

๒. การจำสิ่งที่รับรู้ได้ คือเมื่อจิตรับรู้สิ่งใดแล้ว ก็จะเกิดการจำสิ่งที่รับรู้ได้นั้นได้ขึ้นมา ด้วยทันที ซึ่งการจำนั้นก็ให้แก่ จารุปที่เห็นได้, จำเสียงที่ได้ยินได้, จำกลิ่นที่ดมได้, จำรสที่ได้ลิ้มได้, จำสิ่งที่มาสัมผัสกายได้, และจำสิ่งที่มาสัมผัสใจได้

๓. ความรู้สึกต่อสิ่งที่รับรู้ คือเมื่อเกิดการรับรู้และจำสิ่งที่รับรู้ได้นั้นได้แล้ว ก็จะเกิดความรู้สึกต่อสิ่งที่ได้รับรู้นั้นขึ้นมาด้วยทันที ซึ่งความรู้สึกนี้ก็สรุปได้ ๓ อย่าง คือ (๑) ความรู้สึกที่น่าพึงพอใจหรือความสุข (๒) ความรู้สึกที่ไม่น่าพึงพอใจที่ตรงข้ามกับความรู้สึกที่น่าพึงพอใจ (๓) ความรู้สึกจืดๆ หรือกลางๆ (คือไม่ใช่ทั้งความรู้สึกที่น่าพึงพอใจและความรู้สึกที่ไม่น่าพึงพอใจ)

๔. การปรุงแต่งของจิต (อาการของจิต) คือเมื่อจิตเกิดความรู้สึกขึ้นมาแล้ว ถ้าขณะนี้จิตถูกความโง่ (คือความเข้าใจผิดว่ามีตัวเราอยู่จริง) ครอบงำอยู่ จิตก็จะเกิดความอยากไปตามอำนาจของความรู้สึกทันที (คืออยากเอาสิ่งที่ให้ความรู้สึกที่น่าพึงพอใจเข้ามาให้กับตัวเรา, อยากทำลายสิ่งที่ให้ความรู้สึกที่ไม่น่าพึงพอใจให้พ้นไปจากตัวเรา, และอยากอยู่ในสภาพที่กลางๆ) และเมื่อจิตเกิดความอยากใดขึ้นมาแล้ว จิตก็จะเกิดความยึดถือว่ามีตัวเรา-ของเรา พร้อมกับความทุกข์ขึ้นมาด้วยทันที (คือทุกข์เปิดเผย ทุกข์ซ่อนเร้น ทุกข์อ่อนๆ) อีกทั้งในขณะที่จิตกำลังเกิดความอยากใดๆอยู่ ถ้าจิตมีการคิด จิตก็จะคิดด้วยความอยาก ซึ่งการคิดในขณะนี้ก็คือการปรุงแต่งของจิตด้วยอำนาจของความอยากที่โง่เขลา

แต่ขณะที่จิตของเราเกิดความรู้สึกขึ้นมาแล้ว ถ้าขณะนี้จิตของเรามีสมาธิและปัญญา จิตของเราก็จะไม่เกิดความอยากใดๆขึ้นมา (คือไม่เกิดความอยากเพื่อตัวเราและสิ่งรอบกวนจิต) รวมทั้งไม่เกิดความยึดถือว่ามีตัวเรา-ของเราขึ้นมาด้วย ซึ่งนี่เรียกว่าเป็น “จิตที่หลุดพ้นจากอำนาจของความอยากที่โง่เขลา” หรือเป็น “จิตที่หลุดพ้นจากความยึดถือว่ามีตัวเรา-ของเรา” (แม้เพียงชั่วครา) ซึ่งเมื่อ “จิตหลุดพ้นจากความอยากเพื่อตัวเราและความยึดถือว่ามีตัวเรา-ของเรา” จิตก็จะไม่มีความทุกข์ เมื่อจิตไม่มีความทุกข์ มันก็จะสงบเย็น ซึ่งในขณะที่

นำยินดีอย่างใดอย่างหนึ่ง” อยู่ นั่น แล้วจิตของเราก็เกิด “ความอยากได้ภาวะที่น่ายินดีนั้นให้กับตัวเรา” ขึ้นมา ซึ่งในขณะที่จิตของเรากำลังเกิด “ความอยากได้ภาวะที่น่ายินดี” อยู่ นั้น จิตของเราก็จะเกิดความรู้สึก เร่าร้อน กระวนกระวาย หรือหนัก เหนื่อย หรือทรมาน ขึ้นมาอยู่ด้วยเสมอ (ไม่มากก็น้อย) ซึ่งนี่ก็คืออาการของความทุกข์อย่างหนึ่ง ที่เราจะเรียกว่า เป็น ความทุกข์ซ่อนเร้น คือมันเป็นความทุกข์ที่เห็นได้ยาก ต้องสังเกตจึงจะพบ เพราะมันมีความสุขมาห่อหุ้มความทุกข์หรือความรู้สึกเร่าร้อน กระวนกระวาย เป็นต้นเอาไว้ ซึ่งนี่คือจุดแรกที่เราจะต้องมาสังเกตดูจากจิตของเราเองจริงๆ เราจึงจะเกิดความเห็นแจ้งความทุกข์ซ่อนเร้นนี้ได้ แต่ถ้าเรายังไม่พบความทุกข์ซ่อนเร้นนี้ การศึกษาต่อไปก็อาจจะทำให้เราไม่พบกับความพ้นทุกข์อย่างสูงสุดได้

สรุป บทนี้เป็นการทำความเข้าใจว่า ความทุกข์ที่เห็นได้ยากนั้นก็คือความหนัก เหนื่อยใจ ความเร่าร้อนใจ ความกระวนกระวายใจ ที่เรียกว่าความทุกข์ซ่อนเร้น ที่เราจำเป็นต้องรู้จัก ไม่อย่างนั้นเราก็จะไม่รู้จักความทุกข์ได้อย่างถูกต้องและครบถ้วน

บทที่ ๒ ความทุกข์เปิดเผย

ส่วน “ภาวะที่น่ายินดี” ทั้งหลายของชีวิตนั้นก็สรุปอยู่ที่ “การที่ร่างกายของเรา กำลังประสบกับ ความเหนื่อย ความหิว ความกระหาย ความหนาว ความร้อน ความเจ็บ ความปวด หรือการที่ร่างกายของเรา กำลังแก่ หรือกำลังป่วยไข้ หรือกำลังจะตาย หรือการที่ชีวิตของเรา กำลังพลัดพรากจากบุคคลหรือสิ่งอันเป็นที่รัก หรือการที่ชีวิตของเรา กำลังประสบกับบุคคลหรือสิ่งที่น่าเกลียดหรือน่ากลัว หรือการที่เมื่อเราหวังหรืออยากจะได้สิ่งใดแล้วเกิดผิดหวังขึ้นมา”

เมื่อภาวะที่น่ายินดีใดเกิดขึ้นกับชีวิตของเราแล้ว ถ้าจิตของเราเกิด “ความอยากหนี หรืออยากทำลาย หรืออยากผลัดภาวะที่น่ายินดีนั้นให้พ้นออกไปจากตัวเรา” ขึ้นมา แล้วเราไม่สามารถหนีหรือทำลาย หรือผลัดภาวะที่น่ายินดีนั้นให้พ้นไปจากตัวเราได้ ก็จะ ทำให้จิตของเราเกิด ความเศร้าโศก หรือความเสียใจอย่างรุนแรง ที่เรียกว่า ความทุกข์ ขึ้นมา