

เสียงธรรมจากห้อง “เมตตาภิรมย์กรรมฐาน”

วันอาทิตย์ที่ 8 ตุลาคม 2566

เรื่อง การทรงภาพพระ

โดย อาจารย์ คณานันท์ ทวีโกด

กำหนดสติในความรู้สึกตัวทั่วพร้อม ผ่อนคลาย ปล่อยวางทั่วร่างกายของเรา ปลดปล่อยกำลัง ตัดความสนใจในร่างกายทั้งหมด เหลืออยู่เพียงสติจดจ่อกับความสงบ อยู่กับลมหายใจสบาย กำหนดลมหายใจเป็นเหมือนกับแพรวไหม สัมผัสได้ถึงความละเอียดเบาของลมหายใจ สัมผัสได้ถึงความสงบ ความเบา ความสุขของความสงบ จดจ่ออยู่กับลมหายใจละเอียดเบาสบาย ทรงอารมณ์ให้ชินอยู่กับความสงบ กำหนดรู้ว่าการสงบจากอานาปานสติ ลมหายใจละเอียด อารมณ์จิตเป็นสุข เบาสบาย ฌานคือชิน ยิ่งเราชินกับอารมณ์แห่งความสงบมากเท่าไร จิตเรายิ่งเกิดธรรมฉันทะในการปฏิบัติ ในการเจริญสมาธิมากขึ้นเพียงนั้น ฉันทะความยินดีในความสงบ ปล่อยวาง ความกังวล ความฟุ้งซ่าน การปรุงแต่งทิ้งออกไป จดจ่ออยู่กับลมหายใจสบาย จดจ่ออยู่กับการระคอง รักษาอารมณ์ใจของเราให้มีความสุข

เมื่อจิตของเราสงบแล้ว กำหนดฝึกซ้อมจิต หยุดจิต หยุดในหยุด หยุดปรุงแต่ง น้อมนึกคำที่พระองค์เคยทรงไว้กับท่านองคฺลีมาล จิตของเราหยุด หยุดจากอกุศลทั้งหลาย หยุดจากการปรุงแต่ง หยุด สงบ ผ่องใส เมื่อจิตสงบสุข กำหนดรู้ อารมณ์หยุดของลมหายใจ อารมณ์สงบระงับของลมหายใจ คือการทรงฌาน 4 ในอานาปานสติ แต่ยังมีกำลังแห่งสมถะ ที่มีความสุขความละเอียดปราณีต มีผลอานิสงฆ์แห่งการปฏิบัติสูงขึ้นไป นั่นก็คือกำหนดในตัวนี้ ตัวหยุด จุดที่นิ่ง จุดที่จิตของเราหยุด กำหนดให้ปรากฏภาพนิมิตเป็นดวงจิต จิตของเราเป็นดวงแก้วใส ภาพของนิมิตสัมพันธ์กับจิตใจของเรา เคล็ดลับของการฝึกกสิณ มีส่วนดังนี้

1. ภาพนิมิตสัมพันธ์จิตใจ กำหนดดวงกสิณนั้น ก็คือจิตของเรา จิตของเราทรงในกสิณ จะเป็นกสิณกองใดกองหนึ่ง ก็กำหนดรู้ว่าเป็นทิพย์ของกสิณกองนั้น ผนึกรวมที่จิตของเรา
2. เคล็ดลับต่อมาก็คือ ภาพของกสิณยิ่งมีความชัดเจนมากขึ้นเท่าไร โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าภาพกสิณนั้นปรากฏเป็นสามมิติได้ นั่นคือระบบการประมวลผล ระบบการประมวลภาพ ซึ่งถ้าพูดเป็นภาษาปกติก็เรียกว่าจินตภาพ ภาพที่ยิ่งปรากฏมีความชัดเจน มีความเป็นสามมิติมากเท่าไร นั่นหมายความว่าต้องใช้กำลังใจสูงกว่าภาพที่ฟลุ่มัว และภาพที่ยิ่งชัดเจนมากเท่าไร ยิ่งเกิดความเป็นจริง คือจากภาพที่เรานึกในจิต มันกลายเป็นอภิญญาจิต แก่นของกสิณ แก่นของอภิญญาจิตก็คือ ภาพที่เรานึกกลายเป็นความจริงจากจินตภาพกลายเป็นความจริง คือสิ่งที่เรานึกกลายเป็นความจริง นั่นก็คืออภิญญาจิต พออภิญญาถึงขั้นสูงสุดก็คือเพียงแค่นี้ สิ่งที่เรานึกก็กลายเป็นความจริง ดังนั้นการกำหนดภาพยิ่งมีความชัดเจนมากเท่าไร ใจของเราไม่สงสัยในภาพที่ปรากฏ นอกเหนือจะไม่สงสัยในภาพที่ปรากฏในความชัดเจนจากชัดอย่างยิ่ง
3. เคล็ดลับตัวที่สามก็คือ อารมณ์ของจิต มีความสัมพันธ์กับภาพนิมิต ยิ่งภาพนิมิตมีความสว่าง มีความใส จิตเรายิ่งเป็นสุข จิตเรายิ่งสัมผัสได้ถึงกระแสพลังที่แผ่ออกมาจากดวงจิต จากภาพนิมิต จากภาพกสิณนั้น ยิ่งถึงขั้นที่เป็นปฏิภาณนิมิต แสงรัศมี รวมถึงภาพนิมิตกลายเป็นเพชรประกายพริ้ว จิตเรายิ่งสัมผัสได้ถึงพลังอันแก่กล้า ที่แผ่ออกมาจากดวงจิต ออกมาจากภาพองค์นิมิตของกสิณ จิตยิ่งเป็นสุขอย่างยิ่ง จิตยิ่งรู้สึกถึง

ความเปี่ยมพลังของภาพที่ปรากฏในจิตอย่างยิ่ง ความเป็นทิพย์ก็ยิ่งเปล่งประกาย ยิ่งเกิดผลแห่งกำลังของ
กสิณจิตมากขึ้นเพียงนั้นด้วยเช่นกัน

