

เสียงธรรมจากห้อง “เมตตาสมาธิกรรมฐาน” วันอาทิตย์ที่ 21 มกราคม 2567

เรื่อง น้อมนำธรรมะเพื่อเข้าถึงซึ่งพระนิพพาน

โดย อาจารย์ คณานันท์ ทวีโกด

กำหนดความรู้สึก ให้สติจดจ่ออยู่กับความรู้สึกตัวทั่วพร้อม ความรู้สึกในกายรู้ตลอดทั้งกาย ทุกส่วนทั่วร่างกาย เมื่อรู้สึกตัวทั่วพร้อมแล้ว ก็ให้เราพิจารณากำกับว่าเราดำรงสติอยู่ในกายคตตามหาสติปัฏฐาน แต่การรู้กายนั้น รู้เพื่อละ ใช้การผ่อนคลายร่างกายกล้ามเนื้อ ผ่อนคลายกล้ามเนื้อทุกส่วน ความรู้สึกทั่วร่างกายปราศจากอาการเกร็ง ผ่อนคลายทั่วร่างกายเพื่อปล่อยวางร่างกาย หรือตัดร่างกายขั้นห้า ปลดกำลัง ผ่อนคลาย จนรู้สึกได้ว่าเรากำลังทั้งกายทั้งขั้นห้า

ทั้งกายเพื่อแยกกายแยกจิต ทั้งจากกายไปอยู่ที่จิต เมื่อกำหนดมาอยู่ที่จิตทั้งกายแล้ว ก็กำหนด ทั้งความกังวล ความวุ่นวาย ความสับสน การปรุงแต่ง ภาระของใจ ละ วาง ความห่วงความกังวลทั้งหลายออกไปจากจิตจากใจของเราให้หมด เหลือแต่เพียงความสงบ ความเบา ความหยุดนิ่งของจิต กำหนดรู้อยู่กับลมหายใจสบาย ละเอียด เข้าถึงความสงบของจิตด้วยกำลังของอานาปานสติ รู้ลมตลอดสายตลอดทั้งกองลม จินตภาพเห็นลมหายใจเป็นเหมือนกับแพรไหมพลิ้วผ่านเข้าออกในกาย ลมหายใจละเอียด เบา สงบ ทรงอารมณ์ความสงบ จากลมหายใจที่เบาสบายนี้ กำหนดรู้ที่เรากำลังทรงอารมณ์อยู่ในอานาปานสติอันถือว่าเป็นวิหารธรรม คือธรรมอันเป็นเครื่องอยู่ของจิต สงบ ละเอียด เบา สบาย ทรงอารมณ์ไว้ ประคับประคองใจของเราอยู่ในความสงบ รู้สึกสัมผัสถึงความนิ่งความสงบของใจ กำหนดรู้เราได้พักจิตอยู่กับความสงบ สัมผัสถึงความสุขแห่งความสงบ ความสุขของสมาธิ ความสุขจากการที่จิตหยุดการปรุงแต่งทั้งหลาย เข้าถึงธรรมที่พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ว่า “ความสุขเสมอด้วยความสงบนั้นไม่มี”

จิตทรงอารมณ์ในความสงบ ลมหายใจละเอียด เบา ราบรื่นต่อเนื่อง

จากนั้นกำหนดจิตต่อไป ทรงอารมณ์ จากสภาวะที่ลมหายใจละเอียดเบา กำหนดหยุดจิต นิ่งหยุด หยุดความคิด หยุดจิต หยุดการปรุงแต่ง จุดที่จิตของเราหยุดนิ่งอยู่นั้น เรากำหนดน้อมนึกจินตภาพให้ปรากฏเป็นดวงแก้วสว่าง

ดวงแก้วนั้นคือจิต จิตคือกสิณ กสิณคือดวงจิต เห็นภาพจิตของเรา ไส้ขึ้น สว่างขึ้น ไส้ขึ้น ยิ่งจิตเราใสสว่างมากเท่าไร ภาพนิมิตสัมพันธ์จิตใจ ยิ่งสว่างอารมณ์จิตยิ่งเป็นสุข ยิ่งมีความปลื้มปิติมีความอึดอึดใจ

ทรงอารมณ์ที่จิตเป็นประกายพริ้ว จากดวงแก้วใสสว่าง น้อมนึกจินตภาพให้เห็นจิตนั้นเป็นเพชรรูปที่เจียรระโนระยับระยับแวววาว เปล่งแสงรัศมีสว่างเป็นประกายพริ้วระยับระยับ จิตยิ่งมีความสุขมีความอึดอึด จิตเข้าถึงสภาวะที่จิตเป็นประภัสสร จิตเป็นปฏิภาคนิมิต

กำหนดทรงอารมณ์เห็นแสงสว่างของจิตที่เป็นประกายพริ้วทะลุกายเนื้อของเรา สว่างครอบคลุมมีรัศมีเส้นแสงออกมาเป็นรัง เลยออกไปมีอนุภาคที่เป็นเหมือนกับกากเพชรแวววาวระยับระยับกระจายอยู่ เป็นชั้นบรรยากาศห่อหุ้มภายนอก เป็นสภาวะแห่งความเป็นทิพย์ของจิต

ทรงอารมณ์ทรงสภาวะที่จิตเข้าถึงความเป็นทิพย์ คือจิตเป็นประกายพริ้วสว่าง เส้นแสงรัศมีครอบคลุม เลยกายออกไปหนึ่งว่า พ้นจากรัศมีที่เป็นเส้นแสง ก็ปรากฏสภาวะบรรยากาศแห่งความเป็นทิพย์ คือมีสภาวะที่อากาศบรรยากาศรายรอบเป็นเหมือนกับกากเพชรแวววาวอยู่ท่ามกลางบรรยากาศทั้งหมด ทรงอารมณ์ทรงสภาวะ กายเนื้อสว่างใส จิตเป็นเพชรประกายพริ้ว มีเส้นแสงสว่างออกไปในรัศมีโดยรอบประมาณหนึ่งว่า พร้อมกับบรรยากาศเลยพันออกไป มี

สภาวะแพรวพราวระยิบระยับเป็นกากเพชร มีความเป็นทิพย์ ทรงอารมณ์ทรงสภาวะนี้ไว้ กำหนดรู้ที่เราฝึกให้จิตนั้น เกิดจิตตานุภาพ

