

อริยมรรคในฐานะเครื่องมือสร้างความสำเร็จในชีวิต*

The Eightfold Path as a Tool to Create Success in Life

พระธนายพงศ์ อาสนธิ¹

Phra Dhanayupong Asondhi¹

คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Faculty of Buddhism, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Corresponding Author, E-mail: offoason@gmail.com¹

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1. ศึกษาอริยมรรคในพระพุทธศาสนา 2. วิเคราะห์อริยมรรคในฐานะเครื่องมือสร้างความสำเร็จในชีวิต นำเสนอในรูปแบบเชิงพรรณนา ผลการศึกษาพบว่า หลักธรรมในพระพุทธศาสนาเป็นปรัชญาแห่งเหตุและผล ทุกอย่างเกิดเพราะมีเหตุมีปัจจัย สร้างเหตุดี ผลย่อมดีด้วย การมุ่งผลดี ต้องมีหลักการที่ดี คือ อริยมรรค ในฐานะเครื่องมือสร้างความสำเร็จในชีวิต ทั้งในระดับโลกียะ และระดับโลกุตระ ได้แก่ การมีสัมมาทิฐิเป็นตัวนำที่ทำให้เข้าใจองค์แห่งอริยสัจ 4 คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค กิจสำคัญในอริยมรรคก็คือการปฏิบัติในสติปัฏฐาน 4 คือ กาย เวทนา จิต และธรรม ด้วยการใชสติพิจารณา มีการปฏิบัติธรรมที่เป็นรูปแบบอย่างเป็นทางการ และการปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน หรืออย่างไม่เป็นทางการ มีสติรู้เท่าทันปัจจุบัน ตามที่เป็นจริง

คำสำคัญ : อริยมรรค; ความสำเร็จในชีวิต

Abstract

This academic article has the objectives of 1. Studying the Noble Eightfold Path in Buddhism 2. Analyzing the Noble Eightfold Path as a tool to create success in life presented in a descriptive form. The study found that: The doctrine of Buddhism is a philosophy of cause and effect. Everything happens because of a cause, there is a factor, creating a good cause, and the result will be good with a focus on good results. There must be good principles. The Noble Eightfold Path as a tool to create success in life both in the world and in lokiya and These include having right view as a guide that leads the mind to the 4 Noble Truths, namely dukkha, samudaya, nirodha, and the path. The most important task in the

* Received May 1, 2022; Revised June 16, 2022; Accepted June 20, 2022

Noble Eightfold Path is the practice of the four foundations of mindfulness: body, feeling, mind and dharma. with mindful consideration. There is a formal form of dharma practice. and practice in daily life or informally Consciously aware of the present as it really be.

Keywords (18 pt.): The Noble Eightfold Path; successful in life

บทนำ

หลักธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนาเป็นปรัชญาแห่งเหตุและผล เข้าใจหลักความจริงที่มีอยู่ โดยธรรมดา คือการที่สิ่งทั้งหลายอาศัยกันจึงเกิดขึ้น เพราะอาศัยปัจจัยสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกันมา เป็นปัจจัย การ (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2564 : 74) หมายถึงสิ่งที่อาศัยกันและกันเกิดขึ้น คือ สิ่งนี้ เกิดขึ้น ก็มีสิ่งนี้ตามมา หรือเมื่อสิ่งนี้ดับไปสิ่งนี้ก็ดับไป (พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช), 2551) เป็น กระบวนการของธรรมชาติที่มีอยู่อย่างนั้น คือ “เมื่อสิ่งนี้มีสิ่งนั้นจึงมี เพราะสิ่งนี้เกิดขึ้น สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น เพราะ สิ่งนี้ดับสิ่งนี้จึงดับ” (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 16/21/38.) ขณะที่เราเพิ่งดูเฉพาะผลอย่างหนึ่ง ว่าเกิดจากปัจจัยนั้น ต้องทราบด้วยว่าที่แท้นั้น ต้องมองให้ครบทั้งสองด้าน คือ ผลแต่ละอย่างเกิดโดยอาศัยปัจจัยหลายอย่าง ปัจจัยแต่ละอย่างหนุนให้เกิดผลหลายอย่าง ทุกอย่างเกิด เพราะมีเหตุ มีปัจจัย อาศัยกันเกิดตามธรรมชาติธรรมดา

ในการดำรงชีวิตของมนุษย์ทั่วไปมักมีความอยาก ความปรารถนาครอบคลุมนิจ และปฏิบัติจัดการ กับสรรพสิ่งด้วยการเอาความอยาก ความปรารถนาเป็นตัวกำหนด ไม่ได้ใช้ปัญญาซึ่งมีฐานอยู่ที่การมีสัมมาทิฐิ เป็นความรู้เข้าใจ หรือรู้เท่าทันความจริงของสิ่งทั้งหลายที่ตนเกี่ยวข้อง และปฏิบัติจัดการด้วยปัญญาใช้ปัญญา วิเคราะห์สืบค้นออกมาว่าเมื่อเรากระทำการเช่นใด ผลลัพธ์ก็จะออกมาเช่นนั้น หลักปฏิบัติในชีวิตมนุษย์ ก็คือการมีหลักการที่ถูกต้องเป็นเครื่องมือที่จะตัดสินใจให้เข้าใจสถานะที่เป็นเงื่อนไขอย่างใดอย่างหนึ่ง ที่จะให้ สิ่งนั้นๆ เจริญงอกงาม ด้วยความเข้าใจว่าทุกอย่างเกิดเพราะมีเหตุมีปัจจัย ดังนั้นถ้าเราอยากให้อชีวิตของเรา สมบูรณ์ มีความสำเร็จที่งดงาม มีหลักปฏิบัติ ดังนี้คือ

1. ทำความดี พึงมุ่งผลดีตามหลักการไว้ก่อนเมื่อเหตุดี ผลย่อมดีด้วย ซึ่งเมื่อทำก็ย่อมได้ ทำดี เพื่อฝึกตน เพื่อให้ชีวิตเจริญงอกงาม ในพระอภิธรรมปิฎกแสดงหลักพิจารณาว่า กรรมดี กรรมชั่ว ที่ทำแล้ว จะให้ผลปรากฏออกมานั้น ขึ้นต่อองค์ประกอบอีก 4 อย่าง คือ คติ (ภาพ-ถิ่น ที่เกิด ที่อยู่ทางชีวิต) อุปธิ (สภาพ ภาย, รูปร่าง) กาละ (เวลา, ยุคสมัย, จังหวะ) ปโยคะ (การที่做着เหมาะสมตรง คือ สมบัติ 4 และ วิบัติ 4 (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 35/840/48-9)

2. สร้างเหตุปัจจัยที่จะให้เกิดผลที่ต้องการ ซึ่งเกิดจากปัจจัยหลายอย่างพร้อมแล้ว ไม่ติดใน ลัทธิเหตุเดียวผลเดียว ให้มุ่งผลดีตามสถานะที่เป็นหลักการหรือเป็นแกน เมื่อยังต้องการผลดีด้านไหนอีก เช่นในทางสังคม เป็นต้น ก็พิจารณาให้ครบ แล้วสร้างกรรมดีให้ได้เหตุปัจจัยพร้อมที่จะเกิดผลดี ตามที่ต้องการ

3. ฝึกฝนปรับปรุงตนให้ดียิ่งขึ้นไป ตามหลักความไม่ประมาท โดยเฉพาะความไม่ประมาทในการศึกษา เราจะต้องฝึกกาย วาจา จิตใจ และปัญญา ด้วย ศีล สมาธิ ปัญญา ให้สามารถสร้างกรรมที่ดียิ่งขึ้นๆ เช่น จากกรรมชั่ว เปลี่ยนมาทำกรรมดี จากกรรมดี ก็ก้าวไปสู่กรรมดีที่ประณีตหรือสูงยิ่งขึ้นๆ ให้ชีวิตจากอกุศลมาก กุศลอนอย ไปสู่อกุศลอน้อย กุศลมาก พัฒนตนให้ดียิ่งขึ้นตามหลักธรรม ซึ่งเป็นกฎธรรมชาติ การที่สิ่งใดสิ่งหนึ่ง หรือปรากฏการณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง จะเกิดมีขึ้นได้ ต้องอาศัยเหตุปัจจัยต่างๆ หลากหลาย ประชุมกันพร้อม (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2563 : 217)

