

เสียงธรรมจากห้อง “เมตตากรมย์กรรมฐาน”

วันอาทิตย์ที่ 22 มกราคม 2566

โดย อาจารย์ คณานันท์ ทวีโภค

กำหนดความรู้สึกตัวทั่วพร้อม ผ่อนคลายกล้ามเนื้อทั่วร่างกาย ปลดวางความคิด ปลดวางความกังวล กำหนดในความรู้สึกตัวทั่วพร้อม ในความเบาและสบาย วางทั้งร่างกาย วางทั้งความกังวลทั้งหลาย ออกไปจากจิตใจของเราให้หมด เหลือแต่เพียงความสงบ จากนั้นจึงกำหนดรู้ในลมหายใจสบาย จินตนาการจินตภาพว่าลมหายใจของเรา เป็นเหมือนกับแพรวไหมพลิ้วผ่านเข้าออกภายในกาย ลมหายใจผ่านจมูก คอ ออก ท้อง และพริ้วผ่านจากท้อง ออก คอ ผ่านไปยังจมูก ลมหายใจพลิ้วไหวเป็นแพรวไหมอยู่เบื้องหน้า แล้วก็มองเห็นเป็นมวลอากาศพริ้วไหว ม้วนตัวย้อนกลับเข้าสู่ภายในร่างกาย คือจมูกของเรา จิตจินตภาพจดจ่อเห็นลมหายใจ ตลอดทั้งสายที่ส่งกลับลงมานั้น ต่อเนื่องราบรื่น ละเอียด ลมหายใจจากจิตที่เรากำหนด เป็นแพรวไหม กลั่นลมหายใจให้กลายเป็นปรารถ เป็นพลังชีวิต ผ่าน เข้าออกในกายของเรา

เมื่อลมหายใจผ่านเข้าไปในร่างกาย ก็ชักนำพลังชีวิต ปรารถนา เข้าสู่ร่างกายของเรา เติมธาตุ เติมพลังชีวิต ลมหายใจออกก็ชักนำโรคภัยไข้เจ็บ ไอพิษ ไอรอค ขับออกพร้อมกับลมหายใจออก ลมหายใจละเอียด ราบรื่น ผ่องใส ทุกลมหายใจชักนำปรารถนา พลังชีวิต มาหล่อเลี้ยงเยียวร่างกาย ธาตุชั้นแรกของเรา ลมหายใจยิ่งละเอียดเบา ลมก็ยิ่งกลั่นละเอียดใส อารมณ์จิตก็ยิ่งเบาละเอียด สบาย ติดตามดู ติดตามรู้ในลมหายใจ ลมหายใจละเอียดก็รู้ว่าละเอียด ลมหายใจเบาที่รู้ว่าเบา ลมหายใจมีความหนัก มีความติดขัดก็รู้ อยู่ กำหนดรู้ในลมของเราเองแต่ละคน กำหนดรู้ในอารมณ์จิตของเรา ลมหายใจยิ่งรายละเอียดราบรื่น ใจของเรา อารมณ์ใจของเรา ยิ่งปลอดโปร่งโล่งเบา สบาย อยู่กับลมหายใจสบาย อยู่กับอารมณ์จิตที่สบาย ถ้าลมหายใจมันมีอาการสงบ ระงับลง ช้าลง เบาลง ก็กำหนดรู้ว่าเป็นลมหายใจที่ละเอียดขึ้น ลมหายใจที่ละเอียดขึ้น คือสภาวะที่จิตเข้าสู่อาณาปานสติ ในฌานที่สูงขึ้นไปตามลำดับ ลมหายใจยิ่งละเอียด จิตยิ่งเบาสบาย ปราศจากความกลัว ลมหายใจมันจะหยุด มันจะดับ ก็ปล่อยมัน เมื่อไหร่ก็ตามที่หยุดลมหายใจมันหยุด กำหนดรู้จดจ่ออยู่กับตัวหยุด ลมหายใจที่หยุด หยุดพร้อมกับจิตหยุดการปรุงแต่ง เข้าสู่อุเบกขารมณ์ เอกัคคตารมณ์ สภาวะที่จิตนิ่งหยุด ปราศจากการปรุงแต่งทั้งหลาย ลมหายใจหยุดสงบ ระงับ จุดนี้คือจุดสำคัญที่จิตเข้าถึงฌาน 4 ในอาณาปานสติ

เมื่อนิ่งหยุด สงบ อุเบกขา เรื่อยความสนใจจากอาณาปานสติ การกำหนดรู้ในลม ย้ายมาอยู่ที่จิต ลมหายใจหยุดนิ่ง ตัวหยุด ตำแหน่งที่หยุด กำหนดภาพนิมิตเป็นดวงกสิณ เป็นดวงแก้วสว่าง เลิกจับอาณาปานสติ จิตย้ายมาจับในกสิณ คือเห็นกสิณจิตใสสว่าง มากำหนดว่าจิตของเราที่ใสสว่างนั้น อารมณ์จิตของเราผ่องใส สัมพันธ์กับภาพนิมิต เข้าสู่กองแห่งกสิณ ไม่ต้องไปสนใจลม ลมจะหายใจอีกก็ปล่อยเขา อยู่กับภาพนิมิต ดวงแก้วสว่าง จิตที่เป็นดวงแก้วสว่าง กำหนดต่อไป แก้วเฉยๆ ใสเฉยๆ ขึ้นอยู่กับอารมณ์ใจของเรา ถ้าแก้วที่เป็นแก้วใส หากมีอาการขุ่น ก็แสดงว่ากำหนดจิต การกำหนดจิต การกำหนดสมาธิของเรา ยังไม่ละเอียด ยังความขุ่น ยังมีความหนัก ยังมีความกังวล ให้ทดลองกำหนดตามที่อาจารย์แนะนำ คือยิ่งจิตเป็นสุข ภาพนิมิตยิ่งใส ลองกำหนดหากใครที่เห็นจิตที่เป็นดวงแก้ว มีอาการของขุ่น ก็กำหนดยึดในจิต ความรู้สึกเป็นสุข จากนั้นกำหนดต่อไปว่าดวงแก้ว ดวงจิตของเราก็พลอยใสขึ้น ยิ่งจิตยึด จิตมีความสุข ดวงแก้วยิ่งใส จากดวงแก้วที่ใส ค่อยๆ กำหนดต่อไปว่ายิ่งมีความสุขเพิ่มขึ้น กสิณจิตดวงแก้วกลายเป็นแก้วที่สว่าง คือมีแสงเจิดจ้าออกมาจากดวงแก้วดวงจิตของเรา ใจก็ยิ่งมีความสุขมากขึ้น

