

เสียงธรรมจากห้อง “เมตตาสมาธิกรรมฐาน” วันอาทิตย์ที่ 31 มีนาคม 2567

เรื่อง ปรับพื้นฐานของจิต

โดย อาจารย์ คณานันท์ ทวีโภค

กำหนดสติในความรู้สึกตัวทั่วพร้อม กำหนดรู้ทั่วร่างกาย ผ่อนคลาย ปล่อยวาง ผ่อนคลายกล้ามเนื้อทั่วร่างกายทุกส่วน พร้อมกับอารมณ์จิตที่พิจารณา ปลดความเกาะความยึดความรู้สึกที่จิตของเราเกาะเกี่ยวอยู่กับร่างกาย เป็นการตัดขั้นหำร่างกาย ผ่อนคลายปล่อยวางร่างกาย

จากนั้นกำหนดพิจารณาที่จิต ปล่อยวางความกังวล ความห่วง ภาระของใจทั้งหลาย ที่เรียกว่า “ปลิวโพ” ความกังวล ความห่วงใย ความพะวง ปล่อยวางออกไปจากจิตใจให้หมด กำหนดจิตที่เราปล่อยวางร่างกายตัดขั้นหำ ปล่อยวาง ภาระสิ่งที่รกในจิตใจของเราออกไป วางจนรู้สึกได้ว่าสามารถวางทุกสิ่งทุกอย่างทุกความรู้สึกได้อย่างรวดเร็วง่ายดาย ปล่อยวางเพื่อเข้าสู่ความสงบ

จากนั้นจดจ่ออยู่กับลมหายใจ ลมหายใจสบาย จินตภาพเห็นลมหายใจของเราละเอียดพลิ้วไหวผ่านเข้าออกในกาย สติติดตามกำหนดรู้กำหนดดูในลมหายใจที่เหมือนกับแพรวไหม พร้อมกับอารมณ์ความรู้สึกที่ละเอียดเบาสบายนั้น จิตของเราสงบ เบา สบาย เป็นสุข

ยิ่งลมหายใจสงบ ละเอียด เบา อารมณ์จิตของเรายิ่งเป็นสุข กำหนดพิจารณา รู้ในเวทนาคืออารมณ์ ความสงบ ความสบาย ความเบา พิจารณาในจิต จิตของเราสงบ เป็นสุข ลมหายใจยิ่งละเอียดลง เบาละเอียดยิ่งสงบเข้าสู่สมาธิ ในอานาปานสติที่สูงขึ้น ยิ่งลมหายใจ สงบ เบา สั้น สมานยิ่งสูงยิ่งละเอียดเป็นฌานที่ละเอียด ลมหายใจหาย สมาธิยังหาย ลมหายใจยิ่งละเอียดจนถึงสงบระงับ จิตยิ่งเข้าสู่สมาธิที่สูงขึ้นตามลำดับสัมพันธ์กับลมหายใจ

พิจารณากำหนดรู้ ทรงอารมณ์ในลมหายใจละเอียดในอานาปานสติ กำหนดรู้ว่าจิตเราอยู่ในวิหารธรรม วิหารธรรมคือธรรมอันเป็นเครื่องพักของจิต อยู่ในอานาปานสติ อยู่ในความสงบ อยู่ในความเบาสบาย

เมื่ออารมณ์จิตเราเบาสงบแล้ว ลำดับต่อไป เราจึงกำหนด ในความนิ่ง ในความละเอียด ในสภาวะที่จิตของเรา รู้สึกสัมผัสว่าลมหายใจเหมือนหยุด ตัวยหยุด จิตหยุด เป็นเอกกัตตอารมณ์ นิ่งหยุด แล้ว ณ จิตที่หยุดนั้น กำหนดนิมิต คือนึกจินตภาพขึ้น เป็นดวงแก้วใส จากดวงแก้วใสกลายเป็นดวงแก้วที่ใสและสว่างเปล่งแสง อารมณ์จิตมีความแยมั้มเบิกบานสัมพันธ์กับภาพนิมิตเป็นอุคหนิมิต

จากนั้นกำหนด จากอุคหนิมิตคือดวงแก้วที่ใสสว่าง กลายเป็นเพชรประกายพริ้ว มีประกายระยิบระยับเปล่งประกายเจิดจ้าเจิดจรัส กำหนดจิตพิจารณาว่า เราทรงอารมณ์ในกสิณจิต จิตคือกสิณ กสิณคือจิต จิตเราเป็นปฏิภาคนิมิต จิตเราเข้าสู่สภาวะ “จิตเดิมแท้อันเป็นประภัสสร” อารมณ์จิตเป็นสุขอย่างยิ่ง เอิบอímอย่างยิ่ง เปล่งประกายอย่างยิ่ง ทรงอารมณ์ในสภาวะที่จิตเราตั้งมั่นอยู่ในปฏิภาคนิมิตจิตประภัสสรนี้ ทรงอารมณ์เพื่อให้เป็นวสีในการทรงอารมณ์ รักษาให้จิตทรงตัวในอารมณ์ที่เป็นปฏิภาคนิมิต คือ ทรงอารมณ์อยู่ในสภาวะสูงสุดได้ต่อเนื่องยาวนานตลอดเวลาตามที่ใจเราตั้งปรารถนา อารมณ์จิตมีความเสถียรไม่มีขึ้นขึ้นลงลง ปรับปรับพื้นฐานของจิต แต่ละบุคคลกำหนดพิจารณาในจิตของตน ตั้งใจให้เกิดสภาวะของจิตที่เป็นปฏิภาคนิมิตนี้เต็มกำลัง