ดังนั้นเวลาที่เรานึก ยิ่งเรามีความเข้าใจลึกซึ้งมากเท่าไร ผลของการปฏิบัติ ผลลัพธ์ที่เป็นปัจเจกตั้ง รู้ได้
ด้วยตนเอง ก็จะปรากฏขึ้นกับใจของเรา ยิ่งเรามีความละเอียดถี่ถ้วน ในเรื่องของการกำหนดภาพให้ชัดเจน สัมผัส
ได้ถึงพลังเชื่อมโยงอารมณ์จิต ในขณะที่ทรงอารมณ์ในกสิณ ยิ่งผูกพัน สัมพันธ์ถูกต้องมากเท่าไร ผลลัพธ์แห่งการ
ปฏิบัติยิ่งชัดเจน อันนี้จะประสบการณ์ในการปฏิบัติ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เมื่อเรานึกในกำลังของมโนมยิทธิ
การนึกที่เป็นแก่นสำคัญของมโนมยิทธิ อันนี้ยกขึ้นมาจากกสิณ กสิณเราอาจจะกำหนดเป็นดวงแก้วใส จนเป็น
ปฏิภาณนิมิต แต่พอถึงเวลาที่เรานึกในมโนมยิทธิ สิ่งที่เราต้องนึกจนมีความชำนาญ คล่องตัว สมารถทรงตัว ก็คือการ
ทรงภาพพระ

การทรงภาพพระนั้น ตามหลักที่ครูบาอาจารย์ท่านสอน ท่านก็บอกว่ากำลังของมโนมยิทธิ นั่นคืออาโลกกสิณ
กสิณแสงสว่าง ควบกับพุทธานุสติกรรมฐาน พุทธานุสติกรรมฐานก็คือ ภาพนิมิต เราเป็นภาพองค์พระภาพ
องค์พระยิ่งเป็นเพชรประกายพริ้วมากเท่าไร ภาพนิมิตขององค์พระที่เราทรงภาพ คือนึกให้ทรงไว้ในจิตของเรา
จะอยู่ในอกก็ดี จะปรากฏเบื้องหน้าก็ดี จะปรากฏเป็นพระสามฐาน คืออยู่เหนือเศียรเกล้า ภายในศีรษะในสมองและ
อยู่ในอกของเรา การทรงภาพพระนั้น ยิ่งเราทรงจนเป็นปกติชัดเจน ชัดเจนมากเท่าไร ถ้าใช้ภาษาปัจจุบันก็
หมายความว่า เรากำลังสแตนด์บาย สามารถที่จะใช้กำลังของมโนมยิทธิได้ตลอดเวลา สามารถใช้ญาณทั้งแปดได้
ตลอดเวลา ญาณทั้งแปดก็มีอาทิ เช่น เจโตปริยญาณ บุพเพนิวาสานุสติญาณ อตัตตสัญญาณ ปัจจุบันนังสัญญาณ
อนาคตังสัญญาณ จตุปปาตญาณ เป็นต้น

เมื่อไหร่ที่เราทรงพระอยู่ตลอดเวลา เป็นเพชรประกายพริ้วสว่างอยู่ในอกก็ดี อยู่ในศีรษะก็ดี อันนี้ก็ถือว่าเรา
ทรงอารมณ์ ทรงกำลังมโนมยิทธิ อยู่ในภาคที่เป็นภาคบนโลกมนุษย์ แต่ถ้าเมื่อไหร่เรารู้สึกในการทรงอารมณ์ในการ
ทรงภาพพระทรงกำลังมโนมยิทธิ เรารู้สึกว่าเราอยู่ในสภาวะกายพระวิสุทธิเทพ นั่งอยู่เบื้องหน้าพระพุทธรูป จะเป็น
พระองค์ใด องค์พระองค์หนึ่งก็ดี หรือทั้งหมดทุกพระองค์บนพระนิพพานก็ดี นึกภาพพระตัวเราอยู่บนพระนิพพาน
อันนี้ก็ถือว่าเป็นกำลังสูงสุด กำลังของมโนมยิทธิ ถือว่าเป็นตัวจบ ถือว่าเป็นการปฏิบัติกรรมฐาน ตามเป้าหมาย
ที่ครูบาอาจารย์ ตามเป้าหมายที่พระพุทธรูปท่าน ทรงมีพระพุทธานุญาตให้ใช้มโนมยิทธิ คือปฏิบัติเพื่อนิพพาน

แต่คราวนี้สิ่งที่จะอธิบายต่อไป ในเรื่องของการปฏิบัติ ในการทรงภาพพระ ไม่ว่าจะเราจะ
กำหนดว่าเราอยู่บนโลกมนุษย์ เรามีภาพองค์พระอยู่ในอก หรือสามฐานก็ดี ลำพังการปฏิบัติในจุดนี้ ผลที่ปรากฏขึ้น
ถ้าเราทรงได้ตลอดเวลา ปฏิบัติจนมันทรงตัวอย่างแท้จริง เราจะพบว่า เราสามารถหยั่งรู้อารมณ์ จิตมันมี
ความเป็นทิพย์อยู่ มากกว่าคนที่ไม่ค่อยได้ฝึก ไม่ค่อยได้ทรงตัว ไม่ค่อยได้ทรงภาพพระให้เกิดการทรงตัว อันนี้คือ
ข้อที่หนึ่ง เจโตปริยญาณจะปรากฏ สิ่งต่อมาก็คือ หากเรานึกคิดในสิ่งใด สิ่งนั้นจะปรากฏสำเร็จขึ้นมาอย่างอัศจรรย์
ถ้าเราทรงภาพพระ ทรงอารมณ์ถูกต้อง คือมีความสุขเอิบอิ่มแยมยิ้ม มีความผ่อนคลาย

