

KSUC-P-047

การศึกษาการเจริญสติปัฏฐาน 4 ตามแนวทางการเคลื่อนไหวของหลวงพ่อดำเขียน สุวณฺโณ วัดป่าสุคะโต อำเภอแก้งคร้อ จังหวัดชัยภูมิ

พระถวัลย์ โชติโย (หาญไชยนะ) พระมหามิตร ฐิตปัญโญ และ พระโสภณพัฒนบัณฑิต
สาขาวิชาปรัชญา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ คือ 1) เพื่อศึกษาชีวิตและผลงานของหลวงพ่อดำเขียน สุวณฺโณ 2) เพื่อศึกษาการเจริญสติปัฏฐาน 4 แนวทางการเคลื่อนไหวของหลวงพ่อดำเขียน สุวณฺโณ และ 3) เพื่อศึกษาผลของการเจริญสติปัฏฐาน 4 ตามแนวทางของหลวงพ่อดำเขียน สุวณฺโณ ที่มีผลต่อการดำรงชีวิตประจำวัน เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสัมภาษณ์ ผู้ให้ข้อมูลหลัก ได้แก่ พระวิปัสสนาจารย์ จำนวน 3 รูป และประชาชนที่ร่วมปฏิบัติเจริญสติปัฏฐาน จำนวน 15 คน วิเคราะห์ด้วยวิธีการพรรณนาตามหลักอุปนัย ผลการศึกษาพบว่า ประวัติชีวิตและผลงานของหลวงพ่อดำเขียน สุวณฺโณ ท่านเป็นชาวจังหวัดขอนแก่น หลังจากอุปสมบทแล้วท่านได้ศึกษาวิปัสสนากัมมัฏฐานในสายหลวงปู่เทียน ท่านเป็นเจ้าของาวาสวัดป่าสุคะโต และเป็นเจ้าคณะตำบลหนองขาม อำเภอแก้งคร้อ จังหวัดชัยภูมิ ท่านเป็นพระนักพัฒนาที่มีความรู้ความสามารถในด้านการบริการกิจสงฆ์ ด้านการปกครอง ด้านการศึกษา ด้านสังคมสงเคราะห์ และท่านยังเป็นพระวิปัสสนาจารย์ การเจริญสติปัฏฐาน 4 แนวทางการเคลื่อนไหวของหลวงพ่อดำเขียน สุวณฺโณ คือ การกำหนดสติให้ระลึกรู้อยู่ในกายานุปัสสนา เวทนานุปัสสนา จิตตานุปัสสนา และธรรมานุปัสสนา โดยการฝึกสมาธิด้วยวิธีแบบเคลื่อนไหวมือ 14 ท่า คือ ทำการเคลื่อนไหวมือไปมา 14 ท่า พร้อมกับการกำหนดสติไว้ที่การเคลื่อนไหวของมือ ผลของการเจริญสติปัฏฐาน 4 ตามแนวทางของหลวงพ่อดำเขียน สุวณฺโณ ที่มีผลต่อการดำรงชีวิตประจำวัน คือ 1) ทำให้เกิดสมาธิได้เร็วและสามารถลดความโลภ ความโกรธ ความหลงได้ง่าย 2) การฝึกสมาธิแบบเคลื่อนไหว ทำให้ร่างกายได้ผ่อนคลายความปวดเมื่อยตามร่างกาย และสามารถลดความเครียด 3) ทำให้ผู้ฝึกปฏิบัติสมาธิสามารถควบคุมอารมณ์และตัดสินใจด้วยเหตุผล

คำสำคัญ: การเจริญสติปัฏฐาน 4 การเคลื่อนไหว หลวงพ่อดำเขียน สุวณฺโณ วัดป่าสุคะโต อำเภอแก้งคร้อ จังหวัดชัยภูมิ