

## บทที่ 6

### ข้อสังเกตและข้อเสนอแนะ

งานวิจัยที่ผู้วิจัยได้นำเสนอนี้ กล่าวโดยสรุปมี 4 ส่วนสำคัญ คือแนวทางการปฏิบัติปฐวีกสถินในคัมภีร์พุทธศาสนา แนวทางการปฏิบัติปฐวีกสถินของมูลนิธิสุวรรณโคมคำ ผลที่ได้จากการวิจัยภาคสนาม และแนวทางการพัฒนาปฐวีกสถินให้มีประสิทธิภาพ ซึ่งในบทความกล่าวเหล่านี้พบข้อสังเกตบางประการที่คาดว่าจะน่าจะเป็นประโยชน์ต่อการทำวิจัยในครั้งต่อไป ดังนี้

#### 1. แนวทางการปฏิบัติปฐวีกสถินในคัมภีร์พุทธศาสนา

แนวทางปฏิบัติปฐวีกสถินในคัมภีร์พุทธศาสนานับตั้งแต่พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา มาจนถึงปกรณ์วิเสสอย่างคัมภีร์วิสุทธิมรรคเป็นต้น มีลักษณะที่ควรสังเกตดังนี้ (1) เนื้อหาการปฏิบัติมีลักษณะที่เป็นนามธรรม เพราะขาดตัวอย่างที่เป็นรูปธรรม (2) ขาดผู้นำไปสู่กิจกรรมการปฏิบัติ สนับสนุนและส่งเสริมในสังคมปัจจุบัน ทำให้ไม่เป็นที่แพร่หลายเหมือนในอดีต (3) กลุ่มผู้ปฏิบัติส่วนใหญ่ที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาส่วนใหญ่กล่าวถึงนักบวช เช่น พระภิกษุ ฤาษี โยคี ฯลฯ แนวทางดังกล่าวจึงน่าจะแพร่หลายในกลุ่มนักบวช ส่วนฆราวาสคงจะมีการปฏิบัติเช่นกัน สันนิษฐานว่าไม่น่าจะมากเท่านักบวชเพราะการครองเรือนเป็นภาระอันหนัก อาจเพราะเหตุนี้ การปฏิบัติกรรมฐานจึงจำกัดอยู่เฉพาะนักบวชเท่านั้น

ผู้วิจัยเห็นว่า การปฏิบัติกรรมฐานควรจะเป็นของสากลสำหรับพุทธบริษัททั้งสี่ เพราะฆราวาสเองก็สามารถที่พัฒนาศักยภาพในการปฏิบัติได้ไม่ยิ่งหย่อนไปกว่านักบวช ดังพุทธพจน์ตอนหนึ่งว่า

ท่านพระโคตม พราหมณ์ทั้งหลายกล่าวกันอย่างนี้ว่า “คฤหัสถ์เป็นผู้ยังกุศลธรรมเครื่องนำออกจากทุกข์ให้สำเร็จ บรรพชิตไม่ยังกุศลธรรมนั้นให้สำเร็จ ในเรื่องนี้ท่านพระโคตมจะตรัสว่าอย่างไร” พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า “มาณพ ในเรื่องนี้แยกกล่าว มิได้รวมกล่าว เราไม่สรรเสริญการปฏิบัติผิดของคฤหัสถ์หรือบรรพชิต จริงอยู่ คฤหัสถ์หรือบรรพชิตผู้ปฏิบัติผิด ชื่อว่าเป็นผู้ไม่ยังกุศลธรรมเครื่องนำออกจากทุกข์ให้สำเร็จ เพราะเหตุแห่งอภิกรรมคือการปฏิบัติผิด

มาณพ เรากล่าวสรรเสริญการปฏิบัติชอบของคฤหัสถ์หรือบรรพชิต จริงอยู่ คฤหัสถ์ หรือบรรพชิตผู้ปฏิบัติชอบ ถือว่าเป็นผู้ยังกุศลธรรมเครื่องนำออกจาก ทุกข์ให้สำเร็จ เพราะเหตุแห่งอภิรถคือการปฏิบัติชอบ<sup>1</sup>

