

การฝึกกสิณให้สำเร็จ ตอนที่ 8

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

วันนี้เราก็จะได้ฝึกกสิณเป็นกองสุดท้าย จนครบ ทั้งสิบกองแล้วนะครับ ขึ้นต่อไปเราจะ นำความรู้ของกสิณมาเดิน สลับกอง และ สลับ จาน เพื่อให้เกิดความชำนาญเป็นวสีครับ กสิณนั้นหลวงพ่อบอกสอนไว้ ให้ มีหลักมีเกณฑ์ที่ทำให้การฝึกกสิณง่ายขึ้น โดยเฉพาะถ้าจับหลักได้แล้ว กสิณนั้นมีความแตกต่างกันเฉพาะการตั้งต้นของนิมิตกสิณตอนตั้งต้นเท่านั้น ส่วนที่สุดของอารมณ์กสิณทุกกองนั้น ซึ่งเป็นอารมณ์ของจานสี่ มีอารมณ์และสภาวะเหมือนกันทุกประการ ดังนั้น ท่านที่ได้กสิณกองใดกองหนึ่งนั้น ถ้าใช้ กำลังใจอีกไม่มาก ก็จะทำให้ได้กสิณครบทั้งสิบกองได้อย่างไม่ยากเย็นอะไร

—ส่วนทำไมจึงต้องฝึกกสิณ นั้น เหตุผลก็คือตัวกสิณนั้นเป็นบาทฐานของการใช้อภิญญา ทั้งอภิญญาใหญ่และอภิญญาเล็กครับ ดังนั้นท่านที่มีกำลังใจฝึกได้จนครบทั้งสิบกอง อย่างชำนาญ ก็ย่อมก้าวเข้าใกล้ อภิญญาใหญ่มากขึ้นครับ แต่ทั้งนี้ทั้งนั้น ขอให้ ท่านทั้งหลายโปรดอย่าได้ลืม สัมมาทิษฐิ คุณธรรมกำกับ และจุดมุ่งหมายสูงสุดของการได้อภิญญา ครับ ว่าเป็นไปเพื่ออะไร ตรง จุดนี้สำคัญครับ

—ขอให้ทุกท่านค้นพบตัวตนที่แท้จริงและเป้าหมายสูงสุดของจิตวิญญาณที่ท่านได้อธิฐานไว้ให้เจอนะครับ เมื่อพบแล้ว เส้นทาง ธรรมของท่านจะชัดเจนและมั่นคงขึ้นครับ

วันนี้มาต่อกันที่การฝึกโอภาสกสิณ หรือกสิณแสงสว่างครับ

—เริ่มการปฏิบัติกันเลยครับ

— เริ่มต้นที่จับลมสบายครับ ต่อด้วยระลึกถึงคุณพระรัตนไต่ย ระลึกถึงศีล ระลึกถึงบุญความดี ระลึกถึงเมตตา พรหมวิหารสี่ ระลึกถึงวิปัสณาญาณตัดขั้นธ์ทำให้ใจละเอียด เบาบาง ปล่อยวางจากความยึดมั่นถือมั่นในร่างกายของเราและของบุคคลอื่น

— จากนั้นจับภาพพระให้ใสเป็นแก้วประกายพริ้ว เปร้งรัศมีสว่างไสวแพรวพราว ขอบารมีพระท่านยกจิตอาทิสมาณกายของเรา ขึ้น สู่พระนิพพาน ขึ้นไปกราบพระพุทธเจ้า พระอรหันต์ ครูบาอาจารย์ และท่านผู้มีพระคุณทั้งหลาย แยกกายออกไปกราบทุกท่านทุก พระองค์และน้อมถวาย ดอกบัวแก้วอันเกิดจากอำนาจบุญกุศลของเรา น้อมถวายท่านทุกพระองค์ด้วยเทอญ.

