



“ปฐวีกสิณ” อุบายแห่งการนำจิตให้เป็นสมาธิ “PUTHAWĪ KASINA” THE METHOD OF GUIDING THE MIND INTO MEDITATION

พระครูภาวนาวุฒิบัณฑิต (สมบัติ ธนปณฺโญ)

Phrakhruphawuthibanthit (Sombat Dhanapañño)

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Faculty of Education, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Corresponding author E-mail: phavana2024@hotmail.com

บทคัดย่อ

บทความเรื่องนี้เป็น การนำเสนอ ปฐวีกสิณ ซึ่งเป็น สมถกรรมฐาน จัดเป็น ข้อแรกใน หมวดกสิณ 10 และเป็น หนึ่งใน กรรมฐาน 40 กอง เพื่อฝึกฝนจิตให้เกิด ความสงบ ตั้งมั่น และมีสมาธิในระดับลึก ผ่านการใช้ธาตุ ดินเป็น เครื่องมือในการเพ่ง เพื่อรวมจิตให้เป็น หนึ่งเดียว การปฏิบัตินี้ มุ่งข่มนิวรณ์ 5 และเข้าถึง สภาวะฌาน สมาบัติ ซึ่งเป็น รากฐานอันมั่นคง สำหรับการเจริญปัญญา เพื่อเป้าหมายสูงสุด คือ ความหลุดพ้น กระบวนการ ปฏิบัติเริ่ม จากการเพ่งดวงกสิณดินที่ จัดเตรียมขึ้น (บริกรรมนิมิต) จนเกิด ภาพติดตาที่สามารถ ระลึกได้ แม้ปิดตา (อุคคหนิมิต) จากนั้น ผู้ปฏิบัติ จะฝึกฝนกับนิมิตในใจต่อไปจน ภาพนั้น แปรเปลี่ยนเป็น ภาพที่บริสุทธิ์ ผ่องใส และ ควบคุมได้ตามปรารถนา (ปฏิภาคนิมิต) ซึ่งการดำรงจิตให้อยู่กับ ปฏิภาคนิมิตอย่างต่อเนื่อง จะนำไปสู่ การเข้าถึง ฌานสมาบัติในลำดับต่างๆ ได้ อาานิสงส์ของการเจริญ ปฐวีกสิณ ทำให้จิตมีกำลัง ตั้งมั่น และไม่หวั่นไหวง่ายดุจ แผ่นดิน ถือเป็น พื้นฐานสำคัญยิ่ง ในการต่อยอดสู่ การเจริญวิปัสสนา นอกจากนี้ ผู้ที่ปฏิบัติจน มีความชำนาญขึ้น สูงอาจเกิด ความสามารถพิเศษที่ เกี่ยวเนื่องกับธาตุดินได้ (อภิปัญญา) เช่น การนฤมิตพื้น ที่แข็งหรืออ่อนได้ตาม ประสงค์ ปฐวีกสิณ จึงเป็น อุบายการฝึกจิต เพื่อการพัฒนาสมาธิ และปัญญา อย่างแท้จริง

คำสำคัญ: ปฐวีกสิณ, จิต, สมาธิ

Abstract

This article presents Puthawī Kasina, a form of Samatha (tranquility) meditation. It is classified as the first of the ten kasinas and one of the forty traditional meditation subjects. The practice aims to train the mind to achieve tranquility and stability, cultivating deep concentration by using the earth element as a tool for focused gazing to unify the mind. This practice is intended to overcome the Five Hindrances and attain the states of Jhānic absorption (jhāna), which serves as a firm foundation for the development of wisdom (Vipassanā), aiming for the ultimate goal of liberation. The process begins with gazing at a meticulously prepared earth disc, the parikamma-nimitta (preparatory sign), until a memorized image, the uggaha-nimitta (learning sign), can be recalled even with the eyes closed. Subsequently, the practitioner continues to cultivate this mental sign until it transforms into a purified, luminous, and malleable image, the patibhāga-nimitta (counterpart sign). Sustained



focus on this counterpart sign leads to the attainment of the various stages of jhāna. The benefits of practicing Puthawī Kasina include a mind that becomes powerful, stable, and unwavering like the earth itself. It serves as a crucial foundation to build upon for the development of Vipassanā meditation. Furthermore, practitioners who achieve a high level of mastery may develop supernormal abilities (Abhiññā) related to the earth element, such as manifesting solid or soft ground at will. Thus, Puthawī Kasina is a truly profound and systematic method for training the mind for the development of both concentration and wisdom.

Keywords: Puthawī Kasina, Mind, Meditation

บทนำ

สภาพสังคมที่วุ่นวายสับสนดังปรากฏในปัจจุบันที่มีการใช้ความรุนแรงได้สะท้อนให้เห็นว่าจิตใจของมนุษย์มีความวุ่นวายสับสนมากยิ่งขึ้น และทำให้รู้ว่ามีชีวิตชาวโลกร้อนขึ้น กล่าวคือ ร้อนด้วยอำนาจราคะ โทสะ และโมหะภายในจิตของมนุษย์เอง เมื่อสรุปปัญหาทั้งหมดลงก็จะพบว่า ปัญหาเกิดจากมนุษย์ขาดการควบคุมจิตและพัฒนาจิตวิญญาณไปในทางที่ถูกต้อง เพราะสิ่งต่างๆ ทั้งดีและร้ายล้วนมีจิตเป็นสาเหตุ การฝึกสมาธิจึงเป็นวิธีที่ถูกนำมาใช้พัฒนาจิต เพราะถือเป็นวิธียกระดับจิตให้สูงขึ้น ช่วยให้จิตปราศจากเครื่องเศร้าหมอง ส่งผลให้การแสดงออกทางกายและวาจา เป็นไปในทางสร้างสรรค์ ไม่ก่อปัญหาให้ตนเอง ผู้อื่น และสังคมโดยรวม ซึ่งวิธีการฝึกจิตนั้นมีหลายชนิด โดยรวมพระพุทธศาสนาเรียกว่า “กรรมฐาน” เป็นวิธีการฝึกและพัฒนาจิตให้มีคุณภาพ

กรรมฐานเป็นแนวทางการฝึกจิตและพัฒนาไปสู่ความพ้นทุกข์ ซึ่งคำว่า “กรรมฐาน” (ธนิต อัญโธรี, 2531) นี้ หมายถึง ที่ตั้งแห่งการทำงานของจิต ที่ให้จิตทำงาน หรือสิ่งที่ใช้สำหรับเป็นอารมณ์ในการเจริญภาวนา (พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต), 2539) หลังจากที่เจ้าชายสิทธัตถะได้ตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้ว พระองค์ได้ทรงบัญญัติแนวทางการปฏิบัติกรรมฐานไว้หลายวิธีด้วยกัน เมื่อจัดประเภทของกรรมฐานในพระพุทธศาสนา นิยมแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ คือ สมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐานซึ่งในพระไตรปิฎกได้มีการกล่าวถึงกรรมฐานทั้งสองอย่างนี้ว่า ธรรม 2 อย่าง ที่ควรเจริญยิ่ง คือสมถะและวิปัสสนา เมื่อภิกษุรู้ว่าจะไม่เจริญสมถะและวิปัสสนาก็ควรเจริญ สมถะและวิปัสสนาเป็นส่วนแห่งวิชา เป็นทางให้ถึงความสิ้นราคะ โทสะ และโมหะ เป็นต้น ทั้งสมถะและวิปัสสนาจึงมีความสัมพันธ์กันอย่างลึกซึ้ง คือเป็นปัจจัยให้แก่กันและเอื้อประโยชน์ต่อกัน

กรรมฐานจะแบ่งออกเป็นสองลักษณะ คือ สมถะ ทำหน้าที่ให้จิตไม่ฟุ้งซ่าน ถือเป็นกรรมฐานที่สนับสนุนการบรรลุธรรม เนื่องจากสภาวะของจิตที่ผ่องใสไม่ฟุ้งซ่าน สามารถพิจารณาธรรมที่ละเอียดลึกซึ้งได้อย่างถ่องแท้ วิธีการฝึกจิตตามหลักการของสมถะ พระอรหันตศาสดาจารย์จำแนกไว้ 40 วิธี ได้แก่ กสิณ 10 อสุภะ 10 อนุสติ 10 พรหมวิหาร 4 อาหาเรปฏิกูลสัญญา 1 จตุธาตุววัฏฐาน 1 และอรูปรูป 4 (วิสุทธิ. (บาลี) 1/47/118-119; มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2535) ส่วนวิปัสสนาทำหน้าที่รู้อารมณ์ที่เข้ามากระทบ คือวิธีการพิจารณาเพื่อให้เกิดปัญญารู้แจ้งเห็นจริง โดยมองเห็นความเป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตาของสรรพสิ่ง ทำให้บุคคลหลุดพ้นจากทุกข์ได้อย่างแท้จริง หรืออีกนัยหนึ่งว่า วิปัสสนา คือการเห็นแจ้งหรือวิธีที่ทำให้เห็นแจ้ง (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

ทั้งสมถะและวิปัสสนาต่างทำหน้าที่สัมพันธ์กัน โดยที่สมถะช่วยให้วิปัสสนาได้แสดงบทบาทอย่างเต็มที่ อุปมาเหมือนด้ามมีดกับตัวมีด จะใช้เฉพาอย่างใดอย่างหนึ่งนั้นย่อมไม่สามารถจะตัดอะไรได้โดยง่าย ต่อเมื่อได้ใส่ด้ามเข้ากับตัวมีด การตัดสิ่งต่างๆ ให้สำเร็จตามที่ประสงค์สามารถทำได้ง่ายกว่า ในแง่ของการตัด



กระแสกิเลสก็เช่นเดียวกัน จะพบว่า พระเถระจำนวนมากได้เอาสมณะ (สมาธิ) เป็นพื้นฐานแล้วเจริญวิปัสสนา ได้บรรลุถึงความสิ้นกิเลสในที่สุด