คือสมบุรณ์ทั้งภาพนิมิตเปล่งประกายสว่างเป็นเพชร มีเส้นแสงรัศมีกระจายตัวโดยรอบ 360 องศา โดยรอบสภาวะพ้นจากเส้นแสงออกไป ปรากฏสภาวะความเป็นทิพย์ คือ บรรยากาศโดยรอบ ปรากฏสภาวะเหมือนกับบรรยากาศมีภาพเพชรโปรยปรายรายรอบระยิบระยับ อารมณ์จิตเอิบอ้อมเป็นสุข ภาพนิมิตสัมพันธ์จิตใจ จิตเอิบอ้อมเป็นสุขอย่างยิ่ง อิมใจอย่างยิ่ง ปิดลึกลับใจอย่างยิ่ง ทรงอารมณ์ไว้ ตั้งใจว่าเราทรงอารมณ์ให้ดีที่สุดเต็มกำลัง ให้จิตเราทรงตัวในสภาวะทั้งภาพนิมิต สภาวะธรรม อารมณ์จิต อารมณ์พระกรรมฐาน

เมื่อทรงอารมณ์ได้ จิตมีความตั้งมั่นดีแล้ว เรากำหนดต่อไป อธิษฐาน ขออาราธนาบารมีสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า กำหนดน้อมนึกเป็นภาพพุทธนิมิตในจิตของเรา องค์พระสว่าง พุทธานุภาพตั้งมั่นอยู่กับภาพนิมิตในดวงจิต ทรงภาพพระชัดเจนแจ่มใส จากนั้นเราฝึกต่อไปนะ เป็นการฝึกทรงภาพพระต่อ วันนี้เราปรับพื้นฐานให้มีความมั่นคงขึ้น กำหนดอาราธนาให้ปรากฏองค์พระอยู่เหนือเศียรเกล้าเหนือศีรษะของเรา องค์พระหันออกไปด้านหน้า เหมือนกับหน้าของเราหันไปทิศใด องค์พระท่านก็ประทับเสด็จหันไปทิศเดียวกับที่เรามอง องค์ที่ 2 ปรากฏอยู่ภายในศีรษะของเรา องค์ที่ 3 ปรากฏอยู่ภายในกายภายในร่างกายของเรา **เคล็ดลับในการทรงภาพพระ 3 ฐาน** บนศีรษะที่เราอาราธนาไว้ ความรู้สึกอารมณ์จิตเกิดขึ้น ในพระพุทธรูปอยู่เหนือเศียรเกล้า มีความนอบน้อมมีความเคารพ พระพุทธรูปองค์ที่ 2 ที่อยู่ในภายในศีรษะ บริเวณพระอุณาโลมของท่านตรงกันกับตาที่สามคือกึ่งกลางระหว่างคิ้วของเราพอดี เชื่อมโยงพุทธญาณทัศนะกับญาณเครื่องรู้ของจิตเรา องค์ที่ 3 ที่อยู่ในภายในกาย ปางขัดสมาธิ หากเรานั่งสมาธิอยู่ในท่าขัดสมาธิ มือประสานที่ตักความรู้สึกเหมือนกับว่าฝ่ามือที่ประสานนี้ประคองฐานองค์พระพุทธรูปไว้ และบริเวณกึ่งกลางฐานที่ตั้งของจิต คือ ศูนย์กลางกายขององค์พระกับฐานที่ตั้งของจิตเราตรงกันพอดี เราทรงอารมณ์ภาพพระองค์ที่ 3 ที่อยู่ในภายในกายเรา อารมณ์จิตคือทรงผานประคองผาน คราวนี้เราทรงอารมณ์พระ กำหนดภาพนิมิตพระสามฐานพร้อมกัน จากนั้นทรงอารมณ์ไว้ ทรงภาพนิมิตไว้ ทรงความรู้สึกที่จุดเชื่อมโยงขององค์พระกับกายของเรา

จากนั้นกำหนดจิตต่อไป อธิษฐานต่อองค์พระ ขอบารมีขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเมตตาสงเคราะห์ข้าพเจ้า ขอยกจิตอาทิสถานกายข้าพเจ้าขึ้นไปบนพระนิพพานด้วยเถิด จากนั้นกำหนดน้อมนึกให้เห็นองค์พระทั้ง 3 พุ่งขึ้นไปบนพระนิพพานผ่านศีรษะ พร้อมกับเห็นกายของเราหลุดอยู่ในปล่องแสงพุ่งตามขึ้นไป ไปปรากฏขึ้น เป็นกายพระวิสุทธิเทพอยู่บนพระนิพพาน กำหนดสภาวะเวลายกกายทิพย์เช่นนี้ จะเป็นอารมณ์เหมือนกับอารมณ์กรรมฐานถอดกายทิพย์ดั้งเดิมที่เรียกว่า "ชักหญ้าปล้อง" กายทิพย์มันพุ่งเหมือนโดนดูด พุ่งขึ้นไปตามแสง พุ่งขึ้นไปแล้วไปปรากฏเป็นกายพระวิสุทธิเทพบนพระนิพพาน

