

สนทนาภาษาธรรม เล่ม ๑๑

จากเว็บไซต์กัลยาณธรรม

ตอบปัญหาโดย

ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร





ชมรมกัลยาณธรรม
หนังสือดีอันดับที่ ๖๑

สนทนาภาษาธรรมเล่ม ๑๑ : จาก website kanlayanatam.com

ตอบคำถามโดย : ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร

จัดพิมพ์ถวายเป็นพุทธบูชาโดย

ชมรมกัลยาณธรรม ๑๐๐ ถ.ประโคนชัย ต.ปากน้ำ อ.เมือง
จ.สมุทรปราการ โทร. ๐๒-๗๐๒๙๖๒๔

หรือ ชมรมกัลยาณธรรม ๘๙/๖-๗ ซอยศึกษาวิทยา ถ.สาทรเหนือ
สีลม บางรัก กทม. โทร. ๐๒-๖๓๕๓๙๔๘

ภาพปก และภาพประกอบ : ธรรมชาติที่ผาซ่อนแก้ว

ศิลปิน : หทัยรัตน์ วุฒิโสภณ

ข้อธรรมประกอบเล่ม : คติธรรม ๑๐๘ ของท่านพ่อลี อัมมธโร
(พระสุทธิธรรมรังสีคัมภีรเมธาจารย์)

วัดอโศการาม สมุทรปราการ

รูปเล่ม-จัดพิมพ์ : ก้อนเมฆแอนด์กันยักรูป โทร. ๐๘๙ ๑๐๓-๓๖๕๐

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : ๕,๕๐๐ เล่ม (กรกฎาคม ๒๕๕๑)



ชมรมกัลยาณธรรม

ขอน้อมถวายเป็นพุทธบูชา

และ

กราบบูชาอาจารย์คุณ

แต่

ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร

สัพพทานัง อัมมทานัง ชินาติ

การให้ธรรมะเป็นทาน ย่อมชนะการให้ทั้งปวง

www.kanlayanatam.com

คำนำในการจัดพิมพ์ถวายเป็นพุทธบูชา

หนังสือสนทนาภาษาธรรมเล่มที่ ๑๑ นี้ มีความพิเศษแตกต่างจากหนังสือสนทนาภาษาธรรมเล่มอื่นๆ เนื่องจากคณะผู้จัดทำได้เลือกสรรคำถามต่างๆ ที่น่าสนใจจากในคอลัมน์สนทนาภาษาธรรมของเว็บไซต์กัลยาณธรรม มิได้นำมาจากคำถามในงานแสดงธรรมของชมรม เหมือนกับในเล่มอื่นๆ ด้วยเห็นคุณค่าของภูมิปัญญาหลากหลายที่ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ได้เสนอทางออกจากทุกข์ให้ผู้ถามปัญหาหลายๆ ท่านที่จะได้เป็นธรรมทานแก่สาธุชนทั่วไปได้นำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

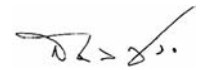
กราบขอบพระคุณท่านอาจารย์ และทุกท่านที่ถามปัญหาที่ทำให้คอลัมน์สนทนาภาษาธรรม และหนังสือเล่มนี้เป็นเพชรทางปัญญาที่ขอมอบให้ท่านผู้อ่านทุกท่านด้วยใจจริง.

คณะผู้จัดทำ
ชมรมกัลยาณธรรม

อนุโมทนาภา

คำตอบเกือบทั้งหมด ในสนทนาภาษาธรรม เล่ม ๑๑ นี้ เป็นคำตอบที่ก่อรูปด้วยเหตุและผล โดยมีสติสัมปชัญญะเห็นถูกตามธรรมเป็นเครื่องสนับสนุน แม้เป็นคำตอบที่ยาวแต่คงไว้ซึ่งความเป็นจริงที่สามารถเปลี่ยนความสงสัยให้เป็นความเข้าใจ เกิดเป็นวิสัยทัศน์นำพาชีวิตไปในวันข้างหน้าอย่างปลอดภัย พิบัตที่บุคคลสามารถเสี่ยงได้ ผู้ถามปัญหามีส่วนอย่างมากที่เป็นต้นเหตุให้ปัญญาเห็นถูกได้เกิดขึ้น และใช้เป็นโคมส่องทางชีวิตให้กับผู้อ่าน ได้เห็นทางเดินที่ชัดเจน

ข้าพเจ้าขอบคุณผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่าน ที่ร่วมในกระบวนการสร้างโคมนี้ให้เกิดขึ้น และแพร่กระจายสู่มวลชน ผู้ศรัทธาได้นำไปใช้ส่องทางให้กับชีวิตตนเอง และอ้าเงาอาณิสงส์แห่งการกระทำนี้ จงบันดาลให้ทุกดวงใจของผู้ร่วมกระบวนการ จารัสเจตจำด้วยแสงแห่งปัญญานับแต่นี้ราบรื่นทางเดินของชีวิต ของทุกคนเทอญ.



ดร.สนอง วรอุไร

ธรรมสารบัญ	หน้า		หน้า
๑. เข้าใกล้วิกฤต	๑๒	๒๔. กำลังของมาร	๕๘
๒. อกุศลวิบากของกามราคะ	๑๕	๒๕. ดีได้เมื่ออึดตาดับ	๕๙
๓. กรรมของหมา - กรรมของหมอ	๑๘	๒๖. เจ้าหนี้ - ลูกหนี้	๖๐
๔. สมาธิหัวตอ	๒๑	๒๗. โรคที่เกิดจากกรรม	๖๓
๕. หนีใจตัวเอง	๒๒	๒๘. อีหروبเดียวกัน	๖๔
๖. เจ้าหนี้ตายไปแล้ว	๒๓	๒๙. กำลังสติช่วยได้	๖๖
๗. เมื่อกาย-ใจ ปรับสมดุล	๒๕	๓๐. เจ้าเมืองแบบไหน	๖๙
๘. ผู้หญิงก็หลุดได้	๒๖	๓๑. ยืดอายุให้ยืนยาว	๗๑
๙. ดำเนินตามพระราชดำรัส	๒๙	๓๒. แรงแบญ - แรงแบป	๗๓
๑๐. เมื่อเข้าถึงความจริง	๓๑	๓๓. ความเชื่อที่ไร้ปัญญา	๗๔
๑๑. ปฏิบัติธรรมแนวไหนดี	๓๒	๓๔. ลูกของใคร	๗๗
๑๒. ปัญหาของว่าที่ลูกเขย	๓๕	๓๕. ไม่ยอมรับความจริง	๘๐
๑๓. คู่กรรมที่เป็นเวร	๓๗	๓๖. เลือกทางชีวิตด้วยตนเอง	๘๒
๑๔. สงของให้ผู้ตายด้วยการเผา	๔๐	๓๗. วิปัสสนาญาณโลภียะ	๘๓
๑๕. ทางเสื่อมของชีวิต	๔๒	๓๘. จิตกระด้าง	๘๔
๑๖. เมื่อสติหลุด	๔๓	๓๙. ร่วมกระบวนกรรม	๘๕
๑๗. ไม่ใช่ของเรา	๔๖	๔๐. เลือกเกิดด้วยบุญ	๘๖
๑๘. เกิด - ดับ ทุกอิริยาบถ	๔๗	๔๑. แม่เป็นครูของลูก	๘๗
๒๐. คุ่มกำเนิดแบบไหน	๕๑	๔๒. เป็นเพียงโลภียญาณ	๘๘
๒๑. คนท่้องปฏิบัติธรรม	๕๒	๔๓. เรื่องของจิต	๘๙
๒๒. พยาธิของเวร	๕๓	๔๔. ช่วยให้ถูกทาง	๙๑
๒๓. เมื่อแรงกรรมให้ผล	๕๖	๔๕. ดูผัสสะตามกฎไตรลักษณ์	๙๒
		๔๖. ด้วยใจที่เมตตาและเป็นอิสระ	๙๓

๔๗.	ไขและได้	๔๔
๔๘.	หน้เวรกรรม	๔๖
๔๙.	ไปรแกรมจิตติดลบ	๔๘
๕๐.	ขอขมากรรมแล้วพัฒนาจิต	๔๙
๕๑.	เชื่อผู้รู้แล้วปฏิบัติตาม	๑๐๑
๕๒.	สวดมนต์เร็ว-สวดมนต์ช้า	๑๐๒
๕๓.	เป็นได้เพียงผู้ชี้ทาง	๑๐๔
๕๔.	ทำเหมือนคนเิง	๑๐๖
๕๕.	เห็นแจ้งด้วยไตรลักษณ์	๑๐๗
๕๖.	เงินซื้อคนดีไม่ได้	๑๐๘
๕๗.	นำทดลองดู	๑๐๙
๕๘.	ลบไปรแกรมจิต	๑๑๑
๕๙.	บุญเท่านั้นช่วยได้	๑๑๒
๖๐.	การให้ทานที่ฉลาด	๑๑๓
๖๑.	ไม่ต่ำกว่า - ไม่สูงกว่า	๑๑๔
๖๒.	ถูกต้องหรือไม่	๑๑๕
๖๓.	คนพูดน้อย	๑๑๗
๖๔.	ผู้ติดฉาน	๑๑๘
๖๕.	อ่านพระไตรปิฎกเล่มไหนดี	๑๒๐
๖๖.	กาย - วาจา - ใจ เป็นบาป	๑๒๑
๖๗.	ดีทั้งขึ้น ดีทั้งลง	๑๒๒
๖๘.	ศรัทธาจากฟังธรรม	๑๒๔
๖๙.	สติสัมปชัญญะช่วยได้	๑๒๖

๗๐.	ผู้นำสามโลก	๑๒๘
๗๑.	บรรลุมรรคได้ทุกอิริยาบถ	๑๓๐
๗๒.	จิตเป็นทาสของคำพูด	๑๓๒
๗๓.	เข้าไม่ถึงความจริงแท้	๑๓๔
๗๔.	อิสระจากตัณหา	๑๓๘
๗๕.	บุญใหญ่สุด	๑๔๐
๗๖.	จิตไม่ใช่เรา	๑๔๒
๗๗.	อุทิศบุญให้คนเป็น	๑๔๓
๗๘.	วิธีบริหารจัดการหนี้กรรม	๑๔๔
๗๙.	ชีวิตที่ต้องเลือก	๑๔๖
๘๐.	นิโรธสมาบัติ	๑๔๙
๘๑.	คนแปลกแยก	๑๕๐
๘๒.	ทำดีให้ยิ่งขึ้น	๑๕๒
๘๓.	เงินไม่บริสุทธิ์	๑๕๔
๘๔.	มนุษย์และเทวดาที่ดี	๑๕๖
๘๕.	ดูจิตอย่างไร	๑๕๗
๘๖.	พูดภาษาแปลก	๑๕๙
๘๗.	สุดยอดของสิ่งศักดิ์สิทธิ์	๑๖๑
๘๘.	วิญญานเร็วอน	๑๖๒
๘๙.	กระตุนและชี้ทาง	๑๖๓
๙๐.	ปัญหาชุดไสนอน	๑๖๖
๙๑.	หลับง่าย	๑๖๗
๙๒.	ใจรัลกับโมยไม่ได้	๑๖๙

๙๓. กุศโลบายกล่อมลูก	๑๗๑
๙๔. ตาเริ่มสว่าง	๑๗๒
๙๕. ฝันบ่อย	๑๗๖
๙๖. ผู้แสวงโมกขธรรม	๑๗๗
๙๗. จริงตามปากคนพูด	๑๗๘
๙๘. ความหมายที่แตกต่าง	๑๗๙
๙๙. แก้วและหมูน	๑๘๐
๑๐๐. ออกมาจากปฏิทิน	๑๘๑
๑๐๑. วิตใจตนเอง	๑๘๓
๑๐๒. แอบชอบเพื่อนร่วมงาน	๑๘๕
๑๐๓. ล้วงไหปลาร้า	๑๘๖
๑๐๔. เรื่องเกิดตอนกำลังนอน	๑๘๘
๑๐๕. ไม่อยากคิดแต่คิด	๑๙๐
๑๐๖. พระปัจเจกพุทธเจ้า	๑๙๒
๑๐๗. แยกกันอยู่หรือเปล่า	๑๙๔
๑๐๘. ผิดจากคำอธิษฐาน	๑๙๕
๑๐๙. เป็นทุกข์แสนสาหัส	๑๙๖
๑๑๐. ปิดทองลูกนิมิต	๑๙๘
๑๑๑. อาชีพขายประกัน	๒๐๐
๑๑๒. เพื่อนต่างมิติของคุณชาย	๒๐๒
๑๑๓. ต้นเหตุของปัญหา	๒๐๓
๑๑๔. วิกลจริต, จิต และสติ	๒๐๕

คติธรรม เตรียมตัวก่อนตาย

.....

เมื่อสิ้นลม .. ล้มตาย .. กลายเป็นศพ
ถึงอุตถอบ .. เกมลี้ชีวิต .. ปิดฉากฉาย
นอนในโลง .. ใบแคบๆ .. โอบแนบกาย
ไม่มีสหาย .. ญาติหรือทรัพย์ .. ไปกับเรา
การยกโทษ อาจดูเหม็นเราขอม เราไม่คิดใจ ไม่เอาเรื่อง
แต่ขอจะให้เขากำริบ สอนเราเสียเปรียบ
ความจริงไม่ใช่ เราทำตั้งบำเพ็ญบารมีขั้นสูงสุด คือ “อุภัยทาน”
อันเป็น “ทานบารมี” ที่สูงส่ง
การขอมแพ้อาจเป็นขี้นขะยิงใหญ่ข้ามภพชาติ
(ส่วนหนึ่งจาก “อุภัยทาน” ของท่านปิยโสภณ)
เพราะมี “ข้า” จึงมี ที่ “ทุกข์” ชั่ง
ด้วยตาตหวัง ผิดไปให้หม่นหมอง
มี “ของข้า” น้ำตา จึงไหลนอง
ทุกข์ก่ายกอง ท่วมใจ ไม่เบิกบาน
เมื่อหมด “ข้า” จึงหมด ชั่ง “ทุกข์” ชั่ง
หมดรัก-ชั่ง สิ้นเหตุให้ใจเศร้าหมอง
สิ้น “ของข้า” น้ำตา ก็ไม่นอง
จิตผู้ตม่อง เบิกบาน นพพานเลย ฯลฯ



๑. เข้าใกล้วิกฤต

คำถาม

เรียนถาม ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ที่เคารพครับ กระผมปฏิบัติธรรม โดยการเดินจงกรม และนั่งสมาธิ มาต่อเนื่องมาซักช่วงเวลาหนึ่งแล้ว มีเรื่องอยากเรียนถามท่านอาจารย์ฯ ดังนี้ครับ

๑. การที่เราเกิดการเจ็บป่วยขึ้นมาจะเป็นเพราะว่าเจ้ากรรมนายเวรเขามาเอาคืนหรือเปล่าครับ เพราะปกติไม่เคยเป็นแล้วก็ดูแลตัวเองดีครับ หากใช่เราต้องทำไงครับ และในช่วงที่ป่วยต้องนอนให้น้ำเกลือที่โรงพยาบาล เราจะสามารถปฏิบัติธรรมได้อย่างไรบ้างครับ เพื่อรักษาธรรมที่มีอยู่ไม่ให้ขาด

๒. สืบเนื่องมาจากเรื่องเจ็บป่วย ตอนที่ผมป่วยมีเลือดออกในลำไส้ทำให้เสียเลือดมาก จึงทำให้หน้ามืด หายใจไม่ออก และหุดับไม่ได้ยินเสียง ช่วงวินาทีแบบนี้เราจะมีวิธีการเตรียมจิตอย่างไรเพราะอยู่ในช่วงนั้นมาแล้วรู้สึกใช้ชีวิตคนเรามันเปราะบางมากเหลือเกิน แล้วการที่เราขอในใจว่าขอลูกอยู่เพื่อปฏิบัติพระธรรม-กรรมฐานก่อน จะผิดไหม เพราะช่วงนั้นรู้สึกถึงเรื่องนี้มากที่สุด หรือมีวิธีการเตรียมจิต และกำหนดให้มีสติตลอดได้อย่างไรบ้างครับ

๓. เรามีการรักษาจิตเราอย่างไรไม่ให้ออกไป คิดไม่ติดกับคนอื่น หรือลบหลู่คนอื่นให้เป็นบาป เพราะทุกครั้งก็จะ

กำหนดรู้ทุกครั้งเพื่อไม่ให้เกินเลยมาก แต่บางทีมันคิดไปแล้วมันก็เลยเกิดอกุศลในจิต แบบนี้เรามีวิธีสกัดกั้นยังไงเพื่อไม่ให้อกุศลแบบนี้เกิดขึ้นครับ

ปล. ปัจจุบันนี้เพิ่งหายแล้ว และตอบตัวเองได้ว่าหากพรุ่งนี้ต้องตายสิ่งที่จะเสียตายเป็นมากที่สุดก็คือการปฏิบัติธรรม การปฏิบัติธรรมช่วยได้มากแม้ในยามที่ชีวิตวิกฤตทำให้เรามีสติหรือแม้ยามที่เราหลงขาดสติไปบ้างจากการเจ็บป่วย ก็รู้สึกเหมือนมีสิ่งที่ดีคอยปกป้องตัวเราอยู่ข้างๆ เพื่อไม่ให้หนักขึ้นไปกว่าที่เป็นอยู่ ท้ายนี้ขอขอบคุณล่วงหน้าในคำตอบของท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร มา ณ โอกาสนี้ด้วยครับ

ขอแสดงความนับถืออย่างสูง

คำตอบ

(๑) การเจ็บป่วยของมนุษย์สมัยนี้ พระพุทธเจ้าตรัสว่า มนุษย์อาพาธด้วยเหตุ ๔ อย่าง และหนึ่งใน ๔ เหตุุนั้นคือโรคที่เกิดจากกรรม ดังตัวอย่างเช่น อุตริมนุषย์ที่เอาแก้วแห่งเร็วไปหยดใส่กันไก่อ แล้วเอามือบีบให้รูเปิดที่กันไก่อติดกัน ผลปรากฏว่าไก่อไม่สามารถถ่ายมูลได้ ไก่อยู่ได้หลายวันแล้วตายลงในที่สุด อยู่มาไม่นานกรรมนี้ให้ผล มนุษย์ผู้ทำกรรมถ่ายอุจจาระไม่ออกหลายวันแล้วตายตามไก่อไปในที่สุด นี่คือตัวอย่างจริงของโรคที่เกิดจากกรรมเป็นเหตุ

ฉะนั้นหากคิดว่าการเจ็บป่วยของคุณเกิดจากกรรม

เป็นเหตุต้องทำบุญให้ยิ่งใหญ่ เช่น ปฏิบัติกรรมฐานแล้วอุทิศผลบุญใช้หนี้ให้กับเจ้ากรรมนายเวร จนกว่าเขาจะเลิกจองเวรอาการเจ็บป่วยก็จะหาย

ขณะเจ็บป่วยสามารถปฏิบัติธรรมได้ ด้วยการสวดมนต์ฟังธรรมเป็นการปฏิบัติธรรมเบื้องต้น กำหนดอาณาปานสติ คุลมหายใจเข้าออกว่า พุท-โธ ๆ ๆ ไปเรื่อย ๆ ถือได้ว่าเป็นการปฏิบัติธรรมขั้นกลางและหากมีกำลังสมาธิมากพอ สามารถพิจารณาการเจ็บป่วยให้เห็นว่าเป็นไปตามกฎไตรลักษณ์ถือว่าเป็นการปฏิบัติธรรมขั้นสูงสุดได้

(๒) การเจ็บป่วยของคุณในครั้งนี้ถือว่าเป็นโชคดี ที่ทำให้เห็นชัดว่า ชีวิตของคนเราเปราะบาง และเป็นเช่นนั้นจริง เมื่อใดที่ลมหายใจหยุดเข้าร่างกาย หยุดออกจากร่างกาย ชีวิตจะดำเนินอยู่ไม่ได้ เหมือนที่คนตายทั้งหลายได้ทำให้คุณเป็นตัวอย่าง ฉะนั้นไม่ควรประมาทกับชีวิตเพราะเมื่อใดที่จิตปฏิเสธร่างกายแล้ว จิตต้องไปแสวงหาร่างใหม่เข้าอยู่อาศัยร่างนี้จะถูกทอดทิ้งไว้ให้เน่าเปื่อยผุพังไป จึงควรอย่างยิ่งต้องเตรียมตัวไปเกิดใหม่ในภพที่ดีด้วยการประพฤติดแต่สิ่งที่เป็นบุญเป็นบารมีให้ยิ่งขึ้น จึงจะไม่เสียชาติเกิด

การตั้งจิตปรารถนา (อธิษฐาน) ขอมีชีวิตอยู่เพื่อปฏิบัติธรรมสามารถตั้งจิตปรารถนาได้แต่เมื่อตั้งความปรารถนาแล้วต้องมีสัจจะและปฏิบัติให้เป็นเหตุถูกต้องตรงตามที่ตั้งจิตปรารถนา ทำได้อย่างนี้แล้วจะไม่ผิดอธิษฐาน ส่วนเรื่อง

การเตรียมจิตด้วยการกำหนดให้บริการมค้ำว่า พุท-โธ ๆ ๆ อยู่กับลมหายใจเข้า-ออก กำหนดทุกครั้งที่นั่งก็ได้ กำหนดทุกครั้งที่ยืนว่างจากงานภายนอก แล้วสติจะมีกำลังมากขึ้น จิตตั้งมั่นขณะมีสติ สุกติเป็นที่หมาย

(๓) ต้องพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งแล้วใช้ปัญญาเห็นแจ้งกำจัดสิ่งเศร้าหมอง (กิเลส) ที่มีอยู่ในใจให้หมดไป ด้วยการพิจารณาสิ่งเศร้าหมองตามกฎไตรลักษณ์ การระลึกได้ในสิ่งเศร้าหมองอื่นต้องพิจารณาในทำนองเดียวกันนี้

๒. อุกุศลวิบากของกามราคะ

คำถาม

กราบเรียน ดร.สนอง ที่เคารพ

หนูมีปัญหาคืออยากถามอาจารย์ดังนี้ค่ะ

๑. ทำกรรมอะไรถึงใส่เสื้อผ้าแล้วกลายเป็นโป๊หรืออูจาดตาคะ ทั้งที่เสื้อผ้าเหล่านั้นเคยใส่แล้วก็ไม่เคยเกิดเหตุอะไร แต่ช่วงนี้ใส่อะไรก็ดูไม่เหมาะสมไปหมด ตัวเองดูแล้วดูอีกก็ไม่เห็นอะไรผิดปกติ หรือคนในบ้านคนที่ไปด้วยก็ไม่เห็นอะไร แต่คนอื่นกลับเห็น หัวเราะเยาะดูถูก มันเป็นทุกครั้งเลยคะในช่วงนี้ จนไม่อยากออกไปไหน แต่ก็มีเหตุให้ต้องออกจนได้ วันไหนขับรถไปก็ไม่เกิดอะไร วันไหนนั่งรถเมล์ไปก็เป็นเรื่องเลยคะ จน

คนแถวบ้านหรือคนพบเห็นอาจคิดว่าหนูเป็นผู้หญิงไม่ดี ขอบ
แต่่งตัวช่วยวนหรือเป็นโรคจิตขอบให้คนดูร่างกายตัวเอง

๒. หนูจะแก้ปัญหานี้ได้อย่างไรคะ ครั้งล่าสุดนี้พอรู้ตัว
หนูก็ให้คนในห้องน้ำช่วยดูให้ เขาก็บอกไม่เห็นอะไร เรียกร้อยดี
หนูไปสมัครงานเลยพลาดงานไปเลยคะ ทั้งที่เปอร์เซนต์ที่จะได้
มีถึง ๘๐ เปอร์เซนต์ มันเกี่ยวกับเรื่องงานสองหนแล้วคะ หนู
กลุ้มใจมาก

๓. ครั้งสุดท้ายนี้ จิตเตือนว่า อย่าๆ สองครั้ง ไม่ให้หนู
ไปยืมกระโปรงนำสาวมาใส่ ทั้งที่กระโปรงนั้นก็เปียกน้ำตาล ผ้า
ไม่บาง ใส่ครั้งแรกไม่เป็นไร ขับรถไปแล้วก็ไปเดินห้างด้วย ไม่มี
ใครว่าอะไร แต่ครั้งที่สองนี้นั่งรถเมลล์ไปเลยเกิดเรื่องเลยคะ ถ้า
หนูไม่ทำตามทีจิตห้าม หนูก็ไม่ต้องเกิดเรื่องโช่ใหม่คะ แสดงว่า
กรรมใกล้หมด หรือยังงี้ก็ต้องรับกรรมนี้อยู่แล้วคะ

ทุกวันนี้หนูกลุ้มใจมาก กว่าที่จะออกจากบ้านก็ดูแล้วดูอีก
เกือบจะประสาท หนูถูกนินทาว่าร้ายซ้ำแล้วซ้ำอีก คิดว่า ครั้ง
นี้เป็นครั้งสุดท้าย มันก็ยังไม่จบซักที หนูท้อมากคะ ท้อจริงๆ แทบ
ไม่ได้ทำกรรมฐานเลยหลังจากออกพรรษา เพราะคิดว่าผลบุญ
จะช่วยได้ แต่นี้โดนเล่นงานทุกครั้งเลยคะ นอกจากจะอ้ออายแล้ว
งานก็ไม่ได้คะ

กราบขอบพระคุณอาจารย์สนองในความกรุณาคะ และ
ขออนุโมทนาบุญด้วยคะ ขอแสดงความเคารพอย่างสูง

คำตอบ

(๑) เหตุเกิดเพราะจิตขาดสติสัมปชัญญะ จึงทำให้จิต
ตกเป็นทาสของกามราคะ คือมีจิตยินดีพอใจ หมกมุ่นสาละวน
อยู่กับสรีระว่าเป็นของสวยงาม ควรแก่การทะนุบำรุงรักษา
เมื่อใดที่กรรมให้ผล สิ่งที่ยกเอาไว้จึงได้เกิดขึ้น

(๒) ต้องแก้ปัญหาคือต้นเหตุด้วยการพัฒนาจิตให้เกิด
สติสัมปชัญญะ แล้วพิจารณาว่าสรีระของตนเองเป็นไปตาม
กฎไตรลักษณ์ แล้วพฤติกรรมที่แสดงออกจะดีงามเป็นอิสระ
ต่อสิ่งเขี้ยววนทางประสาทสัมผัสโอกาสที่ได้งานทำจึงจะเกิด
ขึ้นได้

(๓) トラバドที่กรรมยังไม่หมด ผู้ทำกรรมยังต้องรับ
ผลวิบากของกรรมนั้น

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

พระพุทธรูป เป็นพุทธานิมิตภายนอก
สำหรับเป็นที่กราบไหว้สักการะ
ธรรมะภายนอกสำหรับให้คนได้สติฟังศึกษาเล่าเรียน
สังฆะภายนอก สำหรับเป็นพี่เลี้ยงคอยตักเตือนว่ากล่าว
ตั้งสอน สัตว์นรุตนภายในนั่นคือ
การทำพุทธะ ธรรมะ สังฆะ ให้มีขึ้นในจิตใจ

๓. กรรมของหมา - กรรมของหมอ

คำถาม

เรียนอาจารย์สนองที่เคารพ

กระผมเป็นสัตวแพทย์มีคำถามที่จะเรียนถามอาจารย์
ดังนี้

๑.กรณีที่สัตว์ป่วยหนักและได้ทำการตรวจวินิจฉัยแล้วว่า
ต้องไม่รอดแน่ๆ อยู่ต่อไปได้ไม่นานก็ต้องตาย แต่ในขณะที่ยังไม่ตายสัตว์จะอยู่อย่างทรมาณมาก เช่น เป็นมะเร็งเจ็บปวด
ร้องทรมาณตลอดเวลา หรือโดนรถทับบั่นท่ายรวมทั้งเชิงกราน
แหลกละเอียด จะรักษาอย่างไรก็ไม่รอด แต่ไม่ตายในขณะนี้ อาจ
อยู่ต่อได้อีก ๒ - ๓ วันหากให้ยารักษาไว้ แต่ในทางด้าน
สัตวแพทย์ที่เรียนมา เขาสอนว่าหากเป็นกรณีแบบนี้ควรฉีดยา
ให้หลับตายไปเลย (put to sleep) เพื่อสัตว์จะได้พ้นจาก
ความทรมาณ อยากทราบว่าในกรณีแบบนี้เป็นความหวังดีของ
หมอ แต่ก็ผิดศีลข้อ ๑ จะบาปมากไหม ในความเห็นของ
อาจารย์ควรทำหรือไม่

๒. ในอีกกรณีหนึ่งถ้าหากว่าสัตว์เป็นอัมพาตช่วงหลัง
เดินไม่ได้ แต่ขาหน้ายังใช้งานได้เดินลากบั้นท้ายไปกับพื้น ไม่
สามารถควบคุมการขับถ่ายได้ มีแผลหลุมที่เกิดจากการลากตัว
เองและการกดทับ ทำให้มีความทรมาณในการใช้ชีวิต แต่ถ้า
ดูแลอย่างดีสัตว์ก็ยังสามารถมีชีวิตอยู่ต่อไปได้อีกนาน แต่ถ้า

มนุษย์ไม่ช่วย สัตว์ก็จะช่วยตัวเองไม่ได้และคงอยู่ได้ไม่นาน แต่
เจ้าของไม่อยากดูแลแล้ว ต้องการให้สัตว์แพทย์ฉีดยาให้หลับ
ตายไปเลยจะได้พ้นจากความทรมาณ กรณีนี้ควรทำหรือไม่ครับ
ขอบพระคุณอาจารย์มากครับ

คำตอบ

(๑) ผู้ที่ยังต้องเดินตามกระแสโลกจะใช้ความรู้ทาง
โลกแก้ปัญหา เห็นสัตว์ได้รับความทุกข์ทรมาณแล้วฉีดยาให้
สัตว์หลับตายไม่ถือว่าเป็นสิ่งที่ผิด แต่หากนำวิธีเดียวกันนี้มาใช้
กับคนเจ็บป่วยเป็นทุกข์ทรมาณอยู่ในโรงพยาบาลถือว่าเป็นผิด
กฎหมาย นักโทษที่ถูกตัดสินประหารชีวิตแล้วถูกฉีดยาให้ตาย
ถือว่าเป็นการกระทำที่ถูกต้องตามกฎหมายที่มนุษย์สร้างขึ้น ใน
ทางตรงกันข้ามผู้ปรารถนาชีวิตทนกระแสโลก เขาใช้ความ
รู้ทางธรรม (ญาณ) แก้ปัญหา ญาณเป็นความรู้ขั้นสูงสุดที่
มนุษย์สามารถเข้าถึงได้ ใครเข้าถึงได้ถือว่าเป็นผู้รู้จริง ผู้รู้จริง
รู้ว่าสัตว์มีกรรมเป็นของตน ประพฤติกรรมไม่ดี เมื่อกรรมให้
ผลเป็นอกุศลวิบาก ผู้ทำกรรมต้องเป็นผู้รับอกุศลวิบากนั้น
จนกว่าจะชดใช้ผลของกรรมได้หมดสิ้น

ในกรณีที่ถามไปหมอช่วยสัตว์ไม่ให้ต้องได้รับความ
ทุกข์ทรมาณหมอบุญจากสัตว์ในกรณีที่สัตว์เห็นดีด้วย แต่ได้
บาปตรงที่ถูกเจ้ากรรมนายเวรของสัตว์ผูกพยาบาทจองเวร

อนึ่งผู้ตอบปัญหานำพาชีวิตตนเองและชี้ทางให้ผู้อื่นไม่

นำตัวเองให้ลงไปเกิดเป็นสัตว์ในอบายภูมิ จึงเห็นว่าควรปล่อยวางสัตว์ให้เป็นไปตามกรรม สัตว์ต้องเสวยอกุศลวิบากที่ตัวเองได้กระทำ ชาวโลกมองว่าคนที่มีพฤติกรรมเช่นนี้เป็นคนใจดำ ซึ่งเป็นความเห็นถูกของชาวโลกที่ยังพัฒนาตนเองเข้าไม่ถึงความรู้สูงสุดจึงคิดเห็นเป็นเช่นนั้น

(๒) ผู้ตอบปัญหาเคยช่วยสุนัขขาหน้าหักสองข้างด้วยการนำสุนัขไปหาสัตวแพทย์ช่วยตามขาให้ แล้วใช้ปัญญาของตัวเองคิดประดิษฐ์ล้อเลื่อนให้สุนัขได้ใช้ขาหลังที่ไม่หักเดินไปที่ต่างๆ ได้ตามต้องการ ใช้เวลาดูแลอยู่ครบเดือนจนหายเจ็บป่วยกลับมาเดินได้เป็นปกติ

เรื่องที่บอกเล่าไปว่าสุนัขได้รับความทุกข์ทรมานเจ้าของสุนัขไม่ประสงค์เลี้ยงดูสุนัขที่เคยให้ความสุขกับตัวเองอีกต่อไป จึงคิดกำจัดสุนัขด้วยการขอความร่วมมือจากสัตวแพทย์ให้ฉีดยาหลับตายเพียงแค่วางใจกำจัด (อกุศลมนเอนกรรม) ไปให้พ้นก็บาปแล้ว หากความคิดถูกกระทำให้สำเร็จ อานิสงส์บาปที่จะเกิดขึ้นกับผู้กระทำกรรมต้องได้รับคือการเจ็บป่วยทุกข์ทรมานจะเกิดขึ้นกับจำเลยที่หนึ่งคือเจ้าของสุนัข และจำเลยที่สองคือหมอฟันร่วมกระทำกรรม

ที่ถามว่าควรทำตามที่เจ้าของสุนัขต้องการหรือไม่ ผู้ตอบปัญหาไม่เคยคิดที่จะเข้าร่วมกระบวนอกุศลกรรมที่ให้ผลเป็นบาป จึงไม่มีความเห็น

๔. สมานัตถ์

คำถาม

เรียนอาจารย์ครับ

ผู้ใดที่ชำนาญในสมานัตถ์ชั้นดีแล้ว สามารถพิจารณาพระไตรลักษณ์ได้ในสมานัตถ์ชั้นดีต่าง ๆ ได้มั๊ยครับ

กราบขอบพระคุณครับ

คำตอบ

ไม่ได้ครับ เพราะในขณะที่จิตตั้งมั่นเป็นสมานัตถ์ในฌาน จิตไม่สามารถรับสิ่งกระทบภายนอกมาปรุงอารมณ์ การพิจารณาอารมณ์ตามกฎไตรลักษณ์จึงไม่มี ปัญญาเห็นแจ้งในอารมณ์ปรุงแต่งจึงไม่เกิดขึ้นได้

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

สมบัติที่เป็นของกาย เรียกว่า โสภณทรัพย์
สมบัติที่เป็นของใจ เรียกว่า อริยทรัพย์
สมบัติของกายอาศัยใช้ได้เฉพาะแต่ในโลกนี้
แต่สมบัติของใจใช้ได้สำหรับโลกหน้า

๕. หนีใจตัวเอง

คำถาม

เรียนท่านอาจารย์

หนูปลีกตัวออกมาอยู่ต่างจังหวัดหลายปี ก่อนที่จะออกมาอยู่ต่างจังหวัดหนูเป็นคนเจ้าอารมณ์เอาแต่ใจตัวเอง ตอนนี้ออกมาอยู่อำเภอเล็กๆ ไม่ค่อยเจอคนเท่าไรใจก็สงบขึ้น และฝึกวิปัสสนาได้ เมื่อต้องอยู่กับผู้คน จิตมีกระแสถึงการกระทำของตนเองในอดีต ซึ่งทำให้ละอายใจและอายที่จะเผชิญหน้ากับผู้คน นอกจากนี้ยังรู้สึกกลัวคนอยู่ลึก ๆ ในใจ และกลัวการถูกตำหนิติเตียนจากคนอื่นด้วยค่ะ เวลาที่ถูกตำหนิแม้เพียงเล็กน้อยก็สะเทือนใจมาก ตอนนี้หนูต้องทำงานแทนพ่อแม่ ซึ่งจำเป็นต้องพบปะพูดคุยกับลูกค้า ทำให้ทรมานใจมากเพราะกลัวคน เวลาลูกค้าต่อว่าหรือปฏิเสธก็มีผลกระทบกับใจ

หนูควรแก้ไขอย่างไรค่ะ

คำตอบ

ความละอายชั่วและเกรงกลัวต่อบาป เป็นคุณสมบัติของชาวฟ้าชาวสวรรค์ผู้ใดรักษาภาวะของจิตให้เป็นอยู่แบบนี้ตลอดไป ตายแล้วมีโอกาสไปร่วมสังสรรค์เป็นสมาชิกกับชาวสวรรค์ที่ไม่สับสนวุ่นวายแบบสังคมนุชย์

วิธีแก้ปัญหาเรื่องกลัวคนต่อว่าหรือปฏิเสธทำได้ไม่ยาก ต้องเจริญสมณะและวิปัสสนากรรมฐานจนเกิดเป็นสติสัมปชัญญะได้แล้ว จะเห็นว่าการแก้ปัญหาต้องแก้ที่ตัวเองคือใช้สติสัมปชัญญะที่พัฒนาได้ปล่อยวางพฤติกรรมของคนที่อยู่แวดล้อมได้ ความเป็นอิสระของจิตจะเกิดขึ้นแล้วปัญหาจะหมดไปเอง



๖. เจ้าหนี้ตายไปแล้ว

คำถาม

กราบเรียนถามท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไรค่ะ

จากที่ได้อ่านคำถามและคำตอบใน สนทนาธรรม ข้อ ๖๔๗ เรื่องการใช้หนี้ค่ะ ในกรณีของหนู ได้ยืมเงินเพื่อนมาแล้วและได้บอกเขาว่า ถ้ามีแล้วจะใช้ให้หนี้ค่ะ ในตอนนี้หนูสามารถคืนเงินให้เขาได้แล้วก็ตั้งใจว่าจะใช้คืนให้เขา แต่ปรากฏว่าได้ทราบข่าวว่าเขาเสียชีวิตไปแล้ว (เสียชีวิตด้วยโรคมะเร็ง) ดังนั้นหนูอยากเรียนถามนะคะ

๑. หนูนำเงินเท่ากับจำนวนที่ยืมเขามา ไปทำบุญสร้างสถานปฏิบัติธรรม เช่นสถานปฏิบัติธรรมยุวพุทธฯ หรือนำเงินไปสร้างโรงพยาบาลแพทย์แผนไทย ได้หรือไม่คะ หรือ ควรจะนำไปคืนให้ครอบครัวเขาค่ะ (หมายถึงภรรยาและลูกเขาค่ะ)

๒. ถ้าหากต้องไปทำบุญต้องระบุชื่อของเขาเป็นผู้ทำบุญด้วยหรือไม่คะ

๓. เมื่อทำบุญไปเรียบร้อยแล้ว การอุทิศบุญกุศลต้องทำอย่างไรบ้างคะ

๔. หนูต้องขอโหสิกรรมอย่างไรบ้างคะ เนื่องจากหนูไม่ได้ไปงานศพเขา เพราะทราบข่าวหลังจากที่เผาไปเรียบร้อยแล้วค่ะ

สุดท้ายนะคะ หนูขออนุญาตจากท่านอาจารย์ ดร.สนอง นะคะ เนื่องจากหนูได้ไปขอ ซีดี ที่อัดรายการสัมภาษณ์ของ ท่านอาจารย์ ดร.สนอง กับสถานีวิทยุสงฆทานธรรม ทุกเขตที่มีการบันทึกและได้ไรท์ซีดีนี้แจกให้เพื่อนผู้สนใจในธรรมะ เนื่องจากเห็นว่าเป็นประโยชน์ต่อผู้สนใจทางธรรม ซึ่งทางสถานีวิทยุได้อุญาตแล้วนะคะว่าให้ไรท์แจกได้ และในโอกาสนี้ได้เขียนปัญหาถามทางท่านอาจารย์ หนูจึงขออนุญาต ท่านอาจารย์ ดร.สนองอีกครั้งนะคะ กราบขอบพระคุณค่ะ

คำตอบ

(๑) ไม่แนะนำให้นำเงินจำนวนที่ยืมมาไปใช้คืนเจ้าของในโลก เพราะเขาไม่ใช่กันแต่แนะนำให้นำเงินไปสมทบสร้างสถานปฏิบัติธรรมหรือโรงพยาบาลตามที่เสนอมานี้แล้ว อุทิศบุญกุศลที่เกิดขึ้นไปให้กับเจ้าของเงินยืม

(๒) คนที่ตายพ้นไปจากโลกมนุษย์แล้วคุณสมารถ

ทำบุญแทนในชื่อของเขาได้ แต่ต้องบอกให้เขารู้ว่าคุณทำบุญแทนเขา

(๓) หลังทำบุญเสร็จจะกรวดน้ำหรือไม่กรวดน้ำก็ได้ แต่ต้องบอกให้เขามาอนุโมทนาบุญที่คุณทำส่งไปให้ด้วยการใช้คำพูดที่คุณใช้อยู่ในปัจจุบันเป็นสื่อให้เขารับทราบ

(๔) หลังจากอุทิศบุญกุศลให้เขาแล้วให้บอกเหตุผลที่คุณไม่สามารถไปร่วมงานศพของเขาได้ กล่าวคำขอมาโทษจากเขาและคุณต้องยกโทษที่เขาผิดให้คุณด้วย

การขอไรท์ซีดีเป็นเรื่องของสถานีวิทยุสงฆทานธรรม เมื่อเขาอนุญาตแล้วผู้ตอบปัญหาก็ก็นำตามด้วย



๗. เมื่อกาย-ใจ ปรับสมดุล

คำถาม

กราบเท้าอาจารย์ ดร.สนอง

กระผมรู้สึกดีใจที่มีโอกาสได้อ่านงานเขียนของท่านอาจารย์ และอยู่ระหว่างการฝึกหัดตามที่อาจารย์แนะนำ กระผมจะขอกราบเรียนถามอาจารย์ว่า

๑.) เวลานั้นสมาธิประมาณ ๓๐ นาทีแรก จะเมื่อยมาก และบางครั้งจิตจะเริ่มไม่อยู่กับคำภาวนากระผมควรทำอย่างไรดี

๒.) บางครั้งนั่งสมาธิ หูมีเสียงดัง “วืง” อยู่ภายในหูเบาๆ

แม้จะออกมาจากสมาธิแล้วบางครั้งก็ยังมีเสียงอยู่ สาเหตุเกิดจากอะไรครับ

๓.) อาจารย์พอจะแนะนำสถานที่ฝึกนั่งสมาธิ ในกรุงเทพฯ ให้ด้วยครับ ขอกราบขอบพระคุณอาจารย์อย่างสูงครับ

คำตอบ

(๑) เมื่อนั่งปฏิบัติธรรมแล้วเมื่อย ควรลุกขึ้นเดิน จงกรมทำสลับกันไปเรื่อย ๆ

(๒) เกิดจากร่างกายปรับสมดุลตามการปรับสมดุลของจิต

(๓) คณะ ๕ วัดมหาธาตุฯ ทำพระจันทร์ ยุวพุทธิกสมาคม วัดอินทรวิหาร บางขุนพรหม วัดปทุมวนาราม (วัดสระปทุม) ไกลสี่แยกราชประสงค์ฯลฯ

๘. ผู้หญิงก็หลุดได้

คำถาม

เรียนอ.ดร.สนอง

ดิฉันอยากเรียนถามอ.ดร.สนองดังนี้ค่ะ

๑. ดิฉันเคยทำงานเป็นหัวหน้าคน และต้องทำการประเมินการผ่านการทดลองงานของลูกน้อง ดิฉันเคยประเมิน

พนักงานไม่ผ่านการทดลองงานจำนวนทั้งสิ้น ๓ คน รู้สึกอึดอัดใจมาก แต่จากการทำงานของลูกน้องที่ดิฉันพิจารณาแล้ว คือชอบมาสาย ชอบขาดงาน บางคนก็ไม่เคยขาดงานแต่เรียนรู้งานช้า และอุ้งงานบ้าง จนเพื่อนร่วมงานหน่าย บางคนดิฉันให้โอกาสทดลองงานต่อแต่ก็ยังขาดงานอยู่ ดิฉันอึดอัดใจและเครียดกับการเป็นหัวหน้ามาก ปัจจุบันดิฉันลาออกจากงาน หางานใหม่ และได้งานที่ไม่ต้องมีลูกน้อง

คำถาม ดิฉันจะบาปกรรมใหม่คะที่ทำให้คนตกงาน ไม่มีงานทำ และถ้าบาปจะไถ่บาปได้อย่างไร

๒. การที่เราจะแต่งงานหรือใช้ชีวิตอยู่กับใครคนหนึ่ง มันเป็นชะตาชีวิตที่ฟ้ากำหนดมา หรือเป็นจากเวรกรรมที่เคยทำร่วมกันมา หรือเป็นจากที่เรากำหนดเองในชาติปัจจุบัน

๓. จากข้อ ๒ ไม่ว่าจะ เป็นจากอะไรก็ตามที่ทำให้ต้องมาอยู่หรือแต่งงานใช้ชีวิตอยู่กับใครคนหนึ่ง เราสามารถเปลี่ยนแปลงมันได้หรือไม่ โดยจากการกระทำของเรา จากกุศลกรรมที่เราตั้งใจสร้างขึ้นใหม่ในปัจจุบันและตั้งอธิษฐานจิตให้ได้อยู่กับคนที่เราอยากอยู่ด้วยได้หรือไม่

๔. ถ้าเรายังเป็นคนที่ยึดติดอยู่กับความทุกข์ จะทำให้เราไม่สามารถหลุดจากวิภังขณนี้ได้ใช่หรือไม่ และเกี่ยวไหมคะอาจารย์ว่าต้องเป็นพระเท่านั้นที่จะหลุดได้ ยังจีผู้หญิงก็ไม่สามารถหลุดได้ใช่หรือไม่ ดิฉันจะได้อธิษฐานให้ชาติหน้าเกิดเป็นผู้ชาย (เพราะคิดว่าชาติหน้าคงต้องเกิดมาอีกเป็นแน่แท้ เพราะกิเลสยังเยอะอยู่ ขอขอบพระคุณอาจารย์เป็นอย่างสูง ขอให้อาจารย์ได้หลุดจากวิภังขณนี้คะ

คำตอบ

(๑) สัตว์โลกเป็นไปตามกรรมเขาทำกรรมให้ตัวเอง ด้อยในศักยภาพจึงไม่สามารถแข่งขันสู้ผู้อื่นที่มีศักยภาพสูงกว่า ได้จึงต้องได้รับประเมินให้ออกจากงาน คุณอยู่ในฐานะหัวหน้า ผู้ประเมินผลงานซึ่งเข้าไปมีส่วนร่วมในวงจรกรรมกับเขา จะได้รับอานิสงส์บาปในกรณีปฏิบัติหน้าที่ผิดพลาดไม่เป็นไปตามธรรม ถ้าปฏิบัติได้ถูกต้องแล้วบาปจะตามให้ผลไม่ได้

(๒) ฟ้ามิเคยกำหนดชะตาของผู้ใดได้แท้จริง ดังนั้น เรื่องนี้ส่วนหนึ่งเกิดจากกรรมที่เคยร่วมทำกันมาแต่อดีตชาติ และปัจจุบันชาติ ส่วนคำว่าเวรกรรม หมายถึง การกระทำที่ เป็นการแก้เผ็ด แค้นเคืองปองร้ายฯลฯ

(๓) สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ต้องอธิษฐานเอาแต่สิ่งที่เป็นกุศล หลังอธิษฐานแล้วต้องทำเหตุให้ถูกต้องคือทำเหตุให้ เหมือนกับคนที่คุณประสงค์จะอยู่ร่วมคือ ทั้งสองต้องทำกรรม ให้เหมือนกันนั่นเองแล้วโอกาสเกิดมาอยู่ร่วมในวันข้างหน้าจึง จะเป็นไปได้

(๔) ใช่ ขรवासสามารถพัฒนาจิตให้พ้นไปจากวิภู สงสารได้แต่ส่วนใหญ่บรรพชิตพัฒนาจิตได้มากกว่า

ไม่ใช่ ผู้หญิงสามารถพัฒนาจิตให้หลุดพ้นได้เช่นกันตั้ง ตัวอย่างพระโคตมมิกขุณี อัมพปาสีกุณี ปุจฉารามิกขุณี ฯลฯ ได้ทำให้ดูเป็นตัวอย่าง

๙. ดำเนินตามพระราชดำรัส

คำถาม

ขอเรียนถามปัญหาอาจารย์ ดังนี้ค่ะ

๑. ระบบทุนนิยม ที่มุ่งการผลิตเพื่อการตลาดและ แสวงหากำไรสูงสุดนั้น บุคคลที่อยู่ในกระบวนการความคิดแนวนี้ มีบาปแค่ไหน อย่างไร

อาจารย์มีข้อคิดทางธรรมเพื่อจะสอนบุคคลที่แสวงหา ผลกำไรอยู่ตลอดเวลาอย่างไรคะ

๒. หากการแสวงหากำไร กระทำด้วยการทำลาย ทรัพยากรไปเรื่อยๆ จนกระทั่งถึงเวลาโลกเสื่อมสลาย คนบนโลก (ที่มีบุญสามารถเกิดเป็นมนุษย์) จะเกิดใหม่ที่ใดคะ

๓. บทธรรมะที่สอนเกี่ยวกับความโลภ มีอะไรบ้างคะ ขอความหมายด้วยค่ะ ขอบพระคุณในความกรุณา

ขอให้อ.ส.น.องมีบารมีสะสมยิ่งๆ ขึ้นจากการบำเพ็ญ บุญตอบปัญหาด้วยค่ะ

คำตอบ

(๑) พฤติกรรมใดประพฤติแล้วทุศีล หรือไร้ธรรม ถือว่าเป็นบาป ถ้ามามีบาปแค่ไหนตอบว่ามีบาปเท่าที่ทำ ทำ แล้วเป็นเหตุให้ผิดศีลข้อปาณาติบาตโอกาสไปเกิดเป็นสัตว์นรก มีได้ ทำแล้วผิดศีลข้ออทินนทานโอกาสไปเกิดเป็นเปรตมิได้ฯลฯ

ผู้ตอบปัญหามีแนวคิดตามพระราชดำรัสของพระเจ้า อยู่หัวคือ ยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียงและควบคุมตัวเองให้อยู่ ในศีลในธรรม

(๒) ในยุคสมัยนี้คนส่วนใหญ่ที่มีบุญจะไม่ลงมาเกิด เป็นมนุษย์ ในครั้งพุทธกาลคนมีบุญลงมาเกิดกันมาก

เมื่อเวลาที่โลกสลายมนุษย์ที่มีบุญมีโอกาสไปเกิดเป็น มนุษย์อีกครั้งในดาวดวงอื่น หรือไปเกิดเป็นชาวฟ้าชาวสวรรค์ รวมถึงพรหมหรือไม่เกิดอีกเลย(นิพพาน)

(๓) คนที่มีจิตใจตกเป็นทาสของความโลภ ตายแล้วมี โอกาสไปได้รูปนามเป็นเปรตในอบายภูมิได้

บทธรรมที่สอนใจเกี่ยวกับความโลภ คือทำจิตให้นิ่ง แล้วหยุดคิดว่า คนที่ตายไปแล้วเขาน่าอะไรติดตัวไปได้บ้าง แล้ว เมื่อถึงคิวตายของตัวเอง ตัวเองจะเอาอะไรไปเกิดใหม่ในปรโลก

บุคคลสำคัญที่คนส่วนใหญ่ไม่ปรารถนาพบแต่จำเป็นต้องพบคือพญายม ท่านจะถามว่า “ตอนที่เกิดเป็นมนุษย์ ทำความดีอะไรไว้บ้าง” ถ้ายังนึกไม่ออกตอบไม่ได้ท่านจะถาม ต่อไปว่า “แล้วความชั่วทำอะไรไว้บ้าง” ถ้าวะลึกได้ถึง การคอร์ปชั่น และตอบให้ท่านทราบจะถูกตัดสินพิพากษาให้ลง ไป เกิดเป็นสัตว์อยู่ในอบายภูมิ พญายมลงโทษคนทำความผิดด้วยการ ใช้กรรมที่ถูกบันทึกไว้ในดวงจิตเป็นหลักฐาน และใช้กฎ แห่งกรรมคือทำดีได้ดีทำชั่วได้ชั่วเป็นกฎหมายด้วยเหตุนี้มนุษย์ ผู้ประพฤติดุจริตคอร์ปชั่นหุศีล ฯลฯ ที่เคยรอดพ้นจากอำนาจ ของศาลในเมืองมนุษย์ จึงไม่สามารถรอดพ้นจากอำนาจของ พญายมได้นี่คือเรื่องจริง ลองตามไปดูสิเห็นแล้วจะหนาว

๑๐. เมื่อเข้าถึงความจริง

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร

หนูเพิ่งเริ่มฝึกปฏิบัติโดยใช้การดูกายดูจิต เมื่อ เคลื่อนไหวก็ดูการเคลื่อนไหวของกาย เมื่อคิดก็เห็นว่าความ คิดมันไหลไปเอง เมื่อเริ่มฝึกปฏิบัติแล้วเกิดปฏิกิริยาดังนี้ค่ะ

