

การใช้ปัญญามาช่วยในการปฏิบัติก็จะทำให้กิเลสและนิรณมอันแรงลง จิตก็จะเกิดสมาธิได้ง่ายขึ้น แล้วจิตก็จะนิพพานสูงสุดได้ง่ายขึ้น

อีกอย่างนิพพานทั้ง ๒ ประเภทนี้ ก็ยังมีทั้ง นิพพานชั่วคราว และ นิพพานถาวร (คือตลอดชีวิต) อีกด้วย โดยนิพพานชั่วคราวก็คือนิพพานจะปรากฏขึ้นมาได้เป็นครั้งคราวได้เองเมื่อจิตมันได้ถูกกิเลสแผดเผาจนอ่อนล้าแล้ว กิเลสมันก็จะระงับหรือดับหายไปของมันได้เองตามธรรมชาติ หรือจะปรากฏได้จากการปฏิบัติสมาธิก็ได้ แต่ก็จะเป็นแค่เพียงชั่วคราวชั่วคราวเท่านั้น

ส่วนนิพพานถาวรก็คือนิพพานที่ปรากฏกับจิตอยู่ตลอดเวลาจนตลอดชีวิต ซึ่งการที่จิตจะนิพพานถาวรได้นั้น จะต้องมีการปฏิบัติสมาธิและปัญญาตามหลักพุทธศาสนาอย่างจริงจังและต่อเนื่องนานๆ จนทำให้รากเหง้าของกิเลส ที่มีอยู่ในจิตใต้สำนึกของเราจางคลายหายไปอย่างสิ้นเชิง (คือจะไม่กลับมาเกิดได้อีกต่อไป) ก็จะทำให้จิตนิพพานอย่างถาวรได้

๕. วิธีการปฏิบัติเพื่อให้จิตนิพพานต้องทำอะไร?

การที่เราจะเข้าใจว่า "การทำจิตให้นิพพานต้องทำอะไร?" นั้น ก่อนอื่นเราต้องเข้าใจว่า นิพพานคือความสงบเย็นของจิตขณะที่จิตของเราไม่มีความทุกข์ (ความเศร้า โศก ฯลฯ)

โดยการที่จิตของเราเกิดความทุกข์ขึ้นมานั้นก็เพราะ จิตของเรามันปรุงแต่ง (สร้าง, ทำ) ให้เกิดกิเลส (ความอยากได้-ไม่ยอมอยากได้) ขึ้นมาด้วย "อวิชชา" คือ ความไม่รู้อะไรที่ควรรู้อะไร (คือไม่รู้ว่าความทุกข์คืออะไร? เกิดมาจากอะไร, เมื่อทุกข์ดับแล้วจะเป็นอย่างไร? และไม่รู้ว่าจะดับทุกข์ได้โดยวิธีใด?) ที่มีอยู่ในจิตใต้สำนึกของเรา ซึ่งกิเลสที่ทำให้เกิดความทุกข์ที่รุนแรง (คือความเศร้า โศกฯ) ก็คือกิเลสประเภท "ความไม่ยอมอยากได้" (คือความไม่ยอมอยากแก่, ไม่ยอมอยากเจ็บ, ไม่ยอมอยากตาย, ไม่ยอมอยากพลัดพรากจากบุคคลหรือสิ่งอันเป็นที่รัก, ไม่ยอมอยากประสบกับบุคคลหรือสิ่งอันไม่เป็นที่รัก, และไม่ยอมอยากผิดหวัง)

ทันที แต่ถ้าเรามีเจตนาชั่ว แล้วทำความชั่วใดลงไป (ความชั่วก็คือการเบียดเบียนผู้อื่นด้วยความเห็นแก่ตัว) จะด้วยกาย หรือวาจา หรือใจก็ตาม จิตใต้สำนึกของเรามันก็รู้อยู่ว่านี่คือความชั่ว ก็จะทำให้จิตของเราเกิดความทุกข์ใจ ร้อนใจ หรือไม่สบายใจ (คืออนรรกในใจ) ขึ้นมาทันที" ซึ่งการสอนอย่างนี้ก็เป็นการสอนเรื่องกรรมอย่างวิทยาศาสตร์นั่นเอง คือเป็นการสอนคนที่มีสติปัญญามากพอให้กลัวอนรรกในใจ และอยากได้สวรรค์ในใจ และมีผลให้คนมีสติปัญญากลายเป็นคนดีมีศีลธรรมขึ้นมาในสังคมได้

สรุปได้ว่า คำสอนเรื่องกรรมที่พระพุทธเจ้าท่านเป็นคำสอนเรื่องของจิตใต้สำนึกของมนุษย์ว่า "ถ้าเรามีเจตนาดีแล้วทำความดี ก็จะทำให้จิตใจเป็นสุข แต่ถ้าเรามีเจตนาชั่วแล้วทำความชั่ว ก็จะทำให้จิตใจเป็นทุกข์" แต่พระพุทธเจ้าทรงสอนต่อไปอีกว่า ถึงแม้ใครจะทำแต่ความดี และไม่ทำความชั่วอย่างสมบูรณ์เพียงใด ก็ยังไม่ช่วยให้จิตใจหลุดพ้นจากความทุกข์ใจ (คือความเศร้า โศกฯ) ที่มาจากความแก่, ความเจ็บ, ความตาย, ความพลัดพราก เป็นต้น ไปได้ จะต้องใช้ศีล, สมาธิ, และปัญญา ตามหลักอริยมรรคท่านนั้นมาปฏิบัติอย่างจริงจัง จึงจะทำให้ความทุกข์ใจนี้หมดสิ้นไปได้อย่างแท้จริง

๑๘. เกิดมาทำไม?

ผู้คนส่วนมาก (เกือบทั้งหมด) ไม่ค่อยสนใจจะค้นหาความจริงของชีวิตว่า ชีวิตเกิดมาจากอะไร? เกิดมาทำไม? อะไรคือสิ่งที่เป็นประโยชน์สูงสุดที่คู่ควรกับชีวิต? และจะได้สิ่งสูงสุดนั้นมาได้อย่างไร? จะมีกี่น้อยคนมากที่จะอยากรู้ความจริงของชีวิตแล้วพยายามแสวงหาความจริงของชีวิต เพื่อที่จะได้รับสิ่งที่เป็นประโยชน์สูงสุดของชีวิต ซึ่งการได้รู้ความจริงของชีวิตนี้เองที่เรียกว่าการมี "ปัญญา" หรือการ "ตื่นรู้" ตามหลักพุทธศาสนา แต่ถ้ายังไม่มียปัญญาหรือยังไม่ตื่นรู้ ก็จะเรียกว่า "โง่" ที่หมายถึง การหลับ หรือการไร้ปัญญา ซึ่งคนทั่วไปที่ยังไม่ตื่นรู้ก็จะใช้ชีวิตแบบโง่ คือใช้ชีวิตไปตามสัญชาตญาณที่ติดตัวมา คือแสวงหาความสุขและวิ่งหนีความทุกข์ไปวันๆ โดยไม่รู้ว่าจะอะไรคือสิ่งสูงสุดของชีวิต