พระพุทธศาสนากล่าวถึงวิธีการฝึกจิตไว้มากมาย หนึ่งในวิธีการเหล่านั้นคือปฐวิกสิณ ปฐวิกสิณจัดอยู่ในกสิณ 10 อย่าง ใช้ดินเป็นเครื่องจูงจิตให้เป็นสมาธิ เป็นหนึ่งในบรรดากรรมฐานที่พระพุทธองค์ตรัสรับรองว่า ผู้เจริญปฐวิกสิณ เป็นผู้อยู่ไม่ห่างจากฌาน ทำตามคำสอนของพระศาสดา ปฏิบัติตามโอวาทของพระองค์ มีคุณสมบัติที่สามารถพัฒนาไปสู่ความพ้นทุกข์ได้ จดจ่อที่หยั่งลงสู่มหาสมุทร และเป็นกรรมฐานชนิดแรกสุดในบรรดากรรมฐานทั้งปวง และโบราณจารย์ยังกล่าวว่า เป็นกรรมฐานที่เหมาะสมกับคนทุกนัย ไม่จำกัดด้วยจริต เพราะมีลักษณะที่เป็นรูปธรรมเด่นชัด กำหนดหมายรู้ได้ง่าย สามารถนำมาฝึกได้อย่างเป็นรูปธรรมนับว่าปฐวิกสิณมีคุณลักษณะที่โดดเด่น

บทความเรื่องปฐวิกลินกรรมฐานนี้ ประกอบด้วย ความหมายของปฐวิกลิน ขอบเขตของปฐวิกลิน ความสำคัญของปฐวิกลิน คุณสมบัติของผู้ปฏิบัติปฐวิกลิน การปฏิบัติการเจริญสมาธิแบบปฐวิกลิน วิธีปฏิบัติปฐวิกลิน และประโยชน์ของปฐวิกลิน ซึ่งจะช่วยส่งเสริมความเข้าใจ และทำให้ทราบถึงวิธีการควบคุมและพัฒนจิตตามหลักการทางพระพุทธศาสนาได้ดียิ่งขึ้น

ความหมายของปรัชญา

คำว่า “ปฐวีกสสิน” มาจากคำว่า “ปฐวี” (ดิน) สนธิด้วยคำว่า “กสสิน” (แผ่ไป) คำว่า “ปฐวี” หมายถึงเอา ดิน 2 ชนิด ได้แก่ ดินที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติอย่างหนึ่ง และดินที่ผู้ปฏิบัติได้จัดเตรียมไว้เพื่อการเจริญกสสินโดยตรง ความมุ่งหมายของปฐวีกสสินตามที่คัมภีร์ระบุไว้ หมายถึงเอาดินที่จัดเตรียมไว้ ซึ่งต้องเป็นดินสีอรุณเท่านั้น (พระอุปติสสะ, 2538) สัตว์ไม่ควรเจือปนเพราะจะทำให้เกิดอุปสรรค (กสสินโทษ) ในการทำสมาธิ ท่านให้คัดทิ้งเสีย ส่วนคำว่า “กสสิน” มีหลายความหมาย เช่น เพราะอรรถว่าแผ่ไปทั้งสิ้น จึงชื่อว่ากสสิน (มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ความแผ่ขยายไปทั่ว ดังพุทธพจน์ที่ว่า เมื่อบุคคลคิดขยายปฐวีกสสิน กสสินนั้นก็แผ่ขยายไปทั่วชมพูทวีป ชื่อว่ากสสิน (พระอุปติสสะ, 2538) และวัตถุอันจงใจให้เข้าไปผูกอยู่ เป็นชื่อของกรรมฐานที่ใช้วัตถุสำหรับเพ่งเพื่องจติให้เป็นสมาธิ ชื่อว่ากสสิน” (พระธรรมปิฎก, 2533)

โดยรวม กลืนจึงหมายถึงวัตถุที่ทำให้จิตเป็นสมาธิ มีลักษณะที่แผ่สมาธิออกไปเพื่อสร้างสมาธิที่เข้มแข็ง เป็นวิธีทำสมาธิที่มากกว่าการทำให้จิตสงบเพียงอย่างเดียว สมดังที่พระอรรถกถาจารย์กล่าวไว้ในอรรถกถาปัญจสุทธานิว่า กลืนเป็นได้ทั้งบาท (พื้นฐาน) ของวิปัสสนาเป็นไปเพื่อวิภูฏะ (ประโยชน์ใช้สอยในระดับโลกียะ) อภิญญา (คุณพิเศษขั้นสูง) การเกิดในภพอันวิเศษ (รูปพรหมและอรุปรหม) และการเข้านิโรธสมาบัติ (ม.อ.อ. (บาลี) 3/230/145; มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2535)

เพราะฉะนั้น ปฐวีกถินจึงจัดเป็นวิธีทำให้จิตเป็นสมาธิโดยมีดินสีอรุณเป็นอารมณ์จนถึงขั้นทำให้เกิดสมาธิระดับที่แน่น แล้วแผ่ขยายออกไปเพื่อทำให้จิตมีความเข้มแข็งสามารถแผ่สมาธิขยายออกไปได้ นับเป็นหนึ่งในกถิน 4 อย่างในฝ่ายภุตกถิน (กถินที่อาศัยธาตุทั้งสี่ หรือกถินพื้นฐาน) จัดอยู่ในฝ่ายรูปกรรมฐานซึ่งต้องอาศัยรูป (ดิน) เป็นอารมณ์ในการทำสมาธิ แล้วนำสมาธิที่ได้นั้นมาใช้ประโยชน์หลายประการ เช่น เป็นพื้นฐานให้แก่วิปัสสนาก็ได้เป็นพื้นฐานแห่งอภิญญาก็ได้ เช่น การแสดงฤทธิ์ต่างๆ เป็นต้น สำหรับเข้าถึงสถานะที่ประณีตอย่างรูปพรหมและอรุปรหมก็ได้ นำไปใช้ประโยชน์ในระดับโลกียะก็ได้



ขอบเขตของปฐวีกสิณ

คุณสมบัติประการต่างๆ ของปฐวีกสิณ ตามที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาได้แสดงให้เห็นถึงขอบเขตว่า ปฐวีกสิณมีขีดความสามารถในการพัฒนาได้แค่ไหนและอย่างไร ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้ (วิสุทธิ. (บาลี) 1/47/118-123; มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2535)

1. โดยการแสดงจำนวนกรรมฐาน (สงฆาตนิเทศโต) ปฐวีกสิณเป็นกรรมฐานชนิดแรกในบรรดากรรมฐาน 40 กอง
2. โดยการนำมาซึ่งอุปจาระและอัปนาณาน (อุปจารปปนาวทโต) ปฐวีกสิณทำให้เกิดอัปนาสมาธิ (สมาธิชนิดแน่วแน่มั่นคง)
3. โดยความต่างกันแห่งฌาน (ฌานปปเภทโต) ปฐวีกสิณสามารถพัฒนาถึงฌานที่ 4 เทียบเท่ากับอานาปานสติ
4. โดยการก้าวล่วงองค์ฌาน (สมตักกมโต) ปฐวีกสิณไม่ก้าวล่วงรูป คือยังอาศัยรูปอยู่
5. โดยการขยายนิมิต (วชฒนาพชฒนโต) ปฐวีกสิณเป็นกรรมฐานที่ควรขยายนิมิตเพราะหากแผ่กสิณไปสู่ออกาสได้ประมาณเท่าใด ก็สามารถได้ยินเสียงด้วยทิพยโสตะ (หูทิพย์) เห็นรูปได้ด้วยทิพยจักขุ (ตาทิพย์) และรู้จักของสัตว์อื่นได้ด้วยจิต (เจโตปริยญาณ) ภายในโอกาสประมาณเท่านั้น
6. โดยอารมณ์ (อารมณ์มณโต) ปฐวีกสิณมีปฏิภาคนิมิตเป็นอารมณ์
7. โดยภูมิ (ภูมิโต) ปฐวีกสิณเป็นกรรมฐานในมนุษยภูมิและเทวภูมิ คือไม่มีในภูมินอกจากนี้
8. โดยการถือเอา (คหณโต) บุคคลสามารถถือเอาปฐวีกสิณด้วยสิ่งที่เห็นได้ด้วยตาหมายถึง ในเบื้องต้นมองดูด้วยตาสีก่อน แล้วจึงถือเอานิมิตด้วยใจ
9. โดยความเป็นปัจจัยเกี่ยวพัน (ปัจจัยโต) ปฐวีกสิณเป็นปัจจัยแก่อภิญญาและอรุพฌานในระดับที่สูงขึ้นไป
10. โดยเกื้อกูลต่อจริต (จริยานุกูลโต) ปฐวีกสิณเป็นกรรมฐานที่เหมาะสมกับคนทุกจริต

ความสำคัญของปฐวีกสิณ

ในสมัยโบราณได้กล่าวถึงการเจริญกสิณโดยมาก มักจะได้ยินบ่อย ๆ คงนิยมใช้กสิณในการทำสมาธิหรือมีการเจริญจิตภาวนาด้วยกสิณเป็นอารมณ์นี้มาก (จรรยา วรรณกสิณานนท์, 2547) และในพระไตรปิฎกปรากฏกสิณ 10 ชนิด ได้แก่ ปฐวีกสิณ (เพ่งดิน) อาโปกสิณ (เพ่งน้ำ) เตโชกสิณ (เพ่งไฟ) วาโยกสิณ (เพ่งลม) นีลกสิณ (เพ่งสีเขียว) ปิตกสิณ (เพ่งสีเหลือง) โลหิตกสิณ (เพ่งสีแดง) โอทาทกสิณ (เพ่งสีขาว) อากาสกสิณ (เพ่งอากาศหรือช่องว่าง) วิญญานกสิณ (เพ่งวิญญาน) ดังพุทธพจน์ซึ่งปรากฏในกสิณสูตรว่า “ภิกษุทั้งหลาย บ่อเกิดแห่งธรรมที่มีกสิณเป็นอารมณ์มี 10 ประการ คือ บุคคลหนึ่งย่อมรู้ชัดปฐวีกสิณ...อาโปกสิณ...เตโชกสิณ...วาโยกสิณ... ฯลฯ วิญญานกสิณ ทั้งเบื้องบน เบื้องต่ำ เบื้องขวาง ไม่มีสอง ไม่มีประมาณ” (อง.ทสก. (ไทย) 24/25/54, อภิ.สง. (ไทย) 34/160-166/57-59)

พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงกสิณ 10 ชนิดนี้ไว้ในพระสูตร แต่ไม่ทรงแสดงไว้ในพระอภิธรรม ซึ่งมีผู้รู้ให้เหตุผลว่า “อนึ่งในมัชฌิมนิกาย...มหาสุกขุทตยสูตร ได้ทรงแสดงกสิณฌานไว้ 10 อย่างโดยเพิ่มวิญญานกสิณและอากาสกสิณเข้ามา แต่ไม่ทรงแสดง (วิญญานกสิณ อากาสกสิณ) ไว้ในพระอภิธรรม เพราะทรงเห็นว่าวิญญานกสิณนั้นเป็นกสิณที่นับเข้าในอรุพฌาน ส่วนอากาสกสิณเป็นฌานที่นับเข้าได้ทั้งในรูปและอรุพฌานสำหรับอาโลกกสิณ ไม่ได้แสดงไว้ในที่นี้ ก็เพราะเป็นกสิณที่นับเข้าในโอทาทกสิณแล้ว” (อภิ.สง. (ไทย) 34/19, อภิ.สง. (ไทย) 34/186-203/65-69)



