

บทที่ 6

แนวทางพัฒนาจิตตามแนวทางคิตะโยคะ



แนวทางการฝึกจิตแบบปราณโยคะการกำหนดจิต ณ จุด 7 จักระ

สภาวะกายแม่เหล็กชีวภาพ เป็นสภาวะแห่งความสมดุลทั้งทางร่างกายและจิตใจ ซึ่งถ้าสมบูรณ์พร้อมจะทำให้ร่างกายปราศจากโรคภัยไข้เจ็บและมีสุขภาพดี

ศักยภาพสภาวะกายแม่เหล็กชีวภาพ

1. สภาวะกายแม่เหล็กชีวภาพที่สมบูรณ์แบบ

เกิดความสมดุลของพลังแม่เหล็กชีวภาพทั้ง 7 จักระ

สำรวจได้ด้วยมือที่ไวต่อประสาทสัมผัสทำให้ร่างกายสมบูรณ์ปราศจากโรคภัย

2. สภาวะกายแม่เหล็กชีวภาพที่ไม่สมบูรณ์

ไม่เกิดความสมดุลของพลังแม่เหล็กชีวภาพ ครบทั้ง 7 จักระ

บางจักระอาจมีพลังอำนาจแม่เหล็กชีวภาพมีความพร่องหรือมีพลังมากเกินไป ทำให้มีผลเสียต่อสุขภาพร่างกายบริเวณอวัยวะส่วนนั้นและอวัยวะส่วนอื่นที่เกี่ยวข้อง

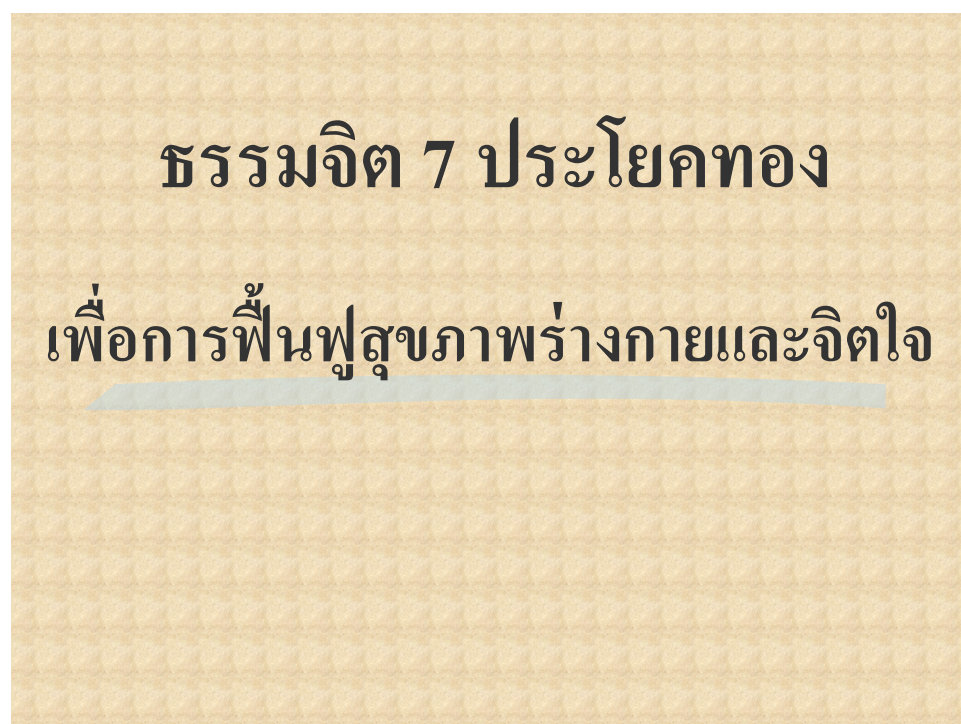
ปรากฏการณ์ที่แสดงถึงการเข้าสู่สภาวะกายแม่เหล็กชีวภาพ

1. เริ่มรู้สึกถึงสภาวะของพลังงานรอบตัวแต่สัมผัสไม่ได้
 2. มีการเพิ่มขึ้นของประสาทสัมผัสที่หก โดยมีมือมีความรู้สึกไวต่อประสาทสัมผัสด้านพลังงาน สามารถสัมผัสการดันกันของพลังงานแม่เหล็กที่ฝ่ามือทั้งสองของตน สัมผัสออร่าตนเองและสิ่งของรอบตัวเองได้
 3. ร่างกายส่วนอื่นๆ สามารถสัมผัสถึงสภาวะของพลังงานรอบตัวได้ มีความสามารถดึงพลังงานจากจักรวาลและสิ่งแวดล้อมเข้าสู่กายทิพย์จนตลอดจนส่งถ่ายพลังงานออกจากตนก็ได้
 4. ร่างกายจะมีความเป็นทิพย์เกิดขึ้นในประสาทสัมผัสต่างๆ เพิ่มเติม เช่น เกิดสภาวะตาทิพย์ หูทิพย์ จิตทิพย์ เป็นต้น หรือบางคนถอดกายทิพย์ได้
 5. ในระดับสูงส่ง อำนาจแม่เหล็กในร่างกายจะมีพลังงานสูงขึ้นมากจนสามารถมีกำลังเหนี่ยวนำทำให้ผู้อื่นที่อยู่ในสภาวะกายมนุษย์ปกติสามารถถูกยกระดับกายธาตุเข้าสู่สภาวะกายแม่เหล็กชีวภาพได้
- ถ้ากำลังเหนี่ยวนำน้อยจะได้ผลอย่างช้า ๆ
- ถ้ากำลังเหนี่ยวนำสูงส่งก็จะได้ผลอย่างฉับพลัน

แนวทางการฝึกจิตตามแนวทางคี่ตะโยคะ

การฝึกจิตตามแนวทางคี่ตะโยคะแบบที่ 1

หลักการแห่งโยคะได้พูดถึงการรักษาอารมณ์ที่เหมาะสมสำหรับในแต่ละจักระ การที่โยคี
การฝึกปฏิบัติธรรมจิต 7 ประการ เพื่อเป็นการกำหนดพลังอารมณ์ที่เหมาะสมแห่งจิตตามจักระ
ทั้ง 7 การดำรงอารมณ์แห่งจิตและการปฏิบัติดำรงชีวิตที่ไม่สอดคล้องมีผลทำให้จักระนั้น ๆ
บกพร่องทำให้เกิดโรคภัยไข้เจ็บขึ้นมาได้ การปฏิบัติเพื่อการดำรงอารมณ์แห่งจิตและการปฏิบัติ
ดำรงชีวิตให้สอดคล้องกับจักระทั้ง 7 ซึ่งข้าพเจ้าได้ดัดแปลงมาจากแนวทางของผู้ปฏิบัติกลุ่มสหัชจ
โยคะสามารถใช้เป็นคำภาวนาในระหว่างการปฏิบัติทางจิต และการปฏิบัติในการดำรงชีวิต
ประจำวันได้ซึ่งจะมีผลดีต่อการสร้างความก้าวหน้าในการพัฒนาพลังจิตและสร้างสุขภาพที่ดีต่อ
ร่างกายของเราด้วย



ธรรมจิตประโยคที่ 1 พัฒนาจักระมูลธาร



ให้กำหนดจิตที่จักระมูลธาร แล้วพูดกับตัวเองว่า

1. ข้าพเจ้าไม่เป็นคนคิดชั่วร้าย ไม่คิดในแง่ลบกับบุคคลอื่นหรือสิ่งใด ๆ
2. ข้าพเจ้ามีความละเอียดอ่อน
3. ข้าพเจ้าไม่เป็นคนเห็นแก่ตัว
4. ข้าพเจ้าไม่เป็นคนดื้อดึงและโหมมากในสิ่งต่าง ๆ
5. ข้าพเจ้าไม่เป็นคนนิทาว่าร้ายใคร
6. ข้าพเจ้าไม่เป็นคนมีโทสะมีความโกรธมีความพยาบาท
7. ข้าพเจ้าเป็นคนกล้าหาญไม่มีความหวาดกลัวต่อสิ่งใด
8. จากการปฏิบัติจิตทั้ง 7 ของข้าพเจ้า ทำให้ข้าพเจ้าณ บัดนี้เป็นผู้บริสุทธิ์ ให้กล่าวกับตนเองว่าข้าพเจ้าคือผู้บริสุทธิ์ 7 ครั้ง