จากดวงแก้วที่เป็นแสงสว่างใส ตอนนี้อยู่ในหลักวิชาการ ในพระบาลีตามหลักของการปริยัติ รวมถึงในตำราของ วิสุทธิมรรค จิตที่สว่างใส จิตที่มีอารมณ์เป็นสุขอย่างยิ่ง ละเอียดอย่างยิ่ง สภาวะนี้คือ การทรงอารมณ์อยู่ใน อุกคณินในกสิณ จากอารมณ์จิตที่เห็นกสิณจิตเป็นแก้วสว่าง เราก็กำหนดอีกต่อไป ให้ดวงแก้วแสงสว่างนั้น กลายเป็นประกายพริ้ว คือแสงที่เป็นแสงสว่าง แสงสว่างจะเป็นแสงขาว กลายเป็นประกายรุ่ง เหลือบรุ่ง เจ็ดสี พร่างพราย แผ่ออกมาจากดวงแก้ว ดวงจิตของเรา เป็นรุ่ง สว่าง พร่างพราย เป็นประกายพริ้ว และตัวดวงจิตก็ปรากฏ กลายเป็นเพชรเจียรนัย ละเอียดยับ ระยิบระยับ แสงสว่างเป็นรุ่ง เหลือบรุ่ง พร่างพราย สว่าง กระจายเต็มห้อง เต็ม อาณาบริเวณสถานที่ ที่เราฝึกสมาธิขณะนี้ทั้งหมด อารมณ์จิต สัมพันธ์ภาพนิมิต ยิ่งสว่างยิ่งเป็นประกายพริ้ว จิต ยิ่งเป็นสุข ยิ่งเอิบอ้อม ยิ่งผ่องใส ทรงอารมณ์ในความผ่องใส ภาพนิมิตที่เป็นประกายพริ้ว ตราตรึง

จากนั้นกำหนดจิต ย้ายดวงกสิณ ดวงแก้ว หากใครที่กำหนดดวงกสิณอยู่นอกกาย ก็กำหนดให้เคลื่อนผ่าน เข้าทางรูจมูก หากท่านใดที่กำหนดอยู่ในกายแล้ว ก็กำหนดอยู่ ทรงอารมณ์ไว้ เมื่อเคลื่อนเข้าไปแล้ว ก็ให้เคลื่อน ผ่านเข้าไป ให้ไปตั้งอยู่ที่บริเวณศูนย์กลางกาย ก็คือใต้สะดือลงมาประมาณ 2 องคุลี หรือ 2 นิ้ว ฐานที่ตั้งของจิต สว่าง การกำหนดจิต กำหนดภาพนิมิต บางครั้งบางคนอาจจะมีความถนัดสองตำแหน่ง ส่วนใหญ่ที่เป็นตำแหน่ง สำคัญๆ ก็คือบริเวณอก บริเวณอกก็จะเป็นฐาน ที่เหมาะกับการเจริญเมตตา แผ่เมตตาจิตอยู่ที่บริเวณอก แผ่เมตตา สว่างออกไป หากตั้งที่ฐานที่ศูนย์กลางกาย ฐานที่ตั้งของจิตก็เป็นฐานที่เหมาะสม กับการทำสมาธิสมาบัติ กำหนดใน ตำแหน่งใดตำแหน่งหนึ่ง ขึ้นอยู่กับความถนัดของแต่ละบุคคล เอาที่จิตของเรารู้สึกคล่องตัว เหมาะสมและสบาย กำหนดทรงอารมณ์จิตให้สว่าง ประกายพริ้ว แสงสว่างที่เป็นรุ่งเหลือบม ทะลุกายออกมาทั้งหมด

จากนั้นกำหนดต่อไป จากกสิณที่เรากำหนดเข้าสู่กาย เมื่อกำหนดเข้าสู่ภายในกาย อันที่จริงในตำราไม่ได้ กล่าวไว้ในจุดนี้ แต่ตัวหลวงพ่อกุญชร ท่านเคยเมตตาสอน เมื่อไหร่ที่กำหนดให้ภาพกสิณก็ดี ไม่ว่าจะเป็นการทรง ภาพพระเข้าไปอยู่ในร่างกาย การกำหนดจิตเห็นลูกแก้วทับซ้อนเข้าไปอยู่ในร่างกาย การกำหนดการทะลุผ่านทับ ซ้อนในลักษณะดังกล่าว ท่านก็ถือว่าเป็นอรุณสมบัติแบบหนึ่ง เนื่องจากการทะลุทับ ทับซ้อนทับกันได้นั้น ต้องเพิก ภายเนื้อเพื่อทะลุเข้าไปข้างในก่อน ดังนั้นก็นับว่าเป็นอรุณด้วยเหตุนี้ เราก็กำหนดจิตต่อไปเห็นลูกแก้ว จิตที่เป็น ประกายพริ้วผ่านในกาย พอเห็นลูกแก้ว กำหนดจิตต่อไปว่าแสงสว่าง ที่เป็นรุ่ง เป็นประกายพริ้วของลูกแก้ว ฉาย ภายในกายของเรา สว่างไปหมด สว่างจนมองเห็นตับไตไส้พุง โครงกระดูก เส้นเอ็น อวัยวะภายในทุกส่วน กำหนด จิตว่าการทรงกสิณของเรา ทับซ้อนเชื่อมโยงควบกอง มาเป็นกายคตา การกำหนดรู้ในอาการ 32 ในร่างกาย กำหนด ว่าแสงสว่างของดวงแก้ว ที่เป็นประกายพริ้วฉายรัศมีแสงสว่าง มองเห็นอวัยวะภายในชัดเจนทั้งหมด เมื่อไหร่ที่เรา กำหนดควบกับความรู้สึกตัวทั่วพร้อม เราก็จะย้ายดวงแก้ว ดวงแก้วของกสิณจิต พร้อมกับภาพรู้ตัวรู้เคลื่อนไปใน อวัยวะต่างๆ ส่วนต่างๆ ภายในกายได้ทั้งหมด

ตอนนี้ให้เรากำหนดอยู่ที่ศูนย์กลางกาย ก็คือบริเวณใต้สะดือ 2 นิ้ว ในท้อง กำหนดเห็นอวัยวะภายใน กายทั้งหมด ทรงอารมณ์เห็นภายในกาย เห็นอวัยวะภายใน เห็นกระดูก เห็นเส้นเอ็น เห็นเส้นเลือด หลอดเลือด เห็นหัวใจ เห็นตับไตไส้พุง ปอด เห็นสมอง เห็นมันสมอง ทุกส่วนในร่างกายของเรา เห็นรู้ด้วยญาณเครื่องรู้ของจิต ปรากฏขึ้น จากกสิณ อันนี้คือกายภายใน กายภายในเมื่อเห็นแล้ว การประยุกต์ใช้ ฌาน 4 ใช้งาน เราใช้งานฌานสมาบัติ ใช้งาน กสิณ ใช้งานกสิณ ก็คือ ใช้งานเครื่องรู้มาตรวจดูภายในกายของเรา ส่วนใดที่เจ็บไข้ได้ป่วย ไม่สบาย ก็ใช้งานเครื่องรู้ ไปตรวจ ไปดูในกาย เอาเฉพาะรู้ในกายของเราก่อน รู้ในกาย รู้เพื่อรักษาโรค รู้ในวิปัสสนาญาณ คือรู้ว่าขั้น 5 ร่างกายนี้ เป็นสิ่งปฏิญญา เป็นอสุภะ มีมุตครูด มีความสกปรกอยู่ในกาย เป็นรังของโรค หากพิจารณาในเรื่องของ ปฏิญญาปฏิญญาก็ดี พิจารณาในเรื่องความเป็นรังของโรคก็ดี ก็เป็นตัววิปัสสนา

