

บทที่ 3 การชำระล้างจิต และการพลิกจิต สู่จิตระดับสูง

admin June 13, 2015 Content, Silence 0 Comment

บทที่ 3.การชำระล้างจิต และการพลิกจิตสู่จิตระดับสูง

จากบทก่อนๆ ที่ทุกคนได้ศึกษามา ตอนนี้คุณมีกำลังของสมาธิ มีปัญญาจากวิปัสณาญาณ มีบารมีของพระพุทธเจ้าคอยคุ้มครองจากการอาราธนาจับภาพพระเป็นพุทธานุสติ คุณรู้จักการจับลมหายใจ รู้จักการใช้พลังจิต ดึงปรารถนา และธาตุทิพย์จากพระนิพพาน รู้จักการอธิฐานกำกับ การอธิฐานขอบารมี รู้จักกลัวความชานาญในการเข้าออกฌาน กันแล้ว นับว่ามีพื้นฐานในการทรงฌาน และวิปัสณาญาณ ดีพอ

ขั้นต่อไปจะเป็นการชำระล้างจิตให้บริสุทธิ์ขึ้น โดยการลด สลายบรรเทากรรมด้านอกุศลให้ลดลงด้วยกำลังของสมาธิและการอธิฐาน

จากนั้นจะเป็นเทคนิคการอธิฐานมหาโมทนา เพื่อเป็นการรวมบุญใหญ่เข้าสู่จิตของเรา

ต่อไปเป็นการอธิฐานเรียกบารมีเก่าให้มารวมตัว

และขั้นตอนสุดท้ายคือ วิชาเมตตาอัปปมัตตญาณ ซึ่งคุณจะได้เข้าใจถึงการแผ่เมตตาอย่างแท้จริง

ส่วนท่านที่ปรารถนาพุทธภูมิ จะเพิ่มเติมการอธิฐานสัมมาทิษฐิ เพื่อการพลิกจิตเข้าสู่ความเป็นพระโพธิสัตว์ ครับ

เมื่อทบทวนและอธิบายเนื้อหาไปแล้วก็จะเริ่มฝึกแล้วนะครับ

—ขอให้ทุกคน จับลมสบาย จับภาพพระให้ใสเป็นเพชร แล้วตั้งจิตระลึกถึงศีล ว่าขณะที่ฝึกนี้ ศีลของเราบริสุทธิ์ จากนั้นคิดว่า มีตัวเรอีกคนกำลังกราบที่ตักของพระพุทธรูป แล้วอธิฐานขอให้พระบารมีของพระพุทธองค์ท่านมาสถิตเป็นหนึ่งเดียวกับพระพุทธรูปในจิตของเรา ด้วยความศรัทธามั่นคงไม่ลังเล จากนั้น ขอขมาพระรัตนไต่โดยว่า

“กรรมใดที่ข้าพเจ้าได้ล่วงละเมิดต่อพระรัตนไต่โดยและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย ไม่ว่าจะเป็นทางกาย วาจา ใจ จะเจตนา และไม่เจตนา จะระลึกได้ หรือระลึกไม่ได้ ก็ได้ ทำในอดีตก็ดี ปัจจุบันก็ดี ข้าพเจ้าขอให้พระรัตนไต่โดยได้โปรดงดโทษที่จะพึงเกิดแก่ข้าพเจ้า ตราบเท่าเข้าสู่พระนิพพานด้วยเทอญ”

จากนั้นให้ภายในจิตกราบพระพุทธเจ้าท่าน สำหรับท่านที่ได้มโนฯให้ใช้กำลังใจ แยกอาทิสมาณกายตามกำลังสูงสุด คือ พระวิ

สุทธิเทพ ขึ้นไปกราบพระพุทธเจ้าและพระอริยสงฆ์ บนพระนิพพานแล้วอธิฐานขอขมาได้เลยครับ

จากนั้นให้ทุกท่านอธิฐานต่อไปว่าขอให้พระพุทธเจ้าท่านเมตตาเป็นประธานและพยานให้แก่ข้าพเจ้าในการอธิษฐานดังต่อไปนี้

“ข้าพเจ้าขอขมาต่อเจ้ากรรมนายเวรและบรรดาสรรพสัตว์ทั้งหลาย ในสิ่งที่ข้าพเจ้าได้ล่วงเกิน ละเมิด ต่อท่านทั้งหลาย ไม่ว่าจะ เป็นทางกาย ทางวาจา ทางใจ ก็นิด ในอดีตก็ดี ในปัจจุบันก็ดี จะระลึกได้ก็ดี ระลึกไม่ได้ก็ดี และมีเจตนาที่ดี ไม่มีเจตนาที่ดี ขอให้ ท่านเจ้ากรรมนายเวรและสรรพสัตว์ทั้งหลาย ได้โปรดโหสิงดโทษที่พึงเกิดแก่ข้าพเจ้าดราบเท่าเข้าสู่พระนิพพาน บุญกุศลที่ ข้าพเจ้าได้บำเพ็ญมานับแต่ อดีตชาติ ปัจจุบันชาติ และที่จะบำเพ็ญต่อไปในอนาคตข้าพเจ้าขออุทิศให้ท่านทั้งหลายได้โมทนา และมีส่วนร่วมในบุญกุศลเช่นเดียวกับที่ข้าพเจ้าจะพึงได้รับทุกประการเทอญ”

