะที่กำลังสูบบุหรี่แต่ยังทิ้งไม่ ได้ นั้น กามตณหาที่เกิดขึ้นสลับกันไป คือ อยากได้รสชาติของบุหรี่ยี่ห้อบ้านโพธิ์แทนบุหรี่ยี่ห้อ และเมื่อ ได้สูบบุหรี่ที่ชอบจึงเกิดภวตณหาในภายหลัง

ในชีวิตของคนเราจึงมีตณหา 3 ตัวดังกล่าว มีบทบาทต่อชีวิตเราสลับสับเปลี่ยนกันอยู่ ตลอดเวลา ไม่มีเวลาหยุดแม้แต่สักขณะเดียว เมื่อมีอารมณ์พอใจก็มีโลภะเกิดขึ้น เมื่อไม่พอใจก็มี โทสะเกิดขึ้น เพราะตณหานี้เองที่ทำให้ชีวิตเรามีแต่ความทุกข์ มีความสมหวังบ้าง ไม่สมหวังบ้าง มีความกลัวความหวาดระแวง ความเคียดแค้นชิงชัง ความมัวเมาลุ่มหลงต่างๆ นานา ชีวิตจึงเป็น อย่างนั้นอย่างนี้เหมือนหุ่นที่ลอยไปในทะเล สักแต่ว่ากระแสน้ำจะพัดพาไปในทิศทางใด ชีวิตที่ไม่มี ปัญญาจึงเป็นชีวิตที่เปิดโล่งไม่มีเครื่องป้องกันภัยในระหว่างการเดินทางในสังสารวัฏ แต่ไม่ว่าจะ เป็นตณหาประเภทใด สาระสำคัญของตณหา คือ มีความรู้สึกเป็นตัวตนคนสัตว์เกิดขึ้นทุกครั้ง คือ มีอัตตาเกิดขึ้นในความรู้สึกนั้นว่า นี่คือฉัน ร่างกายของท่าน ครอบครัวของฉัน ฯลฯ จึงย่อมมีการ กระทำเกิดขึ้น อันเป็นสาเหตุทำให้มนุษย์สัตว์ทั้งหลายสร้างภพชาติโดยไม่มีที่สิ้นสุด (รายละเอียด ในเรื่องนี้ ศึกษาเพิ่มเติมในพุทธธรรม หัวข้อ **ปฏิจจนุปบาท** แสดงลูกโซ่แห่งสังสารวัฏ ที่ทำให้ มนุษย์สัตว์ทั้งหลายเกิดแล้วเกิดอีก สรุปได้ว่า เมื่อมีอวิชชาเป็นปัจจัย จึงเกิดสังขาร เพราะสังขาร เป็นปัจจัย จึงเกิดวิญญาณ เพราะวิญญาณเป็นปัจจัย จึงเกิดนามรูป เพราะนามรูปเป็นปัจจัย จึง เกิดสฬายตนะ เพราะสฬายตนะเป็นปัจจัย จึงเกิดผัสสะ เพราะผัสสะเป็นปัจจัย จึงเกิดเวทนา เพราะเวทนาเป็นปัจจัย จึงเกิดตณหา เพราะตณหาเป็นปัจจัย จึงเกิดอุปาทาน เพราะอุปาทานเป็น ปัจจัย จึงเกิดภพ เพราะภพเป็นปัจจัย จึงเกิดชาติ และเพราะชาติเป็นปัจจัย จึงเกิดชรา มรณะ แล้ว ย้อนกลับขึ้นไปใหม่ ไม่มีที่สิ้นสุด)

ผู้ใดหลุดเลียงชีวิตด้วยตณหา ผู้นั้นมีจิตใจเร่าร้อน ไม่มีความสงบในใจ และทั้งยังนำชีวิต ของตนและผู้อยู่ใกล้ชิดไปสู่ความเสื่อมตลอดเวลาอีกด้วย ตณหา คือ **สมุทัย** จึงได้แก่เหตุที่ทำให้ เกิดทุกข์ ขจัดตณหาให้เบาบางลงได้ จึงจะทำให้ทุกข์น้อยลง ผู้ใดมีมักทำอะไรรตามความพอใจของ ตน โดยเข้าใจว่า ตนเป็นเสรีชนนั้น แท้ที่จริงชีวิตของเขาได้ตกอยู่ภายใต้เงื้อมมือกิเลสตณหาแล้ว

โดยสิ้นเชิง เขาคือทาสที่ซื้อด้วยยอรับคำบัญชาของเจ้านายเหนือหัวตลอดไป ทางแห่งการหลุดพ้นจากความเป็นทาสกิเลสตัณหา มีเพียงหนทางเดียว ได้แก่ การฝึกฝนให้มีสติระลึกได้ทันทั่วทั้งวัน ในขณะที่อะไรกำลังเกิดขึ้น เมื่อรู้แล้วให้ใช้ปัญญาตัดออกไปให้พ้น ปัญญาที่รู้ว่า สิ่งที่เกิดขึ้นนั้นไม่ได้เกิดแก่ตัวเราของเรา แต่เกิดกับรูปและนามเท่านั้น (โปรดศึกษาธรรมะต่อเนื่องในบทความเรื่อง วิปัสสนา คือ วิถีชีวิตของผู้มีปัญญา และการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน)

(ตีพิมพ์ครั้งแรกในวารสารชีวิต เล่มที่ 203 ปีที่ 34 ประจำเดือน พฤศจิกายน – ธันวาคม 2534)