

เสียงธรรมจากห้อง “ครูเมตตาสมาธิ” วันเสาร์ที่ 12 สิงหาคม 2566

เรื่อง กำลังแห่งอรุปสมบัติ และ พิจารณาตัดขั้น ๕ บนพระนิพพาน

โดย อาจารย์ คณานันท์ ทวีโภค

กำหนดสติรู้รู้ในกายของเรา ผ่อนคลายร่างกาย ปลอ่ยวางร่างกายจิตใจ น้อมจิตเข้าสู่ความสงบ น้อมจิตเข้าสู่กระแสธรรม ผ่อนคลายตัดร่างกาย ตัดความรู้สึก ความสนใจ ความเกาะเกี่ยวในกาย และความกังวลทั้งหลายที่เรียกว่าเป็น **ปลิวไฟ** ออกไปจากใจของเรา จากนั้นจดจ่ออยู่กับลมหายใจละเอียด เบา ลมหายใจที่ละเอียดเป็นแพรวไหม เป็นประกาย ระยิบระยับพริ้วผ่านเข้าออก ลมเย็นละเอียด ภาพกระแสลมยิ่งละเอียด ความสงบความสบายความเบาของจิตยิ่งปรากฏชัดเจนนสงบจดจ่ออยู่กับลมหายใจ สติติดตามดู ติดตามรู้อยู่กับลมหายใจ และสิ่งสำคัญที่สุดในการกำหนดจิตก็คือการรู้ในอารมณ์ สติรู้ในเวทนา รู้ในอารมณ์สบายความสงบ รู้ในความสบาย ความสงบอันเกิดขึ้นจากลมหายใจที่สงบระงับตรงนั้น เพื่อให้จิตของเราทรงอยู่ในฌาน มีความชินกับสภาวะ ที่จิตนั้นปราศจากกิเลส เบาบางจากความคิดฟุ้งปรุงแต่งทั้งหลาย อยู่กับความเบา สบายความสงบนั้น เมื่อลมหายใจสงบระงับ เรากำหนดจิต ในตัวหยุด ตัวนิ่ง ตัวดับของลม กำหนดน้อมนึกจินตภาพ เป็นภาพดวงแก้ว เป็นดวงจิตของเราสว่างเป็นเพชรประกายพริ้ว จิตที่เป็นเพชรประกายพริ้ว เป็นเพชรระยิบระยับ มีรัศมีแสง เส้นแสงส่องสว่างแพรวพราวออกมาจากดวงจิตของเรา กลืนจิตเป็นเพชรประกายพริ้วสว่าง ทรงอารมณ์อยู่ในสภาวะที่จิตเป็นเพชรประกายพริ้วนั้น ใจมีความสงบร่มเย็น ยิ่งภาพนิมิตมีความแพรวพราว ใจเรายังถึงความสุข ทรงอารมณ์ไว้จนรู้สึกว่าการรอบห้อมล้อมมีเพียงดวงจิตส่องสว่าง กายเนื้อกายหยาบหายไปจนหมด มีแต่เพียงดวงจิตของเรา กำหนดจิตที่ทรงสภาวะความเป็นทิพย์สว่างแพรวพราวนั้น ลอยปรากฏชัดอยู่ท่ามกลางความว่าง เวียงว่างเปล่าขาวโล่ง กำหนดพิจารณาในใจของเรา สลายความยึดมั่นถือมั่น ความคิด ความจำสัญญา สิ่งที่มากระทบทาง รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส หรือ วัตถุธาตุที่เป็นรูปวัตถุทั้งหลาย สลายกลายเป็นความว่างเหลือเพียงจิตเรา อันเป็นเพชรประกายพริ้ว แพรวพราวสว่างอยู่ท่ามกลางความว่างเวียงว่างเปล่าที่ว่างเปล่านั้น ทรงอารมณ์สลายความเกาะความยึดมั่นถือมั่นทั้งหลาย **โดยใช้กำลังแห่งอรุปสมบัติ** สลายรูป สลายร่างกาย ชั้น ๕ สลายวัตถุธาตุ สลายความยึดมั่นถือมั่น สลายอารมณ์ สลายสัญญา ความจำ สลายสิ่งที่มากระทบทางอายตนะ จิตไร้ซึ่งสิ่งเกาะเกี่ยวผูกพันทั้งหลาย จิตลอยเด่นเป็นเพชรประกายพริ้ว อยู่ท่ามกลางความว่างเวียงว่างเปล่า ใจยังโล่ง ยิ่งว่าง ยิ่งวาง ยิ่งเบา **ทรงอารมณ์ในอรุปสมบัติเพื่อเพาะบ่มกำลังแห่งจิตตานภาพแห่งฌานในสมณะ ในกำลังสูงสุดแห่งสมณะ** จิตว่างจากความยึดมั่นถือมั่นทั้งปวง จิตเป็นเพชรประกายพริ้วสว่าง จิตสงบเป็นสุขอย่างยิ่ง ทรงอารมณ์ไว้ในความว่าง ร่างกายหายไป วัตถุธาตุสิ่งที่เราเกาะ สิ่งที่เรายึด นิมิตอื่น นิมิตจริงทั้งหลายหายไป อารมณ์ความรู้สึกหายไป ความจำสัญญาทั้งหลายก็เหมือนไม่มี ไม่สนใจโยตี ความรู้สึกเย็นร้อนอ่อนแข็ง มีปรากฏ มีก็เหมือนไม่มี ไม่สนใจ ไม่เกาะไม่ยึด นิมิตจริงที่ผ่านเข้ามาทั้งหลายเราก็ไม่สนใจ กำหนดจิตทรงอารมณ์ในสมาบัติ ตั้งมั่นในสมาบัติ ๘ จิตเป็นเพชรประกายพริ้ว ท่ามกลางความว่างเวียงว่างเปล่า ขาวโล่งว่าง สิ่งต่างๆที่มากระทบ ไม่อาจมีกำลังที่จะมาดึงดูดความสนใจ ไม่มีอิทธิพลที่จะมาเกิดผลกับจิตใจของเรา ความสุขความทุกข์จากการปรุงแต่ง เราไม่สนใจโยตีทั้งสิ้น มีเพียงความว่าง ว่างจากกิเลส ว่างจากอารมณ์ทั้งหลาย ว่างจากสิ่งกระทบทั้งหลาย ทรงอารมณ์อรุปสมบัติให้เชี่ยวชาญชำนาญเข้าสู่สภาวะแห่งอรุปที่ละเอียด เป็นสุขในอรุปอย่างแท้จริง พิจารณาในการปฏิบัติกรรมฐาน ในสมณะก็มีความสุขของสมณะ การปฏิบัติธรรมการเจริญสมณะวิปัสสนา เป็นไปเพื่อจิตอันเป็นสุข อานาปานสติในฌานแต่ละฌาน ฌาน ๑ ฌาน ๒ ฌาน ๓ ฌาน ๔ ให้เราพิจารณาทบทวนดูว่า ในอานาปานสติก็มีความสุข ความเบาในแบบอานาปานสติ ลมละเอียด ลมสบาย อารมณ์สบาย จิตก็เข้าถึงความสุข พอกำลังที่เราสูงขึ้นมากำหนดกรรมฐานที่เป็นกลิ่น กลิ่นที่มีความสว่าง แพรวพราว ระยิบระยับเป็นเพชรความสุขความเป็นทิพย์ในกำลังแห่งกลิ่น คือกลิ่นจิตนั้นก็มีความสุขในแบบการทรงกลิ่น กำหนดทบทวนพิจารณาการเชื่อมโยง ภาพนิมิตสัมพันธ์จิตใจ สัมพันธ์อารมณ์ใจ ก่อให้เกิดความสุขได้เต็มที่ เต็มกำลังอย่างไร จากการทรงอารมณ์กลิ่น