๑. ขณะที่กำลังล้างหน้าอยู่แล้วมองหน้าตัวเอง เหมือน ไม่ใช่ตัวเรา พอลองจ้องเหมือนกับว่าหน้าเราค่อยๆ เปลี่ยน ไป(แก่ขึ้น)แต่เป็นแบบเดี๋ยวๆ แล้วขณะที่ล้างมืออยู่แขนกำลัง แกว่งไป-มา เหมือนไปใช้แขนของเรา รู้สึกว่าเรากำลังมองสิ่ง ที่แกว่งอยู่ เลยเกิดความรู้สึกกลัวจึงหยุด เหตุการณ์นี้คืออะไร ค่ะ

๒. เวลานั่งสมาธิช่วงแรกจะฟุ้งมาก พอ นั่งไปซักพัก เหมือนกับวูบไปแต่ยังรู้ตัวรู้ว่าไม่ได้หลับ ควรปฏิบัติอย่างไรต่อคะ

๓. ปกติเป็นคนกลัวผี แล้วช่วงนี้ฝันเห็นผีบ่อยขึ้น ควร ทำอย่างไรคะ การฝันบ่อยแปลว่าจิตเรายังมีกำลังอ่อนใช้ไหมคะ กราบขอบพระคุณท่านอาจารย์มากๆ ค่ะ ด้วยความศรัทธา

คำตอบ

(๑) เมื่อใดจิตนิ่งคือตั้งมั่นเป็นสมาธิความจริงที่อยู่ เหนือประสาทสัมผัส จะปรากฏสิ่งที่เห็นด้วยใจเป็นเรื่องจริง

ของร่างกายจะเห็นได้ชัดแจ้งว่า เมื่อวันข้างหน้ามาถึงร่างกายต้องเป็นเช่นที่เห็นแล้วในที่สุดหายไปจากโลกเป็นธรรมดาของทุกรูปนาม

จึงไม่จำเป็นต้องหนีความจริงให้เกิดเป็นความกลัว เพราะทุกชีวิตจะต้องเป็นเช่นนี้

(๒) ให้กำหนดว่า “วูบหนอๆ” จนอาการตั้งกล่าวหายไป แล้วตั้งจิตกลับมาสู่องค์บริการเดิม

(๓) สติสัมปชัญญะของผู้ถามปัญหาหมีกำลังอ่อนจึงกลัวผี ประสงค์จะแก้ปัญหากลับผีต้องไปอ่านหนังสือ “ทางสายเอก” แล้วทำตามให้ได้ เมื่อใดเข้าถึงความจริงเรื่องของผีแล้ว จากนั้นไปเจอผีดูอย่างไรจะไม่กลัวผีอีกต่อไป

๑๑. ปฏิบัติธรรมแนวโหนดิ

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร

๑) ผมเคยไปปฏิบัติที่วัดอัมพวัน มา ๗ วัน ก็ได้พยายามระดับหนึ่ง พอนั่งไปได้วันที่ ๔ ที่ ๕ (ไม่แน่ใจ) อยู่ๆ มันวูบไป รู้สึกว่าตัวหายไป เหมือนไม่มีร่างกาย มีแต่จิตใจ เวทนามก็หายไปด้วย อาการ่วงก็หายไป แต่มีความรู้สึกดีใจมากๆ อย่างบอกไม่ถูก เหมือนปีติริ่ปาวผมไม่แน่ใจ กลัว วิตก มากไปหน่อย

เลยอยู่สภาวะนั้นได้เพียง ๑-๒ นาทีได้มั้งครับ รู้สึกว่าก่อนจะเกิดอาการนี้ผมได้พุ่งไปที่หน้าผาก อาการอย่างนี้เรียกว่าอะไรครับ ดีหรือไม่ครับ และสามารถบอกได้ริ่ปาวครับว่าผมควรฝึกตามแนวไหน

๒) อีกเรื่องผมสงสัยมาก อยากรู้มาก เพราะว่าทำให้การปฏิบัติผมต้องหยุดไป อยากทราบว่าเราจะรู้ได้อย่างไรว่าเราควรปฏิบัติแนวไหน ระหว่างสติปัฏฐาน ๔ ยุบพอง หรือว่าพุทโธ จะต้องไปหาหลวงพ่ที่มีญาณสามารถดูว่าจริตเราตรงกับแบบไหนดี หรือว่าลองสติปัฏฐาน ๔ ไปเลย

๓) เรื่องสุดท้ายครับ อาจารย์มีวิหาคำตอบไหมครับ เรื่องมีอยู่ว่า ผมอายุ ๒๓ ใจห้วงหลุดพ้นไปจากโลกนี้เต็มทนแล้ว เบื่อมาก แต่อีกใจคือต้องทำหน้าที่เลี้ยงดูแม่และน้องๆ เพราะพ่อเสีย เราก็เป็นพี่ใหญ่ ใจนั้นก็ฟังคำพูดพระท่านและอาจารย์หลายๆ ท่าน บอกว่า ภัยกำลังจะเกิด ไม่เกิน ๕ ปี ผมเลยไม่รู้จะเอาอะไรดี จะเรียนต่อก็ไม่รู้เรียนไปทำไมเพราะว่าเรียนไปก็ไม่ได้ใช้ จะไปทางธรรมเลขก็ได้ ต้องเลี้ยงดูแม่ เวลาที่เหลือก็น้อยไปแค่ ๕ ปี คงไปได้ไม่ถึงไหน อยากให้อาจารย์ช่วยหาทางออกให้หน่อยครับว่าจะเรียนต่อให้จบถึงที่เราหวังไว้ก่อนดีไหม หรือว่า ออกมาปฏิบัติธรรมเลย แต่ระหว่างเรียนก็คงปฏิบัติได้ด้วย แต่คงได้ไม่เต็มที่ ขอบพระคุณมากครับ

คำตอบ

(๑) อารมณ์ที่บอกเล่าไปเป็นเรื่องดีในระดับหนึ่งและ

จะดียิ่งขึ้นหากเอาจิตไปตามดูอารมณ์ที่เกิดขึ้นจนเห็นว่าดับไป (อนัตตา) ตามกฎไตรลักษณ์แล้วทำให้จิตปลอดจากอารมณ์ วิตกกแล้วดีใจ ฯลฯ ได้แล้ว จะเกิดปัญญาเห็นแจ้งต่อสิ่งที่ปรากฏ ขึ้นในจิตถือว่าดีที่สุด

(๒) การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวพอง-ยุบ หรือตาม แนวพุท-โธ เมื่อนำมาใช้เป็นองค์ภาวนาแล้วทำให้จิตสงบตั้งมั่น เป็นสมาธิถือว่าปฏิบัติได้ถูกทาง หลังจากจิตสงบเป็นอุจจาร สมานแล้วต้องปฏิบัติต่อไปด้วยพิจารณาสติปัญญา ๔ (กาย เวทนา จิต ธรรม) ให้เห็นว่าแต่ละฐานดำเนินไปตามกฎไตร ลักษณ์ แล้วปัญญาเห็นแจ้งในผัสสะจะเกิดขึ้นทุกครั้งที่กาย หรือเวทนาหรือจิตหรือธรรมปรากฏขึ้นเป็นอารมณ์ของใจ ต้อง พิจารณาแบบนี้จิตจะปล่อยวางผัสสะ จิตเป็นอิสระจากผัสสะ นี่คือวิธีพัฒนาปัญญาเห็นแจ้งเห็นสิ่งต่าง ๆ ถูกตรงตามเป็นจริง

(๓) ทางชีวิตต้องเลือกด้วยตัวเอง ผู้รู้เป็นได้เพียงผู้ชี้ ทางว่าผู้ใดยังมีหน้าที่ทางโลกต้องทำหน้าที่ทางโลกให้ดีที่สุด แต่ ขณะเดียวกันงานภายในคือพัฒนาจิตวิญญาณของตัวเองต้อง ไม่ลืมที่จะปฏิบัติ เหตุเพราะชีวิตยังต้องดำเนินข้ามภพชาติอีก ยาวไกลเมื่อใดที่เหตุปัจจัยลงตัว ทางออกของชีวิตย่อมเกิดขึ้น และเคยเกิดขึ้นแล้วนับครั้งไม่ถ้วนที่ตัวเองทิ้งรูปเดิมและไปได้ รูปใหม่ให้จิตอยู่อาศัย ฉะนั้นหน้าที่ปัจจุบันต้องทำให้ดีที่สุดแล้ว ทางชีวิตที่ถูกต้องจะเกิดจากกรรมดีที่ทำนั่นเอง

๑๒. ปัญหาของว่าที่ลูกเขย

คำถาม

กราบเรียนถามท่านอาจารย์ ดร. สนองศรี

๑. ถ้าเราเป็นลูกเขยซึ่งมีพ่อตาชอบเล่นไก่ชนเป็นประจำ เรียนถามท่านอาจารย์ว่ากระผมและภรรยาจะบาปด้วยหรือไม่ ครับ และจะมีผลกระทบหรือเศษกรรมกับกระผม-ภรรยาหรือ ลูกที่อาจจะมิในอนาคตบ้างโดยส่วนตัวกระผมและภรรยาไม่ เห็นชอบกับสิ่งที่พ่อตาทำเลย

๒. จากคำถามข้อแรกครับถ้ากระผมต้องทำธุรกิจส่วนตัวร่วมกับพ่อตา กระผมจะมีส่วนร่วมในการทำบาปของพ่อตา หรือไม่ครับ เพราะเงินที่ได้จากการทำธุรกิจก็จะเป็นค่าใช้จ่าย ในการดูแลไก่ชนและนำไปเล่นพนันชนไก่

๓. กระผมควรทำอย่างไรดีครับซึ่งทางออกที่ผมคิดได้ ตอนนี้เป็นคือ

๓.๑ ตัดใจไม่แต่งงานกับผู้หญิงที่ผมรักเพราะกระผมรับไม่ ได้ที่พ่อตาเป็นแบบนี้

๓.๒ แต่งงานกันตามปรกติแต่แยกครอบครัวออกมาทำ ธุรกิจของตัวเอง

๔. ถามว่าอาชีพนักแต่งเพลง, นักร้องนั้นบาปมากน้อย แค่ไหนครับ ขอบพระคุณอย่างสูงครับ

คำตอบ

(๑) กาย วาจา ใจ ไม่เข้าไปมีส่วนร่วมในอกุศลกรรมของผู้อื่นก็ไม่บาป แต่เศษกรรมยังส่งผลกระทบได้ด้วยการเข้าไปมีส่วนร่วมในทางลบ(ไม่เห็นด้วย) กับคนที่มีบาป แล้วทำให้ตัวเองต้องมีจิตเศร้าหมองเมื่อนึกถึงการพนันชนไก่ของเขา ฉะนั้นผู้รู้จึงพัฒนาจิตให้มีกำลังของสติสัมปชัญญะกล้าแข็งแล้วปล่อยวางพฤติกรรมของผู้อื่นบาปจะเข้ารบกวนจิตใจไม่ได้

(๒) มีบาปในฐานะเข้าไปมีส่วนร่วมในกระบวนอกุศลกรรม

(๓) ผู้รู้เป็นได้เพียงผู้ชี้ทาง ชีวิตของคุณต้องเลือกทางชีวิตด้วยตัวคุณเอง

(๔) บาปในฐานะเป็นเหตุให้คนหลง เอากิเลสเข้าไปปรุงแต่งใจ ความหลง (โมหะ) เป็นเหตุทำให้เกิดเป็นสัตว์เดรัจฉานเมื่อเทียบกับสัตว์นรกแล้วยังบาปไม่มากเท่า

.....
บุคคลทั้งหลายไม่ควรประมาทในกาลของชีวิต คือ
๑. ในเมื่อยังมีทรัพย์สินบริบูรณ์
๒. ยังมีกำลังวังชาแข็งแรง ๓. ยังไม่เจ็บไข้ แก่ ตาย
ก็ควรละเว้นเรื่องทำบุญให้ทาน รักษาดี และเจริญเมตตา
ภาวนา หาความดีให้แก่ตนตามสติกำลังที่ละทำได้
.....

๑๓. คู่กรรมที่เป็นเวร

คำถาม

กราบเรียน อ. ดร. สนองที่เคารพ

ดิฉันมีปัญหาต้องการเรียนถามอาจารย์หลายข้อ และประสงค์จะขอความกรุณาให้อาจารย์ตอบเป็นการส่วนตัว แต่หากอาจารย์เห็นว่าคำตอบจะเป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นด้วย ดิฉันก็ไม่ขัดข้องที่จะเผยแพร่ในสนทนาภาษาธรรมค่ะ

ขณะนี้ดิฉันมีเรื่องทุกข์ใจมาก เนื่องจากคุณแม่ที่ป่วยทางจิตเวชมีอาการกำเริบ และอาละวาดตำท้อเพื่อนบ้านและญาติๆ จนไม่มีใครทนไหว ที่สุดจึงไปนอนกลางถนนเพื่อจะให้รถชน ดิฉันจึงต้องนำตัวส่ง รพ. จิตเวช จริงๆ แล้วดิฉันเคยถามปัญหาอาจารย์เกี่ยวกับเรื่องนี้มาบ้างแล้ว อาจารย์เคยตอบว่าให้สร้างกุศลชดใช้หนี้กรรมไป ดิฉันก็พยายามทำด้วยการนำตัวไปปฏิบัติธรรม แต่ด้วยอาชีพที่ทำ ทำให้ไปปฏิบัติธรรมจริงจังได้ในช่วงปิดเทอมเท่านั้น ในระหว่างที่ไม่ได้ไปก็ปฏิบัติที่บ้านบ้าง แต่ก็ทำบุญและรักษาศีล ๕ ด้วย

ดิฉันเป็นลูกสาวคนเดียว ทำงานอยู่คนละจังหวัดกับที่คุณแม่อยู่ ทำให้ท่านต้องอยู่คนเดียว แต่ดิฉันสงเสียดูแลค่าใช้จ่ายของคุณแม่ตลอด คุณแม่ต้องการอะไร ดิฉันก็พยายามหามาให้ แต่ท่านก็ไม่เคยพอใจ ใดๆ ทีใครๆ ก็บอกว่าท่านน่าจะมีความสุขได้แล้วเพราะดิฉันก็ไม่ได้ให้ท่านทำงานตั้งแต่ดิฉันเรียนจบ

ดิฉันยอมรับว่าคงไม่สามารถจะอยู่ร่วมบ้านเดียวกันกับคุณแม่ได้ เพราะความคิดความเห็นไม่ตรงกัน และรู้สึกทุกข์ใจมากถ้าต้องอยู่ใกล้ คุณแม่คอยแต่จะคิดว่าญาติๆ ไม่รัก ไม่นับถือและไม่เห็นใจ และลูกทอดทิ้ง โดยไม่พยายามมองว่าที่ไม่มีใครให้ความเห็นใจก็เพราะผลแห่งการกระทำที่เกิดจากโทษะของท่านเองเวลาที่ผมสติไม่อยู่ ดิฉันพยายามพูดให้แม่เข้าใจสิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริง และพาท่านไปปฏิบัติธรรม และเมื่อท่านต้องการทำบุญหรือไปปฏิบัติธรรมก็สนับสนุนตลอด เพราะหวังจะให้ท่านมีความเห็นถูก คลายความทุกข์ได้บ้าง แต่ก็ช่วยไม่ได้มาก ขณะนี้ท่านจึงต้องอยู่ในโรงพยาบาลจิตเวช

ดิฉันอยากจะขอความกรุณาอาจารย์ช่วยแนะนำวิธีการแก้ไขปัญหาวาดิฉันจะแก้กรรมที่ดิฉันมีนี้ได้อย่างไร เพราะสามีของดิฉันก็รับเรื่องนี้ไม่ได้ และดิฉันก็คิดว่าดิฉันคงต้องทุกข์ใจกับเรื่องนี้อีกเรื่อยๆ มีคนแนะนำว่าให้ทำบุญเกี่ยวกับการสอน/เรียนธรรมะเพื่อให้คุณแม่มีความเห็นถูก ดิฉันก็พยายามทำอยู่ แต่อยากให้อาจารย์แนะนำวิธีแก้ทุกข์ วิธีทำใจ และวิธีแก้หรือทำให้กรรมเบาบางลง และอยากจะเรียนถามอาจารย์ว่าถ้าคุณแม่บวชชี พอจะช่วยได้ไหมคะ หรืออาจารย์จะกรุณาแนะนำวิธีอะไรก็ได้ค่ะ ดิฉันทุกข์ใจมากจริงๆ ขณะนี้เหมือนมิดแปดด้าน มองไม่ค่อยเห็นทางสว่างเลย และยิ่งนึกว่าในที่สุดจะต้องให้คุณแม่มาอยู่ด้วยแล้วก็ยิ่งเครียดหนัก

กราบขอบพระคุณและขออนุโมทนาที่อาจารย์ช่วยตอบปัญหา ช่วยคลายทุกข์ทางใจและชี้ทางสว่างให้ผู้มีทุกข์ ขอ

บุญกุศลทั้งหลายที่ดิฉันได้ทำไว้ จงช่วยอำนวยการให้อาจารย์มีสุขภาพแข็งแรงค่ะ

กราบขอบพระคุณในความกรุณาของอาจารย์อีกครั้งค่ะ

คำตอบ

หนี้เวรกรรมจะหมดไปได้ด้วยการทำเหตุให้ถูกต้อง ๔ ประการคือ

- ๑. ยอมรับความจริงแล้วชดใช้หนี้กรรม
- ๒. ทำความดีที่เป็นบุญ แล้วอุทิศบุญแทนหนี้
- ๓. ทำความดีที่เป็นบุญอยู่เสมอ จนหนี้เวรกรรมตามให้ผลไม่ทัน

๔. พัฒนาจิตให้หลุดพ้นวิภวสังสาร (นิพพาน) ซึ่งหนี้เวรกรรมที่เหลือทั้งหมดไม่สามารถตามให้ผลได้

หากลูกทำให้แม่ศรัทธาและบวชเป็นชีได้นับว่าเป็นบุญของแม่ส่วนปัญหาของแม่จะลดลง หรือหมดไปขึ้นอยู่กับบุญบารมีของแม่ที่ทำสั่งสมมาแต่ชาติปางก่อน และที่ทำสั่งสมอยู่ในชาติปัจจุบันดูตัวอย่างคนเป็นบ้ในครั้งพุทธกาลอาทิปฎาจารย์ กิสาโคตมี วาสถิสฺสี ฯลฯ หันมาปฏิบัติธรรมด้วยตัวเองช่วยเหลือตัวเองจนหายจากบ้เข้าสู่ความเป็นอริยบุคคลบรรลอรหัตตผลเป็นพระอรหันต์ได้

อนึ่งจริยธรรมของการเป็นลูกที่ดีต่อบุพการีโดยเฉพาะความกตัญญูกตเวทีคุณต้องประพฤติอยู่เสมอแล้วชีวิตของผู้เป็นลูกจะไม่วิบัติ

๑๔. ส่งของให้ผู้ตายด้วยการเผา

คำถาม

เรียนถามอาจารย์สนองครับ

๑. คนที่มีเชื้อสายจีนบางคนจะไหว้เจ้า และติดต่อร่างทรงเพื่อให้เทพเจ้าช่วยเหลือสิ่งต่าง ๆ เช่น ช่วยให้แก้ไขปัญหาชีวิต ติดต่อกับคนตาย การช่วยส่งวิญญาณไปสวรรค์ ฯลฯ (ซึ่งผมไม่ทราบว่าเป็นเรื่องไหนเป็นเรื่องจริงหรือไม่) ตัวผมจะไม่ขบถยุ่งเกี่ยวกับเรื่องพวกนี้ แต่ไม่ได้ปฏิเสธว่าไม่เป็นความจริง เมื่อพิจารณาแล้วการขอความช่วยเหลือจากเทพเจ้าก็เป็นโอกาสช่วยให้ท่านได้สร้างบารมี จึงทำให้สงสัยว่าควรปฏิบัติอย่างไร เมื่อไปกราบไหว้เคารพบูชาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ บางครั้งจึงเพียงแต่น้อมจิตบูชาในคุณงามความดีของเทพเจ้าหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์แต่ละองค์ (ด้วยความดีที่ท่านสั่งสมไว้จึงทำให้ท่านได้ไปเกิดเป็นเทวดา) ไม่ได้บ่นหรือขออะไร เพราะคิดว่าคนที่เป็นชาวพุทธอย่างแท้จริงไม่ควรพึ่งพาผู้อื่นมากเกินไป (ทั้งที่เป็นมนุษย์และอมนุษย์ก็ตาม) จึงขอเรียนอาจารย์เพื่อขอคำแนะนำในการปฏิบัติสำหรับตัวผมและแนะนำให้กับผู้อื่นสำหรับเรื่องนี้ด้วยครับ

๒. ได้อ่านคำตอบจากอาจารย์ครับว่า "จิตมีดวงเดียว" ดังนั้นเรื่องการแบ่งจิตของเทพองค์ต่าง ๆ ลงมาสร้างบารมีจึงไม่ถูกต้องใช่ไหมครับ

๓. การเซ่นไหว้ด้วยอาหาร และสิ่งจำลองต่าง ๆ เช่น กระดาษเงิน กระดาษทอง รถยนต์และบ้านกระดาษจำลอง เป็นต้น เป็นแค่เพียงพิธีกรรม เพื่อบูชาบุคคลที่ตายไปแล้ว ไม่

สามารถส่งให้ถึงผู้ตายได้จริงใช่ไหมครับ ขอขอบพระคุณอาจารย์เป็นอย่างสูงครับ

ด้วยบุญกุศลที่ผมได้ทำมาในทุกกาลขอส่งผลให้อาจารย์มีอายุยืนนานและสุขภาพดีเพื่อสร้างบารมีช่วยเหลือสรรพสัตว์ทั้งหลายต่อไปครับ

คำตอบ

(๑) การช่วยให้เทพเจ้าสร้างบารมีต้องขอให้เทพช่วยทำในเรื่องของคุณธรรมที่เป็นบ่อเกิดแห่งบารมีอันได้แก่ ทาน ศีล เนกขัมมะ ปัญญา วิริยะ ขันติ สัจจะ อธิษฐาน เมตตา อุเบกขา หากเทพเจ้าทำดั่งที่ยกตัวอย่างมาให้ดูนี้ได้ ก็ถือว่าเป็นการสร้างบารมีของเทพเจ้า

อนึ่งการระลึกถึงความดีที่ทำให้ไปเกิดเป็นเทพเจ้า (เทวดานุสติ) เป็นสิ่งดีเป็นหนึ่งในอนุสติ ๑๐ ควรระลึกบ่อย ๆ

พระพุทธะมิได้สอนให้พุทธบริษัทพึ่งสิ่งอื่นใดที่อยู่นอกตัว แต่สอนให้พึ่งตนเองคือพึ่งธรรมะที่มีอยู่ในใจตัวเองเป็นสิ่งที่ดีที่สุด

(๒) จิตมีดวงเดียวแต่ด้วยเหตุที่จิตเป็นพลังงานเกิดดับเร็ว จึงทำให้จิตเคลื่อนที่ได้เร็วทำงานได้เร็ว ดังนั้นในแต่ละขณะจิตที่มีการเกิด-ดับ จึงไปทำหน้าที่ได้หลายอย่างประกอบกับความต่างกันอย่างมากในมิติแห่งกาลเวลาของภพมนุษย์และภพสวรรค์ จึงทำให้มนุษย์คิดเอาเองตามประสบการณ์ที่เกิดจากประสาทสัมผัส ว่าเทพเจ้าแบ่งจิตลงมาสร้างบารมีซึ่ง เป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้องของผู้รู้จริง ดังตัวอย่างของพระจุฬินทร

เข้ามานได้และขำนาญด้านฤทธิ์ สามารถเนรมิตตัวเองได้ถึง ๑,๐๐๐ ร่างแต่เวลาเหาะไปเฝ้าพระพุทธเจ้ามีเพียงรูปนามเดียวหรือเวลาที่พระจุฬินภคัตบุรุษนามเขานิพพานก็มีเพียงรูปนามเดียวที่ต้งต้ง

(๓) ผู้ที่เป็นชาวพุทธและเข้าถึงธรรมขั้นสูงของพุทธศาสนาได้แล้ว จะรู้ว่าการกระทำที่บอกเล่าไปไม่สามารถส่งเงินสงของ สงรถยนต์ สงบ้านไปให้ผู้ตายได้



๑๕. ทางเสื่อมของชีวิต

คำถาม

กราบเรียนถามท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร

ทำอย่างไรถึงจะขจัดความเกียจคร้านออกไปจากตัวได้คะ บางครั้งเวลาจะสวดมนต์หรือนั่งสมาธิ ความรู้สึกก็เกิดขึ้น แต่โดยปกติหนูจะสวดมนต์ทุกคืนอยู่แล้ว เพียงแต่ไม่ได้นั่งทำสมาธิทุกวัน จะขยันตั้งใจปฏิบัติเป็นบางช่วงเท่านั้น เวลาตั้งใจปฏิบัติก็เหมือนกับต้องมีสิ่งมากระตุ้น เช่นเวลาที่หนูฟังธรรมะบรรยายของอาจารย์หรือเวลาที่หนูได้อ่านหนังสือธรรมะมันทำให้หนูรู้สึกไม่สบายใจเป็นอย่างมากและไม่พอใจตัวเองที่ทำไม่เป็นคนไม่มีความพยายามและไม่มีความเพียรอย่างจริงจัง หนูไม่อยากเป็นคนที่ไม่ประมาทในชีวิต ไม่ทราบว่าคุณอาจารย์พอจะ

มีข้อคิด หรือข้อเตือนใจที่จะให้หนูได้นำไปปฏิบัติเพื่อขจัดความรู้สึกนี้ได้ไหมคะ รบกวนอาจารย์ช่วยชี้แนะให้ชีวิตหนูได้พบแสงสว่างด้วยนะคะ กราบขอบพระคุณอาจารย์เป็นอย่างสูงค่ะ

คำตอบ

เมื่อใดที่ผู้ถามสามารถควมวาจาให้เป็นสัมมาวาจา คือพูดไม่เท็จ ไม่หยาบ ไม่ส่อเสียด และไม่เพ้อเจ้อไร้สาระกับชีวิตลดแบกภาระของผู้อื่น คือลดการเอาเรื่องของคนอื่นมาเป็นเรื่องของตน ทำเป็นไม่เห็นเสียบ้าง ฯลฯ แล้วความขี้เกียจจะลดลง จะประพฤติเช่นนี้ได้ต้องเจริญสติให้มีกำลังมากยิ่งขึ้น ด้วยการเลือกอย่างใดอย่างหนึ่งในกรรมฐาน ๔๐ (ดูหน้า ๔๕) ที่เหมาะกับจริต มาเป็นองค์บริกรรมทุกขณะที่จิตนึกได้ทุกขณะที่ว่างจากงานภายนอกที่ทำให้กับสังคัม จนจิตเข้าถึงความตั้งมั่นได้แล้วความขี้เกียจจะหายไป

๑๖. เมื่อสติหลุด

คำถาม

กราบเรียนท่านอ.ดร.สนอง

ดิฉันเคยไปปฏิบัติธรรมที่สำนักปฏิบัติธรรม (จำชื่อไม่ได้ อยู่ จ.ฉะเชิงเทรา) ๒ คืน ๓ วัน และได้มาปฏิบัติที่บ้าน แต่ไม่ได้ทำทุกวัน นาน ๆ จะนั่งสมาธิ และเดินจงกรม แต่ดิฉัน

จะสวดมนต์คาถาชินบัญชรทุกคืน มีอยู่วันหนึ่งดิฉันได้นั่งสมาธิ พอนั่งได้ซักพักเริ่มรู้สึกว่าในขณะที่นั่งสมาธิอยู่นั้นร่างกายค่อยๆ หมุน และเริ่มหมุนเร็วมากขึ้นเรื่อย ๆ แต่ดิฉันพยายามตั้งสติดู การหมุน และนึกในใจว่า หมุนหนอ หมุนหนอ แต่ก็ไม่หยุดหมุน ดิฉันจึงได้มาดูแลสุขภาพใจโดยใช้ภาวนาว่า พอง ยุบ ๆ ไปเรื่อย ๆ แต่ร่างที่นั่งสมาธิอยู่นั้นก็ยังมีหมุนอยู่เรื่อย ๆ ประมาณ ๑๐ กว่า นาที จนกระทั่งดิฉันคิดว่าจะถอนสมาธิแล้ว ดิฉันจึงอุทิศส่วนกุศลให้เจ้ากรรมนายเวร และคนที่ดิฉันเคารพรัก แล้วค่อย ๆ ถอนสมาธิออก ร่างก็ค่อย ๆ เริ่มหมุนช้าลง ๆ และหยุดหมุน ตอนที่ไปปฏิบัติที่สำนักปฏิบัติธรรมก็ไม่เคยเป็นแบบนี้เลย แต่เคยเป็นครั้งหนึ่งตอนที่ดิฉันสวดมนต์บทอิติปิโสเท่าอายุแต่ ตอนนั้นรู้สึกกลัว แต่ครั้งนี้ไม่ค่อยกลัวเท่าไร อาจเป็นเพราะ เคยเป็นแบบนี้ครั้งหนึ่งแล้วประกอบกับที่ดิฉันไปปฏิบัติธรรม มาเลยพอควบคุมสติได้บ้าง ดิฉันอยากเรียนถามท่านอาจารย์ว่า

๑. การที่ร่างหมุนขณะนั่งสมาธิ นั้น (ไม่ได้มองเห็นแต่ รู้สึกได้ว่าร่างหมุนเร็วมาก) คืออะไร ดีหรือไม่ดีคะ
๒. ดิฉันต้องปฏิบัติอย่างไรต่อไป ถ้าหากว่านั่งสมาธิ แล้วร่างหมุนอีก ขอบพระคุณท่านอาจารย์อย่างสูงค่ะ

คำตอบ

- (๑) ขณะนั่งเจริญสติเพื่อให้จิตเข้าสู่ความตั้งมั่นเป็นสมาธิ แล้วเกิดอาการหมุนของร่างกายแสดงว่า สติเคลื่อนออกจากองค์ภาวนาแล้วไประลึกรู้อาการหมุนของร่างเป็นสิ่งที่ไม่ดี
- (๒) เมื่อใดจิตระลึกได้ในอาการหมุนของร่างต้องกำหนด

“หมุนหนอ ๆๆๆ” ไปเรื่อย ๆ แม้จะเป็นจำนวนร้อยหรือหลายร้อยครั้งจนกว่าอาการหมุนจะหยุด แล้วตั้งจิตกลับมาสู่องค์ภาวนาเดิม

กัมมัฏฐาน(กรรมฐาน) ๔๐ คือ **กสิณ ๑๐** (เพ่งเพ่งจนจิตให้เป็นสมาธิ) ๑.ปฐวีกสิณ กสิณคือดิน ใช้ดินเป็นอารมณ์ ๒.อาโปกสิณ กสิณคือน้ำ ๓.เทโชกสิณ กสิณคือไฟ ๔.วาโยกสิณ กสิณคือลม ๕.นิมิตกสิณ กสิณคือสีเขียวคราม ๖.บีตกสิณ กสิณคือสีเหลือง ๗.โลหิตกสิณ กสิณคือสีแดง ๘.โอสถกสิณ กสิณคือสีขาว ๙.อาโลกกสิณ กสิณคือแสงสว่าง ๑๐.อากาสกสิณ กสิณคือที่ว่างเปล่า (วิสุทธิ.1/150-217)

อสุภะ ๑๐ (ซากศพในสภาพต่าง) ๑.อุทฐมาตกะ ซากศพที่เน่าพองขึ้นอีก ๒.วินิลกะ ซากศพที่มีสีเขียวคล้ำละด้อยสีต่าง ๆ ๓.วิพพกะ ซากศพที่มีน้ำเหลืองไหลเยิ้ม ๔.วิจฉิทกะ ซากศพที่ขาดจากกันเป็น ๒ ท่อน ๕.วิกขาติกะ ซากศพที่ถูกสัตว์กัดกิน ๖.วิกขิตกะ ซากศพที่กระจายกระจายมือเท้าศีรษะหลุดออก ๗.หตวิกขิตกะ ซากศพที่ถูกสับฟันบั่นเป็นท่อนๆ ๘.โลหิตกะ ซากศพที่มีโลหิตไหลอาบ ๙.ปุพพะกะ ซากศพที่มีหนอนคนดกล่าเต็มไปหมด ๑๐.อัญฐิกะ ซากศพที่ยังเหลืออยู่แต่กระดูก (วิสุทธิ.1/226)

อนุสสติ ๑๐ (ความระลึก) ๑.พุทธานุสติ ระลึกถึงพระพุทธเจ้า ๒.ธัมมานุสติ ระลึกถึงพระธรรม ๓.สังฆานุสติ ระลึกถึงพระสงฆ์ ๔.สีตานุสติ ระลึกถึงศีล ๕.จาคานุสติ ระลึกถึงการบริจาค ๖.เทวดานุสติ ระลึกถึงคุณธรรมตามที่มีอยู่ในตน ๗.มรณสติ ระลึกถึงความตาย ๘.กายคตาสติ กำหนดพิจารณากายมีให้หลงใหลมีดมา ๙.อาณานาฬานุสติ ระลึกถึงลมหายใจเข้าออก ๑๐.อุปสมานุสติ ระลึกถึงกรรมเป็นที่สงบ

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

อาหาเรปฏิกูลสติญญา ๑ (กำหนดพิจารณาความเป็นปฏิกลในอาหาร)

จตุรธาตุวิญญูฐาน ๑ (กำหนดพิจารณาธาตุ ๔) อรูป ๔ (ณามีอรูปธรรมเป็นอารมณ์) ๑.อากาสาณัญญาตนะ ฌานอันกำหนดอากาศคือช่องว่างหาที่สุดมิได้เป็นอารมณ์ ๒.วิญญานัญญาตนะ ฌานอันกำหนดวิญญาณหาที่สุดมิได้เป็นอารมณ์ ๓.อากิญจัญญาตนะ ฌานอันกำหนดภาวะที่ไม่มีอะไร ๆ เป็นอารมณ์ ๔.เนวสติญญาตนะ ฌานอันเข้าถึงภาวะมีสติญญาที่ไม่ใช่ ไม่มีสติญญาที่ไม่ใช่ (ที่.ปท.11/235/235; ส.สพ.18/159/326.)

๑๗. ไม่ใช่ของเรา

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์ ดร.สนองที่เคารพ

หนูขอเรียนถามว่า หากเจอเงินหรือเหรียญเงินที่ตกอยู่ในที่สาธารณะ สามารถที่จะเก็บมาเพื่อนำไปทำบุญ เช่น ให้ต่อขอทาน หรือหย่อนในตู้บริจาคต่อได้หรือไม่ หนูไม่มีเจตนาที่จะเก็บมาเป็นของตน อย่างนี้จะผิดศีลและธรรมหรือไม่ อย่างไร ขออาจารย์ได้โปรดให้ความกระจ่างเพื่อป้องกันภัยเวรที่เกิดจากการรู้เท่าไม่ถึงการณ์ด้วยค่ะ

หนูกราบขอบพระคุณในความเมตตาของอาจารย์ที่สละเวลามาตอบคำถาม และหากมีสิ่งใดที่ได้ล่วงเกินท่านอาจารย์ไปด้วยกายวาจาใจก็ดี ด้วยความไม่ตั้งใจก็ดี ขออาจารย์ได้โปรดให้อภัยและอโหสิกรรมให้หนูด้วยค่ะ

ด้วยความเคารพอย่างสูง

คำตอบ

ที่ถามไปเป็นการกระทำที่ไม่ผิดศีลไม่ผิดธรรมทำแล้วควรอุทิศบุญกุศลที่เกิดขึ้นสงไปให้กับเจ้าของทรัพย์ที่ตกหล่นไว้

หากเป็นทรัพย์มีค่าและมีจำนวนมากต้องประกาศหาเจ้าของเพื่อส่งคืน เมื่อถึงเวลาที่สมควรแล้วยังไม่มีเจ้าของมาขอรับคืนจึงนำไปทำบุญดังที่บอกเล่าไปได้

๑๘. เกิด - ดับ ทุกอิริยาบถ

คำถาม

เรียนอาจารย์ดร.สนอง วรอุไร ที่เคารพค่ะ

ขอเรียนถามปัญหาดังนี้ค่ะ การพิจารณาการเกิด-ดับสามารถเริ่มพิจารณาเห็นการเกิด-ดับได้ในชีวิตประจำวันหรือไม่ หรือต้องเริ่มจากการปฏิบัติกรรมฐานก่อนแล้วจึงจะเห็นการเกิดดับ กราบขอบพระคุณอาจารย์ด้วยความเคารพค่ะ

คำตอบ

ทุกอิริยาบถที่เป็นปัจจุบันของชีวิตประจำวันสามารถนำมาพิจารณาให้เห็นถึงการเกิด-ดับได้ จิตต้องตั้งมั่นเป็นสมาธิระดับต้นหรือระดับกลาง

๑๙. ไม่เข้าใจความหมาย

คำถาม

เรียน อ.ดร.สนอง รบกวนถามปัญหาดังต่อไปนี้

๑. พอดีดิฉันสวดมนต์บทมหาเมตตาใหญ่แล้วเจอคำบาลีบางคำที่เมื่ออ่านคำแปลแล้วก็ยังไม่เข้าใจความหมายรบกวนถามอ.ดังนี้ค่ะ

- ปาณะ บทสวดแปลว่าปาณา แล้วมันหมายความว่าอะไรคะ

- อุตตะภาวะประริยาปันนา บทสวดแปลว่า อุตภาพ แล้วมันหมายความว่าอะไรคะ

- วินิปาติกะ บทสวดแปลว่า วินิปาติกา แล้วมันหมายความว่าอะไรคะ

๒. เรียนถามเรื่องการนั่งวิปัสสนากรรมฐาน

- การนั่งกรรมฐานจริงๆ แล้วเราต้องการผลลัพธ์คืออะไรคะ ฝึกจิตใจให้เราสงบ / เพื่อให้ได้บุญกุศล / หลุดจากวิภวสังสาร หรืออะไรกันแน่คะ ดิฉันเคยได้ยินว่าสามารถแก้กรรมหรือผ่อนกรรมได้ใช่ไหมคะ

- การนั่งวิปัสสนากรรมฐานจำเป็นต้องเดินจงกรมหรือไม่ ดิฉันเคยไปฝึกที่วัด ท่านจะสอนให้เดินควบคู่กับการนั่ง แล้วดิฉันมาปฏิบัติเองที่บ้าน นั่งอย่างเดียว ไม่ได้เดินคะจะถือว่าไม่ครบสมบูรณ์หรือเปล่า

- การเข้ากรรมฐาน ๗ วัน จำเป็นต้องเข้าที่วัดอย่างเดียวหรือไม่ ถ้าทำที่บ้านจะได้หรือไม่

- ดิฉันนั่งสมาธิมาประมาณ ๑ เดือน ภาระยะหลังๆ รู้สึกว่าพอจิตเริ่มนิ่งแล้ว(แต่จิตยังไม่ว่างถึงขั้นเป็นสมาธิ)บริเวณหน้าผากมันจะหน่วงๆ ระยิบระยับบนหน้าผาก เหมือนมีพลังงานอะไรมารวมอยู่บริเวณหน้าผาก รบกวนอาจารย์ช่วยชี้แนะด้วยว่าปรากฏการณ์นี้คืออะไร

๓. ศิลอุโบสถกับศีล ๘ ต่างกันอย่างไรคะ และข้อเรื่องการประพฤติผิดในกามในศีล ๕ และศีล ๘ ต่างกันอย่างไรคะ ขอขอบคุณอาจารย์คะ

คำตอบ

(๑) คำว่าปาณาหมายถึง สัตว์ที่มีลมปราณมีลมหายใจมีชีวิต

คำว่า อุตภาพ หมายถึงลักษณะความเป็นตัวตนหรือหมายถึงตน

คำว่า วินิปาติกา หมายถึง สัตว์ที่ถูกทรมานหรือสัตว์ที่ตกอยู่ในที่ที่ปราศจากความเจริญ (อบาย)

(๒) การนั่งเป็นอิริยาบถหนึ่งของการฝึกกรรมฐานคือ ฝึกจิตให้มีความพร้อมที่จะทำงานระดับสูง ได้แก่ ฝึกจิตให้มีความตั้งมั่นเป็นสมาธิและฝึกจิตให้เกิดปัญญาเห็นแจ้ง นั่นคือเป้าหมายของการนั่งกรรมฐาน

การฝึกกรรมฐาน (จิตตภาวนา) เป็นหนึ่งในบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ (ดูหน้า ๕๐) และเป็นบุญสูงสุด เพราะเมื่อจิตเห็นแจ้งและเข้าถึงธรรมที่ทำให้พ้นไปจากการเวียนตาย-เวียนเกิดได้แล้ว ผู้มีสภาวะของจิตเช่นนั้นสามารถนำพาชีวิตพ้นไปจากความทุกข์ได้

บุญที่เกิดจากการฝึกกรรมฐานมีอานิสงส์มาก สามารถอุทิศใช้หนี้เวรกรรมได้ดีกว่าบุญอย่างอื่น และเมื่อใดที่รูปดับนามเข้าสู่ภาวะนิพพานไปแล้วหนี้เวรกรรมที่เหลือเป็นอันยกเลิก

การฝึกกรรมฐานสามารถทำได้ในทุกอิริยาบถของมนุษย์ เช่น ยืน เดิน นั่ง นอน กิน ดื่ม พุด ฟัง ฯลฯ ฉะนั้นฝึก

นั่งกรรมฐานเพียงอย่างเดียวแต่อิริยาบถอื่นไม่นำมาใช้ในการฝึก
เท่ากับปล่อยโอกาสของการฝึกจิตให้ผ่านไปโดยเปล่าประโยชน์
การฝึกกรรมฐาน ๗ วัน จะทำที่ไหนก็ได้ แต่สถานที่
ใดมีความเหมาะสม (สัปปายะ) มากกว่า สถานที่นั้นให้
ประโยชน์ในการฝึกจิตได้มากกว่า

คำว่า สมาธิ มิได้หมายถึงจิตมีความว่าง แต่หมายถึง
จิตที่มีความสงบตั้งมั่นอยู่กับอารมณ์ปัจจุบัน อาการที่เกิดขึ้น
กับหน้าผากเป็นผลมาจาก จิตมีความตั้งมั่นเป็นสมาธิระดับ
หนึ่งควรกำหนดว่า “รู้หนอ ๆๆ” กับอาการที่เกิดขึ้นกำหนดไป
เรื่อย ๆ จนกว่า อาการระยิบ ระยับบนหน้าผากจะหายไป แล้ว
ดึงจิตกลับมาสู่องค์บริกรรมเดิม

(๓) ศิลอุโบสถหมายถึงศีล ๘ ที่รักษาเป็นพิเศษใน
วันพระส่วนศีล ๘ เป็นศีลที่ใช้ฝึกตนให้ยิ่งขึ้น

ศีล ๕ ข้อที่สาม เว้นจากการประพฤติผิดในกาม หมายถึง
ถึงเว้นจากการร่วมประเวณีกับหญิงหรือชาย ที่เจ้าของยังมิได้
อนุญาตซึ่งในเรื่องอย่างเดียวกันนี้ มีปรากฏอยู่ในศีล ๘ ให้เว้น
จากการประพฤติผิดพรหมจรรย์ หมายถึงเว้นจากการร่วมประ
เวณีกับหญิงหรือชายที่เจ้าของอนุญาตแล้วหรือที่เป็นของตน
ตามนิตินัย

บุญกิริยาวัตถุ ๑๐* หมายถึงการกระทำที่เป็นบ่อเกิดแห่งบุญทำได้ ๑๐ อย่าง คือ
ทำบุญด้วยการให้^๑ ทำบุญด้วยการรักษาศีล^๒ ทำบุญด้วยการทำจิตศรัทธา^๓ ทำบุญ
ด้วยการประพฤติอ่อนน้อม^๔ ทำบุญด้วยการชวนช่วยรับใช้^๕ ทำบุญด้วยการอุทิศ
ความดีให้ผู้อื่น^๖ ทำบุญด้วยการยินดีในความดีของผู้อื่น^๗ ทำบุญด้วยการฟังธรรม^๘
ทำบุญด้วยการสั่งสอนธรรม^๙ และทำบุญด้วยการทำความเห็นให้ถูกต้อง^{๑๐}

๒๐. คุณกำเนิดแบบไหน

คำถาม

เรียนถามอาจารย์ดังนี้ค่ะ

ถ้าในชาตินี้ทั้งตัวดิฉันเองและสามีตั้งใจจะไม่มีลูก (คุณ
กำเนิด) จะเป็นบุญหรือเป็นบาป และ/หรือจะส่งผลต่อชีวิตใน
ภพภูมิข้างหน้าหรือไม่ อย่างไรคะ ขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้
ค่ะ ด้วยความนับถืออย่างสูง

คำตอบ

ในกรณีที่ผู้ถามเป็นฆราวาสนับถือพุทธศาสนาหากมิได้
ประพฤติตามบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ ไม่ถือว่าเป็นบุญ และหากมิได้
ละเมิดศีล ๕ ไม่ถือว่าเป็นบาป

ทั้งสามีและภรรยาเห็นพ้องต้องกันที่จะไม่มีลูก ถึงใช้
วิธีคุมกำเนิดในกรณีที่ ๑ สเปิร์มกับไข่ไม่สามารถผสมกันได้ ตัว
อ่อนยังไม่เกิด ยังไม่มีจิตวิญญาณจับจองเข้าอยู่อาศัย กรณีที่
๒ สเปิร์มเข้าผสมกับไข่แล้ว ตัวอ่อนเกิดขึ้นแล้วมีจิตวิญญาณ
จับจองแล้ว และกรณีที่ ๓ สเปิร์มเข้าผสมกับไข่แล้วตัวอ่อน
เกิดขึ้นแล้วมีจิตวิญญาณเข้าอยู่อาศัยแล้ว

การคุมกำเนิดในกรณีที่ ๒ เป็นการทำลายบ้านที่มีจิต
วิญญาณจับจองแล้ว เกิดการจองเวรขึ้นถือว่าเป็นบาป การคุม
กำเนิดในกรณีที่ ๓ เป็นบาปด้วยผิดศีล ข้อปาณาติบาต

การกระทำที่เข้าข่ายกรณีที่ ๒ และ ๓ จึงมีผลสืบต่อในวันข้างหน้า เมื่อกรรมถึงวาระให้ผลความเจ็บป่วยของร่างกายความวิบัติของชีวิตคือผลที่ผู้ทำต้องรับ

๒๑. คนท้องปฏิบัติธรรม

คำถาม

เรียนอาจารย์ดร.สนอง วรอุไร ที่เคารพค่ะ

ขอเรียนถามปัญหาดังนี้ค่ะ คนท้องสามารถนั่งสมาธิเดินจงกรมได้ไหมค่ะ และถ้านั่งจะมีอันตรายหรือผลข้างเคียงต่อเด็กในครรภ์ไหมค่ะ ถ้าไม่ได้ควรจะทำอย่างไรทดแทนการนั่งสมาธิได้บ้างค่ะ กราบขอบพระคุณอาจารย์ด้วยความเคารพค่ะ

คำตอบ

เรื่องนี้ขึ้นอยู่กับขนาดของทารกในครรภ์ถ้ายังนั่งสมาธิได้สะดวก เดินจงกรมได้สะดวกก็จงปฏิบัติต่อไป เมื่อใดที่นั่งขัดสมาธิไม่สะดวกให้เปลี่ยนไปนั่งบนเก้าอี้แทน หรือเดินจงกรมหรือนอนกำหนดลมหายใจ หรือใช้อริยาบถย่อยอื่น ก็นั่ง ตีมนุท ฟัง ฯลฯ ด้วยการมีจิตจดจ่อ ก็ถือว่าเป็นการปฏิบัติธรรมได้ตั้งนั้นต้องเลือกอิริยาบถเองตามความเหมาะสม

๒๒. พยาธิจองเวร

คำถาม

เรียนถามอ.สนองค่ะ

๑. เวลาที่เราต้องการแผ่เมตตาโดยที่ขณะนั้นไม่ได้เป็นช่วงที่ฟังประกอบสิ่งที่มีบุญเสร็จ เช่น เดินอยู่แล้วรู้สึกว่าเป็นบริเวณที่น่าจะมีมนุษย์อยู่แล้วอยากจะแผ่เมตตาให้ เราควรมีจิตตั้งมั่นเพียงแค่เมตตาจิตแล้วแผ่ให้อย่างเดียว หรือควรจะมีระลึกถึงความดีที่เคยประกอบมาเพื่อจะได้มีบุญมากขึ้นแล้วค่อยอุทิศให้ ถ้าเราฟังระหว่างที่กำลังคิดถึงความดีเพื่อจะเอามาแผ่เมตตาจะยังเป็นบาปหรือมีจกหาทัญญูหรือไม่คะ แล้วถ้าเรากำลังอยู่ในอารมณ์กำหนดอิริยาบถย่อยอยู่ถือว่ามีกุศลมากพอที่จะใช้แผ่เมตตาได้เลยหรือไม่คะ

๒. ทุกครั้งที่ไม่ว่าอาจารย์เองหรือพระอาจารย์ครูบาอาจารย์ท่านอื่นๆ สอน ให้ความรู้ หรือกล่าวเลขว่าถึงต้องการบรรลุซึ่งธรรมสูงสุด หนูก็จะกราบขอบพระคุณทุกครั้ง ร่วมอนุโมทนาการให้ธรรมทานของทุกท่าน รวมทั้งสงปรารถนาจิตว่าให้ทุกท่านนั้นได้บรรลุมรรคผลนิพพานโดยเร็ว การขอเช่นนี้เป็นการเหมาะสมหรือไม่คะ เพราะจริงๆ แล้วก็อาจเป็นคล้ายๆ กับเด็กไปววยพรให้ผู้ใหญ่

๓. พยายามที่จะประพฤติตนให้ศีล ๕ ถึงพร้อมตามที่ครูบาอาจารย์ทุกท่านแนะนำ โดยเฉพาะข้อ ๑. มีความมั่นใจ

มากและตั้งใจว่าจะไม่ให้พร่องเลยเพื่อจะได้ใช้เป็นเหตุไว้แผ่เมตตาให้ผู้ป่วยที่ดูแลอยู่ได้ ฟังรู้สึกตัวเมื่อไม่กินน้ำไม่ได้สั่งยาฆ่าพยาธิไปหลายครั้งโดยไม่ได้รับรู้รู้สึกตัวว่าตั้งใจจะฆ่า(ใบสั่งยาเป็นแบบสำเร็จรูปว่าผู้ป่วยที่จะได้ยากดภูมิคุ้มกันทุกครั้งจะต้องได้ยาถ่ายพยาธิก่อน ไม่เช่นนั้นอาจเป็นอันตรายถึงชีวิต) วันก่อนสั่งยาด้วยเจตนาที่จะ “ฆ่า” จริงๆ จึงระลึกถึงคำอาจารย์ได้ว่าพยาธิก็เป็นสัตว์ที่มีจิต ย่อมผิดศีลข้อปาณาติบาตแน่นอน พยาธิเป็นสัตว์ที่มีจิตจริงใช่หรือไม่คะ ถ้าเช่นนี้ครั้งก่อนๆ ที่หนูฆ่าเค้าไปโดยไม่มีเจตนาถือว่าเป็นศีลพร่องอยู่หรือไม่ สำหรับครั้งนี้พิจารณาแล้วว่ามีเจตนาจำเป็น ได้แต่ขอโทษกรรมให้เขารับทราบและไปเกิดในภพภูมิที่ดีขึ้นจะพอช่วยได้หรือไม่ อาจารย์มีคำแนะนำอย่างไรบ้างคะเพราะหนูคงต้องสั่งยาเช่นนี้อีกตลอดอาชีพแพทย์และยังหาทางหลีกเลี่ยงไม่ออก

กราบขอบพระคุณอาจารย์เป็นอย่างสูงค่ะ

คำตอบ

(๑) ผู้ใดมีจิตเมตตาอยู่แล้ว สามารถแผ่เมตตาให้กับสรรพสัตว์ได้ทุกเวลาที่ปรารถนาจะแผ่ให้ เมตตากับบุญเป็นคนละเรื่องกัน การเจริญจิตภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ผลที่เกิดขึ้นตามมาคือบุญและยังเป็นบุญสูงสุดอีกด้วย เพราะการปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติสามารถเข้าถึงธรรมที่สามารถเปลี่ยนสภาวะจิตให้เป็นอริยบุคคลได้ ฉะนั้นเมื่อผู้

ปฏิบัติธรรมมีบุญเกิดขึ้นแล้ว ควรอุทิศให้กับเจ้ากรรมนายเวรญาติพี่น้องทั้งที่มีชีวิตและล่วงลับไปแล้ว ให้กับสรรพสัตว์ที่ร่วมเวียนตายเกิด ที่สามารถมาอนุโมทนาบุญได้ ควรกระทำหลังจากปฏิบัติจิตตภาวนาแล้วเสร็จ ซึ่งผู้ปฏิบัติจะมีบุญมากที่สุด พลังจิตขณะอุทิศจะแรงสุดสามารถส่งบุญไปได้ไกลและจะมีจำนวนผู้มาอนุโมทนาบุญมากที่สุดจึงไม่ควรอุทิศบุญขณะปฏิบัติจิตตภาวนาเพราะบุญยังเกิดได้ไม่เต็มที่

