



ป ล่ อ ย ว า ง
อ ย่ า ง พ ร ะ อ ริ ยะ

ไม่นานหนอ กายนี้จักนอนทับแผ่นดิน
ร่างกายนี้ปราศจากวิญญาน ที่ถูกทอดทิ้งแล้ว
ราวกับท่อนไม้ไม่มีประโยชน์อะไร





ปล่อยวางอย่างพระอริยะ

๔๕๓

การเดินทางในสังสารวัฏเป็นการเดินทางที่ยาวไกล ยากที่ใครๆ จะหาเบื้องต้น ท่ามกลางและเบื้องปลายได้ ไม่รู้ว่า เดินทางมาถึงจุดไหนแล้ว ไกล่จะถึงจุดหมายปลายทางแล้วหรือ ยัง ก็ไม่มีใครทราบ ท่านถึงใช้คำว่า เวียนวน เพราะไม่รู้ว่าจะไป สิ้นสุดตรงไหน ต้องเกิดแล้วตาย ตายแล้วเกิด วนเวียนอยู่ อย่างนี้นับภพนับชาติไม่ถ้วน ที่เป็นเช่นนี้ เพราะชีวิตยังไม่พบที่พึ่ง ที่ยึด ที่เกาะอย่างแท้จริง ไม่มีหลักของชีวิต จึงต้องลอยคว้าง อยู่ในทะเลแห่งความทุกข์ มองหาฝั่งแห่งความสุขไม่เจอ แต่ถ้า ใครได้เข้าถึงพระธรรมกาย มีพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่ง ชีวิตก็จะ พบกับความสุข ความปลอดภัย ไม่ต้องเสียเวลากับเรื่องไร้สาระ มุ่งตรงสู่จุดหมายปลายทางของชีวิต คือ อายตณนิพพาน

พระลัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ใน ขุททกนิกาย ธรรมบท ว่า

“อจิริ วตฺยํ กาโย

ปจวี อธิเสสฺสติ

ฉุทฺโท อเปตวิญญาโณ

นिरตถํว กลิงฺครํ

ไม่นานหนอ กายนี้จักนอนทับแผ่นดิน ร่างกายนี้ ปราศจากวิญญาณ ที่ถูกทอดทิ้งแล้ว ราวกับท่อนไม้ไม่มี ประโยชน์อะไร”

สังขารร่างกายที่เราอาศัยใช้ในการสร้างบารมีในโลกนี้ ประกอบไปด้วยมหาภูตรูป ๔ คือ ธาตุดิน น้ำ ไฟ ลม ธาตุทั้ง ๔ นี้



ปล่อยวางอย่างพระอริยะ

๔๘

ก่อเกิดเป็นรูปกาย และก็มิอากาศธาตุทำให้สามารถหายใจได้ เคลื่อนไหวได้ มีวิญญาณธาตุ ที่ทำให้สามารถรับรู้รับทราบ มีความรู้สึกนึกคิด สำหรับธาตุดินที่มีอยู่ในตัวของเรา มีลักษณะ แข็ง แข็ง เป็นของหยาบๆ ที่สามารถมองเห็นได้ด้วยตาเนื้อ ไม่ว่าจะเป็นผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ม้าม หัวใจ ตับ กระเพาะอาหาร ไต ปอด ลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก อาหารใหม่ อาหารเก่า สิ่งเหล่านี้ ท่านเรียกว่าเป็น ปรฐ्वิธาตุ

อาโปธาตุ เป็นของเหลวเอิบอาบ มีลักษณะซึมซาบไปมาได้ ซึ่งก็คือ น้ำดี เสมหะ น้ำหนอง เลือด เหงื่อ มันทัน น้ำมัน น้ำตา น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ น้ำมูตร ส่วนเตโชธาตุ มีลักษณะ เป็นของร้อน ให้ความอบอุ่นกับร่างกาย ช่วยเผาผลาญอาหาร ที่รับประทานไปแล้ว ให้อย่อยสลายได้ และประการสุดท้าย คือ วาโยธาตุ เป็นรูปอาศัยซึ่งพัดไปมาได้ เช่น ลมพัดขึ้นเบื้องบน ลมพัดลงเบื้องล่าง ลมหายใจเข้าออก นี่คือนิยามการทำงานของมหาภูตรูป ๔ ที่ทำให้สังขารร่างกายของเราดำรงอยู่ได้ นอกจากนี้ยังมีอากาศธาตุที่อยู่ระหว่างธาตุต่างๆ ของร่างกาย และวิญญาณธาตุมีลักษณะรู้อารมณ์ ถ้าหากธาตุเหล่านี้ ไม่สมดุลกัน ขั้น ๕ ก็ดำรงอยู่ไม่ได้ มีอันต้องแตกสลายไป

