

เสียงธรรมจากห้อง “เมตตาสมาธิกรรมฐาน”

วันอาทิตย์ที่ 6 มีนาคม 2566

ธรรมะพิเศษวันมาฆบูชา

โดย อาจารย์ คณานันท์ ทวีโภค

วันนี้ก็เป็นโอกาสพิเศษ ในการเจริญพระกรรมฐาน เนื่องในวันมาฆบูชา ก็ให้เราเริ่มต้นด้วยการกำหนดจิต เป็นสมาธิ อยู่กับลมหายใจที่ละเอียดสงบ อยู่กับจิตที่ผ่องใส วันนี้กำหนดจิต รำลึกนึกถึงภาพ นึกถึงพระพุทธรูป กำหนดใจของเรา ว่าทุกครั้งที่เราปฏิบัติพระพุทธรูปขึ้นมาในจิต จิตของเราถึงพระพุทธรูปจนพระนิพพานเสมอ จิตถึง กระแสถึง กำลังแห่งพุทธานุภาพไม่มีที่สุด ไม่มีประมาณ รักษาจิตสงบ อยู่กับพระพุทธรูป ภาพองค์พระสว่าง กระจางในจิตของเรา วันเพ็ญพระจันทร์เต็มดวง สว่างผ่องใสฉันใด จิตเราสว่าง สงบเย็นฉันนั้น จดจ่ออยู่กับ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่ปรากฏในจิต สว่างเป็นเพชรชัดเจน ตั้งใจว่าเราปฏิบัติเป็นพุทธรูป ธรรมบูชา สังฆบูชา

ในขณะที่จิตเรากำหนดจดจ่ออยู่กับ ภาพพระรูปพระโสมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จิตก็กำหนดรู้ว่าจิตของเราในขณะนี้ สว่างผ่องใสเป็นประกายพริ้ว ทำความเข้าใจก่อน ว่าในวันพระใหญ่ ประเพณีที่เราจุดเทียน เวียนเทียนก็ดี จุดดวงประทีปบูชาคุณพระรัตนตรัยก็ดี ปรากฏแสงสว่าง แต่การบูชาทั้งหลายดังที่กล่าวนั้น จะประเสริฐ ยอดเยี่ยมที่สุด ก็ต่อเมื่อเราจุดจิตของเรา ให้เกิดปรากฏความสว่างผ่องใส เกิดแสงสว่าง เกิดรัศมีแห่งจิตอันผ่องใส บริสุทธิ์ จิตที่สะอาดจากกิเลส คือความโลภ โกรธ หลง จิตที่ตัดละจากภพภูมิต่างๆ ให้จิตที่สว่างนั้น เป็นประดุจดวง ประทีป โคมไฟ แสงเทียน ที่เราจุดเป็นพุทธรูป เราเจริญพระกรรมฐาน เรากำหนดจิต ให้สว่างผ่องใสบริสุทธิ์ เป็น พุทธรูป ที่เรียกว่าปฏิบัติบูชา ถือว่าเป็นการบูชาที่ประเสริฐที่สุด กำหนดจิต เห็นดวงจิตในกายของเรา เป็นเพชร ประกายพริ้ว สว่างเจิดจ้า ใจเรายิ้ม เอิบอímผ่องใส ตั้งใจว่าเป็นพุทธรูป ทรงอารมณ์ไว้ ประคองรักษาอารมณ์ที่ผ่องใส อารมณ์ที่เป็นสุขไว้

จากนั้นกำหนดจิต รำลึกนึกถึงพระพุทธรูป อริยฐานจิต ขออาราธนาบารมีพระพุทธรูปทรงสงเคราะห์ ขอจงปราถนากายของข้าพเจ้า ขอจงปรากฏสภาวะในความเป็นกายพระวิสุทธิเทพ ยกอาทิสมาณกายของข้าพเจ้า ขึ้นไปบนสวรรค์ ชั้นดาวดึงส์เทวโลก ไปที่วิมานของท่านปู่ท่านย่าพระอินทร์ ขึ้นไปนะ กำหนดจิต กำหนดจิต ขึ้นไป กราบ ท่านปู่ท่านย่า เมื่อไปถึงแล้วก็กราบ น้อมจิตกราบแทบเบื้องพระบาทของท่านปู่ท่านย่าท่าน

จากนั้นตั้งจิตอธิษฐาน ขออนุญาตไปที่พระจุฬามณีเจดีย์สถาน ไปดูชีวิตาเวทดาพรหมทั้งหลาย ท่านมาเวียนเทียนกัน รอบพระจุฬามณี กำหนดจิตอธิษฐานให้กายทิพย์เรา ไปเวียนเทียนที่พระจุฬามณี การเวียนเทียน ก็ไปกราบ สักการะ ภายในพระจุฬามณี ซึ่งประดิษฐานพระเขี้ยวแก้วและพระเมาสีของพระพุทธเจ้า กำหนดจิตน้อมกราบ จากนั้น ก็กำหนดจิตนะ ว่าเราเวียนเทียนรอบพระจุฬามณี อธิษฐานให้กายทิพย์ของเราเหาะ ลอย วนรอบ เวียนขวา รอบพระ จุฬามณี ในขณะที่ลอยเวียนรอบ ก็กำหนดจิต เป็นแสงสว่าง ตั้งจิตอธิษฐานปริกรรม

นิพพานัง ปรมัง สุขัง

ทรงอารมณ์สูงสุด เวียนจนครบ 3 รอบซ้ำๆ สว่าง ในขณะที่เดียวกันก็กำหนดรู้ว่า มีเทวดา ท่านมาเวียนเทียน เยอะไหม มาปฏิบัติธรรมเยอะไหม กำหนดจิตนะ เหาะ เวียนเทียนรอบพระจุฬามณี

จากนั้น เมื่ออธิษฐานจิตเวียนเทียนเรียบร้อยแล้ว ก็กำหนดจิต ขออนุญาต ท่านปู่ท่านย่า ขอพุทธาอนุญาต พระพุทธองค์ ไปที่ธรรมสภา เทวสถานนสวรรค์ เข้าไปดูนะ มีสภาวะเช่นไร เทวดาท่านมาฟังธรรมเยอะไหม สถานที่ เป็นวิหารกว้าง มีลักษณะเช่นไร กำหนดจิต เราก็น้อมจิตกราบองค์ผู้แสดงธรรม เทวดาที่ท่านเป็นสัมมาทิฐิ เทวดาที่ท่านเป็นพระอรียเจ้า เทวดาที่ท่านไม่ประมาท ท่านก็ไม่หลงในความเพลิดเพลิน ในความสุขของทิพยสมบัติบนสวรรค์ ถึงเวลาท่านก็มาปฏิบัติธรรม ท่านก็ชวนขวายที่จะโมทนาสาธุ กับบุญกุศลของมนุษย์ ที่สร้าง ที่บำเพ็ญไว้ดีแล้ว

เมื่อกำหนดจิตเข้ามาดู เข้ามากราบเรียบร้อยแล้ว ก็กำหนดจิตเดินทางต่อไป อธิษฐานจิต ขอबारมี พระพุทธเจ้าทรงสงเคราะห์ ขอให้อาทิสมาณกายข้าพเจ้า ไปปรากฏที่ สวรรค์ชั้นดุสิต โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เขตที่ พระโพธิสัตว์ พระมหาโพธิสัตว์ท่านอยู่กัน ในอาณาเขตแดนที่เรียกว่าพุทธเกษตร กำหนดจิตขอไปกราบ ท่านที่เป็น พระมหาโพธิสัตว์ ที่สถิตย์เป็นใหญ่อยู่ ณ พุทธเกษตร กราบพระโพธิสัตว์ทั้งหลาย กราบหลวงปู่ปาน กราบพระโพธิสัตว์ ในหลวงรัชกาลที่ 9 กำหนดจิตไปกราบทุกท่านทุกพระองค์ ขอबारมีพระโพธิสัตว์ทั้งหลาย ท่านเมตตาสงเคราะห์ ขอให้ข้าพเจ้าได้เห็นสภาวะวิมาน ความเป็นไปของพระโพธิสัตว์ ที่เสด็จประทับเสวยบุญอยู่ ที่สวรรค์ชั้นดุสิต ในเขต พุทธเกษตร ที่ระดับพระโพธิสัตว์ท่านถึงมาปรากฏมีวิมานอยู่ที่นี่ กำหนดจิต ขออนุญาตไปกราบ พระศรีอารยเมตไตรย นะ กายทิพย์เรา ก็น้อมจิตกราบทุกท่านทุกพระองค์ กราบโมทนาสาธุ กับทุกท่านทุกพระองค์ พระโพธิสัตว์หลวงปู่คุณ พระโพธิสัตว์หลวงปู่ทวด พระโพธิสัตว์อีกมากมายที่ปรากฏ

