



มหาสติปัฏฐานสูตร

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางสายเอก ที่นำไป
เพื่อความหมดจดวิเศษของสัตว์ทั้งหลาย เพื่อก้าวล่วงเสียซึ่ง
ความโศก และความรำไร เพื่อความดับไป แห่งทุกข์ และโทมนัส
เพื่อบรรลุไถยธรรม เพื่อกะทำให้พระนิพพานให้แจ้ง ทางนี้คือ
สติปัฏฐาน ๔





มหาสติปัฏฐานสูตร

๔๐๐

มนุษย์ทุกคนล้วนมีดวงธรรมที่ทำให้เป็นมนุษย์ และมีธรรมกายอยู่ภายในตัวกันทุกคน เป็นกายอมตะที่เที่ยงแท้ถาวร เมื่อเข้าถึงแล้วจะพบกับความสุขที่เสรี สุขอย่างไม่มีประมาณ แต่ที่ยังเข้าไม่ถึงเพราะขาดกัลยาณมิตรผู้ไปจุดแสงสว่างของชีวิต ให้ได้รู้จักวิธีการดำเนินจิตเข้าสู่กลางภายใน จะไม่รู้ว่ สิ่งทีเลิศที่สุด มีอยู่ในตัวของเราเอง ตรงศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ เมื่อไม่มีผู้ชี้บอกแม้สิ่งนั้นมียูกก็เหมือนไม่มีเพราะยังเอาออกมาใช้ไม่ได้ เหมือนน้ำที่มียูกใต้ดิน ถ้าหากไม่ขุดเจาะขึ้นมามี ก็เอามาใช้ประโยชน์ไม่ได้ ความสุขภายใน แสงสว่างภายใน ดวงธรรมภายใน หรือธรรมกายภายในก็เช่นเดียวกัน จะต้องทำให้ให้หยุดนิ่งอย่างเดียวก จึงจะเข้าไปพบธรรมต่างๆ เหล่านั้นได้ เพราะฉะนั้น การฝึกใจให้หยุดนิ่ง จึงเป็นวิธีการที่สำคัญที่สุด ที่จะทำให้เราได้บรรลุธรรมมาภิสมัย ได้เข้าถึงพระธรรมกายที่มีอยู่แล้วในตัวของเรา

พระลัมมัลลัมพุทเธเจ้าตรัสไว้ใน *มหาสติปัฏฐานสูตร ความว่า

“เอกายโน อโย ภิกขเว มคโค สตุตันนํ วิสุทฺธิยา โสกะ-
ปริเทวานํ สมตฺติกกมย ทุกฺขโทมนสฺสํ อตฺตณฺคมย ฃายสฺส



มหาสติปัฏฐานสูตร

๔๐๑

อริคมาย นิพพานสส สจฺฉิกิริยาย ยทิทํ จตฺตารอ สติปัฏจานา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางสายเอก ที่เป็นไปเพื่อความหมดจดพิเศษของสัตว์ทั้งหลาย เพื่อก้าวล่วงเสียซึ่งความโศก และความรำไร เพื่ความดับไป แห่งทุกข์ และโทมนัส เพื่อบรรลุญยธรรม เพื่อกะทำให้พระนิพพานให้แจ้ง ทางนี้คือสติปัฏฐาน ๔”

การปฏิบัติธรรมเพื่อให้เข้าถึงธรรมกาย มีอยู่หลายวิธี เป็นร้อยเป็นพันวิธี เฉพาะในวิสุทธิมรรคท่านรวบรวมไว้ถึง ๔๐ วิธีด้วยกัน ทุกวิธีต่างเป็นไปเพื่อความบริสุทธิ์หลุดพ้น ให้เข้าถึงพระธรรมกายทั้งนั้น มหาสติปัฏฐานสูตร ถือว่าเป็นหัวใจของการปฏิบัติธรรม เป็นวิธีที่จะนำไปสู่การบรรลุมรรคผลนิพพาน ผู้ที่ดำเนินตามปฏิปทานี้ ชื่อว่ากำลังปฏิบัติเพื่อกำหนดทางพระนิพพานให้แจ้ง คือตามเห็นกายในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต และธรรมในธรรม เข้าไปเรื่อยๆ จนถึงที่สุด

เมื่อ ๘๐ กว่าปีที่แล้ว หลวงปู่วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ (สด จนฺทสโร) ท่านได้ทรมชีวิตจนค้นพบวิชชาธรรมกาย ที่โบสถ์วัดโบสถ์บน บางคูเวียง ทำให้ท่านพบว่า ในกายของมนุษย์ มีพระธรรมกายซึ่งเป็นกายที่ละเอียด และบริสุทธิ์ที่สุด ซ่อนอยู่ภายในตัวของทุกคนในโลก ธรรมกายคือพระตถาคตเจ้า มี



มหาสติปัฏฐานสูตร

๔๐๒

คำยืนยันเป็นหลักฐานอยู่ในพระไตรปิฎก ทั้งฉบับของเถรวาท
มหายาน วชรยาน มียืนยันหมดทุกนิกาย

