

การศึกษามรรคมืองค์ ๘ เพื่อการบรรลุธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท^๑

พระสมุห์พรเลิศ วิสุทธสีโล

พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (สาขาวิชาพระพุทธศาสนา)

ศูนย์บัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครราชสีมา

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นการวิจัยเอกสาร มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษามรรคมืองค์ ๘ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท วิธีการปฏิบัติตามมรรคมืองค์ ๘ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท และมรรคมืองค์ ๘ เพื่อการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท มีดังนี้

มรรคมืองค์ ๘ จึงเป็นหลักธรรมที่แสดงถึงทัศนะและปัญญา โดยให้เดินทางสายกลาง อันนำไปสู่ความสงบและความหลุดพ้น มีอยู่ ๘ ประเภท คือ (๑) สัมมาทิฏฐิ คือความเข้าใจถูกต้อง (๒) สัมมาสังกัปปะ คือความไม่เผลอถูกต้อง (๓) สัมมาวาจา คือการพูดจาถูกต้อง (๔) สัมมากรรมันตะ คือการกระทำถูกต้อง (๕) สัมมาอาชีวะ คือการดำรงชีพถูกต้อง (๖) สัมมาวายามะ คือความพากเพียรถูกต้อง (๗) สัมมาสติ คือการระลึกประจำใจถูกต้อง และ (๘) สัมมาสมาธิ คือการตั้งใจมั่นถูกต้อง เป็นหลักธรรมอันเป็นข้อปฏิบัติทางจิตจึงละเอียดอ่อนลึกซึ้งมากกว่าหลักธรรมอันเป็นข้อปฏิบัติทางกาย ถ้ามองมรรค ๘ ตามนัยพระพุทธศาสนา คือสิกขา ๓ ได้แก่ ศีล สมาธิ และปัญญาผู้เจริญตามมรรคมืองค์ ๘ บริบูรณ์แล้วย่อมได้จึงเป็นเหตุให้เกิดวิชา คือ ความรู้ ความรู้ที่เข้าถึงตามความเป็นจริง มีลักษณะสามารถตัดอวิชชาให้ขาดสิ้น วิชาเปรียบเหมือนแสงสว่าง เพราะเป็นแสง สว่างที่ส่องทางดำเนิน เพื่อความหลุดพ้นทุกข์ทั้งในปัจจุบัน และอนาคตได้ ซึ่งก็มีศัพท์ที่เป็นชื่อใช้แทนกันได้ เช่น ญาณ ปัญญา วิปัสสนา และ สัมมาทิฏฐิ เป็นต้น

วิธีการปฏิบัติตามมรรคมืองค์ ๘ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทโดยสรุปแบ่งออกเป็น ๘ ประเด็น คือ (๑) การปฏิบัติตามหลักสัมมาทิฏฐิ คือ ใช้ปัญญาพิจารณา เช่น เห็นว่าเรามีความเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นเรื่องความจริงของทุกสิ่งที่มีชีวิต ทำดียอมได้ และทำชั่วต้องได้รับชั่ว เป็นต้น (๒) การปฏิบัติตามหลักสัมมาสังกัปปะคือ ความดำรงชอบ เช่น ความดำริในการออกจากกาม เป็นต้น (๓) การปฏิบัติตามหลักสัมมาวาจา คือ เจตนางดเว้นจากการพูดเท็จ เจตนางดเว้นจากวาจาส่อเสียด เป็นต้น (๔) การปฏิบัติตามหลักสัมมากรรมันตะ คือ การกระทำชอบหรือการงานชอบ คืองดเว้นจากการฆ่า หรือ การเบียดเบียน เป็นต้น (๕) การปฏิบัติตามหลักสัมมาอาชีวะ คือ การประกอบอาชีพที่สุจริต การทำมาหาเลี้ยงชีพในทางสุจริตไม่หลอกลวงหรือโกงคนอื่น (๖) การปฏิบัติตามหลักสัมมาวายามะ คือ เพียรชอบหรือพยายามชอบ เช่น เพียรพยายามป้องกันไม่ให้บาปเกิดขึ้นภายในจิต เพียรเพื่อจะละหรือกำจัดอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้หมดไป เพียรเพื่อจะเจริญกุศลธรรมให้เกิดขึ้น และ เพียรรักษากุศลที่สร้างให้บังเกิด

^๑ บทความวิชาการพุทธศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ปีการศึกษา ๒๕๕๖.

