

เสมอ และเมื่อจิตได้สัมผัสกับสิ่งที่น่าพอใจและไม่น่าพอใจใหม่อีก ความอยากนี้ก็จะเกิดขึ้นมาใหม่ได้อีกอย่างง่ายดาย ตามความเคยชินที่จิตได้สำนึกได้สั่งสมเอาไว้ ซึ่งควบคุมได้ยากหรือไม่ได้เลยถ้าไม่มีสมาธิเพียงพอ

จะดับทุกข์ได้อย่างไร?

เราได้เข้าใจมาแล้วว่า ความทุกข์ทั้งหลายมีต้นเหตุมาจาก “ความรู้ว่าจิตนี้คือตัวเรา” (สัญชาติญาณว่าจิตนี้คือตัวเรา) ที่มากกระตุ้นให้จิตเกิดความรู้สึกว่ามีตัวเราขึ้นมา และเมื่อตัวเรานี้ได้รับรู้สิ่งต่างๆจนเกิดความรู้สึกละเอียดขึ้นมา ความรู้สึกนี้ก็จะมากกระตุ้นให้จิตเกิดความอยากขึ้นมา และความอยากนี้ก็จะมากกระตุ้นให้จิตเกิดความยึดถือว่ามีตัวเราพร้อมกับความทุกข์ขึ้นมา ดังนั้นถ้าเราสามารถทำให้ “ความรู้ว่าจิตนี้คือตัวเรา” นี้หายไปจากจิตได้สำนึกได้ ความทุกข์ทั้งหลายก็จะไม่เกิดขึ้นมาได้ เพราะต้นเหตุของมันไม่เกิดขึ้น

เมื่อเรามีความเข้าใจอย่างถูกต้องแล้วว่า “ไม่มีสิ่งใดที่จะมาเป็นตัวเราหรือของเราจริง” ซึ่งความเข้าใจนี้จะช่วยได้เพียง ทำให้จิตคลายความยึดถือว่ามีตัวเราลงบ้างเท่านั้น และช่วยให้ความทุกข์ที่รุนแรงลดน้อยลงเท่านั้น แต่ถ้าเราต้องการที่จะให้ความทุกข์ทั้งหลายดับลงจนหมด เราจะต้องนำความเข้าใจนี้ มาฟังพิจารณาดูเข้าไปในจิตของเราอย่างตั้งใจและต่อเนื่องนานๆ โดยจิตไม่ฟุ้งซ่านไปคิดถึงเรื่องอื่นเลย จนกระทั่งจิตเกิดเป็นสมาธิขึ้นมา และเมื่อจิตเป็นสมาธิ มันก็จะเข้าใจและยอมรับความจริงว่า “ไม่มีตัวเรา” แล้ว “ความรู้ว่ามีตัวเรา” ก็จะหายไปไปในขณะนี้ แล้ว “ความรู้สึกตัวว่ามีตัวเรา” ก็จะไม่มีเกิดขึ้น และความอยากพร้อมด้วย “ความยึดถือว่ามีตัวเรา” และ “ความทุกข์ทั้งหลาย” ก็จะไม่มีเกิดขึ้น (แม้ชั่วครา)

เมื่อจิตไม่มีความทุกข์จะเป็นเช่นไร?

ถ้าความอยากหรือความยึดถือนี้มีมาก ความทุกข์ก็จะมี ความรุนแรงมาก แต่ถ้าความอยากนี้มีน้อย ความทุกข์ก็จะมี ความรุนแรงน้อยลงตามไปด้วย เหมือนระบบการ

ก็ตาม จะได้เอาไปปฏิบัติให้ตรงกัน จะได้ไม่มีความแตกแยกในสังคมนมนุษย์ อันจะนำไปสู่สันติภาพของโลกได้?”

สำหรับคนไม่มีศาสนาแล้วเขาจะมองว่า การทำความดีนั้นต้องเป็นสากล อันได้แก่ การช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นจากความทุกข์หรือมีความสุขอย่างมั่นคงด้วยวิธีการต่างๆ เช่น ให้แรงกาย ให้ทรัพย์ ให้ความรู้ ให้โอกาส ให้โอกาสในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง ให้ความรู้ที่จะทำให้เข้าใจหรือรู้แจ้งในชีวิต เป็นต้น ส่วนการทำความชั่วที่เป็นสากล ก็คือการเบียดเบียนชีวิตและทรัพย์สินของผู้อื่นในทุกๆกรณี ทั้งทางกายและวาจา ทั้งโดยตรงและโดยอ้อม

ส่วนผลจากการทำความดีโดยตรงนั้นก็คือ ความสุขใจ อิ่มใจ สบายใจจากการที่ได้ทำความดี ส่วนผลจากการทำความชั่วโดยตรงก็คือ ความทุกข์ใจ ร้อนใจ หรืออย่างน้อยก็คือความไม่สบายใจจากการที่ได้ทำความชั่ว ซึ่งนี่คือผลโดยตรงที่เราทุกคนก็สามารถรับรู้ได้จริงโดยไม่จำเป็นต้องเชื่อจากใครๆ และทุกคนไม่ว่านับถือลัทธิหรือศาสนาอะไรก็ต้องยอมรับ

ส่วนผลโดยอ้อมจากการทำความดีและความชั่วนั้นมันไม่แน่นอน ผู้มีปัญญาจึงไม่สนใจ อย่างเช่น คนทำความดีแต่ก็ไม่มีการรู้ จึงไม่มีใครไปชื่นชมหรือให้รางวัล ส่วนคนที่ทำความชั่วแต่ปกปิดเอาไว้ได้ ก็ไม่มีใครไปตำหนิหรือลงโทษ เป็นต้น ซึ่งผลโดยอ้อมเหล่านี้มันเป็นเรื่องของสังคมภายนอก ที่เอาแน่นอนไม่ได้ ถ้าใครหวังว่าจะทำความดี เพื่อให้คนอื่นมาชื่นชมหรือให้รางวัล ก็แสดงว่าเขาไม่ได้ทำดีด้วยใจบริสุทธิ์ แต่ทำเพราะหวังผลตอบแทน และเมื่อทำความดีไปแล้วไม่ได้รับผลตามที่หวังนั้นตอบแทน ก็เลยทำให้เห็นผิดไปว่า “ทำดีแล้วไม่ได้ดี” แต่พอไปมองคนทำชั่วบางคนก็ปกปิดเอาไว้ได้และร่ำรวยสุขสบาย และมีคนยกย่องเคารพนับถือ ก็เลยเกิดความเห็นผิดไปอีกว่า “ทำชั่วแล้วได้ดี” ไปในที่สุด

สรุปได้ว่า ศาสนาที่คน “ไม่มีศาสนา” จะยอมรับได้นั้นจะต้องเป็นสากล คือทุกคนในโลกยอมรับได้ เป็นศาสนาที่ไม่ทำให้เกิดความแตกแยก เป็นศาสนาที่ทำให้