

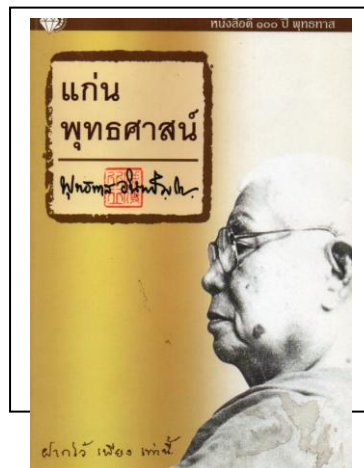
บทวิจารณ์หนังสือ : BOOK REVIEW

เรื่อง : แก่นพุทธศาสน์

ผู้เขียน : พุทธทาส อินทปัญโญ

ปีที่พิมพ์ : 2548

สำนักพิมพ์ : สำนักพิมพ์เพชรประกาย



¹พระครูสุธรรมรัตนภรณ์ และ ²พระครูพิศาลสารบัณฑิต

Phrakhru Sudhamrattanaporn and Phrakrupisansalabandit

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ประเทศไทย

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

¹arithat.loes@mcu.ac.th

Received: May 20, 2023; **Revised:** June 29, 2024; **Accepted:** August 20, 2024

¹ นิสิต, สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, วิทยาเขตหนองคาย

² รองศาสตราจารย์ ดร. สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, วิทยาเขตหนองคาย

บทนำ

หนังสือเรื่อง “แก่นพุทธศาสน์” เป็นหนังสือที่รวบรวมปาฐกถาของท่านพุทธทาสภิกขุ ที่แสดง ณ โรงพยาบาลศิริราช รวม 3 ครั้ง ระหว่าง พ.ศ.2504 – 2505 ซึ่งได้รับยกย่องว่าเป็น หนังสือดีเด่นประจำปีจากองค์การยูเนสโกแห่งสหประชาชาติในปี พ.ศ.2508

ในการบรรยายธรรม 3 ครั้ง 3 เรื่องของท่านพุทธทาส ณ ชุมนุศศึกษาพุทธธรรม (ศิริราช) ในอุปการะของคณะแพทยศาสตร์และศิริราชพยาบาล ตามการนิมนต์ของคณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลศิริราช กรุงเทพมหานคร ในเดือนธันวาคม 2504 และเดือนมกราคม 2505 ได้มีการ ถอดเทปคำบรรยายและจัดพิมพ์เป็นหนังสือชื่อ แก่นพุทธศาสน์ ในปี 2505 หลังจากนั้นก็มีการ พิมพ์อีกหลายครั้ง รวมทั้งมีการแปลเป็นภาษาอังกฤษและพิมพ์เผยแพร่ครั้งแรกในปี 2527 คำบรรยายทั้ง 3 ครั้ง มีเรื่องดังต่อไปนี้

1. ใจความทั้งหมดของพระพุทธศาสนา
2. ความว่าง
3. วิธีปฏิบัติเพื่อเป็นอยู่ด้วยความว่าง

เนื้อหาโดยย่อ

เนื้อหาในหนังสือแก่นพุทธศาสน์กล่าวถึงหัวใจสำคัญของพระพุทธศาสนา คือ ความว่าง และวิธีปฏิบัติเพื่อเป็นอยู่ด้วยความว่าง ในทั้ง 3 บท ซึ่งมาจากคำที่พระพุทธเจ้าทรงตอบคำถาม แก่ผู้ทูลถามพระองค์ว่า หากจะสรุปพระพุทธวาทะทั้งหมดที่ตรัสไว้ เป็นประโยคสั้นเพียงประโยคเดียวได้หรือไม่ พระพุทธองค์ตรัสว่าได้ "สพเพ ธมมา นาล อภินิเวสยา" ซึ่งหมายความว่า "สิ่งทั้งปวง ไม่ควรยึดมั่นถือมั่น" เป็นสภาพที่สรรพสิ่งที่ไม่เที่ยงเป็นทุกข์ เกิดขึ้นตั้งอยู่เพียงชั่วขณะแล้วก็ดับไป จึงไม่ควรไปยึดถือยึดมั่นอันเป็นที่ตั้งของเหตุแห่งความทุกข์

ทัศนะวิจารณ์

ผู้วิจารณ์จะเริ่มวิจารณ์จากการออกแบบปกหนังสือก่อนที่จะกล่าวถึงเนื้อหาในหนังสือ ภาพจากด้านหน้าปกหนังสือมีการออกแบบสีเหลืองสว่างนวลชื่อเรื่องเป็นอักษรขนาดใหญ่มองเห็นเด่นชัด มีลายมือชื่อ มีรูปภาพวาดคำผู้บรรยายธรรมชัดเจน ซึ่งน่าจะพิมพ์เป็นรูปภาพสี เพื่อเป็นจุดดึงดูดความสนใจผู้อ่าน พร้อมยังมีข้อความที่มุมขวาด้านบนเขียนไว้ว่า “หนังสือดี 100 ปี พุทธทาส” แต่ตัวอักษรเล็กไปและด้านมุมซ้ายล่างพิมพ์ด้วยลายมือพุทธทาสภิกขุท่านว่า “ฝากไว้ เพียง เท่านั้น” เป็นยิ่งทำให้เกิดความสนใจและดึงดูดความสนใจจากผู้อ่านมากขึ้น ทั้งภาพและข้อความ มี

ความสัมพันธ์กับชื่อเรื่องเนื้อหาดียิ่ง ส่วนปกหลังมีภาพสีท่านพุทธทาสภิกขุ ในภาพด้านหลังฉา มีชั้นหนังสือดงามมาก ตรงกลางปกด้านหลัง มีตัวหนังสือพิมพ์ด้วยลายมือพุทธทาสภิกขุท่านว่า “เรื่องโลกหนำร่อไว้ก่อน ชิดเส้นใต้ ทำดีลูกเดียว โลกหนามีหรือไม่มีดีทั้งนั้น พุทธทาส อินทปัญโญ” ซึ่งเหมาะสมและสวยงามมาก

ในเนื้อหาในหนังสือแก่นพุทธศาสน์ มี 3 เรื่อง ผู้วิจารณ์ขอวิจารณ์เนื้อหาในหนังสือ แก่นพุทธศาสน์ ดังนี้

1. ใจความทั้งหมดของพระพุทธศาสนา

วิจารณ์เนื้อหาสาระสำคัญในหัวข้อที่ 1 “ใจความทั้งหมดของพระพุทธศาสนา” ท่านพุทธทาสภิกขุได้บรรยายเมื่อวันที่ 17 ธันวาคม 2504 และท่านได้เตรียมการบรรยายมาอย่างดี มีการเรียงลำดับขั้นตอน เหตุผลสนับสนุน และเนื้อหาสาระ ยังทันสมัยอยู่จนถึงปัจจุบันทุกประเด็น บทวิจารณ์หนังสือ มีดังต่อไปนี้

ใจความทั้งหมดของพระพุทธศาสนา (พระพุทธทาส อินทปัญโญ, แก่นพุทธศาสน์, 2548). หมายความว่า ความรู้ทางพระพุทธศาสนามีอยู่มากมาย แต่ที่ไม่ใช่หลักชั้นมูลฐานก็มีอยู่ไม่น้อย และมีแนวทางที่ค่อยๆ แปรไปจากเดิมทีละน้อยๆ จนกลายเป็นพุทธศาสนาใหม่ หรือกลายเป็นพุทธศาสนาเนืองอกที่งอกออกไปเรื่อยๆ จะเห็นว่าความรู้ทางพุทธศาสนามีมากมายจนไม่สามารถนำไปปฏิบัติได้หมด แต่จริงๆ แล้วความรู้ที่เป็นหลักสำหรับจะเข้าใจธรรมะได้อย่างถูกต้องนั้นมีไม่มาก จุดมุ่งหมายของพุทธศาสนา คือ มุ่งเฉพาะไปยังความดับทุกข์เท่านั้น ถ้าเป็นเรื่องที่ไม่เป็นไปเพื่อความดับทุกข์ พระพุทธเจ้าท่านทรงปฏิเสธไม่เกี่ยวข้องด้วย เช่น เรื่องตายแล้วเกิดหรือไม่ อะไรไปเกิด ฯลฯ เพราะสิ่งเหล่านี้ไม่ได้มุ่งไปสู่การดับทุกข์ หลักพุทธศาสนาชั้นมูลฐานนั้น มีส่วนที่เป็นหลักอยู่ไม่มาก โดยพระพุทธเจ้าได้เปรียบเทียบระหว่างใบไม้ทั้งป่ากับใบไม้ในกำมือของพระองค์ว่า สิ่งทีพระองค์ตรัสรู้นั้นมีมาก เปรียบได้กับใบไม้ทั้งป่า แต่เรื่องที่จำเป็นที่ควรรู้ ควรนำมาสอน และนำมาปฏิบัติเพื่อดับทุกข์นั้นมีไม่มาก เปรียบได้เท่ากับใบไม้กำมือเดียวเท่านั้น ทั้งนี้ คำสอนในพุทธศาสนาเพื่อมุ่งไปสู่การดับทุกข์ นั้น ล้วนมีเหตุผลอยู่ในตัวเอง ซึ่งทุกคนสามารถเห็นและเข้าใจได้ด้วยตนเอง โดยไม่ต้องเชื่อตามใคร

ท่านพุทธทาสภิกขุใช้คำที่เกี่ยวกับโรคภัยไข้เจ็บในปัจจุบันกับในสมัยพุทธกาล เนื่องจากการบรรยายในโรงพยาบาล ท่านพุทธทาสภิกขุ จึงชื่อที่ใช้เรียกพระพุทธเจ้ามาแต่โบราณ คือ แพทย์ในทางฝ่ายวิญญูณ เพราะ ในสมัยพุทธกาล แยกโรคภัยไข้เจ็บเป็น 2 ประเภทเท่านั้น คือ โรคทางกายกับ โรคทางจิต โรคทางจิตสมัยนั้นหมายถึง โรคทางความคิด หรือ ทางกิเลสตัณหา แต่ปัจจุบัน ความหมายของคำว่า โรคทางจิต หมายถึง โรคทางจิตที่เกี่ยวเนื่องกับร่างกาย จึงต่างไปจากสมัยพุทธกาล คำว่า โรคทางกาย กับ โรคทางจิตนั้น เป็นกับคนบางคน และ

เป็นบางเวลา เมื่อเป็นโรคทางกาย (physical disease) เราควรไปโรงพยาบาลทั่วไป แต่ถ้าเป็นโรคทางจิต (mental disease) เราควรไปโรงพยาบาลที่รักษาโรคจิตโดยตรง เช่น โรงพยาบาลบ้านสมเด็จเจ้าพระยา เป็นต้น ซึ่งทั้งสองโรคนี้ไม่เกี่ยวกับโรคทางจิต ตามความหมายในสมัยพุทธกาล

