

ฟิสิกส์กับการตื่นรู้: บทวิเคราะห์ในทัศนะพระพุทธศาสนา

Physics of Awakening: An Analytical of Buddhism Perspective

สามารถ สุขุประการ

Samart Sukhuprakarn

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Mahachulalongkomrajavidyalaya University, Thailand.

Email: samart.sukhuprakarn@gmail.com

บทคัดย่อ

การตื่นรู้ทางพระพุทธศาสนา คือ การเจริญสติ เพื่อให้เกิดการระลึกถึงตัวต่อผัสสะที่เกิดขึ้น เรียกว่า มหาสติปัฏฐาน 4 เนื่องจากจิตเกิดดับความเร็วประมาณ 4×10 ครั้งต่อวินาที จึงมีคุณสมบัติเหมือนคลื่น อินฟราเรด ซึ่งคลื่นอินฟราเรดมีความสามารถสื่อสารได้ ดังนั้นเพื่อให้การระลึกถึงตามทันจิตที่เร็วมากขนาดนี้ จึงต้องมีถึงวิธี 4 ช่องทางที่จะตามทันจิตที่ไวได้ เพราะทุกขณะจิตจะหมุนไปตามกระแสของวงจรปฏิจจสมุปบาทสายเกิดทุกข์ อีกทั้งจิตเป็นพลังงานอีกรูปแบบหนึ่งที่สามารถสื่อสารกับสิ่งอื่นได้ เพราะคุณสมบัติคล้ายคลื่น ดังนั้นกฎเกณฑ์ทางฟิสิกส์จึงสามารถบูรณาอธิบายปรากฏการณ์ทางจิตได้เช่นกันกับรูปที่มีสภาวะสูญตา คือ สสารและปฏิสสารรวมตัวกันแล้วหายไปสู่อวกาศ จึงนำมาเทียบเคียงกับ สูญตาทางนาม คือ การที่จิตเห็น เจตสิกในจิตตานุปัสสนา ดังนั้นความหมายของการเห็นจึงเทียบได้กับการตื่นรู้ การที่จิตสามารถใช้ทฤษฎีฟิสิกส์ บูรณาการอธิบายปรากฏการณ์สูญตาทางจิตได้นั้น จึงเรียกว่า ฟิสิกส์กับการตื่นรู้ เป็นการเจริญสติในมุมมองของทฤษฎีฟิสิกส์

คำสำคัญ: ฟิสิกส์; การตื่นรู้; พระพุทธศาสนา

ABSTRACT

Awakening up to know the truth in Buddhism is the cultivation of mindfulness, to awareness for contact, namely Mahasatipatthana 4. Consciousness behavior is arising up and coming down such as a wave. The frequency of consciousness wave is 4 x10 cycle per second. It seems to be an infrared wave. Therefore awareness to catch the feeling of mind as the Dependent Origination cycle, so many speed, and cultivation of mindfulness has to be 4 methods. Consciousness maybe energy and can communicate with others.

The property of Consciousness looks like a wave so physics theory can explain mind phenomenon with integration. There are; the liberation of the matter is the combination of matter with antimatter, the liberation of conscious mind is the combination of consciousness with mental factors by the contemplation of mind. Mind seeing the mind means awareness, so awareness of physics is the development of mindfulness in physical view.

Keywords: Physics; Awakening; Buddhism

บทนำ

นับเนื่องตั้งแต่พระพุทธองค์ได้ประกาศอิสรภาพที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน เป็นวันที่โลกและจักรวาลทราบว่ มนุษย์มีศักยภาพพอที่จะค้นพบทางนิรทุกข์ได้ โดยไม่ต้องพึ่งพิงผู้อื่นมาดลบันดาลให้ จากนั้นเป็นต้นมา วงล้อแห่งธรรมจึงได้ขับเคลื่อนมาโดยตลอดเส้นทาง ซึ่งเส้นทางที่ว่านี้ไปสู่จุดหมายปลายทางเดียวกัน คือ นิรทุกข์ トラบใดที่ผู้้นั้นยังเดินอยู่ในสายทางเส้นนี้อยู่ ซึ่งพระพุทธองค์เรียกเส้นทางนั้นว่ “ทางสายเอก” ดังพุทธพจน์ ในพระไตรปิฎกเล่มที่ 10 กล่าวว่ ข้าพเจ้าได้สดับมาอย่างนี้ (เอวัมเมสุตัง; พระอานนทวิสิขณาในการทำสังคายนาครั้งแรก)

พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ นิคมของชาวกรุง ชื่อ กัมมาสถัมมะ แคว้นกรุง ณ ที่นั้นแล ได้รับสั่งเรียก ภิกษุทั้งหลายมาตรัสว่ “ภิกษุทั้งหลาย” ภิกษุเหล่านั้นทูลรับสนองพระดำรัสแล้ว พระผู้มีพระภาคจึงได้ตรัสเรื่องนี้ว่

“ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโลภะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโหมนัส เพื่อบรรลุอายุธรรม[อริยมรรค] เพื่อทำให้แจ้งนิพพาน ทางนี้คือ สติปัฏฐาน 4 ประการ ภิกษุในธรรมวินัยนี้

1. พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ
2. พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้
3. พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้
4. พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้”

“ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางสายเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโลภะและปริเวระ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุนิพพาน เพื่อทำให้แจ้งนิพพาน ทางนี้ คือ สติปัฏฐาน 4 ประการ เราอาศัยทางสาย เดียวนี้แล้วจึงกล่าวคำดังพรรณนามาจะนี้ ” “พระผู้มีพระภาคได้ตรัสภิกษุนี้แล้ว ภิกษุเหล่านั้นมีใจยินดีต่างชื่นชมพระภิกษุของพระผู้มีพระภาค ดังนี้แล” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

การเทศนาธรรมของพระพุทธองค์ ทำให้ผู้ฟังมองเห็นภาพชัดเจน โดยไม่ต้องเสียเวลาอธิบายความให้ยืดยาว อุปมาอุปไมยในพระสูตรต่างๆ ที่พระพุทธองค์ทรงนำมาเปรียบเทียบให้ผู้ฟังเข้าใจธรรมมีมากมาย ล้วนแต่ “คมคาย” พระองค์ทรงดำเนินไปอย่างมีจุดหมาย มีประโยชน์และเพื่อความสุขของมหาชน เนื่องจากคำอุปมาช่วยให้เรื่องที่ลึกซึ้ง เข้าใจยากนั้น ปรากฏความหมายเด่นชัดออกมา และเข้าใจง่ายขึ้น โดยเฉพาะมักใช้ในการอธิบายสิ่งที่เป็นนามธรรม เปรียบให้เห็นชัดด้วยสิ่งที่เป็นรูปธรรม หรือแม้เปรียบเรื่องที่เป็นรูปธรรมด้วยข้ออุปมาแบบรูปธรรม ก็ช่วยให้เนื้อความนั้นมีความหนักแน่นขึ้น (ประทีป พืชมงคล, 2560)

บทความวิจัยเชิงคุณภาพนี้ นำเสนอผลการศึกษา ผ่านการวิเคราะห์ สังเคราะห์ และอธิบายนัยแห่งของผู้วิจัยเพื่อแสดงให้เห็นความจริงของชีวิตอย่างถ่องแท้ เพื่อประโยชน์แก่การนำไปพัฒนาชีวิตของพุทธบริษัทต่อไป

ปริศนาทางสายเอก

สติปัฏฐาน แปลว่า ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) หรือ การปฏิบัติมีสติเป็นประธาน ซึ่งทางสายเดียวเป็นองค์รวมที่เอื้อต่อการบรรลุธรรม (พระโมคคัลลานะ, 2547) จึงมีความหมายแตกออกไปอีก คือ

1. เป็นทางที่บุคคลผู้ละการเกี่ยวข้องกับหมู่คณะ ไปประพฤติธรรมอยู่แต่ผู้เดียว
2. เป็นทางสายเดียวที่พระพุทธเจ้าทรงทำให้เกิดขึ้น เป็นทางของบุคคลผู้เดียว คือ พระผู้มีพระภาค เพราะทรงทำให้เกิดขึ้น
3. เป็นทางปฏิบัติในศาสนาเดียว คือ พระพุทธศาสนา
4. เป็นทางดำเนินไปสู่จุดหมายเดียว คือ พระนิพพาน

ดังนั้นองค์ประกอบของทางสายเดียวย่อมผูกขาด และเกิดขึ้นในพระพุทธรูปศาสนาเท่านั้น หรือเรียกว่า ย่อมเกิดขึ้นในคำสั่งสอนในพระพุทธรูปเท่านั้น ทุกพระองค์จะทรงสั่งสอน โดยอาศัยหลักแห่งเหตุและผล พระพุทธรูปที่เจ้ามาอุปถัมภ์ขึ้นอีกหลายพระองค์ต่อจากนี้ไป และก็จะใช้หลักการนี้สั่งสอนเดียวกันทุก ๆ พระองค์ เหมือนกับหลักกาลามสูตร

ในความเห็นของผู้เขียนเห็นว่า การที่พระองค์ทรงกล่าวว่าเช่นนี้ เพราะเป็นทางบรรลุมรรคที่ใช้เฉพาะ พระพุทธรูปศาสนาเท่านั้น และสืบเนื่องมาจากบริบทแวดล้อมของสังคมอินเดียในครั้งนั้น มีหลายลัทธิความเชื่อ ซึ่งทุกคนต่างโอ้อวดว่าลัทธิของตน สามารถบรรลุมรรคได้ พระพุทธรูปจึงได้ทรงให้ใช้หลักการทางสายเดียวที่ ทรงบัญญัติไว้ตรวจสอบ ความถูกต้องของทางที่จะบรรลุมรรค

