

ถ้าจะเปรียบเทียบนิพพานกับระดับความร้อนก็ได้ว่า “ความทุกข์ก็เปรียบเหมือนน้ำร้อน ส่วนนิพพานขั้นต้นก็เปรียบเหมือนน้ำอุ่น และนิพพานสูงสุดก็เปรียบเหมือนน้ำเย็น” คือเมื่อเราไปแช่ในน้ำร้อน เราก็จะเกิดความรู้สึกทรมานอย่างมาก แต่พอเราไปแช่ในน้ำอุ่น เราก็จะเกิดความรู้สึกสบายขึ้นมาก ยิ่งถ้าเราไปแช่ในน้ำเย็น เราก็จะยิ่งเกิดความรู้สึกเย็นสบายอย่างที่สุด

อะไรคือสิ่งสูงสุดของชีวิต?

เมื่อเราพอใจในความสุข แต่ความสุขก็นำความทุกข์มาให้ ดังนั้นความสุขทั้งหลายของโลก แม้จะเป็นความสุขที่ประณีต (ความสุขที่ประณีตก็คือความสุขจากสมาธิ) สักเท่าใดก็ตาม ก็ยังไม่ไม่ใช่สิ่งสูงสุดของชีวิต เพราะมันยังไม่เที่ยง เมื่อพอใจเข้าก็ทำให้จิตเกิดความทุกข์ (ทุกข์ซ่อนเร้น) ดังนั้นจึงเหลืออยู่เพียง “นิพพานหรือความสงบเย็นของจิต” ที่สมควรที่เป็นสิ่งสูงสุดของชีวิต แต่นิพพานทั้งขั้นต้นและสูงสุดนี้ ก็ยังแยกได้ ๒ อย่าง คือ นิพพานชั่วคราว กับ นิพพานถาวร

โดยนิพพานชั่วคราวก็คือ ความสงบเย็นเป็นครั้งคราวเมื่อกิเลสได้จระจกไป แต่พอกิเลสกลับมานิพพานก็หายไป โดยการที่กิเลสจะระงับหรือดับหายไปชั่วคราวได้นั้นก็เกิดขึ้นได้ทั้ง เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ และ จากการทำให้เป็นสมาธิ รวมทั้งจากการปฏิบัติตามหลักมรรค

ส่วนนิพพานถาวรนั้นก็คือ ความสงบเย็นตลอดเวลาจนตลอดชีวิต ที่เกิดจากการปฏิบัติตามหลักมรรคของอริยสัจ ๔ อย่างถูกต้องสมบูรณ์ จนทำให้ความเคยชินของกิเลสที่มีอยู่ในจิตได้สำนึกของเราได้หมดความเคยชินไปอย่างถาวร และเมื่อต้นเหตุของทุกข์ได้หมดสิ้นไปอย่างถาวร จิตจึงนิพพานอย่างถาวร

นิพพานตามธรรมชาติเป็นอย่างไร?

ในชีวิตประจำวันของเรานั้น กิเลสประเภทลบและบวกไม่ได้เกิดขึ้นบ่อย แต่จะเกิดกิเลสอ่อนๆ (คือกิเลสประเภทกลางๆและนิรวณ) อยู่เสมอๆเกือบตลอดทั้งวัน แต่เมื่อใดที่กิเลสประเภทลบและบวกที่รุนแรงได้เกิดขึ้น (เช่น

๑. รูปขันธ์ คือ ส่วนที่เป็น “วัตถุ” ซึ่งก็คือร่างกายที่เกิดจากรูปธาตุ ๔ อัน ได้แก่ ธาตุดิน (ของแข็ง), ธาตุน้ำ (ของเหลว), ธาตุไฟ (ความร้อน), ธาตุลม (ก๊าซ) มาร่วมกันปรุงแต่งให้เกิดขึ้น

๒. เวทนาขันธ์ คือ ส่วนที่เป็น “ความรู้สึก” ซึ่งความรู้สึกนี้ก็สรุปได้ ๓ อย่าง คือ (๑) ความรู้สึกที่ทนได้ง่าย (หรือที่เราเรียกกันว่าความสุข) (๒) ความรู้สึกที่ทนได้ยาก (๓) ความรู้สึกกลางๆระหว่างทนได้ง่ายกับทนได้ยาก

๓. สัญญาขันธ์ คือ ส่วนที่เป็น “การจำได้” ซึ่งก็คืออาการที่เราจำสิ่งต่างๆ ที่มีการรับรู้ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ได้

๔. สังขารขันธ์ คือ ส่วนที่เป็น “การปรุงแต่งของจิต” ซึ่งก็คืออาการที่จิตเกิดอาการต่อเวทนา (อาการของกิเลส) และรวมถึงการคิดของจิตด้วย

๕. วิญญาณขันธ์ คือ ส่วนที่เป็น “การรับรู้” ที่เกิดขึ้นที่ ตา, หู, จมูก, ลิ้น, กาย, ใจ เมื่อมันได้กระทบกับ รูป, เสียง, กลิ่น, รส, สิ่งสัมผัสกาย, สิ่งสัมผัสใจ

ขันธ์ทั้ง ๕ นี้เราชอบเรียกสั้นๆว่า รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ซึ่งก็ไม่ค่อยถูกต้องนักแต่มันสั้นและฟังดูเข้าใจง่าย จึงขอให้เข้าใจว่าหมายถึงขันธ์ทั้ง ๕

ขันธ์ ๕ นี้สรุปเป็น “รูป” (สิ่งที่สัมผัสได้ด้วยตา หู จมูก ลิ้น กาย) กับ “นาม” (สิ่งที่ไม่ใช่วัตถุ มีเพียงชื่อ ซึ่งสัมผัสได้ด้วยใจ) ซึ่ง รูป ก็คือ รูป ส่วนนามก็คือ เวทนา, สัญญา, สังขาร, วิญญาณ โดย “รูป” ก็คือ ร่างกาย ส่วน นาม ก็คือ จิตใจ ที่หมายถึง สิ่งที่เราสามารถนึกคิดได้

พิจารณาขันธ์ ๕ อย่างไร?

เราต้องอย่าลืมว่า กฎสูงสุดของธรรมชาติกำหนดไว้ว่า “ทุกสิ่งที่เกิดขึ้น ต้องมีเหตุและปัจจัยมาปรุงแต่งหรือทำให้เกิดขึ้น” (เรียกง่ายๆว่า “ทุกสิ่งเกิดมาจากเหตุ”) ดังนั้นเราจะนำกฎสูงสุดนี้มาพิจารณาร่างกายกับจิตใจของเรา

ร่างกายของเรารวมทั้งวัตถุและสิ่งของทั้งหลายของธรรมชาติ ล้วนเกิดมาจากรูปธาตุ (คุณสมบัติทางวัตถุ) ๔ อย่าง มาร่วมกันปรุงแต่งให้เกิดขึ้น