ต่อมาก็คือ ถึงเวลาในข้อธรรม คือธรรมานุปัตสนามหาสติปัญญา 4 เมื่อไหร่ที่เราทรงภาพพระอยู่ตลอดเวลา
ทรงอารมณ์ในการทรงภาพตลอดเวลา ถึงเวลาเราพบเจอสิ่งกระทบ เราจะพบว่า มีข้อธรรมผู้รู้ เหมือนครูบาอาจารย์
ท่านสอน ขึ้นมาในจิตตลอดเวลา ยิ่งเราทรงอารมณ์ได้ ง่ายๆ ถ้าเปรียบเทียบอธิบาย ยกตัวอย่าง ถ้าเรา
สวดมนต์ หรือสวดคาถา ท่องคาถาไปเฉยๆ หนึ่งๆ ท่องคาถาไปเรื่อยๆ ท่องคาถาแบบตลอดเวลาหรือทำเข้า ทำออก
คือนับว่า ก็หมั่นจบ ก็พันจบ ก็ร้อยจบ ก็สิบจบ ว่าไป กับการที่เราทรงภาพพระให้ได้ตลอดเวลา กำลังของการทรงภาพ
พระตลอดเวลา จะมีกำลังสูงกว่า การสวดมนต์เฉยๆ แต่สำหรับคนที่สวดมนต์เฉยๆ และอยากให้ได้ประโยชน์
เพิ่มขึ้น เราก็กำหนดทั้งทรงภาพพระ ทั้งภาวนา คือสวดมนต์ สวดคาถา จะสวดบทพระจักรพรรดิก็ดี
จะสวดบทคาถาเงินล้านก็ดี เรากำหนดทรงภาพพระ และสวดคาถาบทใดบทหนึ่ง ตามที่เราสวดเป็นนิจ เป็นประจำ

หากในกรณีที่เราสวดในคาถาทพระจักรพรรดิ ตาเห็นรูป จิตเข้าถึงนาม นั่นก็แปลว่าเวลาที่เราสวดมนต์ พระจักรพรรดิ การเชื่อมกระแส ก็จะปรากฏขึ้นเต็มกำลัง มากกว่าการที่เราสวดเป็นอย่างเดียว แต่ไม่ได้กำหนด ภาพองค์พระ หรือการที่เราสวดคาถาเงินล้าน และเราตั้งใจว่าเราสวด ซึ่งเราอาจจะกำหนดเป็นภาพพระพุทธรูปองค์ กิติ หรือกำหนดเป็นภาพพระปัจเจกกับพุทธเจ้ากิติ กระแสที่เชื่อม กำลังสมาธิมันสูงขึ้นไป คือมีการทรงภาพ ทรงกำลังของกสิณ มีความทิพย์ของกสิณมาเป็นส่วนเสริม การปฏิบัติหรือผลของคาถาที่เราสวด มันก็ปรากฏผล ชัดเจนรวดเร็วมากกว่า อันนี้ถือว่าการปฏิบัติของเรา เพิ่มความเข้มข้นในการปฏิบัติให้สูงขึ้น

ยกตัวอย่างตัวประสบการณ์ของอาจารย์ที่เคยปฏิบัติ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงต้นที่ฝึกมโนมยิทธิ อารมณ์ ที่ทรงตัวในการทรงภาพนั้นเกิดขึ้นตลอดเวลา คราวนี้สิ่งที่ผลที่ปรากฏแห่งการปฏิบัติก็คือ เมื่อเราทรงภาพพระอยู่ ตลอดเวลา อารมณ์จิตเราเหมือนกับทรงกำลังของมโนมยิทธิ อยู่ตลอดเวลาด้วยเช่นกัน ญาณเครื่องรู้อ่างๆ รู้ขึ้นมาทันทีทันใด ทันใจ ไม่ต้องตั้งท่า ไม่ต้องอะไรทั้งสิ้น ถึงเวลารู้ ผุดรู้ขึ้นมาตลอดเวลา อันนี้ก็เป็นเรื่องปกติ เป็นเรื่อง ธรรมดา เพียงแต่ว่าเราเข้าใจเคล็ดลับในการปฏิบัติ จับอารมณ์ให้ถูก ทรงภาพให้ผ่อนคลาย

ดังนั้นใครก็ตาม ที่วันนี้มีโอกาสได้ฟังไฟล์เสียงนี้ สิ่งเริ่มต้นที่เราจะเริ่มฝึก เริ่มที่จะปฏิบัติ เราก็ฝึกทรง ภาพพระให้ปรากฏชัดเจน อยู่ในระดับที่เป็นปฏิภาค คือองค์พระเป็นเพชรประกายพริ้ว องค์พระพระสว่าง องค์ภาพ พระยิ้ม จิตเราเอิบอ้อมเป็นสุข จิตเรายิ้มตาม หากยังตามภาพไม่ได้ ก็พยายามขยับหาภาพพระหรือเซฟภาพ พระพุทธรูป ภาพพระพุทธรูป ภาพพระพุทธรูปจากในสื่อโซเชียลต่างๆ คัดหรือเลือก มาเป็นภาพที่เราชอบรู้สึก ว่ามีภาพเขาสวย เราชอบใจเราพึงพอใจ เราเก็บบันทึกไว้เป็นอัลบั้มภาพพระ แล้วเราค่อยๆ เปิดดูไปเรื่อยๆ จิตมีความยิ้ม จิตเรามีความสบาย เห็นภาพพระแล้วให้ใจเรายิ้มได้ ค่อยๆ เลื่อนดูภาพไปเรื่อยๆ เลื่อนดูภาพไปเรื่อยๆ จนภาพนั้นติดตาติดใจของเรา

คราวนี้ถึงเวลาที่เรากำหนดนึกภาพ เรา รู้สึกได้ว่าภาพพระนั้นคือ พระพุทธรูป ความลึกลับสงสัย วิจิตรจินา ไม่มีในเรา ภาพพระที่เราเห็น คือพระพุทธรูป ใจเราเป็นสุข ใจเราเชื่อมกระแสกับพระพุทธรูป เมื่อกระแสเชื่อม กับจิตของเราโดยตรง ผลของการปฏิบัติก็เกิดรวดเร็วขึ้นมากกว่าคนที่เขาไม่เข้าใจ เรื่องการเชื่อมกระแส เราจะ เชื่อมกระแสกับพระโพธิสัตว์กิติ ครูบาอาจารย์องค์ใดองค์หนึ่ง ที่เราเคารพนับถือกิติ จะเป็นหลวงปู่ตู้ หลวงตาม้า หลวงปู่ทวด หลวงพ่อฤๅษี หรือครูบาอาจารย์ท่านใดท่านหนึ่ง จำไว้ว่าถึงกระแสเราเชื่อมโยงถึงท่าน จิตถึง พลัง ถึง เมื่อไหร่จิตเรานึกถึงท่าน ท่านนึกถึงเรา เมื่อเชื่อมกับกระแสถึง กระแสจิตถึง ความเป็นทิพย์ ญาณเครื่องรู้ ท่านก็ถ่ายทอดลงที่จิตเรา เราก็ปฏิบัติรวดเร็วขึ้นมากกว่า คนที่เขาใช้กำลังปัญญาของตัวเองพิจารณา อันนี้มี กระแสจากพระท่านมาช่วย ปัญญาญาณในวิปัสสนาญาณ ก็มีความลึกซึ้งแตกฉาน มากกว่าคนทั่วไป

