

สนทนาภาษาธรรมเล่ม ๖

จากเว็บไซต์กัลยาณธรรม

ตอบปัญหาโดย

ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร





ชมรมกัลยาณธรรม

หนังสือดีอันดับที่ ๒๙

สนทนาภาษาธรรมเล่ม ๖ : จาก website kanlayanatam.com

ตอบคำถามโดย : ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร

จัดพิมพ์ถวายเป็นพุทธบูชาโดย

ชมรมกัลยาณธรรม ๑๐๐ ถ.ประโคนชัย ต.ปากน้ำ อ.เมือง
จ.สมุทรปราการ โทร. ๐๒-๗๐๒๗๓๕๓
และ ๐๒-๗๐๒๙๖๒๔

หรือ ชมรมกัลยาณธรรม ๘๙/๖-๗ ซอยศึกษาวิทยา ถ.สาทรเหนือ
สีลม บางรัก กทม. โทร. ๐๒-๖๓๕๓๙๙๑-๒
และ ๐๒-๖๓๕๓๙๙๘

ภาพปก : ภาพจากงานลานแสดงธรรม ของชมรมฯ
ณ หอประชุมใหญ่ ม.ธรรมศาสตร์

ข้อธรรมประกอบเล่ม : จากหนังสือบทโคลกแห่งพุทธะอิสระ
ของหลวงปู่พุทธะอิสระ วัดอ้อน้อย

รูปเล่ม, เพลท, พิมพ์ : ก้อนเมฆแอนด์กัณย์กรู๊ป โทร. ๐๘๙ ๑๐๓-๓๖๕๐

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : มกราคม ๒๕๕๐ : ๕,๕๐๐ เล่ม

ชมรมกัลยาณธรรมมีเจตนามุ่งมั่นในการเผยแผ่ธรรมะของพระพุทธองค์ โดยจัดพิมพ์หนังสือ และบริจาคเป็นธรรมทานแก่สาธุชนทั่วไป และบริจาคไปยังห้องสมุด เรือนจำ มหาวิทยาลัย โรงเรียน ทั่วประเทศ ฯลฯ เพื่อให้ธรรมเป็นที่พึ่งและชี้ทางสว่างทางจิตใจแก่เพื่อนมนุษย์ทั้งมวล

ท่านสามารถมีส่วนร่วมในงานเผยแผ่พระพุทธศาสนาโดยศึกษาและปฏิบัติตามธรรม และบริจาคค่าจัดพิมพ์หนังสือ เพื่อให้ชมรมฯ มีทุนหมุนเวียนในการผลิตหนังสือแจกเป็นธรรมทานต่อไป

ขออานิสงส์แห่งปัญญาทานบารมีที่ร่วมสร้าง จงนำท่านและครอบครัวให้เจริญรุ่งเรืองในธรรมะของพระพุทธองค์ สะอาด สว่าง สงบ ด้วยธรรม トラบ จนถึงฝั่งพระนิพพาน เทอญ.

ชมรมกัลยาณธรรม

ขอน้อมถวายเป็นพุทธบูชา

และ

กราบบูชาอาจารย์คุณ

แต่

ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร

คำนำในการจัดพิมพ์ถวายเป็นพุทธานุชา

จากปณิธานของ “กัลยาณธรรม” ที่จะตอบแทนคุณของพระศาสนาเป็นแนวหลังทางธรรมรับใช้สังคม สู่ความสงบร่มเย็นได้ร่วมพระบรมโพธิสมภาร จนกระทั่งถึงบัดนี้ ปีแห่งมหามงคลอีกวาระหนึ่งได้เวียนมาถึง พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวอันเป็นที่เทอดทูนสักการะของปวงชนชาวไทย จะมีพระชนมายุครบ ๘๐ พรรษา พวกเราปวงพสกนิกรทุกผู้ทุกนามต่างร่วมใจกันถวายพระพรให้พระองค์ทรงพระเจริญ และขอตั้งปณิธานที่จะทำความดีให้มากยิ่งขึ้นเพื่อถวายเป็นพระราชกุศลทุก ๆ ลมหายใจจนกว่าชีวิตจะหาไม่

กราบขอบพระคุณท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร พ่อแบบของเราชาวกัลยาณธรรม ที่ทุ่มเทเสียสละแรงกายแรงใจ อุทิศเพื่อรับใช้พุทธศาสนา และศาสนิกชน ยิ่งเวลาในชีวิตเราเหลือน้อยลง เมื่อถึงวันที่ธรรมชาติทวงคืนธาตุขันธ์ เราจะไม่ต้องพูดว่าเสียใจ และเสียเวลาที่ผ่านมาไป....

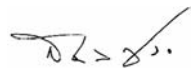
ขออนุโมทนาทุกท่านผู้มีธรรมสถิตอยู่ในหัวใจ.

คณะผู้จัดทำ

อนุโมทนาภา

จากการบรรยายธรรม ที่มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ เมื่อวันที่ ๑๒ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๔๙ หลังจากจบการบรรยาย ได้มีการถามและตอบปัญหาอีกหลายข้อ จนกระทั่งหมดเวลาที่ ถูกกำหนดไว้ หลังจากนั้นได้มีคำถามส่งตามไปให้ตอบเป็นกร บ้านอีก ๑๙๐ ข้อ ข้าพเจ้าขอบขอบคุณทุกท่าน ที่ส่งปัจจัยอันเป็น อาหารของปัญญา ไปให้ผู้ตอบปัญหา ได้ฝึกฝนอบรมบ่มบารมี ในด้านปัญญา วิริยา ขันติ และเมตตา ให้กล้าแกร่งยิ่งขึ้น

ขอบคุณทุกท่าน ที่มีส่วนร่วมสละเวลา แรงกาย แรงใจ แรงทรัพย์ ร่วมสร้างบารมีกับข้าพเจ้า จึงอ้างเอาานิสงส์แห่ง กุศลกรรมที่ได้ร่วมกันบำเพ็ญแล้วในครั้งนี จงเป็นเหตุปัจจัย ผลักดันหนุนส่งให้ทุกท่าน ได้เข้าถึงดวงตาเห็นธรรม สามารถ กำจัดอนุสัยคือกิเลสทั้ง ๗ ที่นอนเนื่องฝังแน่นอยู่ในชั้นธสันดาน อันมีกามราคะ ปฏิฆะ ทิฏฐิ วิจิกิจฉา มานะ ภวราคะ และ อวิชชา ให้อันตรธานหมดสิ้นไปจากใจ โดยเร็วพลันเทอญ.



ดร.สนอง วรอุไร

ธรรมสารบัญ

หน้า

๑. คิดผิดคิดใหม่ได้	๑๔
๒. ไม่ผิดศีลแต่ผิดธรรม	๑๕
๓. ไม่ได้เปรียบและไม่เสียเปรียบ	๑๕
๔. สวดมนต์เพื่ออะไร	๑๖
๕. เพื่อนต่างมิติ	๑๗
๖. จำเป็นสำหรับใคร	๑๗
๗. ได้เกิดแน่นอน	๑๘
๘. ชนะด้วยกำลังใจ	๑๙
๙. ความเหมือนที่แตกต่าง	๒๐
๑๐. สำคัญที่ใจ	๒๒
๑๑. ได้	๒๓
๑๒. เหตุเกิดเพราะจิตสงบ	๒๓
๑๓. ทำยังงีตีสละ	๒๔
๑๔. ดับตัณหาให้ได้ก่อน	๒๕
๑๕. ขึ้นอยู่กับอาชีพ	๒๕
๑๖. ไม่อาจเปรียบเทียบกันได้	๒๖
๑๗. ใช่หรือไม่	๒๗
๑๘. วิญญาณมีจริงหรือ	๒๘
๑๙. แคะคิดก็บาบแล้ว	๒๙
๒๐. ขึ้นเหมือน - ลงต่าง	๓๐
๒๑. อดีตที่ผ่านไปแล้ว	๓๒
๒๒. ทำได้แล้วดีนะ	๓๓
๒๓. เหตุเกิดจากการเบียดเบียน	๓๔
๒๔. ความถี่คลื่นไม่ตรงกัน	๓๕
๒๕. แก้วที่ตัวเอง	๓๕
๒๖. ขึ้นอยู่กับสนธิ	๓๖
๒๗. มดขึ้นข้าวสาร	๓๖
๒๘. เรื่องของหนู	๓๗
๒๙. ทำให้ดูแล้ว	๓๗
๓๐. แบบชาวบ้าน	๓๘

๓๑. แสวงหาผิดทาง	๓๙
๓๒. ไม่สอนให้ขอแต่สอนให้ทำ	๔๐
๓๓. ทำบุญร่วมกัน	๔๑
๓๔. ปวงคลั่งใจสัตว์	๔๑
๓๕. เห็นโอฆะด้วยสมถภาวนา	๔๒
๓๖. นิพพานของใคร	๔๒
๓๗. เป็นธรรมเดียวกัน	๔๓
๓๘. คนใช้ที่ปฏิเสธยารักษา	๔๔
๓๙. มองให้ถูก	๔๕
๔๐. ผิดของใคร	๔๖
๔๑. รักษาใจดีกว่า	๔๗
๔๒. ได้ทั้งบุญและบาป	๔๘
๔๓. ต้องเลือกเอง	๔๙
๔๔. ทำบุญให้มากกว่าทำบาป	๕๐
๔๕. สัญญาในดวงจิต	๕๐
๔๖. จริงหรือไม่	๕๑
๔๗. เมื่อกรรมดีให้ผล	๕๒
๔๘. มายาของจิต	๕๒
๔๙. ไม่ได้ถาม	๕๓
๕๐. เริ่มนับจากไหน	๕๓
๕๑. ไม่ใช่	๕๔
๕๒. เป็นบุญหรือบาป	๕๔
๕๓. ปล่อยปลาปล่อยเต่า	๕๕
๕๔. เหตุนำเกิดในภพที่สูงขึ้น	๕๕
๕๕. กลุ่ม-เครือข่าย	๕๖
๕๖. ศิลไม่ครบ	๕๗
๕๗. มีอยู่ก่อนแล้ว	๕๘
๕๘. รู้ได้ด้วยตัวเอง	๕๙
๕๙. ได้ แต่ได้ต่างกัน	๖๐
๖๐. เพียงแค่บอกเล่า	๖๐
๖๑. ยิ่งให้ยิ่งมีมาก	๖๑
๖๒. ตัดวงจรกรรม	๖๒
๖๓. รุกขเทวา	๖๓

๖๔. เป็นไปได้	๖๓
๖๕. อย่างเดียวกัน	๖๔
๖๖. วิธีแก้งวง	๖๔
๖๗. ผีกได้ที่ไหน	๖๕
๖๘. พรารถนาความไร้อารมณ์	๖๕
๖๙. ผีกกับคนอยู่ด้วยกันได้	๖๖
๗๐. แก้วดวงชะตา	๖๖
๗๑. อยากเจอผี	๖๗
๗๒. วันนี้ก็มีมาค่ะ	๖๘
๗๓. นิพพานแล้วไปไหน	๖๘
๗๔. มีบุญจึงบรรลุนิพพาน	๖๙
๗๕. ผีนโหด	๖๙
๗๖. อยู่กับอดีต หรืออยู่กับปัจจุบัน	๗๐
๗๗. เรื่องมันยาว	๗๐
๗๘. อุปสรรคไม่มี บารมีไม่เกิด	๗๑
๗๙. ทำในสิ่งที่เป็นไปได้	๗๒
๘๐. มักจะมี	๗๒
๘๑. ง่ายนิดเดียว	๗๓
๘๒. เป็นเรื่องปกติธรรมดา	๗๔
๘๓. ปฏิบัติธรรมได้	๗๔
๘๔. มนุษย์ต่างดาว	๗๕
๘๕. อนาคตยังไม่ถึง	๗๕
๘๖. สอนตัวเองก่อน	๗๖
๘๗. ได้ และดูกรรมฐาน ๔๐	๗๗
๘๘. พระจริงหรือพระปลอม	๗๘
๘๙. ได้บุญมากกว่า	๗๘
๙๐. ขอรักยไม่มีความรู้	๗๙
๙๑. ความกตัญญูสูงสุด	๗๙
๙๒. หนักกรรมต้องใช้	๘๐
๙๓. กรรมดีน้ำสุที่สุด	๘๑
๙๔. ต้องทำบุญใหญ่	๘๑
๙๕. พระโพธิสัตว์	๘๒
๙๖. อยากเห็นอยากคุยกับผี	๘๒
๙๗. ไม่โกรธไม่แค้น	๘๓

๙๘. อุทิศบุญให้ผู้ล่วงลับ	๘๔
๙๙. แผ่เมตตาให้เชื้อโรค	๘๕
๑๐๐. ต่างที่ความยาก-ง่าย	๘๖
๑๐๑. ทำดีให้แม่ดู	๘๗
๑๐๒. วิธีแก้ราคจริต	๘๘
๑๐๓. เข้าไม่ถึงปัญญาสูงสุด	๘๙
๑๐๔. บอกกับเขาลี	๘๙
๑๐๕. ยังเห็นแก่ตัวอยู่หรือ	๙๐
๑๐๖. อยู่ในจิตเดียวกัน	๙๑
๑๐๗. จิตประภัสสร	๙๒
๑๐๘. รู้จริงเป็นใบ้	๙๒
๑๐๙. สังฆทานเป็นอย่างไร	๙๓
๑๑๐. ดีทั้งแม่ ดีทั้งลูก	๙๔
๑๑๑. นฉลาดแกมโกง	๙๖
๑๑๒. เป็นได้จริง	๙๗
๑๑๓. นำเสียดาย	๙๘
๑๑๔. เพราะขาดสติ	๙๘
๑๑๕. อุทิศบุญ หรือ แผ่เมตตา	๑๐๐
๑๑๖. แก้มได้แต่หนิได้	๑๐๐
๑๑๗. สติอ่อน	๑๐๑
๑๑๘. บาบถ้วนหน้า	๑๐๒
๑๑๙. ตายภายใน ๗ วัน	๑๐๒
๑๒๐. ค้นหาตัวเอง	๑๐๓
๑๒๑. ได้บุญที่ช่วยผู้อื่น	๑๐๓
๑๒๒. ถามสั้นตอบยาว	๑๐๔
๑๒๓. อยู่กับปัจจุบัน	๑๐๕
๑๒๔. มิได้บอก	๑๐๖
๑๒๕. สร้างเหตุไว้ก่อน	๑๐๗
๑๒๖. รู้เห็นเข้าใจด้วยตนเอง	๑๐๘
๑๒๗. ศักยภาพของจิต	๑๐๘
๑๒๘. เจ้ากรรมนายเวร	๑๐๙
๑๒๙. แก้ไขได้ด้วยการให้	๑๑๐
๑๓๐. ยังเข้าไม่ถึงธรรม	๑๑๑
๑๓๑. ปฏิบัติธรรมเป็นบุญใหญ่สุด	๑๑๒

๑๓๒. ไม่ถึงปัญญาสูงสุด	๑๑๓
๑๓๓. ไม่ถึงแก่นธรรม	๑๑๔
๑๓๔. ขาดส่วนที่ยังทำไม่ได้	๑๑๕
๑๓๕. สงฆ์สาวก	๑๑๖
๑๓๖. จิตไปอยู่ที่ไหน	๑๑๗
๑๓๗. ถือว่าเป็นบาป	๑๑๗
๑๓๘. อสุภสังขญาเป็นตัวป้องกัน	๑๑๘
๑๓๙. มาอนุไมทนาบุญได้ก็รับได้	๑๑๘
๑๔๐. สติปฐมฐาน ๔	๑๑๙
๑๔๑. ขอบขมากรรม	๑๒๐
๑๔๒. สารภาพผิด	๑๒๑
๑๔๓. ปลอดภัยกว่า	๑๒๑
๑๔๔. จิตตั้งมั่นจึงเห็นแจ้ง	๑๒๒
๑๔๕. พัฒนาด้านไหน	๑๒๓
๑๔๖. มีขวัณ-เสียขวัณ	๑๒๔
๑๔๗. กลัวไปเกิดเป็นเปรต	๑๒๕
๑๔๘. ทำแท้ง	๑๒๖
๑๔๙. บาป เกิดจากการตามดู	๑๒๗
๑๕๐. ไม่ผิดศีล	๑๒๗
๑๕๑. ต่างวัฒนธรรมต่างความเชื่อ	๑๒๘
๑๕๒. เรื่องของอนาคต	๑๒๙
๑๕๓. ไม่จำเป็น	๑๒๙
๑๕๔. อยู่ที่กำลังใจ	๑๓๐
๑๕๕. มรรคเสื่อมได้	๑๓๑
๑๕๖. ไช้	๑๓๒
๑๕๗. เขย็นดีให้ช่วยหรือเปล่า	๑๓๒
๑๕๘. เศษกรรมยังให้ผล	๑๓๓
๑๕๙. เป็นไปได้	๑๓๓
๑๖๐. เห็นถูกทางไหน	๑๓๔
๑๖๑. ปรับจิตเสียใหม่	๑๓๕
๑๖๒. ประกาศได้	๑๓๖
๑๖๓. เข้าให้ถึงธรรม	๑๓๖
๑๖๔. ลัดคิว	๑๓๗

๑๖๕. เข้าหาผี	๑๓๘
๑๖๖. จิตประภัสสร	๑๓๘
๑๖๗. ความจำเสื่อม	๑๓๙
๑๖๘. ไตรสรคมน์	๑๔๐
๑๖๙. ตอบง่าย	๑๔๐
๑๗๐. ปลอยไปตามกรรม	๑๔๑
๑๗๑. พุดแบบไหนดี	๑๔๑
๑๗๒. ผู้ร่วมวงจรกรรม	๑๔๒
๑๗๓. เพื่อระลึกถึงคุณความดี	๑๔๓
๑๗๔. ดูให้ออก	๑๔๔
๑๗๕. อยู่ที่โปรแกรมจิต	๑๔๕
๑๗๖. ทางชีวิตเลือกได้	๑๔๕
๑๗๗. เพราะมีโรคะ โลกะจึงเกิด	๑๔๖
๑๗๘. นั่งถึงไหน	๑๔๖
๑๗๙. หมอแนะนำถูก	๑๔๗
๑๘๐. ขาดศีลข้อเดียว	๑๔๘
๑๘๑. ถามหมอเด็ก	๑๔๘
๑๘๒. อุทิศบุญใช้หนี้เก่า	๑๔๙
๑๘๓. ปรับมือข้างเดียว	๑๕๐
๑๘๔. พระโสดาบัน	๑๕๑
๑๘๕. กรรมที่ก่อไว้ก่อน	๑๕๑
๑๘๖. พรหมลูกพี่	๑๕๒
๑๘๗. เหตุเกิดเพราะรู้ไม่จริง	๑๕๓
๑๘๘. รู้ได้อย่างไร	๑๕๓
๑๘๙. ไปให้สุดทางธรรม	๑๕๔
๑๙๐. ให้ทานด้วยสติสัมปชัญญะ	๑๕๕
๑๙๑. หูแว่วเสียง	๑๕๖
๑๙๒. ได้อยู่แล้ว	๑๕๖
๑๙๓. นาฬิกาแห่งชีวิต	๑๕๗
๑๙๔. ถึงทางสองแพร่ง	๑๕๘
๑๙๕. ทำบุญหรือทำบาป	๑๕๙
๑๙๖. ไม่เป็นโทษ	๑๖๐
๑๙๗. เป็นพ่อที่ดี	๑๖๒
๑๙๘. ตามดูความคิด	๑๖๓

๑๙๙. อารมณ์กับการแก้ไข	๑๖๔
๒๐๐. ตัวไหนทีละได้	๑๖๖
๒๐๑. บุษบา...ต้องมีเหตุผล	๑๖๗
๒๐๒. เรื่องของเขา	๑๖๗
๒๐๓. ปรับความเห็นให้ถูกต้อง	๑๖๘
๒๐๔. ถูกทางแล้วทำต่อไป	๑๗๐
๒๐๕. บททดสอบกำลังใจ	๑๗๒
๒๐๖. ภาพนิมิตที่ต้องแก้ไข	๑๗๔
๒๐๗. กัลยาณพาล	๑๗๖
๒๐๘. แก่สองเรื่อง	๑๗๗
๒๐๙. หนีเวรกรรมยังไม่หมด	๑๗๘
๒๑๐. ศรัทธามากแค่ไหน	๑๘๑
๒๑๑. ความเจ็บปวดที่หายไป	๑๘๒
๒๑๒. ของเก่าจากอดีต	๑๘๔
๒๑๓. สัตว์กายทิพย์	๑๘๔
๒๑๔. เจตนาดีไม่เป็นบาป	๑๘๕
๒๑๕. รูปภาพพระอรุณสงฆ์	๑๘๖
๒๑๖. ใครทำใครได้	๑๘๗
๒๑๗. ต้นหาของนักวิทยาศาสตร์	๑๘๘
๒๑๘. เปลี่ยนไปใช้อริยาบทอื่น	๑๙๐
๒๑๙. ได้ผลไม่เหมือนกัน	๑๙๑
๒๒๐. เบื่อแบบไหน	๑๙๑
๒๒๑. ทำอย่างนี้สิ	๑๙๒
๒๒๒. อ่านใจตัวเอง	๑๙๓
๒๒๓. สติยังชัดสาย	๑๙๔
๒๒๔. ถวายสังฆทานอย่างไร	๑๙๖
๒๒๕. เจ้าของยังไม่อนุญาต	๑๙๗
๒๒๖. ทำตามหลักกาลามสูตร	๑๙๘
๒๒๗. มีศีลคุ้มใจ	๑๙๙
๒๒๘. สัตว์ในโลกทิพย์	๒๐๐
๒๒๙. การขอไม่มีในคำสอน	๒๐๓
๒๓๐. ฆราวาสใส่ดาดัน	๒๐๔
๒๓๑. วัดแพร่ธรรมาราม	๒๐๕
๒๓๒. สมบัติกำพร้าว	๒๐๖

คติธรรม

ข้าบอดีตังจิต	อุทิศบุญนี้
เกิดแต่กรรมดี	ให้มันกุศล
แก่สรรพสัตว์	อุบัตินิยม
ทั่วหล้าสากล	รับผลเร็วไว
องสขสขสันต์	เวรพสันสิ้นสูญ
มอถมิตรเกอฏล	เพิ่มพูนสติใส
ทั่วทุกสถานพื้นผ้าน	ผองภัย
คือมเอมเปรมดีใจ	ห่างไกลศัตรู
องสขสขสันต์	เลิกผลาญชีวิต
เว้นทำความผิด	เลิกคิดข่มขู่
อภัยแก่กัน	ซื่อซนซนซน
เปี่ยมด้วยแค้นดู	ชีพอยู่สุราญ
องสขสขสข	สร้างกรรมสิ้นโคก
เรือนกายไร้โรค	วิโยคใจผ่าน
เกษมเปรมปรีดิ์	ซื่อซนซน
โชติช่วงดวงมาลัย	พบพานโชติดี
องสขสขใส	กายใอผุดผอง
ทุกข์ภัยอย่าต้อง	เรืองรองราตี
จงรักษาตน	ให้พ้นราตี
ด้วยสติปัญญา	จงมีสุขเขอาญ.

๑. คิดผิดคิดใหม่ได้

คำถาม

ต้องการจิตเป็นอิสระ แต่จะติดที่เป็นทุกข์ทางใจ เพราะติดคำว่า กตัญญูรู้คุณ การที่บุพการีต้องการในสิ่งที่เกินกำลังที่เราจะหาให้ได้เช่นเราทำมาหากินให้ได้ ๑๐๐ แต่บุพการีต้องการ ๒๐๐ ก็เกินกำลังที่เราจะหาได้ ทำให้เราเป็นทุกข์จะทำอย่างไรดี เราหาไม่ได้ก็จะนั่งร้องไห้เสียใจแล้วมีการต่อว่าในใจนิด ๆ เราบาปไหม ทุกวันนี้บุพการีก็ยังทำอย่างนี้อยู่ เรามีภาระมากมายภายในครอบครัว ที่เราต้องรับผิดชอบ แต่ก็พยายามทำให้บุพการีก่อนเพราะอยู่เหนือสิ่งอื่นใด ทำให้การปฏิบัติธรรมไม่สมบูรณ์เพราะคิดว่า การทำบุญกับบุพการียังไม่สมบูรณ์แล้วจะไปทำบุญอย่างอื่นก็ไม่ได้บุญ คิดอย่างนี้ผิดหรือไม่ การที่มีทุกข์ทางใจเกี่ยวกับบุพการี บุตร สามี เป็นกรรมเก่าที่เราทำมาแต่อดีตใช่หรือไม่ ทำอย่างไรจึงจะหนีหรือทำให้ความทุกข์ใจนี้ลดน้อยลงได้

คำตอบ

(๑) คิดผิด (๒) ใช่และไม่ใช่คือมีทั้งกรรมเก่าในอดีตร่วมให้ผลกับกรรมใหม่ที่ทำในชาติปัจจุบัน (๓) ต้องพัฒนาจิตตนเองให้มีสติสัมปชัญญะแล้วใช้สติสัมปชัญญะส่องนำทางให้กับชีวิต แล้วความทุกข์ที่มีอยู่จะลดน้อยลงจะอยู่กับทุกข์โดยไม่ทุกข์ และในที่สุดเมื่อเหตุปัจจัยลงตัวสามารถหนีพ้นไปจากทุกข์ได้

๒. ไม่ผิดศีลแต่ผิดธรรม

คำถาม

ขณะรักษาศีล ๕ อยู่ มีจิตอยากช่วยเหลือผู้ที่ถูกน้ำท่วมหลาย ๆ จังหวัดแต่ฐานะไม่ดีจึงนำเงินไปซื้อหอย เมื่อถูกแล้วนำเงินทั้งหมดที่ได้จากการถูกหอยไปทำบุญและช่วยเหลือผู้ถูกน้ำท่วมโดยไม่ได้นำเงินนั้นไปใช้ส่วนตัวถามว่าจะผิดศีลและบาปไหมคะ

คำตอบ

ไม่ผิดศีล แต่ผิดธรรมตรงที่มีจิตเข้าไปข้องเกี่ยวอยู่กับอบายมุขการซื้อหอยเป็นอบายมุขชนิดหนึ่ง ผู้ที่นำจิตเข้าร่วมในอบายมุขถือเป็นการผิดธรรม...เป็นบาป

๓. ไม่ได้เปรียบและไม่เสียเปรียบ

คำถาม

เพศชายหรือเพศหญิง มีข้อได้เปรียบหรือเสียเปรียบในการปฏิบัติธรรมเพื่อบรรลุธรรมหรือไม่คะ

คำตอบ

ในการปฏิบัติธรรมของเพศหญิง มีวินัยที่ต้องประพฤติมากกว่าเพศชาย แต่เมื่อบรรลุธรรมได้แล้ว ทั้งเพศหญิงและเพศชาย ไม่มีใครได้เปรียบและไม่เสียเปรียบ

๕. เพื่อนต่างมิติ

คำถาม

คนป่วยหนัก มักจะเห็นผี อดมนุษย์ จะแนะนำผู้ป่วยนั้น
อย่างไร

คำตอบ

ทำบุญ (อุบุญกิริยาวัตถุ ๑๐) แล้วอุทิศบุญให้กับอม
มนุษย์ที่ผู้ป่วยเห็นสิ จะได้มีเขาเป็นเพื่อนยังงีละ

๖. จำเป็นสำหรับใคร

คำถาม

การนั่งสมาธิ หายใจเข้าจดจ่อกับลมเข้า หายใจออก
จดจ่อกับลมออก จำเป็นต้องมีครู อาจารย์ควบคุมหรือไม่
อันตรายไหมถ้านั่งเองคนเดียว

คำตอบ

การฝึกจิตให้มีสติด้วยการดูลมหายใจเข้า-ออก ไม่
อันตรายและไม่จำเป็นต้องมีครูอาจารย์ควบคุม หากผู้ฝึกมีบุญ
มีบารมีสั่งสมมามาก จนกระทั่งจิตเข้าสู่ภาวะของการเป็น
ปัจเจกพุทธะ แต่จำเป็นสำหรับผู้ที่มิสภาวะจิตเข้าไม่ถึงความ
เป็นบุคคลดังกล่าว

๗. ได้เกิดแน่นอน

คำถาม

การตายด้วยอุบัติเหตุ ตัวเองดื่มสุราและตายในขณะที่
มีเงินมาถือว่าผิดศีลตายไปแล้วจะได้เกิดหรือไม่

คำตอบ

ได้เกิดใหม่แน่นอน เพราะกิเลสยังไม่หมดไปจากใจแต่
จะเกิดในรูปของสัตว์ในอบายภูมิ หรือเกิดในรูปของสัมภเวสีซึ่ง
ขึ้นอยู่กับแรงกรรมที่ผู้ตายได้กระทำ และสั่งสมไว้ก่อนตายนั่นเอง

บุญกิริยาวัตถุ คือ สิ่งที่เป็นที่ตั้งแห่งการทำบุญ, เรื่องที่จัดเป็นการทำบุญ,
ทางทำความดี,

หมวด ๓ คือ **๑.ทานมัย** ทำบุญด้วยการให้ **๒.ศีลมัย** ทำบุญด้วย
การรักษาศีลและประพฤติดี **๓.ภาวนามัย** ทำบุญด้วยการเจริญภาวนา

หมวด ๑๐ คือ **๑.ทานมัย** **๒.ศีลมัย** **๓.ภาวนามัย** **๔.อภัยนมัย**
ด้วยการประพฤติอ่อนน้อม **๕.เวทย์มัย** ด้วยการช่วย

ชวนชวนรับใช้ **๖.ปัตติทานมัย** ด้วยการเฉลี่ยส่วนความดีให้ผู้อื่น
๗.ปัตตนาโมทนา ด้วยความยินดีความดีของผู้อื่น **๘.ธัมมัสสวนมัย**

ด้วยการฟังธรรม **๙.ธัมมเทศนามัย** ด้วยการสั่งสอนธรรม
๑๐.ทัญญุชุกัมม ด้วยการทำความเห็นให้ตรง

(ข้อ ๔ และข้อ ๕ จัดเข้าในศีลมัย; ๖ และ ๗ ในทานมัย; ๘ และ ๙ ในภาวนา
มัย; ข้อ ๑๐ ได้ทั้งทานศีลและภาวนา)

๘. ชนะด้วยกำลังใจ

คำถาม

เคยฝึกปฏิบัติธรรม แล้วเกิดคำหยาบในใจ ต่อจากนั้น เห็นพระหรือทุกอย่างในพุทธศาสนา ก็จะด่าด้วยคำหยาบคำนั้น แล้วก็เครียดแทบเป็นบ้า แต่พยายามบอกตัวเองว่าบ้าไม่ได้ คนอื่นจะดูถูกศาสนาว่าปฏิบัติธรรมแล้วบ้า ทุกวันนี้ไม่กล้า ปฏิบัติอีกเลย อยากให้อาจารย์ช่วยแนะนำด้วยว่าจะทำอย่างไร จึงจะสามารถเอาชนะและสามารถปฏิบัติต่อไปให้ก้าวหน้าได้อีก

คำตอบ

ต้องเจริญพลธรรม๕* (ดูหน้า ๒๒) อยู่ทุกครั้งที่นึกได้ ทุกครั้งที่ว่างจากกิจการงาน ต้องปฏิบัติอย่างต่อเนื่องยาวนาน ด้วยมีสัจจะและวิริยะเป็นแรงสนับสนุน ปฏิบัติจนกระทั่งใจมี กำลังอยู่เหนือกิเลสที่เข้ามาสู่ใจได้เมื่อไร มรรคผลในการ ปฏิบัติธรรมก็จะเกิดขึ้นกับผู้ที่ไม่ท้อถอย ที่จะทำตามแนวทาง ของพระพุทธร

สู้กรู้... ศาสนานี้ เขามีได้มีไว้สอนคนดี
แต่มีเอาไว้มุ่งสอนคนดีที่เพียรพยายามจะทำดี ให้เป็นผู้ดี
และส่งเสริมคนดีให้ดียิ่งขึ้นไป

(บทที่ ๕)

๙. ความเหมือนที่แตกต่าง

คำถาม

อุเบกขาของพรหมวิหาร ๔ กับอุเบกขาของสัมโพชฌงค์ ๗ มีความหมายเหมือนกัน หรือต่างกันอย่างไร ทำไมพระพุทธองค์จึงตรัสกล่าวซ้ำไว้ใน ๒ แห่งนะครับ

คำตอบ

สมมุติบัญญัติเรียกเหมือนกัน แต่คุณภาพของจิตต่างกันคืออุเบกขาในพรหมวิหาร ๔ เกิดจากอำนาจของฌาน ส่วนอุเบกขาในโพชฌงค์ ๗ เกิดจากอำนาจของปัญญาโลกุตร

พรหมวิหาร ๔

๑. เมตตา ความรัก อันเนื่องด้วยความปรารถนาดี ไม่มีอารมณ์เนื่องด้วยกิเลสที่นับเนื่องในกามารมณ์ร่วมในความรู้สึก
๒. กรุณา ความสงสารปรานี มีความประสงค์จะสงเคราะห์ให้พ้นทุกข์
๓. มุทิตา ความมีจิตชื่นบาน พลอยยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดี คือไม่มีจิตริษยาเจือปน
๔. อุเบกขา มีอารมณ์เป็นกลางวางเฉย ไม่เียงซ้ายเอียงขวา คือทรงความเป็นธรรม (ไม่ใช่เฉยตลอดกาล ใครจะเป็นอย่างไรก็เฉย ความวางเฉยในพรหมวิหารนี้ หมายถึงเฉยโดยธรรม คือทรงความยุติธรรม ไม่ลำเอียงต่อผู้ใดผู้หนึ่ง ที่จะต้องได้รับทุกข์หรือวิเศษ พร้อมกันนั้นก็มีความประจักษ์ด้วยความเมตตาปรานี พร้อมทั้งจะสงเคราะห์ในเมื่อมีโอกาส)

โพชฌงค์ ๗

๑. ความระลึกได้ (สติ) ความระลึกได้บ่อยๆ ในกิจ(สิ่งที่ควร)ที่ทำมาได้แล้ว

๒. ความสอคล้องธรรม (ธัมมวิจยะ) ความสอคล้อง สืบค้นธรรม, การวิจัยหรือค้นคว้าธรรม การพิจารณาในธรรม

๓. ความเพียร (วิริยะ) ท่านหมายถึงความเข้มแข็ง ความพยายาม มาก บั่น ถูักิจ ไม่ย่อหย่อนท้อแท้ต่อการปฏิบัติและการพิจารณาธรรม(ธรรมวิจยะ)

๔. ความอิมใจ (ปีติ) มีความอิมใจ อิมเอิบ ต็มตัว ใจฟู ความเข้มขึ้น ความปลาบปล้ม อันปราศจากอามีส(ไม่เจือด้วยกิเลส)

๕. ความสงบใจและอารมณ์ (ปีสัทธิ) ความสงบกายและความสงบใจ ความผ่อนคลายกายใจ

๖. ความตั้งใจมั่น มีจิตแน่วแนในอารมณ์ (สมาธิ) เพราะเมื่อมีความสุข จึงไม่ซัดส่ายสอเคลไปฟุ้งซ่าน หรือปรุงแต่ง

สมาธิในโพชฌงค์ จึงเป็นสมาธิเพื่อการวิปัสสนา ไม่ใช่อย่างเดียวกันกับการปฏิบัติสมถสมาธิ ที่มีสติแนบแน่นหรือแน่วแนอยู่กับอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งโดยเฉพาะเท่านั้น อย่างไม่ปล่อยวาง ที่เมื่อสติจางคลายหรือขาดไปแล้ว มีองค์ฌานหรือสมาธิเป็นผลให้เกิดความสุขสงบสบายขึ้น แต่เป็นไปในขณะหรือระยะหนึ่งเท่านั้น จึงยังเป็นเพียง*วิกขัมภณวิมุตติ** จึงควรทำความเข้าใจให้ถูกต้องด้วยว่า สมถสมาธิหรือฌานที่ปฏิบัติกันทั่วไป อันมีมาแต่โบราณนั้น ในทางพุทธศาสนาแล้วก็เพื่อเป็นไป เพื่อเป็นบาทฐานของสมาธิในขั้นวิปัสสนาต่อ ๆ ไปเท่านั้น กล่าวคือ **สมาธิในโพชฌงค์** ที่มีจิตตั้งมั่น จึงเป็นเครื่องสนับสนุนให้เกิด

๗. ความวางเฉย หยุดนิง (อุเบกขา) วางใจเป็นกลาง วางที่เฉย รู้ตามความเวริง หรือยอมรับตามความจริง แล้วจะเสีย ตั้งมั่นวางเฉย หรือปล่อยวางโดยอาศัยกำลังของจิตอันเกิดแต่สติ, สมาธิ และปัญญาั่นเอง

**วิกขัมภณวิมุตติ* - การพ้นด้วยข่มหรือสะกดไว้ได้แก่ความพ้นจากกิเลส และอกุศลธรรมได้ด้วยกำลังฌาน

๑๐. สำคัญที่ใจ

คำถาม

เคยฝึกศิลปะในอดีต เมื่อรู้ ปัจจุบันพยายามไม่ฝึกศิลปะ ๕
ถามว่าจะทำให้ปฏิบัติธรรมยากหรือไม่จะแก้อย่างไร

คำตอบ

อดีตผ่านไปแล้วแก้ไขใหม่ไม่ได้ แต่หากปัจจุบันทำให้
มีศิลปะติดอยู่ได้ในทุกขณะต้น จะทำให้การปฏิบัติธรรมบรรลุ
ความสำเร็จได้ง่าย วิธีแก้ไขคือสร้างกำลังให้กับใจ ด้วยการ
เจริญพุทธธรรม๕* อยู่ทุกขณะต้น เมื่อใจมีกำลังมากจนถึงขั้น
แสดงผลแล้วศิลปะจะติดอยู่ในใจได้ตลอดเวลา

*พระ ๕ คือธรรมอันเป็นกำลัง ซึ่งเป็นเครื่องเกื้อหนุนแก่อริยมรรค จัด
อยู่ในจำพวกโพธิปักขิยธรรม มี ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา

พระ ๕ สำหรับบำรุงใจ พระ ๕ นั้นมีใช่เป็นตัวกำลังทีเดียว
มันเป็นเครื่องทำให้ใจมีกำลัง บำรุงด้วยพระ คือ ศรัทธาพระ ความเชื่อ
เป็นกำลังใหญ่โต วิริยะพระ ความเพียร ก็เป็นกำลังอันหนึ่ง สติพระ
สมาธิพระ ปัญญาพระ ก็เป็นกำลังของใจแต่ละอย่าง ธรรมทั้ง ๕ อย่าง
นี้ประกอบกันเข้าแล้วทำให้ใจมีพลังแก่กล้า

๑๑. ได้

คำถาม

ถ้าพยายามศึกษาปฏิบัติจนเกิดปัญญาและปฏิบัติพัฒนาจิตตลอด พยายามปฏิบัติทุกขณะจิต แต่ถ้านั่งสมาธิไม่ค่อยได้ นั่งไม่ได้นาน จิตจะสงบโดยไม่นั่งสมาธิจะได้หรือไม่

คำตอบ

จิตสามารถเข้าสู่ความสงบได้ในทุกอิริยาบถที่อยู่นอกเหนือการนั่ง เช่น เจริญสติในอิริยาบถยืน เดิน นอน กิน ดื่ม พูด ฟัง ฯลฯ ดังมีตัวอย่างเช่นพระอานนท์บรรลุลุอรหัตผลได้ในอิริยาบถเอนกายลงก่อนหลังแตะพื้น

๑๒. เหตุเกิดเพราะจิตสงบ

คำถาม

ได้ยินเสียงพระสวดมนต์บ่อย ๆ (เหมือนพระลงโบสถ์) ได้ยินชัดเจนมาเกือบ ๕ ปีแล้ว ได้ยินโดยไม่จำกัดเวลา และสถานที่เกิดจากเหตุใด

คำตอบ

เกิดจากจิตเข้าถึงความสงบระงับจากการปรุงอารมณ์อื่นใด นอกจากอารมณ์ของเสียงสวดมนต์

๑๓. ทำยังไงดีล่ะ

คำถาม

ในฐานะที่ปฏิบัติกรรมฐานโดยใช้วิธีอานาปานสติ มีความรู้สึกเกิดความรู้สึกทางเพศค่อนข้างมากควรทำอะไรดีค่ะและในช่วงแรกที่นั่งเจริญกรรมฐาน ตอนที่ ๔ เจริญได้ครู่หนึ่งเห็นพระพุทธรูปปรากฏแล้วตกใจรีบคลายสมาธิออก เกิดอย่างนี้ ๒ ครั้งควรปฏิบัติอย่างไรต่อ ควรจะกำหนดลมหายใจต่อ หรือกำหนดไปที่พระพุทธรูปที่ปรากฏดีค่ะ

คำตอบ

ในขณะที่ปฏิบัติกรรมฐานหากมีอาการทางเพศเกิดขึ้น ให้แก้ปัญหาโดยวิธีเร่งความเพียรในการปฏิบัติให้มากขึ้นภาวนาสลับกับการเดินจงกรมให้มากกินอาหารให้น้อย กินเท่าที่ร่างกายจะทรงอยู่ได้ โดยเฉพาะอาหารมื้อเย็นไม่ควรกินและสุดท้ายลดการนอนให้น้อยลง พักอิริยาบถด้วยการนอนเพียง ๔ ชั่วโมง หรือน้อยกว่านั้นแล้วปัญหาดังกล่าวจะหมดไป

ส่วนเรื่องการเห็นพระพุทธรูปหรือเห็นภาพอื่นใดก็ตาม ให้ตั้งจิตกำหนดว่า “เห็นหนอ ๆ ๆ” จนกว่าภาพที่เห็นจะหายไป แล้วตั้งจิตกลับมาสู่องค์บริการกรมเดิม

.....
ดูกรัก... ศาสนานี้ มิได้เริ่มต้นด้วยศรัทธาอันโง่เขลา

(บทที่ ๘)

.....

