

เสียงธรรมจากห้อง “เมตตาภิรมย์กรรมฐาน” วันอาทิตย์ที่ 4 กุมภาพันธ์ 2567

เรื่อง ผิกจิตให้มั่งคั่งคุณภาพและปริมาณ

โดย อาจารย์ คณานันท์ ทวีโภค

กำหนดสติในความรู้สึกตัวทั่วพร้อม กำหนดผ่อนคลายร่างกาย กล้ามเนื้อร่างกายทุกส่วนของเรา ปลดปล่อยกำลังเพื่อ
ปล่อยวางร่างกาย ยิ่งผ่อนคลายร่างกายถึงที่สุดมากเท่าไร ก็ให้กำหนดรู้ว่าเรากำลังปล่อยวางร่างกาย ตัดขั้นห้า ตัด
ความสนใจ ตัดความอาลัยในร่างกาย ผ่อนคลายปล่อยวางร่างกาย เมื่อปล่อยวางร่างกายแล้ว เราจึงกำหนดพิจารณา
ปล่อยวางความคิด ความวิตก ความกังวล ปล่อยวางภาระของใจทั้งหลาย ความห่วงความอาลัยทั้งหลาย ออกไปจาก
จิตใจของเรา ปล่อยวางทั้งกายและใจ จนจิตเข้าถึงจดจ่ออยู่แต่เพียงลมหายใจที่ละเอียดเบา สงบ สบาย เข้าสู่อารมณ์
จิตที่อยู่กับลมหายใจสบาย ละเอียด เบา จินตภาพเห็นลมหายใจของเรานั้นเป็นเหมือนกับแพรวไหมพลิวผ่านเข้าออก
ในกาย สติรู้รอบติดตามดูรู้ในลมตลอดทั้งสายตลอดทั้งกองลมนั้น ต่อเนื่อง ราบรื่น ละเอียด อยู่กับลมหายใจสบาย ทรง
อารมณ์ ทรงสติ ทรงความรู้สึกที่จดจ่อต่อเนื่องอยู่กับลมหายใจสบายนั้น

สติกำหนดรู้ทั้งลมหายใจ สติกำหนดรู้ทั้งอารมณ์ใจ รู้ในการทรงอารมณ์ใจของเราที่สงบเบา ความสบายในความรู้สึก
เกิดขึ้นจากความสงบของจิต จากภาระที่เราปลดในความเกาะร่างกาย ปลด ปล่อยวาง จากความวิตกความกังวล
ทั้งหลายไปจากจิตใจ เหลือแต่เพียงลมหายใจละเอียดต่อเนื่อง เบา ลื่นไหล

เมื่อจิตเข้าถึงความสงบ ควรแก่การปฏิบัติต่อเนื่อง เราจึงพัฒนาเดินจิต กำหนดหยุดจิต หยุดความคิด หยุดการปรุงแต่ง
ทั้งปวง สงบ นิ่ง หยุด เข้าถึงความสงบ เข้าถึงเอกัตตารมณ์ คือองค์แห่งมานสิในอานาปานสติ เห็นตัวหยุดตัวนิ่งของ
จิต จิตเราสามารถเข้าถึงความสงบได้ จิตตานุภาพที่เราฝึกจากการปฏิบัติธรรม นำพาให้จิตของเรานิ่งหยุดจากสภาวะ
เดิมที่จิตเคยซัดส่ายเคยวุ่นวายไปกับอารมณ์ต่างๆ ความคิดต่างๆ การปรุงแต่งต่างๆ บัดนี้จิตของเรานิ่ง หยุด สงบ
เป็นหนึ่งในเอกัตตารมณ์

จากนั้นในความนิ่งความหยุดในเอกัตตารมณ์ เรากำหนดน้อมนึกจินตภาพให้เห็นจิตที่นิ่งนั้นปรากฏเป็นดวงแก้วใส
สว่าง ดวงแก้วนั้นใสขึ้นสว่างขึ้น กำหนดพิจารณาว่า จิตเราคืออกสิณ อกสิณคือจิต เราทรงอารมณ์ก้าวเข้าสู่สมาธิ จากอา
นาปานสติที่เราเข้าถึงตัวหยุดตัวนิ่งเอกัตตารมณ์มานสิ ก้าวเข้าสู่อกสิณจิต จิตนั้นเป็นดวงแก้วสว่างใส ภาพนิมิต
สัมพันธ์กับสมาธิ สัมพันธ์กับอารมณ์ใจ ยิ่งจิตสงบนิ่งสว่างใสมากเท่าไร จิตเรายิ่งรู้สึกสัมผัสถึงความสุขจากความสงบ
ความอิมเอิบใจ และกำลังแห่งอกสิณ จิตยิ่งสว่างมากเท่าไร อารมณ์จิตยิ่งเอิบอิมเปี่ยมพลัง จิตเรากลายเป็นดวงแก้วใส
สว่าง ขณะที่จิตเราเป็นดวงแก้วใสสว่าง มีรัศมีสว่างจนรู้สึกที่ห้องที่เราฝึกเจริญพระกรรมฐาน มีแสงส่องสว่างจนสว่าง
กายที่เราฝึกสมาธิมีแสงสว่างเปล่งประกายสว่างไปทั่วห้อง ในขณะที่จิตใส สว่าง จิตเอิบอิมเปี่ยมพลังนี้ สภาวะธรรมที่
เกิดขึ้นในกำลังของอกสิณ เรียกว่า “อุคคหนิมิต” ทรงอารมณ์ไว้

จากนั้นกำหนดจิตต่อไป จากอุคคหนิมิต เรากำหนดจิตน้อมนึกภาพจากดวงแก้วใสให้จิตเราเปลี่ยนเป็นเพชร เป็นเพชร
ทรงกลม เพชรรูปที่เจียรระโนละเอียดยระยิบระยับแพรวพราวอย่างยิ่ง คราวนี้แสงรัศมีที่แผ่ออกจากจิตที่เป็นเพชร
ประกายพริ้ว เป็นเส้นแสงสีรุ้งแผ่กระจาย มีรัศมีแผ่สว่างออกพ้นจากดวงจิตเป็นรัศมีประมาณหนึ่งว่า เลยจากเส้นแสงที่
เป็นเส้นรัศมีเจ็ดสีที่พวยพุ่งจากจิตที่เป็นเพชร ปรากฏสภาวะเป็นเหมือนกับกากเพชรที่แพรวพราว ค่อยๆกระจาย

