

๓

อานิสงส์การฝึกใจ

วันอาทิตย์ที่ ๑๑ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๘ (๑๓.๓๐ น.)

ปรับกาย-ปรับใจ

ตั้งใจหลับตาเจริญสมาธิภาวนากันนะ หลับตาเบาๆ พอสบายๆ แล้วรวมใจหยุดนิ่งๆ ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ซึ่งอยู่ในกลางท้องของเรา ในระดับที่เหนือจากสะดือขึ้นมา ๒ นิ้วมือ ให้หยุดใจนิ่งอย่างเบาๆ สบายๆ

บริกรรมนิมิต-บริกรรมภาวนา

ถ้าใจของเรายังไม่ตั้งมั่น ยังแวบไปแวบมา คิดไปในเรื่องราวต่างๆ ก็ต้องกำหนดบริกรรมนิมิตขึ้นเป็นดวงใสๆ หรือพระแก้วใสๆ เอาไว้ แล้วประคองใจด้วยบริกรรมภาวนาสัมมาอะระหังเรื่อยไปเลย

แต่ถ้าหากว่า เราคุ้นเคยกับศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ แล้วใจไม่ได้แวบไปคิดเรื่องอื่น เราก็แค่ตั้งใจเบาๆ หยุดนิ่งเฉยๆ ในกลางกาย

พอเรานึกว่าจะรวมใจหยุดตรงนี้ ใจจะมารวมอยู่ที่ตรงนั้นเลย โดยไม่มีความรู้สีกว่ากดลูกหยันลงไปดู คือ เราลืมเรื่องลูกหยันลงไปเลย ถ้าเราทำเป็นกันแล้ว เราจะคุ้นเคย พอหลับตา ใจก็จะรวมไปอยู่ในกลางกายกลางท้อง แล้วมีความรู้สีกว่าตัวโล่งขึ้น โล่ง โปร่ง เบา สบาย เป็นความรู้สึกพึงพอใจกับการทำอย่างนี้

ฝึกวางใจให้ชำนาญ

เมื่อใจกลับมาอยู่ที่ตั้งดั้งเดิม ถ้าทำเป็นแล้ว จะคุ้นเคยกับการวางใจ ซึ่งต้องอาศัยการฝึกฝน เหมือนกับการทำงานทุกประเภท งานทางโลก เราก็ต้องฝึกฝน ล้มลุกคลุกคลานกันไปก่อน กว่าจะตั้งหลักได้ งานภายในซึ่งเป็นงานที่แท้จริงของชีวิตก็เช่นเดียวกัน ต้องอาศัยการฝึกฝน ให้มีชั่วโมงหยุด ชั่วโมงนิ่ง ชั่วโมงกลางกายให้มากๆ



ถ้าเราทำเป็นกิจวัตรก็ติดเป็นนิสัย ไม่ว่าเราจะทำภารกิจอะไร ใจจะอยู่ตรงกลางตรงนั้น แล้วจะถูกแบ่งออกมาครึ่งหนึ่งสำหรับการทำภารกิจภายนอก ถ้าเราทำเป็นแล้วแปลว่าจุดเริ่มต้นของงานภายนอกตั้งต้นจากศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ โดยมีพื้นฐานของใจที่โล่ง โปร่ง เบา สบาย มีความสุขภายในเป็นฐานรองรับกิจกรรมภายนอก เป็นข้อแตกต่างจากชาวโลกทั่วไป หรือก่อนที่จะเรามาฝึกใจอย่างนี้

เราจะเห็นข้อแตกต่างของชีวิตที่ผ่านมา กับชีวิตที่เริ่มต้นที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ว่า เป็นชีวิตที่ดั่งมั่น มีความสุข มีความเบิกบานอยู่ภายในลึกๆ แล้วก็ไม่ค่อยจะหวั่นไหว ในอุปสรรคของชีวิต จะไม่มีความคิดว่า เราผิดหวังหรือเรายังไม่สมหวัง แล้วจะคิดแต่เพียงว่า เราต้องหาวิธีการให้ไปสู่เป้าหมายให้ได้อย่างมีความสุข