ถ้าเรารู้ไม่ทันกระแสแห่งเหตุปัจจัย ชีวิตจะตกเป็นทาสของความปรารถนา ความอยาก (ตัณหา) ถูกมันกระแทกบีบคั้นจากความเข้าใจผิดสุดโต่งว่า อะไรๆ เป็นเพราะตนเองทำเองทั้งสิ้น ไม่คำนึงถึงองค์ประกอบและสิ่งแวดล้อมอื่นๆ ที่เป็นปัจจัยเกี่ยวข้อง ดังนั้นเราต้องหาเครื่องมือที่จะเป็นหลักปฏิบัติ แม้ว่าปัจจัยทางสังคมจะมีความสำคัญมาก แต่ก็ต้องไม่มองข้ามความสำคัญของปัจจัยภายในตัวบุคคล ปัจจัยที่ดีงาม ซึ่งทำให้เกิดความประพฤติปฏิบัติ และการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องสามารถสร้างความสำเร็จในชีวิตได้ อริยมรรคเป็นการประมวลคำสอนภาคปฏิบัติ คือระบบจริยธรรมทั้งหมดของพระพุทธศาสนา มีขอบเขตกว้างขวาง และมีรายละเอียดมาก เป็นทางสายกลาง สายเดียวแต่มีองค์ประกอบ 8 อย่าง (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2563 : 282) คือ

1. สัมมาทิฐิ ปัญญาเห็นชอบ (Right View, Right Understanding)
2. สัมมาสังกัปปะ ดำริชอบ (Right Thought)
3. สัมมาวาจา วาจาชอบ (Right Speech)
4. สัมมากัมมันตะ กระทำชอบ (Right Action)
5. สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ (Right Livelihood)
6. สัมมาวายามะ พยายามชอบ (Right Effort)
7. สัมมาสติ ระลึกชอบ (Right Mindfulness)
8. สัมมาสมาธิ จิตมั่นชอบ (Right Concentration)

องค์ประกอบ 8 ประการ) นี้ เรียกสั้นๆว่า อริยมรรค เป็นข้อปฏิบัติที่นำไปสู่ความสำเร็จในชีวิตทั้งในระดับโลกียะ และระดับโลกุตระ จนถึงขั้นญาณทัสสนะ ทำให้เกิดปัญญาในระดับต่างๆ และเข้าสู่พระนิพพาน เพราะเมื่ออริยมรรคถึงพร้อมต้องกันเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันย่อมทำให้เกิดดวงตาเห็นธรรม ก่อให้เกิดญาณปัญญา เป็นอิสระปราศจากเครื่องร้อยรัดพันธนาการต่างๆ คือ อวิชชา ตัณหา อุปาทาน

จากที่กล่าวมาแล้ว ผู้เขียนบทความจึงมองเห็นความสำคัญในการใช้เครื่องมือพัฒนาชีวิตที่เป็นระบบศีลธรรมและจริยธรรมในพระพุทธศาสนา โดยเลือกที่จะศึกษาอริยมรรค ในฐานะเครื่องมือสร้างความสำเร็จในชีวิต โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1. ศึกษาอริยมรรคในพระพุทธศาสนา 2. วิเคราะห์อริยมรรคในฐานะเครื่องมือสร้างความสำเร็จในชีวิต

อริยมรรค: เส้นทางสู่ความสำเร็จ

อริยมรรคเป็นทางสายกลาง หมายถึง การไม่ยึดถือสุดทางทั้ง 2 ได้แก่ อัตตกิลมณานุโยค ได้แก่ การประกอบตนเองให้ลำบากเกินไป กามสุขัลลิกานุโยค คือ การพัวพันในกามในความสบาย พระพุทธเจ้าทรงกำหนดหลักทางสายกลางนี้ไว้ชัดเจน สรุปได้ใน "ไตรสิกขา" ได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา ซึ่งเป็นหลักจริยธรรมย่อมต้องคู่กับหลักศีลธรรมอันเป็นสายกลางเช่นกัน (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 35/840/48-9)

1) ความหมายของอริยมรรค

(1) จากพระสูตร เมื่อประมวลจากพระสูตรต่างๆ เช่น หมายถึงธรรมอันเป็นหนทาง หรือข้อปฏิบัติที่ผู้ปฏิบัติตามจะรู้เองเห็นเองตามที่พระพุทธเจ้าตรัส โดยถูกเวลา เป็นคำจริง อิงประโยชน์ อิงธรรม อิงวินัย คือ อริยมรรคมีองค์ 8 อันประเสริฐ (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 9/393/164) ในมหาขันธกะ กล่าวถึง ที่สุด 2 อย่างนี้บรรพชิตไม่พึงเสพ คือ 1. กามสุขัลลิกานุโยค ในกามทั้งหลาย เป็นธรรมอันทราม เป็นของชาวบ้าน เป็นของปุถุชน ไม่ใช่ของพระอริยะ ไม่ประกอบด้วยประโยชน์ 2. อัตตกิลมณานุโยค เป็นทุกข์ ไม่ใช่ของพระอริยะ ไม่ประกอบด้วยประโยชน์ มัชฌิมาปฏิปทา ไม่เอียงเข้าใกล้ที่สุด 2 อย่างนั้น เป็นปฏิปทาก่อให้เกิดจักขุ ก่อให้เกิดญาณ เป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อพระนิพพาน ได้แก่ อริยมรรคพระไตรปิฎกฉบับภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 4/13/20-24) จากจุฬาทลลสูตร กล่าวอริยมรรคว่า เป็นปฏิปทาที่ก่อให้เกิดจักขุ เกิดญาณ เป็นไปเพื่อสงบระงับ เพื่อรู้ยิ่ง เพื่อตรัสรู้ เพื่อนิพพาน สรุปลงใน ไตรสิกขา ได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา ซึ่งเป็นหลักจริยธรรมคู่กับหลักศีลธรรมอันเป็นสายกลางเช่นกัน พระพุทธเจ้าทรงจัดสัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ เข้าในศีลขันธ์ สัมมาวาจา สัมมาสมาธิ และสัมมาสมาธิ ทรงจัดเข้าในสมาธิขันธ์ และสัมมาทิฐิ และสัมมาสังกัปปะ เข้าเป็นปัญญาขันธ์ (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 12/460/500)

(2) ความหมายในแนวคิดของนักวิชาการและนักปราชญ์ร่วมสมัย

สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ) กล่าวไว้ใน อริยวังสปฏิปทา ดังนี้ มัชฌิมาปฏิปทาเป็นทางปฏิบัติ (เพื่อความสงบกิเลส) กล่าวคือเป็นเหตุให้ กิเลสเครื่องเศร้าหมองสงบลงได้ ในขณะที่ผู้ปฏิบัติธรรมกำลังเจริญอริยมรรคมีองค์ 8 อยู่ นั้น กิเลส จะถูกระงับเอาไว้ วิปัสสนาญาณ จะสยบ กิเลสไว้ได้ชั่วคราวเป็นตทังคปหาน (ละได้ชั่วคราว) และ มรรคญาณจะทำลายกิเลสได้อย่างเด็ดขาด เป็นสมุจเฉตปหาน (ละได้โดยเด็ดขาด) มัชฌิมาปฏิปทา เป็นทางดำเนินสู่ความดับทุกข์คือการรู้แจ้ง พระนิพพาน ผู้ปฏิบัติธรรมจะหยั่งเห็นอริยสัจ 4 ด้วยมรรคญาณ และสามารถรู้แจ้งพระนิพพานด้วยผลญาณ เมื่อพระอรหันต์ดับขันธสันติแล้ว ก็จะไม่เวียนว่ายมาเกิดอีกจึงถือว่าเป็นการดับทุกข์อย่างสิ้นเชิง (สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ), 2554).

