

# ปรัชญาแห่งความว่างในจิตแบบนิกายเซ็น

## Philosophy of Zen inanity

จงกช สุทธิโอสถ

Jongkot Sutti-o-sot

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่

Mahachulalongkornrajavidyalaya University Chiang Mai Campus

Corresponding Author, E-mail: E-mail : Payanang@gmail.com

### บทคัดย่อ

ปรัชญาแห่งความว่างในจิตแบบนิกายเซ็น เป็นจุดเด่นที่น่าสนใจของนักปฏิบัติธรรม โดยเฉพาะในประเทศจีนที่นำลัทธินี้มาจากอินเดีย การปฏิบัติจะเน้นไปที่พฤติกรรมการดำรงชีวิตของคน เช่นการกิน การทำงาน การหุงหาอาหาร การดำรงชีวิต การนั่งสมาธิ การฝึกมวย ฝึกดาบ ฝึกกังฟู และอื่นๆโดยใช้ธรรมชาติเป็นตัวช่วยในการเข้าถึงธรรมจากปริศนาธรรม การรู้แจ้งแห่งความจริงสูงสุด (ซาโตริ) ซึ่งออกมาในรูปของวรรณกรรมหรืองานศิลปะ แนวคิดและหลักปฏิบัติของเซ็นวางอยู่บนหลักแห่ง ความว่าง อันเป็นหนึ่งเดียวแห่งสรรพสิ่ง ทำลายความรู้สึกลึกซึ้งของคนทั่วไปที่คุ้นเคยกับกรอบแห่งความยึดมั่นถือมั่น

**คำสำคัญ :** นิกายเซ็น, ความว่าง, ซาโตริ

### Abstract

The philosophy of inanity in mindfulness according to Zen's sect. It is an interesting feature of meditators, especially in China, who brought this sect from India. The practice will focus on the people's living behavior. Such as eating, working. Cooking, living, meditating, training in boxing, swords practicing, Kung fu practicing, etc.

By using nature as an aid in accessing as a helper to reach the Dharma through the puzzles. The enlightenment of the Supreme Truth (Satori), which can come out in the form of literature or art. Zen's concept and practice rests on the principle of the unified emptiness of all things which challenges the perceptions of ordinary people who are familiar with the commitment's frame.

**Keyword :** Zen's sect, inanity, satori

## บทนำ

นิกายเซ็นเป็นพุทธศาสนาที่พัฒนาขึ้นในจีนช่วงคริสต์ศตวรรษที่ 7 และ 8 โดยการผสมผสานแนวคิดของพุทธศาสนาฝ่ายมหายานจากอินเดียและปรัชญาเต๋าในจีน คำว่า “เซ็น” (Zen) นี้มีรากศัพท์มาจากภาษาสันสกฤตว่า “ธยานะ” (dhyana) และภาษาบาลีว่า “ฌาน” (jhana) ที่แปลว่า “สมาธิ” เมื่อพุทธศาสนาเผยแผ่สู่ดินแดนจีน ชาวจีนออกเสียงคำนี้ว่า “ฉาน” (Ch'an) ต่อมาจึงพัฒนาเป็นพุทธศาสนานิกายฉาน และดินแดนญี่ปุ่นได้รับอิทธิพลของแนวคิดนิกายฉานนี้เข้ามาแต่ที่เรียกเป็นนิกายเซ็นก็เพราะชาวญี่ปุ่นออกเสียงว่า “ฉาน” เป็น “เซ็น” ต่อมานิกายนี้ได้พัฒนาออกไปเป็นหลายสำนักแต่มีแนวคิดหลักร่วมกัน คือเป็นนิกายที่เน้นการปฏิบัติสมาธิ จุดกำเนิดของแนวคิดนิกายเซ็นมีมาแต่ครั้งพุทธกาลจากพระสูตรสัทธรรมปุณฑริกสูตรที่ว่าด้วยปัญหาที่ ท้าวมหาพรหมทูลถามพระพุทธองค์ ดังเนื้อความดังนี้ สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคเจ้าประทับ ณ ภูเขาอิสิกุฎฐ ท้าวมหาพรหมได้มาถวายดอกไม้เป็นพุทธบูชา แล้วนั่งลงกราบทูลให้ทรงแสดงธรรม พระตถาคตจึงได้ทรงแสดงโดยการชูดอกไม้ขึ้น ณ ท่ามกลางสันนิบาต แล้วมิได้ตรัสอะไร<sup>1</sup> ในขณะนั้น ปวงเทพและมนุษย์ทั้งหลายต่างไม่เข้าใจในความหมาย มีแต่พระมหากัสสปะยิ้มน้อยๆ อยู่ พระโลกนาถเจ้าจึงตรัสว่า ตถาคตมีธรรมจักขุอันถูกตรึงพระนิพพานและจิตที่เยื่อม ภาวะที่แท้จริงย่อมไม่มีลักษณะ มอบให้แก่มหากัสสปะแล้ว (ทวิวัณณ ปุณฺณทวิวัณณ, 2530: 9-10)

