

สนทนาภาษาธรรม

เล่ม

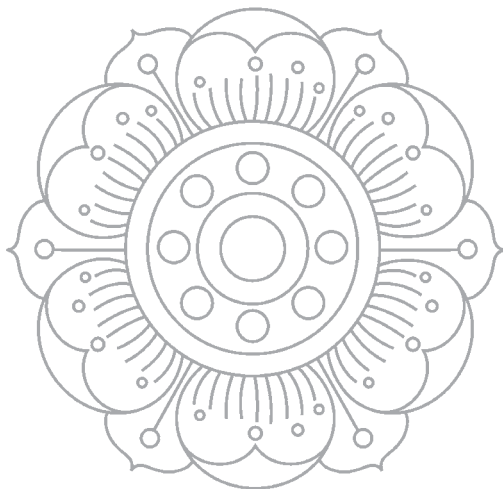
๒๒



ดร.สนอง วรอุไร

สนทนาภาษาธรรม

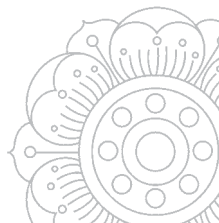
เล่ม ๒๒



ตอบปัญหาโดย

ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร

จากเว็บไซต์กัลยาณธรรม www.kanlayanatam.com





ธรรมกัลยาณธรรม

หนังสือดีลำดับที่ ๑๘๑

สนทนาภาษาธรรม เล่ม ๒๒

ตอบคำถามโดย ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร

พิมพ์ครั้งที่ ๑ กันยายน ๒๕๕๕ จำนวนพิมพ์ ๖,๐๐๐ เล่ม

จัดพิมพ์ถวายเป็นพุทธบูชาโดย ธรรมกัลยาณธรรม

๑๐๐ ถ.ประโคนชัย ต.ปากน้ำ อ.เมือง จ.สมุทรปราการ

โทรศัพท์ ๐-๒๗๐๒-๗๓๕๓

ออกแบบปกและรูปเล่ม นุช ณ พิมาย

เพลท Canna Graphic โทรศัพท์ ๐๘-๖๓๑๔-๓๖๕๐

พิมพ์ บริษัทชุมทองอุตสาหกรรมและการพิมพ์ จำกัด

โทรศัพท์ ๐-๒๘๘๕-๗๘๗๑-๓

สัพพทานัง ธัมมทานัง ชินาติ

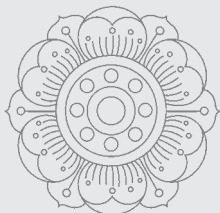
การให้ธรรมะเป็นทาน ย่อมชนะการให้ทั้งปวง

www.kanlayanatam.com



ชมรมกัลยาณธรรม
ขอน้อมถวายเป็นพุทธบูชา
และ
กราบบูชาอาจารย์คุณ
แต่
ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร





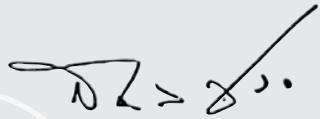
อนุโมทนาภา

ปัญญาหรือความรู้ที่ชาวโลกนิยมพัฒนากัน คือ ความรู้ที่เกิดจากการฟังการอ่าน และการวิเคราะห์วิจัย ปัญญาทั้งสองระดับนี้สามารถเข้าถึงความจริงชั่วคราว และเป็นความจริงที่ระบบประสาทสามารถสัมผัสได้ ผู้ใด นำความรู้เช่นนี้มาใช้ส่องนำทางให้กับชีวิต ย่อมมีปัญญา ให้ต้องแก้ไขอย่างไม่รู้จบตามที่ได้ประมวลไว้ในหนังสือเล่มนี้

ในครั้งที่ผู้ตอบปัญหาไปปฏิบัติธรรมอยู่กับท่าน เจ้าคุณโชดก ท่านเจ้าคุณฯ ได้พูดว่า “แก้ปัญหาคือคนอื่น ไม่จบสิ้น ปัญหาจะหมดไปได้ต้องแก้ที่ตัวเอง” คำพูดนี้เป็น ความจริงเพราะตลอด ๔๕ พรรษาที่พระพุทธโคดมออก เผยแผ่ธรรม พระองค์ไม่เคยสอนให้ไปแก้ปัญหาคือคนอื่น แต่ทรงสอนให้ใช้ปัญญาเห็นถูกตามธรรมแก้ปัญหาคือตัวเอง ผู้ตอบปัญหาจึงได้ดำเนินรอยตามและได้ผลเป็นจริง

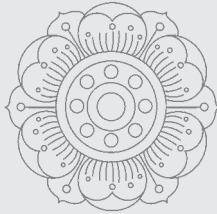


การให้ธรรมะเป็นทานเป็นการให้ที่สูงสุด ข้าพเจ้าอ้าง
เอาอานิสงส์แห่งทานนี้ จงบันดาลให้ผู้ร่วมกระบวนการ
เผยแผ่ธรรม มีปัญญาเห็นถูกตามธรรม มีชีวิตนี้ และมี
ชีวิตหน้าสวัสดิ์ตลอดไป จงกว่าจะพ้นไปจากวัฏสงสาร
จงทุกท่านทุกคนเทอญ



ดร.สนอง วรอุไร





คำนำในการจัดพิมพ์ ถวายเป็นพุทธบูชา

ชมรมกัลยาณธรรมได้เริ่มงานเผยแผ่ธรรมอย่างต่อเนื่องด้วยปฐมเหตุคือ ความศรัทธาของท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร เมื่อ ๘ ปีก่อนของกัลยาณมิตรหลายท่าน ร่วมรวมตัวกันเป็น “กลุ่มกัลยาณธรรม” และพัฒนาต่อมาเป็น “ชมรมกัลยาณธรรม” สิ่งหนึ่งซึ่งเด่นสง่าและมั่นใจได้เสมอมาคือ อุดมการณ์แห่งพระพุทธรูปที่จะเผยแผ่ธรรมทาน เพื่อมอบปัญญาที่ถูกต้องแก่เพื่อนสหธรรมิกจนชมรมนี้ได้รับฉายาจากผู้มีจิตศรัทธาว่า “พระเวสสันดรสาขา ๒” และที่สำคัญ เสาหลักที่มั่นคงแข็งแรงของชมรม ที่เป็นแบบอย่างและเดินนำในการปฏิบัติและอุทิศตนอย่างต่อเนื่อง คือ ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ท่านอาจารย์ผู้เป็นประดุกบิดาและขวัญกำลังใจของ

พวกเราทุกคน ยังคงเดินนำพวกเราอย่างอาจหาญ มั่นคง
สง่างาม ไม่มีความอ่อนล้าหรือท้อแท้ ท้อถอย แม้อายุ
ของท่านจะเกินวัย ๗๐ มานานแล้ว แต่ก็กลับยังทำงาน
หนักขึ้น เพราะท่านเห็นว่า เวลาของท่านเหลือไม่มาก
นับเป็นแบบอย่างของผู้ไม่ประมาทในธรรมโดยแท้

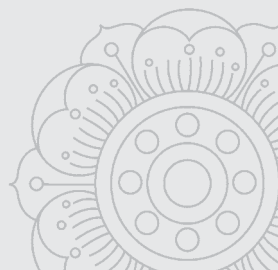
ขอกราบขอบพระคุณท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร
ที่เมตตาตอบคำถามจากผู้ติดตามผลงานของเว็บไซต์
กัลยาณธรรม ขอขอบคุณ คุณภคกรณ์ รุจาธนันท์ ที่คอย
พิมพ์คำตอบส่งยังเว็บมาสเตอร์ผู้มุ่งมั่น คือ คุณเฉลิมพันธุ์
สมัครพันธุ์ อย่างสง่างาม การตอบคำถามของท่านอาจารย์
ยังช่วยให้ผู้อ่านท่านอื่นๆ ได้พลอยคลี่คลายความทุกข์และ
ข้อสงสัยทั้งในเชิงปฏิบัติและแนวทางชีวิตด้วย

ขอขอบคุณทุกท่านที่ร่วมกันรังสรรค์ธรรมทานนี้ เพื่อ
ประโยชน์แก่สาธุชน และพระศาสนาสืบไป

ด้วยความปรารถนาดีและอนุโมทนาอย่างยิ่ง

ทพญ.อัจฉรา กลิ่นสุวรรณ

ประธานชมรมกัลยาณธรรม





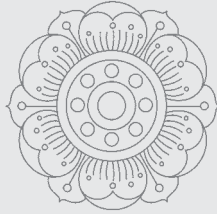
ธรรมสารบัญ

หน้า

๑.	รบกวนอีกครั้ง	๑๒
๒.	ไม่ถูกกับแม่	๑๔
๓.	ทำบุญ-ทำทาน	๑๗
๔.	ไม่เคยคิดจะปฏิบัติธรรม	๑๙
๕.	กำหนดที่สิ้นปีด้วย	๒๗
๖.	กว่าจะเข้าหาธรรม	๒๙
๗.	คิดว่าไม่เป็นไร	๓๒
๘.	ปวดขามาก	๓๕
๙.	ผู้ดี...บาปหรือไม่	๓๖
๑๐.	ผู้ไม่ถอยหลัง	๓๘
๑๑.	ผิดปกติทางความคิด	๔๐
๑๒.	ต้องมีคุณสมบัติเช่นไร	๔๑
๑๓.	คนมีธรรมะ	๔๕
๑๔.	ลืมนขอใบเสร็จ	๔๖
๑๕.	ผมเริ่มปฏิบัติธรรม	๔๘
๑๖.	หนอยากย้ายบ้าน	๕๑
๑๗.	ผู้สำนึกผิด	๕๓
๑๘.	อาหารใส่บาตร	๕๖
๑๙.	สอบถามสั้นๆ	๕๗
๒๐.	จริงหรือไม่	๕๘
๒๑.	ปฏิบัติธรรม ๑ บังลังก์	๖๐
๒๒.	เห็นด้วยนิดๆ	๖๑
๒๓.	คนอยากทำบุญ	๖๓
๒๔.	ทุกข์กับลูกที่อยู่ในห้อง	๖๘
๒๕.	ช่วยเขาได้หรือไม่	๗๑
๒๖.	ผู้ไม่หวังสิ่งตอบแทน	๗๒

๒๗.	ดับทุกเรื่อง	๗๖
๒๘.	เปื้อนแบบไหน	๗๘
๒๙.	หายจากโรคจิต	๘๐
๓๐.	กดปุ่มผิด	๘๓
๓๑.	พระนิยตโพธิสัตว์	๘๕
๓๒.	หลับตามลูก	๘๗
๓๓.	กลัวลิฟต์ค้าง	๘๙
๓๔.	หนูงูอเมริกา	๙๐
๓๕.	ตอบปัญหาให้หนูหน่อยค่ะ	๙๙
๓๖.	ถาม ๒ ข้อ	๑๐๔
๓๗.	สงสัยเรื่องศีล	๑๐๕
๓๘.	อธิษฐานพบลูก	๑๐๗
๓๙.	ผู้ต้องการพันทุกข์	๑๑๐
๔๐.	โรคกรรม	๑๑๒
๔๑.	จำเป็นหรือไม่	๑๑๖
๔๒.	อาชีพตุลาการ	๑๑๗
๔๓.	ปิติในระดับต่างๆ	๑๒๒
๔๔.	กลัวกิ่งก้อ	๑๒๕
๔๕.	ปฏิบัติธรรมที่บ้าน	๑๒๖
๔๖.	ขาดๆ หายๆ	๑๒๗
๔๗.	ผีบ้านผีเรือน	๑๒๙
๔๘.	เป็นไปได้หรือไม่	๑๓๐
๔๙.	ทุกข์เพราะพอ	๑๓๑
๕๐.	ห้องพุทโธ	๑๓๓
๕๑.	อยากรู้เรื่องกรรม	๑๓๔
๕๒.	อาจารย์ดู	๑๓๕
๕๓.	ไม่อยากเกิดอีก	๑๓๗
๕๔.	จับมือแพน	๑๓๙

๕๕.	กลัวอีกแล้ว	๑๔๐
๕๖.	ห้ามได้หรือไม่	๑๔๓
๕๗.	ถามเล่นนะคะ	๑๔๕
๕๘.	ก่อนจะ early retire	๑๔๗
๕๙.	ธรรมเนียมของหลวงพ่	๑๕๑
๖๐.	ขอภัยที่พูดตรง	๑๕๗
๖๑.	ชอบเดินรำ	๑๕๘
๖๒.	อนันตริยกรรมของผู้อื่น	๑๕๙
๖๓.	เกี่ยวกับแม่ค่ะ	๑๖๒
๖๔.	ความทุกข์ร่วมกัน	๑๖๕
๖๕.	คำว่า “พุทโธ”	๑๖๖
๖๖.	เป็นบาปไหม	๑๖๗
๖๗.	กลัวตกนรก	๑๖๙
๖๘.	โชคดีที่นอนคนเดียว	๑๗๑
๖๙.	หนูเป็นครู	๑๗๕
๗๐.	ขอให้หนูขึ้นสวรรค์	๑๗๙
๗๑.	ใช่ และชอบ	๑๘๑
๗๒.	ชอบดูร่างเปลือย	๑๘๒
๗๓.	พี่ชายถูกรถชน	๑๘๔
๗๔.	อธิษฐานผิดหรือเปล่า	๑๘๗
๗๕.	พ่ให้เหยียบหลัง	๑๘๙
๗๖.	พบคูเวร	๑๙๓
๗๗.	พ่บ่บอกว่า	๑๙๖
๗๘.	เพื่อนติดเชื้อ เอช ไอ วี	๑๙๘
๗๙.	หนูเชื่อยาก	๒๐๐
๘๐.	จะบาปมากไหม	๒๐๔
๘๑.	บูชาอาหารมาจากวัด	๒๐๕



ค ตี ฐ ร ร ม

“ความสุขในการดูแลใคร ความสุขในการเข้าสังคม ในการมีคู่รักคู่ครอง หรือการมีลาภยศ การได้รับความสุข สรรเสริญและได้รับความสุขจากสิ่งเหล่านี้ก็สุขจริง แต่สุขเหล่านี้มีทุกข์ซ่อนอยู่ทุกอย่าง ต้องคอยแก้ไขปรับปรุงกันอยู่เสมอ ไม่เหมือนกับความสุขที่เกิดจากสันติ ความสงบ เป็นความสุขที่เยือกเย็น และไม่ซ่อนด้วยความทุกข์ และไม่ต้องแก้ไขปรับปรุงตกแต่งมาก เป็นความสุขที่ทำได้ง่ายๆ เกิดกับกายใจเรานี่เอง...”

ท่านเจ้าคุณนรรัตนราชมานิตย์

(ธมฺมวิทโก ภิกขุ)

๑. รบกวณอีกครั้ง

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์สนอง วรอุไร ที่เคารพอย่างสูง
ดิฉันเคยส่งคำถามมาปรึกษาท่านอาจารย์แล้ว
ครั้งหนึ่ง ได้รับคำตอบที่ชี้ทางสว่างให้กับดิฉันมากๆ มา
คราวนี้จึงขอรบกวนท่านอาจารย์อีกครั้ง เพื่อชี้แนะแนวทาง
ให้กับแม่ดิฉันด้วยค่ะ ปัญหาที่มีอยู่ว่า ปกติครอบครัวของ
ดิฉันก็อยู่กันอย่างมีความสุขดีค่ะ จนกระทั่งวันหนึ่งคุณพ่อ
ไปเลี้ยงสังสรรค์ที่ได้เลื่อนเป็นอาจารย์ ๓ ที่ห้องอาหาร
คาราโอเกะ แล้วชอบพอกันกับสาวห้องอาหารก็ได้ติดต่อกัน
มาเรื่อยๆ จนคุณพ่อนอกใจคุณแม่ คือคุณพ่อแอบส่งเงิน
ให้ผู้หญิงคนนี้แทบทุกเดือน เงินเดือนทั้งเดือนก็โอนให้หมด
เงินตกเบิกอาจารย์ ๓ ก็ส่งให้จนหมดตัว พอไม่มีเงินใช้ก็มา
รีดไถกับทางครอบครัว ท่านทั้งสองมีปากเสียงกัน ตีกันบ้าง
ด่าทอกันบ้าง ระแวงสงสัยกันบ้าง

ดิฉันจึงรบกวนให้อาจารย์ช่วยชี้แนะดังนี้ค่ะ

๑. คุณแม่เคยคิดว่าจะออกไปบวชเป็นชีจะดีหรือไม่
(คุณแม่ท่านเป็นคนมีศีลมีธรรม) แต่มีญาติ พระสงฆ์ ท่าน
คัดค้านไว้ว่าถ้าไปแล้วจะทำให้เกิดบ้านแตกสาแหรกขาด

๒. ลูกๆ จะช่วยท่านได้อย่างไร ทั้งทางคุณพ่อที่
อนาคตอาจจะหมดตัวแน่ๆ และทางคุณแม่ที่เครียดซึมอยู่

ดิฉันกราบขอบพระคุณท่านอาจารย์สนอง ที่ได้สละ
เวลาช่วยชี้ทางให้ครอบครัวของดิฉัน ขอให้อาจารย์มีธาตุ
ขันธุ์ที่แข็งแกร่งสมบูรณ์ เป็นร่มโพธิ์ร่มไทรให้ผู้ที่มิทุกข์หรือ
ผู้ที่ใฝ่รู้ในธรรมได้พึ่งพาด้วยเทอญ

ถ้าข้าพเจ้าได้ล่วงเกินท่านอาจารย์ไม่ว่าทางใดๆ ก็ตาม
ดิฉันขออโหสิกรรมด้วยค่ะ

คำตอบ

(๑) กรรมย่อมจำแนกบุคคลให้ดี ชั่ว เลว หยาบ
แต่ละบุคคลมีกรรมเป็นของตัวเอง ต่างคนต่างเกิดมาสู่โลก
ใบนี้ไม่พร้อมกัน ต่างคนต่างตายจากโลกใบนี้ไปไม่พร้อมกัน
ดังนั้นพึงเลือกทำกรรมตามที่ชอบๆ เกิด

(๒) พระพุทธโคดม สอนพุทธบริษัทให้แก้ปัญหาที่
ตัวเอง มิได้สอนให้ไปแก้ปัญหาของผู้อื่น และผู้รู้จริงย่อมไม่
เข้าไปก้าวล่วงในชีวิตของใครผู้ใด ดังนั้นหากเป็นลูกที่รู้จริง
ต้องปล่อยผู้อื่นให้เป็นไปตามกรรมที่เขาทั้งสอง ได้กระทำต่อ
กันมาแล้วแต่อดีต

๒. ไม่ถูกกับแม่

คำถาม

สวัสดีครับ ท่าน อ.สนอง

ผมมีคำถามอยากถาม อ.สนอง ดังต่อไปนี้ครับ
ขอรบกวน อ.ช่วยกรุณาแนะนำ วิธีทางที่ถูกต้องให้ผม
ด้วยครับ

ผมเองไม่ค่อยจะถูกกับแม่ครับ แต่ก็ทำทุกอย่างให้
แม่เสมอมา เช่น ให้เงินเดือนทุกเดือนตั้งแต่เริ่มงานเดือน
แรก พยายามหาของให้แม่ทาน คอยไปรับแม่ตอนเลิกงาน
แต่ว่าผมกับแม่นั้น จะมีเรื่องที่ไม่ค่อยถูกกันครับ เนื่องจาก
แม่ผมเป็นคนโทสะเยอะ ไม่ฟังเหตุผลจากคนอื่น หากท่าน
ผิดก็จะบอกว่าเขาเป็นแม่ เขาต้องถูก ผมไม่รู้จะทำยังไง
ครับ ผมกับน้องชายได้แต่เอือมระอา ที่เขาไม่ฟังอะไร
บางที่ท่านก็ว่าหรือด่าผมให้คนอื่นฟังต่างๆ ที่ผมก็พยายาม
ทำให้ท่านสบาย และคอยช่วยเหลือทุกอย่างครับ ผมเอง
ก็ศึกษาธรรมะพอสมควร รวมทั้งได้ฟังธรรมบรรยายจาก
อาจารย์ด้วย เลยพยายามจะไม่โกรธ ไม่น้อยใจ พยายาม
มองให้เห็นถึงความโกรธที่เกิดขึ้น แต่บางทีก็พ่ายแพ้ครับ
มันทนไม่ไหวจริงๆ บางทีก็พูดกับท่านแบบหัวเสียบ้าง

ไม่ได้ตำหนานะครับ แต่อยากให้ท่านมีเหตุผลหรือรับฟังคนอื่นบ้างก็เท่านั้น แต่ก็ไม่มีผลครับ ท่านก็จะบอกว่าท่านอายุเยอะแล้ว จะตายวันตายพรุ่งก็ไม่รู้ ท่านไม่ยอมเปลี่ยนแปลงนิสัยครับ ผมเลยอยากถามอาจารย์ว่า

๑. สิ่งที่ผมทำอยู่นี้บาปไหม และจะเป็นอุปสรรคในการปฏิบัติธรรมไหมครับ ผมกลัวว่า อกุศลกรรมนี้จะส่งผลให้ผมปฏิบัติไม่ก้าวหน้า

๒. ผมจะมีวิธีคิดอย่างไรดีครับกับเรื่องแบบนี้ หนี้อยใจจริงๆ ครับ บางทีตีหัวผมก็รู้หมด แต่อดไม่ได้จริงๆ ครับ คิดอยากให้ท่านกลับตัว และรับฟังคนอื่นบ้างกลัวจะไม่มีคนคบท่านเอาครับ

๓. ถ้าผมห่างๆ มา โดยส่งเสียแม่อยู่ แต่ว่าพยายามไม่พูดอะไรที่ไม่จำเป็นด้วยกับท่านเพราะไม่อยากจะทำกรรมหนัก จะถือว่าผมอกตัญญูไหมครับ เพราะผมไม่มีอะไรจะพูดแล้ว ท่านมีมีฉภาทัญญูมากเหลือเกินครับ สิ่งที่ดีของท่านก็มีเยอะครับ ผมเองก็ได้พยายามมอง และก็เอามาหักลบกับเรื่องที่ท่านเป็นแบบนี้ครับ แต่บางทีทนไม่ไหวจริงๆ ครับ

ขอความกรุณาอาจารย์ ตอบคำถามผมด้วยนะครับ ผมเองอยากจะได้ดวงตาเห็นธรรมแบบอาจารย์บ้าง แต่กลัวว่าเรื่องนี้ จะเป็นกรรมที่ทำให้ผมไม่มีโอกาสเห็นธรรมครับ

ขอพบพระคุณอาจารย์ครับ ขอให้กุศลนี้จงเพิ่มเป็น
 บารมีให้แก่อาจารย์นะครับ

คำตอบ

แม่ดูด่าลูกเป็นเรื่องของแม่ แต่เรื่องของลูกคือ ต้อง
 สงบนิ่งแล้วให้อภัยเป็นทาน ทุกครั้งที่มีสิ่งขัดใจเข้ากระทบจิต
 ทั้งนี้เพราะพระพุทธโคดมมิได้สอนให้ไปแก้ปัญหาก็ผู้อื่น แต่
 สอนให้แก้ปัญหาที่ตัวเอง ปัญหาจึงจะยุติลงได้

(๑) ความไม่สบายใจ ความไม่สบายกาย ถือว่า
 เป็นบาป ได้ยินเสียงดุด่าแล้วไม่สบายใจจึงเป็นบาป ผู้ไม่
 สบายใจ ปฏิบัติธรรมแล้วยอมเข้าไม่ถึงธรรม หรือเข้าถึง
 ธรรมได้แต่เนิ่นช้า

(๒) ทุกครั้งที่มีสิ่งขัดใจเกิดขึ้น ต้องให้อภัยเป็นทาน
 ด้วยการกำหนด “ช่างมันเถอะๆๆๆ” ไปเรื่อยๆ จนกว่า
 ความไม่สบายใจจะหายไป

(๓) พระพุทธโคดมมิได้สอนให้หนีปัญหา แต่สอนให้
 อยู่กับปัญหาแล้วใช้ปัญญาแก้ปัญหา การกำหนด “ช่าง
 มันเถอะ” เป็นการให้อภัยเป็นทาน ผู้ให้อภัยได้แล้วยอมมี
 อารมณ์สงบเย็น แล้วจะรู้ว่าแม่เป็นผู้มีอุปการคุณที่ทำให้
 ลูกได้สร้างเมตตาบารมี ยิ่งไงละ

๓. ทำบุญ-ทำทาน

คำถาม

กราบเรียนท่าน อ.ดร.สนอง ที่เคารพอย่างสูง
ขอรบกวนสอบถามดังนี้ครับ

๑. การทำบุญกับทำทานต่างกันอย่างไรครับ และ
การทำบาปคือการกระทำเช่นใดครับ

๒. กรณีไปทำสังฆทานแล้วพระท่านถามว่าทำเพื่อ
อะไร เช่น วันเกิด อุทิศส่วนกุศลให้ผู้ตาย เป็นต้น เช่นนี้แล้ว
หากทำบุญวันเกิด แล้วญาติที่ล่วงลับไปแล้วจะได้หรือไม่หากเรา
ตั้งใจอุทิศ แต่เราบอกพระว่ามาทำเนื่องในวันเกิด

๓. ปัจจุบันเทคโนโลยีล้ำหน้าไปมาก ทำให้สามารถ
รักษาอาการป่วยหรือช่วยทุเลาอาการได้ ไม่ให้เสียชีวิต
ในทันที ซึ่งจะเกิดกรณีที่สุดความสามารถที่ผู้ป่วยจะกลับมา
ติดเตียง บางรายอาจอยู่ได้เพราะฤทธิ์มอร์ฟินที่แพทย์จ่าย
ให้เช่นนี้จะเป็นการส่งเสริมให้ผู้ป่วยเสพยาหรือไม่ ดังเช่น
กรณีบิดามารดาป่วยอยู่โรงพยาบาลอาการหนัก แล้วแพทย์
ให้ตัดสินใจว่าจะรักษาต่อไปหรือจะหยุดรักษา ซึ่งจากกรณี
ดังกล่าว หากรักษาต่อไปก็จะเป็นการทำให้ท่านทนทุกข์ทรมาน
เนื่องจากอยู่ได้เพราะฤทธิ์ยา ซึ่งกรณีนี้จะถือว่าบาปหรือไม่

บางคนบอกว่าไม่ควรไปยุ่ง เพราะเป็นความต้องการของ
เจ้ากรรมนายเวร อันนี้ผมก็สงสัยอยู่ว่าจริงหรือเปล่า และ
หากไม่รักษาท่านต่อไป ก็เคยได้ยินว่าก็เป็นบาปเช่นกัน
ถ้าอย่างนั้น อยากรู้จริงจะไม่บาป ขอขอบคุณครับ

.....

คำตอบ

(๑) การทำบุญ ได้แก่ การทำอย่างใดอย่างหนึ่งใน
บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ ผู้ใดประพฤติแล้วบุญย่อมเกิดขึ้น และ
ถูกเก็บส่งสมอยู่ในดวงจิต ซึ่งหนึ่งในสิบนั้น ได้แก่ การบำเพ็ญ
ทานหรือให้ทาน ผู้ใดให้สิ่งดีงามแก่ผู้อื่นแล้วบุญย่อมเกิดขึ้น

(๒) การทำสังฆทาน ผู้ทำ ทำแล้วได้บุญเกิดขึ้น ผู้มี
บุญอุทิศบุญให้ผู้ล่วงลับ บุญย่อมเกิดขึ้นเป็นคารบสอง ส่วน
ญาติผู้ล่วงลับจะได้บุญที่อุทิศให้หรือไม่ ขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัย
ที่ต้องถึงพร้อม คือ มีผู้อุทิศบุญ มีบุญที่อุทิศ และต้องมี
ผู้มาอนุโมทนาบุญ ในกรณีนี้หากผู้ล่วงลับมาอนุโมทนาบุญ
ได้ เขาจึงจะได้รับบุญที่มีญาติอุทิศให้

(๓) อาการป่วยที่มีสาเหตุมาจากการประพฤติ
เบียดเบียน และเจ้ากรรมนายเวรยังไม่เลิกจองเวร ในทาง
โลกจะรักษาอย่างไรก็ไม่หาย และในการรักษานั้น ผู้เข้าร่วม

กระบวนกรรมของคนไข้ ย่อมได้รับบาปจากการถูกจองเวร จากเจ้ากรรมนายเวรของคนไข้ ตรงกันข้ามหากคนไข้ เป็นผู้มีการคุณต่อผู้ถามปัญหา แล้วไม่เข้าไปช่วยเหลือ ย่อมได้รับผลเป็นบาปด้วยอกตัญญูต่อคนไข้ ดังนั้นผู้รู้ จึงต้องช่วยเหลือคนไข้ โดยป้องกันบาปที่จะมาถึงตัว ด้วยการปฏิบัติธรรม (บุญใหญ่) และอุทิศบุญใหญ่ใช้หนี้ไปเรื่อยๆ จนกว่าการช่วยเหลือจะจบลง

๔. ไม่เคยคิดจะปฏิบัติธรรม

คำถาม

เรียน อาจารย์สนอง วรอุไร

ก่อนหน้านี้ ไม่เคยคิดหรือสนใจที่จะปฏิบัติธรรมเลย และคิดเสมอว่า เรื่องธรรมะเป็นกลอุบายที่สอนให้คนใน สังคมอยู่กันอย่างสงบสุข และไม่เคยมคิดที่จะสวดมนต์ หรือนั่งสมาธิเลย และคิดเสมอว่าใครที่นั่งสมาธิ เป็นคน เชยๆ จนกระทั่งมีความทุกข์เข้ามาในชีวิต จิตตกจิตใจ ว่างุ่นผิดหวังเพราะสิ่งที่หวังไม่เป็นไปอย่างที่คิดไว้ และหา คำตอบไม่ได้ว่าเหตุใดจึงเป็นเช่นนั้น จึงเปิดใจ สนใจศึกษา ธรรมะอย่างจริงจัง เริ่มจากการอยากให้ทุกข์นั้นหายไป

ด้วยการเริ่มสวดมนต์ ถัดมาจึงลองนั่งสมาธิ แบบไม่มีครู นั่งตามที่ได้เคยรู้ จากการได้ยิน ได้ฟังได้อ่านมาจากหนังสือธรรมะ ผมเริ่มต้นด้วยการนั่งสมาธิแบบกำหนดลมหายใจ พุท-โธ และมีคำถามอยากจะเรียนถามอาจารย์ดังนี้ครับ

๑. ในการนั่งสมาธิในครั้งแรกของผม พอนั่งไปได้สักพัก (ไม่ถึง ๑๐ นาที) จิตเริ่มนิ่งและอยู่ๆ มันก็รู้สึก รู้ขึ้นมาเองว่า สิ่งที่เราที่นั่งอยู่นี้มันเป็นเพียงร่างที่ตั้งอยู่ แต่ใจเรากับร่างนี้มันเป็นคนละส่วนกัน (ซึ่งก่อนหน้านี้ไม่เคยรู้มาก่อนเลยว่ากายกับใจ มันคนละส่วนกัน) แล้วก็เหมือนมันสว่างโพลงไปหมด ผมรู้สึกตกใจและคิดกลัวไปเองว่า จิตกำลังจะออกจากร่าง จึงลืมนตา และหยุดนั่ง อยากถามอาจารย์ว่าเหตุการณ์นี้คืออะไรครับ แล้วทำไมผมถึงเข้าใจมันได้ทั้งๆ ที่เป็นการนั่งในครั้งแรกหรือว่าผมอุปาทานไปเองครับ เป็นเพราะของเก่าหรือเปล่าครับ

๒. หลังจากการนั่งสมาธิในครั้งแรกผมก็เพียรนั่งสมาธิ และสวดมนต์เรื่อยมา รวมถึงพยายามที่จะรักษาศีลให้ครบ ๕ ข้อ ซึ่งก็ทำได้ยากโดยเฉพาะศีลข้อ ๔ ยิ่งมาหาข้อมูลจากอาจารย์ที่อาจารย์บอกว่าศีลที่สมบูรณ์ ต้องลงคุมถึงใจ ยิ่งเข้าใจแจ่มแจ้งเลยครับว่าเรายังรักษาศีลได้ไม่ดีเลย แต่ในการนั่งสมาธิ ก็เริ่มเพิ่มเวลาในการนั่งมากขึ้น

ในแต่ละวันจากครั้งละ ๑๕-๒๐ นาที ก็เริ่มเพิ่มขึ้นเป็น ๓๐ นาที ถึง ๑ ชม. โดยเฉพาะยิ่งถ้าวันไหนรู้สึกว่าคุณก็จะนั่งสมาธิให้มากขึ้น เพราะเข้าใจว่า การนั่งสมาธิเป็นการปฏิบัติธรรมซึ่งเป็นบุญใหญ่ จึงอยากให้บุญใหญ่ส่งผล เพื่อให้กรรมดีเร่งให้ผลแข่งกรรมไม่ดี อยากถามอาจารย์ว่า ผมคิดแบบนี้เข้าใจถูกไหมครับ

๓. ผมเริ่มนั่งสมาธิมาเรื่อยๆ เป็นเวลาประมาณ ๓-๔ ปีแล้ว บางวันก็ฟุ้ง บางวันก็ง่วง บางวันก็นั่งได้ดี จิตนิ่ง หลายครั้งที่นั่งแล้วรู้สึกว่างจิต มันดิ่งลึกสงบมาก อยากถามอาจารย์ว่าเมื่อเรารู้สึกแบบนั้น ว่าจิตนิ่งสงบให้เราตามดูความสงบนั้น หรือว่าให้เราจับติดจิตกลับมาจดจ่ออยู่ที่ลมหายใจแทนครับ

๔. ในการนั่งสมาธินั้น ถ้าหากว่าผมไม่ใช่คำบริกรรมว่า พุช-โธ แต่ผมใช้ตุลมนที่เข้าออกจากรูจมูกและคิดพิจารณาว่า ที่เราสูดลมเข้าเป็นปัจจุบันขณะ สูดลมออกก็เป็นปัจจุบันขณะ (ที่นี้-เดี๋ยวนี้) แบบนี้ได้ไหมครับ

๕. ผมรู้ตัวเองดีว่า ในข้อโมหะหรือความหลงนั้น ผมยังหลงในรูปอยู่มาก และอาจารย์เคยบอกว่าใครที่หลงในรูป ให้ใช้เพ่งอสุภะ ผมจึงนำเอารูปศพ ที่อาจารย์บอกคือ ศพเน่ามีหนอน เหลือแต่กระดูก มาดู และจดจำภาพนั้น

ในขณะที่นั่งสมาธิ ก็นึกถึงแต่ภาพศพเหล่านั้นและคิดพิจารณาว่าร่างกายนี้ไม่ได้สวยงาม วันใดวันหนึ่งมันต้องเป็นแบบนี้กันทุกคน วิธีการแบบนี้ถูกต้องหรือเปล่าครับ อยากให้อาจารย์ช่วยชี้แนะครับ

๖. ในการเพ่งอสุภะ มีอยู่ครั้งหนึ่งผมนั่งแล้วอยู่ๆ จิตมันก็คิดไปถึงกระดูกของตัวเอง คิดไปว่ากระดูกมันอยู่ในเนื้อของเรา ที่มีแต่น้ำเลือด เส้นเลือด เนื้อก็เป็นเนื้อสดๆ ไม่ได้สวยงามอะไร สภาวะแบบนี้ผมอุปาทานไปเองหรือเปล่าครับ

๗. การที่ผมอายุก็พอสมควรแล้ว แต่ยังไม่ได้แต่งงาน ทั้งๆ ที่ก็มีความพร้อมในหลายๆ ด้าน มีคนมาชอบ แต่เรารู้สึกว่าเราไม่ชอบเขา ส่วนคนที่เราไปชอบ ไปหลง เขาก็ไม่ชอบเรา ถ้าหากว่าผมไม่ได้แต่งงานใช้ชีวิตคู่ เรื่องแบบนี้ไม่ใช่เรื่องบังเอิญใช่ไหมครับ (ถ้าหากอาจารย์เห็นว่ คำถามนี้ เป็นเรื่องทางโลกอาจารย์ไม่สะดวกใจตอบ ก็ไม่เป็นไรครับ)

๘. เนื่องจากผมไม่มีคู่ แต่ยังมีความต้องการทางเพศ หลายครั้งที่คิดจะช่วยตัวเอง แต่เคยได้รู้มาว่า การที่เราช่วยตัวเองนี้เป็นบาป ใช่ไหมครับ

๙. ทุกครั้งที่เกิดอารมณ์ทางเพศ ผมจะรีบเปลี่ยนความคิด ให้จิตที่มันหลงไปทำงานอย่างอื่นให้จิตทำหน้าที่จะได้ไม่หมกมุ่น คิดแบบนี้ถูกไหมครับหรือว่าผิดวิสัยของผู้ชายที่ไม่ช่วยตัวเอง บางครั้งผมก็คิดว่าการที่เราช่วยตัวเองมันก็คือการหลอกตัวเอง ด้วยการจินตนาการไปถึงภาพนั้นๆ ทำให้กิเลสมันฟุ้ง ซึ่งมันดูน่าละอายที่เราต้องช่วยตัวเอง ผมคิดเหมือนคนอื่นเขาหรือไม่ครับ

๑๐. เคยได้ยินอาจารย์บอกว่า เราควรจะนั่งสมาธิก่อนนอน แต่ผมเลิกงานดึก และต้องตื่นเช้า และบางทีการนั่งก่อนนอน มันทำให้ผมรู้สึกง่วงนอนง่ายทำสมาธิได้ไม่นาน ถ้าหากว่า ผมนั่งสมาธิตอนกลางวันแทน (ไม่ได้นั่งในงาน) ซึ่งรู้สึกว่ามันไม่ค่อยง่วงนอนจะได้ไหมครับ และจะมีผลดีกว่านั่งก่อนนอนไหมครับ หรือว่านั่งก่อนนอนแบบเดิมดีแล้ว

๑๑. อยากจะขอความรู้เรื่องคำว่าเวรกรรม คำว่าเวรกรรม นั้นหมายความว่า หาก นาย A เคยไปทำร้าย นาย B จนเสียชีวิต และเมื่อกรรมให้ผล นาย A จะต้องรับผลกรรมนั้น จากนาย B หรือว่าจากคนอื่น ๆ ที่ไม่ใช่ นาย B ริเปล่าครับ

การทำได้อย่างที่สอน คือยอดพุทธวิธีแห่งการสอน

๑๒. คนที่เสียชีวิตเพราะอุบัติเหตุ นั้น เป็นการเสียชีวิตเพราะล้นอายุขัย หรือว่าเพราะถึงเวลาที่กรรมไม่ดีให้ผล หรือว่าเป็นได้ทั้ง ๒ กรณีครับ

๑๓. หากเราไปเกิดเป็นเทวดา หรือพรหม เราจะสามารรู้ได้ไหมครับว่าเราสร้างเหตุอะไรไว้เราถึงได้มาเกิดในภพภูมิเทวดา หรือพรหม และเราจะสามารรู้ได้ไหมครับว่าชาติก่อนที่เราจะมาเป็น เทวดา หรือพรหม เราเกิดในภพภูมิไหนมาก่อน

หากคำถามใดได้ล่วงเกิน อาจารย์สนอง ด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ขออาจารย์สนองได้โปรด อโหสิกรรมให้กระผมด้วยครับ

คำตอบ

ปฏาจารย์ มีความทุกข์ใจด้วยเหตุแห่งการพลัดพรากจากญาติอันเป็นที่รัก อัมพปาลี มีความทุกข์ใจเกิดขึ้นด้วยเหตุแห่งการระลึกถึงอาชีวะโสภณ (มิจฉาอาชีวะ) ว่าเป็นเหตุนำสู่การเกิดเป็นสัตว์นรก อิลิทาลี มีความทุกข์ใจเกิดขึ้นด้วยเหตุถูกสามีถึง ๓ คน ปฏิเสธที่จะอยู่ร่วม ฯลฯ บุคคลเหล่านี้หันมาปฏิบัติธรรม จนเป็นพระอรหันต์ พ้นไปจากความทุกข์ทั้งปวงได้

(๑) เหตุการณ์ที่บอกเล่าไป คือ ปัญญาเห็นแจ้ง หรือเห็นถูกต้องตามความเป็นจริงแท้ ได้เกิดขึ้นกับผู้ถาม ปัญหา และเป็นผลอันเนื่องมาจากบุญบารมีเก่าที่สั่งสมมา แต่อดีตชาติ

(๒) เข้าใจถูกแล้วครับ

(๓) ให้ใช้จิตที่ตั้งมั่นเป็นสมาธิจวนแนวแน่ ตามดู ความสงบของจิตว่าดำเนินไปตามกฎไตรลักษณ์ คือเห็นว่าเป็นของไม่เที่ยง (อนิจจัง) ความสงบเป็นภาวะที่คงทนอยู่มิได้ (ทุกขัง) และความสงบเป็นสิ่งมิใช่ตัวมิใช่ตน (อนัตตา) เมื่อใดจิตรู้ เห็น เข้าใจได้ถูกต้องตามนี้แล้ว ปัญญาเห็นแจ้งในความสงบย่อมเกิดขึ้น แล้วจึงดึงจิตกลับมาสู่การกำหนดเดิมที่ทำอยู่

(๔) ได้ครับ

(๕) ถูกต้องแล้ว และต้องดูบ่อยๆ จนจิตเข้าถึงสมาธิจวนแนวแน่ (อุปจารสมาธิ) แล้วจึงนำจิตไปตามคู่มือสละที่เกิดขึ้นว่า ดำเนินไปตามกฎไตรลักษณ์

(๖) มีใจอุปาทาน แต่เป็นการเห็นตรงตามความเป็นจริงแท้ของร่างกาย เห็นด้วยจิต

(๗) การมิได้มีชีวิตคู่ เป็นเรื่องของสภาวะธรรมในดวงจิตยกตัวอย่าง ปิปปลิมานพ (พระมหากัสสปะ) และ

ภักทกาปิลาณี (ภักททา กาปิลาณี) ถูกพ่อแม่จับแต่งงานกัน แต่ทั้งสองมิได้ข้องเกี่ยวกับฉันทน์สามีภรรยา เพราะสภาวะธรรมในดวงจิตของทั้งสองคนเป็นฆราวาสอนาคามี ดังนั้นเรื่องที่ถามไปจึงมิใช่เป็นความบังเอิญ

(๘) ถือว่าเป็นบาป แต่พระอริยบุคคลชั้นโสดาบันยังประพฤติดี เช่น วิสาขา เป็นพระโสดาบันตั้งแต่มียายุได้ ๗ ขวบ เมื่อโตเป็นสาวแล้วได้แต่งงานกับชายหนุ่ม ยังมีลูกได้ถึง ๒๐ คน

(๙) คิดถูกทางโลก คือหนีปัญหา แต่ในทางธรรมต้องอยู่กับปัญหา แล้วใช้ปัญญาดับที่ต้นเหตุ แนะนำให้ไปดูซากศพ ที่ Life Museum ของวัดพระบาทน้ำพุ จังหวัดลพบุรี แล้วปัญหาดังกล่าวจะหมดไป

(๑๐) ได้ครับ ดีครับ

(๑๑) จะต้องรับผลของกรรมจากนาย B ซึ่งเป็นเจ้ากรรม นายเวร

(๑๒) เป็นเพราะกรรมไม่ดี (อุปฆาตกรรม) ให้ผล

(๑๓) ผู้ใดจะล่วงรู้ภพหนหลังของตัวเองได้ ผู้นั้นต้องพัฒนาจิต (สมถภาวนา) จนเข้าถึงความทรงฌานให้ได้ก่อน จึงจะรู้ เห็น เข้าใจในภพหนหลัง (ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ) ได้ การจะรู้ว่าตนได้ทำเหตุใดไว้จึงได้ไปเกิดเป็นเทวดาหรือ

พรหม ต้องพัฒนาจิต (วิปัสสนากาวนา) จนเกิดปัญญาเห็น
แจ้งได้แล้ว ย่อมรู้ถึงต้นเหตุที่นำสู่การเกิดเป็นเทวดา และ
การเกิดเป็นพรหมได้

๕. กำหนดที่ลึ้นปีด้วย

คำถาม

กราบสวัสดิ์ อาจารย์ ดร.สนอง

ผมขอกราบเรียนสอบถาม ช่วงที่ผ่านมา ผมมีความ
ฟุ้งซ่านจัด เกิดความคิดอกุศลในหัวทั้งวัน ผมได้ตามดู
ลมหายใจ ตามคำแนะนำของอาจารย์ ก็ดีขึ้นครับ มีอยู่
ขณะหนึ่งตอนที่ชีมอเตอร์ไซด์กลับบ้าน ผมกำหนดลม
หายใจไปเรื่อยๆ และกำหนดที่ลึ้นปีด้วย อยู่ๆ ก็รู้สึกขัด
ที่กลางหน้าอก พอมีความรู้สึกอะไรแวบเข้ามา ก็ความรู้สึก
ทันที แล้วความรู้สึกนั้นก็หายไป เป็นอยู่ขณะหนึ่ง จน
เกือบถึงบ้านครับ แบบนี้เป็นสภาวะมีสมาธิหรือเปล่า
ครับ ผมเคยรู้สึกแบบนี้เป็นครั้งแรกครับ ทุกวันนี้ ผมรู้สึก
ดีขึ้น แต่ก็ยังฟุ้งซ่านอยู่ บางทีก็ไม่ได้สวดมนต์ก่อนนอน
แต่ก็พยายามที่ทำให้ได้เท่าที่โอกาสอำนวย และฟัง MP3
ธรรมะน้อยลง รวมทั้งอ่านหนังสือธรรมะน้อยลงด้วยครับ

เพราะกลัวอ่านแล้วฟังชานมากขึ้น

กราบขอโหสิกรรม สำหรับกรรมทางกาย กรรม
ทางวาจา กรรมทางใจใดๆ ที่ล่วงเกินอาจารย์ไปครับ

ขอบคุณสำหรับคำแนะนำของอาจารย์ครับ ผมจะ
พยายามอบรมจิตใจตัวเองให้ดีขึ้นครับ ขอบคุณที่งาน
ชมรมกัลยาณธรรมด้วยครับ

คำตอบ

ขณะขับซีรธมอเตอร์ไซด์ จิตต้องระลึก (มีสติ) อยู่กับ
การขับซีรธที่กำลังเคลื่อนที่ จึงจะเรียกว่าเป็นการกำหนดสติ
อยู่กับอิริยาบถที่เป็นปัจจุบัน ผู้ใดมีศีล ๕ คุมใจอยู่ทุกขณะ
ตื่นและมีลัจจะคุมใจ ย่อมพัฒนาจิต (สมถภาวนา) ให้มีสติ
ได้ง่าย แล้วความฟุ้งชานจะหมดไปโดยปริยาย

ความอยากมาก แม้ได้มาก ก็เหมือนน้อย
ความอยากน้อย ได้นิดหน่อย ก็เหมือนมาก
ใจที่พอ คือเพื่อนใจ ในยามยาก
น้อยหรือมาก อยู่ที่อยาก มากหรือน้อย

๖. กว่าจะเข้าหาธรรม

คำถาม

กราบเรียน...อาจารย์สนองที่เคารพ กว่าผมจะเข้าหาธรรมะ ก็อายุ ๓๐ แล้ว ก่อนหน้านี้นี้มีกุศลบ้าง อกุศลบ้าง สลับกันไปตามจิตของปุถุชน ทุกวันนี้หากมีงานบรรยายธรรมที่ไหน มีที่ทำบุญที่ไหน ผมสุขใจมาก เผื่อวันสำคัญนั้นมาถึง บางทีก็กลางานไปฟังธรรมก็มี ผมอยากถามอาจารย์ว่า

๑. ทำอย่างไรให้เราได้เป็นคนมีสัมมาทิฐิตุ่ทุกๆ ชาติ เกิดมาในประเทศที่เจริญทางพุทธศาสนา เป็นประเทศที่เหมาะสมกับการปฏิบัติ มีพระอริยเจ้าดำรงชั้นธัญอยู่ (ถ้าอริยฐานต้องทำอย่างไร หรือต้องทำเหตุให้ตรงอย่างไร) เพราะผมเชื่อว่าเราไม่ได้เกิดมาเป็นคนดีทุกๆ ชาติแน่ๆ

๒. จะทราบได้อย่างไรว่าลูกเป็นคนมีบุญมาเกิด แล้วอาจารย์ใช้หลักธรรมอะไรในการสอนลูก

๓. อาจารย์ช่วยแนะนำพระอริยเจ้าในกรุงเทพฯ ให้หน่อยครับ

๔. ของแท้ ของจริง เพชรเม็ดงาม ที่อาจารย์กล่าว ยกย่องพระสงฆ์นั้น แสดงว่าภูมิจิตภูมิธรรมของท่าน ขึ้นสูงสุดใช้ไหมครับ

๕. อานิสงส์ของการถวายอัฐบริวารที่พระจำเป็น ต้องใช้ถูกต้องแต่พระอรหันต์มีอะไรบ้างครับ จำเป็นต้อง กล่าวคำถวายหรือไม่ หรือแค่ถวายตรงหน้าที่ท่านนั่งเฉยๆ ครับ (เพราะผมต้องการเกิดเป็นพระทุกชาติ จนกว่าจะ เข้านิพพาน)

กราบขอบพระคุณครับ

.....

