

สนทนาภาษาธรรม เล่ม ๙

จากเว็บไซต์กัลยาณธรรม

ตอบปัญหาโดย

ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร





ชมรมกัลยาณธรรม
หนังสือดีอันดับที่ ๔๔

- สนทนาภาษาธรรมเล่ม ๙ : จาก website kanlayanatam.com
ตอบคำถามโดย : ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร
- จัดพิมพ์ถวายเป็นพุทธบูชาโดย
ชมรมกัลยาณธรรม ๑๐๐ ถ.ประโคนชัย ต.ปากน้ำ อ.เมือง
จ.สมุทรปราการ โทร. ๐๒-๗๐๒๙๖๒๔
- หรือ ชมรมกัลยาณธรรม ๘๙/๖-๗ ซอยศึกษาวิทยา ถ.สาทรเหนือ
สีลม บางรัก กทม. โทร. ๐๒-๖๓๕๓๙๙๘
- ภาพปก : ภาพสีน้ำ
ศิลปิน : คุณวิสูตร ทรัพย์ภิญโญ
- ข้อธรรมประกอบเล่ม : จากหนังสือประทีปส่องชีวิต
โดย อริโย ภิกขุ
- รูปเล่ม-จัดพิมพ์ : ก้อนเมฆแอนด์กันยกรู๊ป โทร. ๐๘๙ ๑๐๓-๓๖๕๐
พิมพ์ครั้งที่ ๑ : ๕๕๐๐ เล่ม

ชมรมกัลยาณธรรม

ขอน้อมถวายเป็นพุทธบูชา

และ

กราบบูชาอาจารย์คุณ

แต่

ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร

สัพพทานัง อัมมทานัง ชินาติ
การให้ธรรมะเป็นทาน ย่อมชนะการให้ทั้งปวง
www.kanlayanatam.com

คำนำในการจัดพิมพ์ถวายเป็นพุทธบูชา

เริ่มต้นศักราชใหม่ ด้วยข่าวคราวที่ต้องตั้งสติรับหลายเรื่องราวให้ดำรงสติมั่นอยู่อย่างพอเพียงและไม่ประมาท เมื่อมีวิกฤติปัญหาไม่ว่าด้านใด ๆ มากกระทบ ผู้ที่ครองสติมั่นเท่านั้นที่จะเป็นผู้รอด

สนทนาภาษาธรรมย่นหดมาถึงเล่มที่ ๙ แล้ว และจะเดินทางต่อไปไม่หยุดยั้ง เพราะพวกเราโชคดีที่ได้รับความสะดวกจากท่านอาจารย์ผู้ทรงปัญญาเลิศทางธรรม กอรปด้วยความเชื่อมั่นในโผลานิสงส์แห่งธรรมะและธรรมทาน แม้จะต้องพบกับปัญหาอุปสรรคใดๆ คณะผู้จัดทำทุกคนก็ไม่เคยท้อถอยและหวังเป็นอย่างยิ่งว่าทุกท่านจะได้รับสาระประโยชน์ และช่วยกันเผยแพร่จรโลงธรรมะให้เป็นที่พึงของสรรพสัตว์ในยามวิกฤติเช่นนี้

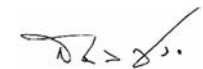
ฝากขอเตือนใจให้ทุกท่านระลึกถึงหน้าที่หลักของการเกิดมาเป็นมนุษย์ คือการนำพาตนให้พ้นทุกข์ พ้นความเป็นทาส กรุณาอย่าเห็นหน้าที่รองอื่น ๆ สำคัญกว่าหน้าที่หลักจนสายเกินไป.

คณะผู้จัดทำ

อนุโมทนาภาดา

มีด สีว ขวานจะคมได้ ต้องมีหิน มีอุปกรณ์เป็นเครื่องลับ ผู้ตอบปัญหาได้รับความเมตตาจากครูผู้อารีย์ ส่งปัญหาหลากหลายรูปแบบมาให้ ได้ใช้เป็นเครื่องมือลับปัญญาให้คม จึงขอขอบคุณมาด้วยความจริงใจ ขอขอบคุณทุกท่านที่เห็นคุณค่าแห่งการให้ปัญญาเป็นทาน ได้สละร่างกาย แรงใจ แรงทรัพย์ ร่วมสร้างผลงานที่มีคุณค่า มีพลัง สามารถปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตของผู้มีปัญหา รวมถึงมวลชนผู้ศรัทธา นำตัวเข้ามาสัมผัสกับผลงานทางด้านปัญญา และปรับแก้ไขชีวิต ให้มาอยู่แต่ในส่วนที่เป็นความจริงและปลอดภัย ที่จะเป็นเหตุทำให้ชีวิตตกหล่นไปสู่กระแสวนในอบายภูมิ

ข้าพเจ้าอังกะอานิสงส์แห่งทานนี้ จงเป็นพลวปัจจัย นำพาชีวิตของทุกท่านสู่สุคติ พบแต่ความสงบสุข และมีจิตวิญญาณพ้นไปจากสิ่งอันเป็นสมมุติเข้าสู่ความวิมุตติได้เป็นเบื้องสุด



ดร.สนอง วรอุไร

ธรรมสารบัญ

หน้า

๑.	ธรรมชาติเสียสมดุล	๑๔
๒.	ศิลปะการฟังธรรม	๑๕
๓.	ผู้ปรารถนาความสุข	๑๖
๔.	คาถาดี	๑๗
๕.	นิพพานมีลักษณะอย่างไร	๑๘
๖.	พระอรหันต์ไปอยู่ที่ใด	๑๘
๗.	ทำบุญแทนพ่อแม่	๑๙
๘.	ผู้ถามปัญหาทำแบบไหน	๑๙
๙.	ก่อนตายมีพระนำทาง	๒๐
๑๐.	ตอบแทนคุณของพ่อแม่	๒๑
๑๑.	ผู้มีเวลาเหลือน้อย	๒๒
๑๒.	เทวดาประจำตัว	๒๓
๑๓.	บุญน้อยลงหรือไม่	๒๔
๑๔.	ความสำเร็จในการอุทิศบุญ	๒๕
๑๕.	เหตุนำสัตว์นรกมาเกิด	๒๖
๑๖.	ตาทาเรื่อง	๒๗
๑๗.	ครูอยู่ไหน	๒๘
๑๘.	ยกหนี้ให้ตีใหม่	๓๐
๑๙.	อุทิศกุศลเวลาไหนดี	๓๑
๒๐.	ความเกี่ยวพัน	๓๒
๒๑.	ผลกรรมยังมีอยู่หรือไม่	๓๒
๒๒.	สามารถปฏิบัติธรรมได้	๓๓
๒๓.	นี่แหละมาร	๓๓
๒๔.	เกิดจากมัจฉาสมาธิ	๓๔
๒๕.	สมาธิเป็นเหตุ	๓๔
๒๖.	ขยะในใจ	๓๕

๒๗.	แก้ไขที่ตัวเอง	๓๖
๒๘.	ลมหายใจหายไป	๓๗
๒๙.	ปฏิบัติธรรมผิดทาง	๓๘
๓๐.	อยากเป็นนางวิสาขา	๓๘
๓๑.	สรรพสิ่งเกิดแล้วดับ	๓๙
๓๒.	เห็นแจ้งด้วยกฎไตรลักษณ์	๔๐
๓๓.	ความปรารถนาที่เป็นไปไม่ได้	๔๑
๓๔.	สักกายทิฏฐิที่ละได้	๔๒
๓๕.	ฆ่าเชื้อจุลินทรีย์เป็นบาปไหม	๔๒
๓๖.	ธรรมของพระอริยะไม่ถดถอย	๔๓
๓๗.	อาชีพขายหมูย่าง	๔๔
๓๘.	พื้นเพนิสัยเป็นแบบไหน	๔๕
๓๙.	โชคดีมีครูอยู่ใกล้	๔๖
๔๐.	สติยังอ่อน	๔๗
๔๑.	ทำอะไรเมื่อตัวหายไป	๔๘
๔๒.	มีทั้งประโยชน์และโทษ	๔๘
๔๓.	ดีทั้งสองอย่าง	๔๙
๔๔.	ถูก-ผิด อยู่ที่มุมมอง	๕๐
๔๕.	จิตที่เข้มแข็งและมีพลัง	๕๑
๔๖.	ไปสู่สุคติ	๕๒
๔๗.	คนที่รู้ต่างจากคนที่มี	๕๒
๔๘.	สติสัมปชัญญะ	๕๓
๔๙.	ฝึกจิตสองวิธี	๕๔
๕๐.	วนตีหรือวนไม่ตี	๕๔
๕๑.	มีสมาธิแล้วไม่หลับ	๕๕
๕๒.	ความเหมาะสมเป็นเหตุ	๕๖
๕๓.	โลกธรรม ๘ กับ มรรค ๘	๕๗
๕๔.	คำที่ไม่เคยเห็น	๕๘
๕๕.	จุดจิต-ปฏิสนธิจิต	๕๙

๕๖.	จิตตกว้างค์ไม่ฝัน	๖๐
๕๗.	จิตเกิดได้อย่างไร	๖๑
๕๘.	ปฏิบัติธรรมผิดทาง	๖๒
๕๙.	วิบากของกรรมชดใช้ไม่หมด	๖๒
๖๐.	สวตมณต์ผิด	๖๓
๖๑.	จงเวรยาวนานแคไหนด	๖๔
๖๒.	สรรพสัตว์เป็นไปตามกฎแห่งกรรม	๖๔
๖๓.	การทำบุญของเทวดา	๖๕
๖๔.	นามไปอยู่ที่ไหน	๖๖
๖๕.	การนอนที่ศีลขาด	๖๗
๖๖.	เป็นกุศลทานหรือไม่	๖๗
๖๗.	เกิดปิตติโหม	๖๘
๖๘.	บุญที่เจือด้วยบาป	๖๙
๖๙.	เมื่อพฤติกรรมเปลี่ยน	๗๐
๗๐.	สอนตัวเองให้ได้ก่อน	๗๑
๗๑.	สิ่งที่เป็นไปไม่ได้	๗๒
๗๒.	สำนักผิดจากการชักตาบ	๗๓
๗๓.	จะเหลืออะไรอีกล่ะ	๗๔
๗๔.	อาชีพไม่ดี	๗๕
๗๕.	พระออกจากนิโรธสมาบัติ	๗๕
๗๖.	ยังต้องทำเพื่อสร้างบารมี	๗๖
๗๗.	ไม่อยากแต่ทำก็ยังผิดศีล	๗๗
๗๘.	เป็นสัมมาสติใหม่	๗๗
๗๙.	การเข้าที่ไม่เหมือนกัน	๗๘
๘๐.	ผู้ไร้สัจจะ	๗๙
๘๑.	ดูต้นแบบแล้วทำตาม	๗๙
๘๒.	เพราะเหตุอะไร	๘๐
๘๓.	เทวดาและพรหมที่บรรลุธรรมขั้นสูง	๘๐
๘๔.	ทำชั่วได้ผลชั่ว	๘๑

๘๕.	ใช้สามมีทำงาน	๘๒
๘๖.	ยังจำเป็นต้องทำบาป	๘๓
๘๗.	กรรมฐานที่เหมาะกับโมหจริต	๘๓
๘๘.	ใครได้บุญมากกว่า	๘๔
๘๙.	คนรอบข้างไม่ดี	๘๕
๙๐.	การสวตมณต์ที่ได้บุญมาก	๘๖
๙๑.	พระเจ้ามีจริงหรือ	๘๗
๙๒.	อยากพบความสุขที่แท้จริง	๘๗
๙๓.	สมมุติที่ต่างกัน	๘๘
๙๔.	ปฏิบัติบูชาได้บุญมากกว่า	๘๙
๙๕.	แก้กรรมที่ทำแท้ง	๙๐
๙๖.	สุญญตสมาธิ	๙๐
๙๗.	ราคจริตกับโทสจริต	๙๑
๙๘.	มีศีลคุณใจให้ได้ก่อน	๙๒
๙๙.	บาปเพราะทำปณตติบาต	๙๓
๑๐๐.	การบวชที่ไม่สมบูรณ์	๙๓
๑๐๑.	อุทิศบุญเมื่อใดจึงจะดี	๙๔
๑๐๒.	บุญอยู่ที่ใจของผู้กระทำ	๙๕
๑๐๓.	การอุทิศบุญและการแผ่เมตตา	๙๖
๑๐๔.	มีความหมายต่างกัน	๙๗
๑๐๕.	ผลของอโหสิกรรม	๙๘
๑๐๖.	เดรัจฉานวิชา	๙๘
๑๐๗.	อยากพบกันอีกในชาติหน้า	๙๙
๑๐๘.	ไม่ผิดศีลสำหรับฆราวาส	๙๙
๑๐๙.	กลัวทำบาปกับแมงมุม	๑๐๐
๑๑๐.	ทำบาปโดยไม่เจตนา	๑๐๑
๑๑๑.	ปรึกษาผู้มีประสบการณ์	๑๐๒
๑๑๒.	ทำจิตให้สงบในที่ทำงาน	๑๐๒
๑๑๓.	นี่แหละมีจณาอาชีวะ	๑๐๓

๑๑๔. ร่วมกันทำบาป	๑๐๔
๑๑๕. เชื้อโคโรติละ	๑๐๕
๑๑๖. ดูให้ไกลกว่าตาเนื้อตาหนัง	๑๐๖
๑๑๗. เอาหลายอย่างต้องใช้เวลาาน	๑๐๖
๑๑๘. การกระทำสำคัญกว่าชื่อ	๑๐๘
๑๑๙. ทำเหตุให้ถูกต้อง	๑๐๙
๑๒๐. อนุญาตแล้วไม่เป็นโทษ	๑๑๒
๑๒๑. เลือกภาวาตามจริตที่ถูกต้อง	๑๑๔
๑๒๒. ตามดูให้เห็นจริง	๑๑๖
๑๒๓. ทำตัวเองให้เขาศรัทธา	๑๑๗
๑๒๔. ทำตามผู้รับออกกล่าว	๑๑๙
๑๒๕. ต้องทำ ๓ เรื่อง	๑๒๐
๑๒๖. มีเจตนาบริสุทธิ์	๑๒๑
๑๒๗. ปาก ตา ใจ ไปคนละทาง	๑๒๒
๑๒๘. คบหาทุกคนเป็นเพื่อน	๑๒๓
๑๒๙. เหมือนนิยายชีวิต	๑๒๖
๑๓๐. มาอยู่กับยายโหม	๑๒๘
๑๓๑. คนมีธรรมไม่เห็นปัญหา	๑๒๙
๑๓๒. อยากทราบคำอธิษฐานในอดีต	๑๓๐
๑๓๓. ทำดีกว่าไม่ทำ	๑๓๑
๑๓๔. เพศที่สาม	๑๓๒
๑๓๕. ฟังแล้วเจ็บ	๑๓๓
๑๓๖. เมล็ดพืชในอนาคต	๑๓๔
๑๓๗. สำคัญที่ใจสื่อถึงกันได้	๑๓๕
๑๓๘. นับตัวเลขแล้วจิตตั้งมั่น	๑๓๖
๑๓๙. มาตราวัดสมาธิ	๑๓๗
๑๔๐. แก้วที่ตันเหตุ	๑๓๘
๑๔๑. เมื่อไฟเริ่มคุ	๑๓๙
๑๔๒. สถานที่ไม่เหมาะสม	๑๔๐

๑๔๓. กบจะออกจากกะลาครอบ	๑๔๒
๑๔๔. เปลี่ยนตัวเองให้เป็นผู้ชนะ	๑๔๓
๑๔๕. ต้องขอขมากรรม	๑๔๖
๑๔๖. ทำดีถูกทางแล้วทำต่อไป	๑๔๘
๑๔๗. ช่างมันเถอะ	๑๔๙
๑๔๘. ยากดีต้องมีครูดี	๑๕๐
๑๔๙. ดูหมองขิวกเป็นตัวอย่าง	๑๕๑
๑๕๐. ขอคำปรึกษาจากหมอ	๑๕๓
๑๕๑. ฝึกทั้งสองอย่าง	๑๕๔
๑๕๒. เชิญเขามาอยู่แล้วไม่ดูแล	๑๕๖
๑๕๓. ปฏิบัติธรรมไม่ก้าวหน้า	๑๕๗
๑๕๔. การบูชาที่ดีกว่า	๑๕๘
๑๕๕. วิธีสร้างเหตุให้ตรง	๑๖๐
๑๕๖. ไม่ค่อยถูกขงักัด	๑๖๒
๑๕๗. เป็นสิทธิของเขา	๑๖๓
๑๕๘. ตามกฎแห่งกรรม	๑๖๔
๑๕๙. อธิษฐานเช่นไร	๑๖๕
๑๖๐. มัจฉาวาจา	๑๖๖
๑๖๑. ขดใช้กรรมแบบโหน	๑๖๗
๑๖๒. อยากรู้เขาอยู่โหน	๑๖๗
๑๖๓. เหตุเพราะจิตหลง	๑๖๘
๑๖๔. อธิษฐานเกิดเป็นผู้ชาย	๑๖๘
๑๖๕. การบริหารทรัพย์สิน	๑๖๙
๑๖๖. เข้าฌานแล้วตามดู	๑๗๐
๑๖๗. กรรมอยู่ที่เจตนา	๑๗๒
๑๖๘. ให้ในสิ่งที่ไม่มี	๑๗๓
๑๖๙. กรรมเบียดเบียน	๑๗๔
๑๗๐. พรที่ให้	๑๗๔
๑๗๑. ไม่เหมือนกัน	๑๗๕

๑๗๒. สู้ความเป็นอนัตตา ๑๗๖

๑๗๓. ถูกแต่ยังไม่ถูกหมด ๑๗๗

๑๗๔. ตัวสั้นตัวหมุน ๑๗๘

๑๗๕. ทำงานด้วยใจ ๑๗๙

๑๗๖. ชี้ทางปฏิบัติธรรม ๑๘๐

๑๗๗. ธรรมที่สงบเย็น ๑๘๒

๑๗๘. คนสุข-คนดิบ ๑๘๓

๑๗๙. ควรบวชกี่วัน ๑๘๔

๑๘๐. แยกใช้หรือร่วมใช้ ๑๘๖

๑๘๑. สำคัญที่การสื่อสาร ๑๘๗

๑๘๒. ความอยากไม่สิ้นสุด ๑๘๘

๑๘๓. เมื่อเจ้าหน้ตามัน ๑๙๐

๑๘๔. หลายเจ้าของ ๑๙๒

๑๘๕. สิ่งทำให้ใจเศร้าหมอง ๑๙๓

๑๘๖. เรียกว่าปิติ ๑๙๔

๑๘๗. นึกและคิด ๑๙๕

๑๘๘. หลากหลายปัญหา ๑๙๖

๑๘๙. คนช่างสงสัย ๑๙๘

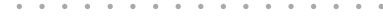
๑๙๐. อภิญญา ๖ ๒๐๑

๑๙๑. ต้องถามเจ้าของ ๒๐๒

๑๙๒. อุทิศบุญกุศลใช้หนี้ ๒๐๔

๑๙๓. มีกรรมเป็นของตน ๒๐๔

คติธรรม “นิพพาน”



ที่สุดของเราที่เท่านี้	เห็นเพียงมีกายกับจิตติดติดอยู่
จิตเป็นนายคอยกำกับการรับรู้	ผ่านตา หู อมก ลิ้น และผิวกาย
ความรู้สึกเดียว - ทราวมยามตาเห็น	หอมหรือเหม็นกระทบถูกอวมกหมาย
เพราะ - ไม่เพราะสัมผัสสัมผัสตาย	ลิ้นน้ำลายรับรสโอชโศขา
กายกระทบเย็นร้อนอ่อนหรือแข็ง	ตั้งปรุงแต่งจากจิตติดติดสรรหา
เป็นรัก โสภ โกรธ หลง ตั้งนมายา	จิตจึงพาเวียนว่ายในบ่วงมาร
ให้หลงใหญ่ในรูป รส กลิ่น เสียง	คิดว่าเที่ยงตลอดให้เห็นเป็นแก่นสาร
ขบก็เสาะแสวงไว้ครองให้หนาน	ซังกัดานผลัดไล่ไม่ยอมขบคิด
ระดับเหตุแห่งทุกข์หรือสุขสิ้น	ตั้งตั้งตั้งกันกำเนิดเกิดจากจิต
มิให้ปรุงปรุงแต่งเป็นแรงพิน	คุมความติดติดความเห็นไว้เป็นกลาง
เมื่อจิตนิ่งแฝงใสใจสงบ	ก็ฉะพพบความสะอาดและความว่าง
ทุกสิ่งสรรพพลังกระทบก็ปล่อยวาง	เหม็นร้อนน้ำค้างกลิ่นหุดนบมใบบัว
ฉะทำจิตอิสระประภัสสร	ฉะนิวรรณ์ฉะกามฉะความชั่ว
ตั้งคุมจิตเอาไว้ภายในตัว	อย่าผลอ้อมองหลงไหลในอบาย
หมั่นคุมจิตเอาไว้ให้รอบคอบ	เพียงเพิ่มพูนสติมั่นลำต้มหมาย
เจริญที่สุด สสมาธิ มิให้คลาย	ครองปัญญาที่ฉะฉายแววเรื่อรอง
อนเกิดเป็นปัญญาอ้ากระอ้าง	ฉะพบทางตั้งธรรมขึ้นนำตั้ง
ตั้งควมมีตอวิชชาที่ตราครอง	ควมถูกตั้งนำจิตสู่ที่ศทาง
จิตฉะฉะควมโลภควมโกรธหลง	ฉะปลดปลงทุกขันธ์สิ้นทุกออย่าง
ตั้งกิเลสดับเชื้อที่เชื้อฉะฉะ	สู่ควมว่างควมเป็นทิพย์สู่นิพพาน.

๕. นิพพานมีลักษณะอย่างไร

คำถาม

การเข้านิพพานได้ มีลักษณะอย่างไร จะทราบได้อย่างไร จะได้ไปอยู่ที่ไหน

คำตอบ

ต้องขอรักษ ผู้ตอบปัญหายังนำพาชีวิตไปไม่ถึงพระนิพพาน ยังไม่มีประสบการณ์จึงไม่สามารถตอบปัญหาให้ถูกต้องได้

๖. พระอรหันต์ไปอยู่ที่ใด

คำถาม

ผู้ที่เป็นอรหันต์แล้วจะไปอยู่ที่ใด

คำตอบ

พระอรหันต์ที่ยังมีชีวิตอยู่ (สอุปาทิเสสนิพพาน) ยังอยู่กับภพมนุษย์ ส่วนพระอรหันต์ที่ตายไปแล้ว (อนุปาทิเสสนิพพาน) ไม่ทราบว่าจะไปอยู่ที่ไหน เพราะผู้ตอบปัญหายังไม่มีประสบการณ์

๗. ทำบุญแทนพ่อแม่

คำถาม

การทำบุญทำทานแทนบิดามารดาซึ่งไม่ค่อยจะได้ทำ มีผลถึงตัวท่านหรือไม่

คำตอบ

จะมีผลถึงตัวท่าน ต่อเมื่อท่านได้รับรู้แล้วอนุโมทนาในทานที่ผู้เป็นลูกทำแทนให้

๘. ผู้ถามปัญหาทำแบบไหน

คำถาม

ทำบุญทุกครั้งจะต้องอุทิศให้เจ้ากรรมนายเวรหรือไม่

คำตอบ

ผู้ใดมีเมตตาและระลึกได้ว่าตนได้ทำบุญแล้ว เขาจะอุทิศบุญให้กับเจ้ากรรมนายเวรและสรรพสัตว์ ผู้ใดไม่มีเมตตาและขาดสติ เขาจะไม่อุทิศบุญให้เจ้ากรรมนายเวรและสรรพสัตว์ ปัญหาอยู่ที่ว่าผู้ถามปัญหานิยมปฏิบัติแบบไหน

๙. ก่อนตายมีพระนำทาง

คำถาม

ก่อนสิ้นใจถ้ามีพระนำไปสู่สุคติจริงหรือไม่ แต่ถ้าทำชั่วมาตลอดแต่มีพระนำ ตอนสิ้นใจจะไปสู่สุคติเหมือนกันหรือไม่

คำตอบ

ทำกรรมดีทำกรรมชั่วยังไม่สำคัญเท่ากับ ก่อนสิ้นใจ หากมีพระชี้นำทาง แล้วผู้กำลังจะตายมีสติระลึกได้ถึงสิ่งที่เป็นกุศลกรรมแล้วจิตที่ว่างในขณะนั้น สุคติภพย่อมเป็นที่หมายในการไปเกิดใหม่ของเขา ตรงกันข้ามก่อนสิ้นใจจิตระลึกได้ในอกุศลกรรมแล้วจิตที่ว่างทันที ต่อให้มีพระสงฆ์มากน้อยสักกี่องค์มาชี้นำทางให้ชีวิต ก็ไม่สามารถช่วยให้ไปเกิดในภพที่ดีได้

ถ้ารู้ว่าตนเป็นที่รัก พึงรักษาตนไว้ให้ดี
บัณฑิตควรประดับประดาของตนไว้
ไม่ทั้งสามวัยก็ด้วยไฉนหนึ่ง

ธรรมบท

๑๐. ตอบแทนคุณของพ่อแม่

คำถาม

จะมีวิธีอย่างไรบ้างคะที่จะตอบแทนพ่อแม่ได้ดีที่สุด และให้ท่านมีความสุขที่สุด

คำตอบ

ดูตัวอย่างพระสารีบุตร ตอบแทนคุณของนางสารีผู้เป็นแม่ ด้วยการเปลี่ยนความเห็นผิด (มิจฉาทิฏฐิ) ให้กลับมามีความเห็นถูก (สัมมาทิฏฐิ) ยอมรับฟังธรรมจากพระลูกชายจนบรรลุโสดาบัน เสวยกระแสแห่งวิมุตติสุข หรือดูตัวอย่างของพระพุทธเจ้า ตอบแทนคุณของพระบิดา (พระเจ้าสุทโธทนะ) ด้วยการเสด็จไปเทศนาธรรมโปรดพระบิดา จนบรรลุอรหัตตผล เสวยวิมุตติสุข

หากผู้ถามมีปัญหาหาคำปรึกษาถามมากพอ ที่จะทำได้ดังตัวอย่างที่ยกมาบอกเล่าให้ฟังจะถือได้ว่า เป็นการตอบแทนคุณของพ่อแม่ได้สูงสุดและดีที่สุด

อคฺโถ อคฺถสฺส นกฺขคฺคํ ก็ กริสฺสฺสนฺติ ตารกา
ประโยชน์เป็นอุภยของประโยชน์เอง ดวงตาอন্ধทำอะไรได้

พ.ศ.๒๕๖๑

๑๑. ผู้มีเวลาเหลือน้อย

คำถาม

แนะนำหลักสูตรเร่งรัดสำหรับผู้สูงอายุที่เหลือน้อย และไม่ประสงค์กลับมาเกิดในโลกนี้อีก ขออธิษฐานขอเทวภูมิ ขึ้นต้นจะทำอย่างไร

คำตอบ

ริบตอบปัญหาให้กับผู้มีเวลาของชีวิตเหลือน้อยว่า อธิษฐานไม่ขอกลับมาเกิดในโลกมนุษย์สามารถอธิษฐานได้แต่ หลังจากอธิษฐานแล้วต้องทำเหตุให้ถูกตรง ด้วยการทำให้เป็นผู้มีบุญ (ทานและศีล) สถิตอยู่ในใจให้ได้ทุกขณะตื่น ทำให้มีกุศลกรรมบถ ๑๐* ปฏิบัติจิตตภาวนาด้วยการบริหารม พุท-โธ ๆ ๆ พองหนอ-ยุบหนอ ๆ ๆ หรือองค์บริหารอื่น ๆ ในกรรมฐาน ๔๐ (ดูหน้า ๑๕๙) บริกรรมทุกครั้งก็นึกได้บริกรรมทุกครั้งที่ว่าจากงานภายนอก ฯลฯ เหล่านี้เป็นเหตุตรง ที่จะนำสุภพของเทวภูมิในวันข้างหน้า

กุศลกรรมบถ ๑๐* ประการ ความประพฤติเรียบร้อยคือความประพฤติ ธรรมทางกายมี ๓ อย่าง ทางวาจามี ๔ อย่าง ทางใจมี ๓ อย่าง

๑. เว้นจากการฆ่าสัตว์ ๒. เว้นจากการลักทรัพย์ ๓. เว้นจากการประพฤติผิดในกาม
๔. เว้นจากการพูดเท็จ ๕. เว้นจากการพูดส่อเสียด ๖. เว้นจากการพูดคำหยาบ
๗. เว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ

๘. ไม่โลภอยากได้ของเขา ๙. ไม่พยาบาทปองร้ายเขา ๑๐. ไม่เห็นผิดจากคลองธรรม
คือไม่คิดแย้งกับหลักธรรม

๑๒. เทวดาประจำตัว

คำถาม

มีเทวดารักษาประจำตัวทุกคนหรือไม่ แต่ละคนจะมีเทวดารักษากี่องค์

คำตอบ

ผู้ใดประพฤติดนทุศีลไร้ธรรม ผู้นั้นไม่มีเทวดารักษา ผู้ใดประพฤติดนมีศีลมีธรรม ผู้นั้นมีเทวดารักษา ดังตัวอย่างเช่น พระมหากษัตริย์โพธิสัตว์ มีนางฟ้าที่ชื่อมณีเมฆขลา ๑ องค์คุ้มรักษา พระสารีบุตรองค์อรหันต์มีเทวดา ๑ องค์คุ้มรักษา อนุชาติกเศรษฐ์ไสตยามีเทวดา ๑ องค์คุ้มรักษา พระมหาโพธิสัตว์ที่ชื่อสันดุสิตเทพบุตรตอนจุติแล้วมาเกิดเป็นเจ้าชายสิทธัตถะกุมารมีเทวดา ๔ องค์ (จตุโลกบาล) คุ้มรักษา

ปฏิบัติภายนอกหนึ่งดี แต่ยังไม่ยิ่ง
ปฏิบัติภายในนั้นประเสริฐเลิศดีหนึ่งหนา
องค์พวกนี้ครบปฏิบัติธรรมพร้อมนำพา
เพื่อนำมาซึ่งความสุขนิรันดร

๑๓. บุญน้อยลงหรือไม่

คำถาม

การอุทิศส่วนบุญให้แก่เทวดา ภูต ผี ปีศาจ และให้ผู้อื่นจะทำให้บุญน้อยลงหรือไม่

คำตอบ

การอุทิศหมายถึงทำเพื่อสละให้โดยเจาะจง แผลส่วนบุญให้กับผู้ตาย ฯลฯ การอุทิศบุญให้ผู้อื่น เช่น อุทิศบุญให้เทวดา ภูต ผี ปีศาจ ผู้อุทิศให้แล้วบุญย่อมน้อยลง แต่อันสงฆ์คือผลแห่งการอุทิศบุญจะเกิดประโยชน์ได้มากกว่าเก็บบุญไว้กับตนเองเพียงผู้เดียว ทุกชีวิตที่เกิดมานับภพชาติไม่ถ้วน มีทั้งบุญและบาปถูกเก็บสั่งสมไว้ในจิตวิญญาณ บาปที่เกิดจากถูกผูกพยาบาทจองเวรกับเจ้ากรรมนายเวร ถ้ายังไม่ได้รับการชดใช้หนี้บาปที่ก่อไว้จะเป็นเหตุนำมาซึ่งอุปสรรคปัญหาและความทุกข์เกิดขึ้นกับชีวิต ด้วยเหตุนี้ผู้รู้จึงทำบุญอยู่เสมอ แล้วอุทิศบุญกุศลให้กับสรรพสัตว์โดยเฉพาะเจ้ากรรมนายเวร เพื่อหนี้เวรกรรมจะได้ลดน้อยลง ความสุขของชีวิตจะเพิ่มมากขึ้น

ผู้ใดทำบาปไว้แล้ว ละได้ด้วยการทำดี
ผู้นั้นย่อมล่องไล่น้ำให้สว่าง
เหมือนพระจันทร์ที่พ้นจากเมฆฉะนั้น
อรรถมพท

๑๔. ความสำเร็จในการอุทิศบุญ

คำถาม

เมื่อผมทำบุญแล้วทุกครั้งผมจะแผ่เมตตาให้กับแฟนเก่าซึ่งยังมีชีวิตอยู่ แต่เธอไม่รู้ไม่เห็นในบุญนี้เธอจะได้บุญไหมครับ