ขึ้นแล้วไม่ให้เสื่อม (๗) การปฏิบัติตามหลักสัมมาสติ คือ ให้ใช้สติเป็นเครื่องพิจารณา ๔ ฐาน คือ กาย เวทนา จิต และธรรม เพื่อกำจัดอกิขมาและโทมนัสออกจากจิต (๘) การปฏิบัติตามหลักสัมมาสมาธิ คือ ให้ปฏิบัติตามหลักกัมมัฏฐาน ๔๐ กลอง ให้เลือกกลองใดกลองหนึ่งก็ได้ ให้กำหนดแนวน้อยอยู่กับสิ่งเดียว ที่เรียกว่า จิตมีอารมณ์เดียว ไม่ฟุ้งซ่านซัดส่ายไปหาสิ่งอื่นหรืออารมณ์อื่นวิธีการที่จะทำให้มีอารมณ์เดียวก็ โดยการหาวัตถุอะไรสักอย่างหนึ่งหรือหาอารมณ์อะไรสักอย่างหนึ่งมาให้จิตฝึกในการที่จะกำหนดแนวนั้น เรียกว่า วิธีการฝึกสมาธิ

การบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนามี ๔ ประเภท คือ (๑) สรุปลความว่าโสดาบันบุคคล คือ เป็น อริยบุคคลประเภทแรกที่ได้สัมผัสกระแสพระนิพพาน พระโสดาบันสามารถละสังโยชน์ได้ ๓ คือ ๑) สักกายทิฏฐิ ความเห็นผิดว่ามีตัวตน ๒) วิจิกิจฉา ความสงสัยในพระพุทธเจ้า ๓) สีลัพพตปรามาส ความยึดมั่นในศีลพรต (๒) สกทาคามีบุคคล คือ ผู้ละกิเลสได้เหมือนพระโสดาบันคือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส แต่ทำราคะ โทสะ โมหะ เหลือเบาบางยิ่งขึ้น (๓) อนาคามีบุคคลกำจัดสังโยชน์ เบื้องต่ำได้ ๕ ประการ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส และละกิเลสได้เพิ่มขึ้นอีก ๒ อย่าง คือ กามราคะ และภวัชชะ (๔) พระอรหันต์ละสังโยชน์ทั้ง ๑๐ อย่าง ทั้งที่เป็นสังโยชน์เบื้องสูง และสังโยชน์ที่เป็นกิเลสอย่างละเอียด ทรงละได้หมดทุกประการ การปฏิบัติตามหลักหลักอริยสัจ ๔ หลักไตรสิกขา และ ทางสายกลางเพื่อทำลายสิ่งมาขัดขวางการปฏิบัติตามหลักมรรคมีองค์ ๘ เช่น นิเวศน์ และ สังโยชน์ให้สิ้น ไปจากจิต ดังนั้นผู้ปฏิบัติตามหลักมรรคมีองค์ ๘ เพื่อบรรลุธรรม เป็นการทำความดีให้เกิดสุข เป็นข้อปฏิบัติ ให้ถึงความดับทุกข์การนำหลักมรรคมีองค์ ๘ ไปประยุกต์ใช้กับการดำเนินชีวิต เป็นหลักธรรมเพื่อนำไป บริหารประเทศ บุคคลในสังคมก็จะเจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไป เพื่อให้สังคมเห็นว่า หลักธรรมทางพระพุทธศาสนามี ความสำคัญ ช่วยสร้างสันติภาพให้เกิดขึ้น เป็นหลักคำสอนไม่ให้ใช้ความรุนแรง เพื่อให้เกิดความสงบสุขกับ ตนเอง ครอบครัว และในสังคม

