

มัชฌิมาปฏิปทา : แนวทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์

The Middle Way : The Practice of Adversity

นายพสิษฐ์ มะลิ (Pasith Mali)*
รศ.ดร.อินธา ศิริวรรณ (Assoc.Dr.Intha Siriwan)**
ดร.พีรวัฒน์ ชัยสุข (Dr.Peerawat Chaisuk)***

วันรับ 16 / กุมภาพันธ์ / 2563
ตรวจสอบ 17-20 / กุมภาพันธ์ / 2563
ตอบรับ 23 / กุมภาพันธ์ / 2563

บทคัดย่อ

ทางสายกลางเป็นข้อปฏิบัติ เพื่อให้ถึงความดับแห่งปัญหาและดับทุกข์ด้วยปัญญา พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ได้แปลทับศัพท์ของคำว่า มัชฌิมาปฏิปทา คือ ข้อปฏิบัติที่เพ่งถึงวิธีการหรือทางดำเนินชีวิตที่เป็นกลาง ๆ ตามธรรมชาติ สอดคล้องกับกฎธรรมชาติพอเหมาะพอดีที่จะให้เกิดผลตามกระบวนการดับทุกข์ของธรรมชาติ โดยเรียกสั้น ๆ ว่า มรรค ซึ่งแปลว่า ทาง มีองค์ประกอบ 8 ประการ คือ 1) สัมมาทิฐิ เห็นชอบ 2) สัมมาสังกัปปะ ดำริชอบ 3) สัมมาวาจา เจรจาชอบ 4)

สัมมากัมมันตะ การงานชอบ 5) สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ 6) สัมมาวายามะ พยายามชอบ 7) สัมมาสติ ระลึกรชอบ 8) สัมมาสมาธิ ตั้งใจมั่นชอบ ซึ่งอยู่ในหัวข้อธรรมข้อสุดท้ายของอริยสัจ 4 โดยเรียกปฏิปทานี้ว่า อริยมรรคมีองค์ 8 เพราะเป็นเหตุให้ผู้ปฏิบัติ ได้บรรลุถึงอริยผลทั้ง 4 ประการ คือ โสตาปัตติผล สกทาคามีผล อนาคามีผล และอรหัตตผล

คำสำคัญ : มัชฌิมาปฏิปทา, แนวทางปฏิบัติ, ความดับทุกข์

*นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพุทธบริหารการศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2561.

**อาจารย์ประจำหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธบริหารการศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2561.

***อาจารย์ประจำหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธบริหารการศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2561.

Abstract

The middle path is a neutral practice to reach the end of the problem and the suffering of the intellect. The Thai version of the scriptures translates the transliteration of the word. Meditation is a practice that focuses on the method.

The nature of life is to be consistent with natural law, which is the result of the process of suffering of nature, by short, that it means that there are 8 elements: 1) the right attitude. 2) the mind of the battle. Like 3) Right to negotiate 4) Right to work 5) Right livelihood 6) Right to try 7) Mindfulness 8) I like to concentrate. This is the last line of the Four Noble Truths. There are 8 reasons for the practice. The four virtues are accomplished: singleness, qualities, senses, and effects.

Keywords : The middle Way, The practice, Suffering cessation

บทนำ

ในการปฏิบัติตามหลักทางสายกลางที่กล่าวถึง จึงอาจกล่าวได้ว่าเป็นประมวลหลักแห่งความประพฤติและเป็นระบบจริยธรรมทั้งหมดในพระพุทธศาสนา เป็นคำสอน ภาคปฏิบัติที่เห็นผลได้จริงและช่วยนำทางบุคคลให้ดำเนินไปสู่จุดหมายตามกระบวนธรรม ที่รู้และเข้าใจได้ และเห็นผลสำเร็จจริงตามกระบวนธรรมนั้น หรือเป็นวิธีการใช้กฎเกณฑ์ แห่งกระบวนธรรมของธรรมชาติให้

เกิดประโยชน์แก่ชีวิตจริงจนถึงที่สุด ซึ่งเป็นหนทางแห่งปัญญา คือเกิดความรู้ เกิดความเข้าใจและความมีเหตุมีผลในองค์ประกอบของทาง สายกลางนั้น ทำให้มนุษย์สามารถที่จะขจัดปัญหาอันเกิดกับชีวิตของตนเองได้ หรือสามารถดำเนินชีวิตให้ถูกต้องและดีงามได้ด้วยตนเองโดยไม่ต้องคอยหวังพึ่งอำนาจและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายจากภายนอกที่มองไม่เห็น

มีข้อควรทำความเข้าใจเพิ่มเติมเมื่อกล่าวถึงคำว่า "ทางสายกลาง" เพราะปัจจุบัน ได้มีการนำคำนี้มาใช้กันอย่างกว้างขวาง และบางครั้งก็คลาดเคลื่อนจากความเป็นจริง หรือคลาดเคลื่อนจากความหมายที่แท้จริงไป เช่น การนำไปใช้ในความหมายว่า หมายถึง การกระทำ หรือความคิดที่อยู่กึ่งกลางระหว่างการกระทำทั้งสองอย่าง คือ ระหว่างความดีกับความชั่ว เป็นต้น หรือความคิดที่เกิดขึ้นสองแบบสองแนว แล้วก็วัดให้ได้กึ่งกลางระหว่างสองแบบสองแนวนั้น ซึ่งทางสายกลางในลักษณะเช่นนี้ ไม่มีอะไรเป็นหลักที่แน่นอน เพราะไม่มีจุดมุ่งหมาย หรือเป้าหมายที่ชัดเจนและแน่นอน คือต้องรอให้มีข้อเปรียบเทียบทั้งสองฝ่ายเกิดขึ้นก่อน จึงจะหาความกลางนั้นได้ และจุดกึ่งกลางที่กล่าวถึงนั้นก็หาเหตุผล ที่ชัดเจนไม่ได้ว่ามีอยู่ระดับไหน สุดแล้วแต่ทั้งสองฝ่ายจะยึดถือแล้วนำมาปฏิบัติกัน

ดังนั้น ความหมายของทางสายกลางที่กล่าวถึงนี้ จึงขยับเขยื้อนหรือเคลื่อนไปตามกระแสความต้องการของสังคม หรือให้เป็นไปตามบริบททางสังคมในขณะนั้น ไม่ว่าจะจุดกึ่งกลาง ที่กล่าวถึงจะเป็นประโยชน์หรือไม่ก็ตาม นัยแห่งทางสายกลางที่กล่าวถึงนี้ จึงถือได้ว่าเป็นทางสายกลางเทียม ไม่ใช่ทางสายกลางตามหลักการสำคัญทางพระพุทธศาสนา เพราะขาดจุดมุ่งหมายและเป้าหมายที่ชัดเจนและแน่นอน จึงไม่สามารถดับกระบวนการของความทุกข์ หรือดับปัญหาทั้งหมดที่เกิดขึ้นให้

หมดไปได้

ทางสายกลางที่แท้จริงมีหลักที่แน่นอน และความแน่นอนของทางสายกลางนั้นอยู่ที่ความ มีจุดหมาย หรือเป้าหมายที่แน่ชัด เมื่อมีเป้าหมาย หรือจุดหมายที่แน่ชัดแล้ว ทางที่นำไปสู่จุดหมาย หรือการกระทำที่ตรงจุด พอเหมาะพอดี ที่จะให้ ผลตามเป้าหมายนั้น ก็คือทางสายกลาง เปรียบ เหมือนการยิงลูกศร หรือยิงปืนอย่างมีเป้าหมาย จำเป็นต้องมีจุด ที่เป็นเป้า การยิงถูกคือการกระทำ ที่พอเหมาะพอดี ให้ลูกปืน หรือลูกศร พุ่งไปสู่จุดที่เป็น เป้า หมายได้อย่างแม่นยำ ความเป็นทางสาย กลางจึงอยู่ที่การยิงตรง พอดี สู่จุดที่เป็นเป้าหมาย การยิงที่เอน หรือพลาดออกไปข้าง ๆ ย่อมไม่ถูกต้อง ทั้งหมด เมื่อเทียบกับการยิงที่ผิดพลาดออกไปข้าง ๆ ทั้งหมดแล้ว จะเห็นว่าจุดหมายที่ถูกต้องมีจุดเดียว และเป็นจุดกลาง เป็นจุดที่แน่นอน ส่วนจุดที่ผิดพลาดมีมากมายและไม่แน่นอน ล้วนเขวออกไปเสีย ข้างๆ และเส้นทางที่เข้าสู่จุดหมายนั้น ก็เป็นทางเส้น กลางเช่นเดียวกัน ทางที่ถูกต้องมีจุดหมาย มีหลักที่แน่นอนของมันเอง มิใช่รอกำหนดเอาจากทางที่ผิดพลาด ทางสายกลางที่เรียกว่ามัชฌิมาปฏิปทา นี้ มีจุดหมายที่แน่นอน คือความดับทุกข์

