

คำนำ

ศาสนาเคยเป็นสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจมนุษย์ให้มีความอุ่นใจ เบาใจ สบายใจและหายจากความหวาดกลัวจากภัยต่างๆ ที่มนุษย์ไม่สามารถแก้ไขหรือป้องกันได้มาช้านานแล้ว แต่ในยุคปัจจุบันที่ความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์กำลังเจริญรุ่งเรืองอย่างยิ่งอยู่นี้ ได้มีบางคนมองว่าศาสนาไม่มีความจำเป็นสำหรับชีวิต คือบุคคลเหล่านี้มองว่าศาสนามีแต่เรื่องมงงายไร้สาระ, ศาสนาเป็นสิ่งที่ครอบงำชีวิตไม่ให้มีอิสรภาพ, ศาสนาไม่ได้ช่วยให้มีความเข้าใจและเห็นแจ้งในชีวิต, และศาสนาไม่ได้ช่วยให้ความทุกข์ของชีวิตลดน้อยลง หรือหมดสิ้นไปได้อย่างแท้จริงเลย ดังนั้นบุคคลเหล่านี้จึงได้ละทิ้งศาสนา ที่ตนเองเคยนับถือมาก่อน แล้วมาปฏิญาณตนว่าเขา “ไม่มีศาสนา” ไปในที่สุด

หนังสือ “ไม่มีศาสนา” เล่มนี้ เรียบเรียงขึ้นสำหรับคนที่ “ไม่มีศาสนา” โดยเฉพาะ โดยหนังสือเล่มนี้จะช่วยชี้แนะวิธีการศึกษาชีวิตตามหลักวิทยาศาสตร์ จนทำให้ผู้ศึกษาเกิดความเห็นแจ้งในชีวิต และโลกได้อย่างถูกต้องด้วยตนเอง โดยไม่จำเป็นต้องเชื่อจากใครๆ รวมทั้งหนังสือนี้ยังแนะนำวิธีการปฏิบัติเพื่อดับทุกข์ของชีวิต โดยใช้หลักวิทยาศาสตร์ โดยไม่ยึดติดกับคำสอนของศาสนาใดๆ หรืออาศัยความเชื่อจากใครๆ ทั้งสิ้น เรียกว่าเป็นการศึกษาเพื่ออิสรภาพของปัญญาอย่างแท้จริง และเมื่อผู้ไม่มีศาสนา มีความเห็นแจ้งในชีวิต ในโลก รวมทั้งดับทุกข์ของชีวิตได้แล้ว ชีวิตก็ย่อมที่จะได้พบกับประโยชน์ หรือสิ่งที่มีคุณค่าที่สุดสำหรับชีวิต ที่แม้คนมีศาสนาก็ยังยากที่จะได้พบ อันจะทำให้มีความกล้าหาญที่จะประกาศตนว่าเป็นผู้ที่ “ไม่มีศาสนา” ได้อย่างภาคภูมิใจอีกด้วย

เดชปญโญ ภิกขุ
อาศรมพุทธบุตร เกาะสีซัง ชลบุรี ประเทศไทย
๒๑ พฤศจิกายน พุทธศักราช ๒๕๕๐

ศาสนาคืออะไร?

คำว่า ศาสนา ภาษาอังกฤษจะหมายถึง ความสัมพันธ์ในทางจิตวิญญาณระหว่างมนุษย์กับพระเจ้า โดยมีผลเป็นความรอดหรือไม่มีทุกข์ คือเมื่อมนุษย์มีศรัทธาหรือความเชื่อมั่นในพระเจ้าแล้วก็จะทำให้มนุษย์รอดพ้นจากความทุกข์ได้ ส่วนภาษาบาลีจะหมายถึง คำสอน ซึ่งคำสอนนี้ก็หมายถึงคำสอนให้ปฏิบัติตาม โดยมีผลเป็นความไม่มีทุกข์ หรือมีทุกข์ลดน้อยลง

ศาสนาของโลกก็มีอยู่ ๒ ประเภท คือ

- ๑. ศาสนาประเภทที่ยอมรับนับถือ “พระเจ้า” (หรือเทพเจ้า) เป็นสิ่งสูงสุด
- ๒. ศาสนาประเภทที่ยอมรับนับถือ “ธรรมชาติ” เป็นสิ่งสูงสุด

ศาสนาประเภทที่ยอมรับนับถือพระเจ้าเป็นสิ่งสูงสุดนั้น จะมีความเชื่อว่ามีบุคคลตัวตนที่ยิ่งใหญ่ที่สุดในโลก และในจักรวาล (หรือในเอกภพ) และมีอำนาจเหนือสิ่งใดๆ หรือเหนือธรรมชาติ ที่คอยดลบันดาลให้ทุกสิ่งทุกอย่าง

เป็นไป คือสร้างทุกอย่างขึ้นมา รักษาสิ่งต่างๆเอาไว้ และทำลายสิ่งต่างๆไปเมื่อถึงเวลา ถ้าใครเชื่อมั่นในพระเจ้า และปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระเจ้าอย่างเคร่งครัด ผู้นั้นก็จะรอดพ้นจากความทุกข์ได้

ส่วนศาสนาประเภทที่ยอมรับนับถือธรรมชาติว่าเป็นสิ่งสูงสุดนั้น จะมีความเชื่อว่าอำนาจสูงสุดที่ควบคุมทุกอย่างทุกอย่างอยู่นี้ก็คือ **ธรรมชาติ** หรือ **กฎธรรมชาติ** ที่เป็นของธรรมดาๆที่เราทุกคนก็สามารถสัมผัสได้นี่เอง ซึ่งผู้ที่นับถือศาสนาประเภทนี้ก็เชื่อว่า ธรรมชาตินี้เองที่คอยคลบบันดาลให้ทุกอย่างทุกอย่างเป็นไป คือสร้างทุกอย่างทุกอย่างขึ้นมา รักษาสิ่งต่างๆเอาไว้ และทำลายสิ่งต่างๆไปเมื่อถึงเวลา ถ้าใครรู้จักหรือเข้าใจธรรมชาติทั้งหลายโดยเฉพาะธรรมชาติของจิตใจตัวเองได้อย่างถูกต้อง ก็จะสามารถดำเนินชีวิตให้ถูกต้องตามที่ธรรมชาติกำหนดมาได้ และมีผลเป็นความไม่มีทุกข์เลย หรือมีทุกข์น้อยที่สุดได้

จากหลักการของศาสนาทั้งสองประเภทนี้ก็ทำให้สรุปได้ว่า ศาสนาก็คือหลักการปฏิบัติเพื่อให้งังเกิดผลเป็น “ความไม่มีทุกข์” หรือ “มีทุกข์น้อยที่สุด” โดยศาสนาจะมีความเชื่อเป็นหลักสำคัญ ถ้าใครเชื่อในคำสอนของศาสนาใด ก็เรียกว่าเขานับถือศาสนานั้น และเมื่อมีความเชื่อในศาสนาใด ก็ต้องมีการปฏิบัติตามคำสอนของศาสนานั้น ซึ่งหลักการปฏิบัติของแต่ละศาสนาก็อาจจะแตกต่างกันไป ตามบทบัญญัติที่มีอยู่ในแต่ละศาสนา แต่ผลคือความไม่มีทุกข์จะเหมือนกัน

แต่ยังมีบางคนที่ปฏิเสธคิดว่า “ไม่มีศาสนา” เพราะเขาไม่เชื่อถือและไม่ปฏิบัติตามคำสอนของศาสนาใดๆเลยในโลก ซึ่งเราจะมาศึกษากันว่า การดำเนินชีวิตโดยไม่เชื่อถือในคำสอนของศาสนาใดๆเลยนั้นจะมีผลอย่างไรต่อชีวิต และผู้ที่ไม่มีศาสนานี้จะสามารถมีชีวิตอยู่โดยไม่มีความทุกข์เลยหรือมีน้อยที่สุด เหมือนกับคนที่ปฏิบัติตามคำสอนของศาสนาอย่างเคร่งครัดได้หรือไม่?

ศาสนาเกิดขึ้นได้อย่างไร?

ในยุคเริ่มต้นนั้นมนุษย์จะยังไม่มีศาสนา แต่เพราะมนุษย์ถูกภัยต่างๆจากธรรมชาติคุกคาม เช่น ไฟร้อง, ไฟผ่า, น้ำท่วม, ฝนแล้ง, ลมพายุ, แผ่นดินไหว เป็นต้น ด้วยความที่มนุษย์ยุคนั้น ยังไม่มีความรู้ว่าสาเหตุที่แท้จริงที่ทำให้เกิดภัยต่างๆนั้นคืออะไร จึงทำให้มนุษย์ในยุคนั้นคิดเอาตามสามัญสำนึกของตัวเองว่า จะต้องมียุคคลหรือสิ่งอะไรที่มีอำนาจมาก ที่สามารถคลบบันดาลให้เกิดภัยต่างๆนั้นขึ้นมา

ด้วยความกลัวต่อภัยธรรมชาติเหล่านั้น ดังนั้นมนุษย์ในยุคนั้นจึงได้ คิดวิธีการที่จะอ่อนน้อมสิ่งที่คิดว่า “มีอำนาจ” นั้นให้หยุดการคลบบันดาลภัยนั้นเสียด้วยการขอมลอิโรราบ หรืออ่อนน้อม หรือเคารพบูชาด้วยวิธีการต่างๆที่คิดขึ้นต่อสิ่งที่คิดว่ามีอำนาจนั้น เพื่อให้สิ่งที่คิดว่ามีอำนาจนั้นพอใจและไม่คลบบันดาลภัยต่างๆนั้นมาให้ ซึ่งเมื่อได้กระทำการบูชาอ่อนน้อมแล้ว มนุษย์ก็หายกลัวภัยต่างๆเหล่านั้น แล้วก็มีอารมณ์ เบาใจ และสุขใจ ขึ้นมา ทั้งๆที่ภัยเหล่านั้นก็ยังคงมีอยู่เหมือนเดิม ซึ่งนี่คือจุดเริ่มต้นของการมีศาสนาขึ้นมาในโลก และมีการพัฒนามาเรื่อยๆจนถึงขั้นศาสนาช่วยให้มนุษย์หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวงได้

ศาสนามีประโยชน์อย่างไร?

เมื่อมนุษย์มีความรู้ความเข้าใจในธรรมชาติมากขึ้น ศาสนาก็เปลี่ยนจากความกลัวภัยธรรมชาติมาเป็นความกลัวภัยจากชีวิต โดยเฉพาะภัยจากความทุกข์ของชีวิต อย่างเช่น ความทุกข์จากความแก่, ความเจ็บ, ความตาย , และ ความพลัดพราก เป็นต้น

มนุษย์เป็นสิ่งที่มีชีวิต แต่ เมื่อทุกชีวิตต้องตาย และคนที่ตายก็ไม่เคยมีใครกลับมาบอก เลยว่าชีวิตเบื้องหลัง ความตายนั้นเป็นอย่างไร มนุษย์จึงกลัวภัยจากความตายนี้กันมาก เพราะไม่รู้ว่เมื่อตายไปแล้วจะเป็นเช่นไร ซึ่งจุดนี้เองที่ศาสนามีบทบาทมาช่วยยให้มนุษย์ คลายความกลัวภัยจากความตายนี้ลงได้มาก ศาสนาจึงเท่ากับเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจของผู้นับถือ ให้บรรเทาความทุกข์ใจลงได้เป็นอย่างดี แม้ว่ามนุษย์จะยังคงไม่พ้นจากความตายก็ตาม

ทุกศาสนาจะสอนให้เชื่อมั่นว่ ถ้าทำแต่ความดี เมื่อตายไปแล้วก็ย่อมที่จะได้รับแต่ผลที่ดี (เช่น ได้ขึ้นสวรรค์ หรือเกิดมาร่ำรวยมีเกียรติ เป็นต้น) แต่ถ้าทำความชั่ว เมื่อตายไปแล้วก็จะได้รับแต่ผลที่เลวร้ายหรือไม่ดี (เช่น ตกนรก หรือเกิดมาต่ำต้อยยากจน เป็นต้น) หรือถ้าปฏิบัติตามหลักศาสนาขั้นสูงอย่างเคร่งครัดได้ถึงที่สุด ก็จะเข้าถึงสถานะที่มีแต่ความสุขอยู่ชั่ววันรันครได้ หรือพ้นทุกข์อย่างถาวรได้

โดยพื้นฐานแล้วเมื่อมนุษย์มีความเชื่อมั่นในศาสนาที่ตนเองนับถือ มนุษย์ก็จะไม่ทำความชั่วแต่จะทำแต่ความดี ซึ่งมันก็ย่อมที่จะมีผลดีทั้งแก่จิตใจของตัวเอง ทั้งแก่ชีวิตของตนเองและแก่สังคม คือส่วนตัวก็มีความสุข และส่วนรวมก็มีความสุข รวมทั้งโลกก็มีสันติภาพ ซึ่งนี่คือผลดีจากการมีศาสนา

ศาสนามีข้อเสียอย่างไรบ้าง?

คำสอนดั้งเดิมหรือแก่นแท้หรือหัวใจของทุกศาสนานั้นจะ สอนให้ทุกคนเป็นคนดี รักผู้อื่น ช่วยเหลือผู้อื่น ไม่เบียดเบียนใครๆ และสอนให้ใช้ชีวิตอย่างเรียบง่าย ประหยัด งดเว้นสิ่งที่ไม่ดี เช่น สิ่งเสพติด สิ่งฟุ่มเฟือย การพนัน การดื่มสุรา เป็นต้น รวมทั้งสอนให้ขยัน อดทน เสียสละ เป็นต้น ซึ่งคำสอนเหล่านี้นับว่ามีประโยชน์อย่างยิ่งต่อผู้ที่ปฏิบัติได้และต่อสังคมโดยรวม ถ้าทุกคนหรือ ส่วนใหญ่ปฏิบัติได้เช่นนี้ โลกก็จะมีสันติภาพได้

ความจริงแล้วหลักคำสอนดั้งเดิมของทุกศาสนาจะมีไม่มาก แต่ภายหลังได้มีการแต่งเติมคำสอนออกไปมากมาย ซึ่งก็มีทั้งที่ตรงกับหลักคำสอนดั้งเดิม และผิดเพี้ยนจากหลักคำสอนดั้งเดิมออกไปจนกลายเป็นเรื่องราวและการปฏิบัติที่มงายไร้เหตุผล ที่ไม่ได้ช่วยยให้ผู้นับถือหรือผู้มาศึกษาเกิดความเข้าใจ และเห็นแจ้งในชีวิตขึ้นมาได้ รวมทั้งไม่ได้ช่วยยทำให้ความทุกข์ของผู้ที่นับถือ ลดน้อยลงหรือหมดสิ้นไปได้อย่างแท้จริงเลย ชั่วร้ายยังจะยทำให้ชีวิตมีความทุกข์เพิ่มมากขึ้นอีกด้วย

ในปัจจุบันสิ่งหนึ่งที่เพิ่มเติมเข้ามาในศาสนาก็คือ “พิธีกรรม” ซึ่งจัดว่าเป็นส่วนเกินของศาสนาที่คนรุ่นหลังๆ แต่งเติมขึ้นมาให้ผู้นับถือปฏิบัติ เพื่อให้มีระเบียบแบบแผน และสร้างความน่าเชื่อถือมากขึ้น แต่กลับเป็นว่ ผู้คนที่นับถือกลับมายึดถือพิธีกรรมว่าเป็นเรื่องศักดิ์สิทธิ์ และเห็นว่พิธีกรรมสำคัญมากกว่าหลักคำสอนเสียอีก จนทำให้ผู้นับถือเกิดความเห็นผิดว่ พิธีกรรมเป็นหัวใจของศาสนา มากกว่าหลักคำสอนที่เป็นหัวใจ

อีกสิ่งหนึ่งก็คือ “เรื่องการอาศัยศาสนาเพื่อแสวงหาผลประโยชน์” โดยนักสอนศาสนา (หรือนักบวชของศาสนา) บางคนที่ยังผลประโยชน์ทางวัตถุ ก็อาศัยศาสนาเพื่อแสวงหาผลประโยชน์ โดยอาศัยศาสนาบังหน้าเพื่อให้ผู้ที่เชื่อถือ นำทรัพย์หรือสิ่งของหรือเกียรติยศชื่อเสียงมาให้ ถ้าใครจะหันหน้าเข้าหาศาสนา ก็ต้องบริจาคทรัพย์จึงจะได้รับความสนใจ แต่ถ้าใครไม่มี ทรัพย์ก็จะไม่ได้รับความสนใจ คือแทนที่ศาสนาจะเป็นฝ่ายให้แต่กลับจะเป็นฝ่ายเอาเพียงอย่างเดียว ซึ่งส่วนมากแล้ว นักสอนศาสนาเช่นนี้จะร่ำรวย แต่ว่ผู้นับถือกลับยากจน จึงยทำให้ศาสนาถูกมองว่ เป็นธุรกิจแสวงหาผลประโยชน์จากผู้นับถือไปในที่สุด

อีกเรื่องหนึ่งคือ “ปัจจุบันศาสนามักสอนให้คนเห็นแก่ตัว” คือศาสนาส่วนใหญ่จะมีคำสอนเรื่องการบริจาค ทรัพย์ให้แก่ทางศาสนา แล้วบอกคล้ายกับว่านี่เป็นการสั่งสมหรือฝากทรัพย์เอาไว้ เพื่อไปรับเอาในโลกหน้า ภายหลังจากที่ตายจากโลกนี้ไปแล้วตามความเชื่อของศาสนา อีกทั้งยังสอนว่าถ้าบริจาคเพียงเล็กน้อย ก็จะได้รับผลมากมายในโลกหน้า ยิ่งถ้าบริจาคมาก ก็จะยิ่งได้รับผลทวีคูณหลายร้อยหลายพันเท่าเลยทีเดียว นี่เองที่ทำให้คนที่นับถือเกิดความเห็นแก่ตัว คือคนมีทรัพย์มากก็คิดว่า ในโลกนี้ตนเองก็มีทรัพย์ใช้สอยอย่างสุขสบายอยู่แล้ว แต่เมื่อตายไปทรัพย์ที่เหลือก็จะไม่สามารถเอาติดตัวไปด้วยได้ จึงได้เสียดายทรัพย์เหล่านั้น และอยากที่จะเก็บทรัพย์เหล่านั้นเอาไว้ใช้สอยในโลกหน้า ที่เชื่อว่าจะมีอีกตามความเชื่อของศาสนา เขาจึงได้อาทรัพย์จำนวนมากไปบริจาคกับทางศาสนา เพื่อหวังจะไปรับเอาในโลกหน้า แทนที่จะบริจาคเพื่อช่วยเหลือสังคมด้วยใจบริสุทธิ์

นี่เองที่ทำให้ศาสนาถูกมองว่า สอนให้คนเห็นแก่ตัว คือทำอะไรๆเพื่อตัวเอง ไม่ได้เสียสละเพื่อสังคมด้วยใจบริสุทธิ์โดยไม่หวังผลตอบแทนใดๆอย่างแท้จริง แม้ ผู้คนส่วนใหญ่จะมองว่าผู้บริจคนั้นเป็นคนมีจิตใจงดงามและเสียสละก็ตาม ซึ่งแม้คนที่มั่งมีทรัพย์น้อยก็ยังเห็นแก่ตัว ด้วยการเจียดทรัพย์ที่มีน้อยของตนไปบริจาคแข่งขันกัน เพื่อหวังไปรับเอาในโลกหน้าด้วยเช่นกัน ซึ่งลักษณะเช่นนี้เรียกว่า “บ้าบริจาค” เพราะอยากกักตุนเอาไว้เพื่อตัวเองในโลกหน้า ที่แม้จะยังไม่มีการพิสูจน์ให้เห็นจริงได้ก็ตาม

อีกเรื่องหนึ่งก็คือ “การนำเอาสิ่งที่ไม่ใช่หลักของศาสนามาสั่งสอนหรือปฏิบัติ” ซึ่งอาจเป็นเพราะว่ามีคนนิยมและได้ผลประโยชน์มาก แต่ว่าเป็นเรื่องนอกศาสนาบ้าง งามายบ้าง ไร้สาระบ้าง ไร้เหตุผลบ้าง หรือทำลายหลักคำสอนดั้งเดิมของศาสนาบ้าง แล้วก็นำมาศึกษาและปฏิบัติกันอย่างจริงจัง จนลืมหลักคำสอนดั้งเดิมของศาสนาไปในที่สุด

อีกเรื่องหนึ่งก็คือเรื่อง “การปฏิบัติที่เสื่อมเสียของนักสอนศาสนาหรือนักบวชของศาสนา” คือก็อาจมีนักสอนศาสนาหรือนักบวชในศาสนาบางคนปฏิบัติตัวเสื่อมเสีย แต่เป็นที่สนใจของสังคม ก็ทำให้ผู้คนมองไปว่า คำสอนของศาสนานั้นไม่จริง เพราะแม้ผู้สอนศาสนาเองก็ยังปฏิบัติตรงข้ามกับที่ตนเองสอน

อีกเรื่องหนึ่งคือ “พฤติกรรมของผู้นับถือศาสนา” คือคำสอนของศาสนานั้นถึงแม้จะดีงาม แต่ก็เชื่อว่าผู้ นับถือทุกคนจะปฏิบัติตามได้อย่างเคร่งครัด เมื่อมีผู้ นับถือศาสนาบางคนประพฤติเสื่อมเสีย หรือยิ่งถ้ามีคนประพฤติเสื่อมเสียมากๆ คนที่นับถือศาสนาอื่นหรือคนไม่มีศาสนาก็จะมองศาสนานั้น ว่ามีคำสอนที่ไม่สามารถช่วยให้ผู้ นับถือเกิดมีความประพฤติที่ดีงามขึ้นมาได้

อีกเรื่องหนึ่งก็คือ “ข้อบังคับของศาสนา” ซึ่งแทบทุกศาสนามักจะมีกฎเกณฑ์บังคับเอาไว้ให้ผู้ที่นับถือต้องปฏิบัติตามทั้งสิ้น ไม่โดยตรงก็โดยอ้อม คือเท่ากับว่าแทนที่ศาสนาจะช่วยให้มีอิสรภาพ แต่กลับเป็นว่าศาสนา กลายเป็นสิ่งครอบงำหรือผูกมัดให้ผู้ นับถือสูญเสียอิสรภาพในการคิด การพูด และการกระทำที่แม้ว่าจะถูกต้องดีงามในระดับสากลก็ตาม

อีกเรื่องก็คือ “ความใจแคบของศาสนา” คือ ศาสนาส่วนใหญ่มักจะสอนทำนองว่า ถ้าใครไม่มานับถือศาสนาแล้วไปนับถือศาสนาอื่น เมื่อตายไปก็ต้องได้รับโทษอย่างแสนสาหัสตราบนานเท่าอนัน แต่ถ้าใคร มานับถือและปฏิบัติตามคำสอนของศาสนาได้อย่างเคร่งครัด เมื่อตายไปก็จะได้รับรางวัลอย่างล้นเหลือตราบนานเท่าอนันเลยทีเดียว

จากสิ่งที่ไม่ดีทั้งหลายที่เกิดขึ้นในภายหลังของศาสนาทั้งหลายนี้เอง ที่ทำให้ คนที่มีปัญญาบางคนเบื่อหน่ายศาสนาที่เขา นับถืออยู่ เพราะเขามองเห็นทั้งความงมงายไร้สาระ มองเห็นความเสื่อมเสีย มองเห็นการครอบงำ

มองเห็นการแสวงหาผลประโยชน์ มองเห็นความเห็นแก่ตัว และมองไม่เห็นว่าการแสวงหาจะช่วยให้เขามีความเข้าใจ และเห็นแจ้งในชีวิตได้อย่างไร? รวมมองไม่เห็นว่าการแสวงหาจะช่วยให้เขาหลุดพ้นจากความทุกข์ของชีวิตที่กำลังประสบอยู่นี้ได้อย่างไร?

ดังนั้นผู้ที่มิมีปัญหาเหล่านี้จึงพยายามแสวงหาศาสนาที่บริสุทธิ์ ที่ดีงาม, มีประโยชน์, ไม่มีโทษ, ไม่แสวงหาผลประโยชน์, ไม่มุ่งมายใ้เหตุผล, ให้อิสระ, เป็นสากล, และช่วยให้มีความเข้าใจ และเห็นแจ้งในชีวิต, รวมทั้งช่วยให้หลุดพ้นจากความทุกข์ หรือมี ความทุกข์ลดน้อยลงได้ ซึ่งก็ยากที่จะได้พบศาสนาเช่นนี้ในปัจจุบัน ดังนั้นบางคนจึงละทิ้งศาสนาของตนแล้วกลายมาเป็นคน “ไม่มีศาสนา” ไปในที่สุด ซึ่งนับวันคนไม่มีศาสนา เช่นนี้ จะมีมากขึ้นในโลกยุคปัจจุบัน

ถ้ามนุษย์ไม่มีศาสนาจะเป็นอย่างไร?