## 2. แนวทางการปฏิบัติปฐวีกสิณของมูลนิธิสุวรรณโคมคำ

แนวการปฏิบัติปฐวีกสิณในคัมภีร์ของพระพุทธศาสนา ได้มีการสืบสานแนวการปฏิบัติ โดยครูบาอาจารย์สายสุวรรณโคมคำจนสืบต่อกันมาถึงปัจจุบัน ซึ่งดำเนินกิจกรรมการปฏิบัติในรูปแบบ มูลนิธิฯ เพื่อสานต่อแนวทางปฏิบัติดังกล่าว โดยยังคงดำรงการปฏิบัติและรักษากิจกรรมการ ปฏิบัติไว้อย่างเป็นรูปธรรม มีลักษณะดังนี้ (1) เนื้อหาการปฏิบัติมีลักษณะที่เป็นรูปธรรม เพราะมี รูปแบบและการสาธิตการปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรม (2) มีการบำเพ็ญคุณธรรมและกรรมฐานอื่นๆ ควบคู่กันไป (3) มีการดำเนินการปฏิบัติ สนับสนุน และส่งเสริมอย่างต่อเนื่อง ทำให้มีบทบาทต่อ สังคมในระดับหนึ่ง (4) กลุ่มผู้ปฏิบัติส่วนใหญ่เป็นฆราวาสมากกว่านักบวช ซึ่งเมื่อพิจารณาจาก ข้อมูลทั่วไปของผู้ปฏิบัติปฐวีกสิณในมูลนิธิสุวรรณโคมคำ ก็พบว่า ผู้ปฏิบัติส่วนใหญ่อยู่ใน สถานภาพที่ไม่ต้องรับภาระเรื่องครอบครัวมากนัก จึงทำให้มีความคล่องตัวในการปฏิบัติ บวกกับ อาจารย์กรรมฐานได้ปรับทัศนคติเรื่องการปฏิบัติโดยให้เห็นว่าการปฏิบัติปฐวีกสิณต้องปฏิบัติให้ ดำเนินไปตามแนวแห่งอริยมรรค (สัมมาสมาธิร่วมกับอริยมรรคข้ออื่นๆ) ซึ่งแสดงให้เห็นว่า แม้ ดำเนินชีวิตบนโลกที่วุ่นวายสับสนก็สามารถปฏิบัติธรรมได้ และเป็นที่ที่จำเป็นต้องปฏิบัติธรรม มากที่สุด ส่วนการปฏิบัติปฐวีกสิณไม่เป็นที่แพร่หลายในสังคมนักบวช อาจเพราะสังคมนักบวช ในปัจจุบันได้สนับสนุนและปฏิบัติตามกรรมฐานกระแสหลัก คือสายสมถกรรมฐาน ได้แก่ พุท-โธ (อานาปานสติ) สายวิปัสสนากรรมฐาน ได้แก่ ยุบหนอ - พองหนอ เท่านั้น น่าจะเป็นอีกเหตุผล หนึ่งที่ทำให้การปฏิบัติกรรมฐานอื่นรวมถึงปฐวีกสิณด้วยไม่เป็นที่แพร่หลาย

<sup>1</sup> ม.ม.13/583/584 (ไทย/ ฉบับมหาจุฬาฯ)

### 3. ผลที่ได้จากการวิจัยภาคสนาม

ผลการวิจัยที่ได้จากการวิจัยภาคสนามนั้น ได้จากผู้ปฏิบัติปฐวีกสถินซึ่งอยู่ในบริบทของการดำเนินชีวิตภายใต้กรอบของสังคมวัตถุนิยม ซึ่งกำลังประสบปัญหา 4 ประการ คือ