ดังนั้น ในการอ่านหนังสือเรื่องแก่นพุทธศาสน์เพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกัน ท่านได้บัญญัติคำใหม่ที่ใช้เฉพาะสำหรับศาสนาพุทธ จากคำ โรคทางจิต เป็น โรคทางวิญญาณ เพื่อแบ่งแยกคำให้แตกต่างกัน และตรงกับความหมายที่แท้จริง โดยขอใช้คำภาษาอังกฤษกำกับแยกไว้ให้ชัดเจนด้วยว่า spiritual disease ทั้งนี้ ท่านได้ให้ความหมายของคำที่ท่านบัญญัติใหม่ ว่า โรคทางวิญญาณ ในที่นี้ไม่ได้หมายถึง วิญญาณภุติพิสัจ หรือ การถูกผีสิง แต่หมายถึง วิญญาณหรือจิตในส่วนลึก ที่ถือได้ว่าเป็นโรคด้วยอำนาจของกิเลส โดยเฉพาะอย่างยิ่ง คือ อวิชชา (ความไม่รู้) และมิจฉาทิฐิ (ความเห็นผิด) ท่านเน้นถึงความแตกต่างสำคัญ ระหว่าง 3 โรค นี้ ว่า โรคทางวิญญาณ เป็นกันทุกคน ไม่มีการยกเว้น ส่วน โรคทางกาย กับ โรคทางจิต เป็นกับคนบางคนและบางเวลา โรคทางวิญญาณ ยังหมายรวมถึง โรคทางความคิด หรือ ทางกิเลสต้นเหตุ และ ทุกคนต่างก็มีกิเลส ต้นเหตุ จึงกล่าวได้ว่า ทุกคนในโลกนี้ เป็นโรคทางวิญญาณ ดังนั้น การรักษาโรคนี้ จึงต้องไปหาแพทย์ทางวิญญาณ ซึ่งในสมัยพุทธกาลถือกันว่า พระพุทธเจ้า คือ แพทย์ในทางฝ่ายวิญญาณ พระองค์ได้ใช้ธรรมะ ในการเยียวยารักษาโรค แต่ในขณะเดียวกัน ผู้เป็นโรคก็ต้องนำธรรมะมาใช้กับตัวเอง ด้วยจึงจะหายจากโรคทางวิญญาณ

คนส่วนใหญ่ไม่ทราบว่าตัวเองเป็นโรคทางวิญญาณ ผลเสียคือ ธรรมะจึงยังไม่เป็นที่พึ่งให้แก่โลกได้เต็มตามความมุ่งหมายของพระพุทธศาสนา ตัวอย่างเช่น เรื่องสันติภาพ จึงไม่ได้ง่าย คือ ธรรมะของพระพุทธเจ้าไปใช้ในการรักษาโรคของตัวเอง และการขยายตัวของเชื้อโรคทางวิญญาณนับวันจะมากขึ้น ท่านอธิบายเพิ่มเติมว่า “โรคทางวิญญาณ” คือ โรคที่มีเชื้ออยู่ที่ความรู้สึกว่าตัวเราว่าของเรา หรือ ตัวกู ของกู นั่นเอง ความรู้สึกนี้มีอยู่ในใจ แล้วก็ทำตามอำนาจความเห็นแก่ตัวและต่อเนื่องเป็นความโลภ ความโกรธ และความหลง ทำให้เกิดความเดือดร้อนต่อตัวเองและผู้อื่นท่านเรียก โรคทางวิญญาณ สั้นๆง่ายๆว่า โรคตัวกู-ของกู และเน้นอีกครั้งว่า เราเป็นโรคตัวกู-ของกูกันทุกคน แล้วเราก็ได้รับเชื้อ นี้เพิ่มขึ้นทุกครั้งที่ได้ เห็นรูป ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส สัมผัสทางผิวหนัง และ คิดในใจไปตามประสาทที่ไม่รู้ หรือถ้าเรียกตามภาษาทางธรรมะก็คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะและ ธรรมารมณ์ โดยผ่านทางสื่อในร่างกายที่คู่กัน คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ “เชื้อ” ที่ว่านี้ภาษาบาลี เรียกว่า “อุปาทาน” หมายถึง ความยึดมั่นถือมั่น ซึ่งมี 2 อย่าง คือ ยึดมั่นว่าเรา และยึดมั่นว่าของเรา ซึ่งเป็นสิ่งที่เปื้อนพิษร้ายกาจที่สุด เรียกว่า โรคทางวิญญาณ ยารักษาโรคทางวิญญาณ คือ การว่างจากการยึดถือใน เรา และ ของเรา และมุ่งไปสู่ “ความว่างที่สุด” (นิพพาน) ท่านเห็นว่า อำนาจต้านทานโรค (Immunity) อย่างสูงสุด หรือ หัวใจของพุทธศาสนา ที่จะทำลายโรคตัวกู-ของกู และ นำจิตเราไปสู่ความว่างที่สุด หรือ นิพพาน นั้น คือประโยชน์อันหนึ่งของ

พระพุทธเจ้าที่ว่า “สิ่งทั้งปวงไม่ควรยึดมั่นถือมั่น” (สพเพ ธมมา นาลํ อภินิเวสยา) ท่านให้เหตุผลว่า แม้คำสอนทางพุทธ จะมีเรื่องสำคัญๆ หลายเรื่อง เช่น เรื่อง อริยสัจ 4 (ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค) (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2551 : 517) เรื่อง ไตรลักษณ์ (อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา) เรื่องการไม่ทำความชั่ว ทำดี และทำจิตให้บริสุทธิ์ ฯลฯ และทุกเรื่องก็ล้วนถูกต้อง แต่ไม่ครอบคลุมทุกเรื่อง (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2551 : 119)

อย่างไรก็ตาม มีข้อมูลในพระบาลี มัชฌิมนิกายเรื่องหนึ่ง ที่มีผู้ถามพระพุทธเจ้าว่า พุทธวจนะทั้งหมดของพระองค์ ถ้าจะสรุปให้สั้นๆ เพียงประโยคเดียวได้หรือไม่ ซึ่งพระพุทธเจ้าได้ตอบเป็นภาษาบาลี ว่า สพเพ ธมมา นาลํ อภินิเวสยา (แปลว่า สิ่งทั้งปวงไม่ควรยึดมั่นถือมั่น) โดยได้ย้ำว่า ถ้าใครได้ฟังข้อความข้อนี้ ก็คือได้ฟังทั้งหมดในพระพุทธศาสนา ถ้าได้ปฏิบัติตามข้อนี้ ก็คือได้ปฏิบัติทั้งหมดในพระพุทธศาสนา ถ้าได้รับผลจากการปฏิบัติตามข้อนี้ ก็คือได้รับผลทั้งหมดในพระพุทธศาสนา ทั้งนี้ ท่านพุทธทาสเห็นว่าคำตอบของพระพุทธเจ้า ได้รวมทั้งเรื่องวิชา (ปริยัติ) ปฏิบัติ และ ผลของการปฏิบัติ (ปฏิเวธ) ไว้อย่างครบถ้วนแล้ว จึงถือได้ว่า เป็นหัวใจของพุทธศาสนา ท่านเห็นว่า เมื่อเข้าใจ คำว่า โรคทางวิญญาณ หรือแพทย์ผู้รักษาโรค ว่าหมายความว่าอย่างไร ใครเป็นผู้ได้รับผลดี เมื่อใดที่เห็นว่าเราเป็นผู้ได้รับผลดี เมื่อนั้นเราก็จะกระตือรือร้นกันอย่างยิ่ง และ จะรักษาโรคของเราอย่างถูกต้อง ต่อจากนั้น ท่านได้อธิบายรายละเอียด ของ ความยึดมั่นถือมั่น ว่า เป็นทั้ง ตัวโรคและเชื้อโรคได้อย่างไร ท่านให้ข้อสังเกต หากสังเกตสัณนิท ก็ให้เห็นได้ด้วยกันทุกคน ว่า ความรู้สึกยึดมั่นถือมั่น ในตัวกู ของกูนี้แหละ คือ แม่บทของกิเลส

เมื่อบรรยายถึงตอนนี้ ท่านได้แนะนำว่า วิธีปฏิบัติในภาพรวมว่า ขอให้ทุกคนเพียรพยายามปรับให้จิตใจว่างจากตัวกู-ของกู อยู่เรื่อยๆ จะได้มีพุทธะ ธรรมะ และ สังฆะ ในระดับหนึ่งเป็นประจำ และ ค่อยเพิ่มขึ้นจนกว่าจะว่างอย่างเต็มที่สมบูรณ์ หากทำได้ดังที่ท่านแนะนำ ก็ถือได้ว่า เราได้รับธรรมะที่เป็นยาแก้โรค และ เป็น เชื้อต้านทานโรค เข้าไปในจิตวิญญาณแล้ว และจะไม่มีทางเกิดโรคทางวิญญาณ (Spiritual Disease) ขึ้นมาได้ จากนั้น ท่านได้แนะนำวิธีปฏิบัติเพื่อให้จิตว่าง โดยให้อธิบายว่า พระพุทธเจ้าได้กล่าวถึงวิธีการปฏิบัติเพื่อให้ว่างจากตัวกู ของกูไว้มากมาย เพื่อให้เหมาะสมแก่บุคคล เวลา และ สถานที่ ตามที่เคยได้ยินกันว่ามีถึง 84,000 เรื่อง ซึ่งหากพิจารณาตามตัวเลขแล้วจะทำให้ท้อถอย แต่จริงๆ แล้ว หลักสำคัญ มีเพียงสั้นๆ ตามที่พระพุทธเจ้าได้สรุปไว้ให้แล้ว คือ “สิ่งทั้งปวงไม่ควรเข้าไปยึดมั่นถือมั่น” และ ทุกวิธีจะสามารถขจัดความรู้สึกยึดมั่นถือมั่นในตัวกูของกูได้เหมือนกันทั้งหมด แล้วแต่ว่าใครจะเลือกปฏิบัติตามวิธีใด ท่าน ได้ยกตัวอย่างวิธีการรักษาโรคทางวิญญาณไว้เพียง 3 วิธี พอให้เข้าใจได้ชัดขึ้นและเหมาะสมกับเวลา

ในการบรรยาย คือ วิธีการตามหลักปัจจุสมุปบาท วิธีการตามหลักไตรลักษณ์ และ วิธีการตามหลักชั้น 5

