

ไอน์สไตน์ถาม พระพุทธเจ้าตอบ

บทนำ

ผู้จริงย่อมพูดเรื่องเดียวเท่านั้น คือ เรื่องการพาคนไปให้ถึงพระนิพพาน และผู้จริงเท่านั้นจึงรู้ว่า ความรู้ทางโลก เช่น ความรู้ทางวิทยาศาสตร์ที่แม้ชาวโลกเห็นพ้องต้องกันว่ามีความสำคัญอย่างยิ่งยวดต่อการดำรงอยู่ของชีวิตนั้น ก็ยังไม่มีมีความสำคัญมากเท่ากับความรู้เรื่องการดับทุกข์หรือการเข้าถึงพระนิพพาน ฉะนั้น แม้อัลเบิร์ต ไอน์สไตน์ ได้ทิ้งมรดกทางปัญญาให้ชาวโลกไว้อย่างมากมายมหาศาลเพียงใด ดิฉันก็ไม่ได้มองไอน์สไตน์ในฐานะผู้จริง เพราะไอน์สไตน์ยังไม่ได้เป็นผู้จริง เขาเป็นเพียงนักฟิสิกส์ที่ได้รับรางวัลโนเบล ความรู้ด้านฟิสิกส์ของไอน์สไตน์ได้ไขความลึกลับของธรรมชาติอันเนื่องกับสสารและพลังงานอันคือเนื้อหาของทฤษฎีสัมพัทธภาพ และกลศาสตร์ควอนตัม อันเป็นความรู้ทางฟิสิกส์พื้นฐานที่ได้รับการต่อยอดและพัฒนาไปสู่เทคโนโลยีในปัจจุบันนี้เท่านั้น ซึ่งความรู้เหล่านี้ของไอน์สไตน์ไม่ได้มีส่วนเกี่ยวข้องกับการพาคนไปนิพพานเพื่อการหลุดพ้นจากความทุกข์แต่อย่างใด

ดิฉันได้พูดถึงเรื่องการต่อตัวต่อในหนังสือเรื่องใบไม้กำมือเดียว หากจะเปรียบเทียบกับเรื่องตัวต่อของภาพชีวิตที่สมบูรณ์อันมีตัวเราเป็นส่วนหนึ่งที่กระจัดริตมากของจักรวาลทั้งหมดแล้ว ไอน์สไตน์ก็คือบุคคลหนึ่งที่สามารถต่อตัวต่อกระจุกเล็ก ๆ มุมหนึ่งอันเป็นงานที่เขาสานต่อจากนักวิทยาศาสตร์ที่มีชีวิตก่อนหน้าเขา เช่น ไอแซก นิวตัน ไมเคิล ฟาราเดย์ อังตวน ลาวาซีเย เอิร์นท มาค เป็นต้น ซึ่งไอน์สไตน์อาจจะต่อตัวต่อของภาพชีวิตที่เนื่องกับจักรวาลในกระจุกใหญ่เพียงพอที่ทำให้ภาพของมุมนั้น ๆ ชัดเจนมากขึ้น คือสามารถไขกุญแจเข้าไปสู่ความลึกลับของปรากฏการณ์ธรรมชาติของเอกภพโดยเฉพาะเรื่องแสง การเคลื่อนของแสง ของอวกาศและเวลาได้มากขึ้นจนก่อให้เกิดสูตรทางคณิตศาสตร์ $e=mc^2$ ที่ดูเรียบง่ายแต่ซับซ้อน รวมทั้งเปิดเผยคุณภาพทั้งฝ่ายด้าสนิท (การผลิตระเบิดปรมาณู) และฝ่ายขาวอย่างขุนมัว (เทคโนโลยีทางวัตถุ) ของธรรมชาติ ซึ่งความรู้เหล่านี้ของไอน์สไตน์ได้เปิดโอกาสให้นักฟิสิกส์รุ่นหลังต่อยอดความรู้ของเขาได้อย่างไม่หยุดยั้งจนกลายเป็นความรู้พื้นฐานของการพัฒนาเทคโนโลยีของทุกวันนี้

แต่แม้ไอน์สไตน์จะรู้อะไรได้มากมาย อัลจริยะบุคคลท่านนี้ก็ยังไม่สามารถต่อภาพทั้งหมดของชีวิตที่สัมพันธ์กับจักรวาลได้หมด เพราะเขายังไม่พบ "ตัวต่อตัวสุดท้าย The missing link" ที่สามารถทำให้ภาพทั้งหมดของชีวิตชัดเจนและสมบูรณ์ได้ ความสามารถในการเห็นภาพรวมของชีวิตเพราะสามารถวางตัวต่อตัวสุดท้ายลงได้เป็นความสามารถของผู้จริงเท่านั้นอันมีพระพุทธเจ้าเป็นบุคคลท่านแรกของโลกที่ต่อภาพทั้งหมดของชีวิตที่ประสานกับจักรวาลได้สำเร็จ

ฉะนั้น สิ่งที่ชาวโลกโดยเฉพาะผู้คลั่งไคล้บูชาความสำเร็จและความมั่งคั่งร่ำรวยของวิทยาศาสตร์ต้องตระหนักให้ชัดเจนคือ ไอน์สไตน์ก็ยังเป็นมนุษย์คนหนึ่งที่อยู่ในขั้นตอนของการแสวงหาสัจธรรมอันสูงสุดเหมือนมนุษย์คนอื่น ๆ อีกมากมาย สัจธรรมอันสูงสุดนี้ ดิฉันได้พูดแล้วว่าเป็นสภาวะเดียวกับพระนิพพาน พระเจ้า เต๋า ดันไม้แห่งชีวิต หรือ ที่นี้

เดี๋ยวนี ดิฉันได้ตั้งศัพท์ใหม่ที่รัดกุม และเหมาะกับยุคสมัยที่คนรุ่นใหม่สามารถเข้าใจได้ง่ายขึ้นคือ สภาวะ “ผัสสะบริสุทธิ์ The innocent perception” นั่นเอง

ในปี ค.ศ. 1954/๒๔๙๗ ไอน์สไตน์ได้เขียนไว้ในหนังสือเรื่อง The Human Side ยอมรับเองว่า คำตอบที่เขาต้องการนั้นอาจจะอยู่ในพุทธศาสนาแล้วก็เป็นได้ เขาพูดว่า

ศาสนาในอนาคตจะเป็นศาสนาที่เนื่องกับจักรวาล ควรอยู่เหนือพระเจ้าส่วนตัว หลีกเลียงลัทธิกฎเกณฑ์ที่ไร้ข้อพิสูจน์ ควรครอบคลุมทั้งเรื่องธรรมชาติและจิตวิญญาณ ควรตั้งอยู่บนรากฐานของศาสนาที่เกิดจากประสบการณ์ของทุกสิ่งที่สร้างเอกภาพอันมีความหมาย ซึ่งพระพุทธศาสนาดูเหมือนจะมีสิ่งเหล่านี้อยู่ ศาสนาพุทธน่าจะเป็นศาสนาที่สามารถแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ของยุคสมัยได้

การคาดการณ์ของไอน์สไตน์ถูกต้องทีเดียว นี่จึงเป็นคำพูดของไอน์สไตน์ที่ดิฉันพยายามจะขอยอดอดประสานให้พบกับความรู้ของพระพุทธเจ้าให้จงได้ จุดคงที่ของจักรวาลที่ไอน์สไตน์ต้องการหาก่อนทฤษฎีสัมพัทธภาพรวมทั้งทฤษฎีเอกภาพที่เขาแสวงหา อยู่ในช่วง ๓๐ ปีสุดท้ายของชีวิตนั้น ไม่ใช่อะไรอื่น มันคือสภาวะสัจธรรมอันสูงสุดหรือพระนิพพานนั่นเอง ไอน์สไตน์หาไม่พบ เพราะขาดปัจจัยสำคัญ คือ ไม่ได้พบผู้จริง

ผู้อ่านอาจจะสงสัยว่า ดิฉันไม่ได้เป็นนักฟิสิกส์ แล้วดิฉันจะเอาความรู้ทางฟิสิกส์ที่ไหนมาต่อยอดความรู้ของไอน์สไตน์ได้ คำตอบคือ ดิฉันไม่ได้ต้องการหยิบยื่นความรู้เรื่องฟิสิกส์ให้แก่คุณ จึงไม่จำเป็นต้องรู้รายละเอียดของฟิสิกส์ที่ซับซ้อนเข้าใจยาก การเห็นภาพทั้งหมดของชีวิต หรือ การรู้สภาวะพระนิพพานคือ การรู้ทิศทางของชีวิตที่จะทำให้คนหมดทุกข์ รู้ว่าความรู้ไหนกำลังช่วยให้คนเดินทางไปถูกทิศหรือผิดทิศ เข้าใกล้หรือห่างไกลจากพระนิพพานมากแค่ไหน ฉะนั้น สิ่งที่ดิฉันจะพูดอันเนื่องกับความคิดของไอน์สไตน์ในหนังสือเล่มนี้จึงไม่ใช่เรื่องฟิสิกส์ที่จะนำมาต่อยอดใช้พัฒนาเทคโนโลยีได้ แต่เป็นเรื่องการปรับเข็มทิศชีวิตเท่านั้น เป็นเรื่องการเบนเข็มทิศชีวิตเพื่อช่วยให้ผู้สนใจงานของไอน์สไตน์มาสนใจเรื่องราวของการหมดทุกข์หรือไปให้ถึงพระนิพพานเท่านั้น

ฉะนั้น ดิฉันจะพูดพาดพิงเพียงความคิดหลักอันเป็นส่วนหนึ่งของโครงสร้างใหญ่เท่านั้น ซึ่งถึงแม้ดิฉันจะเข้าใจคลาดเคลื่อนไปบ้างนิดหน่อย ก็ยังไม่เป็นไร ไม่ใช่เรื่องคอขาดบาดตาย เพราะสิ่งที่ดิฉันต้องการให้คุณมองออกคือ วิธีการเดินสายความคิดของไอน์สไตน์รวมทั้งปัญญาชนโดยทั่วไปนั้น ล้วนเป็นเรื่องการเดินเข้าไปในท่อของความคิดอันเป็นปัญญาฝ่ายโลก ที่ดิฉันเรียกว่า ท่อแห่งความรู้ทางโลก The tube of intellect

ในส่วนความคิดหลักอันเป็นโครงสร้างใหญ่ของไอน์สไตน์นั้น ถ้าพูดอย่างสรุปก็มีเพียงนิดเดียวเท่านั้น ซึ่งความรู้ส่วนนี้ดิฉันก็ได้รับจากคุณครูที่สอนวิทยาศาสตร์ในสมัยเรียนชั้นมัธยมซึ่งสอนอย่างสรุปย่อ ๆ เท่านั้นและยังมีหลงเหลืออยู่บ้างในความทรงจำของดิฉัน โดยเฉพาะเรื่องรถไฟสองขบวนวิ่งด้วยความเร็วพร้อมกัน นอกจากนั้น ดิฉันมักจะดึงความคิดหลัก ๆ ออกมาจากหนังสือบรรณานุกรมของเขาวงกต ซึ่งผู้เขียนมักพูดสรุปความคิดในส่วนที่เป็นโครงสร้างอย่างย่อ ๆ ด้วยภาษาที่เข้าใจได้ง่าย ๆ ประโยคที่ดิฉันได้พบและนำออกมาใช้อยู่หลายปีแล้วนั่นคือ อะไรคือจุดนิ่งที่สมบูรณ์และเป็นอนันต์กาลของจักรวาล What is the absolute ruling point in nature? ซึ่งดิฉันเห็นว่าเป็นประโยคที่ช่วยให้เข้าใจความคิดหลัก

ของไอน์สไตน์ได้ต่าง ๆ เมื่ออ่านพบก็รู้ทันทีว่า นี่เป็นประโยคที่ดิฉันสามารถใช้เชื่อมต่อกับความรู้เรื่องนิพพานของพระพุทธเจ้าได้ด้วย จึงใช้มาตลอด

นอกจากนั้น ดิฉันยังให้ความสนใจดูสารคดีทางวิทยาศาสตร์ต่าง ๆ โดยเฉพาะในปีนี้ โทรทัศน์ของอังกฤษได้ร่วมฉลองการครบรอบร้อยปีของผลงานอันยิ่งใหญ่ของไอน์สไตน์ เป็นปีแห่งฟิสิกส์โลก (World Year of Physics) จึงมีสารคดีต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับผลงานทางด้านฟิสิกส์ของอัจฉริยะบุคคลท่านนี้มาก ซึ่งเอื้ออำนวยให้ดิฉันเข้าใจงานของไอน์สไตน์มากขึ้นอีกนิดหน่อย จึงพยายามจับจุดสำคัญที่ช่วยให้ดิฉันสามารถเชื่อมโยงความคิดของนักฟิสิกส์ผู้โด่งดังท่านนี้กับความคิดของพระพุทธเจ้า นี่คือเป้าหมายหลักที่ดิฉันจะพยายามทำให้ดีที่สุด นั่นคือ หยิบยื่นสังฆธรรมให้คุณด้วยการเข้าถึงอย่างเป็นกลาง ๆ ที่สุด ห่างจากกรอบประเพณีของศาสนาที่มักมีความขัดแย้งซึ่งกันและกัน

การที่จะเข้าใจหนังสือเล่มนี้ได้อย่างถ่องแท้และถึงแก่นของมันนั้น ผู้อ่านควรต้องเข้าใจให้ชัดเจนว่า เนื้อหาของหนังสือเล่มนี้เป็นความรู้ที่ต่อเนื่องจากหนังสือเล่มก่อน ๆ ของดิฉัน คือ ไบไบกำมือเดียว คู่มือชีวิตทั้งสองภาค และ อวดอุตริมนุสธรรมที่มีในตน หนังสือทั้ง ๔ เล่มรวมทั้งเล่มนี้ล้วนเป็นผลผลิตจากการปฏิบัติธรรมของดิฉัน จนถึงจุดที่ดิฉันแน่ใจแล้วว่า ประสบการณ์ที่ดิฉันเรียกว่า ผัสสะบริสุทธิ์ เป็นสภาวะเดียวกับ พระนิพพาน หรือ สังฆธรรมอันสูงสุด

ฉะนั้น วิธีการนำเสนอเรื่องต่าง ๆ ของทุกบทในหนังสือเล่มนี้อาจจะเป็นวิธีการใหม่สำหรับปัญญาชนที่ยังไม่ชินกับงานเขียนของดิฉัน นั่นคือ ดิฉันเขียนจาก “ผลมาสู่เหตุ” ไม่ใช่เขียนจาก “เหตุไปสู่ผล” ซึ่งเป็นวิธีการทางวิทยาศาสตร์ที่ปัญญาชนเคยชินมากกว่า การเขียนจาก “ผลมาสู่เหตุ” นี้ ยังไม่มีอยู่ในสารบบใด ๆ ของความรู้ทางโลก นี่เป็นวิธีการเขียนและการสอนของผู้รู้สังฆธรรมอันสูงสุดเท่านั้น

ดิฉันได้อธิบายไว้แล้วในบทที่สองของหนังสือไบไบกำมือเดียวว่า การตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าหมายความว่า ท่านได้พบสภาวะหนึ่งที่คุณอื่นยังไม่รู้จัก นั่นคือ สภาวะพระนิพพาน และ ท่านก็ทรงทราบอย่างแน่ชัดว่า สภาวะนี้คือ เป้าหมายปลายทางของทุกชีวิต เป็นที่สุดของทุกอย่าง เป็นสภาวะที่ทุกคนต้องไปให้ถึง ฉะนั้น สภาวะพระนิพพานคือ ผล (นิโรธ) ซึ่งดิฉันเปรียบเหมือนการพบสระน้ำอมฤตที่อยู่ในป่า เมื่อใครได้ดื่มแล้ว จะมีชีวิตอมตะ เมื่อพระพุทธเจ้าพบสระน้ำอมฤต ท่านจึงออกจากป่าเพื่อมาบอกทางให้คนทั่วไปได้รู้ทางไปถึงสระน้ำอมฤตนั้น การบอกทางนี้จึงเป็นเหตุ (มรรค) ที่สาวขึ้นไปสู่ผล แต่เป็นผลที่พระพุทธเจ้ารู้ก่อนแล้ว ฉะนั้น การวางขั้นตอนของอริยสังขลานั้น ท่านจึงทรงวาง นิโรธ มาก่อนองค์มรรค หรือ “ผลมาสู่เหตุ” ด้วยเหตุผลเช่นนี้

ถ้าจะเปรียบเทียบกับการต่อตัวต่อที่พูดเมื่อสักครู่นี้ก็หมายความว่า พระพุทธเจ้าเห็นภาพทั้งหมดของรูปสำเร็จแล้ว จึงสามารถสอนให้คนต่อตัวต่อที่ยังกระจัดกระจายอยู่ด้วยวิธีการที่เร็วที่สุด เพราะรู้ว่าชิ้นไหนต้องวางตรงไหน จึงเป็นการสอนการต่อตัวต่อแบบ “ผลมาสู่เหตุ” เช่นกัน วิธีการสอนเช่นนี้จึงเป็นเรื่องใหม่สำหรับปัญญาชน เป็นเรื่องที่ปัญญาชนต้องระวังมาก ไม่ควรรีบสรุปหรือตัดสินหนังสือเล่มนี้ได้ง่าย ๆ และรวดเร็วเกินไป เพียงเพราะสิ่งที่อ่านอาจจะขัดกับความรู้สึกและความเข้าใจของตนเอง

ในหนังสือเรื่อง “อวดอุตริมนุสธรรมที่มีในตน” นั้น ดิฉันจำเป็นต้องใช้หนังสือทั้งเล่มนี้อธิบายให้ผู้อ่านยอมรับเพียงเรื่องเดียวเท่านั้นคือ ให้ยอมรับว่าดิฉันรู้จักสภาวะพระนิพพาน เพราะดิฉันรู้จักสภาวะพระนิพพานนี้เอง ดิฉันจึงสามารถตั้งชื่อพระนิพพานใหม่เพื่อให้เหมาะกับยุคสมัยคือ ผัสสะบริสุทธิ์ หรือ ที่นี้ เดียวนี้ ตรงนี้แหละ คือ จุดเริ่มต้นของความรู้ทั้งหลายที่ทำให้ดิฉันสามารถเขียนหนังสือเล่มนี้ได้ด้วยวิธีการสอนแบบ “ผลมาสู่เหตุ” และพระนิพพานอีกเป็นจุดที่ทุกเรื่องต้องมาจบที่ตรงนี้เช่นกัน

พระนิพพานหรือผัสสะบริสุทธิ์คือ “ผล” ที่ดิฉันได้เห็นแล้ว รู้แล้ว แน่ใจแล้วว่า “ใช่แน่” จึงนำประเด็นหัวข้อที่ทำหายของบทต่าง ๆ ขึ้นมาพูด ประสาน และเทียบเคียง ซึ่งประเด็นเหล่านี้เป็นเรื่องที่ดิฉันได้เขียนเป็นภาษาอังกฤษไว้ก่อนแล้วในหนังสือเรื่อง Do You Know What A Normal Mind Is? ซึ่งล้วนเป็นประเด็นที่เป็นจุดอ่อนของชาวตะวันตก เช่น การถามคำถามเรื่องการแสวงหาตัวจริงของเราซึ่งดิฉันเอาออกมาจากรายการสนทนาในโทรทัศน์ การตั้งคำถามเรื่อง “จิตใจที่ปกติ” เป็นอย่างไรเพราะได้นั่งรถไปกับลูกศิษย์ที่เป็นโรคจิต ตั้งคำถามว่า “พรหมแดนสุดท้ายของจักรวาล” อยู่ที่ไหนเพราะนี่เป็นอิทธิพลของหนังโทรทัศน์เรื่อง Star Trek ที่คนติดตามมาร่วม ๓๐ ปี เป็นวลีที่ชาวตะวันตกรู้จักกันดี

ดิฉันจึงนำคำถามเหล่านี้มาเชื่อมประสานกับเรื่องการแสวงหา “จุดคงที่ของจักรวาล” ซึ่งเป็นเรื่องที่อยู่ตรงข้ามกับความคิดเรื่องสัมพัทธภาพของไอน์สไตน์ ความคิดเรื่องสัมพัทธภาพของไอน์สไตน์เป็นการเดินสายความคิดที่ใกล้เคียงกับการถามเรื่องพระนิพพานของพระพุทธเจ้ามากที่สุด เพราะถามว่าจุดนิ่งของจักรวาลที่จะเอามาใช้เป็นมาตรฐานการวัดของทุกสิ่งอยู่ที่ไหน ซึ่งไอน์สไตน์เห็นว่าไม่มี เพราะจักรวาลเคลื่อนตลอดเวลา จึงก่อให้เกิดผลคือ ทฤษฎีสัมพัทธภาพ ซึ่งเป็นเรื่องเกี่ยวกับการยอมรับสถานะอนิจจังของทุกสิ่ง เป็นสถานะที่ไอน์สไตน์ได้เดินมาถึงสุดสายพานของ “การใช้ความคิด” แล้ว ไปต่อไม่ได้แล้ว

ดิฉันจึงช่วยประสานโดยการช่วยขีดเส้นใต้คำถามที่อาจจะยังไม่ชัดเจนให้เขา เพราะเขายังค้นไม่พบ นั่นคือ จุดคงที่ของจักรวาลคืออะไร อยู่ที่ไหน What is the absolute ruling point in nature? ถึงแม้ไอน์สไตน์ไม่ได้ใช้ คำพูดเช่นนี้ ไม่ได้ถามเช่นนี้ คนรุ่นหลังสรุปให้เขาตั้งที่ดิฉันเอาออกมาจากหนังสือสารานุกรมภาษาอังกฤษ แต่ที่นี่เป็นคำถามที่จะพาผู้ถามไปสู่เรื่องพระนิพพานซึ่งเป็นนิจจัง เป็นเรื่องคงที่ อันเป็นสถานะที่ตรงกันข้ามกับอนิจจังหรือสัมพัทธภาพ

ฉะนั้น ประเด็นเหล่านี้จึงเป็นเรื่องที่ดิฉันต้องการช่วยผู้อ่านชาวตะวันตกให้เข้าใจ เป้าหมายปลายทางของชีวิตได้ชัดเจนขึ้น คือ แทนที่จะพูดว่า นิพพานเป็นเป้าหมายปลายทางของชีวิต ดิฉันพูดใหม่ว่า เป้าหมายชีวิตอยู่ที่การหาตัวจริงของเราให้พบ หรือ เป้าหมายชีวิตอยู่ที่การสามารถเข้าถึงจิตใจที่เป็นปกติ หรือ เป้าหมายชีวิตอยู่ที่การสามารถเข้าถึงจุดปกติหรือจุดคงที่หรือไปถึงพรหมแดนสุดท้ายของจักรวาล ซึ่งดิฉันเห็นว่าการพูดเช่นนี้ อธิบายเช่นนี้ จะช่วยปัญญาชนของยุคนี้เข้าใจได้ดีกว่าการพูดว่า “เป้าหมายชีวิตอยู่ที่การไปให้ถึงพระนิพพาน” เพราะคำว่า พระนิพพาน ได้ถูกวัฒนธรรมทางศาสนาปกคลุมบิดเบือนจนคนเข้าใจผิดไปมากแล้ว มักคิดว่าเป็นเรื่องไกลเกินตัว เป็นเรื่องของพระอริยะที่ไม่เกี่ยวข้องกับตนเองเลย หรือไม่ก็เป็นเรื่องของคนตายแล้ว ไม่เกี่ยวกับชีวิตของคนธรรมดาทั่วไปอย่างเราท่านทั้งหลายที่กำลังดิ้นรนท่ามกลางกันอยู่ ซึ่งเป็นเรื่องเข้าใจผิดหมดนี้เป็นสาเหตุใหญ่ที่ดิฉันจำเป็นต้องสร้างและจับประเด็นเหล่านี้มาชนกัน ประสานกัน เพื่อช่วยให้ผู้อ่านเริ่มคิดในช่องทางที่ถูกตัดโดยใช้ภาษาของคนร่วมสมัย และเพื่อพาพวกเขาไปพระนิพพาน เพราะพระนิพพานเป็นจุดอันติมะที่ “ทุกเรื่อง” อันเกี่ยวข้องกับชีวิต โลก และ จักรวาล จะต้องไปลงที่จุดนั้นหมด

ปัญหาจึงอยู่ตรงที่ว่า หากผู้อ่านไม่ยอมรับว่า ดิฉันรู้จักสถานะพระนิพพานอย่างแท้จริงแล้วใช่ ย่อมต้องมองประเด็นเหล่านั้น เป็นเพียงสมมุติฐานที่ดิฉันตั้งขึ้นมาและพูดเหมาเอาเอง สรุปเองโดยไม่มีหลักฐาน ข้อมูลมาสนับสนุนอย่างเพียงพอ เหมือนจับแพะชนแกะ จะทำให้คุณสับสนและไม่ได้รับประโยชน์จากการอ่านหนังสือเล่มนี้อย่างเต็มที่ เพราะสิ่งที่คุณเห็นว่าเป็น “สมมุติฐาน hypothesis ” ของดิฉันนั้น สำหรับดิฉันแล้วมันเป็น “ข้อเท็จจริง fact” ที่ดิฉันได้รู้แล้ว เห็นแล้ว ไม่ใช่เรื่องการคิด จินตนาการอย่างเพื่อฝันเลื่อนลอยแต่อย่างใด

เพราะดิฉันรู้ว่าพระนิพพานคืออะไร ดิฉันจึงสามารถพูดได้ว่า ตัวจริง ๆ ของเราคืออะไร อยู่ที่ไหน รู้ว่าจิตใจที่ปกติเป็นอย่างไร พรหมแดนสุดท้ายของจักรวาลอยู่ที่ไหน จุดคงที่หรือจุดปกติของจักรวาลอยู่ที่ไหนและเป็นอย่างไร และปัญญาชนกำลังติดอยู่ใน “กล่องความคิด” หรือ “กล่องความรู้ทางโลก” อย่างไรก็ตามเหล่านี้เป็นคำถามเดียวกับคำถามว่า พระนิพพานคืออะไร อยู่ที่ไหนนั่นเอง ซึ่งดิฉันอธิบายคำตอบเรื่องพระนิพพานด้วยคำใหม่คือ ที่นี่ เดียวนี้ ใครรู้จักและสามารถเข้าถึง ที่นี่ เดียวนี้ ได้ละก็ คนนั้นก็เข้าถึง พระนิพพานแล้ว เพราะเป็นสภาวะเดียวกัน ซึ่งคำว่า ที่นี่ เดียวนี้ หรือ ผัสสะบริสุทธิ เป็นคำวลีที่เข้าใจและเข้าถึงได้ง่ายกว่าพระนิพพานมากทีเดียว

เพราะดิฉันรู้แล้วว่าพระนิพพานคืออะไร ดิฉันจึงสามารถนำคำเหล่านี้มาเทียบเคียงกับคำว่า พระเจ้า เต่า ต้นไม้แห่งชีวิต เพื่อช่วยเหลือศาสนิกอื่นให้เข้าใจเป้าหมายของชีวิตและช่วยให้เขาเดินทางไปหาพระเจ้าของเขาได้ด้วยวิธีการของพระพุทธเจ้าคือ การปฏิบัติสติปัญญาสี่ ซึ่งเป็นเรื่องสากลที่มนุษย์ทุกคนทำได้ ดิฉันจึงสามารถกระจายความรู้ออกมาได้เช่นนี้

จุดอ่อนของหนังสือเล่มนี้คือ ความรู้ทางฟิสิกส์ที่ดิฉันไม่สามารถเข้าใจได้หมดและถ่องแท้ แต่ถึงแม้ความรู้ทางฟิสิกส์ของหนังสือเล่มนี้จะผิดหมด ก็ยังไม่เป็นไร ไม่น่าห่วงมากเท่าการสรุปสภาวะพระนิพพานอย่างผิด ๆ เพราะความรู้ทางโลกทุกอย่างล้วนเป็นความรู้ที่เกิดใน “ท้อความคิด” แม้จะถูกต้องอย่างไรในสายตาของปัญญาชน สำหรับคนที่รู้ว่าสังขารคืออะไรแล้ว มันก็ยังมี “คด” อยู่นั่นเอง แม้ไอน์สไตน์มานั่งเบื่องหน้าดิฉันและอธิบายให้ดิฉันเข้าใจความรู้ของเขาทั้งหมดจนดิฉันเข้าใจแจ่มแจ้งก็ตาม ดิฉันก็ยังจะพูดเหมือนเดิมว่า ไอน์สไตน์ยังไม่ใช่ผู้รู้เห็นสังขารอันสูงสุดของจักรวาลอย่างแท้จริง เพราะผู้รู้สังขารจริงจะพูดเพียงเรื่องเดียวเท่านั้น คือ พุดชักรวนคนไปนิพพาน

นี่เป็นประโยคที่มีความหมายลึกซึ้งมาก ที่คุณอาจต้องใช้เวลาทั้งชีวิตปฏิบัติวิปัสสนา จึงสามารถเข้าใจความหมายของมันได้ หากคุณอ่านเฉย ๆ โดยไม่ปฏิบัติวิปัสสนาแล้ว คุณจะไม่เข้าใจว่าทำไมดิฉันจึงกล้า “อวดอุตริ” ทำทนายอัจฉริยะบุคคลอย่างไอน์สไตน์และกล้าพูดว่า เขายังไม่ใช่ผู้รู้จริง ฉะนั้น ก่อนที่ปัญญาชนโดยเฉพาะผู้เชี่ยวชาญด้านฟิสิกส์จะรวมตัวกัน “เหยียบ” ดิฉันเพราะเห็นจุดอ่อนของหนังสือเล่มนี้แล้วละก็ อย่างน้อยที่สุดคุณต้องเข้าใจความหมายของคำว่า “ผัสสะบริสุทธิ” หรือ ไม่ก็ “ที่นี่ เดียวนี้” ในลักษณะของ “ประสบการณ์ experience” หรือ “สภาวะที่แท้จริง” ที่เกิดในตัวคุณเสียก่อน คุณจึงสามารถวิจารณ์หนังสือเล่มนี้ได้ถูกต้อง ถ้าคุณไม่มีสภาวะนั้นแล้ว และไม่เห็นด้วยกับสิ่งที่ดิฉันเขียน ดิฉันก็ไม่เห็นหนทางที่คุณจะวิจารณ์หนังสือเล่มนี้ได้อย่างไร เพราะจะตกอยู่ในรูปลักษณะ “พุดกันคนละเรื่อง” คือ คุณพุดในขณะที่อยู่ในกล่องความคิดหรือท้อความรู้ทางโลกอันมืดมิด (บทที่ ๕) ในขณะที่ดิฉันกำลังพุดจากจุด ก อันเป็นจุดคงที่หรือพรหมแดนสุดท้ายของจักรวาล (บทที่ ๔)

การใช้คำศัพท์ทางธรรมในหนังสือเล่มนี้ก็เช่นกัน คนที่ศึกษาพระอภิธรรมคงอยากตำหนิดิฉันเช่นกันที่ใช้คำว่า “จิตใจ” อย่างผิด ๆ คำว่า จิต ในหนังสือเล่มนี้น่าจะใช้คำว่า เจตสิก จึงจะถูกต้อง เพราะดิฉันรู้แน่ชัดว่าพระนิพพานคืออะไรนี้เอง ดิฉันจึงกล้าใช้คำว่า จิตใจ ในความหมายที่แตกต่างจากพุทธพจน์ ซึ่งดิฉันก็ตระหนักชัดแล้ว แต่ไม่เห็นว่าเป็นความเสียหายแต่อย่างใดเช่นกัน เพราะดิฉันมีเจตนาเพื่อช่วยเหลือผู้อ่านให้เข้าใจเรื่องการทำงานของจิตใจตนเองชัดขึ้น จึงใช้คำที่ดิฉันเห็นว่าคนอ่านจะเข้าใจได้ง่ายกว่าคำศัพท์ที่ยาก ๆ เช่น เจตสิก ซึ่งคนส่วนมากไม่ชินเท่าคำว่า จิตใจ การใช้คำว่า จิตใจ และแทนมันด้วยคำว่า ทอมกับเจอรี่ เป็นวิธีการใหม่ที่ดิฉันได้สร้างขึ้นมาเพื่อช่วยเหลือคนที่ไม่ถนัดคำศัพท์ยาก ๆ ทางอภิธรรม และดิฉันก็ได้ใช้มาอย่างต่อเนื่องตั้งแต่หนังสือเล่มก่อน ๆ ของดิฉันแล้ว จึงจะใช้ต่อไป

ขอให้เข้าใจว่า หากพระนิพพานเป็นเป้าหมายปลายทางที่ดิฉันพยายามจะช่วยให้ผู้อ่านไปถึงแล้วละก็ การเดินเรื่องตั้งแต่การตั้งประเด็นจนถึงบทสรุปในแต่ละบทของหนังสือเล่มนี้ เปรียบเทียบได้เหมือนว่า ดิฉันกำลังวาดแผนที่หายาบ ๆ ให้ผู้อ่าน เหมือนดิฉันคว้ากระดาษมาแผ่นหนึ่งแล้วก็ลากเส้นแบบหายาบ ๆ พอให้คนอ่านแผนที่รู้ทางไปนิพพานหรือไป “ภูกระดึงทางธรรม”

แน่นอน แผนที่หายาบ ๆ ที่ดิฉันลากนี้ย่อมไม่เหมือนแผนที่ฉบับดั้งเดิมของพระพุทธเจ้าหรือพระไตรปิฎก แต่ตราบใดที่คนอ่านแผนที่หายาบ ๆ ของดิฉันสามารถเดินตามการบอกทางของดิฉันและสามารถไปถึงภูกระดึงทางธรรมหรือพระนิพพานได้แล้วละก็ ดิฉันเห็นว่าหนังสือเล่มนี้ก็ได้บรรลุเป้าหมายของมันแล้ว หนทางเข้าสู่กรุงโรมย่อมมีมากกว่าหนึ่งเส้นทาง ใครจะเดินทางไหนก็ได้ ตราบใดที่ไม่หลงทิศ ขอให้ถึงกรุงโรมเป็นใช้ได้

หากผู้อ่านเข้าใจได้ตามเนื้อหาที่ดิฉันนำเสนอและยอมปฏิบัติสติปัญญาฐานสี่หรือพาตัวใจกลับบ้านแล้วละก็ ดิฉันเห็นว่าเพียงพอแล้ว หนังสือเล่มนี้ได้บรรลุเป้าหมายที่ดิฉันต้องการแล้ว แม้จะสามารถช่วยเหลือคนไทยเพียงคนเดียวให้ยอมปฏิบัติสติปัญญาฐานสี่ ก็คุ้มค่าต่อความพยายามของดิฉันมากแล้ว

ปัญหาใหญ่จึงมีเรื่องเดียวเท่านั้นว่า คุณยอมรับในภูมิธรรมของดิฉันหรือไม่ คุณยอมรับหรือไม่ว่า ดิฉันรู้จักสภาวะพระนิพพานและยินยอมให้ดิฉันเป็นผู้นำทางคุณไปนิพพาน ถ้าคุณยอมรับ คุณจะได้รับประโยชน์จากหนังสือเล่มนี้ไม่มากก็น้อย แต่หากคุณยอมรับไม่ได้ว่าผู้หญิงแม่บ้านคนนี้จะรู้จักพระนิพพานได้อย่างไร และไม่เชื่อว่าดิฉันมีภูมิธรรมดังกล่าวแล้ว แม้คุณพยายามอย่างไร คุณก็คงอดไม่ได้ที่จะมีอคติต่อดิฉันอยู่ในใจ และจะไม่ได้ได้รับประโยชน์จากหนังสือเล่มนี้

เพื่อให้ความยุติธรรมทั้งกับดิฉันและตัวคุณเอง ดิฉันเห็นว่า คุณควรอ่านเรื่อง “อวดอวดริมธุสธรรมที่มีในตน” ด้วย หรือไม่ก็มาเข้าอบรมกับดิฉันจนสามารถเข้าบ้านที่สี่สามารถจับสภาวะของ ผัสสะบริสุทธิ์ หรือ ที่นี้ เดียวนี้ ได้ ประสบการณ์อันเป็น “ผล” ที่ดิฉันได้พูดถึงนี้เท่านั้น จึงจะช่วยให้คุณเข้าใจหนังสือเล่มนี้ได้ดีขึ้น

ดิฉันได้นำเรื่อง “พาตัวใจกลับบ้านกันเถิด” มาไว้เป็นภาคผนวกเพื่อทำให้หนังสือเล่มนี้มีความสมบูรณ์มากขึ้น ประสบการณ์ของดิฉันบอกว่า ผู้อ่านท่านใดที่สามารถเข้าใจเนื้อหาของหนังสือเล่มนี้แล้ว ย่อมมีความกระตือรือร้นอยากเร่งรีบปฏิบัติสติปัญญาฐานสี่เพื่อให้เห็นสภาวะของผัสสะบริสุทธิ์อย่างรวดเร็วที่สุด ซึ่งเป็นธรรมชาติของผู้ที่มีบุญบารมีพร้อมภาคผนวกของหนังสือเล่มนี้จึงสามารถตอบสนองความต้องการของผู้อ่านได้ทันที

ดิฉันได้กลับมาอบรมธรรมที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยในเดือนมกราคม ๒๕๔๙ คุณกฤษณาพร ชุมสาย ณ อยุธยา คุณसानุพันธ์ ดันตศิรีวัฒน์ และคุณอิสรเรศ ตโนมุต แห่งสำนักพิมพ์ปริมาตได้มาร่วมอบรมธรรมกับดิฉันด้วย มีความซาบซึ้งในคำสอนมาก เมื่อทราบถึงจุดประสงค์ของดิฉันที่ต้องการเผยแผ่พระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าโดยผ่านแนวคิดของไอน์สไตน์เช่นนี้แล้ว ทั้งสามท่านจึงปรารถนาที่จะช่วยเหลือดิฉันอย่างเต็มที่

ดิฉันจึงใคร่ถือโอกาสนี้ขอบพระคุณและอนุโมทนาในกุศลจิตของบุคคลทั้งสามและทีมงานของสำนักพิมพ์ปริมาตทุกท่านที่เข้ามาเป็นแขนขาช่วยเหลือดิฉันในการกวาดต้อนคนหมู่มากให้ออกจากถนนวงแหวนของสังสารวัฏ ซึ่งเป็นการช่วยจรรโลงและสืบทอดพระพุทธศาสนาให้ยืนนานต่อไปตราบนานเท่านาน

ดิฉันหวังเป็นอย่างยิ่งว่า หนังสือเล่มนี้คงจะช่วยให้คุณเข้าใจชีวิตได้ชัดเจนมากขึ้น

ด้วยความเมตตา

ศุภวรรณ พิพัฒพรณวงศ์ กรีน

๓๐ มกราคม ๒๕๕๙

บทที่หนึ่ง

ไอน์สไตน์ถาม พระพุทธเจ้าตอบ

Einstein Questions, Buddha Answers

ความสำเร็จที่ยิ่งใหญ่อันทำให้อัลเบิร์ต ไอน์สไตน์ กลายเป็นอัจฉริยะบุคคลที่ถูกจารึกลงในประวัติศาสตร์ของโลกเกิดขึ้นเมื่อหนึ่งร้อยปีก่อนในปี ค.ศ. 1905 เมื่อผลงานของเขาได้รับการตีพิมพ์พร้อมกันถึง ๕ ชิ้น และชิ้นหนึ่งคือ ทฤษฎีสัมพัทธภาพจำเพาะอันมีสมการ $e = mc^2$ ที่สร้างคุณอย่างอเนกอนันต์พอ ๆ กับการสร้างโทษอย่างมหันต์

ก่อนหน้าทฤษฎีสัมพัทธภาพ

ดิฉันซาบซึ้งในบุญคุณของอัลเบิร์ต ไอน์สไตน์ ที่ได้ตั้งคำถามที่สำคัญมากที่สุดแทนมนุษยชาติ นั่นคือ อะไรคือจุดคงที่อันเป็นอนันต์ยะที่สมบูรณ์ของจักรวาล What is the absolute ruling point in nature?

ดิฉันไม่ได้เป็นนักวิทยาศาสตร์และไม่ค่อยเข้าใจรายละเอียดของทฤษฎีสัมพัทธภาพที่ซับซ้อนมากนัก ซึ่งที่จริงแล้วไม่ใช่เรื่องง่ายที่จะเข้าใจ ดังที่นักขวามักขอร้องให้ไอน์สไตน์สรุปสั้น ๆ เพื่อให้คนทั่วไปเข้าใจได้ง่าย ๆ ว่าทฤษฎีสัมพัทธภาพนี่คืออะไร ทำไมจึงสำคัญต่อมนุษยชาติมาก ไอน์สไตน์มักรู้สึกลำบากใจเพราะนี่เป็นความรู้ที่เขาปลุกปล้ำอยู่ถึง ๑๕ ปี แล้วจะให้มาสรุปให้คนฟังอย่างสั้น ๆ ได้อย่างไร ไอน์สไตน์จึงเจตตบนักข่าวด้วยเรื่องที่เขาตอบว่า

"คุณลองเอามือวางเหนือเตาร้อน ๆ สักหนึ่งนาทีสิ คุณจะรู้สึกว่ามันนานเหมือนหนึ่งชั่วโมง แต่หากคุณไปนั่งอยู่ใกล้หญิงสาวสวยสักหนึ่งชั่วโมง คุณจะรู้สึกว่ามันนานเหมือนเพียงนาทีเดียว นั่นแหละคือทฤษฎีสัมพัทธภาพของผมแหละ"

เรื่องการสรุปความคิดหลัก ๆ นี้แหละ เป็นเรื่องสำคัญมากกว่าการรู้รายละเอียด เพราะเป็นเรื่องของการสร้างกรอบ หรือ โครงสร้างของความคิด ฉะนั้น สิ่งที่ดิฉันจะสรุปอันเกี่ยวเนื่องกับทฤษฎีสัมพัทธภาพของไอน์สไตน์จึงเป็นความรู้ที่ย้อนกลับไปในช่วงทศวรรษที่เขายังเรียนชั้นมัธยม เพราะคุณครูย่อมหยิบยื่นแต่ความคิดหลัก ๆ ที่พูดอย่างสรุปย่อ ๆ เท่านั้น และดิฉันยังตั้งความคิดแบบสรุปเหล่านี้ออกมาจากหนังสือสารานุกรมของเยาวชนรวมทั้งการดูสารคดีต่าง ๆ ด้วย บวกกับความเข้าใจในเรื่องพระนิพพานของพระพุทธเจ้า ดิฉันจึงสามารถต่อยอดแจกแจงความคิดเหล่านี้ออกมาได้

ทำไมไอน์สไตน์จึงอยากหาจุดคงที่

เพื่อความชัดเจนมากขึ้น ขอให้เข้าใจว่า "จุดคงที่" กับ "จุดปกติ" มีความหมายเหมือนกัน ซึ่งดิฉันจะใช้ทดแทนกันตั้งแต่บัดนี้เพื่อให้เหมาะสมกับข้อเปรียบเทียบ

สิ่งที่ดิฉันให้ความสนใจเป็นพิเศษคือ ทำไมไอน์สไตน์จึงต้องการหาจุดคงที่อันถาวรของจักรวาลตั้งแต่แรกเริ่ม เพื่ออะไร สิ่งที่ดิฉันทำความเข้าใจได้คือ ถ้าหากไอน์สไตน์สามารถหาจุดปกติของจักรวาลที่อยู่อย่างคงทนถาวร มีค่าสมบูรณ์ ไม่เปลี่ยนแปลงได้แล้ว เขาจะสามารถใช้จุดปกตินั้นเป็นมาตรฐานการวัดสิ่งต่าง ๆ ได้ และยอมทำให้ผลของการวัดอะไรต่าง ๆ คงที่ ปกติ ได้ผลเหมือนกันหมด absolute value ไม่ว่าจะวัดจากจุดไหนของจักรวาล

อย่างไรก็ตาม ไอน์สไตน์ไม่สามารถหาจุดคงที่อันถาวรของจักรวาลได้ เพราะว่า สิ่งต่าง ๆ ที่แม้นิ่ง ๆ บนโลก ไม่เคลื่อนไหวก็ตาม แต่ที่จริงแล้ว มันไม่ได้อยู่นิ่งจริง เพราะโลกกำลังหมุนอยู่ เมื่อดูในวงกว้างออกไปจากนอกโลก ก็พบว่าระบบสุริยะจักรวาลก็กำลังเคลื่อนอยู่ แกแล็กซีของเราและอื่น ๆ ก็กำลังเคลื่อนอยู่ ตลอดจนถึงจักรวาลทั้งหมดก็กำลังเคลื่อนไปอย่างไม่หยุดยั้ง จึงทำให้

ไอน์สไตน์สรุปว่าไม่มีจุดนิ่งหรือจุดปกติที่สามารถให้คุณค่าที่เที่ยงแท้ถาวรอย่างแท้จริงในจักรวาล เพราะทุกอย่างเคลื่อนที่อย่างไม่หยุดยั้ง

สัมพันธ์กับอนิจจังและนิพพาน

ความคิดหลักของทฤษฎีสัมพัทธภาพนี้เปรียบเหมือนกับการพบสี่แยกหลักที่สามารถเดิน เลี้ยวต่อไปได้อีกมากมายหลายทางที่เดียว ในขณะที่ไอน์สไตน์เลี้ยวไปสู่แยกที่เน้นความรู้ทางด้าน ฟิสิกส์เพียงอย่างเดียวจนก่อให้เกิดการสร้างระเบิดนิวเคลียร์ พลังงานปรมาณูและเทคโนโลยีอื่น ๆ อีก มากมายนั้น ดิฉันจะพยายามพาคุณเลี้ยวไปสู่แยกอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับสุขทุกข์ของชีวิตของเรา โดยตรง ความคิดหลักของทฤษฎีสัมพัทธภาพเป็นเรื่องครอบครัวจรรวาล ครอบครัวทุกเรื่องของชีวิต เพราะความคิดทั้งหมดเหล่านี้สัมพันธ์กับเรื่องอนิจจังและพระนิพพานของพระพุทธเจ้าซึ่งเป็นเรื่อง ครอบครัวจรรวาลเช่นกัน จึงเป็นสิ่งที่ดิฉันพยายามจะโยนให้คุณในหนังสือเล่มนี้

เมื่อไม่รู้จุดคงที่ของจักรวาล

เมื่อไอน์สไตน์สรุปว่าไม่มีจุดคงที่ในจักรวาล ย่อมหมายความว่า การวัดอะไรต่าง ๆ จะต้อง สมมติจุดคงที่ขึ้นมาก่อน และวัดสิ่งต่าง ๆ จากจุดสมมุติขึ้น ซึ่งผลที่ได้จะมีค่าสัมพัทธ์กับจุดปกติที่ถูก สมมติขึ้น เพื่อให้คุณเข้าใจชัดเจนมากขึ้น ดิฉันจะเรียกแทนจุดคงที่นี้ว่า "พรมแดนสุดท้าย the final frontier" (บทที่ ๔) เพื่อให้สอดคล้องกับการยกตัวอย่างที่จะวัดความใกล้ไกลของสถานที่

เมื่อคุณไม่รู้จุดคงที่หรือจุดปกติของจักรวาล ก็ความหมายว่าคุณไม่รู้ขอบเขตที่เป็น พรมแดนสุดท้ายของจักรวาลที่สามารถใช้เป็นเสาหลักมาตรฐานเพื่อวัดความใกล้ไกลของทุกสถานที่ ในจักรวาลนั่นเอง เช่น หากคุณต้องการทราบว่ายี่สิบอยู่ไกลแค่ไหน คุณจะถามลอย ๆ ไม่ได้ คุณต้องกำหนดลงไปให้แน่ชัดก่อนว่าคุณต้องการวัดความใกล้ไกลของเมืองเชียงใหม่จากจุดไหน เสียก่อน จึงจะพูดกันรู้เรื่อง ไม่เช่นนั้น เลี่ยงกันตาย

หากคุณเอากรุงเทพเป็นหลัก นั่นคือ สมมติให้กรุงเทพเป็นพรมแดนสุดท้าย เชียงใหม่ก็จะ อยู่ไกลจากกรุงเทพ ๖๐๐ กิโลเมตร หากคุณเอาสงขลาเป็นหลัก เชียงใหม่ก็จะอยู่ห่างจากสงขลา ๑๖๐๐ กิโลเมตร หากสมมติให้กรุงลอนดอนเป็นหลักหรือเป็นพรมแดนสุดท้าย เชียงใหม่ก็จะอยู่ห่าง จากลอนดอนถึง ๖๐๐๐ กิโลเมตร เป็นต้น ฉะนั้น คุณจะเห็นว่า ๖๐๐, ๑๖๐๐, ๖๐๐๐ กิโลเมตรคือค่า สัมพัทธ์อันเป็นผลของการสมมติจุดนิ่งหรือจุดพรมแดนสุดท้ายขึ้นมาเพื่อวัดความใกล้ไกลของ สถานที่ ฉะนั้น การตัดสินใจว่าใครอยู่ใกล้หรือไกลเชียงใหม่จึงขึ้นอยู่กับว่าคุณอยู่จุดไหน คนอยู่ลอนดอน ก็ต้องเห็นว่าเชียงใหม่ไกลมาก ใครอยู่สงขลาที่ย่อมเห็นเชียงใหม่ไกลกว่าคนอยู่กรุงเทพ ใครอยู่ ลำปางก็ย่อมเห็นว่าเชียงใหม่อยู่ใกล้ชนิดเดียว นี่คือการพูดอย่างสัมพัทธ์ relatively speaking อัน เป็นผลของทฤษฎีสัมพัทธภาพ

เมื่อรู้จุดคงที่

แต่ถ้าคุณรู้จุดคงที่ จุดนิ่ง หรือจุดปกติของจักรวาล หรือ รู้แน่ชัดว่าพรมแดนสุดท้ายของ จักรวาลอยู่ตรงไหนแล้วละก็ ทีนี้ ไม่ว่าคุณจะอยู่ซอก ซอย ไหนของจักรวาลก็ตาม คุณก็สามารถวัด จากจุดที่คุณอยู่และไปจรดที่เสาหลักสุดท้ายหรือพรมแดนสุดท้าย หรือ จุดปกติของจักรวาล ทุกคน จะสามารถทำได้เหมือนกันหมดเพราะรู้เสาหลักสุดท้ายของจักรวาลแล้ว ฉะนั้น ไม่ว่าใครจะอยู่ ณ จุด ไหนของจักรวาล ก็สามารถวัดจากจุดที่ตนเองอยู่และไปจรดที่เสาหลักอันเป็นพรมแดนสุดท้ายของ จักรวาล การวัดนั้นก็จะเป็นมาตรฐานสากลของจักรวาล ได้ค่าคงที่เหมือนกันหมด ฉะนั้น คนอยู่ กรุงเทพ เชียงใหม่ สงขลา ลอนดอน หากจะวัดความใกล้ไกล ก็ต้องวัดไปที่เสาหลักสุดท้ายของ จักรวาลก่อน ซึ่งอาจจะได้ค่าตามลำดับเช่นนี้คือ ๑.๕ ล้านปีแสง ๑.๕๒ ล้านปีแสง ๑.๕๔ ล้านปีแสง ๒ ล้านปีแสง เป็นต้น นี่เป็นการสมมุติว่าหากเราจุดคงที่หรือจุดปกติของจักรวาล ทุกคนจะรู้แน่ชัดว่า ใครอยู่ใกล้หรือไกลจากจุดคงที่หรือพรมแดนสุดท้ายของจักรวาลมากน้อยแค่ไหน นี่คือการพูดอย่าง แน่นนอน absolutely speaking เพราะรู้จุดเที่ยงแท้แน่นอนของจักรวาล นี่คือเหตุผลที่ไอน์สไตน์อยาก

หาจุดคงที่ของจักรวาล เพื่อจะได้ใช้เป็นมาตรฐานหลักของจักรวาล แต่อย่างที่พูดแล้วว่า ความรู้ของ ไอน์สไตน์เน้นไปที่เรื่องฟิสิกส์เพียงถ่ายเดียวเท่านั้น

แต่สัมผัสภาพครอบคลุมทุกเรื่อง

การวัดน้ำหนักของวัตถุสิ่งของก็เช่นกัน น้ำหนักตัวของคนบนโลกมีค่าสัมพัทธ์กับแรงโน้มถ่วงของโลก พุดให้งเล่นก็คือ ทุกครั้งที่คุณชั่งน้ำหนักตัวเอง ที่จริงแล้ว คุณกำลังชั่งแรงถ่วงของโลกที่กดลงบนตัวคุณ หากไปชั่งน้ำหนักบนโลกพระจันทร์ซึ่งมีแรงโน้มถ่วงน้อยกว่าโลก น้ำหนักที่กดลงตัวคุณบนโลกพระจันทร์จะน้อยกว่าแรงที่กดบนโลก จึงทำให้น้ำหนักตัวของคุณน้อยกว่าน้ำหนักตัวที่ชั่งบนโลก การจะตัดสินว่าใครอ้วน ใครผอม สวย ชี้เหร่ เหล่านี้ก็ขึ้นอยู่กับว่าเราเอาใครและอะไรเป็นมาตรฐานของการวัด เราต้องสมมุติค่าปกติขึ้นมาก่อน เช่น คนแขกชอบให้ผู้หญิงของเขามีเนื้อหนัง มีพุงย้อยอันเป็นสัญลักษณ์ของความร่ำรวย ซึ่งเขาเรียกหุ่นเช่นนี้ว่าสวย แต่ในสายตาของผู้หญิงชาวตะวันตกที่ชอบหุ่นเพรียว ๆ นั้นจะเห็นหญิงแขกอ้วน ในขณะที่หญิงแขกจะเห็นหญิงชาวตะวันตกผอมเกินไป ความรวย ความจน ก็ขึ้นอยู่กับว่าเราเอาใครและอะไรเป็นมาตรฐานของการวัด กรรมกรที่หาเช้ากินค่ำก็จะเห็นทุกคนรวยกว่าตนหมดนอกจากขอทานเท่านั้น (ขอทานบางคนอาจจะรวยกว่ากรรมกรก็เป็นได้) คนมีเงินเก็บจำนวนแสนก็จะเห็นคนมีเงินล้านรวยกว่าตน ส่วนคนรวยที่มีทรัพย์สินสิบล้าน ก็จะเห็นคนที่มีน้อยกว่านั้นจนกว่าตนเองหมด แต่เมื่อนำตนเองไปเปรียบเทียบกับคนมีทรัพย์สินร้อยล้าน พันล้าน ก็ยังคิดว่าตัวเองจนอยู่ ถ้าเปรียบเทียบกับคนที่มีทรัพย์สินหลายหมื่นล้าน ก็คงคิดว่าตนเองยังจนมากอยู่ เป็นต้น

เพราะไม่รู้ว่าจะอะไรคือสิ่งสมบูรณ์ คงที่ และปกติ อันจะใช้เป็นมาตรฐานของการวัดสิ่งต่าง ๆ ได้ ทุกสิ่งทุกอย่างจึงต้องวัดกันอย่างเปรียบเทียบ หรือ สัมพัทธ์กันเช่นนี้ จึงก่อให้เกิดคำวลีภาษาอังกฤษว่า relatively speaking หรือ พูดอย่างสัมพัทธ์ ซึ่งเป็นวลีที่ใช้กันบ่อยมากในชีวิตประจำวัน เพราะต้องพูดให้รู้เรื่องก่อนว่าเอาอะไรเป็นหลัก มิเช่นนั้น เถียงกันตาย แต่ถ้าหากเราจุดคงที่ของจักรวาล วิธีชีวิตของเราจะต้องเปลี่ยนไปเป็นอีกลักษณะหนึ่ง

ไอน์สไตน์กับทฤษฎีเอกภาพ

หลังจากการค้นพบทฤษฎีสัมพัทธภาพแล้ว ไอน์สไตน์ก็ยังได้ค้นพบเรื่องกลศาสตร์ควอนตัม Quantum Mechanic ซึ่งความคิดหลักของทฤษฎีนี้คือ ทุกสิ่งทุกอย่างในจักรวาลนี้เกิดขึ้นและมีการทำงานเหมือนการโยนลูกเต๋า ผลของมันย่อมตั้งอยู่บนพื้นฐานของความอาจจะเป็นไปได้ probability เท่านั้น ซึ่งเป็นสิ่งที่ไอน์สไตน์ยอมรับไม่ได้ เพราะค่าของความอาจจะเป็นไปได้เปรียบเหมือนกับการยืนอยู่บนท่อน้ำที่โคลงเคลง เอนเอียง หากใช้ภาษาของชาวพุทธแล้ว การค้นพบกลศาสตร์ควอนตัมก็คือ การค้นพบเรื่องอนิจจังนั่นเอง สิ่งที่ไอน์สไตน์ต้องการนั้น เปรียบเทียบได้กับความหนักแน่นของพื้นดิน หรือ สิ่งหนึ่งที่ทำให้ค่าอันคงที่ ปกติ ถาวร ซึ่งเขาคิดว่าคณิตศาสตร์เท่านั้นที่สามารถหยิบยื่นสิ่งที่เที่ยงแท้ แน่นอน ให้กับเขาได้ ฉะนั้น แม้ไอน์สไตน์เป็นผู้ค้นพบเรื่องกลศาสตร์ควอนตัมอันเป็นความรู้ที่ได้รับการต่อยอดพัฒนาไปอย่างรวดเร็วจนกลายเป็นหัวใจของการพัฒนาเทคโนโลยีในปัจจุบันก็ตาม ไอน์สไตน์กลับไม่ได้ให้เยื่อใย ไม่สนใจ แถมดูหมิ่นความรู้ที่เขาได้ค้นพบเอง หรือ ถ้าพูดใหม่ด้วยภาษาของชาวพุทธว่า ไอน์สไตน์ยอมรับความเป็นอนิจจังของทุกสิ่งทุกอย่างไม่ได้ จึงชวนขยายหาสิ่งที่เป็นนิจจัง หรือ ความเที่ยงแท้ ถาวร