วัชร งามจิตรเจริญ ได้กล่าวไว้ว่า อริยมรรค คือ มัชฌิมาปฏิปทา หรือ ข้อปฏิบัติที่อยู่ตรงกลาง เรียกสั้น ๆ ว่า ทางสายกลาง เพราะอยู่ตรงกลางระหว่างการปฏิบัติที่สุดโต่ง ๒ อย่าง คือ อัตตกิลมณานุโยค (การทรมานตนเอง) และ กามสุขัลลิกานุโยค (การหมกมุ่นกับความสุขอันเกิดจากการเสพกามคุณ)

อริยมรรคคือหลักปฏิบัติอันเดียวกันกับไตรสิกขา เพียงแต่ไตรสิกขามีขอบข่ายกว้าง กว่า เพราะอริยมรรคมี องค์ 8 เป็นส่วนหนึ่งของไตรสิกขาหรือเป็นไตรสิกขาประเภทหนึ่ง แต่ไตรสิกขา ไม่ใช่อริยมรรคและไม่อาจสรุปลงในอริยมรรคได้ แต่อริยมรรคสรุปลงในไตรสิกขาได้ (วัชรระ งามจิตรเจริญ, 2552)

แสง จันทรงาม ได้กล่าวไว้ว่า อริยมรรค คือ หนทาง หรือทางสายกลาง มีสายเดียว แต่มี 8 ขั้น อยู่ตรงกลางระหว่างทางสุดโต่ง 2 สาย คือ กามสุขัลลิกานุโยค ซึ่งเป็นทางขวาสุด หมายถึงการแสวงหาความสุขจากกามอย่างเต็มที่ และอัตตกิลมณานุโยค กล่าวคือ มรรคองค์แรกเกิดขึ้นเมื่อพระองค์ยัง เป็นเจ้าชาย สิทธัตถะได้ทอดพระเนตรเห็น คนแก่ คนเจ็บ คนตาย แล้วทรงเห็นความจริงคือ “ทุกข์” การเห็นทุกข์คือการเห็นชอบหรือสัมมาทิฐินั่นเอง ต่อมาทรงดำริที่จะออกบวชเพื่อ แสวงหาทางพ้นทุกข์ซึ่งเป็นสัมมาสังกัปปะ เมื่อทรงผนวชเป็นสมณะมีศีลมีธรรมซึ่งเป็นสัมมาวาจา สัมมากรรมันตะ สัมมาอาชีวะ โดยอัตโนมัติ เมื่อทรงเลิกระบิเพียบบัณฑิตมาปฏิบัติทางจิต ทรงตั้งใจเด็ดเดี่ยวไม่ย่อท้อ ทรงมีสติกำหนดรู้ และทรงเพ่งลมหายใจเข้าออก ซึ่งเป็นสัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ ดังนั้น อริยมรรค จึงเป็นสูตรที่พระพุทธองค์ทรงสร้างขึ้นจากประสบการณ์ในช่วงเวลา 6 ปี แห่งการค้นคว้าหาสัจธรรมของพระองค์เอง (แสง จันทรงาม, 2532)

เดือน คำดี ได้กล่าวไว้ว่า อริยมรรค ประมวลหลักจริยธรรมทั้งหมด ในพุทธปรัชญา เป็นคำสอนภาคปฏิบัติโดยตรงเพื่อช่วยให้การดำเนินไปสู่ความจริงสูงสุดเป็นไปได้ เพราะพุทธปรัชญามีความหมายกับชีวิตภาคปฏิบัติเป็นสำคัญและเป็นกระบวนการแก้ปัญหาชีวิตภาคปฏิบัติอย่าง สัมพันธ์กับผลซึ่งเรียกว่า ปฏิเวธ กระบวนการแก้ปัญหาตามหลักมัชฌิมาปฏิปทา นี้เรียกอีกอย่างหนึ่ง ว่า การดำเนินชีวิตไปตามระบบพรหมจรรย์เพื่อบรรลุลูกความสิ้นกรรม คือการไม่ปฏิบัติผิดในทางที่ สุดโต่งทั้งสองสายอันได้แก่ กามสุขัลลิกานุโยค คือการหมกมุ่นอยู่ด้วยกามสุข และ อัตตกิลมณานุโยค คือ การสร้างความลาบากเดือดร้อนแก่ตนเอง (เดือน คำดี, 2541)

สรุปความหมายได้ว่า อริยมรรค หมายถึง ข้อปฏิบัติที่เป็นทางสายกลางอันประเสริฐซึ่งนำไปสู่ การแก้ปัญหาของชีวิตเพื่อให้มีชีวิตที่ดีงามถูกต้องสมบูรณ์ทางจิตใจ และปัญญา มงคลประกอบซึ่งเป็นวิธีปฏิบัติ อันถูกต้อง 8 ประการ คือสัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากรรมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิาร สรุปประมวลได้ในไตรสิกขา ทั้งความหมายตามพระไตรปิฎกและในทัศนะของนักวิชาการและนักปราชญ์ร่วมสมัยมีความหมายว่าอริยมรรคเป็นข้อปฏิบัติที่เป็นทางสายกลางสำหรับใช้ปฏิบัติเพื่อแก้ปัญหาของชีวิตให้มีชีวิตที่ดีงาม และสมบูรณ์ทางพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา เป็นหลักธรรมการแสวงหาความจริงหรือสัจธรรมของพระพุทธเจ้า สรุปได้ว่าอริยมรรคเป็นเครื่องมือที่สามารถนำมาใช้เป็นหลักปฏิบัติ เพื่อการก้าวไปสู่ความสำเร็จในชีวิต

2) ความสำคัญของอริยมรรค

อริยมรรคมีความสำคัญเพราะประมวลหลักจริยธรรมทั้งหมดในพุทธปรัชญา อริยมรรค เป็นธรรมที่ขัดแย้งซึ่งสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ ดังในเรื่องพุทธประเพณีว่า “พระตถาคตเจ้าทั้งหลายทรงทราบเรื่อง ตรัสถามก็มี ไม่ตรัสถามก็มี ทรงทราบกาลอันควรตรัสถามก็มี ไม่ตรัสถามก็มี ตรัสถามเรื่องที่เป็นประโยชน์ ไม่ตรัสถามเรื่องที่ไม่เป็นประโยชน์ เพราะพระตถาคตเจ้าทั้งหลายทรงขจัดเรื่องที่ไม่เป็นประโยชน์เสียด้วยอริยมรรคแล้ว

(พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : (12/146/147) อริยมรรคเป็นทางปฏิบัติ เพื่อสงบกิเลส เป็นเหตุให้ กิเลสเครื่องเศร้าหมองสงบลงได้ ในขณะที่ผู้ปฏิบัติธรรมกำลังเจริญอริยมรรคมีองค์ 8 อยู่ นั่น กิเลสจะถูกระงับเอาไว้ วิปัสสนาญาณ จะสงบกิเลสไว้ได้ชั่วคราวเป็นตถาคตพหวน (ละได้ชั่วคราว) และ มรรคญาณจะทำลายกิเลสได้อย่างเด็ดขาดเป็นสมุจเฉตพหวน (ละได้โดยเด็ดขาด) สามารถกระทำให้ถึงที่สุดแห่งทุกข์ คือ พระนิพพานได้ ในมัชฌิมนิกายอุปปิณณาสกแสดงให้เห็นถึงความสำคัญของอริยมรรค ไว้หลายประการดังนี้ “อริยมรรค นี้ ชื่อว่าเป็นธรรมไม่มีกิเลส เพราะเป็นปฏิปทาก่อให้เกิดจักขุก่อให้เกิดญาณ เป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพานนี้ ไม่มีทุกข์ ไม่มีความเบียดเบียน ไม่มีความคับแค้น ไม่มีความเร่าร้อน และเป็นข้อปฏิบัติถูก” (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : (14/335/339)