การจะเข้าถึงพระธรรมกายภายในตัวได้ เราต้องให้โอกาส
แก่ตนเอง ศึกษาสิ่งเหล่านี้ โดยทำให้เป็นกลางๆ ไม่ใช่เชื่อ
อย่างงมงาย หรือไม่เชื่อจนดื้อรั้น พึงอย่าปฏิเสธในสิ่งที่ยังไม่ได้
พิสูจน์ ให้ทำตัวเหมือนนักวิทยาศาสตร์ บันทึกนักปราชญ์
ทั้งหลาย คือวางใจเฉยๆ อยู่เหนือความเชื่อ หรือความไม่เชื่อ
แล้วตั้งใจที่แวบไปแวบมา ให้มาหยุดนิ่งอยู่ภายในตรงฐานที่ ๓
จนกระทั่งถูกส่วน พอถูกส่วนเข้า จะพบดวงธรรมเบื้องต้น
บังเกิดขึ้นมา เป็นเครื่องยืนยันว่าเรามาถูกทางแล้ว

เมื่อใจหยุดถูกส่วนหนักเข้า จิตจะตกศูนย์วูบเข้าไป
ในกลางของกลาง จะเข้าถึงความบริสุทธิ์ยิ่งขึ้นไปเรื่อยๆ จนเข้าไป
พบกายต่างๆ ที่มีความละเอียดซ้อนกันอยู่เป็นชั้นๆ เป็นชีวิต
ในระดับลึก ที่ท่านใช้คำว่า กายะ กายานุปัสสี คือตามเห็นกาย
ในกายเข้าไปเรื่อยๆ จะรู้ว่ากายภายในกายของเรา มีซ้อนกันอยู่
ถึง ๑๘ กาย เป็นแผนผังของชีวิต ตั้งแต่กายมนุษย์หยาบ กาย-
มนุษย์ละเอียด กายทิพย์หยาบ กายทิพย์ละเอียด กายรูป-
พรหมหยาบ กายรูปพรหมละเอียด กายอรูปพรหมหยาบ กาย-
อรูปพรหมละเอียด กายธรรมโคตรภูหยาบ กายธรรมโคตรภู-



มหาสติปัฏฐานสูตร

๔๐๓

ละเอียด กายธรรมพระโสดาบันหยาบ กายธรรมพระโสดาบัน-
ละเอียด กายธรรมพระสกทาคามีหยาบ กายธรรมพระสกทา-
คามิละเอียด กายธรรมพระอนาคามีหยาบ กายธรรมพระ-
อนาคามิละเอียด กายธรรมพระอรหัตหยาบ และกายธรรมพระ-
อรหัตละเอียด

ทั้ง ๑๘ กายเหล่านี้ เป็นแผนผังของชีวิตมนุษย์ทุกคน
ในโลกที่หลวงปู่ดปากน้ำท่านได้เข้าถึง ท่านเดินตามแนวนี้นี้แหละ
การพิจารณาเวทนาในเวทนา ท่านใช้คำว่า เวทนาสุ เวทนานุปัสสี
เวทนาจะเป็นผู้ส่วย คือพิจารณาเห็นเลยว่า ในแต่ละกายมี
ระดับการส่วยความสุข และทุกข์ที่แตกต่างกัน กายไหน
บริสุทธิมาก ละเอียดมาก ส่วยสุขมาก มีทุกข์น้อย ถ้าไปถึง
กายธรรมอรหัต ก็ส่วยเอกัณตบรมสุขอย่างเดียว คือเป็นสุข
ล้วนๆ ไม่มีทุกข์เจือปน

ต่อมา พิจารณาจิตในจิตเป็นอย่างไร ในพระบาลีท่าน
กล่าวเอาไว้ว่า จิตเต จิตตานุปัสสี คือตามเห็นจิตในจิต จิตของ
กายแต่ละกาย มีความรู้สึกนึกคิดที่แตกต่างกัน จิตที่หยาบก็มี
กิเลสเอิบอาบซึมซาบปนเป็นอยู่มาก จิตของกายที่บริสุทธิมาก
ก็ไม่มีกิเลสอาสวะมาห่อหุ้มได้เลย

เมื่อใจหยุดนิ่งถูกส่วนมากเข้า เราจะเห็นว่า จิตแต่ละดวง



มหาสติปัฏฐานสูตร

๔๐๔

ทั้งหยาบ และละเอียด ในกายต่างๆ ทั้ง ๑๘ กายนั้น มีลักษณะที่แตกต่างกันอย่างไรบ้าง ไม่ว่าจะเป็นจิตโดยย่อ ๘๙ โดยพิสดาร ๑๒๑ ดวง แบ่งเป็นกามาวจรจิต ๕๔ ดวง มหัคคตจิต ๒๕ ดวง โลกุตตรจิต ๘ หรือ ๒๐ ดวง เราจะเห็นได้หมด อย่างที่มีกล่าวไว้ในพระอภิธรรมว่า แต่ละดวงมีลักษณะเป็นอย่างไร ไปรู้ไปเห็นได้ด้วยการหยุดนิ่ง จิตดวงไหนที่ยังมีราคะ ก็รู้ว่ามีราคะ มีโทสะ โมหะปนเป็นอยู่ ก็รู้อย่างมีกิเลสเหล่านี้อยู่