—จากนั้นให้กำหนดจิตพิจารณาวิปัสณาญาณอยู่เบื้องพระพักตร์ขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า บนพระนิพพาน ให้จิตสะอาด และคลายจากความยึดมั่นในร่างกาย

—กราบขอบารมี พระพุทธเจ้าทุกๆพระองค์ พระปัจเจกพุทธเจ้าทุกพระองค์ พระอริยเจ้าทุกๆพระองค์ องค์หลวงพ่อบอก ขอให้ จิต ของข้าพเจ้าได้เข้าถึงอารมณ์สูงสุดของกสิณ และได้วสีความชำนาญในการเข้าออกย้ายกองกสิณด้วยเทอญ

———ต่อไปกราบขอขมาพระท่านให้เมตตา ปรากฏ ครูบาอาจารย์ของเราในอดีตชาติและท่านที่มีวาสนา เกี่ยวพันกันมา รวมทั้งหลวงปู่ปาน หลวงพ่อฤๅษี ท่านได้โปรดเมตตาปรากฏอยู่เบื้องหน้าเราบนพระนิพพานนี้เพื่ออบรมสั่งสอน กสิณและสมาธิจิต ที่ถูกต้องตามแบบแผนและที่ลึกซึ้งพิศดารด้วยเทอญ

—1. เราเริ่มกันต่อกสิณแสงสว่าง จับลมสบายจากนั้นกำหนดจิต จับภาพ ของแสงที่สองลอดออกมาจากช่อง เช่น แสงแดดที่สองเป็นลำแสงผ่านเงาไม้หรือช่องหน้าต่าง ช่องแสง หรือแสงที่สองผ่านรูรั้วเล็กๆ จำภาพและอาการที่ลำแสงสองลอดออกมาให้ติดในใจ จนกระทั่ง

จิตนิ่งสนิทอยู่กับภาพของลำแสงที่สองอยู่นั้น จากนั้นอธิฐานกำกับขอให้ กองกสิณแสงสว่างนี้ ตั้งมั่นอยู่ในจิตของเรา ไม่ว่าหลับตาหรือลืมตา ก็ขอให้ติดอยู่ในอารมณ์จิตของเราเสมอ

—2. กำหนดจิตนิ่งๆ ใจสบายจน โอภาสกสิณ ในจิตที่เป็นลำแสงที่เห็นในจิตว่าสองสว่างอยู่นั้น ค่อยๆ มีประกายระยิบระยับขึ้น ช้ำๆ และค่อยๆ ใสขึ้น สะอาดขึ้น สว่างขึ้นและใจเรายังสบายขึ้น

—3. กำหนดจิตให้เบาสบายเข้มขึ้นขึ้น กสิณแสงสว่าง ค่อยๆ ใสขึ้นเป็นแก้วระยิบระยับ มีลักษณะเป็นดวงกลมขึ้นเป็นสามมิติขึ้น กสิณเป็นดวงใส ใจยิ่งสงบขึ้นสบายขึ้น ลมหายใจยิ่งน้อยลงไปและความละเอียดขึ้น อธิฐานกำกับว่า อุคหนิมิตรนี้ ขอให้เราจำอารมณ์ และสามารถเข้าได้ทุกครั้งที่ต้องการด้วยเทอญ

—4. ใจเรายังสบาย กำหนด จิตของเราให้ตั้งมั่นอยู่กับนิมิตกสิณนี้ เมื่อใจเรายังสบาย ดวงกสิณ ก็จะยิ่งใสขึ้นสว่างขึ้นเรื่อยๆจนเปล่งแสงออกแพรวพราวระยิบระยับ เป็นรัศมีเหมือนประกายเพชรหลากสี ใจเรายังสดชื่นอัมเมใจ นิ่งอยู่ในนิมิตกสิณที่ปรากฏอยู่ หากแม้มองย้อนจิตสังเกตุการหายใจจะพบว่าขณะนี้ ลมหายใจหายไปเรียบร้อยแล้ว เราไม่ต้องไปสนใจร่างกายหรือการหายใจใดๆ จิตจดจ่ออยู่กับ นิมิตที่ปรากฏนี้ จนชินอารมณ์ และอธิฐานกำกับว่า ขอให้ปฏิภาคนิมิตนี้ปรากฏขึ้นในจิตของข้าพเจ้าได้ ทุกครั้งที่ต้องการไม่ว่าจะลืมตาก็ดีหลับตาก็ดีด้วยเทอญ