หากใช้งานเป็นเครื่องรักษาโรค เราก็ไปพิจารณาดูว่า จิตอันเป็นประกายพริก พร้อมกับญาณเครื่องรู้ กำหนดรู้เห็นในกายของเรา ส่วนไหนป่วยก็กำหนดรู้ กำหนดรู้แล้วก็ยังใช้งานจิตอันเป็นทิพย์ จิตอันเป็นปฏิภาคนิมิตได้ ส่วนใดที่กำหนดรู้ เห็นอวัยวะส่วนใดส่วนหนึ่งในร่างกาย มันมีสีดำ มันมีความเศร้าหมอง เห็นเนื้องอก เห็นสิ่งที่แปลกปลอม เราก็กำหนดจิตขอขบารมีพระ ตั้งจิตรำลึกนึกถึงคุณพระพุทธเจ้า นึกถึงคุณครูบาอาจารย์ นึกถึงคุณหลวงปู่หม่อชีวกโกมารภัจจ์ มาเมตตาสงเคราะห์ ในการบำบัดรักษาเยียวยา อวัยวะส่วนไหนที่เจ็บไข้ได้ป่วย ไม่สบาย ก็กำหนดให้ดวงแก้วเคลื่อนตัวขึ้นไปในส่วนนั้น เช่นที่สมองศีรษะของเรา รู้ยู่ว่ามีเนื้องอกอยู่ตรงกลาง ระหว่างกลีบสมองทั้งสองข้าง ก็กำหนดให้ดวงแก้วนั้นขึ้นไปอยู่ ณ บริเวณนั้น กำหนดอธิษฐานจิต ปรากฏความเป็นรูปร่างประกายพริก ความเป็นเพชรประกายพริกกระยระยับ แผ่นรัศมี สลาย ฉายแสง เป็นรังสีเย็น เป็นเหมือนกับแร่ใส สลายก้อนเนื้อต่างๆ ให้มันสลายตัวไป ยุบตัวไป

กำหนดจิต เห็นความเป็นประกายพริกสว่าง หากที่หัวใจของเรานั้นมีโรค มีอาการ ก็กำหนดจิตให้ดวงแก้วที่เป็นประกายพริก เคลื่อนตัวมาที่หัวใจ กำหนดให้ดวงแก้วประกายพริก สว่างเป็นประกายพริก ทะลุทะลวงหลอดเลือด หลอดเลือดใดอุดตัน ก็ทะลุทะลวงให้มีการลื่นไหล เคลื่อนตัวของกระแสโลหิต รัศมีความผ่องใส ความเป็นประกายพริก ทรงเพิ่มพลังชีวิตให้กับเซลล์กล้ามเนื้อหัวใจทุกดวง กำหนดจิต กำหนดรู้ไว้เช่นนี้ จดจ่ออยู่ในตำแหน่งที่เราต้องการสัมผัสเยียวยา แผ่นฉัพพรรณรังสีที่เราตั้งจิตอธิษฐาน ขอบารมีพระพุทธองค์ ขอบารมีครูบาอาจารย์ ขอบารมีปู่ชีวกโกมารภัจจ์ ทรงอารมณไว้เช่นนี้ กำหนดสลายล้างโรคร้ายไข้เจ็บ สลายล้างไอพิษ ไอโรค ส่งพลัง กระแสพลังจิต พลังชีวิต พลังปราณ เยียวยาไปยังอวัยวะต่างๆ

สำหรับคนที่ร่างกายแข็งแรงเป็นปกติ ก็กำหนด ขอแสงสว่าง ดวงจิตที่เป็นเพชรประกายพริกนั้น แผ่สว่าง จนกระทั่งเห็นอวัยวะภายใน กระดูก เส้นเอ็น หลอดเลือด เส้นประสาท ตับไตไส้พุง อวัยวะภายใน รวมไปถึงสมองปอด ตับ กระเพาะอาหาร ลำไส้เล็ก ลำไส้ใหญ่ ทุกส่วนทั่วร่างกาย สว่างใส ตามดวงจิตที่เป็นประกายพริกตามไปด้วย จนกระทั่งเห็นอวัยวะทุกส่วน สว่างเป็นแก้ว เป็นเพชร มีรัศมีแสงสว่าง มีแสงสีรุ้งแพรวพราว สว่างออกมาจากกายเนื้อทั้งหมด ตอนนี้นำทุกคนกำหนดเห็น กายเนื้อของเรา ใส เห็นอวัยวะภายในทั้งหมด และเป็นแก้วสว่าง มีประกายรุ้งแผ่สว่าง แสงสว่างที่แผ่จากกาย เจิดจรัส ครอบคลุมห้องทั้งหมดที่เราทำสมาธิอยู่ กำหนดทรงอารมณอยู่ เห็นกายของเราเป็นสีรุ้ง รัศมี ฉัพพรรณรังสีแผ่สว่าง ทรงอารมณจิตนี้ไว้ ทรงฌาน ทรงอารมณรู้กาย ในขณะที่เราทรงอารมณ เห็นอวัยวะทุกส่วนภายในกาย เป็นเพชรประกายพริกสว่าง เราก็กำลังทรงอารมณจิตในอาการ 32 ควบบกับกองแห่งกลิ่น เห็นอาการ 32 อยู่ในสภาวะที่เป็นปฏิภาคนิมิต แผ่แสงสว่างรัศมีออก กำหนดจิต นับแต่นี้ขอให้กำลังบุญฤทธิ์ กำลังแห่งสมาธิ วิปัสสนาญาณ กำลังแห่งฌานสมาบัติ ปรากฏผลอัศจรรย์ เป็นบุญญาครี รัศมีแผ่สว่าง ให้กายของข้าพเจ้ามีบุญญาครี ปรากฏกระแสแห่งเมตตา กระแสจิตจงปรากฏ ใจของเราตอนนี้เอิบอ้อมชุ่มชื้น สว่าง แสงสว่างที่เห็นกายเป็นรูปร่างประกายพริก สว่างชัดเจน ทรงอารมณไว้ ใจเอิบอ้อมผ่องใส ใจแย้มยิ้ม

