ได้ภาวนา

พระอาจารย์สงบ มนสฺสนฺโต

ถาม–ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๒๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕

ณ วัดป่าสันติพุทธาราม (วัดป่าเขาแดงใหญ่) ต.หนองกวาง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ถาม : ข้อ ๒๗๓๘. เรื่อง “ได้แค่สงบ”

ปีที่ผ่านมา หนูไปภาวนาที่วัด เดินจงกรม นั่งสมาธิวันละ ๓ ชั่วโมงเป็นอย่างต่ำ มีวันหนึ่งจิตสงบ ลมหาย นึกพุทโธไม่ได้ พักอยู่ในสมาธิประเดี๋ยวเดียวไม่เกิน ๒๐ นาที ออกจากสมาธิ จิตเห็นความคิดเกิดขึ้นมา แต่ว่าหนูก็พิจารณาไม่เป็น และมันก็ไม่ลงไตรลักษณ์ อันนี้สาเหตุเป็นเพราะว่าบุญวาสนาไม่พอหรือเปล่าคะ จึงได้แค่ขั้นความสงบ

หนูได้พยายามค้นหาคำตอบในเทศน์ตอบปัญหาธรรมะของหลวงพ่อ แต่ไม่เจอ จึงถามมา ณ ที่นี้ค่ะ

ตอบ : เทศน์ในธรรมะมี ถามตอบเรื่องนี้ เวลาตอบ ตอบแต่เรื่องอย่างนี้ทั้งนั้นเลย ตอบแต่เรื่องภาวนานี่ ตอบแต่ว่าสมาธิทำได้หรือไม่ได้

©2026 sa-ngob.com

ยกขึ้นวิปัสสนาหรือไม่วิปัสสนา แต่มันไม่สะเทือนกิเลสไง มันไม่สะเทือนหัวใจของเรา มันก็เลยไม่เป็นปัญหาของเรา

แต่ถ้ามันเป็นปัญหาของเราๆ นี่ปัญหาตรงๆ

หนูเคยมาภาวนาที่วัดค่ะ เดินจงกรมจนจิตเป็นสมาธิ วันละ ๓–๔ ชั่วโมง ถ้าจิตมันสงบนะ แล้วลมหาย นึกพุทโธไม่ได้ ได้ประเดี๋ยวเดียว แล้วมันพิจารณาไม่ได้ อย่างนี้มันเป็นที่บุญวาสนาหรือไม่

ถ้าเป็นบุญวาสนาๆ นะ เวลาหลวงตาท่านพูดไง บุญวาสนามันมาจากไหน มันก็มาจากเราทำนี่แหละ บุญวาสนาๆ แล้วบุญวาสนา เราจะไปสอยเอาต้นกัลปพฤกษ์ จะไปสอยเอาที่ไหนล่ะ

บุญวาสนา บุญหรือบาป เพราะพระพุทธศาสนาสอนเรื่องกรรม เรื่องการกระทำ ถ้ามันบุญวาสนาไม่พอนะ เราไม่ได้สนใจเรื่องอย่างนี้เลย แต่ถ้าเราสนใจแล้วเราก็ฝึกหัด ฝึกหัดประพฤติปฏิบัติให้เป็นนิสัยๆ

ถ้าเป็นนิสัย แล้วถ้าสิ่งนั้นมันยังไม่แก่กล้า มันยังทำสิ่งนั้นไม่ได้ เราก็พยายามทำของเราๆ เพราะมันเป็นผลประโยชน์กับเราไง มันเป็นผลประโยชน์กับเรา

แต่ถ้ามันเป็นเรื่องอื่น มันจะเป็นความทุกข์ความยากกับเรา แล้วมันไม่มีที่พึ่ง

©2026 sa-ngob.com

ไฟไหม้ เขาแจ้งหน่วยบรรเทาสาธารณภัยดับไฟๆ ถ้าไฟไหม้ นี่ไง ธรรมะ น้ำดับไฟๆ ธรรมะมันก็ดับไฟกิเลสในใจของเราๆ เราก็จะพยายามทำของเราอยู่อย่างนี้ มันดีกว่า ดีกว่าปล่อยปละละเลย แล้วให้ไฟไหม้ๆ

ไฟไหม้นะ มันไหม้จนหมดเชื้อมันก็ดับนะ ไฟกิเลสไหม้ในใจมันไม่มีวันดับ แล้วมันจะไหม้มึงต่อไปเรื่อยๆ ถ้าเรามีสติมีปัญญา เราก็มาฝึกหัดของเรา

คำว่า “ฝึกหัด” นะ เวลาชาวพุทธ เราเกิดเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา เวลาเราเกิดมาพบพระพุทธศาสนา ถ้าศาสนา เวลาศาสนาเรียวแหลม เขาก็อยู่กันไปเป็นพิธีกรรมเท่านั้นเอง

แต่เพราะเราเกิดมาท่ามกลางกึ่งกลางพระพุทธศาสนา มีหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านประพฤติปฏิบัติจนถึงที่สุดแห่งทุกข์ แล้วท่านยืนยันของท่าน แล้วท่านสร้างธรรมทายาท

คำว่า “ยืนยัน” นะ คนที่ประพฤติปฏิบัติได้จริงนั้น มันก็เป็นความมหัศจรรย์อันดับหนึ่ง

อันดับที่สอง ถ่ายทอดให้ธรรมทายาทได้รับรู้ นี่เป็นความมหัศจรรย์อันดับที่สอง เพราะมันมีตัวอย่างและมีการยืนยันเป็นพยานต่อกันได้

©2026 sa-ngob.com

ฉะนั้น ถ้ามีการยืนยันเป็นพยานต่อกันได้ ในวงการประพฤติปฏิบัติมันถึงกลับมาเข้มแข็ง กลับมาเป็นเหมือน ตอนนี้เป็นเหมือนกับเป็นเรื่องทั่วไป เป็นเรื่องธรรมดา

ในเมื่อเป็นเรื่องธรรมดาในการประพฤติปฏิบัติ ถ้าเรามีศรัทธามีความเชื่อ แค่มีศรัทธามีความเชื่อ แล้วเราจะประพฤติปฏิบัติ อันนี้เป็นบุญกุศลมาก

เพราะคนนับถือพระพุทธศาสนาแล้วปล่อยปละละเลยไง ปล่อยชีวิตของเราไหลไปตามกระแสสังคม ไหลไปตามอย่างนั้น แล้วบอกเป็นชาวพุทธๆ

ตอนนี้พระพุทธศาสนาเผยแผ่ไปทางตะวันตก เขาเป็นนักวิชาการ เวลาเขาเป็นปัญญาชน เวลาเขาศึกษาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้านะ แล้วมาในเมืองไทยเขางงเลย โอ้! มันไม่เหมือนตำราเลย ในตำราเขามีศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ แล้วนี่ปล่อยปละละเลยกันไปไง แต่เราฝืนกระแสสังคม เรามาประพฤติปฏิบัติ มันก็เป็นบุญกุศลของเราแล้ว