- 1) ขาดเสถียรภาพทางเศรษฐกิจ
- 2) ไม่มีเสถียรภาพทางการเมือง (รัฐประหาร)
- 3) กระแสการเรียกร้องให้พุทธศาสนาเป็นศาสนาประจำชาติ
- 4) กระแสของเทพนิยม (จิตคามรรมเทพ)

ปัจจัยเหล่านี้ เป็นสิ่งที่ผู้ปฏิบัติต้องรับรู้และเกี่ยวข้องกับทั้งทางตรงและทางอ้อม ซึ่งกระทบถึงสภาพจิตของผู้ปฏิบัติอย่างไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ การที่ผู้ปฏิบัติยอมรับแนวการปฏิบัติปฐวีกสถิน ส่วนหนึ่งอาจเพราะต้องการเพื่อที่จะหนีจากความทุกข์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในสังคมทั้งทางด้านศาสนา เศรษฐกิจและการเมืองที่ก่อตัวและปะทุความรุนแรงขึ้นในที่สุด แนวทางของมูลนิธิตั้ง จึงเป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่เสนอวิธีการแก้ปัญหาโดยใช้สันติวิธี ซึ่งเริ่มจากความสงบจากข้างในแล้วแผ่ออกมาข้างนอก โดยใช้ปฐวีกสถินกรรมฐานเป็นอารมณ์เบื้องต้น และอีกประการที่สำคัญ คือกระแสของจิตคามรรมเทพ ก็เป็นอีกปัจจัยที่เป็นอุปสรรคในการทำความเข้าใจในแนวทางของปฐวีกสถินเหมือนกัน เพราะวัดจำนวนมากได้มีการจัดสร้างวัตถุมงคลชนิดนี้ขึ้นเพื่อสนองความต้องการของประชาชน ฉะนั้น บริบททางสังคมก็มีส่วนสำคัญต่อการกำหนดพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติ ซึ่งปัญหา 2 ข้อแรก น่าจะเป็นปัจจัยทำให้คนสนใจในการปฏิบัติมากขึ้น ส่วนกระแสสังคมอีก 2 ข้อหลังได้เบนความสนใจของผู้คนไปอีกทางหนึ่งมากกว่าที่จะส่งเสริมแนวทางการปฏิบัติปฐวีกสถินดังกล่าว

### 4. แนวทางการพัฒนาวิธีปฏิบัติปฐวีกสถินให้มีประสิทธิภาพ

แนวทางการพัฒนาวิธีปฏิบัติปฐวีกสถินให้มีประสิทธิภาพ ต้องเริ่มจากความเข้าใจที่ถูกต้องในการปฏิบัติเป็นพื้นฐานเสียก่อน ซึ่งทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า “สัมมาทิฐิ” และสัมมาทิฐินี้เองจะเป็นตัววัดถึงความก้าวหน้าในการปฏิบัติ เพราะหากได้รับข้อมูลการปฏิบัติที่ผิดแต่ต้น ย่อมทำให้เกิดความเข้าใจที่ผิด และนำไปสู่การปฏิบัติที่ผิดในที่สุด เมื่อเป็นเช่นนี้ความเข้าใจที่ถูกต้องจะเกิดขึ้นได้อย่างไร ผู้วิจัยเห็นว่าควรต้องให้ความสำคัญกับการสร้างปัจจัยที่จะทำ

ให้เกิดสัมมาทิฐิ (ปัญญา) คือเลือกคบผู้ปฏิบัติที่มีความเห็นถูกต้องและดีงาม (ปรโตโมละ) และ รู้จักใคร่ครวญอย่างแยบคาย (โยนิโสมนสิการ)<sup>2</sup> รวมไปถึงต้องรู้จักเผชิญกับปัญหาในชีวิตประจำวัน โดยการประคองสมาธิแล้วเผชิญโลกตามความเป็นจริง รู้จักคิดพิจารณาก็จะทำให้เกิดปัญญา เมื่อทำในลักษณะดังกล่าวอย่างต่อเนื่อง สมาธิก็จะกลายเป็นตัวเปิดทางให้เกิดปัญญาไปโดยปริยาย<sup>3</sup> นี่เองเป็นที่มาของการปฏิบัติธรรมที่ไม่แยกขาดจากชีวิตประจำวัน ซึ่งในทางอันประเสริฐที่ควรดำเนินไปนั้น (มรรค) กำหนดให้ทำสัมมาสมาธิ (สมาธิ) ไปสัมพันธ์กับ สัมมาทิฐิ (ปัญญา) เสมอ ดังพุทธพจน์ที่ว่า