เพราะฉะนั้น ต้องฝึกกันไปทุกวัน นี่เป็นงานที่แท้จริงของเรา พอถึงเวลาเราหมดอายุขัยแล้ว ความชำนาญในกิจกรรมภายนอกช่วยอะไรเราไม่ได้เลย แต่ว่างานภายในตรงนี้ต่างหากที่จะทำให้ใจเราใส ปิดอบาย แล้วก็ไปสวรรค์ แต่ว่าเมื่อชีวิตของเราจะต้องหล่อเลี้ยงด้วยปัจจัย ๔ อาหาร เสื้อผ้า ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค เป็นต้น เราก็ต้องทำมาหากิน ทำมาค้าขาย แล้วต้องทำมาสร้างบารมี ก็ต้องทำให้ลูกหลักวิชาควบคุมกันไปอย่างนี้ ชีวิตจึงจะสมบูรณ์

ทุกคนต้องฝึกใจ

การฝึกใจให้หยุดนิ่ง มีความจำเป็นสำหรับตัวเราอย่างยิ่ง ไม่ว่าเราจะอยู่ในอาชีพอะไรก็ตาม จะอยู่ในสถานะใด เป็นพระ เป็นโยม เป็นนักเรียน นิสิต นักศึกษา ผู้ครองเรือน ผู้บริหาร วัย ปลดเกษียณ วัยชรา มีความจำเป็นทุกระดับ หรือแม้จะอยู่บนเตียงคนป่วยก็ป่วยอย่างสง่างาม อย่างมีหลักยึดของใจ จะชรา ก็แก่อย่างสง่างาม เป็นคนแก่ที่มีความสุขใจ ลูกหลานอยากเข้าใกล้ อยากลูบเนื้อลูบตัวเรา อยากมาขอศีลขอพร อยู่ใกล้แล้วรู้สึกเย็น กายเย็นใจ อบอุ่นใจ การทำมาหากินก็จะเกิดความมั่นใจว่าจะไม่ ประสบความล้มเหลวในชีวิต จะเจอแต่ความสมหวังไปตามกำลัง แห่งบุญและความเพียรของเรา

เพราะฉะนั้น ต้องหมั่นฝึกฝนอบรมใจของเราให้ได้ ฝึกไปเรื่อยๆ วันนี้ใจยังไม่ตั้งมั่น ไม่ได้แปลว่า พรุ่งนี้จะไม่ ตั้งมั่น วันนี้ยังมีค้อยู่ ไม่ได้แปลว่า พรุ่งนี้จะมีค หรือวันถัดๆ ไปจะมีคเหมือนเดิม มันจะค่อยๆ สว่างขึ้นไปเรื่อยๆ ต้องฝึกใจ เพื่อตัวของเรา และเพื่อสมาชิกภายในบ้าน ผู้ใกล้ชิดและ ทุกๆ คนในโลก

ดังนั้น ให้ฝึกไป หากใจยังไม่ตั้งมั่น ก็ให้ประกอบกิจกรรม ทั้งสองดังกล่าว บริกรรมนิมิตกับกรรมภาวนาสัมมาอะระหัง เรื่อยไป ถ้าใจตั้งมั่นในระดับหนึ่งแล้ว เราก็หมดความจำเป็นที่จะไปนึกถึงกรรมทั้งสอง แค่วมใจก็เคลื่อนเข้าไปสู่ภายใน แล้ว



อานิสงส์การฝึกใจให้หยุดนิ่ง

ยิ่งหยุด ยิ่งนิ่ง ก็ยิ่งตั้งไม่หยุด ยิ่งเคลื่อนเข้าไป เล่นไปหา พระรัตนตรัยที่มีอยู่ในตัวของเรา ความสว่างจะค่อยๆ เกิดขึ้น ความสว่างที่เหมือนแสงแก้ว แสงแห่งความบริสุทธิ์ที่มาพร้อมกับ ความเบิกบาน ก็จะมาเมื่อใจเราค่อยๆ นิ่งไป

