

ความสุขในมรรค 8

Happiness in the Eightfold Path

ทรงวิทย์ ปลัดศรี

Songwit Platsichual

เจ้าหน้าที่วัฒนธรรมจังหวัดขอนแก่น

Khon Kaen Provincial Cultural Officer

E-mail: Songwit_18@hotmail.com

Received: 8 March 2021; Revised: 17 March 2021; Accepted: 21 April 2021

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษามรรค 8 พบว่า มรรค คือ แนวทางในการปฏิบัติหรือแนวทางการดำเนินชีวิตอันจะนำไปสู่ทางแห่งความดับทุกข์ มรรคมืองค์ 8 สงเคราะห์เป็นไตรสิกขาประกอบด้วยศีล สมาธิ และปัญญา ได้แก่ หมวดปัญญา ได้แก่ สัมมาทิฐิ, สัมมาสังกัปปะ หมวดศีล ได้แก่ สัมมาวาจา, สัมมากัมมันตะ, สัมมาอาชีวะ หมวดสมาธิ ได้แก่ สัมมาวายามะ, สัมมาสติ, สัมมาสมาธิ หลักปฏิบัติตามมรรค 8 เป็นหลักการดำเนินชีวิตตามหลักทางสายกลางและจุดมุ่งหมายเพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อพระนิพพาน

ความสุขในมรรค 8 พบว่า มรรค 8 เป็นความสุขภายนอก (โลกียสุข) และความสุขที่เกิดจากภายใน (โลกุตระสุข) ที่นำไปสู่ประโยชน์สุข 3 ชั้น คือ 1) ประโยชน์ปัจจุบัน ได้แก่ ลาภ ยศ สุข สรรเสริญ หรือทรัพย์สิน ฐานะ เกียรติ ไม้ตรี ชีวิตคู่ครองที่เป็นสุข 2) ประโยชน์ภายนอก คุณค่าแก่คุณธรรมความดีงาม ความเจริญอกงามของจิตใจ 3) ประโยชน์สูงสุด การประจักษ์แจ้งความสุขภายในที่สะอาดบริสุทธิ์ เรียกว่า วิมุตติและนิพพาน และระบบการปฏิบัติของมรรคถูกจัดขั้นตอนออกมาในรูปของไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ที่เป็นทั้งโลกียะและโลกุตระ หรือศีลธรรม เป็นเครื่องชำระจิตในเบื้องต้น เกิดการประพฤติปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ปัญญา และสมาธิ เป็นการพัฒนาจิตในระดับสูงเพื่อให้เข้าถึงเป้าหมายแท้จริง คือ นิพพาน

คำสำคัญ: ความสุข, มรรค 8, พระพุทธศาสนา

Abstract

The purpose of this article is to study the eightfold path. It is found that the eightfold path is a guideline for practice or a way of living that leads to the way to the cessation of suffering. Concentration and wisdom include the wisdom category namely; right view, right thought, The precepts category namely: right speech, right action, right livelihood. Concentration categories namely; right Effort, right mindfulness, right Concentration. The principle of following the 8-fold path is the principle of living according to the middle path and aiming for peace. for more knowledge for enlightenment for nirvana

Happiness in the Eightfold Path revealed that the Eightfold Path was external happiness (worldly happiness) and inner happiness (lokutarasukha) that led to 3 levels of happiness: property, status, dignity, goodwill, happy married life 2) future benefits Value for virtue, beauty The prosperity of the mind. 3) The highest benefit. The manifestation of inner happiness that is pure and pure is called Vimutti and Nirvana. And the practice system of the path is staged in the form of the Threefold Rule, namely precepts, concentration, and wisdom, which are mundane and mundane, or morality, which are the primary means of purifying the mind. Behavior in daily life intelligence and concentration It is a high level of mental development in order to attain the true goal, Nibbana.

Keywords: happiness, eightfold path, Buddhist

บทนำ

พระพุทธเจ้าทรงจำแนกความสุขไว้หลายแบบ หลายประการ พอจำแนกได้สองแบบใหญ่ๆ ด้วยกัน คือ 1) โลภียสุข (ความสุขอันเป็นวิสัยของโลก) นัยแรกนี้นิยมความสุข หมายถึง สภาพที่ทนได้ง่าย ประกอบด้วย สุขเวทนา (ความรู้สึกละเอียดสบายทางกายก็ตาม ทางใจก็ตาม) สุขินทรีย์ (ความสุขความสบายทางกาย) และโสมนัส- สิ้นทรีย์ (ความแช่มชื่น สบายใจ สุขใจ) เป็นต้น โดยเวทนาเป็นส่วนหนึ่งของขั้น 5 (รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ) ความสุขจึงอยู่ภายใต้กฎไตรลักษณ์ คือ อนิจจตา (ความเป็นของไม่เที่ยง) ทุกขตา (ความเป็นทุกข์) และอนตตตา (ความเป็นอนัตตาหรือไม่ใช่ตน) ความสุขในลักษณะนี้จึงเป็นความสุขที่เกี่ยวข้องกับภพและภูมิ อันเป็นแดนที่เกิดของสัตว์ ความสุขจึงมีทั้งความสุขในกาม ความสุขในรูปฌาน และความสุขในอรุณฌาน แต่ก็ยังเป็นความสุขชนิดที่มีอาพาธ มีความรู้สึกอึดอัด ไม่โปร่งใส และถูกรบกวน ฌานที่ว่าเป็นสุขจึงยังมีความทุกข์ปะปนอยู่ จึงมิใช่ความสุขที่แท้จริง 2) โลกุตตรสุข หรือนิพพานสุข หมายถึง สภาพที่ดีบกิเลสและกองทุกข์ ทั้งหมด เป็นสภาวะที่ปราศจากตัณหาโดยสิ้นเชิง ไม่ต้องอาศัยปัจจัยปรุงแต่ง จึงไม่มีลักษณะของการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ประกอบด้วย สอุปาทิเสสนิพพาน (ดับกิเลส ยังมีเบญจขันธ์เหลือ) และอนุปาทิเสสนิพพาน (ดับกิเลส ไม่มีเบญจขันธ์เหลือ) ความสุข นัยที่สองนี้ จึงหมายถึง ภาวะที่สิ้นกิเลสทั้งปวงหรือปราศจากตัณหา นับเป็นสภาวะที่สมบูรณ์ในตัวเอง เป็นสิ่งดีสูงสุดของมนุษย์ ถือเป็นภาวะแห่งความสุขสูงสุด (The State of the Highest Happiness) กล่าวคือ อทุกขมสุขเวทนา (ความรู้สึกเฉยๆ จะสุข

ก็ไม่ใช่ ทุกข์ก็ไม่ใช่) และอุเบกขินทรีย์ (ความรู้สึกเฉยๆ) (พระราชวรมุนี (ป.อ.ปยุตฺโต), 2518) แบ่งเป็น 3 ระดับ คือ 1) ขั้นทรม เป็นการเสวยความสุขอย่างหมกมุ่นมัวเมา มุ่งแสวงหาและปรนเปรอตนด้วยสิ่งเสพละเอียดต่างๆ มีการปลุกเร้าและกระตุ้นระดับปกติ 2) ขั้นดี เป็นการเสวยสุขที่มีศีลธรรม คือ การเสวยสุขตามปกติ อบายมุขโดยยอมรับและรู้เท่าทันตามจริง เมื่อมีความสุขก็มีทุกข์มาคู่ ดังนั้น ไม่หมกมุ่น ไม่ประมาท 3) ขั้นดีเลิศ เป็นการเสวยสุขอย่างประณีต ดีงาม ไม่ก่อปัญหาทั้งแก่ตนและสังคม สันโดษ อยู่ร่วมกันโดยธรรม ชักจูงไปในทางเจริญดีงามที่ปราณีต (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), 2538)

ความสุขในมรรค 8 เป็นหลักธรรมที่สอนในเรื่องการดำเนินชีวิตไปในทางที่ถูกต้อง เป็นพรหมจรรย์ หรือจริยธรรมอันประเสริฐ หรือจริยธรรมตามหลักพระพุทธศาสนานั้น ก็คือ มรรค หรือมัชฌิมาปฏิปทา นี้เอง และพรหมจารีหรือผู้ประพฤติพรหมจรรย์ หรือผู้มีจริยธรรมตามหลักพระพุทธศาสนา ก็คือผู้ดำเนินชีวิตตามมรรค หรือปฏิบัติตามหลักมัชฌิมาปฏิปทา ส่วนความหมายตามรูปศัพท์ดังที่ได้วิเคราะห์ไว้ข้างต้น ก็ทำให้แปลคำว่า จริยธรรมจึงมีความหมายว่า หลักความประพฤติ หลักการดำเนินชีวิต หรือหลักการครองชีวิตเป็นอันว่า เมื่อถือตามหลักพระพุทธศาสนา มรรคหรือมัชฌิมาปฏิปทา คือ ระบบจริยธรรม ระบบความประพฤติปฏิบัติ หลักคำสอนเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตที่ดีงาม หรือหลักการครองชีวิตที่ถูกต้องสมบูรณ์ของมนุษย์ ที่จะนำไปสู่จุดหมายคือความดับทุกข์ หรือความสิ้นสุดปัญหา อยู่อย่างเป็นอิสระไร้ทุกข์ (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), 2538) ที่ทำให้เกิดความสุขหรือประโยชน์สุขทั้ง 3 ด้าน คือ 1) อดีตตะ ประโยชน์ตน จำแนกได้เป็น 3 ระดับ คือ ทิฏฐธัมมิกัตถะ ประโยชน์ปัจจุบัน หรือจุดหมายขั้นต้น สัมปรายิกัตถะ ประโยชน์เบื้องหน้า หรือจุดหมายที่สูงหรือลึกล้ำขึ้นไปปรมาตตะ ประโยชน์อย่างยิ่ง หรือจุดหมายสูงสุด 2) ปรตตะ ประโยชน์ผู้อื่น จำแนกได้เป็น 3 ระดับคือ 1) ทิฏฐธัมมิกัตถะ ประโยชน์ปัจจุบัน หรือจุดหมายขั้นต้น 2) สัมปรายิกัตถะ ประโยชน์เบื้องหน้า หรือจุดหมายที่สูงหรือลึกล้ำขึ้นไป 3) ปรมาตตะ ประโยชน์อย่างยิ่ง หรือจุดหมายสูงสุด และ 3) อุภยัตถะ ประโยชน์ทั้งสองฝ่าย หรือจุดหมายร่วมกัน ได้แก่ ประโยชน์หรือจุดหมายทุกอย่างที่เกื้อกูลแก่การบำเพ็ญและการบรรลุอดีตตะ หรือปรตตะของทุกคน ในระดับทั้งสามที่กล่าวมาแล้ว (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), 2538)