ขั้น ๕ ก็คือสังขารร่างกายของเรานั้นเอง ประกอบไปด้วยนามและรูป ส่วนที่เป็นรูป คือ ธาตุ ดิน น้ำ ไฟ ลม ที่



ปล่อยวางอย่างพระอริยะ

๔๕๕

ประชุมรวมกันเป็นก้อนกาย ภาษาบาลีท่านใช้คำว่า รูปปลุกขณฺ คือ มีลักษณะเสื่อมสลายไปตามกาลเวลา ในส่วนของนามคือ ความรู้สึกเป็นสุขหรือทุกข์ที่เกิดขึ้นทางกาย หรือรู้สึกเฉยๆ ไม่สุขไม่ทุกข์ ท่านเรียกว่า เวทนา มีลักษณะเสวยอารมณ์ ความจำได้หมายรู้ จารูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ธรรมารมณ์ที่เกิดทางใจได้ ท่านเรียกว่า สัญญา

สังขาร คือ การปรุงแต่งจิต ที่เป็นส่วนดี เรียกว่า กุศล ที่เป็นส่วนไม่ดีท่านเรียกว่า อกุศล หรือเป็นกลางๆ ท่านเรียกว่า อัพยาkata ความรู้สึกนึกคิดที่เกิดจากอายตนะภายใน กับ อายตนะภายนอกกระทบกัน ไม่ว่าจะเป็นเห็นรูปด้วยตา ฟังเสียงด้วยหู ซึ่งส่งผลให้เกิดความรู้แจ้งทางอารมณ์ต่างๆ เหล่านั้น ท่านเรียกว่า วิญญาณ

เพราะฉะนั้น เมื่อพูดถึงรูปนามชั้น ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ นั่นเอง ชั้น ๕ นี้ พระพุทธองค์ตรัสว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์และเป็นอนัตตา เพราะมีการเกิดขึ้นตั้งอยู่และเสื่อมสลายไปตามกาลเวลา มีทุกข์มาก เพราะเป็นรังของโรคทั้งหลาย ต้องดูแลรักษากันตลอดเวลา บางคนเกิดมาร่ำรวยมหาศาล แต่มีร่างกายไม่แข็งแรง ต้องเสียเวลามาดูแลรักษา หมดเงินทองไปมากมาย เพื่อรักษาสรีรยนต์นี้ให้คงอยู่ต่อไป ชั้น ๕ นี้จึงเป็นอนัตตา เพราะไม่อยู่ในบังคับบัญชา และ



ปล่อยวางอย่างพระอรียะ

๕๐๐

ไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริงของเรา พระบรมศาสดาจึงทรงสอนไม่ให้ไปยึดมั่นถือมั่น แต่ให้ดูแลรักษาชันธ ๕ ไว้ให้ดี เพื่อจะได้มีอายุขัยยืนยาว สามารถสร้างบารมีไปนานๆ

มีเรื่องเกิดขึ้นในสมัยพุทธกาล คือ *มีกุลบุตรท่านหนึ่ง ออกบวชอุทิศชีวิตในพระพุทธศาสนา ได้ฉายาว่า พระติสสเถระ มีอยู่วันหนึ่ง โรคร้ายได้เกิดขึ้นในสรีระของท่านตุ่มเล็กๆ เท่าเมล็ดผักกาดได้ผุดขึ้นมาที่ผิวหนัง เนื่องจากกรรมเก่าของท่านตามมาทัน ต่อมาตุ่มนั้นโตขึ้นเรื่อยๆ ขนาดประมาณเท่าเมล็ดถั่วเขียว แล้วก็โตเท่าเมล็ดถั่วดำ ใหญ่โตขึ้นเท่าเมล็ดกระเบาเท่าผลมะขามป้อม สุดท้ายก็โตเท่ากับผลมะตูม จากนั้นก็แตกออกมีเลือดและหนองไหลเยิ้มไปทั่วร่างกาย

