

# สุนทราภษาธรรม

เล่ม ๑๗



ดร.สนอง วรอุไร



# สนทนาภาษาธรรม เล่ม ๑๙

จากเว็บไซต์กัลยาณธรรม

ตอบปัญหาโดย

ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร





ชมรมกัลยาณธรรม  
หนังสือดีอันดับที่ ๑๔๗

สนทนาภาษาธรรมเล่ม ๑๙ : จาก website kanlayanatam.com  
ตอบคำถามโดย : ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร

จัดพิมพ์ถวายเป็นพุทธบูชาโดย

ชมรมกัลยาณธรรม ๑๐๐ ถ.ประโคนชัย ต.ปากน้ำ อ.เมือง  
จ.สมุทรปราการ โทร. ๐๒-๗๐๒๙๖๒๔  
หรือ ชมรมกัลยาณธรรม ๘๙/๖-๗ ซอยศิษย์วิชาวิทยา ถ.สาทรเหนือ  
สี่ลม บางรัก กทม. โทร. ๐๒-๖๓๕๓๙๙๘  
ภาพปก : ภาพประกอบ : ดญ.กมลมาศ สมุทรรัตนกุล  
คติธรรมประจำฉบับ : กิจปฏิบัติของพระโพธิสัตว์  
รูปเล่ม-จัดพิมพ์ : ก้อนเมฆแอนด์กันย์กรู๊ป โทร. ๐๘๙๗๘๕-๓๖๕๐  
พิมพ์ครั้งที่ ๑ : พฤษภาคม ๒๕๕๔ จำนวน ๖,๕๐๐ เล่ม



สัพพทานัง อัมมทานัง ชินาติ  
การให้ธรรมะเป็นทาน ย่อมชนะการให้ทั้งปวง  
[www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)



**ชมรมกัลยาณธรรม**

**ขอน้อมถวายเป็นพุทธบูชา**

**และ**

**กราบบูชาอาจารย์คุณ**

**แต่**

**ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร**



## คำนำในการจัดพิมพ์ถวายเป็นพุทธบูชา

ชมรมกัลยาณธรรม ได้ดำเนินกิจกรรมเผยแผ่ธรรมและให้ธรรมทาน แก่สาธุชนต่อเนื่องเกือบทศวรรษ นอกจากการได้รับศรัทธาหนุนเนื่องจาก มหาชนแล้ว ปัจจัยสำคัญอีกประการหนึ่งคือ พวกเรามีครูผู้ประเสริฐที่เปี่ยม ด้วยเมตตาและความเสียสละ คือท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร เป็นเหมือน ร่มไม้ใหญ่ที่มีธรรมหยั่งรากลึก เป็นศูนย์รวมแห่งศรัทธาและพลังใจในการ สืบสานความดีงาม รักใคร่สามัคคีในหมู่พี่น้องกัลยาณธรรม และเป็นที่มา แห่งประโยชน์แก่พหูชน เพื่อพระศาสนาอย่างไม่มีที่สิ้นสุด

คอลัมน์สนทนาภาษาธรรม ยืนหยัดมาอย่างยาวนาน เคียงคู่กับเว็บไซต์กัลยาณธรรมที่ไม่เคยเงียบเหงา ท่านอาจารย์ ดร.สนอง มีเมตตาตอบ ปัญหาและข้อข้องใจของผู้ใฝ่ธรรม ช่วยดับทุกข์และหาทางแก้ทางออกแก่ผู้ มีปัญหาที่ถามมาได้อย่างกระจ่างชัดถูกต้องตรงตามธรรม และด้วยเมตตา ท่าน อาจารย์ทำงานอย่างตรากตรำต่อเนื่อง บางคราวตื่นขึ้นมาตอบคำถามตอน ตีหนึ่งถึงตีสองจนรุ่งเช้า หวังให้ทุกท่านที่ถามมา รวมทั้งผู้อ่านได้คลายทุกข์ และมีแสงธรรมนำทางแห่งชีวิต

ชมรมกัลยาณธรรม ขอน้อมบูชาพระคุณท่านอาจารย์ผู้เปรียบ ประดุจบิดาของเราทุกคน บุญกุศลใดอันเกิดจากพลังแห่งความดี ที่ชมรม กัลยาณธรรมมีส่วนเกื้อกูลให้เกิด และทำให้เจริญงอกงามขึ้น ขอบุญกุศล นั้นจงเป็นพลังอันยิ่งใหญ่ มาคุ้มครองอภิบาลท่านอาจารย์ผู้เป็นแบบอย่าง ให้ถึงยังฝั่งแห่งความพ้นทุกข์ตามที่ท่านปรารถนาทุกประการ และหวังว่า ท่านผู้อ่านจะได้รับประโยชน์จากสนทนาปัญหาธรรมเล่มที่ ๑๙ ตามสมควร



ทพญ.อัจฉรา กลิ่นสุวรรณ  
ประธานชมรมกัลยาณธรรม

## อนุโมทนาภคา

หนังสือสนทนาภาษาธรรม เป็นการตอบปัญหา โดยใช้  
ปัญญาเห็นถูกตามธรรมเสนอวิธีแก้ปัญหา ผู้ใดเข้าถึงความจริง  
เช่นนี้ได้ หรือปฏิบัติตามคำชี้แนะ ด้วยการค้นเหตุที่ถูกต้องได้แล้ว  
ปัญหาย่อมหมดไปอย่างถาวร

ผู้ตอบปัญหาขอบคุณทุกท่าน ที่ร่วมแรงกายแรงใจ  
ตลอดจนแรงทรัพย์ ทำให้หนังสือสนทนาภาษาธรรมสำเร็จเป็น  
รูปเล่ม และเผยแพร่ให้มวลชนได้รู้ พร้อมทั้งอ้อเออานิสงส์  
แห่งการให้ปัญญาเป็นทานในครั้งนี้ จงเป็นพลวปัจจัยส่งผลให้  
ชีวิตของทุกท่านดำเนินไปสะดวก ราบรื่น และมีความสุข ทั้งใน  
ชาติปัจจุบันและชาติหน้าถัดๆไป เทอญ.



A handwritten signature in black ink, consisting of stylized Thai characters. It is located to the right of the plant illustration.

ดร.สนอง วรอุไร



๖ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

## ธรรมสารบัญ

หน้า

๑.	ช่างวาดรูป .....	๑๐
๒.	โอกาสเป็นคนดี .....	๑๓
๓.	เป็นเรื่องของเขา .....	๑๕
๔.	อยู่ที่บ้านก็ทำได้ .....	๑๖
๕.	ลูกอ๊อด .....	๑๗
๖.	สัตว์โลกเป็นไปตามกรรม .....	๑๘
๗.	กลัวล้มกลัวเสีย .....	๒๑
๘.	ผีคืออะไร .....	๒๓
๙.	รู้ด้วยปัญญาเห็นแจ้ง .....	๒๕
๑๐.	เห็นด้วยไหม .....	๒๖
๑๑.	อยากช่วยคนอื่น .....	๒๙
๑๒.	เพศที่สาม .....	๓๑
๑๓.	ห้กคอปลา .....	๓๓
๑๔.	คนตงงาน .....	๓๗
๑๕.	รถแก๊สปะทะรถน้ำมัน .....	๓๙
๑๖.	เรื่องพระราชา .....	๔๒
๑๗.	เข้าสมาธิระดับ ๓ ได้หรือไม่ .....	๔๕
๑๘.	รับขัน .....	๔๕
๑๙.	คนจิตฟุ้ง .....	๔๗
๒๐.	ใครว่าไม่ดี .....	๔๘
๒๑.	มาตรวัดการปฏิบัติธรรม .....	๔๙
๒๒.	ขอภริยาไปบวช .....	๕๒
๒๓.	ตัดหาขวางกัน .....	๕๓
๒๔.	กรรมตัดรอน .....	๕๕
๒๕.	กลับคืนสู่ธรรมชาติ .....	๕๗
๒๖.	แทะกระดูกขาตัวเอง .....	๕๘
๒๗.	วินัยของพระ .....	๖๐
๒๘.	สงสารคุณแม่ .....	๖๓
๒๙.	ไปวัดกับแม่ .....	๖๖



๓๐.	รู้แต่ไม่มี .....	๖๙
๓๑.	อำนาจของกรรม .....	๗๒
๓๒.	บัวกำลังจะแย้มบานกลับ .....	๗๔
๓๓.	ตามรอยธรรม .....	๗๙
๓๔.	ประพจน์ไม่ถูกต้อง .....	๘๑
๓๕.	ศีลคุ้มใจ .....	๘๒
๓๖.	คนช่างสงสัย .....	๘๔
๓๗.	กะจะเข้าไปแอบหลับ .....	๘๙
๓๘.	สังฆทานทางไกล .....	๙๑
๓๙.	ยิ้มได้เร็ว .....	๙๒
๔๐.	เป็นการพนันหรือไม่ .....	๙๔
๔๑.	ไม่สามารถกำจัดมาร .....	๙๖
๔๒.	กึ่งนั่งกึ่งนอน .....	๙๗
๔๓.	ลำบากมาก .....	๙๘
๔๔.	ทุกข์เพราะเห็นผิด .....	๑๐๐
๔๕.	ปฏิบัติธรรมให้ถูกทาง .....	๑๐๒
๔๖.	ผู้ไม่หวังเกิดอีก .....	๑๐๓
๔๗.	สิวบนใบหน้า .....	๑๐๖
๔๘.	ชอบคิดในสิ่งไม่ดี .....	๑๐๘
๔๙.	สีลัพตปรามาส .....	๑๐๙
๕๐.	แม่แท้กับแม่บุญธรรม .....	๑๑๑
๕๑.	ณ ปาวาลเจดีย์ .....	๑๑๔
๕๒.	อินทรียังอ่อน .....	๑๑๘
๕๓.	ควรแก้ไขอย่างไร .....	๑๒๐
๕๔.	ทำวิจัยอยู่ที่ USA .....	๑๒๑
๕๕.	ทำงานในคาสิโน .....	๑๒๒
๕๖.	วิบัติเพราะทำอาชีพเสี่ยง .....	๑๒๗
๕๗.	ยังเห็นผิด .....	๑๓๓
๕๘.	สงบบ้างฟุ้งบ้าง .....	๑๓๕
๕๙.	รู้สึกพะวักพะวน .....	๑๓๗
๖๐.	นอนสูงกว่าแม่ .....	๑๔๐





๘ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

๖๑.	ใจเอง .....	๑๔๒
๖๒.	ควรเลิกกับเธอไหม .....	๑๔๔
๖๓.	เขาเป็นคนขี้เมา .....	๑๔๖
๖๔.	ควรฝึกวันละกี่ชั่วโมง .....	๑๔๗
๖๕.	ทำอย่างไรได้อย่างนั้น .....	๑๔๘
๖๖.	ไม่อยากรู้แล้วค่ะ .....	๑๔๙
๖๗.	ตามแบบหลวงพ่อก .....	๑๕๐
๖๘.	ต้องปฏิบัติอย่างไร .....	๑๕๒
๖๙.	หนูต้องการช่วยคุณแม่ .....	๑๕๕
๗๐.	หากเป็นเรื่องจริง .....	๑๕๗
๗๑.	ได้บุญหรือได้บาป .....	๑๖๑
๗๒.	ทำงานอยู่ที่ลำพูน .....	๑๖๒
๗๓.	ขออนุญาตรบกวน .....	๑๖๔
๗๔.	ผู้สำนักผิด .....	๑๖๗
๗๕.	งงไปงงมา .....	๑๖๙
๗๖.	ตกใจปนงง ๆ .....	๑๗๑
๗๗.	อยากให้เปลี่ยนชื่อ .....	๑๗๔
๗๘.	คำถามที่คาใจมานาน .....	๑๗๖
๗๙.	อยากให้แม่สบายใจ .....	๑๗๗
๘๐.	ต้องการลาพุทธภูมิ .....	๑๘๐
๘๑.	อธิษฐานและขอพร .....	๑๘๒
๘๒.	เพื่อเตรียมตัวตาย .....	๑๘๔
๘๓.	เหมือนกับมีสองคน .....	๑๘๖
๘๔.	ฆราวาสสอนสงฆ์ได้ไหม .....	๑๘๘
๘๕.	ดูให้ถูกต้อง .....	๑๙๐
๘๖.	กลัวกรรมให้ผล .....	๑๙๔
๘๗.	ทำได้หรือไม่ .....	๑๙๗
๘๘.	เห็นต่างจากสามีค่ะ .....	๑๙๘
๘๙.	ทำเหตุให้ตรง .....	๒๐๒
๙๐.	กรรมสนองกรรม .....	๒๐๔

เสียงกระซิบสู่ดวงใจเมื่อพุทธศักราช ๒๕๓๒  
พระอาจารย์ พุทธธัมโม ฌ โสภโฆหลวงวัดบ้านป่าง ต.ศรีวิชัย อ.ได้ อ.ลำพูน



ความผิดคือตาบอดอันคมกล้า ความถูกก็คือตาบอดอันคมกล้า  
สุดแต่ใครจะเข้าใจให้เกิดประโยชน์  
ตัวเจ้าคือกระดูกงาของเจ้า คนอื่นก็เป็นกระดูกงาของเจ้าด้วย  
คนดีจะไม่หลงยกยกตนเอง และจะไม่ตั้งตัวเป็นเอก  
คนชั่วเป็นอุทธารักษ์ที่มีคุณค่ายิ่ง คนดีก็เป็นเหยงอย่างอันล้ำเลิศ  
เวลาทำอะไรออกมาจากใจคนดี มิใช่ถ้อยคำหวานล่อมเพื่อประโยชน์ตน  
เมื่อใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว เจ้าจะเป็นผู้ขบขี่ไปบนสวรรค์ชีวิต  
พุทธ ธรรม ธัมโม สังโฆ เป็นที่พึ่งอันประเสริฐของเจ้า  
เห็นกายมิใช่กาย นั่นคือ พุทธมณฑล  
เห็นจิตมิใช่จิต นั่นคือองค์พระพุทเจ้า  
เห็นสรรพชีวิตไร้ตัวตน นั่นคือเห็นเหล่าอริยเสาวภา  
ขอให้ดวงใจของเจ้าจงเป็นน้ำอมตะรสตลอดเลี้ยงสัตว์โลก  
ขอให้ดวงตาของเจ้าจงเป็นแสงสว่างส่องทางให้ชีวิตทั้งมวล  
ขอให้หูของเจ้าจงสดับสรรพสิ่งเป็นธรรมสาร  
ขอให้ปากของเจ้าจงเปล่งวาจาอันเป็นมิตรภาพและสันติภาพ  
ขอให้เท้าของเจ้าจงก้าวไปสู่ทางแห่งความสว่างสรรค์  
ขอให้มือของเจ้าจงเชื่อมสัมพันธ์ไมตรีผูกมิตรกับทุกผู้อย่างรู้คิดสาย  
ขอให้สายโลหิตของเจ้าเป็นทิพย์โอสถรักษาโรคพยาธิของทุกรูปนาม  
ขอให้ชีวิตร่างกายของเจ้าเป็นต้นโพธิ์แก้วที่อาศัยพักอันของสัตว์โลกทั้งผอง





## ๑. ช่างวาดรูป

### คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์สนอง วรอุไรที่เคารพ

๑. ผมไม่แน่ใจว่าสิ่งที่ทำไปเป็นบาปหรือเปล่า... ด้วยความที่บ้านภรรยาผม ที่ผมอยู่นั้นมีเนื้อที่ในบ้านค่อนข้างจำกัด.. คือมีชั้นเดียว แล้วผมก็ได้นำโต๊ะหมู่บูชา และพระพุทธรูป พระเครื่อง(สมเด็จพระญาณสังวร หลวงปู่เณรคำ จัตติโก ฯลฯ) ไปไว้ในห้องนอนด้วยความสะดวกในการสวดมนต์นั่งสมาธิ มันจะเป็นบาปไหมที่ผมทำแบบนี้... เพราะห้องนอนต้องมีกิจของฆราวาส... แต่เรื่องการวางเท้าผมจะไม่เข้าไปทางพระพุทธรูปเด็ดขาด ผมพยายามคิดในทางที่ดีว่าผมมีความจำเป็น ผมไม่มีเจตนาคิดและทำแบบนี้ ผมมีความศรัทธาด้วยซ้ำ ถ้าผมจำไม่ผิด หลวงพ่อจรัญเคยบอกไว้ในหนังสือไว้ว่า ใครมีโต๊ะหมู่บูชาไว้ในห้องนอน เทวดาจะไม่สถิตพระพุทธรูป... ผมไม่ติดใจว่าจะมีอะไรมาสถิตหรือไม่ แต่ที่ผมทำมันเป็นบาปไหมครับ

๒. ทุกเดือน ผมจะส่งเงินเลี้ยงดูพ่อแม่ตามกำลัง (ผมทำงานรับราชการเงินเดือนเพิ่งเริ่มต้นได้ไม่นาน) ไม่เคยขาดการส่งตั้งแต่รับราชการมาเกือบสามปีแล้ว ตั้งแต่เด็กจนทำงานไม่เคยทำตัวให้พ่อแม่เสียใจในเรื่องไม่ดี.. แต่ผมไม่ค่อยได้มีโอกาสปรนนิบัติอยู่ใกล้ๆเพราะทำงานที่กรุงเทพ อยู่กรุงเทพตั้งแต่มาเรียนจนทำงานเกือบ ๑๓ ปีแล้ว ยังดีที่มีพี่สาวดูแลอยู่ อยากถามอาจารย์ว่า การดูแลพ่อแม่แค่ส่งเงินให้แต่ละเดือนมันเพียงพอ



พอหรือไม่กับการเลี้ยงดูบิดา มารดา มั่นดูน้อยไปไหม ขาดตรงไหน ควรเพิ่มตรงไหนครับ

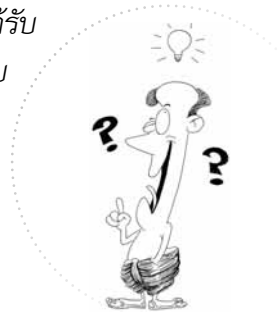
๓. ขณะที่ยกรรยาตั้งครุฑ ถ้าได้ฟังธรรมะเพื่อเผื่อแผ่ถึงลูก ลูกจะได้สิ่งดีๆติดตัวมาตอนคลอดไหมครับ (ถ้าไม่รวมกับกรรมเก่าที่ติดตัวมา)

๔. ผมเป็นช่างวาดรูป เคยวาดรูปพระภู(ผืนผ้ายาวๆ วาดรูปเรื่องราวเกี่ยวกับพระพุทธเจ้า) บางครั้งมีความจำเป็นต้องนั่งทับพระพักตร์พระพุทธเจ้า เพื่อจะวาดได้ถนัด แบบนี้ถือว่าเป็นบาปไหมครับ (แต่ก่อนวาดก็กราบขอขมาก่อน)

๕. ก่อนผมและเพื่อนอีกคนจะสอบเข้ารับราชการได้ ได้ร่วมกันวาดรูปพระเจ้าสิบชาติจำนวน ๑๒๐ รูป เพื่อแสดงนิทรรศการในงานวันอาสาฬหบูชาที่ท้องสนามหลวง ในตอนกลางคืนของวันสุดท้ายที่กำลังจะวาดสำเร็จ ได้มีกลิ่นโชยเข้ามาในห้อง ผมกับเพื่อนถึงกับมองหน้ากัน กลิ่นที่ได้รับนั้นเหมือนกลิ่นน้ำหอมโบราณ หอมมากครับ(หอมอยู่นาน) ถ้าผมจะคิดว่าเป็นกลิ่นของเทพยดามาอนุโมทนาในอาณิสงส์ครั้งนี้ จะเป็นไปได้ไหมครับ เพราะไม่ทราบว่าจะดมามีกลิ่นประจำองค์ด้วยหรือไม่ หรือถ้าอาจารย์จะกรุณา ถ้าอาจารย์เคยได้รับรู้กลิ่นเวทดาช่วยอธิบายลักษณะกลิ่นได้ไหมครับ

(บางเรื่องที่ถามอาจไร้สาระ ขอความกรุณาอาจารย์ช่วยสงเคราะห์ด้วยครับ เพราะติดข้องในใจอยู่นานแล้วครับ)

ขอบพระคุณอย่างสูงครับ





## คำตอบ

(๑). ไม่มีเจตนาหลบหลู่สิ่งศักดิ์สิทธิ์ ไม่ถือว่าเป็นบาป

(๒). การเลี้ยงดูพ่อแม่ด้วยการส่งเงินไปให้ ถือว่าเป็นจริยธรรมที่ลูกที่ดีพึงปฏิบัติ นอกจากนี้ยังมีจริยธรรมของลูกที่อยู่ห่างไกล สามารถประพฤติได้ เช่น ดำรงวงศ์สกุลมิให้เสื่อมเสีย ประพฤติตนเป็นทายาทที่ดี ไม่นำความไม่สบายใจไปสู่พ่อแม่ เมื่อใดที่ไปทำบุญแทนท่าน (บุญกิริยาวัตถุ ๑๐) ต้องสื่อสารให้พ่อแม่ทราบ ด้วยการโทรศัพท์บอกให้รู้ เมื่อท่านกล่าวอนุโมทนา พ่อแม่ย่อมได้รับบุญนั้น อนึ่งการส่งหนังสือธรรมะไปให้พ่อแม่อ่าน ส่งซีดีธรรมะไปให้ท่านฟัง ส่งวีดีโอธรรมะไปให้ท่านดู ฯลฯ ยังเป็นการตอบแทนคุณของพ่อแม่ได้อีกด้วย

(๓). ได้แน่นอนครับ

(๔). อิริยาบถใดที่ผู้ถามปัญหาได้กระทำแล้ว หากมีจิตระลึกได้และทำให้ไม่สบายใจ อิริยาบถนั้นถือว่าเป็นบาป

การขอขมากรรม หมายถึง กล่าวคำขอโทษที่ประพฤติล่วงเกินสิ่งศักดิ์สิทธิ์แล้ว ด้วยกาย วาจาและใจ เพื่อให้สิ่งศักดิ์สิทธิ์ยกโทษให้ ผู้ขอขมากรรมต้องไม่ประพฤติล่วงเกินเช่นนั้นอีก การขอขมากรรมจึงจะถือว่าสัมฤทธิ์ผล



(๕). กลิ่นหอมที่ผู้วาดรูปสัมผัสได้นั้น เป็นการแสดงความยินดีของเทวดา กลิ่นหอมอันเป็นทิพย์มีลักษณะหอมทวนลม หอมได้ไกลกว่ากลิ่นหอมใดๆที่มีอยู่ในภพมนุษย์



## ๒. โอกาสเป็นคนดี

### คำถาม

กราบเรียนท่าน อ.สนอง

ทุกวันนี้ดิฉันมีความสุขมากค่ะไม่รู้ว่าจะแก้ไขอย่างไรดิฉันเป็นคนที่มีโมหะมาก และก็มีอกุศลสัญญาเก็บไว้ในจิตเยอะมาก

คือดิฉันได้มีโอกาสเข้าร่วมปฏิบัติแนวของคุณแม่สิริมาหลายครั้งทุกครั้งก็จะเห็นความไม่ดี(เลว) ของตัวเองเยอะมาก คือจะคิดไม่ดีต่อพระพุทธ พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า และผู้มีพระคุณแบบไม่มีสาเหตุ บางทีไม่เคยรู้จักแค่ได้ยินชื่อก็พาลไม่ชอบ ต่ำว่าแข่ง ไม่เข้าใจตัวเองเลย กลัวใจตัวเองมากค่ะ รู้ว่ามันบาปมากพยายามรักษาสติแต่ก็ทำให้เลิกคิดไม่ได้ บางวันที่ตั้งใจรักษาสติให้อยู่กับการเดินหรือการหายใจมากๆ ความคิดอกุศลก็มีมาก บางวันก็น้อย

ดิฉันควรจะทำอย่างไรดีค่ะ อยากขอความกรุณาท่านอาจารย์ช่วยชี้แนะด้วยค่ะขอพระคุณมากค่ะ

ด้วยความเคารพอย่างสูง

### คำตอบ

คนที่รู้ว่ามีความไม่ดีอยู่ในตัว คนนั้นแหละที่จะมีโอกาสพัฒนาตัวเองให้ดีให้มีบุญเกิดขึ้นได้ในวันข้างหน้า



๑๔ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

ศาสนาพุทธ เป็นศาสนาที่มีเหตุผลกำกับ เป็นศาสนาแห่งความจริง ฉะนั้นการคิดไม่ดีต่อพระพุทธ พระอริยสงฆ์และผู้มีพระคุณ เหตุเป็นเพราะจิตของผู้คิดมีโปรแกรมติดลบเก็บบันทึกอยู่ภายใน คนประเภทนี้มีอัตตาสูงและมีกำลังของสติอ่อน “อัตตา” หมายถึงตัวตน หรือความเห็นแก่ตัว “สติ” หมายถึงระลึกได้ นึกได้ ไม่ลืม เมื่อปัจจัยทั้งสองทำงานร่วมกัน ความคิดที่เป็นอกุศลย่อมเกิดขึ้นเป็นธรรมดา ดังนั้นผู้ใดปรารถนาให้ตนเองมีความคิดที่ดีงาม มีความคิดที่เป็นบุญเป็นกุศล ผู้นั้นต้องเอาศีลอย่างน้อยห้าข้อที่ไม่ขาด ไม่ทะเล่ ไม่ต่าง ไม่พร้อย มาคุมใจให้ได้ทุกขณะตื่น แล้วนำตัวเองไปพัฒนาจิต (สมถภาวนา) ให้มีกำลังของสติกล้าแข็ง จนจิตเข้าถึงความตั้งมั่นเป็นสมาธิจนแน่น (อุปะจารสมาธิ) แล้วนำจิตไปพัฒนา (วิปัสนาภาวนา) จนกระทั่งเข้าถึงปัญญาเห็นแจ้ง ได้เมื่อใดแล้วโอกาสที่อัตตาจะดับไป จึงมิได้เป็นได้ .... พิสูจน์ใหม่ครับ

ในขณะที่ ชั่งได้อยู่ในกายอันได้พบธรรมและมีโอกาสอันดี  
อันได้มาโดยยาก การตั้งใจฟัง ตั้งใจคิดไตร่ตรอง  
และตั้งสมาธิทั้งคืนและวัน เพื่อปลดปล่อยตนเองและผู้อื่น  
ให้หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด คือกิจปฏิบัติของพระโพธิสัตว์



## ๓. เป็นเรื่องของเขา

### คำถาม

กราบเรียน ท่านดร.สนอง

ดิฉันย้ายบ้านใหม่ บ้านเลขที่ ๒๓๔/๒๖๗ หน้าบ้านหันหน้าไปทางทิศตะวันตกเฉียงใต้ ดิฉันอยากทราบว่าจะหันหน้าโต๊ะหมู่บูชาด้านไหนของบ้าน เพราะตอนนี้หันโต๊ะหมู่หันหลังให้กับบ้านและมีคนทักว่าไม่ดี ต่อผู้ที่อยู่อาศัย และมองดูก็ตรงตามที่เขาทักมา จึงขอให้ท่าน ดร.สนองแนะนำด้วย ดิฉันสวดมนต์นั่งสมาธิทุกวัน

ขอขอบคุณค่ะ

### คำตอบ

การประพุดินอบน้อม หมายถึงการแสดงความเคารพอย่างสูง ผู้ใดประพุดิแล้วบุญย่อมเกิดขึ้น ในครั้งพุทธกาลไม่ว่าพระพุทธเจ้าสถิตอยู่ ณ ที่แห่งใด พระสารีบุตรแสดงกิริยานอบน้อมด้วยการนอนหันศีรษะไปทางที่พระพุทธเจ้าประทับ ฉะนั้นผู้ถามปัญหาวางโต๊ะหมู่บูชา แล้วเห็นว่าเหมาะกับการแสดงความเคารพอย่างสูงของตน คนอื่นที่ไม่เห็นด้วยจะทักอย่างไรก็เป็นเรื่องของเขา







๑๖ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

## ๔. อยู่ที่บ้านก็ทำได้

### คำถาม

เรียนถามเรื่องฝึกการนั่งสมาธิ

อยากจะเรียนถามท่านอาจารย์ครับว่า ผมอยากจะฝึกนั่งสมาธิด้วยตัวเองจะทำได้ไหมครับ

แล้วมีแนวทางยังไงครับ แล้วต้องมีบทสวดมนต์ก่อนหรือเปล่าครับ เพราะผมทำงานอยู่ต่างประเทศช่วงนี้ ผมฟังอาจารย์บรรยาย ตามเว็บไซต์ต่างๆครับ ผมคิดว่าผมทำกรรมมาเยอะพอสมควรครับ เพราะตอนเด็กๆเคยฆ่าสัตว์ต่างๆเพื่อทำอาหารครับ ผมอยากจะเสริมสร้างบารมีและแผ่ส่วนกุศลให้เจ้ากรรมเพื่อจะให้บาปกรรมทุเลาเบาบางลงบ้างครับ

ขอบคุณครับ

### คำตอบ

บุคคลสามารถฝึกสติอยู่ที่บ้านได้ ด้วยการสวดมนต์สรรเสริญคุณพระรัตนตรัย (อิติปิโสภควา ... จนจบ, สวากขาโตฯ ..., สุปฏิปันโนฯ ....) หลังจากสวดมนต์จบแล้วให้เจริญอานาปานสติ ด้วยการหายใจเข้ากำหนดว่า “พุท” หายใจออกกำหนดว่า “โธ” ประมาณ ๓๐ นาที หรือนานเท่าที่มีเวลาทำได้ หลังจากนั้นให้อุทิศบุญกุศลให้เจ้ากรรมนายเวร ทุกครั้งที่ทำกิจกรรมแล้วเสร็จ



## ๕. ลูกอ๊อด

### คำถาม

กราบเรียนถามท่านอาจารย์ดร.สนอง ค่ะ  
กรณีที่บ้านมีสระน้ำ เนื่องจากทิ้งไว้นาน ทำให้มีคางคก  
กบ ลูกอ๊อดขึ้นในบ่อมากมาย ส่งเสียงดังมาก ๆ กลัวว่าจะเป็นกา  
รบกวนเพื่อนบ้านข้างเคียง ถ้าจะปล่อยน้ำในสระออกก็กลัวลูก  
อ๊อด ไร ต่างๆ จะตาย ทิ้งไว้ก็จะเป็นแหล่งเพาะพันธุ์เพิ่มมากขึ้น  
เรื่อยๆ กรณีนี้มีวิธีใดที่พอจะแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้บ้างหรือไม่  
อย่างไรคะ

ขอบพระคุณท่านอาจารย์อย่างสูงที่เมตตา

### คำตอบ

แก้ปัญหาด้วยการใช้สวิงตักลูกอ๊อดที่มีอยู่ในบ่อทั้งหมด  
ไปปล่อยในแหล่งน้ำอื่น แล้วปล่อยน้ำในสระออกให้แห้ง

จิตของผู้ที่ยึดติดกับคนหรือกระสุนี่ระสายตุลสายน้ำ  
จิตของผู้ที่เกลียดชังศัตรูเผาไหม้ตั้งเช่นไฟ  
จิตของผู้ที่โง่เขลา หลงลืมไปว่าอะไรอะไรได้  
และอะไรอะไร เต็มไปด้วยความบดบัง  
การไม่ยึดติดกับสิ่งต่างๆ คือกิจปฏิบัติของพระโพธิสัตว์





๑๘ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

## ๖. สัตว์โลกเป็นไปตามกรรม

### คำถาม

ถามปัญหา อ.สนอง วรอุไร

กราบเรียนท่านอาจารย์สนองที่เคารพ ผมมีปัญหาซึ่งเป็นความทุกข์ทางใจ ขอความกรุณาอาจารย์ช่วยผมด้วยครับ ความทุกข์ของผมก็คือ เมื่อปีเศษมานี้แม่ผมได้ถึงแก่ความตายลง ขณะนั้นท่านอายุ ๙๑ ปี หลายท่านอาจเห็นว่าท่านอายุมากแล้ว คงจะหมดอายุ แต่มันมีเหตุที่ผมเสียใจและจิตใจเศร้าหมองมาตลอดว่าผมทำให้แม่ตายหรือไม่ กล่าวคือ ก่อนตายแม่มีอาการเจ็บปวดจากการมีแผลกดทับ แต่ผมและพี่ๆไม่ได้เอาแม่ไปโรงพยาบาล เพราะผมไปเชื่อหมอที่รับมาดูแลรักษาอาการว่าไม่ต้องเอาไปโรงพยาบาลหรอก เพราะแม่อาการหนักคงอยู่ได้ไม่นาน และหากเอาไปโรงพยาบาลหมอจะขูดแผลกดทับทำให้เจ็บปวดมาก และจะมีการใส่สายต่างๆทำให้ได้รับความทรมานแสนสาหัส ควรปล่อยให้แม่จากไปเองที่บ้าน ซึ่งผมก็เชื่อ แต่แม่มีอาการทรุดลงเรื่อยๆ พี่สาวและพี่สะใภ้จึงไปรับหมออนามัยมาดูแลอาการ หมอให้รับเอาไปโรงพยาบาล พี่สาวและพี่สะใภ้จะเอาไปโรงพยาบาล แต่พี่ๆอีกหลายคนก็คัดค้าน บอกว่าอยากให้แม่ตายที่บ้าน ไม่ใช่ที่โรงพยาบาล ผมกลับมาบ้านตอนเย็น พี่สาวให้ผมตัดสินใจ ผมก็ตกลงให้เอาไปโรงพยาบาล แต่พี่ๆบางคนยังคงคัดค้าน และแสดงความเบื่อกว่าที่จะต้องไปนอนเฝ้าแม่ ต่าง



อยากให้แม่ไปเสียเร็วๆ ผมเลยใจเขว ได้โทรศัพท์ไปถามหมอคนเดิมอีกครั้ง หมอยังคงยืนยันอย่างเดิมว่าไม่ควรเอาไป ผมเห็นว่าหมอคนนี้เป็นแพทย์ที่ใหญ่กว่าหมออนามัย น่าเชื่อถือกว่า เลยตัดสินใจไม่เอาแม่ไปโรงพยาบาล และนึกดีใจที่จะได้ไม่ต้องขัดแย้งกับพี่ๆอีกหลายคน แต่นั่นเป็นการตัดสินใจที่ผิดพลาด เพราะแม่อาการทรุดลงเรื่อยๆ ผมเปิดอินเทอร์เน็ตดูวิธีดูแลผู้ป่วยแผลกดทับ เขาบอกให้พลิกตัวบ่อยๆ เลยตกลงกับพี่สาวที่ดูแลแม่ว่าให้พลิกตัวแม่ตอนเที่ยงคืน แต่การณ์กลับเลวร้ายลง เพราะการพลิกตัวทำให้แม่หายใจไม่ออก ซึ่งผมก็ไม่ทราบ คิดว่าแม่ใกล้จะตายเอง พี่สาวเรียกผมไปนั่งดูใจ ผมดูจนกระทั่งแม่หมดลมต่อหน้าต่อตาผม ทำให้ผมรู้สึกผิด และเศร้าหมองใจเสียใจมาโดยตลอด เพราะผมรักแม่มากแต่กลับไม่ได้ปฏิบัติต่อแม่ให้ดีที่สุด ผมจึงขอถามดังนี้

๑. แม่ตายเพราะความผิดของผม หรือว่าแม่ถึงคราวจะต้องตายเอง แล้วผมมีความผิดบาปมากน้อยแค่ไหนครับ จะไถ่โทษได้อย่างไร (จนถึงทุกวันนี้ผมยังคงทำบุญอุทิศให้แม่เสมอมา)

๒. การที่คนเราทุกคนถึงแก่ความตายเพราะผู้นั้นถึงคราวจะต้องตายหรือไม่ อย่างกรณีของแม่ ถึงผมจะพาแม่ไปโรงพยาบาล แม่ก็ยังคงถึงแก่ความตายอยู่ดี เป็นเช่นนั้นหรือไม่

๓. ทำอย่างไรจิตใจผมจึงจะหายหม่นหมองครับ

ขอให้อาจารย์ตอบและให้กำลังใจด้วยครับ



## คำตอบ

กมมุนา วตตติโลโก แปลว่า สัตว์โลกเป็นไปตามกรรม

(๑). เกิด-แก่-ตาย เป็นกฎธรรมชาติที่ไม่มีใครผู้ใดแม้แต่พระพุทธเจ้า ยังไม่สามารถเลี่ยงกฎนี้ได้ ดังนั้นเมื่อพระอัญญาโกณฑัญญะ (ปฐมสาวก) พระมหาโมคคัลลานะ (อัครสาวกเบื้องซ้าย) มาทูลขออนุญาตเข้านิพพาน พระพุทธเจ้ามิได้ทรงทักท้วง แต่ทรงอนุญาตให้เข้านิพพานได้ ส่วนพระมหาปชาบดีภิกษุณี (ผู้เลี้ยงดูเจ้าชายสิทธัตถะ) มาทูลลาเข้านิพพาน พระพุทธเจ้าตรัสว่า กาลชานาหิ โคตมึ (จงรู้เวลาเถิดท่านโคตมึ) แล้วมีบัญชาให้แสดงฤทธิ์ให้มวลชนดู เพื่อเป็นการบอกให้รู้ว่า สตรีเพศสามารถพัฒนาจิตจนมีฤทธิ์ได้ พระสารีบุตร (อัครสาวกเบื้องขวา) มาทูลลาเข้านิพพาน พระพุทธเจ้ามิได้ทรงทักท้วง แต่ทรงตรัสถามว่า แล้วเธอจะไปนิพพานที่ไหน พระสารีบุตรกล่าวตอบว่า “ที่บ้านเกิด” หลังจากนั้นพระพุทธเจ้าทรงอนุญาตให้เข้านิพพานได้

(๒). เป็นเช่นนั้นครับ

(๓). ผู้ใดประสงคฺมิให้จิตเศร้าหมอง พึงดูพระอริยสาวก เป็นตัวอย่าง แล้วพัฒนาจิตให้เข้าถึงธรรมแม้เพียงขั้นต้น เป็นพระโสดาบันที่ตายเกิดอีกไม่เกินเจ็ดชาติ ยังมีความทุกข์เหลือน้อยเท่าขี้ฝุ่นติดปลายเล็บ เมื่อเทียบกับความทุกข์ที่กำลังได้ แล้ว เหมือนขี้ฝุ่นที่หลงเหลืออยู่ในพื้นปลูพี ... พิสูจน์แล้วจริงครับ





## ๗. กลัวสัมภเวสี

### คำถาม

กราบเรียนอาจารย์ ดร. สนอง

อาจารย์คะ คุณพ่อหนู(วิคมัน์ สิริทิพากร) ได้ถูกรถชนที่หน้าร้านดาวคะนอง จ.ลำพูน เมื่อ ๒๘ ส.ค. ๕๓ และท่านได้เสียชีวิตลงที่ รพ.ลำพูน ๒๙ ส.ค. ๕๓ หนูมีคำถามมาปรึกษาอาจารย์ดังนี้ค่ะ

๑. คุณพ่อหนู เป็นสัมภเวสี ใช่ไหมคะ แล้ว หนูจะทำอย่างไรที่พอจะช่วยท่านได้บ้าง แล้วเราจะทราบได้อย่างไรว่าท่านจะหมดอายุขัยเมื่อใด (ปัจจุบันหนู ปฏิบัติธรรมอยู่ที่บ้าน และจะลาพักร้อนไปปฏิบัติที่วัดตาลเอน วัดอัมพวันหรือ ยุวพุทธฯ ตามแต่โอกาสจะเอื้ออำนวยค่ะ) ไม่นานมานี้ รุ่งน้องมาค้างเป็นเพื่อนที่บ้าน ได้เห็น ลักษณะคล้ายคุณพ่อมายืนที่หน้าบ้านค่ะ น้องเขามั่นใจว่าไม่ใช่คนแน่ๆ หนูเลยอธิฐานบอกเจ้าที่หรือเทวดาที่ปกป้องรักษาบ้านหนูอยู่ หากเป็นคุณพ่อจริงๆให้คุณพ่อเข้ามาอยู่ในบ้านได้ จะได้ ไม่ร้อน หนาวหรือเปียก หนูทำถูกไหมคะ แต่แล้ว ก็ทำให้หนู กลัว ไม่กล้าอยู่บ้านคนเดียวอีกค่ะ

๒. นอกจากการเสียชีวิตด้วย อุบัติเหตุแล้ว การเสียชีวิต อย่างไม่ดีอีกที่จะทำให้เป็น สัมภเวสีค่ะ

๓. ได้อ่านที่อาจารย์ตอบคำถามหลายท่านในเรื่อง สัมภเวสีแล้ว แต่ยังสงสัย(กลัว) ว่า สัมภเวสี สามารถปรากฏ



๒๒ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

ให้เห็นหรือสื่อสารกับเราได้หรือไม่คะ คือ ขณะนี้หนู กลัวจนจิตไม่เป็นสมาธิ ปฏิบัติธรรมได้บ้างไม่ได้บ้าง หนูกำหนด กลัวหนอๆ ค่ะ คิดหนอๆ ก็ยังไม่นิ่งค่ะ จึงลืมตาแล้ว เดินจงกรม บางครั้งก็กังวลใจ วุ่นวายใจ หนูจะแก้ไข อย่างไรดีคะ

ขอบคุนอาจารย์ดร. สนอง ที่เมตตาตอบคำถามหนูค่ะ

### คำตอบ

(๑). ผู้ที่ตายก่อนครบอายุขัย ต้องเปลี่ยนสภาพจากรูปกายหยาบ ไปเป็นรูปนามละเอียดที่เรียกว่า สัมภเวสี ตรงกันข้ามผู้ที่ตายตามอายุขัยกำหนด ต้องไปเกิดในรูปใหม่เป็นสัตว์ (รูปนาม) อยู่ในภพใดภพหนึ่งของวัฏฏะ ตามกรรมที่ทำไว้เป็นเหตุ

ขออนุญาตเจ้าที่ให้สัมภเวสีเข้าบริเวณบ้านได้ เป็นการกระทำที่สมควร แต่สมควรยิ่งกว่า หากได้ทำบุญ (บุญกิริยาวัตถุ ๑๐) แล้วอุทิศบุญให้กับสัมภเวสี

(๒). คำว่า “อุบัติเหตุ” หมายถึง เหตุที่เกิดขึ้นโดยไม่คาดคิด ซึ่งเป็นผลมาจากอดีตของผู้ตาย ประพฤติกรรม ตัดรอนมาก่อน เช่น ฆ่าสัตว์ สร้างเครื่องมือทำลายชีวิตของผู้อื่น ดื่มสุรา ฯลฯ

(๓). ผู้ใดปฏิบัติสมถภาวนา แล้วปรารถนาให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิ ต้องเอาศีลที่ ไม่ขาด ไม่ทะลุ ไม่ต่าง ไม่พร้อย ลงคมให้ถึงใจ แล้วจึงนำตัวเองเข้าปฏิบัติธรรมข้างต้น โดยมีสังขละ มีความเพียร และไม่สงสัยในคำชี้แนะของครูบาอาจารย์ผู้เข้าถึง



ธรรมมาก่อน โอกาสจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิและเกิดความรู้แจ้งใน  
สรรพสิ่ง เช่น ก้าวผี ก้าวตาย ก้าวยากจน ก้าวไม่สบาย ฯลฯ  
จะไม่เกิดขึ้น .... พิสูจน์ไหม?

## ๘. ผีคืออะไร

### คำถาม

กราบเรียนอาจารย์สนองที่เคารพยิ่ง

ผี คือ อะไร

หนูมีอวิชชาอยู่มากคะเกี่ยวกับความเข้าใจเรื่องผี คือ  
เมื่อใดถ้าหนูต้องอยู่ในที่มีผีแล้ว จะมีมโนภาพเห็นแต่สิ่งน่ากลัว  
คนตาย

หนูอยากถามว่า ผี ที่แท้คืออะไร (ความหมายทาง  
ธรรม) หนูอยากเข้าใจให้ถูก และจะได้เลิกกลัวหากรู้ว่าแท้จริง  
แล้ว ผี คืออะไร มีความสามารถแค่ไหน และเราควรทำ  
อย่างไรหากเผชิญในขณะที่สติยังไม่เข้มแข็งพอ หนูปฏิบัติแนว  
อานาปานสติ ของท่านพุทธทาสท่านไม่เอ่ยถึงเรื่องแนวนี้เลย  
เราเลยไม่ได้คำตอบที่แท้ เลยจัดการกับใจไม่ถูกต้องบอกความจริง  
ให้จิตรู้ในสิ่งแท้จริงไม่ได้เลย ยังกลัวมาก

อยากรบกวนถามเป็นข้อนะคะเพื่อจะได้ตอบง่าย

๑. ผี มีจริง หรือไม่





๒๔ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

๒. ถ้ามี ผีทำร้ายคนได้หรือไม่

๓. ถ้าเราเผชิญหน้ากับผีเราจะต้องทำอย่างไร หากสติเรายังอ่อนอยู่

๔. มีวิธีฝึกให้เลิกกลัวได้หรือไม่ หนูไม่อยากจะกลัว เพราะดูเหมือนเรื่องไร้สาระที่ไม่เกี่ยวกับการปฏิบัติ แต่จิตมันฝังใจมาก เมื่ออยู่ในที่มืดแล้วเป็นทุกครั้ง ฝึกสู้กับความรู้สึกนี้แล้วนอนคนเดียวตอนไปปฏิบัติธรรม ยังไม่มีคำตอบให้จิตเลยยังคงกลัวอยู่มากค่ะ

ด้วยความเคารพอย่างยิ่งค่ะ

### คำตอบ

คำว่า “ผี” หมายถึง สภาวะของจิตวิญญาณที่มองไม่เห็น แต่เชื่อกันว่าอาจปรากฏเป็นรูปนามหยาบให้ระบบประสาทสัมผัสได้ และให้คุณให้โทษกับมนุษย์ได้

ในทางธรรม “ผี” หมายถึง สัมภเวสี ที่ยังไม่ไปเกิดเป็นสัตว์อยู่ในภพใดๆของวัฏฏะ เมื่อใดที่ผู้ถามปัญหาพัฒนาจิตให้มีกำลังของสติกล้าแข็ง และมีปัญญาเห็นถูกตามธรรมได้แล้ว จะไม่กลัวผีอีกต่อไป (หากมีโอกาสโปรดอ่าน ทางสายเอก ของผู้เขียน)

(๑). ผี (สัมภเวสี) มีจริง

(๒). ผู้ใดสติกล้าแข็งและรู้จริงเรื่องผี ย่อมไม่ถูกผีทำร้าย



(๓). ผู้มีสติอ่อนแก่ปัญหากลัวผี ด้วยการเปิดไฟฟ้าให้มีแสงสว่างแล้ว ผีย่อมหายไป

(๔). ต้องฝึกปฏิบัติธรรม ให้ได้ผลตามแบบที่ผู้ตอบปัญหาเขียนไว้ในหนังสือ ทางสายเอก

## ๙. รู้ด้วยปัญญาเห็นแจ้ง

### คำถาม

เรียน อาจารย์สนองที่เคารพ ขอเรียนถามปัญหาดังนี้  
ทุกวันนี้ได้พัฒนาจิต ด้วยการปฏิบัติวิปัสสนา ตามที่ได้รับการอบรมสั่งสอน จากพระอาจารย์วีระนนท์ วีระนนโท เจ้าอาวาส วัดป่าเจริญราช คลอง ๑๑ ปทุมธานี ด้วยการเดินและนั่งสลับกันตามเวลาและโอกาสจะอำนวย แต่พยายามรักษาสมดุลของการนั่งและการเดิน ถ้านั่งจะนั่งขัดเพชรสูงสุดได้ ๑ ชั่วโมง มองเห็นพองยุบชัดเจน ถ้าเปลอก็จะสามารถเรียกสติกลับมาได้เร็วขึ้น เวลาเดินสติก็จะอยู่ที่เท้ามองเห็นการยก การย่าง การเหยียบ ถ้าเปลอก็จะเรียกสติกลับมาได้เช่นกัน แต่มีปัญหาว่าบางครั้งรู้สึกได้ว่าจิตเกิดดับๆ เร็วและมากมาย ตลอดเวลา จึงอยากจะทราบว่ามีวิธีตรวจสอบได้อย่างไรว่าสิ่งที่เรารู้เกิดจากปัญญา หรือเกิดจากความรู้ที่ได้ยินได้ฟังครูบาอาจารย์สอนมาทันแน่

ขอกราบขอบพระคุณในความเมตตา



๒๒ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

## คำตอบ

ผู้ใดปฏิบัติสมถภาวนา แล้วจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิจนแน่น (อุปัชฌาย์สมาธิ) แล้วนำจิตไปพัฒนา (วิปัสสนาภาวนา) จนเกิดปัญญาเห็นแจ้งได้แล้ว ย่อมรู้เห็นเข้าคำสอนของผู้อื่นได้ว่า ถูกหรือผิดไปจากธรรมวินัยในพุทธศาสนา .... สัจธรรมพิสูจน์ได้ตามแนวนี้

## ๑๐. เห็นด้วยไหม

### คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์สนอง วรอุไร

ผมขอกราบเรียนขอภัยท่านอาจารย์ก่อนที่จะถามคำถามนี้ เพราะผมไม่เคยเห็นมีใครจะสนใจถามคำถามนี้ในที่อื่นใดเลย ผมเกรงว่าผมจะเป็นเหมือนคนโง่หรือคนที่มาลองภูมิท่านอาจารย์ แต่หาได้ผมไม่เคยคิดจะลบหลู่ท่านอาจารย์แต่ประการใดเลย หากเป็นคำถามที่ไร้สาระท่านอาจารย์คงจะไม่ตอบก็ได้เนะครับ ผมได้ยื่นข้อเสียงท่านอาจารย์มาก่อนแต่เพิ่งจะไปฟังการบรรยายธรรมของท่าน เมื่อเสาร์ที่ ๑๘ กันยายน นี้ ที่โรงปูนซิเมนต์ไทย บางซื่อ

ผมก็นึกอยากจะถามคำถามนี้กับอาจารย์ ณ ที่ประชุม นั้น แต่ผมไม่กล้า ผมจึงแอบเก็บมาถามในวันนี้ คำถามของผม



มีอยู่ว่า อันว่าดวงวิญญาณที่อยู่ในกายมนุษย์และสรรพสัตว์ทั้งหลายนี้ เกิดมาแต่ไหน และเกิดมาได้อย่างไร ? และผมเคยได้ยินหรืออ่านพบมาว่า มนุษย์ทุกคนในที่สุดก็จะได้เข้านิพพานหมดทุกคน อาจารย์พอจะเห็นด้วยไหมครับ ผมขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง มา ณ ที่นี้ด้วย ขอให้ท่านอาจารย์จงมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงและอายุยืนยาวที่ช่วยเหลือตนเอง ได้ตลอดไปนะครับ

ขอแสดงความเคารพอย่างสูง

### คำตอบ

สิ่งที่ไม่ควรคิด (อจินไตย) ที่พระพุทธโคตมไม่ทรงตอบ  
สี่อย่าง ได้แก่

๑. วิสัยของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย (พุทธวิสัย)
๒. วิสัยแห่งฌาน (ฌานวิสัย)
๓. วิบากของกรรม (กรรมวิบาก)
๔. ความคิดเรื่องโลก (โลกจินตา)

ดังนั้นสิ่งที่ถามไป คือ ดวงวิญญาณของมนุษย์และสัตว์  
เกิดมาแต่ไหน เป็นอจินไตย ขออภัยไม่ตอบ

ที่ถามไปว่า เกิดได้อย่างไร

ตอบว่า : เกิดได้เพราะแรงผลึกของกรรมที่ทำสั่งสมไว้ในดวงจิตเป็นต้นเหตุ อาทิ

ความหลง เป็นเหตุผลึกต้นจิตวิญญาณให้ไปเกิดเป็น สัตว์  
เดรัจฉาน



๒๘ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

ความโลภ เป็นเหตุผลักดันจิตวิญญาณให้ไปเกิดเป็น สัตว์เปรต สัตว์อสุรกาย

ความโกรธ เป็นเหตุผลักดันจิตวิญญาณให้ไปเกิดเป็น สัตว์นรก

ศีล ๕ เป็นเหตุผลักดันจิตวิญญาณให้ไปเกิดเป็น สัตว์ มนุษย์

ทานและศีล หรือ กุศลกรรมบท ๑๐ เป็นเหตุผลักดัน จิตวิญญาณให้ไปเกิดเป็น สัตว์เทวดาในสวรรค์

ฉาน เป็นเหตุผลักดันจิตวิญญาณให้ไปเกิดเป็น สัตว์ พรหม อยู่ในพรหมโลก

อ่านหนังสือแล้วพบว่า “มนุษย์ทุกคน ในที่สุดจะได้เข้า นิพพานทุกคน” เป็นความเห็นของผู้เขียนหนังสือ แต่ผู้ทรงความ สัมพัญารู้ว่า มนุษย์เปรียบได้กับบัว ๔ เหล่า บัวเหล่าที่ ๑-๓ เท่านั้นที่สามารถพัฒนาจิตจนเข้าถึงพระนิพพานได้ ผู้ตอบปัญหา มิได้ปลงใจเชื่อตามหลักกาลามสูตร แต่ได้ไปพัฒนาจิตตามแนว

สติปัฏฐาน ๔ จึงรู้ว่า มนุษย์ทุกคนไม่สามารถเข้า นิพพานได้ เว้นไว้แต่บัวเหล่าที่ ๑-๓ เท่านั้น ที่ พัฒนาจิตแล้วสามารถเข้าสู่พระนิพพานได้





## ๑๑. อยากช่วยคนอื่น

### คำถาม

กราบสวัสดีคุณพ่อสอนที่เคารพ

ด้วยความเคารพเลื่อมใสในตัวของคุณพ่อ ในคำสอนของคุณพ่อลูกจึงขอเรียกแทนตัวเองว่าลูกนะครับ คุณพ่อครับ ตอนนี้ลูกอายุ ๒๓ ปีมีหน้าที่การงานดี ชีวิตที่ผ่านมาของลูก เต็มไปด้วยบาป ลูกไม่มีhiriโอดตັปะปะ เพราะลูกสงสัยในโลกหลังความตาย กล่าวคือลูกไม่แน่ใจว่ามีจริงหรือไม่ ลูกจึงนึกถึงแต่ความสุขที่อยู่ตรงหน้าเท่านั้น (แต่ก็ไม่ได้เป็นคนเลวเสียทีเดียว)

แต่ตอนนี้ จากคำสอนของคุณพ่อ ทำให้ลูกเชื่อว่าโลกหลังความตายมีจริง และ ลูกกำลังจะหาทางพิสูจน์ให้เห็นจริงด้วยตัวของลูกเอง ผ่านคำสอนของคุณพ่อ และการบรรยายของคุณพ่อ

คุณพ่อครับ ลูกทำผิดศีลข้อ กามะฯ กับหญิงคนหนึ่ง เธอมีสามี และ ลูกแล้ว เพราะสามีของเธอทำเหมือนไม่ไ้รักเธอแล้ว คือเขาไปมีหญิงอื่น ลูกไม่เคยกลัวบาป เพราะคิดว่าได้ทำให้เธอมีความสุข จนกระทั่งตอนนี้เธอเสียชีวิตแล้ว ลูกจึงได้เข้าใจหัวใจของตนเองว่า แท้ที่จริงแล้ว ลูกรักเธอเพียงใด การสูญเสียครั้งนี้ ทำให้ลูกกลัวกับการที่จะต้องมีความรัก และ สูญเสียคนที่รักไปอีก ลูกไม่อยากเสียใจอีกแล้ว ลูกอยากช่วยเธอผู้สว่างลับให้พ้นทุกข์ จะเป็นไปได้หรือไม่ครับ



no : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

ทุกวันนี้ จากที่ไม่เคยสวดมนต์ก่อนนอน ลูกทำทุกวัน จากที่ไม่เคยทำบุญ ลูกทำเมื่อมีโอกาสเสมอ เพราะเป็นห่วงเธอ คุณแม่ของเธอก็แนะนำให้ลูกหาการบรรยายของคุณพ่อมาฟังจนลูกพบกับ [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com) ที่แห่งนี้ไขข้อข้องใจให้ลูกได้มากมาย แต่ลูกอยากถามในกรณีส่วนตัวของลูกด้วยครับ

๑. กรรมของเธอที่ลูกเป็นผู้ร่วมก่อ ลูกขอรับไว้เองทั้งหมดได้หรือไม่ ถ้าได้ต้องทำอะไรครับ