การที่พระตถาคตได้ทรงรับดอกไม้ที่ถวายโดยท้าวมหาพรหม แล้วทรงแสดงโดยการชูดอกไม้ขึ้น ณ ท่ามกลางสันนิบาต และมีได้ตรัสอะไรนั้น นิกายเซ็นก็อาจใช้ความว่างอย่างมีสติในการสร้างปรีชาธรรมที่ผู้ปฏิบัติธรรมควรเรียนรู้ด้วยตัวเอง (ซาโตริ) โดยไม่ต้องถาม เรียนรู้การหาคำตอบจากธรรมชาติ

## หลักปรัชญาความสำคัญของนิกายเซ็นที่เกี่ยวกับความว่างในจิต

ถึงแม้ว่าหลักสำคัญของพุทธศาสนานิกายเซ็น คือ การสืบทอดพิเศษนอกคัมภีร์ (special transmission outside the scripture) ไม่ต้องอาศัยคำพูดและตัวอักษร (no dependence on words and letters) ชี้ตรงไปยังแก่นแท้ของมนุษย์ให้เห็นแจ้งในธรรมชาติของตนเองและบรรลุความเป็นพุทธะ (seeing into one's nature and the attainment of Buddhahood) แต่ก็ไม่ได้หมายความว่าเซ็นปฏิเสธคัมภีร์หรือตัวอักษรในทางตรงข้าม อาจารย์เซ็นทั้งหลายต่างได้สร้างวรรณกรรมมากมายดังปรากฏเป็นปรีชาธรรม บทกวีจากการฝึกทำจิตให้ว่าง เป็นต้น นิกายเซ็นได้รับสืบทอดจากอินเดียและจีนในพระสูตรสำคัญ ๆ ดังนี้ มหาปรัชญาปารมิตา

สูตร (Prajñāpāramitā Sutra) สัทธรรมปุณฑริกสูตร (Lotus Sutra) สูตรเว่ยหลาง (The Platform Sutra of Patriarch Hui-Neng) วัชรสูตร (Diamond Sutra) แต่พระสูตรที่สำคัญคือสังกัถวารสูตร (Lankāvatāra Sutra) ดังมีประวัติเล่าว่าท่านโพธิธรรมได้มอบสังกัถวารสูตรให้กับผู้สืบทอดตำแหน่งสังฆปริณายกเป็นธรรมเนียมปฏิบัติสืบต่อกันมา

## การบรรลุธรรมของนิกายเซ็นที่อาศัยความว่างของจิต

การบรรลุธรรมในพุทธปรัชญานิกายเซ็น (禅 Zen) เรียกว่า “ซาโตริ”(悟り satori) หมายถึงการรู้แจ้งแห่งสภาวะความจริงสูงสุด กล่าวคือ ซาโตริ เป็นประสบการณ์การรับรู้ ความจริงว่าสรรพสิ่งในจักรวาลล้วนเป็นหนึ่งเดียวกัน หรือกล่าวได้ว่าประสบการณ์ซาโตรินี้เป็นการทำลายความยึดมั่นถือมั่นที่ทำให้เกิดความแบ่งแยก เป็นการได้มาซึ่งความเข้าใจว่าที่แท้แล้วทุกสรรพสิ่งล้วนเป็นหนึ่งเดียว กล่าวคือ เป็นเพียงความว่าง หรือความเป็นเช่นนั้นเอง (Suchness) มีวิธีการหลักเพื่อการบรรลุธรรม 3 วิธีด้วยกัน คือ ซาเซ็น (座禅 zazen) หรือการนั่งสมาธิ ซันเซ็น (参禅 sanzen) หรือการขบคิดปริศนาธรรม (公案 kōan) และ มนโด (問答 mondō) หรือ การถามตอบอย่างฉับพลัน ท่านเซ็นไค ชิบายามะ (Zenkai Shibayama) ได้อธิบายปรัชญาเซ็นไว้ดังนี้