๑๔. ตบัตถหาให้ได้ก่อน

คำถาม

อยากจะได้ธรรมะแบบอาจารย์ต้องทำอะไร

คำตอบ

แสวงหาครูอาจารย์ที่เป็นกัลยาณมิตรในทางธรรม
กำจัดความอยาก (ตถหา) ให้หมดไป ทุกขณะตื่นมีศีล ๕ คุมใจ
อธิษฐานจิตว่าจะปฏิบัติธรรมเต็มที่ได้แคไหนพอใจแค่นั้น รักษา
สัจจาธิษฐานให้คงอยู่กินน้อย นอนน้อย ปฏิบัติมาก

๑๕. ขึ้นอยู่กับอาชีพ

คำถาม

การปฏิบัติธรรมขึ้นอยู่กับอาชีพหรือไม่

คำตอบ

ปฏิบัติธรรมให้ได้มรรคผล ผู้ปฏิบัติต้องประกอบ
สัมมาอาชีพะ คืออาชีพต้องไม่ผิดกฎหมาย ไม่ผิดศีลและไม่ผิด
ธรรม

๑๖. ไม่อาจเปรียบเทียบกันได้

คำถาม

การภาวนาพอง-ยุบ กับพุทโธ อย่างไหนได้สมาธิกว่ากันเพราะเวลากำหนดทุกอย่างที่ทำ มันทำไม่ทัน เช่น คิดหนอปวดหนอ แต่ถ้าภาวนาว่าพุทโธ ทุกอิริยาบถที่จะสงบกว่าไหม

คำตอบ

เปรียบเทียบกันไม่ได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับจริตของผู้ปฏิบัติ ถ้าใช้อารมณ์กรรมฐานที่ไม่ถูกกับจริต การฝึกจิตให้เข้าถึงความตั้งมั่น (สมาธิ) ทำได้ยาก แต่ถ้าใช้อารมณ์กรรมฐานที่ถูกต้องกับจริตของผู้ปฏิบัติแล้ว จิตจะเข้าถึงความเป็นสมาธิได้ง่าย (ดูกัมมัฏฐาน(กรรมฐาน) ๔๐ หน้า ๓๑)

ลูกรัก... ไม่ว่าจะเป็นคนในศาสนาใด มีใครเป็นศาสนา
ทุกคนอยู่ในสภาพเดียวกันคือ ต่างยืนอยู่บนขอบกระทะ
และมีสิทธิ์ที่จะตกลงไปในกระทะได้เท่าเทียมกัน

(บทที่ ๑๒)

๑๗. ไขหรือไม

คำถาม

คนทำความดีหรือทำความชั่วเมื่อตายไปแล้วผลกรรมทำให้ตกรกหรือขึ้นสวรรค์อยากรถามว่าอะไรเป็นตัวที่ไปตกรกหรือขึ้นสวรรค์ จิต เจตสิก ไขหรือไม ถ้าไมใช่เป็นอะไร

คำตอบ

เมื่อถึงวาระที่ต้องทิ้งขันธโลกร กรรมที่สั่งสมอยู่ในจิตจะเป็นแรงผลักดันจิตให้ไปแสวงหารูปอยู่ใหม่ หากจิตมีอกุศลกรรมสั่งสมและระลึกเห็นนิมิตไม่ดีก่อนตาย เช่น เห็นเปลวไฟ เห็นทะเลเพลิง เห็นหม้อเหล็กร้อนแดง เห็นต้นไม้มีหนามแหลม ฯลฯ แรงกรรมจะพาจิตไปเข้าอยู่อาศัยในร่างของสัตว์นรก ตรงกันข้ามหากจิตมีกุศลกรรมสั่งสม ด้วยการให้ทานและรักษาศีลอยู่เนืองนิตย์ และระลึกเห็นนิมิตดีก่อนตาย เช่น เห็นเทพบุตรเทพธิดา เห็นวิมาน เห็นบันไดทอง เห็นราชรถ ฯลฯ แรงกรรมจะผลักดันจิตไปเข้าอยู่อาศัยในร่างของชาวฟ้าชาวสวรรค์

ลูกรัก... เมื่อมีเหตุเกิดขึ้นในทีใด ลองค้นหาเหตุที่เกิด
และดับมันเสียตรงนั้น

(บทที่ ๖๔/๒๒๖)

๑๘. วิญญาณมีจริงหรือไม่

คำถาม

วิญญาณมีจริงหรือไม่เป็นวิทยาศาสตร์หรือไม่

คำตอบ

ถ้าวิญญาณหมายถึงจิต ก็ต้องบอกว่าวิญญาณมีจริง จิตเป็นพลังงานที่มีความถี่คลื่นละเอียด เครื่องมือวิทยาศาสตร์ที่มีใช้อยู่ในปัจจุบัน ไม่สามารถตรวจวัดได้ จึงไม่มีการศึกษาถึงเรื่องของจิตในทางตรง แต่มีการศึกษาผลกระทบที่เกิดขึ้นในการทำงานของจิตซึ่งเป็นการศึกษาเรื่องของจิตในทางอ้อม

หากผู้ถามประสงค์จะเข้าใจเรื่องของจิตอย่างถ่องแท้ ต้องลงมือพิสูจน์ด้วยตนเอง ด้วยการนำตัวเองเข้าปฏิบัติสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน จนเข้าถึงวิปัสสนาญาณได้แล้ว จะเข้าใจเรื่องของจิตวิญญาณดียิ่งขึ้น

ดูกรัก... ถ้าเจ้าถามผมว่า ศาสนาคืออะไร
พอดีไม่มีคำอธิบายสั้นสั้นนอกจากคำว่า รู้จักวาง

(บทที่ ๑๔)

๑๙. แค่คิดก็บาปแล้ว

คำถาม

ช่วยบอกวิธีกำจัดตัวต่อหัวเสือจะทำอย่างไรไม่เป็นการไปทำร้ายหรือเบียดเบียนเขา เพราะมีตัวต่อสร้างรังใหญ่มาก ๆ ในสวนทำให้คนงานดูแลสวนไม่กล้าเข้าไปทำสวนดูแลต้นไม้ และมีเด็กเล็ก ๆ เยอะ เกรงจะได้รับอันตราย

คำตอบ

คำว่ากำจัดหมายถึง ชัปลั้ ปราบ หรือทำให้หมดไปแค่คิดไม่ดี (อกุศลมโนกรรม) คิดกำจัดต่อหัวเสือที่มาอาศัยสวนเป็นที่สร้างรังอยู่อาศัยก็บาปแล้ว ทำไมม่คิดจะอยู่ร่วมกับเขาอย่างสันติไม่เบียดเบียนกันพึงพาอาศัยกัน มีปฏิสัมพันธ์ดีต่อกันมีเมตตาต่อกัน ก็สามารถอยู่ร่วมกันได้โดยมีความสงบและสุข ผู้ตอบปัญหาเคยไปขออาศัยปักกลดนอนอยู่ข้างกุฏิพระในป่าทางภาคอีสาน พระท่านอนุญาตแล้วบอกว่า ระวังนะโยมใต้ถุนกุฏินี้มีงูพิษอาศัยอยู่ ผู้ตอบปัญหาได้กล่าวคำขอบคุณแล้วพูดว่าไม่เป็นไรครับ จะขออนุญาตงูพิษพักอาศัยสักหนึ่งคืน และได้แผ่เมตตาให้กับเขาก่อนนอน คืนนั้นนอนหลับดีและมีความสันติเกิดขึ้นในใจ

หมายเหตุ : หากคุณยังคิดกำจัดเขาอยู่ ต้องขออภัย ผู้ตอบปัญหาไม่มีประสบการณ์ในเรื่องนี้ จึงไม่สามารถให้ความเห็นที่ผิดแก่ผู้ถามได้

๒๐. ขึ้นเหมือน - ลงต่าง

คำถาม

สติ-สัมปชัญญะ ในชีวิตประจำวัน กับสติปัฏฐาน ๔ ในการเจริญวิปัสสนาเหมือนกันอย่างไร

คำตอบ

สติหมายถึง ความระลึกได้ นึกได้ ไม่ลืม ฯลฯ ส่วนคำว่า สัมปชัญญะหมายถึง ความรู้ตัวอยู่เสมอ ความรู้ชัดในสิ่งที่นึกได้ ฯลฯ ทั้งสองคำนี้มักจะใช้เรียกคู่กันว่า “สติสัมปชัญญะ” คนในปัจจุบันส่วนใหญ่ขณะตื่นมีสติคุมจิตเล็กน้อย ดังนั้นความรู้ชัดในสิ่งที่นึกได้จึงไม่ค่อยมี พุดโดยรวมได้ว่า คนในปัจจุบันส่วนใหญ่ดำเนินชีวิตด้วยการใช้สติสัมปชัญญะนำเพียงเล็กน้อย ด้วยเหตุนี้จึงเป็นต้นเหตุให้จิตสังสมอกุศลกรรมมากกว่ากุศลกรรม เมื่อกรรมให้ผลจึงออกมาในรูปของพฤติกรรมที่ทำให้เกิดความไม่สงบสุขของสังคมมากกว่าความสงบสุข

ส่วนคำว่า สติปัฏฐาน ๔ หมายถึงการตั้งสติพิจารณา กาย เวทนา จิตและธรรม ให้เห็นถูกต้องตามความเป็นจริงแท้ (ปรมาตถสัจจะ) นั้นหมายความว่า การศึกษาความจริงเกี่ยวกับเรื่องทั้ง ๔ ในแนวทางการพัฒนาปัญญาโอคิวิ ที่ประพฤติกันอยู่ในปัจจุบัน ยังเป็นการเห็นความจริงในเรื่องทั้ง ๔ เป็นจริงแบบชั่วคราว (สภาวะสัจจะ) ยังไม่ใช่เป็นความจริงแท้

กัมมัฏฐาน(กรรมฐาน) ๔๐ คือ กลิน ๑๐ (เพ่งเพื่องูจิดให้เป็นสมาธิ) ๑.ปฐวี
กลิน กลินคือดิน ใ้ดินเป็นอารมณ์ ๒.ธาไปกกลิน กลินคือน้ำ ๓.เทโชกลิน กลิน
คือไฟ ๔.วาโยกลิน กลินคือลม ๕.นิลกลิน กลินคือสีเขียวคราม ๖.ปัทมกลิน กลิน
คือสีเหลือง ๗.โลหิตกลิน กลินคือสีแดง ๘.โอทาทกกลิน กลินคือสีขาว ๙.ฮาโลก
กลิน กลินคือแสงสว่าง ๑๐.อากาศกลิน กลินคือที่ว่างเปล่า (วิสุทธิ.1/150-217)

อุสุภะ ๑๐ (ซากศพในสภาพต่าง) ๑.อุทฺธุมาทกะ ซากศพที่เนาพองขึ้นอีก
๒.วินีตกะ ซากศพที่มีสีเขียวคล้ำคละด้วยสีต่าง ๆ ๓.วิบุพพะกะ ซากศพที่มีน้ำ
เหลืองไหลเยิ้ม ๔.วิจฉิทกะ ซากศพที่ขาดจากกันเป็น ๒ ท่อน ๕.วิกขายิตกะ
ซากศพที่ถูกสัตว์กัดกิน ๖.วิกขิตตกะ ซากศพที่กระจุยกระจายมือเท้าที่ระหตุคออก
๗.หตวิกขิตตกะ ซากศพที่ถูกสับพันบั่นเป็นท่อนๆ ๘.โลหิตกะ ซากศพที่มีโลหิต
ไหลอาบ ๙.บุพฺพวกะ ซากศพที่มีหนอนคลากำเต็มไปหมด ๑๐.อัญญิกะ ซากศพที่
ยังเหลืออยู่แต่กระดูก (วิสุทธิ.1/226)

อนุสสติ ๑๐ (ความระลึก) ๑.พุทธานุสสติ ระลึถึงพระพุทธเจ้า ๒.ธัมมานุ
สสติ ระลึถึงพระธรรม ๓.สังฆานุสสติ ระลึถึงพระสงฆ์ ๔.สีลानุสสติ ระลึถึงศีล
๕.จาคานุสสติ ระลึถึงการบริจาค ๖.เทวดานุสสติ ระลึถึงคุณธรรมตามที่มีอยู่ใน
ตน ๗.มรณสสติ ระลึถึงความตาย ๘.กายคตาสติ กำหนดพิจารณากายมิให้
หลงไหลมัวเมา ๙.อานาปานสสติ ระลึถึงลมหายใจเข้าออก ๑๐.อุปสมานุสสติ ระลึ
ถึงธรรมเป็นที่สงบ

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

อาหาเรปฏิกูลสัญญา ๑ (กำหนดพิจารณาความเป็นปฏิกูลในอาหาร)

จตุราศูว์วัญฐาน ๑ (กำหนดพิจารณาธาตุ ๔) อรูป ๔ (ณามีอรูปธรรม
เป็นอารมณ์) ๑.อากาศัญญายตนะ ฉานอันกำหนดอากาศคือช่องว่างหาที่สุด
มิได้เป็นอารมณ์ ๒.วิญญาณัญญายตนะ ฉานอันกำหนดวิญญาณหาที่สุดมิได้
เป็นอารมณ์ ๓.อากิญจัญญายตนะ ฉานอันกำหนดภาวะที่ไม่มีอะไร ๆ เป็นอารมณ์
๔.เนวสัญญานาสัญญายตนะ ฉานอันเข้าถึงภาวะมีสัญญาที่ไม่ใช่ไม่มีสัญญาที่ไม่ใช่
(ที่.ปา.11/235/235; ส.สพ.18/159/326.)

๒๑. อดีตที่ผ่านไปแล้ว

คำถาม

ถ้าเราฝันเห็นคนที่เสียไปแล้วแต่ฝันในรูปที่เขาตัวเป็น ๆ คือยังไม่ตายจะเป็นความจริงหรือไม่เพราะตอนเป็นก่อนเสียชีวิตเขาไว้ผมยาว แต่พอเขาใกล้เสียชีวิตผมสั้น เนื่องจากเป็นมะเร็ง อยากทราบว่า เป็นความฝันจริงหรือ ความฝันแบบเราคิดถึงเขาเอง

คำตอบ

ฝันเป็นการเห็นเรื่องราวเมื่อหลับไม่สนิท เป็นการหวนกลับของสัญญาที่จิตบันทึกไว้ ดังนั้นที่คุณฝันเห็นคนตายในสภาพที่ยังมีชีวิตอยู่ เป็นการฝันจริงของคุณ แต่บุคคลที่ถูกฝันถึง ไม่มีอยู่จริงในปัจจุบัน ผู้ไม่รู้ปล่อยเวลาให้สูญเปล่ากับสิ่งที่ผ่านไปแล้ว

สุกรีก... อดีตที่ในอุตมคติของพ่อคือ เข้ามาก็เย็นใจ
อยู่อาศัยก็สุขใจ ออกไปแล้วก็สบายใจ
นี่แหละ อดีตที่พ่อต้องการละ

(บทที่ ๔/๒๐)

๒๒. ทำได้แล้วดิเนะ

คำถาม

เราจะทำให้จิตเป็นอิสระได้อย่างไร เพื่อไม่ให้ตกเป็น
ทาสของวัตถุ

คำตอบ

พัฒนาปัญญาเห็นแจ้งให้เกิดขึ้น โดยนำตัวเองเข้าสู่
การปฏิบัติกรรมฐาน เมื่อบรรลุ มรรคผลเกิดปัญญาเห็นแจ้ง เห็น
ถูกต้องตามความเป็นจริงแล้ว ต้องรักษาปัญญาเห็นแจ้งให้คงอยู่
แล้วใช้ปัญญาเห็นแจ้งส่องนำทางให้กับชีวิตจิตใจจะรู้เท่าทันวัตถุ
ใช้วัตถุให้เกิดประโยชน์ได้ประโยชน์จากวัตถุ และที่สำคัญจิตไม่
เป็นทาสของวัตถุ ลองทำดูสิทำได้แล้วดิเนะ

ลูกรัก... น้ำเพียงหยดเดียว
อะมีค่ามากสำหรับชีวิตในทะเลทราย
ทำไมพวกเราจึงบำบญเฉพาะในวัด
ทำไมไม่หันไปทำบุญ กับคนที่ต้องการน้ำ
เหมือนคนที่อยู่ในทะเลทรายบ้าง

(บทที่ ๖/๒๒)

๒๓. เหตุเกิดจากการเบียดเบียน

คำถาม

น้องสาวป่วยหนัก เป็นมะเร็งระยะสุดท้าย จะให้คีโมในวันอังคารที่จะถึงนี้ ประารถนาที่จะให้อาจารย์เมตตาให้ข้อธรรมะแบบกระชับสั้นแก่ผู้ป่วย เพื่อเป็นที่พึ่งในยามอยู่ทุกขเวทนาทั้งนี้การรักษาก็ยังไม่ทราบว่าจะสัมฤทธิ์ผลแค่ไหน ปาฏิหาริย์มีจริงไหมที่จะช่วยให้หายป่วย

คำตอบ

แม่เมตตาให้แก่ผู้ป่วยนั้น ถ้าคุณมีเมตตาก็สามารถแผ่ให้ได้ ส่วนผู้ป่วยจะอยู่ในสภาพที่จะรับได้หรือไม่ั้นอีกเรื่องหนึ่ง การกระทำที่ดีกว่าในยามนี้คือ ผู้ป่วยต้องช่วยตัวเอง ด้วยการเจริญอานาปานสติอยู่บ่อย ๆ แล้วอุทิศความดีที่ทำแล้วในแต่ละครั้งให้แก่เจ้ากรรมนายเวร ที่ทำให้เขาต้องมารับอกุศลวิบากนี้ นั่นแหละเป็นการช่วยให้ความทุกข์บรรเทาลง

ถามไปว่าปาฏิหาริย์มีจริงไหม ที่จะช่วยให้เขาหายป่วย ต้องตอบว่าปาฏิหาริย์มีจริงดังตัวอย่างที่ผู้ตอบปัญหาได้พบ และพูดคุยกับชาวอเมริกันที่มาบวชเป็นภิกษุในพุทธศาสนา ซึ่งอดีตเคยป่วยเนื่องจากเกิดเนื้องอกในสมองเมื่อปฏิบัติจิตตภาวนาจนถึงขั้นให้ผลแล้ว เนื้องอกในสมองหายไปโดยไม่ต้องเข้ารับการผ่าตัดด้วยวิธีการทางแพทย์แผนปัจจุบัน

๒๔. ความถือค้ลนไม่ตรงกัน

คำถาม

มีเพื่อนที่สนิทร้กกันมาก แล้วเขาเสียชีวิตไป ทำไมเขาไม่เคยมาเข้าฝ้นเลย แต่เขาไปให้คนอื่นเห็น ไปเข้าฝ้นคนอื่นเพราะเขาสื่อกับเราไม่ได้ใช่หรือไม่คะ และจะมีวิธีสื่อกับคนเสียไปแล้วบ้างไหมช่วยแนะนำด้วย

คำตอบ

ต้องจูนความถือค้ลนจิตให้ตรงกับเขา ด้วยวิธีการปฏิบัติสมถกรรมฐาน เมื่อความถือค้ลนจิตตรงกัน โอกาสที่จะสื่อสารกับผู้ตายจึงจะเป็นไปได้

๒๕. แก้ที่ตัวเอง

คำถาม

ถ้ามีลูกน้องเป็นคนโลกทำอย่างไรจึงจะแก้ได้

คำตอบ

พระพุทธะสอนให้แก้ไขปัญหาที่ตัวเอง มิได้สอนให้ไปแก้ปัญหาที่คนอื่น ลูกน้องเป็นคนโลก ลูกน้องต้องฝึกตัวเองให้เป็นผู้ให้ทานให้ได้ก่อน หมั่นให้บ่อย ๆ จนกระทั่ง ทานบารมีกล้าแข็งมากพอ ความโลกจึงจะหมดไปจากใจของเขาได้

๒๖. ขึ้นอยู่กับสุนัข

คำถาม

เคยขับรถชนสุนัขด้วยเหตุสุดวิสัย แต่ไม่เสียชีวิตได้ยื่นเสียงร้อง (มองไปที่กระจก) ด้วยความเจ็บปวดดิ้นได้ซ้อยาต่าง ๆ โดยเฉพาะยาเกี่ยวกับบาดแผล ไปถวายพระและตั้งจิตอธิษฐานให้บุญที่ทำนี้ให้กับสุนัขตัวที่ชน ทำอย่างนี้จะช่วยให้ตัดกรรมเวรได้ไหม

คำตอบ

จะตัดกรรมเวรกับสุนัขตัวที่คุณขับรถไปชนได้ ก็ต่อเมื่อสุนัขตัวนั้นเลิกจองเวรกับคุณนั้นแหละ

๒๗. มดขึ้นข้าวสาร

คำถาม

ได้นำข้าวสารบรรจุถุง ๕ กก. ที่มีมดขึ้นเข้าตู้เย็นเวลาจะหุงข้าว ตอนล้างข้าวเห็นมดตายมากมายดิฉันจะทำอย่างไรได้บ้าง เพื่อลดบาปอันนี้หรือขอใช้เขาไปก่อนที่เขาจะมาทวง

คำตอบ

ต้องทำบุญอยู่เสมอ โดยเฉพาะบุญที่ให้ทานสงฆ์มาก เช่นปฏิบัติกรรมฐาน แล้วอุทิศบุญกุศลให้แก่มดฝูงนั้นเรื่อย ๆ นั้นแหละดี

๒๘. เรื่องของหนู

คำถาม

มีหนูในบ้านที่รบกวนมากหลายปี ซ่อมบ้านไป ๑-๒ ครั้งแล้ว จะทำอะไรให้เขาไปอยู่ที่อื่น ทำบุญแล้วอธิษฐานให้เขาไปอยู่ที่อื่นได้ไหม

คำตอบ

หลังจากทำบุญแล้วคุณสามารถอธิษฐานได้ แต่เขาจะไปอยู่ที่อื่นหรือไม่ มันเป็นเรื่องของหนู คนโบราณแก้ปัญหาเช่นนี้ด้วยการเลี้ยงแมวไว้ที่บ้าน

๒๙. ทำให้ดูแล้ว

คำถาม

จำเป็นไหมในการที่จะเจริญสติ กรรมฐานภาวนาเพื่อให้พ้นจากความทุกข์ แล้วงานประจำอยู่จะทำอย่างไรดี ต้องลาออกจากงานหรือไม่

คำตอบ

ผู้ตอบปัญหาได้ทำให้ดูเป็นตัวอย่างแล้ว เวลาทำงานใช้ปัญญาไฉนทำงานให้กับสังคมบ้านเมือง เวลานอกงานก็เจริญจิตตภาวนาให้กับตัวเอง ไม่จำเป็นต้องลาออกจากงานไปตุหรัดตุเหร่อยู่ในที่ไหน ๆ ให้ขาดรายได้ เลี้ยงปากท้องโดยไม่จำเป็น

๓๐. แบบชาวบ้าน

คำถาม

อธิบายพละ ๕ และ โปษณงค์ ๗ ตามแบบชาวบ้าน

คำตอบ

พละ ๕ เป็นคุณธรรมที่เมื่อปฏิบัติได้แล้วจะทำให้จิตมีกำลังกล้าแข็ง สามารถต้านทานกิเลสต่าง ๆ ได้ คือทำตัวเองให้มีความศรัทธาในศีลในธรรมในเหตุผลที่ถูกต้องดีงาม ทำตัวเองให้มีความเพียรที่จะทำความดีในทุกรูปแบบ เช่น เพียรป้องกันสิ่งไม่ดีไม่ให้เข้าสู่ใจ เพียรกำจัดสิ่งไม่ดีที่สั่งสมอยู่ในใจให้หมดไป เพียรทำความดีใด ๆ ที่ไม่เคยทำให้มีความดีมากยิ่งขึ้น เพียรรักษาความดีให้คงอยู่กับตัว เพียรฝึกจิตให้มีสติ มีสมาธิ มีปัญญาเห็นถูกต้องตามเป็นจริง (ดูพละ ๕ หน้า ๒๒)

ส่วนโปษณงค์ ๗ เป็นคุณธรรมที่เกิดขึ้นในใจของผู้รู้แจ้ง คือมีสติระลึกรู้ทันทุกสิ่งกระทบ ที่เข้าทางหู ตา จมูก ลิ้น กาย ใจ มีปัญญาสอดส่องสืบค้นวิจัยธรรมอยู่เสมอ มีความเพียรป้องกันสิ่งเศร้าหมองไม่ให้เข้าสู่ใจ เพียรกำจัดสิ่งเศร้าหมองที่ผูกมัดใจสัตว์ (สังโยชน์ ๑๐ ดูหน้า ๑๐๔) ให้หมดไปจากใจจิตมีความอึดใจ มีความสงบเกิดในกายใจ มีจิตตั้งมั่น และมีจิตปลอดจากอารมณ์ปรุงแต่งอันเนื่องมาจากสิ่งกระทบภายนอก (ดูโปษณงค์ ๗ หน้า ๒๑)

๓๑. แสวงหาผิดทาง

คำถาม

มีวิัตถุมงคลที่ได้รับจากการทำบุญและจากที่เราใฝ่หาเข้ามา พอมากเข้า ๆ มีทั้งรูปพระพุทธรูป พระสงฆ์ พระคิ่วะ พระพิฆเนศ มากมายจนเริ่มสับสนในการกราบไหว้บูชาขออย่างนี้เรียกว่ายังติดในวิัตถุใช่หรือไม่

คำตอบ

การแสวงหาวิัตถุมาไว้ในครอบครอง ถือว่ามีจิตเป็นทาสของวิัตถุ ไปทำบุญแล้วได้รับแจกวัตถุ เอาไว้เป็นที่ระลึกถึงคุณของผู้ที่ควรบูชาโดยไม่หลงเอาวิัตถุเป็นที่พึ่ง อย่างนี้เรียกว่ามีใจไม่เป็นทาสของวิัตถุ

- ลูกรัก... ๑. คนมาเผาพระพุทธรูป ตัดเศียรพระ ไม่น่ารู้สักอะไร
๒. แต่พระสงฆ์ ทำอภัยคุณอะไร น่ารู้สักอะไร
๓. คนมาเผาพระไตรปิฎก เผาวัด ไม่น่ารู้สักอะไร
๔. แต่พุทธศาสนิกชน อุบาสก อุบาสิกา
ละเว้นหน้าที่ชั้วตราบปฏิบัติ น่ารู้สักอะไร

(บทที่ ๑๑/๓๓)

๓๒. ไม่สอนให้ขอแต่สอนให้ทำ

คำถาม

ยังมีภาระหนี้สิน ดังนั้นเวลาทำบุญ ปฏิบัติธรรมจึงขอขบารมีสิ่งศักดิ์สิทธิ์เพื่อให้ขายที่ดินได้ เพื่อต้องการปลดปล่อยตนเองจากการที่เคยเบียดเบียนเจ้าหนี้และผู้มีพระคุณที่เคยช่วยเหลือ ทำอย่างไรจึงจะทำให้จิตหลุดพ้นจากทุกข์นี้ได้ และพอมิปัจจายเหลือพอเลี้ยงดูชั้น ๕ และพอทำนุบำรุงพระศาสนาจนชีวิตดับขั้น

คำตอบ

ในศาสนาพุทธ พระพุทธะไม่ได้สอนให้พุทธบริษัท ทำตัวเป็นผู้ขอสิ่งใด ๆ จากใคร แต่สอนให้ทำให้เกิดมีขึ้นด้วยตัวเอง ดังนั้นการขอขบารมีสิ่งศักดิ์สิทธิ์ จึงมิใช่วิธีการได้มาของผู้เป็นชาวพุทธแท้ ถ้าประสงค์จะมีคุณธรรมอันเป็นบ่อเกิดแห่งบารมี ต้องปฏิบัติ ทาน ศีล เนกขัมมะ ปัญญา วิริยะ ขันติ สัจจะ อธิษฐาน เมตตาและอุเบกขา หากผู้ถามปัญหาหามีคุณธรรมเหล่านี้สถิตอยู่ในจิตใจได้เมื่อใดแล้ว ก็จะประสบความสำเร็จดังที่ปรารถนา

ดูกรัก... หมั่นถามตัวเองว่า ก่อนบวชเป็นอะไร
ขณะบวชทำอะไร บวชแล้วได้อะไร บวชต่อไปจะเสียอะไร

(บทที่ ๗/๒๙)

๓๓. ทำบุญร่วมกัน

คำถาม

การทำบุญร่วมกัน จะเกิดผลอย่างไรบ้างคะ เช่นร่วมเงินทำใส่ซองเดียวกันแล้วบอกว่าชาติหน้าขอเกิดมาเป็นพี่น้องกัน

คำตอบ

ที่บอกไปเป็นเพียงเหตุอย่างหนึ่ง ที่จะทำให้กลับมาเกิดเป็นพี่น้องกัน หากทั้งสองคนทำเหตุอื่นที่ไม่ตรงกัน เช่น คนหนึ่งประพฤติตนอยู่ในศีลในธรรม แต่อีกคนหนึ่งประพฤติทุศีลไร้ธรรม แล้วยังอยากเกิดเป็นพี่น้องกันอยู่อีกหรือ ทำไมไม่ร่วมทำใจให้มีทาน ศีล ภาวนา แล้วให้มีอยู่ในใจ จะมีดีกว่าหรือ

๓๔. บ่วงคล้องใจสัตว์

คำถาม

คันถะ เปรียบเหมือนเครื่องคล้องสัตว์ช่วยอธิบาย

คำตอบ

คันถะเป็นสมมติบัญญัติ ที่หมายถึงสิ่งเศร้าหมอง (กิเลส) ที่ผูกมัดใจสัตว์ให้ติดอยู่กับการเวียนตาย เวียนเกิด ในภพต่าง ๆ ในสังสารวัฏ บรรดาสิ่งเศร้าหมองทั้งปวง ที่เข้ามา มีอำนาจอยู่เหนือใจสัตว์เกิดจากต้นเหตุ คือความรู้ไม่จริง (อวิชชา) ที่มีอยู่ในใจของสัตว์นั่นเอง

๓๕. เห็นโศกด้วยสมถภาวนา

คำถาม

โศกเป็นธรรมเปรียบเหมือนห้วงน้ำ ช่วยอธิบาย

คำตอบ

ถ้าถามผู้ที่เคยมีประสบการณ์ฝึกจิต จนเข้าถึงโลกียอภิญาที่เรียกว่า ปุพเพนิวาสานุสติญาณ ได้เห็นตัวเองไปเกิดเป็นสัตว์ในภพต่าง ๆ จึงจะเข้าใจแบบผู้ที่มีได้ศึกษาเล่าเรียนมาทางด้านปริยัติว่า **โศก** หมายถึงการเวียนตาย เวียนเกิด ของสัตว์ในวัฏสงสารนั่นเอง

คำตอบนี้อย่าปลงใจเชื่อ ถ้าอยากรู้ว่าคำตอบนี้เป็นจริงหรือไม่ ต้องปฏิบัติสมถภาวนาจนจิตเข้าถึงความเป็นฌานดูสิ

๓๖. นิพพานของใคร

คำถาม

มีเพื่อนเขาบอกว่ารู้จักบุคคลผู้ซึ่งถึงนิพพานได้ แต่บุคคลนั้นเขาก็เหมือนอย่างปุถุชนทั่วไปคือยังใช้ชีวิตอยู่กินหลับนอนกับสามีอยู่บ้านกับลูกเช่นนี้ จะมีจริงหรือไม่คะ และจะไปไหนไปได้ไหม คล้าย ๆ กับว่าเป็นระดับโสดาบันแล้วใช่ไหม

๓๘. คนไข้ที่ปฏิเสธการรักษา

คำถาม

การที่เรามีความโกรธคือเคยมีคนทำให้โกรธและรู้สึก
ว่าเกลียดคน ๆ นั้นมาก รู้ว่ามันไม่ดีเป็นการอาฆาต อยากวาง
ควรทำอย่างไรนอกจากช่างมัน หากอุทิศกุศลให้ เขาจะวางได้
หรือไม่ อยากหลุดจากความอาฆาตนี้

คำตอบ

ความโกรธต้องแก้ด้วยการเจริญเมตตา ด้วยการให้
อภัยเป็นทาน เพราะการให้อภัยเป็นบ่อเกิดแห่งความเมตตา หาก
ผู้ผูกโกรธยังปฏิเสธการให้อภัย แล้วความโกรธจะหมดไปจาก
ใจได้อย่างไร ความโกรธนี้หากปล่อยให้เข้ามามีอำนาจเหนือใจ
มาก ๆ เมื่อถึงคราวต้องทิ้งชั้นธัลโลกแล้วโอกาสไปเกิดเป็น
สัตว์ในนรก มิได้เป็นได้นะ จะบอกให้

การอุทิศกุศลให้กับผู้ผูกโกรธ ไม่สามารถแก้ปัญหา
ความโกรธที่มีอยู่ในจิตใจของเขาได้ เหมือนกับคนไข้ที่กินยาไม่
ถูกต้องกับโรค นั้นแหละ รักษาโรคให้หายไม่ได้

ดูกรัก... เวลาที่ท่่านประพฤติชอบ ชื่อว่าฤกษ์ดี มงคลดี
ราศีดี สว่างดี รุ่งเรืองดี วันดี และเวลาดี

(บทที่ ๑๒/๓๔)

๓๙. มองให้ถูก

คำถาม

การที่เรายอมคนอื่นให้เขาเอาเปรียบ เป็นสิ่งที่ถูกต้องหรือไม่ ทั้งต่อตัวเราและตัวเขา

คำตอบ

เขาเอาเปรียบเรายังไม่สำคัญเท่ากับเราไปเอาเปรียบเขา เพราะเมื่อใดที่เราไปเอาเปรียบเขา นั่นเป็นข้อบ่งชี้ความเห็นแก่ตัวที่มีอยู่ในจิตใจของเรานั้นแหละ การที่เรายอมให้คนอื่นเอาเปรียบ แสดงว่าเรากำลังฝึกเราให้มีความงอกงาม ในทานบารมี (ให้อภัยเป็นทาน) ในขันติบารมีในเมตตาบารมี ในอุเบกขาบารมี ฯลฯ เมื่อเห็นถูกต้องอย่างนี้แล้วยังจะคิดปฏิเสธบุญคุณของครูผู้เอาเปรียบเราอยู่อีกหรือ

ลูกรัก... เมื่อไม่รู้รักตนเอง ทุกสรรพสิ่งย่อมเกิดขึ้น
เมื่อได้รู้รักตนเอง ทุกสรรพสิ่งย่อมไม่มี
ความศรัทธามีใช้ความจริง
แต่ความจริงมันเป็นสิ่งที่สิ่งอยู่ในศรัทธา

(บทที่ ๔/๒๖)

๔๐. ผิดของใคร

คำถาม

วันนี้ได้มีโอกาสรับฟังการบรรยายธรรมจากอาจารย์ แต่ก็ไม่สามารถที่จะไปเฝ้าอาการป่วยของบิดาของสามี การกระทำในวันนี้ถือว่าผิดหรือไม่

คำตอบ

เรื่องนี้เป็นความเห็นผิดของใคร อุปติสสะทั้งแม่ ออกบวชเป็นพระสงฆ์ (พระสารีบุตร) อยู่ในพุทธศาสนา คนทั่วไปมองว่าพระสารีบุตรไม่ปฏิบัติจริยธรรมลูกที่ดี เป็นคนออกตัญญู ก่อนตายท่านได้กลับไปตายที่บ้านเกิดพร้อมทั้งสอนธรรมให้แม่ผู้มีความเห็นผิด ให้กลับมาเป็นผู้มีความเห็นถูกต้องจนสามารถบรรลุธรรมขั้นสูง ได้เป็นอริยบุคคลขั้นโสดาบัน ตรงกันข้ามกับคนที่นั่งเฝ้าแม่อยู่ที่บ้าน ไม่มีใครสักคนแก้ไขความเห็นผิดของแม่ได้เหมือนกับที่พระสารีบุตรได้กระทำ เพื่อตอบแทนพระคุณของแม่ ผู้ถามปัญหาคิดว่าผิดไหมละ ที่ละทิ้งพ่อของสามีผู้กำลังเจ็บป่วย เพียงชั่วคราวเพื่อไปฟังธรรม จะได้เป็นการพัฒนาสติปัญญาของตัวเองให้มีความเห็นถูกต้อง เมื่อพัฒนาตนเองได้อย่างนี้แล้ว กลับมาปรนนิบัติดูแลคนป่วย จะทำได้ถูกต้องและมีคุณภาพดียิ่งขึ้น รักษาสุขภาพคนป่วยยังมีอานิสงส์น้อยกว่าการรักษาใจไม่ให้ป่วยเป็นไหน ๆ นะจะบอกให้

๔๑. รักษาใจดีกว่า

คำถาม

ปัจจุบันสภาวะแวดล้อม และปัจจัยเสี่ยงมีมากที่สามารถทำให้คนเป็นโรคร้ายต่าง ๆ ได้มากขึ้น แม้ระมัดระวังแล้วแต่ยังเป็น เช่น มะเร็ง หัวใจ ไตวาย เป็นต้น สามารถให้ธรรมชาติใช้ในการดำรงชีวิตของคนที่เป็นโรคร้ายแรงได้อย่างไร

คำตอบ

ร่างกายที่เจ็บป่วย แม้จะมีหมอมือดีมารักษาให้หายป่วยได้แต่ในที่สุดก็อยู่ดร่างกายไว้ไม่อยู่ จำต้องส่งคืนกลับสู่ธรรมชาติดั้งเดิม ทุกคนแน่นอน เมื่อรู้อย่างนี้แล้วยังหลงคิด จะเอาร่างที่ป่วยด้วยโรคมะเร็ง โรคไตวาย โรคหัวใจ ไว้อยู่อีกหรือ ทำไมไม่ทำใจให้มี ทาน ศิล ภาวนา ให้มีอยู่ในใจ เมื่อถึงวาระลาโลก จะได้ไปเกิดใหม่ในร่างกายที่โรคดังกล่าว เข้าเบียดเบียนไม่ได้ หรือไม่เจ็บป่วยด้วยโรคใด ๆ จะมีดีกว่าหรือ

ดูกรัก... ทุกวันนี้ มีแต่คนพร่ำที่อะลอลแต่คนอื่น
อะมีสักก็คนที่คอยพ่นลอลและพัฒนาตัวเอง

(บทที่ ๑๘/๔๐)

๔๒. ได้ทั้งบุญและบาป

คำถาม

ตามที่มีผู้ประกาศแจ้งความหน้า นสพ. ถึงบุคคลในภาพที่หายตัวไป อันอาจจะมาจากการทำผิดคดีต่าง ๆ โดยมีรางวัลให้แก่ผู้ชี้เบาะแสด้วยนั้น เมื่อบังเอิญเราไปพบที่อยู่ รวมทั้งแจ้งขึ้นไปจนทำให้ ๒ ฝ่ายต้องพบกันจนได้ จะเป็นกุศลที่เราช่วยเหลือคนที่อยากให้ช่วยหรือไม่ ถ้าผู้ที่ถูกชี้ ทราบว่าเราเป็นผู้ชี้ช่องบอกไป จนเขาเดือดร้อนจะกลายเป็นว่า เราเป็นผู้หนึ่งที่ร่วมสร้างเวรไปซ้อนกรรมหรือไม่

คำตอบ

เป็นผู้ร่วมกระบวนกรรมได้บุญเพราะช่วยเหลือฝ่ายหนึ่ง และได้บาปเพราะก่อเวรกับอีกฝ่ายหนึ่ง

ดูกรัก... ผู้ประพาศพิภพมอรรย์อันบริสุทธิ์ บริบูรณ์
ทั้งเบื้องต้น ท่ามกลาง และที่สุด พร้อมทั้งเป็นผลบ้าง
ไม่เป็นผลบ้าง ไม่มากก็น้อย
ย่อมเป็นผู้รักประมาณในการเป็นผู้รับ

(บทที่ ๒๓/๔๕)

๔๓. ต้องเลือกเอง

คำถาม

หากหวังมรรคผลนิพพานในชาตินี้ควรบวชหรือควรรับราชการต่อเพราะตอนแรกตั้งใจรับใช้ชาติแต่เกรงว่าจะล่าช้าเกินการปฏิบัติธรรมมากกว่าจะมุ่งมั่นปฏิบัติจริงจัง

คำตอบ

หวังมรรคผลนิพพาน แสดงว่าคุณเป็นผู้มีสัมมาทิฐิ เมื่อใจตั้งเป้าหมายไว้ที่มรรคผลนิพพาน แล้วต้องทำให้ถูกต้อง คือ ปฏิบัติทาน ศีล ภาวนา จนกระทั่งเหตุปัจจัยลงตัวแล้ว มรรคผลนิพพานก็จะปรากฏเป็นจริงแก่คุณได้

ส่วนจะบวชหรือรับราชการผู้ถามปัญหาต้องเลือกเอง เพราะชีวิตเป็นของคุณ

สุกรีก... ปราชญ์และบัณฑิตที่แท้จริง
ต้องสะอาดทั้งต่อหน้าและลับหลัง
ปราชญ์และบัณฑิต ย่อมมีพื้นฐาน
จากการเป็นนักฟังที่ดี

(บทที่ ๑๙/๔๑)

๔๔. ทำบุญให้มากกว่าทำบาป

คำถาม

การทำความสะดวกสบาย บ้าน สวน ซึ่งมีสัตว์แมลงมดอยู่ จะเป็นบาปไหมและควรปฏิบัติอย่างไร