รายรอบทั่วบรรยากาศเลยพ้นออกไป สภาวะที่เป็นากเพชรแพรพราวระยับยับทั่วบรรยากาศนั้น กำหนดน้อมจิต
ว่าคือ สภาวะรัศมีพลังแห่งความเป็นทิพย์ของจิตที่เราทรงอารมณ์จิตตามภาพในกสิณจิต จิตเราเปี่ยมพลังแห่งกสิณ
สภาวะที่จิตเราทรงอารมณ์นี้เรียกว่า “ปฏิภาคนิมิต” ทรงอารมณ์จิตไว้ อารมณ์กรรมฐานอารมณ์สัมพันธ์กับนิมิต
พอจิตกลายเป็นเพชร จิตมีความละเอียดขึ้นระยับระยับขึ้น เส้นแสงรัศมีจิตมีความเข้มข้นขึ้น ความเป็นทิพย์ที่รายรอบ
พ้นออกไปมีความแพรพราว กำหนดน้อมจิต ทรงอารมณ์ด้วยความรู้สึกที่เอิบอ้อมปีติสุข รัศมีความส่องไสของจิต
สัมพันธ์กับภาพนิมิต จิตที่ทรงอารมณ์เป็นกสิณจิต มีความสว่างมากเท่าไร มีความระยับระยับแพรพราวมากเท่าไร
จิตเรายังเป็นสุข ยิ่งเอิบอ้อมยิ่งส่องไสมากขึ้นเท่านั้น ทรงอารมณ์ ทรงภาพนิมิต ทรงสภาวะ ที่จิตเข้าถึงปฏิภาคนิมิตใน
กสิณ ทรงอารมณ์ เห็นภาพต่อเนื่องยาวนาน รู้สึกถึงสภาวะธรรมในปฏิภาคนิมิตความเอิบอ้อม ทรงอารมณ์ไว้ ทรงความ
ส่องไสไว้ จิตเราเปล่งประกายแห่งความสุขความปีติความส่องไสอยู่ตลอดเวลา

กำหนดรู้กำหนดพิจารณาว่าในขณะที่จิตเราเป็นสุขจิตเราส่องไส กิเลสคือความโลภโกรธหลงก็ไม่อาจเข้ามาสู่ใจของเรา
ใจของเราทรงไว้ในกำลังแห่งสมณะกรรมฐาน ทรงกำลังแห่งฌานสี่ในกสิณ เราทรงอารมณ์ทรงภาพนิมิตไว้เพื่อให้จิตเกิด
ความเสถียรภาพ สามารถทรงอารมณ์ทรงฌานทรงสมาบัติได้นานได้ตั้งมั่นได้อย่างมีคุณภาพของจิตตามต้องการเสมอ

จากนั้นเราจึงกำหนดจิตต่อไป จิตที่เป็นเพชรประกายพริ้ว เราน้อมจิตอธิษฐานให้ปรากฏองค์พระ คือองค์สมเด็จพระ
สัมมาสัมพุทธเจ้าอยู่ในจิตของเรา คือดวงแก้วที่เป็นเพชรระยับระยับละเอียดนั้น พร้อมกับรัศมีที่แผ่ออกจากดวงจิต
กำหนดน้อมอาราธนาว่า เราขออาราธนาบารมีพุทธานุภาพขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ารวมลงเป็นหนึ่งเดียวสู่
จิตของข้าพเจ้า จิตเราเข้าถึงพระพุทธเจ้าเป็นไตรสรณคมน์ คือคุณแห่งพระพุทธ พระธรรม พระอริยสงฆ์ แนบแน่น
สนิทอยู่ในจิตของเรา

กำหนดจิตที่มีองค์พระอยู่ภายในเพชร ดวงแก้วที่เป็นเพชรมีองค์พระนั้นยิ่งแผ่ความรู้สึกแผ่รัศมี แผ่สว่างกระจาย
ออกไปอีก จิตมีกำลังมีความส่องไส ตั้งจิตอธิษฐานว่านับแต่บัดนี้ขอให้เราทรงภาพพระไว้ในดวงจิต จิตมีพุทธะในใจ เรา
น้อมนำอัญเชิญพระรวมลงสู่ใจของเรา เป็นพระภายใน เป็นพระที่ไม่อาจพรากไป องค์พระนั้นคือภาคทิพย์ คือพุทธ
บารมีของพระพุทธองค์ที่น้อมลงสู่ใจของเรา จิตเราเมื่อทรงภาพพระอยู่ในจิต อารมณ์จิตของเรา มีความนอบน้อม มี
ความรำลึกถึงพระพุทธเจ้า มีอารมณ์ความรู้สึกที่แนบแน่นเคารพรักในพระพุทธองค์ พระพุทธองค์ก็ทรงอยู่กับเรา ทรง
สถิต รักษากายวาจาใจเราให้อยู่ในกระแสแห่งธรรม กระแสรวมผลพระนิพพาน กำหนดยิ่งน้อมย้าองค์พระชัดเจนใน
จิตของเรา ทรงภาพองค์พระอยู่ในดวงจิตที่เป็นเพชรของเราไว้ตั้งมั่นไว้ ทรงอารมณ์

เมื่ออารมณ์ที่เราทรงภาพพระมีความทรงตัว กำหนดที่จะตั้งใจตั้งจิตฝึกฝนปฏิบัติ เป็นความเพียร เป็นความสามารถ
ของแต่ละบุคคลในการฝึกแสวงหาในการปฏิบัติ เราตั้งใจให้ได้ว่าเราจะสามารถทรงภาพพระได้ทุกครั้งทุกเวลาทุกสถานที่
ทุกอิริยาบถ ยืนเดินนั่งนอนล้มตาคลับตาเราสามารถทรงภาพองค์พระได้ และการนี้ภาพองค์พระในจิต ง่ายตายเพียง
แค่ลัดนิ้วมือเดียว คือเพียงแค่นึกปุ๊บองค์พระก็ปรากฏ ไม่ต้องตั้งท่า ไม่ต้องรีรอ ไม่ต้องเสียเวลาใดใด กำหนดน้อมนึก
ภาพองค์พระก็ปรากฏ ซึ่งการปฏิบัติเช่นนี้เป็นวิสัยของอภิญญา คือผู้ทรงอภิญญา จำเป็นที่จะต้องฝึกในการเข้าฌาน
เข้าฌานทุกฌานได้รวดเร็วเพียงแค่ลัดนิ้วมือเดียว กสิณได้ทุกอย่างรวดเร็วทันที่ได้เพียงแค่ลัดนิ้วมือเดียว ทรงภาพพระ
ทรงกำลังของอภิญญาจิต ทรงกำลังของมโนเมยิทธิ กำหนดน้อมนึกทำได้ทันที