สติปัฏฐานทั้ง 4 คือการตั้งสติ ระลึกได้หรือความระลึกได้ไว้ภายในกาย ในเวทนา ในจิตและในธรรม ซึ่ง เป็นการเจริญวิปัสสนา (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2551) ดังนี้

1. กายานุปัสสนา – คือ การพิจารณาโดยกำหนดสติในกาย ในฐานะของลมหายใจเข้า-ออก, ในฐานะของอิริยาบถ ยืน เกิด นั่ง นอน, ในฐานะของสัมผัสสัญญา – ความรู้ตัวทั่วพร้อมในฐานะของอิริยาบถทั้ง 4 นั้น, ในฐานะของกายที่มีอาการ 32, ในฐานะของกายที่ประกอบจากธาตุทั้ง 4 ดิน น้ำ ลม ไฟ, ในฐานะของศพใน 9 สภาพ ตั้งแต่เริ่มตายใหม่ ๆ จนถึงเป็นผงธุลีดิน

2. เวทนานุปัสสนา – คือ การพิจารณาโดยกำหนดสติ ในความรู้สึกที่เป็นทุกข์ เป็นสุข หรือไม่ทุกข์ไม่ สุขแบบกลาง ๆ ทั้งที่ประกอบไปด้วยสามสมิกิเลสเป็นตัวชักนำ และที่เป็นนิรามิสไม่มีกิเลสเป็นตัวนำล่อให้ไป

3. จิตตานุปัสสนา – คือ การพิจารณาโดยกำหนดสติ ดูในจิตว่าจิตในขณะนั้นมีสติ (ราคะ) หรือไม่มี มีโทสะหรือไม่ มีโมหะหรือไม่

4. ธัมมานุปัสสนา – คือ การพิจารณาโดยกำหนดสติ ดูธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นในจิต ตั้งแต่ นิเวศน์ทั้ง 5, ขันธ์ทั้ง 5, การเกิดดับของขันธ์ทั้ง 5 นั้น, อายุตนทั้ง 6, โพชฌงค์ทั้ง 7 และอริยสัจ 4 (สมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ สุวฑฺฒนมหาเถระ), 2536)

จากพระไตรปิฎกเล่มที่ 12 มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก์ กล่าวว่า ถ้าผู้ใดปฏิบัติได้อย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่ 7 วันขึ้นไปมากที่สุดก็ไม่เกิน 7 เดือน จะได้ผลอย่างแน่นอน อย่างน้อยที่สุดจะต้องบรรลุมรรคขั้น อนาคามี หรือ จนสำเร็จเป็นอรหันต์ ดังนั้นกลยุทธ์ของสติปัฏฐาน 4 จึงมีความพิเศษเป็นที่สุด พระพุทธรูปทรงยืนยันว่าถ้า ปฏิบัติได้ตามนี้ ก็จะได้ผลตามนี้อย่างแน่นอน นี่เป็นสาเหตุหนึ่งที่พระองค์ทรงกล่าวว่า มีเส้นทางเดียวเท่านั้นที่ จะบรรลุมรรค หรือ ทางสายเอก ที่ทำให้กฎไตรลักษณ์ถูกเปิดเผยออกมา คือ มหาสติปัฏฐาน 4 ใน พระพุทธรูปศาสนาเป็นกระบวนการพัฒนามนุษย์เพื่อการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องมีชีวิตที่ดีและประเสริฐ ขบวนการฝึก นี้ หรือการปฏิบัติประกอบด้วยอภิสติศึกษา อภิจิตตศึกษา และอภิปัญญาศึกษา เรียกย่อ ๆ ว่า ศีล สมาธิ ปัญญา เพื่อให้จิตใจสงบตั้งมั่นเป็นหนึ่งเดียว ปัญญาเป็นเครื่องมือในการฝึกฝน อบรม ปฏิบัติเพื่อให้เกิดความรู้ อย่าง พิเศษ (พระปลัดปรีชา คนุชโก, 2560) ในฐานะที่เราทุกคนโชคดีที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ ผ่านภพภูมิมาหลายภพ

หลายชาติ การเกิดเป็นมนุษย์นั้นยากยิ่งนักมีโอกาสน้อยจริง ๆ “การเกิดเป็นมนุษย์นั้นแสนยาก การได้ฟังพระสัทธรรมนั้นแสนยาก” ดังนั้นเราทั้งหลายจึงไม่ควรพลาดโอกาสนี้ ที่ได้ศึกษาเพื่อตอยอดนำไปปฏิบัติ ซึ่งเราเสียเวลามากหลาย ๆ ชาติแล้ว

ฟิลิกส์กับการตื่นรู้

ตามที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น กระบวนการในการตื่นรู้ ทางพระพุทธศาสนาใช้มหาสติ - ฐาน 4 เป็นเครื่องมือตัดหาความจริง ที่เกิดขึ้นในวงจรปฏิจจสมุปบาทสายเกิดทุกข์ ทำให้เกิด “การเห็น” อันยิ่งใหญ่ เป็นการเห็น แบบรู้แจ้งแทงตลอดว่าในสรรพสิ่งนั้นเป็นไปตามกฎไตรลักษณ์

