

## เรื่อง กสิณธาตุทั้ง 4

โดย อาจารย์ คณานันท์ ทวีโภค

กำหนดสติในความรู้สึกตัวทั่วพร้อมทั่วร่างกาย กำหนดตั้งใจปลดปล่อย ปล่อยวางเรื่องราวในจิตใจ รวมทั้งผ่อนคลายกล้ามเนื้อทุกส่วนทั่วร่างกาย ผ่อนคลายปล่อยวางทั่วร่างกาย กำหนดรู้ว่าเป็นการตัดความห่วงใยสนใจ เป็นการตัดร่างกายชั้น 5 ผ่อนคลายปล่อยวาง จนเหลือแต่ลมหายใจที่ละเอียดเบา จดจ่อกำหนดรู้อยู่กับลมสบายใจสบาย เห็นลมหายใจของเรา รู้สึกถึงลมหายใจของเราที่ละเอียดเป็นเหมือนกับแพรไหมระยิบระยับละเอียดอ่อน ยิ่งลมหายใจละเอียดมากเท่าไร จิตเรายิ่งสงบระงับเข้าสู่ฌานสมาธิในระดับที่สูงขึ้น ลมหายใจหายับและละเอียดนั้น เป็นตัวชี้วัดบ่งบอกระดับของฌานสมาธิ กำหนดรู้ถึงความหายับ ความหนัก ความเบา ความละเอียดอ่อนของลมหายใจ พร้อมทั้งกำหนดรู้ในอารมณ์ใจของเรา กำหนดรู้อย่างชัดเจนชัดแจ้งว่าเมื่อลมหายใจของเรา เข้าถึงลมสบาย ลมหายใจที่ละเอียด อารมณ์ใจเราพลอยมีความสบาย มีความสงบตามไปด้วย อารมณ์ที่เราเสวยในขณะที่จิตเราเจริญสมาธิ เรียกว่าเวทนา เวทนานั้นอันที่จริงมีทั้งสุขเวทนาและทุกขเวทนา แต่คำว่าเวทนาในการปฏิบัติและภาษาคำอธิบายความเข้าใจส่วนใหญ่ของคนจะเข้าใจกันว่า พูดถึงเวทนาเราคิดถึงความรู้สึกที่มันเป็นทุกข์ แต่อันที่จริงเวทนานั้นก็มีสุขเวทนา ลมหายใจสบายมันก็มีมีความสุข ลมหายใจละเอียดมันก็มีมีความสุข เรากำหนดรู้ว่ามีเมื่อไหร่จิตเราสงบเข้าสู่สมาธิแล้วจิตเรามีความสุข มีความสบายจากความสงบ เมื่อชัดเจนตรงจุดนี้เมื่อไหร่ ใจก็จะเริ่มเกิดธรรมฉันทะ การทำสมาธิเป็นความสุข เป็นความสบายของจิต ใจเราก็รู้สึกที่เราอยากปฏิบัติ ถึงเวลาถ้าเข้าถึงสมาธิอย่างแท้จริง เวลาที่เราอยู่นิ่งๆ เช่นนั่งพัก นิ่งหรืออยู่ในสถานที่ที่มันมีความสบาย หรือแม้แต่จดจ่อเช่นเวลาที่เราขับรถ จิตจะรวมตัวเป็นสมาธิได้เองโดยอัตโนมัติ จิตจะเข้ามาของเราเองได้ เพียงแต่เรามีสติกำหนดรู้ทันว่าจิตเราสงบแล้ว เข้าสู่ลมสบายแล้ว เข้าสู่สภาวะที่จิตจดจ่อเป็นสมาธิแล้วหรือไม่เท่านั้น สำหรับบางคนที่มีประสพการณ์ตรงนี้ ก็จงกำหนดรู้ไว้ว่า นี่คือจุดที่เราสามารถทำสมาธิได้เสมอทุกที่ทุกครั้งที่ทุกเวลา ลืมตาหลับตาที่จริงก็ทำได้ทั้งหมด

ตอนนี้ให้เราจดจ่อต่อไป อยู่กับลมสบาย อารมณ์สบาย ใจที่สงบ จิตที่เป็นสุข ยิ่งลมมันละเอียดจนนิ่งสงบแทบจะหายหรือหยุดนิ่งไปเลยก็ยิ่งดี กำหนดรู้จิตเข้าถึงความสงบแห่งสมาธิ ใจเราช่างมีความสุขความสบาย จิตเราได้พักจากความวุ่นวาย ความฟุ้งปรุ่งแต่งไปในสิ่งต่างๆ เรื่องราวต่างๆบนโลก เรื่องราวต่างๆในบ้านเมือง เราพักจิตอยู่กับสมาธิความสงบ นิ่งสงบ ลมหายใจละเอียด เบาสบาย ไปจนกระทั่งถึงลมหายใจนิ่งหยุดสงบระงับ หยุดอยู่กับความสงบนิ่งนั้น สำหรับในวันนี้เราจะปฏิบัติ ในการปฏิบัติเพื่อปรับพื้นฐานของจิต ในส่วนของสมถกรรมฐาน วันนี้เราจะเรียนกันเรื่องกสิณ เราทำความเข้าใจว่าสมถะนั้นคือ การทำสมาธิมุ่งหมายให้จิตสงบ จนเกิดจิตตานุภาพ ความสงบที่เรียกว่าฌานเรียกว่าสมาบัติ วิธีการหลักๆของการฝึกสมถะนั้นประกอบไปด้วย อานาปานสติกรรมฐานคือการกำหนดรู้ลมหายใจ สติกำหนดในลมหายใจ จุดนี้เราก็ตีความสงบ เข้าถึงฌาน โดยใช้ความรู้สึกสติกำหนดอยู่กับลม คราวนี้สิ่งที่ต่อมาที่เป็นกรรมฐาน ที่เป็นบาทฐานทำให้เกิดสมาธิความสงบเช่นเดียวกัน แล้วก็ไปเป็นกรรมฐานสำคัญที่เป็นบาทฐานของการได้อภิญญาจิต รวมไปถึงอภิญญาใหญ่ คืออิทธิวิธีก็ดี อภิญญาต่างๆที่ปรากฏนั้น มีอาทิเช่นเจโตปริยญาณคำว่าอภิญญานี้ทำความเข้าใจก่อนว่า อภิญญานั้นแปลว่าความรู้อย่างยิ่ง ถ้าตามความหมายที่พระพุทธองค์ทรงตรัสอภิญญาที่เป็นความรู้อย่างยิ่ง มีนับเนื่องได้ตั้งแต่ความรู้ทางวิทยาศาสตร์ที่ทำให้เกิดความสามารถพิเศษต่างจากคนทั่วไปที่มีความรู้น้อยกว่า เช่นถ้าเราย้อนกลับไปในอดีตประมาณสัก 500 ปีหรือพันปีก่อน เรามีไฟแช็ค เราจุดไฟแช็คให้คนในยุคสมัยเมื่อพันปีก่อนดู คนเมื่อพันปีก่อนเขาก็มองว่าเรามีเครื่องมือพิเศษ ตรงนี้ก็ถือว่าเป็นอภิญญา ความรู้แม้แต่ความรู้

เช่นใช้ความรู้ทางวิศวกรรมทำเครื่องบินแล้วบินขึ้นไปบนอากาศได้ นี่ก็ถือว่าเป็นอภิญญา อันนี้คืออภิญญาที่เป็นวิทยาศาสตร์ เป็นเชิงวัตถุ แต่ความหมายส่วนใหญ่ที่คนอ้างอิงถึงในการปฏิบัติหรือผู้ปฏิบัติธรรม มักจะพูดถึงก็คืออภิญญาจิต คือสิ่งที่เป็นฤทธิ์ เป็นความสามารถ เป็นศักยภาพพิเศษ ที่เกิดขึ้นจากจิต จากการฝึกฝน จากสมาธิจิต เรียกว่าอภิญญา