คำตอบ

(๑) ปรารถนาให้ตนเองมีสัมมาทิฐิทุกชาติ ต้อง สร้างเหตุปัจจัยให้ตรงดังนี้

- ก. สร้างมหากทาน เช่น เลี้ยงพระเจ็ดวัน (ต่อเนื่อง)
- ข. อริชฌานเกิดมาพบพระอริยเจ้า ได้ปฏิบัติธรรม และบรรลุนิพพานนั้นด้วย
- ค. ทำเหตุให้ตรง ด้วยการบำเพ็ญทาน รักษาศีล เจริญจิตตภาวนา ตลอดชีวิต

คนย่อมนรัก ผู้สมบรูณ์ด้วยศีลและหัตตะนะ
ตั้งอยู่ในธรรม พุคส์ัตย์จริง ทำหน้าที่ของตนสมบรูณ์
คาถาธรรมบท บทที่ ๒๑๗

(๒) จะรู้ว่าคนมีบุญมาเกิด ให้ดูที่พฤติกรรม (คิด พูด ทำ) ของเด็กว่ามีศีลธรรมหรือไม่ หรือพัฒนาตนเอง จนเข้ามานได้ นำจิตออกจากมานแล้วอธิษฐาน ขอ เห็นภพภูมิเดิมของเด็กที่มาเกิด หากมาจากสุคติภพ ย่อมแสดงว่าเขาเป็นผู้มีบุญมาก่อน ผู้ตอบปัญหาใช้หลัก ธรรมในการสอนลูก ด้วยการพัฒนาตัวเองให้มีพฤติกรรมถูกต้องตามธรรมวินัยของพุทธศาสนา คือ ทำดีให้เขาดูนั่นเอง

(๓) ศิษย์ที่ดี ย่อมแสวงหาครูบาอาจารย์ที่เห็นถูกต้องตามธรรม แม้จะอยู่ห่างไกลแค่ไหนก็ไม่ย่อท้อที่จะไปให้ถึง แล้วฝากตัวเป็นศิษย์

(๔) หลวงปู่โลกอุดรเคยพูดว่า เพราะพัฒนาคุณธรรมมาเสมอกัน จึงได้มาพบกัน

(๕) อัฐบริขาร หมายถึง เครื่องใช้ของนักพรต ในพุทธศาสนา มี ๘ อย่าง ได้แก่ สบง จีวร สังฆาฏิ บาตร มิถโกนหรือมิตัดเล็บ เข็ม ประคดเอว และกระบอกกรองน้ำ

มนุษย์มีการกระทำ ๓ อย่าง คือ กายกรรม วจีกรรม และมโนกรรม

ดังนั้นผู้ใดปรารถนาจะทำกรรมให้ครบถ้วนสมบูรณ์ ต้องทำให้ครบทั้งสามทาง

๗. คิดว่าไม่เป็นไร

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์ ดร.สนอง ที่เคารพอย่างสูง
ก่อนอื่นผมกราบแทบเท้ากับอาจารย์ทั้งกายใจ กราบ
ขอมาที่ผมได้ล่วงเกินอาจารย์ แบบไม่น่าจะเกิดขึ้นได้ทาง
มโนกรรม ผมได้อ่านการสนทนาธรรมจากท่านอื่น มีบาง
ท่านที่เขียนมาถามอาจารย์เกี่ยวกับการกระทำไม่ดี ไม่ถูกต้อง
ต่อพ่อ แม่ ครูบาอาจารย์ ผมก็ได้คิดตามเขาไปด้วยว่า เออ
คิดได้ยังไง คล้ายกับผมคิดปรัมปราความคิดคนอื่นว่า ทำไมคิด
ไม่ตืออย่างนั้น แต่เหตุการณ์นั้นกลับเกิดกับผมเอง

เมื่อคืนวันที่ ๒๖ ธ.ค. ๕๔ ตอนใกล้สว่าง ผมคล้ายกับ
กึ่งหลับกึ่งตื่นอยู่ดีๆ ก็ได้ฝัน หรือคิดก็ไม่แน่ใจ ใช้คำพูดไม่
เหมาะกล่าวชื่ออาจารย์ขึ้นมา แต่คำพูดก็ไม่ได้หยาบคาย แต่
ผมคิดว่าไม่เหมาะกับบุคคลระดับครูบาอาจารย์ปุชฌีย์บุคคล
ตอนแรกผมคิดว่าไม่เป็นไร เพราะผมไม่มีเจตนาแบบนั้น แต่
เรื่องไม่น่าเกิดขึ้น ในวันนั้นมีคนมาทักผมเกี่ยวเรื่องธรรมะ

ความเปลี่ยนแปลง เป็นสิ่งเดียว ที่ถาวร

ที่ผมปฏิบัติทุกวัน วันนั้นมีเรื่องทำให้ผมหดหู่ใจทั้งวัน ทั้งที่ผมพยายามรักษาใจของผมตลอดเวลาทุกวัน แต่วันนี้ผมทำไม่ได้เลย ผมรู้สึกหดหู่แ่ทั้งวันผมแปลกใจมากและได้พบทวนหาสาเหตุ มีสาเหตุเดียวคือมโนกรรมที่ไม่เหมาะสมกับอาจารย์ ผมรู้สึกเสียใจมากครับ แต่ไม่รู้เกิดขึ้นได้อย่างไร ทำไมมันเข้าไปในจิตได้อย่างไร ผมอ่านเรื่องทำนองนี้มากเกินไปหรือเปล่าครับ แต่เหตุการณ์ทำนองนี้เกิดขึ้นกับผมหลายครั้งเหมือนกันทั้งดี และไม่ดี ผมเคยปรามาสสถานศึกษาแห่งหนึ่งว่า บ้านนอกใครจะมาเรียน แต่ตัวเองก็ได้มาเรียน ได้ดิบได้ดีเพราะสถาบันแห่งนี้ เคยปรามาสคนนอกใจภรรยา สุดท้ายมาเกิดกับตัวเองอีก ทำไมเกิดเหตุการณ์แบบนี้ ผมไม่เข้าใจเลย ผมเสียใจ ผมไม่สบายใจมากครับที่ล่วงเกินอาจารย์ทางมโนกรรม ลีบนิ้วของผมทั้งกายใจขอกราบแทบเท้าอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ขออาจารย์โปรดอโหสิกรรมแก่กระผมผู้สติปัญญาอ่อนด้อยด้วยครับ และขอฝากตัวเป็นศิษย์อาจารย์ทั้งกายใจ ศิษย์จะปฏิบัติตามคำแนะนำ ของอาจารย์ทุกประการ โดยไม่มีเงื่อนไข

ขอสิ่งศักดิ์สิทธิ์พ่อแม่ครูบาอาจารย์ที่ผมเคารพนับถือ อำนาจอวยพรให้อาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง ได้พ้นวิญญะในชาตินี้ครับ

คำตอบ

ความคิดในทางลบที่เกิดขึ้นกับผู้ถามปัญหา มีเหตุมาจากจิตใต้สำนึกเคยปรามาสผู้ตอบปัญหามาก่อน หากประสงค์มิให้ความคิดติดลบใดๆ เกิดขึ้นอีก ต้องขอขมากรรมต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ด้วยการสวดมนต์บทสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย แล้วกล่าวคำขอขมาที่เคยคิดล่วงเกินผู้อื่น ทั้งที่จำได้ และจำไม่ได้ให้ยกโทษให้ และต้องไม่ประพฤติล่วงเกินให้เกิดขึ้นอีกโทษนั้นๆ จึงจะหมดไปจากจิตใต้สำนึกได้

สำหรับผู้ตอบปัญหาแล้ว อโหสิกรรมให้กับผู้ถามปัญหา จงไม่มีโทษใดๆ ต่อกัน จงมีความก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรม และเข้าถึงธรรมนับแต่บัดนี้เป็นต้นไป トラบนำชีวิตไปสู่ความพ้นทุกข์

สติเป็นกัลยาณมิตรกับตัวเรา

สติเป็นกุญแจเปิดเผยตน เห็นผิด เห็นถูก

สติเป็นธรรมไม่ให้เกิดทุกข์ ขาดสติมักเกิดปัญหา

(หลวงพ่อดำเขียน สุวณฺโณ)

๘. ปวดขามาก

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ผมมีคำถามเกี่ยวกับการปฏิบัติสมาธิครับ

๑. เมื่อผมนั่งสมาธิ ผมจะกำหนดลมหายใจเข้า-ออก (พุท-โธ) ไปเรื่อยๆ จนลึกลับหนึ่งจิตของผมมันเกิดคิดเรื่องนู่นเรื่องนี้ เช่น คิดถึงเรื่องงาน หรือเรื่องอื่นๆ ทัวไป ถ้าผมรู้ตัวผมก็จะกำหนดว่า รู้หนอ หรือ คิดหนอ หลังจากนั้นก็จะกำหนดลมหายใจต่อ (พุท-โธ) คำถามคือ ผมปฏิบัติถูกแล้วหรือเปล่า หรือผมต้องปล่อยให้จิตคิดไปเรื่อยๆ ครับ รบกวนอาจารย์แนะนำทีครับ ขอขอบคุณครับ

๒. เมื่อนั่งสมาธินานเข้า ผมจะเกิดอาการปวดขามาก ผมจะกำหนดว่า หายใจเข้าปวดหนอ-หายใจออกปวดหนอ ไปเรื่อยๆ แต่ก็ไม่หายปวดจนผมต้องออกจากสมาธิก่อน ในข้อนี้ผมควรปฏิบัติเช่นไรครับ รบกวนอาจารย์แนะนำทีครับ ขอขอบคุณครับ

.....

คำตอบ

(๑) ปฏิบัติธรรมถูกต้องแล้ว

(๒) ผู้มีกำลังของสติอ่อน ย่อมมีจิตอยู่ที่ได้อำนาจของขันธมาร (ปวดขา) การกำหนดคำว่า “ปวดหนอๆๆๆ” ไปเรื่อยๆ แล้วยังไม่หายปวดขา ต้องเปลี่ยนจากการนั่งสมาธิไปเป็นเดินจงกรม สลับกัน แล้วกำลังสติจะมีเพิ่มมากขึ้น อาการปวดขาจึงจะหมดไป

๙. ผู้ติ...บาปหรือไม่

คำถาม

กราบเรียนถามท่านอาจารย์สนอง

ที่กล่าวว่า การติเตียนพระอริยะเป็นกรรมหนัก ไม่ทราบว่าการกล่าวคำตำหนิตานผู้เป็นพระอริยะเจ้าทุกกรณี เป็นบาปทั้งหมดหรือไม่คะ เช่น มีใครคนหนึ่งเป็นพระอริยะชั้นต้นๆ อยู่ในเพศฆราวาส และทำงานในทางโลกเหมือนคนอื่นๆ หากท่านทำอะไรที่ยังเป็นความหลงทางโลกอยู่ หรือทำอะไรที่ผิดพลาดในทางโลกแล้วถูกคนอื่นตำหนิติเตียน โดยผู้ที่ติท่านก็ได้ทราบที่ท่านมีภูมิธรรมระดับใด และผู้ติก็ติท่านเหมือนที่ติคนอื่นอย่างเท่าเทียมกัน แต่ก็ใช้

คำพูดแรงๆ ต่อกว่าตรงๆ แบบนี้ผู้ติบาปหรือไม่คะ
ขอบพระคุณมากค่ะ

คำตอบ

การกล่าวตำหนิพระอริยเจ้าในทุกกรณี ให้ผลเป็นบาป แต่จะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับคุณธรรมของพระอริยเจ้า เช่น ตำหนิพระโสดาบันบาปน้อยกว่าตำหนิพระอรหันต์

พระอริยเจ้าที่เป็นพุทธสาวก สามารถทำงานให้กับโลก ได้แก่ พระอริยเจ้าระดับพระโสดาบันซึ่งยังมีจิตตกอยู่ใต้อำนาจของกาม เช่น อนาถปิณฑิกเศรษฐี นางวิสาขา โฆสกเศรษฐี ฯลฯ สามารถทำงานให้กับโลก ด้วยการสร้างวัด ถวายไว้ในพุทธ-ศาสนา แต่พระอริยเจ้าที่มีคุณธรรมสูงกว่านี้ มีจิตมุ่งเน้นสู่ความเป็นอิสระของชีวิต จึงไม่เข้ามายุ่งเกี่ยวกับงานทางโลกใดๆ

ความสุขสบายใจของเรา มีค่าต่อชีวิตเรา
มากกว่าการกังวลถึงเสียงวิพากษ์วิจารณ์ของคนอื่น

๑๐. ผู้ไม่ถอยหลัง

คำถาม

กราบเรียน อ.ดร.สนอง วรอุไร ที่เคารพอย่างสูง
หนูออกจากปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ตรวจเทียบสภาวะธรรม
แล้ว คิดว่าตนเองถึงญาณ ๑๑ วิปัสสนาจารย์บอกว่า สติดี
ทำให้เรารู้ไปหมดทุกอย่างทุกอย่างโดยไม่ต้องพยายามกำหนด
และสักแต่ว่ารู้สักแต่ว่าเห็น แต่ยังไม่มิตัวลุ่มปชัญญะที่ดี
เมื่อกลับมาบ้านต้องมาทำงานและพบเจอผู้คนมากมาย
และในการทำงานต้องมีการคิดวางแผนล่วงหน้า เวลาหนู
คิดถึงอนาคตหรืออดีต สติทำงานจะรู้ว่าจิตคิด แล้วความคิด
นั้นมันก็จะดับไป ซึ่งในชีวิตปกติของคนเรามันเป็นอย่างนั้น
ไม่ได้ หนูจะไม่สามารถทำงานชิ้นนั้นได้เลย หนูจึงลองต้านดู
คือรู้ว่าเราคิดล่วงหน้า คิดวางแผนอยู่ แต่ยังไม่พยายามจะคิด
ต่อไปเรื่อยๆ เมื่อเราฝืนบ่อยๆ ไม่อยู่กับปัจจุบัน แต่ไปอยู่กับอดีต
หรืออนาคตบ่อยๆ หนูรู้สึกปวดศีรษะมาก เมื่อกำหนดรู้ปวด
หนอยๆ มันก็หายปวดทุกครั้งจึงรู้ว่าเกิดจากเราพยายามฝืน

กราบเรียนถาม ว่าหนูควรปฏิบัติอย่างไรต่อไปดี ที่จะ
ไม่ถอยหลังในทางธรรม และยังสามารถดำรงตนอยู่ในโลก
ปกติได้ในการเข้าปฏิบัติธรรมช่วงหลังๆ มา คิดว่าตนเอง

ถึงญาณ ๑๑ อยู่หลายครั้งแต่ไม่สามารถผ่านไปได้ วิปัสสนาจารย์ให้สร้างบารมีให้มาก บารมีที่ว่าหมายถึงบารมีในด้านใด และต้องทำอะไรจึงเจริญในธรรมและข้ามสู่อรหัญบุคคลได้คะ

กราบขอบพระคุณคะ

คำตอบ

ขณะยังมีชีวิต มนุษย์ต้องทำงานให้กับโลกหรือสังคม (งานภายนอก) จึงมีความจำเป็นต้องเอาจิตจดจ่ออยู่กับงานที่ทำ เช่น งานที่ได้ประพาสลุล่วงไปแล้วให้ผลเป็นอย่างไร และควรปรับปรุงแก้ไขทำเหตุใหม่ให้ดี เพื่อผลดีจะเกิดขึ้นในวันข้างหน้า (อนาคต) อย่างนี้จึงจะเรียกว่า เอาจิตจดจ่อ (สติ) อยู่กับงานที่ทำอยู่ในปัจจุบัน และเช่นเดียวกัน มนุษย์ต้องทิ้งขันธ์โลกลไปสู่ภพใหม่ หากปรารถนาไปเกิดในภพที่ดี หรือปรารถนาพ้นทุกข์ในวันข้างหน้า ต้องพัฒนาจิต (งานภายใน) ให้มีบุญสั่งสม หรือพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาเห็นแจ้ง อย่างนี้จึงจะเรียกว่า เอาจิตจดจ่อ (สติ) อยู่กับงานภายในที่ทำในปัจจุบัน ผู้ใดคิดแล้วทำเหตุให้ถูกต้องได้แล้ว ผู้นั้นย่อมดำรงตนอยู่กับโลกเป็นปรกติ

ส่วนผู้ที่ปรารถนาไม่ถอยหลังในทางธรรม ต้อง
เจริญพละ ๕ อยู่ทุกขณะตื่น และต้องบำเพ็ญปัญญาบารมี
(วิปัสสนากาวณา) จนกระทั่งจิตข้ามพ้นโคตรภูญาณไปได้แล้ว
โอกาสที่จะมีสภาวะธรรมในดวงจิตเป็นอริยบุคคลย่อมเกิดขึ้น

๑๑. ผิดปกติทางความคิด

คำถาม

เรียนท่านอาจารย์คะ

หนูอยากสอบถามว่า คนที่มีความผิดปกติทางความคิด
(โรคทางจิต) นะคะ จะสามารถปฏิบัติธรรม ให้ถึงขั้นโสดาบัน
ได้หรือไม่คะ หนูพยายามฝึกอยู่ พยายามทำศีล ๕ ให้ครบ
ยังสามารถทำงานได้ตามปกตินะคะ ไม่ถึงกับบ้า เพราะเป็น
เพียงคิดอะไรไม่เหมือนคนอื่นคิด แต่ชอบฟังธรรมค่ะ อยาก
ปฏิบัติธรรมให้มากๆ เพื่อหนีอบายภูมิค่ะ

ขอขอบพระคุณค่ะ รบกวนท่านอาจารย์ด้วยค่ะ

.....

คำตอบ

คนดีร้อย คนบ้า คนคิดฆ่าตัวตาย ฯลฯ เมื่อรู้ตัวแล้วยังสามารถพัฒนาจิต จนบรรลุอรหัตตผลได้ นับประสาอะไรกับผู้ถามปัญหา ที่มีความคิดผิดเพี้ยนไปจากคนทั่วไป แต่ชอบฟังธรรมและปฏิบัติธรรม จะพัฒนาจิตให้เข้าถึง ความเป็นอริยบุคคลอย่างน้อยขั้นพระโสดาบันมิได้เล่า

๑๒. ต้องมีคุณสมบัติเช่นไร

คำถาม

กราบเรียนถามท่านอาจารย์สนอง วรอุไร ที่นับถืออย่างสูง

๑. คุณสมบัติของบุคคลที่จะผ่านญาณที่ ๑๓, ๑๔, ๑๕, ๑๖ ได้นั้น ต้องมีคุณสมบัติเช่นไรและต้องปฏิบัติตัวทางกายและใจอย่างไรคะ

๒. เมื่อปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน (ในท่านั่ง) เพื่อให้ผ่านญาณ ๑๓, ๑๔, ๑๕, ๑๖ ควรปฏิบัติจิตเช่นไรคะ (จิตผู้รู้)

๓. กรุณาได้โปรดช่วยแนะนำสถานปฏิบัติธรรมให้ด้วยคะ (ปฏิบัติเดี่ยวไม่ปฏิบัตินวม) ที่มีวิปัสณาจารย์ที่มีความรู้ความสามารถที่ได้ผ่านญาณขั้นสูง ที่เข้าถึงตัวได้โดยง่าย

และมีเวลาชี้แนะ และบอกวิธีปฏิบัติที่ถูกต้องกับผู้ปฏิบัติ (ถ้าไม่ไกลจากกรุงเทพฯ มาก ก็จะเป็นพระคุณอย่างสูงค่ะ) ดิฉันไปปฏิบัติวิปัสสนาทุกปีที่สถานปฏิบัติธรรมต่างๆ และกลับมาปฏิบัติที่บ้าน และในชีวิตประจำวันอย่างสม่ำเสมอ ได้ขาด

เมื่อ ๒ ปีก่อน มิบุญได้พบกับอาจารย์ที่คุมการปฏิบัติธรรมของโยคีที่ผ่านญาณชั้นสูง ในเวลาสอบอารมณ์ท่านได้ให้คำแนะนำ และบอกวิธีปฏิบัติอย่างใกล้ชิด ในระยะเวลา ๗ คืน ๘ วันของคอร์สการปฏิบัติ ดิฉันสามารถผ่านญาณ ๙ ถึง ๑๒ ได้ ท่านแนะนำให้ไปปฏิบัติเดี่ยว หลังจากนั้น ดิฉันได้ไปปฏิบัติธรรมที่สถานปฏิบัติธรรม ๒ แห่ง อาจารย์ที่สอบอารมณ์ทั้ง ๒ แห่ง ค่อยกับดิฉันไม่รู้เรื่องแห่งแรก (ปฏิบัติรวม) บอกว่าดิฉันมีสมาธินิ่งเกิน เมื่อดิฉันนั่ง และมีการสั่นอย่างมาก (ดิฉันทราบว่าเป็นปิติของสภาวะธรรมขั้นนี้ และจิตก็จะก้าวข้ามไปสู่สภาวะธรรมขั้นสูงต่อไป) ท่านจะมาขัดจังหวะทุกครั้ง และแนะนำให้ดิฉันเดินอย่างเดียว ห้ามนั่งเด็ดขาด แห่งที่ ๒ (ปฏิบัติเดี่ยว) ในการสอบอารมณ์ ท่านบอกว่า สภาวะธรรมทั้งหมดที่ดิฉันเล่า เป็นอาการปิติของสมณะ (ซึ่งในการปฏิบัติธรรมในครั้งนี้ ไม่มีอาการสั่นแล้ว เพราะดิฉันจะตั้งจิตผู้รู้มาดูแลห้องและอาการพองยุบ

แทนที่การเอาจิตผู้รู้ดูกายที่ลั่น อากาณลันก็หายไป และจิตก็ก้าวข้ามไปสู่สภาวะธรรม ชั้นสูงกว่าต่อไป)

๔. ผู้ที่ได้ญาณ ๑๒ เมื่อเสียชีวิตแล้วจะได้ไปเกิดในภพภูมิใด และจะต้องเกิดอีกกี่ชาติคะ (มีวิปัสสนาจารย์ที่ได้ผ่านญาณชั้นสูงบอกว่า “จะไม่เกิดในทุคติภูมิอีกแต่จะเกิดอีกกี่ชาติไม่แน่ อาจะ ๘ ชาติ ๑๐ ชาติ” และบางท่านบอกว่า จะเกิดอีกไม่เกิน ๘ ชาติ ดิฉันฟังจากเทพของท่านคะ)

ดิฉันขอกราบขอบคุณอาจารย์เป็นอย่างสูงมา ณ ที่นี้ค่ะ

คำตอบ

(๑) ผู้ที่จะเข้าถึง ญาณที่ ๑๓-๑๖ ได้นั้น ต้องมีคุณสมบัติดังนี้

- * มีบุญบารมีสั่งสมอยู่ในดวงจิตมามากจากอดีตชาติ
- * ชาติปัจจุบัน ต้องมีอย่างน้อย ศีล ๕ คุมใจอยู่ทุกขณะตื่น และต้องเป็นศีลที่ไม่ขาด ไม่ทะลุ ไม่ต่าง ไม่พร้อย
- * มีศรัทธาที่จะพัฒนาจิตตนเองไปสู่ความพ้นทุกข์
- * ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม คือ ธรรมใดที่ต้องปฏิบัติก่อน ต้องทำให้ได้ผลก่อน เช่น เอาศีลคุมใจให้ได้ก่อน ใจจึงจะตั้งมั่นเป็นสมาธิ ใจต้องเป็นสมาธิให้ได้ก่อน

ใจจึงจะเข้าถึงปัญญาเห็นแจ้ง ธรรมใดที่ต้องปฏิบัติทีหลัง ต้องเอาไว้ทำทีหลัง เช่น วิปัสสนากรรมฐาน ต้องเอาไว้ปฏิบัติ เมื่อจิตตั้งมั่นอุปะการสมาธิได้แล้ว

* อุทิศบุญกุศลทุกครั้ง หลังจากปฏิบัติธรรมแล้วเสร็จ ในรอบวัน ฯลฯ

(๒) เพื่อให้เข้าถึงญาณที่ ๑๓-๑๖ จิตของผู้ปฏิบัติธรรม ต้องตั้งมั่นเป็นสมาธิจนแน่วแน่ (อุปะการสมาธิ) ให้ได้ก่อน แล้วจึงเร่งความเพียรพิจารณา กาย เวทนา จิต หรือธรรม ที่ปรากฏขึ้นกับจิตว่า ดำเนินไปตามกฎไตรลักษณ์ (อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา) แล้วโอกาสที่สภาวะธรรมในดวงจิต จะเข้าถึง ญาณที่ ๑๓-๑๖ จึงจะเป็นไปได้

(๓) แนะนำสำนักปฏิบัติธรรม วัดป่าเกษมสุข (หลวงปู่จันทรา) อำเภอकिनบุรี จังหวัด ปราจีนบุรี

(๔) จะไปเกิดในสุคติภพ (มนุษย์, สวรรค์) ส่วน จะไปเกิดอีกกี่ชาติ ขึ้นอยู่กับความเพียรในการพัฒนาจิต ของผู้ถามปัญหา หากผู้ถามปัญหาเป็นคนมีโมหจริตเด่น แต่มีความเพียรในการพัฒนาจิต จนกระทั่งมีความเลื่อมใส ไม่หวั่นไหวในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ และมีศีลไม่ขาด ไม่ ทะลุ ไม่ต่าง ไม่พร้อย ได้เมื่อใด จึงจะสามารถปิดอบายภูมิได้ ตายแล้วไป เกิดอีกไม่เกิน ๗ ชาติ ย่อมเข้าถึงอรหัตตผล

๑๓. คนมีธรรมะ

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ที่เคารพ
วันนี้ผมส่งคำถามเกี่ยวกับ การใช้วาจาอย่างไม่เกิด
โทษ ถ้าผมเป็นคนมีธรรมะ ผมจะใช้คำพูดอย่างไรหรือมี
ลักษณะการพูดอย่างไรหรือครับ

.....

คำตอบ

คนที่มีธรรมะคุ้มครองใจ สามารถสัมผัสได้ด้วย
พฤติกรรมที่แสดงออก โดยเฉพาะคำพูด (วจีกรรม) ที่กล่าว
ออกไป ต้องไม่ผิดกฎหมาย ไม่ผิดศีล และไม่ผิดธรรม ที่นำสู่
ความสวัสดิ (เจริญรุ่งเรือง) หรือนำสู่ความพันทุข์

อุโน โลโก อติตโต ตณฺหาทาโส
สัตว์โลกพร่องอยู่เป็นนิตย์
ไม่อิมไม่เปื้อ จึงตกเป็นทาสของตนหา

๑๔. ลีมาขอใบเสร็จ

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์ มีข้อสงสัยดังนี้ค่ะ

๑. พนักงานบริษัทบางตำแหน่ง สามารถเบิกค่าใช้จ่ายในงานได้ โดยต้องนำใบเสร็จรับเงินที่มีชื่อที่อยู่ของบริษัทมาทำการเบิกเงิน เช่น ค่าน้ำมัน ค่าทางด่วน ค่าเลี้ยงอาหารลูกค้า เป็นต้น หากพนักงานคนนั้นทำใบเสร็จหาย หรือลีมาขอใบเสร็จ แล้วมาขอให้ดิฉันช่วยจัดหาใบเสร็จที่ใช้จ่ายส่วนตัว มาทดแทนให้ โดยเมื่อดิฉันเติมน้ำมันรถส่วนตัว หรือไปทานอาหารกับครอบครัว แล้วขอใบเสร็จรับเงินในชื่อของบริษัท ในจำนวนเงินที่เท่ากันหรือน้อยกว่า แล้วนำไปให้ผู้ร้องเพื่อทำการเบิกเงินกับทางบริษัท (ในขณะเดียวกัน หัวหน้างานก็รับทราบ และอนุญาต) คำถามคือ หากดิฉันทำเช่นนั้น ดิฉันจะบาปหรือผิดศีล ๕ หรือไม่ หากเป็นบาป ดิฉันควรจะทำอย่างไรหรือแก้ไขอย่างไร ในสิ่งที่ได้ทำไปแล้ว

๒. การถวายสังฆทาน จำเป็นต้องมีพระมารับ ๔ รูปหรือไม่ (แต่ถวายของถึงเดียว) หากมีพระมารับเพียง ๑ รูป แต่แจ้งว่าเป็นสังฆทาน แล้วท่านนำไปเป็นของส่วนรวม ถือว่าเป็นสังฆทานหรือไม่ หากมีทั้งแบบ ๔ รูป หรือ ๑ รูป

รับสังฆทานไปแล้ว แต่ไม่นำไปเป็นของสงฆ์ส่วนรวม จะถือว่าเราได้ทำสังฆทานหรือไม่

คำตอบ

(๑) ผิดศีล ๕ ผู้ใดรู้สึกตัวว่าการกระทำเช่นนั้น เป็นบาป เมื่อใดที่บาป (อกุศลกรรม) ให้ผล ผู้ประพฤติกกรรม ไม่ดี ต้องชดใช้หนี้เวรกรรมจนกว่าจะหมดสิ้น บาปนั้นจึงจะหมดไป

(๒) สังฆทาน หมายถึง ทานที่ให้แก่หมู่สงฆ์ พระสงฆ์เพียงหนึ่งรูปมารับทานที่ฆราวาสถวาย แล้วนำไปเป็นส่วนกลางของหมู่สงฆ์ ทานที่พระสงฆ์รับนั้น ได้ชื่อว่า เป็นสังฆทาน ดังนั้นจึงไม่จำเป็นต้องอุปโลกน์สงฆ์ จำนวน ๔ รูปมารับทาน หากนำไปบริโภคใช้สอยส่วนตัว เรียกว่า เป็นปุคคลิกทาน ซึ่งมีอานิสงส์น้อยกว่าทานที่ให้แก่หมู่สงฆ์ (สังฆทาน)

เวลาโกรธขึ้นมา ดื่อกเตอร์กับ ป.๔ ก็โง่พอๆ กัน

(หลวงพ่อบุชา สุภทฺโท)

๑๕. ผมเริ่มปฏิบัติธรรม

คำถาม

เรียนอาจารย์สนองที่เคารพอย่างสูง

ผมเริ่มปฏิบัติธรรมได้ประมาณหกเดือนครับ ตอนนี้อายุ ๓๙ ปี ก่อนหน้านี้ไม่ค่อยเชื่อเรื่องเหล่านี้ ตอนนี้มีศรัทธาในธรรมจนลงมือปฏิบัติ พยายามรักษาศีล ๕ ทุกวัน วันพระ พยายามรักษาศีล ๘ สวดมนต์เช้าเย็น หลังจากนั้นนั่งสมาธิ ตอนเย็นจะนั่งได้ไม่นาน ๑๐-๓๐ นาทีเพราะมีเสียงรบกวนจากครอบครัว ตอนเช้า ๑ ชม. บางวันเดินจงกรมแทน ถ้าออกจากสมาธิแล้วเวลายังมีเวลาเหลือ ผมอ่านหนังสือธรรมะจากประวัติพระเกจิ เกือบทุกองค์ แล้วจึงปฏิบัติตามความเข้าใจมีโอกาสดูธรรมพระอาจารย์บางโอกาส

ผมมีปัญหอยากเรียนถามอาจารย์ ดังนี้ครับ

๑. มีครั้งหนึ่งตอนเย็น ผมนั่งสมาธิมีอาการแน่นขึ้นมาในอก จนเกือบหายใจไม่ออก ผมพยายามพิจารณาตั้งแต่วินาทีที่กำลังเกิดจนหายไป เกิดไม่นานครับ แล้วผมนั่งต่อไป อาการแน่นหน้าอกเกิดจากอะไรครับ เกิดจากการนั่งสมาธิหรือเกิดจากสาเหตุอื่นครับ

๒. ผมไปปฏิบัติธรรมในวันพระ พยายามรักษาศีล ๘ ที่วัด ขณะนั่งสมาธิ บางครั้งมีอาการคล้ายมีอะไรมาดึงศีรษะให้ยาวขึ้น ดึงไปทางซ้ายทางขวา บางครั้งสว่างคล้ายเปิดไฟ สว่างไม่มาก ผมคิดว่าอาจเกิดจากแสงไฟที่โตะหมูปูชา ช่วงนั่งสมาธิ จะปิดไฟหมดค่อนข้างมืด พยายามปิดเปลือกตาให้แน่น แสงยังสว่างเหมือนเดิม ทั้งสองเหตุการณ์เกิดจากสมาธิหรือ เกิดจากผมคิดไปเองครับ (ทั้งสองเหตุการณ์เกิดครั้งเดียวครับ)

๓. ผมได้มีโอกาสปฏิบัติธรรมกับพระอาจารย์ ถือศีล ๘ ได้ ๗ วัน ในคืนวันที่สองเป็นวันพระ และเกิดจันทรุปราคา (๑๐ ธ.ค. ๕๔) ผมได้อธิฐานในใจว่าถ้าผมได้สมาธิจริง ขอให้แสดงอะไรให้ผมเห็นด้วย คืนนั้นหนาวมาก ๆ ประมาณตีสองต่อนั้นคิดว่าตนเองมีสติดีพร้อมมีอะไรสักอย่างตัวใหญ่มานั่งทับที่หน้าท้องอุ่นไปทั่วท้อง ผมได้แต่คิดว่าเจอเข้าแล้วแต่ไม่รู้ว่าเป็นอะไร ลืมตา ขยับแขนขา สิ่งเหล่านั้นก็หายไป จนสว่างไม่มีอะไรเกิดขึ้นอีก (อาจเป็นเพราะผมนอนไม่หลับด้วยครับ ตื่นเต้นมาก ไม่เคยเจอมาก่อนในชีวิต)

วันที่ ๔ ผันเห็นญาติกำลังจะตาย แล้วลู่ๆ มีพระภิกษุปรากฏหน้าตาทำนองชัดเจนมาก และหันหน้ามาหาผม

พร้อมกับยิ้ม แล้วพูดว่า ดาวดิงส์ ทั้งสองเหตุการณ์หมายถึงอะไรครับ เกี่ยวกับการปฏิบัติธรรมไหมครับ

๔. ผมมีพี่ชายชอบสร้างความสะดวกร้อนให้ พ่อแม่ทุกซี้ใจมากครับ ดิตยา ผมสงสารแม่มาก เพราะแม่จะทุกซี้ใจมากๆ ผมควรจะแนะนำ ช่วยเหลือแม่อย่างไรครับ ทุกวันนี้ได้แต่ปลอบใจท่าน ให้นึกว่ากรรมเวรยังไม่หมดให้ทนต่อไป ถูกหรือเปล่าครับ

ขอบพระคุณอาจารย์สนอง วรอุโร อย่างสูงครับ ขอให้อาจารย์ได้ธรรมได้หลุดพ้นและได้ช่วยเหลือผู้ต้องการหลุดพ้นด้วยครับ

คำตอบ

(๑) อาการแน่นที่หน้าอก เกิดจากจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิแล้วหายไปเป็นธรรมดาตามกฎไตรลักษณ์

(๒) อาการทั้งสองรูปแบบ มีเหตุมาจากจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิ

(๓) เหตุการณ์แรกคือ ผลที่เกิดจากผู้ถามปัญหาตั้งจิตอธิษฐานให้สิ่งศักดิ์สิทธิ์ แสดงผลที่ตนสามารถสัมผัสได้ ส่วนเหตุการณ์ที่สอง เป็นเครื่องบ่งชี้ให้เห็นว่า สภาวธรรม

ที่เป็นอยู่ในดวงจิตของผู้ถามปัญหาขณะนั้น มีอานิสงส์ผลัก
ดันจิตสู่สวรรค์ชั้นดาวดึงส์ ทั้งสองเหตุการณ์เกิดขึ้นได้กับ
จิตของผู้ฝึกสมาธิ (สมถภาวนา) ผู้รู้จริงมิได้หยุดพัฒนาจิต
เพียงแค่นี้ แต่พัฒนาจิต (วิปัสสนาภาวนา) ไปสู่ความพ้นทุกข์

(๔) ผู้ถามปัญหาปรารถนาจะช่วยแม่ไม่ให้เดือดร้อน
และเป็นทุกข์ใจ ต้องทำเหตุให้ถูกต้อง คือต้องพัฒนาตัวเอง
ให้ดี (ไม่เดือดร้อน ไม่ทุกข์ใจ) ให้แม่เห็นและให้แม่ศรัทธา
ในตัวลูกให้ได้ก่อน แล้วเมื่อนั้นลูกจึงจะสอนแม่ให้พัฒนาจิต
จนพ้นไปจากความเดือดร้อนและทุกข์ใจได้

๑๖. หนอยากย้ายบ้าน

คำถาม

อาจารย์ช่วยหนูน้อยนะคะ

หนูไม่สบายใจเลยคะ เขาเป็นผู้หญิงที่พูดคำหยาบคาย
มาก พูดเสียงดังมาก เล่นการพนัน คบผู้ชายหลายคน เขา
ว่าให้ จนหนอยากย้ายบ้าน บ้านหนูอยู่ที่เชียงใหม่ หนูส่งสาร
พอกับแม่หนู หนูรู้สึกไม่มีความสุข เพราะเรื่องสุนัขเพียงตัว
เดียว ต้องมาทำให้ทะเลาะกัน หนูไม่มีความสุขเลย หนูควร
ทำยังไงดีคะอาจารย์ ทำยังไงให้เขาเลิกด่า เลิกเกลียดดีคะ

เขาต่ำเราก็ไม่มีความสุข ถ้าเราวางเฉยและแผ่เมตตา ให้เขา
เราจะดีขึ้นไหมคะ ทำอย่างไรให้เขาให้อภัยและเลิกจองเวรคะ

คำตอบ

ตลอด ๔๕ พรรษา ที่พระพุทธโคดมเผยแผ่ธรรม
พระองค์ไม่เคยสอนพุทธบริษัทให้ไปแก้ปัญหาคือคนอื่นแต่
สอนให้พุทธบริษัทแก้ปัญหาคือตัวเอง ด้วยการทำให้ถูก
ตรงดังนี้ เมื่อมีคนเกลียดเรา แล้วใช้คำพูดดูถูกเหยียดหยาม
ผู้มีปัญญาเห็นถูกตามธรรม ย่อมระลึกได้ว่า เขา (ผู้ต่ำว่า)
เป็นผู้มีอุปการคุณทำให้เราได้มองดูตัวเอง ว่าเราไม่ติดตาม
ที่เขาพูดหรือไม่ หากเราเป็นคนไม่ติดตามที่เขาพูด เราจะได้
ปรับปรุงแก้ไขตัวเองให้ดีขึ้น ตรงกันข้าม หากเรามีพฤติกรรม
ดีอยู่แล้ว แต่เขาเห็นผิดได้ยินผิด ได้ฟังมาผิด ก็เป็นเรื่องของ
เขา จงนิ่งเสีย ไม่ต้องชี้แจง และแก้ตัว พร้อมกันนั้นให้เอา
เขาเป็นครูสอนใจเราว่า เราจะไม่ประพฤตืเช่นเขา แล้วเราก็จะ
ไม่เป็นคนหยาบคายเหมือนเขา ต้องขออภัยในปัญหาที่ถามไป
ผู้ถามปัญหามีความเห็นผิด หากประสงค์มีจิตเป็นอิสระจาก
คำพูดของคน จงพัฒนาจิตให้มีกำลังของสติ และมีกำลัง
ของปัญญาเห็นถูกตามธรรมกล้าแข็ง ด้วยการนำตัวเองเข้า

ปฏิบัติธรรมตามสำนักที่มีการสอน แล้วปัญหาคิดย้ายบ้าน
หนีจะไม่เกิดขึ้น

๑๗. ผู้สำนักผิด

คำถาม

กราบเรียน ดร.สนอง วรอุไร ด้วยความนอบน้อม
กระผมเคยได้เห็นและได้อ่านหนังสือที่น่าสนใจหลาย
เล่มของอาจารย์ด้วยกัน เช่น เตรียมตัวก่อนตาย ถึงโสดาบัน
ในชาตินี้ ทำให้กระผมได้รู้เรื่องราวความเป็นจริงของชีวิต
และโลกนี้เป็นอย่างดี ว่าไม่มีอะไรที่เหนือไปกว่า บาป บุญ
ทุกคติ สุกคติ และการหลุดพ้น ความจริงข้างต้นนี้ ทำให้ผม
รู้สึกเสียใจต่อการกระทำของตัวเองเป็นอย่างมาก (ทุกสิ่งทั้ง
ห้าข้อเป็นประจำ จนกลายเป็นคนบาปหนัก) คำถามมีดังนี้

๑. กระผมอยากรู้ว่าพรมีแนวทางการใช้ชีวิต สำหรับ
คนบาปหนาให้ได้ทำบุญ หรือแนวทางใช้ชีวิตในมนุษยภูมิ
อย่างมีคุณค่า ก่อนที่ความตายจะพรากจิตลงสู่อบายภูมิ
(มหานรกอเวจี)

๒. คนบาปหน่าอย่างกระผมสามารถมาเกิดในยุค
พระศรีอาริยมุตไตรย แล้วได้ฟังธรรมจากพระโอรสของ
พระองค์จนบรรลุธรรมได้ไหมครับ ถ้าต้องการเช่นนี้ต้องทำ
อย่างไรบ้างครับ

๓. กระผมรู้สึกว่ามีสาว (ผมต้องบอกชื่อพี่สาวไหม
ครับ) ชอบลบลู่ผู้ทรงศีลท่านหนึ่ง อยากทราบว่า เป็น
ความจริงอย่างที่ผมรู้สึกไหมครับ ถ้าเป็นอย่างนั้นจริง ขอ
วิธีขมากรรมด้วยครับ กระผมไม่ขอให้พี่สาวเดินตาม
เส้นทางของผม ขอความเมตตาด้วยครับ

ด้วยความเคารพอย่างสูง

คำตอบ

(๑) ผู้ใดปรารถนานำพาชีวิต หนีพ้นอบายภูมิ
ชั่วคราว ต้องทำเหตุให้ถูกต้อง ด้วยการมีพฤติกรรมอันเป็น
กุศลให้ได้ทุกขณะตื่น เช่น

ก. พัฒนาจิตให้มีศีลคุณอย่างน้อยศีล ๕ อยู่ทุก
ขณะตื่น ตายแล้วคุณธรรมของศีล ๕ ย่อมผลักดันจิต
วิญญานให้โคจรกลับมาเกิดเป็นมนุษย์ได้อีกครั้ง

(๑) ผู้ใดปรารถนานำพาชีวิต หนีพ้นอบายภูมิ ชั่วคราว ต้องทำเหตุให้ถูกต้อง ด้วยการมีพฤติกรรมอันเป็น กุศลให้ได้ทุกขณะตื่น เช่น

ก. พัฒนาจิตให้มีศีลคฺมอย่างน้อยศีล ๕ อยู่ทุก ขณะตื่น ตายแล้วคุณธรรมของศีล ๕ ย่อมผลักดัน จิตวิญญานให้โคจรกลับมาเกิดเป็นมนุษย์ได้อีกครั้ง

ข. พัฒนาจิตให้มีการบำเพ็ญทาน และมีศีลคฺมใจอยู่ เสมอ หรือประพฤติกุศลกรรมบถ ๑๐ อยู่เสมอ ตายแล้ว โอกาสที่จิตวิญญานจะโคจรไปเกิดเป็นเทพยดาในสวรรค์ ย่อมมีได้เป็นได้

ค. พัฒนาจิต (สมถภาวนา) จนเข้าถึงความตั้งมั่นเป็น สมาธิแน่นแฉ (ฌาน) แล้วตายขณะจิตทรงอยู่ในฌาน โอกาส ที่จิตวิญญานจะโคจรไปสู่พรหมโลก ย่อมมีได้เป็นได้

(๒) โปรดอ่านคำตอบในข้อ ๒๓ (ข้อย่อยที่ ๗)

(๓) ผู้ใดประพฤติลบหลู่ผู้ทรงศีลทรงธรรมแล้ว ย่อมทำให้บาปสั่งสมอยู่ในดวงจิต ที่มีอานสงส์ขัดขวาง ความก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรม การจะพ้นจากบาปนี้ ไปได้ ต้องนำดอกไม้ธูปเทียนไปขอขมากรรมต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ หนี้เวรกรรมจึงจะหมดไปได้

๑๘. อาหารใส่บาตร

คำถาม

กราบเรียน ดร.สนอง ที่เคารพ

หนูมีเรื่องจะสอบถามอาจารย์ดังนี้ค่ะ คือเพื่อนของหนูเอาอาหารที่เตรียมไปใส่บาตร นำไปถวายข้าวพระพุทธรูปก่อน แล้วก็กล่าวลาข้าวพระพุทธรูป หลังจากนั้นก็นำอาหารนั้นไปใส่บาตร ในกรณีนี้ไม่ทราบว่าจะสมควรที่จะนำไปถวายข้าวพระพุทธรูปก่อนหรือเปล่าค่ะ หรือควรจะแยกทำเป็นสองชุดค่ะ

กราบขอบพระคุณอาจารย์มากค่ะ

.....