ในขณะที่ศาสตร์สมัยใหม่มีการค้นพบทฤษฎีมากมายที่สามารถอธิบายกฎธรรมชาติหลาย ๆ อย่างได้ โดยเฉพาะวิชาฟิลิกส์ที่แตกออกเป็นหลาย ๆ แขนง ไม่ว่าจะเป็นทฤษฎีคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า (Electromagnetic Wave) ทฤษฎีควอนตัม (Quantum Theory) ทฤษฎีสตริง (String Theory) ซึ่งผู้เขียนเห็นว่าน่าจะสามารถนำมาบูรณาการตีความกับ การเห็น ในทางพระพุทธศาสนาได้ โดยเฉพาะการฝึก “วิปัสสนา” ที่มีคามหมายว่า เป็นการเห็น อย่างวิเศษ

วิปัสสนาเป็นการฝึกเพื่อให้เกิด การเห็น ตามจริง หมายถึง การรับรู้ข้อมูลตามความเป็นจริงระหว่างสิ่งถูกสื่อกับผู้รับสื่อ ทำให้สามารถรับรู้กันได้ตรงประเด็นไม่มีเบี่ยงเบน เหมือนกับการสื่อสารที่เราใช้กันในชีวิตประจำวัน เช่น โทรศัพท์มือถือ เครื่องแฟกซ์ สัญญาณโทรทัศน์ และอินเทอร์เน็ต เป็นต้น เป็นการเห็น อีกรูปแบบหนึ่ง ด้วยคุณสมบัติของจิตที่เหมือนคลื่นนี้เอง ทำให้เกิดมุมมองทางฟิลิกส์ เพราะฟิลิกส์มีทฤษฎีคลื่นและอนุภาคอยู่แล้ว วิชาฟิลิกส์เป็นเรื่องของสสารและพลังงาน ซึ่งหมายถึงรูปในทางพระพุทธศาสนา จิตเองในทางพระพุทธศาสนาเรียกว่าเป็นนาม ที่ต่างจากรูปหรือบางที่เรียกว่า อรูป ซึ่งไม่ใช่รูป ซึ่งในครั้งโบราณนั้นคำว่าพลังงานยังไม่ถูกบัญญัติ จึงไม่สามารถฟันธงได้ว่าจิตเป็นพลังงานได้หรือไม่

อาจารย์พร รัตนสุวรรณ (2539) กล่าวว่า “. . . ถ้าเราศึกษาเรื่องวิญญาณไปให้ลึกซึ้ง จนถึงที่สุดแล้วเราก็จะพบว่า สสารก็คือวิญญาณนั่นเอง” และศาสตราจารย์แสง จันทรงาม กล่าวว่า “วิญญาณเป็นน้ำจะเป็นพลังงาน เพราะสามารถทำงานได้โดยไม่ขึ้นอยู่กับการ เวลาและสถานที่ (แสง จันทรงาม, 2544) เป็นนักวิชาการทางด้านพระพุทธศาสนาให้ความเห็นว่าจิตเป็นพลังอีกรูปแบบหนึ่ง

พลังจิตสื่อสารได้ในวิชา 8

วิชา 8 ในพระพุทธศาสนา (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) คือ ฤทธิ์ที่เกิดจากการเจริญสมาธิได้ในระดับหนึ่ง ได้แก่ (1) วิปัสสนาญาณ ญาณที่เป็นตัววิปัสสนา (2) มโนมยิทธิ มีฤทธิ์ทางใจ (3) อิทธิวิธี แสดงฤทธิ์ได้ต่าง ๆ (4) ทิพพโสต หูทิพย์ (5) เจโตปริยญาณ ปรึชากำหนดรู้จิตผู้อื่นได้ (6) ปุพเพนิวาสานุสสติ

ญาณ ความหยั่งรู้ที่ทำให้ ระลึกชาติได้ (7) ทิพพจักขุ ตาทิพย์ หรือเรียกว่าจุตูปปาตญาณ (8) อาสวักขยญาณ ความหยั่งรู้ที่ทำให้สิ้นอาสวะ

ผู้เขียนเห็นว่า “เจปรีชญาณ” น่าจะเป็นสัญลักษณ์บ่งชี้ว่าจิตมีการสื่อสารได้ อาจจะด้วยช่องทางคลื่นใดคลื่นหนึ่ง หรืออาจจะเป็นคนอื่นพรารตก็ได้ เพราะคลื่นอินฟราเรดมีคุณสมบัติในการสื่อสาร เช่น รีโมท หรือโทรศัพท์มือถือที่มีบลูทูธ ทางพระไตรปิฎกอธิบายความสามารถด้านนี้ว่า

“เมื่อจิตเป็นสมาธิบริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลสเพียงดั่งเนิน ปราศจากความเศร้าหมองอ่อน เหมาะแก่การใช้งาน ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวอย่างนี้ ภิกษุย่อมจิตไปเพื่อเจโตปริยญาณ กำหนดรู้จิตของสัตว์ และคนอื่นด้วยจิตของตน . . .” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