ความสามารถพิเศษต่างๆของจิตที่เรียกว่าอภิญญาจิตนั้น มีนับเนื่องตั้งแต่ถ้าในเชิงที่เป็นโลกียอภิญญาก็มีตั้งแต่เจโตปริยญาณ เจโตปริยญาณก็คือการรู้วาระจิตของบุคคลอื่น อันที่จริงเจโตปริยญาณนี้จริงๆยังไม่ทันได้กสิณตั้งแต่จิตสงบ หยุดจิตได้ จิตนิ่งหยุด เกิดอุเบกขารมณ์ในอนานาปานสติกรรมฐาน คือผ่าน 4 ในอนานาปานสติ เจโตปริยญาณก็เกิดขึ้น อันนี้จากการปฏิบัติจริง อาจจะไม่ตรงตามตำรา เหตุผลที่เราสามารถทำความเข้าใจได้ว่า อุปมาเหมือนจิตของคนทั่วไป เป็นจิตที่เหมือนน้ำที่มีตะกอน ตะกอนยังลอยตัวอยู่ปะปนในน้ำ ทำให้น้ำขุ่น พอ น้ำขุ่น น้ำมันก็ไม่มี ความใส มองทะลุลงไปถึงก้นก็ไม่ได้ ถ้าเอาน้ำขุ่นมีตะกอนชั้นมากเท่าไร เอามาใส่แก้วใสๆ เราก็มองทะลุไปอีกด้านหนึ่ง ไม่ได้ฉันใด แต่เมื่อไหร่ก็ตาม จิตเราสงบลง ความขุ่นของตะกอนค่อยๆตกตะกอนนอนก้นลง จนน้ำค่อยๆใส หากเป็นโลกียอภิญญานั้นก็คือ ตะกอนนั้นหายไปหรือไม่ ยังไม่หาย เพียงแต่มันนอนก้นลง จากการที่เราสงบ คือไม่ไปกวนไม่ไปกวนน้ำ ไม่ไปแกว่งน้ำ ไม่ไปคนน้ำ ให้ตะกอนมันพุ่ง น้ำมันก็ค่อยๆใสลง ตะกอนนอนก้นอยู่ข้างล่าง แต่คนทั่วไปเขาคิดวุ่นวายสับสน คิดวนเวียน คิดวุ่นวาย คิดฟุ้งซ่านก็เหมือนกับเอาไม้ไปคนให้น้ำมันขุ่น พอไปกวนให้น้ำมันขุ่นปุ๊บ ใจมันก็มองไม่ใสไม่ทะลุ แต่เมื่อไหร่เราสงบจนจิตมันตกตะกอน ก็คือความวุ่นวายมันตกตะกอน มันก็ใสจนกระทั่งมองทะลุใจ รู้วาระจิตคนอื่นได้ฉันนั้น อันนี้ก็ทำความเข้าใจเพื่อให้ทราบเป็นวิทยาศาสตร์มันไม่ใช่เรื่องแปลกอะไร แต่คราวนี้สิ่งที่แตกต่างกันระหว่างโลกียอภิญญากับโลกุตระอภิญญาที่อธิบายเปรียบเทียบก็คือ โลกียะนั้นเราหยุดกวนน้ำ หยุดทำให้น้ำมันขุ่นตะกอนนอนก้นอยู่ข้างล่างไม่ได้หายไปไหน คือกิเลสไม่ได้ลดลง แต่สงบระงับ แต่เมื่อไหร่ที่เป็นโลกุตระอภิญญา ความเป็นพระอรหันต์ หรือปฏิบัติเพื่อความเป็นพระอรหันต์ เราค่อยๆบรรจงช้อนกรองเอาตะกอนนั้นออกด้วยวิปัสสนาญาณ คือถอดความวุ่นวาย ถอนความเกาะ ความสนใจในความวุ่นวายในความฟุ้งซ่าน ในความรัก โลภ โกรธ หลง ในความอาฆาตพยาบาท ค่อยๆช้อนออกไปจากน้ำ ตะกอนลดลงมากเท่าไร น้ำก็ยิ่งใสจนกระทั่งน้ำกลายเป็นน้ำกลั่นใสบริสุทธิ์ด้วยวิปัสสนาญาณ ตรงนี้เราก็จะเข้าใจมากขึ้น ผ่านไปจากเจโตปริยญาณคือการรู้วาระจิต

การรู้วาระจิตนี้มันจะเป็นลักษณะที่ผุดขึ้นมาในใจ รู้ว่าคนอื่นกำลังคิดอะไรอยู่ในใจ บางคนบอกว่าน่ากลัว อย่างอาจารย์นี่น่ากลัว ถ้ามาอยู่ใกล้ๆหรือมาเจอแล้วเดี๋ยวรู้หมดว่า เรากำลังคิดอะไรอยู่ อันนี้ก็เป็นเรื่องของคนส่วนใหญ่คิด แต่คนที่เขาได้เจโตปริยญาณจริงๆ เวลาที่เกิดขึ้นมันเกิดขึ้นเป็นธรรมชาติ เกิดขึ้นเองตามวาระ ตามเหตุตามปัจจัย อย่างมีครั้งล่าสุดที่ปรากฏขึ้นก็คือไปทานข้าวกับลูกศิษย์หลายคน คนที่นั่งข้างๆนั่งทานอาหาร ในขณะที่เดียวกันในจิตเขาก็คิด ว่าอาหารที่ทานในที่สุดมันก็กลายเป็นอุจจาระ ปัสสาวะ จริงๆมันก็เป็นความวุ่นวาย เป็นความเหน้อยยาก ที่ต้องหาอาหารมาดูแลชั้น 5 ร่างกายนี้ กระแสจิตที่เขาคิดพิจารณา บังเอิญเขาคิดตั้งไปหน่อย อาจารย์ก็หักไปว่า กำลังพิจารณาอยู่เช่นนี้ใช่ไหม เขาก็บอกว่าใช่ ยิ้มหน่อยๆเราก็บอกไปใช่ ตรงนี้ก็เป็นเรื่องที่ว่า บังเอิญกระแสความคิด เจโตปริยญาณมันปรากฏมาตรงคลื่นสัญญาณกัน จนกันตรง การที่เราบอกในสิ่งที่เขาพิจารณาในวิปัสสนาญาณ แล้วถูกต้องเราก็ก้าวไปมันก็เป็นกำลังใจในการปฏิบัติของเขา เพื่อให้เกิดความก้าวหน้า โดยเฉพาะอย่างยิ่งลูกศิษย์คนนี้ เขาตั้งใจที่จะยกกำลังใจเข้าสู่ความเป็นพระโสดาบัน ดังนั้นจริงๆแล้วเวลาที่เกิดเจโตปริยญาณ มันไม่ได้เกิดพร่าเพ้อหรือแบบที่รู้ไปหมดทุกอย่างตลอดเวลา มันมีเหตุมีปัจจัยที่จะเกิดขึ้น ดังนั้นเวลาเจออาจารย์ก็ไม่ต้องกลัว คิดในสิ่งที่ถูกสุขไว้ ถึงเวลาก็รู้เอง หรือแม้แต่วาระต่างๆเช่น เวลาที่เราโน้มจิตฟังธรรมะ อันนี้พูดบ่อยเจโตปริยญาณเกิดขึ้น ของลูกศิษย์ก็เกิดเจโตปริยญาณกับอาจารย์ อาจารย์นิ่งหยุด ในขณะที่นิ่งหยุดเพราะบางที่อาจารย์กำลังฟังธรรมจากพระท่านว่าจะให้สอนอะไรต่อ จะพูดคำใดต่อ จะอธิบายเรื่องใดต่อ หลายคนก็น้อมจิตตามอย่างแนบอย่างจดจ่อเป็นสมาธิ ก็จะพลอยรับ

คลื่น รู้ว่าคำต่อไปหรือสิ่งต่อไปหรือหัวข้อต่อไป เรื่องต่อไปที่อาจารย์จะพูดจะกล่าว อาจารย์กำลังจะพูดคำว่าอะไร ตรงนี้ก็ถือว่าเป็นเจโตปริยญาณและก็ถือว่าเป็นเครื่องหมาย เครื่องวัดว่าจิตเรานอบน้อม จิตเราแนบ จิตเราติดตาม ตามติด การพิจารณาธรรมได้ ไม่ขาดไม่ตกหล่น ตรงนี้ก็ถือว่าเป็นความดี เป็นความสามารถแล้วก็มาใช้ประโยชน์ในเรื่องของทางธรรม