คราวนี้พอเรากำหนดจิตทรงในกำลังสมณะ ในสมาบัติ ๘ คืออรุปฌาน อรุปสมบัติ ความว่างโล่ง ยิ่งว่างยิ่งวาง ยิ่งเบา ความสุขของจิตที่ไม่เกาะเกี่ยวกับสิ่งใด ไม่สนใจโยตีกับสิ่งใด ไม่เก็บสิ่งใดมาปรุงแต่ง ไม่เก็บสิ่งใดมาทำให้ใจเราทุกข์ ไม่เกาะเกี่ยวกับสิ่งใดเลย ความสุขในอรุป ก็เป็นความสุข ในสมณะที่ละเอียดสูงขึ้นไปอีก กำหนดน้อมจิตของเราให้เข้าถึงอารมณ์ละเอียดสูงสุดแห่งอรุปสมบัติ วางทุกสิ่ง วางได้เร็ว วางได้อย่างง่ายดาย วางทุกสิ่งทุกอย่างได้อย่างหมดจากจิตจากใจของเรา ว่างวางเบา วางให้หมด สมมุติทั้งหลายวางให้หมด อารมณ์ทั้งหลายวางให้หมด ความเกาะเกี่ยวในรูปในวัตถุในเบญจกามคุณห้าทั้งหลายวางให้หมด ว่างวางเบาอย่างยิ่ง **ถ้าเราพิจารณาแล้ว เราก็จะรู้สึกได้ว่า อรุปฌาน หรือ อรุปสมบัติ นั้น มีอารมณ์ใกล้เคียงกับ วิปัสสนาญาณ วางสิ่งกระทบ วางสัญญา วางสัญญา ดับล้างอวิชชา สดุดท้ายยกกำลังใจจากสมาบัติ ๘ ดับล้างอวิชชาคือ สังโยชน์ข้อสุดท้าย สิ้นภพชาติ ว่างจากความสนใจโย**

**ดี ความปรารถนาในการเกิด ในสังสารวัฏ ล้างจากความสนใจโยตี ความปรารถนาในการเกิดในสังสารวัฏ
สิ้นภพจบชาติ ใช้กำลังแห่งอรุปรมาณ อรุปรสมบัติในการดับล้างอวิชชา สังโยชน์ทั้ง๑๐ ก็ขาดสะบั้น การเกิด
ไม่เป็นที่ปรารถนาสำหรับเราอีกต่อไป การเวียนว่ายตายเกิดไม่เป็นที่ปรารถนาสำหรับเราอีกต่อไป**

