



บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย

พุทธปรัชญาสอนให้เห็นความจริง เกี่ยวกับชีวิตของมนุษย์ว่ามนุษย์มีทั้ง ลุ่มและทุกข์
ชีวิตปลุกชนม้จักจะแสวงหาความสุขขั้นต่ำได้แก่การมลุ่ม ซึ่งตามความเป็นจริงแล้วมีลุ่มน้อย
มีทุกข์มากกว่า พุทธปรัชญาสอนให้แสวงหาความสุขขั้นสูงซึ่งมีความประณีตกว่า อันได้แก่ลุ่ม
ซึ่ง เกิดจากการมีจิตสงบสงัดจากกิเลสจนกระทั่งบรรลุนิพพาน และการที่พุทธปรัชญาสอนว่า
ชีวิตมีความทุกข์มากกว่าความสุขนั้น เพราะชีวิตมีทั้งทุกข์ประจำแ ละทุกข์จร ทุกข์ประจำ
ได้แก่ลักษณะประจำธรรมชาติของมนุษย์อันได้แก่การเกิดแก่เจ็บตาย เป็นสิ่งที่ไม่อาจแก้ไขได้
ทุกข์อีกประเภทหนึ่งได้แก่ทุกข์จร คือความโศก ความคร่ำครวญ ทุกข์กาย ทุกข์ใจ คับแค้นใจ
ปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้น ตลอดจนได้สิ่งที่ไม่สมปรารถนา เป็นต้น เป็นทุกข์ที่เกิดขึ้นไม่
แน่นอน เมื่อเกิดขึ้นทำให้ใจเดือดร้อน คับแค้นใจ และทุกข์ใจ ถ้ามนุษย์สามารถกำจัด
ความทุกข์ใจได้ เขาก็จะพบความสุขที่แท้จริงที่เขาแสวงอยู่นั้นอย่างแน่นอน

สำหรับตัวมนุษย์นั้น พุทธปรัชญาที่ค่นะว่าประกอบด้วยชั้น 5 คือรูป เวทนา
สัญญา สังขาร วิญญาณรวมกันมีลักษณะเป็นกระแส มีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่และดับไป ติดต่อกัน
ไม่ว่างเว้น มีลักษณะไม่คงที่ เปลี่ยนแปลงไปตามกฎของไตรลักษณ์ คืออนิจจัง ทุกขัง อนัตตา
สิ่งไม่มีตัวตนที่แท้ของตนเอง กระแสชีวิตที่ไหลเวียนอยู่เสมอไม่หยุดนี้ เกิดจากปัจจัยที่อาศัย
กันและกัน เกิดขึ้นพร้อมกันตามหลักปฏิจลสัมปบาท โดยมีวิชชา ๕๗หา อุปาทานเป็นมูลราก
กระแสนี้จะไหลเวียนเรื่อยไป โดยไม่มีเบื้องต้นและเบื้องปลาย อันเรียกว่าสังสารวัฏ ซึ่ง
ทำให้มนุษย์ติดข้องวนเวียนอยู่ในทุกข์

เมื่อมนุษย์มีทุกข์ แต่ถ้าแก้ไขทุกข์และแสวงลุ่มในทางที่ไม่ถูกต้อง ทุกข์ก็จะเพิ่มขึ้น
ไปอีก ทั้งนี้ เพราะมนุษย์ยังไม่สามารถขจัดปัญหาพื้นฐานของชีวิตอันได้แก่กิเลสตัวสำคัญคือ

