บทที่ ๗

บทสรุปและข้อเสนอแนะ

พุทธปรัชญาเริ่มจากความจริงของสภาวะชีวิตมนุษย์ ซึ่งได้แก่ ความแก่ ความเจ็บป่วย และความตาย สภาวะของชีวิตดังกล่าวเป็นสิ่งที่คอยบั่นทอนความสุขที่มนุษย์จะพึงได้ในขณะที่ยังมีชีวิต สภาวะของชีวิตดังกล่าวนี้ ทำให้มนุษย์ต้องวิ่งวุ่น กระเสือกกระสนเพื่อที่จะหลีกหนีหรือหาทางแก้ไข แต่ก็ทำได้แค่เพียงเยียวยาหรือบันเทาได้เพียงชั่วครั้งชั่วคราวเท่านั้น

พุทธปรัชญาได้วิเคราะห์ชีวิตมนุษย์ว่า ชีวิตประกอบขึ้นด้วยองค์ประกอบสำคัญ ๒ ส่วน คือ กายและจิต พุทธปรัชญาเรียกกายและจิตนี้ในชื่ออื่นอีก เช่น รูปและนาม หรือรูปธรรมและนามธรรม นอกจากวิเคราะห์ชีวิตออกเป็นส่วนประกอบสำคัญ ๒ ส่วนแล้ว ยังวิเคราะห์ชีวิตลงเป็นส่วนประกอบย่อยแนวอื่น ๆ อีกหลายอย่าง เช่น วิเคราะห์ชีวิตลง เป็นขันธ์ ๕ คือแบ่งชีวิตออกเป็น ๕ ส่วนคือ ส่วนที่เป็นรูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณก็มี วิเคราะห์เป็นอายตนะภายใน ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจก็มี หรือวิเคราะห์ชีวิตประกอบขึ้นจากธาตุ ๖ อย่าง คือ ปฐวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ อากาสธาตุ และวิญญาณธาตุก็มี หรือ ตามนัยปรมัตถธรรม ๔ คือจิต เจตสิก รูป และนิพพานในพระอภิธรรม ถือว่า ชีวิตประกอบขึ้นด้วยปรมัตถธรรม ๓ ประการ คือ รูป จิต และเจตสิก แต่ถึงอย่างไรก็ตาม นัยต่าง ๆ เหล่านี้ ถึงจะวิเคราะห์ชีวิตให้ละเอียดพิศดารไปตามแง่ต่าง ๆ มากมายอย่างไรก็ตาม แต่ก็สรุปได้เป็น ๒ คือ กายกับจิต

คนเราหรือชีวิตคนเราจะมีความสุขหรือทุกข์นั้น โดยแท้จริงแล้วขึ้นอยู่กับพื้นฐาน ๒ ประการนี้ คือกายและจิต เช่นทุกข์กาย ทุกข์จิต สุขกาย และสุขจิต ส่วนสิ่งอื่น ๆ เช่น อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัยเป็นต้นนั้น เป็นเพียงตัวประกอบร่วมเท่านั้น ตัวการที่เป็นพื้นฐานหรือตัวรองรับความทุกข์และความสุขจริง ๆ นั้น คือกายและจิต

พุทธปรัชญา ได้เสนอแนวพื้นฐานชีวิตมนุษย์ในแง่ที่ต้องเกี่ยวข้องกับจริยธรรมว่า มีตัวยืนที่เกี่ยวข้องกันอยู่ ๔ ส่วน คือ (๑) กาย (๒) จิต (๓) ทุกข์ และ (๔) สุข ความทุกข์และความสุขเป็นตัวการสำคัญที่ก่อให้เกิดภาคจริยธรรมขึ้นมา โดยการมองว่า กายและจิตตั้งอยู่ เป็นไปอยู่ ดำเนินไป หรือกระทำอย่างไร จึงก่อให้เกิดทุกข์ และอย่างไรก่อให้เกิดสุข

ด้วยเหตุผลดังกล่าว พุทธปรัชญาจึงได้วิเคราะห์ให้เห็นธาตุแท้ ที่ตั้ง หรือธรรมชาติของกาย จิต ทุกข์ และสุขเป็นอย่างไร มันคืออะไรกันแน่ มันเกิดขึ้นได้อย่างไร มันเป็นไปอย่างไร และเกี่ยวข้องกันอย่างไรเป็นต้น

พุทธปรัชญาได้วิเคราะห์กายออกเป็นส่วนประกอบต่าง ๆ โดยนัยต่าง ๆ เป็นอันมาก พร้อมทั้งชี้ให้เห็นถึงธรรมชาติของกายว่า มันเกิดขึ้นอย่างไร มีลักษณะอย่างไร ตั้งอยู่อย่างไร และเป็นไปอย่างไร เช่น วิเคราะห์กายออกเป็นส่วนด้วยธาตุพื้นฐาน ๔ ส่วน คือ ปฐวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ หรือประกอบด้วยธาตุพื้นฐาน ๕ ธาตุโดยเพิ่มอากาสธาตุก็มี เป็นอายตนะภายใน ๖ คือ จักขุ โสตะ ฆานะ ชิวหา กาย และมโนก็มี และวิเคราะห์กายเป็นรูป ๒๘ รูปก็มีเป็นต้น นอกจากนี้แล้วยังได้วิเคราะห์ส่วนประกอบย่อยแต่ละอย่างต่อไปอีกว่า มันมีธรรมชาติแท้จริงอย่างไร ตั้งอยู่อย่างไร เป็นไปอย่างไรไว้อย่างละเอียด