สัมมาทิฐิสูตร ได้แสดงให้เห็นความสำคัญของอริยมรรค ว่า เป็นปฏิปทาให้ถึงความดับแห่งธรรมหลายประการ คือ อาหาร ทุกข์ ชราและมรณะ ชาติ ภพ อุปาทาน ตัณหา เวทนา ผัสสะ อายตนะ นามรูป วิญญาณ สังขาร อวิชชา อาสวะ ความสิ้นราคะ ความสิ้นโทสะ และสิ้นโมหะ เรียกว่า นิพพาน ข้อปฏิบัติที่ทำให้ถึงนิพพาน นั่นก็คือ อริยมรรค (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : (12/104/100) ในมหาโคปาลสูตรกล่าวว่า ภิกษุในธรรมวินัยนี้รู้อริยมรรคตามความเป็นจริง ภิกษุฉลาดในโคจร รู้ชัดสติปัฏฐาน 4 ประการ รู้จักประมาณเพื่อจะรับจีวร บิณฑบาต เสนาสนะ คิลานปัจจัยเภสัชบริขารที่พวกคหบดีผู้มีศรัทธาพาเรณวนำไปถวายเฉพาะ. เป็นผู้บูชาภิกษุทั้งหลายผู้เป็นเถระ เป็นรัตตัญญู เป็นผู้บวชนาน เป็นสังฆปริณายก ด้วยการบูชาอย่างยิ่ง เข้าไปตั้งเมตตากายกรรม เมตตาวจีกรรม เมตตามโนกรรมทั้งต่อหน้าและลับหลังในเหล่าภิกษุผู้นี้ (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : (12/346/383)

สรุปความว่า ความสำคัญของอริยมรรค คือ เป็นทางสายกลางที่พระพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้า พระอรหันตสาวก และพระอริยเจ้าทั้งหลายดำเนินไปสู่ความดับทุกข์ เป็นแนวทางการปฏิบัติเพื่อทำความสิ้นไปแห่งทุกข์ทั้งปวง มัชฌิมาปฏิปทาได้ชื่อว่าอริยมรรค คือ หนทางปฏิบัติของพระอริยบุคคลประกอบด้วยองค์ 8 ในอริยวังสปฏิปทาได้แสดงไว้ว่า อริยมรรคนี้เป็นเหตุปัจจัยให้เกิดวิปัสสนาปัญญา และเป็นปัจจัยให้เกิดมรรคญาณ ผลญาณ และนิพพาน

กรอบความคิดในการสร้างความสำเร็จในชีวิต (Concept Idea)

ในบริบทของกรอบความคิดนี้ เป็นการวิเคราะห์อริยมรรคที่เป็นหลักการปฏิบัติเพื่อสร้างความสำเร็จในชีวิต ประกอบด้วยทางเดิน 8 สาย

- 1) สัมมาทิฐิ (Right View) ปัญญาเห็นชอบ เห็นถูกต้อง คือเห็นแจ้งอริยสัจ ได้แก่
 - ก) ทุกข์ คือตัวทุกข์ ได้แก่ ความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ความเศร้าโศก
 - ข) สมุทัย คือเหตุให้เกิดทุกข์ ได้แก่ อวิชชา ตัณหา อุปาทาน อันเป็นกิเลส
 - ค) นิโรธ คือความดับทุกข์ ได้แก่ ดับกิเลสตัณหาด้วยอริยมรรค
 - ง) มรรค คือหนทางดับทุกข์ ได้แก่ อริยมรรค มีปัญญาเห็นชอบ เป็นต้น

2) สัมมาสังกัปปะ (Right Thought) ดำริชอบ คือ ความคิดที่ถูกต้อง คือมโนสุจริต 3 คือ คิดออกจากกามจากตัวทุกข์ คิดไม่พยาบาทผู้อื่น คิดไม่เบียดเบียนผู้อื่น

ทั้งสองข้อนี้จัดเป็น ปัญญา (Wisdom) (อริปัญญาสิกขา) ได้แก่ศึกษาเรื่องปัญญา พัฒนาความคิดให้เข้าใจแจ่มแจ้งแล้วนำไปใช้ให้ถูกต้อง เพราะปัญญาเป็นแสงสว่างของใจ และเป็นศัตรูโดยตรงกับความโง่ (อวิชา) ปัญญามี 3 ทาง คือ

ก) จินตามยปัญญา ปัญญาเกิดจากการพิจารณาเหตุผล มีความคิดในทางดี

ข) สุตมยปัญญา ปัญญาเกิดจากการฟัง การศึกษาเล่าเรียน เขียนอ่าน

ค) ภาวนามยปัญญา ปัญญาเกิดจากการฝึกอบรม ลงมือปฏิบัติการจริงทำจริง

3) สัมมาวาจา (Right Speech) เจรจาชอบ ได้แก่ วจีสุจริต 4 คือ ไม่พูดเท็จหลอกลวง, ไม่พูดส่อเสียดยุแหยให้แตกกัน, ไม่พูดคำหยาบคายเสียหาย, ไม่พูดเพ้อเจ้อ เหลวไหล ไร้สาระ ไม่มีประโยชน์ พูดแต่ในทางให้เกิดสามัคคี ปองดอง รักเคารพนับถือกัน ให้เกียรติซึ่งกันและกัน

4) สัมมากัมมันตะ สัมมากัมมันตะ เป็นหนึ่งในมรรค 8 หรือ มรรคมืองค์แปด กระทำชอบ ทำการชอบ คือ การกระทำที่เว้นจากความประพฤติชั่วทางกาย 3 อย่าง อันได้แก่ การงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ การงดเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เขามิได้ให้ การงดเว้นจากการประพฤติผิดในกามสัมมากัมมันตะ (Right Action) ประพฤติชอบ ได้แก่ กายสุจริต ๓ คือ ไม่ฆ่าสัตว์ไม่เบียดเบียน, ไม่ลักทรัพย์ไม่ขโมยของใคร, ไม่ประพฤติผิดในคูครอง ไม่เป็นชู้ ไม่นอกใจคนรัก

5) สัมมาอาชีวะ สัมมาอาชีวะเป็นหนึ่งในอริยมรรค หรือ มรรคมืองค์แปด สัมมาอาชีวะ หมายถึงการใช้ชีวิตด้วยการบริโภคปัจจัยสี่ อย่างมีกนน้อย เท่าที่จำเป็น ถ้าเป็นนักบวชที่อยู่ด้วยการขอ ต้องรักษาปัจจัยสี่ของทายกอย่างดี เพื่อให้คุ้มค่าต่อผู้ให้ ไม่เบียดเบียน และไม่แสพสิ่งที่นอกเหนือจากปัจจัยสี่โดยไม่จำเป็นเช่น กามคุณ 5 เพราะแม้ไม่แสพกามคุณ มนุษย์ก็สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ สัมมาอาชีวะของผู้บวชคือไม่แสพบริโภคเกินจำเป็น เช่น ดูการละเล่น แต่งตัว เป็นต้น เลี้ยงชีพชอบ หมายถึงการทำมาหากินด้วยอาชีพที่สุจริต สัมมาอาชีวะ หมายถึง การเว้นมิจฉาอาชีวะ อันได้แก่ การเลี้ยงชีพไม่ชอบ คือการแสวงหาปัจจัยมาบริโภคที่มีชอบ คือการโกงหรือหลอกลวง เว้นการประจบสอพลอ การบิบบ้างคับขู่เข็ญ และการต่อลาภด้วยลาภ หรือก็คือการแสวงหาลาภโดยไม่ประกอบด้วยความเพียร (สัมมาวายามะ) คือขี้เกียจ อยากได้มาง่ายๆโดยไม่อาศัยกำลังแห่งสติปัญญาและร่างกาย ขี้โลภจนไม่ชอบธรรม เช่น เบียดเบียนลูกจ้าง และทำลายสิ่งแวดล้อม สังคม เพื่ออย่างได้มาก เสียให้น้อยรวมถึงการไม่ประกอบมิจฉาอาชีวะ 5 ประเภท ได้แก่

สัตตวนิชชา คือ การขายอาวุธ ได้แก่ อาวุธปืน อาวุธเคมี ระเบิด นิวเคลียร์ อาวุธอื่นๆ เป็นต้น อาวุธเหล่านี้หากมีเจตนาเพื่อทำร้ายกัน จะก่อให้เกิดการทำลายล้างซึ่งกันและกัน โลกจะไม่เกิดสันติสุข

สัตตวนิชชา หมายถึง การค้าขายมนุษย์ ได้แก่ การค้าขายเด็ก การค้าพาสา ตลอดจนการใช้แรงงานเด็กและสตรีอย่างทารุณ รวมถึงการขายตัวหรือขายบริการทางเพศทั้งของตนเองและผู้อื่น