กำหนดจิตทรงภาพองค์พระไว้ สิ่งที่อยู่ฐานสิ่งที่ตั้งใจ คือการอธิษฐานวสี ความชำนาญเชี่ยวชาญในการทรงฌาน ใน
การเข้าฌาน ในการกำหนดระยะเวลาในการทรงฌาน ในการออกจากฌาน วสีเชี่ยวชาญในการประทับระครองรักษา

ให้กำลังสมาธิมีกำลังสูงสุดเสมอ นั่นก็คือจิตเราเข้าถึงเสถียรภาพของการทำสมาธิอย่างยิ่ง อุปมาเหมือนกับดวงจิตเรา ในยามที่ทรงสภาวะของการฝึกกสิณจิต ทรงภาพดวงจิตเป็นเพชร เมื่อกำหนดให้มีความสว่างก็มีความสว่างราบรื่น ต่อเนื่อง หรือกำหนดให้สว่างยิ่งขึ้นไปอีกก็สามารถเพิ่มระดับความสว่างความส่องใสเส้นแสงรัศมีได้ตั้งใจนึก ในขณะที่เดียวกันบุคคลที่อารมณ์จิตอารมณ์ผวนสมบัตียังไม่มีเสถียรภาพ ก็จะเหมือนกับหลอดไฟที่ติดๆดับๆ สว่างบ้าง หรือบ้าง กระพริบบ้าง นั่นก็คือจิตเรายังไม่สามารถทรงอารมณ์ ทรงสภาวะธรรม ทรงกำลังของกสิณจิต ให้มีความราบรื่น ต่อเนื่อง คือจิตยังไม่มีเสถียรภาพ แต่เมตตาสมาธิที่เราฝึกกันก่อนข้างจะมีมาตรฐานค่อนข้างสูงกว่าการปฏิบัติที่อื่น เราจำเป็นต้องฝึกให้จิตนั้น ทรงสภาวะ ทรงอารมณ์ ทรงความสว่าง ทรงความส่องใส ถึงพร้อมทั้งภาพนิมิต ถึงพร้อมทั้ง อารมณ์จิต ถึงพร้อมทั้งอารมณ์กรรมฐาน จิตมีเสถียรภาพในการทรงอารมณ์ จึงจะนับได้ถือได้ว่าเป็นผู้ที่ทรงฌานทรง สมบัติ ทรงภาพองค์พระในจิตที่เป็นประกายพรึกสว่างไว้

ทรงอารมณ์และน้อมพิจารณาตามนะ ในการปฏิบัติถึงจุดนี้เราทรงอารมณ์อยู่ในพุทธานุสติควบาโลกสิณ ผ่านเข้าสู่ กสิณจิตในระดับที่เป็นปฏิภาณนิมิตก็คือผานสีของกสิณ คราวนี้สิ่งที่เกิดขึ้นในความเป็นทิพย์ของจิต ตั้งแต่ที่เราฝึก จนกระทั่งได้กสิณเห็นจิตเป็นเพชรประกายพรึก เมื่อฝึกได้ทรงอารมณ์ได้ รักษาเข้าถึงสภาวะธรรมได้ สิ่งที่จะปรากฏเกิด เป็นปฎิหาริย์ของจิตเป็นอภิญา จุดแรกที่เกิดขึ้นให้เราสังเกตดู เจโตปริยญาณจะค่อยๆเริ่มปรากฏขึ้น ยิ่งเมื่อไรที่ อารมณ์จิต เราทรงในความสงบได้เป็นปกติ คือถึงเวลาที่เราพ้นจากภารกิจการงาน เราเฉยๆ แทนที่เราจะพุ่งชานไปคิด ไปปรุงแต่งไปวุ่นวายใจไป เราอยู่กับความนิ่งความสงบ เจโตปริยญาณจะเกิดขึ้นจากการมุขรู้ การมุขรู้เช่นมีบางคนเขา คิดเรื่องสิ่งใดในใจหรือเขาคิดจะคุยจะถามสิ่งใดเราก็เกิดรู้สึกขึ้นมุขรู้ขึ้นในจิต บางครั้งเขายังไม่ทันเอ่ยปาก เขาก็ชิงตอบ ก่อนที่เขาจะถาม หรือเขาคิดสิ่งใดขึ้นมาเราก็กำหนดรู้ รู้ว่าเขาคิดอะไรอยู่ ตรงนี้ก็คือเจโตปริยญาณ หรือมีบางครั้งบาง กรณี คนอื่นเขาตอบสิ่งที่เราคิดในใจคือเราคิดว่าเรา เช่น เราไปร้านอาหารกำลังจะสั่งหรือจะซื้อสิ่งใด เรานึกในใจ ถึง เวลาคนขายก็ตอบมาเหมือนกับว่าเรากล่าวคำพูดไปแล้ว แต่สติเรารู้ว่าเรายังไม่ได้พูดแต่เขารู้หรือได้ยิน อันนี้ก็คือ คลื่นหรือกระแสจิตที่เราส่งออกไปแล้วมีผู้คนที่เขาจับได้ อันนี้ก็คือเรื่องของจิตที่มีนปรากฏ กระแสจิตการสื่อสาร ความรู้สึก ความรู้ ความนึกคิดมันปรากฏมุขรู้ขึ้นมา คราวนี้เมื่อไรที่ญาณมุขรู้เริ่มเกิดขึ้นมาในจิต ถ้าเป็นไปได้สิ่งที่เรา จะพัฒนาต่อไปคือ การที่เราสามารถสื่อสารพูดคุยกับโลกทิพย์ กับครูบาอาจารย์ กับพระพุทธรูป กับพระอริยะเจ้า พระ อริยะสงฆ์ หรือเทพพรหมเทวาททั้งหลายได้ อันนี้ก็ถือว่าใช้กำลังความเป็นทิพย์ของจิต สามารถสนทนา สามารถรู้มุขรู้ พัฒนาจิตจนเข้าถึงในระดับที่ครูบาอาจารย์ที่มีกายทิพย์มาสอนธรรมะในจิตเราได้ อันนี้จริงๆแล้วอย่าไปคิดว่าเป็นเรื่อง ยาก อย่าไปคิดว่าเป็นเรื่องเกินวิสัย พอปฏิบัติถึงจริงได้จริง สิ่งต่างๆเหล่านี้มันจะกลายเป็นเรื่องปกติ กลายเป็นเรื่อง ธรรมดา