พุทธปรัชญาได้วิเคราะห์จิตเป็นประเภทต่าง ๆ โดยนัยต่าง ๆ พร้อมทั้งชี้ให้เห็นถึงธรรมชาติของจิตว่า มันเกิดขึ้นอย่างไร มีลักษณะอย่างไร ตั้งอยู่อย่างไร และเป็นไปอย่างไร เช่นในขันธ์ ได้วิเคราะห์จิตเป็น ๖ อย่าง เรียกว่าวิญญาณ ๖ คือ จักขุวิญญาณ โสตวิญญาณ ฆานวิญญาณ ชิวหาวิญญาณ กายวิญญาณ และมโนวิญญาณ ในมหาสติปัฏฐานสูตร ได้วิเคราะห์จิตเป็น ๑๖ ประเภท เช่น สราคจิต วีตราคจิต สโทสจิต วีตโทสจิต สโมหจิต และวีตโมหจิตเป็นต้น และในพระอภิธรรม ได้วิเคราะห์จิตโดยย่อเป็น ๘๙ ประเภท และโดยพิศดารเป็น ๑๒๑ ประเภท นอกจากนี้แล้ว พุทธปรัชญายังได้วิเคราะห์จิตแต่ละประเภทต่อไปอีกว่า มันมีธรรมชาติอย่างไร เกิดขึ้นอย่างไร และเป็นไปอย่างไรไว้อย่างละเอียด

พุทธปรัชญาได้วิเคราะห์ทุกข์ว่ามาจากสาเหตุต่าง ๆ เช่น ความเกิด ความแก่ ความเจ็บป่วย ความตาย ความประจวบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก ความพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รัก ความปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้น และเกิดจากการเข้าไปหลงยึดติดอยู่ในขันธ์ ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ นอกจากนี้แล้วยังวิเคราะห์ทุกข์ออกเป็นชั้น ๆ ตั้งแต่ทุกข์ชั้นหยาบ มีความหมายแคบที่สุด ไปจนถึงความทุกข์ที่มีความหมายละเอียด ซึ่งมีความหมายกว้าง คือทุกข์ในขันธ์ ๕ ซึ่งหมายถึงความทุกข์ที่เนื่องด้วยเวทนา เรียกว่าทุกขเวทนา อันเป็นความรู้สึกเป็นทุกข์ที่เกิดจากการบีบคั้นทางกาย เช่นความปวดมือ ปวดฟัน ปวดตา หิว กระหาย ตลอดจนความเจ็บปวดทางกายที่เกิดจากสาเหตุของโรคชนิดต่าง ๆ ซึ่งความบีบคั้นดังกล่าวทำให้เกิดความกระวนกระวายทางกายและทางใจ ความทุกข์ในขั้นที่ละเอียดและมีความหมายกว้างกว่าทุกขเวทนา คือ ความทุกข์ในอริยสัจ ๔ ความทุกข์ในอริยสัจ ๔ เป็นความทุกข์ที่มีสาเหตุมาจาก ชาติ ชรา พยาธิ มรณะ อัปปิยสัมปโยคะ ปิยวิปปโยคะเป็นต้น พุทธปรัชญาได้แสดงทุกข์ในอริยสัจ ๔ นี้โดยรวบยอดว่า ขันธ์ ๕ ที่มีอุปาทานเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ ภาวะของขันธ์ ๕ (หรือคน)ที่ดำเนินไปตามเหตุปัจจัยตามหน้าที่ในรูปของธรรมชาติ ไม่มีตัณหาอุปาทานนั้นไม่เป็นทุกข์ แต่ภาวะของชีวิต(หรือคน)ที่เป็นทุกข์ขึ้นอยู่กับตัวเงื่อนไขคือตัณหา อุปาทาน ตัณหาอุปาทานเป็นตัวเงื่อนไขที่เป็นสาเหตุให้ชีวิตหรือคน หรือกายจิตมีความทุกข์ และความทุกข์อีกขั้นหนึ่งที่พุทธปรัชญาแสดงไว้ ซึ่งเป็นความทุกข์ในขั้นละเอียดและมีความหมายกว้างที่สุด มีความหมายครอบคลุมความทุกข์ทั้ง ๒ ขั้นที่กล่าวแล้ว คือ ทุกขเวทนา และความทุกข์ในอริยสัจ ๔ และความทุกข์ตามนัยหลังนี้มีความหมายครอบงำทุกสิ่งทุกอย่างทั้งสิ่งที่มีชีวิตและไม่มีชีวิต ทั้งบุคคลที่เป็นปุถุชนและพระอริยะ ความทุกข์ตามนัยนี้ คือความทุกข์ในไตรลักษณ์ ซึ่งมีชื่อเรียกในพุทธปรัชญาว่า ทุกขตา ซึ่งหมายถึงภาวะที่สิ่งทั้งปวงไม่อาจทนอยู่ในสภาพ-

