

๒๐



ตามเห็นกายในกาย

ข้าแต่พระโคตม หม่อมฉันเป็นผู้อันพระองค์ให้เกิดแล้ว
รูปกายของพระองค์นี้ หม่อมฉันทำให้เจริญเติบโต

ส่วนพระธรรมกายอันนำริ้นรมย์ของหม่อมฉัน พระองค์
ทำให้เจริญเติบโตแล้ว

หม่อมฉันให้พระองค์ดูดีมีน้ำนม อันระงับเสียได้ซึ่ง
ความอยากชั่วครู่

เมื่อน้ำนม คือ พระสัทธรรมอันสงบ ระงับความกระหาย
ทุกอย่าง พระองค์ก็ให้หม่อมฉันดูดีมีแล้ว





ตามเห็นภายในกาย

๑๕๕

การปฏิบัติธรรม คือการฝึกใจให้หยุดนิ่ง ให้เข้าถึง พระรัตนตรัยภายใน ถึงพุทธรัตนะ ธรรมรัตนะ และสังฆรัตนะ รัตนะทั้งสามนี้เป็นสรณะที่พึ่งที่ระลึกที่แท้จริงของชาวโลกทั้งหลาย เราปฏิบัติธรรมก็มีวัตถุประสงค์เพื่อให้เข้าถึงรัตนะทั้งสามนี้ ถ้าเข้าถึงเมื่อไร จึงจะได้ชื่อว่าเป็นคนดีที่โลกต้องการ ที่บรรลु วัตถุประสงค์ของการเกิดมาเป็นมนุษย์ พระรัตนตรัยมีอยู่หลาย ระดับ ซ้อนกันเป็นชั้นๆ เข้าไปภายใน ถ้าเราทำใจให้หยุดได้ก็จะ เข้าถึง แต่ถ้าหยุดไม่ได้ก็เข้าไม่ถึง เพราะ “หยุดเป็นตัวสำเร็จ” เท่านั้น

*ในวาระพระบาลี มีข้อความตอนหนึ่ง ที่พระนางมหา-
ปชาบดีโคตมี กล่าวสรรเสริญพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไว้ว่า

“อหิ์ สุกต เต มาตา	ตุวั อีร ปิตา มม
สทุธมฺมสุขโท นาถ	ตยา ชาตมฺหิ โคตม
สัวัทุธิโตยั สุกต	รูปกาโย มยา ตว
อานนฺทียอ ธมฺมกาโย	มม สัวัทุธิโต ตยา
มุทุตฺตํ ตณฺหาสมนั	ชีรํ ตวั ปายิโต มยา
ตยาหิ์ สนฺตมจฺจนตํ	ธมฺมชีรฺมปิ ปายิตา



ตามเห็นภายในกาย

๑๕๖

ข้าแต่พระสุคตเจ้า หม่อมฉันเป็นมารดาของพระองค์

ข้าแต่พระธีรเจ้า พระองค์เป็นบิดาของหม่อมฉัน

ข้าแต่พระโลกนาถเจ้า พระองค์เป็นผู้ประทานความสุข
อันเกิดจากพระสัทธรรมให้แก่หม่อมฉัน ข้าแต่พระโคตม
หม่อมฉันเป็นผู้อันพระองค์ให้เกิดแล้ว รูปรายของพระองค์นี้
หม่อมฉันทำให้เจริญเติบโต

ส่วนพระธรรมกายอันน่ารื่นรมย์ของหม่อมฉัน
พระองค์ทำให้เจริญเติบโตแล้ว

หม่อมฉันให้พระองค์ดูตม้น้ำนม อันระจับเสียได้
ซึ่งความอยากชั่วคราว

แต่น้ำนม คือ พระสัทธรรมอันสงบ ระจับความ
กระหายทุกอย่าง พระองค์ก็ให้หม่อมฉันดูตม้นแล้ว”

