

ทะเลค่อยลาดลึก
ธรรมะพระบรมไตร
เริ่มง่ายค่อยยากไซ้
จากหยุดได้สูงขึ้น

ลงไป
เท่านั้น
ตามลำดับ
ละเอียดขั้นต่อไป

๓๖ ตะวันธรรม



อโห พุทโธ

วันพุธที่ ๑๓ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๔๕

เมื่อเราบูชาพระรัตนตรัยกันเสร็จเรียบร้อยแล้ว ต่อจากนี้ไป ตั้งใจให้แน่นแน่ว มุ่งตรงต่อหนทางพระนิพพานกันทุก ๆ คนนะ ให้นั่งขัดสมาธิ โดยเอาขาขวาทับขาซ้าย มือขวาทับมือซ้าย ให้นิ้วชี้ของมือข้างขวาจรดนิ้วหัวแม่มือข้างซ้าย วางไว้บน หน้าตัก พอสบาย ๆ หลับตาของเราเบา ๆ ค่อนลูก พอสบาย ๆ คล้าย ๆ กับตอนที่เรากำลังจะหลับ อย่าไปบีบเปลือกตา อย่างกดลูกนัยน์ตา

แล้วก็ทำใจของเราให้เบิกบานให้แจ่มขึ้นให้สะอาด บริสุทธิ์ ผ่องใส ไร้กังวลในทุกสิ่ง ไม่ว่าจะเป็นเรื่องอะไรก็ตาม ให้ปลด ปล่อย ให้อว่าง ทำใจให้อว่าง ๆ

คราวนี้เราก็มาสम्मติว่า ภายในร่างกายของเราปราศจาก อวัยวะ ปอด ตับ ม้าม ไต หัวใจ เป็นต้น สัมมติเป็นที่โล่ง ๆ อว่าง ๆ เป็นปล่อง เป็นช่อง เป็นโพรง กลวงภายใน คล้าย ๆ ท่อแก้ว ท่อเพชรใส ๆ

นึกถึงบุญ

เราก็นึกถึงบุญที่เราได้ทำผ่านมา ทำมาทุกบุญเลย จนกระทั่งบุญล่าสุดคือกฐินสามัคคีเป็นมหากาลทาน กับบุญใหม่ที่เรากำลังจะทำ เลี้ยงพระ ๓,๐๐๐ วัดทั่วประเทศ สร้างพระธรรมกายประจำตัว จารึกชื่อพระเถรานุเถระ และบุญลานธรรม รวมบุญทั้งหมดนี้กับบุญเก่า รวมมาเป็นจุดเดียวกันเลย ด้วยใจที่เบิกบาน แซ่มนั่น ให้ใจเราโล่งๆ ปลื้มปิติในมหาทานบารมีที่เราได้ทำเอาไว้อย่างดีแล้วในพระพุทธศาสนา

หยุดเป็นตัวสำเร็จ

แล้วก็หมั่นนึกถึงคำสั่งสอนของพระเดชพระคุณหลวงปู่ ผู้ค้นพบวิชชาธรรมกาย ซึ่งท่านสรุปคำสั่งสอนธรรมะปฏิบัติสั้นๆ ๕ คำว่า **“หยุดเป็นตัวสำเร็จ”** หยุดเป็นตัวสำเร็จตั้งแต่เบื้องต้น จนกระทั่งเป็นพระอรหันต์

เราก็เอาใจที่แวบไปแวบมา มาหยุดนิ่งๆ ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ซึ่งอยู่ในกลางท้องของเราในระดับที่เหนือจากสะดือขึ้นมา ๒ นิ้วมือ ให้ตรึknึกถึงดวงใส เอาใจหยุดไปที่จุดกึ่งกลางของความใส พร้อมประกอบบริกรรมภาวนาในใจไม่ช้าไม่เร็วนัก ภาวนาว่า สัมมาอะระหัง ภาวนาไปเรื่อย ๆ ประคองใจให้หยุดให้นิ่ง



สัมมา แปลว่า ชอบ ถูก

อะระหัง แปลว่า ห่างไกลจากกิเลส จากสิ่งที่ไม่ดี จากความไม่บริสุทธิ์

สัมมาอะระหัง คือ ทำให้ใจมันถูก มันบริสุทธิ์ ก็จะห่างไกลจากกิเลส จากความทุกข์ทรมาน