ในวันนี้ก็ขออนุญาตเล่านิทานเล่าประสบการณ์ในการปฏิบัติของอาจารย์ให้ฟัง ในการปฏิบัติของอาจารย์กว่าจะได้ฌาน สี อาจารย์ฝึกตามแนวทางของหลวงปู่เทพโลกอุดร พระอาจารย์ในดง ฝึกตามแนวทางสายพระอภิญา กว่าจะได้ฌาน สี ก็ฝึกโดยนับลมหายใจ กำหนดสติ ดูนภาพิกที่เป็นเข็ม จับลมหายใจพร้อมกับนับว่าลมหายใจเราในหนึ่งนาทีเรา หายใจกี่ครั้ง ทรงสมาธิประคองไปเรื่อยๆพร้อมกัน จนกระทั่งลมหายใจจากสิบกว่าครั้งค่อยๆลดลงไปเหลือเพียงแค่สิบ ครั้ง ลมหายใจเบาลงเหลือเพียงแค่สิบครั้งลงไปเหลือเพียงแค่หกครั้งต่อนาที ซึ่งก็แปลว่านานๆหายใจที เข้าสู่ฌานสอง จนกระทั่งลมหายใจมันเบาละเอียดลงเหลือเพียงแค่หายใจเพียงแค่น้อยนิด แล้วก็นิ่งสงบ ทั้งช่วง น้อยนิด แล้วก็สงบ จนกระทั่งมันหยุด นิ่งหยุด ลมดับเป็นเอกัตถคารมณ คือ ฌานสีในกสิณ พอทำได้แล้วก็ฝึกที่จะเข้าฌานสีในกสิณ คือ หยุดจิตได้ทุกครั้งที่ อานาปานสติเราไม่ต้องไปไล่ฌาน เราเข้าไปในฌานสูงสุดกำลังสูงสุดได้เลย พอฝึกจนได้แล้วก็ฝึกวิธีจน ทำได้ทุกครั้ง ง่ายตายเพียงแค่ลัดนิ้วมือเดียว ตรงนี้คือเหตุผลว่าทำไมเราถึงต้องฝึกซ้ำ ฝึกซ้ำร้อยครั้งพันครั้งหมื่นครั้ง ฝึกจนกระทั่งได้ทุกครั้งจนจิตไม่มีวิจิกิจฉาว่าเราจะทำได้หรือไม่ได้ เอาเป็นว่าฝึกจนกระทั่งทำเมื่อไรได้เมื่อนั้น ทำ เมื่อไรได้เมื่อนั้น อันนี้ถึงจะเป็นวิสัยของอภิญาผู้ทรงสมบัติ

พอได้มานี่เราฝึกต่อไปในเรื่องของมโนมิตติ เราได้เรามีความคล่องตัวเป็นปกติ สิ่งที่เราฝึกเพิ่ม เหมือนกับเราเจียรไนจิตจากเพชรเราเป็นเพชรอยู่แล้ว ทำยังไงที่จะเจียรไนจิตให้กลายเป็นเพชรที่ถูกเจียรไนระยิบระยับแพรวพราวมีเหลี่ยมมุมเหลี่ยมคมที่ต้องแสงแล้วกระทบงามระยิบจับตานั่นก็คือ **จิตของเรา_ทำยังไงให้ส่องใสที่สุด_สว่างที่สุด** อันนี้ก็คือการที่เรา**กำหนดกลิ่นจิต** นึกกลิ่นใจให้สว่างขึ้น ใสขึ้น ระยิบระยับขึ้น นั่นก็คือเราฝึกปฏิบัติเพื่อเพิ่มคุณภาพของจิต

จำไว้เสมอว่า ในการปฏิบัติมีความสำคัญทั้งปริมาณและคุณภาพ เราฝึกด้วยความเข้าใจในคุณภาพสูงสุด คือกลิ่นจะต้องสว่างระยิบระยับเข้าถึงอารมณ์เข้าถึงสภาวะธรรม อันนี้คือคุณภาพของจิต

ส่วนปริมาณก็คือเราต้องฝึกให้เราเข้าถึงจิตที่ละเอียดที่สุดส่องใสที่สุดนั้น บ่อยครั้งมากจนกระทั่งกลายเป็นนิสัย กลายเป็นสมาบัติอย่างแท้จริง คือทำทุกครั้งได้ทุกครั้งได้คุณภาพสูงสุดทุกครั้ง