พระอรหันตเถรีท่านได้อุปมาถึงพระคุณที่พระบรมศาสดา
ได้ประทานให้ คือทรงแนะนำให้พระนางปฏิบัติธรรมจนเข้าถึง
ดวงธรรม ภายในกายที่ละเอียดลึกซึ้งเข้าไปตามลำดับ ตั้งแต่ได้
เข้าถึงกายมนุษย์ละเอียด กายทิพย์ กายรูปพรหม กายอรูปพรหม
และกายธรรม กระทั่งเข้าถึงกายธรรมอรหัต เป็นพระอรหันต์
ในพระพุทธศาสนา เข้าถึงความสุขอันเป็นอมตะ บุญคุณที่
พระนางเคยเลื่อมดูพระพุทธรองค์ ในสมัยที่เป็นลัทธิตถราชกุมาร



ตามเห็นภายในกาย

๑๕๓

ซึ่งพระนางได้ทรงป้อนข้าว ป้อนน้ำ ให้ดื่มให้นม คอยดูแลให้ได้ รับความสะอาดสบายทุกอย่างนั้น จะมาเปรียบเทียบกับความ เจริญของการได้เข้าถึงธรรมกายนั้นยังไม่ได้เลย

อันที่จริงแล้วภายในกาย เป็นพระดำรัสที่พระพุทธเจ้า ตรัสสอนไว้แล้ว สารุชนทั้งหลายจะต้องตามเห็นเข้าไป ให้รู้ไป ถึงต้นแหล่งของกายที่เป็นอมตะให้ได้ ซึ่งถือว่าเป็นกรณียกิจ ที่สำคัญทีเดียว ภายในกายก็เริ่มตั้งแต่ กายไปเกิดมาเกิด หรือ กายฝัน กายที่เรานอนหลับแล้วฝันไป ออกไปทำหน้าที่ฝัน ตื่นขึ้นมาแล้วเราไม่ทราบว่ายู่ที่ไหน แต่จากการปฏิบัติธรรม แล้วพบว่า อยู่ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ซ้อนอยู่ภายในตัวของเรา ซ้อนๆ กันอยู่ เนื่องจากว่ากายละเอียดภายในโตเท่ากับกายหยาบ เพราะว่าละเอียดกว่า จึงซ้อนกันอยู่ หากว่าไม่ละเอียดกว่าก็ ซ้อนกันไม่ได้

เมื่อเข้าถึงกายมนุษย์ละเอียดได้ เราจะมีความรู้สึกแตกต่างจากกายมนุษย์หยาบทีเดียว จากความเป็นอยู่ในปัจจุบัน เราจะเข้าใจและซาบซึ้งในคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ว่า กาย ภายนอกนี้เป็นเครื่องอาศัย อาศัยขอยืมมาเพียงชั่วคราวชั่วคราว ไม่ช้าก็จะแตกดับไป มีแต่ความเสื่อมสลายไปในที่สุด เกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็เสื่อมไป เหมือนบ้านเรือนที่เราอาศัยอยู่ชั่วคราว



ตามเห็นภายในกาย

๑๕๘

ถ้าเรายังเข้าไม่ถึงกายละเอียดภายใน คำสอนทั้งหลาย ก็ยังคงไม่ซาบซึ่งเข้าไปในใจของเราได้ เราแค่รับทราบแต่ยังไม่ซึ่งเข้าไปในใจ แต่เมื่อเข้าไปถึงแล้วเราจะซาบซึ่งขึ้นมาทันทีเลย เกิดความรู้สึกขึ้นมาว่าเป็นอย่างนั้นจริงๆ กายภายนอกเหมือน เลื้อเหมือนผ้า เหมือนบ้านเหมือนเรือนที่อาศัยชั่วคราว เป็นของยืมมา แล้วก็มีเวลาใช้อย่างจำกัด ระยะเวลาใช้ก็ไม่เท่ากัน เห็นแล้วก็ไม่ควรยึดมั่นถือมั่น