คำตอบ

ถ้าไม่มีเจตนาฆ่าหรือทำร้ายชีวิตอื่นก็ไม่ผิดศีลข้อ ปาณาติบาตเป็นเพียงบาปเล็กน้อยที่ทำให้สัตว์เหล่านั้นเดือดร้อน ควรทำบุญอยู่เสมอแล้วอุทิศบุญให้กับสัตว์ที่เดือดร้อนเพราะคุณ ชีวิตก็ยังสามารถอยู่ได้อย่างปกติ

๔๕. สัญญาในดวงจิต

คำถาม

ความฝันเกี่ยวกับจิตอย่างไร

คำตอบ

สิ่งกระทบภายนอกเข้าสัมผัสจิต แล้วจิตเก็บสิ่ง กระทบเหล่านี้ไว้เป็นความจำ (สัญญา) เหมือนนอนหลับแต่หลับ ไม่สนิท แล้วจิตหวนระลึกถึงสัญญาเก่าที่จิตเก็บสิ่งสมไว้จึง แสดงออกให้จิตได้รับรู้ในรูปของความฝันนั้นแหละ

๔๖. จริงหรือไม่

คำถาม

จริงหรือไม่เมื่อฝึกจิตจนมีกำลัง เมื่อร่างกายสูญสิ้น จิตมีแรงเหวี่ยงก็จะหลุดพ้น

คำตอบ

ไม่จริง トラบใดที่กิเลสยังมีอยู่ในใจ ต่อให้มีแรงเหวี่ยงมากแค่ไหน ยังไม่สามารถทำให้จิตหลุดพ้น (นิพพาน) ตามแนวของพระพุทธะได้หรอก แท้จริงแล้วจิตสังสมแรงกรรมและแรงกรรมนี้แหละพาจิตไปเข้าร่างใหม่ เกิดเป็นสัตว์ในภพต่าง ๆ ในสังสารวัฏ หรือสังสมแรงกรรมได้ถูกต้องก็สามารถหลุดพ้นจากสังสารวัฏ (ไร้รูปไร้นาม) ได้

ดูกรัก... อย่าปล่อยให้ดินพอกหางหมูแม้แต่บัดเดียว

วันข้างหน้าจะกลายเป็นภูเขา

ความเลวของตนถ้าไม่รีบกำจัดให้เจ็บบขาด

วันข้างหน้าก็จะกลายเป็นความชั่ว

(บทที่ ๒๕/๔๗)

๔๗. เมื่อกรรมดีให้ผล

คำถาม

จิตก่อนตายถ้าเราปฏิบัติดีมีทัศนคติที่ดี ในปัจจุบันเกิดการสั่งสมก่อนตายสิ่งที่ดีเราจะคิด ๆ จิตมีเข็มทิศนำไปในภพภูมิดีใช่ไหมค่ะ

คำตอบ

ปกติแล้วจิตมนุษย์มีทั้งกรรมดีและกรรมไม่ดีสั่งสมอยู่ในดวงจิต ทำกรรมดีอยู่เสมอ ทำกรรมดีให้ยิ่งใหญ่ ก่อนตายโอกาสของจิตระลึกถึงกรรมดีมีมาก หากจิตหลุดจากร่างในขณะที่ระลึกถึงกรรมดี จิตจะโคจรไปเข้าอยู่อาศัยในร่างใหม่ในภพที่ดี เกิดเป็นมนุษย์ เทวดา หรือพรหม อย่างไม่ค่อยหนึ่งตามประเภทของกรรมดีที่ทำไว้

๔๘. มายาของจิต

คำถาม

เวลาเพ่งในอากาศเห็นละอองสีเทา ๆ คืออะไร

คำตอบ

ภาพมายาของจิต หากไม่สามารถทำให้ภาพนี้หายไป วิปัสสนาญาณจะไม่เกิดขึ้น

๔๙. ไม่ได้ถาม

คำถาม

เวลานอนเห็นละอองสั้ม ๆ หรือผิวกายรู้สึกเหมือนมีอะไรอยู่รอบ ๆ คล้ายไฟช็อต

คำตอบ

เป็นเพียงการบอกเล่า ไม่ได้ถาม จึงไม่ต้องตอบ

๕๐. เริ่มนับจากไหน

คำถาม

การที่ท่านอาจารย์ได้ชี้แจงบรรยายไว้ว่า ตั้งแต่เราจะเกิดมาต้องฟัง ครรภ์แม่อยู่เป็นเวลา ๑๐ เดือน ขอเรียนถามท่านอาจารย์ช่วยขยายความด้วย เพราะในทางวิทยาศาสตร์ตั้งแต่เรียนมาก็ถือว่า ๙ เดือน

คำตอบ

นับแต่เริ่มมีการพัฒนาเป็นเซลล์ไข่ จนกระทั่งคลอดออกมาเป็นทารก รวมประมาณ ๑๐ เดือน บวกลบเล็กน้อยตามการผันแปรของร่างกายผู้เป็นแม่

๕๑. ไมใช่

คำถาม

คนที่ตายเร็วเพราะใช้กรรมหมดแล้วใช่ไหม

คำตอบ

ไม่ใช่ ตราบใดที่สัตว์ยังต้องเวียนตาย เวียนเกิดอยู่ในวัฏสงสาร จิตยังมีกรรมดี กรรมชั่วสั่งสมอยู่ ยังไม่หมดกรรม

๕๒. เป็นบุญหรือบาป

คำถาม

นำสัตว์มาเลี้ยงแต่ขังใส่กรงไว้ จะเป็นบุญหรือบาป

คำตอบ

ได้บุญที่ได้เลี้ยงสัตว์ ได้บาปที่กักขังสัตว์ ดังนั้นกรรมที่ทำนี้จึงได้ทั้งบุญได้ทั้งบาป

สุภวัฏ... คนฉลาดใช้กิเลส คนโง่โดนกิเลสใช้

(บทที่ ๖๙/๒๓๑)

๕๕. กลุ้ม-เครียด

คำถาม

ทุกวันนี้ประชาชนมีความทุกข์มากเกี่ยวกับภัยวิบัติ เช่น น้ำท่วม โรคภัยไข้เจ็บ ทำมาค้าขายก็ซบหน้าไม่ถึงหลัง คิดแล้ว กลุ้มคิดแล้วเครียด เครียดมากก็ปวดท้อง จะทำยังไงดี

คำตอบ

ง่ายนิดเดียว เมื่อคิดแล้วกลุ้ม คิดแล้วเครียดก็เลิกคิด ลีคุณ จะได้ไม่ต้องกลุ้ม ไม่ต้องเครียด ไม่เปลืองกายเปลืองใจ แค่ปฏิบัติสมถกรรมฐาน จนจิตบรรลुความเป็นฌานได้ ปัญหาที่คุณแบกไว้ก็จะหมดไปชั่วคราว แต่หากทำวิปัสสนาจนได้ดวงตาเห็นธรรม ปัญหาก็จะหมดไปจริงแท้แน่นอน

ดูกรี้ก... คนที่ศรัทธา

๑. บิดามารดา ๒. พระมหากษัตริย์

๓. พระพุทธเจ้า สัตว์และผู้สืบทอดศาสนา

และที่สำคัญ คือบูชาพระธรรมที่อยู่ในหัวใจเรา

หาเพชรในตมเราให้เจอ จะได้ไม่ต้องไปค้นหาที่ไหนอีก

(บทที่ ๒๔/๕๖)

๕๖. ศิลไม้ครบ

คำถาม

ที่ว่าศิลปะ ๕ เป็นคุณสมบัติของมนุษย์และเป็นกุศลเหตุที่ทำให้ได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก ขอเรียนถามว่าหากรักษาศิล ๕ ได้เพียงบางข้อจะได้เกิดในสุคติภูมิคือมนุษย์และเทวดาได้หรือไม่

คำตอบ

ถ้าใจมีศิลปะสั่งสมเพียงอย่างเดียว ไปเกิดเป็นเทวดานางฟ้าไม่ได้ แล้วยังมีศิลปะไม้ครบ ๕ ข้อ จิตจะหวั่นไหว จิตขาดสติ เมื่อจิตหลุดจากร่าง จะโคจรไปหาร่างใหม่เข้าอยู่อาศัย แต่เป็นร่างของสัตว์ในอบายภูมิ เกิดเป็นมนุษย์ทั้งที เอาดีไม่ได้ ตายแล้วต้องไปเกิดในภพที่ต่ำกว่ามนุษย์

ลูกรัก... วิถีแห่งพุทธะ ไม่ใช่ให้เราเปลี่ยนทุกข์
แต่ให้เราแก้ทุกข์ วิถีคือ หยศการตามติดอารมณ์ที่ผ่านไ
แต่อย่าให้กลับมาสู่ตัวเรา

(บทที่ ๒๖/๔๘)

๕๗. มียูก่อนแล้ว

คำถาม

ที่ว่าผู้ที่เกิดในสวรรค์ได้จะต้องสมบุญด้วยทาน และศีลนั้นแต่ในธรรมบทภาคหนึ่งเรื่องมัญญกุณลีเทพบุตร เพียงมีจิตเลื่อมในพระพุทธเจ้าก่อนดับจิตไม่กี่นาทีก็ไปเกิดในสวรรค์ได้ จึงขอเรียนถามว่า ถ้าไม่ได้ให้ทานและรักษาศีลก็เข้าถึงสวรรค์ได้ตามพุทธภาษิตว่า มโนปุพพัง ขมาธัมมา...ซึ่งแปลว่า ธรรมทั้งหลายมีใจเป็นใหญ่ ถ้าใจดีก็ทำดีได้ผลดี ถ้าใจชั่วก็ทำชั่วพูดชั่วย่อมได้รับผลเป็นทุกข์ จึงขอความกรุณาอธิบายด้วย

คำตอบ

“มโนปุพพัง คมา ธมฺมา มโน เสฏฺฐา มโน มยา” มีความหมายในทำนองที่ว่า

จิตเป็นรากฐานของสิ่งทั้งหลาย จิตประเสริฐกว่าสิ่งทั้งหลาย สิ่งทั้งหลายสำเร็จด้วยจิต

ที่ว่าสำเร็จด้วยจิต มีทั้งสำเร็จดีและสำเร็จไม่ดี ไม่ให้ทานไม่รักษาศีล อานิสงส์แห่งทานและศีลจะไม่มีอยู่ในจิตของผู้นั้น ตรงกันข้ามการให้ทาน การรักษาศีล เป็นคุณสมบัติที่มีอยู่ในใจของชาวฟ้าชาวสวรรค์ ผู้ที่มีจิตเลื่อมใสในพระพุทธเจ้าผู้นั้นต้องมีทาน มีศีล อยู่ในจิตใจเป็นทุนเดิมอยู่แล้ว แต่ชาติปางก่อน ความเลื่อมใสในพระพุทธจึงเกิดขึ้น อย่างนี้เมื่อจิตหลุดจากร่างแล้วโอกาสไปเกิดในภพสวรรค์จึงมีได้เป็นได้

๕๘. รู้ได้ด้วยตัวเอง

คำถาม

การเข้าฌานจะรู้ได้อย่างไรว่า ขณะได้อยู่ในฌาน ๑ หรือ ๒ หรือ ๓ หรือ ๔ แล้วต้องมีการถอยฌานหรือไม่

คำตอบ

เรื่องนี้ผู้ใดเจริญสมถกรรมฐานจนจิตเข้าถึงความเป็นฌานได้ จะรู้เห็นเข้าใจได้ด้วยตนเอง (สนทวิภูฏิกโก) โดยไม่ต้องมีใครบอกเล่าให้ฟัง หากปรารถนาให้จิตเกิดปัญญาเห็นแจ้ง ต้องถอยจิตออกมาจากฌาน มาตั้งมั่นอยู่ในระดับอุปปจารสมาธิ แล้วต่อด้วยการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน โอกาสเกิดปัญญาเห็นแจ้งจึงจะเกิดขึ้นได้

ลูกรัก... คนเรียนไม่ใช่คนรู้ คนรู้ก็ไม่ใช่ได้มาจากการเรียน
แต่ได้มาจากการฝึกหัด ปฏิบัติตน รู้จริงทำได้เอาผู้มีโทษ
รู้จำทำไม่ได้ไม่มีประโยชน์
รู้จริงไม่ต้องจำ ทำได้มีประโยชน์
รู้จริงถึงทำไม่ได้ก็ไม่เป็นโทษ

(บทที่ ๒๙/๕๑)

๕๙. ได้ แต่ได้ต่างกัน

คำถาม

ในการสวดมนต์บางครั้งไม่มีสมาธิบางครั้งมีสมาธิอยู่กับการสวดมนต์ การสวดมนต์ที่บางครั้งไม่มีสมาธิกับบทสวดคือใจไม่ได้จดจ่อ จะได้รับกุศลจากการสวดมนต์หรือไม่

คำตอบ

ได้แต่ได้ต่างกัน การสวดมนต์ด้วยมีจิตจดจ่อได้อานิสงส์มากกว่า การสวดมนต์ที่ไม่มีจิตจดจ่อ

๖๐. เพียงแค่บอกเล่า

คำถาม

ถ้าเรากลัวหรือรังเกียจสัตว์อย่างมาก ๆ เห็นภาพหรือเห็นจากทีวี ก็จะเก็บไปฝันร้ายผูกเป็นเรื่องราวทุกครั้ง

คำตอบ

เพียงแต่บอกเล่าไปไม่ได้ถามจึงไม่ตอบ

๖๑. ยิ่งให้ยิ่งมีมาก

คำถาม

เคยได้ยินเรื่องการเบิกรับบุญจากสวรรค์จากหลวงพ่อกษม อาจิณฺณสิโล บุญที่สะสมไว้มาให้แก่เทวดาหรือผู้ที่เราต้องการให้ ขอลถาม การแบ่งบุญจะทำให้บุญของเราลดน้อยถอยลงหรือไม่ (คือเราต้องหมั่นภาวนาเพื่อเพิ่มบุญหรือไม่ เราแบ่งบุญเราจะ ระบุคร่าว ๆ ว่าให้ผู้ใดบ้าง การระบุกับไม่ระบุจะมีผลต่างกัน หรือไม่ต่อผู้ให้และผู้รับ การแบ่งบุญ ถ้าทำบ่อย ๆ เกินไปจะ ถือว่ารบกวนการภาวนาทำให้เวลาในการภาวนาของเราลดลง ถือว่าเป็นหรือไม่

คำตอบ

ยิ่งให้ยิ่งมีมากเมื่อมีบุญแล้วอุทิศให้คนอื่นได้ (ดูบุญ กิริยาวัตถุ ๑๐ หน้า ๑๘) การปฏิบัติจิตตภาวนาได้บุญสูงสุด เพราะทำให้ถึงพระนิพพานได้

อุทิศบุญให้ใครก็ได้ หากระบุชื่อผู้มารับบุญ ผู้ไม่ถูก ระบุไม่มีสิทธิ์รับการอุทิศ หากไม่ระบุเมื่ออุทิศบุญแล้วทุกคนมี สิทธิ์มารับได้ ผู้มีเมตตาไม่มีประมาณอุทิศบุญให้กับสรรพสัตว์ ที่ยังเวียนตาย เวียนเกิด อยู่ในวัฏสงสาร ผู้มีเมตตาจำกัด อุทิศ บุญเฉพาะเจาะจงและควรอุทิศหลังจากทำจิตตภาวนาเสร็จแล้ว

๖๒. ตั้ววงจรกรรม

คำถาม

ผู้พิพากษา สั่งประหารชีวิตนักโทษผิดไหมครับ

คำตอบ

ผิดเพราะไปตัดวงจรกรรมที่ผูกกันไว้ระหว่างใจทัก
และจำเลย ด้วยการใช้กฎหมายเป็นเครื่องมือตัดสิน ด้วยเหตุ
นี้แหละผูกบักกะ (พระเตมีย์) จึงอธิษฐานเป็นใบ้ เพราะไม่
อยากเป็นพระเจ้ากรุงพาราณสีต่อจากพระบิดา ซึ่งอดีตเคย
เป็นพระราชแล้วไปตัดสินโทษประหารชีวิตโจร จึงต้องทำให้
ตัวเองไปเกิดเป็นสัตว์นรกยาวนาน

ดูกรัก... นักปฏิบัติจะต้องเรียนรู้ได้ทุกสถานที
โดยไม่มีควมรู้สึกอ่า ที่นั่นเหมาะสำหรับเรา
หรือที่นั่นไม่เหมาะสำหรับเรา

พระคือ ผู้ทำลาย ความเป็นมาของประชาชาติ และสัตว์โลก

(บทที่ ๓๑/๕๓)

๖๓. รุกขเทวา

คำถาม

ต้นไม้สูงเท่าใดมีเทวดาอาศัยอยู่ เวลาตัดต้องขอมาไหม

คำตอบ

จากประสบการณ์พบว่ารุกขเทวาอาศัยอยู่กับต้นไม้มี
แก่นสูงเกินศึรชะ ดังนั้นก่อนตัดต้นไม้ควรบอกเขาล่วงหน้าให้
ย้ายวิมานไปไว้ที่ต้นไม้ต้นอื่นเสียก่อน การเบียดเบียนถึงขั้นที่
เป็นโทษจะได้ไม่เกิดขึ้น

๖๔. เป็นไปได้

คำถาม

ในการนั่งวิปัสสนาถ้าไม่มีคนคอยคุมจะทำให้เสียสติได้
ใช่ไหม

คำตอบ

เป็นไปได้ หากไม่มีครูผู้รู้ชี้แนะวิธีแก้ปัญหาที่ทำให้เกิด
จิตหลอนเกิดปรุงแต่งอารมณ์ติดลบแล้วแก้ไขด้วยตัวเองไม่ได้

๖๕. อย่างเดียวกัน

คำถาม

สันตฺฐจฺฉิธรรมแปลว่าอะไร

คำตอบ

สันตฺฐจฺฉิ หมายถึงความพอใจเท่าที่เป็นอยู่ เท่าที่มีอยู่ หรือหมายถึง สันโดษ ซึ่งมีความหมายอย่างเดียวกัน

๖๖. วิธีแก้ง่วง

คำถาม

เวลาง่วงชอบง่วงอย่างรุนแรงทำอย่างไรให้หายง่วง

คำตอบ

อาการง่วง แก้ได้หลายวิธี เช่น อาบน้ำเย็นใช้น้ำเย็นราดรดตั้งแต่ศีรษะจรดปลายเท้า หายใจเข้าลึก ๆ แล้วค่อยปล่อยออกยาว ๆ สัก ๒๐ ครั้ง แหงนดูฟ้า เหลียวซ้าย เหลียวขวาหรือสุดท้าย ล้มตัวลงนอนให้หลับสนิทก็แก้ง่วงได้

๖๗. ฝึกได้ที่ไหน

คำถาม

อยากฝึกวิปัสสนาแต่ไม่รู้ไปหาอาจารย์ที่ไหน โดยเฉพาะเป็นผู้หญิง

คำตอบ

ไปสมัครเข้ารับการฝึกที่ยุวพุทธฯ ที่สำนักฝึกของคุณแม่สิริหรือที่นิโรธาราม จ.เชียงใหม่ ฯลฯ

๖๘. บรรณาคความไร้อารมณ์

คำถาม

ทำอะไรจิตจึงปราศจากอารมณ์ หรือให้เบาบางลงได้

คำตอบ

ต้องพัฒนาจิตจนเกิดปัญญาเห็นแจ้ง แล้วใช้ปัญญาเห็นแจ้งส่องนำทางชีวิต ก็จะประสบความสำเร็จ ไร้อารมณ์ดัง บรรณาค

หรือหากปฏิบัติสมถภาวนา จนจิตเข้าถึงความเป็นฌานได้ก็จะทำให้มีอารมณ์ลดน้อยลงได้

๖๙. ผีกับคนอยู่ด้วยกันได้

คำถาม

ผีที่เราอาจบังเอิญเจอ ทั้งในสมาธิเห็นตาเนื้อ ทำอันตรายเราได้หรือเปล่า

คำตอบ

ไม่มีใครทำร้ายคุณ ได้มากเท่ากับจิตใจของคุณ ทำร้ายตัวคุณเองหรืออกครับ ผีก็อยู่ส่วนผี คนก็อยู่ส่วนคน ต่างมิติกัน แต่ต้องอยู่อย่างพึ่งพาอาศัยไม่เบียดเบียนกันแล้วจะมีชีวิตเป็นปกติสุข ตามอัธยาศัยของผี ตามอัธยาศัยของคนนั้นแหละ

๗๐. แก้วดวงชะตา

คำถาม

คนเราสามารถแก้ไขชะตากรรมได้หรือไม่

คำตอบ

แก้ได้แน่นอน ลองไปอ่านหนังสือเรื่องวิธีอยู่เหนือดวงที่ชมรมกัลยาณธรรม ได้จัดพิมพ์ขึ้นเผยแพร่ เมื่อทำได้ตามคำแนะนำ ชะตาชีวิตดีได้แน่นอน

๗๑. ออยากเจอผี

คำถาม

หากเราอยากเจอ ผี หรือวิญญาณ เราต้องทำอะไร
เพราะในบางครั้งดูรายการทีวีเราเห็นคนไปลองของตามบ้านร้าง
ในกรณีนั้นใช้วิธีพบเจอวิญญาณไหม

คำตอบ

ง่ายนิดเดียว อุทิศบุญให้ผี ด้วยการกล่าวคำว่า “ขอให้
ท่านจงเป็นสุข อย่าได้เบียดเบียนกันและกันเลย” แล้วอธิษฐาน
ขอพบผี วิธีการที่บอกเล่าไป เป็นหนึ่งในหลายวิธีที่จะสัมผัสกับ
รูปนาม ที่อยู่คนละมิติกับมนุษย์

ดูกรัก... เราเพลนไปในสุขเวทนา ด้วยควมรู้สึทของ ราคะ
เราเพลนไปในทุกขเวทนา ด้วยควมรู้สึทของ โทสะ
เราเพลนไปในโทมน์สฺสเวทนา ด้วยควมรู้สึทของ โมหะ

(บทที่ ๖๘/๒๓๐)

๗๒. วันนี้ก็มาค่ะ

คำถาม

แม่หนูอายุ ๗๐ กว่า วันนี้ก็มาค่ะช่วยหนูบอกให้ท่านสบายใจทำให้ได้เรื่องการเกลียดชัง แม่หนูเกลียดใครแล้วฝังใจมากเรียกว่าเกลียดเข้าไส้ตายไม่ต้องมาเจอกันเลย แต่แม่หนูใจดีไม่เอาเปรียบใครใฝ่ธรรมะ

คำตอบ

การเกลียดชังเป็นอธรรม หากมีใจดีแล้วเขาไม่ชอบจนไม่อยากพบอยากเห็นคนอื่นหรือ

๗๓. นิพพานแล้วไปไหน

คำถาม

พระพุทธเจ้าปรินิพพานแล้วไปไหน

คำตอบ

ไม่ทราบเพราะไม่มีประสบการณ์

๗๔. มีบุญจึงบรรลุธรรม

คำถาม

คนที่บรรลุถึงธรรมได้ จะต้องเกี่ยวกับบุญด้วยหรือไม่

คำตอบ

ต้องมีบุญถึงระดับหนึ่ง การบรรลุธรรมจึงจะเกิดขึ้น

๗๕. ผันไม่ตี

คำถาม

ในขณะที่นอนหลับและเกิดฝัน เป็นฝันที่ไม่ดี สลด หดหู่ มีด บางครั้งก็รู้สึกน่ากลัว จะทำอย่างไรให้รู้สึกตัว ออกจากความฝันได้

คำตอบ

เรียกสติกลับคืนมา ด้วยการคิดพูดทำอยู่กับปัจจุบัน จนกระทั่งมีกำลังสติกล้าแข็ง เมื่อใดทำได้อย่างที่แนะนำ นอนหลับแล้วจะไม่ฝัน จิตจึงจะปลดทิ้งความฝันที่ไม่ดีนั้นได้

๓๖. อยู่กับอดีต หรืออยู่กับปัจจุบัน

คำถาม

ทำไมเวลาทำบุญแล้วต้องนึกถึงเจ้ากรรมนายเวร (ซึ่ง
เป็นอดีต) นึกแล้วชีวิตไม่ดีขึ้น แต่พอไม่นึกแล้วดีขึ้น เพราะ
นึกถึงพระรัตนตรัย

คำตอบ

เป็นเรื่องธรรมดา เมื่อใดที่จิตระลึกถึงแต่เรื่องดี ชีวิต
ดีแน่นอน เมื่อใดที่จิตระลึกถึงเรื่องไม่ดี ชีวิตหดหู่เศร้าหมองทำบุญ
มาก ๆ ฝึกจิตตภาวนาให้มาก ชีวิตดีได้แน่นอน

๓๗. เรื่องมันยาว

คำถาม

อธิบายวิธีปฏิบัติวิปัสสนาการกำหนดจิตพิจารณา เริ่ม
พิจารณาได้เมื่อไหร่และพิจารณาอย่างไร

คำตอบ

เรื่องยาวต้องขอภัยที่ไม่ตอบตามที่ประสงค์อยากรู้
แต่ถ้าจะให้รู้แจ้งด้วยตนเอง ต้องนำตัวเองเข้าฝึกกับสำนักที่
ฝึกสอนกรรมฐานนั้นแหละรู้จริง เข้าถึงความจริง และมีความ
จริงอยู่ในใจได้

๗๘. อุปสรรคไม่มี บารมีไม่เกิด

คำถาม

พอไปปฏิบัติธรรมที่วัดแต่พอกลับบ้านเหมือนโดนทดสอบทำให้ของขึ้นอีก (โกรธอีก) ทำอย่างไรถึงไม่ยอมให้โดนทดสอบ รู้สึกเหนื่อย ท้อแท้กับการทดสอบ

คำตอบ

เรียนหนังสือแล้วไม่เข้าสอบ ก็ไม่รู้ว่ามีความรู้มากน้อยแค่ไหนเช่นเดียวกัน ปฏิบัติธรรมแล้วไม่ยอมรับการทดสอบ ก็ไม่รู้ว่าตัวเองมีบารมีธรรมมากน้อยแค่ไหน ผู้รู้กล่าวว่า “อุปสรรคบ่มี บารมีบ่เกิด” ผู้ตอบปัญหายังยอมรับการถูกทดสอบด้วยการตอบปัญหา ที่ส่งเข้ามาอย่างต่อเนื่อง ยาวนานไม่มีจิตคิดท้อแท้ทอดย เหตุเพราะรู้ว่าเมื่อโอกาสทองของชีวิตเปิดให้ทำความดี ไม่ทำตอนนี้แล้วจะไปทำตอนไหน (สาธุ)

ลูกรัก... เจ้าจงอย่าเรียนเพียงแต่สะกดอารมณ์

และสยปพฤติกกรรม

เพราะนั่นไม่ใช่การกระทำของผู้ฉลาดเลย

(บทที่ ๓๓/๕๕)

๗๙. ทำในสิ่งที่เป็นไปไม่ได้

คำถาม

รู้สึกทำอะไรก็แล้วแต่ มีความรู้สึกจะทำอะไรไม่ถูกใจ
คนอื่นตลอด ทำอย่างไรถึงจะทำอะไรที่มันถูกบ้าง

คำตอบ

เป็นเรื่องธรรมดาเพราะคนมีจริตไม่เหมือนกัน จะทำ
อะไร ๆ ให้ถูกใจใครหรือไม่ ไม่ใช่เรื่องสำคัญ ที่สำคัญอยู่ที่ว่า
คิดพูดทำแล้ว ต้องถูกต้องตามธรรมนั้นแหละประเสริฐที่สุด

๘๐. มักจะมี

คำถาม

เมื่อทำบุญใหญ่ เช่น ถวายพระพุทธรูปหล่อพระถวาย
วัด มักจะมีมัจจุเข้ามาในห้องพระทุกครั้งเป็นเพราะเหตุใด

คำตอบ

คำว่า “มักจะมี” แสดงว่าบางครั้งมีบางครั้งไม่มี เหตุ
ที่มัจจุเข้ามาในห้องพระ เพราะห้องพระมีช่องทางให้มัจจุ
เข้ามาได้ จริงไหม

๘๑. ง่ายนิดเดียว

คำถาม

ฉิตยาฆ่าแมลงสาบ แต่ใจไม่อยากจะทำ กลัวบาป ถ้าไม่ทำก็จะเป็นอันตรายเพราะเชื้อโรค จะทำอย่างไรคะ

คำตอบ

เอาอย่างคนโบราณสิคุณ เขาก็กลัวบาปเหมือนคุณนั่นแหละเขาไม่ฆ่าแมลงสาบแต่เขาไล่แมลงสาบให้จากไป ด้วยการใช้พืชมผสมกับผงการบูน บรรจุงูงผ้าแล้วห้อยไว้ในตู้เสื้อผ้า ตู้เก็บด้วยช้อนจานขามฯลฯ แมลงสาบไม่ชอบกลิ่นของสารเคมีเขาก็หนีไปเอง

ลูกรัก... ถึงเจ้าลูกเพียรพยายาม บดก หลอดก คนอื่นอื่น ว่า
เจ้ามีดี เต็ม ตั้ง อยู่นั้น อยู่นี้
เจ้าคงจะไม่หน้าด้านพอ ที่จะหลอดกตัวเอง หลอดกนะ

(บทที่ ๓๘/๖๐)

๘๒. เป็นเรื่องปกติธรรมดา

คำถาม

พระพุทธเจ้าบอกว่ามีจักรวาลแสนโกศจักรวาล แสดงว่าวิญญานจากจักรวาลต่าง ๆ สามารถจะไปเกิดในจักรวาลอื่นๆ ได้ไหมครับ

คำตอบ

จิตเป็นพลังงานที่เคลื่อนที่เร็วสุด ด้วยเหตุนี้จิตวิญญานจากที่แห่งหนึ่ง ก็สามารถเคลื่อนไปอยู่ในที่อื่นที่ห่างไกลได้ เป็นเรื่องปกติธรรมดาของพลังงานนั่นเอง

๘๓. ปฏิบัติธรรมได้

คำถาม

สัตว์โลกอื่น ๆ มีโอกาสปฏิบัติธรรมได้ไหม ถ้าไม่ได้จะมีโอกาสได้เกิดเป็นมนุษย์หรือไม่

คำตอบ

มนุษย์ เทวดา และพรหมในชั้นสุทธาวาส มีโอกาสปฏิบัติธรรมได้ เหตุเพราะมีรูปร่างแบบเดียวกับคนนี่แหละ แต่ละเอียด หยาบต่างกัน

๘๔. มนุษย์ต่างดาว

คำถาม

มนุษย์ต่างดาวที่ปรากฏบนโลกนี้ ดร.เทพพนม ถ่ายไว้ รวมทั้งนักวิทยาศาสตร์ถ่ายภาพได้เป็นมนุษย์ต่างดาวจริง ๆ หรือ เป็นมิติหนึ่งที่เกิดบนโลก

คำตอบ

อยากพิสูจน์ว่าเป็นมนุษย์ต่างดาวจริงหรือไม่ ต้องพัฒนาจิตตนเองให้เข้าถึงฌานให้ได้ แล้วโอกาสที่จิตจะไปสัมผัสกับมนุษย์ต่างดาวจึงจะเกิดขึ้นได้ มนุษย์ต่างดาวที่ปรากฏบนพื้นโลกนี้มีได้เป็นได้

๘๕. อนาคตยังมาไม่ถึง

คำถาม

อีก ๑๐ ปี น้ำจะท่วมโลกหรือไม่

คำตอบ

ไม่รู้เพราะเวลานั้นยังมาไม่ถึง ถ้าถึงแล้วคุณก็รู้ได้ด้วยตัวเอง หากยังไม่ถึงขั้นธลโลกไปเสียก่อน

๘๖. สอนตัวเองก่อน

คำถาม

ขอวิธีสอนลูกให้มีความกตัญญู บาบุญคุณโทษลูกได้
เรียนสูง งานการเจริญก้าวหน้า กว่าพ่อแม่จะสอนลูกให้หันมา
ดูพ่อแม่ได้อย่างไรคะ

คำตอบ

พ่อแม่ต้องทำตัวเองให้มีความกตัญญูต่อบุพการีให้ได้
ก่อน ลูกจะเห็นเป็นตัวอย่างว่าทำได้ เขาจึงจะเกิดศรัทธาแล้ว
ทำตาม

ส่วนเรื่องบาบุญคุณโทษของการเรียนสูง และความ
ก้าวหน้าในงานต้องให้ลูกพัฒนาจิตจนเกิดปัญญาเห็นแจ้ง แล้ว
เขาจะรู้เห็นเข้าใจด้วยตัวของเขาเอง ปรับวิถีชีวิตด้วยตัวของ
เขาเองนี่ เป็นวิธีที่ถูกตรงที่สุด

ดูกรัก... รักษาใจได้อย่างเดียว คัดก็ข้อก็รักษาได้
ศีลมีแต่ไฟก็ร้อยข้อ แต่เพราะใจนั้น
กว้างขวางยิ่งกว่าจักรวาล จึงรักษาได้ยากยิ่ง

(บทที่ ๔๓/๖๕)

๘๗. ได้ และดูกรรมฐาน ๔๐

คำถาม

การนั่งสมาธิถ้าใช้วิธีต่าง ๆ ยังไม่สงบ จนกระทั่งใช้วิธีนับเลขไปเรื่อย ๆ โดยไม่ใช่พุทโธจะได้หรือไม่และจำเป็นต้องฝึกกับอาจารย์ต่าง ๆ หรือไม่

คำตอบ

ได้ หรือดูกรรมฐาน ๔๐ หน้า ๓๑ แล้วเลือกปฏิบัติให้ตรงกับจริตของคุณ มรรคผลจะเกิดขึ้นได้ง่าย ที่ถามว่าจำเป็นต้องไปฝึกกับอาจารย์ต่าง ๆ หรือไม่ ตอบว่าในยุคสมัยนี้หากได้ฝึกกับครูผู้มีประสบการณ์ตรงเป็นสิ่งจำเป็น แล้วการปฏิบัติธรรมจะบรรลุความสำเร็จได้ง่าย

ดูกรัก... ดั่งเรือขยะเก่า ไม่เพิ่มขยะใหม่
ทำของดีที่มีอยู่แล้ว ให้แผ่ไกล
ทั้งหมดนี้ คือ หนังสือสำคัญในพระศาสนา

(บทที่ ๔๖/๖๔)

๘๘. พระจริงหรือพระปลอม

คำถาม

การทำบุญกับพระ ในขณะที่ไม่แน่ใจว่าพระจริงหรือพระปลอมจะได้บุญหรือไม่

คำตอบ

ได้ แต่จะได้บุญมากหรือบุญน้อยขึ้นอยู่กับคุณภาพจิตของพระที่มีส่วนร่วมในการทำบุญของคุณ เช่น ทำบุญกับพระอริยบุคคลได้อานิสงส์ของบุญมากกว่าทำบุญกับสมมติสงฆ์

๘๙. ได้บุญมากกว่า

คำถาม

การใส่บาตรเฉพาะเจาะจงพระที่ใส่ทุกวัน (พระขาประจำ ถ้าองค์อื่นมาไม่ใส่) จะผิดหรือถูก

คำตอบ

ใส่บาตรกับพระประจำ ถือเป็นปุคคลิกทาน ได้อานิสงส์น้อยกว่า ใส่บาตรกับหมู่สงฆ์(ไม่เฉพาะเจาะจง) ถือว่าเป็นสังฆทานได้บุญมากกว่า

๙๐. ขอรกัยไมมีความรู้

คำถาม

กัลยาณชนกับจุฬไสดาบัน โดยอรธแล้วเป็นอย่งเดียวกันหรือไม่

คำตอบ

ต้องขอรกัยมิได้ศึกษาปริยติ ไมมีความรู้ขอไม่ตอบ

๙๑. ความกตัญญูสูงสุด

คำถาม

อยากราบการกตัญญูต่อบิดา มารดา ที่ดีและสูงสุด คือการปฏิบัติอย่งไร

คำตอบ

การแสดงความกตัญญูต่อบิดามารดา ดีที่สุดและสูงสุดต้องทำอย่งที่พระพุทโศดมได้ทำให้พุทธรบริษัทู คือ แสดงธรรมสั่งสอนธรรมให้แก่พระบิดา (พระเจ้าสุทโธทนะ) และพระมารดา (พระสิริมหามายาเทพบุตร) จนท่านทั้งสองได้บรรลุเป็นอรินบุคคลได้ นี้เป็นความกตัญญูสูงสุด

๙๒. หนี้กรรมต้องใช้

คำถาม

การที่มีโรคประจำตัวหลายโรคจะปฏิบัติตนอย่างไร
เพื่อแก้กรรม

คำตอบ

กรรมหมายถึงการกระทำ สิ่งทีกระทำไปแล้วแก้ไขไม่ได้
ต้องรับผลที่ทำแล้ว เช่น พระเจ้าสุปปพุทธะ ตั้งโต๊ะเสวยน้ำจิ้ม
(เหล้า) ขวางทางเดินโดยมีเจตนากีดขวางมิให้พระพุทเจ้า
และสาวกออกไปบิณฑบาต ผลกรรมที่พระเจ้าสุปปพุทธะได้รับ
คือ ถูกธรณีสูบลงไปเกิดเป็นสัตว์นรก

ตัวอย่างที่ยกมาสรุปได้ว่าทำกรรมไว้แล้วต้องชดใช้ โรค
ประจำตัวมีต้นเหตุมาจากการเบียดเบียนต้องหยุดพฤติกรรม
เบียดเบียน และรักษาศีล ๕ ให้มีอยู่กับใจทุกขณะตื่น สร้างบุญ
(อุบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ หน้า ๑๘) อยู่เสมอ แล้วอุทิศบุญให้กับ
เจ้ากรรมนายเวร ที่ผู้ถามปัญหาเคยไปเบียดเบียนเขาไว้

.....
ดูกรวิภ... การที่เราทำอะไรเพื่อผู้อื่น มันเป็นความวิเศษสุด
ที่คนทั้งหลายยากที่จะทำมันได้ ทำมันถึง

(บทที่ ๔๘/๗๐)

๙๓. กรรมดีนำไปสู่สุคติ

คำถาม

อธิบาย กุศลกรรมบถ ๑๐ ไปด้วยค่ะ

คำตอบ

กุศลกรรมบถ หมายถึง ทางแห่งการกระทำที่เป็นความดีหรือหมายถึง กรรมดีที่นำไปสู่สุคติมี ๑๐ อย่างคือ เว้นจากการทำลายชีวิต เว้นจากการหยิบฉวยของที่เขามิได้ให้ เว้นประพฤติผิดในกาม เว้นพูดเท็จ เว้นพูดหยาบ เว้นพูดส่อเสียด เว้นพูดเพื่อแฉ้อ โมหะโลกคอยจ้องอยากได้ของเขา ไม่คิดร้าย เบียดเบียนเขาและสุดท้าย ทำให้ให้เห็นถูกต้องตามธรรม

๙๔. ต้องทำบุญใหญ่

คำถาม

ดิฉันเชื่อในเรื่องของเจ้ากรรมนายเวร ทำอย่างไร ปฏิบัติอย่างไรจึงจะขอให้พ้นจากการจองเวรของเจ้ากรรมนายเวร

คำตอบ

ต้องทำบุญใหญ่ด้วยการนำตัวเองเข้าปฏิบัติธรรม แล้วชวนเพื่อนที่ร่วมปฏิบัติธรรม ช่วยกันอุทิศบุญให้กับเจ้ากรรมนายเวรของคุณ โอกาสที่จะพ้นจากการถูกจองเวร จะเป็นไปได้มาก

๙๕. พระโพธิสัตว์

คำถาม

พระโพธิสัตว์ หมายถึง ผู้ที่ปฏิบัติหรือสร้างบารมีถึงระดับไหน

คำตอบ

พระโพธิสัตว์หมายถึง บุคคลที่จะได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า ต้องสร้างและสั่งสมบารมีทั้ง ๑๐ คือ ทาน ศีล เนกขัมมะ ปัญญา วิริยะ ขันติ สัจจะ อธิษฐาน เมตตาและอุเบกขา ตั้งแต่ระดับธรรมดา ระดับกลาง (อุปัชฌาย์) และระดับสูงสุด (ปรมาตถบารมี) ครบ ๓๐ ทศ

๙๖. อยากเห็นอยากคุยกับผี

คำถาม

อยากเห็นอยากคุยกับสัมภเวสีอย่างไร

คำตอบ

ต้องกำจัดความอยากเห็น (ตัณหา) ให้หมดไปจากใจได้ก่อน แล้วเจริญสมถกรรมฐาน จนจิตเข้าถึงฌานได้แล้ว นำจิตออกจากฌานและอธิษฐานให้ได้พบและพูดคุยกับสัมภเวสี โอกาสจึงจะมีได้เป็นได้

๙๗. ไมโกรธไม่แค้น

คำถาม

หากเรามีจิตคิดแค้นผู้ที่ทำให้เราเจ็บแค้น เราจะมีวิธี
แก้ไขอย่างไร ที่จะไม่ต้องทุกข์ทรมานตลอดชีวิต และเวลาเรา
เจอหน้าเขาเราจะทำอย่างไรจึงไม่โกรธ

คำตอบ

ต้องแก้ที่ต้นเหตุคือให้อภัยบ่อย ๆ จนเกิดเป็นเมตตา
ให้ได้ก่อน การมีจิตคิดแค้นก็จะหมดไป เมื่อความมีเมตตาเข้า
มาสิ่งสถิตอยู่ในใจได้แล้ว จะทำให้เป็นคนมีอารมณ์สงบเย็น แล้ว
ใช้ความมีเมตตาเป็นฐานนำสู่การปฏิบัติธรรม จะเกิดปัญญา
เห็นแจ้งได้ไม่ยากนัก ใช้ปัญญาเห็นแจ้งดับอึดตา ด้วยการ
พิจารณาอุปาทานชั้น ๕ ตามกฎไตรลักษณ์ ชั้น ๕ เข้าสู่อนัตตา
อึดตาก็ดับไปเมื่อไม่มีอึดตาดูให้เห็นหน้าเขาหรือหน้าใคร ๆ ก็
จะไม่เกิดความผูกใจเจ็บ หรือคิดแค้นใจใครได้อีกต่อไป