อย่างไรก็ตาม กลืนทั้งหมดนี้ก็เป็นอีกวิธีที่ใช้ปฏิบัติเพื่อเข้าสู่ความหลุดพ้น สำหรับปฐวิภิกขุสัจจนับเนื่องในกลืนที่ใช้ธาตุทั้ง 4 คือ ดิน น้ำ ไฟ และลมอันเป็นธาตุพื้นฐานของโลกจักรวาล รวมถึงสรรพชีวิต ซึ่งพระพุทธเจ้าตรัสถึงผู้ที่เจริญปฐวิภิกขุว่า “ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้เจริญปฐวิภิกขุ เราเรียกเธอผู้นี้ว่า เป็นผู้อยู่ไม่ห่างจากฌาน ทำตามคำสอนของพระศาสดา ปฏิบัติตามโอวาท ฉันทาของชาวบ้านไม่สูญเสียไป ไม่จำเป็นต้องพูดถึงภิกษุผู้เจริญปฐวิภิกขุให้มากนัก” (อง. ติก. (บาลี) 20/224/54) จากหลักฐานนี้ทำให้ทราบว่า กลืนเป็นคำสอนในพุทธศาสนา และพระพุทธองค์สนับสนุนการเจริญกลืน และการปฏิบัติปฐวิภิกขุเป็นต้นนี้ น่าจะมีมาก่อนและปฏิบัติกันอยู่แล้วในสมัยพุทธกาล แต่นักบวชในสมัยนั้นก็ไม่อาจพ้นทุกข์ได้ เพราะบางครั้งยังยึดถือกลืนว่า เป็นอัตตาและยึดถือสัญญาที่เป็นไปในรูปกลืนนั้นว่าเป็นสัญญาของอัตตา (ที.สี.อ. (บาลี) 1/76/109) หรือนักบวชในลัทธิเดียรถีย์ผู้เจริญวโยกสัจจนได้สมาธิขั้นสูง ได้เกิดความเห็นผิดว่า เมื่อมีจิต ก็ย่อมมีทุกข์พอกันที่ด้วยจิตนี้ ความไม่มีจิตสงบแท้ เมื่อเห็นอย่างนี้แล้ว เป็นผู้เจริญฌานชนิดไม่เสื่อมถอย ตายแล้ว ไปบังเกิดในพวกอสุภวิสัย (ที.สี.อ. (บาลี) 1/67/108) (พระหมลุกฟัก) กล่าวได้ว่า ความเห็นผิดที่เกิดขึ้นแก่นักบวชในสมัยนั้นเนื่องจากไม่รู้วิธีพิจารณาให้เกิดปัญญา จึงทำให้สำคัญผิดไป

อาจตั้งข้อสังเกตได้ว่า แม้แต่การบำเพ็ญเพียรทางจิตด้วยปฐวิภิกขุเป็นต้นที่นักบวชสำนักต่างๆ ปฏิบัติยังถือว่าติดต้น ต่อมาด้วยพระปริชาญาณของพระพุทธองค์ที่ทรงทราบชัดในคุณและโทษของกลืนต่างๆ มีปฐวิภิกขุเป็นต้น จึงทรงปรับให้เกิดความสมบูรณ์ ฉะนั้น ปฐวิภิกขุเป็นต้นที่พัฒนาไปสู่ความพ้นทุกข์ เพราะได้แนวทางที่นำไปสู่ปัญญาได้เกิดขึ้นหลังจากที่เจ้าชายสิทธัตถะตรัสรู้แล้ว เพราะเป็นพุทธวิสัย สรุปความสำคัญของปฐวิภิกขุ ได้ดังนี้ (พระอุปติสสะ, 2538)

1. เป็นบุพพบทของการทำสมาธิ ปฐวิภิกขุจัดเป็นกรรมฐานฝ่ายสมถะ มีคุณสมบัติเทียบเท่ากับอานาปานสติในส่วนที่สามารถพัฒนาไปจนถึงกระทั่งอากาศกสิณ และยังเป็นหนึ่งในบรรดาวิธีฝึกจิตที่พระพุทธเจ้าแสดงไว้ ซึ่งมีทั้งหมด 40 วิธีด้วยกัน การเจริญกลืน 10 เป็นอีกวิธีที่ทรงยกขึ้นแสดงไว้ และมีปฐวิภิกขุเป็นอันดับแรกของกลืนทั้ง 10 นั้น ในคัมภีร์พุทธศาสนาได้กำหนดปฐวิภิกขุให้เป็นกรรมฐานที่เหมาะสมกับคนทุกจริต (วิสุทธิ. (บาลี) 1/47/123) อาจเพราะเป็นกรรมฐานที่มีนิมิตเป็นรูปธรรมที่สุดจึงค่อนข้างปรากฏชัดทำให้ง่ายต่อการเรียนรู้ในเบื้องต้นของการปฏิบัติกรรมฐาน ดังที่ปรากฏในคัมภีร์วิมุตติมรรคว่า “นิมิตย่อมเกิดขึ้นโดยง่าย เพราะอาศัยกรรมฐานที่มีปฐวิภิกขุเป็นอารมณ์”

2. เป็นกรรมฐานที่เหมาะสมกับทุกจริต คำว่า “จริต” (Intrinsic Nature of a Person) มีคำมูลมาจากศัพท์ว่า “จริยา” ซึ่งหมายถึง พื้นเพของจิต พื้นนิสัย ลักษณะความประพฤติที่หนักไปทางใดทางหนึ่งตามสภาพจิตที่เป็นปกติของบุคคลนั้นๆ (พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตโต), 2538) จริตถือเป็นนิสัยเดิมแท้ที่บุคคลได้สั่งสมไว้หลายภพชาติ จนกระทั่งตกทอดมาถึงปัจจุบัน จะเรียกว่า “สันดาน” หรือความโน้มเอียงของจิตไปในเรื่องนั้นๆ ก็ได้ โดยหลักที่นิยมกล่าวถึง มี 6 ชนิด คือ 1) ชอบเอียงไปในทางรักสวรั้งงาม เรียกว่า รากจริต 2) ชอบเอียงไปในทางใจร้อนหุนหัน เรียกว่า โทสจริต 3) ชอบเอียงไปในทางหลงลืม ซึมมั่ง เรียกว่า โมหจริต 4) ชอบเอียงไปในทางซาบซึ้ง ศรัทธา เรียกว่า สัทธาจริต 5) ชอบเอียงไปในทางพิจารณา เรียกว่า พุทธิจริต 6) ชอบเอียงไปในทางครุ่นคิด กังวล เรียกว่า วิตกจริต

อาศัยจริต 6 ข้างต้นนี้ ในการบอกกรรมฐาน อาจารย์กรรมฐานมักจะบอกตามจริตว่า “จริตนี้ควร จะเจริญกรรมฐานชนิดใด” แต่สำหรับบุคคลผู้ไม่รู้ชัดว่าตนเป็นผู้มีจริตเช่นไร ท่านให้เจริญปฐวิภิกขุเป็นต้นนั้นก่อน เพราะเป็นกรรมฐานที่ไม่ถูกจำกัดด้วยจริต นอกจากที่กล่าวมานี้ จะรู้ได้อย่างไรว่าบุคคลมีจริตใดเด่น คัมภีร์วิมุตติมรรคได้แสดงอาการแห่งจริตที่บุคคลจะพึงรู้ได้จากบุคลิภาพหรือธาตุที่อยู่ในตัวของบุคคลนั้นสรุปเป็น 2 ประการ ได้แก่ 1) บุคลิภาพภายนอก เช่น การเดิน คือคนรากจริตมักจะเดินยกเท้าเร็ว ก้าวเท้าสม่ำเสมอ หรือสังเกตจริตได้จากการแต่งกาย การกิน การนอนเป็นต้น ซึ่งล้วนบ่งบอกจริตได้ทั้งสิ้น 2) ธาตุหรือ



ธาตุกำเริบ ถ้าธาตุดินและธาตุน้ำเพิ่มสูง บุคคลจะกลายเป็นคนโมหจริต ถ้าธาตุลมและธาตุไฟสูงจะกลายเป็นคนโทสจริต ถ้าธาตุทั้งหมดเสมอกันจะเป็นคนราคะจริตหรือผู้มีเสมหะมากกว่าปกติเป็นคนราคะจริต ผู้มีน้ำดีมากกว่าปกติเป็นคนโทสจริต ผู้มีลมมากกว่าปกติเป็นคนโมหจริต (พระอุทิศสละ, 2538)

นอกจากนี้ คัมภีร์วิสุทธิมรรคได้แสดงวิธีการที่บุคคลจะพึงรู้ถึงจริตได้ โดยวางแนวไว้ 2 ลักษณะ (วิสุทธิ. (บาลี) 1/50/126) คือ 1) รู้ด้วยญาณ (เจโตปริยญาณ) อาจารย์ที่สำเร็จเจโตปริยญาณ (ญาณเป็นเครื่องกำหนดรู้ใจของผู้อื่น) ย่อมสามารถกำหนดรู้จริตได้ด้วยญาณ 2) รู้ได้จากการสอบถาม สำหรับอาจารย์ผู้ไม่มีเจโตปริยญาณ ย่อมสามารถตรวจสอบจริตด้วยการสอบถาม เป็นต้นว่า “เธอมีจริตอะไร หรือธรรมอะไรบ้างรบกวนเธอมาก หรือเมื่อเธอพิจารณาถึงกรรมฐานข้อใดจึงมีความผาสุก หรือจิตของเธอโน้มไปในกรรมฐานข้อไหน” ก็จะพึงรู้ถึงจริตได้