๒. เรื่องปิดอบายภูมิ ถ้าหากลูกมีบุญพอที่จะทำได้ ลูกจะช่วยให้เธอ บิดา มารดาของลูก และคนอื่นๆ ปิดอบายภูมิได้หรือไม่ อย่างไรครับ (ทั้งที่ได้ล่วงลับไปแล้ว และ ยังมีชีวิตอยู่)

ลูกพอมิคำตอบในใจบ้างแล้ว แต่อยากกราบขอคุณพ่อช่วยไขข้อข้องใจเพื่อให้ลูกสิ้นสงสัยด้วยครับ ยิ่งลูกศึกษาจากคำสอนผ่านการสนทนาธรรมของคุณพ่อเท่าไร ลูกยิ่งเห็นว่าสิ่งที่ลูกพึงกระทำคือ ปล่อยวาง และเข้าใจว่าสัตว์โลกเป็นไปตามกรรม ลูกจึงมาคิดต่อว่า นี่คงไม่ใช่เรื่องบังเอิญที่ชีวิตของลูก ได้เข้ามาพยายามศึกษาธรรมะ ทั้งที่ ตลอดชีวิตที่ผ่านมา ไม่มีเคยมีความคิดเหล่านี้เลย

สุดท้ายนี้ ขอคุณพ่อ และ ทีมงานกัลยาณธรรม จงมีแต่ความสุขความเจริญ มีสุขภาพแข็งแรง เพื่อจะได้ช่วยให้ผู้ที่หลงทางได้พบกับสิ่งที่ เป็นความสุข ความสงบอย่างแท้จริง

ด้วยความเคารพ



## คำตอบ

ผู้ใดปฏิบัติสมถภาวนา จนจิตเข้าถึงความทรงฌานได้ แล้ว เมื่อถอนจิตออกจากความทรงฌาน ปุพเพนิวาสานุสติญาณ ย่อมรู้ เห็น เข้าใจว่าชีวิตดำเนินเวียนตาย-เวียนเกิด มานับภพชาติ ไม่รู้จบ

ผู้ที่อยู่หลัง ประพฤติตนให้มีบุญ แล้วอุทิศบุญให้ผู้ล่วงลับ หากเขามอบบุญไถ่บาปบุญได้ เขาย่อมได้รับบุญนั้น

- (๑). เป็นกรรมที่สองคนต้องรับผลของกรรมร่วมกัน
- (๒). ไม่มีใครช่วยใครได้ เขาต้องช่วยตัวเอง ดังที่พระพุทธโคดมได้ทำให้ดูเป็นตัวอย่าง พระพุทธะไม่สามารถช่วยพระเทวทัต (พี่ภรรยา) ไม่สามารถช่วยพระเจ้าสุปปพุทธะ (พ่อตา) ให้พ้นจากนรกได้ จึงปล่อยวางเป็นอุเบกขา

## ๑๒. เพศที่สาม

### คำถาม

กราบสวัสดีท่านอาจารย์สนอง วรอุโรนะครับ  
วันนี้ผมมีคำถามจะมาถามท่านอาจารย์ครับ ผมยังค้างคาใจเรื่องเพศที่สามครับ จึงอยากถามคำถามดังนี้ครับ

๑. ที่อาจารย์บอกว่า ไม่สามารถบรรลุโลกุตระธรรมได้ แต่การที่ต้องได้เกิดมาเป็นเพศที่สาม ก็เพราะทุกข์ข้อที่สาม แล้ว





๓๓ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

ถ้ากรณีเช่นนี้ บุคคลที่เคยทูลข้ออื่นๆ ก็ต้องไม่สามารถบรรลุโลกุตระธรรมได้เช่นกันสิครับ

๒. ที่อาจารย์บอกว่า สามารถบรรลุได้แต่โลกิยธรรมนั้น หมายถึง ยังสามารถเข้าฌานได้ ยังสามารถมีคุณวิเศษห้าอย่างได้ รวมไปถึงไปเกิดสูงสุดในพรหมได้ ใช่ไหมครับ

๓. แล้วกรณีที่คนเพศที่สาม อย่างเกย์ กระเทย จะไปปฏิบัติธรรมด้วยการบวชเป็นพระ จะสมควรไหมครับ หรือทำได้มากแค่บวชพราหมณ์ นุ่งขาวห่มขาว

๔. เราไม่มีวิธีอื่นๆที่จะแก้ไข ข้อที่ไม่สามารถบรรลุโลกุตระธรรมได้จริงหรือครับ หากบุคคลเพศที่สามไม่ปรารถนาจะมารับทุกข์อีก อย่างการเกิดมาเป็นมนุษย์อีกแล้ว กรณีศึกษาในสมัยพุทธกาลยังจะพอมิไหมครับ

๕. แล้วกรณีที่เพศที่สาม ที่เข้ารับการรักษาทางจิตวิทยาให้หายแล้ว สามารถกลับมาบรรลุโลกุตระธรรมได้ไหมครับ

รบกวนอาจารย์ด้วยนะครับ ตอนนี้อู๊สึกทุกข์ใจมาก ไม่รู้จะทำเช่นไรดี

ขอบคุณล่วงหน้าครับ

## คำตอบ

(๑). ผู้ใดประพฤติดุศีล และชดใช้หนี้เวรกรรมจนหมดแล้วเมื่อใด ผู้นั้นจึงจะสามารถพัฒนาจิตจนเข้าถึงโลกุตระธรรมได้



(๒). บรรลุโลกิยธรรมเบื้องต้นได้ แต่ไม่สามารถพัฒนาจิตให้เข้าถึงความทรงฌานได้

(๓). ถ้าถือเคร่งครัดตามวินัยที่พระพุทธโคดมบัญญัติไว้ กระทบไม่สามารถบวชเป็นภิกษุได้

(๔). สิริมาและอัมพาลี หยุดประกอบบอชชีโสะถณี อย่างเด็ดขาด แล้วหันมาประพฤติทาน ศีล ภาวนา ยังสามารถพัฒนาจิตให้เข้าถึงความเป็นอริยบุคคลได้

(๕). ผู้ที่บำบัดอาการวิปริตทางจิตจนหายเด็ดขาดแล้ว สามารถพัฒนาจิตให้เข้าถึงอริยธรรมได้

## ๑๓. หักคอปลา

### คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร

ผมเพิ่งเริ่มสนใจปฏิบัติธรรม เช่น สวดมนต์ นั่งสมาธิ เติณจงกรม ฟังธรรมจาก ผู้รู้ธรรม จากพระสงฆ์ แต่ส่วนใหญ่จะฟังจาก ซีดี เพราะฟังขณะขับรถ ผมมีความเชื่อว่า บุญ บาป มีจริง เวร กรรมมีจริง ผมได้ตั้งปณิธานไว้กับตัวเองและเพื่อนร่วมงาน ว่า ผมจะนำ ศีล ห้า มาปฏิบัติในชีวิตประจำวันให้ครบ จากการฟังธรรม ทราบว่าถ้ารักษาศีล ห้า ไม่บกพร่อง ไปจนถึงวาระสุดท้ายของชีวิต มีโอกาสจะได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์



๓๔ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

อาจารย์ฯ ครับถึงแม่ ความทุกข์จะมีมากเหลือเกินในโลกมนุษย์ แต่ผมก็อยากเกิดมาเป็นมนุษย์ และต้องการบวชเรียน ตั้งแต่เป็นเณร ศึกษาพระธรรม ตามหลักพระพุทธศาสนา เพื่อถ่ายทอดให้กับเพื่อนมนุษย์ อาจารย์ฯ ครับชาติหน้าผมก็ไม่แน่ใจว่าจะได้เกิดมาเป็นมนุษย์อีก ผมก็เลยต้องรีบทำบุญ ทำทาน ถือศีล ภาวนา เพราะผมเคยทำให้ แม่ และ พ่อ เสียใจ เมื่อครั้งที่ผมเป็นวัยรุ่น แม่ผมร้องไห้เสียใจเพราะผมแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว เช่น โยนถ้วยจานข้าวทิ้งต่อหน้าแม่ โยนวิทยุทิ้งต่อหน้าแม่ ตั้งแต่ผมเรียนจบปริญญาตรีจนถึงปัจจุบัน ผมปฏิบัติตัวเป็นลูกที่ดี มีความกตัญญู มาตลอด ผมมีความรู้สึกได้ว่า แม่และพ่อ มีความภูมิใจในตัวผมพอสมควร ที่ไม่เกรง มีหน้าที่การงานที่มั่นคง แต่พ่อผมเสียชีวิตแล้วตั้งแต่วันที่ ๒๕ พ.ย ๔๙

ขอยกย่องครูอาจารย์ที่เล่ายาวไปหน่อย ผมมีคำถามดังนี้ครับ

๑. อายุประมาณชั้นประถมฯ ผมเคยเห็นวิญญาณ และเห็นพร้อมทั้งน้องสาว เวลากลางคืน ลักษณะคือไม่มีเท้า เคลื่อนไหวลักษณะลอย ไม่ได้เดินเหมือนมนุษย์เรา รูปร่างการแต่งกายเห็นชัดเจน เวลานั้น ผมและน้อง ตะโกนเรียกพ่อว่ามีคนเข้ามาในห้อง ผมและน้องเล่าลักษณะการแต่งกาย คนที่เราเห็นให้พ่อฟัง พ่อก็นิ่งไปชั่วขณะ แล้วก็บอก ผมกับน้อง ว่าเป็นการแต่งกายของย่า (แม่ของพ่อ) แล้วพ่อก็มองขึ้นไปที่ยอดบ้าน บนซุ้มมีกระดูกของย่าที่พ่อไปนำมาจากวัดเก็บไว้ เพื่อรอ



วันจะทำบุญให้ย่า ลักษณะเช่นนี้ย่าผมน่าจะรับผลบุญได้แล้วใช้  
ไหมครับ

๒. หลังจากพ่อผมเสียชีวิตเดือน พ.ย. ๕๙ เดือน ธ.ค. ๕๙  
ผมจุดธูปกลางแจ้งเวลากลางคืน บอกพ่อว่า คืนนี้ผมจะสวดมนต์  
ให้พ่อมานั่งสวดมนต์ด้วยกัน ประมาณเที่ยงคืนผมมีความรู้สึกว่ามี  
คนมานั่งอยู่ข้างๆผม ทางขวา แต่ก็ไม่กล้าหันไปมอง ช่วงนั้น  
ผมขนหัวลุก ขนลุกไปทั้งตัว ผมกลัวก็เลยต้องสวดมนต์เสียงดังๆ  
สวดจนเกือบหมดเล่ม ประมาณตีสอง ผมเหนื่อย และง่วง ผม  
ล้มตัวนอนตรงที่สวดมนต์ แต่ไม่กล้าปิดไฟ ไม่ถึง ห้านาที บ้าน  
ไหว เหมือนคนเดินด้วยปลายเท้า เดินสองรอบ ต่อจากนั้นผม  
ได้ยินเสียงการปูเสื่อ สองครั้ง ในห้องนอนของพ่อ ซึ่งไม่มีใคร  
นอน ผมรู้เลยว่าพ่อมาจริง ผมนอนไม่หลับ เลยต้องนอนนับ  
หนึ่ง สอง...ไปเรื่อยๆ แต่ก็ไม่รู้ว่าหลับไปช่วงใด บ้านผมเป็นบ้าน  
ไม้สองชั้น ผมนั่งสวดมนต์อยู่ชั้นสองคนเดียว พ่อผมเคยสอนว่า  
เดินบนบ้านอย่าเดินลงสันท้าว และการเดินของพ่อผมบนพื้นบ้าน  
ทุกครั้ง เมื่อครั้งมีชีวิต บ้านก็จะไหว

เวลากลางคืน วันทำบุญครบ ๑๐๐ วัน ผมตั้งกองผ้าป่า  
ได้เงินถวายวัด แสนกว่าบาท และสร้างพระพุทธรูปปางประทาน  
พร หน้าตัก ๕๙ นิ้ว ถวายวัด มีคนเห็นพ่อผมยืนยิ้มอยู่บนบ้าน  
หันหน้ามายังบริเวณงาน ลักษณะเช่นนี้พ่อผมได้รับผลบุญแล้ว  
หรือไม่ครับอาจารย์

๓. ช่วงวัยรุ่นผมเคยไป หาปลา จับกบจับเขียด การ  
จับเขียดผมจะมีความชำนาญมากไม่ค่อยพลาด จับได้ผมก็จะ



๓๖ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

ห้กขใส่ข้งไว้ ทุกวันนี้ผมมีปัญหที่ข้ท้าวและข้เข่า วึ่งไม่  
ได้ การหาปลาครั้งหนึ่งผมกับพ่อช่วยกัน คือ พ่อผมทอดแห ใน  
ลำคลอง ผมกับพ่อดำน้ำลงไปกตดินแหไว้ ป้องกันไม่ให้ปลา  
ออก และก็คลำหาปลา ถ้าจับปลาได้ก็ห้กคอ แล้วก็โยนขึ้นบน  
บก จำได้ว่าประมาณ ๑๐๐ ตัว ที่ผมห้กคอ อาจารย์ครับ ทุก  
วันนี้ผมมีอาการปวดคอ ปวดหัว ปวดไหล่ ปวดเอว ไปหาหมอ  
รักษาก็ไม่หาย เวลาปวดที่ไรนึกเห็นภาพที่ผมห้กคอปลาทุกที  
กรรมตามทันใจไหมครับ ผมจะชดใช้กรรมไปอีกนานไหมครับ  
อาจารย์

อาจารย์จะตอบหรือไม่ก็ไม่เป็นไร ผมก็จะฟังธรรมที่  
อาจารย์บรรยาย จากซีดี  
กราบขอบพระคุณอาจารย์มากครับ

### คำตอบ

(๑). ย่าจะรับผลบุญได้ ต้องมีผู้อุทิศบุญให้ และท่านต้อง  
มาอนุโมทนาบุญ

(๒). พ่อได้รับผลบุญแล้ว เมื่อมีญาติอุทิศบุญให้ท่าน

(๓). ผู้ใดประพฤตเหตุที่เป็นอกุศลกรรมไว้ก่อน เมื่อกรรม  
ให้ผลเป็นอกุศลวิบาก ผู้ทำเหตุไว้ก่อนต้องเสวยอาการปวดต่างๆ  
เหล่านั้น จนกว่าเจ้ากรรมนายเวรเลิกจองเวร ผู้ใดประสงค้ให้หนี  
เวรกรรมหมดไป ต้องประพฤตบุญใหญ่ (ปฏิบัติธรรม) แล้วอุทิศ  
บุญใหญ่ใช้หนี้ เมื่อเขาเลิกจองเวร อาการปวดดังกล่าวจึงจะหายไป  
ไปได้



## ๑๔. คนตงงาน

### คำถาม

เรียนท่านอาจารย์ ดร. สนอง วรอุไร

กระผมได้ติดตามผลงานของท่าน ดร. สนอง มาตั้งแต่ปี พศ. ๒๕๔๙ ทั้งทางหนังสือ และทางเว็บไซต์ชื่นชอบและมีความศรัทธามากครับ ก่อนอื่นผมขอแนะนำตัวเองก่อนครับ

ชื่อ นายไกรสิทธิ์ อายุ ๔๔ ปี สถานะ หย่า (ภรรยาผมติดเชื้อ เอช ไอ วี แต่ผมกับลูกไม่ติดครับ) การศึกษาปริญญาตรี ส่งเสริมการเกษตร ปริญญาโท รัฐประศาสนศาสตร์ (เรียนไม่จบเพราะเรียนไปด้วย และต้องเลี้ยงดูบุตรและแม่ด้วยครับ) อาชีพ ว่างงาน (ก่อนหน้านี้เคยเป็นผู้จัดการทรัพยากรบุคคลของโรงแรมแห่งหนึ่งในจังหวัดภูเก็ต)

หลังจากที่ถูกเลิกจ้าง ในวันที่ ๗ กรกฎาคม ๒๕๕๓ และได้กลายเป็นผู้ตกงานทันที ลำบากมากครับ มีภาระต้องเลี้ยงดูบุตรชาย อายุ ๖ ขวบหนึ่งคนและแม่อายุ ๗๐ ปี บ้านก็ต้องเช่าเพราะไม่มีทรัพย์สินอะไรครับ พยายามหางานใหม่ก็หายากมากครับเพราะอายุมากแล้ว มีหลายที่เรียกไปสัมภาษณ์ แต่ก็เจียบไปหลังสัมภาษณ์ คิดจะลงทุนค้าขายแต่ก็ต้องคิดหนักและต้องคิดหลายรอบมากเพราะของขายยากมาก และถ้าลงทุนไปแล้วขายไม่ได้ เงินเก็บก็หมด ยิ่งทำให้ยากลำบากกว่าเดิม เห็นตัวอย่างห้องที่อยู่ติดกันเขาขายของกิน ซากาแพ



๓๘ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

ขายยากมากครับได้วันละไม่เกิน ๕๐๐ บาท ค่าเช่าตึกเดือนละ ๘,๐๐๐ บาทเลขที่เดียว

ผมมีคำถามอยากถามท่าน อาจารย์ ดร.สนอง ดังนี้ครับ

๑) ขาดก่อนกระผมคงไม่ได้ทำบุญสะสมมากเท่าไรใช่ไหมครับ ขาดนี้จึงต้องลำบากมากขาดเงินทองที่จะเสี่ยงกายแถมต้องทำให้คนที่เรารักพลอยลำบากไปอีกด้วยอีก รวมถึงการศึกษาด้วยครับพยายามแล้วแต่เจอแต่อุปสรรคมากครับ กระผมจะต้องทำอะไรบ้างครับจึงพอจะเพิ่มบุญและลดความทุกข์ลงไปได้บ้างครับ

๒) ถ้าผมจะบวชได้ไหมครับ (ผมเคยบวชมาแล้วตอนอายุ ยี่สิบสอง)โดยส่งลูกชายกลับไปอยู่กับแม่เขา ซึ่งแต่งงานใหม่ไปแล้ว (เขามีทรัพย์สินสมบัติรวมทั้งสวนยางพาราพอสมควรและผมแน่ใจได้ว่าลูกไม่อดแค้น) และส่งแม่กลับไปอยู่กับน้องสาว โดยกระผมจะเอาเงินเก็บที่มีอยู่บ้างไม่มากให้ เขาไว้ใช้ ส่วนตัวผมไม่จำเป็นต้องมีก็ได้ แต่ก็อดเป็นห่วงลูกชายซึ่งต้องไปอยู่กับพ่อเลี้ยงไม่ได้



๓) ข้อสุดท้ายครับท่านอาจารย์ พอจะแนะนำอะไรให้ผมได้บ้างครับ เพื่อให้ทุกอย่างมีทางออกโดยแม่และลูกชายไม่ต้องพลัดพรากจากกันครับ

ขอแสดงความนับถืออย่างสูง



## คำตอบ

(๑). คนรวยทรัพย์ได้ ต้องให้ทรัพย์เป็นทาน คนมีศีล ๕  
คุมใจย่อมมีโภคทรัพย์ คนมีดวงดีไม่ตกงาน ต้องประพฤติทาน  
ศีล ภาวนา อยู่เสมอ คนมีเงินเก็บต้องบริโภคใช้สอยมกน้อย  
บริโภคใช้สอยแต่สิ่งที่เป็นสาระกับชีวิต

(๒). สัตว์โลกเป็นไปตามกรรม บุคคลมีชีวิตเป็นของตัวเอง  
ผู้รู้ไม่มีสิทธิ์เข้าไปก้าวกาง ฉะนั้นผู้ถามปัญหาต้องตัดสินใจ  
ด้วยตัวเอง

(๓) ประพฤติบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ อยู่เสมอแล้วทุกอย่าง  
ย่อมมีทางออกที่ดี

## ๑๕. รถแก๊สปะทะรถน้ำมัน

### คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์ ดร. สนอง วรอุไร

ขออนุญาตใช้เรียกแทนตัวเองว่าหนูนะคะ ในความ  
เกรี้ยวกราดที่ต้องเลี้ยงลูกคนเดียว ทำให้ลูกฝังใจ และปฏิกิริยา  
ที่ทำกลับมามันช่างรุนแรงในจิตใจ และอยากจะตาย เพื่อให้ลูก  
ของหนูได้พ้นทุกข์ที่มีแม่แบบนี้ที่ผ่านมา

ณ ปัจจุบันหนูพยายามแก้ไข แต่ไม่รู้ว่า ทำกรรมอะไรไว้  
กับลูกรุนแรงขนาดไหน ดูแล้วมันช่างยากที่จะประสานรอยร้าว  
ระหว่างแม่กับลูก ลูกหนูเป็นคนดีนะค่ะ ส่วนตัวหนูก็เป็นคนดีค่ะ  
แต่ไม่รู้ทำไมหนูกับลูกพูดคุยกัันทีไร เหมือนรถแก๊ส กับ รถน้ำมัน





มาประสานงากัน แล้วลูกเป็นไฟเผาผลาญ จิตใจทั้งหนูและลูก  
ลูกไม่เคยบอก แต่หนูก็รู้ว่าลูกก็คงมีความรู้สึกไม่แตกต่างกัน คือ  
ไม่ได้อยากให้มันเป็นแบบนี้ ทั้งหนูและลูกจิตใจกำลังยำแย แต่หนู  
ยังมีวุฒิภาวะและสภาวะจิตที่ยังรับมือกับสภาพที่หัวใจแตกสลาย  
แต่ลูกของหนูเค้าคงทุกข์ใจแสนสาหัสกว่าหนูหลายร้อยเท่า ที่เค้า  
ทำให้หนูร้องไห้ โดยการใช้คำที่รุนแรง ซึ่งเค้าเองไม่ได้ต้องการ  
ให้เป็นอย่างนี้ เพราะมนุษย์เราในโลกนี้ มีแต่แม่เท่านั้นที่จะเป็น  
มิตรแท้ และเป็นผู้ปกป้อง ค้อมครองให้ลูกปลอดภัย แต่หนูกับลูก  
กลับเป็นศัตรูกันโดยไม่ได้เจตนา และหนูก็เชื่อว่าลูกคงรู้สึกแบบนี้  
เหมือนกัน เมื่อหลายครั้งที่ผ่านมา หนูและลูกมีโอกาสรับสภาวะ  
จิตได้พูดคุยกันหนูได้พูดอ้อมๆ ให้เค้าได้เข้ามาคุยกับท่านอาจารย์  
เค้าก็เคยเข้ามาในเว็บไซต์ของชมรมฯ และเคยพูดว่าถ้าเค้าได้  
กลับเมืองไทยเค้าจะไปช่วยร่วมทำกิจกรรมของชมรมฯ และเค้า  
คิดจะเรียนทางด้านจิตวิทยา และถ้าเค้ามาศึกษาทางด้านพุทธ  
ศาสนาควบคู่ไปด้วย หนูคิดว่า เค้าคงสามารถรักษาบาดแผลใน  
จิตใจในชาติปัจจุบันได้เอง หรือหลุดพ้นจากกรรมเก่าที่หนูและลูก  
ทำกันมาแต่ปางก่อน นั่นก็คือ การดับทุกข์ด้วยตัวเองใช่ไหมคะ  
แต่ในขณะนี้ลูกหนูไม่มีที่ส่งผ่านทาง ไม่มีกำลังใจ ไม่มีใครที่เค้าจะ  
เปิดอกคุยด้วย หรือแม้แต่หนูก็ไม่มีบุญบารมีที่จะเป็นกัลยาณมิตร  
ให้เค้าได้ เพราะวันนี้หนูกับลูกได้ประสานงากันอย่างแรง หนูจึง  
ส่งข้อความมา ขอบทานบารมีจากท่านอาจารย์ ให้ช่วยชี้แนะ  
และวิเคราะห์ชี้ทางสว่าง ให้สภาวะจิตลูกของหนูฟื้นตัว ก่อนที่สี  
ขาวขุ่นๆจะกลายเป็นดำสนิทเกินกว่าจะแก้ไข



เค้าเคยอ่านหนังสือของท่านอาจารย์ เรื่องตายแล้วไปไหน และเล่มอื่นๆอีกหลายเล่ม และเค้าเคยบอกว่าเค้าหัดนั่งทำสมาธิด้วย แต่ก็ทำไม่เป็นไม่เข้าใจในขั้นตอน และตอนนี้หนูไม่รู้เค้ายังพยายามทำอยู่หรือเปล่า หนูไม่รู้ว่าจะจบข้อความนี้ได้อย่างไร ถ้าส่วนไหนหนูเขียนไม่เหมาะสม หนูกราบขออภัยด้วยนะค่ะและรอรอการชี้แนะจากการวิเคาห์ของท่านอาจารย์ค่ะ

หนูขอให้ท่านอาจารย์มีสุขภาพแข็งแรงยิ่งขึ้นนะค่ะ ด้วยความเคารพอย่างสูง

### คำตอบ

คนดี คือ คนที่มีศีล มีธรรม คุ่มครองใจ คนดีมีพฤติกรรม คิด พูด ทำ ไม่ทำร้ายตนเองและผู้อื่น คนดีมีอารมณ์สงบเย็น คือให้อภัยในทุกสิ่งที่เป็นเหตุขัดใจ ฯลฯ เหล่านี้เรียกว่า คนดี ฉะนั้นจงถามตนเองว่า เรามีลักษณะดังที่กล่าวไว้หรือไม่ หากมีพฤติกรรมตรงกันข้าม เมื่อรถแก๊สกับรถน้ำมันโคจรมาพบกัน ย่อมมีโอกาสประสานงากัน ดังนั้นหากผู้ถามปัญหา ปราบณา มิให้การโต้แย้งโต้เถียงระหว่างแม่กับลูกเกิดขึ้น ทุกครั้งที่มีเหตุขัดใจเกิดขึ้น ต้องอดทน และสงบกาย วาจา ใจ ด้วยการให้อภัยเป็นทาน แล้วคุณธรรมตัวที่เรียกว่า เมตตา จะเกิดขึ้น และถูกเก็บสั่งสมอยู่ในจิตวิญญาณของผู้ถามปัญหา เป็นเมตตาบารมี เมื่อใดควบคุมพฤติกรรมได้เช่นนี้ ก็เป็นที่หวังได้ว่า ชีวิตหน้าไม่ต้องลงไปเกิดในอบายภูมิ



๔๓ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

## ๑๖. เรื่องพระราหู

### คำถาม

เรียนท่านอาจารย์สนองที่เคารพ

ดิฉันขอรบกวนเรียนถามเรื่องเกี่ยวกับการรับพระราหูว่าเกี่ยวข้องกับดวงชะตาของเราหรือไม่ คือมีเพื่อนที่ทำงานได้ดูดวงลูกสาว แล้วบอกว่าต้องทำพิธีรับพระราหูในเดือนเกิด ถ้าไม่ทำจะมีเรื่องร้ายๆ เข้ามาหาลูก( ลูกสาวนับถือคริสต์) ดิฉันก็วิตกกังวลมาก แต่ดิฉันได้เคยเข้าปฏิบัติธรรม ที่บ้านคุณแม่สิริมาแล้ว ๓ ครั้ง ดิฉันได้สวดมนต์และนั่งสมาธิก่อนนอนทุกคืน และได้แผ่เมตตาให้ลูกทุกครั้ง พอมีเรื่องพระราหู ดิฉันก็ตั้งจิตอธิษฐาน ขอให้บุญกุศลที่ดิฉันได้เข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานจงปกป้องคุ้มครองลูกให้แคล้วคลาดจากสิ่งชั่วร้าย และอันตรายทั้งปวง ซึ่งดิฉันเชื่อว่าความรัก ความปรารถนาดีของแม่ จะต้องปกป้องคุ้มครองลูกได้ ดิฉันขอเรียนถามว่า

๑. พระราหูเกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนาหรือไม่

๒. ดิฉันควรจะเชื่อในเรื่องพระราหูหรือไม่

๓. เราควรต้องเชื่อคำทำนายทางโหราศาสตร์หรือไม่

(ดูดวงตามตำรา)

๔. ลูกสาวเป็นคนที่อึดตาสูง จนถึงดื้อรั้น(เรียนมหาวิทยาลัย ป.ตรี) เรียนเก่ง ทำอย่างไร จะทำให้ลูกมีอารมณ์ที่อ่อนโยน ลดอึดตาสูง



๕. ดิฉันปรารถนาให้ทุกคนในครอบครัวดิฉัน(สามีและบุตร)ได้เข้าปฏิบัติธรรม เหมือนดิฉันเพื่อสร้างบุญกุศล เป็นการเตรียมเสียบียงเพื่อการ เดินทางไปภพหน้าที่เราไม่รู้ว่าจะไปทีใด ขอขอบพระคุณอาจารย์มากที่สุด ตั้งแต่กลับจากไปปฏิบัติธรรมดิฉันจะขอบฟังธรรมะ บรรยายมาก โดยเฉพาะของอาจารย์ เปิดฟังทางอินเทอร์เน็ต สามีและลูกๆก็ฟังด้วยที่วิเลิดดูแล้วคะ จิตใจเยือกเย็นมากเลยคะ สามีก็ขอบฟังธรรมะ บางครั้งดิฉันก็จะอ่านหนังสือธรรมะให้ฟังคิดว่าสามีคงได้บุญ กุศลมากเช่นกัน

กราบขอบพระคุณอาจารย์ค่ะ

### คำตอบ

(๑). หากคำว่า “ พระราหู ” หมายถึง เทวดาที่เป็นยักษ์ ยังมีความข้องเกี่ยวกับพุทธศาสนาได้ แต่ไม่มีอำนาจเหนือจิตของผู้มีธรรมวินัยในพุทธศาสนา พระพุทธโคดมจึงไม่แนะนำให้พุทธบริษัท เอาพระราหุมาเป็นที่พึ่งที่เคารพกราบไหว้บูชา

(๒). จะเชื่อหรือไม่เชื่อเรื่องพระราหู เป็นสิทธิ์ของผู้ถามปัญหา แต่หากผู้ใดพัฒนาจิต (สมถภาวนา) จนเข้าถึงสมถิระดับฌานได้แล้ว ถอนจิตออกฌาน แล้วอธิษฐานขอเห็นเทวดาที่มีชื่อสมมุติว่าพระราหู ความสมปรารถนาจึงมีโอกาสเกิดขึ้น

(๓). พระพุทธโคดม มิได้สอนให้ภิกษุเอาจิตเข้าไปข้องเกี่ยวกับไตรจีวรวิชา (โหราศาสตร์) ผู้ใดเชื่อพระพุทธรูป แล้วปฏิบัติธรรมให้ถูกต้อง ผู้นั้นมีโอกาสเข้าถึงอริยธรรมได้



๔๔ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

(๔). การศึกษาเพื่อให้ได้มาซึ่งความรู้ทางโลก (สุตมย ปัญญาและจินตามยปัญญา) เป็นเหตุให้อัตตา หรือตัวตน หรือ ความเห็นแก่ตัวเกิดขึ้น ยิ่งมีความรู้ทางโลกสูงขึ้น ความเห็น แก่ตัวย่อมใหญ่ขึ้นเป็นเงาตามความรู้ที่เพิ่ม ผู้ใดประสงค์ลด ความเห็นแก่ตัว ต้องประพฤติจริยธรรมที่ตนเกี่ยวข้อง อาทิ จริยธรรมการเป็นลูกที่ดีของพ่อแม่ จริยธรรมการเป็นศิษย์ที่ดี ของครู จริยธรรมการเป็นพลเมืองที่ดีของประเทศชาติ ฯลฯ เมื่อ ประพฤติได้แล้ว สิ่งดีงามในจริยธรรมย่อมกลบฝังอัตตา หรือ ความเห็นแก่ตัวไว้ในจิตใต้สำนึก มิให้แสดงออกเป็นพฤติกรรมที่ ไม่พึงปรารถนาของผู้รอบข้าง

(๕). เมื่อใดที่ผู้ถามปัญหาพัฒนาตนเอง จนกระทั่งการ คิด การพูด และการกระทำ แสดงออกเป็นพฤติกรรมดีงาม ได้แล้ว สมาชิกในครอบครัวย่อมศรัทธา นำตัวเข้าใกล้พูดคุย ใต้ถาม และขอคำชี้แนะได้ก่อนแล้ว เมื่อนั้นผู้ถามปัญหา จึงจะ สามารถสอนหรือบอกกล่าวให้คนในครอบครัวประพฤติตามที่ตน ปรารถนาได้





## ๑๗. เข้าสมาธิระดับ ๓ ได้หรือไม่

### คำถาม

เรียนถามอาจารย์ดร.สนอง วรอุไร  
ผู้ใดทำผิดศีล แม้เพียงข้อเดียว หรือ เผลอไป มีโอกาส  
เข้าสมาธิ ระดับ ๓ ได้หรือไม่อย่างไรครับ ขอขอบคุณครับ

### คำตอบ

เคยประพฤติดุศีล แล้วระลึกได้ว่าเป็นการกระทำไม่ดี  
ควรไปสารภาพผิดต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ แล้วหยุดประพฤติดุศีลอีก  
ต่อไป จากนั้นลงมือปฏิบัติสมถภาวนา โดยมีสัจจะและความ  
เพียรสนับสนุน จิตจึงจะมีโอกาสพัฒนาให้เข้าถึงความตั้งมั่นเป็น  
สมาธิแน่วแน่ (อัปปนาสมาธิ) ได้

## ๑๘. รับขัน

### คำถาม

กราบเรียน อาจารย์ สนอง วรอุไร  
สวัสดีค่ะ หนูชื่อ ภัฏฐ์นราวรรณ เจริญสกุล ค่ะ  
ตอนนี้ฟ้าอายุ ๒๐ ปี แต่ด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์  
อยากจะทำอาจารย์ช่วยบอกวิธีการเลิกรับขัน



๘๖ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

ช่วงวัยเด็กๆจนเติบโตมาเรื่อยๆ ก็ชอบแนวๆนี้ ชอบอ่านหนังสือธรรมะ ทำบุญ แต่ด้วยความที่รู้เท่าไม่ถึงการณ์ มีคนแนะนำว่ารับขันจากเทพพระอุมา แล้วจะประสบผลสำเร็จ

พอ ๑๙-๒๐ ปี ฟ้าก้อมานั่งสมาธิ ปฏิบัติธรรมภาวนา และอ่านหนังสือของอ.สหนอง โลกของฟ้าก้อม่อยๆเปลี่ยนไป

ฟ้าจะเอาขันที่รับมาบูชาไปไว้ที่ไหน ? ต้องบอกกล่าวอะไร ทำอะไร ก่อนหลังหรือไม่คะ ? เพราะบางคนบอกว่าถ้าจู้ๆเอาขันไปลอยน้ำ หรือฝากไว้กับเจ้าอาวาสทันทีที่ยังไม่ได้ทำบุญเขา/วิญญานจะโกรธเรามาก..จริงหรือคะ ???

ปล.เดือนหน้า(ตุลาคม ๕๓) ไปปฏิบัติธรรมที่วัดป่าสุนันทวนาราม ยังไงอยากทำเรื่องนี้ให้เสร็จก่อนจะไปถือศีลภาวนาค่ะ

### คำตอบ

เมื่อบอกรับขัน (ขันใส่ดอกไม้) ได้ ก็บอกเลิกได้ ด้วยการสวดมนต์บทสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ต่อหน้าสิ่งศักดิ์สิทธิ์

แล้วบอกยกเลิกขันที่รับมาแล้ว กับเทวดาที่คุ้มครองสิ่งศักดิ์สิทธิ์ จากนั้นนำขันไปวางไว้ที่โคนไม้ แล้วหันมาปฏิบัติธรรม ด้วยการเอาศีล เอาสังขะ มากุมใจ เร่งความเพียรปฏิบัติธรรม โอกาสที่จิตจะตั้งมั่นเป็นสมาธิและเกิดปัญญาเห็นแจ้งย่อมเกิดขึ้นได้





## ๑๙. คนจิตฟุ้ง

### คำถาม

เรียน อาจารย์ที่เคารพ หนูรบกวนเรียนถามดังนี้ค่ะ  
 หนูได้เข้ารับการธรรมฐานจากวัดมหาธาตุฯ เมื่อวันที่ ๑  
 พ.ค. ๒๕๕๑ และได้ไปปฏิบัติธรรมเป็นระยะๆ ในช่วงแรก ๓-๔  
 ครั้งต่อสัปดาห์ ๒ ปีหลังก็เริ่มลดน้อยลง ปัญหาก็คือ หนูไม่เคย  
 ได้สัมผัสถึงสมาธิเลยสักครั้ง เพราะทุกครั้งที่ไปปฏิบัติ ไม่ว่าจะ  
 เดินจงกรมหรือนั่งสมาธิทุกวินาทีที่หลับตาและก้าว่าง ความ  
 คิดต่างๆ ทั้งเรื่องครอบครัว เรื่องที่ทำงานมันพุ่งเข้ามาในความ  
 คิดหนูเหมือนลูกธนูที่ยิงมาจากกองทัพทหาร แม้แต่สวดมนต์  
 สมอ่งส่วนหนึ่งและปากก็สวดมนต์ แต่สมอ่งอีกหลายๆ ส่วนก็  
 คิดอีกหลายเรื่อง อาจารย์ค่ะหนูอยากมีสมาธิ อยากมีสติ หนู  
 ควรปฏิบัติอย่างไรค่ะ รบกวนอาจารย์แนะนำหนูด้วยนะคะ

กราบขอบพระคุณค่ะ

### คำตอบ

ผู้ที่ศึกษามาทางโลกเข้าใจว่า สมอ่งมีหน้าที่คิด แต่ผู้  
 ที่เข้าถึงธรรมในพุทธศาสนา รู้ว่าจิตเป็นสิ่งที่มิหน้าที่รู้ คิด นึก  
 ดังนั้นการพัฒนาจิตให้มีสติ เท่ากับเป็นการจำกัดการรู้ คิด นึก  
 ของจิต ให้อยู่กับปัจจุบันขณะ เมื่อใดที่จิตจดจ่ออยู่กับอิริยาบถ  
 ที่เป็นปัจจุบัน ขณะจิตย่อมตั้งมั่นเป็นสมาธิโดยอัตโนมัติ จิต





๔๘ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

จะจดจ่อ (สติ) อยู่กับปัจจุบันได้ ต้องมีศีลบริสุทธิ มีศีลอยู่ครบ  
คุณใจให้ได้ทุกขณะตื่น แล้วจิตจึงจะตั้งมั่นเป็นสมาธิ นี่คือนี่สิ่งที่ผู้  
มีประสบการณ์ชี้แนะให้ทำ เมื่อใดผู้ถามปัญหาเอาศีลในลักษณะ  
ดังกล่าว คุณใจได้แล้ว สมาธิย่อมเกิดขึ้นแน่นอน

## ๒๐. ใครว่าไม่ดี

### คำถาม

เรียน อาจารย์สนอง

กระผมได้ติดตามเทพบรรยายและหนังสือของอาจารย์  
มาหลายปี และได้พิมพ์แจกเป็นธรรมทานไปหลายครั้ง ตอนนี้มีผม  
มีปัญหายากจะรบกวนสอบถามอาจารย์ดังนี้

๑) ถ้าผมจะบวชในระหว่างเข้าพรรษานี้จะได้หรือไม่  
(เพราะเคยได้ยินได้ฟังมาเขาว่าไม่ดี) เพราะว่าช่วงนี้ผมมีเวลา  
ว่างพอดีนะคะ (กย.-ตค. ๕๓)



๒) จากข้อ ๑ ถ้าบวชได้ผมอยากไปบวชกับวัดที่  
สอนกรรมฐานด้วยและอยู่บริเวณใกล้ๆบ้าน  
เกิดที่ จ. เชียงราย

ขอรบกวนอาจารย์ช่วยแนะนำวัดดัง  
กล่าวให้ด้วยครับ ขอขอบคุณอาจารย์  
สนองมากครับ



## คำตอบ

(๑). พุทธศาสนามีได้สอนให้เชื่อฤกษ์ยาม และการทำความดีไม่ขึ้นกับวันเวลา ฉะนั้นหากผู้ถามปัญหามีโอกาสเปิดให้บวชเป็นภิกษุได้เมื่อใด จงบวชตามวันเวลาที่สะดวกเถิด พระพุทธโคดมมิได้กำหนดว่า บุคคลจะบวชเป็นภิกษุในระหว่างพรรษาไม่ได้

(๒). วัดแพร่ธรรมาราม อยู่ไม่ห่างจากสถานีรถไฟเด่นชัยเท่าใดนัก ที่นั่นเหมาะที่จะบวชและปฏิบัติธรรม ในรูปแบบของวัดหนองป่าพง

## ๒๑. มาตรการปฏิบัติธรรม

### คำถาม

กราบเรียน ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไรค่ะ

หนูได้มีโอกาสฟังเทปธรรมบรรยายของท่านอาจารย์จาก Website กัลยาณธรรมหลายๆเรื่องแล้วนำไปปฏิบัติในชีวิต ทำให้หนูได้รู้จุดมุ่งหมายในชีวิตของตัวเองว่าเราเกิดมาเพื่ออะไร จากคำพูดของท่านอาจารย์ที่ว่า “ไม่เชื่อลองไปพิสูจน์ดูสิ” หนูได้ลองทำตามหลังจากตัวเองฟังเรื่องอริยฐานบารมีจบ ได้อริยฐานขอพบเจอและได้ไปกราบท่านอาจารย์ดร.สนอง วรอุไร ในใจก็คิดว่าคงยากน่าดู แต่ก็ได้พยายามปฏิบัติ ทาน ศีล ภาวนา ทำองค์ประกอบให้ครบตามที่ท่านอาจารย์บอก โดยมีศีล มีสังฆะกำกับ



หลังจากนั้นแค่สองอาทิตย์เท่านั้นเอง ได้มีโอกาสไปฟัง  
ธรรมบรรยายจากท่านอาจารย์ตัวจริงเสียงจริง อาจารย์มาเอง  
เลย ไม่ต้องเดินทางไปที่ไหน ที่โรงเรียนอนุบาลชัยนาท ในใจปิติ  
มากที่ได้มีโอกาสพบครูบาอาจารย์ ระหว่างที่ฟังก็ถามปัญหาใน  
ใจ เพราะรู้ว่าอาจารย์ต้องรู้ว่าเราถาม(นั่งแถวหน้าสุดเลยคะ)  
และก็ได้รับคำตอบจากอาจารย์จากธรรมบรรยายนั่นเอง หลัง  
จากท่านอาจารย์บรรยายจบก็ได้มีโอกาสเข้าไปกราบอาจารย์  
สาธุ ขอให้เจริญๆ นั่นเป็นคำกล่าวของอาจารย์ที่เป็นกำลังใจให้  
หนูพยายามเร่งปฏิบัติธรรมให้ตรง ตามเป้าหมายที่ตั้งใจไว้ หนู  
มีคำถามเรียนถามอาจารย์ดังนี้คะ

๑. นั่งสมาธิ จิตตามดูลมหายใจของ-ยุบ จนเกิดเวทนา  
ที่ขา กำหนด ปวดหนอยๆ ไปเรื่อยๆ ปวดมากทนไม่ไหวเหมือนเข้า  
จะแตก จนจิตตามดูอาการปวดรู้ว่ามันปวดที่ขา ไม่ได้ปวดที่จิต  
นั่งดูมันปวดเฉยๆ โดยที่จิตไม่ได้ไปเกาะกับอาการปวดนั้น ทำไม  
เหมือนมีตัวรู้สึกตัวดูจิตกับกายอยู่ แล้วเราคือตัวไหนคะ จนจิต  
รู้สึกเฉยๆอาการปวดก็หายไปเป็นปลิดทิ้ง รู้สึกเบาสบาย โส่ง  
เหมือนไม่มีลมหายใจ จิตก็จะนิ่งๆเหมือนหายไป เกิดเพียงชั่วแวบ  
เดียว จากนั้นก็จับของ-ยุบได้ตามเดิมจนครบเวลา หนูปฏิบัติได้  
ถูกรึเปล่าคะ

๒. มาตราวัดในการประพฤติปฏิบัติธรรมของคนที่ปฏิบัติ  
อยู่ที่บ้านว่าปฏิบัติได้ถูกต้องตามคำสอนของพระพุทธะ มีอะไร  
บ้างคะ



๓. หนูคิดว่าหนูต้องมีครูบาอาจารย์อยากให้อาจารย์  
ช่วยแนะนำสถานที่ปฏิบัติธรรมให้ด้วยค่ะหนูอยู่จังหวัดชัยนาท  
สุดท้ายนี้หนูขอกราบขอบพระคุณอาจารย์อีกครั้ง ที่  
ได้สละเวลาตอบคำถาม และจะพยายามปฏิบัติให้ได้ตามที่  
อาจารย์สั่งสอนค่ะ เพื่อพิสูจน์ความจริงที่อาจารย์ได้บอกไว้

### คำตอบ

(๑). เรา คือจิตที่มีตัวรู้นั่นเอง ปฏิบัติธรรมถูกทางแล้ว  
รักษาปฏิบัติเช่นนี้ให้คงอยู่ตลอดไป ด้วยการพัฒนาจิตให้มี  
กำลัง (พลัง๕) อยู่เสมอ

(๒). มาตรฐานวัดการปฏิบัติธรรมที่บ้าน ต้องปฏิบัติให้ถูก  
ตรงตามหลักศีลธรรมวินัย ๘ ประการ ตามที่พระพุทธโคดม  
ได้ประทานให้กับพระมหาปชาบดีภิกษุณีในครั้งพุทธกาล ดังนี้

๑. ปฏิบัติธรรมที่ถูกต้อง ต้องมีจิตคล้ายกำหนด มิใช่  
เพื่อเสริมความยึดติด หรือเสริมความติดใครในกาม

๒. ปฏิบัติธรรมที่ถูกต้อง จิตต้องไม่ทุกข์ จิตหมดเครื่อง  
ผูกมัด มิใช่เพื่อผูกมัดหรือประกอบด้วยทุกข์

๓. ปฏิบัติธรรมที่ถูกต้อง กิเลสต้องลด มิใช่เพื่อเพิ่มพูน  
กิเลส

๔. ปฏิบัติธรรมที่ถูกต้อง ต้องมีจิตมักน้อย มิใช่เพื่อ  
ความมักมากหรืออยากใหญ่

๕. ปฏิบัติธรรมที่ถูกต้อง ต้องมีจิตเป็นสันโดษ มิใช่มีจิต  
ไม่สันโดษ



๕๓ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

๖. ปฏิบัติธรรมที่ถูกต้อง ต้องมีจิตสงบ มิใช่เพื่อความ  
คลุกคลีหมู่คณะ

๗. ปฏิบัติธรรมที่ถูกต้อง ต้องทำให้ความเพียรเพิ่ม มิใช่  
มีความขี้เกียจเพิ่ม

๘. ปฏิบัติธรรมที่ถูกต้อง ต้องเป็นผู้เลี้ยงดูง่าย มิใช่เป็น  
ผู้เลี้ยงดูยาก

(เหล่านี้เป็นธรรม เป็นวินัย เป็นคำสอนของพระพุทธ  
โคตม)

(๓). แนะนำให้ไปปฏิบัติธรรมที่ วัดมเหยงคณ์ จังหวัด  
อยุธยา

## ๒๒. ขอรักไปบวช

### คำถาม

กราบเรียนคุณพ่อสนองที่เคารพครับ ลูกขอถามดังนี้  
ครับ

๑. อยากจะถามว่าลูกจะได้บวชแบบไม่สึกไหมครับใน  
ชีวิตนี้ แต่เนื่องจากขอรักไปบวชแต่เขาก็ยังไม่ให้ไปครับ มัน  
เหมือนมีอะไรที่มองไม่เห็นมาคอยเหนี่ยวรั้งไว้ครับ แต่อย่างไรก็ตาม  
ลูกก็จะปฏิบัติธรรมให้ได้ทุกวันครับเพื่อเตรียมตัวตายครับ เพราะ  
ไม่รู้ว่าลูกจะตายเมื่อไหร่ครับ และเวลาลูกสวดมนต์นั่งสมาธิเสร็จ  
ลูกก็จะแผ่ส่วนบุญส่วนกุศลให้กับคุณพ่อด้วย นะครับ



๒. เวลาลูกอุทิศส่วนบุญให้คนที่ยังมีชีวิตอยู่ลูกจะอุทิศบุญให้กับเทวดาและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่คุ้มครองคนที่ยังมีชีวิตอยู่ได้ไหมครับ คนเราทุกคนจะมีเทวดาประจำตัวคุ้มครองหรือไม่ครับ

ลูกขอกราบขอบพระคุณคุณพ่อที่ให้ลูกมีธรรมะติดตัวครับ

### คำตอบ

สาธุ

(๑). การปฏิบัติธรรมสามารถปฏิบัติได้ในทุกสถานที่ที่มีความเหมาะสม (สัปปายะ) ดังนั้นเมื่อผู้ถามปัญหายังมีภาระครอบครัว ควรทำหน้าที่ครอบครัวให้สมบูรณ์ คือปฏิบัติธรรมอยู่ที่บ้าน แล้วใช้เวลาที่ว่างจากภารกิจของครอบครัว มาทำงานให้กับตัวเอง โอกาสเข้าถึงธรรมย่อมเกิดขึ้นได้

(๒). ได้ครับ ผู้มีศีลมีธรรมคุ้มครองใจอยู่ทุกขณะตื่น ย่อมมีเทวดาคุ้มครองรักษา

### ๒๓. ตัณหาขวางกั้น

#### คำถาม

กราบเรียนอาจารย์ดร.สนองที่เคารพ

ผมมีเรื่องให้อาจารย์ช่วยเหลือดังนี้ครับ ผมเป็น นักเรียน



๕๔ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

ชั้น ม. ๔ (ขรราวาส ผู้มีกิเลสตัณหา ในกามคุณ และ รูป เสียง สัมผัส จิตนาการ รสของมาร)

๑. ผมมีปัญหาเกี่ยวกับการปฏิบัติธรรม คือ ผมปฏิบัติธรรมไม่ขึ้นเลย อยากทราบว่า ผู้ที่ปฏิบัติธรรมขึ้นต้องมีคุณสมบัติใดบ้างและผมมีงานที่ยังทำไม่เสร็จ แต่ผมคิดว่าผมจัดการได้ไม่เกี่ยวกับ ผมอยากจะเข้าถึงธรรมให้ได้ครับ (สมาธิระดับ ๓ หรือ ปัญญา ระดับสาม) เคยเอาชีวิตเข้าแลก แต่แพ้ตลอดทำให้ผมเสียทั้งสังขะ และ ความอดทน ครับ ผมจะพยายามต่อไป อาจารย์ช่วยผมด้วยนะครับขอบคุณครับ

๒. ต้องขอโทษถ้าจะถามว่า ผู้ที่สำเร็จความใคร่จะเข้าถึงธรรมได้ไหม และยังพอใจในรูป รส กลิ่น เสียง อยู่ เข้าถึงธรรมได้ไหม หรือ ว่าผมต้องมี สรรวมอินทร์ ถึงจะแก้ปัญหาคความพอใจเหล่านี้ได้

๓. ผมอยากได้สมาธิระดับสาม เพราะจะทำให้การเรียนดีขึ้น แน่นนอน ผมจะพยายามต่อไปครับ

ป.ล. ถ้าได้รับคำตอบนี้แล้ว ผมหวังอย่างยิ่งว่า จะทำให้ผมเข้าถึงธรรมได้...สาธุ

## คำตอบ

(๑). ใจที่มีศีลไม่ขาด ไม่ทะลุ ไม่ต่าง ไม่พร้อย เป็นใจที่พัฒนาให้เข้าถึงความตั้งมั่นเป็นสมาธิได้ง่าย ดังนั้นผู้ถามปัญหาต้องพัฒนาใจให้เป็นดังที่กล่าวให้ได้ก่อน แล้วจึงนำตัวเองเข้าปฏิบัติธรรม แนะนำให้ผู้ถามปัญหาไปดู Life Museum ที่วัด



พระบาทน้ำพุ จังหวัดลพบุรี แล้วโอกาสที่จิตจะสงบระงับ ย่อมเกิดขึ้นได้

(๒). วิสาขาสัปดาห์แต่งงานแล้วมีลูกได้ถึง ๒๐ คน แสดงว่าวิสาขายังข้องอยู่กับกามราคะ ดังนั้นสิ่งที่บอกเล่าไป ยังมีโอกาสเข้าถึงธรรมได้ หากนำตัวเองเข้าปฏิบัติธรรมอย่างจริงจัง

(๓). ต้องเอาศีลตามที่กล่าวไว้ในข้อ (๑). มาคุมใจให้ได้ก่อน แล้วประพจน์เหตุให้ตรง ความสมปรารถนาย่อมเกิดขึ้นได้ ตรงกันข้าม สิ่งที่ปรารถนาย่อมเกิดขึ้นไม่ได้ด้วยความอยาก (ตัณหา)

## ๒๔. กรรมตัดรอน

### คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์สนองที่เคารพอย่างสูง  
ทำอย่างไรที่จะส่งบุญให้ผู้วายชนม์ได้ดีที่สุด ดิฉันมีข้อสงสัยว่า ทำไมน้องชายซึ่งปกติเป็นคนที่มีสุขภาพแข็งแรงมากๆ ไม่เคยเจ็บป่วยอะไรมากมายเป็นคนดี จิตใจดี ไม่เคยทำร้ายใคร มีเพื่อนและคนรักมากมาย ถึงต้องจากไปเร็วแบบนี้

กล่าวคือเมื่อวันที่ ๒๐ สิงหาคม ๕๓ ที่ผ่านมาเขาไม่สบาย ก็ยังเดินไปเข้าโรงพยาบาลเองได้ และภายในวันรุ่งขึ้นก็ทราบผล





๕๖ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

ว่าเป็นโรคร้ายแรง (Acute Leukemia) ซึ่งหมอก็อ้างแผนการรักษา บอกว่ามีโอกาสหาย ๘๐ % พอวันที่ ๒๓ ส.ค. ที่เริ่มทำคีโม

รุ่งเช้าวันที่ ๒๔ ส.ค. เขามีอาการปวดหัวรุนแรง หมอย้ายเข้าห้อง ICU พบว่ามีเลือดออกในสมองต้องผ่าตัด ขณะเตรียมผ่าสมอง ภายใม่ก็ชั่วคราว เลือดก็ออกมาปิดกั้นสมอง ทำให้หลับและร่างกายไม่มีการสนองตอบใดๆ อยู่ได้ด้วยเครื่องหายใจ จนถึงวันที่ ๒๘ ส.ค. ก็จากไป

ก่อนหน้านี้ประมาณเดือนหนึ่ง ซึ่งเป็นวันเกิด ก็ได้ทำบุญถวายสังฆทาน และพระพุทธรูป แล้วยังคุยกันว่า อยากให้ไปปฏิบัติธรรม กำลังหาวันว่างในเดือนกันยายน ซึ่งน้องชายก็รับปากจะไป

ตอนนี้ดิฉันควรจะทำบุญอะไร หรือทำอะไร ที่จะได้ส่งบุญกุศลไปให้เขาได้บุญและได้ไปสู่ภพภูมิที่ดี

ขอท่านอาจารย์ช่วยชี้แนะด้วยคะ กราบขอบพระคุณอาจารย์มา ณ ที่นี้ด้วยคะ

### คำตอบ

ผู้ใดเคยประพฤติทุจริตช้อปบาณาติบาตมาก่อน เมื่อกรรมให้ผล การเจ็บป่วยและมีอายุสั้นย่อมเป็นผลแห่งกรรมนั้น หากผู้ถามปัญหาประสงค์อุทิศบุญให้ผู้ล่วงลับ ย่อมทำได้ด้วยการประพาศบุญกุศล ๑๐ เมื่อประพาศแล้วบุญย่อมเกิดขึ้น



แล้วจึงจะสามารถอุทิศบุญให้ผู้ตายได้ ส่วนผู้ตายจะได้รับบุญนั้นหรือไม่ ขึ้นอยู่กับภพที่จิตวิญญาณของเขาโคจรไปสู่ อาทิ ภพที่เป็นปรตัตตูปชีวีเปรต รวมถึงภพที่เป็นอมนุษย์อื่นที่สามารถรับสื่อการอุทิศบุญ ต้องการบุญจากการอุทิศ และมาอนุโมทนาบุญ อมนุษย์เหล่านั้นย่อมสามารถรับบุญได้ และยิ่งไปกว่านี้บุญยังสามารถอุทิศให้กับมนุษย์ที่ยังไม่ตายได้ ด้วยมีผู้อุทิศ มีบุญที่อุทิศ มีผู้มาอนุโมทนาบุญ เมื่อปัจจัยทั้งสามนี้ถึงพร้อม ความสำเร็จในการอุทิศบุญ ย่อมเกิดขึ้น

## ๒๕. กลับคืนสู่ธรรมชาติ

### คำถาม

เรียนอ.สนองที่เคารพ

ข้าพเจ้ามีเรื่องรบกวนอาจารย์ช่วยแนะนำค่ะ ข้าพเจ้าจะนำอัฐิ กระดูกของบิดา ไปทำอย่างไรดีค่ะ ที่ข้าพเจ้าคิดไว้คือ จะนำไปลอยอังคารส่วนหนึ่ง และ จะนำไปโปรยในพื้นที่ดินส่วนหนึ่ง ท่านอาจารย์ว่าเหมาะสมหรือไม่ค่ะ

มีญาติบอกว่าให้นำไปไว้ที่วัดเพื่อที่จะได้ ไปทำบุญให้ตามเทศกาลด้วย แต่ข้าพเจ้าอยากให้อัฐิ ได้กลับคืนสู่ธรรมชาติดั้งเดิมนะคะ รบกวนอ.ช่วยแนะนำด้วยนะคะ





๕๘ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

## คำตอบ

ดิน น้ำ ไฟ ลม ที่มาประชุมเป็นรูป (ร่างกาย) ให้จิตเข้า  
อยู่อาศัย ใช้ทำกิจกรรมของชีวิตชั่วคราว เมื่อถึงวาระที่จำเป็น  
ต้องทิ้งร่าง ผู้รู้ไม่เอาจิตเข้าไปผูกติดเป็นทาสอยู่กับ ดิน น้ำ ไฟ  
ลม ที่เป็นสมบัติโลก ดังนั้นสิ่งที่ผู้ถามปัญหาออกไป แสดงว่า  
ผู้ถามปัญหาเป็นผู้รู้จึงคิดเช่นนั้น หากเมื่อใดประพจน์ได้ตรงตาม  
ความคิดแล้ว ... สาธุ

## ๒๖. แพะกระดุกขาตัวเอง

### คำถาม

กราบเรียนท่าน อาจารย์ดร.สนอง วรอุไร

ตอนที่ครอบครัวหนูกำลังมีความทุกข์มาก เนื่องจากสุนัข  
พันธ์ไทยที่ข้าพเจ้าเลี้ยงมา อายุประมาณ ๕ ปี เมื่อปลายปีที่แล้ว  
สุนัขของข้าพเจ้าโดนทำร้ายโดยไม่ทราบสาเหตุ และตั้งแต่นั้นก็  
เดินไม่ได้ พิกการขาสองข้างด้านหลังใช้งานไม่ได้ ควบคุมอุจจาระ  
และปัสสาวะไม่ได้ ทุกครั้งที่กินหรือดื่มเข้าไปก็ปล่อยออกมาด้าน  
หลัง ต้องล้างทำความสะอาดวันละ ๔-๕ รอบ และ ต้องใส่ผ้า  
อ้อมผู้ใหญ่ไว้เป็นประจำ เป็นที่ปวดร้าวหัวใจแก่คนในครอบครัว  
มาก นั้นไม่ใช่ปัญหาใหญ่ที่หนูจะ ถามท่าน ปัญหามันอยู่ที่ ตอนนนี้  
ขาของสุนัขของข้าพเจ้า เน่า และหัก เกิดจากการที่เขากัดแพะ



เท่าเขาเอง และ เกิดการอภัยเสบบวม เขากัดนิ้วตัวเองขาดและ  
 แทะกระดูกขาหลังของตัวเอง มีเพื่อนหลายคนที่เขาแนะนำให้  
 ข้าพเจ้าพาไปจิตยาให้เขาหลับไปเสียเพราะเขาคง ทรมานมาก  
 เนื่องจากเป็นปีแล้วแต่ข้าพเจ้ายังทำใจไม่ได้และกลัวบาปมาก  
 ไม่รู้ว่าถ้าปล่อยให้เขาเป็นอย่างนี้กับ ให้หมอจิตยาให้เขาไป อย่าง  
 ไหนบาปมากกว่ากันคะ ขอความกรุณาจากท่านอาจารย์ด้วยคะ  
 เพราะหนูทรมานมากเลยเวลาเห็นเขา พาไปหาหมอหลายครั้ง  
 แล้วคะ แต่ไม่หาย หนูจะให้เขาไป หรือต้องทนดูเขาเป็นอย่างนี้  
 ต่อไปดีคะ ?