ต่อมาในเรื่องของอภิญา ญาณต่างๆ ญาณทั้ง 8 อันนี้เป็นเรื่องของญาณ ญาณแปลว่าเครื่องรู้ เครื่องรู้ของจิต เครื่องรู้ของจิตที่ปรากฏขึ้นก็มีตั้งแต่ทิพยจักขุญาณ สามารถเห็นสภาวะของภพภูมิต่างๆ เช่นจิตวิญญาณ รุกขเทวดา ภูมิเทวดา อากาศเทวดา เห็นในจิต เห็นสัมผัสด้วยความรู้สึกของจิต ไม่ได้เห็นด้วยลูกตา จำไว้นะ ไม่ได้เห็นด้วยตาเนื้อ นอกจากบางคน บางเหตุการณ์ บางวาระ ถึงจะเห็นด้วยตาเนื้อ แต่โดยทั่วไปเป็นการสัมผัสด้วยจิต ด้วยความรู้สึก ตัวอย่างของการที่ได้ทิพยจักขุญาณ ก็เป็นกำลังของมโนมยิทธิ อย่างคนที่ได้มโนมยิทธิ ก็ถือว่าได้ทิพยจักขุญาณด้วย เห็นในภพภูมิต่างๆ เห็นสถานที่ที่ห่างไกลออกไป เห็นของที่ถูกปิดถูกบัง ญาณต่อๆมาก็มีอาทิเช่น **อดีตังสญาณ**ก็ถือไปเห็นในอดีต ไปเห็นในอดีตต่างๆ เหตุการณ์ที่ผ่านมาแล้วในอดีต จะร้อยปีพันปีหรือชาติอื่นชาติใด อนาคตังสญาณ **ปัจจุปัณห์สญาณ**คือเห็นในปัจจุบัน ในที่ปัจจุบัน ที่ที่ไกลออกไป **อนาคตังสญาณ**ก็ถือไปในอนาคต จิตรู้เห็นเหตุการณ์ล่วงหน้าไปในอนาคต แต่เหตุการณ์ล่วงหน้าไปในอนาคตนี้บอกกันตามตรงว่า ทุกเหตุการณ์มันสามารถเปลี่ยนแปลงได้ คือณเวลานั้นเราเห็นอนาคตมันเป็นไปตามนั้น เรื่องนี้ยกตัวอย่างเช่นเรื่องภัยพิบัติต่างๆ ที่คนมีความสนใจกันเมื่อประมาณสัก 20 ปีก่อนว่าจะเกิดภัยพิบัติ ครูบาอาจารย์หลายท่านหลายรูปก็บอกว่าเกิดภัยพิบัติแน่นอน แต่แล้วเหตุการณ์มันเปลี่ยนได้อนาคต ด้วยเหตุที่ทุกคนร่วมใจกันทำบุญมากขึ้น ถวายสังฆทานมากขึ้น สร้างพระพุทธรูปมากขึ้น ตอนนั้นก็ไปวางเหรียญทำน้มนัดตามที่ต่างๆ วางลูกแก้วจักรพรรดิ ปรับภพภูมิตามที่ต่างๆ ช่วยกัน ช่วยกันทุกสายบุญ พอบุญมาเสริมก็กลายเป็นว่าเหตุการณ์มันไม่เกิด คลาดเคลื่อนไป บรรเทาไป ดังนั้นอนาคตอันที่จริงแล้วมันเปลี่ยนแปลงได้เสมอ ดังนั้นที่จริงแล้วเราก็อย่าไปยึดมั่นถือมั่นกับญาณต่างๆมากจนเกินไป สิ่งต่อๆมาที่เรียกว่าเป็นญาณ ก็คือ**ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ** ญาณที่ทำให้ยังรู้ว่า สรรพสัตว์ทั้งหลายจะไปเกิดยังภพใด ภูมิใด และญาณต่อมาก็คือญาณที่ยังรู้ว่าบุคคลนี้มาจากภพใดภูมิใดขึ้นมาเกิด ญาณทั้งหลายเป็นญาณที่ประกอบเพื่อให้จิตเรามีความเข้าใจในเรื่องของกฎของกรรม เห็นโทษของบาปบุญคุณโทษ ก่อให้เกิดหิริโอตตัปปะ ก่อให้เกิดความเบื่อหน่ายในสังสารวัฏ เราพิจารณาเพื่อใช้ ส่วนญาณที่สำคัญที่สุดก็คือญาณเครื่องรู้ว่ากิเลสทั้งหลายถอดถอนออกไปจากใจของเราแล้ว อันนี้ถือว่าเป็นญาณที่สำคัญที่สุด รู้ว่าจิตของเรามันสะอาดขึ้นมาใหม่ กิเลสเบาบางลงใหม่ ความพยายามมันบางจนหมดไปจากใจเราใหม่ ความอาฆาตแค้นมันเบาบางหมดไปจากใจใหม่ ตรงนี้สำคัญกว่า ญาณทั้ง 8 จบไป เรื่องของอภิญาต่อมาก็คือเรื่องของอิทธิวิธี

อิทธิวิธีนั้นคือการที่อิริชฐานจิต อันนี้จะเริ่มเป็นเรื่องของอภิญาใหญ่ อภิญาใหญ่ก็คืออภิญา 6 หรืออภิญา ๗ การแสดงอิทธิวิธีก็คือต้นตอหรือเหตุที่ทำให้ได้อิทธิวิธี อภิญาใหญ่แสดงฤทธิ์ได้นั้นก็คือ ต้องสำเร็จธาตุกสิณ ธาตุ กสิณธาตุก็คือกสิณธาตุ ดิน น้ำ ลม ไฟ เรียกว่ากสิณธาตุทั้ง 4 เมื่อจิตตานุภาพเรามีกำลังอยู่เหนือธาตุทั้ง 4 สามารถบังคับควบคุมธาตุ คือดิน น้ำ ลม ไฟ ได้ เราก็สามารถตั้งธาตุ แปลงธาตุ เปลี่ยนธาตุ เดินธาตุ ให้ธาตุ ดิน น้ำ ลม ไฟนั้น มันเปลี่ยนสภาวะไปตามใจนึกของเราเช่น เปลี่ยนอากาศให้เป็นของแข็งเหมือนมีดินลอยอยู่ ให้เราก้าวเหยียบ ถ้าเราก้าวเหยียบบนดินที่เราเห็นในจิต ดินที่ลอยอยู่ในอากาศ เราเหยียบแล้วยืนขึ้นไปมันก็กลายเป็นว่าเรายืนยืนอยู่บนอากาศได้ อันนี้คือตามนัยยะที่หนังสือทิพยอำนาจ ท่านเขียนท่านอธิบายท่านสอนไว้ว่า เวลาใช้อภิญานั้นใช้ยังไง หรือเดินน้ำ ก็คือเห็น กำหนดว่าน้ำนั้นกลายเป็นของแข็ง เหยียบน้ำ ถ้าในเรื่องเล่าที่หลวงพ่อดำท่านเล่า เวลาท่านตอนแรกอิริชฐานก็อิริชฐานขอให้น้ำ ทั้งแม่น้ำหรือคลองกลายเป็นของแข็งทั้งหมด แต่หลวงปู่ปานท่านก็ทักบอกว่า

ไม่ได้ ชาวบ้านเขาจะเดือดร้อน ไม่สามารถสัญจรไปได้ เวลาอธิษฐานก็เฉพาะทำที่ตะเหยียบไปบนน้ำนั้นกลายเป็นของแข็งให้เราเหยียบแล้วเดินบนน้ำได้ ท่านก็ให้กำหนดแบบนั้น นี่คือตัวอย่าง หรือบางครั้งเวลาที่เรารู้สึกอึดอัด มันมีกำแพงที่บออยู่ เรากำหนดเป็นความว่าง เห็นสิ่งที่ทับตันกลายเป็นความว่าง ที่ว่างแล้วก็เดินทะลุไปได้ ตรงนี้ก็เป็นอิทธิวิธี ส่วนโดยทั่วไปที่ฝึกย่อย

ส่วนใหญ่อกุญญาที่มันผิดมนุษย์มาคือเดินน้ำ เห็นเดินอากาศ อะไรสิ่งต่างๆเหล่านี้ ส่วนใหญ่เวลานี้พระท่านก็ยังไม่อนุญาตให้ใช้เป็นอกุญญาสาธารณะเต็มที่ เหตุผลเพราะว่าหากได้กัน ฝึกกันได้กัน มานะทิฐิกำเร็บ ความบ้าฤทธิ์ บ้าเดช มันจะเกิดขึ้น พอทำได้แล้ว ความเก่งความถือดีแข่งดีมันจะเกิดขึ้น มันจะกลายเป็นโทษกับคนที่ได้ชะมากกว่า สุดท้ายก็เป็นการลองฤทธิ์ เล่นฤทธิ์ประลองฤทธิ์กัน กลายเป็นสงครามพลังจิต เกิดโทษ ดังนั้นกว่าจะเข้าสู่ยุคอกุญญาใหญ่ได้ พระท่านสั่งว่าอย่างน้อยต้องปลูกจิตให้ได้เมตตาตามาน จิตมีเมตตาเป็นพื้น ไซ้ก็ใช้เพื่อเกื้อกูล เพื่อสงเคราะห์ รวมไปถึง การจะได้ก็คือต้องได้ความเข้าถึงในความเป็นพระอริยเจ้าคือความเป็นพระโสดาบันเป็นต้นไปก่อน เพื่อที่ว่าสติ ความยับยั้งและความเป็นพระอริยเจ้านั้น จะมีความปราณีต่อละเอียดยของจิต ระมัดระวังในการฝึก ในการใช้ออกุญญา จะใช้ก็ต้องถามพระท่านก่อนเสมอ อันนี้ก็เล่าอธิบายให้ฟัง ว่ากว่ายุคอกุญญาใหญ่จะเกิดขึ้น เมตตายังไม่ปรากฏ จนกระทั่งเป็นพื้นจิตของคนส่วนใหญ่ ยังทำงานไม่บรรลุเป้าประสงค์ หรือแม้แต่ความเข้าถึงความเป็นพระอริยเจ้า ก็ยังไม่เข้าบรรลุเป้าประสงค์คือจำนวนก็ยังถือว่ามันน้อยกว่าที่ควรจะเป็นตามเป้าหมายที่พระท่านสั่งมา อันนี้ก็เป็นเรื่องที่อาจารย์พยายามจะขยายทำให้เราได้ ทำให้เราถึง การที่ฝึกสมณะ ทำสมณะที่สอนให้ง่ายตาย เหลือเพียงแค่เราขยันในการปฏิบัติในการเจริญวิปัสสนาและมีความตั้งมั่นว่าจะเข้าถึงความเป็นพระโสดาบัน ความเป็นพระอริยเจ้ากันให้ได้ เมื่อไหร่ที่มนุษย์จำนวนหนึ่งบนโลกมนุษย์ เข้าถึงความ เป็นพระอริยเจ้าเพิ่มจำนวนขึ้น กระแสนิยมหาศาลปรากฏขึ้น โลกก็จะค่อยๆดีขึ้น