วิธีปฏิบัติตามหลักปัจจุสมุปบาท (ความหมาย คือ การที่สิ่งต่างๆอาศัยสิ่งหนึ่งปรุงอีกสิ่งหนึ่งเป็นวงจรต่อเนื่องไปเรื่อยๆ เช่น เวทนา ตัณหา อุปาทาน ภพชาติ ทุกข์ เป็นต้น) ท่านอธิบายว่า การจัดความรู้สึกตัวของกุ ตามหลักการนี้ คือ พิจารณาเสมอว่าตัวกูของกูเป็นเพียงมายา เป็นภาพลวงตา แล้วหมั่นปฏิบัติในการตัดตอนการปรุงแต่งเสียแต่แรกๆ เช่น ตัดตอนไม่ให้เกิดความรู้สึกพอใจ/ไม่พอใจ ตัดตอนไม่ให้เกิดความรู้สึกอยากมี อยากได้ เป็นต้น

วิธีปฏิบัติตามหลักไตรลักษณ์ (อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา) คือ การหมั่นพิจารณาให้เห็นว่า รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัสเป็นเพียงมายา เป็นภาพลวงตา และ อย่าตกเป็นทาสของอารมณ์รักหรือเกลียด หากปฏิบัติได้เช่นนี้ เราจะมีชีวิตอยู่อย่างเกษม คือ อิสระและสงบเย็น

วิธีปฏิบัติตามหลักชั้น 5 (รูป เวทนา สัญญา สังขาร และ วิญญาณ) ท่านกล่าวถึงเฉพาะ สุขเวทนา คือ ความรู้สึกสุข สนุกสนาน ความอร่อย ฯลฯ โดยแนะให้หมั่นพิจารณาว่า ความรู้สึกสุขเป็นเหมือนลูกคลื่นที่เกิดขึ้นเป็นคราวๆ ไม่ใช่ตัวจริง ท่านอธิบายให้เห็นว่า สิ่งทั้งหลายทั้งปวงในโลกมีค่าอยู่ตรงที่ก่อให้เกิด ความรู้สึกเป็นสุข เช่น การเรียน การทำงาน การสะสมสมบัติ ฯลฯ ดังนั้น หากเราจัดการกับเรื่องสุขเวทนาให้ถูกต้องเพียงเรื่องเดียว ทุกเรื่องก็ถูกหมด การจัดการที่ถูกต้อง

เช่นเดียวกับวิธีอื่นๆ คือ ควรหมั่นพิจารณาว่า สุขเวทนาเป็นมายา ไม่ใช่ตัวตนจริงๆ หมายความว่า เมื่อเกิดความรู้สึกเป็นสุข ก็มองให้เห็นว่า เดี่ยวมันก็จะแตกกระจายไปเช่นเดียวกัน ลูกคลื่น เมื่อเห็นเช่นนี้ เราก็จะไม่ตกเป็นทาสของสุขเวทนา ซึ่งรวมถึงการไม่เป็นทาสของทุกขเวทนา เช่นกัน ท่านย้ำเตือนว่า ในการปฏิบัติตามแนวทางต่างๆนั้น ต้องระมัดระวังให้ดี มีสติสัมปชัญญะให้มาก ขณะที่สิ่งหนึ่งสิ่งใดกระทบตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ ซึ่งประเด็นนี้ พระพุทธเจ้าได้กำชับพระพาหิยะ พระสงฆ์รูปหนึ่งว่าให้เห็นสักว่าเห็น ได้ยินสักว่าได้ยิน อย่าให้ปรุงเวทนา หรือ ถ้าปรุงเป็นเวทนาแล้ว ก็อย่าให้ปรุงเป็นตัณหาได้ ยังได้อีกทีหนึ่ง แล้วก็ไปสนใจเรื่องว่างเรื่องวุ่นให้มากที่สุด

ท่านได้กล่าวถึงนิพพาน ว่า เมื่อเราพอเข้าใจเรื่อง ว่าง และ วุ่น และหมั่นสังเกต ก็จะจับได้ว่า แท้จริงแล้ว เราก็มียุ่ช่วงเวลา ‘ว่าง’ หรือ ‘มีสติปัญญา’ อยู่มาก ในขณะที่ ช่วงเวลา ‘วุ่น’ หรือ ‘ความรู้สึกที่เป็นตัวกูของกู’ นั้น ก็มาเป็นพักๆ เกิดขึ้นที่ไรก็เป็นทุกข์ ทุกที่ แต่ในขณะที่ไม่เกิดก็ไม่เป็นทุกข์ และเราก็มีเวลานั้นอยู่นานอยู่บ่อยๆ แต่เรามักมองข้าม คือ มองข้ามนิพพานที่มีอยู่เองไปเสีย จึงมองไม่เห็นว่ามี ‘นิพพาน’ ท่าน เห็นว่า ความว่าง ที่มีอยู่เอง นั้น เป็น นิพพานน้อยๆ หรือ นิพพานชิมลอง ซึ่งเป็นอย่างเดียวกับนิพพานถาวร เพียงแต่ว่ามันไม่ได้เกิดขึ้นอย่างถาวร เพราะเรายังไม่สามารถป้องกันโรคหรือทำลายโรค ซึ่งจะแทรกเข้ามาเป็นพักๆได้ ท่านอธิบายให้เห็นว่าคนที่

ฉลาด หรือมีบุญจะรู้ว่า จิตโดยพื้นฐานแล้ว ‘ว่าง’ หรือ ‘นิพพาน’ อยู่เอง แล้ว ดังนั้น เราจึงควรระวังอย่าให้มีของใหม่เข้ามาแทรกแซง เพียงแค่นี้เราก็ ‘ว่าง’ ได้แล้ว แต่ต้องมีความรู้สึกตัวอยู่เสมออย่าประมาท คอยจับให้พบความว่าง และ วุ่น ที่เกิดอยู่เป็นประจำวัน

สรุป ใจความทั้งหมดของพระพุทธศาสนา ท่านขอให้ทุกคนรู้จักโรค ทั้งทางกาย ทางจิต และ ทางวิญญาณ ให้ครบถ้วน แล้วแก้ไขเยียวยาทุกโรค ให้เป็นผู้ไม่มีโรค และได้ชื่อว่า อโรคยาปรมา ลาภา ที่แท้จริง

2. ความว่าง

วิจารณ์สาระสำคัญ เรื่อง ความว่าง ดังต่อไปนี้ ท่านแจ้งให้ผู้ฟังทราบว่าการบรรยายครั้งแรก ท่านได้กล่าวถึงความว่างในฐานะที่เป็นเรื่องสำคัญเรื่องหนึ่งของพุทธศาสนา แต่โอกาสไม่อำนวยให้กล่าวถึงเรื่องนั้นโดยเฉพาะเพียงเรื่องเดียว เรื่องนี้จึงยังคลุมเครืออยู่ในวันนี้ท่านจึงมีการจัดบรรยายเฉพาะเรื่อง ความว่างเพียงเรื่องเดียว ท่านได้เกริ่นนำก่อนบรรยายรายละเอียดว่า ความว่าง นั้น เป็นเรื่องที่เข้าใจยากที่สุดในบรรดาเรื่องของพุทธศาสนา ทั้งนี้เพราะเป็นเรื่องหัวใจอย่างยิ่งของพุทธศาสนา สิ่งที่เรียกว่า หัวใจ นั้น หมายถึง สิ่งที่ลึก ละเอียด สุขุม ประณีต ดังนั้น เรื่องความว่างซึ่งเป็นหัวใจอย่างยิ่งของพุทธศาสนา จึงไม่ใช่เรื่องที่จะเข้าใจได้ด้วยการเดาหรือ คาดคะเนตามความเคยชิน หรือ ตามกริยาอาการของคนธรรมดา

วิธีทำความเข้าใจ “ความว่าง” ท่านพุทธทาสได้ลอบใจผู้ฟังไม่ให้ทอดทิ้งตั้งแต่แรกโดยแนะนำวิธีปฏิบัติในชีวิตประจำวันที่จะทำความเข้าใจเรื่องความว่าง ได้ง่ายขึ้นว่า ต้องตั้งใจศึกษาอย่างสม่ำเสมอ นั่นคือ หมั่นสังเกตสนใจและ หมั่นสังเกตพิจารณา เมื่อมีความทุกข์หรือความสุขเกิดขึ้นในใจ เพราะ ตั้งแต่เกิดจนตาย ใจของเราทุกคนย่อมได้สัมผัสทั้งความรู้สึกเป็นทุกข์เป็นสุข และ ความเข้มแข็งขึ้นจนเป็นปกติ ดังนั้น หากเราคอยสังเกตว่า ความคิดที่เดินไปในทางใดแล้วทำให้เราว่างจากความทุกข์ อย่างนี้แล้ว จะมีความรู้ดีที่สุดและมีความเคยชินในการที่จะรู้สึกหรือ เข้าใจ หรือ เข้าถึงความว่างจากความทุกข์ได้มากขึ้น ท่านย้ำว่า ผู้ที่คุ้นเคยกับการสังเกตในเรื่องทางจิตใจเท่านั้นที่จะเข้าใจธรรมะได้ดี ผู้ที่เพียงแต่อ่านๆ ไม่สามารถจะเข้าใจธรรมะได้ บางที่ยิ่งไปกว่านั้น คือ จะพินเพื่อนไปด้วย แต่ถ้าเป็นผู้ที่พยายามสังเกตเกี่ยวกับจิตใจของตนเอง โดยเอาเรื่องจริงในใจตัวเองเป็นเกณฑ์อยู่เสมอแล้ว ย่อมไม่มีทางจะพินเพื่อนจะเข้าใจในสิ่งที่เรียกว่าความทุกข์ และความดับทุกข์ได้ดี และในที่สุดก็จะเข้าใจธรรมะ คือ แม้จะไม่อ่านหนังสือ ก็รู้เรื่องดี ซึ่งท่านใช้คำภาษาอังกฤษให้สอดคล้องกับโรคต่างๆ ตามที่ท่านจะอธิบายต่อไปว่า มี Spiritual experience มาก

ท่านพุทธทาส ค่อยๆ ขยายความเกี่ยวกับการรักษาโรคต่างๆ โดย ย้อนกล่าวไปถึงคำบรรยายครั้งที่แล้ว ซึ่งท่านได้อธิบายความหมายและทำความเข้าใจกับผู้ฟังเกี่ยวกับโรคต่างๆ ว่า

โรคทางกาย (Physical Disease) และ โรคทางจิต (Mental Disease) ซึ่งสืบเนื่องมาจากร่างกาย นั้น ผู้รักษา คือ แพทย์ทางกายและทางจิต แต่หากเป็นโรคทางวิญญาณ ซึ่งท่านขอใช้คำ ภาษาอังกฤษว่า Spiritual Disease และอธิบายว่า คือ โรคที่เกิดขึ้นกับใจทั้งที่เป็นความทุกข์หรือ ความสุข ซึ่งมาจาก ความหลงหรือ อวิชชา นั้น ผู้รักษาโรคนี้ คือ แพทย์ในทางวิญญาณ ซึ่งพระ อาจารย์ในสมัยโบราณกาล หมายถึง พระพุทธเจ้า การรักษาโรคทางวิญญาณ ท่านได้แนะนำว่า ต้องรักษาด้วยธรรมซึ่งความหมายรวมของธรรมในที่นี้ ก็คือ ความว่าง ซึ่ง ภาษาบาลี เรียกว่า สญฺญตา นั้นเอง ท่านขยายความหมายของ ความว่าง ในเบื้องต้นเพิ่มเติมว่า ความว่างนั้น เป็นทั้ง ยา แก่โรค และ เป็นทั้ง การหายจากโรค หมายความว่า ความรู้และการปฏิบัติจนทำให้เกิดความว่าง นั้น คือ ยาแก่โรค ส่วนความว่างจากความทุกข์หรือจากกิเลสที่ทำให้เกิดโรค ก็คือ การหายจากโรค นั้นเอง