นี่เขาบอกว่า สาเหตุมันเป็นที่บุญวาสนาใช่หรือไม่

แต่เราจะย้อนกลับว่า มันเป็นบุญวาสนาที่เป็นบุญกุศลให้เราได้ฝึกหัด ได้ปฏิบัติของเรา แล้วถ้าปฏิบัติแล้ว แค่เดินจงกรม นั่งสมาธิภาวนา บุญกิริยาวัตถุ

©2026 sa-ngob.com

ทำทานร้อยหนพันหนไม่เท่ากับถือศีลบริสุทธิ์หนหนึ่ง ถือศีลบริสุทธิ์ร้อยหนพันหนไม่เท่ากับทำสมาธิได้หนหนึ่ง ทำสมาธิได้ร้อยหนพันหนไม่เท่าเกิดภาวนามยปัญญาขึ้นมาหนหนึ่ง

เห็นไหม เป็นพันๆ หน เป็นพันๆ หน แล้วคิดดูสิ มันต้องฝึกจนเป็นจริตเป็นนิสัย มันถึงอยากจะประพฤติปฏิบัติ แล้วก็อยู่ที่วาสนานะ

เวลาบอกว่า นี่เป็นวาสนาหรือไม่

เราก็ว่าวาสนานี่แหละ แต่วาสนาเป็นฝ่ายบุญกุศล ฝ่ายกระทำ แต่วาสนาที่จะบรรลุธรรม ที่จะเห็นธรรม อันนั้นมันเป็นอีกเรื่องหนึ่งนะ

มันเป็นอีกเรื่องหนึ่ง เพราะธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านจะเน้นลงที่สัตว์อาชาไนย

สัตว์อาชาไนย สัตว์อาชาไนยมันไม่ใช่สัตว์ธรรมดา สัตว์อาชาไนยถ้ากินน้ำ นู่น ต้นน้ำ หญ้า กินยอดหญ้า แล้วไม่คลุกคลี ไม่คลุกคลีกับสัตว์ทั่วไป

สัตว์ที่มันเป็นสัตว์อาชาไนยนะ อย่างพวกช้าง พวกต่างๆ เวลาบุญญาบารมีเขาแก่กล้า ทำไมเราต้องมาเบียดเสียดกับพวกนี้

เป็นหัวหน้าฝูงนะ คุ้มครองดูแลฝูงนะ แต่ถึงเวลาสละฝูงนะ ออกไปอยู่ตัวเดียว

©2026 sa-ngob.com

สัตว์อาชาไนยหาอาหารที่สะอาดบริสุทธิ์ น้ำที่สะอาดบริสุทธิ์ เขาหาอาหาร น้ำของเขาอย่างนั้น

สัตว์อาชาไนย สัตว์อาชาไนยมันต้องมีสัจจะ มีทัศนคติ มีความเห็น มีความมุ่งมั่นที่แตกต่าง เวลาเขาทำอย่างนั้นนะ แล้วพอทำอย่างนั้นปั๊บ ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ๗ วัน ๗ เดือน ๗ ปี ผู้ที่มีคุณธรรมอย่างนั้น นี่ไง ถ้าพูดถึงฝ่ายปฏิบัติจะให้ได้ผลนะ

เหตุนี้มันเป็นเพราะบุญวาสนาหรือไม่

แต่เราพลิกกลับมาว่า เป็นบุญวาสนาที่ดี เป็นบุญวาสนาที่บวก เพราะเราเปรียบเทียบกับสังคม กระแสสังคมที่เขากระทำ กระแสสังคมเขามีวาสนาหรือไม่มีวาสนา

แล้วถ้ามีวาสนาขึ้นมา เห็นไหม เวลาโครงการช่วยชาติฯ ของหลวงตาพระมหาบัวไง ท่านบอกว่าคนที่เชื่อที่ฟัง ที่ตามท่านมา มันเป็นสายบุญสายกรรม

คำว่า “สายบุญสายกรรม” มันชอบไง มันเห็นการกระทำนั้นแล้วมันซาบซึ้งใจ มันเห็นบวก แล้วเห็นเป็นความชอบธรรม

แต่ถ้ามันไม่สายบุญสายกรรม “มันไม่ใช่กิจของสงฆ์ มันไม่ใช่กิจของสงฆ์”

แล้วกิจของสงฆ์คืออะไรล่ะ กิจของสงฆ์คือปล่อยปละละเลยใช่ไหม กิจของสงฆ์คือทำตามกระแสสังคมใช่ไหม กิจของสงฆ์

©2026 sa-ngob.com

มันออกนอกเรื่องนอกราวไปไง

มันไม่ใช่กิจของสงฆ์ๆ แล้วกิจของสงฆ์มันคืออะไร

กิจของสงฆ์ อย่างน้อยต้องสร้างคุณงามความดีเพื่อตัวเรา และเพื่อสังคม และเพื่อแวดล้อม สิ่งแวดล้อมนั้น ถ้าเราสร้างคุณงามความดีไง แล้วถ้ามันเป็นจริงเป็นจังขึ้นมา ถ้าเป็นกิจของสงฆ์ตามความเป็นจริง เห็นไหม

เวลาเขาบอกว่า พระเราไม่ต้องธุดงค์ ธุดงค์นี้มันเป็นไปไม่ได้ ต่างๆ

มันเป็นการทดสอบจิตใจของคน เวลาเราออกวิเวก มันจะรู้จักเลยว่า เวลาออกวิเวกไป เราเสียสละความสะดวกสบายแล้ว อยู่วัดอยู่วา ขึ้นมา มีกุฏิ มีมุ้ง หมอน มีทุกอย่างอุดมสมบูรณ์หมดน่ะ เวลาออกธุดงค์ไป สละ เราสละจากที่นอน เราสละจากความสะดวกสบายมาแล้ว ไปอยู่ในป่าในเขาขึ้นมา มันอยู่เพื่อตรวจสอบใจของตน

เวลาธุดงค์ๆ เขาไปธุดงค์เพื่อหาจิตของตน ไม่ใช่ไปธุดงค์แค่เป็นประเพณี เป็นพิธีกรรม

ที่เขาทำๆ กัน นั่นมันธุดงค์อะไรกัน ธุดงค์อย่างนั้นมันเป็นธุดงค์ตลาด เป็นธุดงค์ตลาด การตลาดไง ให้ตลาดเป็นใหญ่

แต่ถ้ามันเป็นจริงเป็นจังขึ้นมา เขาธุดงค์ขึ้นไปเพื่อหาจิตของตนนะ เราเสียสละความสะดวกสบาย เราเสียสละทุกอย่างมาแล้ว แล้วเราเข้าไป

©2026 sa-ngob.com

อยู่ในป่าในเขา เราจะไปแสวงหาความสะดวกสบายมาจากที่ไหน ความสะดวกสบายมันไม่มี

เวลาบำเพ็ญเพียรเป็นตบะธรรมเผาผลาญกิเลส ความขัดสน ความไม่สะดวกไม่สบาย นั่นน่ะกิเลสมันไม่ต้องการ กิเลสมันไม่ต้องการอยู่แล้ว กิเลสมันต้องการความสะดวกสบายของมัน กิเลสมันต้องการคนยกย่องสรรเสริญ มันต้องการคนเชิดชูบูชา