คราวนี้เราฝึกกันต่อไป เข้าสู่เรื่องเนื้อหาที่เราจะฝึกกลืน คือการทำสมาธิโดยการกำหนดภาพ การกำหนดภาพก็คือการนึกภาพขึ้นในจิต ภาพคือสิ่งที่เรานึกเห็นในจิต ภาพที่เกิดขึ้นนั้น มันมีผล ภาพใหม่ในความคิด ก่อให้เกิดผลในมิติของโลกแห่งความจริง คือโลกทางวัตถุได้ แต่การที่จะเกิดผลตรงนี้ได้ ขึ้นอยู่กับจิต พลังงานของจิตของคุณคนนั้นๆ นึกภาพบอกว่าเรานึกภาพลูกแก้วเหมือนกัน แต่พลังของการนึกของแต่ละคนแตกต่างกัน ถ้าเราเข้าใจแก่นหัวใจของการฝึกกลืนและสมาธิจิต เราจะเข้าใจได้ว่า กำลังที่มันเพิ่มขึ้นต่างกันจะต้องทำอย่างไรบ้าง

1. จิตเรามีความตั้งมั่นสักเพียงใด

2. ภาพที่ปรากฏขึ้นในความคิดของจิตมันมีความชัดเจนเพียงใด

3. อารมณ์ความรู้สึกคืออารมณ์จิต มันมีกำลังเท่ากันไหม ขึ้นนึกภาพหนึ่งๆแห่งๆเฉยๆหรือนึกภาพแล้ว จิตเรารู้สึกเปี่ยมพลัง เือบอ้มเป็นสุขสว่างผ่องใส รู้สึกถึงรัศมี รู้สึกถึงกำลังแห่งธาตุนั้นปรากฏ รู้สึกถึงกำลังแห่งความประภัสสรปรากฏ รู้สึกถึงความสุข คือความเป็นทิพย์ของจิตปรากฏ

ถ้าเราจับประเด็นทั้ง 3 อย่างได้ ทำเต็มกำลัง จิตตามภาพแห่งกลืนก็ปรากฏขึ้น คราวนี้เราเริ่มต้นก่อน เอาง่ายที่สุด ปกติธรรมดาเวลานึกที่ฝึกกลืนแต่ตั้งเดิมเขาจะเห็นภาพเป็น 2 มิติ 2 มิติคือกำหนดโดยใช้ผ้าสะดึงซึ่งเป็นวงกลม ผ้าสะดึงก็เป็นกรอบไม้ไผ่ แล้วก็นำมาไว้ตรงกลาง สะดิงที่เอาไว้ปัก ไว้ปักปักกลางต่างๆก็ใช้สะดึงซึ่งกับผ้าสะดึงที่เป็นทรงกลมนั้นก็เหมือนดวงกลืน

เวลาฝึกกลืนดิน ท่านก็เอาดินสีอรุณก็คือดินสีลูกรัง ดินสีลูกรังมาฉาบบนผิวสะดึง พอฉาบบนผิวสะดึงก็เห็นเป็นสีดินเป็นวงกลมสีดิน นึกภาพวงกลมสีดินนั้น แล้วก็นั่งสบายๆ จำไว้ในจิต ลืมตาเห็นหลับตา เวลาที่อธิบายแล้วก็

ฝึกกันไปเลย แต่เดิมก็ฝึกกันแบบนี้ แต่คราวนี้ส่วนใหญ่จริงๆ สติณเวลาที่เขาฝึกก็จะมีกำหนดเวลา การกำหนดเวลา ก็ใช้ลูกสะกดก็คือลูกตะกั่วที่ปลูกเสกอธิษฐานจากครูบาอาจารย์ ดิตบนเทียนสีผึ้งเป็นระยะๆ จริงๆ ถ้าพูดง่าย ๆ ก็คือ นาฬิกาจับเวลา แต่สมัยโบราณเขาต้องใส่เทียนด้วย แล้วก็เทียนเกาะบนขันน้ำมันต์ ลูกสะกดเกาะติดอยู่กับเทียน พอเทียนจุด จุดอธิษฐานเสกน้ำมันต์ เสกลูกสะกด ประสิทธิ์ประสาทวิชา พอเทียนมันไหม้ลงไปเรื่อยๆ ละลายถึงขั้นที่อยู่ในระดับของลูกสะกดลูกที่ 1 ติดไว้ ลูกสะกดเขาก็ตกลงไปในบาตรน้ำมันต์ตั้งเบ็ง ก็ย้ายกองเช่นเปลี่ยนจากภาพนิมิตปกติ กลายเป็นอุคคหนิมิต เปลี่ยนจากภาพปกติเป็น ปฏิภาคนิมิต ว่าไปตามลำดับ ตามลำดับขั้นของการฝึกหรือการฝึกได้ อันนี้คือวิธีการฝึกแบบโบราณการของการฝึกกสิณ

คราวนี้สำหรับเราฝึก ปัจจุบันพระท่านให้สอน ในขั้นที่ก้าวหน้าขึ้นไปก็คือ เวลาที่นึกภาพกสิณ 2 มิติถือว่าง่ายไป ท่านให้นักภาพเป็น 3 มิติ คือแทนที่เห็นเป็นแบนๆ ภาพวงกลม ท่านให้เห็นเป็นภาพดวงแก้ว เป็นภาพลูกบอล ก็คือ ลูกกลมๆ นี้แหละ เป็นทรงกลมก็คือกลายเป็น 3 มิติ เช่นเวลาฝึกกสิณดิน ก็ให้นักภาพก่อนดินกลม มันอาจจะมีความ ขรุขระก็ปล่อยให้ไปตามธรรมชาติของก้อนดินที่ปั้นกลม คราวนี้เราเริ่มฝึกกันเลย