อนึ่งการแผ่เมตตาหรืออุทิศบุญกุศลให้สรรพสัตว์ ขณะจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิจะแผ่หรือส่งผลบุญไปได้ไกลกว่าจิตที่ไม่ตั้งมั่น

(๒) การอนุโมทนาในความดีของผู้อื่น ผู้อนุโมทนาได้บุญส่วนการส่งจิตปรารถนาให้ผู้อื่นบรรลุถึงความดี (นิพพาน) เป็นการเจริญเมตตาของผู้ส่ง

(๓) ใช่ ศีลยังพร่อง พยาธิเป็นสัตว์ที่มีรูปร่าง เมื่อจำเป็นต้องใช้ยาฆ่าพยาธิ ก่อนใช้ยาต้องขอโทษกรรม ถ้าเขายกโทษให้จะไม่มีกรรมจ้องเวรเกิดขึ้น การสั่งยาให้คนไข้รับประทานไม่ถึงเป็นบาป แต่ถ้าพยาธิไม่ยกโทษให้ถือว่าเป็นบาป ฉะนั้นหากยังมีความจำเป็นต้องประกอบอาชีพนี้จะได้ทั้งบุญและบาป จึงควรทำบุญอยู่เสมอแล้วอุทิศบุญให้หนี้เวรกรรมไปเรื่อย ๆ トラบาที่ยังประกอบอาชีพนี้อยู่ เพื่อให้เจ้าหนี้เวรกรรมตามทวงหนี้ไม่ทัน

.....
 : ถ้าเชื่อพระพุทธเจ้าแล้ว ไม่ต้องไปซื้อเสื้อเตเจอร์
 : ถ้าเชื่อความดีแล้วไม่ต้องงกตัวจน
 :

๒๓. เมื่อแรงกรรมให้ผล

คำถาม

เรียนอาจารย์สนองที่เคารพ

ดิฉันแปลกใจที่ บุคคลเพศที่ ๓ สามารถปฏิบัติธรรมได้ แต่จะให้เข้าถึงความเป็นอริยบุคคลยังไม่สามารถเข้าถึงได้ด้วย เหตุที่การชดใช้กุศลวิบากยังไม่จบสิ้น แสดงว่าคนที่ทำกรรมหนักกว่าเช่น ฆ่าคน ฆ่าสัตว์ โกงชาติ ขายแผ่นดิน หากได้เกิดเป็นมนุษย์แล้วบุคคลเหล่านี้สามารถปฏิบัติธรรมจนเข้าถึงความเป็นอริยบุคคลได้ หมายความว่าบุคคลพวกหลังนี้ได้ชดใช้กุศลวิบากหมดไปแล้วใช่หรือไม่ แล้วคนที่ฆ่าคน หรือ โกงชาติ ขายแผ่นดิน ซึ่งทำบาปในชาตินี้เขาก็สามารถปฏิบัติธรรมจนเข้าถึงความเป็นอริยบุคคลได้ ใช่หรือไม่คะ แล้วคนที่ผิดศีลข้อ ๓ ในปัจจุบันสามารถ ปฏิบัติธรรมจนเข้าถึงความเป็นอริยบุคคลได้หรือไม่คะ กราบขอบพระคุณค่ะ

คำตอบ

การเข้าถึงความเป็นอริยบุคคล เกิดขึ้นจากเหตุที่ทำในชาติปัจจุบัน และบุญบารมีเก่าส่งผล ดังตัวอย่างของสาวงาม สิริมาโสภณีนีแห่งแคว้นมคธ ได้ฟังธรรมจากพระโศขฐี และบุญบารมีเก่าที่ทำไว้แต่ปางก่อนส่งผล ทำให้บรรลุโสดาบันจึงได้เลิกอาชีพอุทิศข้อ ๓

คนที่ฆ่าสัตว์ โกงชาติ โกงแผ่นดิน ฯลฯ และได้ชดใช้หนี้เวรกรรมในอบายภูมิหมดสิ้นแล้ว เมื่อกลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีกครั้งและมีบุญบารมีเก่าสนับสนุน ยังมีโอกาสเข้าถึงธรรมที่ทำให้เป็นอริยบุคคลได้ ดังตัวอย่างของพระเจ้าอชาตศัตรู ที่จับพ่อ (พระเจ้าพิมพิสาร) ชังคุกจนตาย แม้จะสำนักผิดแล้ว เป็นองค์อุปถัมภ์การทำปฐมสังคายนาพุทธศาสนา ก็ยังไม่สามารถปกป้องตัวเองให้พ้นจากการไปเกิดเป็นสัตว์นรกได้ เมื่อใดชดใช้หนี้เวรกรรมในนรกได้หมดสิ้นแล้ว จึงจะมีโอกาสกลับมาเกิดเป็นมนุษย์ได้อีกและด้วยบุญบารมีที่ทำปฐมสังคายนาไว้ จะผลักดันให้เขาบรรลุความเป็นปัจเจกพุทธเจ้าได้

ดังนั้นคนที่ฆ่าคน โกงชาติ ขายแผ่นดิน ฯลฯ ซึ่งได้ทำบาปในชาติปัจจุบัน หากกำลังของบุญบารมีที่ทำสั่งสมมาแต่ชาติปางก่อน มีกำลังไม่กล้าแกร่งไปกว่ากำลังของบาปจะถูกรั้งกรรมผลักดันลงไปเกิดเป็นสัตว์ในนรก จึงไม่สามารถบรรลุธรรมเป็นอริยบุคคลในชาติปัจจุบันได้

ส่วนคนที่ประพฤติผิดศีลข้อ ๓ ในชาติปัจจุบันจะบรรลุธรรมขั้นสูงได้หรือไม่ ต้องดูสิริมาโสภณีนีเป็นตัวอย่าง มีบุญบารมีเก่าส่งผลและได้ฟังธรรมจากพระโศขฐีจึงเลิกอาชีพอุทิศแล้วมาปฏิบัติธรรมจนบรรลุโสดาบันได้

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

บุญภายในอกทำอากาสร้างกายของเรา
บุญภายในหาจากดวงจิต บุญย่อมนำมาซึ่งความสุข
ทั้งในโลกนี้และโลกหน้า

๒๔. กำลังของมาร

คำถาม

เรียนอาจารย์ดร.สนอง วรอุไร ที่เคารพครับ

ผมเคยบวชพระหนึ่งพรรษา ที่สำนักวิปัสสนาสำนักหนึ่ง ได้ปฏิบัติกรรมฐานตามสติปัฏฐาน ๔ ได้เข้าเก็บอารมณ์ประมาณ ๒ เดือน เดือนแรกสามารถปฏิบัติจนผ่านรอบแรกได้ พระอาจารย์ให้อธิษฐานเพื่อขึ้นรอบสอง แต่พอรอบสองไม่สามารถปฏิบัติผ่านได้ สภาวะขึ้นๆ ลง อยู่ประมาณ ๕ ครั้ง จนสุดท้ายหมดแรง เนื่องจากปวดศีรษะมาก แล้วก็อาเจียน(มีแต่ลม)ไม่ยอมหยุด แต่กำหนดอิริยาบถย่อยก็ปวดหัว และอาเจียนแล้วจนพระอาจารย์ต้องให้หยุดเพราะใกล้ออกพรรษา และต้องใช้เวลาคลายด้วยครับ คำถาม

๑. อาจารย์จะมีข้อเสนอแนะอย่างไรบ้างครับ

๒. ผมไม่รู้ว่าตัวเองทำผิดพลาดประการใด หรือมีกรรมเก่าใด เช่น ผิดศีล, รบหลูผู้มีคุณธรรม, ฯลฯ

๓. ผมควรจะปฏิบัติอย่างไรต่อไปดีครับ

กราบขอพระคุณด้วยความเคารพครับ

คำตอบ

(๑) เพื่อให้พ้นจากปัญหาที่บอกเล่าไปต้องอุทิศบุญกุศลให้กับเจ้ากรรมนายเวรที่แฝงมาในรูปของขันธมาร (ปวดศีรษะ

อาเจียน) อุทิศให้ไปเรื่อย ๆ จนกว่านี้เวรกรรมจะหมดไป แล้วเจริญพละ ๕ ให้มีกำลังกล้าแข็งอยู่เสมอ

(๒) ต้องทำตัวเองให้เป็นผู้มีศีล ๕ คุมใจอยู่ทุกขณะ ตื่นและขอขมากรรมต่อพระรัตนตรัย ต่อพ่อแม่ ครูอาจารย์ ฯลฯ

(๓) ทำตัวเองให้เป็นผู้มีศีล มีสัจจะ มีความเพียร และประพฤติดูแลแต่ในกุศลธรรมให้ได้ทุกขณะตื่น



๒๕. ดีได้เมื่ออดตาดับ

คำถาม

กราบเรียนถามอาจารย์ ดร.สนองค่ะ

ขอความกรุณาอาจารย์ชี้ทางพ้นทุกข์จากโรค หนูป่วยด้วยโรค binge-eating disorder อยากทราบว่า ๑) เหตุเพราะได้เคยทำกรรมอะไรไว้ และ ๒) จะแก้กรรมได้อย่างไร หนูได้เคยฟังที่อาจารย์พูดว่าพวกโลกนั้นเป็นเปรต หนูเห็นจริงเลยค่ะ และอยากแก้ไขพฤติกรรมไม่ดีนี้ให้หมดไป จึงอยากเรียนถามเพื่อขอความกรุณาจากอาจารย์ ชี้ทางพ้นทุกข์จากโรคนี้ให้หนูด้วย ด้วยความเคารพและขอบพระคุณเป็นอย่างสูงค่ะ

คำตอบ

(๑) เหตุที่ทำให้เกิดคือความเห็นผิดและการมีอัตตาจึงส่งผลเป็นความโลภ แสวงหาสิ่งต่าง ๆ มาไว้กับตนจนเกินพอดีที่จะบริโภคได้หมด

(๒) กรรมนี้จะหมดไปได้ต้องเชื่อแล้วทำตามผู้รู้บอกกล่าวคือ ให้อัตตาที่สามารถบริโภคได้ให้เป็นทานอยู่เสมอ และดับอัตตาให้หมดไปด้วยการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน จนเข้าถึงปัญญาเห็นแจ้งแล้วใช้ปัญญาเห็นแจ้งพิจารณาขั้น ๕ ให้ดับตามกฎไตรลักษณ์



๒๖. เจ้าหนี - ลูกหนี

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์สนองที่เคารพ

ดิฉันได้รับหนังสือของอาจารย์หลายเล่มจากกัลยาณมิตรคนหนึ่ง เมื่ออ่านแล้วรู้สึกประทับใจมาก และขอขอบพระคุณอาจารย์มากที่นำเรื่องดีๆ เหล่านี้มาเผยแพร่ให้ทราบกัน ดิฉันนำคำสอน ข้อเสนอแนะของอาจารย์ไปปฏิบัติตามหลายอย่าง โดยเฉพาะเรื่องการดูจิต ช่วยให้ดิฉันสามารถระงับความโกรธได้เร็วขึ้น เนื่องจากปกติเป็นคนโกรธง่าย ดิฉันขอถามอาจารย์ดังนี้ค่ะ

๑. ปกติดิฉันจะถือศีลห้า โดยเฉพาะไม่ฆ่าสัตว์ เพราะสังเกตว่า ถ้าไปฆ่าสัตว์แม่แต่ मदหรือแมลงตัวเล็กๆ โดยเฉพาะคนหรือไม่ก็ตาม จะเป็นแผลหรือเจ็บป่วยทันที ในขณะที่เดียวกัน เมื่อทำบุญอะไรก็ตาม ก็จะได้รับผลบุญทันทีเช่นกัน ทำให้ดิฉันหมั่นทำบุญ ทำทานอยู่เสมอ อยากทราบว่า ทำไมถึงได้รับผลบุญ และบาปเร็วมาก

๒. ดิฉันเริ่มสวดมนต์และนั่งสมาธิ ตามคำสอนจากหนังสือหลายๆ เล่มเองที่บ้าน เพราะอยากจะทำปฏิบัติเลย โดยที่ไม่ต้องรอโอกาส และเวลาที่จะไปเข้าอบรมที่สำนักไหน พอเริ่มปฏิบัติเองได้ไม่นาน ก็มีอาการเจ็บป่วยที่ดิฉันเชื่อว่า เกิดจากเจ้ากรรมนายเวรมาทวง เพราะเห็นด้วยตาเลยคะ ทำให้หนักขึ้นได้ว่า สมัยเด็กๆ เคยรังแกสัตว์อะไรมา เมื่อได้ขอขมาแล้ว อาการเจ็บป่วยก็หายเป็นปกติทิ้ง หลังจากนั้น ยังมีอาการเจ็บป่วยแปลกๆ เกิดขึ้นอีกหลายครั้ง ทำให้เกิดกลัวมาก จึงหยุดนั่งสมาธิไปพักใหญ่ ตอนนี้อยากกลับมาปฏิบัติอีก แต่จิตใจก็กลัวรบกวนให้อาจารย์ช่วยแนะนำด้วยคะ และเราจะรู้ได้อย่างไรว่าที่ปฏิบัติเองนั้นถูกหรือผิด ถ้าผิดจะมีโทษไหมคะ

๓. ดิฉันเคยปวดคอมมากระหว่างที่เดินทางไปต่างประเทศทันทีที่เครื่องบินแตะพื้นของประเทศนั้น คอก็ปวดอย่างรุนแรงทันทีจนขยับคอไม่ได้ ไม่ว่าจะกินยา หรือทายาอย่างไรก็ไม่หายตลอดระยะเวลาที่พักอยู่ที่นั่น ก่อนกลับ จึงนึกคิดได้และอธิษฐานบอกต่อเจ้ากรรมนายเวรว่าจะทำสังฆทานไปให้เมื่อ

กลับถึงเมืองไทยแล้ว ดูเหมือนว่าเค้าจะยอมยกโทษให้ เพราะวันที่เดินทางกลับก็หายเป็นปกติ อยากถามอาจารย์ว่า เจ้ากรรมนายเวรของเราอยู่ต่างประเทศได้ด้วยหรือคะ หรือว่าจะตามเราไปจากที่นี่ และทำไมถึงเจ้ากรรมนายเวรถึงรู้จักการทำสังฆทาน ทั้งๆ ที่ประเทศนั้นไม่ใช่เมืองพุทธ

กราบขอบพระคุณในความกรุณาของอาจารย์ ที่ช่วยตอบคำถามค่ะ

คำตอบ

(๑) ท่านเจ้าคุณโชดก เคยพูดกับผู้ตอบปัญหาว่าเมื่อใดที่พัฒนาจิตจนมีความบริสุทธิ์เพิ่มขึ้น ให้ระมัดระวังพฤติกรรมที่เป็นทั้งบุญหรือบาปจะให้ผลเร็ว และให้ผลรุนแรงกว่าคนที่ไม่ได้ปฏิบัติธรรมหลายเท่า ซึ่งผู้ตอบปัญหาเห็นตรงตามนั้น

(๒) ปฏิบัติที่ดำเนินถูกทางแล้ว จงทำต่อไป ทุกครั้งที่สวดมนต์และปฏิบัติธรรมแล้วเสร็จต้องอุทิศบุญกุศลให้กับเจ้ากรรมนายเวรของตัวเองไปเรื่อย ๆ ผู้ตอบปัญหายังต้องปฏิบัติดังเช่นที่แนะนำมาอยู่เรื่อย ๆ เพราะเจ้าหนี้เวรกรรมที่ผูกเวรกันไว้ในแต่ละภพที่เกิดมีมากจนมีอาจชดใช้หนี้กรรมได้หมด

(๓) โรคที่เกิดจากกรรม เป็นโรคที่แพทย์แผนปัจจุบันมีอาจารย์รักษาให้หายได้ เจ้ากรรมนายเวรมีอยู่ทั่วสากลจักรวาลเพียงแต่ว่าจะให้ผลเมื่อใดขึ้นอยู่กับ เจ้าหนี้กรรม-ลูกหนี้กรรม

โคจรมาพบกันเมื่อใด ก็จะเกิดการทวงหนี้และการชดใช้หนี้เวรกรรมขึ้นเมื่อนั้น

สังฆทานคือการให้ทานกับหมู่สงฆ์ให้แล้วมีอานิสงส์เป็นบุญ บุญคือความดี กุศล ความสุข ฯลฯ สภาวะของบุญ เช่นความสุขมีความเป็นสากล สรรพสัตว์ทั่วสากล พืช สัตว์ สามารถรับรู้ได้เหมือนกันหมด



๒๗. โรคที่เกิดจากกรรม

คำถาม

ถึงอาจารย์สนองที่เคารพ
ดิฉันมีลูกชายอายุ ๓ ขวบ ๑๐ เดือน แต่ยังไม่พูด และมีพัฒนาการช้า (ออทิสติก) ..การพัฒนาการดีขึ้น หลังจากรักษาปีกว่า แต่ยังไม่พูดไม่เป็นคำ จะทำบุญอย่างไรเพื่อช่วยให้เขาพูดได้เร็วขึ้นคะ

Thanks & best regards

คำตอบ

เรื่องนี้ต้องปรึกษาแพทย์ที่มีความรู้ด้านออทิสติก เพราะเขามีความรู้ความสามารถในทางนี้ มากกว่าผู้ตอบปัญหา เมื่อถามไปแล้วจึงขอแนะนำเพิ่มเติมว่า โรคกรรมที่พ่อแม่เคย

ทำร่วมกับลูก ทั้งพ่อและแม่ควรพัฒนาจิตตนเองให้เป็นผู้มีบุญใหญ่ (ปฏิบัติธรรม) อยู่เสมอ แล้วอุทิศบุญชดใช้หนี้เวรกรรมให้กับเจ้ากรรมนายเวรของลูกไปเรื่อย ๆ

อนึ่งการนำสัตว์ที่ถูกชะตาของลูกมาเลี้ยงอย่างดีให้ลูกได้สัมผัสกับสัตว์เลี้ยงบ่อ ย ๆ จะเป็นหนทางหนึ่งที่ช่วยแก้ปัญหานี้ได้



๒๘. อีหอบเดียวกัน

คำถาม

เรียนท่านอาจารย์สนองค่ะ

หนูมีคำถามที่อยากจะให้อาจารย์ช่วยตอบทีคะ คือหนูได้อ่านหนังสือเรื่องทางสายเอกและยิ่งกว่าสุขเมื่อจิตเป็นอิสระ มีบางตอนที่หนูคิดว่าหนูจะเป็นอย่างนั้นคือสิ่งที่ทำให้การปฏิบัติวิปัสสนาเศร้าหมอง หนูได้เข้าฝึกกรรมฐานหลักสูตรคุณแม่ศิริ กรินชัย มา ๒ ครั้งแล้ว จากการสอบอารมณ์วิฑายากรบอกว่าหนูสมาธิมากจนเกินไปทำให้เวลาทำสมาธิมักจะไปเห็นนูนเห็นนี่แปลกๆ บางครั้งก็ไม่กล้าบอกใครกลัวเขว่าเป็นบ้าคะ แล้วมีช่วงหนึ่งที่หนูรู้สึกตัวโยก หรือเวลานั่งสมาธิวิฑายากรมาเรียกจะไม่ได้ยินต้องใช้เวลายาวนานทีเดียว แต่หนูรู้สึกว่า การเข้าสมาธิแบบนี้มันสุขสบายจริงๆ ค่ะ หนูรู้สึกเมื่อยหรือเจ็บปวดอะไร ซึ่งมันตรงกับที่อาจารย์เขียนไว้ในหนังสือว่าการติด

สุขจะทำให้การปฏิบัติไม่ก้าวหน้า พอหนูกลับมาฝึกปฏิบัติที่หอพักเวลาเดินจงกรมไม่เป็นอะไรคะ แต่พอนั่งสมาธิทำไมจึงรู้สึกกลัวคะ

อาจารย์ช่วยแนะวิธีการปฏิบัติให้หนูด้วยคะ เพื่อเป็นแนวทางสามารถนำไปแก้ไขให้ถูกวิธี ขอขอบพระคุณอย่างสูงที่ท่านอาจารย์จะกรุณาตอบคำถามของหนูคะ

คำตอบ

หอพักเป็นสถานที่ไม่สัปปายะสำหรับคุณ ใช้เป็นสถานที่ฝึกจิตให้มีกำลังสติกล้าแข็ง จึงทำให้จิตมีกำลังของสติอ่อน ใจรับเอาสิ่งกระทบไม่ตีมาปรุงเป็นอารมณ์กลัวให้เกิดขึ้น เรื่องในลักษณะนี้ท่านเจ้าคุณโชดกเคยบอกกับผู้ตอบปัญหาว่า ถ้าจิตสัมผัสผัสกับสิ่งใดแล้วทำให้กลัว ต้องลืมตาดูให้ชัดซึ่งผู้ตอบปัญหาได้ปฏิบัติตามจนรู้จริงในสิ่งที่เข้ากระทบจิตแล้วความกลัวหายไปได้จริง ดังนั้นเมื่อคุณใช้หอพักเป็นสถานที่ฝึกจิต ลองพิสูจน์สังขารที่เจ้าคุณโชดกแนะนำดูซิ

.....
*เขารู้ว่าทำบุญทำทานนั้น ทำไปทำไม
 คนทำบุญก็ตั้งตาย ไม่ทำก็ตาย ตายด้วยกันจริงอยู่ดอก
 แต่อ่าตายผิดกัน คนทำบาปนั้นตายไปกับผีกับเปรต
 ตายตามป่าตามดงตามถมนงหนทาง แต่คนทำบุญนั้น
 ตายไปในกองบุญกองกุศล ตายสบาย แล้วไปเกิดก็สบายอีก
 ไม่ต้องไปเกิดในที่ทุกข์ที่ยากแหม่นคนทำบาป*

๒๙. กำลังสติช่วยได้

คำถาม

กราบเรียน อาจารย์สนอง รบกวณาจารย์ช่วย
แนะนำด้วยค่ะ

๑. หนูฝันถึงญาติผู้พี่ที่เสียชีวิตด้วยอุบัติเหตุ และได้
เล่าเรื่องนี้ให้น้าซึ่งเป็นแม่ของพี่ฟังในวันพบญาติวันหนึ่ง ก็เลย
ได้ความว่าญาติผู้น้องคนหนึ่งก็ได้ฝันถึงพี่คนนี้เป็นเวลาติดต่อกัน
นานเกือบ ๓ ปี น้องก็กลัวจนร้องไห้บ่อยๆ และเมื่อช่วงปีที่
ผ่านมา น้องก็ชอบไปปฏิบัติธรรมเกือบทุกเดือน ระหว่างนี้ก็ยังไม่
ฝันถึงตลอด จนเมื่อช่วงเข้าพรรษาที่ผ่านมา น้องได้ไปไหว้
หลวงพ่อบุญรูปหนึ่ง ท่านทักว่ามองเห็นหน้าของน้องเป็นหน้า
ซ้อนกัน มองไม่เห็นหน้าที่แท้จริงของน้องเลย สอบถามกันจนรู้ว่า
พี่สาวคนนั้นมาอาศัยอยู่กับน้องและก็อยากให้น้องปฏิบัติ
ธรรมโดยเขาก็จะไปปฏิบัติธรรมด้วย ที่จริงก็คือพี่เขาไปปฏิบัติ
ธรรมโดยอาศัยร่างน้อง พระท่านบอกว่าปกติส่วนใหญ่ที่มีญาติ
มาขอส่วนบุญมักจะเกาะตามอวัยวะบางแห่งเท่านั้น แต่ของ
น้องมาแฝงในตัว พระท่านจึงบอกให้พี่สาวไปอยู่กับท่านและ
ฝึกปฏิบัติธรรมในช่วงเข้าพรรษานั้น น้องสาวเองก็บอกให้พี่คน
นั้นมาหาหนูแทนเพราะหนูชอบปฏิบัติธรรม (ความจริงหนูไม่
ค่อยได้ปฏิบัติซักเท่าไร) ซึ่งก็บังเอิญมากที่ช่วงเวลานั้น หนูก็
รู้สึกเวลาเข้าห้องนอน อยู่ๆ บางครั้งก็รู้สึกกลัวโดยไม่มีเหตุผล
และชอบฝันคล้ายเป็นลางบอกเหตุล่วงหน้า จนแปลกใจตัวเอง

เหมือนกัน พอคุยเรื่องนี้กันในหมู่ญาติๆ ต่างก็แปลกใจว่าทำไม
พี่ยังไม่ยอมไปเกิด ไม่ยอมไปเข้าฝันแม่หรือน้องๆ ของตัวเอง
แต่กลับมาหาคนอื่น และช่วงหลังกลับชอบปฏิบัติธรรม แล้วก็
ไม่กลัวพระด้วย ตอนนี้หนูก็เลยจะกลายเป็นคนชักกลัวขึ้นมา
บ้างหลังจากที่น้องบอกว่าให้เขามาหาหนู รบกวณาจารย์ช่วย
แนะนำด้วยค่ะ ทำอย่างไรถึงจะให้พี่เขาปฏิบัติธรรมได้เองโดยไม่ต้อง
มาอาศัยรูปนามคนอื่น เพราะเทวดาเองก็สามารถปฏิบัติ
ธรรมได้ใช่ไหมคะ และทำไมเขาถึงไม่ไปเกิดใหม่ ซึ่งถ้าเขาชอบ
ปฏิบัติธรรมแบบนี้ คิดว่าต้องได้ไปอยู่ในภพภูมิที่ดีแน่

๒. เวลาสวดมนต์ ใจหนูจะรู้สึกเฉยๆ เป็นอุเบกขา
หมดตลอด อยากให้อาจารย์แนะนำด้วยค่ะ ไม่ทราบว่าจะต้อง
วางใจอย่างไรคะ

๓. เป็นไปได้ไหมคะว่าจิตเราจะอยู่ในหลายๆ มิติได้ ณ
ขณะเดียวกัน โดยปรากฏเป็นรูปนามที่ต่างออกไป อย่างหนู
เคยฝันบ่อยว่าคล้ายมีเหตุการณ์แบบนี้ในประเทศไทยในสมัย
ปัจจุบันนี้แหละค่ะ แต่ไม่ใช่เมืองไทยแล้วก็ไปไม่ได้ที่เราจะ
ไปอยู่ในเหตุการณ์นั้นจริง แต่อาจารย์บอกว่าจิตเรามีหนึ่งเดียว
ถ้าเป็นเทพพรหมชั้นสูงก็สามารถส่งจิตไปปรากฏตามที่ต่างๆ ได้
ไวมากจนเหมือนท่านแบ่งภาคได้ แล้วคนธรรมดาจะทำได้ไหมคะ
หรือหนูจะฟุ้งไปมาก แล้วทำไมเวลาฝันจึงมีความรู้สึกที่รุนแรง
กว่าตอนตื่นคะ เช่น เศร้าใจก็จะเหมือนมาจากกันบึ้งของหัวใจ
เลยคะ เป็นต้น แต่เวลาตื่นไม่มีความรู้สึกนั้นเลย

ขอบพระคุณอย่างสูงค่ะ

คำตอบ

(๑) ทำบุญด้วยวิธีใดก็ตาม (อุบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ หน้า ๕๐) หลังจากทำแล้วควรอุทิศบุญให้กับญาติที่ตายไป อุทิศให้เขาบ่อย ๆ และบอกว่าไม่อนุญาตให้เขามาใช้รูปนามของคุณคนที่ตายไปแล้วหากไปโอบปาดิกะเป็นเทวดาหรือนางฟ้าเขาจะไม่เข้าใกล้มนุษย์บุญคุณแต่หากตายไปแล้วเป็นสัตว์รอกเกิด(สัมภเวสี) ที่ยังมีรูปลักษณะเหมือนเดิมก่อนตาย เพียงแต่เป็นรูปนามทิพย์ที่ตาเนื้อตาหนังไม่สามารถสัมผัสได้ รูปนามที่ไปเกิดเป็นสัมภเวสีหรือเทวดาบางพวกยังมีโอกาสมาใช้ร่างของคนอื่น ที่มีกำลังของสติยังไม่กล้าแข่งได้

(๒) สวตมณต์แล้วเกิดอุเบกขารมณต์ขึ้นกับจิตนั้นดีแล้ว แต่จะให้ดียิ่งขึ้นขณะกล่าวคำสวตมณต์ต้องรู้ความหมายของบทสวด ว่าแต่ละตอนมีความหมายถึงอะไรหากเป็นเช่นนี้ความศรัทธาในคุณความดีของบทสวดมนต์ก็จะเกิดขึ้น

(๓) ในขณะที่จิตเดียวถ้าหมายถึงการเกิด-ดับของจิตเพียงครั้งเดียว จะไม่สามารถปรากฏรูปนามที่ต่างออกไปได้แต่ด้วยเหตุที่ตาสัมผัสสรูปนาม เป็นเรื่องการทำงานของระบบประสาท ซึ่งทำงานได้ช้ากว่าการเกิด-ดับของจิตอย่างมาก จึงทำให้ตาเห็นคลาดเคลื่อนไปจากความเป็นจริงยกตัวอย่าง การเกิด-ดับของพลังงานแสงสว่างจากหลอดไฟฟ้าเกิด-ดับเร็วกว่าการทำงานของระบบประสาทตา ตาจึงเห็นว่ามีแต่แสงสว่างเท่านั้นมีปรากฏขึ้นแท้จริงแล้วพลังงานแสงสว่างเกิดดับเร็วมากตาสัมผัสการเกิด-ดับไม่ทัน แต่เครื่องมือทางวิทยาศาสตร์

ตรวจวัดได้ว่าการเกิด-ดับ (สว่าง-มืด) นั้นมีอยู่จริง ด้วยเหตุนี้พระจุฬปันถกซึ่งมีความชำนาญในด้านมนโณมยทธิ(การใช้ฤทธิ์ทางใจ) จึงสามารถเนรมิต (บันดาลให้เกิดมีขึ้น) รูปนามของท่านที่อยู่ในอิริยาบถต่าง ๆ มากถึง ๑,๐๐๐ ร่าง ให้ผู้อื่นสัมผัสเห็นได้ด้วยตา ซึ่งคนธรรมดาที่ไม่มี ความชำนาญในมนโณมยทธิไม่สามารถทำเช่นนี้ได้ แต่เทวดาเช่นท้าวสักกะ (พระอินทร์) สามารถเนรมิตรูปนามเป็นมนุษย์ มาล้างเท้าให้พระมหาสิริวะ (มนุษย์) องคอรหันต์ได้ นอกจากนี้ยังมีเทวดาผู้ใหญ่ในสวรรค์ทั้งหกชั้น รวมถึงท้าวมหาพรหม ได้เนรมิตตัวเองให้เป็นรูปนามหยาบลงมาเยี่ยมอาการอาพาธของพระสารีบุตรในคืนวันที่จะดับรูปดับนามเข้านิพพาน

๓๐. เจ้าเมืองแบบไหน



คำถาม

เรียนอาจารย์สนองที่เคารพ
ดิฉันขอสอบถามปัญหา ๑ ข้อค่ะ หากมีเจ้าเมืองส่งกองทัพอันไปรบเพื่อป้องกันเมืองจากการรุกรานของข้าศึก ระหว่างทางกองทัพขาดเสบียงอาหาร มีหนทางเดียวคือฆ่าคนเลี้ยงวัวตาย ๓ คน จึงได้วัวมา ๓ ตัว เพื่อเลี้ยงกองทัพและสามารถรบชนะข้าศึกป้องกันเมืองไว้ได้ ถ้ามองในทางโลกเจ้าเมืองจะปูนบำเหน็จหรือจะลงโทษทหารฐานฆ่าคนตาย

อาจารย์ช่วยชี้แนะในทางโลกและถูกต้องในทางธรรม
ให้ด้วยค่ะ เพราะปัญหาลักษณะนี้มักเกิดกับผู้บริหารอยู่เสมอ
กราบขอบพระคุณค่ะ

คำตอบ

ในกรณีที่บอกเล่าไปเจ้าเมืองส่วนใหญ่มีสภาวะจิตเป็น
ปุถุชน จึงใช้ปัญญาทางโลกบริหารจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น
เจ้าเมืองจะปูนบำเหน็จขุนทหาร ในกรณีที่รบชนะข้าศึกป้องกัน
เมืองไว้ได้จะไม่ลงโทษทหารฐานฆ่าคนตาย

ในทางตรงข้ามเจ้าเมืองที่มีคุณธรรมเมื่อรบชนะข้าศึก
แล้ว จะไม่จับข้าศึกไว้เป็นเชลยจะปล่อยข้าศึกให้เป็นอิสระกลับ
สู่บ้านเมืองและครอบครัวของตน ดังตัวอย่างเจ้าหญิงจามเทวี
แห่งกรุงละโว้ รบชนะข้าศึกจากโกสัมพี ที่ยกกองทัพมาราวี
กรุงละโว้ นับย้อนหลังจากนี้ไปหนึ่งพันสามร้อยปีเศษ หลังจาก
กองทัพละโว้รบชนะข้าศึกแล้ว ด้วยจิตเมตตาของพระนางฯ ผู้
เป็นแม่ทัพ ได้ปล่อยเชลยโกสัมพีให้เป็นอิสระกลับสู่บ้านเมือง
ของตน

ผู้รู้จริงกล่าวว่า “ผู้ใดมีกำลัง สามารถอดทนต่อผู้ด้อย
กำลังได้ บัณฑิตกล่าวสรรเสริญความอดทนของผู้นั้นว่า..เป็น
บรมขันติ”

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

๓๑. ยึดอายุให้ยืนยาว

คำถาม

- กราบเรียนถามปัญหาค่ะ
๑. เราสามารถต่ออายุให้กับคนอื่นได้หรือไม่คะ หมายถึงถ้าเราอธิษฐานแบ่งอายุของเราให้กับคนอื่นจะได้หรือไม่คะ
 ๒. การศึกษาธรรมะ และการปฏิบัติธรรม โดยมีจุดประสงค์อยากที่จะพ้นทุกข์ อยากให้จิตสงบ และไม่หวั่นไหวต่อสิ่งต่างๆ บนโลกนี้ถือว่าเป็นความอยากหรือเปล่านั้นจะเป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติธรรมหรือเปล่า บางครั้งรู้สึกว่าการที่ตัวเราปฏิบัติธรรมเหมือนเราต้องการหนีปัญหาหรือหนีทุกข์ แต่ในความรู้สึกก็เชื่อมั่นในคำสอนของพระพุทธเจ้า จะมีวิธีปรับความคิดของตัวเราอย่างไรก่อนเริ่มการปฏิบัติอย่างจริงจังเพื่อที่จะทำให้จิตแน่วแน่และเริ่มปฏิบัติได้อย่างถูกต้องและถูกต้องทางคะ กราบขอบพระคุณอาจารย์ที่ช่วยตอบปัญหาให้ค่ะ

คำตอบ

(๑) ในทางโลกใช้ความรู้ทางวิทยาศาสตร์ยึดอายุของคนได้ แต่ในทางธรรมยึดอายุได้ด้วยการประพฤติกุศลกรรมด้วยตัวเอง ดังตัวอย่างของหญิงชราที่เป็นโรคมะเร็งระยะสุดท้าย หมอรักษาโรคบอกว่าจะต้องตายในอีกไม่เกิน ๕ เดือน แต่จากการได้รับคำแนะนำจากพระภิกษุผู้เฒ่า ให้เจริญอานาปานสติอยู่ทุกขณะตื่นที่นึกได้ เจริญอยู่ทุกขณะที่ไม่มียาน

ภายนอกให้ทำ ขณะเดียวกันได้นำตัวเองเข้าไปเป็นผ้าขาว ปฏิบัติธรรมอยู่ในวัด มีการสวดมนต์มีการฟังธรรมเป็นวัตร ผลปรากฏว่าปฏิบัติธรรมอยู่ได้นานถึง ๖๐ เดือน จึงได้ทิ้งชั้นธลาโลก

ด้วยเหตุนี้ผู้ถามปัญหาจึงไม่สามารถแบ่งอายุให้กับคนอื่นได้ เพราะแต่ละคนมีกรรมเป็นของตัวเอง แต่ผู้ถามปัญหาสามารถแบ่งอวัยวะ เช่นบริจาคไตให้กับคนอื่น เพื่อยืดอายุให้คนไข้มีอายุยืนยาวออกไปได้แต่เมื่อดูให้ยาวไกลออกไปแล้วคนไข้ต้องทำกรรมดีมากก่อนจึงได้ไตคนอื่นมาช่วยยืดอายุ

(๒) ปัญหาในลักษณะเช่นที่ถามไปผู้ตอบปัญหาเคยถามท่านเจ้าคุณโชดกมาก่อนท่านตอบว่า ความอยากเพียงอย่างเดียว ไม่สามารถสัมฤทธิ์ผลได้อยากมีจิตสงบ ต้องเจริญสมถภาวนา อยากพ้นทุกข์ต้องเจริญวิปัสสนาภาวนา คือต้องสร้างเหตุให้ถูกต้องนั่นเอง

ดังนั้นเมื่อผู้ถามยังไม่มีประสบการณ์ด้วยตัวเองให้เชื่อคำบอกกล่าวจากผู้รู้ ทำตัวเองให้เหมือนคนโง่ ปฏิบัติให้ตรงตามคำบอกกล่าว แล้วการมีจิตสงบ มีจิตเป็นอิสระพ้นไปจากความทุกข์จึงจะเกิดเป็นจริงตามพุทธวจนะได้

.....
สัทธกัปปชาพระพทฺธ สัทธวาณานุชาพระธรรม
สัทธโณบชาพระสงฆ์ เรียกว่า “ปฏิบัติบูชา”

๓๒. แรงบุญ - แรงบาป

คำถาม

กราบเรียนท่าน ดร.สนอง ที่เคารพ ดิฉันชอบกวนถามปัญหาดังนี้ค่ะ

พ่อของสามีดิฉันประสบอุบัติเหตุถูกรถกระบะชนรถจักรยานยนต์จนกระเด็นไปตกน้ำข้างทาง และสำลักน้ำซึ่งสกปรกมาก ตอนนี้อยู่ห้องไอซียูที่โรงพยาบาลยังไม่ได้สติต้องให้ออกซิเจน หมอบอกว่ายังบอกไม่ได้ว่าจะรอดหรือเปล่า ถ้ารอดก็ไม่ว่าจะเป็นปรกติเหมือนเดิมมั้ย ให้ดูอาการไปเรื่อย ๆ อยู่โรงพยาบาลได้อาทิตย์กว่าแล้วอาการก็ไม่ดีขึ้นเลย ดิฉันสงสารครอบครัวของสามีมาก โดยเฉพาะสามีรู้สึกจะเครียดมาก ดิฉันก็คิดว่ามันคงเป็นกรรมของพ่อสามีอาจจะไปทำกรรมอะไรไว้จึงต้องเจอเหตุการณ์แบบนี้ แต่ก็อยากจะช่วย ทุกวันนี้ดิฉันก็จะสวดมนต์ นั่งสมาธิและแผ่เมตตาให้พ่อสามีเสมอ ดิฉันอยากถามว่าจะมีวิธีไหนที่พอจะช่วยพ่อสามีให้พ้นเคราะห์กรรมสามารถหาย หรืออาการดีขึ้น อย่างน้อยก็ให้ฟื้นได้สติกลับมาบ้างดี พอมีวิธีไหนช่วยได้บ้างไหมค่ะ หรือต้องปล่อยไปตามกรรมกราบขอบพระคุณท่านอาจารย์เป็นอย่างสูงค่ะ

คำตอบ

ประสงค์ช่วยเหลือผู้ที่กำลังเสวยอกุศลวิบาก ผู้เป็นบริวารควรทำบุญใหญ่ ๆ เช่น ปฏิบัติจิตตภาวนา แล้วอุทิศบุญกุศลให้กับเจ้ากรรมนายเวรของผู้กำลังเสวยอกุศลวิบาก ถ้าบุญที่อุทิศมีกำลังมากกว่าบาปที่คนไข้ทำ ปาฏิหาริย์คือฟื้นขึ้นมา มีสุขภาพเป็นปกติยอมเป็นไปได้อ

๓๓. ความเชื่อที่ไร้ปัญญา

คำถาม

เรียน ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร

หนูมีเรื่องเรียนถามอาจารย์เกี่ยวกับประวัติของ พระพุทธเจ้าค่ะ เนื่องจากมีน้องที่ทำงานถามมา แต่หนูตอบไม่ได้ค่ะ และบางสวนที่ตอบไปก็ไม่แน่ใจว่าถูกต้องดีหรือไม่ (ที่ทำงานหนูมีพนักงานอยู่แค่ ๑๐ คน แต่ประกอบด้วย ๓ ศา นาคะ คือ ๑. ศา นานพุทธ ๒. ศา นาคริสต์ (คริสเตียน) และ ๓. ไม่นับถือศาสนาใดๆ เลย (นอกจากเชื่อมั่นผลอันเกิดจากการกระทำของตนอย่างเดียว) น้องคนที่ถามนี้เป็นพุทธนะคะ แต่มีศรัทธาในพุทธศาสนาน้อยมาก อาจเป็นเพราะข่าวสารที่เขาได้รับ และสภาพแวดล้อมที่เขาพบเจอมาแต่เด็กก็อาจเป็นไปได้นะคะ

๑. เขาถามว่าถ้าพระพุทธเจ้าเป็นผู้มีบุญจริง ทำไมไม่ไปเกิดกับหญิงพรหมจารีย์ ซึ่งเป็นผู้ที่บริสุทธิ์จากกาม (ซึ่งคำถามนี้หนูก็ตอบเขาไปว่า ตามหลักธรรมชาติมนุษย์จะก่อกำเนิดขึ้นมาได้ ต้องมีทั้งพ่อและแม่ไม่ทราบว่าจะถูกต้องหรือเปล่านั้น)

๒. เขาถามว่าพระพุทธเจ้าเกิดมาแล้วเดินได้จริงหรือ เขาบอกว่าเขาไม่เชื่อหรอกว่าจะเดินได้ แล้วทำไมต้องเดินแค่ ๗ ก้าว ไม่ใช่ ๙ ก้าว และมีการเปล่งวาจาออกมาด้วย (คำถามนี้หนูตอบเขาไปว่า ตามหลักการประสูติของพระพุทธเจ้า หรือพระโพธิสัตว์ ซึ่งเป็นผู้สั่งสมบารมีมาเป็นยาวนาน การกำเนิดก็จะ

ไม่เหมือนคนธรรมดาทั่วไป แม้แต่ผู้ที่จะมาเป็นพุทธมารดา ก็ต้องมีการตั้งสัจจะอธิษฐานมาก่อน จึงจะสามารถเป็นได้ ไม่ทราบถูกหรือเปล่านั้นคะอาจารย์)

๓. หลังจากการประสูติแล้วพระพุทธเจ้า มีพัฒนาการอย่างไร เหมือนเด็กปกติธรรมดาทั่วไปหรือไม่ เพราะพระพุทธเจ้าสามารถเดินได้ และ ตรัสได้ตั้งแต่แรกที่พระองค์ประสูติ

ที่หนูต้องเรียนถามท่านอาจารย์ เพราะหนูมีความรู้สึกว่าคนรุ่นใหม่ๆ เขาเป็นพุทธแค่เพียงในบัตรประชาชนเท่านั้น ซึ่งไม่มีความรู้ในพระพุทธศาสนา ก็ยังไม่ร้ายเท่า การไร้ซึ่งศรัทธานี้สิ หนูคิดว่า น่าเป็นห่วงมากๆ เพราะคำถามที่แต่ละคำที่ยิงมาสำหรับหนูรู้สึกว่าเป็นการหมิ่นบารมีของพระพุทธองค์อย่างมาก หนูอยู่ท่ามกลางสังคมที่มีความแตกต่างกันมาก ศรัทธาของเราดูเหมือนสิ่งที่น่าขบขัน ไร้สาระ รวมทั้งการทำทานซึ่งเขามองดูเป็นการสิ้นเปลืองโดยไร้ซึ่งประโยชน์ ซึ่งหนูก็ไม่เคยโกรธเคืองเลยนะคะ ทุกครั้งที่ทำบุญ หรือเข้าคอร์สกรรมฐานก็จะอุทิศบุญให้ผู้ร่วมงานด้วยทุกๆ คนคะ อยากให้พวกเขามีดวงตาเห็นธรรม มีโอกาสได้พบสิ่งที่น่าประเสริฐเช่นนี้บ้าง

หนูอยากได้คำตอบเพื่อไขความกระจ่างให้ผู้ที่ถาม เขาจะได้ไม่มีเวรกรรม หนูรู้มาว่าปราชญ์พระอรหันต์ตายโหงในชาตินี้ (ผู้ที่ถามเป็นคนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองสูงมากๆ ยากแก่การอธิบาย) จาก ผู้ที่เปี่ยมศรัทธา แต่ด้อยความรู้

คำตอบ

ถูกแต่ถูกไม่หมด ยังมีมนุษย์บางประเภทเกิดโดยวิธี
 โอบปาติกะ ไม่ต้องมีพ่อแม่เป็นผู้ให้กำเนิดชีวิต เช่น อัมพปาลี
 เกิดมาแล้วมีอาชีพเป็นโสเภณี ต่อมาได้ฟังธรรมจากพระพุทธร
 แล้วเลิกอาชีพที่ทุศีลนั้นหันมาปฏิบัติธรรม พัฒนาจิตได้บริสุทธิ์
 ปราศจากกิเลสในสังโยชน์ทั้ง ๑๐ (ดูหน้า ๑๒๙) บรรลุอรหัตต
 ผลที่หญิงพรหมจารียังไม่สามารถทำได้ ด้วยเหตุนี้ความ
 บริสุทธิ์หรือไม่บริสุทธิ์มิได้อยู่ที่การประพฤตินั้นเป็นหญิงพรหม
 จารีเท่านั้น แต่อยู่ที่การพัฒนาจิตให้หมดจากกิเลสที่ผูกมัดใจ
 สัตว์ให้ต้องเวียนตาย-เกิดอยู่ในวัฏสงสารคือสังโยชน์ ๑๐ นั้นเอง
 ด้วยเหตุนี้ที่เป็นพุทธวิสัยในพระชาติสุดท้ายจึงไม่มี
 พระพุทธรองค์ใด ถือกำเนิดเป็นสตรีแล้วจึงพัฒนาจิตวิญญาณ
 ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า

หากผู้ถามปัญหาหามีบุญบารมีมากพอ ควรช่วยให้เขาพ้น
 จากมิถฉาทิฏฐิ หากช่วยไม่ได้ต้องปล่อยวางเพราะสัตว์โลก
 เป็นไปตามกรรม

ผู้ถามปัญหาอยากรู้พัฒนาการของผู้มีคุณธรรม ต้อง
 พัฒนาจิตตนเองให้มีคุณธรรมสูง แล้วจะสามารถรู้เห็นเข้าใจ
 ในสิ่งที่อยากรู้ได้

.....
 พระพุทธศาสนาไม่ใช่เรื่องของ การครอบครอง รังของขอ
 หรือให้กันได้ ทุกคนจะต้องทำด้วยตนเอง
 จึงจะได้รับผล

๓๔. ถูกของใคร

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์ สอนง ที่เคารพ
 กระผมขอเรียนถามปัญหาดังนี้ครับ ปัจจุบันผมอายุ ๒๘
 ปีครับ เมื่อผมอายุ ๑๗ ปี ได้บวชเณรในระยะเวลา ๑๓ วัน
 ครับ หลังจากนั้นสมาธิมาเกือบปีได้ศึกษาธรรมะของท่านพุทธ
 ทาสภิกขุและฝึกเซ็นโดยตรงเอง แล้วฝึกเกิดสติปัญญา ๔ โดย
 บังเอิญ ในระยะเวลาที่บวชอยู่ได้มีสติ สมาธิตลอดเวลา ภายใน
 ระยะเวลานั้นมีครั้งหนึ่งได้เผลอสติไปในขณะกำลังนั่ง แต่สิ่งที่
 ได้มาคือการระลึกถึงสติ การมองที่เปลี่ยนไปทุกอย่างมองเห็น
 ในสิ่งที่จริงและที่เป็นสิ่งในนามสมมุติ (ตอนนั้นไม่ได้นั่ง
 สมาธินะครับ) รู้ว่าตนเองบรรลุธรรมได้สักอย่างหนึ่ง รู้ได้ว่า
 บางอย่างที่ยึดถือเป็นเรื่องมมายเรื่องยึดติด ได้ปัญญาเข้าใจ
 ในธรรมะของพุทธเจ้า หลังจากนั้นก็หาอ่านหนังสือธรรมะว่า
 สภาวะธรรมที่ตนเองได้มาคืออะไร อ่านของท่านพุทธทาสก็ว่าใช่
 และอีกหลายๆ ท่าน ที่ว่าดวงตาเห็นธรรมว่าเป็นเช่นนั้นเอง ตอน
 นั้นซาบซึ้งมากครับก้มลงกราบพื้นเลย แต่ครั้งนั้นไม่ได้ปรึกษา
 ข้อที่พบนี้กับใคร ไม่ได้มีครูอาจารย์มาสอนโดยตรงครับ ปัจจุบัน
 นี้ครับเข้าใจเรื่องศีล เรื่องจิต เรื่องอภิธรรมดีครับ รู้ได้ใน
 ปัญญาเองตั้งแต่ครั้งนั้นตามระดับของภูมิธรรมตนเองครับ ที่
 ผ่านมายังดีมีเหล่า เทียวกลางคืน ใช้ความสามารถทางปัญญา
 ในทางที่ไม่ถูกกับคนอื่นบ้าง (เคยอ่านเจอว่าในสมัยพุทธกาลมี

ไสดาบั้นที่ยังตีเมเหล้าอยู่) ปัจจุบันนี้ได้ปฏิบัติธรรมในเพศ
ฆราวาสโดยมุ่งกำจัดกิเลสเพื่อบรรลุธรรมขั้นดับทุกข์ได้โดยสิ้น
เชิง เพราะว่าหลายปีที่ผ่านมาเริ่มเข็ดแล้วเรื่อง อนิจจัง ทุกขัง
พอมมีการตัดสินใจเกิดขึ้น เรื่องเที่ยวเตร่กลางคืน อะไรที่ไม่ดี
หลายๆ อย่างเริ่มหายไป

ขอเรียนถามท่านอาจารย์ว่า ครูบาอาจารย์หลายท่าน
ว่าไม่เหมือนกันในลักษณะความประพฤติบางอย่างแต่ที่เหมือน
กันคือละสังโยชน์ ๓ อย่างอาจจะเกี่ยวกันมั้ยครึบที่พระท่าน
ต้องรักษาศีลอยู่แล้ว ทำไมเรื่องบรรลุธรรมจึง เกิดกับผมง่ายย
ละครึบ แต่ตอนที่บวชเณรครั้งนั้นตั้งใจเป็นอรหัต ละกิเลส ไป
นิพพาน

ขอให้ท่านอาจารย์ช่วยเป็นกัลยาณมิตรผมด้วยนะครึบ
ผมมีข้อสงสัยกับประสบการณ์ทางจิตตลตอด ๑๐ ปีที่ผ่านมา
เพราะไม่รู้จะถามใครดี ขอขอบพระคุณอย่างสูงนะครึบ

คำตอบ

หนังสือเขียนบอกไว้ว่าพระไสดาบั้นยังตีเมเหล้าได้ เรื่อง
นี้เป็นความเห็นถูกของผู้เขียนหนังสือให้คนอื่นอ่าน แต่ไม่ถูก
ต้องของพระพุทโธะที่ตรัสว่า พระไสดาบั้นคือผู้เข้าถึงธรรม
สามารถกำจัดกิเลสทั้งสาม (สังโยชน์ ๓) ให้หมดไปจากใจได้

ในครั้งพุทโธกาลมีลูกพราหมณ์ชาวแคว้นโกศล มาบวช
เป็นภิกษุอยู่ในพุทโธศาสนาบำเพ็ญสมถภาวนาอยู่ไม่นาน ได้
บรรลุฌานสมาบัติ ๘ ซึ่งมีฤทธิ์ปราบพญานาคได้ ชาวบ้าน

ศรัทธาจึงถวายสุราให้ท่านตีเมยามออกเดินบิณฑบาต พระ
ศาคตะ* จึงสุราจนเมาไม่ได้สติเหตุเพราะยังเป็นภิกษุที่มี
สภาวะจิตเป็นปุถุชน จึงเป็นต้นบัญญัติห้ามพระตีเมสุราตั้งแต่
นั้นมา ผู้ที่เป็นไสดาบั้นแล้วจะไม่ประพฤติเช่นนั้น