คำตอบ

บุญสำเร็จด้วยการทำเหตุดีสิบอย่าง (บุญกิริยาวัตถุ ๑๐*) แต่หนึ่งในการทำความดีนั้นคือ การอุทิศบุญ ซึ่งจะสัมฤทธิ์ผลได้ต้องมีบุญที่อุทิศ ต้องมีผู้อุทิศ และต้องมีผู้มาอนุโมทนาบุญ ดังนั้นหากผู้รับไม่รู้ว่ามิใช่ผู้อุทิศบุญให้ จึงไม่ได้มาอนุโมทนาบุญ ความสำเร็จในการอุทิศบุญย่อมไม่เกิดขึ้น

บุญกิริยาวัตถุ ๑๐* หมายถึงการกระทำที่เป็นบ่อเกิดแห่งบุญทำได้ ๑๐ อย่าง คือ ทำบุญด้วยการให้ ทำบุญด้วยการรักษาศีล ทำบุญด้วยการทำจิตศรัทธา ทำบุญด้วยการประพฤติอ่อนน้อม ทำบุญด้วยการชวนช่วยรับใช้ ทำบุญด้วยการอุทิศความดีให้ผู้อื่น ทำบุญด้วยการยินดีในความดีของผู้อื่น ทำบุญด้วยการฟังธรรม ทำบุญด้วยการสั่งสอนธรรม และทำบุญด้วยการทำความเห็นให้ถูกต้อง

๑๕. เหตุนำสัตว์นรกมาเกิด

คำถาม

ตามที่ได้ศึกษาเรื่องภพภูมิมาบ้าง ทราบว่าการเกิดมาเป็นมนุษย์นี้แสนยาก ต้องทำบุญกุศลมากพอสมควร แต่ที่ท่านอาจารย์บอกว่า ในอนาคตสัตว์นรกจะมากเกิดเป็นมนุษย์มาก เพราะเหตุปัจจัยอะไร ในเมื่อเขาไม่ได้ทำบุญกุศลทำความชั่วถึงต้องตกนรก แล้วเพราะเหตุใดได้บุญกุศลจากตรงไหนจึงได้มากเกิดเป็นมนุษย์ได้

คำตอบ

ในการเกิดของสัตว์แต่ละภพชาติ มีทั้งทำกรรมดีและทำกรรมชั่ว ซึ่งผลแห่งบุญและบาปต่างถูกเก็บสั่งสมไว้ในดวงจิตดวงเดียวกัน กรรมประเภทใดให้ผลก่อน ผู้ทำและสั่งสมกรรมต้องเสวยวิบากของกรรมนั้นก่อน ตัวอย่างเช่น พระเจ้าอชาตศัตรู ทำกรรมชั่วเนรคุณบิดา (พระเจ้าพิมพิสาร) ด้วยการจับพ่อขังคุกจนตาย ต่อมาสำนึกได้จึงได้คิดแล้วทำกรรมดี ด้วยการเป็นองค์อุปถัมภ์ ปฐมสังคายนาพุทธศาสนาและทำกรรมดีอื่น ๆ อีกมากมาย เมื่อพระเจ้าอชาตศัตรูสวรรคตออกุศลกรรมให้ผลก่อน แรงแของอกุศลกรรมผลักดันจิตวิญญาณให้ไปเกิดเป็นสัตว์เสวยทุกขวิบากอยู่ในโลมหุมภินรกอหากเมื่อใดกรรมชั่วหมดวาระให้ผล กรรมดีที่ทำจะส่งผลให้สัตว์นรกออกชาติศัตรู ได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์ในพุทธอันตรระหว่างศาสนาของพระพุทธโคตม กับศาสนาของพระศรี

อารยเมตไตรย มีสัตว์อื่นอีกจำนวนมากใกล้จะหมดการเสวยทุกขวิบากในอบายภูมิหรือที่จะกลับมาเกิดเป็นมนุษย์ในวันข้างหน้า และด้วยเศษกรรมไม่ดียังหลงเหลืออยู่ในจิตวิญญาณ มนุษย์จำนวนมากในวันข้างหน้าจะประพตทุศีลไร้ธรรมมากยิ่งขึ้นกว่าที่ปรากฏอยู่ในปัจจุบันนี้

๑๖. ตาหาเรื่อง

คำถาม

ลูกไม่ค่อยศรัทธาในธรรมะเพราะเห็นพระประพตไม่ตีจึงรู้สึกเสื่อมในใจ จะพูดอย่างไรให้ลูกรู้สึกเชื่อในการปฏิบัติธรรม (อธิบายแยกคนชั่วในผ้าเหลืองไม่ใช่พระแล้ว)

คำตอบ

ผู้ใดสามารถกำจัดขยะที่มีอยู่ในใจ คือโปรแกรมจิตติดลบทั้งหลาย ให้หมดไปจากใจได้ ผู้นั้นจะฉลาดขึ้นไม่เอาขยะของเหม็นของสกปรก (กิเลส) ของคนอื่นมาเก็บไว้กับตัว อันจะนำมาซึ่งความเสื่อมของชีวิต ดังนั้นผู้ฉลาดเมื่อเห็นภิกษุประพตติดเป็นผู้ทุศีลไร้ธรรมเขาจะเอาสิ่งที่ตาเห็นหูได้ยินมาเป็นครู เป็นตัวอย่างสอนใจว่าการประพตเช่นนั้นเป็นสิ่งที่ไม่ดี คนชั่วชอบประพตเราจะไม่เป็นเช่นเขา แล้วเราจะไม่เสื่อมตามเขา แล้วความศรัทธาในสิ่งดีงามคือศรัทธาในธรรมะก็จะเข้ามาอยู่กับใจของเราได้

๑๗. ครูอยู่ไหน

คำถาม

จำเป็นหรือไม่ที่ต้องหาครูบาอาจารย์เพื่อให้อสอนกรรมฐานที่เป็นอาจารย์หรือพระที่เก่งซึ่งไม่สามารถจะทราบได้เลย เพราะยังไม่มีญาณ บางที่ต้องการจะถามปัญหาเมื่อนั่งกรรมฐานแล้ว (ผู้ที่จะสอบอารมณ์) ไม่ทราบว่าจะไปถามใครได้ (ยังไม่ได้มีอาจารย์ที่ปรึกษา) ไม่แน่ใจว่าผู้ที่ข้าพเจ้าจะถามจะรู้ได้จริง แล้วจะทำอย่างไรให้อาจารย์ช่วยอธิบายแนะนำด้วย

คำตอบ

ยุคสมัยใดที่สัตว์มาได้รูปนามเป็นมนุษย์และมีบุญบารมีสั่งสมมาไม่มากพอ ยังจำเป็นต้องมีกัลยาณมิตรในทางธรรมมาเป็นครูชี้แนวทางปฏิบัติธรรมให้ถูกต้อง แล้วการปฏิบัติธรรมจะไม่หลงทางซึ่งจะทำให้สูญเวลาของชีวิตไปโดยเปล่าประโยชน์

ปฏิบัติธรรมแนวไหน ไม่สำคัญเท่ากับ ปฏิบัติธรรมแล้ว ต้องได้ผลเป็นความตั้งมั่น (สมาธิ) ของจิต และต้องได้ผลเป็นความเห็นแจ้ง (วิปัสสนา) เกิดขึ้นกับจิต

ตั้งที่ได้บอกเล่าไป ตอนเข้าปฏิบัติธรรมแล้วจิตตั้งมั่น ถือว่าถูกต้อง ตอนเย็นปฏิบัติธรรมในอีกแนวทางหนึ่ง และให้ผลเป็นความตั้งมั่นของจิต ถือว่าถูกต้อง ซึ่งทั้งสองวิธีของการปฏิบัติ เป็นเพียงสมถกรรมฐาน ยังไม่ถูกต้องตามแนวทางของ

พระพุทธะ คือต้องปฏิบัติธรรมแล้วเกิดปัญญาเห็นแจ้ง (วิปัสสนากรรมฐาน) แล้วใช้ปัญญาเห็นแจ้งมากำจัดกิเลสที่นอนเนื่องอยู่ในขั้นธัมมทานคืออนุสัยทั้ง ๗ (หน้า ๘๖) หรือกำจัดกิเลสที่ผูกมัดใจสัตว์ ให้ต้องเวียนตาย-เวียนเกิดอยู่ในวัฏสงสารคือสังโยชน์ทั้ง ๑๐ (หน้า ๘๙) ให้หมดไปจากใจ จึงจะถูกตรองและเป็นเป้าหมายของการปฏิบัติธรรม

ส่วนเรื่องปฏิบัติธรรมตามที่ชี้แนวทางไว้ในหนังสือ ผู้ใดมีบุญบารมีสั่งสมมามากพอ สามารถปฏิบัติและเข้าถึงธรรมได้ด้วยตัวเองแต่หากบุญบารมีสั่งสมมาไม่มากพอ จะทำให้ปฏิบัติหลงทาง เสียเวลาเนิ่นนาน กว่าจะบรรลุมฤตธรรมของพระพุทธะ ดังตัวอย่างของพระมหาสิวะผู้รู้ธรรม สอนศิษย์จนบรรลุอรหัตตผลมาเป็นจำนวนมาก แต่กว่าตัวเองจะเข้าถึงธรรมได้ ต้องนำตัวเองเข้าไปปฏิบัติธรรมอยู่ในป่า ยาวนานถึง ๓๐ ปี จึงบรรลุเป็นอริยบุคคลชั้นสูงสุดได้ และในทางตรงข้ามมหาจากอุบาสกผู้รู้ธรรม นำตัวเองไปปฏิบัติธรรมตามลำพังไม่มีใครผู้ใดเป็นครูชี้แนะ ปฏิบัติธรรมยาวนานถึง ๕๐ ปี ยังเข้าไม่ถึงธรรมของพระพุทธะ ตายแล้วยังต้องไปเกิดใหม่เป็นเดรัจฉานอีกด้วย

ส่วนเรื่องที่คุณถามปัญหาปฏิบัติธรรมแล้วจิตยังไม่สงบ ยังเกิดอารมณ์ฟุ้งซ่าน ต้องปฏิบัติให้ต่อเนื่องยาวนาน และนอกจากที่เคยแนะนำไว้ในข้อ ๕๘๔ ต้องปฏิบัติถูกต้อง และยังขึ้นอยู่กับบุญบารมีเก่าที่สั่งสมมาแต่อดีตชาติ เป็นฐานรองรับความสำเร็จในมรรคผลของการปฏิบัติด้วย

๑๘. ยกหนี้ให้ดีไหม

คำถาม

มีคนยืมเงินเราไปนานหลายปีแล้ว ยังไม่คืนเรา เวลาเรานึกอยากได้คืนก็ลุ่มใจ เราควรจะยกหนี้ให้เขาดีไหม และควรบอกให้เขารู้ไหมว่าเราขอยกหนี้ให้เขา

คำตอบ

ยกหนี้ให้เขาได้เป็นสิ่งดี คุณจะได้ไม่ต้องระลึกถึงให้เกิดความเป็นทุกข์ขึ้นในใจ และหากปรารถนาจะสร้างเมตตาบารมีให้ยิ่งขึ้น คุณต้องให้เขารู้ว่าคุณยกหนี้ให้เขา ลูกหนี้ที่ยืมเงินของคุณไปจะได้มีความสุข แล้วเมตตาบารมีก็จะเกิดขึ้นกับตัวคุณเอง

ผู้มีปัญญา พึงรักษาจิตที่เห็นได้ยากนัก
ละเอียดนัก มักตกไปในอารมณ์ที่นำใคร่
เพราะว่าจิตที่คุ้มครองดีแล้ว
ย่อมนำความสุขมาให้

พ.บ. ๒๕/๑๙

๑๙. อุทิศกุศลเวลาไหนดี

คำถาม

เวลาอุทิศกุศล สวดมนต์เสร็จแล้วหรือนั่งสมาธิเสร็จจึงอุทิศ (อันไหนอุทิศก่อน)

คำตอบ

อุทิศกุศลได้ทุกเวลาที่จิตปรารถนา แต่อุทิศขณะจิตตั้งมั่นเป็นบุญมากกว่า ผลบุญที่อุทิศจะถูกส่งไปได้ไกลกว่าจิตที่มีความตั้งมั่นเป็นสมาธิน้อย หรือไม่มีความตั้งมั่น ฉะนั้นต้องถามตัวคุณเองว่า ระหว่างการสวดมนต์กับการนั่งสมาธิอย่างไรไหนทำให้จิตของคุณตั้งมั่นได้ดีกว่ากัน คุณจะสามารเลือกปฏิบัติด้วยตัวเองได้

จงมีความเพียรเพื่อป้องกันอกุศลไมให้เกิดขึ้น

๒๐. ความเกี่ยวพัน

คำถาม

ได้อ่านหนังสือชีวประวัติของพระแม่จามเทวี อยากทราบว่าอาจารย์มีความเกี่ยวพันอย่างไรกับพระแม่จามเทวีหรือไม่

คำตอบ

ถ้าไม่มีความเกี่ยวพันจะไม่ได้ทำประวัติฯ ให้กับท่าน ส่วนจะเกี่ยวพันอย่างไรตอบไปแล้วไม่ทำให้ผู้อ่านพันทุกขจึงขอไม่ตอบ

๒๑. ผลกรรมยังมีอยู่หรือไม่

คำถาม

นั่งรถไปกับเพื่อน (เพื่อนเป็นคนขับ) ขณะกำลังจะไปทำบุญ สุนัขวิ่งตัดหน้ารถ ในระยะกระชั้นชิดหลบไม่ได้จึงชนสุนัขตายและรถเสียหายค่อนข้างมาก ในวันนั้นได้ถวายสังฆทานทำบุญอุทิศส่วนกุศลไปให้สุนัขนั้นแล้ว ผลกรรมจะยังคงมีอยู่อีกหรือไม่

คำตอบ

ถ้าสุนัขที่ตายไปไม่ยกโทษให้ การจองเวรจะยังคงมีอยู่เมื่อใดกรรมให้ผล อุปสรรคปัญหา ก็จะเกิดขึ้นกับคนที่ขับรถชนตไปชนเขาตาย หากสุนัขที่ตายไปได้รับบุญกุศลแล้วเลิกจองเวรผลของกรรมจะถูกยกเลิก

๒๒. สามารถปฏิบัติธรรมได้

คำถาม

พวกเพศที่ ๓ เราทราบว่ามีผลจากกรรมชาติก่อน แต่เมื่อมาชาตินี้พร้อมจะปฏิบัติธรรม อยากทราบว่าเพศที่ ๓ นี้จะสามารถปฏิบัติได้ลำบากกว่าหรือว่าเทียบเท่าคนเพศสมบูรณ์ (หมายถึงจะมีมารมากกว่าคนธรรมดาหรือไม่)

คำตอบ

สามารถปฏิบัติธรรมได้แต่จะให้เข้าถึงความเป็นอรหิบุคคลยังไม่สามารถเข้าถึงได้ ด้วยเหตุที่การขัดข้องกุศลวิบากยังไม่จบสิ้น

๒๓. นี่แหละมาร

คำถาม

เวลานั่งสมาธิจะมีความรู้สึกว่ามีเสียงมาพูดทำลายสมาธิตลอดเวลา ช่วยหาวิธีแก้ไขให้ด้วยครับ

คำตอบ

ต้องกำหนดว่า “ได้ยินหนอ ๆ ๆ” ไปเรื่อย ๆ จนกว่าเสียงที่ได้ยินจะหายไปแล้วตั้งจิตกลับมาสู่การปรกกรมเดิม

๒๗. แก้ไขที่ตัวเอง

คำถาม

คุณพ่อของดิฉันกับสามีไม่ถูกกัน ดิฉันในฐานะที่เป็นคนกลางควรจะวางใจอย่างไรดีคะ สามีเป็นคนมีศีลมีธรรมแต่ขี้เกียจ ไม่ชอบทำงานบ้านหรือช่วยงานบ้าน คุณพ่อของดิฉันเคยเป็นทหารมาก่อนจะเป็นคนมีระเบียบวินัย แต่คุณพ่อเป็นคนมีโทสะมาก ดิฉันก็ห่มั่นขอโหสิกรรมบ่อย ๆ กับคุณพ่อคะ ทำอย่างนี้ถูกต้องไหมคะ แนะนำวิธีที่จะทำให้ทั้งสองอยู่ด้วยกันอย่างสงบคะ

คำตอบ

ผู้มีศีล มีธรรมสถิตอยู่ในใจ ผู้นั้นไม่มีความขี้เกียจ งานทุกอย่างที่ไม่ผิดศีลไม่ผิดธรรม ผู้มีศีลมีธรรมสามารถทำได้โดยไม่เลือกงาน เช่นเดียวความมีอคติ (ชอบ ชัง หลง กลัว)เกิดขึ้นกับผู้ใดแล้ว ผู้นั้นไม่มีธรรม การเห็นผิดย่อมเกิดขึ้นได้ ฉะนั้น ประสงค์จะแก้ปัญหาระหว่างพ่อตากับลูกเขย ต้องแก้ปัญหที่ตัวผู้เป็นลูกเขยกับภรรยา ด้วยการพัฒนาจิตให้เป็นผู้มีศีลมีธรรมอยู่ในใจเมื่อใดแล้ว ทหารคือผู้มีระเบียบวินัย (ศีล) จะไม่ตำหนิผู้มี ความประพฤติเป็นศีล ประพฤติเป็นธรรม แล้วการอยู่อาศัยร่วมกันอย่างสงบสุข ก็จะเกิดขึ้นกับสังคมครอบครัวได้

๒๘. ลมหายใจหายไป

คำถาม

เมื่อนั่งสมาธิจนจิตสงบ ลมหายใจละเอียดมาก ๆ จนเหมือนกับไม่มีลมหายใจอยู่แล้ว ผู้ปฏิบัติไม่รู้จะทำอย่างไรต่อไป เป็นอย่างนี้มา ๒ ครั้งแล้ว ช่วยชี้ช่องทางปฏิบัติให้ด้วยคะ

คำตอบ

คราใดที่สติระลึกไม่ได้ในลมหายใจเข้า-ออก ที่ละเอียดอ่อน ต้องสร้างอิริยาบถใหญ่ ด้วยการสูดลมหายใจเข้าแรง ๆ ให้เต็มปอดเพื่อให้จิตระลึกได้ทันแล้วปล่อยลมหายใจออกยาว ๆ เพื่อให้จิตระลึกได้ทัน ทำอย่างนี้ทุกครั้งที่มีปัญหา แล้วกำลังของสติจะเพิ่มขึ้น

กำโรของโลกันนั้นเป็นมหา
ขักนำพาลองใให้ไหลหลง
ความศึบองไอนั้นควรดำรง
เพื่อปลตปลงทุกขีได้ด้วยธรรมเฉย

๒๙. ปฏิบัติธรรมผิดทาง

คำถาม

ดิฉันนั่งสมาธิแล้วมีเหตุแสดงว่าเราปฏิบัติไม่ถูกต้อง
ต้องใช้ใหม่ค่ะ

คำตอบ

ใช่แล้ว ปฏิบัติไม่ถูกต้อง

๓๐. อยากเป็นนางวิสาขา

คำถาม

ชื่นชอบนางวิสาขาในครั้งพุทธกาลมาก อยากถาม
ว่าการอธิษฐานจะเป็นนางวิสาขาในครั้งพุทธกาลในอนาคต
เบื้องหน้านั้นจะอธิษฐานอย่างไร มีความยากง่ายอย่างไรและ
ต้องเน้นกระทำอะไรเป็นหลัก

คำตอบ

อธิษฐานเป็นนางวิสาขาในครั้งพุทธกาลไม่สามารถ
เป็นจริงได้ แต่อธิษฐานให้ตัวเองมีคุณสมบัติแบบนางวิสาขา
สามารถทำได้ ด้วยการสร้างมหาทาน เช่น เลี้ยงพระ ๗ วัน

แล้วอธิษฐาน ขอให้เกิดเป็นหญิง มีดวงตาเห็นธรรม บรรลุ
โสดาบันตั้งแต่อายุ ๗ ขวบ มีมนุษยสมบัติมาก มีสามีเป็นลูก
เศรษฐี มีลูก ๔๐๐ คน มีกำลังตั้งข้างสาร ฯลฯ ต้องอธิษฐาน
อย่างน้อยในลักษณะนี้แล้วรักษาสิ่งจะไม่ล้มเลิกการปฏิบัติให้
ตรงตามคำอธิษฐาน แม้จะใช้เวลายาวนานก็อดสงสัยกับก็ตาม
แล้วโอกาสที่จะเข้าถึงคุณลักษณะแบบนางวิสาขาจึงจะเป็นไปได้

๓๑. สรรพสิ่งเกิดแล้วดับ

คำถาม

อยากถามเกี่ยวกับการปฏิบัติถ้าใช้สมณะกำหนดไป อยู่ๆ
กำหนดหายไปเหลือแต่ลมหายใจจะดูอย่างไร และบางครั้งก็
เห็นเป็นแสงสว่างที่ตา เห็นขาตัวเองนั่งสมาธิ จะพิจารณา
อย่างไรและบางครั้งกำหนดลมหายใจขณะนอนกำหนดรู้สึก
จิตมันลอยขึ้นลอยลงจะพิจารณาอย่างไร

คำตอบ

ให้เอาลมหายใจมาพิจารณาให้เห็นว่า เป็นไปตามกฎ
ไตรลักษณ์ เห็นแสงสว่างเห็นขาตัวเอง ฯลฯ ต้องกำหนดเช่น
เดียวกัน

๓๒. เห็นแจ้งด้วยกฎไตรลักษณ์

คำถาม

ขณะที่เราตามดูจิต อารมณ์ของจิตจะนิ่งและว่างสงบ
เย็น แต่ขณะเดียวกันเรารู้ถึงสภาวะการเต้น และได้ยิน
เสียงหัวใจ มิใช่เต้นอยู่ที่เดียวแต่เต้นไปหลาย ๆ ที่ เช่นที่ท้อง
ที่แขนหลังและขา ตรงนี้มันเกิดอะไรขึ้นและต้องปฏิบัติ
อย่างไรต่อไป

คำตอบ

การรับรู้สภาวะการเต้นของหัวใจว่าไปเกิดในที่แห่งใด
ของร่างกาย ให้พิจารณาจนเห็นว่าสภาวะเหล่านั้นดำเนินไป
ตามกฎไตรลักษณ์นี้เป็นวิธีพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งใน
ผัสสะที่เกิดขึ้น

หวังแบบโลก
หวังสิ่งใด ไม่ได้สิ่งนั้นก็เป็นทุกข์
หวังสิ่งใด ได้สิ่งนั้นก็ยึดติด

๓๓. ความปรารถนาที่เป็นไปไม่ได้

คำถาม

หากทำกุศลจะไปเกิดเป็นเทพธิดา แต่ถ้าไม่ได้เป็น
ระดับหัวหน้าก็ต้องไปเป็นบริวารของผู้ใหญ่ หรือของ
พระอินทร์ตามแต่สถานที่เกิด ถ้าปรารถนาสวรรค์แต่ไม่
ปรารถนาที่จะต้องยุ่งเกี่ยวจะต้องอธิษฐานอย่างไรหรือเจริญ
กรรมฐานใด

คำตอบ

อยากไปเกิดเป็นเทพธิดาปรารถนาสวรรค์ แต่ไม่
ปรารถนายุ่งเกี่ยว สามารถตั้งความปรารถนาได้แต่ความ
สำเร็จตั้งปรารถนาย่อมไม่เกิดขึ้น ด้วยเหตุที่สวรรค์ยังเป็น
กามภพสัตว์สวรรค์ยังต้องข้องเกี่ยวข้องกับกาม

หวังแบบธรรม
หวังสิ่งใด ไม่ได้สิ่งนั้นก็ไมทุกข์
หวังสิ่งใด ได้สิ่งนั้นก็ไม่ยึดติด

๓๔. สักกายทิฏฐิที่ละได้

คำถาม

เมื่อเป็นพระโสดาบันแล้วจะไปเกิดเป็นเทวดาอย่าง เดียวโดยไม่มาเกิดเป็นมนุษย์อีกใช่หรือไม่ เพราะเมื่อเกิดเป็น มนุษย์อีกก็จะเริ่มมีสักกายทิฏฐิใหม่

คำตอบ

ไม่ใช่ โสดาบันบางประเภทยังมีโอกาสกลับมาเกิดเป็น มนุษย์ได้ แม้จะกลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก สักกายทิฏฐิที่ละได้ แล้วจะไม่กลับมาเกิดขึ้นได้อีก

๓๕. ข่าเชื่อจุลินทรีย์เป็นบาปไหม

คำถาม

ทำงานทางด้านเชื่อจุลินทรีย์ แล้วจำเป็นต้องฆ่าเชื้อ เหล่านั้นเป็นบาปไหมครับ

คำตอบ

สิ่งมีชีวิตใดรวมถึงเชื่อจุลินทรีย์หากประกอบขึ้นด้วย รูปนาม ผู้ใดพรากนามให้หลุดออกไปจากรูป ถือว่าประพฤติ บาปด้วยละเมิดศีลข้อ ปาณาติบาต

๓๖. ธรรมของพระอริยะไม่ถดถอย

คำถาม

ผู้บรรลุธรรมขั้นต้นที่ยังไม่ได้เป็นพระอรหันต์ถ้ามา เกิดใหม่เป็นมนุษย์อีก จะยังคงเป็นผู้อยู่ในธรรมขั้นเดิม ตั้งแต่กำเนิดเลยหรือไม่หรือจะต้องเริ่มต้นภาวนาใหม่เหมือน บุคคลทั่วไป

คำตอบ

อริยบุคคลขั้นต้นคือผู้เข้าถึงกระแสพระนิพพานหาก จำเป็นต้องกลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก อริยธรรมที่ตนเองเข้าถึง จะไม่เสื่อมไปจากใจ จะยังคงมีเหมือนเดิม เกิดมาแล้วสามารถ พัฒนาต่อยอดจนเข้าถึงธรรมขั้นสูงยิ่ง ๆ ขึ้นได้

การเกิดทุกคราวเป็นทุกข์ไร้ไป
ความคับแค้นแห่งทุกข์ย่อมเป็นสุข
ผู้ซึ่งหลายกล่าวอ้างว่าพระนิพพานนั้น
เป็นความสุขเลิศกว่าความสุขใด

๓๗. อาชีพขายหมูย่าง

คำถาม

เคยได้ยินว่าอาชีพขายเครื่องประดับจะมีกรรมกับอาชีพ คือจะหาทรัพย์ส่วยงามยากลำบาก ถ้าเป็นอาชีพขายอาหาร เช่นขายหมูย่าง เป็นสัมมาอาชีพหรือไม่ และจะมีกรรมกับ อาชีพนี้อย่างไร

คำตอบ

อาชีพขายหมูย่าง หากไปสั่งให้พ่อค้าหมูเก็บเนื้อหมู จำนวนที่ต้องการไว้เพื่อตน ทำให้พ่อค้าหมูต้องสั่งฆ่าหมูเพิ่ม ไม่ ถือว่าเป็นสัมมาอาชีพะในทางพุทธศาสนา เมื่อกรรมให้ผล ผู้ ขายหมูย่างต้องได้รับผลของกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งหรือ หลายอย่างร่วมกันดังนี้ มีอายุสั้นตายก่อนวัยอันสมควร เจ็บป่วยด้วยโรคต่างๆ ไตแข็งไตเถียง ทะเลาะเบาะแว้ง สูญเสีย ทรัพย์ ฯลฯ เกิดขึ้นตามเหตุปัจจัย ที่ตัวเองได้ทำกรรมทั้งดี และไม่ดี ทั้งในชีวิตนี้และในอดีต

จงมีความเข้าใจในอดีตว่าผ่านไปแล้ว
ไม่ควรรอปล้ำอารมณ์ให้ทุกข์ใจ

๓๘. พันเพนีสัยเป็นแบบไหน

คำถาม

เราจะทราบได้อย่างไรว่าเราเป็นต้นหาจริตหรือทิลุจริต เพื่อจะได้เลือกแนวการปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ ได้ถูกต้อง

คำตอบ

คำว่า “จริต” คือพันนิสัยหรือพันเพของจิตที่หนักไป ทางด้านใดด้านหนึ่ง

คำว่า “ต้นหา” หมายถึงความทะยานอยากความดิ้นรน ความแสหา ฯลฯ เช่นอยากได้อารมณ์อันน่าใคร่ อยากเกิดเป็น นั้นอยากเกิดเป็นนี้ ไม่อยากเป็นนั้นไม่อยากเป็นนี้ ฯลฯ เหล่านี้ แสดงออกในผู้มีความเห็นผิด (โมหะ) ฉะนั้นประสงค์จะรู้ว่า ตัวเองมีจริตเป็นแบบนี้หรือมี ต้องดูที่ใจตัวเอง หากสิ่งที่บอก กล่าวมานี้ตรงกับใจของผู้ถามปัญหา ก็แสดงว่าผู้ถามปัญหา มี พันเพนีสัยหนักไปทางด้านโมหจริต

จงมีความเข้าใจในขนาดที่ว่ายังไม่ถึง
และไม่ควรพะวงด้วยศรัทธาทุกข์ใจ

๓๙. โขคติมีครุอยู่ใกล้

คำถาม

มีปัญหากับผู้บังคับบัญชาใกล้ชิตมานานแล้วและแพ้เมตตาให้ตลอดเวลา ปฏิบัติธรรม ทำกุศลแต่ทุกอย่างก็ยังไม่ดีขึ้น ควรจะแก้ไขอย่างไรดี อยากจะลาออกก็กลัวว่าจะไม่มีรายได้มาเลี้ยงชีวิตและกลัวว่าจะเดือดร้อนบิดามารดาและญาติ ทุกวันนี้ก็พยายามรักษาศีล ทำทานและภาวนา ทำให้ความทุกข์เบาคลายลงได้บ้างในใจ

คำตอบ

ปฏิบัติแล้วทำให้ความทุกข์เบาลง คลายลง แสดงว่าดำเนินไปถูกทางแล้ว ควรทำต่อไปจนกระทั่งเห็นความทุกข์เกิดขึ้นแล้วดับไปทันทีจึงจะใช้ได้

ส่วนเรื่องของเจ้านาย เขาทำตัวเป็นครูสอนคุณให้มีความเจริญในชั้นติบารมี เมตตาบารมี ปัญญาบารมี และอุเบกขาบารมี ปัญหาที่มีอยู่ที่คุณเข้าถึงความจริงในบทเรียนนี้หรือยัง เมื่อเข้าถึงแล้วบารมีต่าง ๆ นั้นจะเกิดขึ้นกับคุณ ควรต้องขอบคุณเขาที่เป็นครูผู้สร้างบารมีให้กับคุณ ผู้ตอบปัญหามองว่า คุณเป็นคนโขคติที่มีครุอยู่ใกล้ตัว ไม่ต้องไปหาครูในที่ห่างไกล ให้เสียทั้งเงินเสียทั้งเวลา เหมือนกับอีกหลายคนได้ทำให้ดูเป็นตัวอย่าง

๔๐. สติยังอ่อน

คำถาม

ได้ปฏิบัติตามฐานโดยใช้คาบิการรแบบยวบหนอพองหนอ ฟึการกำหนดดูกายจิตโดยมีคาบิญาณุติ วันหนึ่งขณะนั่งทานก้วยเตียวได้ยินเสียงยางรถระเบิดเสียงดัง ได้กำหนด “อินหนอ” และได้เห็นตัวเองมีอาการ “ตกใจ” แต่ไม่ได้กำหนดออกมาเป็นคำพูด อยากทราบว่ามีสติหรือเปล่าคะ

คำตอบ

อาการตกใจที่เกิดขึ้นเป็นหลักฐานบ่งชี้ว่าสติยังมีกำลังอ่อน จิตระลึกได้ไม่ทันในเสียงที่เข้ากระทบจึงรับเอาเสียงจากภายนอกเข้าไปปรุงแต่งเป็นอารมณ์ตกใจให้เห็นได้ด้วยจักขุประสาท

จงมีอิติมุ่งมั่นในการสร้างบุญ-กุศล
มากกว่าการกอบโกยทรัพย์สมบัติแบบโลก ๆ
เพราะที่สุดตายแล้วก็เอาไปไม่ได้

