



ศึกษาแนวทางการฝึกอานาปานสติเพื่อส่งเสริมการเล่นเทนนิส

A STUDY OF PRACTICING ĀNĀPĀNASATI IN ORDER TO
ENHANCE PLAYING PERFORMANCE DURING TENNIS

นางสาวพรอมรินทร์ อุทัยสมบัติ

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพุทธศาสตร์และศิลปะแห่งชีวิต
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๕



ศึกษาแนวทางการฝึกอานาปานสติเพื่อส่งเสริมการเล่นเทนนิส

นางสาวพรอมรินทร์ อุทัยสมบัติ

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพุทธศาสตร์และศิลปะแห่งชีวิต
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๕

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



**A STUDY OF PRACTICING ĀNĀPĀNASATI IN ORDER TO
ENHANCE PLAYING PERFORMANCE DURING TENNIS**

Miss Phorn-amarin Uthaisombut

**A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
The Requirement for The Degree of
Master of Arts
(Buddhism and Arts of Life)**

**Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
Bangkok, Thailand
C.E. 2012**



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัย เรื่อง
“ศึกษาแนวทางการฝึกอานาปานสติเพื่อส่งเสริมการเล่นเทนนิส” เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสตร์และศิลปะแห่งชีวิต

.....
(พระสุธีธรรมานุวัตร, ผศ.ดร.)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์ประธานกรรมการ
(พระมหาสมบุญ ภูษิติกโร, ดร.)

.....กรรมการ
(พระสุธีธรรมานุวัตร, ผศ.ดร.)

.....กรรมการ
(ดร.ประพันธ์ ศุภษร)

.....กรรมการ
(ผศ.รังษี สุทนต์)

.....กรรมการ
(ผศ.ดร.เจียงชัย หมื่นชนะ)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ พระ	สุธีธรรมานุวัตร, ผศ.ดร.	ประธานกรรมการ
	ดร.ประพันธ์ ศุภษร	กรรมการ
	ผศ.รังษี สุทนต์	กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย

.....

นางสาวพรอมรินทร์ อุตัยสมบัติ