

เสียงธรรมจากห้อง “เมตตากรมย์กรรมฐาน” วันอาทิตย์ที่ 24 ธันวาคม 2566

เรื่อง วรรณกสิณ อาโลกสิณ อากาศกสิณ

โดย อาจารย์ คณานันท์ ทวีโภค

กำหนดสติ ทรงสมาธิ กำหนดใจของเราให้ผ่อนคลาย ใช้สติในความรู้สึกตัวทั่วพร้อมทั่วร่างกาย ผ่อนคลายทั่วร่างกาย ปลดปล่อยความห่วงความเกะความยึดในขั้นห้าร่างกาย และกำหนดสติอยู่กับอารมณ์จิตที่เบาสบาย อารมณ์จิตที่ผ่อนคลาย สงบ

เมื่อจิตของเราเข้าถึงความสงบความเบาความสบายของจิต ให้เราจำอารมณ์นี้ไว้ ว่าอารมณ์จิตนี้คืออารมณ์จิตที่เรียกว่า **อุปจารสมาธิ** อารมณ์จิตมีความเบา มีความสบาย ในความเบาในความสบายนี้ เป็นช่วงเป็นย่านของอารมณ์จิตที่ญาณเครื่องรู้ตัวรู้จะผุดรู้ปรากฏขึ้น ความเป็นทิพย์ปรากฏขึ้น

เมื่อกำหนดรู้แล้วก็ฝึกที่จะทรงอารมณ์ อารมณ์กรรมฐาน อารมณ์สมาธิที่เราสามารถประคับประคองระดับของสมาธิได้ในแต่ละระดับได้ยาวนานตั้งมั่น ไม่มีความหวั่นไหว ไม่มีการขึ้นลง นั่นก็ถือว่าเราฝึกตะบะของสมาธิจนกระทั่งเกิดวีสเกิดความชำนาญกลายเป็นกำลังกรรมฐานที่ถือว่าเป็นสมบัติ ทรงอารมณ์ ความสงบ ความเบา ความละเอียด สงบสบาย เมื่อทรงอารมณ์จนจิตเกิดความสงบสบายแล้ว เราก็มากำหนดจิตจดจ่ออยู่กับสมาธิที่เรียกว่า “กสิณ”

กำหนดกสิณจิตเป็นแก้วใสสว่าง กำหนดจิต “จิตคือกสิณ กสิณคือจิต” ทรงอารมณ์ ทรงภาพนิมิต ภาพดวงแก้วดวงจิตของเราที่ใสสะอาด ภาพนิมิตสัมพันธ์จิตใจ ดวงจิตเรายังใสใจเรายังใส คือสะอาด สว่าง สงบ ระวังจากกิเลสทั้งปวง ทรงอารมณ์ ทรงสภาวะที่จิตเป็นแก้วใสสว่าง

กำหนดรู้ เรียกว่า “อุคหนิมิต” ทรงอารมณ์ในอุคหนิมิตในช่วงขณะช่วงเวลาหนึ่ง

จากนั้นจึงเคลื่อนจิตเข้าสู่สภาวะของกสิณที่มีอารมณ์สูงขึ้น กำหนดภาพของดวงจิตที่เป็นแก้วใสเปลี่ยนสภาวะให้กลายเป็นเพชรลูกขนาดใหญ่ที่มีการเจียรระโนเป็นประกายระยิบระยับ จิตที่เป็นประกายระยิบระยับเป็นเพชรประกายพริ้ว มีแสงรัศมีเป็นสีรุ้งส่องสว่างแพรวพราวแผ่มาจากจิตที่เป็นเพชรประกายพริ้วสว่างเจิดจ้า นั้น กำหนดจิตพิจารณาว่าอารมณ์จิตเราทรงในสภาวะที่เรียกว่า “ปฏิภาคนิมิต” ปฏิภาคนิมิตนี้ถือว่าเป็นฌานสี่ของกสิณ การทรงภาพการทรงอารมณ์ ภาพที่เป็นเพชรสว่างแผ่รัศมี จิตมีความเอิบอ้อมเป็นสุขอย่างยิ่ง อารมณ์จิตนี้คืออารมณ์ของอภิญาจิตคืออารมณ์ของฌานสี่ในกสิณ

ทรงสภาวะแห่งจิตเป็นเพชรประกายพริ้วสว่าง

ทรงอารมณ์สภาวะที่จิตเป็นเพชรประกายพริ้วนั้น ใจแถมยิ้มเบิกบาน

จากนั้นวันนี้เราจะฝึกสมาธิกันต่อ ในภาคของการฝึกในบทที่เรียกว่า “วรรณกสิณ” คือ กสิณสีทั้งสี่ กสิณสีทั้งสี่นี้เรียกว่า “วรรณกสิณ” ตัววรรณกสิณนั้น มีสีซึ่งอาจจะไม่ได้เรียงตามลำดับ แต่มีครบถ้วนตามวรรณะตามสีที่กำหนดไว้ในกรรมฐานสี่สิบกอง คัมภีร์วิสุทธิมรรค

กณิสสีขาว กำหนดให้เห็นลูกแก้วที่เป็นสีขาว สีขาวที่บดถือว่าเป็นกณิสต้นของกณิสสีขาว จากกณิสสีขาวก็กำหนดจิตให้สว่างขึ้น ใสขึ้น ใสจนกลายเป็นเพชรประกายพริ้ว