ความสุขที่เกิดจากการประพฤติปฏิบัติตามมรรค 8 จึงมีความสำคัญยิ่งประการหนึ่งของสังคม เป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนปรารถนา การแสวงหาความสุขจึงฝังแน่นอยู่ในธรรมชาติของมนุษย์ ความสุขมีทั้งที่เกิดขึ้นจากภายในจิตใจ เช่น ความสุขระดับจิตใจ ปัญญาหรือจิตวิญญาน ฯลฯ และความสุขที่เกิดขึ้นจากปัจจัยภายนอก เช่น การมีหรือการครอบครองปัจจัยในการดำรงชีวิต การมีความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม ฯลฯ แม้ว่าปัจจุบันในยุคที่ความสัมพันธ์มีความซับซ้อนมากขึ้น มีการเชื่อมโยงถึงกันหมดในทุกภาคส่วนของสังคมโลก ทั้งในระดับปัจเจกบุคคล ระดับครอบครัว ระดับชุมชน และระดับประเทศ ผลกระทบที่เกิดขึ้นจากจุดหนึ่งจะส่งผลไปยังอีก จุดหนึ่งอย่างรวดเร็ว ย่อมทำให้ความสุขของแต่ละบุคคลมีความแตกต่างหลากหลายมากขึ้น

แนวคิดความสุขในทางพุทธศาสนา

ทรงสนะเกี่ยวกับความสุขเป็นสิ่งดีที่สุดและมีค่าในตัวเอง การกระทำต่างๆ ของมนุษย์ มิได้เป็นไปเพื่อคุณค่าในตัวเองที่เป็นเพียงแนวทาง หรือวิถี (Means) ที่จะนำไปสู่จุดหมาย (End) คือความสุข ซึ่งความสุขเป็นสิ่งที่เอื้ออำนวยให้ชีวิตการดำเนินของมนุษย์ให้ดีขึ้น หากมนุษย์ผู้แสวงหาความสุขมากเกินไปจนถึงคุณธรรมย่อมจะเป็นการทำลายตนเอง และผู้อื่น ผลสุดท้ายความสุขนั้นย่อมไม่ใช่สุขที่แท้จริง การที่มนุษย์จะได้รับ

ความสุขอย่างแท้จริงจะต้องอาศัยปัญญาหรือความรู้ เพราะถือว่าปัญญาหรือความรู้เป็นสิ่งที่ดีที่สุดสำหรับมนุษย์ เป็นจุดหมายของมนุษย์ ส่วนความสุขเป็นเพียงวิธีที่จะนำไปสู่จุดหมายเท่านั้น

ความสุขมีความสำคัญมากต่อชีวิตมนุษย์ เพราะตามหลักพุทธจริยธรรมไม่ได้ปฏิเสธความสุข เพราะจะต้องเริ่มแต่ขั้นต้น ในการทำความดีหรือกรรมดีต่างๆ ไป ที่เรียกว่าบุญ ที่เป็นการรักษาศีล การเจริญภาวนา บำเพ็ญเพียรทางจิต ความสุขก็เป็นปทัฏฐานให้เกิดสมาธิ แม้ฌานในระดับสูง ไม่มีสุขเป็นองค์ฌาน ก็พึงเข้าใจว่าเป็นความสุขที่ประณีตยิ่งขึ้นไปอีก

1. ความหมายของความสุข

จากการศึกษาความหมายของความสุข ซึ่งได้มีปราชญ์ทางปรัชญา และนักวิชาการได้นิยามไว้หลากหลายความหมาย ไว้ดังนี้

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), (2538) ได้ให้ความหมายคำว่า ความสุข หมายถึง ความปราศจากทุกข์ จากสภาวะที่หมดสิ้นกิเลสทั้งปวง หรือสภาวะที่ปราศจากตัณหา อันได้แก่ นิรามิสสุข คือความสุขที่มีความประณีต ความสุขไม่อิงอาศัย อิงเนกขัมมะ มีความแตกต่างจากความสุขในกาม ศักดิ์สิทธิ์ พ้นธุสสัย และคณะ, (2537) ได้ให้ความหมายคำว่า ความสุข ว่าเป็น ความสุขที่เกิดจากปัญญารู้เข้าใจสิ่งต่างๆ ทั้งหลาย แล้วปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นอย่างถูกต้องมีเหตุผล เป็นการดับทุกข์แก้ไขปัญหาคือ ความสุขที่เกิดจากความไม่โลภ ไม่โกรธ และไม่โง่งหลงมกยเป็นความสุขที่เกิดจากความจริงถูกต้องดีงาม ความสงบ ไม่อิงอาศัยวัตถุ เป็นความสุขแบบอิสระไม่อิงอาศัยปัจจัยภายนอกอยู่เหนือกระแสโลกทางสังคม

จากข้อความดังกล่าวจะเห็นได้ว่าความสุขที่แท้จริง เป็นภาวะสุขที่ไม่ก่อให้เกิดปัญหาใดๆ ตามมา ชำแย้งช่วยขจัดปัญหาต่างๆ ด้วย ผู้ที่จะมีความสุขแบบนี้ได้จะต้องมีสภาพจิตใจที่สงบไม่ฟุ้งซ่าน คือมีความเรียบง่าย ไม่เศร้าใจกับกระแสสังคมใดๆ ทั้งสิ้น

สถิต วงศ์สวรรค์, (2540) ได้ให้ความหมายคำว่า ความสุข คือ สิ่งดีที่สุดที่มนุษย์จะพึงแสวงหา แต่ไม่ได้ปฏิเสธว่า ความสุขไม่ดี ความสุขดี แต่ไม่ใช่สิ่งที่ดีที่สุดที่คนจะหมกมุ่นแสวงหาแต่เพียงอย่างเดียว ตลอดเวลาในชีวิตของเขาสิ่งที่ดีที่สุดในชีวิตของคนนั้นไม่ใช่ความสุข (สถิต วงศ์สวรรค์, 2540)

เชิด เลิศจิตรเลขา, (2548) ได้ให้ความหมายคำว่า ความสุข คือความสุขแท้ควรเป็นสิ่งดี (good) สิ่งดีนี้มีอยู่หลายระดับ เช่น สิ่งดีพื้นฐาน (Basic good) สิ่งดีที่เกิดจากการกระทำ (Operative good) และ สิ่งดีที่เกิดจากประสบการณ์ (Experiential good) กิริติ บุญเจือ, (2512) ได้ให้ความหมายว่า ความสุข คือ เป็นสิ่งสุขสูงสุดของมนุษย์อยู่ที่เข้าใจความจริงโลกแห่งจินตนาการ ซึ่งมี (Idea of the Good) หรือจินตนาการภาพแห่งความดี เป็นจินตนาการภาพสูงสุด และให้ความสุขที่สุดด้วย ใครสร้างกุศลเพียงพอแล้วก็จะกลับไปมีความสุขในถิ่นเดิม

กล่าวโดยสรุปได้ว่า แนวคิดความสุขในทางพุทธศาสนามองว่าจะต้องเกิดจากความสุขที่ไม่แสวงหาด้วยการเบียดเบียนผู้อื่น ซึ่งเป็นความสุขที่ไม่จีรังยั่งยืน ความสุขที่แท้จริงจะต้องเกิดจากการประพฤติปฏิบัติอย่างถูกต้อง ที่อาศัยสติปัญญาคอยระคับระคองจิตใจให้เข้าไปสู่ความสุขระดับที่สูงขึ้นไป ด้วยการเจริญภาวนา บำเพ็ญเพียรทางจิต ความสุขก็เป็นปทัฏฐานให้เกิดสมาธิ ซึ่งเป็นความสุขขั้นสูงสุดของมนุษย์ผู้มีสติปัญญาเท่านั้นที่ปรารถนา ความปราศจากทุกข์จากสภาวะที่หมดสิ้นกิเลสทั้งปวง หรือสภาวะที่ปราศจากตัณหา ความสุขที่เกิดจากปัญญารู้เข้าใจสิ่งต่างๆ ทั้งหลาย แล้วปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นอย่างถูกต้องมีเหตุผล เป็นการดับทุกข์แก้ไขปัญหาคือ ความสงบจิตใจ และปัญญาความรู้เป็นสิ่งที่ดีที่สุดและมีคุณค่าในตัวเอง สิ่งดีที่สุดที่มนุษย์จะพึงแสวงหา แต่ไม่ได้ปฏิเสธว่า ความสุขไม่ดี ความสุขดี ความสุขแท้ควรเป็นสิ่งดี (good) สิ่งดีนี้มีอยู่หลายระดับ

2. ประเภทของความสุข

ในทางพระพุทธศาสนาได้แบ่งประเภทของความสุข แบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่ 1) โลกียสุข คือ สุขที่เนื่องด้วยโลกียธรรม หมายถึงความสุขอันเป็นวิสัยของโลก สุขที่อิงอาศัยโลก หรือเกี่ยวเนื่องในโลก เป็นความสุขที่เกี่ยวข้องกับภพและภูมิ ภพในที่นี้หมายถึง ถึง แดนอันเป็นที่เกิดของสัตว์ ซึ่งจำแนกโดยภูมิ มี 3 ภพ คือ กามภพ รูปภพ และ อรูปภพ (พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) 2) โลกุตตรสุข คือ สุขที่เนื่องด้วยโลกุตตรธรรม หมายถึงความสุขที่สูงกว่าโลกียสุข และโลกยภูมิ 3 ข้างต้น เป็น (พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) สภาพที่ดับกิเลสและกองทุกข์ทั้งหมด ซึ่งเป็นภาวะที่สมบูรณ์ที่สุดเพราะไม่ต้องอาศัยปัจจัยปรุงแต่ง พุทธจริยศาสตร์เรียกความสุขประเภทนี้ว่า นิพพานสุข และ เป็นความสุขระดับสูงสุดของมนุษย์ ดังมีพุทธภาษิตรับรองว่า “นิพพานํ ปรมํ สุข นิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง” (พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