สิ่งที่รั้งไอน์สไตน์ไว้คือ ความเป็นนักการศาสนาของเขา ความเชื่อในพระเจ้า และนิสัยส่วนตัวที่จำเป็นต้องรู้และเข้าใจสิ่งต่าง ๆ อย่างแน่ชัด ถึงแก่น และสามารถแปรความเข้าใจนั้น ๆ ออกมาเป็นสูตรสำเร็จทางคณิตศาสตร์ที่แน่นอน ซึ่งคณิตศาสตร์เป็นวิธีการเดียวที่ไอน์สไตน์สามารถเข้าใจและเข้าถึงได้ หลังจากที่ประธานาธิบดีคนแรกของอิสราเอลเสียชีวิต ไอน์สไตน์ได้ถูกเสนอชื่อให้เป็นประธานาธิบดีของชาวยิวคนต่อไป เพราะความเป็นนักฟิสิกส์ที่ได้รับรางวัลโนเบลและเป็นผู้รัก

สันติภาพมาก จึงได้มีส่วนช่วยเหลือชาวยิวจนก่อให้เกิดประเทศอิสราเอลขึ้นมาในปี 1948 แต่ ไอน์สไตน์ปฏิเสธตำแหน่งผู้นำประเทศโดยให้เหตุผลว่า

"การเมืองอยู่ได้เพียงชั่วคราวชั่วยามเท่านั้น แต่สมการทางคณิตศาสตร์สามารถอยู่ได้อย่างชั่วนิรันดร์"

อย่างไรก็ตาม ความรัก ความคลั่งไคล้ และบูชาในพระเจ้ากับคณิตศาสตร์ไปพร้อม ๆ กัน นี้เอง ได้กลายเป็นเชื้อเพลิงที่ก่อให้เกิดปฏิกิริยาลูกโซ่ในหัวสมองหรือจิตใจของอัจฉริยะบุคคลผู้นี้ยัก นับตั้งแต่ต้นปี 1920 เป็นต้นไป ไอน์สไตน์ได้เข้าสู่ยุคของการคิดค้นหาทฤษฎีเอกภาพ The Unified Theory หรือ ทฤษฎีสรรพสิ่ง The Theory of Everything

พระเจ้าไม่เล่นลูกเต๋า

ไอน์สไตน์เชื่อมั่นเหลือเกินว่า ความเถรตรงของคณิตศาสตร์เท่านั้นที่สามารถอธิบายและให้คำตอบแก่ทุกสิ่งทุกอย่างในจักรวาลได้ จะสามารถรวมความรู้ทั้งหมดของจักรวาลเข้าเป็นหนึ่งเดียว รวมไปถึงการอธิบายว่าพระเจ้าสร้างจักรวาลนี้ได้ได้อย่างไร ดังที่ไอน์สไตน์พูดว่า

"ข้าพเจ้าต้องการรู้ว่าพระเจ้าสร้างโลกนี้ได้อย่างไร ข้าพเจ้าไม่ได้สนใจปรากฏการณ์นั้นนี้ว่า มันเป็นของธาตุนั้นหรือธาตุนี สิ่งเหล่านี้เป็นเพียงรายละเอียดเท่านั้น ข้าพเจ้าต้องการรู้ความคิดของพระเจ้าต่างหาก"

ทฤษฎีเอกภาพนี้จึงเปรียบเหมือนการหาสมการทางคณิตศาสตร์ที่สามารถอ่านจิตใจของพระเจ้าและงานศิลปะการสร้างโลกและมนุษย์ของพระเจ้านั่นเอง ซึ่งเป็นความคิดที่เต็มไปด้วยความทะเยอทะยานมาก ในเดือนเมษายน 1955 ไอน์สไตน์ล้มป่วยและเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลปริન્ซ์ตัน รัฐนิวเจอร์ซีย์ อันเป็นเมืองที่เขาอยู่ในช่วงบั้นปลายของชีวิต ไอน์สไตน์ก็ยังไม่ลดละที่จะคิดค้นสูตรทางคณิตศาสตร์ที่เขาหาอยู่ในช่วงสามสิบปีที่ผ่านมา เขามักมีกระดาษ ดินสอ อยู่กับตัว และขีดเขียนตัวเลข เครื่องหมาย และสมการทางคณิตศาสตร์ต่าง ๆ อยู่เสมอ ซึ่งพยาบาลคนหนึ่งที่อยู่ดูแลเขาอยู่ได้หามาให้ จึงมีโอกาสดูเห็นพูดคุยสนทนากับไอน์สไตน์ จึงรู้ว่าไอน์สไตน์ยังคงพยายามอ่านหัวสมองของพระเจ้าอยู่ พยาบาลรู้สึกเห็นใจ อยากให้ไอน์สไตน์พักผ่อนอย่างเต็มที่ วันหนึ่งพยาบาลจึงพูดกับไอน์สไตน์อย่างอ่อนโยนและเป็นห่วงเป็นใยว่า

*บางที พระเจ้าท่านอาจจะไม่อยากจะให้เราอ่านจิตใจของท่านก็ได้นะ
Maybe God doesn't want us to know his mind.*

ทั้ง ๆ ที่ยังเจ็บไข้ได้ป่วยอยู่ ไอน์สไตน์พูดสวนกลับทันทีอย่างดีอรั้นพร้อมกับสิ้นศรัทธาไปมาว่า

*พระเจ้าไม่เล่นลูกเต๋าทะหนอก คุณพยาบาล!
God doesn't play dice, nurse!*

ซึ่งเป็นการพูดพาดพิงอย่างดูหมิ่นถึงเรื่องกลศาสตร์ควอนตัมที่มีผล "อาจจะเป็นไปได้" หรือ อนิจจังนั่นเอง

ประวัติศาสตร์จึงได้จารึกเหตุการณ์ในช่วง ๓๐ ปีสุดท้ายของไอน์สไตน์ในฐานะบุคคลที่ล้มเหลว จมปรักอยู่ในโลกของวิทยาศาสตร์ที่ล้าหลัง โดดเดี่ยวเดียวดาย เพราะภายในแวดวงนักวิทยาศาสตร์ชาวฟิสิกส์ด้วยกันแล้ว ต่างรู้ว่าทฤษฎีเอกภาพนี้เป็นเรื่องเพ้อฝันของไอน์สไตน์เท่านั้นเอง ไม่มีทางจะเป็นความจริงได้เลย การแสวงหาของไอน์สไตน์ไร้ผลอย่างสิ้นเชิง อัจฉริยะบุคคลผู้นี้จึงได้จากโลกนี้ไปในวันที่ ๑๘ เมษายน ๑๙๕๕ ในขณะที่ในมือยังกำแผ่นกระดาษที่ขีดเขียนสมการทางคณิตศาสตร์อยู่ โดยที่ยังไม่ได้พบคำตอบที่เขาต้องการหาแต่อย่างใด

ซึ่งเป็นเรื่องน่าเสียดายมาก หากไอน์สไตน์สามารถอ่านความคิดของพระเจ้าได้แล้ว เขาอาจจะสามารถตอบคำถามมากมายที่ยาวเป็นหางว่าวที่ขึ้นต้นด้วยคำว่า "ทำไม" เช่น ทำไมพระเจ้าจึง

ปล่อยให้ฮิตเลอร์และทหารนาซีฆ่าชาวยิวอย่างล้างเผ่าพันธุ์เช่นนั้น ทำไมพระเจ้าจึงไม่ยุติสงครามที่สร้างความทุกข์อย่างมหันต์ให้กับมนุษย์ที่พระเจ้าสร้างและรักมากดังคำโฆษณา ทำไมพระเจ้าจึงไม่ช่วยผู้กรีดร้องขอความช่วยเหลือจากท่านเมื่อเกิดเหตุการณ์วิกฤตเช่น เด็กหญิงที่กำลังถูกข่มขืน ถูกฆ่า หรือ กำลังหนีภัยธรรมชาติ เช่น แผ่นดินไหว น้ำท่วม และทำไมพระเจ้าจึงสร้างโลกและสังคมมนุษย์ที่เต็มไปด้วยความเลื่อมล้ำต่ำสูงและอยุติธรรมเช่นนี้ ฯลฯ

ไอน์สไตน์ยอมรับพระพุทธศาสนา

ถึงแม้ไอน์สไตน์ได้จากโลกนี้ไปโดยไม่พบคำตอบที่เขาต้องการก็ตาม เขาได้ทิ้งคำพูดที่สำคัญมากให้กับมนุษยชาติซึ่งดิฉันรู้สึกซาบซึ้งมาก ในบั้นปลายชีวิตของเขา ไอน์สไตน์เริ่มสงสัยแล้วว่า ศาสนาพุทธอาจจะเป็นศาสนาที่ให้คำตอบต่อคำถามที่เขาอยากค้นพบก็เป็นได้ ในปี ๑๙๕๔ หนึ่งปีก่อนเสียชีวิตนั้น มหาวิทยาลัยพรินซ์ตันได้ตีพิมพ์งานเขียนชิ้นหนึ่งของไอน์สไตน์ชื่อเรื่องว่า "The Human Side" ซึ่งนักฟิสิกส์ผู้ได้รับรางวัลโนเบลผู้นี้ได้พูดทิ้งไว้นิดหน่อยว่า

ศาสนาในอนาคตจะเป็นศาสนาที่เนื่องกับจักรวาล ควรอยู่เหนือพระเจ้าส่วนตัว หลีกเลียงลัทธิกฎเกณฑ์ที่ไร้ข้อพิสูจน์ ควรครอบคลุมทั้งเรื่องธรรมชาติและจิตวิญญาณ ควรตั้งอยู่บนรากฐานของศาสนาที่เกิดจากประสบการณ์ของทุกสิ่งที่สร้างเอกภาพอันมีความหมาย ซึ่งพระพุทธศาสนาดูเหมือนจะมีสิ่งเหล่านี้อยู่ ศาสนาพุทธน่าจะเป็นศาสนาที่สามารถแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ของยุคสมัยได้

ไอน์สไตน์พูดถูกฝั่งทีเดียว ทฤษฎีเอกภาพหรือทฤษฎีสรรพสิ่งที่เขาต้องการค้นหานั้น ที่จริงพระพุทธเจ้าได้ตอบให้เบ็ดเสร็จแล้วก่อนหน้านั้นถึง ๒๕๐๐ ปีเศษ

ไอน์สไตน์ถาม พระพุทธเจ้าตอบ

ในความเห็นของดิฉัน ไม่ว่าจะเป็นเรื่องจุดคงที่อันแน่นอนของจักรวาลหรือเรื่องการอ่านความคิดของพระเจ้านั้น ที่จริง เป็นเรื่องเดียวกัน พุดง่าย ๆ คือ อัจฉริยะบุคคลของโลกนี้ต้องการหาสิ่ง ๆ หนึ่งที่พระพุทธเจ้าเรียกว่าเป็น อสังขตธรรม ซึ่งมีคุณลักษณะที่สมบูรณ์ แน่นอน คงที่ ไม่เปลี่ยนแปลง เป็นนิจจัง เป็นอันติมะ คือไม่มีสิ่งอื่นใดที่สามารถไปเหนือสิ่งนี้ได้อีกแล้ว สิ่งนี้เป็นพรมแดนสุดท้ายของจักรวาลแล้ว ซึ่งมีสิ่งเดียวในจักรวาลนี้เท่านั้น คือ พระนิพพาน ซึ่งเป็นเรื่องเดียวกับที่สุดแห่งทุกข์ นั่นเอง

พระพุทธเจ้าได้บรรยายลักษณะพระนิพพานอันเป็นจุดปกติของจักรวาลเช่นนี้คือ

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อายตนะหั้นมีอยู่ ไหวอายตนะหั้น ไม่ใช่ตึง ห้ำ ลม ไฟ ไม่ใช่อากาศาหัญ จายตนะ วิญญาณัญจายตนะ อากิญจัญญายตนะ เหวสัญญาหาสัญญายตนะ ไม่ใช่โลกหิ ไม่ใช่โลกหน้า ไม่ใช่พระจันทร์ ไม่ใช่พระอาทิตย์ ไม่ใช่การมา ไม่ใช่การไป ไม่ใช่การตั้งอยู่ ไม่ใช่การจตุติ ไม่ใช่การเกิดขึ้น ไม่ใช่เป็นที่ตั้ง ไม่ใช่ความเป็นไป ไม่ใช่อารมณ์ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อายตนะหั้นคือ ที่สุดแห่งทุกข์”

พระนิพพานนี้แหละคือกรอบหลักการที่กว้างขวาง มีคุณลักษณะสมบูรณ์ ฟังพาได้ ไม่มี ความโคลงเคลงเหมือนกลศาสตร์ควอนตัมที่ไอน์สไตน์หมิ่นประมาทและยอมรับไม่ได้ จึงสามารถครอบคลุมเรื่องทุกอย่างของจักรวาลและสามารถใช้เป็นพื้นฐานของทุกทฤษฎีได้ คุณลักษณะเช่นนี้แหละคือ ทฤษฎีเอกภาพที่ไอน์สไตน์ได้ทุ่มเทชีวิตหามันอยู่ถึงสามสิบปี

ฉะนั้น มนุษยชาติต้องยอมรับว่ามีปรากฏการณ์หนึ่งในธรรมชาติ อันเป็นที่สิ้นสุดของทุก ๆ สิ่งในจักรวาล ซึ่งพระพุทธเจ้าได้ค้นพบแล้วในคืนที่ท่านตรัสรู้เมื่อ ๒๕๙๓ ปีก่อน นับจากคืนนั้นเป็นต้นมา ในประวัติศาสตร์ของพระพุทธศาสนาย่อมมีผู้รู้ตามพระพุทธเจ้าเสมอมา ที่สามารถออกมาประกาศย้ำต่อมวลมนุษย์ว่ามีสังขธรรมอันสูงสุดหรือจุดปกติในจักรวาลอย่างแน่นอน ไม่ใช่เรื่องเพ้อฝันจินตนาการแต่อย่างใด ซึ่งเป็นเหตุผลหนึ่งที่ทำให้พระพุทธศาสนายืนหยัดอยู่ได้ถึงทุกวันนี้

อัจฉรรมนั้นสูงที่สุดหรือพระนิพพานนี้แหละคือ สิ่งที่ไม่อินสไตน์ต้องการหาในช่วงชีวิตแห่งการเป็นนักคิดของเขาโดยผ่านวิธีการและกลไกทางคณิตศาสตร์ ซึ่งเป็นวิธีการเข้าถึงอัจฉรรมนั้นที่ผิดพลาด เพราะอัจฉรรมนั้นจะต้องเข้าถึงด้วยวิธีการของ ปัญญา ศิล สมาธิ เท่านั้น หรือ จะพูดให้รัดกุมคือ ต้องใช้วิธีการปฏิบัติสติปัญญาหรือวิปัสสนาเท่านั้นจึงจะเข้าถึงสภาวะที่เป็นอันติมะนี้ได้

ที่นี่ เดียวนี้

หลังจากกรณีเหตุการณ์พิสดารทางใจของดิฉันในเดือนตุลาคมในปี ๒๕๔๐ นั้น ดิฉันมีความมั่นใจเหลือเกินว่า จุดนิ่งในจักรวาลและทฤษฎีเอกภาพที่อินสไตน์เฝ้าหาอยู่นั้นได้ซ่อนอยู่ในการสังเกตการณ์ของข้อเปรียบเทียบที่อินสไตน์พูดถึงรถไฟสองขบวนที่วิ่งด้วยความเร็วพร้อมกันนั่นเอง ที่นี่ เดียวนี้ คือ คำตอบที่อัจฉริยะบุคคลต้องการหาอยู่แต่ล้มเหลว ทั้ง ๆ ที่อินสไตน์ก็เห็นอยู่ แต่เขาไม่สามารถรู้ได้ว่าข้อเปรียบเทียบนั้นสามารถอธิบายสภาวะอัจฉรรมนั้นสูงที่สุดของจักรวาลได้

ที่นี่ เดียวนี้ คือ จุดคงที่ของจักรวาลที่สามารถใช้เป็นมาตรฐานวัดสิ่งต่าง ๆ ได้ ในบทที่สามของหนังสือเล่มนี้ ดิฉันได้พูดอธิบายเรื่องนี้ เดียวนี้ ในฐานะที่เป็นอัจฉรรมนั้นสูงที่สุด ที่มีความเรียบง่ายและปกติธรรมดา การเข้าถึงที่นี่ เดียวนี้ เป็นเรื่องของการฝึกทักษะทางใจเหมือนการสามารถยืนบนแผ่นกระดานโต้คลื่น และสามารถฝึกทักษะที่จะโต้คลื่นลูกเล็กและลูกใหญ่ได้โดยไม่ล้ม

อัจฉรรมนั้นอยู่แค่ปลายจมูกของคนทุกคน

เหมือนการมองข้ามคำตอบของปัญหาเขาวงกตนั้นเอง เพราะห้วงสมองของเขามัวคิดวนอยู่กับการหาคำตอบให้กับจักรวาลที่เปรียบเหมือนการหาคำตอบให้กับคำถามปริศนาของฝรั่งที่ว่า

What is it that has two in a week and one in a year?

อะไรเอ๋ยที่มีสองอยู่ในหนึ่งอาทิตย์และมีเพียงหนึ่งในหนึ่งปี

นี่เป็นปัญหาเขาวงกต ซึ่งเป็นเรื่องตลกที่ไม่ต้องคิดลึกเพื่อหาคำตอบ เพราะคำตอบของปัญหาเขาวงกตนั้นอยู่เบื้องหน้าของเราแล้ว คำตอบของปริศนานี้จึงไม่ต้องไปคิดไกล และคิดลึก แต่ต้องไปดูที่คำว่า week กับ year แทน ก็จะได้คำตอบที่ง่าย ๆ คือ ตัวอักษร e นั่นเอง ซึ่งเป็นคำตอบที่อยู่เบื้องหน้าแล้ว

การหาคำตอบให้กับทฤษฎีเอกภาพหรือการเข้าถึงอัจฉรรมนั้นสูงที่สุดก็เหมือนการหาคำตอบให้กับปัญหาเขาวงกตที่ไม่ต้องอาศัยพลังสมองเพียงอย่างเดียวเท่านั้น ปัจจัยที่สำคัญคือ จะต้องเป็นผู้รู้ที่ตรัสรู้ด้วยตนเองมาชี้แนะให้เสียก่อนซึ่งพระพุทธเจ้าเป็นผู้รู้ท่านแรก ผู้รู้เหล่านี้แหละจึงจะสามารถชี้บอกได้ว่าอัจฉรรมนั้นในขั้นอันติมะของจักรวาลเป็นเรื่องพื้น ๆ ธรรมดา ๆ และง่าย ๆ ที่อยู่แค่ปลายจมูกของคนทุกคนแล้ว เหมือนคำตอบของปัญหาเขาวงกตที่ไม่จำเป็นต้องคิดมากแต่อย่างใด เพราะความที่มีลักษณะเป็นหย่าปากคอกนี้เอง จึงทำให้พระนิพพานหรือการหาจุดปกติของชีวิตกลายเป็นเรื่องยากที่สุดในเหล่าปัญญาชนทั้งหลายที่ถนัดการคิดมากและคิดลึก เปรียบเสมือนการเดินทางเข้าไปในทอความคิดอันมีทางตันเป็นที่สุด

เอาความจริงสัมพัทธ์เป็นที่พึ่ง

คุณจะได้เห็นได้ชัดเจนว่า การไม่รู้อัจฉรรมนั้นในฐานะที่เป็นค่าคงที่หรือปกตินี้ ก็เปรียบเหมือนการยืนอยู่ท่ามกลางทุ่งกว้างที่ไม่มีวันตัดสินได้ว่า เรากำลังยืนอยู่ตรงกลาง ชิดซ้าย ชิดขวา ไกลบน ไกลล่าง หรือ เฉียงไปทางไหน นี่คือ สภาวะของการไม่รู้ว่าจะอะไรเป็นอะไร และเป็นเหตุผลหลักที่ทำให้จิตใจของมนุษย์สับสนวุ่นวายและทุกข์มาก เมื่อหาจุดคงที่หรือปกติไม่พบ จึงจำเป็นต้องหาที่พึ่งในความเป็นอนิจจัง คือต้องยอมรับความจริงในระดับสมมุติที่ฝรั่งเรียก conventional truth หรือ ความจริงที่ตั้งอยู่บนเงื่อนไข conditional truth หรือ ความจริงสัมพัทธ์ relative truth ซึ่งเป็นความคิดหลักของทฤษฎีสัมพัทธภาพที่อินสไตน์เน้นแต่เรื่องทางฟิสิกส์เท่านั้น แต่ที่จริงแล้ว ความคิดหลัก ๆ

ของทฤษฎีสัมพัทธภาพเป็นเรื่องที่ครอบคลุมถึงเรื่องจิตใจและชีวิตทั้งหมดที่เนื่องกับจักรวาลที่เราอยู่ ซึ่งดิฉันจะอธิบายให้คุณเห็นชัดเจนในบทที่ห้าและหกของหนังสือเล่มนี้

การยอมรับทฤษฎีสัมพัทธภาพ ก็คือ การยอมรับความจริงในระดับสมมติหรือสัมพัทธ์ จึงได้ก่อให้เกิดวัฒนธรรมแห่งภาษาคือ การพูดตัดสินเรื่องต่าง ๆ อย่างเปรียบเทียบ relatively speaking ซึ่งเป็นวลีภาษาอังกฤษที่ใช้กันบ่อยมากในระหว่างการพูดคุยเรื่องราวต่าง ๆ ของชีวิตประจำวัน เพราะทุกคนล้วนพูดจากกรอบความคิดที่แตกต่างและหลากหลายของตนเองอันเนื่องจากไม่มีเสาหลักที่มั่นคงเพราะไม่รู้สัจธรรมอันสูงสุด การพูดคุยในทุกเรื่องของชีวิตจึงหละหลวมโคลงเคลง บางครั้งก็ไร้แก่นสารอย่างสิ้นเชิง เหมือนยืนบนทำนน้ำฉันทก็ฉันทนั้น

ศีลธรรมสัมพัทธ์

สิ่งที่เสียหายมากกว่านั้นคือ ทฤษฎีสัมพัทธภาพมีอิทธิพลต่อวิธีการคิดของคนรุ่นใหม่จนก่อให้เกิดศีลธรรมแบบสัมพัทธ์ขึ้นมา เพราะไม่รู้สัจธรรมอันสูงสุด จึงไม่รู้ว่าจะอะไรคือสิ่งที่ดีที่สุดที่ต่างจากสิ่งชั่วที่สุดอย่างไร คนจึงมักคิดว่า ไม่มีระบบศีลธรรมที่สมบูรณ์ในตัวมันเอง There is no moral absolute. ฉะนั้น คนเราจึงตัดสินการกระทำว่าดีหรือชั่วในลักษณะของการเปรียบเทียบแบบสัมพัทธ์ เช่น นักขโมยเล็กขโมยน้อยจะคิดเปรียบเทียบตนเองว่าดีกว่าโจรปล้นธนาคารซึ่งคิดว่าตนเองยังดีกว่าอาชญากรที่ขมขื่นหญิงและฆ่าคนเป็นครั้งแรกซึ่งคิดว่าตนเองยังดีกว่าอาชญากรที่ฆ่าคนหลายคนแล้วคนสงบหรือจะคิดว่าตนเองดีกว่าคนกินเหล้าด้วยสุบหรือด้วยซึ่งคิดว่าตนเองย่อมดีกว่าคนติดยาเสพติด การคิดอย่างเปรียบเทียบเช่นนี้ย่อมเปรียบเทียบไปได้เรื่อย ๆ ในทั้งสองทางคือ ทั้งฝ่ายดีและฝ่ายชั่วต่อเมื่อรู้ว่าอะไรคือสิ่งที่ดีที่สุดเท่านั้น จึงจะมีมาตรฐานการวัดที่ถูกต้องอย่างแท้จริง สัจธรรมอันสูงสุดจึงจำเป็นต้องอยู่เหนือทั้งความชั่วและความดีทั้งหลาย จึงเป็นสิ่งที่ดีที่สุด ที่พึงพาได้

ยุคของคนตาบอดจุงคนตาบอด

เมื่อผู้นำรัฐเป็นคนตาบอดทางใจเสียเองแล้ว ผลเสียหายยิ่งร้ายแรงมากขึ้นและมีผลกระทบต่อคนหมู่มากอย่างน่าใจหาย เช่น รัฐบาลอังกฤษได้ออกกฎหมายอนุญาตให้ผับต่าง ๆ เปิดขายสุราได้ตลอด ๒๔ ชั่วโมง ซึ่งเป็นการส่งเสริมให้คนดื่มสุรามากขึ้นโดยเฉพาะเด็กวัยรุ่น นอกจากนั้น ยังยกเลิกกฎหมาย ไม่จำกัดอายุว่าเป็นยาเสพติดที่ร้ายแรงอีกต่อไป ใครต่อใครจึงสามารถสูบกัญชาได้เหมือนสุบหรือ ไม่ถูกจับมาลงโทษเหมือนสมัยก่อน กฎหมายที่โง่เขลาเบาปัญญาเหล่านี้จึงกลายเป็นมาตรฐานสมมติที่คนนำมาเปรียบเทียบความดีเลวของตนเอง และกลับกลายเป็นกฎหมายที่สร้างปัญหาสังคมอย่างไม่จบไม่สิ้น เป็นการช่วยส่งเสริมทำลายสุขภาพทั้งทางกายและทางจิตใจของประชาชนของตนเองแทนที่จะช่วยปกป้องในฐานะผู้ปกครองที่ดี ทรัพยากรธรรมชาติและทรัพยากรบุคคลแทนที่จะนำไปใช้สร้างสรรค์สิ่งดี ๆ หรือใช้ในสิ่งที่จำเป็นจริง ๆ นั้นกลับต้องมาทุ่มเทเพื่อแก้ปัญหาปลายเหตุที่รัฐบาลเป็นคนสร้างขึ้นมาเสียเอง

ความอ่อนแอของสถาบันศาสนาทั่วโลกก็เป็นสาเหตุใหญ่ที่ทำให้สังคมปั่นป่วนมากขึ้น เพราะไม่มีผู้นำทางจิตใจที่สามารถแสดงออกซึ่งภูมิปัญญาทางธรรมอย่างแท้จริง จึงไม่สามารถยับยั้งกฎหมายที่เป็นโทษต่อสังคม สังคมจึงขาดทิศทางของชีวิตที่ถูกต้อง เกิดสภาวะที่ฝรั่งเรียกว่า massive misdirection of life เป็นยุคของคนตาบอดจุงคนตาบอดอย่างแท้จริง

การนำคนหมู่มากไปสู่เป้าหมายปลายทางของชีวิตอันคือสัจธรรมอันสูงสุดนั้นควรเป็นหน้าที่ของผู้นำทางศาสนาที่ทำงานร่วมกับผู้นำทางการเมือง โดยที่ผู้รัฐจริงต้องเป็นที่ปรึกษาให้นักการเมือง แต่เมื่อผู้นำทางศาสนาไม่มีความรู้เรื่องสัจธรรมอันสูงสุดแล้ว จึงไม่สามารถเป็นที่พึ่งให้นักการเมืองได้ การนำสังคมจึงตกเป็นหน้าที่ของนักการเมืองและสื่อมวลชนซึ่งล้วนแต่มีตาใจที่มีดบอดและอดไม่ได้ที่จะทำตามอำนาจของกิเลสทั้งสิ้น แลคนผู้นำศาสนาบางลัทธิกลับไปสอนให้คนเกลียดชังซึ่งกันและกัน ถึงขนาดสอนให้พลีชีพตนเองเพื่อฆ่าคนหมู่มากที่ไม่เห็นด้วยต่อลัทธิของตนเพื่อการได้ไปสวรรค์อยู่กับพระเจ้า อันเป็นการกระทำของคนมีดบอดอย่างสนิท เพิ่มปัญหาที่หนักหน่วงให้สังคมโลกโดยไม่จำเป็น

รุ่งอรุณของยุคสมัย

ศีลธรรมสัมพัทธ์จึงกลายเป็นสาเหตุใหญ่ที่ก่อให้เกิดความล้มเหลวทางศีลธรรมของทั่วโลก เพราะคนยุคนี้มีทัศนคติที่จะหาคนที่เลวกว่าตนเองมาเปรียบเทียบกับเสมอ เพื่อจะได้รู้สึกว่าคุณเองก็ยังมีส่วนดีอยู่ รวมทั้งค่านิยมต่าง ๆ ที่ทำให้ศีลธรรมย่อหย่อนเช่น "ทำดีได้ดีมีที่ไหน ทำชั่วได้ดีมีถมไป" การบูชาคนที่มั่งมีเงิน มีอำนาจและมีชื่อเสียง การทำผิดศีลธรรมของคนมั่งมีและมีชื่อเสียง กลับกลายเป็นเรื่องยอมรับของสังคมโดยเฉพาะการผิดศีลข้อสาม คนไม่น้อยของยุคนี้อาจจะร่ำรวยและมีชื่อเสียงขึ้นมาได้เพราะการกระทำที่ทุจริตหรือทำมิจฉาชีพของตนเอง เช่น ขายมนุษย์ ขายอาวุธ ขายสิ่งเสพติดทั้งหลาย การให้เกียรติและบูชาคนผิดศีลธรรมเพียงเพราะเขาร่ำรวยจึงไม่ต่างจากการเอาหนังสือศีลธรรมมาเหยียบเล่น ทำให้เรื่องผิดศีลธรรมกลายเป็นเรื่องปกติของสังคมมากขึ้น เพราะไม่มีสิ่งดีที่สดมาใช้เป็นมาตรฐานของการวัด

จากการช่วยเหลือของฮอลลีวูดที่ผลิตภาพยนตร์ที่เน้นการใช้ความรุนแรง ทำเรื่องการทำร้ายร่างกาย ฆ่ากัน ยิงกัน ให้เป็นเรื่องเทห์ เก่ พร้อมกับเกมส์คอมพิวเตอร์ที่ส่วนมากเน้นแต่การทำร้ายซึ่งกันและกัน เด็ก ๆ จึงเห็นการกระทำผิดศีลธรรมเป็นเรื่องปกติ ธรรมดาไป พฤติกรรมที่ไม่เอื้ออำนวยให้เข้าใจชีวิตอย่างถูกต้องเหล่านี้จะทำให้ศีลธรรมกลายเป็นเรื่องอดีตของมนุษย์ไปในที่สุด การใช้ชีวิตอย่างไรศีลธรรมจะกลายเป็นเรื่องปกติธรรมดาของมนุษย์ไปในอนาคต ซึ่งเป็นการปูทางไปสู่ยุคสมัยคือ ยุคที่มนุษย์สามารถฆ่ากันด้วยความเข้าใจผิดว่ามนุษย์เป็นผักปลา อันเป็นกลไกหรือธรรมชาติธรรมดาของสิ่งสารวิญ นี่จึงเป็นยุคที่ปัจเจกบุคคลต้องรับเอาตัวเองให้รอดโดยรับทำความเข้าใจเรื่องต่าง ๆ ที่ดิฉันนำเสนอในหนังสือเล่มนี้

จุดหนึ่งของจักรวาลสามารถยุติศีลธรรมสัมพัทธ์

จะยุติสภาวะที่สับสนและยุ่งเหยิงของสังคมได้ก็ต้องหยุดคิดเรื่องศีลธรรมอย่างสัมพัทธ์หรือเปรียบเทียบ จะทำเช่นนั้นได้ จำเป็นต้องรู้เหตุผลที่อยู่เบื้องหลังการมีศีลธรรมจรรยาเสียก่อน คนจะต้องรู้ว่าทำไมนักการศาสนาหรือนักบุญทุกท่านที่ผ่านมาในโลกจะต้องสอนคนให้ทำแต่ความดีและมีศีลธรรมเสมอ เหตุผลหลักมีข้อเดียวคือ มันเป็นเรื่องสำคัญช่วยให้ผู้รักษาศีลเข้าถึงสัจธรรมอันสูงสุด หรือ เข้าถึงพระเจ้า หรือ พระนิพพาน นั่นเอง

จุดหนึ่งหรือจุดปกติของจักรวาลอันคงที่ถาวรเท่านั้นที่สามารถใช้เป็นมาตรฐานการวัดทุกสิ่งในจักรวาลได้ ผลที่ได้ก็จะมีค่าคงที่ สมบูรณ์ แน่นนอน ไม่ขึ้นอยู่กับการตีความที่ออกจากกรอบความคิดที่แตกต่างหลากหลายเหมือนการใส่แว่นต่างสีของปัจเจกบุคคลอีกต่อไป จะเป็นการพูดโดยการเอาศีลธรรมเป็นแกนหลักเสมอ จึงเป็นคำพูดที่มีความหนักแน่น คงทน ถาวร ฉะนั้น แทนที่จะยอมก้มหัวให้กับทฤษฎีสัมพัทธ์ภาพโดยพูดว่า "พูดอย่างสัมพัทธ์ relatively speaking" เราควรสร้างวัฒนธรรมทางภาษาที่เนื่องกับการรู้จุดคงที่ของจักรวาลขึ้นมาใหม่โดยใช้วลีเช่น "พูดอย่างเด็ดขาด absolutely speaking" แทน เพื่อให้ทุกเรื่องของชีวิตโยงกลับไปสู่สัจธรรมอันสูงสุดได้เสมอ

ไอน์สไตน์พูดว่า

วิทยาศาสตร์นั้นไม่มีอะไรมากไปกว่าการคิดเรื่องราวของชีวิตประจำวัน

ฉะนั้น การรู้จุดปกติของจักรวาลจึงเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวันของมนุษย์อย่างแนบแน่น เป็นเรื่องการสร้างวิถีชีวิตที่ปกติอย่างแท้จริง นี่เป็นเรื่องเดียวที่จะสามารถแก้ปัญหาอันสับสนและสลับซับซ้อนที่เนื่องกับสังคมและศีลธรรมได้ เปรียบเหมือนการแก้ปมเชือกของเส้นด้ายจากต้นสุดหรือปลายสุด เพื่อปมอื่น ๆ จะสามารถหลุดออกเป็นเปาะ ๆ จนกลายเป็นเส้นตรงได้

ความรู้ทางโลกและทางธรรมต้องเดินควบคู่กัน

ปัจจุบันนี้ งานวิจัยในวงการฟิสิกส์โดยส่วนใหญ่มีเป้าหมายเพื่อสานต่อภารกิจของไอน์สไตน์ เพื่อแสวงหาคำตอบในปริศนาหรือทฤษฎีเอกภาพที่ไอน์สไตน์ได้ทุ่มเทชีวิตในช่วง ๓๐ ปีสุดท้ายของเขา แต่ไม่สำเร็จ บรรดานักฟิสิกส์ยังเห็นพ้องต้องกันว่าควรต้องมีกรอบหลักการที่

กว้างขวางครอบคลุมและเป็นพื้นฐานของทุกทฤษฎี จึงเป็นเป้าหมายที่ท้าทายอย่างยิ่งยวดและเป็นความใฝ่ฝันอันสูงสุดในวงการวิทยาศาสตร์

ดิฉันมั่นใจเหลือเกินว่า พระนิพพานในฐานะที่เป็นจุดปกติของจักรวาลนี้แหละคือกรอบหลักการที่กว้างขวาง ที่สามารถครอบคลุมเรื่องทุกเรื่องของจักรวาลและสามารถใช้เป็นพื้นฐานของทุกทฤษฎีได้ ความรู้ทางโลกโดยเฉพาะความรู้ทางวิทยาศาสตร์จำเป็นต้องเดินเคียงข้างกับความรู้เรื่องพระนิพพานเสมอจึงจะปลอดภัย จึงแน่ใจได้ว่าจะไม่ถูกใช้ไปในทางที่ผิด ๆ ถ้าหากขาดทฤษฎีเอกภาพอันคือพระนิพพานแล้วไซ้ ความรู้ทางโลกเหล่านั้นแม้จะเลิศเลอมหัศจรรย์และมีคุณค่าต่อการสร้างสรรค์อารยธรรมทางวัฒนธรรมทางใดก็ตาม มันก็ยังเป็นความรู้ในฝ่ายมืดที่มักถูกนำไปใช้เพื่อปรนเปรอกิเลสของมนุษย์ จึงเป็นความรู้ที่ยังหลงทิศอยู่ เป็นเรื่องการพายเรืออยู่ในหนองน้ำที่กว้างใหญ่ไพศาล เหมือนติดคุกใหญ่ที่ไม่มีทางออก เป็นความรู้ที่มีคุณภาพเหมือนผ้าขาวสีขุ่นมัว ไม่ใสแจ๋วเหมือนความรู้เรื่องพระนิพพาน อันเป็นความรู้เรื่องการออกจากคุกของชีวิตอย่างแท้จริง

สรุป

ถึงแม้อัลเบิร์ต ไอน์สไตน์ได้จากโลกนี้ไปแล้วโดยที่เขายังไม่ได้พบสัจธรรมอันสูงสุดก็ตาม เขาก็ยังได้ทิ้งมรดกทางปัญญาอย่างมากมายให้แก่มนุษยชาติที่ควรได้รับการยกย่องและระลึกถึงเสมอ แต่สำหรับดิฉันแล้ว มรดกที่สำคัญที่สุดที่ไอน์สไตน์ได้ทิ้งให้แก่มนุษยชาติคือ การตั้งคำถามของเขาในเรื่องเกี่ยวกับจุดนิ่งหรือจุดปกติของจักรวาลและทฤษฎีเอกภาพ รวมทั้งการชี้ทางไปสู่การหาคำตอบในพระพุทธศาสนา

ดิฉันอยากเชื่อว่า ความคิดนี้ของไอน์สไตน์จะสามารถสร้างความตื่นตัวในหมู่ปัญญาชน โดยเฉพาะปัญญาชนไทยให้กลับมาเสาะแสวงหาภูมิปัญญาของพระพุทธเจ้ามากขึ้น ซึ่งภูมิปัญญาในส่วนพระนิพพานหรือสัจธรรมอันสูงสุดที่ดิฉันนำเสนอในหนังสือเล่มนี้ เป็นการเรียนรู้ที่อยู่เหนือกรอบแห่งประเพณีและวัฒนธรรมทางศาสนาต่าง ๆ จึงเป็นเรื่องครอบจักรวาล เป็นเรื่องสากลที่สามารถเข้าถึงได้ด้วยเหตุผลและวิธีการทางวิทยาศาสตร์อย่างแท้จริง ไม่จำเป็นต้องแยกระหว่างการเชื่อศาสนาหรือเชื่อวิทยาศาสตร์แต่อย่างใด จึงเป็นเรื่องกลาง ๆ ที่ทุกคนเข้าถึงได้

ดิฉันเห็นว่านี่เป็นวิธีการเดียวที่จะสามารถรวมมนุษยชาติให้เป็นเอกภาพได้ในฐานะที่ทุกคนเป็นมนุษย์ของดาวนพพระเคราะห์ดวงนี้เท่าเทียมกันหมด

บทที่สอง

ตัวจริง ๆ ของเราอยู่ที่ไหน

Finding Our True Self

ฝรั่งคุยเรื่อง "กลัวความชรา"

เข้าวันหนึ่งเมื่อสองปีก่อน ในขณะที่ดิฉันกำลังทำโยคะอยู่ คิดว่าควรจะติดตามข่าวเสียหายหน่อยว่ามีเรื่องอะไรใหม่ ๆ เกิดขึ้นในโลกนี้บ้าง จึงคิดจะดูข่าวของบีบีซีเสียหายหน่อย ซึ่งดิฉันมักถือเป็นโอกาสฝึกเรียนภาษาอังกฤษไปด้วย ดิฉันเปิดไม่ถึงช่องของบีบีซีที่มีข่าว ๒๔ ชั่วโมง แต่มาติดที่รายการโทรทัศน์อีกช่องหนึ่งของบีบีซีเช่นกัน จัดโดยนักจัดรายการชายผู้หนึ่งที่มีเสียงก่ามะหยี่ที่เพศหญิงชื่นชมมาก ชื่อ คิลรอย ซิลค์ Kilroy Silk เขามีวิธีการพูดและบุคลิกที่มีเสน่ห์มาก เป็นรายการที่มีผู้ฟังประมาณ ๖๐ คน แต่มีเพียงบางคนเท่านั้นที่ได้เล่าประสบการณ์ชีวิตของตนเองในห้องส่งของสถานีโทรทัศน์ตามหัวข้อที่ตั้งขึ้นมา คนที่ยกมือแล้วมีโอกาสได้พูดก็สามารถให้ความคิดเห็นต่าง ๆ ด้วย หัวข้อที่พูดสนทนาในวันนั้นคือ "กลัวความชรา" Too scared to grow old.

ถึงแม้ดิฉันรู้ดีว่าร่างกายเช่นนี้เป็นอย่างไร และกำลังจะเปลี่ยนของอยู่นั้น ดิฉันก็ต้องมาสะดุดที่คำพูดของหญิงวัย ๔๐ เศษคนหนึ่ง เธอแต่งตัวสุภาพ เรียบร้อย สวยงาม ดูเป็นผู้ดีทุกกระเบียดนิ้ว เธอพูดว่า

"ทุกครั้งที่ดิฉันเห็นตัวเองในกระจก ดิฉันยอมรับกับตัวเองได้ยากกว่าใบหน้าที่เหยยว่นในกระจกนี้คือตัวดิฉัน เพราะดิฉันไม่ได้รู้สึกว่าเป็นคนนั้นเลย คนนั้นไม่ใช่ตัวจริงของดิฉัน ในหัวใจของดิฉันนั้น รู้สึกเป็นอีกคนหนึ่งที่น่าตาไม่เหมือนหญิงคนที่ดิฉันเห็นในกระจกเลย"

ในขณะที่เธอกำลังปลดเปลื้องเสื้อผ้าที่ปกปิดความรู้สึกส่วนลึกของตนเองออกให้ชาวโลกเห็นตัวใจที่เปลือยเปล่านั้น ดิฉันจึงมองเห็นความรู้สึกที่เจ็บปวดในจิตใจของหญิงคนนี้ได้อย่างชัดเจน เครื่องสำอางของเธออาจจะสามารถปกปิดรอยเหยยว่นบนใบหน้าได้บ้าง แต่ไม่สามารถปกปิดความกลัว ความไม่มั่นคง และการขาดความมั่นใจในตัวเองที่แสดงออกมาทางสายตาและใบหน้าได้เลย ในขณะที่ดิฉันรู้สึกสงสารหญิงคนนี้อย่างจับใจ สงสัยว่า หากเธอยังมีความกลัวภาพเหมือนในกระจกของตนเองอยู่ทุกวันเช่นนี้แล้ว เธอจะมีชีวิตอยู่ได้อย่างไร เพราะเธอจะไม่สาวขึ้น จะต้องแก่ตัวลงมากกว่านี้ สิ่งที่ทำให้ดิฉันต้องหยุดดูรายการนี้แทนการดูข่าวในเช้าวันนั้นคือ คำสนทนาที่ล้วนวนเวียนอยู่กับคำลึที่ว่า "ตัวจริงของฉัน" my true self, your real self

ต่อสู้กับความแก่เฒ่าด้วยศัลยกรรมตกแต่ง

ในขณะที่รายการสนทนาดำเนินไปนั้น ดิฉันก็ได้เรียนรู้ข้อเท็จจริงมากมายเกี่ยวกับผู้หญิงเราที่พยายามจะต่อสู้กับความแก่เฒ่าที่หลีกเลี่ยงไม่ได้นี้ได้อย่างไร จะไปอ่านหรือฟัง

อะไรก็ไม่น่าสนใจเท่ากับการฟังประสบการณ์ส่วนตัวจริง ๆ บางรายฟังแล้วก็อดสงสัยไม่ได้ สิ่งที่คุณนิยมทำกันมากที่สุดคือ การทำศัลยกรรมตกแต่งที่จะทำให้ใบหน้าดูเต่งตึงและอ่อนกว่าวัยอยู่เสมอ อีกสิ่งหนึ่งซึ่งเป็นวิธีการใหม่คือ สิ่งที่ฝรั่งเรียก โบท็อกซ์ หรือที่เรียกว่า Botox treatment คือ การฉีดสารพิษจำนวนน้อยชนิดหนึ่งเข้าไปในบริเวณผิวหนังที่เหี่ยวย่น สารพิษนั้นจะไปทำให้เนื้อที่เหี่ยวย่นนั้นกลับนูนขึ้นมาอีก ทำให้ดูสาวมากขึ้น ซึ่งการฉีดครั้งหนึ่ง จะอยู่ได้ประมาณ ๔ – ๖ เดือน ค่าใช้จ่ายประมาณ ๒๐๐ ถึง ๓๐๐ ปอนด์ ต่อครั้ง นี่คือนิสัยที่ดิฉันได้เรียนรู้จากบรรดาสุภาพสตรีในรายการนี้ เพื่อให้ตนเองดูอ่อนกว่าวัย

หาภูมิปัญญาเด็ด ๆ ไม่ได้

เมื่อเข้าไปสู่ช่วงกลางของรายการนั้น การพูดคุยกันระหว่างผู้ร่วมรายการค่อย ๆ เผ็ดร้อนมากขึ้น ฝ่ายที่ไม่เห็นด้วยกับการทำสาวและชะลอความชราเช่นนั้นจึงตอบโต้ด้วยคำพูดและอารมณ์ที่ค่อนข้างรุนแรง เช่น

ทำไมคุณจึงเป็นตัวของตัวเองไม่ได้

Why can't you be your true self?

ดิฉันฟังประโยคนั้นแล้ว ก็อยากจะฟังชีวิตคนพูดได้รู้จักตัวจริงของตนเองมากแค่ไหน อยากรู้ว่าจะมีใครในรายการนี้ที่มีภูมิปัญญาเรื่องราวของชีวิตอย่างแท้จริงหรือไม่ ซึ่งนอกจากไม่มีแล้ว ยังมีความคิดที่แสดงออกถึงความอ่อนแอต่อชีวิตมากที่สุดทีเดียว มีชายหนุ่มคนหนึ่งพูดกับหญิงที่ไปทำศัลยกรรมยัดหน้าคนหนึ่งว่า

ทำไมคุณจึงกลัวความแก่มากเช่นนั้น ความแก่เป็นเรื่องผิดอะไรหรือ

หญิงวัยห้าสิบเศษจึงรีบตอบสวนไปว่า

คุณอย่าลืมนะว่า ความชราหมายถึงความตายด้วย แล้วคุณต้องการตายหรือ?

หญิงวัย ๔๐ อีกคนหนึ่งพูดอย่างภูมิใจว่า เธอยังสามารถยั่ววนชายอายุน้อยกว่าให้มาสนใจในตัวเธอได้ และชายหนุ่มคนนั้นก็ยังยอมอยู่กับเธอแม่ทุกวันนี้ คำพูดของหญิงที่ดูเหมือนหลงตัวเองนี้ได้ทำให้คนหลายคนในรายการสั่นหน้าและแสดงความขะเขย่งออกมาอย่างชัดเจน

คนหนุ่มสาวเหล่านี้ล้มไปว่าในอีกเพียง ๒๐ หรือ ๓๐ ปีเท่านั้น พวกเขาจะอยู่ในเรือร่าเดียวกับคนสูงอายุที่เขากำลังวิจารณ์และดูหมิ่นอยู่ และเวลา ๒๐ ปีนั้นก็ผ่านไปเร็วเหมือนปีกบิน และพวกเขาก็อาจจะต้องมาเรียงคิวเข้าสู่ขบวนการชะลอความแก่เด๋าโดยการทำหนุ่มทำสาวเหมือนคนน่าสงสารเหล่านี้เช่นกัน

ถกเถียงเรื่องการใช้ชีวิตอมตะ ไม่ง่ายเหมือนคิด

ถึงแม้จะมีเพียง ๖๐ คนในรายการนี้ แต่สิ่งที่คนเหล่านี้นำมาขึ้นมาพูดถกเถียงกันนั้นไม่ได้ไกลจากความเป็นจริงของคนหมู่มากในสังคมที่ร่ำรวยอย่างสังคมตะวันตกเลย เพราะความคิดเหล่านี้แหละที่อยู่เบื้องหลังอุตสาหกรรมเสริมสวย และผลิตภัณฑ์เครื่องสำอางที่ทำให้ดูอ่อนกว่าวัย ที่ทำเงินหลายพันล้านปอนด์ต่อปี ซึ่งมีเป้าหมายเพียงอย่างเดียวเท่านั้น คือ การชะลอความแก่เด๋าของมนุษย์ พร้อมกับการสร้างเสริมอัตตาตัวตนของแต่ละคนให้มั่นคงมากขึ้น ซึ่งสังคมของคนยุคใหม่โดยเฉพาะในสังคมที่ร่ำรวยเช่นสังคมตะวันตกจะเรียกอัตตาตัวตนว่า “ความมั่นใจในตนเอง” หรือมี self confidence, self esteem ซึ่งฟังแล้วดีกว่าคำว่า egoistic, egocentric หรือ self-centered ด้วยความช่วยเหลือของอุตสาหกรรมโฆษณา advertising industry และกลไกของความคิดที่เป็นมายา มนุษย์จึงถูกหลอกให้เข้าใจว่าสามารถชะลอความแก่เด๋าและอยู่เหนือความตายได้

เรื่องการรักสวยรักงามและอยากจะทำให้มันอยู่อย่างคงทนถาวรอาจจะฟังเป็นเรื่องเล็กน้อย หรือไร้สาระ trivial สำหรับคนที่ไม่เห็นความสวยงามเป็นเรื่องสำคัญ แต่ที่จริงแล้วพวกเขากำลังพูดถึงหัวข้อต่าง ๆ ที่มีความสำคัญต่อชีวิตมากทีเดียว นั่นคือ การเผชิญหน้ากับความชรา ความตาย ทำอย่างไรจึงจะมีชีวิตที่เป็นหนุ่มเป็นสาวอยู่เสมอ ซึ่งเรื่องนี้คือเรื่องการใช้ชีวิตอย่างเป็นอมตะ eternity หรือ immortality ซึ่งเป็นเรื่องเดียวกับ "การเป็นตัวของตัวเอง" หรือ ถ้าจะเรียบเรียงคำพูดใหม่คือ การหา "ตัวจริง ๆ ของเรา" นั่นเอง

คนมักพูดถึงเรื่องการเป็นตัวของตัวเอง หรือ เป็นตัวจริง ๆ ของเราราวกับว่าเป็นเรื่องทำกันง่าย ๆ ที่จริงแล้ว เป็นสิ่งที่ทำได้ยากที่สุด เพราะเป็นเรื่องการต่อสู้กับความคิดความรู้สึกภายในของตนเอง ซึ่งเป็นเรื่องเกี่ยวกับศาสนาพุทธและเป็นรายละเอียดของเรื่อง การปฏิบัติสติปัญญาอันสัจโดยตรง

ถ้าไม่รู้จักตัวจริง ก็ไม่รู้ว่ามีตัวปลอม

หากเอาความคิดของไอน์สไตน์ในเรื่องการมองทุกอย่างในลักษณะสัมพัทธ์เข้ามาพูดแล้วละก็ ถ้าเราไม่รู้จัก "ตัวจริง ๆ ของเรา" แล้ว เราก็จะไม่รู้จัก "ตัวปลอม" ของเราเช่นกัน จะเข้าใจผิดว่าตัวปลอมของเราคือตัวจริง ตัวปลอมของเราในที่นี้คือ การมองตัวเองอย่างเปรียบเทียบและสัมพัทธ์กับคนอื่นตลอดเวลาซึ่งเป็นเนื้อหาของบทความนี้ เช่น ทำไมคนนั้นคนนี้สวยกว่าเรา ทำไมเราไม่สวยเท่าเขา ทำไมฉันจึงดูแก่อย่างนี้ เป็นต้น

ฉะนั้น จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องรู้จักตัวจริงของเราเสียก่อน เพื่อว่า เราจะได้แยกออกว่านี่คือตัวปลอมของเรา เหมือนนักเล่นพระที่ต้องพกแว่นขยายเพื่อแยกแยะให้ออกว่าพระเครื่ององค์ไหนที่เป็นของจริงหรือของปลอม คนดูพระจึงต้องรู้ก่อนว่า พระจริงเป็นอย่างไรเสียก่อน จึงรู้ความแตกต่างระหว่างพระจริงกับพระปลอม

ดิฉันจึงจำเป็นต้องรู้ก่อนว่า "ตัวจริง ๆ" ของมนุษย์เป็นอย่างไร และแตกต่างจาก "ตัวปลอม" อย่างไร หากไม่รู้ข้อเท็จจริงพื้นฐานนี้แล้ว จะเขียนเรื่องนี้ไม่ได้ จึงขอเชิญให้คุณเห็นชัดเจนก่อนว่า "ตัวจริง ๆ" ที่ดิฉันจะพูดถึงในบทความนี้ก็คือ สภาพที่เจ้าของชีวิตสามารถเข้าถึงสังขารอันสูงสุด หรือเข้าถึงพระนิพพาน หรือ เมื่อเจ้าของชีวิตสามารถรับผัสสะอย่างบริสุทธิ์ได้นั่นเอง ฉะนั้น การแสวงหาทฤษฎีเอกภาพของไอน์สไตน์นั้น จะพูดใหม่ก็ได้ว่า นี่เป็นทฤษฎีของการแสวงหาตนเอง หรือ แสวงหาตัวจริง ๆ ของเรานั้นเอง

เป็นที่น่าตกใจมากกว่าความรู้เกี่ยวกับเรื่องเหล่านี้ไม่มีอยู่ในระบบการศึกษาของโลก แต่อย่างไร เมื่อไม่มีการสอน ความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับการแสวงหาตนเองจึงไม่เกิด จึงก่อให้เกิดคิดและทำสิ่งต่าง ๆ อย่างสะเปะสะปะและมีมมธการ จนก่อให้เกิดกลุ่มคนที่มีความปัญหาทางจิตใจเหล่านี้

"ตัวจริงของเรา" อยู่ที่ไหน?