และเราต้องยอมอนุญาตว่า บางครั้งใจก็แวบไปคิดเรื่องอื่น บ้าง อย่าไปกลัว อย่าไปคิดว่าเรานั่งแล้วไม่ก้าวหน้า ต้องปล่อย มันไปบ้าง แต่ฝึกบ่อยๆ เข้า ใจก็ไม่อยากจะไปไหน เพราะว่าอยู่ ตรงกลางกายแล้วอยู่เย็นเป็นสุข เย็นกายเย็นใจอยู่ภายใน

การฝึกนี้จะมีอานิสงส์ มีสุขทั้งหลับทั้งตื่น หลับก็ง่าย ไม่ ผันร้าย หรือไม่ผันเลย ถ้าจะผันก็ผันถึงเรื่องดีๆ มีสิริมงคล ตื่น มากี่เหมือนกับเราออกมาจากแหล่งแห่งความบริสุทธิ์ แหล่งแห่ง ความสุขอันไม่มีประมาณ แหล่งแห่งดวงปัญญาที่ไม่มีขอบเขต และแหล่งแห่งกำลังใจที่ไม่มีที่สิ้นสุด มันจะถูกดึงออกมาพร้อม กับการลืมตาตื่นขึ้นมาของเรา

เราจะมี ความเบิกบาน ชุ่มชื่น จากใจก็ขยายไปสู่ระบบประสาท กล้ามเนื้อ ซึ่งจะทำให้ผู้ใกล้ชิดเราในบ้าน นอกบ้าน ที่ทำงาน ทุกหน ทุกแห่ง เห็นความแตกต่างของเราไปเรื่อยๆ แล้วอยากจะเข้าใกล้เรา เข้าใกล้แล้วมีความสุข เราจะได้ยินถ้อยคำที่บันเทิงใจ ที่ชื่นใจเราให้ เบิกบาน แซ่มนั่น เพราะสิ่งที่ปรากฏจากระบบประสาทกล้ามเนื้อ แล้วขยายไปสู่บรรยากาศรอบตัวเรา จะช่วยคลี่คลายความเครียด หรือมลทินของใจทุกๆ คน รวมทั้งสิ่งแวดล้อม ให้บริสุทธิ์เพิ่มขึ้น

เราจะลดความขัดแย้งในบ้านหรือในที่ทำงานได้ดี แม้มีอยู่
ก็อยู่ในระดับที่ทำงานร่วมกันได้ แล้วก็ไปถึงจุดหมายปลายทาง
ด้วยกัน เราจะไปอยู่ร่วมกับผู้ที่ยังมีกิเลสหนาปัญญาหยาบอย่าง
มีความสุขภายใน มีใจตั้งมั่น เราจะมองเห็นสิ่งแวดล้อมแตกต่าง
จากทุกๆ วัน ทั้งๆ ที่สิ่งแวดล้อมก็เหมือนเดิม แต่เพราะใจเราแตก
ต่างจากเดิมที่ไม่ตั้งมั่น มาเป็นใจอยู่ภายในมั่นคง ใจเราจะขยาย

สิ่งต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นคน สัตว์ สิ่งของ เราเห็นแล้วจะสดชื่น
เบิกบานกว่าทุกๆ วัน จะมีรอยยิ้มปรากฏอยู่บนใบหน้าที่เป็นไป
ตามธรรมชาติ เป็นปกติ เหมือนดอกไม้ที่เบ่งบานเมื่อน้ำเลี้ยง
ดอกไม้สดใส น้ำเลี้ยงหัวใจของเราก็จะสดใสเมื่อใจเราหยุดนิ่ง

