

ต้องรู้จักความทุกข์เปิดเผย-ความทุกข์ซ่อนเร้น

ทั้งหมดที่ได้บรรยายมาคือความทุกข์ที่เห็นได้ง่าย จึงเรียกว่าเป็น **ความทุกข์เปิดเผย** แต่ยังมี**ความทุกข์ที่เห็นได้ยาก**อยู่อีก ที่เรียกว่า **ความทุกข์ซ่อนเร้น** คือเมื่อเราเกิด ความยึดถือในสิ่งใด แล้วสิ่งนั้นยังอยู่กับเรา และทำให้เราเกิดความสุข ซึ่งในขณะที่จิตกำลังเกิดความรักหรือความพอใจในสิ่งที่ยึดถืออยู่นั้น จิตจะเกิดความรู้สึกหนัก เหนื่อย กระทบกระชวย หรือไม่สงบ ไม่ปกติ หรือไม่สบาย อยู่ด้วยอย่างเงียบๆ

ความรู้สึกหนัก เหนื่อย กระทบกระชวย หรือไม่สงบ ไม่ปกติ หรือไม่สบายนี้เอง ที่เป็นความรู้สึกที่ทนได้ยาก หรือทรมาน ที่ซ่อนอยู่ภายใน โดยมีความสุขที่น่าพอใจหุ้มห่ออยู่ภายนอก ซึ่งนี่ก็คือความทุกข์ด้วยเหมือนกัน **แต่มันซ่อนเร้นอยู่ ต้องสังเกตจึงจะพบ** แต่แม้ความทุกข์ซ่อนเร้นนี้ มันจะไม่รุนแรงเท่าความทุกข์เปิดเผย แต่มันก็ทำให้จิตเกิด**ความทุกข์หรือทรมาน**ได้ไม่แพ้ความทุกข์เปิดเผยเหมือนกัน

สรุปได้ว่า ความทุกข์ตามหลักอริยสัจ ๔ ของพระพุทธเจ้านั้น **จะหมายถึงทั้งความทุกข์เปิดเผย และความทุกข์ซ่อนเร้นด้วย** จึงเป็นสิ่งที่เราจะต้องรู้จักให้ถูกต้องว่า ความทุกข์ไม่ใช่จะหมายถึงความเศร้าโศกหรือเสียใจเท่านั้น แต่มันยัง**มีความทุกข์ที่เป็นความรู้สึกหนัก เหนื่อย ทรมาน** ที่เกิดขึ้นขณะที่เรากำลังมีความสุขอีกด้วย ถ้าใครไม่ยอมรับความทุกข์ซ่อนเร้นนี้ ก็ยากที่จะศึกษาให้เกิด ความเข้าใจในหลักอริยสัจ ๔ ของพระพุทธเจ้าได้

ต้องรู้จักคำว่า “ความเคยชิน” ก่อน

พระพุทธเจ้าได้สอนว่า ต้นเหตุของความทุกข์ก็คือ **“ความเคยชินของอวิชชา”** แต่ก่อนอื่น เราต้องมาทำความเข้าใจกับคำว่า “ความเคยชิน” กับคำว่า “อวิชชา” ก่อน คือการที่จิตของเราเคยทำอะไรซ้ำๆหรือบ่อยๆ มันก็จะกลายเป็นความเคยชิน (หรือที่เราเรียกกันว่านิสัย ซึ่งสมัยใหม่เรียกว่า จิตได้สำนึก) ยิ่งถ้าเราเคยทำอะไรบ่อยมากๆ ความเคยชินก็จะ

คำว่า **ผล** หมายถึง สิ่งที่เกิดขึ้นมาจากเหตุ
คำว่า **เกิด** หมายถึง จากเดิมที่มันไม่มีอยู่ก่อน แล้วจึงมามีขึ้นภายหลัง
คำว่า **ดับ** (หรือแตกสลาย) หมายถึง จากเดิมที่มันมีอยู่ก่อน แล้วจึงหายไป ในภายหลัง

คำว่า **ตั้งอยู่** หมายถึง เมื่อเกิดขึ้นมาแล้วแต่ยังไม่ดับหายไป
คำว่า **ปรุงแต่ง** หมายถึง การที่ธรรมชาตินำเอาสิ่งต่างๆมารวมหรือผสมกัน แล้วทำให้เกิดเป็น**สิ่งใหม่**ขึ้นมาได้อย่างน่าอัศจรรย์ โดยสิ่งที่เกิดขึ้นมาจากการปรุงแต่งนั้น เรียกว่า **“สิ่งปรุงแต่ง”**

กฎสูงสุดของชาตินี้ก็เทียบได้กับพระเจ้า หรือเทพเจ้า ที่เป็น**สิ่งสูงสุด**ของศาสนาที่นับถือพระเจ้าหรือเทพเจ้าเป็น**สิ่งสูงสุด** ซึ่งนี่ก็เท่ากับว่า**พุทธศาสนาก็มีพระเจ้าด้วยเหมือนกัน** แต่**มีธรรมชาติหรือกฎของธรรมชาติเป็นพระเจ้า** ที่สร้างทุกสิ่งทุกอย่างขึ้นมา ดลบันดาลหรือควบคุมให้ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นไป และทำลายทุกสิ่งทุกอย่างไปเมื่อถึงเวลา โดยเฉพาะการเกิดและดับหายไปของความทุกข์ของจิตใจมนุษย์ กับความเดือดร้อนวุ่นวายในโลก หรือสันติภาพหรือความสงบสุขของโลก ก็เป็นไปตามกฎสูงสุดของชาตินี้ทั้งสิ้น คือถ้าเราปฏิบัติถูกต้องตรงตามหลักในการดับทุกข์ จิตใจของเราจะไม่มีทุกข์ แต่ถ้าปฏิบัติผิด จิตใจของเราก็จะเป็นทุกข์ ถ้ามนุษย์ส่วนใหญ่ปฏิบัติผิดคือเห็นแก่ตัวและเบียดเบียนผู้อื่น โลกก็จะมีวิกฤติการณ์ แต่ถ้ามนุษย์ส่วนใหญ่ปฏิบัติถูก คือไม่เห็นแก่ตัว รักผู้อื่น ช่วยเหลือผู้อื่น โลกก็จะมีสันติภาพ

อัครรรยแห่งการปรุงแต่ง

ถ้าเราจะพิจารณาสิ่งทั้งหลายของธรรมชาติให้ดี **เราจะพบว่ามันมีความมหัศจรรย์อย่างมาก** แต่เมื่อเราได้พบกับ**สิ่งที่มีหัตถรรยนั้นบ่อยๆ** เราจะเห็นว่ามันเป็น**ของธรรมดาๆไป** ซึ่งนี่เองที่ทำให้มนุษย์โง่เขลา ที่มองไม่เห็นความมหัศจรรย์ของธรรมชาติ