กำหนดจิตอธิษฐาน ว่าเรามีโอกาสได้พบเจอพระโพธิสัตว์ในชีวิต ทั้งในชาติปัจจุบันและอดีตชาติ ทั้งในเขต พระพุทธศาสนาเถรวาท และพระพุทธศาสนาหายานในประเทศต่างๆ ในอดีตชาติ ขอให้ปรากฏภาพ พระโพธิสัตว์ เจ้าทั้งหลาย ปรากฏรายรอบ ห้อมล้อม ในอดีตที่ไกลแสนไกล เราก้เคยพบเจอพระโพธิสัตว์มาแล้วหลายพระองค์ กำหนดจิตน้อมกราบทุกท่านทุกพระองค์ น้อมขอพรจากพระโพธิสัตว์เจ้าทั้งหลาย ขอให้ข้าพเจ้า มีจิตอันเปี่ยมไปด้วย เมตตาพรหมวิหาร 4 ขอให้เมตตา ความเป็นสัมมาทิฐิ ได้เจริญงามในจิตข้าพเจ้า ข้าพเจ้าขอน้อม เจริญนามูทิตาจิต กับทุกबारมี ที่ทุกท่านทุกพระองค์ได้บำเพ็ญไว้ดีแล้ว ขอพระโพธิสัตว์เจ้าทุกท่านทุกพระองค์ เมตตาสงเคราะห์เกื้อกูล ข้าพเจ้า เต็มกำลังด้วยเทอญ ให้ในขณะที่ข้าพเจ้ามีชีวิตบนโลกมนุษย์ สมบูรณ์พร้อมด้วยมนุษย์สมบัติ อายุ วรรณะ สุขะ พละ มีสุขภาพที่สมบูรณ์พร้อมแข็งแรง มีทรัพย์ มีอริยทรัพย์ มีปัญญา มีความเพียร มีบารมีทั้ง 30 ทศ เต็มเปี่ยม บริบูรณ์ในจิต น้อมจิตกราบทุกท่านทุกพระองค์นะ

จากนั้น ตั้งจิตอธิษฐานต่อไป ขอबारมีพระพุทธองค์ทรงสงเคราะห์ ขอยกจิตข้าพเจ้า ไปที่พรหมโลก ขึ้นไป กราบ ท่านท้าวสหัมบดีพรหม ที่พรหมโลกด้วยเทอญ กำหนดจิตขึ้นไปกราบท่านนะ น้อมจิตอธิษฐาน ขอรัตมี แสงสว่าง แห่งพรหม ของท่านท้าวสหัมบดีพรหม จงปรากฏ ให้ข้าพเจ้าได้เห็น สัมผัส เข้าถึง และน้อมจิต อนุโมทนา ใจเราเอิบอ้อม กำหนดจิตที่เราฝึกเมตตาอัปमानมาน กับท่านท้าวสหัมบดีพรหม แม้เมตตาสว่างรุ่งโรจน์ไปในภพภูมิต่างๆ มีความ สงบเย็นเพียงใด ก็ขอให้เราเข้าถึง ความสว่างผ่องใส สงบเย็น ได้ดุจดั่งท่านด้วยเทอญ ขอสัมผัสเข้าถึง หัวใจเบิกบาน สว่าง เข้าถึงสภาวะธรรม เข้าถึงสภาวะแห่งเมตตาอันไม่มีประมาณ เข้าถึงความสงบเย็น เข้าถึง พร้อมทั้งแผ่เมตตา อันไม่มีประมาณ เมตตาอัปमानมานไปทั้ง 3 ภพภูมิด้วยนะ

จากนั้น กำหนดจิตต่อไป กราบลาท่านท้าวสหัมบดีพรหม พร้อมกับตั้งจิตอธิษฐาน รำลึกนึกถึง สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า กำหนดจิตขออาราธนาबारมี ขอท่านเมตตายกจิตของข้าพเจ้า ขึ้นไปบนพระนิพพาน ด้วยเทอญ กำหนดจิตขึ้นไปบนวิมานของพระพุทธเจ้า องค์พระสมณะโคตม พระพุทธเจ้าองค์ปัจจุบัน ตั้งจิตอธิษฐาน น้อมจิตกราบ วางอารมณ์จิตด้วยความนอบน้อมผ่องใส