๔๑. ทำอย่างไรเมื่อตัวหายไป

คำถาม

ทำสมาธิแล้วรู้สึกเหมือนตัวหายไปจะทำอย่างไรต่อไป

คำตอบ

กำหนดว่า “หายหนอ ๆ ๆ” ไปเรื่อย ๆ จนกว่าภาพตัวหายไปและปรากฏมีตัวขึ้นมาใหม่

๔๒. มีทั้งประโยชน์และโทษ

คำถาม

สมาธิโยคี-โยคะ เกิดกับผมขณะนั่งสมาธิ คือมือไม้มีการเคลื่อนไหวเหมือนกับการรำไทเก๊ก มีประโยชน์มีโทษอย่างไร และจะแก้ไขอย่างไร และจะปฏิบัติภาวนาสมาธิอย่างไร

คำตอบ

มีประโยชน์ทางด้านบริหารอวัยวะส่วนบน แต่มีโทษตรงที่จิตขาดสติ วิธีแก้ไขเมื่อรู้สึกว่ามีมือเริ่มเคลื่อนไหว ต้องกำหนดว่า “รู้หนอ ๆ ๆ” จนกว่าอาการเคลื่อนไหวของมือจะหยุด แล้วตั้งจิตกลับมาสู่องค์ภาวนาเดิม

๔๓. ดีทั้งสองอย่าง

คำถาม

การสวดมนต์เฉพาะภาษาบาลี ก็กับการสวดภาษาบาลี และคำแปลภาษาไทยด้วย อย่างใดจะถูกต้องและสมควรปฏิบัติมากกว่ากัน

คำตอบ

ถูกต้องทั้งสองอย่าง ผู้ที่สวดมนต์เป็นภาษาบาลีแล้วรู้ความหมายของคำสวดก็ไม่จำเป็นต้องแปลคำสวดเป็นภาษาไทย ส่วนผู้ที่ไม่รู้ความหมายในคำสวดมนต์ที่เป็นภาษาบาลี ควรสวดคำแปลภาษาไทยด้วย จะทำให้เข้าใจความหมายของคำสวดมนต์ได้ซาบซึ้งและเกิดเป็นความศรัทธาในการสวดมนต์มากยิ่งขึ้น

จงเป็นผู้รู้เห็นความไม่เที่ยง
ความเป็นทุกข์ ความไม่ใช่อะไรของเรา
ตามความเป็นจริงในสิ่งที่เกิด - ตับในชิวิตประจำวัน

๔๙. ฝึกจิตสองวิธี

คำถาม

การปฏิบัติกรรมฐานแบบการสร้างความรู้สึกรู้ตัว ยกมือสร้างจังหวะในบางโอกาสและใช้วิธีดูลมหายใจช่วยในบางโอกาสจะดีหรือไม่

คำตอบ

ยกมือสร้างจังหวะ แล้วทำให้จิตมีกำลังของสติเพิ่มขึ้น ถือได้ว่าเป็นวิธีการฝึกจิตที่ถูกต้อง และเมื่อนำจิตมาจดจ่อดูลมหายใจ (อาณานปานสติ) แล้วทำให้จิตมีกำลังของสติเพิ่มขึ้น ถือได้ว่าเป็นวิธีฝึกจิตที่ดีสามารถทำควบคู่กันได้ทั้งสองวิธีตามอิริยาบถที่เหมาะสมและเป็นอยู่ในขณะนั้น

๕๐. วนตีหรือวนไม้ตี

คำถาม

เวลาเรากลับมาปฏิบัติธรรมเองที่บ้าน แล้ววนอยู่กับสภาวะธรรมเดิมๆ หมายถึงอย่างไร แล้วควรปฏิบัติตนอย่างไรต่อไป

คำตอบ

วนอยู่กับสภาวะเดิมแล้วเป็นผลดีเช่นจิตมีความตั้งมั่นยิ่งขึ้น จิตมีปัญญาเห็นแจ้งเกิดขึ้น ควรปฏิบัติต่อไปเมื่อกลับมาทำเองที่บ้าน แต่ถ้าสภาวะธรรมลดน้อยถอยลง ควรหาทางแก้ไขด้วยการใช้อธิบาบท ๔ เป็นเครื่องมือปรับปรุงการปฏิบัติ

๕๑. มีสมาธิแล้วไม่หลับ

คำถาม

การเจริญสมาธิ(ในอิริยาบถนอน) แล้วหลับไปในสมาธิ จะผิดไปจากความเป็นพุทธบริษัท ตามที่อาจารย์พูดได้หรือเปล่า

คำตอบ

ขณะจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิ จิตไม่สามารถเข้าสู่ภวังค์ได้ การหลับของบุคคลจะไม่เกิดขึ้น แต่หากเมื่อใดถอนจิตจากสมาธิแล้วเข้าสู่ภวังค์ การหลับของบุคคลจึงจะเกิดขึ้นได้ ลักษณะเช่นนี้มิได้ถือว่าเป็นสิ่งผิดกับพุทธบริษัท

๕๒. ความเหมาะสมเป็นเหตุ

คำถาม

ทำอย่างไรที่จะให้ผลการปฏิบัติเจริญก้าวหน้าในสถานที่ภายนอก (นอกสถานปฏิบัติธรรม) ได้เหมือนกับที่ปฏิบัติในสถานปฏิบัติธรรม

คำตอบ

ความเหมาะสม (สัปปายะ) เป็นเหตุที่ทำให้เกิดผลแตกต่างกันให้การปฏิบัติธรรม ฉะนั้นต้องเลือกปัจจัยที่เหมาะสมให้กับตนเอง เช่นห้องที่สงบ บริโภคอาหารย่อยง่าย บริโภคเท่าที่จำเป็น พุดคุยเท่าที่จำเป็น มีอากาศเย็นพอดี ไม่มีแมลงรบกวน ฯลฯ หากปัจจัยดังกล่าวเหมาะสม การปฏิบัติธรรมที่บ้านจะได้มรรคผลก้าวหน้าเหมือนปฏิบัติอยู่ในสถานปฏิบัติธรรม

*สัปปายะ สิ่งที่เหมาะสมสิ่งทีเื้ออูลช่วยสนับสนุนในการบำเพ็ญภาวนาให้ได้ผลดีช่วยให้สมาธิตั้งมั่นไม่เสื่อมถอย

๕๓. โลกธรรม ๘ กับ มรรค ๘

คำถาม

โลกธรรม ๘ กับมรรค ๘ ต่างกันอย่างไร

คำตอบ

โลกธรรม หมายถึงธรรมแปดอย่าง ที่ครอบงำจิตของสัตว์โลก (มนุษย์) ไม่ให้พ้นไปจากความทุกข์

มรรค ๘ เป็นข้อปฏิบัติแปดอย่าง ผู้ใดปฏิบัติจนเข้าถึงมรรคเข้าถึงผลแห่งธรรมทั้งแปดนั้นได้แล้วความทุกข์จะดับไปได้จริง

ส่วนรายละเอียดในโลกธรรมทั้งแปดอย่าง และรายละเอียดในมรรคทั้งแปดอย่างว่ามีอะไรบ้างต้องไปถามผู้ที่เรียนอภิธรรม

โลกธรรม ๘

๑. โลกธรรมฝ่ายอิฏฐารมณ์ คือ ฝ่ายที่มนุษย์พอใจมี ๔ เรื่อง คือ ๑.๑ ได้ลาภ ๑.๒ ได้ยศ ๑.๓ ได้รับสรรเสริญ ๑.๔ ได้สุข
๒. โลกธรรมฝ่ายอนิฏฐารมณ์ คือ ฝ่ายที่มนุษย์ไม่พอใจมี ๔ เรื่อง คือ ๒.๑ เสียดลาภ ๒.๒ เสื่อมยศ ๒.๓ ถูกนินทา ๒.๔ ตกทุกข์

มรรค ๘

๑. สัมมาทิฐิ คือความเข้าใจถูกต้อง ๒. สัมมาสังกัปปะ คือความไม่ใ้ใจถูกต้อง
๓. สัมมาวาจา คือการพูดจาถูกต้อง ๔. สัมมากัมมันตะ คือการกระทำถูกต้อง ๕. สัมมาอาชีวะ คือการดำรงชีพถูกต้อง ๖. สัมมาวายามะ คือความพากเพียรถูกต้อง ๗. สัมมาสติ คือการระลึกประจำใจถูกต้อง ๘. สัมมาสมาธิ คือการตั้งใจมั่นถูกต้อง

๕๔. คำที่ไม่เคยเห็น

คำถาม

เคยอ่านในหนังสือสวดมนต์พระไตรปิฎกชินบัญชรเจ
คำว่า “สังโยชน” และ “สินมคยาน” มีความหมายอย่างไรคะ

คำตอบ

คำว่า “สังโยชน” หรือ “สังโยชน” หมายถึง กิเลสที่
ผูกมัดใจสัตว์ไม่ให้พ้นไปจากการเวียนตาย-เวียนเกิด ในวิภูสงสาร
คำว่า “สินมคยานไม่เคยเห็น เห็นแต่คำว่า “มคคญาณ”
ซึ่งหมายถึงปัญญาสูงสุดที่นำมาใช้กำจัดกิเลสจนเป็นเหตุให้
บรรลุลความเป็นอรินบุคคล

สงเสือกเฟินโดยแยกตาย
ละเห็นอรรถอย่างแฉ่มแฉังได้ด้วยปัญญา
ความหลุดพ้นแห่งโอบ้อมมีเหมือนไฟดับ
๒๑ ตุลาคม ๒๕๖๔

๕๕. จุติจิต-ปฏิสนธิจิต

คำถาม

หลังจากจุติจิตจะเกิดปฏิสนธิจิตเลยหรือไม่ แล้ว
สัมภเวสีเป็นการปฏิสนธิจิตแล้วหรือไม่อย่างไร

คำตอบ

คำว่า “จุติจิต” หมายถึงจิตที่หลุดออกจากร่าง แล้วไม่
หวนคืนกลับสู่ร่างเดิมที่เคยอยู่อาศัยได้อีก
คำว่า “ปฏิสนธิจิต” หมายถึงจิตที่เข้าไปอยู่อาศัยใน
ร่างใหม่ที่มีรูปลักษณะต่างไปจากเดิม
ดังนั้นสัตว์ที่ตายตามอายุขัย เมื่อจิตจุตแล้วจะปฏิสนธิ
ในร่างใหม่ที่มีรูปลักษณะแตกต่างไปจากเดิมทันที ดังตัวอย่าง
ของลิงป่าปารีไลยก์ จิตจุตแล้วไปปฏิสนธิทันทีในร่างที่เป็นเทพ
บุตรอยู่ในสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ หรือวัสสการพราหมณ์นักปราชญ์
แห่งกรุงราชคฤห์จิตจุตแล้วไปปฏิสนธิทันทีในร่างที่เป็นลิง อยู่
ในป่าไผ่กรุงราชคฤห์
ส่วนสัตว์ที่ตายก่อนถึงอายุขัย เมื่อจิตจุตแล้วจะยังไม่
ไปปฏิสนธิในร่างใหม่ แต่ยังคงอยู่ในร่างที่เป็นทิพย์ มีรูป
ลักษณะเหมือนเดิม ซึ่งถูกสมมุติเรียกว่าสัมภเวสี คนที่เคยเห็น
เขาก่อนตายและไปเห็นอีกครั้งหลังจากที่ตายไปเป็นสัมภเวสีแล้ว
จะยังคงจำได้เพราะยังมีรูปลักษณะเหมือนเดิม ดังตัวอย่าง
ของสัมภเวสีที่ปรากฏให้เห็นที่วัดม่อนฤาษีจังหวัดเชียงใหม่

๕๖. จิตตภาวังก์ไม่ฝัน

คำถาม

เมื่อจิตตภาวังก์เช่นเวลาฝัน แล้วในขณะที่ฝันนั้นมีความรู้สึกที่เรากำลังฝันอยู่ อยากจะทราบว่าอะไรเป็นสิ่งที่รู้ขณะจิตตภาวังก์และทำงานได้อย่างไร

คำตอบ

จิตที่ตภาวังก์แล้วจะไม่ฝัน เพราะขณะอยู่ในภาวังก์พลังงานจิตไม่มีการเกิดดับ จึงทำให้เกิดเป็นความฝันไม่ได้ แต่จิตที่ใกล้ตภาวังก์ พลังงานจิตยังมีเกิดดับ ยังทำงานได้จึงรับเอาสัญญาจากดวงจิตมาปรุงเป็นอารมณ์ฝันได้ และเช่นเดียวกันจิตที่ยังทำงานได้ จึงสามารถระลึกได้ว่าเป็นความฝัน

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

องค์มีความเชื่อในเรื่องของเหตุและผล
ในหลักของพระพุทธศาสนา (เรื่องเหตุปัจจัย)

๕๗. จิตเกิดได้อย่างไร

คำถาม

จิตดั้งเดิมเริ่มแรกเป็นอย่างไร เกิดได้อย่างไร มีลักษณะอาการเป็นเช่นไร

คำตอบ

จิตเป็นพลังงานชนิดหนึ่ง ที่ระบบประสาทไม่สามารถสัมผัสได้ เครื่องมือทางวิทยาศาสตร์ตรวจวัดไม่ได้ จิตเกิดได้อย่างไรไม่ทราบเพราะยังไม่สามารถพัฒนาจิตให้เข้าถึงความเป็นสัมพัทธ์ได้ ส่วนอารมณ์ของจิต (อาการของจิต) เป็นไปตามชนิดของธรรมที่เข้ากระทบ แล้วจิตที่ขาดสติรับเอาสิ่งที่เข้ากระทบมาปรุงแต่งเป็นอารมณ์ พลังจิตที่มีอารมณ์สามารถส่งผลกระทบถึงร่างกายแล้วแสดงออกเป็นอาการของร่างกายให้เห็นได้

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

องค์ตั้งใจทำความดีต่อตนเอง และผู้อื่น และต่อสรรพ
ด้วยความสำเร็จ

๖๑. จอกรวยาวนานแค่นั้น

คำถาม

อยากทราบว่าเมื่อเรามีชีวิตและเป็นคนตาบอดและเมื่อสิ้นชีวิตไปตาที่มองไม่เห็นจะมองเห็นหรือไม่เมื่อตายไป

คำตอบ

ขึ้นอยู่กับว่า เจ้านี้กรรมผูกพยาบาทยาวนานแค่นั้น หากเขาจอกรวยาวไปเพียงชาติเดียวและผู้ก่อเวรได้ชดใช้กุศลกรรมวิบากได้หมดสิ้นในชาตินี้แล้ว เกิดในชาติใหม่ตาจะไม่บอดเกิดมาจะมีดวงตาทำหน้าที่ได้สมบูรณ์

๖๒. สรรพสัตว์เป็นไปตามกฎแห่งกรรม

คำถาม

คนทุกศาสนาอยู่ภายใต้กฎแห่งกรรมใช่ไหมคะ ถ้าใช่ พวกที่เบียดเบียนไทยพุทธในสามจังหวัดภาคใต้ ก็ต้องรับผลแห่งกรรมใช่หรือไม่คะ

คำตอบ

ใช่และใช่

๖๓. การทำบุญของเทวดา

คำถาม

เมื่อเป็นพระโสดาบันแล้วบางครูอาจารย์บอกว่าต้องเกิดเป็นเทวดาอย่างเดี๋ยวจริงหรือไม่ แล้วถ้าเป็นเทวดาแล้วจะมีโอกาสทำบุญต่อไปได้อย่างไร

คำตอบ

จริงตามที่ครูอาจารย์ท่านนั้นบอก แต่ไม่จริงของผู้รู้ที่มีปัญญามากกว่า เทวดามีรูปนามเป็นทิพย์ ยังมีรูปเป็นเครื่องมือให้จิตใช้ทำงานที่เป็นบ่อเกิดของบุญได้ เช่นพระอินทร์หรือท้าวสักกะ ที่เนรมิตร่างเป็นมนุษย์เข้าไปล้างเท้าให้พระมหาสิริวงศ์อรหันต์ สิริมหามายาเทพบุตรลงมาจากชั้นดุสิตมาทำบุญด้วยการฟังธรรมของพระพุทธรูปอยู่ในชั้นดาวดึงส์จนบรรลุความเป็นอริยบุคคลขั้นต้น เปลี่ยนสภาพเป็นสิริมหามายาเทพบุตรโสดาบันได้

จงอย่าไปลบหลู่ผู้ใดคนอื่น
ให้จิตใจออกจากความเป็นกลางของใจที่เหมาะสมในธรรม

๖๔. นามไปอยู่ที่ไหน

คำถาม

พรหมชั้นอสังขยที่เรียกกันว่า “พรหมลูกฟัก” นั้น ครูบาอาจารย์บอกว่ามีแต่รูปไม่มีนามในขณะที่เป็นพรหมลูกฟักอยู่ตลอดชั่วอายุขัยนั้น นามไปอยู่ที่ไหน

คำตอบ

นามยังอยู่ในวิภังคสารแต่ไม่ปรากฏให้สัมผัสได้ด้วยเหตุที่ถูกรก้างของฉนวนปิดบังไว้เหมือนกับตอนที่พระพุทธรูปใช้ก้างของฉนวน ปิดบังรูปนามของยสะกฤษบุตรไม่ให้บิดาเห็นหรือเหมือนกับตอนที่พระพุทธรูปใช้ก้างของฉนวนปิดบังพระองค์ไม่ให้ท้าวพกาพรหมเห็น แต่ทั้งรูปนามของพระองค์ยังคงดำรงอยู่ในวิภังคสารนี้

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

จงไม่ทำร้ายตนเองด้วยความเห็นผิดจากครรลองคลองธรรม
ในพระพุทธรูป

๖๕. การนอนที่ศิลา

คำถาม

ทำไมนอนศิลาจึงขาด

คำตอบ

นอนแล้วยังไม่หลับคือจิตยังไม่เข้าสู่ภวังค์ จิตยังทำงานได้ ยังระลึกในสิ่งต่าง ๆ ได้ หากจิตระลึกถึงในสิ่งที่เป็นอกุศลเช่นนอนคิดหาวิธีวางระเบิดป่วนเมือง การนอนในลักษณะเช่นนี้ถือว่าผิดศีลหรือศีลา

๖๖. เป็นกุศลทานหรือไม่

คำถาม

มีบุคคลอื่นมาหลอกเอาเงินเรา แล้วเรารู้ทีหลังว่าเราถูกหลอกแต่เราไม่โกรธถือว่าเป็นกุศลทานหรือไม่คะ

คำตอบ

ถูกหลอกเอาเงินไปโดยเจ้าของเงินมิได้มีเจตนาให้มาก่อนไม่ถือว่าเป็นกุศลทาน แต่เป็นการชดใช้หนี้กรรมที่เคยประพฤติกุศลข้อ ๒ มาก่อน

๗๑. สิ่งที่เป็นไปไม่ได้

คำถาม

ทำอย่างไรชาวพุทธจึงจะเป็นหนึ่งเดียวได้คะ

คำตอบ

คิดปรารถนาในสิ่งที่เป็นไปไม่ได้ เหตุเพราะชาวพุทธแต่ละคนสั่งสมบุญบารมีมาแต่อดีตไม่เท่ากัน ทำให้มีศักยภาพในการรู้เห็นเข้าใจในพุทธศาสนาได้แตกต่างกัน ด้วยเหตุนี้ในครั้งที่พระพุทธรูปยังมีชีวิตอยู่ สงฆ์ยังมีความคิดเห็นแตกแยกเป็นฝักเป็นฝ่าย จนเป็นเหตุให้ฆราวาสไม่ปรุงอาหารไปใส่บาตรให้กับสงฆ์

การแตกแยกของสงฆ์เป็นเหตุให้พระพุทธรูปเสด็จไปอยู่เพียงลำพังในป่ารกชัฏวัน หมู่บ้านปารีโลยกก็ใกล้กรุงโกสัมพี โดยมีช้างและลิงทำหน้าที่อุปัฏฐาก ด้วยความคิดเห็นจากประสบการณ์ที่ต่างกัันนี้พระมหากัสสปะจึงได้คัดเลือก เอาเฉพาะพระอรหันต์ที่มีอภิญญา ๖ และมีปฏิสัมภิทาญาณเข้าร่วมในการทำปฐมสังคายนาพุทธศาสนา

๗๒. สำนักผิดจากการชักดาบ

คำถาม

ดิฉันเคยยืมเงินเพื่อนตอนเป็นเด็ก ต่อมาชักดาบเขาพอโตขึ้นสำนักผิด จะนำเงินไปคืนเขาแต่หาเขาไม่เจอเหมือนตราบาปตกนรก ทำอย่างไรจะชดใช้ได้คะ

คำตอบ

เอาเงินจำนวนที่ชักดาบมานั้นไปทำบุญใหญ่เช่น สร้างศาลาปฏิบัติธรรม สร้างทางเดินจงกรม ทางสังฆจร เป็นเจ้าภาพจัดปฏิบัติธรรมฯลฯ แล้วอุทิศบุญกุศลที่เกิดขึ้นให้กับเจ้าของเงินที่คุณไปเอามา

.....
เมื่อพระพุทธรูป ผู้ทำควมสว่างเกิดขึ้นในโลก
พระองค์เยี่ยมพระกาศิธรรมสำหรับดับทุกข์
เราทั้งหลายควรเดินทางอย่างไรดี
.....
จะเดินทางแบบมีแสงสว่างไว้ส่องทาง
หรือจะเดินทางแบบมืด ๆ ที่ไร้แสงสว่าง
.....
จงเลือกทางดำเนินของชีวิตที่ถูกต้องกันเถิด
.....

๓๓. จะเหลืออะไรอีกล่ะ

คำถาม

ลูกได้ทำเรื่องบริจาคดวงตาและอวัยวะทุกส่วนให้กับ สภากาชาดไทย หากลูกต้องการบริจาคร่างกายให้กับโรงเรียน แพทย์ (เพื่อในอนาคตสักวันหนึ่งอาจปลงได้) ลูกจะสามารถ บริจาคได้ไหมคะ ถ้าได้ต้องไปทำที่ไหนอย่างไร

คำตอบ

ได้บริจาคดวงตาและอวัยวะทุกส่วน (เน้นที่อวัยวะทุก ส่วน) ให้กับสภากาชาดไทยไปแล้ว จะยังคงเหลืออะไรให้นัก ศึกษาแพทย์ใช้เป็นตัวอย่างศึกษาได้ล่ะ เลิกคิดได้แล้ว สิ่งที บริจาคไปแล้วเป็นเรื่องดีทำแล้วได้บุญ..อนุโมทนา

.....
.....
จงมีความเพียรในการทำกุศลให้เกิดขึ้น
.....
.....

๓๔. อาชีพไม่ดี

คำถาม

ทำงานเกี่ยวกับเร่ร่อนนี้ทวงหนี้ บาบใหม่ ต้องปฏิบัติ อย่างไร

คำตอบ

ทำให้คนอื่นไม่สบายใจ ถือว่าเป็นบาป ผู้รู้หลีกเลี่ยงการ ประกอบอาชีพเช่นนี้ หากเลิกอาชีพนี้ไม่ได้ ต้องทำบุญใหญ่ ทำบุญให้หลากหลาย เพื่อให้บุญมีกำลังมากกว่าบาป แล้วบาป จะตามส่งผลให้ไม่ทัน

๓๕. พระออกจากนิโรธสมบัติ

คำถาม

หากลูกต้องการทำบุญกับพระที่ออกจากนิโรธสมบัติ ควรทำอย่างไรคะ เนื่องจากลูกไม่สามารถไปต่างจังหวัดเพียง ลำพังได้และไม่มีเวลาเนื่องจากต้องปฏิบัติงานประจำ

คำตอบ

ต้องร่วมทำบุญกับผู้ที่ชอบทำบุญกับพระที่ออกจากนิโรธสมบัติ

๘๒. เพราะเหตุอะไร

คำถาม

เพราะเหตุอะไร เวลาพูดคุยธรรมกับผู้ที่มิจิตปฏิบัติอยู่เสมอ จิตใจจะมีความเบิกบาน แต่พูดธรรมที่ถูกต้องกับผู้ที่มิจิตที่เป็นมิจฉาทิฐิแรง ร่างกายผู้พูดจะอ่อนแรง แต่ผู้ที่เข้ามาถามจะได้ประโยชน์

คำตอบ

เหตุเพราะกำลังของสติยังไม่กล้าแข็ง จึงรับเอากิเลสของผู้มีมิจฉาทิฐิเข้ามาไว้ในใจของตน

๘๓. เทวดาและพรหมที่บรรลุธรรมชั้นสูง

คำถาม

นอกจากมนุษย์แล้วเทวดาหรือพรหมสามารถที่จะบรรลุธรรมชั้นสูง ๆ ได้หรือไม่(โสดาบันฯลฯ)

คำตอบ

เทวดาสามารถบรรลุธรรมชั้นสูงได้ ดังตัวอย่างของสิริมหายาเทพบุตร บรรลุโสดาบันหลังจากฟังพระพุทธเจ้า

เทศนาพระธรรม ๗ คัมภีร์ พรหมทั่วไปอยู่ในห้วงเวลาเสวยทิพยสุข จึงไม่สามารถบรรลุธรรมชั้นสูงได้ ยกเว้นพรหมที่อยู่ในชั้นสุทธาวาสสามารถบรรลุอรหัตผลได้

๘๔. ทำชั่วได้ผลชั่ว

คำถาม

ถ้าเราเป็นผู้บริหารระดับสูง แล้วใช้อำนาจของเราทำให้ผู้น้อยเป็นทุกข์ โดยความเห็นแก่ตัว ขาดความยุติธรรม เขาจะต้องรับผลของการกระทำหรือเปล่าครับ

คำตอบ

ถ้าเชื่อในกฎแห่งกรรมว่า ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว เรื่องนี้ผู้บริหารฯ ทำกรรมไม่ดี มีความเห็นแก่ตัวและมีอคติเป็นเครื่องสนับสนุน トラบไตที่อกุศลกรรมให้ผลเขาต้องได้รับผลไม่ดีตอบแทน

๘๐. การสวดมนต์ที่ได้บุญมาก

คำถาม

อยากทราบว่า การสวดมนต์ไหว้พระทุกวัน แต่บางครั้งจิตไม่สงบได้บุญมากน้อยเพียงไร ควรทำอย่างไร

คำตอบ

ครั้งใดที่สวดมนต์แล้วจิตไม่สงบ การสวดมนต์ครั้งนั้นได้บุญน้อย ครั้งใดสวดมนต์แล้วจิตสงบการสวดมนต์ในครั้งนั้นได้บุญมากกว่า ประสงค์จะสวดมนต์ให้ได้บุญมากต้องสวดมนต์ด้วยการมีใจจดจ่อ สวดไม่ผิดพลาดรู้ความหมายของบทสวด และหลังจากสวดมนต์แล้วมีความเบิกบานใจเกิดขึ้น

อนุสย ๗ จากพจนานุกรมพุทธศาสตร์ ประมวลธรรม หมวด ๗ (๒๗๓) อนุสย ๗ (กิเลสที่นอนเนื่องอยู่ในสันดาน) มีดังนี้

๑. กามราคะ (ความกำหนัดในกาม, ความอยากได้ติดใจในกาม)
๒. ปฏิฆะ (ความขัดใจ, ความหงุดหงิดขัดเคืองคือโทสะ)
๓. ทิฏฐิ (ความเห็นผิด, การถือความเห็น เอาความคิดเห็น เป็นความจริง)
๔. วิจิจจนา (ความลังเล, ความสงสัย)
๕. มานะ (ความถือตัว)
๖. ภวราคะ (ความกำหนัดในภพ, ความอยากเป็น อย่างยิ่งใหญ่อยากยั่งยืน)
๗. อวิชชา (ความไม่รู้จริง คือ โมหะ)

๘๑. พระเจ้ามีจริงหรือ

คำถาม

พระเจ้าศาสนาอื่น ๆ อยู่ที่ไหนมีจริงหรือไม่

คำตอบ

ขออภัยไม่ทราบเพราะไม่มีประสบการณ์

๘๒. อยากพบความสุขที่แท้จริง

คำถาม

อยากพบความสุขที่แท้จริงจะอย่างไรดี

คำตอบ

ความสุขที่แท้จริงเกิดจากจิตที่เป็นอิสระจากโลกธรรมและวัตร เป็นอิสระจากกิเลสที่นอนเนื่องอยู่ในจิตสันดาน (อนุสย ๗) หรือเป็นอิสระจากกิเลสที่ผูกมัดใจสัตว์ (สังโยชน ๑๐ หน้า ๘๙) จะทำได้เช่นนี้ต้องพัฒนาจิตตัวเองด้วยการปฏิบัติกรรมฐานจนเกิดปัญญาเห็นแจ้งได้แล้ว โอกาสที่จิตจะพบกับความสุขที่แท้จริงจึงจะเกิดขึ้นได้

๙๕. แกักรรรมที่ท้าแถ้ง

คำถาม

เคยท้าแถ้ง ซิริตไม่มีความสุข จะแกักรรรมอย่างไร

คำตอบ

ท้าบุญใหญ่ด้วยการปฏิบัติธรรม แล้วขอความเมตตาจากผู้ร่วมปฏิบัติ อุทิศบุญให้กับเด็กที่ถูกปฏิเสธด้วยการท้าแถ้งปฏิบัติเช่นนี้ไปเรื่อย ๆ จนกว่าจิตจะไม่ระลึกถึงเรื่องที่เคยท้าแถ้งไว้ในอดีต จะเป็นเครื่องบ่งชี้ว่าการผูกพยาบาทของเวรได้ถูกยกเลิก

๙๖. สัจญญตสมาธิ

คำถาม

สัจญญตสมาธิเหมาะกับบุคคลมีจริตประเภทใดครับ

คำตอบ

สัจญญตสมาธิเหมาะกับบุคคลผู้มีพุทธิจริต

๙๗. ราคจริตกับโทสจริต

คำถาม

คนที่มีราคะกับโทสะจะดูว่ามีราคะหรือโทสะมากกว่ากันดูได้อย่างไรครับ

คำตอบ

คนที่มีอุปนิสัยเป็นราคจริตดูได้จากการมีจิตตกเป็นทาสของความสวยงาม รักการประติประดอยข้าวของเครื่องใช้ให้ดงามละเอียดละออ ส่วนคนที่มีอุปนิสัยเป็นโทสจริตหากมีสิ่งขัดใจเกิดขึ้น อารมณ์ของจิตจะหนักไปทางด้านหงุดหงิดงุ่นง่าน ใจร้อน ดังนั้นอุปนิสัยก่อนไปทางด้านใดจริตก็เดินไปทางด้านนั้น

อยากให้เขาอ่อนน้อมต่อเรา ก็จงอ่อนน้อมต่อเขา

๑๐๕. ผลของอโหสิกรรม

คำถาม

การขออโหสิกรรมกับคู่ครองหรือเพื่อนถ้าคู่ครองและเพื่อนกล่าวอโหสิกรรมให้จะมีผลอย่างไรคะ

คำตอบ

ถ้าอโหสิกรรมด้วยการสมัครใจ เต็มใจ จริงใจ กรรมที่ให้ผลเป็นการคิดร้ายตอบกลับ การปองร้ายจะถูกระงับ

๑๐๖. เตรีจฉานวิชา

คำถาม

พวกหมอดูแขนงต่าง ๆ เวลาทำนายดวงหรือเปิดไฟยิปซีแล้วอ่านคำทำนายนั้นถือว่าทำผิดศีลหรือไม่เพราะพูดทำนายในสิ่งที่ไม่รู้ว่าจริงหรือเปล่ากับลูกคำที่มาจากดวง ถือว่าพูดเพื่อเจ้อหรือไม่ เป็นอาชีพที่ทำได้หรือไม่

คำตอบ

หมอดูพูดแล้วไม่เป็นไปอย่างที่พูด ถือได้ว่าหมอดูพูดเป็นอกุศลวจีกรรมและไม่มีเจตนาพูดผิดศีล ด้วยเหตุนี้พระพุทธรูปจึงบัญญัติเป็นวินัยห้ามมิให้สาวกประพฤติตรีจฉานวิชา (ทำนายดวงชะตา)

๑๐๗. อยากพบกันอีกในชาติหน้า

คำถาม

จะทำอย่างไรตายจากชาตินี้แล้วจะได้พบท่านอีกครั้ง

คำตอบ

อย่างน้อยต้องให้ท่าน รักษาศีล มีหิริโอตตปปะ มีความกตัญญูทเวทิต่อผู้มีพระคุณฯฯ หรืออย่างมากที่สุด กำนัดสังโยชน์ ๕ ตัว ให้หมดไปจากใจ เหล่านี้หากผู้ถามปฏิบัติได้ตลอดไป โอกาสพบกับผู้ตอบปัญหาอีกในวันข้างหน้ามีความเป็นไปได้

