

ขั้นตอนการนั่งสมาธิ

สมาทานพระกรรมฐาน

นะโม ตัสสะ ะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ (3 จบ)

อิมาหัง ะคะวา อัตตะภาวัง ตุมหากัง ะริจัจจามิ

ข้าแต่สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลายขอมอบกาย ถวายชีวิต แต่ องค์สมเด็จพระ
สัมมาสัมพุทธเจ้า

ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขออาราธนาบารมี พระพุทธเจ้าทุกๆพระองค์ พระปัจเจกพุทธเจ้าทุกๆพระองค์ พระ
ธรรม และพระอริยสงฆ์ทั้งหลาย ครูบาอาจารย์ทั้งหลายสืบๆกันมา มีหลวงพ่อบาน วัดบางนมโค และหลวง
พ่อพระราชพรหมยาน วัดท่าซุง เป็นที่สุด ขอได้โปรดยกจิตของข้าพเจ้า ขึ้นสู่ภาวะพระกรรมฐานทั้ง 40 ทิศ
พระปิติทั้ง 5 และวิปัสสนาญาณทั้ง 9 , ขอพระกรรมฐานทั้ง 40 ทิศ พระปิติทั้ง 5 และวิปัสสนาญาณทั้ง 9
จงมาบังเกิดปรากฏ ในกายทวาร ในวจีทวาร ในมโนทวาร ของข้าพพระพุทธเจ้า ณ กาลบัดเดี๋ยวนี้เถิด

ขอได้โปรดยกจิตของข้าพเจ้า ขึ้นสู่ภาวะแห่งเมฆจิต สามารถกำหนดจิต รู้ภาวะการณ์ต่างๆ ทั้งเหตุ ผล
อดีต อนาคต และปัจจุบัน ได้ทุกขณะจิต ที่ปรารถนาจะรู้ เมื่อรู้แล้ว ขอให้เห็นภาพนั้น ได้ชัดเจนแจ่มใส
และพยากรณ์ได้ตามความเป็นจริงทุกประการ เหตุใดที่จะพึงบังเกิดแก่ข้าพเจ้า ขอให้ข้าพเจ้าได้รู้เหตุ นั้น ได้
โดยมิต้องกำหนดจิต แม้แต่ประการใด และธรรมใดๆที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้เคยบรรลุนั้น ขอให้
ข้าพเจ้าได้บรรลุนั้น ณ กาลบัดเดี๋ยวนี้และโดยเร็ววันด้วยเถิด

"ขออาราธนาบารมีพระพุทธเจ้าเสด็จประทับเหนือเศียรเกล้าของข้าพเจ้า เพื่อปกปักรักษา ค้ำครอง
ข้าพเจ้าด้วยเทอญ"

นะโม ตัสสะ ะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ (๓ จบ)

หลังจากนั้นให้สวดคาถามงกุฎพระพุทธเจ้า 9 จบ

อิ ทิ ปี โส วิ เส เส อิ

อิ เส เส พุท ะ นา เม อิ

อิ เม นา พุท ะ ตัง โส อิ

อิ โส ตัง พุท ะ ปี ทิ อิ

คำแปล: ขออัญเชิญคุณแห่งพระพุทธเจ้าอันวิเศษ คุณแห่งกระแสพระนิพพานอันประเสริฐ ซึ่งพระพุทธเจ้าทุกพระองค์ทรงสรรเสริญแล้ว จงเป็นมหาวิภูษิตาภรณ์ประดับด้วยมงกุฎทิพย์ และเครื่องทรงแห่งพระเจ้ามหาจักรพรรดิ ครอบคลุมข้าพเจ้าตลอดกาลทุกเมื่อเทอญ (คำแปลไม่ต้องสวดได้ครับ ขอให้เราได้รู้ความหมายในบทสวดนี้)

****** หลังสวดจบในแต่ละรอบให้กำหนดอาราธนาพุทธนิมิตระลึกถึงองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าไปยังทิศต่างๆ รอบตัวดังต่อไปนี้ ****** (นึกภาพเหมือนองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เสด็จมาอยู่เหนือศีรษะเราในทิศต่างๆ)

จบที่ 1 : กำหนดอาราธนาพุทธนิมิต อยู่ด้านหน้าของศีรษะ

จบที่ 2 : กำหนดพุทธนิมิตอีกพระองค์ อยู่ด้านขวาของศีรษะ

จบที่ 3 : กำหนดพุทธนิมิตอีกพระองค์ อยู่ด้านหลังของศีรษะ

จบที่ 4 : กำหนดพุทธนิมิตอีกพระองค์ อยู่ด้านซ้ายของศีรษะ

จบที่ 5 : กำหนดพุทธนิมิตอีกพระองค์ อยู่ด้านตะวันออกเฉียงเหนือของศีรษะ

จบที่ 6 : กำหนดพุทธนิมิตอีกพระองค์ อยู่ด้านตะวันออกเฉียงใต้ของศีรษะ

จบที่ 7 : กำหนดพุทธนิมิตอีกพระองค์ อยู่ด้านตะวันตกเฉียงใต้ของศีรษะ

จบที่ 8 : กำหนดพุทธนิมิตอีกพระองค์ อยู่ด้านตะวันตกเฉียงเหนือของศีรษะ

จบที่ 9 : กำหนดพุทธนิมิตพระพุทธเจ้าองค์ใหญ่เสด็จประทับกึ่งกลาง เเศียรเป็นยอดมงกุฎเปล่งประกาย พระพุทธเจ้าทั้ง 9 พระองค์อยู่เหนือศีรษะของเรา

หลังจากนั้น... เริ่มนั่งสมาธิได้ครับ