Abstract

This thesis is a documentary research aiming to study the noble eightfold path for enlightenment in Theravada Buddhism, to follow the noble eightfold path for enlightenment in Buddhism, and to achieve the enlightenment in Theravada Buddhism. The results were as follows:

The noble eightfold path with Dhamma principle reflecting visions, wisdom, and a middle way resulting in peace and Nibbana consists of eight valuable factors: (1) right view, (2) right thought, (3) right speech, (4) right action, (5) right livelihood, (6) right effort, (7) right mindfulness, and (8) right concentration. The noble eightfold path according to Buddhism refers to three studies: precepts, meditation, and wisdom. Those who follow the noble eightfold path completely lead to the knowledge of truth resulting in getting rid of ignorance. Wisdom (knowledge) is considered as the light shining

a waling path for release both at the present time and in the future. The word “wisdom” can be also replaced by the word “ perception, intelligence, mindfulness meditation, and right vision.

Following the noble eightfold path in Theravada Buddhism can be briefly summarized in eight factors. The first factor is following a rule of Sammadithi (right view) by applying the wisdom for thinking that we are in the process of birth, age, sickness, and death, do good get good, and do bad get bad. The second factor is following a rule of Sammasankappa (right thought) such as the right thought to leave the Kamma (sexual desire). The third factor is Sammavaca (right speech) showing a willing to be free from lie and instigation. The fourth factor is Sammakammanta (right action) which refers to abstaining from killing and encroachment. The fifth factor is Samma-ajiva (right livelihood) which refers to an honest occupation freeing from delusion and cheat. The sixth factor is Samm-vayama (right effort) which refers to trying to prevent the sin to happen in our mind, trying to get rid of sin in our mind, trying to increase virtue Dhamma, and trying to keep the happened virtue. The seventh factor is Sammasati (right mindfulness) which refers to a consideration of body, suffering, soul and Dhamma for getting rid of greed, and depression. The eight factor is Sammasamadhi(right concentration) refers to following 40 types of Kummathan by focusing only on one thing. In order to focus only one thing or one feeling, one material or one feeling should be applied.

There are four types of enlightenment in Buddhism: Sotapanna (stream-Enterer), Sakadagami (once- returner), Anagami (non-returner) and Arahanta (the worthy one). Sotapanna (stream-Enterer) is the first holy person who can touch the stream of Nibbana and get rid of three bondages :(1) Sakkyadithi, false view of individuality, (2) Vicikiccha, uncertainty in Buddha, and (3) Silabbataparamasa, adherence to rules and rituals. Sakadagami (once- returner) is a person who can get rid of three bondages like Sotapanna, and decrease the desire, anger, and ignorance.

Anagami (non-returner) can get rid of five lower bondages such as Sakkyadithi, Vicikiccha, Silabbataparamasa, sexual desire, and Patigha (repulsion).

Arahanta (the worthy one) can get rid of ten bondages no matter they are high or delicate bondages such as Nivarana (hindrance) and bondages. Thus, those who want to have a happy life should apply the noble eightfold path to their daily life. It is also a principle for country administration leading to the development of people in the society.

It can be concluded that Buddhism Dhamma principles are very vital for creating peace because they do not focus on violence. In contrast, they focus on peace to the doers, in the family, and the society as a whole.