กำหนดน้อมรำลึกนึกถึงคุณพระรัตนตรัย คือคุณพระพุทธเจ้า พระธรรม พระอริยสงฆ์ กำหนดจิตว่า การปฏิบัติเจริญพระกรรมฐานของข้าพเจ้า กำลังแห่งสมบัติ นับตั้งแต่ อานาปานสติกิติ กำลังแห่งกสิณจิต กสิณธาตุทั้ง๑๐ กิติ กำลังแห่งอรุปรสมบัติ คือสมบัติ๘ กิติ ขอเป็นกำลัง เป็นเครื่องประหารสรรพกิเลส อันได้แก่ สังโยชน์ทั้ง๑๐ ประการ ความรัก โลภ โกรธ หลง ทั้งหลาย สรรพกิเลสทั้งหลาย อุปกิเลสทั้งหลาย ของจงสลาย ดับล้างออกไปจากดวงจิตของข้าพเจ้า มีเพียงคุณพระรัตนตรัยปรากฏ มั่นคงเป็นสรณะอยู่ กำหนดน้อมจิต เห็นกลางดวงจิตที่เป็นเพชรประกายพริก ทามกลางความว่างนั้นปรากฏภาพสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ปรากฏชัดเจนน้อย อธิษฐานขออารัมภพระพุทธองค์ทรงสงเคราะห์ ยกอาทิสมาณกาย ดวงจิตข้าพเจ้าจากดวงแก้วประกายพริก ของจงก่อรูปปรากฏเป็นกายแห่งพระวิสุทธิเทพ ปรากฏขึ้นในวิมานของข้าพเจ้าพระพุทธานุภาพ บันพระนิพพานด้วยเทอญ พุ่งจิตขึ้นไปปรากฏเป็นกายพระวิสุทธิเทพบนพระนิพพาน ในสภาวะปางที่นิ่งอยู่บนแท่นในวิมาน ความเป็นแก้วความสว่างแพรวพราว ทั้งจากกายพระวิสุทธิเทพและวิมานแก้วบนพระนิพพานนั้นสว่างกระจ่างชัดเจนน้อย เมื่อขึ้นถึงบนพระนิพพาน เรากำหนดน้อมจิตกราบทุกท่าน ในมหาสมามคมมีสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า อธิษฐานจิตขอให้ท่านที่เคยเป็นแม่ของเราในอดีตชาติทั้งหมด จนถึงปัจจุบัน ขอกายทิพย์ท่านมาปรากฏบนพระนิพพาน กำหนดน้อมยกอุบายเหียนแพรวแก้วประกายพริก กราบแทบเบื้องพระบาททุกท่าน ทุกพระองค์ ไม่ว่าท่านจะอยู่ในภพใดภูมิใด แม่ของเราในอดีตชาติ ไม่ว่าท่านจะมานิพพานแล้วก็ตาม ไม่ว่าท่านจะอยู่บนสวรรค์ก็ดี พรหมก็ดี หรืออยู่ในภพอื่นภูมิใด หรือแม้แต่มีชีวิตอยู่ ก็ขอให้อาทิสมาณกายมาปรากฏ จากนั้นน้อมจิตกราบแทบเบื้องบาททุกท่าน ยกอุบายเหียนแพรวกราบขอขมาแม่ของเรา ในสิ่งที่เราอาจเคยประมาทพลาดล่วงเกินต่อท่านในชาติใด ภูมิใด ภพใด ในชาติปัจจุบันก็ดี ในอดีตก็ดี เจตนาก็ดี ไม่เจตนาก็ดี ทำด้วยการปลั่งพลาดไปก็ดี ขอกราบขมาต่อท่าน และขอน้อมกระแเสจากพระนิพพานจนถึงดวงจิตทุกท่านทุกรูปทุกนาม กระแเสธรรม กระแเสมรรคผล กระแเสพระนิพพาน ขอจงน้อมถึงดวงจิตทุกท่าน ขอให้ธรรมอันเป็นเครื่องดับซึ่งสรรพกิเลส ธรรมอันเป็นมรรค เป็นผล ธรรมอันเป็นเครื่องเข้าถึงซึ่งพระนิพพาน ขอจงถึงทุกท่านทุกพระองค์ ขอตอบแทนพระคุณท่านด้วยกระแเสธรรม กระแเสมรรคผล ขอชาติภพของท่านจงสั้นลงใกล้มรรคผลพระนิพพาน