กราบขอบคุณอาจารย์ มากคะ

### คำตอบ

สัตว์โลกเป็นไปตามกรรม สุนัขเป็นสัตว์โลกที่อยู่ในภพ  
 ดิรัจฉาน สุนัขมีกรรมเป็นของตัวเอง หากผู้เป็นเจ้าของนำสุนัข  
 ไปให้สัตวแพทย์จิตยาให้สุนัขตาย เท่ากับว่าผู้เป็นเจ้าของเข้าไป  
 ร่วมกระทำอกุศลกรรมกับสุนัข ถือว่าเป็นบาป ตรงกันข้าม ผู้  
 รู้เอาสุนัขเป็นครูสอนใจตัวเองว่า ผู้ใดประพฤตชั่วไว้ก่อนแล้ว  
 เมื่อใดที่กรรมชั่วให้ผล ผู้ทำกรรมชั่ว (สุนัข) ย่อมต้องเสวยผล  
 แห่งอกุศลวิบากนั้น ผู้รู้จะไม่ประพฤตเช่นเขา อย่างนี้ถือว่าเป็น  
 บุญ ผู้ไม่รู้หรือผู้มึนจิตอ่อน (สติอ่อน) ย่อมเอาบาปของสุนัขมา  
 เป็นบาปของตัว .... ไม่ฉลาดเลย



## ๒๗. วินัยของพระ

### คำถาม

เจริญพร อ.ดร.สนอง วรอุไร

ก่อนอื่นอาตมาก็ขอโหสิกรรมต่ออาจารย์ กรรมใดที่ได้ล่วงเกินอ.ดร.สนอง วรอุไร ด้วยกาย วาจา ใจ ด้วยเจตนาที่ดี ไม่เจตนาที่ดี ต่อหน้าก็ดีลับหลังก็ดี ก็ขอให้อาจารย์โหสิกรรมด้วยนะครับ อาตมามีปัญหาอยากจะถามอาจารย์เรื่องวินัยของพระมีดังนี้

๑. ถ้าพระติดอาบัติหนักแล้วปกปิดไว้นานจะทำยังไงดี เคยศึกษาว่าต้องไปอยู่ปริวาสกรรม แต่ปกปิดไว้นานไม่รู้ว่าจะไปเข้าปริวาสที่ไหนแต่ก็เคยไปอยู่แต่ก็ทำอาบัติ ซ่อนอีกจะทำยังไงดี

๒. ถ้าพระที่สวดออกกรรมติดอาบัติแล้วเราไปเข้าอยู่กรรมจะออกได้ไหม

๓. การที่เราเก็บเงินที่ตกอยู่ในวัดมาเป็นของตัวเองจะปาราชิกไหม

๔. การที่พระโหลดหนัง หรือโปรแกรมลิสสิทธิมาใช้จะเป็นอาบัติปาราชิกไหม

๕. เมื่อเจ้าอาวาสมรณะภาพ อาตมาได้รับฝากหนังสือ แต่อตมาได้อ่านหนังสือที่รับฝากนั้นไปแจกให้โยม เพราะเห็นหนังสือนั้นไม่มีใครเอาจะเป็นอาบัติปาราชิกไหม



๖. การที่พระติดอาบัติหนักแล้วรับบิณฑบาตแล้วเอาของบิณฑบาตนั้นไปแจกให้โยมแม่คนที่ได้รับของนั้นจะเป็นบาปไหม

๗. อาตมาเป็นคนสติไม่ค่อยดี เคยเข้าโรงพยาบาลประสาทมาก่อนแล้ว ตอนไปอยู่ปริวาสเคยกล่าวคำสีก(คำลาสิกขา) ถือว่าคำลาสิกขาเป็นผลไหม

๘. คนวิกลจริตบวชเป็นพระได้ไหม

๙. การที่ติดหนี้แล้วไปบวชจะถือว่าการบวชนั้นเป็นผลหรือไม่

(ไม่ได้หนีหนี้ เพราะมีคนคอยใช้ให้อยู่หนี้เป็นหนี้จากการกู้เงินเรียนหนังสือ )

๑๐. ถ้าอยากจะทำเจตศรัทธาครูอาจารย์ที่จะสอนกรรมฐานให้ตรงจริตเราควรทำยังไงดี

๑๑. อาจารย์เคยบอกว่าถ้าคนไม่มีศีลธรรม หรือศีลขาดปฏิบัติธรรมได้แต่เข้าไม่ถึงธรรม แล้วคนคนนั้นควรจะปฏิบัติธรรมต่อหรือไม่

๑๒. พระติดอาบัติหนักสามารถร่วมลงอุโบสถ (ฟังปาติโมกข์)ได้ไหม

สุดท้ายนี้คำถามบางคำถามอาจจะดูไร้สาระ แต่คำตอบที่อาจารย์ตอบอาตมา เปรียบเสมือนการชี้ทางสว่างจะได้เป็นทางออกในการปฏิบัติสืบต่อไป

**คำตอบ**

อโหสิครับ



๖๒ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

(๑). อาบัติหนัก (ปาราชิก) ที่ทำให้ขาดจากความเป็นภิกษุมีสี่อย่างคือ เสพเมถุน ลักของเขา ชำนาญุชย์ และอวดอุตริมนุสธรรมที่ไม่มีในตน ดังนั้นการประพฤติผิดวินัยทั้งสี่อย่างนี้ ไม่สามารถทำให้หมดไปได้ด้วยการเข้าปริวาสกรรม ดังนั้นผู้ที่เห็นทุกข์โทษในนรกแล้ว ควรเว้นไม่ประพฤติล่วงวินัย ด้วยการลาออกจากความเป็นภิกษุจะดีกว่า

(๒). ออกจากกรรมชั่วไม่ได้

(๓). เป็นปาราชิกได้ ถ้าเงินที่เก็บไว้มีค่าเกินหนึ่งบาท (เกินห้ามาสก)

(๔). การไหลตหนังหรือนำโปรแกรมที่ละเมิดลิขสิทธิ์มาใช้ ถือว่าเป็นการลักขโมยของเขา จัดเป็นปาราชิกได้

(๕). ไม่เป็นปาราชิก เพราะเจ้าของตายไปแล้ว แต่ถือว่าเป็นวิสาสะ

(๖). เป็นบาป

(๗). เคยกล่าวคำสาสิกขา แล้วไม่เปลี่ยนมาอยู่ในเพศฆราวาส การกล่าวเช่นนั้นให้ผลเป็นบาป

(๘). ไม่วิกลจริตมาบวชเป็นภิกษุได้ แต่หากวิกลจริตแล้วมาบวชเป็นภิกษุ ถือว่าการบวชนั้นเป็นโมฆะ

(๙). ในกรณีทีบอกเล่าไป ยังสามารถบวชเป็นภิกษุได้ เพราะมีผู้อื่นใช้หนี้แทนให้

(๑๐). ต้องอธิษฐาน เมื่อใดเหตุปัจจัยลงตัว ความสมปรารถนาย่อมมีโอกาสเกิดขึ้นได้



(๑๑). จะปฏิบัติธรรมต่อไปหรือไม่ ขึ้นอยู่กับความเห็นของเขา แต่ผู้รู้แนะนำให้ปฏิบัติธรรมต่อไป ด้วยการพัฒนาใจให้มีศีลอยู่ครบให้ได้ก่อน

(๑๒). อาบัติหนักที่ไม่เป็นปาราชิก สามารถร่วมลงอุโบสถได้ แต่บุญที่เกิดจากการฟังสวดปาฏิโมกข์ ย่อมไม่เกิดผลกับจิตที่ยังเสวยอกุศลวิบาก



## ๒๘. สงสารคุณแม่

### คำถาม

กราบเรียน อาจารย์ ดร.สนอง ที่เคารพ

ขณะนี้ดิฉันมีเรื่องทุกข์ใจเกี่ยวกับคุณแม่ เนื่องจากเมื่อ ๒ อาทิตย์ก่อนนี้คุณแม่ถูกทำร้ายจนเสียชีวิต หลังจากนั้นครอบครัวเราได้ทำฌาปนกิจเรียบร้อยแล้ว แต่แล้วในคืนนั้นเองตอนประมาณตี ๒ กว่า บ้านตรงข้ามทั้งสามีและภรรยา ได้ยินเสียงคนร้องไห้ จึงเปิดหน้าต่างดู เห็นว่าเป็นคุณแม่มายืนร้องไห้อยู่หน้าบ้านเกือบ ๑ ชั่วโมง ท่านไม่สามารถเข้าบ้านได้ คำถาม

๑. ทำไมท่านถึงเข้าบ้านไม่ได้คะ ทั้งๆที่เราจุดธูปขอเจ้าที่เจ้าทางให้แล้ว เป็นไปได้ไหมคะว่าเนื่องจากท่านเสียชีวิตนอกบ้าน มีคนบอกว่าต้องนิมนต์พระท่านมาทำพิธีให้

๒. มีคนที่นั่งทางในบอกว่า คุณแม่ไปบ่นว่าทำไมไม่ใส่ชุด





๖๔ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

สีที่ท่านชอบให้ท่าน ทำไม่วันที่เก็บอัฐิไม่ยอมทำบุญถวายสังฆทาน ด้วย แล้วก็ไม่ยอมจุดธูปเรียกท่านเข้าบ้าน เราจำเป็นต้องทำ พิธีกรรมเหล่านี้ด้วยหรือคะ แล้วคนที่นั่งทางในยังบอกว่าให้ สร้างพระด้วยอีก ๑๐๐ วันท่านถึงจะไปพร้อมพระ อันนี้เชื่อถือ ได้ขนาดไหนคะ

๓. ตอนที่คุณแม่มีชีวิตอยู่ท่านทำแต่ความดี ไปเรียน อบรมธรรมทุกวันอาทิตย์ วันที่ท่านโดนทำร้ายท่านก็กำลังเดินทางไปเรียนอบรมธรรมด้วยค่ะ แล้วท่านก็ชอบไปทำบุญทุกอย่างที่ ทำไม่ ต้องเสียชีวิตอย่างนี้ด้วยคะ

๔. แล้วตอนนี้ท่านอยู่ในภพไหนคะ จะช่วยให้ท่านพ้น ทุกข์ได้อย่างไรบ้างคะ การถวายสังฆทานบ่อยๆ ช่วยท่านได้ ไหมคะ

ตอนนี้ดิฉันก็พยายามจะช่วยท่านทุกทางที่ทำได้ ไปถวาย สังฆทาน ไปบริจาคทาน นั่งสมาธิ ได้แต่ส่งสารคุณแม่หลายๆคะ  
รบกวนอาจารย์ช่วยดิฉันด้วยคะ ขอบพระคุณอย่างสูง  
ค่ะ

### คำตอบ

(๑). เหตุที่คนตายเข้าบ้านไม่ได้ เพราะอมนุษย์ (เจ้าที่) ไม่รู้จักรูปนามที่เป็นทิพย์ จึงไม่อนุญาตให้เข้าบริเวณบ้าน หากผู้ ถามปัญหาประสงค้ให้แม่ที่ตายไปเข้าบ้านได้ ต้องไปบอกให้ผู้ที่ สามารถสื่อสารกับเจ้าที่ได้ มาทำพิธีขออนุญาตนำรูปนามของ แม่ที่ตายเข้าบ้าน



(๒). ใครพูดอย่างไรก็เป็นเรื่องของผู้พูด พระพุทธะสอนพุทธบริษัทให้ปลงใจเชื่อตามหลักกาลามสูตร แต่ให้พิสูจน์ด้วยการพัฒนาจิตตนเองให้เข้าถึงความรู้สูงสุด แล้วความจริงย่อมปรากฏ

หากผู้เป็นลูกประสงค์แสดงความกตัญญูทเวที่ต่อแม่ผู้ล่วงลับ ต้องประพฤติจริยธรรมของการเป็นลูกที่ดี คือทำบุญอุทิศให้เมื่อท่านล่วงลับ

(๓). สัตว์โลกเป็นไปตามกรรม กรรมคือการกระทำบุคคลสามารถทำได้ทั้งกรรมดีและกรรมไม่ดี เมื่อถึงวาระที่กรรมไม่ดี (อุปฆาตกรรม) ให้ผล ย่อมเข้ามาตัดรอนกรรมดีที่ทำอยู่ในปัจจุบันให้ขาดไปหรือหยุดไป

(๔). จิตวิญญาณที่ทิ้งร่างแล้ว มีแรงกรรมเป็นพลังผลักดันให้โคจรไปสู่ภพใหม่ บุคคลที่เคยมีความสัมพันธ์ยังสัมผัสได้ แสดงให้เห็นว่า จิตวิญญาณโคจรไปไม่ไกลจากภพมนุษย์ ดังนั้นหากผู้อยู่หลังประสงค์อุทิศบุญให้ผู้ล่วงลับยอมทำได้ เช่นบุญที่เกิดจากการถวายสังฆทาน หรือบุญที่เกิดจากการปฏิบัติธรรม

พระพุทธะตรัสว่า ผู้ใดยังนำพาชีวิตเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในวัฏสงสาร ผู้นั้นยังต้องประสบกับความทุกข์ไม่สิ้นสุด ด้วยเหตุนี้ผู้ถามปัญหาพึงพัฒนาตัวเองให้พ้นไปจากทุกข์ให้ได้ก่อน จึงจะสามารถช่วยเหลือผู้อื่น (ชี้ทาง) ให้เขาพัฒนาตนเองไปสู่ความพ้นทุกข์ได้





## ๒๙. ไปวัดกับแม่

### คำถาม

กราบเรียนอาจารย์ ดร.สนองที่เคารพอย่างสูง  
หนูมีปัญหาสงสัยและค่อนข้างไม่สบายใจเรื่องหนึ่ง  
จึงขอเรียนปรึกษาท่านอาจารย์สนองที่เคารพ หนูยังด้อย  
ประสบการณ์ อาจจะทำในสิ่งที่รู้เท่าไม่ถึงการณ์ไปหรือไม่ หนูไม่  
อาจทราบได้แต่ไม่ค่อยมั่นใจหลังจากที่ทำไปแล้ว ขอกราบปรึกษา  
ท่านอาจารย์สนองเพื่อโปรดชี้แนะ ถึงแนวทางที่ถูกต้องที่หนูควร  
ปฏิบัติในการนี้ด้วยค่ะ

ปกติหนูจะไปทำบุญที่วัดกับแม่เป็นประจำเกือบทุก  
วันพระ ที่วัดใกล้บ้าน หากวันใดที่มีกิจธุระไม่สะดวกก็อาจจะไม่  
ได้ไป เมื่อวันพระที่ผ่านมาในครั้งที่แล้ว หนูได้สังเกตเห็นในโบสถ์  
วิหารของหลวงพ่พุทธรุโสธร (จำลอง) ของวัดนี้ มีพระพุทธรูป  
พระแก้วมรกตปางสมาธิอยู่สององค์ แต่มีองค์หนึ่งท่านเศียรหัก  
ค่ะ เหลือแต่องค์ฐานท่านตั้งอยู่อย่างนั้น และเศียรของท่านก็ตั้ง  
ไว้ใกล้ๆกันบนถาดของวัด แต่อีกองค์หนึ่งยังปรกติดีอยู่

ด้วยความสงสัยหนูจึงถามแม่ว่าทำไมท่านจึงมาอยู่ที่  
ตรงนี้ แต่แม่ของหนูก็ไม่ได้ให้คำตอบที่ชัดเจนกับหนูค่ะ เพียงแต่  
บอกว่าคงมีญาติโยมทำองค์ท่านชำรุดแล้วนำมาตั้งถวายวัดไว้ก็  
อาจเป็น ได้ แต่ในใจหนูคิดว่า การนำองค์พระพุทธรูปมาถวาย  
วัด ควรจะเป็นองค์ที่สมบูรณ์ปรกติ ไม่ควรเป็นลักษณะแตกหัก



อย่างนี้ แต่ในใจก็คิดว่าหากลูกศิษย์วัดมาเห็นก็คงจะประดิษฐานท่านไว้ในที่ที่เหมาะสมต่อไป แต่ต่อมาในวันนี้ ซึ่งผ่านมามากหนึ่งสัปดาห์แล้ว เมื่อมาที่วัดก็เจอพระพุทธรูปองค์ดังกล่าวที่ชำรุดยังตั้งอยู่ที่เดิม หนูจึงแน่ใจว่าคงจะไม่มีใครสนใจ หนูจึงไปสอบถามลูกศิษย์วัดคนหนึ่ง ตรงจุดที่ขายดอกไม้ในวัดว่า ที่วัดนี้มีคนดูแลวิหารหลวงพ่อกับหรือไม่ และเล่าเหตุการณ์พระพุทธรูปที่ชำรุดให้ลูกศิษย์วัดท่านนี้ฟังและสอบถามว่ามีที่ที่เหมาะสมใหม่หรือไม่ แต่กลับได้คำตอบว่าไม่รู้ และลูกศิษย์วัดท่านนี้ยังกล่าวอีกว่า ขอบมีคนเอาพระพุทธรูปชำรุดมาตั้งทิ้งไว้หลายครั้งแล้ว ย้ายไปหลายทีแล้วก็มีมาตั้งใหม่ เขาบอกว่าพบพระพุทธรูปนี้ตั้งอยู่ที่ใด ก็ให้นำกลับไปตั้งตรงที่เดิมนั่นแหละ ทำให้หนูเสียความรู้สึกมากค่ะ หนูรู้สึกว่เพราะไม่ใช่เรื่องของตัวเอง จึงไม่มีใครสนใจเลยหรือไร ทั้งที่วัดคือสถานที่ที่ทุกคนมาราบไหว้สิ่งศักดิ์สิทธิ์ ควรช่วยกันดูแลเป็นหูเป็นตา หนูจึงเดินไปถามหลวงพ่อบุรูปหนึ่ง ที่นั่งอยู่ไม่ไกลจากจุดนั้น ท่านบอกว่าด้านหลังเมรุมีที่ตั้งที่จัดไว้อยู่ ให้ลองเดินไปดูเอง หนูจึงตัดสินใจอัญเชิญท่านเดินไปตามที่หลวงพ่อบุรูปนั้นบอก จึงพบว่ามีโต๊ะตัวหนึ่งตั้งอยู่ และมีพระพุทธรูปที่ชำรุดวางอยู่ก่อนแล้วจำนวนหนึ่ง รวมถึงตุ๊กตาศาลพระภูมิที่แตกหักชำรุดบางส่วนวางอยู่บนโต๊ะนั้นรวมอยู่ด้วย

หนูจึงกราบอัญเชิญท่านประดิษฐานไว้ ณ ที่แห่งนั้น ซึ่งหนูเข้าใจว่าเป็นสถานที่ที่ทางวัด จัดไว้สำหรับการนี้โดยเฉพาะ และกราบขออนุญาตอัญเชิญท่านประดิษฐาน ไว้ที่ตรงนี้แทนค่ะ



๖๘ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

เมื่อมาถึงบ้านหนูแล้วเรื่องนี้ให้แม่ฟังภายหลัง กลับโดนแม่ต่อว่าอย่างรุนแรง ว่าหนูไปเจ้าก็เจ้าการในเรื่องของวัด ไม่กลัวพระหรือลูกศิษย์วัดเกลียดหรือ ซึ่งหนูรู้สึกเสียใจมากค่ะ เพราะหนูเจตนาดี และต้องการนำท่านไว้ในที่ที่เหมาะสมกว่า

ซึ่งหนูไม่แน่ใจว่าการกระทำของหนูนี้ถูกต้องหรือไม่ เพียงคิดว่าท่านไม่ควรอยู่ที่วิหารของหลวงพ่อโสธร (จำลอง) และแม่ยังต่อว่าหนูว่าใครๆที่มากกราบไหว้ก็มองเห็นเหมือนกัน ทำไมเขายังไม่จัดการทำอะไรเลย แล้วทำไมหนูจึงไปทำแบบนี้ แต่ในใจของหนู หนูไม่ได้มีเจตนาจะไปยุ่งหรือเจ้าก็เจ้าการ เพียงแต่หวังดีอยากทำให้ถูกต้องเท่านั้น ทั้งที่ตอนที่หนูทำหนูมั่นใจว่าหนูทำในสิ่งที่ถูกต้อง แต่เมื่อโดนต่อว่าหนูจึงไม่เหลือความมั่นใจแล้วค่ะ หนูรู้สึกเสียใจมากค่ะอาจารย์ อาจารย์สอนของคะ หลังจากที่หนูโดนแม่ต่อว่าเกี่ยวกับเรื่องนี้ทำให้หนูไม่สบายใจมาก ไม่รู้ว่าตกลงแล้วหนูทำผิดหรือถูกต้องกันแน่ อยากขอให้อาจารย์สอนโปรดเมตตาชี้แนะหนูด้วยค่ะ ว่าหนูทำผิดไปหรือเปล่า หากทำไม่ถูกแล้วหนูควรแก้ไขอย่างไรคะอาจารย์ เพราะหนูได้นำท่านไปประดิษฐานที่ใหม่ที่หลังเมรุแล้วค่ะ

หนูขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ล่วงหน้า สำหรับคำตอบที่ท่านอาจารย์สอน ได้โปรดเมตตาชี้แนะต่อหนูผู้ด้อยประสบการณ์คนนี้ได้ด้วยนะคะ

### คำตอบ

ทำถูกหรือทำผิด ขึ้นอยู่กับปัญญาของผู้กระทำ ผู้ใดคิดว่า



ทำแล้วดี (ไม่ผิดกฎหมาย ไม่ผิดศีล ไม่ผิดธรรม) จึงกระทำ อย่าง  
นี้ถือว่าทำแล้วได้บุญ ผู้ใดคิดว่า ทำแล้วไม่ดี (ผิดกฎหมาย ผิดศีล  
ผิดธรรม) จึงไม่กระทำ อย่างนี้ถือว่าไม่กระทำแล้วได้บุญ ตรงกัน  
ข้าม ผู้ใดคิดว่าทำแล้วดี แต่ไม่กระทำ อย่างนี้ถือว่าไม่กระทำ  
ให้ผลเป็นบาป ผู้ใดคิดว่าทำแล้วไม่ดี แต่ได้กระทำ อย่างนี้ถือว่า  
การกระทำให้ผลเป็นบาป

ด้วยเหตุนี้ พระพุทธโคดม จึงได้ตรัสในทำนองที่ว่า  
บุญหรือบาป (ดีหรือชั่ว) ขึ้นอยู่กับการกระทำของตัวเอง มิได้  
ขึ้นอยู่กับคำพูดของคนอื่น ดังนั้นเหตุที่ผู้ถามปัญหาหามีความไม่  
สบายใจ (บาป) เพราะผู้ถามปัญหาไม่เชื่อพระปัญญาตรัสรู้ของ  
พระพุทธเจ้า

### ๓๐. รู้แต่ไม่มี

#### คำถาม

กราบเรียน อาจารย์สนองค่ะ

ก่อนอื่นต้องกราบขอขมากรรมต่ออาจารย์ก่อนค่ะ หาก  
ได้รับกวนท่าน หรือทำสิ่งใดไม่ดีต่อท่านไป โปรดให้อภัยด้วยนะ  
ค่ะ ข้าพเจ้ามีข้อสงสัยทางธรรม ขอรบกวนอาจารย์กรุณาช่วย  
ให้ความกระจ่างด้วยค่ะ เนื่องจากข้าพเจ้าได้ปฏิบัติธรรมเอง  
โดยฟังเทศธรรมะจากพระหลายท่านค่ะ อาทิ หลวงพ่อเกษม





๗๐ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

เขมรังสี ท่านอาจารย์สนอง หลวงพ่อเหรียญ วรลาโภ หลวงพ่อชยสาร เป็นต้น ข้าพเจ้าได้ทำ ทาน รักษาศีล ๕ ภาวนา ให้ได้ครบทุกวันคะ ขอรบกวนเรียนถามท่านอาจารย์ดังนี้คะ

๑. ข้าพเจ้าเข้าใจว่า ทุกอย่างเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนันตา ไม่ว่าจะ เป็น รูป เวทนา สัญญา สังขาร จิตวิญญาณ และรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ก็ไม่ใช่ตัวเรา ของเรา สรุปว่า เราเป็นผู้ไม่มีอะไร จริงๆ แล้วจิตเดิมเราว่างเปล่า ไม่มีกิเลส นีวรณ แต่กิเลส นีวรณที่เกิดขึ้น เกิดจากจิตปัจจุบัน ได้ปรุงแต่งขึ้นมา เป็นเครื่องกางกั้น ให้เราทุกข์ ไม่ทราบว่าจะข้อนี้ ข้าพเจ้าเข้าใจ ถูกต้องหรือไม่คะ

๒. กายนี้ก็สักแต่ว่าเป็นธาตุ แต่จิตปรุงแต่งสมมติบัญญัติมันว่า เป็นหญิง ชาย คน หรือสัตว์ จริงๆ แล้วก็ เป็นแค่สภาวะธาตุ ที่เรามาอาศัยอยู่ชั่วคราว ทำหน้าที่ตามกรรมที่กำหนด และใช้ธาตุชั้นนี้ ประกอบกรรมดี เมื่อหมดเวลาธาตุชั้นนี้ก็คืนสู่ธรรมชาติ เป็น ดิน น้ำ ลม ไฟ ไม่ทราบว่าจะข้อนี้ ข้าพเจ้าเข้าใจถูกต้องไหมคะ

๓. ทุกอย่างบนโลกนี้ ล้วนเป็นสมมติบัญญัติ ตามจิตปรุงแต่ง อาทิ ไม่ว่าจะ เป็น พ่อ แม่ พี่ น้อง ญาติต่างๆ หมาแมว จริงๆ แล้ว ทุกอย่างล้วนแต่เป็นสภาวะธาตุ ที่ล้วนอาศัยอยู่ชั่วคราว เพื่อมาทำหน้าที่ตามกรรมที่กำหนด ในแต่ละชาติ (เพราะบางที บางชาติ บางคนอาจเกิดมาเป็นภรรยา แต่ชาตินี้มาเป็นพ่อ หรือแม่ หรือพี่น้อง) ดังนั้น จึงขึ้นอยู่กับเราว่า เราจะ



อาศัยธาตุขันธ์นี้ ทำแต่กุศลกรรมดีหรือไม่ ไม่ทราบข้อนี้น้าพเจ้า  
เข้าใจถูกต้องไหมคะ

ขอกราบขอบพระคุณมาล่วงหน้าค่ะ

### คำตอบ

(๑). จิตมีหน้าที่ รู้ คิด นึก ผู้ใดใช้จิตที่ตั้งมั่นเป็นสมาธิ  
จวนแฉ่วแฉ่ว ตามดูขันธ์ ๕ ว่าดำเนินไปตามกฎไตรลักษณ์จริง  
ปัญญาเห็นแจ้งในขันธ์ทั้งห้าย่อมเกิดขึ้น ปัญหาเรื่องขันธ์ ๕ ย่อม  
ไม่เกิดขึ้นกับจิตของผู้นั้น ตรงกันข้าม ผู้ใดใช้สมองคิดว่าขันธ์ ๕  
ดำเนินไปตามกฎไตรลักษณ์ ความสงสัยตามที่ถามไปย่อมเกิด  
กับผู้นั้น

(๒). ผู้ใดพัฒนาจิต (วิปัสสนาภาวนา) จนเกิดปัญญา  
เห็นแจ้งได้แล้ว ย่อมเห็นถูกต้องตามธรรมว่า ร่างกายนี้เป็นเพียง  
ธาตุ ดิน น้ำ ไฟ ลม มาประชุมกันขึ้นเป็นรูปร่าง ให้จิตได้เข้าอยู่  
อาศัยและใช้ร่างนี้ทำกิจกรรมให้กับชีวิต ผู้เห็นถูกต้องเช่นนี้ มี  
พฤติกรรมไม่รังเกียจรูปนามอื่น ย่อมเข้ากันสนิทแนบแน่นกับ  
รูปนามอื่น เช่น คนขอทานที่แต่งกายสกปรก คนบ้า หม่าซี้เรื้อน  
ฯลฯ

(๓). ผู้ใดรู้เห็นเข้าใจชีวิตได้ถูกต้องตามความเป็นจริงแท้  
(ปรมาตถสัจจะ) ได้แล้ว ผู้นั้นย่อมไม่สงสัยในสิ่งที่ถามไป ตรงกัน  
ข้าม ผู้ใดรู้ความรู้ (สุดมยปัญญา และ จิตตามยปัญญา) แต่ไม่มี  
ความรู้ ผู้นั้นย่อมสงสัยในธรรมวินัยของพระพุทธโคดม ว่ามีจริง  
เป็นจริงหรือ





๓๒๓ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

## ๓๑. อำนาจของกรรม

### คำถาม

เรียนอาจารย์ ดร.สนองที่เคารพอย่างสูง  
อาจารย์คะหนูมีเรื่องทุกข์ใจทุกข์กายที่แปลกประหลาด  
และน่าอัปยศมากจะมาขอความเมตตาจากอาจารย์ ช่วยหาวิธี  
ทางแก้ไขให้ด้วยค่ะ

เมื่อ ๘ ปีที่แล้วมีอยู่คืนหนึ่งหนูรู้สึกว่ามีอำนาจอะไร  
บางอย่าง มาบังคับร่างกายหนูให้เคลื่อนไหวค่ะโดยที่หนูเอง  
ไม่สามารถเห็นได้เลยว่าเขา คนนั้นเป็นใคร ไม่ได้ยินเสียงและ  
สัมผัสไม่ได้แต่สิ่งนั้นบังคับร่างกายหนูให้เคลื่อนไหวไปเอง (แรง  
เขาเยอะกว่าหนูค่ะ) และที่สำคัญไม่ได้เคลื่อนไหวทำอย่างอื่นแต่  
เป็นการเคลื่อนไหวเพื่อข่มขืนหนู ค่ะ (หนูเป็นโสด และอยู่หอพัก  
คนเดียว ไม่เคยมีเพศสัมพันธ์กับชายใดมาก่อนเลยค่ะ)

หนูต้องทนอยู่โดยไม่เข้าใจนี้มาตลอด และได้ขัดขืนเขา  
แต่ไม่ค่อยสำเร็จค่ะ บางคืนหนูต้องตื่นนอนขัดขืนจนสว่างไม่ได้  
นอนค่ะ หนูรู้สึกทรมานมากเพราะในเวลาเช้าถึงเย็นต้องไปทำ  
วิจัย (หนูกำลังเรียนปริญญาเอกอยู่ค่ะ) แต่วันไหนเพลียจาก  
การขัดขืนมาทั้งคืนหลายๆ ไม่ได้นอนทั้งคืนต้องมาหลับตอนช่วง  
เช้าก็จะไปทำวิจัยไม่ไหวค่ะ หนูได้แต่ต้องหลอกเพื่อนๆว่านอนไม่  
หลับ พึ่งจะทานยานอนหลับตอนช่วงใกล้เช้าเลยตื่นไม่ไหวเพราะ  
ฤทธิ์ยายังอยู่ค่ะ แต่ระยะหลังสิ่งนั้นรุนแรงและถี่มากค่ะ ทำให้



หนูทรมาณมากค่ะ และก็รู้สึกว่าการบอกเพื่อนๆ อย่างนั้นมันดู  
พร่ำเพื่อไปแล้วค่ะ จะบอกความจริงกับใครๆ ไม่ว่าจะเป็นคุณแม่  
หรือเพื่อนๆ ก็อับอาย และที่สำคัญใครเขาจะเชื่อว่าเป็นไปได้ค่ะ  
ด้วยเหตุนี้หนูจึงเขียนจดหมายมา เพื่อกราบขอความเมตตาจาก  
อาจารย์ ช่วยแนะนำวิธีแก้ไขให้หนูด้วยค่ะ ถ้าเขาเป็นเจ้ากรรม  
นายเวรหนูจะต้องทำบุญอะไรไปให้เขาค่ะ เขาจึงจะอโหสิกรรม  
เพราะว่าหนูพยายามเดินจงกรม และนั่งสมาธิเพื่ออุทิศบุญกุศล  
ให้เขา (ทำที่หอพักค่ะ) แต่เขาก็ใช้กำลังดึงหนูออกมาจากทาง  
จงกรม และการนั่งสมาธิค่ะ ทำให้ปฏิบัติไม่ได้เลยค่ะ

หนูจึงต้องกราบขอความเมตตาจากอาจารย์ ช่วยแนะนำ  
วิธีที่หนูจะพ้นจากอำนาจนี้ไปได้สักทีค่ะ (จริงๆ หนูก็ต้องการทราบ  
ด้วยค่ะว่าสิ่งนี้คืออะไร แต่ถ้าทราบแล้วออกไปจากสิ่งนี้ไม่พ้นหนู  
ก็คิดว่าไม่เกิดประโยชน์อะไรค่ะ) หนูต้องขอขอบพระคุณท่าน  
อาจารย์อย่างสูงค่ะ ที่เมตตาอ่านจดหมายฉบับนี้และเมตตา  
ชี้แนะค่ะ

ด้วยความเคารพอย่างสูง

### คำตอบ

กัมมณา วัตติโลโก สัตว์โลกเป็นไปตามกรรม ที่บอกเล่า  
ไปเป็นอกุศลวิบาก ที่เกิดจากผู้ถามปัญหา ได้ประพடுத்தกรรมไม่ตี  
ไว้ก่อน ปัญหาใดๆ จะแก้ไขให้ลุสว่างได้ มิได้แก้ที่อดีต แต่ต้องแก้  
ที่ปัจจุบัน ด้วยการประพடுத்தบุญใหญ่ (ปฏิบัติธรรม) ให้เกิดขึ้น



๓๔ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

แล้วอุทิศบุญใหญ่ใช้หนี้เจ้ากรรมนายเวร เมื่อใดมีเวลาวางจากการทำวิจัย หรือเมื่อทำปริญญาจบแล้ว จงหาเวลาสักสัปดาห์ไปปฏิบัติธรรมที่วัดมเหยงคณ์ จังหวัดอยุธยา แล้วอุทิศบุญทุกวัน เพื่อใช้หนี้เจ้ากรรมนายเวร แล้วโอกาสพ้นจากปัญหาที่บอกเล่าไป ย่อมเกิดขึ้นได้

## ๓๒. บัวกำลังจะแย้มบานกลีบ

### คำถาม

สวัสดีครับครูสอน

ผมได้รับคำตอบที่แจ่มแจ้งเสมือนห้องที่เคยมืดถูกทดแทนด้วยความสว่าง ผมมีความรู้สึกมีปิติและนับเป็นเหตุปัจจัยที่ผมได้สร้างมาเพื่อได้พบกับผู้รู้ที่ผมมั่นใจ แต่ก่อนผมคิดว่า เป็นความบังเอิญและดูเหมือนจะบังเอิญมากๆ เพราะผมเคยเห็นชื่อครู ในเว็บไซต์มานานแต่ผมก็ไม่เคยได้คลิกเข้าไปฟังเสียงบรรยายแจกเช่นพระอาจารย์รูปอื่นๆ จนรู้สึกเสียงบรรยายแรกของครูที่ผมได้ฟังคือเรื่องสัมมาทิฏฐิ เพราะผมค้นหา คีย์เวิร์ดด้วยใจที่อยากมีสัมมาทิฏฐิตลอดภพชาติจนถึงนิพพาน ผมกลัวหลงภาพและชาติจะเป็นเหมือนตัวอย่างคนดังๆในหน้าหนังสือพิมพ์ และได้คลิกเข้าไปฟัง...ผมฟังจนจบและไม่มีวิธีใดที่จะไม่เชื่อครูเลย(ทั้งๆที่ครูมักเอ่ยเสมอว่าไม่ต้องเชื่อผม)



ผมเชื่อเต็มร้อย..และใจยังคิดต่อไปว่าผมน่าจะนำเรื่องนี้ให้เพื่อนสนิทผมได้ฟัง แต่เพื่อนผมติดในเรื่องบัญญัติมาก เขาจะชอบอ่านพระไตรปิฎกและมีพื้นฐานดีในเรื่องพุทธศาสนา แต่ผมชวนเขาปฏิบัติสมถวิปัสสนา เขาบอกยังไม่พร้อมเพราะติดครอบครัว แต่เขาบอกเขาเจริญสติอิริยาบถย่อยเสมอ ผมจึงคิดว่าก็เป็นวิธีหนึ่งของสติปัฏฐาน ๔ แต่ชวนให้นั่งทำสมาธิ เขายังไม่ทำ...ผมก็ไม่ทราบจะทำไม่

ผมเป็นคนที่มีชีวิตเรียบง่าย จนรู้สึกเหมือนง่ายเกินไป ชีวิตการทำงานราบรื่นไม่มีปัญหา ถึงมีปัญหาแต่ปัญหาก็ผ่านไปได้ด้วยดีเสมอ (ผมทุกข์ได้ไม่นาน ก็หมดลง เช่น ผมไปรักษา รากฟันเด็ก แต่พลาดเข็มที่ล้างรากที่บดงอ ๙๐ องศาไหลลงไปในคอเด็กอย่างรวดเร็ว ขณะเด็กร้องไห้ ตอนนั้นผมใจหายไป อยู่ตามตุ่มแต่ผมก็ทราบว่าโอกาสที่จะออกมาทางอุจจาระมี ผม admit เด็กและเฝ้าดูอาการ ปรากฏก็ออกมาได้จริง ในวันรุ่งขึ้น ทั้งๆที่ดูเหมือนจะยากเต็มที เข้มงอๆจะคุดคู้เลื่อนไปมาในลำไส้เล็กได้โดยไม่เกี่ยวกับผนังลำไส้เลยได้อย่างไร) อีกเรื่องที่ผมถือว่าปาฏิหาริย์คือระหว่างแคะรากฟันเครื่องมือที่งยาวเกือบ ๓ ซม. หักเข้าไปใน sinus ของคนไข้ ใจผมไปอยู่ตามตุ่มอีกครั้ง ผมรับผิดชอบในสิ่งที่ทำผิดพลาดเสมอ พาคนไข้ไปหา specialist พี่หมอเขาก็เอาฟิล์มที่ผม x-ray ล่าสุด เป็นแนวในการผ่าตัดเลย เพราะเห็นจะๆเลยว่ามี แต่ผ่านไปชั่วโมง หายิ่งงายๆก็ไม่เจอ ทั้งๆที่หลังเปิดเข้า sinus แล้วไม่นานเกิน ๑๐ นาที ต้องเจอแล้ว พี่



๓๖ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

หมอลุยไป x-ray ใหม่ซ้ำ ๔ फिल्म (ทั้งกะโหลกเลยครับ) ก็ไม่พบเหล็กที่งอเลข... พี่หมอเขางงไม่เคยเจอเคสแบบนี้ และก็ปิดแผลผ่าตัดในปากลงและบอกให้คนไข้กลับไป ครูสอนครับ ผมก็ไม่เข้าใจจริงๆ ตอนที่หักเข้าโพรงอากาศขากระดูกบนรูเปิดในปากมีทางเดียวคือรอยแผลที่ผมแคะรากซึ่งเป็นรูกกลมเส้นผ่าศูนย์กลางเล็กกว่า ความกว้างของเครื่องมือที่หักถึง ๓ เท่า แล้วเหล็กที่หักนั้นไปไหนได้อย่างไรภายในเวลาวันเดียว...

วิทยาศาสตร์พิสูจน์ไม่ได้ครับครู...คนไข้พอใจในตัวผมเข้าใจผมไม่เคยดูว่าตำหนิ อ้อมีคนหนึ่ง ผู้หญิงเขาเข้ามาและว่าผมว่าอุดปิดช่องว่างฟันหน้าไม่สวยสั่งให้รื้อออก นั่นคือครั้งแรกที่ผมโดนตำหนิ แต่ผมไม่ถือสาเพราะเขาเข้ามาตอนทำฟันครับ...)

ช่วงนั้นผมขาดสติมาก จนผมกลับมาพบธรรมะของพระพุทธเจ้าอีกครั้ง (เนื่องจากน้องคนหนึ่งที่ผมสอนหนังสือยามว่างได้เสียชีวิตลงกระทันหันจากอุบัติเหตุรถชน จนผมโยนไส่มนสิการ คิดว่าเราประมาทชีวิตเราไม่ได้แล้ว เขาอายุน้อยกว่าเรา เขายังไปไวกว่าเราเลย) ช่วงนั้นผมรู้สึกตัวเองมีเวลาว่างมากมายจนคิดไปว่าทำไมเรารู้สึกสบายจัง เราเป็นคนโชคดีจัง เพื่อนเราจะมีโอกาสแบบเราไหมที่ได้มาว่ายน้ำสบายๆ วิ่งเล่นกีฬา เพลิดเพลิน (คือผมไม่ได้คิดจะบั้นเงินเหมือนเพื่อนๆวัยเดียวกัน ผมทำงานพอเลี้ยงชีพ)

คำถามของผมนะครับครู



๑. เพื่อนสนิทผมคนนี้ ทำไมเขาถึงยังไม่เชื่อครูแบบที่ผมเชื่อครับ (พรุ่งนี้ผมจะพบเขาผมจะลองโหลดไฟล์เสียงของครูให้เขาฟัง)

๒. ชีวิตผมมีอุปสรรค แต่ก็ผ่านไปได้เร็วมาก มีเหตุที่ทำให้เป็นเช่นนั้นใหม่ๆ ไข่มุขครับครูสอน

๓. วงจรชีวิตแต่ละวันของผมสั้นมาก ตื่นนอน สวดมนต์ ทานข้าวเช้า ทำงาน ออกกำลังกาย ทานข้าวเย็น สวดมนต์ นอน ผมไม่ได้ไปเที่ยวเสวนากับใครเลย บางทีผมวิ่งก็วิ่ง ๑๐ กิโลเมตรคนเดียว (แต่ก่อนมีพี่จ๋าวิ่ง แต่ตอนนี้พี่เขากลุ้มใจเรื่องลูกเลยหยุดวิ่งไปเลย) ผมได้พูดคุยกับคนไข้, ผู้ช่วยก็จริง แต่ผมก็ไม่ได้คุยกับใครจนสนิทเป็นเพื่อน คนที่ผมคุยด้วยมากที่สุดคือพ่อกับแม่ ในแต่ละวัน ผมก็มีความสุขกับชีวิตครับ ไม่ได้ซีมิเศร้าอะไร ผมคงสร้างเหตุไม่ตรงไข่มุขครับ จึงไม่ได้อยู่ใกล้เพื่อนๆที่ผมจะพูดคุยด้วยได้ อะไรทำให้ผมต้องทำอะไรด้วยตัวคนเดียวเสมอ ปัจจุบันผมมีธรรมะเป็นเพื่อน...เปิดฟังทุกที่ทุกเวลาที่มีโอกาส แต่ผมกลับไม่มีคนเป็นเพื่อนที่อยู่ใกล้ที่พูดคุยหรือเสวนาเล่นกีฬา ในแต่ละวันแบบเพื่อนสนิทของผม(พวกเขาอยู่ไกลจากผมหมดเลย) ผมมีมิตรน้อยเพราะเหตุใด

ป.ล.ผมได้ฟังปัจจุสมุปปาตของอ.วคิน ผมเข้าใจว่า พระพุทธเจ้าไม่ตรัสเอ่ยถึงกิเลสในสมุทัย เพราะเหตุว่าความทุกข์กายและใจมีเหตุเบื้องต้นมาจากตัณหาไข่มุขครับครูสอน การทำลายห่วงโซ่ก่อนไหนดินะครับเป็นการเหมาะสมที่สุด

กราบขอบพระคุณในความกรุณาที่ให้วิชาทั้งทางโลก



๓๘ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

และทางธรรม แก่ศิษย์คนนี้ทั้งตอนที่ผมเรียนเชียงใหม่และจบ  
ออกมาแล้วจนถึงปัจจุบัน

### คำตอบ

(๑). เหตุปัจจัย คือ บุญบารมีของเขายังไม่พร้อม ที่จะ  
ผลักดันจิต ให้มาศรัทธาผู้มีปัญญาเห็นถูกตามธรรม

(๒). ผู้ใดมีบุญบารมีถึงวาระให้ผล ผู้นั้นย่อมมีสติปัญญา  
เห็นถูกตามธรรมเกิดขึ้น และทำให้ผ่านพ้นอุปสรรคและปัญหา  
ทั้งปวงได้ง่าย ผ่านได้เร็ว

(๓). ผู้ใดมีปัญญาเห็นถูก ย่อมเห็นไปคนละอย่างกับผู้  
มีปัญญาเห็นผิด โอกาสเข้ามาใกล้ชิดและเสวนาจึงเกิดขึ้นไม่ได้  
พระพุทธโคตมตรัสว่า “ธรรมเป็นเครื่องจำแนกสัตว์บุคคลให้ดี  
ชั่ว เลว หยาบ” และอีกครั้งหนึ่งได้ตรัสกับภิกษุที่อยู่แวดล้อม  
ในท่านองที่ว่า “ภิกษุ เธอจงมองดูโน่น

- ผู้มีจริตชอบเล่นฤทธิ์ ย่อมอยู่ร่วมกลุ่มกับพระมหาโมค  
คัลลานะ

- ผู้มีจริตในทางใช้ปัญญา ย่อมอยู่ร่วมกลุ่มกับพระสารี  
บุตร

- ผู้มีจริตในทางวินัย ย่อมอยู่ร่วมกลุ่มกับพระอุบาลี”

และในปฏิจลสมุปปบาท อวิชาเป็นต้นเหตุนำมาซึ่งทุกข์  
ทางกาย (ทุกข์) และนำมาซึ่งความทุกข์ทางใจ (โทมนัส) อันได้แก่  
ความโศก (โสกะ) ความรำไรรำพัน, ความคร่ำครวญ, ความบ่น



เพื่อ (ปริเทวะ), ความคับแค้นใจ, ความสิ้นหวัง (อุบายาส) ผู้ใดกำจัดอวิชชาให้หมดไปจากใจได้แล้ว ผู้นั้นไม่ต้องนำพาชีวิตมาเวียนตาย-เวียนเกิด เป็นสัตว์ (รูปนาม) อยู่ในภพใดๆของวิภังขณอีกต่อไป ผู้ที่มีความสามารถใช้ปัญญาเห็นแจ้ง กำจัดอวิชชาให้หมดไปจากใจได้แล้ว เรียกว่า พระอรหันต์ ด้วยเหตุนี้ผู้รู้ไม่จริง จึงใช้ความเห็นผิดไปตัดหวังไขปล้องอื่นในปฏิภังขณูปบาท แต่ผู้มีความเห็นถูก กำจัดอวิชชา อันเป็นต้นเหตุของความทุกข์ทั้งปวงให้ขาดสิ้นลงได้

### ๓๓. ตามรอยธรรม

#### คำถาม

เรียน อ.สนอง ที่เคารพ

ก่อนอื่นต้องกราบท่านอาจารย์ ที่มีพระคุณต่อชีวิต ในการใช้ชีวิต การปฏิบัติธรรม การมีหลักหรือแก่นในการคิดต่างๆ ให้ถูกต้อง ตรงตามธรรม การให้ทาน การมีสติลุ่มใจให้ได้ทุกขณะ การมีความเพียรในการปฏิบัติ การมีสังขะ บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ สิ่งที่ไม่ดีลดละเลิก ไม่ให้เกิด ถ้าเกิดแล้วก็กำจัดให้หมดไปเรื่อยๆ สิ่งที่ดียังไม่ได้ทำ ให้เพียรทำและสร้าง สิ่งที่ดีอยู่แล้วให้รักษาไว้ การคิดพิจารณาปัญหาต่างๆ จากสิ่งที่กระทบให้รู้เท่าทัน อดทนต่อสู้กิเลสในใจ





๘๐ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

ตอนนี้ทุกวันจะพยายามทำหน้าที่การงาน หน้าที่ทางครอบครัวให้ดีที่สุด ใช้เวลาให้มีค่ามากที่สุด มีเวลาเหลือจะพยายามปฏิบัติ ฟังธรรม สวดมนต์ไหว้พระ ใส่บาตรทำบุญสังฆทาน ชวนพ่อแม่ฟังธรรม ทำบุญและปฏิบัติให้อ่านหนังสือธรรมะ พูดคุยเกี่ยวกับเรื่องธรรมะ อย่างที่อาจารย์ตอบในข้อ ๓๓ ว่าธรรมเป็นเครื่องจำแนก ดี ชั่ว ตอนนี้ก็รู้สึกเหมือนคุณหมอบเหมือนกัน ค่อนข้างโดดเดี่ยว เพื่อนน้อยลง พอจะทราบคำตอบแล้ว แต่คิดว่าเราเดินมาถูกทางแล้ว ต้องเดินต่อไป จะกลับหลังไปเหมือนก่อนไม่ได้ บางครั้งอยากสนุกสนานกับเพื่อน แต่มีเหตุให้ไม่สามารถไปได้ หลายๆอย่างเปลี่ยนไป

อยากมีโอกาสทำบุญกับอาจารย์มาก ๆ ขอให้อาจารย์สุขภาพแข็งแรง อยู่เป็นหลักให้กับเพื่อนมนุษย์เท่าที่จะเป็นไปได้ ฟังธรรมะจากครูบา อาจารย์ หลายๆ ท่าน ถูกจริตกับอาจารย์มากที่สุด เข้าใจง่ายและปฏิบัติได้ ขอบคุณมากค่ะ

### คำตอบ

ชีวิตที่ดำเนินไปตามรอยธรรม เป็นดังที่บอกเล่าไป .... สารุ จงเดินต่อไป และไปให้สุดทางชีวิต





## ๓๔. ประพฤติไม่ถูกต้อง

### คำถาม

เรียน อาจารย์ดร.สนอง วรอุไร

น้องคนหนึ่งารู้จักสวดมนต์ไปขณะที่นั่งรถลูกค้าเข้ามาสอบถามหรือขายของ (เพชร) ดิฉันอยากทราบว่า จะผิดบาปมั๊ยคะ ที่หากมีใครบังเอิญเดินเข้าไปขัดจังหวะขณะที่น้องกำลังสวดมนต์อยู่ โดยไม่ทราบว่าน้องได้กระทำการดังกล่าวอยู่

รบกวนอาจารย์ช่วยอธิบายสิ่งสมควรและไม่ควรด้วยค่ะ และการไม่รู้ของเราที่ไปขัดจังหวะการสวดมนต์ของน้องจะบาปมั๊ยคะ

กราบขอบพระคุณอาจารย์เป็นอย่างสูงค่ะ

### คำตอบ

ผู้รู้ไม่จริง ชอบเอาเวลาของการทำงานภายนอก (ค้าขายเพชร) มาทำงานให้กับตัวเอง เช่น สวดมนต์ ซึ่งถือว่าเป็นงานภายใน การประพฤติที่ไม่ถูกต้องเช่นนี้ มีผลเป็นบาปเกิดขึ้นกับผู้ประพฤติ ดังนั้นการที่มีคนเข้ามาขัดขวางการประพฤติที่ไม่ถูกต้อง ไม่ถือว่าเป็นบาป



๘๓ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

## ๓๕. ศิลปินใจ

### คำถาม

กราบสวัสดีท่านอาจารย์ดร.สนองที่เคารพ

ผมมีเรื่องไม่เข้าใจอยากให้อาจารย์ช่วยตอบดังนี้....