จากนั้นอธิษฐานจิตต่อไป ขอให้ข้าพเจ้าเป็นผู้เจริญในธรรม ขอธรรมะของพระพุทธเจ้า องค์พระสมณะโคตม ไต้งอกงามในจิต ขอให้ข้าพเจ้าเข้าถึง ความรู้แจ้งแห่งพระนิพพานได้โดยง่าย ธรรมทั้งหลายมุ่งลัดตัดตรงสู่มรรค ผลพระนิพพาน ธรรมทั้งหลายจงประจักษ์แจ้งแก่ใจ ญาณแห่งปฏิสัมภิทาญาณจงปรากฏ

จากนั้น น้อมรับกระแสจากพระพุทธรองค์ กำหนดจิต น้อมรับกระแส พระพุทธเมตตาจากพระพุทธรองค์ อาทิสมาณกาย สว่าง อารมณ์จิตสงบเย็นสว่าง เอิบอิมชุ่มเย็นภายในจิต กำหนดจิตนะ น้อมจิตกราบทูลถามท่าน ว่า ทุกครั้งแห่งการปฏิบัติ ทุกครั้งแห่งการปฏิบัติบูชา พระพุทธเจ้าทุกๆพระองค์ ท่านรับรู้ รับทราบการปฏิบัติของข้าพเจ้า การปฏิบัติของหม่อมฉันหรือไม่พระพุทธเจ้าคะ ทุกท่าน ท่านรับรู้นะ ให้เราน้อมเอาความรู้สึกนี้ มายังให้เกิดความปิติ เกิดกำลังใจในการปฏิบัติ ทุกการปฏิบัติของเรามีผล ทุกการปฏิบัติของเรา พระพุทธเจ้าทุกๆพระองค์ สิ่งศักดิ์สิทธิ์ เทพพรหมเทวาทั้งหลาย ท่านรับรู้ รับทราบและโมทนา ให้กำลังใจเราเข้มแข็งมีกำลังใจขึ้น

จากนั้นกำหนดจิตอธิษฐานต่อไป ขอบารมีพระพุทธเจ้าองค์ปัจจุบันเมตตาสงเคราะห์ ขอให้ข้าพเจ้าจง ปรากฏต่อสิ่งสถิตยสถาน ขอบารมีพระพุทธรูปในสมัยพุทธกาล อันเป็นปฐมบทแห่งวันมาฆบูชา ขอให้เห็นภาพ เหตุการณ์ และอาทิสมาณกายเข้าไปอยู่ในเหตุการณ์นั้น ด้วยเกิดพระพุทธเจ้าคะ กำหนดจิตนะ ค่อยๆ ดูตาม เข้าไป กราบพระพุทธเจ้า ในสมัยอดีตนั้น ในเวลานั้น เมื่อครั้งพระพุทธองค์ทรงมีพระชนม์ชีพ ให้อาทิสมาณกาย ภายพระ วิสุทธิเทพเราไปกราบแทบเบื้องพระบาท สัมผัสได้ถึงพระวรกายของพระพุทธองค์ กำหนดน้อมจิตให้เห็นพระรูป พระโฉม ของพระพุทธองค์เมื่อครั้งที่ท่านยังทรง มีชันษ 5 มีพระวรกายอยู่ด้วยเกิด ขอให้เห็นฉัพพรรณรังสี ฝักกายอัน ดุจประดิ่งทองเรียบเนียนสว่าง ราตรีที่สว่างเรือง ปรากฏ ประจักษ์ชัดเจนอนุญต์ ผ้าจีวรที่ปรากฏ กำหนดจิตอธิษฐาน จิตจับพระรูปพระโฉมพระพุทธองค์ เมื่อครั้งทรงมีพระชนม์ชีพอยู่ ชัดเจนกระจ่างในจิตของเรา จิตยิ่งก่อเกิดความ เลื่อมใสศรัทธา จิตยิ่งก่อเกิดความนอบน้อม ความเคารพรักในพระพุทธองค์

จากนั้น ให้เรากำหนดน้อมจิต เข้าไปรู้ น้อมจิตกราบทูลถาม ให้เห็นภาพเหตุการณ์ วันมาฆบูชา คือวันที่พระ อรหันต์ ปฏิสัมภิกาญาณ ได้เดินทางมาพบพระพุทธเจ้า 2,250 รูป ในวันเพ็ญเดือนมาฆะ พร้อมกันโดยไม่ได้นัดหมาย ให้เรากำหนดรู้ กำหนดดูในจิต อันที่จริงที่บอกว่าไม่ได้นัดหมาย ไม่ได้นัดหมายโดยปาก ไม่ได้นัดหมายโดยการบอก ต่อ ไม่ได้นัดหมายโดยการส่งจดหมาย หรือการเชิญแต่ประการใด กำหนดรู้ว่าที่จริงแล้ว การนัดหมายนั้น พระพุทธองค์ ท่านทรงส่งญาณ ส่งออกไปถึง ทุกท่าน ทุกรูป ส่งไปผ่านจิตเจโตฯ ทุกท่าน ที่ได้รับกระแสพุทธรูปจากพระพุทธองค์ ล้วนแล้วแต่เป็นพระอรหันต์ เอหิภิกขุอุปสัมปทา คือบวชโดยที่พระพุทธองค์ทรงบวชให้ด้วยตนเอง และการบวชนั้น เป็นการบวชแบบที่ พระพุทธองค์ทรงตรัสว่า เธอจงมาบวชเถิด และจีวรอันเป็นบุญเก่า บาตรอันเป็นบุญเก่า เครื่องอัฐบริขารทั้งหลาย อันเป็นบุญบารมีเก่า ของพระอรหันต์ทั้งหลายแต่ละบุคคล แต่ละองค์ แต่ละวาระก็ปรากฏขึ้น เพศ สภาวะ ความเป็นพระ ก็ปรากฏขึ้น ท่านทั้งหลายที่บวชในแบบเอหิภิกขุอุปสัมปทา บวชได้เฉพาะ ในยุคสมัยที่มี พระพุทธองค์ทรงปรากฏอยู่ รวมถึงท่านทั้งหลาย ที่บวชกับบรรลอรหัตผล และบรรลอบรรลอรหัตผล ก็เป็นบรรลอรหัตผล ในวิสัยแห่งปฏิสัมภิกาญาณ รวมความว่า พระภิกษุสงฆ์ ที่เดินทางมา กราบ พบพระพุทธเจ้าในวันมาฆบูชาทั้ง 2,250 รูป ล้วนแล้วแต่เป็นพระอรหันต์ปฏิสัมภิกาญาณ ที่พระพุทธองค์ทรงเมตตาบวชให้โดยตรง

ตอนนี้ก็ให้เรากำหนดจิต ให้เห็นภาพว่าแต่ละองค์ แต่ละรูป ท่านเดินทางมาพบพระพุทธเจ้าในแบบใดบ้าง บาง ท่านก็เดินมา บางท่านก็เหาะมา บางท่านก็ใช้อภิญญาใหญ่ หายตัวมาปรากฏ เพื่อให้ทันเวลาที่พระพุทธองค์ทรง นัดหมาย กำหนดจิตให้เห็น การเดินทางของแต่ละรูป แต่ละท่าน หลากๆ ท่าน ที่เดินทางมาในครั้งนี้ ก็มีพระอัครสาวก เบื้องขวา เบื้องซ้าย พระอัสติมหาสาวก คือพระภิกษุสงฆ์ที่เป็นผู้เลิศในด้านต่างๆ กำหนดจิต กำหนดรู้ต่อไป เหตุผล ที่พระพุทธองค์ทรง มีพระพุทธรูปบูชา ให้พระภิกษุสงฆ์ทั้งหลาย เดินทางมาพบ เหตุผลเพื่อสิ่งใด

ขอให้เรากำหนดรู้ขึ้นมาในจิต พระพุทธรูปท่านให้มาพบเพื่อ

1. งานในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา ธรรมที่ท่านทรงแสดงนั้น สรุปรวมเป็นแก่นของพระพุทธศาสนา คือ ละอองผลทั้งหลาย ละทั้งกาย วาจา ใจ
2. ยังกุศลทั้งหลายให้ถึงพร้อม ทั้งกาย วาจา ใจ

3. เพื่อให้จิตเข้าถึงความผ่อนคลาย เบิกบาน ก็คือจิตอันผ่อนคลาย และจิตอันผ่อนคลายนั้น ความผ่อนคลายมีหลายระดับ แต่ความหมายหมั่นของพระพุทธองค์ก็คือ ความผ่อนคลายในสภาวะแห่งอารมณ์พระนิพพาน คือผ่อนคลายสูงสุด ปราศจากกิเลสทั้งปวง เป็นอารมณ์พระนิพพาน

เรากำหนดจิต เห็นภาพในขณะที่พระพุทธองค์ทรงแสดงธรรม กำหนดจิตเห็นเหตุการณ์ทั้งหมด น้อมกระแส โดยเฉพาะอย่างยิ่ง หลายคนเป็นครูเมตตาสมาธิ เราน้อมกระแสพุทธบัญญัติ พุทธเจตนาธรรมของพระพุทธองค์ การเผยแผ่ธรรม การจุดแสงเทียนแห่งความดี การสืบต่อทำนุบำรุงพระพุทธศาสนาให้ครบ 5,000 ปี ขอกระแสแห่งเหตุการณ์ที่พระพุทธองค์ ทรงเทศน์ ทรงตัดสินสอน ทรงแสดงธรรม ทรงแสดงโอวาทปาติโมกข์ ขอกระแสทั้งหลาย จงถ่ายทอดรวมลงสู่จิตเรา

จากนั้นตั้งจิตอธิษฐาน ธรรมทั้งหลาย เป็นอะกาลิก ไม่มีขอบเขต ไม่ถูกจำกัดด้วยกาลเวลา ขออาราธนาบารมี พระพุทธองค์ทรงสงเคราะห์ ขอให้กระแสแห่งธรรมะ ของพระพุทธองค์ที่ทรงแสดง แม้ผ่านมานานแล้ว 2,500 ปีเศษมา ขอกระแสธรรม กระแสกุศล กระแสคลื่น กระแสพระพุทธเมตตาของพระพุทธองค์ จงปรากฏในโลก ในยุคสมัยปัจจุบันนี้ ขอกระแสธรรมโอสถ จงปรากฏขึ้น ขอกระแสแห่งมรรคผลจงปรากฏขึ้น ขอยุคแห่งชาววิไล ความเจริญในธรรม จงปรากฏขึ้น น้อมกระแส หากท่านใด มีกำลังใจสูง จิตปรากฏผู้รู้ได้ยินเสียงที่พระพุทธองค์ทรงแสดงธรรม ก็น้อมจิต ตาม ตอนนี้ให้เราสงบอยู่ในเหตุการณ์ ที่พระพุทธองค์ทรงแสดงโอวาทปาติโมกข์ ในวันมาฆบูชาด้วยเทอญ จิตผ่อนคลาย สงบ น้อมตาม สิ่งใดผู้รู้ก็กำหนดรู้

จากนั้นให้เรา น้อมจิต กราบ พระพุทธองค์ และมวลหมู่คณะสงฆ์ กำหนดน้อมจิตโมทนาสาธุ กำหนดรู้ในจิตของเราเอง ว่าจิตเราเกิดความเอิบอิ่ม เกิดความปิติ เกิดความชื่นชมโสมนัส เข้าถึงสภาวะ เข้าถึงกระแส ใจเราเป็นสุข ใหม่ กำหนดในความเป็นกายพระวิสุทธิเทพ สว่าง กำหนดรู้ในจิต จิตเป็นสุขก็รู้ว่าเป็นสุข จิตผ่อนคลายเต็มกำลังก็รู้ว่าเป็นสุขเต็มกำลัง

จากนั้น กำหนดน้อมขอบารมีพระพุทธองค์ทรงสงเคราะห์ ขอยกอาทิสมาณกายของข้าพเจ้า ขึ้นไปบนพระนิพพานด้วยเทอญ ขึ้นไปที่วิมานของตัวเราบนพระนิพพาน จากนั้นกำหนดจิต ทรงอารมณ์ ทรงความผ่อนคลาย กำหนดตั้งใจ ว่าเมื่อเรา ตายจากร่างกายเนื้อนี้ เรายกจิตขึ้นมาบนพระนิพพาน เราตัดภพภูมิทั้งหลาย ตัดสังโยชน์ ตัดสรรพกิเลสทั้งปวง จิตทรงอารมณ์พระนิพพาน

นิพพานัง ปรมัง สุขัง พระนิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง

ทรงสภาวะในกายพระวิสุทธิเทพ ชัดเจน สว่าง กำหนดรู้ในสภาวะธรรม อารมณ์พระกรรมฐาน ความผ่อนคลายเต็มกำลัง มีกำลังแห่งวันมาฆบูชา มีกำลังแห่งกระแสของพระพุทธเจ้า กระแสพลังงาน ที่ยังอยู่จากเหตุการณ์ในอดีตที่ผ่านมา กายพระวิสุทธิเทพเรายังสว่างผ่อนคลายขึ้น กำหนดจิตตั้งใจว่า ในเวลา 10 นาทีนี้ เราจะทรงอารมณ์ผ่อนคลาย ทรงสภาวะกายพระวิสุทธิเทพบนพระนิพพาน ทรงอารมณ์อันเป็นสุข

นิพพานัง ปรมัง สุขัง เป็นพุทธบูชาในวันมาฆบูชานี้ ความผ่อนคลาย ความบริสุทธิ์แห่งจิต จงเป็นปัจจัยเพื่อพระนิพพาน ในชาติปัจจุบันของข้าพเจ้าทุกคนด้วยเถิด เสวยวิมุตติสุขในอารมณ์พระนิพพาน (สงบจิต 10 นาที)

ทรงอารมณ์ความผ่อนคลายไว้ จากนั้นกำหนดจิต ร่วมบุญแห่งกรรมฐานที่เราเจริญไว้วันนี้ เหตุเราทำไว้ดีแล้ว กระแสบุญ กระแสกุศล เป็นพลังงาน สมาริจิตเป็นพลังงาน ความผ่อนคลายเป็นพลังงาน ในวันมาฆบูชาเป็นวันพระใหญ่ เป็นวันวาระพิเศษ ที่ประสูติแห่งอบายภูมินั้น อนุญาตให้พักการลงโทษ เรากำหนดจิต ขอบารมีของพระพุทธองค์ทรงสงเคราะห์ขออนุญาตจากลุ่มพุ่ม ท่านพระยายมราช ตลอดจนนายนิรยบาล ขอน้อมกระแสจากพระนิพพานลงไป ให้กับพ่อแม่ ในชาติปัจจุบันก็ดี ในอดีตชาติก็ดี ญาติทั้งหลาย ของเราก็คือ ที่เสวยวิบาก ต้องโทษอยู่ในทุกข์ คติภูมิอันได้แก่นรก ขอบุญกุศลของข้าพเจ้า ที่เจริญพระกรรมฐานนี้ บุญแห่งพระกรรมฐาน จงเกิดประโยชน์ เกิดผล ไซ้โปรดพ่อแม่

จะชาติปัจจุบันหรืออดีตชาติก็ตาม ญาติทั้งหลาย ท่านผู้มีพระคุณทั้งหลาย ขอจงปลดปล่อยความทุกข์นั้น ท่านได้ อยู่ในวิสัยที่โปรดให้ขึ้นมาได้ ก็ขอให้ จงเกิดผลอัศจรรย์ด้วยเถิด พระโพธิสัตว์ท่านใด พุทธภูมิท่านใดที่พลาดพลั้งร่วง หล่นไปยังอบายภูมิ วาระนี้ก็ขอให้บุญพระกรรมฐาน บารมีแห่งพระโพธิสัตว์ทุกพระองค์ ที่มีกำลัง พระมหาโพธิสัตว์ ทุกๆ พระองค์ โปรดสงเคราะห์ ท่านทั้งหลายให้ขึ้นมาพ้นจากอบายภูมิด้วยเถิด เมื่อท่านทั้งหลายขึ้นมาแล้ว พ้นแล้ว ก็ขอให้ จงดำรงไว้ในความเป็นสัมมาทิฐิ ดำรงไว้ในความเป็นผู้ที่ไม่ประมาทในการกุศล ตั้งจิตอธิษฐาน ไม่ลืมบุญ ไม่ลืม กุศล ไม่ลืมการสร้างบารมี

จากนั้นกำหนดจิตอธิษฐานของแต่ละบุคคลเราต่อไป ขอบุญกรรมฐานวันนี้ บุญที่เราไม่มีเมตตา กตัญญู ปลดปล่อย ท่านผู้มีพระคุณก็ดี พระโพธิสัตว์ทั้งหลายก็ดี ขึ้นมาจากความทุกข์ จากภพที่เป็นทุกข์ บุญเกิด กุศลเกิด มหากุศลเกิด ขอบุญทั้งหลายจงหลั่งไหล เป็นอภัยทานเป็นโมฆะกรรม สลายล้างวิบากอกุศล แรงอาฆาต แรงจองเวร แรงพยาบาท จากบรรดาเจ้ากรรมนายเวรทั้งหลาย จากบุคคลที่คิดร้าย คิดลบต่อข้าพเจ้าทั้งหลาย กระแสพลังลบ กระแสวิชาคุณไสย ขอบุญทั้งหลาย กุศลทั้งหลายจงเป็นบุญศักดิ์สิทธิ์อัศจรรย์ สลายล้างกระแสคลื่นแห่งการจงล้าง จองผลาญ จองเวรก่อกรรม ทั้งต่อข้าพเจ้า ต่อครอบครัวของข้าพเจ้า ต่อวงศ์ตระกูลของข้าพเจ้า ต่อประเทศชาติของ ข้าพเจ้า ขอกระแสวิบาก ความอาฆาตแค้น การจองเวรทั้งหลาย จงสลายไป จงลี้มเลือนไปจากจิตจากใจ กระแส ทั้งหมดจงสลายดับลงด้วยเทอญ บุญจงส่งผล บุญจงส่งผล วิบากทั้งหลาย จงสลายตัว จงเบาบางลง จิตสว่างผ่องใส

กำหนดจิตตอนนี้นะ ให้เห็นจิตของเราสว่างอย่างยิ่ง รัศมีกายแห่งกายพระวิสุทธิเทพยิ่งสว่างอย่างยิ่ง กระแส วิบากอกุศลทั้งหลาย จงสลาย จงห่างไกลออกไป บุญจงส่งผล นับแต่นี้บุญจงส่งผลทันใจ บุญใหญ่จงส่งผลเร็วพลัน

จากนั้น เราจงกำหนดจิตนะ กราบลาทุกท่านทุกพระองค์บนพระนิพพาน แยกอาทิสมาณกายกราบทุกท่าน ทุกๆ พระองค์ พระพุทธเจ้าทุกพระองค์ พระปัจเจกพุทธเจ้าทุกพระองค์ พระอรหันต์ทุกพระองค์ พระอริยเจ้าทั้งหลาย เทพพรหมเทวาทั้งหลาย ท่านผู้มีพระคุณทั้งหลาย เมื่อกราบลาแล้ว ก็กำหนดจิต น้อมกระแสจากพระนิพพาน ลงมาสู่ กายเนื้อ ลงมาสู่บ้านเรือนเคหะสถาน พุ่งจิตกลับมาที่ร่างกายกายเนื้อ พร้อมกับน้อมกระแส จากพระนิพพานลงมาเป็น ธรรมโอสธ ข้าราชการฟอกธาตุชั้นให้สะอาดบริสุทธิ์หมดจด สลายโรคร้ายไข้เจ็บทั้งปวง สลายโรคร้าย กายจงปรากฏ รัศมีอร่าม กายจงปรากฏความผ่องใส

จากนั้นอธิษฐานจิต เป็นคำอธิษฐานหลัง การปฏิบัติการเจริญพระกรรมฐานมีกำลังสูง มีความศักดิ์สิทธิ์ กำหนดจิตอธิษฐาน ตามเหตุของแต่ละบุคคล

จากนั้นให้เราะตั้งจิตโมทนาสาธุกับเพื่อนๆ กัลยาณมิตร ที่มีความรัก ความสามัคคีกัน มีความเพียรบากบั่น ฝึกปฏิบัติ เจริญพระกรรมฐานเป็นบุญ เป็นกุศลใหญ่ หลายคนได้ช่วย ได้โปรด บุญกวี ญาติคนที่รัก เราโมทนาสาธุกับ ทุกคน ทุกกุศล เป็นมหาโมทนาบุญ

จากนั้นจึงหายใจเข้าลึกๆ ซ้ำๆ หายใจเข้าพุท ออกโร หายใจเข้าครั้งที่ สอง รั่มโม

หายใจเข้าครั้งที่ สาม โฆ ถอนจิตซ้ำๆ ออกจากสมาธิ ด้วยจิตที่ผ่องใสเป็นสุขอย่างยิ่ง

สำหรับวันนี้ก็ขอโมทนากับทุกคน ที่มาปฏิบัติธรรมในวันมาฆบูชา ก็ขอให้ทุกคนมีความเจริญในธรรมยิ่งขึ้นไป มีความคล่องตัว ทางด้านหน้าที่การงาน มีโชคดี มีความสุข มีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง แล้วก็สำหรับใครที่สนใจในเรื่อง ของการช่วยเหลือผู้คน ในเรื่องสุขภาพก็สามารถมาเรียนในคอร์ส Ultimate Healer เพื่อที่จะได้ใช้พลังจิตตามาภาพ ใช้ สมาธิ ในการบำบัดเยียวยา ทั้งตัวเราเอง แล้วก็คนที่เรารัก หรือผู้อื่นได้ สำหรับวันนี้สวัสดิ์ พบกันใหม่สัปดาห์หน้า ขอ ธรรมจงเจริญขึ้นในใจทุกดวงด้วยเทอญ