จากนั้นกำหนดจิตต่อไป เมื่อกราบลาท่าน กราบขอขมาทุกท่านที่เป็นแม่ของเราแล้ว เรากำหนดจิตต่อไป ขอให้สภาวะความเป็นทิพย์ ขอให้เห็นบรรดาลูกๆของเราในอดีตชาติกิติ ปัจจุบันชาติกิติ ที่เราเคยเป็นพ่อเป็นแม่ ขอให้เห็น ขอให้รู้ รู้ด้วยอารจิต กำหนดน้อมใจในวันแม่ว่า **ตัวเราเคยเป็นพ่อเป็นแม่ของคนทั้งหลาย เปลี่ยนย้ายสมมุติไปมา เราขอน้อมจิต น้อมกุศล น้อมกระแเสพระนิพพานถึงลูกหลานของเรา ลูกเราในอดีตชาติ ลูกเราที่ตกค้างในภพใดภูมิใด ก็ขอให้เขาเหล่านั้น น้อมรับกระแเสแห่งมรรคผลพระนิพพาน แม้ว่าเขาจะเป็นมนุษย์อยู่ก็ดี อยู่ในภพใด อยู่ในโอปปาติกะ สัมภเวสีกิติ อยู่ในนรกกิติ หรือแม้แต่เป็นสวรรค์ เป็นเทวดาอยู่บนสวรรค์ เป็นอากาศเทวดากิติ รุกขเทวดา กุมเทวดา หรือแม้แต่พรหม ขอกระแเสแห่งเมตตาความปรารถนาดี กระแเสมรรคผลพระนิพพาน ขอ น้อมไปถึงทุกดวงจิตทุกท่าน ขอเกิดก่อให้เกิดความสุข ความสวัสดิ ขอให้กระแเสธรรมดลจิตดลใจให้เข้าสู่เขตพระพุทธศาสนา ดลจิตดลใจให้เจริญพระกรรมฐาน ดลจิตดลใจให้มาปฏิบัติธรรม ดลจิตดลใจให้เข้าถึงพระนิพพาน น้อมกระแเสไป ใจของเรามีความสบายผ่องใส ** จากนั้นกำหนดน้อมจิตทรงในอารมณ์แห่งพระนิพพาน ทรงสภาวะกายพระวิสุทธิเทพอยู่ในวิมานของตน จากนั้นทบทวนอารมณ์พระนิพพาน ทบทวนการตัดสังโยชน์ทั้ง๑๐ ทบทวนการตัดภพจบชาติ น้อมจิตพิจารณา ทบทวนด้วยปัญญา ด้วยการพิจารณาของเรา สอนจิต ให้จิตตัด จิตรู้เท่าทัน จิตปล่อยวาง ปล่อยวางจากการเกาะในภพ ปล่อยวางจากความเกาะในสมมุติ สมมุติในยศ ในตำแหน่ง ในเกียรติในชื่อเสียง สมมุติในความเป็นพ่อเป็นแม่เป็นลูก สลายล้างสมมุติทั้งหลาย มีแต่เพียงดวงจิตที่เข้าถึงพระนิพพาน พิจารณาว่าเราทุกข์เพราะสมมุติ สมมุติในเกียรติ ในตำแหน่ง สมมุติในชื่อเสียง สมมุติในยศศักดิ์ สมมุติในความสัมพันธ์ ทุกสิ่งล้วนแต่เป็นสมมุติ ตายไปจากชาติ ชาติหนึ่งสมมุตินั้นก็เปลี่ยน สมมุติทั้งหลายไม่เที่ยง แต่เป็นสิ่งที่เราไปยึดมั่นถือมั่น ทำให้ก่อ ทำให้เกิด ทำให้เวียนว่ายตายเกิด มาพบมาเจอก็เพราะสมมุติ เมื่อสิ้นสมมุติจึงพบวิมุตติ จิตของเราสิ้นสมมุติ ปล่อยวางจากสมมุติทั้งปวง เราทรงอยู่บนพระนิพพาน สิ้นสมมุติเข้าสู่วิมุตติสุข จิตรู้ตื่นขึ้น รู้เท่าทันในสมมุติทั้งหลาย เมื่อดับสมมุติได้ จิตเราก็ก้าวถึงวิมุตติ กายพระวิสุทธิเทพเข้าถึงความสว่างผ่องใสอย่างยิ่ง ทรงอารมณ์ในอารมณ์พระนิพพาน ให้จิตเราช้อยในอารมณ์พระนิพพาน เสวยวิมุตติในอารมณ์พระนิพพาน จนจิตไม่ปรารถนาในอารมณ์ความสุขแบบโลก ไม่ปรารถนาอารมณ์ความสุขในสวรรค์สมบัติ พรหมสมบัติ อีกต่อไป จิตสิ้นสมมุติ สิ้นความอยาก ความปรารถนาในการเวียนว่ายตายเกิด สิ้นความอยากในเกียรติยศตำแหน่งหน้าที่ ความเป็นพระเจ้าจักรพรรดิราช ความเป็นพระราชินี ความเป็นพระราชา ความเป็นพระราชินี ความเป็นเทวดา ผู้มีตำแหน่งสูง ไม่ว่าจะเป็พระอินทร์กิติ ไม่ว่าจะเป็ท้าวสหมันบดีพรหมผู้เป็นใหญ่กิติ ล้วนแต่ไม่มีกำลังดึงดูดให้เราปรารถนา ทะยานอยากไปเสวยสุข สิ้นจากสมมุติ สิ้นจากความหยาบ ใจของเราปรารถนาที่จะหลุดพ้นจากสังสารวัฏเป็นอย่างเดียวคือ พระนิพพานเป็นที่สุด วางสมมุติให้สิ้นจากใจ ความเกาะเกี่ยวไปเกิดเป็นพี่เป็นน้อง ไปเกิดเป็นพ่อเป็นแม่ ไปเกิดเป็นลูก ความเกาะเกี่ยวทั้งหลายก็มาจากการติดในสมมุติ สิ้นสมมุติ ล้างสมมุติทั้งหลายออกไปจากใจจิต กระ้างแจ้ง หลุดพ้นจากสมมุติทั้งปวง วาง เหลือเพียงอารมณ์จิตที่เข้าถึง อารมณ์พระนิพพาน **นิพพานัง ปรมัง สุขัง** นิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง

จิตกระ้างแจ้งในธรรม จิตกระ้างแจ้งในพระนิพพาน เห็นโทษภัยในความเสื่อม ในการมีร่างกายชั้น๕ เห็นโทษภัยในความเจ็บไข้ไม่สบาย เห็นโทษภัยจากความเหน็ดเหนื่อย ความยากลำบากในการหาเลี้ยงชีพ เลี้ยงชั้น๕ ตัดกายตัดชั้น๕ ตัดสมมุติทั้งหลาย ตัดภพจบชาติ มีเพียงอารมณ์พระนิพพานเป็นที่สุด กายพระวิสุทธิเทพสว่างใส วิมานสว่าง