1. ความหมายของทางสายกลาง

คำว่า “ทางสายกลาง” (The middle way) ตรงกับภาษาบาลีว่า “มัชฌิมาปฏิปทา” แปลตามรูปศัพท์ว่า ข้อปฏิบัติที่มีในท่ามกลาง ซึ่งหมายถึง ข้อปฏิบัติที่เป็นกลาง ๆ เพื่อให้ถึงความดับแห่งปัญหาและดับทุกข์ด้วยปัญญา พระไตรปิฎก ฉบับภาษาไทย ได้แปล ทับศัพท์ของคำว่า มัชฌิมาปฏิปทา คือ ข้อปฏิบัติที่พึงถึงวิธีการ หรือทางดำเนินชีวิต ที่เป็นกลาง ๆ ตามธรรมชาติ สอดคล้องกับกฎธรรมชาติพอเหมาะพอดีที่จะให้เกิดผลตาม กระบวนการดับทุกข์ของธรรมชาติ โดยเรียกสั้นๆ

ว่า มรรค ซึ่งแปลว่า ทาง มีองค์ประกอบ 8 ประการ คือ 1) สัมมาทิฐิ เห็นชอบ 2) สัมมาสังกัปปะ ดำริชอบ 3) สัมมาวาจา เจรจาชอบ 4) สัมมากัมมันตะ การงานชอบ 5) สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ 6) สัมมาวายามะ พยายามชอบ 7) สัมมาสติ ระลึกรชอบ 8) สัมมาสมาธิ ตั้งใจมั่นชอบ ซึ่งอยู่ในหัวข้อธรรมข้อสุดท้ายของอริยสัจ 4 โดยเรียกปฏิปทานี้ว่า อริยมรรคมีองค์ 8 เพราะเป็นเหตุให้ผู้ปฏิบัติ ได้บรรลุถึงอริยผลทั้ง 4 ประการ คือ โสดาปัตติผล สกทาคามีผล อนาคามีผล และอรหัตตผล

มีนักวิชาการทางพระพุทธศาสนาเถรวาทบางท่านได้ให้นัยความหมายของคำว่า “ทางสายกลาง” ไว้ต่าง ๆ กัน ดังนี้

พุทธทาสภิกขุ ให้นัยเกี่ยวกับทางสายกลางไว้ว่า ในการศึกษาเรื่องมัชฌิมาปฏิปทานั้น ควรจะศึกษามัชฌิมาปฏิปทาขั้นพื้นฐานทั่วไป คือ อัญญาติกมรรค เป็นลำดับแรก แล้วศึกษามัชฌิมาปฏิปทาในความหมายชั้นกว้าง คือ โพธิปักขิยธรรมทั้งหมด เป็นลำดับที่สอง แล้วจึงศึกษามัชฌิมาปฏิปทาในความหมายชั้นลึก คือ ปฏิจจนุปบาท เป็นลำดับสุดท้าย มิฉะนั้นจะลำบาก

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) ได้ให้นัยความหมายของทางสายกลางไว้ว่า เป็นข้อปฏิบัติที่พึงถึงวิธีการแห่งความหลุดพ้น ทางแห่งความสุข หรือทางดำเนินชีวิตที่เป็นกลางๆ ตามธรรมชาติ พอเหมาะพอดี สอดคล้องกับกฎธรรมชาติ

พระราชวรมณี (ประยูร ธมมจิตโต) ให้นัยความหมายไว้ว่า คุณธรรมแห่งทาง สายกลางเป็นคุณลักษณะหนึ่งของศีลธรรม ที่เกิดจากการฝึกฝนจนกลายเป็นอุปนิสัยที่ดีงาม ซึ่งเกี่ยวข้องกับการกระทำที่แสดงออกจากความรู้สึกรดับแห่งความพอดี คือไม่มาก หรือน้อยจนเกินไป ซึ่งการกระทำที่ว่ามีอยู่ระหว่างความเกิน (Excess) และความขาด (Deficiency)

พระมหาสมจินต์ สมมาปัญญา ให้นัยความหมายไว้ว่า คำเฉลี่ยแห่งทางสายกลางที่เป็นความพอดี ความถูกต้อง เหมาะสมแก่บุคคลในแต่ละกรณี ดังนั้น บุคคลจำต้องมุ่งตรงไปที่ทางสายกลางเพื่อความอยู่รอด และความสมดุลแห่งชีวิต หรืออยู่ตรงจุดกึ่งกลางระหว่างสิ่งที่มากเกินไปกับสิ่งที่ขาดพร่อง

เสถียรพงษ์ วรรณปก ได้ให้ทัศนะไว้ว่า คำว่า ทางสายกลาง มีอยู่สองเรื่อง คือ ธรรมะสายกลาง กับทางสายกลางในการปฏิบัติ ธรรมะสายกลางเรียกว่า มัชฌิมนธรรมเทศนา ทางสายกลางในการปฏิบัติ เรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา ซึ่งเป็นหนทางไปสู่ความดับทุกข์

สรุปได้ว่า นัยแห่งทางสายกลาง เป็นข้อปฏิบัติ หรือเป็นหลักปฏิบัติซึ่งเกี่ยวเนื่องด้วยระบบของจริยธรรมและคุณธรรมขั้นสูง ซึ่งปัจเจกบุคคลพึงนำมาปฏิบัติเพื่อความสุขแห่งการดำรงชีวิต เพราะอยู่ในระหว่างความพอดี ไม่อยู่ในระหว่างทางอันสุดโต่งทั้งสอง เกิดขึ้นจากกระบวนการทางธรรมชาติ โดยอาศัยธรรมชาติเป็นองค์กำหนด ไม่อยู่ในวิสัยแห่งความเกินและความขาด แต่อยู่ในวิสัยของความสมดุล ความพอเหมาะพอดีโดยปราศจากความลำเอียงทั้งปวง มีจุดมุ่งหมายและเป้าหมายที่ชัดเจน และที่สำคัญเป็นไปเพื่อการดับทุกข์และเข้าถึงมรรคผลนิพพานเป็นที่สุด

๒. หลักการปฏิบัติทางสายกลางตามหลักพระพุทธศาสนา

ทางสายกลางของพระพุทธศาสนา มีองค์ประกอบที่เป็นนัยแห่งหลักคำสอนที่สำคัญอยู่ ๘ ประการ และ ๘ ประการที่กล่าวถึงนั้น จะต้องเดินไปพร้อม ๆ กัน เพราะเป็นทางสายตรงที่เข้าถึงมรรคผลและนิพพานได้เร็วที่สุด เป็นหนทางที่พระพุทธเจ้าทุกพระองค์ทรงพระดำเนินมาแล้วทั้งนั้น ซึ่งมีรายละเอียดและองค์ประกอบแต่ละข้อ ๆ

ดังต่อไปนี้

อริยมรรคในพระไตรปิฎกเป็นแนวทางในการปฏิบัติเพื่อส่งเสริมความหลุดพ้นจากความทุกข์ ซึ่งรายละเอียดมีดังนี้

มรรคมืองค์ 8 คือ 1) สัมมาทิฐิ เห็นชอบ 2) สัมมาสังกัปปะ ดำริชอบ 3) สัมมาวาจา เจรจาชอบ 4) สัมมากรรมันตะ การงานชอบ 5) สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ 6) สัมมาวายามะ พยายามชอบ 7) สัมมาสติ ระลึกรู้ชอบ 8) สัมมาสมาธิ ตั้งใจมั่นชอบ ในธรรมเหล่านั้น มรรคมืองค์ ๘ เป็นใจ