๑. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การศึกษาหลักธรรมในพระคัมภีร์เป็นสิ่งสำคัญและเป็นหน้าที่ของพุทธศาสนิกชนทุกคนที่มุ่งหวังความเจริญในชีวิต มนุษย์ส่วนใหญ่มักมีจิตที่ไม่มั่นคงขาดแนวทางในการดำเนินชีวิต ดังนั้นการเดินตามรอยสาวกของตถาคต หนึ่ง ย่อมเป็นสุข (คำว่าสาวกคือ ภิกษุ ผู้มีศีลวัตร และเข้าใจคำสอนของตถาคต) การเดินตามรอยมรรค ๘ เป็นกรอบในการดำเนินชีวิตหนึ่งย่อมสำเร็จไม่ช้าก็เร็ว ส่วนใหญ่พุทธศาสนิกชน มักถูกล่อลวงจากลัทธิต่างๆ มากมายทำให้เสื่อมคลายจากคำสอนของพระบรมศาสดา จนลืมนั่น ลืมศีล ลืมอะไรอีกมากมาย คำสอนที่ควรจดจำ คือ ศีล สมาธิ ปัญญา

การปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ และปัญญา (มรรคมืองค์ ๘) อันเป็นวิมุตติ มรรค (ทางแห่งความหลุดพ้น)^๒ คือการค้นพบทางสายกลางนี้ด้วยประสบการณ์ของพระองค์เอง ซึ่งเป็นทางที่ให้ทัศนะและปัญญาอันนำไปสู่ความสงบ ญาณ การตรัสรู้ และนิรวาณะ (พระนิพพาน) ทางสายกลางนี้โดยทั่วไป หมายถึง ทางมืองค์แปดประการอันประเสริฐ (อริยอฏฐกิกมคค) เพราะประกอบด้วยองค์หรือส่วนประกอบ ๘ ประการ คือ สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ และ สัมมาสมาธิ คงจะช่วยให้ได้เข้าใจองค์ ๘ ประการของทางสายกลางได้ดี และได้ใจความต่อเนื่องยิ่งขึ้น หากเราจัดแบ่งกลุ่มอริยมรรคองค์ ๘ ประการตามหัวข้อ ๓ คือ ความประพฤติทางจริยศาสตร์ (ศีล) ถูกสร้างขึ้นมากจากความคิดอันกว้างไกล ที่ต้องการให้มีความเมตตา และกรุณาโดยไม่เลือกที่รักมักที่ชังต่อสรรพสัตว์ทั้งปวง โดยตั้งอยู่บนพื้นฐานคำสอนของพระพุทธเจ้า เป็นที่น่าเสียดายว่ามีนักปราชญ์หลายท่านลืมนุ้ดมการณอันยิ่งใหญ่ในคำสอนของพระพุทธองค์นี้ไป และพากันไปหมกมุ่นอยู่แต่ในเรื่องนอกประเด็นทางด้านปรัชญา และอภิปรัชญาที่น่าเบื่อหน่ายเมื่อพูด และเขียนเกี่ยวกับพุทธศาสนา พระพุทธองค์ทรงประทานคำสอนของพระองค์ไว้ก็เพื่อประโยชน์แก่ชนหมู่มาก เพื่อความสุขแก่ชนหมู่มากเพื่ออนุเคราะห์แก่ชาวโลกและที่สำคัญพระพุทธศาสนาเป็นศาสนาหนึ่งในโลกที่แนะนำให้มนุษย์ปฏิบัติให้เกิดความหลุดพ้นจากสังสารวัฏได้อย่างแท้จริง ด้วยหลักธรรมที่ได้ตรัสรู้ ล้วนแต่เป็นหลักธรรมที่เป็นไปเพื่อความหลุดพ้นจากกิเลสทั้งสิ้นและมุ่งเข้าสู่แห่งความเป็นนิพพาน ผู้ปฏิบัติธรรม จำเป็นต้องเรียนรู้ถึงหลักธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทและวิธีการปฏิบัติโดยวิธีใดบ้างนั้นเป็นสิ่งที่จะต้องเรียนรู้ให้เกิดความเข้าใจ เพื่อจะได้พบกับความสุขอย่างแท้จริง

การศึกษาหลักธรรมมรรคมืองค์ ๘ เพื่อการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทมี ๔ ประเภท คือ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และ พระอรหันต์ การปฏิบัติตามศีลสมาธิและ

^๒ พระเทพโสภณ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) และคณะ, วิมุตติมรรค, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า ๘.

