

เสียงธรรมจากห้อง “ครูเมตตาสมาธิ” วันเสาร์ที่ 1 เมษายน 2566

อารมณ์จิตอันประภัสสร

โดย อาจารย์คณานันท์ ทวีภาค

กำหนดจิตอยู่กับสมาธิ อยู่กับลมหายใจสบาย ผ่อนคลายเพื่อปล่อยวางตัดร่างกายชั้น 5 กำหนดรู้ในลมหายใจ กำหนดรู้ในลมหายใจสบาย อารมณ์จิตที่ผ่องใส รักษาความนอบน้อมของจิต ความนอบน้อมอ่อนโยนของจิต ช่วยสลายล้างมานะทิฏฐิ ความนอบน้อมแห่งจิตก่อให้เกิดสภาวะอารมณ์จิตที่ปราณีตละเอียดอ่อน พร้อมทั้งจะรับกระแสธรรมะในขั้นสูงที่ลึกซึ้งมากกว่าผู้ที่มีจิตหยาบ

กำหนดทรงอารมณ์ความรู้สึกของเราในความผ่องใส แก่นของการปฏิบัติตามแนวทางที่เป็นหลักที่เป็นมาตรฐาน ทั้งในเรื่องของการเข้าฌาน 4 โดยอานาปานสติที่ดี การกำหนดจิตทรงสมาธิในกำลังของกสิณก็ดี การกำหนดในความว่างของรูปก็ดี พื้นฐานความอ่อนโยนของจิตโดยการฝึก ปฏิบัติ เจริญในเมตตาพรหมวิหาร 4 ก็ดี เรามีความชัดเจนคล่องตัวแล้ว

ตอนนี้ก็ให้เรากำหนดจิตต่อไป พิจารณาในสภาวะอารมณ์ ให้เราเข้าถึงสภาวะอารมณ์จิตเดิมแท้อันเป็นประภัสสร เข้าถึงสภาวะอารมณ์อันผ่องแผ้วเบิกบานสูงสุด จนรู้สึกได้ว่าจิตของเรากลายเป็นแสงสว่าง ความเป็นกายเนื้อหายไปจนหมด มีแต่เพียงแสงสว่างแห่งความผ่องใส ความผ่องแผ้วเบิกบาน จิตกลายเป็นแสงสว่าง มีประกายรุ่งแพรวพราว อยู่ในสภาวะที่ปราศจากความโลภ โกรธ หลง ปราศจากความปรุงแต่ง อยู่กับอารมณ์อันเป็นสุขอันเป็นวิมุตติ

กำหนดน้อมให้เราทรงอารมณ์เข้าถึงสภาวะ หยั่งถึงสภาวะแห่งจิตเดิมแท้อันเป็นประภัสสรให้ละเอียดที่สุด เข้าถึงสภาวะนั้นอย่างลึกซึ้งในจิตของเราที่สุด ทรงอารมณ์ได้ ณ บัดนี้

แสงสว่างแผ่ออกไปมากมายมหาศาล จิตผ่องแผ้วเป็นสุข ไม่ต้องบังคับ ก่อเกิดขึ้นจากภายใน รู้ตื่นขั้นสู่อารมณ์เดิมแท้เป็นประภัสสร จากจิตเดิมแท้เป็นประภัสสร เป็นความสว่าง เป็นความอุ่มใจ เป็นความรู้ตื่นว่าเราคือจิต เรามีใช้ร่างกาย เราคือแสงสว่างมีความสุข ทรงอารมณ์ไว้เช่นนี้ สลายกาย สลายความรัก โลภ โกรธ หลง สลายความยึดมั่นถือมั่น มีแต่สภาวะแห่งแสงของจิตอันเป็นประภัสสร จิตนี้มีอยู่ในจิตทุกดวงอยู่แล้ว

ดังนั้น เมื่อเรารู้ตื่นขั้นนี้ว่า แต่ดั้งเดิมจิตเราก็ประภัสสร ดังนั้น มรรคผลแห่งการปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้น อันที่จริงก็ไม่ใช่เรื่องที่ยากเกินวิสัย เพราะเป็นธรรมชาติของจิตแต่เดิมอยู่แล้ว

ทรงอารมณ์จิตอันเป็นประภัสสร สว่าง รุ่งโรจน์เป็นประกายพรึกอย่างยิ่ง จิตเป็นสุขอย่างยิ่ง จนรู้สึกได้ว่ารายรอบที่เราฝึกสมาธิที่เราปฏิบัตินี้ มีแต่ประกายแสงสว่าง ความระยิบระยับ ความผ่องใส ความรู้สึกเปี่ยมสุข.....

