

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยหลักมรรคมีองค์ ๘ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท วิธีการปฏิบัติตามมรรคมีองค์ ๘ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท และ มรรคมีองค์ ๘ เพื่อการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท ซึ่งมีปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎกและทางพระพุทธศาสนาเถรวาทที่เกี่ยวข้องสรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ ดังนี้

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

ศึกษามรรคมีองค์ ๘ เพื่อการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทโดยทำการศึกษาตามวัตถุประสงค์การวิจัยใน ๓ ประการ ได้แก่ (๑) มรรคมีองค์ ๘ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท (๒) วิธีการปฏิบัติตามมรรคมีองค์ ๘ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท และ (๓) มรรคมีองค์ ๘ เพื่อการบรรลุธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ดังนี้

๕.๑.๑ มรรคมีองค์ ๘ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

จากการศึกษาลักษณะมรรคมีองค์ ๘ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท สรุปได้ดังนี้

มรรคมีองค์ ๘ จึงเป็นหลักธรรมที่สะท้อนถึงทัศนะและปัญญา โดยให้เดินทางสายกลาง เพราะมรรคมีองค์ ๘ ประการเป็นธรรมอันประเสริฐ อันนำไปสู่ความสงบและความหลุดพ้น มีอยู่ ๘ ประการ คือ (๑) สัมมาทิฐิ คือความเข้าใจถูกต้อง (๒) สัมมาสังกัปปะ คือความไม่เผลอใจถูกต้อง (๓) สัมมาวาจา คือการพูดจาถูกต้อง (๔) สัมมากัมมันตะ คือการกระทำถูกต้อง (๕) สัมมาอาชีวะ คือการดำรงชีพถูกต้อง (๖) สัมมาวายามะ คือความพากเพียรถูกต้อง (๗) สัมมาสติ คือการระลึกประจำใจถูกต้อง และ (๘) สัมมาสมาธิ คือการตั้งใจมั่นถูกต้อง เป็นหลักธรรมอันเป็นข้อปฏิบัติทางจิตจึงละเอียดอ่อนลึกซึ้งมากกว่าหลักธรรมอันเป็นข้อปฏิบัติทางกายถ้ามองมรรค ๘ ตามนัยพระพุทธศาสนา คือศึกษา ๓ ได้แก่ สติ สมาธิ และปัญญาผู้เจริญตามมรรคมีองค์ ๘ บริบูรณ์แล้วย่อมได้จึงเป็นเหตุให้เกิดวิชา คือ ความรู้ ความรู้ทั่วถึงตามความเป็นจริง หรือตรงตามความเป็นจริง เป็นธรรมฝ่ายกุศล มีลักษณะสามารถตัดอวิชชาให้ขาดสิ้น วิชาเปรียบเหมือนแสงสว่าง เพราะเป็นแสง สว่างที่ส่องทางดำเนิน เพื่อความหลุดพ้นทุกข์ทั้งในปัจจุบัน และอนาคตได้สามารถกำจัดกิเลสได้ตามลำดับขั้น ซึ่งก็มีศัพท์ที่เป็นชื่อใช้แทนกันได้ เช่น ญาณ ปัญญา วิปัสสนา และสัมมาทิฐิ เป็นต้น เป็นผลที่ได้มาจากการเจริญเจริญมรรคมีองค์ ๘

๕.๑.๒. วิธีการปฏิบัติตามมรรคมืองค์ ๘ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

จากการศึกษาวิธีการปฏิบัติตามมรรคมืองค์ ๘ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทสรุปได้ ดังนี้

วิธีการปฏิบัติตามมรรคมืองค์ ๘ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทโดยสรุปแบ่งออกเป็น ๘ ประเด็น คือ (๑) การปฏิบัติตามหลักสัมมาทิฐิ คือ ใช้ปัญญาพิจารณา เช่น เห็นว่าเรามีความเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นเรื่องความจริงของทุกสิ่งที่มีชีวิต ทำดียอมได้ และทำชั่วต้องได้รับชั่ว เป็นต้น (๒) การปฏิบัติตามหลักสัมมาสังกัปปะคือ ความดำริชอบ เช่น ความดำริในการออกจากกาม เป็นต้น (๓) การปฏิบัติตามหลักสัมมาวาจา คือ เจตนางดเว้นจากการพูดเท็จ เจตนางดเว้นจากวาจา ส่อเสียด เป็นต้น (๔) การปฏิบัติตามหลักสัมมากัมมันตะ คือ การกระทำชอบหรือการงานชอบ คือ งดเว้นจากการฆ่า 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 เพื่อกำจัดอกุศลและโทมนัสออกจากจิต (๘) การปฏิบัติตามหลักสัมมาสมาธิ คือ ให้ปฏิบัติตามหลักกัมมัฏฐาน ๔๐ กลอง ให้เลือกกลองใดกลองหนึ่งก็ได้ ให้กำหนดแน่วแน่อยู่กับสิ่งสิ่งเดียวที่เรียกว่า จิตมีอารมณ์เดียว ไม่ฟุ้งซ่านซัดส่ายไปหาสิ่งอื่นหรืออารมณ์อื่นวิธีการที่จะทำให้มีอารมณ์เดียวก็โดยการหาวัตถุอะไรสักอย่างหนึ่งหรือหาอารมณ์อะไรสักอย่างหนึ่งมาให้จิตฝึกในการที่จะกำหนดแน่วแน่ว่า วิธีการฝึกสมาธิ

๕.๑.๓ มรรคมืองค์ ๘ เพื่อการบรรลुरुธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท

จากการศึกษามรรคมืองค์ ๘ เพื่อการบรรลुरुธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทสรุปได้ดังนี้

การบรรลुरुธรรมในพระพุทธศาสนามี ๔ ประเภท คือ (๑) สรุปความว่าโสดาบันบุคคล คือ เป็นอริยบุคคลประเภทแรกที่ได้สัมผัสกระแสพระนิพพาน พระโสดาบันสามารถละสังโยชน์ได้ ๓ คือ ๑) สักกายทิฐิ ความเห็นผิดว่ามีตัวตน ๒) วิจิกิจฉา ความสงสัยในพระพุทธเจ้า ๓) สีลัพพตปรามาส ความยึดมั่นในศีลพรต (๒) สกทาคามีบุคคล คือ ผู้ละกิเลสได้เหมือนพระโสดาบันคือ สักกายทิฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส แต่ทำราคะ โทสะ โมหะ เหลือเบาบางยิ่งขึ้น (๓) อนาคามีบุคคลกำจัดสังโยชน์เบื้องต้นได้ ๕ ประการ สักกายทิฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส และละกิเลสได้เพิ่มขึ้นอีก ๒ อย่าง คือ กามราคะ และภิง္ฆะ (๔) พระอรหันต์ละสังโยชน์ทั้ง ๑๐ อย่าง ทั้งที่เป็นสังโยชน์เบื้องสูง และสังโยชน์ที่เป็นกิเลสอย่างละเอียด ทรงละได้หมดทุกประการ

การปฏิบัติตามหลักหลักอริยสัจ ๔ หลักไตรสิกขา และทางสายกลาง เพื่อทำลายสิ่งมาขัดขวางการปฏิบัติตามหลักมรรคมีองค์ ๘ เช่น นิเวศน์ และ สังโยชน์ให้สิ้นไปจากจิต ดังนั้นผู้ปฏิบัติตามหลักมรรคมีองค์ ๘ เพื่อบรรลุธรรม เป็นการทำความดีที่เกิดขึ้นเป็นข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ การนำหลักมรรคมีองค์ ๘ ไปประยุกต์ใช้กับการดำเนินชีวิต เป็นหลักธรรมเพื่อนำไปบริหารประเทศ บุคคลในสังคมก็จะเจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไป เพื่อให้สังคมเห็นว่า หลักธรรมทางพระพุทธศาสนามีความสำคัญ ช่วยสร้างสันติภาพให้เกิดขึ้น เป็นหลักคำสอนไม่ให้ใช้ความรุนแรง เพื่อให้เกิดความสงบสุขกับตนเอง ครอบครัว และในสังคม

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

๕.๒.๑ ข้อเสนอทั่วไป

๑) ผู้ศึกษาควรรู้ความหลักมรรคมีองค์ ๘ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ซึ่งมีความหมาย ลักษณะ เป็นอย่างไรบ้าง

๒) ผู้ศึกษาควรรู้วิธีการนำหลักมรรคมีองค์ ๘ ไปปฏิบัติตามให้ถูกต้อง เช่น สัมมาทิฐิ คือ ปัญญาเห็นชอบ หมายถึง การปฏิบัติอย่างเหมาะสมตามความเป็นจริงด้วยปัญญา สัมมาสังกัปปะ คือ ดำริชอบ หมายถึง การใช้สมองความคิดพิจารณาแต่ในทางกุศลหรือความดีงาม สัมมาวาจา คือ เจรจาชอบ หมายถึง การพูดต้องสุภาพ พูดในสิ่งที่สร้างสรรค์ดีงาม สัมมากัมมันตะ คือ การประพฤติดีงาม ทางกายหรือกิจกรรมทางกายทั้งปวงสัมมาอาชีวะ คือ การทำมาหากินอย่างสุจริตชน ไม่คดโกง เอาเปรียบผู้อื่นสัมมาวายามะ คือ ความอุตสาหะพยายาม ประกอบความเพียรในการกุศลกรรมสัมมาสติ คือ การไม่ปล่อยให้เกิดความพลั้งเผลอ จิตเลือนลอย ดำรงอยู่ด้วยความรู้ตัวอยู่เป็นปกติสัมมาสมาธิ คือ การฝึกจิตให้ตั้งมั่น สงบ สงัด จากกิเลส นิเวศน์อยู่เป็นปกติ

๓) ผู้ศึกษาควรเข้าใจมรรคมีองค์ ๘ เพื่อเป็นหลักปฏิบัติในการบรรลุธรรมของพระพุทธศาสนาการปฏิบัติตามหลักหลักอริยสัจ ๔ หลักไตรสิกขา และทางสายกลาง ช่วยสร้างสันติภาพให้เกิดขึ้น เป็นหลักคำสอนไม่ให้ใช้ความรุนแรง เพื่อให้เกิดความสงบสุขกับตนเอง ครอบครัว และในสังคม

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

๑) ควรศึกษาวิธีการเจริญมรรคมีองค์ ๘ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ในพระพุทธศาสนา

๒) ควรมีการศึกษาและวิเคราะห์หลักมรรคมีองค์ ๘ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท เพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในสังคมปัจจุบัน

๓) ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบมรรคมีองค์ ๘ เพื่อการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนา
เถรวาทกับหลักธรรมอื่นๆ ของศาสนาทั่วไปในการเข้าถึงธรรมหรือบรรลุธรรมตามหลักศาสนาอื่น