ท่านได้เล่าถึงที่มาของเรื่อง ความว่าง (สญฺญตา) ว่า มาจากการที่ ครั้งหนึ่งชราวาส และ คหบดี พวกหนึ่งไปเฝ้าพระพุทธเจ้า และทูลขอเรื่องที่จะได้รับธรรมที่เป็นประโยชน์แก่อกุลตลอด กาลนาน พระพุทธเจ้า จึงกล่าวว่า “สญฺญตปปฏิสังยุตตา โลกุตตรา ธัมมา” แปลว่า ธรรม ทั้งหลายอยู่เหนือวิสัยโลก ที่เนื่องเฉพาะอยู่ด้วยสญฺญตา (หมายความว่า ธรรมที่จะเป็นประโยชน์ แก่อกุลตลอดกาลนาน คือ ธรรมที่อยู่เหนือวิสัยโลก ได้แก่ ธรรมที่เกี่ยวกับ ความว่างจากการยึด มั่นถือมั่นว่าตัวเราของเรา) ท่านพุทธทาสได้กล่าวว่า พระพุทธเจ้าท่านทรงยืนยันว่า คำที่พระองค์ กล่าว (ตถาคคตติ) นั้น ต้องหมายถึงเรื่อง ความว่าง จะโดยตรงหรือโดยอ้อมก็ตาม ไม่ได้กล่าวถึง เรื่องอื่นเลย เป็นคำสั้นๆและระบุตรงไปยังเรื่องของ ความว่าง ว่างจากความทุกข์ และว่างจากกิเลส ซึ่งเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ เป็นส่วนสำคัญ

เนื่องจากคำ ความว่าง หรือ สญฺญตา มีความหมายมากมาย หากไม่จำกัดขอบเขตให้ ชัดเจนไว้แต่แรก อาจเกิดความเข้าใจไม่ตรงกันได้ ดังนั้น ในการบรรยายครั้งนี้ ท่านพุทธทาส จึง แจ้งว่า จะมุ่งหมายวินิจฉัยเฉพาะ ความว่างจากความทุกข์ ความว่างจากกิเลสที่เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ และความว่างจากความรู้สึกลัว มีตัวเรา หรือ มีของเรา เท่านั้น ท่านได้อธิบายเพิ่มเติม ถึง ความหมายที่แตกต่างกันระหว่างคำ ความว่าง ความว่างอย่างยิ่ง นิพพาน และ ความสุขอย่างยิ่ง ด้วย เช่น สญฺญโต โลกั อเวกขัสสุ โมฆะราชา สะทา สะโต หมายความว่า เธอจงมองดูโลกด้วยความ เป็นของว่าง มีสติอย่างนี้ทุกเมื่อ (และเมื่อเธอมองเห็นโลกอยู่ในลักษณะอย่างนี้ ความตายก็จะ ค้นหาค้นหาตัวเธอไม่พบ) หรือ ความหมายอีกนัยหนึ่ง คือ ถ้าใครเห็นโลกเป็นของว่างอยู่แล้ว ผู้นั้นจะอยู่เหนืออำนาจของความทุกข์ ซึ่งมีความตายเป็นประธาน ท่านพุทธทาส เห็นว่า การที่พระพุทธเจ้า กำชับให้ดูโลก เห็นโลก ว่าเป็นของว่างนั้น เป็นสิ่งสูงสุดอยู่แล้ว ถ้าใครอยากจะไม่มีปัญหาเกี่ยวกับ ความทุกข์ หรือ ความตาย ก็ให้ดูโลก หรือ สิ่งทั้งปวงให้ถูกต้อง ตรงตามที่เป็นจริง คือ ว่างจาก ความมีตัวเราหรือของเรา

- อานิสงส์ (ประโยชน์) ของความว่าง คือ พระพุทธสุภาชิตที่ว่า **นิพพานัง ปรมัง สุธัญญ์** ซึ่งแปลว่า ความว่างอย่างยิ่ง (นั่นแหละ) คือ นิพพาน ท่านขยายความว่า หมายถึง การว่างที่เป็นการดับหมดของ สิ่งที่ถูกโพล่งๆอยู่ หรือ ของสิ่งที่ไหลเวียนเปลี่ยนแปลงเป็นกระแส เป็นสาย เป็นวงกลม ฯลฯ อยู่ จึงจะเรียกว่า ดับอย่างยิ่ง ดังนั้น ว่างอย่างยิ่ง กับ ดับอย่างยิ่ง จึงเป็นสิ่งเดียวกัน อานิสงส์ของความว่างอีกข้อหนึ่ง คือ **นิพพานัง ปรมัง สุขัง** ซึ่งท่านแปลความหมายให้ชัดเจนปราศจากข้อสงสัยและต่อเนื่องกับพระพุทธสุภาชิตข้อก่อนหน้านี้ว่า นิพพาน (ความว่างอย่างยิ่ง) คือ เครื่องนำมาซึ่งความสุขอย่างยิ่ง

ท่านได้เน้นว่า ความว่างที่ไม่ใช่ออย่างยิ่ง นั้นมีอยู่ เช่น ความรู้เรื่องความว่าง การเข้าถึงความว่างที่ยังไม่สมบูรณ์ หรือ ไม่ถูกต้องเต็มที่ ฯลฯ กรณีดังกล่าว ไม่ถือว่าเป็นความว่างอย่างยิ่ง (นิพพาน) การเข้าถึง ความว่างอย่างยิ่ง (นิพพาน) หรือ เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับนิพพาน นั้น จะต้องเข้าถึงด้วยสติปัญญาอย่างยิ่งเต็มที่จนไม่มีความรู้สึกว่าตัวตน หรือ ของตนโดยประการทั้งปวงจริงๆ จึงจะเรียกว่า ความว่างอย่างยิ่ง (ปรมัง สุธัญญ์) สำหรับประเด็นที่ว่า นิพพานเป็นเครื่องนำมาซึ่งความสุขอย่างยิ่งนั้น ท่านทำความเข้าใจให้ตรงกันว่า เป็นการพูดโดยสมมติ เพื่อให้คนทั่วไปเข้าใจ เพราะคนทั่วไปหลงใหลในความสุข จึงใช้คำว่าเป็นสุขอย่างยิ่ง แต่แท้ที่จริงแล้ว นิพพาน เป็นยิ่งกว่าความสุข เป็นสิ่งที่อยู่เหนือความสุขหรือทุกข์ที่คนทั่วไปรู้จักและเข้าใจกันอยู่ ดังนั้น ความสุขอย่างยิ่งที่เกี่ยวกับรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส และ ธรรมารมณ์ ตามความเข้าใจของคนทั่วไป จึงไม่ใช่ความสุขอย่างยิ่งที่เป็นนิพพาน หรือ ความว่างอย่างยิ่ง

พระพุทธสุภาชิตที่แสดงถึงหลักปฏิบัติเกี่ยวกับความว่าง และคำอธิบายในรายละเอียด ท่านอธิบายให้เห็นว่า เรื่องนี้เป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา ตามที่ได้กล่าวไว้แล้วในการบรรยายตอนที่ 1 (ใจความทั้งหมดของพระพุทธศาสนา) คือ **สัพเพ ธัมมา นาลัง อภินิเวสายะ** แปลว่า ธรรมะทั้งหลายทั้งปวงไม่ควรยึดมั่นถือมั่น หรือ อธิบายขยายความได้ว่า สิ่งทั้งหลายทั้งปวงอันใครๆ ไม่ควรเข้าไปยึดมั่นถือมั่นว่าตัวเราหรือของเรา ในครั้งนี้ ท่านได้อธิบายโดยเพิ่มรายละเอียดว่า ไม่ควรยึดมั่นว่าเป็นตัวเรา หรือของเรา ในสิ่งใดๆทุกอย่าง นับตั้งแต่สิ่งที่ไม่มียาจนถึงวัตถุที่มีค่า เช่น เพชร นิล จินดา กระทั่งกามารมณ์ กระทั่งสิ่งที่สูงไปกว่า นั้น คือ ธรรมะ ปรียติ (พุทธพจน์อันควรจะเล้าเรียน) มรรค (ข้อปฏิบัติถึงการดับทุกข์) ปฏิเวธ (ผลของการปฏิบัติ) นิพพาน ฯลฯ ไม่ว่าอะไรก็ตาม ไม่ควรถูกยึดมั่นว่าเป็นตัวเรา หรือ ของเรา นี่คือ หัวใจของพระพุทธศาสนา

สภาวะจิตของผู้ที่ไม่ยึดมั่นถือมั่น ท่านได้ยกตัวอย่างถึงความแตกต่างระหว่าง การปฏิบัติเพื่อไม่ให้เกิดความยึดมั่นถือมั่น กับพิธีการว่า ในขณะที่ใด ที่บุคคลใดบุคคลหนึ่ง มีจิตใจปราศจากความยึดมั่นถือมั่น อยู่ ณ นั้น ในขณะนั้นเขาเป็นผู้ที่เข้าถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ มี ทาน มีศีล สมาธิ ปัญญา มรรค ผล นิพพาน ตามลำดับ คือ มีหัวใจว่างจากกิเลสและความทุกข์

จิตใจกำลังว่าง กำลังเข้าถึงความสะอาด สว่าง สงบ โดยไม่จำเป็นต้อง กล่าวคำ พุทฺธัง สรณัง คัจฉามิ ฯลฯ ซึ่งเป็นเรื่องของพิธีกรรม เป็นเรื่องภายนอก เลย (ช่วงนี้ ท่านได้อธิบายขยายความในรายละเอียดของสภาวะจิตของผู้ที่เข้าถึงธรรมะแต่ละระดับจนถึงนิพพานด้วย) ซึ่งสรุปความได้ว่า ในขณะที่มีจิตว่างจากความยึดมั่นถือมั่นในเรื่องตัวตนอย่างแท้จริง (ปรมาตฺต สุธมฺม) ผู้นั้นย่อมได้ชื่อว่าเข้าถึงทุกเรื่องอย่างถึงที่สุดแล้ว