ที่นี่ เราจะเริ่มขบวนการหาตัวจริง ๆ ของเราแล้ว ลองมาเริ่มต้นที่จุดนี้กันก่อน มีใครสามารถให้คำตอบอย่างตรงไปตรงมาได้หรือไม่ว่าร่างกายและจิตใจของเรานี้ ส่วนไหนที่เราสามารถกำหนดลงไปได้อย่างแน่ชัดว่านั่นคือ ตัวจริง ๆ ของเรา ตัวคุณจริง ๆ หรือ ตัวฉันจริง ๆ

เอาละ ดิฉันมั่นใจเหลือเกินว่า คุณจะตอบว่า ไม่ใช่ตัวกายของเราที่เป็นตัวจริง แต่เป็นส่วนของจิตใจที่เป็นตัวจริงของเราต่างหาก ถ้าเช่นนั้น เราก็ต้องเลื่อนไปที่ส่วนของจิตใจ และถามต่อว่า จิตใจส่วนไหนของเราหรือที่เป็นตัวจริง ๆ ของเรา

ฝรั่งมักเชื่อว่าจิตใจอยู่ที่สมอง

เมื่อกล่าวถึงคำว่า "จิตใจ" mind ขึ้นมาที่ไร ความซับซ้อนและสับสนจะเกิดขึ้นทันที จะบอกว่าเป็นจิตใจในส่วนที่เป็นสมองอันเป็นก้อนเนื้อสีเทา ๆ ที่นอนขดอยู่ในกะโหลกศีรษะ ซึ่ง

เรามักจะ (ถูกนักวิทยาศาสตร์บอกให้)¹ คิดว่าเป็นส่วนที่ผลิตความคิดและความรู้สึก หรือ จิตใจ ในฐานะที่เป็นสภาวะอันเป็นนามธรรมและเป็นหน่วยงานอิสระซึ่งสามารถควบคุมและสั่งงานให้เราทำตามความคิดและความรู้สึก

ถึงแม้ดิฉันจะไม่มีสติอันเป็นผลจากการวิจัยอย่างเป็นทางการ แต่ดิฉันก็เคยวิจัยกับนักศึกษาในชั้นใต้เท้าของดิฉันแล้ว ดิฉันได้ถามนักศึกษาทุกเทอมโดยทำติดต่อกันประมาณ ๓ ปี ซึ่งตอนนั้นมีนักศึกษาประมาณ ๑๕-๒๐ คนต่อชั้น และมี ๗ ชั้นต่อหนึ่งอาทิตย์ และ ๓ เทอมต่อปี โดยบอกให้เขานำมือของเขาวางลงตรงจุดที่เขาคิดว่า จิตใจ mind ตั้งอยู่ ผลที่ออกมาปรากฏว่ามีนักศึกษาประมาณ ๘๐ เปอร์เซนต์ที่เอามือวางบนศีรษะ ซึ่งเป็นที่ตั้งของสมอง อีก ๑๘ เปอร์เซนต์เอามือวางที่สวนอก อีก ๒ เปอร์เซนต์เอามือวางส่วนอื่น ซึ่งพอจะสรุปได้ว่าปัญญาชนชาวตะวันตกส่วนมากจะเห็นพ้องกันว่า จิตใจ คือ ส่วนที่เป็นหัวสมองของมนุษย์มากกว่าส่วนที่เป็นนามธรรมอันเป็นองค์กระอิสระแน่นอน

ฉะนั้น หากคุณคิดว่าจิตใจคือสมองแล้วละก็ ย่อมหมายความว่าคุณยังไม่ได้พูดอะไรที่ห่างไกลจากส่วนของร่างกายเลย จริงหรือไม่เล่า เพราะว่า สมองก็คือส่วนหนึ่งของร่างกาย ส่วนจิตใจเป็นสิ่งที่ไม่มีรูปร่าง formless คุณเห็นหรือไม่ว่า คุณกำลังพูดและทำในสิ่งที่ขัดแย้งกันเอง คุณต้องการเข้าใจสิ่งที่ไม่รูปร่างเช่นความคิดกับความรู้สึก แต่คุณกลับไปเรียนรู้จากสิ่งที่เป็นก้อนเนื้อของร่างกาย จุดนี้เองที่ดิฉันพูดว่า นักสมองศาสตร์กับนักจิตวิทยา กำลังต่อสู้กับศัตรู (ความคิด กับ ความรู้สึก) ผิดสนามรบ fighting in the wrong battle field ศัตรูอยู่สงขลลา แต่กลับสังหารไปเชียงใหม่ ทำนองนั้น

จะตรึงความคิดให้อยู่นาน ๆ ได้อย่างไร

เอาละ ดิฉันจะแกล้งเห็นด้วยกับคุณก่อน และยอมรับว่าจิตใจอยู่ที่สมองและรับผิดชอบต่อการทำงานของความคิดและความรู้สึก ดิฉันจะขอถามต่อว่า สภาวะจิตใจชนิดไหน ความคิดไหน และ ความรู้สึกไหนที่คุณสามารถเรียกได้ว่าเป็น "ตัวจริง ๆ" ของคุณ และการเป็นตัวของตัวเอง หรือ เป็นตัวจริง ๆ ของเรานั้น ถ้าจะทำจริง ๆ แล้ว เราจะต้องทำตัวอย่างไร ทำจิตใจอย่างไร มันเป็นเรื่องที่เราจะต้องตรึงความคิดหนึ่ง ตรึงความรู้สึกหนึ่ง หรือ จะต้องตรึงความเชื่ออะไรอย่างหนึ่ง ใช่หรือไม่ เอานะ สมมติว่านั่นคือคำตอบ เราจะต้องพยายามตรึงความคิดและความเชื่อชนิดหนึ่งให้คงอยู่ในหัวของเรา เช่น เราจะต้องคิดว่า

เราต้องเป็นตัวของตัวเองสิ เราต้องไม่กลัวความแก่ เราจะต้องสนุกและพอใจกับชีวิตตามที่มันเป็นอยู่ เราจะต้องมีชีวิตอยู่กับวันนี้เท่านั้น และเราต้องไม่กังวล ห่วงใยกับอนาคตมากเกินไป ฯลฯ

คำถามต่อไปคือว่า แล้วคุณสามารถตรึงความคิด ความเชื่อเหล่านี้ให้อยู่กับคุณตลอดไปได้ได้อย่างไร เพราะข้อเท็จจริงคือ ความคิด ความรู้สึก ความเชื่อของคนเราเปลี่ยนแปลงได้ง่ายมาก เพราะมันขึ้นอยู่กับผัสสะของคุณว่าขณะนี้ ๆ คุณเห็นอะไร ได้ยินอะไร ได้กลิ่น ได้รส ได้สัมผัสกับอะไร จริงหรือไม่เล่าว่าความคิด ความรู้สึกของเราเปลี่ยนแปลงไปตามหนังสือที่เราอ่าน รายการโทรทัศน์ที่เราดู เว็บไซต์ที่เราเข้าไปอ่าน และคำสนทนาต่าง ๆ ที่เรามีกับผู้คนที่อยู่รอบข้างเราตลอดจนคนในสังคม จากประสบการณ์ของคุณ คุณต้องทราบดีแล้วละว่า ความคิดของคุณสามารถเปลี่ยนแปลงได้ง่ายมากหลังจากการ

¹ ถึงแม้ว่าการวิจัยเรื่องสมองของมนุษย์ยังคงเป็นเรื่องที่กระทำอย่างต่อเนื่องมานานนับร้อยปีแล้ว และยังไม่มียุทธวิธีที่แน่นอนแต่อย่างใด ชาวตะวันตกส่วนมากก็ยังมีแนวโน้มที่จะเชื่อว่าจิตใจของมนุษย์อยู่ที่สมองอยู่นั่นเอง

พูดคุยพบปะกับผู้คน ซึ่งก็ขึ้นอยู่กับว่าคุณประเภทไหนที่คุณคุยด้วย คุณอาจจะพยายามตรึงความคิดและความเชื่อของคุณไว้ในจิตใจของคุณอย่างดีที่สุด พยายามบอกกับตัวเองว่า จะต้องไม่กลัวความแก่เฉาชรา ต้องไม่กลัวตาย ต้องไม่ให้ความสนใจกับความสวยงามมากจนเกินไป ต้องพยายามปล่อยให้ตนเองเดินเข้าสู่วัยชราอย่างมีศักดิ์ศรี ฯลฯ และอะไรอื่นอีกอีกถ้าคุณเชื่อและอยากบอกตัวเองให้เชื่อ

วงจรรันเลวร้าย

แต่ก็อีกนั่นแหละ มนุษย์เป็นสัตว์สังคม เราจำเป็นต้องพบปะผู้คน และทุกครั้งที่คุณไปพูดคุยกับคนที่มีความมั่นใจในตนเองมากกว่าคุณแล้ว จิตใจของคุณย่อมอ่อนไหวง่าย ลมพัดลมเพ และอดไม่ได้ที่จะคิดคล้ายตามคนที่คุณพูดคุยด้วย

ถ้าเพื่อนสนิทของคุณเชื่อว่า ความรักสวยร่อกงามในเพศหญิงเป็นสิ่งจำเป็น ผู้หญิงเราควรจะต้องทำตนเองให้ดูดี สวย สง่างาม โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อย่างเข้าสู่วัยชราด้วยแล้วยิ่งจำเป็นต้องดูแลตัวเองให้ดูสง่างาม ไม่ใช่ปล่อยให้ตัวเองจนเกินไป ฉะนั้น หากการทำศัลยกรรมตกแต่งใบหน้า หรือ การฉีดสารพิษโบทอกซ์สามารถช่วยให้ผู้หญิงในวัยย่างชราดูดีขึ้นแล้ว ก็ไม่น่าจะมีปัญหาอะไรเลย ถ้าเพื่อนสนิทของคุณคิดเช่นนั้นและมีความมั่นใจในสิ่งที่เขาคิด เขาเชื่อแล้วละก็ คุณคิดว่า คุณจะยังคงสามารถตรึงความคิดเก่า ๆ ของคุณได้หรือ หากคุณต้องคุยกับเพื่อนสนิทของคุณอยู่ทุกเมื่อเชื่อวันเช่นนั้น คุณจะไม่วิตกกังวลตามเพื่อนบ้างหรือ ถ้าคุณไม่วิตกกังวลตาม คุณก็ไม่น่ามีปัญหา แต่ที่คนมีปัญหาจนกระทั่งมานั่งถกเถียงกันในรายการโทรทัศน์เช่นนี้ก็เพราะคุณอดคิดคล้ายตามเพื่อนไม่ได้ จริงหรือไม่?

ถ้าเช่นนั้น คุณก็วกกลับมาจุดเดิมของคุณอีก นั่นคือ การตะเกียกตะกายที่จะเป็นตัวของตัวเอง เป็นตัวจริง ๆ ของคุณ โดยการพยายามตรึงความคิดและความเชื่อหนึ่งให้อยู่ในหัวตนเอง ซึ่งคุณทำไม่สำเร็จ อันเป็นจุดเริ่มต้นของการวิเคราะห้เรื่องนี้ คุณเห็นแล้วหรือยังว่าคุณกำลังติดอยู่ในวงจรรันเลวร้าย the vicious circle ที่ไม่มีทางออก

เอาชนะวิตหดห้อยไว้กับคุณหมอและเภสัชกร

การที่จะทำลายวงจรรันเลวร้ายของคนในทุกวันนี้ มักหมายถึงการพึ่งยา กล่อมประสาทที่คุณหมอสั่งให้รับประทาน จนทำให้ยาประเภทนี้ขายดีเป็นเทน้ำเทท่า เหตุผลสำคัญข้อหนึ่งของการทานยากกล่อมประสาทเพราะ นักวิทยาศาสตร์ทางการแพทย์เชื่อว่าความว้าวุ่น กลุ้มใจ วิตกกังวล หงุดหงิด คิดมาก ฟุ้งซ่านจนตั้งตัวไม่ติดของเรานั้นเกิดจากสารเคมีในร่องของสมองไม่สมดุลกัน ถ้าเป็นหญิงโดยเฉพาะกลุ่มที่อยู่ในวัยใกล้หมดประจำเดือนหรือหมดแล้ว ความหงุดหงิดเกิดจากความไม่สมดุลของระดับฮอร์โมนในร่างกาย ฉะนั้น จึงจำเป็นต้องใช้ยากกล่อมประสาทเพื่อปรับความสมดุลของสารเคมีในสมองหรือไม่ก็ปรับระดับฮอร์โมน จึงต้องรับประทานฮอร์โมนเสริม เมื่อสารเคมีในสมองและระดับฮอร์โมนของคุณสมดุลกันแล้ว จิตใจของคุณก็จะรู้สึกดีขึ้น สงบขึ้น

ซึ่งถ้าเป็นเช่นนั้นจริง ๆ แล้ว ย่อมหมายความว่า ชีวิตของคุณ สุขภาพของคุณได้ตกอยู่ในเงื้อมมือของคุณหมอและบริษัทผลิตยาไปแล้วหรือ หมายความว่า คุณไม่มีอำนาจเหนือชีวิตจิตใจของคุณเลย เช่นนั้นหรือ

คุณเห็นแล้วหรือยังว่า เมื่อเราค่อย ๆ วิเคราะห์เข้าไปสู่เรื่องการหา "ตัวจริง ๆ" ของเรานั้น มันไม่ใช่เป็นเรื่องง่าย ๆ และตรงไปตรงมาอย่างที่คิดเลย เป็นเรื่องละเอียดอ่อนที่ต้องใช้เวลาทำความเข้าใจอย่างถ่องแท้

ต้องเปิดประตูใจ ให้โอกาสพระพุทธเจ้า

ปัญหาทั้งหมดนี้จึงวกกลับมาที่คำว่า "จิตใจ" และการให้คำนิยามแก่คำ ๆ นี้ トラาบ ไตที่เรายังไม่รู้ความหมายที่แท้จริงของคำว่า จิตใจ และไม่รู้ว่ามันอยู่ตรงไหนแล้วละก็ เรา จะไม่มีวันหา "ตัวจริง ๆ" ของเราได้พบเลย

ตรงนี้แหละ คือ เหตุผลหลักที่ดิฉันมักบอกให้นักศึกษาในชั้นไท่เก๊กของดิฉันให้ เพิกเฉยและแกล้งลืมความรู้ที่ได้เรียนมาเสียก่อนโดยเฉพาะภาควิชาจิตวิทยาที่ศึกษาเรื่อง จิตใจในแง่ที่เชื่อมโยงกับสมองทั้งหมด เพราะเขาคิดว่าจิตใจคือสมอง The mind is the brain.

หากคุณไม่แกล้งลืมและเปิดประตูใจของคุณให้กับความรู้ของพระพุทธเจ้าที่ดิฉันจะ หยิบยื่นให้แล้วละก็ คุณจะไม่มีวันเข้าใจสิ่งที่ดิฉันจะพูดและสอนคุณเลย เพราะดิฉันคิดว่า ความรู้ของพระพุทธเจ้าจะสามารถให้คำตอบเรื่องตำแหน่งแห่งหนของจิตใจแก่คุณได้ ชัดเจนมากกว่าความรู้ทางวิทยาศาสตร์อย่างแน่นอน

ใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว

เรื่องที่ดิฉันจะวิเคราะห์นี้ ขอให้เข้าใจว่ามันตั้งอยู่บนพื้นฐานที่ดิฉันยอมรับว่า ร่างกาย จิตใจนี้ยังมีเรื่องลึกลับซับซ้อนที่ทั้งคุณและดิฉันก็เข้าใจได้ไม่หมด จึงจำเป็นต้องพึ่งพา ความรู้ของพระพุทธเจ้าเป็นแนวทาง ซึ่งเป็นความรู้ชนิด "ไบไม่กำมือเดียว" คือรู้ในส่วนที่ จำเป็นต้องรูจริง ๆ เท่านั้น

หากเราวิเคราะห์ตามความรู้ของพระบรมศาสดาของชาวพุทธแล้วละก็ จิตใจ เป็น สภาวะ (หรือองค์กร) อิสระที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับร่างกายอยู่บ้าง แต่ไม่ทั้งหมด ส่วนที่ เกี่ยวข้องกับร่างกายนั้นคือ ส่วนที่คุณหมอสามารถใช้ยาสลบฉีดเข้าไปในร่างกาย ซึ่งยานั้นมี ส่วนเข้าไปบังคับให้สมองส่วนหนึ่งหยุดทำงาน ไม่รับรู้ความรู้สึกของร่างกายอีกต่อไป บางครั้งก็สามารถทำให้หมดสติไปเลย และเปิดโอกาสให้คุณหมอทำศัลยกรรมผ่าตัดคนไข้ ได้ และ คนไข้ที่เป็นโรคเกี่ยวกับสมองที่เนื่องกับระบบประสาท ทำให้กระทบต่อเรื่องการคิด การจำ ซึ่งดิฉันยอมรับว่าสมองมีส่วนเกี่ยวข้องกับจิตใจจริง

แต่มันยังมีสิ่งนอกเหนือจากนั้นที่นักการศึกษาทางโลกยังไม่เข้าใจ พระพุทธเจ้าท่าน กลับเห็นว่า ใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว งานทุกอย่างจะสำเร็จได้ก็เพราะมีจิตใจก่อน จึงทำให้ จิตใจมีระบบการทำงานที่เป็นอิสระจากร่างกายอย่างสิ้นเชิง ไม่ได้อยู่ภายใต้อิทธิพลของหัว สมองเพียงอย่างเดียว นอกจากนั้น มันยังทำงานในลักษณะที่ตรงกันข้ามกับความเข้าใจของ วงการแพทย์ทั่วไป นั่นคือ จิตใจต่างหากที่เป็นปัจจัยทำให้การทำงานของร่างกายตลอดจน สารเคมีในสมองปั่นป่วน

ความรู้สึกในใจก่อให้เกิดการหลั่งสารเคมีในร่างกาย

ความรู้สึกทางอารมณ์ที่ฉุนเฉียวของคนเราจะเป็ปัจจัยทำให้ร่างกายปั่นป่วน ความ โกรธ เกลียด อิจฉา ริษยา พยาบาท เคียดแค้น จงล้งจงผลาญ เป็นอารมณ์ทางใจที่มา ก่อน เกิดก่อนสภาวะความปั่นป่วนของร่างกาย เช่น เพราะโกรธจัด หัวใจจึงเต้นแรง ท้องไส้ จึงปั่นป่วน ไม่ใช่เพราะหัวใจเต้นแรงก่อน ท้องไส้ปั่นป่วนก่อนแล้วค่อยเกิดความโกรธ เพราะ กลัวจัดจึงทำให้ความดันโลหิตสูง อุณหภูมิในร่างกายสูงขึ้น ร่างกายจึงปล่อยสารเคมีที่เรียก เอ็นไซม์หรือฮอร์โมนบางชนิดออกมา

เอ็นไซม์ตัวที่รู้จักกันดีคือ อะดรีนารีน สารตัวนี้จะถูกปล่อยออกมาจากต่อมหมวกไต เมื่อมีอาการตื่นเต้น ตกใจ กลัว และ โกรธจัด ทำให้หัวใจเต้นแรง เพิ่มพลังงาน หรือมีแรง มากขึ้น ก่อปฏิกิริยาให้ร่างกายสามารถทำในสิ่งที่ทำไม่ได้ได้อย่างรวดเร็วขึ้น ไม่รู้สึก เจ็บปวด เช่น เมื่อเกิดเหตุการณ์ไฟไหม้ คนตกใจสามารถยกของหนักได้เหมือนเป็นของเบา ๆ เพราะสารอะดรีนาลินนี้

การรวมตัวของคนกลุ่มใหญ่เช่นตามสนามฟุตบอลที่เต็มไปด้วยคนมีอารมณ์สุดขีด ไม่ตื่นเต้นจัด ก็กลัวจัด หรือไม่ก็โกรธจัดเมื่อทีมฟุตบอลตัวเองแพ้ ชาวอังกฤษไม่น้อยที่นับถือฟุตบอลเหมือนเป็นศาสนา รักทีมฟุตบอลของตนเองมากกว่ารักพระเจ้า จึงมักมีปัญหาระหว่างการใช้ความรุนแรงตามสนามฟุตบอล ความคิด ความรู้สึก ที่อยู่ในหัวในใจของคนเหล่านี้กำลังปั่นป่วน สร้างอารมณ์สารพัดนึก สารอะดรีนาลินในคนเหล่านั้นจึงถูกหลั่งออกมาพร้อม ๆ กัน ทุกคนล้วนรู้สึกมีพลังมากขึ้น จึงมีเรื่องการใช้ความรุนแรงบ่อยมาก สามารถทุบตี ชกเตะต่อย โยนเก้าอี้ใส่กันได้โดยไม่รู้สึกเจ็บ เมื่อเหตุการณ์ผ่านพ้นไป สารอะดรีนาลินลดลงและหยุดหลังแล้ว ร่างกายจะเหนื่อยและอ่อนเพลียมาก คนหนีไฟไหม้ไม่สามารถยกของหนักกลับบ้าน คนชกต่อยกันก็อาจต้องหยุดหน้าข้าวต้ม

ที่จริงแล้ว เรื่องการหลั่งสารเคมีในร่างกายเหล่านี้เป็นเรื่องการช่วยเหลือของธรรมชาติที่สร้างสิ่งทดแทนให้มนุษย์ในสถานการณ์ฉุกเฉิน เป็นเรื่องเฉพาะการ เช่นกรณีหนีไฟไหม้ ยุคคนอยู่ถ้ำที่ต้องออกไปล่าสัตว์มาเลี้ยงชีวิตนั้น ธรรมชาติก็ช่วยให้พลังเสริมแก่ชายที่ต้องออกล่าสัตว์ ซึ่งเป็นเรื่องเฉพาะกาลเท่านั้น

หมุนนาฬิกากลับไม่ได้แล้ว

แต่สภาพของสังคมเปลี่ยนไปแล้ว ไม่จำเป็นต้องล่าสัตว์กันแล้ว ถ้าคุณควบคุมอารมณ์ตนเองไม่ได้ ปล่อยให้ตื่นเต้น กลัวและโกรธบ่อย ๆ แล้วละก็ คนเราสามารถทำอะไรที่บ้าระห่ำ ทำสิ่งที่แม้แต่ตนเองก็คาดไม่ถึง เช่น สามีฆ่าภรรยา ภรรยาฆ่าสามี ลูกฆ่าพ่อแม่ได้ เมื่อไม่สามารถทำอะไรตั้งใจตั้งใจที่มีข่าวออกมาเสมอ หลายรายที่เมื่อเหตุการณ์ผ่านพ้นไป และจำเลยถูกนำขึ้นศาลพิจารณาคดี ผู้ต้องหามักตอบไม่ได้ หาเหตุผลไม่ได้ว่าทำไมจึงทำเช่นนั้น หลายคนรู้สึกเสียใจ อยากหมุนนาฬิกากลับ แต่ก็สายไปเสียแล้ว

ที่จริงพระพุทธเจ้าได้ตรัสแล้วว่า ความโกรธนั้นสามารถทำให้มนุษย์กระทำในสิ่งที่ทำได้ยากหรือทำไม่ได้ในยามที่จิตใจเป็นปกติ ซึ่งชี้ให้เห็นว่าท่านเห็นการทำงานของจิตใจอย่างทะลุปรุโปร่งแล้ว

ในกรณีที่เล็กน้อยกว่านั้น เช่น คนซีโมโหแบบประเดี๋ยวประด๋าว ในขณะนั้น มักรู้สึกว่าท้องไส้ของตนเองปั่นป่วนไปหมด คนที่ติดนิสัยซีกังวล ห่วงโน้นห่วงนี่นั้น ร่างกายจะรู้สึกไม่สบายเช่นกัน คนที่เครียดจากการทำงานและขบคิดปัญหา ปล่อยวางไม่ได้ ก็จะมีผลทำให้กล้ามเนื้อส่วนคอ ไหล่ ต้นแขนเกร็ง แข็งไปหมด เลือดลมเดินไม่คล่องตัว ก่อให้เกิดอาการปวดหัวถึงขนาดเป็นไมเกรนได้ ถ้าไม่ควบคุมอารมณ์เหล่านั้น ไม่ปรับจิตใจให้อยู่ในสภาวะปกติ ปล่อยให้มามีอารมณ์เช่นนั้นอย่างเรื้อรัง ย่อมเป็นผลเสียต่อร่างกายแน่นอน เป็นการฆ่าตัวตายชนิดผ่อนส่ง

อย่างไรก็ตาม การกระทำที่ผิดศีลธรรมอย่างร้ายกาจเหล่านี้จึงล้วนเกิดจากตัวใจถูกความคิดและความรู้สึกของเราหลอกเอาก่อน ทำให้อารมณ์ทางใจปั่นป่วนก่อน ร่างกายจึงปั่นป่วนตาม เป็นผลให้ร่างกายหลั่งสารเคมีต่าง ๆ ออกมา รวมทั้งทำให้สารเคมีในสมองไม่สมดุลซึ่งเป็นเรื่องของปลายเหตุมากกว่าที่จะเป็นต้นเหตุตั้งที่วงการแพทย์วิเคราะห์กัน

ความเห็นที่ขัดแย้งกัน

จึงเห็นได้ว่า หากใช้มุมมองของพระพุทธเจ้าแล้ว จิตใจต่างหากที่เป็นปัจจัยตัวสำคัญที่สร้างเงื่อนไขทำให้สภาวะร่างกายของเราสงบหรือปั่นป่วน แข็งแรงหรืออ่อนแอได้ เป็นการวิเคราะห์ปัญหาจิตใจที่ตรงกันข้ามจากนักการศึกษาฝ่ายโลกอย่างสิ้นเชิง จึงขอสรุปให้เห็นง่าย ๆ ด้วยสมการข้างล่างนี้

พระพุทธเจ้าเห็นว่า

จิตใจปั่นป่วน ---> ร่างกายปั่นป่วน ---> การกระทำผิดศีล

วิทยาศาสตร์การแพทย์เห็นว่า

ร่างกายปั่นป่วน ---> จิตใจปั่นป่วน ---> การกระทำผิดศีล

ขั้น ๕

ฉะนั้น การที่จะค้นหาตำแหน่งแห่งหนของจิตใจเพื่อเข้าใจธรรมชาติการทำงานของ มัน เพื่อแก้ปัญหาจิตใจและเพื่อหาตัวจริง ๆ ของเรานั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องใช้วิธีการ วิเคราะห์ "ร่างกาย-จิตใจ" โดยวิธีการของพระพุทธเจ้าเสียก่อน นั่นคือ ท่านบอกว่า ร่างกาย-จิตใจ ของมนุษย์นี้ประกอบด้วยส่วนที่เป็น "รูป" หนึ่งส่วน และที่เป็น "นาม" อีกสี่ ส่วน หรือ ที่ชาวพุทธเรียกว่า ขั้น ๕ นั้นเอง ซึ่งมีดังนี้คือ

1. รูปขั้น ๕ คือ ส่วนของร่างกายทั้งหมดรวมทั้งสมองด้วย
2. เวทนาขั้น ๕ คือ ส่วนของความรู้สึกของกาย เช่นรู้สึกได้ว่า นี้อุ่น เย็น แข็ง อ่อน นุ่ม สบาย ไม่สบาย เจ็บ ปวด ระอุ ระบม เป็นต้น
3. สัญญาขั้น ๕ คือ ความทรงจำ อันคือ ความคิดทุกอย่างที่เนื่องกับอดีต เช่น ความรู้ที่ได้จากการอ่านหนังสือ ภาษา ตลอดจนเหตุการณ์ทุกอย่างที่เกิดขึ้น ในอดีต องค์การที่เป็นนามนี้เปรียบเหมือนกล่องเก็บข้อมูลต่าง ๆ ซึ่ง ภาษาคอมพิวเตอร์เรียก ดาต้าเบส database ที่มีความสามารถเก็บ เหตุการณ์ทุกอย่างที่เข้ามาในชีวิตเรา²
4. สังขารขั้น ๕ คือ ความคิดใหม่ ๆ สด ๆ ที่กำลังคิดอยู่ในขณะนี้ อันเนื่องกับ จินตนาการของอนาคต หรือจะเรียกว่าความคิดปรุงแต่งก็ได้ มันทำงาน ร่วมกับสัญญาขั้น ๕ คนที่มีความทรงจำมาก เช่น มีความรู้มากเพราะได้อ่าน มาก ฟังมาก หรือเก็บเหตุการณ์อดีตไว้มาก ก็จะสามารถสร้างความคิดใหม่ ๆ สด ๆ ได้มากขึ้น และอดไม่ได้ที่จะคิดพาดพิงจินตนาการต่อไปถึงอนาคต ความคิดที่สดใหม่นี้เปรียบเหมือนเครื่องปรุงแต่งความคิดเก่าเพื่อทำให้เรื่อง เก่ากลายเป็นเรื่องใหม่ในหัวในใจเราอยู่เสมอ และปรุงแต่งให้เรื่องราวในใจมี รสชาติเข้มข้นมากขึ้น แม้จะเป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นนานหลายปีแล้วก็ตาม สังขารขั้น ๕ นี้สามารถนำความคิดเก่ามาใส่เครื่องปรุงใหม่และทำให้เป็นเรื่อง ใหม่เหมือนเพิ่งเกิดเมื่อวานนี้ได้อยู่เสมอ ฉะนั้น คนที่เรารักมากเช่น พ่อ แม่ สามี ภรรยา หรือลูก แม้ได้ตายไปแล้วหลายปี แต่สังขารขั้น ๕ ของเราที่ ทำงานร่วมกับสัญญาขั้น ๕ นี้จะสามารถทำให้คนตายเหล่านี้ฟื้นคืนชีพขึ้นมา ในหัวเราบ้าง ในจิตใจเราบ้างได้อยู่เสมอ
5. วิญญาณขั้น ๕ คือ ความรู้สึกตัวว่าเรายังมีชีวิตอยู่ เป็นคนเป็น ๆ ที่เดินเห็นได้ และต่างจากคนตายอย่างลิบลับ รู้ได้ว่าเราไม่ได้นอนหลับสนิท ไม่ได้สลบ หรือเป็นลมหมดสติ ไม่ได้อยู่ในอาการโคม่า และไม่ได้ตาย รู้แน่ชัดว่ามีตัว

² ความทรงจำเป็นธรรมชาติในส่วนนามที่ตรงข้ามกับการลืม อะไรที่จำไม่ได้ แสดงว่า "ลืมไป" การ ลืมไม่ใช่สิ่งไม่ดีเสมอไป เพราะหากเป็นความทรงจำอันเนื่องกับเหตุการณ์ที่เจ็บปวดของชีวิตแล้ว การลืมก็เป็นสิ่งที่ดี สามารถทำให้ชีวิตเจ็บปวดน้อยลง จนฮอลลีวูดนำความคิดนี้ไปสร้างภาพยนตร์ เช่น เรื่อง Final Cut และเรื่องล่าสุดคือ Eternal Sunshine of a Spotless Mind ที่มีคนคิดวิธีการลบ ความทรงจำออกจากกล่องความคิดของมนุษย์ เพื่อคนเหล่านี้จะได้สามารถเริ่มต้นชีวิตใหม่โดยไม่มี ความทรงจำที่เจ็บปวดของอดีตเข้ามาเกี่ยวข้องด้วย แต่นั่นเป็นทางออกของชีวิตหรือไม่ก็เป็นอีก เรื่องหนึ่ง

เราอยู่แน่นอน ไม่ใช่เป็นผีเป็นนาง ความรู้สึกที่รู้ว่าตัวเรามีอยู่ เป็นอยู่นี้แหละ คือ การทำงานของวิญญาณชั้นนั้นเอง

ฝ่ายนามมีทั้งตัวดูและตัวถูกดู

สิ่งที่คุณจะต้องรู้ในขั้นต่อไปคือ ส่วนที่เป็นนามชั้นทั้งสี่ คือ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ นี่เปรียบเหมือนกับของเหลวสี่ชนิดที่แตกต่างกัน แต่ถูกเทรวมอยู่ในภาชนะเดียวกันหมด เมื่อมันรวมตัวกันเช่นนั้นแล้ว เราจึงเรียกมันรวมเป็นคำ ๆ เดียวว่า จิตใจ หรือ mind คำศัพท์ไทยเรายังสามารถดูออกได้ว่าธรรมชาติส่วนนามทั้ง ๔ ชนิดนี้มีส่วนที่เป็น จิต และ ส่วนที่เป็น ใจ แต่เมื่อมันอยู่คละเคล้ากัน จึงเกิดสภาวะที่เป็น จิตใจ ขึ้นมา แต่ศัพท์ภาษาอังกฤษเช่น mind นี้จะไม่สามารถบอกไปอะไรได้เลย การเรียนรู้เรื่องจิตใจของมนุษย์นี้ ภาษาไทยเราซึ่งมีอิทธิพลจากภาษาบาลี สันสกฤต อันเป็นภาษาของพุทธศาสนาจึงได้เปรียบมากกว่าภาษาอังกฤษ เพราะเป็นภาษาที่มีสภาวะจิตใจรองรับอยู่

ปัญหาจึงอยู่ตรงที่ว่า ธรรมชาติในส่วนนามทั้งสี่อย่างนี้มี ๑ ส่วนที่เป็นเครื่องมือใช้งาน หรือ เป็นตัวดู observer อันเป็นส่วนของใจ และอีก ๓ ส่วนเป็นสิ่งที่ถูกใช้งาน หรือ เป็นตัวถูกดู observed ซึ่งเป็นส่วนของจิต นี่จึงเป็นสิ่งที่ต้องมาทำความเข้าใจเสียหน่อย

ทำความเข้าใจอายตนะภายในกับอายตนะภายนอกก่อน

ขอข้ามมาสู่เรื่องอายตนะที่จะพาคุณโยกกลับไปสู่เรื่องจิตใจที่หลัง คุณต้องรับทราบเสียก่อนว่า พระพุทธเจ้ามองมนุษย์ที่อยู่บนโลกนี้ว่าเป็นสิ่งมีชีวิตที่รับรู้ได้ sentient being และ สามารถรับรู้ รับผัสสะ หรือ รับสัมผัสได้ ๖ ทาง ไม่ใช่เพียง ๕ ทางอย่างที่ชาวโลกเข้าใจกัน

หากใครยังไม่เข้าใจภาษาทางธรรม ก็ขอให้เรียนรู้เสียแต่บัดนี้ ส่วนที่เรียกว่า ตา หู จมูก ลิ้น กาย นั้น ภาษาทางธรรมเรียกว่า อายตนะภายใน ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะต้องจับคู่กับ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ซึ่งภาษาทางธรรมเรียกว่า อายตนะภายนอก

ตา หู จมูก ลิ้น กาย = อายตนะภายใน

รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส = อายตนะภายนอก

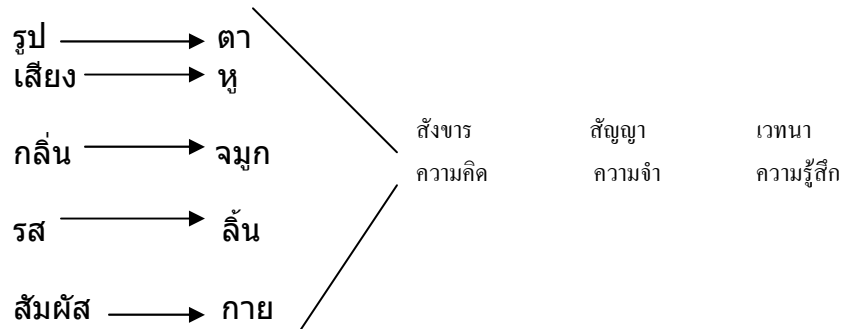
(ส่วนอายตนะภายในและภายนอก คู่ที่ ๖ จะอธิบายต่อจากส่วนนี้ ในหัวข้ออายตนะ

ที่ ๖ ขอให้ทำความเข้าใจตามนี้ไปก่อน)

ตา หู จมูก ลิ้น และผิวหนังของกายของเรานั้นเปรียบเหมือนสะพานเชื่อมโลกภายนอกกับโลกภายในจิตใจของเราให้พบกัน โดยที่เรื่องราวของโลกภายนอกทั้งหมดที่เป็นรูปเป็นร่างมีสีสันเหลี่ยมกลมทั้งหลายจะเดินเข้ามาทางสะพานตาเพื่อเข้ามาอยู่ในโลกภายในของเรา สิ่งที่เป็นเสียงทั้งหมด จะเดินเข้ามาโดยผ่านสะพานหู กลิ่นทั้งหมดก็เข้ามาทางจมูก รสชาติทั้งหมดของอาหารเครื่องดื่มก็เดินเข้ามาทางสะพานลิ้น และความรู้สึกทางกายทั้งหมดก็เข้ามาทางสะพานของผิวหนังเพื่อเดินทางเข้าสู่โลกภายในหรือจิตใจของเรา

เมื่อรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส เดินผ่านเข้ามาทางสะพานของตา หู จมูก ลิ้น กายของเราแล้ว มันก็เข้ามารวมอยู่ในโลกของใจ และกลายเป็นธรรมชาติฝ่ายนามที่ไม่มีรูปร่างอีกต่อไป หรือ กลายเป็น ความคิด (สังขาร) ความจำ (สัญญา) ความรู้สึก (เวทนา) นั้นเอง ฉะนั้น คุณจะเห็นว่า รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส อันเป็นธรรมชาติฝ่ายวัตถุหรือสสาร กับ

ธรรมชาติฝ่ายนามอันคือ ความคิด ความจำ ความรู้สึก นั้น เป็นเรื่องเดียวกัน ต่างกันตรง
 ที่ว่า กลุ่มหนึ่งเป็นรูป อีกกลุ่มเป็นนามเท่านั้นเอง ถ้าจะเขียนเป็นสมการให้เห็นง่ายขึ้น ก็คือ



(ลูกศร ขอให้คงไว้เช่นรูปนี้)

รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส = ความคิด ความจำ ความรู้สึก
 โลกภายนอก = โลกภายใน

ไอน์สไตน์พิสูจน์ให้พระพุทธเจ้า

ที่จริงแล้ว หลักการของไอน์สไตน์ในเรื่อง มวลกับพลังงาน ก็สามารถนำมาพูด
 เทียบเคียงกับสมการดังกล่าวข้างต้น ปัญญาชนทุกคนล้วนรู้จัก $e=mc^2$ ซึ่งเป็นสูตรที่นำมา
 สร้างระเบิดปรมาณู ดิฉันดูสารคดีที่อังกฤษเกี่ยวกับสมการนี้ของไอน์สไตน์ นักฟิสิกส์ชาว
 อังกฤษท่านหนึ่งพูดว่า ไอน์สไตน์เป็นคนแรกที่พูดออกมาอย่างชัดเจนว่า พลังงาน หรือ e
 (energy) กับมวล หรือ m (mass) เป็นสิ่งเดียวกัน แต่ต่างรูปแบบเท่านั้น ฉะนั้น ถ้าเราไม่
 พูดเรื่องการสร้างพลังงานนิวเคลียร์อันเป็นผลจากปฏิกิริยาฟิวชัน และเลือกพูดแต่ความคิด
 หลัก ๆ ของไอน์สไตน์ที่สามารถประสานกับความรู้ของพระพุทธเจ้าได้แล้วละก็ เราสามารถ
 เอาความเร็วของแสงยกกำลังสอง หรือ c^2 ออกไป สมการที่เหลือจึงได้

$$e=m$$

$$\text{energy} = \text{mass}$$

$$\text{พลังงาน} = \text{มวล}$$

$$\text{นาม} = \text{รูป}$$

$$\text{ความคิด ความจำ ความรู้สึก} = \text{ภาพ (รูป) เสียง กลิ่น รส สัมผัส}$$

$$\text{นามธรรม} = \text{รูปธรรม}$$

$$\text{โลกภายใน} = \text{โลกภายนอก}$$

ฉะนั้น คุณจะเห็นว่า สิ่งที่พระพุทธเจ้าได้อธิบายนั้นเป็นเรื่องเดียวกับที่ไอน์สไตน์
 ค้นพบภายหลังพระพุทธเจ้าถึง ๒๕๐๐ กว่าปี นั่นคือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ก็คือ มวล ที่
 มีค่าเหมือนกับความคิด ความจำ ความรู้สึก อันเป็นส่วนหนึ่งของพลังงาน คำว่า รูป ที่เขียนคู่กับ
 นาม ของพระพุทธเจ้านั้น ต่างจากความหมายของ รูป อันเป็นสิ่งที่เห็นได้ทางตา หรือ ภาพ
 "รูป" คำใหญ่ที่เขียนคู่กับ "นาม" นั้น มีความหมายกว้างมาก ครอบคลุมทุกสิ่งทุกอย่างใน
 จักรวาลนี้ มีความหมายเหมือนกับคำว่า "ธรรม" แต่เป็นทุกอย่างของโลกภายนอกในเชิง
 กายภาพ จึงมีคำใช้ที่เหมาะสมเจาะว่า "รูปธรรม" คือทุกสิ่งทุกอย่างในฝ่ายกายภาพหรือฝ่าย
 รูป ฉะนั้น ถ้าจะกระจายคำว่า รูป ก็จะแยกรายละเอียดออกมาเป็น ภาพ (รูป) เสียง กลิ่น
 รส สัมผัส ซึ่งตรงกับสมการด้านบนที่เขียนไปแล้ว เมื่อ "รูปธรรม" เหล่านี้เข้าไปในใจของ

เราแล้ว ก็กลายเป็นธรรมชาติฝ่ายนามของโลกภายใน หรือ "นามธรรม" คือ ทุกสิ่งทุกอย่าง ในส่วนที่จับต้องไม่ได้ ที่มีอยู่ในรูปกายของเรา ก็จะแยกรายละเอียดออกมาเป็น ความคิด ความจำ ความรู้สึก ดังสมการด้านบน เช่นกัน

คู่สร้างคู่สม

ฉะนั้น หาก รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส เป็นตัวที่ถูกรับรู้โดย ตา หู จมูก ลิ้น กาย แล้ว ละก็ ความคิด ความจำ ความรู้สึก จำเป็นต้องเป็นตัวที่ถูกรับรู้โดยอีกอายตนะหนึ่งที่เป็นคู่ของมันเท่านั้น เหมือนเสียงจะไปเดินผ่านสะพานตาหรือจมูกไม่ได้ เสียงต้องเดินเข้าสะพานหูเท่านั้น รสต้องเดินเข้าสะพานลิ้นเท่านั้น คู่ของใครก็คู่ของมัน เป็นคู่สร้างคู่สมที่จะสลับคู่กันไม่ได้ มันไม่เข้าร่องของมัน ฉะนั้น ความคิด ความจำ กับความรู้สึกจะถูกรับรู้โดย ตา หู จมูก ลิ้น กาย ไม่ได้ มันต้องมีอีกสะพานหนึ่งที่จะจับคู่กับความคิด ความจำ ความรู้สึก หรือ ต้องมีอีกอายตนะหนึ่งที่สามารถรับรู้ความคิด ความจำ ความรู้สึก ซึ่งอายตนะนี้มีอยู่กับมนุษย์แล้วโดยธรรมชาติ ไม่ใช่เรื่องของส่วนเกินที่จะเอามาเสริมแต่งเข้าไป

อายตนะที่ ๖³

นี่เป็นข้อเท็จจริง fact ที่พระพุทธเจ้ามองออกอย่างทะลุปรุโปร่ง ท่านจึงเป็นมนุษย์คนแรกของโลกที่กล้ายืนขึ้นมาบอกว่า มนุษย์เป็นสัตว์ที่มีอายตนะ ๖ ทาง ไม่ใช่ ๕ ทาง นี่เป็นความคิดที่ท้าทายมาก เพราะสังคมอินเดียยุคนั้นเต็มไปด้วยนักปราชญ์ พระพุทธเจ้ากล้ายืนขึ้นมาพูดต่างจากคนอื่น แม้ในยุคนี้ก็ยังเป็นเรื่องท้าทายไม่น้อย อาจจะมีมากขึ้นด้วย เพราะยังไม่มีใครพูดเรื่องนี้อย่างจริงจังและเป็นระบบ

อย่างไรก็ตาม อายตนะที่ ๖ นี้คือ วิญญาณขันธ์นั่นเอง ความรู้สึกตัว หรือ วิญญาณขันธ์นี้เป็นอายตนะที่ ๖ อันเป็นสะพานรับรู้ความคิด (สังขาร) ความจำ (สัญญา) กับ ความรู้สึก (เวทนา) วิญญาณขันธ์จึงเป็นส่วนของใจ ที่เป็นฝ่ายนาม ในขณะที่ เวทนา สัญญา สังขาร เป็นส่วนของจิต ซึ่งก็เป็นฝ่ายนามเช่นกัน คุณจะเห็นชัดขึ้นเมื่อเขียนเป็นสมการโดยใช้ทั้งภาษาธรรมดาและภาษาบาลี ดังนี้

³ ขอให้ช่วยสังเกตสักนิดหน่อยว่า ความหมายของอายตนะที่ ๖ ที่ชาวตะวันตกเรียกว่า 6th sense นั้น ต่างจากความหมายของพระพุทธเจ้าอย่างสิ้นเชิง ไม่ใช่เรื่องเดียวกัน เมื่อฝรั่งพูดถึง 6th sense นั้น เขาจะมีปฏิกิริยาแบบ ตื่นเต้นมาก เพราะเขาพูดถึงคนบางคนเท่านั้นที่มีความสามารถพิเศษ ไม่เหมือนชาวบ้านทั้งหลาย คือ คนมี 6th sense จะสามารถอ่านใจคนได้บ้าง รู้เรื่องราวที่อาจจะเกิดขึ้นในอนาคตก็ได้ ทำนายทายทักได้ หรือ สามารถพูดคุยกับคนที่ตายไปแล้วได้ คนที่มีความสามารถพิเศษเหนือมนุษย์ซึ่งมีน้อยคนเหล่านี้แหละที่ชาวตะวันตกจัดให้พวกเขาอยู่ในประเภทที่มีอายตนะที่ ๖ หรือ มี 6th sense คนนอกเหนือจากนั้นมีเพียง ๕ อายตนะเท่านั้น ซึ่งเป็นความหมายที่แตกต่างจากของพระพุทธเจ้ามาก เพราะโดยความหมายของท่านแล้ว มนุษย์ทุกคนไม่เว้นแม้แต่คนเด็वल้วนมี ๖ อายตนะเท่ากันหมด ความรู้สึกตัวหรือวิญญาณขันธ์มีอยู่แล้วอย่างเป็นธรรมชาติ จึงไม่มีใครพิเศษหรือแปลกประหลาดมากกว่าใครเลย

| | |
|-----------------------------------|-----------------|
| ความคิด ความจำ ความรู้สึก | = จิต |
| ความรู้สึกตัว หรือ อายตนะที่ ๖ | = ใจ หรือ ตัวใจ |
| สังขารขันธ์ สัญญาขันธ์ เวทนาขันธ์ | = จิต |
| วิญญาณขันธ์ หรืออายตนะที่ ๖ | = ใจ หรือ ตัวใจ |

จิตคู่กับใจ ทอมคู่กับเจอร์

เพื่อให้ง่ายต่อการเข้าใจ สื่อสาร และใช้คำน้อยคำ ดิฉันจะรวมความคิด (สังขาร) ความจำ (สัญญา) กับความรู้สึก (เวทนา) เป็นตัวการ์ตูนของวอลท์ ดิสนีย์ที่ชาวโลกรู้จักกันดีในนามของ หนุเจอร์ หรือ หากเป็นคำไทยก็จะใช้คำว่า จิต ซึ่งเป็นกรรมหรือตัวถูกดู ในขณะที่ ความรู้สึกตัว หรือ วิญญาณขันธ์ เป็นแมวทอม หรือ ใจ เป็นประธาน หรือ ผู้ดู คำว่า ใจ นี้ ดิฉันจะใช้คำว่า ตัวใจ หรือ ตาใจ แทนเพื่อให้สอดคล้องกับสิ่งที่ต้องการเปรียบเทียบ จึงขอให้เข้าใจว่ามันมีความหมายเดียวกับ ความรู้สึกตัว หรือ วิญญาณขันธ์

วิญญาณ = ตัวใจ = แมวทอม = ผู้ดู เป็น ประธาน subject

เวทนา สัญญา สังขาร = จิต = หนุเจอร์ = ผู้ถูกดู เป็น กรรม object

ฉะนั้น คุณจะเห็นได้ว่า สภาวะฝ่ายนามของมนุษย์ที่เรียกว่า จิตใจ นั้น มีส่วนที่เป็นทั้งอายตนะภายนอกและอายตนะภายในปะปนกันอยู่ หรือ ฝ่ายผู้รับรู้ (ตัวใจ) ปนอยู่กับสิ่งที่ถูกรู้ (จิต) หรือ ตัวประธาน subject ปนอยู่กับตัวกรรม object หรือจะสร้างภาพของทอมกับเจอร์กำลังนั่งนอนกอดคอกันอยู่ก็ได้ ทั้งผู้รู้ และ สิ่งที่ถูกรู้ หรือ จิตกับใจ หรือ ทอมกับเจอร์ ล้วนเป็นนามหรือฝ่ายพลังงานที่ติดอยู่ในร่างกายที่มีดทับนี้ด้วย ตรงนี้แหละ ที่ทำให้การเรียนรู้เรื่องจิตใจเป็นเรื่องยากมากที่สุด เมื่อไม่มีการเรียนรู้อย่างถูกต้อง อย่างถูกวิธีของมันแล้ว เราจึงเข้าใจมันไม่ได้ เมื่อเข้าใจเรื่องของจิตใจไม่ได้แล้ว คุณจึงไม่สามารถรู้ได้ว่าการเป็นตัวของตัวเอง หรือ เป็นตัวจริง ๆ ของเรานั้น เป็นได้อย่างไร ต้องทำอย่างไรจึงจะเข้าถึง "ตัวจริง ๆ" ของเรา

ต้องอาศัยทอมเพื่อรู้จักเจอร์

ฉะนั้น คุณจะเห็นได้ไม่ยากกว่า การเป็นตัวของตัวเอง หรือ เป็นตัวจริง ๆ ของเรานั้น เป็นเรื่องของจิต เป็นธรรมชาติของเจอร์ที่เราต้องทำความเข้าใจมันอย่างเป็นวิทยาศาสตร์ ความคิดไหน ความทรงจำชนิดไหน ความรู้สึกไหน และความเชื่อไหนที่เราควรตรึงมันไว้เพื่อความเป็นตัวของตัวเอง และคงความเป็นตัวจริง ๆ ของเรา

การเรียนรู้อย่างเป็นวิทยาศาสตร์ก็คือ การเฝ้ามอง การสังเกตการณ์ ที่ฝรั่งเรียกว่า making observations เป็นวิธีการทางวิทยาศาสตร์ที่ปัญญาชนทั่วโลกต้องใช้หากเขาต้องการเรียนรู้ปรากฏการณ์อะไรสักอย่าง ฉะนั้น การสังเกตปรากฏการณ์ภายนอกที่เกี่ยวข้อกับรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส แล้วละก็ นักวิทยาศาสตร์จะต้องใช้เครื่องมือพื้นฐานอันคือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย เพื่อเฝ้ามองและสังเกตการณ์ปรากฏการณ์นั้น ๆ อย่างซ้ำซาก บางครั้งต้องเฝ้ามอง ทดลองไปมาอยู่เช่นนั้นนานหลายปี จึงสามารถสรุปผลการวิจัยออกมาเป็นความรู้ knowledge เป็นข้อเท็จจริง fact ที่เป็นเรื่องเป็นราวจนปัญญาชนทั่วโลกยอมรับได้อย่างไม่มีข้อสงสัย ดังที่ไอน์สไตน์บอกไว้ว่า

*แหล่งความรู้ที่แท้จริงคือประสบการณ์
Experience is the source of knowledge.*

ประสบการณ์ experience ก็คือ การที่อายตนะภายนอกกับภายในได้พบกันจริง ๆ หรือ ตาได้เห็นรูปจริง ๆ หูได้ยินเสียงจริง ๆ จมูกได้กลิ่นจริง ๆ เป็นต้น การสังเกตการณ์ เช่นนี้เท่านั้นจึงจะเกิดประสบการณ์อันเป็นแหล่งหรือต้นตอของความรู้ทั้งหลายได้

ฉะนั้น การจะเข้าใจปรากฏการณ์ของจิตได้ เราจำเป็นต้องใช้เครื่องมือพื้นฐานอันคือ ใจ เป็นผู้มอง หรือ เป็นผู้ดู เพื่อช่วยให้ผู้อ่านเห็นภาพพจน์ได้ชัดเจนมากขึ้น เหมือน "ตัวกาย" ที่มี "ตากาย หรือ ตาเนื้อ" ดิฉันจะเรียกวิญญาณชั้นนี้ว่าเป็น "ตัวใจ" ที่มี "ตาใจ" แทนที่จะใช้คำว่า "ใจ" เฉย ๆ เพื่อจะได้สอดคล้องกับคำว่า "มอง" และ "ดู" การที่จะมอง หรือดูอะไรได้ ต้องใช้ตามอง การเฝ้าสังเกตดูความคิด ความจำ ความรู้สึก หรือ จิต นี้ ก็ไม่ต่างจากการใช้ตาเนื้อดูรูป และดูสิ่งของต่าง ๆ จิตก็คือ สิ่งของต่าง ๆ ที่เป็นฝ่ายนาม (ไม่มีรูปร่าง) ฉะนั้น เมื่อใส่คำ "ตา" ไว้ข้างหน้าคำ "ใจ" เป็น "ตาใจ" แล้วละก็ จะเกิดสภาวะที่ชัดเจนว่า ทุกคนล้วนมีอายตนะที่ ๖ อันคือ "ตาใจ" ซึ่งมีไว้เพื่อดู "จิต" (ความคิด ความรู้สึก)

ถ้าใช้ภาษาของทอมกับเจอร์รี่ก็คือ ต้องใช้แมวทอมเป็นตัวสังเกตการณ์และเรียนรู้การทำงานของหนูเจอร์รี่นั่นเอง

เมื่อนำอายตนะภายในและภายนอกทั้ง ๖ มาเขียนรวมกันแล้วก็ได้เช่นนี้คือ

| อายตนะภายใน | | อายตนะภายนอก | | | |
|-------------|--------|---------------|------|---------|----------|
| Sense | | sense objects | | | |
| ตาเนื้อ | สังเกต | รูป | เป็น | มวล | ฝ่าย รูป |
| หู | " | เสียง | เป็น | มวล | ฝ่าย รูป |
| จมูก | " | กลิ่น | เป็น | มวล | ฝ่าย รูป |
| ลิ้น | " | รส | เป็น | มวล | ฝ่าย รูป |
| ผิวหนัง | " | ความรู้สึก | เป็น | มวล | ฝ่าย รูป |
| ตาใจ | " | จิต | เป็น | พลังงาน | ฝ่าย นาม |

ทำไมฝรั่งจึงสรุปว่า "จิตใจ" อยู่ที่สมอง

ที่นี่ เราก็มายังจุดที่ปัญญาชนฝรั่งต้องเข่าอ่อนไปตาม ๆ กันแล้ว เพราะเมื่อคุณดูไปที่ ๕ คู่แรกของการหาความรู้ันั้น ปัญญาชนฝรั่งสามารถทำได้ไม่ยาก เพราะมันไม่ซับซ้อน แต่พอมาถึงคู่ที่ ๖ ที่ต้องใช้ ตาใจ ดูปรากฏการณ์ของจิต หรือ ใช้ตาใจดูการทำงานของความคิด ความจำ ความรู้สึก แล้วละก็ ความซับซ้อนจึงเกิด ปัญญาชนฝรั่งไปต่อไม่ได้ เพราะ ทั้งตาใจและจิตล้วนเป็นนามธรรมที่ไม่มีรูปร่าง จับต้องไม่ได้ทั้งคู่ เพราะอยู่ภายในร่างกายของเรา

เมื่อขาด "ตาใจ" ที่เป็นเครื่องมือสำคัญเพื่อการเรียนรู้ปรากฏการณ์ของ "จิต" แล้ว เขาจึงต้องกวาดเอาส่วนเกินเหล่านั้น (ความคิด ความจำ ความรู้สึก) ไปอัดลงในสมองซึ่งเป็นส่วนของรูป เพื่อว่าเขาจะได้ใช้ "ตาเนื้อ" ดูปรากฏการณ์ของสมองได้ ซึ่งเป็นการเรียนรู้ทางวิทยาศาสตร์ที่เขาบูชา นี่เองจึงเป็นเหตุผลที่อยู่เบื้องหลังบทสรุปที่ว่า ทำไมฝรั่งจึงเข้าใจว่า เรื่องจิตใจ หรือ mind อยู่ที่สมอง

เมื่อปัญญาชนฝรั่งหาความรู้เรื่องจิตใจชนิดจับแพะชนแกะเช่นนี้ การแก้ปัญหาจิตใจเหล่านี้จึงต้องหันกลับมาแก้ปัญหาที่สมอง และมาลงเอยที่ยากลอมประสาธ ปัญหากจึงเริ่มวน

จะให้ถูกทั้งสองฝ่ายไม่ได้

เมื่อปัญญาชนชาวตะวันตกไม่ได้เห็นว่ามีมนุษย์มี ๖ อายุตนะเหมือนที่พระพุทธเจ้าเห็น การเรียนรู้เรื่องราวของมนุษย์และของโลก ของจักรวาลที่เราอยู่นั้น จึงตั้งอยู่บนพื้นฐานของข้อเท็จจริงที่ว่า มนุษย์มี ๕ อายุตนะเท่านั้น ซึ่งจะให้อีกทั้งสองฝ่ายยอมไม่ได้

ดิฉันนั้นเลือกเชื่อพระพุทธเจ้าอย่างไม่มีข้อสงสัยแน่นอน และโดยเหตุผลที่พูดมาทั้งหมด มุมมองของพระพุทธเจ้ามีเหตุผลมากกว่าและพูดลงตัวได้อย่างพอดีพอดี ไม่ขาดไม่เกิน ในขณะที่มุมมองของปัญญาชนฝรั่งที่เห็นมนุษย์มี ๕ อายุตนะนั้น ไม่สามารถหาเหตุผลมาพูดให้ลงตัวได้ หากไม่พูดขัดแย้งกันเองละก็ ยังมีแต่เรื่องขาด ๆ เกิน ๆ ส่วนเกินคือ ความคิด ความจำ กับ ความรู้สึก ส่วนขาดก็คือ อายุตนะที่ ๖ หรือ ตัวใจ ตาใจ

และถ้าระบบการศึกษาของฝรั่งหรือของโลกไม่ยอมรับเรื่องอายุตนะที่ ๖ หรือ ตาใจแล้ว เขาจะเริ่มขบวนการเรียนรู้เพื่อหาประสบการณ์ภายในจิตใจอย่างเป็นวิทยาศาสตร์ได้อย่างไร เมื่อไม่มีประสบการณ์ก็ไม่มีความรู้ที่แน่นอน ที่ฟังพาได้ ปัญหาจึงเริ่มวน

ต้องฟังผู้รู้จริงตามพระพุทธเจ้า

การรู้ว่ามีมนุษย์มีประสาทรับสัมผัสได้ ๖ ทางยอมได้เปรียบกว่าการรู้ว่ามีได้เพียง ๕ ทางเท่านั้น เพราะประสบการณ์ที่ได้จากการเรียนรู้ทั้ง ๖ ทางยอมกว้างขวางมากกว่าประสบการณ์ที่หาได้จาก ๕ ทางอย่างเปรียบเทียบกันไม่ได้แน่นอน

ขอให้นึกถึงคนตาบอดหนึ่งคน ประสบการณ์ในเรื่องรูป แสง สี ขนาด รูปทรง ฯลฯ ของคนตาบอดนั้นจะดับมืดลงทันที ซึ่งเป็นการสูญเสียอย่างมหันต์แม้ของคนเพียงคนเดียว ฉะนั้น คุณลองหลับตาและคำนวณดูเอาเองว่า มนุษยชาติได้สูญเสียประสบการณ์และความรู้ต่าง ๆ ที่สามารถรับได้จากการใช้อายุตนะที่ ๖ หรือ ตาใจ ไปมากมายมหาศาลสักเพียงใด คงจะหาภาษามนุษย์มาบรรยายความเสียหายอย่างมหันต์นี้ไม่ได้แน่นอน แม้กระนั้น ความรู้เรื่องอายุตนะที่ ๖ ในทุกวันนี้ก็ไม่ได้เป็นที่ยอมรับอย่างออกหน้าออกตาของชาวโลก ชาวพุทธเองก็ไม่สามารถเข้าใจเรื่อง ตาใจ ได้อย่างถ่องแท้

เรื่องอายุตนะเกี่ยวข้องกับพระนิพพานโดยตรง

เมื่อตาใจถูกปิด มนุษย์จึงขาดประสบการณ์ทั้งหมดที่ตาใจสามารถพาไปถึง การเรียนรู้ธรรมของชาวพุทธจึงมักเน้นเรื่อง อายุตนะภายนอกกับภายในเสมอ เพราะนี่เป็นเนื้อหาสำคัญของการหาความรู้หรือข้อเท็จจริงเกี่ยวกับตัวเราผู้เป็นส่วนหนึ่งของโลกและจักรวาล หรือหาตัวจริง ๆ ของเรานี่เอง แต่เมื่อการอธิบายยังไม่ชัดเจน แม้ชาวพุทธส่วนมากก็ไม่สามารถเข้าใจได้อย่างถ่องแท้ว่าทำไมจึงต้องมาเรียนรู้เรื่อง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ และ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ ซึ่งชาวพุทธฟังจนชินหู จนกลายเป็นเรื่องธรรมดาที่ไม่น่าจะมีอะไรลึกซึ้ง ที่จริง เรื่องแสนจะธรรมดาเหล่านี้เกี่ยวข้องกับพระนิพพานและการแสวงหา "ตัวจริง ๆ ของเรา" โดยตรง เพราะพระนิพพานหรือตัวจริง ๆ ของเราเป็นปรากฏการณ์ธรรมชาติที่เห็นได้ด้วย "ตาใจ" หรือ อายุตนะที่ ๖ เท่านั้น

