

เสียงธรรมจากห้อง “เมตตากรมย์กรรมฐาน” วันอาทิตย์ที่ 28 มกราคม 2567

เรื่อง เคล็ดลับการฝึกสมาธิทั้งหมด

โดย อาจารย์ คณานันท์ ทวีโกด

เริ่มต้น ก่อนที่เราจะฝึกปฏิบัติสมาธิในเมตตาสมาธิ เราทำความเข้าใจกันล่วงหน้า

สำหรับการฝึกสมาธิในทุกวันอาทิตย์เวลาสามทุ่มนี้ เป็นช่วงเวลาที่จะให้ผู้ฝึกสมาธิทุกท่าน ไหว้พระ สวดมนต์ ทำวัตร ในบทสวด ในข้อวัตร ที่ตนถนัด ที่ตนสับปายะก่อนล่วงหน้า แล้วจึงเริ่มที่จะเข้าสู่การฝึกในตัวเนื้อสมาธิ เพื่อให้ช่วงเวลาหนึ่งชั่วโมงของการปฏิบัตินั้น เป็นเนื้อสมาธิ เป็นการปฏิบัติที่มีความเข้มข้น ดังนั้นเมื่อถึงเวลาสามทุ่มเราก็จะเริ่มเข้าสู่ช่วงของสมาธิกันทันที ซึ่งไฟล์เสียงของการฝึกการปฏิบัติทั้งหมด เราสามารถย้อนทวนฟังได้ในภายหลัง และอีกเหตุผลหนึ่งที่อาจารย์ไม่ได้ใช้กลอง ก็เพื่อให้เราสามารถหลับตาเข้าสมาธิได้ วิธีการฟัง วิธีการฝึก ถ้าจะให้ได้ดีได้ผล ก็ควรจะต้องใจฝึก จะอยู่ในอิริยาบถนั่งก็ดีหรืออิริยาบถนอนก็ตามแต่จะสะดวก เป็นไปได้ก็พยายามใช้หูฟังเพื่อตัดเสียงภายนอก จิตจดจ่ออยู่กับการฝึกสมาธิ

จุดต่อมาที่ทำความเข้าใจเพื่อทำให้เกิดความก้าวหน้าในการปฏิบัติก็คือ ในการฝึกทั้งสมาธิก็ดี ทั้งการฟังธรรมก็ดี จุดสำคัญจุดหนึ่งก็คือพยายามให้เรา เข้าใจคำว่าน้อมจิตตาม คำว่า "น้อมจิตตาม" หมายความว่า จิตเรามีความนอบน้อมในธรรม จิตเรามีความจดจ่อ ติดตาม พิจารณา ใคร่ครวญ ธรรมะทั้งหลายเรียกว่า จิตน้อมตามจนไม่หลุดจากสมาธิ ไม่หลุดจากเนื้อความ ไม่หลุดจากกระแสธรรมทั้งหมด

ถ้าเราเข้าถึงเข้าใจเรื่องการน้อมจิตตามได้ ธรรมะที่เราฝึกที่เราปฏิบัติก็จะกลายเป็นธรรมะที่ถ่ายทอดจากจิตสู่จิต อันที่จริงครูที่สอนสมาธิมีมากมายหลายท่าน ซึ่งอันที่จริงแล้วถ้าจะอธิบายเพื่อให้เรามีความเข้าใจ ในวิสัย ในภูมิ ในความสามารถ ศักยภาพของครูสมาธิแต่ละท่าน หรือแม้แต่ครูที่ส่งสอนวิชาต่างๆ ในทางโลก

ครูชั้นแรกก็คือครูที่สอนโดยใช้สัญญา คือการท่องจำความจำ จำหนังสือมาบรรยายไปตามหนังสือ อ่านมาก็บรรยายไปตามเนื้อความนั้น เป็นการบรรยายอธิบายธรรมะไปตามสัญญา

ในขั้นต่อมาก็คือ ครูผู้สอนมีความเข้าใจ สอนโดยอธิบายจากความเข้าใจ ซึ่งความเข้าใจนั้นอาจจะเข้าใจได้ทั้งหมด หรือเข้าใจได้แต่บางส่วน อันนี้แล้วแต่ศักยภาพ ปัญญา บารมีของครูท่านนั้นๆ

ส่วนขั้นที่สูงขึ้นไปอีก ก็คือครูที่อธิบายบรรยายธรรมะ โดยบรรยายจากสภาวะที่ท่านเข้าถึงสภาวะธรรมนั้นๆแล้ว เช่นเข้าถึงฌานสี่ก็อธิบายบรรยายความรู้สึกความหมาย ถ่ายทอดฌานสี่ได้ หรือได้องค์ วิปัสสนาญาณ ท่านวิปัสสนาญาณเจริญจิตเจริญปัญญาตัดกิเลสจนกระทั่งจิตสะอาด เข้าใจอารมณ์จิต อารมณ์ที่จิตสะอาดจากกิเลส อารมณ์พระนิพพาน หรืออารมณ์ของกสิณที่เข้าถึงปฏิภาคนิมิต อันนี้ก็คือ ท่านที่อธิบายความลึกซึ้งศักยภาพความสามารถของครูที่สอนมีความลึกซึ้งขึ้นไปอีก

ต่อมา ครูที่มีความสามารถ ก็คือ มีเจโตปริยญาณ คือมีจิตที่มีญาณความเป็นทิพย์ รู้วาระของจิตของศิษย์ ที่สอน หรือรู้วิสัยของศิษย์ที่สอน อันนี้ก็ถือว่ามีความสามารถ ถ้าภาษาที่หลวงพ่อกฤษ์ท่านสอน ท่านก็ เรียกว่าเป็นคู่ปรับ คือบางบุคคลไปเรียนที่ไหนไปฝึกที่ไหนไม่เคยได้สมาธิ ไม่เคยเข้าใจ ไม่เคยทำได้ พอ ฝึกกับอาจารย์ท่านนี้ ท่านรู้ว่าวาระจิต รู้วิสัย รู้ว่ากรรมฐานเท่าในกาลก่อนของบุคคลนั้นเคยฝึกเคย ปฏิบัติในจุดใดมา ก็สมารถที่จะสะกิด สามารถที่จะกระตุ้น สามารถที่จะปลุกความรู้ที่นั้นขึ้นมาในจิต ของบุคคลนั้นได้ รวมถึงอาจารย์หรือครูที่ท่านมีภูมิสูงขึ้นไปอีก สามารถถ่ายทอดกระแสความสงบ ถ่ายทอดกระแสของสมาธิ ถ่ายทอดธรรมจากจิตสู่จิต นั่นก็คือมีพลังจิต ถ้าอุปมาหรือเปรียบเทียบเป็น หนังสือกำลังภายใน ก็คือ บุคคลนั้นโชคดีพบครูบาอาจารย์ที่ถ่ายทอดลมปรารถน ทำให้เราสามารถ ยกกระตักยกภาควิชาขึ้นมาได้ 5 ปี 10 ปี 20 ปี อันนี้ก็ถือว่าบุคคลใดที่เจอครูบาอาจารย์เช่นนั้นก็ถือว่าเป็นโชคดี ถือว่าได้อริยทรัพย์ ได้พบขุมทรัพย์ ได้เจอของดี อันนี้ก็อธิบายให้เราฟัง เราจะได้มีความ เข้าใจ แล้วก็พิจารณาด้วยว่าที่ผ่านมา เราพบเจอ เราเคยฝึก เราพบเจออาจารย์ที่มีความลึกซึ้งมากน้อย กว้างขวางเพียงใด ทำไม เราถึงปฏิบัติยังไม่ก้าวหน้าหรือทำไมเราเจออาจารย์ที่ท่านมีวิสัยแบบนี้แบบนี้ แล้ว เราปฏิบัติถึงมีความก้าวหน้า อันนี้ให้เราพิจารณาทบทวน ในแต่ละบุคคลก่อน

คราวนี้พอเข้าใจเรื่องการน้อมจิต เข้าใจเรื่องการทำสมาธิที่เราทำความเข้าใจเรื่องการถ่ายทอดธรรมะ เราจะเอา แบบเป็นสัญญา หรือจะเอาที่ถ่ายทอดจากจิตสู่จิต อันนี้ก็เป็นสิ่งที่เราพิจารณา พอพิจารณาได้แล้ว

