

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
กิตติกรรมประกาศ	จ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ฉ
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง	ซ
บทที่ ๑ บทนำ	
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๔
๑.๓ สมมุติฐานการวิจัย	๔
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๕
๑.๕ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๕
๑.๖ นิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย	๕
๑.๗ ประโยชน์ที่ได้รับ	๖
บทที่ ๒ เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
๒.๑ ความหมายและความสำคัญของสติปัญญา	๗
๒.๑.๑ ความหมายของสติปัญญา	๗
๒.๑.๒ นิยามและความหมายของสติปัญญาในพระไตรปิฎก	๘
๒.๑.๓ นิยามและความหมายของสติปัญญาในชั้นอรรถกถา	๒๒
๒.๑.๔ นิยามและความหมายของสติปัญญาในเชิงวิชาการ	๒๔
๒.๑.๕ ความสำคัญและอานิสงส์ของสติปัญญา ๔	๒๔
๒.๑.๖ องค์ธรรมของสติปัญญา ๔	๒๕
๒.๑.๗ องค์ประกอบของสติปัญญา ๔	๒๘
๒.๒ การเจริญวิปัสสนาตามหลักสติปัญญา ๔ สายพอง ยุบ	๒๙
๒.๒.๑ ที่มาของพองหนอ ยุบหนอ	๓๐
๒.๒.๒ ธาตุลมกับอาการพอง และอาการยุบ	๓๒
๒.๒.๓ การเผยแผ่วิปัสสนาแบบพองหนอ ยุบหนอ	๓๔
๒.๒.๔ แนวคำสอนวิปัสสนากรรมฐานของพระอาจารย์ภททันตะ อัสภมทาเถระ ที่มีต่อสำนักวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์	๓๕
๒.๒.๕ วิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามหลักสติปัญญา ๔ สาย พอง ยุบ	๓๖

เรื่อง	หน้า
๒.๓ แนวคิดทฤษฎี เรื่องเชาวน์อารมณ์	๓๗
๒.๔ ความสัมพันธ์ระหว่างเชาวน์อารมณ์กับการปฏิบัติธรรม ตามหลักสติปัฏฐาน ๔	๔๒
๒.๕ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๔๙
๒.๖ กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย	๕๕
บทที่ ๓ วิธีดำเนินการวิจัย	
๓.๑ รูปแบบการวิจัย	๕๖
๓.๒ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	๕๖
๓.๓ เครื่องมือและการสร้างเครื่องมือ	๕๗
๓.๔ การเก็บรวบรวมข้อมูล	๖๐
๓.๕ การวิเคราะห์ข้อมูล	๖๐
บทที่ ๔ ผลการวิจัย	
๔.๑ ผลการวิจัยข้อมูลทั่วไป	๖๑
๔.๒ ผลการวิเคราะห์ความเปลี่ยนแปลงทางด้านเชาวน์อารมณ์ ของผู้ปฏิบัติธรรมสายพอง ยุบ โดยรวม	๖๙
๔.๓ ผลการเปรียบเทียบวิเคราะห์ความเปลี่ยนแปลงทางด้านเชาวน์อารมณ์ของ ผู้ปฏิบัติธรรม	๖๙
บทที่ ๕ สรุปและข้อเสนอแนะ	
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๗๐
๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๗๓
บรรณานุกรม	๗๕
ภาคผนวก	
แบบสอบถาม	๘๑
ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย	๘๘
หนังสือขอความอนุเคราะห์ให้แจกแบบสอบถามเก็บข้อมูลเพื่อทำวิทยานิพนธ์	๙๑
ประวัติผู้วิจัย	๙๒

สารบัญตาราง

เรื่อง		หน้า
ตารางที่ ๑	จำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม	๖๒
ตารางที่ ๒	ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความเปลี่ยนแปลงทางเขาวนอารมณ์ของผู้ปฏิบัติธรรมตามหลักสติปัฏฐาน ๔ สายพอง ยุบ ของคะแนนเขาวนอารมณ์ก่อนและหลังปฏิบัติในด้าน ดี	๖๓
ตารางที่ ๓	ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความเปลี่ยนแปลงทางเขาวนอารมณ์ของผู้ปฏิบัติธรรมตามหลักสติปัฏฐาน ๔ สายพอง ยุบ ของคะแนนเขาวนอารมณ์ก่อนและหลังปฏิบัติในด้าน เก่ง	๖๕
ตารางที่ ๔	ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความเปลี่ยนแปลงทางเขาวนอารมณ์ของผู้ปฏิบัติธรรมตามหลักสติปัฏฐาน ๔ สายพอง ยุบ ของคะแนนเขาวนอารมณ์ก่อนและหลังปฏิบัติในด้าน สุข	๖๗
ตารางที่ ๕	ผลการวิเคราะห์ความเปลี่ยนแปลงทางด้านเขาวนอารมณ์ของผู้ปฏิบัติธรรมสายพอง ยุบ เปรียบเทียบความเปลี่ยนแปลงของเขาวนอารมณ์ของผู้ปฏิบัติธรรมก่อน และหลังการปฏิบัติธรรม	๖๙