ศาสนาเชื่อมคู่กับความเชื่อเสมอ ศาสนาคือคำสอนให้ปฏิบัติตาม ซึ่งก็ต้องอาศัยความเชื่อมั่นในคำสอนจึงจะปฏิบัติตามได้ ซึ่งความเชื่อมั่นนี้สามารถเกิดขึ้นได้จากการปลูกฝังมาตั้งแต่ยังเล็ก ก็จากจิตที่ยังว่างแล้วปลูกฝังให้เกิดมีความเชื่อขึ้นมา และเมื่อหมั่นตอกย้ำความเชื่อนั้นบ่อยๆ ความเชื่อในศาสนาก็จะมั่นคงมากขึ้น และถ้าใครได้รับคำสอนที่ดีจากศาสนา เขาก็ย่อมที่จะได้รับแต่ความสุขสงบ แต่ในทางตรงกันข้าม ถ้าใครได้รับแต่การปลูกฝังให้มีความเชื่อเพียงอย่างเดียว โดยไม่มีคำสอนที่ดีอยู่ด้วย ก็จะทำให้ เขากลายเป็นคนคลั่งศาสนา ที่ผู้ สอนศาสนาสามารถชี้แนะให้เขาทำอะไรก็ได้ ที่แม้จะตรงข้ามกับหลักคำสอนของศาสนา โดยการอ้างว่าเป็นคำสอนของศาสนา ซึ่งนี่คือผลเสียจากการนับถือศาสนาโดยขาดปัญญา

ส่วนบางคนก็นับถือศาสนาแต่ไม่ได้รับการปลูกฝัง ให้มีความเชื่ออย่างเหนียวแน่นในศาสนาตั้งแต่ยังเล็ก เมื่อโตขึ้นและได้พบสิ่งที่ไม่ดีของศาสนาที่ตนนับถือบ่อยๆ เขาก็อาจจะขาดความเชื่อมั่นในศาสนาที่เขา นับถืออยู่ได้ หรือบุคคลที่แม้ได้รับการปลูกฝังให้มีความเชื่อมั่นในศาสนามาก่อนแล้วก็ตาม แต่เมื่อ โตขึ้นและได้เรียนรู้โลกมากขึ้น และได้พบสิ่งที่ไม่ดีของศาสนาที่เขา นับถือบ่อยๆ ก็อาจจะทำให้เขาขาดความเชื่อมั่นในศาสนาที่เขา นับถืออยู่ได้

บุคคลที่ขาดความเชื่อมั่นในศาสนานี้ก็แยกได้เป็นสองจำพวกคือ พวกที่มีปัญญาน้อย กับพวกที่มีปัญญามาก ซึ่งคนที่มีปัญญาน้อยนี้ค่อนข้างเสี่ยงที่จะทำความชั่วได้ง่าย เพราะขาดสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจหรือขาดภูมิคุ้มกันความชั่ว คือเมื่อเขาไม่เชื่อว่าถ้าทำชั่วแล้วจะต้องได้รับผลอันเลวร้ายหรือไม่ดี ภายหลังเมื่อตายไปแล้ว เขาก็ย่อมที่จะไม่เกรงกลัวการทำความชั่ว จึงมีโอกาที่บุคคลประเภทนี้จะทำความชั่วได้ง่าย และผลเสียก็จะเกิดแก่ทั้งคนที่ทำความชั่วเอง และแก่สังคม ไปด้วยเสมอ อย่างเช่นที่กำลังเป็นอยู่ในสังคมโลกปัจจุบัน หรือคนที่มีปัญญาน้อยบางคน เมื่อเห็นว่าเมื่อตายไปแล้วก็จะไม่มีโลกหน้าอีก จึงได้พยายามแสวงหาและเสพความสุขให้เต็มอึดในปัจจุบัน เพราะเชื่อว่าตายไปแล้วก็จะไม่ได้เสพอีก ซึ่งการแสวงหาและเสพของเขานั้นบางครั้งก็แสวงหาและเสพในทางที่ผิด ที่ จะมีผลกลับมาสร้างความทุกข์ให้กับตัวของเขาเองและแก่สังคมด้วย

ส่วนพวกที่มีปัญญามากนี้ไม่น่าเป็นห่วงเพราะเขาย่อมมีปัญญามองเห็นว่าการทำความชั่วนั้นจะมีแต่ผลเสียหรือไม่ดีเพียงอย่างเดียว ไม่ว่าตายแล้วจะเป็นเช่นไรก็ตาม และ มองเห็นว่าการทำความดีนั้นจะมีแต่ผลดีเพียงอย่างเดียว ไม่ว่าตายไปแล้วจะเป็นเช่นไรก็ตาม ดังนั้นคนที่มีปัญญาที่แท้จริงนี้ แม้ไม่มีศาสนาเขาก็ยังทำแต่ความดีและไม่ทำความชั่วได้เหมือนกับคนที่มีศาสนา

ผู้มีปัญญาย่อมมองเห็นว่า คนที่ทำความชั่ว ก็จะทำให้ชีวิตในปัจจุบันมีแต่ปัญหา มีแต่ความเดือดร้อนวุ่นวาย หากความสุขไม่ได้ เพราะการทำความชั่วของเขาในปัจจุบันนั่นเอง แม้ตายไปแล้วถ้าโลกหน้ามี เขาก็ยังต้องได้รับผลที่ไม่ดีอีกอย่างแน่นอน แต่ถึงโลกหน้าจะไม่มี เขาก็ได้รับผลที่ไม่ดีอยู่แล้วในปัจจุบัน ส่วนคนที่ทำความดีนั้น ชีวิตในปัจจุบันของเขาก็คงจะมีแต่ความสุข ไม่มีความเดือดร้อน เพราะการทำความดีของเขาในปัจจุบัน แม้ตายไปแล้วถ้าโลกหน้ามี เขาก็ยังต้องได้รับผลดีอีกอย่างแน่นอน แต่ถึงโลกหน้าจะไม่มี เขาก็ไม่ขาดทุนเพราะเขาก็ได้รับผลดีอยู่แล้วในปัจจุบัน

สรุปได้ว่า การที่คนเราจะทำความชั่วนั้น ขึ้นอยู่กับการศึกษาความเชื่อมั่นในคำสอนที่ดีของศาสนา และการขาดปัญญา ส่วนคนที่ทำความดีนั้นก็ ขึ้นอยู่กับการศึกษาความเชื่อมั่นในคำสอนที่ดีของศาสนา และมีปัญญา ดังนั้น การสร้างโลกให้มีสันติภาพ จึงมีอยู่ ๒ วิธี คือ (๑) พยายามเผยแพร่คำสอนในส่วนที่ดีของทุกศาสนา ให้ผู้นับถือมีความเชื่อมั่นในคำสอนที่ดีของศาสนาที่เขา นับถือให้มากขึ้น และ (๒) พยายามให้ความรู้ที่ถูกต้อง หรือให้การศึกษาที่ถูกต้องที่จะทำให้เกิดความเข้าใจและเห็นแจ้งในชีวิตได้ แก่ทั้งเด็กและผู้ใหญ่ ให้มากที่สุด เพื่อให้เขามีปัญญาที่ถูกต้องมากขึ้น ถ้าทำได้โลกจึงจะมีสันติภาพที่มั่นคงได้

ความดี-ความชั่วที่เป็นสากลเป็นอย่างไร?

ทุกศาสนาย่อมที่จะมีคำสอนที่เป็นหลักพื้นฐานเรื่องความดีและความชั่วเสมอ ซึ่งคำสอนส่วนใหญ่จะคล้ายๆกันคือจะสอนว่า ความชั่วก็คือการเบียดเบียนชีวิตและทรัพย์สินของผู้อื่น, รวมทั้งการลุ่มหลงสุรา, สิ่งเสพติด, การพนัน, ความสนุกสนานเฮฮา, ความฟุ้งเฟ้อ เป็นต้น ส่วนความดีก็คือการช่วยเหลือผู้อื่น, รวมทั้งการประหยัด, ไม่ฟุ้งเฟ้อ, ขยัน, อดทน, เสียสละ เป็นต้น

แต่บางศาสนาก็มีคำสอนที่เสริมแต่งขึ้นมาใหม่และยึดถือกันมากกว่าคำสอนพื้นฐานว่า ความชั่วก็คือการไปนับถือศาสนาอื่น ส่วนความดีก็คือการนับถือและปฏิบัติตามคำสอนของศาสนา ของเขา ส่วนผล จากการทำความชั่วก็คือ เมื่อตายไปจะต้องถูกลงโทษหรือถูกทรมานอย่างแสนสาหัส ทรมาณนานเท่านานใน “นรก” ของเขา ส่วนผลจากการทำความดีก็คือ เมื่อตายไปก็จะได้รับรางวัลเป็นสิ่งที่มนุษย์ชื่นชอบ อย่างมากมายล้นเหลือใน “สวรรค์” ของเขา ทรมาณแสนนานเลยทีเดียว ซึ่งทั้งนรกและสวรรค์ของแต่ละศาสนานั้นจะไม่เหมือนกันหรือไม่ใช่สถานที่เดียวกัน

คำสอนเรื่อง “นรก” ที่เป็นสถานที่ “สำหรับลงโทษ” คนทำผิดเช่น นี้ผู้มีปัญญาจะมองว่า เป็นการขู่เด็กหรือคนมีปัญญาน้อยให้กลัว เพื่อผู้คนจะได้ไม่ทำชั่ว โดย บอกว่าผู้ที่ทำความชั่วเมื่อตายไปจะถูกทำร้ายหรือถูกทรมานอย่างแสนสาหัส หรือถูกฆ่าแล้วซ้ำอีก ซึ่งเป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนกลัวอย่างที่สุด ซึ่งการสอนเช่นนี้ก็มีผลดีตรงที่ คนที่เชื่อก็จะไม่ทำชั่ว แล้วก็ทำให้ทั้งตัวผู้ปฏิบัติเองก็มีความสุข และสังคมก็สงบสุข

ส่วนคำสอนเรื่อง “สวรรค์” ที่เป็นสถานที่ “สำหรับให้รางวัล” เช่น นี้ผู้มีปัญญาจะมองว่า เป็นการเอาสิ่งที่ดีที่มนุษย์ทั้งหลายชื่นชอบ อันได้แก่เรื่องความสุขจากเรื่อง ทางเพศ เรื่องวัตถุสิ่งของ เรื่องเกียรติยศชื่อเสียง มาหลอกล่อให้ผู้คนอยากทำความดี เพื่อหวังจะได้รับรางวัลนั้นในโลกหน้าหรือเมื่อตายไปแล้ว ซึ่งการสอนเช่นนี้ก็นับว่ามีส่วนดีอยู่บ้างตรงที่สอนให้รู้จักการเสียสละ แต่ก็มีส่วนเสียตรงที่การเสียสละนั้นทำไปด้วยความเห็นแก่ตัว และ ผู้สอนก็มักจะสอนทำนองว่า ถ้าอยากจะได้รับผลดีมาก ๆ ก็ต้องเอาทรัพย์มาบริจาคให้กับ ศาสนานี้หรือผู้สอนมากๆ จึงจะได้รับผลดีนั้นมากตามไปด้วย ซึ่งก็ทำให้ผู้สอนเช่นนี้ร่ำรวยไปตามๆกัน และผลเสียอีกอย่างก็คือทำให้คนที่เชื่อนั้น

ไม่มีการพัฒนาทางสติปัญญา คือถึงแม้จะเป็น “คนดี” ก็ตาม แต่ก็ยังเป็น “คนดีที่โง่เขลา” ซึ่งความโง่นั้นไม่เคยทำให้ใครได้รับสิ่งที่มีประโยชน์แก่ชีวิตอย่างแท้จริงเลย

จะเห็นได้ว่า คำสอนเรื่องความดี-ความชั่วและผลของความดี-ความชั่ว (นรก-สวรรค์) ของแต่ละศาสนานั้น จะแตกต่างกัน ซึ่งในกรณีนี้ถ้าเราทำให้เป็นกลางโดยไม่เอนเอียงไปเข้าข้างศาสนาใดเลยก็จะทำให้เกิดปัญหาขึ้นมาว่า เราจะเชื่อในคำสอนของศาสนาใดจึงจะถูกต้องที่สุด? ถ้าไปเชื่อศาสนาหนึ่ง ก็จะขัดแย้งกับอีกศาสนาหนึ่ง แต่ทุกศาสนาก็อ้างว่าคำสอนของเขานั้นถูกต้องที่สุด และก็นั่นเองว่าในทางตรงกันข้ามก็เป็นการบอกว่า “คำสอนของศาสนาอื่นนั้นผิด” ไปในตัวด้วย ซึ่งนี่ก็เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ผู้มีปัญญาไม่นับถือศาสนาใดเลย

จากเหตุความเชื่อที่ไม่ตรงกันนี้เองที่ทำให้เกิดคำถามขึ้นมาว่า “แล้วทำไมจึงไม่มีคำสอนที่เป็นกลางๆหรือสากล ให้มนุษย์ทั้งหมดไม่ว่าจะนับถือลัทธิหรือศาสนาใดก็ตาม จะได้เอาไว้ปฏิบัติให้ตรงกัน จะได้ไม่มีความแตกแยกในสังคมมนุษย์ อันจะนำไปสู่สันติภาพของโลกได้?”

สำหรับคนไม่มีศาสนาแล้วเขาจะมองว่า การทำความดีนั้นต้องเป็นสากล อันได้แก่ การช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นจากความทุกข์หรือมีความสุขอย่างมั่นคงด้วยวิธีการต่างๆ เช่น ให้ความรู้ ให้กำลังใจ ให้ทรัพย์ ให้โอกาส ให้หลักในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง ให้ความรู้ที่จะทำให้เข้าใจหรือรู้แจ้งในชีวิต เป็นต้น ส่วนการทำความชั่วที่เป็นสากล ก็คือการเบียดเบียนชีวิตและทรัพย์สินของผู้อื่นในทุกๆกรณี ทั้งทางกายและวาจา ทั้งโดยตรงและโดยอ้อม

ส่วนผลจากการทำความดีโดยตรงนั้นก็คือ ความสุขใจ อิ่มใจ สบายใจจากการที่ได้ทำความดี ส่วนผลจากการทำความชั่วโดยตรงก็คือ ความทุกข์ใจ ร้อนใจ หรืออย่างน้อยก็คือความไม่สบายใจจากการที่ได้ทำความชั่ว ซึ่งนี่คือผลโดยตรงที่เราทุกคนก็สามารถรับรู้ได้จริง โดยไม่จำเป็นต้องเชื่อจากใครๆ และทุกคนไม่ว่าจะนับถือลัทธิหรือศาสนาอะไรก็ต้องยอมรับ

ส่วนผลโดยอ้อมจากการทำความดีและความชื่อนั้นมันไม่แน่นอน ผู้มีปัญญาจึงไม่สนใจ อย่างเช่น คนทำความดีแต่ก็ไม่มีใครรู้ จึงไม่มีใครไปชื่นชมหรือให้รางวัล ส่วนคนที่ทำความชั่วแต่ปกปิดเอาไว้ได้ ก็ไม่มีใครไปตำหนิหรือลงโทษ เป็นต้น ซึ่งผลโดยอ้อมเหล่านี้ มันเป็นเรื่องของสังคมภายนอก ที่เอาแน่นอนไม่ได้ ถ้าใครหวังว่าจะทำความดี เพื่อให้คนอื่นมาชื่นชมหรือให้รางวัล ก็แสดงว่าเขาไม่ได้ทำดีด้วยใจบริสุทธิ์ แต่ทำเพราะหวังผลตอบแทน และเมื่อทำความดีไปแล้วไม่ได้รับผล ตามที่หวังนั้นตอบแทน ก็เลยทำให้เห็นผิดไปว่า “ทำดีแล้วไม่ได้ดี” แต่พอไปมองคนทำชั่วบางคนทีปกปิดเอาไว้ได้และร่ำรวยสุขสบาย และมีคนยกย่องเคารพนับถือ ก็เลยเกิดความเห็นผิดไปอีกว่า “ทำชั่วแล้วได้ดี” ไปในที่สุด

สรุปได้ว่า ศาสนาที่คน “ไม่มีศาสนา” จะยอมรับได้นั้นจะต้องเป็นสากล คือทุกคนในโลกยอมรับได้ เป็นศาสนาที่ไม่ทำให้เกิดความแตกแยก เป็นศาสนาที่ทำให้มนุษย์เกิดความเห็นแจ้งชีวิต และเป็นศาสนาที่สร้างประโยชน์แก่มนุษย์ทุกคน ซึ่งศาสนาเช่นนี้เราจะเรียกว่าเป็น “ศาสนาสากล” หรือ “ศาสนาแห่งมิตรภาพ” หรือ “ศาสนาวินยาศาสตร์” ซึ่งเป็นศาสนาในฝันของคนไม่มีศาสนาทั้งหลาย

ชีวิตคืออะไร?

สิ่งที่ผู้มีปัญญาของโลกทั้งหลายอยากจะรู้มากที่สุดก็คือ “ความจริงที่เกี่ยวกับชีวิต” เช่น ชีวิตคืออะไร? เกิดมาทำไม? ตายแล้วจะเป็นเช่นไร? อะไรคือสิ่งสูงสุดที่เราควรจะได้รับ? และจะได้โดยวิธีใด? เป็นต้น แต่เมื่อไม่

สามารถค้นหาความจริงเหล่านี้ได้ จึงทำให้แม้ผู้มีปัญญาของโลกก็ยังคงตาบอดหรือมีดมนท์ เพราะไม่รู้จักชีวิตของตัวเองอย่างแท้จริงอยู่ต่อไป

การที่เราจะศึกษาสิ่งใดให้เกิดความเข้าใจ หรือให้รู้จักกับสิ่งนั้นได้อย่างถูกต้องแท้จริง เราก็ต้องมีสิ่งนั้นมาให้ศึกษาจริงๆ ถ้าเราไม่มีของจริงมาศึกษา ถึงเราจะศึกษาอย่างไรก็ไม่ทางเข้าใจหรือรู้จักกับสิ่งนั้นอย่างถูกต้องแท้จริงได้ ดังนั้นการศึกษาชีวิต เราก็ต้องมาศึกษาจากชีวิตของเราเองจริงๆ เท่านั้น เราจะไม่ใช่จากตำราหรือจากใครๆทั้งสิ้น แต่เราจะเชื่อจากการที่เราได้ประสบ หรือสัมผัสกับสิ่งนั้นมาแล้วอย่างแน่ชัดเสียก่อนเท่านั้น ซึ่งนี่คือวิธีการของวิทยาศาสตร์ ที่จะช่วยปลดปล่อยสติปัญญาของเราให้เป็นอิสระ ไม่เป็นทาสทางสติปัญญาของใครๆทั้งสิ้น

อะไรคือจุดหมายของชีวิต?

ชีวิตของมนุษย์เราก็เปรียบเหมือนคนที่เรือแตกกลางทะเล ก็ต้องพยายามช่วยเหลือตัวเองให้อยู่รอดก่อนเป็นอันดับแรก และพยายามว่ายน้ำเข้าหาฝั่ง ซึ่งก็ต้องว่ายน้ำไปทั้งๆที่ยังมองไม่เห็นฝั่ง โดยอาศัยผู้นำที่ตัวเองเชื่อถือเป็นผู้นำทาง คือชีวิตก็ต้องดิ้นรนทำงานเลี้ยงชีวิต ถ้าหยุดทำงานก็อดตาย และยังต้องแสวงหาที่พึ่งทางใจเพื่อให้เบาใจ อุ่นใจ ว่าอนาคตจะต้องได้รับสิ่งที่ดีกว่าที่เป็นอยู่ ซึ่งที่พึ่งนั้นก็คงไม่พ้นการมีศาสนา

คนมีศาสนาที่เหมือนกับคนที่ได้ยึดเกาะเศษไม้เล็กๆเอาไว้ พร้อมกับพยายามว่ายน้ำไปด้วยจึงไม่จมทะเล แล้วก็เชื่อว่าเศษไม้นั้นได้ช่วยพยุงตัวเองเอาไว้ไม่ให้จมทะเล แล้วก็ทำให้เกิดความอุ่นใจ เบาใจ สบายใจว่า ตนเองมีที่พึ่งอย่างดีที่สุดแล้ว ส่วนคนที่ไม่มีความศานาก็เปรียบเหมือนคนที่ไม่มียึดเกาะเลย เมื่อมองไปเห็นคนมีศาสนาที่เขาเกาะเพียงเศษไม้อยู่ ก็เกิดความคิดว่า การไม่เกาะเศษไม้นั้นเลยจะดีเสียกว่าการไปเกาะเศษไม้นั้น เพราะอย่างไรเสียทุกคนก็ต้องว่ายน้ำช่วยตัวเองอยู่ตลอดเวลาอยู่แล้ว แม้ว่าใครจะมีเศษไม้มานำให้ยึดเกาะ ก็ยังต้องว่ายน้ำช่วยเหลือตัวเองอยู่อีกนั่นเอง ถ้าหยุดว่ายน้ำเมื่อใดก็จะจมลงทันที เศษไม้นั้นก็ไม่ได้ช่วยอะไรอย่างแท้จริง เศษไม้นั้นก็เป็นเพียงแค่ “กำลังใจ” ให้แก่คนตกทะเลเท่านั้น

คนที่ไม่มีความศานาก็ต้องทำงานเลี้ยงชีวิตเหมือนกัน เพียงแต่ว่าเขาไม่มีที่พึ่งทางใจเหมือนคนมีศาสนา ดังนั้น ลึกๆแล้วคนไม่มีความศานาจะรู้สึกอ้างว้าง หว้าเหว่ และหวาดกลัว เพราะไม่รู้จุดหมายปลายทางของชีวิตอย่างแท้จริง แต่ถ้าคนไม่มีความศานาจะรู้จักชีวิตอย่างถูกต้องแท้จริงแล้ว เขาก็จะเป็นคนที่มีจุดหมายของชีวิตที่มั่นคง และไม่รู้สึ อ้างว้างหว้าเหว่และหวาดกลัวอีกต่อไป ดังนั้นจุดเริ่มต้นที่จะทำให้คนไม่มีความศานานี้มีจุดหมายของชีวิตที่มั่นคงได้ ก็ต้องมาศึกษาชีวิต เพื่อให้เกิดความเห็นแจ้งชีวิตอย่างถูกต้อง หรือเกิดความรู้แจ้งเห็นจริงในชีวิต และเมื่อเกิดความเห็นแจ้งชีวิตอย่างถูกต้องแล้ว คนไม่มีความศานาก็จะมีความอุ่นใจ เบาใจ สบายใจ และมีจุดหมายชีวิตที่มั่นคง ซึ่งอาจจะมากกว่าคนที่ปฏิบัติตามว่ามีศาสนาบางคนเสียอีก

วิทยาศาสตร์คืออะไร?

วิทยาศาสตร์ คือ ความรู้ที่เกิดขึ้นมาจากการสังเกตปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นของธรรมชาติ วิทยาศาสตร์เป็นวิธีการค้นหาความจริงของธรรมชาติ ที่ได้ผลแน่นอนหรือถูกต้องที่สุด โดยวิทยาศาสตร์จะมีหลักอันเป็นหัวใจอยู่ที่

๑. ศึกษาจากสิ่งที่มีอยู่จริง ที่เราสามารถรู้เห็นหรือสัมผัสได้จริงในปัจจุบัน
๒. ศึกษาโดยใช้เหตุใช้ผล ที่สมเหตุสมผลที่สุด โดยเหตุผลนั้นก็มาจากสิ่งที่มีอยู่จริงนั่นเอง

๓. มีการศึกษาอย่างเป็นระบบ โดยศึกษาจากพื้นฐานแล้วแตกกิ่งก้านสาขาออกไปอย่างมีระเบียบ รวมทั้งยังมีการศึกษาและปฏิบัติอย่างมีขั้นตอนอีกด้วย

๔. จะเชื่อต่อเมื่อได้มีการพิสูจน์หรือทดลองจนเห็นผลอย่างแน่ชัดแล้วเท่านั้น

สิ่งสำคัญในการศึกษาธรรมชาติและชีวิตของเรานี้ก็คือ เราจะต้องใช้หลักวิทยาศาสตร์มาศึกษา คือเราจะเอาสิ่งที่ปรากฏหรือมีอยู่จริงๆในปัจจุบัน ที่เราสามารถรู้เห็นหรือ สัมผัสได้จริงด้วย ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจของเราเท่านั้นมาใช้ศึกษา โดยการคิดพิจารณาที่ต้องใช้เหตุผลที่สมเหตุสมผลเท่านั้น เราจะไม่อาศัยการคาดคะเน หรือนึกเดาเอา หรือเชื่อตามคนอื่นอย่างเด็ดขาด แม้ใครจะโอ้อวดว่าเขามีความรอบรู้อย่างยิ่ง หรือมีอิทธิฤทธิ์มากมายสักเพียงใดก็ตาม หรืออวดอ้างว่าเป็นผู้วิเศษที่รอบรู้ทุกสิ่งทุกอย่างสักเท่าใดก็ตาม เราก็จะไม่เชื่อ จนกว่าเราได้จะพิสูจน์ให้เห็นจริงแล้วอย่างแน่ชัด ด้วยตัวของเราเองก่อนเท่านั้น

การศึกษาที่ขัดแย้งหรือตรงข้ามกับหลักวิทยาศาสตร์อย่างยิ่งก็คือ “การเชื่อจากผู้อื่นโดยตนเองไม่ได้รู้เห็นหรือสัมผัสด้วยตนเองจริงๆอย่างแน่ชัด” ซึ่งนั่นเป็นหลักของ “ไสยศาสตร์” (ที่หมายถึงความรู้ของคนหลับหรือไม่มีสติปัญญา) ที่อาศัยเพียงความเชื่อโดยไม่ใช้ปัญญา คือไม่มีเหตุผล และไม่มีของจริงมายืนยัน โดยหลักของไสยศาสตร์ก็คือ “ให้เชื่อเพียงอย่างเดียว ห้ามถาม ห้ามสงสัย” ซึ่งไสยศาสตร์ก็ย่อมที่จะมีแต่เรื่องลึกลับ ไกลตัว หรือเรื่องที่เขาเชื่อว่าเหนือธรรมชาติ เช่น เรื่องของความศักดิ์สิทธิ์ ปาฏิหาริย์ หรือสิ่งวิเศษ หรืออำนาจวิเศษต่างๆ เป็นต้น ที่พิสูจน์ให้เห็นจริงไม่ได้ มีแต่คำล่ำลือปากต่อปากเท่านั้น และคนที่เชื่อก็มักเป็นคนไม่ชอบใช้ความคิดและขลาดกลัวหรืออ่อนแอ ซึ่งเรื่องไสยศาสตร์ที่สำคัญก็คือเรื่องที่ว่า จะมี “จิต” ของมนุษย์หรือสิ่งที่มีชีวิต ที่จะสามารถออกจากร่างกายที่ตายแล้ว ไปเกิดยังร่างกายใหม่ๆได้ (อย่างที่เรียกกันว่า ผี หรือวิญญาณ) หรือเรื่องสถานที่สำหรับลงโทษมนุษย์ที่ทำความชั่วที่ตายไปแล้ว (นรกใต้ดิน) หรือสถานที่สำหรับเป็นรางวัลแก่มนุษย์ที่ทำความดีเมื่อตายไปแล้ว (สวรรค์บนฟ้า) หรือเรื่องเทวดา นางฟ้า ปีศาจ ซาดาน เป็นต้น ซึ่งเรื่องเหล่านี้ล้วนเป็นเรื่องของไสยศาสตร์ทั้งสิ้น

ไสยศาสตร์ไม่ใช่สิ่งเลวร้ายเสมอไป ถ้านำเรื่องไสยศาสตร์มาใช้ให้เกิดสิ่งที่ดีงามก็จัดว่ามีประโยชน์ แต่ถ้าเป็นเรื่องการศึกษาให้เกิดปัญญา เพื่อให้เกิดความเห็นแจ้งในธรรมชาติและชีวิตแล้ว ไสยศาสตร์กลับจะเป็นตัวจุดให้จมอยู่ ไม่เจริญงอกงาม เราจะต้องละทิ้งไสยศาสตร์ แล้วมาใช้หลักวิทยาศาสตร์เท่านั้น เราจึงจะศึกษาให้เกิดความเห็นแจ้งชีวิตและธรรมชาติได้

สรุปได้ว่า ถ้าเรายังเชื่อว่า “เรื่องราวของไสยศาสตร์ทั้งหลายมีจริงหรือเป็นจริง” ก็แสดงว่าเรายังเป็นนักวิทยาศาสตร์ที่แท้จริงไม่ได้ เพราะยังไปหลงเชื่อสิ่งที่เราเองก็ยังพิสูจน์ให้เห็นจริงไม่ได้ แล้วจะมาเป็นนักวิทยาศาสตร์เพื่อค้นหาความจริงของชีวิตให้กับตัวเองได้อย่างไร? ซึ่งจุดนี้นับว่าสำคัญที่สุด ที่เราจะมองข้ามไปไม่ได้เลย ถ้าปรารถนาที่จะค้นหาความจริงให้กับตัวเอง

ศาสนาสอนให้เชื่ออย่างไร?