ความแพรวพราว ความระยิบระยับของกาย ของวิมานปรากฏ อารมณ์เข้าถึงความสุข ความดีมีค่าในสภาวะที่จิตสิ้นจากสรรพกิเลส อารมณ์จิตที่ตัดกิเลสเป็นสมุทเทหพาน ปรากฏสว่างชัดเจน ในกายพระวิสุทธิเทพของเราขณะนี้ ทรงอารมณ์ ทรงสภาวะแห่งอารมณ์พระนิพพาน เมื่อสิ้นสมมุติ ภาระทั้งหลายของใจก็หมดสิ้นตามไปด้วย สภาวะแห่งพระนิพพาน ยิ่งว่าง ยิ่งวาง ยิ่งเบา ยิ่งกว่าอารมณ์แห่งอรุปรมาบัติ ละเอียดกว่าอารมณ์แห่งอรุปรมาบัติ

เมื่อกระจำแจ้งในอารมณ์พระนิพพานแล้ว กำหนดอธิษฐานเดินจิตพิจารณาในวิปัสสนาญาณ อธิษฐานจิตขอให้กายเนื้อที่เป็นชั้นธัญ มาปรากฏอยู่ที่วิมานของเรานบนพระนิพพาน พิจารณาปลงชั้นธัญ ให้เห็นร่างกายเนื้อของเรา เป็นประดุจขากศพ นอนทอดกาย นอนหงายอยู่เบื้องหน้า กายพระวิสุทธิเทพกำหนดพิจารณากายเนื้อชั้นธัญ พิจารณาดูในสิ่งแรก กายเนื้อชั้นธัญ อยู่ในสภาวะที่เหมือนกับขากศพที่เพิ่งตายใหม่ๆ พิจารณาว่า ความหยาบของกายเนื้อชั้นธัญ กับกายพระวิสุทธิเทพที่เป็นแก้วใสสว่าง มันแตกต่างกัน กายเนื้อกายหยาบมันมีความสกปรก กายเนื้อกายหยาบมันมีความทึบ มันมีรอยเหี่ยวย่น มันมีมลทิน มันมีความขืด พิจารณาว่าแค่กายเนื้อ ที่เป็นปกติยังไม่เนาเปื่อยผุพัง สภาวะเมื่อมาเทียบกันกับกายพระวิสุทธิเทพที่เป็นทิพย์นั้น มันก็มีความสะอาด มีความสว่าง มีความใสแตกต่างกันอย่างสิ้นเชิง พิจารณาให้เห็นกายเนื้อนั้นอยู่ในสภาวะที่ไม่ได้อาบน้ำ ไม่ได้สระผม ไม่ได้ชำระล้างตัวเป็นเวลาหนึ่งเดือน พิจารณาให้เห็นซี่โครง ให้เห็นซี่ฟัน ให้เห็นซี่หู ให้เห็นผมที่เกาะกระกรัง กระเซอะกระเซิง ผิวหนังที่มีฝุ่น มีความสกปรก พิจารณาว่า ร่างกายชั้นธัญ เมื่อไม่ชำระล้าง ไม่อาบน้ำ ไม่ทำความสะอาด ก็ปรากฏสภาวะความเป็นจริงตามสภาพ พิจารณาว่าเป็นของสวยงามไหม ต่อให้เป็นคนที่สวยที่สุด ไม่อาบน้ำมาหนึ่งเดือน สองเดือน สภาพก็เหมือนกับคนจรจัด สภาพก็ดูไม่ได้ เราพิจารณาจนจิตเห็นจริงว่า ร่างกายชั้นธัญ ก็เป็นเช่นนี้ พิจารณาต่อไปให้เห็นร่างกายชั้นธัญ นั้นที่เป็นขากศพ ค่อยๆเนาเปื่อย ผุพังไปที่ละน้อย สภาวะความเปลี่ยนแปลงปลงอสุภกรรมฐาน เพื่อตัดความเสียดาย ความอาลัย ความรักในร่างกายชั้นธัญ ของเราเอง และความพึงพอใจ ความรักความหลงในร่างกายชั้นธัญ ของเพศตรงกันข้าม เป็นการตัดกามราคะในจิตของเรา พิจารณาให้เห็นชั้นธัญ ร่างกายเนาเปื่อย เย็นชืดเริ่มมีความขืด จากขืดค่อยๆปรากฏความคล้ำ คล้ำเขียวตามผิวหนัง จากความคล้ำนั้น ต่อมาร่างกายมันค่อยๆ มีความคล้ำมีความบวมอืด ความบวมอืดนั้นเกิดขึ้นจาก แกสจากธาตุลมในกาย เกิดการเนาเปื่อยภายในร่างกาย ผิวหนังเริ่มค่อยๆพองขึ้น ท้องพองขึ้น หน้าตาจืด ลื่นจุกปาก ผิวคล้ำน้ำตาตาซึม เริ่มมีน้ำเหลืองน้ำหนองซึมออกมาจากรูขุมขน จากผิวหนัง ความอืดขึ้นอืด ค่อยๆบวมเต่ง จนมือกางตึงกาง ผิวหนังปริแตก มีน้ำเหลืองน้ำหนองไหลออกมา จากรอยปริแตกนั้น จากนั้นความเนาเปื่อยเกิดขึ้น จากผิวหนัง จากเนื้อหนังมังสา ค่อยๆดำคล้ำกลายเป็นของเหลว จากของเหลวที่เป็นสีดำคล้ำจากเนื้อตัวทั้งหมด มีหนองค่อยๆซึม มีกลิ่นอันไม่พึงประสงค์จากร่างกายเนื้อชั้นธัญ ที่ขึ้นบวมอืด หนองที่ซึมออก ปรากฏมากขึ้น ชกขุมขึ้น เกิดแมลงวัน เกิดแมลง เกิดหนอนกัดกินเนื้อหนังมังสาไป จากซากร่างกายที่บวมอืด ก็ค่อยๆยุบตัวลง แห่งลงจากการถูกหนอนขอนไช จนเหลือแต่ซากดำๆกอง มีกองน้ำเหลือง น้ำหนองดำคล้ำ เกรอะกรังอยู่กับพื้น จากนั้นโครงกระดูกก็ค่อยๆปรากฏสภาวะ จากโครงกระดูกค่อยๆกร่อน เนื้อหนังที่แห้งกรังนั้น ค่อยๆผุกลายเป็นผุยผงไปที่ละน้อย เหลือแต่โครงกระดูกขาว จากโครงกระดูกขาวก็ค่อยๆถูก สายลมแห่งกาลเวลาพัดพาให้ผุกร่อนไปที่ละน้อย พิจารณาให้เห็นโครงกระดูก โครงกระดูกขาวเรียงตัวอยู่ พิจารณาว่า ตอนนั้นชั้นธัญ เป็นตัวเราเป็นของเรามากๆ ต่อให้เป็นคนที่สวยที่สุด ก็มีสภาวะในยามธาตุชั้นธัญแตกดับ ไม่แตกต่างกัน พิจารณาจนเห็นว่า ร่างกายชั้นธัญ มันก็มีเพียงเท่านี้ จิตยอมรับตามความเป็นจริงในความเป็นไปของร่างกายชั้นธัญ สังขารเปกขาญาณปรากฏในจิตของเรา ความวางเฉย ความไม่ยึดมั่นถือมั่นในสังขาร เริ่มปรากฏเห็นจริงตามสภาวะที่ร่างกายชั้นธัญ นั้น เป็นครูสอนเราตอนนี้