เดิมได้ตลอดไป ต้องปรวนแปรเปลี่ยนแปลงและแตกดับด้วยอำนาจเหตุและปัจจัย ภาวะที่ทนอยู่ไม่ได้ ต้องปรวนแปร เปลี่ยนแปลง แตกดับนี้ เป็นภาวะที่มีอยู่เสมอเหมือนกันแก่สิ่งทั้งปวง ทุกสิ่งทุกอย่างต้องเป็นอย่างนั้นเหมือนกันหมด และเป็นภาวะที่ไม่มีใครจะหยุดยั้งมันลงได้ ยกเว้นเสียแต่จะเข้าไปขจัดหรือทำลายเหตุปัจจัยคือกายจิตลงเสียได้ ตราบใด ที่ยังมีองค์ประกอบคือกายและจิตตั้งอยู่ ความทุกข์แบบไตรลักษณ์ก็ยังคงตั้งอยู่ตราบนั้น ในพุทธปรัชญาได้แสดงไว้ว่า มีอยู่ภาวะเดียวที่อยู่เหนือความทุกข์แบบไตรลักษณ์ได้ คือพระนิพพาน นิพพานเป็นสภาวะธรรมที่อยู่พ้นจากกายและจิต อยู่เหนือสังขารธรรมทั้งหลาย อยู่เหนือการปรุงแต่งทั้งหลาย ดังนั้น นิพพานจึงเป็นภาวะที่อยู่เหนือความปรวนแปร เปลี่ยนแปลง แตกดับ

องค์ประกอบของชีวิตที่สำคัญอีกประการหนึ่ง ซึ่งมีกล่าวถึงมากในพุทธปรัชญา คือความสุข ความสุขของชีวิตนี้ สำหรับพุทธปรัชญาแล้ว เป็นภาวะหรือลักษณะที่มองจากแง่หรือประเด็นของจริยธรรม ไม่ใช่ในแง่ที่เป็นภาวะของชีวิตหรือภาวะของกายและจิตจริง ๆ แต่เป็นภาวะที่มองจากแง่ที่ว่า เมื่อความทุกข์ถูกทำลายลง ภาวะที่เป็นผลสืบเนื่องหลังจากนั้น ซึ่งอาจจะเรียกว่าภาวะที่ไร้ทุกข์ หรือเรียกภาวะที่ไร้ทุกข์นั้นเป็นความสุขในรูปใดรูปหนึ่ง หรือแบบใดแบบหนึ่งก็ได้

จากคัมภีร์พระไตรปิฎก หรือคัมภีร์อื่น ๆ รุ่นต่อมา แสดงให้เห็นว่า พุทธปรัชญาไม่สนใจความจริงทางอภิปรัชญาด้านอื่นที่ไม่เป็นอริยสัจ (ทั้ง ๆ ที่อาจจะมองพุทธปรัชญาไปในแนวปรัชญาแนวใดแนวหนึ่งก็ได้ เช่น เอกนิยม ทวินิยม หรือพหุนิยม หรือ มนุษย์นิยม ปฏิบัตินิยม เหตุผลนิยม ปัญญานิยม สันตินิยม หรือสัจจนิยมเป็นต้น พร้อมทั้งมีเนื้อหาสนับสนุนแนวคิดดังกล่าวอย่างเพียงพอ) เพราะการไปสนใจหรือพูดถึงความจริงอยู่ตามแง่นั้น ๆ เป็นการเสียเวลา ไม่คุ้มค่า

จะเห็นว่า อริยสัจ ๔ คือทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรคนั้น อาจสรุปลงให้เหลือเพียงเรื่องเดียว คือเรื่องของทุกข์ ส่วนสมุทัย นิโรธ และมรรคนั้นเป็นเรื่องที่ตั้งอยู่ในรูปที่สัมพันธ์ในแง่ของทุกข์ทั้งสิ้น คือ สมุทัย ในแง่ของความเกิดขึ้นแห่งทุกข์ นิโรธ ในแง่ของความดับทุกข์หรือแง่ที่ปลอดจากความทุกข์ และมรรค ในแง่ของทางหรือหลักปฏิบัติที่ดับหรือทำลายความทุกข์นั้นให้หมดไป จากแง่นี้ ทำให้เห็นว่า สภาวะที่เกี่ยวข้องกับชีวิตจริง ๆ (หรือที่เกี่ยวข้องกับคน หรือกายจิต) นั้น ก็คือความทุกข์