ศาสนาย่อมคู่กับความเชื่อและการปฏิบัติเสมอ คือ เมื่อเราเชื่อในคำสอนของศาสนาใด เราก็ย่อมที่จะปฏิบัติตามคำสอนของศาสนานั้น จึงจะเรียกว่าเรานับถือศาสนานั้นอย่างแท้จริง แต่ถึงแม้เราจะ ปฏิญาณตนว่านับถือศาสนาใดอยู่ก็ตาม ถ้าเราไม่ปฏิบัติตามคำสอนของศาสนานั้น ก็เท่ากับเราไม่มีความเชื่อในศาสนานั้น ซึ่งนี่ก็เท่ากับเราไม่นับถือศาสนานั้นอย่างแท้จริง

ศาสนาส่วนใหญ่ จะมีคำสอนให้ผู้นับถือทุกคนต้องเชื่อมั่นเพียงอย่างเดียวโดยไม่ต้องสงสัย หรือห้ามถาม ห้ามสงสัย ซึ่งก็เท่ากับเป็นการปิดกั้นสติปัญญาของผู้ที่นับถือไม่ให้เจริญงอกงาม เหมือนปิดกั้นต้นไม้ไม่ให้ถูก แสงแดด บางศาสนาที่มีคำสอนหรือคำอธิบายต่อคำถามหรือข้อสงสัยได้อย่างละเอียด แต่ว่าเป็นคำตอบที่อ้างตำรา ของศาสนาบ้าง อ้างคำสอนของนักสอนศาสนาที่มีชื่อเสียงโด่งดังบ้าง อ้างความรู้ว่าผู้ตอบได้ปฏิบัติจนได้รู้แจ้งเห็น จริงแล้วบ้าง หรือบางทีก็อ้างสิ่งศักดิ์สิทธิ์หรือผู้วิเศษของศาสนาบ้าง เป็นต้น ซึ่งล้วนเป็นคำตอบที่คนไม่มีศาสนารับ ไม่ได้ เพราะขาดทั้งเหตุผลและหลักฐานหรือความจริงมายืนยัน

คำสอนที่สอนให้เชื่อมั่นโดยไม่ต้องสงสัยนี้ จะมีผลดีต่อเมื่อผู้นับถือศาสนานั้นมีสติปัญญาน้อย และศาสนา มีคำสอนที่ถูกต้องดีงามเพียงพอ รวมทั้งนักสอนศาสนาที่เป็นคนดีด้วย แต่ในทางตรงกันข้าม สำหรับคน ที่มีปัญญา แล้วเขาขอมารู้สึกอึดอัดใจ เพราะเห็นว่าถ้าศาสนาไม่มีคำสอนที่ดี หรือนักสอนศาสนาเป็นคนเห็นแก่ตัว ก็อาจจะทำ ให้เกิดผลเสียแก่ทั้งผู้นับถือและสังคมขึ้นมาได้

ยังมีคำสอนระดับสูงของบางศาสนาที่ให้อิสระแก่ผู้นับถืออย่างเต็มที่ คือไม่มีการบังคับว่าจะต้องเชื่อ เพียงแต่จะให้เหตุผลว่าควรจะทำอย่างไร? หรือไม่ควรทำอย่างไร? หรือควรเชื่ออย่างไร? ซึ่งศาสนานี้เป็นศาสนาที่ สอนให้เกิดปัญญา แต่ก็ยากที่จะมีใครเข้าใจ เพราะแม้แต่ผู้ที่นับถือศาสนาตัวเองเกือบทั้งหมด ก็ยังรับ ไม่ได้กับคำสอน ระดับสูงของศาสนาตัวเองนี้ เพราะเขาเชื่อว่า เมื่อนับถือแล้วก็ต้องเชื่อมั่นเพียงอย่างเดียวเหมือนศาสนาเผด็จการ อีก ทั้งปัจจุบันศาสนานี้ก็ยังถูกแก้ไขเปลี่ยนแปลงคำสอนให้ผิดเพี้ยน ไปอย่างมาก จนแทบมองไม่เห็นเนื้อแท้ของศาสนา ดังเดิมแล้ว

เชื่ออย่างไรจึงจะไม่ผิด?

ในเรื่องของความเชื่อนั้น สำหรับผู้ที่มีปัญญาแล้วเขาขอมจะไม่เชื่อจากการบอกต่อกันมา, จากการทำตามๆ กันมา, จากคำล่ำลือ, จากตำรา, จากเหตุผลตรงๆ (ตรรกะ), จากเหตุผลแวดล้อม (นัยยะ), จากสามัญสำนึกของตัวเอง, จากที่มันตรงกับความรู้สึกที่ตนเองมีอยู่, จากบุคคลที่ดูภายนอกว่าน่าเชื่อถือ, และแม้จากครูอาจารย์ของตนเองก็ตาม การเชื่อจากบุคคลอื่นหรือแม้จากตำรา โดยตนเองยังไม่ได้พิสูจน์ทดลองให้ได้เห็นจริงนั้น มันมีโอกาที่จะมี ความผิดพลาดได้ทั้งสิ้น เพราะบุคคลอื่นนั้นเขาก็อาจมีความเห็นผิดมาก่อนแล้วก็ได้ หรือคนเขียนตำราก็อาจมี ความเห็นผิดมาก่อนแล้วก็ได้ หรือ ในกรณีที่คนเขียนตำราอาจมีความเห็นถูกมาก่อน แต่ ตำรานั้นก็อาจถูก เปลี่ยนแปลงให้ผิดเพี้ยนก่อนที่จะมาถึงเราแล้วก็ได้

แม้แต่สามัญสำนึก ที่เป็นความรู้สัญชาตญาณของเราเอง มันก็ยังคงหลอกเราให้มีความเห็นที่ผิดได้ ส่วนเหตุผลที่น่าเชื่อที่สุดนั้นก็ยังไม่เชื่อไม่ได้ เพราะถ้าเหตุ ที่เราได้รับมามันผิด ผลมันก็จะผิดตามไปด้วย ส่วน บุคคลที่ดูภายนอกว่าน่าเชื่อถือที่สุด หรือแม้แต่ครูอาจารย์ของเราเองก็ตาม ถ้าบังเอิญเขามีความเห็นที่ผิดมาก่อน แล้ว เราเชื่อตามเขา เราก็จะพลอยมีความเห็นผิดตามเขาไปด้วย ทันที่ ซึ่งจากเหตุผลนี้เองที่คนมีปัญญาของโลก จึง ยังไม่ เชื่อจากใครๆ แม้จากเหตุผลและสามัญสำนึกของตัวเองก็ตาม

สำหรับผู้มีปัญญาแล้ว ก่อนอื่นเขาจะไม่สนใจไปศึกษาเรื่องต่างๆที่ไม่ควรสนใจ เขาจะสนใจศึกษาแต่เฉพาะ เรื่องที่ควรสนใจ อันได้แก่เรื่องที่จะทำให้เขาเกิดความเข้าใจและเห็นแจ้งชีวิต หรือเรื่องราวทำอย่างไรชีวิตจึงจะไม่มี ความทุกข์? ดังนั้นเขาจึงไม่สนใจที่จะไปศึกษาหรือพิสูจน์เรื่องเหลวไหลไร้สาระ ที่มีผู้มาทำทนายหรืออวดอ้าง ทั้งหลาย

สำหรับผู้มีปัญญา เมื่อได้รับรู้เรื่องราวหรือคำสอนใดมา เขาก็จะนำมาพิจารณาดูก่อน ว่าคำสอนนั้นมีโทษหรือมีประโยชน์ ถ้าพิจารณาแล้วเห็นว่ามิโทษ (คือเห็นว่าถ้าปฏิบัติตามแล้วจะเกิดความทุกข์ความเดือดร้อน) เขาก็จะละทิ้งไม่สนใจ แต่ถึงแม้เขาจะพิจารณาแล้วเห็นว่ามิประโยชน์ (คือเห็นว่าถ้าปฏิบัติตามแล้วจะเกิดความทุกข์และความทุกข์ลดน้อยลง) เขาก็ยังไม่เชื่อ แต่เขาจะนำเอามาทดลองปฏิบัติก่อน ถ้าทดลองปฏิบัติจนเต็มความสามารถแล้วไม่ได้รับผล (คือไม่มีความสุข และความทุกข์ก็ไม่ลดน้อยลง) เขาก็จะละทิ้งอีกเหมือนกัน จนกว่าเขาจะทดลองปฏิบัติ จนได้รับผลเป็นความสุขมากขึ้น และความทุกข์ลดน้อยลงจริง เขาก็จึงจะเชื่อและรับเอาไปปฏิบัติให้ยิ่งขึ้นต่อไป

นี่คือหลักในการสร้างความเชื่อของผู้ที่มีปัญญา คือเขาจะไม่เชื่ออะไรง่ายๆ จนกว่าจะได้พิสูจน์ให้เห็นจริงด้วยตนเองอย่างแน่ชัดก่อนแล้วเท่านั้น ซึ่งศาสนาส่วนใหญ่จะไม่มีหลักคำสอนเช่นนี้ จะมีก็บางศาสนาเท่านั้น แต่ถึงบางศาสนานั้นจะมี ก็ไม่ได้รับความสนใจนำมาศึกษาและปฏิบัติอย่างจริงจัง เพราะผู้นับถือส่วนใหญ่ยังยึดติดอยู่กับตำราและผู้สอนศาสนาอยู่อย่างเหนียวแน่น จนละเลยไม่สนใจนำคำสอนนี้มาศึกษาและปฏิบัติอย่างจริงจัง

ดังนั้นผู้ที่ปัญญาตนว่าไม่มีศาสนาทั้งหลาย จึงควรที่จะมีหลักในการสร้างความเชื่อเช่นนี้เอาไว้ในใจ เพื่อที่จะได้เป็นคนที่มีอิสระในการคิดและเชื่อ อันจะทำให้เกิดปัญญาที่แท้จริงขึ้นมาได้ รวมทั้ง มีความกล้าหาญที่จะประกาศตนว่า “ไม่มีศาสนา” ได้อย่างภาคภูมิใจ และไม่กลัวใครตำหนิ พร้อมทั้งยังสามารถชี้แนะให้ผู้อื่นเกิดมีปัญญาที่แท้จริงขึ้นมาได้ ซึ่งก็เท่ากับว่า ได้ช่วยสังคมให้สงบสุข และช่วยโลกให้มีสันติภาพไปในตัว

ศาสนามีอะไรเป็นสิ่งสูงสุด?

ศาสนาทั้งหลายของโลกย่อมที่จะมี “สิ่งสูงสุด” เพื่อให้ผู้นับถือยึดถือเอาไว้ ในฐานะสิ่งที่ต้องเกรงกลัว และเคารพ รวมทั้งเชื่อฟังเสมอ ซึ่งบางศาสนาก็เรียกว่า “พระเจ้า” บางศาสนาก็เรียกว่า “เทพเจ้า” บางศาสนาก็เรียกว่า “ธรรมชาติ” บางลัทธิก็เรียกว่า “อำนาจศักดิ์สิทธิ์” เป็นต้น

สิ่งสูงสุดทั้งหลายของทุกศาสนานี้โดยสรุปแล้วก็จะมีลักษณะเหมือนกัน คือ เป็นผู้ดลบันดาลให้ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นไปได้ ซึ่งการดลบันดาลของสิ่งสูงสุดนั้น โดยสรุปก็คือ การสร้างสิ่งต่างๆขึ้นมา รักษาสิ่งต่างๆเอาไว้ และทำลายสิ่งต่างๆไปเมื่อถึงเวลา ซึ่งสรรพสิ่งทั้งหลายของโลกและของจักรวาล รวมทั้งความเจริญ ความเสื่อม และความสุข ความทุกข์ ความโง่ ความฉลาด เป็นต้น ก็ล้วนเกิดมาจากการดลบันดาลจากสิ่งสูงสุดนี้ทั้งสิ้น ซึ่งถ้าไม่มีความเชื่อจากศาสนาครอบงำ เราก็จะมองเห็นว่า สิ่งที่มีอำนาจสูงสุดในโลกหรือในจักรวาลก็คือ สิ่งที่เราสามารถพบเห็นได้จริงในปัจจุบันที่เรียกว่า “ธรรมชาติ” นี้เอง

สรุปได้ว่าทุกสิ่งทุกอย่าง รวมทั้งมนุษย์ทุกคน ย่อมที่จะต้องมียุติธรรมสูงสุดมาคอยดลบันดาลหรือควบคุมอยู่ทั้งสิ้น ไม่ว่าใครจะยอมรับหรือไม่ก็ตาม เพียงแต่ บางศาสนาอาจจะมองว่าเป็นบุคคล หรือเป็นสิ่งที่มีชีวิตที่มีอำนาจวิเศษหรือศักดิ์สิทธิ์ แต่สำหรับผู้ที่ไม่ยึดติดในศาสนา จะมองว่าเป็นธรรมชาติ ซึ่งถ้าเราจะมองด้วยใจเป็นกลางแล้ว เราก็จะพบว่า “ไม่ว่าสิ่งสูงสุดนั้นจะเป็นบุคคลตัวตนหรือเป็นธรรมชาติ มันก็คือสิ่งเดียวกัน” แต่สำหรับคนที่ยึดติดในศาสนาอาจจะไม่ยอมรับเช่นนี้ เพราะเขาถูกความเชื่อจากศาสนาครอบงำอยู่

สิ่งที่มีอำนาจสูงสุดในจักรวาลคืออะไร?

ธรรมชาติ ก็คือ สิ่งที่ปรากฏหรือเกิดขึ้นมาให้เราได้พบเห็น หรือสัมผัสได้จริงในปัจจุบันจนเป็นของธรรมดาๆ นี้เอง ซึ่งในธรรมชาตินี้จะมี **“กฎของธรรมชาติ”** อยู่มากมาย โดยกฎของธรรมชาตินี้เองที่ควบคุมทุกสิ่งทุกอย่างของธรรมชาติให้เป็นไป โดยธรรมชาตินี้จะมีกฎอยู่กฎหนึ่ง ที่จัดว่าเป็น **“กฎสูงสุดของธรรมชาติ”** หรือ **“กฎสูงสุดของจักรวาล”** ซึ่งกฎทั้งหลายของธรรมชาติ ล้วนจะต้องขึ้นอยู่กับกฎสูงสุดนี้ทั้งสิ้น ถ้าเราจะเข้าใจกฎนี้อย่างถูกต้องแล้ว เราก็จะเข้าใจชีวิต เข้าใจธรรมชาติ และเห็นแจ้งชีวิต เห็นแจ้งธรรมชาติได้ คือกฎนี้จะเปรียบเสมือนกฎแจสำหรับไขปริศนาของชีวิตและธรรมชาติได้ ซึ่งกฎสูงสุดนี้ก็คือกฎง่ายๆ เพียงข้อเดียว คือกฎที่ว่า :

“ทุกสิ่งที่เกิดขึ้น จะต้องอาศัยเหตุมาปรุงแต่งให้เกิดขึ้นทั้งสิ้น”

คำว่า **“สิ่ง”** หมายถึง **ธรรมชาติที่มีอยู่** ซึ่งก็มีทั้งสิ่งที่เป็นวัตถุและสิ่ง ไม่ใช่วัตถุ ซึ่งสิ่งที่เป็นวัตถุนั้นก็ตั้งแต่สิ่งทีเล็กที่สุดในระดับอะตอมขึ้นไปเป็นวัตถุดิบของใหญ่ๆ ทั้งหมด รวมทั้งพวกรังสีและพลังงานทั้งหลายด้วย ส่วนสิ่งที่ไม่ใช่วัตถุก็ได้แก่พวกจิตใจ คือ **การรับรู้, ความจำ, ความรู้สึก, และการปรุงแต่งของจิต (เช่น ความอยากและความคิด),** รวมทั้งนามธรรมทั้งหลายที่มนุษย์สัมผัสขึ้นมา เช่น ความเสื่อม ความเจริญ ความดี ความชั่ว ความรวย ความจน ความสุข ความทุกข์ ความโง่ ความฉลาด เป็นต้นนั่นเอง

ส่วนคำว่า **“เกิด”** หมายถึง **จากการที่ไม่มีอยู่ก่อน แล้วจึงมีขึ้นในภายหลัง** ซึ่งก็ตรงข้ามกับคำว่า **“ดับ”** ที่หมายถึง **จากการที่มีอยู่ก่อน แล้วจึงมาไม่มีหรือหายไปภายหลัง**

ส่วนคำว่า **“ตั้งอยู่”** หมายถึง **เมื่อเกิดขึ้นมาแล้วแต่ยังไม่ดับหายไป**

ส่วนคำว่า **“ปรุงแต่ง”** ก็หมายถึง **การเอาสิ่งหลายๆ สิ่งที่แตกต่างกัน มารวมกัน จนเกิดเป็นสิ่งใหม่ขึ้นมา โดยเราจะมองไม่เห็นลักษณะของสิ่งต่างๆ ที่มารวมกันนั้นเลย**

ส่วนคำว่า **“เหตุ”** หมายถึง **สิ่งที่ปรุงแต่งให้เกิดผล** และเมื่อมีเหตุ ก็ต้องมี **“ผล”** ที่หมายถึง **สิ่งที่เกิดขึ้นมาจากเหตุ** อย่างที่เรามักเรียกกันว่า **เหตุและผล**

สิ่งที่เราควรเข้าใจอีกจุดหนึ่งก็คือ ที่เราพูดกันว่า **“ทุกสิ่งเกิดขึ้นมาจากเหตุ”** นี้ มันไม่ใช่ว่าจะมีเพียงเหตุเดียวที่มาปรุงแต่ง คือถ้าอาศัยเพียงเหตุเดียวจะไม่สามารถปรุงแต่งให้เกิดสิ่งใดขึ้นมาได้ จะต้องมีหลายๆ เหตุมาช่วยกัน จึงจะปรุงแต่งให้เกิดสิ่งใดสิ่งหนึ่งขึ้นมาได้ ดังนั้นเมื่อพบคำว่า **“เหตุ”** ก็ขอให้เราเข้าใจว่ามันได้รวบรวมเหตุต่างๆ เอาไว้แล้วอย่างครบถ้วน ในการที่จะปรุงแต่งให้เกิดสิ่งใดสิ่งหนึ่งขึ้นมา แต่เรามักกล่าวถึงแต่เพียงเหตุใหญ่ที่สุดเพียงเหตุเดียว ส่วนเหตุย่อยๆ ที่เหลือทั้งหมดมักไม่กล่าวถึง เพราะมันมีมากและไม่สำคัญ อย่างเช่น ที่เราชอบพูดกันว่า **“เมื่อมีแม่ไก่เป็นเหตุ จึงมีไข่ไก่เป็นผล”** แต่เราไม่ได้พูดถึงเหตุย่อยๆ อีกหลายอย่างอันได้แก่ อาหาร น้ำ อากาศ อุณหภูมิ เพราะมันไม่สำคัญ เป็นต้น คือเราก็มักจะพูดเพียงสั้นๆ ว่า **“เมื่อมีแม่ไก่ จึงมีไข่ไก่”** หรือ **“เมื่อไม่มีแม่ไก่ ก็จะไม่มีไข่ไก่”** เท่านั้น ซึ่งก็ขอให้เราเข้าใจจุดนี้เอาไว้ด้วย

เมื่อทุกสิ่งที่เกิดขึ้น จะต้องอาศัยเหตุมาปรุงแต่งให้เกิดขึ้น ดังนั้นเราจะเรียกทุกสิ่งที่มีลักษณะ **“เกิดขึ้น”** จากเหตุนี้ว่าเป็น **“สิ่งปรุงแต่ง”** ซึ่งการปรุงแต่งนี้ **จะเกิดขึ้นมาโดยธรรมชาติเอง** อันได้แก่อวัยวะต่างๆ ของร่างกายมนุษย์ และสัตว์, เนื้อไม้, ผลไม้, ดิน, น้ำ, เหล็ก, พลาสติก, แก้ว, และจิตใจของสิ่งที่มีชีวิตทั้งหลาย เป็นต้น ส่วนสิ่งทีเกิดขึ้นมาโดยการกระทำของสิ่งที่มีชีวิต เช่น รังผึ้ง, รังปลวก, รังนก, บ้าน, รถยนต์, เครื่องบิน, โทรศัพท์, คอมพิวเตอร์

เป็นต้นนั้น จะไม่เรียกว่าเป็นสิ่งปรุงแต่ง แต่จะเรียกว่าเป็น **“สิ่งประกอบ”** คือเป็นการนำเอาสิ่งต่างๆหลายๆสิ่งมา รวมกันเข้า แต่ก็ยังมองเห็นลักษณะของสิ่งที่นำมาประกอบนั้นอย่างชัดเจน

กฎสูงสุดนี้บอกอะไรกับเราบ้าง?

กฎสูงสุดนี้เป็นกฎที่เขียนขาดของธรรมชาติ ที่ครอบงำทุกสิ่งทุกอย่างในโลก และในจักรวาลเอาไว้ **ไม่มีสิ่งใดที่จะอยู่นอกเหนือกฎนี้ไปได้** ซึ่งถ้าเราพิจารณาอย่างหยาบๆ เราก็อาจจะเห็นว่าเป็นเรื่องง่ายๆที่ใครๆก็รู้กันอยู่แล้ว เป็นปกติ ไม่เห็นว่าจะมีความพิเศษอะไร แต่ถ้าเราจะตั้งใจพิจารณาให้ดีแล้ว **เราก็จะพบกับความลับบางอย่างของธรรมชาติ ที่ซ่อนอยู่ในทุกสิ่งทุกอย่างนี้ได้** อย่างง่ายดาย โดยเฉพาะความลับของชีวิตเรื่องราว ชีวิตคืออะไร? เกิดมาทำไม? ตายแล้วจะเป็นเช่นไร? อะไรคือสิ่งสูงสุดที่เราควรจะได้รับ? และจะได้โดยวิธีใด?

ในขั้นต้นกฎนี้ได้บอกให้เราเข้าใจสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นมาอย่างกว้างๆก่อนว่า **“ทุกสิ่งที่เกิดขึ้นมาในโลกและในจักรวาลนี้ล้วนมีความเกี่ยวข้องกันอยู่ทั้งสิ้น ไม่มากก็น้อย ไม่โดยตรงก็โดยอ้อม”** เพราะเมื่อเหตุได้ปรุงแต่งให้เกิดผลขึ้นมาแล้ว ผลนี้ก็ยังจะกลายมาเป็นเหตุ เพื่อปรุงแต่งให้เกิดผลใหม่ขึ้นมาได้อีก และผลใหม่นี้ก็ยังกลายมาเป็นเหตุ เพื่อปรุงแต่งให้เกิดผลใหม่ๆขึ้นมาได้อีกเรื่อยไป **อีกทั้งเหตุหนึ่งก็สามารถร่วมกับเหตุอื่นๆแล้วปรุงแต่งให้เกิดผลต่างๆได้มากมายหลายผลอีกด้วย** คือมันจะเป็นเหตุ-เป็นผล, เป็นเหตุ-เป็นผล, เป็นเหตุ-เป็นผล เช่นนี้เกี่ยวพันกัน ต่อๆ ไป เหมือน ห่วงโซ่ที่คล้องต่อกันเอาไว้เป็นสายยาวๆอย่างไม่มีที่สิ้นสุด และ แต่ละสายก็ยังเกี่ยวพันกับสายอื่นๆ อีกมากมายและยุ่งเหยิง หรือเหมือนกับการผลัดกันกันต่อๆไปเป็นทอดๆของโดมิโนที่สลับซับซ้อนและยุ่งเหยิงนั่นเอง

ศาสนาต่างๆ ก็จะมี ความเชื่อว่ามีสิ่งสูงสุดที่ศาสนานับถืออยู่ มาเป็นผู้ควบคุมหรือดลบันดาลให้ทุกสิ่งทุกอย่าง เป็นไป โดยเฉพาะความเจริญ ความเสื่อม หรือความสุข ความทุกข์ของมนุษย์เราแต่ละคน แต่สำหรับคนไม่มีศาสนา ก็จะมองว่าสิ่งต่างๆที่เกิดขึ้นและเป็นไปนั้น เกิดมาจาก **“การผลัดกันกันของเหตุและผล”** มากมายที่ สลับซับซ้อน ที่บางสิ่งเราก็สามารถเข้าใจได้เพราะเหตุ และผลของมันมองเห็นหรือเข้าใจได้ง่าย แต่บางสิ่งก็ไม่สามารถเข้าใจได้ เพราะเหตุ และผลของมันมากและสลับซับซ้อน รวมทั้งยังเกี่ยวพันกันอย่างยุ่งเหยิงจนหาต้นเหตุจริงๆไม่เจอ แต่ไม่ว่าเราจะหา **“ต้นเหตุ”** (เหตุเริ่มต้น) ของมันเจอหรือไม่ก็ตาม ทุกสิ่งก็ย่อมเป็นไปตามเหตุอยู่วันยังค่ำ **ไม่มีสิ่งใดจะเกิดขึ้นมาโดยไม่มีเหตุได้** เพราะนี่คือกฎสูงสุดของธรรมชาติ

เมื่อเราเข้าใจระบบการดลบันดาล หรือการผลัดกันของกฎสูงสุดของธรรมชาตินี้แล้ว ก็จะทำให้เราหายโง่ เพราะเข้าใจแล้วว่า **ไม่ว่าอะไรจะเกิดขึ้นมาก็ตาม แม้ว่าจะสิ่งนั้นใครจะบอกว่าเป็นสิ่งน่าอัศจรรย์ที่สุดก็ตาม แต่เราจะมองเห็นว่ามันก็เป็นของมัน “เช่นนั้นเอง”** คือมันก็เป็นไปตามเหตุทั้งหลายของมัน หากได้มีความน่าอัศจรรย์เลย แล้วก็จะทำให้เราเข้าใจโลก เข้าใจทุกสิ่งที่เกิดขึ้น เข้าใจมนุษย์ และเข้าใจจิตของมนุษย์ทุกคน ว่า **“ทำไมมันจึงเป็นเช่นนั้น?”** อันจะทำให้เราปล่อยวางความยึดถือใน โลกหลงใหลอย่างมาก (คือมีความยึดถือลดน้อยลง) ไม่เป็นคนแบกโลกเอาไว้ให้หนัก หรือเป็นทุกข์ไปเปล่าๆ ด้วยความโง่เขลา

กฎสูงสุดนี้ได้บอกความลับอะไรกับเราบ้าง?