การขอขมากรรมนี้จะช่วยให้การจองเวรกันลดลง หรืออาจจะสลายตัว เป็นโมฆะกรรมได้ และส่งผลให้ ชีวิตเราราบรื่น ปลอดภัย สดวกขึ้น เป็นการช่วยลดสภาวะกรรมรวมของโลก ที่จะส่งผลให้เกิดภัยพิบัติลดลง และในส่วนตัว บางท่านที่มีเจ้ากรรมนายเวรที่ กะว่าจะเข็บบิลท่านใน ภัยพิบัติรอบนี้ อาจจะโหสิและให้อภัยต่อท่านได้ครับ

ยังประคองจิตอยู่ต่อหน้าพระด้วยใจที่สบายนะครับ แล้วอธิฐานต่อว่า

“ข้าพเจ้านับแต่จะมีแต่จิตใจที่ใสสะอาดบริสุทธิ์ เต็มไปด้วยจิตใจที่ดีงาม เบี่ยมไปด้วยความเมตตาต่อสรรพสัตว์ทั้งหลาย ข้าพเจ้า ขอโหสิกรรมให้แก่สรรพสัตว์ทั้งหลายไม่ขอเป็นเจ้ากรรมนายเวรของผู้ใดข้าพเจ้าขอโหสิกรรมให้กับเขาเหล่านั้นไม่ว่าเขาจะ ทำกรรมล่วงเกินข้าพเจ้าไม่ว่าจะเป็นทาง กาย วาจา ใจ ในอดีตก็ดี ปัจจุบันก็ดี จะระลึกได้ก็ดี ระลึกไม่ได้ก็ดี ข้าพเจ้าขอ โหสิกรรมให้กับเขาเหล่านั้นขอให้เขาประสพแต่ความสุข พ้นจากความทุกข์ พ้นภัยจากวิภูฏสงสาร สัมผัสพระนิพพานอันเป็น บรมสุขด้วยเทอญ”

คำอธิษฐานนี้มีผล สองประการคือเป็นการให้อภัยท่านอันเป็นทานสูงสุด ใช้กำลังใจสูงสุดในการให้ครับ

แต่ คุณก็ทำได้ จิตก็จะยิ่งเบาขึ้นครับ อีกประการก็คือ คุณทุกคนบนโลกใบนี้แหละครับ ที่เป็นคนทำให้เกิดกรรมแห่งการอาฆาต ล้างแค้นกันและกันสะสม จนเกิดภัยพิบัติครั้งนี้ แปลกนะครับที่คนเรากลัวเจ้ากรรมนายเวรกัน เวลาทำบุญกรวดน้ำอุทิศส่วนกุศล ให้ แต่กลับไม่เคยรู้ตัวเลยว่าเรานี่ละตัวดี เป็นเจ้ากรรมนายเวรของชาวบ้านชาวช่องเขา เวลาไปโกรธ อิจฉา ริษยา อาฆาตแค้นคน อื่นเขา

การสลายกรรมตรงนี้ส่งผลให้สภาวะกรรมรวมของโลกเบาบางลงครับ และการที่ตัวเจ้ากรรมนายเวรตัดสินใจลบบัญชีกรรมโหสิ ให้เป็นโมฆะกรรมนั้นเป็นเรื่องที่ง่ายกว่าการที่จะไปอ้อนวอนขอให้ เจ้ากรรมนายเวรโหสิกรรมให้ครับ เพราะบางคนก็ไม่ยอมง่าย ๆ ครับ ต้องใช้เวลาและทำให้บ่อยๆครับ

ต่อไปเป็นการทำมหาโมทนาครับ

พระองค์จึงให้อยู่ต่อหน้าพระพุทธเจ้าตั้งจิตให้เบาสบายและมั่นคงอธิฐานว่า”ข้าพเจ้าขอตั้งจิตอธิฐานระลึกถึง บุญกุศล บารมีคุณงามความดี และจิตใจที่ดีงาม ของพระพุทธเจ้าทุกๆพระองค์ พระปัจเจกพระพุทธเจ้าทุกๆพระองค์ พระอริยสงฆ์ทุกๆพระองค์ พระโพธิสัตว์ทั้งหลาย เทพพรหมเทวาทั้งหลาย สิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย ตลอดจนความดีของสรรพสัตว์ทั้งหลายทั่วมหานันต์จักรวาล ที่ได้บำเพ็ญมานับตั้งแต่อดีต ปัจจุบัน