ต่อไปก็จะเป็นเรื่องของการฝึกการปฏิบัติ ในการปฏิบัตินั้น เราตั้งคำถามในจิตของเราเองก่อน คำถามที่ เบี่ยมพลังจะนำพาจิตเรารู้ความรู้อย่างไร คำถามที่ปรากฏขึ้นในจิตของบุคคลหลายคน ซึ่งเชื่อว่าทุกคน เคย มีคำถามนี้สักครั้งหนึ่งขึ้นมาในจิต เราคงเคยตั้งคำถามกับตัวเองว่าเราเกิดมาทำไม ถ้าเมื่อไรที่เราพบ เจอคำตอบ คำถามที่ว่าเราเกิดมาทำไม คำตอบจะเกิดขึ้นได้ก็โดยการเจริญพระกรรมฐาน เจริญ วิปัสสนาญาณ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเจริญสติตั้งสติ พิจารณาดูในอดีตชาติ ดูคำอธิษฐานในอดีตชาติ ให้รู้หน้าที่ให้รู้ว่าเราเคยเกิด เกิดจุดมาจากภพใดภูมิใด อธิษฐานอย่างไรลงมาเกิด แล้วเราตั้งใจลงมาเกิด เราจะมาทำอะไร อันนี้บางคนก็พบคำตอบแล้ว บางคนก็ยังไม่พบคำตอบ แต่ขอบอกไว้ก่อนล่วงหน้าเลย ว่า ส่วนใหญ่ถ้าเรามีวาสนาตรงกัน ได้มาพบกัน ได้เคยมาฝึกสมาธิกับอาจารย์ กล้ารับประกันว่า เรา แพบทุกคนอธิษฐานมาว่า ตั้งจิตลงมาเกิดเพื่อช่วยทำนุบำรุงพระพุทธศาสนาให้เจริญรุ่งเรืองตราบนานห้าพัน ปี มาเกิดเพื่อทำพระนิพพานให้แจ้ง คือตั้งใจว่าปฏิบัติเพื่อมรรคผลให้เข้าถึงซึ่งพระนิพพานในชาตินี้ ส่วนใหญ่ในวิสัยเช่นนี้จึงจะได้มีโอกาสมีวาสนามาพบกัน

คราวนี้ให้เราลองดูพิจารณาดูกำลังใจของเรา อารมณ์ใจกำลังใจเราเป็นเช่นนี้ไหม พอเราเริ่มรู้เริ่มเข้าใจ หรือรู้สึกได้กลางๆว่า เรารู้ว่าเราเกิดมาทำไม เราจะสร้างคุณประโยชน์ต่อชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ อย่างไรบ้าง พอเราคิดพิจารณาได้แล้ว เราก็มาพิจารณาต่อว่า ทำไมเราถึงมาปฏิบัติธรรม เราปฏิบัติ ธรรมเพื่ออะไร บางคนบอกว่าเราปฏิบัติธรรม เพราะการทำสมาธินั้นเป็นของดี คือเป็นคำบอกกล่าวกัน มาว่าเป็นเรื่องที่ดีในการฝึกสมาธิ แต่บางครั้งตัวเราก็กู้คำตอบไม่ได้ หรือไม่รู้ว่าถามต่อว่าดีอย่างไร เรา ก็ตอบไม่ได้ว่าดีอย่างไร

บางคนบอกว่ามาทำสมาธิเพราะต้องการความสงบ แต่คราวนี้สิ่งที่บอกว่าความสงบ ความสงบนั้นอันที่จริงนั้นมีหลายระดับ มีลึกมาก ตั้งแต่ความสงบเบื้องต้น ความสงบจากความวุ่นวาย จากความคิดการปรุงแต่ง ความสงบจากเรื่องที่วิตกกังวล ความสงบจากอารมณ์สังัดปราศจากนิเวศน์ห้า คือสงบในระดับฌาน ความสงบในระดับความว่างที่เรียกว่าอรูปรูสมาบัติ จนกระทั่งถึงความสงบระงับในกายสังขารคือจิตปล่อยวางร่างกาย และอารมณ์สูงสุดก็คือสงบสังัดจากสรรพกิเลสทั้งปวง กิเลสคือความโลภโกรธหลงไม่กำเรบขึ้นในจิต สงบสังัดจากอาการรบกวนของสังโยชน์ทั้งสิบ คือเข้าถึงความสงบสังัดของจิตที่ปราศจากกิเลสในระดับของพระอริยะเจ้า

ดังนั้นจะบอกว่าเราต้องการความสงบ ธรรมะนั้นก็มีความลึกซึ่งดุดังมหาสมุทร หากเราค่อยๆทำความเข้าใจ หยั่งในความลึกซึ่งแห่งธรรมที่ละเอียดจนกระทั่งจิตเรามีความละเอียดประณีตลึกซึ่งในธรรม เราก็จะยิ่งเจริญก้าวหน้าในธรรมมากขึ้น หรือแม้แต่คำว่า สุข หรือ ทุกข์

สุขก็มีสุขอย่างมนุษย์โลก ความสุขในรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ได้ใส่เสื้อผ้าสวยงาม ใส่เสื้อผ้าอารมณ์ราคาแพง ประทับพิงกายประดับกายด้วยของสวยงาม ทานอาหารรสเลิศ มีสินทรัพย์ มีลาภ ยศ สรรเสริญ อันนี้ก็ถือว่าเป็นความสุขแบบโลก เป็นความสุขที่ยังต้องใช้วัตถุ ภาษาธรรมะเรียกว่าสุขที่เจือด้วยอามิส

คราวนี้สุขมากกว่านี้ก็คือสุขในทิพยสมบัติ คือสุขในความเป็นทิพย์ของเทวดา สุขในความสงบสังัด ที่เรียกว่า พรหมสมบัติ จนกระทั่งถึงความสุขที่เป็นปรมาตฺถ์สุข สุขจากการไม่เกิด สุขจากการสิ้นภพจบชาติ ก็คือความสุขในอารมณ์แห่งพระนิพพาน ที่เรียกว่า "นิพพานัง ปรมัง สุขัง" พระนิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง

ดังนั้นจะบอกว่าสุข ความสุขก็มีหลายระดับเต็มที ส่วนความทุกข์ ความทุกข์มันก็มีมากมายมหาศาล เราปฏิบัติธรรมเพื่อดับทุกข์พบสุข แต่ความสุขนั้น トラบที่ยังต้องเวียนว่ายตายเกิด ความทุกข์มันก็ไม่หมดสิ้น บางคนร่ำรวยเกิดมาในตระกูลสูง มีทรัพย์มีสมบัติมาก พอมาเกิดชาตินี้ เรามีความเคยชินกับความสบาย ความสุข ความมีลาภ ความมีเกียรติยศ แต่บังเอิญบางครั้งเราก็พลัดเปลี่ยวอยู่กับโลกจนลึมนึกไปว่า ในที่สุด หากเราตายจากชาตินี้แล้วมันไม่ใช่ที่เราเกิดมารวยในตระกูลสูง เราจะเกิดมาเช่นนี้ในทุกชาติ บางชาติบางภพมันก็มีขึ้นมีลง บางภพชาติก็อยู่ในตระกูลสูงส่ง บางภพชาติก็เกิดเป็นบุคคลมนุษย์ ธรรมดาทั่วไปสามัญชน อันนี้ครูบาอาจารย์หลายท่านหลายรูปก็เคยเกิดเป็นกษัตริย์ เกิดมาเป็นปุถุชน เกิดมาเป็นข้าราชการขุนนางผู้ใหญ่รับใช้ชาติรับใช้แผ่นดิน ครูบาอาจารย์หลายท่านที่ท่านเล่าไว้ในประวัติในอดีตชาติของท่าน ก็มีการเกิดที่ขึ้นลงไม่เที่ยง อันนี้เป็นเรื่องธรรมดา ดังนั้นข้อนี้จึงเป็นข้อหนึ่งที่เป็นสิ่งสำคัญว่าทำไมเราจึงต้องสร้างกุศล ทั้งทาน ศีล ภาวนาให้ครบสม่ำเสมอไว้ตลอดเวลา

ในการปฏิบัติธรรม จุดแรกที่เราจะปฏิบัติ ก็คือการเจริญสมณะ ทัฬหสมาธิ ผีกจิตให้มีความสงบ ผีกจิตให้มีความจิตตานุกภาพ ความสงบที่ว่านั้น วิธีการฝึกในสมณะจะแบ่งขั้นตอนในการปฏิบัติได้ดังนี้

ขั้นที่ 1 คือการฝึกในอานาปานสติกรรมฐานในฌานหนึ่ง ฌานสอง ฌานสาม ฌานสี่ การฝึกอานาปานสติ นั้นมุ่งหมายเอาลมหายใจ เป็นตัวเกาะเป็นตัวยึดของสมาธิของสติ

ในขั้นต่อมาที่สูงขึ้นจากอานาปานสติ ฌานสี่ในอานาปานสติก็คือ การฝึกในการกำหนดสมาธิในตัวสมณะ จากภาพนิมิตก็คือกสิณ

- ❖ กสิณนั้นมีทั้งหมดสิบกอง อันได้แก่ **กสิณธาตุ**ทั้งสี่ ดิน¹ น้ำ² ลม³ ไฟ⁴
- ❖ **วรรณกสิณ** **กสิณสี** กสิณสีก็ได้แก่ กสิณสีดำนิลกสิณ⁵ กสิณสีเหลืองหรือสีทอง⁶ กสิณสีแดง⁷ แล้วก็กสิณสีขาว⁸ รวมเรียกว่า วรรณกสิณหรือกสิณสี
- ❖ ส่วนกสิณอีกสองกองที่อยู่นอกหมวดของกสิณธาตุ และวรรณกสิณ ก็คือ **กสิณความว่าง**⁹ และกสิณที่เรียกว่า**โอภาสกสิณ**¹⁰ คือ กสิณของแสงสว่างเหมือนแสงสว่างส่อง รวมเป็นกสิณ สิบกอง ในการกำหนดภาพนิมิตของกสิณ