คำตอบ

ควรแยกทำเป็นสองชุด เพื่อไม่ให้อาหารที่นำไปใส่ลงในบาตรนั้นเป็นเดนทาน

เกิดมาเป็นผู้ให้ คือ สูดยอดของความเป็นมนุษย์

ดร.สนอง วรอุไร

๑๙. สอบถามสั้นๆ

คำถาม

ขอรบกวนถามเรื่องฟังธรรมครับ
 อยากรบกวนสอบถาม ดร.สนอง สั้นๆ ว่าการฟัง
 ธรรมทางอินเทอร์เน็ต ผู้ฟังจะได้านิสงส์เท่ากับฟังโดย
 ไม่ผ่านสื่อหรือไม่ครับ

คำตอบ

ในครั้งพุทธกาล พระเทวทัตได้ฟังธรรมจากพระโฆชฺฐ์
 (ไม่ผ่านสื่อ) หลายครั้ง แต่ไม่ศรัทธาในธรรมซ้ำยังประพฤดิ
 ราววิพระพุทเจ้า จึงต้องลงไปเกิดเป็นสัตว์อยู่ในอเวจิมหา
 นรก สิริมาโสภณีนแห่งแคว้นมคธ ได้ฟังธรรมจากพระโฆชฺฐ์
 แล้วกลัวภัยที่จะมาถึงตนในวันข้างหน้า จึงเลิกอาชีพพหูจริต
 หันมาปฏิบัติทาน ศีล ภาวนา จนบรรลอรุริยธรรมเป็น
 พระโสดาบัน

ฉันนภิกษุผู้ดี้อื่น ได้ฟังธรรมจากพระโฆชฺฐ์หลาย
 ครั้ง แต่ไม่ศรัทธาในธรรม จึงมิได้โยนิโสมนสิการ แต่
 หลังจากถูกลงพรหมทัณฑ์แล้ว ได้หันมาปฏิบัติธรรม

จนจิตบรรลอรหัตตผลเป็นอรหันต์

จากตัวอย่างที่ยกขึ้นมาแสดงจะเห็นได้ว่า ศรัทธา เป็นต้นเหตุให้เข้าถึงธรรม โยนิโสมนสิการก็เป็นต้นเหตุให้เข้าถึงธรรม และการปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม เป็นต้นเหตุให้เข้าถึงธรรม ดังนั้นการฟังธรรมโดยผ่านสื่อหรือไม่ผ่านสื่อมิใช่เป็นต้นเหตุแท้จริงที่ทำให้จิตเข้าถึงธรรม แต่ความศรัทธาในธรรม โยนิโสมนสิการในธรรม และการปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม เป็นต้นเหตุที่แท้จริง ที่ส่งผลให้จิตบรรลอรหัตตผลได้

๒๐. จริงหรือไม่

คำถาม

เนื่องจากคุณแม่หนูได้เสียชีวิตจากการโดนทำร้าย ตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา พยายามใส่บาตรตอนเช้าให้ได้เกือบทุกวันแต่มีพระท่านบอกว่า “ไม่ต้องใส่ทุกวันก็ได้ แต่วันที่คุณแม่เสียชีวิต ต้องไปทำบุญให้ท่าน สำคัญมาก” อยากทราบว่าเป็นตามที่ท่านบอกจริงๆ ไหมคะ แล้วถ้าเป็นอย่างนั้น ต้องทำบุญอะไรเป็นพิเศษให้ท่านไหม แต่ถ้าวันนั้นเราไม่สามารถทำบุญให้ท่านได้ มีวิธีไหนบ้างไหมคะที่จะพอทำได้ เพราะเมื่อปีที่ผ่านมาก็ไม่ได้ทำตรงกับวันที่ท่านเสียชีวิตจริงๆ

เลยเกิดความไม่สบายใจขึ้น แต่พอจะทราบจากที่เคยถามกับท่านอาจารย์ว่า ถ้าอยู่ในภพภูมิที่รับได้ ท่านก็จะได้รับบุญที่เราทำไปให้

กราบขอบพระคุณอาจารย์อย่างสูงค่ะ

คำตอบ

ผู้ใดปรารถนาที่จะรู้ว่า สิ่งที่คุณคนอื่น (พระ) บอกกล่าวนั้นเป็นความจริงหรือไม่ ต้องใช้กาลามสูตรเป็นเครื่องคัดกรองคือต้องปฏิบัติสมถภาวนา จนจิตเข้าถึงความตั้งมั่นเป็นสมาธิระดับฌาน เมื่อถอนจิตออกจากฌานแล้วต้องอธิษฐานว่าสิ่งที่ผู้อื่นพูดนั้นเป็นความจริงหรือไม่ ความรู้ เห็น เข้าใจ (สันทิฏฐิโก) ในเรื่องนี้จะเกิดขึ้น แล้วความสงสัยจึงจะหมดไป

วิธีทำบุญใหญ่ ต้องเจริญจิตตภาวนา ด้วยการสวดมนต์ก่อนนอน หลังสวดมนต์เจริญอานาปานสติ เมื่อกิจกรรมทั้งสองแล้วเสร็จ ให้อุทิศบุญกุศลไปให้ผู้ล่วงลับหนึ่งผู้ใดบำเพ็ญทานด้วยการอุทิศบุญให้ผู้อื่น แล้วไม่ตามดูผลของทานที่อุทิศนั้นบุญย่อมเกิดขึ้นกับผู้อุทิศเต็มร้อย ผู้รู้นิยมปฏิบัติเช่นนี้

๒๑. ปฏิบัติธรรม ๑ บั้งลังก์

คำถาม

ขอเรียนถามอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร

ผมปฏิบัติธรรม ๑ บั้งลังก์ เดิน-นั่ง อย่างละ ๑ ชม.

ตอนนั่งเหลือประมาณ ๗-๑๕ นาที ปวดขามากจนทน
ไม่ไหว ต้องคลายขาออก หรือเปลี่ยนอิริยาบถ (เอามือ
เท้าข้างๆ ตัวและยึดตัวขึ้น) กำหนดเวทนาจนทนไม่ไหว
(คล้ายๆ จิตจะขาดรอนๆ)

ขออาจารย์ช่วยแนะแนวทางบอกวิธีที่กำหนด
เวทนาแบบชะงัด (ที่อาจารย์เคยใช้ และเห็นผล)

ด้วยอานิสงส์แห่งผลบุญที่อาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร
ที่ไขข้อข้องใจแนะแนวปฏิบัติให้แก่ข้าพเจ้า

ขออานิสงส์นี้ดลบันดาลให้ท่านสุขภาพร่างกาย
สมบูรณ์ แข็งแรง ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ ด้วยเทอญ

คำตอบ

เมื่อเกิดทุกข์เวทนาจนทนไม่ไหว แม้จะกำหนดว่า
“ปวดหนอๆๆๆ” แล้วยังไม่หายปวดขา ในครั้งที่ไป

ปฏิบัติธรรมอยู่กับท่านเจ้าคุณโชดก ผู้บรรยายได้เปลี่ยนอิริยาบถ จากนั่งปรกกรรมไม่เป็นเดินจงกรม อาการปวดขา จึงจะหายไปได้ เหตุที่เป็นเช่นนี้เป็นเพราะในระยะเริ่มต้นนั้นจิตยังมีกำลังสติไม่กล้าแข็งพอ จึงไม่สามารถผ่านทุกขเวทนา (ปวดขา) นั้นไปได้ สาธุ... ที่อุทิศบุญกุศลให้

๒๒. เห็นด้วยนิดๆ

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์สนองที่เคารพ

หนูได้เคยอ่านหนังสือสนทนาภาษาธรรมของอาจารย์ มีอยู่เรื่องหนึ่ง ที่หนูยังติดในข้อสงสัยค่ะ เรื่องการขายประกันชีวิต ที่ว่าเป็นอาชีพที่เป็นกรรม หนูก็รู้สึกเห็นด้วยนิดๆ แต่ไม่ทราบว่ามันเป็นกรรมอย่างไร จึงอยากเรียนถามอาจารย์นะคะ เพราะตอนนี้หนูตั้งใจว่าจะบรรลุโสดาบันให้ได้ ในชาตินี้ จึงตั้งใจเดินบนทางที่ถูกต้อง โดยเริ่มจากการรักษาศีล แต่ก็ยังมีต่างพร้อยอยู่นะคะ และพยายามเปลี่ยนพฤติกรรมให้ตั้งอยู่บนกุศลกรรมบถ ๑๐ จึงไม่อยากจะสร้างกรรมใดๆ จากการประกอบอาชีพค่ะ

ขอขอบพระคุณอาจารย์เป็นอย่างสูงค่ะ

คำตอบ

ต้องถามตัวเอง และตอบตัวเองให้ได้ว่า การประกันชีวิตมีจุดประสงค์อะไร เช่น

- ประกันชีวิตแล้ว ทำให้มีชีวิตรุ่งเรืองได้จริงหรือ
- ประกันชีวิตแล้ว ไม่เกิดอภุศลกรรมขึ้นกับตัวเอง

จริงหรือ

- ประกันชีวิตแล้ว ทำให้จิตเป็นอิสระจากสิ่งตอบ

แทนจริงหรือ

- ประกันชีวิตแล้ว ไม่ลงไปเกิดในอบายภูมิได้จริงหรือ

ฯลฯ

ผู้ใดประสงค์พัฒนาจิตให้เข้าถึงสภาวะธรรมเป็นอริยบุคคลชั้นพระโสดาบัน ต้องมีจิตเป็นอิสระจากสักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส หรือต้องมีจิตมั่นคงไม่หวั่นไหว ในคุณของพระพุทฺธ คุณของพระธรรม คุณของพระอริยสงฆ์ และต้องมีศีลไม่ขาด ไม่ทะลุ ไม่ต่าง ไม่พร้อย คือมีจิตเป็นอิสระจากเมถุนสังโยค หรือคือมีจิตเป็นอิสระจากรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสจากเพศตรงข้ามที่มีได้เป็นคู่ครองของตน และประพฤติพรหมจรรย์โดยไม่หวังไปเกิดเป็นเทพอยู่ในสวรรค์

๒๓. คนอยากทำบุญ

คำถาม

หนูอยากถาม อาจารย์ว่า

๑. ถ้าเราคิดอยากจะทำบุญนั้น เราจะได้บุญไหมคะ ตอนนั้นหนูคิดอยากที่จะทำบุญเกี่ยวกับพระบรมสารีริกธาตุ อยากทำบุญนี้มากๆ ค่ะ หนูก็ไปค้นใน google แล้วก็เจออ่านไปอ่านมา มันหมดวันที่เขารับบริจาคแล้ว แต่หนูก็ขออนุโมทนาสารุกับเขา อย่างนี้หนูจะได้บุญมากน้อยเพียงใดคะ

๒. ตอนนั้นหนูค้นเจอเกี่ยวกับการทำบุญสร้างองค์พระธรรมกายประจำตัว ซึ่งได้บุญมาก หนูจึงอยากทำบุญนั้น แต่พออ่านไป กลับหมดเขตแล้ว เพราะเขาทำบุญสร้างองค์พระธรรมกายประจำตัว ตั้งนานผ่านไปหลายเดือนแล้วหนูจึงอยากทำบุญมากๆๆ เลยคะ อยากสร้างพระธรรมกายประจำตัวมากคะ ทำไงดีคะ แต่หนูก็ได้อนุโมทนาสารุกับเขา แล้วนะคะ หนูจึงอยากทราบว่าหนูจะได้บุญนั้นเหมือนกับเขาเหล่านั้นมากน้อยเพียงใดคะ

๓. ตอนนั้นวันเกิดหนูหนูได้ไปทำบุญที่วัด ซึ่งเขามีการสร้างพระเพื่อนำไปบรรจุไว้ใต้ฐานองค์พระพุทธรูป แล้วหนูก็ได้ไปทำบุญนั้นคะ หนูดีใจมากที่ได้ทำบุญนั้น แล้วหนูก็ได้

ขึ้นไปกราบไหว้พระพุทธรูปบนวิหาร แล้วหนูก็เห็นเขากำลังทำบุญอยู่ซึ่งน่าจะเป็นเจ้าภาพนำมาถวาย ไม่น่าใจเหมือนกันว่าเขาสร้างพระมาถวายหรือนำอย่างอื่นมาถวายแต่ที่แน่ๆ บังเอิญมากค่ะ หนูได้ทำบุญนั้นร่วมกับเขาด้วย แต่หนูก็ไม่แน่ใจเหมือนกันค่ะว่า ที่หนูถือไว้ในมือแล้วพนมมืออธิษฐานนั้น จะเป็นผอบใส่พระเกศาของพระพุทธรูปเจ้ารีเปล่า ซึ่งที่ใส่นั้นมีลักษณะเป็นใสๆ คล้ายแก้ว แล้วหนูก็ส่งให้คนอื่นอธิษฐานต่อ เสร็จแล้วหนูก็เห็นพระท่านนำไปประดิษฐานไว้ในพระเศียรของพระพุทธรูป ซึ่งหนูดีใจมากเลยละค่ะ ที่หนูได้มาทำบุญและได้มาเจอการประดิษฐานสิ่งนั้นไว้ในพระเศียรของพระพุทธรูป หนูจึงอยากทราบว่าสิ่งนั้นใช่พระเกศาธาตุของพระพุทธรูปเจ้าใหม่ค่ะ หรือว่าเป็นอย่างอื่นแล้วหนูจะได้บุญมากน้อยเท่าใดค่ะ

๔. ทำไมหนูถึงชอบทำบุญมากๆ ค่ะ ทั้งๆ ที่วัยรุ่นเขาจะออกไปเที่ยวหรือทำกิจกรรมต่างๆ กรรมใดค่ะที่ทำให้หนูชอบทำแบบนี้

๕. หนูอยากทราบวิธีอนุโมทนาบุญที่ถูกต้องค่ะ ว่าทำยังไง แล้วถ้าเราอยากทำบุญนั้นมากๆ แล้วเราไม่ได้ทำเราจะได้บุญไหมค่ะ

๖. ทำไมตอนที่หนูไปใส่บาตรตอนนั้น เวลาพระท่านให้พร หนูถึงมือสั่นไม่แน่ใจว่าตัวสั่นรีบล่า เพราะอะไรถึงเป็นเช่นนี้คะ และหนูก็เคยฝันว่าหนูได้ใส่บาตรพระด้วยคะ

๗. หนูอยากทราบวิธีนั่งสมาธิอย่างไรให้ถูกต้องคะ อยากทราบการกำหนดจิตให้ถูกวิธี เพื่อการหลุดพ้นต้องทำอะไรคะ แล้วก็เราต้องปฏิบัติอย่างไรเพื่อที่เราจะเข้าพระนิพพานได้คะ และหนูต้องทำบุญอะไรคะถึงจะได้เกิดในยุคของพระศรีอารยเมตไตรยแล้วได้เจอ ได้ฟังธรรมจากท่าน แล้วบรรลุมรรคผลนิพพานคะ

๘. ตอนนั้นหนูเห็นรถที่เขาเอาวัวต่างมา เพื่อมาฆ่า หนูเห็นวัวแล้วหนูอยากช่วยมัน หนูสงสารมัน หนูเคยคิดและพูดกับแม่ว่าถ้าหนูมีเงินเยอะๆ หนูจะไปไถชีวิตสัตว์ ด้วยเจตนาที่หนูอยากทำบุญช่วยชีวิตสัตว์ แต่ปัจจัยไม่เพียงพอ หนูจะได้บุญไหมคะ และหนูก็เคยฝันว่าหนูได้ช่วยชีวิตพวกมันด้วยคะ

๙. หนูอยากทราบว่าชาติก่อนหนูทำบุญอะไรคะ หนูถึงเกิดมาผิวขาว และชอบทำบุญ เพราะอะไรคะอาจารย์

หากมีข้อผิดพลาดประการใดหนูต้องขออภัยมา ณ ที่นี้ด้วยคะ ขอขอบพระคุณอาจารย์ที่ได้เมตตาตอบนะคะ

คำตอบ

(๑) เห็นคนอื่นทำบุญแล้วเราอนุโมทนา ถือว่าเรา
ได้บุญด้วย ส่วนจะได้บุญมากหรือน้อย ขึ้นอยู่กับกำลังของ
ศรัทธาในขณะอนุโมทนาบุญ และยังขึ้นอยู่กับความสบายใจ
ที่เกิดหลังอนุโมทนาแล้ว หากมีความสบายใจเกิดมาก ถือ
ได้ว่าเกิดบุญมาก

(๒) ได้บุญเหมือนข้อ (๑)

(๓) ประสงค์จะรู้ว่า สิ่งที่ตนถือไว้เป็นพระเกศาธาตุ
ของพระพุทธเจ้าหรือไม่ ต้องพัฒนาจิต (สมถภาวนา) ตนเอง
จนเกิดอภิญญา ๕ ได้เมื่อใด โอกาสที่จะรู้ เห็น เข้าใจใน
สิ่งนั้นย่อมเกิดขึ้นได้

(๔) ทานและศีล มีพลังผลักดันจิตมนุษย์ให้ฝึกใฝ่อยู่
กับการทำบุญ

(๕) อยากทำบุญ (ตัณหา) เป็นกิเลส มีความอยาก
แต่ไม่ได้ทำบุญ บุญย่อมไม่เกิดขึ้น ผู้ใดมีสติระลึกได้ถึงการ
กระทำความดีของผู้อื่น แล้วตนมีจิตเห็นดีด้วย หรืออาจจะ
กล่าวคำว่า “สาธุ” หรือคำว่า “ดีแล้ว” บุญจึงจะเกิดขึ้นกับ
ผู้นั้น

(๖) หลังจากนำอาหารไปใส่ลงในบาตรพระ แล้ว
พระให้พร ผู้ถามปัญหา (ใส่บาตร) เกิดอาการมือสั่น

เป็นด้วยเหตุ จิตมีปฏิกิริยาเกิดขึ้น

(๗) การพัฒนาจิต (สมถภาวนา) ให้ตั้งมั่นเป็นสมาธิ สามารถทำได้ในทุกอิริยาบถ และหากประสงค์พัฒนาจิต ไปสู่ความหลุดพ้น (พ้นทุกข์) ต้องปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน จนเข้าถึงปัญญาเห็นแจ้ง แล้วกำจัดสังโยชน์ ๑๐ ให้หมดไป จากใจ ความสมปรารถนาจึงจะเกิดขึ้น อนึ่ง ผู้ใดปรารถนา เกิดมาพบพระศรีอารยเมตไตรย ได้ฟังธรรมและได้บรรลุธรรม ต้องประพฤติดังนี้

(๑) สร้างมหาทาน เช่น เลี้ยงพระ ๗ วัน

(๒) อธิษฐานขอพบพระศรีอารยเมตไตรย ได้ฟังธรรมจากพระโอรุ และบรรลุธรรมนั้นด้วย

(๓) ต้องทำเหตุให้ตรง เหตุตรงที่จะทำให้เกิดพบพระศรีอารยเมตไตรย ต้องประพฤติดังนี้

- ต้องมีชีวิตอยู่อย่างสงัด
- นิยมให้ทานอยู่เสมอ
- ชอบเสวนาอยู่กับคนที่ไม่โกรธ
- ชอบคบคนมีปัญญา
- มีจิตเมือหน่ายสังสารวัฏ ฯลฯ

(๘) เพียงแค่คิดช่วยชีวิตวัว แม้ไม่มีเงินไถชีวิตให้วัวก็ได้บุญแล้ว

(๙) คำถามไม่เป็นเหตุออกจากความหลง ขอรภัย
ไม่ตอบ

๒๔. ทูชกับลูกที่อยู่ในห้อง

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์สนองที่เคารพเป็นอย่างสูง
ผมเริ่มเข้ามาปฏิบัติธรรมตั้งแต่ อายุประมาณ ๒๑ ปี
ตอนนี้ผมอายุ ๒๗ ปี ก่อนจะเข้ามาปฏิบัติธรรมก็ฝึกศิลปะ ๕
เพราะไม่รู้ว่า ทำศิลปะแล้วจะเป็นอย่างไร เมื่อผมได้เข้ามา
ศึกษาปฏิบัติธรรมก็ตั้งใจรักษาศีล ๕ แต่ก็มีที่ยังบกพร่อง
ละเมิดศีลอยู่บ้าง เมื่อผมได้เข้ามาศึกษาปฏิบัติธรรมก็ได้
พามาแม่ และครอบครัวปฏิบัติธรรมด้วย ครอบครัวเราก็มีความสุข
มากขึ้น เมื่อมีธรรมะภายในใจ แต่ตอนนี้ผมมีปัญหาทุกข์
ใจมาก คือเรื่องลูกที่กำลังจะเกิดมา ตอนนี้ภรรยาผมท้อง
ได้ประมาณ ๘ เดือน หมอพบความผิดปกติภายในท้องของ
ลูก ตอนนี้หมอยังวินิจฉัยไม่ได้ว่า เป็นถุงน้ำภายในกระเพาะ
ปัสสาวะ หรือภายในรังไข่ ต้องรอไปตรวจเพิ่มอีกครั้ง ทั้ๆ
ที่ตอนไปตรวจอัลตราซาวด์ ๕ เดือนก็ยังสมบูรณ์ดี ทำให้
ครอบครัวผมตอนนี้ทุกข์ใจมาก ผมและภรรยาแต่งงานกัน

มาประมาณ ๓ ปีก็ยังไม่มิลูกจึงไปหาพระอาจารย์ที่เคารพ
นับถือ ท่านให้ผมและภรรยา ไปเป็นเจ้าภาพบวชพระ และ
อุทิศบุญให้เจ้ากรรมนายเวร ผมจึงไปเป็นเจ้าภาพร่วมบวช
พระ (น้องที่เป็นกัลยาณมิตรที่นับถือกัน เป็นคนที่แนะนำ
ให้ผมได้ฟังเสียงธรรมของท่านอาจารย์สนองด้วย)

ผมได้ทำตามที่พระท่านแนะนำ และผมก็ได้อธิษฐาน
ตามที่ท่านอาจารย์สนองแนะนำมาด้วยคือ ขอให้เทวดาที่มี
สัมมาทิฐิ มาเกิดเป็นลูกของผม หลังจากบวชพระแล้วกลับ
มา ได้ประมาณ ๑ อาทิตย์ ภรรยาก็คงตรวจพบว่าได้ตั้งครรภ์
และ เมื่อท้องได้ประมาณ ๕ เดือน ภรรยาเล่าให้ฟังว่า เห็น
ผู้ชายร่างใหญ่ตัวดำมายืนให้เห็น ๒ ครั้ง ในฝันภรรยาผม
ก็ได้ไล่ไม่ให้มายุ่ง แล้วเมื่อมีโอกาสไปทอดผ้าป่า ที่วัดที่พระ
อาจารย์ที่เคารพนับถือ ก็ได้เล่าให้ท่านฟัง ท่านก็บอกไม่มี
อะไร ผมจึงไม่ได้คิดอะไร ครอบครัวยังทำบุญ ปฏิบัติธรรม
มาโดยตลอด จึงอยากรบกวนขอความเมตตาท่านอาจารย์
สนองว่า จะมีวิธีไหนที่ช่วยเหลือลูก ที่อยู่ในท้องภรรยาได้
บ้างครับ เมื่อทำบุญปฏิบัติธรรมแล้ว ควรจะอุทิศบุญยังไง
หรือผมจะต้องทำบุญยังไง ให้เจ้ากรรมนายเวรของลูกผม
ได้บ้างครับ

สุดท้ายนี้ผมขอความเมตตาจากท่านอาจารย์สนอง
ด้วยครับ ถ้าคำถามนี้เป็นกรรพวงผมขอให้ท่านอาจารย์
สนอง ได้ยกโทษอโหสิกรรมให้ผมด้วยครับ

กราบขอบพระคุณมากครับ

.....

คำตอบ

ผู้ตอบปัญหาได้แนะนำใครผู้ใดให้ขอลูกเทวดาที่มี
สัมมาทิฏฐิมาเกิด แต่ได้แนะนำถึงสามอย่างว่า ขอให้เทวดา
ที่มีสัมมาทิฏฐิมาเกิด เอาสมบัติมาด้วย และเอาบริวารมา
ด้วยเมื่ออธิษฐานแล้ว ต้องทำเหตุให้ตรง เทวดาจึงจะลงมา
เกิดในครรภ์ของมนุษย์ได้ คือผู้เป็นแม่ต้องบำเพ็ญทาน และ
ต้องรักษาศีลอยู่เสมอ หรือปฏิบัติจิตตภาวนาอยู่เสมอ หาก
ทำเหตุให้ถูกต้องตามนี้แล้ว โอกาสที่เทวดาจะลงมาเกิด
เป็นลูก ย่อมมีได้เป็นได้

สุดท้าย อโหสิให้แล้วครับ

สภิกขณ์ ปสส วิหณฺณมานํ
คนมีห่วงกังวล ย่อมวุ่นวายอยู่

๒๕. ช่วยเขาได้หรือไม่

คำถาม

เรียน อาจารย์สนอง วรอุไร

ดิฉันอยากให้ท่านช่วยแนะนำปัญหานี้ด้วยค่ะ เพื่อนของดิฉันได้ผูกคอตายที่ทำงานที่เขาพักอาศัยอยู่ ดิฉันอยากให้ท่านแนะนำว่าทำอะไรให้เขาพ้นทุกข์จากกรรมนี้ และดิฉันได้ทำบุญแผ่ส่วนกุศลให้เขาเสมอ เขาจะสามารถได้รับบุญนี้หรือไม่ เขาไปเกิดภพภูมิใหม่ หรือยังต้องวนเวียนในสถานที่ที่เขาฆ่าตัวตาย จะมีวิธีช่วยเขาได้หรือไม่

ขอรบกวนอาจารย์ช่วยให้คำแนะนำนี้ ดิฉันรู้สึกเป็นห่วงเขามากค่ะ (เขาเป็นคนรักและช่วยเหลือสัตว์เสมอ)

ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

คำตอบ

ผู้ใดกระทำความดีที่ส่งผลเป็นอกุศลวิบากแล้ว ผู้ทำกรรมต้องเป็นผู้เสวยผลแห่งกรรมนั้น ไปจนกว่าจะหมดสิ้น และไม่มีใครผู้ใดสามารถละเมิดกฎแห่งกรรมนี้ได้

ผู้ถามปัญหาได้ทำบุญ และได้แผ่ส่วนบุญกุศล ไปให้ผู้ที่
ผูกคอตายไปแล้ว ผู้ตายไม่สามารถมาอนุโมทนาบุญได้ ทั้งนี้
เป็นเพราะจิตวิญญาณของผู้ตาย ได้โคจรไปเกิดอยู่ในภพภูมิ
ที่อับวาสนา จึงไม่สามารถมาอนุโมทนาบุญที่มีผู้แผ่อุทิศให้

๒๖. ผู้ไม่หวังสิ่งตอบแทน

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ที่เคารพ
อย่างสูง กระผมขออนุโมทนาบุญกับบุญกุศลที่อาจารย์ได้
สั่งสมมาครับ และขอให้อาจารย์มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง
อยู่เป็นร่วมโพธิ์ร่มไทร ของพวกเราไปนานๆ ครับ

กระผมมีปัญหาอยากจะขอความกรุณารบกวนเวลา
ท่านอาจารย์ ดร.สนอง ช่วยตอบปัญหาให้กระผมด้วย
เนื่องจากผมกลัวเรื่องของเวรกรรม และบาปกรรม

เรื่องมีอยู่ว่า ตัวกระผมได้ไปรู้จักกับผู้ใหญ่ท่านหนึ่ง
ซึ่งรู้จักกันมาเป็นเวลาประมาณ ๓-๔ เดือน โดยที่ก็พูดคุย
กันถูกคอดี ตัวผมเองนั้นกำลังอยู่ในช่วงตบแต่งบ้านใหม่ที่
ตั้งใจว่าจะย้ายเข้าไปอยู่ และต้องใช้เงินจำนวนหนึ่งในการ
ตบแต่งและซื้อเฟอร์นิเจอร์ โดยที่ตัวผมเองก็ไม่ได้เดือดร้อน

เรื่องเงินทองแต่อย่างใด และผมเองก็ได้เล่าเรื่องนี้ ให้กับ
ผู้ใหญ่ท่านนี้ฟังซึ่งผู้ใหญ่ท่านนี้ ก็มีใจเมตตาเสนอตัวว่า
จะช่วยผมในเรื่องของค่าใช้จ่ายในการตกแต่งบ้าน และรวม
ถึงค่าเฟอร์นิเจอร์ต่างๆ ซึ่งเป็นเงินจำนวนมาก และผู้ใหญ่
ท่านนี้ก็ได้บอกกับตัวกระผมว่า เขาไม่ได้ต้องการสิ่งใดๆ
ตอบแทน เพียงแต่ขอให้ในอนาคตข้างหน้า หากตัวกระผม
เห็นใครเดือดร้อน ก็ให้ช่วยเหลือเกื้อกูลตามสภาพ โดยที่
ผู้ใหญ่ท่านนี้ก็ได้โอนเงินมาให้ผมจำนวนหนึ่งแล้ว และยังโอน
เงินค่าโทรศัพท์มือถือมาให้ผมด้วยเป็นรายเดือน เดือนละ
๕๐๐ บาท โดยที่ผมไม่ได้ร้องขอเรื่องค่าโทรศัพท์มือถือแต่
อย่างใด และยังโอนเงินมาให้ใช้จ่ายเป็นจำนวนหลักหมื่น
ซึ่งผมก็แปลกใจอยู่ไม่น้อยว่าในสังคมปัจจุบันนี้ มีบุคคลแบบนี้
อยู่ด้วยหรือ จะมีคนที่หยิบยื่นเงินทองให้เรา โดยที่ไม่หวังผล
ใดๆ กับเราจริงหรือ

ในช่วงที่ผ่านมาก่อเกิดเหตุการณ์น้ำท่วม ทำให้ผมไม่
สามารถทำงานหาเงินมาได้มากเท่าเดิม แต่กระผมก็
ไม่ได้เดือดร้อนเรื่องเงินแต่อย่างใด เนื่องจาก ตัวผมเองก็มี
เงินเก็บอยู่จำนวนหนึ่งและกระผมเองก็ทำงานหลายอย่าง
ซึ่งผู้ใหญ่ท่านนี้ก็เมตตา และเสนอจะให้เงินผมเป็นรายเดือนๆ
ละประมาณ ๕ หมื่นบาททุกเดือน ณ ตอนนี้เงินของผู้ใหญ่

ท่านนี้ผมยังเก็บอยู่ในบัญชี และได้กันไว้มิได้นำออกมาใช้แต่อย่างใดเนื่องด้วยกลัวว่า ในอนาคตข้างหน้าหากมีปัญหาหรือมีเหตุการณ์อะไรเกิดขึ้น ผมจะได้นำเงินทั้งหมดที่ผู้ใหญ่ท่านนี้ให้มานำไปคืนเขาได้ กระผมอยากจะรบกวนถามท่านอาจารย์ ดร.สนอง ดังนี้ครับ

๑. ผมสมควรที่จะรับเงิน รับการช่วยเหลือของท่านผู้ใหญ่ท่านนี้ไว้หรือไม่อย่างไรครับ กรุณาช่วยชี้แนะให้แนวทางด้วยครับ (ซึ่งกระผมเข้าใจดีว่าชีวิตเป็นของตัวกระผมผมต้องตัดสินใจเอง แต่อยากขอแนวทางและคำแนะนำจากท่านอาจารย์ ดร.สนอง เพื่อที่จะไม่ทำอะไรไปโดยที่เราไม่รู้ว่สิ่งๆ นั้นเราควรทำหรือไม่ควรทำ)

๒. หากผมรับเงินของผู้ใหญ่ท่านนี้ และนำไปใช้ผมจะมีบาปกรรมกับผู้ใหญ่ท่านนี้หรือไม่ครับ และต้องชดใช้คืนในกายภาคหน้าหรือเปล่าครับ

๓. หากการรับเงินนี้เป็นการก่อบาปกรรมเกิดขึ้น ผมควรจะทำอย่างไรเพื่อมิให้บาปกรรมเกิดขึ้น (โอนเงินทั้งหมดคืนให้กับผู้ใหญ่นั่นหรือเปล่าครับ)

๔. อยากจะขอรบกวนให้ท่านอาจารย์ ดร.สนอง ช่วยแนะนำครูบาอาจารย์ทางธรรมที่เป็นพระอรหิยะ เพื่อที่กระผมจะไปกราบไหว้บูชา และขอฝากตัว อบรมและปฏิบัติธรรม

(ในพื้นที่เขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล หรือจังหวัดที่
ใกล้กรุงเทพมหานคร)

สุดท้ายนี้หากการกระทำของผม ไม่ว่าจะ เป็นทางกาย
วาจา ใจ ทั้งในปัจจุบัน และในอดีตที่ผ่านมาทุกภพทุกชาติ
ที่ได้เคยประมาทพลาดพลั้ง และได้ก้าวล่วงท่านอาจารย์
ดร.สนอง วรอุไร จะด้วยเจตนาหรือไม่เจตนา ก็ดี

ขอให้ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร โอลิสิกรรมให้ผม
ด้วยครับ กราบขอบพระคุณครับ

.....

คำตอบ

(๑) ผู้ใดขัดขวางมิให้ผู้อื่นให้ทานด้วยความบริสุทธิ์ใจ
ผู้นั้นได้ชื่อว่า เป็นผู้ปิดกั้นบุญ ปิดกั้นบารมี ปิดกั้นความสุข
ปิดกั้นทางสวรรค์ ปิดกั้นบ่อเกิดแห่งสมบัติทั้งปวง ฯลฯ ของ
ผู้ให้ทาน ดังนั้นหากผู้รับ มีความอึด มีความเต็ม มีความ
ไม่พร่องในมนุษยสมบัติแล้ว ไม่ควรปฏิเสธทานของผู้ให้ แต่
ควรนำทาน (ทรัพย์) นั้น ไปทำบุญต่อ แล้วอุทิศบุญกุศลให้
แก่เจ้าของทาน

(๒) ผู้ใดประพฤติดนเป็นคนไม่พร่อง มีความอึด เต็ม
พอ และไม่ขาด บาปจะไม่เกิดขึ้นอันเนื่องจากทานที่ได้รับ

จึงไม่จำเป็นต้องชดใช้หนี้เวรกรรมในภพภาคหน้า

(๓) ควรประพฤติตามข้อ (๒)

(๔) แนะนำให้ฝากตัวเป็นศิษย์ และปฏิบัติธรรมกับ
หลวงพ่อประสิทธิ์ วัดป่าหมู่ใหม่ ต.อินทขิล อ.แม่แตง
จ.เชียงใหม่

สุตท้าย อโหสิให้กับผู้ถามปัญหา จงพัฒนาจิตตนเอง
ให้มีธรรมวินัยของพุทธศาสนาตลอดไป

๒๗. ดับทุกเรื่อง

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไรค่ะ

เวลานั่งสมาธิเห็นอะไร วิปัสสนาจารย์แนะนำให้
กำหนดเห็นหนอ อย่าหลงไปดู เป็นการตัดภพตัดชาติ
หนูกำหนดแล้วมันก็ดับ คิดอะไร กำหนดคิดหนอแล้ว มันก็
ดับ กลับมาอยู่กับปัจจุบันได้ ในวันที่ ๖ ของการปฏิบัติบังเอิญ
หันมองเห็นคนที่อยู่ในห้องได้ ทั้งๆ ที่ปิดประตูอยู่ ตอนนั้น
จิตมันกำหนดไปเองว่าเห็นหนอ แล้วภาพนั้นมันก็ดับไป
หลังเกิดเหตุการณ์หนูรู้สึกเสียดาย อยากดูอยากรู้ว่ามัน
จริงหรือเปล่า แต่ตอนนั้นจิตมันกำหนดไปเองไม่ได้ตั้งใจจะ

กำหนดให้มันหาย และในวันที่ ๗ ของการปฏิบัติสิ่งที่เห็นในสมาธิหนุคิดว่ามันไม่ใช่อุปกิเลสแต่มันเป็นอดีตชาติของหนุ ซึ่งพอเริ่มเห็นต้นเรื่อง หนุกำหนดเห็นหนอ มันดับหมดเลย แล้วเหมือนกับจะเห็นหลายเรื่องหลายอย่างมากๆ แต่ในตอนนั้นกำหนดมันก็หายหมด พอออกจากสมาธิแล้วรู้แต่มีภาพเกิดขึ้นในนิมิต ภาพอะไรก็จำไม่ได้ มันทำให้หนุรู้สึกติดใจสงสัยมากๆ อยากดู อยากรู้มากๆ ว่า ในอดีตเราเป็นยังไงมาบ้าง จิตใจกววน วนเวียนอยู่กับความอยากรู้ อยู่หลายครั้ง ถ้าหนุมีโอกาสเห็นได้อีก หนุจะขอดูขอรู้อดีตได้ไหมคะ ถ้าเราไม่กำหนดเห็นหนอ แล้ววางมันไปเหมือนทุกครั้ง เราจะสามารรู้อดีตของเราได้ใช่หรือไม่ แล้วความอยากดูอยากรู้ที่เกิดนี้ ถ้าเราสนองตอบมัน จะทำให้ล่าช้าต่อการปฏิบัติหรือไม่คะ อย่งไรจะเป็นผลดี และถูกต้องกับหลักปฏิบัติคะ (เพราะหนุมีความคิดว่า ถ้าเรารู้อดีตได้ เราจะได้อุทิศบุญกุศล ให้เจ้ากรรมนายเวรของเราได้ถูกต้องตรงจุด และหนุก็อยากพิสูจน์ว่าอดีตชาติมีจริงๆ ถ้าหนุได้เห็นจริงๆ ก็อาจจะเชื่อมากขึ้น)

กราบขอบพระคุณค่ะ

คำตอบ

ผู้ที่ประสงค์จะรู้อดีตของตัวเอง ต้องพัฒนาจิต (สมถภาวนา) จนเข้าถึงสมาธิสูงสุด (ฌาน) ถอนจิตออกจากความทรงฌาน แล้วอธิษฐานขอเห็นอดีตชาติของตัวเอง ความสมปรารถนาจึงจะเกิดขึ้น การทำเช่นนี้เป็นการปฏิบัติธรรมที่ผิดทาง ไม่สามารถนำพาชีวิตไปสู่ความพ้นทุกข์ได้ หลังปฏิบัติธรรมแล้ว ต้องอุทิศบุญกุศลให้กับเจ้ากรรมนายเวร หากเขามาอนุโมทนาบุญเขาจึงจะได้รับผลแห่งบุญนั้น

๒๘. เปื่อแบบไหน

คำถาม

กราบเรียนท่าน อาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ค่ะ

ดิฉันมีข้อสงสัยในการปฏิบัติธรรมค่ะ ถ้าดิฉันเกิดอาการเบื่อขึ้นมามันรู้สึกว่าเป็นมาก ดิฉันนั่งมองความเบื่อนั้นจนมันหายไป และบางที่มันก็เกิดอารมณ์รู้สึกเฉยๆ ขึ้นมา ดิฉันก็นั่งมองอารมณ์เฉยๆ นั้น จนมันหายไป บางทีก็เกิดความรู้สึกอยากได้อะไรได้นี้ นั่งมองอารมณ์นั้นจนมันหายไป แบบนี้เรียกว่าการปฏิบัติธรรม

หรือไม่ และขอแนววิธีปฏิบัติที่ถูกต้องด้วยค่ะ หรือว่าสิ่งที่ดิฉันทำอยู่คือวิธีที่ถูกต้องแล้ว

คำตอบ

ความเบื่อเป็นอารมณ์ของจิตที่เป็นได้ใน ๒ ลักษณะ คือ เบื่อโดยมีกิเลสเป็นตัวเข้ากระทบจิต แล้วทำให้อารมณ์เบื่อเกิดขึ้น ส่วนความเบื่อในลักษณะที่สอง เกิดขึ้นจากการพัฒนาจิต (วิปัสสนาภาวนา) จนเกิดปัญญาเห็นแจ้งที่เรียกว่า นิพพิทาญาณ โดยมีเครื่องชี้วัดให้รู้ได้ว่า ตนได้พัฒนาจิตจนเข้าถึงนิพพิทาญาณ แล้วมีผลติดตามาคือ จิตเกิดอารมณ์ใคร่จะพัฒนาต่อไปให้พ้นไปจากรูปนาม (มุจจิตุกัมยตาญาณ) ตรงกันข้าม หากเกิดความรู้สึกลอยๆ ได้เนิ่นๆ ยากได้เนิ่นๆ เกิดขึ้นกับจิต แสดงว่าจิตเกิดความเห็นผิด อารมณ์อยากได้จึงได้เกิดขึ้น ด้วยเหตุนี้ผู้ปรารถนาปฏิบัติธรรมให้ก้าวหน้า ต้องใช้จิตตามดูอารมณ์อยากได้ว่า ดำเนินไปตามกฎไตรลักษณ์ (อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา) จนเห็นแจ้งว่า ความอยากได้เป็นอนัตตา (ไม่ใช่ตัวตน) จิตย่อมปล่อยวางสิ่งที่ไม่ใช่ตัวตน และเข้าถึงความว่างเป็นอุเบกขารมณ์ พร้อมกับมีปัญญาเห็นแจ้งเกิดขึ้น อย่างนี้จึงจะเรียกได้ว่า เป็นการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้อง

๒๙. หายจากโรคจิต

คำถาม

กราบสวัสดีอาจารย์ดร.สนอง วรอุไร ที่เคารพ หนูเป็นคนหนึ่งที่ติดตามอ่านข้อความในสนทนาภาษาธรรมคือหนูอยากจะทำกราบขอความเมตตาจากอาจารย์ ช่วยตอบปัญหาให้หนูด้วยนะคะ หนูเคยป่วยเป็นโรคทางจิตมาเป็นเวลา ๑ ปี แต่ตอนนี้หายดีแล้วค่ะ ในขณะที่หนูป่วยได้ฉายแว้งล่วงเกินพระรัตนตรัยไปมากโดยเฉพาะพระพุทธเจ้าล่วงเกินท่านเป็นประจำด้วยมโนกรรม หนูเชื่อว่าความคิดไม่ดีเหล่านี้ได้เก็บบันทึกไว้ในอกุศลสัญญา

ตอนที่หนูหายใหม่ๆ แทบจะสวดมนต์ไม่ได้เพราะจิตได้ผุดสิ่งไม่ดีมาเพียบ หนูแก้ปัญหาโดยการขอขมากรรมต่อหน้าพระพุทธรูปเป็นประจำ ทุกอย่างดีขึ้น และตอนนี้หนูก็สวดมนต์ได้ตามปกติ

ตอนที่หนูยังไม่หายดี หนูอ่านเรื่องทานบารมีที่พระพุทธเจ้าท่านสอนว่า “ทำทานแล้ว ไม่มีจิตผูกพันในผลของทาน แล้วให้ทาน” หลังจากนั้นหนูคิดไม่ออกว่า ไม่มีจิตผูกพันในผลของทานทำอย่างไร หนูก็เลยฉายแว้งล่วงเกินท่านด้วยคำว่า “โง่” ที่ไม่ให้มีจิตผูกพันในผลของทาน

พอได้สติหนูก็เสียใจ และได้ขอขมากรรมต่อพระพุทธเจ้าหน้า
พระพุทธรูป แล้วก็คิดว่าคนมีสติดี และมีจิตเป็นปกติคง
ไม่คิดแบบหนูแน่ๆ และตอนนี้หนูก็กลัวมากเลยคะ กลัวว่าจะ
ต้องเกิดมาโง่อีกหลายชาติ และก็มีอีกตอนหนึ่งคือ หนูอ่าน
เรื่องพระปัญญาธิกะพุทธเจ้า ซึ่งบำเพ็ญบารมีมาน้อยกว่า
พระวิริยาธิกะพุทธเจ้าและพระศรัทธาธิกะพุทธเจ้า แต่ได้
บรรลุนิพพานเป็นพระพุทธเจ้าได้เร็วกว่าพระวิริยาธิกะพุทธเจ้า
และพระศรัทธาธิกะพุทธเจ้า จึงได้คิดปราชัยพระวิริยาธิกะ
พุทธเจ้า และพระศรัทธาธิกะพุทธเจ้าท่านไปว่า ทำไม
ไม่ทำบุญด้วยศูพระไตรปิฎก ทำบุญด้วยปัญญามากๆ จะได้
บรรลุนิพพานได้เร็วเหมือนพระปัญญาธิกะพุทธเจ้า ตอนนั้น
ความคิดปรุงแต่งเร็วมาก และด้วยความขาดสติอย่างรุนแรง
ในหัวสมองจึงมีคำว่า “โง่” ไหลออกมาอีก พอสติกลับมา
หนูเสียใจมาก และก็ได้ขอขมากรรมต่อพระพุทธเจ้าหน้า
พระพุทธรูป และตอนนี้หนูก็กลัวมากเลยคะ กลัวว่าจะต้อง
เกิดมาโง่อีกหลายชาติ

หนูมีปัญหาที่จะสอบถามอาจารย์ดังนี้คะ

๑. ถ้าหนูนำดอกไม้ ธูป เทียน ไปบูชาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ อาทิ
พระพุทธรูปที่มีคนกราบไหว้บูชากันมากๆ หรือพระเจดีย์ที่
บรรจุพระบรมสารีริกธาตุ หรือบรรจุพระธาตุของพุทธสาวก

แล้วสวดมนต์บทบูชาคุณพระรัตนตรัย หลังเจริญจากสวดมนต์เสร็จแล้ว ต้องกล่าววาทาขอขมากรรม ที่เคยล่วงเกินพระพุทธเจ้าและต้องรักษาสัจจะไม่คิดล่วงเกินพระพุทธเจ้าให้เกิดขึ้นอีก พร้อมทั้งมีศีล ๕ บริสุทธิ์คุ้มครองอยู่ทุกขณะตั้ง

๑.๑ ถ้าหนูทำตามที่อาจารย์แนะนำข้างบน กรรมที่หนูจบบ้างล่วงเกินพระพุทธเจ้า จะยุติการให้ผลหรือเปล่าคะ?