คราวนี้พอปฏิบัติไปเรื่อยๆ ความเป็นทิพย์มันเพิ่มพูนขึ้น สูงขึ้นเรื่อยๆ คราวนี้มันจะเริ่มเกินขอบเขต ของ การใช้กายเนื้อหรือสมอง เราใช้สมองนึกคิด ใช้สมองจำ แต่ถ้าเทียบเป็นศาสตร์หรือภาษาปัจจุบัน การเก็บบันทึก ความจำหรือเมมโมรี่ สมองของเราเอง ถึงแม้ว่าจะมีศักยภาพในการบันทึกข้อมูลมากกว่าฮาร์ดดิสก์ ที่เก็บข้อมูล ความจำที่เป็นดิจิทัลในยุคปัจจุบัน เราจุได้มากกว่าหลายล้านเทระไบต์ ข้อมูลมากมายมหาศาล แต่สูงกว่านั้น มีที่เก็บอยู่บนคลาวด์ (Cloud) เราไม่ต้องใช้ฮาร์ดดิสก์ เราไม่ต้องใช้สมอง ทุกอย่างนั้น ธรรมทั้งหลายหรือแม้แต่ ข้อมูลทั้งหลาย ที่เป็นปัญญาความรู้ สรรพวิชาทั้งปวงนั้นอยู่ที่พรหม ที่เรียกว่าพรหมศาสตร์ ความรู้ทั้งหลาย ข้อมูลทั้งหลาย องค์ความรู้ของโลก ของจักรวาล ที่สะสมอยู่ทั้งหมด สะสมรวมอยู่ที่พรหม กระแสธรรมทั้งหลาย วิปัสสนาญาณ ปัญญาญาณ ธรรมทั้งหลาย ประสบการณ์ของพระพุทธรูป ประสบการณ์ของพระปัจเจกพระพุทธเจ้า ประสบการณ์ของพระอรหันต์ทุกพระองค์ ในการปฏิบัติ ในการพิจารณาธรรมนั้น บันทึกอยู่ที่พระนิพพาน เมื่อเรา เชื่อมกระแสอยู่กับท่านได้ เราน้อมดึงเอาข้อมูลข่าวสาร ประสบการณ์ แนวทางการพิจารณาธรรมจากพระนิพพาน กระแสสมรรถผลของพระนิพพาน กระแสการพิจารณาข้อธรรม รวมลงมาสู่จิตของเราได้

อันนี้มันเป็นทางลัด เป็นการปฏิบัติขั้นสูง ปกติหลายท่านที่ท่านทำได้ บางครั้งท่านก็ไม่ได้เล่า ไม่ได้บอก ไม่ได้เปิดเผย อย่างที่ท่านอาจารย์ได้เปิดเผย ได้เล่าท่าน ดังนั้นจริงๆ แล้วเนีย ในบุคคลที่ปฏิบัติธรรม เราจะประมาท บุคคลที่อายุน้อยไม่ได้ เราจะประมาทบุคคลที่เขาเป็นเพียงแค่มรณวาสไม่ได้ เราจะประมาทว่าเขาเป็นเพียงสตรีก็ไม่ได้ หากบุคคลนั้น เขาเข้าใจ เขาค้นพบ เขาพบวิธีการ ที่สามารถเชื่อมกระแส สามารถใช้ศักยภาพของจิต การปฏิบัติของเขา ก็มีความก้าวหน้า รุดหน้ามากกว่าคนทั่วไปไปได้ อันนี้เรารู้แล้วเราก็กินทางที่จะฝึกฝนที่จะปฏิบัติ แต่ก้าวแรกและความสำคัญในการปฏิบัติ คือการทรงภาพพระให้ชัดเจนแจ่มใสอย่างยิ่ง โดยที่จิตเราไม่มีความลึกลับสงสัย ว่าภาพองค์พระที่ปรากฏขึ้นในจิตนั้น คือพระพุทธรูป ความสว่าง ความเป็นเพชร ฉัพพรรณรังสี ความเป็นปฏิภาณนิมิต ยิ่งรู้สึกสัมผัสถึงพลัง รู้สึกสัมผัสถึงกระแสความเป็นทิพย์มากเท่าไร ผลของการปฏิบัติในการทรงภาพพระ ยิ่งปรากฏผลมากเท่าไร

