

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	(ก)
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	(ค)
กิตติกรรมประกาศ	(จ)
สารบัญ	(ฉ)
สารบัญแผนภาพ	(ญ)
คำอธิบายสัญลักษณ์และบทคัดย่อ	(ฎ)
 บทที่ ๑ บทนำ	 ๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๓
๑.๓ ขอบเขตการวิจัย	๓
๑.๔ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๓
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๔
๑.๖ ทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๔
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๑๒
๑.๘ กรอบแนวคิดการวิจัย	๑๓
๑.๙ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๑๓
 บทที่ ๒ หลักธุดงค์วัตรที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท	 ๑๔
๒.๑ ความหมายของธุดงค์	๑๔
๒.๒ ความเป็นมาของธุดงค์วัตร	๑๗
๒.๓ ประเภทของธุดงค์	๑๘
๒.๓.๑ ปังสุกุลิ๊งคะ	ใช้เพียงผ้าบังสุกุลเป็นวัตร ๑๙
๒.๓.๒ เตจวิริ๊งคะ	ใช้เพียงผ้าไตรจีวรเป็นวัตร ๒๕
๒.๓.๓ ปิณทิจาติ๊งคะ	เที่ยวบิณฑบาตเป็นวัตร ๒๘
๒.๓.๔ สปะทานจาริ๊งคะ	เที่ยวบิณฑบาตตามลำดับบ้านเป็นวัตร ๓๓
๒.๓.๕ เอกาสนิ๊งคะ	นั่งฉัน ณ อาสนะเดียวเป็นวัตร ๓๖
๒.๓.๖ ปัตตปิณทิจิ๊งคะ	ฉันเฉพาะในบาตรเป็นวัตร ๓๙

๒.๓.๗	ขลุ่ปัจฉาภัตติกังคะ	ห้ามภัตตอาหารอันนำมาถวายเมื่อภายหลังเป็นวัตร	๔๒
๒.๓.๘	อารัญญิกังคะ	อยู่ป่าเป็นวัตร	๔๕
๒.๓.๙	รุกขมุลิกังคะ	อยู่โคนไม้เป็นวัตร	๔๙
๒.๓.๑๐	อัพโภกาสิกังคะ	อยู่ในที่แจ้งเป็นวัตร	๕๒
๒.๓.๑๑	โสสานิกังคะ	อยู่ป่าช้าเป็นวัตร	๕๕
๒.๓.๑๒	ยถาสันถติกังคะ	อยู่ในเสนาสนะอันท่านจัดให้อย่างไรเป็นวัตร	๕๘
๒.๓.๑๓	เนสัชชิกังคะ	การนั่งเป็นวัตร	๖๒
๒.๔	องค์คุณแห่งรุดงค์ ๑๓		๖๖
๒.๕	อานิสงส์ของรุดงค์ ๑๓		๖๗
๒.๕.๑	ระดับเบื้องต้น		๖๗
๒.๕.๒	ระดับเบื้องสูง		๖๘
๒.๖	คุณสมบัติของบุคคลเกี่ยวกับการสมาทานรุดงค์		๗๐
๒.๖.๑	บุคคลที่สมควรสมาทานรุดงค์		๗๐
๒.๖.๒	บุคคลที่ไม่สมควรสมาทานรุดงค์		๗๐
๒.๗	บทสรุป		๗๒

บทที่ ๓	การปฏิบัติรุดงค์วัตรของพระพุทธสาวกในครั้งพุทธกาล	๗๓
๓.๑	การปฏิบัติรุดงค์วัตรหนึ่งข้อ	๗๓
๓.๑.๑	พระอัญญาโกณฑัญญะ	๗๓
๓.๑.๒	พระอนุรุทธเถระ	๗๗
๓.๑.๓	พระเรวตขทิวรนิยเถระ	๘๒
๓.๒	การปฏิบัติรุดงค์วัตรสองข้อ	๘๖
๓.๒.๑	พระพากุลเถระ	๘๖
๓.๒.๒	พระสุภูติเถระ	๘๙
๓.๓	การปฏิบัติรุดงค์วัตรสามข้อ	๙๒
๓.๓.๑	พระมหากัสสปเถระ	๙๒
๓.๔	การปฏิบัติรุดงค์วัตรสี่ข้อ	๙๘
๓.๔.๑	พระอุปเสนเถระ	๙๙
๓.๔.๒	พระปุลณมณตานีบุตรเถระ	๑๐๒
๓.๕	บทสรุป	๑๐๖

บทที่ ๔ การประยุกต์ใช้ธุดงค์วัตรในการดำเนินชีวิตในสังคมปัจจุบัน	๑๐๘
๔.๑ สาเหตุของการไม่ปฏิบัติธุดงค์วัตร	๑๐๘
๔.๑.๑ ใช้เพียงผ้าบังสุกุลเป็นวัตร	๑๐๘
๔.๑.๒ ใช้เพียงผ้าไตรจีวรเป็นวัตร	๑๐๙
๔.๑.๓ เที่ยวบิณฑบาตเป็นวัตร	๑๐๙
๔.๑.๔ เที่ยวบิณฑบาตตามลำดับบ้านเป็นวัตร	๑๑๐
๔.๑.๕ นั่งฉัน ณ อาสนะเดียวเป็นวัตร	๑๑๐
๔.๑.๖ ฉ้นเฉพาะในบาตรเป็นวัตร	๑๑๑
๔.๑.๗ ห้ามภักตอาหารอันนำมาถวายเมื่อภายหลังเป็นวัตร	๑๑๑
๔.๑.๘ อยู่ป่า อยู่โคนต้นไม้และอยู่ป่าช้าเป็นวัตร	๑๑๑
๔.๑.๙ อยู่ในที่แจ้งเป็นวัตร	๑๑๒
๔.๑.๑๐ อยู่ในเสนาสนะตามที่ท่านจัดให้อย่างไรเป็นวัตร	๑๑๒
๔.๑.๑๑ นั่งเป็นวัตร	๑๑๓
๔.๒ คุณค่าของธุดงค์วัตรสำหรับบรรพชิต	๑๑๔
๔.๒.๑ ธุดงค์วัตรหลักการของความเป็นผู้สันโดษในปัจจุบัน ๔	๑๑๔
๔.๒.๒ ธุดงค์วัตรเป็นเอกลักษณ์ของพระกรรมฐาน	๑๑๖
๔.๒.๓ ธุดงค์วัตรข้อปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรม	๑๑๙
๔.๓ การประยุกต์ใช้ธุดงค์วัตรในการดำเนินชีวิตสำหรับคฤหัสถ์	๑๒๒
๔.๓.๑ เครื่องนุ่งห่ม	๑๒๒
๔.๓.๒ อาหาร	๑๒๓
๔.๓.๓ ที่อยู่อาศัย	๑๒๕
๔.๓.๔ ยารักษาโรค	๑๒๖
๔.๔ บทสรุป	๑๒๘
บทที่ ๕ สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	๑๒๙
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๑๒๙
๕.๑.๑ หลักการของธุดงค์วัตรที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท	๑๒๙
๕.๑.๒ แนวทางการปฏิบัติตามหลักธุดงค์วัตรของพระสาวกในครั้งพุทธกาล	๑๓๐
๕.๑.๓ การประยุกต์ใช้ธุดงค์วัตรในการดำเนินชีวิตในสังคมปัจจุบัน	๑๓๑

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

๑๓๓

๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

๑๓๓

๕.๒.๓ ข้อเสนอแนะการวิจัยครั้งต่อไป

๑๓๓

บรรณานุกรม

๑๓๕

ประวัติผู้วิจัย

๑๔๐