ความหมายของคำว่าทุกข์ในพุทธปรัชญา มีความหมายที่ละเอียด อาจแตกต่างไปจากความคิดของบุคคลทั่วไป เมื่อพูดถึงเรื่องความทุกข์แล้ว สำหรับคนทั่วไป มักจะมองมุ่งตรงไปที่ทุกขเวทนาอย่างเดียว ซึ่งหมายถึงความเจ็บปวด ไม่สบาย หรือลักษณะที่บีบคั้นกายจิตเป็นสาเหตุใหญ่ แต่ความหมายของคำว่าทุกข์ในพุทธปรัชญานั้น มิได้หมายถึงเฉพาะที่เป็นทุกขเวทนาเพียงอย่างเดียว แต่ยังหมายถึงทุกข์ในแง่อื่น ๆ ด้วย เช่น เจ้าชายสิทธัตถะทรงเห็นความแก่และความตายเป็นทุกข์เป็นของน่ากลัว ซึ่งก็แน่ละ ความแก่และความตายอาจจะไม่ใช่เรื่องของทุกขเวทนาคือความเจ็บปวด ใคร ๆ อาจจะมองไม่เห็นว่า มันเป็นทุกข์อย่างไร แต่เจ้าชายสิทธัตถะทรงเห็นอย่างแจ่มแจ้งว่า แม้มันจะไม่เจ็บปวดหรือบีบคั้น แต่มันก็เป็นภาวะที่ก่อให้เกิดทุกข์ และน่ากลัวกว่าเสียอีก เจ้าชายสิทธัตถะมองก้าวล่วงไปไกลกว่าที่คนอื่นมอง และเมื่อพระองค์ได้ค้นคว้าเกี่ยวกับชีวิตหรือ

ธรรมชาติของกายและจิตได้ลึกซึ้งยิ่งขึ้น ก็ทำให้เห็นทุกข์ได้ลึกไปอีกขั้นหนึ่ง คือทุกข์แบบไตรลักษณ์ เป็นความทุกข์ที่ละเอียดอ่อน ซึ่งเป็นร่วมกับสามัญญลักษณะอื่นอีก ๒ คือ อนิจจตา และอนัตตา ความทุกข์แบบนี้คือภาวะที่คอยบีบคั้น กดดัน บกพร่อง ไม่สมบูรณ์ เปลี่ยนแปลง ไม่ตั้งอยู่ในรูปของสิ่งถาวร และมีความขัดแย้งในตัวมันเองเป็นต้น เหตุนี้ ธรรมชาติของชีวิต นอกจากจะมีภาวะของทุกข์แบบทุกขเวทนา แบบทุกข์ในอริยสัจแล้ว ยังมีภาวะของทุกข์แบบนี้อันเป็นภาวะของทุกข์แบบไตรลักษณ์ด้วย

ดังนั้น ความหมายของคำว่าทุกข์ในพุทธปรัชญาจึงมีถึง ๓ ขั้น คือ (๑) ทุกข์แบบทุกขเวทนาในขันธ์ ๕ (๒) ทุกข์แบบมีอุปาทานในอริยสัจ ๔ และ(๓) ทุกข์แบบสามัญญลักษณะหรือลักษณะของสภาวธรรมในไตรลักษณ์

จากการวิเคราะห์ ชีวิต(คน หรือกายจิต)แบบนี้ พระพุทธองค์จึงทรงเห็นว่า ชีวิตหรือกายและจิตจึงตั้งอยู่บนเงื่อนไขนี้ คือชีวิตหรือกายและจิตตั้งอยู่บนพื้นฐานของความทุกข์นี้ ถ้าเราจะกล่าวใหม่ ก็จะเป็นว่า ถ้ามีชีวิตหรือกายและจิตอยู่ก็ต้องมีทุกข์ หรือเมื่อมีทุกข์ก็ต้องมีชีวิตหรือกายและจิต ถ้ามองชีวิตหรือกายและจิตในแง่นี้แล้ว ก็จะเห็นว่า ความหลายหลากต่าง ๆ ที่เราเห็นว่า มันมีอยู่และเป็นอยู่นั้น โดยเนื้อแท้แล้ว มันมีแต่ทุกข์อย่างเดียว ในวชิราสูตร[๑] กล่าวไว้ว่า"ความทุกข์เท่านั้น เกิดขึ้น ทุกข์เท่านั้น ตั้งอยู่ ทุกข์เท่านั้น ดับไป นอกจากทุกข์ไม่มีอะไรเกิด ไม่มีอะไรดับ" หรือในวักกลิสูตร[๒] ว่า" เราบัญญัติเรื่องทุกข์และความดับทุกข์เท่านั้น"