คราวนี้เมื่อไรก็ตามที่เราฝึกกสิณ จนได้ฌานสี่ของกสิณ ก็คือ สามารถนึกภาพ นึกภาพ คือการทรงภาพ นึกภาพ คือการทรงภาพ ภาพของกสิณนั้นกลายเป็นเพชรประกายพรึก มีเส้นแสงรัศมี มีความเป็นทิพย์ มีความสว่างพราย แต่จุดที่จะทำให้จิตเข้าถึงสภาวะความเป็นทิพย์ กำลังความเป็นทิพย์ของกสิณได้ ก็คือ **อารมณ์จิตต้องสัมพันธ์กับนิมิต นิมิตสัมพันธ์กันกับอารมณ์ใจ ทั้งสองส่วนเชื่อมโยงประสาน เหมือนกับอานาปานสติก็เช่นกัน ลมปราณสัมพันธ์จิตใจ ลมหายใจละเอียดเบา อารมณ์จิตละเอียดเบา ลมหายใจเบาลง สงบ ระงับลง จิตความวุ่นวายความฟุ้งซ่านก็พลอยสงบระงับลง**

ดังนั้นจุดสำคัญที่ชี้เป้า เป็น**เคล็ดลับของการฝึกสมาธิทั้งหมด** ก็คือ **อารมณ์ของพระกรรมฐานคืออารมณ์จิต อารมณ์จิตของกรรมฐาน 40 กอง แต่ละกองมีอารมณ์ไม่เสมอกัน มีความแตกต่างกัน และในขณะที่เดียวกันในกสิณหลายๆกองในหมวดเดียวกันก็มีความคล้ายคลึงกันในอารมณ์คล้ายกัน**

พอเราพ้นจากกสิณ ขึ้นสูงกว่านั้นก็คือ**อรูปรสมาบัติ**มีอีกสี่

อรูปรสมาบัตินั้นเป็นทั้งการเข้าสู่สภาวะของอรูปรสมาบัติ เป็นสภาวะธรรม และก็เป็นการศึกษา เป็นกึ่งวิปัสสนาญาณ แต่พิจารณาไปในความว่าง เพื่อเพิกความเกาะ เพิกรูป เพิกวัตถุ เพิกสัญญา เพิกสิ่งกระทบต่างๆ ซึ่งเดี๋ยวจะสอนไปในรายละเอียดอีกครั้งหนึ่ง

พอสุดที่ความว่างนั้นคือ **อรูปรสมาบัติ ก็ถือว่า อยู่ในจุดที่สุดของสมณะสมาธิ**

คราวนี้สิ่งต่อมาที่มันมีความเชื่อมโยงกัน ว่าทำไมถึงจะต้องมาฝึกอานาปานสติ ทำไมถึงต้องฝึกกสิณ ทำไมต้องมาฝึกอรูปรสมาบัติ คราวนี้สี่ เป็นความสำคัญที่ไปเชื่อมโยงกับเรื่องของการบรรลุธรรมที่เรียกว่า **“วิสัยทั้ง 4 ของการบรรลุธรรม”** ความเป็นพระอริยะเจ้ามีทั้งหมด 4 วิสัย สี่วิสัยที่ว่าก็คือ

- ❖ 1 สุขวิปัสสโก มีอารมณ์จิตพิจารณาธรรม สมาธิ มีได้น้อยที่สุดขั้นต่ำที่สุดก็คือปฐมฌาน ใช้กำลังของปฐมฌานในอานาปานสติตัดกิเลส ก็สามารถเข้าถึงซึ่งมรรคผล ตั้งแต่พระโสดาบันขึ้นไปถึงอรหัตผลได้ แต่สุขวิปัสสโกเป็นวิสัยของสาวกภูมิที่เมื่อบรรลุธรรมแล้ว นอกเหนือจากตัด

กิเลสเป็นพระอริยะเจ้าก็ไม่มีความสามารถพิเศษอื่น คือ ไม่มีเจโตปริยญาณการรู้วาระจิต ไม่มีอภิญาญา ไม่มีทิพยจักษุญาณที่จะไปรู้เห็นในเรื่องของความเป็นทิพย์ ไม่มีกำลังของมโนมยิทธิที่สามารถใช้กำลังของกายทิพย์ถอดไปในภพภูมิต่างๆได้ ก็คือไม่รู้ไม่เห็นอะไรทั้งสิ้น รู้ในเรื่องของการตัดกิเลสของตนแต่เพียงฝ่ายเดียว อันนี้ก็คือวิสัยของสุขขวิปัสสโก

- ❖ คราวนี้ต่อมาก็คือ เทวิชโชวิชชา 3 เทวิชโชวิชชา 3 จำเป็นที่จะต้องได้สมณะสมาธิในกรรมฐานที่เป็นบาทฐานของทิพยจักษุญาณ วิชชา 3 ก็คือมีเจโตปริยญาณรู้วาระจิต มีทิพยจักษุญาณคือมองเห็นเทวดา พรหม เห็นความเป็นทิพย์ได้ แต่ถอดกายทิพย์ไม่ได้ แสดงอภิญาญาจิต แสดงอภิญาญาสมาบัติที่เป็นอิทธิวิธีต่างๆไม่ได้ แต่มีญาณเครื่องรู้ในระดับหนึ่ง ใช้คำว่าในระดับหนึ่ง เหตุก็ด้วยเจริญกสิณกองใดกองหนึ่งเช่น กสิณไฟ กสิณแสงสว่าง หรือแม้แต่กสิณน้ำ อันนี้ก็คือกสิณที่เป็นบาทฐานของทิพยจักษุญาณ เราจะเห็นว่า ขอบเขตความสามารถวิสัยของพระอริยะเจ้าที่มีศักยภาพความสามารถสูงขึ้น ก็จำเป็นจะต้องมีเหตุให้เกิดผลก็ต้องปฏิบัติเจริญพระกรรมฐาน เจริญในส่วนของสมณะในระดับในวิชาที่สูงขึ้น เราว่ากันประเภทวิสัยที่ 2 แล้ว
- ❖ คราวนี้วิสัยที่ 3 วิสัยที่ 3 ก็คือ จพบัญญาหรืออภิญาญา 6 อภิญาญา 6 มีความสามารถยิ่งมากขึ้นไปอีก ถือว่าเป็นวิสัยที่เรียกว่าอภิญาญาใหญ่ คือแสดงอิทธิวิธีได้ ได้ทิพยจักษุญาณ ได้เจโตปริยญาณได้ญาณทั้งแปด ถอดอาทิสมานกายกายทิพย์ไปในภพภูมิต่างๆได้ ญาณเครื่องรู้มีความชัดแจ้งชัดเจน หรือแสดงอิทธิวิธีปาฏิหาริย์ต่างๆได้ ซึ่งขอบเขตเหตุผลที่ทำให้ท่านได้ความสามารถในจุดนี้ ก็ด้วยเหตุที่ท่านต้องสำเร็จในวิชาของกสิณที่เป็นกสิณธาตุทั้ง 4 คือสำเร็จวิชาธาตุ คือมีจิตตานภาพเหนือธาตุทั้ง 4 บังคับธาตุ ตั้งธาตุ รวมธาตุ แบ่งธาตุได้ หรือไม่เช่นนั้นก็มีกำลังความสามารถที่ฝึกจนครบกรรมฐานในส่วนของกสิณครบทั้งสิบกอง อันนี้ท่านเมื่อบรรลุมรรคผลก็จะมีศักยภาพความสามารถในเรื่องของญาณต่างๆ อภิญาญาสมาบัติ อิทธิวิธีต่างๆปรากฏ
- ❖ คราวนี้พอถึงวิสัยที่ 4 เรียกว่าปฏิสัมภิทาญาณ ปฏิสัมภิทาญาณนั้นมีความสามารถครอบคลุมทั้งหมด อิทธิวิธีก็ได้ ทิพยจักษุญาณก็ได้ เจโตปริยญาณก็ได้ ได้ทั้งหมด

แต่ความสามารถพิเศษก็คือปฏิสัมภิทาญาณ คือ หนึ่งแสดงธรรมะที่ยากให้กลายเป็นง่าย ธรรมะที่คนยากจะเข้าใจอธิบายโดยใช้คำไม่ก็คำ คนฟังก็สามารถกระจ่างแจ้งขึ้นมาได้ อธิบายจากยากให้กลายเป็นง่าย ต่อมาก็คือความสามารถที่สามารถอธิบายธรรมะง่ายๆให้พิสดารลึกซึ้งคือ พิสดาร เรียกว่าเกินกำลังของคนทั่วไปที่จะคิดถึงว่าอภัยธรรมะเหมือนตัวเองรู้แล้วทราบแล้ว เป็นธรรมะดาดื่นพื้นๆ แต่ท่านสามารถอธิบายให้มันลึกซึ้งพิสดารมีนัยยะได้มากกว่าคนทั่วไป