เซ็นมิใช่ข้อสรุปทางความนึกคิด ที่เข้าถึงได้ด้วยเหตุผลและการคิดใคร่ครวญ วิธีแห่งเซ็นนั้นมิอาจพบได้โดยความรู้แบบแบ่งแยกของเรา และมีใช้เพียงเท่านี้ แม้ความรู้และความคิดของเราทั้งหมด ซึ่งเป็นผลผลิตของจิตสำนึกก็จำเป็นจะต้องขจัดออกอย่างสิ้นเชิงด้วย หากทำได้สำเร็จแล้วจะเข้าถึงสัจจะแห่งประสบการณ์บริสุทธิ์ ซึ่งจะช่วยให้เราตื่นขึ้นสู่ความว่างหรือสุญญตาและในประสบการณ์ภายในอันลึกซึ้งนี้แหละที่เซ็นดำรงอยู่ ถ้าพูดในแง่จุดหมายแล้ว ประสบการณ์แห่งเซ็นก็คือ การตระหนักรู้ถึงรากฐานแห่งการดำรงอยู่ ถ้าพูดในแง่มีส่วนตัวแล้วก็อาจอธิบายได้ว่า เซ็น คือ การตื่นขึ้นสู่จิตอันลึกลับของมนุษย์ ซึ่งโดยภาษาแห่งเซ็น เราเรียกการตื่นขึ้นนั้นว่า ‘ซาโตริ’ ซึ่งแปลว่า การตรัสรู้ เพื่อหมายถึงสัจจะแห่งประสบการณ์ทางศาสนา (เซ็นไค ชิบายามะ, 2526: 59)

ก่อนฝึกเซ็น แม่น้ำก็เป็นแม่น้ำ ขุนเขาก็เป็นขุนเขา [การรับรู้ตามปกติของคนทั่วไป] แต่เมื่อปฏิบัติเซ็นแล้ว ฉันเห็นว่าแม่น้ำก็ไม่ใช่แม่น้ำ ขุนเขาก็ไม่ใช่ขุนเขาอีกต่อไป [การรับรู้ของผู้บรรลุธรรม] มาบัดนี้ ฉันกลับเห็นแม่น้ำก็ยังคงเป็นแม่น้ำและขุนเขาก็ยังเป็นขุนเขาอยู่ดังเดิม [การรับรู้ของผู้บรรลุธรรมแล้วแต่ก็ยังสามารถสื่อสารกับคนปกติได้] (ติช นัท ฮันท์, 2532: 74)

จะเห็นได้ว่าการรับรู้ตามปกติของคนทั่วไปจะมีลักษณะที่ยึดถือตามความหมายที่กำหนดไว้ จึงทำให้มองว่า แม่น้ำก็คือแม่น้ำ ขุนเขาก็คือขุนเขา ตามความหมายและความเข้าใจในระดับปกติ แต่เมื่อเกิดการรู้แจ้งแล้วการยึดมั่นถือมั่นต่าง ๆ ก็ได้ถูกทำลายสิ้น ภาพการมองภูเขาและแม่น้ำจะเปลี่ยนไป แม่น้ำจึงไม่ใช่แม่น้ำและขุนเขาจึงไม่ใช่ขุนเขาอีกต่อไป หลังจากที่อยู่แจ้งแล้วก็กลับมามีสภาวะปกติดังเดิม แม่น้ำจึงเป็นแม่น้ำ ภูเขาก็คือภูเขา แต่ภาพของภูเขาและแม่น้ำสำหรับผู้บรรลุธรรมแล้วจะเป็นคนละอย่างกับผู้ยังไม่บรรลุธรรม คือไม่ยึดติดกับ

ความหมายเดิมของคนทั่วไป ผู้บรรลุธรรมยังดำรงอยู่ในโลกตามความเป็นจริง กล่าวคือผู้ที่บรรลุชาโตริจะสามารถมีชีวิตอยู่อย่างธรรมดาโดยไม่ถูกสิ่งอื่นครอบงำ อยู่กับปัจจุบันขณะ คือ ไม่ไปหวนรำลึกถึงอดีต และไม่วิตกกังวลกับอนาคต ในจิตมีแต่ความว่าง และจะมองทุกอย่างตามที่เป็นในปัจจุบันขณะ

## วิธีการบรรลุธรรมด้วยความว่างที่สงบในจิต

การบรรลุชาโตริคือการรู้แจ้งแห่งสัจธรรม กล่าวคือ เป็นการทำลายอวิชชา ตัณหา และอุปทาน ก้าวพ้นทวิลักษณ์ มองเห็นสรรพสิ่งเป็นหนึ่งเดียว ไม่มีการแบ่งแยกแต่อย่างใด เป็นแต่ความว่างอันเป็นหนึ่งเดียวกัน แนวการปฏิบัติเพื่อบรรลุชาโตริของทั้งสำนักโซโตและรินไซ มี 3 ประการ ดังนี้