ระบบการศึกษาที่มีดบอด

ระบบการศึกษาของโลกทุกวันนี้ยังคงตั้งอยู่บนรากฐานที่เข้าใจว่ามีมนุษย์มีประสาทสัมผัสเพียง ๕ ทางเท่านั้น ความรู้และประสบการณ์ที่ได้จากประสาทสัมผัสทั้ง ๕ นั้น แม้จะถูกต้องอย่างไร มีประโยชน์ต่อชาวโลกมากมายเพียงใด มันก็ยังเป็นความรู้ที่เจือด้วยอวิชชา เป็นความรู้ที่มีความไม่รู้ปะปนอยู่ จึงเป็นระบบการศึกษาที่ผิดตั้งแต่แรกแล้ว

ตาใจของมนุษยชาติที่มีดบอดอย่างทั่วถึงกันหมดนี้ จึงทำให้อยู่ด้วยกันได้ พูดภาษาของคนมีดบอดที่เข้าใจซึ่งกันและกันได้ ซึ่งไม่พ้นจากเรื่องการตามใจกิเลส การมุ่งหาเงินทอง เกียรติยศ ชื่อเสียง บูชาวัตถุ ใช้ชีวิตอย่างไร้แก่นสาร แล้วก็ตายไปอย่างเสียชาติเกิด

โดยที่ตนเองก็ไม่ได้ด้วยซ้ำไปว่าเสียชาติเกิดอย่างไร จึงเป็นเหตุผลใหญ่ที่ก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ที่เริ่มจากจิตใจของคนหนึ่งคน ตลอดจนถึงปัญหาในระดับโลก เช่น สงคราม เป็นต้น

ต้องเรียนรู้โครงสร้างของชีวิต

ฉะนั้น หากใครต้องการเอาผ้าปิดตาใจออกแล้วละก็ ต้องเริ่มการเรียนรู้ชีวิตอย่างเป็นระบบเสียก่อน จุดเริ่มต้นคือ ต้องรู้จักโครงสร้างของชีวิตที่ชัดเจน ต้องรู้ว่าชีวิตของแต่ละคนล้วนมีเป้าหมายอันสูงสุดทั้งสิ้น นั่นคือ การค้นพบสัจธรรมอันสูงสุด หรือ ไปให้ถึงพระนิพพาน ซึ่งเป็นเป้าหมายเดียวที่จะทำให้คนเป็นสุขได้อย่างแท้จริง พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า

"สุขใดยิ่งกว่าพระนิพพานไม่มี"

คนรักรจริงจะรู้ว่า พระนิพพานไม่ได้เป็นเรื่องไกลตัวเลย พระนิพพานในภาษาของดิฉันคือ ผัสสะบริสุทธิ เป็นเรื่องที่ไม่ใคร ๆ ก็ทำได้อยู่แล้ว หากยอมเรียนรู้อย่างเป็นระบบเท่านั้น

เมื่อรู้เป้าหมายปลายทางของชีวิตแล้ว ต่อไปก็ต้องรู้วิธีการเดินทางเพื่อให้ถึงเป้าหมายปลายทางนั้น การเดินทางในขั้นตอนแรกคือการรักษาศีล นั่นคือ ทุกอย่างที่ดี ๆ ทำไปให้หมด อะไรที่ไม่ดี ไม่ต้องทำ วิธีการเดินทางในขั้นตอนแรกนี้ ดิฉันได้เขียนแผนที่ให้แล้วในหนังสือเรื่อง คู่มือชีวิตภาคศีลธรรมและภาคกฎแห่งกรรม หากใครทำตามสิ่งที่ดิฉันแนะนำในหนังสือสองเล่มนี้ได้แล้ว ก็เท่ากับได้เริ่มเดินทางไปสู่เป้าหมายปลายทางของชีวิตแล้ว ไปได้ครึ่งทางแล้ว

การเดินทางในขั้นต่อไปที่จะไปให้ถึงจุดหมายปลายทางของชีวิตอย่างรวดเร็วนั้น ผู้เดินทางต้องฝึกทักษะทางใจ ดังที่ชาวพุทธเรียกว่า ฝึกสมาธิวิปัสสนา หรือ ฝึกสติปัญญา สี่ นั่นเอง ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นของการเรียนรู้เรื่องจิตใจและการแสวงหาตัวจริง ๆ ของเราอย่างถูกต้องและตรงไปตรงมา

ขอให้ดูรูปโครงสร้างของชีวิต

ช่วยวาดรูปของโครงสร้างชีวิตด้วยคะ เอาตามที่เขียนไว้ในบทที่สี่ของใบไม้กำมือเดียว โดยวาดรูปสามเหลี่ยมด้านเท่า ส่วนบนเขียน พระนิพพาน สัจธรรมอันสูงสุด ผัสสะบริสุทธิ และ "พบตัวจริง ๆ ของเรา" ส่วนล่างตรงกลางเขียน ปัญญา ซ้ายมือเขียน ศีล ขวามือ เขียนสมาธิ และ สติปัญญาสี่คะ ได้แนบแผ่นภาพมาให้ด้วย

วิปัสสนา เครื่องมือแยกตัวปลอมออกจากตัวจริง

ครูบาอาจารย์ฝ่ายวิปัสสนาที่รักรจริงนั้นจะช่วยให้ผู้ปฏิบัติกำหนดสภาวะของ "ตัวใจ" ที่มี "ตาใจ" ให้ได้เสียก่อนเป็นอันดับแรก นี่เป็นสิ่งแรกที่ดิฉันทำในงานอบรมธรรมทุกครั้ง การทำเช่นนี้เท่ากับเป็นการเอาผ้าปิดตาใจออก หลังจากนั้น ผู้ฝึกสติปัญญาก็จะฝึกทักษะเรื่องการพาตัวใจกลับมาสู่ฐานของสติ ซึ่งภาษาของดิฉันคือ การพาตัวใจกลับบ้าน⁴ อันเป็นวลีที่จะช่วยให้ผู้ปฏิบัติสติปัญญาเข้าใจวิธีการปฏิบัติได้ชัดเจนมากขึ้น เพราะล้วนต้องเกี่ยวข้องกับสภาวะที่เป็นนามอันไม่มีรูปร่างทั้งสิ้น การใช้ภาษาร่วมสมัยตลอดจนการเปรียบเทียบกับตัวการ์ตูนเช่นทอมกับเจอร์รี่ของดิฉันนั้น จะสามารถทำให้แผนที่ชีวิตนี้ชัดเจนมากขึ้น

เมื่อคนฝึกสติปัญญาใช้ตาใจเป็นแล้ว เขาจะเข้าสู่ขบวนการทางวิทยาศาสตร์ คือ ใช้ตาใจเฝ้าสังเกตการณ์การทำงานของจิต เมื่อเฝ้าดูไปนาน ๆ แล้ว ผู้ดูจะค่อย ๆ ฉลาดขึ้นและเห็นเองว่า ความคิด ความจำ ความรู้สึก (จิต หรือ เจอรี) นี้ล้วนมีคุณลักษณะเป็นมายา ความคิดกับความรู้สึกที่เป็นมายานี้แหละที่สร้าง "ตัวปลอม" ของเราขึ้นมา ทุกครั้งที่เราติดอยู่ในความคิด เราก็ติดมามา หรือ ติดตัวปลอมของเรานี้เอง แต่เมื่อหลุดจากความคิดและความรู้สึกได้เมื่อไร ตัวปลอมของเราก็ตายไป กลับมาอยู่กับ "ตัวจริง ๆ" หรือ "ตัวใจ" ของ

⁴ ขอให้อ่านเรื่อง พาตัวใจกลับบ้านกันเถิด ซึ่งอยู่ในภาคผนวกของหนังสือเล่มนี้

เราทันที จุดนี้เอง ผู้ปฏิบัติจะค่อย ๆ สามารถแยกแยะระหว่าง “ตัวจริง ๆ” กับ “ตัวปลอม ๆ” ของตนเองได้แล้ว

สรุปว่า ตัวปลอมคือตัวที่ถูกความคิดที่เป็นมายาปลุกปั้นขึ้นมา ซึ่งเป็นสภาวะเดียวกับ การรับผัสสะที่ไม่บริสุทธิ์ ส่วนตัวจริง คือ ตัวที่หลุดจากความคิด (จิต) หรือ ในขณะที่กำลัง รับผัสสะอย่างบริสุทธิ์นั่นเอง ดังรูปข้างล่างนี้

ตัวใจจิต -----> ตัวกาย = ผัสสะไม่บริสุทธิ์ = อยู่กับตัวปลอม = ตัวสัมผัส

ตัวใจ -----> ตัวกาย = ผัสสะบริสุทธิ์ = อยู่กับตัวจริง = ตัวปกติ

ฉะนั้น การตรึงความคิดหนึ่ง ความรู้สึกหนึ่ง หรือ ความเชื่อหนึ่งใดให้อยู่กับตนเอง นาน ๆ จึงเป็นเรื่องการยึดตัวปลอมของตนเอง เอาตัวปลอมเป็นที่พึ่ง จึงอยู่ไม่ทนนาน ต้อง ประสพกับสภาวะลมพัดลมเพเสมอ แต่หากใครฝึกทักษะเรื่องพาตัวใจกลับบ้านเก่งแล้ว จะ ค่อย ๆ ถูกเจอร์หลอกน้อยลง สามารถตัดความคิดออกจากใจได้เก่งขึ้น จึงสามารถอยู่กับตัว จริง ๆ ได้นานมากขึ้น ปัญหาชีวิตจึงแก้ได้ไปในลักษณะเช่นนี้

สร้างตัวปลอมซ้ำสอง

หากใครยังแสวงหาตัวจริง ๆ ของตนเองไม่พบแล้วละก็ ย่อมหมายความว่าคน ๆ นั้น ต้องอยู่กับตัวปลอมและเอาตัวปลอมเป็นที่พึ่งไปก่อน ความซับซ้อนของชีวิตเริ่มเกิด โดยเฉพาะสังคมในยุคนี้ อันเป็นยุคที่คนมักให้ความสำคัญกับความร่ำรวย ความมีอำนาจ และชื่อเสียง จึงก่อให้เกิดอาชีพใหม่ นั่นคือ ใครที่เกิดมีหน้าตาเหมือนกับคนมีชื่อเสียง เช่น ดาราภาพยนตร์ นักร้อง นักกีฬา นักการเมือง เป็นต้น คนเหล่านี้สามารถทำงานหาเงินได้ อย่างเป็นล่ำเป็นสันโดยการเป็นตัว “เลียนแบบ” double ให้กับคนมีชื่อเสียงเหล่านี้ งานที่ เขาต้องทำคือ ต้องพยายามทำตัวให้เหมือนกับคนจริง ๆ ที่เขาต้องการเลียนแบบ เช่น หญิง ชาวอังกฤษคนหนึ่งมีหน้าตาเหมือนราชินีอลิซาเบทของอังกฤษมาก นอกจากการแต่งตัว ด้วยเสื้อผ้าที่เหมือนของราชินี ต้องใส่มงกุฎแล้ว เธอยังต้องเลียนแบบกิริยาอาการทุกอย่าง ให้เหมือนราชินีอังกฤษ เช่น การเดิน การนั่ง การโบกมือให้ผู้คน การยิ้ม การพูด แม้น้ำเสียง ก็ยังต้องพยายามดัดให้เหมือนราชินีตัวจริง ทุกครั้งที่เธอไปออกงานหรือแสดงตัวที่ไหนก็ ตาม ซึ่งพูดง่าย ๆ ว่าไปทำงานหาเงินจากการเลียนแบบราชินีอังกฤษ แม้เธอจะไม่ได้รับการ ต้อนรับเหมือนอย่างราชินีอังกฤษก็ตาม แต่เธอก็เป็นจุดเด่นของงานเสมอ จะมีคนมาขอ ถ่ายรูปมากมาย

คุณเห็นหรือไม่ว่า หญิงคนนี้ได้สร้างตัวปลอมสองชั้นขึ้นมาแทนที่จะเป็นตัวปลอม ชั้นเดียวเหมือนคนทั่วไปที่ไม่มีอาชีพนี้ ตัวปลอมแรกคือ หญิงธรรมดาเหมือนคนทั่วไปที่ไม่ได้รู้จักตัวจริงของตนเอง ตัวปลอมที่สองคือ ทำตัวเป็นราชินีทุกอย่างทั้ง ๆ ที่ไม่ได้เป็น ราชินี ซึ่งอาชีพของนักแสดงล้วนเป็นเช่นนี้ คือ อยู่กับตัวปลอมสองชั้น

ปัญหาจะน้อยลงหากนักแสดงเหล่านี้สามารถกลับไปสู่ตัวปลอมแรกของตนเองเมื่อ จบการแสดง แต่ถ้าหากเขาทำไม่ได้ เพราะไปติดใจในบทบาทที่ตนเองได้สวมเข้าไป เช่น บทของราชินีอังกฤษที่ได้แต่งกายด้วยเสื้อผ้าอาภรณ์เหมือนราชินีจริง ๆ แม้ไม่ใช่เป็นมงกุฎ เพชรอย่างแท้จริง แต่ก็สวยเหมือนเพชร แดมมีคนมาถ่ายรูปมากมาย ถ้าหญิงธรรมดาคนนี้ เกิดไปติดใจในบทบาทปลอม ๆ เหล่านั้นแล้วไม่ยอมออกมาละก็ ชีวิตของเขาจะซับซ้อน มาก และจะทุกข์มากตามไปด้วย

นี่คือเหตุผลหนึ่งที่ว่า ทำไมชีวิตของดารานักแสดงที่มีชื่อเสียงมากมักมีชีวิตส่วนตัวที่ ล้มเหลว เพราะ ชีวิตจริงของเขาไม่ได้สวยหรูและมีอำนาจมากเท่ากับบทบาทที่เขาได้สวม เข้าไปในภาพยนตร์ โดยเฉพาะนักแสดงชายที่สวมบทบาทของพระเอกที่เก่งไปเสียทุก

อย่าง ซึ่งชีวิตจริง ๆ ก็ไม่ได้เก่งเช่นนั้น เพียงแต่เล่นบทบาทได้เก่งเท่านั้น หลังเหตุการณ์ที่ผู้ก่อการร้ายนำเครื่องบินชนตึกเวิร์ลด์เทรดนั้น หนังสือพิมพ์ที่อังกฤษได้ลงข่าวของพระเอกหนังสือที่แสดงบทบาทนี้ สามารถช่วยแก้ไขสถานการณ์ทุกอย่างที่อยู่เบื้องหน้าได้เสมอ ซึ่งมีภาพยนตร์เรื่องหนึ่งที่เขากอบกู้เครื่องบินจากการถูกยึดของผู้ก่อการร้าย ปรากฏว่าดารายชายคนนั้นไม่กล้าขึ้นเครื่องบินเลยในช่วงนั้น เพราะกลัวมาก

คุณจึงเห็นได้ว่า วิถีชีวิตที่ซับซ้อนเหล่านี้ล้วนเป็นผลของการไม่รู้จักรักตัวจริง ๆ ของตนเอง ซึ่งเป็นเรื่องเสียหายมาก เป็นต้นตอของปัญหาสังคมมากมาย

ตัวจริง ๆ ของเรามีอยู่

สิ่งที่หญิงชาวอังกฤษวัย ๔๐ พุดนั้นไม่ผิด ดังที่เธอบอกว่า

ทุกครั้งที่ดีฉันเห็นตัวเองในกระจก ดีฉันยอมรับกับตัวเองได้ยากกว่าใบหน้าที่เหี่ยวลงในกระจกนี้คือตัวดีฉัน เพราะดีฉันไม่ได้รู้สึกว่าเป็นคนนั้นเลย คนนั้นไม่ใช่เป็นตัวจริงของดีฉัน ในหัวใจของดีฉันนั้น รู้สึกเป็นอีกคนหนึ่งที่น่าตาไม่เหมือนหญิงคนที่ดีฉันเห็นในกระจกเลย

ประโยคสุดท้ายที่เธอพูดนั้นถูกเผ่งทีเดียว เธอรู้สึกเป็นอีกคนหนึ่งที่หน้าตาไม่เหมือนหญิงคนที่เธอเห็นในกระจก ความรู้สึกที่เป็นอีกคนหนึ่งที่เธอพูดถึงนั้น ที่จริงแล้ว เธอกำลังพูดถึง ตัวใจ ในส่วนที่เป็นนามธรรมของเธอนั่นเอง ซึ่งเป็นส่วนที่ไม่มีรูปร่าง จึงไม่มีความแก่เฒ่า ชรา เหี่ยวลงในตัวมันเอง เธอจึงไม่รู้สึกว่า ตัวใจ นั้นเป็นคนเดียวกับตัวกายที่มีรอยตีนกาในกระจก ซึ่งเป็นสภาวะที่อยู่เหนือความแก่เฒ่าและความตาย เป็นสภาวะอมตะ นี่เป็นสภาวะที่หญิงวัยกลางคนนี้สามารถสัมผัสได้ และทุกคนสามารถเข้าถึงได้ เพียงแต่ความรู้ของเธอไม่ชัดเจน เพราะยังถูกความคิดที่เป็นมายาสร้างตัวปลอมรบกวนอยู่ ด้วยความที่ยังไม่ได้เข้าใจชีวิตตามหลักของศาสนาพุทธ จึงไม่รู้จักรักตัวเอง หรือ อายุตอนที่ ๖ จึงทำให้หาตัวจริง ๆ ของตนเองไม่พบ ซึ่งถ้าเข้าใจได้และสามารถหาตัวใจที่แท้จริงพบแล้วละก็ จะสามารถแก้ปัญหาเรื่องความกลัวความแก่เฒ่าชรานี้ได้ง่ายมาก ตลอดจนถึงปัญหาเรื่องกลัวตายด้วย

สรุป

คุณคงเข้าใจแล้วว่า ความคิดเรื่องสัมพัทธภาพของไอน์สไตน์ได้เกี่ยวข้องกับชีวิตในส่วนจิตใจของมนุษย์อย่างไร การไม่รู้จุดคงที่ของจักรวาลคือ การไม่รู้จักรักตัวจริงของเรา การยอมรับความคิดเรื่องสัมพัทธภาพก็คือการยอมรับตัวปลอมของเรา ฉะนั้น ถ้าเราไม่ยอมศึกษาเรื่องการไปนิพพานแล้วละก็ การแสวงหาตัวจริงจะไม่เกิด และจะไม่มีวันรู้จักรักตัวจริงของเราได้เลย

ดีฉันหวังว่าบทความนี้จะช่วยให้คุณเข้าใจเรื่องการแสวงหาตนเองมากขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งเรื่องอายุตอนที่ ๖ และ การนำผ้าปิดตาใจออกโดยวิธีการฝึกสติปัญญาขั้นนี้ เป็นเรื่องเดียวที่สำคัญมากที่สุดต่อทุกชีวิตบนโลกนี้ จึงหวังเป็นอย่างยิ่งว่าคุณคงจะแสวงหา "ตัวจริง ๆ" ของคุณพบไม่วันใดก็วันหนึ่งในชาตินี้ เพื่อให้สมกับการได้เกิดมาเป็นมนุษย์และพบพระพุทธศาสนา

บทที่สาม

จิตใจปกติเป็นอย่างไร?

Do you know what a normal mind is?

นั่งรถกับคนเป็นโรคจิต

วันหนึ่ง ดิฉันได้รับโทรศัพท์จากชายหนุ่มอายุ ๒๗ ปีคนหนึ่ง ซึ่งเคยมาเรียนไท้เก๊กกับดิฉันประมาณ ๓ ปีก่อนหน้านั้น เขามาเพียง ๓ หรือ ๔ ครั้ง แล้วก็หายหน้าไป วันนั้นเขาโทรมาเพื่อขอหนังสือเรื่อง ไบโม่กำมือเดียว จากดิฉัน ดิฉันจึงพูดกับเขาว่า หากมีเวลาควรมาเรียนไท้เก๊กกับดิฉันอีก แล้วดิฉันจะได้สอนเรื่องการฝึกสติพื้นฐานให้ เพื่อเขาจะสามารถเข้าใจหนังสือของดิฉันได้ดีขึ้น

พอดีชายหนุ่มคนนี้อยู่ใกล้บ้าน ดิฉันจึงรับอาสาที่จะรับไปมหาวิทยาลัยในรถของดิฉันด้วย เมื่อชวนคุย ดิฉันจึงทราบว่า เขาเพิ่งฟื้นตัวจาก **โรคจิตเภท** ชนิดหนึ่ง ยังอยู่ในการดูแลของคุณหมอโรคจิต รักษาด้วยยาและทำจิตบำบัดอยู่ บอกว่า สาเหตุที่เขาต้องการหนังสือของดิฉันเพราะดิฉันได้พูดเรื่องการทำให้ว่างจากความคิด ซึ่งเป็นเรื่องที่ตั้งดูความสนใจของเขาตั้งแต่แรก

ดิฉันไม่ได้รู้สึกหวั่นไหว ถึงแม้ว่ากำลังนั่งรถไปกับคนที่จิตใจไม่ค่อยปกติก็ตาม รู้สึกสงสาร จึงพยายามให้เขาพูดถึงปัญหาส่วนตัวที่ทำให้จิตใจของเขาไม่ปกติ ซึ่งดิฉันสรุปได้ว่าชายหนุ่มคนนี้ได้สุขภาพในช่วงที่เขาเรียนไท้เก๊กกับดิฉัน ในใจของเขาจึงสร้างเรื่องต่าง ๆ ขึ้นมาซึ่งเขาคิดว่าจริงไปหมด หลังจากที่ได้อ่านหนังสือของดิฉันครั้งแรกซึ่งดิฉันได้พูดเรื่อง ใจว่างจากจิต void และเรื่องการตรัสรู้ enlightenment นั้น เขาเชื่อว่าเขาได้บรรลุธรรมและตรัสรู้แล้ว ดิฉันเดาว่า คุณแม่ของเขาคงได้ทำลายหนังสือเล่มนั้นไปแล้วเมื่อลูกชายมีความเจ็บป่วยทางใจ จึงเป็นสาเหตุที่ชายหนุ่มคนนี้ต้องการได้หนังสือของดิฉันไปอีกเล่มหนึ่ง แต่ดิฉันก็ตัดสินใจไม่ให้หนังสือของดิฉันแก่ชายหนุ่มคนนี้ เพราะคิดว่าจะไปทำให้จิตใจของเขาสับสนมากกว่าที่เป็นอยู่ ควรให้คุณหมอโรคจิตรักษาจนกว่าจิตใจของเขาจะเป็นปกติเสียก่อนดีกว่า แต่ที่แน่ๆ คือตัวปัญหาที่แท้จริง มีใครรู้จริง ๆ หรือไม่ว่า "จิตใจที่ปกติจริง ๆ" นั้นเป็นอย่างไร

โรคจิตไม่มีแผล

โรคจิตเป็นโรคที่ซับซ้อน ยากที่จะรักษา เพราะไม่มีแผลให้เห็นอย่างชัดเจน เหมือนโรคกายซึ่งเป็นเรื่องตรงไปตรงมา ใครไม่สบายกายก็ไปหาคุณหมอ ท่านสำรวจโรคและให้ยามารับประทานเพื่อแก้โรคนั้น ๆ แต่แผลใจไม่มีรอยขีด ขีดเสบ ขูด ข่วน เป็นหนอง หรือ แดงหักให้เห็นอย่างชัดเจน ความเจ็บป่วยทางจิตใจเป็นเรื่องที่เกี่ยวเนื่องกับ ความคิด ความจำ ความรู้สึก ซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่รูปร่างทั้งสิ้น แล้วเราจะรู้หรือตัดสินใจได้อย่างไรว่า ความเจ็บป่วยของจิตใจเป็นอย่างไร

ความรู้ทางการแพทย์เชื่อว่า จิตใจอยู่ที่สมอง ฉะนั้น การรักษาโรคทางจิตใจ คือ การไปรักษาที่สมอง ฉะนั้น เรามาดูกันก่อนว่า ผู้เชี่ยวชาญทางจิตใจ mind expert ได้ถกเถียงเรื่อง จิตใจ ว่าอย่างไร ดิฉันอ่านบทความนี้จากผู้วิจารณ์หนังสือ ชื่อ A.C. Grayling วิจารณ์

หนังสือชื่อ Consciousness ซึ่งแปลว่า ความรู้สึกตัว เขียนโดย Rita Carter ซึ่งพิมพ์ในหนังสือพิมพ์ Daily Mail วันที่ ๒๓ สิงหาคม ๒๐๐๒ เขาพูดว่า

โดยประเพณีแล้ว ปัญหาของจิตใจ mind และความรู้สึกตัว consciousness อยู่ในเครือข่ายของปรัชญา แต่ในช่วงทศวรรษที่ผ่านมา นักประสาทวิทยา neurologists นักจิตวิทยา psychologists และนักวิทยาศาสตร์คอมพิวเตอร์ โดยร่วมมือกับนักปรัชญา ได้นำเสนอทฤษฎีและวิธีการใหม่ ๆ ที่จะช่วยให้เข้าใจเรื่องความรู้สึกตัวของมนุษย์ซึ่งล้วนมีพลังมาก แต่ถึงแม้ว่าผู้เชี่ยวชาญเหล่านี้ได้เรียนรู้เกี่ยวกับกิจกรรมบางส่วนของสมองแล้ว เช่น ส่วนที่เกี่ยวกับการเห็น การได้ยิน การใช้ภาษา การเคลื่อนไหว และ สิ่งอื่น ๆ มันก็ยังคงมีความลึกลับ และ ความคลุมเครืออยู่อีกมากมายทีเดียว บางคนก็บอกว่า ความรู้สึกตัว consciousness เป็นองค์ประกอบที่อิสระจากสมองและวัตถุอย่างอื่น บางคนก็บอกว่า หัวสมองและจิตใจเป็นเรื่องเดียวกัน บางคนก็บอกว่าสมองเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดจิตใจ บางคนก็บอกว่า ความรู้สึกตัวหัวพร้อมเป็นผลของกิจกรรมของสมอง บางคนก็พูดว่า เราไม่มีวันเข้าใจได้ว่าความรู้สึกตัวจะเกิดจากสมองได้อย่างไร และ ยังมีคนที่ปฏิเสธอย่างสิ้นเชิงว่ามีสิ่งที่เรียกว่า ความรู้สึกตัว consciousness นั้นไม่มี

คุณเห็นได้ว่า บทสรุปสั้น ๆ ของคุณ A.C Grayling ก็สามารถช่วยให้เราเห็นภาพรวมของความคิดของผู้เชี่ยวชาญเรื่องสมองและจิตใจของมนุษย์ เมื่อพิจารณาจากการถกเถียงของผู้เชี่ยวชาญทางด้านจิตใจเหล่านั้นแล้ว เห็นได้ชัดว่า พวกเขาก็ยังไม่ได้เข้าใจเรื่องจิตใจอย่างทะลุปรุโปร่ง ว่ามันคืออะไรอย่างแน่นอน ซึ่งน่าเป็นห่วงมาก เพราะหากผู้ชำนาญทางจิตใจ mind experts ยังไม่สามารถเข้าใจได้ว่าจิตใจคืออะไร และทำงานอย่างไรแล้ว เขาจะรักษาคนไข้ที่เป็นโรคจิตให้กลับคืนสู่ความปกติได้อย่างไร และที่รักษากันอยู่นี้ เขารักษาคนไข้อย่างไร และตัดสินใจได้อย่างไรว่า จิตใจของคนไข้เสียหายเป็นปกติแล้ว ซึ่งต่างจาก คนที่จิตใจยังไม่เสียหายเป็นปกติอย่างไร เขาเอามาตรฐานอะไรมาวัดและตัดสินใจ ความปกติที่แตกต่างจากความผิดปกติ

เราจึงจำเป็นต้องเจาะลึกเข้าไปสู่เรื่องของจิตใจ เพื่อทำความเข้าใจเรื่องความเป็นปกติของจิตใจ ว่ามันคืออะไรกันแน่ และมนุษย์เราจะเข้าถึงความเป็นปกตินั้นได้อย่างไร

แก่นของชีวิต

หากต้องการเข้าใจความปกติของจิตใจ ก็ต้องมาเริ่มทำความรู้จักกับธรรมชาติส่วนนี้ก่อน เราต้องยอมรับว่า ความคิด thoughts ความจำ memories ความรู้สึก feelings และ ความรู้สึกตัวทั่วพร้อม consciousness มีอยู่อย่างแน่นอน ถึงแม้สิ่งเหล่านี้ไม่มีรูปร่างก็ตาม มันก็มีอยู่ และเป็นสิ่งที่ใกล้ชิดแนบเนื่องกับชีวิตของเรามากที่สุด แทบจะรู้สึกได้ว่า สิ่งเหล่านี้คือ ตัวจริง ๆ ของเรามากกว่ากายเนื้อด้วยซ้ำไป ที่สำคัญมากกว่านั้น คือ สิ่งที่ไม่มรูปร่างเหล่านี้ล้วนเป็นธาตุหรือธรรมชาติพื้นฐานที่ก่อให้เกิด "ชีวิต" life และทำให้ "เรามีวิถีชีวิต" ก่อให้มีการเรียนรู้ การหาประสบการณ์จากโลกภายนอกตลอดจนจักรวาลที่เราอยู่

เมื่อคุณแม่ให้กำเนิดทารก ทารกนั้นก็คือ ก้อนเนื้อที่ห่อหุ้มความรู้สึกตัวทั่วพร้อม consciousness ซึ่งเป็นแก่นของชีวิต เพราะถ้าหากไม่มีก้อนความรู้สึกตัวนั้นแล้ว ถึงแม้ร่างกายของทารกจะสมบูรณ์ มีอวัยวะทุกอย่างครบถ้วนก็ตาม แต่เมื่อแก่นของชีวิตหรือความรู้สึกตัวไม่มีแล้ว ทารกนั้นก็ไม่มี ความหมายอะไร เป็นเพียงก้อนเนื้อที่ไม่มีชีวิตจิตใจ ความแตกต่างระหว่างทารกที่คลอดออกมาแล้วรอดและตาย คือ ความรู้สึกตัวทั่วพร้อม

นั่นเอง เด็กที่มีชีวิตสามารถร้องไห้ ตื่น และเคลื่อนไหวไปมา ในขณะที่เด็กตายนั้นจะอยู่นิ่ง ๆ ไม่ร้องไห้ ไม่ตื่น ไม่มีอาการของ "ชีวิต" แต่อย่างใดเลย

เมื่อคนเราหลับสนิท หหมดสติเองโดยไม่ได้ใช้ยา รวมทั้งผลของฤทธิ์ยาสลบด้วย คนไข้ที่อยู่ในอาการโคม่า และคนตาย ในขณะนั้น ร่างกายของคนเหล่านี้ก็ยังคงเป็นปกติทุกอย่าง แต่มีบางสิ่งบางอย่างที่เกิดขึ้นกับความรู้สึกตัวทั่วพร้อม consciousness ของพวกเขา มันล้นหยุดทำงานไประยะหนึ่งในสามกรณีแรกทั้ง ๆ ที่หัวใจก็ยังเต้นอยู่ เว้นเสียแต่ในกรณีของคนตายที่ความรู้สึกตัวไม่กลับมาอีกเลย

ความรู้สึกตัว ชีวิต และ จักรวาล

เมื่อเหตุการณ์ทั้งสี่กรณีนั้นเกิดขึ้นกับบุคคลใดแล้ว คือ หลับสนิท หหมดสติ โคม่า ตาย จักรวาลทั้งหมดก็ดับวูบลงทันทีสำหรับคนคนนั้น ถึงแม้จักรวาลยังคงอยู่กับคนอื่น ๆ อย่างเป็นปกติก็ตาม จักรวาลนี้จะไม่มียะไรเกี่ยวข้องกับคนที่ "ไม่มีความรู้สึกตัว" ขอให้คิดตามให้ได้อย่างถ่องแท้ นี่เป็นเรื่องสำคัญมากที่จะช่วยให้คุณเข้าใจคำสอนของพระพุทธเจ้าได้อย่างถึงแก่นด้วย

หากคุณเข้าใจในสิ่งที่ดิฉันพูดแล้ว เราลองมาใช้เหตุผลและตรรกะเชื่อมโยงข้อเท็จจริงบางอย่างดู นี่ย่อมหมาความว่า ชีวิต ความรู้สึกตัว กับ จักรวาล เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกันอย่างแนบแน่น ใกล้ชิด ถึงกับเป็นเรื่องเดียวกันก็ว่าได้ มันจึงมีค่าและความสำคัญที่เท่าเทียมกัน ย่อมหมาความว่า หากเราสามารถรู้จัก "ความรู้สึกตัว" ของคนเราได้แล้ว เราย่อมเข้าใจชีวิตและจักรวาล ในทางตรงกันข้าม หากเราไม่สามารถเข้าใจ "ความรู้สึกตัว" ละก็ เราจะไม่เข้าใจชีวิตและจักรวาลเช่นกัน จริงหรือไม่ ฉะนั้น หากเขียนเป็นรูปสมการให้เห็นง่าย ๆ ก็จะเป็นดังนี้คือ

$$\begin{array}{l} \text{ความรู้สึกตัว} \\ \text{Consciousness} \end{array} = \begin{array}{l} \text{ชีวิต} \\ \text{life} \end{array} = \begin{array}{l} \text{จักรวาล} \\ \text{universe} \end{array}$$

เพราะมีความรู้สึกตัวนี้เอง จึงก่อให้เกิด ความคิด ความจำ กับ ความรู้สึก อันเป็นธรรมชาติที่ก่อให้เกิดสิ่งที่เรียกว่า "จิตใจ mind" ขึ้นมา และจากจิตใจนี้เองจึงมี "ทุกอย่าง" ที่เกี่ยวข้องกับชีวิตภายนอกของเรา เช่น การกิน การอยู่ ทำมาหาเลี้ยงชีพ พบปะผู้คน ตลอดจนถึงการสร้างสรรค์และทำลาย จิตใจของมนุษย์ยังเป็นสถานที่ที่เกิดความสุข ดีใจ ตื่นเต้น เสียใจ เจ็บปวด ทรมาน ตลอดจนความทุกข์ทั้งหลาย ล้วนมีอิทธิพลต่อโลก เช่น หากชาวโลกส่วนมากมีจิตใจที่เป็นสุขแล้ว สังคมโลกก็จะมีสันติภาพ หากชาวโลกส่วนมากมีทุกข์ในใจละก็ สังคมโลกก็จะวุ่นวายมีสงครามอยู่ทุกหย่อมหญ้า

สาเหตุของบทความนี้ก็เนื่องมาจาก ความเจ็บไข้ได้ป่วยทางจิตใจของคน ๆ หนึ่งที่ดิฉันรู้จัก ดิฉันจึงอยากให้คุณเห็นอย่างชัดเจนว่า ความเข้าใจเรื่องจิตใจอย่างถ่องแท้ มีความสำคัญมากเพียงใด ไม่เพียงแต่ต่อปัจเจกชนคนหนึ่ง ๆ ที่มีปัญหาทางจิตใจเท่านั้น แต่เรื่องจิตใจนี้ เป็นเรื่องที่ครอบคลุมถึงโลกและจักรวาลทั้งหมดเลยทีเดียว ฉะนั้น หากเราไม่สามารถเข้าใจธรรมชาติของจิตใจอันมีความรู้สึกตัวเป็นแก่นของชีวิตแล้วละก็ เราจะไม่มีวันเข้าใจชีวิต โลก และ จักรวาลที่เราอยู่นี้เลย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เราจะไม่สามารถเข้าใจปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดในสังคมโลก เมื่อไม่เข้าใจปัญหาสังคม เราก็แก้ไขมันไม่ได้ ปัญหาสังคมเหล่านี้จึงกลับมาสร้างปัญหาให้กับจิตใจของปัจเจกบุคคลต่อไป และแล้ว ปัญหาของมนุษย์ก็เริ่มวนไปเวียนมาเหมือนกำลังเดินอยู่รอบถนนวงแหวนฉันทิกันัน คุณเห็นหรือยัง

ว่า การไม่เข้าใจเรื่อง จิตใจ และ ความรู้สึกตัวทั่วพร้อม อย่างถ่องแท้มีความเสียหายมากมายเพียงใดต่อมนุษยชาติ

จิตใจที่ไม่ทุกข์คือจิตใจที่เป็นปกติ

บุคคลที่รู้เรื่องจิตใจมากที่สุดคงไม่เกินพระพุทธเจ้า ความรู้ของพระพุทธเจ้าคือ การดับทุกข์ทางใจ จึงควรมาเริ่มต้นที่ความรู้ของผู้รู้จริงเสียก่อน

หากดิฉันจะพูดว่าผู้เป็นโรคจิต คือ คนที่มีจิตใจไม่ปกติ จิตใจจึงเป็นทุกข์ จิตใจที่ยังเข้าใจไม่ถึงพระนิพพาน ฉะนั้น การทำให้จิตใจหมดทุกข์คือ การทำให้จิตใจเป็นปกติ ความป่วยทางจิตใจก็จะหายไป จึงได้สมการเช่นนี้ก่อน

$$\begin{aligned} \text{จิตใจเจ็บป่วย (โรคจิต)} &= \text{จิตใจไม่ปกติ} = \text{จิตใจเป็นทุกข์} = \text{กลุ่มใจ} \\ \text{จิตใจไม่เจ็บป่วย} &= \text{จิตใจปกติ} = \text{จิตใจหมดทุกข์} = \text{หายกลุ่มใจ} \end{aligned}$$

ทำไมไอน์สไตน์จึงต้องหาจุดปกติของจักรวาล

เมื่อใช้คำว่า ปกติ ปัญหาเริ่มเกิด เพราะจิตใจเป็นเรื่องของนามที่ไม่มีรูปร่าง จับต้องไม่ได้ เห็นไม่ได้ จึงไม่มีแปลอีกเสบบให้เห็น แล้วใครล่ะ จะเป็นคนตัดสินได้ว่า จิตใจของใคร "ปกติ" หรือ "ไม่ปกติ" จะรู้ได้อย่างไร

ตรงนี้แหละ คุณจะเริ่มเข้าใจความคิดของไอน์สไตน์แล้วหรือยังว่าทำไมเขาจึงต้องการหาจุดคงที่ของจักรวาล the absolute ruling point in nature ถ้าใช้คำพูดใหม่ ก็หมายความว่า ไอน์สไตน์ต้องการหาจุดปกติของจักรวาลนั่นเอง เพื่อเขาจะได้ใช้จุดนั้นเป็นเกณฑ์หรือมาตรฐานวัดสิ่งอื่น ๆ ได้ จึงสามารถรู้ได้ว่า อะไรที่มันเคลื่อนจากความปกติ นั้นหรือไม่ เพราะถ้าไม่มีจุดปกติที่ใช้เป็นมาตรฐานการวัดสิ่งต่าง ๆ แล้ว เราจะไม่มีวันรู้ว่าอะไรปกติ และ อะไรไม่ปกติ ความคิดของไอน์สไตน์ในเรื่องนี้จึงรวมถึงการวัดความปกติของจิตใจมนุษย์ด้วย

ไอน์สไตน์หาจุดคงที่หรือจุดปกติของจักรวาลไม่พบ เพราะเขาค้นพบว่าทุกอย่างในจักรวาลเคลื่อนที่อยู่ตลอดเวลา ไม่มีอะไรหยุดนิ่งและเป็นปกติเลย แถมค้นพบอีกว่า เวลาและเอกภพยืดหดได้ด้วย ไอน์สไตน์จึงสรุปว่าไม่มีจุดนิ่งหรือจุดปกติในจักรวาล อันเป็นผลให้เกิดทฤษฎีสัมพัทธภาพ ซึ่งหมายถึงการต้องสมมติจุดนิ่งหรือจุดปกติขึ้นมาเอง และใช้จุดสมมตินั้นเป็นมาตรฐานการวัดสิ่งต่าง ๆ ซึ่งแน่นอน ค่าที่ได้ย่อมเป็นค่าที่ไม่ปกติไม่นิ่ง เป็นค่าเปรียบเทียบซึ่งภาษาของไอน์สไตน์เรียกว่า ค่าสัมพัทธ์ relative value นั้นเอง

หากคุณต้องการเข้าใจเรื่องความปกติของจิตใจอย่างถึงแก่นแล้ว คุณต้องยอมรับเสียก่อนว่า ไอน์สไตน์สรุปผิด เพราะจุดนิ่งหรือจุดปกติในจักรวาลมีอยู่ ซึ่งพระพุทธเจ้าบอกแล้วว่า คือ สภาวะพระนิพพาน นั้นเอง

ต้องฟังผู้รู้

ตรงนี้แหละ คุณไม่มีทางเลือกอื่น นอกจากรับฟังผู้ตรัสรู้เองได้อย่างพระพุทธเจ้า ท่านจึงรู้ว่า จุดนิ่งหรือจุดที่เป็นปกติของจักรวาลมีอยู่ แต่มีอยู่ในลักษณะของรถไฟสองขบวนที่วิ่งด้วยความเร็วในระดับเดียวกัน ดังที่ดิฉันจะอธิบายในบทที่ ๖ เมื่อรถไฟ

สองขบวนการข้างบนได้เมื่อไร ความนิ่ง หรือ ความปกติ จะเกิดขึ้นที่ซึ่งเป็นสภาวะเดียวกับการสัมผัสอย่างบริสุทธิ์ สภาวะนั้นเกิดขึ้นได้เมื่อใจของเราว่างจาก จิต หรือใจที่ไม่มี ความคิด ความจำ ความรู้สึก นั้นเอง

ต้องแยกจิตออกจากใจ

คุณจะได้เห็นว่า ความสับสนในความรู้เรื่องจิตใจของมนุษย์ในหมู่ปัญญาชนทั้งตะวันออกและตะวันตกเกิดเพราะไม่สามารถเข้าใจเรื่องขั้นที่ ๕ ของพระพุทธเจ้าที่ตีฉันได้ อธิบายไว้แล้วในบทที่สอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งส่วนประกอบในส่วนนามขั้นที่สี่ คือ

- | | |
|------------------------------------|-------------------|
| 1. ความคิด (สังขาร) | = จิต |
| 2. ความจำ (สัญญา) | = จิต |
| 3. ความรู้สึก (เวทนา) | = จิต |
| 4. ความรู้สึกตัวทั่วพร้อม (วิญญาณ) | = ใจ, ตัวใจ, ตาใจ |

ซึ่งมีทั้งส่วนของอายตนะภายนอกกับภายใน ผู้ดูกับสิ่งที่ถูกดู ประทานกับกรรม จิตกับใจ sense กับ sense objects หรือ ทอมกับเจอรี่ การใช้ภาษาของพวกเขาจึงไม่ชัดเจน เต็มไปด้วยความคลุมเครือ

เพราะนักการศึกษาของโลกยังไม่รู้ว่า สิ่งที่เขาเรียกว่า ความรู้สึกตัว consciousness อันเป็นเรื่องลึกลับที่เขาถกเถียงกันมานับศตวรรษแล้วนั้น ที่จริงคืออายตนะที่ ๖ หรือ (ตา)ใจ ซึ่งเปรียบเหมือนอวัยวะฝ่ายนามที่ทำงานรับสัมผัส เหมือนตา หู จมูก ลิ้น กาย จึงเป็นสิ่งที่ต้องใช้งานมันทันที ในแง่ที่เอามันมาดู มารับประสบการณ์ต่าง ๆ ที่จิตหรือเจอรี่ได้สร้างขึ้นมาในหัวในใจของเรา ตีฉันจึงมักเรียก ใจ ว่า ตาใจ เพื่อให้คุณเห็นชัดเจนว่ามันต้องถูกใช้เป็นตัวดูเหตุการณ์ภายในใจของเรา ดังสมการนี้

ตาใจ ดู-----> จิต, เจอรี่ (ความคิด ความจำ ความรู้สึก)

เมื่อใช้ตาใจไม่เป็น เหมือนเอาผ้ามาปิดตา

เมื่อปัญญาชนชาวตะวันตกไม่ได้ศึกษาพระพุทธศาสนา และไม่ได้ฝึกสติปัญญา ลานสี่ หรือ ฝึกการพาตัวใจกลับบ้านแล้ว จึงใช้ตาใจไม่เป็น ไม่รู้จักอายตนะที่ ๖ เครื่องมือสำคัญในการแสวงหาความรู้เรื่องการทำใจให้เป็นปกติ หรือ พระนิพพาน

การใช้ตาใจเป็นคือ ใช้มันดูความคิด หรือ ดุจิต (ทอมเผ่าดูเจอรี่) ซึ่งเป็นขั้นตอนของการฝึกวิปัสสนา แต่เมื่อใช้ตาใจไม่เป็นแล้ว ก็เหมือนเอาผ้ามาปิดตาใจไว้ ตาใจจึงมีติดบอด แมวทอมที่ตาบอดจึงกลายเป็นแมวที่หมดน้ำยาไปทันที กลายเป็นเหยื่อของเจอรี่ แทนที่จะเป็นนายมัน และนี่คือสิ่งที่เกิดกับปัญญาชนทั่วโลกที่ไม่ยอมรับรู้เรื่องอายตนะที่ ๖ ของพระพุทธเจ้า

เรียนรู้ "ตาใจ" อย่างเป็นวิชาการไม่ได้

ฉะนั้น วิธีการถกเถียงเรื่อง จิตใจ mind และ ความรู้สึกตัวทั่วพร้อม consciousness ในหมู่ผู้เชี่ยวชาญทางจิตใจของปัญญาชนชาวตะวันตกที่ยกขึ้นมาให้อ่านเมื่อสักครู่ นั้น จึงเป็นวิธีการเรียนรู้เรื่องจิตใจอย่างผิด ๆ มักเอาไปเกี่ยวข้องกับเรื่องของสมองที่เป็นก้อนเนื้ออันเป็นส่วนหนึ่งของกาย ซึ่งศึกษาได้ง่ายกว่า และตีฉันก็ยอมรับว่าสมองมีส่วนเกี่ยวข้องกับจิตใจจริง แต่ไม่ทั้งหมด เพราะการวิเคราะห์เรื่องขั้นที่ ๕ ของพระพุทธเจ้า

บอกว่า จิตใจ มีการทำงานอย่างเป็นองค์อิสระและเป็นส่วนที่สร้างเงื่อนไขให้ส่วนกาย
ตั้งที่ดิฉันได้อธิบายแล้วในบทที่สอง

ความรู้สึกตัวทั่วพร้อม วิญญาณชั้น หรือ ตาใจ นี่จะเป็นหัวข้อของการถกเถียง
อย่างเป็นวิชาการไม่ได้เด็ดขาด การทำเช่นนี้เหมือนการพยายามมองเห็นตาของตนเอง
ซึ่งเป็นไปไม่ได้ หากโลกนี้ไม่มีกระจกหรือน้ำที่นิ่งสงบ จะไม่มีใครเคยเห็นตาเนื้อของตนเอง
เลย เพราะกำลังใช้มันอยู่ การถกเถียงเรื่องตาใจ ตัวใจ อย่างนี้เป็นวิชาการจึงเหมือนการ
พยายามมองเห็นตาใจ ซึ่งจะเป็นไปได้ได้อย่างไร แม้ตาเนื้อเรายังมองไม่เห็น ตาใจเป็นนาม
ยังไม่มီးอะไรให้มองเห็นและเราก็ใช้มันอยู่ ถ้าจะให้รู้จักตาใจจริง ๆ แล้ว จำเป็นต้องใช้งาน
มันทันที คือ ใช้มันดูความคิด ความรู้สึก โดยวิธีการฝึกสติปัญญาหรือพาตัวใจกลับบ้าน ทำ
เช่นนี้เท่านั้น คือ การทำความรู้จักตาใจของตัวใจแล้ว ตรงนี้จำเป็นต้องฟังผู้รู้

ทุกปัญหามาจากความคิด

การฝึกวิปัสสนาหรือพาตัวใจกลับบ้าน ก็คือ การฝึกใช้ตาใจเพื่อให้มันดูการ
ทำงานของจิตหรือความคิด พอเริ่มดูความคิดไปสักหน่อย ผู้ฝึกจะมองออกมา ความคิดและ
ความรู้สึก (จิต) ของคนเรานี่เองที่เป็นตัวสร้างความเจ็บป่วยทางจิตใจ ตัวจิตนี่เองที่เป็นส่วน
ผิดปกติเพราะไปติดอยู่กับความเป็นมายาของความคิด คนที่ฝึกวิปัสสนาจึงฉลาดขึ้น

ถ้า จิต หรือ ความคิดเป็นส่วนที่ผิดปกติแล้ว การจะทำให้จิตใจเราเป็นปกติ ก็
ต้องเอาตัวที่เจ็บไข้ได้ป่วยออกไป นั่นคือ ต้องเอา จิตที่ผิดปกติ ออกจาก ตัวใจ เพื่อว่า ตัว
ใจของเราจะได้เป็นปกติ

วิธีการของพระพุทธเจ้าจึงเป็นเรื่องตรงไปตรงมา ความเจ็บไข้ได้ป่วยทางใจอยู่
ที่ไหน ก็ควรมันออกไปตรงนั้นเลย การฝึกวิปัสสนาจึงเป็นขบวนการแยกจิตออกจากใจ
แยกทอมออกจากเจอรี แยกผู้ดูออกจากสิ่งที่ถูกดู หรือ เอาความคิด ความจำ ความรู้สึกออก
จากตัวใจของเรา เมื่อเอาความผิดปกติออกได้แล้ว ตัวใจก็จะ เป็นปกติ ตัวใจที่ปกติจึงเป็น
สภาวะที่ “ตัวใจว่างจากจิต” ความเจ็บป่วยทางจิตใจ (โรคจิต) ของมนุษย์จึงรักษาให้หาย
ได้ด้วยวิธีการเช่นนี้ ซึ่งเป็นเรื่องเดียวกับการหายกลุ้มใจ หหมดทุกข์ หรือ การเข้าถึงพระ
นิพพาน

ความคิด ความจำ ความรู้สึก = จิต = เจอรี
ความรู้สึกตัวทั่วพร้อม = ตัวใจ, ตาใจ = ทอม

เมื่อไม่ได้ฝึกสติปัญญาเสีย เอาจิตที่ผิดปกติออกจากตัวใจไม่ได้ ตัวใจจึงไม่ปกติ

ตัวใจจิต---> ตัวกาย---> ผัสสะไม่บริสุทธิ์ = ตัวใจไม่ปกติ = เป็นทุกข์ = ไม่ถึงนิพพาน

เมื่อฝึกสติปัญญาเสีย เอาจิตที่ผิดปกติออกจากตัวใจได้แล้ว ตัวใจก็จะ เป็นปกติ ไม่ทุกข์

ตัวใจ---> ตัวกาย---> ผัสสะบริสุทธิ์ = ตัวใจปกติ = ไม่ทุกข์ = ถึงนิพพาน

จากสมการข้างบน คุณจะเห็นได้ชัดว่า ความคิด ความจำ ความรู้สึก ซึ่ง ดิฉัน
เรียกรวมว่า จิต หรือ เจอรี เป็นตัวที่สร้างปัญหาให้แก่มนุษย์มาตลอด เพราะความเป็นมายา
ของมัน นี่เป็นศัตรูที่แท้จริงตัวเดียวของมนุษย์ชาติ จัดการกับเรื่องนี้ได้เท่านั้น จิตใจของคน
ก็จะเป็นปกติ ความปกติสุขก็จะกลับมาสู่สังคมโลก

ฉะนั้น เรื่องจิตใจของมนุษย์จะนำไปวิเคราะห์แบบวิธีการทางโลกโดยการ ถกเถียงอภิปรายย่อมไม่ได้ ถ้าทำเช่นนั้น จะไม่มีวันเข้าใจเรื่องจิตใจได้เลย นี่เป็นเรื่อง สำคัญมากที่นักการศึกษาฝ่ายโลกจำเป็นต้องรับฟังผู้รู้ตามพระพุทธเจ้า การฝึกวิปัสสนา หรือฝึกทักษะเรื่องการพาตัวใจกลับบ้านเท่านั้นจะเป็นทางลัดที่ช่วยให้เข้าใจเรื่องจิตใจได้ อย่างถ่องแท้ ช่วยให้เข้าถึงความเป็นปกติของใจได้ เป็นเรื่องเดียวกับการเข้าถึงพระนิพพาน นั้นเอง

สมมุติให้ความไม่ปกติเป็นความปกติ

หากไม่มีใครบอกคุณว่า พระนิพพานหรือ ผัสสะบริสุทธิ คือความปกติที่แท้จริง ของใจแล้ว ย่อมไม่มีมาตรฐานการวัดที่แน่นอน เด็ดขาด ฉะนั้น จึงต้องมีการสมมุติระดับ ความปกติขึ้นมาแทน ตรงนี้เอง คุณจะเห็นความซับซ้อนที่น่าใจหายของสังคมโลกอัน เนื่องจากไม่รู้ว่าความปกติที่แท้จริงคืออะไร เป็นอย่างไร

ขอให้คุณหาหนังยางมาเส้นหนึ่ง ดึงให้ตึงโดยตึงมันอยู่กับนิ้วหัวแม่มือหรือ นิ้วชี้ของมือทั้งสองข้าง และเราเปรียบเทียบเส้นขนานของหนังยางที่ไม่มีการบิดเลยนี้เป็น ระดับความปกติของใจเรา คือ ในขณะที่ตาใจของเราสามารถรับผัสสะบริสุทธิโดยไม่มี จิต หรือ ความคิดเข้ามาเกี่ยวข้อง เมื่อนั้น ใจของเราจะเหมือนเส้นยางตรง ๆ ที่ไม่มีการบิด หรือ เราสามารถสมมุติให้หนังยางที่ขนานกันทั้งสองเส้นนี้ เหมือนกับ รถไฟสองขบวนที่วิ่งใน ระดับเดียวกัน (บทที่ ๖) หรือจะมองให้เป็น สภาวะที่ใจได้แยกหรือหลุดร่อนออกจากจิตหรือ ความคิดแล้วก็ได้ ซึ่งเป็นสภาวะของผู้ที่เข้าถึงพระนิพพานแล้ว

ที่นี่ ขอให้คุณบิดเส้นยางนั้น ๔ ครั้ง ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความผิดปกติของจิตใจ ซึ่งเป็นสภาวะที่จิตกับใจอยู่ติดพันกัน หรือเจอร่ากำลังซี่คอรั้งแกทอมอยู่ แล้วขอให้ดึงหนัง ยางที่บิด ๔ ครั้งให้ตึงเป็นเส้นตรงอีก ดูรูปข้างล่าง

วาดภาพของนิ้วที่ตึงเส้นหนังยางที่บิด ๔ ครั้ง และตึงให้เป็นเส้นตรง

ความเป็นเส้นตรงของหนังยางที่บิดอยู่นี้จึงเปรียบเทียบกับ การสมมุติค่าของ ความเป็นปกติขึ้นมาจากความไม่ปกตินั้นเอง ค่าสมมุติว่าปกตินั้นจึงเป็นค่าสัมพัทธ์ ค่า เปรียบเทียบ ค่าไม่จริง ค่าไม่ปกติ

คุณเห็นหรือยังว่า ความสลับซับซ้อนเริ่มเกิดแล้ว ณ จุดนี้เอง คนที่ไม่ได้ฝึก วิปัสสนา จิตกับใจของเขาจะอยู่แนบชิดติดกัน ดูเข้าหากันเหมือนเป็นแม่เหล็กต่างขั้ว พัวพันกัน ซึ่งเป็นความไม่ปกติของใจ แต่เมื่อไม่มีใครบอก และเป็นเรื่องที่จับต้องไม่ได้ คน ก็หลงเข้าใจผิดเอาความผิดปกตินั้นเป็นความปกติ การไม่รู้ข้อเท็จจริงเรื่องความไม่ปกติของ จิตใจ ภาษาธรรมะเรียกว่า มีอวิชชา

เมื่อคนกลุ่มใหญ่ผิดปกติเหมือนกันหมด จึงกลายเป็นเรื่องปกติ

การบิดเส้นหนังยาง ๔ ครั้งนั้นเปรียบเทียบกับ สภาวะจิตใจของปุถุชนส่วน ใหญ่ของโลกที่ยังไม่ได้รู้เรื่องพระนิพพานอันเป็นเป้าหมายปลายทางของชีวิตและไม่ได้ฝึก สติปัญญาอันสืแต่อย่างใด จึงมีอวิชชาเสมอเหมือนกันหมด

นี่คือกลุ่มคนทั่วไปที่ตื่นนอนทุกเช้าแล้วสามารถดำเนินชีวิตตามปกติธรรมดา (แบบสมมุติ สัมผัส หรือ เปรียบเทียบ) คือ พุดคุยสนทนากันรู้เรื่อง สามารถเรียนรู้ หา ประสบการณ์ ศึกษาในสถาบันต่าง ๆ รับผิดชอบต่อหน้าที่การงานที่หลากหลายของสังคม ดูแลครอบครัวตนเองได้ รู้เรื่องผิดชอบชั่วดีแบบสัมผัส มีความเคารพต่อกฎเกณฑ์ของ สังคม และ กฎหมายซึ่งล้วนเป็นเรื่องสัมผัสทั้งสิ้น เป็นต้น นี่คือนักกลุ่มคนที่จัดอยู่ในระดับ ปกติแบบสัมผัส เหมือนหนังยางที่บิด ๔ รอบแล้วยังดึงให้ตรงได้ และทุกคนก็ดำเนินชีวิต ไปตามความปกติที่สมมุติขึ้นมา

