

๑. **ปัญญาขั้นจำได้** ซึ่งปัญญาขั้นนี้ก็เกิดมาจาก การฟังหรืออ่านคำสอนที่แท้จริง ของพระพุทธเจ้ามาแล้วจำได้ (แต่ถ้าฟังหรืออ่านคำสอน ที่ไม่ใช่คำสอนที่แท้จริงของ พระพุทธเจ้า ก็ไม่จัดว่าเป็นปัญญาใดๆ)

๒. **ปัญญาขั้นเข้าใจ** คือเมื่อนำเอาคำสอนที่จำได้นั้นมาพิจารณาไตร่ตรองด้วยเหตุ ด้วยผล จนเกิดเป็นความเข้าใจอย่างทะลุปรุโปร่ง ก็เรียกว่ามีปัญญาขั้นเข้าใจ (แต่ถ้าพิจารณา แล้วไม่เข้าใจ ก็แสดงว่าคำสอนนั้น ไม่ใช่คำสอนที่แท้จริงของพระพุทธเจ้า)

๓. **ปัญญาขั้นเห็นแจ้ง** คือเมื่อนำเอาความเข้าใจนั้นมาทดลองปฏิบัติ จนความ ทุกข์ลดลงหรือดับลงจริงๆ (แม้เพียงชั่วคราว) ก็เรียกว่าเกิดปัญญาขั้นเห็นแจ้งขึ้นมาแล้ว ซึ่งปัญญาขั้นนี้จัดเป็นปัญญาขั้นสูงสุด (แต่ถ้าทดลองปฏิบัติดูแล้วความทุกข์ไม่ลดลง หรือไม่ดับลงจริงแม้เพียงชั่วคราว ก็แสดงว่า ไม่ใช่คำสอนที่แท้จริงของพระพุทธเจ้า)

**ความรู้เรื่องจิตเป็นอนัตตาคือหัวใจของปัญญา**

การบอกว่า ความรอบรู้ในหลักอริยสัจ ๔ ของพระพุทธเจ้านั้นคือปัญญานั้น ยัง เป็นการพูดที่กว้างเกินไป ถ้าจะพูดให้แคบลงมาอีกหน่อยก็ต้องพูดว่า **“ความรู้ที่ทำให้ อวิชชาและกิเลส ที่ยังไม่เกิด ไม่เกิดขึ้น หรือทำให้อวิชชาหรือกิเลส ที่เกิดขึ้นแล้ว ระวัง หรือดับหายไปได้”** นั่นคือปัญญา ซึ่งความรู้ที่จะทำให้อวิชชาและกิเลส ดับหายไปได้นั้นก็ คือ **ความรู้หรือความเข้าใจ เรื่องความเป็นอนัตตาของทุกสิ่ง** โดยเน้นมาที่ความเข้าใจว่า **จิตของเราทุกคนนี้เป็นอนัตตา (คือจิตนี้ไม่ใช่อัตตา หรือไม่ใช่ตัวเรา)**

สรุปได้ว่า **ความรู้และความเข้าใจในเรื่องความเป็นอนัตตาของทุกสิ่ง โดยเน้นมา ที่ความเป็นอนัตตาของจิตใจเราเอง ที่จัดว่าเป็นหัวใจของปัญญา** ที่เราจะนำมาใช้ปฏิบัติ ร่วมกับสมาธิเพื่อใช้ในการปฏิบัติเพื่อดับทุกข์ ของจิตใจของเราในปัจจุบัน ดังนั้นต่อไปนี้ เราจะมาศึกษาเรื่อง **ความเป็นอนัตตาของทุกสิ่ง** ให้เกิดความเข้าใจอย่างถูกต้องกันต่อไป

๓. **ลังเลไม่แน่ใจ** คือเป็นอาการที่ไม่ใช่ทั้งบวกและลบ คือเป็นแค่ความงงๆ หรือ เช่อ หรือลังเลใจ ไม่แน่ใจ ตัดสินใจไม่ได้ ซึ่งจัดเป็นกิเลสประเภทกลางๆ ที่ยังไม่ทำให้ เกิดความทุกข์ที่รุนแรง (เป็นแค่นิวรณ์)

สรุปได้ว่า **ต้นเหตุของความทุกข์ทั้งหลายของคนเรานี้ก็คือ “ความเคยชินของ อวิชชา”** นี้เอง คือเมื่ออวิชชา (หรือความรู้ว่าร่างกายและจิตใจนี้คือตัวเรา-ของเรา) นี้เกิด ขึ้นมาครอบงำจิตของเราตามความเคยชินเมื่อใด ก็จะทำให้จิตของเรากลายเป็นจิต โง่ขึ้นมา ทันที ซึ่งจิตโง่นี้ก็จะเกิดการปรุงแต่งโดยอัตโนมัติ ให้เกิดกิเลสหรือตัณหา (คือความอยาก เพื่อตัวเอง) ขึ้นมาทันที แล้วกิเลสตัณหานี้ ก็จะทำให้เกิดอุปาทาน หรือความยึดถือว่า **ร่างกายและจิตใจ รวมทั้งสิ่งที่เกี่ยวข้องกับร่างกายทั้งหลายนี้ ว่าเป็น “ตัวเรา-ของเรา” ขึ้นมาทันที** และเมื่อจิตโง่นี้ไปแบกเอาสิ่งที่หนักของธรรมชาติไว้ จิตโง่นี้จึงเกิดความรู้สึก หนัก หรือทรมานอย่างมากขึ้นมาทันที ซึ่งนี่ก็คือการเกิดขึ้นของความทุกข์ของจิตมนุษย์ ทุกคน

**ต้องรู้จักนิรณด้วย**

ถ้าในช่วงที่กิเลสตัณหา ยังไม่เกิดขึ้นมาทำให้จิตเกิดความทุกข์ที่รุนแรง ซึ่งถ้า ในช่วงนั้น จิตของเราไม่มีสมาธิและปัญญา มันก็จะมึนงงอืดๆ ที่เรียกว่า **นิรณ** ที่ หมายถึง **สิ่งปิดกั้นจิต** เกิดขึ้นมาครอบงำจิตของเราแทนอยู่ตลอดเวลา ซึ่งอาการของนิรณ นั้นแยกได้ ๕ อาการ อันได้แก่

๑. ความฟุ้งพ้อใจเล็กๆน้อยๆในเรื่องกามารมณ์
๒. ความคิดอาฆาตพยาบาท
๓. ความคิดฟุ้งซ่าน หรือความตื่นเต้น จนน่ารำคาญใจ
๔. ความหดหู่เซื่องซึม
๕. ความคิดลังเลสงสัยในสิ่งที่เชื่อถืออยู่ ว่ามีจริงหรือไม่ หรือถูกต้องหรือไม่