—5. จากนั้นฝึกเคลื่อนนิมิตกสิณ โดยเริ่มจากการฝึกลดดวงนิมิตให้เล็กลงจนเท่ากับหัวเข็มหมุด จากนั้นค่อยๆ ขยาย ดวงนิมิตออกให้ใหญ่ขึ้นจนใหญ่เต็มจักรวาล จากนั้นก็ฝึกลด ขยาย เล็กใหญ่ให้ได้ตั้งใจ จนรู้สึกพอใจจึงไปข้อต่อไป

—6. จากนั้น ลองเคลื่อนดวงกสิณนี้ไปซ้ายไปขวา ไปข้างหน้า ไปข้างหลังวนอยู่รอบตัวเรา วนอ้อมข้ามหัวเรา ตลอดเวลาที่เคลื่อนประคองอารมณ์ให้ดวงกสิณนี้ เปร่งรัศมีเป็นปฏิภาคนิมิตอยู่ตลอดเวลา เคลื่อนไปมาให้ได้ตั้งใจและรู้สึกพอใจแล้วไปข้อต่อไป

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

—อธิฐานขออารมณีสวามิพุทธเจ้าท่านทรงสงเคราะห์ ขออนุญาตเจริญโอกาสกสิณควบ พุทธานุสติกรรมฐาน คราวนี้กำหนด ภาพของลำแสงที่สองตรงลงมายังองค์พระพุทธรูป และยิ่งทำให้องค์พระพุทธรูปท่านสองสว่างยิ่งขึ้นจนเหลือเพียงภาพ องค์พระพุทธรูปที่เปร่งแสงสว่างเพียงอย่างเดียวให้เราติดตาติดใจ นึกถึงท่านแล้วใจของเรายิ่งสบาย ให้เห็นชัดตั้งมั่นในจิต จากนั้น กำหนดจิตให้พระท่านค่อยๆ เปร่งแสงขึ้น อีก จนใสขึ้นเป็นอุคหนิมิตร จากนั้น ใสขึ้นสว่างขึ้นจน เป็น รัศมีฉัพพรรณรังสี สว่างไสวสวยงาม ละเอียดระยับ จากนั้น อธิฐานขอให้พระท่านเล็ก ใหญ่ ได้ตั้งใจ อธิฐานให้ท่านมาประทับวางบนศรีษะ ในศรีษะ ในอก ได้ตั้งใจ จากนั้นอธิฐานกำกับว่า ขอให้พุทธนิมิตรที่ปรากฏขึ้นในจิตของข้าพเจ้านี้จงสถิตอยู่ในดวงจิตเป็นที่พึ่งอาศัย เป็นอนุสติแก่ข้าพเจ้า ตราบเท่าเข้าสู่นิพพานด้วยเทอญ

—ขออนุญาตที่ไม่ได้เรียงลำดับของกสิณ และอารมณ์ รวมทั้งอาการนิมิตรของกสิณทุกกองมีสภาพสภาวะเหมือนกันเท่ากันตั้งนั้น ในข้อ 2- ข้อ 7 จะเหมือนกัน เราจะฝึกให้ชำนาญในวันต่อไป ทีละกองจนครบสิบ กองและ ค่อยฝึกเลื่อนถ่าน สลับถ่าน สลับกอง กสิณให้ชำนาญเป็นวสี ครับ

—จากนั้นทำกำลังใจให้ใสสะอาดบริสุทธิ์ จนมองเห็นดวงจิตและอาทิสมาณกายของเราให้ใสเป็นแก้วประกายพรึก

—จากนั้นกราบขอคุณและกราบลาพระพุทธเจ้าและท่านผู้มีพระคุณทุกพระองค์ จากนั้นค่อยๆ ถอนจิตจากสมาธิช้าๆ ภาวนา พุทธโธ ธัมโม สังโฆ กำกับ และทรงอาทิสมาณกายไว้บนพระนิพพานไว้