ข้อที่ควรทำความเข้าใจในที่นี้คือ นิพพานที่จัดเป็นโลกุตตรสุขนั้น ในที่นี้หมายถึงนิพพาน 2 ประการ คือ สอุปาทิเสสนิพพาน (ดับกิเลส ยังมีเบญจขันธ์เหลือ) กับ อนุปาทิเสสนิพพาน (ดับกิเลส ไม่มีเบญจขันธ์เหลือ) เท่านั้น มิได้หมายรวมถึงตถังคินิพพาน (นิพพานชั่วคราว) เพราะตถังคินิพพานจัดอยู่ในประเภทโลกียสุข (พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

กล่าวโดยสรุปได้ว่า ความสุขมีหลายประเภทที่เป็นทั้งความสุขของบุคคลทั่วไป และความสุขของอริยบุคคล สำหรับความสุขของบุคคลทั่วไปที่ยังคงติดกับความสุขทางวัตถุ ทรัพย์สินเงินทอง อาหาร เครื่องนุ่งห่ม บ้าน ยังคงมองสิ่งต่าง ๆ เป็นเครื่องที่ทำให้เกิดความสุขที่เป็นความสุขของโลก สุขที่ยังคงทำให้ผู้ที่ติดในสุขนี้มีความอยากที่ไม่สิ้นสุด มีความปรารถนาไปเรื่อย ยึดติดลุ่มหลงในสุข ไม่ปล่อยวาง เรียกว่า โลกียสุข แต่ความสุขของอริยบุคคลเป็นความสุขทางจิตใจที่เกิดจากการปฏิบัติทางจิตเพื่อการปล่อยวางสิ่งต่างๆ ทางโลก เพื่อมุ่งไปสู่ความสุขที่แท้จริง ทางพุทธศาสนาเรียกความสุขนี้ว่า โลกุตตรสุข เป็นการปฏิบัติเพื่อแสวงหาความสุขในชีวิตระดับสูงสุด คือ นิพพาน

3. บ่อเกิดของความสุข

พระพุทธศาสนาได้กล่าวถึงบ่อเกิดของความสุขอันประณีต (จิตใจ) ว่าเป็น ความสุขที่ปราศจากอามิส มีคุณค่าที่แตกต่างกัน โดยเริ่มตั้งแต่ระดับกลาง และระดับสูงสุด แบ่งออกเป็นระดับ คือ ฌานสุข คือ สุขที่เนื่องด้วยฌาน และ นิพพานสุข คือ สุขที่เนื่องด้วยนิพพาน ผู้วิจัยจะได้กล่าวถึง ความสุขทั้ง 2 ดังต่อไปนี้

1) ฌานสุข คำว่า “ฌานสุข” คือ ความสุขทางจิต โดยแบ่งออกตามระดับมี 3 คือ สุขในรูปฌาน 4 สุขในอรูปฌาน 4 และสุขในสัญญาเวทยิตนิโรธสมาบัติ และสุขในพระนิพพานเพราะฉะนั้น ความสุขนี้ เป็น ฌานละเอียดและอยู่ในระดับฌานที่สูงที่สุด ผู้ที่ปฏิบัติได้ตามหลักของวิปัสสนาญาณ ย่อมได้บรรลุผลรวดเร็วเป็นพิเศษ เพราะอารมณ์ในฌานสุขและอารมณ์ในวิปัสสนาญาณ มีส่วนคล้ายคลึงกันมาก ต่างแต่ฌานสุขเป็นสมถภาวนา มุ่งดำรงฌานเป็นสำคัญสำหรับวิปัสสนาภาวนามุ่งรู้แจ้งเห็นจริง ตามอำนาจของกฎธรรมชาติเป็นสำคัญแต่ทว่าอรูปฌานนี้ก็มีลักษณะเป็นฌานปล่อยอารมณ์ คือ ไม่ยึดถืออะไรเป็นสำคัญ ปล่อยหมดทั้งรูปและนาม ถือความว่างเป็นสำคัญ

2) นิพพานสุข (Nibbana) นิพพานตามทรรคนะพุทธปรัชญา หมายถึง สภาวะที่แท้จริงที่สุดไม่มีการ หรือรูปนามยังเหลืออยู่จึงเรียกว่าอีกอย่างหนึ่ง “กิเลสนิพพาน” ซึ่งมี 2 นัย คือ 1) นัยลบหรือนิเสธ (Negative) เพราะนิพพานปฏิเสธ หรือไม่มีความทุกข์ความเดือดร้อน หรือไม่มีกิเลสใดๆ เหลืออยู่ (นิพพาน ปรมิ สุธมฺม) สิ้นความทุกข์ความเดือดร้อน กิเลสโดยสิ้นเชิง 2) นัยบวกหรือรับ (Positive) เพราะวานิพพาน

มีความสุขไม่มีภาวะอื่นสุขยิ่งกว่า (พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ), 2541) นิพพานสุข คือ เย็น ต้องปรากฏที่ชีวิตให้เป็นชีวิตเย็น ความเป็นอยู่กันอย่างเอือกเย็น ไม่มีความเร่าร้อน เย็นตามที่คนธรรมดาทั่วไปจะพอใจ (พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) นิพพานเป็นสิ่งที่มิอยู่จริง และมีอยู่ในลักษณะที่เป็นอสังขตธรรม คือ พ้นจากการปรุงแต่งของเหตุปัจจัย เพราะนิพพานมิอยู่ จึงมีการปฏิบัติเพื่อบรรลุนิพพาน

เป้าหมายอันสูงสุดของความสุขในเบื้องต้น ตามทรรศนะพุทธปรัชญาเถรวาท คือคุณค่าของความสุขด้วยวิธีปฏิบัติตามหลักธรรม 3 ประการ คือ รักษาศีล เจริญสมาธิ เจริญปัญญา ซึ่งเหมาะสำหรับผู้ปฏิบัติที่มีความรู้ ความเข้าใจและเลื่อมใสในหลักของความสุขแล้ว ในหลักคำสอนที่แบ่งไว้ 3 ระดับ และ แต่ละระดับจะต้องอาศัยปฏิบัติให้ถูกต้องตามขั้นตอน เริ่มจากสิ่งที่หยาบไปจนถึงสิ่งที่ละเอียด ประณีต ที่เรียกว่าไตรสิกขา มีปรากฏในโอวาทปาติโมกข์ คือ 1) การงดเว้นไม่ทำความชั่วทั้งปวง ทางกาย วาจา ใจ 2) ให้ทำความดีชยันหมั่นเพียรทำดีทางกายวาจา 3) การกระทำจิตของตนให้สะอาด สว่าง ว่าง สงบ ผ่องใส (พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) อนึ่ง เมื่อปฏิบัติได้อย่างถูกต้องแล้ว สิ่งสำคัญสุดท้ายก็ต้องประกอบด้วยแนวคำสอนที่เป็นไป เพื่อความพ้นทุกข์ ที่ทำให้มนุษย์เป็นคนดี มีศีลธรรม มีความสงบสุข และไม่ถือนั่นให้ตั้งให้หย่อนเกินไป คือ ปฏิบัติตามทางสายกลาง มัชฌิมาปฏิปทา มรรคมีองค์ 8 ประการคือ (พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) 1) สัมมาทิฐิ คือ ปัญญาเห็นชอบ หมายถึง เห็นถูกต้องตามความเป็นจริงด้วยปัญญา 2) สัมมาสังกัปปะ คือ ดำริชอบ หมายถึง การใช้ความคิดพิจารณาแต่ในทางกุศลหรือความดีงาม 3) สัมมาวาจา คือ เจรจาชอบ หมายถึง การพูดสนทนา แต่ในสิ่งที่สร้างสรรค์ดีงาม 4) สัมมากัมมันตะ คือ การประพฤติดีงาม ทางกายหรือกิจกรรมทางกายทั้งปวง 5) สัมมาอาชีวะ คือ การทำมาหากินอย่างสุจริตชน 6) สัมมาวายามะ คือ ความอุตสาหะพยายาม ประกอบความเพียรในกุศลกรรม 7) สัมมาสติ คือ การไม่ปล่อยให้เกิดความพลั้งเผลอ จิตเลื่อนลอย ดำรงอยู่ด้วยความรู้ตัวอยู่เป็นปกติ 8) สัมมาสมาธิ คือ การฝึกจิตให้ตั้งมั่น สงบ สงัด จากกิเลส นีวรณอยู่เป็นปกติ

เมื่อผู้ประพฤติปฏิบัติชอบตามหลักของแล้ว สามารถนำไปสู่ความสะอาดความสว่าง ความสงบตลอดจนเกิดปรีชาญาณ รู้แจ้ง เห็นจริงในธรรม ที่ควรรู้ควรเห็น จนกระทั่งทำให้หลุดพ้นจากทุกข์โดยสิ้นเชิง คือ บรรลุนิพพาน เป็นที่สุด เพราะความหลุดพ้นจากสภาพแห่งทุกข์ สุขถือว่ามิคุณค่าอย่างยิ่ง ไม่ก่อให้เกิดความเปลี่ยนแปลงอีกต่อไปสภาวะจิตรู้แจ้งเห็นจริงด้วยปัญญาวิมุตติ คุณค่าเป้าหมายความสุขสูงสุดของความสุข คือ นิพพานสุข อันเป็นโยชน์สูงสุด (นิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง) ซึ่งเป็นสภาวะที่เกิดจากหลุดพ้นจากกิเลสตัณหาอุปาทาน พ้นจากความดับทุกข์ ดับโดยสิ้นเชิง

กล่าวโดยสรุปได้ว่า บ่อเกิดของความสุขในพระพุทธศาสนาเป็นการปฏิบัติเจริญสมาธิ ด้วยการฝึกฝนจิตของเราย่อมได้รับผลดี คือการหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวง จิตใจ สงบ เย็น ประณีต สว่าง เป็นสภาวะธรรมที่เกิดจากปัญญารู้เห็นตามเหตุปัจจัย ถือว่ามีความสุขมาก ผู้ปฏิบัติสามารถเข้าสู่ความสุขอันสูงสุดนี้ได้ คือบรรลุนิพพานสุข ถือว่าผู้บรรลุนิพพานแล้วมีคุณค่าของความสุขมากกว่าผู้ที่ยังไม่บรรลู่ ผู้ต้องการแสวงหาคุณค่าของความสุขแล้ว เพียงแต่ว่าเราต้องมีสติปัญญาเข้าใจสภาวะธรรมให้ได้อย่างถูกต้องจากการใช้ศีล สมาธิ และปัญญา