ตั้งจิตอธิษฐานเริ่มฝึก รำลึกถึงคุณพระรัตนตรัย ครูบาอาจารย์ทั้งหลาย เทพพรหมเทวา ตลอดรวม จนถึงพ่อธาตุ แม่ธาตุทั้ง 4 คือแม่พระธรณี แม่พระคงคา พ่อพระเพลิง พ่อพระพาย ดิน น้ำ ลม ไฟ ทั้งหลายมา ประสิทธิ์ประสาท กสิณธาตุทั้ง 4 ในกายทวาร วจิวาร มโนทวารของข้าพเจ้าทั้งหลาย นับตั้งแต่นี้ ของสามารถเกิดอภิญญาจิต มีอิทธิฤทธิ์เหนือธาตุทั้ง 4 ครูบาอาจารย์เมตตาตามประสิทธิ์ประสาท นับตั้งแต่นี้ เป็นต้นไปด้วยเถิด คราวนี้เริ่มต้นให้เราเริ่มต้น กำหนดภาวนา ปฐวี กสิณัง ธาตุดินของข้าพเจ้ามีกำลัง มีเดช มีฤทธิ์ คาถานี้เป็นคาถาของครูบาอาจารย์ที่ท่านถ่ายทอดประสิทธิ์ประสาทมาคือ หลวงพ่อจำเนียร วัดถ้ำเสือ จังหวัด กระบี่ พอภาวนาเสร็จ กำหนดจิตนึกภาพก่อนดินทรงกลมขนาดเท่าผลส้มโอ ลอยอยู่เบื้องหน้า เห็นเป็นรูปทรงกลม กำหนดจิต รู้สึกสัมผัสจดจ่ออยู่กับภาพก่อนดินก่อนนั้น ก่อนดินเป็นสีดิน มีความหนัก มีความทึบของความเป็นธาตุดิน ภาวนาไป ปฐวีกสิณัง ปฐวีกสิณัง รู้สึกสัมผัสได้ว่าก่อนดินที่ลอยอยู่ เราจับจับ สัมผัส สัมผัส สัมผัสได้ถึงความกลม ความหนัก อากาศที่สามารถเบือนมือได้ของดิน ก่อนดิน เราสามารถเห็นภาพ กำหนดเพ่งจดจ่อ เวลาที่กำหนดในกสิณ นั้น ท่านให้เล่นกสิณ เล่นก็คือ จับเล่น จับหมุน จับยกขึ้น ย่อเล็ก ขยายใหญ่ เลื่อนขวา เลื่อนซ้าย เลื่อนขึ้นบน ลงล่าง คือสามารถบังคับควบคุมภาพนิมิตแห่งกสิณได้ตั้งใจนึก เข้าถึงคุณสมบัติแห่งกสิณธาตุนั้นอย่างชัดเจน รู้สึกถึงความหนัก รู้สึกถึงความทึบ หากเราเอามือกำหนดความรู้สึกเหมือนเราเอามือเข้าไปชกก่อนดิน ก่อนดวงกสิณที่เป็นดินนั้น ก็ รู้สึกว่ามันๆ ทึบๆ หนักๆ เหมือนกับชกก่อนดิน กำหนดจิตเล่นอยู่กับก่อนดิน ปฐวีกสิณัง จนสนิทสนม จนรู้สึกคุ้นเคย จน สัมผัสได้ถึงคุณสมบัติแห่งความเป็นดินได้อย่างชัดเจน ย่อเล็ก ขยายใหญ่เท่าภูเขา เวลาใหญ่เท่าภูเขา ทั้งลงมาบนพื้น มันรู้สึกถึงความสะเทือนเลื่อนลั่นจนเกิดแผ่นดินไหวได้ สะท้านสะเทือนได้ กำหนดจดจ่ออยู่กับกสิณต้น คือภาพกสิณดิน นั้น มีความเพลิน มีความคุ้นเคย บังคับควบคุม เลื่อนเล็ก ย่อเล็กขยายใหญ่ได้ตั้งใจทุกอย่าง คราวนี้ต่อมากำหนดให้ ภาพกสิณดินนั้นหยุดนิ่งอยู่ จากก่อนดินนั้นให้ค่อยๆ ใสขึ้น ขาวขึ้น ใสขึ้น ตอนแรกเราเปลี่ยนภาพซ้ำๆ จากดินดำๆ ค่อยๆ กลายเป็นขาวขุ่น ขุ่นเป็นใสจนกลายเป็นลูกแก้วใส แต่มีความหนัก มีคุณสมบัติแห่งดิน คือความทึบตัน มีความหนัก แต่มันมีความใส ใสเป็นแก้วเฉยๆ มีแสงสว่าง เมื่อลูกแก้วกสิณดินของเรามีแสงสว่าง ใจเราเป็นสุข ยินดีกับแสง สว่างนั้น เห็นภาพกสิณดินเป็นแสงสว่างแก้วใสสว่าง ใจเรายิ่งเป็นสุข อารมณ์ใจที่เราทรงอารมณ์เห็นลูกแก้วแห่งกสิณ ดิน เป็นแสงสว่าง จิตเราเข้าถึงกสิณดินในอุคคหนิมิต เติมนิจต่อไปจากแก้วใสที่มีแสงสว่างของกสิณดิน กลายเป็นเพชร คือจากแก้วเรียบๆ กลายเป็นเพชรเจียรระโนละเอียดยิ่ง เหลี่ยมระยิบระยับ มีแสงรัศมีเป็นเส้นแสงออกมา มีโอละองหมอก แห่งความเป็นทิพย์พร่างพรายรายรอบสว่าง ใจเรายิ่งยินดีว่ากสิณดิน กสิณดินนี้จริงๆ ให้ทำเหมือนกับเขาเป็นเพื่อนรัก

ของเรา กสิณดินสุดที่รักของฉันทน์ ตอนนี้เค้าเป็นเพชรระยิบระยับ รู้สึกถึงความเป็นเจ้าของ ความเป็นทิพย์ของกสิณดินนั้น ยินดีที่กสิณนั้น มันมีพลัง มีความระยิบระยับกลายเป็นเพชร อย่างลึกลับว่าสมบัติแปลว่า สมบัติของจิต กสิณดินของฉันทน์เป็นเพชรสวยแพรวพราว ใจฉันทน์เป็นสุข ใจฉันทน์ยินดี ความเป็นเพชรแห่งกสิณดินเกิดขึ้นสว่าง ใจเป็นสุข ความเป็นทิพย์ของจิตเกิดขึ้นเต็มกำลัง ใจยิ้มเอิบอ้อมเต็มที ภาวนาปักจิตลงไป กำหนดจิตลงไปในกสิณดิน ภาพกสิณดินกลายเป็นปฏิภาณนิมิตคือเต็มกำลังแห่งกสิณดิน ภาวนาลงไป ในขณะที่เป็นเพชรประกายพริ้ว **ปฐวี กสิณัง ธาตุดินของข้าพเจ้า มีกำลัง มีเดช มีฤทธิ์** จากนั้นกำหนดจิต เห็นดวงกสิณที่เป็นเพชรประกายพริ้วค่อยๆ ลอยเข้าไปทางจุมุกของเรา ลอยเข้าไปขึ้นไปถึงกลางกระหม่อม จากกลางกระหม่อม ค่อยๆ เคลื่อนลงมาอยู่ใจกลางภายในสมอตรงพอดีกับตาที่สาม เคลื่อนตัวต่อมาผ่านบริเวณคอคอยของเรากำหนดอยู่ เคลื่อนต่อมาผ่านอก บริเวณหัวใจ เคลื่อนตรงลงมาต่อไปลงบริเวณใต้สะดือ 2 นิ้ว ศูนย์กลางกาย เคลื่อนต่ำลงไปถึงก้นกบของเรา จากนั้นเคลื่อนกลับขึ้นมาบริเวณศูนย์กลางกายฐานที่ ๓ ของจิต กำหนดจิตอธิษฐาน เห็นกสิณดินเป็นเพชรประกายพริ้วสว่าง ตั้งจิตว่าเราตั้งธาตุกสิณดินในร่างของเรา รวมทั้งปลุกธาตุดินในกายของเราทั้งหมด อากา 32 ที่เป็นธาตุดินทั้งหมดในร่างกายของเราถูกปลุก ปลุกธาตุดินขึ้น ปลุกธาตุ ตั้งธาตุ **ปฐวี กสิณัง ธาตุดินของข้าพเจ้า มีกำลัง มีเดช มีฤทธิ์**

**ปฐวี กสิณัง ธาตุดินของข้าพเจ้า มีกำลัง มีเดช มีฤทธิ์**

**ปฐวี กสิณัง ธาตุดินของข้าพเจ้า มีกำลัง มีเดช มีฤทธิ์**

เห็นธาตุดินที่เป็นเพชรประกายพริ้วเป็นปฏิภาณนิมิต สว่างทะลุร่างกาย เซลล์ทุกเซลล์ในร่างกาย ธาตุดินทั้งหลาย กระดู กเนื้อ เส้นเอ็น มันสมอง อากา 32 ดับ ไต ไล่ฟุ้งทั้งหลาย ที่เป็นธาตุดินกลายเป็นเพชรประกายพริ้ว กายหยาบขันธ์ 5 กลายเป็นเพชรประกายพริ้ว สว่าง ธาตุดินถูกปลุกขึ้น จิตตานุภาพของข้าพเจ้า กายของข้าพเจ้า ธาตุดินเป็นปฏิภาณนิมิตเป็นเพชรประกายพริ้ว กำหนดว่าธาตุดินเรา ตั้งฐาน ตั้งธาตุ อยู่ที่ศูนย์กลางกายที่ฐานที่ ๓ ของจิต บริเวณภายในท้องน้อย หรือต้นเอียน จุดเดียวกันทั้งหมดนะ จากนั้นปล่อยเขาไว้

มากำหนดจิตต่อไป นึกภาพก้อนน้ำ มวลน้ำที่ลอยเป็นทรงกลม น้ำมีอาการกระเพื่อมตามลักษณะของธาตุน้ำ มีความเปียก มีความเวื่อมแบบน้ำ มีความชุ่มฉ่ำมีไอเย็นแบบน้ำ มวลน้ำลอยอยู่ ทำความรู้สึกว่าเหมือนกับเราเอามือประคองน้ำ จับน้ำขยายให้มวลน้ำก้อนน้ำที่เป็นทรงกลมนั้นใหญ่ขึ้นมากเท่าไรก็ได้ ย่อเล็กเหลือเพียงแคหยดเดียวก็ได้ ขยายเป็นมวลน้ำขนาดใหญ่ เท่ากับโลกเรานี้ทั้งหมดก็ได้ กำหนดด้วยความเพิลิตเพิลินด้วยความสุข สามารถบังคับควบคุมกสิณของน้ำ มวลน้ำก้อนน้ำได้ตั้งใจ ใจมีความสุข ใจมีความสุข ใจรู้สึกว่ามีความเป็นเจ้าของธาตุน้ำ จิตตานุภาพเราผูกพันเชื่อมโยงกับมวลน้ำ พลังแห่งธาตุน้ำนี้ กำหนดจิตต่อไปหม่นมวลน้ำ เห็นมวลน้ำนั้นหม่นบั้น เห็นมวลน้ำนั้นกลายเป็นน้ำแข็ง มีไอเย็นออกมา จากน้ำแข็งกำหนดจิตเห็นมวลน้ำนั้นกลับมาเป็นน้ำอุณหภูมิปกติ จากนั้นกำหนดว่าเห็นก้อนมวลน้ำนั้น กลายเป็นน้ำเดือด มีไอระเหยออกมาโดยรอบของมวลน้ำจากทุกทิศทาง มีไออุ่นออกมาจากทุกทิศทางแต่มวลน้ำยังคงตัวเป็นทรงกลมอยู่ ย่อเล็กได้ ขยายใหญ่ได้ตั้งใจ และบังคับกลับมาเป็นมวลน้ำดังเดิม