—ขอกราบโมทนาบุญทุกท่านที่ทำได้ปฏิบัติได้ครับ

นที่สุด ก็จบกสิณทั้งสิบกองได้ นะครับ หวังว่าหลายๆคนคงจะทำได้ ไม่ยากเกินวิสัยและกำลังใจของท่านนะครับ และความรู้เก่าอื่นๆที่แนะนำกันไปก็ขอให้ทุกท่านหมั่นทบทวนให้คล่องเอาไว้เสมอ นะครับ โดยเฉพาะ อย่างยิ่ง พุทธานุสติ วิปัสสนาญาณ ในร่างกายชั้นห้าทั้งของตัวเองและทั้งของบุคคลอื่น อารมณ์พระนิพพานหรืออุปมานุสติกรรมฐาน ส่วนศีล ไตรสรณะคมภและอานาปานสติควรเป็นสิ่งที่ทำได้เป็นปกติธรรมดาครับ

—วันนี้เราจะมาฝึกกสิณในแบบพิศดารโดยการเริ่มต้นอย่างง่ายที่สุดคือ การไล่กองกสิณ อนุโลม ปฏิโลม ซึ่ง อนุโลม หมายความว่า การเรียงลำดับกองกสิณจากกองแรกไปจนถึงกองสุดท้าย ส่วนปฏิโลม หมายความว่า การเรียงลำดับกองกสิณกองสุดท้ายไล่ย้อนกลับ ไปยังกองแรกใหม่ ครับ

—ส่วนกสิณทั้งสิบกองผมได้แนะนำท่านทั้งหลายจนครบทุกกองแล้ว และยังให้ฝึกกสิณทุกกองควบจนถึง ฌานสี่ในพุทธานุสติกรรมฐานด้วยส่วนการใช้มนมยิทธิ ขึ้นไปฝึกอยู่บนพระนิพพาน เป็นการควบในอารมณ์ของพระนิพพานตลอดการฝึกสมาธิทั้งหมดของท่าน ดังนั้นถือว่าผมได้แนะนำตามเจตนารมณ์และแนวทางของหลวงพ่อดำที่ได้อธิบายไว้แล้ว ส่วนการ ไล่กอง สลับกองนั้น เป็นการฝึกเพื่อความชำนาญเป็นวสี เพื่อการรองรับอภิญญาใหญ่ครับ ดังนั้นจึงขึ้นอยู่กับการกำลังใจของท่านแต่ละคนครับ ใจผมอยากให้ท่านได้กันทุกคนครับ เก่งๆ คล่องๆ ชัดๆ จะได้ช่วยกันเป็นกำลังท่านบำรุงพระพุทธศาสนาครับ

วันนี้มาฝึกต่อกันที่การฝึกไล่กองกสิณ ทั้ง อนุโลม และปฏิโลมครับ

—เริ่มการปฏิบัติกันเลยครับ

— เริ่มต้นที่จับลมสบายครับ ต่อด้วยระลึกถึงคุณพระรัตนไถย ระลึกถึงศีล ระลึกถึงบุญความดี ระลึกถึงเมตตา พรหมวิหารสี่ ระลึกถึงวิปัสณาญาณตัดขั้นฐ์ทำให้ใจละเอียด เบาบาง ปล่อยวางจากความยึดมั่นถือมั่นในร่างกายของเราและของบุคคลอื่น

— จากนั้นจับภาพพระให้ใสเป็นแก้วประกายพริก เปร่งรัศมีสว่างไสวแพรวพราว ขอขบารมีพระท่านยกจิตอาทิสมาณกายของเรา ขึ้นสู่พระนิพพาน ขึ้นไปกราบพระพุทธเจ้า พระอรหันต์ ครูบาอาจารย์ และท่านผู้มีพระคุณทั้งหลาย แยกกายออกไปกราบทุกท่านทุกพระองค์และน้อมถวาย ดอกบัวแก้วอันเกิดจากอำนาจบุญกุศลของเรา น้อมถวายท่านทุกพระองค์ด้วยเทอญ.

—จากนั้นให้กำหนดจิตพิจารณาวิปัสณาญาณให้เห็นความทุกข์ ความเสื่อม ความไม่เที่ยง ความแปรปรวนในร่างกาย อยู่เบื้องพระพักตร์ขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า บนพระนิพพาน ให้จิตสะอาดและคลายจากความยึดมั่นในร่างกาย

—กราบขอขบารมี พระพุทธเจ้าทุกๆพระองค์ พระปัจเจกพุทธเจ้าทุกพระองค์ พระอริยเจ้าทุกๆพระองค์ องค์หลวงพ่อ ขอให้ จิตของข้าพเจ้าได้เข้าถึงอารมณ์สูงสุดของกสิณ และได้ วัสดุ ความชำนาญในการเข้าออกย้ายกองกสิณด้วยเทอญ

