

๒. สิ่งที่เกิดขึ้นมาทั้งหลายนั้น เป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง คือสิ่งที่เกิดขึ้นมาทั้งหลายนั้น เมื่อมันเกิดขึ้นมาแล้ว จะไม่สามารถตั้งอยู่ในสภาพเดิมได้ตลอดไปได้ (คือไม่เป็นอมตะ) คือมันจะมีการเปลี่ยนแปลงหรือเสื่อมสภาพ (หรือไหลไปๆ) อยู่ตลอดเวลา และไม่ช้าเร็ว สิ่งที่เกิดขึ้นมาทั้งหลายนั้น ก็ต้องแตกสลายหรือดับหายไปอย่างแน่นอน อย่างเช่น ร่างกายของเราเมื่อเกิดขึ้นมาแล้ว มันก็มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา และไม่ช้าก็เร็วร่างกายนี้ก็ต้องตายหรือแตกสลายไปในที่สุด หรือ จิตใจของเรา จะไม่สามารถตั้งอยู่ไปชั่ววันรันครได้ เพราะเมื่อร่างกายแตกสลายหรือตายไป จิตใจที่ร่างกายปรุงแต่งหรือทำให้เกิดขึ้นมา ก็ต้องดับหายตามไปด้วยทันที เป็นต้น

๓. สิ่งที่เกิดขึ้นมาทั้งหลายนั้น มีภาวะที่ต้องทน อยู่ตลอดเวลา คือสิ่งที่เกิดขึ้นมาทั้งหลายนั้น ต้องอาศัยสิ่งอื่นมาปรุงแต่งหรือทำให้เกิดขึ้น และเมื่อมันเกิดขึ้นมาแล้ว มันก็ยังต้องทนประคับประคอง สภาพความเป็นตัวตนมายาของมันเอาไว้ ด้วยความยากลำบาก (ถ้ามันไม่ทนประคับประคอง สภาพความเป็นตัวตนมายาของมันเอาไว้ มันก็จะแตกสลายหรือดับหายไปในทันที) อย่างเช่น ร่างกายของเราเมื่อเกิดขึ้นมาแล้ว มันก็ต้องทนต่อความหิว ความกระหาย ความหนัก ความเหนื่อย ความหนาว ความร้อน และโรคร้ายต่างๆ เป็นต้น ที่ทำให้ร่างกายเกิดความรู้สึกเจ็บ ปวด หรือไม่สบายมากบ้างน้อยบ้างอยู่ตลอดทั้งชีวิต หรือจิตใจของเรา เมื่อเกิดความยึดถือว่ามีตัวเราขึ้นมาแล้ว มันก็จะเกิดความทุกข์ขึ้นมาทันที เป็นต้น

สรุปได้ว่า ความจริงที่ว่า “ทุกสิ่งที่เกิดขึ้นมา ไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริง และมีความไม่เที่ยง รวมทั้งยังมีภาวะที่ต้องทน” นี้ คือ ปัญญา ที่เป็นความรู้ที่ตรงข้ามกับความเข้าใจผิด หรือความโง่สูงสุดของมนุษย์ ซึ่งเมื่อเราพิจารณาความจริงทั้ง ๓ นี้อย่างตั้งใจ เราก็จะพบกับความจริงอีกอย่าง ซึ่งเป็นความจริงสูงสุดของธรรมชาติ อันได้แก่ความจริงที่ว่า “ทุกสิ่งเป็นของว่างเปล่า” คือหมายถึง มันว่างเปล่าจากตัวตนที่แท้จริง ซึ่งความจริงที่ว่า “ทุกสิ่งเป็นสิ่งที่ว่างเปล่า” นี้ คือปัญญาขั้นเข้าใจ ที่เราจะนำมาพิจารณาร่างกายและจิตใจของเรา รวมทั้งทุกสิ่งที่เราพบเห็น

ตาม แต่มันก็ยังทำให้จิตของเราเกิด ความยึดถือว่ามีตัวเรา-ของเราขึ้นมาด้วย (คือมีตัวเราที่มีภาวะที่น่ายินดีเป็นของเรา) ซึ่งเมื่อจิตเกิดความยึดถือว่ามีตัวเรา-ของเราขึ้นมาแล้ว ก็จะทำให้จิตของเราเกิดความรู้สึก หนัก เหนื่อย กระทบ กระทบ หรือความรู้สึกทรมานอยู่ลึกๆ ซึ่งนี่คืออาการของ “ความทุกข์ซ่อนเร้น”

แต่เมื่อจิตของเราเกิด ความอยากผลึกภาวะที่ไม่น่ายินดี (เช่น ความแก่ ความเจ็บป่วย ความตาย ความพลัดพราก เป็นต้น) ให้ออกไปจากตัวเรา แล้วมันก็ไม่เป็นไปตามที่เราอยากให้เป็น ซึ่งก็จะทำให้จิตของเราเกิด ความยึดถือว่ามีตัวเรา-ของเราขึ้นมา (คือมีตัวเราที่มีภาวะที่ไม่น่ายินดีเป็นของเรา) ซึ่งเมื่อจิตเกิดความยึดถือว่ามีตัวเรา-ของเราขึ้นมาแล้ว ก็จะทำให้จิตของเราเกิด ความเศร้าโศก หรือความเสียใจ หรือความรู้สึกทรมานอย่างรุนแรงขึ้นมา ซึ่งนี่คืออาการของ “ความทุกข์เปิดเผย”

ส่วนกรณีที่จิตของเราเกิดความอยากมีตัวเราอยู่ตลอดไปนั้น ก็จะทำให้จิตของเราเกิดความยึดถือว่ามีตัวเรา-ของเราอ่อนๆ ขึ้นมาด้วยเสมอ ซึ่งแม้ในกรณีนี้จิตของเราจะไม่เกิดความทุกข์ซ่อนเร้นหรือเปิดเผยก็ตาม แต่มันก็จะทำให้จิตของเราเกิดความไม่สบายใจ หรือความรำคาญใจเล็กน้อยๆ อยู่ด้วยตลอดเวลา ซึ่งนี่คืออาการของ “ความทุกข์อ่อนๆ”

สรุป บทนี้เป็นการทำความเข้าใจว่า เมื่อจิตเกิดความอยากเพื่อตัวเราขึ้นมาเมื่อใด จิตก็จะเกิดความยึดถือว่ามีตัวเรา-ของเราขึ้นมาด้วยทันที และความทุกข์ทั้งหลายก็จะเกิดขึ้นมาด้วยทันที

บทที่ ๓ ต้องรู้จักจิตให้ถูกต้อง

ในการศึกษาเรื่องเหตุของความทุกข์นี้ เราจะต้องรู้จักจิตของเราให้ถูกต้องก่อน คือ จิตปกติ ของเรานี้เรียกว่า จิตเต็มสำนึก คือเป็นจิตที่มีความตั้งใจ มีเจตนา มีสติ และมีความจำคืออยู่ด้วย

ส่วน จิตใต้สำนึก คือจิตส่วนลึก ที่เป็นนิสัย (หรือสันดาน) หรือความเคยชินของจิตปกติ ที่เราควบคุมไม่ได้ ที่มันคอยผลักดันหรือควบคุมให้จิตปกติของเรา เกิดอาการไปตาม