มังสวณิชชา หมายถึง ค้าขายสัตว์เป็น สำหรับฆ่าเพื่อเป็นอาหารเป็นการส่งเสริมให้ทำผิดศีลข้อที่ 1 คือการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต

มัจฉวณิชชา หมายถึง การค้าขายน้ำเมา ตลอดจนการค้าสารเสพติดทุกชนิด รวมถึงการเสพ

เองวิสวนิชา หมายถึง การค้าขายยาพิษ ซึ่งเป็นอันตรายต่อผู้ใช้ รวมทั้งเป็นอันตรายต่อสัตว์

6) สัมมาวายามะ สัมมาวายามะเป็นหนึ่งในมรรค 8 หรือ มรรคมืองค์แปด เพียรชอบ เกิดฉันทะ พยายาม ปราศจากความเพียร ประคองจิตไว้ ตั้งจิตไว้เพื่อมิให้อกุศลธรรมอันลามกที่ยังไม่เกิด ไม่บังเกิดขึ้น เพื่อละอกุศลธรรมอันลามกที่บังเกิดขึ้นแล้ว เพื่อให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดบังเกิดขึ้น เพื่อความตั้งอยู่ไม่เลื่อนหาย เจริญยิ่ง ไพบูลย์ มีขึ้น เต็มเปี่ยมแห่งกุศลธรรมที่บังเกิดขึ้นแล้ว การจะเกิดสัมมาสติ ต้องอาศัยความเพียร พยายามกำหนดสติอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ จนเกิดเป็นสัมมาสมาธิ ดังนั้นสัมมาวายามะจึงต้องมีอยู่ก่อนและเคียงคู่กันไปกับสัมมาสติ

7) สัมมาสติ สัมมาสติ คือการมีสติกำหนดตระลึกรู้รู้เป็นนิจว่า กำลังทำอะไรอยู่ กำหนดรู้สภาวะที่เกิดขึ้นจริงในขณะปัจจุบัน ในสภาวะทั้ง 4 คือ กาย เวทนา จิต และธรรม

กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน การกำหนดตระลึกรู้ในกาย คือ อิริยาบท 4 การเคลื่อนไหว (อานา ปานบรรพ อิริยาปถบรรพ สัมปชัญญะบรรพ ปฏิกุลมนสิการบรรพ ธาตุมนสิการบรรพ นวสีลิกาบรรพ)

เวทananุปัสสนาสติปัฏฐาน การกำหนดตระลึกรู้ในเวทนา คือ เวทนาทางกาย ทางใจ สุข ทุกข์ อุเบกขา

จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน การกำหนดตระลึกรู้ในจิต จิตมีโทสะรู้ มีราคะรู้ มีโมหะรู้ ฯลฯ

ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน การกำหนดตระลึกรู้ในธรรม คือ สัญญา(ความนึก)และสังขาร (ความคิด) นิเวธ 5 อุปาทานขันธ์ 5 อายตนะภายในและภายนอก 6 โพชฌงค์ 7 อริยสัจ 4

8) สัมมาสมาธิ สัมมาสมาธิ แปลว่า สมาธิชอบ คือความตั้งใจมั่นโดยถูกต้อง โดยการที่กุศลจิต มีอารมณ์เป็นอันเดียว (ความตั้งมั่นแห่งกุศลจิตในอารมณ์อันใดอันหนึ่ง ไม่ฟุ้งซ่าน) เข้าถึง ปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน และ จตุตถฌาน สัมมาสมาธิมีทั้งหมด 4 ประการด้วยกันคือ

จิตสังัดแล้วจากกามทั้งหลาย สังัดแล้วจากกรรมที่เป็นอกุศลธรรมทั้งหลาย เข้าถึงปฐมฌาน ประกอบด้วยวิตกวิจารณ์ มีปีติและสุขอันเกิดจากวิเวก

เพราะความที่วิตกวิจารณ์ทั้งสองระงับลง เข้าถึงทุตติยฌาน เป็นเครื่องผ่อนคลายแห่งใจในภายใน ให้สมาธิเป็นธรรมอันเอกผุดขึ้น ไม่มีวิตกวิจารณ์ มีแต่ปีติและสุขอันเกิดจากสมาธิ

เพราะความจางคลายไปแห่งปีติ เป็นผู้อยู่อุเบกขา มีสติและสัมปชัญญะ และเสวยสุขด้วยนามกาย มีสติ อยู่เป็นปกติสุข เข้าถึงตติยฌาน

เพราะละสุขและทุกข์เสียได้ เพราะความดับไปแห่งโสมนัสและโทมนัสทั้งสอง เข้าถึงจตุตถฌาน ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข มีแต่ความที่สติเป็นธรรมชาติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขา

สัมมาสมาธิในชีวิตประจำวันเป็นการ Focus ในสิ่งที่ทำ ไม่เลื่อนลอย ฟุ้งซ่าน และตรงไปสู่เป้าหมายได้อย่างมีพลัง ในทุกๆ วัน วันละ อย่างน้อย 5 นาที เราจำเป็นต้องฝึกสมาธิ เช่น การกำหนดลมหายใจ การจดจ่ออยู่กับลมหายใจ การที่เราทำแบบนี้ ทุกวันจะทำให้จิตของเรามีพลังแห่งการ Focus ที่สามารถนำไปแก้ปัญหามรรคองค์ 1 ถึง มรรคองค์ 7

เมื่อวิเคราะห์กับไตรสิกขา:

- สัมมาทิฏฐิ กับ สัมมาสังกัปปะเป็นเรื่องของปัญญา

- สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ ก็คือ ศีล

- สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ ก็คือเรื่องมี ความพยายามกระทำการใดๆ ด้วยสติ สมาธิที่มั่นคง นั่นเอง

มรรคมีองค์ 8 ข้อ 1, 2 จึงเป็น ปัญญา ข้อ 3, 4, 5 จึงเป็น ศีล และข้อ 6, 7, 8 จึงเป็น สมาธิ และ ศีล สมาธิ ปัญญา ก็คือ ไตรสิกขา ดังนั้น เมื่อถือศีลมั่นคง ปฏิบัติธรรมเจริญสมาธิ ก็จะทำให้เกิดปัญญา นำไป พิจารณาไตรลักษณ์ อริยสัจ 4 ที่สุดแล้วจะเกิดความปล่อยวางได้ ข้อสำคัญอย่าเกิดความหลงหรือโมหะ ระหว่างเส้นทางสู่ความปล่อยวาง

อริยมรรคในฐานะเครื่องมือสร้างความสำเร็จในชีวิต

การปฏิบัติในอริยมรรค เริ่มต้นจากสัมมาทิฐิ (ปัญญา) คือความเข้าใจถูกต้อง ย่อมเป็นประโยชน์ ในกิจการทั่วไปทุกประเภททั้งทางโลกและทางธรรม ในบทความนี้จะเป็นการวิเคราะห์อริยมรรคในฐานะ เครื่องมือสร้างความสำเร็จในชีวิตใน 2 ระดับ คือ ระดับโลกียะ และในระดับโลกุตตระ

1) อริยมรรคในฐานะเครื่องมือสร้างความสำเร็จในชีวิตระดับโลกียะ หมายถึง การดำเนิน ชีวิตประจำวันที่เนื่องด้วยกระแสโลก แต่ก็มีควมระวังสำรวมกายใจ ไม่ประมาท มีความตั้งใจตั้งมั่นเป็นกลาง และใคร่ครวญทุกสิ่งด้วยปัญญาไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรๆ เกินจริง มีความปล่อยวางเป็นปกติ