เป็นไปได้ที่ภิกษุผู้ถือเอานิมิตแห่งจิต จักบำเพ็ญสัมมาทิฐิให้บริบูรณ์ได้  
เป็นไปได้ที่ภิกษุผู้บำเพ็ญสัมมาทิฐิให้บริบูรณ์แล้ว จักบำเพ็ญสมาธิให้  
บริบูรณ์ได้ เป็นไปได้ที่ภิกษุผู้บำเพ็ญสมาธิให้บริบูรณ์แล้ว จักละสังโยชน  
ได้<sup>4</sup>

นอกจากนี้แล้วยังต้องทำอริยมรรคแต่ละข้อให้เกิดขึ้น ซึ่งไม่ควรจะเน้นเพียง สัมมาสมาธิหรืออริยมรรคข้อใดข้อหนึ่งเพียงอย่างเดียว และควรต้องปรับความเข้าใจในเรื่องอื่นๆ ที่ควรจะเป็นในการปฏิบัติธรรมด้วย เช่น

1) เกี่ยวกับอิริยาบถในการทำสมาธิ ควรสร้างทัศนคติในการปฏิบัติที่ถูกต้องโดยทำให้เห็นว่า การทำสมาธิไม่ใช่มีการนั่งเพียงอย่างเดียว หากหมายถึงในอิริยาบถอื่นก็สามารถทำสมาธิได้ เช่น ขณะกำลังทำงานก็สามารถทำสมาธิได้

2) เกี่ยวกับการบำเพ็ญคุณธรรม ควรสร้างทัศนคติที่ถูกต้องเกี่ยวกับการบำเพ็ญคุณธรรมโดยให้เห็นว่า การปฏิบัติธรรมคือการบำเพ็ญคุณธรรมตามฐานะที่บุคคลนั้นเกี่ยวข้อง เช่น ครูอาจารย์ต้องบำเพ็ญคุณธรรมของครูอาจารย์ พระภิกษุต้องบำเพ็ญคุณธรรมของพระภิกษุ ซึ่งการบำเพ็ญคุณธรรมต่างๆ ดังกล่าวนี้อาจเชื่อมต่อการเจริญสมาธิและปัญญาสืบเนื่องกันไป

<sup>2</sup> ม.ม. 12/452/491 (ไทย/ ฉบับมหาจุฬาฯ)

<sup>3</sup> สมาธิเป็นเครื่องทำลายนิวรณ์อันเป็นตัวปิดกั้นปัญญา เป็นตัวเปิดทางให้ปัญญาทำงานได้โดยสะดวก (ดู อ.ป.ญ. 22/51/91 ประกอบ)

<sup>4</sup> อ.ป.ญ. 22/68/588 (ไทย/ ฉบับมหาจุฬาฯ)

3) เกี่ยวกับสถานที่ ควรเห็นว่าการปฏิบัติธรรมต้องทำในทุกที่ ให้อยู่ในวิถีชีวิตประจำวัน ไม่ใช่ต้องปฏิบัติในสำนักปฏิบัติเท่านั้นถึงจะเรียกว่าเป็นการปฏิบัติธรรม