ภิกษุในศาสนา นี้ เจริญโลกุตตรธรรม อันเป็นเครื่องนำออกไปจากโลกให้เข้าสู่นิพพาน เพื่อประหาณทิฐิ เพื่อบรรลุปฐมภูมิ สัจจจากาม สัจจจากอกุศลธรรมทั้งหลายแล้ว บรรลุปฐมฌาน ประกอบด้วยวิตก วิจากร มีปีติและสุขอันเกิดแต่วิเวก เป็นทุกขาปฏิบัติทันทธาภิญญา อยู่ในสมัยใด มรรคมืองค์ 8 คือ สัมมาทิฐิ ฯลฯ สัมมาสมาธิ ย่อมมีในสมัยนั้น

ในมรรคมืองค์ 8 นั้น สัมมาทิฐิ เป็นใจปัญหา กิริยาที่รู้ชัด ฯลฯ 1 - ความไม่หลง ความวิจยธรรม ความเห็นชอบ ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ อันเป็นองค์แห่งมรรค นับเนื่องในมรรค อันใดนี้เรียกว่า สัมมาทิฐิ

สัมมาสังกัปปะ เป็นใจความตรีก ความตรีกอย่างแรง ความดำริ ความที่จิตแนบแน่นอยู่ในอารมณ์ ความที่จิตแนบสนิทอยู่ในอารมณ์ ความยกจิตขึ้นสู่อารมณ์ ความดำริชอบ อันเป็นองค์แห่งมรรค นับเนื่องในมรรค อันใด นี้เรียกว่า สัมมาสังกัปปะ

สัมมาวาจา เป็นใจนการงด การเว้น การเลิกละ เจตนาเครื่องเว้น จากวจีทุจริต 4 กิริยาไม่ทำการไม่ทำ การไม่ล่วงละเมิด การไม่ล้ำเขต การกำจัดต้นเหตุวจีทุจริต 4 วาจาชอบ อันเป็นองค์แห่งมรรค นับเนื่องในมรรค อันใด นี้เรียกว่า สัมมาวาจา

สัมมาสัมมันตะ เป็นไฉนการงด การเว้น การเลิกละ เจตนาเครื่องเว้น จากกายทุจริต 3 กิริยาไม่ทำ การไม่ทำ การไม่ล่วงละเมิด การไม่ล้ำเขต การกำจัด ต้นเหตุกายทุจริต 3 การงานชอบ อันเป็นองค์แห่งมรรค นับเนื่องในมรรค อันใด นี้เรียกว่าสัมมาสัมมันตะ

สัมมาอาชีวะ เป็นไฉนการงด การเว้น การเลิกละ เจตนาเครื่องเว้น จากมิจฉาอาชีวะกิริยาไม่ทำ การไม่ทำ การไม่ล่วงละเมิด การไม่ล้ำเขต การกำจัด ต้นเหตุมิจฉาอาชีวะ การเลี้ยงชีพชอบ อันเป็นองค์แห่งมรรค นับเนื่องในมรรค อันใดนี้เรียกว่า สัมมาอาชีวะ

สัมมาวายามะ เป็นไฉนการปรารภความเพียรทางใจ ฯลฯ ความพยายามชอบ วิริยสัมโพชฌงค์อันเป็นองค์แห่งมรรค นับเนื่องในมรรค อันใด นี้เรียกว่า สัมมาวายามะ

สัมมาสติ เป็นไฉนสติ ความตามระลึก ฯลฯ ความระลึกชอบ สติสัมโพชฌงค์ อันเป็นองค์แห่งมรรค นับเนื่องในมรรค อันใด นี้เรียกว่า สัมมาสติ

สัมมาสมาธิ เป็นไฉนความตั้งอยู่แห่งจิต ฯลฯ ความตั้งใจชอบ สมาธิสัมโพชฌงค์ อันเป็นองค์แห่งมรรค นับเนื่องในมรรค อันใด นี้เรียกว่า สัมมาสมาธิ

นี้เรียกว่า มรรคมีองค์ 8 ธรรมทั้งหลายที่เหลือ เรียกว่า ธรรมที่สัมปยุตด้วยมรรคมีองค์ 8

ขุททกนิกาย ปฏิสัมภีทามรรค ได้กล่าวว่า ในจตุราริยสังขนั้น ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอาริยสังข เป็นไฉนอริยมรรคมีองค์ 8 นี้แล คือ สัมมาทิฐิ ... สัมมาสมาธิ ฯ

ในอริยมรรคมีองค์ 8 นั้น สัมมาทิฐิเป็นไฉน ความรู้ในทุกข์ ความรู้ในทุกขสมุทัย ความรู้ในทุกขนิโรธ ความรู้ในทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา นี้ท่านกล่าวว่า สัมมาทิฐิ ฯ

ในอริยมรรคมีองค์ 8 นั้น สัมมาสังกัปปะ

เป็นไฉน ความดำริในความออกจากกาม ความดำริในความไม่พยาบาท ความดำริในความไม่เบียดเบียนนี้ท่านกล่าวว่า สัมมาสังกัปปะ ฯ

ในอริยมรรคมีองค์ 8 นั้น สัมมาวาจาเป็นไฉน เจตนาเป็นเครื่องงดเว้นจากการพูดเท็จ เจตนาเป็นเครื่องงดเว้นจากการพูดส่อเสียด เจตนาเป็นเครื่องงดเว้นจากการพูดคำหยาบ เจตนาเป็นเครื่องงดเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อนี้ท่านกล่าวว่า สัมมาวาจา

ในอริยมรรคมีองค์ 8 นั้น สัมมาสัมมันตะเป็นไฉน เจตนาเป็นเครื่องงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ เจตนาเป็นเครื่องงดเว้นจากการลักทรัพย์ เจตนาเป็นเครื่องงดเว้นจากการประพฤตินอกใจนี้ท่านกล่าวว่า สัมมาสัมมันตะ ฯ

ในอริยมรรคมีองค์ 8 นั้น สัมมาอาชีวะเป็นไฉน อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ ย่อมละอาชีวะที่ผิดสำเร็จความเป็นอยู่ด้วยอาชีวะที่ชอบ นี้ท่านกล่าวว่า สัมมาอาชีวะ ฯ

ในอริยมรรคมีองค์ 8 นั้น สัมมาวายามะเป็นไฉน ภิกษุในธรรมวินัยนี้ย่อมยังฉันทะให้เกิดขึ้น ย่อมพยายาม ปรารภความเพียร ปรองคองจิตตั้งจิตไว้เพื่อยังกุศลธรรมอันลามกที่ยังไม่เกิดมิให้เกิดขึ้น ฯลฯ เพื่อยังกุศลธรรมอันลามกที่เกิดขึ้นแล้ว ฯลฯ เพื่อยังกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น ย่อมยังฉันทะให้เกิดขึ้น ย่อมพยายาม ปรารภความเพียร ปรองคองจิตตั้งจิตไว้ เพื่อความตั้งมั่นเพื่อความไม่พินเฟือน เพื่อความเจริญโดยยิ่ง เพื่อความไพบูลย์ เพื่อความเจริญเพื่อความบริบูรณ์ แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว นี้ท่านกล่าวว่า สัมมาวายามะ ฯ

ในอริยมรรคมีองค์ 8 นั้น สัมมาสติเป็นไฉน ภิกษุในธรรมวินัยนี้พิจารณาเห็นกายในกาย อยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสีย พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ ... พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ ... พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร

มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสีย นี่ท่านกล่าวว่า สัมมาสมาธิ ฯ

ในอริยมรรคมีองค์ 8 นั้น สัมมาสมาธิเป็น ไฉน ภิกษุในธรรมวินัยนี้สังัดจากกาม สังัดจากอกุศลธรรม เข้าปฐมฌาน มีวิตกพิจารณา มีปีติและสุขเกิดแต่ วิเวกอยู่ เข้าทุติยฌานอันเป็นความแผ่วใสแห่งจิต ในภายใน เป็นธรรมเอกผุดขึ้น ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ เพราะวิตกวิจารณ์สงบไป มีปีติและสุขเกิดแก่สมาธิอยู่ ภิกษุเป็นผู้มีอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะ เสวยสุขด้วย นามกายเพราะปีติสิ้นไป เข้าตติยฌานที่พระอริยเจ้าทั้งหลายสรรเสริญว่าผู้ได้ฌานนี้เป็นผู้มีอุเบกขา มีสติอยู่เป็นสุข เข้าจตุตถฌานอันไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข เพราะละสุขละทุกข์และดับโสมนัสโทมนัสก่อนๆ ได้ มีอุเบกขาเป็นเหตุให้สติบริสุทธิ์อยู่นี้ท่านกล่าวว่า สัมมาสมาธิ นี่ท่านกล่าวว่า ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา

อริยสัจ ชื่อว่าญาณ ด้วยอรรถว่ารู้ธรรมนั้น ชื่อว่าปัญญา ด้วยอรรถว่ารู้ชัด เพราะเหตุนี้ท่านจึงกล่าวว่า ปัญญาเครื่องทรงจำธรรมที่ได้สดับมาแล้ว คือ เครื่องรู้ชัดธรรมที่ได้สดับมาแล้วนั้นว่า นี้ทุกข์ นี้ทุกขสมุทัย นี้ทุกขนิโรธ นี้ทุกขนิโรธคามินี

ปฏิปทา ชื่อว่าสุตมยญาณ ปัญญาในการทรงจำธรรมที่ได้สดับมาแล้ว ชื่อว่าสุตมยญาณอย่างนี้ ฯ วิเคราะห์อริยมรรค ได้ว่า อริยมรรคเป็นหลักปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ทั้งปวง ได้แก่ ความเห็นชอบ ความดำริชอบ วาจาชอบ การงานชอบ เลี้ยงชีพชอบ เพียรชอบ ระลึกชอบ ตั้งใจชอบซึ่งอภิชฌมภาวนีโย ได้กล่าวถึง มรรคมีองค์ 8 คือสัมมาทิฏฐิ ฯลฯ สัมมาสมาธิบรรดาสมาธรรณเหล่านั้น มรรคมีองค์ ๘ เป็นไฉนภิกษุในธรรมวินัยนี้ เจริญฌานที่เป็นโลกุตตระซึ่งเป็นเหตุนำออกจากวิภูฏทุกข์ ให้ถึงนิพพาน เพื่อละทิฏฐิ เพื่อบรรลุมิเบื่องตัน สังัดจากกาม ฯลฯ บรรลุปฐมฌาน ซึ่ง สุขุม อมรวิวัฒน์ ได้อธิบายถึงกระบวนการศึกษาที่พัฒนามนุษย์ตามหลักไตรสิกขาไว้ดังนี้ ไตรสิกขาเป็นกระบวนการ

ศึกษาที่พัฒนามนุษย์ทั้งทางกายวาจาจากความคิดจิตใจ อารมณ์และสติปัญญาให้สามารถดำรงชีวิตในสังคมอย่างสันติมีอิสรภาพเน้นการปฏิบัติฝึกหัดอบรมตน ด้วยหลักของศีลสมาธิปัญญาวิธีการปฏิบัติฝึกหัดอบรมตนตามหลักของศีลสมาธิปัญญานั้นผู้ศึกษาต้องปฏิบัติตามแนวทางของมรรคมีองค์แปดได้แก่

1) การฝึกหัดอบรมตนให้มีศีลด้วยสัมมาวาจา – เจริญชอบสัมมาสัมมาสัมมา – การกระทำชอบและสัมมาอาชีวะ – การเลี้ยงชีพชอบ

2) การฝึกหัดอบรมตนให้มีสมาธิด้วยสัมมาวายามะ – ความเพียรชอบสัมมาสมาธิ – การระลึกชอบและสัมมาสมาธิ – การตั้งจิตมั่นชอบ

3) การฝึกหัดอบรมให้มีปัญญาด้วยสัมมาทิฏฐิ – การเห็นชอบและสัมมาสังกัปปะ – การดำริชอบ

จากข้อความดังกล่าวเห็นชัดถึงหลักการ ศึกษาเนื้อหาและกระบวนการศึกษาตามหลัก อริยมรรค 8 และไตรสิกขา

ข้อปฏิบัติที่เป็นสายกลางซึ่งมาจาก กระบวนการธรรมชาตินิพพานพุทธศาสนาที่ เรียกว่าอริยมรรคนี้ สามารถนำไปสู่ข้อปฏิบัติที่เป็นหลัก สำหรับฝึกอบรมกาย วาจา จิตใจและปัญญา ให้เจริญองงามจนบรรลุเป้าหมายสูงสุดคือ ความหลุดพ้น ที่เรียกว่า ไตรสิกขา

ไตรสิกขา

ไตรสิกขา (ไตร = 3 สิกขา = การศึกษา) หมายถึงการศึกษา 3 การฝึกอบรม 3 ตามข้อปฏิบัติ เพื่อฝึก กาย วาจา ใจ ให้เจริญองงามเพื่อความหลุดพ้นตามหลักอริยมรรคมีองค์ 8 ได้แก่

1. ปัญญาสิกขา หมายถึง การจะทำอะไรจะต้องมีความรู้ ความเข้าใจเป็นพื้นฐานสำคัญก่อน ซึ่งจะต้องประกอบด้วย สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปะ

2. ศีลสิกขา หมายถึง การกระทำที่จะบรรลุ

เป้าหมาย จะต้องควบคุมพฤติกรรมให้สอดคล้องกับ ความเข้าใจก่อน ซึ่งจะต้องประกอบด้วย สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ

3. จิตตสิกขา หมายถึง การกระทำใดๆ จะต้องมียุติธรรมที่มีพลังแข็งแรงแน่วแน่มั่นคงต่อเป้าหมายที่วางไว้ ซึ่งต้องประกอบด้วย สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ

การปฏิบัติที่ยึดทางสายกลาง 4 ในทางพุทธ ศาสนาจะต้องเป็นสายกลางระหว่างความสุดโต่ง หรือเอียงสุด 2 ด้าน คือ

1. สุดโต่งในทางความคิดหรือความเอียงสุด ทางด้านกาย ได้แก่การหมกมุ่นอยู่ในความสุขทาง กามารมณ์ เสพสุขทางเนื้อหนังมังสา รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ในทางพุทธศาสนาเรียกว่า กามสุขัลลิกานุโยค

2. สุดโต่งในทางปฏิบัติหรือความเอียงสุด ทางด้านจิตใจ บางครั้งถึงกับทรมานตนด้วยวิธีต่างๆ เพราะเชื่อว่ากิเลสจะหมดไปพร้อมกับเนื้อหนังมังสา ทางพุทธศาสนาเรียกว่า อตตกิลมณานุโยค

พระพุทธเจ้าได้ทดลองปฏิบัติ แล้วพบว่า การเอียงสุดทางร่างกาย เห็นแก่ร่างกายอย่างเดียว เช่นการบำเพ็ญทุกรกิริยา ก็ไม่ถูกต้อง การ เสพติดทางจิตใจ เช่น การหมกมุ่นทางกามารมณ์ ไม่เห็นความสำคัญแก่ร่างกาย จนกลายเป็นการ ทรมานร่างกายให้ลำบาก ก็ไม่ถูกต้อง การแก้ปัญหา ในแนวทางที่ถูกต้องที่พระองค์พบว่าประสบความสำเร็จก็คือ การปฏิบัติทางสายกลางหรือที่เรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา นั่นเอง

๓. ความเป็นมาของการปฏิบัติสายกลางใน พุทธศาสนาในพระไตรปิฎก

ทางสายกลางเกิดขึ้นได้อย่างไร ซึ่งถ้า พิจารณาจากพระพุทธพจน์ ที่องค์พระสัมมาสัมพุทธ เจ้าได้ทรงแสดงไว้นั้น มีประเด็นและนัยที่สำคัญดังนี้

ที่สุด 2 อย่างนี้ บรรพชิตไม่ควรเสพ คือ

1. กามสุขัลลิกานุโยคซึ่งเป็นธรรมของ ปุถุชน ไม่ใช่ของพระอริยเจ้า เพราะไม่ประกอบไปด้วยประโยชน์

2. อตตกิลมณานุโยค ซึ่งเป็นทุกข์ และไม่ใช้ ธรรม ของพระอริยเจ้า เพราะไม่ประกอบไปด้วย ประโยชน์มัชฌิมาปฏิปทา ไม่เอียงเข้าใกล้ที่สุด 2 อย่าง ตถาคตได้ตรัสรู้อันเป็นปฏิปทาก่อให้เกิดจักขุ เพื่อความตรัสรู้ เพื่อพระนิพพาน