การมีอริยมรรคเป็นเครื่องมือในการใช้ชีวิต คือการปฏิบัติใน ศีล สมาธิ ปัญญา

ข้อ 3, 4, 5 จึงเป็น ศีล วชิสุจริต 4 คือ ไม่พูดเท็จหลอกลวง, ไม่พูดส่อเสียดยุแหยให้แตกกัน, ไม่พูด คำหยาบคายเสียหาย, ไม่พูดเพ้อเจ้อ เหลวไหล ไร้สาระ ไม่มีประโยชน์ พูดแต่ในทางให้เกิดสามัคคี ประองตอง รักเคารพนับถือกัน ให้เกียรติซึ่งกันและกัน เว้นจากความประพฤติชั่วทางกาย และประพฤติชอบ ได้แก่ กาย สุจริต 3 คือ ไม่ฆ่าสัตว์ไม่เบียดเบียน, ไม่ลักทรัพย์ไม่ขโมยของใคร, ไม่ประพฤติผิดในคู่ครอง ไม่เป็นชู้ ไม่นอกใจ คนรัก และมีการใช้ชีวิตด้วยการบริโภคปัจจัยสี่อย่างมีกนน้อย เท่าที่จำเป็น ไม่แสวงหาสิ่งนอกเหนือจากปัจจัยสี่โดย ไม่จำเป็นเช่นกามคุณ 5 เพราะแม้ไม่แสพกามคุณ มนุษย์ก็สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ การเว้นมิจฉาอาชีวะ อัน ได้แก่ การเลี้ยงชีพไม่ชอบ คือการแสวงหาปัจจัยมาบริโภคที่มีชอบ คือการโกงหรือหลอกลวง เว้นการประจบ สอพลอ การบีบบังคับขู่เข็ญ การแสวงหาลาภโดยไม่ชอบธรรม ไม่ประกอบมิจฉาอาชีวะ ข้อ 6, 7, 8 เป็น สมาธิ การปรารภความเพียร ประคองจิตเพื่อขจัดอกุศลธรรม เพื่อสร้างกุศลธรรม มีความเพียรพยายามกำหนดสติ อย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ มีสติกำหนดตระลึกรู้อยู่เป็นนิจว่า กำลังทำอะไรอยู่ กำหนดรู้สภาวะที่เกิดขึ้นจริงในขณะ ปัจจุบัน ในสภาวะทั้ง 4 คือ กาย เวทนา จิต และธรรม ตั้งมั่นในสิ่งที่ทำ ไม่เลื่อนลอย ฟุ้งซ่าน และตรงไปสู่ เป้าหมายได้อย่างมีพลัง มีสมาธิ

ข้อ 1, 2 เป็น ปัญญา ปัญญาเห็นชอบ เห็นถูกต้อง คือเห็นแจ้งอริยสัจ ได้แก่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ในข้อสัมมาสังกัปปะ ความคิดที่ถูกต้อง คือ คิดออกจากกามจากตัวทุกข์ คิดไม่พยายาบาทผู้อื่น คิดไม่ เบียดเบียนผู้อื่น การศึกษาเรื่องปัญญา คือการเรียนรู้และพัฒนาความคิด ให้เข้าใจแจ่มแจ้งแล้วนำไปใช้ ให้ถูกต้อง เพราะปัญญาเป็นแสงสว่างของใจ และเป็นศัตร์โดยตรงกับอวิชา ปัญญามี 3 ระดับ คือ จินตามยปัญญา ปัญญาเกิดจากการพิจารณาเหตุผล มีความคิดในทางดี สุตมยปัญญา ปัญญาเกิดจากการฟัง

การศึกษาเล่าเรียน เขียนอ่าน ภาวนามยปัญญา ปัญญาเกิดจากการฝึกอบรม ลงมือปฏิบัติการจริงทำจริง เมื่อศึกษาเรื่องปัญญา พัฒนาความคิด ให้เข้าใจแจ่มแจ้งแล้วนำไปใช้ให้ถูกต้อง ศील สมาธิ ปัญญา ก็คือ ไตรสิกขา ดังนั้น เมื่อถือศีลมั่นคง ปฏิบัติธรรมเจริญสมาธิ ก็จะเกิดปัญญาคนที่ดำเนินชีวิตในอริยมรรคเป็นสิ่งที่พึงามถูกต้องเป็นประโยชน์ ได้ฝึกตนคือศึกษาอยู่ตลอดเวลา จึงมีความก้าวหน้าในชีวิต

เพื่อให้การศึกษาพัฒนาชีวิตนั้นเกิดมีผลดีจริงจังชัดเจน เราควรตระหนักรู้ถึงประโยชน์ในชีวิตที่ควรได้ควรถึง คือ ชั้นทิฏฐธัมม (ประโยชน์ที่ตามองเห็น) คนที่ถูกเรียกว่าเป็นปราชญ์ เป็นบัณฑิต ก็เพราะได้ถึงประโยชน์ ประโยชน์ในอนาคตกด้วย ปัจจุบัน ด้วย เพื่อชีวิตที่ดีกว่าในปัจจุบัน เช่น คนยากจนอาจจะเป็นคนรวยได้ ถ้าปฏิบัติตามหลักธรรม เช่น รู้จักขยัน หมั่นรักษาทรัพย์ คบมิตรที่ดี ปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับฐานะ ทิฏฐธัมม เป็นประโยชน์ปัจจุบันชาตินี้ คือให้มิตรพัสสน มีหลักฐานมั่นคง เป็นที่เชิดหน้าชูตา คือชีวิตที่เป็นอยู่ดี ด้านวัตถุธรรมและสังคม ที่สำคัญคือ มีสุขภาพดี มีทรัพย์ มียศเกียรติไมตรี มีครอบครัวที่สุขสามัคคี ให้บริโภควัฒนปัญญาคุณค่าแท้ รู้จักกินเสพให้พอดี ส่วนในด้านสังคม ให้มีมิตรดี มีความเป็นอยู่ในระดับที่ดี

ธรรมอีกประการหนึ่งที่พาให้สำเร็จในชีวิตที่สามารถนำมาใช้คู่กับอริยมรรค คือ วัชณิสสูตร ธรรมอันเป็นเหตุสำเร็จความปรารถนา เป็นหลักธรรมที่สอนการคบหาอยู่ร่วมกันสร้างสรรค์สังคม ฯลฯ ในขั้นพื้นฐาน สำหรับทุกคน คือ เมื่อเจริญด้วยความเจริญ 10 ประการ ชื่อว่าความเจริญอันประเสริฐ ชื่อว่ามีปกติรับเอาสิ่งที่เป็นสาระ รับเอาสิ่งที่ประเสริฐแห่งกาย คือ เจริญด้วยนาและสวน เจริญด้วยทรัพย์และข้าวเปลือก เจริญด้วยบุตรและภรรยา เจริญด้วยทาส กรรมกร และคนใช้ เจริญด้วยสัตว์สี่เท้า เจริญด้วยศรัทธา เจริญด้วยศีล เจริญด้วยสุตะ เจริญด้วยจาคะ เจริญด้วยปัญญา (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : (24/74/162)

2) อริยมรรคในฐานะเครื่องมือสร้างความสำเร็จในชีวิตระดับโลกุตตระ โลกุตตระ แปลว่า พ้นโลก อยู่เหนือวิสัยของโลก เป็นคำที่ใช้คู่กับ โลภียะ ซึ่งแปลว่า ยังเกี่ยวข้องกับโลก เรื่องของโลก โลกุตตระ หมายถึงภาวะที่หลุดพ้นแล้วจากโลภียะ ไม่เกี่ยวข้องกับกาม ตัณหา ทิฏฐิ อวิชชาอีกต่อไป ได้แก่ธรรม 9 ประการซึ่งเรียกว่า นวโลกุตระธรรม หรือ โลกุตระธรรม 9 (พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช), (2551) ในอัมมสังคณี พระอภิธรรมปิฎก ระบุว่า โลกุตระธรรม มี 9 ได้แก่ อริยมรรค 4 อริยผล 4 นิพพาน 1 มรรค 4 คือ โสตาปัตติมรรค สกิทาคามิมรรค อนาคามิมรรค อรหัตมรรค ผล 4 คือ โสตาปัตติผล สกิทาคามีผล อนาคามีผล อรหัตผล (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : (34/1100/297)

