

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	ง
สารบัญตาราง	ฉ
สารบัญแผนภูมิ	ช
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ซ
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ที่มาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์	๓
๑.๓ ขอบเขตของการวิจัย	๓
๑.๔ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๓
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะ	๓
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๔
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๙
๑.๘ ประโยชน์ที่ได้รับ	๑๐
บทที่ ๒ ภาวะตื่นรู้ในพระพุทธศาสนา	๑๑
๒.๑ แนวคิดเกี่ยวกับภาวะตื่นรู้	๑๒
๒.๑.๑ ความหมายของภาวะตื่นรู้	๑๓
๒.๑.๒ ไพบรณของคำว่า ตื่น	๑๔
๒.๑.๓ ไพบรณของคำว่า รู้	๑๕
๒.๒ ความสำคัญของภาวะตื่นรู้	๑๗
๒.๓ องค์ประกอบของการภาวะตื่นรู้	๑๘
๒.๓.๑ สติ : สติปัฏฐาน	๑๘
๒.๓.๒ สัมปชัญญะ : ปัญญา	๒๔
๒.๔ ลักษณะของบุคคลผู้มีจิตที่เข้าถึงภาวะตื่นรู้	๓๐

บทที่ ๓ หลักธรรมที่เกี่ยวกับภาวะตื่นรู้ในพระพุทธศาสนา	๓๔
๓.๑ ภาวะตื่นรู้ในแนวคิดทางพระพุทธศาสนา	๓๔
๓.๒ การพัฒนาภาวะตื่นรู้ในพระพุทธศาสนา	๓๙
๓.๓ หลักธรรมเกี่ยวกับการสร้างภาวะตื่นรู้	๔๖

สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง	หน้า
๓.๓.๑ อริยมรรค	๔๖
๓.๓.๒ ไตรสิกขา	๔๙
๓.๓.๓ ภาวนา ๔	๕๓
๓.๔ ประโยชน์ของภาวะตื่นรู้	๕๔
๓.๔.๑ ประโยชน์ในส่วนปัจเจกบุคคล	๕๕
๓.๔.๒ ประโยชน์ในส่วนรวม	๕๘

บทที่ ๔ การประยุกต์ใช้แนวคิดเรื่องภาวะตื่นรู้ในสังคมไทยปัจจุบัน	๖๐
๔.๑ สังคมแห่งการตื่นรู้	๖๐
๔.๒ การประยุกต์ใช้แนวคิดเรื่องภาวะตื่นรู้ในสังคมไทย	๖๔
๔.๓.๑ การประยุกต์ใช้เพื่อตนเอง	๖๔
๔.๓.๒ การประยุกต์ใช้เพื่อการทำงาน	๖๕
๔.๓.๓ การประยุกต์ใช้เพื่อการปฏิบัติธรรม	๖๖

บทที่ ๕ สรุปและข้อเสนอแนะ	๗๑
๕.๑ บทสรุป	๗๑
๕.๑.๑ แนวคิดเกี่ยวภาวะตื่นรู้	๗๒
๕.๑.๒ หลักธรรมที่เกี่ยวกับภาวะตื่นรู้ในพระพุทธศาสนา	๗๓
๕.๑.๓ การประยุกต์ใช้แนวคิดเรื่องภาวะตื่นรู้ในสังคมไทยปัจจุบัน	๗๔
๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๗๕
๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะทั่วไป	๗๕
๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการทบทวนครั้งต่อไป	๗๖

บรรณานุกรม	๗๗
ประวัติผู้ทำวิจัย	๘๒