จากนั้น มโนภาพให้เห็นตัวเองจากเดิมที่มีสีดำปกคลุมอยู่ทั่วร่าง ให้สีดำค่อย ๆ จางลง จนกระทั่ง ทั้งร่างกายของท่านกลายเป็นสีขาวบริสุทธิ์ บาปกรรมต่าง ๆ ความไม่ดีต่าง ๆ ที่ได้เคยกระทำไว้ในอดีตขอให้ได้สลายหายไปทั้งหมด เป็นผู้ที่มีความบริสุทธิ์ทางกายและจิตใจอย่างสมบูรณ์

ธรรมจิตประโยคที่ 2 พัฒนาจักระสวาธิฐาน



ให้กำหนดจิตที่จักระสวาธิฐาน แล้วพูดกับตัวเองว่า คนทุกคนเป็นครูของข้าพเจ้าได้ 7 ครั้ง จากนั้น มโนภาพให้เห็นตัวเองที่อยู่ในชุดขาวบริสุทธิ์ยืนอยู่ท่ามกลางผู้คนมากมายทั้งผู้ชายผู้หญิง ทุกวัย ทั้งผู้เฒ่า หนุ่มสาว และเด็ก ทั้งที่มี จากนั้นให้เราคุกเข่าลงต่อหน้าพวกเขา และก้มลงกราบ เขาในฐานะที่พวกเขาทุกคนสามารถเป็นครูให้แก่ตัวเราได้ และอ่อนน้อมให้พวกเขาช่วยสั่งสอนให้เราโดยละซึ่งอัตตาของตน

ธรรมจิตประโยคที่ 3 พัฒนาจักระมณีปุระ



ให้กำหนดจิตที่จักระมณีปุระ แล้วพูดกับตัวเองว่า ข้าพเจ้าพอใจในทุกสิ่งที่ข้ามี 7 ครั้ง จากนั้น
 มโนภาพให้เห็นตัวท่านใส่ชุดสีขาวบริสุทธิ์ สำรวจสิ่งต่าง ๆ รอบตัวของท่านอันได้แก่ รูปร่าง
 หน้าตาของท่าน ทรัพย์สินของท่านครอบครัวของท่าน ญาติพี่น้องของท่าน บ้านเรือนของท่าน
 ตำแหน่งหน้าที่การงานของท่าน การได้รับความยอมรับของท่านในสังคม ความหวังสูงสุดที่ท่าน
 ต้องการ ทุกสิ่งเหล่านี้ขอให้ท่านไม่ต้องคิดกังวลกับมันเมื่อต้องไปเปรียบเทียบกับคนอื่น ๆ รอบตัว
 เรา ขอให้ท่านพอใจในทุกสิ่งที่ท่านมีอยู่ เพื่อทำให้ท่านมีความสุขกายและสุขใจอย่างสมบูรณ์

ธรรมจิตประโยคที่ 4 พัฒนาจักระอนาหตะ



ให้กำหนดจิตที่จักระอนาหตะ แล้วพูดกับตัวเองว่า ข้าพเจ้าให้ความรักกับคนทุกคน 7 ครั้ง จากนั้น ให้ท่านส่งความรักและความปรารถนาดีมอบแก่บิดามารดา สามิภรรยา ญาติพี่น้อง เพื่อนของท่าน บริวารของท่าน นายจ้างของท่าน ทุกคนที่ท่านรัก ทุกคนที่เกลียดชังท่าน ขอให้เขาเหล่านั้นมีความสุขความเจริญ ให้อภัยถ้าพวกเขาเคยล่วงเกินท่าน จากนั้นแผ่ความรักความเมตตาของท่านไปยังคนทุกคนในประเทศไทย ในต่างประเทศ สัตว์ทุกชนิดในโลก จงอวยพรให้พวกเขา มีความสุขความเจริญเถิด

ธรรมจิตประโยคที่ 5 พัฒนาจักระวิสุทธิ



ให้กำหนดจิตที่จักระวิสุทธิ แล้วพูดกับตัวเองว่า คนทุกคนรวมทั้งข้าพเจ้าไม่มีความผิด 7 ครั้ง ให้ท่านให้อภัยสำหรับคนทุกคนที่อาจจะทำความผิด ไม่ถูกทำนองคลองธรรม ตามความเห็นของท่าน และบางคนอาจจะละเมิดมากทำความผิดต่อท่าน ขอให้ท่านให้อภัยพวกเขาทุกคนทั้งหมด ไม่ต้องคิดว่าในใจ ต่อว่าทางวาจา หรือทำร้ายเขา รวมทั้งตัวท่านเองถ้าท่านเคยทำความผิดในสิ่งใดก็ขอให้ตัวท่านเองให้อภัยต่อตัวท่านเองด้วย

ธรรมจิตประโยคที่ 6 พัฒนาจักระอาชณะ



ให้กำหนดจิตที่จักระอาชณะ แล้วพูดกับตัวเองว่า ความผิดบาปที่ไม่ได้ตั้งใจของข้าพเจ้าโปรดให้อภัยด้วย 7 ครั้ง ให้ท่านให้อภัยสำหรับความผิดบาปอื่นๆ ที่ท่านไม่ได้ตั้งใจทำให้เกิดขึ้นเสีย ซึ่งจะทำให้ท่านหมดสิ้นความผิดบาปทั้งปวงเพื่อรอคอยการก้าวสู่กายศักดิ์สิทธิ์ที่ทำให้ร่างกายของท่านเปล่งแสงสว่างสูงสุดขอบฟ้า

ธรรมจิตประโยคที่ 7 พัฒนาจักระสหัสธาร



ให้กำหนดจิตที่จักระสหัสสราร แล้วพูดกับตัวเองว่า ข้าพเจ้าคือแสงสว่าง ขอให้ท่านคิดว่าร่างกาย
 ท่านพ้นจากมลทินทั้งปวง เป็นกายที่สะอาดบริสุทธิ์ไร้จากความผิดปกติเป็นกายอันศักดิ์สิทธิ์ ร่างกาย
 มีแสงสุกสว่างเรืองรองเป็นแสงสีทองท่านเปล่งแสงสว่างสู่สุดขอบฟ้า มอบแสงสีทองสุกสว่าง
 กอปรด้วยความรักและความปรารถนาดี มอบให้กับคนทุกคน สัตว์ทุกชนิดในโลกนี้ วิญญาณทุก
 วิญญาณในนรกภูมิ พระภูมิ เทวดา พระพรหม เทพเจ้า พระโพธิสัตว์ พระพุทธเจ้าทุก ๆ พระองค์
 การกำหนดจิตตามประโยคทั้งเจ็ดที่กำหนดในแต่ละจักระ ได้รับประยูรต์มากจากมาจากคำ
 กำหนดจิตเพื่อปลุกจักระของสหัสจะโยคะ ดังนั้นเพียงแค่ท่านปฏิบัติตนตามประโยคทั้งเจ็ด ก็
 ทำให้คุณภาพในแต่ละจักระดีขึ้น ทั้งความเจ็บป่วยที่มีต่ออวัยวะในแต่ละจักระควบคุมอยู่ก็จะมี
 สุขภาพดีขึ้น