**4.1. ซาเซ็น (Zazen)** ซาเซ็นหมายถึงการนั่งสมาธิอันเป็นพื้นฐานในการเตรียมจิตเพื่อการขบคิดพิจารณาสภาวะธรรมและปริศนาธรรมต่าง ๆ เพื่อบรรลุชาโตริ เพราะหากไม่มีการฝึกซาเซ็นเพื่อพัฒนาจิตให้แข็งแกร่งแล้วก็จะเป็นการยากยิ่งในการขบคิดปริศนาธรรมให้กระจ่างแจ้งได้และเมื่อไม่สามารถขบคิดปริศนาธรรมได้สภาวะชาโตริก็จะเกิดขึ้นได้ยาก ในการบรรลุชาโตรินั้น มักต้องอาศัยการขบคิดปริศนาธรรมอย่างต่อเนื่องเพื่อให้เกิดความงุนงงสงสัยคุกรุ่นเต็มเปี่ยมอยู่ในจิตแล้ว “ระเบิดออก” สู่การรู้แจ้งอย่างทันทีทันใด ในการปฏิบัติซาเซ็นนี้ ท่านโดเก็นได้อธิบายไว้ดังนี้ : ณ ที่นั่งประจำของท่าน ปูเสื่อหนา ๆ แล้ววางหมอนลงบนเสื่อ นั่งขัดสมาธิเพชร หรือสมาติดอกบัว ในท่าสมาธิเพชร ให้วางเท้าขวาบนขาซ้ายและเท้าซ้ายบนขาขวา ในท่าสมาติดอกบัว ท่านเพียงวางเท้าซ้ายบนขาขวาเท่านั้น ท่านควรห่มจีวรและคาดรัดประ คดแต่หลวม ๆ แต่เข้าที่ให้เรียบร้อย แล้ววางมือขวาบนขาซ้ายและวางฝ่ามือซ้ายในท่าหงายขึ้นบนฝ่ามือขวาโดยให้ปลายนิ้วโป้งจรดกัน นั่งตรงในท่าที่ถูกต้อง อย่าเอียงไปทางซ้ายหรือขวา อย่าเอียงไปข้างหน้าหรือข้างหลัง...เมื่อท่านนั่งเรียบร้อยแล้ว สุดลมหายใจลึก ๆ หายใจเข้าออก โคลงร่างไปทางซ้ายที่ขวาทีแล้วปล่อยให้หยุดนิ่งสมดุลงานั่ง คิดถึงการไม่คิด จะคิดถึงการไม่คิดได้อย่างไร โดยปราศจากการคิด สิ่งนี้เองคือ หัวใจแห่งศิลปะการนั่งซาเซ็น (สุวรรณา สถาอานันท์, 2534: 49 - 50)

การนั่งซาเซ็นนี้เป็นปัจจัยที่เกื้อหนุนให้จิตหลุดพ้นจากกรอบอ้างอิงเดิมที่เคยคิด เคยเชื่อ เคยยึดมั่นถือมั่นไปสู่การปราศจากการคิดซึ่งหมายถึงการที่จิตพ้นไปจากการแบ่งแยกเชิงทวิลักษณ์ เพื่อก้าวเข้าสู่ความว่างอันเป็นหนึ่งเดียวกับจิตเดิมแท้ ประเด็นเรื่องปราศจากการคิดนี้ อาจารย์คาสุลิส (T.P.Kasulis, 1981: 71-77) ได้อธิบายไว้ว่า “การคิด” คือ การกำหนดมโนทัศน์ต่าง ๆ อันเป็นกิจกรรมทางจิตให้กับสิ่ง ๆ หนึ่ง ซึ่งรวมถึงการตัดสินใจด้วยว่าชอบ ไม่ชอบ เชื่อ ไม่เชื่อ เป็นต้น เช่น การรับรู้ว่าจะไรคือโต๊ะ อะไรคือเก้าอี้ “การไม่คิด” คือ การปฏิเสธที่จะยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้นภายในจิตใจ หรือกล่าวได้ว่าการไม่คิดคือการปฏิเสธกระบวนการรับรู้สิ่งต่าง ๆ ทั้งหมด แต่การจงใจปฏิเสธ