มรรค 8 ในพระพุทธศาสนา

มรรค 8 ในฐานะกรรมไม่ดำไม่ขาว หรือมีวิบากไม่ดำไม่ขาว กล่าวคือ กรรมไม่ดำไม่ขาว มีวิบากไม่ดำไม่ขาว หมายถึง การกระทำทางกาย ทางวาจา และทางใจใด ๆ ที่ไม่ก่อให้เกิดความสุขหรือความทุกข์ หรือทั้งความสุขหรือความทุกข์ กล่าวคือ เป็นกรรมที่จะนำไปสู่สภาวะซึ่งอยู่เบื้องบนทั้งความสุขและความทุกข์ อันเป็นไปเพื่อความสิ้นกรรม หมายถึง เจตนาเพื่อละกรรมทั้งสามอย่างข้างต้น ซึ่งเป็นสภาวะที่ดับจนหมดสิ้นแล้ว ซึ่งกรรมทั้งปวงวิบากไม่ดำไม่ขาวนั้น ก็คือ กรรมที่ทำเพื่อออกจากสังสารวัฏ ผลของมัน คือ พระนิพพาน

ในขั้นตอนการแบ่งกรรม พระพุทธองค์ทรงแบ่งกรรมออกเป็นกุศลกรรมและอกุศลกรรมบ้าง กายกรรม วาจกรรมและมโนกรรมบ้าง สำหรับกรรมในพระไตรปิฎก 4 คู่ ได้แบ่งตามเจตนาของผู้กระทำที่มีจุดมุ่งหมายไว้ 4 ประการด้วยกัน การที่จัดกรรมไว้ 4 คู่ เพื่อมุ่งให้เห็นถึงกรรมแต่ละอย่าง ไม่ว่าจะเป็น กุศลกรรม อกุศลกรรมก็ตาม ย่อมมีวิบากที่เป็นกุศลและอกุศลตามลักษณะของกรรมนั้น (พระอุทัย จิรธมโม (เอกสะพัง), 2534) การปฏิบัติตามอริยมรรคมีองค์ 8 คือกรรมไม่ดำไม่ขาว มีวิบากไม่ดำไม่ขาว

หลักการดำเนินชีวิตตามหลักทางสายกลางและจุดมุ่งหมาย ในพระวินัยปิฎกมหารวรรค ได้กล่าวถึงการแสดงธรรม อัมมจักรกัปปวัตตนสูตรของพระพุทธเจ้าแก่ภิกษุปัญจวัคคีย์ ความว่า ภิกษุทั้งหลาย ที่สุด 2 อย่างที่บรรพชิตไม่พึงเสพ ได้แก่ (พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

1) กามสุขัลลิกานุโยคในกามทั้งหลาย การหมกมุ่นอยู่ด้วยกามสุขในกามทั้งหลายเป็นธรรมอันทราม เป็นของชาวบ้าน เป็นของปุถุชนไม่ใช่ของพระอริยะ ไม่ประกอบด้วยประโยชน์

2) อตตกิลมณานุโยค (การประกอบความลำบากเดือดร้อนแก่ตน) เป็นทุกข์ ไม่ใช่ของพระอริยะ ไม่ประกอบด้วยประโยชน์

ภิกษุทั้งหลาย มัชฌิมาปฏิปทาไม่เอียงเข้าใกล้ที่สุด 2 อย่างนั้น ตถาคตได้ตรัสรู้อันเป็น ปฏิปทา ก่อให้เกิดจักขุ ก่อให้เกิดญาณ เป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่งเพื่อความตรัสรู้ เพื่อพระนิพพาน ภิกษุทั้งหลาย ก็มัชฌิมาปฏิปทาที่ตถาคตได้ตรัสรู้แล้วอันเป็นปฏิปทา ก่อให้เกิดจักขุ ก่อให้เกิดญาณ เป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อพระนิพพานนั้น เป็นไฉน มัชฌิมาปฏิปทานั้น ได้แก่ อริยมรรคมีองค์ 8 ประการ คือ

- 1) สัมมาทิฐิ คือ ความเห็นชอบ
- 2) สัมมาสังกัปปะ คือ ความดำริชอบ
- 3) สัมมาวาจา คือ การเจรจาชอบ
- 4) สัมมากัมมันตะ คือ การกระทำชอบ
- 5) สัมมาอาชีวะ คือ การเลี้ยงชีพชอบ
- 6) สัมมาวายามะ คือ ความ พยายามชอบ
- 7) สัมมาสติ คือ การระลึกชอบ
- 8) สัมมาสมาธิ คือ ความตั้งจิตมั่นชอบ

ภิกษุทั้งหลายนี้ คือ มัชฌิมาปฏิปทานั้น ที่ตถาคตได้ตรัสรู้แล้ว อันเป็นปฏิปทา ก่อให้เกิดจักขุ ก่อให้เกิดญาณ เป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อพระนิพพาน (พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

จากข้อความดังกล่าวข้างต้น พระพุทธองค์ได้ตรัสถึงคำว่า มัชฌิมาปฏิปทา ซึ่งความหมายโดยนัยตามศัพท์ คำว่า มัชฌิมา หมายถึง กลาง และ ปฏิปทา หมายถึง แนวทางแห่งความประพฤติปฏิบัติ เช่น ปฏิปทา

ของพระอรหันต์ หมายถึง การปฏิบัติตนของพระอรหันต์รวมความโดยความหมายของคำว่า มัชฌิมาปฏิปทา หมายถึง แนวทางปฏิบัติตามหลักทางสายกลางที่ประกอบด้วยองค์ 8 ประการ เรียกว่า อริยมรรค หรือมรรคมีองค์ 8 เป็นทางสายเดียวไปสู่จุดๆ เดียว คือ ความดับทุกข์โดยสิ้นเชิงนั่นเอง (นววรรณ พันธเมธา, 2547)

การปฏิบัติเพื่อให้ได้มาซึ่งความว่างจากกิเลส คือเป็นสันติสุข ซึ่งเป็นทางมาแห่งสันติสุข มัชฌิมาปฏิปทานี้ แปลว่า ทางสายกลาง มัชฌิมาปฏิปทา มีคำว่า กลาง รวมอยู่ด้วย ฉะนั้น ถ้าไม่ใช่ทางสายกลางก็ไม่ใช่ทางพุทธศาสนา ทางที่เอียงไปซ้ายหรือเอียงไปขวาก็ตาม ไม่ใช่พุทธศาสนา ทางพุทธศาสนาจะต้องเป็นกลาง คือไม่เอียงซ้ายเอียงขวา ถ้าเรียกอย่างสมัยใหม่เรียกว่าปรับให้ได้หรือ adjust ให้พอเหมาะพอสวมกัน คือว่าทางนั้นต้องปรับหน่อย ทางนี้ต้องปรับหน่อยทุกๆ ทางให้พอเหมาะกับการกาลเวลา เหตุการณ์ สถานที่ เหล่านี้เรียกว่า ทางสายกลาง ได้เหมือนกันคือจะวางหลักลงไปตามตัวอย่างใดอย่างหนึ่งนั้นไม่ได้ ในทางปฏิบัติมนุษย์มักจะหันไปหาความสุขดั่งใจ ให้ความสำคัญแก่การบำรุงบำเรอ ร่างกายมาก และในยุคนี้คนก็ไม่เห็นความสำคัญของจิตเลย ซึ่งทางพระพุทธศาสนาเรียกว่าเป็น กามสุขัลลิกานุโยค คนบางพวกก็มีความรู้สึกเบื่อหน่าย รังเกียจความสุขทางร่างกายทางเนื้อหนัง แล้วก็เอียงไปทางด้านจิตใจอย่างเต็มที่ บางทีถึงกับทรมานร่างกาย ยอมสละความสุขทางร่างกายโดยสิ้นเชิง เพื่อจะประสบผลสำเร็จในทางจิตใจ แล้วก็กลายเป็นการเสพติดทางจิตไปอีก พวกนี้อาจจะถึงกับทำการทรมานร่างกายตนเอง บำเพ็ญทุกรกิริยาอย่างที่เราเรียกว่า อัตตกิลมณานุโยค ซึ่งเราจะเห็นตัวอย่างแม้แต่ในสังคมปัจจุบัน คือในยุคเดียวสมัยเดียวกันก็มีความสุขดั่งใจทั้งสองอย่างนี้ แยกกันออกไปเป็นคนละขั้วนี้เป็นการเอียงสุดในด้านปฏิบัติ

มรรคมืดองค์ 8 ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติกลางๆ ไม่ตึงเกินไป ไม่หย่อนเกินไป พอดีที่จะนำไปสู่จุดหมายแห่งความมีชีวิตที่ดีงาม อีกอย่างหนึ่ง สายกลางนั้น มีความหมายว่า พอดีนั่นเอง ตรงกับที่เรานิยมใช้กันในปัจจุบันว่าดุลยภาพ หรือสมดุล ในพระพุทธศาสนานั้น ข้อปฏิบัติต่างๆ มักจะมีลักษณะอย่างนี้ คือมีความพอดีหรือความสมดุล ระบบที่กล่าวถึงข้างต้นซึ่งเป็นข้อปฏิบัติทั้งหมดในทางพระพุทธศาสนา เราเรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา แปลว่า ข้อปฏิบัติที่พอดีก็เป็นลักษณะที่มีดุลยภาพ หรือสมดุลอย่างหนึ่ง แต่เป็นความพอดีของระบบทั้งหมด หรือความพอดีในระบบรวม โดยทั่วไปจะเห็นว่าหลักธรรมพระพุทธศาสนาในทุกๆระดับมีเรื่องของความพอดีหรือความเป็นสายกลางนี้ ฉะนั้น ความเป็นสายกลาง คือความพอดีที่จะให้ถึงจุดหมาย ที่จะให้ตรงกับความจริง ไม่ให้ไปสุดโต่ง เอียงสุด ซึ่งจะพลาดจากตัวความจริงไปนั้น จึงเป็นลักษณะทั่วไปอย่างหนึ่งของพุทธศาสนา (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), 2539)