กฎสูงสุดนี้ได้บอกความลับที่สำคัญ ๓ ประการให้เราได้รับรู้ อันได้แก่

๑. “สิ่งปรุ้งแต่ง” ทั้งหลายล้วน ไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริง (คำว่า “ตัวตนที่แท้จริง” หมายถึง สิ่งที่เป็นตัวตนของมันเอง โดยไม่อาศัยเหตุใดๆมาปรุ้งแต่งขึ้นมา ซึ่งลักษณะของตัวตนที่แท้จริงนี้จะเป็น “สิ่งถาวร” หรือเป็น “อมตะ” คือไม่ตายหรือไม่ดับสลายหายไปอย่างเด็ดขาด ซึ่งนี่เป็นแค่ความเชื่อว่ามีตัวตนที่แท้จริงของศาสนาบางศาสนาเท่านั้น เราจะหาสิ่งที่เป็นตัวตนเช่นนี้ไม่มี จะมีก็แต่ “สิ่งที่ไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริง” หรือเรียกว่าเป็น “ตัวตนชั่วคราว” หรือ “ตัวตนสมมติ” เท่านั้น) เพราะว่าเมื่อทุกสิ่งที่เกิดขึ้น ล้วนจะต้องอาศัยสิ่งอื่นๆมาเป็นเหตุ เพื่อปรุ้งแต่งมันขึ้นมา จึงทำให้หาสิ่งหรือสถานะที่เป็น “ตัวตนจริงๆ” ของมันเองไม่มี ดังนั้นจึงทำให้พูดได้ว่า “สิ่งที่เกิดขึ้นมาจากเหตุทั้งหลายนั้น ไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริง” อย่างเช่น ร่างกายของเราก็ต้องอาศัยอวัยวะต่างๆมาปรุ้งแต่งขึ้นมา และอวัยวะต่างๆก็ต้องอาศัยอาหาร, น้ำ, ความร้อน, และก๊าซ เพื่อ ปรุ้งแต่งขึ้นมาอีกเหมือนกัน ดังนั้นจึงหาตัวตน จริงๆของร่างกายไม่มี จะมีก็เพียง “สิ่งปรุ้งแต่ง” หรือจะเรียกว่าเป็นต้นตอก็ได้ แต่เป็น “ตัวตนมายา” (สิ่งหลอกดวงว่าเป็นของจริง) หรือ “ตัวตนชั่วคราว” (เป็นตัวตนที่ไม่เที่ยงแท้ถาวร) หรือ “ตัวตนสมมติ” (ลงมติร่วมกันว่าเป็นตัวตน) เท่านั้น เป็นต้น

๒. “สิ่งปรุ้งแต่ง” ทั้งหลายล้วน ไม่เที่ยงแท้ถาวร คือไม่สามารถที่จะตั้งอยู่ หรือดำรงอยู่ในสภาพเดิมได้ตลอดไป (คือไม่เป็นอมตะ หรือจะต้องแตกดับหายไปอย่างแน่นอนไม่ช้าก็เร็ว) คือเมื่อสิ่งปรุ้งแต่งทั้งหลายล้วนต้องอาศัยสิ่งอื่นๆมาเป็นเหตุปรุ้งแต่งขึ้นมา ดังนั้นเมื่อเหตุของมันเปลี่ยนแปลงไป สิ่งปรุ้งแต่งนั้นก็จะต้องเปลี่ยนแปลงตามไปด้วยเสมอ ซึ่งเหตุต่างๆที่มาแต่นั้น มันก็ยังต้องอาศัยเหตุอื่นๆ เพื่อมาปรุ้งแต่งตัว ตนของมันขึ้นมาอีกเหมือนกัน และ “เหตุที่เป็นพื้นฐาน” ให้เกิดทุกสิ่งขึ้นมา อันได้แก่ วัตถุประสงค์ทั้ง ๔ คือ ของแข็ง, ของเหลว, ความร้อน, และก๊าซ ซึ่งเหตุพื้นฐานนี้ก็ไม่ใช่สิ่งที่จะสามารถเกิดขึ้นมาแล้วจะตั้งอยู่อย่างถาวรได้ ดังนั้นสิ่งปรุ้งแต่งทั้งหลาย จึงมีความเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาและต้องแตกสลาย (ใช้กับวัตถุ) หรือดับ (ใช้กับพวกนามธรรมหรือจิต) หายไปอย่างแน่นอน ไม่ช้าก็เร็ว อย่างเช่น ร่างกายเมื่อเกิดขึ้นมาแล้วก็เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา สุดท้ายไม่ช้าก็เร็ว ก็ต้องแตกสลายหรือตายไปอย่างแน่นอนในที่สุด

๓. “สิ่งปรุ้งแต่ง” ทั้งหลายล้วน ต้องทนประทับประคองตัวเองอยู่ด้วยความยากลำบากตลอดเวลา เพราะเมื่อสิ่งปรุ้งแต่งทั้งหลาย ล้วนจะต้องอาศัยเหตุต่างๆมากมาย เพื่อมาปรุ้งแต่งมันขึ้นมา ดังนั้นสิ่งปรุ้งแต่งทั้งหลาย จึงต้องมีความยากลำบาก ทั้งในการที่จะต้องคอยแสวงหาเหตุต่างๆมาปรุ้งแต่งตัวของมันให้เกิดขึ้นมาและตั้งอยู่ และยังคงมีความยากลำบาก ในการที่จะต้องคอยดูแลรักษาเหตุ ต่างๆภายในตัวของมันนั้นเอาไว้ไม่ให้มันเสื่อมสลายไปจากความเปลี่ยนแปลงภายในตัวของมันเอง รวมทั้งยังต้องมีความยากลำบาก ในการที่จะต้องคอยระมัดระวังหรือป้องกันไม่ให้สิ่งต่างๆภายนอกมาทำลายเหตุต่างๆภายในของมัน อีกด้วย

ในกรณีของ “สถานะที่ต้องทน” นี้ ถ้าเป็นวัตถุลิ่งของที่ไม่มีชีวิต ก็ไม่มีปัญหาอะไร เพราะมันไม่มีจิตมารับรู้สถานะที่ต้องทนของมัน แต่เราก็สามารถพิจารณาด้วยเหตุด้วยผล ให้เข้าใจถึงสถานะที่ต้องทนของมันได้ แต่ในส่วนของสิ่งที่มีชีวิตนี้ย่อมมีปัญหา เพราะมันมีจิตที่สามารถรับรู้ถึงสถานะที่ต้องทนของมัน ซึ่งการรับรู้นี้จะทำให้เกิดเป็น “ความรู้สึกที่ต้องทน” อยู่ตลอดเวลา ซึ่งเวลาที่ความรู้สึกที่ต้องทนนี้มีน้อย (คือขณะที่จิตไม่มีกิเลส) ก็เรียกว่า “ความไม่มีทุกข์” (ความรู้สึกที่ทนได้ง่าย หรือทนได้สบาย) ส่วนเวลาที่ความรู้สึกที่ต้องทนนี้มีมาก (คือขณะที่จิตมีกิเลส) ก็เรียกว่า “ความทุกข์” (ที่แปลว่า ความรู้สึกที่ทนได้ยาก หรือทนได้ลำบาก)

เราจะใช้หลักเกณฑ์อะไรมาศึกษา?

เราได้เข้าใจแล้วว่า “สิ่งปรุงแต่งทั้งหลาย” ล้วนไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริง และไม่เที่ยงแท้ถาวร รวมทั้ง ยังต้องทนอีกด้วย ซึ่งความจริง ของธรรมชาติทั้ง ๓ ประการนี้เอง ที่เราจะนำมาใช้พิจารณาหาความจริงของชีวิตทั้งหลาย ทั้งของเราและผู้อื่น รวมทั้งของสิ่งที่มีชีวิตและไม่มีชีวิตทั้งหลาย ทั้งในโลกและในจักรวาล เพื่อให้เกิดความเข้าใจในพื้นฐานของทุกสิ่งได้อย่างถูกต้อง ด้วยตัวของเราเอง โดยไม่เชื่อจากใครๆ

หลักเกณฑ์ที่เราจะนำมาใช้พิจารณาก็คือ ให้เราสังเกตว่า สิ่งที่เรากำลังพิจารณาอยู่นั้น “เป็นสิ่งปรุงแต่งหรือไม่?” ถ้าพบว่าสิ่งที่เรากำลังพิจารณาอยู่นั้น “เป็นสิ่งปรุงแต่ง” เราก็เข้าใจได้เลย ทันทีว่าสิ่งนั้น “ไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริง และไม่เที่ยงแท้ถาวร รวมทั้งยังต้องทนอยู่” อีกด้วย

ส่วนการที่เราจะรู้ว่าสิ่งใดเป็น “สิ่งปรุงแต่ง” หรือไม่นั้น ก็ให้เราสังเกตดูว่า “สิ่งนั้นมีการเกิดขึ้นหรือดับหายไปหรือไม่?” ถ้าสิ่งใดมีการเกิดขึ้นหรือดับหายไป เราก็เข้าใจได้เลยทันทีว่าสิ่งนั้นเป็น “สิ่งปรุงแต่ง

หลักเกณฑ์ที่เราจะนำมาใช้พิจารณาอีกข้อหนึ่งก็คือ ให้เราสังเกตว่า ถ้าสิ่งใดต้องอาศัยเหตุเพื่อมาปรุงแต่งให้มันเกิดขึ้น และตั้งอยู่ สิ่งนั้นก็จัดว่าเป็น “สิ่งปรุงแต่ง”

สรุปง่ายๆว่า “ถ้าสิ่งใดมีการเกิดขึ้น หรือดับหายไป หรือ ต้องอาศัยเหตุเพื่อมาปรุงแต่งให้เกิดขึ้นและตั้งอยู่ สิ่งนั้นจะต้องเป็นสิ่งปรุงแต่งอย่างแน่นอน” ซึ่ง “สิ่งปรุงแต่ง” นี้ก็ย่อมที่จะ “ไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริง และไม่เที่ยงแท้ถาวร รวมทั้งยังต้องทนอยู่ ” ซึ่งนี่คือหลักสำคัญที่เราจะนำมาใช้ศึกษาสิ่งต่างๆ โดยเฉพาะร่างกายและจิตใจของเรา เพื่อให้เกิดความเข้าใจและเห็นแจ้งว่า มันเป็น “ตัวตนที่แท้จริง” หรือ “ไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริง” กันแน่

วัตถุเป็นตัวตนที่แท้จริงหรือไม่?

เมื่อเรานำน้ำแข็งมาก่อนหนึ่งแล้ววางไว้นอกตู้เย็น เราก็จะพบว่า ก้อนน้ำแข็งนั้นจะค่อยๆละลายไปเรื่อยๆ จนในที่สุดก้อนน้ำแข็งนั้นก็หายไป ซึ่งนี่แสดงถึงว่าก้อนน้ำแข็งนั้นไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริง มันเป็นเพียงสิ่งที่ถูกปรุงแต่งขึ้นมาจากน้ำและอุณหภูมิที่ต่ำมากๆเท่านั้น เมื่ออุณหภูมิต่ำๆนั้นหายไป (คือร้อนขึ้น) ลักษณะที่เราสมมติเรียกว่า “ก้อนน้ำแข็ง” จึงหายตามไปด้วย และเหลือน้ำอยู่ให้เห็นแทน ซึ่งแม้แต่น้ำนั้นก็ยังไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริงอีก เพราะเมื่อน้ำนั้นอยู่ในอุณหภูมิที่สูง มันก็จะค่อยๆระเหยกลายเป็นไอน้ำไปอีก ซึ่งนี่คือความจริงง่ายๆที่เราสามารถพบเห็นได้จริงด้วยตาของเราเอง

แต่นักวิทยาศาสตร์จะบอกละเอียดขึ้นไปอีกว่า แม้น้ำนั้นก็ยังประกอบด้วยออกซิเจนกับไฮโดรเจนมาผสมกันอีก และเมื่อออกซิเจนกับไฮโดรเจน ก็ยังประกอบด้วยอะตอมที่มีลักษณะที่แตกต่างกันจำนวนมาก มารวมตัวกัน ส่วนอะตอมก็ยังประกอบด้วยอนุภาคของโปรตอน นิวตรอน และอิเล็กตรอนอีก ซึ่งอนุภาคเหล่านี้ก็ยังเป็นแค่เพียงพลังงานที่อัดแน่นจนเกิดเป็นรูปร่างขึ้นมาเท่านั้น ซึ่งเรื่องที่จะละเอียดเกินไปเช่นนี้ เราจะไม่เชื่อหรือไม่สนใจก็ได้ เพราะไม่ใช่เรื่องสำคัญ

นี่คือลักษณะที่ไม่ใช่ตัวตนของวัตถุทั้งหลาย คือวัตถุทั้งหลายล้วนเกิดมาจากสิ่งที่ย่อยเล็กที่สุด (ที่เรียกว่า วัตถุธาตุ) จำนวนมากมายมหาศาลที่มาประกอบขึ้นมาเท่านั้น แต่เรามักมองไม่เห็นหรือไม่เข้าใจ เพราะเรารู้สึกว่า วัตถุทั้งหลายนั้นมันมีตัวตนของมันเองจริงๆ อย่างเช่น เราอาจจะเห็นว่าแอปเปิลลูกหนึ่งนั้นเป็นแอปเปิลจริงๆ เพราะมันมีรูปร่าง มีรส มีกลิ่นที่เป็นแอปเปิลจริงๆ ซึ่งนั่นคือสิ่งที่ธรรมชาติหลอกเรา แต่ถ้าเราเอาลูกแอปเปิลนั้นไปวางไว้ที่อุณหภูมิปกตินานๆ ซึ่งอาจจะต้องใช้เวลาหลายวัน เราก็จะเห็นว่าลูกแอปเปิลนั้นจะค่อยๆแห้งเหี่ยวไป เพราะน้ำในลูกแอปเปิลนั้นจะค่อยๆระเหยหายไป และในที่สุดลักษณะของแอปเปิลนั้นก็หายไป เหลืออยู่แต่ของแข็งๆเพียง

เล็กน้อยเท่านั้น ซึ่งของแข็งนั้นต่อไปมันก็จะกลายเป็นดินไป ซึ่งนี่ก็แสดงถึงว่า ลูกแอปเปิลนั้นประกอบขึ้นมาจากดิน น้ำ และก๊าซ ในอุณหภูมิระดับหนึ่ง แล้วเราก็มาสวมมติเรียกกันว่า “ลูกแอปเปิล” ซึ่งนี่เป็นการแสดงให้เห็นความจริงที่ลึกซึ้งว่า ไม่มีสิ่งใดหรือสภาวะใดที่จะมาเป็นตัวตนที่แท้จริงของลูกแอปเปิลนั้นได้

วัตถุทั้งหลายก็ไม่ต่างอะไรกับลูกแอปเปิล คือประกอบด้วยของแข็ง ของเหลว อุณหภูมิ และก๊าซ ในลักษณะที่แตกต่างกัน วัตถุบางอย่างก็มีสถานะเป็นของแข็ง บางอย่างก็เป็นของเหลว บางอย่างก็เป็นก๊าซ และบางอย่างก็มีอายุยาวนานมากกว่ามันจะเสื่อมสลายหายไป อย่างเช่น เพชร หรือก้อนหิน หรือเหล็ก เป็นต้น แต่บางอย่างก็มีอายุสั้นอย่างเช่น ผลไม้ หรือสิ่งที่มนุษย์ประดิษฐ์ขึ้นมาทั้งหลาย หรือร่างกายของสิ่งที่มีชีวิตทั้งหลาย เป็นต้น ตามที่เราสวมมติเรียกกันอยู่

ในขั้นนี้เราจะต้องมองให้เห็นว่า วัตถุทั้งหลายไม่ใช่หรือไม่ได้มีตัวตนที่แท้จริง **คือมองให้เห็นว่าวัตถุทั้งหลายประกอบขึ้นมาจากวัตถุธาตุจำนวนมากมายมหาศาล ที่มายึดเกาะรวมตัวกันขึ้นมาโดยใช้แรงดึงดูดของประจุพลังงานที่ตรงข้ามกันเท่านั้น** (เหมือนแรงดึงดูดของแม่เหล็กที่ขั้วตรงข้ามกัน) เมื่อถูกความร้อนสูงๆมาเผาหรือถูกทุบ ถูกตีแรงๆ วัตถุธาตุนั้นมันก็จะแยกแตกแยกกันออกไป ไม่สามารถที่จะเกาะกุมตัวกันอยู่ในลักษณะเดิมได้ตลอดไป หรือแม้ไม่มีอะไรมาทำลาย ในที่สุดไม่ช้าก็เร็ว มันก็ต้องสลายตัวเองอยู่อย่างแน่นอน ซึ่งการพิจารณาเช่นนี้เอง ที่จะทำให้เราเข้าใจถึงลักษณะของ “ความไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริง” ของวัตถุทั้งหลายได้ อันจะเป็นพื้นฐานให้เข้าใจถึงลักษณะที่ “ไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริงของร่างกายและจิตใจ” ต่อไปได้ แต่ถ้าเรายังไม่เข้าใจถึงลักษณะที่ ไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริงของวัตถุทั้งหลาย เราก็จะไม่มีทางเข้าใจถึงลักษณะที่ ไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริงของร่างกายและจิตใจทั้งหลายได้

ร่างกายเป็นตัวตนที่แท้จริงหรือไม่?

ร่างกายของเรานั้นเป็นวัตถุที่มองเห็นได้ด้วยตา จึงไม่ใช่เรื่องยากที่จะเข้าใจ เพราะเราก็มองเห็นกันอยู่ว่าร่างกายก็ต้องอาศัยพ่อและแม่เพื่อสร้างหรือทำให้เกิดขึ้นมา โดยมีลักษณะทางพันธุกรรมจากพ่อและแม่มาสร้างเป็นลักษณะของร่างกายหรือวัยต่างๆขึ้นมา แล้วก็ต้องอาศัยอาหาร, น้ำ, อากาศ, รวมทั้งอุณหภูมิที่พอเหมาะ, และการดูแลอย่างดี เป็นต้น จึงจะเจริญเติบโตขึ้นมาและมีชีวิตอยู่ได้

ถ้าขาดพ่อหรือแม่ก็เกิดขึ้นมาไม่ได้ หรือถ้าขาดอาหาร, น้ำ, อากาศ, หรืออุณหภูมิที่พอเหมาะ, หรือการดูแลที่ดีก็ต้องตายไป และเมื่อร่างกายเกิดขึ้นมาแล้ว ก็ต้องมาทนมีชีวิตอยู่ด้วยความยากลำบาก มากบ้างน้อยบ้างไปตลอดชีวิต อีกทั้งร่างกายเมื่อเกิดขึ้นมาแล้ว ก็ยังมีแต่การเปลี่ยนแปลงอยู่ทุกวินาที คือมีความเปลี่ยนแปลงไป สู่ความแก่ชราอยู่ทุกวินาที จนในที่สุดไม่ช้าก็เร็ว ร่างกายก็ต้องตายไปอย่างแน่นอน ซึ่งบางคนก็ประสบอุบัติเหตุ หรือเจ็บป่วยตายเสียตั้งแต่ยังหนุ่มสาวหรือยังเล็ก ตามเหตุ ต่างๆที่ไม่มีใครสามารถคาดเดาได้ แต่ส่วนมากถึงจะมีชีวิตอยู่ได้ยาวนานก็ไม่เกินร้อยปี จะมีเกินบ้างก็เล็กน้อย ซึ่งนี่คือความจริงที่มีอยู่ในร่างกายทั้งหลาย

เมื่อร่างกายนี้ตายไป ก็เท่ากับวัตถุธาตุต่างๆ คือดิน, น้ำ, ความร้อน, และอากาศ ที่มาปรุงแต่งเป็นอวัยวะต่างๆของร่างกาย ก็ย่อมที่จะแตกสลาย แยกกลับ คืนไปสู่ธรรมชาติเดิมของมัน ซึ่งวัตถุธาตุต่างๆที่แตกสลายไปนั้น จะไม่สามารถที่จะย้อนกลับมาปรุงแต่งเป็นร่างกายเหมือนเช่นเดิมได้อีกต่อไป แต่ถึงแม้จะมีการโคลนนิ่งร่างกายขึ้นมาได้ใหม่และเหมือนร่างกายเก่าก็ตาม ก็ไม่ใช่ว่าร่างกายเก่านั้นจะกลับมาเกิดเป็นร่างกายใหม่ แต่เป็นว่ามันมีลักษณะร่างกายที่เหมือนกันเท่านั้น ซึ่งจุดสังเกตของร่างกายก็คือ **“มีการเกิดขึ้น และต้องอาศัยเหตุ ต่างๆเพื่อมาปรุงแต่งให้**

เกิดขึ้นมาและตั้งอยู่” ซึ่งเพียงเท่านี้เราก็เข้าใจได้แล้วว่า “ร่างกายเป็นสิ่งปรุงแต่ง” ที่ไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริง (หรือไม่ใช่ตัวตนอมตะ) และไม่เที่ยงแท้ถาวร รวมทั้งยังมีสภาวะที่ต้องทนอีกด้วย

จิตเป็นตัวตนที่แท้จริงหรือไม่?