๑๐๘. ไม่ผิดศีลสำหรับฆราวาส

คำถาม

พืชก็เป็นสิ่งมีชีวิต การฆ่าพืชเป็นบาปหรือไม่ ผิดศีลหรือไม่ เพราะเหตุใดคะ

คำตอบ

การฆ่าพืชสำหรับฆราวาสแล้วไม่ถือว่าประพฤติผิดศีลข้อปาณาติบาต เหตุเพราะพืชเป็นสิ่งมีชีวิตที่มีเฉพาะรูปไม่มีนาม แต่พระพุทธรูปได้บัญญัติไว้เป็นวินัยห้ามสงฆ์ละเมียดคือห้ามพรากของเขียว เหตุเพราะต้นไม้บางต้นเป็นที่อยู่ของรุกขเทวดาสงฆ์ประพฤติตนเบียดเบียนเทวดาถือว่าเป็นบาป

๑๑๑. ปรีक्षाผู้มีประสบการณ

คำถาม

มีวิธีจะไล่ปลวกอย่างไรคะ เพราะไม่ยอมฉีดคิลซ้อ ๑

คำตอบ

พระปาบ้องกันปลวกขึ้นทำลายกุฎี ด้วยการใช้ผ้าชุบน้ำมันขี้ไล่พันรอบเสากุฎีจึงไม่มีปลวกให้ต้องขับไล่ ฉะนั้นเมื่อปล่อยให้ปลวกขึ้นบ้านแล้ว ควรปรึกษาบริษัทที่มีประสบการณทางด้านปลวกขึ้นบ้าน จะได้คำตอบที่ดีกว่า

๑๑๒. ทำจิตให้สงบในที่ทำงาน

คำถาม

การทำจิตให้สงบจำเป็นต้องนั่งวิปัสสนาอย่างเดียวจึงจะเกิดหรือไม่ หากจะทำให้จิตสงบเป็นสมาธิในที่ทำงานจะทำได้อย่างไรคะ

คำตอบ

ทำจิตให้สงบทำได้ในทุกอิริยาบถเช่น ยืน เดิน นั่ง นอน กิน ดื่ม พุด ฟังฯลฯ ในสถานที่ทำงาน คุณต้องเลือกเอาใจจดจ่ออยู่กับอิริยาบถใดอิริยาบถหนึ่งที่เป็นปัจจุบัน ทำบ่อย ๆ แล้วจิตจะตั้งมั่นสงบเป็นสมาธิได้

๑๑๓. นี้แหละมัจฉาอาชีวะ

คำถาม

เป็นพนักงานบัญชี ในการปิดงบจะต้องได้รับคำสั่งจากหัวหน้า ให้มีการแก้ไขงบทุกครั้ง เช่น ปิดมางบขาดทุนแต่ต้องแก้ไขให้มีกำไร ในกรณีนี้ไม่ทราบว่าจะผิดต่อสัมมาอาชีวะหรือไม่ และผู้ที่ผิดจะเป็นหัวหน้าหรือเราผู้ที่ได้รับคำสั่ง หัวหน้าสั่งงานชอบสั่งผ่านบุคคลอื่นทั้งที่งานเป็นหน้าที่รับผิดชอบของเราซึ่งผู้รับคำสั่งจากหัวหน้ามาก็จะมาบอกต่อซึ่งบางครั้งก็ไม่ตรงกับที่หัวหน้าสั่งมา ในกรณีนี้จะต้องทำอะไร กับหัวหน้า และผู้รับคำสั่งมาทั้งที่ไม่ใช่งานของตัวเอง และในการประชุมเมื่อเจ้านายเข้าใจไม่ถูกต้อง แต่ในที่ประชุมไม่มีใครชี้แจงให้ท่านทราบ เพราะหัวหน้าแจ้งว่าท่านไม่รับฟังความคิดเห็นของคนอื่นจะยึดถือความคิดของตนเองเป็นใหญ่ ในกรณีนี้ไม่ทราบจะทำอย่างไร

คำตอบ

สัมมาอาชีวะไม่มีการกระทำที่เป็นเท็จกับผู้เห็นถูกตามธรรม หากคุณมีหัวหน้าที่ไม่รับฟังความคิดเห็นที่ถูกต้องจากลูกน้องและปรารถนาไม่ให้อาปเกิดเพิ่มขึ้นกับตัวเอง ควรปลีกตัวเองออกจากวงจรอุทล ไปหางานใหม่ที่เจ้านายเป็นคนดีมีศีลมีธรรม

๑๑๖. ดูให้ไกลกว่าตาเนื้อตาหนัง

คำถาม

ทางพุทธเราเชื่อว่าเรามีกรรมจากชาติที่แล้ว เกิดมาชาตินี้มาใช้กรรมเก่า แล้วทำไมจำนวนประชากรของโลกเพิ่มมากขึ้นจากอดีตมาก คนจำนวนพวกนี้ถ้าอดีตชาติเป็นคนทำไมจำนวนมันไม่สัมพันธ์กัน (ในอดีตมีคนจำนวนน้อยมากถ้าเทียบกับปัจจุบัน)

คำตอบ

เมื่อดูให้ยาวไกลถึงการเวียนตาย-เวียนเกิดของสัตว์ในสังสารวัฏ ยังมีสัตว์ในภพภูมิอื่นอยู่อีกจำนวนมาก เมื่อเหตุปัจจัยของแต่ละชีวิตถึงพร้อม สัตว์ที่ตายลงในภพต่าง ๆ สามารถมาเกิด (ปฏิสนธิ) เป็นมนุษย์ได้ โดยเฉพาะในยุคนี้เป็นยุคของสัตว์จากภพที่เป็นอบายเริ่มมาเกิดเป็นมนุษย์เพิ่มมากขึ้น ความวิกฤตของสังคมมนุษย์จึงเริ่มปรากฏให้เห็น

๑๑๗. เอาหลายอย่างต้องใช้เวลานาน

คำถาม

หากชาตินี้ไม่สามารถบรรลุธรรมหากในภพชาติหน้าที่เกิดมาใหม่เป็นมนุษย์ ลูกต้องการมีทรัพย์สมบัติ เพื่อจะได้นำส่วนหนึ่งไปใช้ประโยชน์สาธารณะ อีกส่วนเลี้ยงตัวเองและ

ครอบครัว ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ ได้พบเจอกัลยาณมิตรที่ดีเพื่อนำไปสู่การบรรลุธรรม มีปัญญา สุขภาพผิวดีโดยไม่จำเป็นต้องใช้เครื่องสำอางราคาแพง มีการทำงานที่เป็นอิสระและเป็นสัมมาอาชีพ (จะได้มีวันหยุดที่สามารถไปปฏิบัติธรรมได้) เป็นคนที่ติดดินคือไม่สำอางไม่ทำตัวหัวสูง ลูกควรอธิษฐานอย่างไรและควรปฏิบัติอย่างไรในชาตินี้เพื่อสมหวังในทีที่กล่าวมาและการอธิษฐานต้องทำทุกวันหรือทำครั้งเดียวคะ

คำตอบ

ปรารถนาจะมีจะเป็นอะไรสามารถทำได้ แต่ก่อนอธิษฐานต้องสร้างมหาทานเช่น เลี้ยงพระ ๗ วัน แล้วจึงอธิษฐานสิ่งที่ตนปรารถนาหลังจากอธิษฐานแล้วต้องทำเหตุให้ถูกต้อง

- อธิษฐานมีทรัพย์มาก ต้องให้ทรัพย์เป็นทานอยู่เสมอ
- อธิษฐานไม่เจ็บป่วย ต้องให้อาหารและยารักษาโรคเป็นทานอยู่เสมอ และไม่ทุศีล
- อธิษฐานพบกัลยาณมิตร ต้องเข้าใกล้คนดีมีศีล มีธรรม
- อธิษฐานมีปัญญาบรรลุธรรม ต้องปฏิบัติสมถและวิปัสสนากรรมฐานอยู่เสมอ
- อธิษฐานมีสุขภาพผิวดีมีผิวสวย ต้องทำใจให้มีศีลมั่นคงอยู่เสมอ
- อธิษฐานเป็นคนติดดิน ต้องดับอัตตาให้ได้ ฯลฯ
- อธิษฐานเพียงครั้งเดียวหรือหลายครั้งในแต่ละภพที่เกิดมามีรูปนามที่สามารถอธิษฐานได้ ประสงค์จะให้สำเร็จในหลายสิ่งที่อธิษฐานต้องไม่มีเวลามาเป็นตัวจำกัด

๑. ตั้งโปรแกรมจิตให้ถูกต้อง หลักสูตรสาขาวิชาฟิสิกส์ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ข้าพเจ้าเรียนได้สำเร็จแน่นอน

๒. สร้างเหตุแห่งความสำเร็จให้ถูกต้อง

๒.๑ คบเพื่อนดีไว้ใกล้ชิด เพื่อนดีคือเพื่อนที่คอยว่ากล่าวตักเตือน ชัดขวาง ไม่ให้คุณประพฤติชั่ว เช่น หนีเรียน ดื่มสุรา ข้องเกี่ยววบายมุขฯฯ และคอยชักชวนให้คุณทำความดีเช่น ขวนดูหนังสือ ขวนทำการบ้าน ขวนเข้าห้องสมุด ขวนทำประโยชน์สาธารณะ ฯลฯ

๒.๒ ฟังบรรยายเป็น นิ่งฟังใกล้ผู้บรรยาย (นั่งแถวต้นๆ) ไม่พูดคุยขณะฟังบรรยาย ฟังด้วยใจจดจ่อ และฟังให้เข้าใจ จดเฉพาะหัวข้อบรรยายลงสมุดด้านขวามือ สมุดด้านซ้ายมือไว้ไว้เว้นช่องว่างไว้แล้วจึงจดหัวข้อถัดไป เมื่อจบชั่วโมงบรรยายให้รีบบันทึกข้อมูลที่สมองสามารถจำได้ลงในใต้หัวข้อที่ตรงกัน บันทึกลงในกระดาษวางที่ไว้ไว้เติมข้อมูลที่ขาดหายลงในสมุดด้านซ้ายมือ ข้อมูลที่สมองมิได้บันทึกไว้หาได้จากสมุดจดคำบรรยายของเพื่อน ของตำราที่หาได้จากห้องสมุด

๒.๓ การรับประทานอาหาร หากมีชั่วโมงเรียนตอนบ่ายอาหารมื้อกลางวันต้องเป็นอาหารที่ย่อยง่ายและรับประทานพอไม่หิว อาหารมื้อเย็น รับประทานตามสะดวก เมื่อรับประทานแล้วต้องไปเดินเล่นหรือพูดคุยกับเพื่อน จนกระทั่งอาหารในกระเพาะถูกย่อยสลายจนหมด (๒-๓ ชั่วโมง) แล้วจึงเริ่มทบทวนบทเรียนตามข้อ ๒.๕

๒.๔ การออกกำลังกาย หลังเลิกเรียนในวันศุกร์ต้องไม่ดูหนังสือ หรือทำการบ้าน แต่ต้องออกกำลังกายอย่างหนัก เช่น เล่นกีฬาที่ชอบ จนเหนื่อยหอบและได้เหงื่อ พักชั่วคราว จึงอาบน้ำแล้วเข้านอน (ประมาณ ๖-๘ ชั่วโมง)

๒.๕ ทบทวนบทเรียน หลังปฏิบัติตามข้อ ๒.๓ แล้วเอาบทเรียนแต่ละวันมาอ่านทบทวน และทำการบ้านให้แล้วเสร็จ (ปฏิบัติดังนี้ตั้งแต่วันอาทิตย์-วันพฤหัสบดี) จึงเข้านอน

๒.๖ ดื่มน้ำบ่อย ๆ ขณะดูหนังสือ ดื่มน้ำเปล่าที่ไม่แช่เย็นจิบน้ำทีละน้อย จิบน้ำบ่อย ๆ ทั้งนี้เพื่อให้น้ำซึมเข้าสู่กระแสเลือดน้ำจะเป็นตัวนำพาเอา waste products ที่เกิดขึ้นขณะดูหนังสือออกจากสมองและขับถ่ายออกทางเหงื่อและปัสสาวะ ปฏิบัติแล้วสมองไม่ล้าไม่มีเมฆง สมองจะสดชื่นเหมาะแก่การทบทวนบทเรียน และทำการบ้านอย่างยิ่ง

๒.๗ จัดระเบียบคลื่นสมอง สวดมนต์แล้วตามด้วยการเจริญสติภาวนา ประมาณ ๑๕-๓๐ นาที ก่อนนอนทุกวัน ทั้งนี้เพื่อเปลี่ยนคลื่นความถี่ของสมองให้เป็นระเบียบ ซึ่งจะทำให้ความจำเพิ่มขึ้นและยังเกิดปัญญาขั้นสูงสุดขึ้นอีกด้วย ปัญญาสูงสุดนี้ทำให้รู้เห็นเข้าใจสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างลึกซึ้งและถูกต้องตามเป็นจริงแท้ แล้วการเรียนในระดับสูงจนถึงระดับสูงสุดจะเกิดขึ้นเป็นผลสำเร็จได้ง่าย

๑๒๐. อนุญาตแล้วไม่เป็นโทษ

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร

หนูขอรบกวนถามอาจารย์ในเรื่องการปฏิบัติที่ถูกต้องเวลาไปทำบุญค่ะ ว่าโดยปกติที่พบเห็นมาเมื่อผู้มาทำบุญได้ร่วมกันถวายอาหารพระภิกษุแล้ว ท่านก็จะให้พร เมื่อท่านฉันเสร็จก็มักจะมีเจ้าหน้าที่หรือผู้ช่วยงานวัดจัดยกสำรับลง แล้วก็กล่าวเชิญให้ผู้มาทำบุญรับประทานอาหารนั้น บางครั้งอาจจะมีพระบางรูปในที่นั้นกล่าวเป็นวาทาว่า ให้ผู้มาทำบุญไปรับประทานอาหาร บางครั้งก็ไม่ได้มีพระรูปใดกล่าวเป็นวาทา แต่ก็เป็นที่ยืนยันว่าพระท่านฉันเสร็จแล้ว และอาหารตรงนั้นเป็นของเหลือจากท่าน ดิฉัน รบกวนถามว่าเมื่อผู้มาทำบุญได้รับอาหารที่มีผู้เชิญให้รับประทานนั้นๆ จะเป็นบาปต้องโทษกันถ้วนทั่วหรือไม่เพราะดิฉันเพิ่งได้สังเกตมาพักใหญ่ว่าโดยทั่วไปเมื่อพระท่านฉันเสร็จท่านก็ลุกจากที่นั่นไปเรื่อยๆ บางรูปก็สนทนาธรรมกับโยมต่อเนื่องไปจึงมักจะไม่ได้เอ่ยอนุญาตอาหารนั้นโดยวาทาค่ะ

ขออาจารย์แนะนำการปฏิบัติตัวที่ถูกต้องแก่หนูและลูกหลานด้วยค่ะ และหากที่ทำไปแล้วหนูและลูกหลานทำผิดไปจะไถ่ถอนโทษแห่งความผิดพลาดนั้นอย่างไรคะ

กราบขอบพระคุณอาจารย์ด้วยความเคารพค่ะ

คำตอบ

มนุษย์ทำกรรมได้ ๓ ทางคือ ทางกาย ทางวาจา และทางใจ ผู้ถามได้ยินพระบางรูปกล่าวด้วยวาจา ให้ผู้มาร่วมทำบุญไปรับประทานอาหารนั่นคือท่านอนุญาตให้ผู้มาร่วมทำบุญนำอาหารไปรับประทานได้ บางครั้งเจ้าหน้าที่ที่วัดผู้ได้รับอนุญาตจากเจ้าอาวาสได้จัดการดูแลเรื่องทำบุญ (มีคนยาก) กล่าวเชิญชวนให้ผู้ไปร่วมทำบุญนำอาหารไปรับประทานได้ หรือพระฉันอาหารเสร็จแล้ว ก็ลุกจากที่ฉันไปเรื่อยๆ โดยไม่กล่าววาทาอนุญาต

ในสองกรณีแรกไม่เป็นโทษ เพราะได้รับอนุญาตแล้ว แต่ในกรณีหลัง ต้องมาวิเคราะห์กันที่ท่านลุกจากไปโดยมิได้กล่าววาทาอนุญาต แต่หากใจพระคิดให้อาหารที่ฉันแล้วเป็นทาน (มโนกรรม) ก็ไม่เป็นโทษ หรือหากท่านเคยพูดบอกผู้อุปฐากไว้ก่อนแล้วว่าทุกครั้งหลังจากท่านฉันอาหารแล้วเสร็จให้เอาไปรับประทานกันได้อย่างนี้ก็ไม่เป็นโทษ

หากท่านออกบิณฑบาตได้อาหารที่ชาวบ้านใส่บาตรให้กลับถึงวัดท่านยังมีได้ฉันและยังมีได้แสดงพฤติกรรมที่บ่งบอกถึงการให้ หากผู้ใดนำอาหารไปบริโภค หรือนำไปให้ผู้อื่นสัตว์อื่นอย่างนี้เป็นโทษแน่นอน

๑๒๒. ตามดูให้เห็นจริง

คำถาม

หากปล่อยให้จิตหลุดออกไปจริงๆ จะดีไหมครับ และ
ยังจะควบคุมจิตได้หรือไม่ครับ

สุดท้ายนี้ผมขอขอบพระคุณในความเมตตาของท่าน
อาจารย์ และขอโมทนาในบุญกุศลบารมีทั้งหมดของท่าน
อาจารย์ที่ได้กระทำไว้ดีแล้วตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันครับ (ผม
download ไฟล์เสียงของอาจารย์ออกมาจากweb แล้ว write
ลงแผ่นเอาไว้ฟัง และแจกเป็นธรรมทานแก่บุคคลที่รู้จักและ
สหายธรรมของผมครับ ขอผลบุญแห่งธรรมทานนี้ จงไปถึง
ท่านอาจารย์สนองซึ่งเป็นผู้บรรยายธรรมนั้นด้วยเถิด)

คำตอบ

ควรปล่อยจิตให้เป็นไปตามธรรมชาติของจิตที่มีพลัง
ที่สำคัญต้องตามดูอาการของจิตให้ถึงที่สุดจิตจะหลุดไปไหนก็
ต้องดำเนินไปตามกฎไตรลักษณ์ คือตามดูให้เห็นความจริงแท้
ของจิตนั่นเอง

๑๒๓. ทำตัวเองให้เขาศรัทธา

คำถาม

กราบเรียนถามท่าน อ.ดร.สนอง วรอุไร
ผมมีเรื่องอยากจะเรียนถามท่านอาจารย์แทนคุณแม่
ของผมครับ คือ คุณแม่ของผมท่านมีความกังวลเกี่ยวกับเรื่อง
ของคุณพ่อและครอบครัวมากครับ

คุณพ่อของผมระยะหลัง ๆ มานี้ทำงานอะไรมักจะไม่
ประสบความสำเร็จ มีปัญหาและอุปสรรคต่างๆ เข้ามา
มากมายและตัวคุณพ่อของผมนั้นมักจะโทษว่าบ้านที่อยู่อาศัย
นั้นไม่ดี ขอบไปปรึกษาหมอดู บางครั้งก็มีการเชิญมาทำพิธีที่บ้าน
คุณแม่มักจะเตือนคุณพ่อเสมอว่าอย่ามายุ่งกับเรื่องเหล่านี้ แต่
ให้หันไปสวดมนต์ภาวนาแทนแต่คุณพ่อก็ไม่ยอมฟังคุณแม่ คุณ
แม่รู้สึกไม่สบายใจ

ไม่ทราบว่าอาจารย์จะมีวิธีอย่างไรที่จะทำให้คุณพ่อ
ของผมหันมาสวดมนต์ภาวนาแทนการไปปรึกษาหมอดูครับ

คำตอบ

อกุศลกรรมเมื่อให้ผลเป็นอกุศลวิบากได้เมื่อใดอุปสรรค
ปัญหา หรือความล้มเหลว ย่อมเกิดขึ้นกับผู้ทำกรรมไว้ก่อน และ
ต้องเสวยอกุศลวิบากนั้นจนกว่าจะใช้พิธีกรรมให้หมดสิ้นไป

การจะให้คุณพ่อยอมรับฟังคำชี้แนะจากคุณแม่ คุณแม่ต้องทำตัวเองให้คุณพ่อศรัทธาให้ได้ก่อน ศรัทธาเกิดกับผู้มีคุณสมบัตินี้

- ๑) มีความรับผิดชอบหน้าที่
- ๒) เป็นคนตรงต่อเวลา
- ๓) เป็นคนมีเมตตา (ไม่โกรธ ไม่หงุดหงิด ไม่เปื้อนหน้า ฯลฯ)
- ๔) เป็นคนมีความอดทน
- ๕) เป็นผู้มีความใจโพราะ (พูดประสานน้ำใจ พูดมีสาระ ไม่หยาบ ไม่ส่อเสียด)
- ๖) เป็นผู้ประพฤติดีงาม (มีจริยธรรม)
- ๗) เป็นผู้มีความสะอาด (มีศีล)
- ๘) เป็นผู้มีความซื่อสัตย์ (ไม่ผิดกฎหมาย ไม่ผิดศีล ไม่ผิดธรรม)
- ๙) เป็นผู้ประสบความสำเร็จในงาน

.....
อย่ากให้เขาเมตตากับเรา ก็จงมีเมตตาต่อเขา

๑๒๔. ทำตามผู้รับออกกล่าว

คำถาม

ท่านอาจารย์มีวิธีที่จะแนะนำให้คุณแม่ของผมลดความเครียด ความกังวล ลงได้ไหมครับ กราบขอบพระคุณท่านอาจารย์อย่างสูงครับ

คำตอบ

แนะนำได้แต่จะสำเร็จหรือไม่อยู่ที่ผู้กระทำ หากทำตามคำแนะนำจนเข้าถึงมรรคผล ความสำเร็จย่อมเกิดขึ้นได้ไม่ทำตามก็ไม่สำเร็จ

ประสงค์ให้ความเครียดและความกังวลลดลง ต้องไม่ส่งจิตออกนอกตัว จิตต้องจดจ่ออยู่กับอิริยาบถของตัวเองที่เกิดขึ้นเป็นปัจจุบันเท่านั้นเช่น จดจ่ออยู่กับลมหายใจเข้า-ลมหายใจออก จดจ่ออยู่กับงานที่กำลังทำ จดจ่ออยู่กับอิริยาบถ ยืน เดิน นั่ง นอน ฯลฯ ของตัวเอง และวิธีที่ดีที่สุดเมื่อจิตสงบตั้งมั่นเป็นสมาธิแล้ว ให้ใช้จิตตามดูสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับใจ(อารมณ์) ของตัวเอง จนเห็นว่าสิ่งต่าง ๆ ตับไป (อนัตตา) ตามกฎไตรลักษณ์สิ่งต่าง ๆ ตับไปคือไม่มีตัวตน จิตจึงจะปล่อยวางสิ่งต่างๆ ได้ จิตจะเป็นอิสระ วางเป็นอุเบกขา แล้วความเครียด ความกังวลจะหมดไป

๑๒๗. ปาก ตา ใจ ไปคนละทาง

คำถาม

ตอนผมสวดมนต์ จิตมักจะฟุ้งซ่าน โดยปากยังสวด ตา ดูบทสวด แต่บางขณะ ใจไปคิดเรื่องอื่น ต้องคอยดึงกลับมา ตลอด สักพักก็แวบออกไปคิดอีก แบบนี้ จะเป็นบาปหรือไม่ครับ เพราะสวดไปฟุ้งซ่านไป แล้วจะมีวิธีแก้ไข อย่างไรครับ

ผมขอขอบพระคุณท่านอาจารย์ที่ให้ความอนุเคราะห์ ตอบคำถามครับ

คำตอบ

จิตฟุ้งซ่านก็เป็นบาปแล้ว ฉะนั้นก่อนสวดมนต์ต้องมี จิตตั้งมั่น ขณะสวดมนต์ให้ใจจดจ่ออยู่กับคำสวด วิธีแก้ไขเมื่อ ใจถูกส่งออกไปคิดเรื่องอื่น ให้เริ่มต้นสวดมนต์ใหม่ หากใจยัง แวบออกไปคิดเรื่องอื่นอีก ให้กลับมาเริ่มต้นสวดใหม่ ทำอย่าง นี้เรื่อยไปจนกระทั่งจิตจดจ่ออยู่กับการสวดมนต์ ตั้งแต่ต้นจน จบโดยจิตไม่ออกไปคิดเรื่องอื่นเลย

จิตท่องเที่ยวไปไกล เที่ยวไปดวงเดียว
ไม่มีรูปร่าง อาศัยอยู่ในร่างกาย
ใครควบคุมจิตนี้ได้ ย่อมพ้นจากปวงมาร

ธรรมบท

๑๒๘. คบหาทุกคนเป็นเพื่อน

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์สนอง วรอุไร ด้วยความเคารพ อย่างสูง ดิฉันขอเรียนถามปัญหาการปฏิบัติธรรมดังนี้ค่ะ

เวลาที่เดินจงกรม เราควรจะกำหนดจิตของเราไว้ที่ การเคลื่อนไหวของเท้า หรือว่าที่ลมหายใจ ดิฉันสังเกตเห็นว่า หากดิฉันกำหนดลมหายใจเข้าออกให้เป็นแบบสบายๆ ในขณะที่ เดินจงกรมจะทำให้ดิฉันมีสมาธิ และจิตไม่วกไปคิดเรื่องอื่น อันนี้เพิ่งจะค้นพบเมื่อไม่นานมานี้ หลังจากที่เดินจงกรมเป็น ประจำมาประมาณ ๓ เดือน นอกจากนี้ดิฉันสังเกตเห็นว่าเวลาที่ ดิฉันไปเดินเล่น ถ้าดิฉันมีใจจดจ่อกับลมหายใจ และสามารถ กำหนดลมหายใจให้อยู่ในสภาวะสม่ำเสมอได้ ดิฉันจะมีสมาธิ ด้วย

จะทำอย่างไรเวลาที่มีเรื่องมากกระทบความรู้สึกของ เรามากๆ ดิฉันจะคิดวนเวียนอยู่กับเรื่องนี้อยู่เรื่อย คิดแล้วก็ ปรงแต่จะไปต่างๆ นานๆ พยายามกำหนดว่าคิดหนอ ฟุ้งซ่านหนอ มันก็จะหายไป แต่แล้วสักพักก็จะวกมาคิดเรื่องเดิมอีก และจะ เป็นอย่างนี้อยู่หลายวัน บางครั้งถ้าเป็นเรื่องที่หนักมากๆ บางที ก็เป็นอาทิพย์

ฟังเทพบรรยายของอาจารย์บอกว่าถ้าเราอยากมี ความสุขเราจะต้องมีกัลยาณมิตรที่ดี หากเพื่อนที่เราคบอยู่มี

๑๒๙. เหมือนนิยายชีวิต

คำถาม

กราบเรียน อ.สนอง วรอุไร ด้วยความเคารพยิ่ง เป็นครั้งที่สอง

กราบขอบพระคุณที่ อ.สนอง ได้เมตตาตอบคำถามในครั้งแรก

ขอเรียนคำถามในครั้งนี้ ดังนี้ ขาดที่แล้ว และชาติปัจจุบันนี้ เราทำเวรกรรมอะไร ถึงเกิดมา ตั้งแต่จำความได้, เริ่มคิดได้, เริ่มฟังรู้เรื่อง ชีวิตมีแต่ความอดอยาก, ยากจน, ข้นแค้น, เข็ญใจ, ชีวิตไม่เคยเต็ม, ไม่เคยอิ่ม, ไม่เคยเต็มอิ่ม, แต่ละมือไม่ได้กินอิ่ม, อด ๆ ยาก ๆ, ชีวิตไม่เคยเพียงพอ, ไม่เคยพอเพียง, ไม่เคยมีความสุข, สมหวัง, มีแต่ความผิดหวัง, ความไม่สมปรารถนา, ความล้มเหลว, คิดผิด, ตัดสินใจผิด, ทำผิด, โง่, ไม่มีบ้าน, ไม่มีงานทำ, ไม่มีเงินแม้แต่บาทเดียว, ไม่มีปัจจัยที่จะทำอะไรได้เลย, จนสติ, จนปัญญา, คิดอะไรไม่ออก บอกอะไรไม่ถูก มาตลอดชีวิต และต้องทนอยู่กับคนมีจิตวิญญู มาตลอดชีวิต

สิ่งที่กล่าวมาทั้งหมด เป็นแบบนี้มาตลอดชีวิต หลาย ๆ สิบปี รู้สึกหนีเวรกรรม, หนีวิบากกรรม ไม่จบไม่สิ้นซักที ยิ่งพยายามแก้ ยิ่งยุ่ง หลาย ๆ สิ่งยิ่งวิ้งหา ยิ่งหนีหาย หลาย ๆ สิ่งยิ่งวิ้งหนีกลับยิ่งเจอ

ผู้ถามจะแก้ เวร, กรรม, วิบากกรรมเหล่านี้ได้อย่างไร ให้จบ สิ้น เสียที

กราบขอความเมตตา อ.สนอง ช่วยชี้ทางสว่างอีกครั้ง ด้วยความเคารพยิ่ง

ทำยนี้ ขออำนาจคุณพระรัตนตรัย โปรด ปกป้อง รักษาคุ้มครอง ให้ อ.สนอง วรอุไร และครอบครัว มีอายุ วรรณะ สุขะ พละ ด้วยเทอญ

กราบแสดงความนับถือยิ่ง

คำตอบ

เรื่องทีบอกเล่าไปหากเป็นความจริงก็เป็นสิ่งที่น่าสงสารสำหรับผู้ที่กำลังเสวยผลแห่งอกุศลวิบากนี้ อกุศลกรรมมีต้นเหตุเกิดจากการใช้ปัญญาเห็นผิด (มิจจาทิฎฐิ) สองนำทางให้กับชีวิต ผลของอกุศลกรรมที่ทำแล้วจึงถูกสั่งสมอยู่ในดวงจิตของผู้ทำกรรมเมื่อใดที่กรรมให้ผล ผู้ทำกรรมต้องเป็นผู้รับผลแห่งกรรมนั้นอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ส่วนผลของกรรมจะให้ผลยาวนานแค่ไหน ไม่มีใครบอกได้เพราะขึ้นอยู่กับการประพฤติดนของผู้ทำกรรม

วิธีแก้ปัญหาให้จบสิ้นไปที่ถูกและตรงที่สุดคือยอมรับความจริงอยู่กับความจริงแล้วทำเหตุให้ถูกตรง ๔ อย่างคือ

๑. ต้องไม่ก่อหนี้ใหม่ คือไม่ทำอกุศลกรรมใด ๆ ให้เกิดขึ้นอีก
๒. ขยันใช้นี้กรรมเก่าให้หมดไป
๓. ทำแต่กุศลกรรมล้วน ๆ อยู่ทุกขณะตื่น โดยเฉพาะบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ ต้องทำอยู่เสมอ
๔. รักษาความดี อันสืบเนื่องมาจากกุศลกรรมให้คงอยู่ตลอดไป หลังจากนั้นประพฤติดนให้เป็นผู้มีศีล มีสัจจะ สถิติอยู่ในใจตลอดไป แล้วโอกาสปลดหนี้เวรกรรมที่ไม่ดีจึงจะเกิดขึ้นได้ในกาลข้างหน้า