กล่าวโดยสรุปได้ว่า หลักการดำเนินชีวิตตามทางสายกลาง เป็นหลักปฏิบัติในพระพุทธศาสนา เรียกว่ามรรค คือทางดำเนินชีวิตถือเป็นพรหมจริยะ คือเป็นจริยธรรมอันประเสริฐรวมกันเป็นพรหมจริยะ คือ หลักการดำเนินชีวิตที่ประเสริฐ ซึ่งได้แก่ มรรคมืดองค์ 8 ประการ รวมเป็นส่วนประกอบ 3 ส่วน คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ถือได้ว่าเป็นมรรคในฐานะไตรสิกขา เพราะฉะนั้น การดำเนินชีวิตตามแนววิถีพุทธ เป็นการฝึกฝนพัฒนาตนให้ดำเนินตามมรรค คือวิถีอันประเสริฐในการดำเนินชีวิตที่ดีงาม ในที่สุดก็จะบรรลุเป้าหมายแห่งชีวิตที่ดีงาม เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อพระนิพพาน เป็นมัชฌิมาปฏิปทาหรือการดำเนินชีวิตด้วยทางสายกลาง การปฏิบัติเพื่อให้ได้มาซึ่งความว่างจากกิเลส คือเป็นสันติสุข ซึ่งเป็นทางมาแห่งสันติสุขมัชฌิมาปฏิปทา ที่เรียกว่ามรรค คือทางดำเนินชีวิตถือเป็นพรหมจริยะ คือเป็นจริยธรรมอันประเสริฐรวมกันเป็นพรหมจริยะ คือ หลักการดำเนินชีวิตที่ประเสริฐ ซึ่งได้แก่ มรรคมืดองค์ 8 ประการ รวมเป็นส่วนประกอบ 3 ส่วน คือ ศีล สมาธิ ปัญญา

ความสุขในมรรค 8

จากการศึกษาวิเคราะห์เกณฑ์ตัดสินความสุขในมรรค 8 ที่เกิดจากการประพฤติปฏิบัติอันเป็นองค์ธรรมในมรรคมองค์ 8 อันเป็นการนำไปสู่การประพฤติปฏิบัติที่ให้ผลคือความสุขทั้งภายในและภายนอกผู้วิจัย จึงได้ศึกษาผลของความสุข โดยใช้หลักพิสูจน์ความจริงในการปฏิบัติตามหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาที่เป็นความสุขทางโลกและความสุขทางโลกุตตระ (ขั้นสูงสุด) และถ้ากระทำในสิ่งที่ควรด้วยเกิดจากการศึกษาเรียนรู้ ธรรมชาติของมนุษย์ และความเข้าใจจากความทุกข์จะนำไปสู่การแสดงผลเพื่อการมีชีวิตที่ดีของแนวคิดเรื่องความสุข

ความสุขในพระพุทธศาสนามีลักษณะเป็นทั้งสุขนิยมและปัญญานิยม สุขนิยมเมื่อเทียบกับความสุขในพุทธปรัชญาจะอยู่ในระดับกามสุข จึงเห็นได้ว่าในบางครั้งพระพุทธศาสนามีลักษณะเป็นสุขนิยม ในแง่ที่เอาความสุขมาเป็น สิ่งกระตุ้นให้มนุษย์ประพฤติชอบ ปฏิบัติชอบ เพื่อจะได้มีความสุขอย่างแท้จริง ลักษณะสุขนิยมที่เห็นได้ชัดในพระพุทธศาสนาคือการกล่าวถึงนรกสวรรค์ เป็นความจริงที่ว่าเราไม่สามารถพิสูจน์ได้ ด้วยอายตนะว่า นรกสวรรค์มีอยู่จริงหรือไม่ อีกทั้งไม่มีเครื่องมือวิทยาศาสตร์ใดๆ ที่จะใช้พิสูจน์ แต่หลักฐานที่ปรากฏในพระไตรปิฎกมีอยู่หลายตอนที่กล่าวถึงนรกและสวรรค์ เช่นกล่าวถึงการมีอยู่ของ เทวดาและอายุของ เทวดาในแต่ละชั้นของกามาพจรสวรรค์ 6 โดยเริ่มตั้งแต่ชั้นจาตุมหาราชิกา ขึ้นไปจนถึงปรนิมมิตวสวัตดี โดยบอกไว้อย่างละเอียดว่าเทวดาในชั้นนั้นๆ มีอายุกี่ปี ซึ่งผู้ที่สนใจจะหาอ่านได้จากพระไตรปิฎกเล่มดังกล่าว ในส่วนที่เกี่ยวกับนรก เช่นกล่าวถึงทุกขเวทนาที่สัตว์นรกได้รับโดยการถูทรมานด้วยวิธีต่างๆ (พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ซึ่งถ้าตีความตามตัวอักษรแล้วแสดงว่านรกสวรรค์มีอยู่จริง แต่อย่างไรก็ตาม พุทธปรัชญามีได้ถือว่า ความสุขระดับสวรรค์เป็นสิ่งที่สูง สุดของมนุษย์ ทั้งนี้เพราะความสุขระดับสวรรค์เป็นระดับกามสุข จึงมิใช่ความสุขที่แท้จริงเนื่องจาก ยังต้องอาศัยการปรุงแต่งของเหตุปัจจัย ดังนั้น แม้พุทธปรัชญาจะมีลักษณะเป็นสุขนิยมอยู่บ้าง แต่ก็ไม่ถึงกับเป็นสุขนิยมจัด

นอกจากจะมีลักษณะเป็นสุขนิยมแล้ว พระพุทธศาสนายังมีลักษณะเป็นปัญญานิยมในแง่ที่ไม่ได้ถือ ว่าความสุขทางผัสสะ (กามสุข) เป็นสิ่งที่สูงสุดของมนุษย์ ปัญญานิยมมีทรรศนะว่า โลกแห่งผัสสะ ที่เรารับรู้ด้วยอายตนะนี้ มิใช่โลกแห่งความจริง ความสุขทางผัสสะจึงมิใช่ความสุขที่แท้จริง ปัญญา นิยมเชื่อว่ามีโลกอีกโลกหนึ่งที่เป็นอิสระจากโลกแห่งผัสสะและมีความเป็นจริงในตัวเอง ซึ่งเพลโต เรียกโลกดังกล่าวนี้ว่า โลกของแบบ (World of Ideas) โลกของแบบเทียบได้กับนิพพานของ พุทธปรัชญา แต่ต่างกันตรงที่โลกของแบบมีลักษณะเป็นวัตถุวิสัย (objective) ส่วนนิพพานมี ลักษณะเป็นปัตติจิตตัง

สำหรับความสุขในมรรคมองค์ 8 ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ความสุขไว้ 2 ระดับ คือ ระดับโลกียะและโลกุตระ คือ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ คือ เจริญชอบ ทำการงานชอบ การเลี้ยงชีพชอบ เป็นศีลสิกขา ที่เป็นความสุขในระดับโลกียะ เป็นการดำเนินชีวิตในสังคัมเพื่อให้เกิดความสุขกับตนเอง ครอบครัวและผู้อื่น และสัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ คือ เห็นชอบ ดำริชอบ เป็นปัญญาสิกขา กับสัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ คือความเพียรชอบ ตั้งสติระลึกรู้ชอบ ตั้งจิตใจมั่นเป็นจิตตสิกขา จัดเป็นความสุขภายใน หรือระดับโลกุตระ ที่มุ่งประพฤติปฏิบัติภายใน คือ การปฏิบัติจิตใจให้เกิดความสงบ บริสุทธิ์ด้วยการเจริญทางจิตให้คิดดีอยู่ตลอดเวลา

1. ความสุขระดับโลกียะ คือ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ เป็นเจริญชอบ ทำการงานชอบ การเลี้ยงชีพชอบ เป็นศีลสิกขา ที่เป็นความสุขในระดับโลกียะ เป็นการดำเนินชีวิตในสังคัมเพื่อให้เกิดความสุขกับตนเอง ครอบครัวและผู้อื่น ที่มีเกณฑ์ตัดสินได้ดังนี้

การเจรจาชอบ คือ วจีสุจิริต 4 (เว้นจากวจีสุจิริต 4) เป็นหนึ่งในมรรค 8 หรือมรรคมืองค์ 8 การงดเว้นจากการพูดเท็จ งดเว้นจากการพูดส่อเสียด งดเว้นจากการพูดคำหยาบ งดเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ ละการพูดเท็จ เว้นขาดจากการพูดเท็จ พูดแต่คำจริง ดำรงคำสัตย์ มีถ้อยคำเป็นหลักฐาน ควรเชื่อได้ ไม่พูดลวงโลก ละคำส่อเสียด เว้นขาดจากคำส่อเสียด ฟังจากข้างนี้แล้วไม่ไปบอกข้างโน้น เพื่อให้คนหมู่นี้แตกร้าวกัน หรือฟังจากข้างโน้น แล้วไม่มาบอกข้างนี้เพื่อให้คนหมู่นี้แตกร้าวกัน สมานคนที่แตกร้าวกันแล้วบ้าง ส่งเสริมคนที่พร้อมเพรียงกันแล้วบ้าง ชอบคนผู้พร้อมเพรียงกัน ยินดีในคนผู้พร้อมเพรียงกัน เพลิดเพลินในคนผู้พร้อมเพรียงกัน กล่าวแต่คำที่ทำให้คนพร้อมเพรียงกัน ละคำหยาบ เว้นขาดจากคำหยาบ กล่าวแต่คำที่ไม่มีโทษเพราะหู ชวนให้รัก จับใจ เป็นของชาวเมือง คนส่วนมากรักใคร่พอใจละคำเพ้อเจ้อ เว้นขาดจากคำเพ้อเจ้อ พูดถูกกาล พูดแต่คำที่เป็นจริง พูดอิงอรรด พูดอิงธรรม พูดอิงวินัย พูดแต่คำมีหลักฐานมีที่อ้าง มีที่กำหนดประกอบด้วยประโยชน์ โดยกาลอันควร รู้จักมีจรรยาว่ามิจรรยาว่า รู้จักสัมมาวาจาว่าสัมมาวาจา ความรู้นั้น เป็นสัมมาทิฐิ สัมมาวาจา 2 อย่าง คือ สัมมาวาจาที่ยังเป็นสาสวะ เป็นส่วนแห่งบุญให้ผลแก่ชั้นธ คือ เจตนางดเว้นจากการพูดเท็จ งดเว้นจากการพูดส่อเสียด งดเว้นจากการพูดคำหยาบ งดเว้นจากการเจรจาเพ้อเจ้อ สัมมาวาจาของพระอริยะที่เป็นอนาสวะ เป็นโลกุตรระเป็นองค์มรรค คือ ความงด ความเว้น ความเว้นขาด เจตนางดเว้น จากวจีสุจิริตทั้ง 4 ของภิกษุผู้มีจิตไกลข้าศึก มีจิตหาอาสวะมิได้ พรั่งพร้อมด้วยอริยมรรค เจริญอริยมรรคอยู่ การกระทำชอบ ทำการชอบ คือ การกระทำที่เว้นจากความประพฤติชั่ว ทางกาย 3 อย่าง อันได้แก่ การงดเว้นจากการฆ่าสัตว์การงดเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เขามิได้ให้ การงดเว้นจากการประพฤติผิดในกาม การเลี้ยงชีพชอบ หมายถึงการทำมาหากินด้วยอาชีพที่สุจริต เว้นมิจฉ้อโกง อันได้แก่ การเลี้ยงชีพไม่ชอบ คือการโกงหรือหลอกลวง เว้นการประจบสอพลอ การบีบบังคับขู่เข็ญ และการต่อลาภด้วยลาภ ดังนี้