วันนี้เราฝึกในการเข้าถึงสภาวะธรรมอย่างละเอียด ที่ผ่านมาระหว่างเราจะเพียงแค่ปฏิบัติผ่าน หรือปฏิบัติเพียงแค่ผิวเผิน แต่วันนี้จุดสำคัญที่จำเป็นต้องเน้นก็คือ จิตเดิมแท้เป็นประภัสสร ความหมายนี้หมายความว่า ในเมื่อความผ่องใสสูงสุด ความบริสุทธิ์สูงสุดของจิต ตักยภาพความเป็นทิพย์ของจิต ล้วนแล้วแต่อยู่กับเรามาตลอด

เพียงแต่เราถูกมายาความหลอกลวงของชั้น 5 ภายเหนือ มายาหลอกลวงจากอายตนะมาปรุงแต่ง มายึดมั่นถือมั่น จนกระทั่งปิดบังศักยภาพแห่งจิตเดิมแท้อันเป็นประภัสสรนั้นไป หลงเข้าใจว่าเรามีขอบเขตความสามารถ แต่เพียง ศักยภาพทางกายเนื้อกายหยาบเท่านั้น อันที่จริงจิตของเราที่แท้ละ คือ แก้วสารพัดนึก คือ แก้วมณีโชติอันวิเศษ คือ แก้วแห่งจิตอภิญญา

เมื่อไหร่ที่เราตื่นในจิตเดิมแท้อันเป็นประภัสสรอย่างแท้จริง เพียงแค่นึกคิดก็สำเร็จฤทธิ์เป็นอภิญญา

กำหนดความรู้สึกในอารมณ์ที่จิตกลายเป็นแสงสว่างเจิดจ้า เป็นเพชรประกายพริ้ว มีประกายรุ่งแพรวพราว เลื่อมระยิบระยับ แผ่กระจายออก รู้สึกสัมผัสได้ถึงความเปี่ยมพลังของจิต รู้ตื่นขึ้น เรา คือ จิตเดิมแท้อันเป็นประภัสสร อภิญญาจิต ศักยภาพของจิต ความบริสุทธิ์ของจิต ล้วนแล้วแต่อยู่ภายในแต่ดั้งเดิมอยู่แล้ว หรือแม้แต่โพธิจิต วิสัยแห่งการบรรลุในความเป็นพระพุทธเจ้าในอนาคต ในทุกดวงจิตก็ล้วนแล้วแต่มีโพธิจิตด้วยกันทั้งหมด

ทรงอารมณ์ กำหนดความรู้สึก รู้ตื่นขึ้นจากภายใน จิตกลายเป็นแสงสว่างรุ่งโรจน์อย่างยิ่ง ทรงสภาวะ ทรงอารมณ์ อยากจะไปกำหนดรู้ในสิ่งใด ก็กำหนดรู้ผ่านความผ่องใส ผ่านความเป็นทิพย์..... จิตเรารู้ตื่น จิตเราประภัสสร.....

ทรงอารมณ์ความผ่องใสสว่าง จิตเป็นเพชร ความรู้ตื่นปรากฏ เมื่อความรู้ตื่นแห่งจิตเดิมแท้ปรากฏ ก่อให้เกิดปัญญาญาณ ปัญญาญาณเปิด จิตปรากฏรู้ เห็นในสังสารวัฏ ภาพแห่งสังสารวัฏสว่างกระจ่างชัดเจน ประดุจดังพระพุทธองค์ทรงเปิดโลก ทั้ง 3 ภพภูมิปรากฏ ปัญญาญาณเห็น รู้ในสังสารวัฏ จิตยังปรากฏความเป็นประภัสสรสว่างพร้อมกับความเป็นประกายพริ้ว รุ่งเลื่อมพรายสว่าง

ในแสงสว่างที่เรากำหนดรู้เห็นใน 3 ภพภูมิ กำหนดน้อมให้กระแสแสงสว่างแผ่ออกไปพร้อมกับกระแสเมตตาอันไม่มีประมาณ แผ่ออกไปพร้อมกับกระแสแห่งโพธิจิต กระแสจิตนับแต่ที่นี่ที่เราแผ่เมตตา มีความละเอียด มีกำลัง มีบารมีทั้ง 30 เป็นกำลังแห่งโพธิจิตที่อยู่ภายในจิตเดิมแท้ของเรา