คำว่า “จิต” หมายถึง **อาการที่คิดนึกหรือปรุงแต่ง** ส่วนคำว่า “ใจ” หมายถึง **อาการที่รับรู้และรู้สึก** คือถ้ามันคิดนึกปรุงแต่งก็มาเรียกว่า “จิต” แต่พอมันทำหน้าที่รับรู้และรู้สึกก็มาเรียกว่า “ใจ” ซึ่งใจนั้นจะเป็นศูนย์กลางในการทำงาน (คือคิดนึกปรุงแต่ง) ของจิต ซึ่งคำทั้งสองนี้บางทีก็ใช้แทนกันได้ หรือบางทีก็เรียกรวมกันว่า “จิตใจ” ก็ได้

จิตนั้น เป็นนามธรรม (ธรรมชาติที่ไม่ใช่วัตถุแต่เป็นพวกความรู้สึก) ที่ต่างจากวัตถุ แต่หลักการพิจารณา ก็เหมือนกับวัตถุทุกอย่าง คือ เราจะมาพิจารณาว่า **จิตเป็นสิ่งปรุงแต่งหรือไม่?** โดยศึกษาจากจิตของเราเองจริงๆ โดยไม่ยึดติดกับตำราใดๆ หรือจะเชื่อจากใครๆ ทั้งสิ้น

จิตเป็นธรรมชาติที่ประกอบด้วย (๑) การรับรู้ (๒) ความรู้สึก (๓) ความจำ และ (๔) การปรุงแต่งของจิต (เช่น ความอยาก และความคิด) ถ้าขาดสิ่งใดไป จิตก็จะเกิดขึ้นมาได้ (เช่น ถ้าไม่มีการรับรู้ ก็จะไม่มีการปรุงแต่ง เพราะการรับรู้จะเป็นพื้นฐานให้เกิดจิต) หรือเกิดเป็นจิตที่ไม่สมบูรณ์ เช่น ถ้าสมองเสียหายจนความทรงจำของสมองสูญหายไปหมด แต่ร่างกายยังไม่ตาย จิตก็จำและปรุงแต่งอะไรไม่ได้ เอาแต่นอนนิ่งๆ เหมือนคนหลับ หรืออาจนอนลิ้มตาอยู่แต่ไม่สามารถพูดและเคลื่อนไหวร่างกายได้

“การรับรู้” ของจิต ก็ต้องอาศัยระบบประสาทที่ยังดีอยู่ของร่างกายตามจุดต่างๆ (การรับรู้ที่เกิดขึ้นได้ตามระบบประสาททั้ง ๖ ของร่างกาย คือที่ตา, หู, จมูก, ลิ้น, กาย, ใจ-ที่สมอง) เพื่อเกิดขึ้นมารับรู้สิ่งต่างๆ ภายนอก (คือตาเห็นภาพ, หูได้ยินเสียง, จมูกได้กลิ่น, ลิ้นได้รสชาติ, กายได้รับรู้สิ่งที่มาสัมผัสกาย, ใจได้รับรู้สิ่งที่เกิดขึ้นกับจิตทั้งหมด) ถ้าระบบประสาทจุดใดของร่างกายเสียหาย การรับรู้ที่จุดนั้นก็เลยไม่สามารถเกิดขึ้นมาได้ อย่างเช่นถ้าตาบอดก็จะไม่เห็นภาพ หรือถ้าหูหนวกก็จะไม่ได้ยินเสียง หรือถ้าสมองเสียหายก็จะจำและคิดไม่ได้ เป็นต้น

ส่วนการที่จิตจะเกิด “ความรู้สึกต่างๆ” ขึ้นมาได้ นั้น ก็ต้องอาศัย “การรับรู้” เกิดขึ้นมาก่อน เมื่อมีการรับรู้ ก็เกิด “ความรู้สึก” ตามมาด้วยทันที ถ้าไม่มีการรับรู้ ก็จะไม่เกิดความรู้สึกขึ้นมาได้ (ความรู้สึกก็สรุปได้ ๓ อย่าง คือ ความรู้สึกสุข, ทุกข์, และไม่สุขไม่ทุกข์)

ส่วนการที่จิต “จำสิ่งต่างๆ ได้” นั้น ก็เพราะอาศัยข้อมูลที่จิตได้บันทึกเอาไว้ที่เนื้อสมองที่ยังดีอยู่ มาตรวจสอบเทียบเคียงกับสิ่งที่ได้รับรู้และรู้สึกนั้น เมื่อมีข้อมูลตรงกัน จึงเกิดการจำสิ่งที่รับรู้ที่ตรงกับความทรงจำที่มีอยู่ได้ แต่ถ้าไม่มีข้อมูลที่ตรงกันก็ไม่รู้จัก ถ้าสมองเสื่อมหรือความทรงจำเสียหายไป ก็จำอะไรไม่ได้ หรือถ้าจำไว้นานๆ โดยไม่ได้ทบทวนหรือตอกย้ำ ก็ทำให้ความจำนั้นสูญหายหรือลืมได้เหมือนกัน

ส่วนการที่จิตจะ “ปรุงแต่งให้เกิดความอยากและความคิด” ขึ้นมาได้ นั้น ก็ต้องอาศัยความทรงจำมาปรุงแต่งให้เกิดความอยากและความคิดขึ้นมา แต่ถ้าไม่มีความทรงจำ จิตก็ไม่สามารถปรุงแต่งให้เกิดความอยากและความคิดใดๆ ขึ้นมาได้

ส่วนการที่จิตจะ “ปรุงแต่งให้เกิดความอยากและความคิด” ขึ้นมาได้ นั้น ก็ต้องอาศัยความรู้สึกและ “ความเคยชินที่จะเกิดความอยากขึ้นมาอีก” มาปรุงแต่ง จึงจะเกิดความอยาก และความคิดขึ้นมาได้ ถ้าไม่มีความรู้สึกและความเคยชิน ก็จะทำให้ความอยากและความคิดเกิดขึ้นมาไม่ได้

จากการพิจารณาส่วนประกอบแต่ละส่วนของจิตทั้งหมดมาแล้วนี้ ก็ทำให้เราได้ว่า ส่วนประกอบแต่ละส่วนของจิตนี้ ล้วนต้องอาศัยสิ่งอื่นเพื่อมาปรุงแต่งให้เกิดขึ้นมาทั้งสิ้น ไม่มีส่วนประกอบใดที่จะเกิดขึ้นมาได้เอง โดยไม่ต้องอาศัยสิ่งอื่นเพื่อมาปรุงแต่งให้เกิดขึ้นมา ซึ่งนี่ก็แสดงให้เห็นให้เราเข้าใจได้ทันทีว่า ส่วนประกอบแต่ละส่วนของจิตทั้งหมดนี้เป็น “สิ่งปรุงแต่ง” ที่ไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริง และไม่เที่ยงแท้ถาวร (ไม่เป็นอมตะ) รวมทั้งยังต้องทนอยู่อีกด้วย แต่สมมติว่า “ถ้า จิตจะมีตัวตนที่แท้จริงเป็นของตนเองแล้ว มันจะต้องมีตัวตนที่เป็นตัวตนของตนเอง โดยไม่ต้องอาศัยเหตุใดๆ เพื่อมาปรุงแต่งตัวตนของมันขึ้นมา แล้วมันก็จะสามารถออกจากร่างกายที่ตายแล้ว เพื่อไปเกิดยังร่างกายใหม่ๆ ได้” ตามความเชื่อของบางศาสนา

การสังเกตอีกอย่างก็คือ การเกิดและดับของส่วนประกอบแต่ละส่วนของจิต คือทั้งการรับรู้, ความรู้สึก, การจำสิ่งต่างๆ ได้, และการปรุงแต่งทั้งหลายของจิต ก็ล้วนมีการเกิดขึ้นและดับหายไป ตามระบบประสาทต่างๆ ของร่างกายอยู่ตลอดเวลา คือเมื่อจิตเกิดขึ้นจุดนี้แล้วก็จะดับหายไป แล้วก็ไปเกิดขึ้นที่จุดใหม่ แล้วก็ดับหายไป และเกิดขึ้นที่จุดใหม่อีก ต่อเนื่องกัน อย่างรวดเร็วอยู่ตลอดเวลาที่จิตตื่นอยู่ ซึ่ง ถ้าเราสังเกตให้ดีเราก็จะพบกับความจริงข้อนี้ หรือเมื่อเราหลับสนิทและไม่ฝัน ก็เท่ากับว่าจิตได้ดับหายไปชั่วคราว แต่พอจิตตื่นขึ้นมา ก็เท่ากับว่าจิตได้เกิดขึ้นมาใหม่แล้ว และเพราะมีความทรงจำเหมือนเดิมที่สมองเก็บเอาไว้ ดังนั้นจิตที่เกิดขึ้นมาใหม่ทุกครั้ง จึงมีความจำที่เหมือนเดิม นี่เองที่ทำให้จิตเกิดความเข้าใจผิดคิดว่ามีตนเองที่เป็นตัวตนที่แท้จริงหรือเป็นตัวตนอมตะขึ้นมา ซึ่งทั้งหมดนี้ก็แสดงให้เห็นให้เราเข้าใจได้ทันทีว่า ส่วนประกอบทั้งหมดของจิตนี้เป็นสิ่งปรุงแต่ง ที่ไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริง และไม่เที่ยงแท้ถาวร (ไม่เป็นอมตะ) รวมทั้งยังต้องทนอยู่อีกด้วย

การสังเกตโดยสรุปของจิตก็คือ การเกิดขึ้นและดับหายไปของจิต ซึ่งเมื่อก่อนโดยสรุปแล้ว “จิต” ก็คือสิ่งที่รู้สึกนึกคิดได้ คือเมื่อจิตเกิดขึ้น (คือเมื่อตื่นขึ้น) ก็จะเกิดความรู้สึกนึกคิดขึ้นมา แต่พอจิตหยุดทำงานหรือดับหายไป (เช่นตอนหลับสนิท หรือสลบ) ก็จะไม่มีความรู้สึกนึกคิด ซึ่งนี่ก็แสดงให้เห็นให้เราเข้าใจได้ทันทีว่า จิตก็มีการเกิดขึ้นและดับหายไป อันเป็นลักษณะของสิ่งปรุงแต่งที่ไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริง และไม่เที่ยงแท้ถาวร (ไม่เป็นอมตะ) รวมทั้งยังต้องทนอยู่อีกด้วย แต่ถ้าสมมติว่า จิตจะมีตัวตนเป็นของตนเองจริงๆ แล้ว มันจะต้องมี จิตอยู่ตลอดเวลา หรือตื่นอยู่ตลอดเวลา หรือมีการรับรู้และรู้สึกอยู่ตลอดเวลา และจดจำได้ รวมทั้งปรุงแต่งหรือคิดนึกได้อยู่ตลอดเวลา โดยไม่มีการดับหายไปเลยแม้สักวินาทีเดียว ไม่ว่าจะมึนร่างกายหรือไม่ก็ตาม

เราคืออะไร?

จากการพิจารณาถึงส่วนประกอบทั้งหมดของจิตแล้วก็ทำให้เราสรุปได้ว่า “จิตเป็นสิ่งปรุงแต่ง” ดังนั้นจึงเท่ากับว่า “จิตนี้ไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริงที่จะมาเป็นตัวเราหรือใครๆ ได้” เพราะมันเป็นสิ่งที่ “ไม่เที่ยงแท้ถาวร” ไม่สามารถมีอยู่อย่างเป็นอมตะหรือไม่ตายเลยได้ เมื่อมีร่างกายและความทรงจำพร้อมจิตก็เกิดขึ้น แต่เมื่อไม่มีร่างกาย จิตก็เกิดขึ้นไม่ได้ หรือแม้จะมีร่างกายที่ยังไม่ตายแต่ไม่มีความทรงจำ จิตก็เกิดขึ้นมาได้ไม่สมบูรณ์ ช้าเมื่อเกิดขึ้นมา และยังคงอยู่ จิตก็มีแต่อาการที่ “ต้องทน” (คือ “ความรู้สึกทนได้ยาก” ซึ่งก็มีทั้งทนได้ยากมากเมื่อเวลาเกิดความทุกข์ และทนได้ยากน้อยเมื่อเวลาไม่มีทุกข์) อยู่ตลอดเวลา

จากเหตุผลทั้งหมดนี้ก็ทำให้เราเข้าใจได้ทันทีว่า “จะหาจิตที่จะมาเป็นตัวเราจริงๆ นั้นไม่มี” จะมีก็เพียงแค่จิตของธรรมชาติ ที่ธรรมชาติปรุงแต่งขึ้นมา เพียงชั่วคราวเท่านั้น แต่มันก็มีความแปลกประหลาดมหัศจรรย์ตรงที่ มันสามารถปรุงแต่งให้เกิดความรู้สึกว่ามี “ตัว เรา” ขึ้นมาได้ที่น่าอัศจรรย์ที่สุด แต่ถึงมันจะมีความแปลกประหลาด

มหัศจรรย์สักเท่าใดก็ตาม มันก็เป็นแค่เพียงสิ่งที่ถูกปรุงแต่งขึ้นมาชั่วคราวเท่านั้น มัน ก็หาได้มีตัวตนที่แท้จริงไม่ คือ เมื่อมีเหตุพร้อม มันก็เกิดมีขึ้นมา แต่ถ้าไม่มีเหตุ มันก็ไม่เกิดมีขึ้นมา อีกทั้งขณะที่มันเกิดขึ้นมาและยังตั้งอยู่นั้น มันก็มีการเกิดและดับสลับต่อกันไปอย่างรวดเร็วอยู่ตามระบบประสาททั้ง ๖ ของร่างกายเราอยู่ตลอดเวลา

ส่วนการที่จิตเกิดขึ้นมาแล้วก็ยังเกิดความรู้สึกว่ามีเราอยู่เหมือนเดิมได้อีกเสมอๆ ก็เพราะเหตุของมันคือ “ร่างกาย” และ “ ความทรงจำเก่า” ที่สมองเก็บเอาไว้ ยังคงมีอยู่เหมือนเดิม มันจึง ปรุงแต่งให้เกิดจิตที่เหมือนเดิมขึ้นมาใหม่ได้อีกเรื่อยไป จนกว่าเหตุของมันจะเสียหายไปถาวร คือร่างกายตาย หรือสมองเสีย ก็จะไม่ มีการปรุงแต่งให้เกิด “ความรู้สึกว่ามีตัวเรา” นี้ขึ้นมา ได้อีกต่อไปอย่างถาวร เหมือนเครื่องคอมพิวเตอร์ที่มีข้อมูลของระบบปฏิบัติการใดอยู่ เมื่อเปิดเครื่องคอมพิวเตอร์ขึ้นมาครั้งใด ระบบปฏิบัตินั้นก็จะเกิดขึ้นมาทำงานทันทีเหมือนเดิมทุกครั้ง แต่ถ้าข้อมูลของระบบปฏิบัติการของเครื่องคอมพิวเตอร์นั้นเสียหายไป คอมพิวเตอร์เครื่องนั้นก็ จะไม่สามารถทำงานได้

สรุปว่า จากลักษณะที่จิตต้อง “อาศัยเหตุเกิดขึ้น” และยังมี “อาการเกิดขึ้นมาและดับหายไป” นี้เอง ที่ทำให้เราเข้าใจได้ทันทีว่า “จิตไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริงหรือตัวตนอมตะ” ชนิดที่จะสามารถมีอยู่อย่างถาวรได้ โดยไม่ต้องอาศัยเหตุใดๆสร้างขึ้นมา ซึ่งนี่ก็แสดงถึงว่า จิตไม่สามารถที่จะออกจากร่างกายที่ตายแล้ว เพื่อ ไปเกิดยังร่างกายใหม่ๆ ได้อีก ดังนั้น เราจึงจะหาจิตที่จะมาเป็นตัวตนของเราจริงๆ ชนิดที่จะคงมีอยู่ไปชั่วนิรันดร์นั้นไม่มี และเมื่อจิตก็ยังไม่ใช่ตัวตนที่แท้เสียแล้ว แล้ว “ความรู้สึกว่ามีตัวเรา” นี้ ก็เกิดขึ้นมาจากจิต ดังนั้นจึง เท่ากับว่า “ไม่มีเรา” อยู่จริง ส่วนสิ่งที่ มีอยู่และ “รู้สึกว่ามีเรา” นี้ มันก็เป็นเพียง สิ่งที่ถูกปรุงแต่ง หรือสร้างขึ้นมาโดยธรรมชาติเพียงชั่วคราวเท่านั้น หรือใครจะเรียกว่ามันเป็นตัวตนก็ได้ แต่เป็น “ตัวตนชั่วคราว” หรือ “ตัวตนมายา” เพราะมัน “ไม่ได้มีตัวตนที่แท้จริง” เลย คือมันก็มีอยู่เหมือนกัน แต่มันไม่ใช่ของจริง เพราะของจริงมันไม่มี เหมือน “หุ่นยนต์คอมพิวเตอร์” ที่ถูกสร้างขึ้นมาให้มีความรู้สึกนึกคิดได้นั่นเอง

สรุปแล้วมันมีเราอยู่จริงหรือไม่?

สิ่งที่เราจะต้องระวังก็คือ อย่ามีความเห็นสุดโต่งไปในทาง “มี” กับ “ไม่มี” คือถ้าเรามีความเห็นว่าเป็นชีวิตของเรา มีตัวตนจริงที่เป็นตัวตนอมตะ (คือจะมีอยู่ไปชั่วนิรันดร์) ที่สามารถออกจากร่างกายที่ตายไปแล้ว เพื่อไปเกิดใหม่ได้ (ตามที่บางศาสนาสอนอยู่) และเห็นว่า การทำความดีและชั่วจะต้องได้รับผลในโลกหน้าทีไปเกิดใหม่นั้น คือสรุปแล้วความเห็นที่ “มี” นี้จะเห็นว่า “ตายแล้วเกิด” ซึ่งความเห็นนี้จัดว่าเป็นความเห็นที่ สุดโต่งไปในทาง “มี” แต่ถ้าเรามีความเห็นว่าเป็นชีวิตของเราไม่มีตัวตนใดๆเลย การทำความดีและชั่วจะไม่มีผลใดๆเลย คือสรุปแล้วความเห็นนี้จะเห็นว่า “ตายแล้วสูญ” ซึ่งความเห็นนี้จัดว่าเป็นความเห็นที่ สุดโต่งไปในทาง “ไม่มี” ซึ่งความเห็นทั้งสองนี้จัดว่าเป็นความเห็นผิด ที่เกิดมาจากความไม่รู้ความจริงสูงสุดของธรรมชาติอย่างถูกต้อง และเมื่อไม่รู้ความจริงสูงสุดของธรรมชาติในเรื่องของชีวิตอย่างถูกต้อง ก็จะไม่สามารถดำเนินชีวิตให้ไม่มีทุกข์ได้

เมื่อเราพิจารณาด้วยเหตุด้วยผล จากร่างกายและจิตใจของเราเองแล้วเราก็จะพบว่า ชีวิตของเราไม่มีตัวตน จะไม่มีตัวตนใดๆเลยอย่างพวกที่เห็นว่า “ไม่มี” คือมันก็มีตัวเราอยู่เหมือนกัน แต่มันเป็นตัวเราที่เกิดขึ้นมาจากเหตุที่ไม่ใช่สิ่งเที่ยงแท้ถาวร ดังนั้นตัวตนนี้จึงจัดเป็น “ตัวตนชั่วคราว” ไม่ใช่ตัวตนอมตะ อย่างพวกที่ มีความเห็นว่า “มี” และ “ตัวเราชั่วคราว” นี้เมื่อทำความดีก็จะเกิดผลดีขึ้นมาทันที คือทำให้เกิดความสุขใจ อิ่มใจขึ้นมาทันที อีกทั้งความดี

นี่ยังจะมาส่งเสริมให้ชีวิตของเรามีความเจริญรุ่งเรืองด้วย แต่ถ้า “ตัวเราชั่วคราว” นี้ทำความชั่วก็จะเกิดผลชั่วหรือไม่ดีขึ้นมาทันที คือทำให้เกิดความทุกข์ใจ ร้อนใจ หรืออย่างน้อยก็ไม่สบายใจขึ้นมาทันที อีกทั้งความชั่วนี้ยังจะส่งเสริมให้ชีวิตของเราตกต่ำ หรือเดือดร้อนขึ้นมาได้ ซึ่งลักษณะของ “ตัวคนชั่วคราวนี้” จะไม่จัดอยู่ในพวก “ตายแล้วเกิด” หรือ “ตายแล้วสูญ” แต่จะเรียกว่า “มันสูญ (คือว่างจากตัวเราจริง) มาตั้งแต่ยังไม่ตาย คือไม่ต้องรอให้ตายก่อนแล้วจึงค่อยสูญ แต่มันสูญมาตั้งแต่ยังไม่ตาย

เมื่อมันก็มีตัวเราแต่เป็นตัวเราที่ไม่เที่ยงแท้ถาวร (ตัวเราชั่วคราว) และตัวเรานี้ก็จะเข้าไปตามเหตุที่ปรุงแต่งมันขึ้นมา อีกทั้งเราไม่สามารถบังคับบัญชาตัวเรานี้ให้เป็นไปตามที่เราอยากจะเป็นได้ ดังนั้นเราก็จะปฏิบัติต่อตัวเราและผู้อื่นเหมือนกับว่ามีตัวตนอยู่จริงๆ คือเราจะเคารพนับถือและปฏิบัติต่อทุกคนอย่างเท่าเทียมกัน แต่จิตจะไม่ไปยึดถือว่าตัวตนทั้งหลายจะต้องเป็นไปตามที่เราอยากจะเป็น (คือ อยากจะเป็นหนุ่มเป็นสาว อยากมีความสุข อยากร่ำรวย อยากสวย อยากหล่อ อยากมีคู่ และไม่อยากแก่ ไม่อยากเจ็บ ไม่อยากตาย ไม่อยากพลัดพรากจากสิ่งของ หรือบุคคลอันเป็นที่รักไป ไม่อยากผิดหวัง เป็นต้น ซึ่งถ้ามันไม่เป็นไปตามที่เราอยาก จิตที่ยึดถือนี้ก็จะเกิดความเศร้า โศก เสียใจ แห้งเหี่ยวใจ เป็นต้น หรือที่เรียกว่า เป็นทุกข์) เมื่อจิตไม่มีความยึดถือด้วยความโง่ จิตก็จะเป็นทุกข์ ซึ่งนี่คือวิธีการดับทุกข์โดยใช้ความรู้ที่ถูกต้องในเรื่องความจริงสูงสุดของธรรมชาติ

ทำไมจิตจึงไม่ยอมรับว่าไม่มีเรา?

จากเหตุผลทั้งหมดนี้ก็แสดงให้เห็นให้เราเข้าใจได้แล้วว่า “แท้จริงแล้วมันไม่มีเราอยู่จริง” แต่สามัญสำนึก หรือความรู้สึกตัวของเราตามปกติธรรมดานั้นก็กลับไม่รู้สึกละเช่นนั้น ก็มันก็ยังรู้สึก ตัวว่ามี “เรา” หรือ “ตัวเรา” อยู่จริงๆ ในโลก ซึ่งจากสามัญสำนึกนี้เอง ที่ทำให้เหตุผลที่แม้จะสมเหตุสมผลอย่างยิ่ง นี้ หมดความหมายลงไปทันที คือ “ไม่มีใครยอมรับเหตุผลนี้” เพราะมันขัดแย้งกับความรู้สึกของจิต หรือมันฝืนสามัญสำนึกของจิต ซึ่งผู้ที่ไม่ยอมรับเหตุผลนั้น เขาคงจะเห็นว่า “เหตุผลเพียงแค่นี้ จะมาทำให้เกิดความเข้าใจและเห็นแจ้งชีวิตอย่างถูกต้องได้อย่างไร?” คือเขายังมีความเห็นหรือเชื่อว่า “จิตเป็นสิ่งลึกลับหรือมหัศจรรย์เหนือธรรมชาติ เราคนธรรมดาไม่สามารถล่วงรู้ถึงความรู้สึกของจิตได้ ต้องเป็นผู้พิเศษ หรือเหนือมนุษย์ธรรมดาจึงจะเข้าใจได้ ” ซึ่งถ้าใครยังมีความยึดถือในความเชื่อเช่นนี้อยู่ ก็ไม่มีทางที่จะเข้าใจชีวิตหรือตัวเองได้อย่างถูกต้อง เพราะมองข้ามความจริงไป แล้วเอาแต่เพื่อฝืนถึงสิ่งที่ไม่มีเหตุผล และไม่มีของจริงมายืนยัน

ทั้งหมดนี้ก็คือเหตุผลที่สมเหตุสมผลที่สุด และน่าเชื่อถือที่สุด (แต่ก็อย่าเพิ่งเชื่อ) ถ้าเราไม่ยอมรับเหตุผลนี้แล้ว เราจะไปยอมรับอะไร? เราจะเชื่อตามตำรา หรือเชื่อตามคนอื่น หรือเชื่อจากสามัญสำนึกโง่ๆ ของเราเอง โดยละทิ้งเหตุผลที่น่าเชื่อถือที่สุดนี้หรือ? แล้วเราจะแน่ใจได้อย่างไร ว่าความเชื่อเหล่านี้ จะถูกต้องแท้จริง เพราะเรา ไม่สามารถพิสูจน์ให้เห็นจริงด้วยตัวของเราเอง แต่ถ้าสิ่งที่เราไปพิสูจน์นั้นมันไม่ได้มีอยู่จริง ถึงใครจะไปพิสูจน์อย่างไร ก็ไม่มีทางค้นพบ เพราะมันไม่มีอยู่จริง ส่วนสิ่งที่มิใช่เหตุผลและมีหลักฐานคือของจริงมายืนยันว่า “จิตมีการเกิดและดับอยู่เสมอ และจิตต้องอาศัยร่างกายเกิดขึ้นมา” นี่เป็นสิ่งที่เราสามารถพิจารณาให้เกิดความเข้าใจด้วยเหตุผล และพิสูจน์ให้เห็นจริงหรือเห็นแจ้งได้ทันทีในขณะที่ยังมีชีวิตอยู่นี้ โดยไม่จำเป็นต้องเชื่อจากใครๆ เพราะเราก็สามารถเกิดปัญญารู้แจ้งหรือเห็นแจ้งชีวิตขึ้นมาได้ด้วยตัวของเราเองแล้ว

จิตเกิดขึ้นมาได้อย่างไร?

วัตถุทั้งหลายของโลกก็มีอยู่ ๒ ประเภท คือ **ไม่มีชีวิต** กับ **มีชีวิต** โดยสิ่งที่ไม่มีชีวิตนั้นเราก็คงจะพบเห็นกัน อยู่แล้วโดยทั่วไป เช่น ก้อนหิน ก้อนดิน เหล็ก ไม้ พลาสติก กระจก เป็นต้น ส่วนสิ่งที่มีชีวิตนี้ก็สรุปได้ ๓ จำพวก ใหญ่ๆ คือ **มนุษย์, สัตว์, และพืช** ซึ่งความแตกต่างระหว่างสิ่งที่ไม่มีชีวิต กับสิ่งที่มีชีวิตก็คือ **“การรับรู้”** คือสิ่งที่มีชีวิต ก็ย่อมที่จะมีการรับรู้สิ่งต่างๆได้ (เมื่อมีการรับรู้แล้วก็จะมีความรู้สึกเกิดขึ้นมาด้วยเสมอ) ส่วนสิ่งที่ไม่มีชีวิตก็ย่อมที่จะ ไม่มีการรับรู้สิ่งใดๆได้

แล้วการรับรู้นี้มาจากไหน? เมื่อพิจารณาจากความจริงที่มีอยู่จริงในชีวิตของเรา แล้วก็จะพบว่า เมื่อ ระบบ ประสาทต่างๆของร่างกายเรา (คือตา, หู, จมูก, ลิ้น, กาย, และ ใจ-สมอง) มีความสมบูรณ์ หรือดีพร้อม หรือยังไม่ตาย มันก็จะเกิด **“การรับรู้”** ขึ้นมาที่ระบบประสาทนั้นได้ แต่ถ้า ระบบประสาทใดเสียหาย ก็จะ ไม่เกิดการรับรู้ขึ้นมาได้ อย่างเช่น เมื่อระบบประสาทของลูกตายังคืออยู่ เมื่อมีภาพมากระทบตา ก็จะเกิดการรับรู้ภาพขึ้นมาที่ตานั้นขึ้นมาทันที แต่ถ้าตาเสียหรือบอด ก็จะ ไม่เกิดการรับรู้ภาพได้ เป็นต้น **คือเรียกว่า ต้องอาศัยระบบประสาทที่ยังดีอยู่ของร่างกาย มาสัมผัสกับสิ่งภายนอกที่ตรงกัน จึงจะเกิด “การรับรู้” ขึ้นมาทันทีที่ระบบประสาทจุดนั้น** ซึ่ง **“การรับรู้”** ของ ร่างกายนี้ ก็เหมือนกับกระแสไฟฟ้าอย่างอ่อนๆนั่นเอง

เมื่อเชื้ออสุจิ (ซึ่งเป็นชีวิตเล็กๆซึ่งมีการรับรู้และรู้สึกได้ ที่เกิดมาจากร่างกายของผู้ชายสร้างขึ้นมา) ของพ่อ ไปผสมกับไข่ของแม่ ก็จะทำให้เกิดมีชีวิตขึ้นมาและค่อยๆเจริญเติบโตขึ้นเป็นร่างกายขึ้นมา โดยอาศัยข้อมูล(DNA) จากไข่ของแม่และเชื้อของพ่อนั้น มาปรุงแต่งให้เกิดลักษณะของอวัยวะต่างๆของร่างกายขึ้นมา และสิ่งสำคัญก็คือมัน ได้เกิดเนื้อสมองที่มีคุณสมบัติพิเศษขึ้นมา ซึ่งสมองนี่เองที่เป็นพื้นฐานให้เกิดจิตขึ้นมาอย่างสมบูรณ์ โดยสมองนี้ สามารถบันทึกข้อมูลจากการรับรู้และรู้สึก รวมทั้งการปรุงแต่งของจิตทั้งหลายเอาไว้ได้อย่างน่าอัศจรรย์

เราเกิดขึ้นมาได้อย่างไร?