เนื่องจากมนุษย์ให้ความสำคัญต่อความสุขเพื่อตอบสนองความต้องการของร่างกาย ด้วยมนุษย์อยากมีความเป็นอยู่ที่สุขสบาย อยากมีร่างกายที่สวยงามและมีสุขภาพที่ดีแข็งแรง ห่างจากโรคภัยไข้เจ็บด้วยสิ่งอุปโภคและบริโภคให้แก่ตนเองคือการดำเนินชีวิตที่ดีได้นั้นที่มองว่าเป็นความต้องการของมนุษย์ทุกคน ถ้ามนุษย์มีการบริโภคที่เกินความพอดี กินอยู่ด้วยอาหารจานด่วน เน้นที่ความอึดอร่อยถูกปากด้วยทุกสิ่งถูกจัดสรรให้อย่างง่ายๆ ไม่ต้องใช้ความคิดในการตรวจสอบสิ่งที่บริโภคมากมายนัก จึงขาดการไตร่ตรองจากการชักชวนให้เห็นแก่ตนเองเพียงด้านเดียวเท่านั้น บางก็ตกเป็นเหยื่อหนี้สิน มีการใช้จ่ายอย่างสิ้นเปลืองเพื่อบำรุงบำเรอร่างกายอย่างเดียว ซึ่งจะทำให้มนุษย์ได้พบกับความทุกข์ได้เช่นกัน ด้วยแนวคิดเสนอประเด็นที่โต้แย้งมองว่า การเห็นแก่ความต้องการบริโภคสร้างความมอมเมาให้กับมนุษย์ ซึ่งพบว่า มนุษย์มีกระบวนการคิดที่มีเหตุผลอย่างเป็นระบบได้ ถ้าได้รับความรู้เพื่อพัฒนาศักยภาพในตนเอง แต่มนุษย์มิได้ใช้เหตุผลไตร่ตรองสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นตามความเปลี่ยนแปลงของกระแสสังคม และด้วยเหตุนี้เองทำให้ความสามารถอันมากมายของมนุษย์อาจถูกทำลายทิ้งลงไปได้จากการเสพลือที่ชักชวนปล่อยชีวิตไปตามกระแสให้ได้ล้มลงสัมผัสตอบสนองกิเลสในวัฏฏนิมมอย่างมาในปัจจุบัน และด้วยสิ่งนี้เองเป็นเหตุผลให้มนุษย์ขาดการไตร่ตรองด้วยการบริโภควัตถุเพียงเพื่อให้มีความสุขมากที่สุดและยาวนานที่สุดเท่านั้น

ด้วยเหตุนี้จึงพบว่า มีแนวคิดในพระพุทธศาสนาให้ความสำคัญต่อการพัฒนาปัญญาและสภาวะจิตใจ ให้ความสำคัญต่อพลังทางธรรมชาติที่อยู่คู่กับมนุษย์มาอย่างยาวนาน ด้วยมีแนวคิดทางพุทธศาสนาได้กล่าวไว้ว่าหลุดจากการเป็นทาสของสิ่งทั้งปวง โดยเฉพาะก็เป็นทาสของสิ่งที่เรารัก แต่แม้สิ่งที่เราไม่รักก็ตกเป็นทาสของมันเหมือนกัน ถ้ากล่าวตามโวหารธรรม เป็นทาสตรงที่ต้องไปเกลี้ยตมันนั่นเอง อยู่เฉยๆ ไม่ได้ ก็อดสำทไปเกลี้ยตมัน ไปรื้อนใจกับมัน มันบังคับเราได้เช่นเดียวกับของที่เรารัก แต่อยู่ในลักษณะคนละอย่าง ฉะนั้น คำว่า

เป็นทาสของสิ่งทั้งปวงนั้น ย่อมหมายถึงทั้งทางที่พอใจและไม่พอใจ ทั้งหมดนี้แสดงว่า เราหลุดออกมาเป็นอิสระอยู่ได้ด้วยอำนาจของปัญญา (พุทธทาส อินทปัญโญ, 2533)

การที่มนุษย์ผู้ที่ประพฤติปฏิบัติด้วยศีลธรรมย่อมมีผลทำให้บุคคลผู้นั้นมีความสุขและความเจริญในสังคม อีกทั้งยังนำตนเองไปสู่สิ่งที่ดีงามในการดำเนินชีวิต บุคคลทั่วไปให้ความเคารพ สรรเสริญและความรักใคร่ เป็นที่ยกย่องของคนในสังคม เป็นความสุขและความสำราญเท่านั้น เป็นสิ่งประเสริฐสุดของชีวิต แต่มีให้มาในความสุข ควรที่จะดำเนินทางสายกลาง ให้ถือสันโดษ ไม่ทะเยอทะยาน ชีวิตที่ประเสริฐ คือ ชีวิตที่มีความเป็นอยู่อย่างง่าย และสงบ จึงควรปลีกตัวออกจากสังคม การเข้าไปผูกพันกับสังคมเท่ากับขาดความเป็นอิสระ แต่ก็มีได้ให้ใช้ชีวิตอย่างโดดเดี่ยว โดยไม่สัมพันธ์กับผู้อื่นเลย เพราะจะทำให้พบกับความว้าเหว การเลือกทางสายกลาง คือ มิตรภาพ การมีมิตรภาพต่อผู้อื่น และมีชีวิตอยู่ในสังคมที่เป็นมิตร จึงเป็นสิ่งประเสริฐอีกสิ่งหนึ่ง ความจริงแท้มีเพียงสสาร คนเราตายแล้วไม่มีอะไรเหลือ ขณะที่ชีวิตอยู่จึงควรแสวงหาความสุขใส่ตัวให้มากที่สุด ที่ว่าจุดหมายของการกระทำทั้งปวงของเรา อยู่ที่เราหลุดพ้นจากความทุกข์และความกลัว เมื่อเราได้สิ่งนี้แล้วก็สบายใจ ความสุขเป็นชีวิตที่สมบูรณ์ ความสุขเป็นทั้งสิ่งที่มีค่าหลักและสิ่งมีค่ารองของเรา

การดำเนินชีวิตในทางที่ดี และประพฤติปฏิบัติทางกายด้วยการยึดหลักศีลธรรมย่อมเป็นความสุขของคฤหัสถ์ แต่ควรที่จะพัฒนาความสุขให้สูงขึ้นอันเป็นความสุขทางจิตใจ เป็นความสุขที่เกิดจากการไม่อิงอาศัย จะมีความแตกต่างกันเห็นได้ชัด จะเป็นความสุขที่ละเอียดกว่า เป็นความสุขที่ไม่ต้องพึ่งวัตถุภายนอก เป็นสุขที่มีความยั่งยืนในตัว และมีความสมบูรณ์ สว่างด้วยจิตอันบริสุทธิ์ ไม่มีสิ่งอื่นใดอยู่เหนือกว่าอีก พระพุทธเจ้าทรงแสดงความสุขอีก 4 ประการ ว่าเป็นความสุขที่อันเลิศ คือ 1) ความยินดีในวิเวก ย่อมมีความสุข 2) การไม่เบียดเบียน คือ การระมัดระวังไม่ทำร้ายสัตว์มีชีวิต เป็นสุขในโลก 3) การละกามทั้งหลายเสียได้เป็นความสุขในโลก 4) การกำจัดความถือตัว (อสมิมานะ) เสียได้นั้นแหละเป็นความสุขอย่างยิ่ง ความสุข 4 ประการนี้ ถือได้ว่าเป็นความสุข ที่แท้จริง ซึ่งทำให้มนุษย์มองเห็นคุณค่าของชีวิตตัวเอง ไม่ตกหล่มในกามคุณทั้ง 5 เป็นความสุขที่ไม่พึ่งพาปัจจัยภายนอก คือ กามคุณ 5 รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ (พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) อันเป็นสาเหตุที่จะก่อให้เกิดความเฝ้าฝัน ที่ชวนให้เกิดความกำหนัดยินดี เมื่อบุคคลใดที่ติดข้องอยู่ใน รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส และหากไม่รู้เท่าทันก็จะทำให้คล้อยตามอารมณ์แห่งกามคุณนั้น เกิดความยินดี ความพอใจ มีความเพลิดเพลิน ลุ่มหลงและความอยาก ความต้องการไม่มีที่สิ้นสุด อันถือเป็นมูลเหตุแห่งทุกข์ (พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) จึงเป็นความสุขที่ไม่ยั่งยืนถาวร แต่กลับจะเจือด้วยความทุกข์มากมาย ตามพระพุทธศาสนาเถรวาทแล้วนั้น ถือว่า ความสุขที่อิงอาศัยปัจจัยภายนอก เป็นความสุขที่ไม่แน่นอน เมื่อบุคคลใดยึดมั่นใน รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส ทั้งห้านี้แล้ว ย่อมไม่อาจที่จะมองเห็นสัจธรรมตามความจริง