สุกรัก... บางครั้งตัวเองสักปรก
แต่อยากให้คนอื่นมาดูความสะอาดของตน
ทั้งทั้งที่ไม่มีสิ่งอะไรให้เขาดู นี่แหละที่เขาเรียกว่าคน

(บทที่ ๕๑/๗๓)

๙๘. อุทิศบุญให้ผู้ล่วงลับ

คำถาม

ถ้าเรานอนหลับแล้วฝันเห็นญาติที่ล่วงลับไปแล้วแสดงว่าเขายังไม่ไปเกิดใช่ไหมคะ ถ้ายังไม่ไปเกิดเราทำบุญใส่บาตรและกรวดน้ำให้เขาจะได้รับหรือเปล่า

คำตอบ

เขาไปเกิดแล้วจะเกิดอยู่ในภพไหนหรือเกิดเป็นสัมภเวสีเป็นอีกเรื่องหนึ่ง เมื่อเขาไปเกิดแล้ว ผู้อยู่หลังควรทำบุญแล้วอุทิศบุญส่งไปให้ เขาจะได้รับหรือไม่ อยู่ที่ว่าเขามีโอกาสมาอนุโมทนาบุญได้หรือไม่ หากมาอนุโมทนาบุญได้เขาก็ได้บุญที่อุทิศให้

ดูกรวิภิกขุ... สัตว์ธรรมของผู้พยากตี แรก ๆ ก็รักษาอุตุมการณณ์
อยู่มาไม่นาน ก็เป็นอุตุมเกหิน ฉากอุตุมเกหินก็เป็นอุตุมกต
ทำไปทำมาก็เป็นอุตุมหต
แล้ววิภิกขุก็ตบตจากอุตุมการณณ์นั้นนั้นในที่สุด

(บทที่ ๕๐/๗๒)

๙๙. แผ่เมตตาให้เชื้อโรค

คำถาม

อยากเรียนถามว่าทุกวันนี้มีอาการคันเป็นพื้นที่ตัวและหน้าเหมือนเป็นลมพิษทานยาแล้วก็เป็นอีกพอมานปฏิบัติธรรมแล้วแผ่เมตตาด้วยจิตที่มีความเมตตาจริง ๆ อาการคันนั้นก็หายไป และดีขึ้นอยากทราบว่ากรรมเมตตาแล้วแผ่ให้เชื้อโรคที่คันนี้ช่วยได้ไหมคะ

คำตอบ

คนที่เจริญเมตตาอยู่เสมอ เป็นคนที่มีอารมณ์สงบเย็น เหตุเพราะจิตปล่อยวางผัสสะที่เข้ากระทบจิตได้ เมื่อใดที่จิตปล่อยวางได้ พลังงานจิตไม่เข้าไปรบกวนพลังร่างกาย สมดุลในธาตุทั้ง ๔ ของร่างกายจึงเกิดขึ้น ระบบอวัยวะจะทำหน้าที่ได้อย่างถูกต้อง โรคภัยไข้เจ็บจะหมดไปจากร่างกายได้ และเมื่อใดคุณมีเมตตาสถิตอยู่ในใจได้แล้ว คุณสามารถแผ่เมตตาให้กับสิ่งมีชีวิตอื่นรวมถึงเชื้อโรคที่มีรูปร่างได้ทั้งหมด

ลูกรัก... หัวใจสำคัญของนักพัฒนา ลงทำทุกอย่างให้รวดเร็ว

เร่งรีบ รวดเร็ว และต้องรีบปรับด้วย

(บทที่ ๓๙/๑๑)

๑๐๐. ต่างที่ความยาก-ง่าย

คำถาม

อธิบายความหมายของบารมี อุปบารมี ปรมัตถบารมี ๓ ระดับนี้ แตกต่างกันอย่างไรร

คำตอบ

บารมีได้แก่ คุณธรรม ๑๐ อย่าง ที่ระบุไว้ในข้อ ๙๕ หากผู้ใดประพฤติได้แล้ว จะถูกสั่งสมไว้ในจิตใจ เป็นสิ่งที่ถูกสมมติเรียกว่าบารมี แบ่งเป็นสามระดับตามความง่าย ยากของการปฏิบัติ เช่น บริจาควัตถุสิ่งของที่อยู่นอกร่าง เป็นทานบารมีขั้นต้นซึ่งทำได้ง่าย บริจาคเลือด บริจาคอวัยวะ เป็นทานบารมีขั้นกลาง (ทานอุปบารมี) ทำได้ยากกว่า สุดท้ายบริจาคชีวิตเป็นทาน (ทานปรมัตถบารมี) ดังเช่นพระโพธิสัตว์ตอนเสวยพระชาติเป็นกระต่าย ได้กระโดดเข้ากองไฟ อย่างตัวเองให้เป็นทานแก่พราหมณ์ผู้มาขอเนื้อกระต่ายกินเป็นอาหาร นับเป็นทานบารมีขั้นสูงสุดทำได้ยากที่สุด มีพระโพธิสัตว์ผู้ที่จะตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าเท่านั้นที่ทำได้ สรุปแล้วแตกต่างกัน ตามความง่ายยากในการประพฤติปฏิบัติ

สุภวัฏ... การทำดีด้วยหัวใจเอวรี
ตามหน้าที่ที่มี นั่นคือความดีที่ออกอกาใจ

(บทที่ ๕๖/๗๘)

๑๐๑. ทำดีให้แม่ดู

คำถาม

คุณแม่ชอบเล่นการพนัน เช่น ไพ่ หวย ทำให้พักผ่อนน้อย เวลาทำกับข้าวเพื่อขายของทำให้หงุดหงิด อารมณ์ร้อน เป็นผลทำให้คนช่วยงานช่วยได้ไม่นานแต่ดิฉันทำงานแล้วให้เงินท่านใช้ทุกเดือน วันอาทิตย์หยุดอยากจะไปช่วย แต่ก็ขัดแย้งในใจ รู้สึกผิด แต่ก็ไม่ได้ไปจะเป็นครั้งคราว กรณีพิเศษเช่นพาท่านไปเที่ยว จะแก้ไขวิธีคิดอย่างไรคะ

คำตอบ

เหตุเกิดเพราะความเห็นผิด ผู้เป็นแม่ต้องปรับปรุงแก้ไขที่ตัวเอง ก่อนอื่นลูกต้องพัฒนาตัวเองให้ดี ให้แม่ดูเป็นตัวอย่างได้ก่อน หากเมื่อใดแม่เกิดศรัทธาในตัวลูก เมื่อนั้นจึงค่อยแนะนำสั่งสอนแม่ ให้กลับมาเป็นผู้มีความเห็นถูกต้อง

ลูกรัก... ขอได้โปรด อย่่าใช้สมอง ความรู้สึกนึกคิด

ความคาดเดา ความเคยชิน

เป็นเครื่องบ่งบอกถึงความถูกต้องของสามัญสำนึก

(บทที่ ๑๖๓/๔๕๑)

๑๐๒. วิธีแก้ราคจริต

คำถาม

จะตัดราคจริตอย่างไรจึงจะได้ผลคะ

คำตอบ

วิธีตัดราคจริต ทำได้ด้วยการพิจารณาร่างกายให้เห็นตามความเป็นจริงว่า ประกอบขึ้นด้วยสิ่งปฏิภูล หรือพิจารณาร่างกายให้เห็นสภาพที่ไม่งาม เช่น พิจารณาศพ (อสุภกรรมฐาน) ๑๐ อย่าง คือ ศพที่เน่าพอง ศพที่มีสีเขียวคล้ำ ศพที่มีน้ำเหลืองไหลออก ศพที่ขาดกลางตัว ศพที่ถูกสัตว์แทะกิน ศพที่มีมือเท้าคีรีชะขาด ศพที่ถูกหั่นเป็นท่อน ๆ ศพที่มีเลือดไหลอาบ ศพที่มีหนอนไต่ย้วยเหยี้ย และศพที่เหลือแต่โครงกระดูก ต้องดูจากของจริง สัมผัสกับศพจริง ๆ พิจารณาจนเห็นความจริงที่เกิดกับร่างกาย จนกระทั่งจิตปล่อยวางร่างกายได้เมื่อใด ราคจริตก็จะหมดไป

ดูกรัก... องค์คุณมาดั่งไอบวช แต่ไม่ได้ตั้งไอบ่า
การบรรลุนั้นจึงเป็นผลของการตั้งใจทำกรรมดี

(บทที่ ๑๑/๘๓)

๑๐๓. เข้าไม่ถึงปัญญาสูงสุด

คำถาม

ในโลกนี้ทำไมคนนับถือศาสนาพุทธจึงมีน้อยกว่าศาสนาอื่น เพราะอะไรครับ

คำตอบ

พุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งปัญญาสูงสุด เหตุที่มีคนนับถือพุทธศาสนาน้อย เพราะคนส่วนใหญ่เข้าไม่ถึงปัญญาสูงสุด จึงไม่เข้าใจความจริง (เหตุผล) ในระดับสูงสุดได้ ศรัทธาจึงไม่เกิดจึงไม่นำตัวมาเป็นพุทธศาสนิก พุทธศาสนิกจึงมีจำนวนน้อย เป็นธรรมดา

๑๐๔. บอกกับเขาสี

คำถาม

ขณะที่สวดมนต์ตัวจะเบาอยากจะนั่งสมาธิแล้ว แต่เพิ่งเริ่มสวดมนต์ยังไม่เสร็จจะทำอย่างไร

คำตอบ

ไม่เห็นจะยาก บอกกับเขาสี เจ้าตัวตัมหา (อยากนั่งสมาธิ) นั้นแหละ บอกเขาว่า “รอเดี๋ยว ขอให้สวดมนต์ให้เสร็จก่อน”

๑๐๕. ยังเห็นแก่ตัวอยู่หรือ

คำถาม

ขอเรียนถามว่าครูบาอาจารย์หลายท่านสอนว่า ต้องแผ่เมตตาให้ตัวเองเสมอ การแผ่เมตตาให้ตัวเอง ก็คือการทำเพื่อตัวเอง ทำเพื่อประโยชน์ของตัวเองใช่หรือไม่ การทำบุญกุศลการปฏิบัติธรรมเราก็ได้ความสุข ความอึดอ้อมใจอยู่แล้ว อย่างเป็นทางการพระพุทธรูปเจ้าทรงแผ่เมตตาให้ตัวเองหรือเปล่า พระองค์ทรงปฏิบัติเพื่อผู้อื่นโดยตลอดจนได้ชื่อว่าพระองค์คือที่พึ่งของโลกเป็นผู้ให้โดยมิหวังผลตอบแทน

คำตอบ

เมตตาเกิดจากการให้อภัยเป็นทาน สิ่งต่าง ๆ ที่เป็นเหตุให้เกิดความขัดใจ หากผู้ใดให้อภัยได้แล้ว เมตตา ก็จะเกิดขึ้นกับผู้นั้นเป็นอัตโนมัติ จึงไม่จำเป็นต้องแผ่เมตตาให้กับตัวเอง พระพุทธรูปเจ้ามีความเป็นสัพพัญญู คงไม่เห็นผิติดคิดแผ่เมตตาให้กับตัวเองหรอก มีแต่แผ่เมตตาให้กับสรรพสัตว์ ที่ยังต้องเวียนตาย เวียนเกิดอยู่ในวัฏสงสารอย่างไม่มีประมาณ

ดูกรัก... เป็นคนจริง ทำเรื่องจริง ขอพรด้วยความจริง
รู้จริงในสิ่งที่เป็นเรื่องจริง นั้นแหละดีจริง

(บทที่ ๖๓/๘๕)

๑๐๖. อยู่ในจิตเดียวกัน

คำถาม

เมื่อยังเป็นนักเรียนฝึกหัดครู เคยฆ่าปลาโดยจิตคิดว่า
ขอแทนคุณพ่อแม่ด้วยการทำปาณาติบาตเสียเอง (พ่อแม่ขาย
กับข้าวสด) ถ้าว่าบาปนี้ลดลงหรือไม่ (จากการแทนคุณพ่อแม่)

คำตอบ

บุญคือการได้ตอบแทนคุณพ่อแม่ บาปได้จากการทำ
ปาณาติบาตทั้งบุญและบาปเป็นคนละส่วนกัน แต่ถูกเก็บสั่งสม
อยู่ในจิตดวงเดียวกัน บาปไม่มีทางลดลงถ้าไม่มีการชดใช้ แต่
ป้องกันบาปไม่ให้ตามได้ทัน ต้องประพฤตีสິงที่เป็นบ่อเกิดแห่ง
บุญอยู่เสมอ

ดูกรัก... ระเบียบที่นี้ เมือถึงเวลากิน ทำนองกินให้คุ้ม
เมื่อถึงเวลาทำ ทำนองทำทุกอย่างให้ดี
เมื่อถึงเวลาถ่ายปองเสียบ ทำนองถ่ายอย่างหมดจด
เมื่อถึงเวลานอน ทำนองนอนให้เต็มที
เมื่อถึงเวลาตื่น ทำนองตื่น และตื่นจริงจริง

(บทที่ ๖๙/๙๑)

๑๐๗. จิตประภัสสร

คำถาม

ลักษณะของจิตประภัสสรเป็นอย่างไร

คำตอบ

จิตประภัสสรหมายถึง จิตที่บริสุทธิ์ ปราศจากสิ่งเศร้าหมอง (กิเลส) จะเกิดได้ต้องพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งแล้วใช้ปัญญาเห็นแจ้งกำจัดกิเลสที่ผูกมัดใจสัตว์ (สังโยชน์) ให้ต้องเวียนตายเวียนเกิดในวัฏสงสาร เมื่อใดที่กำจัดกิเลสเหล่านั้นให้หมดไปจากใจได้ จิตจะเข้าถึงภาวะที่เรียกว่าประภัสสร

๑๐๘. รู้จริงเป็นไป

คำถาม

ความจริงเป็นสิ่งไม่ตาย แต่คนพูดความจริงมักจะตายก่อน อยากรู้เรียนถามว่าจะทำอย่างไรจึงจะไม่ผิดศีลข้อ ๔

คำตอบ

หากปล่อยชีวิตดำเนินไปตามกระแสโลก ในบางกรณีคนที่พูดความจริงมีโอกาสตายได้ ดั่งมีตัวอย่างให้เห็นอยู่ใน

บางสังคมของมนุษย์ เหตุเป็นเพราะคนรู้ไม่จริงชอบหนีความจริง จึงไม่ยอมให้ใครพูดถึงความจริงที่ตัวเองกระทำไว้ แต่หากนำชีวิตดำเนินไปตามธรรม วงจรกรรมที่มนุษย์ได้ก่อกันไว้ ต้องเป็นไปตามกฎแห่งกรรม คนรู้จริงเขาไม่นำตัวเองเข้าไปข้องเกี่ยว กับวงจรอกุศลกรรมของผู้อื่นและไม่ต้องการให้ละเมียดศีลข้อ ๔ เขาจึงไม่พูดโง่งง

๑๐๙. สังฆทานเป็นอย่างไร

คำถาม

การถวายสังฆทานที่ถูกต้อง มีกุศลมากต้องทำเช่นใด การใส่บาตรพระ ๑ รูป แต่ตั้งใจเป็นสังฆทานได้หรือไม่

คำตอบ

นำอาหารใส่บาตรพระสงฆ์ ๑ รูป ผู้ใส่บาตรตั้งใจให้เป็นสังฆทานนะตั้งได้ แต่จะเป็นสังฆทานหรือไม่ ต้องดูผลที่เกิดจากการนำอาหารที่ใส่ลงในบาตรไปใช้อย่างไร หากพระสงฆ์ที่รับบาตร เมื่อกลับถึงวัดแล้ว นำอาหารไปรวมไว้เป็นส่วนกลางให้คณะสงฆ์นำไปบริโภคใช้สอยได้ อย่างนี้ความตั้งใจให้เป็นสังฆทาน ก็สำเร็จตั้งใจปรารถนา สังฆทานที่มีอานิสงส์มาก ต้องเป็นสังฆทานที่ให้แก่มุ่สงฆ์ผู้ปฏิบัติตรงตามธรรมวินัย มุ่สงฆ์ผู้ปฏิบัติธรรม มุ่สงฆ์ผู้เป็นอริยบุคคล ฯลฯ

๑๑๐. ดิทัังแม่ ดิทัังลูก

คำถาม

หนูได้ปฏิบัติตามคำสอนของอาจารย์มานาน ๑ ปี ใช้ความเพียรปฏิบัติให้สติระลึกรู้ หนูขอความกรุณาจากอาจารย์ตอบปัญหาที่มันติดอยู่ในใจค่ะ คือมีครั้งหนึ่งที่หนูทะเลาะกับแม่แล้วแม่หนูก็เขียนความในใจในกระดาษ ต่อมาแม่ก็ฉีกกระดาษ ๓-๔ แผ่นนั้นทิ้ง ด้วยความบังเอิญหนูได้พบชิ้นส่วนต่าง ๆ นั้นในห้องจึงนำมาประกอบชิ้นส่วน ทำให้หนูน้ำตาคลอที่ทำให้แม่โกรธ โมโห ข้อความในนั้นต่อว่าหนูและสามี บางส่วนคุณแม่ได้เขียนถึงเทวดาว่า “ถ้าหนูประสพกับความไม่ดีก็เป็นเพราะตัวของหนูเอง คุณแม่สอนแล้วแต่หนูไม่รับฟัง ถึงหนูจะไปทำบุญมากเท่าไร ก็ไม่สามารถจุดให้หนูพ้นจากนรกได้หรอก” ตอนอ่านหนูน้ำตาคลอแล้วคุณแม่ก็เข้ามาร้องไห้เอาชิ้นส่วนกระดาษนั้นไปทิ้งเสีย ปัจจุบันหนูกับคุณแม่พูดคุยกันตามปกติ แต่หนูก็ยังรู้สึกติดค้างอยู่ว่าทำให้คุณแม่เครียด หนูควรทำอย่างไรดีคะ หนูเคยเอาดอกไม้ไปกราบขอขมา แต่ท่านบอกว่าให้เอาไปถวายพระ เพราะถ้าท่านรับไว้จะนำไปไหว้พระไม่ได้ ซึ่งตรงกับข้อความในกระดาษนั้นว่าไม่ต้องนำดอกไม้ไปให้ท่าน ท่านไม่รับหรอก และเมื่อวันแม่ที่ผ่านมาหนูนำพวงมาลัยมะลิ และเสื่อวันแม่ไปกราบเท้าท่านใหม่ ท่านรับและให้พรกับหนูว่า

ขอให้เจริญ และชนะทุกสิ่งทุกอย่าง เช่นนี้ การที่แม่หนูฝึก กระตานั้นถือว่าข้อความในกระตานั้นเป็นโมฆะหรือไม่ ถ้า หนูไม่ควรทำอะไร คุณแม่หนูบอกว่าวันนั้นพูดและเขียน เพราะความโกรธ หนูจึงพยายามดูแลเอาใจใส่ท่านให้ดีที่สุดเท่า ที่กำลังความสามารถ กำลังทรัพย์หนูจะทำได้ สวดมนต์ปฏิบัติ ธรรมเดินจงกรม ขอพรให้สิ่งศักดิ์คุ้มครอง ท่านขอให้มีความสุข เข้าใจหนู นอกจากนี้แล้วหนูควรทำเช่นไรช่วยแนะนำด้วยค่ะ

คำตอบ

ดีทั้งแม่ ดีทั้งลูก คนที่รู้ตัวเองว่าทำผิด แล้วระลึกได้ ว่าได้กระทำผิด นั้นแหละคนดี กรรมที่ได้กระทำจนสำเร็จแล้ว ไม่มีโมฆะ ผลย่อมเกิดตามมาภายหลังแน่นอน ส่วนจะเกิด เมื่อไรนั้นเป็นอีกเรื่องหนึ่ง

แม่ให้พรลูกเป็นสิ่งดี และจะให้ดียิ่งขึ้นต้องเอาพรที่แม่ ให้ มาทำให้เกิดเป็นจริงขึ้นกับตัวหนู คือ “เจริญ” และ “ชนะ ทุกสิ่ง” และจะให้ดีที่สุดต้องพัฒนาจิตตัวเองให้เจริญในธรรม และชนะกิเลสทั้งปวงที่ครอบงำจิต ทั้งหมดที่แนะนำจะเกิดขึ้นได้ ต้องมีความกตัญญูทุกเวทิต่อบุพการี ด้วยการประพฤติ จริยธรรมของการเป็นลูกที่ดีให้ครบถ้วนสมบูรณ์ และจะเป็น ความกตัญญูสูงสุด ถ้าหนูทำให้แม่มีดวงตาเห็นธรรมเป็นอริย บุคคลได้ นั้นแหละ สุดยอดของความกตัญญูเลยแหละ

๑๑๑. ฉลาดแกมโกง

คำถาม

คนที่ฉลาดแกมโกงถือเป็นคนที่มีปัญญาบารมีไหมคะ ถ้าเราต้องทำงานกับคนลักษณะเช่นนี้ นอกจากดูเขาเป็นครูของเรา เราควรทำตัวเป็นกระจกส่องให้เขาดูหรือไม่อย่างไร ช่วยแนะนำด้วยค่ะ

คำตอบ

คนฉลาดแกมโกง เป็นคนมีปัญหาโอคิวและมีความเห็นแก่ตัว (อัตตา) ถ้าฉลาดแกมโกงมาก ต้องเป็นคนมีโอคิวสูงมาก และมีความเห็นแก่ตัวมาก คนพวกนี้ไม่จัดว่ามีปัญญาบารมี คำว่าบารมีหมายถึงคุณธรรมความดีที่บำเพ็ญอย่างเข้มข้น ปัญญาที่เป็นคุณในทางธรรม ได้แก่ปัญญาเห็นแจ้ง (โลกุตระปัญญา) เกิดในดวงจิตของผู้ปฏิบัติจิตตภาวนา ปัญญาประเภทนี้จะถูกเก็บสั่งสมเป็นปัญญาบารมี ผู้ใดทำให้เกิดมีขึ้นในจิตใจตนเองได้แล้ว มีอานิสงส์เป็นความฉลาดทั้งในทางโลกและทางธรรม ปราศจากความเห็นแก่ตัว จึงไม่โกง คุณต้องทำให้เขาดูเป็นตัวอย่าง

สุภวัฏ... องค์อโศกผู้เลี้ยงดองว่า ตักเตือน

เป็นเสขีเลี้ยงเพลงแห่งความสุข ปลุกตื่น

(บทที่ ๖๘/๙๐)

๑๑๒. เป็นได้จริง

คำถาม

การอธิษฐานจิต เป็นได้จริงดังคำอธิษฐานไหม ดิฉัน
ศรัทธาจากรับฟังเทปอาจารย์แล้วก็ได้มีโอกาสมาเข้ารับฟังธรรม

คำตอบ

การอธิษฐานจิตเป็นคุณธรรมอย่างหนึ่ง เมื่อเข้าไป
สถิตอยู่ในจิตใจได้แล้วจะเป็นอธิษฐานบารมี ถ้าไม่เป็นจริง พระ
เตมีย์ (พระโพธิสัตว์) คงไม่เป็นไ้อยู่ยาวนานถึง ๑๖ ปี หลัง
กระทำสัจจอธิษฐานแล้ว ถ้าไม่เป็นจริง เจ้าชายสิทธัตถะ คง
ไม่ได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า หลังกระทำสัจจอธิษฐานที่โคนต้น
โพธิ์ในคืนวันตรัสรู้

ดูกรวิภิกขุ... พุทธแท้แท้ หิวกิน ว่างนอน ร้อนอาบน้ำ
ถึงเวลาซักผ้า นีคือ พุทธแท้แท้ แต่กว่าจะเป็นเช่นนี้ได้
เจ้าอีกต้องขีมิสัง ขีมิทราปและขีมิขันธ์
ในวิถีแห่งความเป็นผู้รู้ ผู้ตื่น และเบิกบาน
อย่างละเอียดหมดจด

(บทที่ ๑/๒๓๓)

๑๑๓. นำเสียดาย

คำถาม

คนที่ป่วยเป็นโรคมะเร็งปอดมากจะต้องทำอะไรเขา
ไม่เคยภาวนามาเลยจะต้องให้เขาทำอะไรเวลาปวดมาก ๆ

คำตอบ

เข้าหาแพทย์แผนปัจจุบันสิครับ เขามีความรู้เรื่อง
บรรเทาอาการปวด ดึกว่าผู้ตอบปัญหาเสียอีก นำเสียดายที่
คนไข้ไม่เคยทำจิตตภาวนา หากเคยทำมาก่อน จะได้แนะนำให้
เจริญสติให้เข้มข้นจนจิตตั้งมั่นอยู่ในฌาน ความปวดก็จะหายไป
นานเท่าที่จิตสามารถดำรงภาวะความเป็นฌานได้

๑๑๔. เพราะขาดสติ

คำถาม

เป็นทุกข์เมื่ออกุศลจิตเกิดขึ้นจิตหนึ่งห้ามไม่ให้คิด เกิด
ความขัดแย้งเป็นทุกข์และเศร้าหมองมีวิธีใดจะทำให้กำจัด
อกุศลออกไปให้เร็วขึ้น

คำตอบ

พัฒนาสติสัมปชัญญะให้กล้าแข็ง ระลึกทันความคิดที่เป็นอกุศลได้ทันและใช้ปัญญาเห็นแจ้ง (สัมปชัญญะ) ตามดูความคิดที่เป็นอกุศลจนเข้าสู่อนัตตา จิตจะปล่อยวางความคิดนั้นได้

อุปาทานขันธสูตร

[๒๗๐] ดูกรภิกษุทั้งหลาย อุปาทานขันธ ๕ ประการนี้ ๕ ประการ เป็น โฉน คือ รูปูปาทานักขันธ ๑ เวทนาูปาทานักขันธ ๑ สัญญาูปาทานักขันธ ๑ สังขารูปาทานักขันธ ๑ วิญญาณูปาทานักขันธ ๑ ดูกรภิกษุทั้งหลาย อุปาทานขันธ ๕ ประการนี้แล ฯลฯ ดูกรภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายพึงเจริญสติปัญญานี้ ๔ นี้ เพื่อละ อุปาทานักขันธ ๕ ประการนี้แล ฯ (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๓)

พุทธพจน์

"ภิกษุทั้งหลาย เราจักแสดงขันธ ๕ และอุปาทานขันธ ๕ เธอทั้งหลายจงฟัง"

"ขันธ ๕ เป็นโฉน ? รูป...เวทนา...สัญญา...สังขาร...วิญญาณ อันใดอันหนึ่ง ทั้งที่เป็นอดีต อนาคต ปัจจุบัน เป็นภายในก็ตาม ภายนอกก็ตาม หยาบก็ตาม ตะเข็บก็ตาม ทรามก็ตาม ประณีตก็ตาม ไกลหรือใกล้ก็ตาม...เหล่านี้เรียกว่า ขันธ ๕"

"อุปาทานขันธ ๕ เป็นโฉน ? รูป...เวทนา...สัญญา...สังขาร... วิญญาณ อันใดอันหนึ่ง ทั้งที่เป็นอดีต อนาคต ปัจจุบัน เป็นภายในก็ตาม ภายนอกก็ตาม หยาบก็ตาม ตะเข็บก็ตาม ทรามก็ตาม ประณีตก็ตาม ไกลหรือใกล้ก็ตาม ที่ประกอบด้วยอาสวะ เป็นที่ตั้งแห่งอุปาทาน(หรือถูกอุปาทานครอบงำนั่นเอง)...เหล่านี้ เรียกว่า อุปาทานขันธ ๕"

๑๑๕. อุทิศบุญ หรือ แผ่เมตตา

คำถาม

การกรวดน้ำจำเป็นต้องใช้น้ำกรวดทุกครั้งหรือเปล่า หรือแค่อธิษฐานจิตแผ่เมตตาได้ไหม

คำตอบ

หลังจากทำบุญแล้ว จะกรวดน้ำส่งไปให้ผู้ล่วงลับหรืออุทิศบุญโดยไม่มีการกรวดน้ำก็ได้ ทำได้ทั้งสองอย่าง ส่วนการแผ่เมตตาไปให้ผู้ล่วงลับ ผู้แผ่ต้องมีเมตตา สัมสมอยู่ในใจให้ได้ก่อน การแผ่เมตตาจะไม่โมฆะ

๑๑๖. แก้ไม่ได้แต่หนีได้

คำถาม

เราจะแก้กรรมเก่าที่ไม่ดีได้อย่างไร

คำตอบ

แก้กรรมไม่ได้ แต่หนีผลของกรรมได้ ด้วยการพัฒนาจิตให้หมดสังโยชน์ทั้ง ๑๐ แล้วหนีเข้านิพพานไป กรรมเก่าที่เหลืออยู่ติดตามให้ผลไม่ทันแน่นอน

๑๑๗. สติอ่อน

คำถาม

ทำไมดวงจิตดวงอื่น ซึ่งไม่ใช่ตัวเราสามารถมาแทรก
กาย-จิต ของเราได้และสามารถสื่อสารกับบุคคลอื่นได้ด้วย “มา
แทรกเราเพื่อสอนธรรมะกับเราและบุคคลอื่นเป็นบางคน” และ
ในบางครั้งร่างกายของเรามีการเปลี่ยนแปลงได้ เช่นอ้วนขึ้น
มาก ๆ และเมื่อดวงจิตนั้น ๆ ออกไปเราก็ผอมเท่าเดิม

คำตอบ

จิตของคุณมีสติอ่อน จิตดวงอื่นที่มีพลังมากกว่า ก็
จะมาอาศัยใช้ร่างกายของคุณได้ ร่างกายอ้วนหรือผอมเป็นเรื่อง
ธรรมดา ร่างกายมีพลังงานสะสมมากก็อ้วน ร่างกายมี
พลังงานลดน้อยถอยลงก็ผอม

ดูกรวิภิกขุ... เจ้าอย่าผิดแต่มาเสียเวลากับการอ่าน
หรือว่าดูเรื่องของคนอื่นอยู่เลย
ควรละเวลาเหล่านั้น มาอ่านและดูตนเองสติกว่า

(บทที่ ๔/๙๕)

๑๑๘. บาปถ้วนหน้า

คำถาม

มีหญิงที่ไปชอบพอกับชายคนหนึ่ง แต่คุณพ่อคุณแม่ไม่เห็นด้วยหญิงคนนั้นจะถือว่าบาปไหมคะ เพราะคุณแม่เป็นผู้ให้กำเนิดหญิงคนนั้น

คำตอบ

บาปทั้งพ่อ บาปทั้งแม่ บาปทั้งลูก เหตุเพราะพ่อ แม่ ลูก ไม่สบายใจ เป็นบุญหรือเป็นบาปล่ะ

๑๑๙. ตายภายใน ๗ วัน

คำถาม

การตาย ๑ ครั้ง คือ ๑ ภพหรือ ๑ ชาติหรือไม่ ถ้าเกิดเป็นแมลง แล้วตายภายใน ๗ วัน นั่นก็คือ ๑ ภพ ๑ ชาติ ใช่หรือไม่

คำตอบ

ใช่ ตายแล้วไปเกิด(ชาติ) เป็นสัตว์ได้ รูปนามใหม่ ได้ ภาวะของชีวิตใหม่ เรียกว่า ๑ ภพได้

๑๒๐. ค้นหาตัวเอง

คำถาม

การค้นหาตัวเอง และการรู้จักตัวเองจะดำเนินวิธีการอย่างไร ให้รู้แจ้งเห็นจริง

คำตอบ

ปฏิบัติกรรมฐานสิครับ (สมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน) โดยเฉพาะวิปัสสนากรรมฐาน นำไปสู่การรู้แจ้งเห็นจริงทั้งในกายและในจิตตัวเองถูกต้องที่สุด

๑๒๑. ใ้บุญที่ช่วยผู้อื่น

คำถาม

คนเป็นหมอ ผู้ที่คอยแนะนำการปฏิบัติตัวให้ห่างไกลโรค หมอจะได้บุญอะไรคะ

คำตอบ

ใ้บุญที่ได้ช่วยผู้อื่นให้พ้นไปจากทุกข์ การช่วยผู้อื่น เป็นหนึ่งในบุญกิริยาวัตถุ ๑๐

๑๒๒. ถามสั้นตอบยาก

คำถาม

สังโยชน์ ๑๐ มีอะไรโปรดอธิบาย

คำตอบ

สังโยชน์ ๑๐ คือ กิเลส ๑๐ อย่างที่ผูกมัดใจสัตว์ให้ต้องเวียนตาย เวียนเกิดอยู่ในวัฏสงสารได้แก่

๑. สักกายทิฏฐิ หมายถึง ความเห็นว่าเป็นตัวตน เป็นของตน

๒. วิจิกิจฉา หมายถึง ความลังเลสงสัย

๓. สีลัพพตปรามาส หมายถึง ความยึดมั่นถือมั่นในศีลและ พรต หรือเชื่อว่าความศักดิ์สิทธิ์จะมีได้ด้วยศีลหรือพรต

๔. กามราคะ หมายถึง การมีจิตเป็นทาสของกามคุณ

๕. ปฏิฆะ หมายถึง การที่จิตถูกกระทบแล้วเกิดเป็นความขัดใจ

๖. รูปราคะ หมายถึง จิตเห็นรูปพรหมสวयงาม จึงอยากเกิดเป็นพรหมมีรูป หรือมีจิตอยู่ในอารมณ์แห่งรูปฌาน

๗. อรูปราคะ หมายถึง จิตชอบการไม่มีรูปจึงอยากเกิดเป็นอรูปพรหม หรือมีจิตติดอยู่ในอารมณ์แห่งอรูปฌาน

๘. มานะ หมายถึง ความถือตัวถือตน ถือตัวเองว่าเป็นนั่นเป็นนี่

๙. อุทธัจจะ หมายถึง ความมีจิตฟุ้งซ่าน

๑๐. อวิชชา หมายถึง รู้แต่ไม่จริง หรือความไม่รู้จริงในสรรพสิ่งหรือคือความหลง

๑๒๓. อยู่กับปัจจุบัน

คำถาม

วิธีการทำจิตใจให้สงบนิ่งโดยที่จิตยังไม่สงบควรทำอย่างไร ช่วยบอกวิธีการปฏิบัติด้วยคะ

คำตอบ

ต้องมีศีล ๕ คุมใจให้ได้ก่อน แล้วคุมใจให้จดจ่อ (สติ) อยู่กับอิริยาบถปัจจุบัน เช่นจดจ่ออยู่กับลมหายใจเข้า ลมหายใจออก จดจ่ออยู่กับการก้าวย่าง ของเท้าซ้าย เท้าขวา ขณะเดิน จดจ่ออยู่กับการกินอาหาร จดจ่ออยู่กับการเคี้ยวอาหาร ฯลฯ ที่ดำเนินอยู่เป็นปัจจุบันมีจิตจดจ่อทุกครั้งที่นี่ก็ได้ จดจ่อทุกครั้งที่มีอิริยาบถเกิดขึ้น นอกจากนี้ต้องมีสังขระว่าจะปฏิบัติทุกขณะที่ตื่น และจะทำทุกวัน จิตจึงจะมีสติเพิ่มขึ้น แล้วความตั้งมั่นของจิต(สมาธิ) จะเกิดขึ้น เมื่อปฏิบัติได้อย่างนี้จิตจะเข้าถึงความสงบนิ่งได้ระดับหนึ่ง แน่นนอน

ดูกรัก... คนที่ไถ่ร่อง่าย คุมเสียบง่าย
เป็นปรากฏการณ์เกิดดับของจิต ที่มีขยะตกต่างพากันไป

(บทที่ ๔๑/๑๓๒)

๑๒๔. มิได้บอก

คำถาม

การทำท่านปฏิบัติแล้วมาสอบถามหรือขำระญาณกับท่านเจ้าคุณแต่ละวัน ๆ แล้วท่านเจ้าคุณจะบอกว่าเป็นอย่างนั้นเพราะอะไร แก้อย่างไร

คำตอบ

ท่านเจ้าคุณโชดกมิได้บอกว่า เป็นอย่างนั้นเพราะอะไร เมื่อท่านสอบอารมณ์แล้ว ท่านบอกให้ปฏิบัติอย่างนั้น ปฏิบัติอย่างนี้ผู้ตอบปัญหาทำตัวเองเหมือนคนโง่คือปฏิบัติตามที่ท่านบอกให้ได้เท่านั้นเอง มิได้บอกว่าเพราะอะไรจึงให้ปฏิบัติอย่างนั้นอย่างนี้

ดูกรวิกร... สำหรับคำว่าศัตรูหรือมิตร ถ้าเอาคิดให้ตัวเองแท้
หลังจากที่เอาคืนและตีขึ้นใหม่แล้ว ทั้งมิตรและศัตรู
มันเป็นศัตรูของเราอย่างเต็มที่เสียแหละ

(บทที่ ๑๔/๑๐๕)

๑๒๕. สร้างเหตุไว้ก่อน

คำถาม

ผู้ฟังนี้เป็นผู้หญิงบวชก็ได้แต่ปฏิบัติธรรมอยู่เจอปิติธรรมต่างๆ และในสมัยนี้ปัจจุบันนี้คนเยอะมาก จะเข้าหาอาจารย์ที่สอนยากมากที่จะทำอย่างที่ท่านกับเจ้าคุณโชดก จะหาอาจารย์ผู้ฝึกสอนได้อย่างใดที่ไหนและจะทำอย่างไรดีถึงจะได้ผู้ชี้ทางอย่างท่าน

คำตอบ

การจะแสวงหาคูรู้ให้ได้อย่างที่ผู้ตอบปัญหาได้พบท่านเจ้าคุณโชดก ต้องอาศัยเหตุปัจจัยที่ได้ทำไว้แต่ปางก่อน แนะนำว่าผู้ถามปัญหาต้องสร้างมหากาณแล้วอธิษฐานขอได้พบครูของท่าน ประพฤติตนเองให้เป็นผู้มีศีล ๕ คุมใจอยู่ทุกขณะตื่นเมื่อใดที่เหตุปัจจัยลงตัว โอกาสที่ผู้ถามปัญหาจะพบครูของตัวเองมีได้เป็นได้

ดูกรวิภ... เรียนไม่คิด ไร้ผล

คิดไม่เรียน อนตาย

(บทที่ ๔/๙๙)

๑๒๖. รู้เห็นเข้าใจด้วยตนเอง

คำถาม

จะรู้ได้อย่างไรว่าเราได้อุปัชฌาระสมาธิ หรือขณิกสมาธิ หรือ อัปนาสมาธิ

คำตอบ

คนที่เคยกินผลกีวีจะรู้รสชาติด้วยตัวของเขาเองเช่นเดียวกับคนที่ปฏิบัติสมถกรรมฐาน เมื่อจิตมีสติเพิ่มขึ้นความตั้งมั่น (สมาธิ) ของจิตย่อมเกิดขึ้น จิตเข้าถึงสมาธิระดับไหน อยู่ที่กำลังของสติว่ามีมากน้อยแค่ไหนผู้ที่นำจิตเข้าถึงความตั้งมั่นได้ย่อมรู้เห็นเข้าใจด้วยตัวเอง (สนทญาณุจฺจโก) โดยไม่ต้องมีใครมาบอก

๑๒๗. ศักยภาพของจิต

คำถาม

อยากให้อธิบายถึงคำ ๓ คำนี้ที่เกี่ยวข้องกับ การปฏิบัติธรรม คือ สติ , สัมปชัญญะและสมาธิแตกต่างกันอย่างไร

คำตอบ

ทั้งสามคำที่ถามไป เป็นศักยภาพของจิตที่พัฒนาดีแล้ว
สติ เป็นความจดจ่อ นึกได้ ระลึกได้ ไม่ลืม

สัมปชัญญะ เป็นตัวปัญญา ที่สามารถรู้เห็น เข้าใจได้
ชัดแจ้ง ถูกตรงตามความเป็นจริง

สมาธิ เป็นความตั้งมั่นของจิต เป็นผลที่เกิดตามหลัง
จากจิตมีสติเกิดขึ้นแล้ว

๑๒๘. เจ้ากรรมนายเวร

คำถาม

เจ้ากรรมนายเวรหมายถึงอะไร ทุกคนต้องมีทุกคน
หรือไม่

คำตอบ

เวร หมายถึง การแก้แค้น การปองร้ายกัน การทำร้าย
ตอบกลับผู้ทำร้าย ฯลฯ กรรม หมายถึง การกระทำ

เจ้ากรรมนายเวร หมายถึง ผู้ที่เคยก่อเวรกรรมต่อกัน
ผู้ที่เคยทำกรรมไม่ดีไว้ต่อกัน มีอยู่ในทุกคนที่ยังต้องเวียนตาย-
เกิด อยู่ในวัฏสงสาร

๑๒๙. แก้ไขได้ด้วยการให้

คำถาม

คนที่ไปวัดทุกวันพระ แต่ยังมีนิสัยชอบเอาเปรียบอยู่
ตลอดจะแก้ไขอย่างไร

คำตอบ

คนอื่นไปแก้ไขไม่ได้ ผู้เอาเปรียบต้องแก้ไขพฤติกรรม
ไม่ดีด้วยตัวของเขาเอง ด้วยการให้ทานอยู่เสมอ เมื่อใดที่
ทานบารมีที่สั่งสมอยู่ในจิตใจของเขามีมากพอจนถึงขั้นให้ผลได้
การเอาเปรียบผู้อื่นจะหมดไป