ดังนั้นตอนนี้พวกเรามีความเข้าใจแล้ว ก็ลองฝึกตั้งแต่นั้น

1. ทรงภาพองค์พระให้สว่างเป็นเพชรมากที่สุด มีความคล่องตัวในการทรงภาพพระ คือจะทรงภาพพระให้ปรากฏเบื้องหน้าก็ได้ องค์พระอยู่ในอกก็ได้ อยู่ในอกรู้สึกสัมผัสจริงๆ ว่ามีวัตถุคือองค์พระเป็นแก้ว เป็นผลึกพระแก้วสว่างใส อยู่ในอกของเราจริงๆ เหมือนมีวัตถุธาตุมาปรากฏอยู่ในอกของเราจริงๆ ทรงภาพพระสามฐาน ก็รู้สึกได้ว่ามีองค์พระ สถิตยว้างอยู่บนกระหม่อมของเราจริงๆ แต่เป็นความรู้สึกที่ไม่ได้กด ไม่ได้หนัก ไม่ได้เป็นภาระ ไม่ได้เป็นความเครียด เบา และ เบา สถิตยอยู่ อยู่ในศีระะ ก็ปรากฏความรู้สึกได้ว่าองค์พระอยู่ในศีระะ อยู่ในอกก็รู้สึกได้ว่าองค์พระอยู่ในอก รู้สึกได้ทั้งสามองค์พร้อมกัน อันนี้คือพระสามฐาน
2. ต่อมาก็กำหนดจิตว่าองค์พระเป็นองค์ใหญ่ เรียกว่า การนึกภาพ ขอบารามนารมืองค์พระคลุม คลุมก็คือคลุมกาย ตัวเราอยู่ในองค์พระ องค์พระคลุมเรา มีพุทธานุภาพปกปักรักษา ประดุจเป็นเกาะแก้วคุ้มกัน กาย จิตของเรา จากภยันตรายทั้งปวง จากวิบาก อวิชชาคุณไสยทั้งปวง กายเนื้อเราอยู่ในองค์พระ อันนี้ก็ฝึกจนรู้สึกได้ว่า เราอยู่ในองค์พระจริงๆ รู้สึกว่ามีองค์พระท่านครอบไว้เป็นกำแพงแก้ว คุ้มกันภัยเราจากทุกสิ่ง จนจิตเรารู้สึกว่ามีความกล้าหาญ มีความมั่นคง สลายความหวาดกลัว สลายความวิตกทั้งหลายออกไปจนหมด จิตมีความอาจหาญ จิตมีความเชื่อมั่น ในพุทธานุภาพของพระพุทธรูปเจ้า

ตอนนี้ให้ เราแต่ละคนฝึกทรงภาพพระ ฝึกในภาคที่อยู่บนโลกมนุษย์นี้แหละ ทรงภาพพระให้ชัดเจนเต็มที่ ทรงอารมณ์ชัดเจน อารมณ์จิตเอิบอิ่ม ใจแยมยิ้มเป็นสุข รัศมีฉัพพรรณรังสี องค์พระที่เรากำหนดองค์ภาพพระ ยิ่งสว่าง ยิ่งใส องค์พระชัดเจน เราจะกำหนดอย่างไรก็ปรากฏชัดเจนได้ ตั้งใจนึก ทรงอารมณ์ไว้ ใจสบายๆ ผ่องใส เวลานึกภาพองค์พระ หรือการทรงภาพพระนั้น องค์ใดองค์หนึ่ง ก็เป็นไปตามนั้นอย่าเปลี่ยนภาพองค์พระ อย่าเปลี่ยนแปลง อย่าเปลี่ยนภาพเป็นองค์อื่น คือกำหนดว่าจะทรงภาพองค์ใดก็องค์นั้น มันคงต่อเนื่องยาวนาน นานเท่าที่จิตเราปรารถนา ตั้งใจว่าจะให้นานเท่านี้ก็เท่านี้ตั้งใจนึก

เวลาที่เราทรงภาพกสิณหรือทรงภาพองค์พระ ถ้าองค์พระภาพของกสิณก็ดี หรือองค์พระก็ดี เปลี่ยนไปเปลี่ยนมา ถือว่าสมาธิเราไม่ทรงตัว นิमितหรือภาพที่เราไม่ได้ปรารถนา หรือกำหนดตั้งไว้ เปลี่ยนเป็นภาพอื่น ภาษาปฏิบัติเรียกว่านิมิตจร ต้องเพิกทิ้งกลับมาเป็นภาพเดิม เช่น ถ้ากำหนดเป็นภาพองค์พระสมเด็จองค์ปฐม ก็คือเป็นพระพุทธรูปชินราช เราก็กำหนดเป็นภาพพระพุทธรูปชินราชตลอดเวลา ทรงไว้ตลอดเวลา ไม่เปลี่ยนเป็นองค์อื่น หรือทรงเป็นภาพพระทรงเครื่องจักรพรรดิ ก็ทรงภาพเป็นพระทรงเครื่องจักรพรรดิตลอดเวลา ไม่เปลี่ยนเป็นองค์อื่น ฝึกให้มีความตั้งมั่น ฝึกเพิ่มคุณภาพ มีความใส มีความสว่าง มีความเป็นประกายพริ้ว เพิ่มความศรัทธามั่นคงในพระพุทธรูป เพื่อสลายลบล้างวิจิกิจฉา ความลึกลับสงสัย เพื่อให้การเชื่อมโยง เชื่อมกระแสกับพุทธานุภาพนั้น เต็มกำลัง

วิถีชีวิตเป็นเครื่องขัดขวาง ภาพยิ่งชัด ยิ่งส่งเสริมการเชื่อมกระแส และฐานของการฝึกการทรงภาพพระ ยิ่งชัดเจนนามมิตติ ชัดเจนยิ่งกว่าตาเนื้อได้มากเท่าไร จะย้อนไปส่งผลในกำลังของมโนมยิทธิ เวลาที่เราปรากฏภาพ เวลาที่เราไปในภพภูมิต่างๆ เวลาที่เราใช้ญาณ ก็จะชัดเจนตามฐานของการฝึกการทรงภาพ

ดังนั้นใครอยากจะให้ภาพองค์พระชัดเจนนามากเท่าไร กำลังของมโนมยิทธิใกล้เคียง หรือกลายเป็นเต็ม กำลังมากเท่าไร ก็ต้องฝึกฐาน คือการทรงภาพพระให้ชัดเจนกระจ่าง สามมิตติ สัมผัสถึงพลัง สัมผัสถึงอารมณ์จิต ให้ชัดเจนมากเพียงนั้นตามไปด้วย

