

๓๖



ธรรมาภย

ภยมาตฐาน

สรีรยนต์นี้

ถูกกรรมปรุงแต่งทำให้เป็นนครแห่งกระดูกทั้งหลาย

ฉาบด้วยเนื้อและโลหิต

เป็นที่ตั้งลงแห่งขรา มรณะ มานะ และมักกะ



๓๔๐

พระธรรมกาย เป็นกายตรัสรู้ธรรมของมนุษย์ทุกๆ คนในโลก พระบรมศาสดาทรงรู้แจ้งเห็นแจ้งแทงตลอดในธรรมทั้งหลายทั้งปวง เพราะเข้าถึงกายธรรมอภินิหารนี้เท่านั้น กายนี้เป็นกายที่เต็มเปี่ยมไปด้วยสติด้วยปัญญา และยังมีอานุภาพไม่มีประมาณ คำสอนทั้ง ๘๔,๐๐๐ พระธรรมชั้นร์ ประชุมรวมลงในธรรมกายทั้งสิ้น

ธรรมกายนี้เป็นกายที่ประกอบไปด้วยลักษณะมหาบุรุษครบถ้วนทุกประการ งามกว่ามนุษย์ เทวดา พรหม และอรุณพรหมสิงสถิตอยู่ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ของพวกเราทุกๆ คน สมบูรณ์ทั้งวิชาและจรณะ จะเข้าถึงธรรมกายได้ต้องอาศัยใจที่หยุดนิ่งอย่างเดียวเท่านั้น

พระลัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ใน ขุททกนิกาย ธรรมบท ว่า

“อฏฺฐินํ นครํ กตํ มंसฺโลหิตเลปนํ
ยตถ ชรา จ มจฺจุ จ มาโน มกฺโข จ โหติโต

สรียนตํนี้ ถูกกรรมปรุงแต่งทำให้เป็นนครแห่งกระดูกทั้งหลาย ฉาบด้วยเนื้อและโลหิต เป็นที่ตั้งลงแห่งชรา มรณะ มานะ และมักขะ”

สังขารร่างกายที่เราอาศัยอยู่นี้ประกอบกันขึ้นจากธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม ก่อตัวกันเป็นรูป มีอากาศธาตุและ



กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข

๓๔๑

วิญญาณธาตุ ทำให้เกิดมีเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ปฐก
แตงกันขึ้นมา รวมเรียกว่าขันธ ๕ พอเป็นธาตุหยาบที่เห็นด้วย
ตาเนื้อ ก็ประกอบไปด้วยกระดูก ๓๐๐ ท่อน ฉาบด้วยเนื้อและ
เลือด แบ่งละเอียดออกไปเป็นอาการ ๓๒ ก่อเกิดขึ้นมาเป็น
สรีระร่างกาย เมื่อพิจารณาร่างกายตามความเป็นจริงแล้ว จะ
เห็นว่า ตั้งแต่ก่อก่อเกิดขึ้นมาเป็นรูปกาย ก็บ้ายหน้าไปสู่ความแก่
และความตายทั้งสิ้น

พระพุทธองค์จึงสอนไม่ให้ไปยึดมั่นถือมั่น แต่ให้ปลด
ให้ปล่อย ใหว่าง ทั้งที่เป็นกายของตัวเองและของคนอื่น เพราะ
สักวันหนึ่งก็ถึงกาลเสื่อมสลาย ท่านไม่ให้ยึดมั่นถือมั่น เพียงแต่
ประคับประคองรักษาสรีรยนต์นี้เอาไว้ เพื่อเป็นอุปกรณ์ในการ
สร้างบารมี ฝึกฝนอบรมใจให้หยุดนิ่ง เพื่อเข้าไปพบกายภายใน
ที่แท้จริง ซึ่งมีความเที่ยงแท้ถาวร ที่ความแก่ ความเจ็บและ
ความตายเข้าไปไม่ถึง ซึ่งก็คือกายธรรมภายในนั่นเอง