4) เกี่ยวกับความสัปปายะ สัปปายะไม่ได้หมายถึงความสะดวกสบายโดยไม่ต้องทำอะไร หรืออยู่เฉยๆ โดยไม่ต้องยุ่งเกี่ยวกับบุคคลอื่น แต่หมายถึงการได้รับโอกาสที่จะทำความเพียรได้อย่างเต็มที่ เพื่อให้มีความก้าวหน้าในการปฏิบัติให้ดียิ่งๆ ขึ้นไป

5) เกี่ยวกับผู้ปฏิบัติ ผู้ปฏิบัติมักทำตัวให้ยากจนเพื่อแสดงตนว่าเป็นผู้สมณะ ถึงจะเรียกว่า “เป็นผู้ปฏิบัติธรรม” นั่นคือความเห็นที่คลาดเคลื่อนจากชีวิตจริง เพราะหากปฏิบัติธรรมแล้ว ชีวิตด้านอื่นควรต้องมีความไพบูลย์ขึ้นด้วย หากชีวิตด้านอื่นบกพร่อง แสดงให้เห็นว่าปฏิบัติธรรมไม่ครบ ถือเป็นการปฏิบัติธรรมชนิดที่แยกส่วนปฏิบัติ เรียกว่า “ปฏิบัติธรรมไม่สมดุล” คือไม่ไปตามหลักมัชฌิมาปฏิปทา จึงควรปฏิบัติธรรมข้ออื่นๆ เพิ่มเข้าไปด้วย เพราะหากปฏิบัติธรรมได้รับผลดีจริงอย่างเป็นรูปธรรม ย่อมเป็นการสร้างการประชาสัมพันธ์ที่ดีในการปฏิบัติ และสร้างความเชื่อมั่นให้แก่ผู้ปฏิบัติคนอื่นๆ อีกมาก

6) เกี่ยวกับการสอบอารมณ์ โดยทั่วไปการสอบอารมณ์คือการพูดคุยสอบถามถึงความก้าวหน้าในการปฏิบัติของผู้ปฏิบัติธรรม ซึ่งอาจเป็นเพียงการสอบอารมณ์ในเบื้องต้นเท่านั้น ยังมีขั้นสูงกว่านั้น คือ การสอบอารมณ์ด้วยการปล่อยให้ผู้ปฏิบัติเข้าไปอยู่ในสังคมเพื่อเผชิญชีวิตและโลกตามความเป็นจริง หากผู้ปฏิบัติสามารถทนแรงบีบคั้นจากปัญหาต่างๆ ที่ถาโถมเข้ามา แล้วตั้งสติอย่างมีสมาธิและใช้ปัญญาแก้ปัญหาอย่างมีความสุขและลุล่วงไปได้ด้วยดี ถือเป็นการสอบอารมณ์เพื่อวัดความก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรมที่แท้จริง

การที่ผู้วิจัยมุ่งนำเสนอนี้เป็นข้อสังเกตที่แสดงให้เห็นว่า ผู้ปฏิบัติต้องปรับความเข้าใจในการปฏิบัติธรรมบางประการ เพราะถ้าเข้าใจในเจตนารมณ์ของการปฏิบัติธรรมผิดไป ย่อมจะทำให้การแสดงพฤติกรรมทางกาย วาจา และพฤติกรรมทางจิตผิดทางไปด้วย ด้วยเหตุนี้ จึงควรมีการปรับทัศนคติของผู้ปฏิบัติให้ถูกต้องมาตั้งแต่ต้น และส่งเสริมสนับสนุนการปฏิบัติธรรมตามหลักการดำเนินชีวิตตามมรรคหรืออริยมรรคมีองค์ 8 คือหนทางอันประเสริฐที่ประกอบด้วยองค์ประกอบ 8 ประการ อุปมาเหมือนเช่นถนนสายเดียวมีองค์ประกอบหลายอย่าง เช่น หิน ปูน ทราย น้ำ ที่รวมเข้าด้วยกันอย่างได้สัดส่วนที่พอเหมาะแล้วสำเร็จเป็นถนนหนึ่งสาย จะขาดอย่างใดอย่างหนึ่งไม่ได้ หรือแม้แต่มีส่วนประกอบครบ แต่ผสมไม่สมดุลกัน ย่อมเป็นถนนที่ไม่สมบูรณ์ การปฏิบัติธรรมก็เช่นเดียวกันต้องปฏิบัติให้สมดุล จึงจะนำพาชีวิตไปสู่ความสุขความเจริญหรือความประเสริฐที่แท้จริงได้ ซึ่งองค์ประกอบ 8 ประการที่ว่านี้ มีดังนี้