ฉะนั้นผู้ถามปัญหาประสงค้นำพาชีวิตดำเนินตามรอย
อริยบุคคล ก่อนอื่นต้องมีศีล ๕ คุมใจให้ได้ทุกขณะตื่น เจริญ
สมถภาวนา และวิปัสสนาภาวนาจนเกิดสติปัญญาเห็นแจ้งได้
แล้วเอาสติสัมปชัญญะส่องดูเจตนาเอง แล้วพัฒนาใจให้ปลอด
จากกิเลส (สังโยชน์ดูหน้า ๑๒๙) ได้มากหรือน้อยตามกำลัง
ของสติสัมปชัญญะที่พัฒนาได้ หากกำจัดสังโยชน์ ๓ ได้ ความ
เป็นไสดาบั้นย่อมเกิดขึ้นได้ หากสามารถกำจัดสังโยชน์ ๕ ได้
ความเป็นอนาคามีย่อมเกิดขึ้นได้ ฯลฯ

อ้างอิง เนื้อความพระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๒ บรรทัดที่ ๑๑๘๑๕-๑๑๘๘๕. หน้า ๕๐๕-
๕๐๘. (เรื่องพระศาคตะ [๕๗๕])

สุตมยปญญา เปรียบเหมือนคนที่ตื่นจากหลับแล้ว

แต่ยังไม่ตื่นมตา

ฉินตมยปญญา เปรียบเหมือนคนที่ตื่นนอนแล้ว

แต่ยังไม่ออกอากาศมุ่ง

ภาวนามยปญญา เปรียบด้วยคนที่ตื่นออกอากาศมุ่งล้างหน้า

ล้างตาสว่างแอมใสแล้ว

สามารถมองเห็นอะไร ๆ ได้ถนัดชัดเจน

๓๕. ไม่ยอมรับความจริง

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์สนอง เรียนถามท่านอาจารย์ดังนี้ค่ะ
 คนเป็นลูกเคยแอบเอาเงินพ่อแม่ไปช่วยเพื่อนที่กำลัง
 เดือดร้อน ทำบ่อยๆ หลายครั้งติดกัน แต่ใจเศร้าหมองเพราะรู้
 ว่าเป็นบาป หลายปีต่อมาลูกไม่กล้าเอ่ยคำขอขมาพ่อแม่ตรงๆ
 แต่เลียบเคียงพูดเป็นนัยว่า “ถ้าอาจารย์ที่สอนธรรมะของหนู
 บอกว่าในอดีต อาจจะเป็นชาติไหนก็ไม่รู้ หนูเคยแอบนำเงินของ
 พ่อแม่ไปใช้ช่วยเหลือคนอื่นโดยไม่ได้บอกกล่าวพ่อแม่ ไม่รู้ว่า
 เป็นเงินเท่าไร รู้แต่ว่ามากพอสมควรจนถึงกับทำให้คนหนึ่ง
 ตั้งตัวได้ แล้วพ่อกับแม่จะว่าอย่างไร”

พ่อตอบว่า “ไม่เป็นไรหรอก ในเมื่อลูกนำเงินไปช่วย
 คนอื่นก็ถือว่าได้ทำบุญและพ่อแม่เองก็ได้บุญนั้นด้วยเช่นกัน อย่า
 ไปกังวลใจ”

แม่ตอบว่า “ถ้าอาจารย์ท่านว่าอย่างนั้น พรุ่งนี้หนูก็ไป
 เบิกเงินในธนาคารมาให้แม่และให้ถือว่าใช้หนี้ให้แม่ทั้งหมดแล้ว
 และต่อไปขออย่าให้มีอะไรติดขัดในชีวิต ขอให้ชีวิตรุ่งเรือง”

๑. การสนทนาเช่นนี้ถือว่าเป็นการขอขมาลาโทษกัน
 แล้วหรือยังคะ ความตั้งใจคืออยากขอขมา แต่ยังไม่กล้าพูดตรงๆ
 จึงยกอาจารย์ที่สอนธรรมะมาอ้างนำ

๒. หากว่าลูกเคยตั้งใจไว้ก่อนหน้านั้นว่าจะผ่อนชำระ

หนี้ที่เคยทำไว้ให้กับพ่อแม่จนครบจำนวนเท่านั้นเท่านี้ หลังจาก
 ที่ได้สนทนากันตามที่เล่านี้แล้ว และพ่อแม่ก็กล่าวยกหนี้ให้แล้ว
 ลูกยังคงต้องทำต่อจนสำเร็จตามที่คิดเอาไว้หรือไม่เพื่อสร้าง
 สัจจบารมี ขอบพระคุณค่ะ

ขอกราบสวัสดีปีใหม่แต่ท่านอาจารย์สนองด้วยค่ะ

คำตอบ

(๑) ยังไม่ถือว่าเป็นการขอขมากรรม

(๒) บาปที่เคยทูลศัลขอ ๒ กับพ่อแม่ ยังคงมีอยู่ในจิต
 วิญญาณของผู้กระทำ ส่วนความตั้งใจใช้หนี้ด้วยการผ่อนชำระ
 หากเป็นเพียงแต่คิด ยังไม่ได้ทำบุญจากการให้ทรัพย์สินเป็นทาน
 ยังไม่บังเกิดผลสำเร็จถ้าปฏิบัติไปแล้วบุญจากการให้ทรัพย์สินเป็น
 ทานจึงจะเกิดขึ้น แต่หนี้บาปที่เคยไปขโมยเงินพ่อแม่ยังมีอยู่
 เมื่อใดกรรมที่เป็นบาปให้ผลผู้กระทำอกุศลกรรมจะสูญเสียทรัพย์สิน
 มากกว่าด้วยวิธีใดวิธีหนึ่ง

ดังนั้นผู้รู้จริงจะไม่ประพฤติดังเช่นที่ผู้ถามปัญหาออก
 เล่าไป

.....
 กุศลและอกุศล ย่อมให้ผลแก่ผู้ทำทั้ง ๓ กาล
 อกุศล คิดจะทำก็เป็นทุกข์ กำลังทำก็เป็นทุกข์
 ทำแล้วก็เป็นทุกข์ กุศล คิดจะทำก็เป็นสุข
 กำลังทำก็เป็นสุข ทำแล้วก็เป็นสุข

๓๖. เลือกทางชีวิตด้วยตนเอง

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์ ดร.สนอง ทุกเข้าดิฉันและทุกคนในบ้านจะทานข้าวเข้าก่อนพ่อแม่ เพราะต้องออกไปเรียนแต่เช้า บางคนไปทำงาน บางคนทานข้าวเช้า แต่พอกับแม่จะทานหลังพวกเราเพราะท่านจะรอสายหน่อย จะตักแยกจานท่านก็ไม่อนุญาต เพราะเห็นว่าเปลืองจาน พวกเราควรจะทำอย่างไรดีคะ เพราะรู้สึกเหมือนทานข้าวก่อนผู้ใหญ่ผู้มีพระคุณ

สุดท้ายนี้ขอให้อาจารย์ มีสุขภาพแข็งแรง และตอบปัญหาได้ตรงใจมากๆ ตลอดไป หากมีสิ่งใดที่ดิฉันทำผิดพลาดต่ออาจารย์ ขออาจารย์โปรดอโหสิกรรมให้ดิฉันด้วยนะคะ

คำตอบ

ในครั้งพุทธกาล นางเวรติภรรยาของนันทิยะมาณพ เศรษฐี ได้นำอาหารเหลือจากที่ตนเองรับประทาน ไปใส่บาตรพระที่มาบิณฑบาต ผลปรากฏว่าเมื่อนางเวรติตายไปแล้วต้องลงไปเกิดเป็นสัตว์อยู่ในนรก

พ่อแม่เป็นผู้มีพระคุณต่อลูก ด้วยการให้ร่างกายแก่ลูก ได้อาศัยใช้เป็นที่เกิด เลี้ยงดูป้อนข้าวป้อนน้ำ ล้างปัสสาวะ อุจจาระ อาบน้ำฯลฯ ด้วยความยากลำบากจนลูกเติบโตใหญ่ การให้พ่อแม่รับประทานอาหารที่เหลือ (เดน) จากลูก เป็นการสร้างทางสุนทรภพ ฉะนั้นผู้เป็นลูกต้องเลือกเอาเองว่า จะทำตามความเห็นผิดของพ่อแม่หรือจะทำให้สิ่งที่เห็นความเห็นถูกต้องตามธรรมเพราะชีวิตเป็นของลูก ต้องเลือกทางชีวิตด้วยตัวเอง

๓๗. วิปัสสนาญาณโลกิยะ

คำถาม

เรียนถามอ.สนอง อย่างไรจึงถือว่าเป็น นิพพิทา ค่ะ ขอบคุณค่ะ

คำตอบ

นิพพิทาเป็นสมมุติบัญญัติ ที่หมายถึงความหน่ายที่เกิดจากปัญญา พิจารณาเห็นความจริงของชีวิตว่าเป็นเหมือนกองทุกข์เป็นวิปัสสนาญาณขั้นโลกิยะ เมื่อเห็นความจริงชีวิตเป็นเช่นนี้แล้วจึงคิดหาทางที่จะให้พ้นจากชีวิต ด้วยการเร่งความเพียรในการเจริญวิปัสสนากรรมฐานให้ยิ่งขึ้น ในทางตรงข้าม ความเบื่อหน่ายในพฤติกรรมบางอย่างของคน เช่น พูดจาไร้สาระ คิดหาประโยชน์ใส่ตนโดยไม่คำนึงถึงความเดือดร้อนของผู้อื่น ประพฤติทุจริต ฯลฯ ไม่เรียกว่าเป็นนิพพิทา

โลก เขาเอาสุขทางกายเป็นใหญ่ วิตโธละทุกข์อย่างไร ก็ช่างมัน แต่ธรรมเอาสุขทางใจเป็นใหญ่ เพราะถือว่าใจ เป็นส่วนสำคัญยิ่ง

๓๘. จิตกระด้าง

คำถาม

กราบเรียน อาจารย์สนอง วรอุไร
ดิฉันได้มีโอกาสไปฟังบรรยายที่ DMG ซึ่งได้กราบ
ขอบพระคุณอาจารย์ที่เป็นต้นแบบให้เข้าสู่ทางธรรม และดิฉัน
จะขอเรียนถามอาจารย์

ดิฉันได้ปฏิบัติสวตมนต์ นั่งสมาธิ (๕-๑๐ นาที ทุกวัน)
และได้แนวของหลวงพ่อบราโมทย์มาปฏิบัติ สิ่งที่ทำให้ ดิฉัน
รู้สึกมากในระยะเวลาหลังคือ จิตดวงนี้ แข็ง กระด้าง และมีการ
แสดงพฤติกรรมออกไปโดยบางครั้งแสดงออกไปแล้ว สติหัน
ขึ้นมาก็หยุด พอหยุดจิตก็จะมีอาการ แข็ง กระด้าง จะเรียน
ถามอาการของจิตที่มีลักษณะนี้มีแนวทางอย่างไรที่ทำให้ดิฉัน
จะเข้าใจในสิ่งที่เกิดขึ้น ขอแสดงความนับถือ

คำตอบ

จะเข้าไปถึงต้นเหตุแห่งความแข็งกระด้างของจิตได้ มี
อยู่ทางเดียวคือใช้ปัญญาสูงสุด(ญาณ) ส่องดูใจตัวเอง ปัญญา
สูงสุดที่ว่านี้จะเกิดขึ้นได้ ต้องนำตัวเองเข้าปฏิบัติสมถวิปัสสนา
กรรมฐาน จนบรรลุมรรคผลแห่งธรรมของผู้รู้ แล้วจึงนำ
ปัญญาเห็นแจ้งนั้นไปดับต้นเหตุที่ทำให้จิตแข็งกระด้าง ปัญหา
ที่ถามก็จะถูกกำจัดไป

๓๙. ร่วมกระบวนกรรม

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์สนองที่เคารพ
หากได้ทราบข่าวว่าใครจะตายเพราะโรคร้าย และได้
แนะนำให้เขาไปปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน อย่างนี้จะถือว่าได้ไป
ร่วมขบวนการกับเขาไหมคะ เราจะติดบ่วงไปด้วยหรือเปล่า เช่น
เจ้ากรรมนายเวรของเขาจะมาจองเวรกับเรา
ขออาจารย์ได้โปรดไขข้อข้องใจ และชี้แนะวิธีป้องกัน
ภัยเวรทั้งหลายที่จะตามมาด้วย

ด้วยความเคารพและขอบพระคุณอย่างสูง

คำตอบ

หากเจ้ากรรมนายเวรของคนไข้ไม่รู้หรือรู้แต่ไม่ตั้งใจ
จองเวรกับผู้แนะนำ ยังถือว่าเข้าไปร่วมในกระบวนกรรมของ
คนไข้อยู่ ด้วยเหตุที่ผู้แนะนำไม่ทราบว่ามีอาการจองเวรเกิดขึ้น
หรือไม่ ดังนั้นควรป้องกันตัวเองไว้ก่อน ด้วยการประกอบบุญ
ให้หลากหลาย ประกอบบุญอยู่เรื่อย ๆ แล้วอุทิศผลบุญให้กับ
เจ้ากรรมนายเวรของตัวเองไปเรื่อย ๆ

.....
ความดีของโลกะวิเศษวิโสอย่างไร ก็ไม่หนาคอก
แล้วมันก็ต้องแยกกันกับเรา ไม่เหมือนสุขในทางธรรม คือ
เลิศสุข มันย่อมละเอียดกับตัวเราไปเสมอ

๔๐. เลือเกิดด้วยบุญ

คำถาม

เรียนอาจารย์สนองที่เคารพ

การทำกรรมดี มีศีลธรรม รักษาศีล ทำทานอยู่เสมอ ทำให้ไปเกิดเป็นเทวดา หรือการทำสมาธิภาวนาจนมีฌานทำให้ไปเกิดเป็นพรหม อยากเรียนถามอาจารย์ว่าหากเราไม่อยากจะเกิดเป็นเทวดาหรือพรหม แต่อยากเกิดเป็นมนุษย์อีกสามารถอธิษฐานขอเกิดเป็นมนุษย์ในชาติต่อไปจากผลของการทำบุญนั้นได้หรือไม่ ขอขอบพระคุณอาจารย์มากครับ

คำตอบ

ผู้มีบุญมากสามารถเลือกทางชีวิตของตนเองได้มากกว่าผู้มีบุญน้อยกว่า ดังเช่น อนาถบิณฑิกเศรษฐีโสดาบันธุ์สร้างและถวายวัดเซตวันไว้ในพุทธศาสนา เมื่อถึงกาลเวลาที่ได้ทิ้งขันธ์ลาโลกไปแล้ว แทนที่จะไปโอปปาติกะเป็นเทวดาโสดาบันธุ์อยู่ในสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ตามบุญบารมีที่ทำสั่งสมไว้ในครั้งทีถือกำเนิดเป็นมนุษย์ แต่ตัวเองเลือกไปโอปปาติกะเป็นยักษ์โสดาบันธุ์(ขนวสรัยักษ์) อยู่กับท้าวเวสสุวัณเพื่อนเก่าที่เป็นจอมยักษ์ อยู่ในสวรรค์ชั้นจาตุมาหาราชิกาซึ่งเป็นแดนสุขาวดีชั้นแรกนั่นเอง

๔๑. แม่เป็นครูของลูก

คำถาม

เรียน อาจารย์ ดร.สนอง ที่เคารพ ดิฉันมีปัญหาเกี่ยวกับแม่มาก คือแม่ไม่ชอบหน้าดิฉันเลย ดิฉันทราบดีว่าเป็นกรรมเก่าก็ทำใจยอมรับ แต่สิ่งที่แม่ปฏิบัติต่อดิฉัน คือ พยายามเป็นปฏิปักษ์กับดิฉันตลอดเวลา เช่น ชื่อของมาให้ทานก็ไม่ทาน คุยด้วยก็ไม่ตอบ คือพยายามจะขัดเยียดความอกตัญญูให้ดิฉันตลอดเวลา สิ่งเหล่านี้จะเป็นการขัดขวางให้ดิฉันปฏิบัติธรรมไม่ก้าวหน้าหรือไม่ ดิฉันควรทำอะไร จึงจะปฏิบัติธรรมก้าวหน้า เพราะจิตฟุ้งซ่านมากในขณะที่เดินจงกรม และนั่งสมาธิ ไม่สงบเลยสักนาที ขอความกรุณาอาจารย์ช่วยให้คำตอบดิฉันด้วยค่ะ

คำตอบ

ปฏิบัติธรรมไม่ก้าวหน้าเพราะยังมีความเห็นผิด ลูกซื้อของให้แต่แม่ไม่รับประทานก็เป็นเรื่องของแม่ ลูกพูดคุยกับแม่แล้วแม่ไม่พูดโต้ตอบก็เป็นเรื่องของแม่ การกระทำของลูกทั้งสองอย่างผู้เป็นแม่รับรู้ได้ แต่โปรแกรมจิตของท่านเป็นลบอาหารจึงไม่ถูกรับประทาน การโต้ตอบจึงไม่เกิดขึ้น ผู้มีโปรแกรมจิตเช่นนี้ เป็นผู้ที่ทำตัวเองให้เปล่าประโยชน์อันพึงได้รับดูให้ออกกว่าแม่เป็นครูที่ดีสอนลูกไม่ให้มีปฏิสัมพันธ์อย่างแม่ การจะอยู่ร่วมสังคมกับคนที่มีความเห็นผิดเช่นนี้ คุณต้องพัฒนาจิตตนเองให้มีขันติและพรหมวิหาร ๔ ค่ะ หากพัฒนาได้เมื่อใดแล้วปัญหาเรื่องจิตฟุ้งซ่าน ปัญหาปฏิบัติธรรมไม่ก้าวหน้าจะหมดไป แล้วจะเห็นบุญคุณของแม่แสดงพฤติกรรมที่เป็นเหตุให้ลูกได้เจริญในขันติธรรม เมตตาธรรมและอุเบกขาธรรม

๔๒. เป็นเพียงโลกิยญาณ

คำถาม

เรียนถามค่ะ

๑. ดิฉันเคยไปฝึกมโนมยทธิที่วัดท่าซุง โดยมีครูผู้สอนพูดแนะนำขณะนั่งสมาธิ (แบบครึ่งกำลัง) ดิฉันได้เห็นพระพุทธรูปเจ้าซึ่งองค์ท่านใหญ่มากเท่าพระพุทธรูปชินราชในวัดได้ค่ะ ในนิมิตท่านมีชีวิตนะค่ะ แล้วตัวดิฉันเป็นผู้ชายค่ะไม่ได้สวมเสื้อนุ่งแต่โลรงสีขาวค่ะ กำลังทำท่าไหว้ท่านเหมือนนักมวยไหว้ครูนะค่ะ แล้วก็มีคนอื่นๆ นั่งอยู่หน้าท่านด้วยค่ะ แต่ไม่มากคล้ายๆ นั่งฟังธรรมนะค่ะ เหตุการณ์นี้หมายถึงอะไรค่ะ ไข่มุกเพนิวา สาธุสติญาณรีเปลา่ค่ะ?

๒. ดิฉันฝึกมโนมยทธิเต็มกำลังที่วัดท่าซุงเช่นกันค่ะแต่คนละครั้งกับข้อ ๑ นะคะ ดิฉันเห็นภาพสว่างจ้าแล้วก็เห็นเป็นตัวดิฉันนั่งอยู่แล้วมีพระพุทธรูปเจ้าท่านชวนดิฉันไปเที่ยวชมสวรรค์ แต่ดิฉันไม่ไป(ลักษณะคือเหมือนเด็กๆ ที่ไม่ยอมไป)ท่านชวนแต่ดิฉันก็ไม่ไปทำเดี๋ยวนะ ดิฉันในขณะนั้นไม่ยอมไปเที่ยวชมเลยมีความรู้สึกว้าก๊วไปทั้งๆ ที่ไม่เคยไปนะค่ะ ในใจคิดว่าไว้ค่อยไปวันหลังก็ได้ค่ะ ที่เกิดเหตุการณ์อย่างนี้ขึ้นกับดิฉันคืออะไรค่ะ แล้วทำไมจึงเกิดขึ้นได้ค่ะ กราบขอบพระคุณมากค่ะ

คำตอบ

(๑) สิ่งที่เห็นเป็นผลมาจากฤทธิ์ทางใจของคุณเป็นเพียงแคंपัญญาสูงสุดขั้นโลกิยะ ที่ยังไม่สามารถทำให้ผู้เห็นพ้นไปจากความทุกข์ได้ และไม่ไข่มุกเพนิวาสาธุสติญาณ

(๒) ความขี้เกียจเป็นกิเลสที่ทำให้ชีวิตเสื่อมคนที่มีธรรมะคุ่มใจได้ทุกขณะต้นจะไม่มี ความขี้เกียจ เหตุที่เกิดขึ้นนั้นเป็นเพราะยังไม่รู้จริงแท้ จิตยังถูกครอบงำด้วยอวิชชา จิตยังเป็นทาสของกาม จึงได้คิดว่าค่อยไปเที่ยวสวรรค์ในวันหลังก็ได้

๔๓. เรื่องของจิต

คำถาม

กราบเรียน ท่านอาจารย์ ดร. สนองที่เคารพ

กระผมเป็นผู้นั่งสมาธิสม่ำเสมอและสนใจเรื่องทางจิตตามหลักศาสนาพุทธครับได้พยายามมีสติตลอดเวลาครับ

๑. ช่วงเวลาที่นอนหลับแล้ว รู้สึกว่าจิตออกไปจากร่างมีความรู้สึกวูบขึ้นวูบลงเห็นตัวเองนอนอยู่บ้าง เมื่อได้เห็นตัวเองนอนอยู่ได้พยายามกลับเข้าร่างเกิดความกลัวว่าจะมีวิญญาณอื่นมาเอาร่างเรา เห็นหลังคาบ้านตัวเองบ้าง แต่เมื่อรู้ได้ว่ามีอาการดังกล่าวอย่างนี้ได้พยายามกำหนดตรงบริเวณหน้าผาก ให้ไปสวรรค์บ้าง ไปคุณนรกบ้าง แต่ไม่เคยเห็นครับ แต่รู้สึกว่าเราได้ออกจากร่างจริงๆ พักหลังมีสติมากขึ้นเมื่อเกิดอาการอย่างนี้ พยายามกำหนดให้จิตอยู่กับตัว

ท่านอาจารย์ครับอาจารย์ว่าเป็นอาการทางร่างกายหรือสมองหรือป่าวครับที่ส่งผลอย่างนี้ หรือเป็นเรื่องจิตครับแต่เท่าที่สังเกตดูว่าก่อนที่จิตจะออกไปจะมีการอาการทางร่างกายที่เสียวแปลบที่ศีรษะ ตามร่างกายจะชาแข็งขยับไม่ได้ตามคิด

๒. พยายามนั่งสมาธิให้ได้อารมณ์อัปนาสมาธิครับ แต่รู้สึกยากแต่กระนั้นก็ได้พยายามอยู่ เคยมีครั้งหนึ่งครับมีความรู้สึกว่าจิตใสเป็นแก้วแล้วเป็นรูปที่ซ้อนกับร่างกายตัวเองอยู่ชั้นหนึ่ง แล้วสติดีมากอะไรมากระทบก็รู้สึกเฉยๆ ใช้อาการอัปนาสมาธิมั๊ยครับ ท่านอาจารย์มีแนวปฏิบัติเพื่อได้อัปนาสมาธิไวๆ มั๊ยครับ

๓. มีการแก้ขอดอนคำอธิษฐานมั๊ยครับ

ขออำนาจคุณพระรัตนตรัยให้ท่านอาจารย์มีสุขภาพแข็งแรงตลอดไปนะครับ ขอกราบขอบพระคุณท่านอาจารย์อย่างสูง

คำตอบ

(๑) การนอนหลับหมายถึงพลังงานจิตไม่มีการเกิด-ดับ (ภวังคจิต) จิตทำงานไม่ได้ ประุ่งแต่งอารมณ์ให้ปรากฏไม่ได้ ฉะนั้นที่นอนหลับตา แล้วรู้สึกวูบขึ้นวูบลง ยังเห็นตัวเองนอนแสดงว่าจิตไม่ได้เข้าสู่ภวังค์ จิตยังทำงานได้ จิตยังเคลื่อนออกจากร่างกายได้จึงเป็นเรื่องของจิตมิใช่เป็นเรื่องของร่างกายและสมอง

(๒) ไม่ใช่อัปนาสมาธิ ผู้ถามปัญหาประสงค์จะเข้าใจถึงอัปนาสมาธิไว ๆ ต้องกำจัดความอยาก (ตัณหา) ให้หมดไปจากใจให้ได้ก่อน แล้วจึงทำใจให้มีศีลและสัจจะคุ้มใจให้ได้ทุกขณะตื่น ปิดปาก ปิดหู ปิดตา กินน้อย นอนน้อย แต่เร่งความเพียรในการปฏิบัติสมถภาวนาให้มาก ความปรารถนาเข้าถึงสมาธิสูงสุดจึงจะมีโอกาสเป็นไปได้

(๓) ถอนคำอธิษฐานเดิม สามารถทำได้

๔๔. ช่วยให้อุทกทาง

คำถาม

เรียน อาจารย์ สนอง วรอุไร ที่เคารพนับถือ เราจะมียุทธวิธีอย่างไรที่จะทำให้ พ่อ แม่ ญาติพี่น้อง มีสัมมาทิฐิมากขึ้น ที่ทำอยู่ทุกวันนี้คือ เปิด ซีดี วีซีดี ธรรมะให้ฟังเป็นประจำก็ทำให้ดีขึ้นแต่น้อยมาก ยกตัวอย่างเช่น หวยก็ยังคงเล่นอยู่จนเป็นนิจ เวลาเราเตือนท่านก็จะบอกว่าการเล่นหวยคือความสุขของท่าน

การนิทา พ่อแม่นิทาผู้อื่นเป็นประจำท่านก็จะบอกว่าเลิกไม่ได้เลิกก็ไม่รู้จะคุยเรื่องอะไร อุปสรรคในการที่เราจะเตือนท่านคือ เราเป็นเด็กเป็นเล็กจะมาสั่งมาสอนท่านได้อย่างไร ฉันท้อบน้ำร้อนมาก่อนแกตั้งหลายสิบปี เพราะฉะนั้นเราจะมียุทธวิธีหรือกลอุบายอย่างไรครับ

คำตอบ

ธรรมชาติของจิตมนุษย์หรือสัตว์ จะเลือกรักในสิ่งที่ดีกว่า หรือศรัทธาในสิ่งที่เป็นความสุขความอบอุ่นใจ ที่ตัวของเราเองสามารถสัมผัสหรือเข้าถึงได้

ฉะนั้นการเปิดซีดี วีซีดีธรรมะให้ญาติฟัง ยังไม่ศักดิ์สิทธิ์เท่ากับทำตัวของผู้ถามปัญหาให้มีธรรมบรจอยู่ใจให้ได้ทุกขณะตื่น แล้วโอกาสที่พ่อแม่ญาติพี่น้องจะศรัทธาในตัวคุณ ย่อมเกิดขึ้นได้ เมื่อใดที่เขาเหล่านั้นเปิดใจยอมรับสิ่งดีงาม (ธรรมะ) ที่มีอยู่ในใจของคุณได้แล้วเมื่อนั้นคุณจึงจะสามารถตักเตือน หรือชี้ทางชีวิตที่ดีกว่า เขาจึงจะพร้อมและทำตามที่คุณชี้แนะได้

๔๕. ดูผัสสะตามกฎไตรลักษณ์

คำถาม

เรียน อาจารย์สนอง สวัสดิ์ปิใหม่ ๒๕๕๑ นะคะ ขอ
คุณพระศรีรัตนตรัยคุ้มครองให้อาจารย์และครอบครัวมี
สุขภาพแข็งแรงตลอดปีนะคะ

ขออนุญาตถามคำถามอาจารย์ค่ะว่า ถ้านั่งกรรมฐาน
อยู่ในขณะที่กำลังไล่ดูส่วนต่างๆ ของกายอยู่นั้น ปรากฏว่าเกิด
ความเจ็บปวดขึ้นมาในจิต แต่ยังได้ยินเสียงภายนอก ทั้งเสียง
นกร้อง และรู้สึกถึงความเย็นของอากาศในห้องอยู่ตลอดเวลา
เพียงแต่จิตเจ็บจริง ๆ เจ็บปวดอย่างที่สุด สักพักก็มีอาการรู้
ก็เข้าไปจับว่า สุขหนอ สุขหนอ หลังจากนั้นจิตก็คลายออกมา
กลับมามีกระแสความคิดอ่อนๆ เข้ามาอีก อยากทราบว่าภาวะ
ที่เกิดขึ้นนั้น คืออะไร และควรปฏิบัติอย่างไรต่อกราบ
ขอบพระคุณอย่างสูงค่ะ

คำตอบ

ภาวะที่เกิดขึ้นเป็นความตั้งมั่นของจิตจวนแน่นแน
(อุปจารสมาธิ) ยังไม่ใช่เป็นความเจ็บปวดอย่างที่สุด เพราะ
ยังได้ยินเสียงนกร้อง ยังระลึกได้ในความเย็นของอากาศ สิ่ง
ที่ควรปฏิบัติต่อไปคือใช้จิตที่มีความตั้งมั่นระดับนี้ตามดูผัสสะ
(เสียงนกร้อง ความเย็นของอากาศ กระแสความคิด ฯลฯ) ที่
เกิดขึ้นกับจิตว่าดำเนินไปตามกฎไตรลักษณ์ เมื่อใดผัสสะเข้าสู่
ความเป็นอนัตตาจะเกิดปัญญาเห็นแจ้งว่าผัสสะไม่ใช่ตัวตน จิต
จะปล่อยวางผัสสะจิตว่างจากผัสสะเข้าสู่อุเบกขารมณ์

๔๖. ด้วยใจที่เมตตาและเป็นอิสระ

คำถาม

กราบเรียน ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ผู้ที่ควรค่า
แก่การเคารพยิ่ง

๑. ฉันเป็นผู้หนึ่งที่สนใจการปฏิบัติธรรมเพื่อเข้าถึง
สังฆะของธรรมชาติ เพื่อความไม่หลงในวิภวภูมิจนเสวยวิมุตติ
ตายเกิดไม่รู้จักจบสิ้น ดิฉันขออนุโมทนาบุญกับท่านอาจารย์ และ
ผู้เข้าถึงธรรมทุกๆ ท่านด้วยค่ะ

ตอนนี้ดิฉันอายุ ๓๗ ปี สนใจในเรื่องการถือศีล ๘ แต่
ติดปัญหาตรงที่ดิฉันยังยึดติดในความสวยอยู่ค่ะ คือถ้าถือศีล ๘
(ระยะเวลานานๆ) ดิฉันก็ไม่สามารถทาครีมบำรุงผิวหน้าได้ (ดิฉัน
ก็ทราบค่ะว่าร่างกายเราต้องมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา ถ้า
หวังบรรลุธรรมควรปล่อยวางได้) แต่ถ้าดิฉันไม่ทาผิวหน้าก็จะ
เสื่อมเร็วค่ะ ทำอย่างไรดีค่ะ ถ้าเราปฏิบัติจิตดีๆ ผิวพรรณ
เราก็จะดีได้โดยไม่ต้องอาศัยครีมบำรุงได้ใช่หรือไม่ค่ะ?

๒. ดิฉันเป็นคนไม่สนใจอะไรๆ ทางโลกมากเท่าไร งาน
ทางโลกดิฉันก็ไม่ค่อยประสบความสำเร็จ ดิฉันปรารถนาอยู่กับ
สังฆะทางธรรมะมากกว่า (รู้สึกว่าคุณในเรื่องเดียวกัน) ตอนนี้
ดิฉันว่างงานดิฉันอยากหาสถานที่ให้ดิฉันทำงานในด้านนี้
ได้(ดิฉันจบปริญญาตรี ไม่เกี่ยงหน้าที่และรายได้ค่ะ ขอให้
ทำงานและได้ศึกษา สนทนา ปฏิบัติธรรม ทำประโยชน์ให้ส่วน
รวมไปด้วยค่ะ) อาจารย์พอแนะนำได้บ้างไหมค่ะ?

สุดท้ายนี้ขออาราธนาบุญบารมีของท่านผู้ทรงบารมีธรรม โปรดส่งผลดลบันดาลให้ท่านอาจารย์และครอบครัวและผู้เสียสละแรงกายแรงใจสร้างประโยชน์สุขเพื่อมวลชนทุกท่านจงมีความร่มเย็น สุขกาย สุขใจ บรรลุถึงสิ่งดีๆ ที่ทุกท่านปรารถนาโดยฉับพลันด้วยเทอญ

ขอนุโมทนาและกราบขอบพระคุณอย่างสูง

คำตอบ

ผู้รู้เขาใช้สมมุติ เขาได้ประโยชน์จากสมมุติ แต่เขามีจิตเป็นอิสระจากสมมุติ ฉะนั้นผู้ถามปัญหาต้องถามใจตัวเองว่าเมื่อใช้ครีมาผิวหน้าแล้วมีสภาวะของจิตเป็นเช่นนี้หรือไม่หากเป็นเช่นนี้สามารถทำได้ต่อไปหรือจะเปลี่ยนไปเจริญเมตตาให้เกิดขึ้นกับจิตยิ่ง ๆ ขึ้น หรือทำจิตให้เป็นอิสระจากผัสสะทั้งปวงได้ก็เป็นวิถีธรรมชาติที่ช่วยบำบัดปัญหาความชราของผิวหน้าให้ช้าลงได้



๙๗. ไข่และไข่

คำถาม

กราบเรียน อาจารย์สนอง

กราบขอบพระคุณในความเมตตาของอาจารย์ที่ตอบ

คำถามในข้อ ๓๘ สิ่งที่อาจารย์ตอบนั้นทำให้เข้าใจมากเลยคะ

เพราะในขณะที่นั่งสมาธิดิฉันเห็นความวุ่นวายของจิตในบางวัน และบางวันรู้จังหวะการเต้นของหัวใจ ซึ่งทำให้ดิฉันทราบว่าในจิตดวงนี้คงผ่านอะไรมาเยอะมาก และดิฉันเองก็ได้ซื้อหนังสือของอาจารย์ในเรื่อง ยิ่งกว่าสุขเมื่อจิตเป็นอิสระ ทำให้ดิฉันใช้วิธีการโยนิโสมนัสสิกการในช่วงที่นั่งสมาธิเพื่อพิจารณาสิ่งที่เกิดขึ้น (แบบค่อยเป็นค่อยไป) ซึ่งใช้ความเพียร ความอดทน ศรัทธา เข้าใจ ในอาการของจิตเป็นอย่างมาก ดิฉันขอรบกวนอาจารย์อีกครั้งคะ ในสิ่งที่ดิฉันเข้าตามนี้เป็นพื้นฐานของการเรียนรู้จิตใช้หรือเปล่าคะ และดิฉันใช้หนังสือของอาจารย์ไว้สำหรับเป็นตัวอย่างการปฏิบัติได้หรือไม่คะ

ขอกราบขอบพระคุณในความเมตตาของอาจารย์

คำตอบ

นี่แหละที่คนในครั้งพุทธกาลเขาใช้ผัสสะมาพิจารณา โดยแยกกาย ซึ่งเป็นการพัฒนาจิตจนสามารถบรรลุธรรมเข้าถึงความเป็นอริยบุคคลได้ จึงตอบว่าใช่และได้

ขอบคุณคุณเมตตา อุทกะพันธ์ ที่ตั้งชื่อ “ยิ่งกว่าสุข เมื่อจิตเป็นอิสระ” ได้ถูกตรงตามสาระที่มีอยู่ในหนังสือ ซึ่งผู้ถามปัญหาสามารถใช้เป็นมาตรวัดผลของการปฏิบัติได้ และเมื่อใดมีจิตเข้าถึงสาระแห่งธรรมนั้นได้ มีจิตเป็นอิสระจากโลกธรรมและวัตถุได้ อิสระสุขเข้ามามีอำนาจครองใจได้...สาธุๆๆ

๔๘. หนีเวรกรรม

คำถาม

กราบเรียนท่าน ดร.สนอง นะครับ ขอเรียนถามดังนี้
นะครับ

๑. ผมเคยไปกราบหลวงพ่ोजรัญ วัดอัมพวัน ครับ ได้
ทราบมาก่อนหน้านี้ว่าท่านรู้วาระจิต แล้วผมก็เคยมี
ประสบการณ์สนใจด้านนี้มาก่อน พอท่านรู้ผมก็ทราบว่าท่านรู้
แล้วผมรู้สึกกลัวครับ กลัวบารมีหลวงพ่อก่อน กลัวการทำชั่ว
ละอายใจอะไรที่ทำผิดคิดผิด ก็ไม่กล้าทำ อะไรที่เคยทำในชีวิต
ประจำวันปกติบางอย่างก็ไม่กล้าทำ แต่ยอมรับว่ารู้สึกดีกว่าแต่
ก่อนเพราะมีการควบคุมตัวเองโดยใช้สติ แต่บางครั้งกำหนดที่
สิ้นปีมา ๆ ก็อึดอัด บางที่มีความฟุ้งซ่านมาก ควรทำไงดีครับ
แล้ว อาจารย์ดร.สนอง เราควรทำอย่างไรเมื่อเจอท่านเหล่านี้
ผู้เป็นอริยบุคคล รู้วาระจิตเราได้ มีวิธีป้องกันการให้คนอื่น
อ่านใจมั๊ยครับ

๒. การที่เราจะพัฒนา พละ ๕, อินทรีย์ ๕ หรือ อิทธิ
บาท ๔ นี่นะครับ เราต้องระลึกละเอียด คือมีความเพียรกำหนด
เจริญพละ ๕ อยู่ทุกขณะตื่น ควรปฏิบัติอย่างไรครับ ถ้าตอนนี้
มีสติระดับหนึ่งแล้ว

๓. เวลาเราให้อภัยใครไปแล้ว โหสิกรรมให้ไปแล้ว แต่
ยังรู้สึกว่ายังมีผลของกรรมเวรยังมาตามอยู่ ในกรณีที่เราเป็น
คนมาตามจองเวรเขาเราควรทำอย่างไรดีครับ

ขอให้ท่านอาจารย์มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงตลอดกาล
ขอขอบพระคุณอย่างสูงนะครับ

คำตอบ

(๑) ปฏิบัติธรรมแล้วอึดอัด เป็นตัวบ่งชี้ให้เห็นว่าการ
ปฏิบัติธรรมแบบนั้นผิดทาง ควรหันไปใช้วิธีอื่นที่เหมาะสมกับจริต
ของผู้ถามปัญหา

คนที่คิดป้องกันคนอื่นมิให้รู้ใจตัวเอง ในทางธรรม
ถือว่าเป็นความคิดที่ผิด(มีจกาสังกับปะ) ผู้ที่หวังความเจริญใน
ธรรมของพระพุทธะ ไม่คิดปกปิดความจริงแต่ยอมรับความ
จริงแล้วกำจัดสิ่งที่เศร้าหมอง (กิเลส) ที่มีอยู่ในใจให้หมดไป ผู้
ตอบปัญหาได้ผ่านประสบการณ์เช่นนี้มาแล้ว ได้แก้ปัญหาถูก
ตรงตามที่แนะนำมาจึงมีโอกาสเป็นเหมือนกระจกส่องใจ
มวลชนอยู่ในทุกวันนี้

(๒) เมื่อระลึกได้แล้วต้องปฏิบัติหรือมีความประพฤติ
ถูกตรงตามคุณธรรมเหล่านั้นอยู่ทุกขณะตื่น จึงจะได้ชื่อว่าเป็น
ผู้ปฏิบัติตรง (อุชุปฏิปันโน)

(๓) ผู้ถามปัญหาให้อภัยผู้อื่นได้เป็นสิ่งดีที่ควรกระทำ
อยู่เสมอ แต่ผู้อื่น (เจ้าหนีเวรกรรม) ที่เขายังผูกพยาบาทอยู่
กับผู้ถามปัญหา เขาจะให้อภัยหรือไม่ให้อภัยมันเป็นเรื่องของเขา
ถ้าเขายังไม่เลิกจองเวรยังไม่ให้อภัย ผู้ถามปัญหายังจะต้องมี
หนีเวรกรรมให้ต้องชดใช้อยู่และต้องใช้นี้ไปเรื่อย ๆ จน
กระทั่งสามารถพัฒนาจิตเข้านิพพานไปได้แล้ว นั่นแหละหนีเวร
กรรมที่เหลือทั้งหมดจึงจะเป็นโอสิกรรมได้หมดสิ้น

๔๙. โปรแกรมจิตติดลบ

คำถาม

กราบเรียนถามปัญหาค่ะ

เคยมีบางครั้งที่ใจนึกคิดไม่ดีหรือลบหลู่บุคคลที่ไม่ควรคิดลบหลู่ พอเกิดความนึกคิดอย่างนั้นก็จะรีบว่าตัวเองเพราะไม่อยากบาปและลงนรก มันเป็นความคิดที่ไม่อยากให้เกิดขึ้นเลย แต่บางทีมันก็แวบเข้ามา ต้องคอยเตือนตัวเองอยู่ตลอดไม่ให้คิดต่อไปมากกว่านั้น อยากทราบว่าความคิดแบบนี้มันเกิดขึ้นได้อย่างไร เพราะเราก็ไม่ได้อยากคิดที่จะลบหลู่เพราะรู้ว่าจะบาปมหันต์ และบุคคลเหล่านั้นก็เป็นบุคคลที่เราเคารพนับถือ ทำอย่างไรจะไม่ให้ความคิดเหล่านี้มันเกิดขึ้นในจิตใจเราได้ และจะบาปไหมถ้าความคิดไม่ดีเหล่านี้มันเกิดขึ้นมา

รบกวนท่านอาจารย์ ดร.สนองกรุณาตอบคำถามนี้ด้วยนะค่ะ เพราะไม่สบายใจมากเลยค่ะ ไม่อยากให้มีมันเกิดขึ้นอีก

กราบขอบพระคุณอาจารย์เป็นอย่างสูงค่ะ

คำตอบ

เหตุที่ใจยังคิดติดลบเพราะโปรแกรมจิตที่คิดลบหลู่ยังไม่ถูกกำจัดให้หมดไปจากใจ ครั้นใดที่ความคิดลบหลู่เกิดขึ้นครั้งนั้นบาปเกิดขึ้นและถูกเก็บสั่งสมไว้ในจิต

วิธีกำจัดโปรแกรมจิตที่คิดลบหลู่ให้หมดไป ทุกครั้งเมื่อ

จิตคิดลบหลู่ต้องใช้จิตตามดูความคิดที่ไม่ดีนั้นให้ดับไป (อนัตตา) ตามกฎไตรลักษณ์ต้องตามดูเช่นนี้เรื่อยไปจนจิตไม่ระลึกถึงเรื่องนี้อีกเลย

๕๐. ขอบขมากรรมแล้วพัฒนาจิต

คำถาม

เรียนท่านอาจารย์ดร.สนอง ที่เคารพยิ่ง

สืบเนื่องจากคำถามข้อ ๓๖ ที่มีผู้ถามปัญหาเรื่อง การกินข้าวก่อนผู้มีพระคุณเมื่อวัยเด็ก ด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ได้เคยตักบาตร โดยคุณแม่เป็นผู้สั่งจัดอาหารให้โดยนำอาหารที่เหลือไปใส่บาตรพระ ผ่านมาหลายปี แต่เรื่องนี้ก็ยังแวบมาให้เกิดเล็กๆ น้อยๆ ผมเคยขอขมาต่อหน้า พระบรมสารีริกธาตุ ว่า หากได้เคยล่วงเกินพระรัตนตรัย ด้วยกาย วาจา ใจ ผมขอความกรุณา

๑. รบกวนท่านอาจารย์ช่วยแนะนำวิธีแก้ด้วยครับ

๒. คุณแม่เป็นคนค่อนข้างยึดมั่นในความคิดของตน และผมเองก็ยังคุณธรรมไม่สูงพอ ยังไม่สามารถทำให้ท่าน สัมผัสถึงความดีแบบสุด จนทำให้ท่านหันมาสนใจธรรมะได้อย่างเต็มที่ และก็ไม่ค่อยกล้าจะพูดถึงธรรมมากเท่าไร เพราะจะทำให้ท่านไม่สบายใจผมควรทำอย่างไร อย่างน้อย ก็อยากให้คุณแม่ทราบ ว่า ที่เคยนำอาหารเก่าไปถวายพระนั้น เป็นเรื่องที่ผิด หรือ

ทำได้แค่ปล่อยวางครับท่าน?

ขอกราบแทบเท้าท่านอาจารย์เพื่อแสดงความเคารพครับ

คำตอบ

(๑) นำดอกไม้ ธูป เทียน ไปบูชาและกล่าวคำสรรเสริญคุณของพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ต่อหน้าพระประธานในโบสถ์หรือต่อองค์เจดีย์ที่บรรจุพระบรมสารีริกธาตุ เมื่อกล่าวคำบูชาแล้วเสร็จให้กล่าวคำขอมาต่อพระรัตนตรัยว่า “ที่ข้าพเจ้าเคยนำอาหารเหลือจากรับประทานไปใส่ลงในบาตรพระสงฆ์ ข้าพเจ้าได้สำนึกผิดต่อการกระทำอันเป็นบาปนั้นแล้ว ขอพระรัตนตรัยจงโปรดดโทษใด ๆ อย่าให้เกิดขึ้นกับข้าพเจ้า ข้าพเจ้าให้สัตยาธิษฐานว่า ต่อไปนี้ข้าพเจ้าจักไม่กระทำความอันเป็นบาปเช่นนั้นให้เกิดขึ้นอีก”

(๒) ปล่อยวางชีวิตของผู้เป็นแม่ไปตามกรรม แล้วผู้เป็นลูกหันมาประพฤติตนเองให้งามพร้อมด้วยธรรม แม่เกิดศรัทธาลูกเมื่อใดแล้วมาขอคำแนะนำ ลูกจึงสามารถใช้โอกาสนี้บอกกล่าวถึงอกุศลกรรมเกี่ยวกับเรื่องนี้ที่แม่เคยทำไว้พร้อมทั้งชี้โทษให้เห็นและชี้ทางแก้ไขปัญหาให้ท่านด้วย

มิตทางโลกเขารู้ว่า ละหรือไม่ว่าง
ให้มีเงินมาก ๆ แล้วเป็นดี สักวันมิตทางธรรมจะ
ละหรือจนก็ช่างเถิด ขอให้เป็นคนดีก็แล้วกัน

๕๑. เชื่อผู้รู้แล้วปฏิบัติตาม

คำถาม

กราบเรียนถามปัญหาเกี่ยวกับการนั่งสมาธิเบื้องต้นค่ะ การนั่งสมาธิในระยะเริ่มต้นได้ใช้การภาวนาพุทโธ โดยกำหนดลมหายใจเข้า “พุท” และหายใจออก “โธ” กำหนดรู้ลมหายใจเข้าออกได้เท่านั้น ไม่สามารถรู้จุดกระทบของลมหายใจออกต่ออวัยวะภายนอก และตามรู้ลมหายใจเข้าว่าผ่านไปตรงจุดใดบ้าง เคยได้อ่านในหนังสือธรรมะว่าการนั่งสมาธิถ้าเรานั่งหายใจเข้า “พุท” หายใจออก “โธ” เท่านั้น มันไม่มีประโยชน์ จะต้องตามดูลมหายใจว่าผ่านหรือกระทบกับอวัยวะใด เช่น หายใจออก ลมก็จะกระทบปลายจมูก หรือหายใจสั้นยาว เร็ว-ช้า อย่างไร แต่สิ่งเหล่านี้ดิฉันพิจารณาไม่ได้เลย แล้วเวลาภาวนาจิตก็ไม่สงบด้วยค่ะ รบกวนอาจารย์ช่วยชี้แนะวิธีการนั่งสมาธิที่ถูกต้องให้ได้ไหมคะ โดยการใช้คำภาวนาพุทโธ เพราะตัวเองจะชินกับคำภาวนานี้ค่ะ

ขอบพระคุณอาจารย์ที่ช่วยชี้แนะแนวทางปฏิบัติค่ะ

คำตอบ

ก่อนนั่งภาวนาคำว่า พุท-โธ ต้องทำใจให้มีศีล ๕ คมใจให้ได้ก่อน แล้วจึงเอาใจไปจดจ่ออยู่กับลมที่กระทบปลายจมูก เมื่อลมผ่านเข้าก็รู้ว่าลมกระทบปลายจมูก เมื่อลมผ่านออกก็รู้

ว่าลมกระทบปลายจมูก บริกรรมลมเข้าว่า “พุท” ลมออกว่า “โธ” พุทโธ ฯลฯ ไปเรื่อย ๆ เมื่อใดที่จิตเคลื่อนหายไปจากลมเข้า-ลมออก ต้องหายใจลึก ๆ แล้วปล่อยออกเบา ๆ โดยบริกรรมคำว่า พุท-โธ ฯลฯ เหมือนเดิม ปฏิบัติจนกระทั่งจิตไม่เคลื่อนออกไปจากลมเข้า-ลมออก นาน ๔๕ ถึง ๖๐ นาทีก็ได้ นี่เป็นเครื่องแสดงว่าจิตมีกำลังของสติเพิ่มขึ้น แล้วจิตจะตั้งมั่นเป็นสมาธิ แล้วผลถูกตรงของการบริกรรมก็จะเกิดขึ้น

๕๒. สวตมนต์เร็ว-สวตมนต์ช้า

คำถาม

เรียนอ.ดร.สนอง รบกวอนอาจารย์ช่วยตอบปัญหาดังต่อไปนี้ค่ะ

๑. การสวตมนต์จะสวดอย่างไรให้ได้ผลตามที่ปรารถนาคะ ดิฉันเป็นคนสวตมนต์เร็วมาก การสวตมนต์เร็วจะทำให้ไม่ได้ผลใช่หรือไม่คะ

๒. เวลานั้นั่งสมาธิแล้วเกิดเวทนา เกิดจากที่เราทำกรรมไว้แล้วมีเจ้ากรรมนายเวรมาทวงใช้หรือไม่ แล้วบางคนที่สามารถนั่งสมาธิได้นานๆ โดยไม่มีเวทนาเกิด หรือเกิดขึ้นน้อยมากแสดงว่าเค้าทำกรรมไว้น้อยเลยไม่มีเจ้ากรรมนายเวรมาทวงใช้หรือไม่

๓. ดิฉันเป็นคนนั่งสมาธิแล้วไม่ค่อยมีเวทนาเกิดขึ้น บางครั้งก็นั่งได้นานเป็น ชั่วโมง, ๒ ชั่วโมงก็ไม่มีรู้สึกทรมานอะไรแค่รู้สึกขาลึกลงๆ แต่บางครั้งก็นั่งแค่ ๔๐ นาทีก็รู้สึกปวดทรมานมากเกือบทนไม่ได้ ทำไม่ถึงเป็นเช่นนี้คะ มันขึ้นอยู่กับอะไร (สถานที่, สภาพร่างกาย, การอธิษฐาน ณ ขณะนั้น, ฯลฯ)

๔. นั่งสมาธิเสร็จดิฉันจะแผ่เมตตาและอุทิศส่วนบุญส่วนกุศลให้เจ้ากรรมนายเวร แล้วเราจะรู้ได้ยังไงคะว่าเจ้ากรรมนายเวรเค้าได้รับ และเราสามารถแผ่เมตตาและอุทิศส่วนบุญส่วนกุศลให้เจ้ากรรมนายเวรของคนอื่นได้หรือไม่คะ

ขอบพระคุณอาจารย์เป็นอย่างสูง

คำตอบ

(๑) สวตมนต์เร็วหรือสวตมนต์ช้าอย่างไร ยังไม่สำคัญเท่ากับขณะสวตมนต์จิตระลึกทันคำสวดนั้นหรือไม่ คำว่าระลึกได้ทันหมายความว่า สวตมนต์ไม่ผิด สวตมนต์แล้วรู้ความหมายของบทสวด สวตมนต์แล้วเสร็จ จิตสดชื่นเบิกบานเป็นบุญ นั่นจึงนับว่าเป็นการสวดที่ได้อานิสงส์มาก

(๒) ไม่ใช่เจ้ากรรมนายเวรมาตามทวงหนี้ แต่เป็นเรื่องของขันธมารคือร่างกายเป็นมารคอยขัดขวางไม่ให้บรรลุความดี

(๓) สภาพสมดุขของร่างกายในการนั่งสมาธิแต่ละครั้งไม่เท่ากันและหรือมีเหตุอุปสรรคมาทดสอบกำลังใจ

(๔) บุญเกิดจากการประพฤติบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ (ดูหน้า ๕๐) ผู้ใดประพฤติแล้วบุญจะถูกเก็บสั่งสมอยู่ในใจ ผู้มีบุญอยู่ในใจสามารถอุทิศบุญให้ผู้อื่นได้ เจ้ากรรมนายเวรจะได้รับบุญที่อุทิศให้หรือไม่ ให้ดูที่หนี้เวรกรรมลบลงหรือหมดไป

ส่วนการอุทิศบุญให้กับเจ้ากรรมนายเวรของคนอื่นสามารถอุทิศให้ได้ แต่เขาจะเลิกจองเวรคนอื่นหรือไม่นั่นมันเป็นสิทธิ์ของเขาไม่มีใครสามารถไปบังคับเขาได้

ผู้ใดมีเมตตาอยู่ในใจ ผู้นั้นสามารถแผ่เมตตาให้กับเจ้ากรรมนายเวรของคนอื่นได้ เมื่อเขาได้รับเมตตาแล้วเขาจะเลิกจองเวรผู้อื่นหรือไม่นั่นมันเป็นสิทธิ์ของเขา