๒. เศษกรรมจะทำให้หนูเกิดเป็นคนโง่อีกหลายภพชาติ หรือเปล่าคะ?

แล้วทำยังไงถึงจะไม่ต้องเกิดเป็นคนโง่ อีกหลายภพชาติคะ?

กราบขอบพระคุณอาจารย์ในความเมตตาและกรุณาที่ตอบปัญหาให้กับหนูค่ะ

ขอให้อาจารย์มีสุขภาพที่แข็งแรง อายุยืนยาวนานอยู่เป็นร่มโพธิ์ร่มไทรให้ศิษย์นานๆ ค่ะ

ด้วยความเคารพอย่างสูง

คำตอบ

(๑) ศีล และสัจจะ มิได้เป็นเหตุตรงที่จะทำให้พฤติกรรมปรามาสหมดไป

- (๑.๑) ผู้ใดพัฒนาจิตให้มีกำลังด้านมารกล้าแข็ง ต้องเจริญพละ ๕ (ศรัทธา วิริยะ สติ สมာธิ และปัญญา) อยู่เสมอ แล้วใช้สติและปัญญาเห็นแจ้ง ส่องนำทางให้ชีวิต พุทธิกรรมจากจ้วงพระพุทธเจ้าจะไม่เกิดขึ้นอีก
- (๒) ผู้ใดประสงค์จะไม่เป็นคนโง่อีกต่อไป ต้องพัฒนาจิต (วิปัสสนากาวนา) จนเข้าถึงปัญญาเห็นแจ้งได้ เมื่อใดความโง่ขอมลดน้อยลง และหมดไปจากใจได้ในที่สุด

๓๐. กตปุมพิต

คำถาม

สวัสดีค่ะ ดิฉันเคยส่งคำถามไปหา ดร.สนอง วรอุไร ครั้งหนึ่ง แต่ไม่มั่นใจว่าคำถามถึงมือหรือยัง เพราะวันนั้นไป กตปุมพิต เลยขอส่งคำถามใหม่อีกครั้งนะคะ

ดิฉันเคยนั่งกรรมฐานแล้วจิตวิปลาส พอไปรักษา ยิ่งทำให้เรื่องราวมันซับซ้อนมากขึ้น นอกจากนี้ดิฉันรู้สึก ได้ว่ามีอะไรคอยเข้ารบกวนเวลาเดินไปไหนมาไหน แทบเกือบ จะตลอดเวลา แถมยังเวลาไหว้พระเหมือนมีบางสิ่งทีลิ่ง อยู่ในร่าง ทนไม่ได้หลุดออกไป ปัจจุบันนี้ดีขึ้นบ้าง แต่ ยังไม่หายจากสิ่งที่เป็น ไม่ทราบว่าจะเกิดอะไรขึ้นกับดิฉัน

แล้วจะมีทางแก้ไขไหม นอกจากนี้ดิฉันจะบาปตกนรกไหมที่
ไปคิด พูด ทำไม่ดีกับพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เพราะ
ผลจากการเพี้ยนในครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณค่ะ

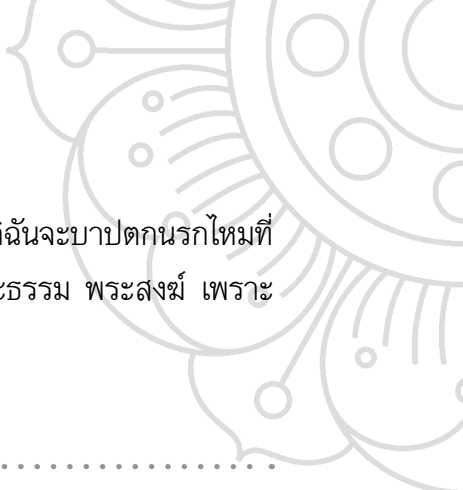
.....

คำตอบ

เกิดจากการปฏิบัติธรรมผิดทาง ทำให้จิตขาดสติ
ความวิปัสสนาของอารมณ์จึงได้เกิดขึ้น และยิ่งไปให้ผู้รู้ไม่จริง
แก้ปัญหาให้ ความวิปัสสนาของจิตย่อมมีเพิ่มมากขึ้น หนีเวร
กรรมที่ประพฤติกุศลกรรมบถ สามารถนำพาชีวิตไปสู่
ภพนรกได้

ดังนั้น หากผู้ถามปัญหาประสงค์นำพาชีวิตมาสู่ทาง
ที่สะดวกราบรื่น และมีความสุข ต้องนำตัวเองเข้าใกล้ แล้ว
ฝากตัวเป็นศิษย์กับผู้รู้จริง และเข้าถึงธรรมได้จริงแล้ว
ปัญหาที่บอกเล่าไปจึงจะหมดลง

จิตที่มีความโน้มเอียงไปทางธรรม
อารมณ์กระทบใจ กระเทือนใจ คราวใด
ก็พร้อมที่จะคิดสละทิ้งทางโลกได้เสมอ



๓๑. พระนิยตโพธิสัตว์

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์สนองที่เคารพอย่างสูง
ดิฉันได้ฟังธรรมจากเว็บไซต์ ที่อาจารย์แสดงตาม
สถานที่ต่างๆ และได้ยินอาจารย์กล่าวถึงพระนิยตโพธิสัตว์
จากการฟังบ่อยๆ ในหลายครั้งที่อาจารย์แสดงธรรม
ทำให้ดิฉันเชื่อว่าพระนิยตโพธิสัตว์ ที่อาจารย์กล่าวถึงคือ
ครูบาบุญชุ่ม ดิฉันไม่เคยรู้จักท่านมาก่อน ก็ได้พยายามหา
ข้อมูล หาประวัติของท่านทางอินเทอร์เน็ต ได้รวบรวมเก็บ
ธรรมะที่ท่านแสดง โดยการเขียนด้วยลายมือตนเองไว้
บ้าง เท่าที่จะหาได้ ดิฉันมิได้เกิดความล้งเลงสลับในตัวท่าน
เลยแม้แต่น้อย เพราะเรื่องนี้เป็นเรื่องที่ดิฉันไม่มีปัญญาสูง
พอที่จะตัดสิน จึงเชื่อ อ.สนองซึ่งเป็นผู้รู้ บอกกล่าวแนะนำ
แต่ปัญหามีอยู่ว่า ดิฉันจะไปแนะนำบอกกล่าวผู้ใกล้ชิด
อย่างไร โดยไม่ให้เขาปรามาสท่าน เพราะการแต่งกาย
การมีเครื่องใช้ และอย่างอื่นที่ทำให้ภาพลักษณ์ของท่าน
ต่างจากพระอริยสงฆ์ท่านอื่น และบางภาพเหมือนท่านมิได้
โกนคิ้ว ซึ่งผู้ที่ขาดความเชื่อ ความเคารพ และไม่รู้จักจริงอาจ
จะคิดปรามาสท่านให้เป็นบาปเป็นอกุศล

จึงขอความกรุณาจากอาจารย์ ช่วยบอกวิธีที่ดีฉันจะ
ไปให้ความกระจ่างกับผู้อื่นได้ เพื่อให้เขาคลายความสงสัย
ได้ในระดับหนึ่ง

ขอกราบขอบพระคุณอย่างสูง

.....

คำตอบ

ศรัทธา หมายถึง ความเชื่อถือหรือความเลื่อมใส
การจะเป็นเช่นนี้ได้ บุคคลต้องมีปัญญาเสมอกัน หรือมี
ปัญญาสูงกว่า จึงจะรู้ เห็น เข้าใจ พฤติกรรมของบุคคล ว่า
ถูกต้องตามความรู้หรือปัญญา ที่เป็นเหตุให้เกิดการกระทำ
ที่แสดงออกให้สัมผัสได้ ด้วยเหตุนี้ผู้รู้จริงจึงไม่แนะนำหรือ
ไม่บอกกล่าว ให้ศรัทธาในพฤติกรรมของผู้มีปัญญาสูงกว่า
ด้วยการใช้ระบบประสาทเป็นตัวตัดสินความถูกต้อง ตรงกัน
ข้าม ผู้ใดพัฒนาจิตจนเข้าถึงปัญญาสูงสุด (ภาวนามยปัญญา)
ได้แล้ว ย่อมศรัทธาในสิ่งที่จิตสัมผัสได้ เมื่อศรัทธาเกิดขึ้น
แล้ว การลบหลู่ดูหมิ่น หรือพฤติกรรมปรามาสจะไม่เกิดขึ้น

การที่รู้ลมหายใจบ่อยๆ เป็นยารักษาโรค

๓๒. หลับตามลูก

คำถาม

สวัสดิ์ค่ะ ดร. สอนง

หนูมีปัญหาอยากเรียนถามดังนี้ค่ะ คือ หนูมีลูกเล็กๆ ๗ ขวบ และ ๔ ขวบ เมื่อก่อนหนูจะรอให้ลูกหลับก่อน แล้วค่อยมาสวดมนต์ ถ้ายังไม่ง่วง หนูก็จะนั่งสมาธิต่อ แต่ว่าถ้าช่วงลูกปิดเทอมแล้วรอให้เขาหลับก่อน ซึ่งบ่อยครั้งหนูก็จะหลับตามลูกไปด้วยค่ะ

หนูอยากทราบว่า ถ้าหนูไม่รอให้เขาหลับ แล้วหนูออกมาสวดมนต์นอกห้อง แล้วเขาเดินมาออกมาคุยด้วยบ้างมาถามโน้นถามนี่บ้าง ลูกหนูเขาจะบาปไหมค่ะ หรือขึ้นอยู่กับเรา ตอนแรกๆ หนูก็คิดว่าเขาบาปค่ะ แต่ตอนหลังพอหนูปล่อยวางได้มากขึ้น หนูก็คิดว่า มันจะบาปไม่บาปอยู่ที่ใจของเรา ถ้าเราอารมณ์ไม่ขุ่น เราก็ตอบปัญหาให้ลูกไปก่อน แล้วก็สวดใหม่ก็ได้ อย่างนี้ถูกหรือเปล่านั้น

รบกวน ดร.สอนง ช่วยแนะนำด้วยค่ะ ทุกวันนี้หนูก็สอนให้ลูกสวดมนต์ค่ะ คนเล็กก็สวดบทอิติปิโสได้แล้วค่ะ แล้วก่อนเข้านอน ก็จะต้องเปิด CD เรื่อง มัถกะลีผล หรือนารีผลฟังด้วยกันทุกคืนเลยค่ะ กราบขอบพระคุณค่ะ

คำตอบ

ขณะที่ผู้ถามปัญหา กำลังทำความดี (สวดมนต์) แล้ว มีลูกมาทำให้กุศลกรรมนั้นต้องยุติลงชั่วคราว อานิสงส์ ก็คือบาป ได้เกิดขึ้นกับลูกที่เข้ามาขัดขวาง สิ่งที่บอกเล่า ไปว่า “ถ้าเรามีอารมณ์ไม่ขุ่น แต่สติถูกตัดขวางมิให้ เกิดขึ้น” แสดงว่า ได้เกิดอารมณ์ที่ทำให้จิตขุ่นมัว (บาป) ขึ้นแล้ว และถูกเก็บสังสมไว้ในดวงจิตของผู้เป็นแม่ ฉะนั้น วิธีที่ดีที่สุด ชวนลูกทั้งสองมาสวดมนต์ด้วยกัน หลัง สวดมนต์แล้วชวนลูกทั้งสองเจริญอานาปานสติ ประมาณ ๕ นาที แล้วชวนลูกอุทิศบุญกุศลให้เจ้ากรรมนายเวร เมื่อใดที่ลูกทั้งสองมีจิตตั้งมั่น เป็นสมาธิสิ้นสมยอม ย่อม ปรับตัวเข้าสู่ความเป็นระเบียบ ซึ่งจะมีผลทำให้ลูกเรียน หนังสือเก่งโดยอัตโนมัติ หรือในอีกกรณีหนึ่งที่จะไม่ให้บาป เกิดขึ้นกับทั้งแม่และลูก ต้องเลื่อนเวลาสวดมนต์ ไปสวด ตอนเช้าหลังตื่นนอน วิธีนี้เกิดผลดีกับแม่แต่ไม่เกิดกับลูก

กรรมทั้งหลายไม่ได้มาจากอื่นไกล

มาจากกายกรรม วาจากรรม มโนกรรมของเราเท่านั้น

หลวงปู่ฝั้น อาจาโร

๓๓. กลัวลิฟต์ค้าง

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์ดร.สนอง ที่เคารพอย่างสูง
 กระผมเป็นคนที่กลัวตายมากๆ โดยเฉพาะตอน
 ขึ้นลิฟต์ จะเกิดความกลัวว่าลิฟต์จะค้าง และไม่มีใครช่วย
 ทุกครั้ง เป็นเพราะอะไร และจะแก้ความกลัวนี้ได้อย่างไรครับ
 ตอนนี้เครียดมากๆ เพราะต้องขึ้นลิฟต์ทุกวัน

ขอแสดงความเคารพอย่างสูง

คำตอบ

เป็นเพราะจิตขาดสติ และมีโปรแกรมที่เห็นผิดฝัง
 ไว้ในดวงจิต เป็นอกุศลลक्षण ผู้ใดปรารถนาให้ตนเอง
 พ้นไปจากความกลัวเช่นนี้ได้ ต้องสวดมนต์ก่อนนอน หลัง
 สวดมนต์ ต้องเจริญอานาปานสติอยู่เสมอ แล้วอุทิศบุญ
 กุศลให้เจ้ากรรมนายเวรไปเรื่อยๆ จนกระทั่งหนีเวรกรรม
 หมดไป สติจะมีกำลังมากขึ้น แล้วความกลัวตายขณะ
 ขึ้นลิฟต์ จะไม่เกิดขึ้นอีก

๓๔. หนูอยู่อเมริกา

คำถาม

กราบเรียนถามท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร

เมื่อไม่นานมานี้หนูก็ได้ฟังเทศน์ของท่านอาจารย์จากยูทูบ ตัวหนูเองอยู่อเมริกา และก็สนใจเรื่องที่ท่านอาจารย์ได้เทศน์สอนมากๆ ขอความเมตตาตอบคำถามด้วยเทอญ พอฟังแล้วก็มีคำถามมารบกวนท่านอาจารย์ดังนี้เจ้าค่ะ

๑. เมื่อ ๓-๔ เดือนที่ผ่านมา หนูก็ประสบอุบัติเหตุถึงกับเลือดออก แล้วเจ็บปวดทรมานร่างกายมากๆ นอนอยู่ก็ตัวลั่นไปทั้งตัว เจ็บมาก จนคิดว่าถ้ามันเจ็บปวดมากนักก็ไม่อยากอยู่ละ ตายก็ดีเหมือนกัน ก็เลยท่องพุทโธได้ไม่นานก็เห็นตัวเองนอนอยู่บนเตียงนอน มีสติดีทุกอย่าง ไม่รู้สึกเจ็บปวดร่างกายเลย ก็อยู่แบบนั้นไปเรื่อยๆ ลักพักก็บอกตัวเองว่า “อยู่ยาวไม่ได้นะ ต้องตื่นไปทำความสะอาดร่างกายก่อน แล้วค่อยกลับมานอนอีก” หนูก็ลุกตื่นนอนได้ทันทีเลยคะ พอร่างกายสะอาดแล้วก็กลับมานอนพุทโธแบบเดิมอีกเจ้าค่ะ พอพุทโธไม่นาน ก็เหมือนไม่มีตัวตน หลับแบบไม่ได้ยินอะไรเลย นอนท่าไหนก็ทำนั้น ประมาณ ๑๒-๑๓ ชั่วโมงเจ้าค่ะ

โปรดเมตตาหนูด้วยเจ้าค่ะ ที่เป็นแบบนี้เพราะอะไร และเรียกว่าอะไรในทางธรรมเจ้าค่ะ

๒. หนูวิ่งขึ้นบันไดได้ประมาณ ๑๖-๑๗ ชั้นแล้ว พลาดตกลงมา แล้วร่างกายของหนูก็มานอนกองอยู่พื้นซีเมนต์ เพื่อนบ้านได้ยินเสียงหนูกำลังตกบันได จนไม่กล้าเปิดประตูออกมาดูหนู เพราะคิดว่าคงไม่รอดแน่ๆ แต่รู้ว่าเท่าพลาดปั๊บก็มีสติรู้ตัวได้ทันทีเลย แล้วก็นั่งเลย ตัวเบามากๆ มารู้ตัวอีกทีตอนญาติๆ มารุมดู เรียกชื่อ จับแขน จับขา ดู ก็เลยลืมนิดๆ และก็ลุกมาเหมือนคนเพิ่งตื่นนอน ไม่เจ็บปวดหรือมีเลือดออกแม้แต่นิดเดียว แม้แต่แผลถลอกก็ยังไม่ มี โปรดเมตตาหนูด้วยเจ้าค่ะ ที่เป็นแบบนี้เพราะอะไรและเรียกว่าอะไรในทางธรรมเจ้าค่ะ

๓. เดิมทีหนูสวดมนต์ไหว้พระ แผ่เมตตาแล้วก็ท่องพุทโธก่อนนอน ตั้งแต่เด็กๆ จนปัจจุบันอายุ ๓๑ ปีเจ้าค่ะ พออายุ ๓๐ ปีก็ฝึกสติกับอิริยาบถ พอจิตมันนิ่งแล้ว เวลาถามอะไรก็ได้ยินคำตอบทันทีแบบถูกต้อง บางครั้งก็ได้ยินใครมาเรียกชื่อ แต่รู้ว่าคนที่เรียกอยู่ตรงนี้ แต่ไม่สามารถมองเห็นร่างกายของเขาได้เลยเจ้าค่ะ บางครั้งไปซื้ออาหารที่ไทยทาว์น ก็รอจ่ายเงิน มีผู้ชาย ๒ คนต่อจากหนูเป็นคนเวียดนาม พูดคุยกันเกี่ยวกับหนู หนูฟังออกหมดเลยว่า

นินทาหนุอยู่ แล้วหนุก็มองหน้าเขา เขาก็ถามกันว่าเหมือน
หนุฟังเขารู้เรื่องเลย แต่อีกคนบอกว่าไม่รู้เรื่องหรอก หนุก็เอา
กระเป๋ามาปิดกัน แล้วเวลาจะจ่ายเงินก็หันหลังให้ โดยไม่ให้เห็น
กระเป๋าสินเลย ท้ายสุดเขาก็คุยกันว่า หนุคงจะรู้ว่าพวกเขา
พูดคุยอะไรกัน

หนุก็เป็นแบบนี้เลี้ยงเด็กให้กับครอบครัวแขกที่เป็นหมอ
วันนั้นเด็กป่วยเรื้อรัง พ่อแม่เด็กมาก็ถามยายเป็นภาษาแขก
แม่เด็กก็ใจร้อนก็บอกยายไปว่า ถ้าไม่ตีก็เลิกจ้าง “หาแบบนี้ที่
เป็นพยาบาลดีกว่า” แม่เด็กก็บยายก็พูดแบบไม่เกรงใจหนุเลย
พอเขาพูดจบแล้วหนุก็พูดไปว่า “ไม่มีใครตีพร้อมไปทุกอย่าง
หรอกนะ คนเราทุกคนต่างก็ตั้งใจทำหน้าที่ของตัวเองให้ดี
ที่สุด ถ้าคิดว่าฉันไม่ดีพอก็ไปจ้างพยาบาลสิ” เขาก็มองหน้ากัน
แล้วยายก็บอกแม่เด็กว่าเลิกพูด เพราะชาวพุทธถ้าฝึกสมาธิ
มากก็จะฟังรู้เรื่อง ที่เป็นแบบนี้เพราะอะไร และเรียกว่าอะไร
ในทางธรรมเจ้าคะ

หนุไม่ค่อยจะเข้าใจเรื่องกรรมเท่าไรเจ้าคะ ก่อน
หนุจะมาเป็นออร์แพร์ที่อเมริกา ก็สวดมนต์แล้วอธิษฐาน
ให้ฝันเห็นครอบครัวที่จะได้ไปอยู่ด้วย กำหนดพุทโธนอน
ก็ฝันเห็นจริงๆ ชัดเจนมาก หนุก็รอแต่ไม่มีติดต่อมาเลย
ก็ได้ไปอยู่ที่มิชิแกน ๒ เดือนแล้วครอบครัวนั้นก็รีแมต

หนูก็มาอยู่บ้านที่ปรึกษาเพื่อรอครอบครัวใหม่ แล้วก็มีครอบครัวจากแคลิฟอร์เนียติดต่อมา เขามีทำที่ชอบหนูมาก จนซื้อตัวให้บินจากมิชิแกนมาที่แคลิฟอร์เนีย พอมาเจอก็จำพ่อเด็กและตัวเบบี๋ได้ เหมือนในฝันเลย ก็ได้อยู่กับครอบครัวนี้จนจบโครงการออร์แพร์ ที่หนูได้ครอบครัวที่มีชิแกน เพราะช่วงที่รอครอบครัวที่เมืองไทยนั้น เบบี๋ที่แคลิยังไม่คลอดเลยเจ้าคะ (อันนี้ฝันและเป็นจริง) ส่วนใหญ่เวลาฝันเห็นอะไรมักจะเป็นจริง ผลกรรมอะไรที่ส่งผลให้หนูรู้ออกมาในรูปของความเป็นจริงประจำเจ้าคะ แต่บางอย่างก็ไม่อยากให้เกิดขึ้นจริง เช่น ฝันเห็นถูกปล้ำจนท้อง ก็คิดจะมาเด็ก และพ่อเด็กให้ตาย แต่สักพักก็บอกตัวเองว่า บาบนะไม่มีพรหมวิหาร ๔ นะ ก็เลิกคิด จากนั้นก็เห็นภพชาติในอดีต

๔. ตอนอายุ ๑๗-๑๘ ปี เคยไปปฏิบัติธรรมที่วัดอัมพวันประมาณ ๗ วัน ยุบหนอพองหนอทุกวัน แต่ไม่ถนัด ก็เลยมากำหนดพุทโธแทน แล้วก็นั่งสมาธิจนลมหายใจหายไป ไม่เจ็บปวดร่างกายเลย เห็นตัวเองนั่งขัดสมาธิหลับตา มันสว่างไปหมดเลย หลับตาแต่สามารถมองเห็นได้หมด ทะลุไปหมดเลย สามารถมองไปได้รอบทิศทาง เห็นผู้หญิงวัยกลางคนห่มขาวเดินมาหา เห็นปู่ก็รู้เลยว่าแม่ในอดีตชาติ แม่ก็มาลูบหัวเบาๆ ๓

ครั้ง แล้วพูดว่าตั้งใจปฏิบัติธรรมให้สำเร็จนะลูก หนูสงสัยว่าทำไมถึงกำหนดรู้ได้เอง ทำไมหนูไม่ได้ตอบใดๆ เลย รู้แต่ว่ามีสติ มันรู้ของมันเอง ไม่มีตื่นเต้นหรือกลัวแต่อย่างใด มันอยู่เฉยๆ รู้และรับรู้ แต่วางเฉยหมดทุกอย่าง อากาการแบบนี้คือสมาธิขั้นไหนเจ้าคะ ทำถูกไหมเจ้าคะ ขอความเมตตาด้วยเจ้าคะ หลายคนเค้าว่าหนูเพี้ยนเจ้าคะ

๕. พอวันสุดท้ายจะกลับบ้านก็นอนฝันไปว่า มีพระถือหนังสือมาให้ ๒ เล่ม คือสติปัญญา ๔ กับ มานุสติ ท่านยิ้มแย้มแบบดีใจหน้าชื่นตาบาน ท่านเรียกหนู โยมน้องสาว ท่านพูดว่าดีใจที่เราได้มีโอกาสพบเจอกันอีกโยมน้อง หลวงพี่เอาหนังสือธรรมะมาให้อ่าน ๒ เล่ม จะได้เอาไปปฏิบัติในอนาคต ตื่นนอนมาก็ไปเดินดูรอบๆ วัด ก็เจอพระในฝันจริงๆ ท่านรับแขกอยู่ก็คิดว่าจะไม่รอท่าน ท่านก็รีบเรียกว่า โยมน้องสาว รอหลวงพี่ (ท่านก็พอๆ กับหลวงพ่ोजรัญ ส่วนหนู ๑๗-๑๘ ปีเองค่ะ) ก่อนถึง ๒ ครั้ง ญาติโยมหันมามองขยับทันที พอรับแขกเสร็จท่านก็ให้นั่งรอแล้วเข้าไปหยิบหนังสือธรรมะ ๒ เล่ม แบบในฝันเลย ท่านบอกว่าดีใจที่ได้พบเจอโยมน้องสาวอีก ส่วนหนูพอจิตนิ่งก็เลยรู้ว่าเคยเป็นพี่น้องกันมาก่อน รู้ความเป็นมาน้ำตาร่วงเลยคะ ถือว่าระลึกชาติได้หรือเปล่า

๖. ก่อนนอนหนูพุทโธนอนจนหลับ ตั้งแต่เด็กจนอายุ ๓๐ ปีค่ะ แต่พออายุ ๓๑ ปี ป้าที่วัดก็สอนให้นั่งหลับตา แล้วกำหนดดูลมหายใจเข้าออกเพียงอย่างเดียว ป้าบอกหนูว่าเป็นวิชากรรมกร ให้หนูฝึกทุกวันและให้ดูลมจนนอนหลับ วางมือไหว้ให้ดูลมทันที ทำการทำงานอะไรก็ไม่ค่อยจะเหน็ดเหนื่อย มีความสุข มันไม่ค่อยไปถือสาใครเขา นอนหลับก็สนิท จนไม่รู้อะไรเลย ไม่ร้อนไม่หนาวไม่ฝน เจียบสนิทไปหมด พอจิตมันนิ่ง ก็เบากายเบาใจเหมือนไม่มีตัวตนเลยคะ ในทางธรรมเขาเรียกว่าอะไรคะ

๗. หนูชอบสวดพระไตรปิฎกเป็นประจำก่อนนอน มีอยู่วันหนึ่งไม่ได้สวดก็นอนดูลมจนหลับไป ก็ได้ยินใครไม่รู้มาสวดพระไตรปิฎก หนูได้ยินก็สวดไปด้วยกับเขา แต่พอลักพาก็เห็นตัวเองนอนหลับอยู่บนเตียงนอน ก็บอกตัวเองว่าอะไรกันนี้ ตื่นๆ ลุก ก็ตื่นนอนมาตี ๒ แล้วก็กลับไปนอนต่อ พอหลับปุ๊บก็ได้ยินอีก ก็บอกว่าจะนอนไม่สวดด้วยแล้วนะ เวลานอน ไม่ใช่เวลามาสวดมนต์ เสียงก็หายไป สรุปีใครมาสวดมนต์ให้หนูฟังคะ ทำไม่ถึงได้ยินด้วยคะ

ขอบพระคุณเป็นอย่างสูงเจ้าค่ะ

จริงๆ หนูมีคำถามอยากกราบเรียนถามมากกว่านี้ค่ะ
อยากถามเกี่ยวกับความรู้พิเศษอย่างอื่นด้วย อยากโทรถาม

และปรึกษาเกี่ยวกับการปฏิบัติด้วยค่ะ อยากถามเรื่องราว
และประสบการณ์สมัยเด็กๆ ที่แปลกๆ ด้วยค่ะ

.....

คำตอบ

(๑) ตามที่บอกเล่าไปเป็นเพราะจิตเข้าถึงสังขารม
ลึกลงๆ ว่า แท้จริงแล้ว ความเจ็บปวดมิได้อยู่ที่ร่างกาย ตามที่
คนเกือบทั้งโลก รู้ เห็น เข้าใจกัน แต่ความเจ็บปวดเกิดขึ้น
ด้วยจิตขาดสติ แล้วไปรับเอาสิ่งกระทบไม่ดีทางร่างกาย เข้า
มาปรุงเป็นอารมณ์เจ็บปวดให้เกิดขึ้นกับจิต ผู้ใดมีสติกล้าแข็ง
ระลึกได้ทันสิ่งกระทบที่ไม่ดี (เจ็บปวด) แล้วเห็นว่าสิ่งกระทบ
ดับไปตามกฎไตรลักษณ์ (อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา) สิ่งกระทบ
ย่อมไม่ใช่ตัวตนแท้จริง จิตจึงไม่รับเอาสิ่งที่ไม่ใช่ตัวตนเข้า
ปรุงอารมณ์ ความเจ็บปวดจึงไม่เกิดขึ้น ผู้ใดเข้าถึง (บรรลุ)
สภาวะธรรมเช่นนี้ได้ เรียกผู้นั้นว่า มีจิตเกิดปัญญาเห็นถูกต้อง
ตามความเป็นจริงแท้

(๒) เป็นเพราะจิตไม่รับเอาสิ่งกระทบที่ไม่ใช่ตัวตน
(อนัตตา) มาปรุงอารมณ์ จึงไม่เจ็บปวด ที่เป็นเช่นนี้เป็น
เพราะจิตมีสติ และมีปัญญาเห็นถูกต้องตามธรรมเกิดขึ้นกับ
ผู้ถามปัญหา สาธุ ผู้ใดรักษาสภาวะธรรมในดวงจิตให้มีสติ

และปัญญาเห็นถูกตามธรรมได้แล้ว คำว่า “ธรรมย่อมคุ้มครองรักษาผู้ประพฤติธรรม” ย่อมเกิดเป็นความจริงกับผู้นั้น

(๓) ผู้ใดพัฒนาจิตจนเข้าถึงปัญญาสูงสุดระดับโลกียะจิตของผู้นั้นย่อมเกิดปัญญาหรือความรู้แตกฉาน ดังในกรณีที่ผู้ถามปัญหาบอกเล่าไป เป็นปัญญาแตกฉานในภาษา (นิรุตติปฏิสัมพันธ์) คือสามารถฟังภาษาอื่นรู้เรื่อง ฟังรู้เรื่อง แม้กระทั่งสัตว์เดรัจฉานพูดคุยกัน ฟังรู้เรื่องที่เทวดาพูดคุยกัน ฟังรู้เรื่องที่เปรตพูดคุยกัน ฯลฯ

อนึ่ง การรู้ เห็น เข้าใจ ในเหตุการณ์ล่วงหน้า เรียกว่า อนาคตังสญาณ ซึ่งเป็นโลกียญาณชนิดหนึ่ง ดังตัวอย่างของ พระโพรหัสดี (เจ้าชายสิทธัตถะ) ก่อนตรัสรู้ ได้นำจิตเข้าถึง อนาคตังสญาณ ซึ่งเป็นความรู้ที่เกิดจากจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิ ระดับฌาน ความรู้เช่นนี้ไม่สามารถนำพาชีวิตไปสู่ความพ้นทุกข์ได้ และในยามสุดท้ายของราตรี พระโพรหัสดีได้บำเพ็ญเพียรจนจิตเข้าถึงอภิวักขณญาณ จึงตรัสรู้ได้

ย้อนกลับมาถึงปัญหาที่ผู้ถามปรารภน่าจะรู้ คือจิตของผู้ถามปัญหา เข้าถึงความรู้สูงสุดที่ยังข้องอยู่กับโลก (โลกียญาณ) ความรู้เช่นนี้เรียกว่า อนาคตังสญาณ ฉะนั้น จึงมีสติระมัดระวังการถูกข่มขืนจนได้เด็กโดยไม่ปรารภณา

(๔) ผู้ที่สามารถสื่อสารกับอมมนุษย์ได้ ต้องพัฒนาจิต (สมถภาวนา) จนเข้าถึงความตั้งมั่นเป็นสมาธิระดับฌาน แล้วต้องถอนจิตออกจากความทรงฌาน ความรู้ เห็น เข้าใจ ตามที่บอกเล่าไปจึงจะเกิดขึ้นได้ แต่การรู้เห็นด้วย ตาทิพย์ ไม่สามารถนำพาชีวิตไปสู่ความพ้นทุกข์ ฉะนั้น ผู้รู้จึงไม่เอาจิตเข้าไปผูกติดเป็นทาส ของสิ่งที่ยังเป็นสมมุติ ดังที่ผู้ถามปัญหาบอกเล่าไป

(๕) สติปัฏฐาน ๔ เป็นอุปายพัฒนาจิตให้เกิดปัญญา เห็นแจ้ง ผู้ใดพัฒนาจิตจนเข้าถึงได้แล้ว โอกาสนำพาชีวิต ไปสู่ความพ้นทุกข์ (นิพพาน) จึงจะเกิดขึ้นได้ ส่วนการระลึกชาติ หนหลังได้ เป็นเรื่องปกติธรรมดาของผู้ที่เข้าฌานได้แต่ยังมีสภาวะธรรมในดวงจิตเป็นปฏิกุชนอยู่ ฉะนั้นผู้ไม่ประมาท จึงนิยมพัฒนาจิตให้พ้นไปจากความไม่รู้จริงแท้เช่นนี้

(๖) คนที่ไม่เอาเรื่องของคนอื่น เข้ามามีอำนาจเหนือใจตัวเอง เรียกว่า เป็นผู้มีความเห็นถูก (สัมมาทิฐิ)

(๗) บทสวดมนต์มิได้มีไว้สำหรับมนุษย์สวดเท่านั้น เทวดายังสามารถสวดมนต์ได้ ดังตัวอย่างของท้าวเวสสุวรรณ ได้นำเอา อาฏานาภียปริตร มาบอกพระพุทธเจ้า เพื่อให้ภิกษุสาวกผู้ปฏิบัติธรรมอยู่ในราวป่า พ้นไปจากการถูกเทวดา หลอกหลอน

สรุปที่ถามมาทั้งหมด ผู้ถามปัญหายังมีจิตไม่รู้จริง
 ฉะนั้น พึงเจริญสติปฏิฐาน ๔ จนเกิดปัญญาเห็นแจ้งได้
 เมื่อใด ย่อมเข้าถึงปัญญาเห็นถูกต้องตามธรรม ตามปัจฉิมวาจา
 ของพระพุทธโคดมที่ว่า “สังขารทั้งหลาย มีความเสื่อมไป
 เป็นธรรมดา พวกเธอทั้งหลาย จงทำความไม่ประมาทให้
 ถึงพร้อมเถิด”

๓๕. ตอบปัญหาให้หนูหน่อยค่ะ

คำถาม

กราบสวัสดีค่ะ อาจารย์ดร.สนอง วรอุไร

หนูเป็นคนหนึ่งที่เป็นผู้ติดตามผลงานหนังสือของ
 อาจารย์ เรื่องทาง สายเอก, ยิ่งกว่าสุขเมื่อจิตเป็นอิสระ และ
 ตายแล้วฟื้นตื่นมาแล้ว ซึ่งทำให้หนูได้ปัญญาทางธรรมและ
 ทางโลกเพิ่มขึ้นมาก ซึ่งหนูจะขอติดตามหนังสือเรื่องอื่นๆ
 ของอาจารย์ต่อไปอีกเรื่อยๆ ค่ะ แต่ตอนนี้หนูจะขอความ
 กรุณาของอาจารย์ช่วยตอบปัญหาให้หนูหน่อยนะคะ ดังนี้

๑. ผู้สะสมความหลงไว้มากในชาตินี้ ตายไปแล้วต้องไม่
 เกิดเป็นสัตว์เดรัจฉานใช่ไหมคะ อะไรคือความหลงคะ? ขอให้
 อาจารย์ช่วยยกตัวอย่างให้ทราบด้วยค่ะ

๒. หนูเคยอ่านพุทธพจน์ไว้ว่า “การให้ทานเป็น ผู้ไม่มีความหวังในทาน ไม่มีจิตผูกพันในผลของทานแล้ว ให้ทาน” หมายความว่าอย่างไรหรือคะ?

๓. เวลาหนูอธิษฐานจิตหลังจากที่หนูทำทาน ว่าขอ ใ้บุญนี้เป็นปัจจัย ให้หนูได้ไปสู่สุคติภูมิ อธิษฐานอย่างนี้ เป็นการมีจิตผูกพันในผลของทานหรือเปล่าคะ ถ้าใช่หนู ควรจะอธิษฐานใหม่ว่าอย่างไรคะ เพื่อไม่ให้มีจิตผูกพัน ในผลของทาน?

๔. หนูเคยทำแท้งเมื่อ ๑๐ ปีที่แล้วค่ะอาจารย์ หนู อยากทราบว่าเราจะทำบุญ สร้างกุศลอย่างไรคะ ที่จะช่วย ปรับเปลี่ยนภพภูมิของลูกจากล้มภเวสี เป็นภพภูมิของ เทพเทวาคะ?

๕. กลางดึกคืนหนึ่งหนูตื่นขึ้นมา หนูเห็นนิมิตอวัยวะ เพศของสุนัขเพศเมีย ลอยเข้ามาที่อวัยวะเพศของหนูถึง ๓ ครั้ง นิมิตนี้หมายถึงหนูจะต้องไปเกิดเป็นสุนัขเพศเมีย ไซ้ไหมคะ? แล้วถ้าใช่หนูจะสร้างกุศลอย่างไรเพื่อปิดบาปภูมิ และปรับเปลี่ยนภพภูมิเป็นสุคติภูมิคะ? หนูยังพอมีโอกา สอยู่ไซ้ไหมคะ?

๖. ป่อยครั้งที่หนูได้รับกระแสเมตตาจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เป็นกระแสเมตตาที่แรงมาก หนูอยากทราบว่าเป็นสิ่ง

ศักดิ์สิทธิ์พระองค์ใดที่ท่านเมตตาหนู ไม่ทราบวา อาจารย์พอจะกรุณาบอกหนูหน่อยได้ไหมคะ? เพื่อที่หนูจะได้ระลึกรู้คุณท่านถูกพระองค์ และจะได้คลายข้อสงสัยในใจนะคะ

กราบขอบพระคุณอาจารย์ที่ให้ความเมตตาและกรุณา มาตอบปัญหาให้กับหนู

ขอให้อาจารย์มีสุขภาพที่แข็งแรง และมีอายุมันขวัญยืน อยู่เป็นร่วมโพธิ์ร่วมไทรให้กับลูกศิษย์นานๆ นะคะ

คำตอบ

(๑) ใช่ครับ ความหลง (โมหะ) คือความไม่รู้ตามความเป็นจริงแท้ ที่เรียกว่า อวิชชา ตัวอย่างเช่น ไม่รู้ว่าสรรพสิ่งเกิดขึ้นแล้ว มีความดับไป (อนัตตา) เป็นธรรมดา หรือ โลกธรรม ๘ (มีลาภ-มีเสื่อมลาภ, มียศ-มีเสื่อมยศ, มีสรรเสริญ-มีนินทา และมีสุข-มีทุกข์) ใครผู้ใดเอาจิตเข้าไปผูกติดเป็นทาสของลาภ เมื่อลาภเสื่อมไปใจเป็นทุกข์ หรือไม่รู้จริงในเรื่องของวัตถุ เช่น ทรัพย์เงินทองเป็นของกำพว้า และเป็นสาธารณะแก่โจร แก่ไฟ แก่น้ำ แก่พระราชา ขณะยังมีชีวิตอยู่ หากทรัพย์สิน เงินทองถูกโจรขโมยลักพาไป ถูกไฟไหม้ ถูกน้ำพัดพาไป ทรัพย์ย่อมหายไปจากเจ้าของ

หรือหากเจ้าของทรัพย์ทิ้งขันธ์ลาโลก (ตาย) นี้ไป ย่อมทิ้งทรัพย์ไว้เบื้องหลังให้คนอื่นครอบครอง อย่างนี้เรียกว่าเป็นของกำพัว ผู้มีจิตยึดติดในทรัพย์สินเงินทอง จึงเป็นผู้ไม่รู้จริง เรียกว่าเป็นผู้มีความหลง ตายแล้วมีโอกาสนำไปเกิดเป็นเดรัจฉาน

(๒) หมายความว่า ให้สิ่งดั่งามแก่ผู้อื่น แล้วไม่หวังผลตอบแทน หรือไม่คิดถึงผลที่จะได้ตอบกลับคืนมา การให้ทานในลักษณะนี้ ย่อมมีผลแห่งบุญกุศล (อานิสงส์) สูง

(๓) การอธิษฐาน หมายถึง การตั้งจิตปรารถนาในสิ่งดั่งาม ซึ่งจะมีจิตผูกพันหรือไม่ ต้องถามผู้อธิษฐานว่า จิตยังจดจ่ออยู่กับสิ่งที่ให้หรือไม่ หากจิตยังจดจ่ออยู่กับสิ่งที่ให้ เรียกว่าจิตยังมีโมหะล้งสมอยู่ภายใน ซึ่งทำให้จิตขุ่นมัว และยังไม่มึศีลคุมใจด้วยแล้ว เมื่อจิตหลุดออกจากร่าง ย่อมถูกพลังของโมหะ ผลักดันให้ไปเกิดเป็นสัตว์อยู่ในภพตรัจฉาน

(๔) ผู้ที่ไปเกิดเป็นล้มภเวสี ยังต้องเสวยอกุศลวิบาก จนกว่าหนึ่เวรกรรมจะหมดสิ้น แล้วจึงจะมีโอกาสที่จิตวิญญาณจะโคจรไปเกิดอยู่ในภพใหม่ ตามแรงผลักของกรรมที่ทำไว้เป็นเหตุ การไปปรับเปลี่ยนภพภูมิของผู้อื่น (ลูก) เป็นสิ่งที่เป็นไปไม่ได้ ทั้งนี้เพราะบุคคลมีกรรมเป็น

ของตัวเอง ผู้ใดประพฤตินำเพ็ญทานและรักษาใจให้มีศีลคมอยู่ทุกขณะต้น หรือประพฤติกุศลกรรมบถ ๑๐ (เว้นทำลายชีวิต เว้นจากถือเอาของที่เขามิได้ให้ เว้นประพฤตินิดในกาม เว้นพูดเท็จ เว้นพูดส่อเสียด เว้นพูดคำหยาบ เว้นพูดเพ้อเจ้อ ไมโลภ คอยจ้องอยากได้ของเขา ไม่คิดร้าย เบียดเบียนเขา และเห็นชอบตามคลองธรรม) ให้ถูกต้องตรงได้แล้ว โอกาสไปเกิดในภพสวรรค์ย่อมมีได้เป็นได้

(๕) ผู้ใดปรารถนาปิดอบายภูมิ ต้องพัฒนาจิตจนเกิดปัญญาเห็นแจ้ง แล้วใช้ปัญญาเห็นแจ้ง กำจัดอย่างน้อยสังโยชน์ ๓ (สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา และสีลัพพตปรามาส) ให้หมดไปจากใจได้เมื่อใด ผู้นั้นจึงจะปิดอบายภูมิได้ คือตาย-เกิดอีกไม่เกิน ๗ชาติ ย่อมเข้าถึงนิพพาน และภายใน ๗ชาตินั้นจะไม่ลงไปเกิดต่ำกว่าภพมนุษย์ ตรงกันข้าม หากยังปิดอบายภูมิไม่ได้ แต่ยังปรารถนาพาชีวิตไปเกิดอยู่ในสุคติภพ (ภพมนุษย์ เทวโลก และพรหมโลก) ต้องทำเหตุให้ตรงดังนี้

- ศีล ๕ เป็นเหตุให้เกิดเป็นมนุษย์
- ทาน + ศีล หรือกุศลกรรมบถ ๑๐ เป็นเหตุให้เกิดเป็นเทวดา
- ฌาน แล้วตายในฌาน เป็นเหตุให้เกิดเป็นพรหม

(๖) พระพุทธโคดมมิได้สอนให้พุทธบริษัท เอาชีวิตตนเองไปพึ่งสิ่งศักดิ์สิทธิ์อื่นใด เพราะในธรรมวินัยของพุทธศาสนามีสิ่งศักดิ์สิทธิ์ยิ่งกว่า คือ ผู้ใดพัฒนาจิตตามมรรคมีองค์ ๘ จนเข้าถึงสภาวะธรรมเป็นอริยบุคคล (พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์) ได้แล้ว ผู้นั้นมีความศักดิ์สิทธิ์เหนือความศักดิ์สิทธิ์อื่นใดในสากลจักรวาล

๓๖. ถาม ๒ ข้อ

คำถาม

กราบท่านดร.สนอง ที่เคารพค่ะ

หนูมีคำถามที่ขอรบกวน ๒ ข้อนะคะ

๑. ถ้าหนูจะทำบุญใดๆ ให้แก่สุนัขและปลาที่เลี้ยงไว้ที่ได้ตายไปแล้ว หนูจะได้รับไหมคะ

๒. หนูเคยช่วยนำนกตัวหนึ่งไปผ่าตัด เนื่องจากมันเป็นแผลฉกรรจ์มาก แต่ผลจากการผ่าตัดทำให้มันต้องตายตั้งนี้แล้ว หนูทำบาปหรือเปล่าคะ และต้องแก้ไขอย่างไรบ้างคะ กราบขอบพระคุณในความเมตตาค่ะ

คำตอบ

- (๑) หากจิตวิญญานของสุนัขหรือปลาที่ตายไปเกิดใหม่ สามารถมาอนุโมทนาบุญที่ผู้ถามปัญหาอุทิศให้ เขาจึงจะได้รับผลแห่งบุญที่อุทิศ
- (๒) ไม่บาปครับ เหตุเพราะมีเจตนาดีหวังจะช่วยนกให้พ้นจากการบาดเจ็บ แต่ที่นกต้องตายลง เป็นเพราะกรรมของนกเองที่ตามมาให้ผล

๓๗. สงสัยเรื่องศีล

คำถาม

มีความสงสัยในเรื่องอนันตเศรษฐี (ศีลไม่ละเมิด แต่ไม่ได้รักษาศีล)

๑. ทำไมการไม่ละเมิดศีล จึงไม่ต้องรักษาศีลได้ล่ะครับ
๒. แล้วการรักษาศีลจะอยู่ที่ไหน หรือต้องไปรับกับพระที่วัด
๓. ผมเข้าใจตามความเห็นส่วนตัวว่า หากจะถือว่ารักษาศีล ต้องประกอบด้วย
 - เจตนา คือ ตั้งใจไม่ทำเพื่อการรักษาศีลข้อนั้นๆ

รวมถึง การระลึกได้ว่ารับศีลมาแล้ว แล้วมีเจตนาที่จะรักษา
ศีลนั้นไว้

- ความเข้าใจในบทของศีล เช่น การไม่ขโมยของ
ก็เพื่อไม่เบียดเบียนผู้อื่นให้เดือดร้อน การไม่ดื่มสุราก็เพื่อ
ให้มีสติพิจารณาตัวเองได้โดยสมบูรณ์ ไม่ทราบว่ามีผมเข้าใจ
ถูกต้อง หรือ ขาดตกบกพร่อง ตรงไหนไหมครับ จึงจะได้
ชื่อว่าเป็นผู้รักษาศีล และได้รับผลบุญจากการรักษาศีล

ด้วยความเคารพอย่างสูง

.....