การคิดนี้ในแง่หนึ่งก็เป็นตัวการคิดนั่นเอง คือมีการกำหนดเพื่อการปฏิเสธ ส่วน “การปราศจากความคิด” แตกต่างจากการคิดและการไม่คิดในแง่ที่ว่า การปราศจากการคิดจิตไม่มีความมุ่งหมายใด (intentionality) ไม่ใช่ทั้งการยืนยันและปฏิเสธ ไม่ใช่ทั้งเชื่อและไม่เชื่อ ไม่ได้มุ่งปฏิเสธอย่างเดียวกับการไม่คิด แต่เป็นการปล่อยให้สิ่งต่างๆ ปรากฏอย่างที่เป็น (pure presence of things as they are) หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งคือ เป็นสภาวะก่อนการแยกแยะเชิงมโนทัศน์ การปราศจากการคิดนี้อาจเปรียบได้กับการที่เราเฝ้าดูความงามของธรรมชาติบนยอดเขา โดยเราจะซาบซึ้งและซึมซับความงามจนอยู่ในสภาวะที่ปราศจากคำพูดหรือคำบรรยายใดๆ

การปฏิบัติวิชาเซ็นจึงมีใช้การนั่งสมาธิแบบปฏิเสธการรับรู้ แต่เป็นการนั่งสมาธิที่เต็มไปด้วยการรับรู้ แต่เป็นการรับรู้โลกและประสบการณ์ตามอย่างที่เป็นโดยปราศจากความจงใจใด ๆ การรับรู้นี้เป็น การรับรู้ที่ตัวผู้รับรู้กับสิ่งที่ถูกรับรู้ได้หลอมรวมเป็นหนึ่งเดียวกัน เป็นการดำรงอยู่ภายใต้กาลภาวะนั้นๆ การปฏิบัติวิชาเซ็นเป็นฐานของการฝึกใช้ปัญญาในการคิดพิจารณาสภาวะธรรมและปริศนาธรรม แต่สำหรับโดเก็น ตัวเขาเซ็นเองก็คือปริศนาธรรมมิใช่เป็นฐานสำหรับการฝึกใช้ปัญญาเพื่อขบคิดปริศนาธรรม

**4.2. ซันเซ็น (Sanzen)** แนวการปฏิบัติแบบซันเซ็น หรือวิธีการแห่งปริศนาธรรมนี้ ศิษย์จะเข้าไปพบอาจารย์เพื่อรับปริศนาธรรมมาขบคิดพิจารณา ทั้งนี้ ปริศนาธรรมเป็นเพียงเครื่องมือในการกระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางชีวิตที่แก่นผู้ฝึกฝนเซ็นเท่านั้น หากใช้ความจริงไม่ รูปแบบหรือคำตอบของปริศนาธรรมจะแตกต่างกันออกไป แม้ว่าจะเป็นปริศนาธรรมชนิดเดียวกัน แต่ถ้าถามกับคนต่างกัน ก็จะได้คำตอบที่แตกต่างกัน ขึ้นกับสภาพจิตที่ผ่านการฝึกฝนมาและอุปนิสัยของแต่ละคน อาจารย์จะเป็นผู้ตัดสินว่าคำตอบของศิษย์ที่มีต่อปริศนาธรรมนั้น เกิดจากการตระหนักรู้จริง ๆ หรือเป็นเพียงการจำหรือลอกเลียนแบบมาจากคนอื่น

#### ตัวอย่างปริศนาธรรม

ศิษย์: พระพุทธเจ้าคืออะไร?

อาจารย์: ป่านหนักสามตำลึง (*Mumonkan*, Case 18)

ศิษย์: พระพุทธเจ้าคืออะไร?

อาจารย์: ไม่มีจิต ไม่มีพุทธะ (*Mumonkan*, Case 33)

ศิษย์: พระพุทธเจ้าคืออะไร?

ศิษย์: อะไรคือความหมายของท่านโพธิธรรมที่เดินทางมาจากทางตะวันตก?

อาจารย์: โอ้! กอไผ่ต้นนี้ช่างสูงตระการตาสักจริง! (*Mumonkan*, Case 37)

จากตัวอย่างปริศนาธรรมข้างต้นจะเห็นได้ว่าลักษณะการตอบสนองให้เห็นถึงภาวะแห่งการบรรลุธรรมของผู้ตอบ ในแง่ที่ว่าสรรพสิ่งล้วนรวมเป็นหนึ่งเดียวกัน คำตอบไม่จำเป็นต้องเป็นคำตอบที่มีลักษณะของการอธิบายตามความเข้าใจทั่วไป (เช่น คนทั่วไปอาจอธิบายว่าหลักสำคัญแห่งพุทธศาสนา ได้แก่ หลักการเวียนว่ายตายเกิด กรรม อริยสัจ 4) แม้จะอธิบายเช่นนี้ แต่ก็ยังอาจพบกับข้อสงสัยได้ว่าจะแยกแยะคำตอบของคนทีบรรลุธรรมออก