ขอบคุณครับ

๑. คนธรรมดาคนหนึ่งต้องการมี ศิลปินใจ จะต้องปฏิบัติอย่างไร ให้มี ศิลปินใจอยู่ทุกขณะตื่น และผมไม่เข้าใจคำว่าศิลปินใจ

๒. ถ้าคิดจะถือศีล ๘ แต่ว่ายังเรียนร้องรำนาฏศิลป์ วิชาบังคับ เขาให้ร้องให้รำ แต่ถ้าเรียนเพื่อคะแนน ไม่ถือว่าผิดศีล ๘ ใช่ไหม

๓. ถ้าให้ต้องการได้ สมาธิสูงสุด มีความสุขที่จิตเป็นอิสระ และได้ปัญญาและระดับ ๓ ต้องปฏิบัติตนอย่างไร

๔. บอกตามตรงว่า ศิลปินใจ ไม่ใช่ คุณกาย กับ สัจจะนะ (สัจจะคุณใจ) ผมทำไม่ค่อยได้เลย (ได้บ้าง) อยากให้อาจารย์ช่วยแนะนำหน่อย ผมจะพยายามทำให้ได้ ไม่ต้องตอบก็ แต่ ที่พิมพ์ไปเพราะพิจารณาดูตัวเองเอาที่ทำได้ เพราะ สัจจะมันต้องคุณใจ

และสุดท้ายนี้ขอขอบคุณอาจารย์สนอง ในทุกสิ่งทุกอย่าง (ทาน ศีล ภาวนา) ๓ สิ่งนี้ผมทำทุกวัน อาจจะมีบางวันที่ไม่ได้ทำ ผมขอให้บุญนี้ถึง พ่อแม่ เจ้ากรรมนายเวร และครอบครัว



ครับในชาตินี้ ชาติที่แล้ว สถานที่ที่เคยไปอยู่ เทวดา ครูบาอาจารย์ รวมถึงอาจารย์สนองด้วย และผู้ที่เกี่ยวข้อง กับ กัลยาณธรรม ทุกคน ขอให้มีความสุข รวมทั้งคนที่อ่านคำถามของผม หรือ คำตอบ ของอาจารย์สนองด้วย ผมขอสาธุในบุญนะครับ (ตอนนี้ ผมรู้สึกดีครับ) (ผมพยายาม กระทำ ทาน ศีล ภาวนา ทุกวัน)

### คำตอบ

(๑). จิตหรือใจเป็นพลังงานชนิดหนึ่ง ที่มีขนาดความถี่ คลื่นเล็กมาก จนเครื่องมือทางวิทยาศาสตร์ไม่สามารถตรวจวัด ได้ จิตเป็นพลังงานที่มีการเกิด-ดับ จึงสามารถทำหน้าที่ในลักษณะ ที่เรียกว่า รู้ คิด นึก ฉะนั้นที่บอกว่า “เอาศีลคุมใจ” หมายความว่า ทุกขณะที่จิตมีการเกิด-ดับ หรือทุกขณะที่จิตทำหน้าที่ ต้อง เว้นจากการคิดฆ่าสัตว์ เว้นจากการคิดลักทรัพย์ เว้นจากการคิด ประพฤติผิดในกาม เว้นจากการคิดพูดเท็จ และเว้นจากการคิด ตีมหาสมุทร อย่างนี้เรียกว่า มีศีลคุมใจอยู่ทุกขณะต้น

(๒). ผู้ใดคิดจะถือ ศีล ๘ แล้วยังประพฤตินะเมิดศีล ข้อเจ็ดที่ให้เว้น ฟ้อนรำ ขับร้อง บรรเลงดนตรี ฯลฯ แม้จะ ประพฤติเพื่อเอาคะแนน ก็ถือได้ว่าผู้นั้นประพฤตศีล ๘ ไม่ครบ หากหลีกเลี่ยงไม่ได้ ถือศีลแค่ห้าข้อ (ศีล ๕) ก็พอที่จะพัฒนาจิต ให้เข้าถึงอริยธรรมขั้นโสดาบันและสกิทาคามีได้แล้ว

(๓). ต้องมีอย่างน้อยศีล ๕ ที่ไม่ขาด ไม่ทะลุ (มีครบ) ไม่ต่าง ไม่พร้อย (ไม่มีกิเลสปนเปื้อน) คุมใจให้ได้ทุกขณะต้น



๘๔ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

แล้วนำตัวเองเข้าปฏิบัติสมถภาวนา โอกาสเข้าถึงจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิย่อมเกิดขึ้นได้ โอกาสเข้าถึงปัญญาเห็นแจ้งย่อมเกิดขึ้นได้ และโอกาสเข้าถึงความสุขที่มีจิตเป็นอิสระ ย่อมเกิดขึ้นได้เช่นกัน

(๔) ความศรัทธาในสิ่งดีงาม เกิดขึ้นได้ด้วยการนำตัวเข้าไปใกล้ผู้ทรงคุณธรรมและเสวนากับท่าน เมื่อใดที่ความศรัทธาเกิดขึ้นแล้ว ย่อมมีพลังผลักดันตัวเอง ให้มีศีลและมีสัจจะมุ่งมั่นได้ง่าย ฉะนั้นพึงสร้างศรัทธาให้เกิดขึ้นให้ได้ก่อน

## ๓๖. คนช่างสงสัย

### คำถาม

กราบพระอาจารย์สนองที่เคารพ

กระผมได้ติดตามผลงานของอาจารย์มาระยะหนึ่ง ประทับใจกับการเสียสละของอาจารย์ อาจารย์ปรารถนา มีความเมตตาจะช่วยเพื่อนร่วมวิภวสงสารให้พ้นจากภุมิที่ต่ำกว่า มนุษย์ภุมิ เพราะภุมิต่ำกว่านี้ผู้นั้นต้องเสวยผลที่มีแต่ความทุกข์ อาจารย์ต้องเบรคตัวเอง ซึ่ง (ผมเข้าใจว่า) อาจารย์จึงไม่อาจ เข้าสู่จุดหมายสูงสุดได้

กระผมขออนุโมทนา ผลของการกระทำของอาจารย์ด้วย เพราะมีผลต่อเพื่อน เพื่อนร่วม มนุษย์ ตอนนี้อยู่หลายท่าน



ที่ได้รับความรู้จากท่านอาจารย์และนำไปปฏิบัติ การได้กำลังใจจากท่านอาจารย์ ซึ่งผมมีความเข้าใจเสมอว่า การกระทำของอาจารย์ เสมือนเป็นพระโพธิสัตว์ อย่างหนึ่ง เพราะเป็นการโปรดและช่วย มนุษย์ แต่ท่านอาจารย์ เคย บรรยายว่าไม่ใช่ เพราะพระโพธิสัตว์ ต้องมีการช่วย และ บำรุงพระพุทธศาสนา ให้ดำรงอยู่ เช่น สร้างวัด สร้างเจดีย์ สร้างคนให้มีความรู้ และ เผยแผ่ธรรมออกไป เป็นกำลังทางพระพุทธศาสนา แต่ผมมีความเห็นว่าการกระทำของอาจารย์ที่เผยแพร่คำบรรยาย ก็เป็นการทะนุบำรุงพระศาสนา เป็นหนายแก้ต่างให้ศาสนา ให้ความรู้ เช่นกัน และผมมีอาจารย์เป็นแบบอย่าง และ มีความปรารถนา (เล็กๆ) ให้มีความสามารถ ความรู้ ในการเผยแผ่ต่อไป ตามกำลังที่มีอยู่ และพัฒนาต่อไป เจกเช่นอาจารย์กระทำอยู่

วันนี้อยากขอกราบเรียนถามปัญหาจากท่านอาจารย์ ดังนี้

๑) พระพุทธเจ้า มีทั้งหมดกี่พระองค์แล้วครับ พระปฐมพระพุทธเจ้ามีมานานแค่ไหนแล้ว แต่ละพระองค์ทำไมจึงสะสมบารมีมาเป็นกัลป์ ไม่เท่ากัน กว่าจะมาตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า บางองค์สะสมนานมากมาก ความตั้งใจแน่วแน่ของท่าน ไม่รู้จะบรรยายอย่างไร เท่าที่ทราบ พระอาริยะ บางพระองค์ท่านในยุคของเรา ก็อธิษฐานขอลาจากพุทธภูมิ หากสะสมบารมีแต่ละองค์ มีระยะเวลากำหนดที่แน่นอนแล้วในการเป็นพระพุทธเจ้า ทำไมบางพระองค์ต้องนานมากครับ



๒) คำว่าพระปัจเจกพระพุทธเจ้า มีความแตกต่างกับ พระพุทธเจ้า เช่นไร และ ต่างกับ พระอรหันต์อย่างไรครับ บาง ตำราว่า พระปัจเจกท่านไม่ประกาศ หรือเผยแผ่ ธรรมะสอนแก่ เวไนยสัตว์ ทำให้ผมคิดถึงสมัยพระพุทธเจ้าตรัสรู้ ท่านมีความ เห็นว่าธรรมะที่ท่านตรัสรู้ ธรรมเป็นเรื่องละเอียดอ่อนมาก และยากที่จะเข้าใจ และไม่มีเจตนาจะสอนหรือเผยแผ่ธรรม นั้นออกไป จนต้องมีพระพรหมมาอาราธนาให้พระองค์ท่าน ได้ เผยแผ่ และสอนธรรมที่พระองค์ท่านตรัสรู้ได้มา ดังนั้นจะต่าง กันกับพระปัจเจกพระพุทธเจ้าเช่นไร หรือเพียงแต่มีพระพรหม มาอาราธนา หรือไม่มีเท่านั้นครับ

๓) มีคำสอนจากอาจารย์หลายท่านเกี่ยวกับ นิमित ไม่ ให้สนใจกับ นิमित ที่เกิดขึ้น อยากเรียนถามว่า นิमित จะเกิด ขึ้นได้อย่างไร ต้องมีสมาธิในระดับใด ระดับญาณขั้นใดหรือไม่ อาจารย์บางท่านบอกว่า ที่เห็นนะเห็นจริง แต่เรื่องหรือของที่ เห็นนั้นอาจจะไม่ใช่ของจริง อย่าไปยึดติดมัน

ดังนั้น ผมอยากเรียนถามว่า แล้วหากเรา เห็นเรื่องราว ที่เราเข้าใจว่า เป็นอดีตชาติของเรา หรือ กรรมที่เราทำในอดีต เกิดเป็นอะไร จะรู้ได้ไงว่า ของจริง หรือ ของหลอก

การที่คนเข้าถนมนได้ แล้วอธิษฐานขอเห็น เรื่องนั้น หรือ อื่นๆ จะรู้ได้ไงว่า เป็นเรื่องจริง หรือว่า จิตเรานั้นหลอก เราเอง

๔) การที่มีกล่าวกันว่า มีการนั่งทางใน เพื่อดูสิ่งต่าง ๆ เช่นของหายอยู่ที่ไหน คนหายไปที่ใด ทำได้จริงหรือไม่ เพราะ



มันก็ไม่เกี่ยวกับตัวของเราเลย จิต หรือ สติที่ติดกับเรา จะไป  
ระลึกเรื่องราวของคนอื่นได้เช่นไร

ด้วยความเคารพอย่างสูง

### คำตอบ

(๑). ผู้ตอบปัญหายังเข้าใจไม่ถึงสภาวะของการดับรูป  
และดับนาม จึงไม่ทราบว่าพระพุทธเจ้ามีที่พระองค์ และไม่  
ทราบว่าพระพุทธเจ้าองค์ปฐม อุบัติขึ้นมานานแค่ไหนแล้ว รู้แต่  
ไม่มีความรู้ว่

พระปัญญาธิกพุทธเจ้า ต้องบำเพ็ญบารมีรวมทั้งสิ้น  
๒๐ อสงไขย กับอีกหนึ่งแสนมหากัป

พระสัทธาธิกพุทธเจ้า ต้องบำเพ็ญบารมีรวมทั้งสิ้น ๕๐  
อสงไขย กับอีกหนึ่งแสนมหากัป

พระวิริยาธิกพุทธเจ้า ต้องบำเพ็ญบารมีรวมทั้งสิ้น ๘๐  
อสงไขย กับอีกหนึ่งแสนมหากัป

จึงจักได้ตรัสรู้เป็นประภทของพระพุทธเจ้าตามที่ตน  
ปรารถนา

(๒). คำว่า “ปัจเจกพุทธเจ้า” หมายถึง บุคคลผู้ตรัสรู้  
เฉพาะตน ไม่สามารถสั่งสอนผู้อื่นให้รู้ตามได้ ต่างจากพระ  
สัมมาสัมพุทธเจ้าตรงที่ว่า เมื่อตรัสรู้แล้ว สามารถนำธรรมวินัย  
ออกมาเผยแพร่ให้ผู้อื่นรู้ตามได้

พระอรหันต์ คือ ผู้ที่นำเอาธรรมวินัยของพระสัมมาสัม  
พุทธเจ้า มาปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง แล้วจิตบรรลุลุทธิธรรมชั้น  
สูงสุดได้ จึงเรียกว่า พระอรหันตสาวก





๘๘ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

เรื่องคิด (ดำริ) ไม่เผยแพร่ธรรมที่ทรงตรัสรู้ เพราะเป็นธรรมวินัยที่ทวนกระแสของกิเลส ซึ่งมนุษย์ส่วนใหญ่ในโลก นำพาชีวิตไปตามแนวทางนั้น พระพุทธโคดมมิได้มีเจตนาไม่สอน แต่มีดำริที่จะไม่เผยแพร่ธรรมด้วยสาเหตุดังกล่าว แต่มาระลึกได้ว่ามนุษย์เปรียบเหมือนบัว ๔ เหล่า ดังนี้

๑. บุคคลที่สามารถรู้และเข้าใจธรรมะได้อย่างฉับพลัน ยังมีอยู่

๒. บุคคลที่สามารถรู้และเข้าใจธรรมะได้ต่อเมื่อได้ฟังซ้ำ หรืออธิบายขยายความ ยังมีอยู่

๓. บุคคลที่สามารถสอนให้รู้และมีธรรมะได้ ยังมีอยู่

๔. บุคคลผู้รู้ตัวบทหรือถ้อยคำ แต่ไม่สามารถเข้าใจความหมายของธรรมะ ยังมีอยู่

ด้วยเหตุนี้ บุคคลที่เปรียบเหมือนบัวเหล่าที่ ๑-๓ สามารถเข้าถึงธรรมได้ พระพุทธโคดมจึงได้นำธรรมวินัยออกเผยแพร่อยู่นานถึง ๔๕ พรรษา ก่อนเสด็จดับขันธปรินิพพาน

(๓). นิमितเกิดขึ้นเมื่อจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิระดับต้น (ขณิกสมาธิ) ผู้ใดสัมผัสกับนิमित แล้วเอาจิตไปยึดติดหรือหลงอยู่กับนิमित ย่อมเป็นเหตุให้จิตเข้าไม่ถึงปัญญาเห็นแจ้ง ผู้รู้จึงไม่เอาจิตไปหลงอยู่กับนิमितที่เกิดขึ้น

(๔). ผู้พัฒนาจิตให้เข้าถึงความทรงฌานได้ก็ทพจักขุ ย่อมรู้เห็นเข้าใจในสิ่งที่ตาเนืองมองไม่เห็น ... พิสูจน์ดูสิครับ



## ๓๗. กะจะเข้าไปแอบหลับ

### คำถาม

กราบสวัสดิ์ท่านอาจารย์สนองครับ

เมื่อก่อนผมไม่เคยสนใจธรรมะเลย จนกระทั่งที่ทำงานมีการจัดอบรม แล้วก็มีช่วงบ่ายวันสุดท้ายของการอบรมเป็นวิชาธรรมะ ก่อนเข้าห้องก็ได้รับแจกหนังสือธรรมะมาหลายเล่ม หนึ่งในนั้นคือ หนังสือเรื่อง ทางสายเอก ของท่านอาจารย์ ตอนแรกกะจะเข้าไปแอบหลับในห้องซะหน่อย แต่พอหยิบหนังสือมาดูก็ลองเปิดอ่านดู ไม่น่าเชื่อว่าผมอ่านได้จบเล่มในเวลารวดเร็ว (ปกติไม่เคยอ่านหนังสือธรรมะเลย) ก็เริ่มสนใจธรรมะขึ้นมา เลยนั่งฟังการบรรยายธรรมะอย่างตั้งใจ จำได้ว่าผู้บรรยายเป็นท่านอาจารย์ทวีศักดิ์ ครูจิตธรรม ผมก็แปลกใจตัวเองมากที่ทำไมถึงนั่งฟังธรรมะได้จนจบการบรรยาย หลังจากนั้นเป็นต้นมาผมก็ได้เริ่มลองฝึกปฏิบัติธรรมด้วยตัวเองมาตลอด ผมขอสอบถามท่านอาจารย์ดังนี้ครับ

ข้อ ๑ ผมฝึกปฏิบัติด้วยตัวเองจากการอ่านหนังสือ โดยที่ไม่มีครู อาจารย์สอนเลย จะเป็นอะไรหรือเปล่าครับ

ข้อ ๒ มีอยู่ครั้งหนึ่งไม่นานนี้ ผมนอนไม่หลับเลยนอนทำสมาธิแทน ใจก็คิดถึงเรื่องการตาย สงสัยในการตายว่าเป็นยังไง ก็เลยก๊ง ๆ อธิษฐานอยากรู้ว่าเป็นยังไง ปรากฏว่าเหมือนจะเคลิ้มไป แต่เห็นเป็นภาพตัวเองนอนอยู่แล้วรู้สึกว่กำลังจะ



๙๐ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

ตาย คือค่อย ๆ หายใจแผ่วลง ๆ เริ่มเห็นว่าธาตุทั้ง ๔ แยก ลม หายใจเริ่มติดขัดหายใจไม่สะดวก แล้วก็รู้สึกเหมือนมีแรงดูด บางอย่าง ทันทันนั้นก็รู้สึกว่าวิญญาณกำลังเคลื่อนออกจากร่าง พอเห็นดังนั้นก็คิดว่าความตายเป็นอย่างนี้เอง แล้วผมก็ล้มตาคืนมา ตอนแรกคิดว่าฝันไปแต่ไม่ใช่ มีความรู้สึกเหมือนเป็นความจริงมากกว่า ไม่ทราบที่ผมคิดมากไปหรือว่าเกิดนิมิตขึ้นมาครับ

ข้อ ๓ ผมเป็นคนที่ไม่ค่อยขยันฝึกปฏิบัติเลย ท่านอาจารย์มีวิธีอย่างไรให้ขยันมั๊ยครับ

ผมกราบขอบพระคุณท่านอาจารย์เป็นอย่างสูงที่ทำให้ความกรุณาครับ

### คำตอบ

(๑). การอ่านหนังสือแล้วปฏิบัติตามได้ถูกต้องตามธรรม และเมื่อเกิดปัญหาจากการปฏิบัติขึ้นแล้ว สามารถแก้ปัญหาได้ด้วยตัวเอง ก็ไม่จำเป็นต้องแสวงหาครูบาอาจารย์ที่ไหน มาช่วยบอกทางแก้ปัญหาให้ แต่หากใช้ปัญญาแก้ปัญหาผิดพลาด ปัญหาย่อมไม่ถูกกำจัดให้หมดไป หรือแก้ปัญหานั้นได้แล้ว แต่ไปสร้างปัญหาอื่นให้เกิดขึ้น อย่างนี้ต้องแสวงหาครูบาอาจารย์ผู้มีประสบการณ์ตรงและเข้าถึงธรรมได้แล้ว มาเป็นผู้ชี้แนะ

(๒). มิได้เนื่องมาจากการคิดมาก แต่เป็นนิมิตของความตายที่มาปรากฏให้จิตสัมผัสได้ .... สาธุ



(๓). ผู้ใดทำใจให้มีศีล มีสัจจะ และพัฒนาจิตด้วยการ  
สวดมนต์ก่อนนอน หลังสวดมนต์เจริญอานาปานสติ (พุท-โธ)  
อยู่เสมอ จนจิตเข้าถึงความตั้งมั่นเป็นสมาธิได้แล้ว ความขยัน  
ย่อมเกิดขึ้นกับผู้นั้น

## ๓๘. สังฆทานทางไกล

### คำถาม

กราบเรียนถามปัญหาท่านอาจารย์ดร. สนอง วรอุไร  
ค่ะ

คือหนูอยากทราบว่ามันนอกจากการที่เราจะซื้อของไป  
ถวายเป็น สังฆทานแล้ว เราจะสามารถส่งเงินหรือเช็คไปถวาย  
ที่วัดแทนแล้ว แจ้งความจำนงว่าขอให้เป็นส่วนสังฆทานได้หรือไม่  
ค่ะ เพราะบางวัดอยู่ไกล เช่น ที่ต่างประเทศไม่สะดวกที่เรา  
จะซื้อของไปถวายค่ะ

กราบขอบพระคุณท่านอาจารย์ดร. สนอง วรอุไรมา ณ  
โอกาสนี้ค่ะ ขอให้อาจารย์มีสุขภาพแข็งแรงนะคะ

### คำตอบ

ทำได้ครับ .... สาธุ



## ๓๙. ยิ้มได้เร็ว

### คำถาม

กราบเรียนถามอาจารย์ ดร. สนอง ค่ะ

ข้อ ๑. อาจารย์คะ หนูมีโอกาสได้ฟังธรรมบรรยายของท่านหลายเรื่อง ฟังแล้วรู้สึกศรัทธาท่านมาก อยากหันมาศึกษาธรรมะอย่างจริงจัง เพื่อชำระล้างจิตใจให้ใสสะอาดขึ้นบ้าง แต่ด้วยความที่หลงทางมานานทำให้มีภาระหนี้สินทางโลกพอสมควร จึงอยากชำระหนี้ตรงนี้ก่อน ถึงจะสามารถก้าวไปสู่เส้นทางธรรมได้เต็มตัว หนูขอคำว่าที่อาจารย์สอนว่า “ให้เอาศีลห้าคุมใจ” มากค่ะ เพราะมันเป็นเครื่องคอยเตือนให้หนูระมัดระวัง การกระทำของตัวเองมากขึ้น และเข้าใจว่า ขณะนี้ ตัวเองศีลยังไม่บริสุทธิ์พอ มีต่างมีพร้อยบ้าง แต่ก็พยายามลด ละ เลิก อยู่ค่ะ ตอนนี้หนูก็สวดมนต์ เดินจงกรม ประมาณ ๓๐ นาที นั่งสมาธิ ประมาณ ๓๐ นาที ทุกวันไม่เคยขาด แม้จะมีอาการขี้เกียจและเบื่อหน่ายบ้างก็ตาม (ฝึกตามแนวที่เคยบวชเนกขัมมะและเข้ากรรมฐานมาค่ะ) คิดเอาเองว่าเป็นการเตรียมพร้อมร่างกายและจิตใจ ไปพลางๆ ก่อน แม้จะไม่ก้าวหน้าสักเท่าไรก็ตาม การคิดและการปฏิบัติเช่นนี้ หนูไม่รู้ว่าถูกหรือผิดรบกวนอาจารย์ช่วยแนะนำด้วยค่ะ

ข้อ ๒. เวลาที่มีสิ่งทีมากกระทบจิตใจ แบบตั้งรับไม่ทัน คือพอกระทบปุ๊บเรารู้สึกไม่พอใจก่อนเป็นอันดับแรก แล้วค่อยๆ คิดพิจารณาเรื่องราวต่างๆที่เกิดขึ้น จนความหงุดหงิดใจหรือไม่



พอใจนั้นหายไป บางเรื่องใช้เวลานาน บางเรื่องยืมได้ในไม่กี่นาที  
หนุ่ยอยากทราบว่าตัวเองจะแก้ไขอารมณ์แบบนี้ได้อย่างไรค่ะ

และโอกาสนี้หนุ่ยขอมาต่ออาจารย์ด้วยค่ะ ที่ได้รับกวน  
เวลาอันมีค่าของอาจารย์ ขอให้อาจารย์โปรดโอโหสิกรรมให้แก่  
ความไม่รู้ของหนูด้วยนะคะ

ขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างยิ่งค่ะ

### คำตอบ

(๑). ผู้รู้ยอมรับความจริงที่ตนเคยประพฤติเบียดเบียน  
ผู้อื่นมาก่อน จึงไม่คิดเบียดเบียนใครกรรม แต่ชดใช้หนี้กรรมไป  
เรื่อยๆจนกว่าจะหมด แต่ขณะเดียวกัน ผู้รู้ไม่ประมาทประพฤติ  
บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ เพื่อให้บุญสั่งสมอยู่ทุกขณะที่โอกาสของชีวิต  
เปิดให้ทำได้ ผู้ถามปัญหาประพฤติมาถูกทางแล้ว จึงทำต่อไป  
โดยมีศีล มีสัจจะ มีความเพียรเป็นแรงสนับสนุน แล้วโอกาสนำ  
จิตให้พ้นไปจากความหลง ย่อมเกิดขึ้นได้

(๒). เมื่อใดมีสิ่งกระทบไม่ดีเข้ากระทบ แล้วจิตรับเข้า  
ปรุงเป็นอารมณ์ไม่ดี ฟังรู้เถอะว่า บาบได้เกิดขึ้นแล้ว และสั่งสม  
อยู่ในจิตของผู้มีอารมณ์ไม่ดี ผู้ใดปล่อยให้อารมณ์ไม่ดีเกิดขึ้น  
ยาวนาน บาบย่อมเกิดขึ้นมาก ฉะนั้นหากผู้ถามปัญหาประสงค์  
มิให้มีบาบเกิดขึ้น ต้องพัฒนาจิต (สมถภาวนา) ให้มีกำลังของ  
สติกล้าแข็ง แล้วอารมณ์ไม่ดีย่อมหายไป ผู้ใดมีสติกล้าแข็ง  
มาก จนสามารถระลึกได้ทันสิ่งไม่ดีที่เข้ากระทบจิต แล้วเห็นสิ่ง  
กระทบที่ไม่ดีดับไปตามกฎไตรลักษณ์ได้แล้ว อารมณ์ไม่ดีย่อมไม่  
เกิดขึ้นกับจิต นี่เป็นวิธีป้องกันบาบที่ดีที่สุด



๙๔ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

## ๕๐. เป็นการพนันหรือไม่

### คำถาม

สวัสดีครับ

ผมขอรบกวนคุณพ่อสอนโดยผมมีคำถามจะถามดังนี้  
ครับ

๑. การซื้อสลากออมสินถือเป็นการเล่นการพนันหรือไม่  
ครับ

๒. ผมนั่งสมาธิแล้วลมหายใจค่อยๆละเอียดครับ แต่  
เหมือนมีอาการคล้ายๆลมหายใจจะดับ (เหมือนกับตัวเองจะ  
กลั้นลมหายใจครับ) ก็เลยกลับมาหายใจใหม่ครับ ผมอุปทาน  
ไปเองหรือเปล่าครับและผมต้องทำยังไงดีครับ แล้วนั่งสมาธิ  
บางทีตัวก็จะโยกไปซ้ายบ้าง ขวาบ้างครับ ควรทำยังไงต่อดี  
ครับ กระผมทำโดยตามรู้ครับ กระผมทำถูกไหมครับ

๓. เวลาสวดมนต์หรือนั่งสมาธิเสร็จ นอกจากผมจะ  
แผ่บุญกุศลให้สรรพสิ่งแล้ว กระผมแผ่ส่วนกุศลให้กับเทวดา  
ประจำตัวของกระผม รวมถึงเทวดาประจำตัวของเพื่อนฝูง  
ญาติพี่น้องและผู้มีพระคุณทั้งหลายได้ไหมครับ

๔. ผมควรจะแก้กรรมอย่างไรดีครับ (ปัจจุบันมีโรค  
ประจำตัวอยู่ครับ)

สุดท้ายนี้ข้าพเจ้าขอกราบขอบพระคุณคุณพ่อมากครับ

### คำตอบ

(๑). ซื้อสลากออมสิน โดยมีเจตนาออมเงินไว้ใช้ในยาม



จำเป็น ไม่ถือว่าเป็นบาป แต่หากซื้อสลากออมสิน ด้วยมีเจตนา  
ถูกรางวัลได้เงินตอบกลับคืนมา ถือว่าเป็นการพนันได้

(๒). นั่งสมาธิ แล้วระลึกได้ในลมหายใจที่แผ่วเบาลง  
ผู้รู้ใช้จิตที่ตั้งมั่นเป็นสมาธิ ตามดูลมหายใจไปเรื่อยๆ เมื่อใดที่  
ลมหายใจไม่มี (ดับ) แสดงว่า ลมหายใจเข้าสู่อนัตตาตามกฎ  
ไตรลักษณ์ แล้วปัญญาเห็นแจ้งในลมหายใจจะเกิดขึ้น ฉะนั้นจง  
ตามดูลมหายใจไปจนกว่าจะถึงความสิ้นสุด แต่ผู้รู้ไม่จริงกลัวตาย  
จึงกลับมาเอาลมหายใจเข้าสู่ร่างกาย ซึ่งเป็นการปฏิบัติธรรมที่  
ผิดทาง เช่นเดียวกันหากมีอาการตัวโยก ต้องกำหนดว่า “โยก  
หนอ ๆๆๆ” ไปเรื่อยๆจนกว่าอาการตัวโยกจะยุติ (ดับ) แล้วจึง  
ดึงจิตกลับมาสู่องค์บริกรรมเดิม ที่ใช้ในการพัฒนาจิต

(๓). ผู้ใดมีบุญอยู่ในใจ ปรารถนาแผ่บุญให้ใครยอม  
ทำได้

(๔). วิธีบริหารหนี้เวรกรรม ทำได้ดังนี้

๑. เมื่อหนี้เวรกรรมตามทัน (โรคประจำตัว) ต้อง  
ยอมรับความจริงว่า เคยประพฤติเบียดเบียนผู้อื่นมาก่อน และ  
ต้องชดใช้หนี้เวรกรรมไปเรื่อยๆ จนกว่าจะหมดสิ้น

๒. ทำบุญใหญ่ (ปฏิบัติธรรม) แล้วอุทิศ  
บุญใหญ่ชดใช้หนี้กรรม

๓. ทำความดีทุกขณะตื่น เพื่อหนี้หนี้  
เวรกรรมที่ยังไม่เกิด มิให้ตามทัน

๔. หนี้เข้านิพพาน







๙๖ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

## ๔๑. ไม่สามารถกำจัดมาร

### คำถาม

เรียน อาจารย์ ดร.สนอง

หนูขอเรียนปรึกษาอาจารย์เกี่ยวกับอาการที่เกิดขึ้นจากการนั่งสมาธิและเดินจงกรมค่ะ คือ หนูเริ่มปฏิบัติได้ประมาณ ๑ สัปดาห์หลังจากที่ก่อนหน้านี้เคยปฏิบัติในแนวพอง-ยุบ กับคุณแม่สิริมาาก่อนเมื่อประมาณ ๒-๓ ปีที่แล้ว ซึ่งหนูมีอาการเวียนศีรษะ เหมือนอยู่ในเรือหลังปฏิบัติ เป็นมา ๕-๖ วันแล้วค่ะ ทำให้ต้องเลิกนั่งสมาธิและเดินจงกรมในช่วงนี้แล้วหันมาใช้วิธีดูจิตกับดูกายแทน แต่อาการเวียนศีรษะกับอาการอึดอัด ก็ยังไม่หายไป จึงอยากเรียนปรึกษาอาจารย์ เกี่ยวกับวิธีการที่จะทำให้อาการที่เป็นอยู่ ทุเลาเบาคลายลงไปค่ะ และหนูควรปฏิบัติในแนวใดดีค่ะ จึงจะเหมาะกับหนูค่ะ

กราบขอบพระคุณอาจารย์ค่ะ

### คำตอบ

ทั้งสองแนวทางที่ผู้ถามปัญหานำมาใช้พัฒนาจิตนั้น ดีอยู่แล้ว เพียงแต่ไม่สามารถกำจัดมาร (เวียนศีรษะ, อึดอัด) ให้หมดไปจากใจได้ จึงทำให้การปฏิบัติธรรมไม่ก้าวหน้า ผู้รู้และมีประสบการณ์ตรงให้กำหนดว่า “เวียนศีรษะหนอ ๆ ๆ ๆ” จนกว่าอาการเวียนศีรษะจะดับไป เมื่อรู้สึกอึดอัด ให้กำหนด



ว่า “อึดอัดหนอ ๆๆๆ” ไปเรื่อยๆจนกว่าอาการอึดอัดจะดับไป แล้วตั้งจิตกลับมาสู่องค์ภาวนาเดิม ผู้ใดทำตามโดยไม่สงสัย คือไม่ประพฤติน้ำชาสั้นถ้วย และเอาความเพียร เอาสัจจะมาเป็นแรงสนับสนุนได้แล้ว ปัญหาตั้งกล่าวจึงจะหมดไปได้

## ๔๒. กิ่งนั่งกิ่งนอน

### คำถาม

ผมยังมีข้อสงสัยในคำตอบของอาจารย์ครับ

๑. ผมมีปัญหาความสงสัยในการนั่งสมาธิครับ ผมนั่งสมาธิแล้ว ลำตัวผมจะเอนลงเรื่อยๆ จนต้องนอนลงกับพื้นเคยฝืน อดทน ให้ลำตัวเอนลง แล้วจับจิตที่แผ่นหลังว่าเกิดอะไร ก็รู้สึกกำลังเกร็งไม่มาก และเฝ้าดูต่อไป ลำตัวก็ค้างลอยๆ กิ่งนั่งนอน เหมือนจะนอนแต่ไม่นอนลงไป เพราะ ลำตัวล้อยอยู่ จนสักพักก็นอนลง ผมก็ไม่แน่ใจว่า ควรจะกำหนดจิตในท่านั่งขัดสมาธิต่อ หรือ จะนอนท่าศพ เหมือนโยคะ แล้วจับลมหายใจดีครับ ?

### คำตอบ

(๑). ขณะตัวเอนลง ให้กำหนดว่า “เอนหนอๆๆๆ” ไปเรื่อยๆ จนกว่าอาการเอนลงของร่างกายดับไป แล้วตั้งจิตกลับมาสู่องค์ปริกรรมเดิมที่ใช้อยู่



๙๘ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

## ๔๓. ลำบากมาก

### คำถาม

๑. อาจารย์ครับ ผมไม่เข้าใจคำว่า “ตึงจิต” และ “องค์  
บริการรรมเดิม”

..... “ตึงจิตกลับมาสู่องค์บริการรรมเดิม”.....

ผมเข้าใจดังนี้ครับ เมื่อนอนไปแล้วก็กำหนดจิต ว่า  
วิญญานของเราอยากกลับมางั้น

[ผมพยายามนั่งถึงขั้นห้า ถ้าใช้คำผิดรบกวนอาจารย์  
ช่วยแก้ไขให้ด้วยครับ]

ก็กำหนดอยากนั่งหนอ อยากนั่งหนอ เมื่อนั่งแล้วก็นั่ง  
ให้หลังตรงกำหนดที่ท้องพองยุบเหมือนเดิมใช่ไหมครับ

๒. อาจารย์ครับ ผมได้สนทนากับนักปฏิบัติบางท่าน  
ซึ่งเขาได้ผ่านการภาวนามา สิ่งที่เขาปฏิบัติ คือ ภาวนาละเอียด  
มากครับ เช่น จะทานข้าว อยากทานหนอๆ มือจับช้อนหนอๆ  
ๆๆ จึงจับช้อน ช้อนเย็นหนอๆๆ ยกแขนหนอ เขี่ยดแขน  
หนอ ..... อาหารถึงปาก รู้รสเผ็ด[เวทนา]หนอ...[สังขาร]อาจ  
ปรุงแต่งไม่ชอบหนอ แต่ฟังดูแล้วน่าจะคล้ายที่ อาจารย์เคย  
บรรยาย ครับ[อาจารย์เคยบรรยายไว้ว่าตอนอยู่กับท่านเจ้าคุณ  
โชดก เวลาจะทานข้าวคำนึง ลำบากมาก] แต่อาจารย์ไม่ได้ให้  
รายละเอียดว่าลำบากมากคืออะไร ผมเข้าใจว่าลำบากเพราะ  
ต้องฝึกอย่างที่นักปฏิบัติผู้นั้นทำครับ สิ่งที่ผมปฏิบัติก็ทำบ้างถ้า



การงานไม่ได้รับก็จะภาวนา แต่ไม่ทุกขั้นตอนเท่านั้นปฏิบัติผู้นั้น หรือบางครั้งก็แค่กำหนดรู้ว่าขณะนั้นเกิดอะไร กำลังทำอะไร เช่น เข้าปาก[ผิวภายในปากสัมผัส รับรู้สัมผัส] จะเริ่มเคี้ยว[ก็รู้ว่าเจริญญาน ออยากเริ่มเคี้ยว] ผมควรจะทำอย่างไรดีครับ จะ ได้มีแนวทางเหมือนเสอให้ยึดเป็นหลักครับ

กราบขอบพระคุณครับ

### คำตอบ

(๑). ไม่กำหนดตั้งทำนั่งสมาธิและนอนทำศพ ขณะที่ ร่างกายกำลังเอนลง ต้องกำหนดว่า “เอนหนอๆๆ” ไปเรื่อยๆ จนกว่าการเอนลงของร่างกายจะดับไป เมื่อการเอนตัวลงดับ ไป ร่างกายยังคงนั่งอยู่ในทำนั่งสมาธิเหมือนเดิม

คำว่า “ตั้งจิต” หมายถึง เอาจิตกลับมาสู่การบริการรรม ดังที่ทำอยู่ในครั้งแรก

คำว่า “องค์บริการรรมเดิม” หมายถึง กรรมฐานที่นำมา ใช้เป็นองค์ภาวนาในครั้งแรก เช่น ใช้คำภาวนาว่า “พุท-โธ” นั้น หมายถึง องค์บริการรรมเดิม

(๒). คำว่า “ลำบากมาก” หมายถึง ต้องเอาจิตจดจ่อ อยู่กับทุกอิริยาบถที่กำลังจะเกิดขึ้น ดังนั้นผู้ถามปัญหา ต้องทำ ตามครูผู้สอนกรรมฐาน ให้ได้ทุกอย่างตามที่ครูสอน ผู้ปฏิบัติ ธรรมที่ได้มรรคผลก้าวหน้า เขาไม่คิดอะไรรอื่น เพียงแต่ทำตาม ที่ครูบอกเท่านั้น



## ๔๔. ทุกข์เพราะเห็นผิด

### คำถาม

กราบเรียน อาจารย์สนองที่เคารพ

หนูได้มีโอกาสไปปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานมาเมื่ออาทิตย์ที่แล้ว จริงๆตั้งใจว่าปีนี้จะไปอยู่แล้วแต่มีทุกข์ทางใจเกิดขึ้นจากความพรัดพรากในคนที่รักอย่างกะทันหัน (จากเป็น) จึงเร่งหาเวลาไปหันทีทันใด ในขณะที่อยู่ที่นั่น ๗ คืน ๘ วัน ก็มีความสงบเกิดขึ้นบ้าง แต่การปฏิบัติไม่ได้ก้าวหน้าเหมือนคนอื่น เช่น มีอาการฟุ้ง คิด อยู่ขณะเดินจงกรมอยู่เนืองๆ ขณะนั่งสมาธิก็ไม่มีสภาวะใดเกิดขึ้นเป็นพิเศษ อาการเหน็บชาที่ขาก็มีบ้าง แต่ไม่ได้รู้สึกปวดทรมานเหมือนที่คนอื่นรู้สึก อาการใดๆที่แสดงว่าเป็นวิปัสสนาสุภากิเลส ก็ไม่เกิด หลังจากออกจากคอร์สปฏิบัติกลับมา ก็ไม่ได้รู้สึกโปร่งโล่งเบาสบายอย่างที่อาจารย์ผู้สอนบอกไว้ว่าควรจะเกิด เรียกได้ว่ากลับมาเศร้าโศกเหมือนเดิม

เหตุแห่งทุกข์นี้เกิดมาเป็นครั้งที่สองแล้วกับคนอื่นๆเดิม อาการทรมานใจยังมีอยู่ไม่ต่างจากครั้งแรก สถานการณ์ที่เกิดก็ไม่มี ความแตกต่างกันเลย ทำให้หนูมีคำถามในใจว่าหนูไปทำกรรมใดไว้กับเขามากมายขนาดไหน ความทุกข์จึงไม่เบาคลายซักที ทุกบัลลังก์ที่นั่งหนูก็อุทิศส่วนกุศลให้เขา ทุกเช้าเย็นที่สวดมนต์ขณะปฏิบัติก็แผ่เมตตาให้ด้วยความตั้งใจที่จะ อโหสิกรรมต่อกันทุกครั้ง หนูตั้งจิตอธิษฐานว่าขอให้เกิดปัญญาแก่หนูเพื่อที่หนูจะได้



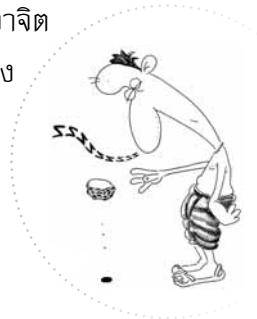
ประจักษ์เห็นการ เกิดดับของทุกสิ่ง เพื่อที่จะได้มองเห็นอนิจจัง  
ของทุกข์ครั้งนี้เช่นกัน

ทำไมหนูถึงรู้สึกที่ตัวเองเป็นพวกชอบจมอยู่กับความ  
ทุกข์แห่ง รัก น้ำตาเอ่อท่วมได้ง่ายแค่คิดถึงความรัก ลึกๆ  
เหมือนสงสาร สมเพชตัวเอง ทั้งๆที่มีชีวิตด้านอื่นๆที่ดีไม่  
น้อย ไม่ว่าจะเป็นสุขภาพ การงาน ครอบครัว พ่อแม่ พี่น้อง  
ทำอย่างไรจึงจะเป็นผู้มีจิตใจเข้มแข็งเบิกบาน หนูมีโอกาสได้  
ทำบุญเสมอในหลายรูปแบบ เมื่อมีความไม่สบายใจก็อาศัยการ  
ทำบุญเป็นทางออก

หนูควรจะต้องปฏิบัติตัวอย่างไรเพิ่มเติมเพื่อให้การพ้น  
ทุกข์ทางใจเป็นไปได้เร็วขึ้น ขอขอบพระคุณในความกรุณาของ  
อาจารย์เป็นอย่างสูงค่ะ

### คำตอบ

หากผู้ถามปัญหาประสงค์ทำให้ปัญหาหมดไป ควรนำ  
ตัวเองไปพิจารณาอสุภะ (Life Museum) ที่วัดพระบาทน้ำพุ  
จังหวัดลพบุรี แล้วจะรู้ว่าตัวเองเห็นผิด ที่เอาจิต  
ไปผูกติดเป็นทาสอยู่กับสิ่งที่ตาเห็นว่างาม ซึ่ง  
ไม่มีอยู่จริงแท้ พิจารณาดูซากศพที่ห้อยแสดง  
ไว้ จนเกิดเป็นความเห็นถูกตามธรรมขั้นแล้ว  
ผู้ถามปัญหา ย่อมตาแจ้ง เห็นความทุกข์ใจที่  
เกิดขึ้น เป็นเพราะเราเียงเอง ... ขออภัยพูดตรง





๑๐๒ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

## ๔๕. ปฏิบัติธรรมให้ถูกทาง

### คำถาม

กราบเรียนพระอาจารย์

(ขออนุญาตเรียกพระอาจารย์นะค่ะเพราะหนูถือว่าท่านเป็นผู้สอนหนูให้รู้ถึงธรรมะ) หนูได้มีโอกาสไปเข้าร่วมกิจกรรมแสดง ธรรม ครั้งที่ ๑๗ ณ หอประชุม ธรรมศาสตร์ หลังจากกลับมาก็รู้สึกว่าตนมีสติขึ้นมา มาก จากที่คือทำอะไรแล้วก็ยึดติดไปกับทุกสิ่งทุกอย่าง แต่เดี๋ยวนี้หนูปล่อยวางขึ้นเยอะ และหนูก็เคยคิดเล่นๆถ้าวันหนึ่งหนูนั่งสมาธิ กำหนดจิต แล้วหนูจะมีโอกาสได้เจอกับท่านทางจิตหรือไม่ค่ะ มันทำได้จริงหรือไม่ แล้วท่านมีสิ่งใดพอที่จะแนะนำหนูได้บ้างค่ะ

กราบขอบพระคุณ

### คำตอบ

การปฏิบัติธรรมที่ถูกทางคือ ปฏิบัติสมถภาวนา แล้วจิตต้องตั้งมั่นเป็นสมาธิ ปฏิบัติวิปัสสนา แล้วจิตต้องเกิดปัญญาเห็นแจ้ง ผู้มีปัญญาเห็นแจ้ง เห็นสรรพสิ่งเกิดแล้วดับ สรรพสิ่งจึงไม่ใช่ตัวตน แท้จริง หรือคือไม่มีอยู่จริง จิตปล่อยวาง สรรพสิ่ง จิตเป็นอิสระจากสรรพสิ่ง อย่างนี้จึงจะเรียกได้ว่า ปฏิบัติธรรมถูกทาง





## ๔๖. ผู้ไม่หวังเกิดอีก

### คำถาม

กราบสวัสดีท่านอาจารย์ค่ะ

๑. ใจของหนูไม่หวังเกิดอีกแล้วถ้ามีบารมีพอที่จะปฏิบัติให้ถึง เพราะหนูเห็นทุกข์ของการเวียนว่ายตายเกิดแล้ว การผูกพันในคน ในพ่อ แม่ พี่น้อง สามี ลูก มีแต่ห่วง แต่หนูโชคดีที่เกิดมาเป็นเด็ก กำพร้า พ่อ แม่ บุญธรรมนำมาเลี้ยง ชีวิตที่ผ่านมาหนักไปในทางทุกข์ ช่วง อายุ ๓๐ ได้ฝึกปฏิบัติกรรมฐานและศึกษารธรรม ปีที่ผ่านมาได้นั่งกรรมฐานนั่งสมาธิผ่านไปสักครู เห็นถึงข้อที่ทำให้เราต้องผูกพัน คือศีลข้อ ๓ ระหว่างหญิงและชาย ผ่านไปเห็นถึงการปฏิสนธิเด็กที่กำลังเกิดเป็นเหมือนตัวลูกอ๊อด ผ่านไปอีกหน่อย เห็นการแก่ และตายจากนั่งพยายามพิจารณาในสมาธิ ไม่สามารถหยุดการร้องไห้ได้ ร้องแบบสะอึกสะอื้น มากๆ อยากถามท่านอาจารย์ว่าสิ่งที่หนูเห็น และได้รับรู้นั้น มันเป็นการปฏิบัติที่ถูกต้องทางเปล่าค่ะ

๒. การทำอานาปานสติไปสักครูในเกิดความสงบแล้วค่อยๆ ภาวนา พุชโธ นี้ถูกต้องใช่ไหมค่ะ เคยไปปฏิบัติวัดอัมพวันมา จะไม่ถนัด หยิบหน่อ พองหน่อ แต่จะชอบเดินจงกรมมากค่ะ ช่วยแนะนำหนูด้วยค่ะ

๓. แล้วถ้าเรารู้คู่ของเราอยู่ในสถานะเป็นพระปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ทำให้เราดวงตาเห็นธรรม แต่เราไม่มีจิตใจที่จะทำให้





๑๐๔ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

ท่านไม่ได้สร้างบารมีต่อ เพราะชาตินี้เราไม่หวังเกิดและผูกพันกับใครอีกแล้ว ต่างคนปฏิบัติมรรคผลนิพพานได้หรือเปล่า แล้วทำอย่างไรถึงจะก้าวผ่านไปได้คะ

๔. ปกติจะชอบไปไหนมาไหนคนเดียว หรือทำบุญกับเพื่อนที่ปฏิบัติด้วยกัน แต่รู้สึกเสียใจมากเมื่อไม่กี่วันมานี้ ปกติจะไปทำบุญด้วยกันในกลุ่ม มีบ้างที่ที่เราไปแล้วเราก็กินแล้วให้เค้าฟัง มีบ้างที่ที่เราชวนแล้วไม่มีใครไปเพราะไม่ยอมไป แต่เวลาเค้าชวนเราไป เราไม่ยอมไปแต่ต้องไป เพราะเราไม่ยอมขาดเค้า เพราะถ้าเราไม่ไปเค้าก็จะไม่ได้ไปสร้างบารมีบ้าง ที่เราชวนเค้าด้วยคำพูดแบบไม่ได้คิดว่าจะยึดเหนี่ยวให้เค้า เราพูดว่าเธอไปสิ ดินะ ดินะ แล้วเราก็กินแล้วให้เค้าฟัง แต่เค้ากลับบอกเราว่าบ้างที่เราพูดเหมือน บังคับจัง เค้าก็ยกตัวอย่างว่า เพื่อนเคยพูดว่าของดีจริงไม่ต้องโฆษณาหรอก เค้าบอกว่าถ้าอยากไปพูดแล้วไปเอง หนูรู้สึกที่หนูไม่ได้ตั้งใจที่จะพูดแบบซ้ำกันแค่เค้าให้ฟังไม่ได้รู้สึกที่เค้าต้องไป แต่ถ้าไปด้วยกันก็ดีจะทำบุญด้วยกันพูดเพราะกำลังเบิกบานในบุญที่ไปทำมา

รบกวนถามอาจารย์คะ ถ้าเป็นแบบนี้ทำอย่างไรเพื่อนสนิทมากปฏิบัติธรรมดี ปฏิบัติธรรมชอบ แล้วควรขอโทษกรรมให้เค้าเปล่าคะ เพราะเค้าไม่รู้ว่าเราเสียใจมากแล้วร้องไห้ การที่ทำให้คนจิตใจกำลังเบิกบานในบุญมา เค้าจะบาปหรือเปล่าคะ รบกวนด้วยคะ



## คำตอบ

(๑). สิ่งที่อยู่ตามได้เห็นและได้รับรู้ นั่นคือสิ่งที่ผูกมัดใจสัตว์ไม่ให้พ้นจากกามภพ ซึ่งยังต้องเสวยความทุกข์ที่เกิดจากกาม ผู้ใดปรารถนานำพาชีวิตให้พ้นไปจากความทุกข์ ต้องไม่เอาจิตเข้าไปเป็นทาสของสิ่งที่เห็น ตรงกันข้าม ต้องพัฒนาจิต (วิปัสสนาภาวนา) จนเกิดปัญญาเห็นแจ้ง แล้วใช้ปัญญาเห็นแจ้งกำจัดสังโยชน์สามตัวแรก (สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส) ให้หมดไปจากใจได้เมื่อใดแล้ว จึงจะถือได้ว่าปฏิบัติธรรมถูกต้อง

(๒). การพัฒนาจิต (สมถภาวนา) ให้ตั้งมั่นเป็นสมาธิ ด้วยการกำหนดลมหายใจเข้าว่า “พุท” กำหนดลมหายใจออกว่า “โธ” เรียกการปฏิบัติเช่นนี้ อานาปานัสสติ หรือนิยมเขียนว่า อานาปานสติ การปฏิบัติสมถภาวนาให้จิตตั้งมั่นได้เร็วและยาวนาน ต้องเลือกบทกรรมฐานที่เหมาะสมกับจริตของผู้ปฏิบัติ

(๓). ผู้ใดปฏิบัติธรรมจนสามารถกำจัดสังโยชน์ห้า (สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส กามราคะ และภวัชชะ) ได้แล้ว ผู้นั้นย่อมมีจิตเป็นอิสระจากใครผู้ใด ตรงกันข้าม มีจิตมุ่งตรงสู่ความพ้นไปจากทุกข์ทั้งปวง ฉะนั้นผู้ปรารถนานำพาชีวิตไปในแนวทางนี้ ต้องพัฒนาปัญญาเห็นแจ้งให้เกิดขึ้น แล้วใช้ปัญญาเห็นแจ้งกำจัดสังโยชน์ทั้งสิบตัวให้หมดไปจากใจ โดยมีอิทธิบาท ๔ เป็นเครื่องสนับสนุน

(๔). ปัญหานี้แก้ไขได้ โดยพัฒนาตัวเองให้มีศีล มีธรรม คมครองใจ คนที่เข้ามาใกล้และสนทนาด้วยย่อมเกิดศรัทธา เมื่อ



๑๐๖ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

ความศรัทธาเกิดขึ้นแล้ว และเขาเปิดทางให้เราชวนเขาไปทำบุญด้วย เมื่อนั้นเราจึงมีสิทธิ์ชักชวนเขาไปทำบุญโดยไม่ต้องพูดซ้ำเมื่อชวนแล้ว เขาจะไปหรือไม่ไป เป็นสิทธิ์ของเขา ผู้รู้จริงไม่เข้าชี้ หรือบังคับใจให้เขาต้องไปด้วย ผู้ใดไม่สบายใจถือว่าผู้นั้นมีบาปเกิดขึ้น เช่นเดียวกัน ผู้ใดเอาจิตไปคิดในเรื่องของคนอื่นแล้วทำให้ตัวเองไม่สบายใจ ผู้นั้นมีบาปเกิดขึ้น

## ๔๗. สิวบนใบหน้า

### คำถาม

กราบเรียน อาจารย์ ดร. สนอง ครับ

ผมมีคำถามเกี่ยวกับโรคจริตที่แก้ไม่หายครับ เดิมผมเป็นคนหน้าตาพอใช้ได้ ผู้ใหญ่เห็นมักเมตตา เพศตรงข้ามก็พอมีมาสนใจครับ แต่มาวันหนึ่ง โรคสิวบนใบหน้าก็เกิดขึ้นจนถึงปัจจุบัน เรื้อรังมา ๔ ปีแล้วครับ แรก ๆ ก็รักษาโดยไปหาหมอ แต่ผมว่ามันเรื้อรังมานาน จนคิดว่าอาจเป็นโรคเวรโรคกรรมก็ได้ ผมพอจะทราบวิธีหนึ่งคือปลงให้ได้จึงหันมาสนใจธรรมะ แต่จิตยังทุกขอยู่เหลือเกิน บางวันจิตไปยึดจนนั่งสมาธิไม่ได้ ผมจึงขอความกรุณาอาจารย์ช่วยหาหนทางที่ถูกต้องและถูกต้องให้อาการทุเลาหรือหายขาดได้ก็จะขอบพระคุณอย่างสูงครับ





ผมเองยังไม่ทราบด้วยตนเองจริง ๆ ว่าสวรรค์นั้นมีจริงหรือไม่ หากมีจริงผมขอบุญที่ทำมาในอดีต ปัจจุบัน และที่จะทำในอนาคตช่วยส่งผมไปให้ได้พบกับอาจารย์สักครั้งจะบนโลกมนุษย์หรือสวรรค์ก็ตาม และหากวันนั้นราคจริตของผมยังไม่หมดไป ขอให้ได้ฟังธรรมจากอาจารย์จนจิตไม่ยึดกับรูปอย่างนี้ด้วยเทอญ สาธุ

ขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงยิ่งครับ

### คำตอบ

วิธีแก้ปัญหาดังกล่าวได้อย่างถูกต้องที่สุด คือ ปฏิบัติธรรม (วิปัสสนาภาวนา) จนเกิดปัญญาเห็นแจ้ง แล้วใช้ปัญญาเห็นแจ้งพิจารณาขั้น ๕ (รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ) จนเห็นว่า เป็นไปตามกฎไตรลักษณ์จริง เมื่อขั้น ๕ ดับ ร่างกายไม่มีตัวตนไม่มี ไบหน้าของตัวก็ไม่มี เมื่อหน้าของตนไม่มีอยู่จริง ลีวนไบหน้า ย่อมไม่มีตามไปด้วย ผู้ใดเห็นแจ้งเช่นนี้ ปัญหาเรื่องสิ่วขึ้นที่ไบหน้า ย่อมไม่เข้ามาทวนใจ คือ หายขาดอย่างสิ้นเชิง

ผู้ใดปรารถนาเห็นนรก ปรารถนาเห็นสวรรค์ ผู้นั้นต้องพัฒนาจิต จนตั้งมั่นเป็นสมาธิแน่นหนา (อัปนาสมาธิ) หรือเรียกว่า สมาธิระดับฌาน เมื่อถอนจิตออกจากฌาน แล้วอธิษฐานขอเห็นนรก ขอเห็นสวรรค์ ตาทิพย์ (ทิพพจักขุ) ย่อมสัมผัสกับสิ่งที่ปรารถนานั้นได้ ... พิสูจน์ไหมครับ



๑๐๘ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

และเช่นเดียวกัน ปรรณนาพบกับอาจารย์ ของตัว  
ต้องทำเหตุให้ตรง คือ เอาศีล ๕ คุมใจ และมีสังขจะคุมใจอยู่ทุก  
ขณะตื่น แล้วอธิษฐานขอพบอาจารย์ของตัวเอง เมื่อใดที่เหตุ  
ปัจจัยลงตัว ความสมปรรณนาย่อมเกิดเป็นจริงได้

## ๔๘. ขอบคิดในสิ่งไม่ดี

### คำถาม

อยากสอบถามปัญหาธรรมกับ อาจารย์ดร.สนอง วรอุไร  
ครับ

อยากสอบถามปัญหาเกี่ยวกับความคิดครับ คือผมมี  
ความทุกข์ที่เกิดจากความคิด คือผมชอบปฏิบัติธรรมไหว้พระ  
สวดมนต์ และพยายามคุมความคิดให้คิดแต่ในสิ่งที่ดี ๆ แต่  
ควบคุมไม่ค่อยได้คือ จิตชอบคิดในสิ่งที่ไม่ดีในสิ่งที่ไม่อยากคิด  
พอดคิดในสิ่งที่ไม่ดี จิตก็ไปพะวงกับความคิดที่ไม่ดีเหล่านั้นเช่น  
กลัวบาปกับความคิดนั้นทำให้ ฟุ้งซ่านไปใหญ่ กว่าจะกลับมาได้  
ก็หาวิธีแก้ตั้งนาน

อยากถามอาจารย์ว่า ถ้าเราคิดในสิ่งที่ไม่ดีซึ่งเราไม่  
อยากคิดแต่ควบคุมไม่ทันทำให้คิดเลยเถิดไป เราจะบาปกับ  
ความคิด ที่ไม่ดีเหล่านั้นมากไหม และจะมีวิธีการแก้ไขอย่างไร  
ให้คิดแต่ในสิ่งที่ดีๆ และเป็นบุญ ครับผม

