

เสียงธรรมจากห้อง “ครูเมตตาสมาธิ” วันเสาร์ที่ 16 กันยายน 2566

เรื่อง เคล็ดวิชาในความสัมพันธ์ระหว่างภาพนิมิตสัมพันธ์กับอารมณ์ใจ

โดย อาจารย์ คณานันท์ ทวีโภค

กำหนดสติในความรู้สึกตัวทั่วพร้อม ผ่อนคลายปล่อยวางร่างกายความรู้สึกทั่วกล้ำเนื้อทุกส่วน ผ่อนคลาย

กำหนดน้อมว่าการผ่อนคลายร่างกายกล้ำเนื้อ คือ การทิ้งการตัดขันธ์ห้าความรู้สึกที่เกี่ยวข้องเชื่อมโยงจากกาย ให้การผ่อนคลายปล่อยวางเป็นการแยกกายแยกจิต ทั้งความรู้สึกทั้งความเกาะเกี่ยวในร่างกายออกไปให้หมด ผีกลัดในการผ่อนคลายปล่อยวางร่างกาย จนกระทั่งว่าเมื่อไหร่ที่เราผ่อนคลายแล้ว จิตรวมเข้าสู่สมาธิในระดับสูงได้ทันทีที่ผ่อนคลายปล่อยวาง นั่นถือว่าเข้าถึงผลสัมฤทธิ์ของการผ่อนคลาย

ผ่อนคลายปล่อยวางเพื่อเข้าสู่ความสงบ ความสัมพันธ์ระหว่างร่างกายกับจิตใจ ยิ่งเรามีเรื่องวิตกกังวลมากเท่าไรส่งผลกับกายเนื้อขันธ์ห้า เมื่อไหร่ก็ตามที่เรามีอาการของใจความคิดความวิตกกังวล ร่างกายจะมีอาการเกร็งมีปรากฏการณ์ที่สัมพันธ์ ยิ่งความวิตกกังวลมีความเครียดหนักมากขึ้น หนักมากจนกระทั่งบางครั้งบางคนเครียดจนกระทั่งส่งผลกับร่างกาย จุดแรกที่พบก็คือกล้ามเนื้อมีการหดเกร็งโดยที่ไม่รู้ตัว พอกล้ามเนื้อหดเกร็งโดยไม่รู้ตัวก็เกิดผลส่งผล โดยเฉพาะอย่างยิ่งกล้ามเนื้อหลัง มันมีการรัดตัวหดตัว ภาษาทางการแพทย์เรียกว่า "Muscle Spasmodic" มันก็ส่งผลทำให้หมอนรองกระดูกมันมีการขยับเคลื่อนมีการบีบรัดตัว สุดท้ายก็เกิดอาการโรคที่ว่าหมอนรองกระดูกเคลื่อนหรือมันเลื่อนหรือมันขยับก็มีอาการปวดหลัง

ดังนั้นยิ่งผ่อนคลายได้มากเท่าไร จนกระทั่งคลายความวิตกกังวลคลายความเครียด มันยิ่งเป็นการฝึกฝนให้เราปล่อยวางไปพร้อมกัน ทั้งเรื่องราวในชีวิตเรื่องราวที่กระทบ หรือแม้แต่การปล่อยวางทางร่างกาย กับอีกส่วนหนึ่งในความเครียดความวิตกกังวล ยิ่งเครียดยิ่งวิตกกังวลบางคนจะเกิดผลกับระบบทางเดินอาหาร เช่น มีอาการปวดท้องบ้าง อันนี้ผลมาจากความเครียด มีอาการกรดในกระเพาะหลังมากเกินไปบ้าง หรือบางครั้งบางคนมีความเครียดหนักจนกระทั่งเกิดอาการท้องเสียอย่างแรง มีอาการรู้สึกได้ว่าลำไส้มีการบีบเกร็งบีบรัดเหมือนใครมาบีบมาบิดไส้ อันนี้ก็คือทั้งหมดเกิดจากจิตใจจากอารมณ์จากความรู้สึก กายและจิตสัมพันธ์กัน ดังนั้นเมื่อไหร่ก็ตามที่เราปล่อยวาง ผีปล่อยวาง ผีผ่อนคลาย จำไว้ว่า **"การผ่อนคลาย คือ การปล่อยวาง"** ปล่อยวางร่างกาย ปล่อยวางจิตใจ ปล่อยวางจนจิตเข้าสู่ความสงบ สงบจนกระทั่งจิตเข้าถึงความสงบในระดับฌาน มีความเบา มีความสบาย ทั้งเรื่องราวความกังวลทั้งหลายจากใจ อยู่กับลมหายใจสบาย อยู่กับอารมณ์สบาย เข้าถึงความสงบ ความสุขของใจ สุขของสมาธิเกิดจากจิตที่ได้ปล่อยวางจากเรื่องราวที่เราวิตกกังวล ความสุขของสมาธิเกิดขึ้นจากความสงบ สงบจากการปรุงแต่ง สงบจากความคิดใน ความวิตกกังวลต่างๆ ยิ่งปล่อยวาง ยิ่งว่าง ยิ่งว่างเบา

กำหนดใจของเรา น้อมจิตปล่อยวางโล่งว่างสู่ความสงบความเบาของจิต

สติกำหนดรู้ในความสุขแห่งความสงบของสมาธิ

สติกำหนดรู้ว่าจิตของเรามีความนิ่ง มีความหยุด ความเบา ความสบาย

สติประทับประคองรักษาความสงบนิ่งของใจ

จิตของเราในขณะนี้เหมือนกับน้ำที่ใสสงบ จากแต่เดิมที่เป็นน้ำขุ่นมีตะกอนที่ผสมปะปนกวณอยู่ในน้ำ จากความคิดฟุ้ง จากความวุ่นวาย จากความวิตกกังวล เมื่อจิตเราเข้าถึงความสงบ ความคิดความกังวลก็เหมือนตะกอนที่มันสงบนิ่ง

นอนกันลงสู่กันแล้ว น้ำก็ปรากฏความใส ใจของเราที่ใส ใจของเราก็สบาย แต่การที่เราสงบในระดับผ้านั้น ความทุกข์ ความกังวลทั้งหลายก็นอนกันอยู่ เมื่อไหร่ที่มันสะกิดใจขึ้นมา มันก็เหมือนกับมีการไปกวาดตะกอนให้มันฟุ้งกลับมาจน น้ำมันเกิดความขุ่นขึ้นอีกครั้งหนึ่ง