๕๓. เป็นได้เพียงผู้ชี้ทาง

คำถาม

เรียน ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ที่เคารพ

ดิฉันสนใจในการปฏิบัติธรรม ในใจลึกๆ ดิฉันคิดอยากจะบรรลุดุธรรม มีจิตใจที่สงบ บริสุทธิ์ คือคิดอยากประสบความสำเร็จทางธรรม(คล้ายๆ คนทางโลกที่คิดประสบความสำเร็จในด้านที่ตนอยากจะได้อยากจะเป็น) แต่ดิฉันก็ยังอยู่ทางโลกยังไม่ได้ออกบวชจริงๆ ถ้าดิฉันจะออกบวชก็ได้เพราะไม่มีภาระอะไร คุณแม่ก็อนุญาต ดิฉันควรจะออกบวชเลยดีไหมคะ เพราะว่าถ้ายังอยู่ทางโลกการที่จะบรรลุดุธรรมก็ย่อมจะเป็นไปได้ช้ากว่าที่เราอยู่วัดอยู่ธรรม (และการประสบความสำเร็จทางโลกดิฉันก็ไม่ต้องการคะ ดิฉันคิดว่ามันเป็นภาระที่ค่อนข้างเปล่าประโยชน์เพราะเราไม่สามารถนำทรัพย์สินสมบัติเหล่านั้นข้ามภพข้ามชาติไปกับเราได้ นอกเสียจากเราจะนำไปทำบุญไปทำประโยชน์กับสังคม แต่มันก็จะเสียเวลาเราในการบำเพ็ญเพียรภาวนา) หรือว่าดิฉันควรอยู่ทำงานเก็บเงิน

ทางโลกไปก่อน (ปัจจุบันดิฉันอายุ ๓๗ ปีคะ) ถ้าเช่นนี้จะทำให้การบรรลุดุธรรมเนิ่นช้ายิ่งขึ้นรีเปล่าคะ? เพราะภาวะจิตของดิฉันก็คือปุถุชนกิเลสมากเหมือนคนส่วนใหญ่

ดิฉันขอความเห็นของท่านอาจารย์เพื่อประกอบการพิจารณาคะ

กราบขอบพระคุณอย่างสูงคะ

คำตอบ

คุณมองตัวเองออกแล้วว่า มนุษย์สมบัติไม่สามารถนำติดตัวข้ามภพชาติไปได้ ดูปฎาจารย์*เป็นตัวอย่าง เกิดเป็นลูกสาวเศรษฐีที่สูญเสียสามีลูกสองคน พ่อแม่และพี่ชาย ปราสาทที่เคยเกิดและอยู่อาศัยมาตั้งแต่เล็ก ก็ถูกลมพายุพัดพังไป เสียสติจนเป็นบ้าที่ได้เห็นมนุษย์สมบัติเป็นกำพว้าตั้งแต่เจ้าของยังไม่ตายจากไป ปฎาจารย์ยังมีบุญเก่าสนับสนุนทำให้ได้ฟังธรรมจากพระโอรสที่ว่า “สิ่งใดสิ่งหนึ่งมีเกิดขึ้นเป็นธรรมดา สิ่งทั้งหลายทั้งปวงล้วนดับไปเป็นธรรมดาเช่นกัน” ปฎาจารย์ได้สติพิจารณาตาม (โยนิโสมนสิการ) จึงได้บรรลุดุธรรมขั้นโสดาบันตั้งแต่ยังเป็นฆราวาส จึงขอบวชแล้วประพฤติตนให้มีศีลและปฏิบัติตามมรรค ๘ จนสามารถบรรลุดุระหัตตผลได้

ด้วยเหตุนี้ จะนำพาชีวิตให้ออกห่างไปจากสสาระ หรือจะตัดตรงเข้าสู่ชีวิตที่สงบอิสระและบริสุทธิ์ต้องตัดสินใจด้วยตัวเองเพราะชีวิตเป็นของคุณ ผู้ตอบปัญหาเป็นได้เพียงผู้ชี้ทางเท่านั้น

ประวัติ พระปฎาจารย์เถรี เอกทัตคมหาเถรีเลิศทางผู้ทรงวินัย
อ้างอิง เนื้อความพระไตรปิฎก เล่มที่ ๓๓๓ บรรทัดที่ ๕๓๓๓๕ - ๕๓๓๓๖. หน้าที่ ๒๒๕ - ๒๒๖. (ปฎาจารย์เถรีบาทที่ ๑๐ ว่าด้วยบุพพริยาของพระปฎาจารย์เถรี (๑๖๐))

๕๔. ทำเหมือนคนโง่

คำถาม

กราบเรียนถามอาจารย์ ดร.สนอง ที่เคารพ
การที่เราเรียนรู้วิชาต่างๆ ก็เหมือนการสั่งสมสัญญา
ในจิต (ความจำได้หมายรู้) เมื่อสัญญา มีมาก จิตก็มีการปรุง
แต่งมาก ขอเรียนถามว่า ในขณะที่เราต้องศึกษาเล่าเรียนวิชา
ต่างๆ ในโลก เราควรทำอย่างไร หากต้องการชำระจิตใจให้
บริสุทธิ์ ขออาจารย์ได้โปรดชี้แนะด้วยค่ะ กราบขอบพระคุณ
อย่างสูง

คำตอบ

หากต้องการชำระจิตใจให้บริสุทธิ์ ต้องใช้สติสัมปชัญญะ
ที่กล้าแข็ง เป็นเครื่องมือชำระจิต คนที่เรียนวิชาการทางโลก
มากมายเรียนมาสูง เมื่อมาพัฒนาจิตตนเองให้เข้าถึงเครื่องมือ
ดังกล่าวต้องทำตัวเองให้เหมือนคนโง่ ครูบาอาจารย์ผู้มี
ประสบการณ์ผู้เป็นกัลยาณมิตรในทางธรรมแม้จะเรียนวิชา
การทางโลกมาเล็กน้อย ชี้แนะให้ศิษย์ทำอย่างไรศิษย์ต้องทำ
ตามคำชี้แนะให้ถูกต้องโดยไม่นำความเห็นของตนมาวิเคราะห์
คำสอนคำชี้แนะของอาจารย์

สิ่งใดที่มีได้ประกอบไปด้วยเหตุและผลแล้ว
สิ่งนั้นก็มิใช่พุทธศาสนา

๕๕. เห็นแจ้งด้วยไตรลักษณ์

คำถาม

กราบสวัสดิ์ท่านอาจารย์ ดร.สนอง
- นั่งปฏิบัติแล้วเกิด สมาธิ ทำให้ไม่ได้ยินเสียงใด ๆ รอบ
ตัว แต่ชัดที่พอง ยุบ รู้สึก สงบ สว่าง ไม่มีเรื่องใด ๆ ให้จิตแกว่ง
สว่าง ไปร้งสบายอยู่อย่างนั้น
ขอถามว่า แล้วกำหนดอย่างไรต่อ ค่ะ ที่ทำคือ ดึง
เสียงภายนอกเข้ามาพิจารณา ว่า เป็นสิ่งใด แคร์ู้ ก็วาง คิดว่า
คงไม่ถูกแต่ไม่รู้จะไปทางไหนต่อ ค่ะ

รบกวน อาจารย์ด้วยค่ะ

คำตอบ

ให้เอาความสว่าง ไปร้ง สบาย ที่จิตรับสัมผัสได้นั้นมา
พิจารณาให้เห็นว่า ดำเนินไปตามกฎไตรลักษณ์ เมื่อความสว่าง
ไปร้ง สบาย เข้าสู่ความดับ(อนัตตา) จิตจะเห็นแจ้งในผัสสะว่า
เป็นสิ่งที่ไม่มีตัวตนแท้จริง จิตจะวางผัสสะ จิตเป็นอิสระจาก
ผัสสะ แล้ววางเป็นอุเบกขา

ทุกผัสสะที่เกิดขึ้นให้พิจารณาในแนวเดียวกันนี้

ปัญญา เกิดแต่การสังเกตหาเหตุหาผล รู้แต่ผลไม่รู้เหตุ
ก็ใช้ไม่ได้ รู้แต่เหตุไม่รู้ผลก็ใช้ไม่ได้ ต้องรู้พร้อมทั้งเหตุทั้งผล

๕๖. เงินซื้อคนดีไม่ได้

คำถาม

เรียนถามท่านอาจารย์สนองครับ

ผมเป็นนักการเมืองท้องถิ่นแห่งหนึ่งครับ ก่อนการเลือกตั้ง สส.ที่ผ่านมา ได้มีผู้สมัคร สส.(๓คน)จากพรรคการเมืองใหญ่พรรคหนึ่ง ได้นัดพวกผมเข้าฟังการปราศรัยของพวกเขา หลังเสร็จการพูดเรื่องนโยบายแล้วผู้สมัครออกจากห้องประชุมไป มีลูกน้องของเขาเข้ามา เอาเงินใส่ซองแจกทุกคนที่เข้าฟัง ได้เงินหลักพันครับ ก่อนหน้านั้นเห็นในทีวี กต.เขาให้พวกผู้สมัคร สส. ดื่มน้ำสาบานจะไม่ทุจริต แต่พวกเขาทำแบบนี้ ผมคิดว่าบาปมากครับ ใจจริงไม่อยากจะรับ แต่เกรงว่าจะมีภัยเกิดขึ้นกับตัว ผมก็รับมา จากนั้นผมเอาเงินที่ได้ทั้งหมดไปทำบุญสร้างสถานปฏิบัติธรรม และตั้งจิตอุทิศบุญที่ได้ให้กลับไปหาเจ้าของเงินครับ (ในการเลือกตั้ง ผมไม่เลือกพวกเขาครับ) เรียนถามท่านอาจารย์ครับ ว่า

๑. การที่ผมทำแบบนี้ถูกต้องหรือเปล่าครับ ท่านอาจารย์มีแนวทางอื่นๆที่เห็นควรกระทำอีกครับ

๒. ผลของการทุจริตด้วยการซื้อเสียงของผู้สมัคร สส.เหล่านั้นจะมีผลกระทบบังเกิดขึ้นแก่พวกเขาอย่างไรครับ

ขอขอบพระคุณท่านอาจารย์ในการให้ความกระจ่างครับ ขออุทิศผลบุญกุศลที่ผมได้กระทำเอาไว้ทั้งหมดทุกภพชาติตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันให้กับท่านอาจารย์สนองครับ และขอโมทนาในกุศลผลบุญทั้งหมดทุกภพชาติของท่านอาจารย์เช่น

กันครับ หากเคยได้ล่วงเกินท่านอาจารย์มาก่อนไม่ว่าทางกาย วาจา ใจ โดยตั้งใจหรือไม่ตั้งใจก็ดี ขอท่านอาจารย์ได้อโหสิกรรมแก่ผมด้วยเถิดครับ

คำตอบ

(๑) ทำถูกต้องแล้ว สาธุที่สังขารยังมีอยู่ในโลก “เงินซื้อคนแล้วได้ แต่ซื้อคนดีไม่ได้” ทั้งนี้เป็นเพราะบุญเก่าของคุณส่งผลตามทัน ที่ไม่สร้างเหตุให้ลงไปเกิดเป็นสัตว์ในอบายภูมิในวันข้างหน้า

(๒) เมื่อใดอกุศลกรรมให้ผล ผู้ประพฤติมีอบายภูมิเป็นที่หมาย



๕๗. นำทดลองดู

คำถาม

กราบเรียน ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ที่เคารพ ดิฉันมีเรื่องเรียนถามอาจารย์คะ คือดิฉันมักจะเปิดเว็บไซต์กัลยาณธรรมเพื่อฟังธรรมะของท่านอาจารย์ ดร.สนอง และของครูบาอาจารย์ท่านอื่นๆ ในช่วงเวลาดีๆ (ประมาณก่อนเที่ยงคืนถึงตี ๓ ตี ๔) ดิฉันอยากทราบว่าตอนที่ดิฉันเปิดฟังเทวดา วิญญาณในบ้านดิฉัน ท่านเหล่านั้นจะร่วมฟังกับดิฉันด้วยหรือไม่คะ และถ้าคืนไหนดิฉันไม่เปิด ท่านเหล่านั้นจะ

๕๙. บุญเท่านั้นช่วยได้

คำถาม

เรียนอาจารย์สนอง ข้าพเจ้าเป็นคนที่ติดตามผลงานของอาจารย์มาโดยตลอด แต่ก็มีปัญหาที่อยากจะสอบถามท่านอาจารย์

๑. การนั่งวิปัสณากรรมฐานนั้นทำให้ได้บุญกุศลอย่างไร

๒. เพราะเหตุใด ข้าพเจ้าเป็นคนที่ไม่เคยสมหวังในความรักเลย ออกหักตลอด คนรักนอกใจหรือไม่ก็มีเหตุให้ต้องพลัดพลาจากคนรัก ทั้งที่ตัวของข้าพเจ้าไม่เคยผิดศีลข้อกาเมเลย ไม่เคยนอกใจคนรักและไม่เคยแย่งคู่ครองของใครเลย หรือว่าข้าพเจ้าเคยสร้างบาปกรรมไว้เมื่ออดีตชาติ และพอจะมีวิธีแก้กรรมอย่างไร

คำตอบ

(๑) การนั่งปฏิบัติวิปัสณากรรมฐานเป็นบุญเพราะเมื่อเข้าถึงปัญญาเห็นแจ้งได้แล้วทำให้สามารถกำจัดสันดานไม่ดีให้หมดไปได้ ทำให้เข้าถึงความดีเกิดเป็นความประพฤติชอบทางกาย วาจา ใจและทำให้มีความสุขเหล่านี้เรียกว่า “บุญ”

(๒) กรรมคือการกระทำ มนุษย์ทำกรรมได้สามทางคือ กายกรรม วจีกรรม และมโนกรรม กรรมดีให้ผลเป็นความสุข กรรมไม่ดีให้ผลเป็นความทุกข์ ดังนั้นความผิดหวังเป็นผลแห่งกรรมไม่ดีที่เคยทำไว้ก่อน วิธีแก้ไข ต้องเลิกนึกถึงกรรมในอดีต เพราะไม่มีใครสามารถแก้ไขอดีตกรรมได้ แต่มีใคร ๆ ทำกรรมดีในปัจจุบันได้ กรรมดีที่ควรทำคือประพฤตินุญจริยาวัตร ๑๐ (ดูหน้า ๕๐) อยู่เสมอ ประพฤติทุกครั้งที่น่าได้ ประพฤติทุก

ครั้งที่ว่างจากงานภายนอก เมื่อใดกรรมให้ผล ความสุข ความสมหวัง จะเกิดขึ้นกับผู้มีบุญ



๖๐. การให้ทานที่ฉลาด

คำถาม

กราบเรียน อาจารย์ ดร.สนอง ที่เคารพค่ะ ที่บ้านคุณพ่อทำอาชีพเลี้ยงหมู-ไก่ ขาย ซึ่งเป็นอาชีพที่ลูก ๆ ไม่สนับสนุนเลยและพยายามพูดขอร้องท่านเสมอ ๆ แต่ท่านก็ไม่ยอมเลิกค่ะ เลี้ยงไปก็ขายได้ไม่ดี จนกระทั่งตอนนี้ท่านลำบากเรื่องเงินใช้จ่าย ดิฉันในฐานะลูกเมื่อเห็นท่านลำบากก็สงสารท่านมาก ได้ให้เงินท่านเป็นจำนวนหนึ่งและบอกว่าให้ท่านไว้ใช้จ่ายและไม่ต้องบอกว่าใช้เรื่องอะไร และใจก็ทราบว่าท่านคงนำไปใช้เรื่องเลี้ยง ไก่-หมู บางส่วน แต่ในใจของดิฉันไม่ได้สนับสนุนเลยและคิดว่าเงินนั้นเพื่อช่วยเหลือพ่อเท่านั้น

อย่างนี้จะถือว่ามีส่วนร่วมในวิบากกรรมของการเลี้ยงหมู-ไก่-หมู นี้หรือไม่คะ ? ถ้าใช่ ต้องทำอะไรคะ เพราะถ้าพ่อแม่ลำบากลูกไม่ช่วยเหลือ ก็อกตัญญูไม่ใช่หรือคะ ?

กราบขอบพระคุณอาจารย์เป็นอย่างสูงค่ะ

คำตอบ

มีเจตนาให้เงินพ่อแม่ใช้ไม่ถือว่าเป็นบาปส่วนใจที่ระลึกไปว่า พ่อแม่นำเงินจำนวนนั้นไปเลี้ยงหมู เลี้ยงไก่ การระลึกเช่นนี้เป็นบาป

ผู้ฉลาดเขาให้ทรัพย์เป็นทานแก่พ่อแม่แล้วเขาได้บุญเต็มร้อย ผู้ไม่ฉลาดจะคิดต่อไปว่าทรัพย์ที่ให้ไปนั้น ผู้รับทรัพย์เป็นทานจะนำไปใช้จ่ายในเรื่องใด ความคิดเช่นนี้เป็นบาป



๖๑. ไม่ต่ำกว่า - ไม่สูงกว่า

คำถาม

เรียนอาจารย์สนองที่เคารพ

ดิฉันจะสร้างอพาร์ทเมนต์ที่ประมาณ ๔ - ๕ ชั้นให้สามมีเก็บเกี่ยวเลี้ยงครอบครัว เพราะเป็นหน้าที่ในทางโลก หากจะอาศัยอยู่ในอพาร์ทเมนต์ที่ดังกล่าวด้วย และต้องการจะสร้างห้องพระ ๑ ห้อง ไม่ทราบว่าจะสร้างในชั้นที่ ๒ ได้หรือไม่ เพราะจะมีห้องเช่าอื่นๆ อยู่เหนือห้องพระอีก

กราบขอบพระคุณค่ะ

คำตอบ

ประสงค์สร้างห้องพระในชั้นที่สองของอพาร์ทเมนต์ที่สามารถทำได้ แต่จะดีหรือไม่ดีเป็นอีกเรื่องหนึ่ง เทวดารักษาองค์พระยังมีอึดตา เขาไม่ประสงค์อยู่ต่ำกว่ามนุษย์ผู้ทุกศีล และเทวดาที่มีคุณธรรมเขาไม่ประสงค์อยู่สูงกว่าอริยบุคคล ฉะนั้นต้องคิดเอาเองว่าควรจะทำอย่างไรกับตำแหน่งของห้องพระที่จะสร้าง

๖๒. ถูกต้องหรือไม่

คำถาม

รบกวนท่านอาจารย์ช่วยตอบคำถาม และเป็นกัลยาณมิตรให้ดิฉันด้วย เพราะรู้ว่าตัวดิฉันเองมีปัญหา น้อยนิดเหลือเกิน

คำถามที่ ๑. ดิฉันเริ่มมาจริงจังกับการปฏิบัติธรรมเมื่อ ๖ เดือนที่ผ่านมา โดยเริ่มจากการสวดมนต์ เนื่องจากไม่มีเวลาเข้าวัดทำบุญ โดยปฏิบัติดังนี้

เริ่มสวดตั้งแต่บทบูชาพระรัตนตรัย กราบพระรัตนตรัยนมัสการพระรัตนตรัย(นะโม ๓ จบ โดยนำเงินมาจับไว้ที่มือด้วย) คำขอขมาพระรัตนตรัย ไตรสรคมน์ ถวายพรพระ(อิติปิ โสฯ) พุทธชัยมงคลคาถา(พาหุง) อิติปิ โส ทำอายุบวกด้วย ๑ เสรีจแล้วแผ่เมตตาให้กับญาติ ๆ (ระบุเป็นรายบุคคล) แล้วจึงนำเงินที่จับไว้ในมือใส่ในภาชนะที่วางไว้บนหิ้งพระ (โดยจะนำไปทำบุญตามแต่โอกาส) เสรีจแล้วแผ่เมตตาแก่ตนเอง แผ่เมตตาให้สรรพสัตว์แผ่ส่วนกุศล กล่าวคำกรวดน้ำให้เจ้ากรรมนายเวร คำอธิษฐานอโหสิกรรม คำอธิษฐานขอพร แล้วจึงสวดบทพระคาถาชินบัญชร และสุดท้ายคือพระคาถาบูชาดวงวิญญาณเสรีจพ่อ ร.๕ แล้วจะนั่งสมาธิต่อเมื่อมีเวลาพอ ไม่ทราบ ว่าตัวดิฉันปฏิบัติถูกต้องหรือไม่ประการใด

คำถามที่ ๒. สนใจปฏิบัติวิปัสณากรรมฐานเพื่อการหลุดพ้น ควรเริ่มปฏิบัติอย่างไรดีคะ

คำถามที่ ๓. ดิฉันมีลูก ๒ คน อายุห่างกันพอสมควร คนโตอายุ ๕ ขวบอย่าง ๖ ขวบแล้ว เป็นหญิง นิสัยดีอรัน เอาแต่ใจตนเอง พุดจาไม่เพราะ ควรอบรมบุตรอย่างไรดีคะ

สุดท้ายขอขอบคุณท่านอาจารย์ที่สละเวลามาตอบคำถามให้ดิฉันได้พบแสงสว่างแห่งธรรม...สาธุ

คำตอบ

(๑) เมตตาคือความรักความปรารถนาให้ผู้อื่นได้รับประโยชน์และมีความสุข เมตตาเกิดขึ้นจากการให้อภัยเป็นทาน ผู้ใดให้อภัยคนอื่นสัตว์อื่นได้ ผู้นั้นเป็นผู้มีเมตตาสถิตอยู่ในใจ เป็นอัตโนมัติ จึงไม่จำเป็นต้องแผ่เมตตาให้กับตนเอง ดังนั้นสัตว์จะได้รับประโยชน์และมีความสุขต่อเมื่อมีผู้มอบเมตตาให้

ส่วนบุญเกิดจากการประพฤติบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ (ดูหน้า ๕๐) ผู้ใดประพฤติแล้วผู้นั้นมีบุญ ผู้มีบุญสามารถอุทิศบุญให้สัตว์อื่นได้ ดังนั้นที่ปฏิบัติมาดีแล้ว จงทำต่อไป

(๒) ต้องทำใจให้มีศีล หากครูผู้เป็นกัลยาณมิตรในทางธรรมมาเป็นผู้ชี้้นำการปฏิบัติ และสุดท้ายทำตามครูด้วยตนเองให้ถูกต้องตรงคำสอน

(๓) อบรมตัวเอง (แม่) ให้เป็นผู้มีธรรมสถิตอยู่ในใจให้ได้ก่อนแล้วจึงสอนลูกด้วยการประพฤติสิ่งดีๆ ให้ลูกดู เมื่อใดที่ลูกศรัทธาแม่แล้วเขาจะไม่ดื้อ

๖๓. คนพุดน้อย

คำถาม

เรียน ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร
ข้าพเจ้าเป็นนักศึกษาคะ ตั้งใจจะรักวิชาศิลปะ ๕ แต่มีข้อสงสัยศิลปะข้อ ๔ คือมูสาวาทา ปกติข้าพเจ้าเป็นคนเขียบไม่ค่อยพุด

อยากทราบว่ ถ้าพุดหยอกล้อกับเพื่อนจะผิดศิลปะไหมคะ เพราะในสังคมปัจจุบัน ต้องอยู่ร่วมกับคนอื่นๆ ต้องมีการพุดเล่นพุดหยอกกัน ขอคำชี้แนะด้วยคะ

ขอแสดงความเคารพอย่างสูง

คำตอบ

เป็นคนเขียบไม่ค่อยพุด ยังไม่สำคัญเท่ากับว่เมื่อใดที่มีการพุดเกิดขึ้น ต้องพุดด้วยวาจาที่เป็นวาจาสุตย์จึงจะไม่ผิดศิลปะมูสาวาทา การพุดหยอกล้อกับเพื่อน ถ้าพุดแล้วเหลวไหลไร้สาระ (เพื่อเจ้อ) การพุดนั้นไม่ผิดศิลปะแต่เป็นอกุศลวจีกรรม

.....
คนที่ทำ “ทาน” มากก็ให้ผล ให้เขาเป็นคนมีทรัพย์สิน
อุตมสัทมบุรณั คนมี “ศีล” ะทำให้ได้รับอัฐภาพทัต
มีรูปร่างผิพรรณงตงาม ถ้ามี “ภาวนา” ต้อย ก็ะทำให้ผู้นั้น
เป็นคนมีสติปัญญาเฉลียวฉลาด
.....

๖๔. ผู้ติดฉนวน

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์ ดร.สนอง

๑. ดิฉันเป็นผู้หนึ่งที่มีจิตลบหลู่สิ่งศักดิ์สิทธิ์ นับแต่ที่เริ่มปฏิบัติธรรม เมื่อไม่นานมานี้มีเพื่อนผู้ปฏิบัติธรรมจนเข้าสู่องค์ฌาน ๓ ท่านเห็นอดีตชาติของดิฉันว่า เคยเป็นเจ้าแม่ที่มีมิชฌาทีฐ เห็นแก่ของเช่นไฉ่ว พยายามทุกอย่างเพื่อให้คนที่มากราบไหว้ ไม่หันไปไหว้พระพุทธรูป ดิฉันใส่ร้ายพุทธศาสนา ด้วยความโลภของจิต ณ ชาตินั้น ปัจจุบันคนที่มากราบไหว้ดิฉันเกิดมาเป็นพี่น้องให้ดิฉันชดใช้กรรม ดิฉันอยากให้อาจารย์ช่วยบอกวิธีแก้กรรมกับอดีตชาติที่ดิฉันทำกรรมมา และวิธีขอขมา กับพระรัตนตรัยที่ดิฉันขัดขวางไม่ให้ใครนับถือ เพราะตอนนี้ดิฉันในใจจะพูดจาหยาบต่อพระสงฆ์ที่ดิฉันนับถือ ทั้งที่ดิฉันสวดมนต์อยู่ หรือกราบไหว้เจ้าแม่กวนอิมอยู่ แต่ในใจก็เรียกท่านอย่างหยาบคาย ดิฉันไม่กล้ามองวัด หรือพระพุทธรูปเลย เพราะจะมีคำกล่าวหยาบคาย ทำทนายในใจทันที ทำให้หนักใจมากค่ะ โปรดช่วยชี้ทางออกให้ดิฉันด้วยค่ะ

๒. เพื่อผู้ปฏิบัติธรรมติดอยู่ที่องค์ฌาน

๓. ยังก้าวต่อไปไม่ได้ต้องแก้ไขอย่างไรคะ

บุญมีอยู่เสมอ แต่ไม่ทำให้ตัว เหม็อนนามีแล้วไม่ทำ
ข้าวมีแล้วไม่กิน

คำตอบ

(๑) ผู้ถามมีประสงค์แก้ไขปัญหาอกุศลกรรมที่ถูกเก็บบันทึกไว้ในดวงจิต ต้องแก้ที่เหตุ ๔ อย่าง

๑.๑ นำพวงมาลัยดอกไม้ขาวล้วน ธูป เทียน ไปกราบขอขมาต่อพระรัตนตรัยต่อองค์เจติยที่บรรจุพระบรมสารีริกธาตุ กล่าวถึงต้นเหตุที่ทำให้เกิดปรมาสา ผลกรรมที่ได้รับและกล่าวคำปฎิญาณว่า “บัดนี้ข้าพเจ้าได้สำนึกผิดแล้ว ขอองค์พระรัตนตรัยได้โปรดยกโทษให้แก่ข้าพเจ้าด้วย ต่อไปข้าพเจ้าจะไม่กระทำการอันใด ที่จะเป็เหตุล่วงเกินต่อพระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์ อีกต่อไป”

๑.๒ นำตัวเองบวชเป็นโยคีปฏิบัติธรรมนาน ๓ เดือน เพื่อชำระจิตวิญญาณให้ปลอดจากมลทิน

๑.๓ รักษาศีล ๕ ให้บริสุทธิ์

๑.๔ รักษาสังขจะให้มีอยู่กับใจให้ได้ทุกขณะตื่น

(๒) และ (๓) จะสัมฤทธิ์ผลได้ ต้องปฏิบัติตามที่แนะนำไว้ในข้อ(๑) ปัญหามีอยู่ว่าผู้ถามปัญหาจะทำตามได้หรือไม่

สุขในอัฐภาพว่างกายเป็นความสุขทางโลก
สุขชั่วขณะหนึ่งแล้วก็จะปรวนแปรไปเหมือนข้าวสุก
พอข้ามวันก็เหม็นบูด สุขในสุขทางธรรมนั้น
สุขเหม็นตาอุบนท้องฟ้า เป็นสุขที่สว่างไสวตลอดกาลนาน

๖๕. อ่านพระไตรปิฎกเล่มไหนดี

คำถาม

สวัสดีค่ะ

๑. มีอาการพองยุบค่อนข้างเป็นจังหวะ ที่ค่อนข้างสงบ ไม่รุนแรงและน่ากลัวเหมือนเมื่อก่อน แต่ทำสักพักจะเกิดอาการเหมือนพองยุบรวม นิ่งอย่างบอกไม่ถูก เหมือนรวมกันเป็นหนึ่ง เลยมีความคิดว่า จริง จริง พองยุบเป็นอนัตตาให้เราเห็น แต่ว่าทำบางครั้งก็เหมือนจิตจะหลุดออกไปข้างนอกออกจากตัว ถ้าเกิดอาการอย่างนี้ควรกำหนดอย่างไร ดีค่ะ และก็บางครั้งก็เหมือนพองยุบวูบไปรวมกันที่ลูกตา เลยกำหนดว่ารู้หนอ ไม่ทราบว่าจะถูกไหมค่ะ

๒. ถ้าสนใจอยากอ่านพระไตรปิฎก ควรจะอ่านเล่มไหน และมีจำหน่ายที่ไหนบ้างค่ะ เป็นกำลังใจให้อาจารย์ในการทำงานค่ะ

คำตอบ

(๑) ต้องหยุดความคิดว่าพอง-ยุบเป็นอนัตตาเมื่อปฏิบัติธรรมแล้ว มีอาการเหมือนจิตจะหลุดออกไปจากตัว ต้องใช้จิตตามดูให้ถึงที่สุด เมื่ออาการดังกล่าวเข้าสู่อนัตตา จิตจะไม่ออกไปจากตัวและบางครั้งอาการพอง-ยุบวูบไปรวมกันที่กำหนดว่ารู้หนอนั้นถูกต้องแล้ว

(๒) ควรปรึกษาครูผู้ทำหน้าที่สอนอภิธรรมในโรงเรียนปริยัติธรรมต่าง ๆ ในมหาวิทยาลัยสงฆ์หรือถามเจ้าอาวาสวัดที่มีการเก็บรักษาพระไตรปิฎก

๖๖. กาย - วาจา - ใจ เป็นบาป

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์ ดร.สนอง ที่เคารพอย่างสูง หนูได้อ่านหนังสืออาจารย์และได้เปิดCD ของอาจารย์และขอบฟังซ้ำๆ แล้วเกิดศรัทธาติดอยากจะทำปฏิบัติธรรมบ้างคะตอนนี้หนูกำลังศึกษาอยู่ค่ะแต่หนูมีข้อสงสัยอยาก จะเรียนถามอาจารย์ดังนี้ค่ะ

๑. การแอบดูคำตอบหรือถามเพื่อนตอนทำข้อสอบ เวลาอาจารย์เฉลยทุจริตในการสอบจะบาป และผิดศีลไหมคะ

๒. เวลาพอกับแม่ทะเลาะกันแล้วหนูก็ห้ามเขาและพูดว่าเขาด้วยคำพูดที่ไม่ค่อยดีเท่าไรจะบาปไหมคะ ขอรบกวน ช่วยตอบด้วยค่ะ ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงค่ะ

คำตอบ

(๑) “แอบดูคำตอบ” เป็นการไปเอาข้อมูลที่เจ้าของมิได้อนุญาต (อทินนาทาน) และถามเพื่อนเมื่ออาจารย์คุมสอบ เฉลย เป็นการร่วมกันประพฤติทุจริต ทั้งสองพฤติกรรมถือว่าเป็นบาป

(๒) หากลูกพูดออกไปแล้วทำให้พ่อแม่ต้องเสียใจ ถือว่าเป็นบาป

.....
พระสงฆ์ผู้ทรงคุณ เป็นนาบุญของญาติโยม
.....
นาดีได้บุญหลาย นาชั่วร้ายไม่มีผล
.....

๖๗. ดีทั้งขึ้น ดีทั้งสอง

คำถาม

กราบสวัสดิ์ท่านอาจารย์คะ

หนูอยากขอความกรุณาท่านอาจารย์ช่วยชี้แนะด้วยค่ะ คือได้เคยดูกิจกรรมที่ผู้สนใจธรรมได้แจ้งข่าวและพูดถึง ถึงครูบาอาจารย์ในเวปไซด์อยู่บ่อยๆ ครั้งหนึ่งพอเห็นชื่อของพระอ.บุญกู่ วัดมหาธาตุฯ จิตกลับไปนึกถึงชื่อเปรตบุญกู่ที่เคยเป็นข่าวดังในหนังสือพิมพ์เมื่อหลายปีก่อน รู้ว่าเป็นสิ่งไม่ดีที่คิดเช่นนี้ และก็กลับมาคิดทุกครั้งทีนึกถึงท่าน รู้สึกไม่ดีที่คิดเช่นนี้และเกรงว่าจะบาป จนท้ายที่สุดก็มานั่งคิดว่า ชื่อเดียวกันก็จริง แต่ต่างกันลิบลับ คนหนึ่งทำตัวให้ตกต่ำกับอีกท่านเป็นพระผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ เป็นตัวอย่างให้เราคิดว่าควรจะเดินตามทางของใคร เมื่อคิดเองเช่นนี้ก็กลับมาคิดในเรื่องนี้น้อยลงแต่หากคิดครั้งใดก็จะบอกตัวเองว่าเป็นคนละคนกัน แต่อยากทราบว่าการที่คิดเช่นนี้ถือเป็นบาปไหมคะ แล้วควรจะมีวิธีแก้เช่นไรคะ ควรไปกราบท่านเพื่อขอขมาหรือไม่คะ คือหนูก็ไม่เคยไปพบท่านมาก่อน ไม่ทราบว่าจะเป็นเรื่องไร้สาระหรือไม่ หากต้องไปกราบท่านจริงๆ ก็ไม่ทราบว่าควรจะเริ่มต้นพูดอย่างไรคะ อีกเรื่องคือ

เมื่อวานนี้คุณพ่อหันมาถามหนูว่ารู้ไหมว่าทำไมพระพรหมถึงมีแต่ผู้ชาย คุณพ่ออ่านหนังสือเยอะมาก และท่านว่า

เคยอ่านพระท่านพูดถึงว่าพระพรหม (สีหน้า) มีแต่ผู้ชาย หนูควรจะตอบท่านอย่างไรดีคะ

ขอกราบขอบพระคุณท่านอาจารย์ล่วงหน้าด้วยค่ะ

คำตอบ

การคิดถึงความไม่ดีของคนอื่น แล้วจิตของผู้คิดฝังความไม่ดีเช่นนั้นไว้ถือว่าเป็นบาป

ชื่อหนึ่งได้ประพடுத்தให้ชีวิตตกต่ำ ผู้ถามปัญหาเห็นว่าเป็นความประพடுத்தไม่ดีแล้วไม่ทำตาม และผู้มีชื่อเดียวกันปฏิบัติดีปฏิบัติชอบแล้วคิดว่าจะทำตาม ถือได้ว่าทั้งสองบุคคลเป็นครู เป็นผู้มีพระคุณทำให้ผู้ถามปัญหาเกิดปัญญาเห็นถูก ความคิดในลักษณะนี้เป็นบุญ

ส่วนเรื่องที่คุณพอบอกว่า พระพรหมมีแต่ผู้ชาย ผู้เป็นลูกที่ถามปัญหาควรตอบว่า “ถูกแล้วค่ะ” เพราะผู้ใดสามารถปฏิบัติสมถภาวนาจนบรรลุฌานแล้วตายในขณะที่จิตทรงฌานจะไปโอปปาติกะ เป็นพรหมอยู่ในพรหมโลกซึ่งเป็นภพที่พ้นไปจากกาม

เหตุที่พรหมมีแต่เพศชาย เป็นเพราะกำลังแห่ง จันตะวิริยะ จิตตะ และปัญญา เป็นแรงผลักดันให้เกิดเป็นบุรุษเพศผู้มีจิตเป็นอิสระจากกาม

.....
ถ้าอยู่บ้านสบาย พระพุทธเจ้าจะต้องไปธุดงค์ทำไม
ยังอยู่ป่ายังลำบากว่าอยู่วัดหลายเท่า พระอยู่ป่าก็เท่ากับโยม
อยู่วัด พระอยู่วัดก็เท่ากับโยมอยู่บ้านนั่นแหละ
.....

๖๘. ศรัทธาจากฟังธรรม

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์ดร.สนอง วรอุไร

ดิฉันอาศัยอยู่ที่จังหวัดน่าน ได้รู้จักกับท่านจากการฟังบรรยายทางวิทยุ เมื่อ ท่านมาบรรยายที่โรงแรมเทวราช จ.น่าน เป็นสิ่งที่ข้าพเจ้าประทับใจและต้องการศึกษา จึงได้ศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมโดยการอ่านหนังสือ และดาวน์โหลดเสียงจากอินเทอร์เน็ตมาฟัง นอกจากนั้นก็ได้อ่านหนังสือเกี่ยวกับธรรมะเกี่ยวกับพระพุทธเจ้า มากยิ่งขึ้น เพราะท่านอาจารย์ยกกรณีตัวอย่างจะได้เข้าใจมากยิ่งขึ้น ทำให้ตนเอง พัฒนามากขึ้น (ประเมินตนเอง) คิดได้หลายเรื่อง ทำให้ทราบวิธีฝึกตนเอง และฝึกตนเองอยู่เสมอ กำหนดลมหายใจอยู่ตลอดเวลา สวดมนต์ไหว้พระ แต่ไม่สม่ำเสมอ

จะพยายามทำให้ดีต่อไป ดิฉันเป็นครูได้นำความรู้ที่ได้รับมาเล่าสู่กันฟังเป็นประจำ เมื่อก่อนก็รัก โลก โกรธ หลง เหมือนคนทั่วไป แต่เดี๋ยวนี้ ดีขึ้นเยอะมาก รู้สึกเข้าใจผู้อื่นมากขึ้น รู้ว่าควรทำอะไรเราจึงจะมีความสุข ดิฉันได้ชักชวนคนในครอบครัวมาฟังเรื่องราวต่างๆ ที่ได้ฟัง สิ่งที่ดีดี ทำเป็นแบบอย่างให้ลูก ๆ ดู อ่านหนังสือของท่านให้ลูกฟัง ดิฉันมีลูกสามคน คน เล็กได้ ๑ ปี ๘ เดือน ปิดเทอมก็จะพากันไปนั่งสมาธิที่บ้านเป็นครอบครัวใหญ่ดิฉันเป็นสะใภ้ อาศัยอยู่กับแม่ยาย และน้องสาวของสามีซึ่งไม่แต่งงาน และยังพาคุณแม่มาเลี้ยงหลานอีกด้วย ฟังดูยุ่งมาก เมื่อก่อนก็ยุ่งใจมาก แต่เดี๋ยวนี้ไม่

ยุ่งแล้ว เพราะดิฉันกำกับใจของตนเองได้ระดับหนึ่ง ซึ่งต้องทำต่อไปอีก ดิฉันได้กัลยาณมิตรที่ดีมากคืออาจารย์ ถือโอกาสการอยู่ร่วมกันมาฝึกสงบจิตใจไปชั้นหนึ่ง ขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงที่ได้พบเจอกับท่านอาจารย์และสิ่งที่ดีดีเช่นนี้ ดิฉันตั้งใจไว้ว่าจะฝึกตนอยู่เสมอมิให้กิเลสเข้ามาครอบงำอยู่เสมอ ดิฉันอยากเรียนถามท่านอาจารย์ว่า

๑. ถ้าต้องการนั่งสมาธิในจังหวัดในภาคเหนือมีสถานที่ใดบ้าง
๒. ขอขอแนะนำเพิ่มเติมอีกคะ ขอบพระคุณอาจารย์มาก ขอขอบพระคุณท่านอาจารย์อย่างสูง ขออนุโมทนาสิ่งที่อาจารย์ได้กระทำด้วยคะ

คำตอบ

- (๑) วัดแพร่ธรรมาราม อ.เด่นชัย จ.แพร่ หรือสาขาของวัดแพร่ ฯ เป็นสถานที่เหมาะแก่การพัฒนาจิตวิญญาณ
- (๒) ประสงค์ฯ เข้าถึงมรรคผลแห่งการปฏิบัติต้องทำให้เป็นผู้มีกน็อย มีสันโดษ มีศีล มีสัจจะ มีความเพียรให้ได้ทุกขณะตื่น แล้วการปฏิบัติธรรมจะบรรลุจุดประสงค์

ให้พวกเราทำตัวให้เหมาะสมกับชื่อของเราไว้
ให้รักษาชื่อดีไว้สักมีเอาไว้ อย่าให้รั่วไหล
ได้ทั้งชื่อ ได้ทั้งความจริงเป็นดีแน่ อย่าดีแต่ชื่อแต่ตัวมันชื่อ

๖๙. สติสัมปชัญญะช่วยได้

คำถาม

เรียนท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร

ดิฉันมีข้อสงสัยบางประการในการรักษาศีล ๘ ซึ่งดิฉันกำลังฝึกปฏิบัติอยู่ ขอเรียนอาจารย์ ในการปฏิบัติของดิฉันก่อนนะคะว่าถูกต้องหรือไม่และขอคำแนะนำจากอาจารย์ด้วยค่ะ

๑. ดิฉันตั้งใจรักษาศีล ๕ แต่ถือปฏิบัติแบบศีล ๘ โดยไม่ได้รับศีล ๘ จะได้หรือไม่

๒. ในชีวิตประจำวันของการปฏิบัติงานทำให้การรักษาศีลให้บริสุทธิ์เป็นไปได้ค่อนข้างยาก ดิฉันสงสัยว่าถ้าเราต้องทำงานนอกบ้าน การรับรู้ข่าวสาร ทั้งฟังและอ่าน , การแต่งตัวแต่งหน้า สิ่งต่างๆ เหล่านี้จะปฏิบัติอย่างไรที่จะให้กระทบกับการรักษาศีลให้น้อยที่สุด

๓. ขอคำแนะนำสำหรับการรักษาศีล ๘ สำหรับผู้ที่ยังต้องร่วนวายอยู่ในสังคมนด้วยค่ะ ว่าควรจะทำปฏิบัติอย่างไรจึงจะถือว่าปฏิบัติได้ถูกต้องและได้บุญ

กราบขอบพระคุณอาจารย์เป็นอย่างสูงค่ะ ผู้เริ่มปฏิบัติ

คำตอบ

(๑) คำว่าสมาทาน มีความหมายได้ ๒ นัย คือการถือเอาเป็นข้อปฏิบัติ หรือการรับเอาเป็นข้อปฏิบัติ

ฉะนั้น ผู้ใดรู้ว่าศีลแปดข้อมีอะไรบ้างแล้วนำทั้งแปดข้อนั้นมาถือปฏิบัติเพื่อให้เว้นจากความชั่ว สามารถทำได้โดยไม่ต้องไม่รับมาจากผู้ใด หรือตรงข้ามผู้ใดยังไม่รู้ว่าศีลแปดข้อนั้นมีอะไรบ้างต้องไปขอให้พระสงฆ์บอกศีลทั้งแปดข้อแล้วรับเอามาปฏิบัติ ก็ได้เหมือนกันคือ เว้นจากความชั่วได้

(๒) ทุกกิจกรรมที่ประพฤติดังในบ้านและนอกบ้าน ต่างมีผลกระทบถึงการถือปฏิบัติศีลเพียงแต่ว่าเมื่อกระทบแล้วจะทำอย่างไรให้ศีลขาด ศีลพร่องเท่าที่จำเป็น ความประสงค์ในแนวทางนี้จะสำเร็จได้ต้องพัฒนาจิตตนเองให้มีกำลังของสติสัมปชัญญะกล้าแข็ง นั่นคือสติสัมปชัญญะจะเป็นตัวทำหน้าที่คัดเลือก เอาเฉพาะส่วนที่เป็นประโยชน์ในการฟัง การอ่าน การรับรู้ข่าวสาร การแต่งตัวแต่งหน้าเท่าที่จำเป็นกับชีวิต

(๓) วันใดที่ยังต้องออกไปร่วนวายกับสังคม ไม่ต้องปฏิบัติศีล ๘ วันใดหยุดพักไม่ต้องออกงานสังคม วันนั้นให้ปฏิบัติศีล ๘

.....
พระพุทธเจ้าทรงพระเมตตา ก็ด้วยสติอุปปวรมีของพระองค์
คือ ความจริง เมื่อเราตั้งใจจะทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งก็
จิตของเราจะตั้งมั่นให้จริงลงไปในเรื่องนั้นไม่ถอยหลัง
.....

๗๐. ผู้น่าสามโลก

คำถาม

เรียนอาจารย์สนองที่เคารพ ดิฉันขอสอบถามปัญหา ๒ ข้อค่ะ

๑. เคยฟังการบรรยายของอาจารย์ว่าการปรารณานิพพาน ใช้เวลา หลายอสงคฺไชย หากปรารณานิพพาน จะใช้เวลาเท่าใดคะ และ ขรราวาส ปรารณานิพพานได้หรือไม่

๒. การรายงานวิชาหนึ่งของหลักสูตร ป.โท ให้กล่าวถึงผู้นำโลก ในทางโลกได้จัดทำรายงานไว้แล้ว แต่ในทางธรรม ดิฉันมีความเห็นว่าผู้นำโลก คือ พระพุทธเจ้า แต่ดิฉันบรรยายในทางธรรมไม่ชัดเป็นรูปธรรม ขอความกรุณาอาจารย์ช่วยดิฉันบรรยายความหมายที่พระพุทธเจ้าเป็นผู้นำโลก ด้วยค่ะ

ด้วยความเคารพอย่างสูง

คำตอบ

(๑) ปรารณานิพพานสามารถทำได้ แต่จะบรรลุนิพพานได้เมื่อไร หรือใช้เวลายาวนานเท่าไร กำหนดไม่ได้ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับบุญบารมีที่ทำสั่งสมมาแต่อดีตชาติ อาทิ พระทัพพะมัลลละบุตรและโสปากะ บรรลุอรหัตตผลเมื่ออายุ ๗ ขวบ กัณณะ (พระมหากัจฉายนะ) พาหิยะ พระนางเขมา ฯลฯ บรรลุ

อรหัตตผลขณะเป็นขรราวาสฟังธรรมจากพระโอสฐึ และบางท่านต้องสร้างบุญบารมีต่อในชาติปัจจุบัน อาทิ พระมหาโมคคัลลานะ พระสารีบุตร พระมหาปชาบดี ฯลฯ หลังปฏิบัติธรรมแล้วจึงบรรลุอรหัตตผล

ขรราวาสสามารถปรารณานิพพานได้ แต่จะเข้าถึงได้ต้องทำเหตุให้ตรง คือ ปฏิบัติสมถและวิปัสสนากรรมฐาน เมื่อใดเหตุปัจจัยลงตัวคือสามารถละสังโยชน์ทั้ง ๑๐* ได้ ความปรารณานิพพานจึงจะสัมฤทธิ์ผล

(๒) พระพุทธเจ้าเป็นผู้นำโลกในทางธรรม หมายถึงเป็นผู้มีความเป็นสัพพัญญูคือรู้แจ้งในทุกสิ่งทุกอย่าง สามารถใช้ปัญญารู้แจ้งส่องนำทางให้กับจิตวิญญาณของมนุษย์ เทวดา และพรหมในสุทธาวาสให้พ้นไปจากความทุกข์ทั้งปวงได้

สังโยชน์ ๑๐* คือ กิเลส ๑๐ อย่าง ที่ผูกมัดใจสัตว์ให้ต้องเวียนตาย เวียนเกิดอยู่ในวัฏสงสารได้แก่ ๑. สักกายทิฏฐิ หมายถึง ความเห็นว่าเป็นตัวตน เป็นของตน ๒. วิจิกิจฉา หมายถึง ความลังเลสงสัย ๓. สึลัทธิพตปราคาส หมายถึง ความยึดมั่นถือมั่นในศีลและ พรตหรือเชื่อว่าความศักดิ์สิทธิ์จะมีได้ด้วยศีลหรือพรต ๔. กามราคะ หมายถึง การมีจิตเป็นทาสของกามคุณ ๕. ปฏิฆะ หมายถึง การที่จิตถูกกระทบแล้วเกิดเป็นความขัดใจ ๖. รูปราคะ หมายถึง จิตเห็นรูปพรหมสวยงาม จึงอยากเกิดเป็นพรหมมีรูป หรือมีจิตอยู่ในอารมณ์แห่งรูปฉน ๗. อรูปราคะ หมายถึง จิตชอบการไม่มีรูปจึงอยากเกิดเป็นอรูปพรหม หรือมีจิตติดอยู่ในอารมณ์แห่งอรูปฉน ๘. มานะ หมายถึง ความถือตัวถือตน ถือตัวเองว่าเป็นนั่นเป็นนี่ ๙. อุทธัจจะ หมายถึง ความมีจิตฟุ้งซ่าน ๑๐. อวิชชา หมายถึง รู้แต่ไม่จริง หรือความไม่รู้จริงในสรรพสิ่งหรือคือความหลง

๗๑. บรรลุธรรมได้ทุกอิริยาบถ

คำถาม

เรียน อาจารย์สนองที่เคารพ

ขอรบกวนขอความกระจ่างจากอาจารย์อีกครั้ง เรื่อง การปฏิบัติธรรม ดังนี้ค่ะ

๑. หากพิจารณาผัสสะด้วยการตามดู และเห็นไตรลักษณ์ปรากฏแล้ว จิตเริ่มปล่อยวางผัสสะ เพราะเห็นว่าไม่ใช่ตัวตน จิตเข้าสู่อุเบกขารมณ์ถามว่าต้องกำหนดรู้อุเบกขารมณ์นั้นด้วยหรือไม่ และหากถึงขั้นนี้แล้ว เมื่อทำได้อย่างสม่ำเสมอ จะเกิดอะไรขึ้น (กำหนดสงสัยหนอแล้วค่ะ แต่ยังไม่อยากเห็นภาพถนนทั้งหมดว่าจะพาเราไปที่ใด ขอความเมตตาด้วยค่ะ)

๒. การบรรลุธรรม เกิดขึ้นในขณะที่นั่งสมาธิเท่านั้นหรือไม่ หรือสามารถเกิดขึ้นในระหว่างอิริยาบถปกติได้

๓. อาการที่จิตกลับไปสู่สภาวะดั้งเดิม (ตัวตนเดิมแท้) เป็นอย่างไร

๔. หลักธรรมของพุทธเซ็นไม่ได้เน้นเรื่อง ไตรลักษณ์ แต่ให้รู้โดยฉับพลัน แต่ทำไมของเถรวาทเรา ต้องมีการปฏิบัติมากเหลือเกิน ทำไมจึงดูเสมือนขัดแย้งกันได้ ทั้ง ๆ ที่เป็นพุทธเหมือนกัน

กราบขอบพระคุณอาจารย์สนองอย่างสูงสำหรับความเมตตาที่ท่านมีให้แก่ผู้ถามคำถามทุกคน และด้วยความอดทนอย่างยิ่ง ด้วยความเคารพ

คำตอบ

(๑) เมื่อเห็นผัสสะเป็นไปตามกฎไตรลักษณ์จิตจะปล่อยวางผัสสะ จิตเข้าสู่อุเบกขารมณ์ ซึ่งอุเบกขารมณ์ยังต้องดำเนินไปตามกฎไตรลักษณ์ แท้จริงแล้วอุเบกขารมณ์ก็ไม่มีตัวตนเช่นกันความเป็นอิสระของจิตจึงเกิดขึ้นและเมื่อใดจิตเป็นอิสระจากสังโยชน์ทั้ง ๑๐ (ดูหน้า ๑๒๙) ได้ ความพ้นไปจากการเวียนตาย-เวียนเกิดในวัฏสงสารจึงจะเกิดขึ้นได้ นี่คือภาพถนนที่มุ่งไปสู่ความสิ้นสุดของเส้นทางเดินของชีวิต

(๒) การบรรลุธรรม (โสดาบัน สกทาคามี อนาคามี อรหันต์) เกิดได้ในทุกอิริยาบถ อาทิ ทักษะมัลละบุตร บรรลุโสดาบันหลังจากโกนจุกที่ ๑ แล้วเสร็จ... บรรลุอรหัตตผลหลังจากโกนจุกที่ ๔ แล้วเสร็จ อุปติสสะ (พระสารีบุตร) บรรลุโสดาบันขณะนั่งฟังธรรมจากพระอัสสชิ...บรรลุอรหัตตผลขณะนั่งฟังธรรมพร้อมกับถวายงานพัดให้กับพระพุทธเจ้า พระอานนท์โสดาบัน บรรลุอรหัตตผลขณะล้มตัวลงนอน ปฎาจารา บรรลุอรหัตตผลขณะตักน้ำรดล้างเท้าตัวเอง ฯลฯ