กำหนดจิตเข้าสู่สภาวะที่ละเอียดขึ้น สูงขึ้น คืออารมณ์สภาวะแห่งเมตตาอันไม่มีประมาณ อารมณ์ให้ละเอียด ลึกประดุจดวงจิตแห่งพระโพธิสัตว์ เย็น แผลสว่าง..... กระแสละเอียด กระแสเมตตาปราณีละเอียด เอิบอímเป็นสุข รัศมีกาย รัศมีจิต รัศมีแห่งความเมตตาแผ่สว่าง

กำหนดความรู้สึกว่า แสงสว่างที่เราแผ่เมตตาออกไป สลายล้างจนรู้สึกได้ว่ากายเนื้อ กายหยาบนั้นถูกแสงสว่าง สลายล้างอนุภาคจนกระทั่งทุกเซลล์ ทุกอนุภาค ทุกธาตุทั้ง 4 คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ จากกายเนื้อนั้นกลายเป็นแสงสว่างไปด้วยทั้งหมด

จิต กำลังจิตเปลี่ยนรูปจากสสารให้กลายเป็นพลังงาน เป็นกระแสแห่งเมตตาอันไม่มีประมาณ แต่ละอนุภาค แต่ละ DNA ทั่วกายทั่วชั้น 5 ของเรา สลายกลายเป็นประดุจดังดวงอาทิตย์ เปล่งเป็นพลังงานอย่างไม่มีประมาณ..... รู้สึกสัมผัสได้ว่า ทุกอนุภาคทั่วร่างกายชั้น 5 ที่เปล่งประกายเป็นแสงสว่าง เป็นพลังงานประดุจดังดวงอาทิตย์นั้น ประดุจดังเอกภพทั้งหลายอยู่ในกายของเรา พลังงานระเบิดแผ่สว่างมาสลายหายไปจนหมดสิ้น จิตเดิมแท้อันเป็นประภัสสรรู้ตื่น รู้แจ้งในสังสารวัฏ รู้ตื่นในโพธิจิต

จิตปรากฏรูปพลังงานของกายทิพย์สว่าง ด้วยกำลังพุทธานุภาพ ธรรมานุภาพ สังฆานุภาพ แสงสว่างก่อรูปกลายเป็นกายพระวิสุทธิเทพสว่างชัดเจน และเปี่ยมพลังอย่างยิ่ง

กำหนดน้อมจิต อารธนาบารมีพระ ยกจิตของข้าพเจ้าขึ้นไปบนพระนิพพาน อยู่ท่ามกลางมหาสมาคมบนพระนิพพาน มีสมเด็จพระปฐมทรงเป็นประธานท่ามกลางพระพุทธรูปเจ้าทั้งหลายทุกพระองค์ พระปัจเจกพุทธเจ้าทั้งหลายทุก ๆ พระองค์ พระอรหันต์ชีณาสพทั้งหลายทุก ๆ พระองค์ กายพระวิสุทธิเทพของเราว่างเป็นเพชรระยิบระยับ มีความสวยงามชัดเจนอย่างยิ่ง.....

ทรงอารมณืความสว่างของจิตไว้ อาทิสมาณกายกายพระวิสุทธิเทพ กำหนดรู้ ธรรมทั้งหลาย การปฏิบัติทั้งหลายที่เราเคยฝึก เคยปฏิบัติมาในอดีต ทั้งในอดีตกาล ในชาตินี้ และในอดีตกาล ในหลาย ๆ ชาติภพ

กำหนดน้อมอธิษฐาน ทุกสิ่งทุกอย่าง ทุกประการณื ทุกบัญญัติญาณ ล้วนแล้วแต่ถูกบันทึกอยู่ในจิต จิตเดิมแท้อันเป็นประภัสสรนี้ จงรู้ตื่นขึ้น ภาพการปฏิบัติธรรมในอดีตชาติ จงปรากฏ กระจางแจ้งรู้ตื่นขึ้นในจิต กระแสธรรม กระแสผล กระแสบารมีที่เราเคยสวด ขอบปรากฏขึ้น ญาณเครื่องรู้ทั้งหลาย จงผุดรู้มากมายมหาศาล จงปรากฏขึ้นในจิตของข้าพเจ้าแต่ละบุคคล ตามเหตุตามปัจจัยตามวิสัยด้วยเทอญ

ทรงสภาวะในความเป็นกายพระวิสุทธิเทพอยู่บนพระนิพพาน กำหนดน้อมพิจารณาปัญญาญาณอันผุดรู้ขึ้น เป็นปัจเจกบุคคล เป็นปัจเจกตั้งในจิตของเราแต่ละคน และเราก็ตั้งใจทรงอารมณืความผ่องใสสูงสุด คืออารมณื นิพพานัง ปรมัง สุขขัง เอาไว้ กายจิตสว่าง ภาพการปฏิบัติในอดีต ปรากฏผุดขึ้น รู้ขึ้น.....

ทรงอารมณืไว้ กำหนดตามดู ตามรู้ ในญาณ ใจอุเบกขา ซึมซับปัญญาญาณ ความรู้แจ้งที่ปรากฏขึ้นในจิต สรรพวิชาทั้งหลาย กรรมฐานทั้งหลาย พื้นค้ำสู่อัจฉริยะ.....

ญาณเครื่องรู้ปรากฏขึ้น ปัญญาญาณ กำหนดเห็นภัยในสังสารวัฏ ปัญญาญาณ พิจารณาเห็นคุณแห่งพระนิพพาน ปัญญาญาณ ที่ปรากฏก่อให้เกิดเห็นโทษจากกามคุณ จากความโลภ โกรธ หลง ความรู้สึกรู้ใจจิตบริสุทธิ์ผุดผ่องวิมุตติหมดจด เอิบอ้อมผ่องใส สะอาดจากสรรพกิเลส ว่างจากภพ จากความยึดมั่นถือมั่นทั้งปวง..... จิตเป็นกุศล เอิบอ้อมผ่องใส ยินดีในพระนิพพานอย่างยิ่ง.....

กำหนดญาณเครื่องรู้จากกายพระวิสุทธิเทพของเราที่ทรงไว้อยู่บนพระนิพพานนั้น ขอญาณเครื่องรู้อันเป็นอนาคตังสญาณ ขอบพิจารณาเป็นเส้นเวลาสังสารวัฏ การจุติของพระโพธิสัตว์ทั้งหลาย ที่ลงไปเสวยพระชาติ เสด็จตรัสรู้ ปรากฏขึ้นเป็นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสืบต่อไป พระองค์แล้วพระองค์เล่า

กำหนดจิตพิจารณาเห็นเส้นเวลาแห่งยุคสมัย ที่ปรากฏพระพุทธรูปเจ้า โปรดสั่งสอนเวไนยสัตว์สืบต่อไป นั้น กำหนดให้จิตเราเห็นยาวออกไป ลีอกออกไป ยาวออกไป จิตเราน้อมอนุโมทนาสาธุกับพระพุทธรูปเจ้าทุก ๆ พระองค์ นับตั้งแต่อดีต ปัจจุบัน จนถึงอนาคต

กำหนดจิตพิจารณา น้อมรวมลงในกำลังใจแห่งพระโพธิสัตว์เจ้า ว่าทรงเสด็จลงมาจุติบำเพ็ญบารมีพระชาติแล้วพระชาติเล่า ต้องทนกับความยากลำบาก ต้องทนกับการถูกดูหมิ่นดูแคลน ต้องทนอยู่กับความเข้าใจผิด

กำหนดความรู้สึกในน้ำพระทัยของพระโพธิสัตว์เจ้าทั้งหลาย ว่าสิ่งที่พระองค์บำเพ็ญไม่ได้เป็นไปเพื่อพระองค์เอง แต่ความยากลำบากเหนื่อยยากในการบำเพ็ญศบารมี จนถึงบารมีทั้ง 30 ทศ ล้วนเป็นไปเพื่อโปรดมวลหมู่เวไนยสัตว์ให้เข้าถึงซึ่งพระนิพพาน

จิตของเราน้อมเข้าใจในอารมณืแห่งพระโพธิสัตว์ น้อมจิตเข้าใจในอารมณืแห่งโพธิจิต เพื่อให้จิตเรายังเข้าถึงหน้าที่แห่งครูเมตตาสมาธิ จิตสว่างพลันขึ้น ว่าเราที่ทำหน้าที่ครูเมตตาสมาธิ ก็เพื่อช่วยกันสืบต่อพระพุทธศาสนา ส่งต่อธรรมะ ลงสู่จิตสำนึกของมวลมนุษยชาติ

กำหนดจิตของเราให้สว่าง เข้าใจงาน เข้าใจหน้าที่ที่เราาร่วมกันทำนุบำรุงพระพุทธศาสนา ให้เจริญรุ่งเรือง
 ตราบ 5,000 ปี ตั้งจิตว่าเมื่อเราตั้งกำลังใจถูก ตั้งกำลังใจตรง ก็ขอให้บารมีแห่งพระพุทธเจ้า พระธรรมเจ้า พระอริยสงฆ
 เจ้า มวลหมู่พระโพธิสัตว์ทั้งหลาย เมตตาโปรดสงเคราะห์ข้าพเจ้า ให้มีความเจริญในธรรมอย่างเต็มกำลังด้วยเทอญ

ขอให้นับแต่บัดนี้ ข้าพเจ้าเข้าถึงสภาวะธรรมโดยละเอียด เข้าสภาวะธรรมโดยปราณีตกว่าผู้คนทั้งหลาย คำว่า
 ผ่าน ๆ ผิดเพี้ยน ไม่มีในจิตเรา เข้าถึงสภาวะความลึกซึ้งของจิต ความปราณีตของจิต ความเป็นทิพย์ของจิต ได้อย่างเต็ม
 กำลังทุกครั้งด้วยเทอญ

กำหนดจิตสว่างอย่างยิ่ง เปล่งประกาย จากกายพระวิสุทธิเทพออกมา.....

จากนั้น กำหนดจิตต่อไป เมื่อขึ้นมานพระนิพพานแล้ว ตั้งใจว่าทุกการปฏิบัติที่เรายกจิตขึ้นมานพระ
 นิพพาน เราพิจารณาตัดสังโยชน์ 10 พิจารณาตัดภพตัดภูมิ สิ้นภพจบชาติ กำหนดในความผ่องใสสว่างชัดเจนใน
 ความเป็นกายพระวิสุทธิเทพ

**และข้อสุดท้ายสำคัญที่สุด กำหนดจิตฝึกทรงอารมณ์ในการเสวยวิมุตติสุขบนพระนิพพาน บริกรรม
 ภาวนา "นิพพานัง ปรมัง สุขขัง พระนิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง"**

กำหนดจนรู้สึกได้ว่ากายพระวิสุทธิเทพนั้นเปล่งประกายสว่างเจิดจ้าอย่างยิ่ง ทุกครั้งที่เราเสวยวิมุตติสุขบน
 พระนิพพาน ทรงอารมณ์ประดุจหนึ่งว่า เมื่อเราตายจากร่างกายนี้แล้ว เราเข้าถึงพระนิพพานอย่างถาวร อารมณ์
 ความสุขของจิต เราเข้าถึงสุขนั้นเต็มกำลัง ความกังวลในงานหน้าที่ในทางโลกไม่มีในจิตเรา ความห่วง ความพยายาม
 ความรัก ความอาลัย ไม่มีในจิตนั้น ไม่มีเยื่อใยในสังสารวัฏอีกต่อไป จิตเป็นอิสระอย่างยิ่ง

จากนั้น ทรงอารมณ์เสวยวิมุตติสุขบนพระนิพพาน กายทิพย์สว่าง ในความเป็นกายพระวิสุทธิเทพอย่าง
 ชัดเจนที่สุด..... ทรงอารมณ์แห่งวิมุตตินั้น แสงสว่างจากกายพระวิสุทธิเทพยิ่งสว่างเจิดจ้า

กำหนดว่านับแต่บัดนี้เวลาที่เราสอนสมาธิ กระแสเสียงพร้อมกับภาพนิมิต ความสว่างของจิต ทุกครั้งเราไปสอน
 สมาธิ อาณาบริเวณนั้นสว่างเจิดจ้าอย่างยิ่ง เชื่อมกระแสจากพระนิพพานลงมา ณ มิตติของโลภมนุษย์ในขณะนั้น.....

ในอารมณ์ที่เราเสวยในความสุข จิตเราก็มืดความเอ็นดู กรุณาในมวลหมู่เวไนยสัตว์ น้อมกระแสจากพระ
 นิพพาน กระแสจากพระพุทธองค์ ลงไปยังสังสารวัฏ ผ่านกายพระวิสุทธิเทพของเรา

น้อมกระแสแห่งเมตตา กระแสบรรพตผล กระแสพระนิพพาน ลงไปยังภพแห่งอรุณมาน อรูปพรหม

น้อมกระแสลงไปยังพรหมโลกทั้ง 16 ชั้น สวรรค์ทั้ง 6 ชั้น บรรดาโอปปาติกะ สัมภเวสี ภพของรุกขเทวดา
 ภูมเทวดา ภูพหยาบ คือภพแห่งความเป็นมนุษย์ และสัตว์ที่มีร่างกายชั้น 5 กายเนื้อ ภพของนรกภูมิ เปเรต
 อสุรกายทั้งปวง(เสียงหายตั้งแต่หน้าที่ 38:03 จนจบคลิปหน้าที่ 55:37).....