คนส่วนมากของสังคมจึงเห็นเรื่องการได้ลาภ ยศ สรรเสริญ เป็นเรื่องดี ถูกต้อง ชอบเรื่องวัตถุ เป็นสิ่งที่ใคร ๆ ก็ควรไขว่คว้าหามาให้อยู่กับตนเอง คนหมู่มากพูดเรื่อง เดียวกัน สิ่งเหล่านี้จึงกลายเป็นเป้าหมายของชีวิตของคนหมู่มาก ซึ่งเป็นเป้าหมายที่ถูก สมมุติขึ้นมาว่าเป็นเรื่องสำคัญ

ตราบใดที่ไม่มีคนมาบอกเรื่องเป้าหมายอันสูงสุดของชีวิตว่าเป็น การทำจิตใจ ให้เป็นปกติ หรือเข้าถึงพระนิพพานแล้วละก็ คนหมู่มากเหล่านี้ก็จะไม่มีวันรู้ว่า เรื่อง ลาภ ยศ สรรเสริญ อันเป็นค่าสัมผัสนี้ ไม่ใช่เป็นเรื่องสำคัญที่สุดของชีวิตมากเท่ากับการหา อิสรภาพหรือความเป็นปกติให้กับใจของตนเองอย่างแท้จริง

หากคุณเข้าใจเรื่อง ใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว ดังที่ดิฉันได้อธิบายในบทที่สอง แล้ว ย่อมหมายความว่า กลุ่มคนกลุ่มใหญ่ที่มีจิตใจไม่ปกติเหล่านี้จะสร้างสังคมโลกให้ เป็นไปตามที่เขาเห็นว่าถูกต้องและปกติ นั่นคือ การดูแลสุขภาพร่างกายของตนเองจนเกิน ความจำเป็น จนไม่ยอมแก่เฒ่า ไม่อยากตาย ซึ่งเขามองไม่ออกว่าเป็นไปไม่ได้ เมื่อเห็น การได้ลาภเป็นสิ่งสำคัญแล้ว จึงก่อให้เกิดการแสวงหาวัตถุ ทำให้คนเห็นแก่ตัว แกร่งแย่งกัน ความโลภ ความโกรธ อิจฉา เคียดแค้นพยาบาท ก็ตามมาเป็นกระพรวน ศีลธรรมจึงย่อยยับ ผลสุดท้ายคือ ปัญหาสังคมที่พันกันยุ่งเหมือนกลุ่มด้ายที่มีปมแน่นมากมาย พันกันจนไม่รู้จะ เริ่มแก้ที่จุดไหนก่อน

การรักษาคนไข้โรคจิต

หากหนังยางที่บิด ๔ รอบคือ ระดับจิตใจที่ปกติแบบสัมผัส (สมมุติ) ที่คน ส่วนมากของโลกเป็นแล้ว คนที่มีความเจ็บป่วยทางจิตใจมากกว่าระดับปกติที่สมมุตินั้นจะ เปรียบเทียบเหมือนหนังยางเส้นนี้บิดมากกว่า ๔ รอบ เช่น สมมุติว่าคนไข้หงุดหงิด หนังยาง บิด ๕ รอบ คนกลุ่มใจ คิดมาก ฟุ้งซ่านมาก หนังยางบิด ๖ รอบ คนเป็นโรคประสาท หนัง ยางบิด ๗ รอบ คนสติแตกบิด ๘ รอบ คนเป็นโรคจิต วิกลจริตบิด ๙ รอบ คนเป็นบ้าสนิทกับ คนฆ่าตัวตาย บิด ๑๐ รอบ

ที่นี่ เราหันกลับมาดูเรื่องการรักษาคนไข้โรคจิตของคุณหมอ เมื่อหมอโรคจิต ไม่รู้สภาวะปกติที่แท้จริงของจิตใจเสียเอง สิ่งที่เขาทำได้ดีที่สุดคือ รักษาคนไข้โรคจิตให้ กลับมาสู่ระดับปกติสัมผัส ที่ชาวโลกสมมุติขึ้นมาเท่านั้น ซึ่งอาจจะมีส่วนที่เกี่ยวข้องกับ ความผิดปกติของสมองจริง เช่น คนไข้โรคจิตเภท schizophrenia ซึ่งในหัวของเขาจะถูก หลอกหลอนด้วยความคิดต่าง ๆ ที่เขาเห็นเป็นจริงหมด อาชญากรรมไม่น้อยเป็นผลจากการ กระทำของคนไข้ประเภทนี้ เพราะระแวงคิดว่ามีคนจะมาทำร้ายตน จึงไปทำร้ายคนอื่น เสียก่อน คนไข้โรคจิตเภทนี้ คุณหมอโรคจิตก็สามารถรักษาให้คนไข้หายเป็นปกติได้ด้วยการ ใช้ยาเพื่อปรับสารเคมีบางสิ่งบางอย่างในสมอง และการรักษาด้วยจิตบำบัด

หากเคยดูภาพยนตร์เรื่อง The Beautiful Mind ก็คงจะรู้เรื่องของนักคณิตศาสตร์ชาวอเมริกันชื่อ จอห์น แนช เขาก็เป็นโรคจิตเภท schizophrenia เห็นความคิดเป็นเรื่องจริงเหมือนเห็นคนจริง ๆ เขาก็ได้รับการรักษาจนหายเป็นปกติเช่นกัน ต่อมาถึงกับได้รับรางวัลโนเบล โรคจิตเภทนี้อาจจะเป็นกันในกลุ่มนักบริหารก็ได้ ซึ่งถ้าใช้ยา ก็ควบคุมไว้ได้อยู่ แต่นั่นก็เป็นการรักษาจนถึงระดับปกติสัมพันธ์เท่านั้น เหมือนหนังยางที่บิด ๔ รอบ ซึ่งเป็นตัวแทนคนกลุ่มใหญ่ของโลกที่รับผิดชอบต่อตัวเองได้ พุดคุยสนทนากันรู้เรื่อง รู้ว่าความผิดต่างจากความถูก ความชั่วต่างจากความดีอย่างไร จึงเคารพกฎเกณฑ์และกฎหมายของสังคมได้

แต่คนที่มีระดับจิตใจที่ปกติอย่างจริง ๆ รู้มาตรฐานของความปกติที่แท้จริง ย่อมมองออกว่าคุณหมอยังไม่ได้รักษาคนไข้โรคจิตให้หายขาดแต่อย่างใด นั่นเป็นเพียงการรักษาคนไข้โรคจิตให้กลับมาสู่ระดับปกติสมมติของบุุคคลเท่านั้น ยังไม่จัดว่าปกติอย่างแท้จริง หากคุณหมอที่รักษาคนไข้โรคจิตไม่มีความรู้เรื่องสติปัญญา และหากคุณหมอเองมีสภาพจิตใจที่มีความบิดเบี้ยวมากกว่าระดับ ๔ รอบเสียเอง ปัญหาจะยิ่งยุ่งยากซับซ้อนมากขึ้นอย่างน่าใจหาย

ดิฉันมีลูกศิษย์ชายยุโรปคนหนึ่งที่มีคุณพ่อเป็นคุณหมอรักษาคนไข้โรคจิต psychiatrist เมื่อเธอมาเรียนให้เก๊กและสติปัญญาครบถ้วนแล้ว เธอเล่าให้ฟังว่า คุณพ่อของเธอยอมรับเองว่า ผู้มีอาชีพนี้ไม่น้อยมีปัญหาทางจิตใจที่ซับซ้อนเสียเอง ซึ่งการมาฝึกสติปัญญาครบถ้วนกับดิฉันทำให้เธอเริ่มเข้าใจว่าทำไมจึงเป็นเช่นนั้น ถ้าอธิบายด้วยภาษาของดิฉันก็คือ เพราะคุณหมอโรคจิตยังพาตัวใจกลับบ้านไม่ได้นั่นเอง เมื่อมารับรู้และเกี่ยวข้องกับคนไข้โรคจิตซึ่งในบางกรณีอาจจะมีสภาวะจิตที่แข็งแกร่งกว่าคุณหมอเองก็เป็นได้ การดูดซับความคิดไปมาจึงเกิดขึ้น ฉะนั้น หากคุณหมอไม่สามารถปกป้องจิตใจของตนเองโดยพาตัวใจกลับบ้านหรือกลับสู่ฐานของสติที่มั่นคงแล้วล่ะก็ ปัญหาจิตใจของตนเองจึงเกิด คนไทยเราจึงมักเตือนว่าอย่าไปเข้าใกล้คนเมากับคนบ้า เพราะคนเหล่านี้มีสภาวะจิตที่แข็งแกร่ง เขาสามารถพูดให้คนเชื่อตามเขาได้ว่า การเกิดมาเป็นสุนัขอาจจะดีกว่าเกิดเป็นคนก็ได้

การฆ่าตัวตาย พฤติกรรมที่ขัดแย้ง

สิ่งที่แสดงออกถึง ความป่วยหนักหรืออาการผิดปกติอย่างมหันต์ของจิตใจมนุษย์คือ การฆ่าตัวตาย สถิติของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข บอกว่า ในปีหนึ่ง ๆ มีคนฆ่าตัวตายสำเร็จทั่วโลกเป็นจำนวน ๑ ล้านคน ศ.น.พ.อุดมศิลป์ ศรีแสงนาม รองประธานสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส) กล่าวว่า ในขณะที่เทคโนโลยีได้เจริญขึ้นในช่วง ๔๐ ปีที่ผ่านมา สถิติที่คนไทยฆ่าตัวตายกลับมีสูงขึ้นไปถึง ๖๐ เปอร์เซ็นต์ โดยเฉลี่ยคือ ๑ คนต่อทุก ๆ ๒ ชั่วโมง ศ.น.พ.อุดมศิลป์ กล่าวในการสัมมนาว่า

*"ไม่มีพฤติกรรมมนุษย์หรือสัตว์ใดที่พิสดารเท่ากับการฆ่าตัวตาย เพราะทุกชีวิตย่อมรักตัวกลัวตาย แต่กลับเป็นว่ามนุษย์พยายามฆ่าตัวตาย ซึ่งเป็นเรื่องสวนทางกัน ขณะที่เทคโนโลยีของเราพยายามจะรักษาชีวิตคน แต่กลับมีคน ๑ ล้านคนทั่วโลกฆ่าตัวตาย ถือเป็นปัญหาสาธารณสุขที่ร้ายแรงที่สุดในขณะนี้"*¹

เมื่อนักการศึกษาฝ่ายโลกไม่รู้เรื่องความปกติของใจอย่างแท้จริงแล้ว จึงไปวิเคราะห์ตัวปัญหาเพื่อหาทางแก้ไขที่ปลายเหตุ ในกรณีการฆ่าตัวตายในเมืองไทยนั้น นักวิชาการบางท่านกลับไปตำหนิสื่อมวลชนว่า เสนอข่าวการฆ่าตัวตายที่ซ้ำ ๆ จึงก่อให้เกิด

¹ Today Express หน้า ๑-๒ วันพฤหัสบดีที่ ๘ กันยายน ๔๘

การเลียนแบบ ซึ่งไม่ใช่การแก้ปัญหาแต่อย่างใดเลย คนที่อยากตาย แม้ไม่มีแบบให้ลอกเลียน เขาก็ต้องหาวิธีการของตนเองอยู่วันยังค่ำ เพราะเป็นเรื่องความเจ็บป่วยทางใจที่สร้างความทุกข์ใจที่เจ้าของชีวิตรับไม่ไหวแล้ว จึงเห็นความตายเป็นทางออกทางเดียว และที่จริงแล้ว สื่อมวลชนในอังกฤษได้เปิดเผยแล้วว่า มีเว็บไซต์จำนวนไม่น้อยที่ช่วยส่งเสริมให้คนฆ่าตัวตายได้สำเร็จ โดยบอกวิธีการต่าง ๆ ให้ และยังมีให้เลือกระหว่างการฆ่าตัวตายคนเดียว หรือ ฆ่าตัวตายหมู่ ซึ่งทางเว็บไซต์จะช่วยให้ผู้อยากฆ่าตัวตายมาพบกัน เพื่อจะได้ฆ่าตัวตายพร้อมกัน โดยเฉพาะในกลุ่มเด็กวัยรุ่น ดังที่มีเรื่องให้อ่านในหน้าหนังสือพิมพ์ของอังกฤษอยู่บ่อยครั้ง เว็บไซต์เหล่านี้อาจจะกลายเป็นสาเหตุที่ทำให้สถิติการฆ่าตัวตายทั่วโลกสูงขึ้นก็เป็นได้

อย่างไรก็ตาม ปัญหาสังคมที่เกิดขึ้นอยู่ทุกหย่อมหญ้าทั่วโลกนั้น ล้วนเป็นผลของความผิดปกติทางใจของมนุษยชาติ หรือ เป็นอาการของการหลงทิศทางชีวิตของคนหมู่มากนั่นเอง การแก้ไขที่ต้นเหตุจึงต้องกลับมาสู่เรื่องการทำความเข้าใจเรื่องโครงสร้างของชีวิต รู้ว่าเป้าหมายปลายทางของชีวิตคือ พระนิพพานซึ่งเป็นสถานะเดียวกับความเป็นปกติของใจ เหมือนเส้นหนึ่งยางที่ไม่มีการบิด เมื่อทราบเป้าหมายปลายทางแล้ว ก็ต้องรู้ว่า จะเดินทางไปถึงเป้าหมายนั้นได้อย่างไร ซึ่งวิธีการหลักก็คือ การรักษาศีล และ การฝึกสมาธิ วิปัสสนา หรือ ฝึกทักษะเรื่องการพาตัวใจกลับบ้าน

วาดรูปโครงสร้างชีวิต สามเหลี่ยมด้านเท่า ส่วนบนเขียน พระนิพพาน ใจเป็นปกติ เส้นหนึ่งยางไม่บิด ผัสสะบริสุทธิ์ ด้านล่างตรงกลางเขียนปัญญา ด้านขวาเขียน สมาธิวิปัสสนา ด้านซ้ายเขียน ศีล

ทุกศาสนิกชนรักษาศีลได้เท่าเทียมกันหมด

คนที่เริ่มรักษาศีลโดยการคิดดี พูดดี ทำดี นั้น สภาวะจิตใจที่เบียดเบียนผิดปกติ จะเริ่มคลายตัวเพื่อกลับสู่ความเป็นปกติ คือ จิตกับใจที่เคยอยู่พันกันเหมือนเส้นหนึ่งยางที่บิดนั้นจะเริ่มขบวนการคลายตัว หลุดร่อนออกจากกัน เป็นการเริ่มต้นปฏิบัติเพื่อการหลุดพ้นจากความทุกข์ในขั้นตอนแรก

ศาสนิกชนในศาสนาอื่นนั้น หากเขารักษาศีลตามคำสอนของพระศาสดาของเขาแล้วละก็ จิตใจที่ผิดปกติของเขาจะคลายตัวเพื่อกลับสู่ความเป็นปกติเช่นกัน เพราะศีลและความเกรงกลัวละอายต่อการทำบาป conscience เป็นจริยธรรมสากลที่อยู่กับโลกมานานแล้ว เป็นความรู้สึกที่ธรรมชาติหรือพระเจ้าประทานให้มนุษย์เพื่อให้อยู่ด้วยกันได้อย่างสันติสุข การรักษาศีล ที่จริงเป็นเรื่องธรรมชาติมาก

ฉะนั้น แม้ชาวคริสต์ ชาวยิว ชาวฮินดู ซิกข์ อิสลาม หากเขารักษาศีลได้อย่างเคร่งครัดแล้ว คนเหล่านี้ก็จะอยู่ในขั้นตอนที่จิตใจเริ่มปรับเข้าสู่ระดับปกติ เปรียบเทียบได้ว่าหนึ่งยางเส้นนี้ได้คลายการบิดเบี้ยวไปหนึ่งรอบ เหลือการบิดเบี้ยวเพียง ๓ รอบเท่านั้น ซึ่งเป็นสภาวะของกัลยาณบุรุษ คือ บุรุษที่ทำแต่ความดี เป็นกลุ่มที่เริ่มหันเหจิตใจไปสู่ทิศทางของชีวิตที่ถูกต้องแล้ว มุ่งหน้าสู่นิพพาน มุ่งแสวงหาพระเจ้าแล้ว เริ่มใช้ชีวิตอย่างเป็นอิสระแล้ว

มรรค ผล นิพพาน มีในพระพุทธศาสนาเท่านั้น

ชาวพุทธอาจจะสงสัยว่า หากศาสนิกอื่นที่ไม่ได้วิเคราะห์เรื่องการไปนิพพาน และไม่ได้ฝึกวิปัสสนาแล้ว จิตใจที่ไม่ปกติของเขาจะคลายตัวกลับสู่ความเป็นปกติอย่างสิ้นเชิงได้หรือไม่

หากศาสนิกอื่นที่ไม่ได้ปฏิบัติวิปัสสนาหรือสติปัฏฐานสี่แล้วละก็ การคลายตัวของจิตใจที่จะกลับสู่ความเป็นปกติของจิตใจอย่างสิ้นเชิงอาจจะมีขีดจำกัดอยู่ ดังที่พระบรมศาสดาตรัสว่า เรื่อง มรรค ผล นิพพาน ไม่มีอยู่ในศาสนาอื่นนอกจากคำสอนของท่านเท่านั้น เพราะการทำให้จิตใจคลายตัวกลับสู่ระดับความเป็นปกติอย่างสิ้นเชิงจนหมดทุกขได้ นั้น จำเป็นต้องปฏิบัติสติปัฏฐานสี่ หรือ พาตัวใจกลับบ้าน เมื่อทำได้แล้ว เกสียของจิตใจจะเริ่มคลายตัว ปรับเข้าสู่ความสมดุลที่เป็นปกติได้ในที่สุด เหมือนเส้นหนึ่งยางที่ไม่มีการบิดเลย จิตกับใจแยกออกจากกันอย่างสิ้นเชิง หรือ เหมือนรถไฟสองขบวนที่วิ่งได้ในระดับเดียวกัน ฉะนั้น คนที่ไม่ได้ฝึกทักษะเรื่องการพาตัวใจกลับบ้านหรือฝึกวิปัสสนานั้น การปรับระดับจิตใจจนถึงระดับความหลุดพ้นนั้นอาจจะไม่เกิด ถ้าเกิดก็คงเป็นบุคคลที่ได้สร้างบารมีทางด้านปฏิบัติมาแล้วแต่ชาติปางก่อน ได้เข้ากระแสพระนิพพานแล้ว เดินถอยกลับไม่ได้แล้ว แม้ไม่ได้เกิดเป็นชาวพุทธ การเดินทางย่อมไปข้างหน้าอย่างเดียว ซึ่งเป็นเหตุผลที่ลงตัวอยู่

อย่างไรก็ตาม นี่จึงเป็นเหตุผลที่ดิฉันพยายามนำอุดมคติเรื่องพระเจ้า ดันไม้แห่งชีวิต และการใช้ชีวิตอมตะของชาวคริสต์มาวางเทียบเคียงพระนิพพาน และปรับเรื่องสติปัฏฐานสี่ให้แก่ศาสนิกอื่นด้วยวิธีการออกกำลังกายแบบไท้เก๊ก ชีกงบ้าง เพื่อว่า ศาสนิกอื่นจะสามารถเดินทางไปสู่เป้าหมายปลายทางของชีวิต ปรับระดับจิตใจให้เข้าสู่ความเป็นปกติอย่างถาวรได้

เมื่อชีวิตหลอมรวมกับจักรวาลทั้งหมด

ในตอนต้นของบทความนี้ ดิฉันได้บอกแล้วว่า หากเราสามารถเข้าใจความรู้สึกตัวได้ละก็ เราจะสามารถเข้าใจชีวิต และจักรวาลได้เช่นกัน

$$\text{ความรู้สึกตัว} = \text{ชีวิต} = \text{จักรวาล}$$

หมายความว่า หากใครสามารถฝึกทักษะเรื่องการพาตัวใจกลับบ้าน (สติปัฏฐาน) ได้แล้ว ในขณะที่จิต (ความคิด) หลุดออกจากใจในช่วงขณะสั้น ๆ นั้นเอง (ผัสสะบริสุทธิ์) เจ้าของชีวิตที่หลงทิศจะกลับบ้านเดิมได้ ชีวิตทั้งหมดจึงหลอมรวมกับจักรวาลทั้งหมด และเคลื่อนไปกับที่นี้ เดียวนี้ อย่างไม่หยุดยั้ง เป็นชีวิตอมตะในขณะที่ยังรับผัสสะบริสุทธิ์ได้ แม้เป็นช่วงสั้น ๆ ก็ตาม ความเข้าใจชีวิตและจักรวาลอย่างถึงแก่นจึงเกิดในขณะนั้น ๆ เช่นกัน เป็นการเข้าใจชีวิตและจักรวาลอย่างคนภายใน เพราะกลับบ้านเดิมได้แล้ว ไม่ใช่เข้าใจอย่างคนภายนอกหรือคนหลงทางชีวิตอันคือ การวิเคราะห์จิตใจตามวิธีการของปัญญาชนตามแบบอย่างการศึกษาทางโลก

ถ้าเข้าใจได้ว่า จักรวาลภายนอกคือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ฉะนั้น เมื่อใจของเราว่างจากจิตหรือความคิดที่เป็นมายาได้แล้ว ใจ กาย และ จักรวาลภายนอกทั้งหมดก็หลอมรวมเป็นสิ่งเดียว และเคลื่อนไปอย่างไม่หยุดยั้ง

$$\text{รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส} = \text{จักรวาลภายนอก}$$

$$\text{ตัวใจ} \text{ ----> } \text{กาย} \text{ ----> } \text{รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสที่บริสุทธิ์}$$

$$\text{มีผัสสะบริสุทธิ์} = \text{เข้าถึงชีวิตอมตะ} = \text{เข้าใจจักรวาลภายนอก} = \text{เข้าใจแก่นแท้ของชีวิต}$$

สรุป

ดิฉันหวังว่า คุณคงเข้าใจได้แล้วว่า ทำไมจึงเป็นเรื่องสำคัญมากที่ชาวโลกต้องรู้ว่าสภาวะจิตใจที่ปกติอย่างแท้จริงเป็นอย่างไรเสียก่อน มิเช่นนั้น เราจะไม่มีมาตรฐานการวัดที่พึงพาได้ จะรู้แต่ค่าสัมพัทธ์หรือสมมติเท่านั้น จึงไม่รู้ว่าจะอะไรเป็นอะไร ซึ่งบทความนี้ ดิฉันก็ได้ช่วยโยงเข้าสู่ความรู้ของพระพุทธเจ้าซึ่งเป็นผู้รู้จริง ช่วยให้เข้าใจอย่างถูกต้องว่า ความปกติทางใจที่แท้จริงคือการเข้าถึงสภาวะพระนิพพาน หรือ การสามารถรับผัสสะอย่างบริสุทธิ์นั่นเอง ซึ่งมีไขเรื่องไกลตัวเลย ส่วนจะทำให้ใจของเราคงความปกติได้อย่างไร ก็ต้องทำเรื่องเดียวเท่านั้น คือ ทุกคนต้องรีบฝึกทักษะเรื่องการพาตัวใจกลับบ้าน หรือ ปฏิบัติสติปัฏฐานสี่ ทำเพียงเท่านี้ ผู้ปฏิบัติก็จะสามารถเข้าใจชีวิตและจักรวาลได้อย่างถึงแก่น จึงแก้ไขปัญหาชีวิตให้ลุล่วงได้ด้วยวิธีนี้

บทที่สี่

พรหมแดนสุดท้าย

The Final Frontier

ผู้ที่เป็นแฟนของนิยายวิทยาศาสตร์ science fiction เช่น เรื่อง สตาร์ เทร์ค Star Trek อันเป็นเรื่องราวของการท่องจักรวาลนั้น มักจะได้ยินคำ ๆ หนึ่งที่ใช้กันบ่อย คือ พรหมแดนสุดท้าย หรือ The final frontier ถึงแม้ว่านิยายวิทยาศาสตร์เหล่านี้จะเป็นเพียงเรื่องเพื่อฝัน จินตนาการของมนุษย์ก็ตาม มันก็แสดงให้เห็นถึงความคิดหนึ่งของผู้ที่เชื่อว่า มีสิ่ง ๆ หนึ่ง หรือ สภาวะหนึ่ง ที่เป็นที่สุดของพรหมแดน เป็นสภาวะที่ไม่มีอะไรไปเหนือมันได้อีกแล้ว ฟังดูแล้วก็ไม่ต่างจากสภาวะของสัจธรรมอันสูงสุดนั่นเอง ซึ่งเป็นสิ่งที่มนุษย์แสวงหาอยู่เสมอในประวัติศาสตร์ของมนุษยชาติ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ มนุษย์ทุกคนล้วนรักตัวกลัวตาย

เพราะกลัวการสาบสูญอย่างสิ้นเชิง กลัวความไม่แน่นอนในสรรพสิ่งนี้เอง จึงเป็นสัญชาตญาณอย่างหนึ่งของมนุษย์ที่จำเป็นต้องหาที่พึ่ง หากคำตอบให้แก่ชีวิต ต้องการรู้สิ่งที่แน่นอน มันคง ไม่เปลี่ยนแปลง เป็นอมตะ เพื่อมนุษย์จะได้พึ่งพาสิ่งนั้น ๆ แม้เพียงการแสวงหาสิ่งที่เป็นอมตะนี้ ก็ทำให้มนุษย์มีความหวังแล้ว

นี่เป็นเหตุผลใหญ่ที่อยู่เบื้องหลังทฤษฎีสรรพสิ่งที่ไอน์สไตน์ถึงกับทรมานชีวิตช่วงยาวนานของเขาแสวงหา การค้นพบกลศาสตร์ควอนตัมของไอน์สไตน์เท่ากับยอมรับในความไม่แน่นอนของสรรพสิ่งหรือยอมรับในความเป็นอนิจจังของทุกสิ่งซึ่งเหมือนกับบทสรุปของไฮเซนเบิร์กที่พูดว่า

ไม่มีสิ่งเที่ยงแท้ถาวรอันติมะในธรรมชาติ There is no final certainty.

นี่เป็นบทสรุปที่ไอน์สไตน์ไม่ยอมรับและทำให้นักฟิสิกส์มากมายนอนไม่หลับ แม้หลับก็ฝันร้าย เพราะความฝันอันสูงสุดของพวกเขา คือ การแสวงหาความจริงในธรรมชาติที่มนุษย์พึ่งพาได้นั่นเอง ไอน์สไตน์ถึงยอมใช้เวลา ๓๐ ปีเพื่ออ่านความคิดในเรื่องการสร้างโลกและชีวิตของพระเจ้า เพื่อเขาจะได้เจาะเข้าไปถึงแก่นของสัจธรรม และสามารถแปรมันออกมาในรูปของคณิตศาสตร์ที่เขาและเพื่อน ๆ ชาวฟิสิกส์ของเขาเข้าใจได้ดีขึ้นนั่นเอง

ความจริงอยู่ข้างนอกโน้น

นักดาราศาสตร์รวมทั้งนักจินตนาการนิยายทางวิทยาศาสตร์มักคิดว่า พรหมแดนสุดท้ายของจักรวาลน่าจะอยู่ในอวกาศ อยู่ที่ขอบริมสุดอันเป็นพรหมแดนปลายสุดของจักรวาลจริง ๆ ดังที่ขอบพูดกันในนิยายทางวิทยาศาสตร์ว่า

ความจริงอยู่ข้างนอกโน้น The truth is out there!

จึงเป็นเหตุผลใหญ่ที่มนุษย์มีความปรารถนาและใฝ่ฝันที่จะท่องเที่ยวไปในอวกาศ เพื่อหาประสบการณ์ ข้อมูล และความจริงที่อยู่นอกโลกด้วยความหวังว่า ข้อมูลเหล่านั้นจะช่วยให้เราสามารถเข้าใจดาวเคราะห์ดวงที่สามในระบบสุริยะจักรวาลนี้ได้ดีขึ้น หรือ พูดให้กระชับคือ ช่วยให้เราสามารถเข้าใจชีวิต หรือ ความรู้สึกตัวทั่วพร้อม consciousness ที่ลึกซึ้งนี้ รวมทั้งการพยากรณ์อนาคตของมนุษย์และพื้นพิภพที่มนุษย์กำลังอยู่ด้วย

สังขรณ์คือตัวต่อตัวสุดท้าย

ไม่ว่าจะนำหัวข้ออะไรขึ้นมาพูดวิเคราะห์หรืออย่างเป็นเหตุผล มักไม่พ้นที่จะวกกลับมาสู่เรื่องสังขรณ์อันสูงสุดเสมอ เพราะนี่เป็นตัวต่อตัวสุดท้าย the missing link ของทุกสิ่งทุกอย่างในจักรวาลนี้รวมทั้งจักรวาลอื่นถ้าหากมีอยู่ ภาพทั้งหมดของชีวิตและจักรวาลจะชัดเจนได้ก็ต่อเมื่อเราสามารถวางตัวต่อตัวสุดท้ายลงเท่านั้น หรือเมื่อพบสังขรณ์อันสูงสุด หรือเมื่อพบพรมแดนสุดท้ายของจักรวาลนั่นเอง

อย่างไรก็ตาม คุณเห็นด้วยหรือไม่ว่า พรมแดนสุดท้ายของจักรวาลหรือของชีวิตอยู่ภายนอกโนน อยู่ที่ใช้ชีวิตทั้งหมดของคุณท่องไปในอวกาศเพื่อหาสังขรณ์นี้ คุณจำเป็นต้องถามคำถามนี้อย่างจริงจัง และให้ความสนใจในสิ่งที่ดิฉันจะพูด เพราะนี่อาจจะเป็นข้อมูลที่ช่วยประหยัดเวลาของคุณได้มากมายทีเดียว

ในความเห็นของดิฉันแล้วสามัญสำนึก common sense บอกดิฉันว่า หากคุณไม่สามารถหาสังขรณ์ ณ ตรงที่คุณอยู่นี้ละก็ คุณคิดว่า คุณจะไปหาที่ไหนได้พบหรือ หากคุณนับถือพระเจ้า ก็ต้องพูดว่า ถ้าคุณไม่สามารถเข้าถึงพระเจ้าของคุณในขณะนี้ ที่นี้ เดียวนี้แล้วละก็ คุณคิดว่า คุณจะไปหาพระเจ้าได้ที่ไหนหรือ

นี่คือเหตุผลของการเขียนบทความนี้ ดิฉันขอขบวลี "พรมแดนสุดท้าย" ที่สามารถใช้แทนคำว่า สังขรณ์อันสูงสุด เพราะ เป็นเรื่องที่ดีฉันสามารถใช้อธิบายสิ่งต่าง ๆ อย่างเป็นเหตุเป็นผล เพื่อช่วยให้คุณเข้าถึงสังขรณ์อันสูงสุดหรือพระเจ้าได้ คุณจะเห็นชัดเจนว่า การแสวงหาสังขรณ์ของนักวิทยาศาสตร์ ของนักดาราศาสตร์ไปเดินผิดพลาดที่ตรงไหน

ยอมรับว่า สังขรณ์ มีอยู่

สิ่งแรกที่คุณต้องยอมรับคือ สังขรณ์สูงสุดในธรรมชาติมีอยู่ ยอมรับว่าพระพุทธเจ้าได้ค้นพบแล้วในคืนที่ท่านตรัสรู้ ซึ่งท่านเรียกสภาวะอันติมะนี้ว่า พระนิพพาน ภาษาของนักดาราศาสตร์ หรือ นักจิตตนาการนิยายวิทยาศาสตร์ คือ พรมแดนสุดท้ายของจักรวาล พระนิพพานไม่ได้จำกัดอยู่แต่กลุ่มบุคคลที่สนใจศาสนาเท่านั้น แต่เป็นเรื่องโดยตรงของมนุษย์ทุกคน มนุษย์จึงแสวงหาโดยที่ตนเองก็ไม่รู้ด้วยซ้ำไปว่าสิ่งที่ตนต้องการค้นพบคือสังขรณ์หรือพระนิพพาน หน้าที่ของดิฉันคือ นำสิ่งเหล่านี้มาเชื่อมโยงให้คุณรู้ว่าอะไรเป็นอะไร ฉะนั้น เรื่องพระนิพพานจึงเป็นสิ่งที่ทุกคนต้องรู้ ไม่ใช่เป็นทางเลือกอย่างที่คนชอบคิดหรือเป็นเรื่องมักใหญ่ใฝ่สูงแต่อย่างใดเลย เพราะถ้าไม่รู้เรื่องนี้แล้ว เราจะไม่รู้อะไรได้อย่างแท้จริงเลย แม้มีความรู้ท่วมหัวก็เอาตัวไม่รอดดังที่เห็น ๆ กันอยู่

ดังที่คุณทราบแล้วว่าดิฉันได้ใช้คำและวลีหลากหลายเพื่อใช้เรียกคำว่า สังขรณ์อันสูงสุด สองวลีที่ดีฉันอยากนำมาเชื่อมโยงให้คุณเห็นชัดเจนในบทความนี้คือ ผัสสะบริสุทธิ์ กับ พรมแดนสุดท้าย เพื่อคุณจะได้รู้ว่า พระนิพพานหรือพระเจ้าในฐานะที่เป็นสังขรณ์อันสูงสุดไม่ใช่เรื่องไกลตัวถึงขนาดต้องไปหาในอวกาศแต่อย่างใดเลย แต่อยู่ที่นี้ เดียวนี้ นี้เอง

ทุกคนเป็นศูนย์กลางจักรวาลของเขา

ในบทก่อนดิฉันได้พูดว่า ก่อนความรู้สึกตัวที่กายเนื้อห่อหุ้มมันมาเมื่อคลอดจากท้องมารดานั้น เป็นสิ่งเดียวกับจักรวาล จักรวาลมีอยู่เพราะเรามีความรู้สึกตัว consciousness นั่นเอง สมมติว่า ดิฉันเกิดหมดสติไป ๗ วัน โลกภายนอกหรือจักรวาลของดิฉันก็ดับไป ๗ วันเช่นกัน ในช่วงนั้น จักรวาลจะไม่มีอะไรเกี่ยวข้องกับดิฉันเลย แม้มันจะยังมีอยู่ คงอยู่สำหรับคุณก็ตาม โลกและจักรวาลจึงไม่มีอะไรเกี่ยวข้องกับคนหลับสนิท คนหมดสติ คนอยู่ในอาการโคม่า และ คนตาย เพราะความรู้สึกตัวของเขาหายไป

ฉะนั้น หากดิฉันจะสรุปว่า ทุกคนล้วนเป็นศูนย์กลางของจักรวาลก็ยอมไม่ผิดหลักเหตุผลแต่อย่างใด เพราะหากคุณไม่มีความรู้สึกตัวละก็ จักรวาลก็ไม่มีอยู่เช่นกัน เพราะมี

ความรู้สึกตัว หรือมีตัวใจ นี้เอง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ของเราจึงทำงานได้ มันกลายเป็น สะพานเปิดโอกาสให้ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส เดินเข้ามาในใจของเรา มาให้ "ตัวใจ" หรือ "ความรู้สึกตัว" ของเราได้รับรู้ ชีวิต โลกและจักรวาลจึงเกิดขึ้น ตื่น มีอยู่ ณ จุดนั่นเอง¹

ใจ หรือ ความรู้สึกตัวนี้ ภาษาทางธรรมเรียก วิญญาณขันธ์ ซึ่งเป็นขันธ์สุดท้ายของ ขันธ์ ๕ อันเป็นส่วนประกอบฝ่ายที่ไม่มีรูปร่าง (นาม) ของร่างกายและจิตเจตนา ดิฉันได้ เรียกขันธ์นี้ว่า ตัวใจ หรือ ตาใจ แทนคำว่า ใจ เจย ๆ เพื่อให้สอดคล้องกับข้อเปรียบเทียบ ต่าง ๆ ที่นำเข้ามาใช้โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อพูดถึงการปฏิบัติสติปัญญา ๔ ซึ่งภาษาของ ดิฉันคือ "การพาตัวใจกลับบ้าน" เพื่อความเข้าใจที่ชัดเจนมากขึ้น²

ขอให้ดูรูปข้างล่างนี้ ซึ่งแสดงให้เห็นความแตกต่างของขันธ์ ๕ หรือ ร่างกายจิตใจ ระหว่างคนที่ตัวใจทำงานกับตัวใจไม่ทำงาน

ภาพที่ ๑

ตัวใจ --> จิต --> ตัวกาย = มีชีวิต = มีจักรวาล

เขียนภายใต้ภาพว่า ขันธ์ ๕ หรือ ร่างกายจิตใจ ของคนที่ไม่ได้นอนหลับสนิท ไม่ได้หมดสติ ไม่ได้อยู่ในอาการโคม่า และไม่ได้ตายเป็นเช่นนี้ จึงรับรู้โลกและจักรวาล จึงมีชีวิต

ภาพที่ ๒

ตัวกาย = ไม่มีชีวิต = ไม่มีจักรวาล

เขียนภายใต้ภาพว่า คนหลับสนิท คนหมดสติ คนที่อยู่ในอาการโคม่าและ คนตายนั้น ความรู้สึกตัว หรือ ตัวใจ ไม่ทำงาน แม้ร่างกายยังทำงานอยู่(ยกเว้นคนตาย) แต่ก็เหมือนไม่มีชีวิต ไม่สามารถรับรู้โลกและจักรวาล ถึงแม้โลกและจักรวาลจะยังมีอยู่สำหรับคนอื่น ๆ แต่ไม่มี อยู่กับผู้ที่อยู่ในสภาวะนี้

จากการดูภาพข้างบนนี้ คุณจะเห็นได้อย่างชัดเจนว่า ตัวใจหรือความรู้สึกตัวของ มนุษย์นี้เป็นตัวกำหนดให้ "มีชีวิต" หรือ "ไม่มีชีวิต" การหายใจและการทำงานของร่างกาย ไม่ได้เป็นตัวตัดสิน "การมีชีวิต" ที่แท้จริง เพราะตัวใจทำงาน จึงก่อให้เกิดหน่วยงานของการรับสัมผัสทั้งหมด the whole network of perceptions ชีวิตจึงเกิด และทำให้ทารก เป็น ๆ ต่างจากเด็กทารกที่ตายตั้งแต่คลอด ถึงแม้เด็กที่ตายตั้งแต่คลอดล้วนมีสะพานอันคือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย แต่เมื่อไม่มีตัวใจ หรือ ความรู้สึกตัวแล้วละก็ สะพานเหล่านี้ก็เหมือน สะพานหักที่ไม่มีประโยชน์ ไม่สามารถเชื่อมจักรวาลภายนอกกับจักรวาลภายในให้พบกันได้ จึงไม่มี "วิถีชีวิต" และ "การดำรงอยู่ของชีวิตประจำวัน" ฉะนั้นคุณจะเห็นได้ว่า ทรายใดที่ไม่มี "ตัวใจ" หรือ "ความรู้สึกตัว" แล้วละก็ การรับสัมผัสจะไม่มี จักรวาลจึงดับวูบลงทันที

คุณเห็นหรือยังว่า การพูดว่า มนุษย์ทุกคนล้วนเป็นศูนย์กลางจักรวาลของตนเองนั้น ไม่ใช่เป็นเรื่องผิดหลักเหตุผลแต่อย่างใดเลย ถึงแม้จะเป็นการสรุปที่โลกแห่งวิทยาศาสตร์ ไม่ยอมรับก็ตาม ดิฉันก็ไม่คิดว่าสำคัญ เพราะบทสรุปของนักดาราศาสตร์ที่เนื่องกับจักรวาล ในบัดนี้ก็ยังเป็นความจริงในระดับสัมพัทธ์เท่านั้น ไม่ใช่ความจริงสุดยอดในระดับอันติมะ

¹ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส คือความหมายของคำว่า รูป ของพระพุทธเจ้า รูปที่มักใช้ควบคู่ไปกับนาม หรือ รูปที่เป็นส่วนหนึ่งของขันธ์ ๕ นามในที่นี้คือ จิต ความคิด ความจำ ความรู้สึก และ ใจ ความรู้สึกตัว ซึ่งเป็นนามขันธ์ ทั้ง ๔ ขันธ์ ๕ จึงรวมเรื่องชีวิตและจักรวาลทั้งฝ่ายรูปและนามไว้ทั้งหมด

² ขอให้อ่านเรื่องขันธ์ ๕ หน้า.....ในบทที่สองของหนังสือเล่มนี้

ultimate ในอนาคต หากการเดินทางอวกาศทำได้ง่ายขึ้นแล้ว มีเครื่องมือที่ก้าวหน้าและฉลาดมากกว่ายุคสมัยนี้ การค้นพบปรากฏการณ์ใหม่ ๆ ย่อมมีมากขึ้น ฉะนั้น บทสรุปของนักฟิสิกส์และนักดาราศาสตร์เกี่ยวกับโลกและจักรวาลที่เราอยู่นี้อาจจะต้องเขียนใหม่หมดก็เป็นได้เหมือนความรู้และประวัติศาสตร์อื่น ๆ ที่ต้องแก้ไขกันอยู่เสมอเมื่อวิทยาศาสตร์ก้าวหน้ามากขึ้น ฉะนั้น การวิเคราะห์ชีวิตที่เกี่ยวข้องกับโลกและจักรวาลในแนวนี้จึงควรเป็นแนวทางที่ได้รับการสนับสนุน เพราะทำให้ความรู้เรื่องจักรวาลกลายเป็นเรื่องใกล้ตัวมากพร้อมทั้งแก้ปัญหาชีวิตได้ด้วย

เข้าใจผัสสะ เข้าใจจักรวาล

เพราะมีความรู้สึกตัว หรือ มีตัวใจ อายุตนะภายในทั้ง ๕ ตา หู จมูก ลิ้น กาย จึงทำงาน จึงก่อให้เกิดการรับผัสสะ ขอให้ดูสมการข้างล่างนี้

$$\text{ความรู้สึกตัว (ตัวใจ)} = \text{การรับผัสสะ} = \text{ชีวิต} = \text{โลกและจักรวาล}$$

คุณจะได้เห็นว่า หากเราสามารถเข้าใจเรื่องการรับผัสสะ perceptions ของเราแล้วล่ะก็ เราจะสามารถเข้าใจชีวิตและจักรวาล ฉะนั้น การที่จะหาพรมแดนสุดท้ายของจักรวาลหรือ สัจธรรมอันสูงสุดพบหรือไม่นั้นอาจจะขึ้นอยู่กับความเข้าใจเรื่องการรับผัสสะของเราก็ได้ The issue of finding the final frontier as the ultimate truth depends entirely on the understanding of our perceptions.

สิ่งเหล่านี้คือประเด็นที่ดิฉันอยากพูดในบทความนี้ ดิฉันจะเริ่มเชื่อมคำและวลีต่าง ๆ ที่คุณได้คุ้นเคยแล้วในหนังสือเล่มนี้เพื่อให้คุณเห็นว่า ความรู้สึกตัวของเราเกี่ยวกับการรับผัสสะนั้นมีส่วนเกี่ยวข้องกับการเดินทางไปถึงพรมแดนสุดท้ายของจักรวาลได้อย่างไร สิ่งที่ดิฉันสรุปย่อมาตั้งอยู่บนพื้นฐานของความรู้ของดิฉันในสภาวะสัจธรรมอันสูงสุดที่ดิฉันได้เห็นแล้ว จึงมีความมั่นใจที่จะสรุปเช่นนี้ได้

ความรู้สึกตัวบริสุทธิ์ = ผัสสะบริสุทธิ์ = ถึงพรมแดนสุดท้าย = ถึงสัจธรรมสูงสุด = กำลังเคลื่อนไปพร้อมกับที่นี้ เดียวนี้

ความรู้สึกตัวไม่บริสุทธิ์ = ผัสสะไม่บริสุทธิ์ = 'ไม่ถึงพรมแดนสุดท้าย = 'ไม่ถึงสัจธรรม = ติดอยู่ในกล่องความคิดของอดีตและอนาคต

แนะนำจุด ก, ข, ค

เพื่อให้คุณเห็นความสัมพันธ์ระหว่างการรับผัสสะกับความคิดของมนุษย์ ดิฉันจะอธิบายด้วยภาพประกอบ จึงขอแนะนำจุดต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องเสียก่อน

1. จุด ก คือ ตำแหน่งที่คุณกำลังอยู่ จะเป็นการนั่ง เดิน ยืน นอน ก็ได้ จึงเป็นตำแหน่งที่คุณกำลังใช้ตา หู จมูก ลิ้น ผิวหนัง ของคุณ เพื่อรับผัสสะ perceiving sense objects
2. จุด ข จะสมมุติให้เป็นกระดาษแข็งสีขาวก่อน ซึ่งสามารถคงความเป็นกระดาษเปล่า ๆ เมื่อมีการรับผัสสะบริสุทธิ์ หรือ สามารถกลายเป็นประตูเปิดเข้าไปสู่ทอแห่งความคิดเมื่อการรับผัสสะไม่บริสุทธิ์ จุด ข จึงเป็นทุกสิ่งทุกอย่างที่คุณกำลังรับรู้ หรือ รับผัสสะอยู่ the objects of your perceptions เช่น คนรักที่กำลังยืนเบื้องหน้าคุณ รูปที่ติดอยู่ฝาผนัง ต้นไม้ ภาพของดวงดาวระยิบระยับในท้องฟ้า เสียงเพลงโปรดของคุณ กลิ่นกาแฟ กลิ่นปลาเค็ม รสมะนาว หรือ ความรู้สึกคมแหลมของเปลือกทุเรียน หรือ ความรู้สึกที่

อ่อนนุ่มของผิวหนังเด็ก ซึ่งเมื่อพูดรวมกลุ่มแล้ว กระดาษแข็งสีขาวนี้ คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสของคุณนั่นเอง

- จุด ค สมมติเป็นท่อกระดาษแข็งยาว ๑๐ นิ้ว จะสมมติให้มันเป็นการใช้ความคิดของมนุษย์ที่ก่อให้เกิดการแสวงหาและสะสมความรู้ทางโลก intellectual knowledge ซึ่งขบวนการแสวงหาความรู้ทางโลกเริ่มตั้งแต่การรับสัมผัส (perception) การเฝ้าสังเกตการณ์ observation การสำรวจ exploration วิจัย research บันทึกเหตุการณ์ recording ข้อมูล และวิเคราะห์ด้วยวิธีการของการใช้เหตุผล reasoning และ ตรรกะ logic จนกระทั่งมีการสรุปออกมาเป็น ข้อเท็จจริง facts และ ความจริง truth พุดง่าย ๆ ก็คือ ท่อกระดาษยาวสิบนิ้วนี้เป็นตัวแทนของการหาวิชาความรู้ทางโลกโดยวิธีการทางวิทยาศาสตร์ที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของการใช้ความคิดและการผลิตความคิดเป็นแกนหลัก

รูปข้างล่างนี้แสดงให้เห็นถึงตำแหน่ง ก,ข,ค ดังกล่าว

วาดรูป ที่ ๓ ที่แนบมา

มีการรับสัมผัสสองชนิด Two types of perceptions

ที่นี่ เรามาดูวิธีการรับสัมผัสของมนุษย์ เมื่อคุณยืนอยู่ ณ จุด ก และมองไปที่จุด ข หรือ แผ่นกระดาษสีขาว สิ่งที่คุณต้องทำความเข้าใจคือ คุณสามารถรับสัมผัสได้สองวิธี คือ

๑. ประสบการณ์โบท คือ ทันทีที่ตาเห็นลูกกลม ๆ ลูกหนึ่ง จะมีเสียงก้องอยู่ในหัวของคุณทันทีว่า ลูกบอล หรือ คุณได้ยินเสียง คุณก็ได้ยินเสียงในหัวพูดว่า "เออ เพลงนี้เพราะดี" หรือ คุณได้กลิ่น คุณก็ได้ยินเสียงในหัวพูดว่า "ใครทอดปลาเค็มอีกแล้ว" เป็นต้น เสียงพูดในหัวนั้นก็คือความคิดนั่นเอง ดิฉันจะเรียกประสบการณ์รับสัมผัสเช่นนี้ว่า สัมผัสไม่บริสุทธิ์ หรือ ประสบการณ์โบท
๒. ประสบการณ์เอก คือ ทันทีที่ตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง จมูกได้กลิ่น ลิ้นได้รส ภายใต้อสัมผัส ในหัวจะไม่มีเสียงพูด จะเจียบกริบ ไม่มีแม่แต่คำ ๆ เดียว ถ้าเห็นอะไร ก็เห็นเฉย ๆ เห็นสักแต่ว่าเห็น ได้ยินเฉย ๆ ได้กลิ่นเฉย ๆ เป็นต้น ประสบการณ์เช่นนี้เรียกว่าการรับสัมผัสอย่างบริสุทธิ์ ซึ่งดิฉันจะเรียกว่าประสบการณ์เอก

เริ่มซับซ้อน

คุณอาจจะเริ่มคิดแล้วว่า ประสบการณ์เอกเป็นเรื่องที่เป็นไม่ได้ มีหรือที่เวลาคุณเห็นสิ่งของ หรือ ได้ยินเสียงแล้วจะไม่มีเสียงพูด การคิดในหัว คุณอาจคิดว่าประสบการณ์เช่นนี้คงจะเกิดกับคนที่สมองฝ่อ ไม่ทำงานแล้วเท่านั้น ที่ฝรั่งเรียก brain dead ตรงนี้แหละ คุณอาจจะเป็นฝ่ายเข้าใจผิดเสียเองก็ได้ ฉะนั้น อย่าเพิ่งคิดว่าดิฉันพูดอะไรเพ้อเจ้อ เพราะประสบการณ์เอกเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ทีเดียว เกิดได้จริงหากมีการฝึกสติปัญญาขั้นสูงหรือฝึกทักษะเรื่องพาตัวใจกลับบ้านที่ดิฉันพูดเสมอ นี่เป็นภูมิปัญญาลึกซึ้งที่คุณยังไม่ถึง จึงไม่รู้ว่าประสบการณ์เช่นนี้มีอยู่ อาจารย์สอนวิปัสสนาจะสามารถสอนคุณได้ว่าประสบการณ์เอกนั้นต้องทำอะไรและแตกต่างจากประสบการณ์โบทอย่างไร คุณอาจจะลองทำเองก็ได้ แต่

ดิฉันไม่คิดว่าคุณสามารถแยกแยะประสบการณ์ทั้งสองนั้นได้โดยไม่มีคำแนะนำของครูบาอาจารย์ แม้เห็น ๆ อยู่ก็ตาม

ลูกศิษย์ที่ได้มาเรียนรู้เรื่องการพาตัวใจกลับบ้านกับดิฉันจนสามารถเข้าบ้านที่สี่ได้ แล้วนั้นจะทราบว่าเป็นประสบการณ์เอกเป็นเรื่องที่เป็นไปได้ เป็นข้อเท็จจริงที่เขาทำได้ ซึ่งในปีหลัง ๆ นี้ดิฉันค่อนข้างมั่นใจว่าประสบการณ์เอกจะต้องเป็นเรื่องที่สอนและถ่ายทอดกันอย่างไม่เห็นหน้ากันเท่านั้น จะด้วยวิธีการอื่นไม่ได้ ฉะนั้น หากคุณยังไม่ได้เรียนรู้กับดิฉันแล้วละก็ คุณอาจจะไม่อยากเห็นด้วย ซึ่งดิฉันต้องขอร้องให้คุณช่วยทำใจโดยแกล้งเห็นด้วยกับดิฉันไปก่อน มิเช่นนั้นแล้ว ดิฉันจะอธิบายต่อไม่ได้

ถึงพรหมแดนสุดท้ายทันที

เมื่อใดที่คุณยืนอยู่ ณ จุด ก และมองไปที่จุด ข ด้วยประสบการณ์เอกแล้วละก็ เมื่อนั้นผัสสะของคุณจะบริสุทธิ์ ฉะนั้น คุณได้ถึงพรหมแดนสุดท้ายของจักรวาลแล้ว เข้าถึงสังขารแล้ว กำลังเคลื่อนไปกับที่นี้ เดียวนี้ ถึงนิพพานแล้ว ถึงพระเจ้าแล้ว เรื่องจบทันที หมดเรื่องพูด กรุณาดูรูปข้างล่าง

วาดรูปที่ ๕

ผู้จริงทุกท่านจะพูดตรงกันหมดว่า ภูมิปัญญาที่ลึกซึ้งที่สุดของจักรวาลมีความลึกเท่าผิวหนังคือ ไม่มีความลึกแต่อย่างใดเลย เพราะสังขารอันสูงสุดได้อยู่เบื้องหน้าของทุกคนแล้ว เหมือนการหาคำตอบของปัญหาเขาวน ซึ่งคนส่วนมากมักมองข้าม หากไม่มีผู้จริงมาบอก นี่คือเหตุผลที่ว่าทำไมการค้นหาสังขารจึงกลายเป็นเรื่องยากมากจนถึงกับต้องใช้เวลายั้งชีวิตหรือโดยหลักศาสนาพุทธก็ต้องเดินทางมาหลายภพหลายชาติ กว่าจะรู้ข้อเท็จจริงนี้ได้ หากพระพุทธเจ้าดำริไม่สอนหลังการตรัสรู้ละก็ คนก็มีดมน ไม่มีทางรู้ข้อเท็จจริงนี้แน่นอน

ประสบการณ์โท

ที่นี่ เราลองมาดูความแตกต่างที่เกิดกับชีวิตของเราเมื่อยืนอยู่ ณ จุด ก และมีประสบการณ์โท ทันทีที่คุณรับผัสสะและมีความคิดในหัวโดยเรียกสิ่งนั้น ๆ ย่อมหมายความว่าผัสสะของคุณไม่บริสุทธิ์แล้ว ผัสสะของคุณได้ถูกทำให้ต่างพร้อยแล้วโดยความคิดของคุณซึ่งกำลังจะถูกแปลงออกมาเป็นคำพูดในภาษาต่าง ๆ ที่หลากหลาย

ทันทีที่ประสบการณ์โทเกิดขึ้น เปรียบเทียบได้ว่า กระดาษแข็งสีขาวนั้นได้กลายเป็นประตูที่เปิดได้ และประตูนั้นก็เปิดออกมาเชิญให้คุณเข้าไปทันที คุณก็อดไม่ได้ที่จะละทิ้งจุด ก ที่คุณยืนอยู่และเดินเข้าไปในท่อกระดาษแข็งนั้นซึ่งต่อไปนี้ดิฉันจะเรียกว่าท่อแห่งความรู้ทางโลก the tube of intellect นี่เป็นจุดหัวเลี้ยวหัวต่อที่จะทำให้ชีวิตของคุณเรียบง่าย ชับช้อน ยุ่งเหยิง ทุกข์มากหรือน้อย ก็อยู่ที่จุดหัวเลี้ยวหัวต่อนี้เอง ความอยากรู้อยากเห็น curiosity อยากหาความรู้ทางโลก จึงกลับกลายมาเป็นความมีดมนเสียเอง เพราะส่วนปลายสุดของท่อแห่งความคิดนี้เป็นทางตัน!