—ต่อไปกราบขอขบารมีพระท่านให้เมตตา ปราบกฎ ครูบาอาจารย์ของเราในอดีตชาติและท่านที่มีวาสนา เกี่ยวพันกันมา รวมทั้งหลวงปู่ปาน หลวงพ่อฤๅษี ท่านได้โปรดเมตตาปราณอยู่เบื้องหน้าเรานบนพระนิพพานนี้เพื่ออบรมสั่งสอน กสิณและสมาธิจิตที่ถูกต้องตามแบบแผนและที่ลึกซึ้งพิศดารด้วยเทอญ

—1. เราเริ่มกัน ที่กสิณดิน กันก่อน จับลมสบายจากนั้นกำหนดจิต จับภาพ ดินให้ติดในใจ จนกระทั่ง

จิตนิ่งสนิทอยู่กับภาพของดินนั้น จากนั้นอธิฐานขอให้ กองกสิณดินนั้นค่อยๆเปลี่ยนเป็น อุคหนิมิตร ใสขึ้นสะอาดขึ้น สว่างขึ้น จากนั้นกำหนดจิตให้ อุคหนิมิตรนั้น ยิ่งใสขึ้นระยิบระยับขึ้นจนเปลี่ยนเป็น ปฏิภาคนิมิตร กลายเป็นแก้วระยิบระยับแพรวพราว ใจเรายิ่งสะอาด สว่างสงบขึ้น แล้วถอยจิตลงสู่อุคหนิมิตรใหม่อีกครั้งเพื่อจะเปลี่ยนภาพนิมิตรในจิตเป็นกสิณกองต่อไป

—2. จากนั้นถอยจิตออกมาจับภาพกสิณน้ำ ใสอารมณ์ผานขึ้นไปจน นิมิตรกสิณ ใสขึ้น สะอาดขึ้นจนกลายเป็น อุคหนิมิตร จากนั้น ใสอารมณ์ใจให้สะอาดขึ้นละเอียดขึ้น สบายขึ้นจน อุคหนิมิตรเปลี่ยนเป็นปฏิภาคนิมิตร เปลี่ยนเป็นแก้วประกายพริก สวยสะอาด ใจเรายิ่งสบายขึ้นสงบขึ้น แล้วถอยจิตลงสู่อุคหนิมิตรอีกครั้ง

—3. จากนั้นถอยอารมณ์กลับมาเป็น การจับภาพกสิณไฟ แล้วใสอารมณ์ผานจากกสิณไฟขึ้นเป็น อุคหนิมิตร ใสต่อไปจนนิมิตรในจิตกลายเป็น ปฏิภาคนิมิตร แล้วจึงถอยจิตลงสู่อุคหนิมิตรอีกครั้ง