วันนี้ก็มีคนที่เป็นเจ้าของร้านอาหารมาเรียน ก็อุปมาง่าย ๆ เราทำอาหารตอนแรกเราก็ทดลองทำ ตอนแรกอร่อยบ้างไม่อร่อยบ้าง แต่เป้าหมายคือต้องทำอาหารที่เลิศรสที่สุด นั่นก็คือทำจิตเราให้ดีที่สุดส่องใสที่สุด พอได้สูตรอาหารที่เลิศรสที่สุดแล้ว คราวนี้มาอยู่ที่การฝึกฝน คือทำยังไงที่จะทำให้ทุกจานมีรสชาติอร่อยที่สุดทุกจาน ไม่ใช่ทำหนึ่งจาน จานนี้อร่อยจานนี้ไม่อร่อย ทำจนกระทั่งทำร้อยจานพันจานทุกสาขารสชาติได้มาตรฐานหนึ่ง ได้ที่รสเลิศทุกจานทุกสาขา อันนี้ก็อุปมาให้ฟังว่าจิตเราก็เช่นกัน เราทำให้ได้ทุกครั้ง ต้องขออภัยที่การฝึกการปฏิบัติในเมตตาสมาธิที่อาจารย์สอนอาจจะหวังผลสูงไปหน่อย อาจจะมีมาตรฐานแตกต่างจากสายปฏิบัติอื่น แต่หากจะปฏิบัติเพื่อที่สุด เพื่อให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน ปฏิบัติเพื่อปรารถนาในผลแห่งการปฏิบัติ คือ อภิญญาสมาบัติ เราทำเพียงแค่นี้จิตมันสว่าง ริงๆหรือๆ กระพริบขึ้นกระพริบลง อย่างนี้มันถือว่าใช้ได้ ยังไม่อยู่ในวิสัยที่จะทำได้ที่จะให้ได้อภิญญาที่จะทำให้ได้มรรคผล อันนี้ก็เล่าให้ฟัง ว่ากว่าจะฝึกได้จริงๆก็ไม่ใช่ง่ายใช้เวลาค่อนข้างนานกว่าจะได้มานี่ เอาแค่มานี่ในอาณาปณสดี แต่คราวนี้สิ่งที่เพิ่มขึ้นก็คือพอเราทำได้แล้ว ตัวอาจารย์เองก็ต้องฝึกที่จะสามารถส่งกระแสจิต ส่งกระแสจิตส่งคลื่นที่ทำให้คนที่เขาเรียนสมาธิกับเราเขาเข้าถึงมานี่ เข้าถึงสมาบัติ เข้าถึงกลิ่นจิต เข้าถึงมโนมิตติ เข้าถึงอารมณ์พระกรรมฐานแบบเดียวกับที่เราทำได้ อันนี้ถือว่าการฝึกในวิสัยของพุทธภูมิหรือพระโพธิสัตว์ กำลังของพุทธภูมิกำลังของพระโพธิสัตว์เวลาที่มาฝึกมาปฏิบัติในการเจริญพระกรรมฐาน หลักสูตรที่ต้องทำได้ก็คือ กรรมฐานทั้งสี่สี่บกองค์ต้องทำได้ คล่องตัวอย่างยิ่ง มหาสติปัฏฐานสี่ต้องทำได้คล่องตัวอย่างยิ่ง อธิบายโดยละเอียดโดยพิสดารได้ สามารถสอนถ่ายทอดได้อย่างวิจิตรพิสดาร ทำให้คนอื่นเขาได้ เพราะหน้าที่ของเราคือการโปรดสรรพสัตว์ ต้องสอนให้เขาได้ ดังนั้นก็ถือว่าเป็นความสามารถหรือวิสัยพิเศษของพุทธภูมิหรือพระโพธิสัตว์ อันนี้ก็เรียกว่า "อนุพุทธะ" คือมีบารมีของพระพุทธเจ้าที่มาสงเคราะห์มาโปรด ให้สามารถสงเคราะห์ สามารถสอนธรรมะ สามารถนำพาคนเข้าสู่สมาธิ ทาน ศีล ภาวนา ความดีได้

คราวนี้เล่าต่อไปในประสบการณ์ของอาจารย์ ในช่วงเวลาที่ฝึกที่ปฏิบัติที่ถูกหลวงปู่เทพโลกอุดรท่านตามตัวไปปฏิบัติที่ถ้ำวัวแดง ตอนที่ท่านตามท่านก็มาตามในสมาธิ ตอนไปก็ไม่รู้อะไรทั้งสิ้น รู้เพียงแค่ว่าวัวแดงอยู่ที่ อำเภอภักดีชุมพลหนองบัวแดง จังหวัดชัยภูมิ เมื่อทราบที่ท่านให้ไปฝึกไปปฏิบัติที่โน่น ก็เดินทางไปปฏิบัติ วันรุ่งขึ้นก็ขับรถเดินทางกลับจากวัดท่าซุงไปที่กรุงเทพฯ ไปที่ตลาดหมอชิตখনสงขึ้นรถทัวร์ไปที่ชัยภูมิ พอไปที่หมอชิตก็บังเอิญเจอพระรูปหนึ่ง ถวายภัตตาหารเพลท่านแล้วท่านก็สอบถามว่าเดินทางไปไหนก็บอกว่าไปที่ถ้ำวัวแดง ท่านบอกว่าบังเอิญเหลือเกินท่านก็เป็นพระที่อยู่จังหวัดชัยภูมิพอดี ท่านก็ปรารถนาที่จะไปถ้ำวัวแดง แต่หาถ้ำนั้นไม่เคยเจอเลย ก็คือสรุปว่าท่านก็ทราบได้ยืนขาแต่ยังไม่มีความที่ท่านสามารถไปได้ ส่วนเราก็ไม่รู้เลยว่าอยู่ที่ไหน อุตส่าห์คิดว่าถามเจอพระที่ท่านอยู่ชัยภูมิท่านจะตอบได้ก็กลายเป็นว่าท่านไม่เคยไป คราวนี้เราก็ขึ้นรถต่อไปไปที่จังหวัดชัยภูมิ ต่อรถไปที่อำเภอหนองบัวแดง พอไปที่นั่น คราวนี้โชคดี บังเอิญไปแวะที่ร้านของชำที่ขายส่ง เขาเป็นโยมอุปัฏฐากที่ถ้ำวัวแดงพอดี เขาก็พาไป