วาดรูปที่ ๕

เมื่อคุณโทกับคุณเอกมองท้องฟ้าในคืนเดือนมืด

ที่นี่ ดิฉันจะยกตัวอย่างโดยสมมติให้มีนักศึกษาระดับปริญญาเอกสองคนชื่อคุณเอกและคุณโท ซึ่งทั้งสองคนกำลังทำปริญญาเอกสาขาดาราศาสตร์ และกำลังยืนอยู่ที่จุด ก ทั้ง

คุณ จะสมมติต่อว่าคุณโทไม่เคยศึกษาพระพุทธศาสนาและไม่เคยปฏิบัติสติปัญญาญาณมาก่อน ในขณะที่คุณเอกศึกษาพระพุทธศาสนาและปฏิบัติวิปัสสนาหลายปีแล้ว สามารถฝึกทักษะเรื่องการพาตัวใจกลับบ้านจนสามารถเข้าบ้านที่สี่ได้นานสักระยะหนึ่งแล้ว คือสามารถรับผัสสะบริสุทธิ์ได้แล้ว รู้จักสภาวะของประสบการณ์เอกเป็นอย่างดีแม้ทำไมได้ตลอดเวลาก็ตาม ส่วนคุณโทยังไม่รู้ด้วยซ้ำไปว่าผัสสะบริสุทธิ์คืออะไร ต้องทำอย่างไร ยังเป็นทารกในโลกแห่งธรรม

สมมติต่อว่า ที่จุด ก คุณเอกกับคุณโทกำลังยืนอยู่กลางทุ่งกว้างที่ถูกครอบด้วยท้องฟ้าที่มีดาวสว่างระยิบระยับในคืนเดือนมืด ทันทีที่คุณโทหงายหน้าขึ้นมองท้องฟ้า เขาก็ทำเหมือนกับนักดาราศาสตร์ทั่วไปที่กำลังทำปริญญาเอกอยู่ นั่นคือ ขบวนการใช้ความคิดเริ่มต้นอย่างเป็นธรรมชาติของมันเอง เพราะคุณโทมีความทรงจำมากมายในความรู้ด้านดาราศาสตร์ของเขา จึงเริ่มเรียกชื่อของดาวเคราะห์ที่เด่น ๆ เช่น ดาวศุกร์ ดาวพุธ ดาวอังคาร รวมไปถึงชื่อของดาวฤกษ์และกลุ่มดาวฤกษ์ต่าง ๆ ที่เขารู้จัก คุณโทจะสามารถพูด วิเคราะห์ วิเคราะห์ เรื่องเกี่ยวกับดวงดาวในท้องฟ้าได้มากมาย การทำเช่นนี้ของคุณโทจึงเปรียบได้ว่า แม้คุณโทได้ยืนที่จุด ก แต่เพราะเขาดูไปที่แผ่นกระดาษสีขาว (จุด ข) ด้วยประสบการณ์โทกระดาษแผ่นสีขาวนั้นจึงกลายเป็นประตูเปิดออกทันที ซึ่งเชื่อเชิญให้คุณโทละจากจุด ก เดินเข้าไปในท่อแห่งความรู้ทางโลก หรือ จุด ค นั้นทันที และเขาก็ยืนอยู่ ณ จุด ๆ หนึ่งในท่อแห่งความรู้นี้

วาดรูปที่ ๖

แสดงภาพของคุณโทกำลังยืนอยู่ช่วงกลาง ๆ ของท่อแห่งความคิด

ทางเลือกสองทางกับหนึ่งทาง

ส่วนคุณเอกนั้น ถึงแม้ว่า เขาจะเป็นนักศึกษาปริญญาเอกสาขาดาราศาสตร์เหมือนคุณโทก็ตาม แต่เป็นเพราะเขาได้ฝึกวิปัสสนา ฝึกทักษะเรื่องการพาตัวใจกลับบ้านจนสามารถรับผัสสะอย่างบริสุทธิ์ได้แล้วแม้จะเป็นเพียงช่วงสั้น ๆ ก็ตาม อย่างน้อย คุณเอกมีทางเลือกได้สองทาง ณ ตำแหน่ง ก คุณเอกสามารถมองไปที่แผ่นกระดาษสีขาวด้วยประสบการณ์เอกก็ได้ หรือ ประสบการณ์โทก็ได้ คือคุณเอกสามารถมองไปยังท้องฟ้าที่ประดับด้วยแสงดาวระยิบระยับ และมองมันอย่างไม่ต้องใช้ความคิดเลย คือ มองเฉย ๆ เห็นก็สักแต่ได้เห็น หรือมีผัสสะที่บริสุทธิ์นั่นเอง ในกรณีนี้ เปรียบเทียบได้ว่า แผ่นกระดาษสีขาวนี้ไม่ได้ถูกเปลี่ยนเป็นประตูแต่อย่างใด คุณเอกยังสามารถยืนอยู่ที่จุด ก โดยไม่ต้องเข้าไปในท่อแห่งความรู้ทางโลก

ในขณะที่เดียวกัน คุณเอกก็ยังมีทางเลือกที่จะใช้ความคิดของเขาได้หากเขาต้องการ นั่นคือ เขาสามารถละจากจุด ก และเดินเข้าไปในท่อแห่งความรู้ ยืนเคียงข้างคุณโท คอยเรื่องเกี่ยวกับดวงดาวบนท้องฟ้าตามประสานเรียนปริญญาเอกในสาขาดาราศาสตร์ด้วยกัน หากถึงจุดหนึ่งที่คุณเอกรู้สึกพอแล้ว ไม่อยากใช้ความคิดมาก พูดมากอีกต่อไป คุณเอกก็สามารถพาตัวใจของเขากลับบ้านได้เช่นกัน ในขณะที่นั่นเอง คุณเอกก็สามารถกลับมาอยู่ที่จุด ก อีกตามเดิม สามารถกลับมารับผัสสะอย่างบริสุทธิ์ โดยมองท้องฟ้าอย่างผ่อนคลาย มองเฉย ๆ ไม่มีเสียงพูดในหัวแม้แต่คำเดียว

วาดรูปที่ ๗ แสดงคุณเอกกำลังรับประสบการณ์เอก หรือ รับผัสสะบริสุทธิ์อยู่ที่จุด ก

วาดรูปที่ ๘ แสดงคุณเอกรับประสบการณ์โท และ กำลังยืนเคียงข้างกับคุณโทในท่าแห่งความคิด หรือ จุด ค

คุณจะได้เห็นว่าในขณะที่คุณโทมีทางเลือกเพียงทางเดียวคือ การใช้สมอง ใช้ความคิดนั้น คุณเอกรู้ทางเลือกถึงสองทาง คือ จะใช้สมอง ใช้ความคิดก็ได้ หรือ จะไม่คิดก็ได้ ซึ่งประการหลังเป็นสิ่งฟุ่มเฟือยที่คุณโทไม่มี เพราะคุณโทไม่รู้ว่าหยุดความคิดได้อย่างไร เนื่องจากเขายังไม่เคยรู้เรื่องเป้าหมายของชีวิตและยังไม่เคยฝึกวิปัสสนา จึงไม่รู้ว่าการดูท้องฟ้าเฉย ๆ โดยไม่ต้องใช้ความคิดเป็นประสบการณ์ที่มีอยู่

ปัญหาที่ปัญญาชนรู้ดี

ปัญญาชนล้วนรู้ดีว่า การใช้ความคิดและปล่อยให้ตนเองคิดมากนั้นง่ายกว่าการไม่คิดหรือหยุดคิด ปัญญาชนบางคนอาจจะคิดว่า คงไม่มีประสบการณ์ที่เรียกว่า ทำใจให้นิ่ง ๆ เงียบ ๆ เสียด้วยซ้ำไป เพราะระบบการศึกษาทางโลกล้วนกระตุ้นให้คนคิดมาก คิดเก่ง ซึ่งเห็นเป็นเรื่องดี แต่ไม่ได้สอนเรื่องการหยุดความคิดเมื่อต้องการจะหยุด ความทุกข์ของคนส่วนมากเกิดเพราะคิดมากและหยุดคิดไม่ได้มากกว่าคิดน้อยและคิดไม่เป็น คนคิดน้อยจะทุกข์น้อยกว่าคนคิดมาก ปัญหาสังคมจึงเกิดเมื่อคนคิดมากในเรื่องที่เจ็บปวด เป็นทุกข์ แล้วหยุดคิดไม่ได้ ทำไม่เป็น เพราะระบบการศึกษาของโลกไม่ได้สอนวิชาที่ช่วยให้คนหยุดคิด ซึ่งเป็นเรื่องที่ผิดพลาดมาก เรื่องการคิดมาก คิดน้อย หยุดคิด เป็นเรื่องการฝึกนิสัยของใจ คือเรื่องการฝึกสติปัญญาหรือการพาตัวใจกลับบ้าน ที่จำเป็นต้องเรียนรู้กันอย่างเป็นระบบ จึงจะแก้ปัญหาชีวิตและสังคมได้³

ถึงพรหมแดนสุดท้ายด้วยการมองเฉย ๆ

คุณจะได้เห็นว่าที่จุด ก นั้น คุณเอกรับคุณโทกำลังหย่าหน้าขึ้นมองท้องฟ้าเหมือนกัน แต่คุณเอกรับมองท้องฟ้าในฐานะที่เป็น "รูป" ที่เข้ามาทางตาเหมือนกับรูปมากมายที่เขาเห็นในขณะที่เขาส้มดาอยู่ จึงเป็นการมองท้องฟ้าที่ไม่ต่างจากการมองขวดน้ำ สุนัข ต้นไม้ ดอกไม้ ใบหน้าของคุณโท รวมทั้งสิ่งอื่น ๆ มากมายอันเป็น "รูป" ทั้งหลายที่ล้วนเดินผ่านเข้ามายังสะพานตา แม้รูปร่างหน้าตารายละเอียดของสิ่งที่เขามองมีลักษณะที่หลากหลาย แต่สิ่งเหล่านั้นก็ถูกรวบมาเหลือเพียงสิ่งเดียวคือ "รูป" ที่สามารถเดินผ่านเข้ามาทางสะพาน "ตา" ได้เท่านั้น และก็เช่นเดียวกับ "เสียง" ที่เข้ามาทางสะพาน "หู" "กลิ่น" ที่เข้ามาทางสะพาน "จมูก" เป็นต้น การรับผัสสะเช่นนี้ของคุณเอกรับคือการรับผัสสะอย่างบริสุทธิ์ รับรู้ "รูป" เฉย ๆ รับรู้ "เสียง" เฉย ๆ โดยไม่ต้องคิด หรือ พุดอะไรในหัว ทำให้เขาสามารถยืนอยู่ที่จุด ก โดยไม่ต้องเปลี่ยนกระดาศสีขาวนั้นเป็นประตูแต่อย่างใด ซึ่งหมายความว่า คุณเอกรับได้เดินทางถึงพรหมแดนสุดท้ายของจักรวาลแล้วโดยไม่ต้องเดินทางไปไหนเลย เขากำลังเผชิญหน้ากับสังขารอันสูงสุดแล้ว เปรียบเหมือนคุณเอกรับสามารถกลับบ้านเดิมหรือบ้านของพระธรรมชาติเจ้าได้แล้ว กำลังใช้ชีวิตอมตะอยู่ในแผ่นดินของพระเจ้ากลายเป็น "คนภายใน" แล้ว ไม่ใช่คนเร่ร่อนที่หาบ้านตัวเองไม่เจอเหมือนคุณโท จักรวาลทั้งหมดได้หลอมรวมเป็นหนึ่ง จักรวาลทั้งหมดจึงเคลื่อนไปกลายเป็น ที่นี้ เดียวนี้

ใจ ไม่มีความคิด (ไม่มีจิต) กาย ----> ผัสสะบริสุทธิ์ = ถึงพรหมแดนสุดท้าย = ถึงสังขาร

³ ดิฉันจะเขียนเรื่องการปฏิบัติสติปัญญาอย่างเป็นระบบซึ่งเป็นหนังสือเรื่อง *คู่มือชีวิต ภาควิปัสสนา* แต่ในขณะนี้ คุณสามารถอ่านเรื่องการปฏิบัติได้จาก หนังสือเรื่อง *ใบไม้ก้านเดียว อวดคุณธรรมที่มีในตน* และบทสรุปจากการอบรมธรรมของดิฉันเรื่อง *มาพบตัวใจกลับบ้านกันเถิด* รวมทั้งบทความอื่น ๆ ที่ยังไม่ได้พิมพ์ เป็นเล่มแต่อยู่ในเว็บไซต์ของดิฉันแล้ว www.supawangreen.in.th

คุณโทเอง ก็อยากรู้เรื่องพรมแดนสุดท้ายของจักรวาลหรือสังขธรรมเถียงคุณเอก แต่ด้วยความที่ไม่มีความรู้เรื่องวิปัสสนา ทันทีที่เขามองท้องฟ้าที่หม่นด้วยผ้าดาวระยิบระยับผืนนั้น คุณโทไม่สามารถมองท้องฟ้าในลักษณะที่เป็น "รูป" ที่ไม่มีอะไรแตกต่างจาก "รูป" อื่น ๆ เช่น ต้นไม้ ตู เก้าอี้ หนังสือ แมว ใบหน้าของคนรัก ฯลฯ เขาไม่สามารถมองเฉย ๆ โดยไม่คิด ผัสสะของคุณโทจึงไม่บริสุทธิ์

ใจ มีความคิด (จิต) ภาย ----> ผัสสะไม่บริสุทธิ์ = ไม่ถึงพรมแดนสุดท้าย = ไม่ถึงสังขธรรม

เมื่อผัสสะไม่บริสุทธิ์แล้ว คุณโทจึงมุดเข้าไปหาพรมแดนสุดท้ายหรือสังขธรรมในทอแห่งความรู้ทางโลกเสีย ซึ่งปัญญาชนส่วนมากคิดว่าอยู่ในนั้น อยู่ในความรู้ที่กองเป็นภูเขา โดยที่ไม่รู้ว่าอวกาศที่กว้างใหญ่ไพศาลของจักรวาลนี้จะเป็นทางตันได้อย่างไร คุณคงเห็นแล้วว่า สิ่งที่มาขวางกั้นภูมิปัญญาทางธรรมนั้น ไม่ใช่อะไรอื่นเลย คือ ความรู้ทางโลกอันมีรากเหง้ามาจากการคิดมากนั่นเอง

พบทางตัน

สาเหตุที่ดีฉันอยากแทนคำว่า สังขธรรม ด้วย พรมแดนสุดท้าย เพราะดีฉันต้องการให้คุณเห็นว่า ที่ปลายสุดของทอแห่งความรู้ทางโลกนี้เป็นทางตัน มีไข่ที่โล่ง ๆ ที่เราคิดว่ามีคำตอบหลากหลายยื่นรอเราอยู่ โลกนี้จะมีคำถามมากกว่าคำตอบอยู่เสมอ There are more questions than answers. การเห็นสังขธรรมอันสูงสุดมิใช่หมายความว่า ผู้รู้นั้นสามารถตอบคำถามทุกเรื่องที่มีมนุษย์ตั้งขึ้นมาได้ แม้พระพุทธเจ้าก็ยังปฏิเสธที่จะตอบปัญหาบางอย่างที่ท่านเรียกว่า อจินไตย คือ คำถามที่ไม่มีคำตอบ และไม่ได้ช่วยให้ชีวิตดีขึ้น เช่น จุดเริ่มต้นของจักรวาลมาอย่างไร ใครสร้างโลกมนุษย์ จิตใจของพระพุทธเจ้าเป็นอย่างไร เป็นต้น

ผู้ที่หมดคำถามในตัวเองแล้วหรือกลับบ้านเดิมอย่างถาวรแล้วเท่านั้นจึงรู้ว่าการไม่คิดถึงคำถามเป็นคำตอบอยู่ในตัวมันเองแล้ว แต่คนที่ยังถามในเรื่องที่ไม่ควรถาม ไม่ควรรู้ (เพราะไม่ได้เกี่ยวข้องกับเรื่องของการดับทุกข์) ยังอยากรู้คำตอบของทุกเรื่องอยู่ละก็ จะยอมรับคำตอบในรูปลักษณะของความเจ็บ ของการไม่ถาม ของการรับผัสสะอย่างบริสุทธิ์นั้นย่อมไม่ได้ ไม่ยอมเชื่อ

วันหนึ่ง หลังจากที่ดีฉันได้สอนพาให้ลูกศิษย์ในชั้นให้แก้กเข้าบ้านที่สี่ซึ่งเป็นการรับผัสสะอย่างบริสุทธิ์แล้ว ดีฉันจึงสรุปให้พวกเขาว่า หากเขาสามารถรับผัสสะอย่างบริสุทธิ์ได้เช่นนี้ เขาได้เข้าถึงพระเจ้าแล้ว ได้พบสังขธรรมอันสูงสุดแล้ว นักศึกษาหญิงคนหนึ่งที่มีคำถามเสมอ มีใบหน้าที่แสดงออกถึงความสับสน และถามดีฉันว่า

เท่านั้นหรือ Is that it?!

ดีฉันจึงตอบไปว่า *เท่านั้นแหละ That is it!*

ดีฉันจึงมักพูดย้ำให้นักศึกษาชาวตะวันตกของดีฉันเสมอด้วยประโยคเหล่านี้ว่า

หากสังขธรรมอันสูงสุดไม่ได้อยู่ต่อหน้าของคุณแล้ว คุณคิดว่าคุณจะไปหามันได้ที่ไหนหรือ If you cannot find the truth right where you are, where do you think you can find it?

ภูมิปัญญาที่ลึกซึ้งที่สุดของจักรวาลมีความลึกเท่าผิวหนัง คือไม่มีความลึกเลย The most profound wisdom in the universe is skin deep.

นี่เป็นคำพูดที่ซ้ำซากของผู้จริงของทุกยุคทุกสมัย ใครที่เห็นสังขารจริง ๆ แล้ว จะพูดเช่นนี้เหมือนกันหมด และไม่ใช่ว่าเป็นการพูดตาม ๆ เขา คนรู้จริงจะมีวิธีการพูดประโยคเก่า ๆ ให้เป็นประโยคใหม่ ๆ ของตนเอง เป็นคุณสมบัติที่คนไม่รู้จริงจะทำไม่ได้

รวบไม่เป็น ความรู้จึงแตกซ่าน

การใช้ความคิดของปัญญาชนนั้น ไม่ว่าจะคิดได้เก่งกาจอย่างไร คิดได้ลึกซึ้งหรือ ซับซ้อนมากเพียงใด หากรู้จักรวบมันลงมาแล้ว มันก็เป็นเพียง "ความคิด" เท่านั้น เหมือนกับรูปที่มีมากหลากหลาย ก็คือ "รูปที่ผ่านเข้ามาทางตา" เท่านั้น หรือ เสียงหลากหลายก็คือ "เสียงที่ผ่านเข้ามาทางหู" เท่านั้น แต่นักคิดทั้งหลายก็มองไม่ออกเพราะขาดความรู้ทางธรรมนั่นเอง จึงเห็นความคิดในกลุ่มความรู้ทางโลกเป็นเรื่องตื่นเต้น น่าสนใจ น่าแสวงหา อยากรู้ อยากเห็นอยู่ร่ำไป

โดยธรรมชาติของความคิดมีลักษณะเป็นมายา คือหลอกคนได้ หลอกให้เราเห็นว่าเป็นเรื่องสำคัญ เรื่องจริง แต่มันไม่จริง เป็นเพียง "ความคิด" เท่านั้น ที่ตกอยู่ภายใต้กฎแห่งความไม่แน่นอนของธรรมชาติ จึงเปลี่ยนแปลง พลิกไปพลิกมาได้เสมอ ไม่ว่าจะคิดเรื่องอะไรก็แล้วแต่ ล้วนถูกมายาหลอกเอาทั้งสิ้น ฉะนั้น การแสวงหาคำตอบเรื่องชีวิตและจักรวาลจึงไม่สามารถพบได้ด้วยวิธีการคิดเท่านั้น แต่เป็นเรื่องที่ต้องเริ่มต้นจากการรับฟังผู้รู้จริงเสียก่อน

ดิฉันจึงรวบความคิด ความจำ ความรู้สึก ทั้งหมดให้ลงมาเหลือเพียงคำ ๆ เดียวคือ จิต และแทนมันด้วยตัวการ์ตูนที่ชื่อ เจอรี่ เท่านั้น หากคุณรวบได้เช่นนี้ คุณจะพบสังขารเร็วขึ้นมาก

ภาพถ่ายเหล่านี้มีความหมายต่อมนุษยชาติอย่างไร

ไม่กี่ปีก่อน มีรายงานข่าวว่า ดาวเทียมเล็ก ๆ ที่เขาเรียกว่า probe ที่ส่งออกจากองค์การนาซาไปราวสองหรือสามทศวรรษก่อนนั้นได้เดินทางไปถึงดาวพฤหัสบดี แล้ว และได้ส่งภาพถ่ายด้านหลังของดาวพฤหัสบดีกลับมา ซึ่งเป็นครั้งแรกที่นักดาราศาสตร์เห็นภาพด้านหลังของดาวเคราะห์ยักษ์ดวงนี้ ทันทีที่นักดาราศาสตร์เหล่านี้เห็นภาพถ่ายเท่านั้น ต่างก็ตื่นเต้น ดีใจมากจนบางคนถึงกับน้ำตาไหล คนหนึ่งบอกนักข่าวว่า

*"คุณรู้ไม่ว่า ภาพถ่ายเหล่านี้มีความหมายต่อมนุษยชาติอย่างไร"
Do you know what these pictures mean to humanity?*

ดิฉันฟังแล้วก็รู้สึกงง ไม่เข้าใจว่าภาพถ่ายเหล่านั้นจะมีความสำคัญต่อมนุษยชาติได้อย่างไร เพราะหากเอารูปเหล่านี้ไปให้คนจนที่หาเช้ากินค่ำหรืออดมื้อกินมื้อดู และถามเขาว่าจะเอารูปถ่ายหรืออาหาร คุณต้องรู้ว่าเขาจะเลือกอะไร ในขณะที่โลกกำลังวุ่นวายด้วยปัญหาที่ทำให้คนเป็นทุกข์มากอยู่ทุกหย่อมหญ้าเช่นนี้ ภาพถ่ายด้านหลังของดาวพฤหัสบดีจะมีความหมายอะไรต่อมนุษยชาติ ดิฉันก็นึกไม่ออก คุณล่ะ นึกออกไหม

นอกจากนั้น ปัญญาชนที่กำลังติดอยู่ในทอแห่งความรู้ทางโลกนั้นจะสร้างอัตตาตัวตน ego ให้ตนเองอย่างไรไม่รู้ตัว เพราะถูกความคิดของตนเองหลอกเอา ในขณะที่เขาคิดเหมาเอาว่า เขารู้มาก รู้กว้าง รู้เรื่องสำคัญเพียงเพราะมีปริญญายาวเป็นหางว่าวนั้น คนที่รู้จริงเพราะมีภูมิปัญญาทางธรรมจะมองออกว่า ที่จริงแล้ว คนเหล่านี้กำลังติดอยู่ในโลกแคบ ๆ ของความรู้ของตนเอง แต่ละคนกำลังใส่แว่นต่างสีและกำลังมองโลกผ่านสีแว่นของตนเอง จึงทะเลาะถกเถียงกันมากกว่าฉันถูก เธอผิด ซึ่งทุกคนถูกหมด เพราะนั่นคือสิ่งที่เขาเห็นจริงโดยผ่านสีแว่น ซึ่งเป็นความจริงแบบสัมพัทธ์เท่านั้น จึงทำให้ทุกคนเห็นผิดหมด

เพราะตราบไต่ที่ยังไม่ยอมถอดแว่นต่างสีและหัดมองโลกตามที่มันเป็นจริงแล้วละก็ จะไม่มีวันเห็นของจริง ๆ เด็ดขาด

ท้อแห่งความรู้ทางโลกจึงมีขอบเขตที่จำกัดมาก ตราบไต่ที่เป็นเรื่องการใช้ความคิดแล้ว จะต้องถูกหลอกไม่ว่าทางใดก็ทางหนึ่งแน่นอน ความรู้ทางโลกจึงเป็นท้อตันที่ไม่มีทางออกหากไม่ยอมรับฟังผู้รู้ทางให้

สรุป

คุณคงจะเห็นแล้วว่า การรับผัสสะและความคิดของมนุษย์เรามีความเกี่ยวข้องกับ การรู้สัจธรรมอันสูงสุดหรือการไปถึงพรมแดนสุดท้ายของจักรวาลได้อย่างไร บทความนี้ยอมชี้ให้คุณเห็นอย่างชัดเจนว่า ความคิดของมนุษย์นี้เองเป็นตัวแปรที่จะทำให้ผู้แสวงหาไปถึงพรมแดนสุดท้ายของจักรวาลได้หรือไม่ ซึ่งในที่สุด ก็รวบรวมมาเหลือเพียงเรื่องเดียวเท่านั้น คือ การฝึกสติปัญญาอันสูงส่ง หากใครสามารถฝึกทักษะเรื่องการพาตัวใจกลับบ้านได้เท่านั้น ผู้ปฏิบัติก็จะถึงพรมแดนสุดท้ายของจักรวาลทันทีโดยไม่ต้องเดินทางเลย

*ผู้รู้จริงสามารถกระโดดได้เหมือนเสือในขณะที่กำลังนั่งอยู่
The enlightened one can leap like a tiger while still sitting.*

บทที่ห้า

ท่อแห่งความรู้ทางโลก

The Tube of Intellect

ในบทก่อน ดิฉันได้พูดถึงคุณเอกกับคุณโทยืนอยู่ ณ จุดเอ ในขณะที่คุณเอกสามารถรับผัสสะอย่างบริสุทธิ์ได้นั้น คุณโทกลับทำให้แผ่นกระดาษสีขาวนั้นกลายเป็นประตู และเขาก็เดินเข้าไปในท่อแห่งความรู้ทางโลกนั้น ยืนอยู่ในท่ามกลางความคิดและความรู้มากมาย วันนี้ ดิฉันจะเน้นเรื่องท่อแห่งความรู้ทางโลก

ความสัมพันธ์ระหว่างความคิด คำพูด และภาษา

ก่อนเข้าเรื่อง คุณต้องทราบก่อนว่า ความคิด คำพูด และภาษาเป็นเรื่องเดียวกันหมด แต่ต่างขั้นตอนเท่านั้น คำพูดและภาษาเป็นผลของความคิด หรือ จะพูดว่า ความคิดก็คือ คำพูดที่อยู่ในหัวนั่นเอง เมื่อต้องการสื่อสารเสียงที่อยู่ในหัว มันจึงออกมาเป็นคำพูดซึ่งก็คือภาษาต่าง ๆ นั่นเอง เช่น วัตถุกลม ๆ ที่คนไทยเรียกว่า ลูกบอล นั้น สามารถเรียกมันได้ถึงร้อยกว่าภาษา ขึ้นอยู่ที่วัฒนธรรมภาษาที่คุณอยู่ แต่ร้อยกว่าภาษาที่พูดออกมานั้นก็ล้วนเป็นสื่อแทนความคิดหนึ่งเดียวในหัวอันเป็นผลของการเห็น "ลูกบอล" หนึ่งลูกที่เห็นอยู่เบื้องหน้าเท่านั้น

คุณคงอยากรู้ว่า แล้วความคิดของลูกบอลมาได้อย่างไร มันก็มาจากผัสสะนั่นเอง ทุกครั้งที่คุณเห็นรูป ได้ยินเสียง ได้กลิ่น รส และสัมผัส ซึ่งเรียกใหม่ว่า "โลกภายนอกหรือจักรวาลภายนอก" สิ่งเหล่านั้นก็เดินผ่านสะพานที่เป็นคู่สร้างคู่สมของมัน ทำให้โลกภายนอกเข้าถึงโลกภายในของเราได้ โลกภายนอกเหล่านั้นจึงถูกลดลงเหลือสิ่งที่ไม่มีการร่าง (นาม) คือ กลายเป็นความจำ ความคิด ความรู้สึก ที่เนื่องกับลูกกลม ๆ ที่เห็นนั้น ในบทที่หนึ่ง ดิฉันได้พูดแล้วว่า โอนส์ไตน์เป็นนักฟิสิกส์คนแรกที่ยืนขึ้นมาพูดอย่างสง่าผ่าเผยว่า มวลกับพลังงานเป็นสิ่งเดียวกันแต่ต่างรูปแบบเท่านั้น

$$E=mc^2$$

$$\text{energy} = \text{mass}$$

ซึ่งเป็นหัวใจหลักของสูตร $E=mc^2$ ที่นำมาสร้างพลังงานมหาศาล การค้นพบเรื่องความเหมือนกันของพลังงานกับมวลสารนี้สามารถนำมาอธิบายความรู้เรื่อง "รูปนาม" ของพระพุทธเจ้าได้อย่างเหมาะสมเจาะ ราวกับว่าพระพุทธเจ้าเข้าใจเรื่องนี้ก่อนโอนส์ไตน์เสียด้วยซ้ำไป ดิฉันจะนำคำต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องมาเรียงให้คุณเห็นอย่างชัดเจน ดังนี้

รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส = รูปธรรม = โลกภายนอก = จักรวาลภายนอก = รูป = m
ความคิด ความจำ ความรู้สึก = นามธรรม = โลกภายใน = จักรวาลภายใน = นาม = e

ฉะนั้น การเห็นลูกบอลจนก่อให้เกิดความคิดเรื่องลูกบอลจึงเป็นสิ่งเดียวกัน เมื่อคุณแม่เห็นใบหน้าของลูกน้อย ได้ยินเสียงลูกร้องไห้หรือหัวเราะ ได้กลิ่นแป้งเด็กบนตัวลูก ได้สัมผัสความอ่อนนุ่มนวลเนียนของผิวหนึ่งลูก จึงมีความคิด ความจำ ความรู้สึกที่เกี่ยวกับลูกน้อยที่ไร้อายุเพียงสองขวบของคุณ คุณจะเห็นได้ว่า ผัสสะและความคิดจึงเป็นสิ่งเดียวกัน แต่ต่างรูปแบบกันเท่านั้น ฉะนั้น คำพูดและภาษาของคุณแม่ที่เกี่ยวข้องกับลูกจึงเป็นเรื่องเดียวกันด้วย จะได้สมการดังนี้

| | | |
|-----------------------------------|---|---------------------------|
| รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส (ผัสสะ) | = | ความคิด ความจำ ความรู้สึก |
| คำพูด ภาษา | = | ความคิด ความจำ ความรู้สึก |
| โลกภายนอก, จักรวาลภายนอก | = | โลกภายใน, จักรวาลภายใน |
| รูปธรรม | = | นามธรรม |
| รูป | = | นาม |
| Mass | = | energy |

การรู้ว่ารูปกับนามเป็นสิ่งเดียวกันเช่นนี้ คุณสามารถเรียนรู้โลกภายในของมนุษย์ที่จับต้องไม่ได้โดยผ่านสิ่งที่คุณจับต้องได้ นั่นคือ รูป หรือ มวล เช่น หากคุณต้องการรู้ว่า คน ๆ นั้นเขาคิดและรู้สึกอะไร อย่างไร คุณต้องไปดูที่คำพูด และ ภาษาของเขา เหมือนชายหนุ่มที่เป็นโรคจิตที่นั่งรถไปกับดิฉัน หากเขาไม่ยอมพูดอะไรเลยแล้ว ดิฉันจะอ่านสภาวะจิตใจของเขาไม่ได้ว่า จิตใจของเขาอยู่ใกล้ไกลจุดปกติมากแค่ไหน แต่ถ้าเขาได้พูดแล้ว และถ้าพูดมากด้วย ดิฉันจะอ่านความคิด ความจำ ความรู้สึกของเขาได้ดีมากขึ้น เราจึงมักพูดว่า สายตาของมนุษย์เป็นหน้าต่างของจิตใจ จริงมากทีเดียว สายตาคนเป็นเรื่องของรูป mass เราสามารถอ่านความคิด ความรู้สึก ซึ่งเป็นเรื่องนาม energy โดยผ่านสายตาของคนที่เราพูดด้วยว่าเขามีความจริงใจกับเรามากแค่ไหน ฉะนั้น คนที่ไม่พูด หรือ พูดน้อย เราจะอ่านจิตใจของเขาได้ยาก

จึงสรุปได้ว่า เราสามารถตัดสินความซับซ้อนของความคิดและความรู้สึก หรือ จิตใจของคนได้โดยการดูที่ภาษาและคำพูดของเขา การคิดค้นทางเทคโนโลยีใหม่ ๆ ซึ่งเป็นเรื่องของความคิดใหม่ ๆ ที่ซับซ้อนนั้นยอมทำให้คำพูดและภาษามีความซับซ้อนมากขึ้น

จิตใจไม่ซับซ้อนอยู่หลักนิ้วที่ ๔¹

เมื่อคุณเห็นวัตถุกลม ๆ และต้องการสื่อสารบอกใครสักคน คุณก็ค้นหาในกล่องความจำของคุณ คุณจำได้ว่าสิ่งกลม ๆ นี้เขาเรียกอะไร คุณจึงออกเสียงเรียกสิ่งกลม ๆ นั้นว่า "ลูกบอล" ฟันที่ที่คุณเรียกสิ่งที่คุณเห็นด้วยการเรียกชื่อเท่านั้น คุณก็ได้เข้ามายืนอยู่ที่หลักนิ้วที่ ๔ ของท่อแห่งความรู้ี้แล้ว

หลักนิ้วที่ ๔ จะเป็นตัวแทนของกลุ่มบุคคลที่มีจิตใจเรียบง่าย ไม่ซับซ้อน อาจเป็นกลุ่มคนที่ไม่เคยรับการศึกษาในระบบการศึกษาใด ๆ มาก่อน อาจอย่างยิ่งเขียนไม่ออก อ่านไม่ได้ เช่น จิตใจของเด็ก ๆ คนอยู่ชนบทที่ทำอาชีพพื้นฐาน เช่น ชาวไร่ ชาวนา กรรมกร รวมทั้งคนที่อยู่กับป่าเขาถ้ำเนาไพร อยู่ใกล้ขีดธรรมชาติ คนเหล่านี้จิตใจของเขาไม่ซับซ้อน เพราะ ไม่ได้อ่านมาก จึงไม่มีความทรงจำมาก เมื่อรับผัสสะอะไรแล้ว ในหัวจึงไม่มีการปรุงแต่งวิเคราะห์มาก รู้เท่าที่จำเป็นต้องรู้อันเนื่องกับการดำรงอยู่รอดของชีวิตประจำวัน การสื่อสารของเขาจะทำด้วยภาษาที่ง่าย ๆ

เมื่อลูกชายคนกลางของดิฉันที่ชื่อ เอ็นดู อายุได้สามขวบนั้น วันหนึ่งดิฉันซื้อแปรงสีฟัน ๕ อันเพื่อให้สมาชิกทั้ง ๕ ของครอบครัว เห็นลูกตื่นเต้น ดิฉันจึงหยิบแปรงสีฟันทั้งหมดให้ลูกเอ็นดูไปเล่นก่อน ลูกชายเอาไปเรียงไว้บนพื้นโดยให้อยู่แนวเดียวกันหมด และแล้วเธอก็เอานิ้วชี้เล็ก ๆ ชี้ไปที่แปรงสีฟันแต่ละอัน ในขณะที่ชี้ นั้น ลูกก็พูดตามไปว่า

"แปรงสีฟัน แปรงสีฟัน แปรงสีฟัน แปรงสีฟัน แปรงสีฟัน"

การพูดเช่นนั้นของลูกเอ็นดูเป็นผลจากกล่องความทรงจำที่เล็กนั่นเอง ภาษาของเขาจึงง่าย ๆ ในขณะที่ลูกชายอายุ ๕ ขวบของดิฉัน จะพูดว่า

"แม่ซื้อแปรงสีฟัน ๕ อัน"

¹ โบนทท์แล้ว ดิฉันได้เปรียบเทียบให้จุด ค เป็นท่อกระดาดแข็งสีขาวยาว ๑๐ นิ้ว เปรียบเหมือนท่อแห่งความรู้ี้ทางโลก

ซึ่งเป็นภาษาที่ซับซ้อนมากขึ้น คำว่า ๕ อันนี้จะต้องเกิดจากการคิดและการบวกเลข คุณจะเห็นความแตกต่างระหว่างภาษาของเด็ก ๆ ที่ยังเรียนอนุบาลอยู่ กับเด็กที่เรียนชั้นประถม มัธยม และมหาวิทยาลัย คุณโตมากขึ้นเท่าไร ภาษาของคุณก็ยิ่งซับซ้อนมากขึ้นอันเนื่องจากจิตใจที่ซับซ้อนนั่นเอง คุณจึงสามารถสังเกตความซับซ้อนของจิตใจคนในสังคมได้โดยการดูภาษาของสังคมนั้น หากภาษาซับซ้อนมาก จิตใจของคนก็ซับซ้อนตามไปด้วย

ใครยืนอยู่ที่ไหน

ฉะนั้น เราจะมาใช้ระดับการศึกษาและอาชีพของคน ซึ่งเป็นฝ่ายรูป mass เป็นตัวแปรตัดสินความซับซ้อนของจิตใจคนซึ่งเป็นฝ่ายนาม energy โดยสมมุติกันอย่างคร่าว ๆ ว่า ใครยืนอยู่ที่ไหนในท่อนแห่งความรู้นี้ จึงสมมุติว่า

- หลักนิ้วที่ ๔ แทนคนที่ไม่ได้จบการศึกษาภาคบังคับ
- หลักนิ้วที่ ๕ แทนคนที่จบการศึกษาภาคบังคับในชั้นมัธยมปลาย
- หลักนิ้วที่ ๖ แทนคนที่เรียนปริญญาตรีที่เริ่มจับความรู้เฉพาะอย่าง
- หลักนิ้วที่ ๗ แทนคนเรียนปริญญาโท ที่เน้นความรู้เฉพาะอย่างมากขึ้น
- หลักนิ้วที่ ๘ แทนคนเรียนปริญญาเอก ที่เน้นความรู้เฉพาะอย่างมากขึ้นไปอีก
- หลักนิ้วที่ ๙ แทนกลุ่มปัญญาชนผู้เป็นชนชั้นกลางที่ทำงานในตำแหน่งผู้นำไม่ว่าระดับใดระดับหนึ่งที่ต้องใช้ความคิดมาก แมกกลับบ้านแล้ว ควรจะหยุดคิดเรื่องงาน และพักผ่อนกับครอบครัวได้ แต่ก็ไม่สามารถทำได้ดี ยังคงคิดติดพันอยู่ เช่น นักการเมือง ครู ผู้บริหาร ผู้พิพากษา ทนาย อัยการ หมอ นักวิทยาศาสตร์ เป็นต้น
- หลักนิ้วที่ ๑๐ แทนจิตใจของนักคิด นักเขียน นักประพันธ์ ผู้มีอาชีพอยู่บนตัวหนังสือ รวมทั้งจิตใจของอัจฉริยะทั้งหลายที่ต้องคิดมาก คิดซับซ้อนและคิดลึก นักวิทยาศาสตร์รวมทั้งนักประดิษฐ์คิดค้นทั้งหลายที่มีชื่อเสียงของโลก เช่น อัลเบิร์ต ไอน์สไตน์ ก็จัดอยู่ในกลุ่มคนที่ยืนอยู่ ณ หลักนิ้วนี้

ขอให้คุณเข้าใจว่านี่เป็นเพียงการจัดกลุ่มแบบคร่าว ๆ เพียงให้คุณมองเห็นภาพเท่านั้น ชาวนาในประเทศที่เจริญแล้วอย่างยุโรปและอเมริกา สภาวะจิตใจของเขาคงจะไม่ได้อยู่หลักนิ้วที่ ๔ แน่นอน เพราะส่วนมากมักจบปริญญาในสาขาเกษตรกรรม ฉะนั้น จึงจัดอยู่ในระดับ ๗ ถึง ๙ ก็ยังได้ วัยรุ่นที่เรียนชั้นมัธยมอาจจะสามารถคิดได้ซับซ้อนลึกซึ้งเหมือนระดับอัจฉริยะ ฉะนั้น จึงจัดอยู่ในระดับหลักนิ้วที่ ๑๐ ได้

สาเหตุของการจัดกลุ่ม

ถึงแม้ได้พูดมาแล้วทุกบท ก็ยังขอเน้นอีกว่าขณะนี้สังคมมนุษย์กำลังหลงทางเป็นอย่างมาก massive misdirection of life 'ไม่ว่าตนเองต้องการเดินไปทิศทางไหน เหนือได้ ออก ตก กำลังก้าวหน้าหรือถอยหลัง เจริญหรือตกต่ำ รุ่งเรืองหรือใกล้จะล่มจม จึงเกิดความสับสนวุ่นวายในจิตใจของคนหมู่มากจนก่อให้เกิดปัญหาสังคมที่ซับซ้อนและกลับมาสร้างความทุกข์ให้แก่คนมากขึ้นไปอีก สร้างวงจรอันเลวร้ายที่ออกได้ยากยิ่ง

นี่จึงเป็นสาเหตุสำคัญที่ว่าทำไมเราจำเป็นต้องรู้จุดคงที่หรือจุดปกติของจักรวาลตามที่ไอน์สไตน์พูดถึง หากไม่มีจุดปกติอย่างแท้จริงใช้เป็นมาตรฐานการวัดแล้ว เราจะไม่สามารถรู้ได้ว่าอะไรที่ไม่ปกติ ถ้าไม่รู้ค่าสมบูรณ์ เราจะไม่รู้ค่าที่ไม่สมบูรณ์ เด็กที่เกิดมาในยุคนี้ที่เห็นแต่ปัญหาวุ่นวายในสังคมและศีลธรรมที่เสื่อมโทรมอยู่เป็นอาณัติ เมื่อพวกเขาโตเป็นผู้ใหญ่และไม่เคยเห็นอะไรที่ดีกว่านี้ให้เปรียบเทียบแล้ว เขาจะต้องคิดว่า ความสับสน

วุ่นวายและความทุกข์ของสังคมเป็นเรื่องปกติธรรมดาของโลก ซึ่งไม่ใช่เช่นนั้น เพราะสังคมที่ปกติมากกว่านี้เคยมีอยู่ วัฒนธรรมสติปัญญา คือ สังคมที่ใกล้เคียงความปกติจริง ๆ ²

ฉะนั้น การรู้เรื่องจุดปกติหรือสัจธรรมหรือพรมแดนสุดท้ายของจักรวาลจึงเป็นเรื่องสำคัญมาก ซึ่งในบทก่อน ดิฉันก็ได้สมมุติจุด ก และการรับผัสสะอย่างประสบการณ์เอกหรือผัสสะบริสุทธิ์ให้เป็นพรมแดนสุดท้ายหรือจุดปกติของชีวิต บทนี้จึงเป็นเรื่องต่อเนื่องจากบทที่แล้ว การเห็นกลุ่มบุคคลที่ติดอยู่ในท่อแห่งความรู้ทางโลกเช่นนี้จะช่วยให้คุณเห็นภาพชัดเจนว่าใครอยู่ที่ไหน ณ จุดไหนและห่างไกลจากจุด ก หรือจุดปกติของชีวิตมากแค่ไหน หากต้องการเดินทางกลับสู่สภาวะปกติแล้ว จะต้องเดินไกลแค่ไหน อย่างไร คุณจึงสามารถตัดสินใจตนเองได้จากการเปรียบเทียบในบทนี้

จึงขอให้เข้าใจว่าการจัดกลุ่มคร่าว ๆ ดังกล่าวข้างต้น เป็นการแยกแยะสภาวะที่ซับซ้อนของจิตใจมนุษย์ที่ไม่จำกัดแต่ความรู้ทางโลกอย่างเดียว คนที่คิดมาก โดยเฉพาะคิดเรื่องกำไร ขาดทุน เรื่องได้ เรื่องเสีย ก็เป็นตัวแปรที่สามารถวัดสภาวะจิตใจที่ขึ้นลงจากน้อยไปหามาก ก็เปรียบเหมือนการยิงมดลูกเข้าไปในท่อที่มีมดมีดนี้เช่นกัน เมื่อได้เงินมาก ๆ ก็ดีใจอย่างสุดขีด เมื่อต้องสูญเสียเงินทองจำนวนมากด้วยสาเหตุใดก็ตาม จิตใจก็จะตกฮวบอย่างสุดขีดเช่นกันจนบางคนต้องฆ่าตัวตาย คุณเท่านั้นที่รู้จักจิตใจตนเองดีกว่าคนอื่นว่ามีคามยุ่งยากซับซ้อนและทุกข์มากแค่ไหน ฉะนั้นคุณก็สามารถจัดตนเองให้อยู่ในระดับที่คุณคิดว่าเหมาะสมได้

ขอให้เข้าใจอีกด้วยว่า กลุ่มคนที่อยู่ตั้งแต่หลักนิ้วที่ ๔ ถึง ๑๐ นี้ เหมือนกับข้อเปรียบเทียบของเส้นหนึ่งยางที่บิด ๔ รอบถึง ๑๐ รอบในบทที่สามที่ดิฉันพูดเรื่องจิตใจปกติ กลุ่มคนเหล่านี้คือ ผู้ยังไม่รู้เรื่องพรมแดนสุดท้ายของชีวิต ไม่รู้เป้าหมายของชีวิตในแง่ที่ต้องหาจุดปกติว่ามันคืออะไร ต้องไปถึงได้อย่างไร เป้าหมายชีวิตของคนเหล่านี้จึงถูกตัดทอนลงเหลือเรื่องการแสวงหาความรู้ทางโลกให้มากที่สุด เพื่อใช้ความรู้นั้นเป็นเครื่องมือในการแสวงหาความสำเร็จให้แก่ชีวิตในเรื่องการงาน การเงิน เกียรติยศ ชื่อเสียง และอำนาจ ซึ่งเปรียบเหมือนการเดินลึกเข้าไปในท่อแห่งความรู้นี้ อันมีทางตันเป็นที่สุด ซึ่งเป็นเรื่องผิดปกติที่ถูกทำให้เป็นเรื่องปกติ เพราะคนหมู่มากเห็นและทำเหมือนกันหมด ยกเว้นคนกลุ่มน้อยกลุ่มหนึ่งของสังคมที่ทำต่างออกไป เพราะรู้ว่าค่านิยมเหล่านั้นไม่ปกติ จึงต้องการแสวงหาความปกติที่แท้จริง อันเป็นเนื้อหาหลักของหนังสือเล่มนี้

การเลี้ยวกลับ

ที่นี้ลองหันกลับมาดูที่หลักของสามนิ้วแรกว่ามันเป็นตัวแทนของคนกลุ่มไหน ในท่ามกลางคนจำนวนมากมายที่ติดอยู่ในท่อแห่งความรู้ี้ จะมีคนอยู่กลุ่มหนึ่งไม่จำกัดว่าเป็นเพศหญิงหรือชาย หนุ่มสาวหรือแก่เฒ่า ฉลาดหรือไม่ค่อยฉลาด รวยหรือจน มีสถานะสูงส่งหรือต่ำต้อย มีอำนาจหรือไม่มีอำนาจ ไม่เป็นปัญหาเลย กลุ่มคนเหล่านี้ แทนที่ต้องการเดินลึกเข้าไปในท่อแห่งความรู้เหมือนคนหมู่มากของสังคม เขากลับไม่ทำเช่นนั้น

สาเหตุเป็นเพราะนี่เป็นกลุ่มคนที่ได้เรียนรู้จากการอ่านหนังสือของคนรู้จริง เช่น พระพุทธเจ้า และสาวกผู้รู้ตามของท่านอย่างแท้จริง จึงตระหนักชัดว่า การไขว่คว้าหาความสำเร็จทางโลกนั้นมิใช่หนทางที่จะช่วยให้ดับทุกข์และเป็นสุขมากขึ้น กลับจะพบทางตันของชีวิตต่างหาก เมื่อรู้แล้ว กลุ่มคนเหล่านี้จึงไม่ยอมเดินลึกเข้าไปในท่อแห่งความรู้ี้ จึงเลี้ยวกลับเพื่อต้องการเดินทางออกจากท่อแห่งความมืดมนนี้และกลับออกมาที่จุด ก อันเป็นพรมแดนสุดท้ายหรือจุดปกติของชีวิตตามที่ผู้รู้จริงได้แนะนำไว้

ฉะนั้น จากการศึกษาหาความรู้จากผู้รู้จริงในเรื่องชีวิต โลก และจักรวาล การศึกษาในแนวทางของศีล สมาธิ ปัญญา เพื่อเดินทางไปสู่เป้าหมายปลายทางของชีวิตจึงเกิด คน

² อ่านบทที่วัฒนธรรมสติปัญญา ในหนังสือเรื่อง ไขว่คว้าหาความสุข โดย สุภาวรณ์ กรีน

ที่สามารถวกกลับมาขึ้นอยู่กับอยู่ที่หลักนิ้วที่ ๓ คือ กลุ่มบุคคลที่สามารถทำสิ่งต่าง ๆ ที่ดิฉันได้แนะนำไว้ในคู่มือชีวิตภาคศีลธรรมและกฎแห่งกรรม นั่นคือ

๑. พยายามรักษาศีล ๕ อย่างดีที่สุด
๒. ฝึกหัดการให้และเสียสละในทุกรูปแบบ
๓. ทำตัวเรียบง่าย ไม่ยุ่งยาก
๔. ไม่กลัวตาย
๕. เชื่อกฎแห่งกรรม และ การเวียนว่ายตายเกิด

ใครทำสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ได้ ไม่ว่าก่อนหน้านั้นจะยืนอยู่ที่หลักนิ้วที่ไหนก็ตาม ล้วนสามารถเดินวกกลับมาถึงหลักนิ้วที่ ๓ แล้วทั้งสิ้น หากเปรียบเทียบกับการบิดของเส้นหนึ่งยาง จากที่เคยบิด ๔ รอบหรือมากกว่านั้น หนึ่งยางก็ถูกบิดกลับเหลือการบิดเพียง ๓ รอบเท่านั้น ทุกคนที่ได้อ่านเรื่องนี้จึงสามารถตัดสินใจตัดสินใจตัวเองได้ว่าจะต้องเดินทางไกลแค่ไหนเพียงใดเพื่อกลับมาสู่หลักนิ้วที่ ๓ นี้

หลักนิ้วที่ ๒ ต้องฝึกวิปัสสนา

การเดินทางต่อไปยังหลักนิ้วที่ ๒ หรือคลายเส้นหนึ่งยางให้เหลือเพียง ๒ บิดนั้น ผู้เดินทางจำเป็นต้องมีความรู้เรื่องการฝึกสติปัญญาหรือการพาตัวใจกลับบ้าน โดยเริ่มต้นที่เครื่องมือพื้นฐานของชีวิตก่อน ต้องยอมรับว่ามนุษย์มีอายุนะที่ ๖ หรือ ตาใจเท่าเทียมกันหมด และรู้จักใช้เครื่องมือพื้นฐานหรือตาใจมองจุดกำหนดต่าง ๆ ที่ครูบาอาจารย์ทางวิปัสสนาได้สอนไว้ เช่น ใช้ตาใจดูลมหายใจ ดูการเคลื่อนไหวของกายซึ่งเปรียบเหมือนการพาตัวใจกลับบ้านที่หนึ่ง และการใช้ตาใจดูความรู้สึกของกาย เช่น เย็น อุ่น ร้อน อ่อน แข็ง นุ่ม เจ็บ ระบม เป็นต้น ซึ่งเป็นการพาตัวใจกลับบ้านที่สอง ใครที่สามารถทำได้เช่นนี้ในชีวิตประจำวันก็เท่ากับกำลังเดินทางจากหลักนิ้วที่ ๓ มาสู่หลักนิ้วที่ ๒ แล้ว จิตใจของคนเหล่านี้จะมีความคิดที่เป็นขยະน้อยลง ความคิดฟุ้งซ่านจะมีน้อยลง ความทุกข์ในใจก็จะน้อยตามไปด้วย จะสามารถมีสติอยู่กับงานที่ตนเองกำลังทำอยู่ที่นี่ เดียวนี้ ถ้าใช้ข้อเปรียบเทียบของการขับรถไฟชีวิตที่จะพูดถึงในบทต่อไปแล้ว ก็หมายความว่า การเดินทางจากหลักนิ้วที่สามไปสู่หลักนิ้วที่สองเป็นขั้นตอนที่คนขับรถไฟขบวนชีวิต พยายามจะขับรถไฟของตนให้ได้ระดับเดียวกับรถไฟขบวนแรก หรือ ขบวนที่หนึ่ง เดียวนี้ จะเรียกว่า รถไฟขบวนสงบสุขก็ได้ ผลที่ได้คือ คนที่เดินทางอยู่ในขั้นตอนนี้ จิตใจจะสงบมากขึ้น อันเป็นผลจากการฝึกทักษะเรื่องการพาตัวใจกลับบ้านนั่นเอง

เริ่มเรียนรู้โลกภายในของตนเอง

หลังจากที่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนารู้จักใช้ตาใจของตนเอง ซึ่งเป็นระหว่างการเดินทางจากหลักนิ้วที่สามเพื่อมุ่งสู่หน้าประตูของทอที่มีดมนและกลับสู่บ้านเดิมที่จุด ก นั้น การเรียนรู้ปรากฏการณ์ต่าง ๆ ในจิตใจของตนเองจึงเกิดขึ้นอย่างมโหฬาร และเป็นวิธีการเรียนรู้ได้อย่างเป็นวิทยาศาสตร์ด้วย เพราะมีการใช้อายตนะพื้นฐานคือ ตาใจ เป็นผู้ดู หรือ ผู้สังเกตการณ์เหมือนการใช้ตาเนื้อดูปรากฏการณ์ต่าง ๆ ของโลกภายนอก ซึ่งคนอยู่หลักนิ้วที่ ๔ ถึง ๑๐ จะใช้ตาใจไม่เป็น แม้มีอยู่ก็ไม่รู้ว่ามันคืออะไร ตาใจจึงเหมือนถูกปิดไว้

ผู้ใช้ตาใจเป็นจึงเริ่มรู้จักปรากฏการณ์ในส่วนที่ไม่มีรูปร่าง (นาม) อันคือ ความคิด (สังขาร) ความจำ (สัญญา) และ ความรู้สึก (เวทนา) ซึ่งดิฉันได้รวบรวมให้มันเป็นค่าเดียวคือ จิต หรือ เจอรี

ความคิด ความจำ ความรู้สึก = จิต = เจอรี = ผ้าปิดตาใจ

ความรู้สึกตัว (วิญญาณชั้น) = ตัวใจ หรือ ตาใจ = ทอม

สภาวะจิตใจ

ก่อนหน้าการเรียนรู้อย่างเป็นวิทยาศาสตร์เช่นนี้ ทุกคนจะใช้ตาใจมองโลกภายนอก โดยผ่านกรอบของความคิดและความรู้สึกของตนเองหรือจิตซึ่งเหมือนผ้าปิดตาใจ ดังในรูป

ใจจิต---> กาย ---> เห็นโลกภายนอกตามกรอบความคิดของตน = มองอย่างคนตาบอด

การมองโลกโดยผ่านความคิดเช่นนี้จึงเปรียบเหมือนการเดินทางไปสู่ทางตันของอุโมงค์ ที่มีตมิดนี้ คนที่ไม่เคยฝึกวิปัสสนา เขาจะไม่มีทางเลือกอื่นในการมองโลกภายนอก คือ ไม่สามารถที่จะไม่มองโลกโดยผ่านความคิด จำเป็นต้องมองโลกภายนอกโดยผ่านความคิด เพียงถ่ายเดียว เพราะ จิตกับใจเหมือนเป็นแม่เหล็กต่างขั้วที่ดูดเข้าหากัน สภาวะของจิตกับใจจึงติดกันเหมือนเป็นสภาวะเดียวกัน การเขียนคำว่า "จิตใจ" ติดกันในภาษาไทยเราจึงเป็นผลของสภาวะ "จิตใจ" อย่างแท้จริง แต่อย่างน้อยภาษาไทยเรายังใช้สองคำมาควบติดกัน จึงพอรู้บ้างว่า มันเป็นคนละธาตุ คนละชั้นกัน แต่ปัญญาชนฝรั่งจะดูไม่ออกเลย เพราะเขาใช้คำว่า mind เพียงคำเดียว และยังมีคำอย่างเช่น consciousness, soul ซึ่งถ้าไม่มีการแยกแยะอย่างเป็นระบบตามที่พระพุทธเจ้าแยกในเรื่อง ชั้น ๕ แล้วละก็ การเรียนรู้เรื่องจิตใจอันเป็นธรรมชาติฝ่ายนามอย่างถูกต้องจะไม่เกิด นี่จึงเป็นเหตุผลใหญ่ที่นักการศึกษาฝ่ายตะวันตกจำเป็นต้องกวาดเรื่องจิตใจให้ไปรวมกับรูปที่สมอง เขาจึงเริ่มศึกษาจิตใจได้ แต่จะได้ความรู้ที่ถูกต้องหรือไม่นี้เป็นอีกเรื่องหนึ่งต่างหาก

วิปัสสนาเหมือนการคว้านก้อนมะเร็ง

เมื่อมีการฝึกวิปัสสนาแล้ว จิตกับใจของผู้ปฏิบัติจะเริ่มหลุดร่อนออกจากกัน ซึ่งเป็นขั้นตอนของการเดินตามผู้รู้จริงอย่างพระพุทธเจ้าที่สอนเรื่องการหลุดพ้นจากความทุกข์ การดับทุกข์ที่แท้จริงก็คือ การพยายามทำให้จิตกับใจหลุดและพ้นออกจากกัน เพราะจิตคือตัวที่แบกทุกข์ จิตคือตัวที่เป็นแผล ตัวเจ็บป่วย หรือ ตัวผิดปกติ จึงต้องคว้านเอาส่วนที่เป็นปัญหาออกไปเหมือนหมอผ่าตัดคว้านเอาเนื้อร้ายที่เป็นมะเร็งออกจากร่างกาย การฝึกวิปัสสนาจึงเหมือนการทำลายพลังสนามแม่เหล็กที่มีอยู่ระหว่างจิตกับใจ เป็นการปฏิบัติเพื่อการหลุดพ้นจากความทุกข์อย่างแท้จริง

ก่อนฝึกวิปัสสนา ร่างกายจิตใจหรือชั้น ๕ ของมนุษย์เป็นเช่นนี้

ตัวใจจิต -----> ตัวกาย -----> ผัสสะไม่บริสุทธิ์, ชีวิตไม่ปกติ

เมื่อมีการฝึกวิปัสสนา จิตกับใจจะเริ่มหลุดร่อนออกจากกัน เมื่อมีสติพาตัวใจกลับบ้านได้ จิตกับใจก็หลุดออกจากกัน แต่เมื่อตัวใจไม่หยุดติดบ้าน ไปติดความคิด จิตกับใจก็ดูดเข้าหากันอีก จึงอยู่คาบเกี่ยวกันระหว่างผัสสะบริสุทธิ์กับไม่บริสุทธิ์ จึงใช้ชีวิตที่ปกติบ้างหรือไม่ปกติบ้าง

ตัวใจ <-----> จิต ---> ตัวกาย -----> ผัสสะ (ไม่) บริสุทธิ์, ชีวิต(ไม่) ปกติ

อยู่อย่าง ๕ ชั้นก็ได้ อยู่อย่าง ๒ ชั้นก็ได้

ผู้หลุดพ้นจากความทุกข์แล้วเช่นพระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวก จิตกับใจจะหลุดร่อนออกจากกันอย่างสิ้นเชิง ถ้าไม่จำเป็นต้องใช้ความคิดแล้วละก็ ชั้น ๕ จะเหลือเพียง ๒

ขั้นต้น คือ กาย (รูปขั้นต้น) กับ ใจ หรือ ความรู้สึกตัวทั่วพร้อม (วิญญาณขั้นต้น) ขอให้เข้าใจว่า ความคิด (สังขารขั้นต้น) ความจำ (สัญญาขั้นต้น) ความรู้สึก (เวทนาขั้นต้น) มีธรรมชาติของการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ หายไปเหมือนการเกิดของรุ่งกินน้ำ พยับแดด กับภาพเหมือนในกระจก ปัจจุบัน มี มันก็เกิด ปัจจุบันเปลี่ยนมันก็หายไป ผู้หลุดพ้นแล้วจึงมีปัจจัยที่สามารถทำให้ ๓ ขั้นต้นนี้ หายไปได้เหมือนการหายของรุ่งกินน้ำโดยการรับผัสสะอย่างบริสุทธิ์ ถ้าไม่จำเป็นต้องใช้ ความคิด ก็เข้าสู่โลกที่บริสุทธิ์หรือโลกนิพพานทำให้ ๓ ขั้นต้นนั้นร่องหนไปก่อน จึงเหลือ เพียง ๒ ขั้นต้นเช่นนี้