จิตเข้าถึงความเป็นทิพย์ จิตคือกสิณ กสิณคือจิต จิตสว่างแพรวพราว ทรงอารมณ์ ทรงสภาวะ ทรงความรู้สึกรัตน์มี แผ่พลังงานออกไป สัมผัสถึงพลังงาน สัมผัสถึงแสงสว่าง สัมผัสถึงความอึดอ้อมอ้อมเอิบใจปิติสุขจากความสว่างรัศมี ความเป็นทิพย์ของจิตที่เราทรงอารมณ์นี้ให้ได้ ทรงอารมณ์เพาะบ่มกำลังจิตตานุภาพ ทำให้เกิดผล ฝึกฝนด้วยความวิริยะความเพียร ทรงอารมณ์ ทรงสภาวะจิต ทรงความผ่อนคลายแห่งความเป็นทิพย์ของจิต

เมื่อจิตของเราชินกับอารมณ์ฌาน ทรงอารมณ์แห่งกสิณจิต จิตเข้าถึงความเป็นทิพย์ สามารถทรงอารมณ์ ทรงสมาบัติ ให้มีความตั้งมั่นได้

ลำดับต่อไป เมื่อเราทำเหตุไว้ดีแล้ว กรรมฐานในฌานสี่แห่งกสิณเราเต็มกำลังแล้ว เราก็โน้มจิตโน้มนี้ถาวรนาบารมี องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า กำหนดอาราธนากระแสพุทธานุภาพปรากฏขึ้นกลางจิตกลางใจของเรา

จิตที่เป็นเพชรประกายพริ้ว ปรากฏองค์พระสว่างผ่อนคลาย อาราธนาจิตตานุภาพอันไม่มีประมาณของพระพุทธองค์มาเป็น องค์พระภายในจิต องค์พระสว่างผ่อนคลาย กำลังความเป็นทิพย์รัศมีของจิตยิ่งเพิ่มพูนมากขึ้น จำไว้เสมอว่ากำลังของเรา ไม่ว่าจะอย่างไรก็ตาม ก็ไม่มีทางที่จะเทียบเปรียบกับกำลังแห่งพุทธานุภาพของพระพุทธองค์ได้ ครูบาอาจารย์ท่านสอน ไว้ว่าอย่าใช้กำลังของเราเอง ทุกสิ่งเป็นบารมีของพระที่เราอาราธนาให้ท่านเมตตาสงเคราะห์ให้ท่านช่วยเหลือ เราฝึก เพื่อทำเหตุ แต่ถึงเวลาเมื่อใช้เมื่อปฏิบัติ เราอาราธนาบารมีพระเป็นกำลังแห่งพุทธานุภาพ ทรงภาพองค์พระแผ่รัศมี ความสว่างความผ่อนคลายเต็มกำลังออกไป อารมณ์จิตยิ่งเปล่งประกายความสว่าง รัศมีกาย รัศมีแห่งจิต รัศมีจากองค์พระ และความเป็นทิพย์เปล่งประกายออกไปเต็มกำลัง

จากนั้นกำหนดจิตว่า รัศมีของพุทธานุภาพนี้ เราน้อมจิต ขอให้แผ่เป็นกระแสแห่งเมตตาคือพรหมวิหาร 4 ความสุข ความอึดอ้อมใจ บุญกุศล ทาน ศีล ภาวนา ขอกำลังแห่งพุทธเมตตาของพระพุทธเจ้าแผ่กระจายเปิดสามแดนโลกธาตุ ทุกภพทุกภูมิ ล้วนซึมซับ รับกระแสแห่งพระพุทธเมตตาของพระพุทธองค์ที่เราแต่ละบุคคลแผ่เมตตาออกจากองค์พระ ภายใน แผ่เมตตาเปิดสามแดนโลกธาตุ รัศมีแสงสว่างขององค์พระ สว่างกระจายออกไป เมื่อกระทบกับดวงจิตใด ดวงจิตนั้นก็พลอยอึดอ้อมผ่อนคลายเป็นสุข

แผ่เมตตาสว่าง อึดอ้อม

กำหนดจิต ตอนนี้อธิษฐาน ขอให้กายภายในของเรา คือกายทิพย์หรืออาทิสมานกายนั้น จงเป็นกายทิพย์เต็มกำลัง หากเราเป็นบุคคลผู้ปรารถนาในพยานในชาติปัจจุบัน ก็ขอให้กายทิพย์ของเราแจ้งปรากฏในสภาวะแห่งกายพระวิสุทธิเทพ หากเราเป็นบุคคลผู้ปรารถนาในพระโพธิญาณ คือปรารถนาในพุทธภูมิ และยกกำลังจิตของเราขึ้นสู่ความเป็นพระโพธิสัตว์ คือมีจิตเอื้อเอ็นดูในมวลหมู่เวไนยสัตว์ ปรารถนาพระโพธิญาณเพื่อรื้อขนมวลสรรพสัตว์เข้าถึงซึ่งพระนิพพาน กำลังใจเป็นไปเพื่อมวลสรรพสัตว์ กำลังใจกำลังจิตเราก็คือว่ายกขึ้นสู่ความเป็นพระโพธิสัตว์ ลำพังบุคคลผู้ปรารถนา เป็นพระพุทธเจ้า แต่ปรารถนาด้วยอารมณ์ความรู้สึกก็ยังเป็นไปเพื่อตัวเอง เป็นไปเพื่อความเก่ง เป็นไปเพื่อการยกย่องสรรเสริญจากบุคคลอื่น ก็ยังถือว่าเป็นเพียงพุทธภูมิแต่ยังไม่ได้ยกขึ้นสู่ความเป็นพระโพธิสัตว์ แล้วเมื่ออารมณ์จิตที่ยกสู่ความเป็นพระโพธิสัตว์จนถึงเป็นปรมาตมบารมีได้รับคำพยากรณ์จากพระพุทธเจ้าแล้ว จิตก็ยกขึ้นสู่ความเป็นพระมหาโพธิสัตว์ แล้วเมื่อไรก็ตามที่จิตของพระโพธิสัตว์ท่านนั้นๆ บำเพ็ญบารมีในการปฏิบัติในการขัดเกลา เจริญพระกรรมฐานสูงขึ้น ขัดเกลา หมั่นตัดสังโยชน์สูงขึ้น ภูมิของความเป็นพระโพธิสัตว์ก็ยกขึ้นสู่อริยะโพธิสัตว์ คือขึ้นชื่อว่าเป็นพุทธภูมินั้นอย่างไรก็ยังเป็นปุถุชน แต่อารมณ์จิตนั้นมีอารมณ์ที่ตัดกิเลส เทียบเคียงเทียบเท่ากับอารมณ์ของพระอริยเจ้า เพียงแต่ท่านยังยั้งไว้ ยังไม่ก้าวเข้าสู่พระนิพพาน ยังไม่ก้าวเข้าสู่ผล เนื่องจากยังมีตัวติดอยู่จุดเดียวคือ ภาระหน้าที่

ในการที่จะต้องเข้าถึงอภิเษกสัมมาสัมโพธิญาณตรัสเป็นพระพุทธเจ้าในอนาคต ด้วยเหตุนี้อารมณ์จิตของพระโพธิสัตว์ทั้งหลาย จึงยังยับยั้งอยู่ยังไม่เข้าพระนิพพาน แต่บารมีของท่านนั้น กายทิพย์ของท่านก็สามารถที่จะยกกายทิพย์ไปกราบพระไปกราบพระพุทธองค์เข้าพระนิพพานได้ แต่ยังไม่ตัดเข้าเหมือนกับพระอรหันต์หรือพระพุทธเจ้าที่บรรลु อภิเษกสัมมาสัมโพธิญาณแล้ว

ตอนนี้อารมณ์จิตของเราให้ทรงอารมณ์ในกายทิพย์เต็มกำลังตามภูมิภาวะของเราแต่ละบุคคล

สำหรับคนไหนที่ยังฝึก ยังเพ็งปฏิบัติ ก็ให้หมั่นเห็นกายของเราเป็นแก้วใสสว่าง มีองค์พระอยู่ภายในอก เปล่งแสงสว่างรัศมีแผ่ออกไปทั่วสามภพภูมิ พุทธภูมิที่กำหนดให้เห็นกายเป็นกายของพระโพธิสัตว์พินภกร ถ้ากำลังเป็นพระโพธิสัตว์พระมหาโพธิสัตว์แล้ว แผ่เมตตาออกไปอย่างไม่มีประมาณ ทรงอารมณ์ในการแผ่เมตตาเปิดโลกธาตุสามแดนโลกธาตุ กระแสจิตมีความเมตตาเอ็นดูสรรพสัตว์ จิตเป็นผู้ปราศจากการเบียดเบียน จิตเป็นผู้ที่ปราศจากเวรภัยทั้งหลาย จิตเป็นผู้ที่ปราศจากการเป็นเจ้าของกรรมนายเวรของผู้หนึ่งผู้ใด

กำหนดจิต แผ่เมตตา อภัย สันติ เมตตา อภัยและมีกระแสสันติสุข แผ่ออกจากกายทิพย์ของเราทุกคนแต่ละคน ขอกระแสกำลังแห่งพระกรรมฐานในเมตตาอัปปีนญาณนี้ จงเป็นกำลังบุญใหญ่ที่สร้างสันติสุข สร้างกระแสเมตตา เปิดสามแดนโลกธาตุ เปิดยุคสมัยแห่งชาววิไลให้ปรากฏ แผ่เมตตาสว่าง กายทิพย์เราสว่างเต็มกำลัง แผ่เมตตาพร้อมกับกระแสความรู้สึกของความสงบเย็น แผ่กระแสบุญอันไม่มีประมาณ แผ่สว่าง ยิ่งแผ่ออกไปมากเท่าไร พลังของจิตตานุภาพบุญกุศลยิ่งก่อเกิด ยิ่งให้ยิ่งได้ ยิ่งแผ่ยิ่งก่อเกิดบารมีแห่งจิตแผ่ไพศาลกระจายสว่างออกไป

แผ่เมตตา อภัย สันติสุข

เมื่ออารมณ์จิตที่เราแผ่เมตตานั้นยังความสงบเย็นให้ปรากฏ ความรู้สึกถึงกายทิพย์ของเราในแต่ละบุคคล เรากำหนดรู้ในความสว่างในความผ่อนคลายของกายทิพย์

จากนั้นตั้งจิตอธิษฐาน ขอบารมีพระพุทธองค์ทรงสงเคราะห์ ขอยกอาทิสมาณกายข้าพเจ้าขึ้นไปบนพระนิพพานอยู่ท่ามกลางมหาสมาคม อันประกอบไปด้วยพระพุทธเจ้าทุกๆพระองค์ พระปัจเจกพุทธเจ้าทุกๆพระองค์ พระอรหันต์ทุกๆพระองค์ มีสมเด็จพระปฐมบรมกษัตริย์เป็นประธาน กำหนดน้อมให้เห็นกายทิพย์ของเรากราบทุกท่านทุกๆพระองค์ ในขณะที่กราบพระพุทธเจ้า กราบด้วยความนอบน้อมด้วยความเคารพ กราบหลวงปู่หลวงพ่อกุรูบาอาจารย์ที่เราเคารพนับถือที่ท่านปรากฏมาให้เห็นบนพระนิพพานด้วยกายทิพย์ เราน้อมจิตแยกอาทิสมาณกายกราบท่าน

จากนั้นกำหนดจิต กำหนดขอให้กายทิพย์ของเราแต่ละบุคคล จงปรากฏมีรัตนบัลลังก์ดอกบัวแก้วและกายทิพย์เรานั่งขัดสมาธิรายล้อมห้อมล้อมด้วยพระพุทธองค์ทั้งหลาย พระปัจเจกพุทธเจ้าทั้งหลาย พระอรหันต์ทั้งหลาย รายล้อมรอบพร้อมทั้งอาราธนาบารมี ขอทุกท่านทุกๆพระองค์ เมตตาเปล่งฉัพพรรณรังสี แผ่มายัง อาทิสมาณกายกายทิพย์ของข้าพเจ้าบนพระนิพพาน

ในขณะที่ฉัพพรรณรังสีของทุกท่านทุกๆพระองค์ แผ่ฉาบเฝืออบมายังกายทิพย์ของเรา เราก็กำหนดจิตพิจารณาตัดสังโยชน์ทั้งสิบ กายทิพย์เราเปล่งประกายขึ้น สว่างขึ้น ผ่องใสชัดเจนขึ้น

พิจารณาตัดสังโยชน์ คือ สักกายทิฐิ¹ พิจารณาในความตาย พิจารณาว่าเราต้องตาย พิจารณาว่าตายเมื่อไร เราขอมาพระนิพพาน

วิจิตร² เราไม่ลังเลสงสัยในพระรัตนตรัย เราไม่ลังเลสงสัยในการปฏิบัติ เราไม่ลังเลสงสัยว่ามรรคผลพระนิพพานมีจริงไหม และสิ่งสำคัญที่สุดคือ เราไม่ลังเลสงสัยว่า เราจะมาพระนิพพานในชาตินี้ได้หรือไม่ จิตมีความตั้งมั่นมั่นคง มั่นใจเต็มที่เต็มเปี่ยมชัดเจน

พิจารณาตัดสังโยชน์ต่อไป คือ สลัทธิพตปรัมมาส³ กำหนดจิตว่าเรามีศีลเป็นเกาะแก้ว ปิดอบายภูมิ ปิดภพที่ทำให้เราจะต้องไปรับเสวยวิบากกรรมในการเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉานเปรตอสุรกายสัตว์นรกเป็นต้น ศีลเป็นเครื่องกันเป็นเครื่องป้องกันเป็นเครื่องปิดอบายภูมิทั้งปวง เมื่อสลัทธิพตปรัมมาสความมั่นคงในศีลของเรามั่นคงเป็นอริยะศีล เมื่อนั้นอบายภูมิก็ปิดลง เหตุนี้ พระอริยะเจ้าตั้งแต่พระโสดาบันจึงไม่ต้องตกสู่อบายอีกต่อไป อันนี้คือเหตุเป็นผลของการตัดการละ ละ ตัด สิ่งใดได้ ก็ตัดภพตัดภูมิในภพภูมินั้นได้

พิจารณาต่อไปว่า เราพิจารณาอยู่บนพระนิพพานเพื่อตัดภพจบชาติ ปิดอบายภูมิ เพราะเราไม่ปรารถนาแน่นอน นรกไม่มีใครอยากไปเกิด สัตว์เดรัจฉานไม่มีใครอยากไปเกิด พิจารณาตัดกายตัดสังขันธ์ห้า เพื่อตัดความอยากในการเกิดเป็นมนุษย์ ตัดภพของความเป็นมนุษย์ ตัดกามฉันทะ⁴ เพื่อตัดอารมณ์จิตที่ยังอยากจะเสวยความสุขทั้งรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัสทั้งของหยาบของมนุษย์และรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัสอันเป็นทิพย์ อันเป็นเหตุที่ทำให้เกิดในภพของเทวดาในชั้นกามาวจรสวรรค์ ตัดกามฉันทะทั้งห้า ทั้งหยาบทั้งละเอียด เพื่อตัดภพ ตัดความอาฆาตพยาบาทจองเวร เพื่อสลสล้าง ละ โทสะให้เบาบางลงจากจิตจากใจ ความพยาบาทสิ้นไปความเป็นเจ้ากรรมนายเวรของเรา มันก็สิ้นตามไปด้วย ความเป็นเจ้ากรรมนายเวรนั้นที่จริงมันก็คือเชือกที่ล่ามคอเราให้ตามไปจองล้างจองผลาญ ตามไปอาฆาตแค้น ตามไปเกิดตามไปราวี บุคคลที่เราอาฆาตเขา ดังนั้นเมื่อเราตัดพยาบาทได้ เราก็ตัดโซ่ตรวนแห่งพันธนาการ ที่เราจะต้องไปเกาะไปเกี่ยว ไปเกิดกรรม ไปพบไปเจอกับบุคคลเหล่านั้นออกไป แล้วความเป็นเจ้ากรรมนายเวรมันไม่ใช่ว่าจองเวรกันคนเดียว เอาแค่ชีวิตของเราหนึ่งชีวิตชาติเดียว เราหมั่นใส่คนมาแล้วก็คน คิดเอาคืนก็คน ยิ่งมีโทษมาก ยิ่งหมั่นใส่มาก ยิ่งอาฆาตมาก ยิ่งโกรธมาก ยิ่งพยาบาทมาก เราก็ยิ่งต้องเกิด ต้องไปพบไปเจอ ไปกระทบไปเบียดเบียน ไปเอาคืนไปล้างแค้น กรรมวิบากมันช่างเยอะช่างมากมายช่างยาวนาน พอพิจารณาอยู่บนพระนิพพานเห็น เราก็ตัดมัน ตัดเพราะเราไม่อยากเหนื่อย ไม่อยากเกิด ไม่อยากจองเวร ไม่อยากทุกข์ เราก็ตัด ตัดในขณะที่อยู่ทางโลกมันยังตัดยาก ตัดในขณะที่เราอยู่กับกายเนื้อนอกสมานอกฉาน ตัดยาก แต่เมื่อไรที่เราตัดกายตัดสังขันธ์ห้า ยกจิตขึ้นมาบนพระนิพพาน จำไว้ว่าการพิจารณาตัดกิเลสทั้งหลาย ตัดสังโยชน์ทั้งหลาย ตัดภพจบชาติทั้งหลาย เราตัดบนพระนิพพานมันง่ายมันเข้าใจมันเข้าถึงมันชัดเจน ดังนั้นเรามีกำลังแห่งมโนยทริเราก็จงฉลาดใช้ ที่จริงที่หลวงพ่อกำสอน ท่านนั้นสอนให้เราเอามาใช้เพื่อตัดกิเลส ไม่ได้ใช้เพื่อเอามาเป็นคุณธรรมพิเศษ เป็นมานะทริ แต่มีเพื่อตัดกิเลสเข้าสู่อรหัตผลเข้าสู่พระนิพพาน พิจารณาตัดความพยาบาท⁵

ต่อมาก็พิจารณาตัดความติดความยึดในความสุขของสมาธิที่เรียกว่ารูปสมาธิรูปสมาบัติ⁶ ความติดสุขในฌานทำให้เราจะต้องไปเกิดเป็นพรหม ความติดในการแผ่เมตตาพรหมวิหารสี่ เราก็ตัดแล้วไปเกิดเป็นพรหม พรหมทั้งหมดมี 16 ชั้น พรหมนั้นเป็นอนิสงส์จากการที่บุคคลทรงฌานตั้งแต่ฌานหนึ่ง ฌานสอง ฌานสาม ฌานสี่ ฌานหนึ่งหยาบ ฌานหนึ่งละเอียด อันนี้ก็กลายเป็นการเกิดอยู่ในภพของพรหม อันเกิดอนิสงส์จากการได้ฌาน กับอีกประเภทหนึ่งเป็นชั้นที่สูงก็เกิดขึ้นจากการเจริญพรหมวิหารสี่ คือเจริญเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา หยาบไปถึงละเอียด ดังนั้นก็รวมเป็นพรหมทั้งหมด 16 ชั้น ชื่ออีกอาจจะไม่ต้องไปจำ เพียงแต่รู้ว่าการจุดเป็นพรหมนั้น จุดด้วยเหตุ คือการเจริญฌานสมาบัติ และการเจริญเมตตาพรหมวิหาร

คราวนี้ หากเราเห็นทุกข์ว่าการเกิดเป็นพรหมยังไม่ใช้ที่สุด เราก็ตัดคือทำความเข้าใจ ใช้กำลังฌาน ใช้กำลังเมตตา เป็นกำลังเพื่อต่อยอดสู่วิปัสสนาญาณในการตัดกิเลสไม่ใช่เป็นจุดที่เรามุ่งหมายว่าเราต้องการเกิดเป็นพรหม เมื่อมันไม่หลงมันไม่ติดในความเป็นพรหม จิตเราตั้งอยู่กับพระนิพพาน มันก็ไม่หลงเกิดเป็นพรหม หรืออรูปพรหมก็ตาม อรูปพรหมทั้งหมดมีสี่ภพ คนส่วนใหญ่เข้าใจผิดคิดว่าความว่างคือพระนิพพาน ก็เป็นเหตุที่ทำให้หลงไปจุดอยู่ในภพของอรูป

พรหม เมื่อเรารู้แล้วความว่างมันยังไม่ใช่นิพพาน นิพพานมีสภาวะความเป็นทิพย์พิเศษ มีวิมานความเป็นทิพย์ แต่จิตไม่ต้องเกิดไม่ต้องจืดต่อไป เราก็กำหนดรู้ ตัดความหลงในอุปสมวัตติที่เรียกว่า อรูปราคะ⁷ ในสังโยชน์ข้อที่เจ็ด

จากนั้นเราก็พิจารณาว่า ความวุ่นวายฟุ้งซ่านใจ⁸ เราตัดออกไปจากจิต อารมณ์จิตที่มีมานะ⁹ ความถือตัวถือตนว่าเราดีเราวิเศษกว่าคนอื่น ความน้อยอกน้อยใจว่าเราต้อย เรามีกรรม เรามีวิบาก เราทำไม่ได้ มานะถือตัวถือตนความยึดพวกนี้เราละออกไปจากจิต

สุดท้ายตัดสังโยชน์ข้อที่สิบก็คืออวิชชาทั้งปวง อวิชชา¹⁰ ข้อสุดท้ายในสังโยชน์สิบก็คือเลิกลิง เลิกคิดว่าการเกิดเป็นของดี เลิกคิดว่าการเป็นมนุษย์เป็นของดี เลิกคิดว่าการเป็นเทวดา การเป็นพรหม การเป็นเศรษฐีมหาเศรษฐี การเป็นพระเจ้าจักรพรรดิ เป็นสิ่งดี คิดพิจารณาแต่ว่า ถ้าเรายังโง่เกิด หลงเกิดเพราะเครื่องล้อ เครื่องล้อก็คือความสุขในความเป็นมนุษย์ที่เรียกว่ามนุษย์สมบัติ ความสุขในความเป็นเทวดาที่เรียกว่าทิพย์สมบัติ ความสุขในความสงบของความเป็นพรหมที่เรียกว่าพรหมสมบัติ เรายังเอา เรายังยึด เราก็ยังหลงเกิดหลงตาย เวียนว่ายตายเกิดไม่มีที่สิ้นสุด

พิจารณาตัดสังโยชน์ทั้งสิบ พิจารณาตัดภพจบชาติทั้งหมด จิตจืดจ่ออยู่จุดเดียวคือพระนิพพาน

จากนั้นกำหนดจิต ทรงสภาวะในกายพระวิสุทธิเทพ สว่างผ่องใสชัดเจน กายพระวิสุทธิเทพสว่างชัด กายซึมซับรับนิพพรณ์รังสีกระแสธรรมจากพระพุทธรูปองค์ต่างๆพระองค์ พระปัจเจกพุทธเจ้า พระอรหันต์ต่างๆพระองค์ รวมลงสู่จิตของเรา เราปรารถนาพระนิพพาน จิตแนบในพระนิพพาน “นิพพานัง ปรมัง สุขัง” พระนิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง ทรงอารมณ์ทรงสภาวะกายทิพย์ กายพระวิสุทธิเทพอยู่บนรัตนบัลลังก์ ท่ามกลางห้อมล้อมด้วยมหาสมาคมของทุกท่านบนพระนิพพาน กายทิพย์เราสว่างเจิดจ้า จิตแนบอยู่กับพระนิพพาน เสวยวิมุตติสุขในพระนิพพาน จิตสะอาดจากสรรพกิเลสคือความโลภโกรธหลง สลายความโลภโกรธหลงทั้งปวง ปล่อยวางตัดร่างกาย ปล่อยวางตัดความห่วงความอาลัย ปล่อยวางสมมุติ ปล่อยวางวิมานบนชั้นสวรรค์ทุกชั้น ปล่อยวางวิมานบนพรหมโลก ปล่อยวางบารมีบุญทั้งหลายที่จะทำให้เราไปเกิดเป็นกษัตริย์ เกิดเป็นพระเจ้าจักรพรรดิราช เราปล่อยวางทั้งหมด

จิตน้อมอยู่จุดเดียวคือพระนิพพานเท่านั้น ทรงอารมณ์พระนิพพาน จิตแนบอยู่กับพระนิพพาน ทรงสภาวะในความเป็นกายพระวิสุทธิเทพสว่างเต็มกำลัง

จากนั้นกำหนด อธิษฐานว่านับแต่สิ่งใดที่เราทำในกิจเพื่อส่วนรวม ชาติศาสนา พระมหากษัตริย์ เราจะขออาราธนาบารมีพระ ขอรบเรียนถามพระท่านก่อนเสมอ ว่าพระท่านคือพระพุทธรูปองค์ทรงมีคำสั่งอย่างไรให้เราทำอย่างไร งานจะต้องติดต่อจะต้องประสานอย่างไร แล้วก็ขอให้เทวดาพรหมทั้งหลายท่านเมตตาสาธเคราะห์เราเต็มกำลัง ใ้ห้งานทุกอย่างที่ทำเพื่อส่วนรวมนั้นมีความคล่องตัว หรือแม้แต่กิจการงานที่เราทำเพื่อประโยชน์ของครอบครัว ประโยชน์ที่ทำได้เพื่อชีวิต ก็ขอให้การทำงาน เทวดาพรหมทั้งหลายเมตตาสาธเคราะห์ก็เอื้อกุลเราเสมอ ทรงอารมณ์ความผ่องใสของจิต