หารสองแถวพาไป รถสองแถวก็พาไปส่งถึงตีนถ้ำ จากนั้นก็ต้องเดินเท้า สมัยนั้นถ้ำวัวแดงยังเป็นป่าเขาเป็นป่าดิบยังมีชาวป่าพรานป่ายังมีล่าสัตว์ พุดนี้เหมือนนานแต่ก็เป็นเวลาประมาณสามสิบกว่าปีได้ พอเดินทางไป ตอนนั้นร่างกายสุขภาพก็เป็นคนเมือง เดินไปแค่ช่วงที่หนึ่งยังเป็นเนิน เดินไปสักพักเข้าเขตป่า เหตุการณ์ที่ปรากฏก็คือ มีผีเสื้อสีขาวจำนวนมากนับแสนนับล้านตัวเต็มพื้น เต็มไปหมด พอเดินผ่านมันก็ค่อยๆบินแหวกทางให้ ซึ่งผีเสื้อสีขาวจำนวนมากเป็นแสนตัวนี้เคยเห็นที่ถ้ำวัวแดงครั้งนั้นครั้งเดียว ตลอดเวลาที่ไปอยู่เป็นปีแล้วก็เดินทางต่อขึ้นไปอีกหลายครั้งหลายสิบครั้งก็ไม่เคยพบอีกเลย ในระหว่างพื้นจากที่พบเจอผีเสื้อสีขาวจำนวนมากมาย เดินไปไม่นานอาจารย์ก็เรียบบร้อย หมดแรงใจสนใจหัวใจจะขาด เพราะไม่ได้ออกกำลังกายมานานช่วงนั้น ในใจก็คิดว่า มันเหนื่อยมากอย่างยิ่งจนแทบจะขาดใจ แต่กำลังใจเราก็คิดว่าถ้าเราขึ้นไปฝึก ตั้งใจขึ้นไป ปฏิบัติได้อภิญญา ช่วงนั้นเป็นช่วงที่มีข่าวเกี่ยวกับเรื่องภัยพิบัติกำลังจะเกิดขึ้น ช่วง 20-30 ปีก่อน ถ้าเราได้อภิญญาเราจะช่วยคนให้พ้นจากภัยพิบัติได้ ในใจไม่ได้คิดว่าเราจะฝึกเพื่อตัวเราเองเพื่อความเก่ง แต่คิดว่าจะได้สงเคราะห์ผู้คน พอเราพักสักพักหนึ่งจากใจหัวใจจะขาดแต่อารมณ์จิตตานั้นก็เหมือนตัดเป็นตัดตาย ตัดใจว่าเราจะตายก็ตาย เราต้องฝึกให้ได้ พอหายเหนื่อยก็เดินขึ้นเขา ปรากฏนั้นเป็นเพียงแค่ช่วงที่หนึ่ง จาก 1 ใน 10 ของการเดินทางขึ้นไปบนถ้ำวัวแดง ก็ไปบ้างเดินบ้างพักบ้าง พอไปถึงบนถ้ำ มีพระอาจารย์ท่านหนึ่ง พระอาจารย์ท่านอยู่แล้วก็รู้ล่วงหน้าว่าจะมีคนขึ้นมามากถึง 3 คน รู้ล่วงหน้าว่าจะมีคนมาขอยุขขอยุขพัก เรียกว่ามีการรู้ล่วงหน้าก่อน คือหลวงปู่เทพโลกอุดรท่านกับบอกทางพระอาจารย์ที่อยู่บนถ้ำ

จากนั้นก็ปฏิบัติอยู่บนถ้ำวัวแดงนั้นเป็นระยะเวลาค่อนข้างจะยาวนาน ตั้งใจจะฝึกอภิญญา ไปอยู่ในถ้ำต่างๆ เหตุการณ์ต่างๆที่เป็นเรื่องแปลกประหลาดบนถ้ำวัวแดงนั้น ก็มีตั้งแต่บางครั้ง เราก็จะได้ยินเสียงสวดมนต์ในที่ไกลๆ ได้กลิ่นธูปบ้างได้กลิ่นดอกไม้หอมประหลาดบ้าง อันนี้เกิดขึ้นเป็นปกติ บางครั้งนอนอยู่ในถ้ำที่เรียกว่าถ้ำประทุน นอนในถ้ำรู้สึกว่ามีพญานาค ช่วงหลังที่หลังจากฝึกปฏิบัติบนถ้ำวัวแดงแล้วพาลูกศิษย์ในยุคแรกๆสมัยเว็บพลังจิตไปปฏิบัติที่ถ้ำวัวแดงนอนในถ้ำประทุน ก็มีคนรู้สึกได้ว่ามีพญานาคเลื้อยผ่านตัว เลื้อยทับผ่านตัวเลย อันนี้ก็เป็นเรื่องที่เป็นปาฏิหาริย์เป็นเรื่องต่างๆที่พบเจอ

ในระหว่างที่ปฏิบัติอยู่ที่ถ้ำวัวแดง หลวงปู่เทพโลกอุดรท่านก็มาสอนด้วยกายทิพย์เป็นระยะระยะเวลา ท่านก็สั่งว่าให้ไปฝึกที่ถ้ำนั้นนะ ฝึกที่นั่นเจ็ดวันย้ายถ้ำไปเรื่อยๆ แต่จะมีถ้ำพิเศษอยู่ถ้ำหนึ่ง เรียกว่า "ถ้ำมรณะ" ถ้ำมรณะนี้เป็นถ้ำที่เพิ่งเปิดขึ้นก่อนหน้าที่อาจารย์จะขึ้นไปประมาณไม่กี่เดือน เป็นถ้ำที่เปิดใหม่ ก่อนที่จะเปิดนี้ คือเกิดแผ่นดินไหวจนคนในหมู่บ้านที่อยู่ในหมู่บ้านเลยห่างออกไปจากบนเขาบนถ้ำวัวแดงเป็นสิบกิโลเมตร เขารู้สึกว่ามีแรงสั่นสะเทือนแล้วก็มีทางเปิด ถ้ำนั้นก็ถือว่าเป็นทางลัด ช่วงที่อาจารย์ไปฝึกนั้นก็ไปกับเพื่อนสหธรรมิกที่ไปด้วยกันจากวัดท่าซุง คนนี้เขาก็จะเป็นเจ้าของร้านทอง ถ้ำที่ชื่อว่าถ้ำมรณะนี้มีอาจารย์ได้ฝึกได้ปฏิบัติอยู่คนเดียว ในขณะที่สำรวจถ้ำมรณะถ้ำที่พบว่าถ้ำนี้มีสมบัติ คือมีหยกที่เนื้อดี เกล็ดอนกราดอยู่เต็มถ้ำ ใจเราตอนนั้นคิดว่าเราไม่เอาของไม่เอาสมบัติ เราจะเอาอภิญญา เราจะทำสมาธิ เราจะเอาการปฏิบัติอย่างเดียว ก็ฝึกปฏิบัติอยู่ในถ้ำมรณะซึ่งจริงๆก็คือ "ถ้ำหยก" เหมือนกับหนังสือกำลังภายใน เหมือนกันตัวเอกของเรื่องไปฝึกวิชาได้วิทยายุทธ์ สุดท้ายก็สำเร็จได้ ปฏิบัติจบครบใน กรรมฐานสี่สิบกองในถ้ำมรณะหรือถ้ำหยกนั้น พอจบได้ครบทั้งหมดได้มานิสัยในกรรมฐานสี่สิบกองก็ออกจากถ้ำ แล้วก็หลังจากนั้นไม่นานก็ลงจากถ้ำวัวแดง