ตัวใจ ----> ตัวกาย ---> ผัสสะบริสุทธิ์, ใช้ชีวิตที่ปกติธรรมดา, ถึงนิพพาน

แต่ถ้าจำเป็นต้องใช้ความคิด เช่น ต้องสื่อสารเพราะยังอยู่ร่วมกับสังคม ต้องสอนให้ คนพันทุกข์ ต้องเขียนหนังสือ ก็สามารถสร้างปัจจัยเพื่อเรียก ๓ ขั้นต้นนั้นกลับคืนมาได้ ใช้ เสรีก็สร้างปัจจัยให้มันร่องหนหายไปอีก ผู้หมดปัญหาชีวิตจึงสามารถใช้ความคิดอย่างเป็น อิสระ เป็นการใช้ความคิดอย่างไม่มีพลังสนามแม่เหล็กเหลืออีกแล้ว เพราะได้ถูกทำลาย หมดแล้ว สามารถรับผัสสะบริสุทธิ์ได้แม้ใช้ความคิดอยู่ จะใช้ความคิดก็ได้ ไม่ใช่ก็ได้ เหมือนทอมเอาหนูเจอร์มาใช้งาน เมื่อใช้งานเสร็จ ก็ปล่อยหนูเจอร์ออกจากบ้านไปอย่างว่า ง่าย บ้านของใจจึงว่างจากความคิดได้ต่าง ๆ หรือ จะเปรียบเทียบว่า ตัวใจออกจากบ้านไป ทำธุระ เสรีจตุระแล้วก็พาตัวใจกลับบ้าน กลับมาเป็นตัวของตัวเอง กลับเข้าบ้านนิพพานอีก จึงได้รูปเช่นนี้

ตัวใจ --> จิต --> ตัวกาย ---> ผัสสะบริสุทธิ์, ยังคงใช้ชีวิตที่ปกติธรรมดา, ถึงนิพพาน

เริ่มรู้จักการถูกรอบงำ

ผลจากการฝึกทักษะเรื่องพาตัวใจกลับบ้านนี้เอง ผู้เดินทางจะเริ่มเห็นพลังของจิต หรือเจอร์ว่ามันมีมากมายมหาศาลเพียงใดในแง่ที่เป็นนายเหนือตัวใจหรือแมวทอม ผู้ปฏิบัติ จะเห็นสภาวะมืดมืดหรือหมดอิสรภาพเมื่อ "ตัวใจ" ถูก "จิต" ครอบงำ เหมือนเอาแว่นตาดำ ติดกาบหนา ใส่แล้วดิ่งไม่ออกทั้ง ๆ ที่รู้สึกรำคาญสายตามาก อยากเอาเจ้าแว่นตาดำออก เสีย จะได้เห็นอะไรชัด ๆ ตามสีที่มันเป็นจริงสักหน่อย ก็ทำไม่ได้ จิตที่ครอบงำใจยัง สามารถเปรียบเหมือนแมวทอมถูกหนูเจอร์ที่ถือช้อนใหญ่ ๆ มาทาบตีเอา ทอมที่อ่อนแอจึง เป็นทาสรับใช้ของเจอร์ที่แข็งแรงกว่าไปทั้งชาติ ผู้ฝึกจะเห็นได้ชัดว่า เจอร์สามารถสั่งงาน แมวทอมเหมือนตัวเองเป็นเจ้าของบ้านใจเรา ซึ่งที่จริง ไม่ควรเป็นเช่นนั้นถ้ารู้จักวิธีให้อาหาร ชีวิตจิตและวิตามินแก่แมวทอม เมื่อทอมแข็งแรงมากกว่าหนูอันธพาลเจอร์แล้ว เจอร์จะถอย ทัพเอง

จิตมีธรรมชาติเป็นมายา

อีกสิ่งหนึ่งที่ผู้เดินทางหรือผู้ปฏิบัติวิปัสสนาจะเริ่มมองเห็นคือ รู้ว่าความคิดและ ความรู้สึกของมนุษย์มีลักษณะเป็นมายา เกิดขึ้น ตั้งอยู่ หายไป เหมือนการเกิดขึ้นของรุ่งกิน น้ำ พยับแดด และภาพเหมือนในกระจก เหตุผลที่เจอร์สามารถบังคับให้แมวทอมผู้เป็น เจ้าของบ้านใจนี้ทำในสิ่งที่ตนเองสั่งโดยเฉพาะเรื่องตามใจกิเลส เป็นเพราะเจอร์มี ความสามารถในการหลอกหลวงแมวทอมนั่นเอง เพราะถูกหลอกจึงยอมทำตาม

ทุกครั้งที่เจอร์หลอกและสั่งงานแมวทอมได้สำเร็จ จิตกับใจจะถูกดูดติดกันเสมอ เพราะมีการคิด จึงเกิดผลเป็นคำพูดและการกระทำทั้งฝ่ายดีและฝ่ายชั่ว แต่เจอร์อันธพาลมัก ครอบงำตัวใจของมนุษย์มากกว่าเจอร์ที่เป็นมิตร เพราะปัญหาสังคมล้วนเป็นผลของความคิด

ฝ่ายดำหรือเจอรี่อันธพาลที่เกิดในใจก่อน จึงเกิดการกระทำที่สร้างความทุกข์ให้คนหมู่มากได้เช่นนี้

สิ่งเหล่านี้คือสิ่งที่ผู้เดินทางกลับบ้านเดิมไม่สามารถเข้าใจได้ก่อนการปฏิบัติสติปัญญาฐานสี่ แต่เมื่อใช้ตาใจเป็น จึงเห็นหมด จึงเข้าใจได้ถูกต้องว่า คนหมู่มากของสังคัมล้วนถูกความคิดของตนเองหลอกลวงเอาและสูญเสียอิสรภาพทางจิตใจไม่ทางใดก็ทางหนึ่งทั้งสิ้น จึงเข้าใจตัวเอง เริ่มเห็นตัวจริงของตนเอง เริ่มเข้าใจปัญหาสังคัม เข้าใจโลก เข้าใจจักรวาลที่เราอยู่

เดินไปสู่ทางออก

เมื่อตระหนักชัดถึงผลเสียของสิ่งที่จิตหรือเจอรี่สามารถทำกับตนเอง (ตัวใจ) แล้ว ผู้ปฏิบัติก็จะมุ่งมั่นพาตัวใจกลับบ้านเสมอ ซึ่งเป็นการต่อสู้กับศัตรูในสนามรบที่ถูกต้อง fighting in the right battlefield เมื่อมีการต่อสู้ห้าห้ากับศัตรูหรือเจอรี่ในบ้านของใจแล้ว การเดินทางไปข้างหน้าย่อมเกิด トラบไตที่มีการฝึกทักษะเรื่องการพาตัวใจกลับบ้านอย่างสม่ำเสมอ ทำด้วยความอดทน ไม่ท้อถอยแล้ว ความก้าวหน้าของการปฏิบัติจะเกิดเองอย่างเป็นธรรมชาติโดยที่เจ้าตัวอาจจะไม่รู้ เพราะยังมีความทุกข์อยู่

ผู้ปฏิบัติจะเริ่มเห็นการก่อตัวของความคิดได้ชัดเจนขึ้น สามารถหยุดความคิดไม่ให้หลอกหลอนตนเองได้เร็วขึ้น การควบคุมจิตใจตนเองจึงทำได้ดีขึ้น ตอนไหนที่ทำไม่ได้ก็จะ เป็นทุกข์

การเข้าสนามรบห้าห้ากับกองทัพของหนูเจอรี่ก็จะเป็นไปเช่นนี้นานนับปี เจอรี่จะเริ่มอ่อนกำลังลง เจอรี่ซึ่งเคยเป็นคนบงการให้ทอมทำงานรับใช้ตนอย่างหัวปักหัวปำนั้นกลับกลายเป็นสิ่งตรงกันข้ามเสียแล้ว ทอมกลับมาเป็นผู้ใช้งานเจอรี่แทน ทำให้ผู้เดินทางมีจิตใจมั่นคง มีความสุข สงบ มากขึ้น จิตใจไม่ขุ่นลงมากเหมือนที่เคยเป็น เริ่มรู้สึกเป็นตัวของตัวเอง สามารถกอบกู้ "ตัวจริง ๆ ของเรา" หรือ "ความเป็นปกติ" ของชีวิต กลับคืนมา เริ่มมีความหวังต่อชีวิตมากขึ้น

รายละเอียดของหลักনীวี่ ๑

เมื่อมีการพาตัวใจกลับบ้านอย่างสม่ำเสมอานนับปี ผู้เดินทางก็จะค่อย ๆ เดินทางมาถึงช่วงแรกของหลักনীวี่ ๑ ถึงตอนนี้ ตาใจของนักปฏิบัติจะมีความคมชัดมากขึ้นจนสามารถเห็นปรากฏการณ์ที่เกิดในโลกภายในได้อย่างชัดเจน จะเห็นการก่อตัวของความเป็นมายาของความคิดได้ชัดมากขึ้น และสามารถทำลายภพมายาของความคิดได้อย่างทันท่วงที การทำศึกสงครามกับกองทัพของเจอรี่ก็ยังมีอยู่ แต่อยู่ในลักษณะที่ได้เปรียบเจอรี่แล้ว

เพราะเห็นพิษสงและฤทธิ์เดชของเจอรี่ ผู้ปฏิบัติจะมีความรู้สึกว่าจะเอาชนะกองทัพของเจอรี่ให้รู้แล้วรู้รอดไปเสียที จะได้ยุติสงครามภายในสักที ถึงจุดหนึ่ง ผู้ปฏิบัติสติปัญญาฐานสี่จะมีความรู้สึกว่าจะอยากหลุดพ้นให้หมดเรื่องหมดราว จะได้หมดทุกข์กันเสียที เพราะเบื่อการต่อสู้เต็มทีแล้ว อยากเป็นฝ่ายชนะสงครามภายในให้รู้แล้วรู้รอด

การปฏิบัติที่ถูกทางในพระพุทธศาสนา ย่อมประกอบด้วย การมี มรรค ผล นิพพาน ผู้ปฏิบัติถึงจุดนี้จะมีทั้งมรรคและผล มรรคคือการเผ่าดูความคิด การพาตัวใจกลับบ้าน ผลคือความรู้สึกที่สุข สงบ เพราะการคลายตัวของความคิดเมื่อตัวใจอยู่ติดบ้านหรือฐานของสติ เช่นลมหายใจ การเคลื่อนไหวของกาย แต่สิ่งหนึ่งที่ผู้ปฏิบัติยังรู้สึกขาดแคลนอยู่คือ พระนิพพาน ยังไม่รู้ว่าพระนิพพานคืออะไร อยู่ที่ไหน

ประสบการณ์ภายในเหล่านี้คือ สิ่งที่จะอาจเกิดกับบุคคลที่ปฏิบัติสติปัญญาฐานสี่และเดินทางมาถึงช่วงแรกของหลักনীวี่ ๑

เริ่มเดินลงเขา

การเดินทางในช่วงหลังของหลักนิ้วที่ ๑ นี้จะเป็นการเดินทางลงเขาแล้ว หลังจากที่ได้ต่อสู้กับกองทัพหนุมานานหลายปีนั้น เจอร์รี่เป็นฝ่ายพ่ายแพ้แล้ว ทอมได้กลายเป็นแม่ทัพผู้ยิ่งใหญ่ ทำให้กองทัพพ่ายแพ้อย่างยับเยิน หนุเจอร์รี่เริ่มวิ่งหนีหัวซุกหัวซุนทันทีที่เห็นทอม นี่เป็นช่วงเวลาที่การปฏิบัติจะเป็นอัตโนมัติ สติของผู้ปฏิบัติจะไวมาก สามารถเห็นการเกิดขึ้นตั้งอยู่และดับไปของความคิดได้เสมอ สามารถตัดความคิดออกจากใจโดยไม่ต้องต่อสู้มากนัก เปรียบเหมือนแมวทอมนั่งอยู่ที่มมห้อง เมื่อเห็นเจอร์รี่วิ่งเข้ามาในบ้านคราใด ก็ไม่ต้องลุกขึ้นวิ่งให้เหนื่อยเพื่อไปตะปบเจอร์รี่เหมือนที่ต้องทำในอดีตแล้ว บัดนี้ มีความสามารถใหม่ ๆ คือ สามารถยึดเท้าไปตะปบเจอร์รี่อย่างง่ายดายทั้ง ๆ ที่ยังนั่งเกยกนอนอนอยู่มมห้องอย่างผ่อนคลาย ผู้ปฏิบัติจะมีสติอย่างเป็นธรรมชาติ ไม่ว่าจะกำลังทำอะไรอยู่ในยามตื่น ตัวใจจะมีสติเฝ้าดูการทำงานของความคิดตลอดเวลา และจะสามารถแยกแยะออกมาว่า ความคิดไหนควรใช้มันและความคิดไหนไม่ควรเสียเวลากับมันเลย

การเดินทางในช่วงหลังนี้จึงเหมือนกับไม่มีอะไรต้องทำมากแล้ว เพราะได้ทำทุกอย่างที่ต้องทำ คือ มีสติอยู่กับฐานเสมอ ฉะนั้น จึงเหลือแต่การนั่งคอยวันที่จะออกจากท่อแห่งความมืดมนนี้อย่างถาวรเท่านั้น แต่เป็นการคอยแบบไม่ต้องคอย ใครที่ทำได้เช่นนี้ ก็เท่ากับได้มายืนอยู่ที่สวนหลังสุดของหลักนิ้วที่ ๑ แล้ว กำลังจะรอออกประตูหน้าเพื่อกลับมายืนอยู่ที่จุด ก อันเป็นพรหมแดนสุดท้ายของจักรวาลอย่างถาวรเท่านั้น

“ยูริกา!”

ในที่สุด เวลาของการรอคอยก็จะมาถึง เมื่อมีการก้าวเดินไปข้างหน้าอย่างสม่ำเสมอ แม้จะเชื่องช้าเพียงใด ไม่เป็นไร การถึงจุดหมายปลายทางย่อมเกิดเองอย่างเป็นธรรมชาติ เหมือนน้ำย้อมไหลจากที่สูงลงที่ต่ำ ตะวันย่อมเคลื่อนจากทิศตะวันออกไปทิศตะวันตก ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาจะมีขณะหนึ่งของชีวิตที่คาดไม่ถึง จู่ ๆ ตัวใจของผู้เดินทางจะหลุดและพ้นจากจิตอย่างสิ้นเชิง เห็นตนเองถูกดีดกลับออกมาอยู่ที่จุด ก อันเป็นพรหมแดนสุดท้ายของจักรวาลอย่างทันทีทันใด จึงสามารถเห็นท่งโล่งที่กว้างใหญ่ไพศาล เห็นท้องฟ้าที่ถูกปัดด้วยพรมปักด้วยกลุ่มดาวระยิบระยับ จึงรู้ทันทีว่าโลกใหม่ที่เกิดขึ้นนี้แตกต่างจากโลกเก่าที่เพิ่งจะจากมาอย่างเปรียบเทียบกันไม่ได้เลย โลกเก่ามีมิติด้วยอวิชชา โลกใหม่สว่างจ้าเจิดจายด้วยแสงแห่งปัญญา

จากการอ่านประสบการณ์ของผู้มีประสบการณ์เช่นนี้ ทุกคนจะมีปฏิกิริยาที่เหมือนกันคือ ไม่เชื่อว่าในจักรวาลจะมีสถานะนี้อยู่ จึงล้วนร้องออกมาอย่างงงงงเหมือนอาร์คิมิดีสร้องว่า “ยูริกา” หรือ “ฉันรู้แล้ว” คือ รู้ว่า

๑. สถานะนี้คือ สัจธรรมอันสูงสุดที่ไม่มีอะไรไปเหนือได้อีกแล้ว
๒. ตัวใจได้เดินทางมาถึงพรหมแดนสุดท้ายของชีวิตแล้ว ได้พบตัวจริง ๆ ของตนเอง ที่มีแต่ความเป็นปกติธรรมดา ไม่มีอะไรน่าตื่นเต้น แปลกประหลาด พิสดาร เหมือนที่เคยคิดไว้ จึงรู้ว่า คนอื่นคาดการณ์สถานะนี้ไว้ผิดหมดด้วยความที่ยังไม่ได้เดินทางถึงพรหมแดนสุดท้ายของชีวิตด้วยตนเอง เหมือนคนที่มีเล็บติดเนื้ออยู่ตลอดชีวิต จะไม่มีวันรู้จักสภาวะของเล็บที่อยู่แยกจากเนื้อ เหมือนคนที่ไม่เคยไปภูกระดึง จะไม่สามารถบรรยายความสวยงามของภูกระดึงได้ ฉันใดก็ฉันนั้น
๓. ตนเองได้กลายเป็นผู้รู้ตามพระบรมศาสดาแล้ว

ต้องให้ปัญญาตัวเอง

อัจฉรรมนั้นสูงที่สุดจะต้องเป็นความรู้ที่เด็ดขาดและเบ็ดเสร็จอยู่ในตัว เป็นสถานะที่มีคำตอบอยู่ในตัวมันเอง จึงเป็นอัจฉรรมนสูงสุดได้ เพราะ เจ้าของความรู้นี้จะถามคนอื่นไม่ได้ แล้วว่าความรู้นี้ใช้อัจฉรรมนหรือไม่ ไม่มีคนให้ถามแล้วนอกจากพระบรมศาสดาซึ่งท่านก็ไม่ได้ อยู่ให้ถามได้ สิ่งที่เหลือให้ถามคือ ตัวอัจฉรรมนเอง ความรู้ในระดับยูริกานี้จึงต้องมีความเด็ดขาดและให้คำตอบในตัวมันเองได้ จึงเป็นความรู้ที่ผู้เข้าถึงแล้วต้องออกไปปริญญญาให้ตนเอง ต้องสามารถรับประกันตัวเองได้ ไม่มีทางอื่น ใครที่เห็นจริงก็จะรู้จริงจากสภาวะที่ตนเห็นอยู่ ใครที่ยังไม่เห็นก็ไม่มีคำตอบจากสภาวะที่เด็ดขาด จึงยังรู้ไม่จริงแม้จะมีความรู้เรื่องอื่น ๆ มากมายก็ตาม

คนที่สามารถเดินทางมายืนอยู่ที่จุด ก ได้อย่างถาวรนี้ จำเป็นต้องรู้ข้อมูลที่สำคัญอันยิ่งยวดเหล่านี้ จึงจะสามารถเป็นผู้นำทางให้แก่คนเดินทางที่หลงทิศชีวิตทั้งหลายได้ เพื่อพาพวกเขากลับบ้านเดิม หรือ พาคนที่ติดอยู่ในอุโมงค์อันมืดมิดออกมาสู่ทุ่งโล่งที่มีแสงสว่างอันเจิดจ้าของปัญญา

ทำไมอัจฉริยบุคคลจึงชอบงานเรียบง่าย

หลายปีก่อน ดิฉันได้มีโอกาสสุพรรณคดีเรื่องหนึ่ง เป็นการติดตามชีวิตของชายสามสี่คน ทุกคนล้วนจัดอยู่ในกลุ่มที่มีไอคิวระดับสูงมากในวัยเด็ก จึงล้วนมีความสามารถพิเศษไม่ทางใดก็ทางหนึ่ง ในขณะที่สังคมคิดว่าเด็ก ๆ ที่ชาญฉลาดในระดับอัจฉริยะเหล่านี้จะเติบโตขึ้นมาและมีงานที่อยู่แหวดวงของปัญญาชนในสถาบันการศึกษาที่สูงส่งนั้น ข้อเท็จจริงกลับกลายเป็นว่า คนฉลาดมากเหล่านี้กลับมายึดอาชีพของช่างไม้บ้าง ช่างซ่อมท่อประปาบ้าง เป็นชาวนาที่ใช้ชีวิตอย่างเรียบง่ายในชนบทบ้าง หรือเป็นพ่อครัวทำอาหารบ้าง

ที่จริงแล้ว นิมิไซเป็นเรื่องแปลกแต่อย่างใดเลย ข้อเปรียบเทียบของท้อความคิดอันเป็นภูมิปัญญาฝ่ายโลกนี้ จะสามารถอธิบายถึงสาเหตุที่ว่าทำไมคนในระดับอัจฉริยะเหล่านี้จึงเลือกที่จะทำงานเรียบง่ายที่สังคมมักจะให้คุณค่าว่าเป็นงานต่ำ เพราะคนที่มีไอคิวสูงเหล่านี้รู้ข้อเท็จจริงว่า เมื่อประตูแห่งความรู้หนึ่งเปิดออกนั้น มันเพียงเปิดให้เราก้าวไปสู่อีกประตูหนึ่งที่อยู่ถัดไปเท่านั้นเอง และก็เป็นเช่นนั้นไปเรื่อย ๆ トラバドที่เป็นเรื่องการขบคิดแก้ปัญหาด้วยวิธีการของสมองแล้วไซ้ การแก้ปัญหาที่แท้จริงจะไม่เกิด ไอน์สไตน์พูดเองว่า

“เราต้องไม่บูชาภูมิปัญญาฝ่ายโลกเหมือนมันเป็นพระเจ้า เพราะมันเหมือนกล่อมเนื้อที่แข็งแรง แต่ขาดบุคลิกที่ดี”

คนที่มีไอคิวยิ่งสูงจนถึงระดับอัจฉริยะนั้นจึงเปรียบเหมือนเขาได้เดินเข้าไปถึงสุดท้อของความคิดและเห็นกำแพงก่อนคนอื่น เมื่อได้พบทางตันของความคิดแล้ว ย่อมเป็นธรรมชาติอยู่เองที่จะต้องเดินเลี้ยวกลับมาตามท้อเพื่อออกมายืน ณ จุด ก อีก จึงเลือกใช้ชีวิตที่เรียบง่าย ไม่ต้องคิดซับซ้อนมาก ซึ่งมีความเอ็ดอ่อยมากกว่าการใช้พลังอำนาจของสมอง ไอน์สไตน์เป็นคนพูดเองว่า

“ถ้าผมสามารถเลือกใช้ชีวิตได้อีก คราวนี้ผมจะเลือกเป็นนายช่างซ่อมท่อประปา”

“โต๊ะหนึ่งตัว เก้าอี้หนึ่งตัว ผลไม้หนึ่งถาด และไวโอลินหนึ่งตัว จะมีอะไรอีกเล่าที่จะสามารถทำให้ชายคนหนึ่งมีความสุขมากกว่านี้”

คนที่เป็อัจฉริยะเท่านั้นจึงจะเข้าใจผู้ที่เป็อัจฉริยะด้วยกันได้ It takes a genius to understand a genius. นี้แหละคือ เหตุผลที่ว่าทำไม คนที่มีไอคิวสูงมากเหล่านี้จึงกลับมายึดอาชีพธรรมดา ๆ ที่ไม่มีอะไรตื่นเต้นเช่นนั้น

สรุป

คุณคงเห็นแล้วว่า หากไม่มีความรู้ในขั้นแตกหักที่บอกชัดเจนว่านี่คือ พรหมแดน
สุดท้าย หรือ สัจธรรมอันสูงสุด แล้ว การนำทางที่ถูกต้องย่อมไม่มี การเดินทางเพื่อให้ถึง
เป้าหมายปลายทางของชีวิตที่แท้จริงย่อมไม่เกิด ความรู้ทุกอย่างจะเป็นการรู้อย่างสัมพัทธ์
เป็นความรู้ที่เดินกลับไปมาอยู่ในอุโมงค์เท่านั้น ไม่มีการรู้อะไรที่จริงแท้เลย

แล้วคุณละ พร้อมที่จะเดินวกกลับออกจากท่อความคิดอันตีบตันเพื่อค้นหาความปกติ
ของชีวิตด้วยตนเองแล้วหรือยัง

บทที่หก ที่นี่ เดียวนี้ Here and Now

ในห้าบทแรก ดิฉันได้พยายามบอกคุณว่า จุดคงที่ของจักรวาลหรือสัจธรรมอันสูงสุด ในธรรมชาตินั้นมีอยู่อย่างแน่นอน ในบทนี้ ดิฉันจะโยงสัจธรรมอันสูงสุดให้เข้าหาเรื่องเวลา เพื่อให้คุณเห็นอย่างชัดเจนว่า การที่ใครสักคนหนึ่งต้องการเข้าถึงสัจธรรมนั้นจะต้องทำอะไร อย่างไร ซึ่งเป็นมุมมองที่ดิฉันสามารถอธิบายอุดมคติที่สูงสุดของศาสนาเช่น พระนิพพาน พระเจ้า ให้เป็นวิทยาศาสตร์มากที่สุด เพราะเรื่องเวลา เช่น อดีต อนาคต ที่นี่ เดียวนี้ เป็นเรื่องกลาง ๆ ที่เป็นสากล นี่เป็นมุมมองที่ปัญญาชนผู้ไม่สนใจศาสนธรรมเลย ก็สามารถเข้าใจและเห็นตามได้ไม่ยากนัก พร้อมกันนั้น คุณก็จะได้เห็นความสำคัญของการปฏิบัติสติ ปฏิฐานสี่ว่า มันจะช่วยให้คุณเข้าถึงสัจธรรมอันสูงสุดนี้ได้อย่างไร ซึ่งเรื่องการพาตัวใจกลับบ้านนี้ เป็นเรื่องที่ดีฉันได้เน้นมาตลอดในหนังสือเล่มนี้

เนื่องจากดิฉันได้เขียนบทนี้ในรูปของจดหมายที่ดิฉันตอบให้แก่ลูกศิษย์ชาวคามารู นคนหนึ่งและมอบให้ลูกศิษย์ทุกคนเป็นของขวัญปีใหม่ ดิฉันจึงยังอยากคงรูปแบบของจดหมายไว้เช่นเดิม

*เมืองยาฮอนเด่
ประเทศคามารู*

1 มกราคม 2004

สวัสดีครับอาจารย์ศุภวรรณ

สวัสดีปีใหม่ครับ ไม่ว่าผมจะอ่านจดหมายของอาจารย์หรือเขียนถึงอาจารย์ ผมรู้สึกเป็นสุขเสมอครับ ผมไม่ทราบจริง ๆ ว่า อาจารย์หาเวลาที่ไหนมาให้พวกเราแต่ละคนและทุกคนได้เสมอเช่นนี้

ผมได้รับอีเมลล์ของอาจารย์ทุกฉบับ และแน่นอน ผมอ่านทุกฉบับเลยครับ จริงไม่ครับว่า เวลาที่เราไม่ได้อยู่ในเหตุการณ์นั้น ๆ แล้ว เราไม่มีวันรู้ว่าหากได้อยู่ในเหตุการณ์นั้นจริง ๆ แล้ว เราจะรู้สึกอย่างไร วันนี้ ผมตัดสินใจที่จะอ่านอีเมลล์ของอาจารย์ทุกฉบับอีก ที่จริงแล้ว ผมจะทำเช่นนี้เป็นระยะ ๆ เพื่อให้แน่ใจว่าผมไม่ได้พลาดเมลล์ฉบับไหนของอาจารย์เลย

สองสามวันที่ผ่านมาี้ ผมค่อนข้างเครียดครับเพราะมีงานมากเหลือเกิน และผมก็เกรงว่าผมจะทำงานเหล่านี้ให้หมดได้อย่างไรด้วยเวลาที่น้อยนิดและเงินทองที่จำกัดจำเขี่ยเช่นนี้ และแล้ว ผมก็ไปอ่านพบจดหมายของอาจารย์ฉบับหนึ่งที่ให้คำตอบที่เรียบง่ายและสมบูรณ์ที่สุดให้กับผม อาจารย์บอกว่า

"มีสิ่งเดียวเท่านั้นที่เราต้องทำให้กับตัวเองเสมอ นั่นคือ การพาตัวเองของเรา กลับบ้านที่หนึ่งโดยการเผ่าดูสิ่งที่มันเกิดขึ้นจริง ๆ ที่นี้ เดียวนี้"

ผมอ่านเพียงเท่านั้นแหละ ใจของผมโล่งขึ้นมาทันทีครับ อาจารย์ ทำให้ผมมีความสุขมากทั้งวัน และผมสงสัยตัวเองเหลือเกินว่าทำไมผมจึงชอบใช้เวลาคิดถึงวันพรุ่งนี้ มากเหลือเกิน

ช่วงเวลานี้ของปีก่อน ผมกำลังตกนรกอยู่ แต่ปีนี้ผมไม่ต้องเป็นบ้าเช่นนั้นอีก แล้ว ชีวิตคงต้องเป็นไปตามสิ่งที่ผมเลือกให้มันเป็นตราบดีที่ผมสามารถมีสติและพาตัวเอง กลับบ้านได้ จริงไม่ครับ อาจารย์

ผมรู้สึกว่าคุณได้พัฒนาความสามารถที่จะอ่านเรื่องราวของอนาคตได้บ้างซึ่งช่วยผม ได้มากที่สุด การรับผัสสะของผมชัดเจนมากขึ้น และผมรู้สึกว่าผมสามารถรู้ว่าจะบางสิ่ง บางอย่างกำลังจะเกิดขึ้น ซึ่งบางอย่างก็เกิดขึ้นจริงอันมีผลกระทบต่อผมไม่ทางใดก็ทางหนึ่ง ครับ

ผมได้พยายามทำใจของผมเป็นปกติโดยการพาตัวเองกลับบ้านเสมอ แต่ผมต้อง ยอมรับครับว่าเจอรี่แข็งแรงและมีเล่ห์เหลี่ยมมากเหลือเกิน จนผมสงสัยว่าเมื่อไหร่เจอรี่จึงจะ เลิกแกล้งและปล่อยให้ทอมอยู่อย่างมีความสุขเสียบ้าง (ยิ้ม)

ขอให้อาจารย์มีความสุขในวันปีใหม่ครับ กรุณาส่งความระลึกถึงให้ครอบครัวของ อาจารย์ด้วยครับ

ด้วยความเคารพอย่างสูง
มาซง

2 มกราคม 2004
สวัสดีปีใหม่ค่ะ มาซง

ขอบคุณมากค่ะสำหรับจดหมายของคุณ ดิฉันรู้สึกดีใจมากค่ะที่คุณสามารถจับ หลักการปฏิบัติสติปัญญาอันดีได้ทีเดียว สิ่งที่คุณได้อธิบายในอีเมลของคุณนั่นคือเป้าหมายที่ ดิฉันต้องการให้ลูกศิษย์ของดิฉันทุกคนทำได้ คุณคงเห็นด้วยตนเองแล้วว่า คราใดที่คุณพา ตัวใจกลับบ้านได้นั้น คุณก็เห็นผลของมันทันที คุณมีความสุขทันที โดยไม่ต้องรอนานเลย จริงไหม

ที่จริงแล้ว ขบวนการปฏิบัติสติปัญญาตั้งแต่การปล่อยวางความคิดและพาตัวเอง กลับมาอยู่กับของจริง ๆ ที่นี้ เดียวนี้ นั้นเป็นเรื่องยากมากสำหรับทุกคน แต่ก็เพียงช่วง ดัน ๆ ของการฝึกทักษะเท่านั้น คนที่มีความเพียร พยายาม ขยันฝึกแล้วละก็ ทักษะของเขา จะเก่งขึ้น และจะได้นิสัยที่ดีที่สุดในอย่างหนึ่ง คือ นิสัยแห่งใจที่ยอมอยู่ติดบ้าน (มีสติอยู่กับ ฐาน) เมื่อนั้น เจ้าของชีวิตก็จะได้รับการคุ้มครองจากนิสัยใหม่หรือทักษะใหม่ของตนเอง จึง กลายเป็นคนโชคดีที่สุดในโลกไปอีกคนหนึ่ง พูดโดยเปรียบเทียบแล้ว ใครที่พาตัวเองกลับ บ้านได้ ในช่วงขณะนั้น ก็เปรียบเหมือนคน ๆ นั้นได้ก้าวย่างเข้าไปในดินแดนของพระเจ้า แล้ว ถึงแม้จะเป็นช่วงเวลาสั้น ๆ มันก็ยังดีกว่าไม่ได้ทำเลย นี่คือการโชคดีและร้ายอย่าง มากมายมหาศาล ยากที่จะหาอะไรมาเปรียบเทียบได้ การอยู่ในห้องที่สว่างแม้เพียงชั่วอึดใจ เดียวก็ยังดีกว่าการอยู่ในห้องมืดถึงล้านปี ดิฉันเชื่อเช่นนั้นนะ

ดิฉันอยากจะถือโอกาสนี้อธิบายให้คุณทราบว่า ทำไมคุณจึงรู้สึกเป็นสุขมากเมื่อมีโอกาสพาตัวใจกลับมาอยู่กับที่นี้ เดียวนี้ คุณจำเรื่องราวไฟสองขบวนที่วิ่งด้วยความเร็วเท่ากัน ที่ไอน์สไตน์พูดถึงเมื่อเขาพยายามอธิบายเรื่องทฤษฎีสัมพัทธภาพได้หรือไม่ เรื่องราวไฟสองขบวนวิ่งในระดับเดียวกันนี้ เป็นเรื่องที่ดิฉันเรียนจากคุณครูสอนวิทยาศาสตร์ตั้งแต่สมัยที่ดิฉันเรียนอยู่ชั้นมัธยมปลายแล้ว ซึ่งดิฉันก็ไม่เคยคิดถึงมันอีกเลยจนกระทั่งในช่วงสี่ห้าปีให้หลังนี้ ดิฉันเริ่มคิดถึงมันบ่อยขึ้น ตอนนั้นก็ไม่ว่าทำไม รู้แต่ว่าอยากจะนำเรื่องนี้มาเชื่อมโยงกับงานเขียนของดิฉันไม่ทางใดก็ทางหนึ่ง แต่ก็ไม่สามารถทำได้สักที

จนกระทั่งเทอมฤดูใบไม้ร่วงที่ดิฉันเพิ่งสอนเสร็จก่อนคริสมาสต์นี้เอง มีวันหนึ่ง ดิฉันต้องร้อง “ยูริกา” ออกมาอีกอย่างดีใจ เพราะสามารถคิดเรื่องนี้ออกได้อย่างฉับพลันทันใด เหมือนการตรัสรู้ simultaneous enlightenment เล็ก ๆ น้อย ๆ อย่างคุณอาศิมิตส์นี่แหละ มาบัดนี้ ดิฉันจึงสามารถนำความคิดเรื่องราวไฟสองขบวนมาพูดและทำให้มันเป็นข้อเปรียบเทียบของดิฉันเองเพื่อช่วยให้ลูกศิษย์เข้าใจเรื่องการฝึกปฏิบัติสติปัญญาฐานสี่ได้ดีขึ้น

นี่จึงเป็นครั้งแรกที่ดิฉันจะอธิบายเรื่องนี้ด้วยการเขียน กรุณาติดตามให้ดิฉันนะ เพราะถ้าคุณสามารถเข้าใจได้แล้วละก็ คุณจะมีเหตุผลที่ดีที่จะให้กำลังใจและช่วยกระตุ้นให้คุณปฏิบัติสติปัญญาฐานสี่มากขึ้น¹

คำใหญ่ ๆ

หากคุณได้อ่านหนังสือของดิฉันทุกเล่มแล้วละก็ คุณคงต้องทราบแล้วว่า สิ่งที่ดิฉันเรียกว่า “คำใหญ่ ๆ” นั้น ดิฉันหมายถึง พระนิพพาน พระเจ้า เต๋า ต้นไม้แห่งชีวิต ชีวิตอมตะ สัจธรรมอันสูงสุด ซึ่งดิฉันได้ตั้งคำศัพท์ของตนเองขึ้นมาใหม่ว่า ผัสสะบริสุทธิ์ ซึ่งคำเหล่านี้ล้วนเป็นสภาวะเดียวกับ ที่นี้ เดียวนี้ ดิฉันมักจะเลี่ยงคำใหญ่ ๆ ที่อิงศาสนาเหล่านั้นเสมอ และใช้คำว่า ผัสสะบริสุทธิ์ แทน แต่ด้วยข้อเปรียบเทียบที่จะนำเสนอนี้ ดิฉันจะสามารถนำคำใหญ่ ๆ เหล่านี้มาพูดประสานกันได้อย่างสอดคล้องกับ ที่นี้ เดียวนี้ ซึ่งไม่ได้เป็นคำที่เนื่องกับศาสนาแต่อย่างใด เป็นคำที่มนุษย์ทุกคนบนโลกนี้สามารถเชื่อมโยงได้ง่าย ๆ

ผู้รู้ องค์ประกอบที่ขาดไม่ได้

เพื่อช่วยให้คุณสามารถไปถึงเป้าหมายปลายทางของชีวิตได้เร็วขึ้น ดิฉันจะเริ่มต้นด้วยการอธิบายเรื่อง ที่นี้ เดียวนี้ ว่ามันมีหน้าตาอย่างไรเสียก่อน

คุณอาจจะคิดว่านั่นเป็นคำพูดที่แสนประหลาดและเป็นสิ่งที่คุณไม่เคยคิดมาก่อน ทำไมจึงต้องรู้จักหน้าตาของที่นี่ เดียวนี้ ด้วย และจะรู้จักมันได้หรือ เพราะมันเกี่ยวข้องกับเรื่องเวลาซึ่งไม่น่าจะมีรูปร่างหน้าตา ตรงนี้ละค่ะ คือเหตุผลที่คนไม่รู้จักพระเจ้ากับพระนิพพาน เพราะเขาไม่รู้จักหน้าตาของ ที่นี่ เดียวนี้ เปรียบเหมือนว่า คุณต้องการมาหาบ้านหลังหนึ่ง แต่คุณกลับไม่รู้ว่าบ้านหลังนั้นมีหน้าตาอย่างไร บ้านเลขที่เท่าไร ถนนไหน เมืองไหน ประเทศไหน เมื่อคุณไม่มีข้อมูลพื้นฐานเหล่านี้ แล้วคุณจะไปหาบ้านหลังนั้นพบได้อย่างไร ย่อมเป็นไปได้แน่นอน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง นี่เป็นเรื่องนามธรรม เรื่องของชีวิตจิตใจ จึงยากมากขึ้นหลายเท่าตัว จำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องมีผู้รู้ นำทาง เพราะผู้รู้จริงจะรู้จักหน้าตาของพระนิพพานหรือพระเจ้า จึงสามารถบอกทางคุณได้ หรือ บอกให้คุณมองหาบ้านที่มีลักษณะเช่นนี้ ๆ

¹ หลังจากที่คิดเรื่องนี้ออกครั้งแรกในช่วงเวลานั้นแล้ว ดิฉันก็ได้พยายามพัฒนาความคิดนี้มาโดยตลอดเพื่อทำให้มันชัดเจนมากขึ้นเสมอ การมาเขียนบทนี้เป็นภาษาไทยโดยคิดว่าจะแปลจากฉบับภาษาอังกฤษนั้น ดิฉันก็พบว่า ความคิดของดิฉันได้เปลี่ยนไปอีก สามารถพูดให้ชัดเจนและรัดกุมมากขึ้น การอธิบายเรื่องราวไฟสองขบวนเพื่อให้คนเข้าใจพระนิพพานจึงมีรายละเอียดมากกว่าภาษาอังกฤษฉบับดั้งเดิม คุณสามารถอ่านการอธิบายเรื่องนี้เพิ่มเติมได้ในหนังสืออวัตรนิมิตธรรมที่มีในคน หน้า ๔๓๖-๔๓๘

ในกรณีของคุณซึ่งเป็นชาวคริสต์ และ รักพระเจ้ามาก หากคุณต้องการไปให้ถึงดินแดนของพระเจ้าละก็ แน่ชอน คุณจำเป็นต้องมีข้อมูลหลัก ๆ ว่า อาณาจักรของพระเจ้าอยู่ที่ไหนเสียก่อน มีหน้าตาอย่างไร นี่ก็เป็นสิ่งที่ชาวพุทธอย่างดิฉันต้องทราบเช่นกันว่าพระนิพพานอยู่ที่ไหนและมีหน้าตาอย่างไรเสียก่อน จึงไปหาถูก มิเช่นนั้นแล้ว คุณในฐานะผู้เดินทางจะเริ่มต้นไม่ถูกเลย ซึ่งคุณย่อมเห็นแล้วว่า ผู้นำทางที่รู้ทางจริง ๆ หรือ ผู้รู้ หรือ โกດ ของชีวิตนี้เป็นองค์ประกอบที่สำคัญมากที่สุดที่จะช่วยให้ผู้เดินทางชีวิตทั้งหลายไปถึงเป้าหมายปลายทางของชีวิตได้ หากไม่มีบุคคลเหล่านี้มาช่วยนำทางให้เราแล้ว การเดินทางย่อมไม่เกิด ชาวคริสต์ก็มีพระคริสต์เป็นผู้นำทางชีวิต ชาวพุทธก็มีพระพุทธเจ้าเป็นผู้นำทาง ชาวอิสลามก็มีพระอัลเลาะห์เป็นผู้นำทาง เป็นต้น

ปัจจุบันจริง ๆ คือ ที่นี่ เดียวนี้

ดิฉันจึงขอสรุปก่อนว่า หากคุณต้องการรู้จักพระเจ้าของคุณละก็ คุณต้องพยายามทำความเข้าใจเรื่อง ที่นี่ เดียวนี้ ให้ได้เสียก่อน

ชาวพุทธที่ฝึกวิปัสณาหรือสติปัฏฐานสี่นั้น ครูบาอาจารย์มักเตือนเสมอว่าขอให้จับ "ปัจจุบันขณะ" ให้ทัน ซึ่งคนส่วนมากจะรู้สึกเหมือนกันหมดว่า การจับปัจจุบันนี้ไม่ใช่เรื่องง่ายเลย ไม่รู้จะจับอย่างไร มันจึงจะอยู่มีอยู่ จับ ๆ อยู่ เดียวมันก็หลุดมือไปแล้ว คิดฟุ้งซ่านอีกแล้ว ตรงนี้แหละ เราจึงต้องมาทำความรู้จักกับตัวปัจจุบันจริง ๆ นี้เสียก่อน รู้จักหน้าตามันเสียก่อน จะได้จับให้มันติดคามือเราได้

ตัวปัจจุบันจริง ๆ ก็คือ ที่นี่ เดียวนี้ นั่นเอง ขอให้คุณหามาพิกามาเรือนหนึ่งซึ่งมีเข็มวินาทีที่ไม่ได้หยุดเป็นท่อน ๆ แต่เป็นเข็มวินาทีที่กวาดไปตลอดเวลาอย่างไม่หยุดยั้ง อย่าเอานาฬิกาจิตตอลณะคะ มันไม่มีประโยชน์สำหรับงานนี้คะ นาฬิกาบางยี่ห้อจะมีเข็มวินาทีชนิดกวาดไปตามหน้าปัดคะ ไม่ต้องไปซื้อณะคะ ขอให้ نگاهที่นั่น ธรรมชาติของที่นี่ เดียวนี้ มีการเคลื่อนที่เหมือนกับเข็มวินาทีที่กวาดไปตลอดเวลา อยากรู้ก็อย่างนั้นล่ะคะ ที่นี่ เดียวนี้ เคลื่อนไปในลักษณะคงที่ สม่ำเสมอ และแน่นอน ตั้งแต่เมื่อไรและจะไปจบที่เมื่อไร ไม่ต้องถามณะคะ มันไม่สำคัญ ไม่จำเป็นต้องรู้²

เข้าถึงสังขธรรมในฐานะที่เป็นที่นี่ เดียวนี้³

ถ้าคุณเคยนั่งรถไฟแล้ว คุณจะรู้ว่าหากรถไฟสองขบวนสามารถวิ่งด้วยความเร็วพร้อมกันแล้ว คนที่นั่งอยู่ริมหน้าต่างของรถไฟที่หันหน้าเข้าหากันนั้นจะไม่รู้ว่าจะตนเองกำลังเคลื่อนที่อยู่ หากไม่มองไปที่เสาไฟฟ้าข้างทาง ต้องสมมุติต่อเสียหน่อยว่า รถไฟคันที่เรา นั่งอยู่นั้นสามารถวิ่งได้ราบเรียบโดยไม่มีการสั่นสะเทือนใด ๆ เลย แม้น้ำในแก้วก็ไม่กระเพื่อมแม้แต่หยดน้อยนิด เมื่อดิฉันเป็นเด็ก ๆ ดิฉันมักต้องขึ้นรถไฟจากสถานีรถไฟหัวลำโพงไปหาคุณพ่อที่ลพบุรีเมื่อปิดเทอม จึงสังเกตเห็นข้อเท็จจริงนี้ เมื่อมาเรียนเรื่องทฤษฎีสัมพัทธภาพอย่างย่อ ๆ คุณครูชั้นมัธยมพูดเรื่องรถไฟสองขบวน จึงเข้าใจได้ทันทีเพราะมีประสบการณ์มาก่อน

² ความคิดเรื่องเวลา และการเคลื่อนไปอย่างคงที่ สม่ำเสมอ ไม่เปลี่ยนแปลง ที่จริงแล้ว เป็นความคิดของ ไอแซค นิวตัน เอกภพในสำนักนิวตันนั้นเห็นว่า เวลาเคลื่อนไหลไปในอัตรากว่าที่ ไม่ผันแปร และจะเป็นเช่นนี้ตลอดกาล ซึ่งเข้าใจได้ง่ายกว่าการมองเอกภพและเวลาของไอน์สไตน์ที่เห็นอวกาศและเวลายืดหดได้ หลักการเรื่องเวลาของนิวตันจึงเป็นสิ่งที่ดิฉันพูดถึงในบทนี้ ส่วนเรื่องจุดเริ่มต้นและจุดสิ้นสุดของเวลาเป็นคำถามประเภทอินโดโย ไม่จำเป็นต้องรู้

³ อานบพที่สาม เรื่อง พระนิพพานอยู่ที่ไหน และ บทที่สี่ เรื่อง สังขธรรมอันสูงสุดอยู่ที่ไหน ในหนังสือเรื่อง ไข่มุกกำมือเดียว เขียนโดย ศุภวรรณ กริน

สิ่งที่ดิฉันต้องการเปรียบเทียบคือ จะสมมติให้รถไฟขบวนแรกเป็นเวลาปัจจุบันจริง ๆ หรือ "รถไฟขบวนที่นี้ เดียวนี้" ส่วนรถไฟขบวนที่สองที่จะเดินขนานกับรถไฟขบวนแรกคือตัวเรา ตัวมนุษย์แต่ละคนที่มีจิตใจ หรือ มีความคิด ความจำ ความรู้สึก รถไฟขบวนที่สองนี้ ดิฉันจะเรียกมันว่า "รถไฟขบวนชีวิต" เพราะเป็นสิ่งเปรียบเทียบกับชีวิตของมนุษย์ทุกคน

เป้าหมายที่เราต้องการบรรลุคือ เราในฐานะที่เป็นรถไฟขบวนชีวิตนี้ จะต้องสามารถขับรถไฟของเราเพื่อวิ่งให้ได้ระดับเดียวกับรถไฟขบวนที่นี้ เดียวนี้ ที่วิ่งด้วยความเร็วคงที่อย่างสม่ำเสมอ วิ่งไปเรื่อย ๆ ของมันอยู่นั่นอย่างไม่เคยหยุดยั้งเหมือนเข็มวินาทีของนาฬิกาที่กวาดไปเรื่อย เมื่อรถไฟสองขบวนนี้สามารถวิ่งได้ระดับเดียวกันแล้วละก็ ค่าคงที่ระหว่างขบวนจะเกิดขึ้นทันที โดยที่ตัวเราจะสามารถประกบ เดินเคียงข้างกับที่นี้ เดียวนี้ได้ทันที หรือสามารถอธิบายได้เช่นกันว่า ในขณะที่นั้น ๆ ตัวเราได้กลายเป็นที่นี้ เดียวนี้ ตัวเราได้กลายเป็นปัจจุบันขณะแล้ว และหากที่นี้ เดียวนี้ คือ สัจธรรมอันสูงสุด ย่อมหมายความว่าตัวเราได้เข้าถึงสัจธรรมอันสูงสุดในลักษณะเช่นนี้

วาดภาพที่ ๑ วาดรูปของรถไฟสองขบวนเดินขนานกัน (ในลักษณะขวางหรือตั้งก็ได้) ขบวนซ้ายมือเขียนว่า รถไฟขบวนที่นี้ เดียวนี้ ขบวนขวามือเขียน รถไฟขบวนชีวิต ในระหว่างรถไฟสองขบวนทำลูกศรขวาง <-----> และเขียนใต้ภาพว่า "เมื่อรถไฟขบวนที่นี้ เดียวนี้ กับรถไฟขบวนชีวิตวิ่งได้ระดับเดียวกันแล้ว จะเกิดค่าคงที่หรือค่าปกติของจักรวาล มนุษย์เข้าถึงสัจธรรมได้ด้วยวิธีนี้"

ถ้าแทนรถไฟขบวนที่นี้ เดียวนี้ เป็นคำใหญ่ ๆ ของศาสนา

คุณจะได้เห็นได้ชัดเจนมากขึ้น หากดิฉันจะเรียกรถไฟขบวนแรกว่า ขบวนพระเจ้า แทนที่จะเรียกขบวนที่นี้ เดียวนี้ เมื่อใดที่คุณผู้ขับรถไฟชีวิตสามารถวิ่งได้ระดับเดียวกับรถไฟขบวนพระเจ้าแล้วละก็ เมื่อนั้น คุณก็สามารถเดินเคียงข้างไปกับพระเจ้าของคุณทันที คุณจะเห็นใบหน้าของพระเจ้าได้ชัดเจน การเข้าถึงดินแดนของพระเจ้าคือ การเข้าถึงได้ด้วยวิธีนี้

วาดภาพที่ ๒ ให้เหมือนภาพแรก แต่ให้มีคนหนึ่งคนนั่งอยู่ริมหน้าต่างบนรถไฟทั้งสองขบวน มองหน้าเข้าหากัน เขียนภายใต้ภาพว่า "เมื่อรถไฟขบวนชีวิตวิ่งได้ระดับเดียวกับรถไฟขบวนพระเจ้าหรือพระนิพพานแล้ว เจ้าของชีวิตก็จะเห็นหน้าพระเจ้าหรือพระนิพพานได้อย่างชัดเจน"

หากรถไฟขบวนแรกเป็นต้นไม้แห่งชีวิต The Tree of Life ขอให้คุณนึกภาพที่สนุกสนานเช่นนี้ว่า เมื่อคุณสามารถนำรถไฟชีวิตมาวิ่งขนานกันแล้วละก็ เมื่อนั้น พระเจ้ากำลังหยิบยื่นผลไม้แห่งชีวิตจากรถไฟขบวนของท่านให้กับคุณอยู่ คุณก็สามารถรับผลไม้จากมือของพระเจ้าได้อย่างง่ายดาย ไม่หลุดจากมือ เพราะคุณสามารถขับรถไฟขบวนชีวิตของคุณได้ระดับเดียวกับขบวนของพระเจ้า คุณจึงสามารถรับประทานผลไม้จากต้นไม้แห่งชีวิตที่พระเจ้าได้ประทานให้คุณในลักษณะเช่นนี้

วาดภาพให้ผู้อ่านเห็นพระเจ้ากำลังหยิบยื่นผลไม้แห่งชีวิตให้กับคน ๆ หนึ่งบนรถไฟขบวนชีวิต

หากรถไฟขบวนแรกเป็นขบวนพระนิพพาน เมื่อนั้น คุณก็ได้เข้าถึงพระนิพพานแล้ว เห็นหน้าตาของพระนิพพานว่าเป็นอย่างไรแล้ว เพราะกำลังเดินขนานกับพระนิพพาน

หากรถไฟขบวนแรกเป็นการใช้ชีวิตอย่างเป็นอมตะ หรือ การเข้าถึงสภาวะของ เต่า การสามารถขั้บรถไฟขบวนชีวิตให้ชานกับขบวนแรกได้ เมื่อนั้น คุณก็กำลังใช้ชีวิตอย่างเป็นอมตะแล้ว หรือ เข้าถึงสภาวะของเต่าแล้ว

โดยใช้การเปรียบเทียบของรถไฟสองขบวนที่วิ่งชานกันเช่นนี้ คุณจะเห็นภาพพจน์ได้ชัดเจนมากขึ้นว่า สภาวะสังขารอันสูงสุดไม่ได้เป็นสภาวะที่อยู่นิ่ง ๆ ไม่เดินเห็นแต่อย่างใด เพราะอย่างที่ไอน์สไตน์ได้พูดแล้วว่า ทุกสิ่งทุกอย่างในเอกภพทั้งหมดนี้กำลังเคลื่อนอยู่อย่างไม่หยุดยั้ง รวมทั้งเวลา นี่จึงเป็นความยากของการเข้าถึงสังขารในขั้นสูงสุด เพราะมันไม่ได้อยู่นิ่ง ๆ ให้เราจับจองได้ แต่ต้องได้เหมือนวัตถุที่จับมาวางให้มันอยู่นิ่งเฉยได้ ฉะนั้น การเข้าถึงสังขารสูงสุด เข้าถึงพระเจ้า เข้าถึงนิพพาน เข้าถึงชีวิตอมตะ จำเป็นต้องทำให้มันเกิดขึ้นด้วยวิธีการของการขั้บรถไฟชีวิตให้วิ่งทันกับรถไฟขบวนที่นี้ เดียวนี้ ไม่ใช่ทันเท่านั้น ต้องอยู่ในลักษณะที่มีความเร็วเท่ากันอย่างสนิท ไม่เหลื่อมล้ำ หรือต่างระดับกัน แม้แต่น้อยนิด เพราะหากพระเจ้ากำลังหยิบยื่นผลไม้แห่งชีวิตให้คุณละก็ คุณขั้บรถไฟเหลื่อมล้ำไปเพียงนิดเดียวเท่านั้น คุณก็คว้าผลไม้ไม่ได้แล้ว จึงต้องให้พอดีพอดีจริง ๆ พอทำได้แล้วละก็ เมื่อนั้น เราในฐานะปัจเจกชนจะเข้าถึงสังขาร เข้าถึงพระเจ้า พระนิพพาน ที่นำความสุขอันเป็นอมตะให้เราได้ทันที

ความคิดเป็นตัวแปร

หากเรากำลังพูดถึงรถไฟสองขบวนจริง ๆ แล้ว ย่อมไม่มีปัญหา เพราะไม่ใช่เรื่องยากที่จะทำให้รถไฟสองขบวนวิ่งในระดับเดียวกัน ปัญหาอยู่ตรงที่ว่า เรื่องรถไฟนี้เป็นเพียงสิ่งเปรียบเทียบเท่านั้น รถไฟขบวนที่นี้ เดียวนี้ ไม่มีปัญหา เพราะมันวิ่งของมันเองอยู่เช่นนั้นอย่างสม่ำเสมอ ไม่ช้า ไม่เร็ว รักษาระดับอย่างคงที่มาโดยตลอด ตั้งแต่เมื่อไรจนถึงเมื่อไรไม่ต้องถาม จึงเป็นปัจจัยคงที่ ไม่เปลี่ยนแปลง เป็นอนันตกาล ปัญหาอยู่ที่รถไฟขบวนชีวิตคือ มนุษย์ปัจเจกชนคนหนึ่ง ๆ ที่มีความคิด ความจำ กับความรู้สึก หรือ มีเจอร้อยอยู่ในหัวในใจทั้งสิ้น เจอรี่นี้แหละที่จะสร้างปัญหาทำให้รถไฟชีวิตวิ่งช้าหรือเร็วกว่าขบวนแรกเสมอ และอย่างที่คุณบอกนั่นแหละ คุณได้รู้ฤทธิ์ของเจอรี่แล้วว่ามันมีเล่ห์เหลี่ยมแพรวพราวมากแค่ไหน

ที่นี้ เดียวนี้ มีพื้นที่เล็กและบางมาก

หากคุณเข้าใจธรรมชาติของปัจจุบั้นขณะหรือ ที่นี้ เดียวนี้ ได้อย่างถ่องแท้จนถึงแก่นของมันแล้วละก็ คุณจะเห็นว่า ที่นี้ เดียวนี้ เป็นเหมือนหมอนอิงที่อยู่ระหว่าง “อดีตหมาด ๆ” กับ “อนาคตจวนเจียน” เสมอ เพราะที่นี้ เดียวนี้ ไม่ได้อยู่นิ่ง ๆ มันเคลื่อนตลอดเวลา ฉะนั้น ในขณะที่ ปัจจุบั้นขณะกำลังเคลื่อนไปในอัตราคงที่นั่น มันจะสร้างอดีตหมาด ๆ กับอนาคตจวนเจียนเสมอ ไม่เชื่อ คุณก็ลองหันกลับไปดูที่หน้าปัดนาฬิกาอีกครั้ง พื้นที่เล็ก ๆ ที่เข็มวินาทีกวาดไปนั่นคือ ปัจจุบั้นขณะที่แท้จริง หรือ ที่นี้ เดียวนี้ ซึ่งมีเพียงนิดเดียวเท่านั้น และมันก็ไม่ได้จับจองที่ไว้ถาวรเลย มันเคลื่อนไปเรื่อย จึงมีอดีตและอนาคตที่สด ๆ ร้อน ๆ เสมอเช่นกัน อดีต กับ อนาคต จะกินพื้นที่ของชีวิตมากกว่าปัจจุบั้นขณะหรือ ที่นี้ เดียวนี้ ซึ่งกินที่นิดเดียว คุณดูหน้าปัดนาฬิกาอีกสิ เข็มวินาทีกินที่นิดเดียวเสมอ พื้นที่นอกเหนือจากนั้นตั้งแต่เลข ๑๒ จนจดเลข ๑๒ อีก ล้วนเป็นอดีตและอนาคตทั้งสิ้น ขอให้คุณอย่าลืมว่า เราไม่ได้พูดถึงเวลาเพียง ๒๔ ชั่วโมงเท่านั้นนะ เพราะทุกอย่างที่ผ่านพ้นจากที่นี้ เดียวนี้ แล้ว ล้วนเป็นอดีตหมด อะไรที่ที่นี้ เดียวนี้ ยังเหลือไม่ถึงจึงจัดเป็นอนาคตหมด