สภาวะในการพิจารณาที่เราเป็นกายพระวิสุทธิเทพ พิจารณาตัดชั้นธัญ บนพระนิพพาน จนเหลือแต่โครงกระดูก จากโครงกระดูก ค่อยๆผุกร่อนเป็นผุยผง จนเหลือแต่ธุลี อัฐิฐิที่ที่เป็นปนเป็นผง ไม่ต่างอะไรกับผงทราย ผงฝุ่นปลิวหายไป ในอากาศ ไร้แก่นสาร ไร้สิ่งใดให้เกาะให้ยึดมั่นถือมั่น ธาตุทั้งสี่สลายไป ร่างกายชั้นธัญ ไร้แก่นสาร จิตของเราปล่อยวางจากความยึดความเกาะในร่างกาย ในร่างกายชั้นธัญของบุคคลอื่น มีเพียงกายพระวิสุทธิเทพอยู่บนพระนิพพาน ตั้งกำลังใจว่าชาตินี้เป็นชาติสุดท้ายของข้าพเจ้า การมีร่างกายนี้เป็นชาติสุดท้ายของข้าพเจ้า ตายเมื่อไหร่ข้าพเจ้าขอยกจิตมายังพระนิพพานเพียงจุดเดียว ทรงอารมณ์พระนิพพานสว่างผ่องใส สลายล้างชั้นธัญออกไป ขากศภาวะของชั้นธัญออกไปจากวิมานเรานบนพระนิพพาน การมีชั้นธัญ เราไม่ต้องการ ทรงอารมณ์พระนิพพานสว่าง ใจตัดสรรพกิเลสให้เป็นสมุทเทหพาน ใจเราตัดชั้นธัญ ตัดร่างกาย จากนั้นน้อมจิตพิจารณาลงมายังโลก พิจารณาให้เห็นความวุ่นวาย การแก่งแย่ง ในอำนาจราชศักดิ์ การแก่งแย่งชิงดีชิงเด่น หวังอำนาจในบ้านเมือง พิจารณาให้เห็น จนจิตเกิดความเบื่อหน่าย ในการแย่งชิงสมมุติ เห็นความหลงของมนุษย์ เห็นความหลงในภพภูมิ เห็นความหลงของสรรพสัตว์ เห็นอวิชชาที่ก่อเกิดในใจ ในดวงจิตทั้งหลาย ใจที่เราทรงอยู่บนพระนิพพาน พิจารณาให้เกิดความปลอดโปร่ง เห็นโทษภัยในอวิชชาทั้งปวง จิตปล่อยวาง ความวุ่นวาย สงครามการแก่งแย่ง การแย่งชิง การละเมิดในศีลห้า การทำสงครามต่อกัน ล้วนแล้วแต่เกิดขึ้นจากอวิชชาเกิดขึ้นจากสมมุติ หลงสมมุติ หลงสงสาร หลงโลก หลงสังสารวัฏ พิจารณาว่าเรายังโง่เขลา ที่ดวงตาปรากฏเห็นธรรมเห็นภัยในสังสารวัฏ เห็นโทษเห็นทุกขในสังสารวัฏ และปฏิบัติจนกระทั่งยกจิตขึ้นมานบนพระนิพพานได้ สรรพสัตว์อีกมากมายที่ยังหลงในสังสารวัฏ ยังต้องเบียดเบียน แก่งแย่งทุกขทน อยู่ในสังสารวัฏมากมาย ใจเราคิดพิจารณาว่า เราจะหวนกลับไป ในสังสารวัฏ กลับไปสู่โลก โลกแบบนั้นอีกหรือ หรือเราจะตัดไปพระนิพพานเพียงจุดเดียว