ตอนนี้ให้เราทรงภาพพระไว้ ชัดเจน สว่าง เียบอ้อม ใจแย้มยิ้มเป็นสุข การฝึก การปฏิบัติ เข้าใจเคล็ดลับเคล็ด วิชชาอย่างลึกซึ้งแตกฉาน เข้าใจว่าการปฏิบัติในจุดนี้ ทำทำไม เพราะอะไร เกิดผลอย่างไร จิตกระจ่างแจ้งในการปฏิบัติสิ่งที่เคยติดขัด สิ่งที่เคยค้างค้ำ สิ่งที่เคยมองผ่าน ย้อนกลับมาทำพื้นฐานให้แน่น ให้แข็งแรง เมื่อทรงภาพมาจนกระจ่างชัดเจนน เราอธิษฐานจิต อธิษฐานบารมีกำกับ ขอให้นับแต่ที่ภาพพุทธนิมิต พุทธบารมีของ พระพุทธองค์มาสถิตย์รักษาในดวงจิตของข้าพเจ้า มีความมั่นคงชัดเจน กระจ่าง กระจ่างพุทธานุภาพ เชื่อมกำลังจิต กำลังมโนมยิทธิของข้าพเจ้า ปรากฏเต็มกำลัง จากการทรงภาพองค์พระชัดเจนน เพียงเราอธิษฐานนึก จิตก็สามารถยกขึ้นอยู่บนพระนิพพานได้ทันที ทันที ทันควัน ความคล่องตัวในมโนมยิทธิของเรา ก้าวหน้า รุดหน้าขึ้น อัจฉริยะ คุณภาพของจิต ความชัดเจนของจิต ชัดเจนเพิ่มขึ้นตามการทรงภาพพระได้อย่างอัจฉริยะ ทรงภาพไว้ ทำฐานให้แน่น ทำฐานให้มีความตั้งมั่น

การปฏิบัติก็คือนอกเหนือจากการที่เรามาเรียนกันในทุกอาทิตย์ พอเราเรียนเสร็จวันนี้ เราฝึกต่อของเราเอง ในระหว่างวันเราไปปฏิบัติต่อ ฝึกต่อ พอถึงวันพรุ่งนี้เราฝึกลองดูว่า ในตอนที่เรานั่งรถไปทำงาน หรือนั่งรถไฟฟ้า บ้างหรือรถประจำทางบ้าง เรากำหนดว่าตั้งแต่ที่เรานั่งรถไปทำงาน ออกปั๊บ กำหนดมือจับพวงมาลัย เราทรงภาพ ตลอดเวลา ตั้งใจว่าสามารถทรงภาพได้ตลอดเวลา โดยที่ภาพองค์พระไม่เคลื่อนไปจากใจ พอฝึกไปเรื่อยๆ ถึงขั้นสูง เราพูดคุย เราทำงานทำการอยู่ แต่เราทรงภาพพระอยู่ตลอดเวลา สืบตาทำงาน พูดคุยกับคนอื่น เรายังทรงภาพ ตลอดเวลา เมื่อไหร่ที่เราปฏิบัติจนถึงขั้นนี้ เราจะมีอาการทรงตัวในศีลโดยอัตโนมัติ เพราะความรู้สึกของเราเรารู้สึก เราอยู่กับพระ พอเราอยู่กับพระเราก็ไม่กล้าทำบาป พอเราอยู่กับพระ อุกุศลก็ไม่เข้า พอเราอยู่กับพระก็มีข้อธรรม มาปรากฏในจิต

ดังนั้นอารมณ์ในการทรงฌานก็จะทรงตัว อันที่จริงก็ขอบอกไว้เลยว่า ส่วนใหญ่ครูบาอาจารย์องค์สำคัญ ขอน้อมกราบขออนุญาตท่าน ขออนุญาตเอ่ยนามในหลายๆ องค์ เช่น หลวงพ่อฤๅษี เองก็ตาม ท่านทรงภาพ ตลอดเวลา สืบตาโปรดญาติโยม เทศน์ ท่านทรงพระอยู่ตลอดเวลา อีกองค์ที่ปรากฏชัดเจนนแน่นอนก็คือ ท่านจิตโต ท่านจิตโตจะทรงภาพสมเด็จพระจอมเกล้าปฐมบรม เชื่อมกระแสกับสมเด็จพระปฐมบรมตลอดเวลา อีกองค์คือหลวงพี่เล็กวัดท่าขุ่น องค์นี้ท่านก็ทรงอารมณ์ตลอดเวลา สืบตา หลับตา ท่านก็ทรงอารมณ์ตลอด อยู่กับพระตลอด ซึ่งเวลาที่เรามาเมื่อไหร่ ที่ความเป็นทิพย์ปรากฏ ญาณเครื่องรู้ปรากฏ จิตเราจะปรากฏผู้รู้เห็นขึ้น เห็นองค์พระท่านอยู่บนศีระเศียรเกล้าท่านตั้งที่เอ่ยนามมา เราจะรู้ เราจะปรากฏรู้ขึ้นด้วยจิต

ตรงนี้ก็เราฝึกไปเรื่อยๆ เริ่มค่อยๆ ฝึกให้เกิดความทรงจำความเป็นทิพย์ ฝึกไปเรื่อยๆ วิธีฝึกจริงๆ ก็คือฝึก แบบนี้ แล้วคราวนี้จริงๆ สิ่งที่มีประโยชน์เกิดผลกับเราที่เป็นฆราวาส นั่นก็คือเมื่อเราทรงภาพตลอด ปัญญาญาณ ต่างๆ มันปรากฏ กิจกรรมงานที่เราทำ มันจะมีประสิทธิภาพมากกว่าคนทั่วไป สถิติการควบคุมอารมณ์ การแก้ปัญหา ปัญญาในการแก้ไขสถานการณ์ ปฏิภาณความรู้นั้นจะค่อยๆ ปรากฏขึ้น ปัญญาจากสมาธิจะค่อยๆ ปรากฏขึ้น

ดังนั้นบอกเลยว่าถ้าเราปฏิบัติเช่นนี้ได้ การปฏิบัติธรรมของเราก็ยิ่งรุดหน้าและเราจะเข้าใจเลยว่าผู้ที่เขา ทรงฌาน ทรงอารมณ์ ที่เขาทำได้ ที่เขาได้เห็น เป็นในอาการดังนี้เช่นนี้ อันนี้ก็มาเล่ามาเปิดเผยเบื้องลึกให้ฟัง ซึ่งถือว่าเป็นประโยชน์ ใครที่ตั้งใจปฏิบัติ ก็ขอให้ตั้งใจทำให้ได้ อย่าเพียงแค่ฟังแล้วผ่านไป ทำได้แล้วเราจะรู้เอง