2. ความสุขระดับโลกุตระ เป็นความสุขที่ได้จากสัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ คือ เห็นชอบ ดำริชอบ เป็นปัญญาสิกขากับสัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ คือความเพียรชอบ ตั้งสติระลึกรู้ ตั้งจิตใฝ่มั่น เป็นจิตตสิกขา หรือกลุ่ม สมาธิ เมื่อวิเคราะห์ในเกณฑ์ตัดสินความสุขขององค์ธรรมในหมวดนี้ จึงจะกล่าวได้ว่าเป็นการพัฒนาทางด้านจิตใจเพื่อบำรุงความสุขพ้นทางพระพุทธศาสนา ที่จะได้กล่าวถึงในลำดับต่อไป

การที่จะมองเห็นสิ่งทั้งหลายอย่างถูกต้อง ตามที่มันเป็นได้นั้น จะต้องใช้โยนิโสมนสิการ คือ ขณะนั้นความนึกคิด ดำริต่างๆ จะต้องปลอดโปร่ง มีอิสระไม่มีทั้ง ความชอบใจ ความยึดติด พัวพัน และความไม่ชอบใจ เป็นปฏิปักษ์ต่างๆ ด้วยนั้น คือ จะต้องมีความมีสัมมาทิฐิ และสัมมาสังกัปปะ ซึ่งองค์ประกอบทั้งสองอย่างนี้ ส่งเสริมสนับสนุนซึ่ง กันและกันสัมมาสังกัปปะ มี 2 อย่าง สัมมาสังกัปปะที่ยังเป็นสาสวะ เป็นส่วนแห่งบุญให้ผลแก่

ชั้น คือ ความดำริในเนกขัมมะ ดำริในความไม่พยาบาท ดำริในความไม่เบียดเบียน สัมมาสังกัปปะของพระอริยะที่เป็นอนาสวะ เป็นโลกุตระ เป็นองค์มรรค คือ ความตริก ความวิตก ความดำริ ความแน่ว ความแน่วความปักใจ วชิสังขาร ของภิกษุผู้มีจิตไกลข้าศึก มีจิตหาอาสวะมิได้ พรั่งพร้อมด้วยอริยมรรค เจริญอริยมรรค

ความตั้งใจมั่น โดยถูกทาง โดยการที่กุศลจิตมีอารมณ์เป็นอันเดียว (ความตั้งมั่นแห่งกุศลจิตในในอารมณ์อันใดอันหนึ่ง ไม่ฟุ้งซ่าน) เข้าถึงปฐมฌาน ทุตติฌาน ตติยฌาน และ จตุตถฌาน (จิตตั้งมั่นในฌานทั้ง 4 นี้เท่านั้น ไม่เลยไปถึงอรุณฌาน) ถือเป็นยอดแห่งมรรคทั้งหลาย

ความแตกต่างของสมาธิและสัมมาสมาธิ คำว่าสมาธิ กับคำว่า สัมมาสมาธิ มีความแตกต่างกัน สมาธิได้แก่การถือเอา อารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งทำให้แน่วแน้อยู่ในอารมณ์นั้น ถ้าจิตจับที่เรื่องราว มาเป็นอารมณ์แน่วแน้อยู่ในเรื่องนั้น สมาธินั้นเป็นสมาธิไม่ชอบไม่ถูก ตามธรรมส่วนคำว่าสัมมาสมาธิ หมายถึง การยึดเรื่องดีมาเป็นอารมณ์แน่วแน่ว อยู่ในเรื่องที่เพื่อกุศล สมาธินั้นจึงจะยังประโยชน์ให้สำเร็จ อริยมรรค 8 คือ หนทางแห่งการดำรงชีวิตอย่างรู้แจ้ง มีสติเป็นพื้นฐานด้วยการฝึกสติสามารถพัฒนาสมาธิจิตซึ่งจะช่วยให้บรรลุถึงปัญญา เพราะสัมมาสมาธิจึงสามารถบรรลุถึงสัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ และ สัมมาวายามะปัญญาความเข้าใจซึ่ง พัฒนาขึ้นนั้น สามารถกำจัดความไม่รู้ (อวิชชา) ได้ในที่สุด

สัมมาสมาธิ จิตสัจแล้วจากกามทั้งหลาย สัจแล้วจากกรรมที่เป็นอกุศลธรรมทั้งหลาย เข้าถึงปฐมฌาน ประกอบด้วยวิตกวิจารณ์ มีปิติและสุขอันเกิดจากวิเวก เพราะความที่วิตกวิจารณ์ทั้งสองระงับลง เข้าถึงทุตติฌาน เป็นเครื่องผ่อนคลายแห่งใจในภายใน ให้สมาธิเป็นธรรมอันเอกผุดขึ้น ไม่มีวิตกวิจารณ์ มีแต่ปิติและสุขอันเกิดจากสมาธิ เพราะความจางคลายไปแห่งปิติ เป็นผู้อยู่อุเบกขา มีสติและสัมปชัญญะ และเสวยสุขด้วยนามกาย มีสติ อยู่เป็นปรกติสุข เข้าถึงตติยฌานเพราะละสุขและทุกข์เสียได้ เพราะความดับไปแห่งโสมนัสและโทมนัสทั้งสอง เข้าถึงจตุตถฌาน ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข มีแต่ความที่สติเป็นธรรมชาติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขา ถ้าปฏิบัติตามอริยมรรคมีองค์ 8 จนอยู่เหนือผลกระทบทั้งกรรมดีกรรมชั่ว จะหลุดพ้นจากกรรมดังนี้แล

ดังนั้นเมื่อวิเคราะห์ตามความจริงแล้วจะเห็นได้ว่ามรรคมีองค์เป็นหลักธรรมที่มุ่งให้ผู้ปฏิบัติยั้งทางสายกลางที่ต้องมีความสอดคล้องเกื้อกูลต่อกันและจะขาดองค์ใดองค์หนึ่งไม่ได้จะต้องมีครบทั้งองค์ 8 จึงจะมีความสมบูรณ์ คือต้องมีการประพฤติทั้งทางกาย วาจา และจิตใจ ที่เป็นสิ่งที่ทำให้ผู้ปฏิบัติเกิดความสุขได้ ซึ่งมรรคจัดเป็นไตรสิกขา อันเป็นแนวทางการดำเนินชีวิตให้ครบองค์ 8 ในระดับปฏิบัติ 3 หมวด ที่เรียกว่าไตรสิกขา

ไตรสิกขานั้น ถือว่าเป็นระบบการปฏิบัติธรรมที่ครบถ้วนสมบูรณ์ มีขอบเขตครอบคลุมมรรคทั้งหมด และเป็นการนำเอาเนื้อหาของมรรคไปใช้อย่างหมดสิ้นบริบูรณ์ จึงเป็นหมวดธรรมมาตรฐานสำหรับแสดงหลักการปฏิบัติธรรม และมักใช้เป็นแม่บทในการขยายวิธีปฏิบัติธรรม ในที่นี้ขอกล่าวสรุปว่า มรรคเป็นระบบการปฏิบัติธรรมทั้งหมดในแง่เนื้อหา ฉะนั้น ไตรสิกขาก็เป็นระบบการปฏิบัติธรรมทั้งหมดในแง่การใช้งาน ฉะนั้น ไตรสิกขาเป็นระบบที่รับช่วงหลักปฏิบัติจากมรรคไปกระจายออกสู่วิธีปฏิบัติในส่วนรายละเอียดอย่างกว้างขวางต่อไป มรรคประกอบขึ้นด้วยองค์ 8 ประการรวมกัน และผู้ปฏิบัติธรรมก็ต้องใช้องค์ทั้ง 8 ของมรรคเนื่องไปด้วยกันโดยตลอด

การประพฤติปฏิบัติตามมรรค 8 จึงนำไปสู่ความสุข หรือประโยชน์ ที่พระพุทธศาสนาปรารถนาให้หากบุคคลใดปฏิบัติได้ย่อมนำไปสู่จุดหมายที่แบ่งเป็น 2 ระดับ เหมือนที่อ้างไว้นั้น และเน้นปรমัตถะให้เด่นชัดเป็นพิเศษ จึงแยกออกมาเป็นอีกข้อหนึ่ง ต่างหากและจัดประโยชน์หรือจุดหมายนั้น ออกเป็น 3 ชั้น (พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ได้ดังนี้

1) **ประโยชน์ปัจจุบัน** เรียกว่า ทิฏฐธัมมิกัตถะ แปลว่าประโยชน์ในชีวิตนี้หรือประโยชน์ปัจจุบัน เป็นจุดหมายขั้นต้นหรือจุดหมายเฉพาะหน้า หมายถึงประโยชน์อย่างที่มีมองเห็นๆ กันอยู่ ที่เข้าใจกันง่ายๆ เกี่ยวกับชีวิตประจำวัน เป็นเรื่องชั้นนอก หรือเรื่องธรรมดาสามัญที่มุ่งหมายกันในโลกนี้ ได้แก่ ลาภ ยศ สุข สรรเสริญ หรือทรัพย์สิน ฐานะ เกียรติ ไม้ตรี ชีวิตคู่ครองที่เป็นสุข เป็นต้น

2) **ประโยชน์ภavnหน้า** เรียกว่า สัมปรายิกัตถะ แปลว่าประโยชน์เบื้องหน้าหรือเบื้องสูงหรือประโยชน์ที่ลึกล้ำ ยิ่งกว่าที่จะมองเห็นกันเฉพาะหน้า หรือผิวดินในภavnนอก เกี่ยวด้วยชีวิตด้านในหรือประโยชน์ด้านคุณค่าชีวิต เป็นจุดหมายขั้นสูงขึ้นไป หันมาให้คุณค่าแก่คุณธรรมความดีงาม รู้จักการทำด้วยความไม่ธรรม รักความดีงาม รักคุณภาพของชีวิตและความเจริญงอกงามของจิตใจ