จากนั้นกำหนดจิตต่อไป กำหนดน้อมนึกในกณิสสีแดง กำหนดให้เห็นลูกแก้วที่เป็นลูกแก้วสีทึบสีแดง นึกให้เหมือนกับลูกบิลเลียด คือลูกกลมสีแดงเงาวาว สีนั้นที่บดอยู่ จากนั้นค่อยๆเปลี่ยนสีที่ทึบให้กลายเป็นสีแดงใสขึ้น แดงใสขึ้น กลายเป็นแก้วใสสีแดง จากแก้วใสสีแดงกลายเป็นแก้วใสสะอาดบริสุทธิ์ ไร้สี มีแสงสว่าง จากแก้วใสไร้สีกลายเป็นเพชรประกายพริ้ว

จากนั้นกำหนดจิตต่อไปในกณิสสีเขียว ที่เรียกว่า “นิลกณิส” กณิสสีเขียวนั้นท่านหมั่นหมายเอาสีเข้ม คือเขียวเข้มไปจนกระทั่งถึงสีดำ สีเขียวเข้มนั้น กำหนดจิตให้เห็นเป็นลูกกลมสีเขียวเข้ม จะสีเขียวขี้ม้าที่บดๆ หรือเข้มในโทนอื่นก็ได้ จากนั้นจากลูกกลมสีเขียวเข้มหรือเป็นสีดำ อันนี้ให้กำหนดได้ตามอัธยาศัย ลูกกลมสีเข้มนั้นค่อยๆกลายเป็นเขียวใสขึ้น สว่างขึ้นจนเป็นแก้วใสบริสุทธิ์ จากแก้วใสบริสุทธิ์กลายเป็นเพชรประกายพริ้ว สว่าง

จากเพชรประกายพริ้วที่สว่าง กำหนดจิตในกณิสกองต่อไป คือกณิสสีเหลืองหรือกณิสสีทอง ซึ่งใช้ร่วมกัน เพื่อให้เกิดผลดีก็ให้ฝึกกำหนดเป็นกณิสสีทอง เป็นลูกกลมสีทองเป็นทองคำที่บดบริสุทธิ์ กำหนดจิตนี้ภาพลูกกลมสีทองสว่าง จากทองนั้นค่อยๆใสประกายแกมทองไป ประกายแกมทองปรากฏขึ้นเพิ่มขึ้น ประกายแกมทองที่ปรากฏขึ้นค่อยๆใสสว่างขึ้น สีสว่างประกายแกมทองนั้น นัยยะอีกนัยหนึ่งเป็นรัศมีแสงรัศมีกายสีรัศมีกายของพรหม แก้วประกายทองสว่างขึ้นใสจนกระทั่งกลายเป็นเพชรประกายพริ้วสว่าง จิตยังมีความเอิบอ้อมมีความผ่องใส เอาเป็นว่าขณะนี้ การที่เราเจริญจิตภาวนาฝึกกรรมฐานในกณิสที่เรียกว่า “วรรณกณิส” นั้น เราครบทั้งสี่กองเรียบร้อยแล้ว

**\*\***คราวนี้จากสัปดาห์ที่ผ่านมา เราฝึกในกณิสธาตุทั้งสี่ ในเรื่องของกณิสดินน้ำลมไฟ ฝึกตั้งธาตุ ปลูกธาตุ รวมธาตุ คราวนี้ก็ยังเหลือกณิสอีกสองกอง เราก็ฝึกให้จบ

กณิสที่เหลืออยู่กับปรากฏว่าเป็นกณิสที่เรียกว่า “อาโลกกณิส” คือ กณิสแสงสว่าง

และกณิสอีกกองก็คือ “อากาศกณิส” คือกณิสที่เป็นความว่าง คือเป็นที่ว่างโล่งๆ ไม่มีสิ่งใด

วิธีการที่จะกำหนดก็คือ กำหนดอาโลกกณิส ก็กำหนดเลยว่าเป็นลูกแก้วแสงสว่าง ลูกแก้วที่เป็นแสงสว่าง ถ้าเป็นนัยยะในการฝึกปฏิบัติตามคัมภีร์วิสุทธิมรรค ท่านก็จะให้กำหนดเจาะรูจากไปไม้บ้าง เจาะรูจากฝาบ้าง หรือมองแสงที่ลอดผ่านทะลุฝาทะลุไปไม้เป็นลำแสงทะลุลงมาให้เห็นลำแสงที่ทะลุนั้นชัดเจน พอจดจำภาพลำแสงที่ชัดเจนก็ค่อยมากำหนดเป็นแก้วใสสว่าง ค่อยๆกำหนดกลายเป็นประกายพริ้ว

ตอนนี้ก็ให้เรากำหนดภาพแสงหรือลูกกลมที่เป็นแสงให้กลายเป็นประกายพริ้ว มีแจก มีรัศมี มีประกายรุ่งแผ่สว่างกระจายออกมา พอทรงอารมณ์นี้ได้ก็ถือว่าเราสำเร็จ ทรงอารมณ์ได้ในอาโลกกณิสคือกณิสแสงสว่าง