จากพระพุทธพจน์ที่กล่าวถึงนี้แสดงให้เห็น ว่า “ทางสายกลาง” เป็นผลมาจาก การตรัสรู้ของ พระพุทธเจ้า ยังมีพระพุทธพจน์บางแห่งที่แสดง ให้เห็นว่าทางสายกลาง เป็น “ทางเก่า” เพราะ เคยมีผู้ดำเนินมาก่อนแล้ว ดังนั้น การตรัสรู้ของ พระพุทธเจ้าจึงเท่ากับเป็นการ “ค้นพบ” แล้วนำมา เปิดเผยแก่เวไนยสัตว์ทั้งหลาย เพื่อจะได้ประพฤติ ปฏิบัติตาม จนถึงความพ้นทุกข์ ซึ่งทางสายกลางมี องค์ประกอบ 8 ประการ

การบอกว่า “ทางสายกลาง” เป็น “ทาง เก่า” ซึ่งมีผู้เคยดำเนินมาก่อนหน้านั้น หากพิจารณา โดยไม่ไตร่ตรองแล้วจะทำให้เกิดความรู้สึกในด้าน ลบ คล้าย ๆ กับจะบอกว่า ทางสายกลางเป็นเรื่อง ที่คนทั่วไปในยุคก่อนหน้าต้องพระสัมมาสัมพุทธ เจ้าจะทรงอุบัติขึ้น “ได้เคย” มีผู้ปฏิบัติกันมาก่อน แล้วพระพุทธเจ้าเพียงแต่มารื้อฟื้นขึ้นใหม่แล้วนำมา สั่งสอนและนำมาแสดงแก่เวไนยสัตว์แต่ความเป็น จริงแล้วหาเป็นเช่นนั้นไม่เพราะพระพุทธพจน์ดัง กล่าวข้างต้นที่ทรงแสดงไว้ก็เป็นการใช้ชัดลงไปแล้ว ว่า “ทางสายกลาง” เป็นเรื่องที่พระพุทธเจ้าทุกๆ พระองค์จะต้องตรัสรู้และนำมาสั่งสอนพระพุทธ เจ้าทุกๆพระองค์ในอดีตล้วนได้ตรัสรู้หรือริยสัจจึงได้ ตรัสรู้เป็นองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้ายิ่งไปกว่านั้นก็คือถ้าทางสายกลางนี้เว้นจากพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แล้วย่อมเกิดขึ้นไม่ได้เลยดังมีพระพุทธพจน์ที่ทรง

แสดงรับรองไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลายธรรมสปรการนี้ ที่บุคคลเจริญแล้วทำให้มากแล้วที่ยังไม่เกิดย่อมเกิดขึ้นเว้นความอุบัติขึ้นของพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าย่อมไม่เกิดขึ้นธรรมสปรการคืออะไรบ้างคือ สัมมาทิฐิสัมมาสังกัปปะ ฯลฯ สัมมาสติและสัมมาสมาธิ”

ทางสายกลางตามนัยแห่งพระพุทธศาสนา ซึ่งปรากฏอยู่ในพระบาลี ที่อ้างถึง ทาง 2 สาย ว่า เป็นสิ่งสุดโต่งที่ปัจเจกบุคคลไม่ควรเดิน หรือไม่ควรเสพ และไม่ได้ความหมายว่า เป็นทางที่มีอริยมรรคมีองค์ 8 อยู่ตรงกลาง แต่นัยแห่งทางสายกลางนั้น มีความหมายแต่เพียงว่า ถ้าปัจเจกบุคคลได้ดำเนินตามเส้นทางอันสุดโต่งนั้นแล้ว ย่อมพลาดจากทางสายกลาง ซึ่งถือว่าเป็นหลักคำสอนสำคัญของพระพุทธศาสนาเถรวาท คือไม่สามารถเข้าสู่ระบบหรือกระบวนการแห่งความดับทุกข์ทั้งปวงนั้นได้

ในกระบวนการดับทุกข์ที่กล่าวถึงนั้น ตามนัยแห่งทางสายกลาง จำเป็นต้องยึด เป้าหมายเป็นหลัก และเป้าหมายในที่นี้ก็คือกระบวนการดับทุกข์ หรือยึดจุดหมายปลายทางเป็นสำคัญ คือการเข้าถึงมรรคผลและพระนิพพานเป็นที่สุด ดังนั้น หากแม้จะมีหนทาง มากมาย ซึ่งบางครั้งอาจจะมากกว่าทาง 2 สายที่กล่าวถึง แต่ทางเหล่านั้นถ้าไม่เป็นไปเพื่อมรรคผลและนิพพาน หรือไม่ดำเนินไปสู่จุดมุ่งหมาย โดยมีเป้าหมายที่อริยมรรคมีองค์ ๘ เป็นประการสำคัญแล้ว ทางเหล่านั้นจะถูกปฏิเสธทั้งสิ้น เพราะไม่ใช่ทางสายกลางในพระพุทธศาสนาที่กล่าวถึง

การพิจารณาความหมายในนัยแห่งทางสายกลางตามลักษณะดังกล่าวนี้ จะทำให้หมดข้อสงสัยว่า “ทางสายกลาง” คืออะไร ไม่ต้องเป็นประเด็นให้ถามอีกว่า ที่ว่ากลางนั้น มีความเป็นกลางอย่างไร เพราะความรู้สึกของคนทั่วไป เมื่อพูดถึงคำว่า “ตรงกลาง” ก็ชวนให้คิดถึง สิ่ง 3 สิ่ง หรือทาง 3 สาย แล้วก็มีสิ่งหนึ่ง หรือทางสายหนึ่ง ซึ่ง

อยู่ตรงกึ่งกลางระหว่างทั้ง 2 ซึ่งความรู้สึกดังกล่าวนี้ ไม่สามารถนำมาอธิบายหลักคำสอนในเรื่องทางสายกลางในทัศนะของพระพุทธศาสนาได้

จากที่กล่าวมาทั้งหมดนั้น จึงพอสรุปประเด็นแรก หรือนัยแรกเกี่ยวกับที่มาของทางสายกลางไว้ 2 ประการ คือ

1. ทางสายกลางเป็นปฏิบัติ หรือเป็นหนทาง (มรรค) ที่พระพุทธเจ้าทุก ๆ พระองค์ในอดีตได้เคยดำเนินมาแล้วทั้งสิ้น ดังนั้น จึงเป็นหนทางที่มีมาก่อนแล้ว และทาง สายกลางที่กล่าวถึงนี้ เว้นจากพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้ว ย่อมเกิดขึ้นไม่ได้
2. ทางสายกลางเป็นผลแห่งการตรัสรู้ของพระองค์เอง ซึ่งเกิดด้วยพระปัญญาอันยิ่งโดยชอบ

4. มัชฌิมาปฏิบัติแนวทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์

เงื่อนไขเบื้องต้นสำหรับพระพุทธศาสนา ในอันที่จะดำเนินไปตามหลัก ทางสายกลางก็คือ ปัญญา ดังจะเห็นได้จากหลักการข้อแรกของทางสายกลาง ซึ่งเริ่มต้นด้วย สัมมาทิฐิ (ปัญญาสิกขา) ในทางปฏิบัติ ปัญญาจึงเป็นปัจจัยสำคัญที่ขาดไม่ได้ ควบคู่กับศรัทธา คือความเชื่อมั่นไม่สั่นคลอนในอันที่จะดำเนินไปตามหลักทางสายกลาง พระพุทธเจ้าจึงตรัสไว้ว่า มัชฌิมาปฏิบัติ หรือการดำเนินตามหลักทางสายกลางนั้น ศรัทธาและปัญญาเป็นเอก ซึ่งพระครูปลัดธนัญชัย อริณชโย (ถิ่นกำเนิด) ศึกษาเรื่อง “ศึกษาเปรียบเทียบหลักทางสายกลางของพระพุทธศาสนาเถรวาท กับแนวคิดเรื่องทางสายกลางของขงจื้อ”