ซึ่งอันที่จริงแล้วถามว่าใช้เวลานานไหม อันที่จริงก็ไม่หนักมาก แล้วเมื่อไหร่เมื่อเราฝึกตั้งใจเอาจริง ทรงภาพให้ทรงตัวตลอดเวลาทั้งวันได้ ถ้าทรงตัวตลอดเวลาทั้งวันได้เจ็ดวันเมื่อไหร่ คราวนี้สมาธิก็จะทรงตัว การทรงภาพพระก็จะกลายเป็นเรื่องที่เราไม่ต้องบังคับ กลายเป็นอัตโนมัติ จุดสำคัญที่สุด ที่เราต้องการในการปฏิบัติก็คือ เราฝึกจากตอนแรก เราต้องยังต้องฝืนใจ ยังต้องตั้ง ยังต้องประคับประคอง แต่ผลที่เราต้องการก็คือ เราต้องการระบบบอโต้ คือการจิตเราทรงอารมณ์โดยทันที โดยอัตโนมัติ เหมือนกับเมื่อไหร่ที่เราฝึกจนได้ลมสบาย ได้มาน 4 ในอานาปานสติ พอจิตมันสงบหรือเราตั้งใจจะเข้าสมาธิ จิตเขาก็จะรวมเองอัตโนมัติ

อันนี้เมื่อไหร่ ที่เราฝึกจนกระทั่งการทรงภาพทรงตัว ก็กลายเป็นว่าเรากลายเป็นมีระบบ ที่เราใช้กำลังของมโนมยิทธิได้ทันทีโดยอัตโนมัติตลอด ดีไหม อันนี้คนที่เขาฝึก ตั้งใจฝึกเอาจริงเอาจึงเขาได้ ส่วนคนที่เพียงภาพองค์พระไม่ค่อยชัด ไม่ชัดเจนน้อยก็งอแง ก็ไวยวาย แล้วก็ไม่ได้ฝึก ไม่ชวนชวนที่จะฝึก อันนี้ถึงเวลามันก็ไม่ได้ แต่ถ้าฝึกตั้งมั่น ทรงตัว จนกระทั่งเข้าสู่โหมดที่การปฏิบัตินั้น การทรงภาพและเป็นไปโดยธรรมชาติ เป็นไปโดยอัตโนมัติ คราวนี้กลายเป็นว่าพระท่านรักษาเรา ท่านอยู่กับเราตลอด การปฏิบัติกลายเป็นยิ่งง่าย ยิ่งสบายมากขึ้น เข้าไปอีก อันนี้ก็ขอให้ทำกันได้ทุกคน

สุดท้ายสำหรับวันนี้ ก็ตั้งใจทรงภาพพระ กำหนดจิต ขอรักษานาบาภิรมีพระพุทธรูป ยกกายทิพย์ อาทิสมาณกายข้าพเจ้า ปรากฏในความเป็นกายพระวิสุทธิเทพ อยู่เบื้องหน้าสมเด็จพระปฐม พระพุทธเจ้า พระปัจเจกพระพุทธเจ้า พระอรหันต์ทุกๆ พระองค์ แยกอาทิสมาณกายของเรา เป็นจำนวนมากมายมหาศาล แยกกายกราบทุกท่าน ทุกพระองค์

จากนั้นกำหนดจิตให้กายทุกกาย เชื่อมกระแสนกับพระพุทธรูป กำหนดจิตอธิษฐานว่า ข้าพเจ้าเชื่อมกระแสนกับพุทธานุภาพ ธรรมานุภาพ สังฆานุภาพ กับทุกท่าน ทุกพระองค์แล้ว ขอนับแต่นี้ การฝึกในการทรงภาพพระ การใช้กำลังมโนมยิทธิของข้าพเจ้า เกิดผล เกิดกำลัง เกิดความศักดิ์สิทธิ์ เกิดความคล่องตัว อย่างอัศจรรย์ด้วยเทอญ

จากนั้นให้ทุกกาย เป็นพีต เป็นแพ กระจายนั้น กราบ น้อมกราบแทบเบื้องพระบาท ทุกท่านทุกพระองค์ พร้อมกันอีกครั้ง และอาทิสมาณกายนั้นมารวมเป็นหนึ่ง กายพระวิสุทธิเทพสว่าง เป็นประกายพรึก เวลาทรงอารมณ์ในกายพระวิสุทธิเทพบนพระนิพพาน แก่นสำคัญคือ รู้สึกถึงความเป็นกายพระวิสุทธิเทพ เราคือกายพระวิสุทธิเทพ รู้สึกสัมผัสถึงความ เป็นแก้ว เป็นเพชร รู้สึกสัมผัสได้ถึงเครื่องประดับ เครื่องทรงทั้งหลายของความเป็นพระวิสุทธิเทพ มือลูบคำ จับชฎา จับอุบะ จับเครื่องเพชร แหวนเพชร กำไล ธารพระกร ที่ประดับอยู่บนกาย สัมผัสได้ถึงลายผ้าปักนูน ที่เป็นเพชร เป็นแก้วบนสนับเพลา บนเสื่อ รู้สึกสัมผัสได้ถึงความเป็นกายพระวิสุทธิเทพ บนพระนิพพานอย่างแท้จริง กายพระวิสุทธิเทพสว่างเจิดจ้าอย่างยิ่ง

ตั้งใจ ตั้งจิต ในการตัดภพจลาจล ตายเมื่อไหร่เราอยู่บนพระนิพพานนี้ เป็นพระวิสุทธิเทพเช่นนี้ ความอาลัยในภพ ในโลก ในบุคคล ในสถานที่ ในฐานะทั้งหลาย ไม่มีในจิตเรา ปล่อยวาง สงบ จิตเสวยอารมณ์แห่งพระนิพพาน ทรงอารมณ์ความผ่องใสชัดเจน ปัญญาความเข้าใจในการปฏิบัติ ยิ่งกระจ่างแจ้ง ชัดเจน ความเพียร ธรรมฉันทะ ความตั้งใจยิ่ง ในการจะมาฝึก ในเรื่องการทรงภาพพระให้ได้ทั้งวัน ให้ได้ตลอดเวลา ทั้งลืมตา หลับตา ยิ่งก่อเกิดขึ้นในจิตของเรา