๑๓๐. มาอยู่กับยายไหม

คำถาม

เมื่อประมาณ ๖-๗ ปีที่แล้ว หนูเมาค้างแล้วซื้รถเครื่องกลับบ้านที่ลำพูน ถูกรถชนได้รับบาดเจ็บที่นิ้วก้อยข้างซ้ายนิดเดียวคะ แต่หนูสลบไป แล้วไปเจอยายที่เสียไปแล้ว ยายพาไปเที่ยวสวนผลไม้ สวนดอกไม้ สีทอง สวยงามมากคะ มีผึ้งกับแมลงตัวเล็กตัวน้อย ถ้าจำไม่ผิดมีบ้านยายด้วย สวยมาก ๆ ความรู้สึกตอนนั้นเหมือนที่นี้เป็นบ้านที่เคยอยู่มานาน ยายถามว่าชอบมั๊ย ก็ตอบว่าชอบ พอยายถามว่าอยากมาอยู่กับยายมั๊ย ก็อึ้งไป เพราะรู้ว่ายายตายแล้ว ยายก็พาไปที่แม่น้ำสายหนึ่ง บรรยากาศทะเลาะกัน น่ากลัวมาก ยายบอกว่ากลับบ้านได้แล้ว พ่อเค้าเป็นห่วง ฝากบอกคนที่บ้านด้วยว่า ของที่ทำบุญมาให้แม่กับยายได้กินได้ใช้ทุกอย่าง (แม่เสียแล้วคะ) แล้วหนูก็ฝัน สนิมตาขึ้นมาเห็นพ่อที่โรงพยาบาล

อาจารย์คะ นี่เป็นนิมิตหรือความฝันหรือหนูเคยอยู่ที่นั่นจริงๆ คะ อยากรู้เพื่อเป็นกำลังในการปฏิบัติธรรมต่อไปเพื่อจะไม่ตกสู่อบายภูมิแน่ๆ

คำตอบ

สิ่งที่บอกเล่าไปเป็นสถานที่จริงในอีกมิติหนึ่ง ที่จิตวิญญาณของคุณออกจากร่างชั่วคราว แล้วไปพบไปเห็นมาด้วยตนเอง หากประพาศิตินให้มีศีลและบริจาทานอยู่เสมอ ๆ เมื่อตายไปแล้วไม่ฟื้นคืนมาอีก โอกาสที่จิตวิญญาณจะไปปฏิสนธิได้รูปนาม อยู่ในภพเดียวกันกับยายมีความเป็นไปได้

๑๓๑. คนมีธรรมไม่หนีปัญหา

คำถาม

คนทางโลกก็จะมีปัญหาไม่ฉลาด เพราะหนูไม่คิดคะ หนูไม่คิดอะไรเลยคะ ถ้ารับอารมณ์ไหนได้ก็ปล่อยวาง เฉยหมด ไม่รู้สึกอะไรด้วยเลย ไม่โกรธ ไม่พยายามด้วย อารมณ์ไหนสติรับรู้ไว้รับไม่ได้แน่ๆก็เดินหนีทำเดี๋ยวคะ อาจารย์คะ หนูเป็นคนไม่คิดอะไรเลยแบบนี้นี้เป็นผลของการฝึกกรรมฐานหรือเปล่าคะ แต่เป็นมาตั้งแต่เด็กแล้ว แสดงว่าพวกก่อนๆ หนูสะสมไว้ใช้ไหมคะ

คำตอบ

คนมีปากไวพูด มีปากไวสำหรับตีสำหรับกินการพูดมีทั้งดีและไม่ดี เช่นเดียวกันการตีการกินมีทั้งดีและไม่ดีเมื่อเสียงพูดเข้ากระทบหู หากผู้ฟังพัฒนาตนเองจนมีหูเนื้อหูหนังเป็นเหมือนหูหม้อ หูกระทะได้เมื่อใดแล้ว อารมณ์ดีและอารมณ์ไม่ดีจะไม่เกิดขึ้นกับใจของผู้ฟัง ผู้ที่ทำได้เช่นนี้ ต้องมีกำลังของสติกล้าแข็งสามารถรับทนเสียงที่เข้ากระทบ และมีปัญญากล้าแข็ง สามารถเห็นสิ่งที่เข้ากระทบนั้นดับไปไม่มีตัวตน จิตจึงปล่อยวางเป็นอิสระได้ ผู้ที่เคยประพฤติปฏิบัติจิตตภาวนามาก่อน จนเข้าถึงมรรคผลแห่งธรรมแล้วจึงจะทำเช่นนี้ได้

๑๓๒. อยากทราบคำอธิษฐานในอดีต

คำถาม

หนูไม่รู้ว่าชาติที่แล้วได้อธิษฐานอะไรไว้ ถ้าเป็นสิ่งที่ไม่ดี เราสามารถยกเลิกได้ไหมคะ แต่ถ้าเป็นสิ่งที่สำคัญมาก หนูจะขอทราบคำอธิษฐานของหนูได้อย่างไรคะ คำถามนี้ ถ้าอาจารย์ไม่ตอบก็ไม่เป็นไรค่ะ เพราะหนูก็ปฏิบัติธรรมเรื่อยๆ อยู่แล้ว มันใจว่าบารมี ๑๐ ระดับเต็มค่ะ

ขอบคุณอาจารย์ที่ตอบคำถามค่ะ

คำตอบ

อธิษฐานใดๆ สามารถยกเลิกหรือแก้ไขใหม่ได้ด้วยการ สวดบูชาคุณของพระรัตนตรัย ต่อบุญเจตีย์ที่เนื่องด้วยพุทธ ศาสนาหรือต่อหน้าพระพุทธรูป หลังจากนั้นกล่าวคำยกเลิก อธิษฐานเดิมที่ให้อธิไว้ แล้วกล่าววาจาอธิษฐานใหม่ตามที่ตนปรารถนา หลังจากนั้นทำจิตตนเองให้มีศีลและสัจจะ คงอยู่กับใจอยู่ทุกขณะตื่นตลอดไปจนกว่าชีวิตจะหาไม่

หากประสงค์ที่จะรู้คำอธิษฐานเดิม ต้องพัฒนาจิตให้ เข้าสู่ความตั้งมั่นระดับฌาน นำจิตออกจากฌานแล้วอธิษฐาน ขอทราบคำอธิษฐานเดิมที่ให้อธิไว้ เมื่อเหตุปัจจัยลงตัวโลกียอภิปัญญาจะแสดงให้รู้ในสิ่งที่ปรารถนา

๑๓๓. ทำดีกว่าไม่ทำ

คำถาม

กราบเรียน อ.สนอง ครับ

ผมได้ติดตามอ่านการสนทนาธรรมของอาจารย์อยู่ บ้างและเกิดความสนใจ จึงได้ download หนังสือต่าง ๆ ของ อาจารย์บนเว็บไซต์มาอ่าน แต่ก็ยังอ่านได้ไม่หมด เพราะไม่ค่อยมีเวลาอ่านครับ ผมปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน สาย พงษ์พนา ยุบหนอมมา ๒ ปีแล้ว สภาวะที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติและการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน ทำให้เข้าใจสติปัญญา ๔ มากขึ้น ผมมีคำถามดังนี้ครับ

ตอนนี้ผมเป็นนักศึกษาแพทย์ ได้อ่านที่แพทย์เขียนมา ถามถึงการรักษาผู้ป่วยกับเจ้ากรรมนายเวร เมื่อครั้งที่ผมบวช อยู่ที่วัดพระธาตุศรีจอมทอง มีแม่ชันท่านหนึ่งได้แนะนำให้ผมแผ่ เมตตาไปยังเจ้ากรรมนายเวร และขออนุญาตเจ้ากรรมนายเวร รักษาผู้ป่วย และได้โปรดอนุโมทนาบุญกับหมอดด้วย ทำอย่างนี้ ดีไหมครับ

คำตอบ

ทำดีกว่าไม่ทำ

๑๓๖. เมล็ดพืชในนาดี

คำถาม

เพื่อนผมหลายคน เปลี่ยนไปนับถือศาสนาคริสต์ และได้บอกถึงเรื่องอธิษฐานถึงพระเจ้าว่าได้ผลจริงๆ ทั้งยังบอกว่า ศาสนาก็สอนถึงนิพพาน แต่ใช้คนละคำกับพุทธ ผมก็ตอบแต่ว่า ก็ดีแล้วอย่างน้อย ก็เชื่อคำสอน และทำความดีแต่เข้าใจว่า พระพุทธศาสนา เป็นศาสนาเดียวที่มีสติปัญญา ๔ ที่จะเป็นทางสายเอกเข้าถึงมรรคผลนิพพานได้ ผมเข้าใจถูกต้องหรือไม่ครับ

สุดท้ายนี้ ผมกราบขอบพระคุณอาจารย์สนองมากครับ ผมตั้งใจเจริญ ศีล ทาน ภาวนา ตั้งแต่เจอการปฏิบัติตอนอายุ ๒๑ ปี ตั้งใจอยากปฏิบัติให้ได้มาก ๆ เพราะจากผลที่ได้ตอนนี้ เริ่มเข้าใจพระพุทธศาสนามากขึ้น แม้จะยังไม่ได้สภาวะขั้นสูง แต่อย่างน้อย ๆ ผมคิดว่าได้หว่านเมล็ดพืชลงในนาแล้ว คงจะออกดอกผลในอีกไม่ช้า..

คำตอบ

เข้าใจถูกต้อง

สงบกาย สงบจิต สงบอากาภิเสถ
นตฺถิ สฺนตฺติปริ สุขํ (ความสุข (เย็น) ยิ่งกว่าความสุขบนไฟไหม้)

๑๓๗. สำคัญที่ใจสื่อถึงกันได้

คำถาม

คำถามเกี่ยวกับการอุทิศบุญกุศลให้แก่ผู้ที่ยังมีชีวิตอยู่ หากบุตรทำบุญแล้วอุทิศให้บิดามารดาผู้ที่ยังมีชีวิตอยู่ แต่ไม่ได้บอกกล่าวให้บิดามารดาของตนได้รู้ว่า ตนไปทำบุญมา ทำให้บิดามารดาไม่ได้อนุโมทนาในบุญนั้น อยากเรียนถามอาจารย์ว่า ท่านทั้งสองนั้นจะได้รับบุญที่บุตรอุทิศให้หรือไม่คะ

คำตอบ

ถ้าใจสื่อถึงกันได้ บิดามารดาก็ได้รับบุญที่บุตรอุทิศให้

วราตรีนาน สำหรับคนนอนไม่หลับ
ระยะทางโยชน์หนึ่งไกล สำหรับผู้ล้าแล้ว
สังสารวัฏยาวนาน สำหรับคนพาล
ผู้ไม่รู้แจ้งพระสัทธรรม

ธรรมบท

๑๓๘. นับตัวเลขแล้วจิตตั้งมั่น

คำถาม

เรียนท่านอาจารย์ ดร.สนอง

ผมขอรบกวนถามท่านอาจารย์ดังต่อไปนี้ครับ ผมปฏิบัติมาต่อเนื่องอาทิตย์ละวันถึงสองวันมาได้เกือบปี โดยใช้ยุบหนอ พองหนอเป็นหลัก ๆ สตินั้นมีบ้าง บางทีก็ไม่มี แต่เมื่อไม่กี่วันนี้ ได้มาปฏิบัติจริง ๆ จัง เต็มหนึ่งวัน อยู่ดี ๆ เกิดอยากเปลี่ยนวิธีกำหนดมาเป็น นับตัวเลข ปรากฏว่า มีสมาธิหนึ่งละเอียดขึ้นมาก ๆ จนสัมผัสได้โดยที่จิตไม่สนใจอย่างอื่นสนแต่นับตัวเลขแล้วพอรู้สึกที่จิตนิ่งแล้วจึงค่อยหันมาพิจารณาสติปัฏฐานแต่ก็ยังไม่ทำได้ไกล อย่างนี้ ผมควรปฏิบัติแบบนี้ หรือเป็นแบบยุบหนอพองหนอดีครับ? ผมมาถูกทางมั้ย์ครับอาจารย์?

คำตอบ

วิธีภาวนาใด เมื่อนำมาใช้แล้ว ทำให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิได้เร็ว วิธีนั้นเหมาะสมกับคุณ เมื่อจิตตั้งมั่นจวนแน่น (อุปปจารสมาธิ) ได้แล้ว จึงใช้จิตไปพิจารณาสติปัฏฐาน ๔ เพื่อให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งจึงจะนับว่าปฏิบัติได้ถูกต้องแนวทางของพระพุทธะ

๑๓๙. มาตรฐานสมาธิ

คำถาม

ขณะที่นั่งสมาธิ เราจะรู้ได้อย่างไรว่าขณะนี้คือ อุปจารสมาธิ หรือขณิกสมาธิ ผมมั่นใจว่ายังไม่ถึงอัปปนาสมาธิ แต่ไม่รู้ว่าเราก้าวหน้าไปถึงอุปจารหรือยัง? เพื่อผมจะเตรียมตัวเป็นวิปัสสนาครับ

คำตอบ

จิตตั้งมั่นประเดี๋ยวประด๋าว เรียกว่าตั้งมั่นระดับขณิกสมาธิ จิตตั้งมั่นจวนแน่น เรียกว่าตั้งมั่นระดับอุปจารสมาธิ และจิตตั้งมั่นแน่นมีอารมณ์ผานปรากฏขึ้นในดวงจิตเรียกว่าตั้งมั่นระดับอัปปนาสมาธิ

อารมณ์ของฌานที่เกิดขึ้นในดวงจิตที่มีความตั้งมั่นสูงสุดมีดังนี้

อารมณ์ของรูปฌานที่ ๑ มี วิตก วิจารณ์ ปีติ สุข เอกัคคตา
อารมณ์ของรูปฌานที่ ๒ มี ปีติ สุข เอกัคคตา
อารมณ์ของรูปฌานที่ ๓ มี สุข เอกัคคตา
อารมณ์ของรูปฌานที่ ๔ มี อุเบกขา เอกัคคตา

๑๔๐. แก้วที่ตันเหตุ

คำถาม

ผมมักจะมีแผลที่ปาก แผลที่ลิ้นเป็นประจำผมอยาการู้ เหตุที่ผมถึงประสบปัญหาเรื่องนี้ เพื่อที่จะไม่ทำอีก

จริงหรือไม่ที่ การมีแผลที่ปาก กินอาหารลำบาก พูดไม่ค่อยชัด เป็นผลมาจาก มีจฉวาวจา เพราะก่อนที่จะมาสนใจธรรมะจริง ๆ จัง ๆ เป็นคนมีมีจฉวาวจามาก ๆ ตอนนั้นก็ยังไม่แก้ไขไม่ได้ดีเท่าที่ควรครับ ขออาจารย์แนะนำด้วยครับ

ผมขออาราธนาคุณพระศรีรัตนตรัย ขอให้อาจารย์แข็งแรง สุขภาพดีครับ ขอขอบพระคุณอาจารย์อย่างสูงครับ

คำตอบ

หนึ่งในเหตุสี่อย่างที่ก่อให้เกิดเจ็บป่วย คือ กรรม (การกระทำ) วิธีแก้ปัญหาก็บอกเล่าไปทำ ๒ เรื่อง คือ

๑. ปรับสมดุลของธาตุในร่างกาย โดยลดการดื่ม รับประทานอาหารรสหวาน ที่มีน้ำตาลเป็นองค์ประกอบ และในเวลาเดียวกันให้เพิ่มการบริโภคอาหารที่มีรสขม เช่น มะระขี้นก

๒. รักษาคำพูดให้เป็นสัมมาวาจา คือไม่พูดคำเท็จ ไม่พูดคำหยาบ ไม่พูดคำส่อเสียด และไม่พูดคำเพื่อเจ้อที่ไม่เกิดสาระแก่ชีวิตที่ดำรง

๑๔๑. เมื่อไฟเริ่มคุ

คำถาม

เรียน ดร สอนอง

ดิฉัน ได้รับฟังการบรรยายของท่านจาก เว็บไซต์ หลาย ๆ ตอน หลาย ๆ หัวข้อ ได้แง่คิด และ ความจริงหลาย ๆ เรื่อง ตอนนี้ดิฉันได้เริ่มต้นการนั่งสมาธิ บริหารจิต มาระยะหนึ่งแล้ว แต่ยังคงไม่นิ่ง คิดว่าอยากจะหาคนแนะนำ และถ้าได้รับการเข้าปฏิบัติธรรมอย่างจริงจังจากสำนักปฏิบัติธรรมสักที่ คงจะเป็นแนวทางที่ดี ที่จะติดตัว และนำมาปฏิบัติต่อเมื่อออกมา

คำถามคือ อาจารย์มีสถานที่แนะนำ ที่สอนการปฏิบัติกรรมฐาน หรือ บริหารจิต ที่ดีที่ไหนบ้างคะ ขอชื่อสถานที่ได้มั๊ยคะ และดิฉันจะหาข้อมูลเพิ่มเติมเองอีกได้คะ

คำตอบ

สถานปฏิบัติธรรม

- วัดทับทิมแดง คลอง ๒ ปทุมธานี
 - วัดมเหยงค์ จ.อยุธยา
 - ยุวพุทธิกสมาคม
 - วัดแพร่ธรรมาราม อ.เด่นชัย จ.แพร่
 - วัดป่าสุนันทวนาราม จ.กาญจนบุรี
- ฯลฯ

๑๔๒. สถานที่ไม่เหมาะสม

คำถาม

เรียน อาจารย์ ดร. สนอง

อยากสอบถามอาจารย์เกี่ยวกับเรื่องการปฏิบัติธรรมค่ะ เมื่อเดือนมกราคม ๒๕๕๐ นี้ได้ไปปฏิบัติธรรมที่วัดแดนสงบอ สภารามเป็นเวลา ๑๐ วัน คิดว่ามีความก้าวหน้าดีค่ะ เห็นสภาวะธรรมหลายอย่างโดยเฉพาะในวันหลัง ๆ แต่เมื่อกลับมาปฏิบัติที่บ้าน สภาวะธรรมที่เคยเกิดกลับน้อยหายไป มีเพียงแค่อាកาโรยแก้ว หรือหมูนุไปมาซึ่งเคยฟังพระท่านบอก ว่าอากาโรยแก้วนั้นไม่ใช่สภาวะที่ดี แม้จะกำหนดอย่าโยกหนอ อย่าโยกหนอ อากาโรยแก้วจะหยุดไปสักพัก ก็โยกอีกแม้จะเปลี่ยนรูปแบบการโยกไปบ้าง เช่นหมูนุคนละทาง อยากสอบถามอาจารย์ดังนี้ค่ะ

ดิฉันอยากมีความก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรมมากขึ้นอีก ไม่ทราบว่าเป็นกิเลสหรือเปล่าคะ แล้วคิดว่าที่ปฏิบัติที่บ้านไม่ค่อยก้าวหน้าเพราะมีกิเลสเยอะ ตอนอยู่วัดไม่ค่อยได้คิดถึงเรื่องอื่น เลยปฏิบัติได้เต็มที่ เลยอยากถามอาจารย์ว่าจะทำอย่างไรให้ปฏิบัติได้ก้าวหน้าคะ คิดว่าคงจะไปปฏิบัติได้ปีละ ๒ ครั้ง แต่กลัวว่าพอจะได้ญาณสูงขึ้นอีกก็ต้องกลับบ้านแล้ว ญาณที่ได้ก็หายไป ต้องมาเริ่มต้นใหม่อีกทุกครั้งไปหรือเปล่าคะ ขอบพระคุณค่ะ

คำตอบ

ปฏิบัติจิตตภาวนาที่วัด แล้วมีสภาวะธรรมหลายอย่างเกิดขึ้น เป็นเพราะวัดมีปัจจัยหลายอย่างเหมาะสม (สัปปายะ) กับความก้าวหน้าในการเจริญจิตตภาวนา แต่เมื่อกลับถึงบ้านแล้วนำวิธีการฝึกจิตที่ได้จากวัดไปทำต่อที่บ้าน ด้วยความอยากได้ (ตัณหา) สภาวะธรรมเช่นนั้นกลับคืนมาอีกย่อมไม่ได้ เหตุเป็นเพราะความอยากได้ เป็นกิเลสปิดกั้น ไม่ให้จิตเข้าสู่สภาวะธรรมที่เคยเข้าถึง นอกจากตัณหาเป็นเหตุแล้วยังมีความไม่เหมาะสม (อัสปายะ) ที่บ้านเป็นเหตุปิดกั้นความก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรม และรักษาสมาธิให้คงอยู่อีกด้วยบ้านเป็นสถานที่อัสปายะการพูดการคุยของคนที่อยู่ในบ้านอัสปายาอาหารที่ใช้บริโภคที่บ้านอัสปายะ ฯลฯ

ประสงค์ที่จะรักษาสภาวะธรรมที่เคยได้เคยเข้าถึง ให้คงอยู่กับใจตลอดไป ต้องน้อมนำให้เกิดอินทรีย์พละ ๕ ในใจได้แก่ เจริญศรัทธา วิริยา สติ สมาธิ ปัญญา อยู่เสมอ ๆ ทุกขณะตื่น แล้วความประสงค์ที่ตั้งไว้จะสัมฤทธิ์ผล

ผู้มีส่วนช่วยสนับสนุน
ไม่ยึดติดแหล่งที่อาศัย
ละทิ้งไปตามลำดับ
เหมือนกับพญาหงส์ทิ้งสระน้ำ

ธรรมบท

๑๔๓. กบจะออกจากกะลาครอบ

คำถาม

ดิฉันเรียนสายวิทย์ และคงเป็นอย่างท่านอาจารย์ ก่อนหน้านี้ ที่เชื่อในสิ่งที่เราพิสูจน์ได้ แต่ยังคงคลงใจในเรื่องที่เราสัมผัสไม่ได้ ดิฉันจึงอยากศึกษาเพิ่มเติม เพื่อหาคำตอบ และความกระจ่างให้กับตนเองคะ รบกวนด้วยนะคะ ด้วยความเคารพ

คำตอบ

ประสงค์จะพิสูจน์ความจริง (เหตุ-ผล) ที่อยู่เหนือเหตุผลทางวิทยาศาสตร์ ต้องนำตัวเองเข้าพัฒนาจิตให้เกิดความตั้งมั่นเป็นสมาธิ (สมถกรรมฐาน) และทำจิตให้เกิดปัญญาเห็นแจ้ง (วิปัสสนากรรมฐาน)ได้แล้ว ความจริง (เหตุผล) ที่อยู่เหนือระบบประสาทสัมผัสจึงจะเกิดขึ้นกับตัวเองได้ด้วย จิตสัมผัสซึ่งเป็นความจริง (เหตุผล) ที่เที่ยงแท้แน่นอน (ปรมาตถสัจจะ) ผู้ใดเข้าถึงความจริงแท้ได้แล้ว จะมีชีวิตไม่ผิดพลาดจิตไม่เป็นทาสของโลกธรรมและวัตถุ มีความสุขที่ละเอียดประณีตยืนยาวจนตราบวันสิ้นชีวิต และตายแล้วยังไปเกิดในภพภูมิที่เป็นสุคติอีกด้วย

.....
ผู้ที่เคยประมาทในกาลก่อน แต่ภายหลังไม่ประมาท
เขาย่อมล่องโลกนี้ให้สว่าง เหมือนพระจันทร์ที่พ้นจากเมฆฉะนั้น
.....

๑๔๔. เปลี่ยนตัวเองให้เป็นผู้ชนะ

คำถาม

เรียนท่าน ดร. สนอง วรอุไร
ช่วยชี้ทางสว่างให้ด้วย อาจารย์คะ ดิฉันอยู่กับสามีมา ๒๒ ปี ร่วมทุกข์ร่วมสุขกันมาตลอด ขณะนี้ดิฉันอายุ ๔๕ ปี สามีอายุ ๕๒ เป็นนายตำรวจที่มีชื่อเสียงโด่งดังที่หากเอ่ยชื่อแล้วทุกคนจะต้องรู้จักแน่นอน

ขณะนี้สามีไปมีผู้หญิงคนใหม่ เป็นแม่หม้ายลูก ๒ อายุ ๓๕ และตั้งใจจะขอเลิกกับดิฉัน ทั้งที่ดิฉันมีลูกสาวกับเขาถึงสองคน บิบบทุกอย่างไม่ให้ดิฉันทนไม่ได้ เช่น ขอแยกห้องนอน กลับบ้านตีสองตีสามทุกคืน ไม่สนใจลูก ลูกสาวช่วยพูดก็ดูเหมือนจะไม่สะกิดใจพ่อเลย เคยพาลูกสาวสองคน กราบขอโทษ ถ้าล่วงเกินอะไรไป หัวงจะให้ครอบครัวดีเหมือนเดิม พยายามทุกอย่างที่จะรักษาครอบครัว จนลูกสาวเกิดความสับสนว่า เราไม่ผิด ทำไมแม่ต้องทำแบบนี้

ดิฉัน เคยอ่านหนังสือของอาจารย์หลายเล่ม พยายามใช้ธรรมะเข้าข่ม ถามตัวเองตลอดว่า เกิดมาเพื่ออะไร รู้ว่ากฎไตรลักษณ์คืออะไร พยายามไม่ตกเป็นทาสของอารมณ์ ไม่เสียท่ากิเลสพยายามใช้ปัญญาแก้ปัญหาแก้ป้อนหาเพราะเห็นแก่ลูกสาวสองคน แต่บางทีพอรู้ว่า สามีกำลังทำอะไรกับเราอยู่ จะบิบบเราต่อไป

๑๔๖. ทำดีถูกทางแล้วทำต่อไป

คำถาม

ฟังธรรมบรรยายของอาจารย์รู้สึกว่าย่อมน้ำใจทุกครั้ง เป็นความอึดใจที่มากกว่าดูหนังดูละคร ทุกวันนี้ถ้ารู้สึกท้อแท้หดหู่ก็จะเปิดฟังบรรยายธรรมของอาจารย์ ทำให้มีความรู้สึกว่าย่อมน้ำใจต่อไปได้ หนูปฏิบัติสมาธิมาได้สักกระยะหนึ่งแล้วค่ะโดยใช้คุณลมหายใจเข้า-ออก และฝึกดูจิตตัวเองเพื่อให้เกิดสติระลึกถึงหนูทำตามความเข้าใจของหนูนะค่ะ ถูกผิดอย่างไรไม่รู้ หนูเป็นโรคเครียดจะปวดหัวทุกวัน มีอยู่ครั้งหนึ่งที่หนูทำสมาธิแล้วอาการปวดหัว ที่เป็นอยู่หายไป ๒ วัน หนูจึงเชื่อว่าสมาธิน่าจะช่วยรักษาอาการที่หนูเป็นอยู่ได้ แต่ถ้าหนูอยากจะทำหายขาดจากโรคที่เป็นอยู่จะต้องปฏิบัติอย่างไรค่ะ

ขอความกรุณาอาจารย์ช่วยชี้แนะแนวทางปฏิบัติด้วยค่ะ

คำตอบ

หายจากโรคเครียดและปวดศีรษะได้ต้องปฏิบัติสมาธิตามที่บอกเล่าไปนั้นถูกต้องแล้ว จงเดินหน้าแล้วปฏิบัติต่อไป สวดมนต์ก่อนนอน หลังไหว้พระสวดมนต์แล้วให้ปฏิบัติสมาธิตามวิธีการที่ใช้อยู่ หวังเวลาที่ใช้ปฏิบัติไม่มากเกินไป และไม่น้อยเกินไป ให้พอดีกับสุขภาพร่างกายและเวลาที่คุณมีอยู่ เมื่อเสร็จจากการปฏิบัติทุกครั้ง ต้องอุทิศบุญกุศลที่เกิดขึ้นให้กับเจ้ากรรมนายเวร ผู้มีพระคุณ ฯลฯ อย่างนี้เรื่อยไปตลอดชีวิต กุศลกรรมที่ทำได้แล้วจะถูกเก็บบันทึกเป็นบุญสั่งสมอยู่ในจิตใจ อาณิสยสั่งแห่งบุญจะส่งผลให้คุณได้สมปรารถนา

๑๔๗. ข้างมันเถอะ

คำถาม

อยากทราบว่าวิธีไหนที่จะควบคุมอารมณ์โกรธของเราเพราะพยายามตามดูแล้วเพื่อจะให้เห็นว่าเกิดขึ้น-ตั้งอยู่-ดับไปอย่างไร ไม่เคยทันเลยคะเวลาโกรธหนูจึงใช้วิธีบริการคนคาถาเจ้าแม่กวนอิมซึ่งเป็นคาถาสั้น ๆ ก็ช่วยได้บ้างไม่ทราบว่า เป็นวิธีที่ถูกต้องรึเปล่า ถ้าไม่ถูกจะปฏิบัติอย่างไรจึงจะดับอารมณ์โกรธได้ทัน

ขอให้เว็บไซต์กัลยาณธรรมอยู่เป็นที่พึ่งให้หนูไปนานๆ นะคะ และหนูมีความศรัทธาในตัวอาจารย์และจะเดินตามรอยอาจารย์ตลอดไปค่ะ

คำตอบ

ตามดูอารมณ์โกรธไม่ทัน เหตุเพราะมีกำลังสติไม่กล้า แข็งจึงไม่เห็นความโกรธดับไปตามกฎไตรลักษณ์ ฉะนั้นทุกครั้งที่อารมณ์โกรธเกิดขึ้นให้บริการคำว่า “ข้างมันเถอะ ๆ ๆ ข้างมัน” ไปเรื่อย ๆ จนความโกรธดับไปเมื่อความโกรธดับไปแล้ว จะเห็นได้เองว่า จิตใจของเราเียงเอนที่ไปรับเอาสิ่งขัดใจมาปรุงแต่งเป็นอารมณ์โกรธ เียงเพราะมีกำลังของสติอ่อน ระวังไม่ทันสิ่งขัดใจนั่นเอง

๑๔๘. อยากดีต้องมีครุดี

คำถาม

เรียนท่านอาจารย์สนอง วรอุไร ที่เคารพ
กระผมได้ปฏิบัติธรรมจนจิตเกิดวิปัสสนาไป ตอนนี้ได้
รักษาหายแล้ว กระผมควรทำอย่างไรต่อไป (เพราะตอนนี้ก็แล้ว
การปฏิบัติธรรมมาก)

คำตอบ

ปฏิบัติธรรมแล้วจิตเกิดวิปัสสนา แสดงว่า ได้เคยปฏิบัติ
ธรรมผิดไปจากแนวทางของพระพุทธะ อนึ่งความกลัวเป็น
เรื่องที่เกิดมาจากเหตุแห่งความรู้ไม่จริงในสิ่งที่กลัว หากเมื่อใด
ปฏิบัติจิตตภาวนาจนเกิดปัญญาเห็นแจ้งในสิ่งที่กลัวได้แล้ว ความ
กลัวจากการปฏิบัติธรรมจะหายไปอย่างจริงแท้แน่นอน ดังนั้น
สิ่งที่ควรทำ (ทำก็ได้ไม่ทำก็ได้) คือแสวงหากัลยาณมิตรใน
ทางธรรมมาเป็นครูชี้แนะและแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นระหว่างการ
ปฏิบัติธรรม กัลยาณมิตรในทางธรรมหมายถึง ผู้ที่เคยผ่าน
ประสบการณ์ปฏิบัติธรรม และสามารถนำจิตวิญญาณเข้าถึง
ความเห็นแจ้งในธรรม และมีธรรมของพระพุทธะสถิตอยู่ในใจ
ได้แล้ว นั่นคือลักษณะของครูผู้ที่ควรแสวงหาและฝากตัว
เป็นศิษย์ปฏิบัติธรรมแล้วความวิปัสสนาของจิตจะไม่เกิดขึ้นอีก

๑๔๙. ดุหมอซีวกเป็นตัวอย่าง

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์สนอง ที่เคารพ
แพทย์ผ่าตัดผู้ป่วยเป็นบาปมัยยะ สงสัยว่า แพทย์ที่ให้
คำวินิจฉัยตามหลักวิชาการ (ทางโลก) ว่าผู้ป่วยเป็นโรคมะเร็ง
แล้วผู้ป่วยได้รับการรักษา (ทางโลกอีกเช่นกัน) ด้วยการผ่าตัด
อวัยวะทิ้งไป เช่น ตัดแขน, ขา, เต้านม, ปอด, และ ลำไส้ เป็นต้น
หรือ ได้รับการรักษาด้วยเคมีบำบัด รวมทั้งแพทย์ที่ทำการ
ผ่าตัดรักษาดังกล่าว เป็นบาปหรือไม่คะ เพราะเหมือนเป็นการ
เปลี่ยนแปลงกรรมของคนไข้ที่ต้องมาเป็นโรคนั้น ๆ และการ
รักษาแบบนี้ก็ทำให้ผู้ป่วยมีความทุกข์ไปอีกแบบคือ ต้องเสีย
อวัยวะและต้องรับผลแทรกซ้อนจากการรักษา แลกกับการที่
อาจจะมีอายุยืนยาวขึ้นอีกชั่วพริบตาเดียว