กายภายในแต่ละกายนั้น มีลักษณะสวยสดงดงามไป
ตามลำดับ งามกว่ากายมนุษย์หยาบนี้มากมายหลายเท่านัก
เป็นสิ่งที่น่ารู้และน่าศึกษา และจำเป็นต้องรู้ ไม่รู้ไม่ได้ ถ้าไม่รู้
ชีวิตของเราก็คงยังไม่ปลอดภัย โดยเฉพาะกายธรรม ที่มีลักษณ
มหาบุรุษครบถ้วนทุกประการ เป็นกายมาตรฐานที่สำคัญที่เรา

ต้องรู้จักและปฏิบัติให้เข้าถึงให้ได้ ชีวิตเราจึงจะปลอดภัย มีที่พึ่ง
ที่ระลึกที่แท้จริง

ถ้าเราจะดูว่าใครสวยหรือใครหล่อ ต้องนำมาเทียบกับ
กายมาตรฐาน ถ้านำมาเทียบกับกายธรรมแล้ว กายต่างๆ เหล่านั้น
ได้ชื่อว่าพิการหมด แค่ว่าดูได้เท่านั้นเอง ถ้าหากเราเข้าถึง
กายธรรม ถึงกายมาตรฐาน เราจะเห็นว่า กายต่างๆ ในภาพทั้ง ๓
ไม่ว่าจะเป็นกายอรุปรพรม กายรูปพรม กายทิพย์ กายมนุษย์-
ละเอียด หรือกายมนุษย์หยาบ ความงดงามจะแตกต่างกันลงไป
เรื่อยๆ เพราะฉะนั้นจะรู้ว่ากายงามหรือไม่งาม สวยหรือไม่สวย
ต้องนำมาเทียบกับกายมาตรฐาน ที่มีอยู่ภายในตัวของเรานี้

*เหมือนอย่างในสมัยพุทธกาล พระนันทะพุทธอนุชา
กำลังจะอาวาทมกกับนางชนบทกัลยาณี แต่พระผู้มีพระภาคเจ้า
ทรงเห็นอุปนิสัยแห่งพระอรหัตของท่านว่า ท่านสร้างบารมีมา
เต็มเปี่ยมพร้อมที่จะเข้าถึงธรรมอยู่แล้ว พระพุทธองค์จึงปรารภ
จะโปรดนันทกุมารให้ได้บรรลุธรรม เช้าวันนั้น พระองค์จึงเสด็จ
เข้าไปนิมนตบาตรในพระราชวัง แล้วให้นันทกุมารถือบาตรเสด็จ
ตามพระองค์ไป

นันทกุมารกำลังจะเข้าพิธีแต่งงานอยู่แล้ว แต่เพราะ



ธรรมกาย กายมาตรฐาน

๓๔๓

ความเกรงใจในพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จึงถือบาตรเดินตามเสด็จ ไปจนถึงพระวิหารเชตวัน เมื่อพระบรมศาสดาตรัสถามอีกว่า “นันทะ เธอจะบวชหรือ” ด้วยความเกรงใจ นันทกุมารจึงทูลรับว่า “พระเจ้าข้า” พระองค์จึงให้บวช เมื่อบวชแล้ว ในใจก็ยังคงมีแต่นางชนบทกัลยาณี ท่านนึกถึงคำพูดของนางที่บอกว่า ให้รีบกลับมาเร็วๆ และก็นึกถึงความงามของนางที่หาใครเทียบได้ยาก ทำให้ไม่ใช่อันบำเพ็ญสมณธรรม พอคิดถึงนางหนักเข้าๆ ก็อยากจะลาสิกขา จึงตั้งใจว่า จะไปทูลลากับพระบรมศาสดา

พระผู้มีพระภาคเจ้า ทรงจับแขนพระนันทะ แล้วพาหะขึ้นไปบนเทวโลก ในระหว่างทาง พระองค์ได้เนรมิตนางลิงจ๋วนตัวหนึ่ง ทางด้าน หูขาด จมูกแหว่ง นั่งจับเจ้าอยู่บนตอไม้ที่ไฟไหม้ แล้วตรัสบอกให้พระนันทะจ่านางลิงจ๋วนเอาไว้ให้ดี จากนั้นก็พาขึ้นไปดูเทพธิดาในสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ ซึ่งกำลังพากันมาอุปฐากท้าวลักกะจอมเทพ

บนสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ ท่านได้พบเทพธิดานางฟ้ามากมาย นีขนาดยังไม่ได้กายมาตรฐานเลย แต่ว่าสวยงามมาก ไม่มีข้อ ไม่มีปุ่ม ไม่มีปมเลย ผิวเกลี้ยงเกลา กลมกลึงไปหมด มีเครื่องประดับประดา มีรัศมี มีเสียงที่ไพเราะ มีกลิ่นหอม มีอริยาบถที่งดงาม มีความสดชื่นอยู่ตลอดเวลา

ขณะที่พระนันทะกำลังเพลิดเพลินกับการมอเทพธิดา นางฟ้าบนสวรรค์อยู่นั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสถามท่านว่า “นันทะ ระหว่างนางชนบทกัลยาณีกับนางอัปสร ประมาณ ๕๐๐ เหล่านี้ใครจะมีรูปงามกว่ากัน น่าดูกว่ากัน” พระนันทะกราบทูลว่า “ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ นางลึงจุ่น หางด้วน ที่นั่งจับเฝ้าอยู่บนตอไม้เป็นเช่นไร นางชนบทกัลยาณีก็เป็นเช่นนั้น เพราะนางไม่สามารถจะเทียบกับนางอัปสรประมาณ ๕๐๐ เหล่านี้เลย แม้เพียงเศษเสี้ยวเดียวก็เทียบไม่ได้ พระเจ้าข้า” พระบรมศาสดาทรงกล่าวว่า “เอาเถิดนันทะ หากเธอปรารถนานางอัปสร ๕๐๐ เหล่านี้ ก็ให้ตั้งใจบำเพ็ญสมณธรรมเถิด” พอพระนันทะได้ยินเช่นนั้น ท่านก็ตั้งใจใหญ่ จึงรับปากพระพุทธองค์ว่า จะตั้งใจประพฤติพรหมจรรย์ให้เต็มที่ จากนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าก็นำพระนันทะกลับลงมาที่พระวิหารเชตวันเหมือนเดิม

พวกกิษุพพอทราบข่าว ท่านพระนันทะพระภาคดาของพระผู้มีพระภาคเจ้า ประพฤติพรหมจรรย์เพราะปรารถนานางอัปสร ๕๐๐ จึงพากันล้อเลียนท่าน เมื่อท่านได้ยินเพื่อนสหายมิกกล่าวล้อเลียนหนักเข้าๆ ก็เกิดความละอาย แล้วตั้งใจฝึกฝนใจให้หยุดนิ่ง จนจิตเป็นเอกัคคตา คั้นวันนั้น ท่านก็สามารถปฏิบัติธรรมเข้าถึงกายธรรมอรหัต ได้บรรลุเป็นพระอรหันต์



ธรรมกาย กายมาตรฐาน

๓๔๕

เมื่อเข้าถึงกายธรรมอรหัตต์ ซึ่งเป็นกายมาตรฐานที่เป็นนิจจัง สุขัง อัตตาแล้ว ท่านก็หมดความอาลัย ทั้งในกายทิพย์ของเหล่าเทพอัปสร และกายของนางชนบทกัลยาณี เพราะเมื่อเทียบกันแล้ว กายธรรมนั้นล้ำเลิศประเสริฐกว่ามากมาย กายกองนั้น

เพราะฉะนั้น กายมาตรฐานจริงๆ ก็คือ กายธรรมที่มีอยู่ในตัวของเรานี้แหละ สวยงามกว่ากายใดๆ ทั้งหมดในภพทั้ง ๓ แล้วเราจะทราบได้อย่างไร ทราบได้เมื่อเราเข้าถึง ปฏิบัติให้เข้าถึงกายต่างๆ ไปตามลำดับ ตั้งแต่กายมนุษย์ละเอียด กายทิพย์ กายรูปพรหม กายอรูปพรหม และกายธรรม ถ้าเข้าถึงตลอดหมดทุกกายอย่างนี้ จะเห็นความแตกต่างกันได้อย่างชัดเจนทีเดียว