อีกเรื่องที่จะเล่าก็คือโชคดีมาก คือที่จังหวัดชัยภูมิที่ถ้ำวัวแดงนี้พระสงฆ์ท่านฉนคบฉนเป็นอาหารอีสาน แต่ในขณะที่อาจารย์ไปปฏิบัติก็บังเอิญมีแม่ชาวเป็นแม่ค้า แม่ชาวนี้น้องสาวหมขาวปฏิบัติธรรม เดินทางมาจากบ้านเกิดเป็นคนต่างจังหวัด บอกว่ามีนิมิต มีนิมิตเทวดาท่านมาบอกว่า ลูกท่านมาอยู่ที่นี้ ให้ช่วยดูแลให้ดี แม่ชาวนี้นี้ก็มีหน้าที่ปฏิบัติธรรมแล้วก็ทำครัวทำอาหาร แล้วที่ทำอาหารพิเศษให้อาจารย์ก็คือทำอาหารไทยภาคกลาง ดูแลเรื่องอาหารในการกิน ดังนั้นในการปฏิบัติอาจารย์ก็ถือว่าสบายมาก กลายเป็นว่ามีคนดูแล เทวดาท่านสั่งท่านฝาก แต่สิ่งที่เป็นเรื่องเล่าต่อมาก็คือ แม่ชาวที่ชื่อพี่กุงนี้ สุดท้ายหลังจากอาจารย์ลงจากถ้ำไม่นานแกก็ถึง แต่แกมีของแถม ของแถมก็คือเทวดา ให้รางวัลที่ดูแล ดูแลญาติโยม ดูแลพระ ดูแลอาจารย์ ปรากฏว่าแม่ชาวพี่กุงก็ไปเจอสมบัติเป็นของโบราณเป็นหินโบราณ เป็น

สมบัติโบราณบนถ้ำว้าวแดง ซึ่งเทวดาหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่พิทักษ์รักษาท่านก็ใจดีมอบให้เป็นของเป็นชิ้นจริง ๆ ไม่ใช่ของทิพย์ เรียกว่าของไม่ได้ด้วย อันนี้ก็เป็นเรื่องแปลก

หรืออีกเรื่องหนึ่งที่เป็นเรื่องแปลกก็คือในช่วงเวลาที่ปฏิบัติที่ถ้ำว้าวแดง ก็มีฤษีหนุ่มชาวห่มขาวสะพายย่ามขาว เดินทางมาจากป่าลึกในเขตของภูกระดึง ผมย่าวัวหนวดแต่ยังเป็นฤษีหนุ่ม บอกชื่อฉายา ชื่อว่า “อรากิน” เดินทางมาที่นี่ ตอนแรกก็บอกว่าไม่รู้ทำไม รู้ว่าต้องมาถ้ำว้าวแดง พอมาแล้วมาสันทนามาพบเจออาจารย์ สุดท้ายก็บอกว่ารู้จะต้องมาเจอเพื่อน เหมือนจิตภายในบางครั้งมันเหนงาในการปฏิบัติ ต้องมาคุยมาพบมาเจอ ซึ่งฤษีอรากินมีชื่อแปลกก็คือแกเดินเท้าตัดป่ามา ไม่ใช่เดินมาทางถนนไม่ได้จุดถนัดถนน เดินตัดป่าลึกเดินตัดเทือกเขา และสิ่งที่น่าสังเกตุตลอดช่วงเวลาที่รู้จักกัน แกอยู่ป่าอยู่เขาเดินผ่านป่าผ่านเขา เสื้อคือสบงและจีวรที่เป็นสีขาวนั้น มีอยู่ชุดเดียว ไม่เคยเปื้อน ไม่มีรอยดำนึ่งกับดินก็ไม่มีรอยเปื้อน ย่ามก็บางเฉียบเหมือนไม่มีของอะไร แต่ก็ดำรงชีวิตเดินธุดงค์ในป่าได้เป็นปกติ

แล้วก็มีเรื่องแปลกอีกครั้งหนึ่ง พาฤษีอรากินนี้เข้ามาในเมือง พาเข้ามาในเมืองท่านก็บอกว่ารู้สึกกระแสดิ้นกระแสดความคิดในเมืองมันวุ่นวายมาก ช่วยไปส่งท่านไว้ที่เขาดินคือท่านขอไปอยู่กับสัตว์ยังดีกว่าอยู่กับมนุษย์ แล้วถึงเวลาเดี๋ยวนัดเวลาให้อาจารย์กับเพื่อนไปทำธุระเดี๋ยวมารับ ปรากฏว่าถึงเวลาใกล้เวลาจะไปรับ รถจอดติดอยู่บนลานพระรูป ซึ่งเป็นลานโล่งไม่มีใคร เราก็จอดรถติดอยู่โล่ง ๆ ไม่มีใคร อยู่ ๆ ฤษีอรากินมาเคาะกระจก ก็อยู่ ๆ ปรากฏตัวขึ้นมาดื้อ ๆ แล้วก็ขึ้นรถแล้วก็เดินทางกลับถ้ำว้าวแดงด้วยกัน ซึ่งไม่รู้ที่ท่านหายตัวหรือปรากฏตัวใหม่ อันนี้ก็เป็นเรื่องแปลก แต่สิ่งที่พูดคุยกัน ท่านก็บอกว่าอดีตชาติท่านก็เคยเกิดเป็นพระทิเบตเป็นริมโปเชคนหนึ่งเหมือนกัน อันนี้มันก็สืบเนื่อง เราฟังแล้วก็เฉย ๆ แล้วสิ่งที่เล่าต่อก็คือในเขตป่าลึกในภูกระดึงเป็นเหมือนกับเมืองลับแล ยังมีฤษีชีไพรยังมีพระภิกษุที่ปฏิบัติยังซ่อนตัวอยู่ในป่าลึกที่เป็นมิติเป็นเมืองบังบด อยู่ในเขตรวมทั้งมีฤษีที่เป็นผู้หญิงปฏิบัติธรรมอยู่ภายในถ้ำนั้นด้วย อันนี้ก็เป็นเรื่องที่มีโอกาสได้พบเจอผู้ที่อยู่ในหรือออกมาจากเมืองบังบด