สัญชาตญาณ หมายถึง **ความรู้ที่เกิดขึ้นมาพร้อมกับชีวิต โดยไม่มีใครมาสอน** อย่างเช่น สัญชาตญาณในการ หาอาหาร, กินอาหาร, สืบพันธุ์, เอาตัวรอด, รักลูก, เลี้ยงลูก เป็นต้น อย่างที่สัตว์และพืชทั้งหลายมีอยู่นั่นเอง ซึ่ง สัญชาตญาณพื้นฐานหรือสัญชาตญาณใหญ่ของทุกชีวิตก็คือ **“ความรู้ว่าจิตนี้คือตัวตนหรือตนเอง”** ที่ทำให้เกิด สัญชาตญาณย่อยๆทั้งหลายขึ้นมา ซึ่งสัญชาตญาณว่า จิตนี้คือตนเองนี้ จะมีอยู่แล้วประจำแก่ทุกจิตที่เกิดขึ้นมาใหม่ๆ ซึ่งสัตว์และแม้พืชทั้งหลาย ก็ได้อาศัยสัญชาตญาณนี้ ในการรักษาเผ่าพันธุ์ของมันเอาไว้ ไม่ให้สูญพันธุ์ไปจากโลก ถ้าไม่มีสัญชาตญาณนี้ สัตว์และพืชทั้งหลายก็จะไม่รักตัวเอง ไม่ดูแลรักษาตัวเอง ไม่สืบพันธุ์ ไม่กินอาหาร แล้วก็จะ สูญพันธุ์ไปในที่สุด

เด็กที่เพิ่งเกิดขึ้นมาใหม่นั้น ก็จะมี **“สัญชาตญาณว่าจิตนี้คือตนเอง”** นี้ด้วยเหมือนกัน เพียงแต่ว่า ยังมีน้อย หรือไม่เข้มข้น แต่เมื่อ จิตเด็กนั้นเริ่มได้รับรู้สิ่งต่างๆของโลกทาง ตา หู จมูก ลิ้น และกาย ที่ให้ความรู้สึกที่น่าพอใจ บ้าง และไม่น่าพอใจบ้าง **ซึ่งความรู้สึกนี้เองที่มากกระตุ้นให้ “สัญชาตญาณว่าจิตนี้คือตนเอง” ให้เริ่มทำงาน** แล้ว สัญชาตญาณนี้ก็จะมากกระตุ้นให้จิตเกิดเป็น **“ความรู้สึกว่ามีตัวเอง”** อยู่ในโลก และเมื่อเริ่มเกิด **“ความรู้สึกว่ามีตัวเอง”** ขึ้นมาแล้ว สมองก็จะเก็บ **“ความรู้สึกว่ามีตัวเอง”** นี้ไว้ในจิตใต้สำนึก ยิ่งเด็กนั้นโตขึ้น **“ความรู้สึกว่ามีตัวเอง”** นี้ก็จะมีความเคยชินมากขึ้น จนทุกครั้งที่จิตตื่นขึ้นมา มันก็จะรู้สึกว่ามีตัวเองอยู่ตลอดเวลา อย่างที่เรียกว่าเป็นสามัญสำนึกของเรา หรือเป็นนิสัยของเรานี้เอง

สัญชาตญาณว่าจิตนี้ตัวเอง หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่าเป็น “ความรู้ว่าจิตนี้คือตัวเอง” นี้เอง ที่เป็นต้นขั้วหรือต้นตอที่มากกระตุ้นให้จิตเกิด “ความยึดถือว่าจิตนี้คือตัวเรา” และความทุกข์ทั้งหลายขึ้นมา ดังนั้นสัญชาตญาณหรือความรู้นี้จึงจัดว่าเป็น “ความโง่สูงสุดของมนุษย์” เพราะมันเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความทุกข์ทั้งหลายขึ้นมา ส่วน “ความรู้และความเข้าใจว่าแท้จริงไม่มีตัวเรา” นั้นจัดว่าเป็น “ปัญญาสูงสุดของมนุษย์” เพราะมันทำให้ความทุกข์ทั้งหลายดับหายไป

สรุปได้ว่า “พื้นฐานดั้งเดิมของทุกชีวิตจะว่างหรือบริสุทธิ์เหมือนกันหมด แต่มาไม่ว่างหรือไม่บริสุทธิ์ หรือมาเกิดความยึดถือว่ามีตัวตนที่แตกต่างกันเอาในภายหลัง ด้วยความโง่เขลาเพราะไม่มีใครสอน” จนกว่าจิตใดจะศึกษาจนเกิดความเข้าใจว่า “แท้จริงมันไม่ได้มีตัวเราหรือตัวตนที่แท้จริงของใครๆอยู่เลย” แล้วจิตนั้นก็พยายามตั้งใจเพ่งอยู่ในความเข้าใจนี้อย่างต่อเนื่อง (คือเกิดสมาธิ) แล้วจิตนี้ก็จะกลับคืนมาเป็นจิตที่ว่างหรือบริสุทธิ์ได้อีกครั้ง (แม้เพียงชั่วคราว) ซึ่งจิตที่ว่างหรือบริสุทธิ์นี้ก็จะไม่มีความเห็นแก่ตัวเลย และจะมีสติปัญญาอย่างเต็มที่อยู่ด้วย รวมทั้งจะไม่มีความทุกข์ทางจิตใจอยู่เลย (และถ้าจิตใดสามารถปฏิบัติได้อย่างต่อเนื่องเป็นเวลานานๆ จน “สัญชาตญาณว่าจิตนี้คือตัวเรา” ได้หายไปจากจิตได้สำนึกอย่างถาวร จิตนี้ก็จะไม่มีความทุกข์อีกอย่างถาวรหรือตลอดเวลาที่ยังมีจิตอยู่)

ความยึดถือคืออะไร?

ความยึดถือ ก็คือ อากาโรที่จิตไปแบก ไปหาม หรือครอบครองสิ่งต่างๆว่าเป็น “ตัวตน” บ้าง ว่าเป็น “ของตน” บ้าง ด้วยความรัก หรือความพอใจ อย่างที่เรียกรวมๆกันว่า “ตัวตน-ของตน” (ถ้าเน้นมาที่ชีวิตของเรา ก็จะเรียกว่าเป็น “ตัวเรา-ของเรา”) โดยสิ่งไปยึดถือนั้นก็จะเป็นเด็กเล็กๆหรือคนที่มีปัญญาน้อย ก็จะยึดถือเอาทั้ง “ร่างกายและจิต” ของตัวเองว่าเป็น “ตัวตน” (หรือตัวเรา) และยึดถือเอาสิ่งต่างๆที่เกี่ยวข้องกับร่างกาย (เช่น ชื่อ นามสกุล พ่อ แม่ พี่ น้อง เพื่อน ทรัพย์สินสมบัติ เป็นต้น) ว่าเป็น “ของตน” (หรือของเรา) แต่ผู้ใหญ่บางคนที่มีปัญญาขึ้นมาหน่อย ก็จะมายึดถือเอา “จิต” ว่าเป็น “ตัวตน” (หรือตัวเรา) และยึดถือเอาร่างกายและสิ่งที่เกี่ยวข้องทั้งหลายว่าเป็น “ของตน” (หรือของเรา) คือเมื่อมีการ “ยึดถือว่ามีตัวตน” ขึ้นมาเมื่อใด ก็ย่อมที่จะมี “ของตน” เกิดตามมาด้วยเสมอ

จากการศึกษามาแล้วก็ทำให้เราเข้าใจได้ว่า “จิตนี้ไม่ใช่ตัวเราจริง” (ไม่ใช่ตัวตน) แต่เป็นเพียงสิ่งที่ธรรมชาติปรุงแต่งขึ้นมาชั่วคราวเท่านั้น แต่มันก็มีความน่าอัศจรรย์ตรงที่ มันมี “ความรู้สึกรู้ว่ามีตัวเรา” เกิดขึ้นมาด้วย อีกทั้งจิตนี้ยังสามารถปรุงแต่งให้เกิดความคิด ความอยาก รวมทั้งความยึดถือขึ้นมาได้อีก คือเมื่อจิตมี “ความรู้สึกรู้ว่ามีตัวเรา” มันก็จะปรุงแต่งให้เกิด “ความอยากเพื่อตัวเรา” (ความอยากก็มีทั้งความอยากได้และอยากทำลายหรืออยากหนี) ขึ้นมา ซึ่งความอยากนี้ก็จะปรุงแต่งให้เกิด “ความยึดถือว่ามีตัวเรา-ของเรา” ขึ้นมา และเมื่อมีความยึดถือ (หรือยึดมั่น หรือยึดมั่นถือมั่น) ก็ย่อมที่จะเกิดความทุกข์ตามมาด้วยเสมอ

สรุปได้ว่า แม้จิตจะ “ไม่มีตัวตนของใครๆจริง” ก็ตาม แต่มันก็มีความโง่ (สัญชาตญาณว่าจิตนี้คือตนเอง) ครอบงำจนทำให้เกิด “ความรู้สึกรู้ว่ามีตนเอง” ขึ้นมาได้อย่างน่าอัศจรรย์ แล้วจิตที่มีความรู้สึกรู้ว่ามีตนเองนี้ ก็จะมายึดถือเอาจิตนี้ว่าเป็นตัวเอง” และ “ยึดถือเอาร่างกายอันเป็นที่ตั้งของจิตกับสิ่งที่เกี่ยวข้องกับร่างกายว่าเป็นของตน” แล้วจิตที่ยึดถือนี้ก็มาเป็นทุกข์ขึ้นมาเองอย่างช่วยไม่ได้

ตายแล้วไปไหน?

จากการที่เราศึกษาทั้งหมดก็ทำให้เข้าใจได้ว่า “แท้จริงไม่มีสิ่งใดเลยที่จะมาเป็นเราหรือตัวเราได้ จะมีก็เพียงตัวเราชนิดชั่วคราว ที่ยึดถือหรืออยากจะเป็นไปตามที่เราอยากจะเป็นไม่ได้ ” คือเมื่อเหตุเช่นนี้ ๆ เกิดขึ้นมา มันก็เกิดมีเราขึ้นมา แต่เมื่อเหตุเช่นนี้ ๆ แฉกสลายหรือดับหายไป ความรู้สึกว่ามีตัวเรานี้ ก็ย่อมที่จะดับหายตามไปด้วยทันที คือร่างกายกับจิตนี้จะอาศัยซึ่งกันและกันอยู่ ถ้าสิ่งใดแตกสลายหรือดับหายไป อีกสิ่งก็ต้องแตกสลายหรือดับหายตามไปด้วยทันที เหมือนกับหุ่นยนต์คอมพิวเตอร์ที่มีกลไกที่เป็นวัตถุที่ละเอียดอ่อนซับซ้อน กับกระแสไฟฟ้าทำงานร่วมกันอยู่ ถ้าตัวเครื่องเสีย หรือกระแสไฟฟ้าดับลง หุ่นยนต์นั้นก็จะไม่ทำงาน

ส่วนการที่จะเกิดจิตที่เหมือนเดิม ที่มีความทรงจำเหมือนเดิมทุกประการ เช่นนี้ขึ้นมาอีก หลังจากร่างกายตายไปแล้วนั้น ย่อมไม่อยู่ในฐานะที่จะเป็นไปได้อีก และเราก็ไม่ได้มีความจำมาก่อนเลยว่า “เคยมีเรามาก่อนที่เราจะเกิดขึ้นมา” เพื่อมาเป็นหลักฐานยืนยัน

ถ้ามีใครมาถามว่า “คนเราตายแล้วจิตที่รู้สึกว่าเป็นตัวเรานี้ไปไหน?” ซึ่งแม้ผู้ที่เข้าใจแล้วว่าไม่มีตัวเราจริง ก็คงตอบไม่ได้ เพราะเข้าใจแล้วว่า แท้จริงมันไม่มีตัวตนของใครมาเกิด ดังนั้นจึงเท่ากับว่าไม่มีใครตาย และแม้ตัวตนที่กำลังมีอยู่นี้ มันก็ยังไม่มี ตัวตนของใครอยู่จริง (มีแต่ตัวตนชั่วคราวหรือตัวตนมายาที่ไม่ใช่ของจริงแท้ถาวรหรืออมตะ) และเมื่อเราเข้าใจอย่างถูกต้องแล้วว่า “ไม่มีตัวเราอยู่จริง” ดังนั้น เรื่องภายหลังจากความตาย หรือเรื่องโลกหน้า หรือเรื่องการเวียนกลับมาเกิดใหม่อีกของจิต หรือเรื่องสถานที่สำหรับคนที่ตายไปแล้ว อย่างเช่น เรื่องนรกใต้ดิน , สวรรค์บนฟ้า, รวมทั้งเรื่องเทวดา, นางฟ้า, ผี, ปีศาจ, ซาตาน เป็นต้น เราก็ไม่ต้องไปสนใจ เพราะมันไม่อยู่ในฐานะที่จะเป็นไปได้อีกตามหลักเหตุผลและความจริงที่มีอยู่

สิ่งที่เราควรพิจารณาที่สุดก็คือ ความรู้สึกว่ามีตัวเรานี้ มันก็มาจากจิตของเราเอง ซึ่งตามเหตุผลแล้ว จิตก็เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นมาจากเหตุหลายๆเหตุด้วยกันมาปรุงแต่งให้เกิดขึ้น ดังนั้นจิตจึงไม่ใช่สิ่งที่จะมาเป็นตัวตน ที่แท้จริงหรือเป็นสิ่งที่ยั่งยืนแท้ถาวร ที่จะมาที่ยึดถือเอาเป็นตัวตน ของใครๆได้ ส่วนความรู้สึกว่ามีตัวเรานี้ มันก็เป็นแค่เพียงความรู้สึกของจิตที่ธรรมชาติให้มาเท่านั้น ถึงแม้มันจะรู้สึกว่ามีตัวเราอย่าง เข้มข้นสักเท่าใดก็ตาม มันก็เป็นแค่เพียงความรู้สึกที่ก่อตัวมาปรุงแต่งให้เกิดขึ้นมาชั่วคราวเท่านั้น จะ เชื่อถือว่าเป็นความจริงแท้ไม่ได้ อีกทั้งแม้จิตก็ยังไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริง แล้วความรู้สึก ว่ามีตัวเราที่เป็นเพียงส่วนประกอบหนึ่งของจิต จะมาเป็นตัวตน ที่แท้จริงได้อย่างไร? แต่ที่มันมีความรู้สึกว่ามีตัวเราอยู่นี้ มันก็เป็นเพียงสัญชาตญาณของจิตที่ธรรมชาติมอบให้ไว้ เพื่อให้ทุกชีวิตรักตัวเอง เพื่อที่จะได้ดูแลรักษาตัวเองเอาไว้ จะได้ไม่สูญพันธุ์ไปจากโลกเท่านั้น ซึ่งนี่คือการเล่นกลของธรรมชาติ ที่หลอกมนุษย์และสัตว์ “ให้หลงเชื่อว่ามีตนเองอยู่จริง” ได้อย่างแนบเนียนที่สุด แต่เมื่อพิจารณาอย่างลึกซึ้งแล้วก็จะพบว่า มันก็ไม่มีใครมาให้หลอกจริงๆเลย มีแต่จิตของธรรมชาติที่ธรรมชาติปรุงแต่งขึ้นมาเอง แล้วก็หลอกจิตที่ไม่มีตัวตนจริงนั่นเอง ให้เกิดความเข้าใจผิดว่ามีตนเองจริงๆเท่านั้น ซึ่งมันเป็นเรื่องที่น่าอัศจรรย์อย่างที่สุด

เกิดมาทำไม?

เมื่อเข้าใจแล้วว่า ไม่มี สิ่งใดที่จะมาเป็นเราได้จริง ก็ทำให้เกิดคำถามขึ้นมาว่า แล้วชีวิตนี้เกิดขึ้นมาทำไม? ใครสร้าง? ซึ่งจากความเป็นจริงแล้ว ชีวิตทั้งหลายก็เกิดขึ้นมา จากเหตุและผลที่ทยอยกันผลัดกันให้เกิดขึ้นมา โดยสิ่งที่สร้าง (หรือปรุงแต่ง) ขึ้นมาก็คือธรรมชาติ หรือสิ่งที่เป็นอยู่ของมันตามปกติธรรมดาตนเอง โดยการสร้างนั้น ธรรมชาติก็ใช้กฎสูงสุดของชาตินั้นเองสร้างขึ้นมา

ถ้าจะถามต่อว่าธรรมชาติสร้างชีวิตขึ้นมาทำไม? ก็คงไม่มีใครตอบได้ เพราะมันก็เป็นไปของมันเช่นนี้เองตามธรรมชาติ แต่เมื่อชีวิตเกิดขึ้นมาแล้วควรถามว่า “ทำอะไรจึงจะได้รับสิ่งที่มีคุณค่าที่สุดในการเกิดมานี้?” ซึ่งคำตอบก็คือต้องทำ “ทำหน้าที่” ซึ่งหน้าที่นี้ก็หมายถึง การกระทำที่ชีวิตทุกชีวิตต้องทำ ถ้าไม่ทำก็จะเป็นทุกข์ หรือเดือดร้อนหรือสูญพันธุ์ได้ ซึ่งหน้าที่โดยสรุปของทุกชีวิตก็คือ หน้าที่ในการดูแลรักษาชีวิตไม่ให้ทุกข์ คือเมื่อชีวิตเกิดมาก็ตกอยู่ในสภาวะที่ต้องทนอยู่ตลอดเวลาตามกฎสูงสุดของธรรมชาติ ซึ่งความที่ต้องทนอยู่นี้มันก็คือความทุกข์ที่เป็นพื้นฐานของทุกชีวิต ดังนั้นทุกชีวิตจึงต้องมีหน้าที่ดูแลรักษาชีวิตไม่ให้ทุกข์ หรือให้มีทุกข์น้อยที่สุด ทั้งร่างกายและจิตใจ

จากหน้าที่โดยสรุปนี้ เราก็สามารถที่จะแยกแยะออกไปเป็นหน้าที่ต่างๆ ได้มากมายคือ หน้าที่ในการดูแลจิตใจ, หน้าที่ในการดูแลร่างกาย, รวมทั้งหน้าที่ในการดูแลครอบครัว, สังคม, ประเทศชาติ, โลก, รวมทั้งสภาพแวดล้อม ไม่ให้เป็นทุกข์ หรือเดือดร้อน หรือเสียหาย ซึ่งสาเหตุที่มนุษย์ต้องมีหน้าที่ต่างๆ มากมายก็เพราะ ถ้าจิตใจของเรายังมีความยึดถือว่ามีตัวเราอยู่ แล้วเราไม่ดูแลรักษาร่างกาย ร่างกายก็จะเจ็บป่วย, ถ้าไม่ดูแลรักษาครอบครัว ครอบครัวก็จะเดือดร้อน, ถ้าไม่ดูแลรักษาสังคม สังคมก็จะไม่สงบ, ถ้าไม่ดูแลรักษาสภาพแวดล้อม สภาพแวดล้อมก็จะเสียหาย, ถ้าไม่ดูแลรักษาโลก โลกก็จะมีแต่วิกฤตการณ์ และเมื่อโลกและสภาพแวดล้อม รวมทั้งสังคม ครอบครัว และร่างกายของเราเดือดร้อนหรือไม่สงบสุข ก็จะพลอยทำให้จิตใจที่ยังยึดถืออยู่นี้พลอยเกิดความทุกข์ตามไปด้วย แต่ถึงสภาพแวดล้อมทั้งหลายหรือร่างกายของเราจะเดือดร้อนอย่างไรก็ตาม ถ้าจิตใจของเรา (ตามที่สมมติเรียก) ไม่ยึดถือว่ามีตัวเราอยู่จริงเสียอย่างเดียว จิตใจของเราก็จะไม่มีทุกข์ใดๆ เลยได้ เพราะต้นเหตุที่ทำให้จิตใจเกิดความทุกข์นั้นไม่มีอยู่ในจิตใจนี้เสียแล้ว

เราทำหน้าที่เพื่อใคร?

บางคนที่ไม่เข้าใจ เมื่อมีผู้บอกว่าไม่มีตัวเราอยู่จริง ก็อาจจะคิดไปว่า เมื่อไม่มีตัวเราเสียแล้ว แล้วจะมีชีวิตอยู่ไปทำไม? หรือไม่รู้อะไรจะทำหรือเล่าเรียนไปทำไม? ผู้ที่อยู่เฉยๆ จะคิดว่า เพราะถึงทำไปก็ไม่มีการได้รับผล ซึ่งนี่เป็นการมองโลกสุดโต่งไปในทางเห็นว่าไม่มีตัวตนใดๆ เลย จึงไม่ยอมทำอะไรเลย ที่ตรงข้ามกับ คนที่ สุดโต่งไปในทางเห็นว่า มีตัวตน ที่เห็นแก่ตัวจัด คือทำอะไรก็เพื่อตัวเอง จนทำให้เกิดการเบียดเบียนคนอื่นขึ้นมา

คนเรานี้ ถ้าให้อยู่เฉยๆ ไม่ทำอะไรเลย ชีวิตก็จะเป็นทุกข์ คือคนที่ไม่ทำ อะไรเลย ก็จะไม่มีการบริหารชีวิต แล้วชีวิตก็จะเป็นทุกข์ เช่น ไม่มีข้าวจะกิน หรือไม่มีที่ที่จะอยู่ เป็นต้น หรือแม้คนร่ำรวย ถ้าไม่ทำอะไรเลย สุดท้ายทรัพย์ก็จะหมด หรือถึงจะไม่หมด ชีวิตก็จะไร้คุณค่าและน่าเบื่อหน่าย เพราะเอาแต่เสพความสุข จนในที่สุดความสุขนั้นก็จะกลับมาสร้างความทุกข์มันหันตัวให้ในภายหลัง

ดังนั้นชีวิตจึงต้องมีหน้าที่ การทำหน้าที่นั้นจะช่วยชีวิตมีความทุกข์ลดน้อยลง คนเราถ้าได้ทำงานก็จะมีความสุขอยู่กับการทำงาน ถ้าไม่ทำงานแล้วเอาแต่กินๆนอนๆ และเที่ยวเล่น ชีวิตก็จะน่าเบื่อหน่ายและไร้คุณค่าอย่างที่สุด และจะมีความทุกข์อย่างที่สุดตามมาในภายหลัง เหมือนร่างกายก็ต้องออกกำลังกาย จึงจะทำให้ร่างกายแข็งแรง และเป็นสุข ถ้าร่างกายไม่ เคยออกกำลังกายเลย ร่างกายก็จะอ่อนแอและไม่มีความคุ้มกันโรค แล้ว ร่างกายก็จะปวดเมื่อยหรือไม่สบายและเจ็บป่วยได้ง่าย รวมทั้งอายุก็จะสั้นอีกด้วย

การทำงาน(ที่สุจริต) เพื่อเลี้ยงชีวิตและครอบครัวนั้นจัดว่า เป็น การทำหน้าที่ที่สำคัญอย่างมากของชีวิต ซึ่งผู้
ที่เข้าใจแล้วว่า “ไม่มีตัวเราจริง” ก็จะ “ทำหน้าที่เพื่อหน้าที่” ไม่ใช่ทำ หน้าที่เพื่อตัวตนของใคร หน้าที่นี้คือสิ่งสูงสุด
ของชีวิต การทำงานจึงเป็นสิ่งสูงสุดของชีวิตด้วย ดังนั้นเราจึงควรทำงานให้สนุก และมีความสุขอยู่กับการทำงาน
เมื่อมีความสุขอยู่กับการทำงานแล้ว ก็ไม่ต้องไปแสวงหาความสุขจากที่อื่น จึงทำให้ไม่ต้องเสียทรัพย์เพื่อไปซื้อหา
ความสุขนั้น แล้วก็จะทำให้มีทรัพย์เหลือ เมื่อมีทรัพย์เหลือก็นำไปช่วยเหลือคนที่ มีทุกข์หรือเดือดร้อน หรือช่วยเหลือ
สังคมอย่างถูกวิธีด้วยสติปัญญา (อย่างเช่น การเผยแผ่ให้มนุษย์ให้เข้าใจความจริงสูงสุดเรื่องไม่มีตนเองอยู่จริง) ก็จะ
ยิ่งทำให้ชีวิตมีแต่ความสุขใจอิ่มใจอยู่เสมอได้ **ซึ่งนี่คือชีวิตที่มีคุณค่า หรือชีวิตที่ประเสริฐที่แท้จริง**

ความทุกข์เกิดจากอะไร?