เราภาวนา สัมมาอะระหัง เรื่อยไปเลย จะกี่ครั้งก็ได้ จนกว่าใจจะหยุดนิ่ง พอใจหยุดนิ่งก็จะทิ้งคำภาวนาไปเอง จะมีอาการคล้ายๆ กับว่า เราลืมคำภาวนา สัมมาอะระหัง แต่ใจไม่ฟุ้งไปคิดเรื่องอื่น หรือเกิดความรู้สึกว่าไม่อยากจะภาวนาต่อไป อยากจะรักษาใจหยุดนิ่งๆ อยู่ที่กลางดวงใสๆ ที่ใสเหมือนน้ำบ่าง น้ำแข็งบ่าง ใสเหมือนกระจกคันฉ่องที่เราส่องเงาหน้าบ่าง แต่ถ้าให้ติดต้องใสเหมือนกับเพชรที่ต้องแสง มีประกายเจิดจ้า แล้วก็ใสในใสอย่างนั้น ตรึงนึกถึงดวงใสเรื่อยไปเลย ไม่ช้าจะถูกส่วนเอง

ถูกส่วน เราไปทำให้ถูกส่วนไม่ได้ นอกจากมันถูกส่วนเอง คือเมื่อใจเราหยุดนิ่งอย่างสบายๆ ไปเรื่อย ๆ มันจะมีจังหวะหนึ่งที่จะถูกส่วนเอง ใจจะตกศูนย์วูบลงไปเลยที่ สุสานที่ ๖ ซึ่งอยู่ในกลางท้องในระดับเดียวกับสะดือของเรา ห่างจากฐานที่ ๗ แค่ ๒ นิ้วมือ

ดวงธรรมจะลอยขึ้นมาเป็นดวงใสๆ ใสเหมือนเพชร กลมรอบตัวเหมือนดวงแก้ว โตเท่ากับฟองไข่แดงของไก่ เราก็หยุดในหยุดไปเรื่อย ๆ ใจก็จะละเอียดลงไป จนกระทั่งเข้าไปถึงดวงธรรมภายใน คือ ดวงศีล ดวงปัญญา ดวงวิมุตติ ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ แล้วก็จะเข้าถึงกายมนุษย์ละเอียด กายทิพย์ กายรูปพรหม กายอรูปพรหม กระทั่งกายธรรมโคตรภู กายธรรมพระโสดาบัน กายธรรมพระสกิทาคามี กายธรรมพระอนาคามี กายธรรมพระอรหัต

กายธรรม คือ กายที่สำคัญที่สุด ตั้งแต่กายธรรมโคตรภู ขนาดเล็กที่สุดเท่ากับปลายเข็ม ใหญ่ก็หย่อนกว่า ๕ วา นิดหน่อย

กายธรรมพระโสดาบัน หน้าตัก ๕ วา สูง ๕ วา

กายธรรมพระสกิทาคามี หน้าตัก ๑๐ วา สูง ๑๐ วา

กายธรรมพระอนาคามี หน้าตัก ๑๕ วา สูง ๑๕ วา

กายธรรมพระอรหัต หน้าตัก ๒๐ วา สูง ๒๐ วา

ใสบริสุทธิ์ สว่างไสว ใสเป็นแก้ว ใสเป็นเพชร หรือยิ่งกว่านั้นขึ้นไป

กายธรรมนี้แหละฝนในฝนได้ เพราะว่า เป็นกายพระรัตนตรัยที่มีอานุภาพมากไม่มีประมาณ เป็นที่พึ่งที่ระลึกอันสูงสุดของเรา มี



อยู่ในตัวของเรา และอยู่ในกลางกายมนุษย์
ทุกคนในโลก ไม่ว่าจะมีความแตกต่างของ
เชื้อชาติ ศาสนา หรือเผ่าพันธุ์ใดก็ตาม ล้วนมี
กายธรรมทั้งสิ้น ซึ่งอยู่ตรงกลางกายฐานที่ ๗
มีหมด ที่ใดมีมนุษย์ ที่นั่นมีกายธรรม

กายธรรม คือ กายที่พ้นแล้วจากความ
หลากหลายและความแตกต่าง เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น
ผู้เบิกบานแล้ว

อโห พุทโธ

คำว่า **พุทโธ** เป็นเนมิตกนามที่เกิดขึ้นของกายธรรม ที่
พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเมื่อเข้าถึงพระธรรมกายแล้วทรงเปล่ง
อุทานว่า **อโห พุทโธ** หรือ ไอโห พระพุทธเจ้าเป็นอย่างนี้เอง
ผู้รู้เป็นอย่างนี้เอง