เมื่อเห็นจึงรู้ เมื่อรู้ก็เบื่อหน่าย เมื่อเบื่อหน่ายก็คลายกำหนด คลายความยึดมั่นถือมั่นในกายต่างๆ เหล่านั้น แล้วเข้าไปสู่กายที่ละเอียดบริสุทธิ์ยิ่งๆ ขึ้นไป ตามเห็นกันเข้าไปเป็นชั้นๆ จนถึงกายธรรมอรหัตต์ จึงรู้ว่าเป็นจิตที่มีแต่ความบริสุทธิ์ล้วนๆ ปราศจากราคะ โทสะ โมหะ อภิขณา โทมนัส สังโยชน์ เบื้องต่ำเบื้องสูงที่มีอยู่ในจิตดวงนี้ หลุดร่อนหมด กิเลสอาสวะ ล้นเชื้อไม่เหลือเศษเมื่อเข้าไปถึงตรงนั้นรู้ได้เองว่าจิตหลุดพ้นแล้ว พ้นจากทุกข์ทั้งปวง โดยไม่ต้องมีใครมาบอก และไม่ต้องมาเสวยทุกข์อีกต่อไป

ทีนี้ตามเห็นธรรมในธรรม ท่านกล่าวว่า อัมเมสุ อัมมานุปัสสี คือเห็นตั้งแต่ดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ โตเท่ากับพองไข่แดงของไข่ ถ้าเป็นกายทิพย์ก็เห็นดวงธรรมที่ทำให้เป็น



มหาสติปัฏฐานสูตร

๔๐๕

กายทิพย์ เห็นกันเข้าไปเป็นชั้นๆ อย่างนี้ ตามเห็นเข้าไปเรื่อยๆ จนกระทั่งเห็นดวงธรรมที่ทรงรักษากายธรรมเอาไว้ และเข้าไปถึงดวงธรรมที่ทำให้เป็นธรรมกายอรหัตใหญ่โต มีแต่ความบริสุทธิ์ล้วนๆ เป็นวิราคธาตุ วิราคธรรม

หลวงปู่วัดปากน้ำท่านเห็นเข้าไปอย่างนี้ เห็นกายในกาย เห็นเวทนาในเวทนา เห็นจิตในจิต เห็นธรรมในธรรม เมื่อท่านรู้ ท่านเห็นก็แนะนำต่อกันมาเรื่อยๆ จนกระทั่งถึงพวกเรา ท่านเองได้ดำเนินตามแนวนี้ ปฏิบัติตามแนวทางวิสุทธิมรรค ยึดหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ ไม่ได้ออกนอกจากหลักการเหล่านี้เลย หลักคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มีความสอดคล้องเหมือนกัน คือจะปฏิบัติแบบไหน สุดท้ายเมื่อใจหยุดนิ่ง จะเข้าถึงฝั่งแห่งใจหยุดนิ่ง คือเข้าถึงพระธรรมกายกันทุกคน

การเข้าถึงธรรมกายในตัวแม้มีอยู่หลายวิธี แต่ทุกวิธีต้องมีอารมณ์เดียว มีอารมณ์ดี อารมณ์สบาย แล้วต้องหยุดนิ่ง พอหยุดถูกส่วนก็วิ่งเข้าไปข้างใน จนกระทั่งเข้าไปถึงกายในกาย เห็นเวทนาในเวทนา เห็นจิตในจิต เห็นธรรมในธรรมกันอย่างนี้ เพราะฉะนั้นใครที่เคยใช้คำคิดว่า หลวงปู่วัดปากน้ำก็ดี หลวงพ่อ-ธัมมชโยก็ดี สอนตามแนววิชชาธรรมกาย หรือวิธีธรรมกาย ขอให้แก้คำใหม่ จริงๆ แล้วต้องบอกว่าเป็นวิธีเข้าถึงธรรมกาย



มหาสติปัฏฐานสูตร

๔๐๖

วิธีหนึ่ง โดยใช้คำภาวนา สัมมา อะระหัง ประคับประคองใจ
ให้หยุดนิ่ง และเมื่อไปถึงศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ที่แท้จริงใจหยุด
ถูกส่วนแล้ว จะภาวนาอะไรก็ได้แล้วแต่ หรือไม่ภาวนา หรือจะ
กำหนดอะไรก็ได้แล้วแต่ เมื่อไปสู่เข้าหุลอมเดียวกัน ในศูนย์กลาง
กายฐานที่ ๗ แล้วต้องตกวูบลงไป แล้วเข้าถึงดวงธรรม จาก
ดวงธรรมก็เห็นกายในกาย จนกระทั่งเข้าถึงพระธรรมกาย ถ้า
ปฏิบัติได้แบบนี้ แสดงว่ามาถูกทางพระนิพพานแล้ว ให้ตั้งใจ
ทำใจหยุดนิ่งเรื่อยไปทุกคน