คำตอบ

(๑) การไม่ละเมิดศีล มิได้หมายความว่า จะต้องรักษาศีล
ศีล หากผู้ใดมีศีลที่บริสุทธิ์คุ้มครองใจอยู่ทุกขณะตื่น ผู้นั้นไม่จำเป็นต้องรักษาศีล

(๒) ผู้ใดยังต้องรักษาศีล แสดงว่าผู้นั้นยังมีกำลัง
ของสติอ่อน จึงจำเป็นต้องรักษาศีลให้อยู่ครบ และไม่ให้
มีมลทินปนเปื้อน ตรงกันข้าม ผู้ใดมีกำลังของสติกล้าแข็ง
อยู่กับจิตทุกขณะตื่น ผู้นั้นย่อมมีศีลคุ้มครอง และไม่ต้อง
ไปสมาทานศีลมาจากผู้อื่น

(๓) เข้าใจถูกต้องตามความเห็นของผู้ถามปัญหา แต่ผู้มีปัญญาเห็นถูกต้องตามธรรม ทำให้มีศีลคมอยู่ทุกขณะตื่นแล้วไม่จำเป็นต้องรักษาศีล

* การไม่ลักขโมยของ ต้องรวมถึงการไม่ถือเอาสิ่งของใดๆ ที่มีเจ้าของครอบครอง มาเป็นของตนโดยยังมิได้รับอนุญาต อาทิ : ใช้โทรศัพท์ของราชการหรือองค์กรมาใช้ในเรื่องส่วนตัว ถือว่าเป็นการละเมิดศีลข้อ ๒

* ส่วนเรื่องการดื่มสุรา แม้จะไม่ดื่มทางปาก แต่ยังมีบริโภควัตถุใด ที่มีสารแอลกอฮอล์เป็นส่วนประกอบหรือมีเฝอยากบริโภค ถือว่ายังมีจิตเป็นทาสของสุรา หากนำตัวเข้าปฏิบัติธรรม ย่อมเข้าไม่ถึงธรรมที่ปฏิบัติ

๓๘. อธิษฐานพบลูก

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ที่เคารพยิ่ง
ดิฉันได้สูญเสียบุตรอันเป็นที่รักยิ่งมากกว่า ๒ ปีแล้ว
บุตรของดิฉันเป็นคนที่มีความกตัญญู ใจกว้าง คนอยู่ใกล้
มีความสุข เป็นคนมองโลกในแง่บวก ดิฉันมิได้หวังในเรื่อง
ภพภูมิของลูกเลย เพราะมั่นใจในความกตัญญูที่ลูกมีต่อ

บุพการีตลอดที่อยู่ด้วยกันมา และค่อนข้างมั่นใจที่ลูกจะอยู่ในภพภูมิที่สูงทุกวันนี้ดิฉันจะเจริญกรรมฐานทุกวันๆ ละ ๑ ชม. และจะเจริญสติเสมอเท่าที่จิตจะระลึกได้ ทุกครั้งที่ว่างจากงานภายนอกดิฉันจะทำงานภายในตลอดจนกว่าจะหลับ (ทำตามคำแนะนำของ อ.สนอง ผู้มีความเมตตา) และทุกๆ วันก็ได้อุทิศบุญให้กับลูกอยู่เสมอ มิได้ขาดแม้แต่วันเดียว ดิฉันตั้งความปรารถนาในการหลุดพ้น โดยได้ตั้งจิตอธิษฐานจะบำเพ็ญ ศีล สมาธิ ปัญญา ตลอดอายุขัย ดิฉันมีคำถามอยากเรียนถามอาจารย์ ดังนี้

๑. ความคิดถึงลูก (มีอยู่เสมอมิได้ขาด) จัดเป็นอกิสังขารมารใช้หรือไม่ บางครั้งจิตระลึกรู้ทันทีดับไป บางครั้งรู้ไม่ทันทีหลุด แต่ก็รู้ว่ามันเป็นสิ่งที่อยู่ชั่วคราวและความคิดถึง จะเป็นอุปสรรคในการบรรลุธรรมหรือไม่ ควรจัดการอย่างไร

๒. ดิฉันตั้งจิตอธิษฐานพบลูกอีกครั้ง เพื่อให้ได้ปฏิบัติธรรมร่วมกันจนกว่าจะนิพพาน โดยการสร้างเหตุดังกล่าวข้างต้น ขอเรียนถามว่าจัดเป็นกิเลสหรือไม่ ขออาจารย์โปรดให้คำแนะนำเพื่อความสว่างของชีวิต

ขอความเมตตาจากอาจารย์ ช่วยแนะนำข้อควรปฏิบัติเพื่อการดำเนินชีวิตเพิ่มเติมด้วยค่ะ

ขอกราบขอบพระคุณอาจารย์สำหรับคำตอบและคำแนะนำค่ะ และทำนี่ย่ขอกราบอาราธนาคุณพระศรีรัตนตรัยโปรดช่วยปกปักรักษา อ.สนอง ให้มีสุขภาพแข็งแรงอายุยืนยาวเพื่อเป็นประโยชน์ต่อสัตว์โลกต่อไป

ขอแสดงความเคารพอย่างสูง

คำตอบ

(๑) ใช่ครับ หากปรารถนากำจัดอภิสังขารมารให้หมดไปต้องพัฒนาจิต (สมถภาวนา) ให้มีกำลังของสติกล้าแข็ง และพัฒนาจิต (วิปัสสนาภาวนา) ให้มีกำลังของปัญญาเห็นแจ้งกล้าแข็ง การรู้ไม่ทันในบางครั้ง นั่นคือผลที่จิตขาดสติเป็นบางครั้งการมีจิตหุดหู่ชั่วคราว หมายถึง บางขณะจิตรับสิ่งกระทบไม่ตีเข้าปรุงเป็นอารมณ์หุดหู่ หากผู้ถามปัญหาปล่อยให้กิเลสทั้งสอง (ขาดสติและมีอารมณ์หุดหู่) ยังมีอำนาจเหนือใจการบรรลธรรมที่นำไปสู่ความพ้นทุกข์ย่อมเกิดขึ้นไม่ได้

ดังนั้นผู้ที่ปรารถนาพ้นทุกข์ ต้องพัฒนาจิตให้มีกำลังของสติ และปัญญาเห็นแจ้งกล้าแข็งได้แล้ว อภิสังขารมารย่อมหมดไปจากใจ แล้วโอกาสนำพาชีวิตพ้นไปจากความทุกข์

จึงจะเกิดขึ้น

(๒) ผู้ใดปรารถนาให้คำอธิษฐานเป็นจริง ผู้นั้นต้องสร้างมหาทาน ตั้งสัจจอธิษฐาน และต้องทำเหตุให้ตรง แล้วโอกาสที่คำอธิษฐานจะเป็นจริง ย่อมเกิดขึ้นได้ในวันข้างหน้า

การอธิษฐานขอพบลูก เพื่อจะได้ปฏิบัติธรรมร่วมกัน แล้วนำพาชีวิตไปสู่นิพพาน ไม่ถือว่าเป็นกิเลสของปุถุชน แต่ยังเป็นกิเลสของพระอริยบุคคล

ผู้ปรารถนานิพพาน ต้องประพฤติทาน ศีล ภาวนา อยู่ทุกขณะตื่น เมื่อจิตเข้าถึงอริยผลแห่งคุณธรรมทั้งสามได้เมื่อใด โอกาสที่จิตจะเข้าถึงนิพพาน ย่อมเกิดขึ้น ดังนั้นผู้ถามปัญหาจะสมความปรารถนาได้ ต้องพัฒนาจิตตนเองให้ถูกต้องตามคำชี้แนะ

๓๙. ผู้ต้องการพ้นทุกข์

คำถาม

เรียนถามท่านอาจารย์ที่เคารพนับถือเป็นอย่างสูง
เนื่องด้วยดิฉันได้อ่านได้ติดตามปฏิบัติธรรมของท่าน
ดร.สนอง วรอุไร จึงเรียนถามว่า รายการต่อไปนี้โดยสรุป
สำหรับผู้ต้องการพ้นทุกข์ทำดังนี้ และมีข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

โดยสังเขปอีกไหมคะ

๑. สวดมนต์ก่อนนอน ทำสมาธิ แผ่เมตตา
๒. ตูลมหายใจเข้าออก เมื่อว่างจากการงาน
๓. ดุจจิต ดูกายเวลาทำงานหรือระลึกได้
๔. รักษาศีลอย่างน้อย ๕ ข้อ ให้ภูมิใจทุกขณะตื่น
๕. ใสบาตรทำบุญเมื่อมีโอกาส

ขอคำแนะนำเพิ่มเติมที่ยังตกหล่นค่ะ ขอขอบพระคุณ
เป็นอย่างสูงค่ะ

.....

คำตอบ

(๑) การแผ่เมตตา ผู้แผ่เมตตาต้องพัฒนาตนเอง ให้มีความเมตตาเกิดขึ้นกับตัวเองได้ก่อน แล้วจึงจะแผ่ให้ผู้อื่นได้ ส่วนการสวดมนต์ ทำสมาธิ ถือว่าเป็นการทำจิตภาวนาซึ่งเป็นบุญใหญ่ ผู้ใดประพฤติได้แล้วย่อมมีบุญเกิดขึ้นกับผู้นั้น ผู้มีบุญจึงสามารถอุทิศบุญให้ผู้อื่นได้

(๒) ต้องรักษาศีล อย่างน้อยศีล ๑๐ ให้มีอยู่ทุกขณะตื่น

(๓) เอาจิตจดจ่ออยู่กับลมหายใจ เข้า - ออก ทุกครั้ง ที่ว่างจากงาน และทุกครั้งที่นึกได้

(๔) ใช้จิตที่ตั้งมั่นจวนแน่นแน่ว (อุปจารสมาธิ) ตูจิตที่มีมลทิน และดูกาย (ธาตุ ๔) ว่าดำเนินไปตามกฎไตรลักษณ์

(๕) ต้องประพฤติบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ (ทาน ศีล ภาวนา) ประพฤติอ่อนน้อม ช่วยเหลือคนอื่น อุทิศความดีให้คนอื่น ยินดี (อนุโมทนา) ที่คนอื่นทำความดี ฟังธรรม สั่งสอนธรรม และทำความเห็นให้ตรง) อยู่ทุกขณะตื่นที่ระลึกได้หรือนึกได้

เมื่อเกิดปัญญาเห็นแจ้งแล้ว ต้องใช้ปัญญาที่พัฒนาได้ กำจัดสังโยค ๑๐ ให้หมดไปจากใจ แล้วโอกาสพ้นทุกข์จึงจะเกิดขึ้นได้

๔๐. โรคกรรม

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์ที่เคารพ

กระผมใคร่ขอกราบรบกวนเรียนปรึกษา ถึงการกระทำของข้าพเจ้าว่า ปัจจุบันข้าพเจ้าเต็มไปด้วยโรคภัยไข้เจ็บเรื้อรัง ไปหาหมอแต่ละครั้ง จะได้โรคใหม่ๆ มาทุกครั้ง ทั้งๆ ที่เลิกดื่มเหล้ามา ๑๒ ปีแล้ว ไม่สูบบุหรี่ ไม่เที่ยวกลางคืน และออกกำลังกายทุกวันเช้า-เย็น อย่างสม่ำเสมอ เป็นเวลากว่า ๑๐ ปีแล้ว แต่มีอยู่ครั้งหนึ่ง กระผมได้ไปพบแพทย์

ตามนัด ปรากฏว่าได้พบพระภิกษุรูปหนึ่ง ซึ่งเป็นโรคเดียวกัน (ไวรัสตับอักเสบ) และได้สนทนากับท่าน และมีอยู่ตอนหนึ่ง ท่านได้ทักว่า “ดูจากหน้าตาของโยมแล้วดูสดใสมาก ไม่น่าเชื่อว่าจะมีโรคอย่างนี้ แสดงว่าโยมไม่ได้เป็นโรคอันเกิดจากทางกาย แต่เป็นโรคอันเกิดจากเจ้ากรรมนายเวรต่างหาก” และบุคคลอื่นที่พบเห็นก็จะทักอย่างนี้ทุกครั้งไป สิ่งที่ผมปฏิบัติอยู่ทุกวันนี้คือ

๑. ทุกวันเสาร์ (เนื่องจากเป็นวันหยุด และกระทำได้ตามกำลังทรัพย์) ผมจะไปทำบุญใส่บาตร โดยอธิษฐานให้เทวดาผู้ปกปักรักษาตัวผม และเจ้ากรรมนายเวรไปพร้อมกันเลย (ทำเป็นชุดแรก)

๒. ชุดที่ ๒ จะทำบุญอุทิศส่วนกุศลให้กับตนเอง เพื่อเป็นการแก้เคล็ด (คิดเอง) และก่อนนอนผมจะทำวัตรเย็น ต่อด้วยสวดพาหุงมหากา คาถาชินบัญชร และแผ่เมตตาโดยอุทิศบุญกุศลจากการเจริญภาวนา ให้แก่เทวดาผู้ปกปักรักษาตัวเอง และเจ้ากรรมนายเวรพร้อมขอขมาไปด้วย เสร็จแล้วจะสวดบทสรรเสริญหลวงปู่ชูกโกมารภักข์อีก ๒ บท พร้อมอธิษฐานขอให้หายจากโรคภัยไข้เจ็บ ตื่นนอนก็จะทำวัตรเช้า และปฏิบัติ (สวด) เหมือนทำวัตรเย็นทุกวัน แต่กระผมไม่ได้นั่งสมาธิ เนื่องจากพยายามมาหลายปีแล้วไม่สำเร็จ

อาจจะเนื่องมาจากเป็นโรคปลายประสาทอักเสบ ด้วยนั่ง
ได้ไม่เกิน ๑๐ นาทีก็จะมีอาการเหน็บชา ทำให้สมาธิกระเจิง
ทุกครั้ง

สิ่งที่อยากกราบเรียนท่านอาจารย์คือ สิ่งที่คุณท่านพูด
นั้นหมายความว่าอย่างไรครับ และหากเป็นจริงจะมีวิธีแก้ไข
อย่างไรครับ และสิ่งที่ผมปฏิบัติมานั้นถูกต้องหรือไม่ครับ
ถ้าไม่ถูกต้อง รบกวนท่านอาจารย์ช่วยโปรดกรุณาชี้แนะ
ทางออกที่ถูกต้องด้วยครับ เนื่องจากกระผมไม่ค่อยมีความรู้
ทางนี้มากนัก แต่จิต และสมาธิไม่เคยเครียด หรือกังวลกับ
โรคภัยไข้เจ็บแม้แต่หน่อยครับ และขอกราบขอบพระคุณท่าน
อาจารย์มา ณ ที่นี้ด้วยครับ

.....

คำตอบ

คนในยุคปัจจุบัน เจ็บป่วย (อาพาธ) ด้วยเหตุสี่อย่าง

๑. ออกกำลังกายไม่สม่ำเสมอ
๒. เพียรมาก นอนน้อย
๓. ฤดูกาลเปลี่ยน
๔. โรคกรรม

โรคภัยไข้เจ็บที่เกิดจาก ๑. - ๓. บำบัดรักษาให้หายได้ง่าย

ด้วยการปรับเหตุให้ตรงกันข้าม ส่วนโรครกรรมหรือโรคที่เกิดจากการทำเหตุเบียดเบียนจะหมดไปได้ ต้องชดใช้หนี้เวรกรรมไปเรื่อยๆ จนกว่าเจ้ากรรมนายเวรจะเลิกผูกพยาบาท

ดังนั้น สิ่งที่พระพุทธนั้นหมายความว่า ผู้ถามปัญหาเป็นโรครกรรมที่เกิดจากการเบียดเบียน แล้วผลของกรรมเบียดเบียนได้ถูกเก็บบันทึกไว้ในดวงจิต เมื่อกรรมเบียดเบียนให้ผล อกุศลวิบากคือ การเจ็บป่วยจึงเป็นผลให้ผู้ทำกรรมต้องได้รับ

วิธีแก้ไขโรครกรรมทำดังนี้

๑. ชดใช้หนี้เวรกรรมไปจนกว่าจะหมดหนี้ คือ เจ้ากรรมนายเวรเลิกจองเวร

๒. ทำบุญใหญ่ (ปฏิบัติธรรม) ด้วยการสวดมนต์ก่อนนอน หลังสวดมนต์เจริญอานาปานสติ เมื่อทั้งสองกิจกรรมแล้วเสร็จ ต้องอุทิศบุญกุศลให้เจ้ากรรมนายเวร ที่ทำให้ผู้ถามปัญหาต้องเจ็บป่วย หากทำได้ดังนี้ถือว่าถูกต้อง แต่วิธีที่ดีที่สุด ผู้ถามปัญหาควรนำตัวเองเข้าร่วมปฏิบัติธรรมกับผู้อื่น แล้วขอความเมตตาจากผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรม อุทิศบุญกุศลให้กับเจ้า กรรมนายเวรของผู้ถามปัญหา วิธีนี้ทำให้หนี้เวรกรรมหมดไปได้เร็ว อนึ่ง การปฏิบัติธรรมไม่จำเป็นต้องนั่งสมาธิไป สามารถปฏิบัติได้ในทุกอิริยาบถ

(ยืน เดิน นั่ง นอน กิน ดื่ม พูด ฟัง ฯลฯ) ที่เหมาะสมกับ
อัฐภาพของผู้ถามปัญหา

๔๑. จำเป็นหรือไม่

คำถาม

กราบเรียน อาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร

- เรื่องการจุดธูป-เทียนในการสวดมนต์นั่งสมาธิ
มีความจำเป็นหรือไม่ แล้วให้ผลอย่างไร

- การแผ่เมตตาอุทิศบุญกุศล ต้องบอกชื่อคนที่เรา
จะให้ด้วยหรือเปล่าครับ หรือแค่กล่าวว่ให้ บิตามารดา
ญาติพี่น้อง ฯลฯ

แค่นี้พ่อแม่ และญาติพี่น้อง รวมถึงคนอื่นๆ จะได้รับ
หรือไม่ครับ ขอขอบคุณอาจารย์สำหรับคำแนะนำ

ด้วยความเคารพอย่างสูงครับ

.....

คำตอบ

การจุดธูป-เทียนในการสวดมนต์นั่งสมาธิ ไม่มีความ
จำเป็น เมื่อจุดธูปเทียนแล้ว ยังเป็นมลพิษกับร่างกายของผู้

ที่หายใจเอาอากาศที่ไม่บริสุทธิ์เข้าไปอีกด้วย ผู้ถามปัญหาต้องระบุชื่อของคนที่ประสงค์จะอุทิศบุญให้ หากกล่าวว่าอุทิศบุญให้บิดามารดาญาติพี่น้อง คนที่มีได้เป็นบิดามารดาญาติพี่น้องจะไม่มีสิทธิ์มารับบุญกุศล ที่มีผู้อุทิศให้ได้

๔๒. อาชีพตุลาการ

คำถาม

กราบเรียนถามท่าน ดร.สนอง เกี่ยวกับผู้พิพากษาศรับ

กราบสวัสดิ์ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ที่เคารพครับ ผมมีคำถามที่อยากกราบเรียนถามท่านอาจารย์ เกี่ยวกับการประกอบอาชีพผู้พิพากษา และอัยการครับ สืบเนื่องจากผมได้ฟังคำบรรยายธรรมท่านอาจารย์ที่ว่า มีผู้พิพากษาคนหนึ่ง ที่ตายแล้วฝัน ปรากฏว่าตอนที่ตายไปนั้น ไปพบเจอผู้พิพากษา อัยการ ที่รู้จักหลายคนอยู่ในนรก ทำให้ผมเกิดความสงสัยว่า

๑. ที่คนเหล่านั้นลงนรก เป็นเพราะกรรมส่วนอื่นๆ ของเขาที่ไม่เกี่ยวกับการปฏิบัติหน้าที่ผู้พิพากษา หรืออัยการ หรือเปล่าครับ

๒. อาชีพผู้พิพากษา และอัยการนั้น แม้ว่าจะปฏิบัติหน้าที่โดยสุจริต ทำหน้าที่โดยปราศจากอคติ ๔ ตัดลินคคติความไปตามที่กฎหมายบัญญัติ กฎหมายระวางโทษให้ประหารชีวิตจำคุก ปรับ ยึดทรัพย์ ชັบไล้ ก็ตัดลินไปตามนั้น เช่นนี้ จะถือว่าเป็นบาปหรือไม่ครับ การที่มีบุคคลหลายคนอ้างว่า ที่ลั้งฟ้องหรือตัดลินไปนั้นเป็นเพราะหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายมา ทำเพื่อความยุติธรรม ทำเพื่อความสงบสุขของลั้งคม ฯลฯ ข้ออ้างเช่นนี้รับฟังได้หรือเปล่าครับ

๓. หากในข้อที่ ๑. นั้น เป็นบาป ผมมีคำถามต่อไปครับว่าคนที่ทำหน้าที่เป็นผู้ช่วยผู้พิพากษา ซึ่งเป็นฝ่ายเบื้องหลัง (เป็นผู้พิพากษาแต่ไม่ได้มีหน้าที่ตัดลิน โดยทำหน้าที่ยกร่างคำพิพากษาให้กับองค์คณะ ช่วยค้นข้อกฎหมาย และคำพิพากษาศาลฎีกา) จะเป็นบาปด้วยหรือไม่ครับ

ผมทราบดีครับว่าคำถามนี้ มีผลกระทบมหาศาลต่อผู้ประกอบวิชาชีพนี้ รวมทั้งต่อลั้งคมด้วย แต่ผมเองก็มีส่วนได้เสียต่อคำถามนี้ ก่อนที่จะมาเรียนถามท่านอาจารย์ ผมได้พยายามศึกษาคนที่ให้คำตอบในเรื่องนี้ไว้ เช่น ท่านพุทธทาส (หนังสือคู่มือมนุษย์ บรรยายครั้งที่ ๑๐) จากญาติของคุณพ่อที่ได้ศึกษารัรณะซึ่งอดีตเคยเป็นอัยการ ฯลฯ ทุกท่านให้คำตอบทำนองเดียวกันว่า หากทำด้วย

ด้วยความสุจริต ปฏิบัติไปตามหน้าที่นั้น “ไม่บาป” แต่ กระนั้นผมก็ยังไม่หายเคลือบแคลงสงสัยในเรื่องนี้ ไม่ใช่มาจากเฉพะจากคำบรรยายธรรมจากท่านอาจารย์อย่างเดียว นะครับ แต่ผมเคยอ่านเรื่องพระสารีบุตรกับโจรคราแดง ที่ว่า โจรคราแดงประหารชีวิตคนตามคำสั่งของพระราชา ความจริงแล้วเป็นบาป แต่พระสารีบุตรก็ตั้งใจว่า “เราจัก ลวงบรูษผู้นี้” ไปโปรดโจรคราแดง ทำให้ความกังวลของ โจรคราแดงหมดไป ไม่เป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติธรรม ทำให้ผมคิดว่าการที่หลายคนบอกว่า การทำอาชีพผู้ พิพากษาหรืออัยการนี้ไม่บาป จะเป็นเหมือนเรื่องพระสารี บุตรกับโจรคราแดงหรือไม่ครับ

ด้วยความเคารพอย่างสูง

คำตอบ

(๑) มนุษย์ผู้ใด เทวดาองค์ใด รวมถึงสัตว์เดรัจฉาน ตัวใด หากประพฤติทุจริต ตายแล้วอกุศลกรรมมีโอกา สผลักดันจิตวิญญาณ ให้โศจรไปเกิดเป็นสัตว์อยู่ในภพนรกได้ ดังนั้นผู้ใดเอาจิตกลับมาดูตัวเอง ย่อมเห็นพฤติกรรม (คิด พูด ทำ) ของตนว่าเป็นกุศลหรือเป็นอกุศล

มนุษย์ส่วนใหญ่นิโลกพัฒนาความรู้ (ปัญญา) เพียงสองขั้นต้นคือ สุตมยปัญญาและจินตามยปัญญา ความรู้เช่นนี้ไม่สามารถรู้ เห็น เข้าใจ เรื่องที่อยู่นอกเหนือประสาทสัมผัสได้ เช่น การทุจริตของบุคคลผู้คิดทำเอกสารหลักฐานเบื้องต้นอันเป็นเท็จได้ และหากผู้ใดเข้าร่วมในกระบวนการอันเป็นเท็จ ถือว่ามีส่วนร่วมในอกุศลนั้นด้วย

(๒) แม้ผู้พิพากษา และอัยการ จะปฏิบัติหน้าที่โดยสุจริต ทำหน้าที่โดยปราศจากอคติ ๔ และตัดลिनคติความไปตามที่กฎหมายบัญญัติ แต่หากหลักฐานการทำความผิดนั้น ไม่ถูกต้องตามความเป็นจริง เมื่อผู้พิพากษาดัดลिनคติความให้จำเลยต้องรับโทษต่างๆ ที่จำเลยมิได้เป็นผู้กระทำ ความผิดจริง การผูกพยาบาทของผู้ถูกดัดลिन ย่อมเกิดขึ้นได้และหากเมื่อใดที่กรรมให้ผล ผู้เข้าไปมีส่วนร่วมในกระบวนการ ยังต้องรับอกุศลวิบากนั้น ดังเรื่องของคุณหมออาจินต์ บุญเกิด ได้เขียนบอกเล่าไว้เป็นตัวอย่าง

(๓) ผู้ช่วยผู้พิพากษาที่เกี่ยวข้องกับหลักฐานอันเป็นเท็จ ย่อมต้องได้รับอานิสงส์บาปนั้นด้วย

ผู้ถามปัญหาได้อ้างเอาข้อเขียนที่ระบุอยู่ในหนังสือคู่มือมนุษย์ และได้อ้างเอาความคิดเห็นของญาติคุณพ่อมาเป็นกรณีศึกษา ผู้ตอบปัญหาก็จะบอกว่า พระพุทธเจ้า

โคดมผู้รู้แจ้ง และรู้ทุกสิ่งทุกอย่าง (ลัทธิปัญญา) ได้มอบ
กาลามสูตรให้กับพุทธบริษัทไว้ ๑๐ ข้อว่า อย่าปลงใจเชื่อ :

๑. ด้วยการฟังตามกันมา
๒. ด้วยการถือสืบๆ กันมา
๓. ด้วยการเล่าลือ
๔. ด้วยการอ้างตำราหรือคัมภีร์
๕. ด้วยตรรก
๖. ด้วยการอนุমান
๗. ด้วยการคิดตรองตามแนวเหตุผล
๘. เพราะเข้ากันได้กับทฤษฎีของตน
๙. เพราะมองเห็นรูปลักษณ์น่าเชื่อ
๑๐. เพราะเขาเป็นครูของเรา

เพื่อใช้เป็นเครื่องมือคัดกรองความไม่จริง ออกจาก
ความเป็นจริง ซึ่งผู้ใดพัฒนาจิต (สมถภาวนา) จนเข้าถึง
โลกียญาณ ได้แล้ว และพัฒนาจิต (วิปัสสนาภาวนา) จนเข้าถึง
ปัญญาเห็นแจ้งได้แล้ว ย่อมรู้เห็นความจริงและความไม่จริง
ได้อย่างถูกต้อง

ดังนั้น หากผู้ถามปัญหาได้พัฒนาจิตให้ถูกต้องตาม
ที่ชี้แนะมานี้ ความเคลือบแคลงสงสัยในข้อเขียนที่ระบุอยู่
ในหนังสือ คู่มือมนุษย์ ในความคิดเห็นของญาติคุณพ่อใน

เรื่องของโจรคราแดง ฯลฯ ย่อมหมดไปโดยปริยาย

๔๓. ปิติในระดับต่างๆ

คำถาม

เรียน ดร. สอนอง

ผมเริ่มปฏิบัติธรรมมาตั้งแต่อุปสมบท จนปัจจุบัน เป็นฆราวาส ก็เป็นระยะเวลา ๒-๓ ปีแล้วครับ เน้นการดูจิต แต่มีการเว้นช่วงเหมือนกัน เพราะกำลังใจในการปฏิบัติน้อย ภายหลังจึงเพิ่มการฝึกเรื่องสมถะเข้ามาด้วย ทำให้กำลังใจในการปฏิบัติมีมากขึ้นครับ ผมมีเรื่องรบกวนถามอาจารย์ดังนี้

๑. ปิติถือว่าอยู่ในข่ายของอุปการะสมาธิหรือไม่

๒. หากเกิดปิติ เช่น ตัวโยกคลอน ควรทำเช่นไร จึงจะดีกับการปฏิบัติที่สุด

๓. หลังผ่านปิติได้ ขึ้นต่อไป คือ ปฐมฌานหรือ ไม่ครับ มีจุดสังเกตอย่างไร

๔. ผมเพิ่งอธิษฐานกับตนเองว่าจะถือศีลแปดเป็นนิจ แต่เนื่องจากสติผมไม่ไวมาก จึงมีการพูดเท็จ หรือพูดจา

ไม่เหมาะสมบ่อย การผิดคำอธิษฐาน ก็ทำให้กำลังใจถูกลดทอนลง อาจารย์มีคำแนะนำอย่างไรบ้างครับ

๕. ผมมีผู้ได้บังคับบัญชาที่ประพฤติไม่ดีนัก บางท่านเกินกว่าที่จะพูดจาแนะนำดีๆ ควรจะตักเตือนหรือลงโทษอย่างไรไม่ให้ศีลต่างพร้อยครับ (โดยไม่ตำ ไม่ทำให้เขาเจ็บใจ โกรธแค้น)

ขออาราธนาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ บันดาลให้อาจารย์สุขภาพแข็งแรงด้วยครับ ขอขอบคุณมากครับ

.....

คำตอบ

(๑) ปิติ หมายถึง ความอึดใจ หรือความเต็มใจในใจ ปิติเกิดได้กับจิตของคนทั่วไป เช่น ปิติเบ็ดเตล็ด (ปกิณกเจตสิก) อันได้แก่ วิตก วิจารณ์ อริโมกข์ วิจารณ์ะ ปิติ และฉันทะหรือเกิดได้กับจิตของคนที่เริ่มปฏิบัติธรรม ซึ่งเป็นวิปัสสนูปกิเลสอย่างหนึ่ง หรือเกิดได้กับจิตของคนที่เข้าถึงสมาธิระดับฌาน (รูปฌานที่ ๑, ๒) หรือเกิดได้กับจิตของคนที่ยบรรลุวิริยธรรมสูงสุดแล้ว เช่น ปิติในโพชฌงค์ ๗ (สติ รัम्मวิจยะ วิจารณ์ะ ปิติ ปัสสัทธิ สมาธิ อุเบกขา)

(๒) ขณะตัวโยกคลอน ต้องกำหนดว่า “โยกคลอน หนอๆๆๆ” ไปเรื่อยๆ จนกว่าอาการดังกล่าวจะหายไป

(๓) ผู้ที่พัฒนาจิต (สมถภาวนา) จนเข้าถึงความ ตั้งมั่นเป็นสมาธิระดับ ปฐมฌาน มีสิ่งให้สังเกตได้ดังนี้ คือ จิตมีอารมณ์ วิตก วิจาร ปีติ สุข เอกัคคตา และนิรอรณ ๕ (กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจกุกกุจจะ วิจิกิฉณา) จะไม่เกิดขึ้นขณะที่จิตทรงอยู่ในฌาน

(๔) ควรอธิษฐานว่า “จะพยายามรักษาศีล ๘ ให้มาก เท่าที่ทำได้”

(๕) ผู้บังคับบัญชาต้องเว้นอคติ (ชอบ ชัง หลง กลัว) และว่ากล่าวตักเตือนลูกน้องให้ถูกต้องตรงตามหน้าที่ โดยมี ผู้บังคับบัญชากับผู้ใต้บังคับบัญชาเท่านั้น ที่รู้จักเพียงสองคน

อย่ามัวหลงระเวิงกับสุขทางโลกีย์
ซึ่งเป็นสุขเทียมที่ต้องจ่ายดอกเบี้ยยแพง
ยามสุขก็หลงไป ยามทุกข์ก็บอกว่าเจ็บ
เจ็บแล้วรู้จักจำ...คิด พุด ทำ ให้พิจารณา

๔๔. กลัวกิ่งก้อ

คำถาม

กราบเรียน อ.ดร.สนอง วรอุไร ครับ

คือผมรักการปฏิบัติธรรมครับ บางครั้งจะหาเวลาเดินจงกรมบ้าง แต่ผมมีความขลาดกลัวกิ่งก้อมาก แบบตัวสีแดงยังพอกล้าดูกล้าแต่บ้าง แต่ถ้าเป็นแบบตัวลายๆ กับพวกกิ่งก้อป่าแบบมีขนด้วยแล้วจะกลัวมาก พยายามคิดว่าเรากลัวอะไรมัน สรุปแบบโง่ๆ ได้ตามนี้ กลัวเพราะมันมีตัวเป็นปล้องๆ สีลัน ขาที่มีมากของมัน และกลิ้งด้วย แล้วจำพวกตะขาบก็ด้วย เห็นแล้วขนลุกเกรียวเลย แบบว่าขยะแขยงสุดๆ ขลาดกว่างู ผี และเสือ แบบให้เลือกหนีฝาดงกิ่งก้อมากๆ กับดงผี ผมกลั่นใจเลือกดงผีเลยว่างั้น ไม่รู้ชาติก่อนเคยทำกรรมกับพวกเขาไว้หรือเปล่า เราสามารถใช้ธรรมข้อไหนแก้ได้บ้างครับอาจารย์

คำตอบ

ความกลัวเกิดจากจิตขาดสติ และไม่รู้จริงในสิ่งที่กลัว ธรรมะที่แก้ไขในเรื่องนี้ได้ ต้องพัฒนาจิตให้มีกำลังของสติกล้าแข็ง และพัฒนาจิตให้มีความเห็นถูกต้องตามความเป็นจริงได้เมื่อใด ความกลัวในสิ่งที่ถ้ามย่อมหดไปเป็นธรรมดา

๔๕. ปฏิบัติธรรมที่บ้าน

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์ ดร.สนอง

อยากถามถึงวิธีปฏิบัติธรรมที่เราสามารถปฏิบัติได้
ในชีวิตประจำวัน ซึ่งเราต้องทำงานไปด้วย และยังมีภาระ
ทางบ้านต้องดูแล ยังไม่มีเวลาไปปฏิบัติอย่างจริงจังใน
สถานปฏิบัติธรรม

.....

คำตอบ

การปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน สามารถทำได้ที่
บ้านดังนี้

- (๑) ทำใจให้มีศีล ๕ คมอยู่ทุกขณะตื่น
- (๒) สวดมนต์ก่อนนอน
- (๓) ปฏิบัติจิตตภาวนาหลังสวดมนต์
- (๔) อุทิศบุญกุศลให้เจ้ากรรมนายเวร และสรรพสัตว์

ผู้ทรงความรู้หาง่ายมาก ที่หายากคือผู้ทรงคุณธรรม

๔๖. ขาดๆ หายๆ

คำถาม

กราบเรียน อ.ดร.สนอง วรอุไร ค่ะ

หนูเคยปฏิบัติธรรมมาบ้าง เคยเข้าหลักสูตรของ
ยุวพุทธ ๖ ครั้ง ตอนออกจากหลักสูตรก็ตั้งใจจะปฏิบัติต่อ
ที่บ้าน แต่พอนานๆ ไป ไม่ได้ปฏิบัติต่อเนื่อง ก็ลืมๆ ไปบ้าง
ขาดสตืออยู่บ่อยๆ พอคิดได้ก็ตั้งใจ และพยายามจะทำแต่มัน
เกิดเหตุการณ์แปลกๆ ทำให้กลัว ไม่กล้าทำต่อ คือพอคิดจะทำ
สิ่งใดที่ดีๆ เหมือนมันมีความคิดที่จะทำไม่ดีแทรกขึ้นมาบ่อยๆ
เมื่อใดที่เห็นจิตตัวเองคิดเมตตา อยากให้คนอื่นเป็นสุขมันมี
ความคิดแทรกขึ้นมาตลอดเลยว่า เรื่องของคนอื่นอย่าไปยุ่ง
อย่าไปช่วย มันรู้สึกเหมือนเป็นเงาดำๆ น่ากลัวอยู่ในตัวเองค่ะ
หนูเลยไปวัดจะไปนั่งสมาธิ และสวดมนต์ที่วัดแทนที่บ้าน แต่
พอสวดที่วัดหนูกับนิกบสวดมนต์ไม่ค่อยออก จำได้ขาดๆ
หายๆ เหมือนความจำเสื่อมชั่วคราวเลยคะ แต่พอมาสวด
ที่บ้านตัวเอง กลับสวดมนต์ได้คล่อง ทั้งๆ ที่ไม่ได้ดูหนังสือเลย
หนูผิดปกติหรือเปล่าคะ มันรู้สึกใจหวั่นๆ กลัวๆ ไม่แน่ใจว่า
สิ่งที่เป็นสิ่งที่ถูกต้องหรือเปล่า

รบกวนอาจารย์ช่วยเมตตาตอบคำถามหนูด้วยนะคะ
กราบขอบพระคุณคะ..

.....

คำตอบ

ผู้ใดมีศีลและมีสัจจะคุมใจอยู่ทุกขณะตื่น เมื่อนำตัว
เข้าปฏิบัติธรรม โดยมีความเพียรเป็นแรงสนับสนุน ผู้นั้นย่อม
เข้าถึงธรรมที่ปฏิบัติได้ง่าย และหากผู้ใดออกจากสถานปฏิบัติ
ธรรมมาแล้ว ได้พัฒนาจิตให้มีกำลังของพละ ๕ อยู่เสมอ
ผู้นั้นย่อมไม่เสื่อมไปจากธรรมที่ปฏิบัติได้

ปัญหาต่างๆ ที่บอกเล่าไป เหตุเป็นเพราะจิตมี
กำลังอ่อน ไม่สามารถต้านพลังอำนาจของมาร ดังนั้นผู้ถาม
ปัญหาควรปรับแก้ไขวิธีปฏิบัติให้ถูกต้อง แล้วความผิดปรกติ
ของจิตจึงจะหมดไป

คนอื่นเขาดูออกว่าใครจริงใจกับเขา
เขากินข้าวเหมือนเรา ไม่ใช่กินแกลบ
จงจริงใจและซื่อตรงกับทุกคนเสมอ

๔๗. ฝึบ้านผีเรือน

คำถาม

เรียนถามอาจารย์ ดร.สนองค่ะ
เจ้าที่ ต่างจาก ฝึบ้านผีเรือน อย่างไรคะ
ขอบพระคุณค่ะ

คำตอบ

กุมเทวดาเป็นสิ่งมีชีวิต ที่มีรูปร่างเป็นทิพย์ และมีหน้าที่รักษาพื้นที่ (ดิน) เช่น พระภูมิเจ้าที่ ส่วนฝึบ้านผีเรือน ใช้เรียกจิตวิญญาณของคนที่ตายไปแล้ว และไปเกิดเป็นรูปร่างทิพย์ที่อยู่ประจำบ้าน ดังนั้น เจ้าที่และฝึบ้านผีเรือน มีรูปร่างที่เป็นทิพย์เหมือนกัน มีที่อยู่ต่างกัน และแต่มีหน้าที่ต่างกัน

เมื่อใช้หัวใจฟังคนอื่น เราจะได้ยิน
มากกว่าที่เขาพูด การวางอารมณ์ ความคิด
ความเห็น ตัดสินด้วยธรรม เป็นเรื่องที่ดีที่สุด

๔๘. เป็นไปได้หรือไม่

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์ดร.สนอง วรอุไร ที่เคารพครับ
 ผมได้เห็นเข้ามาเรียนรัฐธรรมนูญและปฏิบัติธรรม เนื่องด้วย
 ได้พบคำสอนท่านอาจารย์จากทางอินเทอร์เน็ตเมื่อ ๒-๓ ปี
 ก่อน เพราะในช่วงนั้นมีความทุกข์หลายเรื่อง โดยเฉพาะหนี้สิน
 ที่เป็นอยู่ทำให้ผมเป็นทุกข์มาก แต่ก็ยอมรับครับว่า น่าจะเป็น
 ผลกรรมที่เราได้ทำไว้ในอดีต และปัจจุบันนี้ผมพอจะเข้าใจ
 ในธรรมบ้าง ซึ่งเมื่อก่อนแทบจะไม่รู้อะไรเลย และเมื่อได้ฟัง
 คำสอนของครูบาอาจารย์ทั้งหลาย ก็ยิ่งทำให้ผมมีสติ
 พิจารณาในเรื่องต่างๆ มากขึ้น และในขณะที่เดียวกันผมก็จะ
 ปฏิบัติตนให้มีศีลคุณใจ และจะมุ่งปฏิบัติปัญญาที่ ๓ คือ
 ภาวนามยปัญญา ตามที่อาจารย์ได้ย้าอูยตลอดเวลาในการ
 สอน คำถามผมคือ

- ผู้มีทุกข์อยู่ในขณะนี้หรือรับกรรมอยู่ในขณะนี้
 จะสามารถปฏิบัติธรรมแล้วเข้าถึงธรรมนั้น เป็นไปได้หรือไม่ครับ

ท้ายนี้ผมขออนุโมทนาบุญกับท่านอาจารย์ ในการ
 บรรยายธรรม และสั่งสอนธรรมในทุกๆ แห่งครับ จะได้

กราบแทบเท้าครูบาอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ที่ผมเคารพ
อย่างสูงครับ

คำตอบ

ผู้ที่ยังเสวยอกุศลวิบาก (ทุกข์) อยู่ในปัจจุบัน หาก
ประพฤติตนให้มีศีล และมีสัจจะภูมิใจให้ได้ทุกขณะต้น แล้ว
เร่งความเพียรปฏิบัติธรรม ย่อมมีโอกาสเข้าถึงธรรมที่ปฏิบัติ
ได้ นั่นคือปฏิบัติสมถภาวนาแล้ว จิตเข้าถึงความตั้งมั่นเป็น
สมาธิ ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาแล้ว จิตเข้าถึงปัญญาเห็นแจ้ง

๔๙. ทุกข์เพราะพ่อ

คำถาม

กราบเรียน อ.ดร.สนอง วรอุไร

ผมรบกวนถามอาจารย์เรื่องทุกข์เพราะพ่อ ตอนนี้
ผมมีความคิดที่จะทำให้พ่อเลิกดื่มเหล้า เลยย้ายกลับมา
อยู่กับท่าน (ก่อนหน้านี้ผมอยู่กับแม่) โดยส่วนตัวผมเป็น
คนปฏิบัติธรรมถือศีลอยู่แล้วเลยคิดว่า ผมมาปฏิบัติธรรม
ให้ท่านเห็น ให้ท่านได้รับรู้ เช่น การสวดมนต์ นั่งสมาธิ

เชื่อว่าการกระทำของผม จะช่วยให้พ่อท่านเลิกดื่มหรือลดได้บ้าง แต่ก็ยังไม่ได้ผล ผมอยากให้พ่อของผมเลิกดื่มสุรา ผมควรจะทำยังไงดีครับ พ่อผมท่านจะเครียดงาย พ่อท่านเครียดแล้วก็จะดื่มจนเกินตัวครับ ผมไม่อยากจะทำตามคำแนะนำที่บอกว่า ถ้าทุกข์เพราะพ่อแม่แล้ว “ให้ทำใจหรือวางเฉย” ผมไม่อยากจะใจ หรือวางเฉย เรื่องทำใจ ผมว่ามันง่ายไป เพียงแต่ผมอยากช่วยให้ท่านเลิกดื่มเหล้าให้ได้ อยากให้ทุกคนในครอบครัวมีความสุขครับ เหมือนตอนช่วงเข้าพรรษาที่ผ่านมา รบกวนอาจารย์แนะนำที่ครับ ด้วยความเคารพอย่างสูง

คำตอบ

การพัฒนาตนให้มีศีลและมีธรรมคุณใจ ซึ่งผู้เป็นลูกต้องพัฒนาจิตให้มีอารมณ์สงบเย็น (เมตตา) ให้ได้ก่อน เมื่อใดที่พ่อหันมาศรัทธาในความดีของลูก แล้วปัญหาการดื่มเหล้าของพ่อจึงจะมีโอกาสหมดไปได้ คุณตัวเองให้ออกว่า การไม่อยากทำใจให้วางเฉย เป็นความเห็นที่ผิดไปจากธรรมของพระพุทธโคตม คนที่ยังมีความเห็นผิด ย่อมมีอุปสรรคและปัญหาเกิดขึ้นกับชีวิต ดังนั้นจะเชื่อปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธะหรือว่าจะเชื่อมาร ก็เลือกเอาตามที่ชอบเถิด

๕๐. ท่องพุทโธ

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์สนอง วรอุไร
ตามที่ท่านอาจารย์บรรยายในคลิปทางเว็บไซต์
กระผมสงสัยว่า ที่ท่านบอกให้ท่องพุทโธ พุทโธ ตลอดเวลา
ถ้าทำได้จะดีคือมีสติตลอดเวลา กระผมลองทำดูแล้วปัญหา
มีว่า ถ้าท่องพุทโธแล้ว ไม่สามารถเข้าใจอย่างอื่นได้ เช่น ตอน
ทำงานถ้าท่องพุทโธ ใจก็จะจดจ่ออยู่กับพุทโธแล้วจะทำ คิด
เรื่องงานอย่างอื่นไม่ได้ ผมควรทำอย่างไรครับผม

คำตอบ

การเอาจิตจดจ่ออยู่กับคำว่า “พุท-โธ” เป็นการพัฒนา
จิต (สมถภาวนา) ให้ตั้งมั่นเป็นสมาธิ มิได้หมายความว่า
จะให้เกิดเป็นความรู้เห็นเข้าใจในสิ่งที่กำลังทำ และการ
กำหนด “พุท-โธ” ควรทำทุกครั้งที่นึกได้ และทำเมื่อว่างจาก
งานภายนอกที่ทำให้กับหน่วยงาน ลังคม หรือครอบครัว

๕๑. อยากรู้เรื่องราว

คำถาม

ขอรบกวนสอบถามด้วยความเคารพ

อยากรบกวนถามดร.สนองนะครับว่า การจะทราบ
ได้ว่า ทำกรรมใดจะได้รับผลใด สามารถทำได้หรือเปล่าครับ
ขอบคุณครับ

.....