จากที่กล่าวมาแล้วทั้งหมดนี้ผู้เขียนมีความเห็นว่า จิตมีคุณสมบัติคล้ายคลื่นมาก ทั้งมีความถี่ และสามารถสร้างพลังงานที่ส่งผลต่อวัตถุได้ ดังนั้นจึงหนีพ้นกฎเกณฑ์ทางฟิสิกส์ ซึ่งผู้เขียนเห็นว่าทฤษฎีฟิสิกส์อาจนำไปประยุกต์อธิบายปรากฏการณ์ทางจิตได้ ดังนั้นการเห็นในสติปัฏฐานจึงนำไปบูรณาการกับกฎเกณฑ์ทางฟิสิกส์ได้ด้วยเช่นกัน

สภาวะสูญตาเกิดจากการตื่นรู้

ฟิสิกส์เป็นศาสตร์ที่ว่าด้วยเรื่องของสสารและพลังงาน ก็คือส่วนหนึ่งของปรมัตถธรรมจัดเป็นส่วนของรูป ปรมัตถธรรมที่เหลือ ได้แก่ นาม (จิต, เจตสิก) และนิพพาน หรืออาจเรียกว่า รูปและอรุณ (จิต, เจตสิก และนิพพาน) รูปมีทฤษฎีทางฟิสิกส์รองรับชัดเจน

1. สูญตาทางรูป: การตื่นรู้กันระหว่างกันสสารกับปฏิสสาร

มีการค้นพบว่าสสารพลังในจักรวาลส่วนมากประกอบขึ้นด้วยของคู่ นับตั้งแต่แรกเกิดจักรวาลในปรากฏการณ์บิกแบง (Big Bang) อนุภาคแรก ๆ เกิดขึ้นมาจะมีของคู่กันที่เราเรียกว่า ปฏิอนุภาค (Antiparticle) มันรวมตัวกันเป็น ปฏิสสาร (Antimatter) หรือตัวต้านสสาร ซึ่งตัวต้านสสารนี้ปรากฏในตามสมการของ พอล ดิเรก ซึ่งพอลก็ทำนายว่ามันมีจริง และจากการทดลองในเวลาต่อมาพบว่าอิเล็กตรอน มีคู่แฝดคู่กันแต่ เป็นอิเล็กตรอนที่มีประจุบวกเรียกว่า โพสิตรอน (Positron)

ดังนั้นจึงเป็นที่ยอมรับกันดีว่า ทุกครั้งที่เกิดอนุภาคใหม่จะต้องมีปฏิอนุภาค (Antiparticle) เสมอ ซึ่งเป็นคู่ตรงกันข้าม อนุภาคทั้งสองจะทำลายล้างกันเอง (สติเฟน ฮอว์กิง, 2549) สสารและปฏิสสารจะรวมตัวกันแล้วให้เป็นพลังงานอย่างสูงมาก ส่วนสสารกับปฏิสสารจะหายในอวกาศ ผู้เขียนเรียกว่าเป็นสภาวะ “สูญตาทางรูป”

2. สูญตาทางนาม: การตื่นรู้ระหว่าง จิตกับเจตสิก

ด้วยเงื่อนไขของสูญตาของรูปนี้ ผู้เขียนเห็นว่าน่าที่จะนำมาอธิบายทางจิตได้ และรูปกับนาม เป็นสิ่งที่ประกอบอยู่เป็นซึ่งกันและกันทำให้มีชีวิต ตามที่ได้กล่าวมาแล้วว่า กระบวนการของ สติปัฏฐาน เป็นฝึกให้สติมี

ความแข็งแรงพอที่จะรู้เห็นอารมณ์ที่เกิดขึ้นในจิต ซึ่งต้องมีผู้รู้และสิ่งที่ถูกรู้ กระบวนการที่ผู้เขียนสนใจที่สามารถบูรณาการกับฟิสิกส์

การเจริญสติใน “จิตตานุปัสสนา” ที่มีความหมายอย่างง่าย ๆ ว่าเป็นการที่จิตเห็นจิต ผู้เขียนเห็นว่าจิตตัวแรกกับจิตตัวหลังมันต่างกันอย่างไร จากการค้นหาจึงพบว่า จิตตัวแรกนั้น คือ จิต หรือวิญญาณที่มีอยู่ในปัจจุสมุปบาท เป็นภวังคจิต ส่วนจิตตัวหลังหรือผู้ถูกรู้ นั่นคือ “เจตสิก” จากการอธิบายของพระสารีบุตรระหว่างวิญญาณกับนามในวงจรปัจจุสมุปบาทคืออวิชา->สังขาร->วิญญาณ->นามรูป->สฬายตนะ->ผัสสะ->เวทนา->ตัณหา->อุปาทาน->ภพ->ชาติ->ชรา, มรณะ, โสกะ, ปรีทนะ, ทุกขะ, โทมนัส, อุปายาส