นับแต่นี้ ขอกระแสแห่งพระนิพพานเชื่อมโยงกับกาย วาจา และจิตของข้าพเจ้า ข้าพเจ้าอยู่ในกุศล อยู่ในกระแสแห่งความดี อยู่ในกระแสแห่งมรรคผลพระนิพพาน ธรรมทั้งหลายของจริงเป็นธรรมที่มุ่งลัดตัดตรง ถ่ายทอดจากจิตสู่จิต คือดวงจิตของพระพุทธรูป น้อมรวมลงสู่จิตของข้าพเจ้า ทรงอารมณ์เห็นกายพระวิสุทธิเทพของเราสว่าง ผ่องใส เห็นทุกข์ เห็นธรรม เห็นคุณแห่งพระนิพพาน ตายเมื่อไรข้าพเจ้าขอเข้าถึงซึ่งพระนิพพาน ทรายที่ยังมีชีวิตอยู่ ขอน้อมจิตทำความดีเพื่อชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ ทรงสภาวะให้เห็นกายพระวิสุทธิเทพแผ่รัศมีสว่าง พร้อมกับเสวยอารมณ์วิมุตติสุขบนพระนิพพาน จิตที่ไม่ต้องเกิดอีกต่อไป กิจทั้งหลายที่จบแล้ว อารมณ์จิตที่เมื่อเราเข้าถึงพระนิพพาน เข้าถึงเอกบรมสุข ห่วงทั้งหลายสิ้นแล้ว เยื่อใยทั้งหลายภาระทั้งหลายวิบากกรรมทั้งหลายสิ้นหมดแล้ว กรรมทั้งหลายไม่อาจส่งผลกับเราได้อีกต่อไป ภาระทั้งปวงจบสิ้น จิตเป็นอิสระ จิตเป็นสุขอย่างยิ่ง

และในขณะที่เราพิจารณานี้ก็ให้เรากำหนดรู้ ในปีนี้ก็จะเป็นปีที่มีวาระ การเปลี่ยนแปลงหลายอย่าง ต้องมีบุคคลที่จะเสียชีวิตเป็นจำนวนอีกค่อนข้างมากมายในหลายวาระหลายเรื่องราวหลายเหตุการณ์ในหลายพื้นที่ของโลก และในประเทศไทยเอง ผู้คนที่เจ็บป่วยล้มตายก็จะมากขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้สูงอายุผู้สูงวัย หรือแม้แต่คนหนุ่มสาวก็อาจจะเสียชีวิตก่อนวัยด้วยกรป่วยไข้ไม่สบาย ดังนั้นตัวเราทั้งหลายก็พยายามอย่าประมาท คำว่าอย่าประมาทก็คือเราพยายามที่จะพิจารณาเสมอ ตายเมื่อไรเราไปพระนิพพาน พิจารณาที่จะยกจิตขึ้นมานบนพระนิพพานไว้เสมอ

ในขณะที่เดียวกันก็อาศัยธรรมะที่เราฝึกที่เราปฏิบัติ ช่วยบอกทางช่วยโน้มน้าวให้กับบุคคลที่เราใกล้ชิด ที่เราสามารถช่วยสามารถโปรด สามารถสงเคราะห์ได้ มีญาติพี่น้องบิดามารดา สิ่งที่เราจะช่วยได้ก็คือหมั่นที่จะเตือนให้เขานึกถึงบุญกุศลด้วยความอ้อมใจ ด้วยความอ่อนโยน พรรณนาอันสงส หรือหากเขามีธรรมก็พิจารณา อธิบายให้เขาเกิดปัญญา มีความเชิดในการเกิดในการมีร่างกายชั้นห้า ให้ตั้งใจตัดไปพระนิพพาน พยายามพูดคุยโน้มน้าวบอกให้เขาปล่อยวาง ความห่วง ความห่วงในคน ความห่วงลูกห่วงหลาน ความห่วงกิจการงาน ความห่วงทรัพย์สินสมบัติทรัพย์สินเงินทอง ห่วงทั้งหลายคือเครื่องยึดที่ทำให้เราเกาะอยู่กับการเวียนว่ายตายเกิด ความไม่ประมาทในความตายนั้น ถ้าเราพิจารณาถึงปล่อยวางบ่อยเท่าไร ถึงเวลาวาระที่เราจะต้องไป เราปล่อยวางได้

คนที่ประมาทก็คือ ไปหลงคิดว่าค่อยไปปล่อยค่อยไปวางตอนจะตาย แต่ถึงเวลาไม่เคยฝึกไม่เคยซ้อม ไม่เคยทรงอารมณ์ ไม่เคยปล่อยวาง อยู่ๆจะทำให้ทำ รับรองเลยจริง ๆ ไม่ใช่เรื่องง่าย ยิ่งคนที่ชินกับอารมณ์ที่โมโหโทโส อารมณ์เกรี้ยวกราด หรือห่วงนั่นห่วงนี่ กลัวนั่นกลัวนี่ อารมณ์จิตที่ชินอย่างนั้น ถึงเวลาจิตก่อนตายมันก็จะชินกับอารมณ์อย่างนั้น

ดังนั้นการฝึกวาง การฝึกตายก่อนที่เราจะนอนหลับในทุกคืน ยิ่งซ้อมบ่อยมากเท่าไร ฝึกวางมากเท่าไร ยิ่งปล่อยวางได้มากเท่านั้น

ในเรื่องของมรณานุสตินั้นไม่ต้องพูดถึงอื่นไกล เอาแค่ที่บ้านอาจารย์เอง จริงๆก็ถือว่า ที่บ้านมีบุคคล VIP เหมือนได้รับสิทธิพิเศษตั้งแต่คุณแม่ คุณแม่ก่อนหน้าหลายสิบปีก่อนเกือบ 20 ปีก็มีนิมิตเห็นคนนุ่งผ้าแดงจากฝันมารีบ ถึงเวลาก็ต่ออายุไปได้ หนที่สองผ่านมาเมื่อสักพัก 2 ปี หนนั้นจำได้เป็นช่วงเวลาเช้ามีด เป็นเวลาประมาณ 4:00 น น้องมาปลุก วันนั้นเป็นวันที่จะต้องอาจารย์จะต้องไปสอนวิชา Ultimate Healer คือศาสตร์ในการใช้ลมปราณรักษาโรค ปรากฏอาการของแม่นี้ มืออ่อน ภาษาเขาเรียกว่ามืออ่อนดินอ่อน ไม่มีแรง ดาเหลือกขาเป็นผ้าขึ้น เรียกว่าถึงเวลาไปแน่นอน ถึงเวลาอาจารย์ก็อาศัยใช้มือฝ่ามือส่งพลังไปที่กลางหลัง ส่งพลังไป ผลก็คือฟื้นกลับขึ้นมาได้ ส่งกระแสไป อันนี้ก็ต่อชีวิตไปรอบที่ 2 จนล่าสุดอีก 3 วันที่ผ่านมา เมื่อ 3 วันที่ผ่านมา คราวนี้คุณแม่ฝันว่าพญายมราชมาหา บอกว่ากลับบ้านได้แล้ว รอบนี้ก็ต้องเตรียมตัวเตรียมใจ จริงๆต่ออายุมาเยอะจนอายุ 90 กว่า 90 จะ 92 ดังนั้นก็ต้องเป็นไปตามวาระตามเกณฑ์ แต่ก็ถือว่าท่านก็มาตาม มาบอกให้รู้ มาให้เตรียมตัว

กับอีกคนหนึ่งที่บ้านก็คือแม่บ้าน คือพี่ศรี สิบปีที่ผ่านมาก็มีพญายมราชหรือเป็นนายนิรียบาล ตัวดำนุ่งผ้าแดงสีคล้ำมายืนที่ปลายเท้า ตื่นขึ้นมาก็ตกใจร้องห่มร้องไห้ แต่หลังจากนั้น ก็ถือว่าเปลี่ยนชีวิต นายนิรียบาล พญายมราช มาเตือนถือว่าเปลี่ยนชีวิต นับแต่นั้นใส่บาตรทุกเช้า สวดมนต์ทำวัตรทุกเช้า ทำสมาธิทุกวัน ทำบุญเท่าที่จะทำได้ ถือว่าทำบุญสร้างกุศลไม่ขาด ก็ต่อมาเป็นเวลาเกือบ 20 ปี

อีกท่านหนึ่งก็คือคุณพ่อ ตอนนั้นคุณพ่ออาจารย์ก็อยู่ที่ต่างจังหวัด ตอนนั้นเดินทางเดินทางไปทำธุระที่จังหวัดภูเก็ตแล้วเกิดมีอาการเหมือนหัวใจจะวาย มีอาการเหมือนหัวใจจะวายนี่อะไรไม่ได้โทรหาอาจารย์ ตอนนั้นอาจารย์อยู่ที่เชียงใหม่ กำลังจะทานข้าวคุยกันกับญาติธรรม ก็ติดสายต้องคุยกับคุณพ่อเพราะคุณพ่ออยู่คนเดียวแล้วก็มีอาการเหมือนใกล้จะเสียชีวิต ตอนนั้นวิธีช่วยก็ช่วยคือ แนะนำสมาธิให้ท่านเจริญเมตตาอัปปันนาณณาน

แม่เมตตากำหนดจิตแม่เมตตา ให้เกิดกำลังบุญกำลังกุศล พาหน้าพาทำอยู่ประมาณ 2 ชั่วโมง แล้วก็หาย คือหายจากการที่หัวใจจะวายจะเสียชีวิต แล้วก็อยู่ต่อมาได้อีกประมาณ 20 กว่าปี

ดังนั้นอันที่จริงแล้ว พญายมราชท่านก็เมตตา คนไหนที่มีวาระที่ท่านเตือนที่ท่านบอกได้ ท่านก็มาบอกมาเตือน แต่อันที่จริงการต่ออายุ การต่อควรเป็นไปที่ว่า ต่อแล้ว อยู่แล้ว ก็พึงอยู่เพื่อสร้างบุญ สร้างกุศล สร้างความดี ไม่ใช่ว่าต่ออายุมาแล้วก็ใช้ชีวิตไปอย่างไรสาระไม่มีคุณค่า ประมาท แต่ส่วนใหญ่แล้วบุคคลที่ท่านจะต่อแล้วใช้ชีวิตแบบนั้นท่านก็ไม่มาโปรด ท่านก็เก็บไปเลย ไม่ให้ออกาสที่สองที่สาม

สิ่งที่เล่าให้ฟังนี้ก็คือ เล่าให้ฟังว่าไม่ว่าจะเป็นใครก็ตามก็ไม่อาจพ้นความตายไปได้ อาจารย์เองในที่สุดวันหนึ่งก็ต้องตาย เราเองทุกคนที่ฟังธรรมะ ผิดเจริญพระกรรมฐาน ในวันหนึ่งก็ต้องตาย แต่จุดสำคัญก็คือตายแล้วจะไปไหน ตายแล้วเราจะไปพระนิพพานไหม ครูบาอาจารย์ช่วงนี้ล่าสุดหลายท่านก็เมตตาสอนเตือนว่า อย่าประมาท เราคิดว่าชาตินี้เรามาเจอพระพุทธศาสนา เจอครูบาอาจารย์ เจอธรรมะเยอะขนาดนี้ ปฏิบัติมาได้เยอะขนาดนี้ อย่าไปคิดว่าทุกชาติเราจะเจอแบบนี้ เช่น ถ้าเราพ้นไปจากชาตินี้ ครูบาอาจารย์ท่านครูบอกว่า เพื่อนๆเรากัลยาณมิตรเราเข้าไปพระนิพพานหมดแล้ว คราวนี้เหลือเราอยู่คนเดียวเหงาแคไหน ชาดกัลยาณมิตรแคไหน ครูบาอาจารย์ท่านก็ไปพระนิพพานหมดแล้ว แล้วเราจะทำยังไง ไม่มีใครมาสอนมาแนะนำมาบอกเคล็ดลับ มาจ้ำจี้จ้ำไชเรา หรือการเกิดของเราในชาติต่อไป เกิดไปเกิดในยุคที่เป็นกัลยยุคบ้างยุคมืดบ้าง ยุคที่มีศึกสงครามมีความวุ่นวายมีความทุกข์บ้าง คราวนี้การปฏิบัติเพื่อพระนิพพานมันก็ไม่ใช่ว่าเรื่องง่ายอีกต่อไป

ดังนั้นโอกาสของเรามาถึงขนาดนี้แล้วจุดนี้แล้ว ไปพระนิพพานได้ก็จงไป อย่าได้รั้งรออย่าได้รีรออะไร ตัดสินใจให้เด็ดขาด อย่ามามัวแต่พรั่นพรั่นเพื่อว่าเราไม่มีบุญ เรามีบุญมาเจอครูบาอาจารย์ เจอหลวงพ่อกุญแจ เจอครูบาอาจารย์ที่เป็นพระอรหันต์ เจอครูบาอาจารย์ได้ฟังธรรมะหลวงปู่มั่น หลวงตามหาบัวมากมายเยอะเยอะ เรายังบอกว่าเราไม่มีบุญนี่ก็ถือว่า เป็นอวิชชาคือความโง่ขนาดนั้น

ดังนั้นเมื่อเราพบสิ่งที่เรียกว่า "ขุมทรัพย์" ขุมทรัพย์ที่ว่า คืออริยสัจ พบขุมทรัพย์แล้วเราจะใช้ไหม