ผลการวิจัยพบว่า ทางสายกลางของพระพุทธศาสนา เป็นวิธีการปฏิบัติที่จะนำไปสู่ความดับทุกข์ ดับอาสวะกิเลสทั้งปวง และนัยแห่งความเป็นกลางวัดกันที่ 1) ความถูกต้อง 2) ตรงเป้าหมายที่ตั้งไว้ คือความดับทุกข์ ซึ่งเท่ากับว่าเราใช้เป้าหมาย

หรือจุดมุ่งหมายเป็นตัวชี้วัด

ดังนั้น ความเป็นทางสายกลางจึงมีลักษณะ เป็นเหตุนำไปสู่ผล คือความดับทุกข์ ซึ่งเป็นจุดหมาย หรือเป้าหมายสุดท้ายแห่งการปฏิบัติ และพระ บুদ্ধธรรม อธิจิตโต (สรีระสา) ศึกษาเรื่อง “ศึกษาจิต และเจตสิกในการปฏิบัติวิปัสสนาในหมวดจิตตานุปัสสนาภาวนา” ผลการวิจัยพบว่า จิตเป็นปรมัตถ ธรรมประเภทหนึ่ง คือได้รับรู้อารมณ์อยู่เสมอจึง เรียกว่า รู้อารมณ์หรือเป็นธรรมชาติที่ทำให้ความ เป็นอยู่ของสัตว์ทั้งหลายให้วิจิตร ธรรมชาติของจิตมี 3 ประการคือ มีการรับอารมณ์อยู่เสมอ เป็นใหญ่และ เป็นประธานในธรรมทั้งปวง คือเป็นเหตุให้เจตสิก ทั้งหลายรู้อารมณ์ และทำให้สิ่งมีชีวิตและไม่มีชีวิต วิจิตรพิสดารจิตเป็นนามธรรม

ลักษณะของจิตเป็นธรรมชาติที่รับรู้อารมณ์ คือสภาวะรู้สิ่งต่าง ๆ ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และ ใจโดยผ่านทางอายตนะ 6 เจตสิกเป็นธรรมชาติที่ อาศัยจิตเกิดมีลักษณะ 4 ประการคือ เกิดพร้อมกับ จิต ดับพร้อมกับจิต รับอารมณ์เดียวกันกับจิต อาศัย วัตถุอันเดียวกับจิตเกิด ชื่อว่าเจตสิก ส่วนจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นแนวทางการปฏิบัติในการเจริญ วิปัสสนาสติปัฏฐาน 4 เป็นการพิจารณาเห็นจิตใน จิตอยู่ มีความเพียร มีสติปัฏฐานะ มีสติกำจัดอกิขา และโทมนัสในโลกเสียได้ เป็นหลักปฏิบัติวิปัสสนา ภาวนาด้วยการตั้งสติพิจารณาสภาพธรรมที่เกิดขึ้น กับจิต พิจารณาจิตของตนให้เห็นสภาพธรรมตาม ที่ปรากฏในขณะนั้น ๆ และรู้ชัดตามความเป็นจริง ด้วยสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นกับจิตที่ปราศจากราคะก็รู้ ว่าจิตปราศจากราคะ ดังนี้เป็นต้น ซึ่งหลักมีขณิมา ปฏิปทาจะทำให้มนุษย์สามารถหลุดพ้นจากความ ทุกข์ได้โดยมนุษย์ทุกคนจะต้องปฏิบัติตามหลักการ จัดการเรียนรู้ตามแนวพุทธศาสตร์กล่าวได้ตามขั้น ตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 พระพุทธศาสนามองมนุษย์ ทั้ง

ในฐานะที่เป็นเอกัตบุคคล (As an Individual) และ ในฐานะที่เป็นสมาชิกของสังคม ซึ่งต้องอยู่ร่วมกับผู้ อื่น (กัลยาณมิตร) ตามหลักพระพุทธศาสนา บุคคล แต่ละคนมีกรรมเป็นกำเนิด มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ มี กรรมเป็นที่อาศัย จักทำกรรมอันใดไว้ ดีหรือชั่ว จัก เป็นผู้รับผลของกรรมนั้น หลักดังกล่าวนี้แสดงว่า การเรียนรู้ที่ได้ผลเกิดจากการที่ผู้สอนรู้จักนักเรียน แต่ละคนทั้งทางด้านบุคลิกลักษณะ นิสัย อุปนิสัย ความรู้สึกนึกคิด ความถนัด และผู้สอนต้องมุ่งจัด กิจกรรมการเรียนรู้ เพื่อพัฒนานักเรียนแต่ละคนให้ เต็มตามความสามารถของเขา

พระธรรมปิฎก ได้กล่าวไว้ว่า “มนุษย์เป็น ชีวิตที่มีความประเสริฐ มีความสำคัญในตัวของมัน เอง และชีวิตนั้นอาจจะมีคุณสมบัติได้แม้ใน ตัวของมันเอง..ในแง่ที่เราจะต้องมองเป็นจุดหมาย สูงสุดว่า เราจะต้องพัฒนามนุษย์ให้มี “ชีวิต” ที่ดี งามในตัวของเขาเองเป็นชีวิตที่สมบูรณ์ มีอิสรภาพ มีความสุขในตัวเอง”

มุมมองมนุษย์ในฐานะที่เป็นสมาชิกของ สังคมนั้น พระธรรมปิฎก ได้อธิบายหัวข้อ “เริ่มยุค ใหม่แห่งศตวรรษที่ 21 ด้วยแนวความคิดใหม่เติม แท้แห่งสังคม” ไว้ว่า

1. มนุษย์เป็นส่วนหนึ่งอยู่ในระบบความ สัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัยของธรรมชาติ ที่ทุกส่วนส่ง ผลกระทบต่อกัน จึงต้องทำการที่เกื้อกูลประสาน กลมกลืนกัน เพื่อให้เกิดผลดีในการอยู่ร่วมกันนั้น
2. มนุษย์สัตว์ทั้งปวง เป็นเพื่อนร่วมกฎ ธรรมชาติเหมือนกัน ทุกชีวิตรักสุขเกลียดทุกข์กลัว ตายเหมือนกันไม่มีการแบ่งแยกแตกต่าง การทำร้าย สัตว์ไม่ว่าชีวิตใดก็เป็นสิ่งที่ไม่ดีทั้งสิ้นมนุษย์ควรมี เมตตาและไมตรีที่ไม่จำกัดแบ่งแยก มีแนวโน้มของ จิตใจในทางที่จะช่วยเหลือเกื้อกูลมุ่งความสามัคคี และมีความกลมกลืนเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน”

การจัดกระบวนการเรียนรู้ตามหลักดัง

กล่าวจึงต้องสร้างฉันทะแก่ผู้เรียนแต่ละคนในเวลาเดียวกันก็ต้องเน้นกิจกรรมที่ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียน ได้ทำงานเป็นกลุ่ม และฝึกทักษะทางสังคม เพื่อความเป็นสมาชิกที่ดีของกลุ่มด้วย

ขั้นตอนที่ 2 มนุษย์เป็นเวไนยสัตว์ หรือเวไนยบุคคล สามารถได้รับการสั่งสอน ฝึกฝนและอบรมบ่มนิสัยได้

พระธรรมปิฎก ได้ขยายความคำว่าเวไนยสัตว์ ไว้ว่า “สัตว์” มีความหมายถึงสิ่งมีชีวิตที่ยังติดข้องอยู่กับ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส หรือหากพิจารณาในเรื่ององค์ประกอบของชีวิตก็คือ ชั้น 5 ได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ สัตว์ เป็น “สิ่งที่มีความรู้สึกและเคลื่อนไหวไปได้เอง รวมถึงเทพ มาร พรหม มนุษย์ เปรต อสุรกาย ตีรัจฉาน และสัตว์นรก ในบาลีเพ่งเอามนุษย์ก่อนอย่างอื่น ไทยมักเพ่งเอาตีรัจฉาน”