จากนั้น กำหนดจิตต่อไป อธิษฐานจิตว่ากายนี้ ชั้น 5 กายหยาบไม่ใช่ตัวเรา ไม่ใช่ของเรา จิตอาทิสมาณกาย อันที่จริงแล้วมาจตุ มาอาศัย มาอยู่ในร่างกายชั้น 5 แต่ชั้น 5 กายหยาบนั้นไม่ใช่ตัวเรา ของเรากำหนดจิตเป็นวิปัสสนาญาณ จากนั้นกำหนดจิตต่อไปว่าเราเพิกความเกาะ ความยึด ความสนใจในร่างกายชั้น 5 กำหนดจิตอธิษฐานระเบิดกาย ในจิตเห็นกายเนื้อระเบิดออก ระเบิดสว่างไปทั่วอันตจักรวาล จากกายเนื้อ กายหยาบ กลายเป็นอนุภาคละเอียด สลายกายหยาบ ระเบิดกายหยาบ กระจายไปทั่วจักรวาล หมิ่นแสนโกฏิลอกชาติ ระเบิดกายหยาบ ตั้งจิตอธิษฐาน การมีกายเนื้อนี้จะเป็ครั้งสุดท้ายของเรา นับแต่นี้เราจะไม่กลับมาเกิด เราตั้งจิตเพื่อพระนิพพานเป็นที่สุด อธิษฐานจิต ระเบิดกายหยาบ ใจเรากลับยิ่งปลอดโปร่ง หลังจากทั้งกายทั้งหมด ระเบิดกายหยาบทั้งหมด กำหนดรู้ในใจของแต่ละคนนะ คนไหนตัดได้ วางได้ ไม่มีความอาลัย ไม่มีความกลัว ไม่มีความเสียดาย กับ

บางคนยังมีอาการตึง ๆ ของจิต มีอาการกลัวบ้าง ห่วงบ้าง ยิ่งระเบิดกายยิ่งเบา กำหนดจิตว่าเมื่อถึงกายแล้ว เหลือเพียงอาทิสมาณกาย ระเบิดกายหายาบ กายพระวิสุทธิเทพสว่างชัดเจน จิตถึงความหวัง ความอาลัยในกายทั้งหมด

จากนั้นกำหนดจิตต่อไป ว่าเรามีพระรัตนตรัย มีคุณพระพุทธเจ้า คุณพระธรรม คุณอริยสงฆ์ เป็นที่พึ่ง ที่อาศัยตลอดชีวิต เป็นสรณะสูงสุดตราบเท่าเข้าถึงซึ่งพระนิพพาน กำหนดจิตอธิษฐาน ฟุ้งอาทิสมาณกาย ขอบารมีพระพุทธองค์ ขึ้นไปปรากฏอยู่บนพระนิพพาน อยู่เบื้องหน้าสมเด็จพระปฐม พระพุทธเจ้าทุก ๆ พระองค์ พระปัจเจกพระพุทธเจ้า และพระอรหันต์ทุกพระองค์ บนพระนิพพานกำหนดความเป็นกายพระวิสุทธิเทพ สว่างชัดเจน กราบทุกท่าน ทุกพระองค์ ด้วยจิตที่มีความเคารพ จิตที่มีความนอบน้อม อ่อนโยน เมื่อกราบแล้ว กำหนดจิต ขอพระพุทธองค์สมเด็จพระปฐม ทรงเป็นประธานท่ามกลางมหาสมาคมบนพระนิพพานนั้น ขอเมตตาทุกท่าน แผ่นฉัพพรรณรังสี กระแสธรรม กระแสแห่งมรรคผล ส่งตรงลงมายัง กายพระวิสุทธิเทพของข้าพเจ้าแต่ละคน ที่กราบเข้าเฝ้าอยู่บนพระนิพพานด้วยเทอญ

จากนั้นกำหนดน้อมนะ อธิษฐานขอพระพุทธองค์ พระปัจเจกพระพุทธเจ้า พระอรหันต์ เมตตาอยู่ในปางประทานพร แผ่นฉัพพรรณรังสี กำลังบุญกุญฤทธิ์ กระแสธรรม กระแสมรรคผล กระแสพระนิพพาน ฉายฉัพพรรณรังสีเป็นรัศมีสีรุ้ง ฟุ้งตรง รวมตัวเข้ามา ไฟกัสมรวมอยู่ที่เรา คือกายพระวิสุทธิเทพของเราแต่ละคน กายพระวิสุทธิเทพของเรายิ่งสว่างขึ้น ใสขึ้น กำหนดพิจารณาว่า เมื่อกระแสแสงสว่างของเรา รับกระแสฉัพพรรณรังสีของพระพุทธองค์แล้ว ใจเราพิจารณาชำระล้าง ความโลภ ความโกรธ ความหลง ออกไปจากจิต เครื่องพันนาการของจิต คือนิวรณ์ 5 ประการและสังโยชน์ทั้ง 10 สลายออกไปจากจิต จากอาทิสมาณกายของเรา แสงสว่าง รัศมีกายพระวิสุทธิเทพของเรายิ่งสว่างขึ้น ใสขึ้น ชัดเจนขึ้น รัศมีแสงสว่างที่เป็นประกายรุ้ง ความเป็นเพชรระยิบระยับ ยิ่งแผ่สว่างแพรวพราวมากขึ้น อธิษฐานจิตขอบารมีพระพุทธองค์ ให้เคลื่อนอาทิสมาณกายของเราแต่ละคน เข้าไปอยู่ที่วิมานของเรา กระแสฉัพพรรณรังสีของพระพุทธเจ้า กระแสของพระนิพพานยังแผ่รวมมายัง อาทิสมาณกายเราและวิมานของเราบนพระนิพพานแต่ละคน ยิ่งสว่าง เห็นกายพระวิสุทธิเทพของเราหนึ่งอยู่บนแท่น ห้อยขา ฝ่ามือวางบนตัก อยู่ในวิมานที่สว่าง เป็นแก้วระยิบระยับ แสงสว่างรัศมีรุ้งโรจน์อย่างยิ่ง

กำหนดจิตทรงอารมณ์พระนิพพาน ใจปราศจากความอาลัยอาวรณ์ในภพภูมิต่างๆ ปราศจากความอาลัยในความมีร่างกายเนื้อ ชัน 5 ปราศจากความอาลัยในการเกิด ปราศจากความอาลัยในบุคคลทั้งหลาย กำหนดจิตทรงอารมณ์ เห็นกระแสความสว่าง รัศมีกายชัดเจนเต็มกำลังอย่างยิ่ง จิตเฝ้าอิมเป็นสุขอย่างยิ่ง ทรงอารมณ์บริกรรมในอารมณ์อุปมานุสติ