ความคิดคือกล่องเวลาของอดีตและอนาคต

เพื่อการเข้าใจอย่างรวบรัด ดิฉันอยากให้คุณเข้าใจว่า ทุกครั้งที่คุณคิด แม้คุณจะทำลังคิดเรื่องกลาง ๆ ของปัจจุบันอยู่แต่ ๆ ก็ตาม ขอให้เชื่อดิฉันว่า ในขณะที่นั้น ๆ คุณกำลังติดอยู่ในกล่องเวลาของอดีตและอนาคตแล้วโดยไม่มีทางเลือก เช่น คุณมองไปที่กำแพงข้างหน้าคนที่ทาสีเขียว และคุณก็คิดโดยการพูดตั้ง ๆ ในหัวว่า “กำแพงสีเขียว” เท่านั้นแหละ ฟังดูแล้ว ไม่เห็นน่าจะเป็นอดีตหรืออนาคต แต่ที่จริง เป็นแล้วคะ คุณได้ติดอยู่ในกล่องเวลาของอดีตแล้ว เพราะอะไร เพราะคำว่า กำแพง กับ สีเขียว ล้วนเป็นความรู้ที่คุณได้จำมาจากอดีต จริงหรือไม่ คุณมองสิ่งก่อสร้างสีเหลี่ยมที่อยู่เบื้องหน้า คุณจำได้ว่าของหน้าตาอย่างนี้เรียกว่า กำแพง เมื่อคุณเห็นสี คุณก็จำได้ว่า สีเช่นนี้เขาเรียก สีเขียว⁴

ฉะนั้น คุณเห็นแล้วหรือยังว่า แม้ความคิดที่คุณคิดว่าเนื่องกับปัจจุบันแท้ ๆ เช่น กำแพงสีเขียว นี้ก็ยังคงกลายเป็นเรื่องของอดีตไปได้ แม้ลมหายใจเข้าออกของคุณที่กำลังเกิดขึ้นนี้ก็ยังเต็มไปด้วยอดีตหมาด ๆ และอนาคตจวนเจียน ตลอดเวลา แล้วคุณจะเอาอะไรกับความคิดกลุ่มที่คุณคิดถึงเรื่องราวของอดีตจริง ๆ เช่น เรื่องราวที่เกิดเมื่อนานทีก่อน ชั่วโมงก่อน เมื่อเช้านี้ เมื่อคืนนี้ เมื่อวานนี้ เมื่อวานขึ้น เมื่ออาทิตย์ก่อน เดือนก่อน ปีก่อน สิบปีก่อน ห้าสิบปีก่อน ร้อยปีก่อน พันปีก่อน ห้าพันปีก่อน หรือ ล้าน ๆ ปีก่อน ทุกครั้งที่คุณคิดเรื่องของอดีตเหล่านี้ ก็เท่ากับคุณกำลังนั่งแช่อยู่ในกล่องเวลาของอดีต หากคุณกำลังคิดเรื่องของอนาคต คุณก็กำลังนั่งแช่อยู่ในกล่องเวลาของอนาคต และคุณก็นั่งแช่อยู่เช่นนั้น ไม่ได้เคลื่อนไปไหนอย่างแท้จริงเลย ในขณะที่ ที่นี้ เดียวนี้ เดินไปข้างหน้าอย่างไม่หยุดยั้ง การติดในความคิดนี้แหละเป็นเรื่องการเดินทางไปกับยานพาหนะเวลา time machine ในความหมายที่ลึกซึ้งกว่าเรื่องในนวนิยายวิทยาศาสตร์มากมายนัก

อย่าเพิ่งตกใจนะคะ หากดิฉันพูดว่า ความรู้ทางโลกทั้งหมดที่คุณกำลังไขว่คว้าด้วยความเครียดเพื่อให้ได้ปริญญาอย่างยากลำบากนั้น ล้วนเป็นเรื่องของการศึกษาที่ติดอยู่ในกล่องเวลาทั้งสิ้น ยังไม่ได้เข้าใกล้สัจธรรมเลยแม้หลายสาขาอ้างว่ากำลังแสวงหาอยู่ก็ตาม โดยเฉพาะดาราศาสตร์ กว่าแสงของดาวบางดวงเดินทางมาถึงโลก ดาวดวงนั้นก็สาบสูญไปนานมากแล้ว แต่ไม่ต้องตกใจ ละทิ้งการเรียนนะคะ ความรู้ทางโลกก็สำคัญและยังจำเป็นอยู่อย่างแน่นอน เพียงแต่ว่า ถ้าจะให้ดีที่สุดแล้ว ควรเรียนเคียงคู่ไปกับการรู้ของพระพุทธเจ้าด้วยเท่านั้น ก็จะสมบูรณ์ ไม่แตกชาน ไม่สร้างปัญหา ไม่เป็นความรู้เหมือนดาบสองคม

ความคิดทำให้รถไฟสองขบวนวิ่งต่างระดับกัน

เมื่อนำเรื่องกล่องเวลาของอดีตและอนาคตมาเปรียบเทียบกับรถไฟสองขบวนนี้แล้ว ย่อมหมายความว่า ทุกครั้งที่คุณกำลังคิดถึงอดีตนั้น รถไฟชีวิตจะเดินช้ากว่ารถไฟขบวนที่นี้ เดียวนี้ และเมื่อใดที่คุณกำลังคิดถึงเรื่องราวของอนาคตแล้วละก็ คุณก็กำลังนั่งอยู่ในกล่องเวลาของอนาคต จึงทำให้รถไฟชีวิตวิ่งขึ้นหน้า เร็วกว่ารถไฟขบวนที่นี้ เดียวนี้ ไปทันที

ฉะนั้น จึงขอให้เข้าใจเช่นนี้ว่า ทุกครั้งที่คุณคิดเท่านั้นแหละ คุณก็ได้เข้าไปนั่งในกล่องของเวลาที่เป็นอดีตหรืออนาคตแล้วทันที คุณจึงไม่สามารถขับรถไฟชีวิตให้ได้ระดับเดียวกับรถไฟขบวนที่นี้ เดียวนี้ รถไฟของคุณถ้าไม่วิ่งช้าเกินไป ก็วิ่งเร็วเกินไป จึงใช้ไม่ได้

หากให้รถไฟขบวนแรกเป็นพระเจ้าหรือพระนิพพาน คุณก็พลาดที่จะเห็นหน้าพระเจ้าหรือพระนิพพานอย่างเต็มที่ พลาดโอกาสที่จะอยู่กับพระเจ้าหรือพระนิพพาน เพราะคุณวิ่งไม่ได้ระดับเดียวกับรถไฟขบวนพระเจ้าหรือขบวนพระนิพพาน

⁴ ในบทที่สองของหนังสือเล่มนี้ ดิฉันเคยบอกคุณแล้วว่า ความจำ หรือ สัญชาตญาณ คือ ความคิดทุกอย่างที่เกี่ยวข้องกับอดีตทั้งสิ้น

วาดรูปรถไฟขบวนที่นี้เดี๋ยวนี้ให้อยู่ซ้ายมือ ส่วนขบวนชีวิตที่อยู่ขวามือนั้นให้วาดเหลื่อมไปด้านหลัง มีคนหนึ่งคนนั่งอยู่ที่ริมหน้าต่างทั้งสองขบวน เขียนลูกศรขวาง <-----> ที่อยู่ระหว่างกลาง เขียนใต้ภาพว่า "เมื่อเจ้าของชีวิตติดอยู่ในความคิดของอดีต รถไฟขบวนชีวิตจะเดินช้ากว่ารถไฟขบวนที่นี้ เดียวนี้ ทำให้ค่าคงที่ของจักรวาลหายไป จึงไม่ได้ใช้ชีวิตอยู่กับที่นี้ เดียวนี้ จึงไม่เห็นหน้าพระเจ้า จึงไม่รู้จักพระนิพพาน"

หากให้รถไฟขบวนแรกเป็นพระเจ้าผู้กำลังหยิบยื่นผลไม้แห่งชีวิตให้คุณ และคุณติดความคิดของอดีตอยู่ คุณก็ไม่สามารถรับผลไม้ชีวิตจากพระหัตถ์ของท่านได้ เพราะวิ่งไม่ทันท่าน จึงพลาดโอกาสรับประทานผลไม้แห่งชีวิต

วาดรูปของพระเจ้าหยิบยื่นผลไม้ชีวิตให้ในรถไฟขบวนหนึ่ง และรถไฟชีวิตอยู่เอียงไปด้านหลัง เขียนใต้ภาพว่า เมื่อติดความคิดของอดีต ก็ไม่สามารถรับผลไม้แห่งชีวิตจากพระหัตถ์ของพระเจ้าได้

ในท่านองเดียวกัน หากให้รถไฟขบวนแรกเป็นสังฆกรรมอันสูงสุด หรือเป็นการใช้ชีวิตอย่างเป็นอมตะ Eternal life คุณก็พลาดโอกาสเข้าถึงสังฆกรรมอันสูงสุด หรือพลาดการใช้ชีวิตอย่างเป็นอมตะ เพราะคุณไม่สามารถขับรถไฟของคุณให้ได้ระดับเดียวกับขบวนที่นี้ เดียวนี้ นั่นเอง

ในทางตรงกันข้าม หากคุณติดอยู่กับความคิดของอนาคต รถไฟขบวนชีวิตของคุณก็จะวิ่งเร็วกว่ารถไฟขบวนที่นี้ เดียวนี้ ขบวนพระเจ้า พระนิพพาน สังฆกรรมอันสูงสุด หรือ ขบวนชีวิตอมตะ ค่าคงที่ของจักรวาลจึงหายไป ทำให้คุณมองไม่เห็นพระนิพพานหรือพระเจ้า

วาดรูปรถไฟขบวนที่นี้เดี๋ยวนี้ให้อยู่ซ้ายมือ ส่วนขบวนชีวิตที่อยู่ขวามือนั้นให้วาดเหลื่อมไปด้านหน้า มีคนหนึ่งคนนั่งอยู่ที่ริมหน้าต่างทั้งสองขบวน เขียนลูกศรขวาง <-----> ที่อยู่ระหว่างกลาง เขียนใต้ภาพว่า "เมื่อเจ้าของชีวิตติดอยู่ในความคิดของอนาคต รถไฟขบวนชีวิตจะเดินเร็วกว่ารถไฟขบวนที่นี้ เดียวนี้ ทำให้ค่าคงที่ของจักรวาลหายไปเช่นกัน จึงไม่เห็นพระเจ้าหรือพระนิพพาน"

ที่นี้ เดียวนี้ ไม่ต้องอาศัยความคิด

เมื่อความคิดทุกความคิดเป็นเรื่องของอดีตและอนาคตแล้วละก็ ย่อมหมายความว่าในขณะที่ผู้ขับรถไฟขบวนชีวิตสามารถทำให้อยู่กับที่นี้ เดียวนี้ หรือ ปัจจุบันขณะได้จริง ๆ ในช่วงเวลาสั้น ๆ บาง ๆ นั้นแหละ ภายในใจของผู้ขับรถไฟจะต้องไม่มีความคิดเลย ทันทันที่ใจของเราปลอดจากความคิด (จิต) หรือ ทอมหลุดจากการถูกรบกวนของเจอรี้แล้วละก็ ช่วงเวลานั้นเองที่ผู้ขับรถไฟจะสามารถนำรถไฟขบวนชีวิตมาเดินขนานกับรถไฟขบวนที่นี้ เดียวนี้ได้ทันที จึงสามารถเห็นใบหน้าของพระเจ้า สามารถรับประทานผลไม้จากต้นไม้แห่งชีวิตที่พระเจ้าประทานให้ เห็นพระนิพพาน เห็นสังฆกรรมอันสูงสุด และกำลังใช้ชีวิตอมตะอยู่

ในภาคปฏิบัติจริง ๆ หากคุณต้องการอยู่กับปัจจุบันขณะให้ได้จริง ๆ ละก็ "ไม่จำเป็นต้องไป "จับตัวปัจจุบัน" ให้อยู่ยาก ทำอย่างเดียวกันนั้น คือ พาตัวใจกลับบ้านที่หนึ่งกับสองโดยไม่ต้องมีเสียงในหัว ขอให้รู้ลมหายใจ การเคลื่อนไหว และความรู้สึกของกายอย่างเงียบกริบในหัวจริง ๆ ทำเพียงเท่านี้ก็คือ การจับตัวปัจจุบันได้แล้ว อยู่กับปัจจุบันขณะแล้ว ทำเพียงเท่านี้ก็ได้นบ้านที่สี่แล้ว สามารถรับผัสสะอย่างบริสุทธิ์แล้ว บ้านทั้งสี่หลังทะลุกันเป็นบ้านใหญ่หลังเดียวแล้ว คุณก็ได้ขับรถไฟขบวนชีวิตของคุณขนานกับรถไฟขบวนที่นี้ เดียวนี้แล้ว

ฉะนั้น ดิฉันจะสรุปให้คุณเห็นอย่างชัดเจนในรูปของสมการ ดังนี้

อดีต อนาคต = ความคิด ความจำ ความรู้สึก = ผัสสะไม่บริสุทธิ์
ที่นี่ เตี้ยวนี้ = ไม่คิด ไม่จำ ไม่รู้สึก (เฉย ๆ) = ผัสสะบริสุทธิ์

วาดรูปที่ ๕ รถไฟขบวนที่นี้ เตี้ยวนี้อยู่ซ้ายมือ และขบวนชีวิตอยู่ขวามือ มีรูปของคน ๆ หนึ่งนั่งริมหน้าต่างของทั้งสองขบวน เขียนลูกศร <-----> ระหว่างรถไฟสองขบวน และเขียนภายใต้ภาพว่า "เมื่อเจ้าของชีวิตสามารถรับผัสสะอย่างบริสุทธิ์ รถไฟสองขบวนจะวิ่งขนานกันทันที เข้าถึงพระเจ้าและพระนิพพานทันที"

สังขธรรมไม่สามารถเข้าถึงได้ด้วยการคิด

การเปรียบเทียบด้วยรถไฟสองขบวนเช่นนี้จะสามารถทำให้คุณเห็นได้ชัดเจนว่า ประสบการณ์ของพระเจ้าและพระนิพพานนั้นไม่ใช่เป็นเรื่องของการจินตนาการด้วยความคิดนึกแต่อย่างใด แต่เป็นเรื่องการมีประสบการณ์ เป็นเรื่องการใช้อายตนะของเราเข้าไปสัมผัสไปดู ฟัง ดมกลิ่น ลิ้นชิมรส และสัมผัสกับตัวพระเจ้า ตัวพระนิพพาน หรือตัวสังขธรรมอย่างแท้จริง ซึ่งเปรียบเทียบได้กับลักษณะของการขับริถไฟขบวนหนึ่งให้ไต่ระดับขนานกับรถไฟอีกขบวนหนึ่ง จึงจะเห็นหน้าซึ่งกันและกันได้อย่างชัดเจนเหมือนเป็นคน ๆ เดียวกันด้วยซ้ำ นี่จึงเป็นวิธีการเข้าถึงปรากฏการณ์หนึ่งในธรรมชาติที่เป็นสังขธรรม เป็นความจริงในชั้นอันติมะที่ไม่มีอะไรอื่นไปเหนือมันได้อีกแล้ว

สังขธรรมเปรียบเทียบได้กับการเกิดขึ้นของ "ตัก"

ขอเปรียบเทียบอีกสิ่งหนึ่งที่สามารถอธิบายการเกิดขึ้นของสภาวะสังขธรรม คือ เหมือนการทำให้เกิดสภาวะของ "ตัก" ที่เกิดได้เมื่อนั่งลง และสามารถเอาของมาวางลง หรือให้ลูกหลานตัวเล็ก ๆ ได้นั่งเล่น สภาวะตักนี้จะไม่เกิด หากคนไม่ยอมนั่ง แต่พอนั่งลงบีบตักเกิดทันที การเข้าถึงสังขธรรมอันสูงสุดจึงเหมือนการเกิดขึ้นของตัก ไม่ใช่เป็นเรื่องของการอ่านหนังสือให้รู้ว่ามีสภาวะตักเมื่อนั่งลง แต่เป็นเรื่องการทำสภาวะตักให้เกิดขึ้น ซึ่งแตกต่างกันมาก ต่อให้คุณรู้ว่าตักเป็นอย่างไร เกิดได้อย่างไรจากตำรับตำรา แต่หากคุณไม่ยอมนั่งตักก็จะมีวันเกิดขึ้นกับคุณ หากคุณเอาแต่อ่านหนังสือที่เกี่ยวกับพระเจ้าหรือพระนิพพาน แต่ไม่ยอมทำให้มันเกิดเป็นจริงขึ้นมา คุณก็ได้แต่ตัวหนังสือ ไม่มีวันได้ของจริงแน่นอน

วาดรูปที่ ๖ วาดภาพของคน ๓ คนที่กำลังยืน เดิน และนอน เขียนภายใต้ภาพว่า "สภาวะตักไม่เกิดกับคนยืน เดิน และนอน เหมือนคนเข้าไม่ถึงพระนิพพานเมื่อยังติดอยู่ในกล่องความคิดของอดีตและอนาคต"

วาดรูปที่ ๗ วาดภาพของคนนั่งบนเก้าอี้ และเขียนภายใต้ภาพว่า "สภาวะตักจะเกิดกับคนที่ยอมนั่งลงเท่านั้น เมื่อตัวใจหลุดจากความคิดโดยการฝึกพาตัวใจกลับบ้านแล้ว เจ้าของชีวิตจะเข้าถึงพระนิพพานได้ทันทีในขณะนั้น ๆ"

จำเป็นต้องขอความช่วยเหลือจากพระพุทธเจ้า

ฉะนั้น คุณจะเห็นได้ว่า ตัวปัญหาใหญ่ในที่นี้คือ ความคิด ที่ทำให้ผู้ขับริถไฟชีวิตติดอยู่ในกล่องเวลาของอดีตและอนาคต จึงทำให้รถไฟชีวิตวิ่งไม่ได้ระดับเดียวกับรถไฟพระเจ้าหรือพระนิพพาน ตรงนี้แหละ มนุษย์ทุกคนจำเป็นต้องพึ่งพาความรู้ของพระพุทธเจ้าแล้ว เพราะจู่ ๆ จะบอกให้คนไม่คิด ไม่จำ ไม่รู้สึก นั้น ย่อมเป็นไปได้ จำเป็นต้องทำอย่างมีหลักการ จำเป็นต้องมีผู้จริงมาบอกให้ และพระพุทธเจ้าก็เป็นมนุษย์ผู้จริงท่านแรกในโลก

ที่สามารถบอกเพื่อนมนุษย์ด้วยกันได้ว่า จะทำอย่างไรจึงจะทำให้ความคิดหลุดออกและว่างจากหัวของเราได้ เพื่อว่าในขณะที่นั้น ๆ เราจะได้নারถไฟชีวิตวิ่งไปให้ได้ระดับเดียวกับรถไฟขบวนพระเจ้าหรือพระนิพพาน

สติปัญญาสี่คือคำตอบ

วิธีการที่จะทำให้ใจของเราให้ว่างจากความคิด ความจำ และความรู้สึก ก็โดยการฝึกสติปัญญาสี่ หรือ วิปัสสนา ซึ่งภาษาของดิฉันคือ การพาตัวใจกลับบ้าน Bringing your mental self back home. ทุกครั้งที่ผู้ฝึกสติปัญญาสามารถพาตัวใจกลับบ้านหลังใดหลังหนึ่งในสี่บ้าน (สี่ฐาน) ได้แล้ว เมื่อนั้น ความคิด ความจำ ความรู้สึก ซึ่งเป็นกล่องเวลาของอดีตและอนาคตก็จะหลุดลอยออกจากหัวของเรา ทำให้ตัวใจของเราว่างจากจิตหรือความคิดหรือเจอรึ จึงทำให้เราสามารถมายืนอยู่ต่อหน้าพระนิพพาน หรือ พระเจ้า หรือ สัจธรรมอันสูงสุดได้ทันที รถไฟทั้งสองขบวนจึงสามารถวิ่งได้ในระดับเดียวกันด้วยวิธีการฝึกวิปัสสนาหรือพาตัวใจกลับบ้านนี้เอง

โดยเฉพาะอย่างยิ่ง หากผู้ปฏิบัติสามารถเข้าบ้านที่สี่ได้แล้ว บ้านทั้งสี่หลังจะถูกทำให้ทะเลเป็นบ้านหลังใหญ่มากหลังเดียวเท่านั้น แต่หลังเดียวนี้จะมีขนาดใหญ่โตครอบจักรวาลเลยทีเดียว ผู้ปฏิบัติจะเกิดปัญญาเข้าใจชีวิตของตนเองอันเนื่องกับจักรวาลที่ตนอยู่ การจะเข้าบ้านหลังใหญ่หลังเดียวนี้ได้ คือ การปฏิบัติสติปัญญาจนสามารถเข้าบ้านที่สี่หรือรับ "ผัสสะอย่างบริสุทธิ์" ได้นั่นเอง

ใคร ๆ ก็คิดออกได้

ดิฉันมีลูกศิษย์ชายคนหนึ่งชื่อจามาล เป็นลูกครึ่งอังกฤษกับอิหร่านและนับถือศาสนาอิสลาม เป็นชายหนุ่มหน้าตาหล่อเหลามีลักษณะของความเป็นปัญญาชนเต็มตัว เรียนคณะวิศวกรรมศาสตร์ คุณพ่อเป็นนักการเมือง จึงไม่เชื่ออะไรง่าย ๆ วันหนึ่งดิฉันได้อธิบายเรื่องที่นี้ เดียวนี้ ในลักษณะที่ดิฉันอธิบายในจดหมายนี้แหละ ดิฉันสังเกตได้ว่า หนุ่มจามาลฟังอย่างตั้งใจมากกว่าใคร มีการพยักหน้าแบบเห็นด้วยอยู่บ่อยครั้ง พอจบชั่วโมง จามาลเข้ามาหาดิฉันและพูดอย่างตื่นเต้นว่า

"คุณซูครับ ผมขออนุญาตคุยกับคุณสักครู่ได้ไหมครับ ผมต้องการให้คุณดูอะไรสักอย่างหนึ่ง ผมตื่นเต้นและดีใจมากที่สุดในเรื่องที่คุณได้พูดไปในชั่วโมงนี้ คุณได้ให้คำตอบในสิ่งที่ผมต้องการมานานแล้ว ผมตื่นเต้นจนบอกไม่ถูกแล้วครับ"

จามาลได้นำกระดาษขาวแผ่นหนึ่งออกจากกระเป๋าของเขา เมื่อคลี่ออก ก็เป็นแผ่นใหญ่พอสมควร มีการขีดเขียนอะไรมากมาย ในท่ามกลางตัวหนังสือและภาพเหล่านั้นก็มีหนังสือตัวใหญ่ ๆ อยู่ตรงกลางแผ่นกระดาษที่ถูกขีดเส้นใต้สองเส้นและกำกับด้วยดาวใหญ่ ๆ ทั้งสองด้าน คำ ๆ นั้นคือ Here and Now หรือ ที่นี่ เดียวนี้

และแล้ว จามาลก็เล่าอย่างตื่นเต้นว่า เมื่อสวดสัจพาดห์ที่ผ่านมานี้เอง เขาไปเที่ยวที่เวลส์ซึ่งมีภูเขามากมาย ไปคนเดียว วันที่เขาขีดเขียนสิ่งเหล่านี้คือวันที่เขามานั่งอยู่บนยอดเขาสูงหนึ่ง จึงใช้เวลาคิดถึงเรื่องราวอันเป็นแก่นสารของชีวิต นั้นเป็นเทอมแรกที่จามาลมาเรียนกับดิฉันและชั่วโมงนั้นคงจะเป็นชั่วโมงที่ ๗ หรือ ๘ ของเทอมแล้ว คงจะได้รับอิทธิพลจากสิ่งที่ดิฉันพูดไปแล้วบ้าง

จามาลบอกว่า เขาคิดได้ถึงจุดที่เขาสรุปกับตัวเองว่า แก่นสารของชีวิตน่าจะอยู่ที่นี้ เดียวนี้ เขาจึงขีดเส้นใต้ กากบาทไว้ชัดเจนเช่นนั้น แต่เขาไม่สามารถคิดต่อได้ว่ามันคืออะไร อย่งไร จนกระทั่งดิฉันมาพูดเรื่องที่นี้ เดียวนี้ ในชั่วโมงนั้น เขาจึงตื่นเต้นมาก บอกว่า ออกแทบจะระเบิด และกล่าวขอบคุณดิฉัน บอกว่า ไม่เคยคิดฝันเลยว่าจะมีใครที่สามารถให้คำตอบในเรื่องที่เขาต้องการได้ชัดเจนเช่นนั้น ดิฉันมีนักศึกษาชาวมุสลิมอยู่หลายคน แต่จำ

มาเป็นนักศึกษามุสลิมคนแรกที่เข้ามาคุยอย่างสนิทสนมนับจากวันนั้นเป็นต้นมา และได้เขียนเสียงสะท้อน feedback ให้แก่ดิฉันถึงสองครั้ง⁵

ดิฉันเล่าเรื่องของจามาลให้คุณรับรู้ เพราะต้องการให้คุณเห็นว่าแม่คนไม่ได้สนใจพระพุทธศาสนาเลย ก็สามารถคิดถึงเรื่องสังขารได้ เพราะนี่เป็นเรื่องสากล universal หากตั้งใจคิดให้ถี่ถ้วนและลึกซึ้งสักหน่อย อย่างทฤษฎีเอกภาพของไอน์สไตน์ก็คือการคิดเรื่องสังขารนั่นเอง ความคิดของจามาลก็เช่นกัน เด็กหนุ่มคนนี้คิดได้ไกลและลึกซึ้งมากถึงขนาดรู้อย่างที่นี้ เติบโตได้ซ่อนคำตอบบางอย่างของชีวิตไว้ เพียงแต่ยังจับต้นชนปลายไม่ถูกเท่านั้น คนที่คิดลึกและคิดอย่างรอบคอบถี่ถ้วนแล้ว จะมองออกได้ไม่ยากเลยว่ นอกจากที่นี้ เติบโตแล้ว ไม่มีอะไรจริงสักอย่างเดียว

สิ่งที่จริงที่สุด ที่มีอะไรเป็นตัวเป็นตน เป็นเนื้อเป็นหนังจริง ๆ คือ ที่นี้ เติบโตเท่านั้น ฉะนั้น ตัวสังขาร หรือ ตัวความจริงที่มันจริง ๆ ก็คือ ทุกอย่างที่เราเห็นได้ สัมผัสได้ในขณะนี้ ที่นี้ เติบโต นั่นเอง ก็คือ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ของที่นี้ เติบโต หรือ ผัสสระบิริสุทธิ์นั่นเอง ไม่เชื่อ คุณก็ลองคิดตามดิฉันสิ

ไป ๆ มา ๆ การคิดที่ดิฉันเรียกว่าลึกซึ้งนั้นกลับมาอยู่ในสิ่งที่ไม่มีความรู้สึกอะไรเลย สังขารในฐานะที่เป็นผัสสระบิริสุทธิ์ที่กำลังเกิดที่นี้ เติบโต เป็นความจริงที่ไม่มีความรู้สึกซึ้งอะไรแม้แต่ชนิดเดียว เป็นเรื่องต้นที่สุดจนไม่รู้จะต้นอย่างไร ดังที่นักศึกษายุ่งของดิฉันคนหนึ่งเคยรำพึงออกมาอย่างไม่เชื่อว่า *Is that it? เท่านั้นหรือ* จึงกลายเป็นเรื่องยากที่สุด เพราะคนส่วนมากมองข้ามไปอย่างสนิท แต่ถึงแม้จะมองออกบ้างแล้วอย่างจามาล ถ้าไม่มีการอธิบายอย่างที่ดิฉันกำลังทำในบทนี้ และไม่นำเรื่องการพาตัวใจกลับบ้านเข้ามาแล้ว ก็คงไม่พ้นเรื่องการคิดอย่างปรัชญา คือ มีแต่ความคิด แต่ไม่รู้ว่าจะเข้าถึงที่นี้ เติบโตได้อย่างไร

ต้องฝึกทักษะของการขับรถไฟ

ฉะนั้น คุณจะเห็นได้ว่า การเข้าถึงสังขารอันสูงสุดนั้นถูกตีวงแคบมาสู่เรื่องเดียวเท่านั้น คือ ทำอย่างไรเราจะสามารถขับรถไฟชีวิตให้ได้ระดับเดียวกับรถไฟขบวนพระเจ้าหรือพระนิพพาน จะทำได้ก็โดยการฝึกสติปัญญาหรือภาษาของดิฉันคือ การพาตัวใจกลับบ้านทั้งสี่นั่นเอง ไม่ว่าผู้ฝึกกำลังพาตัวใจกลับมาสู่บ้านหลังใดหลังหนึ่งในสี่บ้านนี้ เมื่อนั้น ผู้ปฏิบัติก็จะปลอดจากความคิด หรือ มีหัวใจที่ว่างจากจิตทันที ในช่วงขณะที่สั้น ๆ นั้นเองรถไฟสองขบวนได้วิ่งขนานกันแล้ว ฉะนั้น สิ่งที่ผู้ปฏิบัติจะต้องทำคือ ฝึกทักษะของการพาตัวใจกลับบ้านบ่อย ๆ เมื่อทักษะของเราดีขึ้นแล้ว เวลาที่เราสามารถเดินเคียงข้างกับพระเจ้าพระนิพพาน หรือ สังขารอันสูงสุด ย่อมยืดออกไป นานขึ้นเรื่อย ๆ ในลักษณะเช่นนี้ จนในที่สุด ทักษะของการขับรถไฟชีวิตขนานกับรถไฟขบวนสังขารจะกลายเป็นธรรมชาติของเราเอง จะสามารถใช้ชีวิตของทุกกลมหายใจได้อย่างรู้ตัวทั่วพร้อม เป็นธรรมชาติของมันเอง เหมือนคนขับรถเก่งแล้ว พอหนังหลังพวงมาลัยก็ขับได้อย่างเป็นธรรมชาติ เหมือนคนฝึกพูดภาษาอังกฤษเป็นภาษาที่สอง เมื่อพูดได้เก่งแล้ว ก็พูดได้อย่างเป็นธรรมชาติ ไม่ต้องฝืนอีกแล้ว

ไอน์สไตน์ขาดเครื่องมือ

ความคิดของไอน์สไตน์ไม่ว่าจะเป็นเรื่องจุดนิ่งของจักรวาล The absolute ruling point in nature หรือ ทฤษฎีสรรพสิ่งที่เขาปลุกปล้ำอยู่ ๓๐ ปีนั้น ที่จริงแล้ว ลึกซึ้งมาก เขารู้ว่าต้องมีสิ่งหนึ่งที่สามารถให้คำตอบแก่ทุกสิ่งทุกอย่างในจักรวาลได้ ซึ่งที่จริงมีอยู่ ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า "อายตนะนั้นมีอยู่" อายตนะ ในที่นี้ ท่านหมายถึงพระนิพพาน ถึงแม้สัง

⁵ คุณสามารถอ่านเสียงสะท้อนของจามาลจากเว็บไซต์ของดิฉันภายใต้ Feedback from Supawan's students

ธรรมของทุกสิ่งมีอยู่ แต่ไอ้สไตน์ก็ค้นไม่พบเพราะขาดเครื่องมือคือ ครูบาอาจารย์ที่สามารถถ่ายทอดความรู้เรื่องวิปัสสนา หรือ สติปัญญาสี่ให้ น่าเสียดายที่ไอ้สไตน์ไม่ได้เกิดในเมืองพุทธ มิเช่นนั้น อัศจรรย์บุคคลผู้นี้อาจจะสามารถเปลี่ยนโฉมหน้าของโลกยุคใหม่ให้เป็นโลกที่น่าอยู่มากกว่านี้ก็เป็นได้ ความเป็นอัศจรรย์บุคคลของเขาบวกกับความรู้เรื่องสติปัญญาสี่ย่อมสามารถก่อให้เกิดปฏิภพวิญญูในแง่ของการสร้างสรรค์อารยธรรมที่เอื้ออำนวยให้มนุษย์หันเข้าหาสัจธรรมได้อย่างแท้จริง ดิฉันกำลังฝันอยู่หรือเปล่านี้?

สรุป

มาซง จากที่อธิบายมาโดยใช้ข้อเปรียบเทียบของรถไฟสองขบวนนี้แล้ว คุณคงจะเข้าใจได้ชัดเจนแล้วว่าทำไมคุณจึงรู้สึกเป็นสุขมากขึ้นมาอย่างฉับพลันทันใดเมื่อคุณสามารถพาตัวใจกลับบ้าน และมาอยู่กับที่นี่ เดียวนี้ เพราะในขณะนั้น คุณได้เข้าถึงสัจธรรมอันสูงสุดแล้ว ในฐานะที่คุณเป็นชาวคริสต์ ก็เท่ากับว่าคุณได้เข้าไปในอาณาจักรของพระเจ้าแล้ว ได้กลับสู่สวนอีเดนของท่านแล้ว คุณจึงมีความสุขมาก เมื่อคุณกลับมาสู่ฐานของสติเช่นลมหายใจเท่านั้น ปัญหาในใจที่มากับความคิดจะหายไปเหมือนปลิดทิ้ง เจอร์จะปล่อยหอมให้อยู่สบายหน่อย แต่ก็แน่นอนแหละ คุณอาจจะอยู่ในดินแดนของพระเจ้าไม่นาน เพราะทักษะในการขับรถไฟชีวิตของคุณยังไม่เก่ง คือ คุณยังติดการคิด ยังปล่อยวางความคิดไม่ได้อย่างทันทั่วทั้งที จึงยังไม่สามารถขับรถไฟชีวิตให้ได้ระดับเดียวกับรถไฟพระเจ้าตลอดเวลา

ก็ไม่ใช่ไรนะ ค่อย ๆ ฝึกไปนะคะ คุณโชคดีมากแล้วที่เกิดมาเป็นมนุษย์และได้พบพระพุทธศาสนาทั้ง ๆ ที่อยู่ประเทศคามารูน ในทวีปอาฟริกาแท้ ๆ คุณไอ้สไตน์ยังไม่โชคดีเท่าคุณนะ ชาวพุทธไทยจะมองคุณในลักษณะที่มีบุญบารมีมากเลยคะ คนมีบารมีในทางธรรม แม้อยู่ไกลเพียงใด ก็ยังหาครูบาอาจารย์พบจนได้ บางคนที่อยู่แสนจะใกล้ชิดครูบาอาจารย์แท้ ๆ แต่กลับไม่ได้ความรู้อะไรไปเลย น่าเสียดายมาก เรื่องของบุญบารมีนี้ ไม่เข้าใครออกใคร ของใครก็ของเขาจริง ๆ เானะคะ ฝึกไปเรื่อย ๆ แล้วคุณก็จะเก่งขึ้นเอง อีกหน่อยก็จะสามารถอยู่ในดินแดนของพระเจ้าได้นานขึ้น

มาซง เนื่องจากวันนี้เป็นวันที่สองของปีใหม่ ดิฉันจึงขอถือโอกาสมอบจดหมายฉบับนี้เป็นของขวัญวันปีใหม่ให้คุณและลูกศิษย์ของดิฉันทุกคนที่อาศัยอยู่ทั่วทุกมุมโลก โดยที่ดิฉันจะส่งเป็นอีเมลล์ให้พวกเขาได้อ่านกันเหมือนกับจดหมายฉบับก่อน ๆ ที่ดิฉันเขียนให้ลูกศิษย์คนอื่น แต่คุณก็ยังได้อ่านเช่นกัน นี่ก็เป็นวิธีการของดิฉันที่พยายามจะช่วยกอบกู้วัฒนธรรมสติปัญญาสี่ให้กลับมาสู่สังคมโลกอีก อาจเป็นเรื่องเพ้อฝันก็จริงอยู่ แต่ที่จริงแล้วหากคุณเป็นเพียงคนเดียวในโลกที่พาตัวใจกลับบ้านได้ ดิฉันก็พอใจแล้วคะ

ขออวยพรให้คุณมีความสามารถขับรถไฟของชีวิตได้เก่ง ๆ นะคะ ขอให้มีความอดทนต่อสถานการณ์ทุกอย่างของชีวิต อย่าท้อถอย และก้มหน้าก้มตาฝึกทักษะเรื่องการพาตัวใจกลับบ้านเสมอ ชีวิตของคุณจะเป็นสุขยิ่ง ๆ ขึ้นไป ไม่ตกต่ำอีกแล้วคะ

ด้วยความเมตตา

ศุภวารณ

บทที่เจ็ด

วิปัสสนา: สูตรสำเร็จของสันติภาพของโลก

Vipassana: The Formula For World Peace

การคิดได้อย่างกว้างขวางของอินส์ไตน์จนทำให้เขาอยู่ในระดับอัจฉริยะบุคคลแห่งความเป็นนักคิดนั้นไม่มีอะไรซับซ้อนมากไปกว่าการเดินลึกเข้าไปในทอแห่งความคิดอันมีทางตันเป็นที่สุด สิ่งที่มนุษย์พยายามไขว่คว้าหาอยู่ด้วยความหวังว่าจะสามารถมีชีวิตอยู่ได้อย่างเป็นสุขจริง ๆ นั้นจึงเป็นประสบการณ์ที่ไม่สามารถคิดค้นและเข้าถึงได้ด้วยความคิดและการคิดเพียงอย่างเดียว จำเป็นต้องฟังผู้รู้ตามพระพุทธเจ้าเท่านั้น

ในท่ามกลางพระศาสดาทั้งหลายของโลก สิ่งที่ทำให้พระพุทธเจ้าเด่นขึ้นมาเพราะ หลังจากที่ท่านได้ค้นพบสังขธรรมอันสูงสุดแล้ว ท่านยังสามารถชี้แนวทางที่ชัดเจนให้กับผู้แสวงหาทั้งหลายที่ต้องการเดินตามรอยเท้าของท่าน เพื่อช่วยให้คนเหล่านี้สามารถเข้าถึงสังขธรรมอันสูงสุดเหมือนกับที่ท่านได้เข้าถึงแล้ว แนวทางของท่านคือ มรรคมีองค์แปดที่ประกอบด้วยศีล สมาธิ ปัญญา แต่หากพูดให้รัดกุมมากขึ้นก็คือ เรื่องมหาสติปัญญาอันเป็นเรื่องการทำความรู้จักกับความคิดและเข้าใจความเป็นมายาของความคิดเพื่อมนุษย์จะได้ไม่ถูกความคิดหลอกเอา

ความรู้ทางโลกกับทางธรรมต้องไปพร้อมกัน

แม้ความรู้ทางโลกจะสร้างปัญหา ก็ไม่ได้หมายความว่า เราต้องปฏิเสธความรู้ทางโลกอย่างเด็ดขาดหากต้องการมุ่งเอาความรู้ทางธรรม ไม่ใช่เช่นนั้น สิ่งที่เราควรทำคือระบบการศึกษาทางโลกจำเป็นต้องมีเป้าหมายเพื่อช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ให้บรรลุจุดประสงค์ทางธรรมไว้ก่อน คือ กอบกู้เอกราชที่แท้จริงให้แก่มนุษยชาติ หรือ ช่วยพามนุษย์เดินกลับมาสู่หลักนี้ที่สามเพื่อทุกคนจะได้เดินทางออกจากอุโมงค์ชีวิตและกลับมาสู่ทุ่งกว้างที่จุด ก อันเป็นพรหมแดนสุดท้ายของชีวิต หากระบบการศึกษาของโลกตั้งอยู่บนหลักการของปัญญา ศีล สมาธิ แล้ว การเรียนรู้วิชาการทางโลกจะเป็นไปอย่างไม่หลงทิศทางของชีวิต และจะสามารถเดินขนานกับความรู้ทางธรรมได้

ในภาคปฏิบัติย่อมหมายความว่า วิปัสสนาจะต้องกลายเป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตรการศึกษา จะต้องเป็นหลักสูตรบังคับ เด็ก ๆ อนุบาลจนถึงนักศึกษาปริญญาเอกจะต้องรู้จักการใช้ตาใจ และรู้ว่าพาตัวใจกลับบ้านได้อย่างไร นี่เป็นจุดเริ่มต้นของการสร้างวัฒนธรรมสติปัญญา เมื่อปัจเจกชนสามารถจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ที่ผุดขึ้นมาในหัวในใจของตนเองโดยการพาตัวใจกลับบ้านแล้ว คนเหล่านี้จะไม่สร้างปัญหาให้แก่สังคม สามารถอยู่ติดบ้านใช้ชีวิตที่เรียบง่าย ธรรมดา ๆ ปัญหาสังคมก็จะน้อยลง จากความสุขสงบในจิตใจของปัจเจกชนแต่ละคน เมื่อนำมารวมกันเข้า ก็จะกลายเป็นความปกติสุขหรือสันติภาพของชาวโลกโดยส่วนรวม

ท่านเหลาจื้อได้พูดว่า ระบบการปกครองที่ดีที่สุดนั้น ชาวบ้านจะไม่รู้ด้วยซ้ำไปว่ามีผู้ปกครองอยู่ เพราะทุกคนล้วนทำมาหาเลี้ยงชีพ รับผิดชอบต่อครอบครัวของตน ใช้ชีวิตอย่างปกติธรรมดาซึ่งเป็นการรักษาศีลอย่างเป็นธรรมชาติโดยไม่รู้ว่านั้นคือศีล สังคมเช่นนี้ฟังเหมือนอุดมคติที่เป็นไปไม่ได้ แต่ที่จริงแล้ว เป็นไปได้ทีเดียว ถ้าระบบการศึกษาของโลกมีเป้าหมายอยู่ที่การแสวงหาตนเองโดยมีวิปัสสนาเป็นหลักสูตรบังคับ

วิปัสสนาคือสูตรสำเร็จของสันติภาพของโลก

น่าเสียดายว่าไอน์สไตน์ไม่มีโอกาสได้พบอาจารย์สอนวิปัสสนาในช่วงชีวิตของเขา มิเช่นนั้นแล้ว โลกนี้อาจจะมีอะไรที่ดีขึ้นกว่านี้ก็เป็นได้ หากไอน์สไตน์รู้เรื่องและได้ฝึกวิปัสสนาแล้ว มันอาจจะหมายความว่า คนทั่วโลกอาจจะยอมรับวิปัสสนาในฐานะที่เป็นวิธีการทางวิทยาศาสตร์ที่สามารถช่วยปรับสภาวะจิตใจของคนให้อยู่ในระดับปกติได้ การยอมรับของไอน์สไตน์ในเรื่องวิปัสสนานี้ย่อมเป็นสิ่งที่กระตุ้นให้วงการวิทยาศาสตร์วิจัยเรื่องจิตใจของมนุษย์อย่างถูกทาง ไม่เป็นไปอย่างสะเปะสะปะเหมือนที่กำลังเป็นอยู่ โดยการพยายามเอาผ้าปิดตาออกจากอายตนะที่ ๖ หรือ ตาใจ แทนที่จะไปผูกมัดให้มันแน่นมากขึ้น การวิจัยเรื่องจิตใจของมนุษย์อย่างถูกทางนี้อาจจะสามารถช่วยมนุษยชาติจากวัฒนธรรมยาเสพติดทั้งหลายที่สังคมมนุษย์กำลังติดกับดักมันอยู่ นี่อาจจะเป็นข่าวร้ายต่อผู้หารายได้กับการผลิตและขายยาเสพติด แต่ย่อมเป็นข่าวดีต่อมนุษยชาติโดยรวม

วิปัสสนาจึงเป็นสูตรสำเร็จของสันติภาพของโลก ซึ่งสันติภาพของโลกเป็นสิ่งที่ไอน์สไตน์ต้องการเห็นในตลอดชีวิตของเขา

หาก A มีค่าเท่ากับความสำเร็จแล้วละก็ สูตรสำเร็จควรเป็นเช่นนี้คือ $A=X+Y+Z$
 X คือ การทำงาน Y คือ การเล่น Z คือ การปิดปากให้แน่น

นั่นคือคำพูดของไอน์สไตน์โดยที่ไม่เคยฝึกวิปัสสนา หากไอน์สไตน์มีโอกาสดูฝึกฝนวิปัสสนาแล้วไซ้ เขาอาจจะพูดเช่นนี้ก็ได้ คือ

หาก A มีค่าเท่ากับสันติภาพของโลกแล้วละก็ สูตรสำเร็จควรเป็นเช่นนี้คือ $A=X+Y+Z$
 X คือ การฝึกวิปัสสนาของชายทุกคน Y คือ การฝึกวิปัสสนาของหญิงทุกคน
 Z คือ การปิดปากให้แน่น

หากชาวโลกสามารถทำตามสูตรสำเร็จนี้ได้แล้วละก็ สันติภาพของโลกย่อมเป็นสิ่งรับประกันได้อย่างแน่นอน

กอบกู้วัฒนธรรมสติปัญญา¹

วัฒนธรรมสติปัญญาเคยมีอยู่แล้วในสังคมโลก ดังปรากฏการณ์ที่เกิดในสังคมอินเดีย ยุคหลังพุทธกาล ที่เมืองปาฏลีบุตร คนในสังคมของยุคนั้นมักทักทายซึ่งกันและกันโดยถามว่า

"ขณะนี้ เธอกำลังกำหนดสติอยู่กับฐานใดหรือ?"

ถ้าพูดภาษาของดิฉันก็จะเป็นว่า

"ตอนนี้หัวใจของเธอกำลังอยู่บ้านไหนหรือ?"

คนถูกถามก็จะตอบไปตามที่ตนเองกำลังทำอยู่ แต่หากใครบอกว่า ฉันไม่ได้ทำไม่ได้อยู่บ้านไหนทั้งสิ้น คนก็จะเดินหนี เห็นคนเหล่านั้นเป็นตัวนำโชคร้าย และเรื่องอัปมงคลมาสู่ตน อย่างไรก็ตาม ปรากฏการณ์ทางสังคมเช่นนี้ต้องนับว่าเป็นวัฒนธรรมสติปัญญาที่ร่ำรวยมหาศาลมาก เป็นสิ่งที่เกื้อกูลให้ชาวโลกสามารถเดินทางเข้าสู่แผ่นดินของพระเจ้า หรือ พระนิพพานได้เป็นหมื่นมาก Exodus

ชี้ให้เห็นด้วยว่า เรื่องการฝึกทักษะของการพาตัวใจกลับบ้านนี้ เป็นเรื่องง่าย ๆ ธรรมดา ๆ ที่ชาวมนุษย์ล้วนทำได้ทั้งสิ้นแม้แต่คนที่กำลังอ่านประโยคนี้อยู่ จึงเกิดปรากฏการณ์เช่นนี้ขึ้นในสังคม เนื้อหาที่แท้จริงของการฝึกสติปัญญาหรือการพาตัวใจกลับบ้าน ก็ไม่มีอะไรยากไปกว่า การรับรู้ลมหายใจของเราอย่างชัดเจน (เข้าบ้านที่หนึ่ง) รับรู้การเคลื่อนไหวของกายอย่างทั่วพร้อม (เข้าบ้านที่หนึ่ง) รวมทั้งการรับรู้ความรู้สึกของกายอย่างทั่วพร้อมด้วย (เข้าบ้านที่สอง) ซึ่งเป็นเรื่องง่าย ๆ พื้น ๆ ธรรมดาทุก คนที่ไม่ได้นอนหลับ ไม่ได้สลับ ไม่ได้อยู่ในอาการโคม่า และยังไม่ตาย ล้วนทำได้ トラบใดที่ยังหายใจอยู่

¹ อ่านเรื่อง วัฒนธรรมสติปัญญา ในหนังสือเรื่อง โป้ไม้กำมือเดียว เขียนโดย สุภาวรรณ กรีน

และเคลื่อนไหวได้ยอมทำได้ทั้งสิ้น แม้เป็นเป็นคนตาบอด เป็นอัมพาต นอนเฉย ๆ หรือนั่งรถเข็นก็ยังสามารถทำได้ เพราะลมหายใจยังมีอยู่

น่าเสียดายมากกว่าวัฒนธรรมสติปัญญาอย่างเช่นที่เมืองปาฏลีบุตรได้หายไปจากสังคมโลกเสียแล้ว ยุคนี้ใครฝึกสติปัญญา พูดเรื่องการไปนิพพาน กลับถูกคนตาบอดทางใจเหล่านั้นมองเป็นคนที่มีความชีวิต เป็นคนเพี้ยนไปเสียอีก ยุคนี้จึงเป็นสังคมที่กลับหัวกลับหาง คนหม่อมมากเห็นดอกบัวเป็นกงจักร และเห็นกงจักรเป็นดอกบัว น่าสงสาร สังคมจึงยุ่งมาก

สรุป

หากการกอบกู้วัฒนธรรมสติปัญญาเป็นเรื่องอุดมคติมากเกินไป ไม่สามารถทำให้เป็นจริงได้ละก็ ทางออกที่เหลือจึงมีเพียงทางเดียวเท่านั้น คือ ต้องพยายามเอาตัวเองให้รอดไว้ก่อน โดยการเร่งรีบทำความเข้าใจในสิ่งที่ดิฉันนำเสนอคุณในหนังสือเล่มนี้ และรีบเดินทางออกจากอุโมงค์ของชีวิตเสียโดยการฝึกวิปัสสนาหรือพาตัวใจกลับบ้าน เพื่อจะได้ชื่อว่า โชคดีที่เกิดมาเป็นมนุษย์ และได้พบพระพุทธศาสนา ไม่เสียชาติเกิดแล้ว หากสามารถช่วยคนอื่นหนึ่งคนให้รู้เรื่องเหล่านี้ได้ ก็ควรพอใจมากแล้ว แต่ถ้าทำไม่ได้ ก็ต้องรีบช่วยตัวเอง

ดิฉันหวังเป็นอย่างยิ่งว่า หนังสือเล่มนี้ได้ช่วยให้คุณเข้าใจเรื่องราวของชีวิตอย่างถูกต้อง ขอให้มีความสุข มีความเพียร อย่าท้อถอย และทำให้ดีที่สุดเท่าที่ทำได้

ดิฉันขออวยพรให้คุณประสบความสำเร็จในการทำหน้าที่ของมนุษย์ สามารถหลุดพ้นออกจากถนนวงแหวนของสังสารวัฏและเข้าถึงพระนิพพานได้ในชาตินี้ด้วยเทอญ

ไอน์สไตน์ถาม พระพุทธเจ้าตอบ

โดย

ศุภวรรณ พิพัฒพรณวงศ์ กรีน

เนื้อหาของหนังสือเล่มนี้เป็นความพยายามของผู้เขียนที่จะเชื่อมโยงความรู้ทางวิทยาศาสตร์ของไอน์สไตน์กับภูมิปัญญาทางธรรมอันเป็นผลจากการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า ผู้เขียนมีเหตุผลที่จะเชื่อว่า ไม่ว่าจะเป็คำถามเรื่องจุดคงที่ของจักรวาล (The absolute ruling point in nature) ที่อัลเบิร์ต ไอน์สไตน์ได้ถามเป็นท่านแรกและต้องการค้นให้พบอันเป็นต้นเหตุที่นำไปสู่ทฤษฎีของทฤษฎีสัมพัทธภาพ (The Theory of Relativity) หรือทฤษฎีสรรพสิ่ง (The Theory of Everything) ที่ไอน์สไตน์ได้ทุ่มเทชีวิตในช่วง ๓๐ ปีสุดท้ายเพื่อหาคำตอบ, คำถามที่ครอบคลุมจักรวาลของไอน์สไตน์เหล่านี้ล้วนชี้ไปสู่ความหมายเดียวกันคือ ไอน์สไตน์ต้องการค้นหาสภาวะจักรวาลอันสูงสุดที่มีอยู่ในธรรมชาตินั่นเอง ซึ่งคำตอบที่เป็นอมตะนี้ พระพุทธเจ้าได้ทรงค้นพบแล้วเมื่อ ๒๕๙๔ ปีก่อน ซึ่งท่านใช้คำว่า พระนิพพาน หรือ การหมดทุกข์อย่างสิ้นเชิง

จุดเด่นและจุดสำคัญยิ่งของหนังสือเล่มนี้อยู่ที่ตัวผู้เขียนที่กล้ายืนยันว่า "จักรวาลอันสูงสุดในธรรมชาติมีอยู่" รวมทั้งกล้าประกาศให้ผู้่านรู้ว่า เธอรู้แน่ชัดแล้วว่าจักรวาลอันสูงสุดหรือสภาวะพระนิพพานคืออะไร เป็นอย่างไร จึงทำให้เธอสามารถตั้งศัพท์ใหม่เพื่อให้เหมาะสมกับยุคสมัยและเพื่อคนยุคใหม่สามารถเข้าถึงจักรวาลได้ง่ายขึ้น อันคือ ผัสสะบริสุทธิ์ และ ที่นี้ เดียวนี้ การประกาศตนเป็นผู้รู้สภาวะจักรวาลของผู้เขียนนี้เอง ตัวต่อตัวสุดท้ายที่ยังขาดอยู่หรือเป็น missing link ก็สามารถถูกวางลง ก่อให้เกิดภาพชัดเจนของชีวิตที่เชื่อมโยงกับจักรวาลทั้งหมดได้ และก่อให้เกิดการประสานเชื่อมต่อระหว่างภูมิปัญญาทางโลก โดยเฉพาะวิทยาศาสตร์กับภูมิปัญญาทางศาสนาที่เกี่ยวข้องกับเรื่องราวของชีวิต การเกิดแก่เจ็บตาย (บทที่ ๑) เนื้อหาของหนังสือเล่มนี้จึงตั้งอยู่บนรากฐานที่ผู้เขียนอ้างว่าเธอรู้จักรวาลอันสูงสุด ซึ่งเธอได้อธิบายสภาวะจักรวาลในฐานะที่เป็น "ที่นี่ เดียวนี้" (บทที่ ๖) โดยใช้ข้อเปรียบเทียบของรถไฟสองขบวนที่วิ่งพร้อมกัน

เนื้อหาในบทที่ ๒, ๓, ๔ ของหนังสือเล่มนี้คือ การวิเคราะห์หัวข้อและคำถามที่มักถามกันบ่อยอันเกี่ยวข้องกับเรื่องชีวิต และ จักรวาล เช่น ตัวจริงของเราคืออะไร อยู่ที่ไหนจิตใจที่เป็นปกติคืออะไร และ พรหมแดนสุดท้ายของจักรวาลอยู่ที่ไหน ซึ่งผู้เขียนได้พยายามประสานและขมวดหัวข้อที่ดูเหมือนแตกต่างกันมากเหล่านี้เข้าสู่เรื่องจักรวาลอันสูงสุด หรือพระนิพพาน ซึ่งเป็นเรื่องเดียวกับจุดคงที่ของจักรวาล อันเป็นเนื้อหาส่วนที่จะช่วยให้ผู้อ่านสามารถมองพระพุทธศาสนาว่าเป็นเรื่องใกล้ตัวมากกว่าเป็นเรื่องไกลที่สุด และมองใหม่ ว่า พระนิพพานไม่ใช่เป็นทางเลือก แต่เป็นเรื่องที่ทุกคนต้องไปให้ถึง เพราะ การไม่รู้จักรพระนิพพานก็คือการไม่รู้จักตัวเอง คือการไม่รู้จักความปกติที่แท้จริงของจิตใจตัวเอง และคือการไม่รู้ว่่าที่จริงแล้ว มนุษย์ทุกคนล้วนเป็นศูนย์กลางของจักรวาลของตนเอง

จุดเด่นอีกข้อหนึ่งของหนังสือเล่มนี้คือ ผู้เขียนได้พยายามช่วยเหลือปัญญาชนที่บูชาการใช้ความคิดให้รู้จักจุดยืนของตนเองที่เนื่องกับจักรวาล โดยแยกแยะให้เห็นอย่างชัดเจน

ถึงความแตกต่างวิธีการหาความรู้ทางโลกที่ยังอิงกับความมีขอบเขตของอวิชชา กับความรู้ทางธรรมที่จะช่วยให้รู้จักตนเองอย่างแท้จริง อันเป็นเนื้อหาของบทที่ ๔ และ ๕

ความสมบูรณ์ของหนังสือเล่มนี้คงจะอยู่ที่การบอกทางออกของชีวิต อันคือวิธีการที่จะช่วยให้ผู้อ่านสามารถค้นพบจุดนิ่งของจักรวาลหรือสัจธรรมอันสูงสุดด้วยตนเอง ซึ่งเป็นเนื้อหาของบทที่ ๗ ผู้เขียนเชื่อมั่นว่า สติปัญญาหรือวิปัสสนาเท่านั้นที่จะเป็นทางออกให้ชาวโลกได้พบกับความสุขและสันติภาพที่แท้จริง และเพื่อตอบสนองความต้องการของผู้อ่านที่อยากเริ่มการเดินทางเพื่อแสวงหาตัวเองทันทีที่อ่านทั้ง ๗ บทจบ ผู้เขียนจึงได้นำเรื่อง "การพาตัวใจกลับบ้าน" อันคือวิธีการฝึกสติปัญญาที่ได้ประยุกต์ให้เหมาะสมกับคนยุคใหม่มาไว้ที่ภาคผนวกซึ่งทำให้หนังสือเล่มนี้สมบูรณ์อย่างเต็มเปี่ยม