จักระเร้นลับ ความลับที่ซ่อนกันปากต่อปาก ของมหาโยคี

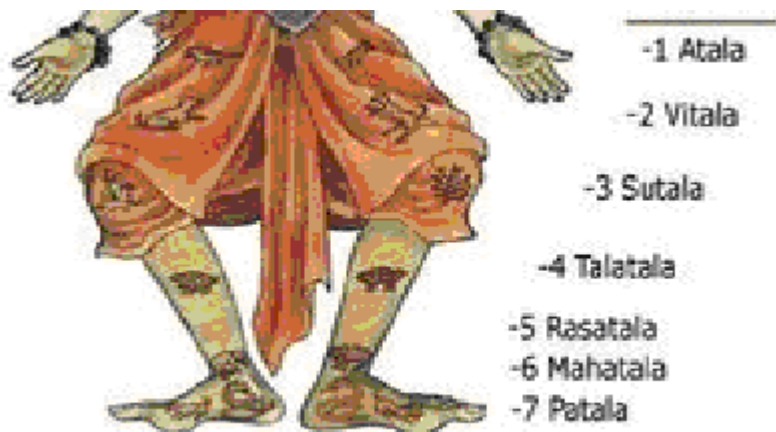
ความลับที่ 1



นอกจากจักระทั้งเจ็ดที่อยู่บนร่างกาย ยังมีจักระที่เร้นลับอีกเจ็ดจักระที่ซ่อนอยู่ตั้งแต่ท้องจนถึงสันเท้า ที่เป็นจักระที่มีผลต่อสุขภาพร่างกายอย่างยิ่ง ถ้าเราพัฒนาจักระเหล่านี้ จะมีผลต่อการพัฒนาจักระหนึ่งอย่างก้าวกระโดด เพื่อจะทำให้ประโยชน์ของสำหรับจักระหนึ่งที่ว่า ข้าพเจ้าคือผู้บริสุทธิ์ มีความสำเร็จจริงดังประโยชน์ที่กล่าวไว้ แต่เจ็ดจักระล่างเหล่านี้ได้ถูกปิดบังจากคนทั่วไป เพียงแต่มีการกระซิบบอกกันปากต่อปากของมหาโยคีสำหรับศิษย์ที่ใกล้ชิดเท่านั้น เพราะการที่ไม่มีความรู้ในความลับเกี่ยวกับเจ็ดจักระล่าง จะมีผลทำให้ความสำเร็จของการกระตุ้นพลังคุณทาลินีของจักระหนึ่ง และการพัฒนาจิตอีก 6 จักระที่เหลือ ตามแนวทางโยคะ เป็นไปได้ยากลำบากมาก เพราะฝ่าเท้าและสันเท้าของเราเป็นจักระที่สำคัญมากรับพลังจากพื้นปฐพี การที่จักระจากปลายฝ่าเท้าถึงน่องปิดหรืออุดตัน ด้วยเหตุแห่งการดำรงอารมณ์แห่งจิตในชีวิตประจำวันที่บกพร่อง ทำให้ไม่สามารถรับพลังจากพื้นปฐพีที่เป็นประจุลบจำนวนมหาศาลได้ ทำให้มีผลต่อการเกิดความเสียหายต่อการพัฒนาจักระหนึ่งที่เรียกว่าจักระมูลธารเป็นอย่างมาก ที่เปิดเผยเพราะไม่อยากจะให้นักพัฒนาจิตที่ต้องการกระตุ้นพลังจักระตามแนวทางแห่งโยคะศาสตร์ ต้องเสียเวลาโดยใช่เหตุกับการไร้ความก้าวหน้าในการฝึกจิต เนื่องจากการถูกปิดบังข้อมูลสำคัญดังกล่าว (ซึ่งจะมีจักระเร้น

ลับอีกชุดหนึ่งที่มีผลต่อการพัฒนาและความก้าวหน้าในการฝึกจิตที่ถูกปิดบังไว้เช่นกัน จะนำมา
เฉลยในส่วนของความลับที่สอง)

ระบบ 7 จักระส่วนล่าง พวกเขาเป็นที่นั่งของสติเกี่ยวกับสัจชาตญาณ ซึ่งเป็นความชั่วร้าย



Atala Chakra จักระหนึ่งที่สะโพก : ความกลัวและความทะเยอทะยาน



จักระนี้ตั้งอยู่ในสะโพก มีการทำงานร่วมกับจักระสวาธิชฐานและจักระมุลธาร ในจักระนี้ช่วยให้
ตัวเราเพิ่มพลังงานแห่งการเป็นคนดี

Vitala Chakra จักระสอง ที่ตัก ที่เพลลา : ความโกรธแค้น



เป็นพื้นที่โกรธแค้นและความชั่วร้าย อยู่ที่ศูนย์กลางในเพลลาตัก เกี่ยวข้องกับสมาธิและการรู้สึกรับรู้
ให้สติ พวกเขาเชื่อมต่อในการทำงานของจิตสำนึกต่าง ๆ

Sutala Chakra จักระสาม จักระที่หัวเข่า : ความหวาดระแวงซึ่งการแก้แค้น

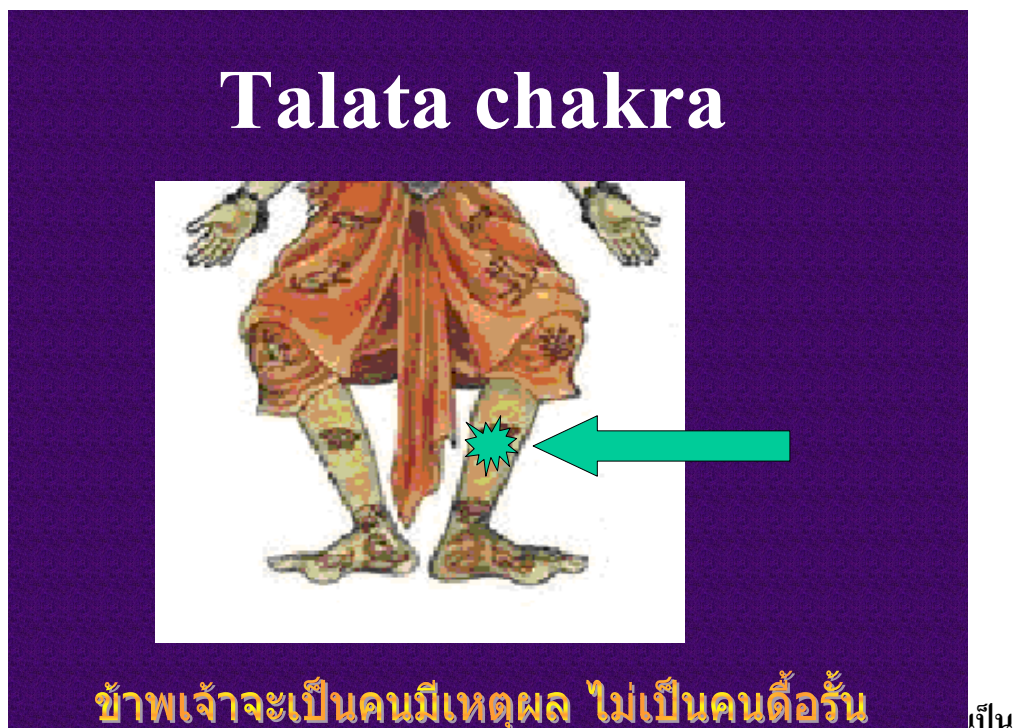
Sutala chakra



ข้าพเจ้าจะไม่อิจฉาและหวาดระแวงผู้ใด

เป็นการลดทอน หรือลดช่องว่างในกันบึ้งแห่งจิตใจ ความคิดระแวงจะทำให้จิตใจของเราตกต่ำลงมาก ซึ่งความหวาดระแวงจะทำให้เราเกิดความทุกข์ใจและคิดตอบโต้แก้แค้นต่อผู้อื่นที่เราคิดหวาดระแวงว่าเขาอาจคิดทำร้ายเรา นอกจากนี้ความอิจฉาริษยาของเราต่อผู้อื่นที่สร้างความกังวลต่อตนเองในความถูกใจไม่ถูกใจ ในเรื่องของการขาดแคลนหรือความไม่เพียงพอต่อลาภยศตำแหน่งหรือสิ่งของอื่น ๆ ได้ โดยจุดศูนย์กลางของจักระนี้อยู่ที่ศูนย์กลางของภายในเข่า

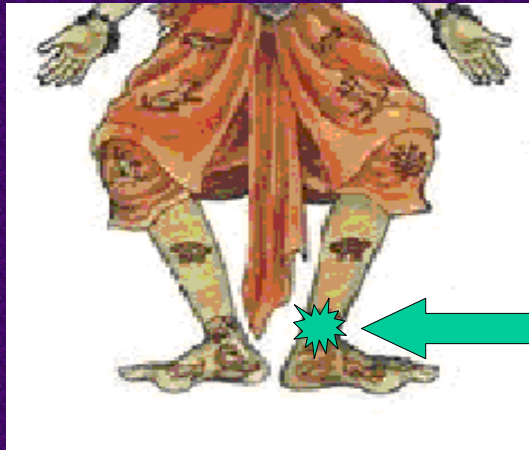
Talatala Chakra จักระที่สี่ จักระที่น้อง : ความดื้อรั้นขาดเหตุผลซึ่งเกิดจากความ
 สับสนแห่งจิตใจอันเกิดต่อเนื่องยาวนาน