ตัวนำของอริยมรรคคือสัมมาทิฏฐิ ในระดับโลกุตตระที่เป็นปรมัตถธรรม ทำให้ผู้เรียนรู้หมดทุกข์ทางใจ เป็นผู้รอบรู้ สามารถแก้ปัญหาเหตุวิกฤตต่างๆ ที่บุคคลไม่อาจแก้ไขได้ เข้าถึงได้ด้วยการเจริญวิปัสสนา ผู้ศึกษาจะต้องมีโยนิโสมนสิการ คือการรู้จักการใช้ความคิด กระทำในใจโดยแยบคาย มองสิ่งทั้งหลายอย่างมีเหตุปัจจัย พิจารณาอย่างเป็นกระบวนการ มีเบื้องต้น ท่ามกลาง ที่สุด ใคร่ครวญเพื่อให้รู้แจ้งตามความเป็นจริงแห่งสภาวธรรมทั้งปวง เป็นความเห็นชอบระดับเหนือโลก ไม่ขึ้นต่อโลก มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโลก และชีวิตถูกต้องตามความเป็นจริงหรือรู้เข้าใจตามสภาวะของธรรมชาติ เป็นผู้ขจัดกิเลสที่นอนเนื่อง คือมานะ ที่ว่า เป็นเรา ละอวิชชา ทำวิชชาให้เกิดขึ้นได้แล้วเป็นผู้ทำที่สุดแห่งทุกข์ได้ (พระธนาญพงค์ พลวุฒโฒ (อาสนธิ์), 2566)

สารัตถะของการศึกษาอริยมรรคในฐานะเครื่องมือสร้างความสำเร็จในชีวิตระดับโลกุตตระ มีประเด็นที่สำคัญดังต่อไปนี้

(1) ความเข้าใจในบริบทของโลกุตตรธรรม ว่าเป็นหลักการปฏิบัติหรือภาวะที่เข้าถึง ที่ทำให้บุคคลมีชีวิตจิตใจที่เป็นอิสระ หลุดพ้น อยู่เหนือกระแสโลก เช่น เป็นพระโสดาบัน เป็นต้น พระโสดาบันนั้นเป็นพระอริยบุคคล ซึ่งจำนวนมากเป็นคฤหัสถ์ ยังอยู่ครองเรือน มีบุตรมีสามีภรรยา ท่านเหล่านี้ก็ถึงโลกุตตรธรรมแล้ว ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า เราบัญญัติโลกุตตรธรรมว่าเป็นสมบัติของมนุษย์ทุกคน เพราะฉะนั้น จะอยู่ที่ไหน อยู่ในโลก ในบ้านก็ตาม ออกบวชก็ตาม ก็ควรพยายามแสวงหาและเข้าถึงโลกุตตรธรรม พยายามให้ชีวิตนี้จิตใจนี้เป็นอิสระให้ได้ (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต.), 2527).

(2) การศึกษาในอริยมรรค คือ การมีสัมมาทิฐิที่เข้าใจถ่องแท่ว่าเป็นกิจในอริยสัจ 4 คือ

ก) ทุกข์ คือตัวทุกข์ ได้แก่ ความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ความเศร้าโศก ทำความเข้าใจ ทำความรู้จัก กำหนดให้ได้ รู้จักมันตามความเป็นจริง

ข) สมุทัย คือเหตุให้เกิดทุกข์ ได้แก่ อวิชชา ตัณหา อุปาทาน อันเป็นกิเลส ต้องกำจัด

ค) นิโรธ คือความดับทุกข์ ได้แก่ ดับกิเลสตัณหาด้วยอริยมรรค

ง) มรรค คือหนทางดับทุกข์ ได้แก่ อริยมรรค มีปัญญาเห็นชอบ เป็นต้นกิจในมรรค ก็คือ ภาวนา การทำให้เกิดขึ้น ให้มีขึ้น หรือลงมือปฏิบัติ ได้แก่ วิธีการ และรายละเอียดในการกระทำ จะต้องลงมือกระทำ

การศึกษาในอริยมรรคที่สรุปลงได้ในไตรสิกขา หรือ ศีล สมาธิ ปัญญา ในระดับปัญญานั้น มีสัมมาสติเป็นหัวหน้า คือการมีสติกำหนดตระลึกรู้อยู่เป็นนิจว่า กำลังทำอะไรอยู่ กำหนดรู้สถานะที่เกิดขึ้นจริง ในขณะปัจจุบัน ในสติปัฏฐาน 4 คือ กาย เวทนา จิต และธรรม ในธัมมจักกัปปาสสูตร กล่าวถึงสติปัฏฐานว่าเป็นหลักธรรมที่สรุปแนวทางการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าเช่นเดียวกับอริยสัจ 4 (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : (31/41/407)

(3) การปฏิบัติธรรมในสติปัฏฐาน 4 ผู้ปฏิบัติในสติปัฏฐาน 4 ถือว่าเป็นผู้ไม่ประมาท และได้สะสมเหตุปัจจัยเพื่อการดำเนินในอริยมรรค ด้วยการใช้สตินั้นพิจารณาใน กาย เวทนา จิต และธรรม มีลักษณะการปฏิบัติธรรมที่เป็นรูปแบบอย่างเป็นทางการ และการปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวันหรืออย่างไม่เป็นทางการ

ก. การปฏิบัติธรรมที่เป็นรูปแบบอย่างเป็นทางการ การมีหลักธรรมในชีวิต การปฏิบัติธรรมแบบ intensive เป็นการปฏิบัติแบบเข้มข้น มีลักษณะการปฏิบัติธรรมที่เป็นรูปแบบอย่างเป็นทางการโดยการปลีกวิเวกไปเจริญสมาธิหรือเจริญปัญญาด้วยวิธีการอย่างใดอย่างหนึ่งที่ เป็นการพยายามนำธรรมมาใช้ในขั้นลึก ในการที่จะฝึกฝนจิตใจอย่างจริงๆ จังๆ การปลีกตัวไปปฏิบัติแบบนั้น พระพรหมคุณาภรณ์ เรียกว่า เป็นการปฏิบัติแบบ intensive เป็นการปฏิบัติแบบเข้มข้น หรือลงลึกเฉพาะเรื่อง (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), ม.ป.ป)

ข. การปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวันหรืออย่างไม่เป็นทางการ ด้วยการใคร่ครวญ ธรรมมีสติรู้เท่าทันจิตอยู่เสมอ รู้เท่าทันความโลภ โกรธ หลง ในชีวิต เป็นคุณความดีที่ชาวราชมโณกาสกระทำ

อยู่เสมอในวิถีการดำเนินชีวิต ให้รู้เท่าทันสิ่งที่มากระทบ ทางอายตนะ หู ตา จมูก ลิ้น กาย ใจ การฝึกเจริญปัญญาในเบื้องต้นต้องเริ่มจากการแยกรูป-นาม แยกธาตุชั้นๆ ออกเป็นส่วนๆ จิตจะเห็นความไม่เที่ยง เป็นสมาธิที่สามารถเห็นความเป็นไตรลักษณ์ ของกายใจได้ สุข ทุกข์ เป็นสิ่งที่จิตไปรับรู้เท่านั้น การที่จิตเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เป็นไปตามเหตุปัจจัยตามที่ได้กล่าวมาแล้วในเบื้องต้น

สรุปความได้ว่าผู้ใดดำเนินชีวิตในอริยมรรค มีความคิด คือ มีความเห็นเป็นสัมมาทิฐิ ผู้นั้นก็ย่อม ไม่คลาดเคลื่อนจากธรรมอันงาม และย่อมสร้างกุศลกรรมได้เป็นอันมาก ได้แก่ มนุษย์สมบัติ สวรรค์สมบัติ และเมื่อประกอบด้วยสัมมาวายามะนั้น หมายถึง ความสมบูรณ์ และความสมดุลในทุกแง่มุมของการพัฒนาชีวิตการดำเนินชีวิตในอริยมรรค มีแง่มุมที่กว้าง และครอบคลุม ในเบื้องต้นคือการมีหลักธรรมเป็นหลักชัยในวิถีชีวิตประจำวัน เช่น การมี ทาน ศีล ภาวนา การปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวันหรืออย่างไม่เป็นทางการ ปฏิบัติธรรมแบบไม่มีรูปแบบอยู่เสมอ ด้วยการใคร่ครวญธรรมมีสติรู้เท่าทันจิตอยู่เสมอ รู้เท่าทันความโลภ โกรธ หลง ด้วยการมีสติในทุกอิริยาบถ ให้รู้เท่าทันสิ่งที่มากระทบทางอายตนะ หู ตา จมูก ลิ้น กาย ใจ ในการปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน คือ การนำเอาสติมาเป็นหลักในการติดตามดูตนเอง ตามดูรู้ทันสิ่งที่เกิดขึ้นเป็นไปในชีวิตจิตใจของเรา เอาสติไปจับตามดู สติจะเป็นตัวจักรกลางที่สำคัญ การมีสติติดตามทุกอย่างที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน เมื่อสติตามรู้ทันยังผลให้เกิดปัญญา