(๓) ต้องขออภัยยังไม่มีประสบการณ์จิตเข้าสู่สภาวะดั้งเดิมจึงไม่อาจให้คำตอบได้

(๔) พุทธเถรวาทและพุทธเซ็น มิได้ขัดแย้งมีจุดประสงค์เหมือนกัน แต่วิธีการเข้าถึงความรู้แจ้งรู้ต่องแท้ในสรรพสิ่ง ต่างกัน

๗๒. จิตเป็นทาสของคำพูด

คำถาม

สวัสดิ์คะอาจารย์

หนูก็เป็นคนหนึ่งที่จบจากมหาลัยเชียงใหม่คงเคยเรียนกับอาจารย์คะ แรกสุดหนูเป็นคนห่างไกลศาสนาบางคนหนึ่ง หนูเกิดมาในครอบครัวที่ถือว่าดีพ่อแม่เลี้ยงดี ฐานะปานกลาง หน้าตาดี การศึกษาดี รู้สึกว่าชีวิตนี้สมบูรณ์ จนพอวันหนึ่งหนูมีความรักซึ่งหนูจริงจังมากถึงขั้นจะแต่งงานกับชายคนนี้เค้าเป็นหมอและเป็นพ่อม้ายแก่กว่า ๗ ปี เราคบกันมา ๔ ปี แต่ทุกวันนี้ก็ยังไม่ได้แต่งงานแต่เค้าก็พูดว่าจะแต่งงานกับหนูทุกๆ ปี ไม่ใช่แค่บอกหนูแต่ยังบอกพ่อแม่ของหนูด้วย เหมือนเค้าหลอกเรา ทั้งครอบครัว ตลอด ๔ ปีที่ผ่านมา หนูมีความสุข ๕๐ ทุกข์ ๕๐ หนูเกิดอาการเครียดมากกับนิสัยและความเจ้าชู้ของเค้า จนเมื่อเข้าปีที่ ๒ หนูเกิดอาการเหมือนเป็นโรคจิต ปรากฏว่าหนูป่วยเป็นโรคย้ำคิดย้ำทำ คือจะคิดและวิตกกังวลตลอดเวลา หนูเป็นหนักขึ้นๆ ทุกวัน เคยคุยกับจิตแพทย์ (ผู้มีพระคุณที่รู้จักทางอินเตอร์เน็ต) ท่านก็ช่วยบอกวิธีปฏิบัติตัวว่าต้องทำอะไร ก็เป็นโชคดีของหนูไปได้เจอท่าน แต่อาการของโรคก็ไม่หาย ยังทรมาณตัวหนูเองเรื่อยมาจนถึงปัจจุบัน

๑. แบบนี้เกิดจากอะไรคะ แล้วหนูต้องทำอะไรให้ดีขึ้น

๒. หนูจะทำอะไรให้หลุดพ้นจากแฟนคนนี้ หรือทำให้ความสัมพันธ์ของเราดีขึ้นคะ ทุกวันนี้หนูสวดมนต์และแผ่เมตตาให้เค้าตลอด เพื่อว่าเค้าจะเป็นเจ้ากรรมนายเวรเรา

๓. ทำอย่างไรชีวิตหนูจะมั่นคง และมีความสุขมากกว่านี้ ด้วยความเคารพและขอขอบคุณล่วงหน้าคะ

ปล. อาจใช้คำไม่เหมาะสมขออาจารย์โปรดอภัยด้วยคะ

คำตอบ

(๑) แม้จะเรียนมาสูงแต่ความรู้ (ปัญญา) ที่พัฒนาได้มานั้น ยังเป็นความรู้ที่ไม่ถูกตรงตามความเป็นจริงแท้ จึงเอาคำพูดของผู้อื่นมาใช้อ่านใจ อารมณ์เครียดวิตกกังวลอาการย้ำคิดย้ำทำจึงได้เกิดขึ้น

วิธีแก้ไขในทางโลก หมอจะให้กินยาระงับการทำงาน ของระบบประสาท แต่ในทางธรรมแก้ด้วยการพัฒนาจิตให้ เกิดปัญญาเห็นแจ้งซึ่งมีพลังมาก ใช้ปัญญาเห็นแจ้งมาดับต้นเหตุ คือคำพูดของผู้อื่นเป็นสิ่งที่ เป็นอนัตตาไม่มีตัวตนแท้จริง จิตปล่อยวางคำพูดแล้วอารมณ์ที่ติดลบ อาการที่ติดลบจะหายไปอย่างถาวร

(๒) ประสงค์จะหลุดพ้นจากเขาต้องเอาตัวเองเข้าไปสัมผัสกับสากลพบอโยย ๆ (เจริญอสุภกรรมฐาน) จนจิตตัวเองไม่ตกเป็นทาสของรูป (ร่างกาย) ความหลุดเป็นอิสระจากเขา จึงจะเกิดขึ้นได้

สันดานของคนเป็นเรื่องที่เปลี่ยนได้ยาก การจะให้คนสองคนมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ต้องมีคุณธรรม ๔ อย่างเสมอกัน คือมีความศรัทธาเสมอกัน มีศีลเสมอกัน มีการสละบริจาคนเสมอกันและมีปัญญาเสมอกัน ถามว่าคุณจะทำได้ไหมถ้าทำได้ ความสัมพันธ์ที่ดีจะเกิดขึ้นได้

(๓) ผู้ใดพัฒนาปัญญาทางโลกให้มีมาก พัฒนาทักษะให้มีมากและพัฒนาคุณธรรมให้มีมาก ความสำเร็จและความมั่นคงของชีวิตย่อมเกิดขึ้น และผู้ใดทำตัวเองให้มีศีล ๕ คุมใจให้ได้ทุกขณะตื่นเล็กแสวงหาความสุขจากกาม แล้วไปแสวงหาความสุขจากจิตสงบชีวิตจะมีความสุขเพิ่มขึ้น



๗๓. เข้าไม่ถึงความจริงแท้

คำถาม

เรียนอาจารย์สนองที่เคารพ

ขอสอบถามปัญหา ๒ ข้อค่ะ

๑. เพื่อนสอบถามว่า เหตุใดการนั่งสมาธิแค่ข้างกระดูกหุ มีบุญมากกว่าการสร้างโบสถ์ ๑๐๐ หลัง

๒. ดิฉันเคยสอบถามปัญหาอาจารย์และอาจารย์ตอบแล้ว (ข้อ ๗๐) แต่ข้อความทั้งหมดที่เขียนรายงานคือ ในความ

คิดเห็นโดยส่วนตัว ดิฉันมอง ๒ ด้าน ในทางโลกมองอย่างทีกล่าวมาข้างต้นและดิฉันเป็นส่วนหนึ่งของสังคมครอบครัวที่ยืนหันหลังให้กับระบบทุนนิยม แต่ในทางธรรมดิฉันมีความเห็นว่าพระพุทธเจ้าเป็นผู้นำโลกในทางธรรม เพราะท่านเป็นผู้มีความเป็นสัพพัญญูคือรู้แจ้งในทุกสิ่งทุกอย่าง สามารถใช้ปัญญารู้แจ้งส่องนำทางให้กับจิตวิญญาณของมนุษย์ เทวดา และพรหมในสุทธาวาสพ้นไปจากความทุกข์ทั้งปวงได้ ซึ่งผู้นำในทางโลกไม่มีผู้ใดมีความอัจฉริยะ เช่นท่าน กลับตรงกันข้ามกันอย่างสิ้นเชิง ตั้งแต่ตื่นนอนจนหลับไปแต่ละวัน ตั้งแต่การดำรงชีพในแต่ละวันจนกระทั่งตายจากโลกไป ช่างนำคิดว่าพระพุทธเจ้ากลับเป็นผู้นำโลกได้ทั้ง ๓ โลก และเป็นผู้นำที่ไม่ล้ำสมัย เวลาผ่านมา ๒๕๐๐ ปี ท่านไม่ต้องเปลี่ยนการแต่งตัว (นุ่งจีวร), ไม่ต้องเปลี่ยนวัฒนธรรมทางความคิด และกระบวนทัศน์ใดเพื่อให้ทันต่อยุคสมัย ข้อปฏิบัติและคำสั่งสอนของท่านยังเป็นสัจธรรม นอกจากนี้ยังมีความเป็นวิทยาศาสตร์ที่สามารถยืนยันและทดสอบได้ เพียงแต่ว่าผู้ที่จะยืนยันหรือทดสอบมีความสามารถเข้าถึงได้หรือไม่ ดิฉันจึงมีความแปลกใจว่าในเมื่อสิ่งที่พระพุทธะท่านได้ทำแบบอย่างเอาไว้อย่างดีแล้ว ผ่านห้วงเวลาการพิสูจน์มายาวนานแล้ว เหตุใด มนุษย์จึงยังหลงเลือกว่าควรจะค้นคว้าหาทางสร้างหรือคิดค้นหรือทำลายล้างกันเพื่อความเป็นใหญ่ของตัวเองหรือ แก่งแย่งชิงความได้เปรียบ เพื่อสนองความเห็นแก่ตัวของตนเอง แล้วมาชู้กำปั่น

ว่าข้าพเจ้าแน่และเก่งจริง เพียงเพื่อสนองกิเลสในห้วงชีวิตหนึ่งที่มีบุญได้เกิดเป็นมนุษย์มีอายุไม่ถึง ๑๐๐ ปีนี้เท่านั้น แม้ในทางการศึกษาก็ยังคั่นคิดทฤษฎีต่างๆ มาสนับสนุนอธิบายปรากฏการณ์ต่างๆ เมื่อทฤษฎีใดไม่สามารถอธิบายปรากฏการณ์ได้ก็เปลี่ยนแนวคิดและคั่นหาทฤษฎีใหม่ แล้วเหตุใดทฤษฎีของพระพุทธเจ้าเป็นทฤษฎีถาวรไม่มีข้อโต้แย้งใดมนุษย์เราท่านจึงไม่ศึกษาและทำตัวให้เข้าถึงเพื่อพิสูจน์สังฆธรรมเหล่านั้น หากศึกษาและปฏิบัติได้ทั่วทุกแห่งในโลก ความสงบ สันติสุข จะบังเกิดในโลกหล้า ไม่ทราบว่าคุณต้องหรือไม่ ขอโทษที่เป็นคำถามที่ยาวมาก ดิฉันจะไม่รบกวนอาจารย์อีกแล้วเป็นคำถามสุดท้าย กราบขอบพระคุณค่ะ

คำตอบ

(๑) สร้างโบสถ์ ๑๐๐ หลัง มีอานิสงส์สูงสุดได้เข้าถึงสวรรค์สมบัติ นั่งสมาธิแค่ข้างกระดิกหูแต่เข้าฌานได้มีอานิสงส์สูงสุดได้เข้าถึงพรหมสมบัติ

(๒) ผู้ถามปัญหาที่มีความแปลกใจว่าทำไมมนุษย์จึงยังหลงเหลืออาหาทางคั่นคว่าเพื่อทำลายกันและกัน หรือเพื่อสนองอัตตาของตัวเอง ทำไมมนุษย์จึงไม่ศึกษาและทำตัวให้เข้าถึงสังฆธรรมของพระพุทธะ

ความแปลกใจคือความไม่แน่ใจ คือ ความสงสัย เหล่านี้มีต้นเหตุจากความไม่รู้ไม่จริง มนุษย์ส่วนใหญ่นิยมพัฒนาปัญญา

รู้ไม่จริง (สุดมยปัญญา และจินตามยปัญญา) จึงมีความเห็นเป็นคนละทางกับพระพุทธเจ้าผู้มีปัญญารู้จริงแท้

ผู้ถามปัญหายังมีความแปลกใจ นั้นเป็นหลักฐานแสดงให้เห็นว่า ผู้ถามปัญหายังมีความรู้ไม่จริง เมื่อใดผู้ถามปัญหาพัฒนาปัญญาจนเข้าถึงความเป็นผู้รู้จริงได้แล้ว ความแปลกใจในสิ่งที่ถามไปจะไม่เกิดขึ้น

ในยุคสมัยนี้เป็นยุคที่จิตวิญญาณของมนุษย์ส่วนใหญ่มีพลังน้อย จิตตกเป็นทาสของโลกธรรมและวัตถุ คนส่วนใหญ่จึงตะเกียกตะกายแสวงหาสองสิ่งนี้มาประดับตัวตน ความหวังจะให้ความสงบและสันติสุข บังเกิดขึ้นในโลกหล้า ย่อมเป็นไปไม่ได้ หากประสงค์จะพิสูจน์สังฆธรรมของความรู้แจ้ง ผู้ถามปัญหาต้องสร้างเหตุให้จิตวิญญาณของตัวเองไปเกิดในยุคสมัยที่มนุษย์เกือบทั้งหมดมีจิตเป็นอิสระจากโลกธรรมและวัตถุ (ยุคพระศรีอารยเมตไตรย) ความสงบและสันติสุขในสังคมมนุษย์จะเกิดขึ้นได้โดยไม่ต้องคาดหวัง

.....
*การทำบุญตถุสละทำอุทิศให้บริสุทธิ์ได้ ๓๖๕ ครั้ง
 ความยึดถือในตัวตน ในรูปนามและในอารมณ์ทั้งหลาย
 ที่ผ่านเข้ามาทางอายตนะ ๖ ทำอุทิศให้ตั้งมั่นอยู่ในสมาธิ
 ให้เป็น ๑ อยู่เสมอ ๒ อย่ำให้กลายเป็นเลข ๒-๓-๔-๕ ฯลฯ ไปได้*

๗๔. อิศระจากตัณหา

คำถาม

เรียนถามอ.สนองที่เคารพ

หนูอยากทราบวิธีการสอบอารมณ์ตนเองค่ะ เราจำเป็นต้องทราบที่เราปฏิบัติถึงระดับไหนหรือเปล่าคะ หนูเกิดมาในครอบครัวปฏิบัติธรรม ใส่บาตรเป็นตั้งแต่ยังเด็ก นั่งสมาธิกับตากบยาย ไปวัดทุกวันพระ และได้ค้นพบด้วยตัวเองว่าการไม่ทำให้ตัวเองทุกข์ก็คือการหยุดคิด มีอะไรอีกหลายอย่างค่ะที่ทำให้หนูคิดว่า หนูมาต่อจากชาติที่แล้ว เมื่อต้นปีที่แล้ว หนูได้รับคำแนะนำจากอ.ท่านหนึ่ง ท่านเมตตาสอนให้แยก จิต สติ ความคิด ซึ่งหนูก็เริ่มปฏิบัติด้วยการตามรู้การเดินในชีวิตประจำวัน และมีแผนที่เป็นลำดับฐานซึ่งรู้ได้ด้วยตนเอง และปฏิบัติต่อเนื่องเรื่อยมาตามความรู้ที่ได้ศึกษาจากการอ่าน ฟังธรรม สนทนาธรรม และปรากฏการณ์จากการปฏิบัติ

ไม่นานมานี้ หนูฝันถึงหลวงปู่เหรียญค่ะ ท่านเอาเท้ายื่นไว้ไม่ให้ลงจากรถ ซึ่งในรถโค้ชคันนั้นมีครูบาอาจารย์อยู่เต็มรถ ต่อมาหนูฝันถึงพ่อ ว่าพ่อเอาฉากศพผูกติดกับตัวไว้ ใครๆก็เอาศพผูกติดกับตัวไว้ เมื่อคืนก็ฝันว่ามีปลาที่เกล็ดสวยงามเหมือนมรกตบินขึ้นจากอ่างเลี้ยงปลาบินไปต่อหน้าต่อตาสูงขึ้นๆ หนูก็ถืออ่างปลาเดินตาม กลัวว่าถ้าไม่อยู่ในน้ำปลา มันจะตาย แต่มันบินอย่างมีความสุขค่ะ

ตอนนี้หนูพิจารณาขั้นชัดเจนขึ้น การน้อมนำสิ่งที่สัมผัสทางทวารทั้ง ๖ สู่อัตราลักษณ์และอริยสัจก็ดีขึ้น เห็นอะไรก็พิจารณาได้และปล่อยวางได้ ทำให้จิตเบาขึ้นๆ ไม่มีความโกรธ โลก อยู่ในใจเลย โทสะ มีบ้าง แต่ก็เห็นชัดตั้งแต่มันรู้สึกจึงปล่อยวางได้ ยิ่งมาป่วยหนัก ทำให้พิจารณาความตายได้โดยไม่มีความกลัว

ตอนแรกหนูไม่ได้สนใจปรากฏการณ์เหล่านี้เท่าไรคะ จนมีเพื่อนคนหนึ่งถือศีล ๘ เครื่องครัด มาปรามาสว่า เราปฏิบัติไม่ก้าวหน้าเนื่องจากศีล ๕ เราไม่ครบ (คือเค้าไม่รู้ทางปฏิบัติเราและมันไม่ได้เป็นอย่างนั้น หนูถือศีลข้อเดียวค่ะ) ก็ไม่ได้โกรธเค้านะคะ ก็แนะนำเค้าด้วยความเมตตาว่าการถือศีลนั้นก็ดี แต่มันไม่ได้เป็นมิตตัตถกิเลส พี่เค้าก็ปรามาสต่อว่าครูบาอาจารย์เราเป็นใคร ครูบาอาจารย์เค้าเป็นใคร หนูเลยเจ็บเสียแต่ไม่อยากให้ใครมาปรามาสธรรมะในตัวเราเลยคะ เพราะของดีเราเห็น ตอนแรกไม่คิดจะอยากรู้อะไรคะ จะปฏิบัติไปเรื่อยๆ อาจารย์ว่าหนูควรจะรู้ระดับของตัวเองหรือไม่คะ

ขอบคุณที่อาจารย์เมตตาตอบค่ะ สาธุ

คำตอบ

ไม่จำเป็นต้องทราบ จะหยุดคิดได้มีอยู่ ๒ กรณีคือทำจิตให้ตกว่างค์(นอนหลับ) หรือพัฒนาจิตให้ไปเกิดเป็นอสังขญีสัตตาพรหม (พรหมที่มีแต่รูปไม่มีจิต)

ผู้ใดอยากทราบระดับความรู้(ปัญญา)ของตัวเอง ผู้นั้น จะไม่รู้ แต่ถ้าผู้ใดทำจิตให้เป็นอิสระจากความอยากรู้ (ปลอด ตัณหา) ผู้นั้นมีโอกาสเข้าถึงระดับของความรู้ของตัวเอง นี่คือ คำตอบที่ถามไปว่าควรจะรู้ระดับของตัวเองหรือไม่ และเช่น เดียวกัน ความไม่อยากให้ใครมาปรามาสธรรมที่มีอยู่ในตัวเอง ยังเป็นความเห็นผิดเพราะในทางธรรม ไม่มีผู้ใดสามารถแก้ ปัญหาเห็นผิดหรือเห็นถูกให้กับใครได้ เว้นแต่ว่า ผู้นั้นต้องแก้ ปัญหาให้กับตนเอง



๗๕. บุญใหญ่สุด

คำถาม

เรียนอ.ดร.สนอง

๑. เมื่อสัตว์เลี้ยงที่บ้านป่วยแล้วเราไม่พาเค้าไปหาหมอ จะถือว่าเป็นบาปไหมคะ จะปล่อยให้เค้าไปตามกรรมของเค้า หรือ ว่าเราต้องช่วยเค้าให้ถึงที่สุดคะ

๒. ดิฉันมีรูปภาพพระพุทธรูปอยู่ที่บ้าน โดยจะสวม มนต์หน้ารูปภาพพระพุทธรูปอยู่เป็นประจำ อยากเรียนถามว่า จะมีเทวดาอยู่ในรูปภาพได้หรือไม่ เนื่องจากดิฉันไม่มีองค์ จำลองมีแต่เพียงรูปภาพคะ

๓. ทำบุญบุญที่ได้จากการเจริญวิปัสสนากรรมฐานจึง

ถือว่าเป็นบุญที่ยิ่งใหญ่ที่สุดคะ ทำไมอาานิสงค์มันถึงได้มากมาย ขนาดนั้น

๔. ทำไมจึงกล่าวว่าขณะที่ตายถ้าเราคิดยังไง เช่น คิด ไม่ดี ก็จะไปเกิดในอบาย แล้วถ้าคนๆ นั้นเป็นคนที่ทำความดีมา ตลอด แต่ขณะตายดันไปคิดเรื่องไม่ดีเข้า มันจะยุติธรรมหรือ คะ กับคนที่ทำชั่วมาตลอดแต่ขณะตายก็สวดมนต์ คิดแต่สิ่งดีๆ รบกวณาจารย์ด้วยนะคะ ขอขอบคุณคะ

คำตอบ

(๑) มิได้ประพฤติผิดศีล ไม่ถือว่าเป็นบาปแต่เป็นความ มัวหมอง (มลทิน) ของใจที่ไม่มีเมตตากรุณา

(๒) เทวดาพวกที่ศรัทธาในพุทธศาสนาจะไม่เข้าไปอยู่ในรูปจำลองขององค์พระพุทธรู แต่จะปกป้องคุ้มครองอยู่ใกล้ๆ

(๓) การเจริญวิปัสสนากรรมฐานถือว่าเป็นบุญใหญ่สุด เพราะปฏิบัติเช่นนี้เป็นหนทางนำพาชีวิตไปสู่นิพพานสมบัติได้

(๔) ยุติธรรม หมายถึง ความชอบด้วยเหตุผล ผู้มี ความเห็นถูกตามธรรมเชื่อว่าสัตว์โลกเป็นไปตามกรรมและเชื่อ ว่ากรรมใกล้ตาย (อาสันนกรรม) จะให้ผลก่อนถ้าไม่มีกรรมหนัก (ครุกรรม)และกรรมที่ทำจนเคยชิน (อาจिณณกรรม)ให้ผล

ปัญหามีอยู่ว่า เมื่อใกล้ตายจิตระลึกได้ในกุศลกรรม แล้วจิตหลุดออกจากร่างทันที แรงของกุศลกรรมจะผลักดันจิต ให้ไปเกิดเป็นสัตว์อยู่ในสุคติภพ ตรงกันข้ามเมื่อใกล้ตายจิต ระลึกได้ในอกุศลกรรมแล้วจิตหลุดออกจากร่างทันทีแรงของ อกุศลกรรมจะผลักดันจิตให้ไปเกิดเป็นสัตว์อยู่ในทุคติภพ

๗๖. จิตไม่ใช่เรา

คำถาม

ขอโอกาสค่ะ

ถ้าภาวนาจนเกิดปัญญารู้ว่า “จิตไม่ใช่เรา” สงสัยค่ะ ว่าตอนตาย ถ้ามีสติรู้อยู่ ฝ้าดูว่า จะเกิดอะไรต่อไป แต่จิตยังไม่ได้หลุดพ้นเนื่องจากยังมีกิเลสเหลืออยู่ อะไรจะเป็น ตัวนำไปเกิดเป็นเพราะตัวรู้ยังอยู่ใช่ไหมคะ เพราะถ้ามีตัวรู้ก็ถือว่ายังมีจิต ขอความกรุณาท่านอาจารย์ อธิบายการสร้างภพของจิตด้วยค่ะ
ขออนุโมทนาบุญในมหากุศลจิตค่ะ

คำตอบ

เมื่อปัญญาเห็นว่า “จิตไม่ใช่เรา” แล้วยังเกิดความสงสัย แสดงว่าปัญญาที่นำมาใช้พิจารณาจิตนั้น เป็นจินตามยปัญญา แต่ถ้าเป็นปัญญาเห็นแจ้ง(ภาวนามยปัญญา) ที่เกิดขึ้นในดวงจิตแล้วจะไม่เกิดเป็นความสงสัย

ดังนั้นตัวที่จะนำจิตไปเข้าอยู่อาศัยในร่างใหม่คือความไม่รู้จริง(อวิชชา) ที่ยังมีอยู่ในดวงจิตนั่นเอง

ผู้ถามปัญหาประสงค์จะรู้การสร้างภพของจิต ต้องไปดูเรื่องสิ่งทั้งหลายอาศัยกันจึงเกิดมีขึ้น(ปฏิจลสมุปบาท)

.....
: *สมาธิ คือ ความมีจิตตั้งมั่น เมื่อเราคิดว่าทำอะไร*
: *ก็ต้องทำให้มันจริงลงไป ถึงจะเกิดผล*
:

๗๗. อุทิศบุญให้คนเป็น

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์ ดร.สนอง ที่เคารพอย่างสูง
หนูจะ อุทิศส่วนกุศล ทุกครั้งหลังจากนั่งสมาธิค่ะ ...
คำว่า “อุทิศส่วนกุศล” เราใช้กับคนเป็นได้หรือไม่คะ หรือว่า ใช้เฉพาะกับคนตายแล้วเท่านั้น ?

หนูต้องการให้บุญที่เกิดจากการทำสมาธิของหนูนี้ (ถึงแม้จะเป็นบุญเพียงเล็กน้อย แต่หนูก็จะเพียรทำทุกวัน) ให้กับพ่อแม่ หนูตั้งจิตอธิษฐาน แล้วใช้คำว่า อุทิศส่วนกุศล ให้กับพ่อแม่ ได้หรือไม่คะ? ขอบพระคุณในความเมตตาของท่านอาจารย์ค่ะ ด้วยความเคารพอย่างสูง

คำตอบ

การอุทิศส่วนกุศลจะสัมฤทธิ์ผลได้ต้องประกอบด้วยปัจจัย ๓ คือ มีผู้อุทิศให้ มีบุญกุศลที่อุทิศ มีผู้มาอนุโมทนา ฉะนั้นคนที่ตายไป แล้วไปเกิดเป็นรูปนามใหม่ที่มีลักษณะต่างไปจากรูปนามเดิม หรือมีลักษณะเหมือนรูปนามเดิมที่เป็นทิพย์ (สัมภเวสี) รวมถึงรูปนามที่ถูกสมมุติว่าเป็นพ่อเป็นแม่ หากเขาเหล่านั้นสามารถมาอนุโมทนาบุญได้การอุทิศกุศลนั้นจะบรรลุลผล

ผู้ถามปัญหาถามไปว่าอุทิศส่วนกุศลให้กับพ่อแม่ได้หรือไม่จึงตอบว่า คุณสามารถอุทิศกุศลให้ท่านได้ ปัญหามีอยู่ว่าท่านรับรู้หรือไม่ ถ้าพ่อแม่รับรู้และอนุโมทนาผลสัมฤทธิ์แห่งการอุทิศกุศลจะเกิดขึ้น

๗๘. วิธีบริหารจัดการหนี้กรรม

คำถาม

เจริญพร คุณโยม ดร. สนนอง วรอุไร

อาตมาภาพ ได้บวชเรียนในบวรพระพุทธศาสนา สาย
ธรรมยุติ ณ วัดป่าภูกิริห์ตตปฏิบหาราม จ.ปทุมธานี เมื่อ ๑๔ ก.ค.
๒๕๕๐

เนื่องจากต้องการปฏิบัติกรรมฐาน อยู่ป่า เพื่อหลีกเลี่ยง
เร้นและหนีสงสาร จากโลก (ปัจจุบันจำวัดอยู่วัดสีตลาราม(ธ)
จ.ตาก) และความที่ไม่ได้รับความเป็นธรรมจากการประพฤติใน
เพศฆราวาส จนเป็นเหตุให้ถูกอดีตภรรยา ได้ใส่ร้ายฟ้องร้อง
เป็นคดีอาญา กล่าวหาว่าได้ทำการอนาจารบุตรสาว วัย ๔ ขวบ
ซึ่งอาตมาภาพในสมัยเป็นฆราวาสนั้น ก็ถูกอดีตภรรยาและ
ครอบครัว ได้กีดกันและไม่ให้พบลูกสาวเลย ตั้งแต่ลูกสาวอายุ
ได้ ๖ เดือน และต้องต่อสู้ฟ้องร้องกันมาตลอด ๔ ปี จนลูกอายุได้
๔ ขวบ และการที่เขาไม่ทำตามข้อตกลงเลย จึงเป็นเหตุให้
อาตมาภาพ ขอออกหมายจับและหมายขัง จนศาลอนุมัติตาม
คำขอ แล้วต่อมาก็เกิดความกลัว จึงส่งมอบลูกสาววัย ๔ ขวบ
ให้อาตมาภาพ และเป็นเหตุให้เขาและครอบครัว ใส่ร้ายว่า
อาตมาภาพ(ฆราวาส) ทำอนาจาร ลูกสาวตนเอง นี่คือการรณ ณ
ปัจจุบัน และผูกพันมาแต่อดีตชาติ

อาตมาภาพมีความซาบซึ้งในพระคุณของพระสัมมา
สัมพุทธเจ้า และพระพุทธศาสนา จนเป็นเหตุให้เกิดสัมมาทิฐิ
ที่จะครองเพศสมณ เพื่อเจริญในธรรม ตราบเท่าที่บุญยังมีอยู่
จึงเจริญพร มาเพื่อขอให้คุณโยม ช่วยแนะนำบุพกรรม
และกรรมในปัจจุบันแก่อาตมาภาพ ตามความเหมาะสมด้วย
เจริญพร

คำตอบ

นักวิทยาศาสตร์เชื่อในความเป็นเหตุผล เมื่อมีเหตุเกิด
ย่อมมีผลเกิดตามมา หรือผลที่เกิดขึ้นย่อมมีเหตุที่ทำให้เกิด ผู้ที่
เข้าถึงธรรมในพุทธศาสนาว่าไม่มีแม้เพียงสิ่งใดสิ่งหนึ่งเกิดขึ้น
โดยบังเอิญทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้น ย่อมมีเหตุที่ทำให้เกิดทั้งสิ้น
กรรมวิบาก มีจริง เป็นประสบการณ์ตรงของผู้ตอบปัญหาจึง
ขออนุญาตแนะนำพระคุณเจ้าว่า การจะให้ปัญหาของพระคุณ
เจ้าหมดไปสามารถทำได้ ๔ อย่างคือ

๑. ยอมรับความจริงของบุพกรรมและยอมชดใช้วิบาก
ของกรรมที่ตามมาทันในชาติปัจจุบัน ชดใช้ไปเรื่อย ๆ จนกว่า
หนี้เวรกรรมจะหมดสิ้น

๒. ทำบุญใหญ่แลกหนี้ บุญใหญ่ต้องทำด้วยการปฏิบัติ
จิตตภาวนาแล้วอุทิศบุญที่เกิดขึ้นให้กับเจ้าหนี้เวรกรรม (อดีต
ภรรยาและลูกสาว) ไปเรื่อย ๆ วิธีนี้เป็นเอาบุญของ
พระคุณเจ้าแลกกับหนี้บุพกรรมที่เป็นเวรต่อกัน

๓. สร้างความดีหนี้หนี้ ด้วยการพัฒนาตัวเองให้มีความเพียรไม่ประพฤติกุศลกรรมใหม่ให้เกิดขึ้น เพียรกำจัดอกุศลกรรมเก่าให้หมดไปเพียรทำความดีทุกรูปแบบให้มีกำลังหนีทันอกุศลวิบากที่จะตามมาให้ผลและสุดท้ายเพียรรักษาความดีที่พัฒนาได้ให้คงอยู่

๔. หนีเข้านิพพานด้วยการพัฒนาจิตตนเองจนหมดอาสวกิเลสแล้วดับรูปดับนามเข้านิพพาน

ทั้ง ๔ ข้อเป็นทางปฏิบัติของอริยบุคคล ในการบริหารจัดการนำพาชีวิตของตนเองข้ามวิญญะ คือข้ามไปจากความทุกข์ทั้งมวล

๗๙. ชีวิตที่ต้องเลือก



คำถาม

เรียน ท่านอาจารย์สนอง

รบกวนสอบถามว่าถ้าสามีไปมีคนอื่น แต่ยังรักและผูกพันกับเราอยู่ แต่ก็ยังห่วงอีกฝ่ายไม่สามารถตัดใจได้ ผู้หญิงท่านนั้นก็ไม่ว่าว่ามีภรรยาแล้ว แต่สามีกลับมาสารภาพกับเราเอง เพราะอยากมีลูกกับผู้หญิงคนนี้ และเพราะเราไม่สามารถมีลูกกับเค้า สามีก็เลยคิดจะไปแอบมีอะไรกับผู้หญิงท่านนี้เพื่อจะได้มีลูก และเก็บผู้หญิงคนนี้ไว้ลับ ๆ โดยไม่ได้เปิดเผย

เผย แต่ขณะนี้ยังไม่ถึงขั้นมีลูก แต่ก็มิอะไรกันแล้ว สามีบอกห่วงผู้หญิงคนนี้เพราะเค้ายังอายุน้อยและถูกหลอกง่าย เกรงว่าจะเจอคนไม่ดีและถูกคนอื่นหลอก แต่ถ้าเค้าไปเจอคนดีและรักกันก็เต็มใจปล่อยไป เมื่อเรารู้เรื่องก็อดหัวนโหวตเศร้าใจไม่ได้ อยากจะขอเลิกเราในฐานะการเป็นภรรยา แต่ความเป็นเพื่อนก็ยังมิให้เหมือนเดิม ไม่เกลียดโกรธ แต่เค้าขอร้องไว้ว่าให้ช่วยอยู่กับเค้า เพื่อที่เค้าจะได้หยุดความเจ้าชู้ให้หน่อยลง และไม่ทำร้ายผู้หญิงอีกมากมาย ที่ผ่านมามีเค้าจะเจ้าชู้ก็ทะเลาะกันหลายครั้งแต่ตอนหลังเราก็ดื้ออภัย เพราะเค้าจะสารภาพเองเรื่องนี้เอง จับได้บ้างแต่เค้าก็จะบอกรายละเอียดจนหมด

ประเด็นที่ถามคือ ถ้าเค้าไม่สามารถตัดใจจากผู้หญิงอีกท่าน เราควรจะตัดใจเองดีหรือไม่ เพราะไม่อยากจะเข้าไปในวงจรเมียหลวงเมียน้อย คือเรารู้เรื่องแล้วก็เหมือนสมรู้ร่วมคิดกับสามีในการหลอกผู้หญิงคนนั้น

แต่เค้าขอให้เราวางเฉยปฏิบัติธรรมอะไรก็ได้ แต่ก็ขอให้เราทำหน้าที่ภรรยาต่อ คือให้ทำอย่างนั้นเราก็ทำได้ แต่จะเป็นการสร้างกรรมกับผู้หญิงคนคนนั้นหรือไม่ เค้าบอกถึงเราจะเลิกกับเค้า เค้าก็ไม่สามารถอยู่กับใครได้เหมือนเรา ไม่มีใครที่เข้าใจและพูดคุยกันได้เปิดอกเหมือนเรา ขอบพระคุณค่ะ

คำตอบ

มนุษย์เป็นสัตว์สังคม สัตว์สังคมทุกตัวตนมีวงจรกรรมหลากหลาย ที่เข้าไปมีส่วนร่วมผู้ตอบปัญหาเคยร่วมวงจรกรรมทุกศีลข้อ ๕ ด้วยปรารถนาพัฒนาชีวิตของตนเองให้ดี ให้เป็น

ตัวอย่างของสังคมนตรี จึงกันตัวเองออกจากวงจรอุตุลกรรมนั้น

ผู้ถามปัญหามีชีวิตเป็นของตัวเอง และประสงค์ไม่เข้าไปมีส่วนร่วมในวงจรกรรมภรรยาหลวง-ภรรยาน้อย ต้องตัดสินใจและเลือกทางเดินของชีวิตด้วยตัวเอง แต่ก่อนมีการตัดสินใจว่าจะทำอะไร ขอยกตัวอย่างวงจรกรรมภรรยาหลวง-ภรรยาน้อยมาบอกเล่าให้ฟังว่า ในอดีตมีลูกสาวคบหบดีสองคนลูกสาวคนพี่ชื่อภัททา คนน้องชื่อสุภัททา พี่สาวออกเรือนไปแต่งงานอยู่กับสามีแต่ไม่มีบุตร จึงบอกสามีให้ไปขอสุภัททามาเป็นภรรยาน้อย ทั้งภรรยาหลวงและภรรยาน้อยมีจิตเป็นกุศล ขวนขวายในการทำบุญให้ทาน ช่วยกันปรุงอาหารถวายพระที่มารับบิณฑบาต เมื่อทั้งสองตายไป ภัททาไปเกิดเป็นบาทบริจาริกาของพระอินทร์อยู่ในสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ ส่วนสุภัททาไปเกิดเป็นเทพนารีอยู่ในสวรรค์ชั้นนิมมานนรดี

กรรมคือการกระทำ ทำดีเรียกว่ากุศลกรรม เมื่อใดที่กรรมให้ผลจะให้ผลเป็นกุศลวิบาก ดังตัวอย่างของภัททา กับสุภัททา ส่วนกรรมไม่ดี(อกุศลกรรม) เมื่อทำแล้วจะให้ผลเป็นอกุศลวิบาก ดังตัวอย่างของอสิทาสี ซึ่งอดีตกรรมเคยไปขุสามีให้ขับไล่ภรรยาหลวงให้ออกจากบ้าน ชาติที่มาเกิดอยู่ในครั้งพุทธกาล กรรมชั่วให้ผล แต่งงานแล้วจึงต้องเป็นหม้ายถึง ๓ ครั้ง ด้วยสามีทั้งสามคนปฏิเสธที่จะอยู่รวม

ฉะนั้นผู้ถามปัญหาจะเลือกทำกรรมชนิดใด ต้องบริหารจัดการชีวิตด้วยตัวเอง ผู้ตอบปัญหาเป็นได้เพียงผู้ชี้ทางทั้งดีและไม่ดีให้เลือกเท่านั้น

๘๐. นิโรธสมบัติ

คำถาม

เรียน อาจารย์คะ

ดิฉันมีศรัทธาจะได้ทำบุญกับพระที่ออกจากนิโรธสมบัติ ได้อ่านจากหนังสือของอาจารย์ว่ามีพระที่เข้านิโรธสมบัติทุกปี วัดที่อยู่จังหวัดสระบุรี อยากทราบว่าวัดอะไรอยู่อำเภอไหน มีกำหนดการอย่างไร ขอความเมตตาอาจารย์บอกรายละเอียดด้วยคะ ด้วยความเคารพอย่างสูงยิ่ง

คำตอบ

พระสงฆ์ที่เข้านิโรธสมบัติประจำทุกปีนั้นอยู่ที่วัดศรีดอนมูล อำเภอสารภี จังหวัดเชียงใหม่ มิได้อยู่ที่จังหวัดสระบุรี ปีนี้ท่านจะเข้านิโรธสมบัติวันที่ ๒๑ กุมภาพันธ์ และจะออกจากนิโรธสมบัติในวันที่ ๒๔ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๕๑

โรคทางกาย ไม่สำคัญเท่าใจ เพราะเมื่อเราตายแล้ว ถึงจะรักษาหรือไม่รักษามันก็ตาย ส่วนโรคทางใจนั้น เราตายแล้วมันก็ยังไม่หาย ทำให้ต้องเวียนตายเวียนเกิด

อิทธิพลชาติ หลลาภพ

๘๑. คนแปลกแยก

คำถาม

กราบเรียน ท่านอาจารย์สนอง ที่เคารพ
 หนูขอคำแนะนำด้วยคะ เรื่องการปฏิบัติตัวในสังคม เนื่องจากในสังคมที่ทำงานของหนูนั้น มีหนูเพียงคนเดียวที่ค่อนข้างจริงจังในการปฏิบัติธรรม นอกนั้นจะปฏิบัติเพียงตามโอกาสและประเพณีเท่านั้น และบางคนก็จะสนใจในเรื่องวัตถุ มงคลไปเลย พอหนูปฏิบัติธรรมได้สัก ๑ ปี ผ่านมานั้น หนูรู้สึกอยากปลีกตัวและเลิกพูดคุยกับเพื่อนๆ ที่ทำงาน เพราะเรามักจะพูดคุยแต่เรื่องไร้สาระ ครบเครื่องหมดเลยคะ ทั้งพูดเสียดสี พูดเพื่อเจ้าปล่าประโยชน์ ถึงแม้มันจะเป็นการพูดคุยหยอกล้อกันเล่นๆ ไม่ได้มีประสงค์ร้ายต่อกันก็เถอะ ปัญหาคือ พอหนูทำตัวสันโดษ ก็กลายเป็นคนแปลก แตกแยกจากคนอื่น มีแต่คนบอกให้ทำตัวเหมือนเดิม เพราะอย่างไรเราก็ยังอยู่ในสังคม (คือยอมรับนะคะว่าหนูเองก็เป็นหัวใจตัวฮาของกลุ่มเลยนะคะ) หนูก็เลยไม่รู้จะทำตัวอย่างไร ทำตัวเหมือนเดิมก็รู้สึกว่าจะทำให้เราปฏิบัติธรรมได้ไม่เต็มที่และไม่ก้าวหน้าเลย พยายามเดินทางสายกลาง แต่ทุกครั้งทีจบการสนทนากับเพื่อนๆ ก็รู้สึกเป็นทุกข์ พอแยกตัวออกห่าง ก็กลายเป็นเหมือนคนแปลกหน้ากันอีก ขอท่านอาจารย์แนะนำทางสว่างเป็นวิทยาทานให้หนูด้วยคะ

อีกเรื่องหนึ่งคะ หนูขออนุญาต write CD ธรรมะบรรยายหรือหนังสือที่ท่านอาจารย์เป็นผู้เขียนที่หนูโหลดจากเว็ปกัลยาณธรรม มอบเป็นธรรมทานตามโอกาสที่หนูสามารถทำทานได้ด้วยนะคะ

สุดท้ายนี้ ขอท่านอาจารย์มีสุขภาพแข็งแรง สำเร็จมรรคผล นิพพาน ตั้งใจปรารถนาจะขอบพระคุณคะ

คำตอบ

คำว่า “ครบเครื่อง” สำหรับอภุศลวจีกรรมมี ๔ อย่าง คือ พูดเท็จ พูดส่อเสียด พูดหยาบ พูดเพื่อเจ้า

ในครั้งพุทธกาลพระพุทธเจ้าได้สอนเถรราหุล ให้สำเหนียกอยู่เสมอว่า “จักไม่กล่าวเท็จ แม้เพียงประสงค์จะให้หัวเราะเล่น” และมีอยู่ครั้งหนึ่งพระพุทธะได้เสด็จหมู่บ้านพราหมณ์ชนบทห่างไกลที่ชื่อว่าหมู่บ้านสาละซึ่งอยู่ในแคว้นโกศล พระพุทธะได้ตรัสกับหมู่พราหมณ์ในความหมายที่ว่า อภุศลกรรมบถ ๑๐* เป็นทางดำเนินไปสู่สวรรค์ อภุศลกรรมบถ ๑๐ เป็นทางสู่นรก

ฉะนั้น ผู้ถามปัญหามีชีวิตเป็นของตัวเอง จึงต้องเลือกด้วยตัวเองว่าจะนำพาชีวิตไปบนเส้นทางใด ผู้ตอบปัญหามีบังอาจตัดสินใจแทนใครได้ ผู้ตอบปัญหาเป็นได้เพียงผู้ชี้ทาง

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

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

๘.ไม่โลภอยากได้ของเขา ๙.ไม่พยาบาทปองร้ายเขา ๑๐.ไม่เห็นผิดจากคลองธรรม คือไม่คิดแย้งกับหลักธรรม

อภุศลกรรมบถ ๑๐ ทางแห่งกรรมที่เป็นอภุศล คือ การกระทำอันเป็นทางนำไปสู่ทุกข์ มี ๑๐ อย่าง แยกได้เป็น ๓ หมวด คือการกระทำตรงข้ามกับอภุศลกรรมบถ ๑๐

๘๒. ทำดีให้ยิ่งขึ้น

คำถาม

เรียนอาจารย์สนองที่เคารพ

ไม่ได้เป็นคำถามคะ อยากเล่าสู่กันฟัง

ดิฉันมีลูกสาวอายุสามขวบกว่า มีปัญหาครอบครัว และนอนกันคนละห้องกับสามี ดิฉันนอนกับลูกสาว และมักจะสวดมนต์ก่อนนอน ตั้งใจทำให้ลูกดูเป็นตัวอย่าง แต่ห้องดิฉันไม่มีพระพุทธรูป จึงกราบรูปพระพุทธรูปที่หน้าปกหนังสือแทน (พระพุทธรูปอยู่ห้องนอนสามี ซึ่งเดิมเป็นห้องพระ) อยู่มาวันหนึ่งลูกสาวบอกว่าอยากให้มีพระพุทธรูปในห้องนอนของดิฉัน ดิฉันได้ยินก็ไม่ว่าอะไร คิดว่าถ้าลูกไม่พูดอะไรอีก ก็จะเฉยๆ ผ่านมาหลายวัน ลูกสาวตื่นนอนกลางวัน ก็พูดว่ายายๆ ร้องไห้ จูงมือแม่เดินขึ้นชั้นบนไปห้องพระ บอกว่าอยากให้อ้ายพระพุทธรูปไปไว้ห้องแม่ จะได้ไม่ต้องกราบหนังสืออีก ดิฉันซาบซึ้งมาก ใจหนึ่งก็บ้ำ ดิฉันตั้งใจจะไปเช่าพระตามความต้องการของลูก แต่ไม่ได้เอามาจากห้องพระเพราะเป็นของสามี บางครั้งเขาเองก็กราบไหว้เช่นกัน แต่นานๆ ครั้งจะไหว้ เขามักจะมาเป็นประจำ และมักจะนอนหลับในสภาพนั้น เรื่องราวจบลงด้วยการที่ดิฉันได้พระพุทธรูปมาจากวัดหนึ่ง ซึ่งเจ้าอาวาสท่านได้เมตตาให้มา โดยไม่ต้องเสียทรัพย์บูชา ดิฉันก็กั้นห้องนอนทำเป็นห้องพระ วันแรกที่ได้มาลูกสาวได้ไปนั่งสวดนะโมจบไปหลายจบ

ดิฉันต้องรับผิดชอบทุกอย่าง แต่ก็พยายามใช้ชีวิตให้มีคุณค่าด้วยการทำงานและดูแลลูกเต็มที่แม้ว่ามันจะเหนื่อยมาก คิดว่าการได้สวดมนต์ นั่งสมาธิ ฟังธรรมะ จะช่วยเตือนสติตัวเองบ้าง เพราะทุกๆ วัน มีมารมาทำท่ายอยู่ตลอดเวลา ต้องอดทนมากเหลือเกิน

ขอบพระคุณอาจารย์และชมรมกัลยาณธรรม ที่ได้ให้สิ่งที่มีคุณค่าต่อสังคม

คำตอบ

...สาธุ รักษาความดีให้คงอยู่ตลอดไปและทำดีให้ยิ่งๆ ขึ้น



หน้าที่ของเราในการทำสมาธิมีอยู่ ๔ อย่างคือ

๑. รู้ลมเข้าออก
๒. รู้จักปรับปรุงลมหายใจ
๓. รู้จักเลือกเวลาลมอย่างไรให้สบายไม่สบาย
๔. ใช้ลมที่สบายสังหารเวทนามาที่เกิดขึ้น

๘๓. เงินไม่บริสุทธิ์

คำถาม

กราบเรียนสอบถาม อ.ดร.สนอง ดังนี้ค่ะ

๑. เงินที่ได้มาจากการถูกลอตเตอรี่ ถ้านำมาทำบุญจะถือว่าบาปไหม แล้วการได้เงินมาดังนี้ถือว่าเป็นเงินที่ไม่บริสุทธิ์หรือเปล่าคะ

๒. บ้านดิฉันไม่มีห้องพระ อยากเข้าพระพุทธรูปมาไว้ในห้องนอน แต่เคยได้ยินมาว่ามันไม่ควร เนื่องจากเทวดาจะไม่ได้เข้ามา และอีกอย่างดิฉันเป็นผู้หญิงบางครั้งต้องเปลี่ยนเสื้อผ้าในห้อง มันไม่สมควรหรือเปล่านั้น อาจารย์ ตอนนี้อยู่ในห้องจะมีแต่รูปของพระพุทธรูป และพระสงฆ์ที่ดิฉันรักและเคารพ

๓. ดิฉันต้องขับรถประจำ เวลาขับรถหรือรถติด ดิฉันจะสวดมนต์ แต่ไม่ได้ยกมือขึ้นประนม เพราะต้องจับพวงมาลัยอย่างนี้จะถือว่าได้ไหมคะ เพราะทุกครั้งที่สวดมนต์เราต้องยกมือขึ้นประนม ดิฉันไม่ค่อยสบายใจกลัวว่าจะเป็น การหลบหลู่

๔. การฝึกแบบมโนมยธรรมมีหลักการอย่างไรหรือคะ ดิฉันเคยมีโอกาสได้เข้าไปเรียนแต่ไม่เข้าใจวัตถุประสงค์ของการทำอย่างนี้ ปกติดิฉันจะนั่งวิปัสสนากรรมฐาน เดินจงกรม ตามปกติขอบคุณคะอาจารย์

คำตอบ

(๑) สังคมได้อนุญาตให้กิจการลอตเตอรี่เป็นสิ่งถูก

กฎหมาย เงินที่ได้จากการถูกรางวัลจึงเป็นเงินบริสุทธิ์ตามที่สังคมบัญญัติ แต่การซื้อขายลอตเตอรี่เป็นเหตุแห่งอบายมุข นำความเสื่อมมาสู่ชีวิตได้

ฉะนั้นการได้เงินจากการถูกรางวัลจึงเป็นเงินที่ไม่บริสุทธิ์ในทางธรรม ผู้ใดนำเงินที่ไม่บริสุทธิ์ไปทำบุญ อานิสงส์ที่เกิดขึ้นจึงได้บุญที่ไม่บริสุทธิ์ เป็นบุญที่มีบาปเจือปน

(๒) เอาพระพุทธรูปมาไว้ในห้องนอน เพื่อจุดประสงค์กราบไหว้สวดมนต์ก่อนนอน เป็นการกระทำที่ไม่สมควร ผู้ใดศรัทธาในพุทธศาสนา สามารถสนใจไปกราบไหว้และสวดมนต์บูชาคุณพระรัตนตรัย ต่อหน้าพระพุทธรูปในโบสถ์ใดโบสถ์หนึ่งที่คุณเคย หรือต่อองค์พระแก้วมรกตที่ประดิษฐานอยู่ในโบสถ์วัดพระแก้วในพระบรมมหาราชวังก็สามารถปฏิบัติได้

(๓) มนุษย์ทำกรรมได้ ๓ ทาง คือ ทางกาย ทางวาจา ทางใจ เมื่อใจมิได้คิดลบลู่ การสวดมนต์ทางวาจา กับทางใจสามารถทำได้

(๔) มโนมยธรรม หมายถึง การมีฤทธิ์ทางใจ เป็นโลกียอภิญาตว่าที่ ๒ ในวิชา ๘ มโนมยธรรมเกิดได้กับผู้มิจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิ (สมถกรรมฐาน) ผู้ตอบปัญหาไม่แนะนำผู้ใดให้ตั้งเป้าหมายพัฒนาจิตเพื่อให้เกิดฤทธิ์ทางใจเพราะไม่ทำให้พ้นไปจากทุกข์ได้ แต่ผู้ตอบปัญหาแนะนำให้ฝึกวิปัสสนากรรมฐานเพื่อเป้าหมายของการเกิดวิปัสสนาญาณ แล้วใช้ปัญญาเห็นแจ้งกำจัดกิเลสให้หมดไปจากใจได้เมื่อใดแล้ว วิธีแห่งการพ้นไปจากทุกข์ซึ่งจะเกิดขึ้นได้

๘๔. มนุษย์และเทวดาที่ดี

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์ดร. สอนอง

ได้อ่านหนังสือของอาจารย์เกือบทุกเล่ม รู้สึกดีมากคะ
ทีนี้มีคำถามมาถามอาจารย์ ๓ ข้อ วอนอาจารย์ช่วยให้คำ
แนะนำด้วยคะ

๑. เคยขโมยเงินคุณพ่อไปใช้แบบที่เราอยากใช้ ทีนี้สิ่ง
นี้มันตามวนเวียนมาในหัวสมองจนรู้สึกว่ายังผิดอยู่ประจำ อยาก
หาทางหรือวิธีชดใช้กรรม แต่ไม่อยากจะสารภาพกับคุณพ่อ อาจารย์
ช่วยแนะนำให้ทีคะ

๒. มีวิธีทำอะไรให้เราทำงานแล้วมีความสุขทั้งๆ ที่
ไม่ชอบระบบการทำงาน นิสัยเพื่อนร่วมงาน เจ้านาย

๓. ถ้าเป็นคนติดการโกหกเพื่อทำให้เราหลุดพ้นออก
จากความทุกข์ มีวิธีไหนที่จะแก้ได้บ้างคะ

รบกวนอาจารย์แค่ ๓ ข้อคะ กราบขอบพระคุณ
อาจารย์เป็นอย่างสูงคะ

คำตอบ

(๑) ผู้ใดวิ่งหนีห่างจากความจริง ผู้นั้นไม่สามารถแก้
ปัญหาได้ ฉะนั้นผู้ถามปัญหาประสงค์จะให้กุศลกรรมทุกศีลข้อ ๒
ที่เคยทำไว้กับคุณพ่อให้หมดไป ต้องอยู่กับความจริงยอมรับ
ความจริงแล้วนำพวงมาลัยดอกไม้สดไปสารภาพความผิด ที่