คำตอบ

ผู้ที่สั่งสมบารมีมามาก สั่งสมบารมีมายาวนาน
สามารถรู้ผลของกรรม ที่เกิดจากการกระทำไว้ในอดีตได้
ดังตัวอย่างของพระมหาโมคคัลลานะ ที่ไปเห็นผลของกรรม
ที่ส่งมามากัญญาให้ไปเกิดเป็นกัญญาเทพบุตร อยู่ในสวรรค์ชั้น
ดาวดึงส์ได้ ไปเห็นผลของกรรมที่ส่งบิรवारของนางวิสาขา
ให้ไปเกิดเป็นเทพบุตร-เทพิตดาอยู่ในสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ได้
ไปเห็นผลของกรรม ที่ส่งตีสลภิกษุ ให้ไปเกิดเป็นตีสสมหา
พรหม อยู่ในพรหมโลกชั้นมหาพรหมภูมิ ฯลฯ

นอกจากนี้ผู้ที่สั่งสมบารมีมาก สั่งสมบารมีมายาวนาน
สามารถพัฒนาจิต (สมถภาวนา) ให้เข้าถึงอนาคตังสญาณ

ที่สามารถหยั่งรู้กรรมที่ทำในปัจจุบัน แล้วให้ผลไปเกิดเป็นอะไรในอนาคตได้ ดังตัวอย่างที่พระอนิมทัสสีพุทธเจ้าได้พยากรณ์ชีวิตของฤๅษีสรณะว่า ในอนาคตข้างหน้าอีก ๑๐๐,๐๐๐ ปี จักได้ไปเกิดเป็น อัครสาวกของพระพุทธโคดมและมีชื่อว่า สาริบุตร และในครั้งพุทธกาลพระพุทธโคดม ได้พยากรณ์ชีวิตของวัสสการพราหมณ์นักปราชญ์แห่งกรุงราชคฤห์ว่า เมื่อตายจากมนุษย์แล้วจักต้องไปเกิดเป็นลิง ได้พยากรณ์ชีวิตของพระเจ้าสุปพุตระว่า อีก ๗ วันข้างหน้า จะถูกรรณีสูลงไปเกิดอยู่ในภพนรกแล้วทั้งสองคำพยากรณ์ ปรากฏมีผลเป็นจริง

๕๒. อาจารย์ดู

คำถาม

กราบเรียน อ.สนอง ที่เคารพ

หนูเป็นนิสิตทันตแพทย์ค่ะ เรียนอยู่ชั้นปีที่ ๔ ตอนนี้อยู่ที่คลินิก เริ่มทำคนไข้ และทำงานที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ของอาจารย์ ซึ่งเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา ทำให้หนูมีปัญหาในการปรับตัว ทำตัวไม่ถูก เมื่ออยู่ต่อหน้าอาจารย์ เช่น เวลาที่หนูรายงานกับอาจารย์ที่ดูมากๆ จะลนมาก ไม่มีสติเลย

พูดผิดๆ ถูกๆ จนอาจารย์โมโหมาก ไม่ให้ทำงานแล้ว เดินหนีไปเลย พี่ๆ บอกว่าหนูเป็นคนที่ไม่มีความมั่นใจในตัวเอง ทำให้ไม่กล้าลงมือทำ ต้องถามคนอื่นตลอด หรือลงมือทำก็ผิดๆ ถูกๆ ทั้งที่จริงๆ แล้วหนูสามารถทำได้ ส่วนเรื่องคนไข้ก็น่าจะปฏิเสธการรักษากลางคัน เช่น ไม่ว่างมาทำ ทำให้ต้องเริ่มทำงานใหม่หมด ทำให้ทุกขี้ใจมาก กลัวจะเรียนไม่จบ ท้อใจมาก ไม่อยากจะทำแต่มันก็แวบเข้ามาในหัว ทำให้อ่านหนังสือไม่รู้เรื่อง

หนูมีพื้นฐานเคยปฏิบัติธรรมมาบ้าง ทั้งเข้าค่ายปฏิบัติธรรมที่ยุวพุทธหรือไปปฏิบัติที่อื่น หรือทำเองที่บ้านบ้าง แต่ไม่ค่อยต่อเนื่อง รู้สึกว่าสิ่งที่เคยฝึกมาไม่สามารถดึงมาใช้ได้เลย หนูควรจะทำอย่างไรดีคะ ขอคำชี้แนะจากอาจารย์ด้วยค่ะ

ขอกราบขอบพระคุณ อ.สนอง เป็นอย่างสูงค่ะ

คำตอบ

ปัญหาที่บอกเล่าไป เกิดจากจิตมีกำลังสติอ่อน ผู้ใดปรารถนาพ้นไปจากปัญหาดังกล่าว ต้องประพฤติตนให้มีศีล และมีลัจจะคุมใจให้ได้ทุกขณะตื่น แล้วสวดมนต์ก่อนนอน

หลังสวดมนต์ต้องเจริญอานาปานสติ (พุท-โธ) แล้วอุทิศบุญให้เจ้ากรรมนายเวร เมื่อใดจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิ และเข้าถึงปัญญาเห็นถูกตามธรรมได้แล้ว ความประหม่า ความกลัว อาจารย์ดู ตลอดจนกลัวเรียนไม่จบ ย่อมปลาสนาการจากใจ

๕๓. ไม่อยากเกิดอีก

คำถาม

กราบเรียน อ.ดร.สนอง วรอุไร ค่ะ

อาจารย์ค่ะ จากที่หนูได้ทราบมาว่า “การทำบุญกับพระที่ออกจากนิโรธสมาบัติ อานิสงส์มากและเร็ว” จึงมีข้อสงสัยในใจ ดังต่อไปนี้ค่ะ

๑. พระเข้านิโรธสมาบัติเพื่ออะไรคะ? จะทำให้ได้ไปนิพพานเร็วขึ้นหรือไม่คะ แล้วต้องเข้าบ่อยครั้งแค่ไหนคะ

๒. กัลยาณมิตรหลายคนบอกว่า ส่วนใหญ่เป็นบุญบารมีเก่า ที่เคยสร้างและสั่งสมไว้แล้ว อย่างหนูซึ่งเป็นผู้หญิงอยากเข้านิโรธสมาบัติบ้าง ต้องฝึก และขัดเกล่าอย่างไรคะ หนูอยากทำให้ชาตินี้ ไม่เสียชาติเกิด ที่ได้มาพบพระพุทธศาสนา และได้มาพบกัลยาณมิตรอย่าง อ.ดร.สนอง และครูบาอาจารย์ทางธรรมหลายท่าน หนูว่าหนูโชคดีมากๆ

จึงอยากจะเก็บเกี่ยวความรู้และฝึกปฏิบัติไว้มากๆ หนู
อธิษฐานจิตไม่อยากมาเกิดอีก อย่างน้อยๆ ขอให้ได้ปิดอบาย
ในชาตินี้ให้ได้ค่ะ

ขอกราบอนุโมทนาบุญกับอาจารย์ด้วยนะคะ ที่เมตตา
ตอบคำถามหนู และหลายคนๆ ในเว็บไซต์นี้ค่ะ สาธุค่ะ

.....

คำตอบ

(๑) พระอริยบุคคลตั้งแต่พระอนาคามีขึ้นไป ที่สามารถ
พัฒนาจิต (สมถภาวนา) จนเข้าถึงสภาวะธรรมที่เรียกว่า
นิโรธสมาบัติได้ มีจุดประสงค์เพื่อดับเวทนาและดับสัญญา
ชั่วคราว มิได้มีจุดประสงค์เพื่อนำพาชีวิตไปสู่ความพ้นทุกข์
หรือที่เรียกว่านิพพาน ส่วนจะพัฒนาจิตให้เข้าถึงสภาวะ
ดังกล่าว บ่อยครั้งแค่ไหน ขึ้นอยู่กับบุญบารมีเก่าที่ทำสั่งสมมา
และยังขึ้นอยู่กับจุดประสงค์ ของผู้มีความสามารถทางด้านนี้

(๒) ในครั้งพุทธกาลไม่เคยปรากฏว่า มีภิกษุผู้นิรหันต์
รูปใดปฏิบัติสมถภาวนา เพื่อนำจิตให้เข้าถึงสภาวะนิโรธ
สมาบัติ ทั้งนี้เพราะการปฏิบัติเช่นนั้น มิใช่เป็นเหตุ นำพาชีวิต
ไปสู่ความพ้นทุกข์ ผู้ตอบปัญหาจึงไม่แนะนำ ให้ผู้ใดพัฒนา
จิตไปสู่ความเห็นผิด (มิจฉาทิฎฐิ) เช่นนั้น

๕๔. จับมือแฟน

คำถาม

กราบสวัสดีอาจารย์ที่เคารพค่ะ

๑. หนูมีความสงสัยว่าถ้าหากจับมือกับแฟน ผิดศีลไหมคะ (คุณแม่ก็ให้คบกันเป็นเพื่อนไปก่อนค่ะ)

๒. หนูมีความสงสัยว่า การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเอง เป็นบาปไหมคะ.

๓. หนูเคยผิดศีลข้อ ๓ ถ้าหากหนูปฏิบัติธรรมจะช่วยให้กรรมเบาบางลงได้ไหมคะ

ขอความเมตตาจากอาจารย์ได้โปรดชี้ทางสว่างให้หนูด้วยค่ะ กราบขอบพระคุณอย่างสูงค่ะ

.....

คำตอบ

(๑) เพียงแค่จับมือกัน (กายกรรม) ไม่ถือว่าเป็นการประพฤติผิดศีล แต่หากใจคิดเลยเถิดไปถึงการร่วมประเวณี (มโนกรรม) ถือว่าผิดศีล

(๒) เป็นบาปครับ ซึ่งถ้าพุทธบริษัทที่เป็นนักบวช หากมีพฤติกรรมเช่นนั้น ต้องอาบัติสังฆาทิเสส และจะพ้นจากบาปนี้ได้ต้องเข้าปริวาสกรรม

(๓) ผู้ที่ยังประพฤติดีดศีลข้อ ๓ แล้วมาปฏิบัติธรรม ย่อมไม่สามารถเข้าถึงธรรมที่ปฏิบัติได้ กรรมจะยังคงอยู่ แต่หากเลิกประพฤติดีดศีลข้อ ๓ โดยเด็ดขาด แล้วหันมาปฏิบัติธรรม ย่อมเข้าถึงมรรคผลแห่งธรรมที่ปฏิบัติได้ ดังตัวอย่างของ อัมพปาลี โสเภณีแห่งแคว้นวัชชี หรือ สิริมาโสเภณี แห่งแคว้นมคธ ได้ทำให้ดูเป็นตัวอย่าง จนเป็นพระอรหันต์ และพระโสดาบันได้ตามลำดับ

๕๕. กลัวอีกแล้ว

คำถาม

กราบเรียนถามท่าน อ.ดร.สนอง วรอุไรครับ

กระผมมีความกลัวอีกแล้วครับท่านอาจารย์ คือไม่นานมานี้ ผมได้ไปกราบครูบาอาจารย์ท่านหนึ่งแถวๆ บ้านผม ซึ่งก่อนไปไม่กี่วันนั้นผมได้มีความคิดไม่ดีกับท่านมากๆ เกิดขึ้นมาเอง แล้วประกอบกับวันที่จะไป ก็มีความคิดไม่ดีกับคนอื่นๆ ด้วย เพราะในร่างกายผมเองมีโรคประจำตัวอยู่

เกี่ยวกับกามโรค แต่ไม่ร้ายแรงถึงโรคเอดส์ และติดต่อกันไม่ได้ง่ายๆ ครับ ผมเองก็กลัวว่าโรคนี้มันจะไปติดคนอื่นและสร้างความเดือดร้อนให้ผู้อื่น แต่จริงๆ มันไม่ได้ติดกันง่ายๆ แบบนั้นเลย แต่มันก็มีแรงกระตุ้นให้หวาดกลัวไปต่างๆ นานา จนผมไปกราบอาจารย์ท่านนี้ก็ยังคงกลัวอยู่ แต่ก็สำรวจกายวาจาใจให้ดีที่สุดเพื่อไม่ให้เกิดความเดือดร้อนแก่ใคร

ขณะที่อยู่ต่อหน้าท่านผมก็ไม่มีเจตนาที่ไม่ดีเลย มีแต่ถามถึงแนวทางการปฏิบัติธรรม และขอขมาท่าน นั่งฟังท่าน และเกิดความปิติเป็นอย่างยิ่ง ไม่มีเจตนาใดๆ เลยที่จะไปเบียดเบียนท่าน แต่พอกลับมาแล้วก็มาคิดมากอีกว่าเราทำอนันตริยกรรมไปหรือเปล่า เชื้อโรคจะติดพื้นใหม่ ผู้อื่นจะเดือดร้อนไหม คิดไปต่างๆ นานา จนวันนี้ก็ยังคิดไม่หยุดเลย ผมกลัวมากๆ แล้วเวลานึกถึงหลวงปู่ทิโร ผมแทบไม่กล้านึกถึงท่านเลย ผมกลัวบาปกลัวอนันตริยกรรมมากๆ ไม่รู้ว่าอกุศลกรรมใดมันให้ผลผมอยู่ แต่ผมกลัวเรื่องอนันตริยกรรมมากๆ เลยครับท่านอาจารย์ ทำให้ผมไม่กล้าจะไปหาพระหรือไม่ค่อยกล้าออกไปทำบุญเลย เพราะกลัวจริง

แต่จากการศึกษาข้อมูลแล้ว ก็รู้ว่าโรคที่ผมมีอยู่มันไม่ได้ติดกับใครง่ายๆ ไม่ติดทางผิวหนัง ทางเลือด ติดจากการมีเพศสัมพันธ์ ความคิดมันพาคิดไปถึงว่าเชื่อมั่นจะติดพื้นใหม่

อะไรทำนองนี้ ผมรู้สึกท้อมากเลยครับ ผมอยากทราบว่า
สิ่งที่ผมกระทำไป จัดเป็นอนันตริยกรรมไหมครับ ผมกลัว
จริงๆ ครับ

ผมกราบขอพระคุณในความเมตตา ของท่าน
อาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร เป็นอย่างสูงนะครับ สิ่งใดเป็นการ
รบกวนอาจารย์ ผมกราบขอขมา มา ณ ที่นี้ครับ

.....

คำตอบ

ความไม่รู้จริง (อวิชชา) เป็นต้นเหตุ ให้เกิดความกลัว
ดังนั้นผู้ไม่รู้จริง จิตย่อมไม่ตั้งมั่นเป็นสมาธิ จิตที่ไม่เป็นสมาธิ
เพราะไม่มีศีลบริสุทธิคุณ ดังนั้นผู้ใดปรารถนาจะมีให้ความกลัว
เกิดขึ้น แล้วคิดไปต่างๆ นานา ไม่ถือว่าเป็นอนันตริยกรรม
มิได้ตัดทางสวรรค์ มิได้ตัดทางนิพพาน แต่เมื่อใดที่กรรม
ให้ผล ย่อมเกิดเป็นความเร่าร้อนขึ้นในดวงจิต

ตั้งมั่น คือ สติ

ตั้งใจ คือ งานธรรม

จิตสงบ ก็พบธรรม



๕๖. ห้ามได้หรือไม่

คำถาม

อยากทราบวิธีในการปฏิบัติกรรมฐานที่ถูกต้อง เพื่อ
ทำจิตใจให้สงบ เพราะมันจะต้องมีการนึกคิดขึ้นมาทุกครั้ง
เวลาปฏิบัติ เราจะห้ามมันได้หรือไม่ครับ และมันจะเกิดขึ้น
จริงหรือเปล่าครับ เพราะมันทำให้เราวิตกกังวล จะสามารถ
แก้ไขอย่างไรดีครับ และทำไมจิตของผมมันต้องมีการคิด
ขึ้นมาแวบหนึ่งขึ้นทุกครั้งจนฟุ้งซ่าน เป็นอำนาจของกรรม
หรือเปล่าครับ เป็นกรรมเกิดจากอะไรครับ

ขอแสดงความนับถืออย่างสูง

คำตอบ

ท่านเจ้าคุณโชดกเคยพูดกับผู้ตอบปัญหาในทำนอง
ที่ว่าผู้ใดไม่เอาศีลลงคุมใจ ใจย่อมฟุ้งซ่านด้วยอารมณ์ปรุง
แต่งดังนั้น ศีลจึงเป็นฐานให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิ สมาธิเป็น
ฐานให้จิตเกิดปัญญาเห็นแจ้ง ผู้รู้จริงแท้และรู้ทุกสิ่งทุกอย่าง
(พระพุทธโคดม) จึงได้บัญญัติไตรสิกขา (ศีล สมาธิ ปัญญา)

ไว้ให้ภิกษุสงฆ์ประพฤติปฏิบัติ เพื่อพัฒนาจิตไปสู่ความ
 พันทุกข์ ในฐานะที่ผู้ถามปัญหาเป็นพุทธบริษัท (ฆราวาส)
 ปรารถนาจะมีให้จิตมีอารมณ์ฟุ้งซ่าน ต้องเอาศีลคุมใจ
 ให้ได้ทุกขณะตื่น แล้วโอกาสที่จิตจะปราศจากอารมณ์ฟุ้งซ่าน
 ย่อมเกิดขึ้น

ส่วนคำว่า “กรรม” หมายถึง การกระทำ มนุษย์
 ทำกรรมได้สามทางคือ คิด (มโนกรรม) พูด (วจีกรรม) และ
 ทำ (กายกรรม) ผู้ใดยังมีความไม่รู้จักจริง (อวิชชา) อยู่ในดวงจิต
 ผู้นั้นยังต้องเวียนตาย - เวียนเกิดอยู่ในวัฏสงสาร การเกิด
 เป็นทุกข์ การตายเป็นทุกข์ ทุกข์เกิดขึ้นเพราะความไม่รู้จักจริง
 บุคคลผู้ไม่รู้จักจริงยังต้องทำกรรมอยู่อย่างไม่มีวันจบสิ้น

การปฏิบัติ ไม่มีการแบ่งเวลา ว่าเวลานี้สำหรับ
 การปฏิบัติ เวลานี้ไม่ต้องปฏิบัติ แท้จริงแล้ว
 เวลาทั้งหมดของชีวิตที่เหลือ คือการปฏิบัติ
 หากมีหน้าที่ภาระ ต้องทำก็ทำไป

... แต่ใจ คอ ย รู้ เสมอ

๕๗. ถามเลยนะคะ

คำถาม

กราบเรียน อ.สนอง ที่เคารพคะ

ถามเลยนะคะ

๑. การจตุรูป เป็นวิธีการหนึ่งที่จะเชิญผู้ที่เราจะอุทิศบุญให้ ให้เขามานุโมทนาบุญได้ ใช่หรือเปล่าคะ

๒. มีคนที่เขาสื่อสารกับสิ่งศักดิ์สิทธิ์เทพเทวดา ได้บอกลูกว่า ในนิมิตเขาเห็นองค์จิ้งก และเห็นหน้าลูก แล้วให้ลูกไปหารูปองค์จิ้งกมาไว้บูชา และให้สวดมนต์บูชา ท่าน เพื่อให้งานต่างๆ ที่ติดขัด จะได้ผ่านไปได้อย่างราบรื่น ลูกควรทำอย่างไรคะ

๓. สืบเนื่องจากผู้ที่สื่อสารกับเทพเทวดาได้ เขาบอกว่ามีเทวดามาคุ้มครองเรา หลังจากนั้นพิธีกรรมต่างๆ ก็ตามมา เช่น ต้องไปทำพิธีไหว้ ต้องสวดมนต์บทต่างๆ ลูกก็ทำคะ และตอนนี้รู้สึกว่ามีนัยยะเกินไป และคิดว่ามันไม่ใช่ทางพันทุกข์ที่แท้จริง คิดถูกทางหรือไม่คะ ขออนุญาตขอคำแนะนำจากอาจารย์ด้วยคะ

๔. เมื่อก่อนลูกจะทำอะไรจะต้องขอพร ขอให้สิ่งศักดิ์สิทธิ์ และเทวดาดลบันดาลให้ประสบความสำเร็จ

แต่ปัจจุบันนี้ลูกมีความคิดว่าเราจะทำอะไรให้สำเร็จ เราต้อง
 ทำเหตุให้ตรงก่อน จะสำเร็จหรือไม่ก็ยอมรับได้ทุกกรณี และ
 เลิกยึดติดพิธีกรรม ลिंगค์ศักดิ์สิทธิ์ และเทวดา (แต่ยังเคารพ
 เทพ เทวดาในคุณความดีที่ท่านมี) ลูกกำลังเดินไปถูกทางหรือ
 ไม่คะ ขอคำแนะนำด้วยค่ะอาจารย์

ขอพระคุณอาจารย์อย่างสูงค่ะที่กรุณา และขอ
 อนุโมทนาบุญที่เกิดขึ้นด้วยค่ะ สาธุ

.....

คำตอบ

(๑) ใช่ การจตุรูปเป็นวิธีอย่างหนึ่ง ที่จะเชิญ
 อมนุษย์ให้มาอนุโมทนาบุญ และไม่ต้องจตุรูปก็อุทิศบุญ
 ให้กับอมนุษย์ได้

(๒) ควรรับฟัง แล้วเอาสิ่งที่เขาพูดมาเป็นครูสอนใจ
 ของเรา ว่าเขาพูดถูกตามความรู้ของเขา แต่มิได้ถูกตรง
 ตามคำแนะนำของผู้ที่รู้จักจริงแท้ว่า งานจะสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี
 ต้องทำงานด้วยการใช้อธิบาท ๔ สนับสนุน และยังทำ
 ดวงชะตาให้ดี ด้วยการประพฤติ ทาน-ศีล-ภาวนา จนเข้าถึง
 มรรคผลได้แล้ว ความติดขัดในงานย่อมไม่เกิดขึ้น

(๓) ผู้ใดเอาจิตเข้าไปผูกติดเป็นทาสของพิธีกรรม

ผู้นั้นยอมไม่สามารถนำพาชีวิตไปสู่ความพ้นทุกข์ได้ ผู้ถาม
ปัญหาคิดได้ถูกทางสู่ความพ้นทุกข์แล้ว ...สาธุ

(๔) ตลอดสี่สิบห้าพรรษาที่ออกเผยแผ่ธรรม
พระพุทธโคดมมิได้สอนพุทธบริษัท ให้ประพฤตินั้นเป็น
ผู้ขอ แต่สอนพุทธบริษัททำเหตุให้ถูกตรง แล้วผลถูกตรงตาม
ความปรารถนาจึงจะเกิดขึ้น ดังนั้นความรู้เห็น เข้าใจของ
ผู้ถามปัญหา ส่องนำทางให้กับชีวิตได้ถูกตรงแล้ว ...สาธุ

๕๘. ก่อนจะ early retire

คำถาม

กราบเรียน อ.ดร.สนอง วรอุไร

ผมมีเรื่องจะขอคำแนะนำจากท่านอาจารย์ เพราะเท่า
ที่ผม (ประสาคนโง่ๆ) ได้ยินมา มักจะมีแต่เรื่องลูกเนรคุณ
ทอดทิ้งบุพการี ก่อนเขียนคำถามครั้งนี้ ผมก็เห็นว่าในกลุ่ม
คำถามสนทนาภาษาธรรมนี้ มีแต่เรื่องลูกกลัวบาปเพราะ
ไม่ดูแลพ่อแม่ หรือพ่อแม่กลัวลูกจะไม่ได้ดี

ผมจึงต้องเขียนคำถามนี้ขึ้นมา เนื่องจากปัญหา
ของผมจะตรงกันข้ามกับข้อมูลส่วนใหญ่ที่กล่าวมา นั่นคือ
ตัวผมเองมีร่างกายไม่แข็งแรง แต่ก็ทนอยู่มาจนทุกวันนี้

(ไม่ทราบจะมีนิเวศน์มากไปหรือเปล่า) เมื่อจบการศึกษาแพทย์ ก็คิดว่าถึงเวลาที่เราควรจะทำหน้าที่ดูแลตนเอง และครอบครัว เพราะเราก็เป็นลูกคนโตเสียด้วย แต่พ่อแม่ท่านก็ให้เราหยุดไปทีละขั้น จากแรกไม่ให้ผมทำงานนอกเวลา ให้ผมเอาเงินที่พ่อแม่มีอยู่ไปซื้ออาคารเตรียมไว้ทำร้านเอง ผมก็ยอมเพราะคิดว่าท่านคงหวังดี พอทำไปสักพัก ท่านก็บอกให้ผมหยุดทำร้าน เพราะท่านเหนื่อยมาก มีอาการประสาทหลอน ผมรักและเป็นห่วงท่าน ยอมปิดร้านมาเฝ้าบ้านให้ท่าน ท่านก็หายจากอาการนั้นได้ทันที ผมเป็นแพทย์ก็พอเข้าใจว่ามีอะไรเกิดขึ้น เพราะก่อนปิดร้านนั้น ญาติพี่น้องก็เคยเตือนผมว่าเรื่องนี้มีมันแปลกนะ ดูดีๆ ก่อนใครป่วยจริงหรือเปล่า แต่ตัวผมก็คิดว่าบุพการีคือผู้เลี้ยงดูเรามา คงไม่มีใครจะมาทำอะไรแปลกๆ หรือ

ทุกวันนี้ ผมจึงทนอยู่เป็นเด็กเฝ้าบ้าน-ล้างจานให้พ่อแม่ งานแพทย์ไม่ได้ทำ แต่ผมก็คิดว่า สิ่งที่เกิดขึ้นมาทุกๆ อย่างคงเป็นเพราะกรรมที่เราสร้างมานาน อดีตคงแก้ไขไม่ได้ แต่ที่ยังหนักใจอยู่ก็คือ

๑. ขณะนี้ผมต้องทนอยู่กับท่านที่ผมรัก แต่ท่านระแวงผมมาก กินข้าวก็ต้องเอากับข้าวไปซ่อนกัน ผมก็คิดว่า “เอาเถอะเราทำหน้าที่เราก็คพอ” เลยให้เงินท่านใช้ทุกเดือน

ข้าวปลาอาหารซื้อกินเอง ซื้อฝากท่านพร้อมๆ กันไป
เฝ้าบ้านให้ท่าน เพราะท่านชอบจะออกไปห้างสรรพสินค้า
ทุกๆ วันหยุดแต่ไม่เท่านั้น ช่วงดึกๆ ผมจะลุกเดินออกจาก
ห้องพักมา ท่านก็จะต้องเดินตามมาดูว่าผมทำอะไร ผม
เคยยืนไหว้พระหน้าห้องพระทุกๆ วัน ท่านก็ต้องมายืนหลัง
ผม หลังๆ นี้ผมต้องไหว้พระแค่ในห้องนอน แต่พูดเรื่องนี้
ผมก็รู้สึกว่ามันบาปมากไปแล้วนะที่พูดเรื่องพ่อแม่ออย่างนี้
แต่ผมก็อยากจะขอคำปรึกษาจากท่านอาจารย์ เพราะผม
นึกไม่ออกจริงๆ ว่าถ้าเราต้องอยู่กันอย่างนี้ ตัวผมเองก็
ไม่ใช่พระอรหันต์ บางทีก็มีจิตน้อยเนื้อต่ำใจ ไม่พอใจท่านบ้าง
มันจะเป็นการสร้างบาปกันไปเรื่อยๆ หรือเปล่าผมควรจะ
แก้ไขอย่างไรดีครับ ใจถึงจะสงบกว่านี้

๒. ขอคำแนะนำจากท่านอาจารย์เรื่องรูปแบบและ
สถานที่ปฏิบัติธรรมระยะสั้นๆ ในกรุงเทพฯ (แถวๆ สถานี
รถไฟสามเสน) เพราะผมยังต้องทำงานราชการไปอีกอย่าง
น้อย ๓-๔ ปี ก่อนจะ early retire ได้ เลยมีเวลาว่าง
เป็นช่วงๆ ไม่ยาวนาน เดือนที่ผ่านมาได้ไปสิงห์บุรี จึงรู้ว่า
วิธีทำให้จิตสงบนี้น่าสนใจมาก

ขอกราบขอบพระคุณ อ.ดร.สนอง ที่กรุณาให้คำตอบ
เพื่อเป็นแนวทางสร้างใจที่สงบให้แก่ผมด้วยครับ
รักและเคารพ

.....

คำตอบ

ตลอด ๔๕ พรรษาที่พระพุทธเจ้าออกเผยแผ่ธรรม
พระองค์ไม่เคยสอนให้ใครผู้ใด เข้าไปก้าวล่วงในชีวิตของ
ผู้อื่น แต่ผู้มีปัญญาทางโลกยังเห็นผิด ชอบสั่งให้ผู้อื่นทำตาม
สิ่งที่ตัวเองต้องการ ปัญหาจึงได้เกิดขึ้น

(๑) บุคคลจะมีพฤติกรรมเป็นเช่นไร เขาก็เป็นครูสอน
เราว่า ความทุกข์เกิดขึ้นเพราะรู้ไม่จริง ผู้ใดเอาจิตตัวเอง
เข้าไปยุ่งกับเรื่องของคนอื่น ผู้นั้นมีทุกข์เกิดขึ้น หากเราไม่
ประพฤติเช่นเขา เราก็จะไม่ทุกข์ เช่นเดียวกัน ความทุกข์คือ
ความไม่สบายกาย ไม่สบายใจ ผู้ใดมีความน้อยเนื้อต่ำใจ
มีความไม่สบายใจ ผู้นั้นยังไม่รู้จริง (โง่) จึงมีความทุกข์เกิด
ขึ้นเป็นธรรมดา ฉะนั้นหากไม่ประสงค์ให้ตัวเองเป็นทุกข์
ต้องปล่อยวางเรื่องของคนอื่น ด้วยการกำหนดว่า “มันเป็น
เรื่องของเขา ไม่ใช่เรื่องของเราๆๆๆ” กำหนดไปเรื่อยๆ

จนกว่าทุกข์หายไป กำหนดทุกครั้งที่ไม่สบายใจ กำหนด
ทุกครั้งที่นั่งได้

(๒) ผู้ปฏิบัติธรรมอยู่ที่บ้าน ด้วยการสวดมนต์
สรรเสริญคุณของพระรัตนตรัย หลังสวดมนต์กำหนด
ลมหายใจเข้าออก (พุท-โธ) นาน ๓๐-๖๐ นาที หลังกำหนด
แล้วเสร็จ ต้องอุทิศบุญกุศลให้เจ้ากรรมนายเวร หากปฏิบัติ
บ่อยๆ ปฏิบัติทุกวันให้ได้เช่นนี้แล้ว โอกาสที่จิตจะเป็นอิสระ
จากจากพฤติกรรมของคนอื่น ย่อมเกิดขึ้น

หากประสงค์จะไปปฏิบัติธรรมระยะสั้นๆ ใกล้บ้าน
ผู้ตอบปัญหาแนะนำให้ไปปฏิบัติธรรมที่คณะ ๕ วัดมหาธาตุฯ
ท่าพระจันทร์ กรุงเทพฯ ก็ได้

๕๙. ธรรมเนียมของหลวงพ่อ

คำถาม

กราบสวัสดีครับท่านอาจารย์ ดร.สนอง ที่เคารพ
นับถือ

กระผมได้มีโอกาสศึกษาธรรมของพระพุทธเจ้าอย่าง
จริงจัง เริ่มต้นจากการฟังธรรมนิยายของหลวงพ่ोजรัญ
จึงเกิดความศรัทธาและเลื่อมใสในพระพุทธศาสนา

และเริ่มเข้าใจธรรมมากขึ้นกว่าการเรียนตอนมัธยม โดยกระผมเข้าใจว่าพระอรหันต์นั้นเมื่อบวชครบ ๖๐ พรรษา แล้วจะเป็นอรหันต์โดยอัตโนมัติ เหมือนข้าราชการ ตอนเกษียณ และยังสงสัยว่าเป็นได้อย่างไร ใช้วิธีใด จนได้มาศึกษาจากธรรมเนียมของหลวงพ่ोजรัญ และมีโอกาสได้ฟังธรรมเทศนาของหลวงพ่อบุญ ฐานิโย จาก การแนะนำของกัลยาณมิตรในที่ทำงาน เรื่องการปฏิบัติ วิปัสสนากรรมฐานโดยตรง ทำให้ได้เข้าใจในเรื่องการ ปฏิบัติเพื่อนำไปสู่นิพพาน หรือการเป็นอรหันต์ของพระ อริยสงฆ์มากขึ้น จนกระทั่งกัลยาณมิตรท่านเดิมได้นำ ธรรมเทศนาของท่านอาจารย์ ดร.สนอง มาให้กระผมฟัง ทำให้เกิดความชัดเจน ความเข้าใจ กำลังใจ ในการปฏิบัติ มากขึ้น ซึ่งในครั้งแรกๆ ที่ฟัง กระผมชอบฟังเรื่องการ เข้าฌานมาก เพราะอยากได้อภิญญา และเป็นสิ่งที่ฟัง แล้วมีกำลังใจและใช้เป็นอุบายในการนั่งฝึกสมาธิมาตลอด ตอนนั่งแรกๆ อยากเข้าสมาธิขั้นอัปนาสมาธิมากๆ แต่ จิตไม่เคยสงบเลย แม้แต่ขณิกสมาธิก็ทำไม่ได้ กระผมก็ นั่งสมาธิมาเรื่อยและศึกษามาตลอด จนได้มีโอกาสได้ไป ปฏิบัติธรรม ณ วัดอัมพวัน ตั้งใจว่าจะเอาฌานที่นี้ให้ได้ แต่จิตก็ไม่สามารถสงบได้เช่นเดิม และคิดว่าจะนั่งสมาธิทั้งคืน

ไม่ลุกจากที่นั่งดังที่ท่านอาจารย์ ดร.สนอง ได้ปฏิบัติมาเป็นแบบอย่าง แต่ก็ไม่สามารถเอาชนะมารได้ทุกครั้ง ต้องล้มตัวลงนอนทุกครั้ง ทั้งง่วง ทั้งปวดขา และเมื่อวันที่ ๒๕-๒๗ ตุลาคม กระผมได้ไปปฏิบัติธรรม ณ ชมรมยุวพุทธ ก็ตั้งใจไว้เหมือนตอนที่ไปวัดอัมพวัน แต่ก็ไม่สามารถทำจิตให้นิ่งได้ แต่คราวนี้ ไม่เหมือนครั้งที่แล้ว คือ พระวิปัสณาจารย์ท่านแนะนำว่า จิตไม่นิ่งก็ให้ใช้สติตามดูตามรู้เอาจิตมันไม่นิ่งเป็นธรรมดาอยู่แล้ว เราต้องตามดูให้ทันทุกขณะจิต จากการปฏิบัติในครั้งนั้น ถึงแม้จะไม่สามารถตามจิตได้ทุกขณะ แต่ก็ถือว่ากระผมได้เข้าใจการนั่งสมาธิมากขึ้น มีความเพียรมากขึ้น ไม่ปล่อยให้เวลาให้เปล่าประโยชน์ ไม่นอนกลางวัน พอว่างแล้วนั่งสมาธิทันที

ถึงตอนนี้กระผมเริ่มไม่ค่อยอยากได้ฌานแล้วครับ ไม่ค่อยอยากได้อภิญญาแล้ว อยากเริ่มฝึกในขั้นต้นให้ดีกว่าคือตามดูจิตไปเรื่อยๆ ตามดูให้เท่าทัน แต่กระผมแปลกใจอยู่ว่าตอนอยู่วัด หรือ ชมรมยุวพุทธ ไม่ค่อยสามารถเข้าสมาธิได้เลย (ที่จำได้เข้าได้ที่ละ ๑ ครั้ง) แต่พอออกจากวัดมาปฏิบัติที่บ้าน รู้สึกว่าจิตนิ่งเร็วขึ้น เป็นสมาธิง่ายขึ้นเมื่อพิจารณาแล้วเหมือนมีสิ่งศักดิ์สิทธิ์คอยห้ามไม่ให้เราเข้าสมาธิได้ เหมือนอยากให้เราเข้าใจในการปฏิบัติมากขึ้น

ว่าสิ่งสำคัญไม่ใช่ความมีปัญญา หรือการนั่งเพื่ออยาก
ได้ฌาน ตอนนี้จะผมจึงพยายามมีสติตามจิตให้ทันตลอด
ทั้งวัน กำลังฝึกอยู่ครับ ทันบ้าง ไม่ทันบ้าง ความจริงแล้ว
ผมมีคำถามมากมายอยากสอบถาม แต่คิดดูแล้วอยาก
ปฏิบัติแล้วรู้เองมากกว่าครับ แต่มีคำถามหนึ่งที่เกิดจาก
การปฏิบัติศึกษาแล้วเกิดความสงสัยอยากทราบดังนี้ครับ

๑. เป็นไปได้ไหมว่า พระวริยาธิกะ ที่จะตรัสรู้เป็น
พระพุทธเจ้าในกาลต่อไปข้างหน้า ซึ่งบำเพ็ญบารมีมากกว่า
พระพุทธเจ้าของเรา คือ ๑๖ อสงไขย กับ ๑ แสนมหากัป
นับจากได้รับพยากรณ์ (จากหนังสือทางสายเอก) จะตรัสรู้
ข้อธรรมเพิ่มขึ้นอีกจากธรรมของพระพุทธเจ้าของเรา
มีธรรมที่สามารถ ดับอย่างอื่นได้มากกว่า ดับกิเลสหรือไม่
ซึ่งสาเหตุที่ผมคิดแบบนี้นั้นเนื่องจากมีความสงสัยว่า
นิพพานเป็นหนึ่งในวัฏสงสารหรือไม่ แต่เป็นภพภูมิที่ดี
ไม่ต้องไปเวียนว่ายตายเกิด ซึ่งสามารถตัดกิเลสได้สิ้นเชิง
แต่ก็ยังไม่สามารถดับจิตวิญญาณได้ ดับได้เฉพาะธาตุขันธ์
เท่านั้น แต่จิตวิญญาณก็ยังไม่ดับ ยังคงไปอยู่ที่นิพพาน
ไปเสวยวิมุตติสุข ตลอดไปไม่มีที่สิ้นสุด เหมือนกับเป็นวัฏหนึ่ง
ที่จิตไปเสวยอยู่ แต่เป็นภพที่ดี ผมคิดว่าถ้าดับจริงๆ
น่าจะดับทั้งธาตุขันธ์ และจิตวิญญาณได้ หมายความว่า

ดับสลายไปเลย ไม่ต้องมีอะไรเลย ไม่ต้องให้จิตมันเวียน
ว้ายที่ได้อีก ทั้งภพภูมิที่สุข และภพภูมิที่เป็นทุกข์ ไม่ต้องอยู่ใน
จักรวาลใดเลย ดับไปหมด ไม่ต้องให้จิตมันสวดยสุขใดๆ
อีก ดับจริงๆ สุขเป็นเวทนาหรือไม่ครับ ถ้าหากสุขเป็น
หนึ่งในเวทนา สุขที่อยู่ในนิพพานถือเป็นสุขเวทนาที่ควร
ดับให้ได้หรือเปล่าครับ เหมือนกับว่ามีสิ่งที่สร้างภพภูมิ
ต่างๆ ขึ้นรวมถึงนิพพานด้วย ถ้าหากเราอยากออกจาก
สิ่งที่มีอยู่นี้ เป็นไปได้ไหมที่เราควรดับให้หมดทั้งธาตุขันธ์
และดวงจิตของเรา ไม่ยึดติดกับภพภูมิได้อีก ทั้งให้หมดครับ
ไม่มีจิตใดๆ เลย ดับจิตทิ้งไปเลยครับ

คำถามก็มีเพียงเท่านี้ครับ ขอความกรุณาท่านอาจารย์
ดร.สนอง ด้วยนะครับ ทั้งนี้ถ้าหากคำถามนี้เป็นการล่วงเกิน
คุณพระศรีรัตนตรัย พระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ ขอ
คุณพระศรีรัตนตรัยได้โปรดงดโทษ และให้อภัยในความ
เบาปัญญาของกระผมด้วยเถิด

ทั้งนี้ กระผมจะปฏิบัติธรรมตามคำสอนของพระ
พุทฺธเจ้าต่อไป ด้วยความเลื่อมใสศรัทธาครับ ถ้าสถานการณ์
น้ำท่วมดีขึ้น กระผมคงได้ไปฟังธรรมบรรยายของท่าน
อาจารย์ในเดือนพฤศจิกายนนี้ ที่กรุงเทพฯ นะครับ

ขอกราบขอบพระคุณท่านอาจารย์ ดร.สนองเป็น
อย่างสูงครับที่ให้ปัญญาความรู้แก่กระผม ขอให้ท่านอาจารย์
มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงครับ สวัสดิ์ครับ

.....