พุทธปรัชญาเสนอเรื่องทุกข์นั้น ไม่ใช่เป็นกาสอนแบบทุนิยม อย่างที่มีบางคนเข้าใจ พุทธปรัชญาสอนเรื่องทุกข์ เป็นการเสนอว่า ธรรมชาติที่แท้ของชีวิตหรือกายจิตเป็นอยู่อย่างนี้ ไม่ใช่เป็นเรื่องที่ใครจะคิดเอาเอง มันมีอยู่อย่างนั้น คนจะคิดหรือไม่คิด จะรู้หรือไม่รู้ มันก็มีอยู่อย่างนั้น เป็นการเปิดเผยหรือนำเอาความจริงมาบอกให้รู้ มิได้กล่าวให้มากหรือทำให้น้อยไปจากความจริงเลย สภาวะของมันเป็นอยู่อย่างนั้น ก็กล่าวอย่างนั้น ไม่ใช่ว่าจะขึ้นอยู่กับความชอบหรือไม่ชอบ แต่มันเป็นสัจธรรม เป็นการเสนอให้รู้ถึงธรรมชาติของชีวิตหรือกายและจิตตามความเป็นจริง มิได้สอนให้มองชีวิตหรือกายจิตในแง่ของความชั่วร้าย ความทุกข์ทรมาณ หรือดูหมิ่นเหยียดหยามชีวิต ไม่ได้สอนให้คนเศร้า หมดหวัง เจ้าทุกข์ หรือจับเจ่าอยู่กับความทุกข์หรือแบกทุกข์นั้นไว้ และอาศัยจุดนี้(คือความรู้ในธรรมชาติของชีวิตหรือกายและจิตตามความเป็นจริง)เอง นำไปสู่การแก้ปัญหานั้น ทำนองเดียวกับการอาศัยความรู้ที่มาเกี่ยวกับปัญหาในแง่ต่าง ๆ เป็นอย่างดีนั้น ไปใช้ในการแก้ปัญหานั้นนั่นเอง

---

๑ สัง. ส. ๑๕/๕๕๔/๑๔๐ และดูเทียบเคียงใน ขุ. มหา. ๒๙/ ๘๖๕/๔๘๒ ขุ. จูฬ. ๓๐/๕๐๖/๒๘๒

๒ สัง. ข. ๑๗/๒๑๔/๑๒๗ และดูเทียบใน สัง. สฬา. ๑๘/๗๗๐/๔๔๔

การเสนอเรื่องทุกข์ในพุทธปรัชญานั้น มิใช่หยุดลงที่ทุกข์เพียงแค่นั้น เพราะพุทธปรัชญาเห็นว่า ทุกข์นั้นแก้ไขได้ มิใช่เป็นเรื่องที่แก้ไขไม่ได้ และการแก้ทุกข์นั้นมิใช่ด้วยวิธีที่หลีกเลี่ยงหรือหนีความทุกข์ แต่ด้วยการเผชิญหน้ากับความทุกข์ มิใช่ด้วยวิธีปิดหรือกลบความทุกข์นั้นไว้ (เหมือนเอาแกลบหรือขี้เถ้ากลบไฟไว้) แต่ด้วยการเข้าไปทำลายเหตุปัจจัยที่เป็นตัวการจริง ๆ ที่ทำให้เกิดทุกข์นั้น ๆ ดังนั้น พุทธปรัชญาจึงเสนออริยสัจคือความจริงอีก ๓ ประการ คือสมุทัย เหตุปัจจัยที่ทำให้เกิดทุกข์ นิโรธ ความดับทุกข์ และมรรค วิธีหรือหนทางการปฏิบัติในการเข้าไปทำจัดเหตุ-ปัจจัยหรือตัวการที่ทำให้เกิดทุกข์

ถ้ามองแง่ของนิโรธ คือความดับทุกข์ อันเป็นภาวะที่สงบ เย็น ไม่วุ่นวาย หมดความเร่า-ร้อน เป็นอิสระ หลุดพ้นจากความกังวลทุกอย่าง ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหว บริสุทธิ์ ผ่องใส ปรอดโปร่ง ไร้สิ่งมัวหมอง เป็นต้นแล้ว จะเห็นว่า ชีวิตหรือกายจิตในด้านนิโรธนี้ เป็นการพูดถึงชีวิตในด้านของความสุขหรือในแง่ของความสุข จะเห็นว่า ในพุทธปรัชญานั้น มีกล่าวถึงความสุขไว้มากพอ ๆ กับเรื่องอื่น ๆ และยังแบ่งออกไปว่า ความสุขนี้มีอยู่หลายระดับหลายขั้นตามฐานะหรือตามภาวะ-คุณธรรมของแต่ละบุคคล เช่น

- ความสุขของชาวบ้าน ความสุขของพระ[๑]
- ความสุขทางกาย ความสุขทางใจ[๒]
- ความสุขเกิดจากกาม ความสุขเกิดจากการออกจากกาม[๓]
- ความสุขที่เจืออามิส ความสุขที่ไม่เจืออามิส[๔]
- ความสุขในปัจจุบัน ความสุขในภายหน้า[๕]
- ความสุขเกิดจากการมีทรัพย์ ความสุขเกิดจากการจ่ายทรัพย์ ความสุขเกิดจากการไม่เป็นหนี้ใคร ความสุขเกิดจากการประกอบการงานที่ปราศจากโทษ[๖]
- ความสุขเกิดจากการมีเพื่อนที่ดี ความสุขเกิดจากความยินดีด้วยปัจจัยตามมีตามได้ ความสุขเกิดจากบุญหรือความดีที่ได้ทำไว้ ความสุขเกิดจากการละทุกข์ทั้งปวง[๗]
- ความสุขเกิดจากศีล ความสุขเกิดจากศรัทธา ความสุขเกิดจากปัญญา ความสุขเกิดจากการไม่กระทำชั่วทั้งปวง[๘]