จากคำตอบของคนที่ไม่ได้บรรลุธรรมได้อย่างไร สำหรับประเด็นนี้ ผู้เรียบเรียงเห็นว่าวิธีที่ใช้แยกแยะการตอบของผู้บรรลุธรรมจากคนอื่น ๆ สามารถพิจารณาจากตัวคำตอบนั่นเอง และการใช้ชีวิตประจำวันที่มีความเข้าใจและดำรงอยู่ในแก่นแท้แห่งเซ็น ทั้งสองข้อนี้ต้องได้รับความ

เห็นชอบจากอาจารย์เซ็นผู้บรรลุธรรมอีกต่อหนึ่ง แต่ถ้าพิจารณาในอีกทางหนึ่ง ลักษณะการตอบของผู้บรรลุธรรมเป็นการตอบจากสิ่งที่เกิดขึ้นในปัจจุบันขณะ ซึ่งบ่งถึงการตระหนักรู้ถึงปัจจุบันขณะอยู่ตลอดเวลา และเป็นการแสดงให้เห็นถึงการไม่อาศัยเหตุผลในการไตร่ตรองคำตอบ การตอบอย่างฉับพลันเป็นการสะท้อนประสบการณ์ปัจจุบันขณะตามคติปรัชญาเซ็นที่เน้นการมองโลกตามความเป็นจริงปราศจากการแบ่งแยก ดังตัวอย่างของปริศนาธรรมที่ถามเกี่ยวกับเหตุผลหรือความหมายของการเดินทางมาจากทิศตะวันตกของท่านโพธิธรรม คำตอบสำหรับคำถามนี้คนส่วนใหญ่คาดหวังว่าน่าจะเป็นการอธิบายเหตุผลเกี่ยวกับทำไมและอย่างไร แต่ผู้ตอบกลับให้คำตอบซึ่งดูเหมือนจะไม่ใช่ที่เข้าใจได้ว่า “โอ! กอไผ่ต้นนี้ช่างสูงตระการการเสียจริง!” ในที่นี้คำตอบนี้อาจไม่ใช่ที่เข้าใจได้หรือเป็นคนละเรื่องกับคำถาม แต่ถ้าพิจารณาให้ดีจะพบว่าถ้าจุดหมายของการสอนธรรมะของท่านโพธิธรรมเป็นไปเพื่อการเห็นว่าสรรพสิ่งล้วนดำรงอยู่เป็นหนึ่งเดียวกันโดยปราศจากการคิดแบ่งแยกโดยอาศัยการพิจารณาและอยู่กับปัจจุบันขณะ ก็จะได้เห็นว่าการตอบในลักษณะดังกล่าวแสดงว่าผู้ตอบนั้นเข้าใจจุดหมายของการสอนธรรมะของท่านโพธิธรรมคือเข้าใจว่าตนเป็นหนึ่งเดียวกับสรรพสิ่ง

จะเห็นได้ว่าลักษณะของการใช้ภาษาในปริศนาธรรมของอาจารย์เซ็นเป็น “ภาษาแห่งการรู้แจ้ง” (ติช นัทฮันท์, 2522: 86) คือเป็นภาษาที่ปลูกให้ศิษย์ตื่นสู่โลกแห่งความเป็นจริง กล่าวคือ อาจารย์เซ็นใช้ภาษาในฐานะเครื่องมือเพื่อให้เกิดประสบการณ์ทางศาสนาได้ใช้ภาษาเพื่อบรรยายความเป็นจริง

**4.3 มนโด (Mondō)** คือ การถามตอบอย่างฉับพลัน โดยไม่ผ่านการใช้ความคิดพิจารณาปริศนาธรรมอย่างต่อเนื่อง ทั้งนี้เพราะการใช้มนโดจะเป็นการบังคับให้เราตอบในทันทีโดยไม่ผ่านการคิดหรือเหตุผลใดๆ (ด้วยความว่างของจิต) เพื่อให้หลุดพ้นจากกรอบความคิดแบบเดิมไปสู่การรับรู้โลกตามความเป็นจริง ไม่ผ่านการปรุงแต่งหรือการครอบงำของวิชาและกิเลส

#### ตัวอย่างของมนโด

พระรูปหนึ่งถามท่านอาจารย์โจชูว่า: "กระผมเพิ่งมาถึง ณ สถานปฏิบัติธรรมนี้ โปรดให้คำชี้แนะด้วย"

ท่านอาจารย์โจชูตอบว่า: "เธอกินข้าวแล้วหรือยัง"

พระรูปนั้นตอบว่า: "กระผมทานแล้ว"