ความหมายโดยละเอียดของ "สิ่งทั้งปวง" ท่านอธิบายช่วงนี้ ค่อนข้างละเอียด เข้าใจได้ไม่ยากนัก แต่สรุปได้ง่ายๆว่า เราไม่ควรยึดมั่นในสิ่งใดๆเลย ท่านให้ข้อมูลว่าคำ "สิ่งทั้งปวง" มาจากบาลีที่ว่า สัพเพ ธรรมา หมายถึงทุกสิ่งไม่มียกเว้น ทั้งเรื่องโลก เรื่องธรรม ทั้งวัตถุและจิตใจ รวมทั้งนิพพานและความว่างด้วย (เป็นสิ่งที่ไม่ควรยึดมั่นถือมั่น) คำว่า ธรรม หมายถึง ธรรมชาติ ที่ว่า ธรรมะล้วนๆไม่มีอะไรเจือนี้ หมายถึง ธรรมชาติ ถือกหลักให้ตรงตัวพยัญชนะว่า ธรรมะ ได้เลย คำ ธรรมะ แปลว่า สิ่งที่ทรงตัวอยู่ ซึ่งแบ่งได้เป็น 2 ประเภท คือ 1) สิ่งที่ไม่ไหลเวียนเปลี่ยนแปลงมีการปรุงแต่งได้ (หมายถึง ทุกอย่าง ยกเว้น นิพพาน) 2) สิ่งที่ไม่ไหลเวียนเปลี่ยนแปลง ซึ่งหมายถึง พระนิพพาน หรือ ความว่าง อย่างเดียวเท่านั้น ธรรมะทั้งสองประเภทนี้ ก็สักแต่ว่า ธรรม คือ สิ่งที่ทรงตัวมันเองอยู่โดยภาวะอย่างหนึ่ง ฉะนั้นจึงไม่มีอะไรมากไปกว่าธรรมชาติ ท่านกล่าวว่า มีแต่ธรรมชาติเท่านั้น ไม่มีอะไร มีแต่ธรรมเท่านั้น ไม่มีอะไรมากไปกว่านั้น และเมื่อเป็นธรรมะเท่านั้นแล้ว จะไปยึดว่าเรา ว่าของเราได้อย่างไร หมายความว่า มันเป็นอย่างนั้นเอง เป็นอย่างอื่นไม่ได้ ท่านยกตัวอย่างว่า แม้แต่ อวิชชา หรือ ความหลงผิด ซึ่งทำให้เกิดความรู้สึกรยึดมั่นถือมั่น ก็ถือว่าเป็นธรรมะเช่นกัน เพราะเนื้อแท้ของสิ่งทั้งปวง ไม่ว่าจะเป็นสิ่งที่ดีหรือไม่ดีก็คือ ความว่าง (หมายถึง การไม่มีตัวตนที่แท้จริง หรือ คำนัตตา ที่เราค้นเคยกันอยู่แล้วนั่นเอง)

สรุปว่า ธรรมะแท้ ต้องว่างจากตัวตนทั้งหมด ไม่ว่าจะเป็นส่วนไหน ข้อไหน ชั้นไหน ประเภทไหน ธรรมะจะต้องเป็นอันเดียวกับความว่าง คือ ว่างจากตัวตนนั่นเอง เราต้องหาให้พบความว่างในสิ่งทั้งปวง ไม่ควรยึดมั่นถือมั่นเลยว่าเราหรือของเรา

ส่วนการเปรียบเทียบเรื่องการยึดมั่นถือมั่นและความว่างกับศาสนาอื่น ท่านเชื่อมโยงเรื่องการยึดมั่นว่าตัวเราของเรา (บาลี คือ อัตตวาทุปาทาน) กับศาสนาอื่น เพื่อให้เห็นความจริงในเรื่องนี้ได้ชัดเจนขึ้นว่าในศาสนาอื่น เขามีตัวตนสำหรับให้ยึดมั่นถือมั่น ดังนั้น เรื่องการยึดมั่นถือมั่นในตัวเราของเรา จึงเป็นเรื่องถูกต้อง มีการสอนให้ เข้าถึงสภาพความเป็นตัวเราให้ได้ แต่พุทธศาสนา สอนต่างไปจากศาสนาอื่นๆ คือ สอนให้ละความยึดมั่นถือมั่นในตัวเราของเรา พุทธศาสนา สอนว่าการยึดมั่นว่าตัวเราของเราเป็นกิเลส (สิ่งที่ทำให้ใจเศร้าหมอง) เป็นความโง่ เป็นความหลง หลักปฏิบัติในทางพุทธศาสนา จึงสอนให้ละ ให้ทำลายความรู้สึกรยึดมั่นถือมั่น เสียให้หมด ให้เห็นสภาพเป็นอนัตตาคือ ความว่างจากตัวตนของสิ่งทั้งปวงเพราะฉะนั้น คำสอน เรื่อง อนัตตา จึงมีแต่

ในพุทธศาสนาเท่านั้นไม่มีในศาสนาอื่น อาการของความว่างจากความรู้สึกว่าตัวเราของเรา ท่านอธิบายเรื่องนี้โดยอ้างอิงถึงพระพุทธานุญาตในพระสูตร ซึ่งแปลสรุปเป็นไทยได้ 2 คู่ คือ

1. รู้สึกรู้ว่าไม่มีอะไรที่เป็นตัวเราและความกังวลต่อสิ่งใดหรือในอะไร ก็ไม่มีว่าเป็นตัวเรา
2. รู้สึกรู้ว่าไม่มีอะไรที่เป็นของเราและความกังวลต่อสิ่งใดหรือในอะไร ก็ไม่มีว่าเป็นของเรา

เรา

ทั้งสองข้อนี้ มีคำสรุปง่ายๆของอาจารย์ตั้งแต่สมัยโบราณเป็นภาษาบาลี ซึ่งท่านพุทธทาส แปลเป็นไทยว่า ไม่เห็นว่าเป็นตัวตน และไม่เห็นว่าเป็นของตน

จิตกับความว่าง ท่านย้ำว่าแท้จริงแล้วจิตกับความว่างเป็นสิ่งเดียวกันคือ ตามธรรมชาติ จิตว่างจากตัวตนและของตนอยู่แล้ว แต่เพราะความโง่ที่เข้ามา ทำให้ไม่เห็นว่างจิตของเราว่าง ดังนั้นเมื่อความโง่ออกไป จิตกับความว่างก็เป็นสิ่งเดียวกันเช่นเดิม นอกจากนี้ ในพระสูตร ยังมีข้อความที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ชัดว่า สญฺญตา คือ นิพพาน นิพพาน คือ สญฺญตา อีกด้วย ซึ่งท่านพุทธทาสได้ขยายความให้ชัดเจนขึ้นว่า ในขณะที่เรามีจิตว่างจากจากตัวตนของตนอยู่บ้าง เช่น ในขณะที่ทุกคนมีใจจรดจ่ออยู่กับคำบรรยายเรื่องจิตว่างของท่านและขณะนั้นใจไม่วอกแวก ไม่เกิดความรู้สึถึงตัวตนและของตน ก็ถือได้ว่าทุกคนอยู่ในขอบวงของนิพพาน แม้จะยังไม่เด็ดขาดสมบูรณ์ก็ถือว่าในขณะนั้นเป็นนิพพานแล้ว

ธาตุต่างๆในพุทธศาสนากับความว่าง ช่วงท้ายของการบรรยายท่านพุทธทาส ได้กล่าวถึงการศึกษาเรื่องความว่างในระดับที่สูงกว่าที่กล่าวมาแล้ว โดยกล่าวถึงเรื่องธาตุ ซึ่งมาจากรากศัพท์เดียวกับธรรมะ คือ มาจาก ธร ซึ่งแปลว่า สิ่งที่ทรงตัวอยู่ได้เช่นกัน ท่านสรุปว่า ธาตุทางวิทยาศาสตร์แม้จะมีมากมายแต่ก็เป็นเพียงเรื่องของวัตถุหรือรูปธาตุเท่านั้น แต่ทางพุทธศาสนา มีธาตุ 3 ประเภท คือ รูปธาตุ อรูปธาตุ (หรือ นามธาตุ) และ นิโรธธาตุ (หรือ นิพพานธาตุ หรือ อมตธาตุ หรือ สญฺญตธาตุ) ซึ่งหมายความว่า นอกจากรูปธาตุ ที่เราค้นเคยกัน 4 ธาตุ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม และธาตุไฟ แล้ว ยังมีธาตุที่ควรทราบเพิ่มไปจากนั้นอีกคือ ธาตุที่ไม่ปรากฏเป็นรูป คือ วิญญาณธาตุ (เกี่ยวกับจิตใจ) อากาสธาตุ (เกี่ยวกับช่องว่างในร่างกาย เช่น ช่องหู ช่องปาก ฯลฯ) และ นิโรธธาตุ (หรือ นิพพานธาตุ หรือ อมตธาตุ หรือ สญฺญตธาตุ) ท่านเชื่อมโยงระหว่างเรื่องธาตุ 3 ประเภท กับ ความว่าง ว่า ความยึดมั่นถือมั่น เป็นรูปธาตุและอรูปธาตุ ส่วนความว่างจากความยึดมั่นถือมั่นนั้น เป็น นิโรธธาตุ

อารมณ์กับความว่าง นอกจากนี้ ท่านยังเปรียบเทียบให้เข้าใจ เรื่องความว่าง ได้ชัดขึ้น โดยเปรียบเทียบกับอารมณ์ว่า คนเราจะมี 2 อารมณ์หลัก คือ พอใจ กับ ไม่พอใจ ทั้ง 2 อารมณ์นี้ถือว่า ทำให้เกิดความวุ่น ตลอดเวลา ไม่มี ความว่าง หากจะให้งว่าง ก็ต้องทำตัวให้อยู่เหนือความวุ่นหรือ ถ้าเปรียบกับธาตุ ก็คือ มาอยู่กับธาตุว่าง หรือ นิโรธธาตุ นั่นเอง

สรุป ความว่าง คือเรื่องทั้งหมดของพุทธศาสนา เป็นความรู้ เป็นการปฏิบัติ และเป็นผลของการปฏิบัติเมื่อเข้าถึงความว่างได้ทั้งหมดปัญหา ประเด็นสำคัญ คือ ต้องจับความหมายทุกอย่างให้ถูกต้อง ตามที่ท่านได้ยกตัวอย่างและอธิบายไว้แล้วไม่ใช่ตีความหมายตามความเคยชิน ในส่วนตัวของท่านเองนั้น ท่านมีหน้าที่อธิบายไปตามข้อมูลที่มีอยู่ แต่การทำความเข้าใจเรื่องความว่างและการปฏิบัติ เป็นหน้าที่ของผู้ฟังแต่ละคน