คัมภีร์สำคัญ เช่น วิสุทธิมรรค (วิสุทธิ. (บาลี) 1/47/123) อภิธัมมัตถสังคหะ ต่างเห็นตรงกันว่า “ปฐวีกสิณเป็นกรรมฐานที่เหมาะสมกับคนทุกจริต” โดยพิจารณาได้จากการจำแนกกรรมฐานตามจริตต่างๆ ดังนี้ 1) อสุภะ 10 กายคตาสติ 1 เหมาะกับคนที่มีนิสัยรักสวयรักงาม (ราคะจริต) 2) พรหมวิหาร 4 วรรณกสิณ 4 เหมาะกับคนที่ใจร้อนหุนหัน โกรธง่าย (โทสจริต) 3) อานาปานสติ 1 เหมาะกับคนที่หลงลืม ซึมง และครุ่นคิดกังวล (โมหจริต/วิตกจริต) 4) อนุสสติ 6 เหมาะกับคนที่ศรัทธา ซาบซึ้งง่าย (ศรัทธาจริต) และ 5) มรณานุสสติ อุปสมานุสสติ อาหาเรปฏิกูลสัญญา จตุธาตุววัฏฐาน เหมาะกับคนที่ชอบพิจารณา (พุทธิจริต)

ส่วนกรรมฐานที่เหลือ ได้แก่ ปฐวีกสิณ (เพ่งดิน) อาโปกสิณ (เพ่งน้ำ) เตโชกสิณ (เพ่งไฟ) วาโยกสิณ (เพ่งลม) อากาสกสิณ (เพ่งอากาศ) อาโลกกสิณ (เพ่งแสงสว่าง) อรูป 4 ทั้งหมดนี้เป็นกรรมฐานที่เหมาะสมสำหรับคนทุกจริตนี้เสีย

เมื่อเทียบกสิณ 5 อรูป 4 และปฐวีกสิณ จะเห็นว่าเป็นอารมณ์กรรมฐานที่เหมาะสมกับคนทุกจริต และปฐวีกสิณมีนิมิตที่จับต้องง่าย ถือเป็นบุพพทในการทำสมาธิ ซึ่งในกสิณด้วยตนเองท่านกล่าวว่า กสิณวงเล็กเหมาะแก่คนวิตกจริต กสิณวงใหญ่เหมาะแก่คนโมหจริต (วิสุทธิ. (บาลี) 1/47/123)

3. เป็นปัจจัยแห่งอภิญญา อภิญญา (Superknowledge) คือ ความรู้ยิ่งยวด มี 5 ประการ คือ อิทธิวิธี (แสดงฤทธิ์ได้) ทิพโสตา (มีหุทิพย์) เจโตปริยญาณ (รู้ใจผู้อื่น) ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ (ระลึกชาติก่อนๆ ได้) ทิพจักขุ (มีตาทิพย์) กสิณเป็นกรรมฐานที่ถูกกล่าวถึงมากที่สุดในเรื่องของอภิญญา เพราะเป็นพื้นฐานของอภิญญาโดยตรง ดังที่คัมภีร์วิสุทธิมรรคว่า “กสิณ 10 เป็นปัจจัยแก่อภิญญา” ในส่วนของปฐวีกสิณก่อให้เกิดอภิญญาตามที่ท่านพรรณนาไว้ คือ ทำคนเดียวให้เป็นหลายคนเดินบนน้ำหรือเดินบนอากาศได้ ระลึกชาติได้ตลอดจนมีหุทิพย์ตาทิพย์ เป็นต้น และอีกนัยหนึ่งว่า ถ้าบุคคลแผ่กสิณไปได้ประมาณเท่าใด ก็สามารถได้ยินเสียงด้วยทิพยโสตา (หุทิพย์) เห็นรูปได้ด้วยทิพยจักขุ (ตาทิพย์) และรู้จักของสัตว์อื่นได้ด้วยจิต (เจโตปริยญาณ) ภายในโอกาสประมาณเท่านั้น ดังนั้น ปฐวีกสิณจึงเป็นกรรมฐานที่ก่อให้เกิดอภิญญาเพราะเป็นปัจจัยแก่อภิญญาเหมือนกสิณอื่นๆ

4. เป็นปัจจัยของวิปัสสนา คุณสมบัติของกรรมฐานทั้ง 40 ประการในพระพุทธศาสนา ล้วนเป็นปัจจัยให้แก่วิปัสสนาทั้งสิ้น เมื่อกล่าวถึงปฐวีกสิณในแง่ที่เป็นปัจจัยให้แก่วิปัสสนา ปรากฏในอรรถกถาปปัญจสูทนีว่ามีสัญญาในดินเจริญปฐวีกสิณ บริกรรมให้เป็นกรรมฐานประจำ อาศัยสมาธิที่ได้จากการเพ่งดินนั้นเป็นพื้น เจริญวิปัสสนาต่อก็สามารถบรรลุอรหัตผลได้ (ม.อ.อ. (บาลี) 3/177/110) ดังเช่นกรณีของพระมัลลกะด้วยเหตุนี้ การเจริญปฐวีกสิณจึงมีเป้าหมายที่การทำสมาธิให้เกิด แล้วนำสมาธิที่ได้นั้นนำไปต่อยอดสู่วิปัสสนา ซึ่งจำเป็นต่อการบรรลุธรรมขั้นสูง เพราะถ้าสมาบัติ (สมาธิแน่วแน่) มีอยู่เท่าใด การบรรลุธรรมก็มีอยู่เท่านั้น



คุณสมบัติของผู้ปฏิบัติปฐวิกลิน

คุณสมบัติของบุคคลที่จะปฏิบัติกรรมฐานให้สำเร็จนั้น ในคัมภีร์พุทธศาสนาได้กำหนดเอาบุคคลที่มีคุณสมบัติ โดยสรุป 7 ประการ (วิสุทธิ. (บาลี) 1/101/192) ดังนี้

1. เป็นผู้ไม่ประกอบด้วยกัมมมารณ (มีเครื่องกันคือกรรม) กล่าวคือ ไม่เคยประกอบอนันตริยกรรม ได้แก่ฆ่าบิดา ฆ่ามารดา ฆ่าพระอรหันต์ ทำร้ายพระพุทธเจ้าแม้เพียงโลหิตุปบาทและทำลายสงฆ์มาก่อน
2. เป็นผู้ไม่ประกอบด้วยกิเลสาวรณ (มีเครื่องกันคือกิเลส) กล่าวคือ เป็นผู้ไม่ประกอบด้วยนิยตมิจฉาทิวิสุทธิ ได้แก่ อเหตุกวิสุทธิ (เห็นว่าทุกอย่างเกิดโดยไม่มีเหตุ) อภิริยวิสุทธิ (เห็นว่า ไม่เป็นอันทำ เช่น ทำชั่วหากไม่มีคนรู้เห็น คนลงโทษ ก็ถือว่าไม่เป็นอันทำ) และนัตถิกวิสุทธิ (เห็นว่า ไม่มี เช่น ผลแห่งบุญบาปไม่มี บิดามารดาไม่มี) และเป็นคนจำพวกอุกโตพยัญชนก (คน 2 เพศ) และจำพวกบัณฑิตะว (กะเทย)
3. ไม่ถึงพร้อมด้วยวิปการวณ (มีผลกระทบเป็นเครื่องกัน) กล่าวคือ เป็นสัตว์จำพวกอเหตุกปฏิสนธิพวกหนึ่ง (ผู้มีความพิการมาแต่กำเนิด เช่น หูหนวก ตาบอด เป็นใบ้ รวมถึงเปรต สัตว์เดรัจฉาน อสูร และสัตว์นรก) และทวิเหตุกปฏิสนธิพวกหนึ่ง (มนุษย์ปกติ แต่เกิดมาด้วยเหตุ 2 อย่าง คือ โลกเหตุและโทสะเหตุเท่านั้น) ขาดญาณสัมปยุตตจิต) ทำให้มีความบกพร่องด้านปัญญา เพราะประพฤติหนักไปในทางโลกและโภธ (คนประเภทสุดโต่ง)

4. มีศรัทธา กล่าวคือ มีความเชื่อในผลแห่งกรรมและเชื่อมั่นในพระรัตนตรัย มีพระพุทธเจ้าเป็นต้น
5. มีฉันทะ กล่าวคือ มีกุศลฉันทะ (พอใจ) ในการปฏิบัติ เป็นผู้ดำเนินไปในแนวทางที่เกื้อกูลต่อมรรค คือในวิปัสสนาที่อนุโลมต่อสัจจะ (ดำเนินอยู่ในกุศลธรรมที่เอื้อต่อความหลุดพ้น)
6. เป็นคนมีปัญญา กล่าวคือ มีสัมมาทิฐิ คือ ความเห็นชอบ
7. เป็นคนไม่อาภัพ กล่าวคือ ดำเนินชีวิตในทางกุศล ที่ดำเนินไปสู่ความหลุดพ้นได้

ทั้งหมดนี้ จัดเป็นคุณสมบัติขั้นพื้นฐานของผู้ปฏิบัติกรรมฐาน หากองค์คุณเหล่านี้บกพร่อง การปฏิบัติกรรมฐานของผู้นั้นย่อมสำเร็จได้ยาก คัมภีร์วิสุทธิมรรคกล่าวว่า การบำเพ็ญกุศลแม้แต่ข้อเดียว ย่อมไม่สำเร็จแก่สัตว์เหล่านั้น (วิสุทธิ. (บาลี) 1/101/193) ความสำเร็จในฉาน มรรค ผล และนิพพานก็ไม่อาจเกิดขึ้นได้ โดยเฉพาะข้อ 1, 2, และ 3 ท่านให้เหตุผลว่า เพราะเป็นผู้มีกิเลสที่แรงกล้า มีกรรมและวิบากแรงกล้ามากเป็นตัวปิดกั้น ส่วนข้อ 4, 5, 6, และ 7 เป็นคุณสมบัติที่จะพึงให้เกิดขึ้นได้ โดยการอยู่ร่วมกับกัลยาณมิตร เพื่อเพิ่มพูนศรัทธา และคุณธรรมอื่นๆ ให้เกิดขึ้น ซึ่งแนวทางการปฏิบัติกรรมฐานได้กำหนดไว้ว่า ต้องมีศรัทธาต่อพระรัตนตรัยเป็นต้น จัดเป็นคุณธรรมขั้นพื้นฐานที่พึงมีก่อนการปฏิบัติ อีกนัยหนึ่ง แม้ผู้ปฏิบัติกรรมฐานจะไม่มีคุณธรรมดังกล่าว จัดเป็นหน้าที่ของครูบาอาจารย์ที่ต้องคอยแนะนำพร่ำสอนปลูกฝังคุณธรรมในส่วนนี้ ดังที่โบราณจารย์ได้กล่าวตักเตือนพร้อมแนะนำทางแก้ไว้ว่า “กุลบุตรผู้เจริญพระกรรมฐาน เมื่อเป็นผู้ปราศจากเครื่องกันคือวิบากแล้ว พึงหลีกเครื่องกันคือกรรม และเครื่องกันคือกิเลสให้ห่างไกล แล้วเพิ่มพูนศรัทธาฉันทะ และปัญญา ด้วยการตั้งใจฟังธรรมอย่างเคารพ และด้วยการคบหาสัตบุรุษผู้ประพฤติดุชด้วยกาย วาจาใจ เป็นต้น แล้วพึงลงมือบำเพ็ญเพียรในพระกรรมฐานนั้นเถิด”

