

ที่ถูกกระทำให้เกิดขึ้นมาได้ อย่างเช่น การทำอาหาร ก็เรียกว่าการปรุงแต่ง ส่วนอาหารก็เรียกว่า สิ่งปรุงแต่ง เป็นต้น

ส่วนความหมายของคำว่าอัตตาก็คือ ไม่อาศัยสิ่งใดมาปรุงแต่ง ซึ่งก็หมายถึงสิ่งที่เป็นอัตตาคะจะไม่อาศัยสิ่งใดมาปรุงแต่งเลย เพราะมันจะมีตัวตนเฉพาะเป็นของมันเอง ดังนั้นสิ่งที่เป็นอัตตาคงเป็นสิ่งที่ยั่งยืน เพราะมันจะไม่มีการเปลี่ยนแปลงหรือถูกทำลายลงได้ ซึ่งความหมายของอัตตาคือ ก็จะตรงข้ามกับคำว่า สังขาร ที่หมายถึง เป็นสิ่งที่ต้องอาศัยสิ่งอื่นมาปรุงแต่งให้เกิดขึ้น และเมื่อสิ่งใดถูกปรุงแต่งให้เกิดขึ้นมาแล้ว สิ่งปรุงแต่งที่เกิดขึ้นมานั้นจะไม่ใช่อัตตา (คือเรียกว่าอนัตตา) เพราะมันไม่มีตัวตนเป็นของมันเองเลย คือมันมีแต่เหตุและปัจจัยเท่านั้นที่มาปรุงแต่งให้เกิดมันขึ้นมา อย่างเช่น ร่างกายของคนเรานี้ก็ต้องอาศัยอาหาร น้ำ ความร้อน และอากาศ มาร่วมกันปรุงแต่งให้เกิดขึ้นมา ดังนั้นร่างกายของเราจริงๆจึงไม่มี เพราะมันเป็นเพียงสิ่งปรุงแต่ง ดังนั้นจึงเรียกว่าได้ ร่างกายของเรานี้เป็นอนัตตา (คือร่างกายไม่ใช่อัตตา) เป็นต้น

สรุปได้ว่า การปรุงแต่งนี้เป็นสิ่งที่มหัศจรรย์ที่สุดของธรรมชาติ เพราะมันสามารถนำเอาสิ่งอื่นมารวมกันปรุงแต่งให้เกิดเป็นสิ่งใหม่ขึ้นมาได้อย่างน่าอัศจรรย์ โดยแทบไม่หลงเหลือลักษณะของสิ่งต่างๆที่นำมาปรุงแต่งนั้นให้เราสังเกตเห็นหรือรับรู้ได้เลย คือมันเหมือนนักมายากลชั้นเยี่ยม ที่เล่นกลหลอกเราให้เชื่อว่าเป็นความจริงได้อย่างสนิทที่สุด โดยเราไม่รู้ตัวเลยว่าเรากำลังถูกหลอกอยู่ ซึ่งนี่คือความจริงที่ลึกซึ้งที่สุดที่ธรรมชาติซ่อนเอาไว้ หรือหลอกหลวงเราให้เกิดความเข้าใจผิดว่าสิ่งที่เกิดขึ้นมาทั้งหลายนี้เป็นตัวตนของมันเองจริงๆ จนทำให้เราเกิดความรักหรือความยึดถือในสิ่งปรุงแต่งทั้งหลายเหล่านั้น แล้วก็ทำให้เราต้องเป็นทุกข์ไปเพราะเราโง่ของเราเอง ที่ไปหลงรักสิ่งปรุงแต่งที่มีแต่ความไม่เที่ยงและต้องทนอยู่อย่างยากลำบากนั้น

พระพุทธเจ้าสอนเรื่องความจริง ๓ ประการ

คำว่า ความจริง ก็หมายถึง สิ่งที่มีอยู่หรือเป็นอยู่ตามธรรมชาติอย่างไม่มีวันเปลี่ยนแปลง ส่วนคำว่า ความจริงอันประเสริฐ ก็หมายถึงว่า ความจริงนี้มีประโยชน์หรือมีคุณค่าแก่ชีวิตของมนุษย์เราทุกคนอย่างยิ่ง เพราะความจริงนี้สามารถช่วยให้เราหลุดพ้นจากความทุกข์ ที่เป็นภัยอันใหญ่หลวงของชีวิตได้

จุดแรกต้องรู้จักความทุกข์ให้ถูกต้องก่อน

ส่วนวิธีการศึกษาเรื่องอริยสัจ ๔ นี้ จะต้องมีการศึกษาอย่างเป็นระบบ คือเริ่มต้นก็ต้องศึกษาเรื่องความทุกข์ให้รู้จักก่อนว่า ความทุกข์นี้มันคืออะไร? เมื่อรู้จักความทุกข์ถูกต้องแล้ว ก็จึงค่อยมาศึกษาเรื่องสาเหตุของความทุกข์ เมื่อรู้จักสาเหตุของความทุกข์แล้ว จึงค่อยมาศึกษาเรื่องความไม่มีทุกข์ และมาศึกษาเรื่องวิธีการปฏิบัติเพื่อให้บรรลุถึงความไม่มีทุกข์เป็นอันดับสุดท้าย แต่ถ้าเราศึกษาผิด คือไปศึกษาเรื่องวิธีการดับทุกข์ก่อน เราก็อาจจะเกิดความเข้าใจผิดได้ เพราะเมื่อเรายังไม่รู้จักความทุกข์และสาเหตุของมันอย่างถูกต้อง แล้วเราจะมารู้จักความไม่มีทุกข์และวิธีการปฏิบัติเพื่อดับทุกข์อย่างถูกต้องได้อย่างไร? ซึ่งเป็นเรื่องที่สำคัญ ที่เราจะต้องปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัด เราจึงจะศึกษาอริยสัจ ๔ ให้เกิดความเข้าใจได้อย่างถูกต้องตรงตามที่พระพุทธเจ้าสอนเอาไว้

ความทุกข์คืออะไร?

ความทุกข์ในอริยสัจ ๔ นี้ หมายถึงความทุกข์ของจิตใจของเราในชีวิตปัจจุบัน อย่างที่เรชอบเรียกกันว่า ความเศร้าโศก หรือ ความเสียใจ หรือความคับแค้นใจ หรือความเครียด หรือความหนักหน่อใจ หรือความไม่สบายใจ เป็นต้น นั่นเอง คือถ้าความทุกข์มีน้อย ก็ยังเป็นแค่เพียง ความเครียด หรือความหนักหน่อใจ หรือความไม่สบายใจ หรือความหงุดหงิดรำคาญใจ เป็นต้น เท่านั้น แต่ถ้าความทุกข์มีมากหรือรุนแรง ก็จะเป็นความเศร้าโศก หรือความเสียใจ หรือความคับแค้นใจ หรือความไม่สบายใจที่รุนแรง เป็นต้น ที่ทำให้เกิดการร้องไห้คร่ำครวญ หรือความเศร้าตรม (ที่สมัยนี้เรียกว่า โรคซึมเศร้า) ที่