และที่จะบำเพ็ญประโยชน์ต่อไปในอนาคต ไม่ว่าจะเป็นทาน ศีล ภาวนา สัมมาทิชฐี สัมมาสมาธิ สัมมาปัญญา ข้าพเจ้าขอกราบมหาโมทนาในบุญกุศลทั้งหลายเหล่านี้ด้วยความจริงใจ ขอให้อำนาจแห่งการมหาโมทนาครั้งนี้จงส่งผลเป็นกระแสบุญอันบริสุทธิ์ หลั่งไหลสู่ดวงจิตของข้าพเจ้านับแต่บัดนี้ด้วยเทอญ” ขอให้ทุกท่านฉลาดในการทำบุญ ฉลาดในการโมทนา ฉลาดในการการอธิฐาน ฉลาดในการสร้างบารมีครับ พระท่านให้พรมาครับ ยังพระองค์อยู่ต่อหน้าพระนะครับ

อธิฐานต่อไปว่า

” ข้าพเจ้าขอตั้งจิตระลึกถึง บุญบารมี คุณความดี สรรพวิชา และสายสมบัติ ที่ข้าพเจ้าได้สร้าง ได้ศึกษา ได้ปฏิบัติและได้บำเพ็ญมา(เพื่อปรารถนาสัมมาสัมโพธิญาณมีพระนิพพานเป็นที่สุด) นับตั้งแต่ อดีต ปัจจุบัน และจะบำเพ็ญต่อไปในอนาคต ไม่ว่าจะเป็นทาน ศีล สมาธิ ปัญญา สัมมาทิชฐี ให้มารวมด้วยกัน ณ บัดนี้เพื่อให้ข้าพเจ้าได้ใช้สร้างบุญ สร้าง บารมี เพื่อความรุ่งเรืองในทั้งทางโลกและทางธรรม มีกำลังใจ กำลังบารมีทั้ง 30 ทศน์ ได้ช่วยตนเองและสรรพสัตว์ให้พ้นจากทุกข์ ประสพแต่ความสุข พ้นภัยจากวิญญูสงสาร สัมผัสพระนิพพานอันเป็นบรมสุขด้วยเทอญ”

ขั้นตอนนี้เป็นกรเรียกบารมีเก่าที่เราอาจหลงลืมหรือตกหล่นไปในอดีตชาติให้กลับมาครับ จะช่วยให้ฝึกวิชาและสมาธิได้ง่ายขึ้นรวมทั้งบุญเก่าด้วยครับให้มาส่งผลเร็วขึ้น

ต่อไปเป็นวิชาสำคัญในการพลิกจิตใจให้มี สภาวะจิตที่บริสุทธิ์ยิ่งขึ้นครับ คือเมตตาอัปปิณณาณณาณครับ

— จับลมสบาย จิตจับภาพพระพุทธเจ้าให้ใสเป็นเพชรครับ จากนั้นนึกกราบขอให้ท่านมาลอยอยู่ เหนือหัวของเรา แล้วกำหนดจิตของเราให้”รู้สึก”ถึง บุญกุศล ความดีงาม ความมดงาม ความชุ่มใจ ความอึดเิบใจ ความปลื้มปิติ ความรักที่บริสุทธิ์ ความตื่นต้นใจรักที่ ความรักที่เรามีต่อพ่อแม่ ที่มีต่อพระเจ้าอยู่หัวในวันมหาปิติ 60 ปี ให้ความรู้สึกเป็นสุขปิติอึดเิบใจนี้เติมให้เต็มหัวใจของเรา นึกถึงภาพดอกไม้ที่ค่อยๆแย้มกลีบด้วยความมดงาม เมื่อจิตใจแย้มยิ้มขึ้นบานเต็มหัวใจ กายเราก็กียัมเบิกบานมีความสุขอย่างที่สุด เรากำหนดจิตว่า บุญคือความสุข ที่ข้าพเจ้าปรากฏ ณ บัดนี้