ส่วนกลีบดอกสุดท้ายคือกลีบที่เรียกว่า**อากาศกลีบ** คือกลีบที่เป็นที่ว่าง ก็กำหนดจิตนี้ภาพทรงกลมขึ้นมาหนึ่ง เป็นลูกบอลทรงกลมซึ่งเมื่อไปกระทบสิ่งของวัตถุใด วัตถุสิ่งของที่เป็นของที่บิดนก็จะแว่แหวงกลายเป็นที่ว่างที่โล่ง หากเอาลูกกลมทรงกลมที่เรากำหนดเป็นที่ว่างนั้นทะลุกำแพง กำแพงนั้นก็ทะลุเป็นที่โล่งที่ว่างทะลุไปได้ พอเลื่อนลูกกลมออก กำแพงก็กลับมาเนื้อเต็มเหมือนเดิม สรุปว่าลูกทรงกลมที่เป็นที่ว่างนั้นเมื่อไปสัมผัสเมื่อไปเคลื่อนทัพเมื่อไปผ่านในสิ่งใด สิ่งนั้นก็กลายเป็นที่ว่างที่โล่งทะลุไปได้ อันนี้คือวิธีกำหนดภาพของกลีบที่เป็นอากาศกลีบ คือกลีบที่ว่าง พอกำหนดได้แล้วก็กำหนดให้ลูกทรงกลมที่เป็นที่ว่างที่โล่งนั้นที่ปรากฏในนิมิตของจิตกลายเป็นแก้วใสสว่าง จากแก้วใสสว่างอุคหนิมิตก็กลายเป็นเพชรประกายพริ้ว เพชรประกายพริ้วสว่างผ่องใส

กำหนดจิตให้เป็นเพชรระยิบระยับละเอียด ทรงอารมณ์ไว้

จากนั้นจึงอธิษฐานจิต ขอบารมีพระท่านสงเคราะห์ ขอให้กรรมฐานทั้งสิบกองนั้นคือกลีบที่เป็นกลีบธาตุทั้งสี่ ดิน น้ำ ลม ไฟ วรรณกลีบทั้งสี่ คือสีขาว สีดำ สีเหลือง สีแดง อากาศกลีบ คือกลีบที่ว่างๆ อาโลกกลีบคือกลีบแสงสว่าง กลีบทั้งสิบลูกสิบกองรวมกันเป็นหนึ่งในจิตของข้าพเจ้า **จิตคือกลีบ กลีบคือจิต** จิตเป็นประกายพริ้วรวมกำลังอำนาจกำลัง อภิญญาจิต อำนาจแห่งกลีบจิต จิตตานุภาพอยู่นอกกลีบ จิตตานุภาพอยู่นอกธาตุทั้งสี่ กำหนดให้กำลังแห่งกลีบทั้งสิบรวมอยู่ในดวงแก้วคือจิตของเราและอยู่นอก สว่างเป็นเพชรประกายพริ้ว ทรงอารมณ์เห็นร่างกายนั้นเป็นโพรงกลางอกของกายที่เป็นโพรงนั้น ปรากฏกลีบรวมทั้งสิบกองสว่างเป็นเพชรระยิบระยับ ละเอียด ประณีต ใจมีความเต็ม มีความเอิบอ้อมเป็นสุขอย่างยิ่ง ทรงอารมณ์ไว้

จากนั้นเพื่อให้เกิดประโยชน์และเราก็จะเป็นการฝึกต่อวิชาซึ่งมีความเกี่ยวเนื่องเชื่อมโยงกันกับวรรณกลีบ คือกลีบสี่ทั้งสี่ วิชาที่จะฝึกต่อนี้เป็นวิชาสายวัชรยาน เป็นวิชาฝ่ายมหายาน คือสายพระโพธิสัตว์โดยเฉพาะอย่างยิ่งทางสายทิเบต วิชาที่ว่าคือวิชากายรั้ง

วิชากายรั้งนั้นเป็นวิชาลับของสายวัชรยานซึ่งไม่ได้ถ่ายทอดทั่วไป ถ่ายทอดในลามาณะชั้นสูง ซึ่งวิชานี้ หลักการก็จะ เป็นหลักการของการฝึกในส่วนของกายทิพย์ ในส่วนของกสิณ ในส่วนของการฝึกให้จิตโดยเฉพาะอย่างยิ่งกายนั้นเปล่ง ประกายแสงสว่างออกมาเป็นสีรุ้งไล่สีแต่ละสี ซึ่งเมื่อฝึกแล้วผลก็คือเมื่อเรามีความคล่องตัวในกายรั้ง พลังของกายทิพย์ จะมีเพิ่มพูนขึ้น ในเวลาที่เราใช้กำลังของมโนมยิทธิ ความชัดเจนของญาณเครื่องรู้ต่าง ๆ ก็จะมีเพิ่มพูนขึ้น

ส่วนการจำแนกแยกแยะอรรถาธิบายในวิชานี้ วิชานี้ก็คือวิชาของกสิณแสงสว่าง กสิณสีวรรณะ แต่มีการผนวกนำเอา อสุภกรรมฐาน กายคตา มาผนวกควบกันกับการฝึกกสิณ การฝึกนั้นก็เพื่อให้เห็นกาย จากกายเนื้อค่อยๆ กลายเป็น ใส กลายเป็นแสงสว่าง กลายเป็นสี สีแต่ละสีที่ปรากฏแผ่สว่างกระจายออกไป การแผ่กระจายของแสงแต่ละสีที่ปรากฏ ตามสเปกตรัมของสีของสีรุ้งตามที่เราพอจะมีความรู้สำหรับบางคนที่เคยเรียนวิทยาศาสตร์ เราจะพบว่าเมื่อนำแสงสีขาว เช่นแสงอาทิตย์ส่องผ่านแท่งปริซึมก็คือน้ำตาลก็คือน้ำตาล เมื่อแสงส่องผ่านผลึกเพชร แสงจะแตกแยกสเปกตรัม ออกมาเป็นสีรุ้งทั้งเจ็ดสี ดังนั้นเมื่อไรที่ธาตุของเรานั้นกลายเป็นผลึกเพชร แสงที่เปล่งออกมาจากกายก็กลายเป็น ฉัพพรรณรังสี คือรัศมีสีรุ้งแพรวพราวระยิบระยับ ดังนั้นจะเห็นว่าทุกอย่างนั้น การปฏิบัติจริงๆ แล้ว สุดท้ายก็สามารถ เชื่อมโยงเป็นวิทยาศาสตร์ได้ เมื่อธาตุในกายนั้นเปลี่ยนเป็นผลึกเพชร แสงรัศมีที่ปรากฏก็กลายเป็นประกายพริ้วที่ เรียกว่าฉัพพรรณรังสีรัศมีที่แพรวพราวส่องออกมา นั่นก็คือเป็นผลจากการฝึกจิต ฝึกนิมิต ฝึกกสิณ