1) สัมมาทิฏฐิ แปลว่า ความเห็นชอบ หมายถึง การเห็นอริยสัจ คือ เห็นทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ ความดับทุกข์และทางให้ถึงความดับทุกข์

2) สัมมาสังกัปปะ แปลว่า คิดชอบ หมายถึง การดำริออกจากกาม จากการพยาบาท และจากการเบียดเบียน กล่าวคือมีความนึกคิดในทางไม่หมกมุ่นมัวเมาในสิ่งอกุศล มีความนึกคิดในทางไม่ปองร้ายไม่เบียดเบียนผู้อื่น เพียรระวังจิตระวังความคิด สนใจในสิ่งที่ดีงามอันนำไปสู่ชีวิตที่ประเสริฐ

3) สัมมาวาจา แปลว่า เจรจาชอบ หมายถึง การพูดคำสัตย์ พูดคำไม่ส่อเสียด พูดคำไม่เพ้อเจ้อ พูดคำไม่หยาบ และพูดสิ่งอันเป็นสาระ กล่าวคือในการสื่อสารหรือต้องพบปะเกี่ยวข้องกับผู้อื่น ถ้าต้องใช้การเจรจาสื่อสาร ไม่เพียงพูดเท็จ พูดส่อเสียด พูดคำหยาบ และพูดเพื่อจ้อไร้สาระประโยชน์ ให้พูดแต่คำจริง ไพเราะอ่อนหวาน ประสานสามัคคีเป็นต้น

4) สัมมากัมมันตะ แปลว่า กระทำชอบ หมายถึง ไม่เบียดเบียนชีวิตสัตว์ทั้งหลาย ไม่ลักทรัพย์ และไม่ประพฤตินิโคตติในกาม กล่าวคือไม่ประพฤตินิโคตติหรือทำความชั่วโดยประการใดๆ พึงกระทำแต่สิ่งที่ดีงามเท่านั้น

5) สัมมาอาชีวะ แปลว่า การเลี้ยงชีพชอบ หมายถึง การประกอบสัมมาชีพ กล่าวคือประกอบอาชีพที่ไม่ผิดศีลผิดธรรมและไม่ผิดกฎหมายบ้านเมือง ดำเนินงานอย่างถูกต้องดีงามโดยไม่เบียดเบียนใครด้วยอาชีพนั้น

6) สัมมาวายามะ แปลว่า ความเพียรชอบ หมายถึง พยายามระวังไม่ให้ความชั่วเกิดขึ้น เพียรกำจัดความชั่วที่เกิดขึ้นแล้ว เพียรทำสิ่งดีให้เกิด และเพียรรักษาสิ่งดีนั้นไว้ กล่าวคือในการดำเนินชีวิตนั้นต้องมีความเพียร หากไม่มีความขยันหมั่นเพียรเป็นตัวอย่าง ชีวติก็ไม่คืบหน้าไปตามมรรคา และต้องเพียรให้ถูกทิศทางด้วยคือเพียรละอกุศลทั้งปวงให้มากที่สุด และเพียรสร้างกุศลด้วยเช่นกัน

7) สัมมาสติ แปลว่า ความระลึกชอบ คือมีสติอยู่เสมออันตนเอง ซึ่งในที่นี้ท่านหมายเอาสติเป็นไปในกาย เวทนา จิตและธรรม