ศูนย์กลางของจักระนี้อยู่ที่ภายในน้อง ซึ่งเป็นพื้นที่ของความสับสนทางจิตที่เรื้อรังและทำให้เกิด
 ความดื้อรั้นที่ไม่มีเหตุผล ที่เราเรียกว่าเป็นความมืดทางจิตใจ สถานะดังกล่าวนี้จะก่อเกิดการ
 กระตุ้นทางจิตต่อตนเองที่ทำให้เกิดสถานะทางจิตที่ต้องรับการบำบัดรักษา ที่เรียกว่าเกิดโรคทางจิต
 ประสาท ซึ่งเขาจะถูกกระตุ้นจาก ความรู้สึกและประสาทสัมผัส โดยเฉพาะสายตาของเขาจะเป็น
 ที่พ่านักหรือต้นกำเนิดแห่งผลกระทบทั้งหลายที่เขาจะได้รับ ซึ่งเป็นสถานะของการประณิษฐานหรือ
 สร้างจินตนาการแห่งจิต ที่อาจได้รับการสะกดจิตตนเอง การถูกสะกดจิต หรือถูกมอมเมาด้วย
 สารเสพติด ทำให้เขาเกิดการเสพติดทางจิตใจ ขาดสติ เกิดความดื้อรั้น ไร้เหตุผล

Rasatala Chakra จักรที่ 5 จักรที่ข้อเท้า : ความมีจิตคับแคบ เห็นแก่ตัว

Rasatala chakra

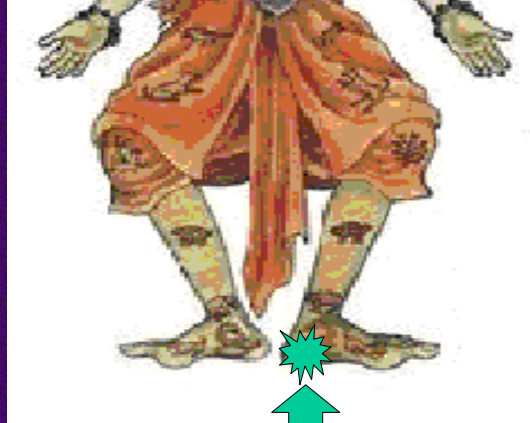


ข้าพเจ้าจะไม่เป็นคนเห็นแก่ตัว

ศูนย์กลางของจักรนี้อยู่ที่ข้อเท้า โดยเป็นพื้นที่ของความเห็นแก่ตัว ยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง และมุ่งครอบครองรักษาทุกสิ่งทุกอย่างที่เป็นของตน โดยไม่แบ่งปันให้ใคร

Mahatala Chakra จักรที่ 6 จักรที่สันเท้า: การขาดจิตสำนึก ไม่ละอายต่อบาป

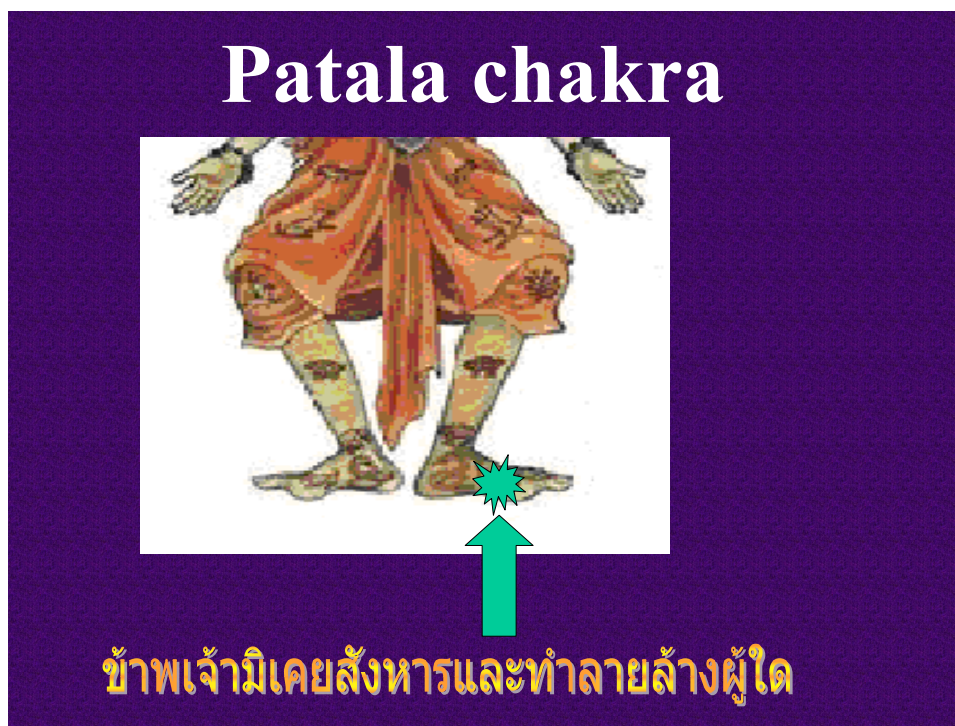
Mahatala chakra



ข้าพเจ้าจะเป็นคนที่มีหิริโอตัมปะ ละอายต่อบาป

ศูนย์กลางของจักรนี้อยู่ที่สันเท้า ซึ่งเป็นพื้นที่ของการขาดจิตสำนึกและความละอายต่อบาป

Patala Chakra จักรที่ 7 จักรที่ฝ่าเท้าตั้งอยู่ในของฝ่าเท้า : การปองร้ายและการสังหาร
ทำลายล้าง



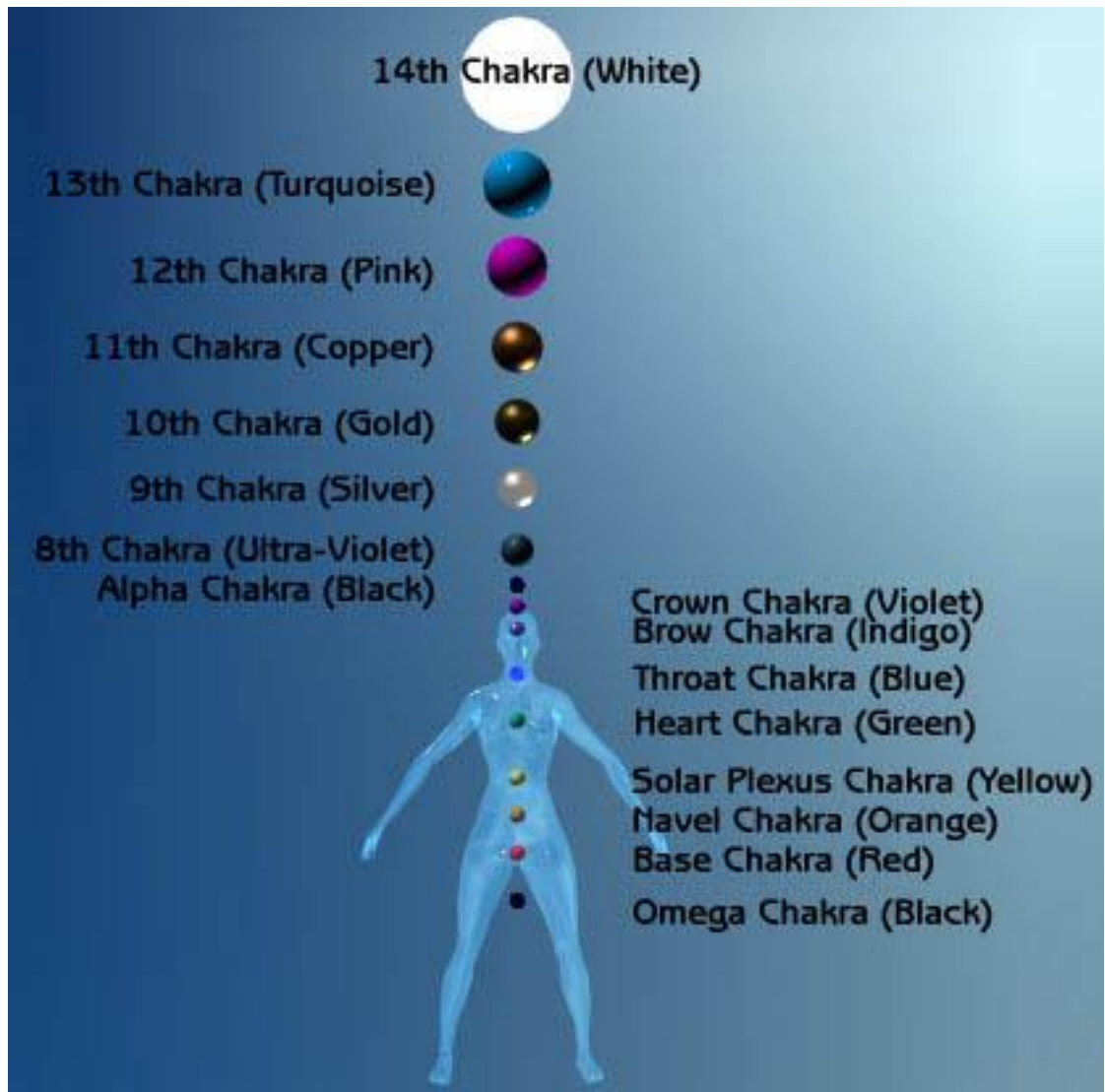
ศูนย์กลางของจักรนี้อยู่ที่ฝ่าเท้า เป็นพื้นที่แห่งความบาป เป็นบริเวณที่ทำให้ตนเองเกิดความเข้าใจ ผิดหลงระเรีง ซึ่งความพินาศที่เกิดขึ้นเป็นบ่อเกิดแห่งการทำลาย การทรมาน และการสังหาร เป็นพื้นที่เจ็บช้ำนี้ที่อาจเป็นที่สิงสู่ของสิ่งเลวร้ายที่อาจชักนำพาเขาไปสู่สิ่งชั่วร้าย อาจทำให้เขาทำ พฤติกรรมที่เป็นไปตามคำสั่งของสิ่งชั่วร้ายที่ครอบครองพื้นที่นี้อยู่ และเขาต้องได้รับผลกระทบจากความเลวของเขาตามวันเวลาที่ได้อูกำหนดไว้