ในกลางธรรมกายก็มีธรรมรัตนะ **อโห ธัมโม** เป็นดวงใส ๆ

ในกลางธรรมรัตนะ ก็มีสังขรัตนะ **อโห สังโฆ** มีกายธรรม
ละเอียด

พุทโธ ธัมโม สังโฆ คือ ธรรมกายนั่นเอง อยู่ในกลางกายเรา

ธรรมกาย ที่พระเดชพระคุณหลวงปู่ ผู้ค้นพบวิชาธรรมกายได้กล่าวไว้ว่า เข้าถึงแล้ว ได้ศึกษาวิชาธรรมกายแล้ว ไปนรกก็ได้ ไปสวรรค์ก็ได้ ไปได้ทุกหนทุกแห่ง ไปนิพพานก็ได้ ไปจับมือถือแขนสัตรีนรก พุดจาโต้ตอบกันได้ ไปจับมือถือแขนเทวดาก็ได้ พุดจาโต้ตอบกันได้ นี่เป็นเรื่องเก่าตั้งแต่สมัยพุทธกาลโน้น แต่เอามาเป่าฝุ่นใหม่ ค้นคว้ากันขึ้นมาใหม่

ถ้าจะให้หายสงสัยต้องลงมือปฏิบัติ จะมาคิดมาดันเดาเอาไม่ได้ ต้องลงมือปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ มีความเพียรให้กลั่นกล้ำ ทำให้ถูกหลักวิชา อย่างนี้เข้าถึงแน่นอน เพราะมีอยู่แล้วในตัวของคน

ธรรมกาย หน้าเหมือนกันหมด ไม่ว่าจะอยู่ในกลางกายของใครก็ตาม จะมีพิมพ์เดียวกัน คือพิมพ์มหาบุรุษ ครบถ้วนทั้ง ๓๒ ประการ พร้อมทั้งอนุพยัญชนะน้อยใหญ่ครบถ้วนบริบูรณ์ ไส บริสุทธ์ อยู่ในกลางกายของเรา ไสเกินไส งามไม่มีที่ติ ซึ่งลูกทุกคนต้องฝึกฝนหัดใจให้เข้าถึงให้ได้ ถ้ายังไม่ถึงท่าน ชีวิตยังไม่ปลอดภัย ถ้าถึงท่านแล้วจะปลอดภัยในชีวิต ปิดประตูอบายภูมิ เปิดประตูสวรรค์ จะไปอยู่วงบุญพิเศษได้ ต้องเข้าถึงธรรมกาย



เข้าถึงเมื่อไรก็มีความสุขเมื่อนั้น เป็นความสุขที่แท้จริง
ที่มนุษย์ทุกคนปรารถนา สุขอย่างยิ่ง สุขที่ไม่มีขอบเขต
จนกระทั่งพูดไม่ออก บอกไม่ถูก

ดังนั้น ต้องพยายามฝึกฝนใจให้ได้ อย่าเกียจคร้าน อย่ามี
ข้ออ้าง ข้อแก้ หรือเงื่อนไขใด ๆ ทั้งสิ้น ต้องพยายามปฏิบัติให้
เข้าถึงให้ได้ ถึงเมื่อไรก็นั่งเป็นสุข ยืนเป็นสุข เดินเป็นสุข นอน
เป็นสุข จะหกละเม่นดีลังกาตรงไหนก็เป็นสุข ถ้าใจใสแล้วจะไป
ที่ไหนก็ได้ หยุดใจได้ไปที่ไหนก็ได้ เข้าถึงธรรมกายได้ ไปที่ไหน
ก็ได้ ทุกหนทุกแห่งมีความสุขทั้งนั้น

คืนนี้ก็เช่นเคย ใครเหนื่อย ใครร่วง ใครเพลีย ใครนั่ง
แล้วตั้งใจเกินไปแล้วมันตึง ก็ปล่อยให้หลับลงไปในกลางกาย
พอสดชื่นตื่นขึ้นมาแล้ว ก็ทำความเพียรต่อ ใครเมื่อยก็ขยับ
ฟุ้งก็ลืมตา แล้วก็ว่ากันใหม่ ให้ลูกทุกคนสมหวังตั้งใจในการ
เข้าถึงพระรัตนตรัยคืนนี้ ต่างคนต่างนั่งกันไปเงียบ ๆ นะ

หลวงพ่อัมมชโย



สาธุชน : บ้านแก้วเรือนทองของคุณยายอาจารย์ฯ : ๑๙.๐๐ - ๒๑.๐๐ น.