การที่ความหมายของสัตว์ ในภาษาไทย หมายถึง ตีรัจฉาน หรือ เตรีจฉาน ก็เนื่องด้วยสิ่งมีชีวิตในประเภทนี้ยังดำเนินชีวิตไปตามสัญชาตญาณ เมื่อหิวก็ออกล่าหากิน เมื่อกลัวก็หลบหลีกเมื่อโกรธก็ทำลายล้าง ความแตกต่างทางรูปร่างมีได้จำแนกมนุษย์และสัตว์ออกได้อย่างชัดเจน หากบอกได้แต่เพียงว่าเป็นคน นี้เป็นสัตว์ การจำแนกมนุษย์ต่างจากสัตว์จึงต้องจำแนกโดยระดับจิตที่ได้รับการฝึกและพัฒนาจนแตกต่างกัน

สุมน อมรวิวัฒน์ ได้อธิบายความแตกต่างของระดับจิตระหว่างมนุษย์และสัตว์ ดังนี้

1. จิตของมนุษย์ เป็นจิตซึ่ง เป็นอิสระ สงบพอ เย็นพอดี ควบคุมได้ ฝึกฝนอบรมได้
เกษม สะอาด

2. จิตของสัตว์ เป็นทาส มุ่งความอยู่รอด ถูกกระตุ้นโดยสัญชาตญาณ ควบคุมไม่ได้ฝึกฝนไม่ได้ หวงแหน โหดเหี้ยม

หลักการเรียนรู้ในพระพุทธศาสนา ปรากฏ

ในพุทธพจน์ที่แสดงว่ามนุษย์เป็นสัตว์ที่ต้องฝึกและฝึกให้พัฒนาได้ นอกจากนั้นการฝึกและพัฒนา มนุษย์ต้องฝึกไปพร้อมกันทั้งทางด้านกายและด้านจิต ดังจะขอยกตัวอย่างมาพอสังเขป

1. ทนโต เสฏฐิ มนุสเสสุ : ในหมู่มนุษย์คนประเสริฐ คือคนที่ฝึกแล้ว

2. วรมสุตตรา ทนตา อาชาเนีย จ สินธวา กุณชรา จ มหานาคา อตตทนต์ ตโต วรี อัสตรา อาชาไนย สินธพ และช่างหลวงฝึกแล้วล้วนดีเลิศ แต่คนที่ฝึกตนแล้ว ประเสริฐยิ่งกว่านั้น

3. วิชชาจรณสมปนโน โส เสฏฐิ เทวมานุเส คนที่สมบูรณ์ด้วยความรู้และความประพฤติ เป็นผู้ประเสริฐสุดทั้งในหมู่มนุษย์และเทวดา

ในการฝึกตนของบรรดาบุคคลทั้งหลายนั้น นอกจากจะคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลที่ได้เปรียบว่า แผ่นดินย่อมไม่เรียบเสมอกันทั้งหมด ได้ฉันทใจ มนุษย์ทั้งหลายจะให้เหมือนกันหมดทุกคนไม่ได้ฉันทนั้น เมื่อคำนึงถึงผลสัมฤทธิ์ของการเรียนรู้พระพุทธศาสนา มองมนุษย์ทั้งเพศชายและเพศหญิงว่าสามารถพัฒนาได้เช่นเดียวกัน ดังพระคาถาว่า “น หิ สพเพสุ ฐานสุ ปุริโส โหติ ปณฺธิโต อิตถิปิ ปณฺธิตา โหติ ตตฺถ ตตฺถ วิจฺขณฺมา บุรุษเป็นบัณฑิตในทุกสถานก็หาไม่ สตรีมีปัญญาเห็นในการณ์นั้นๆ ก็เป็นบัณฑิต

จากหลักการเรียนรู้ดังกล่าวจะเห็นว่า กระบวนการพัฒนามนุษย์มุ่งเน้นที่ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง มุ่งทำความเข้าใจในธรรมชาติ และความเจริญเติบโตของมนุษย์ทั้งทางกายและจิต การตั้งสมมติฐานว่ามนุษย์เป็นเวไนยยะ สามารถฝึกฝนอบรมได้ทั้งโดยตนเองและโดยสิ่งแวดล้อม (ปรโตโฆสะ) กระบวนการเรียนรู้จึงมีจุดเริ่มต้นที่บุคคล มีขั้นตอนดำเนินการที่สัมพันธ์ สอดคล้อง มุ่งเน้นที่บุคคลคือหลักของการพัฒนาตน ได้แก่ ศิล สมาธิ ปัญญา จุดหมายปลายทางของการเรียนรู้ก็คือ

คือ อิศราภาพทั้งทางกาย และจิตของบุคคลนั้นเอง รวมถึงเพื่อแก้กฏเกณฑ์สังคมโลกทั้งมวล

ขั้นตอนที่ 3 มนุษย์มีภาวะทางสติปัญญา มาแต่กำเนิด (สชาติกปัญญา) และแม้ว่ามนุษย์จะมีความแตกต่างกัน ก็จำเป็นต้องได้รับการพัฒนาให้เกิดการเรียนรู้ (โยคปัญญา)

พระธรรมปิฎก อธิบายว่า คำว่า “ปัญญา” ในพระพุทธศาสนา หมายถึง ความรู้ทั่ว, ปรีชา หยั่งรู้เหตุผล, ความรู้เข้าใจชัดเจน ความรู้เข้าใจหยั่งแยกได้ในเหตุ-ผล ดี-ชั่ว คุณ-โทษ ประโยชน์-มิใช่ประโยชน์ เป็นต้น และรู้ที่จะจัดแจง จัดสรร จัดการ ความรอบรู้ในกองสังขาร มองเห็นตามความเป็นจริง สชาติกปัญญาเป็นคุณภาพของสมอง (ส่วนหนึ่งของ กาย-รูป) ซึ่งติดตัวมาแต่กำเนิด แต่พระพุทธศาสนาให้ความสำคัญต่อปัญญาที่เกิดจากการฝึกฝนอบรม ว่ามีความสำคัญยิ่งกว่า มนุษย์จึงจำเป็นต้องได้รับการพัฒนาให้เกิดโยคปัญญา หรืออีกนัยหนึ่ง คำว่า ญาณ, จิตปัญญา, ภาวิตปัญญา ซึ่งเป็นปัญญาที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติเมื่อได้รับการฝึกฝนอบรมแล้ว

กระบวนการเรียนรู้เพื่อให้เกิดปัญญานั้น หลักการนี้เน้นการฝึกฝนตนเองอย่างต่อเนื่องยาวนาน แม้กระนั้น มนุษย์ก็เรียนรู้ได้ไม่เท่ากัน เนื่องจากความแตกต่างระหว่างบุคคล ดังพระคาถาในวิสุทธิมรรค มหาภูิกว่า “เหล่าสัตว์มีธุลีในดวงตาน้อยก็มี มีธุลีในดวงตามากก็มี มีอินทรีย์กล้าก็มี มีอินทรีย์อ่อนก็มี มีอาการดีก็มี มีอาการทรามก็มี ที่จะสอนให้รู้ยากก็มี ตระหนักถึงภัยปรโลกก็มี”

อีกตัวอย่างหนึ่งคือ การจัดบุคคล 4 จำพวก ในอังคุตตรนิกาย จตกกนิบาต จำแนกความสามารถของการเรียนรู้ไว้ดังนี้

1. อุคฆฏิตัญญู ผู้อาจรู้ธรรมเพียงท่านยกหัวข้อขึ้นแสดง

2. วิปจิตัญญู ผู้อาจรู้ธรรมต่อเมื่อท่านอธิบายความแห่งหัวข้อนั้น

3. เนยยะ ผู้พอจะแนะนำได้ คือ ต้องพรั่สอนบ่อยๆ

4. ปทปรมะ ผู้มีบทย่างยิ่ง คนกลุ่มนี้ได้ฟังความต่างๆ เป็นอันมากแต่ไม่สามารถรับรู้ธรรมได้ในชาตินี้ แม้จะสอนอย่างไรก็ตาม

หากศึกษาพระไตรปิฎกโดยตลอด จะพบว่า พระบรมศาสดาได้วางหลักการเรียนรู้ โดยคำนึงถึงความพร้อม ความสามารถ ความถนัด ความสนใจของผู้เรียนอย่างมาก พระองค์ทรงให้กำลังใจแก่ผู้เรียน ตามหลักอิทธิบาท 4 จากหลักการนี้เองที่ทำให้พระองค์และพระสาวกเผยแผ่พระพุทธธรรม ด้วยวิธีการหลากหลาย เพื่อให้สาธุชนเกิดการเรียนรู้อย่างแท้จริง