นิพพานัง ปรมัง สุขัง พระนิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง

ใจเรายังผ่องใสสูงสุด ความผ่องใสของจิตสูงสุด คือผ่องใสด้วยเหตุแห่งอารมณ์พระนิพพาน ว่าง วาง เบาจากสรรพกิเลสทั้งปวง ว่าง วาง เบาจากสังโยชน์ เครื่องร้อยรัดทั้งหลาย ใจปลอดโปร่ง ปราศจากภาระ ปราศจากความอาลัย ปราศจากความห่วงใย จิตเป็นอิสระ สว่าง เป็นสุข ผ่องใสอย่างยิ่ง ใจเบิกบานอย่างยิ่ง ทรงอารมณ์ไว้เห็นแสงสว่างเป็นเส้นรุ้ง 7 สี เป็นเส้นแสง เส้นรุ้ง แผ่รอบกาย แผ่รอบวิมานของเราแต่ละคน สว่าง จิตเฝ้าอิมเป็นสุข

ทรงอารมณ์พระนิพพานไว้ กำหนดจิต เมื่อจิตเรายิ่งทรงอารมณ์ในอารมณ์พระนิพพาน ทรงความเป็นกายพระวิสุทธิเทพอยู่บนพระนิพพานมากเท่าไร จิตยิ่งชินกับพระนิพพาน มีชั่วโม่ง มีนาที่ ที่อยู่บนพระนิพพานมากเท่าไร จิตยิ่งชิน เป็นฉาน ถึงเวลาตายเรายิ่งเข้าถึงพระนิพพานได้โดยง่าย ทำเหตุให้คู่ควรกับผล ปราศจากพระนิพพานในชาติปัจจุบัน จิตเราก็ตองแนบ จิตเราก็ตองมีฉันทะ จิตเราก็ตองมีความรักอยู่กับพระนิพพาน ว่างจาก

กิจการงานเมื่อไหร่ มีสติรำลึกรู้ได้เมื่อไหร่ ยกจิตขึ้นมาบนพระนิพพาน ซ้อมทวนให้สภาวะอารมณ์กรรมฐานเต็มกำลังเสมอ จะอยู่ในสถานที่ใด อริยาบทใด กายเนื้อเย็น เดิน นั่ง นอน ทำงานอยู่ก็ตาม อาทิสมาณกายเรยกขึ้นไว้บนพระนิพพาน ทรงอารมณ์ผ่องใสเต็มกำลังได้เสมอ ปฏิบัติที่จิต ไม่ใช่ปฏิบัติที่กาย ปฏิบัติโดยทรงอารมณ์ คนอื่นเขาอาจจะไม่รู้ไม่เห็น แต่เราทรงอารมณ์ยกขึ้นมา เครื่องแต่งกายจะเป็นนักบวช จะเป็นแม่ชี จะเป็นผ้าขาว หรือจะเป็นผ้าสี ผ้าลายขรवास แต่ความสำคัญอยู่ที่อารมณ์จิต จิตเราแนบอยู่กับพระนิพพาน จิตเราแนบอยู่กับพุทธเจ้า สำคัญที่อารมณ์ใจ ทรงอารมณ์ผ่องใส สว่างจิตอันฝึกมาดีแล้ว ย่อมนำสุข นำประโยชน์มาให้ ทรงอารมณ์ความผ่องใส ทรงอารมณ์พระนิพพาน

ในระหว่างที่เราทรงความเป็นกายพระวิสุทธิเทพในวิมาน กำหนดพิจารณาว่าเมื่อไหร่ที่เราตายจากชั้น 5 เราก็จะเข้าถึงซึ่งพระนิพพานในสภาวะเช่นนี้ กิจทั้งหลาย งานทั้งหลายจบกิจ สิ้นภพจบชาติ ไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป เพราะจิตเรา ไม่มีความรัก ไม่มีความยึดติด ไม่มีความปรารถนา ไม่มีความพึงพอใจในความสุขจากภพอื่นภูมิอื่น จิตตัดสังโยชน์ขาดสะบั้น ใจของเราพึงพอใจในพระนิพพานจุดเดียว กำหนดความรู้สึกรู้ตัวทั่วพร้อมในกายพระวิสุทธิเทพ รู้สึกสัมผัสได้ถึงสภาวะของกายทิพย์เราขณะนี้ ทั้งในส่วนที่เป็นรูปลักษณะเครื่องประดับ เครื่องทรงต่างๆ รู้สึกสัมผัสได้ว่าเราสวมชฎาอยู่ มีเครื่องทรงของกายพระวิสุทธิเทพ มีอุบะ มีทับทรวง มีบันนแห่ง เข็มขัด มีแหวนเต็มทั้ง 10 นิ้ว ใส่ฉลองพระบาทปลายงอน เป็นแก้ว เกือกแก้ว มีเพชรประดับชัดเจน เครื่องทรงต่างๆ สว่างแพรวพราว ความรู้สึกว่ามีแสงเหลือบรุ้ง ฉัพพรรณรังสีแผ่ออกมาจากกายพระวิสุทธิเทพของเรา สว่าง

หากกำหนดขั้นนี้ ก็มีแสงพุ่ง เป็นแสงรุ้งประกายพริ้ว พุ่งออกมาจากปลายนิ้ว หากยกฝ่ามือขึ้น ในทำให้พร ก็มีแสง มีประกายแสงสีรุ้ง แผ่สว่างออกมาจากฝ่ามือ กำหนดจิตทรงความรู้สึกรู้ตัวทั่วพร้อม ในขณะที่กำหนดรู้ในกายพระวิสุทธิเทพ เราก็พิจารณาว่าเราไม่ใช่ร่างกายเนื้อ ร่างกายเนื้อไม่ใช่ของเรา ตัดขั้น 5 กายหยาบเข้าต่อไป จนกระทั่งจิตของเรายอมรับ ว่าเราก็คือกายพระวิสุทธิเทพ จุดเดียวจุดสุดท้ายของเราคือพระนิพพานเท่านั้น ความหลง ความเกะ ความยึด ในกายเนื้อในขั้น 5 ค่อยๆ จิต ค่อยๆ จางลงทีละน้อย ยิงอยู่บนพระนิพพานมากเท่าไหร่ ก็เท่าไหร่ นานเท่าไหร่ ความจิตจางในความเป็นกายเนื้อก็ลดลง จิตลง ความแนบ ความรัก ความจดจ่อ ความมั่นคงในพระนิพพาน ก็ปรากฏขึ้นในจิตเต็มกำลัง ใจของเรา ปัญญาที่ตัดโมหะ ตัวยึด ตัวเพิลิตเพิลินในความเป็นมนุษย์ ก็จิตจางหายไป บรรเทาไปจนหมด กำหนดจิตเห็นกายพระวิสุทธิเทพ สว่าง จิตเอิบอิม จิตยอมรับตามความเป็นจริง ตามธรรมะที่พระพุทธเจ้า ทรงเมตตาตรัสสอน ตามที่ครูบาอาจารย์ ท่านสืบต่อมา จนกระทั่งถึงเราทุกคน จนเราได้สัมผัสรสแห่งพระนิพพาน สัมผัสรสอันปราณีต แห่งการเจริญพระกรรมฐาน ทรงอารมณ์ความผ่องใส สว่างชัดเจน