สรุป

หลักธรรมในพระพุทธศาสนาเป็นปรัชญาแห่งเหตุและผล เข้าใจหลักความจริงในมนุษย์ที่มีอยู่ โดยธรรมชาติ ทุกอย่างเกิดเพราะมีเหตุมีปัจจัย อาศัยกันเกิดเป็นปัจจัยการ สร้างเหตุดี ผลย่อมดีด้วยมุ่งผลดีตามหลักการ สร้างเหตุปัจจัยที่จะให้เกิดผลที่ต้องการ ฝึกฝนปรับปรุงตนให้ดี สร้างกรรมที่ดียิ่งขึ้นๆ ดำเนินชีวิตที่ถูกต้องสามารถสร้างความสำเร็จในชีวิตได้ ในบริบทนี้ต้องมีหลักการที่ดีซึ่งทำให้เกิดความประพฤติปฏิบัติ และการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง และเห็นว่าอริยมรรคจะเป็นเครื่องมือสร้างความสำเร็จในชีวิต ในบทความนี้ได้ศึกษาและวิเคราะห์อริยมรรคในพระพุทธศาสนา ในฐานะเครื่องมือสร้างความสำเร็จในชีวิต ซึ่งมี 2 ระดับ

1) อริยมรรคในฐานะเครื่องมือสร้างความสำเร็จในชีวิตระดับโลกียะ หมายถึง การดำเนินชีวิตประจำวันที่เนื่องด้วยกระแสโลก แต่ก็มีความระวังสำรวมกายใจ ไม่ประมาท มีความตั้งใจตั้งมั่นเป็นกลาง และใคร่ครวญทุกสิ่งด้วยปัญญา ปัญญา มี 3 ระดับ คือ จินตามยปัญญา สุตมยปัญญา ภาวนามยปัญญา รู้ถึงประโยชน์ในชีวิตที่ควรได้ควรถึง ทิฐุธัมม เป็นประโยชน์ปัจจุบันชาตินี้ คือชีวิตที่เป็นอยู่ดีด้านวัตถุรูปธรรมและสังคม มีสุขภาพดี มีทรัพย์ มียศเกียรติไมตรี มีครอบครัวที่สุขสามัคคี มีมิตรดี ธรรมอีกประการหนึ่งที่พาให้สำเร็จในชีวิตที่สามารถนำมาใช้คู่กับอริยมรรค คือ วัชฌสูตร ธรรมอันเป็นเหตุสำเร็จความปรารถนา เป็นหลักธรรมที่สอนการคบหาอยู่รวมร่วมกันสร้างสรรค์สังคม ฯลฯ ในขั้นพื้นฐาน

2) อริยมรรคในฐานะเครื่องมือสร้างความสำเร็จในชีวิตระดับโลกุตระ มีโลกุตระสัมมาทิฐิที่เป็นปรมัตถธรรม เข้าถึงได้ด้วยการเจริญวิปัสสนา ผู้ศึกษาจะต้องมีโยนิโสมนสิการ คือการรู้จักการใช้ความคิดกระทำในใจโดยแยบคาย มองสิ่งทั้งหลายอย่างมีเหตุปัจจัย พิจารณาอย่างเป็นกระบวนการ มีเบื้องต้น ท่ามกลาง ที่สุด ใคร่ครวญเพื่อให้รู้แจ้งตามความเป็นจริงแห่งสภาวะธรรมทั้งปวง เป็นความเห็นชอบระดับเหนือ

โลก ไม่ขึ้นต่อโลก มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโลกและชีวิตถูกต้องตามความเป็นจริง มีกรอบแนวคิดว่า (1) มีความเข้าใจในบริบทของโลกุตตรธรรม ว่าเป็นหลักการปฏิบัติหรือภาวะที่เข้าถึง ที่ทำให้บุคคลมีชีวิตจิตใจที่เป็นอิสระ หลุดพ้น อยู่เหนือกระแสโลก เช่น เป็นพระโสดาบัน (2) การศึกษาในอริยมรรค คือ การมีสัมมาทิฐิที่เข้าใจถ่องแท้ในอริยสัจมี 4 คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค คือหนทางดับทุกข์ ได้แก่ อริยมรรค มีปัญญาเห็นชอบ เป็นต้นกิจในมรรคก็คือ ภาวนา การทำให้เกิดขึ้น ให้มีขึ้น หรือลงมือปฏิบัติ ได้แก่ วิธีการ และรายละเอียดในการกระทำ จะต้องลงมือกระทำ (3) การปฏิบัติธรรมในสติปัฏฐาน 4 ในระดับปัญญานั้น มีสัมมาสติเป็นหัวหน้า กำหนดรู้สภาวะที่เกิดขึ้นจริงในขณะปัจจุบันในสติปัฏฐาน 4 คือ กาย เวทนา จิต และธรรม (4) ผู้ปฏิบัติในสติปัฏฐาน 4 ชื่อว่าเป็นผู้ไม่ประมาท และได้สะสมเหตุปัจจัยเพื่อการดำเนินในอริยมรรคด้วยการใช้สติพิจารณา มีการปฏิบัติธรรมที่เป็นรูปแบบอย่างเป็นทางการ และการปฏิบัติธรรม ในชีวิตประจำวัน หรือ อย่างไม่เป็นทางการ การปฏิบัติธรรมที่เป็นรูปแบบอย่างเป็นทางการ คือการมีหลักธรรมในชีวิต เป็นการปฏิบัติธรรมแบบ intensive เป็นการปฏิบัติแบบเข้มข้น เช่น การปลีกวิเวกไปเจริญสมาธิหรือเจริญปัญญา เป็นการพยายามนำธรรมมาใช้ในขั้นลึก ในการที่จะฝึกฝนจิตใจอย่างจริงๆ จังๆ ส่วนการปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวันหรืออย่างไม่เป็นทางการ ด้วยการใคร่ครวญธรรมมีสติรู้เท่าทันจิตอยู่เสมอ รู้เท่าทันความโลภ โกรธ หลง ในชีวิต ให้รู้เท่าทันสิ่งที่มากระทบ ทางอายตนะ หู ตา จมูก ลิ้น กาย ใจ สามารถที่มองเห็นความเป็นไตรลักษณ์ของกายใจได้ รู้เท่าทันสรรพสิ่งได้ตรงตามที่เป็นจริง

เอกสารอ้างอิง

- เดือน คำดี. (2541). ศาสนศาสตร์. ภาควิชาปรัชญาและศาสนา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- เปลื้อง ณ นคร. (2538). พจนานุกรม แปล ไทย-ไทย. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.
- พระธนาญพงศ์ พลอุทโธ (อาสนธิ์). (2566). ศึกษาวิเคราะห์กระบวนการสร้างสัมมาทิฐิในพรหมชาลสูตร ปริยญาพุทธศาสนตรมหาบัณฑิต (พระไตรปิฎกศึกษา) มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช). (2551). พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสตร์ ชุด คาวัด. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภาและสถาบันบันลือธรรม.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). (ม.ป.ป). การปฏิบัติธรรม. (นครปฐม: วัดญาณเวศกวัน.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2559). พระไตรปิฎกและอรรถกถาฉบับภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ). (2554). อริยวังสปฏิปทา. กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัดประยูรสาส์นไทยการพิมพ์.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต.). (2563). พุทธธรรม (ฉบับเดิม) พิมพ์ครั้งที่ 40. จันทบุรี: วัดศรีเมือง.

- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต.). (2564). พุทธธรรมฉบับปรับปรุง. Printed in China.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต.). (2527). ลักษณะสังคมพุทธ. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มูลนิธิ
โกมลคีมทอง
- แสง จันทร์งาม. (2532). อริยสัจ 4 (หัวใจของพระพุทธศาสนา). กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เจริญกิจ
- วัชร งามจิตรเจริญ. (2552). พุทธศาสนาเถรวาท. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.