ท่านกล่าวว่า วิญญาณตัวแรก หมายถึง ปฏิสนธิวิญญาณ ที่มาจาก ภวังคจิต เนื่องจากจิตยังคงมีกิเลสและวิบากอยู่ จึงปรุงแต่ง (สังขาร) สร้าง นามรูป นามในที่นี้คือ

เวทนา-ความรู้เป็นสุข, ทุกข์หรือกลาง ๆ

สัญญา-ความจำได้หมายรู้

เจตนา-ความตั้งใจ

ผัสสะ-ความกระทบ

มนสิการ-การกระทำไว้ในใจ

ซึ่งมีฐานมาจากนามในขั้น 5 กล่าวคือ ผัสสะ+เวทนา เป็น เวทนาขั้น, เจตนา+มนสิการ เป็น สังขารขั้น รวมได้เป็น 3 ขั้น คือ เวทนาขั้น สัญญาขั้นและสังขารขั้น เป็นนามที่เกิดขึ้นมาที่หลังวิญญาณ เรียกว่า เจตสิก (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), 2551) ส่วนรูปนั้นหมายถึง มหาภูตรูป 4 และอุปาทายรูป ผู้เขียนเห็นว่า การเห็นใน “จิตตานุปัสสนา” ที่กล่าวว่า จิตเห็นจิต ตามพุทธพจน์ว่า (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

“พิจารณาเห็นจิตในจิตภายในอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ

มีสติ กำจัดอกิขณาและโทมนัสในโลกได้ ภิกษุหนึ่งเมื่อพิจารณา

เห็นจิตในจิตภายในอยู่ ย่อมตั้งจิตมั่นโดยชอบ ย่อมผ่องใสโดย

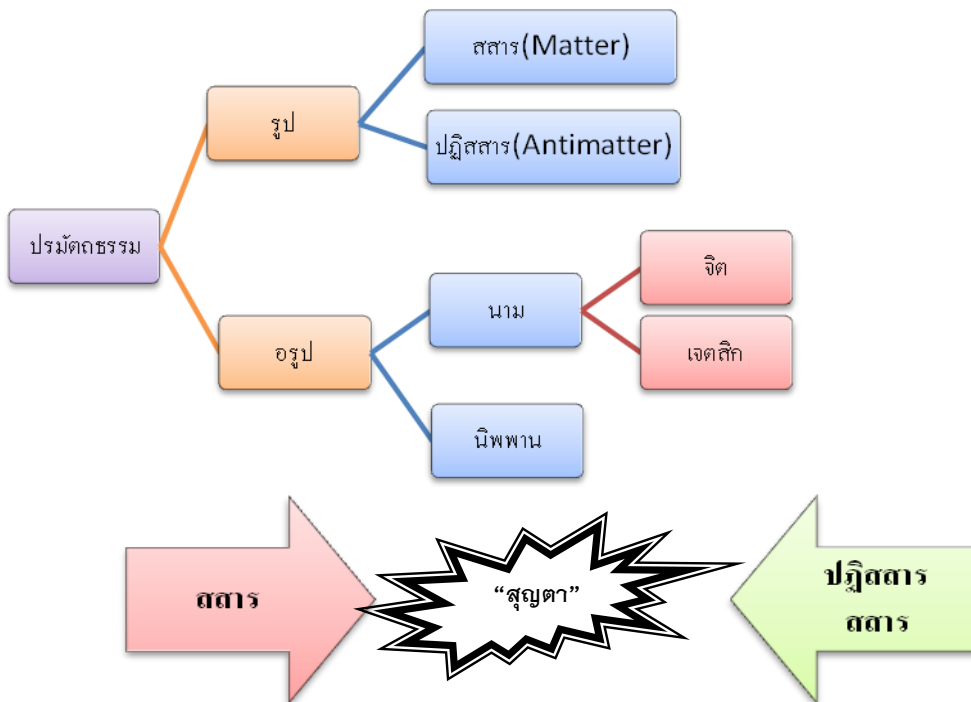
ชอบในจิตตานุปัสสนานั้น. . .” และ กล่าวอธิบายโดยละเอียดอีกว่า

. . . จิตมีราคะก็รู้ชัดว่า ‘จิตมีราคะ’ จิตปราศจากราคะ รู้ชัดว่า ‘จิต

ปราศจากราคะ’ จิตมีโทสะ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตมีโทสะ’ จิตปราศจากโทสะ ก็รู้ชัด

ว่า ‘จิตปราศจากโทสะ’ ซึ่งคุณสมบัติที่เกิดขึ้นประกอบในจิต คือเจตสิก

ดังนั้นจึงควรจะเป็น “จิตเห็นเจตสิก” เหมือนกับเป็นการสื่อสารหรือการเห็นชัดของสิ่งที่ถูกเห็นกับสิ่งที่เห็น หรืออาจเรียกได้ว่าเป็นการรวมกันของจิตกับเจตสิก เช่นเดียวกับที่สสารรวมกับปฏิสสาร จึงเกิด “สูญตา” แท้จริงในทางจิต ดังนั้นสูญตาทางรูปกับสูญตาทางนามสามารถเขียนเป็นผังได้ดังนี้