ฝึกกันไปเรื่อยๆ ฝึกทุกวัน เพราะยังมีสิ่งที่เรายังจะต้อง
เรียนรู้เพิ่มขึ้นอีกมากมาย ซึ่งเป็นความรู้ที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้า
ท่านไปรู้ไปเห็นมา เราจะเข้าใจวิชา ๓ เข้าไปเรื่อยๆ ปุพเพ-
นิวาसानุสสติญาณ ญาณเป็นเหตุแห่งการระลึกชาติหนหลังได้
จุตูปปาตญาณ ความรู้ที่จะทำให้เราแจ่มแจ้งเรื่องกฎแห่งกรรม
การเวียนว่ายตายเกิดได้ กระทั่งอัสวักขยญาณ ความรู้ที่จะทำให้
เราจัดกิเลสอาสวะให้เบาบางเจือจางลงไปได้เรื่อยๆ เราจะเข้าใจ
กลั้วแหล่งแห่งวิชาทั้งสามนี้ เมื่อใจเราหยุดนิ่งถึงระดับเข้าถึงภายใน
กายได้ ตั้งแต่กายมนุษย์ละเอียด กายทิพย์ กายรูปพรหม กาย
อรุปรหม กระทั่งถึงกายธรรม ถึงพระรัตนตรัยในตัว



เมื่อเราเข้าถึงพระรัตนตรัยในตัวแล้ว เราแทบไม่ต้องไปถามใครเลยว่า นี่คือนิพพานที่ระลึกที่แท้จริงใช่หรือไม่ พอถึงตรงนั้นแล้วเราจะทราบด้วยตัวของเราเอง จะมีญาณทัสสนะเกิดขึ้น แล้วมีธัมมจักขุแจ่มแจ้งขึ้นมาเอง

เข้าถึงใหม่ๆ ต้องรักษาชีวิต

ต้องอาศัยการฝึกกันไปเรื่อยๆ ฝึกฝนไป ได้ใหม่ๆ ในระดับกุศลนิमित เห็นแสงสว่าง เห็นดวงธรรม เห็นองค์พระใสๆ หรือกายภายใน ก็อย่าชะล่าใจ ต้องรักษาเอาไว้ให้ยิ่งกว่าชีวิตของเราแล้วจะมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น ใจจะเคลื่อนเข้าไปสู่ภายใน ในระดับที่เป็นลัทธิธรรม คือ เป็นพระธรรมกายจริงๆ ที่มีลักษณะมหาบุรุษครบถ้วนทุกประการ มีเกตุดอกบัวตูมที่ตั้งอยู่บนจอมกระหม่อม บนพระเศียรที่มีเส้นพระศกเรียงรายกันอย่างเป็นระเบียบ ขดเวียนเป็นทักษิณาวรรต เราจะแจ่มแจ้งเรื่องลักษณะมหาบุรุษ เมื่อเราได้เข้าถึงพระธรรมกายในตัว

เพราะฉะนั้น เห็นใหม่ๆ ได้ใหม่ๆ อย่าไปชะล่าใจ อย่าไปคิดว่า ทำเมื่อไรก็ทำได้ เพราะความจริงอาจจะไม่เป็นอย่างนั้นเสมอไป เพราะว่าใจเรายังไม่มั่นคง ยังมีสิ่งต่างๆ ที่มากระทบใจเรา บางครั้งกระทบแล้วก็กระเทือน บางครั้งกระทบแต่ไม่กระเทือน เพราะฉะนั้นดีที่สุด ปลอดภัยที่สุดก็คือ ฝึกกันไปเรื่อยๆ

ยิ่งหยุด ยิ่งนิ่ง ก็ยิ่งบริสุทธิ์ ใจจะยิ่งบริสุทธิ์ บุญในตัวก็จะเกิดขึ้น จะไปตัดรอนวิบากกรรม วิบากมาร อุปสรรคต่างๆ นานา ในชีวิตของเรา ให้หนักเป็นเบา เบาเป็นหาย

พระเดชพระคุณหลวงปู่ พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) ผู้ค้นพบวิชชาธรรมกาย ท่านเคยกล่าวเอาไว้ว่า

ใจหยุดประเดี๋ยวเดียว แวบเดียว ชั่วระยะงูแลบลิ้น ซึ่งมันไม่นาน ไม่กี่วินาที หรือช้างพับใบหู หรือฟ้าแลบแป๊บ ความสว่างที่เกิดขึ้นนั้นเป็นพลังบุญอย่างมหาศาล มากกว่าการสร้างโบสถ์ สร้างวิหาร ศาลาการเปรียญ หมดเงินทองไปเยอะ แต่ความสว่างภายในไม่ได้บังเกิดขึ้น ยังไม่เห็น บุญที่เกิดจากความสว่างที่เกิดภายในด้วยใจหยุดหนึ่งได้มากกว่าบุญตรงนั้น เพราะว่าบุญที่จะนำไปสู่การบรรลุมรรคผลนิพพาน ส่วนบุญสร้างโบสถ์ วิหาร ศาลาการเปรียญนั้น เป็นบุญที่ยังข้องอยู่กับการเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในกามภพ

เพราะฉะนั้น อาณิสสการฝึกใจหยุดหนึ่งจึงไม่ใช่เรื่องเล็กๆ ไม่ใช่เรื่องพอดีพอร้าย อย่างที่พระเดชพระคุณหลวงปู่ของเรา ท่านพูดบ่อยๆ

ใจเคลื่อนเข้าสู่ภายใน

ลูกทุกคนจึงจำเป็นจะต้องศึกษา ฝึกฝน ทำความเพียรของเราต่อไป วางใจให้เป็นกลางๆ ไม่ให้มีความยินดีหรือยินร้ายบังเกิดขึ้น ให้ใจเป็นกลางๆ ให้ได้สมดุลของใจ นิ่งๆ นุ่มๆ เบาๆ เดียวเราจะดึงเข้าไปเอง

ใจเข้าไปสู่ภายใน จะค่อยๆ เคลื่อนไปเหมือนน้ำที่ไหลรินเข้าไปอย่างนุ่มนวล ใจจะค่อยๆ ใส สว่าง เห็นดวงธรรมภายใน บางครั้งก็เหมือนดวงดาวในอากาศ เหมือนพระจันทร์วันเพ็ญ บ้าง เหมือนพระอาทิตย์ยามเที่ยงวันบ้าง โตกว่านี้บ้าง เท่าฟองไข่แดงของไก่บ้าง ใส บริสุทธิ์ ประดุจเพชรที่เจียรระโนแล้ว ไม่มีตำหนิเลย ใสเหมือนน้ำบ้าง ใสเหมือนกระจกคันฉ่องส่องเงาหน้าบ้าง หรือใสเกินใสบ้าง อะไรจะเกิดขึ้นมาก็อย่าให้ความยินดียินร้ายเข้ามาครอบงำใจของเรา ให้หยุดให้นิ่งอย่างเดียว เฉยๆ ยึดหลักหยุดนิ่งเป็นหลัก วางใจเป็นกลางๆ สบายๆ อย่างนี้ จึงจะถูกหลักวิชา

ช่วงนี้อากาศกำลังดี แม้จะเป็นยามบ่ายหลังอาหารกลางวันก็ตาม แต่ว่าจิตของลูกๆ เป็นจิตที่ห่างไกลจากนิวรณ์ธรรม กำลังมีจิตที่ผ่องใส ก็ให้ฝึกใจ วางใจเบาๆ จะกำหนดบริกรรมนิมิตควบคู่กับบริกรรมภาวนา หรือจะภาวนาสัมมาอะระหังอย่างเดียว หรือจะไม่ทำอะไรเลย อยากจะนิ่งเฉยๆ ก็ได้ ต่างคนต่างนั่งกันไปเงียบๆ นะ

อธิษฐานจิตตั้งผังสำเร็จ

คราวนี้เราก็นึกถึงบุญที่เราทำผ่านมานับภพนับชาติไม่ถ้วน มาจนกระทั่งถึงวันนี้ ให้มารวมเป็นดวงบุญใสๆ อยู่ที่ศูนย์กลาง กายฐานที่ ๗ ของเรา

แล้วตั้งผังสำเร็จของเราไว้เลยว่า อานุภาพแห่งบุญทุกบุญ ที่เราทำผ่านมาถึงวันนี้ ขอให้เป็นผังสำเร็จว่า ภพชาติต่อไปในอนาคต เราจะต้องเกิดมาสร้างบารมี เพื่อจะไปสู่ที่สุดแห่งธรรม เพื่อจะไปรื้อวัฏฏะ ให้เรามีอุปกรณ์ในการสร้างบารมี ให้สมบูรณ์ ทั้งรูปสมบัติ ทรัพย์สมบัติ และคุณสมบัติ