8) สัมมาสมาธิ แปลว่า ความตั้งจิตมั่นชอบ หมายถึง การเจริญสมาธิโดยอาศัยกรรมฐาน 38 ประการ จนทำให้เกิดฌานในระดับต่างๆ ได้แก่ ปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน

และจตุตถฌาน กล่าวคือ การดำเนินชีวิตต้องมีใจที่สงบมั่นคง ถ้าใจไม่สงบจิตฟุ้งซ่านสับสน ชีวิตก็ซัดส่าย ปัญญาย่อมเกิดไม่ได้ เพราะความสงบเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้ปัญญาเกิด<sup>5</sup>

จะเห็นได้ว่า คุณธรรมทั้ง 8 นั้นเป็นองค์ประกอบกัน ผลักดันส่งเสริมและควบคุมกัน ซึ่งเปรียบเหมือนกับการขับรถ อุปกรณ์ต่างๆ ของรถรวมถึงคนขับต้องอยู่ในสภาพที่ดีและสอดคล้องประสานการทำงานกันอย่างเหมาะสม และเคลื่อนที่ไปพร้อมกัน

ผู้วิจัยเห็นว่า องค์ประกอบทั้ง 8 ในอริยมรรคต้องครบถ้วนและได้สมดุล มิฉะนั้น จะเสียศูนย์ถ่วงและเสียหลัก ดังจะเห็นได้จากชาวไทยในปัจจุบันที่เร่งปฏิบัติธรรมเพื่อให้เข้าสู่มรรคผล จะเน้นเฉพาะคุณธรรมบางข้อของมรรค 8 นี้เท่านั้น โดยเฉพาะข้อที่ 8 คือสมาธิ และเน้นที่อิริยาบถนั่งกับดินแค่นั้น (นั่งสมาธิและเดินจงกรม) โดยเน้นที่การหลีกเลี่ยงไปปฏิบัติตามสำนักปฏิบัติต่างๆ อีกด้วย เหตุนี้ทำให้มรรคทั้ง 8 ไม่ได้สมดุลกัน เพราะขาดการเผชิญโลกตามความเป็นจริง

ฉะนั้น ถ้าต้องการเร่งปฏิบัติให้บำเพ็ญมรรคทั้ง 8 อย่างได้สัดส่วนสมดุล โดยไม่ต้องหลีกเลี่ยงจากชีวิตจริง ไม่ต้องทิ้งอาชีพการงาน (อาชีวะ) แต่ทำการงานให้ดียิ่งขึ้น (สัมมาอาชีวะ) ก็สามารถทำได้โดยนำสมาธิที่ได้จากการฝึกปฏิบัติไปใช้กับกิจทั้งปวงในชีวิต (สัมมาสมาธิ) อย่างมีสติสัมปชัญญะ (สัมมาสติ) และไม่ทำชั่ว (สัมมากัมมันตะ) ไม่พูดชั่ว (สัมมาวาจา) ตลอดจนมีความเพียรในกิจทั้งปวงของชีวิต (สัมมาวายามะ) ทั้งกิจส่วนตัว ครอบครัว สังคม ประเทศชาติ และกิจหน้าที่ต่อโลกในฐานะมนุษยชาติ มีวิสัยทัศน์ต่อโลกและชีวิตอย่างถูกต้อง (สัมมาทิฐิ) และคิดนึก ตริตรอง ไคร่ครวญ สนใจในสิ่งที่ดีงามเสมอ (สัมมาสังกัปปะ) ไม่สนใจสิ่งชั่วสิ่งชั่วช้า ชีวิตจึงจะเจริญก้าวหน้ารุ่งเรืองเป็นมรรคาแห่งความสุข ความสำเร็จ และถึงจุดหมายของชีวิตอย่างถูกต้องและถูกทาง ซึ่งแนวทางดังกล่าวนี้เป็นแนวทางสำหรับทุกคน ไม่ว่าหญิงหรือชายที่เป็นภิกษุ หรือภิกษุณี อุบาสก หรือจะเป็นอุบาสิกาก็ตาม สมจริงตามพุทธพจน์ที่ว่า