คำตอบ

ปัญหาที่ถามไปเป็นเรื่องที่ไม่ควรคิด (อจินไตย)
ผู้รู้จริงแท้ไม่วิไล้ชณา แต่หากใครผู้ใดเข้าถึงสภาวะเช่นนั้นได้
ความสงสัยย่อมหมดไปโดยปริยาย และคำว่า “สุขเวทนา”
เป็นสมมุติบัญญัติของอารมณ์สุข ที่เกิดขึ้นกับจิตของ
ผู้ที่ยังมีกิเลสมาก (ปุถุชน) และคำว่า “นิพพาน” มิได้ถือว่าเป็น
หนึ่งในวัฏสงสาร คำว่า “กิเลส” หมายถึงสิ่งที่ทำให้
เศร้าหมอง ดับกิเลส หมายถึง ดับความเศร้าหมองที่มีอยู่
ในใจ อาทิ โลก โกรธ หลง เมตตา สติ ปัญญา ฯลฯ เหล่านี้
ทำให้ใจเศร้าหมอง

ความสุขในนิพพานหรือวิมุตติสุข เป็นสุขที่พ้นจาก
สมมติ มิใช่สุขเวทนาในวัฏสงสาร

ชั่วดินเดียว...มนุษย์เปลี่ยนได้...อย่าประมาทใคร
อย่ายึดติดอะไร...อย่าประมาทวันเวลา

๖๐. ขอร่ายที่พูดตรง

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์ที่เคารพ
หนูมีปัญหาที่ไม่ทราบจะตัดสินใจอย่างไร คือหนูเริ่มปฏิบัติธรรมตั้งแต่ประมาณ ๑๐ ปีที่แล้ว และได้ปฏิบัติต่อมาเรื่อยๆ แต่ขาดความต่อเนื่อง จึงทำให้รู้สึกว่าจะไม่ก้าวหน้าในธรรม ระยะเวลาหลังมีความคิดที่จะลาออกจากงานประจำเพื่อปฏิบัติธรรมให้เต็มที่ ในความคิดเห็นของท่านอาจารย์คิดว่าหนูควรตัดสินใจอย่างไรดี (หนูไม่มีภาระอะไรที่ต้องรับผิดชอบ นอกจากตนเองค่ะ)

กราบขอบพระคุณค่ะ และกราบขออนุโมทนาบุญกับท่านอาจารย์ ที่ช่วยตอบคำถามเพื่อชี้ทางสว่างให้กับคนอื่น ๆ อีกมากมาย

.....

คำตอบ

การตักน้ำใสโอ่ง หากซี้เกียด ตักบ้าง หยุดบ้าง โอกาสที่น้ำจะเต็มโอ่ง ย่อมเกิดขึ้นได้ยาก เช่นเดียวกัน การปฏิบัติธรรม หยุดบ้าง ปฏิบัติบ้าง ย่อมบรรลุผลของธรรมได้ยาก

เมื่อรู้จุดอ่อนของตัวเองดังนี้แล้ว ก็เลือกเอาตามที่ชอบๆ เกิด อหนึ่ง คนโง่ มักน้อยในการกระทำความดี แต่มักมาก ในการทำความชั่ว ตรงกันข้าม คนฉลาดมักน้อยหรือไม่มาก ในการทำความชั่ว แต่มักมากในการทำความดี ต้องการเป็นคนแบบไหนจงเลือกเอาตามใจปรารถนาเถิด

ขออภัยที่พูดตรง

๖๑. ชอบเดินรำ

คำถาม

กราบสวัสดิ์ท่านอาจารย์ดร. สมอง วรอุไร ด้วยความเคารพค่ะ หนูขอกราบเรียนถามปัญหาณะคะ

๑. คนที่ปฏิบัติธรรมภาวนา แต่ยังชอบไปเดินรำตอนกลางคืน จะเป็นปัญหาหรืออุปสรรคในการปฏิบัติธรรมหรือบาปไหมคะ เพราะในศีล ๕ ก็ไม่ได้ระบุว่าผิดคะ ไปเดินรำเฉยๆ ไม่ได้ตีฆ้องล้าคะ

๒. คำว่ากรรมเป็นเผ่าพันธุ์ แสดงว่า ถ้าเราเป็นแม่ได้ทำบุญ รัักษาศีล ภาวนา กรรมที่ดีก็สามารถตกไปถึงลูกหรือมารดาของหนูได้เช่นกัน ใช่ไหมคะ

กราบขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้ด้วยค่ะ

คำตอบ

- (๑) ไม่ผิดศีล ๕ แต่จิตยังตกเป็นทาสของกิเลสกำม (รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ) ซึ่งขัดขวางมิให้จิตตั้งมั่น เป็นสมาธิ
- (๒) คำว่า “กมม พนฺธุ” หมายความว่า มีกรรมเป็น ของผู้ถามปัญหา หมายถึง บุคคลจะมีพฤติกรรมดีหรือชั่ว อยู่ที่การกระทำ (กรรม) ของตัวเองเป็นเหตุ

๖๒. อนันตริยกรรมของผู้อื่น

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์ดร.สนอง วรอุไร ที่เคารพ อย่างสูงครับ

ที่กระผมได้ถามไปแล้ว ทุกวันนี้มันยังวนเวียนเข้ามา อยู่บ้างครับในส่วนของ ความคิดในเรื่องราวการทำอนันตริย กรรมของผู้อื่น กระผมเลยได้ลองปฏิบัติตามแนวทางคือมัน คิดแล้ว ก็ให้รู้ว่ามันคิดдумันเกิดมันดับไปเอง เพราะผมเคย ยิ่งห้ามมันมันรู้สึกยิ่งหนัก ผมยังมีความสงสัยอยู่ครับท่าน อาจารย์ที่เคารพ ผมจึงขอความเมตตาท่านอาจารย์ให้ คำแนะนำครับ

๑. การที่ความคิดแบบนี้เกิดขึ้น เช่น ยินดีในการทำอนันตริยกรรมของผู้อื่น เช่นความคิดที่เกิดกับผมนี้ จะทำให้ไม่สามารถสำเร็จมรรคผลนิพพานเลยหรือเปล่าครับ

๒. ถ้าผมดูความคิดตัวเองแบบนี้เห็นว่า มันห้ามไม่ได้ เป็นอนัตตา แต่ดูมันคิดไปอีกมันคิดอกุศลก็เห็นแล้ว มันก็ดับไป ผมจะมีกรรมไหมครับ ที่ไม่ระงับความคิดอกุศล

๓. ถ้าผมเป็นคนชอบมีความคิดไปในทางอกุศล ซึ่งมันเกิดขึ้นเองไม่ใช่เจตนาของผมเลย ผมควรจะปฏิบัติอย่างไรดีครับจึงจะถูกทางและเหมาะสมกับผม แล้วสามารถสำเร็จพระโสดาบันได้ครับ

กราบขอขมาและขอขอบพระคุณในความเมตตาอันสูงยิ่งของท่าน อาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ครับ กระผมเองไม่ค่อยมีอาจารย์ทางโลก แล้วไม่ค่อยมีโอกาสออกไปที่ไหนๆ ได้มากนัก แต่มีความปรารถนาที่จะปฏิบัติจริงๆ ครับ

กระผมขอฝากตัวเป็นศิษย์ของท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ไว้ ณ ที่นี้ครับ สุดแล้วแต่ท่านอาจารย์จะเมตตาครับ ด้วยความเคารพในท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร เป็นอย่างสูง

คำตอบ

(๑) เมื่อใดที่ความคิดอกุศลยังมีอยู่ในจิต บุคคลยังไม่สามารถพัฒนาจิตให้เข้าถึงนิพพานได้

(๒) กรรม คือ การกระทำ ความคิดอกุศลเป็นมโนกรรมที่มีอานิสงส์เป็นบาป อยากยังมีอยู่ถือว่าเป็นบาป

(๓) ผู้ใดปรารถนาจะให้ความคิดอกุศลหมดไป ต้องนำดอกไม้ ธูปเทียน ไปบูชาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ แล้วสวดมนต์บทสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย หลังสวดมนต์แล้วเสร็จ ต้องกล่าววาจาชอขมากรรมที่เป็นอกุศลมโนกรรมนั้น และต้องพูดว่า “จะไม่คิดอกุศลให้เกิดขึ้นอีก” หลังจากนั้นรักษาใจให้มีสังขละ และสุดท้ายให้กำหนดอานาปานสติ (กำหนดพุท-โธ) ทุกครั้งที่นึกได้ ทุกครั้งที่ว่างจากงาน เมื่อปฏิบัติแล้วเสร็จในรอบวัน ต้องอุทิศบุญกุศลให้เจ้ากรรมนายเวร

เมื่อใดที่จิตมีสติจนตั้งมั่นเป็นสมาธิที่สมควรแล้ว นำจิตไปพัฒนาต่อด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากาวนา โอกาสเกิดปัญญาเห็นแจ้ง ที่นำไปสู่ความเป็นพระโสดาบันจึงจะเกิดขึ้นได้

“ไม่มีใครไม่เคยเสียใจ...แต่ใครทำใจได้ก่อนย่อมสุขใจ”

๖๓. เกี่ยวกับแม่ค่ะ

คำถาม

เรียนอาจารย์สนอง วรอุไร ที่เคารพ วันนี้ลูกมีคำถาม
ที่สงสัยอีกแล้วค่ะ

๑. การอุทิศบุญที่เราทำ ต้องกรวดน้ำหรือไม่คะ และ
จำเป็นต้องจุดธูปเทียน เพื่ออัญเชิญเทพ เทวดา เจ้ากรรม
นายเวร บรรพบุรุษ หรือใคร ที่เราต้องการอุทิศให้หรือไม่คะ
หรือถ้าเราตั้งจิตอุทิศให้ บุญจะถึงหรือเปล่าคะ หรือต้อง
เอ่ยชื่อผู้ที่เราต้องการอุทิศบุญให้ บุญถึงจะได้แก่ผู้ที่เรา
ต้องการอุทิศให้ค่ะ

๒. เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับแม่ค่ะ เนื่องจากลูกกำลังเรียน
และเป็นช่วงยุ่งๆ และเครียดๆ กับเรื่องเรียน แม่จะมาดูแล
แต่ลูกก็มีความรู้สึกไม่อยากให้แม่มา เพราะถ้าแม่มาอยู่
ดูแลเรา เราก็จะเกิดความกังวลขึ้นสองทาง คือ กังวลเรื่อง
งาน และเรื่องการดูแลแม่ (ยอมรับทั้งที่รู้สึกผิดว่า มัน
ไม่อิสระค่ะ) อีกทั้งบางทีแม่ก็บอกให้ทำในสิ่งที่เรายังไม่อยาก
จะทำในขณะนั้น ทั้งๆ ที่มันก็เป็นสิ่งที่ดี ซึ่งทำให้ทั้งแม่ และ
ลูกรู้สึกไม่ติดต่อกัน (แม่ก็รู้สึกว่าลูกไม่เชื่อฟัง ลูกก็รู้สึกว่าทำไม
แม่ต้องบังคับ) เช่น แม่จะให้เราไปทำบุญ จุดธูป ๓๙ ดอก

เชิญบรรพบุรุษไปทำบุญด้วย เพื่อให้เรื่องการเรียนทั้งหลายราบรื่น แต่ขณะนั้นสภาพจิตใจเรายังไม่พร้อมที่จะทำ และกำลังอยู่ในช่วงที่เกิดความคิดว่า อยากทำบุญ เพราะเป็นสิ่งที่ดี ไม่ได้อยากทำบุญเพื่อวัตถุประสงค์ใดๆ และอีกเรื่องคือรู้สึกว้าเหวนี้คุยกับแม่แล้ว แม่ไม่ค่อยเข้าใจในสิ่งที่เราคิด (ทั้งที่เมื่อก่อนคุยกันทุกเรื่องค่ะ) แล้วเราก็มีนิสัยที่ไม่ดีต่อพ่อแม่ คือ เวลาท่านพูดหรือทำอะไรไม่ตรงกับใจเรา เราจะโกรธทันที (รู้สึกแยกับตัวเองค่ะที่เป็นแบบนี้ แต่ห้ามไม่ทันทุกที) เลยพยายามอยู่ห่างท่านไว้ก่อนในขณะนี้ เพราะไม่อยากให้กระทบกระทั่งกัน รู้สึกไม่ดีต่อกัน คือไม่อยากให้เป็นเวรกรรมต่อกันค่ะแต่ลูกก็ยังรักท่านทั้งสองเหมือนเดิมค่ะ ลูกกำลังแก้ปัญหาลูกทางหรือไม่คะ หรือลูกควรจะทำอย่างไร

๓. เดี่ยวนี้ลูกมีความคิดว่า การทำบุญ อยากทำบุญ เพราะเป็นสิ่งที่ดี การสวดมนต์เพราะทำให้เราจิตใจสงบให้เราเกิดปัญญา และมีกำลังในการแก้ปัญหา ไม่ได้ทำบุญหรือสวดมนต์เพื่อวอนขอให้สำเร็จวัตถุประสงค์ต่างๆ เช่น ขอให้สอบผ่าน เป็นต้น และการไหว้เทพเจ้าสิ่งศักดิ์สิทธิ์เพราะเคารพนับถือในความดีที่ท่านมี ไม่ได้เป็นการสวดหรือไหว้เพื่ออ้อนวอนขอ เช่น ให้สอบผ่าน ให้เจอคู่ครอง

เป็นความคิดที่ถูกต้องหรือไม่คะ คือ ช่วงหลังๆ ลูกเริ่มคิดว่า เวลามีปัญหาเกิดขึ้น มันเกิดจากตัวเราและเราต้องเป็นคน แก้เอง การอ้อนวอนขอ โดยที่เรายังไม่ได้ทำอะไรเพื่อแก้ไข มันช่วยแก้ปัญหาให้เราไม่ได้ แต่อีกทางหนึ่งก็คิดว่า เราจะเชื่อมั่นในตัวเองเกินไปหรือเปล่านั้น

ด้วยความเคารพอาจารย์เป็นอย่างสูงค่ะ

หากลูกมีความเห็นผิดไปประการใด ขออาจารย์ช่วยชี้ทางให้ลูกด้วยค่ะ

ขอบพระคุณอาจารย์เป็นอย่างสูงค่ะ

คำตอบ

(๑) การอุทิศบุญ ขณะกำลังกล่าวคำอุทิศ จะกรวดน้ำก็ได้ ไม่กรวดน้ำก็ได้ แต่ต้องเอ่ยชื่อผู้ที่ถูกอุทิศบุญให้ หากเขามานุโมทนา เขาก็ได้บุญ หากเขาไม่มานุโมทนา เขาก็ไม่ได้รับส่วนบุญที่มีผู้อุทิศให้

(๒) คนที่มีอารมณ์โกรธ เป็นคนที่ขาดสติ และไม่มีเมตตา ฉะนั้นเมื่อมีสิ่งขัดใจเข้ากระทบจิต ต้องให้อภัยเป็นทาน ให้อภัยทุกครั้ง แล้วโทษจะหายไป ความเมตตาจะเกิดขึ้นแทนที่ แล้วสั่งสมอยู่ในดวงจิตของผู้ให้อภัย

ซึ่งมีผลทำให้อารมณ์สงบ และเย็น ผู้เป็นลูกต้องทำให้ได้
ตามที่ชี้แนะ แล้วบาปจะไม่เกิดขึ้น

๖๔. ความทุกข์ร่วมกัน

คำถาม

เรียนถาม ดร.สนอง วรอุไร
คนเราทำกรรมอะไรมา จึงถูกน้ำท่วมได้รับความทุกข์
ร่วมกันมากขนาดนี้
กราบขอบพระคุณค่ะ

คำตอบ

ความทุกข์เป็นความไม่สบายกาย ไม่สบายใจ ทุกข์
จากถูกน้ำท่วม เนื่องจากเหตุทำกรรมเบียดเบียนธรรมชาติ
เช่น ตัดไม้ทำลายป่า ปิดทางน้ำมิให้ไหลลงสู่ที่ต่ำ ผู้ทำกรรม
เบียดเบียนรวมถึงผู้ร่วมกระทำกรรม และผู้เห็นดีด้วยกับ
การกระทำอันเกิดจากการใช้ปัญญาเห็นผิด จึงต้องร่วมกัน
เสวยอกุศลวิบากที่เกิดขึ้น

๖๕. คำว่า “พุทโธ”

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์ ดร.สนอง ที่เคารพ

หนูมีข้อสงสัยที่จะรบกวนขอความกระจ่างจากอาจารย์เกี่ยวกับการปฏิบัติชนิดหน้อยคะ เนื่องจากหนูเคยฟังบันทึกการบรรยายธรรมเทศนาของหลวงพ่อจรัญ แห่งวัดอัมพวัน ที่ท่านกล่าวว่าเป็นการไม่สมควรและเป็นบาปหากผู้ปฏิบัติเดินจงกรมโดยกำหนดพุทโธที่เท่าในระหว่างที่ก้าวขา ในขณะที่เดียวกัน หนูเคยได้รับคำบอกกล่าวจากผู้เข้ารับการอบรมปฏิบัติกรรมฐาน ที่วัดสันป่าสักวรอุไรธรรมาราม ในเชียงใหม่ว่า การเดินจงกรมของที่วัดนี้ก็กำหนดพุทโธไปตามปกติ เพราะที่วัดนี้เป็นสายพระป่า และปฏิบัติตามแนวทางของหลวงปู่มั่น และหลวงปู่ชา นอกจากนี้หนูยังเคยอ่านใน e-book เกี่ยวกับการปฏิบัติสมาธิภาวนาของหลวงปู่มั่นที่บอกเล่าโดยหลวงตาบัว เลย์เกิดความสับสนชนิดหน้อยว่าถ้าหากหนูถนัดและคุ้นเคยกับคำบริกรรมพุทโธแล้วหนูควรจะปฏิบัติหรือบริกรรมอย่างไร ในขณะที่เดินจงกรมจึงเหมาะสมและถูกต้อง และไม่เป็นการปรามาสพระพุทธเจ้า ขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ล่วงหน้าเป็นอย่างสูงคะ

คำตอบ

พุทโธเป็นคำสมมุติที่ถูกบัญญัติขึ้น เพื่อให้จิตได้ระลึกฐู่ (จดจ่อ) ในอิริยาบถที่เป็นปัจจุบันขณะ ดังนั้นการนำคำว่า “พุทโธ” ไปจดจ่ออยู่กับลมหายใจเข้า-ออก จึงทำได้ นำคำว่า “พุทโธ” ไปจดจ่อกับการก้าวเดินของเท้าซ้าย-ขวา จึงทำได้ นำคำว่า “พุทโธ” ไปจดจ่ออยู่กับการแบมือ-กำมือ จึงทำได้ นำคำว่า “พุทโธ” ไปจดจ่ออยู่กับเสียงเดินของนาฬิกา จึงทำได้ ฯลฯ เมื่อใช้แล้วจิตย่อมตั้งมั่นเป็นสมาธิเหมือนกัน เมื่อใดที่จิตเป็นสมาธิ ย่อมไม่ปรามาสพระพุทธรเจ้าให้เป็นบาปเกิดขึ้น

๑๖. เป็นบาปไหม

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์ที่เคารพ

ขอถามปัญหาดังนี้ค่ะ

๑. เวลาจะนอนพักผ่อน เอนหลัง หลังจากนั่งทำงานนานๆ มักจะชอบเปิดธรรมะ ฟังคำสอนของครูบาอาจารย์ทาง Internet และฟังอย่างตั้งใจ พิจารณาตามธรรมนั้นตามปัญญาที่มี จะเป็นบาปไหมคะ เคยได้ยินครูบาอาจารย์ท่าน

บอกว่า โทษของการนอนฟังธรรมจะทำให้เกิดเป็นงู แต่
เวลาหนูไปฟังธรรมที่วัด หนูจะนั่งฟังอย่างตั้งอกตั้งใจ
ไม่พูดไม่คุย เพื่อจะพิจารณาตามธรรมนั้นเสมอ

๒. การทำบุญโดยการโอนเงินเข้าบัญชี ก็ทำได้
ใส่บาตรพระอริยสงฆ์ท่านโดยตรง อานิสงส์จะเท่ากันไหม

๓. ถึงแม้จะไม่เคยพบเห็นรูปร่างตัวตนของครูบา
อาจารย์ แต่ได้กราบท่านจากภาพหรือยกมือสาธุ เมื่อปิติที่
ได้ฟังธรรมของท่าน และพยายามน้อมนำไปปฏิบัติ เท่าที่สติ
และปัญญาจะอำนวย อย่างนี้หนูจะบังอาจถือว่าเป็นลูกศิษย์
ท่านได้ไหมคะ ท่านจะรับหนูเป็นศิษย์ไหมคะ รวมถึงอาจารย์
สนองด้วยค่ะ ขอกราบขอบพระคุณอาจารย์เป็นอย่างสูง

.....

คำตอบ

(๑) ทุกอิริยาบถ (ยืน เดิน นั่ง นอน กิน ดื่ม
เล่น ฯลฯ) ที่เอาหูฟังธรรม ผู้นั้นย่อมมีบุญเกิดขึ้นและถูก
เก็บบันทึกไว้ในดวงจิต ผู้มีบุญไม่ลงไปเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน
(งู) ตรงกันข้าม คนมีบาป (โมหะ) ตายแล้วยังมีโอกาส
ไปเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉานได้

(๒) โอนเงินเข้าบัญชีกับนำอาหารไปใส่ลงในบาตรของพระอริยสงฆ์ ได้อานิสงส์ไม่เหมือนกัน เป็นอานิสงส์ที่ต่างชนิดกัน จึงนำมาเปรียบเทียบกันไม่ได้ ว่าการกระทำอย่างใดได้อานิสงส์มาก ได้อานิสงส์น้อย

(๓) ผู้ใดมีความประพฤติกฎตรงกับครูบาอาจารย์ การเป็นศิษย์เป็นครูย่อมเกิดขึ้นโดยปริยาย ตรงกันข้ามหากประพฤติดิได้ไม่เหมือนกัน แล้วมาอ้างว่าเป็นครูเป็นศิษย์กัน คำอ้างเช่นนั้นถือว่าเป็นการกล่าวตู่

ผู้ตอบปัญหาเปิดโอกาสให้มวลชนได้ทำความดี หากผู้ใดพัฒนาจิตจนมีพฤติกรรม ถูกตรงตามธรรมได้แล้ว การเป็นครู เป็นศิษย์กัน ย่อมมีความเป็นไปได้

๖๗. กลัวตกนรก

คำถาม

กราบท่านดร.สนอง วรอุไร ที่เคารพอย่างสูงครับ
คือผมมีปัญหาเรื่องนี้อยู่สักพักแล้ว หลังจากที่ได้อินได้ฟังหรือได้อ่านเจอ เกี่ยวกับเรื่องของพระเทวทัตก็ตามหรือนางจิญจมาณวิกาก็ตาม แล้วบวกกับผมเคยได้ยินว่า ห้ามไปส่งเสริมยินดีกับผู้ทำไม่ดีจะมีผลต่อเราด้วย ผมเลยยังกลัว

ใหญ่เลย เพราะมันเหมือนว่าคำว่า เทวทัตกับจิณฺณมานวิกา มันจะผิดขึ้นมาบ่อยๆ เวลาผิดขึ้นมา ผมจะรู้สึกกลัวมาก แล้วก็ก็มีครั้งหนึ่งผมยิ่งพิจารณาตาม แยกแยะว่าสิ่งไหนคืออะไร ยังไง แต่สุดท้ายก็สู้แรงของสังขารอวิชชาไม่ไหวมันพาผม กระเจิงเลยครับ แล้วอยู่ดีๆ มันก็มีความคิดว่า ยินดีกับนางจิณฺณมานวิกา แล้วผมรู้สึกท้อมากๆ เลยคิดว่า เราจะตกนรกไหมนี่ เราจะสำเร็จมรรคผลได้ไหมนี่ เพราะการกระทำของเขาเหล่านั้นเป็นอนันตริยกรรม เราก็ไม่ได้คิดเองนี่นา สังขารชั้นร้มนัดคิดของมันเองนี่นา แต่ผมกลัวมากๆ กลัวตกนรกกลัวไม่สำเร็จมรรคผลนะครับ

สิ่งใดที่ผมเคยคิดไม่ดีโดยเจตนาหรือไม่เจตนาที่ดี ผมกราบขอขมาท่านดร.สนอง วรอุไร ณ ที่นี้ครับ

กราบขอบพระคุณในความเมตตาของท่าน ดร.สนอง วรอุไร เป็นอย่างสูงครับ

.....

คำตอบ

ผู้รู้จริงไม่เคยห้ามใครผู้ใด ให้ทำหรือไม่ให้ทำในสิ่งใด ผู้รู้จึงทำได้เป็นเพียงผู้ชี้แนะเท่านั้นว่า “คนที่ศรัทธาในความชั่ว ย่อมมีโอกาสทำตนให้เป็นคนชั่วได้” หากไม่ประสงค์

ลงไปเกิดเป็นสัตว์นรก ต้องพัฒนาจิตให้พ้นไปจากโทสะได้
เมื่อใด ก็จะไม่ลงไปเกิดเป็นสัตว์นรกแน่นอน

๖๘. โชคดีที่นอนคนเดียว

คำถาม

สวัสดิ์คะอาจารย์ ดร.สนอง

หนูขออนุญาตเล่าประวัติส่วนตัวนิดหน่อยนะคะ เพื่อประกอบคำถามของหนูค่ะ หนูไม่ได้เป็นพุทธศาสนิกชน โดยกำเนิดค่ะ ที่บ้านนับถือพระเจ้า หนูก็เข้าเรียนและปฏิบัติตามหลักศาสนาเป็นปกติ แต่หนูก็มีคำถามตลอดเวลา เกี่ยวกับหลักศรัทธาค่ะ จนกระทั่งเมื่อประมาณ ๗ ปีที่แล้ว หนูมีโอกาสไปอยู่ต่างประเทศคนเดียว (หนูเรียนเคมี แล้วไปต่อ ป.เอก ที่อเมริกาด้านการศึกษาค่ะ) หนูก็ได้มีโอกาสหาคำตอบให้กับคำถามทั้งหลาย หนูไปโบสถ์อยู่สัก ๒ ปี คำตอบคือ ไม่ใช่อีกแล้ว แล้วก็แว้งคว้างแบบไม่มีศาสนา อยู่พักหนึ่งค่ะ ตอนนั้นรู้สึกว่ามีหวังไปหมดค่ะ หนูเคยลั่นวาจาว่า ยังไงก็ไม่เอาพุทธศาสนาเด็ดขาด เชื่อพระเจ้าเท่านั้น จนกระทั่งถึงจุดเปลี่ยนที่หนูเริ่มสนใจเรื่องกฎแห่งกรรม หนูจำไม่ได้ว่าจุดเปลี่ยนคืออะไร

ปัจจุบันนี้ หนูก็แอบๆ ทำคะ โซคดีที่นอนคนเดียว หนูจึงสวดมนต์ก่อนนอนบत्สันๆ บทยาวหนูก็เปิดหนังสือ นั่งสมาธิก็นั่งบ้าง แต่ไม่สมาธิเสมอ พยายามอยู่กับพุทโธ ตักบาตรเท่าที่พอมีโอกาสซึ่งนานๆ ครั้ง สรุปคือ หนูต้องแอบ ทั้งที่บ้าน และที่ทำงานคะ คำถามของหนูมีดังนี้คะ

๑. หนูจำเป็นต้องไปหาโรงเรียนเพื่อเรียนพุทธศาสนา ไหมคะ ทุกวันนี้หนูอ่านแล้วก็ฟังตามอินเตอร์เน็ตคะ หากจำเป็นต้องไปที่ไหนคะ (หนูอ่านหนังสือธรรมะหลายเล่มแล้ว คะ เช่น หลวงพ่อปัญญาณันทะภิกขุ คู่มือมนุษย์ ประวัติ หลวงตาบัว ลัทธิโลกย์อมเป็นไปตามกรรม หนังสือคุณ ดังตถุณ และตอบคำถามตาม เว็บต่างๆ เช่น ของอาจารย์ เว็บพันธ์ทิพย์ฟังบรรยายหนูก็ฟังหลายท่าน หลวงตา มหาบัว รายการทางเอเอ็มของ อ.ยุพา หลวงพ่อสงป)

๒. ตั้งแต่หนูมาเป็นพุทธศาสนิกชน หนูเห็นการ เปลี่ยนแปลงในตัวเองที่ชัดเจน หนูมีความสุขมากๆ แต่ ปัญหาคือ หนูขาดความทะเยอทะยานคะ หนูชอบและ อยากทำงานทางวิชาการของหนูให้เต็มที่ (หนูรับผิดชอบ หลักสูตรวิทยาศาสตร์ระดับม.ปลาย อบรมครู เป็นต้น) หนูไม่ชอบทำงานบริหาร หนูไม่ชอบที่ต้องรับผิดชอบมาก แต่ด้วยวัยและคุณวุฒิ ผู้ใหญ่และคนรอบข้างชอบเข้ามา

คิดแทนหนูค่ะ หนูจะสร้างความทะเยอทะยานอย่างไรคะ หนูปฏิบัติมาผิดพลาดหรือเปล่า เดี่ยวนี้หนูก็ไม่ค่อยชอบซื้อ ไม่ชอบซื้อปิ้ง (แต่ยังชอบกินอยู่เหมือนเดิมค่ะ) หนูมีความสุข กับชีวิตแบบนี้ แต่คนรอบข้างชอบคิดแทนหนูค่ะ

๓. ที่หนูเคยลั่นวาจาไว้ว่าจะว่า ยังไงก็ไม่เอาพุทธ ศาสนา หนูต้องทำอะไรเพื่อแก้ไขคำปราชญ์คะ หนูสวด มนต์บทขอขมาพระรัตนตรัย แล้วอธิษฐานได้ไหมคะ ที่บ้าน หนูไม่มีพระนะค่ะ

กราบขอภัยที่เขียนชะงาว และกราบขอบพระคุณ อาจารย์ที่กรุณาตอบคำถามค่ะ

.....

คำตอบ

โอสไตน์ไม่ได้นับถือศาสนาใด แต่เขาเป็นคนเก่ง และเป็นคนดี โลกจึงยกย่อง

(๑) หากประสงค์เป็นคนดี ต้องไม่อ่าน แต่ปฏิบัติ ให้ได้อย่างหลวงตามหาบัว

(๒) มนุษย์แสวงหาความสุข และปฏิเสธความทุกข์ ผู้ใดยังมีจิตเป็นทาสของกาม (ชอบกิน, ชอบคิดแทนคนอื่น)

ผู้นั้นย่อมมีทั้งสุขและทุกข์เป็นของคู่กัน เป็นความสุขที่
หายาบและมีอายุสั้น

ผู้ใดทำจิตให้เป็นอิสระจากโลกธรรม และวัตถุ ผู้นั้น
ย่อมมีความสุขที่ละเอียดและประณีต

ผู้ใดพัฒนาจิต (สมถภาวนา) จนเป็นสมาธิระดับฌาน
ได้ ผู้นั้นย่อมเข้าถึงฌานสมาบัติ สุข ที่ละเอียดและประณีต

ผู้ใดพัฒนาจิตให้ปลอดจากสังโยชน์ ๓ (ลักกายทิฏฐิ
วิจิกิจฉา และสีลัพพตปรามาส) ได้แล้ว ผู้นั้นมีความสุขทุกข
เหลือน้อยเท่าชี้ฝุ่นติดอยู่ที่ปลายเล็บ เมื่อเทียบกับความทุกข์
ที่กำจัดได้แล้ว มีมากเท่าชี้ฝุ่นที่หลงเหลืออยู่ในพื้นปฐพี

ผู้ใดกำจัดอวิชชา (สุตมยปัญญา และจินตามยปัญญา)
ให้หมดไปจากใจได้แล้ว ย่อมเข้าถึงความสุขสูงสุด (วิมุตติสุข)
(ผู้ตอบปัญหายังไม่ปรารถนาให้เข้าถึง ด้วยเหตุต้องไปช่วย
สหธรรมิก มิให้ไปเกิดเป็นสัตว์ในอบายภูมิ)

(๓) ประสงค์ลบล้างคำปรามาส ต้องไปสารภาพผิด
กับสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ด้วยการสวดมนต์สรรเสริญคุณพระรัตนตรัย
แล้วกล่าววาจาขอยกเลิกคำปรามาสเดิม แล้วอธิษฐาน
ใหม่ในสิ่งที่ดีงาม และต้องประพฤติดุเหตุให้ถูกต้อง ความ
ลมปรารถนาจึงจะเกิดขึ้น

อนึ่ง บุคคลมีชีวิตเป็นของตัวเอง ผู้รู้ไม่เข้าไปก้าวก่าย
ในชีวิตของใครผู้ใด ผู้รู้ทำได้เป็นเพียงผู้ชี้ทาง ดังนั้นเจ้าของ
ชีวิตจึงต้องบริหารจัดการชีวิตด้วยตัวเองตามที่ชอบ

๑๙. หนูเป็นครู

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ที่เคารพ
อย่างสูง

หนูเป็นครู และมีลูกชายอายุ ๑๖ ปี โดยภาพรวมแล้ว
เขาเป็นเด็กดี ช่วยงานบ้านพ่อแม่ เป็นห่วงพ่อแม่ ผลการเรียน
พอใช้ถึงค่อนข้างดี เคยบวชเณรมาแล้ว ๔ ครั้ง ด้วยความ
สมัครใจของเขาเอง เขาได้รางวัลและเกียรติบัตรด้วย หลัง
จากที่ได้บวชแล้ว เขามีมุมมองที่เป็นลัทธิมาติกาธิปไตยในบางเรื่อง
แต่ก็ไม่ทุกเรื่อง ไม่ทราบเป็นเพราะวัยของเขาหรือเปล่า คือ
ว่าบางเวลาเขายังชอบเล่นหรือบันเทิง มากกว่าที่จะทบทวน
บทเรียน ซึ่งหนูก็ยอมให้เขาผ่อนคลายหลังกลับจากโรงเรียน
เขาจะดูหนังฟังเพลงเล่นคอมพิวเตอร์ประมาณ ๑ ชั่วโมง
เกือบทุกวัน ด้วยความเป็นแม่หนูอดเป็นห่วงเขาไม่ได้

หลังจากที่เขาว่างจากงานบ้าน หรือทำการบ้านของโรงเรียนเสร็จแล้ว หนูมักจะขอร้องให้เขาเรียนกับหนู และทำแบบฝึกหัดและทบทวนบทเรียน หนูรู้สึกว่าเขาจะเบื่อกับและต่อต้านบ่อยๆ เราจึงทะเลาะกันบ่อยและหนูรู้สึกตัวดีว่าหนูเคียดแค้นกับเขาในเรื่องนี้บ่อยๆ และเขาไม่พอใจชอบเถียงต่อต้านต่อรองต่างๆ นานา เพื่อที่จะได้ไม่ต้องเรียนกับหนู หนูเป็นห่วงว่าเขาจะสอบได้เกรดไม่ดี และเข้ามหาวิทยาลัยไม่ได้ บางครั้งเขาเถียงหนูด้วยคำพูดที่ก้าวร้าวจนหนูต้องอึ้ง และไม่คิดว่าเขาจะก้าวร้าวได้ขนาดนี้ หรืออาจจะเป็นเพราะว่า หลังจากเขาสี้ออกมาเขาไม่ได้ปฏิบัติตามต่อเนื่อง นอกจากบางครั้งสวดมนต์ก่อนนอนเท่านั้น สำหรับตัวหนูเองก็เช่นกัน บางเดือนหนูจะไปวัดปฏิบัติธรรมครึ่งละ ๗ วันอยู่บ่อยๆ แต่พออยู่บ้านหนูจะขี้เกียจปฏิบัติแต่จะสวดมนต์ก่อนนอนเป็นประจำ และบางครั้งก็สวดมนต์ในใจเวลานั่งรถเดินทางไปที่ต่างๆ หนูรู้ว่าการปฏิบัติไม่ต่อเนื่องของหนูและลูกทำให้กิเลส และโทสะอยู่เหนือสติของเราทั้งสอง และหนูก็รู้ว่าปัญญาทางโลก มันคืออวิชชาซึ่งทำให้เราพันทุกข์ไม่ได้ แต่มันก็จำเป็นในการหาเลี้ยงชีพใช้ไหมคะ ครอบครัวยุคเราจน ภาระเยอะมากคะ

คำถามมีอยู่ว่า ลูกหนูอาจจะต้องตกนรกหรือเปล่านั้น

บางครั้งหนูโกรธเขามาก และต่อว่าเขารุนแรงว่าเขาจะต้องตกนรกที่เถียงพ่อแม่ พอหายโมโห หนูจะเสียใจที่ไม่น่าพูดเช่นนั้นเลย และหนูจะกำหนดในใจว่า “รู้หนอ โกรธหนอ” ภาวนาตลอดเวลาไม่ว่าจะเคลื่อนไหวทำอะไร จะกำหนดอิริยาบถย่อยสลับกับภาวนาว่า “เมื่อโหสิกรรมให้ลูก ขอให้ลูกปลอดภัยพ้นจากบาป” และขอให้ตัวเองมีสติทุกเมื่อ ภาวนาอยู่พักหนึ่งก็เลิก บางครั้งหนูงอนไม่พูดกับเขาเป็นวันๆ เขาก็จะมาราบเท้าขอโทษ เป็นอย่างนี้หลายครั้ง

หนูทราบดีว่าบาปล้างไม่ได้ ทุกอย่างเป็นไปตามกฎแห่งกรรม เพราะสมัยก่อนเมื่อหนูเป็นวัยรุ่นเคยเถียงพ่อแม่เช่นกัน และรู้ว่าตัวเองกำลังใช้กรรมอยู่ บางครั้งหนูมีปากเสียงกับพ่อของเขาให้เขาเห็น หนูรู้ว่าหนูก็มีส่วนที่ทำให้เขาเป็นเช่นนี้ หนูจะทำอย่างไรดี ที่เวลาอยู่บ้านจะให้ตัวเองขยันปฏิบัติธรรมมากกว่านี้ หนูจะได้ปล่อยวางได้ และใจเย็นมากกว่านี้ หนูต้องเปลี่ยนตัวเองก่อนใช่ไหมคะ ลูกของหนูจึงจะดี และถ้าเขาขยันปฏิบัติธรรมจะผ่อนบาปหนักให้เป็นเบาได้ใช่ไหมคะ

ไม่ทราบว่ อาจารย์มีวิธีอื่นๆ ที่จะแนะนำเพิ่มไหมคะ
โปรดเมตตาด้วยค่ะ

กราบขอพรพระคุณเป็นอย่างสูง และกราบขอโทษด้วย
ที่เขียนยาวเกินไป

ขอให้สิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายในโลกนี้ช่วยคุ้มครอง
อาจารย์ให้พ้นภัยทั้งปวงด้วยค่ะ

.....

คำตอบ

การที่ลูกดื้อแม่ เป็นเรื่องของกฎแห่งกรรม ที่แม่เคย
ดื้อต่อบุพการีมาก่อน เมื่อใดที่อกุศลให้ผลแล้ว ผู้ประพฤติก
ไม่ดีต้องชดใช้จนกว่าหนี้กรรมจะหมดสิ้น ลูกไม่ตกนรก
และคนที่จะตกนรกคือ แม่ เพราะยังปล่อยให้โทษเข้ามา
มีอำนาจเหนือใจวิธีแก้ความโกรธ ต้องให้อภัยในเหตุที่ทำให้
ขัดใจ ต้องให้อภัยในทุกเหตุขัดใจ จนใจไม่ขุ่นมัวด้วยโทษ
แล้วจะเปลี่ยนไปเป็นใจที่มีอารมณ์สงบเย็น (เมตตา)

หากประสงค์ให้เกิดความขยันในการปฏิบัติธรรม
ต้องมีสัจจะकुใจ แล้วเร่งความเพียร เจริญจิตตภาวนาอยู่
ทุกขณะตื่นและทุกขณะที่ย่างจากงาน การมีปากเสียงกับ
พ่อบ้านให้ลูกเห็น เป็นพฤติกรรมที่ลัทธิเดรัจฉานชอบประพฤติก
หากปรารถนาจะไม่ลงไปเกิดอยู่ในภพภูมิต่ำ ต้องเว้นพฤติ-
กรรมที่เป็นอกุศลนี้ให้ได้

สุดท้ายปรารถนาให้ลูกเป็นคนดี แม่ต้องเป็นคนมี
พฤติกรรมดีให้ลูกดูได้ก่อน

๗๐. ขอให้หนูขึ้นสวรรค์

คำถาม

กราบท่านอาจารย์ดร.สนอง วรอุไร ที่ดิฉันเคารพ
อย่างสูงค่ะ

หนูมีข้อสงสัยเหมือนหรือคล้ายๆ คำถามที่ ๑๘๐๐ ค่ะ
แต่หนูมันมีปัญหาคืออยู่ที่ว่าหนูกลัวตกนรกมาก เลยอธิษฐาน
ให้ตนเองขึ้นสวรรค์หรือสู่พระนิพพาน แต่อยู่ดีๆ ก็มีอะไร
เกิดขึ้นมาก็ไม่รู้ว่า เราอธิษฐานให้เราตกนรกหรือเปล่านั้น
เหมือนมันมีเสียงหรือมีความคิดขึ้นมาในขณะที่เราอธิษฐาน
อยากไปสวรรค์ หรือพระนิพพานนั้นๆ หนูก็งง หนูลอง
พยายามหาคำตอบ คือมันอาจคล้ายๆ สังขารมารหรือเปล่านั้น
ที่คอยมาทรมานจิตใจเรา ไม่ทราบว่ามันคิดถูกหรือเปล่านั้น
ตอนนี้ หนูอธิษฐานตลอดเวลาเลยค่ะว่า ขอให้หนูขึ้นสวรรค์หรือไป
พระนิพพาน จนคล้ายๆ เหมือนคนบ้าไปเลยบางที (อาจจะ
ยาวหน่อยนะคะ หนูขออภัยด้วย) คอยพยายามห้ามจิตใจ

หรือข่มไม่ให้คิดไม่ดี ให้คำอธิษฐานไปในทางที่ดีค่ะ หนูจะบาป
ไหมคะ ตอบหนูหน่อยค่ะ

.....

คำตอบ

คนที่กลัวตกรนรก ข่อมไม่ตกรนรก คนที่ปรารถนาไปเกิด
ในสวรรค์ ต้องทำเหตุให้ตรงคือ บำเพ็ญทาน และรักษาศีล
อยู่เสมอ หรือประพฤติกุศลกรรมบถ ๑๐ เป็นประจำ

หากปรารถนาไปนิพพาน ต้องพัฒนาจิต (วิปัสสนา
ภาวนา) จนเกิดปัญญาเห็นแจ้ง แล้วใช้ปัญญาเห็นแจ้ง
นำทางชีวิต จนเห็นว่าสรรพสิ่งที่เกิดขึ้น ข่อมมีความดับไป
(อนัตตา) เป็นธรรมดาได้เมื่อใด การบรรลุนิพพานข่อม
มีโอกาสเข้าถึงได้

ผู้ใดปรารถนานิพพานแล้วทำเหตุให้ถูกต้อง ข่อมมีเทว-
ปุตตมารมาขัดขวางเป็นธรรมดา

ถ้าทำดี แล้วยังไม่ดี ก็ควรสำนึกว่า ถ้าไม่ทำให้ดี จะแยกว่านี้

จ ง ทำ ดี . . . จ ง ทำ ดี . . . จ ง ทำ ดี

๗๑. ใ้ และชอบ

คำถาม

กราบสวัสดิ์ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ค่ะ
หลิน ต้องกราบขอบพระคุณกับอาจารย์อย่างมาก
ก่อนหน้านี้ลัทธิห้าปีก็ไม่ค่อยได้จริงจังกับการปฏิบัติเท่าไร
ชีวิตก็มีปัญหาบางอย่างน้อยบ้าง และลูกของหลินก็ป่วย
เรื่อยๆ จนได้อ่านทางสายเอกของอาจารย์ เลยรู้สึกว่ามันใ้
และชอบ ก็ไปซื้อซีดีของอาจารย์มาฟังค่ะ เลยเจอคำตอบใน
ซีดี เรื่องกำลังใจช่วงที่อาจารย์สอนเรื่องประเภทของมนุษย์
และเคล็ดตัวอย่างของเด็กที่มากเกิดแล้วเลี้ยงยาก เพราะพ่อแม่
คิดไม่เท่ากับลูก ลูกมาสูงกว่า เลยถึงบางอ้อเลยค่ะ เพราะ
ช่วงนั้นลูกเลี้ยงง่ายขึ้นเพราะเริ่มทำบุญ ทาน และเข้าวัด
ปฏิบัติบ้างแล้ว และสิ่งที่คุณอาจารย์สอนนั้นเริ่มเห็นความจริง
ในชีวิตขึ้นเรื่อยๆ และเห็นจริงดังที่คุณอาจารย์สอนค่ะ คือต้อง
ทำเองและเห็นผลด้วยตัวเอง ญาติของหลินลูกเขาก็เลี้ยง
ยาก ก็เอาซีดีอาจารย์ให้เขาฟัง แต่ไม่มีผลอะไรค่ะ รู้สึกชื่นชม
และเป็นโชคคิของตัวเอง ที่ได้พบพระพุทธรูปศาสนาและ
อาจารย์ที่ชี้แนวทางใ้กับพวกเรา

สุดท้ายนี้ขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัยจงดุริยคุณคุ้มครอง
ขอให้อาจารย์ มีความสุขสมปรารถนาและร่างกายแข็งแรง
ขอบพระคุณค่ะ

.....