คราวนี้สิ่งที่ฝึกต่อจากการที่กายของเราเปล่งประกายแสงออกมาทีละสี ทีละสเปกตรัม สิ่งที่เสริมเพิ่มขึ้นมากก็คือการ กำหนดมองเห็นลึกลงไปในกายจนกระทั่งถึงโครงกระดูก เห็นโครงกระดูกกลายเป็นแก้วใสในสีนั้น และสีนั้นก็เปล่ง ประกายแผ่แสงสว่างออกไป แผ่แสงสว่างจากกายจากโครงกระดูกของกายนั้น แผ่สว่างไปทั่วอันตจักรวาล

ซึ่งการแผ่แสงสว่างออกไปทั่วอันตจักรวาลนั้น คือการฝึกรัศมีกายของกายทิพย์ ดังที่เราทราบว่าเป็นโลกของกายทิพย์ หรืออาทิสมานกายนั้น บุคคลใดมีรัศมีกายส่องสว่างไกลมากเท่าไร บุคคลที่มีรัศมีกายส่องสว่างกว้างไกลมีบุญมากกว่า ผู้ที่มีรัศมีกายส่องสว่างไกลน้อยกว่า ซึ่งการฝึกตรงนี้ก็เป็นการฝึกกรรมฐาน ฝึกสมาธิจิต จนรัศมีกายนั้นแผ่สว่าง แจก เช่นคล้ายคลึงกันกับการแผ่เมตตาอันไม่มีประมาณ เมตตาอุปพันนาคณมาน วิชานั้นก็ถือว่าเป็นการฝึกเป็นการปฏิบัติ เป็นการบำเพ็ญบารมีเพิ่มรัศมีกายทิพย์ของเราให้มันมีความสว่างมีความกว้างไกล

คราวนี้ในแต่ละสีของกายรั้งสีของกายรั้งก็ตามที่เราทราบ ม่วง คราม น้ำเงิน เขียว เหลือง แสด แดง ใส่อนุโลมปฏิโลม



สำหรับคนที่ฝึกจนกระทั่งมีความคล่องตัว

เราก็ใส่ม่วง คราม น้ำเงิน เขียว เหลือง แสด แดง

แล้วก็ใส่น้ำเงินกลับ แดง แสด เหลือง เขียว คราม น้ำเงิน ม่วง

ใส่อนุโลมปฏิโลมไป

อันนี้พอเราทำความเข้าใจแล้ว เราก็จะเริ่มตั้งใจฝึก

ให้เรากำหนดสมาธิ กำหนดรู้ในกาย กายของเราขณะนี้อยู่ในท่าจะเป็นนอนหรือนั่งสมาธิก็ตาม กำหนดให้เห็นภาพกายของเราอยู่ในท่านั่งสมาธิ กายเนื้อของเราที่นั่งสมาธิ กายเราค่อยๆขาว ใส สว่าง กายทั้งกายใตสว่าง โคจรกระดูกใตสว่าง ทรงอารมณ์แผ่เมตตาเป็นแสงสีขาวสว่างออกไปทั่วจักรวาล โคจรกระดูกแผ่แสงสว่างเปล่งประกายเหมือนกับโคจรกระดูกทั่วกายของเรานั้นกลายเป็นแหล่งกำเนิดแสงสว่าง เป็นไส้หลอดสีขาวเปล่งแสงสว่างกระจายออกไปทั่วอันตจักรวาล รู้สึกว่าทั้งกายโคจรกระดูกเปล่งแสงสว่างออกไปทั่วอันตจักรวาล

จากนั้นกำหนดจิตต่อไป เริ่มเข้าสู่การปฏิบัติกายสายรุ้ง กำหนดจิตอธิษฐาน ขอบารมีของพระพุทธเจ้าและพระโพธิสัตว์ทั้งหลายที่เข้าถึงบรรลุถึงวิชชาสายรุ้ง ขอท่านเมตตามาประสิทธิ์ประสาทกับข้าพเจ้าทั้งหลายด้วยเถิด

จากนั้นกำหนดเริ่มต้นจากกายสีม่วง เห็นกายทั้งหมดเป็นแก้วใสสีม่วง โคจรกระดูกเป็นแก้วใสสีม่วง กายและโคจรกระดูกเปล่งแสงสว่างเป็นแสงสีม่วง สีม่วงเข้มแห่งสมาธิจิตแผ่สว่างกระจายไปทั่วทั้งอันตจักรวาล สีม่วงแสงรัศมีสีม่วงคลื่นของแสงสีม่วง แผ่สว่างกระจายไปทั่วทั้งอันตจักรวาล กายเป็นแก้วสีม่วง กำหนดเห็นกายของเรากระดูกของเรา กลายเป็นอัญมณี เป็นอเมทิสสีม่วง ใส สว่าง เปล่งประกาย