แต่นี่ไปอยู่ป่าคนเดียว ใครจะเชิดชูบูชา เย็นสันหลังวาบๆ เย็นสันหลังไง กลัวนู่นกลัวนี่ กลัวไปหมดน่ะ นี่ตบะธรรมไง เผาผลาญกิเลส นี่เวลาคนที่มีอำนาจวาสนา เห็นไหม

นี่พูดถึงว่า มุมมอง ทัศนคติไง มันถึงพอใจและชื่นชมตัวเองที่เราจะออกประพฤติปฏิบัติ

คนเรามันติดสุขไง อยู่ที่ไหนมันสุขสบายแล้ว มันจะย่างก้าวออกไป แหม! จะย่างเท้าออกไปมันยังไม่กล้าเลย แต่ถ้ามันไปทำขึ้นมาจนเป็นความพอใจ แล้วถ้ามันปฏิบัติแล้วมันได้ผล

ได้ผลก็อย่างที่คำถามนี้ ย้อนกลับมาที่คำถาม เพราะคำถามนะ

อันนี้เป็นสาเหตุเพราะว่าบุญวาสนาหรือไม่

คำว่า “บุญวาสนา” คือเราไม่ละเอียดรอบคอบพอ ถ้าเราละเอียดรอบคอบ สิ่งที่เคยมาปฏิบัติที่วัด แล้วมันเป็นอย่างนี้

©2026 sa-ngob.com

เป็นอย่างนี้มันก็เป็นแบบนี้ไง เพราะเวลาคนที่ประพฤติปฏิบัติโดยธรรมชาติ เราก็เคยคิดอย่างนี้ เราก็เคยเป็นอย่างนี้ อะไรที่เกิดกับเราจะอยู่กับเราตลอดไป เช่น สิ่งที่เราไม่พอใจ มันจะฝังใจมาก แล้วทำไมสมาธิมันไม่ฝังใจเราวะ สติ สมาธิ ทำไมมันไม่ฝังใจแล้วอยู่กับกูตลอดไปล่ะ ไม่เห็นมันมี แต่อะไรที่มันขัดใจนะ ไปปฏิบัติที่ไหนนะ แล้วมันไม่ได้ผลฝังใจมาก แล้วถ้าไปทุกข์ที่ไหนนะ โอ้โฮ! จำแม่นเลย

นี่ไง มันเป็นสัญญาอารมณ์ แล้วเวลาปฏิบัติแล้ว เราจะคิดว่ามันเป็นวิทยาศาสตร์ คือคงที่ตายตัวไง ถ้าเป็นอย่างนี้แล้วจะต้องเป็นอย่างนี้ เป็นอย่างนี้แล้วจะเป็นอย่างนี้ ไม่ใช่

มีเจริญแล้วเสื่อม

เวลามันเจริญขึ้นมานะ เวลาเจริญแบบถ้าเป็นส้มหล่น พับ! มาเลย โอ้โฮ! วันนี้ทุกอย่างเป็นของเราหมดเลยนะ โอ้โฮ! โลกนี้มหัศจรรย์ๆ

นี่ส้มหล่น ส้มหล่นคือมันไม่มีเหตุมีผลไง มันเป็นวาสนาไง

เวลาวาสนา เวลาธรรมเกิดนี่เป็นวาสนา มาเหมือนบุญและบาป บุญและบาปมันเจือไปด้วยอามิสไง เวลามันมาอย่างนี้มันมาด้วยบุญและบาป มันเป็นอามิส

แต่ถ้ามันเป็นมรรค สติก็เป็นของเรา สมาธิก็เป็นของเรา เราต้องทำขึ้นมาโดยข้อเท็จจริงเลย แล้วข้อเท็จจริงแล้วก็อยู่กับเราชั่วคราว พอมันเสื่อมลง มันก็หายไปอีกแล้ว แล้วหายไปอีกแล้ว แล้วจะเอาอย่างนี้อีก

©2026 sa-ngob.com

มันก็ต้องเพิ่มความเพียรมากขึ้นไปอีก ต้องมีสติ ต้องมีการกระทำที่มากขึ้นๆ แล้วมากขึ้นเรื่อยๆ มากขึ้นเรื่อยๆ เพราะอะไร

เพราะกิเลสมันก็แก่กล้าขึ้นเรื่อยๆ ไง พอกิเลสมันพลั้งมันเผลอ เราก็ทำความสงบของเราได้ไง พอกิเลสมันรู้เท่าว่า จิตดวงนี้เคยได้สัมผัสความสงบแล้ว รู้จักความจริงแล้ว เดี๋ยวเขาจะขยันหมั่นเพียร เขาจะทำความจริงมากขึ้น มันจะเกินกำลังของเรา เราต้องตัดแข้งตัดขาตั้งแต่ตอนนี้ไง

นี่ทำให้ล้มลุกคลุกคลานอย่างนี้

หน้าที่ของกิเลสคือหน้าที่การทำลายความเพียรของชาวพุทธ ความเพียรของนักปฏิบัติทั้งหลายทั้งสิ้น แล้วถ้ามันชักจูงไปในความโลภ ความโกรธ ความหลง เป็นผลงานของมัน หลงไปอย่างนั้นน่ะ นี่เป็นผลงานของกิเลสทั้งสิ้น กิเลสมันพาออกอย่างนั้นไง

แล้วเรา เราก็มาทวนกระแสจะเข้าไปเผชิญหน้ากับกิเลสไง แล้วเป็นเด็กน้อย เป็นจิตที่ไร้เดียงสา แล้วกิเลสมันเป็นเจ้าวัฏจักร การต่อสู้ของนักปฏิบัติเริ่มต้นมันถึงทุกข์ถึงยากไง ถ้ามันทุกข์มันยาก มันอยู่ที่วาสนาไง

ถ้าอยู่ที่วาสนาแล้ว ฉะนั้น คำถามมันก็ยังเป็นผลประโยชน์อยู่บ้าง

หนูไปปฏิบัติที่วัด นั่งสมาธิวันละ ๓ ชั่วโมง จิตมันสงบลงได้

นี่เป็นวาสนาอยู่บ้างไง เห็นไหม มันก็สงบลงบ้าง

©2026 sa-ngob.com

แต่หนูพิจารณาไม่เป็น พิจารณาไม่ทัน

โดยหลักนะ คนทำสมาธิแล้วทำสมาธิเล่า ทำสมาธิจนจิตมันตั้งมั่นแล้ว เขาถึงยกขึ้นสู่วิปัสสนา

แต่นี้หนูแค่ทำได้สมาธิปั๊บ จะได้วิปัสสนาเลย แล้วมันวิปัสสนาแล้วมันทำไม่ได้ มันเป็นวาสนาหรือไม่

วาสนานะ แค่ได้เป็นสมาธิก็เป็นวาสนาแล้ว เพราะสัมมาสมาธิจิตมันสงบแล้ว เป็นอันว่ามันเป็นสัจจะความจริง มันเป็นปัจจัตตัง เป็นสันทิฏฐิโก ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าต้องมีอยู่จริง เพราะจิตเราได้สัมผัสสมาธิ แล้วพอจิตเป็นสมาธิแล้วมันยกขึ้นวิปัสสนา มันถึงจะเป็นอริยทรัพย์ นี่ถ้ามันได้สัมผัสอย่างนี้ ถ้าคิดเป็นมุมบวก มันเป็นได้สัมผัส มันเป็นความจริงนะ มันไม่ใช่อยู่ในพระไตรปิฎก มันไม่ใช่เป็นทฤษฎี มันไม่ใช่เป็นตำรา

ตำราทฤษฎีศึกษามาแล้ว ศึกษามาแล้วได้แต่ชื่อ แล้วก็สงสัยไปตลอด มีอยู่จริงหรือไม่มีอยู่จริง ชาวพุทธใฝ่ถามตลอดว่า นรกสวรรค์มีจริงหรือไม่ มรรคผลมีจริงหรือไม่ แล้วทำให้ของเราอ่อนแอเหลาะแหละตลอดเวลา แต่ถ้าใครได้สัมผัสอย่างนี้ นี่ตัวจริงๆ

นี่ถ้ามันพลิกมาเป็นบุญไง

ถึงบอกว่ามันเป็นวาสนา วาสนาที่เรามีศรัทธามีความเชื่อของเรา แล้วเราจะประพฤติปฏิบัติของเรา

©2026 sa-ngob.com

แต่หนูพิจารณาไม่เป็น

มันก็เรื่องธรรมดาไง มันก็เรื่องธรรมดา

พระที่จบ ๙ ประโยคนะ ศึกษาธรรมวินัยจบ จบการศึกษาแล้ว จบการศึกษา จบ ๙ ประโยค ทางวิชาการ ทางทฤษฎี โอ๋ย! ปากเปียกปากแฉะเลย ยกบาลีได้หมดเลย แล้วแปลพลิกไป แปลกลับไปกลับมา อู้ฮู! แต่ทุกข์น่าดูเลย มันทุกข์ มันคุมตัวเองไม่ได้ หน้าชื่นอกตรมนะ นี่ได้ทฤษฎี ได้ชื่อ นี่ปริยัติ

แต่หนูได้สัมผัสไง เราได้สัมผัสสมาธิไง แต่หนูพิจารณาไม่เป็น

การพิจารณามันเป็นอีกสเต็ปหนึ่ง

แล้วอีกสเต็ปหนึ่ง เวลาครูบาอาจารย์ที่ท่านประพฤติปฏิบัตินะ ทำความสงบของใจเข้ามาก่อน ทำความสงบใจของเราเข้ามาก่อน ถ้าใจมันสงบแล้ว ถ้ามันเกิดภาวนามยปัญญา อันนั้นถึงจะเป็นข้อเท็จจริง

ปัญญาที่เกิดขึ้นๆ มันก็เกิดขึ้น ๙ ประโยค ๑๐ ประโยค เขาศึกษาธรรมะจบแล้วนะ ลองถามสิ ถามว่าพระพุทธเจ้าสอนอะไร พระพุทธเจ้าทำอย่างไร เขาอธิบายได้หมดเลย แล้วอธิบายได้ดีกว่าเราด้วย เพราะมันมีที่มาที่ไป มันมีวิชาการ มีทุกอย่างรองรับหมดเลย

โอ้โฮ! เราฟังแล้วทึ่งเลยนะ โอ้โฮ! แสดงว่านี่พระอรหันต์แน่ๆ เลย

©2026 sa-ngob.com

เขาเองเขาบอกเขาก็ทุกข์นะ สมาธิเขาทำไม่เป็นเหมือนกัน นี่ภาคปริยัติ แล้วเราเวลาภาคปฏิบัติ เวลาภาคปฏิบัติขึ้นมา ถ้ามันปฏิบัติแล้วมันเป็นสมาธิก็เป็นสมาธิได้

หนูพิจารณาไม่เป็น

มันก็เรื่องธรรมดา เพราะงานรื้อภพรื้อชาติ งานที่ยิ่งใหญ่นะ มันไม่ใช่งานแบบพวกเรานะ งานก็ไปสมัครงานไง ทำงานสิ้นเดือนก็รับเงินเดือนไง ไอ้นั่นงานเลี้ยงชีพ งานที่ประกอบธุรกิจขึ้นมา อาบเหงื่อต่างน้ำขึ้นมา เวลาประสบความสำเร็จมันก็เป็นงานของชาติของตระกูลของเขา แต่เวลาเขาตายไปก็ตายเปล่าทั้งสิ้น

เวลาคนยากดีมีจน คนทุกข์จนเข็ญใจขนาดไหน ทำสมาธิได้คือได้สมาธิ แล้วฝึกหัด ถ้ามีครูบาอาจารย์ที่ดีงามคุ้มครองดูแลเขา เขายกขึ้นสู่วิปัสสนาได้ เขาจะมีความมหัศจรรย์ในใจของเขา ถ้ามีความมหัศจรรย์ในใจของเขา ถ้าเขาพิจารณาของเขา เขาพิจารณาของเขาไง

ไอ้นี่บอกว่า หนูพิจารณาไม่เป็น

หนูพิจารณาไม่เป็นมันก็เรื่องธรรมดาไง ก็ต้องฝึกหัดภาวนาของเราไป ถ้าฝึกหัดภาวนาของเราไปให้มันมีวาสนาของเรา ถ้ามันมีวาสนาของเรา เราทำแล้ว ถ้าเราทำแล้ว อย่างใดก็แล้วแต่ มันเป็นจริตเป็นนิสัย

เธอย้ำคิดย้ำทำจะเป็นจริตเป็นนิสัยของเธอ

©2026 sa-ngob.com

ย้ำคิดย้ำทำ มีการกระทำ มันจะเป็นจริต นี่พันธุกรรมของจิตๆ เราพูดมาทุกวันน่ะ พันธุกรรมของจิตๆ เพราะเขาได้ทำของเขามา เขาได้ฝึกหัดของเขามา พันธุกรรมของมันดีงาม เห็นไหม

ใครมีเมล็ดพันธุ์ทุเรียน ปลูกก็เป็นทุเรียน ใครมีเมล็ดพันธุ์เป็นส้ม ก็ปลูกเป็นส้ม ใครมีเมล็ดพันธุ์อย่างไรก็ปลูกเป็นอย่างนั้น เรามีเมล็ดหญ้าไม่ต้องปลูก กระจายไปมันก็เกิดเป็นหญ้า หญ้าเจอน้ำ มันขึ้นเลยล่ะ คือคนกิเลสเยอะไง มันอยู่ที่เมล็ดพันธุ์ เมล็ดพันธุ์ก็การกระทำนี่ พันธุกรรมของจิตๆ เราฝึกหัดของเรา

เพราะหนูพิจารณาไม่เป็น มันก็ไม่ลงไตรลักษณ์

ไอ้ลงไตรลักษณ์นี่ยกไว้ก่อนเลย เพราะลงไตรลักษณ์นี่เป็นอีกเรื่องหนึ่ง แล้วเป็นเรื่องที่ยิ่งใหญ่มาก แล้วเรื่องที่ยิ่งใหญ่มากตามความเป็นจริงนะ

ผู้ใดปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม

แล้วถ้าเป็นไตรลักษณะ มันเห็นชัดเจนเลย แล้วถ้าเป็นไตรลักษณะแล้ว อย่างที่ว่านี่ เราแยกแยะ เพราะคนคิดว่าอนิจจังกับอนัตตาจะเป็นอันเดียวกัน

ไม่ใช่ อนิจจังๆ สรรพสิ่งในโลกนี้เป็นอนิจจัง วัตถุข้าวของทุกอย่างมันเป็นอนิจจัง เพราะมันแปรสภาพ มันไม่มีอะไรคงที่ในโลกนี้ แม้แต่โลก

©2026 sa-ngob.com

โลกเป็นอจินไตย แต่มหาทวีปแตกออกเป็นทวีปเล็กๆ น้อยๆ เดี๋ยวจะรวมเป็นมหาทวีปใหม่ แล้วก็แยกออกอีก นี่โลกเป็นอนิจจัง มันเป็นอนิจจังไง

แต่อนัตตาคือหัวใจ คือจิต จิตที่เวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ จิตที่ทุกข์ที่ยาก

สิ่งใดสิ่งหนึ่งเกิดขึ้น เห็นไหม คำว่า “สิ่งใดสิ่งหนึ่งเกิดขึ้น” หมายความว่า จิตสงบแล้วมันเห็นสติปัฏฐาน ๔ ตามความเป็นจริง

สิ่งใดสิ่งหนึ่งเกิดขึ้นเป็นธรรมดา

สิ่งทั้งหลายทั้งปวงคือสติปัญญา คือภาวนามยปัญญา พิจารณาแยกแยะเป็นวิปัสสนาที่เราแสวงหากันอยู่นี้

เวลามันเป็นวิปัสสนา สิ่งใดสิ่งหนึ่งเกิดขึ้น มันเป็นนามธรรม เป็นเรื่องกิเลสที่เป็นนามธรรม เป็นเรื่องจิตที่เวียนว่ายตายเกิดที่เป็นนามธรรม แต่มันเกิดขึ้นเป็นรูปธรรม เป็นรูปธรรม

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเทศน์สอนหลานพระสารีบุตรไง

“ถ้าเธอไม่พอใจสิ่งต่างๆ เธอต้องไม่พอใจอารมณ์ความรู้สึกของเธอด้วย เพราะอารมณ์ความรู้สึกนั้นก็เป็นวัตถุอันหนึ่ง”

เป็นวัตถุอันหนึ่ง วัตถุที่เป็นนามธรรมที่มันเกิดขึ้นท่ามกลางหัวใจ เวลามันเกิดขึ้นโดยบุญวาสนาของคนที่มีอำนาจวาสนา มันจับต้องของมันได้ มันถึงได้เกิดขึ้นบนภวาสวะ บนจิตนั้น

©2026 sa-ngob.com

จิตนั้นเป็นนามธรรม จิตนั้นส่งออก จิตนั้นเป็นธรรมชาติที่ไหลออกเป็นธรรมดา จนมันไหลเป็นเรื่องแบบว่าเรื่องโลกๆ ไง ถึงเป็นโลกียปัญญา เวลาจิตสงบแล้ว ถ้ามันเห็นสิ่งใดสิ่งหนึ่งเกิดขึ้น มันจับต้องได้ ถึงเป็นโลกุตตรปัญญา ปัญญาที่เกิดจากการภาวนา ที่ว่าจะเป็นไตรลักษณ์ๆ เห็นไหม

ฉะนั้น อนิจจังเป็นเรื่องหนึ่ง อนัตตาเป็นอีกเรื่องหนึ่ง มันเป็นโลกกับเป็นธรรม นี่เวลาเป็นธรรมๆ

มันถึงว่า มันถึงไม่ลงไตรลักษณ์

เอาไว้ก่อน เพราะว่าหนูยังภาวนาไม่เป็น หนูพิจารณาไม่ได้ แล้วไปพูดถึงผลมันน่ะ โอ้โฮ! ยิ่งเป็นเรื่องห่างไกลเกินไป

ฉะนั้น เรากลับมาที่ว่า สิ่งที่ทำไม่ได้ มันก็เป็นสิ่งที่ว่าเรายังทำไม่ถึงตรงนั้น เราวางไว้ เราไม่ต้องไปเสียอกเสียใจหรือว่ามันเป็นสิ่งที่เราจะไม่มีวาสนา

ถ้าไม่มีวาสนา มันจะเลิกแล้วล่ะ ถ้าหนูไม่มีวาสนา หนูก็ได้ไม่ต้องทุกข์ต้องยาก หนูได้หยุดสักทีไง

มันไม่มีวาสนา เราก็จะเพิ่มวาสนาอยู่นี่ มันไม่มีวาสนา เราก็จะพยายามประพฤติปฏิบัติอยู่นี่

©2026 sa-ngob.com

แล้วถ้าทำได้มากได้น้อย ก็อยู่ที่กำลังของเรา อยู่ที่สติของเรา อยู่ที่เวลาของเรา เราก็ฝึกหัดของเราให้เป็นบุญกุศล ให้เป็นอัตตสมบัติ มันเป็นสมบัติของใจไง สมบัติของใจคือประสบการณ์

เราฟังเขาเล่าว่า เราศึกษาค้นคว้า แต่เรายังไม่ได้ประพฤติปฏิบัติ มันไม่มีอัตตสมบัติ ศึกษามาจนจบ ๙ ประโยค ทรงจำธรรมวินัย ทรงจำของพระพุทธเจ้า ไม่มีอัตตสมบัติของตน ถ้ามี มีบุญและบาป

บุญและบาป หมายความว่า เรียนถึง ๙ ประโยคแล้วสร้างประโยชน์กับศาสนา นั่นน่ะเขาได้บุญและบาป แต่ถ้าเป็นอัตตสมบัติ สมบัติที่เป็นสัจจะความจริงในหัวใจของตน มันอยู่ที่ภาคปฏิบัตินี่ไง ถ้าเราสร้างบุญวาสนา ก็สร้างบุญวาสนาที่นี่ไง ถ้าสร้างบุญวาสนาที่นี่ เราก็ฝึกหัดประพฤติปฏิบัติไป

แล้วไม่ต้องไปใฝ่ใจ ไม่ต้องไปเสียใจกับการปฏิบัติ เราไม่รู้ไอ้นั่น เราไม่รู้ไอ้นี่

ไอ้ที่ว่ารู้ๆ รู้จริงหรือรู้ปลอม

ถ้ารู้จริงนะ สังเกตได้ หลวงตาพระมหาบัว ครูบาอาจารย์ของเราท่านจะนิ่งๆ ไม่ค่อยพูดเรื่องนี้ไง เพราะพูดเรื่องอย่างนี้แล้วมันไปบาดหัวใจของคนที่ตะเกียกตะกายอยู่

ครูบาอาจารย์ท่านมีแต่หนุนหลังดันขึ้นไป ให้ฝึกหัดปฏิบัติไป แต่ท่านไม่พูดถึงวิบากถึงผลของมันไง

©2026 sa-ngob.com

ถ้าพูดถึงผลของมัน ทุกคนก็จะตะเกียกตะกาย แล้วไม่ได้ผลๆ

ไม่ได้ผล ไม่ได้ผลก็อยู่ที่จะทำให้ได้ผลอยู่นี่ไง เพราะอะไร เพราะครูบาอาจารย์ที่เป็นธรรมๆ ท่านรู้ว่ามันทำได้ยากได้ง่ายมากน้อยขนาดไหน แล้วถ้ามันทำตามความเป็นจริงๆ เราก็พยายามกระทำของเราไง

ฉะนั้น เวลาที่ว่า สิ่งที่ว่าครูบาอาจารย์ถ้าท่านเป็นจริง ท่านจะนิ่งๆ ไม่ค่อยพูดเรื่องผลไง เพราะผลที่มันเป็นความจริงมันเป็นปัจจัตตัง เป็นสันทิฏฐิโก มันยิ่งใหญ่ มันยิ่งใหญ่กับหัวใจดวงนั้นนะ มันยิ่งใหญ่กับหัวใจที่บรรลุธรรม มันยิ่งใหญ่กับสิ่งที่มันรู้ธรรมตามความเป็นจริงไง

แต่ไอ้ที่ว่าอยากได้อยากเป็น อย่างนั้นจบ อย่างนั้นมันเป็นเรื่องของโลกๆ ไง นี่เป็นเรื่องของโลก

ฉะนั้น หนูได้พยายามค้นหาคำตอบในเทศน์ธรรมะของหลวงพ่อแล้วไม่เจอ จึงถามมาดังนี้ค่ะ

ตอบให้กำลังใจแบบนี้เนาะ

แค่ได้สงบทีหนึ่ง ได้ว่ามันพิจารณา ได้สัมผัสอย่างนี้ แค่นี้มันก็เป็นวาสนาแล้วนะ ถือว่าได้ภาวนา จบ

ถาม : ข้อ ๒๗๓๙. เรื่อง “พิจารณากายแบบปัญญาอบรมสมาธิ”

กราบหลวงพ่อ

©2026 sa-ngob.com

๑. แบบแรกจะมีความคิดเกิดขึ้นเป็นช่วงๆ แต่ไม่ต่อกัน ช่วงนี้ถ้าไม่มีความคิด หนูก็จะพุทโธ แต่สังเกตว่าความคิดมันไวมาก ไวกว่าตอนสงบ ทำให้บางทีเอามาใช้ปัญญาไม่ทัน หนูก็พุทโธๆ ไปเลย

๒. แบบสอง คือจากแบบแรกทำไปเรื่อยๆ จะมีช่วงที่พุทโธไม่ได้ แต่จะรู้ที่ใจและรู้จังหวะหัวใจ แต่ตรงนี้กายไม่หาย หนูเคยรวมตอนที่ดูลมและพุทโธ ตอนนั้นกายจะหาย แบบนี้คืออาการอะไรคะ แต่พุทโธไม่ได้อยู่แป๊บเดียวแค่หนึ่งนาที แล้วก็กลับมาพุทโธได้

๓. แล้วถ้าจะพิจารณากายแบบปัญญาอบรมสมาธิ ควรทำตอนจิตเป็นหลังจากแบบสอง หรือสงบแค่แบบแรกก็สามารถนำไปดูกรรมฐาน ๕ ได้เลย และมีความจำเป็นต้องพักในสมาธิก่อนไหมคะ

หนูยังไม่ค่อยเข้าใจวิธีการแบบปัญญาอบรมสมาธิเท่าไรค่ะ รบกวนหลวงพ่อเมตตาด้วย

ตอบ : ๑ ๒ ๓ ตอบเป็นข้อเดียวกัน

ปัญญาอบรมสมาธิๆ ปัญญาคิดเรื่องอะไรก็ได้ ใช้สติปัญญาเพราะธรรมดามันคิดอยู่แล้ว เวลาเราจะพุทโธๆ มันพุทโธแล้วมันไม่ลง มันพุทโธแล้วมันต่อต้าน มันพุทโธแล้วมันต่อต้าน เราก็ใช้ปัญญาที่มันอยากคิด เวลาพุทโธมันก็แฉลบ พุทโธมันก็คิด อยู่ไหนมันก็คิดๆๆ แล้วทำอย่างอื่นแล้วมันก็ไม่ยอมรับไง เราก็ให้มันคิด

©2026 sa-ngob.com

ปัญญาอบรมสมาธิคือให้มันคิด ให้มันคิดแล้วตามความคิดไป ตามความคิดไปโดยสติ ใหม่ๆ ก็ตามไปแบบมีสติ มีสติรู้ว่าคิด แล้วคิดไปเลย ให้มันคิดไป คิดไปจนมันเหนื่อย คิดไปมากๆ แล้วมันจะเหนื่อยมาก พอเหนื่อยมาก ถ้ามีสติตามไป มันหยุด

ถ้าไม่มีสติ มันก็คิดไปอย่างนั้นน่ะ คิดแบบเพ้อเจ้อ คิดแบบว่าวเชือกขาด คิดแบบไม่มีเหตุมีผล คิดไปเรื่อย คิดจนเสียสติได้

แต่ถ้าให้มันคิดๆ แต่มีสติตามไป มันคิดอย่างไรก็ดูมันคิด อ้าว! คิดเลย คิดเลย ดูมันคิด เพราะมีสติดูมันคิด ดูมันคิด ให้มันคิดไป มันคิดขนาดไหน ดูมันคิด คือมีผู้กำกับ มีผู้กำกับคือมีสติกำกับ

เวลามีสติกำกับ มันมีคนควบคุมดูแล คนควบคุมดูแลมันก็ทำงานมา เหมือนคนทำงาน แล้วมีหัวหน้างานคอยคุมงานคนทำงานนั้น งานจะเสร็จ งานจะจบหรือไม่จบ อยู่ที่คนควบคุมงานนั้นทำให้งานจบหรือไม่จบ

ความคิดๆๆ ถ้ามีสติตามไปๆ สติมันเป็นผู้ควบคุม เวลาผู้ควบคุมเวลามันคิดถึงที่สุดแล้วมันก็หยุด นี่ปัญญาอบรมสมาธิ

แต่เวลาคิดๆ ไป สติก็ตั้งไม่ถูก เวลาคิดก็คิดร้อยแปด แล้วจะคิดแบบหนึ่ง แบบสอง แบบสามล่ะ

คิดก็คือคิด

แล้วสังเกตว่ามันไว มันช้า

©2026 sa-ngob.com

มันไว มันช้ามันก็เรื่องของความคิด

ความคิดไง ถ้ามันเป็นปัญญาอบรมสมาธิ ถ้าสมาธิ มันหยุด มันรู้ มันหยุดแป๊บเดียว แค่มันหยุดได้นะ เราก็เริ่มมหัศจรรย์แล้ว เฮ้ย! เฮ้ย! มันหยุดได้ แล้วเวลามันขาดสติ ทำไมมันคิดไม่มีจบไม่มีสิ้นล่ะ

นี่มันทำให้จิตมันฉลาดขึ้น ปัญญาอบรมสมาธิ คือจิตมันมีวุฒิภาวะ มันมีมาตรฐาน มันไม่เหมือนธรรมดานี่ไง