การตื่นรู้ของรูป : สสารเห็นปฏิสสาร



จิตตานุปัสสนา : การตื่นรู้ทางนาม, จิตเห็นเจตสิก

สรุป

สถิติฐาน 4 เป็นกระบวนการที่ให้เกิดการตื่นรู้ ให้เห็นความจริงในกฎไตรลักษณ์ โดยใช้วิธีการเห็นอารมณ์ที่เกิดขึ้น 4 ช่องทาง ในการระลึกรู้พิจารณาจิตที่ถูกปรุงแต่งในปัจจุสมุปบาทสายเกิดทุกข์ เพราะจิตเกิดดับเร็วมากประมาณ 4 ล้านล้านครั้งในหนึ่งวินาที (1×10^{12} Hz.) จึงไม่สามารถพิจารณาได้ทัน ในขณะที่วงจรสายเกิดทุกข์หมุนไปเรื่อย ๆ จึงเป็นเหตุให้ต้องมี 4 ช่องทาง โดยเริ่มจากฐานที่กายโดยใช้วิธีกายานุปัสสนาก่อน

จิตมีพฤติกรรมเกิดดับเป็นการสร้างย่านความถี่ได้เช่นตรงกับรังสีอินฟราเรด (Infrared Rays) จิตอาจจะใช้ช่องทางนี้ในการสื่อสารกับรูป หรือจักรวาล เช่น อุปกรณ์ทางไฟฟ้ามักจะใช้คลื่นอินฟราเรดสื่อสารในรูปแบบของรีโมต (Remote Control) และจิตยังมีคุณสมบัติที่คล้ายพลังงาน คือสามารถสร้างงานได้ บังคับวัตถุและสื่อสารระหว่างกันได้ในเจตปริยญาณ

ส่วนการเห็นในสติปัฏฐาน 4 คือ “การตื่นรู้” หมายถึงรู้ความจริงในไตรลักษณ์ โดยใช้วิธีสังข 4 เป็นเครื่องมือในการเห็น ทฤษฎีทางฟิสิกส์สามารถนำมาบูรณาการกับการเห็นในสติปัฏฐาน 4 ได้การตื่นรู้ในทางรูป คือ การที่สื่อสารกับปฏิสสารรวมตัวกัน เกิดสุญตาทางรูป ส่วนการตื่นรู้ทางจิต คือ การที่จิตเห็นเจตสิก เป็นสุญตาทางนาม การที่จิตทำงานแบบกลไกจึงสามารถเทียบเคียงกับทฤษฎีทางรูป(ฟิสิกส์) ซึ่งอาจจะนำมาอธิบายปรากฏการณ์ทางจิต การเห็นของรูปคือสื่อสารกับปฏิสสาร (Anti-matter) จะเกิดพลังงานมหาศาล เปรียบเช่นเดียวกับการบรรลุนิพพานของจิตที่เห็นเจตสิก ก็เป็นสุญตาเกิดพลังงานมหาด้วยเช่นกันแต่เป็นในทางนาม เกิดความสว่างทางจิต ยกเว้นพระพุทธเจ้าเท่านั้นที่มีผลต่อวัตถุทำให้แผ่นดินไหวได้ ดังนั้นปรมาตมธรรมที่ประกอบด้วยรูปและอรูป (จิต, เจตสิกและนิพพาน) เป็นสิ่งที่เนื่องกันอยู่ เราสามารถศึกษาวิเคราะห์สิ่งที่เกิดขึ้นกับรูปเพื่อมาเชื่อมโยงกับนามได้ เพราะรูปกับนามต่างเป็นของที่เชื่อมต่อกันจึงมีกระบวนการที่ควรคล้ายกัน การเห็นของจิต คือเห็นที่กาย และเห็นที่เจตสิก จนเรียกได้ว่าเกิดสภาวะนิพพาน ซึ่งเป็นของมีอยู่จริงจะปรากฏให้เห็นเองเมื่อกระบวนการเห็นนั้นถูกต้อง ตามหลักของสติปัฏฐาน 4 จึงเรียกว่า “เอกัคโค” คือ ทางเอกสายเดียวที่สามารถเข้าถึงแก่นธรรมได้ ซึ่งไม่มีในศาสนาอื่น มีเพียงพระพุทธศาสนาเท่านั้น

ข้อเสนอแนะ

ในส่วนบุคคล : การฝึกเจริญสติ เมื่อทุกคนตระหนักว่าเป็นกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ที่จิตสร้างกลไกการสื่อสารการรับรู้ความเป็นจริงของโลกภายนอกและภายใน คุณภาพจิตที่ดีย่อมสื่อสารกับสิ่งที่ดี ๆ และสร้างเงื่อนไขต่อสิ่งแวดล้อมที่ดีได้ ซึ่งตรงตามสมัชชาญมที่กล่าวว่าให้คิดบวก อยู่เสมอ