การปฏิบัติการเจริญสมาธิแบบปฐวิกลิน

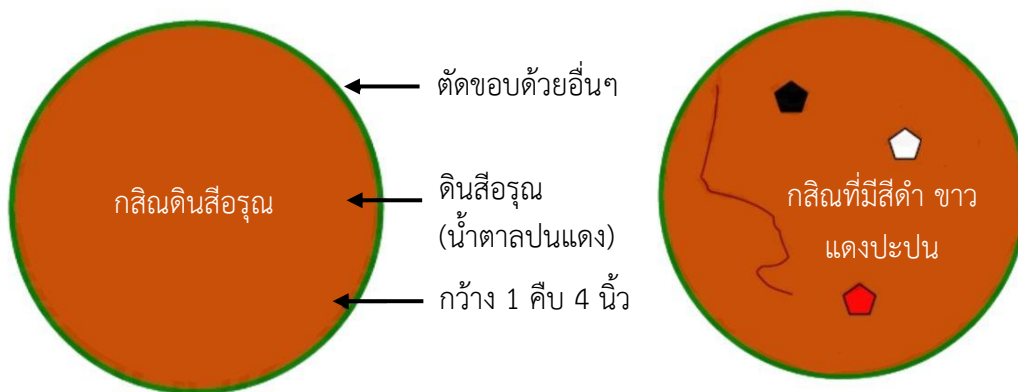
การเจริญสมาธิแบบปฐวิกลิน นับเป็นหนึ่งในบรรดากรรมฐานที่ต้องใช้นิมิตเป็นอารมณ์ ซึ่งปฐวิกลินจะใช้นิมิตในภายนอกคือดินมาเป็นอารมณ์ โดยท่านกำหนดเอาดิน 2 ชนิด คือ (พระอุปติสสะ, 2538)

1. ดินตามธรรมชาติ ได้แก่ ดินที่เกิดตามธรรมชาติ ซึ่งมีลักษณะแข็งเพราะเป็นของมีอยู่ตามธรรมชาติ



2. ดินที่จัดเตรียมไว้ ได้แก่ ดินที่ผู้ปฏิบัตินำมาจัดเตรียมไว้ มี 4 สี คือ ขาว ดำ แดง และสีอรุณ ดินทั้ง 4 สีนี้ เมื่อจะทำปฐวีกถิน ควรคัดดินที่มีสีขาว ดำและแดงออกไปเสีย เพราะเมื่อเจริญกถิน ปฏิภาณนิมิตจะไม่เกิด และได้ชื่อว่าเป็นการบำเพ็ญวรรณกถิน (กถินสี) ซึ่งไม่ใช่ปฐวีกถิน

เพราะฉะนั้น เมื่อจะทำดวงกถินให้เป็นปฐวีกถิน ควรนำดินสีอรุณเพียงอย่างเดียวมาซึ่งคัมภีร์วิสุทธิมรรคระบุว่า ต้องเป็นดินสีอรุณอยู่ในท้องคณานที (วิสุทธิ. (บาลี) 1/55-134) มีลักษณะคล้ายสีของอรุณในตอนเช้า (น้ำตาลปนแดง) นำมาทำเป็นดวงกถินให้มีขนาดความกว้าง 1 คืบ 4 นิ้ว โดยให้มีฐานกลม (ทรงกลมแบน) ปรับหน้าดวงกถินให้เรียบเสมอด้วยหน้ากลอง กำหนดขอบ และให้ขอบมีสีที่ตัดกับสีของดวงกถิน (ขอบเป็นสีอื่น ไม่ใช่สีอรุณ)



ภาพที่ 1 เปรียบเทียบภาพจำลองดวงปฐวีกถินหรือกถินดินสีอรุณ

กับดวงปฐวีกถินที่มีสีดำ ขาว แดงปะปน และมีรั้วรอยจัดเป็นกถินโทษ ไม่ควรใช้เจริญกถิน

วิธีการสร้างดวงกถินนั้นมี 2 ลักษณะ คือ

1. ดวงกถินที่สามารถโยกย้ายได้ กระทำโดยการเอาผ้าเก่า ผืนหนังหรือเสื้อลำแพนมาผูกซึงติดกับไม้ 4 อัน แล้วเอาดินสีอรุณที่ชำระและขยำดีแล้วมาทาลงที่ผืนผ้านั้น เมื่อเจริญกถินให้เอาผ้านั้นปูลงที่พื้นดินแล้วค่อยเจริญ

2. ดวงกถินที่ตั้งอยู่กับที่ กระทำโดยนำหลักหลายหลักมาต่อกับพื้นดิน คล้าย ๆ ฝักบัว แล้วเอาเครื่องวัลย์มาผูกตรึงไว้ให้แน่นคง หากดินสีอรุณมีน้อยให้เอาดินสีอื่นรองไว้ด้านล่างแล้วจึงเอาดินสีอรุณทาทาบบไว้ด้านบน จึงสำเร็จเป็นดวงปฐวีกถิน (วิสุทธิ. (บาลี) 1/56/135-136)

เมื่อบุคคลจะสร้างดวงปฐวีกถินดังกล่าวมานี้ ควรหาสถานที่ที่เหมาะสม เช่น วัด ถ้า ต้นไม้ ที่ไม่มีเจ้าของ ที่มุงบังซึ่งไม่มีแสงแดด หรือถนนที่คนไม่ใช้แล้ว ฯลฯ สถานที่เป็นต้นนี้ ต้องทำให้สะอาด ปรับพื้นที่ให้เรียบ ให้เอื้อในการสร้างดวงกถิน (พระอุปติสสะ, 2538) เมื่อได้ดวงกถินแล้ว ก่อนที่จะเจริญกถินให้ชำระศีลให้บริสุทธิ์เสียก่อน ตัดความกังวลน้อยใหญ่ออกไปให้สิ้น แล้วเข้าไปหาภิกษุสามเณรผู้ให้กรรมฐาน

การหาที่สงบเพื่อการปฏิบัติ ถือเป็นเรื่องสำคัญสำหรับผู้มุ่งสมาธิ สถานที่นั้นควรเป็นที่สัปปายะ คือเอื้อต่อการปฏิบัติกรรมฐาน คัมภีร์วิสุทธิมรรคได้ระบุสถานที่ซึ่งไม่เหมาะต่อการปฏิบัติ ดังนี้ (วิสุทธิ. (บาลี) 1/56/132-133)

1. เป็นสถานที่ไม่ไกลหรือใกล้หมู่บ้านจนเกินไป มีทางไปมาสะดวกและปลอดภัย
2. กลางวันไม่พลุกพล่านด้วยผู้คน และตอนกลางคืนก็เงียบสงัด ไม่มีเสียงอึกทึกครึกโครม
3. ไม่มีเห็บเหา ยุง และสัตว์เลื้อยคลานชุกชุม ไม่มีสัมผัสอันเกิดจากลมและแดดคอยรบกวน
4. ไม่ฝืดเคืองด้วยปัจจัยสี่



5. มีภิกษุชั้นเถระ ผู้เป็นพหูสูตร สำเร็จการศึกษาปริยัติธรรม ทรงธรรมทรงวินัย และมาติกา คือ หัวข้อแห่งธรรมวินัย ซึ่งผู้ปฏิบัติสามารถเข้าไปสอบถามได้ตามความเหมาะสม และท่านเหล่านั้นล้วนเป็นผู้ที่สามารถแก้ข้อสงสัย พร้อมทั้งแนะนำให้ก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรมได้

ดังนั้น เมื่อผู้ปฏิบัติอยู่ในฐานะที่เลือกสถานที่ได้ ก็ควรที่จะเลือกสถานที่ที่เหมาะสมกับตนให้มากที่สุด แต่เมื่อมีข้อจำกัดในการเลือกบางประการ ก็ควรใช้เท่าที่มีนั้น โดยปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมนั้นให้ได้มากที่สุด หรือทำใจยอมรับโดยถือจิตเป็นใหญ่ใจเป็นประธานเหนือสิ่งทั้งปวง แล้วตั้งใจปฏิบัติ (ให้ความสำคัญกับปัจจัยภายใน) เชื่อว่าแม้ไม่ได้ที่ที่เหมาะสมต่อการปฏิบัติ ย่อมสามารถประสบผลในเรื่องของการปฏิบัติได้เหมือนกัน

วิธีปฏิบัติปฐวิกลิน

วิธีปฏิบัติปฐวิกลินเริ่มตั้งแต่การเตรียมกายและจิต การกำหนดนิมิต และการพัฒนาภินิมิตสู่ระดับฌาน มีรายละเอียด ดังนี้ (วิสุทธิ. (บาลี) 1/56/135-136)