เราได้พบทางเก่าที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าองค์ก่อน ๆ เคยเสด็จพระดำเนิน ทางเก่านั้น คืออริยมรรคมีองค์ 8...จากนั้นเราก็ได้ดำเนินตามทางนั้น...ครั้นได้รู้ชัดอริยมรรคมี องค์ 8 นั้นแล้ว เราจึงบอกแก่ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา พรหมจรรย์นี้จึงได้บริบูรณ์ กว้างขวางรู้จักกันโดยมาก มั่นคง กระทั่งเทวดา และมนุษย์ทั้งหลายประกาศได้ดีแล้ว<sup>6</sup>

<sup>5</sup> ที.ม. 10/402/335 - 337, ม.อ. 14/325/392 (ไทย/ ฉบับมหาจุฬาฯ)

<sup>6</sup> ส.นิ. 16/65/128 - 129 (ไทย/ ฉบับมหาจุฬาฯ)

และดังพุทธพจน์ที่ว่า

สมัยนั้นเราเป็นพระเจ้ามฆเทวะ ได้ตั้งวัตรอันงามนั้นไว้ ประชาชนผู้เกิดมา  
ภายหลังประพฤติดำเนินตามวัตรอันงามที่เราตั้งไว้แล้วนั้น แต่วัตรอันงามนั้นไม่เป็นไป  
เพื่อความเบื่อหน่าย เพื่อคลายกำหนด เพื่อดับ เพื่อสงบระงับ เพื่อรู้ยิ่ง เพื่อ  
ตรัสรู้ เพื่อนิพพาน เป็นไปเพียงเพื่อเข้าถึงพรหมโลกเท่านั้น ส่วนวัตรอันงามที่  
เราตั้งไว้ในบัดนี้ ซึ่งเป็นไปเพื่อความเบื่อหน่าย เพื่อคลายกำหนด เพื่อดับ  
เพื่อสงบระงับ เพื่อรู้ยิ่ง เพื่อตรัสรู้ เพื่อนิพพาน โดยส่วนเดียว ...คืออริยมรรคมี  
องค์ 8... เธอทั้งหลายควรประพฤติตามวัตรอันงามที่เราตั้งไว้แล้ว...<sup>7</sup>

ดังนั้น เมื่อสรุปทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติเกี่ยวกับแนวทางการปฏิบัติปฐวีกสิณ  
กรรมฐานในคัมภีร์พระพุทธศาสนาและมูลนิธิตุสรวรรณโคมคำ โดยพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่ผู้วิจัย  
ได้รับรู้ทั้งในการวิจัยด้านเอกสารและการวิจัยภาคสนาม ได้ชี้ให้เห็นถึงแนวการปฏิบัติปฐวีกสิณใน  
คัมภีร์พระพุทธศาสนาที่ฟื้นฟูขึ้นโดยมูลนิธิตุสรวรรณโคมคำสู่กิจกรรมการปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรมในโลก  
ปัจจุบัน ซึ่งทางมูลนิธิฯ ได้ดำเนินไปตามแนวทางแห่งอริยมรรค แต่ในกระบวนการบริหารจัดการ  
ของทางมูลนิธิฯ ยังต้องพัฒนาต่อไปเพื่อให้ภาคทฤษฎีดำเนินไปสู่การปฏิบัติอย่างมี  
ประสิทธิภาพให้ยิ่งๆ ขึ้นไป และที่สำคัญแนวทางการปฏิบัติปฐวีกสิณต้องก่อให้เกิดการพัฒนาขึ้น  
ภายในตัวปัจเจกบุคคลซึ่งถือว่าเป็นหน่วยย่อยของสังคม จากนั้นจึงค่อยขยายผลออกไปสู่สังคม  
ในวงกว้างต่อไป

---

<sup>7</sup> ม.ม.13/316/318 (ไทย/ ฉบับมหาจุฬาฯ)