



ความหมายของ คำว่า "อารมณ" ในทางพระพุทธศาสนานั้นต่างจากคำว่าอารมณ์ที่เราในชีวิตประจำวัน

ในชีวิตประจำวันเรามักใช้คำว่า "อารมณ" ในความหมายว่าเป็นความรู้สึก เช่น อารมณดี อารมณไมดี อารมณร้าย อารมณเฉยๆ อารมณฟุ้งซ่าน หรือไม่มีอารมณ เป็นต้น

แต่ในทางพระพุทธศาสนานั้น พระอภิธรรมนั้นได้แสดงไว้ว่า "อารมณ" เป็นสิ่งที่ถูกรู้โดยจิต จิตจึงเป็นธรรมชาติที่รู้ "อารมณ"

จึงควรทำความเข้าใจต่อไปว่า จิตรับรู้อารมณอะไรบ้าง ???

"อารมณ" หรือสิ่งที่จิตรู้นั้น มีดังนี้ :

ทางกายได้แก่ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส

และ ทางใจ คือ ธรรมารมณ อันได้แก่ความนึกคิดต่างๆ เป็นต้น

ดังนั้น ทุกสิ่งทุกอย่างที่ตาเห็น (รูป/สีต่างๆ) นั้น ท่านจึงเรียกว่า "อารมณ"

เช่น เมื่อตาเห็น :

โต๊ะ เก้าอี้ ประตูหน้าต่าง บ้าน เด็ก คนชรา คอมพิวเตอร์ อาหาร รถยนต์ เป็นต้น

โต๊ะ เก้าอี้ ประตูหน้าต่าง บ้าน เด็ก คนชรา คอมพิวเตอร์ อาหาร รถยนต์เหล่านั้น เรียกว่า "อารมณ" เพราะเป็นอารมณของจิต คือเป็นสิ่งที่จิตรับรู้

ในทำนองเดียวกัน

รสต่างๆ ก็เป็นอารมณ

กลิ่นต่างๆ ก็เป็นอารมณ

เสียงต่างๆ ก็เป็นอารมณ

สัมผัสต่างๆ ที่ถูกต้องร่างกาย ก็เป็นอารมณ

สัมผัสต่างๆ ที่เกิดขึ้นทางใจ อันได้แก่ความนึกคิด เรื่องราวต่างๆ และพระนิพพาน ก็เป็นอารมณ เช่นกัน ดังเราอาจจะเคยอ่าน หรือได้ยินมาบ้างว่า ผลจิตของพระอรหันต์นั้นมีพระนิพพานเป็นอารมณ

ดังนั้น จะเห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างทั้งที่เรามองเห็น และ มองไม่เห็น เป็นอารมณทั้งสิ้น

อารมณในทางพระพุทธศาสนา จึงมีความหมายที่กว้างขวางมาก และเราจะต้องกระทบกับอารมณทั้ง ๖ (เวทนาพระนิพพาน) อยู่ตลอดเวลา

พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ว่า อารมณทั้ง ๖ เกิดดับ แปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปตลอดเวลา

ไม่มีใครที่จะสามารถกำหนดให้ตนเองเห็นแต่ภาพที่ดี ได้ลิ้มรส ได้ยินเสียง ได้กลิ่น ได้สัมผัสทางกาย ทางใจ ที่ดีดังใจชอบได้ตลอดเวลา

เราไม่สามารถบังคับให้เป็นไปอย่างที่ต้องการได้เพราะอารมณทั้งหลายเกิดดับเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

อารมณ์ ๖ (ยกเว้นพระนิพพาน) จึงเป็นทุกข์ และ
อุปาทาน คือการยึดมั่นถือมั่นในอารมณ์ทั้ง ๖ นั้น เป็นเหตุให้เกิดทุกข์

แต่ถ้าจะพิจารณาให้ละเอียดลงไปแล้ว อารมณ์ทั้ง ๖ ก็ทำหน้าที่ของเขายู่ง่ายๆ นั้น คือเกิดขึ้น และดับไปเป็นธรรมชาติตามเหตุปัจจัย เมื่อเหตุดับ ปัจจัยก็ดับ แต่จิตเรานั้นแหละที่รับอารมณ์แล้วไปปรุงแต่งว่าดีหรือไม่ดี ชอบหรือไม่ชอบ คือไป "ให้ค่า" กับอารมณ์ต่างๆ ที่อารมณ์นั้นๆ ดับไปแล้ว หรือยังไม่ถึง (คือนึกคิดปรุงแต่งไปถึงเรื่องในอนาคต)

พระพุทธองค์จึงทรงสอนให้ปล่อยวางในอารมณ์ต่างๆ คือ ปล่อยวาง อารมณ์ทั้ง ๖ ดังที่กล่าวมาแล้ว ได้แก่ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส คิดนึก

ปล่อยวาง.....คือไม่ยึดมั่น ถือมั่น นั่นเอง

สำหรับผู้ที่เจริญวิปัสสนาด้วยการดูจิตนั้น จิตที่ปล่อยวางคือจิตรับรู้อารมณ์ที่เป็นปัจจุบัน คือเพียงรู้.....รู้รู้ ทำทันอารมณ์ แต่ไม่ปรุงแต่ง และจิตก็ไม่ห่วงอารมณ์ที่ผ่านไปแล้วในอดีต หรือคิดถึงเรื่องในอนาคตที่ยังมาไม่ถึง จิตจึงเป็นปัจจุบัน

เคยอ่านผ่านตาที่ผู้ปฏิบัติท่านหนึ่งอธิบายความเป็นกลางของจิตว่า "รับรู้โดยไม่มีอารมณ์ " เข้าใจว่าท่านน่าจะหมายถึง "รับรู้โดยไม่ได้ปรุงแต่ง" หรือ "รับรู้อารมณ์อย่างปล่อยวาง" มากกว่า เพราะการรับรู้โดยไม่มีอารมณ์ โดยสภาวะของการปฏิบัติแล้ว ยังนึกไม่ออกว่าเป็นเช่นไร

เพราะแม้แต่ผลจิตของพระอรหันต์ ก็ยังต้องมีนิพพานเป็นอารมณ์

จิตนี้ ผ่องใสโดยธรรมชาติ แต่เศร้าหมองเพราะกิเลสที่จรมา จิตจะผ่องใสเบิกบาน ด้วยการเจริญวิปัสสนากาวนา จนเกิดวิปัสสนาปัญญา เห็นว่าอารมณ์ก็เป็นธรรมชาติอย่างหนึ่ง จิตที่เข้าไปรู้อารมณ์ก็เป็นอีกสภาพหนึ่งที่ต่างกัน มีความเข้าใจทั้งอารมณ์ และจิตที่รับอารมณ์ทั้งหลาย ก็แปรปรวนเปลี่ยนแปลง เกิด ดับ บังคับไม่ได้ตามธรรมชาติกิเลสตัณหาที่จะค่อยๆ ถูกขัดเกลาให้เบาบางลงตามกำลัง จนถึงที่สุดของการปฏิบัติคือ ตัดกิเลสให้หมดสิ้นไปเป็นสมุณฑิลาภ ประทับที่ประภัสสรผ่องใส เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน จึงปรากฏ

วิริงรอง ทัพพะรังสี

๓ เมษายน ๒๕๕๓

"อารมณ์" ในทางพระพุทธศาสนา

เขียนโดย Analaya

อ่านคอมเมนต์เพิ่มเติม <https://www.facebook.com/notes/วิรัชรอง-ทัฬหะรังสี/อารมณ์-ในทางพระพุทธศาสนา/10150164298120228>