

## ขั้นตอนการทำสมาธิแก้กรรม " ภาวนาที่ทำด้วยตนเอง "

1. ก่อนจะกล่าวคำแก้กรรมต้องทำจิตให้นิ่งก่อน ( นานเท่าไรขึ้นอยู่กับความนิ่งของแต่ละคนเพื่อปรับสภาพของเราที่ขณะนี้มึนงงและร่างกายให้เหลือแค่จิต พอเหลือแค่จิตสิ่งที่เราจะกล่าวจากคำแก้กรรมก็จะได้ส่งถึงจิตของเจ้ากรรมนายเวร )

2. กล่าว " คำกล่าวนำก่อนทำสมาธิแก้กรรม "

3. พากล่าวจบก็ให้ทำสมาธิอีกครั้ง นานเท่าไรก็ได้ ( ครั้งหลังนี้เป็นการทำสมาธิเพื่อแสดงให้เจ้ากรรมนายเวรมาพิจารณาและดูว่าเราสมควรจะได้รับกรรมโหดร้ายสักเท่าไหร่ ทำบ่อย ๆ วันละกี่ครั้งก็ได้ แต่ขอเป็นช่วงเวลากลางวันตั้งแต่พระอาทิตย์ขึ้นจนถึงพระอาทิตย์ตกดิน )

### คำกล่าวนำก่อนทำสมาธิแก้กรรม

"ถึงเจ้ากรรมนายเวรของคุณ ขณะนี้ลูกชื่อ นาย , นาง , นางสาว .....  
นามสกุล ..... กำลังทำสมาธิถึงเจ้ากรรมนายเวรของคุณอยู่ ซึ่งไม่ว่า  
เจ้ากรรมนายเวรของคุณ จะเป็นคนใกล้ตัว สัตว์ใกล้ตัว เทวดาใกล้ตัว โดยเฉพาะ

..... ทั้งที่มีชีวิตอยู่และดับสูญกลายเป็นจิตวิญญาณเป็นเทพแล้วก็ตาม  
ชาตินี้ ภพนี้ กับชาติที่แล้ว ก็เหมือนเป็นคนละคนกันแล้ว แต่ผลกรรมยังตามมา  
ตอบสนองอยู่ ตอนนี้นูกลูกได้รู้แล้วว่าผลกรรมมีจริง จากการที่ลูกประสบปัญหาต่าง ๆ

### ( บอกปัญหาหรือโรคที่เกิดขึ้นกับตัวเองให้ละเอียดที่สุด )

ซึ่งลูกรู้แล้วว่ามันเจ็บปวดเพียงใด มาบัดนี้ได้รับรู้และผลกรรมที่ลูกทำไว้กับท่านในอดีตชาติแล้ว ลูกสำนึกบาปแล้ว ลูกจึงขอทำสมาธิเพื่อให้เจ้ากรรมนายเวรเห็นว่าลูกได้สำนึกผิดแล้ว

การทำสมาธิไม่ใช่การทำเพื่อเอาผลบุญให้แก่ท่านแต่เป็นการทำเพื่อให้รู้ว่าลูกสำนึกใน บาป บุญ คุณ โทษ กรรมเวรต่าง ๆ ที่ได้ทำไว้แล้ว เพราะผลบุญถ้าใครอยากได้ท่านต้องปฏิบัติเอง โดยการทำความดี ทำสมาธิ ถือศีล 5 โดยถ้าท่านพอใจการทำสมาธิ ขอให้ท่านนำเอาสิ่งที่ทำทิ้งไว้กับลูกกลับคืนไปด้วย ด้วยการให้อาการและปัญหาต่าง ๆ ของ ลูกหายเป็นปลิดทิ้ง โดยลูกจะขอนั่งสมาธิ ณ บัดนี้"

ทำเฉพาะตอนกลางวันเท่านั้นนะครับ !!

"Richy"