อริชชา อริชชาได้แก่ความไม่รู้ไม่เข้าใจในอริยสัจ 4 ซึ่งหมายความรวมถึงไม่รู้ในปัจจุสมุปบาท และไตรลักษณ์ด้วย ทั้งนี้เพราะธรรมทั้ง 3 หมวดนี้มีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด เมื่อมีอริชชาสิ่งก่อให้เกิดตัณหาและอุปาทานตามมา อันเรียกรวมว่ากลุ่มกิเลสในวิภวาระ 3 อุปาทานจะยึดถือชั้น 5 ว่าเป็นตัวตน เป็นตัวของเรา อันเรียกว่าอุปาทานชั้น 5 ซึ่งก่อให้เกิดทุกข์ เพราะความรัก ความห่วงหาเป็นห่วงกังวลในตัวตน และของของตน เป็นเหตุให้ทำกุศลกรรม และอกุศลกรรมต่าง ๆ เมื่อมนุษย์ทำกรรมก็เกิดผลของกรรมตามมาได้แก่ริบาก อันได้แก่ภพภูมิต่างๆ ถ้าทำอกุศลกรรมจะเกิดในอบาย ได้แก่เนรก เปรต อสุรกายและดิรัจฉาน แต่ถ้าทำกุศลกรรมจะเกิดในภพ 3 ได้แก่ กามลोकิตกภ (โลกมนุษย์และสวรรค์ทั้ง 6) รูปภพ (รูปพรหม 16 ชั้น) และอรุภพ (อรุพรหม 4 ชั้น) ทำให้นวนเวียนอยู่ในภวสังขาร คือวงจรของภพ ซึ่งย่อลงได้เป็นวิภวาระ 3 ได้แก่กิเลส กรรมและริบาก ตราบใดที่มนุษย์ยังมีอริชชาอยู่ก็ย่อมติดข้องอยู่ในวิภวาระนี้ มีการเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในภพภูมิต่าง ๆ ใต้รับทุกข์เรื่อยไปไม่มีที่สิ้นสุด

ตามหลักอริยสัจข้อ 3 ความทุกข์นี้สามารถแก้ไขได้คือสับได้ ถ้ามนุษย์แก้ปัญหาวินิตด้วยปัญญา คือแทนที่จะวนเวียนอยู่ในวิภวาระ 3 ด้วยอริชชา แต่เปลี่ยนมาเดินตามทางสายกลางคือมัชฌิมาปฏิปทาตามหลักอริยสัจข้อที่ 4 อันได้แก่อริยมรรคมีองค์ 8 ซึ่งย่อลงได้เป็นการปฏิบัติ 3 ระดับ เรียกว่าไตรสิกขา ได้แก่ศีล สมาธิ ปัญญา มนุษย์ก็จะสามารถขจัดอริชชาเสียได้

การขจัดอริชชาด้วยมัชฌิมาปฏิปทานี้ สำหรับในกรณีทั่วไป มรรคเป็นทางดำเนินชีวิตที่งดงามเพื่อเข้าสู่ความหลุดพ้นจากทุกข์ ส่วนไตรสิกขาเป็นระบบการศึกษาหรือระบบการฝึกอบรม โดยเริ่มจากศีล สมาธิและปัญญาตามลำดับ แท้จริงแล้วเนื้อหาสาระของมรรคและไตรสิกขาก็คือข้อปฏิบัติเดียวกัน

มัชฌิมาปฏิปทานี้มีสติปัฏฐาน 4 เป็นเครื่องมือสำคัญ อันได้แก่กายานุสสันนาสติปัฏฐาน เวทนานุสสันนาสติปัฏฐาน จิตตานุสสันนาสติปัฏฐาน และธัมมานุสสันนาสติปัฏฐาน ซึ่งรวมเป็นการปฏิบัติสมถกรรมฐาน และวิปัสสนากัมมัฏฐาน อันเป็นขั้นสุดท้ายที่จะทำให้เกิดปัญญาคืออริชชา สำหรับการปฏิบัติสมถกรรมฐานโดยตรงแต่อย่างเดียวนั้นมี 40 วิธี เรียกว่า

กัมมฏฐาน 40 ซึ่งก่อให้เกิดสมาธิระดับต่าง ๆ กัน 8 ระดับ เรียกว่าฌานสมาบัติ 8 ใต้แก่รูปฌาน 4 และอรุฌาน 4 สมาธินี้เป็นกำลังสำหรับวิปัสสนากัมมฏฐาน คือเป็น ประโยชน์สำหรับให้ปัญญาปฏิบัติการอย่างได้ผลดี สำผัสสมาธิเองแต่อย่างเดียวย่อมไม่ สามารถทำให้บรรลุสังขารมรรคได้