เคยไปขโมยเงินของท่าน เมื่อใดที่คุณพ่อเอ่ยปากยกโทษให้ คุณ
จึงจะพ้นจากความผิดที่ทำนั้นได้ และต้องไม่ขโมยเงินของท่านอีก

(๒) เรื่องเช่นนี้เกิดขึ้นด้วยเหตุผู้ถามปัญหามีปัญญา
เห็นผิด หากประสงค์จะให้ปัญหานี้หมดไปต้องแก้ไขที่ตัวผู้ถาม
ปัญหาเอง ด้วยการพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาเห็นแจ้ง นำตัวเอง
เข้าฝึกวิปัสสนากรรมฐาน เมื่อผู้ฝึกเกิดปัญญาเห็นแจ้งขึ้นแล้ว
จะเห็นว่า ระบบการทำงาน นิสัยเพื่อนร่วมงาน นิสัยของเจ้า
นายล้วนต่างเป็นครูผู้มีพระคุณ สอนใจให้เราได้เรียนรู้ และมี
ประสบการณ์ชีวิตเพิ่มมากขึ้น

(๓) พระพุทธะเป็นผู้มีความเป็นสัมพันธัญญคือรู้ทุกสิ่ง
ทุกอย่าง พระพุทธะบัญญัติศีลข้อ ๔ ไว้ ให้กับมนุษย์และ
เทวดาผู้ปรารถนามีความสุขนำไปประพฤติปฏิบัติ ด้วยการเว้น
จากการประพฤติวามุสาวาทได้แล้ว โทษที่เกิดทางวาจาจะไม่มี

๘๕. ดุจิดอย่างไร

คำถาม

เรียนท่าน อาจารย์ สอนองครับ

ผมได้ฝึกสมาธิมา อยากทราบว่า การดุจิด และ การ
ฝึกสมาธิ ควรจะฝึกอย่างไร และ ฝึก ควบคู่กันไปได้หรือไม่ คือ
เวลา ผมสมาธิแบบอานาปานสติ ก็จะมีแต่อยู่กับแต่ลมหายใจ
เพียงอย่างเดียว ไม่ได้ไปดุจิดแต่อย่างใด แต่เมื่อผมออกจาก

สมาธิแล้ว เราก็ดูจิตเรา ว่าตอนนั้นเรากำลังรู้สึกอย่างไร เช่น ฟุ้งซ่าน โกรธ สามารถฝึกควบคุมกันแบบนี้ได้หรือไม่ครับ หรือผมควรจะฝึกสมาธิให้ดีเสียก่อนครับ แล้วค่อยมาฝึกดูจิต เพราะการดูจิตเป็นการวิปัสณา แล้วอยากทราบว่าถ้าสมาธิเรายังไม่ดี แล้วมาวิปัสสนามันจะเกิดผลเสียหรือไม่ครับ

คำตอบ

สมาธิคือความตั้งมั่นของจิต จิตที่มีสมาธิเป็นจิตที่ไม่ฟุ้งซ่านด้วยการไปรับสิ่งกระทบจากภายนอกเข้ามาปรุงอารมณ์สมาธิไม่ต้องฝึก แต่สมาธิจะเกิดได้ด้วยการฝึกจิตให้มีกำลังของสติเพิ่มขึ้น องค์ภาวนาที่ใช้ในการฝึกจิตให้มีกำลังของสติได้แก่ กรรมฐาน ๔๐ (ดูหน้า ๔๕) โดยเลือกอย่างใดอย่างหนึ่งที่เหมาะสมกับจริตของตัวเองมาเป็นองค์ภาวนา เช่น อานาปานสติ เป็นกรรมฐานที่เหมาะสมกับผู้มีโมหจริต หรือมีวิตกจริต

สำหรับผู้ฝึกใหม่ ต้องใช้จิตที่ตั้งมั่นจวนแน่น(อุปัชฌาย์สมาธิ) ไปตามคู่อารมณ์ที่เกิดขึ้นกับจิต เช่น อารมณ์ฟุ้งซ่าน อารมณ์โกรธ อารมณ์ปวด ฯลฯ จนเห็นว่าอารมณ์ที่เกิดขึ้นดำเนินไปตามกฎไตรลักษณ์ เมื่อใดอารมณ์ที่เกิดขึ้นดับไป (อนัตตา) จิตจะเห็นแจ้งชัดว่า อารมณ์ไม่ใช่ตัวตน จิตจะวางอารมณ์แล้วความเห็นแจ้งในอารมณ์จะเกิดขึ้น

ด้วยเหตุนี้จึงควรฝึกจิตให้ตั้งมั่นเป็นอุปัชฌาย์สมาธิให้ได้ก่อนแล้วจึงค่อยตามดูจิตในภายหลัง

๘๖. พุดภาษาแปลก

คำถาม

เรียน อาจารย์ สอนอง

ผมได้เริ่มพยายามปฏิบัติธรรมตามสติปัฏฐาน ๔ มาเกือบ ๑ ปีแล้ว โดยฝึกอาณาปานสติแบบนั่งสมาธิ วันละ ๒๐ นาที และพยายามมีสติระลึกขันธ์ ๕ อยู่ทุกครั้งที่มึสติ และพยายามรักษาศีล ๕ ให้ดีที่สุด ไม่นานมานี้ ได้พบเรื่องแปลกอยู่เรื่องหนึ่งคือ ตอนนอนในห้องนอนคนเดียวตอนกลางคืนนั้น หลายครั้งเมื่อรู้สึกตัวตื่นขึ้นกลางดึกจะได้ยินเสียงคนคุยกันหลายคน บางครั้งได้ยินชัดมากเหมือนคุยกันอยู่ในห้องเลย (ทั้งๆ ที่นอนคนเดียว) บางครั้งก็เป็นเสียงผู้หญิงโพล้อ่มาก แต่แปลกที่ผมพยายามฟังอยู่หลายครั้งก็ฟังไม่ออกว่าเป็นภาษาอะไร คล้ายภาษาไทยแต่ไม่ใช่ เหมือนเขมร พม่า หรือ บาลี ก็ไม่ทราบได้

มีอยู่ครั้งหนึ่งผมตื่นมาได้ยินเสียงอีก จึงตั้งสติให้มั่น แล้วตั้งใจฟังอยู่พักหนึ่งก็ฟังไม่รู้เรื่องแม้จะได้ยินชัดเจน ก็ปรากฏแสงสีขาวเล็กๆ (เหมือนใครเอาไฟฉายเล็กๆ มาส่องหน้า) จนผมหมดสติหลับต่อไป ผมคิดเอาว่าอาจจะเห็นเทวดา หรือ เจ้าที่ จึงได้นำผลไม้มากราบไหว้เพื่อแสดงความนับถือ

ขอเรียนถามอาจารย์ว่า เป็นไปได้ไหมครับว่าเป็นเทวดา หรือ เจ้าที่ แล้วทำไมเราจึงได้ยินพวกเขาคุยกันตอนตื่นนอนกลางดึกเท่านั้น เขาตั้งใจมาให้เราเห็นหรือไม่ และควรจะทำ

อย่างไรต่อไปดีครับ เพราะหลายครั้งรู้สึกกังวลทำให้ออนไม่หลับบ่อยๆ หากเป็นเทวดาจริง การเซ่นไหว้ด้วยอาหารจะทำให้ท่านพอใจ และไม่มารบกวนเราได้ไหมครับ ก่อนที่จะฝึกสติก็ไม่เคยเจอแบบนี้ เป็นเพราะจิตเราเริ่มนิ่งหรือเปล่าครับ ทำให้สามารถสัมผัสได้มากขึ้น ขอขอบคุณมากครับ ขอให้อาจารย์สุขภาพแข็งแรงครับ

คำตอบ

เสียงที่ได้ยินเป็นเสียงของอมนุษย์ที่อยู่ในอีกมิติหนึ่ง ผลที่เกิดเนื่องมาจากเหตุที่ผู้ถามปัญหาได้พัฒนาจิต จนความถี่คลื่นจิตไปตรงกับความถี่คลื่นในมิติเดียวกันกับเขา จึงสัมผัสกันได้ ในลักษณะที่เรียกว่าทิพย์โสต ซึ่งถือว่าเป็นเรื่องปกติของคนที่มีความก้าวหน้า ในการพัฒนาจิตได้ระดับหนึ่ง สิ่งที่ควรทำทุกครั้งที่ได้ยินเสียง คือกล่าวคำอุทิศบุญไปให้เขาว่า “ด้วยบุญกุศลที่ข้าพเจ้ามีอยู่ ข้าพเจ้าอุทิศบุญให้ท่านทั้งหลาย ท่านทั้งหลายจงเป็นสุข” เมื่อทำเช่นนี้แล้ว คุณก็จะมีเขาเป็นเพื่อนต่างมิติ

.....
ถ้าไม่สามารถในการ คิด-พูด-ทำ ก็อย่าไปแสดงเข้า
.....
จะทำอะไรจงมองให้ทั่ว ทำตัวให้ดีสุมเกียรติ
.....

๘๗. สุดยอดของสิ่งศักดิ์สิทธิ์

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์ครับ...

คือว่าป่าผมคนหนึ่งครับ ชวนผมไปรับธรรมะที่สถานธรรม บ้าผมบอกว่าเป็นการรับธรรมะโดยตรงจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เบื้องบน ไม่ทราบที่ท่านอาจารย์เคยได้รับรู้เรื่องแบบนี้หรือไม่ครับ ขอท่านอาจารย์ช่วยชี้แนะผมด้วยนะครับว่าเรื่องนี้มีจริงหรือไม่ แล้วผมควรจะทำอย่างไร

ขอรบกวนขอขอบพระคุณท่านอาจารย์อย่างสูงครับ...

คำตอบ

ผู้ตอบปัญหาเคยได้ยินในเรื่องที่ถามไป แต่รู้ว่าไม่มีสิ่งศักดิ์สิทธิ์ใดจะยิ่งไปกว่าความศักดิ์สิทธิ์ในธรรมวินัย ที่มีอยู่ในพุทธศาสนา ธรรมวินัยนั้นคือสมณกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐานภาคปฏิบัติ ผู้ใดปฏิบัติและเข้าถึงดวงตาเห็นธรรมได้ แล้วนั่นคือสุดยอดของสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่สามารถนำพาชีวิตของผู้เข้าถึงธรรมให้พ้นไปจากความทุกข์ได้

สิ่งที่ผู้ถามปัญหาควรทำหรือพิสูจน์คือนำตัวเองเข้าปฏิบัติธรรมและเมื่อใดที่เข้าถึงธรรมได้ก็จะรู้ว่าสิ่งที่ตอบปัญหาบอกกล่าวนั้นเป็นเรื่องจริง

๘๘. วิญญาณเร่ร่อน

คำถาม

เรียนถาม อาจารย์ สอนอง

ดิฉันเคยไปหาพระสงฆ์รูปหนึ่ง (จ.เชียงใหม่) ท่านเป็นพระที่มีเมตตาดีมาก ดิฉันได้ถวายปัจจัยและอุทิศให้ พ่อ แม่ ที่เสียชีวิตไปแล้ว ท่านก็ติดต่อกับดวงจิตของ พ่อ แม่ให้โดยให้ลูกศิษย์ของท่าน(อุบาสก)ที่นั่งข้างๆ ท่าน เป็นตัวกลาง เมื่อสอบถามดวงจิตของพ่อ พ่อบอกว่าไม่ได้รับบุญที่ดิฉันทำบุญทำทานอุทิศให้เลยเพราะท่านเป็นวิญญาณเร่ร่อน ท่านอาจารย์บอกว่าดิฉันทำบุญผ่านพระสงฆ์ที่ไม่รักษาศีลบริสุทธิ ท่านเลยสงเคราะห์ให้ และช่วยให้ดวงจิตของพ่อไปสู่ที่สูงขึ้น ได้ยินเป็นวิมานอะไรซักอย่าง มีอาหารทิพย์ไม่ต้องเร่ร่อนอดอยาก ดิฉันสงสัยว่า บุญของพระกรรมฐานจะช่วยให้ดวงจิตของพ่อให้พ้นสภาพที่ทรมาณได้หรือไม่ เพราะทราบมาว่า กรรมของใครก็ต้องรับกรรมไปจนกว่าจะหมดแรงกรรม ไม่มีใครช่วยได้ แต่ถ้าช่วยได้จะช่วยได้นานแค่ไหน ขอขอบพระคุณมากค่ะ

คำตอบ

การตาย (จุติ) แล้วเกิด (ปฏิสนธิ) ของสัตว์ในภพต่างๆ มีแรงกรรมเป็นตัวนำเกิด จิตวิญญาณที่ไปได้ร่างใหม่ที่มีรูปลักษณะไม่เหมือนเดิมอยู่อาศัย เช่นไปได้ร่างของสัตว์เดรัจฉาน ไปได้ร่างมนุษย์ที่มีหน้าตาไม่เหมือนก่อนตาย ไปได้ร่างของ

เทวดาหรือนางฟ้า ฯลฯ เหล่านี้ไม่เรียกว่าเป็นวิญญาณเร่ร่อน แต่หากตายจากมนุษย์ก่อนครบอายุขัย จิตวิญญาณจะไปโอบปาทิกะเป็นสัมภเวสีที่มีรูปร่างหน้าตาเหมือนเดิม เมื่อครบอายุขัยคือหมดแรงกรรมที่ผลักดันให้ไปเกิดเป็นสัมภเวสีแล้ว จึงจะไปเกิดในภพใดภพหนึ่งในสังสารวัฏได้

ด้วยเหตุนี้หากเป็นวิญญาณเร่ร่อนจริง จะยังไปเกิดใหม่ไม่ได้ยังต้องเป็นไปตามกฎธรรมชาติ ไม่มีใครผู้ใดช่วยสัมภเวสีให้ไปเกิดใหม่ได้แม้จะอุทิศบุญกุศลให้ก็ตาม ดังเช่นสัมภเวสีที่อยู่ในวัดม่อนฤๅษี จ.เชียงใหม่ เป็นตัวอย่าง



๘๙. กระตุ่นและชี้ทาง

คำถาม

กราบเท้าอาจารย์สอนองที่เคารพเป็นอย่างสูง

ดิฉันเริ่มจากการอ่านหนังสือยิ่งกว่าสุขเมื่อจิตเป็นอิสระ รู้สึกขอบและประทับใจในเนื้อหาสาระมาก จากนั้นก็ติดตามอ่านหนังสือเล่มอื่นอีก จนกระทั่งได้มาฟังบรรยายธรรมจากเว็บไซต์กัลยาณธรรม จนได้เปลี่ยนแนวคิดมาตั้งใจปฏิบัติธรรม และตั้งใจดำเนินชีวิตในทางที่ดีที่ถูกต้อง ตามคำสอนของอาจารย์ รู้สึกซาบซึ้งในพระธรรมคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และพระคุณและความเมตตาของอาจารย์มากที่เป็นเหมือนผู้

กระตุ้นและชี้ทาง รวมทั้งขอขอบคุณเว็บไซต์กัลยาณธรรมที่เป็นสื่อที่เยี่ยมยอดโดยเฉพาะคนไทยที่อยู่ห่างไกลในต่างประเทศอย่างดิฉัน ขอรบกวนอาจารย์ช่วยตอบข้อสงสัยดังนี้คะ

๑. หลังจากสวดมนต์หรือนั่งสมาธิภาวนาทุกครั้ง ดิฉันก็อุทิศส่วนบุญกุศลตามบทอิติปิโสได้แก่ พ่อแม่ ญาติ ครูอาจารย์ เทวดา เปรต สรรพสัตว์ เจ้ากรรมนายเวร...จนครบ แล้วถามต่อด้วยอุทิศให้เจ้ากรรมของแม่ และแฟน และขอให้เจ้ากรรมนายเวรเหล่านั้นให้อโศกกรรมให้แม่และแฟน รวมทั้งขอให้อนุโมทนาบุญจะดิฉันด้วย ไม่ทราบว่าจะดีมั๊ยคะ เราจะเข้าไปอยู่ในวงจรกรรมด้วยหรือป่าว

๒. ดิฉันพยายามเล่าธรรมะที่ได้ฟังให้แฟนที่เป็นต่างชาติฟังโดยใช้ภาษาอังกฤษ แต่ก็กลัวคำบางคำจะแปลผิด ไม่ว่าจะป็นคำไทยหรือบาลี ทำให้อาจเล่าความหมายผิดเพี้ยนไปกลัวจะเป็นอกุศลกรรม ควรจะหยุดดีมั๊ยคะ แต่ก็อยากให้เค้าได้รู้สิ่งดี ๆ

๓. แฟนเป็นคริสเตียนแต่ไม่เคร่ง เค้าก็ฟังสิ่งที่เราเล่าแล้วเค้าถามว่า ถ้างั้นมันต้องมีศาสนาใดที่สอนถูกและที่เหลือก็สอนผิด เพราะเค้าพูดว่าของเค้ามนุษย์ตายแล้วไม่ไปสวรรค์ก็นรก ไม่มาเป็นมนุษย์อีก ไม่รู้จะตอบยังงัยคะ เพราะไม่อยากพูดว่าศาสนาของใครดีหรือไม่ดี ถูกหรือไม่ถูก ขอบพระคุณเป็นอย่างสูงคะ

๑๖. ได้ฟังเสียงอ่านหนังสือตามรอยพ่อ แล้วซาบซึ้งมากอยากเป็นลูกของพ่อและน้องของพี่ที่อ่านคะ อยากตามพ่อไปและไปไกลๆ เหมือนพ่อคะ

คำตอบ

(๑) การอุทิศบุญกุศลเป็นหนึ่งในบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ (ดูหน้า ๕๐) เมื่ออุทิศบุญให้แก่สรรพสัตว์รวมถึงเจ้ากรรมนายเวรของแม่และแฟนเป็นการกระทำที่เป็นบุญ เป็นความดี จึงทำต่อไป และขณะเดียวกันการขอให้สรรพสัตว์อนุโมทนา ถือว่าเป็นการชี้ทางบุญให้สรรพสัตว์ได้กระทำเป็นผู้มีส่วนร่วมในวงจรกรรมดีเป็นวงจรกรรมที่เป็นบุญ ผู้ใดประพฤติแล้วปราศรัยสรรเสริญ

(๒) พูดแต่สิ่งดีงามออกจากปาก เป็นกุศลวจีกรรม และผู้ฟังได้ยินได้ฟังแล้วเกิดปัญญาเห็นถูก เกิดเป็นความชุ่มชื่นใจจึงทำต่อไปแต่หากผู้ฟังได้ยินแล้ว เกิดเป็นความเห็นผิด เกิดเป็นความไม่สบายใจ แม้จะเป็นความปรารถนาดีเป็นกุศลวจีกรรมก็ตามจงหยุดไม่พูดต่อไป เพราะพูดแล้วไม่ก่อประโยชน์ และยังเป็นการสร้างบาปให้เกิดขึ้นกับผู้ฟังอีกด้วย

(๓) คำว่าสอนถูกหรือสอนผิด ต้องถามว่าถูกของใคร ผิดของใคร ทั้งนี้เพราะมนุษย์พัฒนาปัญญาได้ไม่เท่ากัน หรือเข้าถึงความจริงได้ต่างกัน

มนุษย์มีศักยภาพที่จะพัฒนาปัญญาได้ ๓ ระดับ คือ สุตมยปัญญา เป็นปัญญาที่เกิดจากการได้ฟังผู้รู้บอกกล่าว หรือ เป็นปัญญาที่เกิดขึ้นจากการอ่าน จินตามยปัญญา เป็นปัญญาที่เกิดขึ้นจากการคิดตรงตามแนวเหตุผล และภาวนามยปัญญา เป็นปัญญาที่เกิดขึ้นจากการพัฒนาจิต

สุตมยปัญญาและจินตามยปัญญาเข้าถึงความจริงในระดับที่เป็นความจริงชั่วคราว(สภาวะสัจจะ) ส่วนภาวนามยปัญญาเข้าถึงความจริงแท้ (ปรมัตถสัจจะ) ได้

ด้วยเหตุนี้มนุษย์จึงเข้าถึงความจริง และศรัทธาในความจริงที่บัญญัติไว้ในแต่ละศาสนาได้ต่างกัน จึงไม่สามารถพูดได้ว่าศาสนาใดสอนถูก ศาสนาใดสอนผิด

ผู้ใดเข้าถึงปรมาตถสัจจะ ผู้นั้นไม่ได้เถียงโต้แย้งในความคิดเห็นที่แตกต่าง ผู้ใดเข้าไม่ถึงปรมาตถสัจจะ การโต้เถียงโต้แย้งในความคิดเห็นที่แตกต่างจึงเกิดขึ้นเป็นธรรมดาของโลก



๙๐. ปัญหาชุดใส่นอน

คำถาม

เรียน ดร.สนอง

ผมมักจะกราบพระก่อนนอนประจำ ผมกราบพระในห้องนอน แต่ชุดผมเป็นชุดธรรมดา ชุดเสื้อยืด กางเกงขาสั้น(ชุดใส่นอน) จะเป็นการสมควรหรือไม่ที่ผมจะใส่ชุดแบบนี้ หากใส่ขายาวรู้สึกว่าจะอึดอัดและร้อน อยากให้ ดร.สนองให้คำแนะนำด้วยครับ กราบขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้ด้วย

คำตอบ

เรื่องนี้ผู้ถามปัญหาต้องดูตัวเองให้ออกว่าก่อนสวดมนต์เต็มใจ ขณะสวดมนต์ตั้งใจ และสวดมนต์เสร็จแล้วสบายใจ หากเป็นไปตามนี้ ปัญหาที่ถามไปก็เป็นเพียงเปลือกของการสวดมนต์

๙๑. หลับง่าย

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์สนอง วรอุโร

กราบขอบพระคุณที่เป็นแสงสว่างให้กับชีวิตของดิฉันค่ะ วันนี้ดิฉันมีเรื่องรบกวนถามปัญหาแทนสามีหนึ่งเรื่องค่ะ คือเราสองคนพยายามนั่งปฏิบัติกรรมฐานร่วมกันโดยมีอาจารย์ท่านหนึ่งเป็นผู้สอนชี้แนะค่ะ แต่สามีมีปัญหาเรื่องง่วงนอนมาก คือนั่งไปสักสองสามนาทีก็จะหลับอย่างง่ายตาย ปกติก็เป็นคนหลับง่ายอยู่แล้วค่ะ แต่ไม่มีปัญหาในเวลาทำงานหรือขับรถขณะอาจารย์ที่สอนพวกเรา ก็บอกว่าสอนมานานหลายสิบปี นานๆ จะเจอสักคน สอนมาเก้าวันแล้วสามีก็ยังไม่หลับ ซึ่งเขาเองก็ไม่อยากเป็น แต่อาจารย์ก็ไม่ได้บอกว่าเขาเป็นอะไรทำไมนั่งที่ไรจึงหลับทุกทีค่ะ เลยอยากจะกราบเรียนถามท่านอาจารย์สนองว่า สามีควรจะปฏิบัติอย่างไรจึงจะหายง่วงคะ เวลาเดินจงกรมเขาก็เดินได้ค่ะ แต่พอนั่งปั๊บหลับทุกทีเลยคะ

กราบขอคำชี้แนะด้วยค่ะ

คำตอบ

ขณะปฏิบัติธรรมเกิดอาการง่วงนอนอย่างมาก ปัญหานี้เคยเกิดขึ้นกับผู้ตอบปัญหา ในสมัยที่ไปบวชและฝึกกรรมฐานอยู่กับท่านเจ้าคุณโชดก จึงได้แก้ปัญหาก็กับตัวเองหลายวิธี อาทิ การบริโภคอาหารเท่าที่จำเป็นพอให้ร่างกายนี้ทรงอยู่ได้ บริโภค

อาหารที่ย่อยง่ายหายใจเข้าลึก ๆ ประมาณ ๒๐ ครั้ง แล้วค่อยๆ ปลดปล่อยลมออกยาวๆ เดินจงกรมให้ยาวนาน ไม่หายใจง่วงนอน ขณะนั่งต้องลุกขึ้นเดินจงกรมอาบน้ำเย็นและเอาน้ำราดรด ศีรษะจนทั่ว ฯลฯ ในที่สุดปัญหาง่วงนอนขณะนั่งหมดไปได้

ย้อนหลังไปสู่อดีตครั้งพุทธกาลก่อนบรรลอรหัตตผล พระมหาโมคคัลลานะ มีปัญหาเรื่องความง่วงเช่นเดียวกัน พระพุทธะเสด็จไปสอนให้หาวิธีแก้ด้วยวิธีการต่าง ๆ ถึง ๘ วิธี ที่มีความหมายในลักษณะนี้คือ

๑. ควรพิจารณาองค์บริกรรมที่นำมาใช้นั้นให้มาก
๒. ถ้ายังไม่หายง่วง ควรนำธรรมที่ศึกษาจนจำได้นั้นมาพิจารณา
๓. ถ้ายังไม่หายง่วง ควรท่องบ่นธรรมที่ได้ฟังมาโดยพิศดาร
๔. ถ้ายังไม่หายง่วง ให้ยอนช่องหูทั้งสองข้าง (เอานิ้วไขเข้าไปในรูหู) แล้วเอามือลูบตัว
๕. ถ้ายังไม่หายง่วง เอาน้ำล้างหน้าลูบตาแล้วแหงนดูดาวในท้องฟ้า
๖. ถ้ายังไม่หายง่วง ควรทำจิตให้ระลึกถึงความสว่างในตอนกลางวัน
๗. ถ้ายังไม่หายง่วง ควรเดินจงกรมให้จิตจดจ่อในเท้าที่ย่างก้าว
๘. ถ้ายังไม่หายง่วงควรนอนตะแคงขวา เอาเท้าวางซ้อนกัน แล้วกำหนดว่า เมื่อตื่นแล้วจะลุกขึ้นทันที จะไม่หาความสุขจากการนอนด้วยศรัทธาเต็มร้อย พระมหาโมคคัลลานะนำไปปฏิบัติโดยไม่สงสัยผลปรากฏว่าท่านสอบผ่าน

๙๒. โจรลักขโมยไม่ได้

คำถาม

เรียน ท่าน ดร.สนอง วรอุไร ผมมีข้อสงสัยว่า...

๑. ผมได้มีโอกาสไปดูดวงจาก เจ้า ที่เข้าทรง และทำนายทายทัก ทำไม ท่าน(เจ้า)นั้นจึงสามารถช่วยลดเคราะห์กรรม ช่วยเหลือหรือ ต่ออายุ (เฉพาะบางท่านที่ทำได้) ของผู้ที่ศรัทธาไปหาท่าน แล้วยังบอกโรคร้าย และวัน-เวลา ตายของผู้ที่ถึงเวลา ได้ถูกต้องตรงมาก

๒. ทำไมท่านไม่ต้องไปเกิดได้ละครับ หรือท่านต้องการใช้ร่างทรงเพื่อเพิ่มบุญบารมีเพราะท่านบอกว่ามีอายุมา ๑๐๐ กว่าปีแล้วหรือท่านเป็นภพภูมิกำลังระหว่างมนุษย์ กับ เทวดา

๓. สำหรับผู้ที่ได้รับการช่วยเหลือ หลังจากนั้นเวลาทำบุญกุศลจะต้องถูกแบ่งบุญไปให้ท่านด้วยใช่หรือไม่เหมือน ยืมบารมีท่านมาช่วยเหลือก็ต้องใช้ให้ท่าน นะครับ

ขอกราบขอบพระคุณ

คำตอบ

(๑) ผู้ใดใช้ปัญญาไม่รู้ไม่จริง (สุตมยปัญญาและจินตมยปัญญา) สองนำทางให้กับชีวิตแล้ว วิชาของชีวิตย่อมดำเนินไปตามเหตุดีและเหตุชั่วที่ผู้มันได้กระทำไว้ การไปร้องขอให้เจ้าเข้าทรง ช่วยเหลือลดเคราะห์กรรมหรือต่ออายุให้ เป็นการกระทำของผู้มีศักยภาพด้อยในทางปัญญา ผู้รู้จริงคือ

พระพุทธะสอนให้พึ่งตัวเองด้วยการพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาเห็นแจ้ง (ภาวนามยปัญญา) แล้วให้ใช้สติสัมปชัญญะสองนันทาทางให้กับชีวิตตนเองจิตวิญญานของผู้มีสติสัมปชัญญะจะมีแต่สิ่งดีงามสิ่งสมสิ่งดีงามคือธรรมที่มีอยู่ในใจนั้นเป็นที่พึ่งที่ดีที่สุด

อนึ่งการที่เจ้าเข้าทรงกำหนดรู้เรื่องโรคภัยและวันเวลาตายของผู้อื่นได้ถูกต้อง เป็นเรื่องปกติธรรมดาของผู้ที่เคยพัฒนาจิตจนได้มรรคผลแห่งธรรมแล้ว บุคคลที่ไม่เคยฝึกจิตมาก่อนไม่มีสิทธิ์ล่วงรู้กำหนดวันตายของผู้อื่นได้

(๒) สัตว์คือสิ่งมีชีวิตที่ประกอบด้วยรูปร่างและนาม หากสิ่งเศร้าหมอง (กิเลส) ยังมีสิ่งสมอยู่ในจิตวิญญานของสัตว์ใด สัตว์นั้นยังต้องเวียนตาย-เวียนเกิดอยู่ในสังสารวัฏมิรู้จบ

ฉะนั้นสัตว์ที่ตายตามปกติ เมื่อจิตวิญญานหลุดออกจากร่างไปแล้วยังต้องไปแสวงหาร่างใหม่เข้าอยู่อาศัย จะไปดีร่างอาศัยอยู่ในภพภูมิใด เป็นเรื่องของแรงกรรมผลักดันให้ไปสู่อะไรไม่มีภพภูมิเข้าถึงตามที่ผู้รู้ไม่จริงเข้าใจ แต่สัตว์บางตนมีศักยภาพที่จะโคจรไปสู่อะไรก็ได้ อาทิ ฆฎิกกรรมมหาพรหมสุททาวาส นำอัฐบริวารจากพรหมโลกมาถวายเจ้าชายสิทธัตถะในวันที่เปลี่ยนเพศจากฆราวาสมาเป็นเพศนักบวช ท้าวสักกะโคจรจากดาวดึงส์มาสู่มนุษย์โลกเนรมิตร่างเป็นมนุษย์มารอใส่บาตรพระมหากัสสปะในวันที่ออกจากนิโรธสมาบัติ เทพธิดา (หญิงชราจันทาลี) พาบรืวารลงมาจกดาวดึงส์ มากราบขอบคุณพระมหาโมคคัลลานะ ที่ชี้ทางให้ไปเกิดในภพที่ดี ฯลฯ

(๓) ผู้ใดประพฤดิแล้วซึ่งบุญกิริยาวัตุ ๑๐ (ดูหน้า ๕๐) ผู้นั้นมีบุญสั่งสมอยู่ในจิตวิญญานผู้มีบุญสามารถอุทิศบุญให้

อื่นได้ ผู้ที่ถูกระบุถึงถ้ามาอนุโมทนาบุญได้ผู้นั้นจะได้รับบุญกุศลที่มีผู้อุทิศให้ ตรงกันข้าม ผู้ใดมีบุญแล้วเก็บไว้กับตัวไม่อุทิศให้ใคร ใครก็ไม่สามารถเอาบุญของเขาไปได้ ดังอาณิสงส์ที่ว่าโจรลักขโมยบุญไม่ได้จะนั้นผู้ที่ได้รับการช่วยเหลือ ถ้ามีบุญสั่งสมอยู่ในจิตวิญญานแล้วผู้ที่ให้การช่วยเหลือ (เจ้าเข้าทรง) ไม่สามารถแบ่งบุญจากเขาไปได้ ถ้าเขาไม่ปรารถนาจะส่งบุญให้หรืออุทิศบุญให้



๔๓. กุศโลบายกล่อมลูก

คำถาม

กราบเรียนถามอ.สนองที่เคารพ

เวลาหนูก่อก่อก่อนนอน หนูจะอุ้มลูกเดินหรือนอนกอดลูกแล้วสวดมนต์ชัยมงคผลคาถา(พาหุงมหากา)ให้ลูกฟัง กระทั่งลูกหลับ ขอเรียนถามอาจารย์นะคะว่าทำเช่นนี้เป็นสิ่งที่ถูกต้องสมควรหรือไม่ กราบขอบพระคุณคะ

คำตอบ

มนุษย์ทำกรรมได้ ๓ ทาง คือทางกาย ทางวาจา ทางใจ การสวดมนต์พุทชชัยมงคผลคาถา หากผู้สวดมีใจจดจ่ออยู่กับบทมนต์ที่สวด และมีวาจากกล่าวบทมนต์ออกมาอย่างถูกต้อง ถือว่าเป็นการทำกรรมดีสมควรทำได้ต่อไป

๙๔. ตาเริ่มสว่าง

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์สนอง ขอความเมตตาอาจารย์
ตอบคำถาม เป็นคำถามที่เกี่ยวกับอาชีพ และการเจริญสติ ดังนี้
ครับ

๑. ผมมีความคิดเห็นเกี่ยวกับอาชีพบางอาชีพ เช่น การ
เล่นหุ้น เล่นค่าเงินตรา เป็นต้น มีความเห็นว่า ถ้าผู้ประกอบการ
อาชีพมีความรู้ความสามารถดี ก็สามารถมีค่าตอบแทนที่ดีได้
แต่เมื่อพิจารณาไปลึก ๆ แล้ว อาชีพดังกล่าว เป็นอาชีพที่ ขึ้น
กับปัจจัยหลายอย่าง ในขณะที่ผู้หนึ่งได้ อาจจะมีอีกผู้หนึ่งที่เสีย
พิจารณาแล้วเห็นถึงความไม่สงบทั้งกายและใจที่ต้องจ้อง
ติดตามข่าวสาร การเปลี่ยนแปลงไปกับสิ่งที่เวียนวนไม่แน่นอน
กับกระแสสังคม ฯลฯ เพื่อให้ผลตอบแทนมาใช้จุดอ่อนของ
ผู้อื่นมาเป็นจุดได้ของตนเอง ไม่ว่าผู้ประกอบการอาชีพเหล่านี้จะ
ประสบผลสำเร็จในอาชีพทำนองนี้หรือไม่ก็ตาม จากธรรม
บรรยายของอาจารย์สนอง ที่อาจารย์ใช้คำว่า take จากสังคม
และ give เพื่อสังคม พิจารณาแล้วจึงคิดว่ายังมีอีกหลาย ๆ อาชีพ
ที่เป็นไปในทาง take มากกว่า give เช่น การเปิดร้านอาหารที่
ขายราคาแพงและฟุ่มเฟือย เป็นต้นไม่ว่าอาหารเหล่านั้นจะมี
ต้นทุนแพงหรือถูกก็ตาม ก็เป็นเหตุให้ผู้อื่นเสียทรัพย์ไปกับ
อาหารเกินจำเป็นต่อการดำรงชีพและจะยังทำให้ติดกับกามสุข
แต่ในเวลาเดียวกัน หากนำตนเองไปประกอบอาชีพพื้นฐาน

บางอย่าง เช่น การปลูกพืชผัก เกษตรกรรม ฯลฯ รายได้อาจ
จะมาน้อยไปตามการลงทุนของผู้ประกอบการ แต่ผลอย่าง
น้อยที่ได้คือ การได้สร้างวัตถุที่เป็นอาหารหล่อเลี้ยงให้กับ
สังคมซึ่งถือเป็นปัจจัยหนึ่งในปัจจัย ๔ ถึงจะได้ค่าตอบแทนไม่
มากเหมือนอาชีพอื่น ๆ และถ้าหากนำตัวเองไปประกอบอาชีพ
ที่ดีกว่า เช่น อาชีพ ครู อาจารย์ ก็จะนำสรรเสริญกว่า เพราะ
กระแสสังคมจะเป็นอย่างไร คุณงามความดีที่ออกมาจาก
อาชีพครู อาจารย์ ก็ยังขึ้นอยู่กับปัจจัยบางอย่างน้อยกว่าอีก
หลายอาชีพ

สุดท้ายผมคิดว่า อาชีพหนึ่งอาชีพอาจประกอบด้วย
บุญและบาปมาน้อยคละเคล้ากันไป

อยากขอคำแนะนำจากอาจารย์ในความเห็นดังกล่าว
และขอคำแนะนำในการประกอบอาชีพในสังคมด้วยครับ

๒. ปัจจุบัน นั่งเจริญสติกำหนด ยุบหนอ พองหนอที่
หน้าท้อง บางครั้งรู้สึกไม่ชัดถึงอาการพองยุบ แต่เมื่อทำขณะ
อยู่อิริยาบถนอนแล้วรู้สึกถึงการยุบพองของหน้าท้องได้ชัด บาง
ครั้งจะนำมือทั้งสองมากุมไว้จะทำให้รู้สึกถึงการยุบพองได้ดีขึ้น
รู้สึกว่า การกระทบลมหายใจเข้าออกที่จมูกรู้สึกได้ชัดและง่าย
กว่าที่ท้องในขณะที่นั่งอยู่ ถ้าหากจะใช้การดูลมหายใจที่กระทบ
ที่จมูกไปจนจิตตั้งมั่นพอแล้วจึงพิจารณาสิ่งต่างๆ ไปตามกฎ
ไตรลักษณ์จะเหมาะสมหรือไม่ และรู้สึกว่าตนเองมีจริตแบบ
วิตกจริตเป็นอย่างน้อย เช่น ถ้ามีตัวเลือกหลายอย่าง ก็จะ
พยายามครุ่นคิดหาเหตุผลสักอย่างในการเลือกสิ่งเหล่านั้น

ออกมาตามเหตุผลที่ตนเองคิดว่าสมควร เมื่อปฏิบัติโดยการ
สวดมนต์และเจริญสติด้วยวิธีดังกล่าว ก็รู้สึกว่าการ
คิดมากลงได้ แต่ก็ยังไม่ทราบชัดเจนครับว่า จริง ๆ แล้วจะมี
จริตไปทางด้านไหนบ้างมากนักน้อยเพียงใด อยากขอคำแนะนำใน
การปฏิบัติที่เหมาะสมด้วยครับ

บุญกุศลที่ผมทำมาในทุกกาลขอจงเป็นพลวปัจจัยให้
อาจารย์สนองมีสุขภาพดี เดินทางสะดวก ปลอดภัย ราบสิ้น ได้
เมตตาสร้างบารมีช่วยเหลือสรรพสัตว์ทั้งหลายต่อไป รวมถึง
ขอกราบขอขมาอาจารย์ ทั้งกายกรรม วาจากรรม มโนกรรม ใน
ทางที่ไม่ดี ที่อาจจะมิไปโดยตั้งใจไม่ตั้งใจ ทั้งต่อหน้าและลับ
หลังด้วยครับ

คำตอบ

(๑) ในทางโลกอาชีพใดกระทำแล้วไม่ผิดกฎหมาย
ถือว่าเป็นอาชีพที่ดีเช่นการขายล็อตเตอรี่ การขายสุรา ขายยา
ฆ่าแมลง ขายอุปกรณ์ตกปลาฯ แต่ในทางธรรมอาชีพที่
กล่าวถึงข้างต้นเป็นอาชีพที่เบียดเบียน ทุศีล ไร้อธรรม ทำแล้ว
ได้บาปมากกว่าบุญผู้ปรารถนาอยู่เย็นเป็นสุขจะไม่กระทำ ผู้ที่
ปรารถนาอยู่เป็นสุข จะประกอบอาชีพที่ไม่ผิดศีลผิดธรรม อาทิ
ขายโลงศพ ขายอุปกรณ์ก่อสร้างบ้าน เป็นครูอาจารย์ที่สอน
วิชาการที่ชอบธรรมฯ

ฉะนั้นผู้ถามปัญหาในฐานะที่เป็นสมาชิกของสังคมโลก
ยังต้องอาศัยสังคมเลี้ยงชีพ เลี้ยงดูชีวิตให้ดำเนินอยู่ได้ ขณะ
เดียวกันต้องระลึกอยู่เสมอว่า ทุกคนต้องตาย ตายแล้วยัง
ต้องไปเกิดในภพภูมิใหม่จะต้องเตรียมตัวเดินทางให้กับตัวเอง

อย่างไร ผู้ตอบปัญหาแนะนำว่า หนึ่งชีวิตที่ได้อัตภาพเกิดมา
เป็นมนุษย์ ควรรักษาดีอย่างน้อย ๕ ข้อ ให้มีอยู่ในใจทุกขณะ
ตื่น เพราะตายไปแล้วจะไม่เกิดต่ำไปกว่าภพมนุษย์จะตียิ่งขึ้นให้
บำเพ็ญทานตลอดชีวิต เพราะการมีศีลมีทานอยู่ในใจเป็น
คุณสมบัติของชาวฟ้าชาวสวรรค์ และจะดีที่สุดต้องเจริญจิตต
ภาวนาจนเข้าถึงธรรมที่ทำให้จิตสงบเป็นฌานโอกาสไปเกิดเป็น
พรหมผู้สูงศักดิ์มิได้ หรือเจริญจิตตภาวนาจนได้ดวงตาเห็นธรรม
จึงจะมีโอกาสนำพาชีวิตพ้นไปจากการเวียนตาย-เวียนเกิดได้
แน่นอน

(๒) องค์บริการมใดเมื่อนำมาปฏิบัติแล้วทำให้จิตตั้ง
มั่นได้ต้ององค์บริการมนั้นเหมาะกับจริตของผู้นั้น ผู้ถามปัญหาใช้
ลมหายใจเข้า-ออกที่กระทบจมูกมาบริการมแล้วจิตตั้งมั่นได้ดีกว่า
ควรเปลี่ยนไปใช้วิธีกำหนดลมเข้า-ลมออกจะเหมาะสมกว่า

คำว่า วิตกจริต หมายถึงพื้นนิสัยที่หนักไปในทางคิด
ฟุ้งไปในเรื่องต่าง ๆ จึงต้องถามตัวเองว่า มีพื้นนิสัยเป็นแบบนี้
หรือไม่ ถ้าเป็นแบบนี้ องค์บริการมที่เหมาะสมกับผู้วิตกจริตได้
แก่อาณานปานสติ หรือเลือกเอาภิกขุสมาธิอย่างใดอย่างหนึ่งมาเป็น
องค์บริการมหรือเลือกเอาอรุปรมาณมาเป็นองค์บริการมเพื่อใช้
เป็นฐานนำสู่วิปัสสนา

ปาก ถมูก เป็นประตู หู ตา เป็นหน้าต่าง
เราต้องคอยปิดเปิดให้ถูกกาลเวลา ถึงจะได้รับประโยชน์
และปลอดภัย

๙๕. ฝันบ่อย

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์ สอนอง วรอุไร

๑. เมื่อก่อนเวลานอนไม่ค่อยฝัน แต่เมื่อเริ่มมาศึกษาธรรมะนั่งสมาธิ เดินจงกรม จะฝันบ่อยขึ้น เป็นเพราะอะไรคะ

๒. เมื่อเราปฏิบัติฝึกตามดูจิตไปเรื่อยๆ (ปฏิบัติด้วยตนเอง) จะทราบได้อย่างไรว่าถูกวิธีและปฏิบัติได้ระดับใด

กราบขอบพระคุณท่านอาจารย์สอนอง เป็นอย่างสูงค่ะ ที่ชี้ทางสว่างให้กับหนูและทุกๆ คน ขอให้อาจารย์มีสุขภาพแข็งแรงมากๆ ค่ะ ด้วยความเคารพและศรัทธา

คำตอบ

(๑) เหตุที่ฝันบ่อย เป็นเพราะสัญญาที่ถูกเก็บไว้ในดวงจิต ส่งผลกระทบพลังงานจิตที่มีความถี่คลื่นอยู่ในระดับหนึ่ง ระดับนี้จะไม่ถูกรบกวนด้วยสัญญาที่ถูกส่งเข้ากระทบ ความฝันจะไม่เกิด ฉะนั้นคนที่ฝึกจิตจนมีกำลังของสมาธิกล้าแข็งแล้ว บุคคลประเภทนี้จะไม่ฝัน

(๒) ผู้ใดปฏิบัติสมถภาวนาจนได้ผลแล้ว จิตต้องเข้าสู่ความตั้งมั่นเป็นสมาธิ ผู้ใดปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจนได้ผลแล้ว จิตจะเกิดปัญญาเห็นแจ้ง

.....
: ทาน สติละโสภะ ตัสส สติละโสภะ ภาวนา สติละโฆหะ :
.....

๙๖. ผู้แสวงโมกขธรรม

คำถาม

เรียน ท่านอาจารย์

ผมขอถือวิสาสะเรียกท่านว่าอาจารย์ เนื่องจากได้ฟังและนำข้อคิดต่างๆ จากการฟังมาใช้ กระผมเป็นคนทำงานที่เข้าออกบ้าน เย็นก็กลับเข้ามา และพยายามตามรู้ตามดูสติของตนในแต่ละวัน จนขณะนี้ภรรยาอยู่ชีวิตก็หันมาปฏิบัติ และเห็นในแนวทางการแสวงหาวิมุตติ ผมจึงอยากปฏิบัติมากขึ้นไปอีก เพื่อแสวงหาแนวทาง เพื่อตนเองและคนรอบข้าง ผมจึงตัดสินใจลางาน ๑ เดือนในช่วงเดือนเมษายน ๒๕๕๑ ที่จะถึงนี้ เพื่อแสวงหาโมกขธรรม คำถามของผมอยู่ที่ว่า ผมอยากได้คำแนะนำสถานທີ່หรือวัดนั่นเอง ที่ผมจะขอฝากตัวเข้าไปปฏิบัติ เพราะผมอยากมีอาจารย์และผู้สออบารมณในเบื้องต้น เพื่อที่ว่าผมจะได้คำสั่งทางถูกครับ ผมอาศัยอยู่ที่ลำพูนครับ

คงจะขอรบกวนอาจารย์เพียงเท่านี้ ขอขอบคุณในความกรุณาของท่านที่มีต่อผมครับ

คำตอบ

แนะนำให้ไปฝึกที่วัดป่าหมู่ใหม่ อ.แม่แตง จ.เชียงใหม่

.....
: ความตายและความเกิด เป็นกำเนิดแห่งความทุกข์ :
: ความสุขอันประเสริฐไม่ต้องเกิด แก่ เจ็บ ตาย :
.....