ในความเป็นจริงของโลกเรา นี้ จะมีความเป็นสิ่งที่คู่เสมอ คือเมื่อมีสิ่งใดเกิดขึ้นมา มันก็ต้องมีสิ่งตรงข้าม
เกิดขึ้นมาด้วยเสมอ อย่างเช่น เมื่อมีสว่างก็ต้องมีมืด เมื่อมีขาก็ต้องมีดำ เมื่อมีเกิดก็ต้องมีตาย เพื่อมีพบก็ต้องมีจาก
เมื่อมีชอบก็ต้องมีชัง เมื่อมีได้ก็ต้องมีเสีย เป็นต้น

ดังนั้นเมื่อชีวิตมีความสุข มันก็ต้องมีความทุกข์เกิดขึ้นมาด้วยเสมออย่างไม่มีทางหลีกเลี่ยง ซึ่งความทุกข์ของ
มนุษย์เรานั้นก็มีมากมาย ทั้งของร่างกายและของจิตใจ โดยความทุกข์ของร่างกายก็ได้แก่ความทุกข์จากความร้อน,
ความหนาว, ความหิว, ความกระหาย, ความเจ็บ, ความปวด, ความเมื่อยล้า, ความคัน, ความอึดอัดทรมาน เป็นต้น ซึ่ง
ความทุกข์นี้เป็นความทุกข์ตามธรรมชาติของร่างกาย ที่ไม่สามารถแก้ไขให้หมดสิ้นไป หรือป้องกันไม่ให้เกิดขึ้นมา
อย่างถาวรได้ จะทำได้ก็เพียงบรรเทาให้เบาบางลงได้บ้างเท่านั้น

ส่วนความทุกข์ของจิตใจก็ได้แก่ ความทุกข์ที่เกิดขึ้นมาพร้อมกับ “ความยึดถือว่ามีตัวเรา” ที่เกิดขึ้นมาใน
สภาพที่ยากลำบากบ้าง, ที่แก่ชราบ้าง, ที่เจ็บป่วยบ้าง, ที่รู้ตัวว่าจะตายบ้าง, ที่กำลังพลัดพรากจากบุคคลหรือสิ่งที่รักที่
พอใจอยู่บ้าง, ที่กำลังประสบกับบุคคลหรือสิ่งที่ไม่น่ารักไม่น่าพอใจอยู่บ้าง, และตัวเราที่ผิดหวังเพราะอยากจะได้สิ่งใด
แล้วไม่ได้สิ่งนั้นตามที่อยาก ซึ่งนี่เป็นการมองความทุกข์อย่างกว้างๆ แต่โดยสรุปแล้วความทุกข์ทั้งหลายของจิตใจก็
จะเกิดมาพร้อมกับ “ความยึดถือว่ามีตัวเรา” อยู่ด้วยเสมอ

ความยึดถือว่ามีตัวเรานี้ก็คืออาการที่จิตเข้าไปแบกไปหาม หรือไปครอบครองธรรมชาติที่สมมติเรียกว่าเป็น
“ตัวเรา-ของเรา” (ธรรมชาตินั้นก็แค่ร่างกายและจิตใจที่เรากำลังรู้สึกอยู่นี้) ด้วยความรักหรือ ความพอใจอย่างยิ่ง
ซึ่งความยึดถือว่ามีตัวเรานี้ก็เกิดมาจาก “ความอยาก” อีกทีหนึ่งที่มากระตุ้นหรือผลักดันให้เกิดขึ้น ซึ่งความอยากนี้ก็มี
อยู่ ๓ ประเภท คือ (๑) อยากได้ (๒) อยากเป็นอยู่ และ (๓) อยากทำลาย

ความอยากเป็นอย่างไร?

เมื่อพิจารณาอย่างละเอียดแล้วเราก็จะพบว่า ขณะที่เราได้พบเห็นหรือสัมผัสสิ่งที่น่าพึงพอใจ ที่ให้ความรู้สึก
ที่น่าพึงพอใจ หรือให้ความสุข (happy) แต่ว่ายังไม่มีความสุขนั้น จิตก็จะเกิดความอยากได้ (หรืออยากเอา)
ความสุขนั้นมาให้ตนเองอย่างยิ่งอยู่ตลอดเวลา ซึ่งความอยากได้นี้ ก็เป็นความหิวที่ทรมาณจิตใจอย่างยิ่ง คือในขณะที่
กำลังเกิดความอยากได้อยุ่นั้น จิตก็จะดิ้นรนหรือเร่าร้อนอยู่ตลอดเวลาด้วยความอยากจะได้ (เหมือนเวลาที่เรารู้
อยากจะกินแต่ยังไม่ได้อกิน) ซึ่งเราจะเรียกลักษณะอาการนี้ว่าเป็น “ความทุกข์ซ่อนเร้น” ที่อาจจะสังเกตเห็นได้ยากอยู่
สักหน่อย

หรือแม้ว่าจิตของเราจะมีความสุขนั้นมาแล้ว และกำลังมีความสุขอยู่ แต่จิตก็ยังคงอยากที่จะมีความสุขนั้นมากขึ้นอยู่ตลอดเวลา (เหมือนกับยิ่งได้กินก็ยิ่งหิวมากยิ่งขึ้น) ซึ่งมันก็ทำให้จิตเกิดอาการคันรนหรือเร่าร้อนเหมือนกับอาการขณะที่ยังไม่มีความสุขนั่นเอง ซึ่งมันก็เป็นลักษณะอาการของ “ความทุกข์ซ่อนเร้น” นั่นเอง

ส่วนขณะที่จิตแม้จะมีความสุขมาแล้วก็ตาม และกำลังมีความสุขอยู่นั้น จิตก็ยังคงเกิดความอยากที่จะมีความสุขอยู่เช่นนั้นตลอดไป และวิตกกังวลกลัวว่าจะต้องจากความสุขนั้นไป (เหมือนกับเวลากินอยู่แล้วกลัวว่าคนอื่นจะมาแย่งเอาของกินไป) ซึ่งอาการวิตกกังวลกลัวว่าจะต้องจากความสุขนั้นไปนี่เอง ที่ทำให้จิตเกิดความคันรนหรือเร่าร้อนอยู่ตลอดเวลาอีกเหมือนกัน ซึ่งมันก็เป็นลักษณะอาการของ “ความทุกข์ซ่อนเร้น” นั่นเอง

ส่วนเวลาที่จิตต้องพลัดพรากจากความสุขไป จิตก็ย่อมที่จะเกิดความอยากที่จะมีความสุขนั้นกลับคืนมาอีก (เหมือนยังกินไม่อิ่ม แล้วก็ไม่ได้อีก) ซึ่งก็ย่อมที่จะทำให้เกิดความทุกข์ทรมานมากยิ่งขึ้นอีกอย่างเห็นได้ชัด ซึ่งเราจะเรียกลักษณะอาการนี้ว่าเป็น “ความทุกข์เปิดเผย”

ส่วนขณะที่จิตกำลังพบกับ สิ่งที่ไม่น่าพึงพอใจ ที่ให้ความรู้สึกที่ไม่น่าพึงพอใจ (unhappy) ทั้งหลายอยู่นั้น จิตก็ย่อมที่จะเกิดความอยากที่จะทำลายสิ่งนั้นอย่างยิ่งอยู่ด้วยเสมอ (หรืออยากหนี หรือโกรธ เกลียด กลัว อับอาย เบื่อหน่าย รำคาญใจ ไม่น่าพอใจ เป็นต้น) ซึ่งอาการอยากทำลายนี้เอง ที่เป็นอาการของจิตที่คันรน หรือเร่าร้อนด้วยความอยากจะหนีไปให้พ้นๆ สิ่งที่ไม่น่าพึงพอใจนั้นอย่างยิ่ง ซึ่งมันก็เป็นลักษณะอาการของ “ความทุกข์เปิดเผย” นั่นเอง

ส่วนกรณีที่จิตกำลังพบกับ สิ่งที่ไม่ให้ความรู้สึกจัดหรือกลางๆ (no happy and no unhappy) อยู่นั้น จิตจะยังไม่เกิดความอยากใดๆขึ้นมา จะเกิดก็เพียงความลังเลใจ หรืองง เช่อ หรือติดสินใจไม่ถูก เท่านั้น ซึ่งความลังเลใจนี้จะยังไม่ทำให้เกิดความทุกข์ที่รุนแรงขึ้นมาได้ จะทำได้ก็เพียง ทำให้เกิดความรู้สึกว่ามีตัวตนอ่อนๆขึ้นมารบกวนจิตใจให้รำคาญใจ ขุ่นมัว เศร้าหมอง ไม่สดชื่นแจ่มใส ไม่สงบเย็น ไม่ปกติสุข เท่านั้น ซึ่งจะเรียกว่าเป็น “ความทุกข์อ่อนๆ” ก็ได้

ความอยากทั้งหลายของจิตนี้เอง ที่ทำให้เกิดอาการ เศร้าโศก, เสียใจ, แห่งเหี่ยวใจ, เร่าร้อนใจ, กัดกรุ้มใจ, เกรียด, ตระหงายใจ, ทรมานใจ, หนักใจ, เศร้าซึม, หรือไม่สบายใจ เป็นต้น เหล่านี้ขึ้นมา ที่เรียกว่าเป็นความทุกข์ของจิตใจ และทุกครั้งที่มีความอยากเกิดขึ้นมาและดับหายไป มันก็จะทิ้งความเคยชินเอาไว้ให้กับจิตได้สำนึกเสมอ และเมื่อจิตได้สัมผัสกับสิ่งที่น่าพอใจและไม่น่าพอใจใหม่อีก ความอยากนี้ก็จะเกิดขึ้นมาใหม่ได้อีกอย่างง่ายดาย ตามความเคยชินที่จิตได้สำนึกได้สั่งสมเอาไว้ ซึ่งควบคุมได้ยากหรือไม่ได้เลยถ้าไม่มีสมาธิเพียงพอ

จะดับทุกข์ได้อย่างไร?

เราได้เข้าใจมาแล้วว่า ความทุกข์ทั้งหลายมีต้นเหตุมาจาก “ความรู้ว่าจิตนี้คือตัวเรา” (สัญญาบัญญัติว่าจิตนี้คือตัวเรา) ที่มากระตุ้นให้จิตเกิดความรู้สึกว่ามีตัวเราขึ้นมา และเมื่อตัวเรานี้ได้รับรู้สิ่งต่างๆจนเกิดความรู้สึกต่างๆขึ้นมา ความรู้สึกนี้ก็จะมากระตุ้นให้จิตเกิดความอยากขึ้นมา และความอยากนี้ก็จะมากระตุ้นให้จิตเกิดความยึดถือว่ามีตัวเราพร้อมกับความทุกข์ขึ้นมา ดังนั้นถ้าเราสามารถทำให้ “ความรู้ว่าจิตนี้คือตัวเรา” นี้หายไปจากจิตได้สำนึกได้ ความทุกข์ทั้งหลายก็จะไม่เกิดขึ้นมาได้ เพราะต้นเหตุของมันไม่เกิดขึ้น

เมื่อเรามีความเข้าใจอย่างถูกต้องแล้วว่า “ไม่มีสิ่งใดที่จะมาเป็นตัวเราหรือของเราจริง” ซึ่งความเข้าใจนี้ จะช่วยได้เพียง ทำให้จิตคลายความยึดถือว่ามีตัวเราลงบ้างเท่านั้น และช่วยให้ความทุกข์ที่รุนแรงลดน้อยลงเท่านั้น แต่

ถ้าเราต้องการที่จะให้ความทุกข์ทั้งหลายดับลงจนหมด เราจะต้องนำความเข้าใจนี้ มา ฟังพิจารณาดูเข้าไปในจิตของเราอย่างตั้งใจและต่อเนื่องนานๆ โดยจิตไม่ฟุ้งซ่านไปคิดถึงเรื่องอื่นเลย จนกระทั่งจิตเกิดเป็นสมาธิขึ้นมา และเมื่อจิตเป็นสมาธิ มันก็จะเข้าใจและยอมรับความจริงว่า “ไม่มีตัวเรา” แล้ว “ความรู้ว่ามีตัวเรา” ก็จะหายไป ในขณะที่ “ความรู้สึกตัวว่ามีตัวเรา” ก็จะไม่เกิดขึ้น และความอยากพร้อมด้วย “ความยึดถือว่ามีตัวเรา” และ “ความทุกข์ทั้งหลาย” ก็จะไม่เกิดขึ้น (แม้ชั่วครา)

เมื่อจิตไม่มีความทุกข์จะเป็นเช่นไร?

ถ้าความอยากหรือความยึดถือนี้มีมาก ความทุกข์ก็จะมี ความรุนแรงมาก แต่ถ้าความอยากมีน้อย ความทุกข์ก็จะมี ความรุนแรงน้อยลงตามไปด้วย เหมือนระบบการเร่งของเครื่องยนต์ แต่ถ้าเราสามารถหยุด หรือทำให้ความอยากนี้ดับหายไป หรือไม่เกิดขึ้นมาได้ อย่างหมดจด จนจิตบริสุทธิ์จากความอยากทั้งหลาย ความทุกข์ทั้งหลายก็ย่อมที่จะไม่เกิดขึ้น

เมื่อจิตไม่มีความทุกข์ สภาวะที่ตรงข้ามกับความทุกข์ก็ย่อมที่จะปรากฏขึ้นมาแทน ซึ่งเป็นสภาวะของความปกติ, สงบ, เย็น, ปลอดโปร่ง, สดชื่น, เบิกบาน, แจ่มใจ, เบาสบาย ที่เรียกว่าเป็น “ความสงบเย็น” หรือ “ความไม่มีทุกข์”

สภาวะของความไม่มีทุกข์นี้ ปกติเราก็คงจะมีกันอยู่บ้างแล้วในชีวิตประจำวัน เพียงแต่อาจจะไม่มากและไม่ถาวรเท่านั้น คือ ความไม่มีทุกข์นี้ มันจะเกิดขึ้นมาในขณะที่จิตของเราไม่มีความอยากใดๆ หรือในขณะที่จิตของเราเกิดความว่างจากความอยากได้เองตามธรรมชาติ เมื่อได้พบกับสภาพแวดล้อมที่ชวนให้จิตสงบ หรือไม่มีอะไรมารบกวน เช่น ป่า เขา ทะเล หรือห้องที่เงียบสงบ เป็นต้น หรือเมื่อจิตมันถูกความทุกข์แผดเผาเสียจนอ่อนล้าแล้ว ความทุกข์มันก็จะค่อยๆ ลดลง หรือดับหายไปของมันได้เองอีกชั่วคราเหมือนกัน ถ้าความทุกข์มันจะไม่ลดลง หรือหายไปจากจิตของเราบ้างเลย เราก็คงจะเป็นบ้าตายไปกันหมดแล้ว เพราะถูกความทุกข์แผดเผาอยู่ตลอดเวลาทั้งวันเป็นแน่ ดังนั้นเราจึงควรขอขอบคุณธรรมชาติที่ได้มอบ “ความไม่มีทุกข์” มาให้เราอยู่เสมอ และก็ควรขอขอบคุณธรรมชาติอีก ที่ได้มอบวิธีการดับทุกข์ไว้ให้ เพื่อที่เราจะได้เอาไปปฏิบัติเพื่อดับมัน

จะดับทุกข์อย่างถาวรได้อย่างไร?

หลักปฏิบัติเพื่อดับทุกข์โดยสรุปก็คือ “คอยระวังอย่าให้จิต ไปคิดถึงเรื่องที่จะทำให้จิตเกิดความยึดถือว่ามีตัวเราขึ้นมา แต่ให้จิตตั้งใจคิดถึงหรือมองเห็นแต่เรื่อง ‘ไม่มีตัวเราจริง’ อยู่ตลอดเวลา” (ความรู้นี้ก็คือปัญญา) จิตก็จะเกิดเป็นสมาธิขึ้นมาได้เอง แล้วความทุกข์ก็จะไม่เกิดขึ้น แต่ถ้าผลไปคิดถึงเรื่องว่ามีตัวเราขึ้นมาอีกเมื่อใด ความยึดถือว่ามีตัวเรา ก็จะกลับมาเกิดขึ้นอีกเมื่อนั้น และความทุกข์ ก็จะยังจะกลับมาเกิดขึ้นมาได้เรื่อยๆ ไป

ชีวิตของเรา ก็จะเป็นเช่นนี้ไปเรื่อยๆ คือพอมีปัญหา กับสมาธิ ความยึดถือว่ามีตัวเราก็คงจะหายไป แต่พอไม่มีปัญหากับสมาธิ ความยึดถือว่ามีตัวเราก็คงจะเกิดขึ้นมาอีก จนกว่าเราจะสามารถปฏิบัติให้เกิดปัญหากับสมาธิอย่างต่อเนื่องเป็นเวลานานๆ จนกระทั่งความเคยชินที่จะกลับมาเกิดความยึดถือว่ามีตัวเรา (หรือที่เรียกว่าเป็นนิสัยที่จะเกิดความยึดถือว่ามีตัวเราขึ้นมาอีกเรื่อยๆ) ที่จิตได้สำนึกได้สั่งสมไว้ได้หมดความเคยชินไป (หรือถูกทำลายให้หายไป) อย่างถาวร และมีปัญหาคือความรอบรู้ว่ามีตัวเราเกิดขึ้นมาในจิตได้สำนึกแทน ความยึดถือว่ามีตัวเราและความทุกข์ทั้งหลายของจิต ก็จะ ไม่กลับมาเกิดขึ้นอีกได้อย่างถาวรหรือตลอดชีวิต

จะปฏิบัติในชีวิตจริงได้อย่างไร?

การปฏิบัติเพื่อดับทุกข์นี้ ถ้าเราฝึกฝนมาชำนาญแล้ว เราก็สามารถที่จะปฏิบัติได้ทุกที่และทุกเวลา ไม่ว่าเราจะกำลังทำอะไรอยู่ก็ตาม อย่างเช่นในขณะที่กำลังเรียนหนังสืออยู่ หรืออ่านหนังสืออยู่ หรือทำงานอยู่ หรือพูดอยู่ หรือคิดค้นอยู่ หรือแม้กระทั่งกิจวัตรประจำวันของเราเป็นต้น คือเราก็ตั้งใจในการคิด หรือพูด หรือทำ แต่ก็มีสมาธิอยู่เสมอว่า ไม่มีผู้คิด, พูด, หรือทำอยู่ตลอดเวลาด้วยเสมอ ซึ่งก็จะทำให้เกิดทั้งสมาธิและปัญญาขึ้นมาพร้อมกัน ใน การที่จะมาระวังไม่ให้ความทุกข์เกิดขึ้นในกรณีที่มีความทุกข์ยังไม่เกิดขึ้น และ ดับความทุกข์ในกรณีที่ความทุกข์ได้เกิดขึ้นมาแล้วให้ดับลง

สำหรับผู้ที่เพิ่งเริ่มปฏิบัติใหม่นั้นจะทำได้ยากเพราะไม่เคยชิน ดังนั้นจึงต้องมีการฝึกสมาธิเพื่อเป็นพื้นฐานก่อน แต่การที่จะฝึกให้จิตเกิดสมาธิได้นั้น ผู้ฝึกจำเป็นที่จะต้องเป็นคนที่มีจิตที่ปกติอยู่ก่อนแล้วด้วย

จิตที่ปกตินี้ จะมาเป็นพื้นฐานให้จิตมีสมาธิได้ง่าย ซึ่งการที่เราจะมีจิตที่ปกติได้นั้น เราก็ต้องเป็นคนดีมีศีลธรรมมาก่อนพอสมควร ถ้าเป็นคนชั่ว (คนชั่วคือคนที่ชอบเบียดเบียนชีวิตและทรัพย์สินรวมทั้งกามารมณ์ของผู้อื่น และชอบพูดโกหก, คำหยาบ, ส่อเสียด, และเพ้อเจ้อ) หรือไม่ดีก็จะฝึกสมาธิได้ยาก เพราะจิตของคน ชั่ว นั้นจะมีความไม่ปกติอยู่เสมอ คือจะมีแต่ความคึ้นรน, หงุดหงิด, ไร้ความสนใจ, โกรธง่าย, ฟูมฟาย, หวาดระแวง, ไม่สบายใจ เป็นต้นอยู่เสมอ จึงฝึกให้เกิดสมาธิได้ยากหรือไม่ได้เลยถ้าชั่วมาก

การที่เราจะเป็นคนดีและมีจิตที่ปกติได้อย่างแท้จริงนั้น เราจะต้องใช้ชีวิตที่ไม่เบียดเบียนชีวิตและทรัพย์สินรวมทั้งกามารมณ์ของผู้อื่น รวมทั้งไม่พูดโกหก ไม่พูดคำหยาบ ไม่พูด ส่อเสียด และไม่พูดเพ้อเจ้ออยู่เสมอจนเป็นปกติ ถ้าทำได้ เราจึงจะฝึกจิตให้เกิดสมาธิได้ง่าย แต่ถ้าทำไม่ได้ก็จะฝึกสมาธิได้ยาก เรื่องของจิตปกตินี้จึงมีความสำคัญไม่แพ้สมาธิและปัญญาเลย

สมาธิคืออะไร?

คำว่าสมาธิในที่นี้ไม่ได้หมายถึงว่า จะต้องนั่งหลับตาตัวแข็งทื่อ และไม่รับรู้สิ่งภายนอกเลย ซึ่งนั่นเป็นสมาธิที่ดูเกินความจำเป็นและทำได้ยาก อีกทั้งก็ไม่จำเป็นที่จะต้องใช้ในการปฏิบัติเพื่อดับทุกข์นี้อีกด้วย

ปกติเราก็พอจะมีสมาธิกันอยู่บ้างแล้ว แต่ว่าไม่นาน พอหรือไม่ต้องอยู่ได้ตามที่เราต้องการ อย่างเช่นเวลาที่เรากำลังตั้งใจพูดต่อหน้าผู้คนหลายๆ เราก็จะมีสมาธิขึ้นมาทันที แต่เมื่อเราไม่ตั้งใจ เราก็จะไม่มีสมาธิ ซึ่งสมาธินี้เป็นสิ่งจำเป็นมาก ทั้งในการเรียน การทำงานและการปฏิบัติเพื่อดับทุกข์นี้ แต่บางคนก็มีสมาธิสั้นหรือน้อย จึงเรียนไม่เก่ง หรือทำงานไม่ได้ดี แต่ถ้ามีการฝึกให้จิตมีสมาธิอยู่เสมอ ก็สามารถมีสมาธิมากขึ้นจนเป็นนิสัยได้

ความจริงแล้ว การฝึกสมาธินั้น เราสามารถฝึกได้โดยตรงจากการเรียน การพูด การคิด การทำงาน หรือจากการทำกิจวัตรต่างในชีวิตประจำวันของเรานี้ก็ได้ เพราะการที่เราตั้งใจกำหนดรู้สิ่งใด หรือตั้งใจคิด หรือพูด หรือทำ ในสิ่งที่ตั้งใจอย่างต่อเนื่องเป็นเวลานานๆ ได้ จิตของเราก็จะเกิดสมาธิขึ้นมาได้

อะไรปิดกั้นสมาธิ?

จิตที่เป็นสมาธิ จะมีลักษณะ (๑) **บริสุทธิ์** สะอาด คือไม่มี ความอยากใดๆ หรือ ไม่มีแม้ความลังเลใจแม้แต่น้อย (๒) **ตั้งมั่น** เข้มแข็ง ไม่อ่อนแอ คือจะไม่มัวระเริงมัวชวยวนให้เกิดความอยากใดๆ หรือ อเม้เกิดความลังเลใจได้

และ (๓) **อ่อนโยน** ไม่แข็งกระด้าง ไม่ดื้อรั้น สามารถควบคุมได้ง่าย สุขุมรอบคอบ รวมทั้งจะมีความระมัดระวังตัว อยู่ตลอดเวลาด้วย

แต่การที่เราไม่มีสมาธิก็เพราะมี **“สิ่งปิดกั้นสมาธิ”** มาปิดกั้นจิตของเราเอาไว้ไม่ให้เกิดสมาธิ ซึ่งสิ่งปิดกั้นสมาธินี้ก็มีทั้ง **อย่างหยاب** และ **อย่างละเอียด**

สิ่งปิดกั้นสมาธิอย่างหยาบก็ได้แก่อาการที่จิตโน้มไปในทาง

๑. **พอใจ** เช่น ความรัก, ความใคร่, ความชอบใจ, **อยากได้, อยากเป็นอยู่** เป็นต้น
๒. **ไม่พอใจ** เช่น โกรธ, เกลียด, กลัว, อับอาย, **เมื่อหน่าย, อยากทำลาย, อยากหนี** เป็นต้น
๓. **ลังเลใจ** เช่น สับสน, ว้าวุ่นใจ, งง, เซ่อ, **ตัดสินใจไม่ถูก** เป็นต้น

สิ่งปิดกั้นสมาธิอย่างละเอียดก็ได้แก่

๑. อาการที่จิตโน้มไปในทาง **พึงพอใจเล็กน้อยๆ** ในความสุขสนุกสนานทางตา, หู, จมูก, ลิ้น, และ กาย โดยมีเรื่องทางเพศเป็นเรื่องสูงสุด
๒. อาการที่จิตโน้มไปในทาง **ไม่พึงพอใจเล็กน้อยๆ** หรืออึดอัดใจ หรือยังมีความอาฆาตพยาบาทพึงใจอยู่
๓. ความคิดที่ **ฟุ้งซ่าน** เติลิดเปิดเปิง หรือตื่นเต้นจนน่ารำคาญใจ
๔. อาการที่จิต **เซื่องซึม** ง่วงซึม หดหู่ มึนชา เกลิบเคลิ้ม
๕. ความ **ลังเลสงสัย** ในสิ่งที่เชื่อถืออยู่ หรือในการปฏิบัติของตนเอง

ปกติในแต่ละวันนั้นสิ่งปิดกั้นสมาธิอย่างละเอียดนี้ จะครอบงำจิตของเราอยู่มากที่สุด จึงทำให้จิตของเราไม่มีสมาธิอยู่เสมอ **เมื่อจิตไม่มีสมาธิ** สัญชาติญาณว่าจิตนี้คือตัวเรา ก็จะกระตุ้นให้จิตเกิดความรู้สึกตัวว่ามีตัวเราอ่อนๆ เกิดขึ้นมารบกวนจิตอยู่ตลอดเวลา อันจะทำให้จิตของเรา **รู้สึกรำคาญใจ, ขุ่นมัว, ไม่สงบ, ไม่ปกติ, ไม่สดชื่นแจ่มใส, ไม่เบาสบายอยู่เสมอ** ซึ่งเราจะเรียกว่าเป็นความทุกข์ชนิดอ่อนๆหรือไม่รุนแรงก็ได้ ส่วนสิ่งปิดกั้นสมาธิอย่างหยابนั้นจะเกิดไม่บ่อยนัก คือจะเกิดเฉพาะเวลาที่ มีสิ่งภายนอกที่รุนแรงมาสัมผัสเท่านั้น มันจึงจะเกิดขึ้น แล้วก็ทำให้เกิดความทุกข์ที่รุนแรงขึ้นมา อย่างเช่น เวลาที่เรามีความโกรธที่รุนแรง หรือมีความเศร้าโศกเสียใจอย่างรุนแรง หรือมีความเครียด ความกังวลใจ หรือเมื่อหน่าย หรืออับอาย เป็นต้น

สมาธิฝึกอย่างไร?