เมื่อจิตตัดสิ้นใจมีความมั่นคง จิตเกิดความกระจ่างแจ้งแห่งตลอดในธรรม เห็นโทษภัยในทุกข เราจึงน้อมจิตอธิษฐาน ขอให้กายพระวิสุทธิเทพปรากฏอยู่เบื้องหน้าพระพุทธรูปเจ้าทุกพระองค์ พระปัจเจกพุทธเจ้า พระอรหันต์ทุกพระองค์บนพระนิพพาน กำหนดจิตอธิษฐาน ขอชาตินี้เป็นชาติสุดท้ายของข้าพเจ้า ขอธรรมทั้งหลายจงกระจ่างแจ้งในจิตข้าพเจ้า ขอกำลังแห่งคุณพระพุทธรูป พระธรรม ศีลพระอริยสงฆ์ กำลังพุทธาณาญาฬสงสทิธอยู่ ณ กายวาจาใจข้าพเจ้า ให้ข้าพเจ้ามีกำลังใน

การสงเคราะห์ ในการโปรดผู้คน ยังประโยชน์สุขให้ผู้คนเข้าถึงธรรม ได้ดวงตาเห็นธรรม เห็นมรรค เห็นผล เห็นพระนิพพาน ได้โดยง่าย ได้โดยกระจ่างแจ้งด้วยเทอญ จากนั้นน้อมกระแส เชื่อมกระแส แผ่เมตตาจากพระนิพพานลงมายังสังสารวัฏ ทั้ง อรูปพรหม พรหมโลก อากาศเทวดา รุกขเทวดา ภูมเทวดา สรรพสัตว์ทั้งมนุษย์และสัตว์ที่มีกายเนื้อกายหยาบทั่วอณันตจักรวาล โอปปาติกะ สัมภเวสี ดวงจิตดวงวิญญาณทั้งหลาย เปเรตอสุรกายทั้งหลาย สัตว์นรกทุกขุม ขอกระแสแห่งพระนิพพาน กระแสธรรม กระแสมรรคผล กระแสแห่งคุณงามความดี ของจตฺตึนฺชึน ในจิตทุกดวง ความสงบเย็น ความเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ของจงปรากฏในดวงจิตทุกดวง กระแสแห่งบุญ กระแสแห่งกุศล กระแสแห่งบารมีทั้งหลาย ของจรวมตัว เป็นกระแสบัญศึกดีลึทึจากพระนิพพาน หลังไหลขลุอมลึงทุกดวงจิตทึวสังสารวัฏด้วยเถิด สัตว์ทึงหลายลึวนเป็นเพื่อนทึกขึ เกิดแกเจ็บตายด้วยกันทึงหมดทึงลึน ขอสรรพสัตว์ทึงหลายจงพ้นจากความทึกขึ เข้าถึงความสุข ทึสุขอยู่แล้วก็ขอให้สุข ยิ่งชึนไป ขอให้สุขละเอียดปรารถนาเจตนาลึงที่สุด คึอสุขในพระนิพพาน กระแสความสงบเย็นในจิตเรปรากฏชัดเจนน