จากนั้นกำหนดจิตให้กายกลับมาใสเป็นแก้ว เคลื่อนเข้าสู่กายรุ้งกายต่อไป

กำหนดจิตเห็นกายเป็นสีน้ำเงินครามคือสีน้ำเงินเข้มเหมือนกับสีไฟลนเข้ม เข้มออกโทนดำเล็กน้อยกลายเป็นสีคราม เข้มไปจนกระทั่งถึงกระดูกเปล่งประกายแสงสว่างออกไปทั่วอันตจักรวาล กายเป็นผลึกของไฟลน แผ่สว่างใส รัศมีสีน้ำเงินครามน้ำเงินเข้มครามแผ่สว่างออกไป

จากนั้นกำหนดจิตต่อไป กลับมาเป็นกายแก้วสว่างใส แก้วขาวใสสว่าง กายเป็นแก้วใสไปจนถึงโคจรกระดูก เปล่งแสงสว่างรัศมีกลายเป็นเพชร

จากนั้นเคลื่อนเข้าสู่กายสายรุ้งกายต่อไป คือกายสีน้ำเงินอ่อนออกเป็นสีฟ้า กายสีฟ้าสีน้ำเงินอ่อน อความารีนกายเป็นสีฟ้า แสงสีฟ้าเปล่งประกายออกจากโคจรกระดูก เปล่งประกายรัศมีแสงสีฟ้าออกไปทั่วอันตจักรวาล กายเป็นผลึก อวามารีนเปล่งประกายสว่าง

จากนั้นกำหนดจิตต่อไป กายกลับมาเป็นเพชรสว่าง เห็นกายเป็นผลึกเพชรเจียรระไน กายเนื้อของเราเป็นผลึกเพชรเจียรระไนละเอียด โคจรกระดูกภายในเป็นเพชรใสละเอียดลิ้มเห็นชัดละเอียดขึ้น

ใครฝึกถึงจุดนี้จะสังเกตได้ว่า พอเรากลับมาเป็นแก้วใส กายเป็นเพชร การกำหนดภาพกายเป็นเพชรมันง่ายขึ้นชัดเจนขึ้น

คราวนี้เคลื่อนเข้าสู่กายสายรุ้งต่อไป เป็นกายสีเขียวมรกต กำหนดจิตเห็นกายของเรานั้นเป็นมรกต ใส ละเอียด นึกถึงโคจรกระดูกก็เป็นมรกต เปล่งประกายแสงสว่างสีเขียว แผ่สว่าง รัศมีแสงสว่างสีเขียวออกไปทั่วอันตจักรวาล เห็นกายเป็นผลึกมรกต ทรงอารมณ์ไว้พร้อมกับพิจารณา มีครูบาอาจารย์ที่เป็นพระสงฆ์ไทยมีอยู่รูปหนึ่งที่ท่านอยู่จังหวัดทางภาคอีสาน เมื่อมรณภาพแล้วปรากฏกายเป็นกายสีมรกตทั้งองค์ ซากคืออสุภะ ร่างของท่านนั้นไม่เนาไม่เปื่อยและกลายเป็นมรกตทั้งองค์ ท่านได้รับฉายาว่าพระอรหันต์กายมรกต อันนี้ก็เกิดขึ้นจากวาระบุญเก่าบารมีเก่าของท่านที่ท่านเคยฝึกเคยปฏิบัติ แล้วมีอีกองค์หนึ่งที่มีชื่อเสียงก็คือหลวงปู่ดาบส เมื่อท่านมรณภาพและทำพิธีฌาปนกิจแล้ว หัวใจ

ท่านกลายเป็นก้อนมรกต เราก็กำหนดรู้ ฟังเกร็ดวิชา ฟังเรื่อง แล้วก็กำหนดจิตต่อไป ให้เห็นกายของเราเป็นแก้วมรกต เปล่งประกายสว่างแผ่ไปทั่วจักรวาล รู้สึกถึงความเป็นผลึกของมรกต

จากนั้นน้อมจิตต่อไป อธิษฐานขอกายนี้กลับมาเป็นกายเพชรประกายพริกอีกครั้งหนึ่ง เป็นแก้วใสสว่างเป็นเพชรประกายพริก ผลึกอนุภาคทั่วกายของเรากลายเป็นเพชรประกายพริกสว่าง รู้สึกได้ถึงแสงสว่างรัศมีกายที่แผ่ออกมาจากทุกขุมชนทั่วกาย กายที่เป็นเพชรสว่าง

จากนั้นกำหนดต่อไป เริ่มเข้าสู่กายที่เป็น **กายสีเหลือง** บุษราคัม กายสีเหลืองแก้วสีเหลืองบุษราคัมเปล่งประกายสว่าง โคจรกระดุกเป็นสีเหลืองสว่างเปล่งประกายแสงสว่างรัศมีกายจากกายและโคจรกระดุก แผ่สว่างออกไปทั่วอเนกจักรวาล อารมณ์จิตมีความเบา มีความสบาย

จากนั้นทรงอารมณ์จิตกลับมาที่กายที่เป็นเพชรประกายพริก กำหนดเห็นกายที่เป็นเพชรประกายพริกสว่างแผ่รัศมีสว่างไปทั่วจักรวาล จากนั้นเคลื่อนเข้าสู่กายสายรุ้งกายต่อไป