- 4. จากนั้นถอยจิตมาจับภาพกสิณลม ใส่มานขึ้นเป็น อุคหนิมิตร จากนั้นไล่ขึ้นไปเป็น ปฏิภาคนิมิตร แล้วถอยจิตกลับสู่อุคหนิมิตรอีกครั้ง
- 5. กลับมาจับภาพกสิณสีแดง ให้ชัดเจนในจิต ใส่มานขึ้นเป็น อุคหนิมิตร จากนั้นใส่อารมณขึ้นเป็น ปฏิภาคนิมิตร จากนั้นถอยจิตกลับลงมาสู่อุคหนิมิตรอีกครั้ง
- 6. ถอยจิตมาจับภาพกสิณสีเหลือง ให้ชัดเจน แล้วใส่อารมณให้ละเอียดขึ้นจนเป็น อุคหนิมิตร และปฏิภาคนิมิตร จากนั้นจึงถอยจิตลงสู่อุคหนิมิตรอีกครั้ง
- 7. ถอยจิตลงสู่นิมิตรกสิณสีเขียว ใส่อารมณขึ้นเป็นอุคหนิมิตร ขึ้นเป็นปฏิภาคนิมิตร ถอยลงสู่อุคหนิมิตร
- 8. ถอยจิตลงสู่นิมิตรกสิณสีขาว ใส่มานขึ้นจนเป็นอุคหนิมิตร และปฏิภาคนิมิตร แล้วจึงถอยจิตลงสู่อุคหนิมิตร
- 9. ถอยจิตลงสู่นิมิตรกสิณอากาศหรือสภาพว่างเปล่า โลงๆ ใส่มานขึ้นเป็นอุคหนิมิตร และปฏิภาคนิมิตร จากนั้นจึงถอยจิตลงสู่อุคหนิมิตร
- 10. ถอยจิตลงสู่นิมิตรกสิณแสงสว่าง ใส่มานขึ้นเป็นอุคหนิมิตร และปฏิภาคนิมิตร จากนั้นจึงถอยจิตลงสู่อุคหนิมิตร
- 11. จบการใส่องกสิณแบบอนุโลมต่อไปเป็นการใส่องกสิณแบบปฏิโลม
- 12. กลับมาจับภาพกสิณอากาศ และใส่อารมณขึ้นเป็น อุคหนิมิตร ปฏิภาคนิมิตร และถอยอารมณลงสู่อุคหนิมิตร
- 13. ถอยจิตมาจับภาพกสิณสีขาว ใส่อารมณขึ้นเป็นอุคหนิมิตร ปฏิภาคนิมิตร และจึงถอยจิตลงเป็นอุคหนิมิตร
- 14. ถอยจิตมาจับภาพกสิณสีเขียว ใส่อารมณขึ้นเป็นอุคหนิมิตร ปฏิภาคนิมิตร และจึงถอยกลับเป็นอุคหนิมิตร
- 15. ถอยจิตมาจับภาพกสิณสีเหลือง ใส่อารมณขึ้นเป็นอุคหนิมิตร ปฏิภาคนิมิตร และจึงถอยจิตลงสู่อุคหนิมิตร

—16. ถอยจิตมาจับภาพกสิณสีแดง ไส้ผานขึ้นเป็นอุคหนิมิต ปฏิภาคนิมิต และจึงถอยจิตลงสู่ อุคหนิมิต

—17. ถอยจิตมาจับภาพกสิณลม ไส้ผานขึ้นเป็นอุคหนิมิต ปฏิภาคนิมิต แล้วถอยจิตลงสู่ อุคหนิมิต

—18. ถอยจิตมาจับภาพกสิณไฟ ไส้ผานขึ้นเป็นอุคหนิมิต ปฏิภาคนิมิต แล้วถอยจิตลงสู่ อุคหนิมิต

—19. ถอยจิตมาจับภาพกสิณน้ำ ไส้ผานขึ้นเป็น อุคหนิมิต ปฏิภาคนิมิต แล้วถอยจิตลงสู่ อุคหนิมิต

—20. ถอยจิตมาจับภาพกสิณดิน ไส้ผานขึ้นเป็น อุคหนิมิต ปฏิภาคนิมิต และถอยจิตลงสู่ อุคหนิมิต

—21. เป็นอันเป็นการใส่กองกสิณ อนุโลม ปฏิโลม หนึ่งรอบ ทบทวนทำยอนใหม่ตั้งแต่ต้น ข้อหนึ่งถึง 20. อีกรอบแล้ว อธิฐาน
กำกับว่าขอให้ ข้าพเจ้านี้สามารถใส่กองกสิณ อนุโลม ปฏิโลมได้ทุกครั้งที่ต้องการด้วยเถิด จากนั้นใส่กองใหม่อีก 1 รอบ จน
คล่องตัว เป็นวสี

—จากนั้นทำกำลังใจให้ใสสะอาดบริสุทธิ์ จนมองเห็นดวงจิตและอาทิสมาณกายของเราให้ใสเป็นแก้วประกายพริ้ว

—จากนั้นกราบขอคุณและกราบลาพระพุทธเจ้าและท่านผู้มีพระคุณทุกพระองค์ จากนั้นค่อยๆ ถอนจิตจากสมาธิช้าๆ ภาวนา
พุทธโธ ธัมโม สังโฆ กำกับ และทรงอาทิสมาณกายไว้บนพระนิพพานไว้

—ขอกราบโมทนาบุญทุกท่านที่ทำได้ปฏิบัติได้ครับ