3) **ประโยชน์สูงสุด** เรียกว่า ปรมัตถะ หรือประโยชน์ที่เป็นสาระแท้จริงของชีวิต เป็นจุดหมายสูงสุดหรือที่หมายขั้นสุดท้าย ได้แก่ การรู้แจ้งสภาวะของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงรู้เท่าทันคติธรรมดาของสังขารธรรม ไม่ตกเป็นทาสของโลกและชีวิต มีจิตใจเป็นอิสระโปร่งโล่งผ่องใส ไม่ถูกบีบคั้น คับข้องจำกัดด้วยความยึดติดถือมั่นหวั่นหวาดของตนเอง ปราศจากกิเลสเผาลนที่ทำให้เศร้าหมองขุ่นมัว อยู่อย่างไรทุกข์ ประจักษ์แจ้งความสุขประณีตภายในที่สะอาดบริสุทธิ์สิ้นเชิงอันประกอบพร้อมด้วยความสงบเยือกเย็นสว่างไสวเบิกบานโดยสมบูรณ์ เรียกว่า วิมุตติและนิพพาน ดังนั้น ในการสอนที่เกี่ยวกับจุดหมาย 3 ขั้นนี้ แทนที่ระบบปฏิบัติของมรรค จะถูกจัดขึ้นตอนออกมาในรูปของไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา

สรุปความเข้าใจโดยนัย อรรถ 3 ทั้งสองหมวด จึงรวมเข้าเป็นชุดเดียวกันได้ดังนี้

1) **อัตตัตถะ** ประโยชน์ตน จำแนกได้เป็น 3 ระดับ คือ ทิฏฐธัมมิกัตถะ ประโยชน์ปัจจุบัน หรือจุดหมายขั้นต้น สัมปรายิกัตถะ ประโยชน์เบื้องหน้า หรือจุดหมายที่สูงหรือลึกล้ำขึ้นไปปรมัตถะ ประโยชน์อย่างยิ่ง หรือจุดหมายสูงสุด

2) **ปรัตถะ** ประโยชน์ผู้อื่น จำแนกได้เป็น 3 ระดับคือ

2.1) ทิฏฐธัมมิกัตถะ ประโยชน์ปัจจุบัน หรือจุดหมายขั้นต้น

2.2) สัมปรายิกัตถะ ประโยชน์เบื้องหน้า หรือจุดหมายที่สูงหรือลึกล้ำขึ้นไป

2.3) ปรมัตถะ ประโยชน์อย่างยิ่ง หรือจุดหมายสูงสุด

3) **อุภยัตถะ** ประโยชน์ทั้งสองฝ่าย หรือจุดหมายร่วมกัน ได้แก่ ประโยชน์หรือจุดหมายทุกอย่างที่เกื้อกูลแก่การบำเพ็ญและการบรรลุอัตตัตถะ หรือปรัตถะของทุกคน ในระดับทั้งสามที่กล่าวมาแล้ว (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2552)

จากที่กล่าวมาทั้งหมดนี้พอจะสรุปได้ว่า ปฏิภาเพื่อเข้าถึงนิพพานสุขนั้นจะต้องเป็นไปด้วย การปฏิบัติเท่านั้น และการปฏิบัติดังกล่าวแบ่งออกเป็น 3 ขั้นตอน ได้แก่ ศีล สมาธิ และปัญญา ซึ่ง ขั้นตอนทั้ง 3 ดังกล่าวนี้นี้พร้อมมูลในองค์มรรคทั้ง 8 กล่าวคือ องค์มรรค 2 ข้อแรกจัดเป็นขั้นปัญญา 3 ข้อถัดมาเป็นขั้นศีล และ 3 ข้อสุดท้ายเป็นขั้นสมาธิ กระบวนการทั้ง 3 ขั้นตอนอันมีอยู่ในองค์มรรค ทั้ง 8 นี้ เมื่อบุคคลได้ปฏิบัติอย่างถูกต้องแล้วย่อมนำไปสู่นิพพานสุขอันเป็นความสุขระดับโลกุตตรสุข และเป็นจุดหมายของพุทธปรัชญาได้ในที่สุด

สรุป

ความสุขในมรรค 8 อาจกล่าวได้ว่า มรรค 8 เป็นองค์ประกอบของการดำเนินชีวิตในทางสายกลางที่เรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา ที่เป็นทางนำไปสู่ความหลุดพ้น ตามหลักการประพฤติปฏิบัติทางพระพุทธศาสนา

บุคคลใดผู้ที่ยึดหลักมรรค 8 เป็นเครื่องนำจิตใจแล้ว ปฏิบัติด้วยกาย วาจาและจิตใจที่ดีงาม ย่อมส่งผลให้บุคคลนั้นเกิดความสุขทั้งทางกายและจิตใจ มรรค 8 ที่เป็นองค์ประกอบทั้ง 8 องค์เมื่อ สังเคราะห์ลงแล้ว ย่อมเหลืออยู่ 3 อย่าง คือ ศีลสมาธิ ปัญญา ทั้ง 3 อย่างนี้เรียกว่าหลักไตรสิกขา อันเป็นหลักที่บุคคลทั่วไปควรที่จะศึกษา เพื่อให้เข้าถึงแก่นแท้ในพระพุทธศาสนา อย่างแท้จริงและเป็นการพิสูจน์ได้ว่า การปฏิบัติเป็นแนวทางเพื่อความหลุดพ้นหรือ เป็นหลักธรรมที่แท้จริง อันเป็นสัจธรรมตามหลักอริยสัจ 4 ทั้งนี้ มรรคมองค์ 8 เป็นหลักธรรมทั้ง 8 ข้อที่จะต้องยึดปฏิบัติร่วมกันเพื่อเกื้อหนุนซึ่งกันและกันระหว่างองค์ 8 อันเป็นแนวทางแห่งการประพฤติทางกาย วาจาและจิตใจ การประพฤติปฏิบัติตามมรรค 8 จึงนำไปสู่ความสุข หรือประโยชน์ จัดประโยชน์หรือจุดหมายนั้น ออกเป็น 3 ชั้น ได้ดังนี้ 1) ประโยชน์ปัจจุบัน ได้แก่ ลาภ ยศ สุข สรรเสริญ หรือทรัพย์สิน ฐานะ เกียรติ ไม้ตรี ชีวิตคู่ครองที่เป็นสุข 2) ประโยชน์ภายนอก คุณค่าแก่คุณธรรมความดีงาม รู้จักการทำด้วยความไม่ธรรม รักความดีงาม รักคุณภาพของชีวิตและความเจริญงอกงามของจิตใจ 3) ประโยชน์สูงสุด การรู้แจ้งสภาวะของสิ่งทั้งหลาย ประจักษ์แจ้งความสุขภายในที่สะอาดบริสุทธิ์ เรียกว่า วิมุตติและนิพพาน จุดหมาย 3 ชั้นนี้ แทนที่ระบบปฏิบัติของมรรค จะถูกจัดชั้นตอนออกมาในรูปของไตรสิกขา คือ ศีลสมาธิ ปัญญา มรรค 8 ในส่วนที่เป็น โลภะหรือศีลธรรม เป็นเครื่องชำระจิตใจในเบื้องต้น ให้เกิดการประพฤติปฏิบัติ ในชีวิตประจำวันส่วนปัญญาและสมาธิ เป็นการเจริญทางจิต ในระดับสูงเพื่อให้เข้าถึงเป้าหมายแท้จริงทางพระพุทธศาสนา คือ นิพพาน

เอกสารอ้างอิง

- กิริติ บุญเจือ ปรัชญาเบื้องต้น. (2512). กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิชย์ จำกัด.
- เชิด เลิศจิตรเลขา. (2548). จริยศาสตร์พื้นฐาน. กรุงเทพมหานคร: ดอนบอสโ.
- นพวรรณ พันธเมธา. คู่มือการใช้ภาษาไทยแนวใหม่. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์พริ้นติ้ง แอนด์ พับลิชชิ่ง จำกัด มหาชน, 2547.
- พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ). (2541). มรรค ผล นิพพาน. กรุงเทพมหานคร: กิ่งหัน.
- _____. (2533). คู่มือมนุษย์. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: เจริญวิทย์การพิมพ์.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). (2538). พจนานุกรมพุทธศาสน์: ฉบับประมวลศัพท์. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- _____. (2539). คำสอนเป็นกลาง ปฏิบัติสายกลาง. ลักษณะแห่งพระพุทธศาสนา. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.
- _____. (2544). แก่นแท้ของพระพุทธศาสนา. กรุงเทพมหานคร: กองทุนวัฒนธรรม.
- _____. (2538). พจนานุกรมพุทธศาสน์ : ฉบับประมวลศัพท์. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก.
- _____. (2536). พุทธวิธีแก้ปัญหาเพื่อศตวรรษที่ 21. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก.
- _____. (2539). ลักษณะแห่งพระพุทธศาสนา. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิพุทธธรรม.
- _____. (2551). การพัฒนาที่ยั่งยืน. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิโกลด์คิมทอง.
- _____. (2541). ธรรมานุชีวิต. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก.
- พระธรรมปิฎก ป.อ. ปยุตโต. (2538). พจนานุกรมพุทธศาสน์: ฉบับประมวลศัพท์. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2554). ความสุขทุกแห่งทุกมุม. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา.

_____. (2552). พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

_____. (2551). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 23. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

_____. (2551). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์. พิมพ์ครั้งที่ 12. กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระมหาวิเชียร สุธีโร. (2562). ความสุขในทัศนะของพระพุทธศาสนา. วารสารพุทธมัตต์ ศูนย์วิจัยธรรมศึกษา สำนักเรียนวัดอาวุธวิกสิตาราม. 4(1), 42-47.

พระอุทัย จิรธมโม เอกสะพัง. (2534). ทัศนะเรื่องกรรมในพุทธศาสนาเถรวาทและปัญหาเรื่องกรรมในสังคมชาวพุทธไทยในปัจจุบัน. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,

ศักดิ์สิทธิ์ พันธุ์สัตย์ และคณะ. (2537). บุรณาการแผนใหม่นักธรรมชั้นโทรวมทุกวิชา. กรุงเทพมหานคร: บ้านหนังสือโกสินทร์.

สถิต วงศ์สุวรรณ. (2540). ปรัชญาเบื้องต้น. กรุงเทพมหานคร: รวมสาส์น.