วิธีการฝึกให้จิตมีสมาธินั้น นอกจากเราจะฝึกจากการเรียน หรือทำงาน หรือจากการทำกิจวัตรต่างๆของเราโดยตรงแล้ว **เรายังสามารถที่จะฝึกพิเศษ** จากการฝึกกำหนดลมหายใจของเราเองเมื่อมีเวลาว่างก็ได้

วิธีการฝึกพิเศษก็คือ ก่อนอื่นให้หาที่สงบไม่มีอะไรมารบกวนก่อน และควรใช้ิริยาบถนั่งในการฝึก เมื่อชำนาญแล้วจะใช้ิริยาบถใดก็ได้ ส่วนจะนั่งอย่างไรก็ได้ จะสี่มุมหรือหลังตาก็ได้ถ้าทำแล้วไม่ฟุ้งซ่านหรือง่วงนอน ในขั้นต้นก็ให้ตั้งใจกำหนดรู้การหายใจของร่างกายอยู่ตลอดเวลา ว่ากำลังหายใจเข้าหรือออกอยู่ และรวมการรับรู้ทั้งหมดของจิตให้มากำหนดอยู่ที่ลมหายใจนี้ ถ้าผลปล่อยจิตไปที่อื่นแล้วรู้ตัว ก็ให้รีบกลับมากำหนดที่ลมหายใจนี้เหมือนเดิม **ซึ่งในขั้นนี้ก็ให้บังคับลมหายใจให้เบา และยาวอยู่ตลอดเวลา**

ในการฝึกใหม่นั้น เมื่อเรายังไม่สามารถ ควบคุมความคิดได้ **เราก็ใช้วิธีการนับลมหายใจเพื่อไม่ให้จิตเลื่อนลอย** เช่น การนับลมหายใจเป็นคู่ๆ ไปเรื่อยๆ จนจิตมีสมาธิก็ได้ หรืออาจจะท่องคำสั้นๆที่ติงาม เช่น **นี่ไม่ใช่เรา, ไม่**

มีเรา, ไม่มีใคร, วางเปล่า, ไม่มีใครได้อะไร, ไม่มีใครเสียวะไร เป็นต้น เพื่อเตือนหรือสอนตัวเองไปเรื่อยๆก็ได้ ซึ่งการนับลมหายใจหรือท่องในใจนี้ เราจะนับหรือท่องในขณะที่หายใจออก ส่วนเวลาหายใจเข้าจะหยุดก็ได้ หรือใครจะนับหรือท่องในขณะที่หายใจเข้า แต่พอเวลาหายใจออกจะหยุดก็ได้ คือให้นับหรือท่องไปและหยุดพักไปเพื่อจิตจะได้ไม่เลื่อนลอยจนฟุ้งซ่าน

อีกวิธีหนึ่งก็คือ การตั้งใจคิดพิจารณาสิ่งที่คิดงาม โดยเราจะคิดเฉพาะเวลาที่หายใจออก ส่วนเวลาหายใจเข้าก็ให้หยุดคิด (หรือใครจะคิดในขณะที่หายใจเข้า แต่พอเวลาหายใจออกจะหยุด คิดก็ได้) และให้คิดด้วยประโยคสั้นๆ และคิดซ้ำๆ ซึ่งเรื่องที่คิดก็ควรเป็นเรื่องที่คิดงาม เช่น นักเรียนก็คิดเรื่องการเรียน คนทำงานก็คิดเรื่องงาน นักวิทยาศาสตร์ก็คิดเรื่องการค้นคว้า เป็นต้น แต่ถ้าไปคิดถึงเรื่องที่ทำให้เกิด “สิ่งปิดกั้นสมาธิ” ทั้งหลายขึ้นมา จิตก็จะไม่สามารถเกิดสมาธิขึ้นมาได้

ส่วนนักปฏิบัติเพื่อดับทุกข์ ก็ควรคิดถึงเรื่องที่เกี่ยวข้องกับปัญญา คือเรื่องที่เกี่ยวข้องว่า “ทุกสิ่งที่เกิดขึ้นมาจากเหตุทั้งหลายนี้ ส่วนไม่ ไรตัวตนที่แท้จริง และไม่เที่ยงแท้ยั่งยืนถาวร รวมทั้งยังต้องทนอยู่ด้วยความยากลำบาก ” นั่นเอง แต่ถ้าจะให้เกิดสมาธิได้เร็ว เราก็ใช้วิธีการตั้งใจพูดออกเสียงมาเลยก็ได้ คือให้พูดคนเดียว แต่เหมือนกับว่ามีคนฟังอยู่หลายๆ

เมื่อเราสามารถตั้งใจนับ, ท่อง, คิด, หรือพูดได้นานๆ จน “สิ่งปิดกั้นสมาธิอย่างละเอียด” ได้ระงับหรือดับหายไปจนหมดสิ้นแล้ว จิตก็จะสงบ ตั้งมั่น ไม่ฟุ้งซ่าน และอ่อนโยนสามารถควบคุมได้ง่าย รวมทั้งจะเกิดความสุขที่สงบประณีตขึ้นมา พร้อมกับความอิมเมอใจด้วย ซึ่งนี่แสดงถึงว่าจิตของเราเริ่มมีสมาธิขึ้นมาแล้วอย่างแท้จริง และเมื่อจิตมีสมาธิ ความยึดถือว่ามีตัวเราก็จะไม่เกิดขึ้น หรือที่กำลังเกิดอยู่ก็จะระงับดับหายไป และความทุกข์ก็จะดับหายไป หรือไม่มีตามไปด้วยทันที

จิตที่มีสมาธินี้จะมีความรู้สึกตัว หรือตื่นตัว หรือระมัดระวังตัวอยู่ตลอดเวลา และจะมีปัญญามากคอยดูแลอยู่ตลอดเวลาด้วย พร้อมกันนั้น ความสงบ เย็น ปลอดภัย สดชื่น เบิกบาน แจ่มใส เบาสบาย ก็จะปรากฏขึ้นมาในขณะนี้ด้วย ซึ่งนี่ก็คือสภาวะจิตขณะที่เป็น “ไม่มีทุกข์” ที่แท้จริง ที่เราสามารถปฏิบัติให้เกิดขึ้นได้จริงโดยไม่ยากเย็นเลย และถ้าใครปรารถนาจะให้เกิดสภาวะนี้อย่างถาวร ก็ต้องหมั่นฝึกฝนให้เกิดสมาธิและปัญญาเช่นนี้ให้ต่อเนื่องนานๆ จนนิสัยที่จะกลับมาเกิดความยึดถือว่ามีตัวเรานี้ถูกทำลายจนหมดสิ้นไปจากจิตได้สำนึกอย่างถาวร ความทุกข์ทั้งหลายก็จะไม่กลับมาเกิดอีกอย่างถาวรหรือจนตลอดชีวิตได้

จะเชื่อได้อย่างไร?

จากหลักการที่ว่า “เมื่อมีการใช้เหตุผลพิจารณา จนเกิดความเข้าใจถูกต้องแล้วว่า ไม่มีตัวเรา และให้นำเอาความเข้าใจนี้ มาฟังพิจารณาองเข้าไปในจิต ที่สมมติเรียกว่าเรานี้อย่างตั้งใจที่สุด ก็จะทำให้จิตเกิดทั้งปัญญาและสมาธิขึ้นมากำจัดความยึดถือว่ามีตัวเรานี้ ให้ระงับหรือดับหายไปได้ แล้วความทุกข์ก็จะดับลง หรือไม่เกิดขึ้น และจิตก็จะสงบเย็น” นี้ เราก็จะยังเชื่อไม่ได้ว่ามันจะได้ผลจริงหรือไม่? เพราะมันยังเป็นแค่ทฤษฎีที่น่าเชื่อถือเท่านั้น เราจะต้องนำเอาหลักการนี้มาทดลองปฏิบัติให้ได้ผลแน่ชัดก่อนเราจึงจะค่อยเชื่อ แต่ถ้าทดลองปฏิบัติอย่างเต็มความสามารถของเราแล้วแต่ก็ยังไม่ได้ผล ก็อย่าเชื่อให้ละทิ้งเสีย

สรุปว่าการที่เราจะเชื่อและรับเอาหลักการใดมาปฏิบัติ เราจะต้องพิสูจน์ทดลองให้เห็นจริงด้วยจิตของเราเองอย่างแน่ชัดเสียก่อน เราจึงจะเชื่อว่าทฤษฎี หรือหลักการนั้นถูกต้องแน่นอน ไม่ผิดพลาด ซึ่งความเชื่อที่เกิดขึ้นนี้ก็เป็น

ไม่ได้เชื่อคนสอน แต่เป็นการเชื่อจากความจริงที่ปรากฏขึ้นมาให้ได้รับรู้จริงๆ และก็ไม่ใช่การเชื่อตนเองด้วย เพราะตนเองก็คือความยึดถือที่เกิดมาจากความโง่ ถ้ายังมีความยึดถือว่ามีตนเองอยู่ ก็แสดงว่ายังมีความโง่ครอบงำจิตอยู่ ดังนั้นถ้าเชื่อตนเองก็เท่ากับเชื่อคนโง่ แล้วความเชื่อนี้ก็ย่อมที่จะมีความผิดพลาดได้อย่างมาก

ทำอย่างไรจึงจะมีความปรารถนาที่จะดับทุกข์?

ทั้งๆที่เราที่รู้และเข้าใจแล้วว่าชีวิตมีแต่ความทุกข์ และไม่มีอะไรที่จะมาเป็นตัวเราหรือของเราได้จริง แต่เราก็คงมีความยึดถือว่ามีตัวเราอยู่อีกนั่นเอง ถึงแม้ มันจะลดน้อยลงบ้างแล้วก็ตาม ดังนั้นเรา (ตามที่สมมติเรียก) จึงยังคงต้องมีความทุกข์อยู่ต่อไป จนกว่าเราจะถูกความทุกข์แผดเผาเอาจนทนต่อไปไม่ไหวแล้ว และเบือนหน้าต่อความทุกข์ทั้งหลายอย่างเต็มทีนั่นแหละ เราจึงจะสนใจที่จะมาศึกษาและปฏิบัติเพื่อดับมัน

อีกอย่างถ้าเราหมั่นพิจารณาถึงความทุกข์ที่มันแผดเผาเราอยู่ในปัจจุบัน หรือคิดพิจารณาถึงความทุกข์ในอนาคต ที่จะต้องเกิดขึ้นมาอย่างแน่นอน (จากความแก่ ความเจ็บ ความตาย ความพลัดพรากจากสิ่งที่รัก ความประสบกับสิ่งที่ไม่รัก และความผิดหวัง) อยู่เสมออย่างจริงจัง เราก็คงจะเริ่มเกิดความกลัวต่อความทุกข์ในอนาคต และมีความปรารถนา (ความอยากที่ดี) ที่จะศึกษาและปฏิบัติเพื่อป้องกันไม่ให้ความทุกข์ในอนาคตนั้นเกิดขึ้น

อีกอย่างถ้าเราจะหมั่นพิจารณาถึงความสุขทั้งหลาย ที่เรา กำลังลุ่มหลงติดใจกันอยู่นี้ อยู่เสมอว่า “มันเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยงแท้ถาวร ต้องแสวงหามาด้วยความเหนื่อยยาก อีกทั้งยัง ทำให้ต้องเป็นห่วงกังวลอยู่เสมอ ซ้ำเมื่อไม่มีความสุขหรือมีน้อยลง เราก็คงจะเป็นทุกข์อีก แต่ถึงเราจะเสพความสุขไปมากสักเท่าใดก็ตาม สุดท้ายมันก็จะผ่านเลยหรือสูญหายไปจนหมดสิ้น และยังเสพก็จะยิ่งติดใจ และอยากเสพมากยิ่งขึ้น อันส่งผลให้ต้องแสวงหาและห่วงใยมากยิ่งขึ้น ซึ่งก็ย่อมที่จะนำปัญหา และความทุกข์ ความเดือดร้อนมาให้อีกอย่างไม่รู้จักจบสิ้น และสิ่งสำคัญ ความสุขที่เราลุ่มหลงติดใจนี้ มันก็มีความทุกข์ซ่อนเร้นอยู่ ด้วยทั้งสิ้น” ซึ่งการพิจารณาเช่นนี้ก็จะช่วยให้เราเกิดความเบื่อหน่ายในความสุขและมีความอยากที่จะดับทุกข์มากขึ้น

จุดสำคัญ ถ้าเราจะมีความเข้าใจอย่างถูกต้องว่า “ไม่มีอะไรที่จะมาเป็นตัวเราจริง” ได้อย่างแท้จริงแล้ว เราก็คงมองเห็นได้เองว่า ถึงแม้เราจะเสพสุข และลุ่มหลงติดใจความสุข หรือแสวงหาความสุข และยึดถือว่า เป็นของเราไปมากสักเท่าใดก็ตาม แต่แท้ที่จริงแล้ว ก็ไม่ได้มีใครที่ได้เสพ หรือยึดถือได้อย่างแท้จริงเลย ซึ่งจุดนี้จะเป็นจุดสำคัญที่จะทำให้เราไม่คิดที่จะแสวงหาและยึดถือสิ่งใดๆในโลก อันจะนำไปสู่การปฏิบัติที่สูงขึ้น เพื่อที่จะคืนทุกสิ่งทุกอย่างที่ได้เคยยึดถือเอาไว้แก่ธรรมชาติในอนาคตอีกด้วย

สรุปได้ว่า ถ้าเรามีความเข้าใจอย่างถูกต้อง ว่า “ทุกสิ่ง ที่เกิดขึ้นล้วนไม่เที่ยงแท้ถาวร ต้องทนอยู่ และไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริง” แล้ว เราก็คงมองเห็นความจริงแท้ของธรรมชาติที่สำคัญที่สุดได้ และจะทำให้เราเกิดความเบื่อหน่ายต่อชีวิตและต่อทุกสิ่งทุกอย่าง อันจะนำเราไปสู่การศึกษาและปฏิบัติเพื่อดับทุกข์ที่สูงขึ้นต่อไปได้ ซึ่งนี่คือประโยชน์จากการมองเห็นความจริงสูงสุดของธรรมชาติ

สิ่งที่มีคุณค่าที่สุดของมนุษย์คืออะไร?

เมื่อเราเข้าใจอย่างถูกต้องชัดเจนแล้วว่า “มันไม่มีสิ่งใดหรือสภาวะใดที่จะมาเป็นเราหรือของเราได้จริง” ก็จะทำให้เรามองเห็นได้ว่า ชีวิตที่สมมติว่าเป็นเรานี้ ธรรมชาติปรุงแต่งหรือสร้างสรรค์ขึ้นมา เพื่อให้มาทำหน้าที่เท่านั้น

ไม่ได้สร้างขึ้นมาเพื่อให้มายึดถือสิ่งใดๆ เพราะทุกสิ่งมันยึดถือไม่ได้ ถ้าโง่งไปยึดถือเข้าก็จะเป็นทุกข์ ดังนั้นสิ่งที่ดีที่สุด หรือมีคุณค่า หรือมีประโยชน์อย่างแท้จริงสำหรับมนุษย์ทุกคนก็คือ “ความไม่มีทุกข์” นั่นเอง

เมื่อชีวิตก็ไม่ได้มีตัวตนของใครจริง และความทุกข์ทั้งหลายก็ไม่ได้เที่ยงแท้ถาวร ผู้มีปัญญาทั้งหลายจึงมองเห็นว่า ไม่มีประโยชน์อะไรที่จะไปลุ่มหลงความสุขทั้งหลายของโลก เพียงคอยดูแลรักษาจิตใจและร่างกายไม่ให้เป็นทุกข์ ในขณะที่ยังมีชีวิตอยู่นี้ก็พอแล้ว ถ้าไปแสวงหาและเสพความสุข ก็จะทำให้เกิดความทุกข์ขึ้นมาโดยไม่ได้ อะไร

เมื่อจิตหลุดพ้นจากความยึดถือว่ามีตัวเรา และไม่แสวงหาและลุ่มหลงจิตใจในสิ่งใดๆในโลกแล้ว จิตก็จะกลับคืนสู่ความบริสุทธิ์ตามธรรมชาติเดิมของมัน ซึ่งลักษณะนี้เรียกว่าเป็น “จิตหลุดพ้น” (แต่ถ้าใครยังมีความเชื่อว่ามีตัวเราเป็นผู้หลุดพ้นก็เท่ากับยังไม่เข้าใจเรื่องที่ว่าแท้จริงมันไม่มีตัวเรา) ซึ่งความหลุดพ้นนี้ก็คือ หลุดพ้นหรืออยู่นเหนืออำนาจของโลก ไม่มีสิ่งในโลกที่จะมาช่วยวนให้รัก ชอบ พอใจ หรือโกรธ เกลียด กลัว หรือไม่พอใจ เป็นต้นได้ แม้แต่เล็กน้อย และแม้แต่ความตายก็ไม่สามารถที่จะมาทำให้จิตนี้หวั่นไหวไปในทางกลัวหรือเศร้าโศกเสียใจได้ แม้แต่น้อยนิด

จิตที่หลุดพ้นจากความยึดถือว่ามีตัวเรา **จะไม่มีความอยากใดๆเพื่อตัวเองอีกต่อไป** คือจะไม่คิดอะไรเพื่อตัวเอง, พุดอะไรเพื่อตัวเอง, และทำอะไรเพื่อตัวเอง ไม่ว่าจะในลักษณะใดๆ ก็ทั้งโดยตรงและโดยอ้อม แต่แม้จะไม่มี ความอยากใดๆ จิตที่หลุดพ้นนี้ ก็ยังคงทำหน้าที่ต่างๆของชีวิตต่อไปอย่างถูกต้องสมบูรณ์ โดยเฉพาะหน้าที่ในการนำสันติสุขมาสู่มวลมนุษย์ และนำสันติภาพมาสู่โลก ด้วยการชี้แนะให้มนุษย์ตื่นจากความหลับใหล (จากความโง่งที่เข้าใจผิดว่ามีตนเอง) แล้วว่ามีปัญญาเข้าใจชีวิตอย่างถูกต้อง (ว่าไม่มีตนเองอยู่จริง) และรู้จักวิธีการดำเนินชีวิตที่ไม่มี ความทุกข์ได้ด้วยตนเอง ซึ่งการทำหน้าที่นี้ไม่ได้ทำเพื่อใคร แต่ทำตามหน้าที่ และเพื่อหน้าที่ ตามที่ธรรมชาติกำหนด มา และมีผลเป็นความสงบเย็น หรือไม่มี ความทุกข์ใดๆของจิตใจ เป็นผลตอบแทนที่ธรรมชาติมอบมาให้

สรุปได้ว่า ถึงแม้ใครจะปฏิญาณตนว่า “ไม่มีศาสนา” แต่ก็สามารถที่จะมีความเข้าใจหรือเห็นแจ้งชีวิตได้ โดยไม่ต้องอาศัยความรู้และเชื่อจากศาสนาใดๆ เพราะอาศัยการศึกษาชีวิตตามหลักวิทยาศาสตร์ คือใช้เหตุใช้ผลและ ศึกษาจากชีวิตจริงของเราเอง จนทำให้พบกับความจริงว่า “มันไม่มีเราอยู่จริง” และเมื่อพบกับความจริงนี้แล้วก็จะทำให้เกิดความรู้แจ้งชีวิตขึ้นมา ซึ่งจากความรู้แจ้งนี้เองที่ทำให้พบกับวิธีการดับทุกข์ของจิตใจ ที่มนุษย์ทุกคนเกลียดกลัว ซึ่งนี่ก็เท่ากับว่าเป็นการค้นพบที่ยิ่งใหญ่ ที่แม้ผู้ที่เชื่อมั่นในศาสนาทั้งหลายก็ยากที่จะได้พบ ซึ่งความรู้นี้นอกจากจะ ช่วยให้กำจัดทุกข์ของจิตได้แล้ว ยังจะช่วยให้โลกมีสันติภาพขึ้นมาได้อีกด้วย

เราจะช่วยโลกให้มีสันติภาพได้อย่างไร?

สันติภาพ หมายถึง ความสงบสุขของโลก ซึ่งเกิดมาจากการที่มนุษย์ไม่ทำร้ายกัน หรือไม่เอาไรด์เอาเปรียบ เบียดเบียนกัน ไม่ว่าจะโดยวิธีใด ซึ่งการที่โลกมีแต่วิกฤตการณ์อยู่ทุกวันนี้ก็เพราะ มนุษย์เบียดเบียนซึ่งกันและกันอยู่ คือทั้งเบียดเบียนกันเอง เบียดเบียนสัตว์ และเบียดเบียนป่าไม้

ส่วนสาเหตุที่ทำให้มนุษย์เบียดเบียนกันนี้ก็เพราะมนุษย์มี “ความโลภ” (อยากได้วัตถุนิยม คือ เรื่องทางเพศ, วัตถุสิ่งของ, และเกียรติยศชื่อเสียง ที่ให้ความสุขอย่างยิ่ง) เมื่อไม่ได้ตามที่โลกก็จึงเกิด “ความโกรธ” (อยากทำร้าย บุคคลหรือสิ่งที่มาขัดขวางไม่ให้ได้วัตถุนิยม)

ส่วนสาเหตุที่ทำให้มนุษย์มีความโลภและความโกรธก็เพราะมนุษย์มี “ความเห็นแก่ตัว” คือโลกก็เพื่อตัวเอง โกรธก็เพราะตัวเองไม่ได้ตามที่อยากได้

ส่วนสาเหตุที่ทำให้มนุษย์มีความเห็นแก่ตัวก็เพราะมนุษย์มี “ความยึดถือว่ามีตัวเอง” คือเมื่อยึดถือว่ามีตัวเอง จึงทำให้เกิดความเห็นแก่ตัวขึ้นมา

ส่วนสาเหตุที่ทำให้มนุษย์มีความยึดถือว่ามีตัวเองก็เพราะมนุษย์มี “ความเข้าใจผิดตัวว่ามีตัวเองอยู่จริง” คือเมื่อมีความเข้าใจผิดตัวว่ามีตัวเองจริง จึงทำให้เกิดความยึดถือว่ามีตัวเองขึ้นมา

ส่วนสาเหตุที่ทำให้มนุษย์มีความเข้าใจผิดว่ามีตัวเองอยู่จริงก็เพราะมนุษย์มี “ความรู้ผิดว่ามีตัวเองอยู่จริง” (สัญชาตญาณว่ามีตัวเอง ที่ฝังอยู่ในจิตใต้สำนึก ที่เรียกว่าเป็นความโง่สูงสุดของมนุษย์) คือเมื่อมีความรู้ผิดว่ามีตัวเองอยู่จริง จึงทำให้เกิดความเข้าใจผิดว่ามีตัวเองอยู่จริงขึ้นมา

เมื่อพิจารณาอย่างละเอียดลึกซึ้งก็ทำให้สรุปได้ว่า ต้นตอของวิกฤติการณ์ทั้งหลายของโลกเกิดมาจาก “ความโง่สูงสุดหรือความรู้ผิดว่ามีตัวเองอยู่จริงของมนุษย์ทั้งหลาย” คือเมื่อมนุษย์มีความรู้ผิดว่ามีตัวเองอยู่จริง จึงทำให้จิตใจของมนุษย์นั้นเกิดความเข้าใจผิดว่ามีตัวเองอยู่จริงขึ้นมา, เมื่อมีความเข้าใจผิดว่ามีตัวเองอยู่จริง ก็ทำให้เกิดความยึดถือว่ามีตัวเองขึ้นมา, เมื่อมีความยึดถือว่ามีตัวเองก็ทำให้เกิดความเห็นแก่ตัวขึ้นมา, เมื่อมีความเห็นแก่ตัวจึงทำให้เกิดความโลภและโกรธเพื่อตัวเองขึ้นมา, และเมื่อมีความโลภและโกรธ จึงทำให้มนุษย์เกิดการเบียดเบียนกันขึ้นมา, จนทำให้โลกมีแต่วิกฤติการณ์และหายนะสภาพไม่ได้เป็นอย่างเช่นในปัจจุบัน

ดังนั้นวิธีสร้างสันติภาพให้แก่โลกที่ได้ผลแน่นอนและยั่งยืนที่สุดก็คือ การเผยแพร่ความจริงที่เกี่ยวกับชีวิตนี้เพื่อให้นมนุษย์หายโง่ หรือการสอนให้นมนุษย์เกิดความรู้ที่ถูกต้องว่า “แท้จริงมันไม่ได้มีตัวเองอยู่จริง มีแต่ตัวเองชั่วคราวเท่านั้น”, เมื่อมนุษย์ส่วนใหญ่เกิดความรู้ที่ถูกต้องว่า แท้จริงมันไม่ได้มีตัวเองอยู่จริงแล้ว ความเข้าใจผิดว่ามีตัวเองอยู่จริงก็จะหายไป, เมื่อความเข้าใจผิดว่ามีตัวเองอยู่จริงหายไป ความยึดถือว่ามีตัวเองก็จะลดน้อยลง, เมื่อความยึดถือว่ามีตัวเองลดน้อยลง ความเห็นแก่ตัวก็จะลดน้อยลงตาม, เมื่อความเห็นแก่ตัวลดน้อยลง (หรือไม่เห็นแก่ตัวแต่เห็นแก่ผู้อื่นแทน) ความโลภและโกรธก็จะลดน้อยลงตาม, เมื่อมนุษย์มีความโลภและโกรธน้อยลง การเบียดเบียนกันก็จะลดน้อยลง, เมื่อมนุษย์เบียดเบียนกันลดน้อยลง วิกฤติการณ์ของโลกก็จะลดน้อยลง, และเมื่อโลกมีวิกฤติการณ์ลดน้อยลงจนโลกกลับคืนสู่ความปกติ สันติภาพก็จะกลับมาปรากฏได้ใหม่หลังจากที่โลกได้สูญเสียมันไป

จึงขอฝากให้ผู้ที่มิปัญญาทั้งหลาย ทั้งที่มีศาสนาและไม่มีความศาสนา ที่ค้นพบความจริงของชีวิตแล้ว มาช่วยกันเผยแพร่ความจริงนี้แก่เพื่อนมนุษย์ เพื่อช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์และสัตว์รวมทั้งป่าไม้ที่กำลังมีความทุกข์ความเดือดร้อน ให้พ้นจากความทุกข์ความเดือดร้อนและมามีความสุข รวมทั้งช่วยกอบกู้สันติภาพกลับคืนให้แก่โลกกันต่อไป

จบบริบูรณ์

(ศึกษารายละเอียดเพิ่มเติมได้จาก www.whatami.net)