ดูกรวิภ... สำหรับพ่อธิดอสูร

ชีวิต คือ การต่อสู้

ปัญหา คือ การเรียนรู้

ศัตรู คือ ศัตรูของเรา

(ปีที่ ๒๐/๑๑๑)

๑๓๐. ยังเข้าไม่ถึงธรรม

คำถาม

ผู้ปฏิบัติธรรม (วิปัสสนากรรมฐาน) แล้วเมื่ออยู่ในชีวิตประจำวัน มีปฏิกริยาการแสดงออกที่ผู้อื่นมองว่าก้าวร้าว อาจารย์มีความคิดเห็นกับการกระทำและการมองดังกล่าวอย่างไร

คำตอบ

คนปฏิบัติธรรมมีมาก แต่คนที่ปฏิบัติแล้วเข้าถึงธรรมมีน้อย เมื่อธรรมเข้าสิงสถิตอยู่ในใจของผู้ใดได้แล้วความก้าวร้าวจะไม่มีในผู้นั้น ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า ผู้ปฏิบัติธรรมมิได้หมายความว่าเขาเข้าถึงธรรม ความก้าวร้าวจึงยังคงอยู่ในใจของคนที่ปฏิบัติธรรมได้

ดูกรัก... ชั่วชีวิตของดูกร บางครั้งก็ร้องไห้
บางครั้งก็เลวร้าย สติปลิ้นปลิวเปลี่ยนกันไป
ยังไม่รู้ว่า เมื่อไหร่ จะหมดสิ้น ดูกรไม่รู้สักเป็อย่างหรือ

(บทที่ ๑๙/๑๑๐)

๑๓๑. ปฏิบัติธรรมเป็นบุญใหญ่สุด

คำถาม

ทำไมถึงกล่าวว่า การปฏิบัติกรรมฐานเป็นบุญใหญ่ที่สุดกว่าการทำบุญใด ๆ ถ้าหากมองในทางโลกจะเห็นว่าการทำบุญ เช่น สร้างโบสถ์ วิหาร คือการเสียสละทาน ทรัพย์ให้ผู้อื่นได้ใช้ประโยชน์ แต่มองว่าการปฏิบัติกรรมฐานเป็นความสงบให้กับตัวเองเท่านั้น

คำตอบ

การปฏิบัติกรรมฐานเป็นบุญใหญ่ สามารถเข้าถึงพรหมสมบัติได้ หากได้ปฏิบัติสมถกรรมฐานจนถึงระดับฌาน แล้วตายในฌานจะไปเกิดเป็นพรหมได้ หรือปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานจนได้ปัญญาเห็นแจ้งได้ดวงตาเห็นธรรมแล้วสามารถเปลี่ยนภาวะความเป็นปุถุชนให้เป็นอริยบุคคลได้ จึงเข้าถึงนิพพานสมบัติได้

ส่วนการให้ทรัพย์เป็นทาน การสร้างโบสถ์ สร้างวิหาร มีอานิสงส์แก่มนุษย์สมบัติและสวรรค์สมบัติ ไม่สามารถเข้าถึงพรหมสมบัติและนิพพานสมบัติได้

ดูกรัก... องค์อย่าเห็นแก่ตัว แล้วจะไม่มีตัวให้เห็น

(บทที่ ๖๗/๘๓)

๑๓๓. ไม่ถึงแก่นธรรม

คำถาม

แต่ก่อนฐานะค่อนข้างดี ติดการกินดีอยู่ดี และชอบ
ซอปปิ้งคลายเครียด ไปปฏิบัติภาวนาแล้ว ก็ยังแก้ไม่ได้ กรุณา
ช่วยแนะนำด้วยค่ะ

คำตอบ

เหตุที่แก้พฤติกรรมติดลบยังไม่ได้ แม้ว่าจะไปปฏิบัติ
จิตตภาวนามาแล้วก็ตาม นั่นเป็นเครื่องบ่งชี้ให้เห็นว่าการ
ปฏิบัตินั้นจิตยังเข้าไม่ถึงธรรม ต้องนำตัวเองเข้าปฏิบัติต่อยอด
ทำให้เหมือนกับนักฟุตบอลฝึกหัดวิธีเล่นลูกฟุตบอลจนเข้า
ระดับมาตรฐานและถูกคัดเลือกตัวให้เข้าเป็นนักฟุตบอลทีม
ชาติได้ ซึ่งเปรียบเทียบได้ว่า เมื่อธรรมเข้าสิงอยู่ในใจได้แล้ว
สามารถเปลี่ยนพฤติกรรมให้กลับมาเป็นดีได้

ดูกรักรัก... การทุกอย่าง ไม่ว่าจะยากหรือง่าย ทุกข์หรือหวาน
เพียงใด ขอเพียงมีศรัทธาจริงใจ มีจิตศรัทธาให้ เจ้าอภัยทำมันได้
อย่างง่ายตายและเป็นสุขขีที่ได้ทำ

(บทที่ ๓๐/๑๒๑)

๑๓๔. ขาดส่วนที่ยังทำไม่ได้

คำถาม

การสมาทานศีล ๕ หรือ ศีล ๘ เมื่อสมาทานแล้วปฏิบัติได้ไม่ครบ ขาดข้อใดข้อหนึ่ง จะถือว่าศีลขาดทั้งหมดหรือไม่

คำตอบ

ขาดข้อที่ปฏิบัติไม่ได้ รักษาศีลมาได้ ๔ หรือ ๗ ข้อแล้วเหลือเพียงอีกข้อเดียวรักษาไม่ได้เขี้ยวหรือ หากต้องการจะรักษาศีลให้อยู่ครบ ต้องเพิ่มกำลังให้กับใจ ด้วยการเจริญพละ ๕ (ศรัทธา วิริยา สติ สมาธิ ปัญญา) ให้กล้าแข็ง เมื่อใดทำได้ศีลก็ข้อก็สามารถรักษาได้หมด

ดูกรัก... คนน่าสงสาร คือ ผู้ตัดสินใจผิดพลาด
โดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์
คนน่าสมเพช คือ ผู้ทำชั่ว ชั่วชั่ว
แต่ยังไม่พยายามเลิกเลิฟ แสดงว่าไม่รู้ไม่จริง

(บทที่ ๓๕/๑๒๖)

๑๓๕. สงฆ์สาวก

คำถาม

คำว่า สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า หมายถึง
สงฆ์ประเภทใด พระสงฆ์โดยทั่วไปในปัจจุบันนับเป็นสงฆ์สาวก
ของพระผู้มีพระภาคเจ้าหรือไม่

คำตอบ

คำว่าสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าได้แก่สงฆ์ ๔ คู่
๘ บุรุษ ดังนี้

- คู่ที่ ๑ สงฆ์ที่เป็นโสดาปภูมิรรค ว่าที่
สงฆ์ที่เป็นโสดาปภูมิผล พระโสดาบัน
- คู่ที่ ๒ สงฆ์ที่เป็นสกทาคามีรรค ว่าที่
สงฆ์ที่เป็นสกทาคามีผล พระสกทาคามี
- คู่ที่ ๓ สงฆ์ที่เป็นอนาคามีรรค ว่าที่
สงฆ์ที่เป็นอนาคามีผล พระอนาคามี
- คู่ที่ ๔ สงฆ์ที่เป็นอรหัตตมรรค ว่าที่
สงฆ์ที่เป็นอรหัตตผล พระอรหันต์

ส่วนสงฆ์ทั่วไปที่ยังไม่เข้ากระแสของความเป็นอริย
บุคคล สังคมพุทธสมมติเรียกว่า “สมมติสงฆ์” ยังมีใช่สงฆ์
สาวกของพระพุทธเจ้าอย่างแท้จริง เป็นสมมติบัญญัติของผู้
ตอบปัญหา

๑๓๖. จิตไปอยู่ที่ไหน

คำถาม

กรณีที่ผู้ป่วยเป็นเจ้าชายนิทรธรา (ไม่รู้สีกตัว) จิตไปอยู่ที่ไหน และยังอยู่ที่กายหรือไม่

คำตอบ

จิตยังอยู่ในกาย เมื่อใดมีเครื่องหมายบ่งชี้ว่าธาตุทั้ง ๔ แตกสลาย (ลมหยุด ไฟดับ น้ำไหลออก ฯลฯ) กลับสู่ธรรมชาติดั้งเดิม เมื่อนั้นจิตอาศัยอยู่ไม่ได้ จำต้องออกจากร่างกายนี้ไปหาร่างอื่นอยู่อาศัยใหม่

๑๓๗. ถือว่าเป็นบาป

คำถาม

การที่เรารับปากกับใครว่าจะทำให้ต่อสิ่งที่รับปาก แล้วลืมปฏิบัติถือว่าเป็นบาปหรือไม่

คำตอบ

ลืมปฏิบัติไม่ถือว่าเป็นผิดศีล แต่ผิดธรรมตรงที่จิตขาดสติ นำมาซึ่งความไม่มีสัจจะ เป็นบาป

๑๓๘. อสุภัสัญญาเป็นตัวป้องกัน

คำถาม

หากจิตตกอยู่ราคะจะเอาอสุภะที่ไหนมาพิจารณา

คำตอบ

นำตัวเองเข้าเป็นสมาชิกเก็บศพ ขุดศพล้างป่าช้าหรือขออนุญาตเข้าดูศพที่นักเรียนแพทย์ใช้เป็นตัวอย่างเพื่อศึกษาเลยก็สามารถใช้ศพหรือโครงกระดูก มาพิจารณาเป็นอสุภกรรมฐานได้ ผลที่เกิดตามมา คือ จิตเก็บสังขมสิ่งที่เห็นไว้เป็นอสุภัสัญญา ใช้เป็นเครื่องป้องกันราคะไม่ให้เกิดได้

๑๓๙. มาอนุโมทนาบุญได้ก็รับได้

คำถาม

มีพ่อฆ่าตัวตาย การที่เรานั่งวิปัสสนาทุกวัน แล้วตอนจบอุทิศกุศลไปให้พ่อ พ่อจะรับได้ไหม

คำตอบ

ได้รับ ถ้าจิตวิญญาณของผู้ตายมาอนุโมทนาบุญที่มีผู้อุทิศไปให้

๑๔๐. สติปัญญา ๔

คำถาม

การเห็นจิตในจิต เห็นกายในกาย เห็นเวทนาในเวทนา
เห็นธรรมในธรรมหมายถึง ที่เห็นเห็นอย่างไร

คำตอบ

หมายถึงเห็นไปตามความจริง โดยรู้เท่าทันสภาวะที่เกิดขึ้น และจิตไม่ถูกรอบงำด้วยสิ่งที่ถูกเห็น เช่น มีสติรู้เท่าทันความเป็นไปของกายในแง่มุมต่าง ๆ จนสิ้นสุดลงที่กายดับสลายตามกฎไตรลักษณ์ (เห็นกายในกาย) มีสติรู้เท่าทันความเป็นไปของเวทনারูปแบบต่าง ๆ จนสิ้นสุดลงที่เวทนาดับไปตามกฎไตรลักษณ์ (เห็นเวทนาในเวทนา) มีสติรู้เท่าทันความเป็นไปของจิต แล้วสิ้นสุดลงที่จิตดับไป ตามกฎไตรลักษณ์ (เห็นจิตในจิต) และสุดท้ายมีสติรู้เท่าทันธรรมในรูปแบบต่าง ๆ ที่เข้ากระทบจิตจนในที่สุดธรรมต่าง ๆ ดับสลายไปตามกฎไตรลักษณ์ (เห็นธรรมในธรรม) ฟังดูเข้าใจยาก ปฏิบัติจนเข้าถึงแล้วเป็นเรื่องปกติธรรมดาเป็นอย่างนั้นมิเกิดมีดับเป็นธรรมดา จิตรู้ทันจึงปล่อยวางสิ่งที่ไม่เป็นตัวตน เมื่อวางได้จิตจึงว่าง เป็นอิสระต่อสรรพสิ่งที่เข้ากระทบ

ดูกรวิกร... ลักษณะของครู และศิษย์ที่ดี คือ นิ่ง และแผ่เมตตา

(บทที่ ๗/๙๘)

๑๔๑. ขอบขมากรรม

คำถาม

ถ้าคิดพูดทำไม่ดีกับบิดามารดาจะมีผลกรรมอย่างไร
มีวิธีขอขมาแก้กรรมอย่างไรบ้าง

คำตอบ

เป็นปฏิสัมพันธ์ด้านวจีกรรมในทางลบ กับผู้มีพระคุณ
ผลที่ตอบกลับมาคือ อุปสรรคและปัญหาในชีวิตนี้และชีวิตหน้า
จะเกิดขึ้นกับผู้ทำกรรม วิธีขอขมาให้นำพวงดอกไม้ไปขอขมา
ด้วยการกล่าวถึงสิ่งที่ตนได้ทำกรรมล่วงเกินไว้แก่พ่อแม่ ได้
สำนึกถึงผลของกรรมนั้น และจะไม่ล่วงเกินพ่อแม่อีกต่อไป เมื่อ
พ่อแม่กล่าววาทะโทษให้ เป็นอันว่า โทษที่จะเกิดขึ้นได้
ยกเลิกกันไป

ลูกรัก... ผู้คนทั้งหลาย ที่มีชีวิตอันนี้
ก็เพื่ออะไรให้ถึงวันพรุ่งนี้ เพื่อให้ได้ในสิ่งที่หวัง
แต่สำหรับพ่อ มีชีวิตอยู่วันนี้ มิใช่เพื่ออะไรให้ถึงวันพรุ่งนี้
(เหมือนกับเต้าแต่ไม่ใช่เต้า)
ชีวิตชีวิตของพ่อ ไม่เคยมีวันข้างหน้าเลย

(บทที่ ๔๕/๑๓๕)

๑๔๒. สารภาพผิด

คำถาม

ถ้าผิดศีลข้อใดข้อหนึ่งจะมีวิธีขอโทษแก้ตัวอย่างไรบ้าง

คำตอบ

สวตมมندیบุชาคุณของพระรัตนตรัยต่อหน้าพระพุทธรูปปฏิมากร แล้วสารภาพผิดว่าได้ล่วงละเมิดศีลในข้อใดบ้างและให้สัจจะว่าจะไม่ล่วงละเมิดศีลข้อนั้นอีกต่อไป ขอคุณพระรัตนตรัยและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ยกโทษให้และจะไม่ล่วงละเมิดศีลอีก

๑๔๓. ปลดตภัยกว่า

คำถาม

จริงหรือไม่ว่า ถ้าปล่อยสัตว์ชนิดใดแล้วห้ามกินสัตว์ชนิดนั้นเป็นอาหาร

คำตอบ

ที่ห้ามกินสัตว์ชนิดนั้นเพราะเหตุว่า หากไปจับสัตว์ตัวที่ปล่อยให้เป็นอิสระมากินโดยไม่รู้ว่าเป็นสัตว์ตัวที่ปล่อย จะเกิดโทษหนักมีการผูกเวรเกิดขึ้น คนที่กลัวเกรงเวรกรรมจะติดตามให้ผล จึงหลีกเลี่ยงไม่กินสัตว์ชนิดที่ปล่อยไปแล้วจะเป็นการปลดตภัยกว่า

๑๔๔. จิตตั้งมั่นจึงเห็นแจ้ง

คำถาม

การเข้าถึงสมาธิต้องนั่งสมาธิเสมอไปหรือไม่ กรณีที่ภาวนาแล้วเกิดสมาธิจะทำให้เกิดการรู้แจ้งหรือนับเป็นวิปัสสนาหรือไม่

คำตอบ

นอกจากอิริยาบถนั่งแล้วการพัฒนาจิตให้เป็นสมาธิยังทำได้ในอิริยาบถอื่น เช่น ยืน เดิน นอน ตื่น ฯลฯ

สมาธิเป็นความตั้งมั่นของจิตหากต้องการให้จิตเกิดความรู้ถูกต้องแล้วต้องใช้สมาธิเป็นฐานนำไปสู่การปฏิบัติวิปัสสนาตามแนวทางสติปัฏฐาน ๔ โอกาสที่จิตรู้แจ้ง จึงมีได้เป็นได้

สุภกิณี... สำหรับพ่อแล้ว เทพเจ้าแห่งความยุติธรรม
มิใช่เป่าขลุ่ยอื่น และใครที่โง่ แต่เป็นธรรมชาติ
และกฎแห่งกรรมต่างหากเล่า
ที่ เป็นผู้ทรงไว้ซึ่งความยุติธรรมได้ดีที่สุด

(บทที่ ๔๔/๑๓๓)

๑๔๕. พัฒนาด้านไหน

คำถาม

การที่เรามีอุเบกขาแล้วเราจะช่วยกันพัฒนาสังคมมนุษย์ได้อย่างไร เมื่อเราปล่อยวางแล้ว (อายุตนะ ๖)

คำตอบ

การพัฒนาสังคมมนุษย์ทำได้หลายแนวทาง การพัฒนาจิตวิญญาณของมนุษย์ด้วยการปฏิบัติจริยธรรมแล้วเกิดเป็นคุณธรรม เป็นอีกแนวทางหนึ่งของการพัฒนามนุษย์ เมื่อครั้งที่พระพุทธโคดมและพระอรหันตสาวกยังมีชีวิตอยู่ ท่านเหล่านั้นเป็นผู้มีอุเบกขายังอยู่ในสังคม ได้อาศัยสังคมดำรงชีวิตให้คงอยู่ ท่านได้ตอบแทนคุณของสังคม ด้วยการอบรมสั่งสอนคนให้ประพฤติธรรม ประพฤติจริยธรรมจนเกิดเป็นคุณธรรมสั่งสมอยู่ในจิตใจ สังคมจึงสงบและมีสันติสุข

สุภกิรี... เจ้าองอ่า และทำให้ได้ไม่ว่า ไฉ่ อี ตี ร้าย

มียศ มีอายุ สูงส่งมาจากไหน

เมื่อเจ้ามาถึงที่นี่ อักต้องให้ศวามเคารพ ยอมรับ

“พระธรรม” เป็นผู้นำของตนให้เท่าชีวิต

(บทที่ ๕๑/๑๔๒)

๑๔๖. มีขวัณ-เสียขวัณ

คำถาม

ขวัณแบบคนแก่เคยบอกว่าถ้าตกใจมาก ทำให้เสียขวัณ
ให้เรียกขวัณกลับมาหาตัว จริง ๆ คำว่า “ขวัณ” มันคืออะไร

คำตอบ

“ขวัณ” เป็นสิ่งที่ไม่เป็นตัวตน มีอยู่ในดวงจิต เมื่อจิต
ทำงานและแสดงให้เห็นเป็นพฤติกรรมไม่ดีเช่นตกใจ กลัวตื่นเต้น
ประหม่า ฯลฯ เรียกผู้ที่มีจิตเช่นนั้นว่า “เสียขวัณ” อันเนื่องมา
จากการขาดสติของจิตนั่นเอง ตรงกันข้ามหากจิตมีสติกำกับ
ทำงานแล้วจะออกมาในรูปของพฤติกรรมดีพฤติกรรมสงบระงับ
ถูกต้อง เรียกว่า “มีขวัณ”

ลูกวิ๊ก... ผู้เฒ่าอาจะพูดว่า เสียทรัพย์เพื่อรักษาอวัยวะ
เสียอวัยวะเพื่อรักษาชีวิต แต่สำหรับพ่อเห็นว่า
ถ้าเข้าปล່อยเวลาให้เสียไป เจ้าอาจะต้องเสียอะไรอะไร
ที่มากกว่าชีวิตอีกเป็นแน่

(ปีที่ ๕๖/๑๔๗)

๑๔๗. กลัวไปเกิดเป็นเปรต

คำถาม

เคยทานอาหารที่เขาจะถวายพระ โดยไม่ทราบ มีคนบอกว่า ตายไปจะไปเกิดเป็นเปรต จริงหรือไม่ (ได้ขอภัยต่อพระแล้ว)

คำตอบ

เมื่อได้ทำลงไปโดยไม่ทราบมารู้ตัวภายหลังและได้ขอภัยต่อพระแล้ว พระกล่าววกโทษให้ ก็เป็นอันว่า กรรมที่ทำนั้นไม่ต้องรับผล หากประสงค์จะพ้นจากอบายภูมิ ทำไม้มปฏิบัติ ทาน ศีล ภาวนา ให้เกิดขึ้นกับใจ เมื่อใดจิตบรรลุลความ เป็นอริยบุคคลขั้นต้นได้ (โสดาบัน) นั่นเป็นการปิดอบายภูมิได้แน่นอน

ลูกรัก... เจ้าควรรักให้ดวงพระจันทร์ดวง
เมื่อผู้อื่นหยิบยืมสิ่งของมีค่าไป (เขาอาจมีพาคืนให้เจ้าก็ได้)
แต่พ่อว่าเจ้าต้องระมัดระวังยิ่งกว่า
เมื่อผู้อื่นหยิบยืมเวลาของเจ้าไป
(เพราะเจ้าอีกไม่มีโอกาสเรียกของเอาคืนได้เลย)

(บทที่ ๕๕/๑๔๖)

๑๔๘. ทำแท้ง

คำถาม

ทุกวันนี้มีปัญหาการทำแท้งมีมาก ผู้กระทำมีผลอย่างไร ถ้าสำนึกได้ อยากจะแก้ไขอกุศลกรรมดังกล่าวสามารถทำได้ อย่างไร

คำตอบ

ชีวิตนี้จะประสบกับอุปสรรคและปัญหา ชีวิตหน้ามีนรกภูมิเป็นแดนเกิด จะแก้ปัญหอกุศลกรรมที่ก่อไว้ ต้องทำบุญใหญ่ด้วยการนำตัวเองเข้าปฏิบัติกรรมฐาน แล้วอุทิศบุญกุศลให้กับเด็กที่ถูกทำลายชีวิตด้วยการทำแท้ง ถ้าเด็กยกโทษให้ ผู้ทำแท้งก็พ้นจากอกุศลวิบากที่จะได้รับในวันข้างหน้า หรือจะให้ได้ทำไม่ปฏิบัติกรรมฐาน จนบรรลุนิเวศน์ความเป็นโสดาบันได้แล้ว ก็เป็นอันว่าปิดอบายภูมิได้แน่นอน

ลูกรัก... คุณชาติของความสำเริง นั้นได้มาจากความพยายาม
และความตั้งใจ หรือจะเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า
ต้องฝืนใจที่อดทน ถีบลิ้น อธิษฐาน อธิษฐาน

(บทที่ ๖๐/๑๕๑)

๑๔๙. บาป เกิดจากการตามดู

คำถาม

การถวายสังฆทาน ถ้าซื้อชุดสังฆทานที่วัดโดยใช้ร่วมกันคือถวายแล้วกลับมาเวียนใช้อีกจะได้บุญหรือไม่

คำตอบ

ซื้อชุดสังฆทานถวายให้พระในวัด เมื่อการถวายสังฆทานสิ้นสุดลงแล้ว ผู้ถวายได้บุญ หากผู้ถวายไปตามดูวัตถุที่ถวายว่าจะถูกนำไปใช้ในทางใด แล้วความสงสัย ความเสื่อมศรัทธาเกิดขึ้นเป็นบาป คนฉลาดเขาถวายสังฆทานแล้วเขาไม่ไปตามดูวัตถุที่ถวายหรอก

๑๕๐. ไม่ผิดศีล

คำถาม

การซื้อขายล็อตเตอรี่ผิดศีลหรือไม่

คำตอบ

การซื้อ ขาย ล็อตเตอรี่ ทั้งผู้ซื้อและผู้ขายไม่ผิดศีลแต่ผิดธรรมเพราะการซื้อ การขายล็อตเตอรี่เป็นอบายมุข ใครผู้ใดมีใจเป็นทาสของอบายมุข ความเสื่อมของชีวิตย่อมเกิดขึ้นกับทุกคนที่มีส่วนร่วม

๑๕๑. ต่างวัฒนธรรมต่างความเชื่อ

คำถาม

ถ้าหากคนในศาสนาพุทธสามารถสร้างบุญกุศลผ่านการประกอบพิธีกรรมทำบุญด้วยการปฏิบัติ วิปัสสนาได้เพื่อการบรรลุแล้วผู้ที่นับถือศาสนาอื่นจะทำอะไรในเมื่อวัฒนธรรมต่างกัน ผู้คนในศาสนาอื่นจะสามารถบรรลุได้เหมือนกันหรือไม่

คำตอบ

ต่างวัฒนธรรมต่างความเชื่อ ความเชื่อเกิดขึ้นได้ด้วยการเข้าถึงความจริง (เหตุผล) ในพุทธศาสนามีวิธีพัฒนาจิตให้เข้าถึงความจริงขั้นสูงสุด (ปรมาตถสังขะ) ได้ ด้วยการพัฒนาปัญญาเห็นแจ้งให้เกิดขึ้นในดวงจิต วิธีการเช่นนี้ไม่มีในศาสนาอื่น ศาสนาอื่นเข้าถึงความจริงได้แต่เป็นจริงชั่วคราว (สภาวะสังขะ) ผู้คนในศาสนาอื่นจึงบรรลุความพ้นไปจากทุกข์ได้ชั่วคราว อย่างมากพัฒนาจิตจนเข้าถึงความเป็นฉานเมื่อตายแล้วไปเกิดเป็นสัตว์ในมิติละเอียด (พรหม) มีความสุขประณีตปราศจากความทุกข์ได้ยาวนาน เมื่อใดที่ฉานเสื่อมยังต้องเวียนตาย เวียนเกิดมารับความทุกข์ได้อีก ซึ่งต่างจากผู้พัฒนาจิตจนเกิดปัญญาเห็นแจ้งได้แล้ว ใช้ปัญญาเห็นแจ้งกำจัดกิเลสที่ผูกมัดใจสัตว์ทั้ง ๑๐ (สังโยชน์ ๑๐ หน้า ๑๐๔) ได้หมดไปจากใจอย่างสิ้นเชิง สามารถพ้นไปจากทุกข์ได้ตลอดไปโดยไม่หวนกลับมาเกิดเป็นสัตว์ที่มีรูปนามอยู่ในสังสารวัฏอีกต่อไป

๑๕๒. เรื่องของอนาคต

คำถาม

อีก ๑๐ ปีข้างหน้าจะท่วมกรุงเทพและปริมณฑล จริงหรือไม่

คำตอบ

ไม่ทราบเพราะอนาคตยังมาไม่ถึง

๑๕๓. ไม่จำเป็น

คำถาม

จำเป็นหรือไม่ จะต้องพัฒนาจิตโดยการทำสมณะให้ถึงฉาน ๔ ก่อน จึงจะสามารถปฏิบัติวิปัสสนาเพื่อเข้าถึงวิปัสสนาญาณได้

คำตอบ

ไม่จำเป็น พระอรหันต์ประเภท สุขขวิปัสสโก ยังทำจิตให้เข้าถึงฉานไม่ได้

๑๕๔. อยู่ที่กำลังใจ

คำถาม

เป็นคนใจร้อน ชี้โมโห โกรธง่ายมาก ได้พยายามตั้งใจ
ทุกครั้งที่จะอดทน ไม่โกรธ ให้อภัยแต่ไม่เคยทำได้ทันเลย โกรธ
ไปแล้วทุกครั้ง แต่ก็รู้ตัวเสมอหลังทำในทันที ไม่ทราบว่าจะมี
วิธีปฏิบัติอย่างไรให้หายไปได้ (รู้ทันก่อนโกรธ) และไม่เป็นคน
ใจร้อน

คำตอบ

ให้อภัยบ่อย ๆ กำลังสติจะเพิ่มมากขึ้น ความขัดใจอัน
เป็นเหตุให้เกิดความโกรธ จะไม่เข้ามามีอำนาจเหนือใจ เมื่อ
เมตตาบาบารมีมีกำลังกล้าแข็ง จิตมีกำลังสติกล้าแข็ง ความ
โกรธหมดไปแน่นอน จากความเป็นคนมีใจรุ่มร้อน จะหมุนกลับ
มาเป็นคนมีอารมณ์สงบเย็น

ดูกรีก... วิธิตนอมพระพุทธเจ้า ไม่ใช้การขัดสีพระพุทธรูป
แต่ถนอมถ้อยคำของพระองค์ ให้อยู่ในวิญญูณของเรา
รักษาคำของพระองค์ประดุจเงาที่อยู่ใต้เงา
พยายามปฏิบัติถ้อยคำนั้นเทียบเท่าตั้งลมหายใจของเรา

(บทที่ ๓/๒๓๕)

๑๕๕. มรรคเสื่อมได้

คำถาม

โสดาปัตติมรรค-โสดาปัตติผล ต่างกันอย่างไร ชั้นโสดาปัตติผล ไม่มีเสื่อม แต่โสดาปัตติมรรคมีเสื่อมไหม (เสื่อมคือถอยหลังลงอบายภูมิ)

คำตอบ

โสดาปัตติมรรค คือผู้ที่กำลังใช้ปัญญาเห็นแจ้ง สองดูกิเลสสามตัวคือสักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส ที่ยังมีอำนาจครองใจ และหาวิธีกำจัดให้หมดไป เมื่อใดกำลังของใจเสื่อมถอยโอกาสนำพาชีวิตถอยลงสู่ภพภูมิเบื้องต่ำมีได้เป็นได้ แต่หากเมื่อใดประหารกิเลสทั้งสามได้หมดสิ้นจากใจ กิเลสทั้งสามเข้าครอบครองใจไม่ได้ ผู้มีสภาวะจิตเช่นนี้เรียกว่า โสดาปัตติผล (พระโสดาบัน) ชีวิตไม่มีเสื่อมถอย และปิดโอกาสที่จะกลับไปเกิดเป็นสัตว์ในอบายภูมิได้ แน่นนอน

ดูกรักร... องอย่าทำดีด้วยความอยาก
เพราะถ้าหมกอยากก็หมดดี แต่องทำดีด้วยหัวใจที่อารี
ที่มีหน้าที่ต่อตน ...สวัธฺ สวัธฺ นี้คือพุทธะ

(บทที่ ๗/๒๓๙)

๑๕๖. ไข่

คำถาม

จิตไม่ได้มีฐานตั้งที่สมองไข่มุข แล้วจิตมันอยู่ที่ไหน
ของร่างกาย

คำตอบ

ไข่ จิตมีหทัยวัตถุเป็นที่อยู่

๑๕๗. เขายินดีให้ช่วยหรือเปล่า

คำถาม

คนที่ปฏิบัติธรรมไปทำบุญทุกวันอาทิตย์ แสวงหาที่จะ
ไปทำบุญตามที่ต่าง ๆ แต่เวลาไปทำงานยังอารมณ์ร้อน เห็น
คนอื่นทำอะไรผิดไปหมด เราจะช่วยเขาได้อย่างไร แล้วเหตุใด
เขาถึงระงับอารมณ์ไม่ได้

คำตอบ

ช่วยผู้อื่นได้ หากเขาศรัทธาคุณ รับฟังคำแนะนำจากคุณ
แล้วนำไปปฏิบัติด้วยการให้อภัยผู้ที่ทำให้เกิดความขัดใจ เหตุที่
เขาระงับอารมณ์ยังไม่ได้ เพราะเขามีกำลังของสติไม่กล้าแข็ง
และมีกำลังของเมตตาไม่กล้าแข็ง

๑๕๘. เศษกรรมยังให้ผล

คำถาม

เวรกรรมจากอดีตที่เคยฆ่าเมียตาย เกิดมาชาตินี้ต้องไปใช้เวรกรรมหรือไม่ โดยตัวเองมีภรรยาอยู่แล้วโดยเอาเธอมาเป็นภรรยาบ่อย

คำตอบ

อดีตเคยฆ่าคน เมื่อตายแล้วต้องลงไปเกิดเป็นสัตว์นรกจนกว่าจะใช้หนี้เวรกรรมหมดสิ้น หรือใกล้หมดสิ้น จึงจะมีโอกาสกลับมาเกิดเป็นมนุษย์ หากเศษกรรมในนรกยังไม่หมด เขายังต้องชดใช้อยู่เสมอแม้จะเกิดมาเป็นมนุษย์แล้วก็ตาม หรือพ้นจากนรกมาแล้วก็ตาม

๑๕๙. เป็นไปได้

คำถาม

ผมเกิดมานับถือศาสนาพุทธและปฏิบัติดีมาตลอดชีวิต ตายไปจะไปเกิดในศาสนาอื่นเป็นได้ไหม

คำตอบ

เป็นไปได้ หากจิตดวงสุดท้ายก่อนออกจากร่างระลึกถึงการปฏิบัติของศาสนิกในศาสนาอื่น เห็นนิมิตก่อนตาย เป็นโบสถ์ฝรั่ง โบสถ์จีน โบสถ์แขก ฯลฯ

๑๖๐. เห็นถูกทางไหน

คำถาม

สัมมาทิฐิความเห็นที่ถูกต้อง กับทุกสิ่ง แม้ในสิ่งที่ไม่ถูกต้อง
อยากให้ขยายความเพื่อให้สังคมเดินไปในความเห็นที่ถูกต้อง

คำตอบ

สัมมาทิฐิ คือความเห็นถูก ซึ่งมีทั้งเห็นถูกทางโลก
และเห็นถูกทางธรรม

เห็นถูกทางโลก เช่น หากประสงค์จะพบกับความสำเร็จ
ในกิจการงานต้องทำงานด้วยใจรัก ทำงานด้วยความ
พากเพียร ทำงานด้วยใจจดจ่อและต้องใช้ปัญญาไต่สวนงานที่
ทำ

เห็นถูกทางธรรม เช่น หากประสงค์นำชีวิตให้พ้นไป
จากความทุกข์ต้องนำพาชีวิตไปตามทางมรรคมีองค์ ๘ คือ
ทำความเห็นให้ถูกตามธรรม ทำความคิด การพูด การทำงาน
การประกอบอาชีพ การทำความเพียร การเจริญสติ การมี
สมาธิต้องให้เป็นสัมมา ทำได้แล้วทั้ง ๘ ข้อ จะเกิดเป็นสัมมา
ญาณและสัมมาวิมุตติได้ในที่สุด

ดูกรัก... ถ้าเจ้าไม่อยากเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ตับไป
ก็อย่าได้เอาใจไปผูกไว้กับอะไรอะไรเด็ดขาด

(บทที่ ๔/๒๕๕)

๑๖๑. ปรับจิตเสียใหม่

คำถาม

คุณยายอายุ ๘๕ มาฟังธรรมในวันนี้ วิตกว่าตอนเด็ก เคยฆ่าปลาทำกับข้าวทำบุญใส่บาตรมาตลอดเลิกตอนอายุ ๑๐ กว่าขวบ เลิกฆ่าปลา ได้ปฏิบัติสมณะสวดมนต์ทำบุญมาตลอด คุณยายยังติดอยู่ในใจเรื่องฆ่าปลาอยู่ คุณยายถามว่าคุณยาย จะทำอย่างไร

คำตอบ

จิตยังระลึกถึงอยู่แต่การฆ่าปลา เป็นเรื่องที่น่าห่วง หากจิตดวงสุดท้ายก่อนออกจากร่างยังระลึกอยู่แต่เรื่องอกุศลกรรมฆ่าปลาไม่เป็นสิ่งดีต่อการไปเกิดใหม่ในชีวิตหน้า เอาอย่างนี้สิ เคยมีหญิงชราทางภาคเหนือมีพฤติกรรมอย่างที่เล่าไป ท่านได้เจริญสติภาวนาโดยกำหนดลมหายใจเข้าออก ลมเข้าภาวนาว่า “พุท” ลมออกภาวนาว่า “โธ” “พุทโธ ๆ ๆ” อยู่ทุกขณะตื่นที่นึกได้ ทุกขณะตื่นที่ว่างจากงานทำให้ครบหนึ่งเดือน พออย่างเข้าเดือนที่ ๒ เปลี่ยนคำภาวนามาเป็น “อัมโม ๆ ๆ” อีก ๑ เดือน พออย่างเข้าเดือนที่ ๓ เปลี่ยนคำภาวนามาเป็น “สังโฆ ๆ ๆ” อีกหนึ่งเดือน พออย่างเข้าเดือนที่ ๔ วนกลับมาภาวนาคำว่า “พุทโธ ๆ ๆ” ต่อไปเรื่อย ๆ ดังนี้ คาถานี้ศักดิ์สิทธิ์ต่อเมื่อ ผู้เจริญสติภาวนา ต้องมีศีล ๕ และมีสังขจะอยู่กับใจ ผลที่สุดหญิงชราคนดังกล่าวตายแล้วไปเกิดในสวรรค์

๑๖๒. ประกาศได้

คำถาม

พระประกาศตนเองเป็นพระโพธิสัตว์ได้ไหม

คำตอบ

ประกาศตนเองได้และต้องประพฤติตนตามครรลองของโพธิสัตว์คือทำนุบำรุงศาสนสถาน ออกช่วยเหลือผู้ยากไร้ ฯลฯ พญาลิไท พระนั่งเกล้า (ร.๓) ครูบาศรีวิชัยแห่งล้านนา ฯลฯ ได้ทำเป็นตัวอย่างให้ดูแล้ว

๑๖๓. เข้าให้ถึงธรรม

คำถาม

จะพิสูจน์ได้อย่างไรว่าพระพุทธเจ้ามีจริงหรือไม่

คำตอบ

ต้องนำตัวเองเข้าปฏิบัติสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน จนเข้าถึงธรรมะของพระพุทธะ แล้วจะรู้ด้วยตัวเอง (สนุทวิภูฏิก) ว่าพระพุทธเจ้ามีจริง

๑๖๔. ลัดคิว

คำถาม

พี่ชายรอคิวนัดผ่าตัดสิ้นหัวใจซึ่งกว่าจะถึงคิวประมาณ ๒ - ๓ เดือน เพื่อยุติอาการหนักต้องพาไป รพ.ด่วนเนื่องจากมีอาการน้ำท่วมปอดนอนรอห้องอยู่ที่ห้องฉุกเฉินอยู่ ๒ วัน ความดันต่ำ ขาบวมเนื่องจากไตอักเสบ เพื่อยุติเพื่อนทำงานเป็นอาจารย์พยาบาลอยู่ รพ. แห่งนี้ ขอความช่วยเหลือให้เขาช่วยหาห้องให้ และขอให้ช่วยลัดคิวคุณหมอ ให้เลื่อนคิวผ่าตัดให้เร็วขึ้น ผลคือได้ห้องพักและคุณหมอนัดผ่าตัดใน ๒ วัน จะบาปไหมหากไปลัดคิวผ่าตัดของคนอื่นและผลที่จะได้รับคืออะไร เจ้ากรรมนายเวรของพี่ชายจะจองเวรดิฉันแทนหรือเปล่า

คำตอบ

ทำอะไรมากกว่าไม่เป็นไปตามกฎเกณฑ์ของสังคมผู้ที่ถูกเอาเปรียบคงไม่ยินดีด้วย ถือว่าเป็นการกระทำที่ก่อเวร (บาป) ด้วยมีความเห็นแก่ตัวเป็นมูลเหตุ ผลที่จะได้รับคือ ผู้กระทำและผู้ร่วมกระบวนกรรม จะต้องถูกเอาเปรียบในวันข้างหน้าเช่นกัน ตามกฎแห่งกรรม

ดูกรัก... สรรพสิ่งเริ่มประปราย ตารารายเป็ลี่ยนวิธึ

ทะเลลึกเนิ่นนานปี มาวันนี้กลายเป็นสูง

(บทที่ ๑๐/๒๖๑)

๑๖๕. เข้าหาผี

คำถาม

จะแก้ความกลัวผียังไง

คำตอบ

เอาอย่างผู้ตอบปัญหาสิ เข้าให้ถึงความจริงเรื่องของผี
แล้วจะไม่กลัวผี ในหนังสือ “ทางสายเอก” เคยเล่าไว้

๑๖๖. จิตประภัสสร

คำถาม

จิตประภัสสรมีลักษณะอย่างไรเช่นเห็นแสงสว่างหรือไม่

คำตอบ

อ่านคำตอบในข้อ ๑๐๗ หน้า ๙๒

ลูกรัก... คีต ๕ ไม่วิหารร้าย ไม่วิถีโง่ ไม่วิถีเรื้อ
ไม่พูดปด และไม่หมดสติ

(ปีที่ ๔/๒๗๔)

๑๖๗. ความจำเสื่อม

คำถาม

บางคนเมื่ออายุสังขารล่วงไปจะมีโรคภัยไข้เจ็บมาเบียดเบียนเสมอ จนมีโรคทางสมองเรียกว่า ความจำเสื่อม ถ้าคน ๆ นั้นไปกระทำผิดในศีล ๕ บ้างจะจัดเป็นการละเมิดผิดศีล หรือไม่ และมีผลเป็นบาปมากน้อยเพียงใด

คำตอบ

โรคความจำเสื่อม ความเข้าใจทางโลกบอกว่ามีต้นเหตุมาจาก ความชรา พยาธิสภาพ อุบัติเหตุทางสมอง ฯลฯ แต่ในทางธรรมบอกว่า มีต้นเหตุมาจากจิตที่ขาดสติ ใครผู้ใดก็ตามขาดสติแล้วไปละเมิดศีล ๕ ถือว่าเป็นบาป แต่จะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับกรรมที่ทำเช่น ละเมิดศีลข้อ ๑ บาปมากกว่า ละเมิดศีลข้อ ๕

ลูกรัก... ความอ่อนน้อมถ่อมตน ถือว่าเป็นหัวใจของ

คุณธรรม สัจธรรม ธรรม

รวมทั้งเป็นหัวใจของอีกหลายหลายสิ่งเช่นนี้

ควรจะทำให้มีอยู่ในคำว่าศิษย์ที่ดี

และควรมีอยู่เสมอให้เห็นเป็นปกติ

(บทที่ ๑/๒๗๖)