รูปสมบัติ ให้เรามีร่างกายที่แข็งแรง ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ อายุขัยยืนยาว ได้สร้างบารมีกันไปนานๆ มีร่างกายที่สวยงาม สมส่วน เหมาะสมต่อการสร้างบารมี และต่อการปฏิบัติธรรม

ทรัพย์สมบัติ ให้เรามีโภคทรัพย์สมบัติ สมบัติตกไม่พร่อง เหมือนผู้มีบุญในกาลก่อน เช่น ท่านชฎิลเศรษฐี โชติกเศรษฐี เมณฑกเศรษฐี เป็นต้น มีแล้วก็ให้เราเกิดกุศลศรัทธา อยากจะสร้างบารมี อย่าได้มีความตระหนี่หรือหวงแหนทรัพย์เลย อย่าได้มีมานะทิฐิ ถือตัว อย่ามีอติมานะ ดูถูกดูหมิ่นผู้อื่น และให้เราได้ทำบุญกับเพื่อนานบุญผู้เป็นอายุพระศาสนา

คุณสมบัติ ให้เรามีดวงปัญญาแตกฉานทั้งทางโลกและทางธรรม ความรู้ดี ความสามารถดี ความประพฤติดี มีเอาไว้เพื่อการสร้างบารมีไปทุกภพทุกชาติ ตราบกระทั่งถึงที่สุดแห่งธรรม



สมบุรณ์ไปด้วยลาม ยศ สรรเสริญ สุข มรรคผลนิพพาน วิชาธรรมกาย ให้ได้เกิดในร่มเงาพระพุทธานุชาตนาวิชาธรรมกาย ไปทุกภพทุกชาติ ในครอบครัวยธรรมกายที่เป็นลัทธิ มีสิ่ง แวดล้อมเกื้อหนุนต่อการสร้างบารมี มีบุพการีที่ดี หมู่ญาติที่ดี เป็นบัณฑิต เป็นนักปราชญ์ สนับสนุนการสร้างบารมีของเราให้ สะดวกสบายอย่างง่ายดาย

คนภัยคนพาลก็ให้ห่างไกล อย่าได้อยู่ใกล้ อย่าได้เจอ อย่า ได้คบ อย่าได้ไปอยู่ในวงจรของคนพาล ให้เราดำเนินชีวิตอยู่ด้วยความไม่ประมาท จลัดในการสร้างบารมี ไปทุกภพทุกชาติตราบ กระทั่งถึงที่สุดแห่งธรรม ให้บารมีของเราแก่อบขึ้นไปเรื่อยๆ นอกนั้นหากเรามีข้อบกพร่องอะไร ก็อธิษฐานแก้ไขกันไป

ส่วนปัจจุบันชาตินี้ที่เรา กำลังสร้างบารมีอยู่ ก็ขอให้เราได้ สร้างบารมีอย่างสะดวกสบาย อย่างง่ายดาย จะทำบุญทุกบุญก็ ขอให้เราทำได้ อย่าได้ตกบุญเลย ให้เรามีสายสมบัติเชื่อมโยงมา เมื่อไปประกอบธุรกิจการงานอันใดที่เป็นลัทธิมาณิชา ลัทธิ มาอาชีวะ ก็ให้ประสบความสำเร็จเป็นอัศจรรย์

ปฏิบัติธรรมก็ให้พบพระธรรมกาย ให้หมดหนี้สิน เหลือ กินเหลือใช้ เหลือไว้สร้างบารมี มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง อายุ ยืนยาว สร้างบารมีกันไปนานๆ ให้ซื้อง่ายขายคล่อง กำไรงาม เป็นมหาเศรษฐีผู้ใจบุญ คำจุนพระพุทธานุชาตนาวิชาธรรมกาย เราก็อธิษฐานไป

จะมีหมู่ญาติ ลูกเต้า พวกพ้องบริวาร ก็ให้อยู่ในโอวาท อยู่ในศีล ในธรรม เป็นบัณฑิต เป็นนักปราชญ์ สร้างบุญทุกบุญก็ให้สำเร็จเป็นอัครจรรย เดินทางไกลไปที่ใดก็ให้บุญรักษา ให้ปลอดภัย