ขอบคุณ อาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร มากครับ



## คำตอบ

บาปมากหรือบาปน้อย ขึ้นอยู่กับความยาวนานของความคิดไม่ดี ถ้าคิดไม่ดียาวนานมาก ก็บาปมาก วิธีแก้ไขคือ ทุกครั้งที่ความคิดไม่ดีเกิดขึ้น ต้องบริกรรมว่า “คิดหนอๆๆ” ไปเรื่อยๆจนกว่าความคิดไม่ดีจะดับไป หากผู้ถามปัญหาไม่ทำตัวเป็นน้ำชาล้นถ้วย มีสังขจะ มีความเพียร ทำตามคำชี้แนะ ความสำเร็จในการแก้ปัญหาคิดไม่ดี ย่อมเกิดขึ้น

## ๔๙. สีสัพตปรัมมาส

### คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ที่เคารพอย่างสูง

เรื่อง สีสัพตปรัมมาส เท่าที่กระผมทราบจากท่านอาจารย์ และตามบทความทั่วไป คือความยึดมั่นถือมั่นอยู่ในสิ่งศักดิ์สิทธิ์หรือศีลพรตภายนอกพระพุทธศาสนา ในเรื่องนี้กระผมมีความไม่มั่นใจในเรื่องการกราบไหว้อย่าง เช่น การเข้าร่วมพิธีไหว้ศาลหลักเมือง หรือไหว้รูปปั้นบุคคลสำคัญต่างๆ ในบ้านเมือง กระผมขอรบกวนให้ท่านอาจารย์กรุณาให้ความกระจ่างในเรื่องนี้ด้วยครับ ว่าเราไหว้อะไร ถ้าจำเป็นต้องไหว้ ต้องทำอย่างไร

กระผมขอกราบขอบพระคุณ ท่านอาจารย์ ดร.สนอง เป็นอย่างสูงครับ



## คำตอบ

สีลัพพตปรามาส เป็นกิเลสตัวหนึ่งที่ผูกมัดใจ (สังโยชน์) สัตว์บุคคล ให้เวียนตาย-เกิดในวัฏสงสาร ซึ่งอริยบุคคลสามารถ เว้นได้แล้วคือ

๑. ไม่ประพฤติดนเหมือนอย่างโค (โควัตร) คือ กินหญ้า แล้วคิดว่าเป็นทางนำพาชีวิตเข้าถึงวิมุตติธรรม

๒. ไม่ประพฤติดนเป็นเหมือนอย่างสุนัข (กุกุรวัตร) คือ กินอาหารสกปรก เสพกาม และท่องเที่ยวไปในที่ต่างๆ แล้วคิดว่าเป็นทางนำพาชีวิตเข้าถึงวิมุตติธรรม

๓. ไม่ประพฤติดน นุ่งลมห่มผ้า (ซีเปลือย) อดอาหาร มีกินบ้าง ไม่กินบ้าง แล้วคิดว่าเป็นทางนำพาชีวิตเข้าถึงวิมุตติธรรม

๔. ไม่ประพฤติกสิณภาวนา จนสามารถเข้าฌานสมาบัติ ได้เพียงอย่างเดียว แล้วคิดว่าเป็นทางนำพาชีวิตเข้าถึงวิมุตติธรรม

๕. ไม่ประพฤตีสวดมนต์ อ้อนวอนผู้มีอำนาจยิ่งใหญ่ คือ พระเจ้าผู้สร้างโลก ให้ประทานความสุขที่เป็นนิรันดร์ให้

ตรงกันข้าม ปุณฺณที่ประกอบพิธีกรรม กราบไหว้บูชา สิ่งศักดิ์สิทธิ์ เช่น รูปปั้นของบุคคล ศาลหลักเมือง ไม่เรียกว่า เป็นสีลัพพตปรามาส เพราะมิได้ปรารถนาความหลุดพ้น แต่เรียกว่าเป็นการแสดงความเคารพกราบไหว้ บูชาผู้ที่ควรบูชา ซึ่งถือว่าเป็นมงคลชีวิต (บูชา จะ บูชานิยานัง เอตังมัง คະละ มุตตะมัง)



## ๕๐. แม่แท้กับแม่บุญธรรม

### คำถาม

กราบเรียนอาจารย์สนองที่เคารพอย่างสูง  
เรียนถามค่ะ ว่าระหว่างแม่ผู้ให้กำเนิดซึ่งเลี้ยงลูกได้แค่ ๓-๔ เดือน แล้วลูกก็ต้องระหกระเหเร่ร่อนไปตามบ้านญาติและไม่มีญาติ มาประมาณ ๖-๗ ปี แล้วแม่บุญธรรมซึ่งเป็นพี่สาวของพ่อรับมาเลี้ยง สงเสียอย่างดี แต่ระหว่างที่เราเติบโตอยู่กับแม่บุญธรรม แม่แท้ๆมารบกวนบีบคั้นตลอด ซึ่งหนูเกลียดแม่ตัวเองมากๆ และไม่เคยเรียกแม่จะเรียกนำมาตลอด ตอนที่แม่แท้ๆมีหนู แก่อายุแค่ ๑๔-๑๕ ปี แม่ของหนูคนนี้เป็นผู้หญิงใจร้ายมากๆ แกมีลูกของตัวเองด้วย แต่ลูกทิ้งไม่ดูแล ไม่สงเสียสามีตาย ชีวิตขำแย่มากๆ พอหนูเห็นอย่างนั้นก็อดที่จะสงเสียไม่ได้ แบบไม่เต็มใจ แถมยังต้องสงเสียลูกของน้องชายคนละพ่ออีก ส่วนแม่บุญธรรมหนูไม่เคยต้องสงเสียหรือว่าช่วยเหลืออะไรเลย ตัวหนูเองมาทุ่มให้กับแม่แท้ๆ ตัวของแม่แท้ๆ แกทำกรรมไม่ดีเยอะมากๆ ช่วง ๔-๕ ปีมานี้ กรรมเริ่มตามสนองแล้วค่ะ ตัวเองเป็นเบาหวาน แล้วตามมาหลายๆโรค ที่สำคัญพาคนและลูกสาวตัวเองไปทำแท้ง ๓-๔ คน ส่วนตัวแก ตอนนี้เป็นมะเร็งมดลูกระยะที่สอง ตัดมดลูกและต่อมน้ำเหลืองซึ่งแผลไม่ติดน้ำเหลืองไหลเต็มท้อง หนูก็ไม่รู้จะช่วยยังไง ได้แค่แนะนำให้สวดมนต์นั่งสมาธิ ตัวแกทรมานมาก หนูพยายามจะให้กำลังใจ





๑๑๓ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

ตัวเองว่า เราทำบุญเพื่อสร้างบารมีสร้างบุญให้กับตัวเองเพื่อจะได้พาติดตัวไปชาติหน้า แม่บุญธรรมเราไม่ค่อยได้ช่วยเหลือหรือตอบแทนบุญคุณเลย เพราะตัวหนูเองอยู่เมืองนอก ส่วนแม่แท้ๆหนูส่งเงินไปทั้งรักษา กินอยู่ ส่งเด็กเรียน ๒ คน (คือลูกของน้องชายคนละพ่อ เรียนม. ๒ นอกจากส่งเสริมเรื่องเรียนแล้ว หนูให้เด็กบวชเณรตอนปิดเทอม ส่วนช่วงเรียนให้สวดมนต์นั่งสมาธิ เข้า-เย็น อีกคนน้องสาวคนละแม่เรียนพยาบาล) ส่วนตัวหนูเองไม่มีเหลือเท่าไร ไม่มีส่งให้แม่บุญธรรมเลย แต่ทำนาก็ไม่เคยเดือดร้อนเรื่องเงิน อาจจะมีหนึ่งสัปดาห์สองครั้ง

ปัญหาของหนูที่คิดมาตลอดคือ หนูเป็นคนอกตัญญู คนที่เลี้ยงเรามาเราไม่เคยตอบแทนบุญคุณ ส่วนคนที่ไม่เคยติดกับเราแต่เป็นผู้กำเนิด เราต้องมาส่งเสียช่วยเหลือ หนูคิดบางครั้งว่าทำไมเราไม่เป็นคนใจดำนะ น่าจะมองข้ามไปเหมือนคนใจร้าย แก่ถูกลูกทิ้งเพราะแกเป็นแม่ที่ใจร้ายมาก(เลี้ยงลูกด้วยมือด้วยเท้า แล้วอ้างว่า รักลูก)เป็นครอบครัวมีจรรยาที่ทั้งครอบครัว

อยากจะถามอาจารย์ค่ะ บางครั้งที่หนูส่งเสียให้แม่ผู้ให้กำเนิด ไม่ค่อยเต็มใจนัก หนูคงไม่ได้บุญใช้ไหมคะ เงินที่หมั้นถึงห้าหมื่น เงินขนาดนี้บางครั้งทำใจไม่ได้ค่ะ ตัวเองใช้ไม่ถึงห้าพันต่อเดือนเลย ท้อค่ะ แต่พอคิดบวก ว่าดีเหมือนกัน เขาอยู่เขามาเพื่อให้เราสร้างบารมี แต่จะไม่ได้บุญก็ตรงไม่ยินดีในตอนก่อนทำขณะทำ แต่พอเห็นผลเป็นยินดีหลังทำ

ขอขอบพระคุณอย่างสูงค่ะ



## คำตอบ

แม่ผู้ให้กำเนิดชีวิต แม้จะไม่ได้เลี้ยงดูลูกก็ถือว่าเป็นผู้มีคุณ ให้เราได้รับนามมาใช้สร้างบุญสร้างบารมี การดูแลแม่ผู้ให้กำเนิดด้วยการสงเคราะห์ให้ใช้ ถือว่าเป็นความกตัญญูกตเวทียอย่างหนึ่งที่ลูกสามารถทำได้ แต่ก่อนที่จะสงเคราะห์ ต้องมีศรัทธาว่าแม่เป็นผู้มีบุญคุณให้ชีวิตแก่เรา ขณะสงเคราะห์ต้องส่งให้ด้วยความตั้งใจ และเมื่อสงเคราะห์แม่แล้วมีความสุขสบายใจ ถ้าทำได้อย่างที่กล่าวมานี้ถือได้ว่า ผู้ถามปัญหาได้สร้างและสั่งสมบุญเต็มร้อยให้กับตัวเองแล้ว

ส่วนแม่ที่อุปการเลี้ยงดูเรามาจนเติบโตใหญ่ หากลูกเลี้ยงหวังความเจริญในชีวิต ต้องประพฤติตอบแทนคุณแม่เลี้ยง ด้วยการทำตัวเป็นคนดี มีศีล มีธรรมค้ำครองใจ ทำให้ท่านสบายใจ ด้วยทำตัวให้มีชีวิตมั่นคง ก็ถือได้ว่าเป็นการตอบแทนอุปการคุณท่านแล้ว

เรื่องวิบากกรรมของแม่ผู้ให้กำเนิด ท่านเป็นครูสอนลูกไม่ให้ทำอย่างท่าน แล้วเราจะไม่วิบัติเช่นท่าน ฉะนั้นจงดูเรื่องนี้ให้ออก ช่วยเหลือเท่าที่สามารถช่วยได้ เรื่องใดช่วยไม่ได้ต้องปล่อยวาง โดยถือว่าเป็นผลของอกุศลกรรมที่ท่านทำของท่านเอง ผู้รู้ในพุทธศาสนา ประพฤติเช่นนี้





## ๕๑. ณ ปาวาลเจดีย์

### คำถาม

กราบสวัสดีครับครูสอน

ผมได้อ่านคำตอบชี้แนะของครูที่มีคำถามหาศาลต่อการปฏิบัติธรรมของผม ผมยังมีความสงสัยต่อไปว่า

๑. “การย่างก้าวของเท้า หากผู้ถามปัญหาเอาจิตไปจดจ่ออยู่กับการก้าวเดิน หรือมีจิตจดจ่ออยู่กับอิริยาบถย่อยอื่นใด ถือได้ว่าเป็นการเจริญสติ” ครูสอนหมายถึงหากผมจะเดินด้วยจังหวะปกติ แต่ใจผมจดจ่อกับบทสวดระหว่างเดิน ผมก็สามารถเจริญสติทำสมาธิได้ใช่ไหมครับโดยที่ผมไม่ได้กำหนดอิริยาบถในการเดินเลย ถือเป็นการเจริญสติหรือไม่ครับ ผมไม่เคยเดินจงกรมเป็นจริงเป็นจัง ผมชอบเดินจังหวะปกติมากกว่า ผมเป็นคนชอบเดินมากๆ เดินได้นานๆ เดินวนไปมาในที่แคบๆ ได้ หรือแม้กระทั่งเดินวนเป็นวงกลมปิด ผมชอบเดินเมื่อผมจะใช้ความคิด ผมผิดพลาดจากคนอื่นไหมครับ

๒. เพราะหลังจากภาวระการงานเสร็จสิ้นลง ผมจะใช้เวลาริ่งมากแม้กระทั่งว่ายน้ำ ประมาณ ๑ ชั่วโมง โดยเฉพาะวิ่ง ผมวิ่งเป็น ๑๐ กิโลเมตร ผมจึงสามารถท่องบทสวดฯ ได้หลายจบ ผมเป็นคนชอบออกกำลังกาย โดยหากผมไม่ไหลต फिल् เสียสมาธิฟังในมือถือขณะออกกำลังกาย ผมก็จะท่องบทสวดระหว่างกิจกรรมดังกล่าวด้วย เป็นการทำสมาธิอย่างหนึ่งได้ใช่ไหมครับ



๓. ผมได้ฟังและอ่านเรื่องอาณนทั พุทธอนุชา มีตอนหนึ่ง  
กล่าวว่า พระพุทธเจ้าตัดสินพระทัยว่าจะปรินิพพานที่ป่าवाल  
เจตีย์ เมืองไพสาลี กล่าวกับพระอาณนทัว่า “หากบุคคลใดได้เจริญ  
อิทธิบาท ๔ ประการ และบุคคลนั้นมีความสามารถให้มีอายุยืน  
ได้ถึง ๑ กัปป์หรือมากกว่านั้น ก็จะมีชีวิตยืนยาวได้สมปรารถนา”  
และมีอีกครึ่งหนึ่งที่พระองค์ทรงอาพาธหนัก หลังฉันอาหารที่  
นายจุนทะมาถวาย พระองค์ตรัสว่าได้ใช้อิทธิบาท ๔ จึงสามารถ  
ประทั่งอาการอาพาธได้ ผมอยากทราบว่ ความหมายเป็นเช่นไร  
ครึบ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา เกี่ยวข้องอย่างไรกับเหตุการณ์  
ทั้งสองอย่างนี้ครึบ หากใช้เป็นเรื่องการทำงานผมยังพอเข้าใจได้  
มากกว่าครึบ ทำไมพระพุทธเจ้าใช้อิทธิบาท ๔ จึงมีผลต่อการ  
กำหนดชีวิตยืนยาวและการอาพาธได้ครึบ

๔. ผมสงสัยคำ ๒ คำ คือ กิเลสกับตัณหาครึบ ๒ คำ  
นี้มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกันอย่างไรครึบ เห็นคนชอบพูดติด  
กันว่ากิเลสตัณหา ในบทสวดพระธัมมจักร ผมท่องใจความแปล  
มาได้ว่ ตัณหาเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ แล้ว ทำไมพระพุทธองค์ไม่  
กล่าวถึงกิเลสในสมุทัยครึบ

ป.ล. ผมจะเจริญรอยตามครูสอนองครึบ ผมคิดเช่นครู  
สอนว่ การเดินไม่กวาดตามองสิ่งภายนอกอื่นมากกว่าการเดิน  
ตามรอยทางเพื่อไปสู่จุดหมายเป็นการทำจิตใจให้มีสมาธิไม่ปรุง  
แต่่ง ผมใช้วิธีนี้ เพื่อลดละการปรุงแต่่งโดยตา จนมีวันหนึ่งผม  
หยิบเหรียญ ๑๐ บาทเพื่อไปจ่ายค่าว่า่ยน้ำ (ถัดจากวันที่สี่ของ



๑๑๖ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

ที่สระน้ำนะครับ) แต่เพราะผมเตรียมแบกอาหารเม็ดสุนัขแมว ไปเลี้ยงที่สระ และกระตักน้ำพร้อมอุปกรณ์ว่ายนํ้าออกจากรถ จนผมไม่ทราบจะทำเหรียญตกตอนไหน ใจคิดว่าตกในรถ เลยไม่สนใจไปหยิบเหรียญใหม่มา ผ่านไป ๑ วัน ๑ คืน เต็มๆ เป็นเพราะผมเดินก้มหน้ามองแต่พื้นนี้แหละครับ ผมเจอเหรียญของผมตกที่ๆผมจอดรถไว้เมื่อวาน หลังจากว่ายนํ้าเสร็จแล้ว ผมแปลกใจและดีใจนึกขึ้นได้ว่าเป็นเหรียญเราแน่ๆ ที่ทำตกไว้เมื่อเย็นวาน ทั้งๆที่ๆตรงนั้นทหารและคนทั่วไปเดินผ่านไปมา ขวักไขว่ แต่เหรียญไม่หายไป ผมขณลुकนิตหนึ่งเมื่อนึกขึ้นได้ และนี่คืออานิสงส์ของการเดินก้มหน้ามองพื้นหรือไม่ครับ ผมยังติดใจกับตัวเองไม่หายทำไมผมถึงต้องชอบเดินก้มหน้ามองพื้นหนอ

กราบขอบพระคุณคุณครูในความกรุณาธรรมทาน  
เสมอมาต่อผมนะครับ

## คำตอบ

(๑). ผู้ใดก้าวเดินตามปรกติ แล้วเอาจิตไปจดจ่ออยู่กับบทมนต์ที่สวด ถือว่าเป็นการเจริญสติได้ ผู้ถามปัญหาเป็นคนชอบเดิน เมื่อใดที่เดินแล้วทำให้จิตเป็นสมาธิ สามารถนำกำลังสมาธิไปใช้เป็นฐานให้เกิดปัญญา (ความคิด) ได้

คำว่า “ผิดปรกติ” หมายถึง ไม่เหมือนเดิม หรือไม่เหมือนที่เคยเป็น ถ้าผู้ถามปัญหาเป็นคนชอบเดินแล้วคิด ก็ไม่ถือว่าผิดปรกติ แต่หากนำไปเปรียบเทียบกับคนอื่นที่ไม่มีพฤติกรรมเช่นนี้ ถือว่าผิดปรกติไปจากคนอื่นได้



(๒). อิริยาบถใด เมื่อนำมาใช้บริกรรมแล้ว ทำให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิได้ การนำเอาอิริยาบถนั้นมาใช้ฝึกสมาธิ ถือว่าไม่ผิด

(๓). พระพุทธโคดม เป็นผู้มีอินทรีย์พลังกล้าแข็ง เมื่อนำเอาอิริยาบถ ๔ มาปฏิบัติด้วยใจที่เข้มแข็งแล้ว ย่อมสามารถทนต่อการอาพาธได้ แต่พระพุทธะรับปากกับมารว่าจะนิพพาน จึงต้องเสด็จดับขันธปรินิพพานไป เมื่อมีอายุขัยได้ ๘๐ ปี ทั่วทั้งที่สามารถตั้งปรารถนาให้มีอายุยืนยาวถึงหนึ่งกัปได้ ก็มีได้ทำเช่นนั้น ด้วยรักษาสังขจะยังชีวิต

(๔). คำว่า “กิเลส” หมายถึง สิ่งที่ทำให้ใจเศร้าหมอง เช่น ความโลภ ความโกรธ ความหลง ฯลฯ เมื่อเกิดขึ้นกับใจของผู้ใดแล้ว ย่อมทำให้ใจขุ่นมัวเศร้าหมอง ซ้ำร้ายหากกิเลสทั้งสามตัวดังกล่าว เข้ามามีอำนาจเหนือใจ ตายแล้วจิตวิญญาณมีโอกาสดูกพลังของกิเลสทั้งสามนั้น ผลักดันให้ไปเกิดเป็นสัตว์อยู่ในอบายภูมิได้

ส่วนคำว่า “ตัณหา” หมายถึง ความอยาก หรือความไม่อยาก เมื่อเกิดขึ้นกับใจของใครผู้ใดแล้ว ผู้นั้นย่อมมีจิตขุ่นมัวเศร้าหมอง ปฏิบัติธรรมแล้วไม่สามารถเข้าถึงธรรมที่ปฏิบัติได้ ดังนั้นตัณหาจึงเป็นกิเลสชนิดหนึ่งด้วยเช่นกัน ปุถุชนนิยมพูดสองคำนี้ติดกันว่า กิเลสตัณหา ซึ่งหมายถึงตัณหาเป็นกิเลสนั่นเอง





๑๑๘ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

อนึ่ง พระพุทธะตรัสไว้ในเรื่องของปัจจุสมุปบาทว่า ทุกข์ทั้งหลายอันได้แก่ ทุกข์ประจำคือ บุคคลมีการเกิดเป็นทุกข์ มีการแก่เป็นทุกข์ มีการตายเป็นทุกข์ และได้ตรัสถึงทุกข์จร คือ ความโศก ความคร่ำครวญปนเพื่อ ความคับแค้นใจ ความสิ้นหวัง ฯลฯ เหล่านี้เป็นทุกข์จรที่เกิดขึ้นกับใจ โดยสรุปแล้วกล่าวได้ว่า บุคคลมีทุกข์ทางกายและมีทุกข์ทางใจ เกิดขึ้นด้วยความไม่รู้จริง (อวิชชา) เป็นต้นเหตุ ฉะนั้นผู้ถามปัญหา ฟังนำเอาปัจจุสมุปบาท มาพิจารณาให้ถ่องแท้ แล้วจะทราบด้วยตัวเองว่า ทำไมพระพุทธองค์จึงไม่กล่าวถึงกิเลสในสมุทัย

การพบเหรียญ ๑๐ บาท ที่ทำตกหล่นไว้ เป็นอานิสงส์ที่เกิดจากศีล ๕ โดยเฉพาะศีลข้อ ๒ ที่ผู้ถามปัญหายังรักษาไว้ได้ ร่วมกับอานิสงส์ที่เกิดจากจิตมีสติ

## ๕๒. อินทรีย์ยังอ่อน

### คำถาม

สวัสดิ์คะท่านอาจารย์

ดิฉันได้มีความสนใจในเรื่องการปฏิบัติตน เพื่อให้พ้นทุกข์และมีความสุขในปัจจุบัน และวันหนึ่งดิฉันได้ฟังเสียงธรรมของหลวงปู่ชา ท่านกล่าวว่าคำว่า “อินทรีย์มันยังอ่อนก็พยายามปฏิบัติกันไป” คำว่าอินทรีย์อ่อนนี้หมายถึงอะไรคะ หมายถึง



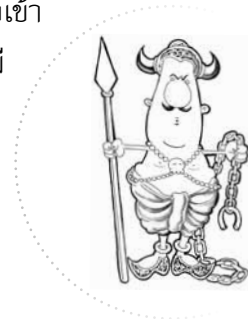
รวมถึงทั้งร่างกายและจิตใจ ของบุคคลนั้นทนต่อสิ่งเร้าต่าง ๆ ไม่ค่อยได้ต้องตกเป็นทาสมัน ดิฉันเข้าใจถูกหรือไม่ เปิดอ่านในหนังสือก็ไม่เข้าใจเพราะบางที่ก็กล่าวถึงอินทรี ๕ พละ ๕ เป็นเรื่องเดียวกันหรือไม่คะ

ขอขอบพระคุณท่านล่วงหน้า ที่จะช่วยไขข้อข้องใจให้กับผู้ที่เบาปัญญาในเรื่องนี้

### คำตอบ

คำว่า “อินทรี” หมายถึง สภาพเป็นใหญ่ในการทำหน้าที่ เช่น หูเป็นใหญ่ในการได้ยิน ตาเป็นใหญ่ในการเห็น จมูกเป็นใหญ่ในการสัมผัสกลิ่น ฯลฯ ซึ่งตามนี้ก็กล่าวนี้หมายถึงอายตนะภายในหกอย่าง (หู ตา จมูก ลิ้น กาย ใจ)

อินทรี ๕ และพละ ๕ มีความหมายเป็นอย่างเดียวกัน คำว่า “พละ” หมายถึง กำลังที่ทำให้ใจเกิดเป็นความเข้มแข็งมั่นคง ซึ่งธรรมที่เป็นฝ่ายตรงกันข้ามจะครอบงำไม่ได้ เช่น ความไม่เชื่อ ความขี้เกียจ ความประมาท ความฟุ้งซ่าน และความหลงมกมาย ไม่สามารถครอบงำ หรือเข้ามามีอำนาจเหนือใจของผู้มีศรัทธา มีวิริยะ มีสติ มีสมาธิ มีปัญญา (เห็นถูกตามธรรม) กล้าแข็งได้ ฉะนั้นที่หลวงปู่ชาพูดว่า อินทรี ๕ ยั่งอ่อน นั้นหมายถึง พละ ๕ อ่อนนั่นเอง







## ๕๓. ควรแก้ไขอย่างไร

### คำถาม

เรียน ดร.สนอง วรอุไร

โปรดชี้ทางสว่างให้แก่ชีวิตด้วยค่ะ ทุกวันนี้หนูได้รักาศิล ๕ และพยายามรักษา กาย วาจา ใจ ไม่ให้ทำร้ายผู้ใด พร้อมทั้ง รับใช้พระครูบารูปรหนึ่ง ฝากตัวเป็นลูกศิษย์ท่าน คอยอยู่ช่วยงานวัดและท่านตลอด นานหลายเดือนแล้ว แต่ชีวิตทุกวันนี้การปฏิบัติยังไม่ก้าวหน้า และ ชีวิตทางโลกก็ยังไม่ดีขึ้น ทั้งๆที่พระครูบาท่านมีเมตตาจิตที่สูงมากคอยสั่งสอนด้วยดีมาตลอด

อยากเรียนสอบถามว่าหนูควรแก้ไข อย่งไรดีคะ เพื่อชีวิตทางโลกของหนูจะได้ดีขึ้นมากกว่านี้ เช่น เวลาออกจากสมาธิหนูควรอธิษฐานจิต กล่าวขอเจริญก้าวหน้าในหน้าที่การงาน อย่งไรดีคะ

ด้วยความเคารพอย่างสูง

### คำตอบ

สิ่งที่แก้ไขได้แล้วดี คือ พัฒนาจิตตัวเองให้มีคุณธรรม เหมือนกับที่ครูบาได้ทำให้ดูเป็นตัวอย่าง เช่นเดียวกันหากผู้ถาม ปัญหา ประสงค์ความเจริญในหน้าที่การงาน ต้องพัฒนาตัวเอง ให้เป็นคนเก่งและดี คนเก่ง คือ คนที่มีความรู้ มีความสามารถเหนือคนอื่น คนดี คือ คนที่มีคุณธรรม สถิตอยู่กับใจทุกขณะตื่น คนที่มีคุณสมบัตินี้ เป็นคนที่ประสบความสำเร็จของชีวิต



## ๕๔. ทำวิจัยอยู่ที่ USA

### คำถาม

เรียน ดร.สนอง วรอุไร

ผมนายกิตติพงษ์ พุฒขาว อายุ ๒๔ ปี มีคำถามเกี่ยวกับเรื่องการปฏิบัติกรรมฐานรบกวนอาจารย์ช่วยตอบด้วยนะครับ คือ ผมสนใจการปฏิบัติกรรมฐานครับและผมก็เริ่มปฏิบัติมาได้สักพักนึงแล้ว ผมนั่งสมาธิอย่างเดียวนะครับไม่ได้เดินจงกรม แต่ได้ทราบมาว่าการปฏิบัตินั้นควรจะมีอาจารย์ช่วยแนะนำจะได้ให้ผลเร็วขึ้น และไม่หลงทางหรือไม่เป็นอันตราย แต่ตอนนี้ผมกำลังทำวิจัยอยู่ที่ USA ไม่มีอาจารย์คอยแนะนำ ก็เลยนั่งปฏิบัติไปเรื่อย ไม่รู้ว่าถูกหรือผิดอย่างไรและจะเป็นอันตรายหรือเปล่าครับ และระยะหลังมานี้รู้สึกที่ตัวเองนั่งได้ไม่นาน ไม่มีสมาธิเหมือนตอนเริ่มนั่งใหม่ๆ คือ ตอนเริ่มนั่งใหม่ๆ ผมนั่งได้เป็นชั่วโมง แต่ระยะหลังมานี้นั่งได้ไม่กี่สัปดาห์ก็ฟุ้งซ่านไปหมดจนนั่งไม่ได้ ผมควรแก้ไขอย่างไรครับ รบกวนอาจารย์ให้คำปรึกษาด้วยนะครับ

ด้วยความเคารพอย่างสูง

### คำตอบ

ผู้ใดหวังความก้าวหน้าในการพัฒนาจิต ผู้นั้นต้องประพฤติตนให้มีศีลอยู่ครบและเป็นศีลที่บริสุทธิ์ อย่างน้อยศีล ๕ คุมใจอยู่ทุกขณะตื่น แล้วจึงนำตัวเองไปพัฒนาจิตให้มีสติ ด้วย



๑๒๓ : www.kanlayanatam.com

การสวดมนต์ก่อนนอน หลังสวดมนต์แล้วเสร็จให้เจริญอานาปานสติ ด้วยการหายใจเข้ากำหนดว่า “พุท” หายใจออกกำหนดว่า “โธ” ให้จิตจดจ่ออยู่กับลมหายใจเข้า-ออก นานประมาณ ๓๐ นาที หรือมากกว่า หลังประพฤติแล้วเสร็จ ต้องอุทิศบุญกุศลให้กับเจ้ากรรมนายเวรทุกครั้ง การประพฤติได้ถูกต้อง ย่อมทำให้จิตเข้าถึงความตั้งมั่นเป็นสมาธิ ผู้มีจิตเป็นสมาธิ ย่อมมีความดีของศีลน้อมมองเป็นระเบียบ ซึ่งส่งผลทำให้มีความจำเพิ่มมากขึ้น การศึกษาเล่าเรียนวิชาการทางโลกจึงเข้าถึงความสำเร็จได้ง่าย

ผู้ใดมีศีลที่ขาด มีศีลทะเลาะ มีศีลต่างพร้อย และไม่เอาศีลมาภูมิใจ ความฟุ้งซ่านของจิตจึงเกิดขึ้นเป็นธรรมดากับผู้นั้น ผู้ใดมีศีลในลักษณะตรงกันข้าม ผู้นั้นมีจิตเป็นสมาธิได้ง่าย

## ๕๕. ทำงานในคาสีโน

### คำถาม

กราบสวัสดีอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร

ผมเคยอ่านหนังสือของอาจารย์ เล่มปกเขียวอ่อนๆ เมื่อปีที่แล้ว พออ่านหนังสือธรรมะก็จะเกิดแรงบันดาลใจ ที่จะทำความดีมากมายกลัวว่าตายไปจะไปไหนที่ไม่ดีนะครับ

ขอเริ่มเรื่องที่ผมจะถามนะครับ

ปัจจุบัน ผมได้เดินทางมายังสหรัฐอเมริกา และได้ทำงานในคาสีโนที่ รัฐแคลิฟอร์เนีย โดยทำงานให้กับบริษัทที่เป็นเจ้ามือใน



คาสีโน หน้าที่ผมก็คือ คอยดูการแจกไพ่ของคนแจกไพ่ ให้เป็นไปตามกฎิกา และคอยดูว่าคนแจกไพ่ รับและจ่ายเงินให้ผู้เล่น ได้อย่างถูกต้องตามจำนวนที่ แทง

ผมรู้สึกสับสนกับชีวิตของผม มากๆครับ คือ ที่ผมมาอเมริกา นี้ ก็เพราะอยากปลีกตัวออกจากสังคมที่ประเทศไทย และก็เบื้องงานในอดีตที่เคยทำคือ เป็นผู้อำนวยการทางด้านหลักทรัพย์ พูดภาษาชาวบ้านก็คือ หาคคนมาเล่นหุ้น ตามเป้าหมายที่บริษัทมอบหมายมาให้ คราวนี้ พอลูกค้าที่ผมหามา เกิดการขาดทุนจากการลงทุน ผมก็รู้สึกผิด และเริ่มเบื้องงานที่ทำ ทำให้เป้าหมายที่บริษัทวางไว้ไม่บรรลุ ก็เลยเหมือนโดนบีบออก ก็มีส่วที่ทำให้ผมมาอยู่ทีอเมริกา พอมาอเมริกาก็หนีไม่พ้นงานที่ทำให้ชาวบ้านเดือดร้อนอีกครับ

เรื่องที่ผมอยากเรียนถามอาจารย์ก็คือ

๑. การทำงานแบบนี้บาปไหมครับ ผมไม่สามารถเลือกงานที่อเมริกาได้ เพราะภาษาไม่ดี และคนที่นี้ที่มีการศึกษาสูงๆ ยังต่งงานอีกมาก พอมาสมัครงานนี้ ทางบริษัทรับเข้าทำงานผมก็เลยต้องทำไปก่อนครับ

๒. ผมยังหลงในวัตถุนิยมชอบซื้อนู่นซื้อนี่ เพราะคิดว่าเงินทองของนอกกายมีก็ใช้ใช้ซะ ทำอย่างไรจึงจะเลิกหลงในวัตถุนิยมครับ เพราะทุกวันนี้ ที่อยากมีเงินมีงานก็เพราะมาสนองตัณหาตัวนี้แหละครับ

๓. ใจหนึ่งก็คิดว่ารู้สึกเหงา อยากมีคู่ มาเป็นเพื่อน เพราะอายุก็ไม่น้อยแล้วครับ (ผมเกิดปี ๔ มกราคม ๒๕๐๖) และคิดว่า เพื่อจะมีลูกด้วยกันที่อเมริกานี้ เพราะใจยังคิดอยู่น่ะครับว่า



๑๓๔ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

คนเราต้องมีคู่ชีวิตจะได้ไม่เหงาไม่รู้คิดถูก หรือผิด แต่ก็ตัดใจไม่ขาดสักที ทำอย่างไรถึงจะตัดใจได้ว่าไม่จำเป็นต้องมีคู่ และไม่รู้รู้สึกเหงาๆด้วยครับ

๔. มันเกี่ยวพันกับข้อ ๓ ครับ ทำอย่างไรจะตัดขาดจากความรู้สึกทางกามารมณ์ได้ครับ เพราะทุกวันนี้ ถึงจะมีน้อยลงไม่เหมือนสมัยหนุ่มๆ แต่ก็ยังมีอยู่ครับ ทำอย่างไรที่จะสามารถตัดขาดไม่เกิดอารมณ์ทางเพศได้เลยครับ จะได้ไม่ต้องมีคู่ครอง

๕. ผมเคยวาดฝันว่า สักวันผมจะต้องทำธุรกิจให้ประสบความสำเร็จ มีเงินทองมาทำบุญมากมายๆ แบบสร้างวัดได้ด้วยตัวเอง ทำนองนี้น่ะครับ แต่จนป่านนี้ ผมก็ยังไม่ประสบความสำเร็จสักที นึกแล้วเสียใจ น้อยใจในโชคชะตาชีวิต ที่ไม่ประสบความสำเร็จ (การศึกษาของผมก็มีส่วนกระตุ้นให้ผมอยากมีนั่นมีนี่ อยากทำธุรกิจให้เจริญรุ่งเรือง ด้วยครับ ผมจบ บัญชีจุฬาฯ และ MBA จุฬา ครับ) ทำอย่างไรจึงจะทำให้ความคิดนี้หมดไปจากใจได้สนิทใจครับเพราะทุกวันนี้เหมือน ได้แต่ปลอบใจตัวเองว่า ถึงรวยขึ้นมา ตายไปก็เอาไปไม่ได้ ได้แต่คิดปลอบใจตัวเองแบบนี้ตลอด ในขณะที่ใจลึกๆอยากประสบความสำเร็จ มีชื่อเสียง และมีเงินทำบุญมากๆ ตั้งโรงงานแบบ อดาบิณฑิก เศรษฐี ในสมัยพุทธกาล น่ะครับ

๖. พอมันไม่เป็นไปตามที่เราคิดก็รู้สึกเบื่อหน่ายกับชีวิตน่ะครับ รู้สึกว่ามันเป็นทุกข์ จัง แต่เดี๋ยวก็เลสก็มากกระตุ้นให้เรากลับไปคิดอยากมี อยากเป็นอีกแล้วครับ

ขอบพระคุณอาจารย์มากๆครับ กราบสวัสดิ์ครับ



## คำตอบ

(๑). บาปครับ

(๒). ความหลง เกิดจากเหตุไม่รู้จริง (อวิชชา) จึงเอา  
 สิ่งเศร้าหมอง (กิเลส) เช่นโลกธรรมและวัตตุมาทับถมใจให้หมด  
 อิสระภาพ ผู้ใดประสงค์จะปลดจิตให้เป็นอิสระจากสิ่งเศร้าหมอง  
 เหล่านี้ ต้องพัฒนาความรู้ (ปัญญา) สูงสุดให้เกิดขึ้นกับตัวเอง ซึ่ง  
 มนุษย์มีความสามารถพัฒนาตัวเองให้เข้าถึงปัญญาได้ ๓ ระดับ  
 คือปัญญาที่เกิดจากการฟัง การอ่าน (สุตมยปัญญา) ปัญญาที่  
 เกิดจากการคิด การวิจัย (จินตามยปัญญา) และปัญญาสูงสุด  
 คือ ภาวนามยปัญญา ซึ่งต้องนำตัวเองเข้าปฏิบัติธรรม เมื่อใด  
 เข้าถึงปัญญาเห็นแจ้งได้แล้ว ความหลงจะหมดไป จิตจึงเป็น  
 อิสระจากโลกธรรมและวัตตुได้ ชีวิตย่อมดีทั้งชาตินี้และชาติหน้า  
 ได้แน่นอน

(๓). การมีชีวิตคู่ เป็นความเห็นถูกของผู้มีปัญญาทาง  
 โลก (สุตตะฯและจินตามยปัญญา) แต่เป็นความเห็นผิดของผู้เข้า  
 ถึงปัญญาเห็นแจ้ง (ภาวนามยปัญญา) พระพุทธเจ้าเป็นผู้รู้ทุก  
 สิ่งทุกอย่าง (สัพพัญญู) และเป็นความรู้จริงแท้ คือวันนี้อย่าง  
 พันปีหมื่นปีแสนปี ฯลฯ ก็ยังคงเป็นความจริงที่ไม่แปรเปลี่ยนไป  
 เป็นอย่างอื่น (ปรมาตตสัจจะ) พระพุทธะรู้ว่า มนุษย์มีทรัพย์สมบัติ  
 เป็นห่วงผูกขา ทำให้ไปไหนมาไหนยาก มีสามี/ภรรยาเป็นห่วงผูก  
 มือ ทำสิ่งต่างๆได้ไม่อิสระ และมีบุตร/ธิดาเป็นห่วงผูกคอ ทำให้  
 มีภาระต้องรับผิดชอบ ฉะนั้นจงพิจารณาเอาเองเถิด แล้วเลือก  
 เอาตามที่ชอบ

(๔). จงพิจารณาหากศพบ่อยๆ หรือถ้ามีโอกาสให้ไปดู



๑๓๖ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

ศพที่แขวนไว้ที่ Life Museum วัดพระบาทน้ำพุ จังหวัดลพบุรี แล้วจิตจะสงบจากกามได้เอง

(๕). สร้างวัดเป็นการทำเหตุดี ได้ผลเป็นบุญ ตายแล้วพลังของบุญ สามารถผลักดันจิตวิญญาณที่หลุดออกจากร่าง ให้โคจรสู่อุสุมิตกเกิดเป็นเทวดา (สวรรคสมบัติ)

ผู้ใดอยากมีชื่อเสียงต้องหมั่นให้ทาน อยากมีเงินต้องให้ทรัพย์เป็นทาน แม้จะมีเงินมากเท่าใด ตายแล้วบาทเดียวก็เอาไปสุภพใหม่ไม่ได้ ต้องทิ้งไว้กับโลกให้เป็นทรัพย์กำพว้าเจ้าของ มีแต่บุญและบาปที่เก็บสั่งสมอยู่ในใจเท่านั้นที่ติดตามข้ามภพชาติได้

อนาถบิณฑิกเศรษฐี มีได้เพียงแค่ตั้งโรงทาน ยังสร้างวัดเซตวันถวายไว้ในพุทธศาสนา และยังปฏิบัติธรรมจนจิตบรรลู่ไสตบ้านอีกด้วย ตายจากมนุษย์แล้วพลังบุญยังผลักดันจิตวิญญาณให้โคจรไปเกิดเป็น อนาถบิณฑิกเทพบุตรไสตบ้านอยู่ในดุสิตสวรรค์ อยู่จนทุกวันนี้

(๖). การพัฒนาปัญญาทางโลกจนสูงสุดระดับปริญญาเอก ก็ยังจัดว่าเป็นความรู้ที่ไม่จริงแท้ ยังมีความเปื้อนอายชีวิต ยังมีความทุกข์กายทุกข์ใจ ย่อมมีได้เป็นธรรมดา ผู้ตอบปัญหาได้พัฒนาปัญญาทางโลกมาจนถึงระดับสูงสุดแล้ว เกิดความไม่เชื่อคำสอนในพุทธศาสนา จึงได้นำตัวเองไปพิสูจน์ ด้วยการปฏิบัติธรรมและเข้าถึงปัญญาเห็นแจ้ง ทำให้ตัวเองมีความสะดวก มีความสบาย และมีความสุขอยู่ทุกขณะตื่น พิสูจน์ตนเองสิครับว่าสิ่งที่ตอบมานี้เป็นจริงแท้ทุกประการ



## ๕๖. วิบัติเพราะทำอาชีพเสี่ยง

### คำถาม

เรียนท่านอาจารย์ สอนง ที่นับถือ  
ผมได้ฟังการบรรยายธรรมจากท่านแล้ว รู้สึกซาบซึ้ง  
มากและตอนนี้ตัวผมเองก็ใจเย็นขึ้นมาก

กระผมขอถามเรื่องกรรมจาก ๔ อาชีพ คือผู้พิพากษา  
อัยการ ทนายความ ตำรวจ

๑. ผู้พิพากษา ในการลงโทษผู้กระทำผิดให้สมกับที่ทำได้  
นั้น จะเป็นการสร้างกรรมได้อย่างไร และในกรณีลงโทษผู้บริสุทธิ์  
โดยยึดตามแนวทางการสอบสวน ที่ฝ่ายตรงข้ามกุเท็จใส่ร้ายขึ้น  
มา โดยที่คนตัดสินไม่มีอคติ จะเป็นบาปหรือไม่ เพราะเหตุใดจึง  
เป็นเช่นนั้นครับ แล้วฝ่ายที่ใส่ร้ายจะรับกรรมอย่างไรบ้าง

๒. อัยการ มีหน้าที่ฟ้องตามสำนวน ที่ตำรวจส่งมาทุก  
อย่าง ว่ากันไปตามพยานหลักฐาน จะเกิดกรรมได้อย่างไร หาก  
ทำด้วยความบริสุทธิ์ใจ

๓. ทนายความ ที่ช่วยเหลือผู้ถูกกระทำให้ได้รับความ  
ยุติธรรม โดยการฟ้องร้องอีกฝ่ายให้ได้รับผิด ที่ก่อไว้ทำไมต้อง  
เกิดกรรมด้วยครับ

๔. ตำรวจ มีหน้าที่ปราบโจรผู้ร้าย ไม่ให้มาเกาะกระรอน  
คนสุจริต ทำไมต้องรับกรรมด้วย หรือจะต้องปล่อยให้โจรผู้ร้าย  
ทำอะไรตามใจชอบครับ ทั้งหมดที่ถามท่านมานี้ หมายถึงเฉพาะผู้





๑๓๘ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

ที่ดำรงตนทำหน้าที่ อย่างถูกต้องตรงไปตรงมาเท่านั้น ไม่รวมรวมถึง ผู้ทุจริตรับประโยชน์ กินสินบนเพราะนั่นคือต้องรับกรรมแน่ๆ

๕. อาชีพหมอ มีหน้าที่รักษาคนป่วย ให้หายจากโรคภัย ต่างๆ ทำไม่ถึงต้องมารับกรรม จากการรักษาคนเหล่านั้นด้วย ตามที่อาจารย์บรรยายมาว่า หมอตาก็จะตาบอด หมอรักษามะเร็งก็เป็นมะเร็งตาย ทำไม่ถึงเป็นเช่นนั้นครับ หรือต้องให้โรคภัยเกาะกินร่างกายไปจนกว่าจะตายครับ

๖. ทหาร เป็นอาชีพที่เสี่ยงกับการตกรกหรือปล่าวครับ

สำหรับทางแก้ ที่ท่านอาจารย์บอกมา สำหรับผู้ที่อยู่ใน แวดวงที่กล่าวมานั้นคือ ให้ทำบุญอุทิศให้เจ้ากรรมนายเวร เพื่อที่จะหนีกรรมดังกล่าวไม่ให้ตามทัน หรือหนีให้สุดๆนั้น รู้สึกเหมือนว่าจะเป็นการแก้ที่ปลายเหตุ สักวันก็ต้องหันอยู่ดี ไม่ทราบว่ามีวิธีแก้ที่ต้นเหตุหรือไม่ครับ ทั้งหมดที่ตามมา เพื่อต้องการทราบ เพื่อจะได้ไม่ก่อเวรให้กับตัวเอง เพราะคิดที่จะประกอบอาชีพเหล่านี้ และสถานการณ์บ้านเมืองตอนนี้พวกเขาเปรียบสังคมเยอะเหลือเกิน แล้วเราจะทำอย่างไรกับคนที่ทำผิดกฎหมายดี หรือว่าต้องปล่อยให้พวกนั้นทำอะไรตามใจชอบครับ

## คำตอบ

(๑). การตัดสินลงโทษผู้กระทำความผิด ให้ได้รับโทษ ตามกฎหมายที่สังคมบัญญัติขึ้น เป็นสิ่งถูกต้องที่ผู้มีหน้าที่รับ ผิดชอบต้องปฏิบัติให้ถูกต้อง มนุษย์จะได้อยู่กับอย่างสงบ ตรง



กันข้าม ในปรภพ พญายมมิได้ใช้กฎหมายของมนุษย์เป็นเครื่องมือประกอบอาชีพตุลาการ พญายมใช้กฎแห่งกรรมเป็นกฎหมาย คือทำความดีต้องได้รับผลดี ทำความชั่วต้องได้รับผลชั่ว และ พญายมยังใช้ผลของกรรมที่ถูkBันทึกไว้ในจิตวิญญาณเป็นหลักฐาน ผู้ที่ตายจากมนุษย์ไปแล้วและมีจิตตกอยู่ใต้อำนาจของกาม ยังต้องพบกับพญายมแน่นอน พญายมจะตัดสินให้จิตวิญญาณ โศจรไปเกิดเป็นสัตว์อยู่ในภพใด ขึ้นอยู่กับข้อมูลกรรมที่จิต บันทึกไว้เป็นหลักฐาน อาทิ เป็นมนุษย์แล้วมีจิตตกอยู่ใต้อำนาจของความโกรธ ความโลภ ความหลง หรือประพตพิศุศลย่อมมี หลักฐานบาปให้พญายมตัดสินชีวิตใหม่ ให้ไปเกิดเป็นสัตว์อยู่ในอบายภูมิ เกิดเป็นมนุษย์แล้วประพติตนมีศีล ๕ คุ่มครองใจ อยู่เสมอ ย่อมเป็นหลักฐานบุญให้พญายมตัดสินชีวิตใหม่ ให้ไปเกิดเป็นรูปนามอยู่ใน มนุสสโลก เกิดเป็นมนุษย์แล้วบำเพ็ญทาน รักษาศีล ๕ หรือประพติกุศลกรรมบถ ๑๐ อยู่เนื่องนิตย์ ย่อมเป็นหลักฐานบุญ ให้พญายมใช้ตัดสินชีวิตใหม่ ไปเกิดเป็นเทวดา อยู่ในเทวโลก ฯลฯ

ด้วยเหตุนี้ผู้ใดเข้าไปมีส่วนเกี่ยวข้องกับในกระบวนอกุศลกรรมของคู่กรณี ผู้นั้นย่อมต้องได้รับผลของบาปของคู่กรณีที่ยังผูกเวรกันอยู่

อนึ่ง ผู้ใส่ร้ายเป็นผู้สร้างบาปให้เกิดกับตัวเอง ยังต้องชดใช้หนี้เวรกรรมเมื่ออกุศลกรรมให้ผล ทั้งในชีวิตปัจจุบัน และ /หรือในชีวิตหน้าอีกด้วย

(๒). อัยการเป็นผู้ร่วมกระทำอกุศลกรรมกับตำรวจ



๑๓๐ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

เพราะไม่สามารถระลึกได้ว่า เรื่องราวแต่งขึ้นเป็นเท็จ จึงเป็นการทำบาปด้วยความบริสุทธิ์ใจนั่นเอง

(๓). ผู้ใดสามารถพัฒนาปัญญาสูงสุดให้เกิดขึ้นได้แล้ว ผู้นั้นย่อมรู้ เห็น เข้าใจในเหตุและผลว่า กฎแห่งการกระทำ (กฎแห่งกรรม) มีอยู่จริง ดังนั้นคู่กรณีคือ ผู้ที่ผูกหนี้เวรกรรม สืบต่อหลายภพชาติยาวนาน ทนายนความไม่รู้จักความจริงเช่นนี้ จึงเข้าไปมีส่วนร่วมในห้วงเวลาหนึ่งของการจองเวรของคู่กรณี ทนายนความจึงต้องรับ (อกุศลวิบาก) บาปของคู่กรณีนั้นด้วยเหตุแห่งความไม่รู้จักจริงเช่นนี้

(๔). มนุษย์มีงานของชีวิตให้ทำอยู่สองงาน คือมีงานภายนอกที่ทำให้กับสังคมส่วนรวม และมนุษย์ยังต้องทำงานภายใน คือประพฤติกุศลและสั่งสมบุญให้กับตัวเอง ขณะยังมีชีวิตทั้งทนายและตำรวจ ต้องทำงานภายนอกให้ดีที่สุด เพื่อให้สังคมอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข แม้ภายนอกจะให้ผลเป็นทั้งบุญและบาปก็ต้องทำให้ดีที่สุด แต่ต้องทำงานภายในให้เกิดบุญใหญ่และส่งผลมากกว่าบาปที่ทำ ชีวิตจึงจะไม่วิบัติ ดังเรื่องที่จะเล่าให้ฟังดังต่อไปนี้

๑. ท่านเจ้าคุณโชดกได้เล่าให้ผู้ตอบปัญหาฟัง เมื่อครั้งที่ไปปฏิบัติธรรมอยู่ที่วัดมหาธาตุฯ คณะ ๕ ท่านเล่าว่า มีผู้พิพากษาท่านหนึ่งมาปฏิบัติธรรมอยู่ที่คณะ ๕ และสามารถเข้านิโรธสมาบัติได้นาน ๒๔ ชั่วโมง นั้นหมายความว่า ผู้พิพากษาท่านนั้นมีสภาวะของจิตเป็นจรรวาสอนาคามี ตัดสิ้นคิดความอย่างไร



ก็จะไม่ต้องรับโทษไปเกิดเป็นสัตว์อยู่ในอบายภูมิอีกต่อไป เพราะสามารถปิดอบายภูมิได้แล้ว

๒. ผู้ตอบปัญหาได้พบผู้พิพากษาท่านหนึ่งที่จังหวัดนครปฐม ได้เข้ามาฟังการบรรยายธรรมของผู้ตอบปัญหา และได้เล่าให้ฟังว่า ท่านได้รับคดีเกี่ยวกับรถชนคนตาย ท่านเฉลียวใจจึงไปดูที่เกิดเหตุก่อนมีการตัดสินคดีความ เมื่อไปถึงที่เกิดเหตุ ได้มีชาวบ้านผู้เห็นเหตุการณ์ในวันนั้นมาบอกเล่าให้ท่านฟัง ซึ่งมีสาระตรงกันข้ามกับคดีที่ท่านได้รับ ผลปรากฏว่า ก่อนมีการตัดสินคดีความ ผู้เป็นโจทก์ยื่นฟ้องได้ถึงแก่ชีวิตในโรงพยาบาล ส่วนจำเลย ตายในวันเกิดเหตุ ดังนั้นเมื่อโจทก์และจำเลยไม่มีชีวิตอยู่ คดีความเป็นอันถูกยกเลิกโดยปริยาย ผู้ตอบปัญหาได้กล่าวกับท่านผู้พิพากษาว่า .... สาธุ รักษาคุณธรรมเช่นนี้ไว้ตราบนานเท่านานที่ตัดสินคดี คุณธรรมที่ว่่านั้นคือ ท่านมีเบญจศีลและมีเบญจธรรม คุ่มครองใจ หรือเรียกได้ว่า มีศีลมีธรรมคุ่มครองใจ ย่อมมีเทวดาคุ่มรักษามิให้วิบัติ การประพฤติตนให้ได้เช่นนี้เหมาะสำหรับผู้ที่มั่งงานภายนอก (อาชีวะ) เป็นตำรวจ อัยการ ทนายและผู้พิพากษา

(๕). อาชีพหมอ ย่อมได้บุญจากคนไข้ที่ตนเองช่วยให้คนไข้หายจากการเจ็บป่วย และหากการเจ็บป่วยเป็นผลจากการผูกพยาบาทจากเจ้ากรรมนายเวร กรรมที่มีกับคนไข้ จึงต้องได้รับบาปจากการถูกจองเวรจากผู้เป็นเจ้ากรรมนายเวรของคนไข้ด้วย ฉะนั้นอาชีพหมอจึงได้ทั้งบุญและบาป เว้นไว้แต่ว่าคนไข้ป่วยด้วยเหตุออกกำลังกายไม่สม่ำเสมอ เพียรมากนอนน้อย และ



๑๓๓ : w w w . k a n l a y a n a t a m . c o m

ฤดูกาลเปลี่ยน เจ็บป่วยด้วยเหตุ ๓ อย่างนี้ หมอที่เข้าไปช่วยเหลือ  
คนไข้ให้หายเจ็บป่วย ย่อมได้แต่บุญเพียงอย่างเดียว

(๖). ผู้ใดประสงค์ดำเนินชีวิตไม่วิบัติ ต้องทำงาน  
ภายนอก (อาชีพ) ที่ไม่ผิดกฎหมาย ไม่ผิดศีล ไม่ผิดธรรม ดังที่  
จะบอกเล่าให้ฟังดังนี้

ตัวอย่างที่ ๑ คดีภิกษุสองรูปตีหัวกัน ภิกษุที่ถูกตีหัวแตก  
มาฟ้องพระผู้ใหญ่ และพระผู้ใหญ่ให้สมเด็จพระเจ้าเป็นผู้ตัดสินความ  
ท่านตัดสินว่า ภิกษุรูปที่มาฟ้องเป็นฝ่ายผิด เพราะไม่ประพฤติ  
ตามพุทธวจนะที่ว่า “เวรย่อมระงับด้วยการไม่จองเวร”

ตัวอย่างที่ ๒ ในเวลาที่ใกล้จะเสด็จดับขันธปรินิพพาน  
พระพุทธองค์ได้ตรัสกับพระอานนท์ว่า “เมื่อตถาคตล่วงไปแล้ว สงฆ์  
จงลงพรหมทัณฑ์แก่พระจันนภิกษุ” เมื่อกระทำสังคายนาแล้ว  
เสร็จ พระอานนท์ได้นำหมู่สงฆ์ ไปลงพรหมทัณฑ์แก่จันนภิกษุที่  
โกสัมพี ด้วยบอกว่า “บัดนี้ สงฆ์ได้ลงพรหมทัณฑ์แก่ท่านแล้ว”

จันนภิกษุ : พรหมทัณฑ์ นั้นเป็นเช่นไร

พระอานนท์ : ต่อไปนี้สงฆ์จะไม่ว่ากล่าว ไม่ตักเตือน ไม่  
พรั่สาธอน และไม่คบหาสมาคมด้วย

พระจันนได้ฟังถึงกลับเป็นลมสลบไป เมื่อตื่นฟื้นขึ้นมา  
จันนภิกษุได้ปรับตัวเองให้เป็นผู้ว่านอนสอนง่าย ไม่ดื้อรั้น ไม่กล่าว  
วาจาเสียตีสพระผู้ใหญ่และภิกษุอื่นอีกต่อไป พร้อมกับนำตัวเอง  
เข้าหาพระมหาเถระที่ป่าอิสิปตนมฤทายวัน แขวงเมืองพาราณสี  
เพื่อขอร้องให้ท่านสอนธรรมให้ แล้วกลับมาหาพระอานนท์สอน  
ธรรม (ปฏิจจสมุปบาท) ให้นำไปปฏิบัติต่อ จนสามารถบรรลุ  
อรหัตตผลได้ในที่สุด



