

ต้องแยกพุทธออกจากพราหมณ์ก่อน

ก่อนอื่นเราจะต้องเข้าใจก่อนว่า พุทธศาสนาในอดีต หลังจากที่พระพุทธเจ้าปรินิพพานไปแล้ว ได้มีการนำเอาคำสอนของศาสนาพราหมณ์ (หรือฮินดู) เข้ามาผสมหรือปลอมปนอยู่ด้วย โดยคำสอนของศาสนาพราหมณ์ที่ปลอมปนเข้ามานั้น ก็เป็นคำสอนเรื่องการเวียนว่ายตายเกิดเพื่อรับผลกรรม เรื่องนรกใต้ดิน สวรรค์บนฟ้า เรื่องผี เทวดา นางฟ้า พระอินทร์ พระพรหม เป็นต้น นั่นเอง ซึ่งคำสอนที่ปลอมปนแล้วนี้ ก็ได้ถูกเผยแพร่ออกไปทั่วโลก และสืบทอดมาจนถึงปัจจุบัน

จึงทำให้ผู้ที่นับถือพุทธศาสนาในปัจจุบัน หลงเข้าใจผิด คิดว่าคำสอนปลอมปนนี้คือคำสอนที่แท้จริงของพระพุทธเจ้า และยังเชื่อถือหรือยึดถือกันอย่างเหนียวแน่น ว่าคำสอนปลอมปนนี้ เป็นคำสอนที่แท้จริงของพระพุทธเจ้า ถึงแม้จะมีใคร นำเอาคำสอนที่แท้จริงของพระพุทธเจ้า ที่มีเหตุผล พิสูจน์ได้ ไม่มมงาย และเป็นประโยชน์อย่างแท้จริงกับชีวิตมาสอน ก็ไม่ยอมรับ ซ้ำบางคนยังไปโกรธคนที่มาสอนอีก หว่าเขาทำลายศาสนา

ดังนั้นเพื่อให้ผู้ที่ศึกษารู้จักแยกแยะว่า คำสอนใดเป็นคำสอนที่แท้จริงของพระพุทธเจ้า และคำสอนใดไม่ใช่คำสอนที่แท้จริงของพระพุทธเจ้า เราจึงต้องแยกคำสอนของพุทธศาสนาในปัจจุบันออกเป็น ๒ ระดับ คือ ระดับศีลธรรม (หรือระดับชาวบ้าน) กับระดับสูง (หรือระดับปัญญาชน)

ศีลธรรมเป็นคำสอนพื้นฐาน

คำสอนระดับศีลธรรมนั้นแยกออกเป็น ๒ ส่วน คือ ส่วนที่เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าจริงๆ กับ ส่วนที่เพิ่มเติมเข้ามาจากศาสนาอื่น ซึ่งส่วนที่เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าจริงๆ ก็จะเป็นคำสอนที่สอนให้รักษาศีล สอนให้ละเว้นอบายมุข ละเว้นสิ่งเสพติด ละเว้นสิ่งฟุ่มเฟือย สอนให้กตัญญูกตเวที สอนให้ขยัน อดทน เสียสละ ให้อภัย สอนให้ช่วยเหลือผู้อื่น สอนให้ประหยัดอดออม เป็นต้น ซึ่งเป็นคำสอนที่เอาไว้สอนบุคคลที่มีสติปัญญาน้อย เช่น ชาวบ้านทั่วไป หรือเด็ก หรือคนที่ไม่มีความรู้หลักวิทยาศาสตร์

พระพุทธเจ้าทรงสอนว่า “บุคคลจะล่วงพ้นความทุกข์ได้เพราะความเพียร” คือ ต้องมีความเพียรหรือความพยายามในการปฏิบัติปัญญา ศีล และสมาธิอยู่เสมอๆ จึงจะหลุดพ้นจากความทุกข์ได้ ถ้ามีปัญหาเพียงอย่างเดียว แล้วไม่มีความเพียรในการฝึกสมาธิ หรือมีสมาธิแล้วไม่นำปัญญากับสมาธิมาปฏิบัติร่วมกันอย่างต่อเนื่องจริงจัง ก็จะไม่หลุดพ้นจากความทุกข์ได้จริง

สรุปการปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

เมื่อเราได้ศึกษามาจนเกิดความเข้าใจและเห็นแจ้งแล้วว่า “มันไม่มีตัวเราและตัวตนของใครๆรวมทั้งของสิ่งใดๆอยู่จริง” แล้ว ก็เท่ากับเกิดปัญญาขึ้นความเข้าใจขึ้นมาแล้ว และเราก็ได้มีสมาธิมาจนชำนาญแล้ว ทีนี้ก็เป็นการปฏิบัติ ซึ่งการปฏิบัตินี้ก็สรุปได้ ๒ ช่วง คือ ช่วงที่มีเวลาว่าง กับ ช่วงที่ต้องพบปะผู้คน

ช่วงที่เรามีเวลาว่าง เราก็มาฝึกสมาธิและหมั่นพิจารณาให้เกิดปัญญาอยู่เสมอๆ เพื่อให้จิตมีความชำนาญของสมาธิมากขึ้น และให้มีปัญญาแหลมคมมากขึ้น จนเป็นความเคยชินของจิตได้ถ้านึกหรือเป็นนิสัยในการดับทุกข์ของจิต เพื่อเตรียมเอาไว้ใช้เมื่อต้องเผชิญกับโลก ซึ่งการปฏิบัติสมาธิและปัญญานี้ต้องทำพร้อมกัน โดยการปฏิบัติสมาธิและปัญญานี้ยังแยกได้ ๒ วิธี อันได้แก่

ใช้ปัญญานำหน้าสมาธิ คือมีการตั้งใจพิจารณาให้เกิดปัญญาอย่างจริงจัง ซึ่งการตั้งใจพิจารณาอย่างจริงจังนี้ ก็จะทำให้เกิดสมาธิอย่างพอเหมาะขึ้นมาด้วยเสมอ ซึ่งเมื่อมีปัญญาและสมาธิพร้อม ความทุกข์ก็จะระงับหรือดับหายไป (แม้เพียงชั่วคราว)

ใช้สมาธินำหน้าปัญญา คือเราจะใช้สมาธิมาบังคับจิตให้หยุดการคิดนึกหรือปรุงแต่งให้เกิดกิเลสขึ้นมา โดยมีปัญญาคอยควบคุมอยู่ก็ได้ ซึ่งเมื่อมีปัญญาและสมาธิพร้อม ความทุกข์ก็จะระงับหรือดับหายไป (แม้เพียงชั่วคราว) เหมือนกัน

เมื่อเราต้องเผชิญกับโลกหรือต้องพบปะผู้คน หรือขณะที่เราต้องปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของเรา เราก็ต้องมีสติมาระวัง “ไม่ให้กิเลสที่เป็นความยินดีและยินร้าย รวมทั้ง