และในพหุเวทนียสูตร มัชฌิมปัณณาสก์[๙] ได้แสดงว่า ขั้นต่าง ๆ ของความสุขนั้น จากระ-ดับต่ำสุดถึงสูงสุดมีถึง ๑๐ ขั้น คือ

---

๑ อัง. ทุก. ๒๐/๓๐๙/๙๔
๒ อัง. ทุก. ๒๐/๓๑๕/๙๕
๓ อัง. ทุก. ๒๐/๓๑๐/๙๔
๔ อัง. ทุก. ๒๐/๓๑๓/๙๕
๕ อัง. อัฏฐก. ๒๓/๒๙๔-๙๗/๔๙๐
๖ อัง. จตุก. ๒๐/๖๒/๘๗
๗ ขุ. ธ. ๒๕/๓๓/๔๙
๘ ขุ. ธ. ๒๕/๓๓/๕๐
๙ ม. ม. ๑๓/๑๐๐-๑๐๒/๘๗-๘๙

๑. ความสุขในกาม

(ความสุขในกาม เป็นความสุขที่เกิดจากการตอบสนองความต้องการทางอายตนะ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ที่มาคู่กับ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ หรือที่เรียกว่า กามคุณ ๕)

๒. ความสุขที่เกิดจากปฐมฌาน (รูปฌานที่ ๑)

(เป็นความสุขที่พ้นออกจากกามคุณ ๕ คือความสุขที่เกิดจากฌานที่ ๑ สุขในฌานที่ ๑, มี ปีติ สุข วิตก วิจาร เอกัคคตา)

๓. ความสุขที่เกิจากทุติยฌาน (รูปฌานที่ ๒)

(เป็นความสุขที่พ้นออกจากกามคุณ ๕ แต่เป็นความสุขในฌาน มี ปีติ สุข เอกัคคตา)

๔. ความสุขที่เกิจากตติยฌาน (รูปฌานที่ ๓)

(เป็นความสุขในฌาน มีสุขและเอกัคคตา)

๕. ความสุขที่เกิดจากจตุตถฌาน (รูปฌานที่ ๔)

(เป็นความสุขในฌาน มีอุเบกขาและเอกัคคตา)

๖. ความสุขเกิดจากอากาสานัญจายตนฌาน (อรูปฌานที่ ๑)

(เป็นความสุขในฌาน มีอุเบกขาและเอกัคคตา แต่เป็นอารมณ์ที่ละเอียดยิ่งขึ้น)

๗. ความสุขเกิจากวิญญาณัญจายตนฌาน (อรูปฌานที่ ๒)

(เป็นความสุขในฌาน มีอุเบกขาและเอกัคคตา ที่มีอารมณ์ละเอียดยิ่งขึ้น)

๘. ความสุขเกิดจากอากิญจัญญายตนฌาน (อรูปฌานที่ ๓)

(เป็นความสุขในฌาน มีอุเบกขาและเอกัคคตา ที่มีอารมณ์ละเอียดยิ่งขึ้น)

๙. ความสุขเกิดจากเนวสัญญานาสัญญายตนฌาน (อรูปฌานที่ ๔)

(เป็นความสุขในฌาน มีอุเบกขาและเอกัคคตา ที่มีอารมณ์ละเอียดยิ่งขึ้น)

๑๐. ความสุขที่เกิดจากสัญญาเวทยิตนิโรธ

(เป็นความสุขในฌานสมาบัติที่ดับสัญญาและเวทนา ซึ่งเป็นโลกุตตรสุข มีได้เฉพาะพระ-อริยบุคคลเท่านั้น ส่วนฌานสุข ๒-๙ ถ้าเกิดในบุคคลที่ได้ฌานอย่างเดียว เรียกว่าโลกิยฌานสุข แต่ถ้าเป็นพระอริยบุคคลที่ได้ฌาน เรียกว่าโลกุตตรฌานสุข)

ถึงอย่างไรก็ตาม สิ่งที่พุทธปรัชญาเน้นเป็นพิเศษก็คือมรรค คือ ชีวิตหรือกายจิตจะถึงภาวะของนิโรธคือความดับทุกข์ หรือบรรลุถึงความสุข(มองภาวะแง่ของความดับทุกข์ในรูปของความสุข)ได้ ก็ต้องปฏิบัติหรือดำเนินไปตามมรรค การที่พุทธปรัชญาแสดงถึงเรื่องของทุกข์ก็ตาม สมุทัยเหตุเกิดของทุกข์ก็ตาม เป็นเพียงการแสดงให้เห็นว่า ภาวะของชีวิตหรือกายและจิตเป็นอย่างนั้น การทำงานของชีวิตหรือกายและจิตที่เข้าไปเกี่ยวข้องกับโลกเป็นอย่างนั้น นั่นเป็นภาคความรู้หรือทฤษฎี ซึ่งเป็นเรื่องของความรู้ความเข้าใจ แต่ที่เป็นภาคจริยธรรมหรือขั้นที่ลงมือปฏิบัติจริง ๆ นั้น ก็คือมรรค ความรู้จักเพียงแต่ทุกข์อย่างเดียวหรือข้อปฏิบัติแนวอื่นที่ไม่ใช่มรรค เช่น การเสันสรวงอ้อนวอน ความภักดีเป็นต้น พุทธปรัชญาถือว่า ไม่ใช่เป็นวิธีที่กำจัดทุกข์ได้อย่างแท้จริง