จากนั้น น้อมจิตอธิษฐาน น้อมกระแสพระนิพพาน กำลังพุทธบารมี ธรรมะบารมี สังฆะบารมี กำลังสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย กระแสจากพระนิพพาน พร้อมกับกระแสเมตตาความรัก ความปรารถนาดีต่อหมวดหมู่ เวรไยสัตว์ เป็นการแผ่เมตตา อุทิศส่วนกุศล เจริญเมตตาอันไม่มีประมาณ เมตตาอุปमानฉาน แผ่ลงมาจากพระนิพพาน ลงไปอย่างอรุณภูมิ อรุณภาพทั้ง 4 แผ่เมตตาต่อไปยังพรหมโลกทั้ง 16 ชั้น แผ่กระแสจากพระนิพพาน กระแสเมตตาตกลงไปยังสวรรค์ทั้ง 6 ชั้น แผ่กระแสจากพระนิพพานลงไปยังภพของรูกขเทวดา ภูมิเทวดาทั้งหลายทั่วจักรวาล แผ่กระแสแห่งบุญกุศล เมตตา กระแสธรรม กระแสมรรคผล ให้กับบรรดามนุษย์และสัตว์ทั้งหลาย ที่มีกายเนื้อขั้น 5 ไม่ว่าจะอยู่บนโลกมนุษย์ หรือดาวดวงอื่นก็ตาม แผ่เมตตาสว่าง แผ่ออกไปทั่วอันนตจักรวาล ทุกภพ ทุกภูมิ ทุกมิติทับซ้อน แผ่เมตตาต่อไปยังภพภูมิของโอปปาติกะสัมภเวสี ทุกมิติ ทุกดวงดาวทั่วอันนตจักรวาล ทั่วทุกมิติ เมืองบังบด เมืองลับแล ภพภูมิที่ซ้อนต่างๆ แผ่สว่างทั่วถึง แผ่เมตตาต่อไปยังภพของเปรต

อสุรกายทั้งปวง แผ่เมตตาต่อไปยังนรกภูมิทุกขุม ขอสัตว์นรกทั้งหลาย จงพร้อมรอรับ เมื่อถึงวาระที่พ้นจากโทษ ทุกข์ภัย มีบุญ มีกุศล มีแสงสว่าง มีความสุข มีทิพยสมบัติ มารอ

จากนั้นกำหนดจิตต่อไป อธิษฐาน น้อมกระแสดจากพระนิพพาน กระแสธรรม กำลังแห่งพุทธานุภาพ ธรรมานุภาพ สังฆานุภาพ กระแสความศักดิ์สิทธิ์ กระแสความเมตตาแห่งพระโพธิสัตว์ พระมหาโพธิสัตว์ แผ่เมตตาตกลงมายังโลกมนุษย์ ลงมาสู่ วัดวาอารามสถานปฏิบัติธรรม บ้านเรือนทั้งหลาย กำลังแห่งพุทธานุภาพ จงมาสถิตรักษายังพระพุทธรูป ขอจงบังเกิดความศักดิ์สิทธิ์อัครรรย มีเทวดา พรหม คอยพิทักษ์รักษาพระพุทธรูป พระบรมสารีริกธาตุ พระธาตุเจดีย์ พระบรมธาตุเจดีย์ พระเครื่อง วัดถุมงคลทั้งหลาย จงมีกระแสแสงจาก พระนิพพาน กำลังแห่งพุทธานุภาพ จงปรากฏอัญเชิญลงมาเติมกำลัง ผ้าประเจียด ผ้ายันต์ ตรีศุกรูด สิ่งศักดิ์สิทธิ์ วัดถุมงคลทั้งปวง ขอจงเกิดบารมีแห่งพุทธคุณบริสุทธิ มาสถิตยรักษา ไม่ว่าจะเป็นอย่างเราที่ครอบครองบูชา หรือของบุคคลอื่นก็ดี

กระแสแห่งพุทธานุภาพของสลาย ดับล้างอวิชา คุณไสย สิ่งใดที่เป็นอกุศล สิ่งใดที่เป็นกระแสแห่งมิฉนาคิจิ ของงสลายดับล้างลงไป ด้วยกำลังแห่งพุทธคุณ นับแต่นี้ขอให้เขตพุทธอาณาจักร จงมีแต่ความบริสุทธิ์แห่งกำลัง ของพุทธคุณ กำลังแห่งสัมมาทิฐิ กำลังแห่งความเป็นอุดมมงคล กำลังแห่งกุศล กำลังแห่งแสงสว่างแห่งบุญ ของงปรากฏ เพื่อน้อมนำให้โลก ให้พุทธณาจักรเคลื่อนเข้าสู่ยุคแห่งชาววิไลด้วยเทอญ

น้อมกระแสดแสงสว่างมาคมโลกทั้งหมด กระแสดจากพระนิพพานส่องตรงลงมาอย่างโลกมนุษย์ สว่าง จนโลก ไสสว่าง มีประกายรุ่งประกายพริ้ว สว่าง จิตเรามีความยินดี กำลังแห่งกุศลที่เราเจริญพระกรรมฐาน เป็นไปเพื่อ ประโยชน์ คือมรรคผลพระนิพพานของเราเองแต่ละคน และเป็นไปในปฏิปทาสาธารณประโยชน์ มุ่งหน้าปรารถนา ให้พุทธบริษัท 4 เข้าถึงบุญกุศล เข้าถึงความดี เข้าถึงมรรคผลพระนิพพาน ให้โลกขับเคลื่อนเข้าสู่ยุคชาววิไล ใจเรายัง เอื้ออ้อมยินดี ในการเจริญทั้งพระกรรมฐานและการอุทิศส่วนกุศลอธิษฐานจิต