ความลับที่ 2

จักระบนกายทิพย์



จากรูปนอกจากจักระที่สถิตอยู่บนร่างกายมนุษย์แล้ว ยังมีจักระอื่น ๆ อีกที่อยู่เหนือกาย
 หยาบของมนุษย์ขึ้นมา จักระดังกล่าวเราเรียกกันว่าเป็นจักระบนกายทิพย์ หรืออาตมันจักระ
 อาตมันจักระเป็นจักระที่สถิตอยู่บนกายทิพย์ เมื่อผู้ฝึกที่ฝึกจิตได้แกร่งกล้าสามารถถอดกายทิพย์ได้
 กายทิพย์ที่ถอดได้จะเคลื่อนขึ้นมาจากกายทิพย์ลอยอยู่เหนือกายหยาบ จักระบนกายทิพย์หรือ
 อาตมันจักระก็จะปรากฏอยู่บนกายทิพย์นั้น



การพัฒนาจักระในระดับสูงที่เรียกว่าการพัฒนาจักระบนกายทิพย์หรืออามันจักระ ซึ่งจักระบนกายทิพย์หรืออามันจักระมีจำนวนแตกต่างกันไปบางตำรามี 5 จักระ บางตำรามีถึง 9 จักระ ซึ่งจักระบนกายทิพย์หรืออามันจักระเหล่านี้ ต้องการหินสีหรือแร่ธาตุสำหรับการกระตุ้นจักระแตกต่างกับจักระบนกายหยาบหรือกายเนื้อ ซึ่งหินสำคัญหรือแร่ธาตุดังกล่าวมักสถิตอยู่ในถ้ำเขา ป่าลึก หรือเทือกเขาที่สำคัญต่าง ๆ ที่อุดมด้วยหินสีและแร่ธาตุที่สำคัญจำนวนมาก ทำให้ฤาษีโยคีที่ต้องการปฏิบัติทางจิตระดับสูงส่งไปกว่าที่ฝึกปฏิบัติจิตที่อาศรม จำเป็นต้องแสวงหาจาริกไปปฏิบัติจิตดังสถานที่ที่มีพลังแห่งหินสำคัญหรือแร่ธาตุต่าง ๆ โดยเฉพาะสถานที่ที่ฤาษีโยคีทั้งหลายนิยมไปปฏิบัติทางจิตมากที่สุดก็คือ บริเวณเทือกเขาหิมาลัยที่อุดมด้วยพลังแห่งหินสำคัญและแร่ธาตุจำนวนมากที่จำเป็นต่อการกระตุ้นอามันจักระ และฤาษีโยคีที่จาริกไปปฏิบัติ ณ สถานที่ดังกล่าว ล้วนบรรลุพลังสมาธิระดับสูงเป็นจำนวนมาก เนื่องจากการสนับสนุนจากพลังแห่งหินสำคัญและแร่ธาตุ ณ เทือกเขาหิมาลัย ดังนั้นความรู้เกี่ยวกับการกระตุ้นการพัฒนาจักระ

ระบบกายทิพย์หรืออามันจักระ ด้วยพลังแห่งสถานที่ที่เป็นที่สถิตย์ของหินสำคัญและแร่ธาตุจึงเป็นความรู้ที่สำคัญอีกอย่างหนึ่งของการพัฒนาจักระในระดับสูงที่ฤาษีโยคีได้ปกปิดไว้เป็นความลับที่ข้าพเจ้าได้ทำการค้นคว้ามาให้ท่านที่ต้องการพัฒนาจิตระดับสูงทราบเป็นความลับที่สอง



จะเห็นว่า ภาพที่ 1 ได้กล่าวว่จักระบนร่างกายมนุษย์และบนกายทิพย์ มีอยู่ 12 จักระ โดยเพิ่มจักระเร้นลับอีก 5 จักระ ได้แก่

- จักระที่ 8 ; **Magneta** หมายถึง การกระตุ้นพัฒนาจักระที่ 8 ด้วยพลังธาตุตระกูลเหล็กต่าง ๆ โดยเฉพาะพลังแห่งตระกูลธาตุเหล็กไหลซึ่งเป็นเหล็กที่มีอนุภาพสูงที่สุด และอาจรวมถึงแร่ธาตุโลหะจากต่างดาวที่เรียกว่าเพชรจันทรคราส ด้วย ดังนั้นจะเห็นว่าผู้ปฏิบัติทางจิตระดับสูงต้องเสาะแสวงหาที่ปฏิบัติจิตในเขาหรือถ้ำที่เชื่อว่ามีแหล่งแร่เหล็กไหลอยู่ เพราะสถานที่ดังกล่าวมีความเหมาะสมสำหรับการกระตุ้นจักระบนกายทิพย์หรืออามันจักระ ที่ 8 ตัวอย่างสถานที่ ได้แก่ ถ้ำในเทือกเขาหิมาลัย ถ้ำบนภูเขาควาย ประเทศลาว ที่พระอาจารย์มั่นและลูกศิษย์นิยมไปฝึกจิตที่นั่น ถ้ำสำคัญในบริเวณเขาแรดที่ หลวงพ่อสัมฤทธิ์ มาสร้างวัดและปฏิบัติที่นี่ หรือ บริเวณหาดทรายรี จะมีแหลม ๆ หนึ่งที่มีหินเป็นแร่เหล็กไหลทั้งหมด ซึ่งเป็นสถานที่ที่กรมหลวงชุมพรเขตอุดมศักดิ์มาพำนักเพื่อปฏิบัติจิตจนเสียชีวิตที่นั่น ทั้งนี้แต่เดิมเป็นสถานที่ที่ห่างไกลมากและโรคภัยชุมชม พระองค์ทรงมาพำนักที่อยู่นี้เนื่องจากความสำคัญของสถานที่ดังกล่าว ทั้งยังมีหลายวัดนำเอาแร่ธาตุเหล็กไหลมาหล่อเป็นพระพุทธรูป เช่น ที่วัด

พุทไธสวรรค์ อยุธยา ที่วัดตูม อยุธยา มีพระที่มีน้ำมนต์ตลอดเวลาอยู่ในศิระพระดักไม้มีวันแห่งมาหลายร้อยปี คิดว่าเป็นน้ำที่ได้มาจากการนำเหล็กเปือก ที่เป็นเหล็กไหลตระกูลหนึ่งที่จะจับไอน้ำในอากาศมาเกาะที่ตัวเหล็กไหลจนเกิดน้ำขึ้น หรือ ที่วัดเขาถ้ำแฝด หลวงพ่อสัมฤทธิ์ วัดถ้ำแฝด ได้ตัดเหล็กไหลเป็นแผ่น หรือเจียรไนเป็นหัวพลอยสวยงาม แจกจ่ายให้กับผู้ที่นับถือเพื่อนำไปใช้ประดิษฐานในตน เพื่อพัฒนาจิตและสมาธิ