ตอนนี้ก็สมควรแก่เวลาแล้วเล่าเล็กน้อยแต่เพียงเท่านี้ วันหลังเดี๋ยวมีโอกาสก็มาเล่าให้ฟังใหม่ เล่าเรื่องสนุกสนุกในการปฏิบัติให้ฟังให้เราทราบว่าประสบการณ์หรือเหตุการณ์ปาฏิหาริย์ต่าง ๆ นั้น สมัยนี้มันก็ยังมียูจิง

อาจารย์น่าจะเป็นฆราวาสที่ผ่านประสบการณ์คล้ายกับพระที่ไปจุดงค์ ไปเจอเรื่องลับในป่าในขณะจุดงค์ ในขณะที่ปฏิบัติมากพอสมควร มาเล่ามาถ่ายทอดไว้ก็เป็นเรื่องที่จะได้เก็บให้อนุชนคนรุ่นหลังได้ทราบได้ฟังต่อไป ตอนนี้เราก็ฟังได้เป็นกำลังใจในการปฏิบัติว่าจริง ๆ แล้ว สิ่งต่าง ๆ ปาฏิหาริย์ยังมีเกิดขึ้น ยังมีเรื่องราวต่าง ๆ เกิดขึ้นจริง

ตอนนี้ก็ให้น้อมจิตนึกถึงพระพุทธองค์ กำหนดเห็นกายทิพย์ของเรากราบลาท่าน ไหน ๆ วันนี้นึกสาวถึงถ้ำว้าวแดง หลวงปู่เทพโลกอุดรก็ขอให้ท่านเมตตาปรากฏนิมิต ปรากฏองค์เป็นหลวงปู่เทพโลกอุดรยืนขึ้นปรากฏเบื้องหน้า แล้วเราน้อมกราบแทบพระบาทกราบแทบเท้าหลวงปู่ ขอบารมีหลวงปู่เทพโลกอุดรจดจำข้าพเจ้าทั้งหลาย ให้ข้าพเจ้านี้เป็นลูกศิษย์นอกดง ประสิทธิ์ประสาททานอภิญาสมาบัติสมาธิขั้นสูงให้กับข้าพเจ้าทุกคนด้วยเทอญ

จากนั้นน้อมจิตแผ่เมตตา แผ่เมตตา บุญจากการเจริญพระกรรมฐาน จากการที่วันนี้เราถวายมหาสังฆทาน ถวายทองคำหล่อพระพุทธรูป เราน้อมจิตแผ่เมตตาไปไม่มีประมาณสามภพภูมิ ให้นุญกุศลก่อเกิดขึ้น สำเร็จประโยชน์ต่อมวลสรรพสัตว์ บุญกุศลจากการเจริญพระกรรมฐาน น้อมถวายอุทิศเป็นพระราชกุศล ยอยกบารมีของสถาบันพระมหากษัตริย์ เนื่องในวาระที่ในหลวงรัชกาลที่ 10 มีพระชนมายุครบ 72 พรรษา คือ 6 รอบ เราน้อมเป็นปฏิบัติบูชาบูชาคุณชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ ขอกำลังใจบุญในการเจริญพระกรรมฐาน เป็นกระแสแก้วคุ้มครองชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ สถาบัน และขอให้กำลังใจแห่งพระกรรมฐานนี้สำเร็จประโยชน์ต่อญาติทั้งหลายของข้าพเจ้า มีบิดามารดา พี่น้อง ลูกหลาน ญาติทั้งหลาย ปิยชนทั้งหลาย ครูบาอาจารย์ท่านผู้มีพระคุณทั้งหลาย เจ้ากรรมนายเวรทั้งหลาย ขอจงสำเร็จประโยชน์เข้าถึงความสุข

จากนั้นหายใจเข้าช้า ๆ ลึก ๆ หายใจเข้าพุท ออกโร ครั้งที่ 2 รั่มโม ครั้งที่ 3 สังโฆ

จากนั้นโมทนาสาธุกับกัลยาณมิตรที่ร่วมกันปฏิบัติธรรมในวันนี้ กัลยาณมิตรที่มาฟังมาปฏิบัติต่อในภายหลัง ผล
อานิสงส์แห่งความเจริญในธรรม กำลังใจ ธรรมฉันทะในการปฏิบัติ ขอให้ก่อเกิดขึ้นในจิตเรา ขอให้ก่อเกิดขึ้นในจิตทุก
ดวง ยินดีกับกุศล ยินดีกับบุญของผู้อื่นที่สำเร็จประโยชน์ ผู้ใดที่มาปฏิบัติได้มานานได้สมบัติ เราโมทนาสาธุ เราก็ได้
อานิสงส์ด้วย ตัวเราปฏิบัติเราก็ได้ด้วยตัวเองด้วย

วันนี้ขอโมนาบุญกับทุกคน พบกันใหม่วันอาทิตย์หน้าได้เวลา 21:00 น. เหมือนเดิม ขอให้มีความเพียรในการปฏิบัติ
มีความสม่ำเสมอในการปฏิบัติ ตั้งใจในการขัดเกลาเจริญวิสัยให้การทรงสมาธิทรงฌานทรงอภิญญาสามารถเข้าถึงธรรม
ได้อย่างรวดเร็วทันใจ

วันนี้โมนาบุญกับทุกคน ขอจงมีความสุข มีความเจริญ มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง สายบุญ สายทรัพย์ สายสมบัติ เงิน
ทองหลังไหล เป็นมหาอุบาสกอุบาสิกาที่ทำนุบำรุงชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์

สำหรับวันนี้สวัสดิ์