คราวนี้เรากำหนดจิต เจริญปัญญาพิจารณา กำลังของฌานทำให้เกิดความสงบ ทำให้จิตเราใส ใจเราใส ใจเราสงบ ใจเราเกิดสติ ใจเราเกิดอารมณ์ของความสงบสุขในใจ คราวนี้ตัวที่จะทำให้ดับ ตัวที่ทำให้ดับจากความทุกข์ก็คือวิปัสสนาญาณคือการใช้ปัญญา

เราใช้ปัญญาพิจารณาตัดตะกอนที่นอนกันนั้นออกไปจากใจออกไปจากน้ำในแก้วที่ใส สิ่งที่เป็นตะกอน สิ่งที่เป็นความทุกข์ สิ่งที่เรากังวล เราก็มาใช้ปัญญาพิจารณา

เรื่องราวที่เราไปเกาะไปผูกพันกับคนอื่น เรื่องราวที่เป็นภาระของใจ หากเราไปยึดก็เหมือนกับเราตัดเอาตะกอนที่จะทำให้น้ำมันขุ่น ตักเข้ามาในน้ำในแก้วที่ใส ตอนที่เราตัดออก คำว่าตัดออกก็คือ เราจะไม่เอามันมาใส่ใจ ภาษาไทยนี่เป็นภาษาที่เหมาะสมกับการปฏิบัติธรรม เนื่องจากมีคำศัพท์ที่อธิบายความหมายความรู้สึกรวมกันได้ค่อนข้างจะละเอียดลึกซึ้งกว่าภาษาอื่นๆ เราไม่เอาความทุกข์มาใส่ใจอีกต่อไป คำว่าไม่เอาความทุกข์มาใส่ใจอีกต่อไปก็คือ ไม่รับมัน เรารู้ แต่เราไม่รับ ไม่รับนั่นก็คือเราไม่เอามาปรุงต่อ เราไม่เอามาจำ บันทึกแต่บุญ จิตบันทึกแต่กุศล จดจำแต่ความดี จดจำแต่ความสุข สิ่งใดที่เป็นความทุกข์เรารู้เราละ รู้แล้ววาง รู้แล้วเลิก ไม่จดไม่จำ กำหนดว่าจิตเราจะไม่จำความทุกข์ จะไม่จำการกระทบที่ทำให้เราทุกข์ เราจะไม่จำความชั่วของผู้อื่น เราจะจดจำแต่กุศลแต่ความดี เราจะจดจำความดีของผู้อื่นที่ทำให้กับตัวเราก็คือ จดจำความดีของผู้อื่นที่ทำต่อส่วนรวมคือชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ก็ดี จดจำความดีที่ผู้อื่นกระทำกับเราซึ่งนั่นแปลว่าเรามีความกตัญญูทเวทิตา

ดังนั้นตั้งใจว่า **นับแต่นี้ เราไม่เอาความทุกข์ เราไม่เสวยอารมณ์ที่เป็นทุกข์ เราไม่เอามาใส่ใจอีกต่อไป เราเป็นน้ำในแก้วที่ใสบริสุทธิ์ จิตของเราเป็นแก้วใสประกายพรึก เป็นจิตอันประภัสสร**

เมื่อพิจารณาแล้วเราก็กำหนดจิต น้อมนึกจินตภาพเห็นดวงจิตเราเป็นเพชรประกายพรึก มีรัศมีฉัพพรรณรังสีแผ่สว่างกระจายเป็นรุ่งเจดีย์ จิตมีความสุขมีความเอิบอิ่ม ในขณะที่เราทรงอารมณ์จิตอันเป็นประภัสสร ความสุขความเอิบอิ่มนั้นเป็นพลังงาน เป็นกระแส เป็นความรู้สึก เป็นพลังงาน ที่แผ่ออกไปในความเป็นทิพย์ของจิต ยิ่งกระแสจิตเราเข้าถึงจิตเดิมแท้อันเป็นประภัสสรมากเท่าไร จิตยิ่งมีกำลังความเป็นทิพย์ ยิ่งเกิดกำลังแห่งจิตตามภาพ อันนี้คือเอาไปใช้ในเรื่องของ การอธิษฐานจิตก็ดี อภิญาสมาบัติก็ดี และในขณะที่เดียวกันจิตที่เป็นจิตประภัสสรนั้น มีความสำคัญในการเจริญปฏิบัติพระกรรมฐานเพื่อการหลุดพ้น เพื่อโมกขธรรม เพื่อพระนิพพาน นั่นก็คือสิ่งสำคัญ คือเมื่อไหร่ก็ตามที่เราทรงจิตอันเป็นประภัสสรได้แล้ว ให้เราสนใจตัวเราเองว่า เราจะพยายามประคับประคองจิตอันเป็นประภัสสรนี้ให้ได้มากที่สุดตามกำลังและเต็มกำลังเท่าที่เราจะสามารถทำได้ ยิ่งจิตเราชินกับความผ่อนคลายความเป็นประภัสสรมากเท่าไร เราจะไม่ปรารถนา เราจะไม่อยากจะให้กิเลส ไม่อยากให้ความเศร้าหมอง ไม่อยากให้มีมลทิน มาเประอะมาเปื่อนมาทำให้จิตเราที่ผ่อนคลายเป็นสุขมีมลทินแปดเปื้อนไป

ฉันใดเช่นกันกับกาย ธรรมชาติอุปนิสัยของกาย ยามที่เราอาบน้ำแต่งตัว ใส่เสื้อผ้าใหม่ที่มีความสวยสดงดงาม มีราคา มีหมึก มีสิ่งใดมีโคลนมีความสกปรกใดที่จะมาสกปรกทำให้เสื้อผ้าของเราเปื้อน ทำให้ร่างกายที่เราเพิ่งอาบน้ำของเราเปื้อน เราย่อมหลบย่อมหลีกเลี่ยงมรดระวัง ไม่ให้สิ่งที่เป็นความสกปรกมาเประอะเปื้อนร่างกายหรือเสื้อผ้าของเราได้ฉันใด ทำให้เราจึงจะไม่ระมัดระวังไม่ให้มลทินเครื่องเศร้าหมอง คือ ความโลภโกรธหลง ความขุ่นใจ ความทุกข์ ความวิตกกังวล มาทำให้จิตอันเป็นประภัสสรซึ่งสูงค่ายิ่งกว่ากายยิ่งกว่าเสื้อผ้าที่เป็นเปลือกภายนอกมาเประอะมาเปื่อนมาเป็นมลทินได้

ดังนั้นหัวใจของการที่เราทรงจิตอันเป็นประภัสสรก็คือเราทรงจิตที่เป็นเพชรประกายพริกประภัสสรแล้ว เราต้องตั้งสติระมัดระวังไม่ให้มลทินความโลภโกรธหลง ความทุกข์ ความเศร้าหมอง ความซึมเศร้า ความวิตกกังวล เข้ามาประอะเปื้อนจิตของเราอีกต่อไป

ดังนั้นตอนนี้เราตั้งใจว่าเราจะพยายามให้ดีที่สุดให้มากที่สุด ที่จะทรงจิตให้ส่องใสเต็มกำลัง ซึ่งการทรงจิตให้ส่องใสเต็มกำลังนั้น มีตั้งแต่กำหนดเห็นจิตเราเป็นกสิณจิตเป็นเพชรประกายพริก สว่างเป็นเพชร มีรัศมี มีประกาย มีแสงสว่าง มีรัศมีจิต หรือการที่เราควบกับพุทธานุสติกรรมฐานคือทรงภาพพระ ทรงภาพพระพุทธรูปในอกก็ดี ทรงภาพพระสามฐานก็ดี ถ้ากำลังย่อยหย่อนหน่อยก็ทรงภาพพระเป็นพระสีทองบ้างสีปกติบ้างแต่เห็นภาพพระอยู่ตลอดเวลา องค์พระอยู่ในอกบ้าง สามฐานบ้าง หนึ่งฐานบ้าง แต่หากกำลังสูงสุดก็คือทรงภาพพระเป็นเพชร องค์พระเป็นเพชรเจียรระโนมาจากเพชร องค์พระเป็นเพชรประกายพริก จะหนึ่งฐานก็ดีสามฐานก็ดี ทรงอารมณ์สว่างและสิ่งสำคัญก็คือเมื่อไหร่ก็ตามที่เราทรงอารมณ์กรรมฐาน อารมณ์จิตเราต้องเป็นสุข อารมณ์จิตเราต้องยิ้มจากภายใน อารมณ์จิตต้องยิ้มจากองค์พระ กระแสอารมณ์กระแสความรู้สึกสัมผัสกันกับภาพนิมิต ภาพนิมิตยิ่งสว่างส่องใส ยิ่งเป็นประกายระยิบระยับ อารมณ์จิตเรายังต้องยิ้มต้องเปี่ยมสุข เปี่ยมสุขจนล้นออกมาจากจิตจากใจของเรา ตรงนี้ต้องฝึกต้องทำให้ได้ ทำจนกระทั่งเป็นปกติ ทำจนกระทั่งหยั่งเข้าถึงเคล็ดวิชาในความสัมพันธ์ระหว่างภาพนิมิตสัมผัสกับอารมณ์ใจ ทำจนกระทั่งอารมณ์จิตเป็นสุขอย่างยิ่งยวด เป็นสุขอย่างที่สุด

ตอนนี้ให้เราทุกคนทรงอารมณ์ ทรงภาพพระสามฐาน ทรงอารมณ์เป็นสุขที่สุด องค์พระอยู่เหนือเศียรเกล้ากระหม่อมจอมขวัญ องค์พระอยู่ในศีรษะ องค์พระอยู่ในอก เป็นเพชรประกายพริกสว่างทั้งสามองค์ มีกำลังพุทธานุภาพแห่งพระพุทธรองค์มาสถิตอยู่ในองค์พระทั้งสามฐานนั้นชัดเจน กำลังแห่งพุทธานุภาพเต็มเปี่ยม กำลังแห่งความเป็นทิพย์เต็มเปี่ยม กระแสรัศมีสว่างชัดเจนเต็มที่ อารมณ์จิตเป็นสุขนอบน้อมอ้อมใจเต็มที่ ทุกสิ่งดังที่กล่าวมาสอดประสานเชื่อมโยงหลอมรวมเป็นหนึ่งเดียว เอกัคคตารมณ์เป็นหนึ่งเดียวในภาพนิมิต เอกัคคตารมณ์เป็นหนึ่งเดียวกับกระแสพลังรัศมีฉัพพรรณรังสีที่แผ่ออก เอกัคคตารมณ์เป็นหนึ่งเดียวกับอารมณ์จิตที่เอบอ้อมเป็นสุขอย่างยิ่งยวด ความนอบน้อมเคารพเทิดทูนพระพุทธรองค์อย่างยิ่งยวด ทุกสิ่งประสานรวมผืนเป็นหนึ่งเดียว จิตยิ่งเปี่ยมพลังเปี่ยมจิตตานุภาพ

เอกัคคตารมณ์ทุกสิ่งผืนหลอมรวมเป็นหนึ่งเดียว ภาพนิมิต กระแสพลัง อารมณ์จิต ภาพนิมิต กระแสพลัง อารมณ์จิตชัดเจน เข้าถึงเป็นหนึ่งเดียว ทรงอารมณ์ไว้

จากนั้น จากการทรงภาพพระ จะฐานเดียวก็ดี สามฐานก็ดี จิตเรายังทรงอยู่ เกาะเนื่อง ยังอยู่กับกาย ยังอยู่กับภพนี้คือภพแห่งความเป็นมนุษย์ แต่หากจะปฏิบัติในการทรงอารมณ์ที่จิตของเราส่องใสที่สุด ประภัสสรที่สุด ก็คือการที่เราทรงอารมณ์ตัดสรรพกิเลสทั้งปวง เข้าถึงอารมณ์แห่งพระนิพพาน คืออุปมานุสติกรรมฐาน

วิธีการที่ง่ายที่สุดในการทรงอารมณ์พระนิพพาน ก็คือการที่เราขจิตขึ้นไปบนพระนิพพาน ทรงสภาวะในความเป็นกายพระวิสุทธิเทพ กายพระวิสุทธิเทพปรากฏความเป็นเพชรประกายพริกสว่าง จากนั้นอารมณ์จิตพิจารณาในการตัดสังโยชน์ทั้งสิบประการ พิจารณาในการตัดภพชาติทั้งหลาย ตัดจิตตัดใจจากการปรารถนาความพึงพอใจในการเกิด

เมื่อไหร่ก็ตามที่เราทรงอารมณ์ในอารมณ์พระนิพพาน จิตอาทิสมาณกายเราขึ้นไปบนพระนิพพาน กำหนดพิจารณาว่าตายเมื่อไหร่หากเราทรงอารมณ์อยู่แบบนี้ กายเนอบนโลกตายเราก็เข้าถึงอรหัตผลเข้าถึงพระนิพพานในทันทีจากการที่สายโยงใยของจิตที่เชื่อมโยงระหว่างอาทิสมาณกายข้างบนพระนิพพานกับกายเนอบนโลกมนุษย์มันขาดลง จากการที่

หมดอายุขัย ดังนั้นเมื่อเราพิจารณาบนพระนิพพาน ทรงอารมณ์พระนิพพาน อุปมานุสติกรรมฐาน อารมณ์ใจเราก็จะ
ควบอยู่กับมรณานุสติอยู่ เมื่อไหร่ก็ตามที่เราชินกับการพิจารณาในอารมณ์พระนิพพาน เมื่อเรามีความรักในพระ
นิพพาน แนบอยู่กับอารมณ์พระนิพพานมากเท่าไร ความกลัวตายมันก็จะค่อยๆลดลง กิเลสก็จะค่อยๆลดลงเบาบางที่
ละน้อย ทีละน้อย

ดังนั้นสำหรับปุถุชนคนธรรมดาทั่วไป ถ้าพูดถึงความตาย บางคนจะมีความกลัวอย่างหนัก บางคนหลีกเลี่ยงที่จะไม่ยอม
ให้พูดถึงความตายเลย หรือบางคนพูดว่าตายก็กลายเป็นว่ามีความโกรธเกิดขึ้น หว่าแข่งกัน หว่าพูดเป็นलग หว่า
แข่งกัน แต่อันที่จริงลงมันชัดเจนอยู่แล้วไม่ต้องแข่ง เราทุกคนยังงี้ก็ต้องตาย มีใครบ้างที่เราฝึก ที่เราเจริญกรรมฐาน
มาถึงขั้นนี้แล้วเราคิดว่ายังงี้เราก็ไม่ตาย เราเป็นอมตะ เราไม่มีวันตาย ไม่มีเหตุการณ์แบบนี้เกิดขึ้น แม้กระทั่งเทพ
พรหมทั้งหลาย เทพพรหมทั้งหลายก็ยังมีเวลาตายของความเป็นเวทนา เวลาตายของพรหม นั่นก็คือการหมดบุญ
ดังนั้นทุกสรรพสิ่งทุกภพมันไม่มีความเที่ยง สัตว์ก็ตายคนก็ตาย เทวดาก็ตายก็หมดบุญ พรหมก็ตายก็หมดบุญ

ดังนั้นจุดเดียวที่เป็นอมตะจริงๆก็คือพระนิพพาน ไม่ต้องเกิด ไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏอีกต่อไป เรา
พิจารณาเพื่อตัดภพจบชาติ พิจารณาเพื่อหนีการเกิดการตาย หนีการเวียนว่ายตายเกิด หนีวัฏสงสาร **จุดเดียวที่จะพ้น
ภัยจากวัฏสงสารได้ก็คือพระนิพพาน**

น้อมใจว่าเราอยู่กับพระพุทธองค์ พระพุทธเจ้าทรงปรากฏและเสด็จดับขันธปรินิพพานเป็นจำนวนมากมายมากกว่าเม็ด
ทรายในท้องมหาสมุทร พระพุทธเจ้ามีมากกว่ายี่สิบแปดพระองค์ พระปัจเจกพุทธเจ้ามีมากมายมหาศาล พระอรหันต์ผล
นับตั้งแต่ยุคสมัยที่สมเด็จพระปฐมบรมไตรสรณและแสดงธรรมจนเกิดพระอรหันต์พระองค์แรก トラบจนเข้าสู่ภพกับในยุค
แห่งองค์พระสมณะโคตม มีพระอรหันต์สำเร็จมรรคผลเข้าถึงพระนิพพานแล้วมากมายมากกว่าดวงดาราในจักรวาล
ทั้งหลาย มากมายมากกว่าเม็ดทรายในท้องมหาสมุทรของทุกดวงดาวรวมกัน แต่ในขณะเดียวกันจำนวนของผู้ที่บรรลุ
ธรรมนั้นเมื่อเทียบกับปุถุชนคนธรรมดาและดวงจิตทั้งหลายที่ยังเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ ก็เป็นแค่หนึ่งในพันล้าน
หมื่นล้านแสนล้าน ยังมีจิตอีกมากมายมหาศาลที่ยังหลงเวียนว่ายอยู่ในวัฏฏะ ยังหลงเวียนว่ายอยู่ในอวิชชา คิดเอา
ง่ายๆพิจารณาเอาง่ายๆว่า เอาแค่ประเทศไทยอันเป็นเขตของพระพุทธศาสนา ประเทศไทยอันเป็นเขตที่เกิดปรากฏ
พระอริยเจ้าจำนวนมากมาย มากกว่าดินแดนอื่นในโลกปัจจุบันขณะนี้ คนไทยที่เป็นชาวพุทธที่เข้าถึงคุณธรรมความดีมี
จำนวนสักก็เปอร์เซ็นต์ ในประชากรเจ็ดสิบล้านคนคิดว่ามีคนปฏิบัติธรรมหรือมีคนที่ตั้งจิตเพื่อพระนิพพานสักก็คน ใน
ยุคสมัยปัจจุบันนี้ถือว่าเยอะแล้ว ปัจจุบันกันจะมีหลักแสนคนขึ้นไปทั้งในสายของหลวงพ่อดุสิตดำแล้วก็ในสาย
ปฏิบัติอื่น

ในปัจจุบันในเรื่องของการปฏิบัติเพื่อพระนิพพานนั้นเริ่มเป็นที่รู้จัก กำลังใจของผู้คนที่ปฏิบัติเพื่อพระนิพพานนั้น
เพิ่มพูนขึ้น มีความเข้าใจในการปฏิบัติมากขึ้น มีบารมีคือกำลังใจที่เชื่อมั่นว่าตัวเองสามารถปฏิบัติแล้วเข้าถึงพระ
นิพพานชาตินี้ได้มากขึ้น มากกว่าเมื่อยี่สิบปีก่อนเป็นจำนวนทวีคูณมากมาย แล้วก็ยิ่งมากกว่านี้ขึ้นไปอีกเมื่อเข้าสู่ยุค
ชาววิไล เมื่อเข้าสู่ยุคชาววิไลจะมีคนที่กลับจิตกลับใจจากมิจฉาเข้าสู่สัมมาทิฐิ มีคนที่รู้ตื่นขึ้นจากที่ลุ่มหลงอยู่ในโลก ลุ่ม
หลงอยู่ในความรัก ลุ่มหลงอยู่ในอวิชชา ลุ่มหลงอยู่ในอบาย หันกลับเข้ามาสนใจเห็นคุณค่าของพระพุทธศาสนา
ปฏิบัติเพิ่มขึ้น รวมกระทั่งถึงมีชาวต่างประเทศชาวต่างชาติมาสนใจมาศึกษาพระพุทธศาสนาเพิ่มขึ้น แล้วก็กลายเป็นว่า
พระพุทธศาสนากลายเป็นศาสนาเอกของโลกในยุคต่อไป

ดังนั้นการจะเข้าสู่ยุคชาววิไลจึงจำเป็นจะต้องเตรียมบุคลากรเตรียมคน เพื่อจะได้ช่วยจุดแสงเทียนแห่งกุศลความดี ช่วย
เผยแผ่พระพุทธศาสนา ช่วยเผยแผ่พระธรรมคำสอนของพระพุทธองค์ เป็นงานที่ทำเพื่อตอบแทนพระคุณพระพุทธ
พระธรรม พระอริยสงฆ์ ที่ส่งต่อธรรมะ ส่งต่อกุศลในการปฏิบัติเพื่อพระนิพพานจนมาถึงพวกเราในทุกวันนี้ เมื่อไหร่ที่
จำนวนผู้คนเข้าถึงธรรมเข้าถึงกุศลเข้าถึงความดีมากขึ้น โลกนี้ก็จะเข้าสู่ยุคแห่งความสงบ เมื่อไหร่คนลุ่มหลงในอวิชชา

มัวเมาอยู่กับเรื่องหลอกหลวงมาอย่างทั้งหลาย มัวเมาอยู่กับเหล่าสุรายาเสพติด มัวเมาเห็นผิดเป็นชอบ เห็นคนชั่วเป็นคนดี ต่ำว่าตาเห็นล้อเลียนผู้ที่ทำความดี ผู้ที่เสียสละต่อชาติต่อบ้านเมือง นั่นก็คือเป็นยุคที่คนเห็นงจักรเป็นดอกบัว เห็นชั่วเป็นดีเห็นดีเป็นชั่ว เป็นยุคแห่งอวิชาเมื่อนั้นก็เกิดความทุกข์ เกิดสงคราม เกิดโรคระบาด เกิดทุกข์ภัย เกิดกลียุค เกิดความสับสน เกิดความวุ่นวายขึ้นบนโลกมนุษย์

ธรรมะ ความดี ศีลธรรมจริยธรรม คุณธรรม เป็นเครื่องจรรโลงให้โลกนี้สุขสงบสันติร่มเย็น เมตตาจิตเป็นเครื่องยังให้เกิดความร่มเย็นช่วยเหลือเกื้อกูลสงเคราะห์ บรรเทาความทุกข์ที่เกิดขึ้นจากการมีขันธ์ห้าในร่างกาย เกื้อกูลสงเคราะห์ทั้งมนุษย์ทั้งสัตว์ เกื้อกูลทั้งโลกใบนี้ให้เกิดความสมบูรณ์ เกิดความร่มเย็น เกิดความสะอาดบริสุทธิ์ ให้น้ำนมจิตพิจารณาให้เห็นคุณแห่งพระธรรม เห็นคุณแห่งการมีคุณธรรมปรากฏขึ้นในจิต จนเราเป็นผู้ที่ไม่เพิกเฉยต่อการส่งต่อแสงเทียนแห่งความดี การจุดดวงประทีปบูชาพระพุทธองค์นั้นเป็นสิ่งที่ดี เป็นอามิสบูชา แต่นัยยะที่สำคัญที่สุดก็คือ การจุดดวงประทีปบูชาพระพุทธเจ้า แสงสว่างแสงเทียนดวงประทีปที่ดีที่สุดก็คือแสงเทียนแห่งธรรมที่ตื่นขึ้นสว่างขึ้นในจิตของสาธุชนคนดีที่หวนเข้าสู่ความเป็นสัมมาทิฐิ เข้าสู่ศุลปฏิบัติบูชา

ดังนั้นให้เราทุกคนน้อมจิตขออาราธนาบารมีพระพุทธองค์ยกจิตฟุ้งอาทิสมานกายขึ้นไปอยู่ปรากฏบนพระนิพพาน อยู่เบื้องหน้าพระพุทธเจ้าทุกพระองค์ พระปัจเจกพุทธเจ้าทุกพระองค์ พระอริยสงฆ์ พระอรหันต์ทุกๆพระองค์บนพระนิพพาน เรียกว่า มหาสมาคมบนพระนิพพานนั้น โดยมีสมเด็จพระปฐมทรงเป็นประธาน กายพระวิสุทธิเทพของเราปรากฏนี้กระยงพนมมือน้อมจิตกราบด้วยความนอบน้อมต่อทุกท่านทุกๆพระองค์

กำหนดน้อมจิตขอบารมีพระพุทธองค์ทรงสงเคราะห์ให้เราเล็งญาณเครื่องรู้ลงมาสู่โลกมนุษย์ ขอให้กำหนดรู้ขึ้นในจิตว่า เหตุใดจึงยังไม่เข้าสู่ยุคชาววิไลสักที กระแสความดี กระแสกุศล กับกระแสแห่งอกุศล กระแสแห่งอวิชา ให้เรากำหนดรู้ขึ้นมาในจิต

จากนั้นน้อมกระแสจากพระนิพพาน น้อมแผ่ลงมายังโลกมนุษย์ ขอกระแสบุญศักดิ์สิทธิ์จากพระนิพพาน กระแสมรรคผล กระแสของพระนิพพานนี้ส่องลงมาชำระล้างโลก ชำระล้างอวิชา ชำระล้างโทสะโมหะออกไปจากโลกใบนี้ ค่อยๆล้างออกไป กระแสของโลกของจงเป็นกระแสแห่งธรรม ขอกระแสโลกที่เต็มไปด้วยโมหะเต็มไปด้วยอวิชาจงบรรเทาเบาบาง ให้กระแสโลกนั้นถูกหล่อเลี้ยงด้วยกระแสแห่งธรรม คุณธรรมความดี

จากนั้นขอบารมีพระพุทธองค์ย้อนดู ในยุคที่โลกถูกหล่อเลี้ยงด้วยกระแสแห่งธรรม คนมีศีลคนมีธรรมคนมีเมตตาเป็นปกติของใจ ถึงเวลานั้นคนและสัตว์พูดจารู้ภาษากัน รู้เรื่องเพราะจิตของมนุษย์มีความบริสุทธิ์ พิษผลธัญญาหารมีความอุดมสมบูรณ์ น้ำมีความสะอาดรสหวานมีความบริสุทธิ์

มนุษย์และสัตว์มีอายุยืนยาว โลกที่เปี่ยมไปด้วยกระแสแห่งธรรมหล่อเลี้ยง เป็นโลกที่สะอาดบริสุทธิ์หมดจด กำหนดน้อมกำหนดรู้ รู้ตื่นขึ้น ขอบารมีพระพุทธองค์ทรงสงเคราะห์ ขอให้เรากำหนดรู้ขึ้นว่าเราเคยเกิดในยุคสมัยที่โลกยังดี โลกยังมีกระแสธรรมหล่อเลี้ยงอยู่ไหม ในยุคนั้นผู้คนหน้าตาผิวพรรณสะอาดบริสุทธิ์หมดจดสวยงามเพราะมีศีลห้า มีคุณธรรม มีเมตตา มีแต่รอยยิ้ม มีแต่การสงเคราะห์ โลกสงบสุขจากสงคราม จากการประหัตประหารจากการฆ่าฟันกัน

กำหนดน้อมพิจารณา กำหนดไปรู้ไปดูเป็นอดีตตั้งญาณย้อนอดีตชาติกลับไปดูเหตุการณ์ในยุคในวาระเช่นนั้น

จากนั้นน้อมกระแสจิตต่อไป ขออาราธนาบารมี ขออัญเชิญพระศรีอริยเมตไตรยเมตตาปรากฏที่บนพระนิพพานด้วยเทอญ

จากนั้นเราโน้มจิตกราบ กราบพระโพธิสัตว์ กราบพระศรีอริยเมตไตรย จากนั้นโน้มจิตกราบขอขมาพระพุทธรูปเจ้า
กราบขอขมาพระโพธิสัตว์พระศรีอริยเมตไตรย ขออนุญาตให้อาณาจักรตั้งสถูปไปดูภาพเหตุการณ์ในยามที่พระศรีอริย
เมตไตรยทรงมาตรัสเป็นพระพุทธรูปเจ้าในอนาคตกาล ผู้คนมีความเป็นอยู่อย่างไร มีอายุยืนยาวเช่นไร มีผิวพรรณหน้าตา
เป็นเช่นไร กำหนดน้อมให้เห็น ค่อยๆพิจารณาดู ทุกคนหน้าตาผ่องใสสวยงาม หน้าตาดีหมด กายสูงใหญ่กว่ามนุษย์ใน
ปัจจุบัน อายุขัยของมนุษย์ในยุคพระศรีอริยเมตไตรยนั้นมีอายุเป็นแสนปี เรียกว่าแทบจะอมตะ มีปัญญาความรู้ มี
คุณธรรม มีฌาน มีอภิญาสมาบัติ ในยุคสมัยของพระศรีอริยเมตไตรยนั้นจักรวาลเชื่อมโยงถึงกัน ดวงดาวต่างๆ
เชื่อมโยงถึงกัน ในยามที่พระศรีอริยเมตไตรยเสด็จมาตรัสนั้น หน้าที่สำคัญที่สุดของพระศรีอริยเมตไตรยท่านก็คือ ท่าน
เสด็จมาจุดเทียนองค์สุดท้ายเพื่อปิดภทก์ภทท์ คือการรื้อค้นครั้งยิ่งใหญ่ที่สุดของภทก์ภทท์

เก็บโกยดวงจิตทั้งหลายที่อยู่ในวิสัยที่สามารถบรรลุธรรมเข้าถึงพระนิพพาน

ดังนั้นทุกดวงดาวทั่วจักรวาล ดวงดาวใดที่อยู่ในวิสัยก็ล้วนแล้วแต่เดินทางเข้ามากราบ เข้ามาเรียน เข้ามาฟังธรรม เพื่อ
บรรลุธรรมเข้าถึงพระนิพพาน

ไม่เพียงแต่โลกมนุษย์เท่านั้นที่เข้าถึงพระนิพพาน ชาวดวงดาวอื่นมิติอื่นก็ล้วนแล้วแต่มาฟังธรรมจากพระศรี เป็นการ
เก็บโกยดวงจิตหรือแม้แต่ดวงจิตที่ตกค้างไม่ไปบรรลุธรรมในสมัยพระพุทธรูปเจ้าพระองค์ที่หนึ่ง พระองค์ที่สอง พระองค์ที่
สาม พระองค์ที่สี่ ที่ยังตกค้างอยู่ทั้งหมด ก็ล้วนแล้วแต่มาบรรลุในยุคพระศรีอริยเมตไตรยหรือแม้แต่บนสวรรค์บน
พรหมโลกในยามที่พระศรีอริยเมตไตรยเสด็จมาตรัส พระอินทร์ท่านก็จะเมตตาตาม ไม่ว่าจะบนสวรรค์ทั้งหกชั้น พรหม
ทั้งสี่ ก็ยอมจุติลงมาจากความเป็นเทวดาความเป็นพรหมและมาฟังธรรมมาจุดเทียนมนุษย์และฟังธรรมเพื่อบรรลุธรรมไป
ในยุคพระศรี ดังนั้นเมื่อปรากฏยุคนี้ขึ้น บนสวรรค์ก็ดี บนพรหมก็ดี แทบจะร้าง เรียกว่าโล่งไปเยอะทุกดวงจิตหรือแม้แต่
พระอินทร์ท่านทำหน้าที่จนจบ ตัวท่านก็เข้าพระนิพพานด้วยเช่นกัน เทวดาผู้ใหญ่ พรหมผู้ใหญ่ ท่านท้าวสหบดีพรหม
พระอินทร์ ท้าวมหาราชทั้งสี่ก็เข้าพระนิพพานทั้งหมด จนกระทั่งถึงเมื่อหมดยุคของพระศรีอริยเมตไตรย ดวงจิต
ทั้งหลายก็ค่อยๆไต่เต้าขึ้นมา ค่อยๆปรากฏสร้างบุญสร้างบารมีขึ้นมา ซึ่งใช้เวลาอีกมากมายมหาศาลมาเสริมมาเติม
สวรรค์ก็ค่อยๆมีดวงจิตเพิ่มขึ้นมา พรหมก็ค่อยๆปรากฏมีดวงจิตแห่งพรหมเพิ่มขึ้นมา พวกที่พ้นขึ้นมาจากรกก็ขึ้นมา
เป็นมนุษย์บ้างค่อยๆไต่ขึ้นมาเรื่อยๆจนค่อยๆปรับมาสู่ความสมดุลอีกครั้ง ดังนั้นในยุคของพระศรีอริยเมตไตรย ดวงจิต
มากมายมหาศาลมากที่สุดเข้าถึงซึ่งพระนิพพานแต่ในขณะเดียวกันเราก็อยาประมาณ

เพราะว่าจะถึงยุคของพระศรีอริยเมตไตรยนั้น ไม่ใช่แค่พันปี ไม่ใช่แค่หมื่นปี แต่ยาวนานนับจากสิ้นยุคของ
พระพุทธรูปเจ้าองค์พระสมณโคตมยาวนานอีกเป็นล้านปี เรียกว่าพระพุทธรูปเจ้าองค์ปัจจุบันมีอายุพระพุทธรูปศาสนาห้าพันปี
เวลานี้ผ่านไปสองพันห้าร้อยปีกว่า ยังมีเวลาอีกสองพันสี่ร้อยปีเศษ สิ้นสองพันสี่ร้อยปีเศษ หมดอายุพระพุทธรูปศาสนา
ปีติยุคขององค์พระสมณโคตม พระธาตุทั่วจักรวาลก็เสด็จมารวมกันเป็นองค์เปล่งฉัพพรรณรังสีปรากฏเปิดสามแดน
โลกธาตุ ปรากฏองค์พระพุทธรูปเจ้าให้เห็นเป็นกายอันเกิดขึ้นจากพุทธปาฏิหาริย์ที่พระบรมสารีริกธาตุเสด็จมาประชุม
รวมตัวเป็นองค์ท่าน จากนั้นก็เสด็จหายไป เป็นอันว่าปีติยุคขององค์พระสมณโคตม

แต่ระหว่างนี้ในช่วงกึ่งพุทธกาล มีเวลาที่จะเป็นยุคทองของพระพุทธศาสนาขององค์พระสมณโคตม เป็นยุคทองที่
เรียกว่ายุคชาวลีไล ยุคแห่งสัมมาทิฐิพันปี เป็นยุคที่เป็นช่วงสุดท้ายที่จะเก็บโกยดวงจิตเข้าสู่พระนิพพานเป็นจำนวน
มากที่สุดต่อคล้ายจากยุคที่เป็นยุคที่พระพุทธรูปเจ้าทรงปรากฏมีพระชนม์ชีพอยู่นั้น จึงมีคำทำนายคำบอกกล่าวหรือ
แม้แต่เรารู้สึกรู้ตื่นขึ้นในจิตของเราเอง รู้ได้ว่าในยุคแห่งชาวลีไลจะเป็นยุคที่มีความเจริญ เป็นยุคแห่งสัมมาทิฐิ เป็นยุคที่
ผู้คนเข้าถึงการปฏิบัติเพื่อพระนิพพาน มากด้วยอริยเจ้า มากด้วยพระสุปฏิปันโน มากด้วยพระโพธิสัตว์ เป็นจำนวน
มากมายคล้ายดังสมัยพุทธกาล จะมีช่วงเพียงพันปีของยุคชาวลีไลเท่านั้นหลังจากนั้นก็ค่อยๆเสื่อมไป ถดถอยไป
น้อยลงไปจนกระทั่งปลายสุดของยุคพระศาสนาขององค์พระสมณโคตม นักบวชชาวพุทธมีสัญลักษณ์เพียงแต่เอา

ผ้าเหลืองห้อยหูเท่านั้น คือจีวรก็ไม่มี การบวชเป็นพระสงฆ์ก็ไม่มี การบวชมีเพียงแค่เอาผ้าเหลืองห้อยหูไว้ คนเสื่อมในช่วงสุดท้ายความเสื่อมในศีลธรรมมีความเสื่อมเต็มที่

ดังนั้นเราทั้งหลายเกิดมาถึงยุคนี้ทำหน้าที่ช่วยกันส่งต่อส่งผ่านให้เข้าถึงยุคชาวยุโรป เขาถึงยุคชาวยุโรปมากเท่าไรมีดวงจิตที่เข้าถึงมรรคผลมากเท่านั้น จริงๆมันจำเป็นที่จะต้องเข้าถึงยุคชาวยุโรปมาแล้วแต่ก็ถูกมารมาขัดขวาง มารแปลว่าผู้ที่ขัดขวางความดี ขัดขวางไม่ให้เข้าเปิดเข้าสู่ยุคชาวยุโรปเพราะเดี๋ยวคนเข้าถึงมรรคผลพระนิพพานมาก

ดังนั้นถึงเวลาถึงวาระ ก็มีความจำเป็นที่จะต้องพึ่งพาอาราธนาบารมีองค์พระอุปคุตเถระเจ้าซึ่งท่านตั้งสัจอธิฐาน มาทำหน้าที่ในกิจการงานของพระพุทธศาสนาตราบนานแสนอายุพระพุทธศาสนาห้าพันปี ถึงวาระเราขอให้เห็นความสำคัญของยุคชาวยุโรป เป็นกิจเป็นหน้าที่ที่เราพึงกระทำ พึงบำเพ็ญช่วยกันจุดแสงเทียนแห่งความดีในจิตใจของผู้คน ส่งต่อส่งผ่านธรรมะ มีลูกหลานก็พยายามปลูกฝังคุณธรรมความดีพระพุทธศาสนาการเจริญพระกรรมฐานฝากไว้ในจิตใจของเด็กๆของลูกหลานของเราไว้

น้อมจิตน้อมใจพิจารณา เห็นภาพเห็นเหตุการณ์ เห็นความสำคัญ เกิดความเข้าใจว่าทำไมเราจึงจำเป็นต้องพากเพียร ต้องขยัน ต้องยังประโยชน์ ต้องสร้างประโยชน์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งคนที่ตั้งใจเป็นครูเมตตาสมาธิ ทำเพื่อคุณประโยชน์ของชาติศาสนา น้อมใจให้จิตของเรามีความตระหนักรู้ มีความกตัญญูต่อบุคคลที่เราเคารพบูชา ต่อพระพุทธองค์ รู้ว่าสิ่งที่เราทำเราทำทำไม เพื่ออะไร เกิดประโยชน์ เกิดมรรคเกิดผลอย่างไรบ้าง ให้ใจเรามีความเอิบอิ่ม มีกำลังใจที่จะทำสิ่งนี้ เข้าสู่ยุคชาวยุโรป มีเรื่องราวอีกมากมาย มีเรื่องราวมหัศจรรย์อัศจรรย์ยุคอภิญญาใหญ่ มีเรื่องราวแห่งยุคของความเจริญรุ่งเรืองทั้งทางโลกทางธรรมที่ปรากฏในยุคชาวยุโรปอีกมากมาย เราเป็นผู้ที่ถูกเลือกเข้ามาอยู่ในเหตุการณ์ เพราะเราหลายคนล้วนแต่เป็นผู้ที่ตั้งจิตอธิษฐานลงมาเกิดในยุคนี้ เราอยู่ข้างบนก่อนลงมาเกิดลงมาจุดเรารู้เหตุการณ์ล่วงหน้าด้วยความเป็นทิพย์ของความเป็นเทวดาบางความเป็นพรหมบ้าง ดังนั้นความรู้ที่ตนจงปรากฏมีขึ้นกับเราทุกคน จิตทุกดวง ความรู้ที่ตนความตระหนักรู้ถึงความสำคัญ