จากนั้นกำหนดจิตต่อไป เปลี่ยนมวลน้ำให้เป็นอุคคหนิมิตกลายเป็นดวงแก้วใส แต่ในดวงแก้วใสมันก็มีความเปียกของน้ำ มีความเย็นของน้ำ มีการเปลี่ยนรูปทรงไปตามภาชนะต่างๆของน้ำได้ ดวงแก้วใสสว่างขึ้นเป็นอุคคหนิมิตของกสิณน้ำ กำหนดจิตเห็นกสิณน้ำเปลี่ยนจากอุคคหนิมิตกลายเป็นเพชรประกายพริ้ว เพชรประกายพริ้วมีแสงสว่างเป็นรุ้งรัศมี มีประกายพร่างพรายพันจากเส้นขอบเส้นรัศมี เป็นประกายระยิบระยับเป็นความเป็นทิพย์ เห็นกสิณน้ำกลายเป็นเพชรสว่างแพรวพราว ใจเรายังมีความสุข ยิ่งรู้สึกพลังแห่งธาตุน้ำนั้นเปี่ยมพลังสูงสุด ความเป็นทิพย์สูงสุด ภาวนาปักกรรมปักลงไปทีกสิณน้ำที่เป็นปฏิภาณนิมิตนั้น

อาโป กลิณัง ธาตุน้ำของข้าพเจ้ามีกำลัง มีเดช มีฤทธิ์

อาโป กลิณัง ธาตุน้ำของข้าพเจ้ามีกำลัง มีเดช มีฤทธิ์

อาโป กลิณัง ธาตุน้ำของข้าพเจ้ามีกำลัง มีเดช มีฤทธิ์

จากนั้นเคลื่อนมวลน้ำ ดวงน้ำที่เป็นปฏิภาคนิมิต เข้าไปทางจุมูก เลื่อนขึ้นไปกลางกระหม่อม จากกลางกระหม่อมที่เป็นเพชรประกายพริกสว่าง มีความเย็นความเปียก ค่อยๆเคลื่อนตัวผ่านสมอง กลางสมองตรงกับตาที่สาม กำหนดจิตต่อมา ค่อยๆเคลื่อนลงไปทีบริเวณคอ จากคอค่อยๆลงไปบริเวณหน้าอก จากหน้าอกค่อยๆเคลื่อนตัวลงไปทีฐานที่ตั้งของจิตที่ศูนย์กลางกาย จากนั้นเคลื่อนลงไปทีบริเวณปลายก้นกบ และย้อนเคลื่อนกลับมาทีศูนย์กลางกาย ดันเถียน กำหนดเห็นมวลน้ำที่เป็นปฏิภาคนิมิตเป็นเพชรประกายพริกสว่าง สว่างพร่างไปทั่วร่างกาย ปลุกธาตุน้ำทั่วร่างกายของเราทีเป็นเลือด น้ำเหลือง น้ำหนอง ปัสสาวะ น้ำลาย เสมหะ สิ่งทีเป็นธาตุน้ำของเราเจือปนพลึง ภาวนา บริกรรมปลุกธาตุน้ำทั่วร่างกายของเราเป็นเพชรประกายพริก สว่างจนเห็นกาย ในส่วนทีเป็นธาตุน้ำทั้งหมดสว่างเป็นเพชรประกายพริก จิตจดจ่ออยู่ทีศูนย์กลางกาย เห็นดวงกลิณทีเป็นปฏิภาคนิมิตของธาตุน้ำ ปักอธิษฐานลงไป ปลุกธาตุน้ำอาโป กลิณัง ธาตุน้ำของข้าพเจ้ามีกำลัง มีเดช มีฤทธิ์ อาโป กลิณัง ธาตุน้ำของข้าพเจ้ามีกำลัง มีเดช มีฤทธิ์ อาโป กลิณัง ธาตุน้ำของข้าพเจ้ามีกำลัง มีเดช มีฤทธิ์ กำหนดดวงกลิณ ให้มาอยู่ข้างๆเยื้องมาด้านหลัง หากมองเป็นกากบาทรูปบวกอยู่ทีบริเวณกลางกายของเรา ธาตุดินอยู่ด้านหน้า ธาตุน้ำเอาจวางอยู่ด้านขวาเป็นกากบาท วางเค้าไว้ ตั้งธาตุไว้ในท้องของเรา ไว้ในกายของเรา

จากนั้นมากำหนดจิตต่อไปในกลิณธาตุ กำหนดภาพลมอยู่ภายในปริมณฑลทีเป็นทรงกลม มีอาการพัดพา มีอาการสั้นไหวของลม สามารถเพิ่มความรุนแรงกลายเป็นเฮอริเคน กลายเป็นลมหมุน กลายเป็นลมวงช้าง เห็นการพัดพาหมุนเวียนของลม มีการพัดพา กำหนดจิตให้ปริมณฑลทรงกลมทีมีลมพัดผ่านนั้น สามารถเพิ่มพูนกำลังการพัดพาแรงลมแรงขึ้นมากเท่าไรก็ได้ตั้งใจนี้ ขยายขอบเขตของแรงลมให้ใหญ่เป็นซูเปอร์เฮอริเคน ก็สามารขยายได้ ทำให้เป็นเพียงลมพัดแผ่วเบาทีมีความเย็นความสบายก็สามารทำได้ กำหนดให้กระแสลมทั้งหลายพัดไปทางซ้าย พัดไปทางขวา พัดก่อนเมฆออกไป พัดเมฆฝนเข้ามา กำหนดจิตว่าเราสามารบังคับควบคุมลมทั้งหลายได้ตั้งใจนี้ ขยายขึ้นลดลง เพิ่มทวีความรุนแรง และกัลลดลงให้กลายเป็นกระแสลมเบาสบายปกติได้ตั้งใจ กำหนดจิตต่อไป ให้เห็นธาตุลมในปริมณฑลทีเป็นทรงกลมกลายเป็นลูกแก้วใสสว่างเป็นอุกคหนิมิต กำหนดจิตว่าใจเราเป็นสุข เรบบังคับควบคุมเป็นเจ้าของกลิณแห่งลม มีกำลังแห่งกลิณลม ธาตุลมเป็นกำลังแห่งเรา จากอุกคหนิมิตกำหนดจิตต่อไป เห็นกลิณลมนั้น จากดวงแก้วใสสว่างกลายเป็นเพชรประกายพริก มีความพริ้งพราย มีความเป็นเพชรเต็มกำลัง กำหนดจิต กลิณลม วาโย กลิณัง ธาตุลมของข้าพเจ้ามีกำลัง มีเดช มีฤทธิ์ จากนั้นกำหนดจิตเคลื่อนกลิณลมทีเป็นปฏิภาคนิมิตเข้าไปทางจุมูกเคลื่อนขึ้นไปถึงใจกลางกระหม่อม สัมผัสได้ถึงกระแสลมทีพัดเย็นอยู่เหนือศีรษะ จากนั้นเคลื่อนตัวลงไปภายในศีรษะตรงกับตาที 3 เคลื่อนลงผ่านบริเวณคอหอย ผ่านลงไปกลางหน้าอก ผ่านลงไปทีบริเวณท้องน้อย บริเวณจุดทีเป็นต้นเถียน ฐานที่ตั้งของจิต เคลื่อนต่อไปทีปลายก้นกบ และเคลื่อนกลับมาตั้งฐานทีบริเวณต้นเถียน ฐานที่ตั้งของจิตอีกครั้งหนึ่ง กำหนดจิตให้อยู่ตรงกลาง อธิษฐานเห็นธาตุลมทีพัดพา กำหนดจิตว่าลมของเราเนับแต่เนี่ มีพลังเต็มเปี่ยมแห่งธาตุลม ลมหายใจแห่งอานาปาของเรามีพลังแห่งปราณของธาตุลม วาจาของเราทีมีกระแสลมพัดออกไป เป็นวาจาแห่งอิทธิของลม มีประกาศิต ลมทีเราเป่าเสกเป่าสามารมีพลังแห่งแรงอธิษฐานจิต ลมทีเสกมีกำลังอภิญญา ลมทีเป่าเสกมีกำลังแห่งการบำบัดรักษา กำหนดจิตจดจ่ออยู่กับกลิณลมทีเป็นปฏิภาคนิมิตทีศูนย์กลางกาย อธิษฐานจิต ลมทั่วร่างกายเป็นประกายพริก อธิษฐานจิตปักลงไปทีกลิณลมทีเป็นปฏิภาคนิมิตนั้น