ปัญญา (มรรคมืองค์ ๘) ที่เกี่ยวข้องกับการบรรลุธรรมตามหลักพระพุทธศาสนาเถรวาท การปฏิบัติก็เพื่อขัดเกลาจิตใจให้บริสุทธิ์ สมาธิบริสุทธิ์ และปัญญาบริสุทธิ์ ให้สมบูรณ์แล้ว ก็เพื่อทำลายสังโยชน์ ๑๐ สิ่งที่ผูกจิตใจไว้ ให้ติดอยู่ในกิเลสในความทุกข์ในวัฏฏะให้สิ้นไป อริยบุคคลหรือผู้ที่ได้บรรลุธรรมผู้ทำลายสังโยชน์ตามระดับของผู้บรรลุธรรม และการชำระล้างมลทิน มีความเป็นผู้มีกนน้อย สันโดษ ขัดเกลากิเลส สงัด ไม่สั่งสมกองกิเลส การปรารถนาความเพียรและความเป็นผู้เลี้ยงง่าย เป็นต้น อันโยคีบุคคลผู้มีการยथाทั้งปวงบริสุทธิ์แล้วด้วยคุณคือ ศีล ซึ่งได้แก่ความเป็นผู้ยินดีในสมณะภวานาและวิปัสสนาภวานา^๓ เพื่อเข้าสู่การบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท

ดังนั้นมรรคมืองค์ ๘ จึงเป็นหลักธรรมที่สะท้อนถึงทัศนคติและปัญญาอันนำไปสู่ความสงบและความหลุดพ้น โดยให้เดินทางสายกลางนี้ เพราะมรรคมืองค์แปดประการเป็นธรรมอันประเสริฐ ผู้วิจัยจึงเกิดความสนใจที่จะวิจัยเรื่องมรรคมืองค์ ๘ ที่ปรากฏอยู่ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทว่ามีวิธีการปฏิบัติตามมรรคมืองค์ ๘ ไต่บ้างและ มรรคมืองค์ ๘ ทำให้เกิดการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทได้อย่างไร จึงเป็นเรื่องที่ควรศึกษาอย่างยิ่งเพื่อความหลุดพ้นในสังสารวัฏสืบไป

๒. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑. เพื่อศึกษามรรคมืองค์ ๘ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
๒. เพื่อศึกษาวิธีการปฏิบัติตามมรรคมืองค์ ๘ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
๓. เพื่อศึกษามรรคมืองค์ ๘ เพื่อการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท

๓. วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นงานวิจัยเอกสาร(Documentary Research)โดยมีวิธีการดำเนินการวิจัยต่อไปนี้

๑. ศึกษาค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Sources) คือพระไตรปิฎกที่เป็นภาษาไทย ฉบับของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ.๒๕๓๙
๒. ศึกษาค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลจากชั้นทุติยภูมิ (Secondary Sources) มีอรรถกถาฎีกา ตลอดจนทั้งเอกสารวิชาการ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
๓. วิเคราะห์และอภิปรายผลข้อมูลที่รวบรวมจากปฐมภูมิ และทุติยภูมิ
๔. สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ
๕. เสนอผลการวิจัยโดยวิธีพรรณนาวิเคราะห์ (Descriptive Analysis)

^๓ ฉันทนา อุตสาหลักษณ์, **พุทธปัญญา คู่มือการสร้างปัญญา**, (กรุงเทพมหานคร : กองทุนพิทักษ์ธรรม, ๒๕๔๙), หน้า ๘๘ - ๘๙.