ขอให้ท่านอาจารย์มีสุขภาพแข็งแรงค่ะ

คำตอบ

หมอซีวกเข้าไปมีส่วนร่วมในวงจรอกุศลกรรมระหว่าง
คนไข้กับเจ้ากรรมนายเวรที่เขาผูกเวรกันไว้ อาณิสส์บาปย่อม
เกิดขึ้นกับผู้เข้าไปมีส่วนร่วมแน่นอน หมอมิใช่ผู้ไป
เปลี่ยนแปลงกรรมของคนไข้ คนไข้ทำอกุศลกรรมด้วยตัวของ

คนไข้เอง เมื่อใดที่กรรมให้ผล เขาจึงต้องรับอกุศลวิบากคือ ความเจ็บป่วย เมื่อหมอเข้าไปรักษาคนไข้ด้วยการผ่าตัด หรือ ด้วยการใช้สารเคมีบำบัด หมอจึงเป็นผู้เข้าไปมีส่วนร่วมในการ เปลี่ยนแปลงอกุศลวิบากของคนไข้ ทำให้คนไข้ต้องได้รับอกุศล วิบากคือความทุกข์ไปเป็นอีกแบบหนึ่ง ก็ยังถือว่าเป็นบาปเช่นกัน ด้วยเหตุนี้พระพุทธะ จึงได้บอกว่าอาชีพรักษาคนไข้ เป็น เดรัจฉานวิชาห้ามสงฆ์สาวกกระทำ ทำแล้วเป็นการสร้างกรรม ให้กับตัวเอง เป็นการขวางทางที่จะนำพาชีวิตให้พ้นไปจากวัฏ สงสารได้ แต่พระพุทธะมิได้ห้ามฆราวาสกระทำ เพราะมีเป้าหมายของชีวิตต่างกัน พระพุทธะสอนให้ฆราวาสอยู่ทุกข์ได้ โดยให้มีทุกข์เท่าที่จำเป็น คือทุกข์ประจำที่เกิดจากชาติ (การเกิด) เวียนเกิดในสังสารวัฏ ด้วยเหตุนี้เองหมอชิวก จึงมิได้บวช เป็นพระสงฆ์ในพุทธศาสนา แต่สามารถพัฒนาจิตวิญญาณตัวเอง จนเข้าสู่ความเป็นอริยบุคคลขั้นต้น (โสดาบัน) ซึ่งไม่ต้องลงไป เกิดเป็นสัตว์ในอบายภูมิ ซึ่งมีความทุกข์มากได้

ฉะนั้นที่บอกเล่ามา จึงสรุปได้ว่า หมออย่าเพิ่งเลิก อาชีพรักษาคนไข้ เพราะหมอยังต้องเป็นสมาชิกของสังคม คน เจ็บป่วยในสังคมยังมีประโยชน์ให้หมอได้สร้างบุญสร้างบารมี ได้อยู่ หากทำได้อย่างที่หมอชิวกได้ทำให้ดูเป็นตัวอย่างได้เมื่อ ไດแล้ว ผู้ตอบปัญหาอนุโมทนาด้วยคำว่า สาธุ ๆ ๆ

๑๕๐. ขอคำปรึกษาจากหมอ

คำถาม

เรียนดร.สนอง ที่เคารพ
ดิฉันมีปัญหาทุกข์ใจเรื่องลูกมีอาการขาเกร็ง ออกิสติค อ่อน ๆ พ่อเขาก็ไม่เอา ดิฉันไม่รู้จะแก้ไขกรรมโดยเร็วอย่างไร เพราะทุกข์มาก

คำตอบ

ต้องขออภัยผู้ถามปัญหา ผู้ตอบปัญหามิได้ศึกษามา ทางด้านนี้จึงไม่มีความรู้ที่จะให้คำแนะนำ ปัญหาเรื่องขาเกร็ง ของลูกน่าจะไปขอคำปรึกษาจากหมอที่มีทักษะในเรื่องของ ระบบประสาทจะได้รับการชี้แนะที่ถูกตรงกว่า

ผู้ใดมีสิ่งใดละ คุณธรรม ไม่เบียดเบียน
สร้างคุณ ชุมใจ ใจใส ปราศจากมลทินโทษ
ผู้นั้นแล เรียกว่า เถระ
ธรรมบท

๑๕๑. ฝึกทั้งสองอย่าง

คำถาม

เรียน อาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร

รบกวนเรียนถามอาจารย์อีกเรื่องค่ะ เพิ่งเริ่มปฏิบัติธรรมคิดว่าในแนววิปัสสนาคือดูท้องยุบหนอพองหนอ แต่หากมีอาการอื่นแทรกก็ให้รู้และบริกรรมตามอาการนั้นนั้น เช่น ยินหนอ ปวดหนอ โยกหนอ ซึ่งการปฏิบัติได้ผลดีช่วงที่ไปปฏิบัติที่วัดถือศีล ๘ แต่กลับมาบ้านจิตฟุ้งกว่ามาก สมาธิก็น้อย คิดว่าตัวเองมีพื้นฐานสมาธิน้อยเพราะไม่ได้ฝึกสมถก่อน (เพราะฟังธรรมบรรยายของอาจารย์ อาจารย์ได้ฝึกสมถก่อนซึ่งจะเป็นพลังสมาธิเป็นฐานในการฝึกวิปัสสนาต่อไป) เลยอยากขอคำแนะนำจากอาจารย์ว่า ควรจะไปลองฝึกแบบสมถก่อนหรือไม่ หรือปฏิบัติตามแบบที่เรียนมาต่อไป หรือทำทั้ง ๒ แบบเพื่อให้เกิดความก้าวหน้าที่เร็วขึ้น หากให้ฝึกแบบสมถ ฝึกอย่างไรคะ ขอบพระคุณมากค่ะ

คำตอบ

การมีจิตฟุ้งด้วยอารมณ์ปรุงแต่ง เหตุเป็นเพราะจิตมีกำลังของสติอ่อน ส่งผลให้จิตมีความตั้งมั่นเป็นสมาธิได้น้อย การฝึกกรรมฐานทำได้ ๒ เรื่อง คือฝึกจิตให้สงบตั้งมั่นเป็นสมาธิ (สมถกรรมฐาน) เมื่อจิตสงบตั้งมั่นได้แล้ว จึงนำจิตมาฝึกให้เกิดปัญญาเห็นแจ้ง (วิปัสสนากรรมฐาน)

ประสงค์ความก้าวหน้าในการฝึกจิต ต้องทำจิตให้สงบ ตั้งมั่นเป็นสมาธิให้ได้ก่อน ด้วยการเลือกกรรมฐานเรื่องใดเรื่องหนึ่ง (ดูกรรมฐาน ๔๐ หน้า๑๕๙) ที่เหมาะกับจริตของตน เมื่อจิตเกิดความตั้งมั่นเป็นสมาธิได้แล้ว นำกำลังสมาธิระดับจวนแน่น (อุปจารสมาธิ) มาใช้เป็นฐานการฝึกให้เกิดปัญญาเห็นแจ้ง (วิปัสสนาญาณ) ด้วยการพิจารณา สติปัญญา ๔ (กาย เวทนา จิต ธรรม) ว่าดำเนินไปตามกฎไตรลักษณ์ เมื่อใดที่จิตเข้าถึงความจริงของความเป็นไตรลักษณ์ได้แล้ว ปัญญาเห็นแจ้งจึงจะเกิดขึ้นได้

ที่กล่าวข้างต้น เป็นแนวทางที่เหมาะสมต่อการพัฒนาจิต วิญญาณของคนที่เกิดในยุคนี้ แต่มีหลายคนในครั้งพุทธกาล มีพื้นฐานของจิตตั้งมั่นมาแล้วแต่ขาดปัญญาเห็นแจ้ง เขาเพียงแค่วิถีนิมิตตสมาธิ ก็ได้เข้าถึงดวงตาเห็นธรรมได้ ดังเช่นท่าน อัญญาโกณฑัญญะ อุปติสสะ โกลิตะ พาหิยะ ฯลฯ

คนดี ย่อมปรากฏเด่น
เหมือนภูเขาหิมพานต์
คนไม่ดี ถึงอยู่ใกล้ ก็ไม่ปรากฏ
เหมือนลูกศรที่เขายิงไปในราตรี
ธรรมบท

๑๕๒. เชิญเขามาอยู่แล้วไม่ดูแล

คำถาม

เรียน อ.สนอง ที่เคารพ
พี่สาวซื้อบ้านใหม่และมีผู้แนะนำให้ตั้งตุ้จู้เอี้ย พี่สาวได้ทำตาม แต่ปรากฏว่าหลังจากตั้งศาลแล้วพี่สาวไม่ได้อยู่บ้านตนเองเลย เพราะกลับมาอยู่บ้านแม่ และไม่ได้กลับไปดูแลบ้านตัวเอง จึงไม่ได้กราบไหว้บูชาศาลเจ้าเลย จะเกิดอะไรขึ้นกับพี่สาวไหมคะ เพราะแม่ต้องการพี่สาวมาดูแล แต่แม่ไม่เคยแนะนำให้พี่สาวกลับไปไหว้เจ้าที่บ้านเลยคะ

คำตอบ

ตั้งศาลตั้งตุ้จู้เอี้ยแล้วไม่ได้เซ่นไหว้เลยก็เท่ากับว่าเจ้าที่ไม่ได้รับทานที่เกิดจากการเซ่นไหว้ พี่สาวจึงไม่มีเพื่อนที่อยู่ต่างมิติ หากมีปัญหาใดเกิดขึ้นกับบ้านใหม่ที่ไปซื้อทิ้งไว้จะไม่มีใครช่วยปกป้องคุ้มครองให้ปลอดภัย

ไม่ว่าบนท้องฟ้า ไม่ว่าท่ามกลางมหาสมุทร
ไม่ว่าในหุบเขา ไม่มีแม่เหล็กแห่งเดียว
ที่คนเราอาศัยอยู่แล้ว ๖๖๖ ๖๖๖ ๖๖๖
ธรรมบท

๑๕๓. ปฏิบัติธรรมไม่ก้าวหน้า

คำถาม

ดิฉันปฏิบัติธรรมมาระยะเวลาพอสมควร แต่ยังไม่ก้าวหน้า ควรทำอะไรคะจึงจะปฏิบัติธรรมได้ดี ด้วยความเคารพอย่างสูง

คำตอบ

หวังความก้าวหน้าเกิดขึ้นจากการปฏิบัติธรรมอย่างน้อยต้องทำให้ได้ ๓ เรื่อง ดังนี้

๑. ผู้ปฏิบัติต้องมีศีล ๕ คมใจอยู่ทุกขณะตื่น
๒. ต้องเจริญจิตภาวนาทุกครั้งที่ว่างจากงานของสังคมและเจริญจิตภาวนาทุกครั้งที่นั่งได้
๓. ต้องอุทิศบุญกุศลให้กับเจ้ากรรมนายเวร หลังเสร็จจากการปฏิบัติธรรม

หากทำได้ทุกอย่างที่แนะนำ มรรคผลแห่งการปฏิบัติธรรมย่อมเกิดขึ้น

ยิ่งกว่าเอกราชทั่วแผ่นดิน
ยิ่งกว่าชั้นสวรรค์ลัย
ยิ่งกว่าอธิปไตยในโลกทั้งปวง
คือ พระโสดาปัตติผล
ธรรมบท

๑๕๘. การบูชาที่ดีกว่า

คำถาม

เรียนอาจารย์สนองที่เคารพ

ขอสอบถามปัญหาเรื่องการถวายข้าวหรือน้ำพระพุทธ
จำเป็นหรือไม่ หรือเพียงดอกไม้ ธูป เทียนเท่านั้น ที่บ้านจะไหว้
พระโดยถวายน้ำเปล่าทุกองค์ วันพระจะถวายดอกไม้ พวงมาลัย
แต่จะสวดมนต์ทุกครั้ง เปิดซีดีบทสวด และเชิญทุกรูปทุกนาม
บริเวณบ้านมารับฟังธรรมเพื่อเป็นบุญของแต่ละท่าน แต่ละตน
ทุกเช้าและเย็น ทำถูกต้องแล้วหรือไม่

คำตอบ

บูชาผู้ควรบูชา เป็นมงคลอุดม การบูชาทำได้สองทาง
คือ “อามิสบูชา” การบูชาด้วยสิ่งของเครื่องใช้ ดังเช่นที่บอกเล่าไป
การถวายข้าว น้ำ ดอกไม้ ธูป เทียน พวงมาลัยฯลฯ เป็นอามิส
บูชาสามารถทำได้ ยังมีการบูชาที่ดีกว่าที่เรียกว่า “ปฏิบัติบูชา”
ได้แก่การปฏิบัติจิตตภาวนา การสวดมนต์ การฟังธรรม เป็น
ปฏิบัติบูชา เป็นการปฏิบัติธรรมเบื้องต้น ถ้าจะให้เกิดผลดีควร
ปฏิบัติให้ยิ่งกว่านั้น คือปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเมื่อใดที่จิตเข้า
ถึงมรรคผลของการปฏิบัติได้แล้ว จะเกิดปัญญาเห็นแจ้ง ได้
ดวงตาเห็นธรรมการปฏิบัติเช่นนี้เป็นการบูชาสูงสุด

กัมมัฏฐาน(กรรมฐาน) ๔๐ คือ กสิณ ๑๐ (เพ่งเพ่งจุงจิตให้เป็นสมาธิ) ๑.ปฐวี
กสิณ กสิณคือดิน ใช้ดินเป็นอารมณ์ ๒.อาโปกสิณ กสิณคือน้ำ ๓.เตโชกสิณ กสิณ
คือไฟ ๔.วayoกสิณ กสิณคือลม ๕.นิลกสิณ กสิณคือสีเขียวคราม ๖.ปีตกสิณ กสิณ
คือสีเหลือง ๗.โลหิตกสิณ กสิณคือสีแดง ๘.โอทาตกสิณ กสิณคือสีขาว ๙.อาโลก
กสิณ กสิณคือแสงสว่าง ๑๐.อากาสกสิณ กสิณคือที่ว่างเปล่า (วิสุทธิ.1/150-217)

อุสุภะ ๑๐ (ซากศพในสภาพต่าง) ๑.อุทฐุมาทกะ ซากศพที่เนาพองขึ้นอีก
๒.วินีตกะ ซากศพที่มีสีเขียวคล้ำละด้วยสีต่าง ๆ ๓.วิบุพพะกะ ซากศพที่มีน้ำ
เหลืองไหลเยิ้ม ๔.วิจฉิทกะ ซากศพที่ขาดจากกันเป็น ๒ ท่อน ๕.วิกขาติกะ
ซากศพที่ถูกสัตว์กัดกิน ๖.วิกขิตกะ ซากศพที่กระดูกกระจายมือเท้าศีรษะหลุดออก
๗.หตวิกขิตกะ ซากศพที่ถูกสับฟันบั่นเป็นท่อนๆ ๘.โลหิตกะ ซากศพที่มีโลหิต
ไหลอาบ ๙.บุพฺพวกะ ซากศพที่มีหนองคลาคล่ำเต็มไปหมด ๑๐.อัญญูกะ ซากศพที่
ยังเหลืออยู่แต่กระดูก (วิสุทธิ.1/226)

อนุสสติ ๑๐ (ความระลึกถึง) ๑.พุทธานุสติ ระลึกถึงพระพุทธเจ้า ๒.ธัมมานุ
สติ ระลึกถึงพระธรรม ๓.สังฆานุสติ ระลึกถึงพระสงฆ์ ๔.สีถานุสติ ระลึกถึงศีล
๕.จาคานุสติ ระลึกถึงการบริจาค ๖.เทวานุสติ ระลึกถึงคุณธรรมตามที่มีอยู่ใน
ตน ๗.มรณสติ ระลึกถึงความตาย ๘.กายคตาสติ กำหนดพิจารณากายมีให้
หลงใหลมัวเมา ๙.อานาปานสติ ระลึกถึงลมหายใจเข้าออก ๑๐.อุปสมานุสติ ระลึก
ถึงธรรมเป็นที่สงบ

อัปปมัญญา(พรหมวิหาร) ๔ (ธรรมเครื่องอยู่อย่างประเสริฐ) ๑.เมตตา ความ
ปรารถนาดี ๒.กรุณา ความสงสารคิดช่วยให้พ้นทุกข์ ๓.มุทิตา ความยินดี
๔.อุเบกขา ความวางใจเป็นกลาง (วิสุทธิ.2/124)

อาหาเรปฏิกูลสติ ๑ (กำหนดพิจารณาความเป็นปฏิกูลในอาหาร)

จตุรธาตุวชิฐฐาน ๑ (กำหนดพิจารณาธาตุ ๔) อรูป ๔ (ฉานมีอยู่รูปธรรม
เป็นอารมณ์) ๑.อากาสัญญาตนะ ฉานอันกำหนดอากาศคือช่องว่างหาที่สุด
มิได้เป็นอารมณ์ ๒.วิญญานัญญาตนะ ฉานอันกำหนดวิญญาณหาที่สุดมิได้
เป็นอารมณ์ ๓.อากิญจัญญาตนะ ฉานอันกำหนดภาวะที่ไม่มีอะไร ๆ เป็นอารมณ์
๔.เนวสัญญานาสัญญาตนะ ฉานอันเข้าถึงภาวะมีสัญญาที่ไม่ใช่ไม่มีสัญญาก็ไม่ใช่

(ที.ปา.11/235/235; ส.สพ.18/159/326.)

๑๕๖. ไม่ค่อยถูกยุ่งกััด

คำถาม

การมีใจเมตตาไม่ฆ่ายุ่ง เป็นอานิสงค์ที่เราไม่ค่อยถูกยุ่งกััด เป็นไปได้หรือไม่ (ในทีเดียวกันคนอื่นบ่นยุ่งกััดเต็มไปหมด)

คำตอบ

เมื่อไม่ฆ่ายุ่ง ก็ไม่มีเวรผูกพันกับยุ่ง จะไม่ถูกยุ่งกััด ซึ่งเป็นไปตามกฎแห่งกรรม คำว่าไม่ค่อยถูกยุ่งกััดแสดงว่ายังมียุ่งบางตัวกััดอยู่ นี่เป็นผลที่เกิดจากมียุ่งบางตัวที่ถูกฆ่ายังจองเวรอยู่แต่มีไม่มาก ผู้ตอบปัญหาเคยไปกราบหลวงพ่อกะเกษม เขมมโกโม่เห็นยุ่งสักตัวเดียวกััดท่าน แต่ผู้ทีไปกราบคารวะท่านถูกยุ่งกััดกันถ้วนหน้า นี่เป็นเครื่องแสดงว่าหลวงพ่อกะเกษมมีจิตเมตตาเต็มร้อยกับยุ่ง

.....
อย่าดูถูกความขี้เล็กละน้อยว่าอะไรไม่ผลิผล
น้ำตกลูกเวหาที่ระเหยหาย ๆ ยิ่งเต็มตุ้มได้
คนพาลทำความขี้เล็กละน้อย
ก็ย่อมเต็มตุ้มโดยความขี้เล็กละน้อยเช่นกัน
ธรรมบท

๑๕๗. เป็นสิทธิของเขา

คำถาม

หากเราสวดมนต์หรือแผ่ส่วนกุศลไปให้ผู้ป่วยซึ่งใกล้เสียชีวิตทำให้เราต้องเข้าไปสู่วงจรการชดใช้กรรมของเขาหรือไม่ และทำให้เราต้องรับความเจ็บปวดร่างกายบ้างจากเจ้ากรรมนายเวรเขาได้หรือไม่ หรือหากเราเปลี่ยนเป็นอุทิศส่วนกุศลให้เจ้ากรรมนายเวรของคนป่วย เพื่อให้อุทิศกรรมและให้เขาจากไปอย่างสงบจะดีกว่าหรือไม่ กราบขอบพระคุณค่ะ

คำตอบ

หากการเจ็บป่วยมีต้นเหตุมาจากการถูกจองเวร การทีผู้หนึ่งผู้ใดแผ่กุศลไปให้ผู้ป่วย ถือว่าเข้าไปร่วมวงจรการชดใช้กรรมของเขา บุญเกิดจากการอุทิศให้ผู้ป่วย และบาปเกิดจากการถูกจองเวรจากเจ้ากรรมนายเวรของผู้ป่วย การกระทำเช่นนี้จึงได้ทั้งบุญและบาป

อนึ่งการอุทิศกุศลให้กับเจ้ากรรมนายเวรของผู้ป่วยและให้เจ้ากรรมนายเวรยกเลิกการจองเวร ผู้อุทิศบุญสามารถทำได้แต่เจ้ากรรมนายเวรจะยกเลิกหรือไม่ยกเลิกการจองเวรเป็นสิทธิของเขา

.....
ไม่พึงคบมิตรชั่ว ไม่พึงคบคนเลวทราม
พึงคบกับสัตยาณมิตร พึงคบคนทีดีเยี่ยม
ธรรมบท

๑๕๘. ตามกฎแห่งกรรม

คำถาม

คำถามจากคณะทันตแพทย์ ม.ขอนแก่น, ๒๐ มี.ย. ๒๕๕๐
ท่านว่ามีผู้เอาเรื่องราวของท่านที่บรรยายไว้เขาเอาไปก๊อปปี
โดยไม่ขออนุญาตจะมีโทษภายหลัง ถ้ามว่า ถ้าเช่นนั้นการ
ก๊อปปีหนังสือธรรมะ เรื่องราวต่าง ๆ ตลอดจนแผ่นซีดีธรรมะ
แจกจ่ายไปโดยไม่ขออนุญาตเจ้าของจะเป็นเช่นไรครับ

คำตอบ

เมื่อใดที่กรรมให้ผล ผู้ที่ก๊อปปีผลงานของผู้อื่นโดยไม่
ขออนุญาตจากเจ้าของ จะถูกเจ้ากรรมนายเวรเอาผลงานของ
ตัวเองไปใช้บ้างโดยไม่บอกเจ้าของ

ฟังว่ากล่าวตักเตือนคนอื่น
และฟังก็ตักกันเขาจากความจริง
คนที่คอยสั่งสอนเขานี้
คนดีรัก แต่คนชั่วเกลียด

ธรรมบท

๑๕๙. อธิษฐานเช่นไร

คำถาม

เราเกิดมาทุกคน ถ้าเราและครอบครัวยังไม่ได้
อธิษฐานอะไรเลย เราควรจะแนะนำให้อธิษฐานเช่นไรไว้เป็น
เบื้องต้น (เพื่อภพชาติต่อไป)

คำตอบ

เพื่อการเกิดใหม่ในภพชาติถัดไปและได้พบกับชีวิตที่
ปกติสุข ควรอธิษฐานว่า เกิดใหม่ให้ได้พบพระพุทธศาสนามิ
ปัญญาเห็นถูกและคำว่าไม่มี ไม่ดี ไม่ได้ ไม่สบาย จงอย่า
บังเกิดขึ้นกับข้าพเจ้า

คนหุ่ศีลก็เหมือนกับต้นไม้
ที่เถาวัลย์ขึ้นนอนรก
เขาทำตัวให้วุ่นวายเอง
มีลำต้องรอให้ศัตรูมาคอยกระทำให้

ธรรมบท

๑๖๐. มิจฉาวาจา

คำถาม

ถ้าหากคุณ... เมื่อครั้งโดนชาวเหนือสาปแช่ง ถ้าเขาไม่เจตนาจะลบหลู่ แต่โดนคนส่วนมากทั้งเมืองสาปแช่งผลจะเป็นเช่นไร

คำตอบ

ไม่มีเจตนาจะลบหลู่สิ่งที่คนส่วนมากเคารพบูชากราบไหว้ศรัทธาเลื่อมใส แต่ด้วยเหตุแห่งการมีความเห็นผิด (มิจฉาทิฎฐิ) ไปจากธรรม จึงนำไปสู่ความคิดที่ผิด(มิจฉาสังกัปปะ) จึงพูดผิด (มิจฉาวาจา) พูดแล้วเป็นเหตุให้ชาวเหนือจำนวนมากเข้าใจผิด จึงถูกสาปแช่ง ผลที่จะเกิดตามมาในวันข้างหน้า ในภพนี้หรือภพไหน ๆ ที่โคจรไปเจอกับคนที่เคยผูกเวรกันไว้ ปฏิสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นจะเป็นไปในทางลบ เช่น ถูกตำ ถูกขบไล่ ถูกนินทา ถูกให้ร้าย ฯลฯ

.....
กรรมไม่ดี ทั้งไม่มีประโยชน์นำตน ทำง่าย
แต่กรรมดี และมีประโยชน์ ทำได้ยากยิ่งนัก
ธรรมบท

๑๖๑. ขตใช้กรรมแบบไหน

คำถาม

ถ้าหากการฆ่าชีวิตคนต้องชดใช้กรรมด้วยชีวิต การฆ่าศัตรูสมัยก่อน จะเป็นเช่นไรครับ ต้องชดใช้กรรมแบบไหน

คำตอบ

กรรมที่จะให้ผลกับผู้ฆ่าชีวิต คือมีอายุสั้นชีวิตมีอุปสรรคปัญหา อาพาธเจ็บป่วย ตายแล้วมีโอกาสลงไปเกิดเป็นสัตว์ในอบายภูมิได้

๑๖๒. อยากรู้เขาอยู่ไหน

คำถาม

ปานนี้เทวทัตจะพ้นวิบากกรรมหรือไม่ครับ

คำตอบ

อายุขัยของสัตว์ในอเวจนิรก ยาวนานประมาณ ๑ อันตรกัป เมื่อคำนวณเป็นระยะเวลาในเมืองมนุษย์แล้ว เทวทัตยังคงรับอกุศลวิบากอยู่ที่นั่น

๑๖๓. เหตุเพราะจิตหลง

คำถาม

การฆ่าสัตว์นั้นสัตว์นี้ต้องชดใช้ ถ้าไม่ได้ฆ่าสัตว์มีสิทธิ์ เป็นสัตว์ต่าง ๆ เพราะเหตุใด

คำตอบ

เพราะเหตุจิตถูกความหลง (โมหะ) เข้าครอบงำ

๑๖๔. อริชฌานเกิดเป็นผู้ชาย

คำถาม

อริชฌานอย่างไรจึงจะมีสิทธิ์เกิดเป็นผู้ชาย

คำตอบ

อริชฌานเกิดเป็นผู้ชาย แล้วต้องทำเหตุให้ตรงจึงมี โอกาสเกิดเป็นผู้ชายได้ เหตุตรงคือ มีศีล ๕ คุมใจ รับใช้ใกล้ ชิดผู้มีคุณธรรมสูง นำมวลชนทำประโยชน์สาธารณะ ทำตัว เองให้เป็นที่พึ่งแห่งตนและเป็นที่พึ่งแก่มวลชนได้ ฯลฯ

๑๖๕. การบริหารทรัพย์รื้อน

คำถาม

ได้ฟังธรรมจากอาจารย์ว่าการซื้อบ้านที่ธนาคารยึดมา เป็นของรื้อนนั้น ดิฉันเพิ่งทราบที่ไม่ดี เมื่อดิฉันซื้อมาแล้วจะ ทำอย่างไรดีคะ พอมีวิธีแก้ได้อย่างไรคะขอคำแนะนำจาก อาจารย์ด้วยค่ะ แต่ทุกวันนี้ก็พยายามปฏิบัติธรรมอยู่ตาม โอกาสและทำบุญครั้งใดก็อุทิศส่วนบุญกุศลนั้นให้เจ้าที่คิดว่า เขาคู่มครองอยู่เสมอค่ะ แต่ไม่เคยทำบุญที่บ้าน เพราะคิดว่า เราไปทำบุญที่ไหนเราก็ระลึกนึกถึงและอุทิศส่วนกุศลให้ทุกครั้ง และโดยปรกติอยู่บ้านก็สวดมนต์เช้า - เย็นและนั่งสมาธิเสมอ และก็อุทิศให้เขาตลอด อยากขอคำแนะนำที่ดีจากอาจารย์

คำตอบ

ทำอย่างที่บอกเล่าไปนั้นดีแล้ว จงทำต่อไป อุทิศบุญ กุศลให้กับเจ้าของเดิมไปเรื่อย ๆ จนกระทั่งจิตของเจ้าของ บ้านเดิมไม่เสียดายที่บ้านถูกธนาคารยึด คุณก็จะอาศัยอยู่ใน บ้านที่ซื้อมาได้อย่างปกติสุข หรืออีกทางหนึ่งคือขายบ้านทิ้งไป แล้วหาบ้านใหม่ที่เป็นทรัพย์เย็นมาอยู่อาศัย ถ้าให้เลือกปฏิบัติ ผู้ตอบปัญหาเลือกวิธีแรก เพราะจะได้มีโอกาสสร้างบุญบารมี ให้กับตัวเองไปเรื่อย ๆ และยังเป็นการได้เพื่อนอีกด้วย

๑๖๖. เข้าฌานแล้วตามดู

คำถาม

กราบเรียน อาจารย์ ดร.สนองที่เคารพ โดยปกติแล้วคุณแม่จะเป็นคนห่วงลูกหลานตลอดเวลา ขณะนี้ ท่านได้เสียชีวิตไปแล้วโดยการนอนหลับไปเฉย ๆ จากโรคเส้นเลือดหัวใจตีบโรคไต ดูจากหน้าตาท่านตอนเสียชีวิต เหมือนหลับไปเฉย ๆ ไม่ได้ทุรนทุราย หรือ เจ็บ อยากทราบว่า จะทราบได้อย่างไรคะว่าท่านไปสุคติหรือไม่ และทำบุญ (ถวายภัตตาหาร สังฆทาน ปฏิบัติธรรม ถวายมหาทานตามที่อาจารย์บอก) ให้ท่าน ท่านจะได้รับหรือไม่คะ กราบขอบพระคุณอย่างสูงค่ะ

คำตอบ

การนอนหลับตามิได้หมายความว่า จิตไม่มีการเกิด-ดับ (ภวังค์) เสมอไป หากนอนหลับแล้วจิตเข้าสู่ภวังค์ จิตจะทำงานไม่ได้ จะเคลื่อนออกจากร่างกายไม่ได้ ฉะนั้นขณะจิตออกจากร่างจิตต้องมีการเกิด-ดับ การตายจึงจะเกิดขึ้นได้ การสละทิ้งร่างกายในขณะที่จิตมีสติกำกับ จิตจะไปปฏิสนธิในร่างใหม่ในสุคติภพ แต่หากขณะจิตสละทิ้งร่างกาย โดยขาดสติกำกับ จิตจะไปปฏิสนธิในร่างใหม่ในทุคติภพ ทั้งนี้จะทราบได้ด้วย การเข้าฌานแล้วตามดู ดังตัวอย่างที่พระอนุรุทธเถระตามดูการ

เสด็จดับขันธปรินิพพานของพระพุทธเจ้า พระมหาโมคคัลลานะเข้าฌานแล้วขึ้นไปพบกัณฐกะเทพบุตรในดวงดึงส์ วังคีสะ พรหมณ์เข้าฌานแล้วใช้นิ้วติดกะโหลกคนตาย แล้วรู้ว่าผู้เคยเป็นเจ้าของกะโหลกนั้นตายแล้วไปเกิดที่ไหน หรืออธิษฐานให้คนตายไปแล้วมาบอก หากเขาอยู่ในภาวะที่มาได้ ก็สามารถรู้ได้ ฯลฯ

ส่วนการอุทิศบุญกุศลไปให้คนตาย หากเขาไปเกิดอยู่ในภาวะที่มานุโมทนาบุญได้ เขาก็จะได้รับบุญที่มีผู้อุทิศให้ ดังตัวอย่างของปรทัตตูปชีวีเปรต ญาติของขุนคลัง (อดีตของพระเจ้าพิมพิสาร)

ใจเป็นผู้ทำทุกสิ่งทุกอย่าง ใจเป็นใหญ่
ทุกอย่างสำเร็จได้ด้วยใจ ถ้าคนเรามีใจชั่วเสียแล้ว
การพูด การกระทำก็พลอยชั่วไปด้วย
เพราะการพูดชั่วทำชั่วนั้นทุกข้อมตามสนองเขา
เหมือนล้อหมุนตามรอยเท้าโต
ธรรมบท

๑๖๙. กรรมเบียดเบียน

คำถาม

การที่ปลวกขึ้นบ้านนั้น มีสาเหตุมาจากเรื่องกรรม, ศาลเจ้าที่ หรือการเบียดเบียนกันไว้หรือเปล่าคะ ตอนสมัยคุณพ่อยังมีชีวิตอยู่ไม่เห็นมีเลยคะ