กำหนดกายเป็น **แสงสีแสดสีส้มสว่าง** กายสีส้มโคจรกระดุกสีส้มเปล่งแสงสว่างสีส้มเข้ม แผ่สว่างไปทั่วจักรวาล

จากนั้นกำหนดจิตให้กายกลับมาเป็นเพชรประกายพริกสว่างใส ลึกไปถึงโคจรกระดุกก็เป็นเพชร แผ่รัศมีสว่างไปทั่วจักรวาล อเนกจักรวาล จากนั้นจึงกำหนดจิตต่อไป

กำหนดจิตดึงกายกลับมาเป็นเพชรประกายพริกสว่าง รัศมีสว่างกระจายออกไป จากนั้นเคลื่อนกายเข้าสู่กายที่เจ็ด กายเป็น **รัศมีแสงสว่างสีแดง** กายเป็นผลึกทับทิมสีแดง สีแดงเข้มสว่าง โคจรกระดุกก็เป็นสีแดง กายทั้งหมดเปล่งประกายแสงสว่างสีแดง แสงสีแดงเปล่งประกายสว่างไปทั่วอเนกจักรวาล ทรงอารมณ์ทรงความรู้สึกในการแผ่รัศมีของกายเป็นรัศมีกายสีแดงสว่างออกไป ร่างกายปรับเปลี่ยนผลึกธาตุ ผลึกสีแดงปรากฏขึ้น

จากนั้นกำหนดจิตย้อนกลับมาเป็นกายแก้วใสเป็นประกายพริกสว่างเป็นเพชรระยิบระยับ เมื่อกายเป็นเพชรประกายพริกแล้ว กำหนดจิตกายที่เป็นเพชรเจียรไนละเอียดระยิบระยับในขณะนี้ยังเนื่องอยู่กับกายเนื้อ ยังเนื่องอยู่กับภาคของมนุษย์

กำหนดจิตอาราธนาบารมีพระ ขอภานิमितแห่งพระพุทธองค์ทรงปรากฏกลางอกของกายที่เป็นเพชรนี้ องค์พระของจปรากฏเป็นองค์พระที่เป็นเพชรประกายพริก เจียรไนละเอียดระยิบระยับ เปล่งประกายเจิดจ้าออกมา

จากนั้นกำหนดจิตอธิษฐานขอบารมีพระพุทธองค์ทรงสงเคราะห์ ขอยกกายเนื้อที่เป็นเพชรประกายพริกนี้ ของปรับเปลี่ยนผลึกธาตุ จากธาตุหยากกายเนื้อจึงเป็นธาตุธรรม จากอารมณ์จิตของปุถุชนจึงเป็นอารมณ์จิตแห่งพระอริยะเจ้า จากนั้นฟุ้งกายที่เป็นผลึกเพชรทั้งหมดนี้ขึ้นไปบนพระนิพพาน พร้อมกับอธิษฐาน ขอให้แปลงรูปสภาวะของกายที่เป็นเพชรนั้นจึงกลายเป็นกายแห่งพระวิสุทธิเทพที่เป็นเพชรระยิบระยับ ประกอบไปด้วยเครื่องทรงที่ครบพร้อมรั้งสมบูรณ์ เป็นเพชรระยิบระยับในกายพระวิสุทธิเทพ เปล่งฉัพพรรณรังสีรัศมีของกายออกมา กายพระวิสุทธิเทพอยู่บนพระนิพพานเปล่งประกายสว่างออกมา อารมณ์จิต อารมณ์วิปัสสนาญาณในการพิจารณาอ้อมจิตพิจารณาว่าจิตเราตัด กายทั้งกายทั้งความเป็นกายเนื้อ จิตตัดภพจบชาติ ไม่ปรารถนาในกำเนิดในการเป็นมนุษย์ ไม่ปรารถนาในกำเนิดในการเป็นเทวดา ไม่ปรารถนาในกำเนิดเป็นพรหมหรืออรูปพรหม จิตเราตัดไว้จุดเดียวจุดตั้งมั่นไว้จุดเดียวคือพระนิพพาน พร้อมกับการกำหนดสภาวะความรู้สึกในความเป็นกายแห่งพระวิสุทธิเทพชัดเจน ปรากฏกายสว่างส่องไส

จากนั้นน้อมจิตอธิษฐานว่าการปฏิบัติตัดกายแยกกาย ขอการปฏิบัติที่ข้าพเจ้าตัดกายแยกกายทิ้งกายยกกำลังจิตด้วยกำลังของมโนมยิตธิขึ้นมานพระนิพพาน เพื่อตัดสรรพกิเลสทั้งปวง คือความรักโลกโกรธหลงทั้งหลาย ตัดสังโยชน์ทั้งสิบประการ เครื่องร้อยรัดจิตใจไว้กับภพภูมิทั้งหลาย ข้าพเจ้าขอน้อมให้ผลแห่งการปฏิบัตินี้เป็นปฏิบัติบูชา บูชาคุณพระรัตนตรัย บูชาคุณพ่อแม่ครูอุปัชฌาย์อาจารย์ท่านผู้มีพระคุณทั้งหลาย บูชาคุณพระโพธิสัตว์พระมหาโพธิสัตว์เจ้าทั้งหลาย บูชาคุณบูรพมหากษัตริราชทุกพระองค์ทุกราชวงศ์ บรรพบุรุษบรรพชนทั้งหลายที่เสียสละเลือดเนื้อรักษาชาติบ้านเมืองแผ่นดิน นอบน้อมต่อท่านผู้มีพระคุณทั้งปวงดังที่กล่าวมา เทพพรหมเทวดาผู้พิทักษ์รักษาข้าพเจ้า รักษาพระพุทธานุภาพ เทพพรหมเทวดาที่รักษาพระเศวตฉัตรพระสยามเทวาธิราช เทวดาพรหมผู้พิทักษ์รักษาผู้ปฏิบัติผู้เจริญพระกรรมฐานรวมถึงที่ท่านกำลังเมตตาคุ้มครองปกป้องรักษาข้าพเจ้าทั้งหลายในขณะนี้ ข้าพเจ้าขอน้อมถวายเป็นปฏิบัติบูชา ขอแสงสว่างแห่งกายพระวิสุทธิเทพเปล่งประกายแผ่ไปถึงทุกท่าน เป็นอนุภาคกระแสแสงสว่างแห่งบุญอันละเอียดปราณีตระยิบระยับส่องสว่างเอบอ้มเป็นสุข