1. การเตรียมกายและจิต

การเตรียมกายคือการเตรียมความพร้อมให้เอื้อต่อการปฏิบัติ โดยการบริโภคอาหารที่เกื้อกูลต่อการปฏิบัติธรรม ให้สุตราบอากาศที่เย็นสบาย รวมถึงอยู่ในท่าที่สบาย และทำการอาบน้ำชำระกายให้สะอาด เป็นต้น จากนั้นผู้เจริญปฐวิกลินควรนั่งตัวตรง (จะไม่ทำให้เมื่อยคอ หรือทำให้ปวดเข่า) บนตั่งที่จัดเตรียมไว้ ซึ่งมีเท้าสูงประมาณ 1 คืบ 4 นิ้ว ให้ห่างจากดวงปฐวิกลินประมาณ 2 ศอก กับอีก 1 คืบ ซึ่งเป็นระยะที่พอดี (ถ้า นั่งไกลกว่านั้น จะมองเห็นดวงกลินไม่ชัด หรือหากนั่งใกล้เกินไป จะเห็นรอยหรือตำหนิบนดวงกลิน ซึ่งทำให้จิตไม่สงบ) แล้วจึงพิจารณาโทษของกามทั้งหลาย มินัยว่า กามทั้งหลายมีความยินดีเพียงเล็กน้อย มีทุกข์มากพึงทำความพอใจในเนกขัมมะอันเป็นเครื่องสลัดออกจากกาม ด้วยผูกใจว่า “เราจักพ้นจากขมารณะด้วยแนวทางนี้แน่” กระทำการระลึกถึงพุทธคุณ ธรรมคุณ และสังฆคุณโดยประการต่างๆ เพื่อทำปิติและปราโมทย์ให้เกิด มีความเคารพในแนวทางปฏิบัติด้วยคิดว่า “แนวทางปฏิบัตินี้ เป็นทางที่พระพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้า และพระอริยสาวกแม้ทั้งปวงปฏิบัติมาแล้วจนบัดนี้” และทำความอุตสาหะให้เกิด ด้วยเชื่อมั่นว่าตนจักเป็นผู้มีส่วนเข้าถึงรสแห่งความสงบด้วยแนวทางนั้นแน่นอน แล้วเลือกเอาคำภาวนาที่เป็นภาษาบาลี เช่น ปฐวี เมทนี ภูมิมิสฺสา และวสุธรา หากชอบใจข้อใดที่เกื้อกูลต่อสัญญา ให้เลือกเอาชื่อนั้นขึ้นเป็นคำภาวนา แต่สำหรับคำว่า “ปฐวี ปฐวี” เป็นชื่อที่รู้จักกันโดยมาก ดังนั้น ควรใช้คำภาวนาว่า “ปฐวี ปฐวี” บุคคลเริ่มถือเอานิมิตในดวงปฐวิกลิน เรียกว่าได้กระทำบริกรรมนิมิต จัดเป็นขั้นต้นของการภาวนา ก่อให้เกิดขณิกสมาธิอันเป็นสมาธิเบื้องต้น

2. การกำหนดนิมิต

นิมิต คือ เครื่องหมายสำหรับให้จิตกำหนดในการเจริญกรรมฐาน หรือ ภาพที่เห็นในใจอันเป็นตัวแทนของสิ่งที่ใช้เป็นอารมณ์กรรมฐาน (พระธรรมปิฎก, 2538) แบ่งเป็น 2 อย่าง คือ อุคคหนิมิตและปฐวิกลินนิมิต นิมิตทั้งสองอย่างนี้เกิดสืบเนื่องกันไปตามลำดับ

1) อุคคหนิมิต คำว่า “อุคคหนิมิต” คือ บริกรรมนิมิตที่ถูกรับเอาไว้ดีแล้ว มาสู่คลองแห่งมโนทวารเหมือนเห็นด้วยตาเปล่า พุทธทาสภิกขุอธิบายให้ชัดเจนว่า อุคคหนิมิตเป็นนิมิตที่เข้าไปติดอยู่ที่ตาภายในหรือใจ กลายเป็นมโนภาพภายในอีกส่วนหนึ่งต่างหาก

คัมภีร์วิสุทธิมรรคได้พรรณาวิธีทำอุคคหนิมิตให้เกิดว่า การกำหนดถือเอาเพื่อสร้างอุคคหนิมิตกระทำโดยการมองดู ซึ่งลักษณะการมองดูดวงกลินนั้น ไม่ควรลืมตากว้างมากไปเพราะจะทำให้เมื่อยตา และทำให้ดวงกลินปรากฏชัดเกินไป อีกอย่างหนึ่ง ไม่ควรหรีดตา เพราะจะทำให้ดวงกลินไม่ปรากฏ และยังทำให้จิตห่อเหี่ยว เหตุนี้จะทำให้อุคคหนิมิตไม่ปรากฏ ดังนั้น ควรลืมตาแต่พอดี จับเอานิมิตในปฐวิกลินนั้นโดยอาการ



สม่ำเสมอเหมือนคูหาหน้าของตบอบนกระจก และไม่ควรใส่ใจในรายละเอียดของสีและความแข็งของดิน เป็นต้น ให้ตั้งใจไว้เพียงแค่ว่า ดิน ด้วยอำนาจของธาตุดินมากกว่าธาตุอื่นโดยพิจารณาองค์รวมไปพร้อมกัน เมื่อลืมหามองดูได้สักครู่หนึ่ง ให้หลับตานึกให้เห็นนิมิตดวงกลืน ถ้ายังไม่เห็นนิมิตให้ลืมหามองดูใหม่อีกครั้ง ทำอย่างนี้ซ้ำแล้วซ้ำอีกตั้งร้อยครั้งหรือพันครั้ง ในขณะที่หลับตานึกหน่วงดู ได้ปรากฏนิมิตขึ้นดูในเวลาลืมหามองดู ในขณะนั้นชื่อว่าอุคคณิมิตเกิดแล้ว

คัมภีร์วิมุตติมรรคได้อธิบายถึงลักษณะของอุคคณิมิตว่า เมื่อโยคีกำหนดดวงกลืนด้วยจิตที่ไม่ฟุ้งซ่าน เธอย่อมได้กลิ่นสัญญา (ความจำหมายดวงกลืน) และมองเห็นดวงกลืนนั้นเหมือนลอยอยู่ในอากาศ บางครั้งอยู่ไกลออกไป บางครั้งอยู่ใกล้ บางครั้งอยู่ทางซ้ายบ้าง บางครั้งอยู่ทางขวาบ้าง บางครั้งมีขนาดใหญ่ บางครั้งมีขนาดเล็กบ้าง บางครั้งมีลักษณะน่าเกลียดบ้าง บางครั้งมีลักษณะน่ารัก บางครั้งเธอมองเห็นมันแผ่ขยายหลายเท่าตัว บางครั้งก็แผ่ขยายเล็กน้อย...

เมื่ออุคคณิมิตในลักษณะข้างต้นนี้เกิดแล้ว ผู้ปฏิบัติควรลุกไปในที่อื่นเสีย เพราะหากยังอยู่ในที่นั้นทำให้อึดไม่ได้ที่จะมองดูดวงกลืน เหตุนี้ทำให้ปฏิภาคนิมิตไม่เกิด พึงกำหนดนิมิตภายในจิตแต่เพียงอย่างเดียวเท่านั้น

2) ปฏิภาคนิมิต เมื่อบุคคลกำหนดนิมิต (มโนภาพ) แห่งปฐวีสถิตที่ปรากฏในจิต กระทำซ้ำแล้วซ้ำอีกทำให้เป็นตักกาทะ (นึกมาได้) วิตักกาทะ (นึกมาให้เป็นไปต่างๆ ได้) เมื่อทำอยู่อย่างนี้ จิตย่อมตั้งมั่นเป็นสมาธิด้วยอุปจารสมาธิ นิเวศน์มีความฟุ้งซ่านเป็นต้นย่อมดับลง นิมิตแห่งดวงกลืนที่เหมือนเช่นดินชนิดหยาบจะแปรเปลี่ยนเป็นภาพที่บริสุทธิ์ ประดุจชำระออกจากอุคคณิมิต คล้ายดวงแว่นที่ถอดออกจากถุง คล้ายสังข์ที่ขัดดีแล้ว คล้ายดวงจันทร์พ้นจากกลีบเมฆ คล้ายหมุ่นกยางที่หน้าเมฆ เรียกว่า “ปฏิภาคนิมิต” (วิสุทธิ. (บาลี) 1/57/136-137) ปฏิภาคนิมิตถือเป็นอาการทางสัญญาภาวนาแต่เพียงอย่างเดียว จึงไร้สี ไร้กลิ่นฐาน สามารถกำหนดเปลี่ยนแปลง ย่อขยายให้เล็กหรือใหญ่ ไกลหรือใกล้ได้ ซึ่งลักษณะการขยายนิมิตนั้น ควรขยายประมาณจากเท่าล่อจรจนถึงขนาดเทียบเท่าประเทศ ซึ่งมีการลำดับการขยายจากเล็กไปหาใหญ่ คือขยายดวงกลืนให้ขนาดเท่าวงล้อประรำ รัมไม้ พุงนา หมูบ้าน หมูบ้านที่มีกำแพงล้อมรอบ และเท่าเมือง ขยายให้ใหญ่ขึ้นตามลำดับจนขนาดใหญ่มากเท่าผืนแผ่นดินใหญ่ (พระอุปัชฌาย์, 2538) และนัยหนึ่งว่า ควรขยายนิมิตจาก 1 นิ้ว 2 นิ้ว 3 นิ้ว 4 นิ้ว จากนั้นขยายเป็นคืบไปตามลำดับจนทั้งเท่าจักรวาล หรือมากกว่านั้น ซึ่งในแต่ละครั้งของการขยายแผ่ออก ควรให้มีขอบเขตของการขยายเสมอ นิมิตทั้งสองอย่างนี้มีความต่างกัน คืออุคคณิมิตเป็นขั้นของความจำ (กลิ่นสัญญา) เท่านั้น จึงยังมีกลิ่นโทษ เช่น รื้อรอย ปรากฏอยู่ และนิเวศน์ยังปรากฏอยู่ ส่วนปฏิภาคนิมิตเป็นนิมิตที่บริสุทธิ์ดีกว่าอุคคณิมิตนั้นร้อยเท่าพันเท่า และนิเวศน์ดับลงเพราะอุปจารสมาธิเกิด (แต่ก็ยังไม่มั่นคง) ท่านอุปมาว่าเป็นเหมือนเด็กที่ต้องคอยพุงไว้ ซึ่งสามารถล้มได้อีก ต่อเมื่อประคองนิมิตจนอุปนาสมาธิเกิด (สมาธิแน่น) จึงนับว่าสมาธิมีความมั่นคง ท่านอุปมาว่าเหมือนเช่นบุรุษผู้มีกำลังลุกขึ้นแล้วยืนอยู่ทั้งวันก็ได้

ฉะนั้น เมื่อบุคคลทำนิมิตให้เกิดแล้ว พึงรักษาไว้ให้ดี โดยท่านได้แสดงวิธีรักษานิมิตไว้ว่า ควรรักษานิมิตเหมือนรักษาครุฑจักรพรรดิ โดยหลักเหตุที่ทำให้เกิดความไม่สบาย ได้แก่ ที่อยู่ ที่เที่ยวไป คำพูด บุคคล อาหาร อากาศ อิริยาบถ แล้วพึงเลือกเฉพาะที่อยู่ที่เที่ยวไป คำพูด บุคคล อาหาร อากาศ อิริยาบถที่ทำให้เกิดความสบายเท่านั้น นอกจากนี้แล้วยังต้อง เป็นผู้ที่มีความฉลาดในการเจริญนิมิต ซึ่งเรียกว่า อุปนาโกศล 10 ประการ ได้แก่ 1) ทำวัตถุให้สะอาด (ชำระกาย) 2) ปรับอินทรีย์ให้สมดุล 3) ฉลาดในนิมิต 4) ยกจิตในสมัยที่ควรยก 5) ข่มจิตในสมัยที่ควรข่ม 6) ทำจิตให้ร่าเริงในสมัยที่ควรทำ 7) พังจิตในสมัยที่ควรพัง 8) เว้นบุคคลผู้ไม่มีสมาธิ 9) สมาคมกับผู้ที่มีสมาธิ 10) มีจิตโน้มไปในสมาธินั้น