จะไปทำหน้าที่ผู้นำบุญยอดกัลยาณมิตร ให้มีวาจาศักดิ์สิทธิ์ มีฤทธิ์ มีเดช มีอานุภาพ พุดจาให้ชนะใจคน ให้ทำลายความสงสัย แก้อัศจรรย์ของทุกๆ คนให้ได้ ให้เขามีจิตผ่องใส เลื่อมใสในพระรัตนตรัย ให้เขาทำความเห็นให้ตรงกับหนทางพระนิพพานได้

ถ้าเป็นบรรพชิต ก็ขอให้ได้สร้างบารมีให้ได้ตลอดรอดฝั่ง อย่าได้มีอุปสรรคอันใดเกิดขึ้นมาขัดขวางในหนทางแห่งการสร้างบารมี ให้เป็นเพื่อนาบุญ เป็นอายุพระศาสนา เราก็อธิฐานกันไปอย่างที่เราต้องการ

อุทิศส่วนกุศล

บุญในวันนี้จะมีมาน้อยเพียงไรก็ตาม เราขอแบ่งบุญอุทิศบุญนี้ให้กับบรรพบุรุษ บุพการี ญาติสนิทมิตรสหายและสัมพันธชนตลอดจนคู่กรรมคู่เวรที่เราเคยพลาดพลั้งไปเบียดเบียนเขาในยามอกุศลเข้าถึงจิต เบียดเบียนเขาด้วยกาย ด้วยวาจา ด้วยใจ แล้วมีวิบากกรรมติดมาข้ามภพข้ามชาติ ก็ให้เขามีส่วนแห่งบุญนี้ ที่มีทุกข์มากก็ให้ทุกข์น้อย ที่มีทุกข์น้อยก็ให้พ้นทุกข์ ที่มีสุขน้อยก็ให้สุขมาก มีสุขมากแล้วก็ให้มากเพิ่มขึ้นไปเรื่อยๆ



ภพภูมิใดที่เราอุทิศบุญด้วยวิธีธรรมดาไปไม่ถึง กำลังกุศล
ส่งไปไม่ถึง ก็ขอबारมีธรรมของมหาปุชณียาจารย์ทุกท่าน มี
พระเดชพระคุณหลวงปู่ของเรา ผู้ค้นพบวิชชาธรรมกาย คุณยาย
อาจารย์ฯ เป็นต้น ได้นำบุญนี้ไปให้กับท่านเหล่านั้น ที่มีทุกข์มาก
ก็ให้ทุกข์น้อย ที่มีทุกข์น้อยก็ให้พ้นทุกข์ ที่มีสุขน้อยก็ให้สุขมาก
ที่มีสุขมากแล้วก็มากเพิ่มขึ้น แล้วเราก็แบ่งบุญนี้ไปยังสรรพสัตว์
ทั้งหลายไม่มีประมาณ ตลอดแสนโกฏิจักรวาล อนันตจักรวาล
กามภพ รูปภพ อรูปภพ

สัตว์ที่เกิดในกำเนิดทั้ง ๔ ในอันทะ ชลาพุชะ ลังเสทชะ
หรือโอปปาติกะ ก็ให้มีส่วนแห่งบุญที่เราได้แบ่งปัน ที่มีทุกข์มาก
ก็ให้ทุกข์น้อย ที่มีทุกข์น้อยก็ให้พ้นทุกข์ ที่มีสุขน้อยก็ให้สุขมาก
ที่มีสุขมากแล้วก็ให้มากเพิ่มขึ้นไปเรื่อยๆ

หลวงพ่อัมมขโย



ประตูเปิดสู่ห้อง
เล็กแค่นิ้วประดับ
ใจหยุดนิ่งไม่ขยับ
ถูกส่วนแสงเจิดจ้า

อริยทรัพย์
ฟากฟ้า
เคลื่อนที่
สุขล้ำเกินคำ

ตะวันธรรม