วಾಯุ กสิณัง ธาตุลมของข้าพเจ้ามีกำลัง มีเดช มีฤทธิ์

วಾಯุ กสิณัง ธาตุลมของข้าพเจ้ามีกำลัง มีเดช มีฤทธิ์

วಾಯุ กสิณัง ธาตุลมของข้าพเจ้ามีกำลัง มีเดช มีฤทธิ์

จากนั้นอธิษฐานจิตต่อไป ลมของเราตอนนี้ปรากฏความเป็นประกายพริกกออกไปเป็นไอละเอียดเป็นอนุภาคทางจุมก ธาตุลมของเราแผ่ออกเป็นอนุภาค เป็นอีเทอร์ เป็นละอองไอหมอกละเอียด เป็นเพชรละอองแผ่ออกไปจากรูขุมขนทั่วร่างกาย ธาตุลมของเราเปี่ยมพลัง เปี่ยมจิตตานุภาพ จากนั้นกำหนดจิตวางธาตุลม ตั้งธาตุลมไว้ที่บริเวณด้านหลังของกากบาท เป็นระยะ ตั้งแต่ 3 ธาตุเรียบร้อยแล้ว

คราวนี้ก็มากำหนดบริเวณเบื้องหน้าของเรา ตั้งจิตให้เห็นเป็นรูปดวงกลมที่เป็นเปลวไฟอยู่ภายใน เปลวไฟนี้สามารถกำหนดให้มีความร้อนแรง มีความเข้มข้น ดวงของกองไฟที่ปรากฏในทรงกลมนั้น สามารถขยายความเข้มข้นจนเป็นดวงอาทิตย์ มีความร้อน มีความแผดเผา และในขณะที่เดียวกันก็สามารถหรีดพลังแห่งไฟความร้อนให้หรีดเป็นความอบอุ่นที่พอดีได้ ให้เป็นความร้อนที่พอเหมาะพอสมได้ เป็นความร้อนแรงเป็นความแรงกล้า เป็นความสว่างเจิดจ้า ร้อนแรงตั้งดวงอาทิตย์ ก็สามารถทำได้ตั้งใจ ย่อเล็กขยายใหญ่ ย่อเล็กจนเหลือแค่ปลายหัวไม้ขีด เปลวไฟเล็กเพียงแค่ว่าประกายน้อยๆเพียงนิดเดียวก็ได้ ขยายใหญ่จนกระทั่งกลายเป็นดวงอาทิตย์ขนาดมหึมาใหญ่กว่าดวงอาทิตย์ของสุริยจักรวาลก็ได้ ความรู้สึกของเรากำลังแห่งสุริยะ กำลังแห่งไฟ กำลังแห่งสุริยเทพ ฝึกกำหนดอยู่ในจิตของเรา จิตตานุภาพเราเพิ่มพูนขึ้น ตบะตะชะแห่งกสิณไฟความร้อนปรากฏขึ้น กำหนดจิตเห็นกสิณไฟที่เป็นดวงไฟนั้น มีไอความร้อนปรากฏ ความรู้สึกของเรามีความเปลือดเปล็น มีความสนุก มีจิตตานุภาพอยู่เหนือไฟนั้น กำหนดจิตต่อไปว่า ขอให้ดวงไฟนั้นเปลี่ยนกลายเป็นอุคคหนิมิต เป็นดวงแก้วใสสว่าง มีรัศมี ดวงแก้วที่ใสสว่างเป็นอุคคหนิมิตของกสิณไฟ จากนั้นกำหนดจิตต่อไป จากกสิณไฟที่เป็นอุคคหนิมิตกลายเป็นเพชรประกายพริกสว่าง มีรัศมี มีเส้นแสง มีความเป็นทิพย์ พรางพรายรายรอบ เคลื่อนดวงกสิณที่เป็นปฏิภาคนิมิตของกสิณไฟ เข้าทางจุมกเลื่อนขึ้นไปเหนือกลางกระหม่อม จากกลางกระหม่อมเลื่อนลงมาที่กึ่งกลางหน้าผาก ภายในกลางศีรษะ เคลื่อนตัวลงไปบริเวณคอหอย เคลื่อนผ่านลงไปบริเวณหน้าอก เคลื่อนผ่านลงไปตรงศูนย์กลางกาย เคลื่อนผ่านลงไปทีปลายก้นกบ เคลื่อนเคลื่อนกลับมาที่ศูนย์กลางกายบริเวณใต้ท้องฐานที่ตั้งของจิตอีกครั้งหนึ่ง เห็นเป็นปฏิภาคนิมิต กำหนดความรู้สึกปลุกธาตุไฟในร่างกาย ความร้อนในร่างกาย ความร้อนจนรู้สึกได้ว่ามีไอความร้อนแผดเผา แผ่ขึ้นออกมาจากรูขุมขนจากกายเนื้อของเราทั้งหมด มีไอร้อนไออุ่นแผ่กระจายออกมา สัมผัสได้ถึงไอร้อนไออุ่นที่แผ่ขึ้นทั่วร่างกาย ธาตุไฟที่เป็นปฏิภาคนิมิตเราจดจ่ออธิษฐานปลุกธาตุไฟทั่วกายของเรา ตั้งธาตุไฟ อธิษฐานจิต

เตโช กสิณัง ธาตุไฟของข้าพเจ้ามีกำลัง มีเดช มีฤทธิ์

เตโช กสิณัง ธาตุไฟของข้าพเจ้ามีกำลัง มีเดช มีฤทธิ์

เตโช กสิณัง ธาตุไฟของข้าพเจ้ามีกำลัง มีเดช มีฤทธิ์

กำหนดความรู้สึกเข้าถึงพลังแห่งกสิณไฟ พลังแห่งความร้อน พลังแห่งแสงสว่าง พลังแห่งสุริยเทพ จากนั้นกำหนดจิตต่อไป เลื่อนดวงของกสิณไฟมาไว้ที่ปลายด้านที่อยู่ทางด้านซ้ายมือ เราเห็นธาตุดินอยู่ด้านหน้า น้ำอยู่ด้านขวา ลมอยู่ด้านหลัง ไฟอยู่ด้านซ้าย เห็นทั้งดวงแก้วทั้ง 4 กำหนดเห็นเป็นดินคือกสิณดิน เป็นก้อนดินอยู่ภายในกาย น้ำเป็นดวงน้ำอยู่ภายในกาย ลมเป็นดวงลมอยู่ภายในกาย ไฟเป็นดวงไฟอยู่ภายในกาย จากนั้นกำหนดจิตต่อไปให้เห็นเป็นปฏิภาคนิมิต ดิน น้ำ ลม ไฟ เป็นปฏิภาคนิมิต 4 ดวงอยู่ จากนั้นธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟทั้งหมด



หมุนเวียนขวา หมุนด้วยความเร็วเพิ่มขึ้น เร็วเพิ่มขึ้น เร็วเพิ่มขึ้น เร็วเพิ่มขึ้นจนกระทั่งกสิณธาตุทั้ง 4 นั้นรวมตัวกัน เป็นหนึ่ง กลายเป็นดวงกสิณ กสิณธาตุทั้ง 4 รวมเป็นหนึ่ง เป็นดวงใหญ่อยู่ภายในห้อง กำหนดจิตอธิษฐาน

#### ธาตุทั้ง 4 ของข้าพเจ้า มีกำลัง มีเดช มีฤทธิ์

ขอกำลัง พละ เดชะ แห่งแม่พระธรณี แม่พระคงคา พ่อพระพาย พ่อพระเพลิง รวมไปถึงสุริยเทพ

ขอกำลัง อำนาจ ตบะ เดชะแห่งกสิณธาตุทั้ง 4 จงปลุกธาตุ เต็นธาตุ ตั้งธาตุ ทิวร่างกายชั้น 5 กายทวาร วิจิตร ทวาร มโนทวารของข้าพเจ้า รู้สึกสัมผัสได้ว่าดวงกสิณธาตุที่เป็นปฏิภาคนิมิตอยู่ภายในห้องของเรา

กำหนดจิต กำหนดความรู้สึกที่ฝ่ามือขวา กำหนดให้เห็นเป็นเปลวไฟพวยพุ่งขึ้นมาจากฝ่ามือ ฝ่ามือซ้าย เห็นเป็นลม เป็นเกลียวลม เป็นลมเหมือนกับพายุวงช้างหมุนอยู่ในฝ่ามือของเรา เราสามารถกำหนดให้เปลวไฟ ทางมือขวานั้นพวยพุ่งสูงขึ้นไปได้เป็น 2 เมตร 3 เมตรสูงขึ้นไปมากมาย มือซ้ายกสิณลมก็สามารถทำให้กมลมัน เกิดขึ้นสูงขึ้นใหญ่ขึ้นมากมาย ความรู้สึกทิวร่างกายชั้น 5 ชั้นรัตนदानรู้สึกสัมผัสได้ถึงพลังแห่งธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ ที่เติมเบียดอยู่ทิวร่างกายชั้น 5 ของเรา ความรู้สึกเบียดพลังเข้าถึงเป็นหนึ่งในเดียวกสิณทั้ง 4 เป็นเอกัคคตารมณ์เป็นหนึ่งในเดียว คือทั้ง 4 ธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ ผันเป็นหนึ่งเดียว ได้ชื่อว่าสำเร็จกสิณธาตุทั้ง 4 อันเป็นบาทฐานแห่งอิทธิวิจิตร รวมเป็นหนึ่งเดียวกับกสิณ รู้สึกว่าเป็นหนึ่งเดียวกัน เอกัคคตารมณ์มีความสำคัญตรงนี้ เป็นหนึ่งเดียวกับพลังงาน เป็นหนึ่งเดียวกับทุกสรรพสิ่ง เป็นหนึ่งเดียวกับธาตุดิน เป็นหนึ่งเดียวกับธาตุน้ำ เป็นหนึ่งเดียวกับธาตุลม เป็นหนึ่งเดียวกับธาตุไฟ เป็นหนึ่งเดียวกับธรรมชาติทั้งปวง เข้าถึงพลังงานทั้งหลาย เป็นหนึ่งเดียวกับพลังทั้งหลาย จิตตานุภาพเพิ่มพูนขึ้น ตั้งจิตอธิษฐานกัน

ขอให้ข้าพเจ้าใช้กำลังอำนาจแห่งอภิญญาจิต แห่งกสิณธาตุทั้ง 4 โดยพุทธานุญาตและใช้เพื่อโปรดสงเคราะห์ เกื้อกูลในมวลหมู่เวไนยสัตว์ รวมไปถึงใช้ประโยชน์ในการทำนุบำรุงรักษาพระพุทธศาสนา ขอกำลังจิตตานุภาพ กำลัง อภิญญาใหญ่ กำลังอภิญญาสมาบัติ จงอย่าได้เป็นไป ที่ทำให้เกิดโทษ เกิดมานะทิฐิ เกิดความเหิมเกริมกำเริบเสิบสาน เอาไปใช้ในทางที่ผิด เอาไปใช้ในการที่เบียดเบียนบุคคลอื่น เอาไปใช้ในสิ่งที่ไม่ได้ประกอบไปด้วยธรรม มีความโลภ โกรธ หลงเป็นที่ตั้ง ขอกำลังอภิญญาสมาบัตินี้ จงเป็นไปเพื่อประโยชน์ในมรรคผลพระนิพพาน เพื่อเป็นไปในการ ทรมานบุคคลที่เป็นมิถิยาปฏิปัตติให้เป็นผู้สมาธิปฏิบัติ เป็นไปเพื่อแสดงความกระตือรือร้น สัจธรรม รวมถึงคุณธรรมพิเศษแห่ง พระพุทธศาสนา เพื่อสร้างศรัทธาในมวลหมู่บุคคลทั้งหลายที่กำลังพึงเข้ามาศึกษา ขอจงใช้เพื่อประโยชน์เพียงอย่างเดียว เท่านั้นด้วยเทอญ และขอให้เทพพรหมเทวดาทั้งหลาย โมทนาสาธุ ปกปักษ์รักษาคุ้มครอง ครอบงำอาจารย์ทั้งหลาย ประสิทธิ์ประสาท ขอให้ข้าพเจ้าจงเป็นผู้ที่สำเร็จสัมฤทธิ์ในกสิณธาตุทั้ง 4 ในอภิญญาสมาบัติ เป็นผู้คล่องแคล่ว เชี่ยวชาญเข้าถึงพลังอย่างแท้จริง

จากนั้นกำหนดจิตนะ ทรงภาพพระ ทรงภาพพระพุทธรองค์ ทรงภาพครูบาอาจารย์ ขอพระพุทธรองค์ทรงเมตตา ขอกระแสพระธรรม ขอกระแสแห่งพระอริยสงฆ์ ครูบาอาจารย์ผู้เชี่ยวชาญ ผู้มีวิสัยในอภิญญาสมาบัติ ขอเมตตา มา ประสิทธิ์ประสาทให้การฝึกปฏิบัติของข้าพเจ้านั้น ยิ่งก้าวหน้าขึ้น ก้าวไกลขึ้น เข้าถึงสรรพอภิญญาทั้งปวง เพื่อ ประโยชน์สุข เพื่อประโยชน์ของชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ด้วยเทอญ ขอครูบาอาจารย์ ตอนนี้ใครเห็นท่านใดมา ปรากฏ ที่เมตตาปรากฏตอนนี้ก็มีหลวงปู่ใหญ่ หลวงปู่เทพโลกอุดร ท่านมาปรากฏ หลวงปู่แหวนสุจิณโณ หลวงพ่อ ฤาษี หลวงปู่ปาน หลวงพ่อจงดัดหน้าต่างนอก สมเด็จพุฒาจารย์โต ครูบาอาจารย์ทั้งหลาย ท่านรับรู้รับทราบ เมตตา มา ปรากฏ อธิษฐานจิตกราบทานด้วยความนอบน้อม ด้วยความเคารพ ขอให้ท่านประสิทธิ์ประสาท ครูบาอาจารย์ที่เป็น กายทิพย์ ขอจงประสิทธิ์ประสาท จากนั้นน้อมจิต ไช้อภิญญากราบทานทุกท่านทุก ๆ พระองค์ จากนั้นกลับมาอยู่กับกาย

กำหนดรู้ว่า ภายในร่างกายของเรามีกสิณธาตุทั้ง 4 สถิตอยู่ภายในห้อง อยู่ที่ฐานที่ตั้งของจิตคือต้นเทียน กำหนดรู้ กำหนดใช้ได้ตลอดเวลา ดึงพลัง ดึงความรู้สึกเปี่ยมพลังแห่งกสิณธาตุทั้ง 4 ได้ตลอดเวลา ประยุกต์ใช้ในการฝึก ในการบำบัตร์ักษาโรค ในการตั้งธาตุ กำหนดใช้ญาณเครื่องรู้พิจารณากาย ธาตุใดพร่อง กำหนดเพิ่มธาตุที่พร่องให้เต็มให้สมดุล ธาตุใดเกินเช่นธาตุไฟมีมากเกินไป เกิดสภาวะร้อนในกสิณธาตุไฟที่มากเกินไปให้มันเบาลง หรือลง จำไว้ว่าหากใช้ในการปรับธาตุในการบำบัตร์ักษาโรค หลักก็คือธาตุทั้ง 4 มีกำลังพอดีพอสม และสมดุล เวลาใช้เป็นอภิญญาสมบัติ ก็คือต้องดึงพลังเพื่อมาเติมที่กำหนดเข้าถึงพลังงานมหาศาลของธาตุแต่ละธาตุ หรือธาตุทั้งหมด มีกำลังแห่งธาตุทั้ง 4 เป็นกำลัง

สำหรับวันนี้ก็เลยเวลาไปค่อนข้างมาก ก็ขอภัยด้วย แต่คาดว่าคนที่โชคดีได้มาฝึกในเรื่องกสิณในวันนี้ก็น่าจะ ได้ประโยชน์ ก็ขอโมทนาสาธุกับทุกคนที่ปฏิบัติธรรม กัลยาณมิตรให้เราแต่ละคนโมทนาสาธุ ในบุญกุศลที่ปฏิบัติเจริญ พระกรรมฐาน สำหรับเรื่องกสิณธาตุ เสริมอีกนิดหนึ่ง กสิณธาตุทั้ง 4 จงไปพิจารณาต่อ ในการจังหวัดที่เราดึงกสิณเข้ามา ภายในกาย การเคลื่อนของกสิณนั้นก็เคลื่อนตามตำแหน่งของจักระ เราจริงๆแล้วแต่ละคนถ้ามีเวลามากกว่านี้ก็ กำหนดฝึกตั้งแต่กสิณต้น ไล่ทุกจักระ กสิณต้นอุคคหนิมิต ปฏิภาคนิมิต ทุกจักระ ไล่ให้ครบทั้ง 7 จักระ อันนี้เรื่องที่ 1 เรื่องที่ 2 ใช้ปัญญาพิจารณาว่าจะเอากสิณธาตุทั้ง 4 มาดับกิเลสยังงัยบ้าง พิจารณาดับกิเลสยังงัยบ้าง เอากสิณไฟมาเผา ความโลภยังงัย เอากสิณไฟมาเผาความหลงยังงัย เอากสิณน้ำมาดับความโกรธยังงัย เราไปพิจารณาเอานะ อันนี้มา เสริม สำหรับวันนี้ก็ขอโมทนาบุญกับทุกคนด้วย สำหรับใครที่เรียนในคอร์สพลังแห่งความโชคดี พຽງนี้ก็เป็นวาระที่ อาจารย์ส่งพลังให้สามทุ่ม คนไหนที่เรียนก็รับพลังเข้าไปได้เต็มๆ ถ้าคนไหนยังไม่เรียนก็สามารถสมัครได้ พบกันใหม่ ในสัปดาห์หน้านะครับ ในห้องเมตตาสมาธิ สำหรับวันนี้โมทนาบุญ ขอให้ทุกคนมีความสุขความเจริญ สวัสดิ์