ท่านอาจารย์โจชูตอบว่า: "งั้นก็ไปล้างจานเสียสิ" (*Mumonkan*, Case 7)

จากตัวอย่างมนโดข้างต้น พระที่ขอคำชี้แนะอาจารย์โจชูได้ลืมว่าแท้ที่จริงแล้วหลักคำสอนแห่งพุทธะเป็นเรื่องของการปฏิบัติธรรมที่มีอยู่ในทุกขณะจิตของชีวิตประจำวัน บทสนทนาของอาจารย์โจชูเป็นการเตือนพระรูปนั้นว่าอย่าได้แสวงหาธรรมะที่อยู่นอกตัว หรืออย่าถามหาหลักคำสอนที่แยกออกจากวิถีชีวิตปกติ แต่ให้

หันกลับมาพิจารณาประสบการณ์แห่งพุทธะในตนเอง

ทั้งปริศนาธรรมและมนโศดต่างก็เป็นปัจจัยที่ทำให้เกิดการบรรลุธรรมได้ ปริศนาธรรมเป็นปัญหาที่อาจารย์ใช้ถามลูกศิษย์เพื่อเป็นการตรวจสอบว่าลูกศิษย์ของตนมีความก้าวหน้าทางจิตเพียงใด เมื่อศิษย์ได้รับปริศนาธรรมมาแล้วก็ต้องพยายามขบคิดปริศนาธรรมที่ได้รับมาเพื่อเป็นการทดสอบประสพ การณ์ทางจิตของตน ในขณะที่มนโศดเป็นระบบการถามตอบอย่างปัจจุบันทันด่วนโดยไม่ผ่านการขบคิดพิจารณาอย่างต่อเนื่องอย่างปริศนาธรรม กล่าวคือ ในบางครั้งอาจารย์เซ็นอาจมอบปริศนาธรรมแก่ศิษย์ไปขบคิด แต่ในบางครั้งอาจารย์เซ็นอาจถามปริศนาธรรมในกระบวนการของมนโศด โดยที่การตอบในกระบวนการวิธีมนโศดจะเป็นการตอบอย่างฉับพลัน ไม่ปล่อยให้ใช้ระบบคิดหรือเหตุผลในการไตร่ตรองคำถาม คำตอบที่ได้จากวิธีการมนโศดนี้เป็นคำตอบที่มาจากจิตที่บริสุทธิ์ปราศจากการอ้อมโนทัศน์ใด ๆ ที่อาจบิดเบือนโลกแห่งความเป็นจริง ในขณะที่กระบวนการแห่งปริศนาธรรมเป็นการอาศัยการคิดไตร่ตรองด้วยเหตุผลจนเกิดความงุนงงสงสัยอย่างต่อเนื่อง จากการตระหนักรู้ว่าเหตุผลไม่สามารถทำความเข้าใจปริศนาธรรมได้จนเกิดการระเบิดออกสู่การรู้แจ้งอย่างฉับพลัน กระบวนการมนโศดเป็นการถามตอบอย่างฉับพลันที่เป็นการตัดกระแสการคิดเชิงตรรกะไปในตัว ทำให้เข้าใจความจริงแท้ที่อยู่เหนือการคิด เหตุผล และการแยกแยะต่าง ๆ ฉะนั้น ไม่ว่าจะเป็นวิธีการแห่งมนโศดหรือวิธีการแห่งปริศนาธรรมนั้นต่างก็พยายามตัดกระแสสำนึกแห่งเหตุผลที่เป็นตัวบดบังการเข้าถึงความจริงแท้

## 5. ปริศนาธรรม

ปริศนาธรรมในสายรินไซเซ็นเป็นปัจจัยช่วยทำให้พุทธศาสนิกายเซ็นดูมีความโดดเด่น รินไซเซ็นเน้นการปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรมอย่างฉับพลัน โดยจะเน้นหนักไปทางการใช้ปัญญาในการขบคิดปริศนาธรรม ในขณะที่สายโซโตเซ็นจะเน้นการปฏิบัติซาเซ็นเป็นสำคัญ

## 6. ผลของการฝึกมีความว่างในจิตแบบลัทธิเซ็น

พระสุธีรัตนบัณฑิต รศ.ดร. กล่าวไว้ว่า “วิถีของเซ็น จะเน้นการฝึกจากธรรมชาติในชีวิตประจำวัน ปุจฉา-วิสัชนา ตั้งคำถามเรื่อย ๆ ขบปริศนาธรรมให้ได้ สันทนากับตัวเอง ดูจิตของตัวเอง”