จากนั้นน้อมจิตแยกอาทิสมาณกายกราบทุกท่านทุกพระองค์ กราบท่านผู้มีพระคุณทุกท่านทุกพระองค์ เทพพรหมเทวาทั้งหลาย พ่อแม่ครูอุปชฌาอาจารย์ท่านผู้มีพระคุณทั้งหลาย น้อมจิตด้วยความนอบน้อมโดยเฉพาะอย่างยิ่ง คุณพระพุทธเจ้า พระธรรม พระอริยสงฆ์ทุกท่านทุกพระองค์ น้อมขอให้กระแสทุกท่านเมตตาสงเคราะห์เกื้อกูล ครอบที่ยังมีชั้น ๕ ขอให้ท่านโปรดสงเคราะห์ช่วยเหลือสนับสนุนข้าพเจ้าเต็มกำลังด้วยเถิด จากนั้นน้อมจิตพุงอาทิสมาณกลับลงมายังกายเนื้อบนโลกมนุษย์ น้อมกระแสจากพระนิพพานลงมาฟอกร่างกายธาตุขันธ์ น้อมกระแสสายบุญ สายทรัพย์ สายสมบัติ ของจงปรากฏเปิดชึน เป็นมนุษย์สมบัติ อันจับต้องได้ กำหนดน้อมกระแสจากพระนิพพานฟอธาตุขันธ์โดยละเอียด ผมนชนลับพันหนึง ไสเสอาดบริสุทึธิเป็นแก้ว ไคองกระดุก เส้นเอ็น เส้นเลือด เส้นประสาททึงหมด สะอาดใสบริสุทธิ์ อากาธา ๒๒ อวัยวะทึกส่วนภายในกาย ไสเสอาดบริสุทธิ์เป็นแก้วเป็นเพชร เชลลึทึกเชลลึ ทึวร่างกายใสเป็นแก้วเป็นเพชร ธาตุทึงสึดึนน้ำลมไฟ ปรากฏเป็นแก้วเป็นเพชรประกายพริก กายของเรากลายเป็นแก้วประกายพริก กายเนื้อขันธ์ ๕ กลายเป็นเพชรประกายพริก ดวงจิตกลายเป็นเพชรประกายพริก ภาพพระสามฐานเป็นเพชรประกายพริก ธาตุขันธ์ ขันธ์ ๕ ของเรสะอาดใสบริสุทธิ์ ธาตุธรรมชำระล้างธาตุทึงสึดึนน้ำลมไฟสะอาดใสบริสุทธิ์ กระแสจากพระนิพพานชำระล้างกายคึอขันธ์ ๕ ชาระล้างวาจาให้เป็นกุศล ชาระล้างดวงจิตให้เป็นดวงจิตอันวิมุตติสะอาดบริสุทธิ์หมดจด กระแสจากพระนิพพานชำระล้างกายวาจาใจ กายจิต สะอาดใสบริสุทธิ์ มีแต่สัมมาทึฐึ มีแต่กุศลเจตนา มีแต่ลึงที่เป็นอุดมมงคล มีลึงที่เป็นเกษม ความสุข ความสวัสตี ครอบกายของเราแวดล้อมไปด้วยบุคคลอันเป็นกัลยาณมิตร แวดล้อมไปด้วยบุคคลอันเป็นสัมมาทึฐึ ร่ายล้อมรอบไปด้วยบุคคลทึสงเคราะห์ เกื้อกูลปรารถนาดีต่อกัน กายใจของเราผ่องใสยิ้มแย้มเป็นสุข จากนั้นน้อมจิตโมทนาสาธุกับกัลยาณมิตร เพื่อนในหึองครุเมตตาสมาธิ ทึเจริญพระกรรมฐานรึวมกัน ฝึกจิตและสึงต่อสึงเทียน แสงสว่างแห่งธรรมให้กับผู้คน น้อมให้กระแสบุญกระแสกุศลของเราเนึ เป็นพุทธานุชา ธรรมบุชา สึงฆบุชา ครูอุปชฌาอาจารย์พ่อแม่ ท่านผู้มีพระคุณบุชา ใจของเราเอิบอึมผ่องใสเป็นสุข น้อมจิตบูชาคุณพระมหากษัตริราชเจ้าทึกขึพระองค์ ท่านทึงหลายทึสร้างคุณประโยชน์ต่อชาติบ้านเมือง ใจของเราน้อมสำนึกรำลึบุญคุณของทึกท่าน ใจเราเอิบอึมน้อมกุศลลึงทึกท่าน ให้เป็นเกราะแก้ว เป็นกำแพงแก้ว เป็นฉัตรแก้ว คึมครองผู้ทึทำคุณประโยชน์ต่อชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ทึกท่านทึกรูปทึกนามทึกพระองค์ กระแสบุญเชื่อมโยงกึงกันทึงหมด พระโพธิสัตว์เจ้า พระมหาโพธิสัตว์ เทพพรหมเทวาสิงศึกดีลึทึ จากนั้นหายใจเข้าออก ลึกขึซึซึ ใจเอิบอึมผ่องใสอยึงยิ่ง เป็นสุขอยึงยิ่ง หายใจเข้าซึ ลึกขึยาวพุดออกไธ ครึทึที่สอง ธีมโม ครึทึที่สามสิงไข ใจเบิกบานเป็นสุขอยึงยิ่ง ภายในจิตยิ้มแย้มเป็นสุขอยึงยิ่ง จิตดงามทึงเบือตึน ทึวมกลาง และทึสุด กุศลก่อเกิดเต็มลึนในดวงจิตของเราทึกคน ลึมตาซึซึ กำหนดลึมตาด้วยดวงตาเห็นธรรม เห็นแต่กุศล เห็นแต่คุณงามความดี เห็นแต่ประโยชน์สุขสึวมรวม เห็นในสึจธรรม เห็นกึยในสังสารวัฏ ตาที่ตึนชึนนั้น มองเห็นสึจธรรมความจริงของลึอก วางอารมณ์ของเราให้เป็นสุขผ่องใส สำหรับวันเนึก็ขอโมทนาบุญกับทึกคนทึรึวมจิตเจริญพระกรรมฐานกันในวันแม่ ก็ขอให้ทึกคนมีความสุข มีความสวัสตี มีความเจริญในธรรมยิ่งชึนไป พุงเนึก็ฝึกในหึองเมตตาภิรมณ์ต่อ สำหรับวันเนึก็ขอโมทนาบุญกับทึกคนด้วย พยายามกำหนดจิต ปฏิบัติธรรมตั้งกำลังใจ ยิ่งตัดขันธ์ ๕ ร่างกาย ตัดเป็น ตัดตายได้มากเท่าไร ยิ่งเกิดผล ยิ่งตัดร่างกาย ขันธ์ ๕ ละเอียดมากเท่าไร ตัดภพจบชาติได้มากเท่าไร อารมณ์พระนิพพานยิ่งชัดเจนน พยายามฝึกฝน พยายามฝึกอบรมทึจะพิจารณาแยกแยะความละเอียด ในเรือของสุข ในการเจริญพระกรรมฐาน ในแต่ละระดับชึน จนเห็นละเอียดชัดเจนน แยกแยะความสุขในการปฏิบัติในการเจริญพระกรรมฐานได้อย่างชัดเจนนให้ได้ จิตก็ละเข้าสู่ถึงความละเอียดประณีตมากชึนยิ่งชึนไป สำหรับวันเนึก็ขอโมทนาบุญด้วย สวัสตี