จิตคืออะไร ความคิดคืออะไร สติก็คืออะไร ไม่มีต้นไม่มีปลาย ไม่มีอะไรเป็นชิ้นเป็นอันนะ เราคิดโดยสถานะของความเป็นมนุษย์ไง เราคิดโดยกิเลสของเราเองไง แล้วกิเลสมันก็คลุกเคล้า คลุกเคล้ากันไป ทั้งงานบ้านงานเรือน งานประจำ งานอยากร่ำอยากรวย งานอยากเป็นพระอรหันต์ งานอยากสิ้นกิเลส โอ้โฮ! มันคิดหมดเลย ไม่มีต้นไม่มีปลาย มันคิดโดยกิเลสไง

แต่พอเวลามีสติควบคุมความคิด อ้าว! คิดไปเลย คิดไปเลย คิดสติทันหมดน่ะ เวลามันหยุด เพราะอะไร

เพราะมันคิดนะ เวลามันสุข ก็คิดแล้วก็ดีใจ เวลามันทุกข์ คิดแล้วก็เสียใจ เวลามันคิดโดยความไม่รู้เรื่อง คิดแล้วก็เพ้อเจ้อ มันก็คิดไปร้อยแปด แต่พอมันหยุดปั๊บ มึงน่ะบ้า ไอ้บ้าความคิด ไอ้ความคิดบ้าๆ หยุดหมด เดี๋ยวคิดอีกแล้ว พอคิดอีก ไปอีก ทำอย่างนี้จนเท่าทันมัน นี่คือปัญญาอบรมสมาธิ

©2026 sa-ngob.com

เพราะปัญญาอบรมสมาธิไง แล้วถ้าปัญญาอบรมสมาธิแล้ว ปัญญาอบรมสมาธิแล้วจะพิจารณากายอย่างไร

ปัญญาอบรมสมาธิ เวลาถ้ามันจะพิจารณากาย ถ้าจิตมันเป็นสมาธิ จิตมันสงบ จิตพอมันหยุดๆๆ มันเริ่มมีกำลังขึ้น มันเริ่มแจ่มชัดขึ้น มันเริ่มเป็นมนุษย์แล้ว มันเริ่มเป็นมนุษย์

จากคนๆๆ คนจนมันหมุนติ้ว จนมันจับต้นชนปลายไม่ได้ จากคนเป็นมนุษย์ มนุสโสสิ อาม ภนฺเต เป็นมนุษย์จริงๆ ค่ะ นี่ไง แล้วก็ฝึกหัด คือจิตมันจะพัฒนามันขึ้นไป วุฒิภาวะของจิตน่ะ เห็นไหม

เวลาการภาวนา ปุถุชน กัลยาณชน ปุถุชนคือคนหนา หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ กำหนดอานาปานสติไง ถ้าจิตมันสงบ สงบบ่อยครั้งเข้า จากปุถุชนเป็นกัลยาณชน

ไอ้นี่เราเป็นปุถุชน เป็นมนุษย์คนหนึ่ง เป็นคนคนหนึ่ง คนๆๆ อยู่นั่นน่ะ เป็นคนคนหนึ่ง แล้วเราจะฝึกหัดปฏิบัติ แล้วเราก็ตะเกียกตะกายไขว่คว้า นิพพานๆๆ ทุกข์เกือบตาย

วางให้หมด มรรคผลนิพพานเป็นสมบัติขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าฝากศาสนาไว้กับบริษัท ๔ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา

เราเป็นอุบาสก เป็นอุบาสิกา เราจะฝึกหัดประพฤติปฏิบัติของเรา ถ้าเราจะฝึกหัดประพฤติปฏิบัติ เห็นไหม สิ่งที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัม

©2026 sa-ngob.com

พุทธเจ้าฝากไว้ อริยสัจ สัจจะความจริง แล้วเราพยายามประพฤติปฏิบัติขึ้นมาให้มันเป็นสัจจะเป็นความจริงขึ้นมาในหัวใจของเรา

ถ้ามันเกิดอริยสัจ มันเกิดทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ ทุกข์ดับ วิธีการดับทุกข์ จิตนี้กลั่นออกมาจากอริยสัจ มรรคผลนิพพานมันเกิดมาจากตรงนี้ เกิดจากจิตที่มันกลั่นออกมาจากอริยสัจ ทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ ทุกข์ดับ ขณะจิต ทุกข์ดับๆ นิโรธ ดับทุกข์ ทุกข์ด้วยมรรค เวลามันกลั่นออกมาจากอริยสัจ นี่บุคคล ๔ คู่ เป็นชั้นเป็นตอนขึ้นไป ถ้ามันเป็นชั้นเป็นตอนขึ้นไปนะ มันเป็นสัจจะเป็นความจริง

ไอ้นี่มันเป็นอารมณ์ความรู้สึก แล้วเราก็ตะเกียกตะกาย ตะเกียกตะกายเลย

หนูไม่เข้าใจอะไรเลย หลวงพ่อต้องบอกมาให้หนูรู้ แล้วถ้าหนูรู้แล้วหนูจะเป็นพระอรหันต์

ไม่รู้อะไรเลย บอกให้รู้มันไม่มี มันต้องปฏิบัติให้เป็นจริง มันปฏิบัติของเราขึ้นมา

แล้วมันสับสนปนเป แล้วเราจะเอาสิ่งใดเป็นชิ้นเป็นอัน

เป็นชิ้นเป็นอัน เห็นไหม ถ้าเป็นปัญญาอบรมสมาธิอย่างที่ว่านี่ ปล่อยวางทุกอย่างให้หมด แล้วจะคิดกี่เดือนกี่ปีกี่ชาติ ก็เรื่องของความคิดเลย ปล่อยมันไปเลย สติตามมันไป ตามมันไป

©2026 sa-ngob.com

แล้วตามไปใหม่ๆ เหมือนไฟไหม้ป่า มันเผาอยู่อย่างนั้นน่ะ ไอ้เราก็งง เฮ้ย! อย่างนี้หรือปัญญาอบรมสมาธิ อู้ฮู! มันเป็นไฟเลยนะ อู้ฮู! มันเผาใหญ่เลย

อ้าว! ก็เริ่มต้นใหม่ กิเลสมันยังรุนแรงอยู่ ความคิดมันจะเตลิดเปิดเปิงเลย เพราะเราไม่เคยปล่อยความคิดให้เป็นอิสระไง เราไม่เคยปล่อยเรื่องความเป็นจริงให้มันเป็นความจริงไง เราควบคุมไว้ตลอดเวลาไง

ต่อไปนี้เราจะปล่อยให้เป็นความจริง ไฟมันจะเผาป่าก็ให้เผาเลย เผาไปเลย

เพราะธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้านะ ท่านบอกเลย ตัดป่าทั้งป่าเลย คือฆ่ากิเลสหมดเลย ไม่ได้ตัดต้นไม้แม้แต่ต้นเดียว

ตัดหมดเลย แต่ตอนนี้ไฟมันเผาป่า มันลุกลามใหญ่เลย ตกใจอีก ทำนู่นก็ไม่ได้ ทำนี่ก็ไม่ได้ ทำอย่างนู้นก็ไม่ดี ทำอย่างนั้นก็ไม่ใช่ แล้วจะเอาอย่างไรล่ะ แล้วจะเอาอย่างไร