พุทธปรัชญาแสดงถึงมรรคว่า มรรคนั้นมีอย่างเดียว หรือเป็นทางเดียว แต่ประกอบด้วยองค์ ๘ หรือประกอบด้วยองค์ประกอบ ๘ อย่าง องค์ประกอบ ๘ อย่างนี้ประกอบกันเข้าเป็นมรรค องค์ประกอบ ๘ อย่างของ มรรค คือ (๑) สัมมาทิฏฐิ (๒) สังมมาสังกัปปะ (๓) สัมมาวาจา (๔) สัมมากัมมันตะ (๕) สัมมาอาชีวะ (๖) สัมมาวายามะ (๗) สัมมาสติ และ (๘) สัมมาสมาธิ

องค์ประกอบ ๘ อย่างของมรรคนี้ ถ้าจะกล่าวอย่างสั้น ๆ ก็ย่อลงได้เป็น ๓ คือ (๑) ศีล (๒) สมาธิ และ (๓) ปัญญา ดังนี้

สัมมาวาจา
สัมมากัมมันตะ — (๑) ศีล
สัมมาอาชีวะ

สัมมาวายามะ
สัมมาสติ — (๒) สมาธิ
สัมมาสมาธิ

สัมมาทิฏฐิ
สัมมาสังกัปปะ — (๓) ปัญญา

ในขั้นต่าง ๆ ของการปฏิบัติตามนัยของพุทธปรัชญาดังกล่าว จะมองในลักษณะรวมหรือลักษณะแยกก็ได้ ถ้ามองในลักษณะรวม ศีล สมาธิและปัญญา เป็นธรรมที่เป็นไปด้วยกันช่วยสนับสนุนกัน คือเมื่อศีลเกิด สมาธิก็เกิด ปัญญาก็เกิด เมื่อศีลไม่เกิด สมาธิก็ไม่เกิด ปัญญาก็ไม่เกิด ธรรมอย่างหนึ่งไม่อาจเป็นไปได้โดยขาดธรรมอีกอย่างหนึ่ง (ศีล สมาธิ และปัญญาตามทรรศนะของพุทธปรัชญาหมายถึงสัมมาศีล คือศีลที่ถูกต้อง ถ้าเทียบกับมรรค ก็คือสัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ สมาธิและปัญญาก็เช่นเดียวกัน เป็นสัมมาสมาธิ และสัมมาปัญญา) หรือถ้าจะมองในลักษณะแยก ก็เป็นว่า ศีลเป็นพื้นฐานของสมาธิ หรือศีลอบรมสมาธิ สมาธิเป็นพื้นฐานของปัญญา หรือสมาธิอบรมปัญญา หรือจะพูดว่า สมาธิบ่มอบรมมาจากศีล ปัญญาบ่มอบรมมาจากสมาธิ จะเห็นว่า จุดหมายปลายทางของการปฏิบัติก็คือปัญญา ในมรรคก็คือสัมมาทิฏฐิ ความเห็น ความเข้าใจ หรือความรู้ถูกต้อง และสัมมาสังกัปปะ ความดำริ หรือความคิดถูกต้อง

พุทธปรัชญาถือว่า การกำจัดทุข์นั้นไม่ใช่จะไปกำจัดที่ตัวความทุกข์นั้นโดยตรง เราไม่อาจที่จะไปกำจัดทุกข์ที่ตัวของความทุกข์นั้นโดยตรงได้ แต่สิ่งที่จะเข้าไปกำจัดหรือทำลายความทุกข์ คือ ศีล สมาธิ และปัญญา ศีล สมาธิ และปัญญาจะกำจัดหรือทำลายตัวการที่ทำให้เกิดทุกข์ ซึ่งได้แก่ตัณหาและอุปาทาน

ศีล (สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ) เป็นมรรควิธีหรือข้อปฏิบัติที่กำจัดหรือทำลายความทุกข์ในขั้นหยาบ เช่น ความทุกข์เกี่ยวกับการดำรงชีพ การทำมาหากินการอยู่ร่วมกับหมู่คนในสังคมเป็นต้น ในขั้นนี้ เป็นเรื่องที่เกี่ยวกับความทุกข์ทางกายเป็นส่วนใหญ่

สมาธิ (สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ) เป็นมรรควิธีหรือข้อปฏิบัติที่กำจัดหรือทำลายทุกข์ในขั้นกลาง เป็นความทุกข์ที่เกี่ยวข้องกับราคะ และกาม เช่นความทุกข์ที่เกิดจากความ

ต้องการของจิตในอันที่จะได้รับการตอบสนองความต้องการนั้นทางอายตนะ มี ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ในขั้นนี้เป็นเรื่องเกี่ยวกับความทุกข์ทางจิต ซึ่งเป็นเรื่องที่ละเอียดมากขึ้นกว่าในขั้นของศีล