ไม่ใช่เพียงแค่ว่าเราเข้าถึงพระนิพพานได้มรรคได้ผล แต่แสงเทียนแห่งกุศลความดีของเราต้องส่งต่อจุดต่อส่งไปยังจิตทุกดวงเพื่อให้เข้าสู่ยุคชาวยุโรป ยังประโยชน์ให้เกิดขึ้น เมื่อจิตเราน้อมสำนึกอยู่ในหน้าที่ในความรู้อันสูงในจิตใจ เราก็มีน้อมอาราธนาบารมี น้อมกระแสนเมตตา น้อมกระแสพระนิพพานแผ่ลงมายังโลกมนุษย์ แผ่เมตตาลงมายังสามภพภูมิ แผ่กระแส น้อมกระแสเมตตา น้อมกระแสพระนิพพานมายังอรูปพรหมทั้งสี่ พรหมโลกทั้งสิบหกชั้น สวรรค์ทั้งหก รุกขเทวดา ภูมิเทวดาทั่วจักรวาล มนุษย์และสัตว์ที่มีขันธห้าทั่วอันตจักรวาล โอปปาทิกะสัมภเวสีในทุกภพทุกภูมิทุกมิติทั่วโลกทั่วอันตจักรวาล ดวงจิตดวงวิญญาณที่เป็นเปรตอสุรกายทั้งหลาย สัตว์นรกทุกขุม ดวงจิตทั้งหลายสามภพสามภูมิ ขอกระแสแห่งพระนิพพานจงส่งผ่านถึงทุกดวงจิตด้วยเถิด

กำหนดแผ่กระแส น้อมกระแสจากพระนิพพาน น้อมกระแสเมตตาจากกายพระวิสุทธิเทพเราที่เชื่อมโยงกับทุกท่านทุกๆ พระองค์บนพระนิพพานลงมา กระแสจากทุกพระองค์ยิ่งผ่านกายพระวิสุทธิเทพของเรา กายพระวิสุทธิเทพเรายังแผ่ส่องใส ยิ่งสว่าง กระแสธรรมจากทุกพระองค์ยิ่งผ่านชำระล้างกิเลสในใจเรา กระแสเมตตาเต็มเปี่ยม ความสว่างแผ่ส่องใสความเป็นทิพย์เต็มเปี่ยม ยิ่งให้ยิ่งได้ จิตเราสว่างแผ่ส่องใส

จากนั้นน้อมจิตกราบลาทุกท่านทุกพระองค์พระพุทธรูปเจ้าทุกพระองค์ พระปัจเจกพุทธเจ้าทุกพระองค์ พระธรรม พระอริยสงฆ์ พระโพธิสัตว์พระมหาโพธิสัตว์ เทพพรหมเทวาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ท่านผู้มีพระคุณ พ่อแม่ครูบาอาจารย์ สิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย น้อมกราบ ขอกระแสนแห่งความดีกุศลที่ข้าพเจ้าเจริญพระกรรมฐาน ญาณเครื่องรู้ ปัญญา จงปรากฏขึ้น กุศลจงถึงทุกรูปทุกนาม ท่านผู้มีพระคุณ เทพพรหมเทวาที่พิทักษ์รักษาดวงจิตดวงพระวิญญาณของบูรพพระมหากษัตริราชเจ้าพระสยามเทวาริราช เทวดาผู้พิทักษ์รักษาพระพุทธรูปศาสนา ท่านท้าวมหาราชทั้งสี่ พระอินทร์ ท่านท้าวสหัมบดีพรหม พญายมราช นายนิริยะบาลทุกคน พระเสื่อเมือง พระทรงเมือง พระหลักเมือง พระอินทร์ พระพรหม พระยม พระกาฬ สิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย พระภูมิเจ้าที่ เจ้าที่เจ้าทาง เทวดาผู้เสวยอายุ ขอกระแสนบุญกุศลจงถึงทุกท่านทุกรูปทุกนาม

จากนั้นเมื่อกราบลาทุกท่านทุกพระองค์แล้วฟุ้งอาทิสมาณกายกลับมายังกายเนอบนโลกมนุษย์พร้อมกับน้อมกระแสนพระนิพพานลงมาฟอกธาตุขันธ์ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง สว่างใสเป็นเพชรประกายพริ้ว กระแสนพระนิพพานฟอกกระดูกใสเป็นแก้วเป็นเพชร เส้นเอ็นเนื้ออาการสามสิบสองทุกส่วนในร่างกายใสสะอาดเป็นแก้วเป็นเพชรสว่าง

สายบุญสายทรัพย์สายสมบัติหลังไหลมากมายมหาศาลลงมาสู่เรา กายจิตสว่างผ่องใส ใจเอิบอím โมทนาสาธุกับครูเมตตาสมาธิที่ส่งต่อความดีบุญกุศลแสงเทียน โมทนาสาธุกับธรรมทานที่เราทุกคนแชร์ช่วยกันแชร์ส่งต่อความดีกุศลเป็นธรรมทานออกไป แผ่เมตตาความดีบุญกุศล โมทนาสาธุกับเพื่อนกัลยาณมิตรที่ฝึกที่ปฏิบัติเจริญพระกรรมฐานร่วมกัน เข้าถึงความผ่องใส เกิดปัญญาญาณ เกิดความดี เกิดความรู้ตื่นรู้แจ้ง โมทนาสาธุกับผู้มาฟังภายหลัง จิตเอิบอímสว่างผ่องใส

บุญส่งผลทันใจ บุญใหญ่ส่งผลก่อน มีความคล่องตัวทุกประการ รวยชาตินี้หนีพพานชาตินี้ตามพรที่หลวงพ่อบุญประสิทธิ์ประสาท

จากนั้นหายใจเข้าลึก ๆ ซ้ำ ๆ สามครั้ง พุทโธ ธัมโม สังโฆ

จิตตั้งมั่นว่าเรามีคุณพระพุทธรูปเจ้า พระธรรม พระอริยสงฆ์ ตั้งมั่นในจิตของเรา

จากนั้นลิ้มตาซ่า ๆ ขึ้นมาด้วยจิตอันแย้มยิ้มเอิบอímเป็นสุขเต็ม ใจเอิบอímผ่องใสอย่างยิ่ง

สำหรับวันนี้ก็ขอให้ทุกคนมีความสุขความเจริญ

สำหรับพรุ่งนี้อาจารย์มีคอร์สจำเป็นต้องสอนเลิกเย็นก็ขออนุญาตงดการสอนสำหรับวันพรุ่งนี้ในห้องเมตตาภิรมณ์เมตตาสมาธินะคะ

สำหรับวันนี้ก็ขอให้เราทุกคนตั้งใจทบทวนปฏิบัติ ตั้งใจทำให้ดีที่สุดกับทุกคน

พบกันใหม่สัปดาห์หน้าสำหรับวันนี้สวัสดิ์ครับ