อัปนาโกศล 10 ประการ นี้ เป็นวิธีการทำให้มีจิตมีความมั่นคง และทำให้ภาวนาของผู้นั้นก้าวหน้าอย่างรวดเร็ว กลายเป็นผู้มีความชำนาญทางจิต เช่น สามารถเข้าออกสมาธิได้ดังประสงค์ เรียกว่า “วสี” คือยังสามารถให้เป็นไปในอำนาจของจิต เมื่อผู้ปฏิบัติประทับระครองดวงกสิณที่อยู่ในรูปของปฏิภาณนิมิตจนมีความคล่องแคล่ว จิตก็จะเลื่อนสู่ฐานในระดับต่างๆ ที่สูงขึ้น

3. การพัฒนาปฐวิกสิณสู่ระดับฐาน

1) รูปฐาน ปฐวิกสิณจัดเป็นรูปกรรมฐานชนิดหนึ่ง ก่อให้เกิดสมาธิขั้นต้นไปจนถึงสมาธิขั้นสูง คือ ตั้งแต่ปฐมฐานไปจนถึงจตุตถฐาน โดยมีองค์ประกอบของสมาธิในแต่ละระดับ ดังนี้ ก) สมาธิระดับปฐมฐาน มีองค์ 5 คือ วิตก วิจาร ปีติ สุข เอกัคคตา ข) สมาธิระดับทุติยฐาน มีองค์ 3 คือ ปีติ สุข เอกัคคตา ค) สมาธิระดับตติยฐาน มีองค์ 2 คือ สุข เอกัคคตา และ ง) สมาธิระดับจตุตถฐาน มีองค์ 2 คือ อุเบกขา เอกัคคตา

ระดับของสมาธิในแต่ละขั้นจะมีความละเอียดประณีตไปตามลำดับ เมื่อจะพัฒนาสมาธิจากขั้นหนึ่งสู่อีกขั้นหนึ่ง ท่านแสดงวิธีไว้ดังนี้ว่า เมื่อนักปฏิบัติมีความคล่องแคล่ว และชำนาญในสมาธิระดับปฐมฐานแล้ว เห็นโทษในสมาธินี้ว่า ยังเป็นของหยาบเพราะใกล้ต่อนิรวณ (อุปสรรคที่ทำให้สมาธิเสื่อม) ส่วนสมาธิระดับทุติยฐานเป็นของที่ละเอียด เมื่อเห็นประโยชน์ของสมาธินี้แล้ว จึงละความพอใจในสมาธิระดับปฐมฐาน ลำดับนั้น นักปฏิบัติมีสติสัมปชัญญะอยู่ออกจากสมาธิระดับปฐมฐานแล้ว พิจารณาองค์ประกอบของสมาธิอยู่ แล้วองค์ประกอบของสมาธิดังกล่าว (วิตกและวิจาร) ก็กลายเป็นของหยาบ เหลือเพียงองค์ประกอบอื่นๆ ซึ่งปรากฏขึ้นแทน (ปีติ สุข และเอกัคคตา) เธอได้เจริญปฏิภาณนิมิตไว้ในใจ โดยปริกรรมว่า “ปฐวี ปฐวี” เพื่อละองค์ประกอบของสมาธิที่หยาบและบรรลุถึงองค์ประกอบของสมาธิที่ละเอียด จนได้บรรลุสมาธิระดับทุติยฐาน เมื่อเธอชำนาญในสมาธินั้นแล้ว ได้พิจารณาอยู่ จึงเห็นข้อบกพร่องของสมาธิระดับทุติยฐาน ได้มองเห็นประโยชน์ของสมาธิระดับตติยฐาน จึงละความพอใจในสมาธิระดับทุติยฐาน แล้วเพียรภาวนาเพื่อบรรลุสมาธิระดับตติยฐาน แม้การบรรลุสมาธิระดับจตุตถฐานก็เหมือนกัน ที่กล่าวมานี้เป็นส่วนของรูปกรรมฐาน (กรรมฐานที่อาศัยความจำได้หมายรู้ในรูปเป็นอารมณ์) เท่านั้น

2) อรูปฐาน เมื่อจะพัฒนาปฐวิกสิณในระดับรูปฐานไปสู่อรูป (กรรมฐานที่ไม่ต้องอาศัยรูป) เพราะปฐวิกสิณเป็นปัจจัยแก่อรูป ย่อมสามารถทำได้ด้วยการเพิกกสิณ ซึ่งท่านแสดงวิธีไว้ ดังนี้ โยคินั้นได้เห็นรูปและโทษอันใหญ่หลวงของสมาธิระดับจตุตถฐาน มองเห็นคุณของสมาธิระดับอากาศาสนัญจายตนฐานแล้ว จึงข้ามพ้นจากสมาธินั้น พละปฐวิกสิณและปฐวีนิมิตแล้ว ได้ปฏิบัติสมาธิระดับอากาศาสนัญจายตนะ โดยที่โยคินั้นได้เพ่งอากาศในฐานะเป็นอารมณ์อันไม่มีที่สิ้นสุด ถ้าเธอปฏิบัติกรรมฐานอย่างนั้น ย่อมสามารถทำลายปฐวีนิมิต (มโนภาพ) ได้อย่างรวดเร็ว จิตจึงก้าวพ้นจากปฐวีนิมิตแล่นไปสู่ที่ว่าง (อากาศ) แทน เมื่อเธอปฏิบัติจนคล่องในอากาศ (ที่ว่าง) อันไม่มีที่สิ้นสุดนั้นอย่างสะดวก ย่อมบรรลุอัปนาสมาธิในฐานนี้ (แม้สมาธิในระดับฐานขั้นที่ 6 - 8 ก็เป็นไปตามนัยนี้เหมือนกัน)

จากที่กล่าวมา อาจสังเกตได้ว่า ในการพัฒนาสมาธิจากขั้นหนึ่งสู่สมาธิอีกขั้นหนึ่งนั้น ได้อาศัยการเห็นข้อบกพร่องในสมาธินั้นๆ แล้วเกิดความเบื่อหน่ายคลายความยินดีลง จึงหาทางพัฒนาไปสู่สมาธิขั้นอื่นๆ ที่ดีกว่านั้นและในระหว่างสมาธิ (ปฐมฐานเนวสัณญานาสัณญายตนฐาน) เหล่านี้เอง (พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตโต), 2538) ผู้ปฏิบัติอาจมองเห็นความเป็นอนิจจัง (ไม่เที่ยง) ทุกขัง (เปลี่ยนแปลงไป) และอนัตตา (ไม่มีตัวตน) ของสมาธิ ซึ่งนำไปสู่การบรรลุมรรคผลได้



ประโยชน์ของปฐวีกถา

เมื่อบุคคลเจริญสมาธิตามแนวของปฐวีกถานี้ ย่อมจะได้รับประโยชน์ตามที่ท่านพรรณนาไว้ว่า 1) เกิดนิมิตได้ง่าย เพราะอาศัยปฐวีกถาเป็นอารมณ์ 2) การทำงานของจิตย่อมไม่ถูกขัดขวางในทุกเวลา 3) การทำงานของจิตย่อมไม่ถูกขัดขวางในทุกการกระทำ 4) ทำให้ได้อภิยาตนะ คือสามารถครอบงำอารมณ์ 5) ทำให้มีฤทธิ์และสามารถแสดงฤทธิ์ต่างๆ ได้ ทำคนเดียวให้เป็นหลายคนได้ เดินไปในอากาศหรือบนน้ำได้ และสามารถนั่งหรือนอนในที่นั้นได้ เปลี่ยนแปลงวัตถุได้ เช่น เปลี่ยนวัตถุให้เป็นทองคำ แก้วมณี เป็นต้น 6) เหาะไปในอากาศได้ 7) ระลึกชาติได้ 8) มีหุติพย์ 9) ได้โลกียอภิญญา 10) ทำให้อยู่เป็นสุขในปัจจุบัน 11) อยู่ใกล้ประตูประณีพพาน (อภิ.สง. (ไทย) 34/204-205/69) สามารถแบ่งประโยชน์ในแง่ต่างๆ ได้ดังนี้

1. ประโยชน์ในแง่ของการดำเนินชีวิต โดยสภาพจิตของมนุษย์ปุถุชน มักจะถูกนิเวศครอบงำเสียโดยมาก สภาพจิตจึงขาดกำลังในการพิจารณาแก้ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ดังพุทธพจน์ที่ว่า “เป็นไปไม่ได้เลยที่ภิกษุจะละนิเวศเครื่องกางกั้น 5 ประการนี้ที่ครอบงำจิตทอนกำลังปัญญาแล้วจักรู้จักประโยชน์ตน รู้ประโยชน์ผู้อื่น รู้ประโยชน์ทั้งสอง หรือจักทำให้แจ้งซึ่งญาณทัศนะที่ประเสริฐอันสามารถอันวิเศษกว่าธรรมของมนุษย์ด้วยปัญญาที่ไม่มีกำลังที่อ่อนกำลังได้ ฉะนั้น” (อง.ปญจก. (ไทย) 22/51/91) ผู้ปฏิบัติปฐวีกถา สภาพจิตของผู้ปฏิบัติย่อมอยู่ในสภาพที่ประกอบด้วยกุศล เช่น มีความเชื่อมั่น มีความเพียร มีสติ สมาธิ และปัญญา และเมื่อบุคคลรู้จักควบคุมจิต มีความสงบอยู่ด้วยสมาธิ ย่อมรู้จักประโยชน์ และสิ่งที่มีใช้ประโยชน์ ดังพุทธพจน์ที่ว่า “บุคคลผู้มีจิตตั้งมั่นอยู่บนฝั่งพึงมองเห็นหอยโข่ง หอยกาบ ก้อนกรวด และฝูงปลาที่ว่ายไปและหยุดอยู่ในวังน้ำใสสะอาด ไม่ขุ่นมัว ฉะนั้น ภาวที่มีจิตไม่ขุ่นมัว ย่อมรู้จักประโยชน์ตน รู้ประโยชน์ผู้อื่น รู้ประโยชน์ทั้งของตนและผู้อื่น” (อง.เอกก. (ไทย) 20/45-47/8-9) อีกทั้งกายและจิตย่อมเป็นสุข ไม่ตึงเครียด เกิดการผ่อนคลาย ดังคัมภีร์วิมุตติมรรคว่า รูปและนามต่างอิงอาศัยกันอยู่ หากนามประกอบด้วยปิติ รูปก็ประกอบด้วยปิติ ถ้านามประกอบด้วยสุข รูปก็ประกอบด้วยสุขเช่นเดียวกัน อนึ่ง รูปที่ประกอบด้วยสุข ย่อมทำให้ร่างกายสงบ และเนื่องจากรูปเป็นสุข ร่างกายทั้งหมดย่อมได้รับความสุขสงบนั้น (พระอุปัชฌาย์, 2538) สอดคล้องกับงานวิจัยของอภิราชม์ ปรีชาจารย์ (2546) พบว่า ผู้ฝึกกสิณสามารถแก้ปัญหาตนเองเพิ่มศักยภาพทางด้านอารมณ์ (E.Q) และสติปัญญา (I.Q) ในการทำงานและการเรียนรู้ในระดับที่มาก และยังช่วยแก้ปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ สังคมและการเมือง รวมถึงทำให้มีสุขภาพดีในระดับที่มากอีกด้วย ผลเหล่านี้อาจส่งเคราะห์เข้าในประโยชน์ของปฐวีกถา ข้อ 1, 2, 3, 4 และ 10 ข้างต้นได้