คราวนี้ต่อมาก็คือท่านที่ได้ปฏิสัมภิทาญาณ สามารถทรงพระไตรปิฎกได้ทั้งหมด อันนี้แล้วเหตุผลให้ฟังว่าทำไมถึงทรงพระไตรปิฎกคือจดจำพระไตรปิฎก ธรรมะที่พระพุทธเจ้าสอนได้ทั้งหมด เพราะเป็นการเชื่อมโยงโดยตรงกระเสจติดกับพุทธบารมีของพระท่าน ดังนั้นพระท่านสงเคราะห์โดยตรง ท่านแสดงธรรมมาก็แสดงธรรมถ่ายทอดต่อไป

ดังนั้นก็ทรงพระไตรปิฎกได้เพราะเชื่อมกระแสกับพระพุทธรูปของท่านโดยตรง อันนี้ก็มีครูบาอาจารย์หลายท่านที่เชื่อมกระแส อย่างท่านจิตโตซึ่งท่านมรณภาพไปแล้วก็เชื่อมกระแสโดยตรงถ่ายทอดธรรมจากสมเด็จพระสังฆราช หรือหลวงพ่อก็ถ่ายทอดธรรมโดยตรงจากสมเด็จพระสังฆราช หลวงพ่อฤๅษี ดังนั้นมีอีกหลายท่านที่ท่านมีความสามารถตรงนี้

ในยุคสมัยนี้ก็ยังมีท่านที่ได้ปฏิสัมภิทาญาณอย่างนี้ ทรงพระไตรปิฎกได้ทั้งหมด

คราวนี้ส่วนหนึ่งก็คือ ปฏิสัมภิทาญาณนั้นสามารถรู้ภาษาทุกภาษา รู้ภาษาสัตว์ ถ้าอ่านในประวัติหลวงปู่มั่น เราจะเจอบางส่วนของที่เขียนว่าหลวงปู่มั่นได้ยินเสียงลิงคุยกันแล้วท่านรู้เรื่อง หรือครูบาอาจารย์หลายๆท่าน ท่านคุยกับนกคุยกับหมาคุยกับแมวได้รู้เรื่อง อันนี้ก็เป็นที่วิสัยหนึ่งของปฏิสัมภิทาญาณ เพราะเป็นการสื่อสารโดยใช้จิตอ่านจิตความคิดของจิต ดังนั้นก็ฟังทุกภาษาได้เพราะภาษาจิตเป็นภาษากลางซึ่งครอบคลุมไม่เฉพาะกับมนุษย์ ภาษาจิต จริงๆครอบคลุมทุกภพทุกภูมิหรือแม้แต่ดวงดาวอื่น มนุษย์จากดาวอื่นก็ใช้ภาษาของจิต อันนี้ก็เล่าให้ฟังว่าวิสัยของพระอรหันต์เจ้าในการบรรลुरुธรรมนั้นมี 4 วิสัย

ซึ่งวิสัยที่ 4 ปฏิสัมภิทาญาณจำเป็นที่ต้องฝึกสมถะจนได้รูปสมาบัติกองใดกองใดกองหนึ่ง คือจะได้รูปที่ 1 กิติหรือขึ้นไปถึง 2 หรือ 3 หรือครบทั้งหมดกลายเป็นสมาบัติ 8 กิติ ต้องได้รูปถึงจะได้ปฏิสัมภิทาญาณ

คราวนี้สิ่งที่คนทั่วไปที่ปฏิบัติธรรมไม่รู้ก็คือ

หากเราในกาลก่อน เราเคยตั้งจิตอธิษฐานมาในวิสัยปฏิสัมภิทาญาณแต่เราไปปฏิบัติในสุขขวิปัสสโก มันก็ปฏิบัติแล้วก็ตันแล้วก็ได้อยู่แค่นั้น หรือเราเป็นวิสัยได้เพียงแค่สุขขวิปัสสโก พอมาฟังธรรมที่อธิบายในวิสัยของเตวิชโช ฉพภิกขุญญ หรืออภิกขุญญา เราก็อาจจะเข้าใจหรือไม่มีกำลังที่จะปฏิบัติไปถึง

ดังนั้นสิ่งต่างๆที่เราจะรู้ว่าเราอยู่ในวิสัยไหน เราก็ง่ายๆเป็นแค่ถามตัวเอง ถ้าเราได้ธรรมะหรือได้ศกยภาพของจิต เราขอวิสัยแบบไหน ซึ่งวิสัยของปฏิสัมภิทาญาณคือครอบคลุมทั้งหมด เหมือนsubset ที่ครอบคลุมทั้งหมด รองลงมาคืออภิกขุญญา 6 รองลงมาคือวิชชา 3 รองลงมาคือสุขขวิปัสสโก เราปฏิบัติแล้วได้ความเป็นทิพย์ของจิต เราปฏิบัติแล้วได้ความเฉลียวฉลาดในปฏิสัมภิทาญาณ เข้าใจแตกฉานลึกซึ้งในธรรม

ในสมัยโบราณ หลังจากพระพุทธเจ้าเสด็จดับขันธปรินิพพาน พระสงฆ์ที่ท่านทำหน้าที่สังคายนาพระไตรปิฎก ในยุคต้นๆท่านนิมนต์เฉพาะพระอรหันต์ปฏิสัมภิทาญาณเท่านั้น พระอรหันต์วิสัยอื่นไม่ได้ อันนี้จึงเป็นเรื่องสำคัญในการทำนุบำรุงพระพุทธศาสนาให้ไม่ผิดเพี้ยนไม่พ่นเผื่อไป

อันนี้ก็ให้เราโน้มจิตพิจารณา ถ้ามืดของตัวเราเอง เราฟังพอใจในระดับไหน และนอกเหนือจากวิสัยของสาวกภูมิก็ยังมีวิสัยของพุทธภูมิ พุทธภูมิคือบุคคลที่ตั้งจิตปรารถนาเป็นพระพุทธเจ้าในอนาคตกาล คราวนี้พอเป็นพุทธภูมินี้ ยิ่งปฏิบัติต้องปฏิบัติให้ครบมีความคล่องตัวทั้งหมดในกรรมฐานทุกกอง กรรมฐาน 40 กองมีความคล่องตัว มหาสติปัฏฐาน 4 มีความคล่องตัว อธิบายพิสดารลึกซึ้งได้ อรูป

สมาบัติปฏิบัติได้ รวมความว่า ถ้าจะอยู่ในพุทธภูมิวิสัย เราต้องสอนคนได้ทุกประเภททุกวิสัยครอบคลุมทั้งหมด ดังนั้นในวิสัยของพุทธภูมิก็จะสูงขึ้น และญาณความรู้เครื่องรู้ของพระโพธิสัตว์หรือพุทธภูมิ ถึงเวลาญาณที่ท่านจะได้ ญาณท่านก็จะพิเศษ อย่างปฏิสัมภิทาญาณก็เรียกว่าปฏิสัมภิทาญาณ อย่างญาณเครื่องรู้ของพระพุทธองค์ก็เรียกว่าสัพพัญญูญาณ คือล่วงรู้ในทุกสรรพสิ่งทั้งโลกทั้งจักรวาล ไม่มีสิ่งใดที่พระพุทธองค์ไม่ทรงล่วงรู้เลยแม้แต่หย่อม ซึ่งทั้งหมดนี้ล้วนแล้วแต่สะสมจากการบำเพ็ญบารมีทั้ง 30 ทัศ ความทรงจำ ประสบการณ์ทุกสิ่งทีเรียนรู้อะไร ทุกสิ่งทีผ่านการเวียนว่ายตายเกิดมา ถูกบันทึกในจิตและรู้ตื่นโดยไม่มีอาการล้างสัญญาทั้งหลาย จดจำได้ทั้งหมด ความรู้ทั้งหมดจากการเกิด ไม่ว่าจะเป็นสี่สงฆ์ขยแปดสงฆ์ขย สิบหกสงฆ์ขยก็ไรเสนกับ ความรู้ทั้งหมดปรากฏรู้ตื่นในชาติที่บรรลุอภิเสกสัมมาสัมโพธิญาณปรากฏเป็นสัพพัญญูญาณ ญาณเครื่องรู้ในทุกสรรพสิ่ง อันนี้ก็ถือว่าเป็นที่สุด ดังนั้นพุทธภูมิก็ต้องปฏิบัติ ต้องรู้มากกว่าชาวบ้านเขา

คราวนี้ย้อนกลับไปยังผู้ที่ปฏิบัติ เราพึงพอใจในวิสัยใด เราพึงพอใจแค่ไหน พังแล้วถูกใจชอบแบบไหน หรือบางครั้งเราทบทวนตัวเราเอง บางคนไปเจอท่านที่คอยบอก "ปฏิบัติอย่าไปอยากรู้อยากเห็นอะไร" แต่ลึกๆตัวเองมีเซนส์ มีซิกแซก มีญาณเป็นของเก่า คือตัวเราไม่ได้อยู่ในวิสัยสุขขวิปัสสโก แต่ไปเห็นชอบว่าขอไม่รู้ไม่เห็นอะไร ก็เท่ากับไปปิดกั้นจิตของตัวเอง การปฏิบัติเราก็ไม่ก้าวหน้า ตัวอาจารย์เคยเจอลูกศิษย์หลายคน ตอนแรกก็มาถึงบอกหนูเคยอธิษฐานเคยไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี่ ท่านบอกว่าปฏิบัติอย่าอยากรู้อยากเห็นอะไร ก็ปรากฏว่าอธิษฐานตามแบบนั้น ก็ปฏิบัติแล้วก็ไม่มี ความก้าวหน้าใดๆ พอมาฝึกกับอาจารย์ อาจารย์ก็แนะนำให้เราพิจารณาใหม่ อธิษฐานใหม่ว่า "ธรรมใดที่ข้าพเจ้าเคยปฏิบัติมาแล้วในกาลก่อน ธรรมใดที่กระจำงแจ้งในจิตของข้าพเจ้า ขอให้ข้าพเจ้าได้รู้เห็นธรรมนั้นโดยง่ายโดยพลัน" พอจิตเปิดขึ้น ตื่นขึ้น คราวนี้ญาณก็ปรากฏ การทำสมาธิก็ปรากฏ จำไว้ว่าอย่างหนึ่งว่าคำที่เป็นศัพท์ในพระพุทธศาสนาและความเข้าใจหลายอย่างทีจำเป็นต้องเข้าใจก็คือ "อวิชชา แปลว่า ความไม่รู้" ในเมื่อเราบอกว่าขอปฏิบัติแบบไม่รู้ไม่เห็นอะไร ก็คือ เท่ากับขอปฏิบัติเพื่อให้ได้ อวิชชา สุดท้ายก็คือตื้อตันอยู่นั้น อันทีจริงเราปฏิบัติธรรม ก็ขอเพื่อให้เกิดการดับอวิชชาความไม่รู้ ดังนั้นเราปฏิบัติเพื่ออวิชชาคือความรู้อัจจ รู้อัจจแทงตลอดในธรรม รู้อัจจแทงตลอดในความไม่เที่ยงในสังสารวัฏ รู้อัจจแทงตลอดในมรรคผลพระนิพพาน เห็นมรรค เห็นผล เห็นทางเดินทางปฏิบัติชัดเจน

ดังนั้นเมื่อไรทีเรารู้ตื่นจุดแรกจากจุดทีเราเคยผิดพลาดไป การปฏิบัติธรรมของเราก็ก้าวหน้าขึ้น ให้เราลองคิดพิจารณาดู เรามีไหม ญาณเครื่องรู้ สัมผัสผัสสะซิกแซกต่างๆเรามีไหม อย่างมีหลายคนแค่ไปบวชบิ๊ปของเก่าก็กลับมาหรือพอมาริมฝึกสมาธิบิ๊ปของเก่าก็กลับมา อันนี้เป็นเรื่องปกติ เหตุผลเพราะว่าบุคคลเหล่านั้นบางครั้งเขาเคยอธิษฐานมาในอดีตชาติ ขอให้วิชาเดิมวิชาเก่าได้ฟื้นคืนกลับมา จำไว้เสมอว่าการปฏิบัติธรรม การฝึกจิต การเรียนรู้อัจจเรื่องสมาธิ เรียนรู้อัจจเรื่องจิต เป็นปัญญาเป็นความรู้เป็นอริยทรัพย์ทีติดตัวไปทุกภพทุกชาติ ความรู้ทางโลกเกิดใหม่ก็ถูกดับถูกล้างถูกปิดสัญญา แต่สิ่งทีเราเคยฝึกเคยปฏิบัติเคยเจริญพระกรรมฐาน ยังติดตัวเราไปทุกชาติภพ เรื่องนี้อาจารย์ขอยืนยันได้ ตั้งแต่เด็กอายุเพียงแค่ 6 ขวบ 7 ขวบ อาจารย์ก็จุดไฟเล่น เผาไฟ มองกองไฟ คือเฟ่งกลิ่นไฟไปโดยไม่รู้ตัว จุดไฟ

ดูตั้งแต่ช่วงค่ำไปเรื่อยๆ ผ่านมา ดูไปเรื่อยๆหลายๆเดือนเข้า จุดทุกวันเผาทุกวันแล้วก็ดับเป็นระเบียบ
เรียบร้อยตั้งแต่เด็ก ดูไฟเพ่งไฟกระท่งวันหนึ่งไฟนั้นจากสีเปลวไฟมันกลายเป็นเปลวสีรุ้งเห็นด้วยตาเนื้อ
พอเปลวสีรุ้งมันเกิดขึ้น ใจมันมีความสุข มันตื่นเต้นมันอิมใจ ยิ่งใส่ไฟเข้าไปอีก คราวนี้ เผลอตัวอีกทีหนึ่ง
ทุกอย่างมันดับวูบหายไปหมด เข้าสู่อุปปนาสมาธิ มาออกจากสมาธิอีกทีก็เป็นเวลาที่ฟ้ามืด เรียกว่าเวลา
หายไปไม่นาน หายไปหลายชั่วโมงจนมืดค่ำ อันนี้ก็ได้กสิณไฟตั้งแต่อายุไม่ถึง 8 ขวบ จนกระทั่งมารู้ตื่น
อีกทีหนึ่งเป็นของเก่า นั่นก็คือ ช่วงที่บวชพระที่วัดบวร เรียนพระกรรมฐานกับสมเด็จพระสังฆราชญาณ
สังวร สมเด็จพระสังฆราชองค์หนึ่ง ทำสมาธิอานาปานสติ ทำไปเท่าไรก็ทำไม่ได้ จิตไม่สงบ ผ่านไป 2
สัปดาห์ ทนไม่ได้ เปลี่ยนวิธีฝึก สมเด็จพระสังฆราชลงสอนอยู่แล้วลืมหัดฝึก มองเทียนที่ท่านจุด เทียนที่ท่านบูชา
พระรัตนตรัย มองสบายสบาย ของเก่าจากกสิณไฟกลับ มองไปสักพักหนึ่งไม่ถึง 5 นาที ตรงกลางของไฟ
นั้นปรากฏเป็นดวง รัศมีโดยรอบปรากฏเป็นรุ้งพร่างพรายเป็นประกายพริ้ว ชัดภาพทุกอย่างชัดเจน
เปลวไฟเลยพ้นจากที่เป็นรัศมีประกายพริ้วไปมันเปลวมันหายไปหมด ใจมันสบาย ใจมันผ่อนคลายอย่างยิ่ง
จดจ่ออยู่กับภาพนั้น ลืมตาฝึก จนรู้สึกใจสบายแล้วมันพอ จิตมันบอกว่าให้หลับตา พอหลับตาก็
ปรากฏว่าความรู้สึกคือ รู้สึกว่ากายตอนนั้นเป็นพระ กายนั้นปรากฏจิวรสีทองกลายเป็นทองทั้งหมดลอย
ขึ้นไปอยู่เหนือโลก รัศมีสีทองจากกายที่เป็นพระสวมจิวรสีทองแผ่เมตตาสว่างออกไป อารมณ์จิตมีความ
ผ่องใส รัศมีกายสว่างอย่างยิ่ง อยู่เหนือโลก แผ่เหนือจักรวาลออกไป แล้วก็มีเสียงปรากฏขึ้นมาในจิตว่า
อันนี้คือ “เมตตาอุปปนาณฉาน” ไม่เคยได้ยินมาก่อนหรืออ่านไม่เจอ ก็จดจำอารมณ์นั้น จดจำการแผ่
เมตตาเช่นนั้น แผ่เมตตาออกไป 3 แดนโลกธาตุ เป็นอารมณ์ความรู้สึกเป็นรัศมีกายออกไป จนกระทั่ง
ตอนนั้นก็ไม่ว่าอะไรมันเกิดขึ้น เห็นแต่ว่ากายทิพย์เราออกไป ก็ไม่รู้สึกด้วยซ้ำว่าอันนี้คือการถอดกายทิพย์
ไม่รู้ด้วยซ้ำว่าอันนี้คืออาภิสมาณกาย ไม่รู้ว่านี่คือมโนมยิทธิแบบหนึ่ง การใช้กำลังกายที่ตัดแล้ว ก็ไม่รู้ว่า
อารมณ์จิตที่เรียกว่าเมตตาอุปปนาณฉานมันคืออะไร แต่รู้ว่าแผ่เมตตาไปโดยไม่มีประมาณ พอออก
จากสมาธิได้ มาอ่านหนังสือค้นคว้าในห้องสมุดธรรมะก็เจอศัพท์คำนี้จริงๆ ก็ค้นพบวิชานี้ แต่จนกระทั่ง
มาเมื่อปีที่แล้วถึงมาค้นพบว่า วิชานี้จริงๆอยู่ในคัมภีร์ลับของทิเบตที่เรียกว่า “คัมภีร์กายรุ้ง” อันนี้คือ
“กายทองคำ” วิชาทองเลน อันนี้เป็นศัพท์ของทิเบต เป็นวิชาของโพธิสัตว์หรือพุทธภูมิในการแผ่เมตตา
ในการโปรดมวลสรรพสัตว์ อันนี้ของเก่ามันก็ปรากฏขึ้นมา อันนี้ก็เล่าให้ฟังว่าแต่ละบุคคลนั้นมันมี
ของเดิมของเก่ามันมา ของอาจารย์โชคดีตั้งโปรแกรมไว้ถึงเวลามันตื่นไปตามจังหวะ บวชปุ๊บก็ปรากฏ
ขึ้น พอถึงจุดหนึ่งก็มีปรากฏขึ้น อันนี้เล่าให้ฟังนะ

คราวนี้ต่อมาก็ให้เราเข้าใจก่อนว่าวิชาที่สอนเป็นวิชาที่เป็นของเก่านับแต่อดีตชาติของอาจารย์ หรือ
แม้แต่อานาปานสติในแนวทางที่สอน ที่ให้จับลมหายใจเป็นเหมือนกับแพรวไหมผ่านเข้าออกเป็นปรากฏ
อันที่จริงมันก็คือวิชาลมปราณควบกับอานาปานสติ แล้วก็จริงแล้วก็อยู่ในคัมภีร์ของวัชรยานของ
คัมภีร์ลับของทิเบตด้วยเช่นกัน มาเจอทีหลังแต่เราสอนมาก่อนล่วงหน้าเป็นเวลาประมาณสัก 30 ปีได้

ดังนั้น ก็ขอบอกว่าอันนี้จริงเราหลายๆคนที่มีโอกาสมาฝึกก็โชคดี ฝึกสมาธิแล้วมันได้เร็วกว่าคนอื่น ได้
เร็วกว่าชาวบ้าน เพราะที่จริงกว่าจะฝึกมาได้ขนาดนี้ก็สะสมมาหลายชาติ หลายภพหลายชาติเต็มที
ดังนั้นเวลาที่คนอื่นเขาได้ง่าย อาจจะเป็นเพราะเขาฝึกมาหลายชาติภพ แต่ในขณะที่เดียวกัน เราก็อยา

ท้อถอย เราก็อาจจะมิของดีที่เราฝึกมาหลายชาติภพแล้วก็ได้ เพียงแต่แค่สะกิด หรือฝึกให้ตรงจุดถูกวิธี สมาธิจิตความก้าวหน้าของการปฏิบัติก็เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว

สำหรับวันนี้ก็ใกล้เวลา เรามาเข้าสู่ความสงบ สำหรับคนที่มาใหม่ก็กำหนดจิต

เริ่มต้น ทำความรู้สึกตัวทั่วพร้อม ผ่อนคลายร่างกาย ทำความรู้สึกว่ากล้ามเนื้อทั่วร่างกายผ่อนคลาย กำหนดว่าการผ่อนคลายปล่อยวางคือ การปล่อยวางร่างกาย ปล่อยวางขันธ์ห้า ตัดขันธ์ห้า ตัดความรู้สึกทั่วทั้งร่างกายออกไป เราทำเหตุนี้เพื่อแยกกายแยกจิต เพื่อให้เข้าสู่ความสงบได้เร็ว ผ่อนคลายปล่อยวางร่างกาย ปล่อยวางความคิดความกังวลความห่วงใยทั้งปวง

จากนั้นกำหนดจิตจินตภาพเห็นลมหายใจเป็นเหมือนกับแพรวไหมพลิ้วผ่านเข้าออกในกาย เห็นลมตลอดสายตลอดทั้งกองลม แพรวไหมในจินตนาการนั้น มีประกายกากเพชรแพรวพราวระยิบระยับพลิ้วผ่านเข้า ออก ละเอียดย ปรานีต ราบรีน ปลอดโปร่ง สิ้นไหล กระแสมวลอากาศที่เราหายใจเข้าไป เรากลับลมหรืออากาศนั้นให้กลายเป็นปรานเป็นพลังชีวิต ปรานพลังชีวิตที่เป็นเหมือนกับแพรวไหมพลิ้วผ่านเป็นประกายระยิบระยับ เมื่อหายใจเข้าก็ถึงเอาพลังชีวิต เอาความสดชื่น เอาความผ่องใส เข้าสู่กาย หายใจออก นำความกังวลความทุกข์โรคร้ายไข้เจ็บสลายหายไปจากกาย จดจ้อราบรีนต่อเนื่องอยู่กับลมหายใจตลอดทั้งสาย ลมหายใจราบรีนปลอดโปร่ง อารมณ์จิตมีความเบา มีความสบาย มีความปลอดโปร่ง ลมหายใจยิ่งเบา จิตยิ่งสงบ ลมหายใจยิ่งละเอียดย จิตยิ่งละเอียดย ลมหายใจนั้นเป็นเหมือนกับมาตรวัดที่บอกความสุข ลมหายใจสบาย อารมณ์จิตสบาย ลมปรานสัมผัสผัสจิตใจ ลมละเอียดยจิตละเอียดย ลมสงบใจสงบ จนเมื่อลมหายใจของเราละเอียดยลงเบาลงอย่างยิ่ง จิตเรากลับมวลอากาศเป็นปรานที่ละเอียดย จิตสงบ ลมหายใจสงบ ใจแยมยี่มน้อยๆ จิตผ่องใส เข้าถึงความสงบของใจ พร้อมกับพิจารณาว่าจิตที่สงบนี้คือความสุข ดังที่พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ว่า “ความสุขเสมอด้วยความสงบนั้นไม่มี” เราเข้าถึงความสงบของจิต ความสงบของสมาธิ ความสงบจากสภาวะที่จิตหลุดจากความฟุ้งปรุ่งแต่งความวุ่นวาย ความกังวลทั้งหลาย สงบจากนิเวศน์ทั้งห้า จิตได้พักจากความวุ่นวาย

กำหนดใจของเราให้ยินดีในความสงบของจิต ภายในจิตแยมยี่มน้อยๆ เิบอิม ทรงอารมณ์อยู่กับความสงบ ลมหายใจละเอียดยปรานีตอย่างยิ่ง จิตสงบอย่างยิ่ง อารมณ์จิตเบาสบายและเป็นสุขอย่างยิ่ง สงบนิ่ง ผ่องใส จิตสว่างกระจ่างแจ้ง ใจแยมยี่ม

เมื่อจิตเป็นสุข ความทุกข์ก็สลายตัวไป เมื่อจิตผ่องใสความมืดบอดแห่งอวิชชาก็ดับลง จิตสะอาด สว่างสงบเย็น ผ่องใส

จากนั้นกำหนดจิต รำลึกถึงพระพุทธองค์ กำหนดว่าภายในกายของเรานั้นมีภาพพระพุทธรูปอยู่ทับซ้อนอยู่ในกาย ตั้งจิตว่าเราอาราธนา กระแสพุทธบารมีของพระพุทธเจ้า พระพุทธองค์ทรงเสด็จดับขันธปรินิพพานยังพระนิพพานแล้ว มีพระพุทธรูปมี ปรากฏประจักษ์อยู่เป็นที่อัศจรรย์ เราน้อมอาราธนา กระแสพุทธบารมีของพระพุทธองค์มาอยู่กับภาพนิมิต คือภาพที่เรานึกในจิตนั้น ภาพพระที่เราเห็นด้วยตา พระพุทธรูปที่เรากราบไหว้ ไม่ว่าจะไปวัดวาอารามใดก็ตาม หรือแม้แต่ที่บ้าน องค์พระที่เรานึก คือ

ทรงภาพไว้ในจิตปรากฏในกาย เราน้อมนึกว่านับแต่บัดนี้ จิตเราถึงในไตรสรณคมน์ เรานึกถึง พระพุทธรูป เรานึกถึงพระพุทธเจ้าบนพระนิพพานทุกครั้ง กายนี้กราบพระพุทธรูปบนโลก จิตกราบถึง พระพุทธเจ้าบนพระนิพพาน ตาเห็นรูป จิตถึงนาม กำหนดใจของเราให้ถึงไตรสรณคมน์ไว้เช่นนี้หรือยาม ที่จิตของเรานึกถึงครูบาอาจารย์พระอรียะเจ้าแม้ว่าท่านจะล่วงลับไปแล้ว เรานึกถึงว่าเรากราบแทบพระ บาทกราบแทบเท้าครูบาอาจารย์พระอรียะสงฆ์ เรากราบถึงองค์ท่านคือพระอรียะสงฆ์อย่างแท้จริง นึกถึง หลวงปู่ทวด เรากราบหลวงปู่ทวด เรากราบถึงท่าน เรานึกถึงหลวงพ่อดุสิต เรากราบ เราถึงท่าน นึกถึง หลวงตามหาบัว นึกถึงหลวงปู่มั่น เรากราบถึงพระบาทกราบถึงตักท่าน นับแต่นี้ในการปฏิบัติกำลังใจเรา สูงกว่าคนทั่วไป จิตเราถึงไตรสรณคมน์ จิตเรานึกถึงกราบถึงเสมอ แม้ยามถวายทาน กายนี้ถวาย พระสงฆ์ กำลังใจเราตั้งว่าถวายเป็นสังฆทาน ไม่ได้ถวายจำเพาะเจาะจงกับพระรูปหนึ่งรูปใด กายนี้ ถวายพระสงฆ์เป็นสังฆทาน จิตกายทิพย์เราน้อมถวายพระพุทธเจ้าทุกๆพระองค์ พระปัจเจกพุทธเจ้า พระอรหันต์ทุกๆพระองค์บนพระนิพพาน นึกน้อมเห็นกายทิพย์เรายกถวายทุกท่านทุกพระองค์บนพระ นิพพาน อันนี้ก็คือนึกกำลังใจ ทำเหมือนกันเท่ากันกำลังใจต่างกันผลอานิสงค์ความก้าวหน้าต่างกัน ให้เรา เริ่มปรับยกระดับ อัปเดตกำลังใจเราขึ้น ให้การปฏิบัติของเรามีความก้าวหน้าขึ้น

คราวนี้ก็ให้เราตั้งกำลังใจว่าองค์พระนั้นอยู่กับเรา เป็นองค์พระภายใน ถ้าศาสตร์ของหลวงพ่อดุสิตก็จะ บอกว่าการทรงภาพพระ จะหนึ่งฐานหรือสามฐานก็ดี ถ้าศาสตร์ของหลวงปู่ดู่ก็บอกว่าเป็นการอัญเชิญ พระเข้าตัว ถ้าภาษาถ้าพูดอธิบายง่ายๆว่าตอนนี้เรามีพระภายใน มีพระภายในก็คือมีพระพุทธเจ้าเป็น สรรณะภายในอยู่ในจิต เราอยู่ที่ไหนพระท่านอยู่กับเราเสมอ ดังนั้นจิตเราก็คงแนบกับพระรัตนตรัย มากกว่าบุคคลธรรมดาที่เขาเข้าถึงไตรสรณคมน์แต่เพียงผิวเผิน อันนี้ก็ให้เรายกระดับขึ้น หลากๆคนทำ เป็นปกติอยู่แล้วคล่องตัวอยู่แล้วก็ดี คนไหนที่เพิ่งมาใหม่ ที่เพิ่งทราบ เราก็เริ่มยกระดับ ยกกำลังใจเรา ขึ้น หรือแม้แต่ครั้ง ทุกเดือนที่หมู่คณะพวกเรายกถวายมหาสังฆทานที่บ้านสายลม พวกเราก็จะพากันใช้ กำลังกรรมฐานในขณะที่ถวายมหาสังฆทาน กายนี้ยกกรรมฐานถวายกายทิพย์ก็อธิษฐานขออารมมีพระ ดิingatิสมานกายคนที่ร่วมบุญทั้งหมด ขึ้นไปยกถวายพระพุทธเจ้าบนพระนิพพาน อันนี้ก็ถือว่าเราใช้ กำลังของจิตกำลังของกายทิพย์กำลังของกรรมฐานร่วมกันกับทานะบารมี

ดังนั้นกำลังของอานิสงค์ก็จะมีสูงมากกว่าปกติที่ถวายแต่เพียงอาการหรือถวายโดยที่จิตมีนิเวศน์ห้า มีความขุ่นใจ มีความขัดเคือง มีความเศร้าหมองหรือมีความวิตกกังวลใดๆ กำลังกรรมฐานสูงสุด จิตผ่องใสสูงสุด อธิษฐานตอนนั้น จิตผ่องใสสูงสุดเกิดปีติยินดีสูงสุดถวายทานตอนนั้น อานิสงค์ บุญคือความอิมใจ จิตอิมใจที่สุดถวายตอนนั้นอานิสงค์ก็สูงที่สุด

ดังนั้นเราเริ่มรู้เคล็ดลับ รู้จุดสำคัญ เราทำตาม บุญบารมีเราก็เต็มเร็วขึ้น ก้าวหน้าเร็วขึ้นฉนั้นนั้นเช่นกัน

ตอนนี้ก็ให้เราน้อมจิตกราบนะ นึกถึงพระพุทธเจ้าให้เห็นกายของเรากราบพระพุทธเจ้า ตั้งใจว่าตอนนี้จิต เราถึงในไตรสรณคมน์ จิตเราถึงพระพุทธเจ้าคือมีกระแสเชื่อมโยง จิตถึงกระแสถึง จิตถึงพระพุทธองค์ นึกถึงพระพุทธเจ้าบนพระนิพพาน

ตั้งใจว่านับแต่นี้ กราบพระทุกครั้งเรากราบถึงพระพุทธเจ้า พระธรรม พระอริยสงฆ์ บนพระนิพพาน เสมอ สวตมนต์ตั้งจิตอธิษฐานทำความรู้สึกว่าจะกระแสน้ำของเรา แผ่สว่างกว้างไกลไปทั่วอันตจักรวาลทุกภพทุกภูมิเสมอ สำหรับคนที่ได้กำลังมโนเมธิธิใช้กายทิพย์คล่องตัวก็ตั้งใจสวตมนต์ขึ้นไป สวตมนต์พระนิพพาน เจริญวิปัสสนาญาณขึ้นไปปฏิบัติบนพระนิพพาน

ตอนนี้เราพิสูจน์จากการปฏิบัติกันหลายคนแล้วเราจะพบว่า การเจริญวิปัสสนาญาณตัดร่างกายตัดขันธ์ห้าพิจารณาธรรมทั้งหลายพิจารณาบนโลกมนุษย์ อารมณ์จิตมันจะตัดหรือเข้าถึงได้ไม่ลึกเท่ากับการที่เราฝึกยกจิตขึ้นไปปฏิบัติไปเจริญพระกรรมฐานบนพระนิพพาน จิตมันวางง่ายเห็นธรรมง่ายปล่อยวางได้มากกว่า ตอนนี้ก็ให้เรากราบ นึกถึงพระพุทธเจ้า นึกถึงว่าเรานั่งคุกเข่าประนมมืออธิษฐานกับพระพุทธองค์ นับแต่นี้ขอให้ธรรมของข้าพเจ้าจงกระจ่างแจ้งแทงตลอดในจิต บารมีทั้ง 30 ทศ กรรมฐานที่ข้าพเจ้าเคยเจริญมาในกาลก่อนนับตั้งแต่อดีตชาติตราบนานถึงปัจจุบัน ทาน ศีล ภาวนาทั้งหลาย จงรู้ตื่นขึ้นในจิต ธรรมใดที่ตรงสลับปะกับจิตข้าพเจ้าขอให้ข้าพเจ้ายิ่งเข้าใจแจ่มแจ้งลึกซึ้งในธรรมทั้งหลายเหล่านั้น ธรรมใดอันตรงวิสัยที่ทำให้ข้าพเจ้าบรรลุมรรคผลพระนิพพาน ขอให้ครูบาอาจารย์ได้ประสิทธิ์ประสาทตรงวาระจิต ตรงใจตรงอารมณ์ของข้าพเจ้า

ขอธรรมทั้งหลายกรรมฐานทั้งหลายที่ข้าพเจ้าปฏิบัติในทุกคืนวันตราบนานเท่าเข้าถึงซึ่งพระนิพพานนี้ ขอจงเป็นปฏิบัติบูชา ปฏิบัติบูชาคุณของพระพุทธ พระธรรม พระอริยสงฆ์ บูชาคุณของพ่อแม่ครูบาอาจารย์ บูชาคุณท่านผู้มีพระคุณ เทพพรหมเทวดาสี่ศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย และสิ่งใดที่เป็นวิบาก เป็นสิ่งที่ข้าพเจ้าเคยประมาทพลาดพลั้งล่วงเกินต่อพระรัตนตรัย สิ่งศักดิ์สิทธิ์ พ่อแม่ครูบาอาจารย์ เทพพรหมเทวดาทั้งหลาย หรือต่อผู้ทรงศีลทรงธรรมผู้ปฏิบัติผู้เจริญพระกรรมฐานทั้งหลาย ไม่ว่าจะอยู่ในเพศใดภพใดก็ตาม ข้าพเจ้าขอกราบขมาลาโทษ ขอวิบากอุปสรรคในการเจริญพระกรรมฐานของข้าพเจ้า จงปราศนาการสิ้นไปนับตั้งแต่นี้ ขอ นับแต่นี้ธรรมะอันวิสุทธิบริสุทธิ์หมดจด ธรรมะอันมุ่งลัดตัดตรงสู่ มรรคผลพระนิพพาน ธรรมะอันกระจ่างแจ้งแทงตลอดในจิต จงปรากฏให้ข้าพเจ้าเจริญในธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระสมณโคตม พระพุทธเจ้าองค์ที่ 4 แห่งภัทรกัปนี้ด้วยเถิด

ตั้งจิตสงบนิ่ง อารมณ์จิตผ่องใส สว่าง ทำความรู้สึกว่ากายของเราสว่าง อารมณ์จิตสว่าง กระแสน้ำ อธิษฐานนั้น สำเร็จสัมฤทธิ์อัศจรรย์กระแสน้ำจิตเรารู้กระแสน้ำจิตเราตอบรับ

จากนั้นนะนึกภาพว่าเรากราบพระพุทธเจ้าตรัสถึงพระพุทธเจ้ากราบแทบพระบาทพระพุทธองค์ 3 ครั้ง จากนั้นหายใจเข้าลึกๆช้าๆ ภาวนา พุท ออก โธ หายใจเข้าช้าลึกยาว เรามีคุณพระพุทธเจ้าคุ้มครองรักษาเป็นสรณะภายใน ครั้งที่ 2 ธัมโม เรามีกระแสธรรมผู้รู้ มีสติรู้ในธรรม ครั้งที่ 3 สังโฆ ครูบาอาจารย์ที่ท่านเป็นพระอริยเจ้า พระอริยสงฆ์ พระสุปฏิปันโนพระโพธิสัตว์คุ้มครองรักษา

สำหรับวันนี้ก็ให้เราโมทนาสาธุกับกัลยาณมิตรที่ปฏิบัติธรรมร่วมกัน ผู้ที่มาฝึก มาฟัง ปฏิบัติตามในภายหลัง

สำหรับสัปดาห์หน้าก็จะเป็นช่วงวันที่มีการถวายมหาสังฆทาน ฟรังก์นี้ก็จะมีการเปิดรับให้ร่วมบุญกันตามกำลัง จะมากจะน้อยให้เราทำเป็นนิจ คือตั้งใจว่าเป็นประจำ มีกำลังน้อยก็ทำน้อยมีกำลังมากก็ทำมาก จำนวนปัจจัยไม่สำคัญเท่ากับความรู้สึกที่เราทำแล้วสบายใจพอดี ไม่มากจนรู้สึกอึดอัด ไม่น้อยจนรู้สึกขาดหรือพร่อง อารมณ์จิตคือความสบายใจพอดีพอดี แล้วก็ตั้งใจกำลังใจในการอธิษฐาน

ส่วนอีกเรื่องที่จะประชาสัมพันธ์ก็คือเรื่องการเขียนแผนของอธิษฐานพระนิพพาน ใครที่ตั้งใจปฏิบัติเพื่อพระนิพพานก็ช่วยกันเขียนแผนของได้ต้องรวบรวมทั้งหมดเสนอแผน

ที่ผ่านมาอาจารย์ก็เคยสร้างพระพุทธรูปชื่อพระเจ้าองค์แสน คำว่าพระเจ้าองค์แสนก็คือ รวบรวมแผนของอธิษฐาน เป็นคำอธิษฐานจิตเพื่อส่วนรวมคือชาติบ้านเมือง ศาสนา พระมหากษัตริย์ แสนแผนคนทั่วไปเขียนขอพรให้ตัวเองแต่พระเจ้าองค์แสนเป็นคำอธิษฐานขอพรให้ชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ แสนแผนรวบรวมและหล่อเป็นองค์พระพุทธรูปปฏิมาคือสมเด็จพระปฐมบรมจักรพรรดิองค์เดียว

พอถึงเวลาสร้างขึ้นมาปรากฏว่าได้สร้าง 2 องค์ องค์หนึ่งไว้ที่วัดวังมุย จังหวัดลำพูน ครูบาชุ่มไม่ใช่ครูบาบุญชุ่ม ครูบาชุ่มท่านเมื่อก่อนเป็นสภรรรมิกของหลวงพ่อกุญชรญาณภาพไปแล้ว ส่วนอีกองค์หนึ่งอยู่ที่วัดสหพันธ์ ซึ่งท่านเจ้าอาวาสท่านเป็นประธานโครงการสะพานบุญ ซึ่งอุปฐากจากอุปถัมภ์พระพุทธรูปศาสนาในประเทศลาว อุปฐากจากอุปถัมภ์พระพุทธรูปศาสนาในประเทศเนปาล ซึ่งตอนนี้พระพุทธรูปพระเจ้าองค์แสนอีกองค์ก็กำลังชำระอรุณการปิดทองแล้วก็จะอัญเชิญขึ้นมาเป็นพระประธานที่วัดสหพันธ์ จังหวัดกาฬสินธุ์ ซึ่งเดี๋ยวก็จำเป็นจะต้องมีการรวบรวมปัจจัยอีกทีหนึ่ง

อันนี้ก็บอกเล่าให้ฟังว่า กำลังใจในกลุ่มในหมู่คณะพวกเราที่จริงเราเป็นไปเพื่อส่วนรวม ยิ่งเราปฏิบัติมากเท่าไร ปฏิบัติแล้วได้รับผลของการปฏิบัติธรรม เราจะรู้ซึ่งถึงคุณค่าพระคุณของพระพุทธรูปศาสนา พระคุณของพระพุทธเจ้า พอเรารู้ซึ่งถึงคุณค่าของพระพุทธรูปศาสนาเราก็จะกลายเป็นผู้ที่รู้คุณค่าและรู้ว่าจำเป็นต้องทำนุบำรุงพระพุทธรูปศาสนาอย่างไร ซ่อมแซมพระพุทธรูป ซ่อมแซมพระธาตุเจดีย์ สืบสานให้เกิดการปฏิบัติสืบสานให้เกิดพระอรียะเจ้าต่อเนื่องไปจนตราบ 5000 ปี แต่ถ้าเมื่อไรเราไม่รู้ค่าของพระพุทธรูปศาสนา คือไม่รู้ค่าในธรรม ไม่รู้ค่าในการปฏิบัติ คนที่ไม่รู้ค่านั้นเห็นวัดเขาก็มารื้อมาทุบวัดเพื่อหากุพระหาสมบัติคือคิดว่าค่าของพระพุทธรูปศาสนาก็คือทรัพย์สินเงินทอง เหมือนกรูว์ตราชบรูณะที่แตกเพราะถูกขโมยใจบาปมาทุบทำลายหรือเอาทองคำเอาสิ่งของคนโบราณเขาบูชาพระพุทธเจ้า บูชาพระบรมสารีริกธาตุ แต่ส่วนคนที่รู้คุณค่าก็จะเอาทองคำเอาของมีค่าบรรจุในพระธาตุบรรจุในองค์พระ ดังนั้นเมื่อไรที่เรามีบุคลากรที่เข้าถึงธรรมเข้าถึงการปฏิบัติ บุคคลเหล่านี้แหละก็คือพวกเรา ก็จะกลายเป็นผู้ที่ทำนุบำรุงพระพุทธรูปศาสนา ดังนั้นถือว่าเป็นงานที่ทำถวายเพื่อชาติบ้านเมือง ศาสนา พระมหากษัตริย์ ดังนั้นให้เราระหนักถึงความดีที่เราทำ ในขณะที่มีชีวิตก็สร้างคุณงามความดีไว้ให้กับส่วนรวม ตายเมื่อไรเราไปพระนิพพาน อันนี้ถือว่าไปพระนิพพานอย่างสง่างาม อันนี้ก็ฝากไว้กับเราทุกคนด้วย

สำหรับใครที่มีจิตศรัทธาก็เชิญร่วมบุญได้ หรือใครที่สนใจจะฝึกปฏิบัติในคอร์สที่อาจารย์สอนเกี่ยวกับทางโลก คือพลังแห่งความโชคดี เป็นเรื่องของการใช้กำลังสมาธิมายังประโยชน์ให้เกิดขึ้นกับกิจการงาน

ชีวิตทางโลก ความคล่องตัว แล้วก็ Ultimate Healer การใช้สมาธิจิตการใช้ปราณศาสตร์แพทย์องค์รวม ในการดูแลสุขภาพ ก็สามารถที่จะลงทะเบียนสมัครมาเรียนได้

สำหรับนี่ก็ขอโมทนาบุญกับทุกคน พบกันใหม่สัปดาห์หน้าแล้วก็ท่านใดที่สนใจมีจิตศรัทธา วันอาทิตย์ หน้าที่บ้านสายลมเวลา 10:00 น ก็สามารไปร่วม ถวายสังฆทานมหาสังฆทานร่วมกันได้

สำหรับวันนี้ โมทนาบุญกับทุกคน สวัสดีครับ