ปัญญา (สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปะ) เป็นมรรควิธีหรือข้อปฏิบัติที่กำจัดหรือทำลายความทุกข์ที่เป็นขั้นละเอียดที่สุด เป็นความทุกข์ที่เกิดขึ้นจากตัณหาและอุปาทาน หรือโมหะ เป็นความทุกข์ที่เกิดจากการที่จิตหลงผิด หรือมีความเข้าไปยึดถืออย่างผิดๆ เช่น ความทุกข์ที่เกิดจากอุปาทานขันธ์ ๕ ในรูปแบบต่าง ๆ เป็นต้น เป็นความทุกข์ทางจิตที่มีความละเอียดอ่อนมากที่สุด

พุทธปรัชญาถือว่า ศีล สมาธิ และปัญญานี้ จะเกิดขึ้นก็โดยวิธีทางปฏิบัติอย่างเดียว และการปฏิบัตินั้นเป็นเรื่องเฉพาะตน รู้เฉพาะตน และได้เฉพาะตน จะปฏิบัติเผื่อหรือปฏิบัติแทนกันไม่ได้ รู้แทนกันไม่ได้ และได้แทนกันไม่ได้

ข้อเสนอแนะ

พุทธปรัชญาเกี่ยวกับเรื่องกายและจิตนี้ นับว่าเป็นเรื่องที่มีความสำคัญมาก เท่าที่ได้เสนองานวิจัยด้านนี้ ยังไม่เพียงพอ พร้อมกันนั้น ยังเป็นที่รู้กันเฉพาะในวงแคบ เช่นในหมู่พระสงฆ์ หรือท่านผู้ที่มีความสนใจบางคน ไม่ได้กว้างไปในระดับชาวบ้านหรือนิสิตนักศึกษา ดังนั้น ผู้วิจัยเห็นว่า ควรจะมีการส่งเสริมให้มีการปรับปรุงหรือให้มีการขยายตัวออกใน ๒ เรื่อง คือ

๑. ในด้านปริยัติหรือทฤษฎี ควรได้มีการค้นคว้าต่อไป เพื่อจะได้ให้ความรู้ความเข้าใจในด้านนี้ดีขึ้นหรือเติบโตขึ้นทั้งในด้านของเนื้อหาและภาษา ทางด้านภาษานั้น ควรถอดจากภาษาทางธรรมที่เข้าใจยากสำหรับผู้ที่ไม่คุ้นมาเป็นภาษาง่าย ๆ (แต่ไม่ทำให้ผิดไปจากสาระของหลักเดิม) ตามระดับของกลุ่มบุคคลที่จะเข้าใจได้ และงานวิจัยที่ควรทำอย่างยิ่ง คือ งานวิจัยเชิงปรียบเทียนระหว่างความคิดเกี่ยวกับเรื่องกายและจิตในพุทธปรัชญากับแนวคิดเกี่ยวกับเรื่องนี้ของวิทยาศาสตร์สมัยใหม่ เพื่อหาแนวคิดเห็นว่า ระหว่างความรู้เกี่ยวกับเรื่องนี้ของทั้งสองแตกต่างกันอย่างไร การปฏิบัติตามแนวหนึ่งเป็นการขัดกับอีกแนวกนึ่งหรือไม่ และการปฏบัติตามในแต่ละแนวจะให้ประโยชน์ได้อย่างไร และแค่ไหน

๒. ในด้านปฏิบัติหรือแง่ของจริยศาสตร์ เมื่อเรามีการวิจัยซึ่งเป็นการมองในแง่ของทฤษฎี ความรู้ หรือหลักการแล้ว ควรให้มีการปฏิบัติจริงๆ หรือให้มีการมองโดยการมองที่เกิดจากการปฏิบัติด้วย หรืออย่างน้อยที่สุด ก็ให้มีส่วนนำไปใช้ในชีวิตจริง ควรมีโครงการสนับสนุน หรือมาตรการอย่างใดอย่างหนึ่งที่แน่นอนให้งานในภาคของปริยัติหรือทฤษฎีให้สำเร็จในภาคปฏิบัติด้วยพร้อม ๆ กันไป เพราะว่าเราอาจหาคนรู้ปริยัติหรือทฤษฎีได้มาก แต่คนที่ปฏิบัติตามมรรควิธี คือปฏิบัติจริง ๆ นั้นได้น้อย ในพุทธปรัชญาได้เน้นไว้เป็นพิเศษว่า ความรู้ทางปริยัติหรือทฤษฎีนั้น จะเกิดผลอย่างแท้จริงได้ ก็ต่อเมื่อได้นำไปปฏิบัติอย่างจริง ๆ ความรู้ทางปริยัติหรือทางทฤษฎีที่ไม่ได้ไดนำไปปฏิบัตินั้น พุทธปรัชญาเปรียบไว้เหมือนกับคัมภีร์ใบลานเปล่า (คัมภีร์นั้น เป็นแต่ใบลานเปล่า ไม่มีตัวหนังสือ ไม่มีข้อความที่เป็นคำสอน จึงเท่ากับเป็นของไม่มีประโยชน์ ใช้ไม่ได้)