การปฏิบัติวิปัสสนากัมมฏฐาน โดยดำเนินไปตามขั้นตอน ผู้ปฏิบัติจะบรรลุความ บริสุทธิ์ทางจิตไปทีละขั้นตามหลักวิสุทธิ 7 และได้ความรู้ประสัจจ์ทางจิตตามลำดับขั้นไป อันเรียกว่าวิปัสสนาญาณ 9 เมื่อได้ญาณที่ 9 แล้วเป็นอันว่าวิชชาถูกขจัดหมดสิ้นไป เกิด ความรู้แจ้งตามความเป็นจริง ซึ่งเรียกว่าวิชชา อุपाทานชั้นหรือความยึดมั่นในชั้น 5 ว่าเป็นตัวตน เป็นตัวของเราทั้งหมดไป เกิดความรู้ถูกต้องในรูปนาม หรือชั้น 5 ว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์และไม่ใช่ตัวตน คือมีความรู้ความเข้าใจในไตรลักษณ์ อันเป็นสามัญลักษณะ ของสิ่งทั้งปวง โดยเห็นการเกิดดับของนามรูปอย่างชัดเจน นับว่าเป็นการบรรลุถึงเป้าหมาย ของกระบวนการปฏิบัติกลุ่มบาทฝ่ายนิโรธวาร

เมื่อไม่มีวิชชาอันเป็นเหตุให้ยึดมั่นในตัวตนอีกต่อไปแล้ว ความหวั่นกังวลและ หวงแหนในตัวตนและของของตนก็หมดไป สิ่งไม่มีเหตุปัจจัยหรือกิเลสให้ต้องทำการหมกหมองต่อไป จะมีก็แต่เพียงกิริยาซึ่งมีลักษณะเป็นอหยาภฤต คือไม่เป็นทั้งบุคคลและอกุศล จึงนับว่า หมดกรรม อันเป็นการตัดวงจรของวัฏฏะให้ขาดออกจากกัน คือเมื่อสิ้นกรรมจึงไม่มีผลของ กรรมคือวิบาก แล้วมนุษย์ก็ไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดในภพภูมิต่าง ๆ อีกต่อไป เป็นการ สิ้นภพสิ้นชาติ นับเป็นการสิ้นสุดลงแห่งสังสารวัฏ เป็นการหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวงอันเรียกว่า นิพพาน

นิพพานหรือความหลุดพ้นนี้ เป็นภาวะอันประเสริฐลุ่มบูรณ์ ซึ่งมนุษย์สามารถมีชีวิต ที่ตั้งงามและเป็นสุขอย่างแท้จริง เป็นภาวะที่หลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวงโดยไม่ต้องพึ่งอาศัยปัจจัย ภายนอก คือสังขารธรรม อันได้แก่สิ่งปรุงแต่งขึ้นมาตามโลกียวิสัย มาก่อให้เกิดทุกข์หรือสุข ให้แก่ตนเองอีกต่อไป ทำให้ชีวิตเป็นอิสระไม่ต้องขึ้นกับสิ่งภายนอกโดยมีกิเลสตัณหา เป็น

ตัวบงการอยู่ภายใน คือสามารถรู้เท่าทันความเป็นจริงของโลก ไม่ตกเป็นทาสและไม่ถูกความ
 ผันผวนของโลกทำให้เป็นทุกข์อีกต่อไป นิพพานตามทัศนะของพุทธปรัชญาได้แก่ภาวะที่สงบ
 บริสุทธิ์และเป็นอิสระ ไม่ติดข้องอยู่ในเครื่องร้อยรัด คืออวิชชา ตัณหา อุปาทาน เป็นภาวะ
 เหนือสุขและทุกข์ทั้งปวง นิพพานเป็นภาวะละเอียดประณีตยากที่ปุถุชนจะเข้าใจได้ ภาวะ
 นี้เป็นประสบการณ์ที่จะพึงรู้แจ้งได้ด้วยตนเอง เพราะไม่มีภาษาซึ่งอยู่ในระดับสัมผัส ที่จะ
 ใช้อธิบายนิพพาน ซึ่งเป็นปรมาตถสัจจะได้อย่างแจ่มแจ้งและชัดเจน



ศูนย์วิทยทรัพยากร
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย