

## มรรค 8 ( อัฐังคิกมรรค )

นำเสนอเมื่อ : 10 ก.ย. 2551

### มรรค 8 ( อัฐังคิกมรรค )

..(มรรค = อริยมรรค = มัชฌิมาปฏิปทา = มรรคแปด = ทางดำเนินชีวิตอันประเสริฐ = ทางสายกลาง)

.....แนวทางดำเนินอันประเสริฐของชีวิตหรือกาย วาจา ใจ เพื่อความหลุดพ้นจากทุกข์...เรียกว่า อริยมรรค แปลว่าทางอันประเสริฐ เป็นขอปฏิบัติที่มีหลักไม่อ่อนแอ จนถึงกับตกอยู่ใต้อำนาจ ความอยากแห่งใจ แต่ก็ไม่แข็งดิ่งจนถึงกับเป็นการทรมานกายให้เหือดแห้งจากความสุขทางกาย เพราะฉะนั้นจึงได้เรียกว่ามัชฌิมาปฏิปทา คือทางดำเนินสายกลาง ไม่หย่อนไม่ดิ่ง แต่พอเหมาะเช่นสายดนตรีที่เทียบเสียงได้ทีแล้ว

.....คำว่ามรรค แปลว่าทาง ในที่นี้หมายถึงทางเดินของใจ เป็นการเดินจากความทุกข์.....ไปสู่ความเป็นอิสระหลุดพ้นจากทุกข์ซึ่งมนุษย์หลงยึดถือและประกอบขึ้นในสัตนด้วย....อำนาจของอวิชชา ....มรรคมืองค์แปด คือต้องพร้อมเป็นอันเดียวกันทั้งแปดอย่างดุษเชือก

.....พ้นแปดเกลียว องค์กรแปดคือ :-

- .....1. สัมมาทิฎฐิ คือความเข้าใจถูกต้อง
- .....2. สัมมาสังกัปปะ คือความใฝ่ใจถูกต้อง
- .....3. สัมมาวาจา คือการพูดจาถูกต้อง
- .....4. สัมมากัมมันตะ คือการกระทำถูกต้อง
- .....5. สัมมาอาชีวะ คือการดำรงชีพถูกต้อง
- .....6. สัมมาวายามะ คือความพากเพียรถูกต้อง
- .....7. สัมมาสติ คือการระลึกประจำใจถูกต้อง
- .....8. สัมมาสมาธิ คือการตั้งใจมั่นถูกต้อง

.....การปฏิบัติธรรมทุกชั้นตอน รวมลงในมรรคอันประกอบด้วยองค์กรแปดนี้ เมื่อย่นรวมกัน

.....แล้วเหลือเพียง 3 คือ ศีล - สมาธิ - ปัญญา สรุปสั้น ๆ ก็คือ

.....การปฏิบัติธรรม(ศีล-สมาธิ-ปัญญา)ก็คือการเดินตามมรรค

....

### **.สัมมาทิฏฐิ(ปัญญา)**

- ....คือความเข้าใจถูกต้อง ย่อมต้องการใช้ในกิจการทั่วไปทุกประเภททั้งทางโลกและ
- ....ทางธรรม แต่สำหรับฝ่ายธรรมชั้นสูงอันเกี่ยวกับการเห็นทุกข์หรืออาสวะซึ่งจัดเป็น
- ....การเห็นอริยสัจจันั้นย่อมต้องการฝึกฝนอย่างจริงจังเป็นพิเศษ ความเข้าใจถูกต้อง
- ....คือต้องเข้าใจอย่างทั่วถึงว่าทุกข์นั้นเป็นอย่างไร อย่างหยาบๆ ที่ปรากฏชัดๆ เป็นอย่างไร
- ....อย่างละเอียดที่แอบแฝงเป็นอย่างไร เหตุให้เกิดทุกข์เป็นอย่างไร ความดับสนิท
- ....ของทุกข์มีภาวะอย่างไร มีลำดับอย่างไร ทางให้ถึงความดับทุกข์คืออะไร เดินให้ถึงได้
- ....อย่างไร สัมมาทิฏฐิมีทั้งที่เป็นโลกียะคือของบุคคลที่ต้องขวนขวายปฏิบัติก้าวหน้าอยู่
- ....และสัมมาทิฏฐิที่เป็นโลกุตตระ คือของพระอริยบุคคลต้นๆ ส่วนของพระอรหันต์นั้น
- ....เรียกเป็นวิชชาไปและไม่เรียกว่าองค์แห่งมรรค เพราะท่านถึงที่สุดแล้ว

### **.สัมมาสังกัปปะ(ปัญญา)**

- ....คือความไม่ใฝ่ใจถูกต้อง คือคิดหาทางออกไปจากทุกข์ตามกฎแห่งเหตุผล ที่เห็นชอบมาแล้ว
- ....ข้อสัมมาทิฏฐินั้นเอง เริ่มตั้งแต่การใฝ่ใจที่โน้มไปในทางออกบวช การไม่เพ่งร้าย การ
- ....ไม่ทำทุกข์ให้แก่ผู้อื่นแม้เพราะผลอ รวมทั้งความไม่ใฝ่ใจถูกต้องทุกอย่างที่เป็นไปเพื่อ
- ....ความหลุดพ้นจากสิ่งที่มีมนุษย์ไม่ประสงค์

### **.สัมมาวาจา (ศีล)**

- ....คือการพูดจาถูกต้อง ไม่เป็นโทษต่อตนเอง และผู้อื่น

### **.สัมมากัมมันตะ (ศีล)**

- ....คือการกระทำถูกต้อง ไม่เป็นโทษต่อตนเอง และผู้อื่น

### **.สัมมาอาชีวะ (ศีล)**

- ....คือการดำรงชีพถูกต้อง ไม่เป็นโทษต่อตนเอง และผู้อื่น

### **.สัมมาวายามะ (สมาธิ)**

- ....คือความพากเพียรถูกต้อง เป็นส่วนของใจที่บากบั่นในอันที่จะก้าวหน้า ไม่ถอยหลังจากทาง
- ....ดำเนินตามมรรค ถึงกับมีการอธิษฐานอย่างแรงกล้า

### **.สัมมาสติ (สมาธิ)**

- ....คือการระลึกประจำใจถูกต้อง ระลึกแต่ในสิ่งที่เกื้อหนุนแก้ปัญหาที่จะแทงตลอด
- ....อวิชชาที่ครอบงำตนอยู่ โดยเฉพาะได้แก่กายนี้ และธรรมอันเนื่องเกี่ยวกับกายนี้ เมื่อ

....พบความจริงของกายนี้ อวิชาหรือหัวหน้าแห่งมูลทุกข์ก็สิ้นไป

### .สัมมาสมาธิ (สมาธิ)

....คือการตั้งใจมั่นถูกต้อง ได้แก่สมาธิ เป็นของจำเป็นในกิจการทุกอย่าง สำหรับในที่นี้เป็น

....อาการของใจที่รวมกำลังเป็นจุดเดียว กล้าแข็งพอที่จะให้เกิดปัญญา

....ทำการแห่งตลอดอวิชาได้ และยังเป็นการพักผ่อนของใจ ซึ่งเป็นเหมือนการหลับให้

....แหลมคมอยู่เสมอด้วย ฯลฯ

....องค์มรรคบางองค์ เป็นส่วนหยาบและสะสมขึ้นในตัวเราได้ง่ายคือ สัมมาวาจา

....สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สามองค์นี้ถูกอบรมให้สำเร็จเป็นวิริติเจตสิกจำพวกกุศล

....เจตสิกเป็นเชื่อนอนหนึ่งอยู่ในสันดาน เตรียมพร้อมที่จะมาผสมจิตคราวเดียวกันกับ

....มรรคองค์อื่นๆ เมื่อได้โอกาสอันเหมาะ แม้องค์มรรคที่ยากๆ เช่นสัมมาทิฐิ-สติ-สมาธิ

.... ก็เหมือนกัน ได้ฝึกอบรมมาเท่าใดก็เข้าไปนอนเนื่องติดอยู่ในสันดานเป็นกุศลเจตสิก

....อยู่อย่างเดียวกัน รอคอยกันจนกว่าจะครบทุกองค์และมีสัดส่วนพอดีกัน ก็ประชุมกัน

....เป็นอรियมรรคขึ้น ตัดกิเลสหรือสัญญาโทษให้หมดไปได้คราวหนึ่งตามกำลังหรือชั้นของ

....ตน อาการสะสมกำลังแห่งองค์มรรคนี้ตรัสเรียกว่า "การอบรมทำให้มาก"

....สัมมาทิฐิเป็นตัวนำ เกิดขึ้นก่อนๆก่อน เกิดขึ้นเท่าใดก็จูงองค์อื่นๆ ให้เกิดขึ้นตามส่วน

....องค์ที่เกิดขึ้นนั้นกลับช่วยสัมมาทิฐิให้คมกล้าขึ้นไปอีก สัมมาทิฐินั้นก็จูงองค์อื่นๆให้

....กล้าขึ้นไปอีก และส่งเสริมชักจูงกันไปอีกทำนองนี้ จนกว่าจะถึงขีดที่เพียงพอและสามัคคี

....พร้อมกันได้ครบองค์ การอบรมทำให้มากอยู่เสมอนี้เองคือระยะแห่งการปฏิบัติธรรม

....ยิ่งมากก็ยิ่งเร็ว ยิ่งอธิษฐานใจกล้าก็ยิ่งแรง ยิ่งที่วิเวกก็ยิ่งสุขุมลึกซึ้ง ยิ่งชำนาญก็ยิ่งคมกล้า