3. วิธีปฏิบัติเพื่อเป็นอยู่ด้วยความว่าง

วิจารณ์สาระสำคัญเรื่อง วิธีปฏิบัติเพื่อเป็นอยู่ด้วยความว่าง ดังต่อไปนี้ ท่านได้แจ้งไว้แต่แรกว่า “คราวนี้จึงเหลืออยู่แต่ วิธีปฏิบัติอย่างไรจึงจะสำเร็จประโยชน์แก่ทุกคนทั่วๆไปทุกคน แม้ที่มีการศึกษาน้อย แม้ที่ไม่ได้เล่าเรียนปริยัติโดยตรง”

ท่านเริ่มบรรยาย โดยเน้นให้สังเกตและทำความเข้าใจ ว่า คำธรรมใดๆหลายคำ เมื่อนำไปใช้ในทางธรรมะมักจะมีคามหมายกว้างและลึกยิ่งไปกว่าความหมายทั่วไป (เข้าใจว่าเหตุผลประการหนึ่ง คือ คำเดิมของพุทธศาสนาเป็นภาษาบาลี เมื่อแปลเป็นภาษาไทย บางคำอาจจะไม่มีคำที่มีความหมายตรงกันและครอบคลุมครบถ้วน มีแต่คำที่ความหมายใกล้เคียงกัน บางครั้งจึงจำเป็นต้องมีการอธิบายขยายความเพิ่มให้ชัดเจนยิ่งขึ้น เพื่อมิให้เข้าใจผิดเพี้ยนไป) เช่น คำว่า รู้ ความว่าง หรือ เข้าใจความว่าง นั้น ความหมายที่ถูกต้องทางธรรมะ ไม่ได้หมายถึง การอ่าน หรือ ฟัง หรือ คิด นึกไปตามเหตุผล เช่นเดียวกับความหมายทั่วไป แต่หมายถึง ความรู้สึกต่อความว่างที่จิตกำลังว่างอยู่จริงๆ เราต้องรู้ต่อสิ่งที่กำลังมีอยู่ในจิตใจจริงๆ ดังนั้น ถ้ากล่าวว่าเรารู้ความว่าง ก็ต้องมีความว่างปรากฏอยู่ในขณะนั้น แล้วเรารู้สึกว่ามันเป็นอย่างไร คำว่า รู้ธรรมะ ก็ หมายความว่า กำลังมีธรรมะอยู่ที่เดียวและรู้สึกต่อธรรมะนั้นอยู่ คำ เห็นแจ้งความว่าง ก็เช่นกัน หมายความว่า เมื่อเรารู้สึกว่าว่างอย่างไรแล้ว และทำความรู้สึกให้ชัดเจนยิ่งขึ้น จึงจะได้ชื่อว่า ความเห็นแจ้ง หรือ เห็นแจ้งแทงตลอด คือ รู้อย่างทั่วถึง ส่วนความหมายของชื่อเรื่อง วิธีปฏิบัติเพื่อเป็นอยู่ด้วยความว่าง ท่านอธิบายถึงความหมายว่า เป็นอยู่ด้วยความว่าง นั้น มาจากภาษาบาลีว่า สุธูตาวิหาร ซึ่งความหมายทางธรรมะ คือ การเป็นอยู่ มีลมหายใจอยู่ด้วยความรู้สึกต่อความว่างนั้นตลอดเวลา ส่วนคำ ความว่าง หมายความว่า ไม่มีความรู้สึก ว่า ตัวตน ว่าของตัวหรือของตนและหากมีคำถามต่อไปว่า อะไรว่าง ท่านได้อธิบายให้เข้าใจความหมายครบถ้วน ว่า หมายถึง จิต นั่นเอง คือ จิตว่าง จากความรู้สึกว่าตัวตน หรือว่าของตน หรืออีกนัยหนึ่งสรุปความหมายเพียงสั้นๆได้ว่า คือ วิธีปฏิบัติอย่าให้เกิดความรู้สึกว่ามีตัวตนในร่างกายนี้

สิ่งทั้งปวงหรือทุกสิ่งคือความว่าง ท่านอธิบายว่าหมายถึง ทุกสิ่งทั้งที่เป็น รูปธรรม และนามธรรม ตั้งแต่สิ่งที่มีอนุภาคเล็กสุด เช่น ฝุ่น เพชรพลอย จิตใจ จนถึงที่สุด คือ นิพพาน ล้วนแต่ว่างจากความเป็นตัวตน ทั้งนั้น หรือ กล่าวอีกอย่างหนึ่งก็ได้ว่า “ที่สิ่งทุกสิ่ง มีความว่าง คือ มีลักษณะแห่งความว่างแสดงอยู่” ทั้งนั้น

จิตที่กำลังไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรคือความว่าง ท่านอธิบายว่า จิตเดิมนั้นว่างจากความมีตัวตน แต่เนื่องจากจิตถูกห่อหุ้มจากสิ่งปรุงแต่งที่ได้รับทางกาย คือ เห็นรูป ได้ยินเสียง ได้กลิ่น ลิ้มรส และ สัมผัสทางผิวหนัง ฯลฯ จิตจึงไม่ว่าง เมื่อใดที่จิตปลดปล่อยความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งปวงได้ทั้งหมด จิตก็จะ ว่าง ได้ดังเดิม

ผลของการไม่ยึดมั่นถือมั่น ท่านขยายความว่า สิ่งทั้งปวงและจิตที่กำลังไม่ยึดมั่นถือมั่นในสิ่งใดๆ นั้นต่อเนื่องกัน หากมีความรู้ที่ถูกต้องเกิดขึ้น จนถึงขั้นมองเห็นสิ่งทั้งหลายทั้งปวงตามที่เป็นจริงแล้ว (ความหมาย คือ รู้สึกอย่างชัดเจน หรือ รู้อย่างทั่วถึง หรือ รู้แจ้ง) จิตก็จะเห็นของจริงว่า ความว่างนั้นแหละ คือ ความดับไม่เหลือแห่งตัวตน

ความดับแบบเหลือ (แห่งตัวตน) กับความดับแบบไม่เหลือ (แห่งตัวตน) ท่านอธิบายว่า ความดับแบบเหลือ (แห่งตัวตน) หมายถึง การมีสติปัญญาหรือมีความรู้ธรรมะพอที่จะดับความยึดมั่นถือมั่นได้เพียงระดับหนึ่งแต่ยังไม่ถึงที่สุด ท่านอธิบายว่า เป็นการดับแบบยังมีเชื้อเหลืออยู่ เช่น เห็นว่าฝุ่นไม่ใช่ตัวตนแต่ก็มีตัวตน เห็นว่าร่างกายไม่ใช่ตัวตนแต่จิตใจมีตัวตน หรือ เห็นว่าจิตใจไม่มีตัวตนแต่นิพพานมีตัวตน เป็นต้น ความดับแบบไม่เหลือ (แห่งตัวตน) หมายถึง การปฏิบัติที่ถูกต้องและเป็นไปอย่างสมบูรณ์ถึงที่สุดชนิดที่ว่าตัวกู หรือความรู้สึกว่าตัวกูนี้ไม่มีทางจะเกิดอีกต่อไป โอกาสในการปฏิบัติที่จะไม่ให้เกิดความรู้สึกว่ามีตัวตนในร่างกายนี้ ท่านแนะนำว่า ควรปฏิบัติใน 3 โอกาส คือ 1) ในโอกาสปกติ 2) ในโอกาสที่มีสิ่งมากระทบ ตา หู จมูก ลิ้น กาย หรือผิวหนัง 3) ในโอกาสที่กำลังจะตาย

วิธีปฏิบัติที่จะไม่ให้เกิดความรู้สึก ว่ามีตัวตนในร่างกายนี้ในโอกาสปกติ ท่านได้ขยายความว่า เป็นการปฏิบัติในขณะที่ทำงานประจำวัน หรือ อ่านหนังสือ หรือปฏิบัติธรรม ฯลฯ ตามปกติ ไม่มีสิ่งใดมากระทบกายเป็นพิเศษ เป็นการปฏิบัติในลักษณะที่เป็นการศึกษา นั่นคือปฏิบัติเป็นประจำอย่างต่อเนื่องไปเรื่อยๆ โดยจะศึกษาเอง หรือถาม หรือปรึกษาหารือผู้อื่นก็ได้ เพื่อให้เห็นแจ้งในเรื่องต่างๆเกี่ยวกับความว่างยิ่งขึ้นไป เช่น สิ่งทั้งปวงว่างอยู่อย่างไร แล้วจิตนี้จะว่างได้อย่างไร จิตจะไม่หลงผิดในสิ่งทั้งปวงได้อย่างไร เป็นต้น โดยเฉพาะอย่างยิ่ง สำหรับผู้ที่ไม่มีความรู้ด้านวิชาการของธรรมะมาก่อน หรือแม้กระทั่ง ผู้ที่อ่านและเขียนหนังสือไม่เป็นนั้น ท่านแนะนำวิธีปฏิบัติทางลัดให้ คือ ให้หมั่นพิจารณา สิ่งต่างๆ ว่ามีอะไรที่น่าเอา น่าได้ หรือ น่าเป็นบ้าง (หากใช้เป็นภาษาทางธรรมะตามที่ท่านบรรยาย ก็คือ มีอะไรที่น่ายึดมั่น ถือมั่นบ้าง)

ตัวอย่างของการยึดมั่นถือมั่นกับไม่ยึดมั่นถือมั่นในทรัพย์สิน นอกจากอธิบายขยายความแล้ว ท่านยังยกตัวอย่างให้เข้าใจความหมาย ของคำว่า น่าเอา น่าได้ น่าเป็น ได้ชัดเจนขึ้น เช่น ถ้าเราเอาเพชร พลอย มากองไว้เต็มห้อง แต่ไม่มีความยึดถือว่า เราได้มา หรือ เราเอามาได้ หรือ เราเป็นเจ้าของ เช่นนี้ก็เท่ากับ ไม่มีการเอา ไม่มีการได้ เพชรพลอยก็กองอยู่เช่นนั้น ไม่มีความหมาย

อะไร แต่ถ้ามีความยึดถือว่า เราได้มา เราเอามาได้ หรือเราเป็นเจ้าของ เช่นนี้ ก็คือความหมายของคำว่า นำเอา นำได้ นำเป็น ตามที่ท่านแนะนำให้พิจารณา