เราทำเราก็ทำของเราไง เราทำของเรา ถ้าเป็นปัญญาอบรมสมาธิก็เป็นปัญญาอบรมสมาธิ ถ้าเป็นกรรมฐาน ๔๐ ห้อง หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ เราก็กำหนดลมหายใจของเรา ถ้าเราบริกรรมพุทโธๆ เราก็บริกรรมของเรา ถ้าเราจะทำจริงทำจังของเรา เราก็จะทำจริงทำจังของเราอย่างนี้

©2026 sa-ngob.com

แล้วมันเป็นปุถุชน กัลยาณชน โสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล สกิทาคามิมรรค สกิทาคามิผล อนาคามิมรรค อนาคามิผล อรหัตตมรรค อรหัตตผล มรรค ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑

แล้วอยู่ตรงไหนล่ะ ขั้นตอนไหนล่ะ ทำได้อย่างไรล่ะ

คนรู้จริงเขาตอบได้หมดแหละ ถ้าไม่รู้จริงมันก็หันรีหันขวางอยู่นี่ หันรีหันขวาง แล้วก็ฝึกหัดของเราไป

นี่พูดถึงว่า ตอบ ๑ ๒ ๓ ตอบเป็นข้อเดียว จบ

ถาม : ข้อ ๒๗๔๐. เรื่อง “ทำแบบนี้อกตัญญู เป็นบาปหรือเปล่าคะ”

กราบนมัสการหลวงพ่อ คุณแม่มีปัญหาทะเลาะเบาะแว้งกับเพื่อนบ้านหนักมากมาหลายปี ขนาดด่าทอไม่ดีต่อกัน จนพ่อแม่ห้ามไม่ให้พวกลูกๆ ไหว้สวัสดีทักทายเพื่อนบ้านค่ะ หนูก็ทำตาม

แต่พอเรามีลูก เวลาก็ผ่านไป ไม่มีเหตุการณ์ที่ทะเลาะกันหนักๆ มานานแล้ว หนูและสามีก็กลับมาทักทายสวัสดีตามมารยาทเพื่อเป็นแบบอย่างให้ลูกด้วยค่ะ

พอมาวันนี้คุณแม่ทะเลาะกับเพื่อนบ้านอีก โทรมาต่อว่าหนูว่า เขาด่าแม่ขนาดนี้ยังไปกราบไหว้มันอีกหรือ ต่อไปนี้ไม่ต้องไหว้แล้ว ถ้าไหว้ ไม่ต้องมาเรียกแม่

©2026 sa-ngob.com

คำถาม

ถ้าหนูยังไหว้ทำความเคารพเพื่อนบ้าน ไม่เชื่อแม่ ถือว่าเราอกตัญญู เป็นบาปที่ทำให้แม่โกรธหรือเปล่าคะ

กราบนมัสการหลวงพ่อค่ะ

ตอบ : แม่เราก็คือแม่เรานะ แม่มีคนเดียว เราก็เชื่อฟังไปแบบนั้น ไม่ใช่เชื่อฟัง มันก็รับฟัง คำว่า “รับฟัง” นะ เพราะแม่ก็คือแม่ เราก็โตแล้ว แต่ด้วยมารยาท ด้วยการผู้ใหญ่กับเด็ก ถ้าเรายกมือไหว้เขาได้ ภาษาเรานะ เรากลับว่าเป็นสิ่งที่น่าชื่นชม

น่าชื่นชมเพราะอะไร

น่าชื่นชมเพราะพ่อแม่เขาฝากไว้อย่างนั้น แต่มันเป็นมารยาทน่ะ

เราจะบอกว่า ให้ทำทั้งสองอย่าง คือเราก็ยังเชื่อฟังพ่อแม่ของเรา แต่ด้วยมารยาท คำว่า “มารยาท” มันเป็นเวลาเราพบกัน ถ้าบ้านติดกัน เราจะเจอกันเช้าเย็น ถ้าบ้านห่างกัน เราจะเจอกันนานๆ หนหนึ่ง การยกมือไหว้ เขาเรียกว่ามันเป็นการแสดงออกถึงน้ำใจของเรา ถ้าเป็นการแสดงออกถึงน้ำใจของเรา มันบอกถึงก้นบึ้งของใจ

การทำคุณงามความดีของเราๆ เราถึงบอกว่าให้ทำทั้งสองอย่างไง แต่ให้มันเป็นกาลเทศะ

©2026 sa-ngob.com

เราไม่ตัดประเด็นของการเคารพเด็ก เคารพผู้ใหญ่ออก แล้วเราก็ไม่ตัดประเด็นลูกกับแม่ออก แต่มันอยู่ที่เราจะบริหารของเราเอง แล้วถ้าบริหารของเราเองนะ เราก็ทำของเราเอง มันเป็นความจำเป็นนะ

เราเข้าใจว่า ญาติผู้ใหญ่ที่เขาเห็นเรา เขาก็รู้ว่าพ่อแม่เรากับเขาบาดหมางกันอย่างไร แล้วเราเป็นลูก ลูกของคนที่เขาบาดหมาง แต่ถ้าเรายกมือไหว้เขาได้ เราว่าเขาน่าจะชื่นชมเรามากกว่า

นี่พูดถึงปัญหาสังคมนะ

แต่ถ้าแม่ก็คือแม่ ถ้าเราทำได้ เราทำให้มันถูกต้องดีงามทั้งสองทางได้โดยการบริหารของเราไง โดยกาลเทศะ

คำว่า “กาลเทศะ” หมายความว่า ถ้าอยู่ต่อหน้าแม่ เราก็ไม่ต้องไหว้ก็ได้ เขาก็เห็น เขาก็รู้ ถ้าไม่มีใครอยู่ เราก็ยกมือไหว้ได้ เพราะอะไร เพราะบ้านข้างเรือนเคียง โตกันมาด้วยกัน เขาเห็นกันมาตั้งแต่อ้อนแต่ออก เขารู้ว่าใครเป็นใคร

ถ้าเราแสดงออกโดยน้ำใจของเรา ถ้ามันมีเหตุการณ์กดดันที่เราไม่มีโอกาสได้ยกมือไหว้เขา เราละเว้น มันก็ไม่เสียหาย เขาก็รู้ได้ว่ามันมีความจำเป็น แล้วถ้าแม่ของเรา เราก็เหมือนเดิม ก็ยังพ่อแม่เหมือนเดิม พ่อแม่ก็คือพ่อแม่

สิ่งที่ว่าเขาเป็นผู้ใหญ่ในชุมชนก็เป็นเรื่องของเขา แต่มันมากดดันเราอยู่คนเดียวนี่ไง

©2026 sa-ngob.com

เราก็บริหารของเราให้มันถูกต้องชอบธรรมด้วยกาลเทศะ

กุสลา ธมฺมา อกุสลา ธมฺมา ทำกุศลมาหรือทำบาปมา ทำคุณงามความดีหรือทำความไม่ดี

เราจะทำคุณงามความดี เราจะทำกุศล เราไม่ทำอกุศล เอวัง

©2026 sa-ngob.com