๑๖๘. ไตรสรณคมน์

คำถาม

นักบวชนอกเขตพระพุทธศาสนาเช่น ท่านฤาษีชีไพร ที่มีการสั่งสอนอบรมธรรมะ ในหมู่คนที่ศรัทธาฉันนั้น ถ้าเราไปร่วมกิจกรรมในสังคมนั้น ๆ “ไตรสรณคมน์” จะขาดจริงหรือไม่

คำตอบ

ไปร่วมกิจกรรมอบรมสั่งสอนธรรมะของฤาษียังไม่ขาดจากไตรสรณคมน์ ถ้าเอาธรรมะของฤาษีมาเป็นที่พึ่งที่เคารพบูชา ถือว่าขาดจากไตรสรณคมน์

๑๖๙. ตอบง่าย

คำถาม

การที่บุคคลในครอบครัว ประสบอุบัติเหตุเสียชีวิต พร้อมกันทั้งครอบครัวแสดงว่า เคยทำกรรมร่วมกันใช่หรือไม่

คำตอบ

ใช่

๑๗๐. ปล่อยไปตามกรรม

คำถาม

ทำอย่างไรถ้าเรามีญาติผู้ใหญ่ที่กำลังป่วยใกล้จะตาย จะทำให้ท่านหมดความทรมาน

คำตอบ

ผู้รู้ปล่อยให้เป็นไปตามกรรมของเขา แต่ในมุมมองของชาวโลกเห็นว่าเป็นคนใจดำ

๑๗๑. พุดแบบโหนติ

คำถาม

ถ้าได้ข่าวว่าคนรู้จักหรือญาติผู้ใหญ่เสียชีวิต จะต้องพุดว่าอะไรคะ

คำตอบ

พระสงฆ์มักจะพุดว่า “ไปที่ชอบที่ชอบเถิดโยม” ถ้าเป็นฆราวาสมักจะพุดว่า “ไปสู่สุคตินะ” ผู้ตอบปัญหาเห็นว่าพระสงฆ์พุดถูก ชอบไม่ตีไปเกิดในที่ไม่ดี ชอบดีก็ไปเกิดในที่ดี แล้วคุณล่ะคิดว่าจะพุดแบบไหน

๑๗๒. ผู้ร่วมวงจรกรรม

คำถาม

อาชีพรู้จัก “นักสืบ” จัดเป็นมิจฉาอาชีพะด้วยหรือไม่ที่ไปสร้างความเดือดร้อนให้อีกฝ่ายแต่อีกฝ่ายถูกใจ มีผลเป็นอกุศลบาปติดตัวด้วยหรือไม่ และจะมีแนวโน้มผลกระทบในอนาคตอย่างไร

คำตอบ

เป็นอาชีพที่ไม่ดี เพราะทั้งสองฝ่ายกำลังใช้หนี้กรรมกัน แล้วคุณเข้าไปมีส่วนร่วมในวงจรกรรมของเขา คุณต้องรับอานิสงส์บาปนั้นด้วย ผลกรรมในอนาคต ที่จะได้รับคือถูกจองเวร ทำให้ชีวิตมีอุปสรรคและปัญหาความเดือดร้อนเกิดขึ้นกับตัวเองหรือบริวารได้

ดูกรัก... วิธีทางของการทำความรู้จักตัวเองนั้น
มันต้องเริ่มต้นมาจากการแยกสิ่งดีและไม่ดี ของตนเองให้ได้
และเมื่อใดที่สามารถแยกทั้งสองสิ่งนี้ออกจากตนได้แล้ว
เจ้าก็จักมีโอกาส เลือกรับทั้งสองสิ่งนั้นได้
อย่างผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน และตราใจ ที่เจ้าต้องการหยุด
เจ้าจักหยุดมันได้ อย่างที่เจ้าต้องการ

(บทที่ ๒๙/๑๒๐)

๑๗๓. เพื่อระลึกถึงคุณความดี

คำถาม

ในสมัยพุทธกาล เมื่อพระพุทธองค์ได้ทรงปรินิพพานได้ ๗ วันก็มีการอัญเชิญถวายพระเพลิงพระบรมศพ รวมทั้งพระอัครสาวก สาวิกา องค์อื่น ๆ ต่อ ๆ มา ก็เช่นกัน แต่ในปัจจุบัน บางสำนักจะเก็บร่างสรีระศพของอาจารย์พระเถระ พระเกจิ ไว้ในโลงแก้ว เพื่อให้คนได้กราบไหว้กัน ถาม ท่านอาจารย์มีทัศนคติความเห็นในข้อนี้อย่างไร

คำตอบ

เรื่องนี้ขึ้นอยู่กับความเชื่อของคนในสังคม ชาวอียิปต์โบราณ จึงได้เก็บรักษาศพไว้ในรูปของมัมมี่ เมื่อถามผู้ตอบปัญหาว่ามีความเห็นในเรื่องนี้อย่างไร ผู้ตอบปัญหาเห็นว่าหากเก็บศพไว้เพื่อกราบไหว้บูชา เพื่อระลึกถึงคุณงามความดีของผู้เคยเป็นเจ้าของร่างศพ ก็ไม่น่าจะผิด คงไม่ต่างอะไรกับที่ชาวพุทธกราบไหว้บูชาพระธาตุเจดีย์ที่บรรจุวัตถุ (พระธาตุ พระบรมธาตุ) ที่เคยเป็นร่างของผู้มีคุณงามความดี แล้วทิ้งร่างจากไป

ดูทีวี... บารมี แปลว่าเต็ม คือ อิ่มทุกอย่าง

คนมีบารมี คือ คนที่มีจิตใจดีให้ตลอดเวลา

(บทที่ ๕๕/๗๗)

๑๗๔. ดูให้ออก

คำถาม

การที่เราเป็นภรรยาที่มีสามีประพฤติผิดหลายอย่าง ทำตัวไม่ดี ในขณะที่เราอยู่บ้านเดียวกัน หนูทราบดีว่าคุณแม่รัก เป็นห่วงหนูกับลูก ๆ จึงทำให้คุณแม่หนูไม่ชอบสามีหนูนัก จะชอบบ่นว่าเขาตอนที่เขาไม่อยู่ ในฐานะที่หนูเป็นคนกลางจึงลำบากใจ แต่ก็คิดว่าชาติก่อนเรา ๓ คน คงทำอะไรร่วมกันมา จึงเป็นเช่นนี้ การที่ภรรยาไม่ดั่งสามีให้ทำตัวดีเลิกผู้หญิง การพนันฯลฯ ถือว่าทำหน้าที่บกพร่องไหม เคยเตือนเขาแล้วแต่ไม่ฟัง จึงคิดว่าถ้าเราไม่สนใจเขาแต่เราดูแลลูก ๆ คุณแม่ท่านจะได้สบายใจ ยึดธรรมะเป็นที่พึ่ง ปฏิบัติธรรมต่อไป เมื่อไรที่หมดเวรหมดกรรมก็ต่างคนต่างไป ถือเอาเขาเป็นครู คอยดูให้รู้ว่าเรารู้สึกอย่างไรคิดถูกหรือไม่คะ ช่วยแนะนำด้วยคะ

คำตอบ

ไม่ถึงว่าทำหน้าที่บกพร่อง เพราะเตือนสามีแล้ว ให้กลับมาประพฤติตนเป็นคนดี เขาฟังแต่ไม่ทำตามก็เป็นเรื่องของเขาคูณต้องประพฤติจริยธรรมของลูกที่ดีต่อแม่พ่อและขณะเดียวกัน คุณมีลูกเป็นของตัวเอง ก็ต้องประพฤติจริยธรรมของแม่ที่ดีต่อลูกของคุณเองเอาสามีเป็นครูที่ไม่ดีไว้เป็นตัวอย่างสอนใจคุณ ทางชีวิตของตัวเองใครชอบดีก็ไปดี ใครชอบไม่ดีก็ไปไม่ดี จริงไหม

๑๗๕. อยู่ที่โปรแกรมจิต

คำถาม

สมัยเด็กฝันเห็นพระพุทธเจ้านั่งสมาธิฝันเห็นซีโครงใต้ต้นโพธิ์ แต่โตมาหนูชอบสวดมนต์แต่ก็ตีมเหล้าคือมีดีและไม่ดีในตนเองเพราะอะไร

คำตอบ

เพราะในดวงจิตของคุณ มีทั้งโปรแกรมจิตที่ดีและโปรแกรมจิตที่ไม่ดี ถูกเก็บบันทึกไว้ในจิตนั่นเอง

๑๗๖. ทางชีวิตเลือกได้

คำถาม

ทางสาธารณสุขประชาสัมพันธ์ให้เลี้ยงปลาหางนกยูงในอ่างบัวเพื่อกันยุง ถ้าผู้เลี้ยงให้อาหารเม็ดประกอบด้วย ปลาไม่อดอาหารจะบาปไหม

คำตอบ

ปลากับยุงมีเวรกรรมต่อกัน คุณเข้าไปมีส่วนร่วมในวงจรกรรมระหว่างปลาและยุง ถือเป็นบาปได้ ถ้าไม่ปลุกบัวในอ่างน้ำก็ไม่ต้องเลี้ยงปลา บาปก็ไม่เกิดขึ้น

๑๗๗. เพราะมีราคะ โโลภะจึงเกิด

คำถาม

ราคะอยู่ในกิเลสข้อใด โโลภะ โทสะ โมหะ

คำตอบ

จัดอยู่ในข้อโลภะ เหตุเพราะมีราคะ โโลภะจึงเกิดขึ้น

๑๗๘. นั่งถึงไหน

คำถาม

เคยนั่งสมาธิถึงตอนหนึ่ง ขณะนั้นจิตรับรู้เสียงต่าง ๆ ที่มากระทบแต่เสียงเหล่านั้นไม่สามารถมารบกวนให้จิตรำคาญได้และตอนนี้หนึ่งจิตรับรู้ว่าร่างกายกำลังจะลอยขึ้นแล้ว แต่ยังไม่ลอยแต่จิตนั้นก็ถามว่าจะลอยขึ้นหรือจะหยุดก่อน ก็เลยขอหยุดก่อนก็รู้สึกตัวว่าตัวหนักขึ้น อยากรียนถามว่านั่งสมาธิตอนไหนแล้ว

คำตอบ

นั่งถึงตอนที่จิตมีกำลังของสมาธิเพิ่มขึ้นถึงระดับหนึ่ง

นะสี

๑๗๙. หมอแนะนำถูก

คำถาม

ตอนนี้อายุ ๖๘ ปี เพิ่งหัดนั่ง เจริญสติโดยนั่งตามแบบชาวขวาทับขาซ้าย บางครั้ง ปวดเข่ามาก ทางแพทย์บอกว่านั่งสมาธิมากเข้าจะเสีย ควรจะฝึกทนต่อไป ตามที่อาจารย์ ดร.สนอง บรรยายว่าธรรมชาติของพระพุทธเจ้าต้องเอาชีวิตเข้าแลก หรือควรเปลี่ยนวิธีการนั่งดี ขณะนี้เขายังดีใช้วิ่งจ็อกกิ้งได้

คำตอบ

ตอนที่ผู้ตอบปัญหาไปฝึกกรรมฐานอยู่กับท่านเจ้าคุณ โชดก ยังอยู่ในวัยหนุ่มใหญ่ จึงปฏิบัติกรรมฐานดังที่บอกไว้ได้ คุณเจริญวัยมาจนมีอายุได้ ๖๘ ปีแล้ว จะทำอย่างผู้ตอบปัญหาคงไม่เหมาะ หมอแนะนำถูกแล้ว เชื้อเขาเถอะ ใช้วิธีนั่งเก้าอี้แทนก็ปฏิบัติธรรมได้นะ

ดูกรัก... พ่อได้ค้นพบว่า อำนานสูงสุด พลังสูงสุด
พระเจ้าสูงสุด มีอาณัติผู้ใดประทานให้ได้
นอกจากเรายังฝึกฝนเรียนรู้แสวงหาจากตัวเราเอง

(บทที่ ๒๔/๑๑๙)

๑๘๐. ขาดศีลข้อเดียว

คำถาม

การรักษาศีล ๕ ถ้าเผลอไปตบยุงตาย ๑ ตัว หมายความว่า
ว่า วันนี้เราขาดศีลทุกข้อใช่ไหม

คำตอบ

ขาดศีลข้อปาณาติบาตข้อเดียว ข้อที่รักษาไว้ได้ไม่ขาด

๑๘๑. ถามหมอเด็ก

คำถาม

มีเด็กคนหนึ่งอายุประมาณ ๓ ขวบแล้ว แต่ไม่ยอม
ทานข้าว (ทานแต่นม) พ่อแม่ทำอะไรก็ไม่ยอมทาน บางครั้ง
ทานแล้วก็ออกมาหมดและเด็กชอบเล่นหนังตะลุงมากเล่นได้
ตลอดเวลา (ขอบคุณด้วย) มีวิธีแก้ไขไหมครับ เกิดจากอะไร

คำตอบ

ถามหมอเด็กที่เป็นแพทย์แผนปัจจุบัน เขามีความรู้ใน
เรื่องนี้ดีกว่าผู้ตอบปัญหาเสียอีก

๑๘๒. อุทิศบุญใช้หนี้เก่า

คำถาม

ได้ฝึกนั่งสมาธิอยู่กับบ้าน ไม่เคยไปวัด (กรณีหลายวัน) เนื่องจากครอบครัวยังไม่พร้อม จิตเริ่มมีสมาธิและนั่งสงบ (เพราะไม่ทราบว่าตนอยู่ระดับไหน) อยากทราบว่าจำเป็นต้องไปวัดเพื่อฝึกกับครูบาอาจารย์หรือไม่ เวลาจะทำบุญถ้าเป็นบุญเล็ก ๆ ก็จะช่วยเล็ก ๆ ก่อนไป ถ้าเป็นการไปทำบุญใหญ่ก็จะช่วยมาก ๆ ก่อนไป เป็นเพราะอะไร จะแก้ไขตรงนี้ได้อย่างไร

คำตอบ

ถ้าได้ฝึกกับครูผู้รู้มีประสบการณ์ เขาจะได้แนะนำได้ถูกตรงแนวทาง จะได้ไม่เสียเวลาให้เนิ่นนานกับการแก้ปัญหาด้วยตัวเอง ถ้าโอกาสเปิดให้ น่าจะไปฝึกที่วัดหรือสำนักปฏิบัติธรรมดูบ้าง

เรื่องความเจ็บป่วย เป็นเพราะอกุศลวิบากตามให้ผล เหตุเพราะคุณเคยทำกรรมไว้กับเจ้ากรรมนายเวร วิธีแก้ไข ต้องอุทิศบุญให้กับเจ้ากรรมนายเวรทุกครั้งที่ทำความดี ในสมัยที่ผู้ตอบปัญหาไปฝึกกรรมฐานอยู่กับท่านเจ้าคุณโชดก ท่านให้ผู้ตอบปัญหาอุทิศบุญกุศลให้แก่เจ้ากรรมนายเวร ทุกวันเมื่อเสร็จสิ้นการปฏิบัติประจำวัน

ดูกรัก... โดดอย่างต้นอ้อ ต้อ โตแต่ตัว แต่สมองไม่โต

(บทที่ ๑๐๓/๓๗๑)

๑๘๓. ปรบมือข้างเดียว

คำถาม

คนที่เขาไม่ชอบหน้าเรา อาจจะเป็นอดีตชาติมีกรรมเวรต่อกัน เราพยายามอภัยทานเขาตลอดมา แต่เขายังพูดจาเสียดสีเราทุกวัน (โต๊ะทำงานนั่งติดกัน) เขายังไม่อภัยให้เราในชาตินี้ชาติต่อ ๆ ไปเขายังผูกพยาบาทจองเวรกับเราอีกหรือไม่ คือถ้าอีกคนยังไม่อภัย แต่อีกคนอภัยแล้วจะยังจองเวรอีกหรือมี คือเมื่อไรจะขอโอสถกรรมหมดสิ้นเวรต่อกัน

คำตอบ

เมื่อขออภัยแล้วเขาไม่ยกโทษให้ ยังไม่สำคัญเท่ากับว่าคุณต้องให้อภัยเขาและไม่ก่ออกุศลกรรมกับเขาอีกต่อไป เขาจองเวรกับคุณอยู่ฝ่ายเดียวมันเป็นเรื่องของเขา ดูตัวอย่างของพระเทวทัตจองเวรพระพุทธโคดมสิ ในที่สุดพระเทวทัตต้องลงไปเกิดเป็นสัตว์นรก แล้วพระพุทธโคดมทิ้งรูปนามไปสู่พระนิพพาน ด้วยเหตุนี้พระพุทธะจึงตรัสว่า “เวรย่อมระงับด้วยการไม่จองเวร” แล้วเวรกรรมจะติดตามได้อย่างไร

ลูกรัก... กิเลสทั้งหลายเราเองเป็นผู้สร้าง
และสะสมมาตั้งแต่ยังเล็กเล็ก น้อยน้อย
แต่เดิมนานว่า ทุกข์เพราะกิเลสได้ใจ

(บทที่ ๒๒/๑๘๔)

๑๘๔. พระโสดาบัน

คำถาม

เราจะรู้ว่าเราปฏิบัติได้ระดับโสดาบันแล้วหรือยัง
ลักษณะของโสดาปัตติผลจิตมีลักษณะอย่างไร

คำตอบ

เมื่อใดที่จิตเข้าถึงความเป็นพระโสดาบัน จะรู้เห็น
เข้าใจด้วยตัวเอง ลักษณะของพระโสดาบันคือละสังโยชน์ ๓ ได้
(ละสักกายทิฏฐิ ละวิจิกิจฉา ละสีลัพตปรามาส)

๑๘๕. กรรมที่ก่อไว้ก่อน

คำถาม

ตัวดิฉันเป็นคนตั้งใจทำมาหากินมาตั้งแต่เด็ก ๆ ทำบุญ
ใส่บาตรและสวดมนต์ตามกำลังทรัพย์และเวลามาตลอด ดิฉัน
ไม่ทราบว่าเป็นมาจากกรรมเก่าหรือเปล่า ทำไมจึงเจอสามที่ไม่
ขยันและชอบดื่มเหล้าเป็นประจำ

คำตอบ

นั่นแหละคู่เวรกรรม ที่ผูกกันไว้แต่ชาติปางก่อน

๑๘๖. พรหมลูกฟัก

คำถาม

ก่อนนอนสวดมนต์แล้ว ตั้งสตินอนหลับเมื่อหลับเพื่อ
รู้สึกดับไป รู้ตัวตื่นตอนเช้ามีความสงสัยว่าขณะที่หลับดิ่ง ไม่มี
สติรู้ตัวเลย ถ้าตายไปในขณะนั้น จะกลายเป็นพรหมลูกฟัก
หรือไม่ ถ้าใช่จะมีวิธีแก้ไขให้รู้ตัวตลอดเวลาที่หลับได้อย่างไร

คำตอบ

คนนอนหลับสนิท จิตจะเข้าสู่ภวังค์ เป็นจิตที่ไม่มีสติ
ไม่ระลึกอะไรทั้งสิ้น หากตายในขณะนั้นจะไปเกิดตามแรง
กรรมที่ทำให้เกิดสังขมไว้ในดวงจิต ไม่สามารถไปเกิดเป็นพรหม
ลูกฟักได้ เพราะมิได้ทำเหตุแห่งการเป็นอสังขณีสัตตาพรหมไว้
คนที่จะไปเกิดเป็นพรหมลูกฟักต้องมีจิตจดจ่ออยู่กับการบริการ
คำว่า “อสังขณฺณิ อสังขณฺณิปิ ๆ ๆ” จนจิตดิ่งเข้าสู่ฌาน ๔ แล้วจิต
หลุดออกจากร่าง (จตุติ) จึงจะไปเกิดเป็นพรหมลูกฟักได้

ลูกฟัก... วิมุตติธรรม คำสอนนี้ พระศาสดามีได้ทรงปฏิบัติแล้ว
ไม่มีอะไร แต่ทรงบอกว่า อะไรเหล่านั้น มิได้มีตัวตน
ไอ้..ที่แท้ มันเป็นเพียงธรรมชาติแห่งธาตุ
และอะไรเหล่านั้น ก็ทำงานไปตามลักษณะ ของมันเองเท่านั้น

(บทที่ ๕๓/๑๔๘)

๑๘๗. เหตุเกิดเพราะรู้ไม่จริง

คำถาม

เวลาที่คำถามหรือข้อสงสัยในใจมันแย้งกันอยู่เดียวกัน
ไปมาเหมือนคนสองคนเถียงกันจะทำอย่างไร

คำตอบ

พัฒนาจิตจนเกิดปัญญาเห็นแจ้งได้แล้ว ปัญหาที่ถาม
ไปจะไม่เกิดขึ้น

๑๘๘. รู้ได้อย่างไร

คำถาม

การเกิดปัญญาเห็นแจ้งคืออาการอย่างไร รู้ได้อย่างไร

คำตอบ

ปัญญาเห็นแจ้งคือเห็นถูกตรงตามที่เป็นจริง โดยไม่มี
กาลเวลามาทำให้ความจริงที่เคยเป็น แปรเปลี่ยนไปเป็นความ
ไม่จริง จะรู้เห็นเข้าใจ เรื่อง “ปัญญาเห็นแจ้ง” ได้ ต้องปฏิบัติ
วิปัสสนากรรมฐาน จนจิตเข้าถึงความเกิดดับ ของสรรพสิ่ง
เป็นไปตามกฎไตรลักษณ์ได้แล้ว ปัญญาเห็นแจ้งจึงจะเกิดกับ
จิตของผู้เข้าถึง

๑๘๙. ไปให้สุดทางธรรม

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์ ดร. สนอง

ดิฉันเป็นผู้หนึ่งที่ได้ฟังเทศน์ของอาจารย์มานานแล้ว และดิฉันก็ปฏิบัติธรรมโดยการสวดมนต์ เติมนิจกรรม นั่ง สมาธิ สม่ำเสมอ เกือบจะทุกวัน จนพบความเปลี่ยนแปลงของตัวเองมากขึ้น คือรู้จักตัวเองมากขึ้นจนไม่อยากจะคิดว่าตัวคนที่แท้จริงนี้ยังไม่มีความดีเลย เมื่อก่อนมองไม่ออก แต่ตอนนี้รู้ตัวเองพยายามระวังแต่ก็ไม่ใช่ง่ายเลย เพียงแต่รู้สึกว่ ทุกข์กับเหตุการณ์ในชีวิตประจำวันน้อยลง และพยาบาลน้อยลงเรื่อย ๆ ไกรธน้อยลง แต่ก็มีอยู่ กว่าที่จะรู้อย่างนี้ว่าเราเริ่มทำแต่สิ่งไม่ดี ก็หลังจากรู้จักและสนใจปฏิบัติธรรม มากกว่าหลายปี แต่ยิ่งทำยิ่งสงสัยกับความเปลี่ยนแปลงของตัวเอง เลยอยากรบกวนอาจารย์ช่วยไขข้อข้องใจดังนี้

เมื่อก่อนเห็นพวงมาลัยจะต้องซื้อมาถวายพระพุทธรูปที่บ้านถ้ามีโอกาสและรู้สึกสุขที่ได้ถวาย แต่ตอนนี้ เห็นก็เฉย ๆ ความรู้สึกบอกว่าไม่จำเป็นเพราะไม่ใช่สาระ ที่จะปฏิบัติ

คำตอบ

การระลึกถึงบุญคุณของพ่อแม่แล้วทำการบูชาด้วยวัตถุ เช่น อาหาร เสื้อผ้า ยา ดอกไม้ ฯลฯ ลูกผู้ได้กระทำเช่นนี้แล้ว มงคลชีวิตจะเกิดขึ้นแก่ลูก เช่นเดียวกันการบูชาคุณของ

พระพุทธเจ้า ด้วยการซื้อพวงมาลัยดอกไม้ไปถวายพระพุทธรูป (อามิสบูชา) และยังได้บูชาคุณของพระพุทธเจ้า ด้วยการนำตัวเองเข้าปฏิบัติธรรม (ปฏิบัติบูชา) นั้นได้ชื่อว่าเป็นการบูชาสูงสุด และยังได้เข้าถึงปัญญาเห็นแจ้งได้เมื่อใด เมื่อนั้นแหละคุณจะเลือกทำในสิ่งที่ดีกว่า เลือกทำในสิ่งที่ป็นสาระมากกว่านั่นเอง

๑๙๐. ให้ทานด้วยสติสัมปชัญญะ

คำถาม

เมื่อก่อนเวลาทำบุญให้ทานจะรู้สึกสุข แต่ตอนนี้ก็ทำไปทุกครั้งที่มีโอกาสทำแต่กลับเฉย ๆ ไม่รู้สึกปลื้มปิติ แต่อย่างไร แต่ก็ทำโดยอัตโนมัติทุกครั้งที่มีจังหวะมา เช่นถ้าไปพบตู้บริจาคทานที่ใดก็หยอดไปเรื่อย ๆ แต่ใจกลับเฉย ๆ

คำตอบ

ทำทานด้วยใจศรัทธา และตั้งใจให้ทาน โดยไม่หวังสิ่งใดตอบแทนกลับมาสู่ตน นั้นแหละคือผู้มีจิตเป็นอิสระจากทานที่ทำ สรรพทุกสิ่งใด ๆ เมื่อได้กระทำแล้วและระลึกได้ว่าผลที่ตกลงไปเป็นความดีงามและไม่ติดในความดีนั้น เป็นการกระทำของปราชญ์ของผู้รู้จริง

๑๙๑. หูแว่วเสียง

คำถาม

เวลาหลับตามีความดันออกทางสมองด้านซ้าย (หู) คล้ายเสียงหึ่งของผึ้งหมายความว่าถึงความสงบหรือไม่

คำตอบ

ไม่ใช่ เป็นความผิดปกติของร่างกายควรปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านหู คอ จมูก

๑๙๒. ได้อยู่แล้ว

คำถาม

ดิฉันขออนุญาตตัดลอก “คำขอขมาและอธิษฐานจิตของท่านอาจารย์ซึ่งอยู่ในหนังสือสนทนาภาษาธรรมเล่ม ๑ เพื่อแจกเป็นธรรมทานจะได้ไหมคะ (โดยเขียนว่าตัดลอกมาจากหนังสือสนทนาภาษาธรรมเล่ม ๑ โดยดร.สนอง วรอุไร)

คำตอบ

ได้ อนุญาต

๑๙๓. นาฬิกาแห่งชีวิต

คำถาม

เมื่อก่อนนั่งสมาธิจะเกิดปีติมากมายจนเคยเหมือนกับ
กายทิพย์หลุดมาครึ่งตัวแล้วมีเสียงบอกให้ออกมา ให้หมดตัว
แต่กลัว (ตั้งแต่นั้นมาเลยเชื่อว่าเราไม่ได้มีแค่ชาติเดียว) ตอนนี้
เวลานั่งจะมีปริศนาธรรมมากมายผุดมา เช่น ตา หู จมูก ลิ้น
กายใจ บางครั้งก็พิจารณาตาม บางครั้งเหมือนนั่งมากแต่ไม่
เกิดอะไรนอกจากจะเบียดหัวและเริ่มส่องร่างเป็นจุด ๆ แต่พอ
จะไปลึก ก็จะมีเสียงท่องพุทระ พุทธาทำให้รู้ว่าต้องลืมตา เหมือน
การนอนชั่วคราวตอนเข้าในรถ พอเสียงนี้มาก็จะลืมตาก็ได้เวลา
ต้องไปทำงานทุกที ไม่ ทราบเพราะอะไร

คำตอบ

เพราะจิตมีความตั้งมั่นเป็นสมาธิ จนเป็นปรกตินั้นแหละ
ความเที่ยงตรง (biological clock) ของจิตในการระลึกถึง
หน้าที่ที่จะต้องทำจึงเกิดขึ้นอย่างทันเวลา รักษากำลังใจเช่นนี้
ให้คงอยู่แล้วจะดีเอง

ดูกรัก... มรดกของปู่เจ้า ที่มอบให้กับพ่อ คือ คำสั่งที่ว่า
เจ้าเองเป็นที่พึ่งของตนเองได้ และ ทำตนให้ผู้อื่นพึ่งได้ด้วย

(บทที่ ๖๖/๑๕๗)

๑๙๔. ถึงทางสองแพร่ง

คำถาม

ไม่รู้ว่าเป็นอะไรเวลาพูดและทำอะไรไปแล้วจะมีความรู้สึกเหมือนมาสรุปว่าเราทำไม่ดีหรือดีไปก็อย่างในวันนี้ หรือเราทำไม่ถึงสร้าง สิ่งไม่ดีฝังในจิตอีกแล้ว

ขอรบกวนอาจารย์แค่นี้ค่ะ ขอแสดงความนับถือ

คำตอบ

กำลังของสติที่มีอยู่ระดับหนึ่ง เป็นเหตุให้ระลึกรู้ในสิ่งที่ได้ทำไปแล้วทั้งดีและไม่ดี ควรเจริญพละธรรม ๕ ให้ยิ่ง ๆ ขึ้น เพื่อสติและปัญญาจะได้มีพลังมากขึ้น แล้วเมื่อนั้นการกระทำที่เกิดขึ้นจะมีแต่สิ่งดีงามล้วน ๆ

ดูกรรัก... ท่านปู่สอนพ่อว่า ความเลื่อมจากทรัพย์สิน
เลื่อมจากยศ ความเลื่อมจากญาติ และบริวาร
เหล่านี้ถือเอาเป็นความเลื่อมเพียงเล็กน้อย
ความเลื่อมที่ยิ่งใหญ่ และนับว่าเลวร้ายนั่นคือ
ความเลื่อมจากปัญญา
ในทางกลับกัน ความเจริญอันใดที่ยิ่งใหญ่และเป็นยอด
เท่ากับการเจริญปัญญาเป็นไม่มี

(บทที่ ๒๕/๑๘๗)

๑๕๕. ทำบุญหรือทำบาป

คำถาม

เรียนถามอาจารย์ดังนี้ครับ

การทำบุญอุทิศส่วนกุศลทางภาคอีสานส่วนใหญ่แล้ว
เขาจะฆ่าสัตว์อย่างหมู วัว อื่น ๆ อย่างนี้แล้วจะยังได้กุศลอยู่
หรือครับ แล้วจริง ๆ แล้วการทำบุญอุทิศส่วนกุศลให้บิดา
มารดาและญาติที่ถูกต้องควรทำอย่างไร

คำตอบ

การฆ่าสัตว์เป็นการกระทำที่ผิดศีลข้อปาณาติบาต เมื่อ
ทำสำเร็จแล้วผลของบาปจะถูกล้างสมอยู่ในจิต

ส่วนการทำบุญ ต้องทำตามที่ระบุไว้ในบุญกิริยาวัตถุ ๑๐
เมื่อทำแล้วผลบุญจะถูกล้างสมไว้ในจิต ผู้มีบุญอยู่ในจิตสามารถ
อุทิศบุญกุศลให้กับบิดามารดาและญาติได้

สุกวีร์... ธรรมะที่แท้จริงนั้น มิใช่เรียนได้จากตำรา
หรือฟังได้จากเสียง แต่เสียงและตำราเป็นเพียง
เครื่องมือปกถึงวิถีเข้าถึงธรรมะเท่านั้น

(บทที่ ๑๓/๑๗๙)

๑๙๖. ไม่เป็นโทษ

คำถาม

เมื่อเดือน ธันวาคม ๔๘ กระผมได้นำข้อความบาง ส่วนของหนังสือของอาจารย์เรื่อง ทำชีวิตให้ดีและมีความสุข (หน้า๙๙) เขียนเป็นบทความเพื่อเข้าประกวดในบริษัทโดยไม่ได้ ขออนุญาตกระผมขอกราบขอขมาอาจารย์ อย่าให้กระผมมี บาปเลยนะครับตามตัวอย่างดังนี้

เรื่อง อาชีพเสริมสามารถทำควบคู่ไปกับการประจำได้ จริงหรือ

อีกสิ่งหนึ่งที่ทำให้คนเรามีความสำเร็จในชีวิตคือมีงานทำ เพราะชีวิตคืองาน งานคือชีวิต ทุกคนที่มีชีวิตต้องมีงาน หมด ชีวิตเมื่อไรก็หมดงาน งานที่ดีนั้นต้องทำแล้วไม่ผิดกฎหมาย สร้างประโยชน์ ไม่เบียดเบียน ไม่ทำให้ใครหลงงมงาย นั่นนับ ว่าดีหมด ดังนั้นการทำงานให้สำเร็จได้ ต้องมีความมุ่งมั่นเพียง หนึ่งเดียวแต่หากว่างงานที่ทำเป็นงานหลักนั้น มีเวลาว่างนอก เวลางานประจำ พอให้เราทำงานอื่นเป็นอาชีพเสริมได้โดยไม่ กระทบกับวันเวลาของงานประจำ และมีเวลาว่างพอให้เราพักผ่อนได้ มิใช่ว่าพอทำงานเสริมแล้วมาเบียดบังวันเวลาของงาน ประจำอย่างนี้ เป็น ไม่ดีแน่ๆ เพราะจะทำให้เสียประโยชน์ของ ทั้งสองฝ่าย นายจ้างก็จะเสียงานที่ควรจะได้ ลูกจ้างก็จะเสีย ความน่าเชื่อถือเพราะงานหลักเป็นความสมัครใจของทั้งสองฝ่าย ที่ได้ยอมตกลงกันไว้แต่แรกแล้วเมื่อคิดที่จะทำอาชีพเสริมแล้ว

ต้องเลือกอาชีพที่จะทำนั้นไม่ให้เกิดกับอาชีพหลักได้จริงๆ จึงจะถือว่าเป็นประโยชน์ต่อผู้มีอาชีพเสริมได้

ดังนั้นอาชีพเสริมสามารถทำควบคู่ไปกับการประจำได้ แต่ต้องเลือกอาชีพเสริมที่ทำแล้วไม่กระทบกับวันเวลาของงานประจำได้จริงๆ หากความพอเหมาะพอดีให้ได้ก็พอ เมื่อทำดังนี้แล้วก็จะมีความสุขแน่เลยครับ

กราบขมากราบขอบพระคุณท่านอาจารย์มาก ๆ ครับ

คำตอบ

อนุญาตย้อนหลังและไม่เป็นโทษ

ดูกรัก... ความรัก ความพอใจ เป็นเหตุให้เกิดกรรม
และอกรรมทั้งหลาย ความอำ ความยึดถือ ความทะยานอยาก
เป็นเหตุให้เกิดการกระทำทั้งดีและชั่ว
ความสัปการมณั ความพึงพอใจ เป็นเหตุให้รู้การกระทำ
สมาธิเป็นพลังของพฤติกรรม
ความตั้งมั่น ความระลึกรู้เป็นผู้ช่วยสนับสนุนพฤติกรรม
ความใคร่ครวญ ใคร่ครวญ เป็นเครื่องรองรับพฤติกรรม
ความมีคุณ มีประโยชน์ เป็นสภาวะปราศจากโทษ คือ
ประโยชน์ของพฤติกรรม

(บทที่ ๓๖/๑๙๘)

๑๙๗. เป็นพ่อที่ดี

คำถาม

กระผมมีหลานที่น้องสาวภรรยานำมาฝากเลี้ยงไว้คือ พ่อแม่เขาแยกทางกัน ใจผมก็คิดว่าเขาเป็นลูกคนหนึ่งแต่ผมก็ ยังเป็นคนธรรมดา บางทีก็มีวอกแวกบ้างจะทำอย่างไรจะทำให้ มีมีเมตตาอยู่ในใจจริงครับและ จะสอนลูกให้เข้าใจได้ให้ลูกคิด ว่าหลานที่มาอยู่ด้วยให้เขารู้สึกว่าเป็นน้องเขาจริง ๆ

คำตอบ

ต้องพัฒนาตัวเองเป็นผู้มีเมตตาให้ได้ก่อน เพราะ เมตตาเป็นคุณธรรม ที่ประกอบเป็นพรหมวิหาร ๔ พ่อแม่ที่ดี ต้องมีพรหมวิหารอยู่ในใจ นอกจากนี้พ่อแม่ที่ดียังต้องมี จริยธรรมของการเป็นพ่อแม่ และเลี้ยงดูลูกหลานด้วยใจที่ ปราศจากอคติ หากทำได้อย่างนี้แล้ว ความสำเร็จที่คาดหวังไว้ ย่อมเกิดขึ้น

ลูกรัก... ทำชีวิตให้เหมือนการถือแก้วที่มีน้ำเต็ม
รักษาตุลย์ของชีวิต รักษาอารมณ์ อย่าให้พร่อง
ระดับประคอง อย่าให้น้ำกระดกไปกับความโลภ โกรธ หลง

(บทที่ ๑๗/๓๐๕)

๑๙๘. ตามดูความคิด

คำถาม

นั่งสมาธิจิตเป็นประภัสสรไม่มีอะไรเข้าถึงจิตได้ไม่ว่าเสียงดังก็สลายหมดแต่ยังมีความคิดอยู่มออยู่ขึ้นไหนแล้วครับ

คำตอบ

อยู่ในขั้นที่จิตเริ่มเข้าสู่ความเห็นแจ้งตามเป็นจริงว่าเสียงต่าง ๆ ที่เข้ากระทบจิต ดับไปตามกฎไตรลักษณ์ ทำไม่ไม่ตามดูความคิดที่เกิดขึ้นให้ดับไปด้วยละ

ดูกรัก... การที่พ่อฝึกสอนให้เข้าบำเพ็ญสมาธิ หรือเพียรพยายามพร่ำสอนให้เข้าแห่งความรู้สึกล้วนล้วนลงไปในกายของเขานั้น พ่อมิได้มุ่งหวังให้เขาเป็นผู้วิเศษ มีอิทธิฤทธิ์ ปาฏิหาริย์ แต่มุ่งหวังให้เขามีความสะอาดจากอารมณ์ปรุงแต่งทั้งปวง และก็จะส่งผลให้เขามีชีวิตความเป็นอยู่ที่สะอาดขึ้น และพ่อก็คิดว่า พระพุทธเจ้า คงต้องการเช่นนั้นเหมือนกัน ถ้าเป็นไปได้ เขาคงจะทำให้ผู้อื่นสะอาดดังเช่นเขาด้วย น่าจะดี

(บทที่ ๑๓/๓๐๑)

๑๙๙. อารมณ์กับการแก้ไข

คำถาม

เรียน อาจารย์สนอง ที่เคารพอย่างสูง

ดิฉันขออนุโมทนาบุญกุศลที่อาจารย์ช่วยชี้ทางสว่างทางจิตวิญญาณ ให้กับเพื่อนมนุษย์จำนวนมาก ดิฉันได้มีโอกาสฟังการบรรยายธรรมของอาจารย์ทางเว็บไซต์ของชมรมกัลยาณธรรมแล้วเกิดความเลื่อมใสศรัทธามาก โดยเริ่มฝึกปฏิบัติธรรมอย่างจริงจังเมื่อเดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๔๙ โดยไปปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานครั้งแรกที่วัดคลองตาลอง อ.ปากช่อง จ.นครราชสีมา เป็นเวลา ๓ วัน การปฏิบัติธรรมวันที่ ๑, ๒ รู้สึกเจ็บปวดทรมานมาก แต่วันที่ ๓ ระหว่างที่ดิฉันภาวนาหยุดหนอพองหนองแล้วรู้สึกลมหายใจละเอียดลงเรื่อย ๆ จนในที่สุดเหมือนไม่มีลมหายใจแต่ที่ท้องยังมีการพองยุบอยู่ แล้วรู้สึกเหมือนไม่มีลมวิ่งเข้าวิ่งออกจากภายนอก แต่กลับรู้สึกว่ามึลมวิ่งวนเป็นวงกลมอยู่ภายในร่างกาย และลมค่อย ๆ เย็นขึ้น ๆ จนไปสัมผัสกับร่างกายส่วนใด (ร่างกายภายใน) ก็รับรู้ถึงความเย็นวาบของร่างกายส่วนนั้น เช่น ปาก กระพุ้งแก้ม ความรู้สึกของตัวเองในตอนนั้นรู้สึกมีความสุขมาก ระหว่างที่กำลังเกิดอาการดังกล่าว พระอาจารย์ก็เรียกสติให้กลับมาและนำกล่าวคำแผ่เมตตา ช่วงนั้นรู้สึกว่ามึลมเย็นวิ่งออกมาทางปากของดิฉัน และวิ่งออกไปทั่วร่างกาย ออกไปปลายนิ้วมือเท้าแล้วอาการปวดเมื่อยทรมานที่ได้รับมาสองวันก็หายไปทันทีทันใด

ขอรุกขชนชั้น มีแต่ความสุขอิมเอมหัวใจ นึกขึ้นมาคราใดก็ยังขอรุกขชนชั้น

ดิฉันขอเรียนถามอาจารย์ว่า อาการที่ดิฉันได้ประสบระหว่างปฏิบัติกรรมฐานเรียกว่าอะไร และต่อไปควรทำอย่างไร จึงจะเป็นวิธีที่ถูกต้อง

กราบขอบพระคุณอย่างสูงค่ะ

คำตอบ

อาการที่เกิดขึ้นเรียกว่า ปิติ อันเป็นผลสืบมาจากจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิระดับหนึ่ง วิธีลดปิติเพื่อให้จิตตั้งมั่นละเอียดขึ้นและยาวนานขึ้น คือให้กำหนดลมอยู่ในกาย ด้วยการบริกรรมว่า “รู้หนอ ๆ ๆ ๆ” จนลมหยุดและหายไป เมื่อเกิดความรู้สึกเย็นวาบให้บริกรรม “เย็นหนอ ๆ ๆ ๆ” จนความรู้สึกเย็นวาบหายไป และปิติตัวสุดท้ายคืออาการขนลุกขนชันให้ภาวนาหรือบริกรรม “ขนลุกหนอ ๆ ๆ ๆ” จนอาการขนลุกหายไป แล้วจิตจะมีกำลังของสติเพิ่มขึ้น หลังจากนั้นให้ตั้งจิตกลับมาสู่องค์บริกรรมเดิม และหากเมื่อใดจิตเข้าถึงความตั้งมั่นยาวนาน (อุปจารสมาธิ) ให้เอาจิตไปพิจารณาสติปัฏฐาน ๔ เพื่อทำให้เกิดปัญญาเห็นแจ้ง นี่แหละวิธีของนักปฏิบัติธรรมที่เข้าถึงธรรมของพระพุทธร