คำตอบ

กรรมที่ทำแล้วเกิดเป็นความเบียดเบียน เมื่อกรรมให้ผล ผู้ทำกรรมจะถูกเบียดเบียนตอบ

๑๗๐. พรที่ให้

คำถาม

รบกวนขอพรหรือคำให้กำลังใจจากท่านอาจารย์ เมื่อเวลารู้สึกท้อ หรือความเพียรลดลงคะ เพราะเวลาที่ตัวเองไม่สบายใจนั้น จะเปิดเทปบรรยายธรรมของท่านอาจารย์ฟังแล้วจะรู้สึกสบายใจขึ้นคะ ด้วยความเคารพอย่างสูง

คำตอบ

ให้เปิดเทปบรรยายธรรมของผู้ตอบปัญหาฟังบ่อย ๆ แล้วจะเกิดเป็นความสบายใจขึ้น นั่นคือพรที่ให้

๑๗๑. ไม่เหมือนกัน

คำถาม

กราบสวัสดิ์ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร
ผมมีข้อข้องใจเรื่องการปฏิบัติธรรมครับ ผมเคยอ่านหนังสือธรรมะที่อ้างอิงจากพระไตรปิฎก ที่ว่าเมื่อได้ ปฐมฌาน ทุติยฌาน... ให้ น้อมจิต ไปเพื่อวิปัสสนา โดยเห็นว่ารूप เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ นี้ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นไปเพื่ออาพาธ เป็นอนัตตา... คำว่า น้อมจิต กับคำว่าพิจารณา เหมือนกันหรือไม่ครับ เพราะถ้าพิจารณาผมเกรงว่าจะติดเป็นจินตามยปัญญา ครับ

คำตอบ

น้อม หมายถึง โนม ค้อม โอนอ่อนตามในพจนานุกรม ฉบับเฉลิมพระเกียรติ คำว่าน้อมจิต น่าจะอนุมาณเหมือนคำว่า น้อมกาย ซึ่งหมายถึงย่อกายลง ทรวดกายลง ยอบกายลง ฯลฯ ส่วนคำว่า พิจารณาหมายถึงตรวจตรา ตรีตรอง สอบสวน ฉะนั้น คำทั้งสองจึงมีความหมายไม่เหมือนกัน

มรตาก็ทำให้ไม่ได้ บิตาก็ทำให้ไม่ได้

ญาติพี่น้องก็ทำให้ไม่ได้ แต่จิตที่ฝึกฝนไว้ชอบ

ย่อมทำสิ่งนั้นได้ และทำได้อย่างประเสริฐด้วย

๑๓๖. สู่ความเป็นอนัตตา

คำถาม

จริง ๆ แล้วต้องทำอะไรต่อครับ หรือว่าดูความเปลี่ยนแปลงของสภาวะไปเรื่อย ๆ อย่างเดียวขณะที่ถอยมาอยู่ที่อุچارสมาธิครับ

คำตอบ

ให้ถอนความตั้งมั่นของจิตออกจากฌาน ให้เข้ามาอยู่ในระดับตั้งมั่นจวนแน่น (อุچارสมาธิ) แล้วใช้จิตตามดูผัสสะที่เกิดขึ้นกับจิต จนเห็นผัสสะเป็นไปตามกฎไตรลักษณ์ เมื่อใดที่ผัสสะหมุนเข้าสู่ความเป็นอนัตตา แล้วไม่หวนกลับคืนมาเกิดอีก จิตจะเห็นแจ้งในผัสสะว่าเป็นสิ่งไม่มีตัวไม่มีตน จิตจึงปล่อยวางแล้วว่างเป็นอุเบกขา ทุกชนิดของผัสสะให้ใช้จิตตามดูเช่นเดียวกันนี้ แล้วจิตจะเกิดปัญญาเห็นแจ้งเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ

ผู้มีปัญญา มักไม่ประมาท เมื่อคนส่วนมากพากันประมาท
และตื่น เมื่อคนส่วนมากพากันหลับอยู่
เขาลึงละทิ้งคนเหล่านั้นไปไกล
เหมือนม้าฝีเท้าเร็ว ดึงสายม้ากลับตนนั้น
ธรรมบท

๑๓๗. ถูกแต่ยังไม่ถูกหมด

คำถาม

เมื่อเกิดอุเบกขาจิตแล้ว ก็เจริญสติปัฏฐานต่อไป เพื่อเพิ่มกำลังสติ สมาธิ ญาณแก่กล้าให้มากขึ้น แล้วจิตจะพัฒนาไปเองตามลำดับ ผมเข้าใจอย่างนี้ถูกต้องหรือไม่ครับ ด้วยความเคารพยิ่ง

คำตอบ

เมื่อจิตเกิดปัญญาเห็นแจ้ง ให้นำจิตไปพิจารณาโดยแยกกาย (โยนิโสมนสิการ) ในกาย เวทนา จิต ธรรม จนเห็นว่าแต่ละเรื่องที่ยกขึ้นมาพิจารณาเป็นไปตามกฎไตรลักษณ์ จิตจะเห็นแจ้งว่าสิ่งใดมีเกิดขึ้น สิ่งนั้นย่อมดับไป ไม่มีตัวไม่มีตน เป็นธรรมดาเมื่อจิตมีปัญญาเห็นแจ้งมากขึ้น ให้นำจิตมาพิจารณากิเลสที่นอนเนื่องอยู่ในใจ (อนุสัย ๗ หน้า ๘๖) หรือพิจารณากิเลสที่ผูกมัดใจสัตว์ให้ต้องเวียนตายเกิด ในวัฏสงสาร (สังโยชน์ ๑๐ หน้า ๘๙) ว่าตัวใดดับไปเป็นอนัตตาแล้วกิเลสตัวใดยังเหลือให้ต้องพิจารณา เพื่อกำจัดให้หมดไปจากใจ ปฏิบัติเช่นนี้เป็นหนทางปฏิบัติที่นำจิตเข้าสู่ความเป็นอริยบุคคล

ควรปฏิบัติตนให้ตักถอน แล้วค่อยสละตนอื่น
บัณฑิตเมื่อทำได้อย่างนี้ จึงจะไม่สร้างมลทินแก่ตัว

๑๓๔. ตัวสั้นตัวหมุน

คำถาม

เรียน อาจารย์สนอง วรอุไร หนูเริ่มปฏิบัติธรรมมาได้สักกระยะหนึ่งแล้วโดยใช้วิธีดูลมหายใจเข้า-ออกของตัวเอง มีอยู่วันหนึ่งได้กำหนดลมหายใจเพื่อให้จิตนิ่งเป็นสมาธิโดยอิริยาบถนอน จู๋ ๆ ก็มีความรู้สึกที่ตัวสั้นแล้วก็มีความรู้สึกที่ตัวเราหมุนไปรอบทิศเป็นวงกลมอย่างช้า ๆ ทั้งที่เรายังนอนอยู่เฉยไม่ทราบว่ามันเป็นอาการที่ดีหรือไม่ดีคะ อยากให้อาจารย์ช่วยอธิบายปรากฏการณ์นี้ทีคะ และถ้ามันไม่ดีแสดงว่าเราปฏิบัติผิดทางรีเปลา่คะแก้ไขอย่างไรคะ

คำตอบ

ความรู้สึกว่า “ตัวหมุน” อย่างที่บอกเล่าไปนั้นเป็นอาการที่เกิดขึ้นจากการมีจิตขาดสติ เหตุเพราะจิตเคลื่อนออกไปจากลมหายใจเข้าออก แล้วไปจับหรือระลึกอยู่กับอาการตัวหมุน ซึ่งเป็นการปฏิบัติธรรมที่ผิดทาง วิธีแก้ไข เมื่อเริ่มรู้สึกว่าตัวหมุนให้กำหนดว่า “หมุนหนอ ๆ ๆ ๆ” ไปเรื่อย ๆ จนกว่าความรู้สึกตัวหมุนดับไปแล้วต้องดึงจิตกลับมาสู่องค์ภาวนาเดิม

.....
: ห่วงน้ำลึก ไส้สะอวดสงบนใจ :
: บัณฑิตพึงธรรมแล้วอย่าลืมจิตใจสงบนิ่ง :
:

๑๓๕. ทำงานด้วยใจ

คำถาม

ได้ฟังบรรยายของอาจารย์สนองแล้ว อาจารย์บอกว่า เวลาทำงานให้ใช้จิตทำงานแทนสมอง แล้วจะไม่ล้าไม่เหนื่อยอยากทราบว่าใช้จิตทำงานนั้นเป็นอย่างไรแล้วมันจะประสานงานกับสติอย่างไรคะ กรุณาช่วยยกตัวอย่างให้เห็นด้วยคะเพื่อที่จะได้นำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

คำตอบ

จะทำงานด้วยจิตได้ จิตต้องมีกำลังของสติสัมปชัญญะกล้าแข็งในระดับหนึ่ง สติเกิดขึ้นกับจิตที่พัฒนาดีแล้วจิตที่มีสติกำกับจะจดจ่ออยู่กับงานที่ทำ สัมปชัญญะเกิดขึ้นกับจิตที่พัฒนาจนเกิดปัญญาเห็นแจ้งได้แล้ว ปัญญาเห็นแจ้งสามารถรู้เห็นเข้าใจวิธีทำงานให้เกิดผลสำเร็จได้อย่างทะลุปรุโปร่ง ฉะนั้นการทำงานด้วยใจที่มีศักยภาพเช่นนี้ จึงทำงานได้อย่างรวดเร็วไม่หนัก ไม่ล้า ไม่เครียด และทำงานได้มาก

ผู้ถามปัญหาประสงค์จะทำงานด้วยใจ ต้องพัฒนาจิตให้มีสติกล้าแข็ง พัฒนาจิตให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งได้แล้ว การทำงานด้วยใจจึงจะเกิดเป็นจริงขึ้นได้

๑๗๖. ซ้ำทางปฏิบัติธรรม

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์ที่เคารพ กระผมชื่อ นายชัยทัต หวังสัมพันธ์ เกิดวันอาทิตย์ที่ ๒๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๑๕ อาชีพ นักพัฒนาและติดตั้งระบบการควบคุมทรัพยากรองค์กรสำหรับโรงงานอุตสาหกรรม วันหนึ่งได้พบหนังสือชื่อ “ทางสายเอก” ของท่านอาจารย์ ระหว่างรอเข้าทำงานที่โรงงานแห่งหนึ่งในกรุงเทพ กระผมได้ตั้งจิตอธิษฐานเจริญรอยตามท่านอาจารย์ โดยได้ขออุปสมบทกับพระอาจารย์ธีรภัทร (ญาณธโร) ที่คณะ ๕ วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ เมื่อวันที่ ๒๔ มิถุนายน ๒๕๕๐ และจะอุปสมบทในวันที่ ๒ กรกฎาคม ๒๕๕๐ โดยเมื่อวันที่ ๒๖ มิถุนายน ๒๕๕๐ กระผมได้พาบิดา มารดาลงนามรับรองการขออุปสมบทครั้งนี้กับท่านพระมหาจำเริญ

กระผมขอให้ท่านอาจารย์ช่วยแนะนำทางเอกสายตรงสำหรับการปฏิบัติตนที่ดีเพื่อเตรียมเข้ารับการฝึกฝนด้านวิปัสสนาสำหรับการอุปสมบทในครั้งนี้ด้วยครับ ขอคำชี้แนะจากท่านอาจารย์สนอง วรอุไร และขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงที่ท่านได้ชี้ทางสว่างให้กับผมในการเจริญสติของตน กระผมขอโน้มรับคำสั่งสอนของท่านเป็นแนวทางในการปฏิบัติธรรมต่อไป ด้วยความเคารพอย่างสูงยิ่ง

คำตอบ

ในฐานะที่ผู้ตอบปัญหามีประสบการณ์การฝึกจิตมาก่อนและเดี๋ยวนี้ก็ยังมียุ้งขอมแนะนำว่า

๑. ต้องทำให้มีศีลอย่างน้อย ๕ ข้อคุมใจอยู่ทุกขณะ
 ๒. ตั้งอธิษฐานปฏิบัติธรรมเต็มที่ใดแคไหนเอาแค่นั้น
 ๓. รักษาสังจอธิษฐานให้คงอยู่
 ๔. ทำตัวเองให้เหมือนคนโง่ ครูสอนกรรมฐานบอกให้ทำอะไร ต้องทำตามที่ครูบอกให้ได้
 ๕. กินน้อย นอนน้อย พูดน้อย ฟังน้อย ดูน้อย อ่านน้อย แต่ปฏิบัติให้มาก (ประมาณ ๒๐ ชม./วัน) ฯลฯ
- หากทำได้ดังคำที่แนะนำมา ความสำเร็จในการเข้าถึงมรรคผลแห่งธรรมจะเกิดขึ้นแน่นอน มากหรือน้อยขึ้นอยู่กับทุนเดิมที่สั่งสมมา

ประชาชนย่อมให้ทานตามศรัทธา
 ใครคิดอิच्छาในข้าวและน้ำของผู้อื่น
 เขาย่อมไม่ได้รับความสงบใจ
 ไม่ว่ากลางวันหรือกลางคืน

ธรรมบท

๑๗๗. ธรรมที่สงบเย็น

คำถาม

การให้อภัยคนเป็นการเจริญเมตตาอย่างหนึ่งหรือเปล่าคะ แล้วเจริญเมตตาบ่อยมีอานิสงฆ์ส่งผลดีกับเราอย่างไร และถ้าเราคิดจะให้อภัยกับเพื่อนร่วมงานที่บาดหมางกันแต่เขาก็ยังไม่คิดดีทำดีกับเรา เราควรทำอย่างไรคะควรจะหางานใหม่ทำรีเปล่าคะ

คำตอบ

ที่ถามไปนั้นถูกต้องแล้วให้อภัยบ่อย ๆ ให้อภัยได้ในทุกเรื่องที่เป็นเหตุขัดใจได้แล้ว เมตตาจึงจะเกิดขึ้นและสั่งสมเป็นบารมีอยู่ในจิตใจ ทำให้เป็นคนสงบและเย็น

อนึ่งแค่เพียงคิดจะให้อภัย แสดงว่ายังไม่ได้ให้อภัย เมตตายังไม่เกิด การให้สิ่งใด ๆ รวมถึงการให้อภัย เมื่อให้แล้วต้องไม่หวังผลตอบกลับมา จึงจะเป็นการให้ (ทาน) ที่มีอานิสงฆ์เป็นบุญล้วน ๆ

อดีตวัณรณ กัลป์กัลลอก ป้องกัณยาก หัมพยาก

คนมีปัญญาสามารถทำให้ตรงได้

เหมือนช่างศรตีตุลुकศร

ธรรมบท

๑๗๘. คนสุข-คนดิบ

คำถาม

เรียน ถาม อ.สนอง วรอุไร ดังนี้ การบวชในศาสนาพุทธนั้น มีความสำคัญหรือมีความจำเป็นหรือไม่ เพียงไร ที่ผู้ชายทุกคนเกิดมาแล้วต้องบวช หากไม่บวช แต่ศึกษาธรรมะที่บ้านเอง หรือ ปฏิบัติธรรมเองได้หรือไม่

คำตอบ

ในอดีตคนที่อาศัยอยู่ห่างไกลตัวเมืองส่วนใหญ่ทำอาชีพเกษตรกรรม แทบจะไม่มีใครรู้ว่าอะไรคือบาปบุญคุณหรือโทษ คนที่ยังไม่ได้บวชเรียนจึงถูกเรียกว่าเป็น “คนดิบ” คนที่บวชเรียนแล้วถูกเรียกว่าเป็น “คนสุก” เวลาที่ผู้ชายจะไปขอลูกสาวบ้านอื่นมาตั้งเป็นครอบครัว เพื่ออยู่กินฉันท์สามี-ภรรยาจะถูกพ่อแม่ฝ่ายหญิงถามอยู่เสมอว่า บวชเรียนมาแล้วหรือยัง ถ้ายังไม่ได้บวชเรียนถือว่าเป็นคนดิบเขาจะไม่ยกลูกสาวให้ หากความเชื่อนี้ยังมีอยู่ในสังคมใด การบวชเรียนในพุทธศาสนาถือว่าเป็นเรื่องสำคัญและจำเป็น แต่ในปัจจุบันสังคมเมืองมีสื่อธรรมะให้เข้าไปซื้อหามาอ่านกันได้ง่าย การเรียนรู้อะไรสิ่งใดทำแล้วเป็นบุญ ให้คุณแก่ผู้กระทำ เรียนรู้อะไรสิ่งใดทำแล้วเป็นบาปให้โทษแก่ผู้กระทำ หากเรียนรู้แล้วเกรงกลัวต่อบาปที่จะ

เกิดขึ้นก็จะไม่กระทำ สารสำคัญของ การบวชเรียนของคนในอดีตอยู่ที่ตรงนี้

ฉะนั้นผู้ถามปัญหาตระหนกและเข้าถึงสาระของการบวชเรียน ได้ด้วยการศึกษาและปฏิบัติธรรมด้วยตัวเอง และสามารถเข้าถึงธรรมได้แล้วก็ไม่จำเป็นต้องบวช

อนึ่งหากบุพการี (พ่อแม่) ยังมีความเชื่อว่า การที่ลูกได้บวชในพุทธศาสนา เป็นการช่วยพ่อแม่ไม่ให้ลงไปเกิดเป็นสัตว์ในอบายภูมิเมื่อตายแล้ว หากความเชื่อเช่นนี้ยังคงมีอยู่ในครอบครัว อย่างนี้ยังถือว่าจำเป็นต้องบวชเพื่อทดแทนพระคุณของพ่อแม่

๑๗๙. ควรบวชกี่วัน

คำถาม

หากต้องบวช ควรบวชเป็นระยะเวลาเท่าใดจึงจะดีที่สุด เคยมีคนบอกว่าต้องบวชให้ได้ครบพรรษา จึงจะดี แต่เห็นวัยรุ่นสมัยนี้บวชกันไม่กี่วันก็สึกแล้ว (และพระควรฉันวันละก็มี เห็นบางวัดฉันมื้อเดียวก็มี)

คำตอบ

ระยะเวลาของการบวชไม่สำคัญเท่ากับว่า เมื่อบวชแล้ว ได้เรียนรู้อรรถและมัยธรรมเข้ามาอยู่ในจิตใจของผู้บวชหรือไม่ จากประสบการณ์ตรงของผู้ตอบปัญหา มีนักเรียนระดับชั้นมัธยมต้นจำนวนหนึ่ง ได้บวชเป็นเนรปฏิบัติธรรมภาคฤดูร้อนนาน ๓๐ วัน ในวันลาสิกจากเนรไปสู่เพศฆราวาส มีเนรอยู่ ๔-๕ องค์ไม่ยอมสึก ผู้ปกครองต้องนำเสื้อผ้าที่เตรียมมาให้สวมใส่หลังสึกกลับไปบ้าน เหตุเป็นเพราะเนรจำนวน ๔-๕ รูปนั้นได้เข้าถึงธรรมของพระพุทธะ ได้เห็นคุณค่าของการมีธรรมบรรจอยู่ในจิตใจ จึงขอเวลาแสวงหาสิ่งอันมีคุณค่าให้นานเท่าที่จะทำได้

ส่วนเรื่องการฉันอาหารไม่จำเป็นต้องกำหนดจำนวนมื้อต่อวัน หากปฏิบัติธรรมแล้วจิตเข้าถึงความตั้งมั่นเป็นสมาธิได้ จิตจะมีอารมณ์ปรุงแต่งเกิดขึ้นน้อย จึงไม่จำเป็นต้องใช้พลังงานมาก ฉันอาหารเพียงวันละ ๑ มื้อก็เพียงพอแก่ความต้องการของร่างกาย พระที่ปฏิบัติธรรมบางท่านมีจิตสงบมาก ปฏิเสธการฉันอาหารทุกวัน โดยเว้นไปเป็นฉันอาหาร ๓ วัน ๕ วัน ๗ วัน หรือมากกว่านั้น เพียงครั้งเดียว ก็สามารถอยู่ได้โดยร่างกายยังมีความเป็นปกติ ไม่มีทุกขเวทนาเรื่องความหิวเกิดขึ้นให้เป็นความทุกข์เบียดเบียน

ผู้กราบไหว้ *อ๋อนหม่อมพ่อมั่วต่อผู้ใหญ่เป็นนอศีล*
ย์อหม่อริญต์อคุณธรรมสี่ประการคือ
อายุ ชื่อเสียง สุข และกำลัง

๑๘๐. แยกใช้หรือร่วมใช้

คำถาม

ศาสนาอื่นเขาใช้นรกร่วมกับศาสนาพุทธหรือไม่ หมายถึง คนที่นับถือศาสนาอื่นเวลาเขาตกรก เป็นนรกรเดียวกัน หรือแยกกันกับศาสนาพุทธ หากแยกกัน เขาสบายหรือทรมาน กว่านรกรของศาสนาพุทธ (รวมถึงสวรรค์ด้วย ใช้สวรรค์ร่วมกันหรือไม่) ขอบพระคุณ อ.สนองมากครับ ขอให้เจริญในธรรม

คำตอบ

ความสุขในสวรรค์ความทุกข์ในนรกมีความเป็นสากล เหมือนกัน แต่ต่างกันที่สมมติเพราะภพสวรรค์และภพนรกยังเป็นสมมติที่มีอยู่ในวิภังคสังสาร หากจะเปรียบเทียบให้เห็นเด่นชัดและเข้าใจง่ายก็ต้องบอกว่า ลักษณะของคุณฝรั่งกับคนไทย ไม่เหมือนกัน แต่สภาพที่ถูกคุมขัง ถูกจำกัดบริเวณให้หมดอิสรภาพ ความรู้สึกไม่สบายกายไม่สบายใจต้องถูกจำกัดอิสรภาพ เช่นชาวตะวันตก ที่ถูกคุมขังอยู่ในคุกไทย ต้องถูกจำกัดอิสรภาพเช่นเดียวกับชาวตะวันตกที่ถูกคุมขังอยู่ในคุกฝรั่ง แต่คนไทยกับคุณฝรั่งมีความไม่เหมือนกันเพราะใช้วัฒนธรรมต่างกันใช้สมมติต่างกัน ด้วยเหตุนี้อาจใช้นรกร่วมกัน หรือแยกนรกตามสมมุติที่ไม่เหมือนกัน

ที่ถามว่าใช้สวรรค์ร่วมกันหรือไม่ ขอบตอบว่าส่วนใหญ่แล้วไม่ใช้สวรรค์ร่วมกัน สวรรค์ใครสวรรค์มันเพราะเป็นสมมติ แต่มีบ้างเป็นส่วนน้อยที่ใช้สวรรค์ร่วมกัน ทั้งนี้มีเหตุมาจากความเชื่อและสัญญา (ความจำ) ที่ถูกเก็บบันทึกไว้ในดวงจิต หลังจากได้กระทำการที่ให้อานิสงส์เป็นบุญที่นำเกิดเป็นชาวฟ้าชาวสวรรค์

๑๘๑. สำคัญที่การสื่อสาร

คำถาม

เรียน อ.สนองที่เคารพ

รบกวนเรียนถามอ.ดังนี้ค่ะ ตามที่อ.เคยแนะนำว่าวิธีหนึ่งที่จะสามารถทราบว่าคนที่ตายไปแล้วไปอยู่ที่ไหนไปสู่สุคติหรือทุกข์ เราสามารถอธิษฐานจิตให้คนตายมาบอกได้ อยากทราบว่าต้องอธิษฐานว่าอะไรบ้างคะ

คำตอบ

คนที่ตายไปแล้ว ไปได้ร่างใหม่ในสุคติภพ หรือไปได้ร่างใหม่ในทุกข์ภพ มนุษย์ผู้อยู่หลังสามารถอธิษฐานจิตให้คนตายมาบอกได้ว่า “ไปเกิดที่ไหนให้มาบอกกันด้วย” แต่คนที่ตายไปเกิดใหม่แล้วจะมาบอกได้หรือไม่นั่นเป็นอีกเรื่องหนึ่ง หาก

๑๘๓. เมื่อเจ้าหนี้ตามทัน

คำถาม

เรียน อาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ที่เคารพอย่างสูงค่ะ อาจารย์ค่ะ นับเป็นบุญของหนูค่ะ ที่ได้รับธรรมะจากซีดีของอาจารย์ โดยมีญาติธรรมท่านหนึ่งเอามาให้ เรื่องทางสายเอก และได้แนะนำให้ได้รู้จักเว็บไซต์นี้ หนูขอกราบขอบพระคุณอาจารย์นะคะ เพราะบางเรื่องที่หนูมีปัญหา ติดขัดทางปฏิบัติก็ได้คำตอบจากการตอบปัญหาของอาจารย์ค่ะ

อาจารย์ค่ะ หนูได้ปฏิบัติในแนวสติปัฏฐานสี่ที่วัดพระธาตุจอมทอง ช่วงเข้าอธิษฐานนับเป็นบุญอย่างสูงสุด หนูได้สัมผัสธรรมะวิเศษค่ะ มีเสียงเรียกเป็นเสียงผู้ชายค่ะ เสียงไพเราะและมีอำนาจมากโดยท่านเรียกชื่อหนู ๓-๔ ครั้ง ว่าถึงไหนแล้ว เหมือนกับดูทีวีค่ะ ซึ่งจิตหนูก็ถามท่านว่าใคร เป็นรูปของพระพุทธเจ้าค่ะลอยมา สวยมากและมีสิริรุ่งล้อมรอบเศียรท่าน (ญาติธรรมบอกว่า ฉัพพรรณรังษี) หลังจากนั้นก็เห็นเป็นเทพธิดา สวยมากค่ะ ไม่มีใครหรือนางงามเวทีไหนจะสู้ได้ ท่านถือถาดทองคำ และพวงมาลัยสวยมาก มีสร้อยสังวาลย์ แต่งตัวเหมือนภาพวาดในวัด เค้ามาชวนหนูไปทำบุญกับหลวงปู่ทอง หนูตอบว่าไปไม่ได้หรือกำลังปฏิบัติธรรมอยู่ ซึ่งต้องทำตามที่พระอาจารย์กำหนดให้ เขาก็ชวนหนูไปไหว้พระธาตุด้วยกัน หนูกับตอบว่า ไปไม่ได้หรือเพราะต้องปฏิบัติ สุดท้ายก็ร่วมอนุโมทนากับท่าน หลังจากนั้น ก็เป็นภาพอีกเมืองหนึ่งขึ้นมา มี

แสงสว่างเป็นบ้านเมืองที่นาอยู่ จิตหนูก็ถามอีกว่าที่ไหน อีกจิตหนึ่งก็บอกว่า “เมืองลับแล” มีเด็ก ๆ กำลังวิ่งเล่นกันสนุกสนาน แต่แปลกค่ะมีแสงสว่างแต่ไม่ร้อนเหมือนโลกที่เราอยู่ ด้วยความโลภของหนู อยากเห็นมากกว่านี้ไม่ได้กำหนดตาม ลืมตาขึ้นทันทีปรากฏว่าไม่มีอะไรเลย

ช่วงสอบอารมณ์ หนูได้เล่าให้พระอาจารย์ฟัง ท่านก็บอกว่าทำดีแล้วลูก ซึ่งก่อนหน้านี้หนูไม่รู้ว่าจะเห็นที่สัมผัสคืออะไร แต่บอกได้เลยว่าไม่ได้นั่งหลับหรือฝันหรือคิดไปเอง เป็นช่วงที่มีความสุขมากค่ะอาจารย์ แต่พระอาจารย์บอกว่าไม่ให้ยึดติดให้กำหนดรู้เท่านั้นพอ ก่อนหนูจะลากลับบ้าน หนูเห็นนิมิตอย่างหนึ่ง จิตหนูตกมากค่ะ ว่าทำไมถึงเห็นอย่างนั้น แล้วก็ได้รับคำตอบเองโดยอัตโนมัติค่ะ ว่าการปฏิบัติของหนูนั้น เรื่องกามเป็นเรื่องที่ตัดยากที่สุด

อาจารย์ค่ะ เนื่องจากหนูปฏิบัติไม่ต่อเนื่อง โดยเฉพาะ ๑ ปีที่ผ่านมา หนูเจอปัญหาในครอบครัว เหมือนปัญหาทั่วไปค่ะ สามีหุนมีเมียน้อย จิตตามไม่ทันบางครั้งต้องใช้เวลาเกือบ ๕-๖ ชั่วโมง กว่าจะตามจิต ก็เลยได้ หนูต้องอาศัย ซีดีธรรมะของหลวงพ่อจรัญ และอ่านธรรมะจากเว็บไซต์นี้ หนูมีปัญหาเรียนถามอาจารย์ดังนี้ค่ะ

เมื่อเกิดกลางสังขรณ์ หลังจากนั้นเหตุการณ์นั้นก็เกิดขึ้นจริง จะแก้จากหนักให้เป็นเบาทำอย่างไรคะ หนูเคยฝันว่ารถโดนชนหลังจากนั้น ๑ อาทิตย์ ก็ชนจริงๆ โดยจอดทิ้งไว้มีรถบรรทุก ๑๐ ล้อชน พังทั้งแถบค่ะ

คำตอบ

หลังจากปฏิบัติธรรมทุกครั้ง ต้องอุทิศบุญกุศลให้กับ เจ้ากรรมนายเวร ท่านเจ้าคุณโชดกบอกให้ทำอย่างนั้น ผู้ตอบ ปัญหาเชื่อแล้วได้ปฏิบัติตาม เหตุการณ์ที่ไม่พึงประสบพบเห็น จึงได้ผ่านพ้นเป็นเรื่อง ๆ ไป

๑๘๔. หลายเจ้าของ

คำถาม

หากบิดามารดาของหญิงนั้นยังมีชีวิตอยู่ ยินดียกหญิง นั้นให้เป็นภรรยาของชาย ซึ่งตนทราบว่ามิภรรยาอยู่แล้ว บุตร สาวที่ยกให้ยินยอมเป็นภรรยาของชายคนดังกล่าว ถามว่า ชาย คนนี้ผิดศีลกาเม หรือไม่คะ (มีคนฝากถามมาค่ะ)

กราบขอบพระคุณมากคะที่กรุณาตอบข้อสงสัย

คำตอบ

บิดามารดา ยินดียกลูกสาวให้ไปเป็นภรรยาของชายอื่น แต่หากภรรยาหลวงไม่ยินยอมให้สามีนำหญิงอื่นมาเป็นภรรยา น้อย หากสามีกระทำลงไปถือว่าผิดศีลข้อ ๓

๑๘๕. สิ่งทำให้ใจให้เศร้าหมอง

คำถาม

จะตัดกิเลส ความเกลียด ความไม่ชอบ และสร้างให้ ตัวเองมีจิตเมตตาต่อคนที่เบียดเบียน (สามี และผู้หญิง) กำหนด อยากรับพระคุณลวงหน้าคะ สิ่งไหนที่หนูลวงเกิน อาจารย์โดยเจตนาไม่เจตนา ขอกราบขอขมาและอโหสิกรรม ด้วยคะ ด้วยความเคารพอย่างสูง

คำตอบ

ความเมตตาจะเกิดขึ้นและสั่งสมในจิตวิญญาณเป็น เมตตาบารมีได้ ต้องให้อภัยอยู่เสมอ ให้อภัยได้ในทุกเรื่องที่มี สิ่งขัดใจเข้ากระทบจิต ประสงค์จะให้ความเกลียดและความไม่ ชอบหายไปจากใจ ต้องพัฒนาจิตจนเกิดปัญญาเห็นแจ้ง แล้ว ใช้ปัญญาเห็นแจ้งพิจารณาขั้น ๕ (รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ) จนเห็นว่าแต่ละขั้นดับไปตามกฎไตรลักษณ์ (อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา) ได้แล้ว ขั้น ๕ จะไม่มี อัตตา ตัวตน หรือ ความเห็นแก่ตัวจะหมดไปจากใจ แล้วความเกลียดความไม่ชอบ ก็จะไม่เกิดขึ้นกับใจของผู้ไม่มีอัตตา

.....
: ไม่ควรแส่หาความผิดผู้อื่น
: หรือกระทำแล้วหรือยังไม่ทำ
: ควรตรองดูเฉพาะสิ่งที่ตนทำหรือยังไม่ทำเท่านั้น
:

๑๘๖. เรียกว่าปิติ

คำถาม

เรียนท่านอาจารย์ดร.สนองที่เคารพยิ่ง ผมปฏิบัติดูลมหายใจ โดยใช้พองหนอ ยุบหนอไปเรื่อย ๆ มีสติระลึกรู้บ้าง บางทีก็เผลอคิดบ้าง แต่ก็พยายามมีสติกำกับอยู่ พอผมเจริญสติไปได้พักหนึ่ง ขาปวด แต่อดทน จนผ่านความปวดนั้นไปได้ หลังจากออกสมาธิ ก็เห็นพระพุทธร่องค์แล้วน้ำตาไหล ขนลุกชูๆ อยากจะกราบพระพุทธรูปชักร้อยครั้งพันครั้ง ผมไม่รู้ว่า อย่างนั้นเป็นปิติ ที่อยู่ในอารมณ์ผานหรือเปล่าครับ?