- **จักระที่ 9 ; Pink** หมายถึง การกระตุ้นจักระที่ 9 ด้วย **Love** ความรักความมี จิตใจที่เผยแผ่ความรักความเมตตา หรือหมายถึงหินสีชมพู **Rose Quartz** หินสีชมพูนี้พระชาวธิเบตมักนำไปประดิษฐานบนพระพุทธรูปขนาดใหญ่ เพื่อเป็นการเสริมพลังพัฒนาจักระบนกายทิพย์หรืออามันจักระ เมื่อพระสงฆ์หรือฆราวาสที่ปฏิบัติธรรม ไปเจริญภาวนาสมาธิต่อหน้าพระพุทธรูปดังกล่าว
- **จักระที่ 10 ; Turquoise** หมายถึง การกระตุ้นจักระที่ 10 ด้วยหินสีฟ้าสวยงามที่เรียกว่า หิน **Turquoise** หิน **Turquoise** นี้พระชาวธิเบตมักนำไปประดิษฐานบนพระพุทธรูปขนาดใหญ่ เพื่อเป็นการเสริมพลังพัฒนาจักระบนกายทิพย์หรืออามันจักระ เมื่อพระสงฆ์หรือฆราวาสที่ปฏิบัติธรรม ไปเจริญภาวนาสมาธิต่อหน้าพระพุทธรูปดังกล่าว
- **จักระที่ 11 ; Gold** หมายถึง การกระตุ้นพัฒนาจักระที่ 11 ด้วย แร่ทองคำ
- **จักระที่ 12 ; Silver** หมายถึง การกระตุ้นพัฒนาจักระที่ 12 ด้วย แร่เงิน

สำหรับแร่ธาตุที่สำคัญ ได้แก่ แร่ทองคำ และแร่เงิน พระและฆราวาสในศาสนาพุทธทุกนิกาย นิยมสร้างพระพุทธรูปขนาดใหญ่เป็นพระประธาน และพระพุทธรูปขนาดเล็กเพื่อนำไปใช้บูชาส่วนตัว โดยเฉพาะที่เรียกว่าโลหะสัมฤทธิ์ ที่ประกอบด้วยโลหะสำคัญได้แก่ แร่ทองคำ แร่เงิน และแร่ทองแดง บางครั้งยังละลายแร่ธาตุศักดิ์สิทธิ์ต่างๆ เพิ่มเติม เช่น ตะปูสังฆวานร เหล็กไหลดำ เหล็กไหลขาว วัชรธาตุ หายดน้ำฟ้า เป็นต้น เชื่อว่าการได้สวดมนต์ต่อพระพุทธรูป จะเป็นการเสริมสิริมงคลและเพิ่มพูนบุญให้กับตัวเอง จริงๆ แล้วแร่สำคัญต่างๆ ที่อยู่ในพระพุทธรูป จะส่งพลังไปกระตุ้นการพัฒนาจักระบนกายทิพย์หรืออามันจักระ เมื่อพระสงฆ์หรือฆราวาสที่ปฏิบัติธรรม ไปเจริญภาวนาสมาธิต่อหน้าพระพุทธรูปดังกล่าว



จะเห็นว่า ภาพที่ 2 ได้กล่าวว่าจักระบนร่างกายมนุษย์และบนกายทิพย์ มีอยู่ถึง 16 จักระ โดยเพิ่มจักระเร้นลับอีก 9 จักระ ได้แก่

- จักระพิเศษสองจักระที่อยู่นอกเหนือการนับเป็นจักระเป็นพิเศษ ได้แก่ **Omega Chakra** และ **Alpha Chakra : Black** หมายถึง การกระตุ้นพัฒนาจักระทั้งสองด้วยพลังธาตุที่มีสีดำ ซึ่งได้แก่ตระกูลเหล็กต่าง ๆ โดยเฉพาะพลังแห่งตระกูลธาตุเหล็กไหลซึ่งเป็นเหล็กที่มีอนุภาพสูงที่สุดและอาจรวมถึงแร่ธาตุโลหะจากต่างดาวที่เรียกว่า เพชรจักรพรรดด้วย
- จักระที่ 8 : **Ultra-Violet** หมายถึง การกระตุ้นจักระที่ 8 ด้วย แร่ธาตุที่ให้ Love หมายถึงความรักความมี จิตใจที่เผยแผ่ความรักความเมตตา
- จักระที่ 9 ; **Silver** หมายถึง การกระตุ้นพัฒนาจักระที่ 9 ด้วย แร่เงิน
- จักระที่ 10 ; **Gold** หมายถึง การกระตุ้นพัฒนาจักระที่ 10 ด้วย แร่ทองคำ

- **จักระที่ 11 ; Copper** หมายถึง การกระตุ้นพัฒนาจักระที่ 11 ด้วย แร่ทองแดง

สำหรับแร่ธาตุที่สำคัญ ได้แก่ แร่ทองคำ แร่เงิน และแร่ทองแดง พระและมราวาสในศาสนา พุทธทุกนิกายนิยมสร้างพระพุทธรูปขนาดใหญ่เป็นพระประธาน และพระพุทธรูปขนาดเล็กเพื่อนำไปบูชาส่วนตัว โดยเฉพาะที่เรียกว่าโลหะสัมฤทธิ์ ที่ประกอบด้วยโลหะสำคัญได้แก่ แร่ทองคำ แร่เงิน และแร่ทองแดง บางครั้งยังละลายแร่ธาตุศักดิ์สิทธิ์ต่างๆ เพิ่มเติม เช่น ตะปูสังฆวานร เหล็กไหลดำ เหล็กไหลขาว วัชรธาตุ หยกน้ำฟ้า เป็นต้น เชื่อว่าการได้สวดมนต์ต่อพระพุทธรูป จะเป็นการเสริมสิริมงคลและเพิ่มพูนบุญให้กับตัวเอง จริงๆ แล้วแร่ธาตุต่างๆ ที่อยู่ในพระพุทธรูป จะส่งพลังไปกระตุ้นการพัฒนาจักระบนกายทิพย์หรืออากัณฐจักระ เมื่อพระสงฆ์หรือมราวาสที่ปฏิบัติธรรม ไปเจริญภาวนาสมาธิต่อหน้าพระพุทธรูปดังกล่าว
- **จักระที่ 12 ; Pink** หมายถึง การกระตุ้นจักระที่ 12 ด้วย **Love** ความรักความเมตตา จิตใจที่เผยแผ่ความรักความเมตตา หรือหมายถึงหินสีชมพู **Rose Quartz** หินสีชมพูนี้พระชาวธิเบตมักนำไปประดิษฐ์ฐานบนพระพุทธรูปขนาดใหญ่ เพื่อเป็นการเสริมพลังพัฒนาจักระบนกายทิพย์หรืออากัณฐจักระ เมื่อพระสงฆ์หรือมราวาสที่ปฏิบัติธรรม ไปเจริญภาวนาสมาธิต่อหน้าพระพุทธรูป ดังนั้นจึงเป็นเหตุให้มีความนิยมในการสร้างพระพุทธรูปขนาดใหญ่ที่สร้างด้วยโลหะสำคัญดังกล่าวในสถานที่สำคัญต่างๆ ซึ่งพระพุทธรูปที่สร้างด้วยโลหะที่เลือกสรรพิเศษสุด มากมายหลายองค์ ส่งพลังอันศักดิ์สิทธิ์ออกมาจากองค์พระ ไปพัฒนาจักระให้กับผู้ที่มากราบไหว้ ทำให้ผู้กราบไหว้เกิดปีติสุข สุขกายสบายใจ พวกเขานับถือศรัทธากันอย่างทวีคูณ กลายเป็นพระพุทธรูปที่สำคัญสร้างความเคารพศรัทธาสำหรับพุทธศาสนิกชนในท้องถิ่นหรือทั่วประเทศ
- **จักระที่ 13 ; Turquoise** หมายถึง การกระตุ้นจักระที่ 13 ด้วยหินสีฟ้าสวยงามที่เรียกว่า หิน **Turquoise** หิน **Turquoise** นี้พระชาวธิเบตมักนำไปประดิษฐ์ฐานบนพระพุทธรูปขนาดใหญ่ เพื่อเป็นการเสริมพลังพัฒนาจักระบนกายทิพย์หรืออากัณฐจักระ เมื่อพระสงฆ์หรือมราวาสที่ปฏิบัติธรรม ไปเจริญภาวนาสมาธิต่อหน้าพระพุทธรูปดังกล่าว
- **จักระที่ 14 ; White** หมายถึง การกระตุ้นพัฒนาจักระที่ 14 ด้วย หินที่มีสีขาวใส ซึ่งได้แก่คริสตัลแท่งขาวใส หรือแร่ธาตุพิสดารต่างๆ ที่มีสีขาว เช่น พระธาตุของพระอริยะเจ้า, พระธาตุโมกคัลลา พระธาตุสารีบุตร ที่มหาธาตุยโศคีได้สร้างไว้กองอยู่ตามถ้ำเขาเพื่อใช้ในการฝึกจิตระดับสูง หรือแม้แต่ผงวิเศษสีขาวของพระเครื่องตระกูลสมเด็จต่างๆ ที่เกจิอาจารย์สำคัญเช่น สมเด็จพุฒาจารย์โต พรหมรังสี ที่ได้สำเร็จวิชาผงวิเศษที่มีสีขาว ซึ่งได้แก่ผงอิทราธิเจ ผงปล่มัง ผงมหาราช ผงตรีนิสิงเห ผงพุทธคุณ ซึ่งจากการศึกษาค้นคว้าและทดลองของข้าพเจ้าพบว่าพลังแห่งผงวิเศษเหล่านี้โดยเฉพาะพระสมเด็จวัดระฆัง, พระสมเด็จ