จากนั้นกำหนดจิตต่อไปนะ ตั้งใจว่าการเจริญพระกรรมฐาน การสอนของอาจารย์ที่บำเพ็ญ ก็เพื่อน้อมถวาย เป็นพุทธบูชา ธรรมบูชา สังฆบูชา บูชาคุณครูอุปัชฌายาจารย์ ท่านผู้มีพระคุณ ท่านผู้ประสิทธิ์ประสาทสรรพวิชา ทั้งหลาย ในทุกภพชาติ ที่สะสมเพาะบ่มบุญบารมีมา จนเกิดเป็นพระกรรมฐานที่มีความคล่องตัว มีความชัดเจน มีความกระฉ่างแจ่ม น้อมถวายเป็นบุญกุศลอุทิศให้กับพ่อแม่ทั้งในชาติปัจจุบัน และพ่อแม่ในอดีตชาติ กรรมฐานที่ เจริญน้อม บูชาคุณท่านผู้มีพระคุณทั้งหลาย ท่านที่เกื้อกูลสงเคราะห์ตัวเราทั้งหลาย ช่วยเหลือมาทั้งทางโลกก็ดี ทาง ธรรมก็ดี ขอน้อมบูชาคุณท่าน ท่านเคยให้ข้าวสากทัพพีหนึ่ง ช้อนหนึ่ง แกงช้อนหนึ่งก็ตาม น้ำสั๊กแก้วหนึ่งก็ตาม น้ำใจ ไมตรีที่มีให้ก็ตาม หรือกำลังบุญใหญ่ที่ท่านช่วยเหลือสงเคราะห์เติมกำลัง เติมที่ก็ตาม ช่วยเราในทุกสิ่งทุกอย่างก็ตาม คุณแห่งท่านผู้มีพระคุณทั้งหลาย ขอน้อมด้วยกำลังบุญ กำลังการเจริญพระกรรมฐาน เป็นแสงสว่างถึงท่านเติม กำลังใจด้วยเทอญ ทุกท่าน ทุกพระองค์ ไม่ว่าจะท่านจะอยู่ในภพใดภูมิใด หรือนิพพานไปแล้ว หรือท่านอยู่ในภพอื่นภูมิ อื่น หรือตอนนี้ท่านเป็นเทวดาพรหมก็ตาม เป็นพญานาคก็ตาม อยู่ในเพศ ในภพใดก็ตาม ขอแผ่อุทิศส่วนกุศล ของน้อมกุศลถึงท่านที่เคยช่วยเหลือสงเคราะห์เกื้อกูลมา ผู้ที่เคยสนับสนุนมา ขอกุศลจงถึงทุกรูป ทุกนาม เติมกำลัง ด้วยเทอญ

จากนั้นอธิษฐานนะ ขอให้ความดีที่เราบำเพ็ญ พระกรรมฐานที่เราเจริญดีแล้ว กำลังกรรมฐานที่เราปฏิบัติจน อารมณ์จิตเข้าสู่อารมณ์สูงสุด คือพระนิพพาน เราขอน้อมให้ผลแห่งความดีนี้ จงสะท้อนย้อนกลับตรากลับที่เรายังมี ชั้น 5 ยังอยู่บนโลกมนุษย์ ขอให้นับแต่นี้วิบากทั้งหลาย อุปสรรคทั้งหลาย จงสลายตัวลง บุญจงส่งผลเติมกำลัง

บุญจงส่งผลทันใจ บุญบารมีทั้งหลายจงรวมตัวในชาติสุดท้ายของข้าพเจ้านี้ บุญบารมีทั้งหลายจงสำเร็จประโยชน์ เป็นมนุษย์สมบัติ เกิดความอัศจรรย์แห่งการปฏิบัติ จิตจงปรากฏความเป็นแก้วสารพัดนึก ของทิพย์ ของวิเศษที่ได้ประทานที่ได้รับมา จากเทพพรหมเทวา สิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย ขอจงเกิดความเป็นทิพย์ อภิญญาอัศจรรย์นึก คิดอธิษฐานสิ่งใดจงสำเร็จ สัมฤทธิ์ สมความปรารถนา

กำหนดจิตนะ ลองนึกพิจารณาทบทวน เราเคยฝึกมโนมยิทธิมา เคยไปกราบท่านปู่ท่านย่า เคยไปกราบ ท่านท้าวสหมันต์พรหม เคยไปกราบท้าวมหาธาตทั้ง 4 เคยไปกราบพญานาค กำหนดจิตคิดพิจารณา ว่าเราเคยได้ ลูกแก้วมาที่ลูก เคยได้พระขรรค์ เคยได้จักรแก้ว เคยได้ของเป็นทิพย์ อธิษฐานจิตว่า ขอให้ของที่เราเคยได้รับ เครื่องทิพย์ ของทิพย์ ที่เราเคยได้รับ ขอจงมารวมตัวกัน ลูกแก้วเคยได้รับมาที่ลูก กำหนดจิตรวมเป็นลูกเดี่ยว กำลังทุกครั้งที่เราเคยได้รับ รวมตัวทบทวนท้าวคุณ ลูกแก้วเคยรับมาสิบลูก ร้อยลูก กำหนดรวมเป็นลูกเดี่ยว กลั่น ให้แน่นเปี่ยมพลัง ลูกแก้วที่เคยได้กลายเป็นประกายพริก สว่าง อยู่ในฝ่ามือของกายทิพย์ พระขรรค์กลายเป็นเพชร ระยิบระยับ มีกำลังแห่งอิทธิฤทธิ์ บุญฤทธิ์เต็มกำลัง ของวิเศษทั้งหลายจงปรากฏสว่าง นับแต่นี้ขอให้ข้าพเจ้า สามารถใช้กายสิทธิ์ ใช้ของอิทธิฤทธิ์ เกิดเป็นอภิญญาสมบัติได้อย่างอัศจรรย์ ใช้เพื่อสงเคราะห์เกื้อกูลชีวิตในทาง โลก ใช้เพื่อสงเคราะห์เกื้อกูลเพื่อนมนุษย์และสรรพสัตว์ด้วยเทอญ จิตผ่องใส สว่าง กายทิพย์ กายพระวิสุทธิเทพ ปรากฏแผ่แสงสว่าง เป็นรุ้ง เป็นประกายพริก อารมณ์จิตเอิบอิมผ่องใส