ความยึดมั่นถือมั่นในกายหยาบมันก็ลดน้อยถอยลงไป เป็นแต่เพียงเครื่องอาศัยว่าจะอาศัยชั่วคราวสำหรับสร้างบารมี ให้ทาน รักษาศีล เจริญภาวนา จะอาศัยกายนี้เป็นทางผ่านของ ใจให้เข้าถึงธรรมกาย และพอถึงกายละเอียดเราจะเข้าใจอย่างนั้น แล้วเห็นซ้อนกันเป็นชั้นๆ เป็นลำดับเข้าไปเรื่อยๆ

เพราะฉะนั้น กายเหล่านั้นเป็นทางผ่านของใจ ใจเราก็ ผ่านเข้าไปเรื่อยๆ ในกายมนุษย์ละเอียดจะพบว่ามีอีกกายหนึ่ง ซ่อนอยู่ สวยงามกว่า ละเอียดกว่า เรียกว่ากายทิพย์ เป็นกาย ของสุคติภูมิ ถ้าเราละโลกไปแล้วยังไม่ไปนิพพาน กำลังบุญ จะส่งให้เข้าถึงกายทิพย์ ซึ่งเป็นกายมาตรฐานของชาวสวรรค์ อยู่ในกลางตัวของเรานี้แหละ เป็นกายของเราเอง แต่ว่าเรา จะเข้ามาถึงกายอันนี้ได้ต้องมีกำลังบุญ ต้องมีhiriโอดตัมปะ



ตามเห็นภายในกาย

๑๕๕

มีเทวธรรม มีกำลังบุญที่เกิดจากการให้ทาน รักษาศีล เจริญภาวนา
จึงจะเข้าสวมกับกายนี้ได้

เมื่อเข้าถึงกายทิพย์แล้ว จะมีภพภูมิหรืออายตนะที่ตรง
กับของกายทิพย์บังเกิดขึ้น และในกลางกายทิพย์ก็ยังมีกายอื่น
ซ้อนกันเข้าไปอีก กายรูปพรหมซ้อนกันอยู่ภายใน เกิดขึ้นจาก
พรหมวิหารธรรม ๔ หรือทำรูปฌาน ๔ ให้เกิดขึ้น ได้ให้ทาน
รักษาศีล ที่มีกำลังแรงกล้า จะเข้าถึงกายรูปพรหมที่ซ้อนกันอยู่
ในกลางนั้นก็มีอีกกายซ้อนอยู่ เป็นกายอรูปพรหมที่ละเอียด
หนักยิ่งขึ้นไปอีก เป็นกายที่เกิดขึ้นจากอรูปฌานสมาบัติ

พอสุดกลางกายอรูปพรหม ในกลางก็มีอีกกายซ้อนอยู่
เป็นกายธรรมโคตรภู เมื่อเข้าถึงแล้วก็จะเปลี่ยนแปลงเรา
เป็นโคตรภูบุคคล ถึงธรรมกายภายในเมื่อไร จะได้ชื่อว่าถึง
ไตรสรณคมน์ ไตร แปลว่า สาม สรณะ แปลว่า ที่พึ่งที่ระลึก
คมนะ แปลว่าเข้าถึง แล่นเข้าไปถึง สามอย่างก็มีพุทธรัตน
ธรรมรัตนะ และสังฆรัตนะ

พุทธรัตนะ รัตนะแปลว่าแก้ว ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ที่ใส
เป็นแก้ว ได้แก่ธรรมกายนั่นเอง ธรรมรัตนะ คำสอนของท่าน
หรือดวงธรรมที่รองรับท่านอยู่ในกลางนั้น สังฆรัตนะ ที่ทรงจำ
รักษาคำสอนเอาไว้ อยู่ในกลางของธรรมรัตนะ ซ้อนกันอยู่เป็น



ตามเห็นภายในกาย

๒๐๐

ชั้นๆ ชื่อต่างกันแต่รวมเป็นอันเดียวกัน

เหมือนเพชร มีเนื้อ มีแวว มีสี ถ้ารวมแล้วก็เรียกว่า เพชร
เนื้อเพชร แววเพชร สีเพชร เนื้อเพชรก็ได้แก่ธรรมกาย
แววกก็ได้แก่ธรรมรัตน์ สีของเพชรก็ได้แก่สังขรัตน์ รวมกัน
เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน แยกออกจากกันไม่ได้