จากตัวอย่างทั้งสองที่ยกขึ้นมาแสดง จะเห็นได้ว่าผู้มีปัญญาเห็นแจ้ง ไม่แก้ปัญหาคือตัวของผู้อื่นให้เกิดเป็นเวรผูกพันต่อกัน แต่แก้ปัญหาคือตัวเอง ปัญหาจึงยุติลงได้ด้วยความสะดวก

ด้วยเหตุนี้ อาชีพทหารจะเสี่ยงต่อการตกนรก ต่อเมื่อมีเจตนาประพฤติปาณาติบาต ประพฤติคอร์ปชั่น ประพฤติล่วงเกินลูกเมียผู้อื่น ปฏิบัติหน้าที่ด้วยความอาฆาตแค้น ฯลฯ การทำงานภายนอกที่ยังต้องข้องเกี่ยวกับคนไม่ดี หากมีเวรผูกพยาบาทกันไว้ ถือเป็นบาป จึงต้องทำงานภายใน ให้มีบุญยิ่งใหญ่เกิดขึ้น ให้มีพลังของบุญส่งผลอยู่เสมอ ย่อมนำพาชีวิตหนีความวิบัติได้

## ๕๗. ยังเห็นผิด

### คำถาม

เรียนอาจารย์สนองที่เคารพ

หนูขอบพระคุณอาจารย์มากค่ะ ที่เสียสละเวลาพักผ่อน มาตอบปัญหาให้คนไทยที่อยู่ทุกมุมของโลกอ่านกัน ถึงหนูจะอยู่คนเดียวที่อเมริกา หนูก็ไม่เคยรู้สึกมีความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติธรรมเท่านั้นในชีวิตเลยคะ หนูไม่มีคำถามใดๆ ให้อาจารย์ตอบทั้งสิ้นคะ หนูเพียงอยากจะฝากบอกคนที่ถามกระทู้ ๑๕๕๒-๓ ว่า หนูได้ไปปฏิบัติธรรม สอนโดยท่านโกเอนก้า ที่รัฐ Colorado



และ Goergia ในช่วงปีที่ผ่านมา เป็นหลักสูตรเข้มข้น ปฏิบัติสัปดาห์โดยไม่พูด เป็นการฝึกสายเถรวาท เน้นระเบียบวินัยมาก ฝึกอานาปนสติก่อน แล้วจึงทำเวทนานุสติ หนูอยากฝากบอกให้คนไทยที่อยู่ในอเมริกา หรือ ประเทศอื่น ๆ ที่คิดว่าหาอาจารย์สอนกรรมฐานนอกเมืองไทยไม่ได้ลองปฏิบัติดูค่ะ จริง ๆ ค่ามีศูนย์ทั่วโลก ที่เมืองไทยก็มีค่ะ เข้าไปสมัครได้ที่ [www.dhamma.org](http://www.dhamma.org)

หนูเคยคิดว่าเมื่อหนูเรียนจบปริญญาเอกที่นี่แล้ว จะรีบกลับไปกู้เงินไปซื้อที่ดิน สำหรับทำสถานที่ปฏิบัติธรรมให้ใครที่สนใจมานั่งสมาธิด้วยกัน และวางระบบให้ดี ๆ เพื่อที่จะเป็นแรงบันดาลใจให้คนที่ยังไม่ได้ปฏิบัติธรรมเห็นว่าธรรมะมีประโยชน์กับชีวิตประจำวัน ทั้งส่วนตัวและสังคม

ตอนนั้นหนูเปลี่ยนความคิดนิดหนึ่งคือว่า หนูควรจะปฏิบัติ

ธรรมจนกระทั่งมีดวงตาเป็นธรรมก่อน แล้วค่อย ๆ เก็บเงิน เดินตามมรรคแปด จนพร้อมทั้งเงินและสติปัญญา จึงค่อยสร้างสถานปฏิบัติธรรมค่ะ หวังว่าหนูคงมีโอกาสได้เจออาจารย์อีกทีตอนหนูกลับไปอยู่ที่เชียงใหม่ค่ะ

กราบสวัสดีค่ะ



### คำตอบ

พระพุทธโคดมตรัสว่า “การเป็นหนี้เป็นทุกข์อย่างยิ่ง” การมีดวงตาเห็นธรรมขั้นพระโสดาบัน ยังมีโอกาสสร้างสถานปฏิบัติธรรมได้ หากสูงกว่านั้นหมดโอกาสครับ



## ๕๘. สงบบ้างฟังบ้าง

### คำถาม

เรียน ดร.สนอง ที่เคารพ

ดิฉันขอกราบ ผากตัวเป็นศิษย์ อาจารย์ ได้มีyce หลัง จากได้พยายามปฏิบัติตามรอย ครูบาอาจารย์อยู่เป็นประจำปัญหา ข้อที่ ๑ ด้วยดิฉันมีลูกชาย อายุ ๘ ปี ลูกสาวอายุ ๓ ปี ทำให้ดิฉัน ผลอมีโทษะกับลูกบ่อย ดิฉันก็อาศัยเจริญเมตตา เพื่อให้โทษะดับ แต่ลูกๆก็สร้างปัญหา ทำให้โทษะดิฉันเกิดบ่อยมาก ไม่รู้จะทำยังไง ดิฉันชวนลูกสวดมนต์ ลูกก็ไม่ค่อยอยากสวด ทั้งที่ดิฉันก็สวดเป็น ตัวอย่างทุกวัน นั่งสมาธิให้ดูทุกวัน (ตอนนั่งสวดมนต์และทำสมาธิเป็นช่วงที่ไม่มีโทษะนะคะ) ดิฉันจะทำยังไงดีคะ

ข้อที่ ๒ ดิฉัน ทำตามที่อาจารย์แนะนำตลอดคือ พยายาม รักษาศีลให้คุ้มใจ และกายตลอด ในทุกขณะตื่น พบ ว่าการทำสมาธิของดิฉันก็ยังสงบบ้างฟังบ้าง ในช่วงที่เกิดความ สงบตัวเบาสบาย ดิฉันก็บอกตัวเองว่าเต็มมันก็ดับไป การบอก กับตัวเองใจจิตเกิดปัญญาหรือไม่คะ และทำไมเวลาช่วงที่จิตอยู่ใน อารมณ์สงบเบาสบาย ยังมีอีกจิตหนึ่งที่สามารถคิดได้อีกคะ

ข้อที่ ๓ ทำยังไงจิตจะรวมเป็นสมาธิทุกครั้งไม่ฟังคะ

ดิฉันไม่อยากอยู่ในวิภังขารแล้ว ขออาจารย์ แนะนำ สั่งสอนศิษย์คนนี้ให้ข้ามภพข้ามชาติด้วยนะคะ ขอบุญบารมีที่ อาจารย์เมตตา ต่อศิษย์และเพื่อนมนุษย์จงเป็นปัจจัยให้อาจารย์ บรรลุมรรคผลนะคะ

ด้วยความเคารพอย่างสูงสุด





๑๓๖ : www.kanlayanatam.com

## คำตอบ

เมื่อใจผู้ถามปัญหา คิด พุด ทำ ถูกตรงตามธรรมวินัยที่ระบุไว้ในพุทธศาสนา เมื่อนั้นถือว่าเป็นศิษย์ เป็นอาจารย์กันโดยปริยาย

(๑). พระพุทธโคดมสอนให้แก่ปัญหาที่ตัวเอง ผู้ใดให้อภัยเป็นทานในทุกเหตุที่เป็นสิ่งขัดใจได้แล้ว เมตตาย่อมเกิดขึ้น และสั่งสมอยู่ในจิต ซึ่งส่งผลให้มีอารมณ์สงบเย็น ดังนั้นปัญหาที่ถามจึงมิใช่เมตตาที่แท้จริง เหตุที่เกิดโทสะ เพราะจิตมีกำลังของสติอ่อน จึงไม่สามารถระลึกได้ทันสิ่งขัดใจที่ลูกๆส่งให้ ลุกเป็นครูทดสอบกำลังใจให้แม่ได้เห็นจุดอ่อนของตัวเอง ปัญหานี้หมดไปด้วยการเจริญสติให้มีกำลังกล้าแข็ง

(๒). จิตเป็นพลังงานที่มีธรรมชาติ รู้ คิด นึก ขณะที่จิตอยู่ในอารมณ์สงบ เบาลสบาย แล้วคิดได้ว่า อารมณ์ดังกล่าวยอมดับไป การรู้ เห็น เข้าใจเช่นนี้ เป็นตัวปัญญาที่เกิดขึ้นในจิต ในหมู่นักปฏิบัติธรรมที่เข้าถึงสภาวะเช่นนี้ เรียกว่า เห็นจิตในจิต

(๓). ต้องเจริญสมถภาวนา จนจิตเข้าถึงความเป็นมหาสติ คือ สามารถระลึกทันทุกสิ่งเข้ากระทบจิต ผู้ใดมีจิตเป็นมหาสติ ผู้นั้นมีจิตสงบจากอารมณ์ปรุงแต่งอยู่ทุกขณะตื่น

ผู้ใดปรารถนานำพาชีวิตไปให้พ้นการเวียนตาย-เวียนเกิดใน วัฏฏะ ผู้นั้นต้องพัฒนาจิต (วิปัสสนาภาวนา) จนเกิดปัญญาเห็นแจ้ง แล้วใช้ปัญญาเห็นแจ้ง ขจัดความไม่รู้จริง (อวิชชา) ให้หมดไปจากใจได้เมื่อใด การไม่วนมาเกิดเป็นรูปนามในวัฏฏะ จึงมีได้เป็นได้



## ๕๙. รู้สึกพะวักพะวน

### คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์สนอง

หนูมีปัญหาเรียนถามท่านอาจารย์ดังนี้ค่ะ

๑. หนูนั่งสมาธิโดยภาวนายุบหนอพองหนอ มีอาการปวดที่บริเวณขา หนูก็ภาวนาว่าปวดหนอ ๆ พร้อมกับเฝ้าดูพิจารณาอาการปวดนั้นว่าเป็นอย่างไร ปวดแบบไหน เช่น บางทีก็ปวดบิดเป็นเกลียว บางทีก็ปวดแบบมีอะไรทิ่มแทงลงไป บางทีก็ปวดแบบพองออกเหมือนกับจะระเบิดออกมา เมื่อภาวนาไป ความปวดบริเวณที่ภาวนานั้นก็หายไป แล้วก็ไปปวดบริเวณอื่นแทน เป็นแบบนี้ไปเรื่อย ๆ จนก่อนจะหมดเวลา หนูมีความรู้สึก ว่า ร่างกายของหนูกำลังนั่งภาวนาอยู่ ส่วนความปวดนั้นก็ยังอยู่ แต่แยกกันอยู่ ขณะเดียวกันก็มีความรู้สึกว่าหัวใจเต้นแรงมาก ขณะนั้นมีความรู้สึกพะวักพะวน ไม่รู้จะกำหนดปวดหนอต่อดี หรือภาวนายุบหนอพองหนอดี จนกระทั่งหมดเวลาพอดีค่ะ หนูกราบเรียนถามท่านอาจารย์ว่า หนูปฏิบัติถูกต้องหรือเปล่าคะ และต้องทำอะไรบ้างคะ

๒. พระคาถาบทนี้ หมายถึงอะไรคะ มีความเป็นมาอย่างไร ปะโต เมตัง ประระชีวินัง สุขะโต จุติ จิตตะ เมตะ นิพพานัง สุขะโต จุติ

๓. หนูเป็นคนที่มีจิตใจฟุ้งซ่านมากและขี้หลงขี้ลืม เลย



๑๓๘ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

พยายามบังคับตัวเอง โดย เมื่อเวลานั่งรถ หรือนั่งรอ ก็ท่องบท สวดบูชาพระพุทธรูปคุณ อิติปิโส ๖ ไปเรื่อย ๆ วิธีการแบบนี้ควรทำ หรือเปล่า ดีหรือไม่ดีอย่างไรคะ

๔. การที่เราทำบุญกับคนหมู่มาก เช่น การเอนให้กับ มูลนิธิ-โรงพยาบาลต่าง ๆ ผ่านบัญชีธนาคาร ติดต่อกันครบ ๗ วัน แบบนี้ถือว่าเป็นการสร้างมหาทานหรือเปล่าคะ และในช่วง ที่เราสร้างมหาทานใน ๗ วันนั้น ทุกวันก่อนนอนเราสวดมนต์ไหว้ พระอริยฐานจิตก่อนนอนเป็นปกติอยู่ ต้องงดอริยฐานจิตในช่วง นี้ก่อนหรือไม่ แล้วค่อยอริยฐานจิตในวันที่ ๗ ทีเดียวยุไปเลยคะ

๕. คุณพ่อของหนูเสียชีวิตไปเมื่อประมาณปี ๓๘ เนื่องจากพลัดตกลงในแม่น้ำหน้าบ้าน ก่อนเสียชีวิตคุณพ่อไม่สบาย แต่ตอนนั้นหนูไม่ได้อยู่กับคุณพ่อ มารู้ทีหลังว่าคุณพ่อ เป็นโรคซึมเศร้า ก่อนหน้านั้นคุณพ่อบอกว่าเวรกรรมตามทันแล้ว และอยากจะบวช แต่คุณแม่ไม่เห็นด้วย บอกว่าถ้าไม่สบายไปจะลำบากไม่มีใครดูแล แบบนี้คุณแม่จะบาปหรือไม่ คุณแม่หนูคิดว่าที่คุณพ่อตกน้ำนั้นคุณพ่ออาจฆ่าตัวตาย เพราะช่วงที่ไม่สบาย คุณพ่อเคยบ่นว่า ในเมื่อแก่แล้วทำงานไม่ได้ (ที่คุณพ่อสับไปหนึ่งข้าง) จะอยู่ไปทำไม อันที่จริงคุณพ่อเคยบวชมาก่อนแล้ว และก็เคยพูดให้ฟังว่าการฆ่าตัวตายเป็นบาปต้องชดใช้กรรมเป็นร้อยชาติ หนูกราบเรียนถามอาจารย์ว่า คุณพ่อหนูตายเพราะอะไรคะ แล้วตอนนี้ท่านอยู่ที่ไหน

กราบขอบพระคุณท่านอาจารย์เป็นอย่างสูงค่ะ



## คำตอบ

(๑). การปฏิบัติธรรมยังไม่ถูกต้อง ด้วยเหตุที่ว่า การบริการรพองหนอ-ยุบหนอ เป็นการปฏิบัติเพื่อให้จิตมีกำลังของสติเพิ่มมากขึ้น ขณะบริการรพแล้วยังเอาจิตไประลึกรอยู่กับอารมณ์อื่นที่เกิดขึ้น เป็นเครื่องหมายบ่งชี้ให้เห็นได้ว่า สติได้เคลื่อนออกไปจากองค์บริการรพ จึงถือว่า สติหลุด หรือ ขาดสติ ดังนั้นเมื่อมีอาการปวดเกิดขึ้น ต้องกำหนดว่า “ปวดหนอๆๆๆ” ไปเรื่อยๆจนอาการปวดหายไป จึงเป็นการแก้ปัญหาที่ถูกต้อง

(๒). ผู้ใดพัฒนาจิตจนเกิดสติและเกิดปัญญาเห็นแจ้งได้แล้ว ผู้นั้นย่อมเข้าถึงความศักดิ์สิทธิ์ ยิ่งกว่าเอาจิตไปจดจ่ออยู่กับบทมนต์คาถา ผู้ตอบปัญหาไม่แนะนำให้เอาจิตไปสนใจอยู่กับสิ่งด้อยคุณค่า

(๓). ต้องทำด้วยเอาใจจดจ่ออยู่กับบทมนต์ที่สวด เพราะเมื่อใดมีจิตจดจ่ออยู่กับอิริยาบถที่เป็นปัจจุบันขณะ เมื่อนั้นสติย่อมเกิดขึ้นแน่นอน

(๔). การประพุดที่ตั้งที่บอกเล่าไป ถือว่าเป็นการสร้างมหาทานได้ และจะให้มหาทานมีผลมาก ก่อนทำต้องศรัทธา ขณะทำต้องตั้งใจ ทำแล้วต้องสบายใจ เมื่อทำครบ ๗ วันแล้ว จึงอธิษฐานครับ

(๕). บาบเกิดขึ้นเมื่อไปขัดขวางการทำความดีของผู้อื่น คุณพ่อตายด้วยกรรมตัดรอน แล้วทำให้ลมหายใจเข้า-ออก จำเป็นต้องหยุด อยากรู้ว่าคุณพ่อตายแล้วไปไหน ร่างกาย (ศพ)



๑๕๐ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

เอาไปเผา เอาไปฝัง ส่วนจิตโคจรสู่ปรภพตามแรงผลักดันของกรรม อยการู้ว่าไปไหน ผู้ถามปัญหาต้องพัฒนาจิต (สมถภาวนา) จนเข้าถึงความตั้งมั่นเป็นสมาธิระดับฌานได้แล้ว ให้ถอนจิตออกจากความทรงฌาน แล้วอธิษฐานพบคุณพ่อที่ตายไป ความสมปรารถนาจึงจะมีโอกาสเกิดขึ้นได้

## ๖๐. นอนสูงกว่าแม่

### คำถาม

กราบเรียน ท่านอาจารย์สนอง วรอุไร

หนูได้กระทำการที่ไม่ดีต่ออาจารย์ค่ะ คือ ในขณะที่ได้ฟังธรรมบรรยายของท่านอาจารย์ในเว็บกัลยาณธรรม ขณะหนึ่งจิตของหนูคิดไม่ดีต่ออาจารย์ค่ะ แล้วหนูก็รู้สึกตัวว่า ไม่ควรทำเป็นความเห็นผิดที่คิดลบหลู่ครูบาอาจารย์ที่หนูศรัทธาและนับถือ ซึ่งจะมีผลทำให้ปฏิบัติธรรมไม่ขึ้น หนูก็ไม่เข้าใจตัวเองเหมือนกันที่อยู่ ๆ ก็มีความคิดไม่ดีแบบนี้ อาจารย์เคยบอกว่า ความคิดที่ไม่ดีแบบนี้ เกิดจากการที่มีกำลังสติอ่อน ซึ่งก็เป็นความจริงค่ะ ดังนั้นหนูขอกราบขอขมาต่อท่านอาจารย์สนอง วรอุไร ด้วยกายกรรม ๓ วชิกรรม ๔ มโนกรรม ๓ กรรมอันหนึ่งอันใดที่หนูได้ประมาท พลาดพลั้งล่วงเกินต่อท่านอาจารย์สนอง วรอุไร ทั้งต่อหน้าก็ดี ลับหลังก็ดี ขออาจารย์โปรดเมตตา



อโหสิกรรมให้แก่หนูด้วยค่ะ หนูมีเรื่องเรียนถามอาจารย์ ๑ ข้อ  
ค่ะ คือ

จากการฟังธรรมบรรยาย อาจารย์บอกว่า หากเรานอนสูงกว่าพ่อแม่ คือ พ่อแม่นอนชั้นล่าง ส่วนเรานอนชั้นบน จะทำให้เราทำอะไรก็ไม่เจริญ หากว่ามีความจำเป็นที่คุณแม่ต้องนอนชั้นล่าง เนื่องจากคุณแม่อายุมากแล้ว เดินขึ้นบันไดไม่ไหวค่ะ หนูบอกท่านแล้วว่ามันเป็นบาปกับหนู ท่านบอกหนูว่าท่านไม่ถือ แล้วก็นอนตำแหน่งไม่ตรงกัน คงไม่เป็นไรหรอก

เรียนถามท่านอาจารย์ว่า อย่างนี้ถือเป็นบาปหรือไม่ค่ะ ถ้าเป็นบาปต้องแก้ไขอย่างไรค่ะ

ขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงค่ะ

## คำตอบ

อโหสิให้แล้วครับ

เมื่อใดพ่อแม่ไม่ถือว่าเป็นโทษ โทษนั้นยอมไม่มีกับผู้ถามปัญหา ที่บอกเล่าไปสามารถทำได้ จะดียิ่งขึ้นหากผู้ถามปัญหาสวดมนต์ก่อนนอน หลังสวดมนต์กำหนดลมหายใจ (พุท-โธ) เมื่อเสร็จกิจทั้งสองแล้ว อุทิศบุญให้พ่อแม่ แล้วบอกให้ทำนุอนุโมทนา และจะดีที่สุดหากผู้เป็นลูกมีความกตัญญูตเวที ด้วยการประพฤติจริยธรรมของการเป็นลูกให้ถูกต้อง เช่น ท่านเลี้ยงมา เลี้ยงท่านตอบแทน ทำงานแทนพ่อแม่ ไม่ประพฤติโต้แย้งโต้เถียง ประพฤติตนไม่ให้วงศ์ตระกูลต้องเสื่อมเสีย ฯลฯ



๑๘๓ : www.kanlayanatam.com

## ๖๑. โง่เอง

### คำถาม

กราบเรียนค่ะ

ลูกมีเรื่องอยากขอคำแนะนำจากอาจารย์ค่ะ ขณะนี้ลูกมีฝึกงานอยู่ที่ต่างประเทศ และมีเรื่องที่ทำให้ลูกไม่สบายใจเนื่องจากเพื่อนร่วมงานค่ะ ลูกเพิ่งได้รับงานที่มีความซับซ้อนเล็กน้อย แต่สิ่งที่ทำให้ลูกเกิดความทุกข์ใจ และส่งผลกระทบต่อลูกมากที่สุดคือเพื่อนที่ร่วมทำงานกับลูก เพราะลูกมีวิตกกังวลค่อนข้างมาก ทำให้เวลาที่ไต่ถามเพื่อนร่วมงาน คุยกระซิบกระซาบ หูก็มักจะพยายามตั้งใจฟังว่าเขานินทาเราหรือไม่ บางครั้งลูกก็คิดว่าเขาพูดถึงลูกในแง่ลบ หรือหมั่นไส้ลูกเพราะนายของลูกมีความเมตตาต่อลูกมาก แต่เพื่อนที่ดีลูกคิดว่าเขาดีจริงๆก็มีค่ะ

อีกเรื่องคือ งานที่ลูกได้รับเป็นงานของเจ้านายอีกคนที่กำลังจะลาออกไป ซึ่งเป็นงานที่สำคัญต่อบริษัทมาก ลูกกลัวกว่าเขาจะมองเราว่าเพิ่งมาทำงาน ทำไมจึงได้รับมอบหมายงานเช่นนี้ ลูกควรทำอะไรคะ มีความทุกข์ใจเช่นนี้ เป็นอุปสรรคต่อการทำงานของลูกมาก ดูเหมือนคนรอบๆมีความไม่จริงใจต่อเรา พูดกับเราดีต่อหน้าแต่แอบว่าเราลับหลังหรือไม่

ลูกอยากจะทำให้อาจารย์เป็นเหมือนคุณครูที่อาจารย์เคยบรรยาย แต่มันยากเหลือเกินค่ะ ขณะนี้ลูกแทบจะนับวันรอกลับไทยเลยเพราะลูกรู้สึกโดดเดี่ยวมาก

อาจารย์ช่วยกรุณาแนะนำลูกด้วยค่ะ ลูกทราบว่าเป็นเหมือน



โง่ที่ไปรับสิ่งที่ไม่ดีมาเก็บไว้ในจิต แต่ลูกก็ไม่ทราบว่าจะแก้อย่างไร  
ทราบใดที่ลูกยังต้องได้ยินสิ่งที่ทำให้ลูก ไม่สบายใจเช่นนี้

### คำตอบ

ที่บอกเล่าไปเป็นการแสวงบาปใส่ตัวที่คนโง่นิยมประพฤติก้น (ขอยกยที่พูดตรง) ผู้ใดพัฒนาจิตให้มีสติ เช่น สวดมนต์ก่อนนอน เจริญอานาปานสติหลังสวดมนต์ เมื่อประพฤติดจนเป็นปกติได้แล้ว จิตย่อมมีกำลังสติเพิ่มขึ้น มีปัญญาเห็นถูกตามธรรมเกิดขึ้น จิตที่มีสติปัญญาส่องนำทางให้ชีวิต จะไม่รับเอาบาปของคนอื่นมาเป็นบาปของตัวเอง คนอื่นกระสับกระส่าย มันเป็นเรื่องของเขา แต่เราโง่เองที่ไปเอาเรื่องของคนอื่นมาเป็นเรื่องของตัวเอง ดังนั้นผู้ใดประพฤติตามที่แนะนำได้แล้ว ปัญหาจึงจะหมดไปได้ เช่นเดียวกัน ใครประพฤติไม่จริงใจ มันเป็นเรื่องของเขา แต่เราต้องประพฤติจริงใจต่อทุกคนที่เข้ามาสัมผัสด้วย

การเข้ามาทำงานใหม่ แล้วได้รับมอบหมายให้ทำงานสำคัญของบริษัท นั่นเป็นเรื่องของศักยภาพในการทำงานของผู้ถามปัญหา มีสูงกว่าคนอื่นที่ทำงานมาก่อน ผู้ถามปัญหาได้รับมอบหมายให้ทำงานสำคัญ เพราะเจ้านายผู้มีอำนาจสั่งการ เห็นว่าผู้ถามปัญหามีความสามารถเหมาะสมกับงาน จึงได้สั่งการเช่นนั้น

อนึ่ง ผู้ใดรู้ว่าตนเองโง่ ผู้นั้นมีโอกาสเจริญได้ในวันข้างหน้า และหากผู้ใดประพฤติตามคำชี้แนะ ผู้นั้นมีโอกาสพ้นไปจากปัญหาที่เกิดขึ้นได้





๑๔๔ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

## ๖๒. ควรเลิกกับเธอไหม

### คำถาม

กราบเรียน ท่านอาจารย์ สอนง วรรอุไร

ผมมีเรื่องอยากเรียนท่านอาจารย์ครับ คือ ปัจจุบันผมได้มาทำงานที่ต่างประเทศเกือบสิบปีแล้ว และห้าเดือนที่ผ่านมาผมได้คบกับผู้หญิงคนหนึ่ง ซึ่งเธอก็มีแฟนอยู่แล้วแต่แฟนของเธอก็มีภรรยาอยู่ที่เมืองไทย เมื่อเธอได้เจอกับผมเธอก็ตัดสินใจมาอยู่กินกับผม เธอก็ดีกับผมและรักผมมากและผมก็รักเธอมากเช่นกัน เราตั้งใจจะสร้างอนาคตด้วยกันแต่ความรู้สึกของผมเหมือนทำผิดที่พรากเธอมาจากผู้ชายคนนั้นแต่อีกใจหนึ่งก็คิดว่าผู้ชายคนนั้นมีภรรยาอยู่แล้ว และไม่ได้รับผิดชอบเธอจริงๆ ผมเลยเกิดความสับสนอยู่ตลอดเวลา และหลังจากที่ผมได้ฟังการบรรยายธรรมจากท่านอาจารย์ และหลวงปู่เณรคำแล้ว ผมก็คุยกับเธอและเปิดคลิปการบรรยายธรรม ให้เธอฟังผมลองถามเธอว่า ถ้าผมจะไปบวชจะว่าอย่างไร เธอก็ไม่ยอมครับ ผมก็สงสารและเป็นห่วงเธอเช่นกันเลยตกลงกับเธอว่า เราสองคนจะบวชที่บ้าน คือต่อไปจะรักษาศีล ๕ และทานไม้ให้ขาด

เรื่องที่ผมอยากถามอาจารย์ ก็มีดังนี้ครับ

๑. ผมและเธอทำผิดศีลไข่มใหม่ครับ และผมควรเลิกกับเธอไหมครับ



๒. ตั้งแต่วันนี้เป็นต้นไปผมและเธอ จะตั้งใจรักษาศีล และทานไปตลอด ผมและเธอจะหลุดพ้นจากบาปได้ไหมครับ

๓. ผู้ที่เคยทำบาปมาแล้ว อย่างผมกับเธอวันนี้คิดจะทำ แต่ความดี ขอให้ ท่านอาจารย์ได้โปรดชี้แนะแนวทางที่ถูกที่ควร ด้วยครับ

ขอบพระคุณอาจารย์มากครับ

### คำตอบ

(๑). ถือว่าผิดศีลข้อ ๓ ผู้ใดรู้ว่าทำผิดแล้วทำใหม่ให้ถูก คือไปสารภาพผิดต่อเจ้าของ แล้วขอมาเป็นภรรยาของตน เมื่อพ่อแม่ยกให้ ความผิดอันเป็นบาปจะยุติลงเท่านั้น แต่บาปที่ทำไว้ก่อนยังรอให้ผล

(๒). จะพ้นจากบาปนั้นได้ ต้องปฏิบัติทาน-ศีล-ภาวนา จนสามารถปิดบาปกรรมได้ ดังที่สิริมาโสภณิแห่งแคว้นมคธ ได้ ทำให้ดูเป็นตัวอย่างแล้วนั้น

(๓). สำหรับผู้ที่มีบุญบารมีเก่า สั่งสมมาแต่อดีตไม่มากนัก ต้องนำตัวเองเข้าปฏิบัติธรรม จนสามารถพัฒนาจิตให้เข้าถึงดวงตาเห็นธรรมได้แล้ว บาปเก่าที่ยังถูกเก็บสั่งสมอยู่ในจิต ย่อมหมดโอกาสให้ผล



๑๕๖ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

## ๖๓. เขาเป็นคนขี้เมา

### คำถาม

กราบเรียนท่าน ดร.สนอง วรอุไร ค่ะ

หนูมีเรื่องทุกข์ใจอยากจะสอบถามหน่อยค่ะว่า ทำไมหนูจึงมีจิตใจที่เปลี่ยนแปลงไปมาก คิดว้าววน มีนิสัยดื้อรั้น คือเริ่มเป็นคนสับสนในตัวเองอย่างมากค่ะ ไม่แน่ใจว่าที่คิดแบบนี้ถูกหรือผิด และก็กลัวไปเองในสิ่งที่ยังไม่เกิดขึ้นจนบางคนเขาก็บอกว่า หนูบ้า เป็นโรคประสาท ไม่เต็มบ้างค่ะ ไม่ทราบว่าเป็นแบบนั้นเขา เรียกว่าเป็นบ้าหรือจิตวิปลาสไหมคะ รู้สึกว่าตัวเองเป็นคนใจร้อนร้นคิดจะด่าว่าก็ทำโดยไม่สนใจใคร บางครั้งรู้สึกว่าจะตัวเองทำเสียหายเสียชื่อเสียง และที่คิดจะเลิกกับแฟนเพราะเขาเป็นคนขี้เมา มีเมียเยอะแก่กว่าหนูหลายปีแต่ใจดี และหนูไม่สามารถทำอย่างที่เขาต้องการได้ ทั้งที่หนูก็รักเขาแต่หนูก็คิดจะตัดใจ เดี่ยวบอกเลิก เดี่ยวก็ไม่เลิกหนูควรจะทำอย่างไรกับเขาดีคะ จนเขาและเพื่อนเขาเริ่มจะสับสน และเบื่อหนูแล้วค่ะทำเหมือนคนไม่มีศักดิ์ศรีเลยไม่อยากเป็นแบบนี้เพราะ รู้สึกแย่

ทำไมหนูถึงเป็นแบบนี้ และควรจะทำอย่างไรดีคะถึงจะถูกต้องและมีชีวิตที่ดีขึ้นนะคะ

ขอบคุณท่านอาจารย์มากค่ะ

### คำตอบ

คนที่คิดสับสน คิดว้าววน ถือว่าเป็นคนที่ขาดสติ หรือ



สติมีกำลังอ่อน ผู้ใดพัฒนาจิต (สมถภาวนา) จนเข้าถึงความตั้งมั่นเป็นสมาธิได้แล้ว ย่อมมีโอกาสเกิดปัญญาเห็นถูกตามมา ผู้ใดมีสติและมีปัญญาเห็นถูก เรียกผู้นั้นว่ามีสติสัมปชัญญะ ผู้มีสติสัมปชัญญะสามารถระลึกได้ทันสิ่งที่เข้ากระทบจิต เมื่อรู้ว่าดีแล้วประพฤติ เมื่อรู้ว่าไม่ดีแล้วไม่ประพฤติ ผู้มีการประพฤติเช่นนี้ย่อมมีพฤติกรรมดีงาม ความคิดสับสน คิดวุ่นย่อมหมดไป ดังนั้นผู้ถามปัญหาปรารภผ่านพันพฤติกรรมไม่ดีของชีวิต ต้องนำตัวเองไปพัฒนาจิต จนเกิดปัญญาเห็นถูกตามธรรมได้เมื่อใด ความคิดวุ่น ความคิดสับสน การมีพฤติกรรมไม่ดีย่อมหมดไป ผู้รู้ไม่ก้าวล่วงในชีวิตของใครผู้ใด แต่ชี้แนะแนวทางที่จะทำให้ปัญหาหมดไปได้



## ๖๔. ควรฝึกวันละกี่ชั่วโมง

### คำถาม

การฝึกจิต อยากรู้ว่า ควรฝึกวันละกี่ชั่วโมงครับ ผมพึ่งฝึกวันแรก ขอคำแนะนำหน่อยนะครับ ขอบคุณครับ

### คำตอบ

ฝึกปฏิบัติธรรมวันละกี่ชั่วโมง ยังไม่สำคัญเท่ากับ ฝึกได้ถูกตรงตามธรรม มีศีล มีสัจจะ และฝึกต่อเนื่องทุกวัน เมื่อเหตุปัจจัยลงตัว ผลสัมฤทธิ์ย่อมเกิดขึ้น



๑๔๘ : www.kanlayanatam.com

## ๖๕. ทำอย่างไรได้อย่างนั้น

### คำถาม

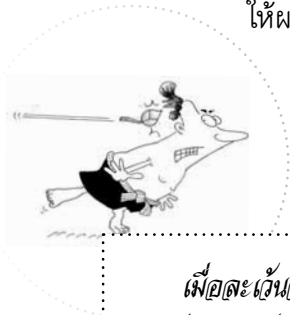
กราบเรียนท่านอาจารย์สนอง

การทำบุญตักบาตรทุกเช้า กับการถวายเงินเป็นค่า  
อาหารเลี้ยงภิกษุสามเณรและผู้ปฏิบัติธรรมทุก ๆ เดือน มี  
อานิสงส์ต่างกันอย่างไรคะ

กราบขอบพระคุณท่านอาจารย์เป็นอย่างสูงค่ะ

### คำตอบ

ให้อาหารเป็นทานด้วยการใส่บาตรทุกวัน เมื่อกรรมดี  
ให้ผล ย่อมมีอาหารบริโภคอุดมสมบูรณ์ ส่วนการ  
ถวายเงินถือว่าเป็นการให้ทรัพย์เป็นทาน เมื่อ  
กรรมดีให้ผล ผู้ถวายทรัพย์เป็นทานทุกเดือน  
ย่อมมีทรัพย์ให้ใช้จ่ายอย่างไม่ขาดมือ



เมื่อละเว้นจากสถานที่ที่เป็นอันตราย ความรู้ดีก็ยุ่งเหยิง  
ต่างๆ ละค่าๆ ลดน้อยลงไป การปราศจากความสุขใจ  
และทำให้ความอดสูหาในทางที่ดีเพิ่มขึ้น  
เมื่อมีจิตใจที่แฉ่มแฉ่งบริสุทธิ์ การเข้าใจหลักธรรมอันแจ่มชัด  
แน่นอน ก็จะเกิดขึ้น การฝึกฝนโดยปราศจากความสุขใจ  
คืออุปนิสัยของพระโพธิสัตว์



## ๖๖. ไม่อยากทำแล้วค่ะ

### คำถาม

กราบเรียน ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไรค่ะ  
หนูเรียนคณะสัตวแพทย์ ชั้นปีที่ ๕ ที่ผ่านมาต้องฆ่าสัตว์  
หลายชนิดเพื่อการศึกษา ซึ่งหนูไม่อยากทำเลยคะ .. ไม่อยากทำ  
แล้วคะ เมื่อคิดว่าปี ๖ ก็ต้องทำต่อไปและมากกว่าเก่า และถ้า  
เรียนจบไปประกอบอาชีพ ก็มีโอกาสรประกอบกรรม การทำหมัน  
การฆ่าเห็นหมัด การตัดสินชีวิตสัตว์ และอื่นๆอีก

ความคิดและความรู้สึกดังกล่าวมานี้ ทำให้คิดจะหยุด  
เรียนและรับปริญญา วทบ.เฉยๆคะ แต่..น้องชายก็เพิ่งดริบ  
เรียน .. แม่กับพ่อผิดหวังคะ หนูคิดว่า ถ้าหนูจะทำอีกคน พ่อ  
กับแม่คงจะผิดหวังมากทีเดียว ไม่รู้จะตัดสินใจอย่างไรคะ  
ขออาจารย์ช่วยชี้แนะ..แนวทางการคิด..ด้วย

๑. อาจารย์บอกว่า “บุคคลมีชีวิตเป็นของตัวเอง ผู้รู้ไม่มี  
สิทธิ์เข้าไปก้าวล่วง” ถ้าพ่อแม่คาดหวัง แล้วเราทำให้ผิดหวัง ..  
ไม่บาบแต่ .. จะดีหรือคะหนูพูดไม่ออกจริงๆ

๒. ถ้าเลือกตัดสินใจเรียนต่อ ควร  
ประพฤติ + รักษาใจ อย่งไรคะ เพื่อนๆบอก  
ว่า ปัญหาอยู่ที่ใจหนูมากกว่าคะ .. ควรจะทนๆ  
ไป อีกปีครึ่งเอง..

ขอบพระคุณค่ะ





๑๕๐ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

## คำตอบ

(๑). พ่อกับแม่คาดหวังให้ลูกทำในสิ่งที่ผิดไปจากธรรม ลูกไม่ประพฤติตามย่อมไม่มีบาปเกิดขึ้น แต่พ่อและแม่ผู้รู้ไม่จริงแท้ จึงสร้างบาป (คาดหวัง) ให้เกิดขึ้นกับตัวเอง ผู้คาดหวังจึงต้องรับบาปนั้น เมื่อลูกพูดไม่ออกก็ไม่ต้องพูด เพียงแต่นิ่งเฉยไว้ และต้องประพฤติจริยธรรมลูกที่ดีต่อพ่อแม่ แล้วชีวิตของลูกจะไม่วิบัติ

(๒). หากตัดสิ้นใจเรียนต่อให้จบ ผู้เป็นลูกต้องพัฒนาจิตตัวเองให้มีบุญมากกว่าบาป แล้วบุญจะสามารถคุ้มครองชีวิตมิให้วิบัติได้

## ๖๗. ตามแบบหลวงพ่อ

### คำถาม

กราบเท้า ครูอาจารย์ ดร.สนอง

ผมได้ฟังซีดีของท่านอาจารย์ ดร.สนองมาหลายครั้งแล้ว เกิดความเสื่อมนใจในจริยวัตรต่างๆ ของท่านอาจารย์ ดร.สนอง เป็นอย่างมาก แต่ยังไม่มีโอกาสได้ไปกราบเท้าอาจารย์ ดร.สนอง เลย เพราะอยู่ถึงชลบุรี ผมได้เจริญสติ มาประมาณ ๑-๒ ปี แล้ว ได้ฝึกมาหลายๆอย่าง แต่รู้สึกว่าคุณจิตกับ พุทโธ แต่มาระยะหลัง มาบริหารม นะมะ พะระ ตามแบบหลวงพ่อกุญชรสิงดำ แล้ว



รู้สึกถึงความโล่งเบา และจิตเข้าสมาธิเร็วกว่าเดิม อย่างนี้ถือว่า  
การบริการ นมมะ พะธะ ถูกจริตมากกว่าไหมครับ อยกบกวอน  
ท่านอาจารย์ ดร.สนอง ช่วยชี้แนะด้วยครับ

- การที่ผมฝึกเจริญสติด้วยตนเอง โดยไม่มีพระอาจารย์  
ใด ช่วยแนะนำอย่างจริงจัง จะทำให้ผม ผิดทางได้หรือไม่ หาก  
เป็นไปได้ อยากให้ท่านอาจารย์ ดร.สนอง ช่วยแนะนำพระ  
อาจารย์ ที่เป็นกัลยาณมิตรของผมด้วย

- แพนผมเปิดร้านเพ็ทช้อป อาบน้ำตัดขน สุนัข ต้องมี  
การเก็บเห็บ หมัดจากสุนัข ไปปล่อยเสมอ แต่อาจมีบ้างครั้งทำให้  
มันตายโดยไม่ตั้งใจ จะเป็นการสะสมบาปหรือไม่ครับ แล้วควร  
ทำอย่างไรดี

- ปัจจุบันร้านมีแนวคิดจะนำลูกสุนัขมาจำหน่าย แต่มี  
เพื่อนบอกว่า เป็นบาป ไม่ควรทำ การทำแบบนี้บาปหรือไม่ครับ  
แล้วควรทำหรือไม่ครับ

สุดท้ายนี้ขอกราบเท้าท่านอาจารย์ ดร.สนอง ด้วยความ  
เคารพขง ขอให้ท่านอาจารย์ ดร.สนอง สั่งสอนธรรมไปนานๆนะ  
ครับ

### คำตอบ

ตามที่บอกเล่าไปถึงว่าประพฤติธรรมได้ถูกต้องกับจริต  
แต่ต้องไม่ลืมพัฒนาจิตตนเองให้เกิดปัญญาเห็นแจ้ง เพื่อนำพา  
ชีวิตไปสู่ความเป็นอิสระ และพ้นไปจากความทุกข์





๑๕๓ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

ผู้ใดมีบุญบารมีสั่งสมมาแต่อดีตมากพอ ผู้นั้นสามารถปฏิบัติธรรมด้วยตัวเองได้ คือปฏิบัติสมถกรรมฐาน แล้วจิตเข้าถึงความตั้งมั่นเป็นสมาธิ ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน แล้วจิตเข้าถึงปัญญาเห็นแจ้งได้ผลแห่งการปฏิบัติธรรมเป็นเช่นนี้ จึงจะถือได้ว่าปฏิบัติธรรมได้ถูกต้อง ตรงกันข้าม ผู้ที่อบรมสั่งสมบารมีมาไม่มากพอ ควรแสวงหาครูบาอาจารย์ ผู้มีประสบการณ์ถูกต้องตามธรรม มาเป็นครูสอนกรรมฐาน หากผู้ถามปัญหาปรารณาความเจริญในชีวิต ควรฝากตัวเป็นศิษย์กับหลวงปู่ภูพาน แล้วอยู่ปฏิบัติธรรมกับท่าน

ความไม่สบายกาย ความไม่สบายใจ หากเกิดขึ้นกับผู้ใดแล้ว ถือว่าผู้นั้นมีบาป ผู้ใดปรารณาไม่ให้บาปเกิดขึ้น ต้องเลือกประกอบอาชีพที่เป็นสัมมาอาชีพะ หรือประกอบอาชีพเดิมที่เป็นบาป แต่ต้องพัฒนาบุญให้เกิดขึ้นอยู่เสมอ พัฒนาบุญให้มีผลยิ่งใหญ่กว่าบาป แล้วชีวิตจะไม่วิบัติ

## ๖๘. ต้องปฏิบัติอย่างไร

### คำถาม

กราบเรียนอาจารย์ที่เคารพครับ อยากให้ท่านอาจารย์ช่วยอธิบาย เรื่อง คำถามต่อไปนี้ครับ

๑) เรื่องที่คิด ในสิ่งไม่ดี ไม่เหมาะสม แต่การกระทำไม่เคยกระทำ ทำไมจิตของเราไม่เป็นตัวเราครับ เพราะจุดประสงค์



แท้จริงเราอยากเป็นคนดี แต่ในหลายครั้งจิตกลับคิดสิ่งที่ไม่ดี สาระสกปรก น่ารังเกียจ แม้แต่ผู้มีพระคุณ หรือ ผู้มีคุณธรรมสูงครับ บาบมาก กลัวมาก แต่ก็ยังแก้ไม่ได้ อาจารย์ให้เจริญสติให้กล้า แข็ง แล้วจะแก้ได้ ก็กระทำอยู่ แต่ยังไม่ไหว ถ้าไม่เจอหรือ พบ ก็ไม่คิด แต่หากมาพบหรือเจอกลับคิด เช่นกัน หากกระผมได้เคย สว่างเกินท่านอาจารย์ไม่ว่าทางใด ขออาจารย์จงงดโทษ ยกโทษ อโหสิกรรมให้กระผมด้วยครับ มีคำกล่าวที่ว่าทุกสิ่งเกิดจากเหตุ เมื่อเหตุดับ ทุกสิ่งก็ดับ กรณีนี้มันเกิดมาจากเหตุใดครับ

๒. ขาตินี้รู้สึกตนว่าเป็นคนโง่ คนมีไหวพริบน้อย ไม่ทัน คน ต้องทำบุญอย่างไร หรือปฏิบัติอย่างไร จึงจะพัฒนาตนให้ เป็นคนฉลาด มีปัญญาไว้ (ในชาติต่อไป) ครับ

๓. คำว่า มหัทธานนั้น ต้องทำอย่างไรครับ ให้เหมาะ กับสภาพ เศรษฐกิจของตนเองครับ เห็นคนทำบุญ ตั้งโรงงาน แต่ตนเองกับมีรายได้ไม่มาก แค่นั้นเองก็แทบเอาตัวไม่รอดแล้ว ครับ

๔. ทุกวันนี้ทำไม คนดี ( ต้องมาร่วมรับกรรมกับคนเลว) เช่น น้ำท่วมหาดใหญ่ น้ำท่วมโคราช บางคนสิ้นเนื้อประดาตัว เห็นแล้วสงสารครับ และยังมีคำทำนายของคนบางคน น่ากลัว มาก เพราะแค่ สีนามิ อันเดมที่คนตายไปกว่าสองแสน บอกว่า เป็นแค่ขิมกลาง ต่อไป จะมีอีกและอาจเกิดได้ สองฝั่งทะเลไทย อาจารย์จะแนะนำเกี่ยวกับเรื่องนี้ได้อย่างไรครับ

ขอขอบพระคุณอาจารย์เป็นอย่างสูงครับ



๑๕๔ : www.kanlayanatam.com

## คำตอบ

(๑). หากผู้ถามปัญหาปรารถนาให้พ้นจากบาปที่ตนระลึกได้ ต้องขมากรรมต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เช่น พระพุทธรูป พระเจดีย์ ที่บรรจุพระธาตุ เจดีย์ที่บรรจุพระธรรม ฯลฯ แล้วพัฒนาจิตให้มีศีลคมอยู่ทุกขณะตื่น จากนั้นต้องฝึกจิตให้มีสติกล้าแข็ง จิตที่มีศีลและมีสติอยู่ทุกขณะตื่น สามารถป้องกันสิ่งชั่วร้ายมิให้เข้ามามีอำนาจเหนือใจได้ แล้วปัญหาที่ถามก็จะยุติไป

(๒). ผู้ใดปรารถนาความเฉลียวฉลาด รู้เท่าทันคน ผู้นั้นต้องเข้าใกล้และเสวนากับคนที่ปัญญาเห็นถูกตามธรรม และดีที่สุดในด้านเข้าปฏิบัติธรรม จนสามารถเข้าถึงปัญญาเห็นแจ้งได้เมื่อใดแล้ว ความเป็นผู้มีปัญญาเฉลียวฉลาด และรู้ทันคนย่อมเกิดขึ้นได้

(๓). คำว่า “ มหาทาน ” หมายถึงทานที่ให้กับคนหมู่มาก ให้กับหมู่สงฆ์ ผู้ทรงคุณธรรมสูง ให้ทานอย่างต่อเนื่องยาวนาน เจ็ดวัน ให้กับหมู่สงฆ์ที่มาจากจตุรทิศ ฯลฯ เหล่านี้เรียกว่า มหาทาน



การให้ทาน สามารถให้สิ่งดีงามได้ตามความเหมาะสมของตน เช่น ให้ทรัพย์สินเป็นทาน ให้ข้าว ให้น้ำ ให้ยาน ให้ที่อยู่อาศัย ให้แรงงาน เป็นทาน ให้โอกาสเป็นทาน ให้ภัยเป็นทาน ให้ธรรมะเป็นทาน ฯลฯ



## ๖๙. หนุต้องการช่วยคุณแม่

### คำถาม

กราบเรียนอาจารย์สนองที่เคารพ

ในช่วงปีที่ผ่านมา ได้รับประโยชน์จากธรรมะที่อาจารย์แนะนำอย่างมากเลยคะ ทำให้มีหลักคิด พุด ทำได้ถูกต้องและชัดเจนขึ้น หนุขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัยและบุญกุศลที่เคยทำไว้ทั้งในอดีตชาติและ ปัจจุบันชาติจงสำเร็จแก่อาจารย์สนอง รวมทั้งทีมงานทุกคนในชมรมกัลยาณธรรมให้มีความสุขกาย สุขใจ และประสบความสำเร็จในการทำสิ่งดีงามทุกประการนะคะ

อาจารย์คะ หนุขออนุญาตถาม ๒ คำถามนะคะ

๑. หนุต้องการช่วยคุณแม่ทำงานเพื่อลดภาระให้ท่านทำงานน้อยลง แต่เนื่องจากที่บ้านเป็นร้านของชำซึ่งจำหน่ายเหล่า บุหรี่ อยู่ด้วย ไม่อยากขายสิ่งเหล่านี้เลยคะ ช่วงแรก ๆ ช่วยทำงานไป บางครั้ง จิตตก ทุกข์ แต่สักพักก็คิดได้ว่า ต้องรักษาใจไม่ให้ตก (อะไรก็เสียได้ แต่ใจห้ามเสีย) ก็ดีขึ้นและปฏิบัติธรรม รวมทั้งสวดมนต์ทุกวันพร้อมทั้งอธิษฐานจิต ขอให้ทุกคนในครอบครัวของหนุหลุดออกจากวิบาก ที่ต้องขายสิ่งเสพติดและมิจฉาอาชีพทุกประการ ทั้งในภพนี้และทุก ๆ ชาติภพไป อยากขอคำแนะนำอาจารย์คะ ว่าควรทำอย่างไรดีที่สุดคะ

๒. เผอิญได้เจอข้อมูลที่ระบุว่า ให้หยุดทำบาปด้วยการไม่ถวายเงินทองแด่พระภิกษุสงฆ์ สามเณร โดยข้อมูลอ้างว่าผิด



๑๕๖ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

พระบัญญัติพระไตรปิฎก เล่ม ๓ หน้า ๙๔๐ เล่มสีน้ำเงิน และ  
เล่ม ๓ หน้า ๘๘๗ เล่มแดง ที่พระพุทธองค์ได้ระบุว่า ดูก่อน  
ภิกษุทั้งหลาย...อนึ่งภิกษุใด รับกัฏี ให้รับกัฏี ซึ่ง ทอง เงิน หรือ  
ยินดีทอง เงิน อันเขาเก็บไว้ให้กัฏีเป็นนิสสัคคียปาจิตตีย์ต้อง  
อาบัตินิสสัคคีย์ ต้องสละสิ่งของนั้นออกไป จึงจะพ้นโทษ หนุ  
งมากเลยคะ ตกลงถวายเงินให้พระไม่ได้หรือคะ แบบนั้นการ  
ทอดกฐิน ทอดผ้าป่าก็ไม่ถูกต้องหรือคะ อาจารย์ช่วยแนะนำ  
หน่อยนะคะว่า ต้องคิดอย่างไรให้ถูกต้องตามธรรม

กราบขอบคุณอาจารย์มากๆเลยนะคะที่สละเวลาช่วย  
ตอบคำถาม

### คำตอบ

(๑). การเกิดมาแล้วได้อัตภาพเป็นมนุษย์ มีงานใหญ่  
ที่ต้องทำอยู่สองงาน คือ งานภายนอกที่ต้องทำให้กับสังคม  
เช่น เปิดร้านขายของ และงานภายในที่ต้องทำให้กับตัวเอง คือ  
สั่งสมบุญ เพื่อใช้เป็นปัจจัยเดินทางสู่ปรโลก ผู้มีปัญญารู้เห็น  
เข้าใจ เช่นนี้ได้แล้ว ย่อมไม่ประมาทพัฒนาจิตให้มีบุญอยู่เหนือ  
บาป เพื่อให้บาปตามส่งผลไม่ทัน ทั้งในชีวิตนี้และในชีวิตหน้า  
และจะดีที่สุดหากสามารถพัฒนาจิต แล้วปิดอบายภูมิให้ได้ ดัง  
ที่อริยบุคคลได้ทำให้ดูเป็นตัวอย่าง

(๒). ภิกษุรูปใดมีจิตเป็นทาสของทรัพย์เงินทอง ภิกษุ  
รูปนั้นย่อมมีชีวิตวิบัติ ไม่สามารถพัฒนาจิตให้พ้นไปจากความ



ทุกข์ได้ ดังที่พระพุทธโคดมตรัสกับพระอานนท์ เมื่อเห็นถุง  
บรรจุเงินที่โจรนำมาทิ้งไว้ที่หัวคันทนา ขณะเดินบิณฑบาต ใน  
ทำนองที่ว่า

พระพุทธะ : อานนท์ เธอเห็นงูพิษไหม

พระอานนท์ : เห็นพระเจ้าค่ะ

ตรงกันข้าม ภิกษุรูปใดมีจิตเป็นอิสระจากทรัพย์เงิน  
ทอง นำเงินที่ได้จากการทอดกฐิน ทอดผ้าป่า ฯลฯ ไปใช้สร้าง  
ศาสนสถาน เช่น สร้างโบสถ์ สร้างเจดีย์ สร้างศาลาปฏิบัติ  
ธรรม ฯลฯ ได้ถูกต้องตามเจตนารมณ์ของผู้สละทรัพย์ทำบุญ  
บาปย่อมไม่เกิดขึ้นกับภิกษุรูปนั้น

## ๗๐. หากเป็นเรื่องจริง

### คำถาม

เรียนท่านอาจารย์ ดร.สนอง

ทุกครั้งที่ลูกมีความทุกข์ลูกจะนึกถึงท่าน เสมือนแสง  
สว่างในความมืดของลูกยังไม่รู้ว่าจะเริ่มต้นจากจุดทางไหน ขอ  
ความกรุณาจากท่านด้วยเถิด ลูกกำลังประสบปัญหาวิบาก  
กรรมเป็นจุดใหญ่ที่จะเปลี่ยนแปลงชีวิตลูก ลูกรู้ว่าลูกเคยทำผิด  
มากมาย ยิ่งระลึกได้ก็ยิ่งรู้ว่าตัวเองเลวมาก อยากรู้ว่าแต่ชาติที่  
แล้วเลขชาตินี้ลูกก็จะกะอักแล้ว ลูกวันนี้ลูกก็พยายามรักษาศีล



กาย วาจา ใจ ทั้งทาน และ ภาวนา เท่าที่มีโอกาสอย่างแท้จริง แต่ทุกครั้งที่ลูกตั้งใจทำ เช่น ตื่น ตี ๕ สวดมนต์ นั่ง สมาธิ ทำ กับข้าว ไปทำบุญตักบาตร หมั่นทำประจำ แต่สิ่งที่มากระทบ เกิดขึ้นกับลูกก็ยิ่งรุนแรงอยู่ เช่นพอลูกทำบุญเสร็จลูกตั้งใจต้อธิฐานอุทิศบุญกุศลให้เจ้ากรรมนายเวร ออกชื่อคนที่ลูกกำลังมีปัญหาที่ทำให้ลูกทุกข์ใจ ทั้งที่ไม่ได้เจอกันนาน ก็ต้องมีเหตุให้เจอกันอย่างไม่มีเหตุผลและความรุนแรงก็เกิดขึ้นจนลูกตั้งตัวไม่ทัน ทั้งที่ลูกกับเขาไม่ได้ มีปัญหารุนแรงอะไรกันมากมายถึงขนาด จะเข้ามาทำร้ายกัน แต่วันไหนที่ลูกไม่สวดมนต์ ไม่ไปทำบุญวันนั้นเหตุการณ์ปกติไม่มีอะไรเข้ามากระทบใจกระทบกาย ลูกไม่ได้ท้อ แต่ก็อดสงสัยไม่ได้ และเห็นคนอื่นเขาก็ยังทำผิดศีลอยู่ที่ ก็ยังมีชีวิตที่ดี ประสบความสำเร็จในธุรกิจ

แต่กับลูกยังต้องทนทุกข์กับตัวเองอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ยังไม่รู้ว่าต้องทำยังไง สถานะการณ์ตอนนี้ ลูกตกงาน ธุรกิจก็โดนโกงและขาดทุน แฟนนอกใจไปมีคนอื่น ลูกต้องอยู่อย่างโดดเดี่ยวในท่ามกลางวิกฤต ไม่มีแม้กระทั่งคนที่จะกล่าวถามว่าสบายดีไหม ทั้งที่ไม่มีใครแต่ภาระที่ต้องรับผิดชอบชีวิตคนอื่นก็มีมาก อยู่ ลูกทั้งสองคนก็กำลังเรียนอยู่ ลูกสาวเรียนดี กำลังจะจบ ม.ปลาย และ เอนท์ เข้ามหาลัย แต่ยังไม่รู้ว่าจะติดอะไร ก็มีปัญหากันนิดหน่อย เพราะสิ่งที่เขาอยากเป็นลูกก็ไม่ได้พอใจนัก แอบผิดหวังอยู่แต่ก็ไม่กล้าพูดอะไรมาก และลูกก็ต้องส่งเงินเลี้ยงแม่ที่ต้องอยู่คนเดียว ทั้งที่ลูกแม่ก็เยอะแต่ภาระเรื่องเงินก็ตกอยู่ที่ลูกคนเดียว แต่ลูกก็ยังมีความสุขที่ได้ทำอย่างนั้น ไม่ได้คิดว่าเป็นภาระอย่างไร ลูกอยากมีโอกาสไปปฏิบัติธรรม



อย่างแท้จริง เพราะว่าว่างงานอยู่ แต่ก็ไปไม่ได้เพราะ มีหมาพิการอยู่ตัวหนึ่ง ที่ต้องล้างขี้ล้างเยี่ยวอยู่ขอร้องที่ใช้คานี้คะ (เคยเขียนมาปรึกษาท่านครั้งหนึ่งว่าต้องทำยังไงกับเขาดี) และอย่างที่บอกว่า ลูกไม่มีใครจริงๆ อยู่คนเดียว ที่ไม่สามารถจะพึ่งใครได้ในวิบากกรรมเช่นนี้ ถ้าลูกจะทิ้งไปก็กลัวบาป ไปทำบุญแต่จะได้บาป ลูกจะต้องทนทุกข์และโดดเดี่ยวอย่างนี้ไปอีกนานไหมคะ ประมาณ ๒ ปีแล้วคะที่ลูกเป็นอย่างนี้ ลูกสำนึกผิดแล้วจริงจริงคะแต่ไม่รู้ว่าจะเริ่มต้นยังไง

\*ต้องทนทุกข์รับกรรมอย่างนี้ไปอีกนานเท่าไร ?

\*ถ้าลูกไม่สามารถส่งผลเสียลูกเข้ามาหาเลยได้ลูกจะบาปไหม ?

\*และถ้าลูกยังไม่มีอะไรทำอยู่ สัตว์เลี้ยงที่ลูกดูแลต้องโดนทิ้งลูกจะบาปไหม ? เพราะ แฟนเก่าเขาก็ไม่รับผิดชอบช่วยทิ้งที่ก่อมาด้วยกัน.

ลูกตัดสินใจเขียนมาหาท่านเพราะรู้ว่า มีท่านคนเดียวที่ลูกคิดออกในตอนนี้และรู้ว่า จะได้รับคำตอบที่เป็นแสงสว่างที่แท้จริงในชีวิต เพราะวิบากกรรมที่ลูกประสบอยู่ตอนนี้ มีเข้ามาเกือบทุกวัน ลูกยังงงอยู่สิ่งที่ไม่น่าเกิดก็บังเกิด กราบขอบพระคุณคะ

### คำตอบ

หากมีชีวิตเป็นจริงดังที่บอกเล่าไป ก็เป็นชีวิตที่น่าสงสาร เหตุเพราะกรรมไม่ดี กำลังให้ผลเป็นอกุศลวิบาก ผู้ทำกรรมไม่ดีไว้ก่อน จึงต้องยอมรับความจริง และชดใช้หนี้เวรกรรมไปจนกว่า



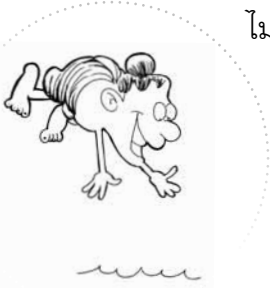


จะหมดสิ้น แล้วชีวิตจึงจะพ้นอกุศลวิบากนั้น การปฏิบัติธรรมเป็นบุญใหญ่สุด ผู้ใดปฏิบัติธรรมแล้วอุทิศบุญใช้หนี้เจ้ากรรมนายเวรหนี้เวรกรรมย่อมหมดไปได้เร็ว

(๑). ถามไปว่า : ต้องทนทุกข์รับกรรมอย่างนี้ไปอีกนานเท่าไร

ตอบมาว่า : ต้องรับอกุศลวิบากไปอีกนาน เท่าที่ชดใช้หนี้เวรกรรมได้หมด หรือเจ้ากรรมนายเวรอโหสิให้

(๒). ถามไปว่า : ถ้าลูกไม่สามารถส่งเสียบุตรให้เข้าเรียนในมหาวิทยาลัยได้ จะบาปไหม?



ตอบมาว่า : ถ้าเขาไม่ประสงค์จะเรียนในมหาวิทยาลัยไม่ถือว่าเป็นบาป ถ้าเขาประสงค์แสวงความรู้ในสถาบันนอกมหาวิทยาลัย แล้วผู้เป็นแม่ไม่ส่งเสริมให้เขาเรียน ถือว่าเป็นบาป เพราะไม่ประพฤติกิริยธรรมของการเป็นแม่ที่ดี

(๓). ถามไปว่า : ถ้าสัตว์เลี้ยงที่ผู้ถามปัญหาดูแลอยู่ ถูกทิ้งจะบาปไหม

ตอบมาว่า : บาปครับ

เพื่อนที่มีความสัมพันธ์คบหากันมานานก็ละจากกันไป  
ทรัพย์สมบัติและสิ่งที่ครอบครองมาด้วยศรัทธาความพยายามก็ต้อง  
ละทิ้งไป วิญญาณซึ่งเป็นแขกพักอาศัยอยู่ในกายก็ละออกจาก  
กายไป การไม่ยึดติดกับชีวิตนี้ คือกิเลสปฏิบัติของพระโพธิสัตว์



## ๗๑. ได้บุญหรือได้บาป

### คำถาม

อยากถามอาจารย์ว่า

การที่ผมนำเงินใส่ซองแล้วปิดอย่างมิดชิด เพื่อนำซองนั้นไปถวายพระคุณเจ้า โดยที่กระผมใส่บาตรด้วยซองแล้วตามด้วยซอง ซึ่งเจตนาของผม นั้นเพื่อบำรุงพระพุทธศาสนาหรือตามความประสงค์ของพระคุณเจ้า การกระทำเช่นนี้เป็นบุญหรือเป็นบาปครับ อาจารย์ช่วยชี้ทางให้ด้วยครับ

ขออนุโมทนาบุญที่อาจารย์ได้ตอบคำถาม สาธุ สาธุ สาธุ

### คำตอบ

บาตรเป็นภาชนะที่ภิกษุสามเณรใช้รับอาหารบิณฑบาต ดังนั้นการนำอาหารไปใส่ลงในบาตร ผู้ใส่บาตรได้บุญ การนำซองไปใส่ลงในบาตร เป็นการทำให้ผิดวัตถุประสงค์แล้วไม่สบายใจ ถือว่าเป็นบาป



เมื่อไปพัวพันกับคนพาลผู้มีจิตอกุศล  
พิษสามประการก็จะเพิ่มขึ้น ก็ในสมาธิก็จะถอยลง  
ความเมตตา และความกรุณา ก็จะหมดสิ้นไป  
การละทิ้งการคบหากับคนพาล คือกิจปฏิบัติของพระโพธิสัตว์



๑๖๓ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

## ๗๒. ทำงานอยู่ที่ลำพูน

### คำถาม

สวัสดีครับ ท่านอาจารย์ ดร.สนอง

กระผม นายวิรัตน์ มีตัน ทำงานอยู่ บริษัท ฮาน่าฯ สาขา จังหวัดลำพูน จากวันนั้นที่ท่านอาจารย์ ได้กรุณาเข้าไปบรรยาย ในบริษัทครับ ทำให้รู้จักท่านอาจารย์ กระผมอยากจะเรียนถาม ท่านอาจารย์ครับว่า การนั่งสมาธิโดยลำพัง ในห้องพระที่บ้าน โดยที่เรายังไม่เคยได้รับเป็นลูกศิษย์ของ ครูบาอาจารย์ ท่านใด เลย เราจะมีอาการกระจ่างในธรรมหรือไม่ แล้วจะมีผลกระทบที่จะเกิดขึ้นกับเราหรือไม่ เพราะวันนั้นอาจารย์บอกว่าควรมีครูบาอาจารย์ด้วย

ที่ถามคำถามนี้เพราะกระผมไม่แน่ใจและยังลังเล อยู่ว่าจะมีผลกระทบอะไรหรือไม่อย่างไร โดยปกติผมจะ สวดมนต์ อยู่สามบทหลักคือ สวดยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎก แล้วสวดพาหุมหากา แล้วสวดคาถาชินบัญชร แล้วก่อนจะนั่งสมาธิ จะอธิษฐานจิตถึงท่านเจ้าพระคุณสมเด็จพระพุทธเจ้าโต พรหมรังสี คຸ້ມครอง แล้วนั่งสมาธิ และเมื่อก่อนหน้าเคยปฏิบัติ ตามแนวทางของหลวงพ่ोजรัญ วัดอัมพวัน สิงห์บุรี ตามในหนังสือของท่าน แต่กระผมก็ไม่เคยได้รับเป็นศิษย์ท่านและไม่เคยไปฝึกที่วัดท่านเหมือนกัน จึงไม่แน่ใจว่าเราจำเป็นที่จะต้องไปรับเป็นศิษย์กับครูบาอาจารย์ท่านโดยตรง หรือไม่ หรือแค่เราตั้งอธิษฐานจิต



ขอเป็นศิษย์ท่าน ให้ท่านคุ้มครองได้ไหมครับ หรืออย่างไร ช่วย  
แนะนำให้ทีครับ คือกระผมปฏิบัติมาก่อนช้านานแล้ว แต่ไม่  
สม่ำเสมอ เลยยังไม่ไปถึงไหน แต่ทุกครั้งที่สวดมนต์ ก็จะมีสวด  
ทั้ง ๓ บทที่ว่า ถ้าขาดอันใดอันหนึ่งแล้ว ไม่สบายใจครับ ก็เลย  
สวดทั้ง ๓ เลย รู้สึกดี

รบกวนท่านอาจารย์สนอง ชี้แนะแนวทางให้ทีครับ ถ้า  
เกิดว่าท่านอาจารย์คิดว่าจำเป็นต้องไปรับเป็นศิษย์หรือต้องมี  
ครูบา อาจารย์โดยตรงนั้น ช่วยแนะนำครูบาอาจารย์ที่อยู่ใกล้  
แถว ลำพูน เชียงใหม่ ให้ทีครับ ขอบพระคุณมากครับ

ด้วยความเคารพอย่างสูง

### คำตอบ

พระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้า ได้สั่งสม  
บุญบารมีมาแต่อดีตมาก จนสามารถปฏิบัติธรรมได้โดยไม่ต้อง  
ต้องมีครูบาอาจารย์ แต่พุทธสาวกสั่งสมบุญบารมีมาไม่มาก  
พอ สั่งสมมาเพียงหนึ่งสองโยชน์แสนกัป เช่น พระมหาโมคคัล  
ลานะ และพระสารีบุตร ยังต้องมีครูอาจารย์ชี้แนะแนวปฏิบัติ  
ธรรมให้ จึงจะบรรลุดวงตาเห็นธรรมเป็นพระอรหันต์ได้ ดังนั้น  
โอกาสที่คนส่วนใหญ่จะกระ้างในธรรม จึงต้องมีครูอาจารย์ ผู้  
มีประสบการณ์ตรงและเข้าถึงธรรมแล้วเท่านั้น มาเป็นผู้ชี้แนะ

การนำเอาแนวปฏิบัติของผู้ใดมาประพฤติให้ถูกต้อง  
และมีพฤติกรรมถูกต้องเหมือนกับผู้นำแนวปฏิบัตินั้นออกเผย  
แพร่ ความเป็นครูเป็นศิษย์ ย่อมเกิดขึ้นโดยปริยาย



๑๖๔ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

การสวดมนต์หากผู้สวดมีจิตจดจ่อกับบทมนต์ที่สวด สติย่อมเกิดขึ้นกับผู้สวด และหากพัฒนาใจได้ถูกต้องกับความหมายของบทมนต์นั้น ความศักดิ์สิทธิ์ในการสวดมนต์ย่อมเกิดขึ้น มีสิ่งที่น่าคิด น่าพิศวงใจ คือ บทมนต์สรรเสริญคุณของพระรัตนตรัย พระสงฆ์ผู้เป็นอริยสาวกต้องนำมาสวดในการทำวัตรเช้า ทำวัตรเย็นทุกครั้ง ทำไมจึงเป็นเช่นนั้นครับ

## ๗๓. ขออนุญาตรบกวน

### คำถาม

กราบเท้าท่านอาจารย์ดร.สนองที่เคารพอย่างสูง  
ดิฉันมีคำถามขออนุญาตรบกวนท่านอาจารย์ ดิฉันขอคำแนะนำจากท่านด้วยคะ เนื่องด้วยเคยได้อ่านคำถาม คำตอบจากทางเว็บไซต์ ที่ท่านอาจารย์ได้เคยกล่าวไว้ว่าอาชีพที่ถูกทั้งทางโลก ทางธรรม เช่นอาชีพการเป็นครูสอนพระกรรมฐาน นั้น ดิฉันขอความเมตตาท่านอาจารย์ช่วยแนะนำถึงอาชีพที่ถูกทางโลก ทางธรรม พอมีอาชีพอื่นอีกบ้างหรือไม่คะ และการเปิดร้านขายอาหาร ร้านกาแฟ หรือทำเสื้อผ้า ของเล่นเด็ก ตลอดจนเป็นพนักงานธนาคาร(ทำงานหน้าเคาน์เตอร์ ไม่มีหน้าที่ในการบริหาร ตรวจสอบ เกี่ยวข้องใดๆในส่วนของภาษี) นี้ถือว่าเป็นอาชีพที่



เป็นเหตุแห่งความหลง ซึ่งผิดทางธรรมด้วยหรือไม่อย่างไรคะ และหากมีความจำเป็นต้องทำอาชีพที่เป็นการผิดธรรมแต่ไม่ผิดศีล จะสามารถเข้าถึงธรรมได้หรือไม่อย่างไรคะ ถ้าไม่แล้วต้องแก้ไขอย่างไรเพื่อการเข้าถึงธรรม

การเป็นพระโสดาบันนั้น พอไปเกิดในชาติต่อไปแล้วยังจำได้หมายรู้ในความเป็นพระโสดาบันของตัวเองหรือไม่ ถ้าอย่างนั้นคนที่เกิดมาแต่ความเป็นพระโสดาบันที่จะไม่ตกต่ำอีกเกิดมาจะมีโอกาสทำผิดศีล ผิดธรรมบ้างหรือไม่ หรือเกิดมาแล้วก็ถือศีลห้าเป็นนิจตั้งแต่เด็ก ไม่ทำร้าย ไม่ฆ่าสัตว์ เลยโดยอัตโนมัติตั้งแต่เด็ก ๆ

สุดท้ายนี้ หากมีการพิมพ์ทสวดมนต์เพื่อแจกเป็นธรรมทาน วางไว้ตามวัดต่างๆ ให้ญาติโยมหยิบได้ และได้มีการจัดวางไปแล้วเป็นอย่างน้อยเกินร้อยใบ และได้มาทราบในภายหลังว่ามีการพิมพ์ทสวดมนต์ดังกล่าวนั้นผิด ทั้งที่ก็ได้มีการตรวจสอบแล้วหลายรอบ อย่างนี้จะเป็นการบาป หรือไม่ มากน้อยอย่างไร และวิธีแก้ไขต้องทำอะไรบ้างคะ

หากดิฉันได้กระทำพลาดพลั้งล่วงเกินต่อท่านอาจารย์ ด้วยกาย วาจา ใจ โดยเจตนาหรือรู้เท่าไม่ถึงการณ์ กราบขอโทษกรรมต่อท่านอาจารย์ มา ณ ที่นี้ด้วยนะค่ะ และขออนุโมทนาในความเมตตาและเสียสละอย่างใหญ่หลวงของท่านอาจารย์ด้วยค่ะ

กราบขอบพระคุณท่านอาจารย์อย่างสูงที่เมตตา



## คำตอบ

ชีวิตมีอยู่สองงานใหญ่ที่ต้องทำ คือ งานภายนอกที่ทำให้กับสังคม เพื่อแก้ปัญหาให้สังคม เพื่อแก้ปัญหาการดำรงอยู่ของชีวิตปัจจุบัน ส่วนงานภายใน ได้แก่งานที่ทำให้กับตัวเอง สังสมบุญเพื่อใช้เป็นปัจจัยเดินทางสู่ปรโลก

งานภายนอกที่ดี ทำแล้วต้องไม่ผิดกฎหมาย ไม่ผิดศีล และไม่ผิดธรรม ดั่งนั้นการขายโลงศพ ขายอาหารมังสวิรัติ ขายวัสดุก่อสร้าง ขายสังฆภัณฑ์ ฯลฯ จึงเป็นงานที่ดี ตรงกันข้าม งานที่ทำแล้วผิดกฎหมาย หรือผิดศีล หรือผิดธรรม เช่น ค้าขายสัตว์มีชีวิต ค้ายาพิษ ค้าอาวุธ ค้าเครื่องดักเครื่องประหาร ฯลฯ ผู้ใดประพฤติแล้ว ย่อมเกิดเป็นอกุศลวิบากตามมาในภายหน้า

อนึ่ง อาชีพที่ข้องเกี่ยวกับการพนัน ขายหวย ขายเหล้า เบียร์ ฯลฯ เหล่านี้เป็นอาชีพที่ผิดธรรม ผู้ใดประพฤติผู้นั้นมีบาปเกิดขึ้น ผู้มีอาชีพดังกล่าว สามารถทำบุญได้ เช่น เลี้ยงพระ ใสบาตร ตั้งโรงทาน ฯลฯ แล้วได้บุญ แต่หากนำตัวเข้าปฏิบัติธรรม ย่อมไม่ประสบผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติ

ผู้มีบาปปรารถนาพาชีวิตไปสู่ความสวัสดิ ต้องหยุดประกอบอาชีพที่เป็นบาปแล้วหันมาปฏิบัติ ทาน ศีล ภาวนา ได้อย่างถูกต้อง โอกาสพ้นความวิบัติในกาลข้างหน้าย่อมเกิดขึ้นได้ ตัวอย่างเช่น ธนัญชานีพราหมณ์ เลิกประพฤติทุจริตเพื่อให้ได้มาซึ่งทรัพย์ แล้วหันมาประพฤติสุจริตตามธรรม สามารถหนีบาปไปเกิดอยู่ในพรหมโลกได้ สิริมาโสภณีนีแห่งแคว้นมคธ เลิกประกอบมิจจอาชีพ แล้วหันมาปฏิบัติ ทาน ศีล ภาวนา จนจิตบรรลู่ไสดา



ปัดติผล ปิดอบายภูมิได้ และคนที่เกิดมามีจิตบรรลู่ใสดาดับแล้ว  
จะไม่ประพฤติผิดศีลธรรมอีกต่อไปจนกว่าจะนิพพาน

ความไม่สบายกาย ความไม่สบายใจ เมื่อเกิดกับผู้ใด  
แล้ว ถือว่าผู้นั้นมีบาป ส่วนจะบาปน้อยหรือบาปมากขึ้นอยู่กับ  
ความรุนแรงของอกุศลวิบากที่ให้ผล การพิมพ์ทสวดมนต์ผิด  
โดยไม่เจตนาแล้วแจกให้มวลชน ถือว่าไม่เป็นบาปกับผู้พิมพ์ แต่  
ผู้ปฏิบัติธรรมจนเข้าถึงอริยธรรมได้แล้ว ถือว่าเป็นบาปที่เนื่อง  
ด้วยจิตขาดสติ

อโหสิให้แล้วครับ

## ๗๔. ผู้สำนักผิด

### คำถาม

เรียน ท่านอาจารย์สนอง ที่เคารพ  
ดิฉันมีเรื่องค้างใจ มองไม่เห็นใครที่จะตอบคำถามได้  
ขอรบกวนอาจารย์เมตตาตอบคำถามดิฉันด้วยค่ะ

ตอนดิฉันยังเด็ก อยู่ชั้นประถม พ่อแม่ได้ส่งไปเรียน  
โรงเรียน พุทธศาสนาวินิจฉัย ดิฉันไม่ชอบไป เพราะขี้เกียจ  
ค่ะ ตอนนั้น เพื่อนที่เรียนด้วยกัน เล่าถึงพระองค์หนึ่งที่ว่า  
พระองค์นั้น ชอบเข้าหาเพื่อน และอะไรดิฉันก็จำรายละเอียด  
ไม่ได้ พระองค์นี้เอง เคยทำกิริยาแบบนี้กับดิฉันบ้าง แต่จะ  
มากหรือน้อยอย่างไร ดิฉันก็จำไม่ได้ เพราะยังเด็กมาก แต่ตัว  
เองก็ไปรู้สึกว่าคุณพระองค์นี้ไม่ดี





๑๖๘ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

ต่อมาดิฉันไม่อยากไปเรียน พ่อแม่ก็ถามว่าทำไม ดิฉันก็บอกว่า ไม่อยากเรียน เพราะพระองค์นี้มาถูกตัวดิฉัน พ่อแม่โกรธมาก ไปต่อว่า พระมหาอาจารย์ที่วัด และต่อมาพระมหาได้พาพระองค์นั้นมาที่บ้าน มาขอโทษ และจำได้เลยว่า พระบอกว่า เห็นเป็นเด็กจึงแหย่เล่นเท่านั้น ดิฉันรู้สึกผิดมาก แต่ไม่ได้สารภาพผิดกับใคร และเก็บเป็นความลับ พ่อแม่ก็ไม่ทราบ ว่าดิฉันเป็นเด็กโกหก ใส่ร้ายพระสงฆ์

นอกจากนี้ เมื่อก่อนดิฉันโง่เขลามาก ได้วิพากษ์วิจารณ์ หลวงตามหาบัว เรื่องของกองทุนผ้าป่าช่วยชาติ ดิฉันได้ไปกราบขอขมาท่านที่วัด แต่ไม่ได้เอ่ยปาก เพียงแต่บอกในใจ ถือว่าใช้ได้หรือไม่คะ

ขออาจารย์ช่วยชี้ทางให้ดิฉันด้วย ดิฉันควรทำอะไร จึงแก้ไขบาปนี้ได้ อย่าให้ดิฉันต้องตกนรกหมกไหม้เลยคะ ดิฉันกลัวบาปกรรมที่ทำมากคะ ทำไปเพราะโง่เขลาจริงๆ

ดิฉันขอกราบขอบพระคุณอาจารย์สว่างหน้า บุญกุศลที่อาจารย์ได้กรุณาให้คำปรึกษาแก่ดิฉันและผู้อ่าน ขอให้อาจารย์และครอบครัวมีความสุข ความเจริญทั้งในทางโลก และทางธรรมนะคะ

### คำตอบ

ผู้ใดรู้ว่าตัวเองทำผิดมาก่อน และมาสำนึกได้ถึงความผิดนั้นในภายหลัง ผู้นั้นยังมีโอกาสเจริญได้ในวันข้างหน้า ด้วย



การขอขมากรรม วิธีการคือ นำดอกไม้ธูปเทียนไปกราบไหว้สิ่งศักดิ์สิทธิ์ในพุทธศาสนา อาทิ พระพุทธรูป เจดีย์บรรจุพระบรมธาตุ บรรจุพระไตรปิฎก ฯลฯ สวดมนต์บทสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย แล้วกล่าวขอขมากรรมที่ทำแล้ว จากนั้นรักษากาย วาจา ใจ มิให้ผิดพลาดขึ้นอีก ส่วนเรื่องขอขมาหลวงตามหาบัว นั้น ผู้ถามปัญหาต้องไปกล่าวววากขอขมาโทษ เมื่อหลวงตาฯ เอ่ยปากยกโทษให้ โทษที่มีกับหลวงต่าย่อมหมดไป แต่ด้วยเดชของศีลยังทำให้วัชิตได้ ดังนั้นผู้ขอขมาต้องรักษาใจให้มีศีลบริสุทธิ์และไม่วิพากษ์วิจารณ์หลวงตาฯ อีกต่อไป

## ๓๕. งงไปงงมา

### คำถาม

เรียน ท่านอาจารย์สนอง ที่เคารพ ครับ  
ผมมีคำถามที่อยากจะรบกวนให้ อาจารย์ช่วยชี้แนะ  
หน่อยนะครับ ดังนี้

การที่บอกว่า ความเป็นจริงแล้ว ตัวตนเราไม่มี เช่น มีแต่ความตาย ไม่มีคนตาย คนที่ตายไม่ใช่เรา ผมมีข้อสงสัยอยู่เรื่องหนึ่งนะครับ คือ เรื่องของพ่อแม่ ผมเคยอ่านหนังสือแล้วพบว่าความจริงแล้ว พ่อแม่ ไม่มี เพราะ เมื่อตัวเรายังไม่มี พ่อแม่เราจะมาแต่ไหน ประเด็นนี้ทำให้ผมไม่เข้าใจ และ ปฏิบัติตัวไม่



๑๗๐ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

ถูกครับ ว่า เราจะคิดกับเรื่องนี้อย่างไร ตอนนี่ที่ผมก็พยายามจะ  
ทำความเข้าใจ ว่า ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นโลกสมมุติ เพราะ เรายังไม่  
เข้าใจโลกของความจริงที่มันเป็นจริง แต่ก็พยายามจะไปตรงนั้น  
ก็เชื่อว่า ความจริงเป็นเช่นนั้น แต่ ก็พยายามอยู่ในโลกของความ  
สมมุติให้ดีที่สุด และ ปฏิบัติตามหลักธรรมที่เกี่ยวข้อง ผมอาจจะ  
ถาม งง ไป งง มา นะครับ เพราะเรียบเรียงยังไม่ถูก แต่ท่าน  
อาจารย์คงพอจะจับประเด็นได้ ขอความกรุณาช่วยให้คำชี้แนะ  
ด้วยนะครับ ขอขอบคุณครับ .....

### คำตอบ

เรื่องที่ถูกถามไปเป็นสิ่งที่ไม่ผิดปกติของคนที่เข้าถึงความ  
รู้ทางโลก (สุตมยปัญญา และ จินตามยปัญญา) แม้จะศึกษา  
หาความรู้มาจนสูงสุด ก็ยังเข้าถึงความจริงที่ไม่แท้ (สภาวะสังขะ)  
จึงเป็นเรื่องธรรมดาที่ผู้เข้าไม่ถึงความจริงแท้ยังต้องงงไปงง  
มา หากผู้ใดเข้าถึงความรู้สูงสุด (ภาวนามยปัญญา) โดยเฉพาะ  
ปัญญาเห็นแจ้งได้แล้ว ย่อมรู้ เห็น เข้าใจ ความจริงแท้ (ปรมาตถ  
สังขะ) ผู้เข้าถึงความจริงแท้ รู้ว่าสิ่งต่างๆที่อุบัติขึ้นในโลก ล้วน  
เป็นสิ่งสมมุติทั้งสิ้น ในที่สุดไม่มีอะไรมีอยู่จริงแท้ ล้วนต่างเป็นสิ่ง  
ไม่ใช่ตัวตนแท้จริง (อนัตตา) ผู้รู้จริงแท้จึงมีชีวิตอยู่กับสมมุติของ  
โลกได้ โดยมีจิตไม่เป็นทาสของสมมุติ หรือคือมีจิตเป็นอิสระจาก  
โลกธรรม มีจิตเป็นอิสระจากวัตถุ กิเลส ตัณหา อุปาทาน ฯลฯ  
ความงงไปงงมา จึงไม่เกิดขึ้นกับผู้ตอบปัญหา



## ๗๖. ตกใจปงงง ๆ

### คำถาม

ถามการปฏิบัติธรรมค่ะ

หนูปฏิบัติธรรมมาได้สองปีแล้วค่ะ โดยวิธีของหลวงพ่ोजรัญ โดยหลังจากเริ่มปฏิบัติที่บ้านทุกวัน โดยมีผลปฏิบัติ ดังนี้

- ตอนปฏิบัติมาได้สองเดือน มีคืนหนึ่งหนุนั่งอยู่ อยู่ๆ จิตก็สงบรวม แล้วเห็นรูปที่นั่นพองยุบอยู่นั้นไม่ใช่เรา ก็ตกใจ จากนั้นก็เห็นความคิดที่เกิดขึ้นแล้วดับไปอย่างรวดเร็วสองครั้ง แล้วรู้สึกทันทีว่า ความคิดนี้ไม่ใช่เรา จากนั้นหนูลืมตาขึ้นมาแบบตกใจปงงงๆ แล้วมีความสุขใจ

- หลังจากครั้งแรกผ่านไปอีกราวสองเดือน ครั้งที่สอง ที่เกิดความประหลาดใจขึ้นคือ วันนั้นหนุนั่งแล้วจิตสงบดี มีความสุข หลังจากนั้นรู้สึกว่ครั้งนี้จิตมันตั้งมั่น เป็นกลาง และรู้เห็นอะไรได้รวดเร็วดี พอลืมตาขึ้น อาการอย่างนั้นยังคงอยู่ทั้งวัน คือรู้สึกว่าเราเป็นผู้รู้ ผู้ดู เป็นกลางอย่างมาก เดินไปไหนในวันนั้น รู้สึกว่า โลกใบนี้แท้จริงแล้วมันเป็นสมมุติ ไม่มีอะไรสักอย่าง คนไหนๆ สัตว์ไหนๆ ในโลกก็สมมุติเหมือนเรา เพราะเราเอง รูป นามนี้ไม่มี เขาก็ต้องไม่มี

- แต่หลังจากปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นทั้งสองครั้ง ผ่านมาจนวันนี้ราวๆ เกือบปี จิตหนูไม่ค่อยตั้งมั่นอย่างเคย หนูคิดว่าอาจเป็นเพราะหนูมีความอยากได้ อยากเห็นอีก รู้ทั้งรู้ว่าไม่ควร แม้



๑๓๒ : www.kanlayanatam.com

เพียงนิมิตมันจะไปไม่ได้ แต่หนูก็พยายามวางมันแล้ว ไม่ให้ออกยาก ดี อดยากได้ปัญญาใด หนูไม่แน่ใจว่าเพราะอะไรคะ หรือเพราะ หนูทำแต่วิปัสสนาคะ หนูต้องเพิ่มสมณะรีเปลาอะ

- ตอนนี้หนูเห็นว่าตอนปฏิบัติในรูปแบบหนูไม่ก้าวหน้า หนูเลยเพิ่มการรู้กาย ใจระหว่างวันตามหลวงพ่อเทียน พยายามรู้ กายตอนยืนเดินนั่งนอน และขยับ รู้บ้างไม่รู้บ้างก็หมั่นทำคะ ส่วน ใจนั้น หนูดูความติดและอารมณ์ คิดมาหนูรู้แล้ววางไป ไม่ไปอยู่ กับมัน มีอารมณ์ใดๆหนูรู้ คุมมันจนมันค่อยๆดับไป หนูรู้สึกดีคะ ใจเริ่มไม่ยึดถือความคิดและอารมณ์ เห็นมันเป็นของชั่วคราว

- หนูปฏิบัติถูกทางไหมคะ และควรเพิ่มอะไรคะ หนูขอ คำแนะนำด้วยคะ หนูอยากออกจากสังสารวัฏนี้เสียทีคะ พล.ครอบครัวหนูรู้จักคุณลุงไพศาล ลุงตี่ง ค่ะ หนูจึงได้ฟังซีดี ของคุณลุง ดร.สนองเป็นประจำ

ขอบพระคุณมากคะ

### คำตอบ

ผู้ถามปัญหาปฏิบัติธรรมเริ่มต้นตามแบบของหลวงพ่อ จรรย์นั้น ดำเนินได้ถูกแล้ว แต่มาเสียดายหลังที่จิตไม่สามารถ ดำนอำนาจของมารได้ ทั้งนี้เป็นเพราะจิตไม่มีกำลังมากพอที่จะ รักษาความดีให้คงอยู่

ต่อมาได้หันไปปฏิบัติธรรมตามแนวของหลวงพ่อเทียน ก็ ปฏิบัติได้ถูกต้องตรงแนวทางแล้ว แต่จะรักษาความดีให้คงอยู่ได้หรือ



ไม่ ก็อยู่ที่กำลังใจอีกนั่นแหละ ฉะนั้นหากผู้ถามปัญหาประสงค์  
ความก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรม จงเลือกเอาวิธีใดวิธีหนึ่งมา  
ประพฤติปฏิบัติ และต้องเพิ่มกำลังให้กับใจด้วยการเจริญพละ  
๕ ให้กล้าแข็ง

๑. เจริญศรัทธา ด้วยการนำตัวเข้าใกล้และสนทนาธรรม  
กับผู้ทรงคุณธรรมสูง

๒. เร่งความเพียร ด้วยการปฏิบัติธรรมอย่างต่อเนื่อง  
และยาวนาน

๓. ทุกขณะตื่น เอาจิตจดอยู่กับอริยาบถที่เกิดขึ้นจาก  
การคิด พูด และทำ

๔. เจริญสมาธิให้เข้าถึงความตั้งมั่นจนแน่นแน่ (อุปจาร  
สมาธิ) ด้วยการเลือกบทกรรมฐานที่เหมาะสมกับจริตมาบริกรรม

๕. ใช้จิตที่ตั้งมั่นจนแน่นแน่ พิจารณาสรรพสิ่งที่เข้า  
สัมผัสจิตว่า ดำเนินไปตามกฎไตรลักษณ์

ผู้ใด มีศีลไม่ขาด ไม่ทะเล่ ไม่ต่าง ไม่พร้อย คุมใจอยู่ทุก  
ขณะตื่น มีสัจจะ และมีความเพียรในการปฏิบัติธรรม ผลสำเร็จ  
ในการพัฒนาจิตย่อมเกิดขึ้น





๑๗๔ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

## ๗๗. อยากให้เปลี่ยนชื่อ

### คำถาม

กราบเรียนอาจารย์สนองที่เคารพ

ผมเคยได้ฝึกเจริญสติ จนความทุกข์หายไปเยอะครับ (แต่พ่อแม่ไม่เคยรู้เรื่องนะครับ เพราะไม่อยากรบกวน)

แม่ของผมอยากให้ผมไปเปลี่ยนชื่อครับ เพราะท่านไปเชื่อหมอดูนะครับ ท่านมองผมเป็นคนไม่ค่อยดีเท่าไร ทั้งพ่อและแม่ ไม่หะกับโทษะท่านสูงครับ เวลาไม่ได้ตั้งใจ แข่งผมให้ไปตายประจำ บางทีผมก็โมโหท่านครับ แต่ไม่ขาดสติแน่ๆ แต่บางทีผมผิดจริง แต่บางทีก็ใช้งานแล้วไม่ได้ตั้งใจท่านนะครับ เช่นท่านให้ตบขม แต่ในใจผม ถือศีลข้อ ๑ เป็นที่สุด ผมก็แกล้งตบไม้ไผ่ แล้วให้มันบินหนีไป เพราะตอนนี้แม่แชนท่านหักอยู่ นะครับไม่หายเสียที

อยากให้คุณหายไวๆ เหมือนกันนะครับ โรคประจำตัวท่านเยอะ เวลาเห็นท่านนอนป่วยก็สงสารท่านมากนะครับ ส่วนพ่อเวลาหลับ นอนละเมอรุนแรงมากครับ พ่อและแม่ท่านไม่ได้ปฏิบัติธรรมอะไรนะครับ เคยบอกๆ ไปทีแล้วแต่โดนด่าครับ แต่ท่านก็ทำบุญบ้างนะครับ

สุดท้าย ผมเชื่อมั่นพระรัตนตรัยที่สุด ด้วยภูมิรัฐภูมิธรรมของท่านอาจารย์สนอง โปรดเมตตาช่วยตั้งชื่อให้ผมหน่อยนะครับ เพื่อเป็นมงคล และเป็นความสบายใจของแม่ผมครับ อะไรก็ได้ครับ



## คำตอบ

คนฉลาดมองความไม่ดีของตัวเอง แล้วจัดการแก้ไขให้ถูกต้องตามธรรม คนโง่ชอบมองความไม่ดีของคนอื่น แล้วบอกคนอื่นให้แก้ไขตามอำนาจของกิเลสที่ผลักดัน ฉะนั้นผู้ถามปัญหาอยากเป็นคนฉลาดหรืออยากเป็นคนโง่ ก็เลือกเอาตามที่ชอบๆ

ผู้มีกำลังสติของจิตกล้าแข็ง ย่อมเห็นสิ่งกระทบดับไปตามกฎไตรลักษณ์ จึงไม่เอาสิ่งกระทบเข้าปรุงอารมณ์ การเกิดอารมณ์โมโหเป็นเพราะจิตขาดสติ

กมมุนา วตตตีโลโก แปลเป็นภาษาไทยว่า สัตว์โลกเป็นไปตามกรรม ฉะนั้นแม่มีโรคประจำตัวเยอะ (อกุศลวิบาก) ก็เนื่องด้วยเหตุที่แม่ทำกรรมไม่ดีไว้ก่อนจึงเป็นเรื่องของแม่ ลูกที่ฉลาดย่อมเอาแม่เป็นครู ดูแม่เป็นตัวอย่าง ถ้าไม่ยอมเจ็บป่วยอย่างท่าน ก็อย่าทำกรรมไม่ดีอย่างท่าน แต่ลูกที่ดีต้องมีความกตัญญูตเวที เช่นนำท่านไปหาหมอรักษา ปรุงอาหารให้ท่านบริโภคน้ำ ช่วยทำงานบ้านแทนท่าน ไม่สอนพ่อแม่เมื่อท่านยังไม่ศรัทธาในตัวลูก ฯลฯ

ส่วนเรื่องการตั้งชื่อให้ใหม่นั้น ต้องขออภัย ผู้ตอบปัญหาเป็นคนชื่อตรงต่อธรรมวินัยของพระพุทธโคดม จึงไม่สามารถทำตามความปรารถนาของกิเลสได้







๑๓๖ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

## ๗๘. คำถามที่คาใจมานาน

### คำถาม

กราบสวัสดีท่านอาจารย์ดร.สนอง  
ดิฉันมีคำถามที่คาใจมานาน อยากเรียนถามท่านดังนี้ค่ะ  
ดิฉันทำรับราชการและทำกิจการอพาร์ทเมนท์ด้วย  
ตั้งแต่เริ่มกิจการอพาร์ทเมนท์ในปี ๒๕๔๙ มานั้น ก็ได้ไหว้  
พระพุทธ ศาลพระพรหม และศาลเจ้าที่ ด้วยของคาวหวานที่  
อพาร์ทเมนท์ ทุกวันไม่เคยขาด

แต่พอหลังจากที่ได้อ่านหนังสือ/บทความต่างๆ ของ  
ท่าน รวมทั้งฟังธรรมบรรยายมาเรื่อยๆ ทำให้ฉุกคิดขึ้นมาว่า  
เราทำได้ถูกต้องแล้วหรือไม่ ในใจคิดว่าควรไหว้ของคาวหวานเฉพาะ  
วันพระก็เพียงพอแล้ว แต่ก็กลัวเจ้าที่เจ้าทางจะไม่พอใจ

อยากจะเรียนปรึกษาท่านว่าดิฉันควรทำแบบเดิมคือ  
ไหว้อาหารคาวหวานทุกวันต่อไป หรือไหว้เฉพาะวันพระเท่านั้น  
คะ แล้วเราจะบอกเจ้าที่และสิ่งศักดิ์สิทธิ์อย่างไรดีคะ ขอให้ท่าน  
ช่วยชี้แนะด้วยค่ะ

ขอกราบขอบพระคุณท่านเป็นอย่างสูงค่ะ

### คำตอบ

ภพภูมิเจ้าที่เป็นภุมมเทวดาในสวรรค์ ชั้นจาตุมหาราชิกา  
เวลาในสวรรค์ชั้นนี้ ๑ วัน กับอีก ๑ คืน เมื่อเทียบกับเวลาใน



ภพมนุษย์แล้ว ยาวนานถึง ๕๐ ปี และพระพรหมที่มักมาสู่โลกมนุษย์ เป็นพรหมที่อยู่ในพรหมโลก ชั้นมหาพรหมภูมิ ซึ่งมีอายุขัยยาวนานถึง ๑ กัป ซึ่งเมื่อเปรียบเทียบกับเวลาในภพมนุษย์แล้ว มีอาจเทียบกันได้ ฉะนั้นการแสดงคารวะต่อเทพทั้งสองชั้น จะถี่ห่างแค่ไหนขึ้นอยู่กับปัญญาของผู้กระทำ ปัญหามีอยู่ว่า ก่อนแสดงคารวะ ต้องศรัทธา ขณะเช่นไหว้ต้องตั้งใจ เช่นไหว้แล้วสบายใจ เป็นอันใช้ได้ ส่วนจะบอกกล่าวเจ้าที่หรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์อย่างไร สามารถทำได้ตามใจปรารถนา เหตุที่ต้องเกิดมาเป็นเจ้าที่ เพราะจิตยังมีความหลงและเป็นจิตแบบปุถุชน ผู้รู้บอกว่า ไม้มีความศักดิ์สิทธิ์ใดจะยิ่งไปกว่าความศักดิ์สิทธิ์ของธรรมวินัยในพุทธ ศาสนา เพราะธรรมวินัยสามารถทำให้บุคคลมีสภาวะของจิตเปลี่ยนเป็นอริยบุคคลได้ และทำให้พ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้

## ๗๙. อยากให้แม่สบายใจ

### คำถาม

กราบเรียนอาจารย์ ด.ร. สนอง ที่เคารพ

ผมมีปัญหาถามอาจารย์ครับ

๑. ตอนนี้พ่อกับแม่ผมประกอบอาชีพประมงอยู่ แต่แม่ผมเป็นคนถือศีลธรรมะ ท่านจะถือศีลทุกวันพระชอบตักบาตรทุกวัน ท่านทำมา ๔๐ กว่าปีแล้ว แต่ด้วยอาชีพที่ต้องทำมันขัด



๑๓๘ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

กับคำสอนของพระพุทธเจ้า แม่ผมต้องการเลิกอาชีพนี้อย่างมาก เพราะท่านรู้ว่าเป็นปอบแต่ด้วยหนี้สินที่มีอยู่หลายล้านบาท ต้องทำให้เขาแม่ผมจึงไม่สามารถที่จะเลิกได้ถ้าเลิกก็ไม่มีเงินส่งหนี้ให้เขา แม่ผมลำบากใจมากเพราะตอนนี้ ท่านก็อายุมากแล้ว ๖๐ ปีแล้ว

ผมจึงใคร่เรียนถามอาจารย์ว่าพอจะมีคำแนะนำหรือทางออกอย่างไรบ้างมั้ย์ครับ ผมอยากให้แม่ผมสบายใจครับ ท่านบ่นตลอดเลยว่ายากหยุดอาชีพนี้ซักที

๒. ผมก็มีปัญหาอย่างแม่เหมือนกันครับ คือผมมีครอบครัวแล้ว ลูก ๑ คน แต่ผมต้องการหลุดพ้นต้องการแสวงหาธรรม แต่ด้วยหน้าที่และหนี้สินที่แม่มี ผมต้องช่วยแม่ใช้หนี้ คือไม่สามารถที่จะหนีไปบวชได้ สงสารแม่ ครับ ผมควรทำอะไรดีครับ ตอนนี้ใจผมไม่ต้องการที่จะอยู่ทางโลกแล้วครับ ใจต้องการแสวงหาธรรมอย่างมากเลยครับ เลยเกิดเป็นความรู้สึกเบื่อมาก และอึดอัดที่สุด เพราะงานทางโลกของผมต้องอยู่กับการโกงและโกหก เพราะถ้าผมไม่ทำก็อยู่ทำงานไม่ได้ (การโกงและโกหกนี้ไม่ได้ทำให้ใครเดือดร้อน หรือเสียหายครับ) เพราะเป็นคำสั่งจากหัวหน้างานครับจึงจำเป็นที่จะต้องทำตามคำสั่ง (ผมทำงานโรงงาน)

ผมลำบากใจมากๆครับ ส่วนตัวผมเองนั่งสมาธิทุกวัน ครบวันละ ๓๐-๖๐ นาทีและปฏิบัติธรรมทุกครั้งที่มีโอกาสครับ (ศีล ๘) ไม่ทราบว่าจะอาจารย์มีทางออกให้ผมบ้างมั้ย์ครับ

ขอบพระคุณท่านอาจารย์อย่างสูงครับ



## คำตอบ

(๑). มนุษย์มีงานใหญ่ต้องทำอยู่สองงานคือ งานภายนอก (ทำประมง) และงานภายในคือ พัฒนาจิตตนเองให้มีบุญสั่งสม การรักษาศีลทุกวันพระและตักบาตร (ให้ทาน) ทุกวัน คุณธรรมทั้งสองเป็นเหตุให้เกิดในสวรรค์ ดังนั้นแม่จึงมีทั้งบาปและบุญสั่งสมอยู่ในจิต ปัญหามีอยู่ว่า อย่างไรให้ผลรุนแรงกว่ากัน ขณะจิตทั้งร่างกาย หากบาปให้ผล จิตวิญญูณย่อมโคจรไปเกิดเป็นสัตว์ในทุคติภพ ตรงกันข้าม ขณะจิตทั้งร่างกายและบุญให้ผล จิตวิญญูณย่อมโคจรไปเกิดอยู่ในสุคติภพ มนุษย์สามารถทำบุญใหญ่ที่มีพลังมากให้เกิดขึ้นได้ ด้วยการสวดมนต์ก่อนนอน หลังสวดมนต์แล้วเจริญอานาปานสติ ทุกวัน หลังจากนั้นอุทิศบุญใหญ่ใช้หนี้เจ้ากรรมนายเวรไปเรื่อยๆ และจะดีที่สุดหากเลิกอาชีพที่เป็นบาป และหันมาทำบุญใหญ่ (ทาน ศีล ภาวนา) เพียงอย่างเดียว โอกาสที่บาปจะตามให้ผลไม่ทันย่อมเป็นไปได้ ดังตัวอย่างอนัญชานีพราหมณ์ตายแล้วจิตวิญญูณโคจรไปเกิดอยู่ในพรหมโลก ชั้นมหาพรหมาภูมิ หรือ สิริมาโสภณิมคธ ได้ฟังธรรมจากพระโอรสผู้จกจิตบรรลู่เสด็จปัตติผล ซึ่งจะไม่ลงไปเกิดเป็นสัตว์ในอบายภูมิอีกต่อไป (ปิดอบายภูมิ) ได้ทำให้ดูเป็นตัวอย่างแล้วอย่างไรละ

(๒). ทำให้ได้อย่างที่แนะนำไว้ในข้อ (๑). แล้วโอกาสนำพาชีวิตหนีอบายภูมิ หรือปิดอบายภูมิ ซึ่งพ้นไปจากบาปทั้งปวง ย่อมมีได้เป็นได้



๑๘๐ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

## ๘๐. ต้องการลาพุทธภูมิ

### คำถาม

เรียนท่าน ดร.สนอง ที่เคารพ

ขอโอกาสถามเรื่องจิตปราถนาพุทธภูมิ แรกๆผมก็อ่านหนังสือเกี่ยวกับพุทธภูมิทำให้มีจิตที่อยากเป็น เกิดขึ้นตั้งแต่อายุประมาณ ๑๘ ปี ได้ ทุกครั้งที่ทำความดี ก็จะมีอธิฐานให้ได้ สัพพัญญุตญาณในอนาคต แต่พอศึกษาอย่างจริงจังแล้ว ไม่ใช่เรื่องง่าย ต้องเวียนว่ายตายเกิดเยอะมาก ผมต้องการลาพุทธภูมิก็ตั้งใจลาพุทธภูมิหลายรอบ แต่พอเวลาผ่านไปจิตมันก็จะระลึกลับ ขึ้นมาอีก โดยนิสสัยส่วนตัวชอบศึกษารธรรมะ จึงให้เข้าใจว่าเราจะต้องปฏิบัติ เพื่อออกจากวงจรแห่งการเวียนว่ายตายเกิด ไปให้ได้หากปรารถนาพุทธภูมิ ก็ต้องไปเวียนว่ายตายเกิดอีกมากมายนับไม่ได้ แต่จิตไม่ยอม หลายครั้งที่ลาพุทธภูมิก็จะมีจิตสงสารขึ้นมา

ขอให้ ดร.สนองช่วย ให้ความกระจ่าง และช่วยบอกวิธี ทำให้จิตพ้นจากความอยากในพุทธภูมิให้ด้วยครับ

### คำตอบ

ประโยคที่ว่า “เวียนว่ายตายเกิดเยอะมาก” ขอเปลี่ยนเป็นประโยคที่ว่า “เวียนว่ายตายเกิดนับภพนับชาติไม่ถ้วน (อนันต์)” จะถูกต้องมากกว่า เพราะต้องตายเกิดนับจากภพนรก



ขึ้นไปจนถึงพรหมโลก นำพาชีวิตวนไปวนมาเช่นนี้ไม่รู้จบ ทั้งนี้  
 เนื่องจากเหตุสองอย่างคือ การจะมีความเป็นสัพพัญญูได้  
 บุคคลต้องสั่งสมบารมีให้ครบ ๓๐ ทศ และขึ้นอยู่กับประเภท  
 ของพระพุทธเจ้า (พระปัญญาธิกพุทธเจ้า พระสัทธาธิกพุทธเจ้า  
 พระวิริยาธิกพุทธเจ้า) ที่ตนปรารถนาจะเป็น ต้องใช้เวลานับแต่  
 ๒๐ อสงไขยกับอีก ๑๐๐,๐๐๐ กัป ๔๐ อสงไขยกับอีก ๑๐๐,๐๐๐  
 กัป และ ๘๐ อสงไขยกับอีก ๑๐๐,๐๐๐ กัป ตามลำดับ

อนึ่ง พระโพธิสัตว์ผู้ยังมีได้ถูกพยากรณ์จากพระพุทธเจ้า  
 พระองค์ใดพระองค์หนึ่งมาก่อน (อนิยตโพธิสัตว์) สามารถลา  
 พุทธภูมิได้ ด้วยการสวดมนต์สรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ต่อหน้า  
 สิ่งศักดิ์สิทธิ์ในพุทธศาสนา แล้วกล่าววาจาขเกลิกความปรารถนา  
 เดิม และกล่าววาจาตั้งความปรารถนาใหม่ มาเป็นพุทธสาวก  
 ย่อมทำได้ด้วยการรักษาสัจจะในอธิษฐานใหม่ และทำเหตุให้ตรง  
 (วิปัสสนากรรมฐาน) การเข้าถึงอรหัตตผล ย่อมมีได้เป็นได้

เมื่อไว้ดวงใจในกัถยาณมิตรผู้เจริญธรรมกับปัญญา  
 ความบกพร่องก็ระเหิดไป คุณสมบัติที่ต่อก็ระเหิดออกจาก  
 คล้ายดวงจันทร์ที่กำลั่งระเต็มดวง  
 การศพบาและยึดมั่นในกัถยาณมิตร  
 ผู้เจริญธรรมและปัญญามากกว่ายึดมั่นในกายของตนเอง  
 คือกิจปฏิบัติของพระโพธิสัตว์



๑๘๓ : www.kanlayanatam.com

## ๘๑. อธิษฐานและขอพร

### คำถาม

เรียนอาจารย์สนองที่เคารพ

ดิฉันขอเรียนถามว่า การไปกราบไหว้พระพุทธรูป พระประธานตามวัดต่าง ๆ ในโบสถ์ เราควรจะอธิษฐานขอพรท่านหรือไม่ สมควรที่จะขอพร ขอสิ่ง ต่างๆ ที่เราปรารถนาหรือไม่ จะเป็นการถูกต้องหรือไม่ของชาวพุทธ ซึ่งดิฉันเห็นผู้ไปกราบไหว้ จะกล่าวคำอธิษฐานมากมาย จะจัดว่าเป็นกิเลสของคนๆนั้นหรือไม่ ซึ่งดิฉันเคยฟัง อาจารย์พูดว่าการกระทำเหล่านั้นจัดเป็นกิเลสของคนๆ นั้น ดิฉันจึงอยากเรียนถามว่าที่ถูกต้องควรจะกล่าวเช่นไร ทุกครั้งที่ดิฉันไปกราบไหว้พระ ตามโบสถ์ต่างๆ ดิฉันไม่ทราบจะกล่าวอย่างไร เพียงแต่บอกกล่าวท่านว่า วันนี้ลูกได้เดินทางมาทำบุญที่วัดแห่งนี้และขอกราบบูชาองค์พระประธานของวัดนี้ตลอด จนสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายในที่นี้ขอจงปกป้องคุ้มครองภัยให้ลูกเดินทางกลับ ด้วยความปลอดภัย และบางที ก็จะไปกราบไหว้ โดยไม่ได้กล่าวอะไร

ดิฉันอยากขอคำแนะนำจากอาจารย์ในการปฏิบัติที่ถูกต้องด้วยคะ

กราบขอบพระคุณ

### คำตอบ

คำว่า “พร” หมายถึง สิ่งที่เราเลือกเอาตามประสงค์ และคำว่า “อธิษฐาน” หมายถึง ตั้งจิตขอร้องต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เพื่อ



ผลอย่างใดอย่างหนึ่ง ทั้งสองคำมีความหมายใกล้เคียงกัน ต่างกันตรงที่ว่า ขอพรแล้วมีผู้ให้พร เช่น ก่อนที่พระอานนท์จะรับเป็นพุทธอุปัฏฐาก พระอานนท์ได้ขอพรต่อพระพุทธโคดม ๘ ข้อ และหนึ่งในแปดข้อนั้นคือ “หากพระองค์ไปแสดงธรรมลับหลังข้าพระพุทธเจ้า ขอพระองค์โปรดแสดงธรรมนั้นให้ข้าฯ ฟังอีกครั้ง” พระพุทธโคดมให้พรตามที่พระอานนท์ขอ แต่คำว่าอธิษฐานต้องทำเหตุให้ตรงจึงจะได้ผลสมปรารถนา เช่น พระพากุลละอธิษฐานไม่อาพาธแล้วทำเหตุตรงคือ ปรงยถาวาสาวกของพระวิปัสสี และในครั้งที่เกิดมาพบพระพุทธกัสสปะ ได้สร้างวัดและจัดยาประจำวัดไว้ให้พระได้บริโภคในยามเจ็บป่วย เมื่อเกิดมาพบพระพุทธโคดม จึงไม่อาพาธด้วยโรคใดๆ การอธิษฐานให้มีรูปสวยงาม ให้มีทรัพย์สมบัติมาก ให้มีบริวารมาก ให้ได้เป็นใหญ่เป็นโต ฯลฯ เป็นการอธิษฐานเพื่อเอากิเลสมาทับถมใจ ผู้รู้ไม่นิยมอธิษฐานเช่นนั้น ตรงกันข้าม ผู้รูนิยมอธิษฐานเกิดมาพบพระพุทธศาสนาและมีสัมมาทิฐิ อธิษฐานมีปัญญาเห็นแจ้ง อธิษฐานให้ได้ดวงตาเห็นธรรม ฯลฯ เหล่านี้เป็นการอธิษฐาน เพื่อนำพาชีวิตพ้นไปจากความทุกข์ แต่ที่สำคัญต้องทำเหตุให้ตรง จึงจะสมปรารถนาตามคำอธิษฐาน

การอธิษฐานตามที่บอกเล่าไปนั้นถูกต้องแล้ว ขอเพียงทำเหตุให้ตรงคือ การเดินทางจะปลอดภัยได้ ต้องมีศีล และมีสติคุมใจขณะเดินทาง ใครผู้ใดพัฒนาใจให้มีธรรมมีวินัยในพุทธศาสนาคุมใจได้ทุกขณะตื่น ผู้นั้นมีความศักดิ์สิทธิ์ และไม่ต้องไปขอรับรองสิ่งศักดิ์สิทธิ์อื่นใด มาคุ้มครองให้ชีวิตปลอดภัย เพราะไม่มีความศักดิ์สิทธิ์ใดจะยิ่งไปกว่า ความศักดิ์สิทธิ์ของธรรมและวินัยที่มีอยู่ในพุทธศาสนา





๑๘๘ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

## ๘๒. เพื่อเตรียมตัวตาย

### คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์ ดร.สนอง

อธิษฐานปฏิบัติธรรม

ดิฉันอายุ ๕๖ ปี เข้า ๕๗ ปี แล้ว เคยตั้งใจว่าจะออกจากงานเมื่ออายุ ๕๘ ปี คือ ตุลาคม ปี ๒๕๕๕ เพื่อเตรียมตัวตาย ประมาณ ๒ เดือนที่ผ่านมาก็เริ่มฝึกสมาธิอย่างจริงจัง แต่วันหนึ่งคุยกันกับสามี (รู้ว่าสามีตั้งใจอนาคตามี) สามีก็บอกว่า โสดาบัน ยังต้องกลับมาเกิดอีก จะต้องพบกับความทุกข์อีก ดิฉันก็หนักใจ แค่นี้โสดาบันชาตินี้จะผ่านหรือไม่ยังไม่รู้ นี่จะชวนไปให้ถึงอนาคตามี .. พื้นฐานสมณะของดิฉันยังอ่อนมาก สามีก็ไม่สนับสนุนให้ออกจากงาน จึงอธิษฐานขอให้ขายสวนได้ภายในเดือนเมษายนปี ๕๔ นี้ จะออกจากงานเพื่อฝึกสติให้ได้อยู่กับบ้าน (สามีไม่ชอบแน่ถ้าจะลาออกจากงานเลย เพราะเขาเป็นห่วงการเรียนของลูกที่ต้องใช้เงินมากเพราะตอนนี้คนโตกำลังเรียน ที่อังกฤษ เขาไม่ยอมให้ลูกรับทุนรัฐบาล และตั้งใจให้ลูกเรียนให้จบ ป. เอก คนเล็กก็มีโครงการไปเรียนต่อต่างประเทศเช่นกัน) ตอนนั้นก็มีคนมาขอซื้อแล้วและตกลงขายแล้ว จะโอนกันสัปดาห์หน้านี่

จะถามเลขนะคะ

คำอธิษฐานนี้ ถือเป็นสังขะที่ต้องปฏิบัติตามอย่างไร



เครื่องครัดใช้หรือไม่ ถ้ามีผู้ตัดทานมากๆ จะออกเลยไปเป็นเดือน  
ตุลาคม ๕๔ หรือพฤษภาคมปี ๕๕ จะเกิดโทษหรือไม่

ขอขอบพระคุณท่านอาจารย์สว่างหน้าคะ ดิฉันไม่มีใคร  
แล้ว เพราะทั้งองค์ผู้มีคุณวิเศษ และท่านผู้มีคุณวิเศษ ที่เคยชี้นำ  
ชักจูง คนไม่เอาไหนอย่างดิฉันก็จากดิฉันไปหมดแล้วคะ จึงใคร่  
ขอความเมตตาจากท่านอาจารย์เป็นที่พึ่งคะ

### คำตอบ

ผู้ใดมีศีลและมีสังขจะคุมใจอยู่ทุกขณะตื่น ผู้นั้นมีกาย  
คักดีสิทธิ์ มีวาจาคักดีสิทธิ์ ผู้มีความคักดีสิทธิ์ คิด พูด ทำ สิ่ง  
ใดย่อมสำเร็จได้ตั้งใจปรารถนา ดังนั้นผู้ถามปัญหาจะให้ความ  
คักดีสิทธิ์คงอยู่กับตัวเองหรือไม่ ผู้ถามปัญหาต้องเลือกเอง  
เพราะบุคคลมีชีวิตเป็นของตัวเอง และต้องบริหารจัดการชีวิต  
ด้วยตัวเอง ผู้รู้ไม่บังอาจเข้าไปก้าวล่วงในชีวิต  
ของผู้อื่น อนึ่ง ผู้ใด คิด พูด ทำ แต่สิ่งดีงาม  
สิ่งที่เป็นคุณธรรมอยู่เสมอ โทษย่อมไม่มี  
กับผู้นั้น ตรงกันข้าม คิด พูด ทำ แต่สิ่ง  
ที่เป็นอกุศล (ทุศีล ไร้ธรรม) เมื่อกรรมให้  
ผล โทษย่อมเกิดตามมาให้ผู้ทำกรรมต้อง  
ได้รับ





## ๘๓. เหมือนกับมีสองคน

### คำถาม

กราบเรียนอาจารย์ ดร.สนอง

หนูมีข้อสงสัยขอปรึกษาอาจารย์ดังนี้ค่ะ

หนูมักมีความคิดไม่ได้กับ พ่อ แม่ โดยเฉพาะกับพ่อค่ะ ใจที่คิดไม่ได้นะ มันคิดขึ้นมาเอง ซึ่งหนูไม่ได้ต้องการอย่างนั้น และไม่ใช่ว่าเฉพาะกับพ่อ และแม่ หากหนูผ่านพระพุทธรูป, รูปภาพเทพหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ต่าง ๆ หนูก็มักคิดไม่ได้ ต่ำว่า ขึ้นมาเองในใจ โดยตัวหนูเองนั้น เหมือนกับมีสองคน คนหนึ่งต่ำว่า คนหนึ่งเคารพบูชาคือหนูไม่ต้องการความคิดไม่ได้ แต่ห้ามความคิด บังคับความคิดนั้นไม่ได้ค่ะ ตั้งแต่จำได้หนูก็เป็นอย่างนี้มาตั้งแต่เด็กนะคะ ตอนนั้นก็สามสิบกว่าแล้วค่ะ ตลอดเวลาหนูก็พยายามคิดว่า ใจจิตที่คิดไม่ได้นะ มันไม่ใช่ความคิดของหนู แต่ตอนนี้หนูเริ่มไม่แน่ใจว่า ถ้าไม่ใช่ความคิดของหนู แล้วจะเป็นใครล่ะ ก็มันอยู่ในใจของหนู

๑. หนูจะแก้ไขปัญหาทางด้านจิตใจนี้ได้อย่างไรบ้างคะ หรือกรณีของหนูนั้นต้องไปหาคุณหมอทางจิตเวช

๒. ความคิดอกุศลที่หนูเป็นนั้น เป็นบาป หรือไม่คะ เพราะหนูควบคุมไม่ได้ แต่หนูก็ไม่ได้ต้องการเช่นนั้น ขอรบกวนอาจารย์ช่วยอธิบายด้วยนะคะ

๓. ความคิดอกุศลนั้น มันคืออะไรคะ คนทั่ว ๆ ไป จะมีความคิดที่ผุดขึ้นมาโดยไม่ได้ตั้งใจแบบนี้หรือไม่คะ หรือมันคือ



ความตั้งใจแต่ไม่รู้ตัวนะคะ หนูไม่เข้าใจมาก ๆ ค่ะ แล้วมันคือ  
ความคิดของหนูหรือไม่คะ (ขอโทษนะคะ ถ้าหากคำถามหนูดูไร้  
สาระ แต่หนูไม่เข้าใจจริง ๆ ค่ะ)

๔. หนูควรเน้นการกระทำความดีในด้านใดให้มาก ๆ ค่ะ  
ขอขอบพระคุณอาจารย์มาก ๆ นะคะ ที่เมตตาตอบ  
คำถามของหนูค่ะ

### คำตอบ

ใจของคนมีทั้งบุญและบาปสั่งสมอยู่ภายใน ยามใดที่  
บาปให้ผล ความคิดที่ไม่ดีย่อมเกิดขึ้น ตรงกันข้าม ยามใดที่บุญ  
ให้ผล ความคิดที่ดีงามย่อมเกิดขึ้นเป็นธรรมดา ซึ่งทั้งสองอย่าง  
นั้นมีอยู่กับใจของผู้ถามปัญหา

(๑). หากผู้ถามปัญหาประสงค์แก้ไขเรื่องความคิดไม่ดี  
ให้หมดไปจากใจ ต้องพัฒนาจิตให้มีกำลังสติกล้าแข็ง มีปัญญา  
เห็นแจ้งกล้าแข็ง ด้วยการนำตัวเองเข้าปฏิบัติธรรม แล้วใช้จิตที่มี  
ปัญญาเห็นแจ้งไปพิจารณาความคิดที่ไม่ดีให้ดับไป (อนัตตา) ตาม  
กฎไตรลักษณ์ ได้เมื่อใดแล้ว ปัญหาย่อมหมดไปโดยปริยาย

(๒). ผู้ใดมีความคิดที่เป็นอกุศลเกิดขึ้นกับใจ ผู้นั้นกำลัง  
เสวยอกุศลที่เป็นบาป เหตุที่ควบคุมความคิดไม่ได้ เพราะจิตมี  
กำลังของสติอ่อนกว่ากำลังของบาปที่ส่งผล หากผู้ถามปัญหาไม่  
ต้องการให้ความคิดที่ไม่ดีเกิดขึ้นกับตน ต้องหยุดการอ่าน แล้ว  
นำตัวเองเข้าปฏิบัติธรรมตามที่ได้แนะนำไว้ในข้อ (๑).