ขั้นตอนที่ 4 พระพุทธศาสนาอธิบายหลักการเรียนรู้ของมนุษย์ว่าเกิดขึ้นในวิถีชีวิตมีลักษณะเป็นองค์รวมของ รูป (กายภาพ: กาย-วาจา) กับนาม (จิตภาวะ) ซึ่งเป็นการเรียนรู้ไปตามความเจริญเติบโต (พัฒนาการ) ของชีวิต

สรุปได้ว่า ทางสายกลางเป็นข้อปฏิบัติที่เป็นกลาง ๆ เพื่อให้ถึงความดับแห่งปัญหาและดับทุกข์ด้วยปัญญา พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ได้แปล ทับศัพท์ของคำว่า มัชฌิมาปฏิปทา คือ ข้อปฏิบัติที่พึงถึงวิธีการ หรือทางดำเนินชีวิต ที่เป็นกลาง ๆ ตามธรรมชาติ สอดคล้องกับกฎธรรมชาติพอเหมาะพอดีที่จะให้เกิดผลตามกระบวนการดับทุกข์ของธรรมชาติ โดยเรียกสั้น ๆ ว่า มรรค ซึ่งแปลว่าทาง มีองค์ประกอบ 8 ประการ คือ 1) สัมมาทิฐิ เห็นชอบ 2) สัมมาสังกัปปะ ดำริชอบ 3) สัมมาวาจา เจรจาชอบ 4) สัมมาภังคะ การงานชอบ 5) สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ 6) สัมมาวายามะ พยายามชอบ 7) สัมมาสติ ระลึกรู้ชอบ 8) สัมมาสมาธิ ตั้งใจมั่นชอบ ซึ่งอยู่ในหัวข้อธรรมข้อสุดท้ายของอริยสัจ 4 โดยเรียกปฏิปทานี้ว่า อริยมรรคมีองค์ 8 เพราะเป็นเหตุให้ผู้ปฏิบัติ ได้บรรลุถึงอริยผลทั้ง 4 ประการ คือ

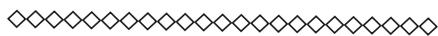
โสดาปัตติผล สกทาคามีผล อนาคามีผล และอรหัตตผลนัยแห่งทางสายกลาง เป็นข้อปฏิบัติ หรือเป็นหลักปฏิบัติซึ่งเกี่ยวเนื่องด้วยระบบของจริยธรรม และคุณธรรมชั้นสูง ซึ่งปัจเจกบุคคลพึงนำมาปฏิบัติเพื่อความสุขแห่งการดำรงชีวิต เพราะอยู่ในระหว่างความพอดี ไม่อยู่ในระหว่างทางอันสุดโต่งทั้งสอง เกิดขึ้นจากกระบวนการทางธรรมชาติ โดยอาศัยธรรมชาติเป็นองค์กำหนด ไม่อยู่ในวิสัยแห่งความเกินและความขาด แต่อยู่ในวิสัยของความสมดุล ความพอเหมาะพอดี โดยปราศจากความลำเอียง ทั้งปวง มีจุดมุ่งหมายและเป้าหมายที่ชัดเจน และที่สำคัญเป็นไปเพื่อการดับทุกข์และเข้าถึงมรรคผลนิพพานเป็นที่สุด

ทางสายกลางเกิดขึ้นได้อย่างไร ซึ่งถ้าพิจารณาจากพระพุทธพจน์ ที่องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงแสดงไว้นั้น มีประเด็นและนัยที่สำคัญได้แก่ ที่สุด 2 อย่างนี้ บรรพชิตไม่ควรเสพ คือ 1. กามสุขัลลิกานุโยค ซึ่งเป็นธรรมของปุถุชน ไม่ใช่ของพระอริยเจ้า เพราะไม่ประกอบไปด้วยประโยชน์ 2. อัตตกิลมณานุโยค ซึ่งเป็นทุกข์ และไม่ใช้ธรรม ของพระอริยเจ้า เพราะไม่ประกอบไปด้วยประโยชน์ มัชฌิมาปฏิปทาไม่เอียงเข้าใกล้ที่สุด 2 อย่าง ตถาคตได้ตรัสรู้อันเป็นปฏิปทาก่อให้เกิด

จักขุ เพื่อความตรัสรู้ เพื่อพระนิพพาน

จากที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ จึงพอสรุปประเด็นแรก หรือนัยแรกเกี่ยวกับที่มาของทางสายกลางไว้ 2 ประการ คือ

1. ทางสายกลางเป็นปฏิปทา หรือเป็นหนทาง (มรรค) ที่พระพุทธเจ้าทุก ๆ พระองค์ในอดีตได้เคยดำเนินมาแล้วทั้งสิ้น ดังนั้น จึงเป็นหนทางที่มีมาก่อนแล้ว และทางสายกลางที่กล่าวถึงนี้ เว้นจากพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้ว ย่อมเกิดขึ้นไม่ได้
2. ทางสายกลางเป็นผลแห่งการตรัสรู้ของพระองค์เอง ซึ่งเกิดด้วยพระปัญญาอันยิ่งโดยชอบทางสายกลางของพระพุทธศาสนา มีองค์ประกอบที่เป็นนัยแห่งหลักคำสอนที่สำคัญอยู่ 8 ประการ และ 8 ประการที่กล่าวถึงนั้น จะต้องเดินไปพร้อม ๆ กัน เพราะเป็นทางสายตรงที่เข้าถึงมรรคผลและนิพพานได้เร็วที่สุด เป็นหนทางที่พระพุทธเจ้าทุกพระองค์ทรงพระดำเนินได้แก่อริยมรรคในพระไตรปิฎกเป็นแนวทางในการปฏิบัติเพื่อส่งเสริมความหลุดพ้นจากความทุกข์ โดยปฏิบัติตามขั้นตอนแห่งการเรียนรู้และนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ๔ ขั้นตอนดังกล่าว



บรรณานุกรม

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). (2537). **พุทธวิธีแก้ปัญหาเพื่อศตวรรษที่ 21**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ สหธรรมิก จำกัด.

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). (2538). **พุทธธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ 6, กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระมหาสมจินต์ สมมาปถโว. (2542). **วิพากษ์ทางสายกลางของอริสโตเติลกับมัชฌิมาปฏิปทาในพระพุทธศาสนาเถรวาท**. สารนิพนธ์พุทธศาสตรบัณฑิตรุ่นที่ 43. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระราชวรมนี (ประยูร ธมมจิตโต). (2540). **ปรัชญากรีก : บ่อเกิดภูมิปัญญาตะวันตก**. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์สยาม บริษัทเคทีดีไทย จำกัด.

พุทธทาสภิกขุ. (2546). **อริยสัจจากพระโอษฐ์ ภาคปลาย**. พิมพ์ครั้งที่ 12. สุราษฎร์ธานี : มูลนิธิธรรมทาน ไชยา จัดพิมพ์.

สุมน อมรวิวัฒน์. (2528). **การสอนโดยสร้างศรัทธาและโยนิโสมนสิการ**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ ตีรณสาร.

. **หลักการเรียนรู้ตามแนวพุทธศาสตร์ ทักษะการเผชิญสถานการณ์.**

เสถียรพงษ์ วรรณปก, ราชบัณฑิต. (2547). **มัชฌิมาปฏิปทา : ทางสายกลางสองมิติ สัปปุริสธรรม ๗ นัยที่สอง**. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์พีอาร์ คัลเลอร์พริ้นท์.

พระครูปลัดธณัญชัย อริญชโย (ถิ่นกำเนิด), (2547). **ศึกษาเปรียบเทียบหลักทางสายกลางของพระพุทธศาสนาเถรวาทกับแนวคิดเรื่องทางสายกลางของขงจื้อ**. **วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระครูปลัดธณัญชัย อริญชโย (ถิ่นกำเนิด). (2547). **ศึกษาเปรียบเทียบหลักทางสายกลางของพระพุทธศาสนาเถรวาทกับแนวคิดเรื่องทางสายกลางของขงจื้อ**. **วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระบุญธรรม อธิจิตโต (สีระสา). (2555). **ศึกษาจิตและเจตสิกในการปฏิบัติวิปัสสนาในหมวดจิตตานุปัสสนาภาวนา**. **วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.