ร่างกายของท่านมีแผลเหวอะหวะไปทั่ว ส่งกลิ่นเหม็นรุนแรง ท่านต้องทนทุกข์ทรมานมาก เพื่อนสหายธรรมิกไม่กล้าเข้าใกล้ เท่านั้นยังไม่พอ กระดูกของท่านได้แตกหัก ขยับเขยื้อนตัวไม่ได้ นอนจมกองน้ำเลือดน้ำหนองอยู่ในกุฏิตามลำพัง ผ่าหนุงและผ่าห่มเปราะเปื้อนไปหมด นอนรอคอยวันตายอย่างน่าสงสาร

พระลัมมालัมพุทเจ้า ทรงเห็นท่านถูกพวกลัทธิวิhariก



ปล่อยวางอย่างพระอริยะ

๕๐๑

ทอดทิ้ง ไม่มีที่พึ่งในยามยาก ด้วยพระมหากรุณาอันไม่มีประมาณ จึงได้เสด็จออกจากพระคันธกุฏี ไปที่โรงไฟทรงต้มน้ำร้อนด้วยพระองค์เอง เอาผ้ามาซับให้เปียก แล้วเริ่มเช็ดตามร่างกายของพระติสสะ ซึ่งกำลังนอนอยู่ด้วยความหมดอาลัยในชีวิต

พวกภิกษุทราบว่าเป็นพระบรมศาสดาเสด็จมา จึงกราบพูลขันอาสาจะช่วยกันทำเอง พระบรมศาสดาทรงให้พวกภิกษุเปลี่ยนผ้าห่มของพระติสสะออก เอาไปขยำกับน้ำร้อน แล้วนำไปผึ่งแดด ส่วนพระพุทธรองค์เองได้ทรงน้ำให้พระติสสะ เมื่อผ้าห่มแห้งทรงช่วยท่านให้นุ่งผ้าห่ม แล้วนำผ้าสบงจีวรที่ท่านนุ่งไปซักแล้วผึ่งแดด จากนั้นก็เอาผืนใหม่มาให้ท่านนุ่งห่ม

พระบรมศาสดาประทับยืนที่เหนือศีรษะของท่าน ตรัสให้เห็นทุกข์เห็นโทษของสังขารร่างกายนี้ว่า กายของเธอนี้อยู่อีกไม่นานเพราะจะปราศจากวิญญาณแล้ว หากอุปการะมิได้อีกไม่นานต้องนอนบนแผ่นดิน เหมือนท่อนไม้ที่ไม่มีประโยชน์ พระเถระนอนฟังพระธรรมเทศนา ชุ่มความเจ็บปวดของร่างกายค่อยๆ ปล่อยใจตามกระแสเสียงของพระพุทธรองค์ จนมีใจหยุดนิ่งเป็นอารมณ์เดียว พอถูกส่วน ปฐมมรรคก็เกิดขึ้นมาทันที เกิดความเย็นกายเย็นใจขึ้นมาเป็นครั้งแรก ที่ได้เห็นดวงสว่างปรากฏเกิดขึ้นมาตรงกลางกายนี้ ใส่เป็นเพชรเป็นแก้ว



ปล่อยวางอย่างพระอรียะ

๕๐๒

ภาพบาปอกุศลกรรมอะไรต่างๆ ที่มารบกวนล้นมลาย หายสูญไปหมด กุศลกรรมส่งผล ความดีที่เคยทำไว้มากมาย ก็ได้ชองตอนนี เพราะเมื่อใจหยุดแล้ว ดวงสว่างเกิดขึ้น จะเชื่อมโยงบุญเก่าที่เคยทำมาทั้งหมด เชื่อมต่อกับบุญใหม่ที่เกิดจากการบวช สนับสนุนให้หยุดนิ่งหนักเข้าไปอีก ท่านก็มีความสุขเพิ่มขึ้น กายเบาใจเบา