เราจะสังเกตได้ว่าการแผ่รัศมีกาย การแผ่เมตตา แสงรัศมีที่เราแผ่ออกจากกายพระวิสุทธิเทพก็ดี จากกายทิพย์ก็ดี มีความชัดเจนขึ้น มีความละเอียด มีความรู้สึกเกี่ยวเนื่องกับกระแสที่แผ่ออกไปมากขึ้นกว่าเดิม

กำหนดน้อมจิต เมื่อแผ่เมตตา เมื่ออุทิศบุญกุศลถึงทุกท่านทุกรูปทุกนามแล้ว เราก็อธิษฐานจิต เมื่อขึ้นมานพระนิพพานแล้ว ขอเมตตาปรากฏมหาสมาคมอันประกอบไปด้วยพระพุทธเจ้าทุกพระองค์ พระปัจเจกพุทธเจ้าทุกพระองค์ พระอรหันต์ทุกพระองค์ที่บรรลุนิพพานแล้วโดยทั้งหมด ปรากฏองค์สมเด็จพระบรมไตรศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสมเด็จพระศรีวิสุทธิเทพองค์หนึ่ง เมตตาเป็นประธาน ให้ญาณเครื่องรู้ของข้าพเจ้าได้รับรู้ผู้รู้สัมผัสถึงทุกท่านทุกพระองค์บนพระนิพพาน น้อมรับกระแสเชื่อมกระแสกับทุกท่านทุก ๆ พระองค์บนพระนิพพานได้ด้วยเถิด

จากนั้นกำหนดให้เห็นกายทิพย์ของเราค่อยๆ แยกเป็นจำนวนมากมายมหาศาล น้อมจิตกราบแทบเบื้องพระบาทของพระพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้า พระอรหันต์ทุก ๆ พระองค์ที่ปรากฏนั้น แยกจิต แยกอาทิสมาณกาย

จากนั้นกำหนดจิตฝึกต่อไป และขอแยกอาทิสมาณกายของข้าพเจ้าออกไปเป็นจำนวนมากมายมหาศาลไม่ถ้วน ที่ใดจุดใดที่มีบุญมีกุศล ขอให้กายของข้าพเจ้าที่แยกภาคออกไป ขอจงไปปรากฏและอนุโมทนาสาธุ แยกกายทิพย์ออกไป โมนานบุญกับบุญกุศลทุกความดีที่ปรากฏ งานบุญงานกุศลในทุกที่แยกอาทิสมาณกายของเราไปโมทนา

จากนั้นฝึกแยกอาทิสมาณกายต่อไป ที่ใดบนโลกมนุษย์ที่ปรากฏพระอริยะเจ้า นับตั้งแต่พระโศตบันขึ้นไปจนกระทั่งถึงพระอรหันต์ ที่ใดในเทวโลก พรหมโลก ที่ปรากฏพระอริยะเจ้าตั้งแต่พระโศตบันขึ้นไปจนถึงกระทั่งถึงพระอนาคามี ข้าพเจ้าแยกอาทิสมาณกายเป็นจำนวนมากมายมหาศาล แยกไปกราบทุกท่านทุก ๆ พระองค์ ไม่ว่าจะท่านจะเป็นมนุษย์ ไม่ว่าจะท่านจะอยู่ในเพศฆราวาส หรือบรรพชิตคือพระสงฆ์ หรือแม่ชีก็ตาม ไม่ว่าจะท่านจะอยู่ในภพใดภูมิใด ภูมิเทวดาที่ท่านเป็นพระอริยะเจ้าก็ดีไปจนกระทั่งถึงท่านท้าวสหัมบดีพรหมผู้ทรงไว้ในความเป็นพระอนาคามีผลก็ดี ข้าพเจ้าแยกจิตแยกอาทิสมาณกายไปกราบทุกท่านทุก ๆ พระองค์ ขอกระแสผลพระนิพพาน ธรรมที่ท่านเข้าถึงแล้ว ขอน้อมรวมลงสู่กายทิพย์ที่ข้าพเจ้าแยกอาทิสมาณกายไปกราบ

จากนั้นจึงกำหนดจิตอธิษฐานให้กายทั้งหลายที่แยกออกไปเป็นจำนวนมากมายังที่กราบพระ ทั้งที่ไปโมทนาบุญกับ บุญกุศล ทั้งที่ไปกราบพระอริยะเจ้าในภพภูมิต่างๆทุกภพ สามไตรภูมิจำนวนมากมายมหาศาลเพียงใด จงกลับมารวมที่ อาทิสมาณกาย กายพระวิสุทธิเทพบนพระนิพพานเป็นหนึ่งเช่นเดิม

จากนั้นอธิษฐานจิต จิตรวมเป็นหนึ่ง หนึ่งเดียวกับพระนิพพาน เอกัคคตารมณสูงสุดคือจิตเป็นหนึ่งเดียวกับพระนิพพาน

กำหนดจิตทรงสภาวะกายพระวิสุทธิเทพให้สว่างเจิดจ้าที่สุด ความเป็นกายพระวิสุทธิเทพประจักษ์แจ้งชัดเจนในจิตของเรา กายแห่งพระนิพพานคือกายในที่แท้จริงของเรา ตายเมื่อไร ขอเข้าถึงซึ่งพระนิพพานเพียงจุดเดียว

จากนั้นทรงอารมณ์ให้ผ่อนคลาย ยินดีในพระนิพพาน พิจารณาร่างกายนั้นที่เป็นกายหยาบชั้นห้าในที่สุดมันก็ไม่เที่ยง มันก็แตกสลาย กายที่เห็นก็เป็นเพียงมายาของแสงสี แสงสีทั้งหลาย สีม่วง คราม น้ำเงิน เขียว เหลือง แสด แดง มันก็เป็นเพียงมายา กายทั้งหลายที่เป็นชั้นห้าก็เป็นเพียงธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ ใจของเราไม่ติดไม่ยึดกับธาตุทั้งหลาย ไม่ติดไม่ยึดกับกาย ไม่ติดไม่ยึดกับภพทั้งปวง จิตเราปล่อยวางจากทุกสรรพสิ่งในสังสารวัฏ จากสมมติทั้งหลายในทางโลก จิตเรากำหนดรู้ว่าเราคือกายทิพย์อาทิสมาณกาย เราไม่ใช่ร่างกายกายเนื้อกายหยาบ เมื่อตายจากร่างกายนี้แล้ว จุดหมายเดียวที่เราตั้งใจไว้ก็คือพระนิพพาน

เมื่อทรงอารมณ์แล้ว จิตเราอธิษฐานปักไว้กับพระนิพพานแล้ว ก็ได้เวลาวาระอันสมควรกับการปฏิบัติในวันนี้

กำหนดจิต อธิษฐาน ขอโมทนาสาธุกับเพื่อนกัลยาณมิตรทุกคนที่ปฏิบัติธรรมในวันนี้ ขอโมทนาสาธุกับบุญในการจัดพิธี บวงสรวงบูรพมหากษัตริราชเจ้าและเหล่าบรรพบุรุษพระสยามเทวาธิราชที่ปรากฏขึ้นในวันนี้ และขออ้อมบุญกุศล อุทิศให้กับสามีนองญาติธรรมซึ่งเกิดอุบัติเหตุ มีชื่อว่าคุณศิริพงศ์ รักแก้ว ขอให้บุญกุศลแห่งการเจริญกรรมฐานของเราทุกคนนี้ ทำให้เกิดปาฏิหาริย์ ให้คุณศิริพงศ์ รักแก้ว มีสุขภาพสมบูรณ์ ฟันตัวได้สติจากอาการบาดเจ็บในอุบัติเหตุ กระแสบุญกุศลส่งผลปรับธาตุปรับร่างกายให้ฟื้นกลับคืนมาได้ ขอกำลังใจแห่งบุญจงเป็นไป ขอจงแก้ไขให้บรรเทาเบาบาง หากไม่เกินอำนาจกฎของกรรม ขอจงฟื้นตัว ขอจงได้สติด้วยเถิด

จากนั้นกำหนดใจของเราให้ผ่อนคลาย ใจเราใส สว่าง หายใจเข้าลึกๆช้าๆ หายใจเข้าพุท ออกโท ครั้งที่สอง รั่มโม ครั้งที่สาม สังโย ถอนจิตช้าๆออกจากสมาธิ

จากนั้นก็โมทนาบุญกับเพื่อนกัลยาณมิตรทุกคนที่ปฏิบัติธรรม โมทนาบุญในกุศลทั้งหลายที่ทุกท่านได้ไปสร้างบำเพ็ญไว้ดีแล้ว แล้วก็กำหนดจิตได้ย่ำลิ้มเขียนแผ่นทองอธิษฐานสร้างพระคำอธิษฐานเพื่อพระนิพพาน

แล้วก็วันที่ 9 มกราคมก็จะมีการเจริญพระกรรมฐานก็อยากให้เราทุกคนถ้ามีโอกาสมีวาระมีความตั้งใจก็อยากให้ไปกัน ซึ่งจะประกาศในระยะเวลาต่อไป

สำหรับวันนี้ก็ขอโมทนาบุญกับทุกคนด้วย ให้ทุกคนมีความสุขมีความเจริญมีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง มีกำลังใจมั่นคง ในการปฏิบัติธรรม มีกำลังใจมั่นคงในความจงรักภักดีต่อชาติศาสนาพระมหากษัตริย์ แล้วก็จิตใจที่เด็ดเดี่ยวมั่นคงในการ ดำรงตนให้เกิดความสุขความสวัสดิ์ ความมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง เจริญรุ่งเรืองทั้งทางโลกทางธรรม

สำหรับวันนี้สวัสดิ์

พบกันใหม่สัปดาห์หน้า