๔. สรุป

ศึกษามรรคมืองค์ ๘ เพื่อการบรรลุธรรมในพุทธศาสนาเถรวาทโดยทำการศึกษาตาม วัตถุประสงค์การวิจัยใน ๓ ประการ ได้แก่ (๑) มรรคมืองค์ ๘ ในคัมภีร์พระพุทธรศาสนาเถรวาท (๒) วิธีการปฏิบัติตามมรรคมืองค์ ๘ ในคัมภีร์พระพุทธรศาสนาเถรวาท และ (๓) มรรคมืองค์ ๘ เพื่อการบรรลุธรรมในคัมภีร์พระพุทธรศาสนาเถรวาท ดังนี้

มรรคมืองค์ ๘ ในคัมภีร์พระพุทธรศาสนาเถรวาท

จากการศึกษาหลักมรรคมืองค์ ๘ ในคัมภีร์พระพุทธรศาสนาเถรวาท สรุปได้ดังนี้

มรรคมืองค์ ๘ จึงเป็นหลักธรรมที่สะท้อนถึงทัศนะและปัญญา โดยให้เดินทางสายกลาง เพราะมรรคมืองค์ ๘ ประการเป็นธรรมอันประเสริฐ อันนำไปสู่ความสงบและความหลุดพ้น มีอยู่ ๘ ประเภท คือ (๑) สัมมาทิฐิ คือความเข้าใจถูกต้อง (๒) สัมมาสังกัปปะ คือความไม่ใฝ่ใจถูกต้อง (๓) สัมมาวาจา คือการพูดจาถูกต้อง (๔) สัมมากรรมันตะ คือการกระทำถูกต้อง (๕) สัมมาอาชีวะ คือการดำรงชีพถูกต้อง (๖) สัมมาวายามะ คือความพากเพียรถูกต้อง (๗) สัมมาสติ คือการระลึกประจําใจถูกต้อง และ (๘) สัมมาสมาธิ คือการตั้งใจมั่นถูกต้อง เป็นหลักธรรมอันเป็นข้อปฏิบัติทางจิตจึงละเอียดอ่อนลึกซึ้งมากกว่าหลักธรรมอันเป็นข้อปฏิบัติทางกายถ้ามมรรค ๘ ตามนัยพระพุทธรศาสนา คือสิกขา ๓ ได้แก่ ศีล สมาธิ และปัญญาผู้เจริญตามมรรคมืองค์ ๘ บริบูรณ์แล้วย่อมได้จึงเป็นเหตุให้เกิดวิชชา คือ ความรู้ ความรู้ทั่วถึงตามความเป็นจริง หรือตรงตามความเป็นจริง เป็นธรรมฝ่ายกุศล มีลักษณะสามารถตัด อวิชชาให้ขาดสิ้น วิชชาเปรียบเหมือนแสงสว่าง เพราะเป็นแสง สว่างที่ส่องทางดำเนิน เพื่อความหลุดพ้น ทุกข์ทั้งในปัจจุบัน และอนาคตได้ สามารถกำจัดกิเลสได้ตามลำดับขั้น ซึ่งก็มีศัพท์ที่เป็นชื่อใช้แทนกันได้ เช่น ญาณ ปัญญา วิปัสสนา และสัมมาทิฐิ เป็นต้น เป็นผลที่ได้มาจากการเจริญเจริญมรรคมืองค์ ๘

วิธีการปฏิบัติตามมรรคมืองค์ ๘ ในคัมภีร์พระพุทธรศาสนาเถรวาท

จากการศึกษาวิธีการปฏิบัติตามมรรคมืองค์ ๘ ในคัมภีร์พระพุทธรศาสนาเถรวาท สรุปได้ ดังนี้