เพราะฉะนั้น เมื่อตรงตามกระแสพระธรรมเทศนาไป ใจหยุดนิ่งจนบังเกิดเป็นดวงกลมใสขึ้นมา ใจท่านก็ตั้งมั่น มีความรู้สึกเกิดขึ้นมาเลยว่า ชีวิตที่ผ่านมา เหมือนว่ายวนอยู่ในมหาสมุทร ที่มีภัยอันตรายรอบด้าน ภัยจากสัตว์ร้าย จากฝูงปลาต่างๆ ภัยจากคลื่นลม จะจมน้ำตายเมื่อไรก็ไม่ทราบ เมื่อท่านเข้าถึงธรรมได้เห็นดวงปฐมมรรค เหมือนกับว่ายน้ำถึงฝั่งแล้ว พ้นจากภัยอันตรายทั้งมวล หายสะดุ้ง หายหวาดกลัว เมื่อขึ้นเกาะแล้ว ฝูงปลาร้าย สัตว์ร้ายต่างๆ ไม่สามารถทำอันตรายได้อีกต่อไป ท่านจึงมีความสุขเข้ามาแทนที่

เมื่อใจท่านมาหยุดอยู่ที่ตรงนี้ได้ มีความเบากายเบาใจ แม้ว่าสังขารร่างกายจะไม่เอื้ออำนวย ถูกพยาธิรุมเร้าให้ทรมาน แต่เมื่อได้ปล่อยใจตามพระธรรมเทศนา เห็นความไม่เที่ยงของสังขารร่างกายแล้ว ท่านก็ปล่อยวางเข้าไปสู่กายที่ละเอียดภายในไปตามลำดับ จนกระทั่งในที่สุดท่านได้เข้าถึงกายธรรม



ปล่อยวางอย่างพระอริยะ

๕๐๓

อรหัต เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับกายธรรมอรหัต ท่านก็ถอดกาย
ต่างๆ ออกหมด ชั้นทั้ง ๕ ถอดออกหมด ไม่ติดอะไรเลย ถอด
ชั้นของกายมนุษย์ ชั้นของกายทิพย์ ชั้นของกายรูปพรหม
ชั้นของกายอรูปพรหม สิ่งทั้งหลายทั้งปวงที่อยู่ในภพทั้ง ๓
หลุดหมด เพราะเห็นสิ่งที่วิเศษกว่า มีความสุขกว่า คือธรรมกาย
นั่นเอง แต่เมื่อสังขารร่างกายทรงอยู่ไม่ได้ ท่านก็ทิ้งมันไป เอา
กายธรรมเข้าสู่อายตตนิพพานในวันนั้นนั่นเอง

พวกเราทั้งหลายก็เช่นเดียวกัน ถ้าหากว่าอยากจะหลุด
พ้นจากชั้น ๕ อยากจะหลุดพ้นจากบาปกรรมทั้งหลาย ที่เรา
เคยพลั้งเผลอทำลงไป ตั้งแต่อดีตชาติก็ดี หรือกระทั่งในปัจจุบัน
นี้ก็ดี ทุกคนเคยพลาดพลั้งกันมาแล้วทั้งนั้น หากไม่ออกไปสู่อบาย
อยากจะไปสู่ภพอันวิเศษ ไม่อยากเวียนว่ายตายเกิดอีก มีวิถี
ทางเดียวเท่านั้น ต้องทำใจให้หยุดให้นิ่ง แล้วหมั่นทำภาวนา
ลัมมอรหังทุกๆ วัน ชีวิตของพวกเราทุกคนจะปลอดภัย ขึ้นมา
สู่เกาะแห่งธรรม พ้นจากภัยพิบัติทั้งปวง พ้นจากภัยในอบายภูมิ
ไปสู่ภพอันวิเศษ เพราะฉะนั้น เมื่อรู้อย่างนี้แล้ว ให้หมั่น
ประพฤติปฏิบัติธรรม ฝึกฝนใจให้หยุดนิ่ง ให้เข้าถึงพระธรรมกาย
ภายในกันได้ทุกๆ คน