สุกรีก... ทุกวัน ทุกนาที ต่องตามฉันทจิตที่ก่อกำเนิด ตบดับ
อย่างชนิดที่ไม่ให้มันมีเวลา ที่มีสิ่งสกปรกเข้ามา

(บทที่ ๕๔/๓๔๖)

๒๐๐. ตัวไหนที่ละได้

คำถาม

นั่งวิปัสสนาอยู่จิตวูบเห็นความเกิดดับที่จิตจริง ๆ ไม่ขาดสายเห็นความไม่เที่ยงเป็นทุกข์เป็นอนัตตาที่จิตจริง ๆ วิปัสสนาผมอยู่นั้นไหนแล้วครับ

คำตอบ

อยู่ในขั้นที่จิตเห็นแจ้งในจิต ต่อไปลองเอาจิตที่เห็นแจ้งในจิต สองตุจิตตัวเองสิว่า สังโยชน์ทั้ง ๑๐ ตัว นี่คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส กามราคะ ปฏิฆะ รูปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทธัจจะ และอวิชชา ว่ายังมีกิเลสที่ผูกมัดใจสัตว์ตัวใดบ้าง ที่กำจัดได้หมดสิ้นไปจากใจได้แล้ว และยังมีกิเลสตัวไหนบ้างที่ยังอาศัยใจเป็นที่พักพิงยังกำจัดไปไม่หมด กรุณาบอกให้คนอื่นรู้ด้วย จะได้เอามาเป็นกำลังใจ ปฏิบัติให้เกิดความก้าวหน้าให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป

สุภกิระ... เข้าใจรู้เถอะว่า การเข้าถึงและทำความเข้าใจกับตัวเรา
ของเจ้าล้วนล้วน นั้นแหละ คือ
พื้นฐานของการศึกษาวิชาธรรมชาติ

(บทที่ ๑๐๐/๓๘๘)

๒๐๑. บุษบา...ต้องมีเหตุผล

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์ที่เคารพ

การถวายข้าวพระพุทธ ไม่จำเป็นใช่หรือไม่คะ

คำตอบ

การบูชาพระพุทธเจ้า ปฏิบัติบูชาเป็นการบูชาสูงสุดมี
อานิสงส์มากกว่า อามิสบูชา (ปกติบูชาด้วยดอกไม้ธูปเทียน) ส่วน
การถวายข้าวแก่พระพุทธรูป ถ้ามีเจตนาเป็นทานแล้วผิดทาง
เพราะพระพุทธรูปฉันข้าวไม่ได้...จริงไหม

๒๐๒. เรื่องของเขา

คำถาม

หากที่ทำงานมีเพื่อนร่วมงานและเจ้านายทำผิดศีลแล้ว
เราเป็นลูกน้อง ต้องทำตามคำสั่ง จะทำอย่างไรดีคะ

คำตอบ

ทุศีลเป็นเรื่องส่วนตัวของคุณคน ในฐานะที่เป็นลูกน้อง
ต้องประพฤติจริยธรรมการเป็นผู้ใต้บังคับบัญชาให้ครบถ้วน
และต้องทำหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จ เพราะนี่เป็นเรื่อง
ของส่วนรวมที่คุณอาสาเข้าไปทำงานให้กับองค์กร

๒๐๓. ปรับความเห็นให้ถูกต้อง

คำถาม

อ.สนองที่เคารพ

หนูอยากทราบว่าหากเราบังเอิญได้รู้จักกับคน ๆ หนึ่ง
คุยกันเหมือนรู้จักกันมานาน มีความรู้สึกที่ดีต่อกันมาระยะหนึ่ง
หากไม่มีปัญหาเรื่องความแตกต่างทางฐานะและครอบครัว
แล้วบวกกับทางสังคมด้วยเราน่าจะเป็นคนที่สามารถแต่งงาน
กันได้ ทีนี้หนูเคยอ่านอาจารย์บอกว่าไม่มีคำว่าบังเอิญ ทีนี้หนูรู้
ว่าปัญหาข้างหน้านั้นต้องเกิดและไม่สามารถเป็นไปได้

อยากทราบว่าเป็นทุกข์ทางใจขนาดนี้เราทำกรรม
อย่างไรร่วมกันมาถึงต้องมีอุปสรรคขนาดนี้ แล้วเราควรออก
ให้ห่างไข่ม้อยคะเพราะถ้าเราเป็นคู่กันจริง ๆ คงไม่ทรمانอย่าง
นี้

ขอบคุณอ.สนองอย่างสูงค่ะ

คำตอบ

กรรมร่วมในอดีต คือ เคยช่วยเหลือเกื้อกูลกันมา
พระพุทธะสอนไม่ให้ยึดติดอดีต เมื่อภพชาติผ่านพ้นแล้วต้อง
ปล่อยให้ผ่านไป การไปเอาเรื่องในอดีตมาเป็นเรื่องจริงในปัจจุบัน
ต้องพบกับความผิดหวังต้องประสบกับความทุกข์ทุกคน

พระพุทธะสอนวิธีพ้นทุกข์ด้วยการอยู่กับปัจจุบัน เพราะปัจจุบันสามารถปรับปรุงแก้ไขทางชีวิตของตนเองได้ ไม่มีใครแก้ไขอดีตได้ คุณตัวอย่างของพระมหาโมคคัลลานะสี ท่านอยู่กับความจริงยอมรับความจริง เพราะอดีตได้ทรมานแต่บาปอดจนตาย เพราะเนรคุณไม่ประสงค์จะเลี้ยงดู เมื่อกลับชาติมาเกิดในครั้งพุทธกาล อกุศลกรรมตามทัน ท่านจึงยอมให้โจรทุบจนตาย แต่ชีวิตปัจจุบันท่านปรับแก้ไขชีวิตจนบรรลุอรหัตผล เมื่อถึงขั้นธลະโลกไปแล้ว อกุศลกรรมที่เหลือนำมาไม่ทันจึงยกเป็นอโหสิกรรม

มนุษย์เป็นสัตว์ที่ต้องอยู่รวมเป็นสังคม ดังนั้นการหนีปัญหาด้วยการปลีกตัวออกห่าง จึงมิใช่วิถีทางของพระพุทธะ พระพุทธะสอนให้เผชิญกับปัญหา ด้วยการปรับมิจฉาทิฏฐิให้เป็นสัมมาทิฏฐิ แล้วใช้สัมมาทิฏฐินำทางให้กับชีวิตตัวเองได้นี้สิ แล้วคุณก็จะอยู่กับปัจจุบันอย่างรู้ทัน และไม่เป็นที่ทาสของอดีต ความทุกข์ใจอันเนื่องมาจากความเห็นผิดก็จะหมดไป ความสุขก็จะเกิดขึ้นมาแทนที่

ลูกรัก... ของอย่าทำใจให้ว่าง แต่จงมีความว่างให้เกิดขึ้นในใจ
ของอย่าผูกมัดกับทั้งตัวเองด้วยอารมณ์
เมื่อเกิดอารมณ์ ก็เหม่อนใจที่ติดคุก

(บทที่ ๑๑๒/๔๐๐)

๒๐๔. ถูกทางแล้วทำต่อไป

คำถาม

เรียนอาจารย์สนองที่เคารพ

หนูมีข้อสงสัยที่เกิดจากการปฏิบัติ ดังนี้ค่ะ

เดือนที่แล้วหนูขึ้นไปปฏิบัติธรรมที่เชียงใหม่ค่ะ วันนั้นนั่งสมาธิได้ประมาณเข้าช.ม.ที่ ๒ หรือที่ ๓ ไม่นานใจ ก็มีอาการรู้สึกคันที่หัวเข่า หนูก็พิจารณาว่ามันบังคับไม่ได้ มันเป็นอนัตตา (ที่นั่นเค้าสอนว่ารู้สึกที่ใจอย่างไร ก็ให้พิจารณาว่ามันไม่ใช่ของเรา มันบังคับไม่ได้ มันเป็นอนัตตา) แต่อาการคันมันก็เพิ่มขึ้นมาก ๆ แล้วก็ทรมาณมาก ๆ ใจนิ่งก็ร้องบอกว่าแค่เอื้อมมือไปเกาก็หายแล้ว หรือแค่ลูกาก็หายแล้ว แต่อีกใจก็พิจารณาตามไปว่าไอ้ที่รู้สึกคันนั้นมันบังคับไม่ได้ มันเป็นอนัตตา...ใจมันต่อสู้กันเองนานมาก ๆ ๆ ๆ จนตัวหนูเองแทบจะร้องให้ออกมาแต่หนูก็ไม่ยอมแพ้ ยังคงนั่งพิจารณาใจที่มันกระวนกระวายต่อไป.. แล้วขณะที่ต่อสู้กันอยู่ ๆ ก็เหมือนมีระเบิด ๆ ออกมา มันมีเป็นเหมือนแสงวาบ สว่าง เบา เย็น หนูรู้สึกว่าตัวเบาเหมือนลอยอยู่ในความสว่างนั้น (แต่อาการลอยก็รู้ว่าเป็นทำนั่งสมาธิอยู่) ในขณะนั้นหนูก็ยังพิจารณาว่าร่างกายที่รู้สึกว่ามันเบาและลอยอยู่นั้น เราก็บังคับมันไม่ได้ มันเป็นอนัตตา.....พิจารณาอยู่อย่างนั้นตลอด(อาการคันที่ทรมาณหายไปแล้วตั้งแต่ตอนนั้นค่ะ) แล้วพอเรารู้ว่าใจเราเป็นสุข มันเย็น มันสงบอยู่ขณะนั้น หนูก็เลยแผ่เมตตา...พอเริ่ม สัพเพ สัตตา เท่านั้น ..ก็รู้ว่าขณลูกตั้งแต่ปลาย

เท้าไล่ขึ้นไป ขึ้นไปจนถึงศรีษะ เหมือนคลื่นทะเลที่มันซัดมา
กระทบฝั่ง (รู้สึกขนลุกแต่หนูก็ยังแผ่เมตตา กับท้องบท **อิทัมเม
มาตาปัตถนัง...ไปเรื่อย ๆ นะคะ**) พอมันขนลุกขึ้นสุดถึงศรีษะ หนู
ก็รู้สึกถึงว่ามันมีพลังอย่างหนึ่งที่มันกระจายออกไปจากตัว
เอง...แผ่ออกไป กระจายออกไปกว้างมาก ๆ ไม่เห็นที่สุด...แล้ว
ใจมันเหมือนบอกกับตัวเองด้วยว่าที่เราแผ่เมตตาออกไป
นั้น...มันไปได้ไกลจริง ๆ สัตว์ทั้งหลายได้รับจากเราจริง ๆ (ไม่รู้
จะใช้คำอธิบายอย่างไรค่ะ) แล้วมันก็เป็นสุขค่ะ...หลังจากนั้น
สักพักอาการเบา สว่าง เย็น สบาย ก็หายไป...อาการคันที่หัว
เขาก็กกลับมา แต่แค่คันนิด ๆ เท่านั้น ...หนูยังคงนั่งสมาธิอีกพัก
นึงแล้ว ก็ออกจากสมาธิ...พอออกมาแล้วตัวก็ยังเบา ใจสบายมี
ความสุข สดชื่น มันตื่นไม่่วงนอนเลยค่ะ

ต้องขอโทษที่อธิบายชะยิดยาวนะคะ ที่เล่ามาทั้งหมด
นี้อยากเรียนถามอาจารย์ว่ามันเป็นนิมิตที่เกิดจากสมาธิหรือคะ?
หรือว่ามันเป็นอะไรคะ? แล้วอาจารย์มีข้อเสนอแนะอะไรสำหรับ
หนูเพื่อที่จะพัฒนาการปฏิบัติให้ก้าวหน้าขึ้นไปอีก รบกวนบอก
ด้วยค่ะ?

คำตอบ

อาการคันเป็นปิตขณิดหนึ่ง วิธีแก้ปัญหาที่บอกไปนั้น ถ้า
สติยังไม่มีกำลังกล้าแข็งพอ อาการคันจะปรากฏขึ้นได้อีก
ประสงค์จะแก้ปัญหายอาการคันไม่ให้กลับมาอีก ต้องกำหนดใน

ใจว่า “คั่นหนอ ๆ ๆ ๆ” จนกว่าอาการคั่นจะหายไปแล้วไม่กลับมาอีก นั่นแหละเรียกได้ว่าสติมีกำลังมากพอ เมื่อสติมีกำลังมากพอแล้วต้องใช้จิตตามดูผัสสะต่าง ๆ ให้เห็นเป็นไปตามกฎไตรลักษณ์ปัญญาเห็นแจ้งในผัสสะจึงจะเกิดขึ้น

อาการต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น เป็นผลมาจากจิตมีความตั้งมั่นเป็นสมาธิแต่ยังเป็นสมาธิที่ยังไม่ยาวนาน ต้องเจริญสติภาวนาให้มากยิ่งขึ้นจนกระทั่งสามารถระลึกู้ สิ่งกระทบภายนอกที่เข้าสัมผัสจิตดับไปทุกครั้ง นั่นแหละจึงจะเรียกว่ามีสติดี มีสติที่ควรแก่การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

๒๐๕. บททดสอบกำลังใจ

คำถาม

หลังจากนั้นอีก ๑ - ๒ วัน หนูนั่งสมาธิเข้าช.ม. ที่ ๒ หนูก็รู้สึกว่ามันเกิดมีพลังบางอย่าง วนกลม ๆ อยู่รอบ ๆ ช่องว่างที่ลำตัว แขนกับมือคะ (เวลานั่งทำสมาธิ มือขวาจะทับซ้าย ตั้งนั้นช่วงระหว่างตัวเรา ช่วงแขน จนถึงมือที่ทับกันอยู่จะเป็นช่องกลม ๆ ตรงกลาง ไม่นั่นใจว่าอาจารย์จะเข้าใจที่หนูพูดหรือเปล่า) พลังกลม ๆ นี้นั่นก็วน ๆ อยู่ และหนูก็เลยลองหายใจให้แรงขึ้น..พอหายใจแรง มันก็รู้สึกว่ามันแน่นตันแรงขึ้น

แต่ถ้าหายใจปกติมันก็วนอยู่ปกติค่ะ...เป็นอย่างนี้อยู่พักใหญ่ค่ะ
แล้วมันก็ค่อย ๆ สลายไปเหมือนหมอกค่ะ

อาการแบบนี้มันคืออะไรหรือคะ? ถ้าปฏิบัติแล้วเป็น
อย่างนี้อีก หนูควรพิจารณาอย่างไรดี เพราะก่อนหน้านี้ก็เคย
เป็นมาแล้วค่ะ แต่เป็นลูกพลังงานเล็ก ๆ อยู่ระหว่างอุ้งมือทั้ง
สองที่วางทับกันอยู่เท่านั้น

ขอขอบคุณอาจารย์ที่กรุณาอ่านและตอบคำถามของ
หนูไว้ ณ ที่นี้ด้วยนะคะ

คำตอบ

อาการที่บอกเล่าไป เป็นผลมาจากการเจริญสมถ
กรรมฐาน จิตรู้ไม่ทันจึงตกเป็นทาส คือ หลงติดอยู่กับอาการที่
เกิดขึ้น เป็นการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่ผิดทาง วิธีแก้
ปัญหาก็คือ เมื่อจิตสัมผัสได้ว่า มีพลังบางอย่างเกิดขึ้น ต้อง
กำหนดในใจว่า “รู้หนอ ๆ ๆ ๆ” จนกว่าพลังที่เกิดขึ้นนั้นจะ
อันตรธานไป แล้วให้ดึงจิตกลับสู่องค์ภาวนาเดิม

ดูกรัก... การจะทำได้ให้สำเร็จ ต้องสร้างกำลังใจแก่ตัวเอง
ให้ได้ตลอดเวลา อย่าฝากกำลังใจไว้กับอะไรอะไร
วิธีคือ ทำทุกอย่างต้องทำจริง อดอดอ ตั้งใจและบังคับเอง

(ปีที่ ๑๓๔/๔๒๒)

๒๐๖. ภาพนิมิตที่ต้องแก้ไข

คำถาม

นิมิตเกิดขึ้นได้อย่างไร ?

กราบเรียนอาจารย์สนองที่เคารพ

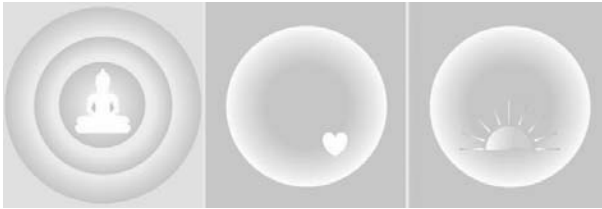
ตามที่ดิฉันได้เคยเรียนถามอาจารย์เรื่องนิมิตที่เกิดขึ้นขณะนอนสมาธิว่าเห็นรูปพระพุทธรูปปางสมาธิสีขาว และมีรัศมีล้อมรอบเป็นสีขาวและเหลืองสลับกันไปมา ๓ วง และสามารถควบคุมให้รูปเล็กหรือใหญ่ได้เหมือนการซูมภาพจากกล้องหรือ COMPUTER ว่าเรื่องแบบนี้เกิดขึ้นได้อย่างไรนั้น อาจารย์ได้อธิบายให้ทราบว่าเป็นเพราะพลังสมาธิ และไม่ให้อึดติดกับสิ่งที่เห็น เพราะจะเป็นการขัดขวางการไปสู่การทำวิปัสสนานั้น ดิฉันขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงในคำแนะนำนั้น

หนึ่งเดือนผ่านไปหลังจากการเห็นนิมิตครั้งแรก ขณะที่ดิฉันกำลังไปนั่งให้หมอนวดสาววัยกลางคนนวดเท้าเพื่อสุขภาพ (ตามที่เป็นที่นิยมเปิดร้านกันมากมายในกรุงเทพฯ ในขณะนี้) ขณะที่กำลังให้หมอนวด ๆ เท้า ดิฉันนั่งหลับตานิ่ง ๆ ไม่ได้คิดอะไรจู่ ๆ ก็เกิดเห็นรูปเหมือนพระจันทร์สีเหลือง มีวงกลมล้อมสีขาว ๑ วงและถัดไปเป็นสีเหลืองแบบเดียวกับพระจันทร์ โดยในดวงจันทร์มีรูปหัวใจเล็ก ๆ สีขาวปรากฏ สักพักก็เปลี่ยนจากหัวใจกลายเป็นรูปพระอาทิตย์ครึ่งวงกลมเหมือนเพิ่งโผล่จากน้ำทะเลตอนเช้า และสักพักก็หายไปเอง แต่ละภาพเกิดขึ้นประมาณ ๕ วินาที ดิฉันรู้สึกประหลาดใจในสิ่งที่เห็นเพราะไม่เคยเห็นภาพลักษณะนี้มาก่อน และก็ได้เคยไปคิดถึงเรื่องหัวใจ

(หรือความรัก) หรือพระอาทิตย์แต่อย่างใด แต่เกิดขึ้นเองโดยขณะจิตนิ่งไม่ได้คิดอะไรเลย และเกิดขึ้นอย่างง่าย ๆ ทั้งที่มีหมอนวดกำลังนวดเท้าอยู่ จึงสงสัยว่าทำไมนิมิตจึงเกิดขึ้นได้ง่ายดายเช่นนี้และเกิดขึ้นเพราะเหตุใด

เพื่อให้อาจารย์เห็นภาพนิมิตที่ดิฉันเห็น ดิฉันได้แนบรูปทั้งสามมาให้อาจารย์ดูด้วย เพื่ออาจารย์จะได้เห็นภาพด้วยค่ะ ขอขอบพระคุณอย่างสูงในความกรุณาของอาจารย์ในครั้งนี้

ขอแสดงความนับถืออย่างยิ่ง



คำตอบ

นิมิตเกิดขึ้นได้กับทุกดวงจิต ที่มีความตั้งมั่นเป็นสมาธิ สมาธิไม่จำเป็นต้องนั่งภาวนา ผู้ที่มีประสบการณ์ในการฝึกจิตมาก่อน ฝึกจิตยาวนาน โอกาสเกิดนิมิตมีได้เสมอในทุกอิริยาบถที่จิตเป็นสมาธิ ภาพที่เกิดขึ้นนั้นเป็นผลจากสมาธินั่นเอง ยังไม่เป็นวิปัสสนากรรมฐาน เพราะปัญญาเห็นแจ้งนิมิตยังไม่เกิดขึ้น ถ้าเมื่อใดจิตเห็นแจ้งนิมิต จิตไม่เอานิมิตมาปรุงเป็นอารมณ์ จิตปล่อยวางนิมิต จิตเป็นอิสระจากนิมิต นั่นแหละการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน จึงจะดำเนินไปถูกต้องตรง แนวทางของพระพุทธะ

๒๐๗. กัลยาณพาล

คำถาม

กราบเรียน ดร.สนองที่เคารพอย่างสูง

หนูมีความสงสัยในคำว่า “กัลยาณพาล” ที่อาจารย์
อ้างถึง อยากทราบว่าปุถุชนที่ถือศีล ๕ และปฏิบัติธรรมแต่ยังไม่บรรลุมรรค ผล เช่นนี้ถือว่าเป็นกัลยาณพาลหรือไม่คะ

กราบขอบพระคุณอย่างสูงค่ะ จากผู้ที่สงสัยว่าตัวเอง
เป็นกัลยาณพาลหรือไม่

คำตอบ

กัลยาณพาล คือคนที่มีพฤติกรรมดี มีศีล ๕ ครองใจ
อยู่ทุกขณะตื่น แต่ใจมีกำลังของสติสัมปชัญญะยังไม่กล้าแข็ง
พอที่จะตัดกิเลสให้ขาดลงได้ ใจยังมีโมหะ ใจยังตกเป็นทาส
ของกิเลส ตัณหา อุปาทาน ยังไม่ฉลาดในทางแห่งมรรคผล
นิพพาน จึงสมมุติเรียก บุคคลผู้มีลักษณะดังกล่าวว่าเป็น
กัลยาณพาล

ลูกรัก... คนฉลาดถึงจะเกิดชั่ว แสดงดี ก็ได้ชั่วว่าเป็นคนดี
คนโง่ถึงจะเกิดดี แสดงชั่ว ก็ได้ชั่วว่าเป็นคนชั่ว

(บทที่ ๑๖๒/๔๕๐)

๒๐๘. แก่สองเรื่อง

คำถาม

กราบเรียน ดร.สนอง ที่เคารพ

ดิฉันมีคำถามดังต่อไปนี้ เวลาเดินจงกรม ตอนยืน, เดิน และนั่งสมาธิ มักจะกังวลที่ลมหายใจตลอดเวลา ทำให้รู้สึก อึดอัด ไม่เป็นธรรมชาติเลย ทำแล้วไม่สบายใจกลับกังวลมากขึ้น และบังคับตัวเองจนแข็ง แม้แต่ในเวลาปกติที่ไม่ได้ทำกรรมฐานแล้วก็ตาม ไม่มีสติเลยมีแต่ความฟุ้งซ่านตลอดพยายาม กำหนด แต่ไม่ทันสักที ทำให้ท้อมาก ๆ

คำตอบ

ความกังวลเป็นเรื่องปกติของคนมีสติยังไม่กล้าแข็ง ยังมีใจเป็นทาสของกิเลส ในกรณีของคุณหากประสงค์จะตัดความกังวลให้ขาดไปจากใจ ต้องปฏิบัติให้ได้ ๒ เรื่อง คือ ทุกครั้งที่เกิดความกังวล ต้องเอาใจไปจดจ่อกับเรื่องที่กำลังกังวล แล้วกำหนดในใจว่า “กังวลหนอ ๆ ๆ ๆ” เรื่อยไปจนกว่าความกังวลจะดับไปแล้วไม่กลับมาเกิดอีก จึงค่อยดึงจิตกลับมาสู่องค์ภาวนาเดิม เรื่องที่สองที่ต้องปฏิบัติคือ หมั่นเป็นคนให้ทานอยู่เสมอ โดยเฉพาะอภัยทาน ต้องทำบ่อย ๆ หากแก้สองข้อนี้ได้ ปัญหา ก็จะหมดไปชั่วคราว

๒๐๙. หนีเวรกรรมยังไม่หมด

คำถาม

ดิฉันมีกรรมมาตั้งแต่เด็ก ๆ มักต้องมารับกรรมอย่าง นี้อยู่เสมอ ๆ โดยมากจะโดนกล่าวหาว่า เราทำผิด นินทาว่าร้ายผู้อื่น ขโมย ชี้โกง เอาความลับของเพื่อนไปบอกคนอื่น ถ้าได้เข้าไปมีเพื่อนสนิทที่ซอບยุและว่าคน ระยะเวลาหนึ่งเขาก็จะโกรธเราที่ไม่ได้ตั้งใจ ต่อมาคำพูดที่เขาว่าคนอื่น จะเป็นคำพูดที่เขาเอาไปบอกคนอื่น ๆ ว่า เราเป็นผู้ว่า และคนนั้นก็จะโกรธเราไปอย่างไม่มีเหตุผลอะไรทั้งนั้น ซึ่งเรื่องนินทาคนนั้นแค่เรากล่าวถึงคนอื่นในทางไม่ดีหรือรับฟังมันก็บาปแล้วเราก็ตราบ แต่บางทีความสนนสนมคิดว่าเขาจะไม่หักหลังเราแบบนี้ เราก็มักเห็นด้วยและคล้อยตามไป แต่กรรมที่ได้รับคือคนอื่นจะไม่ถามว่าจริงหรือเปล่า แต่จะบอกคนอื่นและสรุปเลยว่เราทำ เราเป็นคนไม่ดี ไม่ควรคบ

ในขณะนี้ ดิฉันกำลังประสบอยู่เป็นเพื่อนร่วมงาน เขา ราวิตลอด แต่ไม่บอกเหตุผลว่าเราว่าอะไรเขาจึงโกรธมากไม่ยอมเลิกรา เขาให้เพื่อนสนิทที่เป็นผู้จัดการไปฟ้องถึงเจ้าของกิจการ หลังจากทีบอกคนอื่น ๆ แล้วยังไม่พอใจ ตอนนีดิฉันอดทนอย่างมาก แต่บางทีก็อดไม่ได้จึงพูดกับคนที่เข้าใจเราว่าทำไมไม่ยอมเลิกราสักที และไม่ยากรู้แล้วว่ามันเรื่องอะไร เมื่อ

ก่อนที่เขาว่าเราผิด เราก็ขอโทษไปแล้วทั้งที่ไม่รู้ว่าเรื่องอะไร เพื่อ
จะดีขึ้นกลับแย่ลงไปอีก กลายเป็นว่าเราชอบรับผิดไป

จึงอยากเรียนถามอาจารย์ว่า เป็นเพราะเหตุอันใด
ขอบพระคุณมากค่ะ

คำตอบ

ทุกคนที่เกิดมาล้วนต่างมีกรรมกันทุกคน ใครทำกรรม
ไม่ดีไว้มาก จิตจะสั่งสมกรรมไม่ดีไว้มาก เมื่อกรรมให้ผล อุปสรรค
และปัญหาของชีวิตย่อมมีมาก ใครทำกรรมไม่ดีมาน้อย แต่
ทำกรรมดีไว้มาก อุปสรรคและปัญหาของชีวิตย่อมมีน้อย มี
ความสุขสบายมากทั้งหมดของกรรมที่ทำไว้แต่อดีตเป็นเรื่องที่
แก้ไขไม่ได้ ทำไมไม่คิดทำแต่กรรมดี ๆ และหยุดทำกรรมไม่ดี
ให้ได้ในปัจจุบันนี้ล่ะ ผู้รู้เขาทำกันอย่างไร ในวันข้างหน้าเขา
ย่อมได้รับผลของกรรมดีแน่นอน

ใครเขาจะคิด จะพูด จะทำ จะสรุปอย่างไรกับคุณ มัน
เป็นเรื่องของเขา คุณไปห้ามเขาไม่ได้ เรื่องของคุณอยู่ที่ว่าแต่
นี่ต่อไปคุณต้องหยุดคิด หยุดพูด หยุดทำ หยุดสรุปไม่ดีกับคน
อื่นให้ได้แล้วนั้นแหละปัญหาต่าง ๆ จะหมดไปเมื่อกรรมใหม่ให้
ผล

เรื่องที่เพื่อนร่วมงานรวิคุณ เป็นอกุศลวิบาก ที่คุณ
สร้างวิกรรมอันเป็นอกุศลกับเขาไว้ก่อนนั่นเอง โดยเฉพาะ
วิกรรมที่เป็นอกุศล ถ้าคุณไม่ยอมชดใช้หนี้เวรกรรมให้เขาไป

แล้วเมื่อโหรหนี่ที่ก่อไว้ จะหมดไปได้ละคิดจะไม่ใช่หนี่ คิดจะ
เบี้ยวหนี่ คิดจะหนีหนี่ ไม่สำเร็จหรอก ดูตัวอย่างของพระมหา
โมคคัลลานะสิ หนี่หนี่กรรมที่ไปทุบแม่จนตายแล้ว
หลายภพหลายชาติ ในที่สุดเมื่อหนี่เวรกรรมตามทัน ยังต้อง
ชดใช้ด้วยการถูกโจรทุบจนตาย เช่นเดียวกัน ตอนที่ผู้ตอบ
ปัญหาไปปฏิบัติธรรมอยู่กับเจ้าคุณโชดก เมื่อหนี่เวรกรรมตาม
ทันจึงต้องชดใช้หนี่กรรมให้หมดกันไป

เรื่องกล่าวคำขอโทษ คุณมีสิทธิ์ทำได้ แต่การยกโทษ
ให้เป็นสิทธิ์ของเขาวouldจะยกโทษให้หรือไม่ ตัวอย่างสมมติ(ไม่ใช่
เรื่องจริง) ว่ามีเพื่อนมาขอยืมเงินคุณไปก่อนหนี่ เขาเอาไป
ซ่อมรถที่ชนกันพอถึงกำหนดใช้หนี่เขาไม่มีเงิน เขามอบอกว่า
“ขอโทษนะ เงินที่ยืมไปไม่สามารถหามาใช้หนี่ได้ ขอยกเลิกหนี่นะ”
ถามว่าคุณจะยกโทษยกหนี่ให้เขาได้ไหม หากคุณยังโกรธและ
คิดอกุศลกับเขา ก็แสดงว่าคุณไม่ให้ภัยเขา คุณไม่ยกโทษให้เขา

ดูกรักรัก... องอย่าทำลาย เพื่อการพัฒนา
สำหรับความรู้สึกรักที่มีต่อธรรมชาติแล้ว
จงให้ดวงใจใส่อ้อมน้อม เป็นระยะแรกของการเรียนรู้

(บทที่ ๑๑/๔๘๒)

๒๑๐. ศรัทธามากแค่ไหน

คำถาม

การตามรู้ว่าจะขณะนั้นจิตกำลังคิด ดี ไม่ดี ออกไปเที่ยว หรือ รู้ว่าฟังชาน ประงแต่ง ได้ยินอะไรมากก็คิดประงแต่ง พอรู้ว่าจะคิดก็หยุด แต่พอสักพักก็คิดอีก บางทีกว่าจะรู้ตัวก็นานมาก อยากถาม ท่านว่า ดิฉันควรปฏิบัติกรรมฐานตามจริตไหนดี

คำตอบ

จริตของแต่ละคนเป็นนิสัยเฉพาะตน ปรับแก้ไขได้ยาก จริตแบบไหนไม่สำคัญ ปฏิบัติธรรมได้ทุกจริต ในกรณีของคุณ หากเจริญพรหมวิหาร ๔ ให้ได้พร้อมกับแรงความเพียรในการเจริญสติ การปฏิบัติธรรมสามารถบรรลุผลได้ง่าย ปัญหาอยู่ที่ว่าคุณมีความศรัทธาในคำแนะนำนี้เต็มร้อยไหม และคุณสามารถนำเอาพรหมวิหาร ๔ มาบรรจุไว้ในใจได้แค่ไหน นั่นแหละคือต้นเหตุที่จะทำให้ปัญหาถูกแก้ไขให้หมดไป

ดูกรัก... สะดวกกับปุณฺณตฺถองเฝ้าไว้ ๕๐/๕๐
เราเองก็ยังเป็นปุณฺณ อย่ายึดติดสินว่าใครถูกกว่าเรา
ใครเลวกว่าเรา คนที่ถูกที่สุดไม่มีในคำว่าปุณฺณ

(บทที่ ๑๕/๔๘๑)

๒๑๑. ความเจ็บปวดที่หายไป

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์สนองที่เคารพ

ขอขอบพระคุณอย่างสูงที่อาจารย์ได้ให้ความกรุณาตอบคำถามที่ดิฉันได้เรียนถามข้างล่างว่านิमितเกิดขึ้นได้อย่างไรนั้น (คำถามหน้า ๑๗๕) และอาจารย์ได้ตอบว่า

“นิमितเกิดขึ้นได้กับทุกดวงจิต ที่มีความตั้งมั่นเป็นสมาธิสมาธิไม่จำเป็นต้องนั่งภาวนา ผู้ที่มีประสบการณ์ในการฝึกจิตมาก่อน ฝึกจิตยาวนาน”

อันที่จริงดิฉันเพิ่งจะเริ่มทำสมาธิได้เพียงไม่ถึงเดือนก็ได้เกิดนิमितขึ้นครั้งแรก ซึ่งเหตุการณ์นิमितทั้งสองเพิ่งเกิดขึ้นเมื่อเดือนมิถุนายนและกรกฎาคมนี้เองและเกิดขึ้นในเวลาห่างกัน ๑ เดือนพอดี

อีกเรื่องหนึ่งคือเมื่อประมาณ ๕ ปีที่แล้ว ซึ่งในเวลานั้นดิฉันไม่เคยมีการทำสมาธิมาก่อนเลย วันหนึ่งดิฉันไม่ระวังและไปสะดุดชนขอบตู้ไม้อย่างแรงทำให้เกิดความเจ็บปวดอย่างมาก ทันใดนั้นดิฉันเกิดความคิดแวบขึ้นมาว่าพระที่ปฏิบัติธรรมมานานสามารถรับการผ่าตัดโดยไม่ต้องวางยาสลบ เมื่อคิดเช่นนั้นดิฉันก็ทำจิตนิ่งและหายเจ็บในวินาทีนั้นเป็นปลิดทิ้งในเวลานั้นดิฉันดีใจที่หายเจ็บและคิดในใจว่าทำได้จริง ๆ ด้วย พอคิดเท่านั้นก็เกิดความเจ็บปวดรุนแรงขึ้นมาเช่นเดิม ทั้งนี้อาจจะ

เป็นเพราะจิตเกิดความไม่นิ่ง ดิฉันจึงเริ่มทำจิตนิ่งอีกครั้ง และ
นั่งอยู่นานรอจนกระทั่งคิดว่าความเจ็บนั้นจะค่อย ๆ คลายตัว
ไปเองเมื่อเวลาผ่านไป และก็เป็นอย่างนั้น เมื่อดิฉันเริ่ม
คลายจากความนิ่งอีกครั้งก็พบว่ามีความรู้สึกเจ็บหลงเหลือ
น้อยมากจนอาจกล่าวได้ว่าไม่มีความเจ็บหลงเหลืออยู่อีก แต่
อาจจะมีความรู้สึกเล็กน้อยจากแรงกระแทก พอสักประมาณ ๑-
๒ วินาทีผ่านไป ก็หายเป็นปลิดทิ้ง

ไม่ทราบเวลาที่ดิฉันเล่ามาทั้งหมดเป็นความเข้าใจที่ถูก
ต้องหรือไม่ ว่าความเจ็บปวดนั้นหายได้เพราะการทำจิตให้ว่าง
หากใช้ดิฉันอยากแนะนำให้ผู้ที่ประสบความเจ็บปวดทางกาย
แบบเดียวกันนี้ จะสามารถนำวิธีนี้ไปลองทำดูก็จะช่วยบรรเทา
อาการเจ็บปวดทางกายไปได้เป็นปลิดทิ้ง หรือหากอาจารย์มี
ข้อแนะนำอื่น ๆ ก็จะเป็นพระคุณอย่างสูงค่ะ

คำตอบ

คำว่าประสบการณ์ฝึกจิตมายาวนาน หมายความว่า
เคยฝึกมาก่อนในอดีตชาติ

ส่วนเรื่องความเจ็บปวดหายได้ หากทำจิตใจว่าง คำว่า
“ว่าง” หมายถึงว่างจากอารมณ์ปรุงแต่ง คือว่างจากความเจ็บ
ปวดนั่นเอง คนที่เดินไปสะดุดขอบตุ้ หากกันใจไม่ให้รับสัมผัส
มาปรุงเป็นอารมณ์ได้ ความเจ็บปวดจะไม่มี

๒๑๒. ของเก่าจากอดีต

คำถาม

อันที่จริงดิฉันเพิ่งจะเริ่มทำสมาธิได้ไม่ถึงเดือนก็เกิดนิมิตขึ้นนั้น เป็นไปได้หรือไม่คะว่าสาเหตุอาจเป็นเพราะในชีวิตประจำวันดิฉันรู้สึกวุ่นวาย โดยรวม ๆ แล้วตนเองมีความสุขอยู่แล้วเป็นนิมิต แม้จะไม่ได้ทำสมาธิก็สงบอยู่แล้ว แต่ถ้าได้ทำสมาธิก็ยังสงบกว่า ดังนั้นแม้จะเพิ่งเริ่มทำสมาธิก็สามารถเกิดนิมิตขึ้นได้ง่าย ๆ แม้จะไม่ได้อยู่ในเวลาทำสมาธิก็ตาม

คำตอบ

ที่บอกเล่าไปก็เป็นเครื่องยืนยันได้ว่า อดีตชาติเคยฝึกจิตจนมีความตั้งมั่นเป็นสมาธิมาก่อนแล้ว ชีวิตนี้ใช้เวลาฝึกไม่นานเท่าไร นิมิตก็สามารถเกิดขึ้นได้ง่าย

๒๑๓. สัตว์กายทิพย์

คำถาม

รบกวนอาจารย์ให้คำอธิบายคำว่า “สัตว์ที่มีรูปกายเป็นทิพย์” ว่าคืออะไรและมีกี่จำพวก อะไรบ้างคะ ขอขอบพระคุณอย่างสูงในความกรุณาของอาจารย์ที่ได้สละเวลาอันมีค่าในการตอบคำถามนี้

คำตอบ

สัตว์ที่มีรูปร่างเป็นทิพย์หมายถึง สัตว์ที่มีกายละเอียดที่ตาเนื้อตาหนังไม่อาจมองเห็นได้ ได้แก่ สัตว์นรก เปรต อสุรกาย เทวดา และพรหม

๒๑๔. เจตนาดีไม่เป็นบาป

คำถาม

ปัจจุบันนี้มีการพิมพ์รูปพระไม่ว่าจะเป็นพระพุทธรูปหรือพระสงฆ์ลงในสิ่งพิมพ์ต่าง ๆ เช่น หนังสือพิมพ์ แสตมป์ เป็นต้น ซึ่งสิ่งพิมพ์เหล่านี้สามารถตกไปตามที่ต่าง ๆ ที่ไม่เหมาะสม เช่น ขยะ ผู้ทำสิ่งพิมพ์เหล่านี้จะมีบาปหรือไม่

คำตอบ

กรรมอยู่ที่เจตนา ผู้ผลิตสิ่งพิมพ์ดังกล่าว มีเจตนาดีทางโลก ต้องการเผยแพร่สิ่งที่เขาศรัทธา เคารพบูชา ให้คนอื่นได้รู้ได้เห็นไม่เป็นบาปหรอกครับ

แต่เรื่องนี้บาปเกิดขึ้น กับผู้เห็นรูปแล้วจิตคิดปรุงแต่ง (สังขาร) ไปทางลบ อกุศลจิต จึงเกิดขึ้นกับผู้เห็นและดับสังขารไม่ได้ต่างหาก

๒๑๕. รูปภาพพระอริยสงฆ์

คำถาม

ขอเรียนถามอาจารย์ ดร. สนองดังนี้

จะทำอย่างไรกับรูปภาพพระพุทธรูป หรือภาพพระอริยสงฆ์ หลวงพ่อต่าง ๆ ที่เราไม่เอา เพื่อไม่ให้เป็นการล่วงเกินพระพุทธรูปตนตรัย คืออยากจะทิ้ง หรือฉีก ก็เกรงว่าจะเป็นบาป ขอให้ท่านอาจารย์ช่วยแนะนำด้วยครับ และหากเห็นภาพเหล่านี้ตกอยู่ในที่ไม่เหมาะสม ควรจะทำอย่างไรครับ

คำตอบ

เรื่องที่เล่าไปให้ฟังทั้งหมดมาจากเหตุที่มีความเห็นผิด (มิจฉาทิฐิ) เพราะเอาใจไปเป็นทาสของวัตถุสมมติที่ตาเห็น ถ้าเชื่อพระพุทธรูปแล้วลงมือพัฒนาจิตตนเองให้เกิดปัญญาเห็นแจ้ง ความเห็นถูกตามธรรม (สัมมาทิฐิ) ก็จะเกิดขึ้น ผู้มีความเห็นถูกมีจิตเป็นอิสระต่อสรรพสิ่ง ไม่หลงผิดเอาภาพที่เป็นวัตถุสมมติมาเป็นอารมณ์หากปรับปรุงแก้ไขปัญญาของตนเองให้ได้ อย่างนี้แล้วปัญหาเรื่องนี้จะหมดไป