คำตอบ

บัวอีกดอกหนึ่งที่กำลังแย้มกลีบบาน ...สาธุ

๗๓. ซอบดูร่างเปลือย

คำถาม

เรียนถามท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ด้วยความ
เคารพ

กระผมมีเรื่องถาม และอยากทราบวิธีการเอาชนะ
ความคิดบดสี ซอบไปดูร่างเปลือยของผู้หญิง ทุกวันนี้พยายาม
กำหนดให้ได้ แต่ก็ยังมีอยู่ในใจเมื่อเจอผู้ที่สวय และหุ่นดี
แต่กระผมก็พยายามสู้กับความคิด ด้วยการคิดกลับกันว่า
ร่างนี้เฝ้าเปลือย แต่ก็ยังไม่สำเร็จมากเท่าไร ได้เป็นบางครั้ง
เรื่องแบบนี้ถ้าเกิดขึ้นอยู่กับจิต บ่อยๆ จะมีผลเสียถึง
ขนาดไหนครับ

เรื่องที่สอง ช่วงนี้ที่ปฏิบัติอยู่เรื่อย สวตมन्द นิ่งสมาธิ ก็เกิดการเก็บเอาไปฝันบ่อยมากแทบทุกวัน ขณะหลับ ฝันว่า ได้กำหนดมัสติในฝันเหมือนตอนขณะตื่น เมื่อตัวเองคิดไม่ได้ ทำไม่ได้ จะกำหนดมัสติ เหมือนตอนที่ฝึกในขณะที่ตื่น อย่างนี้ กระผมฝึกมากไปเครียดเกินไปจนเก็บเอาไปฝันหรือเปล่าครับ แล้วเป็นแบบนี้มีผลดีหรือผลเสียครับ

เรื่องที่สาม กระผมมีเวลาในการปฏิบัติน้อย กระผม สวตมन्दแล้วนิ่งสมาธิเลย โดยไม่ได้เดินจงกรมก่อน แบบนี้ ถือว่าถูกวิธีหรือเปล่าครับ

กราบขอบพระคุณท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร
ล่วงหน้าที่กรุณาตอบคำถามครับ

คำตอบ

ที่บอกเล่าไปถือว่า ใจยังไม่มีศัลคุม จะปฏิบัติธรรม อย่างไร ก็ไม่สามารถเข้าถึงธรรมที่ปฏิบัติ ผู้ใดปล่อยให้ กามราคะ (กิเลส) เข้ามามีอำนาจเหนือใจ โอกาสเข้าถึง ธรรมย่อมเกิดขึ้นได้ยาก ตายแล้วยังมีโอกาสให้จิตโศจรไป เกิดในอบายภูมิได้ ผู้ใดปฏิบัติสมถภาวนาแล้ว ยังมีความ ฝันเกิดขึ้น แสดงว่าจิตยังเข้าไม่ถึงความตั้งมั่นเป็นสมาธิ

หากปฏิบัติสมถกรรมฐาน (ยืน เดิน นั่ง นอน ฯลฯ) แล้ว
จิตเข้าถึงความตั้งมั่นเป็นสมาธิถือว่า ปฏิบัติธรรมได้ผล
ถูกต้อง และหากปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน แล้วจิตเกิด
ปัญญาเห็นแจ้ง ถือว่าปฏิบัติธรรมได้ผลถูกต้อง

๗๗. พี่ชายถูกรถชน

คำถาม

กราบท่านอาจารย์สนองที่เคารพยิ่ง หนูมีปัญหา
อยากจะรบกวนท่านอาจารย์สนองช่วยให้ความเมตตาชี้แนะ
ด้วยค่ะ

พี่ชายของหนูเพิ่งเสียชีวิตได้ประมาณ ๒ เดือนโดย
การถูกรถชน และทางบ้านสงสัยว่าเขาจะคิดฆ่าตัวตายเอง
เนื่องจากได้ทิ้งจดหมายขอโหลิตต่อพ่อแม่ไว้ หลังจากพี่ชาย
เสียชีวิต ทางบ้านก็ได้พยายามสร้างสมบุญกุศลเพื่อที่จะ
ได้อุทิศให้กับดวงวิญญาณของเขา หนูและคุณพ่อคุณแม่ได้ไป
บวชเนกขัมมะเป็นเวลา ๗ วัน และได้พยายามทำกรรมฐาน
ทุกวัน โดยการเดินจงกรม และนั่งสมาธิเพื่อแผ่ส่วนบุญให้
กับเขา แต่เนื่องจากหนูและคุณแม่มีจิตใจที่ฟุ้งซ่าน ทำให้
แม้พยายามปฏิบัติธรรมทุกวัน แต่ก็ไม่มีสมาธิเท่าที่ควร

หนุ่ยยากรบวงถามคำถามท่านอาจารย์ดังนี้ค่ะ

๑. พี่ชายเป็นคนไม่ค่อยพูด ไม่ได้เลี้ยงดูพ่อแม่ (เพราะรายได้จากการทำงานไม่ได้มาก) แต่ก็เป็นคนดีคือ มีเมตตา (กระทั่งมดยังไม่ฆ่าเลยคะ) ไม่เที่ยวเตร่ ไม่ดื่มสุรา ข้อเสียคือ ความเป็นคนคิดมาก ทำให้เคยมีปากเสียงกับ พ่อแม่บ้าง แต่ก่อนที่พี่ชายจะเสียชีวิตได้ทำพิธีขอขมา ล้างเท้าพ่อแม่ และประพาศปฏิบัติติดต่อกันทุกอย่าง รวมทั้ง ไปไหว้พระทำบุญและคิดจะบวชให้พ่อแม่ด้วย แบบนี้จิต สุตทำเขาจะสามารถเกาะเกี่ยวกุศลไปสุคติภูมิได้หรือไม่คะ

๒. การที่พี่ชายฆ่าตัวตาย แล้วเราพยายามทำกรรมฐานแบบนี้ทุกวัน แล้วแผ่อุทิศกุศลให้กับเขา เขาจะได้รับ หรือไม่คะ เราควรทำยังไงดีที่จะให้พี่ชายได้รับบุญกุศล ที่เราอุทิศให้

๓. การพยายามเจริญกรรมฐานทุกวัน แต่จิตไม่ ตั้งมั่นเป็นสมาธิแบบนี้ จะสามารถสร้างสมบุญกุศลและอุทิศ ให้กับเขาได้หรือไม่คะ

๔. หลังจากพี่ชายเสียชีวิต หนูก็พยายามถือศีล ๘ แต่หนูมีปัญหาในเรื่องความอยากกินอาหาร คือ พอ ตอนเย็นมันจะอยากกินนู่นนี่ (แต่ก็ไม่ได้กินนะคะ) แบบนี้ จะถือว่าศีลไม่บริสุทธิ์หรือไม่คะ แล้วจะมีผลต่อบุญกุศลที่

พยายามทำหรือไม่คะ

ขอกราบขอบพระคุณท่านอาจารย์เป็นอย่างสูงค่ะ

.....

คำตอบ

(๑) เพียงแค่คิดจะบวชให้พ่อแม่ แต่ยังมีได้ทำให้เกิดเป็นความจริงขึ้น ถือว่าจิตสุดท้าย ยังไม่มีสติคุณ จึงไม่สามารถไปสู่สุคติได้

(๒) ในอบายภูมิมีแต่ปรทัตตูปชีวิเปรตเท่านั้น ที่สามารถรับบุญที่มีผู้อุทิศให้ได้ ส่วนสัตว์ในอบายภูมิอื่น ย่อมหมดโอกาสมาอนุโมทนาบุญ

(๓) การเจริญกรรมฐานทุกวัน แต่จิตไม่ตั้งมั่นเป็นสมาธิ มีต้นเหตุจาก จิตไม่มีศีลครบและไม่มีศีลบริสุทธิ์คุณ ดังนั้นบุญคุณจะไม่เกิดขึ้นกับจิตที่มีสภาวะธรรมเป็นเช่นนี้

(๔) เรื่องที่บอกเล่าไปถือว่าศีลยังต่างพร้อย (ไม่บริสุทธิ์) จึงปฏิบัติสมาธิแล้วเข้าไม่ถึงธรรมที่ปฏิบัติ บุญจึงยังไม่เกิดขึ้น

ความทุกข์ของคนคือยาหนึ่งคือ อยากให้คนอื่นเขาดี

๗๔. อธิษฐานผิดหรือเปล่า

คำถาม

กราบท่านอาจารย์ดร.สนอง วรอุไร ที่ผมเคารพอย่างสูงครับ ผมได้ทำการอธิษฐานจิต หลังจากทำการเจริญภาวนาเสร็จสิ้นแล้ว แถวนั้นมีคนกำลังคุยกันอยู่ ผมอธิษฐานไปประมาณว่า “ขอให้บุคคลที่ข้าพเจ้าทำมาทุกสิ่ง จงเป็นปัจจัยให้ข้าพเจ้าไม่ตกอบายภูมิทั้ง ๔ ตลอดอนันตการ” ประมาณนี้ครับ แต่แล้วมันก็มีความรู้สึกสงสัยขึ้นมาว่า เอ๊ะ! เราอธิษฐานผิดไปหรือเปล่านะ อธิษฐานว่าให้ตกอบายตลอดหรือเปล่า ซึ่งความสงสัยนี้ทำให้ผมนั้นคิดแล้วคิดอีกว่า เอ๊ะ! เราอธิษฐานไปผิดไหม แล้วมันจะมีผลไหม ทั้งๆ ที่ผมเองก็คิดว่า ผมเองอธิษฐานถูกแล้วนะครับ แต่ความสงสัยนี้มันก็วนเวียนๆ จนทำให้ผมยิ่งสงสัยไปอีกว่า เราอธิษฐานผิดไปจริงหรือนี้ ยิ่งทุกข์เข้าไปใหญ่เลยครับ มันยังทำให้ผมเหมือนอยากเลิกปฏิบัติเลย ไม่อยากปฏิบัติต่อ รู้สึกกลัวกลัวที่เห็นความคิดตัวเองแบบนี้ แล้วเวลาผมฟังธรรม หรืออ่านหนังสือธรรมจริงๆ เป็นสิ่งที่ดีแต่บางทีผมฟัง หรืออ่านบางช่วง มันทำไมจึงทุกข์ เพราะผมกลัวว่าจะไปยินดียินร้ายกับ ในเรื่องราวของเสียงหรือหนังสือบ้าง

หรือว่าไปปรามาสพอแม่ครูอาจารย์บ้าง ถ้าผมไม่ฟัง ไม่อ่าน จะบาปไหมครับ ผมรู้สึกท้อมาก ท้อเหมือนจนจะหยุดตีใหม่ จะพักตีใหม่เพราะกลัว แต่อีกใจก็บอกว่าหยุดไม่ได้แล้ว หยุดไปก็ไม่ได้อะไร ต้องเดินหน้าอย่างเดียว ผมกลัวมากเลยครับ

ผมกราบขอพระคุณในความเมตตากรุณา ของท่าน อาจารย์ดร.สนอง วรอุไร เป็นอย่างสูงครับ

.....

คำตอบ

ไม่ฟังไม่อ่านแล้วสบายใจ ไม่ถือว่าเป็นบาป แต่ความสงสัยเป็นเหตุให้ไม่สบายใจ ถือว่าเป็นบาป ผู้ใดประสงค์จะผ่านปัญหานี้ไปได้ ต้องไปขอขมากรรม ที่ตนเคยประพฤติล่วงเกิน บิดเบือนคำสอน (ธรรมวินัย) ของผู้ทรงคุณธรรม ด้วยการเอาดอกไม้ธูปเทียน ไปสักการะบูชาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ แล้วสวดมนต์สรรเสริญคุณพระรัตนตรัย (อิติปิโส...สวากขาโต...และสุปฏิปันโน...ไปจนจบ) แล้วกล่าววาจาขอขมาว่า ตนจะไม่บิดเบือนคำสอนที่เป็นธรรมเป็นวินัย ที่กล่าวไว้โดยผู้ทรงคุณธรรมให้เกิดขึ้นอีก เมื่อขอขมากรรมแล้ว ต้องประพฤติตนให้มีสัจจะ แล้วเร่งความเพียรในการปฏิบัติธรรมหรืออ่านหนังสือธรรมะ ต้องประพฤติเช่นนี้ให้ได้ทุกครั้งที่มีโอกาส

และปฏิบัติทุกครั้งที่ว่างจากงานภายนอก แล้วปัญหาดังกล่าว
จึงจะหมดไปได้

๗๕. พอให้เหยียบหลัง

คำถาม

กราบเรียน ท่านอาจารย์สนอง วรอุไร
กระผมมีปัญหาที่ขอเรียนถาม อาจารย์ได้โปรดเมตตา
ชี้แนะด้วยนะครับ

๑. เมื่อตอนผมยังเด็กพ่อแม่ก็ให้ผมเหยียบหลังให้เพราะ
ท่านเมื่อย แต่ด้วยความไม่รู้ก็เลยทำตาม และไม่ได้มีการบอก
กล่าวขอโทษใดๆ ทั้งสิ้น แต่สิ่งนั้นคือการเอาเท้าขึ้นไปอยู่บน
ตัวบิดา จะเกิดบาปกับตัวเราหรือไม่ครับ

๒. คนที่ทำงานได้รับของกฐินมาหลายใบ แต่ไม่ได้ไป
ร่วม เลยนำของและหมายกำหนดการที่แนบมาทิ้งไป จนผม
เกิดความเสียดาย เลยเก็บของและใบแจ้งกำหนดการจาก
ถังขยะมาใช้ต่ออีกหน้าหนึ่ง แต่เป็นการใช้เพื่อหน่วยงาน
ไม่ใช่ส่วนตัว แต่สิ่งเหล่านั้นคือของสงฆ์ จะเกิดบาปกรรมกับ
ตัวเราหรือไม่ครับ เพราะเสียดายที่จะทิ้งไปเฉยๆ

๓. ที่บ้านผมประตูห้องน้ำอยู่ตรงกับประตูห้องพระ แลมน้ำยังอยู่สูงกว่าด้วย ทุกวันนี้แก้ปัญหามาโดยการปิดประตูทั้งสองไว้ทุกครั้ง ทั้งใช้และไม่ใช้ เรื่องนี้ทำให้ไม่สบายใจมากจะเกิดผลอย่างไรบ้างครับ จะย้ายก็ไม่ได้ เพราะได้ทำไว้สำหรับเป็นห้องพระโดยตรง และก็ไม่มีที่จะไปวางตรงอื่น

๔. ถ้าผมประกอบอาชีพในด้านกฎหมาย ผมจะทำอย่างไรที่จะไม่เกิดบาปกับตัวเอง และปิดประตูบายดังกล่าวได้ เพราะทราบดีว่าสามารถให้คุณให้โทษคนอื่นได้ และจากการฟังธรรมจากท่าน ดร.สนอง ที่กล่าวว่าตุลาการขาข้างหนึ่งกำลังก้าวลงนรก อีกข้างหนึ่งอยู่กับที่ หมายความว่าอย่างไรครับ และที่อาจารย์กล่าวต่อไปว่า เปาบุ้นจิ้นหดขาทันไม่ทราบว่าคุณหมายถึงอย่างไรครับ

๕. นางฉิมมานวิภาที่กล่าวตู่ใส่พระพุทธร่องค์นั้น เรื่องนี้มีรายละเอียดอย่างไรครับ

ขอแสดงความนับถือท่านอาจารย์สนองอย่างสูง

.....

คำตอบ

(๑) ฟอขอให้ลูกเหยียบหลังให้ แสดงว่าฟออนุญาตให้ลูกเหยียบได้ ไม่ถือว่าเป็นบาป

(๒) สงฆ์ทำของกฐินขึ้นมาด้วยมีจุดประสงค์ตามระบุผู้ใดได้รับโดยมีผู้อื่นส่งมาให้ แต่ผู้รับไม่ศรัทธา จึงเอาของกฐินทิ้งลงถังขยะ ไม่ถือว่าเป็นบาป แต่ผู้นำของกฐินและใบแจ้งกำหนดการไปใช้ไม่ถูกจุดประสงค์ที่ระบุอยู่บนซองถือว่าเป็นบาป

(๓) ความไม่สบายใจเป็นผลของบาป เมื่อใดที่บุคคลมีความไม่สบายใจเพิ่มมากขึ้น จนเป็นเหตุทำให้ร่างกายเกิดอาการเจ็บป่วย นั่นคือผลของบาปที่เนื่องมาจากจิตมีบาปสั่งสม

(๔) ผู้ตอบปัญหาเคยพูดไว้ว่า ผู้ประกอบอาชีพตุลาการ มีขาข้างหนึ่งยื่นอยู่บนปากนรก และมีขาอีกข้างหนึ่งยื่นลงไปนรก บุคคลมีอาชีพแบบนี้ส่วนใหญ่เมื่อตายแล้ว ขาทั้งสองตกลงไปในนรก มีส่วนน้อยที่หัดขาขึ้นมาได้ทัน หมายความว่า มีคนจำนวนน้อย ตายแล้วไม่ลงไปเกิดเป็นสัตว์อยู่ในนรกเช่น เป่าบุนจัน ทั้งนี้เพราะเป่าบุนจันมีเทวดาคู่มือรักษา จึงตัดลึนคติความไม่เคยผิดพลาด

การประกอบอาชีพตุลาการให้ปลอดภัย ทำได้ ๒ ทาง คือ

๑. ต้องประพฤติอย่างน้อยให้มีเบญจศีล (เว้นฆ่าสัตว์ เว้นลักทรัพย์ เว้นประพฤตินิคมกาม เว้นพูดเท็จ และเว้นสุราเมรัย) และให้มีเบญจธรรม (มีเมตตา กรุณา มีสัมมาอาชีวะ

มีกามลัษณฺว มีลัษณะ และมีสติสัมปชัญญะ) คຸ່ມรักษาใจให้ได้
ทุกขณะตื่น ผู้ใดประพตฺติเช่นนี้ได้แล้ว ผู้นั้นมีเทวดาคຸ່มรักษา
แล้วการตัดลึนคตึความจะไม่ผิตพลาต

๒. ต้องพัฒนาจิตตนเองให้เข้าถึงอริยธรรม อย่าง
น้อยเป็นอริยบุคคลขั้นต้น (พระโสดาบัน) ได้แล้ว การ
ประกอบอาชีพตุลาการ จะไม่ทำให้ชีวิตต้องโคจรไปเกิดเป็น
สัตว์อยู่ในอบายภูมิ (เดรัจฉาน เปรต อสุรกาย และสัตว์
นรก) ตาย-เกิดอีกไม่เกินเจ็ดชาติ ย่อมนำชีวิตเข้าสู่นิพพาน

(๕) นางฉิฏฐมานวิกา แกล้งทำเป็นทอ้ง โดยทำไม้ให้
มีลักษณะโค้ง แล้วเอามาผูกไว้ที่หน้าทอ้ง แล้วสวมผ้าปิด
ทับให้มองไม่เห็นไม้ หลังจากนั้นได้เข้าไปกล่าวตູ່พระพุท-
เจ้าที่เซตวัน เมืองสาวัตถี ขณะทีพระองค์กำลังแสดงธรรม
ให้กับหมู่ภิกษุสงฆ์ โดยกล่าวในทำนองทีว่า “มัวแต่สอน
คนอื่นอยู่นั้นแหละ แล้วลูกในทอ้งนี้จะว่าอย่างไร” บรรดา
ภิกษุสงฆ์ทีมาร่วมฟังธรรมต่างตะลึงงัน ด้วยเกิดอารมณ์
หวั่นไหว เมื่อได้ยินได้ฟังคำกล่าวเช่นนั้น ตรงกันข้ามพระ
พุทเจ้ามีพระอาการสงบนิ่ง แล้วตรัสว่า “น้องหญิง เรื่องนี้
เรารู้กันเพียงสองคน” เตือดร้อนถึงท้าวสักกะ (พระอินทร์)
ทีมีคนมากกล่าวตູ່พระศาสดาทีตนนับถือ โดยปราศจากความ
จริง จึงสั่งให้เทวดาตนหนึ่งเนรมิตเป็นหนูกัดเชือกทีผูกท่อนไม้

ไว้กับท้องให้ขาดออก และให้เทวดาอีกองค์หนึ่ง บันดาลให้ลมพัดผ้าที่นางฉลุจมานวิกานุ่นงให้เปิดออก ผลปรากฏว่าท่อนไม้ได้หล่นลงสู่พื้น แล้วจึงถูกฝูงชนประชาทัณฑ์ วังหนีออกจากวัดเซตวัน วิ่งไปได้ไม่ไกลจึงถูกธรณีสูบ ลงไปเกิดอยู่ในอเวจีนรก

บ่อที่พระเทวทัตถูกธรณีสูบ กับบ่อที่นางฉลุจมานวิกาถูกธรณีสูบ อยู่ไม่ห่างไกลกัน ใครผู้ใดไปยังประเทศอินเดียแล้วไปที่เมืองสาวัตถี ย่อมเห็นบ่อทั้งสองนั้นอยู่ที่ใกล้วัดเซตวัน คนในยุคปัจจุบันเห็นแล้วไม่เชื่อ เพราะกาลเวลาล่วงมาเกือบสามพันปีแล้ว แต่หากใครผู้ใดพัฒนาจิต (สมถภาวนา) จนเกิดอภิญญา ๕ ได้แล้ว จิตย่อมไปรู้ เห็น เข้าใจในเหตุการณ์ในครั้งพุทธกาลว่าเป็นเรื่องจริง

๗๖. พบคู่เวร

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์สนอง

หนูปฏิบัติธรรม และเห็นความเปลี่ยนแปลงของตนเองอย่างมากค่ะ นับถือครูบาอาจารย์ และพระพุทธเจ้าอย่างสุดใจ

๑. หนูอยากจะทำเรื่องเกี่ยวกับประโยชน์แก่คุณแม่ และเห็นว่าหากสามารถทำเรื่องให้ท่านได้ดวงตาเห็นธรรม จะเป็นเรื่องประเสริฐที่สุดในชีวิต หนูอธิษฐานทุกวัน หลังการทำสมาธิว่า ขอให้สามารถนำพาเรื่องเกี่ยวกับประโยชน์ ให้คุณแม่ได้ดวงตาเห็นธรรมในชาติปัจจุบัน คำอธิษฐาน เช่นนี้เหมาะสมหรือไม่คะ

๒. หนูได้พบกับคู่เวรคนหนึ่ง พบกันไม่นานมีเรื่องหมางใจกันตามประสาคนมีกรรมร่วมกันมา แต่ใจหนูกลับคิดอยากให้เรามีความสุข แม่บุญและแม่เมตตาให้ทุกวัน และได้อธิษฐานขอให้สามารถแก้กฏบุคคลนี้ ให้ได้ดวงตาเห็นธรรมในชาตินี้ เช่นเดียวกัน อาจจะเป็นเรื่องที่ยากที่คนโกรธกัน อยุ่ๆ จะกลับใจมาเรียนธรรมะด้วยกัน แต่ก็ยังเชื่อมั่นในความดี เชื่อมั่นในบุญที่กำลังประกอบบำเพ็ญอยู่

ขอถามอาจารย์ว่าคำอธิษฐานเช่นนี้เหมาะสมหรือไม่คะ หนูขอขมาลาโทษท่านอาจารย์ หากเคยล่วงเกิน อาจารย์ไม่ว่าทางกายวาจาหรือใจ ในชาตินี้หรือชาติใดๆ ที่ผ่านมา

ขอขอบพระคุณอาจารย์ที่แสดงธรรมที่เป็นประโยชน์ และขออนุโมทนากับบุญกุศลทั้งหลายที่ท่านอาจารย์ได้บำเพ็ญมาด้วยค่ะ

คำตอบ

(๑) เป็นการอธิษฐานที่เหมาะสม แต่จะสัมฤทธิ์ผลได้ ต้องทำเหตุให้ตรง

(๒) ผู้ใดประพฤตินตามบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ ได้แล้ว ผู้นั้นย่อมมีบุญเกิดขึ้นกับจิตและสามารถอุทิศบุญให้ผู้อื่นได้ และหากผู้ใดให้อภัยเป็นทาน ต่อผู้ที่ทำเหตุขัดใจได้แล้ว ผู้นั้นย่อมมีเมตตา ผู้มีเมตตาจึงมีอารมณ์สงบและเย็นเป็นเครื่องวัด หากผู้ใดประพฤติได้เช่นนี้ การแผ่เมตตาของผู้นั้นย่อมสัมฤทธิ์ผล

ฉะนั้นการอธิษฐานให้คนที่โกรธกัน หันมาเรียนธรรมะด้วยกัน ย่อมมีโอกาสเป็นไปได้

สุดท้าย ผู้ถามปัญหาไม่มีเวรใดๆ กับผู้ตอบปัญหา (อโหสิ)

เป็นธรรมดาของบุคคลโสดาบันที่ว่า เมื่อต้องอาบัติ (ละเมิดวินัย) ซึ่งแก้ไขได้ ก็จะมีเปิดเผยแสดงให้พระศาสดาหรือเพื่อนร่วมหมู่คณะที่เป็นวิญญูได้ทราบทันที แล้วสังวรต่อไป เปรียบเหมือนเด็กอ่อนแบเบาะเหยียดมือหรือเท้าไปถูกถ่านไฟเผา จะรีบชักกลับทันที

พุทธธรรม...พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต)

๗๗. พ่อปู่บอกว่า

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์ ดร.สนองศรี ขออนุญาตถาม
คำถามอาจารย์ดังนี้

ผมอยู่กับแฟนด้วยความรักรู้ของญาติผู้ใหญ่ทั้งสอง
ฝ่าย ตัดสินใจกู้เงินธนาคารซื้อบ้านจัดสรรแห่งหนึ่ง มีชื่อผม
เป็นเจ้าของ บ้านหลังนี้ผมให้แฟนอยู่ ส่วนผมทำงานต่าง
จังหวัดกลับบ้านเดือนละ ๒-๓ ครั้ง อยู่มาได้ ๕ เดือน ยัง
ไม่ได้ทำพิธีขึ้นบ้านใหม่ จู่ๆ แฟนผมป่วยเป็นประสาทหูเสื่อม
เฉียบพลัน หูข้างซ้ายได้ยินไม่ชัด มีเสียงอู้อี้รบกวน และมี
อาการไม่สบายกายเกิดขึ้นอีกหลายอย่าง ฟันแตก เชื่อราใน
ช่องคลอด แฟนรักษาโดยไปหาแพทย์แผนปัจจุบัน ญาติของ
แฟนพาไปหาคนทรงพ่อปู่ พ่อปู่บอกว่าที่ป่วย เพราะยังไม่
ทำพิธีขึ้นบ้านใหม่เพราะไม่ตั้งศาลพระภูมิ เจ้าที่อยากจะกิน
เครื่องเช่นพ่อปู่ให้บนไว้ หากหายป่วยหลังออกพรรษาค่อย
ทำพิธีขึ้นบ้านใหม่ ตอนนี้ให้เอากุมารทองไปเลี้ยงก่อน ผ่าน
ไปสองวันอาการประสาทหูเสื่อมของแฟนมีอาการดีขึ้น เกือบ
จะหายราวปาฏิหาริย์ ทั้งที่ก่อนหน้านี้ป่วยเป็นลัมปาด้า และ
หมอบอกว่ามีโอกาสหาย ๕๐:๕๐ ผมเชื่อว่าสิ่งเหล่านี้มีจริง

แต่ไม่เชื่อว่าจะต้องทำกันถึงเจ็บป่วย ผมเคยได้ยินครูอาจารย์สอนว่า สิ่งเหล่านั้นเป็นของต่ำไม่ควรกราบไว้บูชา ทั้งเป็นการทำพิธีพราหมณ์ทั้งที่เราเป็นชาวพุทธ ครอบงำของสูงคือพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ยึดถือพระรัตนตรัยเป็นสรณะ อาจารย์สนองก็เคยแนะนำเกี่ยวกับการขึ้นบ้านใหม่ ในเมื่อการรักษาแบบชาวบ้าน สามารถแก้ทุกข์ทางโลกได้ แตกต่างจากทางธรรมต้องมีศรัทธา ความเพียร และปัจจัยอื่นอีกมากจึงจะพ้นทุกข์เช่นนี้ ทำให้ทัศนคติผมกับแฟนไม่ตรงกันอย่างมาก เคยคิดว่าจะหาปัญหาธรรมะถามอาจารย์ เลยต้องเอาปัญหาครอบครัวมาถามเสียนี้ อยากเรียนถามว่าควรมีความเห็นเช่นไรจึงจะถูกหากเห็นผิดจะมีวิธีปรับความเห็นอย่างไรให้เห็นถูกต้อง

กราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงครับ

คำตอบ

บอกซ้ำอีกครั้งว่า ผู้ใดมีจิตมั่นคงระลึกละอยู่ในคุณของพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ และมีศีลบริสุทธิคุณใจอยู่ทุกขณะตื่น ผู้นั้นย่อมมีชีวิตสวัสดิ์ ตลอด ๔๕ พรรษาที่พระพุทธโคดมเผยแผ่รั้งธรรมในพุทธศาสนา พระองค์มิได้สอนให้

พุทธบริษัท เอาจิตไปเป็นทาสของกุมารทองและการเข้าทรง
 ดังนั้นบุคคลผู้เห็นผิดสามารถปรับแก้ไขจิตตัวเอง ให้
 กลับมาเป็นผู้เห็นถูกต้องตามธรรมได้ ด้วยการสวดมนต์ก่อนนอน
 หลังสวดมนต์เจริญอานาปานสติ เมื่อสองกิจกรรมแล้วเสร็จ
 ต้องอุทิศบุญให้เจ้ากรรมนายเวร แล้วปัญหาที่เกิดขึ้นจึงจะ
 หหมดไป

๗๘. เพื่อนติดเชื้อ เอช ไอ วี

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ที่เคารพ
 อย่างสูงครับ

กระผมมีเพื่อนที่เขาติดเชื้อ HIV เขาบอกผมไว้แล้ว
 เขาก็ยังปรึกษาผมว่า เขาไม่อยากบอกคุณแม่ของเขา เพราะ
 กลัวแม่เขารับไม่ได้ แล้วจะเป็นอะไรไป ซึ่งผมเองตอนนั้น
 ไม่ทราบว่าจะไปยินดีหรือส่งเสริมให้เขาปิดบังแม่เขาหรือเปล่า
 แต่พอมาตอนนี้ผมเริ่มรู้สึกหวาดกลัวว่า ถ้าแม่เขาไม่รู้ แล้วไป
 ติดเชื้อจากลูกเข้า จะเป็นอันตรายกรรมใหม่ แล้วบาปนั้นจะ
 ส่งผลถึงเราไหม แล้วก็คิดว่าถ้าเราไม่บอกแม่เขาให้รู้ เรา
 จะบาปไหม แต่ถ้าบอกไปทำให้คนอื่นเดือดร้อน เพื่อนทุกซี้ใจ

เราเองก็จะบาป แต่ผมกลัวตรงที่ว่า ผมได้ไปยินดีส่งเสริม ให้เขาปิดบังแม่เขาหรือเปล่าเท่านั้นเอง แล้วถ้าเขาติดเชื่อจากลูก ผมกลัวจะเป็นอนันตริยกรรม แล้วผมจะบาปด้วยทุกทีที่คิดเรื่องนี้ขึ้นมา ก็กลัวบาปทุกทีเลยครับ ผมควรจะแก้ไขยังไงดี ควรเข้าไปยุ่งกับเรื่องของลูกกับแม่เขาไหมครับ

ขอขอบพระคุณในความเมตตาของท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร เป็นอย่างสูงครับ

.....

คำตอบ

อนันตริยกรรม ได้แก่ ฆ่ามารดา ฆ่าบิดา ฆ่าพระอรหันต์ ทำร้ายพระพุทธเจ้าให้ห้อพระโลหิต และทำสงฆ์ให้แตกกัน การติดเชื่อเอดส์จึงมิใช่อนันตริยกรรม

เพื่อนติดเชื่อเอช ไอ วี เป็นเรื่องของเขา ผู้มีสติไม่เอาเรื่องของคนอื่นมาเป็นเรื่องของตัวเอง ไม่ถือว่าเป็นบาปตรงกันข้าม ผู้ขาดสติเอาเรื่องของคนอื่น เข้ามามีอำนาจเหนือใจตัวเอง ถือว่าเป็นบาป หากผู้ถามปัญหาประสงค์ป้องกันตัวเองมิให้บาปเกิดขึ้น จงพัฒนาจิตให้มีกำลังของสติ ด้วยการสวดมนต์ก่อนนอน แล้วเจริญอานาปานสติ เมื่อสอองกิจกรรมแล้วเสร็จ ต้องอุทิศบุญให้เจ้ากรรมนายเวร

ทำทุกครั้งที่นึกได้ ทำทุกครั้งที่ว่างจากงานภายนอก แล้วบาย
จะไม่เกิดขึ้นกับผู้ที่มีจิตเป็นอิสระจากเรื่องของคนอื่น

๗๙. หนูเขื่อยาก

คำถาม

เรียนถามท่านอาจารย์สนองค่ะ

ก่อนอื่นก็ขอกราบท่านอาจารย์ก่อนค่ะ ด้วยส่วนตัว
ของหนูเองไม่เคยพบอาจารย์มาก่อนค่ะ แต่มีบุญกุศลได้
ฟังธรรมะบรรยายของอาจารย์ทางเว็บไซต์ www.kanlayanatam.com จึงทำให้ได้ข้อคิดในหลายๆ ด้าน
โดยส่วนตัวหนูเองเป็นคนที่เขื่อคนยาก แต่ไม่เคยปิดโอกาส
ตัวเองที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ หนูก็ขอเรียนตามตรงว่าตัว
หนูเองฟังธรรมะเยอะพอสมควรไม่ล้าแต่ว่าฟังเฉยๆ ได้ปฏิบัติ
และพิจารณาตามด้วย และก็เป็นอย่างที่ท่านอาจารย์
ได้กล่าวมาทุกประการ

หนูมีโอกาสได้ไปปฏิบัติธรรมที่วัดถ้ำพระผาคอก
จ. เชียงราย เมื่อปีที่แล้ว สายยุบหนอพองหนอ และ
ได้นำผลการปฏิบัติของตัวเอง มาเปรียบเทียบกับสิ่งที่
อาจารย์ได้ประสมมานั้นตรงทุกประการเลย แต่ทางวัด

แต่ก็ทำได้ไม่นานหนูก็ขอลาออก ตอนนี้นูกำลังหางานที่ไม่ทุศีลแล้ว แต่ก็ยังไม่ดีเท่าไรเพราะกำลังเริ่มต้นได้ประมาณ ๒ เดือน ถึงเงินจะน้อยแต่สบายใจค่ะ

หนูมีเรื่องอยากเรียนถามท่านอาจารย์ว่า ถ้าหนูจะเอาเงินจากการขายสินค้าที่หนูทำขึ้นเองนะตอนนี้ นำไปบริจาคให้มูลนิธิต่างๆ ที่ต้องการความช่วยเหลือ ประมาณ ๕๐% จากรายได้ โดยเขียนป้ายติดว่า ๕๐% ของรายได้จะนำไปบริจาคผู้ประสบภัย เพราะอีก ๕๐% หนูต้องนำไปซื้ออุปกรณ์มาทำของเพื่อจะขายต่อ และอาจจะนำเงินส่วนนี้มาใช้ส่วนตัวบ้างค่ะ หนูอยากทราบว่ามันจะผิดศีลไหม ถ้านำเงินส่วนที่เหลือ ๕๐% มาใช้ส่วนตัว หรือจะติดหนึ่กรรมหรือเปล่าเมื่อนำเงินของการบริจาคมาใช้บ้าง ขอบอกตามตรงว่าหนูไม่มีเงินทุนเลย เนื่องจากเอาเงินไปลงทุนทำของออกมาขาย แต่ยังขายได้ไม่มากนักแล้วก็มีค่าเช่า ค่าอาหารอีก แต่ตั้งใจจะทำ หนูเคยคิดว่ารอมีเงินก่อนค่อยช่วยเหลือ แล้วเมื่อไรหนูจะมีเงินตามที่หนูคิดว่าพอจะช่วยเหลือผู้อื่น เพราะเราอาจจะอยู่ไม่ถึงวันนั้น ตอนนี้อยู่เปลี่ยนทัศนคติใหม่ว่า ช่วยเท่าที่ช่วยได้ก็แล้วกัน หนูรู้ว่าการสร้างบุญมีหลายวิธีซึ่งหนูก็ทำอยู่เสมอๆ แต่สิ่งที่เพื่อนมนุษย์ต้องการในตอนนี้ก็คือ วัตถุดิบของเพื่อเอาตัวเองให้อยู่รอด

หนูมาพิจารณาแล้วมันต้องมีภัยธรรมชาติอีกเยอะมาก ที่จะ
เกิดขึ้นในอนาคต ในกรณีที่หนูได้ถามไปหนูก็อยากขอความ
เมตตาจากท่านอาจารย์ ช่วยชี้แนะหนูด้วยค่ะ เพราะปัญหา
ยังไม่พอที่จะตัดลึนใจด้วยตัวเองในกรณีนี้ หนูจะรอคำตอบ
ค่ะ และถ้าหากหนูมีบุญวาสนาพอ ก็อาจจะมีโอกาสไปฟัง
ธรรมบรรยายของท่านอาจารย์ ขอขอบพระคุณอย่างสูง

.....

คำตอบ

เมื่อประกาศว่า รายได้จากการขายสินค้าประมาณ
๕๐% จะนำไปบริจาคให้กับผู้ประสบภัยพิบัติ หากทำได้ถูก
ตรงตามเจตนา ถือว่าเป็นบุญ ตรงกันข้าม หากทำแล้วไม่ถูก
ตรงเจตนาได้ทั้งบุญได้ทั้งบาป

การช่วยเหลือผู้อื่นต้องช่วยในสิ่งที่ตนมี ช่วยแล้วไม่
เบียดเบียนตัวเอง และช่วยเท่าที่สามารถช่วยได้ จึงจะถือได้
ว่า การช่วยเหลือดังกล่าว มีอานิสงส์เป็นบุญล้วน

ส่วนเงินที่เหลืออีก ๕๐% หากนำไปใช้ถูกตรงตามที่
ประกาศไว้ ไม่ถือว่าผิดศีล

๘๐. จะบาปมากไหม

คำถาม

อยากสอบถามอาจารย์ค่ะว่า หากเราเลี้ยงสัตว์ เช่น เพาะปลอเลี้ยงปลาไว้ขายจำนวนมาก แต่เราไม่ได้เป็นผู้ลงมือเองในการจับปลา+บริโภค เพราะทางบริษัทเขาจะทำเอง เราจะบาปมากไหมคะ แต่เพราะเราต้องดูแลครอบครัวมีภาระที่ต้องรับผิดชอบเลี้ยงปากท้องครอบครัว เพราะเราต้องอยู่กับทางโลกอยู่ ยังต้องมีปัจจัยที่ทำให้ดำรงชีวิตอยู่ต่อไป เราเลี้ยงเพื่อขยายพันธุ์เพื่อให้เขาเติบโต แต่สุดท้ายแล้วเราก็ต้องขายเขาเพื่อดูแลครอบครัวของเรา เราจะทำอย่างไรดีคะ

.....

คำตอบ

ผู้ถามปัญหาเป็นบุคคลต้นเหตุให้ประพฤติเบียดเบียนสัตว์ ถือว่าเป็นบาป มนุษย์เป็นสัตว์สังคมที่ต้องอาศัยสังคมชีวิตจึงจะอยู่รอด แม้การประกอบอาชีพจะไม่ผิดกฎหมาย แต่เป็นอาชีพที่ผิดศีล สามารถนำบาปมาสู่ชีวิตได้ จงดำเนินต่อไป แต่ต้องประพฤติบุญอยู่เสมอ ประพฤติให้บุญมีอานิสงส์มากกว่าบาป แล้วชีวิตจะไม่วิบัติ

๘๑. บูชาอาหารมาจากวัด

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์สนองที่เคารพ

เรื่อง การซื้ออาหารคินมาจากวัด

ดิฉัน มีเรื่องที่ติดค้างคาใจ ที่อยากจะขอคำตอบจากอาจารย์
รบกวนอาจารย์ กรุณาตอบกลับด้วยนะคะ

เรื่องมีอยู่ว่า เมื่อวันออกพรรษา พี่เขยดิฉันได้ไปบูชา
อาหารสดจากทางวัดมารับประทาน และดิฉันได้ร่วมรับ
ประทานด้วย (ด้วยความเกรงใจ) อยากทราบว่า การที่พี่เขย
ไปบูชาอาหารสดจากวัด มารับประทานนั้น เป็นบาปไหมคะ
เพราะเขาเข้าใจว่า หากเราไม่ไปบูชามารับประทาน อาหาร
เหล่านั้น ก็จะบูด เน่า และก็ถูกทิ้งไป หากเราบูชามารับประทาน
เงินที่เราบูชาไปนั้น ก็ยังสามารถนำไปช่วยจ่ายค่าน้ำค่าไฟของ
ทางวัดได้ แต่ดิฉันก็ยังไม่สบายใจอยู่ดี จึงขอรบกวนอาจารย์
กรุณาตอบด้วยนะคะ ขอขอบคุณค่ะ

อย่าเที่ยววิ่งหาสิ่งศักดิ์สิทธิ์
ความดีของตัวเองนั่นแหละคือสิ่งศักดิ์สิทธิ์

คำตอบ

อาหารที่บุคคลนำไปถวายให้กับภิกษุในวัดเมื่อถวายแล้วถือว่าเป็นสมบัติของภิกษุ หากภิกษุใช้ให้อุปัชฌาย์ก่นำอาหารไปขาย หรือกระทำการอย่างอื่นโดยมีเจตนาให้ได้เงินมา การกระทำเช่นนั้นให้ผลเป็นบาป ตรงกันข้าม หากภิกษุใช้ให้อุปัชฌาย์ก่นำอาหารไปแจกเป็นทาน การกระทำเช่นนั้นให้ผลเป็นบุญ ดังนั้นกรณีที่ถามไปผู้ถามปัญหาจึงมีส่วนร่วมในบาปนั้นด้วย

การตั้งตนไว้ชอบ...คือกุญแจสำคัญ
ที่ช่วยให้บุญสามารถส่งผลได้
แม้จะสร้างบุญกุศลไว้มากมาย
แต่ตั้งตนไว้มิชอบ บุญก็ไม่อาจ
มาเกี่ยวหนุนได้ บุญต้องรอดต่อไป

กราบเรียนสาธุชนทุกท่าน

ชมรมฯ มีนโยบายที่จะเผยแพร่ธรรมะสู่สังคม ด้วยการ
จัดงานบรรยายธรรมเป็นธรรมทาน และผลิตสื่อที่ส่งเสริม
การพัฒนาคุณธรรม เช่น หนังสือ, เทปคลาสเส็ท, ซีดี, MP3
และบริจาคเป็นสาธารณกุศลไปยังสถานที่ต่างๆ เป็นจำนวน
มาก

ท่านสามารถมีส่วนร่วมเป็นสมาชิกชมรมได้ ไม่ว่าจะ
เป็นเพศใด แรงใจ และร่วมบริจาคเพื่อเป็นเจ้าภาพ ในการ
จัดงานบรรยาย เป็นเจ้าภาพในการบริจาคหนังสือไปยังห้อง
สมุด หรือวัดต่างๆ เป็นต้น ตามกำลังศรัทธาของท่าน หรือ
เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ของชมรม โดยไม่เสียค่าใช้จ่ายใดๆ

ท่านผู้มีจิตศรัทธาต้องการหนังสือ และสื่อธรรมทาน
ของชมรมก็ลยาณธรรม 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 ซอยศิษย์วิทยา ถ.สาทรเหนือ แขวงสีลม
เขตบางรัก กทม. ๑๐๕๐๐ โทร. ๐๒-๒๖๖-๘๒๔๕
โทรสาร ๐๒-๒๖๖-๓๙๐๗

ผลงานเล่มอื่นๆ ของชมรมกัลยาณธรรม

- ทางสายเอก (ฉบับภาษาไทยปกแข็ง, เล่มเล็ก, สองภาษา, (และฉบับภาษาอังกฤษ)
- บันทึกสนทนาภาษาธรรม ตามรอยพ่อ, ตีลและปัญญา
- การใช้ชีวิตที่คุ้มค่า, ชีวิตยืนยาวอย่างมีคุณค่า
- มาดสดใสด้วยใจเกินร้อย, คู่รู้หนึ่งพรรษา
- สนทนาภาษาธรรม เล่ม ๑-๒๑
- อัญมณีแห่งชีวิต, ประวัติท่านพระอาจารย์มั่น
- อริยมรรค และ การปฏิบัติคือบพพิสูจน์
- ชีวิตหลังความตาย ชีวิตใหม่ที่ต้องเตรียมตัว
- วิธีอยู่เหนือดวง และโอวาทสี่ของท่านเหลียวผาน
- อุบายทำให้จิตสงบและกระจกส่องกรรมฐาน
- ดวงดีวิถีพุทธ, มหัทศจารย์แห่งจิต, ธรรมะภาคปฏิบัติ
- สันติวรบท และอริยธรรม, คนดีที่โลกต้องการ
- รวมรสบทธรรม, การพัฒนาศักยภาพในวัยศึกษา
- ตายแล้วไปไหน, บริหารใจเพื่อสร้างจิตสำนึก
- สติ ๕ อย่าง และบทโคลกแห่งพุทธอิสระ
- บารมีธรรมสู่ความสำเร็จ, เด็กหญิงพิมพ์ดี
- ให้ทานเพื่ออะไร, พระศิริมานนทสูต
- ปฏิบัติในชีวิตประจำวัน, เริ่มต้นภาวนา ฯลฯ

นอกจากนี้มี ซีดี MP3 คำบรรยายธรรม อีกจำนวนมาก
ติดต่อได้ที่ ชมรมกัลยาณธรรม โทร. ๐๒-๗๐๒-๗๓๕๓

www.kanlayanatam.com

คนมีธรรมะ

คำถาม

กราบเรียนท่าน อ.ดร.สนอง วรอุไร
ที่เคารพ

วันนี้ผมส่งคำถามเกี่ยวกับ การ
ใช้วาจาอย่างไม่เกิดโทษ ถ้าผมเป็น
คนมีธรรมะ จะใช้คำพูดอย่างไรหรือ
มีลักษณะการพูดอย่างไรหรือครับ

คำตอบ

คนที่มีธรรมะคุ้มครองใจ สามารถ
ล้นพ้นได้ด้วยพฤติกรรมที่แสดงออก
โดยเฉพาะคำพูด (วจีกรรม) ที่กล่าว
ออกไป ต้องไม่ผิดกฎหมาย ไม่ผิดศีล
และไม่ผิดธรรม ที่นำสู่ความสวัสดิ
(เจริญรุ่งเรือง) หรือนำสู่ความพันทุกข์