คำตอบ

นั่นคือปิติที่เกิดขึ้นกับผู้ที่มีจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิในฌาน ครั้งใดที่เห็นพระพุทธรูป ต้องพิจารณาสิ่งที่ถูกเห็นให้ดับไปด้วยการกำหนดว่า “เห็นหนอ ๆ ๆ ๆ” จนพระพุทธรูปหายไป แล้วตั้งจิตกลับมาสู่อองค์ภาวนาเดิม

ดีแล้ว ทำให้เกิดสุข ตราบเท่าชั่วครู่
ครั้นที่ตื่นแล้ว ให้เกิดสุข
ปัญญา ได้มาแล้ว ให้เกิดสุข
การไม่ทำบาปทั้งหลาย ให้เกิดสุข

ธรรมบท

๑๘๗. นึกและคิด

คำถาม

บางครั้งเมื่อเจริญสติ และจิตเริ่มนิ่งมากขึ้น จิตก็จะนุ่มไปประลึกคุณของพระรัตนตรัยโดยอัตโนมัติ แล้วจิตก็อึมเอม ขนลุก เป็นอย่างนี้บ่อยครั้งประจำ ผมไม่รู้ว่าอย่างนี้เรียกว่าปิติหรือไม่ครับ? เพราะเคยคิดว่าปิตินั้น น่าจะเกิดจากจิตที่จดจ่อไม่น่าจะเกิดจากการนึกคิด ขอบพระคุณอาจารย์มากครับ

คำตอบ

สติมีความหมายว่า ระลึกได้ นึกได้ ไม่ลืม เอาใจจดจ่อ ฯลฯ ดังนั้น การระลึกได้ถึงคุณของพระรัตนตรัย นั่นคือสติได้เกิดขึ้นแล้วกับจิต ระลึกแล้วเกิดอาการอึมเอม ขนลุก นั่นเรียกว่า เกิดปิติ

ส่วนคำว่า “นึก” เป็นเรื่องของสติ “คิด” เป็นเรื่องของปัญญา นึกคิดจึงเป็นเรื่องของสติและปัญญาทำงานร่วมกัน

ธรรมทาน ชนะทานทั้งปวง
รสพระธรรม ชนะรสทุกอย่าง
ความยินดีในธรรม ชนะความยินดีทุกอย่าง
ความสิ้นตัณหา ชนะทุกข์ทุกอย่าง

ธรรมบท

๑๘๘. หลากหลายปัญหา

คำถาม

คำถามจากม.ราชภัฏอุตรดิตถ์

๑. วิธีทำให้อีโก้เบาบางหรือหมดไปทำได้อย่างไร

๒. การทำบุญให้คนตาย ทราบได้อย่างไรว่าเขาได้รับหรือไม่

๓. ปกติตกบาตรทุกเช้า และอุทิศส่วนกุศลให้กับวิญญาณูญ เร่ร่อนที่เราไม่รู้จัก วิญญาณูญข้างทางเขาจะได้รับไหมคะ

๔. (๑) นางไม้ที่อาศัยอยู่กับต้นไม้มีจริงไหม เราควรทำอย่างไรกับต้นไม้เหล่านั้นเวลาตัดต้นไม้

(๒) ต้นตะเคียนที่ขึ้นจากน้ำให้หวยกับชาวบ้านมีจริงหรือไม่

๕. มีพี่สาวแถวบ้านคนหนึ่ง ทำงานบริษัทแห่งหนึ่งได้เงินเดือนมาก เกิดไม่ชอบงานจึงลาออกกลับมาอยู่บ้าน แล้วขอรถยนต์พ่อจะไปทำมาค้าขายเอง เอาไปได้สองวันแล้วไม่ไปค้าขายแต่ไปปฏิบัติวิปัสสนาบวชชีพรหมณ์ เครื่องครัดมากจนเป็นบ้า ระหว่างที่บวชพ่อแม่ก็ส่งเงินเดือนไปให้เดือนละ ๒,๐๐๐ บาท และพ่อแม่ก็มางั้งใช้หนี้ทุนกู้ยืมเรียน (กยศ) ให้ด้วย พ่อแม่ทุกข์ใจมากที่สูงไม่ทำงาน สิ่งพี่สาวคนนั้นทำจะได้บุญหรือได้บาปกันแน่

คำตอบ

ข้อ ๑ ทำอิตตา (อีโก้) ให้เบาบางหรือหมดไปได้ ด้วยการปฏิบัติกรรมฐานจนเกิดปัญญาเห็นแจ้งขึ้นกับจิต แล้วใช้ปัญญาเห็นแจ้งพิจารณาขั้น ๕ (รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ) จนเห็นว่าแต่ละขั้นดับไปตามกฎไตรลักษณ์ เมื่อขั้น ๕ ดับอิตตาจะดับตามไปด้วย มาตรวัดการดับของอิตตาคือคุณธรรมที่เกิดขึ้นกับใจ เมื่อใดที่ใจมีคุณธรรมสั่งสม สั่งร่างกายให้คิดพูดและทำ พฤติกรรมที่แสดงออกล้วนเป็นสิ่งดีงามทั้งหมด

ข้อ ๒ ทราบได้ด้วยการเข้าฌานแล้วสือจิตไปถึงคนตายหรือไม่ต้องเข้าฌาน แต่อธิษฐานจิตให้คนตายมาบอกว่า บุญที่อุทิศให้เขาได้รับหรือไม่ เมื่อใดเหตุปัจจัยลงตัวผู้อุทิศก็สามารถทราบได้

ข้อ ๓ วิญญาณูญเร่ร่อนหรือวิญญาณูญข้างทางที่อยู่ในรูปของสัมผัสเวสหรือในรูปของเปรตบางประเภท (ปรทัตตูปชีวีเปรต) จะได้รับบุญด้วยเหตุ ๓ ประการ คือมีบุญเกิดขึ้น มีผู้อุทิศให้ และมีผู้มาอนุโมทนาบุญ หากปัจจัยทั้ง ๓ ลงตัว ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้อุทิศบุญกับผู้มารับส่วนบุญก็สัมฤทธิ์ผล

ข้อ ๔ (๑) มีจริงถ้าไม่จำเป็นให้หลีกเลี่ยงไม่ตัดต้นไม้ที่มีนางไม้อาศัยอยู่ ถ้าจำเป็นต้องตัดต้นไม้ต้นนั้น ต้องขออนุญาตก่อนตัดต้นไม้ ส่วนนางไม้จะอนุญาตให้ตัดได้หรือไม่ นั้นมันเป็นสิทธิ์ของนางไม้ ผู้รู้มีบั้งอาจละเมิดสิทธิ์ของผู้อื่น หรือ

อีกทางเลือกหนึ่งให้เขาย้ายไปอยู่ที่ต้นไม้ต้นอื่น หากเขาเห็นชอบด้วยคุณก็ตัดต้นไม้ได้

(๒) ต้นตะเคียนมีแต่รูปไม่มีนาม จึงให้หวยไม่ได้แต่หากมีจิตวิญญาณ (พลังงานชนิดหนึ่ง) สิ่งสถิตอยู่ในต้นไม้ นั้น ประสงค์สำแดงฤทธิ์ พลังงานสามารถทำงานและแสดงออกเป็นตัวเลขได้

ข้อ ๕ ปฏิบัติธรรมแล้วเป็นบ้านนั้นคือบาปที่เกิดขึ้นและยังได้บาปที่ทำให้พ่อแม่เป็นทุกข์ เป็นการทำบาปในส่วนที่สองเพิ่มขึ้นอีกด้วย

๑๘๙. คนข้างสงสัย

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์ดร.สนองที่เคารพ

ขอเรียนถามว่า เป็นเรื่องกรรมจริง หรือบังเอิญคะ ตอนนี้ เวลาทำบุญ จะได้กลับมาเท่าตัว เช่น ทำบุญช่วยคน 1 หมื่น สิ่งงวดก็ถูก ฉลากธนาคาร ๒ หมื่น ต่อมา ๕ เดือน ทำบุญสร้างกุฎ ๕ พัน วันรุ่งขึ้นก็ถูกฉลากธนาคาร ๑ หมื่น เป็นความบังเอิญหรือไม่คะ ทำไม่เป็น ๒ เท่าเหมือนเดิม

ส่วนเวลาทำบาปก็ได้รับการลงโทษ ๓ เท่าตัว คือ ไปจอตรถ เขาเขียนว่า ชม. ละ ๒๐ บาท เราไปจอตแต่ไม่เจอคนเก็บเงิน ก็ได้ไปถามร้านค้าแถวนั้นว่า คนเก็บไปไหน เขาบอกว่า

มาเย็นๆ (เราไปจอตตอนเที่ยง) แต่ก็ได้นึกในใจว่า ตีประหยัดไป ๒๐ บาท ไปจอต ๒ วัน ก็ไม่มีคนมาเก็บ คิดเป็นเงิน ๔๐ บาท วันต่อมาไปจอตที่โรงแรม ประทับตราไม่ได้เนื่องจาก เพื่อนๆที่นัดกันเปลี่ยนที่ทานข้าวกระทันหัน โดนไป ๑๐๐ บาท วันถัดมาไปจอตแถวท่าน้ำไม่เคยจอตมาก่อน พอรับตรา เห็น ชม. ละ ๒๐ บาท บอกว่าไม่เอา ขอไม่จอตเพราะเราเข้าไปไม่ถึง ๑ นาที เขาบอกว่าไม่ได้ ออกบัตรแล้วต้องจ่าย ทำให้เสียค่าจอตรวมเป็น ๑๒๐ บาท

ไม่ทราบว่าเป็นเรื่องกรรมจริงหรือบังเอิญ หากเป็นเรื่องกรรมจริง ทำไม่ตามกันเป็นจรวด วันต่อวันคะ เนื่องจากเท่าที่อ่านมา กรรมจะซับซ้อนมากจับต้นชนปลายไม่ถูก

กราบขอบพระคุณคะ

คำตอบ

พุทธศาสนาเป็นศาสนาของผู้รู้จริง ในครั้งที่ผู้ตอบปัญหาได้ไปฝึกกรรมฐานอยู่กับท่านเจ้าคุณโชดก เคยได้ยินท่านพูดให้ฟังว่า เมื่อใดที่ปฏิบัติกรรมฐานจนจิตมีความบริสุทธิ์เพิ่มมากขึ้น เมื่อทำสิ่งเป็นบุญ อานิสงส์แห่งบุญจะเกิดขึ้นกับผู้กระทำเพิ่มมากเป็นหลายเท่าตัว และหากทำบาปอานิสงส์แห่งบาปก็จะเกิดกับผู้กระทำเพิ่มมากเป็นหลายเท่าตัวเช่นกัน

นอกจากนี้จากความรู้และประสบการณ์ของผู้ตอบปัญหาพบว่า ผลแห่งบุญหรือผลแห่งบาปที่จะเกิดขึ้นกับผู้กระทำยังขึ้นอยู่กับปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล หากผู้กระทำมีปฏิสัมพันธ์กับผู้ที่มีคุณธรรมสูง มีปฏิสัมพันธ์กับคนหมู่มาก และมี

ปฏิสัมพันธ์กับผู้มีพลังจิตสูง จะเกิดผลตามมาอย่างรวดเร็ว และรุนแรง ตามระดับของความมีคุณธรรม ตามจำนวนบุคคลที่ร่วมในปฏิสัมพันธ์และตามพลังจิตของผู้ร่วมในปฏิสัมพันธ์อีกด้วยดังตัวอย่างเช่นในสมัยของพระพุทธเจ้าที่มีนามว่า อโนมทัสสีพุทธะ ก่อนจะรับถวายทานจากบรรดาฤาษี พระอโนมทัสสีพุทธะ และอัครสาวกพร้อมทั้งพระอรหันตสาวก ได้เข้านิโรธสมาบัตินาน ๗ วัน ด้วยเหตุที่มีพุทธประสงค์จะให้ อานิสงส์แห่งทานเกิดขึ้นมากแก่บรรดาฤาษีที่มีจิตศรัทธาทวายทาน หลังจากออกนิโรธสมาบัติในวันที่ ๗ แล้วจึงได้รับถวายทานของฤาษีสรทะ (อดีตของพระสารีบุตร) และฤาษีบริวาร และอีกตัวอย่างหนึ่งคือในครั้งพุทธกาลของพระพุทธโคดม พระมหากัสสปะ (อรหันต์) ได้เข้านิโรธสมาบัตินาน ๗ วัน เมื่อออกจากนิโรธสมาบัติแล้วได้ไปโปรดหญิงชรายากจน โดยรับบิณฑบาตเอาน้ำผักดองมาฉัน อานิสงส์แห่งทานได้ปรากฏขึ้นหลังจากหญิงชรานั้นได้ตายไปเกิดเป็นนางฟ้ามีบริวารมากอยู่ในสวรรค์ชั้นนิมมานนรดี

ในทางกลับกัน ปฏิสัมพันธ์ในส่วนบาป ดังตัวอย่างของนันทยกษัตริย์ใช้กระบองตีศีรษะของพระสารีบุตรผู้ที่กำลังนั่งเข้านิโรธสมาบัติอยู่ ผลกรรมที่เกิดตามมาก็คือ นันทยกษัตริย์ถูกรถไฟสูบในทันทีแล้วลงไปเกิดเป็นสัตว์นรก ฯลฯ ดังนั้นที่ผู้ถามบอกเล่าไปจึงเป็นเรื่องจริง หากประสงค์จะจับต้นชนปลาย ในเรื่องของการกรรมและกฎแห่งกรรมได้อย่างชัดเจน ต้องพัฒนาตัวเองให้เข้าถึงความเป็นอริยบุคคลที่มีอภิญญาได้แล้ว วิจิกิจฉาก็จะหมดไป

๑๙๐. อภิญญา ๖

คำถาม

กราบเรียน ดร.สนอง ที่เคารพ

ดิฉันขอเรียนถามคำถามดังนี้ค่ะ อภิญญา คืออะไร เกิดขึ้นได้จากการปฏิบัติสมาธิหรือวิปัสสนาหรือทั้ง ๒ อภิญญามีกี่ชนิด อะไรบ้าง และอภิญญาแต่ละตัวแตกต่างกันอย่างไร

คำตอบ

อภิญญาเป็นสมมติบัญญัติ ที่มนุษย์ตั้งขึ้นเพื่อให้สื่อความหมายได้ตรงกัน อภิญญาเป็นความรู้สูงสุด (ภาวนามยปัญญา) เกิดขึ้นในดวงจิตที่มีความตั้งมั่นเป็นสมาธิสูงสุด หรือที่เรียกว่าเป็นสมาธิในฌาน อภิญญามี ๒ ระดับ คือระดับที่เป็นโลกียะ เกิดขึ้นจากการปฏิบัติสมถภาวนามี ๕ อย่าง

๑. อิทธิวิธี คือความรู้เห็นเข้าใจที่นำไปใช้ให้เกิดฤทธิต่าง ๆ ได้
๒. ทิพพิโสธ คือความรู้เห็นเข้าใจ ที่เกิดขึ้นจากหูในที่เรียกว่าหูทิพย์
๓. เจโตปริยญาณ คือความรู้เห็นเข้าใจ ในจิตของผู้อื่น
๔. ปุเพนิวาसानุสติญาณ คือความรู้เห็นเข้าใจในเรื่องของการเวียนตาย-เวียนเกิด ในภพต่างๆ ที่ผ่านมามีทั้งของตัวเองและของผู้อื่น
๕. ทิพพจักขุ คือความรู้เห็นเข้าใจที่เกิดจากตาในตาทิพย์ตาญาณ

และยังมีอภิญญาระดับโลกุตตระ ซึ่งเกิดจากการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่เรียกว่า อาสวกชยญาณ ซึ่งสามารถกำจัดกิเลสที่นอนเนื่องอยู่ในสันดานยาวนาน (อนุสัย) ได้แก่ความกำหนัดในกาม ความหงุดหงิด ความเห็นผิด ความลัษณสงสัย ความถือตัว ความกำหนัดในภพและความรู้ไม่จริง หรือเป็นความรู้เห็นเข้าใจที่สามารถกำจัดสิ่งเศร้าหมองที่ผูกมัดใจสัตว์ (สังโยชน์) ให้ต้องเวียนตาย-เวียนเกิด ไม่มีวันจบสิ้น อันได้แก่ความเห็นว่าเป็นตัวของตน ความลัษณสงสัย ความถือมั่นศีลและพรต ความใคร่ในกาม ความขัดใจ ความติดใจรูปธรรมอันประณีต ความติดใจในอรุปรธรรม ความถือว่าตัวเป็นนั่นเป็นนี่ ความฟุ้งซ่านใจและความรู้ไม่จริง ที่มีอยู่ในจิตวิญญาณให้หมดสิ้นไป

๑๙๑. ต้องถามเจ้าของ

คำถาม

ชายที่มีภรรยาอยู่ได้เสียกับหญิงซึ่งบรรลุนิติภาวะ บิดามารดาของหญิงนั้นเสียชีวิตแล้ว จะถือว่าชายคนนั้นผิดศีลกาเมหรือไม่คะ

คำตอบ

ก่อนตอบปัญหาขอเล่าเรื่องหญิงที่เกิดโดยวิธีโอปปาติกะ คือ ผุดขึ้นทันทีทันใดโดยปราศจากเจ้าของ ที่ชื่อว่า “อัมพปาลี”

ได้ออปปาติกะอยู่โคนต้นมะม่วงในราชอุทยาน ของเมืองเวสาลี แคว้นวัชชี เนื่องจากไม่มีเจ้าของ ไม่มีผู้ปกครองดูแลและเป็นที่ยอมรับของเจ้าชายต่าง ๆ ของแคว้นวัชชี ต่างคนต่างอยากได้นางมาเป็นภรรยาแต่ตกลงกันไม่ได้ ในที่สุดสภาแห่งแคว้นวัชชีได้ประชุมและมีมติแต่งตั้งนางเป็นหญิงคนิกา (โสเภณี) ซึ่งทุกคนมีสิทธิอภิภรณ์ได้แต่ต้องจ่ายค่าตัวให้กับนาง ดังนั้นชายที่ไปร่วมอภิภรณ์กับนาง จึงไม่ถือว่าผิดศีลข้อ ๓ ก็ด้วยเหตุที่นางไม่มีเจ้าของไม่มีผู้ปกครองดูแล ด้วยเหตุนี้พระเจ้าพิมพิสาร กษัตริย์กรุงราชคฤห์ แคว้นมคธ จึงได้อยู่กินกับนางนานถึง ๗ วัน จนนางได้ตั้งท้องและคลอดลูกออกมาเป็นชายชื่อ “วิมลโกณฑัญญะ” และในอีกกรณีหนึ่งพระเจ้าพิมพิสาร ได้ไปขอเจ้าหญิงเขมาแห่งแคว้นมัททกะ พ่อแม่ได้ยกให้มาเป็นมเหสีรอง (ภรรยาน้อย) ทั้งสองกรณีนี้ไม่ถือว่าผิดศีลข้อ ๓ พระเจ้าพิมพิสารตายจากชาติที่เป็นมนุษย์แล้วจึงได้ไปเกิดเป็นยักษ์ (เทวดา) ชื่อ “ชนวสภยักษ์” อยู่ในสวรรค์ชั้นจาตุมหาราชิกา

นอกจากนี้ยังมีเรื่องของสองสาวพี่น้องที่เกิดเป็นลูกสาวของพ่อค้า คนพี่ชื่อ “ภัททา” คนน้องชื่อ “สุภัททา” ภัททามีคนมาขอไปเป็นภรรยาแต่ไม่มีลูก ภัททาจึงบอกสามีให้ไปขอสุภัททามาเป็นภรรยาน้อย ในกรณีนี้สามีของภัททาได้รับอนุญาตจากเจ้าของทั้งสอง คือ พ่อแม่และภรรยาหลวง การมีภรรยาน้อยด้วยเงื่อนไขอย่างนี้จึงไม่ผิดศีลข้อ ๓

ดังนั้นปัญหาที่ถามประเด็นอยู่ที่ว่า เมื่อพ่อแม่ของหญิงนั้นได้ตายไปแล้ว และหญิงนั้นไม่มีผู้ปกครองอื่นดูแล และภรรยาหลวงอนุญาต การมีภรรยาน้อยไม่ถือว่าผิดศีลข้อ ๓

๑๙๒. อุทิศบุญกุศลใช้หนี้

คำถาม

เมื่อรู้ว่าเจ้ากรรมนายเวรคือใคร จะขอให้อโหสิกรรมทำ
อย่างไรค่ะ

คำตอบ

ถ้าจะให้หนี้เวรกรรมหมดสิ้นไปได้ง่าย ต้องขอความ
เมตตาจากผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรม ร่วมกันอุทิศบุญกุศลที่แต่ละ
คนมีอยู่ใช้หนี้กรรมแทนคุณ แล้วเวรกรรมที่ผูกกันไว้จึงจะหมด
ไปได้เร็ว

๑๙๓. มีกรรมเป็นของตน

คำถาม

กราบเรียน อ.สนอง วรอุไร ด้วยความเคารพยิ่ง ผู้ถาม
ขอเรียนถามดังนี้

ผู้ถาม มีความคิดมีจิตวิญญูมาตลอด และเป็นคนชั่ว
เพราะ คิด พูด ทำ เป็น บาป อุกุศล ชั่ว ด้วยกาย วาจา ใจ ต่อ
พ่อ และโดยเฉพาะต่อแม่บังเกิดเกล้าที่ให้กำเนิดมา ตลอดชีวิต
หลายสิบปีที่อยู่กับแม่ จะโกรธ เกลียด แม่มาก จะผูกโกรธ
พยาบาท เฟงโทษ และ คิด พูด ทำ ไม่ดี ต่อแม่ พุดรุนแรง หา
เรื่องในอดีตมาว่า ให้แม่เจ็บช้ำน้ำใจ มาตลอด หลายสิบปี โดย
เฉพาะปัจจุบัน แม่อายุมากแล้ว ประมาณ ๗๐ ปี

บัดนี้ กรรมหนัก ใหญ่หลวง ตามสนอง ให้ผลแล้ว คือ
แม่ไม่สบาย ป่วยหนัก อยู่โรงพยาบาล อาการน่าเป็นห่วง ถ้า
เกิดอะไรขึ้น ผู้ถามจะไม่ให้อภัยตัวเองเด็ดขาด จนตลอดชีวิต
จนตาย เพราะตอนนี้ตัวเองตกนรกตายทั้งเป็น

พ่อแม่อยู่โรงพยาบาล เมื่อผู้ถามกลับมาที่ห้อง โดยที่
ไม่มีแม่ ไม่เห็นแม่ เพราะแม่อยู่โรงพยาบาล เมื่อ ผู้ถามอยู่คน
เดียวในห้อง จะรู้สึกแย่มากที่สุดในชีวิต เพราะคิดถึง ความชั่วที่ตัว
เองทำมา มันหลอก หลอน เวลากิน แม่จะกินได้ แต่พะอืดพะ
อม เวลานอนก็นอนไม่หลับ หรือหลับ ๆ ตื่น ๆ เพราะคิดแต่
ความชั่วที่เราทำมาทำให้แม่เสียใจ เจ็บช้ำน้ำใจ

ขอเรียนถาม อ.สนอง ว่า ผู้ถามจะแก้ไข เวร กรรม อัน
ใหญ่หลวงนี้ได้อย่างไร เพื่อให้แม่หายเป็นปกติ กลับมาแข็ง
แรงดีเหมือนเดิม และผู้ถามตั้งใจ ให้สิ่งจะ ต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้ง
หลายในโลกนี้ว่า ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป ตัวเองจะประพฤติดี ทั้ง
ความคิด คำพูด วาจา การกระทำต่อแม่ เพื่อไม่ให้แม่ต้องเจ็บ
ช้ำน้ำใจ เสียใจ อีกต่อไป รู้สึกว่ามันสายเหลือเกิน กว่าเราจะ
เห็นคุณค่า ในสิ่งที่ดีที่สุดในชีวิต ซึ่งตลอดชีวิต เราได้มองข้าม
และทำไม่ดีอย่างใหญ่หลวง ผู้ถาม คือ คนเดียวกับ ที่มอบหนังสือ
“ชาติสุดท้าย” ให้ อ.สนอง หลังจบงานเสวนา ที่บ้านพระอาทิตย์
เครือข่ายผู้จัดการ ที่จัดผ่านไปเมื่อไม่นานนัก ไม่ทราบอาจารย์จะ
พอระลึกได้ไหมและจะรอคำตอบ กราบแสดงความนับถือ

คำตอบ

ชาติ-ชรา-พยาธิ-มรณะ เป็นอกุศลวิบากสมบัติของ
มนุษย์ผู้ยังมีกิเลสอยู่ในใจทุกคน มียกเว้นอยู่เพียงรายเดียวที่

ไม่มีอาพาธ เกิดขึ้นตลอดชีวิต ท่านผู้นั้นคือ พระพากุละ พุทธสาวกของพระพุทธโคดม เหตุที่มีชีวิตไม่อาพาธเป็นเพราะได้อธิษฐาน “ขออย่าได้อาพาธ” ได้รักษาสัจจอธิษฐาน ด้วยการไม่เบียดเบียนสัตว์ และได้สร้างเหตุตรง ด้วยการถวายอาหารและยารักษาโรคกับพระสงฆ์ผู้มีคุณธรรมสูงมายาวนานถึง ๔ พุทธันตร ผลของการอธิษฐานไม่อาพาธตลอดชีวิต จึงได้สำเร็จสมปรารถนา เมื่อครั้งที่ตนเองนำจิตวิญญาณมาปฏิสนธิเป็นลูกพ่อค้าชาวโกสัมพี แคว้นวังสะ เมื่ออายุเจริญวัยได้ ๘๐ ปี จึงได้บวชเป็นภิกษุในพุทธศาสนาบรรลุอรหัตผลภายใน ๗ วัน นับจากบวช และตายเมื่ออายุได้ ๑๖๐ ปี ตลอดตั้งแต่แรกเกิดจนวันตายเข้านิพพาน ไม่ปรากฏว่าเจ็บไข้ได้ป่วยด้วยโรคใด ๆ เลย

ที่เล่าให้ฟังเพื่อที่จะบอกว่า การเจ็บป่วยของแม่เกิดจากกรรมเบียดเบียน ที่ท่านได้ทำกรรมด้วยตัวของท่านเอง เมื่อใดที่กรรมให้ผลเป็นอกุศลกรรมวิบาก (เจ็บป่วย) ท่านต้องชดใช้หนี้กรรมด้วยตัวเองจนกว่าจะหมดหนี้กรรม หรือจนกว่าเจ้าหนี้จะยกเลิกการจองเวร ไม่มีใครสามารถแก้ไขได้ นอกจากผู้ป่วยต้องสร้างบุญใหม่มาก ๆ เช่นปฏิบัติธรรมจนเข้าถึงมรรคผลแห่งธรรม แล้วอุทิศบุญกุศลที่ท่านมีใช้หนี้ให้กับเจ้ากรรมนายเวร วิธีการเช่นนี้มีโอกาสเป็นไปได้ที่จะหายจากการเจ็บป่วย

ส่วนเรื่องที่คุณถามได้ให้สัจจะว่า จะไม่แสดงพฤติกรรมอันเป็นอกุศล ต่อผู้มีพระคุณอีกต่อไป หากรักษาสัจจะนี้ไว้ได้จนตายแล้วพัฒนาจิตวิญญาณของตนเองให้เข้าถึงธรรม มีธรรมสถิตอยู่ในใจได้เมื่อใดแล้ว โอกาสที่จะไม่ต้องใช้หนี้เวรกรรมกับบุพการียังเป็นไปได้

กราบเรียนสาธุชนทุกท่าน

ชมรมฯ มีนโยบายที่จะเผยแพร่ธรรมะสู่สังคม ด้วยการจัดงานบรรยายธรรมเป็นธรรมทาน และผลิตสื่อที่ส่งเสริมการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรม เช่น หนังสือ, เทปคลาสเส็ท, ซีดี, MP3 และบริจาคเป็นสาธารณกุศลไปยังสถานที่ต่าง ๆ เป็นจำนวนมาก

ท่านสามารถมีส่วนร่วมเป็นสมาชิกชมรมได้ ไม่ว่าจะ เป็นเพศใด วัยใด ไม่จำกัดความรู้ เชื้อชาติและศาสนาด้วยการสละแรงกาย แรงใจ และร่วมบริจาคเพื่อเป็นเจ้าภาพ ในการจัดงานธรรมบรรยาย เป็นเจ้าภาพในการบริจาคหนังสือไปยังห้องสมุด หรือวัด ต่าง ๆ เป็นต้น ตามกำลังศรัทธาของท่าน หรือเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ของชมรม โดยไม่เสียค่าใช้จ่ายใด ๆ

ท่านผู้มีจิตศรัทธาต้องการหนังสือและสื่อธรรมทานของชมรมก็เลยาณธรรม กรุณาติดต่อ

ชมรมกัลยาณธรรม

๑๐๐ ถ.ประโคนชัย ต.ปากน้ำ อ.เมือง จ.สมุทรปราการ
๑๐๒๗๐ โทร. ๐๒-๗๐๒-๗๓๕๓ และ ๐๒-๗๐๒-๙๖๒๔
โทรสาร. ๐๒-๗๐๒-๗๓๕๓ และ ๐๒-๗๐๒-๘๗๖๓ หรือ

ชมรมกัลยาณธรรม

๘๙/๖-๗ ซอยศึกษาวิทยา ถ.สาทรเหนือ แขวงสีลม
เขตบางรัก กทม. ๑๐๕๐๐
โทร. ๐๒-๖๓๕-๓๙๙๘
โทรสาร. ๐๒-๒๖๖-๓๘๐๗

ผลงานเล่มอื่น ๆ

ของชมรมกัลยาณธรรม

- ทางสายเอก (ฉบับภาษาไทยปกแข็ง, เล่มเล็ก, สองภาษา, และฉบับภาษาอังกฤษ)
- บันทึกสนทนาธรรม ตามรอยพ่อ
- การใช้ชีวิตที่คุ้มค่า, ชีวิตยืนยาวอย่างมีคุณค่า
- มาดสติได้ด้วยหัวใจเกินร้อย, ดูรู้หนึ่งพรรษา
- สนทนาภาษาธรรม เล่ม ๑ - ๘
- อัญมณีแห่งชีวิต, ประวัติท่านพระอาจารย์มั่น
- อริยมรรค และ การปฏิบัติคือบทพิสูจน์
- ชีวิตหลังความตาย ชีวิตใหม่ที่ต้องเตรียมตัว
- วิถีอยู่เหนือดวง และโอวาทสี่ของเหลียวผาน
- อุบายทำให้จิตสงบและกระจกส่องกรรมฐาน
- ดวงดีวิถีพุทธ, มหัศจรรย์แห่งจิต
- สันติวรบท และอริยธรรม, คนดีที่โลกต้องการ
- รวบรวมสัทธรรม, การพัฒนาศักยภาพในวัยศึกษา
- ตายแล้วไปไหน, บริหารใจเพื่อสร้างจิตสำนึก
- สติ ๕ อย่าง และ บทโคลกแห่งพุทธอิสระ
- บารมีธรรมสู่ความสำเร็จ, เด็กหญิงพิมพ์ดี
- ให้ทานเพื่ออะไร, พระศิริमानนทสูตร ฯลฯ

นอกจากนี้มีเทปคำบรรยาย, ซีดี และ MP3
อีกจำนวนมาก ติดต่อได้ที่ชมรมกัลยาณธรรม
โทร. ๐๒-๖๓๕-๓๙๙๘ และ ๐๒-๗๐๒-๗๓๕๓
www.kanlayanatam.com