วิธีใช้ ก็คือ น้อมนำธรรมะเพื่อเข้าถึงซึ่งพระนิพพาน

ได้อริยทรัพย์ ได้นิพพานสมบัติ หรือจะเป็นเพียงแค่คนที่เคยได้ยินได้ฟังธรรมะแต่เพียงสัญญา แต่กระแสนธรรมไม่เข้าสู่ใจ ไม่เข้าไปปรับจิตใจเราให้ผ่องใส ปรับจิตปรับใจเราดับอวิชชาจนเราเห็นคุณค่าของพระนิพพาน เห็นคุณค่าของการไม่เกิด เห็นทุกข์ภัยในวัฏสงสาร เห็นโทษภัยของการมีขันธห้าร่างกายเนื้อ เห็นภัยแห่งการเบียดเบียนกัน เราพิจารณาว่าธรรมได้หลังไหลลงสู่จิตของเราหรือไม่

ตอนนี้ให้เราทรงอารมณ์สภาวะในความเป็นกายพระวิสุทธิเทพ

กำหนดจิตว่าใจเราตอนนี้เด็ดขาดในอารมณ์เพื่อพระนิพพานใหม่ ปัญญาความรู้ตื่น ปัญญาสู่ความรู้แจ้ง กระจ่างขึ้นในจิตเราใหม่ น้อมจิตของเราตั้งกำลังใจของเรา "นิพพานอยู่ไม่ไกล หากใจของเรามีศรัทธา" น้อมใจของเราไว้

จากนั้นกำหนดกราบพระพุทธเจ้า อธิษฐานจิต "ตายเมื่อไร ขอข้าพเจ้าเข้าถึงซึ่งพระนิพพาน ขอข้าพเจ้าจงมีบารมีสามารถช่วยเหลือเกื้อกูลบอกทาง ญาติธรรม พ่อแม่ พี่น้อง ลูกหลาน ผู้มีพระคุณ ให้เข้าสู่เส้นทางแห่งธรรมได้ด้วยเถิด"

เมื่ออธิษฐานแล้วก็กราบ กราบลาพระพุทธรเจ้า น้อมกระแจากพระนิพพานเป็นแสงสว่าง กระแสบุญ กระแสกุศลลง
มายังกายเนื้อของเราสว่าง

กายเนื้อเราสว่าง ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง สว่าง ฟอกราตุจันทร์ กระดุก เส้นเอ็น เส้นเลือด กล้ามเนื้อทุกส่วน อวัยวะ 32
กายเนื้อ กระแสธรรมฟอกราตุจันทร์ กระแสพระนิพพานฟอกราตุจันทร์ กายเนื้อสะอาดบริสุทธิ์ แผ่เมตตาสว่าง เปิดสาย
บุญ สายทรัพย์ สายสมบัติ สายบารมี เพื่อให้เราใช้สร้างชีวิตที่ดีในขณะที่มีชีวิตอยู่ สายทรัพย์สายสมบัติจึงหลังไหล
มากมายลงมา

จากนั้นตั้งจิตโมทนาสาธุกับญาติธรรมกัลยาณมิตรที่ปฏิบัติธรรมร่วมกันและที่มาฟังในภายหลัง กำหนดจิตโมทนากับ
ความดีกับกุศล ฌานสมาธิ ที่เราฝึกปฏิบัติ น้อยนิดเพียงแคแสงสว่างเท่ากับไม้ขีดไฟ ยังมีบุญกุศลมากมายกว่าใส่
บาตรทุกวัน ตักบาตรจนขันลงหินสึกทะลุกัน นี่จิตเราปฏิบัติจนจิตสว่าง พิจารณาจนจิตแจ้งในพระนิพพาน บารมี ผล
แห่งการปฏิบัติก่อเกิดพระอริยะทรัพย์มากมายมหาศาลอย่างประมาณไม่ได้

ใจเราน้อมให้เกิดความเอิบอ้อมยินดีในกุศลที่ทำในธรรมะที่ปฏิบัติ ใจผ่องใสเบิกบานอย่างยิ่ง กุศลเการวมตัวกลับมา บุญ
ทั้งหลายรวมตัว กุศลทั้งหลายรวมตัว บารมีทั้งหลายรวมตัว

จากนั้นหายใจเข้าช้าๆ หายใจเข้า พุทธร ออกโท ครั้งที่ 2 ธัมโม ครั้งที่ 3 สังโฆ

จากนั้นถอดจิตช้าๆออกจากสมาธิด้วยจิตอันสงบใจผ่องใส

สำหรับวันนี้ก็ขอโมทนาบุญกับทุกคน ให้เราทุกคนพยายาม มีความมั่นคงในความเพียร มีความสม่ำเสมอในการปฏิบัติ
อย่าประมาทในโลก อย่าประมาทในชีวิต

และสิ่งสำคัญอีกจุดหนึ่งก็คือพยายามฉลาดที่จะเอากำลังของฌาน กำลังของสมาธิ กำลังของกรรมฐาน กำลังของ
อภิญญาสมาบัติมาใช้งาน ใช้ประโยชน์ทั้งทางโลกทางธรรม แล้วก็ประโยชน์ในส่วนที่จะทำนุบำรุงดูแลชีวิตตน

สิ่งที่เป็นกำลังของอภิญญาสมาบัติขั้นสูงสุดยอดก็คือการใช้พลังของกายทิพย์ การทำงานด้วยภาคของกายทิพย์ ทำสิ่ง
ใดก็กราบเรียนถามพระพุทธรเจ้า กราบเรียนถามเทวดาพรหม ขอบารมีท่านช่วยสงเคราะห์ไว้ตลอดเสมอทุก ๆ วาระ

สำหรับวันนี้ก็ฝากไว้แต่เพียงเท่านี้ โอกาสต่อไป ในเดือนเมษายน วันที่ 28 เมษายนก็จะมีคอร์ส สอนสมาธิในเมตตา
สมาธิเต็มวันซึ่งต่อไปก็จะได้ประกาศ

แล้วก็อีกไม่กี่วันก็จะมีประกาศในเรื่องของคอร์สหลักสูตรพลังแห่งความโชคดี และก็ Ultimate Healer Course

สำหรับขั้นต้นปีใหม่นี้ ท่านใดที่สนใจก็สามารถสมัครเรียนได้ รวมทั้งฝากบอกฝากแชร์ไปยังคนที่สนใจ

วันนี้ก็ขอให้เราทุกคนมีความเจริญรุ่งเรืองก้าวหน้า มีความเพียร

สำหรับวันนี้สวัสดิ์

พบกันใหม่สัปดาห์หน้าครับ