จากนั้นน้อมจิตอธิษฐาน กราบลาพระพุทธรูปเจ้าทุกพระองค์ พระปัจเจกพระพุทธเจ้าทุกๆ พระองค์ พระอรหันต์ พระอริยเจ้า เทพพรหมเทวาทุกพระองค์ แยกอาทิสมาณกาย เป็นจำนวนมากมายมหาศาลนับไม่ถ้วน กระจาย แยกกราบทั่วทุกภพภูมิ ความรู้สึกนึกคิดว่าอาทิสมาณกาย เขาแยกไปของเขาเอง พระอินทร์ก็ไปกราบ ท่านปู่ท่านย่า ท่านท้าวสหมันต์พรหมาก็ไปกราบ ทุกท่านบนพระนิพพานกราบหมด ท้าวมหาธาตทั้ง 4 ก็กราบ ลุงพุดิ พระยายมราช นายนิรยบาลก็กราบ สิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่คุ้มครอง ตามวัดวาอารามสถานที่ทั้งหลาย เราก็แยกจิตกราบ มากมายมหาศาล จากนั้นกำหนดจิตให้กายทิพย์ทั้งหมด ฟรีบ กลับมารวมตัวกันบนพระนิพพานเหมือนเดิม ในขณะที่กราบ เราน้อมรับกระแสบารมี เมื่อรวมอาทิสมาณกายฟรีบ ก็รวมกลับมาเป็นหนึ่ง ก็น้อมให้บุญ กลั่นให้กาย ที่มารวมเป็นหนึ่งนั้น เปี่ยมแสงสว่าง เปี่ยมความผ่องใส กายทิพย์ กายพระวิสุทธิเทพยิ่งเปี่ยมกำลังเพิ่มขึ้น ชัดเจน เพิ่มขึ้น เมื่อกราบลาทุกท่านแล้ว น้อมจิตน้อมรับกระแสมาแล้ว เราก็กำหนดจิต ฟุ้งอาทิสมาณกาย กลับมาที่กายเนื้อ พร้อมกับน้อมนำกระแสจากพระนิพพาน เป็นลำแสงสว่างฟุ้งลงมดด้วย เป็นลำแสงสว่าง คุมกายทั้งหมด คุมบ้าน ทั้งหมด คุมสถานที่ที่เราฝึกจิตเจริญพระกรรมฐานนี้ ให้สว่างผ่องใสเป็นเพชรระยิบระยับ กำหนดใจเรา มีความ ยินดีในการปฏิบัติ รักในการปฏิบัติ รักในการเจริญพระกรรมฐาน น้อมกระแสจากพระนิพพานมาฟอกธาตุชั้น 5 ร่างกายซ้ำอีกครั้งหนึ่ง เห็นกายเป็นแก้วใสสว่าง กายเนื้อ

จากนั้นกำหนดจิตอธิษฐาน เป็นการอธิษฐานจิตหลังการเจริญพระกรรมฐานเต็มกำลัง ความศักดิ์สิทธิ์ อัศจรรย์ย่อมสำเร็จสัมฤทธิ์ จากนั้นกำหนดจิตนะ โมทนาสาธุกับเพื่อนกัลยาณมิตรที่ปฏิบัติธรรมด้วยกันทุกคน รวมถึงพุทธบริษัททั้งหลายที่ปฏิบัติธรรม จะในสาย นอกสาย เราล้วนโยนยินดีกับทุกท่าน โมทนากับเพื่อนที่มา ฟังไฟล์เสียง มาปฏิบัติ น้อมจิตตามในภายหลัง บุญที่เกิดกับท่านออเราขออนุโมทนาในดี้อและบุญที่เราได้สำเร็จ ประโยชน์ก่อให้เกิดความสุข ความอิมใจ เกิดอารมณ์พระกรรมฐาน อารมณ์พระนิพพาน เราขอ น้อมกระแสแผ่อุทิศโดยเฉพาะเจาะจงให้กับกัลยาณมิตรทั้งปวง ให้ท่านพอได้รับประโยชน์ความสุข เกิดความรัก ความสามัคคีในหมู่ ในคณะ รวมตัวกันเป็นปีกแผ่นเหนียวแน่นตั้งาม ยังประโยชน์ทั้งต่อหมู่คณะและส่วนรวม และพระพุทธศาสนา ใจเรา เกิดความเอิบอิม ปิติยินดี เกิดความผ่องใส

จากนั้นหายใจเข้าลึกๆ ซ้ำๆ บริกรรม เข้า – พุทธ ออก – โท
ลึกๆ ครั้งที่ 2 รั้มโม ไจยัม จิตยัม
ครั้งที่ 3 สังโฆ

กำหนดจิต ว่าเรามีคุณพระพุทเจ้า พระธรรม พระอริยสงฆ์ คຸ້ມครองรักษา เรามีแต่ความเจริญรุ่งเรืองใน
ธรรมแต่เพียงฝ่ายเดียว มีพระนิพพานเป็นที่สุด ตราบที่เรายังมีขั้น 5 ชีวิตรุ่งเรืองตั้งงาม สุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง ไร้
โรคพยาธิมาเบียดเบียน ด้วยอานิสงส์แห่งการเจริญพระกรรมฐาน รวมถึงชีวิตมีความคล่องตัว มีความโชคดี มี
กระแสเงินสด มีวิถี มีหนทาง เทพพรหมเทวดาเมตตาสงเคราะห์ เปิดทาง เปิดประตูแห่งโภคทรัพย์ มีความ
คล่องตัว เป็นอุบาสก อุบาสิกา เป็นมหาอุบาสก มหาอุบาสิกา ผู้ทำนุบำรุงคຸ້ມครองพระพุทศาสนา มีแต่ความตั้งงาม
ไปพระนิพพานอย่างสง่างามกันทุกคน

สำหรับวันนี้ ก็ขอโมทนากับทุกคนด้วยนะครับ ขอให้ตั้งใจปฏิบัติ หากเป็นไปได้หลังการเจริญและกรรมฐาน
ของตัวเองหรือมาฝึกร่วมกัน ก็พยายามอธิษฐานจิตเขียนแผ่นทองอธิษฐานจิต เพื่อพระนิพพานกัน คนไหนยังไม่
มีแผ่นทอง ก็ขอความจำนงค์ ขอรับแผ่นทองได้นะครับ ตรงนี้ก็เพื่อที่จะรวบรวมเป็นแผ่นคำอธิษฐานพระนิพพาน
เพื่อสร้างพระพุทธรูป ซึ่งยังต้องรวบรวมอีกจำนวนมาก หากมีคนมาปฏิบัติมากขึ้น เพิ่มขึ้น การสร้างพระพุทธรูป
แผ่นคำอธิษฐานพระนิพพานก็รวดเร็วขึ้นตามไปด้วยนะครับ อันนี้ก็ขอฝากประชาสัมพันธ์ แล้วก็หากท่านใดสนใจจะ
ฝึก จะเรียนในคอร์สที่เป็นการศึกษาปฏิบัติในเรื่องของการเปิดความโชคดีในทางโลก เป็นคลอสทางโลกก็มี คลอสพลังแห่ง
ความโชคดีเหลืออีกประมาณ 5 ที่ ใครสนใจก็ทักแต่ที่อาจารย์ได้ เผื่อบางคนยังไม่ทราบนะครับ สำหรับวันนี้ก็ขอ
โมทนากับทุกคน ให้ทุกคนประสบความสำเร็จ ความรุ่งเรือง ความร่ำรวย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเทศกาลตรุษจีน ขอ
เหล่าเทพดาทั้งหลาย อำนาจอวยพร ให้ทุกคนมีแต่ความสุข ความเจริญยิ่งขึ้นไป สำหรับวันนี้โมทนากันทุกคน
สวัสดิ์ครับ