

อนัตตาหรือความไม่ใช่ตัวตนก็หมายถึง สิ่งที่ถูกปรุงแต่งให้เกิดขึ้นมาทั้งหลายนี้ มันไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริง (คือไม่ใช่อัตตา) ที่จะตั้งอยู่ไปชั่วนิรันดร์ได้ (คือไม่เป็นนิจจัง) เพราะมันเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยงและมีภาวะที่ต้องทนอยู่ตลอดเวลา และเมื่อเรานำเอาลักษณะของอนัตตามาเพ่งพิจารณาถึงทั้งหลายต่อไปอย่างจริงจัง เราก็จะพบกับความจริงสูงสุด อีกอย่างคือ สิ่งทั้งหลายนั้นมันเป็น **สูญญตา** คือ เป็นของว่างเปล่า คือหมายถึงว่างเปล่า จากความเป็นอัตตาหรือตัวตนของมันเอง

สรุปได้ว่าสิ่งปรุงแต่งทั้งหลายจะมีความจริงให้เราสังเกตเห็นได้ คือมันต้องอาศัยสิ่งอื่นมารวมกันปรุงแต่งให้เกิดขึ้น มันไม่สามารถเกิดขึ้นมาได้เองลอยๆ และเมื่อมันเกิดขึ้นมาแล้วมันก็จะไม่สามารถตั้งอยู่ไปชั่วนิรันดร์ได้ คือไม่ช้าก็เร็วมันจะต้องแตกสลายหรือดับหายไปอย่างแน่นอน รวมทั้งเมื่อสิ่งปรุงแต่งทั้งหลายยังตั้งอยู่ มันก็ยังต้องทน กระทบระลอกสภาพการปรุงแต่งของมันเอาไว้ด้วยความยากลำบากอีกด้วย **ซึ่งนี่คือลักษณะของสิ่งปรุงแต่ง ที่เรานำเอามาพิจารณาถึงทั้งหลายของโลก โดยหันมาที่ร่างกายและจิตใจของเราเองเป็นหลัก** เพื่อค้นหา ความจริงว่า ร่างกายและจิตใจของเรานี้ มันเป็นอัตตาหรืออนัตตาคันแน่

**ชีวิตเกิดมาจากธาตุ**

ชีวิตของเรานี้ก็ประกอบด้วยร่างกายกับจิตใจ โดยร่างกายก็เกิดมาจาก**วัตถุธาตุ** (คำว่า ธาตุ หมายถึง คุณสมบัติ) ๔ อย่าง คือ**ธาตุดิน** หรือของแข็ง, **ธาตุน้ำ** คือของเหลว, **ธาตุไฟ** คือความร้อน, และ**ธาตุลม** คืออากาศ ส่วนจิตใจก็เกิดมาจากนามธาตุ ที่เรียกว่า **ธาตุวิญญาณ**

ธาตุวิญญาณก็คือ การรับรู้ที่เกิดขึ้นตามระบบประสาททั้ง ๖ คือที่ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ซึ่งธาตุวิญญาณนี้เรามักจะเรียกสั้นๆว่า **วิญญาณ** ที่หมายถึง การรับรู้ โดยทาง

ความรู้เรื่องสูญญตา) อีกสักหน่อย เราก็สามารถนำสมาธิและปัญญานี้ มาใช้ดับทุกข์ ที่กำลังเกิดอยู่ในชีวิตปัจจุบันของเราให้ระงับหรือดับหายไปอย่างชั่วคราวได้แล้ว **ทั้งๆที่เรายังใช้ชีวิตครองเรือนอยู่** หรือถ้าเราปรารถนาที่จะหลุดพ้นจากความทุกข์อย่างถาวรจริงๆ ในภายหลัง จึงค่อยมาคิดเรื่องการปฏิบัติเพื่อให้บรรลุถึงความหลุดพ้นจากความทุกข์ได้อย่างถาวร (คือตลอดชีวิต) ก็ได้ไม่มีใครบังคับ

เมื่อมีผู้มาบอกเช่นนี้ เราอาจจะคิดว่า นี่จะเป็นการคุยโว โอ้อวดเสียมากกว่า เพราะการพ้นทุกข์มันจะง่ายอย่างนั้นเชียวหรือ ถ้ามันง่ายแล้วทำไมไม่ค่อยมีใครเขามาศึกษาและปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์กันเลย จะมีก็แต่เพียงคนแก่ๆที่ไม่สามารถแสวงหาความสุขได้แล้ว หรือคนที่ผิดหวังทางโลกเท่านั้น ที่มาปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์กัน แต่เราก็อ่าเพ่งดูหมิ่นว่านี่เป็นการคุยโวโอ้อวด เพราะถ้านี่เกิดเป็นความจริงขึ้นมา เราก็คงเป็นคน โชคดีที่สุดในโลกคนหนึ่งก็ได้ ที่ได้พบวิธีการดับทุกข์ได้จริงๆ หรือถ้ามันไม่เป็นความจริง เราก็คงไม่เสียหายอะไร เพราะเราเพียงแค่ลงทุนฝึกสมาธิสักหน่อย และลงทุนศึกษาเรื่อง “สูญญตา” (คือเรื่องทุกสิ่งเป็นของว่างเปล่า) ให้เกิดความเข้าใจอย่างถูกต้องอีกสักเล็กน้อยเท่านั้นเอง

อย่างนี้เขาเรียกว่า **“มีแต่ได้ไม่มีเสีย”** ซึ่งเมื่อมันมีแต่ได้กับได้แบบนี้ แล้วเราจะไม่มาลองศึกษาวิธีการดับทุกข์ของพระพุทธเจ้ากันบ้างเชียวหรือ? เมื่อเราเกิดมาแล้วก็อย่าให้เสียชาติเกิด คือเกิดมาแล้วต้องมาจมอยู่ในความทุกข์ไปจนตลอดชีวิตโดยไม่ได้อะไรเลย ผู้มาทดลองศึกษาและปฏิบัติเพื่อแสวงหาความพ้นทุกข์ดีกว่า เพื่อว่าบางทีเรา อาจจะได้อันพบวิธีการปฏิบัติให้ชีวิตหลุดพ้นจากความทุกข์ขึ้นมาจริงๆก็ได้ **ถ้าเราสามารถค้นพบวิธีการปฏิบัติให้ชีวิตหลุดพ้นจากความทุกข์ได้จริงๆขึ้นมา ก็เรียกว่าเราเกิดมาแล้วไม่เสียชาติเกิด** เพราะได้เกิดมาเป็นมนุษย์ แล้วมาพบคำสอนที่แท้จริงของพระพุทธเจ้า และได้มาปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้า จนหลุดพ้นจากความทุกข์ ที่เป็นภัยที่น่าหวาดกลัว