วิธีการปฏิบัติตามมรรคมืองค์ ๘ ในคัมภีร์พระพุทธรศาสนาเถรวาทโดยสรุปแบ่งออกเป็น ๘ ประเด็น คือ (๑) การปฏิบัติตามหลักสัมมาทิฐิ คือ ใช้ปัญญาพิจารณา เช่น เห็นว่าเรามีความเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นเรื่องความจริงของทุกสิ่งที่มีชีวิต ทำดีย่อมได้ และทำชั่วต้องได้รับชั่ว เป็นต้น (๒) การปฏิบัติตามหลักสัมมาสังกัปปะคือ ความดำรงชอบ เช่น ความดำริในการออกจากกาม เป็นต้น (๓) การปฏิบัติตามหลักสัมมาวาจา คือ เจตนางดเว้นจากการพูดเท็จ เจตนางดเว้นจากวาจาส่อเสียด เป็นต้น (๔) การปฏิบัติตามหลักสัมมากรรมันตะ คือ การกระทำชอบหรือการงานชอบ คืองดเว้นจากการฆ่า หรือ การเบียดเบียน เป็นต้น (๕) การปฏิบัติตามหลักสัมมาอาชีวะ คือ การประกอบอาชีพที่สุจริต การทำมาหาเลี้ยงชีพในทางสุจริตไม่หลอกลวงหรือโกงคนอื่น (๖) การปฏิบัติตามหลักสัมมาวายามะ คือ เพียรชอบหรือพยายามชอบ เช่น เพียรพยายามป้องกันไม่ให้บาปเกิดขึ้นภายในจิต เพียรเพื่อจะละหรือกำจัดอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้หมดไป เพียรเพื่อจะเจริญกุศลธรรมให้เกิดขึ้น และ เพียรรักษากุศลที่สร้างให้บังเกิดขึ้นแล้วไม่ให้เสื่อม (๗)

การปฏิบัติตามหลักสัมมาสติ คือ ให้ใช้สติเป็นเครื่องพิจารณา ๔ ฐาน คือ กาย เวทนา จิต และธรรม เพื่อกำจัดอภิชฌาและโทมนัสออกจากจิต (๘) การปฏิบัติตามหลักสัมมาสมาธิ คือ ให้ปฏิบัติตามหลักกัมมัฏฐาน ๔๐ กลอง ให้เลือกกลองใดกลองหนึ่งก็ได้ ให้กำหนดแน่วแน่อยู่กับสิ่งเดียวที่เรียกว่า จิตมีอารมณ์เดียว ไม่ฟุ้งซ่านซัดสายไปหาสิ่งอื่นหรืออารมณ์อื่นวิธีการที่จะทำให้มีอารมณ์เดียวก็โดยการหาวัตถุอะไรสักอย่างหนึ่งหรือหาอารมณ์อะไรสักอย่างหนึ่งมาให้จิตฝึกในการที่จะกำหนดแน่วแน่เรียกว่า วิธีการฝึกสมาธิ

มรรคมืองค์ ๘ เพื่อการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท

จากการศึกษามรรคมืองค์ ๘ เพื่อการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทสรุปได้ดังนี้

การบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนามี ๔ ประเภท คือ (๑) สรุปลงความว่าโสดาบันบุคคล คือ เป็นอริยบุคคลประเภทที่ได้สัมผัสกระแสพระนิพพาน พระโสดาบันสามารถละสังโยชน์ได้ ๓ คือ ๑) สักกายทิฏฐิ ความเห็นผิดว่ามีตัวตน ๒) วิจิกิจฉา ความสงสัยในพระพุทธเจ้า ๓) สีลัพพตปรามาส ความยึดมั่นในศีลพรต (๒) สกทาคามีบุคคล คือ ผู้ละกิเลสได้เหมือนพระโสดาบันคือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส แต่ทำราคะ โทสะ โมหะ เหลือเบาบางยิ่งขึ้น (๓) อนาคามีบุคคลกำจัดสังโยชน์เบื้องต้นได้ ๕ ประการ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส และละกิเลสได้เพิ่มขึ้นอีก ๒ อย่าง คือ กามราคะ และปฏิฆะ (๔) พระอรหันต์ละสังโยชน์ทั้ง ๑๐ อย่าง ทั้งที่เป็นสังโยชน์เบื้องสูง และสังโยชน์ที่เป็นกิเลสอย่างละเอียด ทรงละได้หมดทุกประการ การปฏิบัติตามหลักอริยสัจ ๔ หลักไตรสิกขา และทางสายกลาง เพื่อทำลายสิ่งมาขัดขวางการปฏิบัติตามหลักมรรคมืองค์ ๘ เช่น นิวรณ์ และ สังโยชน์ให้สิ้นไปจากจิต ดังนั้นผู้ปฏิบัติตามหลักมรรคมืองค์ ๘ เพื่อบรรลุธรรม เป็นการทำให้เกิดสุข เป็นข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ การนำหลักมรรคมืองค์ ๘ ไปประยุกต์ใช้กับการดำเนินชีวิต เป็นหลักธรรมเพื่อนำไปบริหารประเทศ บุคคลในสังคมก็จะเจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไป เพื่อให้สังคมเห็นว่า หลักธรรมทางพระพุทธศาสนามีความสำคัญ ช่วยสร้างสันติภาพให้เกิดขึ้น เป็นหลักคำสอนไม่ให้เกิดความรุนแรง เพื่อให้เกิดความสงบสุขกับตนเอง ครอบครัว และในสังคม

๕. ข้อเสนอแนะ

๑) ผู้ศึกษาควรรู้ความหลักมรรคมืองค์ ๘ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ซึ่งมีความหมายลักษณะ เป็นอย่างไรบ้าง

๒) ผู้ศึกษาควรรู้วิธีการนำหลักมรรคมืองค์ ๘ ไปปฏิบัติตามให้ถูกต้อง เช่น สัมมาทิฏฐิ คือ ปัญญาเห็นชอบ หมายถึง การปฏิบัติอย่างเหมาะสมตามความเป็นจริงด้วยปัญญาสัมมาสังกัปปะ คือ ดำริชอบ หมายถึง การใช้สมองความคิดพิจารณาแต่ในทางกุศลหรือความดีงามสัมมาวาจา คือ เจรจาชอบ หมายถึง การพูดต้องสุภาพ พูดในสิ่งที่สร้างสรรค์ดีงามสัมมากัมมันตะ คือ การประพฤติดีงาม ทางกายหรือกิจกรรมทางกายทั้งปวงสัมมาอาชีวะ คือ การทำมาหากินอย่างสุจริตชน ไม่คดโกง เอาเปรียบผู้อื่น สัมมาวายามะ คือ ความอุตสาหะพยายาม ประกอบความเพียรในการกุศลกรรมสัมมาสติ คือ การไม่ปล่อย

ให้เกิดความพลั้งเผลอ จิตเลื่อนลอย ดำรงอยู่ด้วยความรู้ตัวอยู่เป็นปกติสัมมาสมาธิ คือ การฝึกจิตให้ตั้งมั่น สงบ สงัด จากกิเลส นีวรณ้อยู่เป็นปกติ

๓) ผู้ศึกษาควรเข้าใจมรรคมืองค์ ๘ เพื่อเป็นหลักปฏิบัติในการบรรลุธรรมของ พระพุทธศาสนาการปฏิบัติตามหลักหลักอริยสัจ ๔ หลักไตรสิกขา และทางสายกลาง ช่วยสร้าง สันติภาพให้เกิดขึ้น เป็นหลักคำสอนไม่ให้ใช้ความรุนแรง เพื่อให้เกิดความสงบสุขกับตนเอง ครอบครัว และในสังคม

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย :

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย**. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๓๙.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) หนังสือ :

ฉันทนา อุตสาหลักษณ์. **พุทธปัญญา คู่มือการสร้างปัญญา**. กรุงเทพมหานคร : กองทุนพิทักษ์ธรรม,
๒๕๔๙.

พระเทพโสภณ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) และคณะ. **วิมุตติมรรค**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลง
กรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.

_____. **วิมุตติมรรค**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.