เข้าถึงกายธรรมนี้ได้ชื่อว่าถึงไตรสรณคมน์มีพระรัตนตรัย
เป็นที่พึ่ง พระพุทธศาสนาเริ่มต้นจากตรงนี้ ตรงที่มีไตรสรณคมน์
เป็นที่พึ่ง มีพุทธรัตนะ ธรรมรัตนะ สังขรัตนะ สามอย่างนี้แหละ
เป็นสรณะเป็นที่พึ่งที่ระลึกของชาวโลกและสรรพสัตว์ทั้งหลาย
เวลาเราขอถึงไตรสรณคมน์ว่า พุทธัง สรณัง คัจฉามิ ก็หมายเอา
ธรรมกายนี้แหละ ัมมัง สรณัง คัจฉามิ ก็หมายถึงดวงธรรมที่
อยู่ในกลางธรรมกาย หมายถึง ธรรมรัตนะ สังขรัตนะ สรณัง คัจฉามิ
ก็หมายถึงธรรมกายละเอียดที่ซ้อนกันอยู่ในกลางธรรมรัตนะ
สังขรัตนะซ้อนอยู่ภายใน ซ้อนกันอยู่ ๓ อย่าง เข้าถึงอย่างนี้ได้
ชื่อว่าเข้าถึงไตรสรณคมน์ มีพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่ง เวลาเรามี
ความทุกข์เราก็พึ่งท่านได้ พอใจหยุดอยู่ในกลางธรรมกายความ
ทุกข์ก็ดับไป ความโศกเศร้า เสียใจจะลายหายสูญหมด

เวลาเรามีความสุขก็เพิ่มพูนความสุขได้ เต็มเข้าไปจน
กระทั่งเข้าถึงเอกัตถบรมสุข คือสุขอย่างเดียวไม่มีทุกข์เจือเลย



ตามเห็นภายในกาย

๒๐๑

ถึงรัตนะทั้ง ๓ ถึงธรรมกาย แล้วยังมีกายธรรมในกายธรรมที่ใหญ่โตสวยงามหนักขึ้นไปเรื่อยๆ ตั้งแต่กายธรรมพระโสธบัน กายธรรมพระสกทาคามี กายธรรมพระอนาคามี จนถึงกายธรรมพระอรหัตต์ เป็นพระอรหัตต์ผู้หลุดพ้นแล้วจากกิเลสอาสวะทั้งมวล มีแต่สุขล้วนๆ ที่พระนางมหาปชาบดีโคตมีได้กล่าวไว้เบื้องต้น เป็นความสุขที่จะหาอะไรมาเปรียบเทียบกับไม่ได้เลย เป็นความเจริญเติบโตในอริยวินัยที่เกิดจากการเข้าถึงพระธรรมกาย

เพราะฉะนั้น เมื่อเราทราบถึงความหมายของธรรมกาย อานุภาพของธรรมกายที่จะอำนวยสุขให้กับเราได้อย่างไร ก็ขอให้ลงมือปฏิบัติตามกันให้เต็มที่ อย่าเอาภารกิจประจำวันมาเป็นข้ออ้าง ข้อแม้ และเงื่อนไข ที่จะทำให้เราเกียจคร้านหรือทอดธุระในการปฏิบัติธรรม หมั่นฝึกทำให้ให้หยุด ให้นิ่ง อย่างสบายๆ ที่กลางกาย ทำอย่างนี้ไปเรื่อยๆ ทุกวัน ควบคู่กับภารกิจประจำวันที่เราทำอยู่ และไปช่วยกันสถาปนาบ้านกัลยาณมิตร ชักชวนกันมาทำความดี สวดมนต์ เจริญภาวนาทุกวัน วันนั้นจะเป็นวันที่มีความหมายสำหรับชีวิตของเรา เพราะเป็นวันที่ใจเราตั้งมั่นเพื่อจะให้เข้าถึงพระรัตนตรัยภายในให้ได้