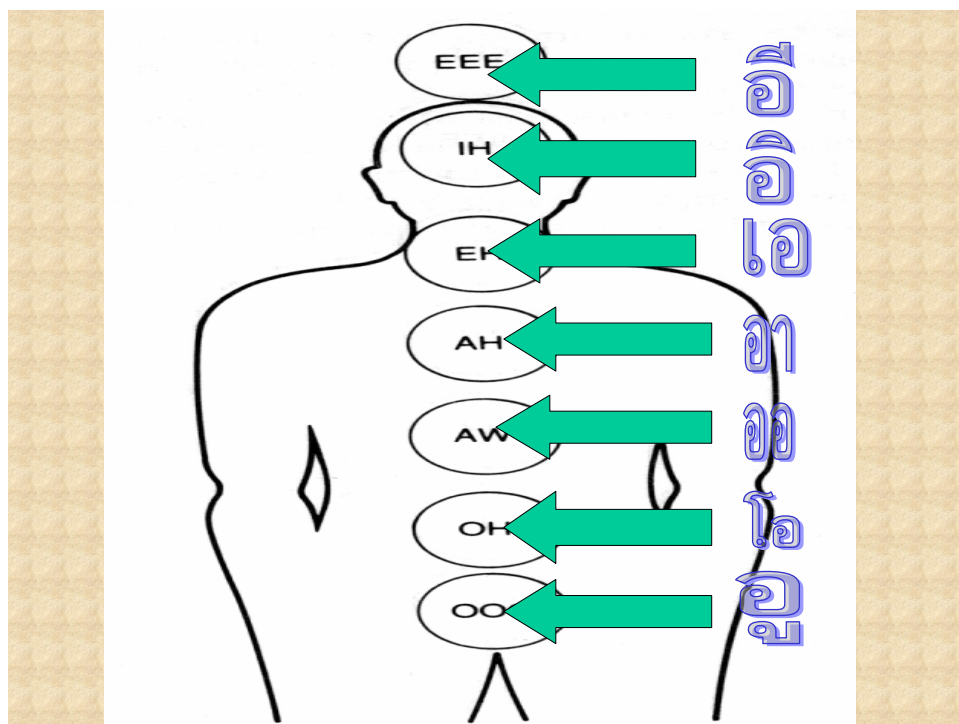
บางขุนพรหม และพระสมเด็จวัดเกศไชโย ที่จัดสร้างโดยสมเด็จพระพุฒาจารย์โต พรหมรังสี มีพลังศักดิ์สิทธิ์ที่ช่วยกระตุ้นจักระพิเศษเหนือศีรษะเช่นเดียวกัน

จากข้อมูลที่ค้นคว้าและการศึกษาเรื่องแร่ธาตุต่าง ๆ ที่ใช้ในการพัฒนาสมาธิ ได้นำข้อมูลต่าง ๆ มาพิจารณาทำให้ได้ข้อคิดบางประการเกี่ยวกับ ความรู้ในเรื่องหินและแร่ธาตุอีกหลายประเภทที่นอกเหนือจากที่เคยศึกษากันมา ตลอดจนรู้ถึงเบื้องหลังการสร้างพระพุทธรูปขนาดใหญ่ต่าง ๆ ที่นอกจากจะสร้างความศักดิ์สิทธิ์ให้เกิดขึ้นกับสถานที่นั้นแล้วยังมีคุณวิเศษซ่อนเร้นที่สามารถช่วยในการกระตุ้นพัฒนาศักยภาพของจักระในระดับสูงสำหรับคนที่สักการะบูชาได้

การฝึกจิตตามแนวทางคิตะโยคะแบบที่ 2

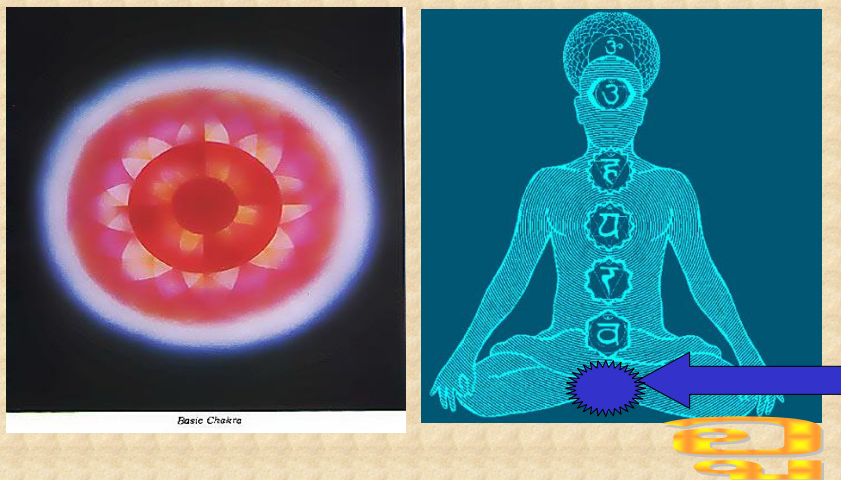
การกระตุ้น 7 จักระด้วย 7 พลังคลื่นเสียงภายใน

แบบที่ 1

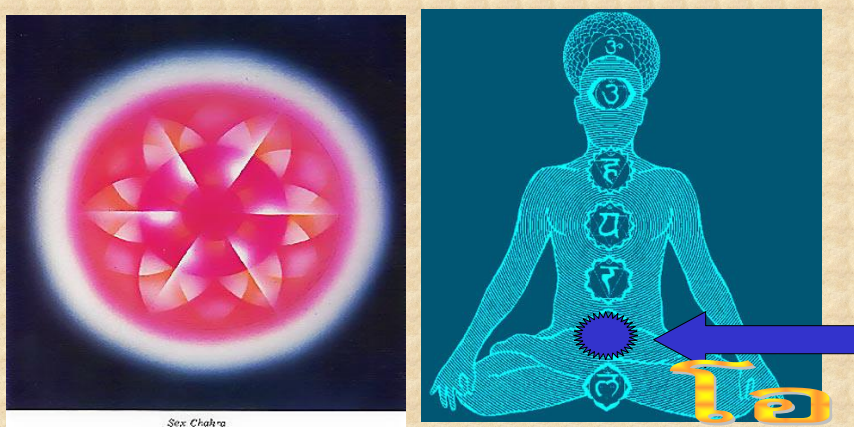


โยคียุคโบราณได้ค้นคิดหาแนวทางในการพัฒนาจักระ ด้วยการใช้พลังคลื่นเสียงภายในของธาตุแต่ละตน โดยการเปล่งเสียงที่เป็นคำในภาษาสันสกฤต ที่สอดคล้องกับคลื่นความถี่ของจักระแต่ละจักระ เพื่อกระตุ้นการทำงานของแต่ละจักระให้เกิดการตื่นตัวและมีพลังงานสูงขึ้น หลักการเปล่งเสียงเพื่อกระตุ้นจักระให้เปล่งเสียงตามคำที่กำหนดไว้ในแต่ละจักระให้ยาวนานที่สุดเท่าที่จะทำได้ และให้สังเกตระยะเวลาการเปล่งเสียงของตัวเราในแต่ละจักระ ถ้าจักระใดสามารถเปล่งเสียงได้ยาวนาน แสดงว่าจักระนั้นๆ ของเรามีคุณภาพดี แต่ถ้าจักระใดไม่สามารถเปล่งเสียงได้ไม่ยาวเมื่อเทียบกับจักระอื่น แสดงถึงความไม่มีคุณภาพของจักระนั้น ซึ่งอาจทำให้อวัยวะที่จักระนั้นดูแลอยู่ มีการทำงานที่ผิดปกติ มีของเสียตกค้าง เกิดโรคภัยไข้เจ็บในอวัยวะนั้น ๆ ได้

