

# การฝึกกสิณให้สำเร็จ ตอนที่ 6

admin June 13, 2015 Content, Meditation, การฝึกกสิณให้สำเร็จ 0 Comment

วันนี้มาต่อกันที่การฝึกกสิณไฟ ในกสิณธาตุครับ

—เริ่มการปฏิบัติกันเลยครับ

— เริ่มต้นที่จับลมสบายครับ ต่อด้วยระลึกถึงคุณพระรัตนไตร ระลึกถึงศีล ระลึกถึงบุญความดี ระลึกถึงเมตตา พรหมวิหารสี่ ระลึกถึงวิปัสณาญาณตัดขันธ์ทำให้ใจละเอียด เเบาบาง ปล่อยวางจากความยึดมั่นถือมั่นในร่างกายของเราและของบุคคลอื่น

— จากนั้นจับภาพพระให้ใสเป็นแก้วประกายพริ้ว เปร่งรัศมีสว่างไสวแพรวพราว ขอบารมีพระท่านยกจิตอาทิสมานกายของเรา ขึ้นสู่พระนิพพาน ขึ้นไปกราบพระพุทธเจ้า พระอรหันต์ ครูบาอาจารย์ และท่านผู้มีพระคุณทั้งหลาย แยกกายออกไปกราบทุกท่านทุกพระองค์และน้อมถวาย ดอกบัวแก้วอันเกิดจากอำนาจบุญกุศลของเรา น้อมถวายท่านทุกพระองค์ด้วยเทอญ.

— จากนั้นให้กำหนดจิตพิจารณาวิปัสณาญาณอยู่เบื้องพระพักตร์ขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า บนพระนิพพาน

— กราบขอบารมี พระพุทธเจ้าทุกๆพระองค์ พระปัจเจกพุทธเจ้าทุกพระองค์ พระอริยเจ้าทุกๆพระองค์ องค์หลวงพ่อบุญ ขอให้ จิตของข้าพเจ้าได้เข้าถึงอารมณ์สูงสุดของกสิณ และได้วิเศษความชำนาญในการเข้าออกย้ายกองกสิณด้วยเทอญ

—ต่อไปกราบขอบารมีพระท่านให้เมตตา ปราบกฎ ครูบาอาจารย์ของเราในอดีตชาติและท่านที่มีวาสนา เกี่ยวพันกันมา รวมทั้งหลวงปู่ป้าน หลวงพ่อฤๅษี ท่านได้โปรดเมตตาปรากฏอยู่เบื้องหน้าเรานบนพระนิพพานนี้เพื่ออบรมสั่งสอน กสิณและสมาธิจิตที่ถูกต้องตามแบบแผนและที่ลึกซึ้งพิศดารด้วยเทอญ

—1. เราเริ่มกันต่อที่กสิณไฟจับลมสบายจากนั้นกำหนดจิต จับภาพไฟที่กำลังลุกโผลงอยู่

จิตนิ่งสนิทอยู่กับภาพของไฟกองนั้น จากนั้นอธิฐานกำกับขอให้ กองกสิณไฟนี้ ตั้งมั่นอยู่ในจิตของเรา ไม่ว่าหลับตาหรือลืมตา

—2. กำหนดจิตนิ่งๆใจสบายจน วงกสิณไฟ ในจิตค่อยๆมีประกายระยิบระยับขึ้นช้าๆ และค่อยๆ ใสขึ้น สะอาดขึ้น และใจเรายังสบายขึ้น

—3. กำหนดจิตให้เบาสบายแช่มชื่นขึ้น วงกสิณไฟ ค่อยๆใสขึ้นเป็นแก้วระยิบระยับ มีลักษณะเป็นดวงกลมขึ้นเป็นสามมิติขึ้น กสิณเป็นดวงใส ใจยิ่งสงบขึ้นสบายขึ้น ลมหายใจยิ่งน้อยลงไปและมีความละเอียดขึ้น อธิฐานกำกับว่า อุคหนิมิตรนี้ ขอให้เราจำอารมณ์ และสามารถเข้าได้ทุกครั้งที่ต้องการด้วยเทอญ

—4. ใจเรายังสบาย กำหนด จิตของเราให้ตั้งมั่นอยู่กับนิมิตกสิณนี้ เมื่อใจเรายังสบาย ดวงกสิณ ก็จะยิ่งใสขึ้นสว่างขึ้นเรื่อยๆจนเปล่งแสงออกแพรวพราวระยิบระยับ เป็นรัศมีเหมือนประกายเพชรหลากสี ใจเรายังสดชื่นอímเอมใจ นิ่งอยู่ในนิมิตกสิณที่ปรากฏอยู่ หากแม้ลองย้อนจิตสังเกตุการหายใจจะพบว่าขณะนี้ ลมหายใจหายไปเรียบร้อยแล้ว เราไม่ต้องไปสนใจร่างกายหรือการหายใจใดๆ จิตจดจ่ออยู่กับ นิมิตที่ปรากฏนี้ จนชินอารมณ์ และอธิฐานกำกับว่า ขอให้ปฏิภาคนิมิตนี้ปรากฏขึ้นในจิตของข้าพเจ้าได้ทุกครั้งที่ต้องการไม่ว่าจะล้มตาก็ดีหลับตาก็ดีด้วยเทอญ