ข้าพเจ้าขออุทิศความสุขและส่วนกุศลนี้ไปยังสรรพสัตว์ทั้งหลายทั่วอนันต์จักรวาลขอให้สรรพสัตว์ทั้งหลาย ได้ประสพแต่ความสุขพ้นจากความทุกข์ พ้นภัยจากวิญญูสงสาร สัมผัสพระนิพพานอันเป็นบรมสุขด้วยเทอญ แล้วค่อยๆทำความเข้าใจความรู้สึกว่าตัวเราสว่างมีแสงรัศมีสีทอง อันเป็นรัศมีแห่งความรัก ความสุข ความเมตตา ที่เรามีให้แก่สรรพสัตว์ไม่มีวันจบสิ้น ให้แสงแห่งความเมตตานี้แผ่ส่องสว่างปกคลุมห้องที่เราอยู่นี้สว่างเรืองรอง จิตของสรรพสัตว์ดวงใดได้สัมผัสกับรัศมีนี้ก็ให้มีความสุข สงบ ชุ่มเย็นไปด้วย จิตเรายังเปรงรัศมีเท่าไร จิตเราก็กียัมมีความสุขชุ่มเย็นยิ่งขึ้น

แผ่รัศมีสีทองระยิบระยับค่อยๆปกคลุมบ้านหรืออาคารที่เราอยู่ทั้งหลังครับ ค่อยๆทำใจเย็นๆ จากนั้นแผ่ปกคลุมอำเภอ จังหวัดที่ คุณอยู่ ประคองใจให้ชุ่มเย็นอึดเิบตลอดเวลา นะครับ แล้วค่อยๆแผ่ให้กว้าง จนคลุมประเทศไทยจนมองเห็นเป็นขวานสีทองแล้ว

อธิฐานให้ประเทศไทยจงสงบสุขร่มเย็น ผู้คนจิตใจดีงาม จากนั้น แฝรัศมีแห่งความสุขนี้ปกคลุมโลกจนเป็นสีทองสว่างไสว อธิฐานว่าขอให้โลกนี้จงสงบสุขร่มเย็น แล้วจึงแฝรัศมีสีทั้งออกไปทั่วสุริยจักรวาล ไม่มีที่สิ้นสุดจนออกไป ยังอนันตจักรวาลไม่มีที่สุด ไม่มีประมาณ จิตเรายังแฝรัศมีเท่าไรหรือจิตเรายังแยมย้มอ้มเอิบใจ ยิ่งให้มากมายเท่าไร จิตเราก้ยิ่งมีความสุขมากขึ้นเท่านั้น ประคองอารมณ์ใจที่แสนปิติสุขนี้ไว้ตามที่ต้องการครับ ส่วนพุทธรูมิและผู้ที่ได้มโนฯให้ประคองจิตไว้ แล้วแฝรัศมีแห่งความเมตตา นี้จากขอบอนันตจักรวาลเข้ามาสู่ตัวครับ

แล้วแผ่ย้อนกลับออกไปใหม่ครับ พุทธรูมินี้จะนำวิชานี้ไปใช้เมื่อสำเร็จเป็นพระพุทธเจ้า ในการใช้ขยายพระญาณในการตรวจหา บารมีผู้บรรลธรรมครับ ห้ามทุกคนใช้หรือลองเล่นเด็ดขาดนะครับ เพราะเป็นวิสัยของพระพุทธเจ้าเท่านั้น บอกให้ทราบเป็นความรู้ อนุญาตให้ใช้แผ่เมตตาอัปปินณาณณาณเท่านั้น จากนั้นขอบารมี พระพุทธเจ้าท่านทรงสงเคราะห์ ขอให้ท่านเปิดอนันตจักรวาล ให้เห็นบรรดาสรรพสัตว์ว่ามีจำนวนเท่าไร

และมีผู้ผิดผู้หลงต้องเสวยกรรมให้วิภูฏสงสารเท่าไร ใช้ปัญญาพิจารณาต่อไปว่า

“มวลหมู่สัตว์ผู้แหวกว่ายในทะเลทุกข์นั้นมากมายมหาศาล ขณะนี้จิตของข้าพเจ้าเปี่ยมไปด้วยมหาเมตตาไม่มีประมาณต่อมวลหมู่ สัตว์ ข้าพเจ้าขอตั้งกำลังใจใหม่ละมานะ ทัศนะที่สำคัญตนว่าดี สำคัญตนว่าเลิศ บำเพ็ญพระโพธิญาณเพื่อตนเอง มาเป็นสัมมา ทัศนะว่า จะขอสละร่างกาย ชีวิต สร้างบารมีด้วยเมตตา หวังเพื่อช่วยสรรพสัตว์ทั้งหลายให้พ้นจากสังสารวัฏเข้าสู่พระนิพพานด้วย เทอญ ”

สำหรับพุทธรูมิที่อธิฐานพลิกจิตนี้สำเร็จ นี้ จะมีอาการ ปิติ นำตาไหล ร้องไห้ด้วยความอึ้งใจ บางคนก็เหมือนได้ยินเหมือนฟ้าผ่า เสียงดัง บางคน ได้กลิ่นธูป หรือดอกไม้หอม สำหรับท่านที่สำเร็จผมขออน้อมเศียรกราบโมทนาในความเป็นพระโพธิสัตว์ของทุกๆ ท่านด้วยครับ