๙๗. จริงตามปากคนพูด

คำถาม

เรียนอาจารย์สนองที่เคารพ

ผมมีคำถามที่จะเรียนถามอาจารย์ดังนี้ครับ ๑. เป็นความจริงหรือไม่ที่คนเขาพูดกันว่าผู้ที่ปฏิบัติธรรมหากไปเดินลอดราวตากผ้าที่ตากเสื้อผ้าของผู้หญิงอยู่ทำให้ผลของการปฏิบัติธรรมนั้นเสื่อมลง ๒. หากห้อยพระเครื่องไว้ที่คอแล้วเดินลอดราวตากผ้าเช่นเดียวกับข้อ ๑. จะทำให้ความศักดิ์ของพระเครื่องเสื่อมลงหรือไม่ ขอบพระคุณอาจารย์มากครับ

คำตอบ

(๑) จริงตามปากคนที่พูด แต่ผู้ใดปฏิบัติธรรมจนมีกำลังของสติสัมปชัญญะกล้าแข็งได้แล้ว ไม่จริง

(๒) คนที่ยังต้องอาศัยพระเครื่องห้อยคอ แล้วมีพฤติกรรมตามข้อ (๑) ความศักดิ์สิทธิ์ของพระเครื่องเสื่อมลง เหตุเพราะใจของคนที่ห้อยพระเสื่อมลงก่อน ผู้ใดมีศีลและสติอยู่กับใจทุกขณะตื่นผู้นั้นไม่เสื่อม

คนเรามีส่วนดีและส่วนชั่ว คนที่ชั่วก็มีดีอยู่บ้าง
มีได้ชั่วไปเสียทั้งหมด ต่อกองตู่เขาในแง่ดีบ้าง
เหมือนลูกไม้บนต้นย่อมมีผลไม่เสมอกัน

๙๘. ความหมายที่แตกต่าง

คำถาม

สวัสดีค่ะ ท่านอาจารย์

หนูขอความกรุณาให้ท่านอาจารย์ช่วยอธิบายให้ทราบสักหน่อยเถอะค่ะว่า “นิโรธสมาบัติ และนิโรธกรรม” นั้นคืออย่างไร แตกต่างกันอย่างใด แล้วทำไมการที่เราได้ทำบุญกับพระสงฆ์ที่ปฏิบัติ “นิโรธกรรม” หรือ “นิโรธสมาบัติ” จึงเป็นการทำบุญใหญ่คะ

ขอขอบพระคุณท่านอาจารย์ล่วงหน้า ที่ให้ความเมตตาตอบคำถามนะคะ

คำตอบ

คำว่า “นิโรธ” หมายถึงภาวะที่ใจปลอดจากความทุกข์ คำว่า “กรรม” หมายถึงการกระทำ นิโรธกรรมจึงหมายถึงการกระทำที่เป็นเหตุให้ใจปลอดจากความทุกข์

ส่วนคำว่า “นิโรธสมาบัติ” หมายถึงการเสวยอารมณ์ของจิตที่ปลอดจากสัญญาและเวทนา (สัญญาเวทิตินิโรธ) ผู้ที่มีสภาวะของจิตเป็นพระอนาคามีหรือพระอรหันต์ที่เจริญสมถภาวนา จนบรรลุฌานสมาบัติ ๘ ได้แล้วจึงมีสิทธิ์เสวยอารมณ์ที่เป็นนิโรธสมาบัติได้

สมบัติของผู้ดีคือ ตรีขันธ์ หรือ ตรีขันธ์ทรัพย์

๙๙. แก้วและหมูน

คำถาม

ดิฉันมีปัญหาถามท่านอาจารย์ดังนี้ค่ะ

คือดิฉันสวดมนต์ จิตตั้งมั่นในการสวดแล้วเกิดอาการร่างกายแก้วและก็หมูนสลับกัน (ตกใจ) จึงลืมตาขึ้นก็ยิ่งเกิดอาการอย่างนั้นอยู่ จึงตั้งจิตภาวนาสวดมนต์ต่อไป โดยจิตภาวนาว่าแก้วหนอ หมูนหนอพร้อมกับการภาวนาสวดมนต์ไปด้วยเป็นอยู่ร่วม ๕ นาที เมื่ออาการแก้วและหมูนหายไปกลับมีอาการจิตเห็นร่างกายใหญ่โต มือโตขึ้น จึงอยากเรียนถามท่านอาจารย์ ว่าอาการที่เกิดขึ้นนี้เป็นด้วยสาเหตุใด

ขอบพระคุณท่านอาจารย์ค่ะ

คำตอบ

เกิดขึ้นด้วยเหตุขณะสวดมนต์มีจิตจดจ่อ (สติ) อยู่กับการภาวนาแล้วทำให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิ พลังสมาธิสามารถบันดาลให้เกิดปาฏิหาริย์ได้หลายอย่าง การเห็นร่างกายใหญ่โตขึ้น เห็นมือโตขึ้นเป็นหนึ่งในปาฏิหาริย์เหล่านั้น ผู้รู้แนะนำให้กำจัดปาฏิหาริย์เช่นนี้ให้หมดไปจากใจ ด้วยการกำหนดว่า “เห็นหนอๆๆ” จนกระทั่งสิ่งที่ถูกเห็นนั้นหายไปแล้วนำจิตไปพัฒนาให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งตามแนวสติปัฏฐาน ๔

.....
: ปรียตี เรียบรู้ตีพิมพ์รี ปฏิบัติตี รุ้หนักเลตตี ปฏิเวธ รุ้แล้วและวาง
:

๑๐๐. ออกมาจากปฏิทิน

คำถาม

ดิฉันขอกราบเรียนถามอาจารย์ดังนี้ค่ะ

ดิฉันเคยฝันเห็นรัชกาลที่ ๕ ค่อนข้างบ่อยมาก ครั้งแรกตอนนั้นอายุประมาณ ๑๒-๑๓ ปี เห็นรัชกาลที่ท่านลอยออกมาจากปฏิทินแล้วพูดว่า ซาสี สีซา แล้วเลขท้ายสองตัวรถเตอร์ก็ออก ๓๔ (ซาสีสีซาเป็นภาษาจีน แปลว่า ๓๔ ๔๓)

ครั้งต่อมาอายุประมาณ ๒๘ ปี ก็ฝันเห็นองค์รัชกาลที่ ๕ ท่านลอยเข้ามาในบ้านของแม่ดิฉัน แล้วบอกให้ดิฉันตั้งหิ้งท่านที่บ้านแม่ของดิฉัน

ครั้งที่สาม ฝันว่าองค์รัชกาลที่ ๕ ท่านมายืนเป็นรูปปั้น บอกกับดิฉันว่า ให้ทำอะไรก็ไม่ทำ ให้สวดมนต์ก็ไม่สวด ถ้าทำตัวอย่างนี้หลังปลายปีไปแล้วจะไม่ช่วยแล้วนะ

ครั้งที่สี่ ฝันว่า เห็นองค์รัชกาลที่ ๕ ท่านมานอนอยู่ในอ้อมกอดของดิฉันทางด้านซ้าย ส่วนทางด้านขวาเป็นสามีของดิฉันนอนอยู่ ในความฝันพอดิฉันหันไปเห็นท่าน

ท่านก็บอกกับดิฉันว่า “มานอนอยู่กับหนูทุกคืนแหละ และได้เอาพระอานนท์มาใส่ในอกไว้ (อกของดิฉัน) เพื่อให้ดิฉันได้ไปนิพพาน ดิฉันหวังว่าอาจารย์ได้อ่านแล้วคงไม่คิดว่าดิฉันกินมากฝันมากนะคะ ขอรับรองว่า แต่ละครั้งที่ฝันไม่ได้มีจิตนึกอะไรเกี่ยวกับความฝันเหล่านี้เลย นึกจะฝันก็ฝันเอง

และดิฉันก็ฝันเห็นอีกท่านหนึ่งซึ่งเป็นคนแก่ มาเข้าฝันบอกดิฉันหลายครั้ง ที่ผ่านมาก็เป็นจริงดังที่ท่านบอก เช่นบอกว่าปีนี้มิใช่คอมิลาภ จะมีคนตาย ก็เป็นจริงดังที่ท่านบอก ต่อมา

ท่านมาบอกในความฝันอีกว่า “ปี ๕๒ ดิฉันจะได้รับความสะดวก ร้อน ครอบครัวจะแตกแยก จะมีคนตาย น้ำจะท่วมบ้าน”

๑. เกี่ยวกับความฝันที่เกี่ยวกับรัชกาลที่ ๕ อาจารย์ให้คำแนะนำให้ความกระจ่างได้ไหมคะ

๒. ดิฉันควรจะปฏิบัติเช่นไรเกี่ยวกับคนแก่ที่ฝันถึง

๓. เกี่ยวกับศาลพระภูมิ เป็นไปได้ไหมคะว่าหากตั้งผีดที่ ผิดทางไม่ถูกต้องตามโบราณว่า จะทำให้เราได้รับความเดือดร้อน

๔. การที่เราไปทำบายศรีมาขึ้นหิ้งและรูปปั้นตุ๊กตาเป็น คนแก่แล้วกราบไหว้ โดยที่เราไม่ได้ไปรับจากเจ้าที่เข้ากราบแต่ อย่างใด จะถือเป็นการรับชั้น ๕ ไหมคะ

ดิฉันขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ที่ช่วยตอบปัญหาให้ ดิฉันค่ะ กราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงค่ะ

คำตอบ

(๑) การบูชาผู้ควรบูชาเป็นมงคล รัชกาลที่ ๕ เป็น ผู้ทรงคุณธรรมมีพระคุณต่อบ้านเมืองอย่างมาก ฉะนั้นเป็น ปฏิบัติที่ควรกระทำ

(๒) ไปทำบุญแล้วอุทิศบุญกุศลให้กับคนที่ฝันถึงให้ทุก ครั้งที่ระลึกได้

(๓) เป็นไปได้ แต่ควรพัฒนาจิตตัวเองให้มีคุณธรรม สูงกว่าภูมิเทวา (พระภูมิเจ้าที่) แล้วสร้างความเป็นมิตรกับ เทวดาด้วยการอุทิศบุญให้เขาบ่อย ๆ จะเป็นการดีกับตัวคุณเอง

(๔) ศาสนาพุทธสอนให้ทำจิตเป็นอิสระต่อพิธีกรรม และให้เอาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ มาเป็นที่พึ่งที่เคารพ กราบไหว้บูชา ด้วยเหตุนี้ผู้รู้ในพุทธศาสนา จึงมีจิตวิญญาณอยู่ เหนือบายศรีและรูปปั้นตุ๊กตาเหล่านั้น

๑๐๑. วัดใจตนเอง

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์ด.ร.สนองที่เคารพเป็นอย่างยิ่ง
ในขณะนี้หนูได้ทำการฝึกปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ เนื่องจากได้อธิษฐานจิตตั้งสัจจะว่าจะปฏิบัติเดินจงกรมนั่งสมาธิอย่างละ ๔๕ นาทีตั้งแต่วันจันทร์ที่ ๑๑ กุมภาพันธ์จนถึงวันมาฆบูชา เป็นการวัดศักยภาพในช่วงระยะสั้นว่าหนูจะมีความเพียรและตั้งใจมากแค่ไหน ซึ่งในการปฏิบัติครั้งนี้เป็นการทดสอบวัดใจของตนเองเพราะต้องตื่นตีสี่มาสดมนต์ทำวัตรเช้าและต่อด้วยการปฏิบัติคะ ในการปฏิบัติเป็นแนวทางแบบยุบหนอพองหนอ ซึ่งหนูได้รับการฝึกมาจากพระเดชพระคุณหลวงพ่ोजริญ ฐิตธัมโม แห่งวัดอัมพวันคะ หนูมีคำถามดังต่อไปนี้คะ

๑. ในการเดินจงกรม ในขณะยืนหนอ บางครั้งตัวจะสั่น บางทีสั่นไม่หยุด หนูระลึกถึงคำตอบของอาจารย์ที่เคยตอบไว้ว่าให้เรากำหนดว่าสั่นหนอ และตามดูจนเห็นถึงการดับไปของอาการนั้น แต่เนื่องจากประสบการณ์ทั่วไปอาการสั่นนี้มักเกิดขึ้นกับการนั่งส่วนการเดินหรือยืนนั้นหนูยังไม่เคยเห็นคำถามดังนี้ จึงมีความสงสัยว่าถ้าหากเกิดอาการใดๆ ขึ้นนั้นให้เราตามดูและกำหนดจนอาการเหล่านั้นดับไปเหมือนการนั่งใช่ไหมคะ

๒. ตามเดิมที่หนูเดินจงกรมหนูใช้ระยะที่ ๓ แต่เมื่อฝึกในครั้งนีลองเปลี่ยนมาเดินระยะที่ ๔ ซึ่งเมื่อเดินไปเรื่อยๆ ดูเหมือนว่าหนูจะเห็นตัวตันจิตว่าหากเราจะยกส้นเท้าหรืออย่าง

นั้นจิตมันจะมีความอยากเกิดขึ้นก่อน หรือในอิริยาบถต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันนั้นมันจะมีตัวอยากเกิดขึ้นก่อนการกระทำนั้นหากแต่ว่าจิตของเรานั้นเร็วมากจึงเหมือนว่าการทำสิ่งใดนั้นมันเหมือนอัตโนมัติ แต่จริงๆ แล้วจิตเป็นตัวรับแล้วสั่งให้เกิดการทำงานอย่างที่ท่านอาจารย์เคยบรรยายตั้งนั้นก่อนที่เราจะยกอย่างเหยียบ หนูได้กำหนดว่าอยากยกหนอ อยากยกหนอ ก่อนที่จะยกเท้า และอย่าง ไม่ทราบว่าการทำอย่างนี้จะเป็นการกำหนดอิริยาบถย่อยมากเกินไปหรือเปล่าคะ

๓. ในการนั่งสมาธิ อาการสั่นของหนูนั่นได้เกิดขึ้นบ่อยมาก หนูได้ใช้จิตตามดู และกำหนดสั่นหนอ สั่นหนอ จนบางครั้งมันก็หายไปแต่บางทีหนูมาคิดว่าถ้าจิตไปยึดอยู่กับอาการสั่นมันเหมือนได้รับความสนใจจากจิต หนูก็กำหนดสั่นหนอ สั่นหนอ อยู่สักพัก แล้วดึงจิตกลับมาอยู่ที่ลึนปีแล้วกำหนดรู้หนอ รู้หนอ รู้หนอ แล้วก็ดึงจิตกลับมาที่ท้องกำหนดพองยุบต่อจนกระทั่งการสั่นหายไปแล้วก็กำหนดรู้หนอ เนื่องจากหนูเป็นคนชอบอ่านหนังสือและชอบฟังการบรรยายมาก บางทีหนูสับสนว่าควรใช้วิธีไหน ก็พยายามทดลองหลายรูปแบบ จนหนูคิดว่าหนูควรถามท่านอาจารย์ซึ่งเป็นผู้รู้ เพื่อที่จะได้แนวทางที่ถูกต้องและไม่หลงทาง และเสียเวลากับการลองผิดลองถูกคะ

หนูขอกราบขอบพระคุณอาจารย์มา ณ ที่นี้คะ และขอกราบขอบพระคุณในความเมตตาของอาจารย์ที่ได้เสียสละเวลาตอบคำถามต่างๆ บนอินเทอร์เน็ต ซึ่งสำหรับหนูนั้นสิ่งเหล่านี้มีประโยชน์มากคะ โดยเฉพาะการใช้ชีวิตอยู่ที่ประเทศอังกฤษห่างไกลจากครูบาอาจารย์ ซึ่งการบรรยายของอาจารย์ทุกครั้งทีหนูได้ฟังก็จะเกิดกำลังใจอย่างมากในการปฏิบัติคะ

สุดท้ายนี้ขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัยและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายจงอำนวยการให้อาจารย์มีสุขภาพแข็งแรงและได้สืบทอดพระพุทธศาสนาตลอดกาลนานเทอญ กราบขอบพระคุณคะ

คำตอบ

(๑) ใช่

(๒) ไม่มากเกินไป

(๓) ใช้วิธีไหนก็ได้ที่กำหนดแล้วอาการสั่นหายไปได้จริง

ต้องไม่อ่านหนังสือ ทำตัวเองให้เหมือนคนโง่ แล้วทำตามคำสั่งแนะนำนั้นแหละดีที่สุด เพราะมรรคผลแห่งการปฏิบัติจะเกิดขึ้นได้เร็ว



๑๐๒. แอบชอบเพื่อนร่วมงาน

คำถาม

เรียนอ.ดร.สนองที่เคารพ

ดิฉันมีเรื่องอยากเรียนสอบถามอาจารย์ดังนี้คะ

๑. ดิฉันแอบชอบเพื่อนร่วมงานคนหนึ่งแต่เค้ามีแฟนแล้ว

ดิฉันอยากทราบว่ากรณีที่ดิฉันเพียงแต่คิดแต่ไม่ได้แสดงออก และไม่ได้มีการกระทำทางกาย วาจา แต่ดิฉันคิด ดิฉันจะเป็นบาปไหมคะ ดิฉันไม่เคยมีความคิดว่าจะแย่งของรักของคนอื่นมา ดิฉันกลัวว่าจะเป็นเศษกรรมติดไปในชาติหน้าคะ และถ้าความคิดที่ดิฉันคิดเป็นบาปจะทำอย่างไรดีคะ มันห้ามความคิดยากมากเลยคะ

๒. คนที่แต่งงานมีคู่ชีวิตแล้วก็ไม่สามารถหลุดพ้นได้ใช่หรือไม่ เพราะยังมีกิจกรรมที่ต้องเกี่ยวข้องกับคุณอยู่ ใช่ไหมคะอาจารย์

๓. การทานมังสวิรัตินี้จะได้บุญไหมคะอาจารย์ ขอขอบคุณคะ

คำตอบ

- (๑) ความคิดเป็นมโนกรรม คิดแล้วทำให้ไม่สบายใจ ถือว่าเป็นบาป ผู้ใดพัฒนาจิตให้มีสติสัมปชัญญะได้แล้วความคิดดังกล่าวจึงจะดับไปได้
- (๒) ใช่ ยังไม่สามารถหลุดพ้นไปจากความทุกข์ได้
- (๓) รับประทานมังสวิรัตินี้แล้วมีกาย วาจา ใจ ดำเนินอยู่ในกุศลกรรมบถ ๑๐ (ดูหน้า ๑๕๑) จึงจะถือว่าได้บุญ

๑๐๓. ล้วงไหปลาจ๋า



คำถาม

กราบสวัสดีท่านอาจารย์ ดร.สนองค่ะ

ลูกรู้สึกไม่ชอบคนๆ หนึ่ง หรือจนถึงขั้นเกลียดก็ได้ค่ะ เพราะว่าเค้าไม่มีเหตุผล มีทิฐิ ยึดมั่นถือมั่นมากๆ แต่ว่าที่เค้าเป็นแบบนี้ น่าจะเพราะเหตุผลบางอย่างจากพื้นฐานครอบครัวเค้าเอง เค้าน่าจะสงสารมากๆ ลูกจะทำอย่างไรให้เค้ารู้สึกรักตัวเองมากขึ้นและมีใจเป็นอิสระ รักผู้อื่นอย่างเมตตา เค้า

ก็ศึกษาธรรมะบ้างแต่ลูกเห็นเค้ายังคงควบคุมสติได้ไม่ตึงนัก เค้ายังมีความโกรธและอารมณ์รุนแรงอยู่มากค่ะ ถ้าเค้ามีโรคทางประสาทอ่อนๆ (คือเวลาอารมณ์ดีก็คุยรู้เรื่อง แต่พอร้ายก็สติแตกทำร้ายร่างกายตัวเองเพื่อให้คนอื่นสนใจ) เราจะแนะนำเค้าได้ไหมคะคุณพ่อ ...

คุณพ่อคะ คนๆ หนึ่งที่เค้ามีวแต่ นั่งคิดเรื่องที่เป็นปัญหาอยู่ในขณะนั้นซึ่งปัญหาไม่ใช่แค่ปัญหาเดียวแต่ว่าเยอะแยะมากมายที่รอทางออกอยู่ เค้ามีวแต่ นั่งคิดจะแก้ปัญหาคิดคิดหาทางลงมือทำไม่ได้สักที เพราะว่าเค้ามีวแต่ นั่งคิดถึงผลกระทบที่จะตามมา บางปัญหาคิดหาทางออกได้แล้วแต่ว่าไม่สามารถลงมือทำให้มันบรรลुไปได้ พอไม่นานปัญหานั้นก็ต้องกลับมาหาเราให้เริ่มต้นคิดอีก ทำไมเค้าจึงลงมือแก้ปัญหาคิดไม่ได้ล่ะ บางทีเราเห็นว่าเป็นปัญหาเล็กน้อย แต่ทำไมเค้ายังทำไม่ได้ อีก คือลูกสงสัยเค้า อยากให้เค้ามีสติและปัญหาแก้ปัญหาคิด ... ลูกอยากทราบค่ะ ว่าเรื่องบางเรื่องถ้าเราตัดสินใจทำไปแล้ว และมีผลกระทบกับคนอื่นซึ่งบางทีผลที่ออกมาแยกว่าที่เราคิด อย่างนี้เราผิดไหมคะ หรือเราจะแก้ไขยังไงคะ

สุดท้ายนี้ ลูกขอบคุณพระคัมภีร์ ดร.สนอง วรอุไรให้สุขภาพแข็งแรงตลอดไปค่ะ กราบขอบพระคุณที่คุณพ่อมีความเมตตา กรุณาตอบปัญหาต่อคนที่มีความทุกข์อย่างลูกค่ะ

คำตอบ

แนะนำได้แต่เขาจะเชื่อแล้วทำตามคำแนะนำหรือไม่ เชื่อแล้วไม่ทำตามคำแนะนำนั้นเป็นสิทธิ์ของเขา ไม่มีใคร

สามารถเข้าไปก้าวล่วงได้ เว้นไว้แต่ว่าเขาจะเป็นทมิฬ (ความเห็นผิด) ด้วยตัวของเขาเอง

อนึ่งที่เขาแย้งแก้ปัญหาก็ไม่ได้เป็นเพราะปัญญาเห็นถูกยังไม่เกิดขึ้นกับเขา ผู้ใดคิดปรับแก้ไขคนอื่นเป็นความคิดเห็นถูกทางโลก แต่ผิดในทางธรรม แนะนำชี้ทางออกของปัญญาให้แล้ว หากเขาไม่ทำตามผู้รู้ทำได้เพียงปล่อยให้สัตว์โลกดำเนินไปตามแรงกรรม ที่เขาได้ทำไว้ก่อนแล้วด้วยตัวของเขาเอง



๑๐๔. เรื่องเกิดตอนกำลังนอน

คำถาม

กราบเรียน ท่านอาจารย์ดร.สนอง วรอุไร ที่เคารพอย่างสูง

ขณะที่หนูนอนหลับตา ประมาณสี่ทุ่มเศษ ยังได้ยินเสียงภายนอกที่มากกระทบอยู่ ฉับพลันก็รู้สึกจิตรวมกันนิ่งอยู่ นอนดูจิตไปเรื่อยๆ ขณะนั้นยังรับสัมผัสจากเสียงภายนอกที่มากกระทบได้ แล้วก็รู้สึกมีอะไรเข้ามาใกล้ๆ ที่หน้า ตอนแรกนึกว่าลูกเข้ามาหา แต่ที่นอนไม่เคยเลื่อนไหว ยังนอนหลับตาดูจิตต่อไป รู้สึกว่าจิตน่าจะออกจากกายได้จึงพยายามออกไปจากร่าง แต่ออกไม่ได้ติดอยู่ที่ศรีษะ พยายามอยู่สองสามครั้งก็เลิก เพราะถ้าพยายามต่อจะปวดศรีษะเพราะรู้สึกติดอยู่ที่ศรีษะ จึงดูจิตเฉยๆ สักพักจิตก็ค่อยๆ กลับมาสู่ภาวะปกติเอง ลูกก็ไม่ได้เข้า

มาหาด้วย นานมาแล้วเคยรู้สึกคล้ายๆ แบบนี้ เกิดตอนกำลังนอนเหมือนกันตอนนั้นไม่แน่ใจว่าหลับหรือเปล่าแต่ขณะเกิดรู้สึกตัวดี มีอาการดังนี้ค่ะ คืออยู่ๆ จิตก็รวมกันลึกลงไปเรื่อยๆ เหมือนลงไปใต้น้ำแต่ไม่มีน้ำนะคะ มันดิ่งลงไปจนกลัวและตกใจกลัวว่าถ้าลงไปจะตาย ไม่แน่ใจว่ารู้สึกเหมือนคนตกจากที่สูงลงสู่ที่ต่ำหรือเปล่า พอกลับสู่ภาวะปกติหัวใจยังเต้นแรงตึกๆ อยู่เลย ขอเรียนถามอาจารย์ดังนี้ค่ะ

๑. ที่รู้สึกเหมือนมีใครมาใกล้ๆ จนหน้าสัมผัสได้ อาจารย์คิดว่าเป็นอะไรหรือกระแสจิตใครส่งมา เป็นไปได้หรือไม่คะ

๒. สิ่งที่เกิดขึ้นเกิดจากสมอง หรือจากจิตเรา หรือจากผู้ที่มาทำให้รู้สึกคะ ปกติหนูจะนั่งสมาธิตอนกลางวันวันละประมาณ ๑ ชั่วโมง ไม่เคยเป็นแบบนี้เลย อาการเหล่านี้เกิดจากอะไรคะ (อาการนี้เกิดเมื่อคืนพอเข้ามาก็เขียนมาเรียนถามอาจารย์เลยคะ)

๓. อาการที่เคยเป็นนานแล้วที่เล่าข้างต้น เป็นอาการของอะไร และเกิดจากอะไรคะ กราบขอบพระคุณอย่างสูงค่ะ

คำตอบ

(๑) เป็นไปได้ที่จิตไปรับสัมผัสเอาพลังงานอื่นมาปรุงเป็นอารมณ์ให้เป็นเช่นนั้น

(๒) เรื่องนี้เป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นกับจิต มิได้เกิดขึ้นที่สมอง

(๓) เหมือนที่ได้ตอบไว้ในข้อ (๑) แล้ว

๑๐๕. ไม่อยากคิดแต่คิด

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ที่เคารพครับ
 กระทบใจได้มีโอกาสทำบุญกับพระอรียสงฆ์องค์หนึ่ง และ
 ระหว่างที่อยู่ในสถานะนั้น ชั่วขณะหนึ่งจิตของผมได้คิดสิ่งที่เป็น
 นอกุศลกับพระองค์นั้น ซึ่งกระทบไม่ได้อยากคิดแบบนั้นเลย
 จึงพยายามดึงจิตกลับมาไม่ให้คิดต่อและพยายามเจริญสติไม่
 ให้ออกแวก แต่ด้วยความที่กลัวต่อบาปมากและตกใจด้วยตอน
 นั้นจึงได้อุทานออกมาเบาๆ (ซึ่งคำนั้นเป็นถ้อยคำที่หยาบคาย) แต่
 ความหมายและคำที่อุทานนั้นเป็นการต่อว่าตนเองทั้งสิ้น ดัง
 เรื่องที่เล่ามาข้างต้นนี้อยากเรียนถามท่านอาจารย์ดังนี้ครับ

๑. กระทบรู้ว่าสิ่งที่เล่าไปข้างต้นนั้นกระทบบาปอย่าง
 แน่นนอน ถึงแม้จะเพียงแค่คิดก็ตามดังนั้นก็จะมีวิธีการแก้ไข
 อย่างเป็นธรรมได้อย่างไรบ้างครับ ให้อาสาบลดน้อยลงหรือหมดไป
๒. การที่กระทบกล่าวอุทานไปแบบนี้ถือว่าการ
 ปรามาสพระอรียสงฆ์ด้วยวาจาหรือไม่ ดังตัวอย่างที่ท่าน
 อาจารย์เคยเล่าเรื่อง วัสสการพราหมณ์ ที่พูดลบหลู่พระมหา
 กัจจายนะองค์อรหันต์
๓. การขอโทษกรรมต่อบุคคลอื่นที่เราได้ล่วงเกินไป
 ด้วยกาย วาจา ใจ ซึ่งในกรณีต่อบุคคลนั้นๆ ไม่ได้มีชีวิตอยู่แล้ว
 เราจะสามารถทำได้อย่างไรบ้างครับ

๔. การขอโทษกรรมจำเป็นหรือไม่ต่อบุคคลนั้นต้องกล่าว
 วาจาขอโทษกรรมให้เรา ขอพระคุณอย่างสูงในความเมตตาครับ

คำตอบ

- (๑) ต้องไปขอขมากรรมต่อพระอรียสงฆ์องค์ที่ผู้ถาม
 ปัญหาไปคิดอกุศลกับท่าน
- (๒) ผู้ถามปัญหากล่าวคำอุทานที่ไม่ดีออกมา ด้วยมี
 เจตนาต่อว่าตนเอง มิได้ถือว่าการกล่าววาจาปรามาสต่อ
 พระอรหันต์
- (๓) ประพฤติตนให้เป็นผู้มีบุญ (ดูบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ หน้า
 ๕๐) แล้วอุทิศบุญให้เจ้ากรรมนายเวร พร้อมทั้งขอโทษกรรม
 ต่อสรรพสัตว์ที่ผู้ถามปัญหาเคยไปกระทำไว้ต่อเขา ให้เขาเหล่านั้น
 หนักโทษให้
- (๔) ขึ้นอยู่กับเจ้ากรรมนายเวรว่าจะยกโทษให้หรือไม่
 แต่การกล่าวคำขอโทษกรรมเป็นธรรมของผู้เจริญ

อารมณ์ภายนอกต่าง ๆ ที่เรากลับมายึดถือไว้
 ก็เปรียบเหมือนเราเอาหางของหนัก ๆ มาวางไว้บนบ่า
 ถ้าเราปลดปล่อยเสียได้ ก็เท่ากับเราวางหางนั้นลง

๑๐๖. พระปัจเจกพุทธเจ้า

คำถาม

กราบสวัสดีค่ะ

๑. ได้ยินมาว่าสมัยปัจจุบันนี้มีพระปัจเจกพุทธเจ้าอยู่ด้วย แต่ที่เคยทราบมาว่าพระปัจเจกพุทธเจ้าจะเกิดมีเฉพาะในช่วงสมัยที่โลกเว้นว่างจากศาสนา ไม่มีพระพุทธเจ้ามาประสูติ แล้วทำไมปัจจุบันถึงมีได้ละคะ ทั้งๆ ที่ก็ยังอยู่ในช่วงศาสนาของพระพุทธเจ้าของเรา ข้อมูลความรู้เกี่ยวกับพระปัจเจกฯ ค่อนข้างจะหายากค่ะ

๒. อยากมีโอกาสดำเนินบุญกับพระปัจเจกฯ สักครั้งในชีวิตนี้จะมีทางไหนที่จะมีโอกาสดำเนินบุญได้บ้างไหมคะ

๓. ท่านอาจารย์เคยตอบหลายคำถามเกี่ยวกับการบรรลุธรรมในชาตินี้ของพวกเพศที่ ๓ ซึ่งคำตอบคือ “ไม่สามารถเป็นได้ในชาติปัจจุบัน” น่าเศร้านะคะ แล้วถ้าในเรื่องการพัฒนาทางจิตจากการปฏิบัติสมณะ หรือวิปัสสนาแค่ในชั้นโลกียะละคะ จะเป็นไปได้ไหม จะก้าวหน้าได้หรือเปล่า

ขอบคุนท่านอาจารย์ที่สละเวลามาช่วยตอบคำถามค่ะ ขออณุโมทนาในบุญและขอให้บุญของดิฉันที่อาจจะน้อยนิดนี้ช่วยเป็นแรงหนุนให้อาจารย์สำเร็จทุกอย่างที่ปรารถนาได้โดยง่ายมีสุขภาพแข็งแรงค่ะ ขอบคุนค่ะ

คำตอบ

(๑) ฟังด้วยหู ยังไม่แจ่มแจ้งเท่ากับสัมผัสด้วยตา ฉะนั้นพระพุทธรูปจึงตรัสสอนชาวกาลามะ ไม่ให้เชื่องมงายไร้เหตุผลตามหลักกาลามสูตร ๑๐ ข้อ หากผู้ถามปัญหาปรารถนาสัมผัสได้ด้วยตา ต้องสร้างเหตุให้ถูกต้อง ด้วยการพัฒนาจิตให้มีคุณธรรมสูงจนถึงระดับที่พลังบุญพลังบารมี ผลักดันตัวเองให้ไปพบพระปัจเจกพุทธเจ้าได้แล้ว หลักกาลามสูตรที่พระพุทธรูปตรัสสอนไว้จึงจะเป็นจริง

(๒) ความอยากคือตัณหา พระปัจเจกพุทธเจ้าเป็นผู้มีจิตเป็นอิสระจากตัณหา ดังนั้นผู้ถามปัญหาพัฒนาจิตวิญญานตนเองให้หมดจากตัณหาได้เมื่อใด โอกาสได้ทำบุญกับพระปัจเจกพุทธเจ้าจึงจะเกิดขึ้นได้

(๓) การปฏิบัติธรรมของเพศที่สาม ไม่สามารถบรรลุธรรมนั้นหมายความว่า ไม่สามารถบรรลุธรรมขั้นสูงที่ทำให้เข้าถึงโลกุตระสมบัติได้ ตรงกันข้าม การปฏิบัติธรรมของเพศที่สามสามารถเข้าถึงได้เพียงโลกียสมบัติเท่านั้น

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

การแสวงหาความดี ต้องเอาตัณหาการศึกษาเป็นหลัก
มีฉะนั้นละไม่รู้ว่สิ่งใดควรเอาไว้ สิ่งใดควรทิ้งไว้

๑๐๗. แยกกันอยู่หรือเปล่า

คำถาม

๑. การรักษาศีล ๘ ในวันธรรมดา กับรักษาศีล ๘ โยโบสถวันพระ กุศลจะแตกต่างกันไหมคะ

๒. ลูกชายของพี่สาวคือและชนมาก เป็นไปได้ไหมคะว่าเป็นลูกที่ขอมมาจากพระ พอดีพี่สาวดิฉันอยากมีลูกผู้ชายเลยไปขอกับหลวงพ่อโสธร ปรากฏว่าเลี้ยงยากมาก ลูกพระจะเลี้ยงอย่างไรให้เลี้ยงง่ายคะ

๓. คนที่มีสามี ภรรยา แล้วถ้าปรารถนาจะไม่เกิดอีกในชาติต่อไป แปลว่าต้องตัดกิเลสและแยกกันอยู่หรือเปล่านั้นคะ

ขอบพระคุณอาจารย์เป็นอย่างสูงคะ

คำตอบ

(๑) วันธรรมดามีจำนวนวันมากกว่าวันพระ ผู้ใดรักษาศีล ๘ ในวันธรรมดาได้ทุกวัน จะได้กุศลมากกว่ารักษาศีล ๘ เฉพาะในวันพระ ซึ่งมีจำนวนวันน้อยกว่า

(๒) เป็นไปได้ จะเลี้ยงลูกประเภทนี้ไม่ให้คือแม่ แม่ต้องพัฒนาจิตตัวเองให้มีคุณธรรมสูงเท่าเขาหรือมากกว่าเขา แล้วเขาจะไม่คือ

(๓) คำว่าไม่เกิดอีกในชาติต่อไป หากหมายถึงไม่เกิดในภพใด ๆ ในวัฏสงสาร ต้องพัฒนาจิตตนเองจนละสังโยชน์ทั้ง ๑๐ (หน้า ๑๒๙) ได้ แล้วโอกาสไม่กลับมาเกิดอีกจึงเป็นได้ หากยังไม่ถึงขั้นธรรมาโลก จำเป็นต้องแยกกันอยู่เพราะเข้ากันไม่ได้ด้วยธรรม ดูพระนางเขมามเหสีรองของพระเจ้าพิมพิสารเป็นตัวอย่าง

๑๐๘. ผิดจากคำอธิษฐาน

คำถาม

เรียนอ.ดร.สนอง ดิฉันมีเรื่องอยากเรียนปริญญา อาจารย์ดังนี้คะ

๑. ดิฉันอธิษฐานจิตว่าถ้าดิฉันได้โบนัส ดิฉันจะนำเงินมาให้อิตตแพน เพื่อใช้ในการศึกษาต่อเมืองนอก ปรากฏว่าดิฉันได้โบนัสจริงๆ ทั้งๆ ที่เพิ่งทำงานมาได้ ๔ เดือน ดิฉันจึงนำเงินโบนัสที่ได้นี้ไปให้พ่อและแม่อิตตแพน แต่ปรากฏว่าท่านทั้ง ๒ ไม่รับเงินดังกล่าว ดิฉันไม่สบายใจมาก เพราะเหมือนดิฉันผิดคำสัญญา ที่เคยอธิษฐานไว้ ดิฉันควรทำอย่างไรดีคะ

๒. ดิฉันเคยเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ได้อนุญาตไป แต่ตอนหลังกลัวบาปและละอายใจเลยคิดจะนำไปคืน ถ้าดิฉันคืนแล้ว ดิฉันยังมีบาปติดตัวอยู่หรือไม่คะอาจารย์

๓. การที่เราได้งานทำแล้วคิดจะลาออกไปทำงานที่ใหม่ที่ได้เงินเดือนเยอะกว่า จะถือว่าเราเนรคุณเจ้านายเก่าไหมคะ เพราะค่ามีบุญคุณที่รับเราค่าทำงาน ขอบพระคุณอาจารย์เป็นอย่างสูงคะ

คำตอบ

(๑) เหตุด้วยไม่รักษาสัจจะจึงให้ผิดคน อธิษฐานให้อิตตแพนแต่กลับไปให้พ่อแม่ของเขาจึงไม่ประสบผล ลองทำดูใหม่ด้วยการให้ที่ถูกต้องตรงกับคำอธิษฐาน ถ้าเหตุปัจจัยลงตัว คำอธิษฐานมีโอกาสเป็นจริงได้

(๒) ถ้าเจ้าของเขายกโทษให้ คุณก็ไม่มีบาปติดตัว

๑๑๐. ปิดทองลูกนิมิต

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ที่เคารพ
กระผมมีคำถามจะขอกราบเรียนถามอาจารย์ดังต่อไปนี้
ครับ

๑. การปิดทองลูกนิมิต ที่ทางวัดจัดไว้ให้ญาติโยมได้
ร่วมปิดทองก่อนที่จะนำไปฝัง จะเป็นเหตุปัจจัยใดๆ และมีอานิ
สงค์อะไรบ้างครับ เทียบเท่ากับการปิดทององค์พระพุทธรูป
หรือไม่ครับ

๒. กราบขอคำแนะนำจากอาจารย์ช่วยแนะนำครูบา
อาจารย์ที่ผมสามารถเรียนรู้การฝึกวิปัสสนากรรมฐานได้อย่าง
ดีและเกิดผลสูงสุดครับ (ผมเข้าใจว่าครูบาอาจารย์แต่ละท่าน
จะมีแนวทางการสอนที่เหมาะสมกับบางท่านแต่อาจจะไม่เหมาะ
กับบางท่าน เนื่องจากพื้นฐานจิตใจของผู้เรียนต่างกัน และ
กรรมของผู้เรียนที่เคยทำมาร่วมกันกับผู้สอนต่างกัน ผมเข้าใจ
ถูกไหมครับ)

๓. การทำบุญใหญ่ นอกจากการตักบาตรพระที่ออก
จากนิโรธกรรม แล้วยังมีอย่างอื่นอีกไหมครับ (เพิ่งไปตักบาตร
ท่านครูบาที่วัดศรีดอนมูลมาครับ และอยากจะทำบุญใหญ่อื่นๆ
อีกครับ)

๔. การเล็งพระ ๗ วัน ที่เป็นมหาทานนั้น สามารถทำ

โดยการตักบาตร ๗ วันต่อกัน จะได้อานิสงค์เดียวกันไหมครับ
ถ้าได้ต้องตักบาตรพระกี่รูปครับ ถ้าไม่ได้การเล็งพระ ๗ วัน
นั้นควรทำโดยวิธีไหนครับ ขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงครับ

คำตอบ

(๑) ลูกนิมิตใช้สำหรับฝังให้เป็นเครื่องหมายบ่งเขต
ของโบสถ์ซึ่งเป็นสถานที่สำหรับพระสงฆ์ใช้ประชุมทำสังฆ
กรรมต่าง ๆ อาทิใช้ตรวจสอบความบริสุทธิ์ทางวินัย (สวดปาฏิ
โมกข์) ใช้สำหรับบวชฆราวาสให้เป็นเณร บวชเณรให้เป็นพระ
สงฆ์ใช้สำหรับวัตรปฏิบัติ (สวดมนต์เช้า-สวดมนต์เย็น) ของหมู่
สงฆ์ ฯลฯ

การปิดทองลูกนิมิต เป็นพิธีกรรมที่ทำให้เกิดเป็นความ
สมบูรณ์ของสถานที่สำหรับเปลี่ยนเพศฆราวาสเป็นภิกษุสงฆ์
อานิสงค์ที่จะเกิดขึ้นกับผู้ร่วมกระทำความ เป็นมหากุศลที่นำสู่
ความมีใจผูกอยู่กับพุทธศาสนา นำสู่การได้สมบัติของสวรรค์
นำสู่ความสำเร็จในสิ่งปรารถนาที่ขอบธรรม ฯลฯ และมี
อานิสงค์มากกว่าปิดทองพระพุทธรูปซึ่งเป็นเพียงบิรวารสมบัติ
ในมนุษยโลก

(๒) การปฏิบัติธรรมและเข้าถึงธรรมได้ มิได้ขึ้นอยู่กับ
ครูบาอาจารย์เพียงส่วนเดียว แต่ยังขึ้นอยู่กับบุญบารมีของตัว
เองที่ทำสั่งสมมาแต่อดีตชาติ ร่วมกับศีลสังจะและความเพียร
ในการสร้างบุญบารมีในชาติปัจจุบัน

ฉะนั้นครูบาอาจารย์เป็นเพียงปัจจัยหนึ่งเท่านั้นเอง ที่

จะทำให้ผู้ถามปัญหาประสบความสำเร็จในการปฏิบัติธรรม ผู้ตอบปัญหาแนะนำให้ไปฝากตัวเป็นศิษย์กับพระอาจารย์มานพ อุปสโม สำนักปฏิบัติธรรมกิ่งอำเภอหางแมง จังหวัดจันทบุรี

(๓) ทำบุญกับหมู่สงฆ์ที่เป็นพระอรหันตบุคคล เป็นเจ้าภาพหรือร่วมเป็นเจ้าภาพเผยแผ่ธรรม เป็นเจ้าภาพปฏิบัติธรรม เป็นเจ้าภาพสร้างสถานปฏิบัติธรรม เป็นเจ้าภาพสร้างทางเดินจงกรม ฯลฯ เหล่านี้เป็นบุญใหญ่

(๔) การเลี้ยงพระ ๗ วัน หรือตักบาตรหมู่พระสงฆ์ ๗ วันจะได้านิสงส์เท่ากันหรือไม่ขึ้นอยู่กับ คุณธรรมของพระสงฆ์ที่ร่วมในการเลี้ยงพระหรือพระสงฆ์ที่มารับบิณฑบาตหากเป็นพระอรหันตสงฆ์จะได้บุญมากกว่าสมมุติสงฆ์ และยังขึ้นอยู่กับความตั้งใจในการทำบุญตั้งใจมากจะได้บุญมาก และยังขึ้นอยู่กับความอิมใจหลังจากทำบุญแล้วอิมใจมากจะได้บุญมากกว่า ฯลฯ

๑๑๑. อาชีพขายประกัน

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์ที่เคารพอย่างสูง
กระผมได้รับแผ่นซีดีเรื่องทางสายเอกจากเพื่อนคนหนึ่ง ฟังแล้วเข้าใจธรรมะของพระพุทธะมากขึ้น บังเอิญได้มาพบกับน้องคนหนึ่งปฏิบัติธรรมกับท่านอาจารย์ เดิมทีน้องคนนี้มีอาชีพขายประกันชีวิตปัจจุบันเลิกแล้วเพราะเป็นอาชีพที่สร้าง

วิบากกรรมตามที่เธอเข้าใจ กระผมเองก็เป็นตัวแทนประกันชีวิตมานานหลายปี แต่โดยความรู้สึกหลายๆ ก็อยากจะหาอาชีพอื่นทำและได้พยายามหลายครั้งแต่ก็เหมือนกับว่าถูกดึงกลับมวนเวียนอยู่ในอาชีพนี้ด้วยต้องรับผิดชอบลูกค้าเก่า และรายได้จากการไปทำงานใหม่ไม่สามารถจุนเจือครอบครัวได้ แต่พอมาฟังความคิดเห็นของน้องคนนี้แล้วกระผมเองไม่อยากจะสร้างวิบากกรรมกับอาชีพที่ต้องทำเพื่อเลี้ยงครอบครัวครับ ตอนนี้ก็เลยทุกข์ใจจะมุ่งมั่นในอาชีพก็ตะขิดตะขวงใจ ถ้าไม่ทุ่มเทรายได้ก็ไม่พอเลี้ยงครอบครัว

อยากเรียนถามท่านอาจารย์ว่า การขายประกันชีวิต เป็นงานที่สร้างวิบากกรรมอย่างที่ท่านพูดให้ฟังหรือไม่ ถ้าใช่แต่ยังจำเป็นต้องทำจะทำอย่างไรถึงจะหลุดพ้นได้เพราะไม่มีเงินสำรองพอจะหยุดทำงานนี้แล้วไปศึกษาเริ่มงานใหม่ได้ทันที

กระผมอาจจะถามสับสนไปบ้าง เพราะตอนนี้ก็รู้สึกเช่นนั้น กราบรบกวนท่านอาจารย์ช่วยชี้แนะด้วยครับ

กราบมาด้วยความเคารพอย่างสูง

คำตอบ

จริงอย่างที่น้องพูดให้คุณฟัง ถ้ายังมีความจำเป็นต้องทำงานประเภทนี้อยู่ควรไปทำบุญใหญ่ (ปฏิบัติธรรม) อยู่เนืองนิตย์เพื่อให้พลังบุญถูกเก็บสั่งสมอยู่ในจิตวิญญาณมากกว่าพลังบาป แล้วชีวิตจะยังคงดำเนินต่อไปได้ราบรื่น ต้องอุทิศบุญให้กับเจ้ากรรมนายเวรอยู่เสมอ เพื่อให้บาปตามส่งผลไม่ทัน

๑๑๒. เพื่อนต่างมิติของคุณยาย

คำถาม

กราบเรียนถามอาจารย์ ดร.สนอง ที่เคารพ

เนื่องจากคุณยายของดิฉันมีความชราท่านอายุ ๘๐ ปี ตอนนี้เป็นโรคพาคินสันซึ่งเป็นโรคที่เป็นอาการทางระบบประสาท ในช่วงสองสามเดือนที่ผ่านมาคุณยายมีอาการพูดคนเดียวในช่วงเวลาที่ไม่ได้หลับ ซึ่งดิฉันไม่แน่ใจ ว่าเป็นอาการของโรคทางสมองใช่หรือไม่ เพราะโดยปกติคุณยายเวลาหลับจะมีอาการละเมอพูดคนเดียวเป็นเรื่องเป็นราวอยู่แล้ว และเล่าว่าได้พูดคุยกับคนที่เสียชีวิตไปแล้วบ้าง ทำให้คนรอบข้างที่อยู่ด้วยมีความกลัว แต่อย่างไรก็ตาม ดิฉันเชื่อเนื่องจากคิดว่าคุณยายเป็นคนที่มีหมั่นทำบุญ ฟังธรรมะ สวดมนต์อยู่อย่างสม่ำเสมอ และยังเป็นคนมีสัมมาปฏิญาณอีกด้วย เรียนถามท่านอาจารย์คะ

๑. จริงหรือไม่สิ่งที่คุณยายพูดคุยด้วยมีอยู่จริง

๒. ถ้ามีอยู่จริงจะทำอย่างไรให้คุณยายมองไม่เห็นสิ่งเหล่านั้นหรือวิธีการใดที่จะทำให้ทุกอย่างเป็นปกติ

คำตอบ

(๑) จริง

(๒) เป็นการไม่ฉลาดที่จะไปปิดบังหรือบิดเบือนความจริงของคุณยายที่มีตาทิพย์ ให้ผิดไปจากความปกติของธรรมชาติ แต่เป็นการฉลาดที่ควรร่วมมือกับคุณยายทำบุญแล้วอุทิศบุญกุศลให้กับรูปนามที่อยู่ต่างมิติ แล้วการเป็นเพื่อนกับอมนุษย์ในต่างภพย่อมเกิดขึ้นได้

๑๑๓. ต้นเหตุของปัญหา

คำถาม

เรียนท่านอาจารย์ดร.สนอง ที่เคารพอย่างสูง

ผมขอความกรุณาถามคำถาม ขอความกรุณาท่านอาจารย์ช่วย ชี้ทางสว่างด้วยครับ

๑. ผมมักจะมีปัญหา

- ตื่นเต้นง่าย - มักกังวลเกินเหตุ - ขาดความมั่นใจในตัวเอง ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการใช้ชีวิตและการทำงาน

ท่านอาจารย์ครับ เหตุของปัจจัยเหล่านี้มาจากอะไรครับ? ผมต้องการขจัดสิ่งเหล่านี้ออกไปจากดวงจิต ผมเคยกังวลเกินเหตุ และได้ตั้งสมาธิ และพิจารณาตามดูเห็นมันดับไปกับตา แล้วก็พบว่า ปัญหานั้นมันไม่กลับมาอีก ก็พอจะเห็นทางสว่างรำไรว่าเราจะสามารถแก้ปัญหาที่กังวลเกินเหตุได้

แต่การตื่นเต้นง่าย หากมีคนมาเร่งให้ทำงาน จะรณรานจิตใจปั่นป่วน และขาดความมั่นใจไปโดยปริยาย ขอความกรุณาท่านอาจารย์ โปรดชี้แนะทางสว่างด้วยครับ

๒. ท่านอาจารย์ครับ ผมทำงานกับคนที่มีความปัญญาทางโลกสูงมาก ความจำความคิดความอ่านแบบโลกๆ เฉียบแหลม มองทะลุปรุโปร่ง ตัวผมเองก็พยายามที่จะไล่ตามคนเหล่านั้น เพราะต้องร่วมงานกับเขา วิธีการแบบใด จึงจะเป็นการพัฒนาความจำได้ในระยะสั้นครับ?

๓. ท่านอาจารย์ครับ ผมมีข้อสงสัยในเรื่องศีลข้อสาม ที่กล่าวถึงการผิดประเวณีกับบุคคลต้องห้าม เช่น คนที่อยู่ใน

การปกครองของพ่อแม่ คือเป็นผู้ที่มีเจ้าของในสังคมที่ความสัมพันธ์ของพ่อแม่ลูกไม่สนิทกัน เช่นสังคมตะวันตก หนุ่มสาวบางคนก็อยู่กินกัน โดยที่ไม่บอกกล่าวพ่อแม่ด้วยซ้ำ อย่างนี้ การกระทำแบบนี้ ถือว่าเป็นการละเมิดศีลข้อสามด้วยหรือเปล่าครับ ท่าน?

ขอความกรุณาท่านอาจารย์ ด้วยครับ และหากได้เคยล่วงเกินท่านอาจารย์ด้วย ภายวจาใจ ขอขมากราบแทบเท้าอาจารย์ครับ

คำตอบ

(๑) ตื่นเต้นง่ายเป็นเพราะกำลังของจิตอ่อน กังวลเกินเหตุและขาดความมั่นใจในชีวิตและการทำงาน เหตุเป็นเพราะไม่รู้จริงในชีวิตและงาน ฉะนั้นวิธีแก้ปัญหาก็ตรงคือนำตัวเองไปพัฒนาจิตเพื่อให้มีกำลังของสติเพิ่ม และพัฒนาจิตเพื่อให้เกิดปัญญาเห็นถูกตามธรรมแล้วปัญหาจะหมดไป

(๒) อยากให้มีปัญญาทางโลกสูงต้องแสวงหาความรู้ทางโลกให้มากด้วยการเข้าร่วมประชุม อบรม สัมมนา ศึกษา อยู่บ่อย ๆ เพื่อให้เกิดเป็นความรู้ความสามารถสูงเท่าเขาหรือสูงกว่าเขาแล้วจะร่วมทำงานได้อย่างไม่มีปัญหา

อนึ่งประสงค์จะพัฒนาความจำให้มีศักยภาพเพิ่มมากขึ้นในระยะเวลาอันสั้น ต้องเปลี่ยนความถี่คลื่นสมองด้วยการพัฒนาจิตให้ตั้งมั่นเป็นสมาธิได้เมื่อใดแล้ว ความจำจะเพิ่มได้เป็นอัตโนมัติ

(๓) ประพฤติละเมิดศีลข้อสาม

๑๑๔. วิกลจริต, จิต และสติ

คำถาม

กราบเรียนถามท่านอาจารย์ครับ

กระผมสงสัยถึงคำว่า วิกลจริต, จิต และ สติ ครับ ผมได้อ่านเจอมาว่าบุคคลที่วิกลจริตในทางพุทธนั้น เนื่องด้วยจิตของบุคคลนั้นขาดสติ มากกว่าบุคคลปกติทั่วไปจนทำให้บุคคลนั้นวิกลจริต ปัญหาของผมคือว่า ทางวิทยาศาสตร์สามารถทำให้บุคคลวิกลจริตกลับมาเป็นปกติได้ หรือ ทำให้บุคคลปกติเป็นวิกลจริต โดยใช้ยาบางตัว ผมจึงสงสัยว่า

๑. สตินี้เราสามารถเพิ่มหรือลดจากจิตของเราด้วยสารเคมีได้หรือไม่ครับ

๒. จากข้อ ๑ (ถ้าไม่ได้) เราควรจะอธิบายเรื่องยาสามารถทำให้บุคคลวิกลจริตกลับมาเป็นปกติได้ หรือ ทำให้บุคคลปกติเป็นวิกลจริต ว่าอย่างไรดีครับ

๓. กรรมทางต่างๆ ที่บุคคลกระทำตอนที่เค้าวิกลจริต เค้าต้องรับผลกรรมหรือไม่ครับ

ขอบพระคุณท่านอาจารย์อย่างสูงครับ

คำตอบ

(๑) ได้ เพราะสารเคมีเป็นสิ่งกระทบภายนอกเมื่อนำเข้าสู่ร่างกายแล้ว พลังงานเคมีส่งผลกระทบพลังงานจิตที่

อาศัยอยู่ในร่างกายได้ จิตมีหน้าที่คิด นึก เพียงแต่อยู่ในห้อง
ปรับอากาศที่มีอุณหภูมิต่ำ พลังงานของมวลอากาศส่งผล
กระทบถึงพลังงานร่างกายและพลังงานจิต ทำให้รู้สึกหนาว ซึ่ง
เป็นอาการของจิตทำหน้าที่ได้ถูกต้อง ความรู้ทางวิทยาศาสตร์
รู้ไม่จริงว่า อาการหนาวเกิดขึ้นที่ร่างกายซึ่งเป็นความเห็นถูกที่
มีความรู้ระดับนั้น แต่เป็นการเห็นผิดของผู้ที่เข้าถึงความรู้สูงสุด
(ภาวนามยปัญญา)

(๒) ในข้อ (๑) ตอบแล้วว่าได้ ฉะนั้นข้อ (๒) จึงไม่
ต้องตอบ

(๓) บุคคลปกติ สามารถทำกรรมได้สามทาง คือ
ทำกรรมทางกาย ทำกรรมทางวาจา ทำกรรมทางใจ บุคคลที่
วิกลจริตคือบุคคลที่มีกำลังสติอ่อน รับเอาสิ่งกระทบไม่ดีเข้า
ปรุงเป็นอารมณ์ไม่ดี ผิดเพี้ยนไปจากอารมณ์ของคนปกติ เมื่อ
จิตสั่งร่างกายให้ทำตามอารมณ์ที่ผิดเพี้ยนแล้วแสดงออกเป็น
พฤติกรรมที่ผิดเพี้ยน ผลของพฤติกรรมที่ผิดเพี้ยนจะถูกเก็บ
สังสมไว้ในดวงจิต เมื่อใดที่กรรมให้ผลเป็นวิบากจะเป็นอกุศล
วิบากซึ่งผู้ทำกรรมต้องเป็นผู้รับผลกรรมที่ผิดเพี้ยน(อกุศลวิบาก)
นั้น

.....
: *ศีล ก็เกิดแต่จิต สมาธิ ก็เกิดแต่จิต ปัญญา ก็เกิดแต่จิต* :
: *บุญก็เกิดแต่จิต บาปก็เกิดแต่จิต ชาติจึงเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด* :
.....

กราบเรียนสาธุชนทุกท่าน

ชมรมฯ มีนโยบายที่จะเผยแผ่ธรรมะสู่สังคม ด้วยการ
จัดงานบรรยายธรรมเป็นธรรมทาน และผลิตสื่อที่ส่งเสริมการ
พัฒนาคุณธรรมจริยธรรม เช่น หนังสือ, เทปคลาสเส็ท, ซีดี, MP3
และบริจาคเป็นสาธารณกุศลไปยังสถานที่ต่าง ๆ เป็นจำนวนมาก

ท่านสามารถมีส่วนร่วมเป็นสมาชิกชมรมได้ ไม่ว่าจะ
เป็นเพศใด วัยใด ไม่จำกัดความรู้ เชื้อชาติและศาสนาด้วยการ
สละแรงกาย แรงใจ และร่วมบริจาคเพื่อเป็นเจ้าภาพ ในการ
จัดงานธรรมบรรยาย เป็นเจ้าภาพในการบริจาคหนังสือไปยัง
ห้องสมุด หรือวัด ต่าง ๆ เป็นต้น ตามกำลังศรัทธาของท่าน หรือ
เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ของชมรม โดยไม่เสียค่าใช้จ่ายใด ๆ

ท่านผู้มีจิตศรัทธาต้องการหนังสือและสื่อธรรมทาน
ของชมรมกัลยาณธรรม กรุณาติดต่อ

ชมรมกัลยาณธรรม

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

ชมรมกัลยาณธรรม

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

ผลงานเล่มอื่น ๆ

ของชมรมกัลยาณธรรม

- ทางสายเอก (ฉบับภาษาไทยปกแข็ง, เล่มเล็ก, สองภาษา, และฉบับภาษาอังกฤษ)
- บันทึกสนทนาธรรม ตามรอยพ่อ, ศิลและปัญญา
- การใช้ชีวิตที่คุ้มค่า, ชีวิตยืนยาวอย่างมีคุณค่า
- มาดสไตส์ด้วยหัวใจเกินร้อย, ดูรู้หนึ่งพรรษา
- สนทนาภาษาธรรม เล่ม ๑ - ๑๐
- อัญมณีแห่งชีวิต, ประวัติท่านพระอาจารย์มั่น
- อริยมรรค และ การปฏิบัติคือบทธพิสุจน์
- ชีวิตหลังความตาย ชีวิตใหม่ที่ต้องเตรียมตัว
- วิธีอยู่เหนือดวง และโอวาทสี่ของเหลียวผาน
- อุบายทำให้จิตสงบและระจกส่องกรรมฐาน
- ดวงดีวิถิปุทธ, มห้ศจรรยแห่งจิต, ธรรมะภาคปฏิบัติ
- สันติวรบท และอริยธรรม, คนดีที่โลกต้องการ
- รวบรวมสบทธรรม, การพัฒนาศักยภาพในวัยศึกษา
- ตายแล้วไปไหน, บริหารใจเพื่อสร้างจิตสำนึก
- สติ ๕ อย่าง และ บทโคลกแห่งพุทธอิสระ
- บารมีธรรมสู่ความสำเร็จ, เด็กหญิงพิมพ์ดี
- ให้ทานเพื่ออะไร, พระศิริมานนทสูตร ฯลฯ

นอกจากนี้มีเทปคำบรรยาย, ซีดี และ MP3

อีกจำนวนมาก ติดต่อได้ที่ชมรมกัลยาณธรรม

โทร. ๐๒-๖๓๕-๓๙๙๘ และ ๐๒-๗๐๒-๗๓๕๓

www.kanlayanatam.com