—5. จากนั้นฝึกเคลื่อนนิมิตกสิณ โดยเริ่มจากการฝึกย่อดวงนิมิตให้เล็กลงจนเท่ากับหัวเข็มหมุด จากนั้นค่อยๆ ขยาย ดวงนิมิตออกให้ใหญ่ขึ้นจนใหญ่เต็มจักรวาล จากนั้นก็ฝึกย่อ ขยาย เล็กใหญ่ให้ได้ตั้งใจ จนรู้สึกพอใจจึงไปข้อต่อไป

—6. จากนั้น ลองเคลื่อนดวงกสิณนี้ไปซ้ายไปขวา ไปข้างหน้า ไปข้างหลังวนอยู่รอบตัวเรา วนอ้อมขามหัวเรา ตลอดเวลาที่เคลื่อนประคองอารมณ์ให้ดวงกสิณนี้ เปร่งรัศมีเป็นปฏิภาคนิมิตอยู่ตลอดเวลา เคลื่อนไปมาให้ได้ตั้งใจและรู้สึกพอใจแล้วไปข้อต่อไป

—7. อธิฐานให้ดวงกสิณที่เป็นปฏิภาคนิมิตนี้ เพิ่มจำนวนเป็น สอง เป็นสี่ เป็นสิบหก เป็นสองร้อยห้าสิบหก จนเป็นจำนวนนับไม่ถ้วน จากนั้นรวบรวมกลับมาเป็นดวงเดียว ฝึกเพิ่มลดจำนวนให้ชำนาญจนพอใจ จากนั้น ฝึกข้อต่อไป

—อธิฐานขอขามิพระพุทธรูปเจ้าท่านทรงสงเคราะห์ ขออนุญาตเจริญกสิณไฟ ควบ พุทธานุสติกรรมฐาน คราวนี้กำหนด ภาพกองไฟที่ลุกโพล่งอยู่ และเพิกทั้งเสีย จับภาพ เป็นองค์พระพุทธรูปแทน จะเป็นปางใดก็ได้ที่เราติดตามตั้งใจ นึกถึงท่านแล้วใจของเราสบาย ให้เห็นชัดตั้งมั่นในจิต จากนั้น กำหนดจิตให้พระท่านค่อยๆโปร่งแสงขึ้น ใสขึ้นเป็นอุคหนิมิตร จากนั้น ใสขึ้นสว่างขึ้นจนเป็น รัศมีฉัพพรรณรังสี สว่างไสวสวยงาม ระยิบระยับ จากนั้น อธิฐานขอให้พระท่านเล็ก ใหญ่ ได้ตั้งใจ อธิฐานให้ท่านมาประทับวางบนศรีษะ ในศรีษะ ในอก ได้ตั้งใจ จากนั้นอธิฐานกำกับว่า ขอให้พุทธนิมิตที่ปรากฏขึ้นในจิตของข้าพเจ้านี้จงสถิตอยู่ในดวงจิตเป็นที่พึ่งอาศัย เป็นอนุสติแก่ข้าพเจ้าตราบเท่าเข้าสู่นิพพานด้วยเทอญ

—ขออนุญาตที่ไม่ได้เรียงลำดับของกสิณ และอารมณ์ รวมทั้งอาการนิมิตของกสิณทุกกองมีสภาพสภาวะเหมือนกันเท่ากันดังนั้นในข้อ 2- ข้อ 7 จะเหมือนกัน เราจะฝึกให้ชำนาญในวันต่อไป ทีละกองจนครบสิบ กองและ ค่อยฝึกเลื่อนถ่าน สลับถ่าน สลับกองกสิณให้ชำนาญเป็นนิสัย ครับ

—จากนั้นทำกำลังใจให้ใสสะอาดบริสุทธิ์ จนมองเห็นดวงจิตและอาทิสมาณกายของเราให้ใสเป็นแก้วประกายพรึก

—จากนั้นกราบขอบคุณและกราบลาพระพุทธเจ้าและท่านผู้มีพระคุณทุกพระองค์ จากนั้นค่อยๆถอนจิตจากสมาธิช้าๆ ภาวนา  
พุทธโธ ธัมโม สังโฆ กำกับ และทรงอาทิสมานกายไว้บนพระนิพพานไว้

—ขอกราบโมทนาบุญทุกท่านที่ทำได้ปฏิบัติได้ครับ