ความงามก็ดี ความรู้แจ้งหรือความฉลาดก็ดี ภูมิธรรมก็ดี กายมนุษย์หยาบ กายมนุษย์ละเอียด กายทิพย์ กายรูปพรหม และกายอรูปพรหมเหล่านี้รู้กายธรรมไม่ได้เลย กายธรรมนี้จะเป็นผู้ที่แท้จริง รู้แจ้งเห็นแจ้งแทงตลอดหมดเลย อย่างมนุษย์นั้นกว่าจะรู้อะไรก็ต้องใช้ความคิด การอ่าน การฟังถึงจะรู้ และก็ เป็นความรู้ที่ไม่สมบูรณ์ บางทีก็ถูก บางทีก็ผิด

เมื่อเข้าไปถึงกายธรรมแล้ว จะรู้ถูกเห็นถูกที่เรียกว่าเป็นผู้รู้ เพราะว่าท่านปรารณานิดเดียว กระตึกจิตนิดเดียว



๓๔๖

อยากรู้อะไรก็รู้เลย รู้เพราะเห็น เห็นแจ้ง เห็นเพราะสว่าง
ความสว่างบังเกิดขึ้นที่ไหน ความเห็นแจ้งก็บังเกิดขึ้นด้วย
ธรรมจักขุ ความรู้แจ้งด้วยญาณทัสสนะก็เกิดขึ้น รู้ได้รอบตัว
เห็นได้รอบตัว แตกต่างจากการเห็นของกายมนุษย์หยาบ

กายมนุษย์หยาบเห็นได้ที่ละด้าน จะเห็นข้างหน้าก็มอง
ไปข้างหน้า เห็นไปได้อย่างมากก็สุดสายตา และที่ไกลๆ ก็เห็น
ไม่ค่อยชัดเจน

ส่วนกายธรรมนั้นจะใกล้จะไกลแค่ไหน เห็นชัดเจนเท่า
กันหมด นอกจากนั้นยังเห็นไกลไปถึงในอดีตที่ผ่านมาแล้ว
จนกระทั่งไปถึงในอนาคตอีกด้วย ทั้งอดีต ปัจจุบัน อนาคต
รู้แจ้งเห็นแจ้งแทงตลอดหมดเลย นี่แหละคือกายธรรม

เพราะฉะนั้น กายธรรมนี้จึงเป็นกายมาตรฐานที่เป็นสรณะ
ที่พึ่งที่ระลึกของพวกเราทั้งหลาย ให้หมั่นฝึกฝนอบรมใจให้หยุด
นิ่งกันตลอดเวลา อย่าให้ขาดการปฏิบัติธรรม อย่าขี้เกียจ
นั่งธรรมะ ฝึกหยุดฝึกนิ่งกันเข้าไปเรื่อยๆ ให้เข้าถึงดวงธรรม
ภายใน ถึงกายภายใน ถึงพระธรรมกายภายในให้ได้ เราจะได้
ไปเปรียบเทียบกายต่างๆ ด้วยตัวของเราเองว่า เป็นอย่างไร
หลวงพ่อก็ได้นำมาเล่าเอาไว้ไหม

แล้วจะได้ยืนยันเป็นเสียงเดียวกันว่า ธรรมกายนี้แหละ

๓๔๗

สมบูรณ์ที่สุด เป็นกายอันเป็นอมตะ เทียงแท้ไม่แปรผัน เวลาเรามีทุกข์ ท่านก็ช่วยให้เราพ้นทุกข์ ถ้ามีสุขแล้ว ก็เพิ่มพูนความสุขยิ่งๆ ขึ้นไป ใจของเราจะเป็นประดุจภาชนะอันบริสุทธิ ที่กว้างใหญ่ไพศาล ที่จะรองรับความรู้อันบริสุทธิจากผู้รู้แจ้งภายใน ดังนั้น ให้มันทำใจให้หยุดนิ่ง เพื่อเข้าให้ถึงกายมาตรฐานคือ พระธรรมกายกันทุกๆ คน