๑๘๘ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

(๓). ความคิดออกุศล เป็นผลที่เกิดจากอกุศลกรรมที่ผู้  
ถามปัญหาทำกรรมที่ไม่ดีมาก่อน ผู้ใดหยุดการอ่าน แล้วนำตัว  
เองเข้าปฏิบัติธรรมจนเกิดความรู้สูงสุด (ภาวนามยปัญญา) ได้  
แล้ว ความรู้เห็น เข้าใจ ในสิ่งที่เขียนตอบมา ย่อมสว่างกระจ่าง  
ชัด (สันติภูมิจิโก) กับตัวของผู้ถามปัญหาได้

(๔). กระทำความดี ด้วยการพัฒนาจิตให้เข้าถึงปัญญา  
สูงสุดได้ นั่นแหละดีที่สุด

## ๘๔. ขราวาสสอนสงฆ์ได้ไหม

### คำถาม

กราบเรียนอาจารย์ ดร. สอนอง วรอุไร

ผมมีข้อสงสัยปรึกษาอาจารย์ครับ.

๑. ขราวาสสอนสงฆ์ได้มั๊ยครับ ทั้งในทางธรรมและ  
ทางโลก

๒. แล้วถ้าสอนจะบาปมั๊ยครับ บาปแค่ไหน..

ปีใหม่นี้ขอให้อาจารย์สุขภาพแข็งแรงอยู่เป็นเสาหลัก  
ของศาสนาทุทธต่อไปตราบนานเท่านานครับ.. สาธุ.



## คำตอบ

(๑). คำว่า “สงฆ์” ในทางโลกหมายถึง ภิกษุในพุทธศาสนา หรือสมมุติสงฆ์ แต่ในทางธรรมหมายถึง หมู่ สาวกของพระพุทธเจ้า (อริยสงฆ์) ดังที่ระบุในคำสวดมนต์ บทเจริญสังฆคุณ อันได้แก่บุรุษ ๔ คู่ ๘ บุรุษ คือ

คู่ที่ ๑. โสดาปัตติมรรค และ โสดาปัตติผล

คู่ที่ ๒. สกทาคามิมรรค และ สกทาคามีผล

คู่ที่ ๓. อนาคามิมรรค และ อนาคามีผล

คู่ที่ ๔. อรหัตตมรรค และ อรหัตตผล

หากเป็นฆราวาสผู้มีศีล ๕ หรือ ศีล ๘ สามารถสอนภิกษุสงฆ์ได้ เพราะไม่มีพุทธบัญญัติห้ามไว้ ตรงกันข้าม หากเป็นนักบวชเพศหญิง (ภิกษุณี) หากไปสอนภิกษุสงฆ์ถือว่า ประพฤติละเมิดวินัยที่พระพุทธเจ้าบัญญัติไว้

(๒). ภิกษุณีสงฆ์ที่ประพฤติละเมิดวินัย ถือว่าเป็นบาปถามว่าบาปมากแค่ไหน ตอบว่า บาปถึงขั้นปฏิบัติธรรมแล้วเข้าไม่ถึงธรรมที่ปฏิบัติ คือปฏิบัติสมถกรรมฐาน แล้วไม่สามารถพัฒนาจิตให้เข้าถึงสัมมาสมาธิได้ ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน แล้วจิตเข้าไม่ถึงปัญญาเห็นแจ้ง



ความเพียรเพียรสันทัดนานในกามวออรภูมิทั้งสาม  
เปรียบตั่งน้ำค้างบนเปลวไฟไม่ อันจะหายไปในช่วงพริบตา  
การปฏิบัติให้บรรลุถึงสถานะมั่นคง คือการหลุดพ้น  
อันไม่เปลี่ยนแปลง คือกอบปฏิบัติของพระโพธิสัตว์



๑๙๐ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

## ๘๕. ดูให้ถูกต้อง

### คำถาม

เรียนท่านอาจารย์ ดร.สนอง ที่เคารพ

ดิฉันมีปัญหาเกี่ยวกับสามี คือดิฉันถือศีล ๕ ไม่ทะเลาะไม่ขาด ไม่ต่าง ไม่พร้อยมาเกือบ ๓ ปีแล้วค่ะ ซึ่งช่วง 2 ปีก็จะอารธนาศีล ๕ ก่อนลูกจากเตียงทุกวันและก่อนนอนว่ามีศีลโตบกพร่อง แต่หลังจาก ๒๗ เมษา ๒๕๕๓ ก็เห็นปฏิจจสมุปปาท ว่าเป็นเพียงเหตุปัจจัยอิงอาศัยกันและกันเท่านั้นเอง ไม่มีตัวตน คนสัตว์บุคคลเรา เขา หญิงชาย เป็นแต่เพียงธาตุขันธ์ เกิดจากเหตุปัจจัยล้วน...

สามีดิฉันเปิดใจรับธรรมะก็เพราะหนังสือของท่านอาจารย์ เล่ม ทางสายเอก และได้รับการอบรมจากคุณแม่สิริ เมื่อปี ๒๕๕๒ แต่เขาก็ไม่ดีขึ้น เนื่องจากยังดื่มสุรา ดิตสังสรรค์ เขาเลิกไม่ได้ เพราะสามีบอกว่า ยังมีสังคม (เขาเป็นทหารบกค่ะ)

สมัยก่อนที่ไม่เคยเจอกัน เขาไม่รู้จักการตักบาตร การทำทาน การเข้าวัดเพื่อเวียนเทียนเลยค่ะ

ปัญหาก็คือ

๑) สามีดิฉัน ไม่มีศีล ๕ เพราะชอบพูดคำหยาบเวลาไม่ไหว / ดื่มสุรา / และถ้าดิฉันพูดอะไรไม่ได้ตั้งใจเขา ๆ ก็จะทำ และหาว่าดิฉันสั้นदानเลวหรืออะไรก็ตาม...ดิฉันก็บอกไปว่า ดิฉันพูดอะไรก็อยู่ในศีล ๕ และวาจา/ใจไม่ได้เบียดเบียนและทำให้ใคร



เดือนร้อน และเขาก็เจ็บรู้สึกผิดมั้งคะ ก็เลยหนีไปนอนคนเดียว  
ในอีกห้องหนึ่ง ซึ่งดิฉันไม่ได้ตอบ...

คำถาม-ดิฉันต้องการให้เขาปฏิบัติต่อ จะทำอย่างไรดีคะ?

๒) พุดอะไรไม่เข้าหูเขา ไม่ได้ตั้งใจกับคำตอบของดิฉัน  
เขาก็ว่าดิฉัน ใจ ยิ่งกว่า วัว ควาย (ดิฉันก็ไม่รู้สึกอะไร ได้ยินแล้ว  
ก็ดับไป ไม่เพียงเกิด แล้วก็ดับ) วัว ควาย มีศีล ๕ (ดิฉันก็มีศีล  
แต่ทำไมเขายังกล้าที่จะเปรียบเทียบ)

คำถาม - วัว ควายมีศีล 5 จริงหรือเปล่านั้น ? ดิฉันตอบ  
เขาไปว่า มนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐ วัวควายเป็นสัตว์เดรัจฉาน จะ  
มีศีลได้อย่างไร ในเมื่อไม่มีปัญญา.. เขาบอกว่า ถ้าอจ.ตอบว่า  
วัวควายมีศีล ๕ ต้องเคารพเขานะ ดิฉันก็ตอบว่า มันเป็นการ  
สนทนาธรรม ทำไมต้องเคารพบุคคลที่ไม่มีศีล ไม่มีธรรม

๓) สามีดิฉัน ไม่เชื่อว่า เวลาปฏิบัติแล้วจะรู้ได้เฉพาะตน  
ซึ่งดิฉันก็บอกเรื่องคำแปลใน บทสวดพระพุทธคุณ พระธรรม  
คุณ (พระพุทธเจ้าตรัสไว้ดีแล้วเป็นสิ่งที่ผู้ศึกษาและปฏิบัติพึง  
เห็นได้ด้วย ตนเอง ให้ผลไม่จำกัดกาล เป็นสิ่งที่ควรกล่าวกับผู้  
อื่น ว่าท่านจงมาดูเถิด เป็นสิ่งที่ควรน้อมเข้ามาใส่ตัว และเป็น  
สิ่งที่รู้ได้เฉพาะตน) พระสังฆคุณ (ปฏิบัติดีแล้ว ปฏิบัติตรงแล้ว  
ปฏิบัติเพื่อพ้นทุกข์และปฏิบัติสมควรแล้ว).

คำถาม - ขอให้ท่านอจ. แนะนำเปิดทางสว่างให้ด้วย  
เพราะดิฉันจะเอาคำถาม คำตอบของท่านอาจารย์ให้สามีดิฉัน  
อ่าน เพราะเขาเคารพท่านอาจารย์อยู่คนเดียว

๔) คำถาม - ทำไม สามิไม่เคารพราวาสที่มีศีล ๕





๑๓๓ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

หรือศีล ๘ ที่ได้ใส่ดาบ์หรือสภิกาคามี ? เขาจะพูดเสมอว่า เขา  
ยอมรับนับถือ แต่พระภิกษุสงฆ์ (ห่มผ้าเหลืองเท่านั้น) แม้ว่าพระ  
สงฆ์จะประพฤติ ปฏิบัติถูกต้องหรือไม่ก็ไม่เป็นไร แต่จะเชื่อใน  
(สมมุติสงฆ์เท่านั้น) ยกเว้น ท่านอาจารย์คนเดียวที่เป็นฆราวาส  
แล้วสามิฉันนับถือ ก็เข้าใจได้ว่า เหตุปัจจัยเขามีมาอย่างนี้..

ขอขอบพระคุณท่านอาจารย์มาล่วงหน้า ดิฉันไม่มีผู้ใด  
ที่รู้จัก(และเป็นอริยบุคคล) ที่สามารถบอกกล่าว และขอให้ท่าน  
อาจารย์เมตตาช่วยตอบคำถามด้วยค่ะ

### คำตอบ

(๑). ผู้ถามปัญหาจงดูให้ออกว่า สามิฉันไม่มีศีล ๕ นั้น  
เขาเป็นครูที่อยู่ใกล้ชิด ไม่ต้องเดินทางไปหาครูในที่ห่างไกลให้  
ยากลำบาก จงขอบคุณเขาที่เขามีเมตตาสอนเรา มิให้ประพฤติ  
เช่นเขา และต้องตอบแทนคุณที่เขามีอุปการะต่อเรา ด้วยการ  
ประพฤติจริยธรรมของการเป็นภรรยาที่ดี ประพฤติจริยธรรม  
ของการเป็นศิษย์ที่ดี แล้วความเจริญของชีวิต ย่อมเกิดขึ้นกับ  
ผู้ถามปัญหา เมื่อใดที่ภรรยาประพฤติได้ถูกต้องเช่นนี้แล้ว สามิ  
ยอมศรัทธาในคุณธรรมของภรรยา เขาจะนำตัวเข้าใกล้พูดคุย  
ไต่ถามและสำนึกผิด แล้วจึงจะหันมาปฏิบัติธรรมตามที่ภรรยา  
ได้ทำให้ดูเป็นตัวอย่าง

(๒). วัวควายที่ไปกินข้าวปลูกของชาวบ้านคนอื่นโดยมิได้  
ขออนุญาต วัวควายตัวนั้นประพฤติผิดศีลข้อ ๒ วัวควายที่ไล่  
ขวิดตัวผู้อื่นให้หนีไปห่างไกล แล้วไปสมสู่กับวัวควายตัวเมียของจำ



ผู้เงิม ถือว่าประพตติพิตศีลข้อ ๓ ดังนั้นผู้ถามปัญหาพึงวิเคราะห์ด้วยสติปัญญาของตัวเองว่า วัวควายตัวนั้นประพตติพิตศีลหรือไม่

ผู้ตอบปัญหาเอาธรรมวินัยในพุทธศาสนามาสติไว้กับใจ ผู้มีธรรมวินัยไม่ปรารถนาให้ใครต้องมาเคารพ ศรัทธา เลื่อมใส เพราะเห็นสิ่งดังกล่าวไม่ใช่ตัวตน (อนัตตา) จิตจึงเป็นอิสระต่อสิ่งเหล่านั้น

(๓). ความไม่เชื่อ เกิดจากปัญญาที่มีอยู่ในตัวของบุคคล ใครผู้ใดพัฒนาปัญญาเห็นถูกต้องตามธรรมได้แล้ว ความรู้ เห็น เข้าใจ เฉพาะตน (สนทวิภูฏิกโก) ย่อมเกิดขึ้นเป็นธรรมดา

อนึ่ง บุคคลมีชีวิตเป็นของตัวเอง เขาจะเชื่อหรือไม่เชื่อ ก็เป็นเรื่องของเขา ผู้ใดประสงค์พิสุจน์ “รู้ได้เฉพาะตน” ต้องนำตัวเองไปพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาเห็นแจ้ง (วิปัสสนากาวนา) ได้เมื่อใดแล้ว ความสงสัยในการรู้ได้เฉพาะตนย่อมหมดไปเป็นธรรมดา

(๔). มนุษย์สามารถพัฒนาปัญญาได้ทั้งทางโลกและทางธรรม ผู้ใดพัฒนาสุตมยปัญญาและจินตามยปัญญา (ปัญญาทางโลก) ได้แล้ว ย่อมเห็นสรรพสิ่งเป็นจริงเพียงชั่วคราว (สภาวะสังขะ) ตรงกันข้าม ผู้ใดพัฒนาภาวนามยปัญญา (ปัญญาทางธรรม) จนเกิดปัญญาเห็นแจ้งได้แล้ว ย่อมเห็นสรรพสิ่งเป็นจริงแท้ (ปรมาตตสังขะ)

เมื่อเป็นเช่นนี้ สามิจะเคารพนับถือใคร ก็เป็นเรื่องของปัญญาที่เขาพัฒนาได้ จงเอาสามิเป็นครูสอนใจตัวเอง แล้วเราจะไม่เียงอีกต่อไป



๑๙๔ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

## ๘๖. กลัวกรรมให้ผล

### คำถาม

เรียนถามคำถามท่านอาจารย์ จากผู้เศร้าหมองคะ

ก่อนอื่นหนูขอกราบขอบคุณท่านอาจารย์ ที่เมตตาตอบปัญหา ก่อนหน้าที่เคยถามไปก่อนหน้านี้ และได้ทำให้หนูหันมาสนใจธรรมมากขึ้น ขณะนี้หนูมีเรื่องไม่สบายใจอย่างมาก เนื่องจากเมื่อ ๓ วันก่อนครอบครัวหนูได้ขับรถไปต่างจังหวัดกัน ขณะที่ขับอยู่ในหมู่บ้านเล็กๆ ถนนสองเลนนั้น มีแม่สุนัขข้ามถนน และลูกสุนัขข้ามถนนตามแม่ของเขาแต่ยังอยู่บนถนน

หนูคิดว่าสามีควรจะเบรคหยุดให้เขาเดินผ่านไปก่อน แต่สามีได้หักหลบเล็กน้อย ขณะนั้นเองลูกสุนัขเมื่อเห็นรถกลับวิ่งกลับไปทางเดิม ซึ่งทำให้ถูกล้อทับทันที แม่สุนัขวิ่งกลับมาหาลูก ซึ่งขณะนั้นยังร้องหึ่งๆ และเสียงไป แม่สุนัขได้เห่ากับรถมอเตอร์ไซด์ที่ผ่านมา คิดว่าเขาคงอยากให้ช่วยลูกเขา

เราได้แต่หยุดรถและอุทิศส่วนบุญกุศลที่ได้ทำมาให้เขา แต่ไม่ได้ลงไปทำอะไรเลยเนื่องจากกลัวเขาจะกัด แล้วก็จากไป เมื่อเห็นว่าคงช่วยไม่ได้แน่ ซึ่งมันทำให้หนูรู้สึกแยจนถึงวันนี้ และไม่สามารถสลัดภาพนั้นรวมถึงความรู้สึกขณะที่รถทับลูกสุนัขตัวนั้น หากย้อนกลับไปได้อาจจะเข้าไปเอาเขาไปหลบข้างทาง และไหว้ขมาทั้งลูกและแม่สุนัขนั้น แต่มันก็เป็นไปไม่ได้แล้ว ที่ผ่านมาแม่หนูและสามีก็เสี่ยงที่จะฆ่าสัตว์แม้กระทั่งมด พยายามปิด



หรือเป่าให้พันททาง แต่นี้กลับไปฆ่าสัตว์ที่ตัวใหญ่กว่าเสียอีก จึง  
ขอรบกวนถามอาจารย์ดังนี้ค่ะ

๑. ทำอย่างไรจึงจะสลัดความรู้สึกผิดที่ไม่ได้ ทำอย่างไรที่ใจ  
คิดนี้ออกไปได้คะ เสียใจทุกครั้งทีนึกถึง รู้สึกว่าตัวเองทำไมใจดำ  
อย่างนี้ รู้ว่าสิ่งนี้ทำให้ใจเศร้าหมองแต่มันก็ยังคิดอยู่เรื่อยๆ

๒. การที่อุทิศบุญให้เขาในตอนนั้นและขอให้เขาอยู่ในภพ  
ภูมิที่ดีขึ้น แต่เป็นขณะที่ตกใจอยู่นั้น ลูกสุนัขนั้นจะได้รับส่วนบุญ  
ของหนูไหมคะ แล้วหากหนูถวายสังฆทาน และอุทิศบุญให้เขา  
หลังจากเวลาผ่านไปแล้วหลายวันเขา หรือการสวดมนต์และนั่ง  
สมาธิ แต่หากใจสงบบ้างไม่สงบบ้าง หรือการปล่อยโยคะ เขาจะ  
ได้รับบุญนั้นพร้อมทั้งอโหสิกรรมให้หนูและสามีไหมคะ

มีวิธีอื่นใดที่หนูควรจะทำเพื่อชดใช้ในสิ่งที่สามีได้ทำอีก  
เพื่อขอให้เขาอโหสิกรรมให้อีกไหมคะ

๓. ขณะนี้หนูเองไม่ได้คุมกำเนิดกลัวว่ากรรมที่สามีได้  
ชั้บรรเทาเขา พรากชีวิตไปจากแม่ของเขา กลัวว่ากรรมนี้จะมีผล  
หากตั้งท้องขึ้นมา จึงขอความเมตตาจากท่านอาจารย์ ช่วยชี้แนะ  
ว่าควรทำอย่างไรดีคะ

ท้ายที่สุดนี้ต้องขอขอบพระคุณอาจารย์อย่างสูง สำหรับ  
ธรรมที่อาจารย์ได้มอบให้ผู้ไม่รู้ทั้งหลาย รวมถึงหนูให้ได้สนใจใน  
ธรรม และขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัย โปรดประทานพรให้  
ท่านอาจารย์มีสุขภาพแข็งแรง เพื่อจะได้เป็นเผยแผ่พระพุทธ  
ศาสนาอีกยาวนานค่ะ



### คำตอบ

(๑). ผู้ใดมีจิตระลึกถึงสิ่งไม่ดีผ่านไปแล้ว ผู้นั้นยังมีบาปตกค้างอยู่ในใจ บาปจะหมดไปได้ ต้องชดใช้ด้วยการอุทิศบุญให้เจ้ากรรมนายเวรไปเรื่อยๆ จนกว่าจะหมดหนี้บาป (ไม่ระลึกถึง) ผู้รุกรานประพาศิบุญใหญ่ (ปฏิบัติธรรม) ให้เกิดขึ้น แล้วอุทิศบุญใช้หนี้เวรกรรม หนี้เวรกรรมย่อมหมดไปได้เร็ว

(๒). จิตวิญญานใดระลึกได้ในบุญกุศลที่มีผู้อุทิศให้ แล้วเขามาอนุโมทนาบุญ จิตวิญญานนั้นย่อมได้รับบุญกุศลที่มีผู้อุทิศให้ การอุทิศบุญใหญ่ (เจริญจิตภาวนา) ให้เจ้ากรรมนายเวร (ลูกสุนัข) หากเขามาอนุโมทนาหนี้เวรกรรมย่อมหมดไปได้เร็ว ผู้รุกรานประพาศิเช่นนี้

(๓). ผู้ที่ยังอยู่ในวัยเจริญพันธุ์และมีได้คุมกำเนิด คนโบราณสอนให้ป้องกันตนเอง จากจิตวิญญานที่ไม่ดีมาเกิดเป็นลูก ด้วยการประพาศิศีล ๕ และนำอาหารไปใส่บาตรให้พระสงฆ์อยู่เสมอ ผู้มีทานและศีลคุมใจ จิตวิญญานที่จืดจางจืดจางจืดจางที่ จะมาเกิดเป็นลูกในท้องได้



แม่แต่เทวดาก็ยังถูกจองจำอยู่ในคุก  
แห่งการเวียนว่ายตายเกิด และพวกเขาจะมาปกป้อง  
ผู้อื่นได้อย่างไร ดังนั้นเมื่อหาที่พึ่ง องหิงพระรัตนตรัย  
ที่ไม่มีตีความหลุดกตลวง นี้คือกิจปฏิบัติของพระโพธิสัตว์



## ๘๗. ทำได้หรือไม่

### คำถาม

เรียน อาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร

เคยติดตามการตอบคำถามของอาจารย์ แล้วท่าง่ายไป เพราะยังมีงานทางโลกมาก แต่ยังคงสวดมนต์ก่อนนอน

ขอเรียนถามอาจารย์ดังนี้

เดือนธค. ได้รู้จักพระสงฆ์รูปหนึ่งที่ต่างแดน ท่านบวชประมาณ ๒๐ พรรษา กำลังจะได้ทุนศึกษาต่อที่ต่างประเทศ แต่ในทุนนั้นไม่รวมค่าใช้จ่ายด้านที่พัก อาหาร ท่านบอกว่าท่านไม่สามารถขอบุคคลอื่นที่ไม่ใช่พี่น้อง เพื่อนได้ เพียงแต่เล่าให้ฟัง โดยท่านไม่มีปัจจัยเก็บสะสมไว้เลย เท่าที่ได้สังเกต ๒๐ วันที่ได้รู้จัก ท่านตั้งใจทำงานตามหน้าที่(วัดนี้พระทุกรูปจะมีหน้าที่ของตน) และได้สอบถามจากผู้อื่นที่ทำงานร่วมกับท่านมา ๖ เดือน ก็บอกว่าท่านปฏิบัติกิจของสงฆ์ได้ดี ก่อนกลับ จึงได้รับปากว่าจะช่วยเหลือปัจจัยด้านการเรียน โดยแจ้งท่านว่าเป้าหมายเดียวที่ต้องการในการสนับสนุนปัจจัยครั้งนี้ คือ การมีพระสงฆ์ที่ดีช่วยสืบสานพุทธศาสนาต่อไป และได้แนะนำท่านเรื่องการเรียนภาษาอังกฤษ แต่เมื่อมาอ่านเรื่องวินัยสงฆ์ จึงเกิดความไม่มั่นใจว่า ที่ดิฉันทำนี้สามารถทำได้หรือไม่ และขอชื่อสถานที่ปฏิบัติธรรมใกล้ถนนรามอินทราด้วยค่ะ

ขอกราบขอบพระคุณค่ะ



๑๙๘ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

### คำตอบ

ผู้ใดเปิดโอกาสให้ขอ (ปวารณา) ในสิ่งที่เหมาะสมกับการบริโภคใช้สอยของภิกษุ ภิกษุนั้นก็ประพฤติได้โดยไม่ผิดวินัยสงฆ์ทั้งผู้ปวารณาและผู้ขอ

ส่วนชื่อสถานปฏิบัติธรรมใกล้ถนนรามอินทราแนะนำวัดทับทิมแดง อยู่หลังตลาดไท

### ๘๘. เห็นต่างจากสามีคะ

#### คำถาม

ดิฉันมีความทุกข์ ในเรื่องธรรมะ ที่เห็นต่างจากสามีคะ สามีดิฉัน มีความเห็นถูกหรือผิดอย่างไร ในคำตอบด้านล่างคะ ซึ่งสามีเคารพท่านอาจารย์อยู่เป็นอย่างมาก คือ :-

๑) บทสวด ธรรมคุณ “สวากขาโต” พระธรรมพระพุทธเจ้ามีไว้เพื่อสอนพระเท่านั้น จริงหรือไม่คะ ?

๒) พุทธวัจนะแปลว่าอะไร ? ตามความเห็นดิฉัน คือ คำสอนของพระพุทธเจ้า แต่สามี แปลว่า ทำเป็นประจำของผู้รู้ผู้ตื่นๆ หรือเปล่าไม่รู้ ? แต่สำหรับคนที่อยากเป็นมนุษย์แค่กิจวัตรประจำวันก็คงพอแล้ว รักษาศีล ๕ อยู่ร่วมครอบครัวสังคม มีการปฏิบัติกรรมฐานบ้าง เพื่อกันกิเลสเข้าทางช่องทาง ด้วยความเข้าใจในขั้นนี้ ๕ ก็พอแล้ว.



๓) บทสวด “สุปะฏิปันโน” เป็นคาถาสรรเสริญเฉพาะพระสงฆ์ จริงหรือไม่คะ ? ถ้าอริยบุคคลตั้งแต่โสดาบันขึ้นไป ซึ่งเป็นผู้ปฏิบัติดี ปฏิบัติตรง ปฏิบัติเพื่อพ้นทุกข์ และปฏิบัติสมควร ถือว่ารวมเป็นบุคคลที่อยู่ในบทสวดสรรเสริญ สุปะฏิปันโน หรือไม่คะ?

๔) มีความรู้ทางธรรม ดีแล้วแต่ส่วนใหญ่มีไว้สอนพระสงฆ์ทั้งสิ้น..อ่านเพื่อความเข้าใจเท่านั้น เอามาปฏิบัติยาก...ข้อควรปฏิบัติจริงก็ทีพระสงฆ์เอามาเทศน์และอ้างถึงพระ ธรรมนั้นแหละ? จริงแท้อย่างไร รบกวนอาจารย์ชี้ทางสว่างให้ด้วยคะ ?

๕) พยายามอย่าอ้างถึงพระพุทธเจ้ามาก หากคนอ้างถึงหรือยกตัวอย่างใกล้ๆตัวหน่อยนะ จะดีขึ้นมาก เอาแค่พระก็หุแล้ว ? ความเห็นอย่างนี้ ถูกต้องหรือไม่คะ ?

ขอขอบพระคุณท่านอาจารย์ล่วงหน้า มา ณ ที่นี้ด้วยคะ

## คำตอบ

(๑). ไม่จริงครับ บทสวดมนต์ดังกล่าวมิใช่ให้พุทธบริษัทใช้สวดเพื่อให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิ และเกิดความศรัทธาเลื่อมใสในคุณของพระธรรม

(๒). คำว่า “พุทธวจนะ” เป็นสมมุติบัญญัติที่หมายถึงคำพูด หรือถ้อยคำ ที่พระพุทธเจ้าตรัส พุทธวจนะจึงมิใช่คำสอนหรือสั่งบัญญัติให้ทำเป็นประจำ พระพุทธเจ้าโคตมบัญญัติธรรมวินัย (ธรรมและวินัย) ให้พุทธบริษัทนำไปประพฤติ ผู้ใดประพฤติถูกต้องจนเกิดผลแห่งการปฏิบัติได้แล้ว ความสวัสดีของชีวิตย่อมเกิดขึ้นกับผู้นั้น





๒๐๐ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

(๓). จริ่งครับ สุปะฏิปันโนฯ เป็นบพสวดสรรเสริญคุณของพระสงฆ์ (อริยสงฆ์) ได้แก่พระสงฆ์ที่มีสภาวะของจิตเป็นไสตาปัตติมรรค ไสตาปัตติผล สกทาคามิมรรค สกทาคามิผล อนาคามิมรรค อนาคามิผลและอรหัตตมรรค อรหัตตผลเท่านั้น

(๔). ความรู้ในพุทธศาสนาสามารถเข้าถึงได้สองทาง

๑. เข้าถึงด้วยการอ่านตำรา คัมภีร์ หรือผู้รู้มาบอกเล่าให้ฟังและสามารถจดจำสิ่งที่บอกเล่านั้นได้ ความรู้เช่นนี้เป็นเพียงสัญญา

๒. เข้าถึงได้ด้วยการนำตัวเองเข้าปฏิบัติธรรม จนเกิดปัญญาสูงสุดขึ้นในดวงจิต (ภาวนามยปัญญา) ความรู้เช่นนี้เรียกว่า ปัญญา

ในครั้งพุทธกาล มีอยู่คราวหนึ่งพระมหากัสสปะ (ประธานปฐมสังคายนาพุทธศาสนา) ได้กล่าวเตือนภิกษุที่เรียนรู้ธรรมวินัยจากการอ่าน (ปริยัติ) แต่ไม่สนใจในการปฏิบัติธรรมในทำนองที่ว่า “เพียงแค่ท่องบ่นพุทธวจนะได้ ย่อมทำให้รู้ไม่จริง มองไม่เห็นตัวเอง จึงสำคัญผิดคิดว่า ตัวเองประเสริฐกว่าผู้อื่น”

ด้วยเหตุนี้ฆราวาสสามารถศึกษาธรรมวินัย ด้วยการอ่านเพียงอย่างเดียว ก็สามารถจำสิ่งที่อ่านนั้นได้ เช่น อ่านเรื่องศีล ๕ รู้ว่าศีล ๕ ระบุให้เว้นประพฤติห้าอย่าง แต่ตัวเองยังดื่มสุราเมรัย ยังไปหยิบฉวยเอาของผู้อื่นที่ยังมิได้อนุญาต ยังตบขุง ฯลฯ อย่างนี้เรียกว่า รู้ศีล ๕ แต่ยังไม่รู้ศีล ๕ คุมใจ ตรงกันข้าม



ผู้ที่รู้ศีล ๕ และเว้นประเพณีทั้งห้าอย่างนั้นได้ เรียกว่า รู้และมี  
ศีล ๕ คุมใจ

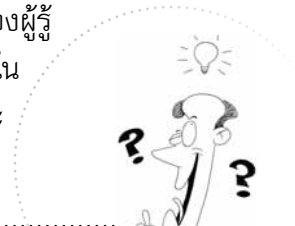
ดังนั้น การได้ยินผู้อื่นพูด ฟังอย่าปลงใจเชื่อ แล้วพัฒนา  
ตนเองให้เข้าถึงปัญญาเห็นถูกตามธรรม และอยู่ใกล้ชิดกับคนพูด  
นานๆ จึงจะรู้ว่า ผู้พูด รู้และมีธรรมวินัยนั้น จริงหรือไม่

(๕). เหตุที่มีการกล่าวอ้างถึงพระพุทธเจ้าอยู่บ่อยๆ  
เพราะพฤติกรรมของพระพุทธเจ้า ได้ถูกพิสูจน์มายาวนานแล้ว  
จนเห็นว่า พระพุทธตรัสไว้อย่างไร พระองค์ประพฤติได้ถูกต้อง  
อย่างที่ตรัส เช่นเดียวกันพุทธสาวกที่บรรลุอรหัตผลที่ดับรูป  
ดับนามไปแล้ว เป็นผู้ประพฤติได้ถูกต้องตามธรรมวินัยที่ระบุไว้  
ในพุทธศาสนา ก็สามารถยกขึ้นมากล่าวอ้างได้ เช่น หลวงปู่มั่น  
หลวงปู่ฝั้น หลวงปู่แหวน หลวงปู่ชอบ หลวงปู่ขาว ฯลฯ

ถามว่า : ความเห็นของผู้ถามปัญหา ถูกต้องหรือไม่

ตอบว่า : ถูกของผู้ถาม แต่ไม่ถูกของผู้รู้

ตามธรรม ที่มีความเคารพศรัทธา เลื่อมใส ใน  
พระปัญญาคุณ ในพระบริสุทธิคุณ และในพระ  
มหากรุณาคุณของพระพุทธเจ้า



พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงกล่าวไว้ว่า ความทุกข์  
อันไม่เอาอุทเทหนทานได้ในอบายภูมิทั้งสามเป็นผลของการ  
ทำชั่ว เพราะฉะนั้น การละเว้นการทำชั่วแม้ละเป็นภัย  
แก่ชีวิตของตนเอง คือกิจปฏิบัติของพระโพธิสัตว์



๒๐๒๓ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

## ๘๙. ทำเหตุให้ตรง

### คำถาม

เรียน ท่านอาจารย์ที่เคารพ ดร. สนอง วรอุไร

ได้ติดตามการตอบคำถามอาจารย์ แต่ก็ยังมีคำถามต่อเนื่อง เพราะอยากทราบ อยากศึกษา ขอเรียนถามอาจารย์ดังนี้ครับ

๑. มีคนถามปัญหาท่านอาจารย์ เกี่ยวกับเรื่อง สิ่งที่เราต้องการ มีผลให้เกิดขึ้น สำเร็จ มีประโยชน์หนึ่ง ที่ขอให้อาจารย์ ท่านขยายความด้วย ทำนองว่า อาจารย์ แนะนำว่า ปฏิบัติธรรม ภาวนา และ อธิษฐาน พร้อมกับ “ต้องทำให้มีเหตุปัจจัยให้ถึงพร้อม” ความสำเร็จย่อมเกิดขึ้นได้ ที่นี้ผมก็มองตาม ปัญญา แบบทางโลก ที่พอมีอยู่บ้าง ( ปัญญาตัวที่สามผมไม่มี) ตัวอย่าง เช่น อธิษฐานขอเรียนดี สอบได้สอบผ่าน ผมก็ต้องทำปัจจัยเหตุให้ถึงคือ อ่าน อ่าน หนังสือ ตรีกคิต พิจารณา ผึกฝน ใช้ความเพียร แต่ผมก็อาจมีเหตุข้อจำกัด คือ สติ ปัญญา ความรอบคอบ ของ สมอง IQ - ของผม มันอาจไม่ถึง ทำให้สอบอาจไม่ผ่านมัน ก็เป็นไปได้เช่นกัน หรือ ต้องรอผลให้เกิด ใน อนาคต... ขาดต่อไป ๆ หรือเปล่าครับ และ ปัจจัยเหตุให้ถึงพร้อม ยังหมายความว่า รวมถึงสิ่งอื่นในกรณีนี้ มีอีกไหมครับ ผลพลอยได้จากการปฏิบัติธรรม สมาธิ และ ภาวนา จะช่วยสร้างเพิ่มประสิทธิภาพของ สมอง ความจำ ความคิด และ ความรู้ ความรอบคอบ เป็นไปได้จริงมาก boost ขึ้น มีทางเป็นไปได้สูงเพียงใดครับ

๒. ในชีวิตจริง วันก่อน ฟังเทปอาจารย์ เกี่ยวกับการมี



ครอบครัวที่มั่นคง สองฝ่ายต้องมองสิ่งไม่ดีของแต่ละฝ่ายก่อน แล้วถามว่าเราทนเขาได้ หรือไม่ มีไฉ่แต่ จะดูแต่สิ่งที่ดีของแต่ละฝ่าย ต้องมีประชาธิปไตย ฟังเสียงส่วนใหญ่ในครอบครัว ไม่เอาอัตตาตนเป็นใหญ่ ให้เกียรติอีกฝ่าย ของขวัญที่ดีที่สุดให้คู่เรา คือ ความดี มนุษย์เวลาจับคู่ จับกัน มักจะซ่อนเร้นในส่วนที่ไม่ดีของตนไว้ เวลาใช้ชีวิตคู่ของคนส่วนใหญ่ปัจจุบันมีปัญหากันมาก เหมือนกัน

อยากเรียนถามอาจารย์ว่า คนเราเวลามาใช้ชีวิตคู่กัน นั้น เป็นเพราะ กรรมปัจจุบัน (จับกัน) เป็นหลัก หรือกรรมในอดีตที่ทำให้ต้องมาอยู่ร่วมกัน

ขอบพระคุณอาจารย์อย่างสูงครับ

## คำตอบ

(๑). ความสำเร็จในสิ่งปรารถนา ต้องประพடுத்தเหตุให้ ถูกตรงถึงพร้อมสามอย่าง

- ๑ . สร้างมหาทาน
- ๒ . อธิษฐาน ให้เข้าถึงความปรารถนาที่ตนตั้งไว้
- ๓ . ทำเหตุให้ตรง

ผู้ถามปัญหาปรารถนา เป็นคนเรียนดี สอบได้ สอบผ่าน ต้องทำเหตุทั้งสามข้างต้นให้ถึงพร้อม คือ สร้างมหาทาน อธิษฐาน และทำเหตุให้ตรง ตามที่บอกเล่าไป มิใช่เป็นการทำเหตุให้ตรง ตามความรู้ของผู้เข้าถึงปัญญาเห็นถูกตามธรรม (ภาวนามยปัญญา) ซึ่งเป็นปัญญาสูงสุด ผู้เข้าถึงปัญญาสูงสุด รู้เห็นเข้าใจว่า จิตที่ตั้งมั่นเป็นสมาธิ ย่อมส่งผลให้ความดีของคลื่น



๒๐๘ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

สมอง มีความเป็นระเบียบ แล้วความจำยอมเพิ่มขึ้นเป็นอัตโนมัติ  
การเรียนดี สอบได้ สอบผ่าน จึงจะเกิดขึ้นได้

(๒). การสัมผัสกับสิ่งไม่ดีของคนอื่น มิใช่เพื่ออดทน  
เท่านั้น แต่ต้องมองพฤติกรรมไม่ดีของคนอื่น เป็นครูสอนใจ  
ตนเองว่า เราอย่าประพฤติไม่ดีเช่นเขา แล้วเราก็จะไม่เป็นเช่น  
เขา การมองเช่นนี้ คนประพฤติไม่ดีย่อมมีอุปการคุณ คือเป็น  
ครูที่ไม่ดีสอนใจผู้มองนั่นเอง

การใช้ประชาธิปไตยในครอบครัวมาตัดสินปัญหา ต้อง  
ใช้ประชาธิปไตยที่มีธรรมะเป็นฐานสนับสนุน แล้วความสงบสุข  
ในสังคมครอบครัวจึงจะเกิดขึ้น พระพุทธเจ้าชี้ทางให้เลือกผู้มีศีล  
เป็นหัวหน้าครอบครัว ความสงบสุขจึงจะเกิดขึ้นกับครอบครัวได้  
ผู้รู้ผู้ฉลาดไม่เอาสิ่งเศร้าหมอง (กิเลส) ของคนอื่นมาเป็นของตัวเอง  
และพระพุทธะยังตรัสว่า การจะรู้ว่าเขาเป็นคนเช่นไร ต้องอยู่  
ใกล้และดูกันนานๆ แล้วความจริงจะปรากฏ

ทั้งกรรมที่ทำในอดีต และปัจจุบัน เป็นเหตุให้ต้องมาอยู่  
ร่วมกัน

## ๙๐. กรรมสนองกรรม

### คำถาม

กราบเรียน ท่านอาจารย์สนอง ที่เคารพอย่างสูงค่ะ  
หนูเคยได้รับความเมตตาจากท่านอาจารย์ในการตอบ  
คำถามชีวิตบ้างแล้วค่ะ ขอกราบขอบพระคุณค่ะ ขอให้ท่าน



อาจารย์ มีสุขภาพแข็งแรง อายุยืน และเป็นร่มโพธิ์ร่มไทร ให้กับมวลชนต่อไปตราบนานเท่านานนะคะ

หนูอยากจะกราบเรียนถามว่า

๑. วิธีจัดการอารมณ์ ที่ไม่ดี ออกไปให้หมด ทำได้อย่างไร  
คะ

๒. เวลาอยู่ในห้องกรรมฐาน รู้สึกได้ถึงความสงบ เย็น ด้วยมีกำลังใจจากพระอาจารย์ ที่สอนให้ปฏิบัติธรรม แต่เวลาที่ อยู่ ในบ้าน หรือที่ทำงาน อารมณ์ เกิดขึ้นเร็วมาก บางครั้งตั้ง รับไม่ทัน มารู้ตัว ต่อเมื่อผ่านไปแล้ว ไม่ดีเลย ทำอย่างไรให้ตั้ง สติรับให้ทัน กับสิ่งที่มีกระทบคะ อยากให้เป็นความรู้สึกที่โล่ง ไปรุ่งสบายตลอดคะ

๓. มีวิธีใดที่ทำให้ลูกซึ่งกำลังจะเข้าสู่วัยรุ่น เชื่อฟังและ ทำตามเราได้โดยที่ไม่ต้องฝืนใจกันคะ เวลาที่ลูกไม่ทำตาม หนู จะนึกถึงตอนที่หนูเป็นเด็ก บางครั้งก็ดื้อกับแม่เหมือนกันคะ หนู พยายามสอนให้ลูกกราบหนูก่อนนอน และอวยพรลูกให้มีจิตเป็น สัมมาทิจิ และเล่าเรื่องสมัยพุทธกาลให้ลูกฟังคะ

กราบขอบพระคุณท่านอาจารย์ เป็นอย่างสูงคะ หนูและ ครอบครัว ขออนุโมทนาในจิตที่เป็นกุศล ในงานเผยแผ่ธรรม ของท่านอาจารย์นะคะ สาธุคะ

จากสวนโมทนาธรรม จ. ตรัง คะ

**คำตอบ**

(๑). เมื่อใดที่จิตรับสิ่งกระทบไม่ดี รับสิ่งกระทบที่เป็น



๒๐๖ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

เหตุขัดใจ จะทำให้เกิดเป็นอารมณ์ไม่ดี ซึ่งมีวิธีแก้ปัญหานี้ให้หมดไป ด้วยการให้อภัยเป็นทานในทุกเหตุที่ทำให้ขัดใจ แล้วเมตตา ย่อมเกิดขึ้นและสั่งสมเป็นเมตตาบารมีอยู่ในจิตใจ อารมณ์ไม่ดีจะไม่เกิดขึ้นกับผู้มีเมตตา ส่วนอารมณ์ไม่ดีที่จิตเก็บบันทึกไว้ก่อนแล้ว ต้องกำจัดให้หมดไปด้วยการพัฒนาปัญญาเห็นแจ้งให้เกิดขึ้นแล้ว ใช้ปัญญาเห็นแจ้งไปพิจารณาอารมณ์ไม่ดีที่ฝังอยู่ในจิต ว่าดำเนินไปตามกฎไตรลักษณ์ เมื่อใดอารมณ์ไม่ดีเข้าสู่ความเป็นอนัตตา จิตย่อมเห็นแจ้งว่า อารมณ์ไม่ดีไม่ใช่ตัวตน จิตย่อมปล่อยวางและว่างเป็นอิสระ ผู้ใดปฏิบัติได้เช่นนี้ (สนทสิฏฐิโก) ปัญหาอารมณ์ไม่ดีจึงจะหมดไป

(๒). ผู้ใดปรารถนาไม่ให้อารมณ์เกิดขึ้น ผู้นั้นต้องเจริญสมถภาวนา จนจิตมีกำลังของสติกล้าแข็งได้แล้ว ย่อมเห็นสิ่งที่เข้ากระทบจิตดับไป (อนัตตา) ตามกฎไตรลักษณ์ อารมณ์ใดๆ ย่อมไม่เกิดขึ้นได้

(๓). เหตุเคยทำกรรมไม่ดีกับพ่อแม่มาก่อน ผลไม่ดีจึงเกิดขึ้นกับตัวเอง ด้วยการที่ลูกทำไม่ดีตอบแทน ทั้งนี้เป็นไปตามกฎแห่งกรรมนั่นเอง ฉะนั้นผู้รู้จึงยอมรับความจริง และยอมชดใช้หนี้เวรกรรมไปจนกว่าจะหมดสิ้น

อนึ่ง ผู้ใดปรารถนาให้ลูกศรัทธา แล้วมากราบแม่ก่อนนอน ผู้นั้นต้องพัฒนาตัวเอง ให้มีพฤติกรรมถูกต้องตามธรรม ให้ได้ทุกขณะตื่นแล้ว ผู้ที่อยู่ใกล้ย่อมสัมผัสกับความดีงามนั้นได้ ความศรัทธา (กราบแม่ก่อนนอน) จึงจะมีโอกาสเกิดขึ้นได้



## กราบเรียนสาธุชนทุกท่าน

ชมรมฯ มีนโยบายที่จะเผยแผ่ธรรมะสู่สังคม ด้วยการ  
จัดงานบรรยายธรรมเป็นธรรมทาน และผลิตสื่อที่ส่งเสริมการ  
พัฒนาคุณธรรมจริยธรรม เช่น หนังสือ, เทปคลาสเส็ท, ซีดี,  
MP3 และบริจาคเป็นสาธารณกุศลไปยังสถานที่ต่างๆ เป็นจำนวน  
มาก

ท่านสามารถมีส่วนร่วมเป็นสมาชิกชมรมได้ ไม่ว่าจะเป็  
เพศใด วัยใด ไม่จำกัดความรู้ เชื้อชาติและศาสนาด้วยการสละ  
แรงกาย แรงใจ และร่วมบริจาคเพื่อเป็นเจ้าภาพ ในการจัด  
งานธรรมบรรยาย เป็นเจ้าภาพในการบริจาคหนังสือไปยังห้อง  
สมุด หรือวัดต่างๆ เป็นต้น ตามกำลังศรัทธาของท่าน หรือเข้า  
ร่วมกิจกรรมต่างๆ ของชมรม โดยไม่เสียค่าใช้จ่ายใดๆ

ท่านผู้มีจิตศรัทธาต้องการหนังสือและสื่อธรรมทานของ  
ชมรมก็ลายานธรรม กรุณาติดต่อ

### ชมรมกัลยาณธรรม

๑๐๐ ถ.ประโคนชัย ต.ปากน้ำ อ.เมือง จ.สมุทรปราการ  
๑๐๒๗๐ โทร. ๐๒-๗๐๒-๗๓๕๓ และ ๐๒-๗๐๒-๙๖๒๔  
โทรสาร. ๐๒-๗๐๒-๗๓๕๓ และ๐๒-๗๐๒-๘๗๖๓ หรือ

### ชมรมกัลยาณธรรม

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





๒๐๘ : [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

## ผลงานเล่มอื่น ๆ

### ของชมรมกัลยาณธรรม

- ทางสายเอก (ฉบับภาษาไทยปกแข็ง, เล่มเล็ก, สองภาษา, และฉบับภาษาอังกฤษ)
- บันทึกสนทนาธรรม ตามรอยพ่อ, ศีลและปัญญา
- การใช้ชีวิตที่คุ้มค่า, ชีวิตยืนยาวอย่างมีคุณค่า
- มาดสดใส่ด้วยหัวใจเกินร้อย, ครูหนึ่งพรรษา
- สนทนาภาษาธรรม เล่ม ๑ - ๑๘
- อัญมณีแห่งชีวิต, ประวัติท่านพระอาจารย์มั่น
- อริยมรรค และ การปฏิบัติคือบทพิสูจน์
- ชีวิตหลังความตาย ชีวิตใหม่ที่ต้องเตรียมตัว
- วิธียู่เหนือดวง และโอวาทสี่ของเหลียวผาน
- อุบายทำให้จิตสงบและกระจกส่องกรรมฐาน
- ดวงดีวิधिพุทธ, มห้ศจรรย์แห่งจิต, ธรรมะภาคปฏิบัติ
- สันติวรบท และอริยธรรม, คนดีที่โลกต้องการ
- รวบรวมสบทธรรม, การพัฒนาศักยภาพในวัยศึกษา
- ตายแล้วไปไหน, บริหารใจเพื่อสร้างจิตสำนึก
- สติ ๕ อย่าง และ บทโคลกแห่งพุทธอิสระ
- บารมีธรรมสู่ความสำเร็จ, เด็กหญิงพิมพ์ดี
- ให้ทานเพื่ออะไร, พระศิริมานนทสูตร
- ปฏิบัติในชีวิตประจำวัน, เริ่มต้นภาวนา ฯลฯ



นอกจากนี้ยังมีเทปคำบรรยาย, ซีดี และ MP3 อีกจำนวนมาก

ติดต่อได้ที่ ชมรมกัลยาณธรรม

โทร. ๐๒-๖๓๕-๓๔๔๔ และ ๐๒-๗๐๒-๗๓๕๓

[www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)



**ชมรมกัลยาณธรรม**  
**๑๐๐ ถ.ประโคนชัย ต.ปากน้ำ**  
**อ.เมือง จ.สมุทรปราการ ๑๐๒๗๐**  
**([www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com))**