คราวนี้เป็นการฝึก เป็นการขึ้นหลายอย่าง จากนั้นกำหนดจิตอธิษฐานขอกายทิพย์ที่อยู่บนพระนิพพานกลับมาที่กายเหนือ จากนั้นกำหนดว่า นับแต่นี้ ขอให้การถอดกายทิพย์ใช้กำลังมโนเมยิทธิของข้าพเจ้า เพียงแค่นี้ก็ถึงแล้ว การใช้มโนเมยิทธิรวดเร็วเพียงแค่นี้มีมือเดียว กำหนดตัดกายทั้งกาย ยกจิตขึ้นพระนิพพาน กายพระวิสุทธิเทพก็ขึ้นไป ปรากฏบนพระนิพพานเรียบร้อย กำหนดจิตว่าตอนนี้กายของเราอยู่บนพระนิพพาน เป็นกายพระวิสุทธิเทพ กิ่งชันท์ห้า กายนี้กลายเป็นกายทิพย์อยู่บนพระนิพพาน

จากนั้นกำหนดจิตต่อไป เมื่อขึ้นไปอยู่บนพระนิพพานแล้ว เรากำหนดสภาวะ พิจารณาความเป็นกายพระวิสุทธิเทพ โดยการยกมือขึ้นมาดู ลูบตามเนื้อตามตัว สัมผัสใบหน้าสัมผัสมงกุฏ ดูเครื่องประดับเครื่องทรง ใช้ประสาทสัมผัสของความเป็นกายทิพย์สัมผัสกายทิพย์ของตนเอง เมื่อสัมผัสดูสัมผัสรู้ในผัสสะ รู้สึกว่ากายเราอยู่บนพระนิพพาน เราก็พิจารณาตัดขั้นห้าซ้ำโดยพิจารณาว่า เราคือจิตหรืออาทิสถานกาย เราไม่ใช่ขั้นห้า เราไม่ใช่กายเนื้อหรือกายหยาบที่เป็นเนื้อหนังมังสาอาการ 32 เมื่อร่างกายขั้นห้ามันแตกดับ หรือเมื่อเราตัด เราละวางความเกาะความยึดในร่างกาย

ขั้นห้า กายทิพย์เราก็หลุดขึ้นมาปรากฏ จะเป็นกายทิพย์ที่ขึ้นมาบนพระนิพพานก็ดีหรือไปยังภพอื่นภูมิใดก็ดี ตายแล้วเราก็อยู่ในสภาวะแห่งกายทิพย์

หากจิตเรายังไม่พ้นจากวิภวสังสาร กายทิพย์นี้ก็ไปเสวยวิบากไปเกิดไปจุติตามแรงบุญกรรมกุศลที่เราทำมา แต่สำหรับเราผู้ปฏิบัติเพื่อพระนิพพานเป็นที่สุด เราฝึกถอดกายทิพย์ โดยมีเป้าหมายว่าถอดกายทิพย์ เพื่อถอดยกจิตอาทิสมาตามกายไปยังพระนิพพาน เรากำหนดรู้ว่าเราฝึกเพื่อการนี้โดยเฉพาะ กรรณฐานเป็นไปเพื่อพระนิพพานเป็นที่สุด ดังนั้นเราฝึกจุดนี้ ฝึกขำย้าทำความเข้าใจ ทำความเข้าใจในการฝึกมโนมยิทธิเพื่อพระนิพพาน สิ่งแรกคือขึ้นมาด้วยความรู้สึกที่เราขึ้นมาได้ ความรู้สึกค่อยๆสะสมจากการที่เราฝึกขึ้นมาบ่อยขึ้นคล่องตัวขึ้น จนความลึกลับสงสัย วิจิตรจินว่าชาตินี้ เราจะมาพระนิพพานได้หรือไม่ไม่มีในจิตของเรา ตรงนี้ต้องเสริมความเด็ดเดี่ยวเสริมความตั้งมั่น จิตตั้งมั่นเป็นหนึ่งเดียวอยู่กับพระนิพพานเป็นที่สุด จิตตั้งมั่นอยู่กับความนอบน้อมเคารพในพระพุทธเจ้า นอบน้อมเคารพในพระธรรมคำสั่งสอน นอบน้อมเคารพในครูบาอาจารย์คือพระอรหันต์เจ้าพระอรหันต์สงฆ์ ฝึกขำจนจิตของเราขึ้นมาได้โดยเฉพาะอย่างยิ่งขึ้นมาได้ด้วยตัวเอง พอขึ้นมาได้ด้วยตัวเองแล้ว ตอนแรก ช่วงแรกก็อาจจะต้องใช้อารมณ์ที่เรียกว่าการบังคับ คือนึกคือกำหนด ถึงเวลาเมื่อไรก็ตามที่เราฝึก จนกลายเป็นความคล่องตัวเป็นธรรมชาติของจิต ความรู้สึกที่ว่าเราแทบจะต้องนึกนั้นมันไม่มีอีกต่อไป มันกลายเป็นธรรมชาติ มันกลายเป็นอัตโนมัติ กลายเป็นธรรมดา กลายเป็นธรรมชาติของจิต จิตที่ฝึกมาดีแล้วนั้นย่อมยังประโยชน์สุขมาให้ ประโยชน์สุขที่ว่าก็คือเราฝึกเหมือนจิตของเรานั้นเชื่อมให้จิตเราออกให้ออกไปไหน มันไม่ไปที่อื่น มันไปจุดเดียวคือพระนิพพาน

สำหรับคนที่เข้าถึง ช่วงความก้าวหน้าอารมณ์ความรู้สึกเท่านี้ เราลองพิจารณาตามดูจิตของเราเอง ถึงเราใช้มโนมยิทธิได้ เราไปเที่ยวเมืองบาดาลได้ ไปเที่ยวสวรรค์ ไปเที่ยวป่าหิมพานต์ ไปดูโน่นดูนี้ได้ แต่ถึงเวลาที่สุด จิตของเรามันอยากไปที่อื่นอีกไหมหรืออยากไปจุดเดียวคือพระนิพพาน ถ้ายังเพิลิตเพลินอยู่กับการเที่ยว เพิลิตเพลินอยู่กับภพอื่น นอกเหนือจากสิ่งที่เป็นหน้าที่ที่ต้องทำต่องานนั้น ก็แปลว่าจิตของเรายังเพิลิตเพลินอยู่ในสังสารวัฏ แต่หากจิตของเราไม่อยากไปที่อื่นแล้ว มันเบื่อบันจิตไปหมด อันนี้ก็คือจิตของเราตั้งมั่นใกล้พระนิพพาน มีคติที่ไปคือพระนิพพาน เราก็กำหนดพิจารณา ดูคราวนี้เมื่ออยู่บนพระนิพพานแล้วก็กำหนดว่าเรานั่งอยู่ห้อมล้อมด้วยมหาสมาคม มีสมเด็จพระอริยวงศาคตญาณองค์ปฐมทรงเป็นประธานกำหนดจิตน้อมกราบ แยกกายทิพย์น้อมกราบทุกท่านทุกๆพระองค์ จากนั้นพิจารณาดูจิตของเราเอง พิจารณาว่าเมื่อเราปฏิบัติธรรมมาถึงขั้นนี้ ปฏิบัติธรรมมาถึงจุดนี้แล้ว อารมณ์จิตเราปล่อยวางตัดร่างกายได้ง่ายขึ้นเร็วขึ้นไหม เมื่อเรากำหนดแรกเริ่ม ผ่อนคลายปล่อยวางทั้งกาย จิตมันวางกายลงได้หมดจนลมหายใจมันเบาละเอียด วางปุ๊บเข้าสู่สมาธิปั๊บได้ใหม่ ทั้งกายจนเข้าถึงฌาน

คราวนี้มาทำความเข้าใจกับกำหนดรู้ในสิ่งที่เราฝึกต่อไป เราฝึกปล่อยวาง เพื่อพระนิพพานเป็นที่สุด

ไปพระนิพพานได้ด้วยการปล่อยวาง ปล่อยวางร่างกาย ปล่อยวางความห่วง ดังนั้นถึงเวลาเราฝึกปล่อยวางแต่แรกตามที่อาจารย์บอกเสมอว่า สมณะสงเสริมวิปัสสนา วิปัสสนาส่งเสริมสมณะ และทั้ง 2 ส่วนนั้นเชื่อมโยงประสานเป็นหนึ่งเดียวไม่ได้แยกกัน

ดังนั้นอารมณ์ใจที่ฝึกแต่แรกคือปล่อยวาง ปล่อยวางกาย ปล่อยวางเรื่องราวความกังวลของจิต พอเราวางปุ๊บก็ทำให้จิตเราเข้าสู่สมณะได้เร็ว และสมณะที่เราเข้าถึงกำลังสูงที่สุดในสมณะ จะผ่านสี่ในอานาปานสติก็ดี ฌานสี่ในกสิณก็ดี ฌานสมาบัติแปดในอรุณก็ดี ยิ่งกำลังฌานสูงมากเท่าไร กำลังจิตในการตัดกิเลสยิ่งมีพลังยิ่งมีอานุภาพสูงเพียงนั้น

ดังนั้นการที่เราฝึกปรับพื้นฐานพัฒนาสมณะให้แข็งแกร่ง เสถียร คือทรงอารมณ์ได้ราบเรียบตั้งมั่น รวดเร็ว คือเข้าฌาน ได้รวดเร็วเพียงแค่ลัดนิ้วมือเดียว พวกนี้ล้วนแต่เป็นพื้นฐานสำคัญแห่งการปฏิบัติขั้นสูงทั้งสิ้น เราทำพื้นมาดีแล้ว ทำ เหตุมาดีแล้ว เราคู่ควรกับผล คือปฏิบัติแล้วได้มรรคได้ผลได้พระนิพพาน

แต่ตัวที่จะเข้าถึงพระนิพพานก็คือตัวตัดหรือตัวปล่อยวาง ยิ่งฝึกปล่อยวางได้มากเท่าไรบ่อยเท่าไร ใจเราก็ยิ่งเข้าพระ นิพพานได้ง่ายเท่านั้น การปล่อยวางนั้น วิธีฝึกก็คือพิจารณาโดยเฉพาะอย่างยิ่งก่อนนอน พิจารณาว่าถ้าตายแล้วเรา ปล่อยวางสิ่งที่หวั่งที่สุดได้ไหม สิ่งที่รักที่สุดได้ไหม ปล่อยวางให้มากที่สุด พิจารณาให้มากที่สุด

ตอนนี้ให้เราอยู่บนพระนิพพานพิจารณา ดู หยิบทุกสิ่งที่เรารักที่สุด เป็นคน เป็นข้าวของ เป็นเครื่องประดับแก้วแหวน เงินทอง เป็นรถ เป็นบ้าน เป็นบุคคล พิจารณาให้ละเอียด ปล่อยวาง ตัดหวั่ง ตัดอาลัย กำหนดจิตพิจารณาแต่ละบุคคล ของเราเอง วางให้หมดใจของเรา ฝึกปล่อยวางสิ่งที่เรารักที่สุด หวั่งที่สุด หวั่งแทนที่สุด ปล่อยวาง วางแล้วเบา วางแล้ว ยิ่งใสขึ้น ใจเอิบอímขึ้น พิจารณาว่าทานที่เราให้เป็นจาคะ ตัวสละตัวตัด ศีลที่เรารักษากำหนดเพื่อปิดอบายภูมิคือตัดภ ภูมิอันเป็นอบายภูมิทุกคติภูมิทั้งปวง ภาวนาเป็นไปเพื่อการเจริญพระกรรมฐานอันมีพระนิพพานเป็นที่สุด ทานกัถิ ศีลกัถิ ภวานกัถิ เป็นไปเพื่อพระนิพพานเป็นที่สุด ตัดหวั่งทั้งหลาย ตัดให้ยิ่งเบายิ่งใสยิ่งเอิบอím ยิ่งปล่อยวางยิ่งสงบ ยิ่งเบายิ่ง ใส ใจยิ่งแย้มยิ้มยิ่งเอิบอím พอปล่อยวางสิ่งที่หวั่งได้ ก็พิจารณาตัดสังโยชน์สิบของเราเองแต่ละบุคคลนะ สักกายทิฐิ วิจิกิจฉา สัสสพตปราคาส พยาบาท กามฉันทะ รูปราคะ อรูปราคะ อุทธัจจะ มานะ อวิชชา ค่อยๆพิจารณาตัดให้หมด ตัดภพทั้งหลาย ตัดสังโยชน์ ตัวหวั่ง ตัดกังวล จนไม่มีสายใยแห่งจิตใดความหวั่งความอาลัยใดที่ตั้งจิตเราให้กลับมาเกิด ในสังสารวัฏอีกต่อไป กายพระวิสุทธิเทพเปล่งประกายสว่างไสว

อธิษฐานจิตขอขมามีพระท่านสงเคราะห์ ขอให้ข้าพเจ้าเห็นวิมานบนพระนิพพานกระจ่างชัดที่สุด และกายทิพย์ข้าพเจ้า ยกเข้าไปนั่งอยู่บนพระแท่นในวิมานของตนเอง กำหนดพิจารณาว่า นี่คือที่สุดท้ายของเรา จุดหมายปลายทางสูงสุดของ เราคือพระนิพพาน เราปฏิบัติเพื่อกลับมาที่นี้จุดนี้ วิมานของเราบนพระนิพพาน พ้นจากสังสารวัฏ พ้นจากการเวียนว่าย ตายเกิด พ้นจากวิบากอกุศลแรงกรรม ปิดบัญชีทั้งหลาย บุญบาปทั้งหลายไม่อาจส่งผล กรรมที่เราเคยทำในอดีตที่เป็น วิบากที่อาจจะทำให้เราต้องไปตกนรกไปยากลำบากไม่มีผลเพราะจิตเราสิ้นอาสวะกิเลสแล้ว บุญก็ไม่ส่งผล บุญมากมาย ที่เราถวายนมหาสังฆทาน สร้างโบสถ์สร้างวิหารแก้ว สร้างไว้มากมายหลายที่หลายแห่ง มีผลที่ทำให้เรามีวิมานในสวรรค์ หลายๆชั้น กรรมฐานสมาธิสมณะที่เคยฝึกก็มีผลให้เรามีวิมานอยู่ที่พรหม แต่บุญเหล่านี้ก็ไม่ส่งผลกับเราอีกต่อไป จะทิ้ง บุญทั้งบาปเราจะทิ้งต่อเมื่อเข้าพระนิพพาน แต่ถ้าบางคนยังจำเป็นที่จะต้องเกิดอยู่อีก ยังไม่ได้ตั้งจิตเข้าพระนิพพาน อย่างเพิ่งทิ้งบุญ ตัดทั้งบาป รักษาศีลปิดอบายภูมิ ขยันหมั่นทำบุญเพื่อที่ว่าจะได้มีเสบียงในระหว่างการเดินทางใน สังสารวัฏ หรือแม้แต่ในระหว่างที่เรายังมีชีวิตชั้นห้าอยู่ เราก็ยังต้องอาศัยบุญกุศลมาเป็นเครื่องหล่อเลี้ยงชีวิต ดังนั้นบุญห้ามทิ้งเด็ดขาด ทิ้งต่อเมื่อเราจะเข้าพระนิพพาน คือวิมานที่บนสวรรค์ชั้นนี้ชั้นนั้น เช่นสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ เรา ไม่เอาแล้วเพราะเรามีวิมานที่พระนิพพาน จำไว้เสมอว่าจะเป็นคนุหุจะ เป็นกายทิพย์ ถึงเวลาเราจะมียานอยู่ที่สิบหลังก็ ตาม เราอยู่ได้เพียงแค่ครั้งละหลังเดียว เรามีบ้านอยู่ที่เชียงใหม่ มีบ้านอยู่ที่ภูเก็ต มีบ้านอยู่ที่กรุงเทพฯ มีบ้านอยู่ที่ ต่างประเทศ แต่คืนนี้เราจะนอนที่ไหน เรานอนพร้อมกันทุกแห่งไม่ได้ เราต้องเลือกเอาว่าเราจะนอนที่ไหน จิตก็ เหมือนกันถึงเวลาตายไปแล้ว มันจะไปเกิดไปจุติมันก็ต้องเป็นภพใดภพหนึ่งไป หรือไม่เอาชะภพ ไปพระนิพพานอย่าง เดียว เราก็ต้องเลือกเอาอย่างใดอย่างหนึ่ง ดังนั้นเมื่อเราสมมุติว่าเราเลือกพระนิพพาน วิมานที่เรามีทั้งพรหมโลก วิมาน ที่เรามีทั้งสวรรค์ เราก็ตัดออกไปหมดไม่เอา เราไปพระนิพพานจุดเดียว ไม่ต้องเป็นหวั่ง ไม่ต้องไปเสียตาย

ตอนนี้ก็ให้เราพิจารณา บ้านเราวิมานเราอยู่ที่ไหน กำหนดจิตจับแทนให้มั่นคง กายพระวิสุทธิเทพนั่งห้อยขาถือห้อย พระบาทอยู่บนแท่น ฝ่ามือทั้งสองเราจับแทนให้มั่นคง กำหนดจิตว่าฉันไม่ไปภพภูมิใด ฉันอยู่พระนิพพานจุดเดียว

กำหนดหาอุปมาของจิตของเราไว้ ให้จิตตั้งมั่นอยู่กับพระนิพพาน พออยู่ในวิมานของเราบนพระนิพพานแล้ว เราก็กำหนดจิต พิจารณาให้อารมณ์จิตเข้าถึงอารมณ์พระนิพพาน "นิพพานัง ปรมัง สุขัง" พระนิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง ทรงอารมณ์จิตให้เป็นสุขผ่องใสอย่างยิ่ง กายพระวิสุทธิเทพเปล่งประกายสว่างเจิดจ้าอย่างยิ่ง กำลังบุญกำลังพระกรรมฐานกำลังทานศีลภาวนาบริม 30 ทศ มารวมตัวกันที่พระนิพพานเป็นที่สุดนี้ เปล่งประกายเต็มที่ได้กำลัง

จิตแนบอยู่กับพระนิพพานเป็นที่สุด จิตเป็นหนึ่งเดียวอยู่กับพระนิพพานอยู่เป็นหนึ่งกับพระพุทธเจ้าทุกพระองค์ พระปัจเจกพุทธเจ้า พระอรหันต์ทุกๆพระองค์บนพระนิพพาน จิตเรารู้สึกหลอมรวมตั้งมั่นเป็นหนึ่งเดียวอยู่กับพระนิพพาน กายทิพย์สว่างเปล่งประกาย ธรรมทั้ง 84000 พระธรรมชั้นจกจากพระพุทธเจ้าทุกๆพระองค์ หลังไหลเป็นกระแสแสงรวมลงมายังกายทิพย์กายพระวิสุทธิเทพของเราแต่ละบุคคล รู้สึกสัมผัสถึงกระแสธรรมที่หลังไหล ความรู้ในธรรม ความรู้ในการปฏิบัติ หลังไหลรวมลงสู่จิตของเรา น้อมจิตที่เรารับการถ่ายทอดธรรมะจากจิตสู่จิต จากกระแสของพระพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้า พระอรหันต์ หลังไหลลงสู่จิตของเรา

พิจารณาว่าจิตเรา ณ ขณะนี้ ความรักโลกโกรธหลงไม่มีในจิต ความโลภอยากได้ทรัพย์ไม่มีในจิต ความโกรธความอาฆาตพยาบาทต่อบุคคลใดไม่มีในจิต ความหลง ความอยาก ความติด ความห่วง ในสังสารวัฏ มันไม่มีในจิต อวิชชาทั้งหลายดับลง ความกระฉ่างแจ้งในมรรคผลพระนิพพานชัดเจนในจิต ตัดสังโยชน์ทั้ง 10 อันที่จริงตัดจุดเดียวคืออวิชชา อวิชชาคือความโง่ ความโง่พูดให้สั้นที่สุดก็คือโง่คิดว่าโลกนี้เป็นสุข โง่คิดว่าเป็นความสุขความเพลิดเพลินในสังสารวัฏ โง่ที่เราหลงที่เรารักที่เราผูกพันกับบุคคลใดบุคคลหนึ่ง จิตดวงใดจิตดวงหนึ่ง ตัดความไม่รู้ตัดอวิชชา ตัดตัวโง่ตัวหลงจุดเดียว จนจิตเห็นคุณแห่งพระนิพพานชัดเจนในพระนิพพาน เมื่อนั้นอวิชชาที่ดับสิ้น บุคคลที่ไม่อาจได้ดวงตาเห็นธรรมก็คือยังไม่เห็นประโยชน์ของการปฏิบัติเพื่อมรรคผลคือพระนิพพาน ยังเห็นว่าโลกเห็นว้างสังสารวัฏเป็นความสุขเป็นความเพลิดเพลิน ยังไม่เข้าใจความสุขของสมมติ ไม่เข้าใจความสุขของความสงบ ไม่เข้าใจความสุขของความปล่อยวาง เพราะทิศทางความสุขของโลกกับธรรม โลกต้องกอบโกยให้มากต้องมีให้มากต้องยึดให้มากจึงรู้สึกมีความสุข ทางธรรมยิ่งปล่อยวางยิ่งเป็นสุขยิ่งให้เจ็บยิ่งเป็นสุข ยิ่งปล่อยวางความห่วงได้ ใจเรายิ่งเป็นกุศลยิ่งเป็นความสุข เราพิจารณาว่าเราเข้าถึงสุขในธรรมหรือยัง เข้าใจกระฉ่างแจ้งความสุขสงบจากการปล่อยวางไหม วางแล้วใจยังเบาใจยังใส ทรงอารมณ์ในความเป็นกายพระวิสุทธิเทพ อยู่ในวิมานของเราบนพระนิพพาน

เมื่อจิตทรงตัวมีความมั่นคงแล้วเราก็ตั้งจิตอธิษฐาน ขอข้าพเจ้ามีความเจริญในพระศาสนาขององค์พระสมณโคตม ขอธรรมทั้งหลายโดยเฉพาะอย่างยิ่ง ธรรมอันเป็นมรรคผล กระแสแห่งโลกุตระธรรมมีพระนิพพานเป็นที่สุด ขอจงชัดเจนกระฉ่างแจ้ง จิตข้าพเจ้าจงรู้แจ้งแทงตลอดในธรรมทั้งปวง ธรรมทั้งหลายของจงถ่ายทอดสู่จิตของข้าพเจ้า จากจิตสู่จิต จากพุทธะสู่จิตของข้าพเจ้า กำหนดมั่นแล้วก็กำหนดอธิษฐานกราบลาพระพุทธเจ้า กราบลาทุกท่านทุกๆพระองค์ อธิษฐานจิต ว่าการปฏิบัติของเรานั้นเราตั้งมั่นปฏิบัติตรงคือเพื่อพระนิพพาน และการปฏิบัติของเรานั้นถวายเป็นพุทธบูชา ธรรมบูชา สังฆบูชา ถวายเป็นการบูชาครูอุปัชฌาย์อาจารย์ท่านผู้มีพระคุณ ถวายบูชาคุณพ่อแม่บิดามารดา ถวายบูชาเทพพรหมเทวาลิงศักดิ์สิทธิ์ที่ปกปักรักษาคุ้มครองข้าพเจ้า ขอการปฏิบัติข้าพเจ้าเป็นการปฏิบัติบูชา เป็นการปฏิบัติเป็นการบูชาสูงสุด ใจเรายิ่งเอิบอิมผ่องใส น้อมกระแสจากพระนิพพานลงมายังโลก ขอกระแสธรรมจงปกปักรักษาคุ้มครองกัลยาณชน คุ้มครองวัดวาอารามสถานปฏิบัติธรรมสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย กระแสแห่งพระนิพพาน กระแสพุทธานุภาพ สถิตคุ้มครองรักษาเกิดความศักดิ์สิทธิ์อัศจรรย์ กำลังแห่งพุทธานุภาพ ธรรมานุภาพ สังฆานุภาพปกปักรักษาชาติแผ่นดินให้เป็นแผ่นดินธรรมแผ่นดินทอง ขอกำลังจิตของข้าพเจ้าผู้เจริญจิตในอริยมรรคอริยผล ข้าพเจ้าขอตั้งจิตสัจจะอธิษฐาน ไม่ยินยอมให้ผู้ไม่มีศีลไม่มีธรรม ไม่ให้ผู้ที่มีจิตอยู่ในภพอันต่ำ มีความโลภ มีความทะเยอทะยาน คิดร้ายต่อชาติต่อแผ่นดินมาผู้มีอำนาจปกครองเหนือข้าพเจ้า กำลังบุญอันประกอบไปด้วยบุญฤทธิ์อิทธิฤทธิ์จากฉานสมาบัติ ตลอดธรรมไปจนถึงอารมณ์จิตที่ข้าพเจ้าตัดกิเลสตัดสังโยชน์มีความสะอาดในอริยมรรคอริยผล มีอารมณ์สูง

ข้าพเจ้าไม่ยินยอมให้ผู้ต่ำมาปกครองชาติปกครองแผ่นดินมาเอารัดเอาเปรียบ กำลังแห่งสัจจะอธิษฐานนี้ ขอจงส่งผลรวมตัวอัครรรักษ์และหากผู้ใดที่มีจิตเจตนาอันปรารถนาดีจงรักภักดีต่อชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ ก็ขอให้บุญญาธิการของท่านเหล่านั้นขึ้นมากองคร้อมามีอำนาจแห่งรัฐที่จะสร้างความเจริญความสุข ถวายงานรับใช้สอดประสานเป็นหนึ่งเดียวกับราชกิจ ตามพระราชประสงค์ที่จะยังคงประโยชน์ต่อพระพสกนิกรประชาราษฎร์ทั้งหลาย ไม่ใช่เอาอำนาจมาเพื่อประโยชน์สุขแห่งตน แต่เป็นไปเพื่อประโยชน์สุขของประชาชนทั้งแผ่นดิน ขอให้ท่านเหล่านั้นได้ขึ้นมา ถือนำนาจรัฐเพื่อช่วยกันนำพาให้เข้าสู่ยุคชาวมวลได้โดยเร็วโดยพลัน

กำหนดน้อมจิตอธิษฐานนะ จิตเราวางอารมณ์กลางกลาง ไม่ได้กล่าวถึงผู้ใด กล่าวถึงโดยธรรม กล่าวถึงโดยศีล กล่าวถึงโดยบุญฤทธิ์ กล่าวถึงโดยบุญบารมี ทุกอย่างสำเร็จได้ด้วยบุญ เราจะเห็นได้ว่าต่อน้องค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวท่านสงบนิ่งไม่ตอบโต้ผู้ใดสิ่งใด ท่านบำเพ็ญบุญบำเพ็ญบารมี เอาชนะทุกอย่างด้วยความอดทนด้วยขันติบารมี สะสมสร้างบุญบารมีให้บุญบารมีนั้นส่งผลรวมต่อชาติบ้านเมือง เราก็น้อมนำ การปฏิบัติของเรานั้นไม่ใช่ปฏิบัติเพียงเพื่อตน แต่เราปฏิบัติเหมือนกับเราเป็นทหารกล้าแห่งแผ่นดิน เพียงแต่เราใช้กำลังแห่งบุญกำลังแห่งกุศล ยังประโยชน์ให้เกิดความสุขความเจริญต่อบ้านเมือง ดังนั้นสิ่งที่เราก็ก็นึกว่าเป็นปฏิบัติศาสนารณประโยชน์ สานต่อตามคำสั่งตามคำสอนของครูบาอาจารย์คือหลวงพ่อบุญพระพรหมญาณ ขอกำลังพระกรรมฐานเต็มกำลังของเรานั้น อธิษฐานด้วยอิทธิบุญฤทธิ์บารมี ขอจงสำเร็จสมฤทธิ์ เปิดยุคชาวมวล เปิดยุคแห่งความเจริญรุ่งเรือง

จากนั้นกราบลาทุกท่านทุก ๆ พระองค์ เทพพรหมเทวาลิงศักดิ์สิทธิ์ที่ท่านมารักษาระหว่างที่เราเจริญพระกรรมฐาน

กราบลาแล้วก็น้อมจิตกลับฟุ้งลงมายังโลก ยังกายเนื้อ อธิษฐานน้อมกระแสน้ำจากพระนิพพานลงมาฟอกร่างกายธาตุขันธ์ ผมนขนเล็บพินหน้ำ กรรมฐาน 5 กลายเป็นแก้วใส โครงกระดูกกลายเป็นแก้วใส หลอดเลือดเส้นเอ็นทั้งหลาย เนื้อหนังมังสาอากาศ 32 อวัยวะภายใน กลายเป็นแก้วใส สลายมลทินโรคภัยไข้เจ็บออกไปให้หมด น้อมกระแสน้ำแห่งการปฏิบัติการเจริญพระกรรมฐานเปิดสายบุญสายทรัพย์สายสมบัติ ทิพยสมบัติ สวรรค์สมบัติ ของกลับกลายมาเป็นมนุษย์สมบัติให้ข้าพเจ้าใช้สร้างบารมีทั้งทวนเปิดท้ายในชาติสุดท้ายของข้าพเจ้านี้ ขอสายบุญสายทรัพย์สายสมบัติหลังไหลเข้ามาทันใจ บุญส่งผลทันใจบุญใหญ่ส่งผลก่อน กำหนดน้อมให้กระแสน้ำแห่งพระนิพพานปรับคลื่นปรับกระแสปรับพลังงานภายในบ้านภายในที่ทำงาน มีแต่ความผ่องใส ความสะอาด มรรคผล ความบริสุทธิ์แห่งจิต

จากนั้นน้อมจิตโมทนาสาธุกับกัลยาณมิตรที่ฝึกพระกรรมฐานด้วยกันที่อธิษฐานจิตร่วมกัน รวมถึงผู้ที่มาฟังมาฝึกมาปฏิบัติในภายหลัง ขอโมทนาสาธุในบุญกุศลในความดีในมรรคผลที่ได้ การปล่อยวางได้เพียง 1 อย่าง ชาติภพสั้นลงมากมายมหาศาลเกินคณานับ บุญจากการเจริญพระกรรมฐานถึงมีผลมากมายมหาศาล เราเข้าใจเข้าใจและทำได้ ชาติภพเราสั้นจนเหลือชาติสุดท้ายชาติเดียว จากอดีตที่ชาติภพนั้นมันยาวนานจนหาที่สุดไม่ได้หาจุดสิ้นสุดไม่ได้ นั่นก็คือที่จริงแล้วเราก้าวหน้าอย่างเป็นอนเนกอนันต์ จิตชาติภพสั้นลงนี่ก็คือก้าวหน้าอย่างยิ่งยวด พิจารณาจนเห็นจริงตระหนักรู้และมีกำลังใจในการปฏิบัติ

สำหรับวันนี้ก็โมทนาบุญกับทุกคนโดยเฉพาะอย่างยิ่งเราได้ร่วมบุญถวายมหาสังฆทานร่วมกันเป็นนิจ ก็ขอให้บุญนั้นจงส่งผลอัครรรักษ์กับทุกคน แล้วก็อย่าลืมที่จะเขียนแผ่นทองอธิษฐานพระนิพพานสม่าเสมอทุกครั้งที่ยกจิตขึ้นไปบนพระนิพพาน จะเขียนวันละ 3 แผ่น 5 แผ่น 10 แผ่นก็ได้ เราตั้งกำลังใจว่าเราจะทำได้มากที่สุดเป็นการตอกย้ำกับจิตเราเองเป็นการสะสมเพาะบ่มร่วมสร้างบารมีคือกำลังใจของเราเอง แล้วก็เพื่อให้งานสร้างพระพุทธรูปแสนคำอธิษฐานพระนิพพานสำเร็จได้เป็นจริง โดยเร็ว ดังนั้นต้องช่วยกัน วันนี้ก็ขอฝากไว้กับทุกคน พบกันใหม่สัปดาห์หน้าในระหว่างสัปดาห์ก็ขยันฝึกขยันปฏิบัติ เป็นนิจไว้ทุกวันอย่าได้ขาด สำหรับวันนี้สวัสดิ์ครับ