ในทำนองเดียวกันการตั้งสติก่อนตาย ย่อมไปสู่สุคติ ตามพุทธพจน์ที่กล่าวไว้ ซึ่งมีความหมายว่าการสื่อสารต่อไปอีกภพภูมิหนึ่งย่อมเกิดจากคุณภาพที่จิตมี ส่งการสื่อสารกับภพที่ไป ซึ่งวิบากกรรมก็เป็นส่วนหนึ่งที่แฝงเร้นอยู่ที่จะฉายภาพให้เราได้เห็นหรือเป้าหมายได้ด้วยเหมือนกัน แต่ถ้าสติเราได้รับการฝึกมาดีย่อมหาทางออกได้ ดังคำว่า “ผู้ฝึกตนได้เป็นผู้ประเสริฐสุดในหมู่มนุษย์” ในทำนองเดียวกันเมื่อเรารู้ว่าคลื่นจิตเหมือนคลื่นตามธรรมชาติที่สามารถสื่อได้ อาจจะออกแบบเครื่องมือสร้างคลื่นให้มีความถี่ตรงกับคลื่นของจิตที่ดีเพื่อส่งวิญญาณให้กับคนที่ใกล้ตาย อีกทั้งอาจจะเป็นตัวช่วยปรับแก้จิตของคนที่ไม่ดีให้เป็นคนดีได้

ในส่วนของสังคม : เมื่อเรารู้ว่าจิตสามารถสื่อสารได้ในทางฟิสิกส์ และมันผลต่อสสารหรือวัตถุ ดังนั้นการตั้งจิตเจตนาที่ดีให้กับสิ่งแวดล้อม องค์กร ผลย่อมเกิดขึ้นดีได้ด้วย ภาคการเกษตรแม่เมตตาให้กับพืชไร่ และแมลงศัตรูพืชอาจสามารถช่วยได้ซึ่งเดี๋ยวนี้มีการรื้อฟื้นการสวดไหว้แม่โพสพขึ้นมาใหม่ มีการบันทึกว่าพืชไร่งาม

และลดยาฆ่าแมลงได้ การรวมพลังจิตเพื่อการนี้ย่อมเป็นไปได้ คนในชุมชนต่างแผ่เมตตาจิตต่อกันในสังคมจะลดการขัดแย้ง สังคมสงบสุขมากขึ้น สิ่งดี ๆ จะเข้าสู่สังคมและองค์กรนั้น

มนุษย์อาจจะพัฒนาวิชาฟิสิกส์ประยุกต์ใช้อธิบายสิ่งที่เกิดขึ้นในจิตเป็นทฤษฎีจิตวิทยาแนวใหม่ เพื่อที่จะพิสูจน์หรือทำนายผลของปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นทางจิต เช่น โรงพยาบาลอาจจะสร้างสภาพคลื่นความถี่ สำหรับคนไข้ใกล้ตายว่าควรจะคลื่นความถี่แบบไหน โดยการประดิษฐ์เครื่องมือที่มีคุณสมบัติช่วยส่งวิญญาณก็ได้ เราต้องวิจัยว่าคลื่นไหนเหมาะที่จะทำให้คนไข้มีความรู้สึกสุขสงบ และส่งผลการไปเกิดต่อภพชาติต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- ประทีป พืชทองหลาง. (2560). อุปมาแห่งชีวิต: นัยพินิจเพื่อความเข้าใจชีวิตอย่างถ่องแท้. *วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร*, 5(2), 348–365.
- พร รัตนสุวรรณ. (2539). *วิญญาณคืออะไร? เล่ม 2*. (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์วิญญาน.
- พระปลัดปรีชา คนุชโก. (2560). ศึกษาวิเคราะห์บทบาทของไตรสิกขาในฐานะเป็นขบวนการให้เกิดญาณ 16. *วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร*, 5(2), 169–180.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2551). *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์*. (พิมพ์ครั้งที่ 11). กรุงเทพฯ: เอส. อาร์. พรินติ้ง แมสโปรดักส์.
- พระโมศคัลลานะ. (2547). *คัมภีร์อริยธานวรรณา*. พระมหาสมปอง มุทิโต แปลและเรียบเรียง. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: ประยูรวงศ์พรินติ้ง.
- พระสารีบุตรเถระ. (2542). *สารัตถะที่ปณี ฎีกาพระวินัย ภาค 1*. แปลโดยสิริ เพ็ชรไชย. กรุงเทพฯ: ประยูรวงศ์พรินติ้ง.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สตีเฟน ฮอว์คิง. (2546). *ประวัติย่อของกาลเวลา*. แปลโดย รอสส์ ปรามาส. (พิมพ์ครั้งที่ 8). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มติชน.
- แสง จันทรงาม. (2544). *พุทธศาสนวิทยา*. (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: สร้างสรรค์บุ๊คส์.