“เอาวิถีของธรรมชาติมาเรียนรู้ ทำทุกอย่างด้วยการมีสติเป็นเครื่องกำกับ เพราะเราแยกตัวเรากับชีวิตประจำวัน เราก็เลยเป็นทุกข์กับการดำรงชีวิตอยู่

(ดร. ใจเพชร กล้าจน จาก มูลนิธิแพथ์วิถีธรรมแห่งประเทศไทย) กล่าวไว้ในบทบทวนธรรมซึ่งเป็นคัมภีร์ชีวิตพาพ้นทุกข์ ที่กลั่นออกมาจากพระไตรปิฎกเกี่ยวกับ”การไม่ยึดมั่น ถือมั่น”เพื่อให้เกิด “ความว่างในจิต”

“เมื่อเกิดสิ่งเลวร้ายกับเรา โลกนี้ไม่มีใครผิดต่อเรา เราเท่านั้นที่ผิดต่อเรา คนอื่นที่ไม่ทำผิดนั้น เขาผิดต่อตัวเขาเองเท่านั้น และเขาก็ต้องได้รับวิบากภัยนั้นเอง เขาจึงไม่ได้ผิดต่อเรา แต่เขานั้นผิดต่อตัวเขาเอง ถ้าเรา

ยังเห็นว่า คนที่ไม่ดีกับเรา เป็นคนผิดต่อเรา แสดงว่า เรานั้นแหละผิด อย่าโทษใครในโลกใบนี้ ผู้ใดที่โทษผู้อื่นว่า ผิดต่อตัวเรา จะไม่มีทางบรรลุธรรม นี่คือคนที่ไม่ยอมรับความจริง เพราะไม่เข้าใจเรื่อง”กรรม”อย่างแจ่มแจ้งว่า “ทุกสิ่งทุกอย่างที่ทุกคนได้รับ ล้วนเกิดจากการกระทำของตนเองเท่านั้น เมื่อรับผลดีร้ายจากการกระทำแล้ว ผลนั้น ก็จบดับไป และสุดท้ายเมื่อปรีณิพพาน ทุกคนก็ต้องสูญจากทั้งดีและร้ายไป ไม่มีอะไรเป็นสมบัติของใคร เพราะ สุดท้ายทุกสิ่งทุกอย่างก็ต้องดับไป จึงไม่ต้องยึดมั่นถือมั่น ไม่ต้องทุกข์กับอะไร” เมื่อเราไม่ยึดมั่นถือมั่นกับสิ่งใดที่เกิดขึ้นในชีวิตเรา ยอมรับมันด้วยความยินดี ก็จะไม่เกิด “ฉันทะ”ของ”ความว่างในจิต”ตลอดเวลาได้โดยไม่ยาก

เมื่อเรานำความว่างของจิตมาใช้กับชีวิตประจำวันตามหลักพุทธศาสนานิกาย Zen แล้ว ชีวิตก็รับรู้ถึงความเป็นอิสระมากขึ้น ยิ่งถ้าสามารถทำความสมดุลทางร่างกายได้ด้วย ก็จะทำให้ไม่มีอะไรต้องห่วง ต้องกังวล เมื่อเรามีความแข็งแรงและผาสุก เราก็สามารถนำชีวิตที่มีพลังไปใช้ทำประโยชน์เพื่อผู้อื่นได้มากขึ้น และยังได้ใช้ไปแนะนำผู้อื่นที่ศรัทธาเพื่อเขาจะได้เอาไปพิจารณาปรับใช้กับชีวิตจริงของเขาได้อย่างมีความสุขเช่นกัน

## บรรณานุกรม

Cheng, Chung-ying. (1973). On Zen (Ch'an) Language and Zen Paradoxes. Journal of Chinese  
Harcourt, Brace & World.

Kasulis, T. P. (1981). Zen Person Zen Action. Honolulu: The University Press of Hawaii.  
Philosophy 1, 77-102.

Sasaki, Ruth Fuller. (1965). The Zen Koan: Its History and Use in Rinzai Zen. New York:

ติช นัท ฮันท์. (2532). กุญแจเซน. แปลโดย พจนา จันทรสันติ. กรุงเทพฯ: มูลนิธิโกมลคีมทอง.

ทวีวัฒน์ ปุณฺทริกวินวัฒน์. (2530). ประทีปแห่งเซน. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: สุขภาพใจ.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2557). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, (พิมพ์ครั้งที่ 27).  
กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

สุวรรณ สภาอนันท์. (2534). ภูมิปัญญาวิชาเซ็น บทวิเคราะห์คำสอนปรมาจารย์โดเก็น. กรุงเทพมหานคร:  
สำนักพิมพ์สยาม.