ผลของการยึดมั่นถือมั่นกับไม่ยึดมั่นถือมั่นในทรัพย์สิน ท่านชี้แนะว่า เมื่อมีความรู้สึกว่า นำเอา นำได้ นำเป็น หรือ ยึดมั่นถือมั่น แล้ว ไม่ว่าจะอยู่ที่ใด ใจก็จะเป็นทุกข์ได้เสมอ แต่หากหมั่นพิจารณาอยู่เสมอ จนพบความจริงว่า ไม่มีอะไรที่นำไปสู่สักเออา หรือเป็น ใจก็จะวางเฉยกับทุกสิ่งแต่ในทางปฏิบัติ จะจัด จะทำ จะมี จะเก็บรักษา จะบริโภคใช้สอย ก็ทำไปตามเรื่อง จิตใจอย่าไปเอาไปเป็น อย่าไปรู้สึกว่าเป็นตัวเราเอา ตัวเราเป็น ตัวเรามีขึ้นมา ทั้งนี้ ท่านแนะนำให้หนักถึงหลักธรรมะที่ว่า ทำโดยไม่ต้องมีผู้ทำ การกระทำได้เสร็จสิ้นไปแล้ว แต่ตัวผู้ทำหาไม่ การเดินทางได้เดินถึงที่สุดแล้ว แต่ตัวผู้เดินทางหาไม่ หลักธรรมะนี้ หมายความว่าถึง พระอรหันต์ ท่านปฏิบัติธรรมะถึงที่สุดแล้ว หรือเดินไปตามทางของอริยมรรคถึงที่สุดแล้ว บรรลุถึงนิพพานแล้ว แต่ตัวผู้เดินทางหาไม่

วิธีนำหลักการไม่ยึดมั่นถือมั่นมาใช้ในชีวิตประจำวัน ท่านได้แนะนำว่า จะกิน อยู่ นั่ง นอน เดิน บริโภค ฯลฯ ต้องมีสติปัญญาเพียงพอ ไม่ให้เกิดความรู้สึกว่า เรามีอยู่ เราเป็นผู้ทำ ผู้กิน ผู้เดิน ฯลฯ เช่นนี้จึงจะเรียกว่า ทำให้ว่างจากตัวเราเสมอ จนเป็นปกติ เป็นอยู่ด้วยความรู้สึกว่าง ไม่มีอะไรที่นำเอานำเป็น วิธีนี้คือการปฏิบัติธรรมควบคู่ไปกับการทำงาน หรือ การเคลื่อนไหวในการทำงานประจำวันนั่นเอง เป็นการปฏิบัติธรรมอย่างสูงยิ่งไปเลยโดยไม่ต้องแยกจากกัน งานก็ก้าวหน้า ธรรมะก็ก้าวหน้า ตัวอย่างการยึดมั่นถือมั่นกับการไม่ยึดมั่นถือมั่นในเรื่องที่ไม่เกี่ยวกับทรัพย์สิน และผล นอกจากยกตัวอย่าง การเอา การได้ และการเป็น เกี่ยวกับ ทรัพย์สินแล้ว ท่านยังยกตัวอย่างเกี่ยวกับการเป็นในเรื่องที่ไม่เกี่ยวกับทรัพย์สิน อีกด้วยโดยเริ่มจากเรื่องธรรมดาๆ ไปจนถึงเรื่องเกี่ยวกับการปฏิบัติธรรมในระดับสูง เช่น เป็นแม่ เป็นพ่อ เป็นเด็ก เป็นผู้ใหญ่ เป็นเทวดา เป็นคนดี เป็นคนชั่ว เป็นคนมีความสุข เป็นคนมีความทุกข์ เป็นคนมีบุญ เป็นผู้มีความสุขที่เกิดจากสมาธิ เป็นผู้มีความสุขที่เกิดจากฌาน ฯลฯ ท่านได้อธิบายเพิ่มว่า แม้ทุกคนจะต้องการเป็นในสถานะที่ดูเหมือนดี เช่น เป็นเทวดา เป็นคนมีความสุข เป็นต้น แต่ตามความเป็นจริงแล้ว ผู้ที่ได้เป็นอยู่ในสถานะนั้นแล้ว ต่างก็มีความทุกข์ ทั้งสิ้น เช่น เป็นคนดี ก็ยังมีความทุกข์ตามแบบของคนดี เป็นคนมีความสุข ก็ยังมีความทุกข์ไปอีกแบบตามแบบของคนมีความสุข เป็นต้น ทั้งนี้ เพราะเมื่อมีความยึดมั่นถือมั่นไม่ว่าจะเป็นเรื่องใด แม้แต่เรื่องความสุข ความดี ฯลฯ ก็ตาม ย่อมเกิดความทุกข์ตามมาทุกคนไม่มีเว้น

ผู้ที่ระบุว่าเขาถึงนิพพานแล้วเป็นเรื่องจริงหรือไม่ หลังจากนั้น ท่านได้อธิบายเชื่อมโยงไปถึงประเด็นที่น่าสนใจมาก คือ แม้แต่ กรณีผู้ที่มีความสุขจากธรรมะ ก็ตาม หากยึดพระนิพพานว่าเป็นตัวตน หรือเป็นความสุขของเรานั้น ย่อมเป็นไปไม่ได้ ท่านให้ความรู้ไว้ว่า ถ้าเพียงแต่พูดนั้นพูดได้ แต่ตามความเป็นจริงแล้วไม่ได้ เพราะว่าผู้ที่มีความยึดถืออย่างนั้น จะบรรลุถึงนิพพานไม่ได้เป็นอันขาด เพราะฉะนั้นถ้าผู้ใดสำคัญว่าเขาได้รับ เขาเป็นผู้มีความสุขที่เกิดแต่นิพพานอย่างนั้นมันเป็น

นิพพานจอมปลอมทั้งนั้น นิพพานจริงไม่มีทางที่จะมาอยู่ในฐานะที่ถูกยึดถืออย่างนี้ได้ หากไม่ต้องการเกิดอีกควรทำอย่างไร นอกจากนี้ ท่านพุทธทาส ยังยกตัวอย่างเทียบเคียงไปถึงการศึกษา และพิจารณาในเรื่องการเกิด การตายและชี้นำว่า หากมีความรู้เพียงพอและไม่ต้องการเกิดอีก ในทางปฏิบัติก็ต้องไม่ยึดมั่นถือมั่น เรื่องการเกิดหรือไม่เกิดไปเรื่อยๆ จึงจะเป็นความว่าง และเป็นความไม่เกิด

การปฏิบัติสมาธิภาวนาและวิปัสสนาอย่างยิ่ง เพื่อให้รู้โทษของความยึดมั่นถือมั่น ต้องทำอย่างไร ท่านกล่าวถึงเรื่องนี้เพียงสั้นๆว่า ก็ต้องเป็นเรื่องว่างจากความยึดมั่นถือมั่น เช่นกัน โดยต้องทำตามที่ได้ศึกษามาเป็นอย่างมาก เพราะไม่ใช่เรื่องที่คนธรรมดาไม่รู้หนังสือจะทำได้ทั้งหมดนี้ รวมกันเรียกว่า ข้อปฏิบัติในขณะปกติ

วิธีปฏิบัติเพื่อเป็นอยู่ด้วยความว่างในโอกาสที่มี รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัสมากระทบ ตา หู จมูก ลิ้น กายหรือผิวหนัง วิธีนี้ท่านแนะนำเพียงสั้นๆตามที่เคยแนะนำในที่ต่างๆ หลายครั้งแล้วว่า วิธีปฏิบัติคือ เมื่อมีผัสสะ (การกระทบ) เกิดขึ้น ก็ให้จิตหยุดอยู่แค่นั้นอย่าคิดปรุงแต่งจนเกิดความยึดมั่นเป็น “ตัวกู ของกู” ขึ้นมา ถ้าทำได้เช่นนี้ถือว่า ปฏิบัติได้ขั้นดีเลิศแต่ ถ้าจิตยังไม่สามารถหยุดปรุงแต่งได้ทันทีที่มีการกระทบเกิดขึ้น ก็ปล่อยให้ปรุงต่อไปแล้วไปหยุดที่เวทนา (หมายถึง ความรู้สึกเช่น พอใจ ไม่พอใจ ฯลฯ) อย่าปล่อยให้คิดปรุงแต่งจนเกิดความยึดมั่นถือมั่นเป็น “ตัวกู ของกู” ขึ้นมา ถ้าทำได้เช่นนี้ ก็ถือว่าปฏิบัติได้ในขั้นธรรมดา ท่านขยายความต่อไปว่า การแนะนำเช่นนี้ ตรงตามที่พระพุทธเจ้า ตรัสว่า เมื่อเห็นรูปก็เพียงแคเห็น ดมกลิ่นก็เพียงแคดม ลิ้มรสก็เพียงแคลิ้มรส สัมผัสก็เพียงแคสัมผัส ฯลฯ ถ้าทำได้เช่นนี้ตัวเธอก็ไม่มีคือ กูไม่เกิดแล้วก็เป็นที่สุดทุกซึกคือว่างอยู่เรื่อย

ท่านยกตัวอย่างของจริงเพิ่มเติมเพื่อให้เข้าใจได้ชัดเจนขึ้นว่า เหมือนกับการที่ทหารนอนข้างปืนใหญ่ เมื่อปืนใหญ่อัดยิงออกไป ก็เพียงแคได้ยินเสียงเท่านั้น แคเป็นเสียงปืนใหญ่กระทบหูเท่านั้น ไม่เกิดเวทนาใดๆ (ความรู้สึก พอใจ ไม่พอใจ ฯลฯ) ยังนอนหลับสบายต่อไปได้ การปฏิบัติเช่นนี้ได้ ต้องนับว่าเก่งมาก แต่ถ้าสู้ไม่ไหวยอมแพ้ ก็ไปหยุดที่เวทณาก็ได้ พอรู้สึกสบาย ไม่สบาย พอใจ ไม่พอใจ ฯลฯ แล้วให้หยุดอยู่แค่นั้น อย่าเกิดความอยากอย่างนั้นอย่างนี้ต่อไปตามเรื่องของความอยาก ของกิเลสตัณหา อุปาทาน อย่างนี้ก็ได้ นี่เรียกว่าวิธีปฏิบัติในโอกาสที่สิ่งภายนอกมากระทบตา หู จมูก ลิ้น และ กายของเรา

วิธีปฏิบัติที่จะไม่ให้เกิดความรู้สึกว่ามีตัวตนในร่างกายนี้ (รู้สึกว่าง) ในโอกาสที่กำลังจะตาย ท่านแนะนำว่า จะต้องอาศัยหลักที่ว่า ดับไม่เหลือ-ดับไม่เหลือ มาเป็นหลัก และทุกคนควรซ้อมความเข้าใจที่ถูกต้องเช่นนี้ไว้เป็นประจำ