2. ประโยชน์ในแง่ของการบรรลุคุณวิเศษ ปฐวีกถาทำให้บรรลุคุณวิเศษต่างๆ ที่เหนือสามัญมนุษย์ เช่น ทำคนเดียวให้เป็นหลายคน เดินบนน้ำหรือเดินบนอากาศได้ ระลึกชาติได้ มีหุติพย์และตาทิพย์ ตลอดจนสามารถเปลี่ยนแปลงสสารต่างๆ เช่น ทำดินให้เป็นทองคำ ฯลฯ คุณวิเศษต่างๆ ที่ผู้ปฏิบัติกสิณได้นั้น จึงเป็นดุจเครื่องประดับ เป็นเครื่องคุ้มครอง และเป็นดุจศาสตราวุธ (พระพุทธตเถระ, 2549) ซึ่งจะอำนวยประโยชน์หรือช่วยเหลือในกิจต่างๆ ให้สำเร็จ เหล่านี้จัดว่าเป็นผลที่พึงได้จากการฝึกจิตตามแนวของปฐวีกถา ผลเหล่านี้ อาจส่งเคราะห์เข้าในประโยชน์ของปฐวีกถาข้อ 5, 6, 7, 8 และ 9 ข้างต้นได้

3. ประโยชน์ในแง่ของการบรรลุธรรม ผู้เจริญปฐวีกถา จัดว่าเป็นผู้มุ่งสมาธิมีสมาธิระดับปฐมฌาน เป็นต้น เพราะสมาธิถือเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่สำคัญในมรรค ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า สมาธิระดับปฐมฌานเป็นหนทางแห่งการตรัสรู้ (ม.ม. (ไทย) 13 /334/405) ในส่วนของผู้เจริญปฐวีกถา ย่อมเป็นผู้ยังไม่ห่างจากฌาน (อริตตชฌาโน วิหริตี) องค์แห่งสมาธิในระดับฌานย่อมเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาได้ นั่นคือ ความไม่เที่ยงแท้แน่นอนของฌาน และองค์ธรรมอื่นๆ ที่ถูกปัจจัยต่างๆ ประทุสสน์ สภาพของไตรลักษณ์จึงปรากฏอยู่ทุกขณะ เมื่อผู้ปฏิบัติยังเห็นสภาพดังกล่าวตามความเป็นจริง จิตย่อมหลุดพ้นจากกิเลสอันเป็นเหตุก่อทุกข์ทั้งปวงได้



เห็นได้ว่า ปฐวีกถินก่อให้เกิดประโยชน์ในหลายแง่มุม เป็นปัจจัยในหลายด้านด้วยกัน ขึ้นอยู่กับผู้ปฏิบัติว่าประสงค์จะน้อมนำไปใช้ในด้านไหนตั้งแต่ประโยชน์ในระดับโลกิยะจนกระทั่งพัฒนาไปสู่ประโยชน์ในระดับโลกุตระซึ่งเป็นประโยชน์ขั้นสูงในพระพุทธศาสนา

บทสรุป

ปฐวีกถิน คือ การปฏิบัติสมถกรรมฐานรูปแบบหนึ่ง โดยการใช้ธาตุดินเป็นอารมณ์หรือเครื่องมือในการเพ่งเพื่อเจริญสมาธิ คำว่า "ปฐวี" เป็นภาษาบาลี หมายถึง ธาตุดิน ส่วนคำว่า "กถิน" หมายถึง วัตถุหรืออุปกรณ์สำหรับเพ่งเพื่อรวมจิตให้เป็นหนึ่ง ปฐวีกถินเป็นกรรมฐานกองแรกในหมวด กถิน 10 และเป็นหนึ่งในกรรมฐาน 40 กอง ตามที่ปรากฏในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาเถรวาท วัตถุประสงค์หลักของการเจริญปฐวีกถิน คือ เพื่อฝึกฝนจิตให้เกิดความสงบตั้งมั่น (สมถะ) มีสมาธิในระดับลึกจนสามารถข่มนิวรณ์ 5 (อุปสรรคของจิต) และเข้าถึงสภาวะฌานสมาบัติได้ ซึ่งจิตที่มีกำลังสมาธิสูงย่อมเป็นรากฐานอันมั่นคงสำหรับการเจริญปัญญา (วิปัสสนา) โดยมีขั้นตอนและวิธีการปฏิบัติ คือ 1) การเตรียมกถิน (บริกรรมนิมิต) ผู้ปฏิบัติจะต้องเตรียมดวงกถิน ซึ่งทำจากดินที่มีสีอรุณ (สีเหมือนดินรุ่งอรุณ) หรือดินเหนียวบริสุทธิ์ นำมาแผ่เป็นวงกลมขนาดประมาณ 1 คืบ 4 นิ้ว (ประมาณ 30-40 เซนติเมตร) บนขอบไม้หรือผ้า ให้ผิวหน้าเรียบสนิท ไม่มีสิ่งอื่นเจือปน วงกลมดินนี้เรียกว่า บริกรรมนิมิต หรือนิมิตที่ใช้ในการบริกรรมภาวนา 2) การเพ่งกถิน ผู้ปฏิบัตินั่งในท่าที่สบาย ห่างจากดวงกถินในระยะพอดี (ประมาณ 1.5 - 2 เมตร) สลึมตามองภาพดวงกถินนั้น พร้อมกับบริกรรมภาวนาในใจว่า "ปฐวี ปฐวี" หรือ "ดิน ดิน" ไปเรื่อยๆ โดยไม่เพ่งจนตาเมื่อยล้า แต่เป็นการรับรู้ภาพนั้นไว้ในศูนย์กลางของความรู้สึก 3) การทรงจำนิมิต (อุคคหนิมิต): เมื่อเพ่งไปจนชำนาญ จิตจะสามารถจดจำภาพดวงกถินนั้นได้ แม้หลับตาก็ยังมองเห็นภาพดวงดินปรากฏชัดเจนอยู่ภายในใจ ภาพที่ติดตาติดใจนี้เรียกว่า อุคคหนิมิต (นิมิตที่ใจเรียนรู้และจดจำได้) 4) การเกิดปฏิภาคนิมิต เมื่อฝึกฝนกับอุคคหนิมิตต่อไป จิตจะละเอียดและมีความละเอียดมากขึ้น ภาพนิมิตจะเปลี่ยนจากภาพดินที่ขรุขระ กลายเป็นภาพที่ใสบริสุทธิ์ดุจแก้วผลึกหรือแผ่นกระจกสามารถขยายหรือย่อขนาดได้ตามความปรารถนา ภาพที่บริสุทธิ์และละเอียดอ่อนนี้เรียกว่า ปฏิภาคนิมิต (นิมิตเสมือนหรือนิมิตเทียบเคียง) ซึ่งเป็นประตูสู่การเข้าฌาน 5) การเข้าสู่ฌาน เมื่อจิตแน่วแน่กับปฏิภาคนิมิตอย่างต่อเนื่อง องค์ฌานจะปรากฏขึ้นตามลำดับ และผู้ปฏิบัติจะสามารถเข้าถึงปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน และจตุตถฌานได้ อาณิสสของการปฏิบัติ จะทำให้จิตมีกำลัง มีความสงบ ตั้งมั่น และไม่หวั่นไหวงายดุจแผ่นดินเป็นพื้นฐานที่สำคัญอย่างยิ่งในการเจริญวิปัสสนากรรมฐานเพื่อความหลุดพ้น ผู้ที่ปฏิบัติปฐวีกถินจนชำนาญถึงขั้นอภิญญา อาจสามารถณฤมิตสิ่งต่างๆ ที่เนื่องด้วยธาตุดินได้ เช่น ทำให้พื้นดินที่อ่อนนุ่มกลายเป็นของแข็ง หรือเดินทางในอากาศเหมือนเดินบนแผ่นดิน เป็นต้น สรุปความรู้ได้ดังภาพที่ 2



ภาพที่ 2 สรุปความรู้ปฏริกาสินกรรมฐาน

เอกสารอ้างอิง

- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2535). พระไตรปิฎกภาษาบาลีฉบับมหาจุฬาเทปิฎก 2500. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ธนิต อยู่โพธิ์. (2531). วิปัสสนาธรรม. กรุงเทพมหานคร: กรมศิลปากร.
- พระอุปัชฌาย์. (2538). วิมุตติมรรค. แปลโดย พระราชวรมณี (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) และคณะ. กรุงเทพมหานคร: ศยาม.
- พระธรรมปิฎก. (2533). พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- จรรยา วรณกสิณานนท์. (2547). กลืน กรรมฐานที่ทรงพลัง. กรุงเทพมหานคร: หจก.ไตรรงค์การพิมพ์.
- พระธรรมปิฎก. (2538). พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- อภิราชฐ์ ปรีชาจารย์. (2546). ศึกษาวิเคราะห์ สมถยานิกะ ในการปฏิบัติกรรมฐานอันมีกลืน 10 เป็นอารมณ์. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระพุทธตเถระ. (2549). อภิธัมมวาท. แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด.