

เสียงธรรมจากห้อง “ครูเมตตาสมาธิ” วันเสาร์ที่ 8 กรกฎาคม 2566

เรื่อง การใช้กำลังฌานสมาบัติ กำลังสมาธิ กำลังอภิญญา

โดย อาจารย์ คณานันท์ ทวีโกด

กำหนดสติ กำหนดรู้ ในความรู้สึกตัวทั่วพร้อมทั่วร่างกาย ผ่อนคลายร่างกาย ผ่อนคลายกล้ามเนื้อทุกส่วน ปล่อยวางร่างกาย ปล่อยวางอารมณ์ ปล่อยวางภาระทางร่างกาย ความห่วงความกังวลในร่างกายออกไปให้หมด กำหนดรู้พิจารณาว่าคือ การตัดขั้นห้า อารมณ์ที่เกาะที่ข้องแหวะที่เกาะเกี่ยวกับร่างกาย ปล่อยวางความกังวล ความคิด ความรู้สึกห่วงใย ปล่อยวางจากความยึดมั่นถือมั่น ให้จิตของเราเป็นอิสระ ปล่อยวางจากทุกสิ่ง จนจิตเราเข้าสู่สภาวะที่โล่ง ว่าง เบา สว่าง

แล้วจึงกำหนดจิต กำหนดลมหายใจ ทำความรู้สึกจินตภาพจินตนาการ กลั่นลมหายใจให้เป็นปราณ ละเอียดเป็นประกายพริ้ว กระแสลมหายใจเหมือนกับแพรวไหมพลิ้วผ่านเข้าออกในกายของเรา จิตติดตามดูติดตามรู้ เห็นลมหายใจตลอดทั้งสายตลอดทั้งกองลมนั้น ความรู้สึก สัมผัสได้ถึงความละเอียด ความปราณีต ความเป็นอนุภาคของลมหายใจที่เป็นปราณที่เรากลั่นละเอียด ผ่านเข้าสู่กาย ผ่านออกจากร่างกาย จิตยิ่งเบา จิตยิ่งสงบ ลมหายใจยิ่งละเอียด รู้สึกสัมผัสได้ถึงว่า ทั้งกายและจิตของเราโล่ง โปร่ง สว่างใส ปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย เข้าสู่สภาวะแห่งความสงบ กายจิตสว่างใส เบา เมื่อเข้าถึงความสงบความละเอียดผ่อนคลายจากลมหายใจแล้ว กำหนดที่จิตของเราตอนนี้ ใสเป็นเพชรประกายพริ้วสว่าง ความสว่างของจิต แผ่รัศมี แผ่กระแส แผ่พลังงานออกมา ทะลุผ่านกายเนื้อจนเห็นกายเนื้อทั่วร่างกายของเราใสสว่าง เป็นเพชรระยิบระยับ จิตเราเป็นเพชรระยิบระยับ เส้นแสงรัศมีของจิต แผ่กระจายพุ่งเป็นสีรุ้งออกมาชัดเจน รายรอบเลยจากขอบรัศมีเส้นแสงรัศมีแห่งจิต ปรากฏสภาวะแห่งความเป็นทิพย์ เป็นอนุภาค เป็นละอองระยิบระยับแพรวพราวรายรอบ จิตสว่าง โล่ง เข้าถึงสภาวะแห่งความสงบ สะอาดจากสรรพกิเลส ปราศจากความยึดติดทั้งปวง

กำหนดจิตต่อไปว่าพ้นจากรัศมีของจิต พ้นจากรัศมีกระแสพลังงานแห่งความเป็นทิพย์ของจิต กำหนดสภาวะอรูปรูป เป็นความขาว ว่าง โล่ง ไม่มีเพดาน ไม่มีพื้น ไม่มีผนัง มีเพียงจิตที่เป็นเพชรประกายพริ้วเราแผ่เส้นรัศมี และมีสภาวะความเป็นทิพย์คลุมกายนอกอยู่ เลยพ้นออกไป มีแต่สภาวะแห่งอรูปรูป ขาว โล่ง ว่าง สว่าง ทรงสภาวะกำลังแห่งอรูปรูปสมาบัติไว้

กำหนดรู้ว่าเราไม่ปรุงแต่งไม่สนใจและสลายสิ่งที่มากระทบทางอายตนะทั้งห้า คลื่นกระแส คลื่นความรู้สึก สิ่งที่มากระทบทั้งหลายสลายล้างออกไปด้วยกำลังแห่งอรูปรูปสมาบัติ เข้าถึงสภาวะที่จิตเป็นจิตตวิเวกความสงบสงัด ความตั้งมั่น ความเปี่ยมพลัง ความเป็นเอกัตถคารมณีสภาวธรรมที่เรากำลังทรงอารมณ์นี้อยู่ จิตเป็นเอกัตถคารมณีสภาวธรรมที่จิตที่เป็นเพชรประกายพริ้วนั้น จิตตั้งมั่นสว่างเปี่ยมพลัง จิตสงบสงัดวิเวกด้วยกำลังแห่งอรูปรูปสมาบัติ สลายล้างสิ่งรบกวน สลายล้างอวิชชาทั้งหลาย สลายล้างอกุศลทั้งหลาย สลายล้างกระแสทั้งหลายที่เข้ามารบกวนกายจิตของเรา จิตเราสว่าง สงบสงัด เปี่ยมพลัง ทรงอารมณ์ตั้งมั่นไว้

จากนั้นกำหนดจิตน้อมใจ

ด้วยความนอบน้อมแห่งจิตของเรา จิตของข้าพเจ้าทั้งหลายมีความเคารพ ในคุณแห่งพระพุทธเจ้า พระธรรม พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นที่พึ่งเป็นสรณะสูงสุด ถึงแม้ว่ากำลังแห่งฌานสมาบัติข้าพเจ้าฝึกปฏิบัติไว้ดีแล้ว แต่ความนอบน้อมยอมต่อพระบรมครู น้อมมอบกายถวายชีวิต แต่คุณพระรัตนตรัย ยังดำรงมั่นคงในจิตของข้าพเจ้าเสมอ น้อมจิตกำหนดว่ากลางจิตของเราตอนนี้ จิตที่เป็นเพชรประกายพริ้ว ปรากฏพุทธนิมิตของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงปรากฏ กระแสแห่งพุทธานุภาพปรากฏเต็มกำลัง

กำหนดพิจารณาว่าเมื่อถึงเวลา เราทรงอารมณ์ในจิตที่เป็นเพชรประกายพริกพร้อมกับกำหนดเพิกในรูป เราสัมผัสรู้สึก ว่าจิตเรามีความตั้งมั่นก็ดี มีความรู้สึกถึงความเปี่ยมพลังก็ดี ความสว่างเบา แต่เมื่อเราน้อมนำกำลังแห่งพุทธานุภาพมาไว้กลางจิตกลางใจของเรา ความรู้สึกชุ่มเย็น ความรู้สึกอบอุ่น ความรู้สึกที่รู้สึกว่ามีรังชัย มีที่พึ่ง มีสรณะ ทำให้จิตของเรา ยิ่งมีกำลังสูงขึ้นไปอีก ดังนั้นให้เราทรงอารมณ์และก็ไม่ลืมเสมอ ว่าสุดท้ายแล้ว เราก็จำเป็นต้องน้อมนำอาราธนาบารมีกำลังแห่งพุทธคุณไว้เสมอ ครูบาอาจารย์ทุกสาย ท่านตอกย้ำท่านเน้นย้ำในเรื่องนี้ ใช้กำลังของตัวเองอย่างไรก็ตามก็ไม่มีทางสู้กำลังแห่งคุณพระรัตนตรัย คุณกำลังแห่งพุทธคุณ กำลังพุทธโธ กำลังพุทธานุสสติ คำภาวนาในจิตของเรา ตอนนี้นำเรากำหนดจิตของเราว่า เมื่อไรที่เรานึกถึง พระพุทธเจ้าเป็นพุทธานุสสติ กำลังแห่งพุทธโธอุปมาเณคือคุณแห่งพระพุทธเจ้าไม่มีที่สุดไม่มีประมาณนั้น ของงบบ้างเกิดปรากฏ ในกายทวาร วจิทวาร มโนทวาร ของข้าพเจ้า

**คำว่ากายทวาร ก็คือการที่เรากำหนดน้อมทรงภาพพระไว้ เหนือเศียรเกล้าก็ดี ในศีรษะในอกก็ดี เป็นพระสามฐาน หรือองค์พระองค์ใหญ่คลุมกายเนื้อของเราทั้งหมด เป็นกำลังพุทธานุภาพคุ้มครอง**

แล้วเมื่อไหร่ก็ตามที่เรากำหนดในวจิทวาร ในคำบริกรรมก็ดี ในคำที่เราสวดมนต์ก็ดี บริกรรมว่าพุทโธออกไป กำลังกระแส หรือจิตของเรามองเห็นว่าตัวอักษรคำว่าพุทโธ เป็นสีทองก็ดี เป็นเพชรประกายพริกก็ดี พุ่งออกไปจากริมฝีปากไปพร้อมกับลมที่เรากล่าวคำว่า"พุทโธ"ออกไป หรือกำหนดเห็นว่าพุทโธนั้นปรากฏเป็นนิมิตภาพองค์พระเป็นพุทโธ องค์พระปรากฏพุ่งออกไป กำลังจิตกำลังสมาธิกำลังกสิณกำลังพุทธานุภาพก็ผืนี่ประสานเป็นหนึ่ง จิตเกิดจิตตานุภาพสูง นับแต่นี้ให้เราทรงอารมณ์ใจให้เกิดสภาวะแห่งจิตตานุภาพที่มันเต็มกำลัง คำภาวนา คำบริกรรม คำสวดมนต์ มีกระแส มีภาพอักษร คำสวดนั้นปรากฏเป็นเพชรพุ่งออกไป นึกถึงยันต์เกาะเพชรก็เห็นดาชายเพชรที่เป็นลายยันต์ อักษรยันต์ เป็นเพชรปรากฏพุ่งออกไป

\* จำไว้เสมอว่าอารมณ์ของอภิญญาจิตมีบาทฐานมาจากกสิณ หลักของกสิณก็คือการนึกภาพ หลักของการนึกภาพก็คือการจินตภาพและกำหนดเห็นภาพนิมิตในจิต และภาพนิมิตในจิตนั้นก็ก่อเกิดกลายเป็นความจริงด้วยกำลังแห่งสมาบัติ กำลังแห่งความเป็นทิพย์ กำลังแห่งพุทธานุภาพ ดังนั้นภาพที่เห็นในจิตก็กลายเป็นความจริงเป็นความสำเร็จดังที่จิตเราตั้งมั่น ดังที่จิตเราอธิษฐาน ดังที่จิตเรามีความปรารถนาไว้ อันนี้ก็เป็นหลักสำคัญของการใช้ กำลังสมาบัติ กำลังสมาธิ กำลังอภิญญา

ตอนนี้ให้เราตั้งใจอธิษฐานจิตรำลึกนึกถึงพระพุทธเจ้า ขอกำลังบารมีแห่งพุทธานุภาพ ธรรมานุภาพ สังฆานุภาพ ข้าพเจ้าขออาราธนากำลังแห่งพุทธานุภาพลงมาประสิทธิ์ประสาทประสานกายวาจาใจของข้าพเจ้า ให้มีกำลังแห่งตบะ ฌานสมาธิ และกำลังแห่งพุทธคุณ เข้าถึงสภาวะจิต ที่ตระหนกอย่างชัดเจนถึงกำลังในความหมายแห่งพุทธโธอุปมาเณ กำลังแห่งพุทธคุณแห่งจิตของข้าพเจ้า จงเป็นกำลังแห่งพุทธานุภาพที่ประสิทธิ์ประสาทมายังข้าพเจ้า เพื่อใช้สงเคราะห์ผู้คน เกื้อกูลหนุนนำพระพุทธศาสนา คำชูคำจุนชาติ และองค์พระมหากษัตริย์ ขอความศักดิ์สิทธิ์อัศจรรย์จงปรากฏขึ้น

จากนั้นกำหนดจิตอาราธนาบารมีพระพุทธเจ้าทรงสงเคราะห์ ตั้งใจยกจิต ขอบารมีพระ ยกอาทิสมาณกายขึ้นไปบนพระนิพพาน ไปอยู่เบื้องหน้าสมเด็จพระปฐม ไปอยู่เบื้องหน้าหลวงพ่อกุญแจอยู่เบื้องหน้าพระพุทธเจ้าทุกๆพระองค์ พระปัจเจกพระพุทธเจ้าทุกๆพระองค์ พระธรรม พระอริยสงฆ์ เมื่อขึ้นไปแล้วก็กำหนดจิต ทรงสภาวะความเป็นกายพระวิสุทธิเทพที่สว่างชัดเจนที่สุด นอบน้อมกราบบรรจงลงแทบเบื้องพระบาทของสมเด็จพระปฐม

จากนั้นกำหนดจิตขอบารมีสมเด็จพระปฐมเมตตาเป่ากำลังแห่งพุทธานุภาพ เป็นภาพองค์พระพุ่งมาที่จิตของข้าพเจ้า อาทิสมาณกายของข้าพเจ้าโดยตรงด้วยเทอญ ขอให้ข้าพเจ้าสัมผัสรับถึงกระแสพลังแห่งพุทธานุภาพชัดเจนโดยตรงด้วยเทอญ

กำหนดน้อมจิต น้อมจิตดู น้อมจิตตาม น้อมจิตสัมผัส

จากนั้นอธิฐานจิต ของวิเศษของทิพย์สิ่งใดที่ข้าพเจ้าเคยได้รับมา จากพระพุทธองค์ก็ดี จากเทพพรหมเทวาททั้งหลายก็ดี ขอให้จงปรากฏในสภาวะความเป็นทิพย์ของของทิพย์ทั้งหลายเหล่านั้น และขอให้จิตข้าพเจ้า เกิดญาณเครื่องรู้ที่พระพุทธองค์ทรงเมตตา ขอให้รู้ขึ้นมาได้ด้วยจิตวาระจิตว่าสิ่งที่ได้รับนั้น เพื่อการเพื่อประโยชน์ในสิ่งใดบ้าง สิ่งที่เคยได้รับมาในกาลก่อนก็ขอให้ผุดปรากฏขึ้น ลูกแก้วทั้งหลายที่เคยได้รับมาก็ดี พระขรรค์ก็ดี จักรก็ดี พระไตรปิฎกก็ดี ขอให้สิ่งต่างๆที่เป็นเครื่องทิพย์นั้นจงปรากฏขึ้น ข้าพเจ้าจงกำหนดรู้เป็นปัจเจกตั้งของเราเองแต่ละบุคคล ในเรื่องของหน้าที่ ในเรื่องของการใช้งานในความเป็นทิพย์ในสิ่งทั้งหลายนั้น กำหนดรู้ด้วยจิตอันผ่องใส อารมณ์จิตที่เป็นวิจิตรจินาเราสลายออกไป มีความผ่องใส มีอุเบกขารมณ์เป็นที่ตั้ง ใจยิ้มเอิบอิ่ม สงบนิ่ง อุเบกขา นิमितผุดปรากฏ ญาณเครื่องรู้ชัดเจนถูกต้องแจ่มใส

จากนั้น ให้เราแต่ละคน จะมีช่วงเวลาให้เราลองฝึกลองซ้อมลองใช้สิ่งที่เราได้รับ อันนี้ถือว่าเป็นภาคของการฝึกในเรื่องของอภิญา กำหนดว่าเราอยู่บนพระนิพพานในสภาวะกายของพระวิสุทธิเทพ จากนั้นก็กำหนด ฝึกใช้ในสิ่งที่ เป็นเครื่องทิพย์ที่เราอยู่นั้น กำหนดจิตเป็นอภิญาไป จะย่อเล็กขยายใหญ่ให้ลอยขึ้นมา กำหนดจิตอธิฐานว่าเขาสามารถแต่ละขั้นนั้นเราสามารถทำอะไรได้บ้าง พระขรรค์ถือขึ้นมามีแสงสว่างขึ้นใหม่ มีแสงพุ่งออกมาใหม่ มีรัศมีออกมาใหม่ จากนั้นปรากฏความเป็นแก้วความเป็นประกายพริ้วมีการหมุนวน มีการตัดสะบัดออกมาใหม่ ลูกแก้วเรา กำหนดจิต พุ่งจิตเข้าไปในลูกแก้ว ย้อนอดีต ย้อนอดีตตั้งสัญญาย้อนอดีตชาติ หรือกำหนดทำอย่างอื่นย่อเล็กขยายใหญ่ กำหนดแผ่รัศมีแสงสว่างออกมาได้ใหม่ มันมีการใช้ต่างๆพิสดารอีกมากมาย ลองกำหนดว่าจิตเราเกิดปัญญาผุดรู้ มีญาณเครื่องรู้ รู้จักที่จะใช้งานเครื่องทิพย์ต่างๆที่เราได้รับมาอย่างไรบ้าง ตอนนี้นำเวลาเราแต่ละคนนะฝึกอยู่บนพระนิพพาน ใช้เครื่องทิพย์ทั้งหลายที่เราเคยได้รับ

อารมณ์ใจสบายๆ ไม่ต้องเกร็ง อารมณ์จิตสนุกๆมีความเพลิดเพลิน

ฝึกได้ทำได้กันทุกคนนะ ฝึกใช้ ให้เวลาอีกสักครู่หนึ่ง หยิบขึ้นมาจับขึ้นมาด้วยกายทิพย์ด้วยอาทิสมาณกาย กำหนดจิตอธิฐาน ให้เขาแสดงฤทธิ์ของเขาเองก็ได้ ฝึกเป็นภาคอภิญาไปก่อนนะ

เออละ สมควรกับเวลา กำหนดจิตในความเป็นกายพระวิสุทธิเทพเหมือนเดิมพร้อมกับเครื่องทิพย์ทั้งหลายที่เรา มี จากนั้นกำหนดจิตต่อไป น้อมจิตถึงองค์สมเด็จพระจอมไตรศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าสมเด็จพระองค์ปฐม คราวนี้ที่ท่านสั่งมาก็คือ เมื่อที่เราเล่นเป็นอภิญาจากเครื่องทิพย์ทั้งหลายที่เราได้รับ คราวนี้สิ่งที่ให้ฝึกต่อ กลับเข้ามาก็คือ ให้ใช้เครื่องทิพย์ทั้งหลายที่เราได้รับนั้น จะเป็นลูกแก้ว จะเป็นพระขรรค์ จะเป็นจักรแก้ว จะเป็นพระไตรปิฎก จะเป็นสังข์ หรือจะเป็นสิ่งใดก็ตาม บางคนก็ได้เป็นสร้อยสังวาลย์ ให้กำหนดจิตต่อมาว่าจะใช้เครื่องทิพย์ทั้งหลายในการตัดกิเลสอย่างไร ใช้เป็นเครื่องมือเครื่องช่วยในการตัดกิเลสอย่างไร

คราวนี้กำหนดนะ ใช้กายทิพย์ ทรงอารมณ์ ประนมเอาของที่เป็นทิพย์มาพนมไว้และอธิษฐานแล้วขอใช้เพื่อเป็นเครื่องตัดกิเลส เพื่อเป็นอุปายในการตัดกิเลส เพื่อเป็นตัวช่วยเสริมส่งในการตัดกิเลส เพื่อความเข้าถึงในความเป็นพระอริยะเจ้าของเราแต่ละบุคคล ขอให้รู้ขึ้นเป็นปัจเจกตั้ง น้อมจิตให้มีความผ่องใสสว่าง



เป็นเจ้าของเกิดเป็นกษัตริย์มาก็คนมากมาย ดังนั้นจริงๆแล้วเราเองแต่ละคนล้วนแต่มีสายเลือดชาติตระกูลที่ทำให้รู้ว่าหน้าที่เราต้องช่วยดูแลรักษาชาติบ้านเมืองแผ่นดิน ทำนุบำรุงให้อาณาประชาราษฎร์นั้นอยู่เย็นเป็นสุข บำรุงสมณะชีพราหมณ์ให้ท่านสามารถ บำเพ็ญพรต บำเพ็ญฌาน บำเพ็ญตน เพื่อมรรคผลพระนิพพานได้โดยสะดวก คอยดูแลเป็นธุระอุปถัมภ์จากอุปถัมภ์ ไม่ให้ท่านอาหารร้อนใจ ดังนั้นสิ่งต่างๆเหล่านั้นมันเต็มหัวใจอยู่ลึกข้างในของเราอยู่แล้ว เราก็อ่าหลงเพิลิตเพิลินกับความสุขในทางโลกจนเกินไป ทำหน้าที่ในสิ่งที่เราตั้งใจตั้งจิตอธิษฐานก่อนลงมาจุติเป็นมนุษย์

ก่อนลงมาเกิดชาตินี้ ขอบารมีสมเด็จพระปฐม ขอบารมีสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ท่านปู่ท่านย่า ขอให้ท่านเมตตาบอกกล่าว ให้สิ่งที่เราไปกราบลา ก่อนลงมาจุติ จงผุดรู้ จงรู้ตื่นขึ้นในจิตของเรา อย่าหลุดจากหน้าที่ อย่าหลุดจากที่เราอธิษฐานไว้ เราอธิษฐานอะไรมาบ้างก่อนที่จะจุติ ถ้าเรามาจากสวรรค์มาจากพรหม ก่อนลงมาจุติเราก็มไปกราบลาทุกท่าน ไปตั้งอธิษฐานที่พระจุฬามณีบ้าง ไปตั้งอธิษฐานต่อหน้าพระพุทธองค์บ้าง ต่อหน้าพระโพธิสัตว์ ต่อหน้าสมเด็จพระศรีอาริยะเมตไตรยบ้าง ดังนั้นขอให้จิตเรารู้ตื่นขึ้นผุดรู้ขึ้น ขอให้ความเอิบอ้อมความตั้งมั่นในแรงอธิษฐานของเรานั้น จงปรากฏรู้ตื่นขึ้นอย่างตระหนักและชัดเจน เชื่อมมันเถอะว่า หากเราตั้งใจว่าลงมาเกิดเพื่อจะเสวยผลแห่งบุญเราคงไม่มาปฏิบัติกรรมอะไรขนาดนี้ การที่เราปฏิบัติธรรมเจริญพระกรรมฐาน ก็เพราะเรามีหน้าที่ ทั้งเพื่อมรรคผลพระนิพพานเองแล้วก็มีหน้าที่เพื่อชาติบ้านเมืองเป็นสองสิ่งที่สำคัญอย่างยิ่ง ไม่อย่างนั้นเราบรรลุมรรคอยู่ข้างบนไม่ต้องลงมาลำบากก็ได้ เราลงมาลำบากเพื่อ ตั้งจิต ให้รู้ตื่นว่าเพื่ออะไร

กำหนดน้อมใจของเรา ขอภาวนอดิตชาติทั้งหลายจงหลังไหลพรังพรุ ผุดรู้ขึ้นมาในจิตของเรา ขอให้ภาพเหตุการณ์ ทั้งในความเป็นมนุษย์ที่เวียนว่ายตายเกิดมาในชาติสำคัญๆก็ดี ภาพที่เราอธิษฐานจิต ต่อพระพุทธองค์ ต่อท่านปู่ท่านย่า ต่อท่านปู่สัทหมบตีพรหมก็ดี ขอจงปรากฏขึ้น กำหนดรู้เป็นปัจจัยตั้งของเราเองแต่ละบุคคล กายจิต กายพระวิสุทธิเทพสว่างใสอย่างยิ่ง

เมื่อผุดรู้ขึ้นมาในจิตแล้ว เราก็ตั่งใจว่าศักยภาพความสามารถที่เรามีอยู่ตอนนี้ ก็ขอให้ได้รับการสนับสนุนจากเทพพรหมเทวา จากพระพุทธองค์ จากพระรัตนตรัย จากครูบาอาจารย์ทั้งหลาย ขอเมตตาสนับสนุน ในทุกสิ่งทุกอย่างทุกด้าน ในสิ่งที่ชอบ ประกอบในสิ่งที่ควร ขอให้ไม่มีปัญหาพิจารณาครอบครองคลุมชัดเจนในทุกสิ่ง ขอให้เราจะมีปัญญา มีสติปัญญาเป็นผู้ที่รู้เหตุรู้ผล รู้เหตุว่าเหตุต่างๆจะเกิดผลเช่นไร เห็นผลยาวไกลจนสุดขอบจนครบรอบวัฏฏะในทุกเหตุการณ์ทุกสิ่งอย่างทุกเรื่องราว

จากนั้นกำหนดในความเป็นกายพระวิสุทธิเทพให้สว่างผ่องใส กายสว่างระยับระยับอย่างยิ่ง รู้สึกได้ว่าวันนี้เราแต่ละคนที่มาปฏิบัติได้รับกำลังที่พระพุทธองค์และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายประสิทธิ์ประสาทลงมามากกว่าปกติ น้อมกระแสน้อมกระแสน้อมกับทุกดวงจิต น้อมกระแสน้อมจากพระนิพพานแผ่ตรงลงไป เป็นกระแสเมตตาประสาน น้อมถึง อรูปพรหมทั้งสี่พรหมโลกทั้งสิบหกชั้น สวรรค์ทั้งหกชั้น รุกขเทวดาอากาศเทวดาที่วอนันตจักรวาล มนุษย์และสัตว์ที่มีกายเนื้อที่วอนันตจักรวาล โอปปาทิกะสัมภเวสีทั้งหลายที่เร่ร่อนอยู่ในโลกมนุษย์ก็ดี ตามดวงดาวเอกภพดวงดาวอื่นก็ดี ขอสรรพสัตว์ทั้งหลายจงพ้นจากความทุกข์ แม้เมตตาอุทิศส่วนกุศลให้กับโอปปาทิกะสัมภเวสีทั้งหลาย รวมไปถึงเปรตอสุรกายทั้งหลาย เจ้ากรรมนายเวรทั้งหลาย อุทิศส่วนกุศลลงไปยังนรกภูมิทุกขุม น้อมจิตน้อมกระแสน้อมถวายท่านพระยายมราช นายนิริยบาลทุกท่านทุกพระองค์

จากนั้นน้อมกระแสดจากพระนิพพานลงมา เป็นกระแสบุญศักดิ์สิทธิ์ เป็นกระแสงสว่างส่องตรงลงมา ยังประเทศไทย  
ยังวัดวาอารามทั้งหลาย ยังสถานปฏิบัติธรรมทั้งหลาย กระแสดจากพระนิพพาน กระแสบุญทั้งหลาย ส่อง ครอบคลุม  
พระพุทธรูปทุกพระองค์ พระเจดีย์พระบรมธาตุเจดีย์ พระเครื่องวัตถุมงคลทั้งหลายขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า  
อัครจารย์ กระแสดแห่งพุทธานุภาพ กระแสดแห่งสิ่งศักดิ์สิทธิ์ กระแสดแห่งพระนิพพานน้อมส่องตรงลงมา ยัง  
พระบรมมหาราชวัง ยังพระตำหนักทั้งหลายทุกองค์ พระเศวตฉัตร เทวตาผู้รักษาราชบัลลังก์ เทวตาผู้รักษาเศวตฉัตร  
เทวตาผู้รักษาพระชนมวารขององค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว พระบรมพระบรมราชินีนาถ พระบรมวงศานุวงศ์ทุก  
พระองค์ ขอกระแสดแห่งบุญกุศลลงน้อมส่งตรงเป็นเกราะแก้วคุ้มครอง ขอให้บุญทั้งหลายแห่งการเจริญพระกรรมฐาน  
ของข้าพเจ้าทั้งหลายนี้ เป็นบุญส่งเสริมหนุนนำ ยอยก องค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ให้บำเพ็ญพระบารมีพระราช  
กิจ แฝพระบารมี เกิดไพศาลไปทั่วทุกทิศทั่วโลก บารมีขององค์เปิดเข้าสู่ยุคชาวมิลเลินได้โดยเร็วโดยพลัน

จากนั้นน้อมจิตให้สว่าง ตั้งใจว่า บุญที่เราทำไว้ดีแล้ว จิตเจตนาธรรมแห่งการเจริญพระกรรมฐานแห่งการปฏิบัติและจิตที่  
มีความตั้งมั่นในการบำเพ็ญสามสถาบันนี้ มีเต็มหัวใจหัวใจ เทวตาทั้งหลายย่อมรักษา พระสยามเทวาธิราชย่อมรักษา  
พระเสื้อเมืองพระทรงเมืองทั้งหลายย่อมรักษาเราผู้ประพาศธรรม ขอให้นับแต่ความคล่องตัว ความเจริญรุ่งเรือง และ  
การสนับสนุนจากภาคทิพย์ผู้วิเศษทั่วทุกทางโลก ของปรากฏ เป็นความช่วยเหลือ เป็นการส่งเสริมสนับสนุนทุกด้านอย่าง  
รวดเร็วและอัครจารย์ด้วยเถิด

จากนั้นให้เราพุ่งจิตลงมา น้อมแสงสว่างจากพระนิพพานลงมายังกายเนื้อฟอกธาตุชั้น สว่างพุ่งตรงลงมาใจกลาง  
กระหม่อมคลุมร่างกายของเราทั้งหมด มองเห็นร่างกายโปร่งใสทะลุเห็นกระดูก เห็นอวัยวะภายใน เห็นเส้นเลือด เห็น  
ร่างกายใสสว่าง ฟอกร่างกายธาตุชั้นให้สว่างบริสุทธิ์หมดจด กระแสดแห่งพระนิพพานครอบคลุมคุ้มครอง สลายโรครภัย  
ไข้เจ็บ สลายอวิชชาคุณไสย กายจิตมีแต่ความผ่องใสสว่าง ขอให้พบเจอแต่กัลยาณมิตร ขอให้พบเจอแต่บุคคลที่มีแต่  
บุญกุศล ขอให้พบเจอแต่บุคคลที่มีบุญเป็นสัมมาทิฐิ

จากนั้นหายใจลึกๆซ้ำๆ หายใจเข้าพุทออกโธ ครั้งที่สอง ธัมโม ครั้งที่สาม สังโฆ

จากนั้นน้อมใจของเราให้ผ่องใสสว่าง ถอนจิตซ้ำๆออกจากสมาธิ น้อมจิตโมทนาสารกับกัลยาณมิตรทุกคน ครูเมตตา  
สมาธิที่แนะนำสมาธิ สร้างกุศลจุดแสงเทียนแห่งความดีในจิตใจของผู้คน ใจเราเอิบอ้อมผ่องใสสว่าง เป็นสุขทั้งระหว่างที่  
ปฏิบัติ เป็นสุขทั้งยามออกจากสมาธิ

สำหรับวันนี้ ใครมีประสบการณ์ในการปฏิบัติที่เป็นปัจเจกตั้งจุดใดก็ได้ สามารถเล่าแบ่งปันในห้องในกลุ่มไลน์ได้นะครับ

สิ่งใดที่เป็นเคล็ดลับที่เราไม่รู้ของเรา เราส่งต่อแบ่งปัน คนอื่นเอาไปใช้ เขาไปใช้แล้วเกิดประโยชน์ ชัดเกลากิเลสได้ แม้  
เพียงเล็กน้อยก็ถือว่าเป็นอานิสงส์ใหญ่หลวง ดังนั้นการเอื้อเฟื้อแบ่งปันในธรรมถือว่าเป็นคุณธรรมของกัลยาณมิตร เรา  
ก็พึงปฏิบัติให้เป็นอุปนิสัย คอยกันในเรื่องของธรรมะในระดับของผู้ที่ปฏิบัติได้ปฏิบัติถึง ไม่ถือว่าเป็นข้อห้าม

แต่บางเรื่องในเรื่องของการปฏิบัติที่เราจะไปเล่าให้กับคนที่เขาไม่ได้ปฏิบัติเลย อันนี้ถึงจะเป็นข้อห้ามเพราะว่า หนึ่ง เขา  
ทำไม่ได้หรือเป็นบุคคลที่มีอารมณ์จิตหรือความคิดว่าตัวเขาทำไม่ได้คนอื่นจะทำได้ยังไง คิดว่าสิ่งต่างๆที่พูดนั้นเป็น  
เรื่องเพื่อจ้อเว้าเป็นเรื่องโกหกหลอกลวง มันก็เป็นอันตรายต่อเขา ในถึงเวลาอาระที่เขาจะต้องมาปฏิบัติมันก็จะ  
กลายเป็นปฏิบัติไม่ขึ้นเพราะเคยไปปรามาสคนที่เขาทำได้ คนที่เขาทรงฌาน คนที่เขาทรงกำลังใจสูง ดังนั้นจึงเป็นข้อ  
ห้ามว่าไม่ควรเล่าธรรมที่สูงกับคนที่เขายังไม่ถึงภูมิ คือยังไม่เคยปฏิบัติหรือไม่ปฏิบัติในวิสัยนั้นๆ แต่ถ้าอยู่ในวิสัย

เดียวกันในวิสัยของอภิญญาที่สามารถเล่าเอื้อเพื่อในธรรม โดยวางอารมณ์ใจของเรา เวลาที่เราจะแนะนำธรรมะที่ดี เวลาที่เราจะแชร์ธรรมะที่ดี เราตั้งกำลังใจว่าธรรมที่เราเล่าถ่ายทอดประสบการณ์หรือแบ่งปัน เป็นไปเพื่อปรารถนาให้เขา บุคคลทั้งหลาย ได้นำไปใช้เป็นประโยชน์ หากบุญนั้นกุศลนั้นตรงวาระจิตทำให้เขาเกิดได้มรรคผลพระนิพพานหรือขัดเกลากิเลสไปได้แม้เพียงน้อยหนึ่งก็ตาม บุญอันสูงส่งนั้นมันก็เกิดขึ้นมหาศาล ดังนั้นก็ขอให้เราตั้งใจ อย่าลืมนำแบ่งปันธรรมะ แบ่งปันประสบการณ์ไว้ เป็นการเอื้อเพื่อในธรรม

สำหรับวันนี้ก็ขอโมทนาบุญกับทุกคน พຼຽນนี้อาจารย์มีคอร์สสอนที่จุฬาฯ ถ้าใครสะดวกก็ขอมอบมาได้บ้างอีกจำนวนหนึ่งนะครับ ถ้าคนลงทะเบียนแล้วก็มิตินั่งแน่นอน ช่วงคำพຼຽนนี้สามทุ่มพຼຽนนี้ก็ขออนุญาตงดเนื่องจากสอนไปค่อนข้างจะเต็มวันแล้วสำหรับพຼຽนนี้ะครับ ขอจดสำหรับห้องเมตตาภิรมย์กรรมฐาน

สำหรับวันนี้ก็ขอโมทนาบุญกับทุกคนแล้วก็อย่าลืมนะที่จะเขียนแผ่นทองอธิษฐานพระนิพพาน ตั้งใจช่วยกัน หลังจากนั้นก็น่าจะเป็นช่วงที่เริ่มเปิดตัวโครงการสร้างพระเจ้าแสนพระนิพพานเต็มกำลังขึ้นกว่าเดิมนะครับ

อย่าลืมนะเขียนแผ่นทองกันด้วย ส่งต่อบอกต่อกันด้วย

สำหรับวันนี้สวัสดิ์ครับ

ขอให้มีความสุขความเจริญรุ่งเรือง ขอให้มีความอิมเอมปริตาปราโมทย์ในธรรมะปฏิบัติ