ตัวอย่างวิธีปฏิบัติก่อนตาย ท่านยกตัวอย่างการตายในหลายลักษณะ คือ

1. การตายตามอายุไข ในกรณีที่ผู้สูงอายุไม่มีความรู้ทางธรรมะอย่างลึกซึ้ง และไม่พร้อมที่จะเรียนรู้เรื่องใหม่ๆ กรณีนี้ท่านแนะนำอย่างง่าย ๆ ให้ปฏิบัติ คือ ในเวลาปกติ ให้ฝึกพิจารณาบ่อยๆ จนรู้สึกว่าการเป็นอะไรที่น่าสนุกเลย เช่น การเป็นคน การเป็นพ่อแม่ การเป็นสามี การเป็นภรรยา การเป็นเทวดา เป็นต้น เมื่อฝึกได้จนถึงขั้นนี้แล้ว จิตของเขาจะยอมจะโน้มไปในทางที่ไม่มีอะไรที่น่าหวง ดังนั้น จิตของเขาจึงเป็นไปเพื่อสลายตัวมันเอง ไม่มีความอยากเอา อยากเป็นที่ไหนอีกต่อไป จิตจะว่างไปในตัวมันเอง สลายไปในตัวมันเอง เมื่อถึงช่วงที่ใกล้จะดับจิต ก็ให้เพิ่มความรู้สึกที่ไม่มีอะไรน่าเอา ไม่มีอะไรที่น่าเป็น ที่ไหนหมดทุกแห่ง ให้มาอยู่ที่จิตใจในเวลาจะดับจิต ท่านมั่นใจว่า หากสามารถทำเช่นนี้ได้ คือ ดับจิตไปด้วยความรู้สึกที่แท้จริงว่า ไม่มีอะไรที่น่าเอาน่าเป็นที่ไหน ดับไม่เหลือ-ดับไม่เหลือ อย่างนี้ก็เป็นการสลายตัวชนิดที่สลายไปกับนิพพานธาตุ ไปเป็นนิพพานธาตุได้ในตัวเอง แม้ผู้ตายจะไม่รู้หนังสือ พูดอะไรก็ได้ แต่มีความรู้สึกอย่างนี้ได้ก็พอแล้ว

2. การตายเพราะอุบัติเหตุ เช่น ถูกรถยนต์ทับ ถูกตีกัด ถูกควายขวิด ฯลฯ ถ้ามีความรู้สึกเหลืออยู่นิดเดียวก่อนดับจิต แล้วรู้สึกดับไม่เหลือ-ดับไม่เหลือ ไม่มีอะไรที่น่าเอา-น่าเป็น หรือ แม้จะประสบอุบัติเหตุแล้วดับเดียวดับ แต่หากว่าผู้ที่ได้ฝึกตัวเองให้มีความรู้สึกทั่วทุกอย่างดับไม่เหลือ อยู่เป็นประจำแล้ว อย่างนี้ก็เป็นการสลายตัวชนิดที่สลายไปกับนิพพานธาตุ ไปเป็นนิพพานธาตุได้ในตัวเอง เช่นเดียวกับข้อ 1)

3. การตายของผู้ที่มีความรู้และสติปัญญาสมบูรณ์แตกฉานในปริยัติและปฏิบัติอยู่แล้ว คนกลุ่มนี้ไม่จำเป็นต้องโน้มจิตใจเหมือนผู้ตายตามข้อ 1) และ 2) เพราะเขาเป็นผู้ไม่ตายแล้วตั้งแต่แรก คือ บรรลุคุณธรรมขั้นสูงแล้ว ฉะนั้นจึงไม่มีการตาย เขาจะรู้จักตั้งสติสัมปชัญญะอย่างที่ว่าไม่มีการตาย

4. การเตรียมตัวตายของผู้เจ็บป่วย ท่านแนะนำว่า สำหรับผู้มีความเจ็บป่วยที่เห็นกันอยู่ชัดๆว่า จะต้องตายแน่ ควรทำดีที่สุดด้วยสติสัมปชัญญะ ไม่ต้องขลาดต้องกลัว ทั้งนี้ท่านได้เล่าถึงวิธีเตรียมตัวตายของคนสมัยพุทธกาลว่า สำหรับผู้ที่ถือศีลอุโบสถกันเป็นประจำ ซึ่งจะมีการอดข้าวเย็นในวันอุโบสถเป็นประจำอยู่แล้ว เมื่อใกล้ถึงวันตายซึ่งเชื่อว่าไม่เกินสิบวัน เขาจะเตรียมไม่กินอาหาร เพื่อให้จิตใจเป็นปกติ กินแต่น้ำและยาเท่าที่จำเป็น และเมื่อใกล้ถึงวันตายเข้าไปอีก แม้แต่น้ำหรือยาก็ไม่อยากกิน ผู้ที่ยังยึดมั่นในบุญกุศลก็เตรียมยึดมั่นถือมั่นในบุญกุศล แต่ผู้ที่ฉลาดขั้นสูงจะเตรียมจะปล่อยวางดับไม่เหลือ ไม่มีการฉวยเอาประวิงเวลาให้นานที่สุดเท่าที่จะนานได้ การกระทำเช่นนี้ เรียกว่า “ปลงสังขาร” เขาเตรียมที่จะแตกตายทำลายร่างกายให้ดีที่สุด ในทางจิตก็โน้มไปเพื่อดับไม่เหลือ ซึ่งต่างจากพวกเราในปัจจุบันที่พยายามถ่วงชีวิตไว้ให้นานที่สุด ท่านเห็นว่า ถ้าทำถูกต้องก็ต้องกล้าด้วยธรรมะ และตายอย่างมีชัยชนะเหนือความตาย ดังตัวอย่างที่ท่านนำมาเล่าให้ฟัง จึงจะเรียกว่าเข้าถึงความว่างได้ในวินาทีสุดท้าย

สรุปวิธีปฏิบัติเกี่ยวกับความว่างแบ่งเป็น 3 ขณะ ปฏิบัติใน 3 โอกาส คือ ขณะปกติ ทำการงานตามปกติ อย่างหนึ่ง ขณะที่มีสิ่งมากระทบทางตา หู จมูก ลิ้น และกาย อีกอย่างหนึ่ง และขณะที่กำลังจะดับจิต อีกอย่างหนึ่ง ทั้งนี้ท่านได้ชี้แนะและถ่ายทอดด้วยว่า วิธีปฏิบัติใน 3 โอกาสนี้ควรจะมีการ พุด คิด และ ปรัชชากันหาหรือกันอยู่เป็นประจำ เช่นเดียวกับการคุยกันในเรื่องบ้านเมือง เรื่องโลก เรื่องกีฬา ฯลฯ เพราะ เรื่องนี้เป็นเรื่องต่อสู้อย่างกับความตาย เอาชนะความตายเพื่อให้ได้ว่างจากความเกิด จากความตาย เมื่อมีการพุดคุยปรัชชาหาหรือกันบ่อยๆ และปฏิบัติอย่างถูกวิธีแล้ว สิ่งเหล่านี้จะเป็นของง่ายๆ ง่ายไปจนถึงการบรรลุนิพพานด้วยอุบายแบบง่ายๆตามที่ท่านได้ชี้แนะไว้แล้ว

บทสรุป

สรุปใจความทั้งหมดของพระพุทธศาสนา ท่านพุทธทาสสอนให้ทุกคนรู้จักโรค ทั้งทางกาย ทางจิต และ ทางวิญญาณ ให้ครบถ้วน แล้วแก้ไขเยียวยาทุกโรค ให้เป็นผู้ไม่มีโรค และได้ชื่อว่า อโรคยา ปรมา ลาภา ที่แท้จริง ความว่างคือเรื่องทั้งหมดของพระพุทธศาสนา เป็นความรู้ เป็นการปฏิบัติ และเป็นผลของการปฏิบัติเมื่อเข้าถึงความว่างได้ก็หมดปัญหา ประเด็นสำคัญ คือ ต้องจับความหมายทุกอย่างให้ถูกต้อง ตามที่ท่านได้ยกตัวอย่างและอธิบายไว้แล้วไม่ใช่ตีความหมายตามความเคยชิน ในส่วนตัวของท่านเองนั้น ท่านมีหน้าที่อธิบายไปตามข้อมูลที่มีอยู่ แต่การทำความเข้าใจเรื่องความว่าง และการปฏิบัติ เป็นหน้าที่ของผู้ฟังแต่ละคน วิธีปฏิบัติเรื่องความว่างซึ่งเป็นหัวใจที่สำคัญยิ่งของพุทธศาสนาอีกครั้งหนึ่ง ว่าเราจะต้องเข้าใจให้ถูกต้องในเรื่องความว่าง เข้าถึงความว่างเป็นอยู่ด้วยความว่าง ว่างอยู่เป็นปกติ แล้วเป็นความว่างเสียเอง ความว่างมีอยู่ที่สิ่งทั้งปวง เป็นลักษณะของสิ่งทั้งปวง ทำจิตใจให้ว่างจากความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งปวง แล้วจิตก็จะเป็นความว่างเสียเอง เป็นความดับไม่เหลือแห่งตัวกู-ของกู ไม่มีการเกิดมาอีก ไม่มีความรู้สึกเป็นความเกิด เป็นตัวเราของเราขึ้นมาอีก นี่คือนิยามวิธีปฏิบัติเพื่อความว่าง ซึ่งในหนังสือ แก่นพุทธศาสน์ ทั้ง 3 เรื่องผู้วิจารณ์จึงขอสรุปตามพุทธทาสดังนี้ “สิ่งทั้งปวงไม่ควรยึดมั่นถือมั่น” (สพเพ ธมมา นาลอภินิเวสยา)

จุดมุ่งหมายของพระพุทธศาสนา คือ มุ่งเฉพาะไปยังความดับทุกข์เท่านั้น ถ้าเป็นเรื่องที่ไม่เป็นไปเพื่อความดับทุกข์ ไม่ยึดมั่น ถือมั่น ปฏิบัติตามอริยสัจ 4 คือ ทุกข์-ควรกำหนดรู้ สมุทัย (เหตุแห่งทุกข์)-ควรกำหนดละ นิโรธ (ความดับทุกข์) ควรทำให้แจ้ง มรรค (ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์) ควรทำให้เกิดขึ้น ให้อยู่กับปัจจุบัน ให้จิตอยู่กับปัจจุบัน ให้เรามีสติ จิตไม่วอกแวกไปอดีต หรืออนาคต จิตไม่คิดปรุงแต่ง ทำจิตให้ว่าง และทำปัจจุบันให้ดีที่สุด

ส่วนการจะดับทุกข์ในขั้นที่สูงขึ้นไปนั้น เรียกว่า การดับความเกิด คิดว่าจะต้องเข้าใจ และดับ อวิชชา ตัณหา อุปาทาน ภพชาติ ให้ได้เสียก่อน การเจริญสติให้ถึงขั้นวิปัสสนากรรมฐาน เพราะหลักธรรมนี้คือ ปฏิจสมุปบาท ก็ถึงจะไปนิพพานได้

เอกสารอ้างอิง

พระพุทธทาส อินทปญโญ, (2548). *แก่นพุทธศาสนา*. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์เพชรประกาย,
 พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) . (2556). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม*, พิมพ์
 ครั้งที่ 24. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาธรรมสภา.
 พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), (2551). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลศัพท์*, พิมพ์ครั้งที่
 ที่ 12. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