จากนั้น น้อมกระแสนจากพระนิพพาน ลงมายังทุกภพทุกภูมิ แม่เมตตา ผลอานิสงฆ์แห่งการฝึก แห่งการปฏิบัติ ความกระจ่างแจ้งในธรรม กระแสนบุญบารมี บุญกุศล ทาน ศีล ภาวนา แผ่ลงมายังรูปพรหมทั้งปวง พรหมโลกทั้งปวง อากาศเทวดาทั้งปวง รุกขเทวดา ภูมิเทวดาทั่วอันตจักรวาล มนุษย์และสัตว์ที่มีขันธุ์ห้า กายหยาบทั่วอันตจักรวาล โอปปาดิเก สัมภเวสีทั้งหลาย ทั่วจักรวาล ทั่วทุกภพภูมิ ทั่วทุกมิติ

เปเรตอสุรกายสัตว์นรกทั้งหลาย ทุกขุม ขอกระแสนบุญกุศล เมตตาจากอารมณ์พระนิพพานของเรา แผ่ถึงทุกดวงจิต ใจของเราผ่องใส

จากนั้นกราบลา ทุกท่าน ทุกพระองค์ แล้วก็ฟุ้งกายทิพย์ เป็นแสงลงมายังโลกมนุษย์ ลงในกายเนื้อ น้อมกระแสจากพระนิพพาน ลงมาเป็นแสงสว่าง ชำระล้างฟอกธาตุขันธ์ สุขภาพร่างกายขันธ์ห้า สมบูรณ์ แข็งแรง กายเนื้อสะอาด น้อมสายบุญ สายทรัพย์ สายสมบัติ บุญกุศลที่เราสะสมบ่มไว้ ในแต่ละภพแต่ละภูมิ มารวมตัวกันยังโลกมนุษย์ ให้ข้าพเจ้ามีความคล่องตัวในทุกๆ ด้าน

จากนั้น น้อมกระแสภาพองค์พระ จงปรากฏเป็นภาพองค์พระสามฐาน กลับมาย่ำบนกายเนื้อ คือเหนือ เตียรเกล้า ในสมองศีรชะ ในอกของเรา ปรากฏองค์พระชัดเจน ตั้งจิตอธิษฐาน ขอให้การทรงภาพพระของ ข้าพเจ้านี้ เป็นเรื่องง่าย เกิดธรรมฉันทะในการฝึก ในการปฏิบัติอย่างยิ่ง องค์พระสว่างชัดเจนเป็นเพชร ประกายพริ้ว

จากนั้น ตั้งใจว่าจะทรงภาพองค์พระตลอดเวลาเนะ ใครจะลองฝึกในทำยีน เติ่น นั้ง หรือแม้แต่นอน ก็ให้ องค์พระอยู่ทั้งสามฐานได้ เรานอนองค์พระก็วางนอนไปตามกายของเรา จากนั้นกำหนดจิตอธิษฐานหายใจเข้าลึกๆ ซ้ำๆ หายใจเข้าพุท ออกโธ ครั้งที่สองธัมโม ครั้งที่สังโฆ ถ้าใครตั้งใจฝึก แล้วเราหลับไปทั้งการทรงภาพ ลองดูผล ว่าเมื่อตื่นขึ้นยังสามารถทรงภาพพระต่อเนื่องอยู่ได้ไหม ใครทำได้ พรุ้งนี้เข้ามาตอบในห้อง LINE แล้วก็ตั้งใจ สำหรับคนไหนตั้งใจจะฝึกตรงจุดนี้ให้ได้ ก็ไปแชร์ไว้ในหน้าเฟสของตัวเอง ว่าตั้งใจจะทรงอารมณ์ทรงภาพ ให้ได้ ตลอดเวลา ลืมตา หลับตา ตลอดวัน อย่างน้อยฝึกให้ทรงตัว 7 วัน ,10 วัน จนกระทั่งตั้งใจเป้าหมายของการฝึก คือให้กำลังมโนมยิทธิ การทรงภาพพระกลายเป็นอัตโนมัติ คือทรงตัวเป็นอัตโนมัติ ทำได้จุดนี้ จะยิ่งก้าวหน้ากัน ทุกคน

แล้วก็ให้เราตั้งใจนะ ช่วยกันเขียนแผ่นทองอธิษฐานพระนิพพาน ใครยังไม่มี ก็สามารถแจ้งความประสงค์ เข้ามาได้ จะได้ช่วยกันหล่อพระ แล้วก็งานที่สอง คือเรื่องของการจัดงานบวงสรวง อารธนาพระอุปคุตขึ้นมาจาก สะดือทะเล เพื่อปราบมารที่มาขัดขวาง ไม่ให้เข้าถึงยุคของชาววิไล ตรงนี้ก็ป็นงานใหญ่ เป็นงานสำคัญ เพื่อส่วนรวม ที่จำเป็นต้องทำ แล้วก็เพื่อที่บารมีท่านจะได้มาคุ้มครอง ช่วงนี้เหตุการณ์ของโลกมันก็มีความวุ่นวาย ท่านจะได้เมตตาช่วยชาวธรรม ให้ปลอดภัย คนที่ไปบวงสรวงเราก็จะเชื่อมกระแสบารมีของท่านได้โดยตรง อยู่ในญาณ อยู่ในข่ายญาณของท่าน

ดังนั้นตรงนี้ก็ป็นเรื่องสำคัญ ที่ควรร่วมบุญกัน แล้วก็มาร่วมงานกันที่จะไป สำหรับวันนี้ก็ขอโมทนาบุญ กับทุกคน ให้เราทุกคนโมทนาสาธุกับกัลยาณมิตร ที่ฝึกปฏิบัติพร้อมกันในวันนี้ รวมไปถึงผู้ที่มาฝึกมาปฏิบัติฟัง ย้อนหลัง วันนี้ถือว่าการฝึกการสอน ที่ค่อนข้างสำคัญมาก พยายามตั้งใจ เอาไปทำให้ได้ สำหรับวันนี้ก็ ขอโมทนาบุญกับทุกคน พบกันใหม่สัปดาห์หน้า