ดูกรัก... เจ้าเองอย่าทำชีวิตให้มีค่าแค่र्फองน้ำลาย

บนปลายลิ้นของชาวบ้าน

(บทที่ ๑๖๖/๔๕๔)

๒๑๖. ใครทำใครได้

คำถาม

เรียนถาม ทำอย่างไรจึงจะสามารถปฏิบัติธรรมได้ด้วยดีคะ เพราะคุณแม่ไม่อนุโมทนากับดิฉันค่ะ

คำตอบ

คุณแม่ไม่อนุโมทนาก็เป็นเรื่องของคุณแม่ ท่านก็ไม่ได้บุญในส่วนนี้ (อนุโมทนาบุญ) ส่วนคุณลูกเมื่อไปปฏิบัติธรรมคุณลูกก็ได้บุญในส่วนของภาวนาบุญ (อาณิสยสัมมากกว่า) ใครทำบุญส่วนไหนผู้ทำก็ได้บุญส่วนนั้น บุญเป็นของเฉพาะตน (ปัจเจกัตถ์) ไม่ข้องเกี่ยวกัน

สุกรวิ... เจ้าคงไม่ฟังเพื่อจนจนถึงขนาดปลุกลูกตะขบ
แล้วเอายากให้มันออกมาเป็นตั๊ดตะขาบหรือกนะ
เช่นเดียวกับกัน ทำชั่วแล้วจะให้มันออกมาดี
มันคงจะยากพอๆ ที่ดีแล้วให้

(บทที่ ๑๓๖/๔๖๔)

๒๑๗. ตัณหาของนักวิทยาศาสตร์

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์ ดร.สนองที่เคารพอย่างยิ่ง ขอเรียนสอบถามอาจารย์ดังนี้ค่ะ

ดิฉันกำลังศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาของสมองโดยใช้ปลาเป็นรูปแบบต้องมีการฆ่าปลาจำนวนมาก ดิฉันผิดศีลข้อที่ ๑ หรือไม่คะหากพิจารณาตาม ดังนี้

๑. เจตนาฆ่า..ไม่มีเจตนาฆ่า

๒. ลงมือกระทำ..แต่เป็นผู้กระทำ เพื่อการศึกษา

๓. ยินดีในการกระทำ..ไม่ยินดีในการกระทำ เกิดความ

เศร้าหมองในใจ

เนื่องจากดิฉันได้สมาทานถือศีลห้าค่ะ..แล้วศีลห้าจะบริสุทธิ์ได้อย่างไรคะ และต้องทำงานวิจัยต่อเนื่องต่อไป เนื่องจากเป็นอาชีพ เราจะมีวิธีแก้อย่างไรคะ ก็พยายามมองว่าได้ทั้งบุญและบาป..และขึ้นกับจิตขณะปฏิบัติด้วยใช่ไหมคะ

ขอกราบขอบพระคุณอาจารย์มากค่ะที่ช่วยชี้แนะ

คำตอบ

เวลาจะจับปลามาฆ่า ปลาว่ายน้ำเข้ามาหามือ หรือ ปลาว่ายน้ำหนีสุดชีวิต ถ้าปลาว่ายน้ำหนีแสดงว่า ปลาก็รักและหวงแหนชีวิตของเขา เขายังไม่อยากตาย แม้จะถูกจับอยู่ในมือมนุษย์ ปลายังดิ้นสุดแรง เพื่อเอาชีวิตอยู่รอด ผู้ใดพรากจิตไป

จากร่างของสัตว์ พระพุทธะบัญญัติไว้เป็นวินัยข้อแรก (ปาณาติบาต) บาบแน่นอน

๑. การทดลองการพัฒนาของสมอง โดยกำหนดไว้ในแผนการทดลองว่าจะต้องฆ่าปลา นี่แหละที่เรียกว่า “เจตนา” ถ้าปลอดจากเจตนาต้องไม่กำหนดให้มีการฆ่าปลา หากปลาตายโดยเหตุอื่นที่อยู่นอกเจตนา เช่น ตายเพราะขาดออกซิเจน อย่างนี้ไม่เรียกว่าเจตนา

๒. ลงมือฆ่าเป็นกรรมฝ่ายอกุศลเป็นบาป แต่เมื่อนำความรู้ที่ได้ไปช่วยเหลือผู้อื่นเป็นบุญ ดังนั้นการกระทำอย่างนี้ จึงได้ทั้งบาปได้ทั้งบุญสั่งสมอยู่ในจิตของผู้กระทำ

๓. ถ้าไม่ยินดีทำบาปแล้ว การทดลองเรื่องการพัฒนาสมองโดยกำหนดให้มีการฆ่า จะไม่เกิดขึ้นแน่นอน ดังนั้นการทดลองนี้เกิดขึ้นได้เพราะมีจิตยินดีพอใจที่จะทำ

คนรู้ศีลต่างจากคนมีศีล คนที่สมาทานศีล ๕ คือคนที่รับเอาศีล ๕ มาปฏิบัติให้มีอยู่ในจิตใจ อย่างนี้เรียกว่าคนมีศีลไม่ละเมิด ไม่ก้าวล่วงในศีลที่สมาทาน แต่คนรู้ศีลสามารถละเมิดศีล ๕ ได้โดยไม่มี ความเกรงกลัวบาปจะตามมาให้ผล การละเมิดศีลอย่างนี้ในสังโยชน์ ๑๐ เรียกว่า “สีลัพพตปรามาส” ปฏิบัติธรรมอย่างไรก็ไม่สามารถึงมรรคผลได้

ยังไม่หยุดฆ่าโดยอ้างเหตุว่า ต้องทำงานวิจัยต่อเนื่องต่อไปเป็นข้ออ้างที่ถูกตามหลักการทางวิทยาศาสตร์ เพราะวิทยาศาสตร์คำนึงถึงเหตุและผลเพียงอย่างเดียว แต่ในพุทธศาสนาคำนึงถึงเหตุและผลที่อยู่บนพื้นฐานของศีลและธรรม ในฐานะที่ผู้ตอบปัญหาเคยเป็นนักวิทยาศาสตร์และได้ทำงาน

วิจัยในทำนองเช่นนี้มาก่อน จึงขออนุญาตเสนอแนะ โดยจะปฏิบัติตามหรือไม่ก็เป็นสิทธิ์ของคุณ ว่าถ้าหยุดการฆ่าได้แล้ว ประพตศีล ๕ ขอให้มียุ่ครบในใจ โอกาสเข้าถึงมรรคผลในการปฏิบัติธรรมย่อมมีได้เป็นได้ แต่ถ้ายังหยุดการฆ่าไม่ได้ ด้วยเหตุผลใดก็ตามผู้ฆ่าต้องทำบุญอยู่เสมอ แล้วอุทิศบุญกุศลให้กับสัตว์ที่ถูกฆ่า (ใช้หนี้กรรม) ทั้งนี้เพื่อให้บาปกรรมตามผู้ฆ่าไม่ทัน แล้วคุณก็จะปลอดภัยจากการตายในวัยที่ยังไม่สมควรตาย ต้องขอภัยในคำตอบที่ไม่คล้อยตามตันทหาของนักวิทยาศาสตร์

๒๑๘. เปลี่ยนไปใช้อริยาบถอื่น

คำถาม

เวลานั่งสมาธิ บางทีก็หลับไป อยากเรียนถามว่าพอเรารู้สึกตัวว่าเราหลับไป เราควรนอนพักผ่อนแล้วค่อยตื่นมาทำสมาธิใหม่หรือว่า เราควรพยายามนั่งสมาธิต่อคะ

คำตอบ

ตอนหลับจะไม่รู้สึกตัว เมื่อตื่นขึ้นมาแล้วจึงรู้สึกตัวสามารถนั่งสมาธิใหม่ได้ ถ้ารู้สึกว่าง่วงนอนหรือกำลังจะหลับให้เปลี่ยนอิริยาบถจากนั่งภาวนามาเป็นเดินจงกรมแทนหรือหายใจเข้าลึก ๆ ๒๐ ครั้ง หรืออาบน้ำสระผม ฯลฯ แล้วจึงกลับมานั่งสมาธิใหม่สลบกับเดินจงกรม ก็จะทำให้ปัญหานี้คลายลงได้

๒๑๙. ได้ผลไม่เหมือนกัน

คำถาม

ดิฉันมีเรื่องสงสัยอยากเรียนถามดังนี้ค่ะ
เวลาที่เรานุโมทนาบุญอยู่ในใจเจียบ ๆ จะได้ผลต่าง
กับการกล่าวออกมาดัง ๆ หรือไม่ค่ะ

คำตอบ

ได้บุญทางด้านมโนกรรมอย่างเดียว แต่ถ้ากล่าวคำ
อนุโมทนาด้วยจะได้บุญทั้งมโนกรรมและวจีกรรม

๒๒๐. เบื่อแบบไหน

คำถาม

ทำไมเมื่อปฏิบัติไปแล้วเริ่มมีความเบื่อหน่าย ทั้งที่
อยากปฏิบัติตลอด

คำตอบ

ความเบื่อหน่ายมี ๒ ลักษณะ เบื่อหน่ายเพราะมีกิเลส
ครอบครองใจ ผู้ใดเกิดความเบื่อหน่ายอย่างนี้ผู้นั้นจะหยุด
ทำความดี ส่วนความเบื่อหน่ายที่จิตพัฒนาเข้าสู่นิพพิทาญาณ
ความเบื่อหน่ายแบบหลังนี้ เมื่อเกิดขึ้นกับผู้ใด ผู้นั้นจะเร่ง
ทำความดีให้ยิ่ง ๆ ขึ้น ท่านละเบื่อหน่ายแบบไหน ถ้าเป็นแบบ
หลังนี้ ขออนุโมทนาด้วย

๒๒๑. ทำอย่างนี้สิ

คำถาม

ดิฉันมีพี่ชายคนหนึ่ง เค้าโกหกพ่อเรื่องเงินค่าเทอม คือ เค้ามาเบิกเงินค่า และบังเอิญดิฉันไปเห็นใบเสร็จและรู้ว่าเค้าโกหก แต่ดิฉันก็ไม่กล้าบอกพ่อเพราะกลัวว่าพ่อจะไปโวยวาย และทะเลาะกับพี่ อยากรเรียนถามว่า ดิฉันบาปไหมคะ แล้วดิฉันควรทำอย่างไรดี

กราบเรียนถามมาด้วยความเคารพอย่างสูงค่ะ

คำตอบ

รู้ว่าพี่ชายโกหกพ่อแล้วตัวเองไม่สบายใจก็ถือว่าเป็นบาป หากอยู่ในฐานะที่เตือนกันได้ ควรไปพูดคุยกับพี่ชายว่าการทำเช่นนั้นผิดศีลข้อ ๔ และ ข้อ ๒ ตายแล้วมีโอกาสไปเกิดเป็นสัตว์ในอบายภูมิได้ หากเขาไม่เชื่อและไม่ทำตาม คุณต้องปล่อยวาง คิดเสียว่ามันเป็นวิบากกรรมที่สองพ่อลูกผูกกันไว้ แต่อัตตาธิปไตยก็ต้องใช้หนี้เวรกรรมกันไป

ลูกรัก... เมื่อใดที่เจ้าเอาใจผูกไว้กับผลของงาน
ทำงานได้ เจ้าจะได้ใจ แต่ถ้างานเสีย เจ้าก็จะเสียใจ
ผลของงานขาด เจ้าก็คงจะขาดใจเป็นแน่

(บทที่ ๕/๑๗๖)

๒๒๒. อ่านใจตัวเอง

คำถาม

เราปฏิบัติธรรม จะทราบได้อย่างไรว่า ได้บรรลุธรรมหรือไม่

ด้วยความเคารพอย่างสูง

คำตอบ

อ่านใจตัวเองให้ออกสึครับ ถ้าใจเป็นอิสระ ไม่ตกเป็นทาสของกิเลส ตัณหา อุปาทาน หรือใจเป็นอิสระจากโลกธรรมและวัตถุ ฯลฯ ทั้งโลกธรรมและวัตถุไม่มีอำนาจเหนือใจได้ เหล่านี้เป็นเครื่องบ่งชี้ใจที่เข้าถึงธรรม ใจบรรลุธรรม รู้เห็นเข้าใจด้วยตัวเอง (สนฺทวิภูจฺจิก) โดยไม่ต้องเอ่ยปากถามใคร เพราะใจเกิดปัญญาเห็นแจ้งเห็นสิ่งต่าง ๆ เหล่านั้นดับไปตามกฎของไตรลักษณ์ สิ่งเหล่านี้ไม่มีตัวตนใจไม่ยึดจับเอาสิ่งเหล่านั้นมาเป็นของตนใจจึงเป็นอิสระด้วยประการฉะนี้แล

ดูกรัก... การที่เราจะช่วยเหลือคนอื่นได้นั้น ผู้นั้นต้องได้เคยช่วยเหลือผู้อื่นมาก่อน เขาจึงมีโอกาสได้รับการช่วยเหลือจากเรา ถ้าเราไม่เคยช่วยใคร ใครก็มาช่วยเราไม่ได้ เราไม่เคยให้ใคร ใครก็มาให้เราไม่ได้ ผู้ใหญ่่อมได้รับการไหว้ตอบ

(บทที่ ๑๓/๔๔๔)

๒๒๓. สติยังชัดสาย

คำถาม

กราบเรียน อาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ที่เคารพ
ผมขออนุญาตเรียนถามปัญหาเกี่ยวกับอาจารย์ดังนี้ครับ
ผมจะเจริญสติเกือบทุกวัน ถ้าไม่ติดภารกิจอื่น ๆ ตั้งแต่ ๓.๐๐
น. โดยการเดินจงกรม ๑ ชม. และนั่งวิปัสสนากรรมฐานอีก ๑.๕
ชม. พอผมนั่งไปได้ประมาณ ๒๐ นาที ผมเริ่มรู้สึกว่ามีมือที่
วางที่หน้าตัก มันว่าง ๆ เหมือนไม่มีมือ ผมจึงกำหนด “ว่างหนอ
รู้หนอ ๆ” แต่อาการดังกล่าวก็ไม่หาย และร่างกายผมก็ค่อย ๆ
ว่าง จนเหลืออยู่ ๓ จุดที่ผมยังรู้สึกคือ

๑. อาการของท้องพอง ท้องยุบ ที่ผมใช้สติตามดูอยู่
ตลอดเวลา

๒. รู้สึกถึงตาตุ่มของเท้าซ้ายที่ถูกทับอยู่ แต่ไม่ใช่เวทนา
หรือการปวดแต่อย่างไร

๓. รู้สึกถึงขาขวา ท่อนบน ที่มันเหมือนจะเป็นอาการ
ชา ๆ แต่ไม่ปวดแบบเวทนา

ผมติดอยู่ในอารมณ์นี้เกือบครบเวลาที่ตั้งไว้ โดยการ
กำหนดสติรู้ อยู่ว่าที่หน้าท้อง พอง-ยุบ ตลอดเวลา ผมอยาก
เรียนถามอาจารย์ว่า สภาวะแบบนี้เป็น ปิติ หรือเปเลา? เพราะ
ผมเกรงว่าจะไปติดอยู่กับปิติ จนการปฏิบัติไม่ก้าวหน้า ขอให้
อาจารย์ช่วยชี้แนะด้วยครับ

แต่ก่อนที่ผมจะกำหนดออกจากสมาธิประมาณ ๑๐ นาที

รู้สึกถึงเวทนาอย่างแท้จริง คือปวดเข้ากระดูก ผมจึงกำหนดตามดูอาการปวดนั้น จนครบเวลาที่ตั้งสัจจะไว้

ขอขอบคุณในความเมตตาของท่านที่ช่วยตอบคำถาม และเป็นครูสอบอารมณ์ให้กับนักปฏิบัติทุกคนครับ

ทุกครั้งหลังจาก ผมสวดมนต์หรือเจริญสติเสร็จ ผมจะอุทิศส่วนกุศลให้กับอาจารย์เสมอครับ ในฐานะที่ท่านเป็นกัลยาณมิตรให้กับผม แม้จะไม่ได้เคยพบอาจารย์ แต่คำบอกกล่าวที่อาจารย์ได้เขียนไว้ในหนังสือ ทางสายเอก นั้น นับเป็นคำบอกกล่าวของกัลยาณมิตรที่มีค่ายิ่ง

คำตอบ

(๑) คำว่าเหมือนไม่มีมือ แสดงว่ายังมีมือลักษณะนี้เป็นเครื่องบ่งชี้ว่า กำลังของสติยังไม่กล้าแข็งมี ๆ หลุด ๆ ต้องแก้ไขด้วยการกำหนดในใจว่า “รู้หนอ ๆ ๆ” เรื่อยไปจนกว่าความรู้สึกดังกล่าวจะหายไปสิ้นเชิง แล้วจึงตั้งจิตมาระลึกรู้อยู่ที่อาการพองยุบของผ่นหน้าท้อง

(๒) ความรู้สึกลงไประลึกรู้อยู่ที่ตาตุ่ม ต้องกำหนดเหมือนข้อ (๑)

(๓) เมื่อความรู้สึกลงไประลึกรู้อยู่ที่ขาขวาที่นอนบน ต้องกำหนดเหมือนข้อ (๑)

อาการทั้งหมดไม่ใช่ปีติ แต่เป็นอาการของสติที่ยังกวัดแกว่งไประลึกรู้ในที่ต่าง ๆ ยังไม่มีความตั้งมั่นมากพอที่จะนำไปใช้ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานได้

๒๒๔. ถวายสังฆทานอย่างไร

คำถาม

กราบเรียน อาจารย์สนอง ที่เคารพ

มีความสงสัยในเรื่องการถวายสังฆทานที่ถูกต้อง และการถือศีล ๕ ในหัวข้อกาเมสุมิฉาฯ จึงขอความกรุณาจากอาจารย์ช่วยชี้ทางสว่างในเรื่อง ๒ เรื่องนี้ให้ด้วยค่ะ

การถวายสังฆทาน ถ้าเราเตรียมเครื่องสังฆทานไปถวายที่วัด และที่วัดมีพระมารับเครื่องสังฆทานนี้เพียงองค์เดียว ถือว่าเป็นการถวายสังฆทานที่ถูกต้องหรือไม่ค่ะ เพราะเคยได้ยินมาว่าต้องมีพระอย่างน้อย ๔ องค์ จึงถือเป็นครบองค์สงฆ์ และถ้าท่านรับเฉย ๆ ไม่ได้กล่าวใด ๆ ว่าของเหล่านี้เป็นของสงฆ์ ถือว่าเราได้ถวายเป็นของสงฆ์หรือของพระท่านนั้นองค์เดียวค่ะ

คำตอบ

คำว่า สังฆทาน หมายถึงทานที่ถวายให้แก่หมู่สงฆ์ สงฆ์ทุกองค์ที่อยู่ในอาวาสนั้นมีสิทธิ์นำไปใช้ได้ แม้จะมีภิกษุเพียงองค์เดียวมารับทาน แต่เมื่อรับทานแล้วท่านนำไปเก็บไว้เป็นส่วนกลางของหมู่สงฆ์ ทานนั้นถือว่าเป็นสังฆทาน ผู้ถวายได้รับอานิสงส์แห่งทานมาก แต่ถ้ามีภิกษุ ๔ องค์มารับทาน เมื่อบริโภคแล้วนำไปเก็บไว้เป็นของส่วนตัวไม่ถือว่าเป็นสังฆทาน เป็นเพียงบุคลิกลทาน ผู้ถวายได้อานิสงส์แห่งทานน้อยกว่า

ตั้งนั้นก่อนที่ฆราวาสจะถวายทาน ต้องแสดงเจตนาให้ชัดว่าถวายเป็นปุคคลิกทาน หรือถวายเป็นสังฆทาน ส่วนภิกษุจะกล่าววาจาหรือไม่กล่าววาจารับเป็นทานประเภทใด ยังไม่สำคัญเท่ากับทานที่รับไปแล้วเอาไปเก็บไว้ในส่วนใด เก็บไว้ส่วนตัว หรือเก็บไว้เป็นส่วนรวม

๒๒๕. เจ้าของยังไม่อนุญาต

คำถาม

ศิลปินชื่อ กาเมสุมิฉา ฯ ถ้ามีชายคนหนึ่งได้แต่งงานแล้ว และภรรยาได้สนับสนุนให้ไปมีผู้หญิงอีกคน โดยผู้หญิงคนนั้นก็เต็มใจและทำงานเลี้ยงตัวเองได้แล้ว ไม่ได้เป็นเด็กหรือนักศึกษา ถือว่าชายคนนี้ทำผิดศีลข้อนี้หรือไม่คะ (บางคนบอกว่าไม่ผิด เพราะเขาไม่ได้ล่วงเกินลูกหรือเมียใคร)

กราบขอบพระคุณค่ะ

คำตอบ

ทุกคนเกิดมาต้องมีพ่อแม่ให้กำเนิด ฉะนั้นการล่วงละเมิดหญิงที่มีเจ้าของ (พ่อแม่) และเจ้าของยังไม่อนุญาตยกให้เป็นภรรยา ถือว่าผิดศีลข้อ ๓

๒๒๖. ทำตามหลักกาลามสูตร

คำถาม

สวัสดีค่ะ อาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร

ได้มีโอกาสคุยกับเพื่อน ๆ กัลยาณมิตรและมีคนในกลุ่มถามว่า จิตอาศัยอยู่ในส่วนใดของร่างกายเรา ซึ่งก็มีคนตอบมาต่าง ๆ กันไป บางก็ว่า ถ้าสมองเราตาย จิตเราก็ตายไปด้วย บางก็ว่า ไม่มีที่อาศัย ไม่มีที่อยู่แน่นอน แต่ก็ไม่มีใครให้คำตอบได้ที่แน่นอน แต่ตามที่ตัวเองเข้าใจคือ จิตอยู่ในตัวเรา ในทุกส่วนของร่างกาย อยู่ที่ว่าจิตไปรับรู้สภาวะต่าง ๆ ในร่างกายที่ใต้นั้นก็คือ จิตอยู่ที่นั่นใช่หรือไม่ หรือเรียกว่า สติ นั้นเข้าใจถูกต้องหรือไม่ค่ะ

ขอขอบคุณล่วงหน้าค่ะ

คำตอบ

คำว่าสัมพัทธ์มีความหมายว่า ผู้รู้ทุกสิ่งทุกอย่าง สัมพัทธ์เป็นคุณสมบัติของพระพุทธเจ้า ถ้าคุณเชื่อพระพุทธะคุณต้องไม่ปลงใจเชื่อตามหลักกาลามสูตร ที่พระพุทธะมอบไว้แก่ชาวโลก แล้วพัฒนาจิตตนเองจนเข้าถึงความรู้แจ้งได้ เมื่อใดก็จะรู้ว่าจิตมีหทัยวัตถุเป็นที่อยู่ประจำในร่างกาย

หากให้ความหมายของคำว่าตาย หมายถึง สิ้นใจ สิ้นชีวิตไม่เป็นอยู่อีกต่อไป เคลื่อนไหวไม่ได้ ฯลฯ คนที่พูดว่าเมื่อสมองตาย จิตก็ตายไปด้วยก็ถูกของผู้มีความเห็นอย่างนั้น คนที่พูด

ว่าเมื่อสมองตาย จิตจะทิ้งร่างแล้วไปหาร่างใหม่อยู่อาศัย ก็ถูกของผู้มีความเป็นอย่างนั้น คนที่พูดว่าทราบใดที่ร่างกายไม่อยู่ในสภาพให้จิตใช้ทำงานได้ จิตจะทิ้งร่างนี้แล้วไปหาร่างใหม่อยู่อาศัย ฯลฯ ต่าง ๆ เหล่านี้พระพุทโธะมิให้ปลงใจเชื่อตามหลักกาลามสูตร แล้วจะทำยังไงดีล่ะ พิสูจน์สิ พัฒนาจิตเข้าถึงปัญญาสูงสุด แล้วเมื่อนั้นแหละแจ่มแจ้งด้วยตนเองได้

๒๒๗. มีศีลคุณใจ

คำถาม

กราบเรียน ดร.สนอง ที่เคารพ

ดิฉันอยากทราบว่าในการฝึกนั่งสมาธิ หรือวิปัสสนากรรมฐาน จำเป็นต้องมีการสมาทานศีล ๕ หรือไม่คะ เพราะที่ปฏิบัติอยู่ในตอนนี้ดิฉันไม่เคยสมาทานศีลเลยมีแม่ชื่อบอกว่าถ้าไม่สมาทานศีลก่อนก็จะปฏิบัติไม่สำเร็จ

คำตอบ

ศีล สมาธิ ปัญญา เป็นหลักของไตรสิกขาที่พระพุทโธมอบไว้แก่ชาวโลก ศีลเป็นพื้นฐานของใจที่นำไปสู่ความตั้งมั่นเป็นสมาธิ ถ้าไม่มีศีลคุณใจให้ได้ก่อน สมาธิจะไม่เกิด การบรรลुธรรมขั้นสูงไม่อาจเกิดขึ้นได้

๒๒๘. สัตว์ในโลกทิพย์

คำถาม

กราบเรียนท่านอาจารย์สนองที่เคารพเป็นอย่างสูง
หนูและแฟนได้สวดมนต์เป็นประจำทุกวันคือสวดบูชา
พระรัตนตรัย และพาหุงมหากา และบทอิติปิโสเท่าอายุของ
แฟนบวกหนึ่ง และต่อด้วยการแผ่เมตตาและอุทิศส่วนกุศล แฟน
ของหนูเป็นชาวอังกฤษและได้สวดมนต์มาได้เป็นเวลาประมาณ ๓
ปีคะ ช่วงระยะหลัง ๆ จนถึงปัจจุบันแฟนของหนูได้บอกหนูว่า
ได้ยินเสียงประหลาดในขณะที่สวดมนต์เสร็จแล้วตั้งใจอธิษฐาน
ส่วนหนูเองไม่ได้ยินเสียงอะไร เค้าบอกว่าเสียงที่ได้ยินเป็น
เสียงของกลุ่มคนจำนวนมากคุยกันระงมไปหมด ในบริเวณใกล้ๆ
แต่ว่าในขณะที่สวดมนต์นั้นเป็นเวลาเกือบเที่ยงคืนทุกวัน และ
บริเวณบ้านก็เงียบสงบ เขาบอกว่าเขาไม่สามารถเข้าใจภาษา
ของเสียงที่คุยกัน ซึ่งตอนช่วงแรก ๆ เรา ๒ คนก็คิดกันว่า คง
เป็นหูแว่ว แต่เสียงประหลาดนี้ก็ปรากฏทุกวันจนถึงปัจจุบัน ซึ่ง
ในตอนแรกเค้าก็บอกว่ามันเป็นเรื่องประหลาด แต่ตอนนี้เค้า
ว่ามันเป็นส่วนหนึ่งไปแล้ว เค้าก็ไม่ได้รู้สึกวากกลัวแต่อย่างใด
แต่ก็สงสัยว่าเป็นเสียงอะไรเพราะเสียงบางทีก็เป็นเหมือนมี
เสียงดนตรี บางทีก็เป็นเสียงแบบจิมง่า หนูเองก็ได้แต่บอกเค้า
ว่าสงสัยอาจจะเป็นเทวดามาร่วมสวดมนต์ด้วย (เป็นการคาดเดา)
เค้าก็ดูเหมือนจะไม่ค่อยจะเชื่อ

หนูกราบรบกวนท่านอาจารย์ว่าหนูควรจะอธิบายให้
 कैอย่างไรดีคะ หรือหนูควรจะอธิบายให้ कैเข้าใจว่าในโลกนี้
 ยังมีหลายสิ่งที่เราไม่สามารถเห็นด้วยตา แต่เมื่อ कैสวดมนต์
 พลังงานของความตั้งมั่นแห่งจิตทำให้ कैสามารถจูนเข้าได้กับ
 คลื่นพลังงานบางอย่างซึ่งเป็นปัจเจกตั้ง เห็นได้เฉพาะตน เพราะ
 หนูก็ไม่สามารถทำพลังงานให้ได้เท่ากับพลังงานของเขา แฟน
 หนู कैยังไม่ได้เป็นพุทธศาสนิกชนเต็มตัว แต่หนูก็ได้ชักนำให้
 รู้จักกับการทำบุญโดยพาไปวัดไทยในอังกฤษและได้ช่วยเหลือ
 ทางวัดทำสาธารณประโยชน์

หนูขอคำแนะนำจากท่านอาจารย์คะว่า कैควรจะ
 อย่งไร หรือควรจะสอนให้ कैกำหนดแบบการทำวิปัสสนาว่า
 เสียงหนอ เสียงหนอ และรู้หนอ ซึ่งหนูว่าหนูก็ควรปูพื้นฐาน
 สำหรับการทำสมาธิให้กับ कैเสียก่อน แต่หนูก็ไม่ทราบว่าจะ
 สอนอย่างไรดี เพราะคนฝรั่ง कैนั่งขัดสมาธิอย่างเราได้ หรือ
 ควรจะบอก कैไปว่าไม่ต้องไปสนใจก็กำหนดจิตตั้งมั่นและหมั่น
 สวดมนต์ต่อไป

กราบขอบพระคุณอาจารย์เป็นอย่างสูงคะ

คำตอบ

การสวดมนต์หากสวดด้วยใจที่จดจ่ออยู่กับบทสวดมนต์
 เท่ากับเป็นการฝึกจิตให้มีสติ เมื่อสวดบ่อย ๆ จิตจะเกิดความ
 ตั้งมั่นจนถึงระดับฌานได้ แล้วโอกาสเกิดโลกียภิกขุญาณที่เรียกว่า

ทิพโศต (หุทิพย์) มิได้เป็นได้ ที่สามิไต้ยนั้นเป็นเสียงของรูปนามในมิติที่เป็นทิพย์ ตาเนื้อตาหนังมีอาจสัมผัสได้ เพราะเป็นมิติที่ละเอียดอ่อนเมื่อรู้เช่นนี้แล้วหลังจากสามิสวตมนต์เสร็จให้เขากล่าววาทจาอุทิสบุญกุศลไปให้สัตว์ที่เกิดร่วมวัฏสงสารที่มีรูปนามเป็นทิพย์ เมื่ออุทิสให้แล้วสามิของคุณก็จะได้สัตว์ (รูปนาม) ในมิติทิพย์เป็นเพื่อน ดีเสียอีกจะได้เพื่อนในต่างมิติไกล่

ส่วนเรื่องการสวตมนต์ก็ให้ทำต่อไปเป็นปกติจนตาย ทั้งนี้เพื่อรักษาสติให้คงอยู่ เมื่อถึงเวลาทิ้งชั้นธฺลาโลก (ตาย) ด้วยการมีสติกำกับ เขาจะได้ไปเกิดในสุคติภพ เช่นเทวดาซึ่งมีรูปนามเป็นทิพย์เช่นกัน

ปฺลิโพธ คือเครื่องกังวลใจต่าง ๆ อันเป็นสิ่งที่ทำให้ ห่วงใย เป็นกังวล ไม่สงบระงับ ... อยู่ในอารมณ์กัมมฏฺฐานั้น ๆ มี ๑๐ อย่าง คือ ๑. ความกังวลเกี่ยวกับอวาส(ที่อยู่อาศัย) ๒. ความกังวลเกี่ยวกับตระกูล(ที่เขาอุปฐากหรืออุปถัมภ์) ๓. ความกังวลเกี่ยวกับลาภ(ปัจจัยสี่) ๔. ความกังวลเกี่ยวกับคณะ (พวกพ้องหมู่เพื่อน) ๕. ความกังวลเกี่ยวกับกรงาน (งานที่ทำและการก่อสร้าง) ๖. ความกังวลเกี่ยวกับอัทธานะ(การเดินทางไกล) ๗. ความกังวลเกี่ยวกับญาติ ๘. ความกังวลเกี่ยวกับการเจ็บไข้ ๙. ความกังวลเกี่ยวกับคณฺฐะ(คือการศึกษเล่าเรียนต่างๆ) ๑๐. ความกังวลเกี่ยวกับอิทธิฤทธิ์

๒๒๙. การขอไม่มีในคำสอน

คำถาม

สวัสดีครับอาจารย์สอน

คือทราบมาว่าการอธิษฐานเป็นบารมีกองหนึ่ง อยากทราบว่าการอธิษฐานเหมือนหรือต่างกับการขอธรรมดา ๑
อย่างไรครับ ทำอย่างไรจึงจะเรียกว่าอธิษฐานครับ

ขอบพระคุณครับ

คำตอบ

การอธิษฐานเป็นการตั้งใจให้สำเร็จในสิ่งที่ปรารถนา เมื่ออธิษฐานแล้วผู้อธิษฐานต้องสร้างเหตุให้ตรงกับสิ่งที่ตนได้อธิษฐานไว้ เมื่อใดที่เหตุปัจจัยลงตัว การอธิษฐานจึงจะสำเร็จตามที่ปรารถนา

ส่วนการ “ขอ” เป็นการแสดงด้วยกาย วาจา หรือใจ ในสิ่งที่ตัวเองไม่มี เพื่อให้ผู้อื่นยกให้ มอบให้ หรือบันดาลให้ตนเองมีสิ่งที่ร้องขอ พระพุทธะไม่แนะนำให้พุทธศาสนิกทำตัวเป็นผู้ร้องขอหรืออ้อนวอนให้ผู้อื่นบันดาลให้

สุกาวี... พระอัครกตฺลิขิตฺที่พ่อต๋องการ ต๋อ

“ขอเพียงสติของขายนหยัด สติองมีอ้อมพลังทำได้

หนึ่งจกวิตติได้ หนึ่งจกตั้งมั่น ทุกอย่างสำเร็จด้วยตัวของพ่อ”

(บทที่ ๕/๔๙๕)

๒๓๐. ขรรวาสโสดาบัน

คำถาม

สวัสดีครับอาจารย์ครับ

เคยได้ยินมาว่าพระอริยบุคคลชั้นโสดาบันที่เป็นขรรวาสยังมีอยู่ในปัจจุบัน ไม่ทราบจริงหรือไม่ครับ ไม่ทราบว่าท่านระดับนั้นท่านมีอาชีพการงานเหมือน ๆ กับคนทั่วไปไหมครับ คือผมสงสัยครับอยากทราบว่าท่านทำอะไรให้ศิลปะของตัวเองบริสุทธิ์ได้ในท่ามกลางสิ่งแวดล้อมในสภาพปัจจุบัน(คือผมพอจะทราบมาว่าอริยบุคคลชั้นโสดาบันมีศิลปะบริสุทธิ์จะไม่ละเมิดศิลปะเด็ดขาด) ผมอยากมีศิลปะ ๕ ที่บริสุทธิ์ทุก ๆ วันเลยครับ เลยอยากให้อาจารย์ช่วยแนะนำอุปายว่าจะทำอะไรให้ตัวเองมีศิลปะ ๕ บริสุทธิ์ คือผมไม่ค่อยมี “ปัญญา” เท่าไหร่เลยครับ มักเจอสถานการณ์ที่ทำให้เสี่ยงต่อการผิดศิลปะเสมอ ๆ

ขอบคุนครับ

คำตอบ

ดูวิชาว่าเป็นตัวอย่าง เป็นเด็กหญิงโสดาบันตั้งแต่อายุ ๗ ขวบ โตเป็นสาวแล้วแต่งงาน ยังมีลูกได้ถึง ๒๐ คน

ในสมัยปัจจุบันหากประสงค์ความเป็นโสดาบัน ต้องเจริญวิปัสสนากรรมฐาน จนได้ปัญญาเห็นแจ้ง แล้วใช้ปัญญาเห็นแจ้ง สอนนำทางให้กับชีวิตดับอุปาทานขั้น ๕ ให้ได้ กำจัดกิเลสในใจ ๓ ตัว (สังโยชน์ ๓) ให้หมดไป ความเป็นโสดาบัน อยู่ไม่ไกลเกินปรารถนา

๒๓๑. วัดแพระธรรมาราม

คำถาม

กราบเรียนอาจารย์ที่เคารพ

ผมได้ฟังอาจารย์บรรยายธรรมที่วัดพระธาตุทรายทองเมื่อวันอาทิตย์ที่ผ่านรู้สึกมองเห็นทางสว่างอยากให้อาจารย์ช่วยแนะนำสถานที่ฝึกกรรมฐาน ผมพักอยู่จังหวัดลำปางและผมทำงานที่การไฟฟ้าฝ่ายผลิตแม่เมาะ จะใช้เวลาในการฝึกสักกี่วัน ผมสามารถกลางงานได้เต็มที่ประมาณ ๗ วัน ผมมีปัญหาคาถามอาจารย์อีกอย่างหนึ่งคือการถ่ายพยาธิออกจากร่างกายจะบาปหรือไม่

ขอขอบพระคุณอาจารย์มากครับ

คำตอบ

แนะนำให้ฝากตัวเป็นศิษย์ฝึกกรรมฐานที่วัดแพระธรรมาราม ใกล้สถานีรถไฟเด่นชัย อ.เด่นชัย จ.แพร่

ส่วนเรื่องการถ่ายพยาธิ ผู้ใดทำแล้วถือว่าเป็นบาป เมื่อรู้ว่าเป็นบาป ต้องปฏิบัติตัวเองให้มีบุญมากกว่าบาปที่ทำแล้ว อุทิศบุญกุศลให้กับสรรพชีวิตที่ถูกเบียดเบียน อุทิศไปจนกว่าเวรกรรมที่ผูกกันไว้จะหมดสิ้นไป

ดูกรัก... ธรรมชาติไม่มีการตลาด แต่ต้องให้รู้แน่ชัดจริง

(บทที่ ๙๘/๓๘๑)

๒๓๒. สมบัติกำพรว้า

คำถาม

สับสนในจิตใจมาก เพราะปัญหาครอบครัวเยอะคะ พี่ชายพี่สะใภ้จ้องจะอุปสมบัติ แม่ก็ไม่ใช่ที่พึ่ง ตัวเองก็ปฏิบัติธรรมไม่เข้าขั้น ควรทำตัวอย่างไรดีคะ ขอบพระคุณ มา ณ ที่นี้คะ

คำตอบ

ต้นเหตุเป็นต้นเหตุให้เกิดทุกข์ (สมุทัย) ถ้าวางตัณหาลงได้ ทุกข์ทั้งหลายที่พี่ชายพี่สะใภ้รวมถึงคุณแม่ กำลังแสดงให้คุณดู นั้นจะหมดไปสิ้นเชิง เหตุที่คุณวางความอยากลงไม่ได้ เพราะคุณมีความเห็นผิด ทำใจให้นิ่งแล้วดูให้ออกสิวว่า สมบัติที่พี่ชายพี่สะใภ้จ้องจะอุปนั้น ล้วนเป็นสมบัติกำพรว้า ครอบครองได้ไม่นานดอก ดีไม่ตีมันหนีไปจากเจ้าของ ด้วยถูกขโมย ถูกโกง ถูกน้ำพัดพาหายไปถูกไฟมอดไหม้ไป หรือแม้ที่สุดผู้ครอบครอง ก็ต้องตายจากไปโดยทิ้งสมบัติกำพรว้าไว้กับโลก เอาติดตัวไปไม่ได้สักอย่าง แต่สิ่งที่คุณได้กระทำ (ปฏิบัติธรรม) นี่สิเป็นบุญใหญ่ เป็นสมบัติที่ไม่กำพรว้าสามารถติดตัวคุณไปได้เมื่อตาย ตาสว่างขึ้นสัจจะได้ไม่ต้องทุกข์ใจยังงี้ละ

กราบเรียนสาธุชนทุกท่าน

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

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

ท่านผู้มีจิตศรัทธาต้องการหนังสือและสื่อธรรมทาน
ของชมรมก็ลาถนธรรม 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. ๐๒-๖๓๕-๓๙๙๑-๒ , ๐๒-๖๓๕-๓๙๙๘
โทรสาร. ๐๒-๒๖๖-๓๘๐๗

ผลงานเล่มอื่น ๆ

ของชมรมกัลยาณธรรม

- ทางสายเอก (ฉบับไทยปกแข็ง, เล่มเล็ก, สองภาษา, และฉบับภาษาอังกฤษ)
- บันทึกสนทนาธรรม ตามรอยพ่อ
- การใช้ชีวิตที่คุ้มค่า
- มาตสไตด้วยหัวใจเกินร้อย
- สนทนาภาษาธรรม เล่ม ๑, ๒, ๓, ๔ และเล่ม ๕
- อัญมณีแห่งชีวิต , ประวัติท่านพระอาจารย์มั่น
- อริยมรรค และ การปฏิบัติคือบพพิสูจน์
- ชีวิตหลังความตาย ชีวิตใหม่ที่ต้องเตรียมตัว
- วิธีอยู่เหนือดวง และโอวาทสี่ของเหลียวผาน
- อุบายทำให้จิตสงบและกระจกส่องกรรมฐาน
- ดวงดีวิถีพุทธ
- สันติวรบท และอริยธรรม
- รวบรวมสบทธรรม
- ตายแล้วไปไหน
- สติ ๕ อย่าง และ บทโคลกแห่งพุทธอิสระ
- บารมีธรรมสู่ความสำเร็จ
- ให้ท่านเพื่ออะไร ฯลฯ , พระศิริมานนทสูตร

นอกจากนี้มีเทปคำบรรยาย, ซีดี และ MP3
อีกจำนวนมาก ติดต่อได้ที่ชมรมกัลยาณธรรม

โทร. ๐๒-๖๓๕-๓๙๙๘ และ ๐๒-๗๐๒-๗๓๕๓