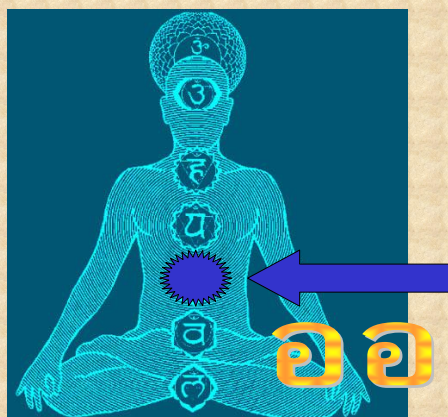
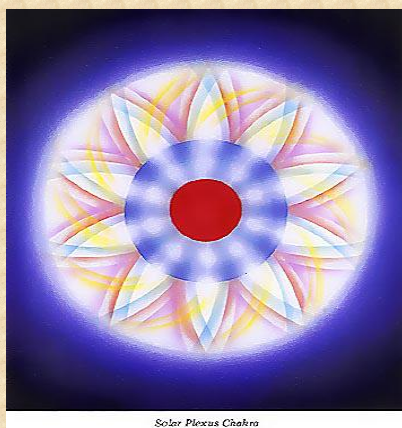
จักระมูลธาร:



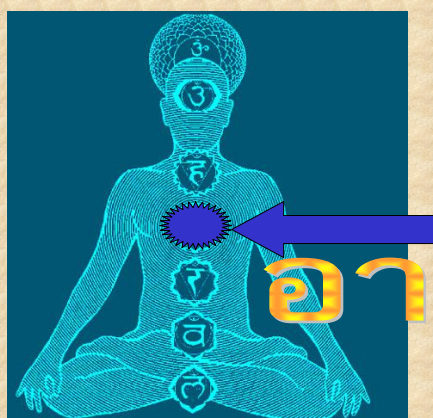
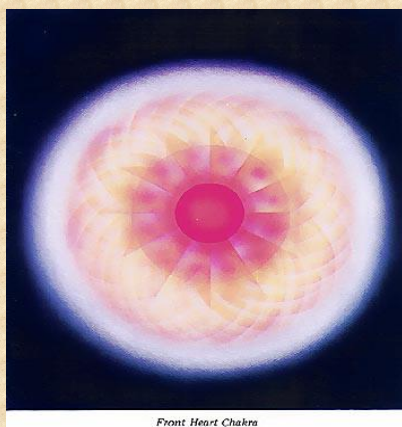
จักระสวาธิษฐาน



จักระมณีปุระ



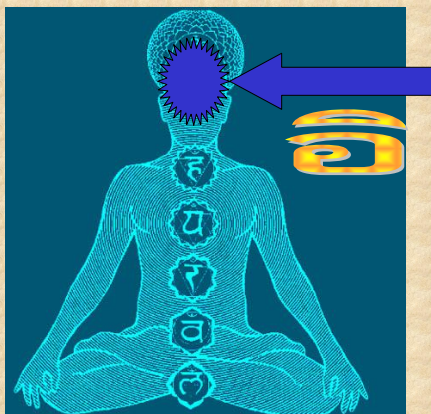
จักระอนาหตะ



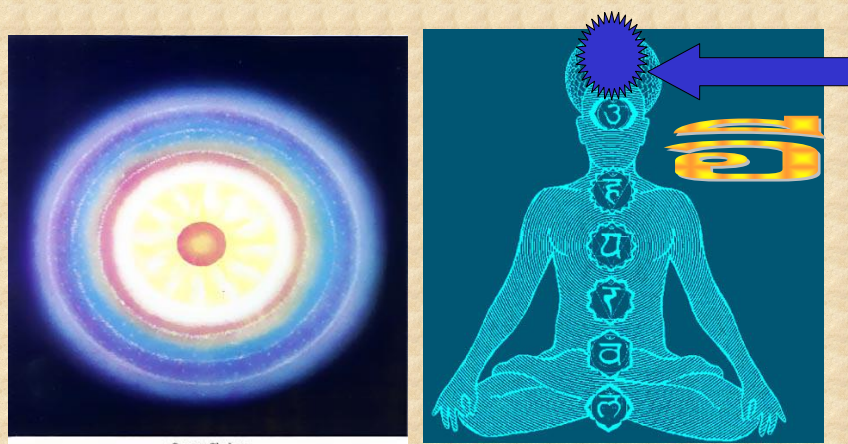
จักระวิสุทธิ



จักระอาชณะ



จักระสหัสสธาร



นอกจากการเปล่งเสียงภาษาสันสกฤตทั้ง 7 คำดังกล่าวแล้ว อาจจะเปล่งเสียง โอม เพียงคำเดียวเพื่อเป็นตัวแทนของพลังเสียงทั้งเจ็ดคำก็ได้ หลักการเปล่งเสียง ให้เปล่งเสียงโอม ไล่จากจักระหนึ่งไปจนถึงจักระเจ็ด เป็นอันสิ้นสุด สำหรับการเปล่งเสียงที่เป็นภาษาสันสกฤตที่เป็นแบบโยคะโบราณ ก็เป็นที่นิยมมากอย่างแพร่หลายในหมู่ผู้ปฏิบัติทางจิตแนวโยคะ

จักระหนึ่ง	เปล่งเสียง	ลัมมมมมม	LAM
จักระสอง	เปล่งเสียง	วัมมมมมม	VAM
จักระสาม	เปล่งเสียง	รัมมมม	RAM
จักระสี่	เปล่งเสียง	ยัมมมมม	YAM
จักระห้า	เปล่งเสียง	ฮัมมมมม	HAM
จักระหก	เปล่งเสียง	ซซัมมมม	SAM
จักระเจ็ด	เปล่งเสียง	อัมมมม	AUM

การฝึกจิตตามแนวทางคิตะโยคะแบบที่ 3

การกระตุ้น 7 จักระด้วย 7 พลังคลื่นเสียงภายในประกอบ 7 กระบวนท่าคิตะโยคะ



ถ้ำที่ 1 พัฒนาจักรมูลธาร

ตั้งอยู่บริเวณกระดูกก้นกบ เป็นพื้นฐานของพลังชีวิต



ถ้ำที่ 2 พัฒนาจักรสวาธิษฐาน

ตั้งอยู่บริเวณสะดือ ควบคุมระบบการสืบพันธุ์
ขับกากอาหารและของเสียออกจากร่างกาย



ถักที่ 3 พัฒนาจักระบดสีปุระ
 ตั้งอยู่กลางหัวใจกับสะดือ ช่วยให้ระบบประสาท
 ทำงานได้ดีควบคุมระบบย่อยอาหาร



ถักที่ 4 พัฒนาจักระอบาทะ
 ตั้งอยู่บนเรือนทรวงอก ช่วยควบคุมระบบ
 หุ่นเย็บโลหิต หัวใจ ไช้ขับใบเส้บเลือด



ถักที่ 5 พัฒนาจักรวิสุทธิ
 ตั้งอยู่บริเวณลำคอ ช่วยควบคุมระบบ
 ทางเดินหายใจและผิวหนัง ต่อปัสสาวะ



ถักที่ 6 พัฒนาจักรอาชณะ
 ตั้งอยู่บริเวณหน้าผาก คอบคุมสติปัญญา
 ความขี้เกียจ



ทักต์ 7 พัฒนาจักระสหัสธาร
ตั้งอยู่บริเวณทรวงอก คอขลุระบบประสาท
ถึงหมดของร่างกาย



การฝึกจิตตามแนวทางคีตะโยคะแบบที่ 4

การฝึกปฏิบัติคีตะโยคะด้วยการนอนสมาธิรับฟังคลื่นเสียงจากดนตรีคีตะจักราและเทพเจ้าจักราเพื่อ กระตุ้นพลัง 7 จักระ

ดนตรีคีตะจักรา ดนตรีกระตุ้นพลังแห่งจักระ

