

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
กิตติกรรมประกาศ	จ
สารบัญ	ฉ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ฎ
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๔
๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๔
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๔
๑.๕ คำนิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๕
๑.๖ ทบทวนเอกสารและรายงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๖
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๑๐
๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๑๑
บทที่ ๒ หลักการของกสิณในพระพุทธศาสนาเถรวาท	๑๒
๒.๑ ความเป็นมาของการเจริญสมาธิภาวนา	๑๒
๒.๒ ความเป็นมาของกสิณในพระพุทธศาสนา	๑๖
๒.๓ คำนิยามและความหมาย	๑๙
๒.๓.๑ ความหมายของคำว่าการพัฒนาจิต	๑๙
๒.๓.๒ ความหมายของคำว่ากสิณ	๒๑
๒.๓.๓ ประเภทของกสิณ	๒๓
๒.๔ ความสำคัญของกสิณ ๑๐	๒๖
๒.๕ คุณลักษณะพิเศษของกสิณ ๑๐	๒๘

๒.๖	อานุภาพแห่งการเจริญกุศล ๑๐	๒๙
๒.๗	คุณสมบัติของผู้ฝึกกุศล	๓๒
๒.๘	คุณลักษณะและความสำคัญของจิตต่อกรรมฐาน	๓๕
๒.๘.๑	ความหมายและความสำคัญของจิต	๓๕
๒.๘.๒	กรรมฐานที่เหมาะสมกับจิต	๓๗
๒.๘.๓	หลักการพิจารณาจิตของบุคคล	๔๐
๒.๙	บุพเพกัมมปัจจัยของผู้ที่จะเข้าฝึกเจริญกุศลภาวนา	๔๔
๒.๙.๑	ตั้งอยู่ในศีล	๔๕
๒.๙.๒	ตัดมหาปليโพธเครื่องกังวลใหญ่ ๑๐ ประการ	๔๖
๒.๙.๓	แสวงหากัลยาณมิตรที่มีความรู้ในการให้กรรมฐาน	๔๗
๒.๙.๔	รับและอบรมกรรมฐานที่เหมาะสมกับจิตของตน	๕๐
๒.๙.๕	เว้นจากสถานที่ที่เป็นโทษแก่การปฏิบัติโดยหาที่ที่เป็นสัปปายะ	๕๑
๒.๙.๖	อยู่ในสถานที่ที่สะดวกสบายแก่การปฏิบัติ	๕๒
๒.๙.๗	ตัดขุททกปليโพธเครื่องกังวลเล็กน้อย	๕๓
บทที่ ๓	วิธีการฝึกปฏิบัติกุศลในพระพุทธศาสนาเถรวาท	๕๕
๓.๑	ขั้นตอนการฝึกปฏิบัติเจริญกุศลภาวนา	๕๖
๓.๒	วิธีจัดการเกี่ยวกับนิมิตในการฝึกเพ่งกุศล	๗๑
๓.๓	วิธีรักษาปฏิภาคนิมิตที่ได้จากการฝึกกุศล	๗๕
๓.๔	การบำเพ็ญอัปปนาโกศล ๑๐	๘๒
๓.๕	วิธีการขยายปฏิภาคนิมิต	๘๔
๓.๖	ธรรมที่เป็นปัญหาและอุปสรรคต่อการฝึกเจริญกุศล	๘๕
๓.๗	วิธีฝึกจิตโดยการเพ่งกุศลเพื่อบรรลุรูปฌาน ๔	๙๗
๓.๗.๑	วิธีการฝึกปฏิบัติเพื่อบรรลุรูปฌาน	๙๙
๓.๗.๒	วิธีการฝึกปฏิบัติเพื่อให้เกิดขึ้นซึ่งทุติยฌาน	๑๐๓
๓.๗.๓	วิธีการปฏิบัติเพื่อให้เกิดขึ้นซึ่งตติยฌาน	๑๐๕
๓.๗.๔	วิธีการปฏิบัติเพื่อให้เกิดขึ้นซึ่งจตุตถฌาน	๑๐๖

๓.๘	วิธีการฝึกจิตเพื่อบรรลุรูปฌาน ๔	๑๐๗
๓.๘.๑	อากาสนัญญายตนฌาน	๑๐๘
๓.๘.๒	วิญญานัญญายตนฌาน	๑๑๐
๓.๘.๓	อากิญจัญญายตนฌาน	๑๑๒
๓.๘.๔	เนวสัญญานาสัญญายตนฌาน	๑๑๓
๓.๙	วิธีการฝึกเจริญฌานให้ชำนาญตามแนวทางแห่งกสิณภาวนา	๑๑๕
๓.๙.๑	วิธีการฝึกเข้าฌานโดยการทำวสีตามลักษณะอาการ ๑๔	๑๑๖
๓.๙.๒	วิธีการฝึกจิตเพื่อบริหารกายและจิตของผู้เจริญกสิณภาวนา	๑๑๘
๓.๑๐	วิธีการฝึกจิตเพื่อให้เกิดอภิญญาโดยใช้ฌานสมาธิจากการฝึกกสิณ ๑๐	๑๒๒
๓.๑๐.๑	วิธีการฝึกจิตเพื่อให้เกิดอิทธิวิธี	๑๒๔
๓.๑๐.๒	วิธีการฝึกจิตเพื่อให้เกิดทิพพโสต	๑๒๘
๓.๑๐.๓	วิธีการฝึกจิตเพื่อให้เกิดเจโตปริยญาณ	๑๒๙
๓.๑๐.๔	วิธีการฝึกจิตเพื่อให้เกิดปุพเพนิวาสานุสสติญาณ	๑๓๐
๓.๑๐.๕	วิธีการฝึกจิตเพื่อให้เกิดทิพพจักขุ	๑๓๒
๓.๑๑	ฌานสมาธิในฐานะเป็นบาทฐานในการเจริญวิปัสสนา	๑๓๓
๓.๑๑.๑	การฝึกกสิณเพื่อใช้ฌานเป็นบาทฐานในการเจริญวิปัสสนา	๑๓๔
๓.๑๑.๒	วิธีการใช้ฌานเป็นบาทฐานในการเจริญวิปัสสนา	๑๓๖
๓.๑๒	การเข้านิโรธสมาบัติ หรือสัญญาเวทยิตนิโรธ	๑๔๖

บทที่ ๔	วิเคราะห์ผลการฝึกพัฒนาจิตตามแนวกสิณในพระพุทธศาสนาเถรวาท	๑๕๐
๔.๑	ผลต่อคุณภาพชีวิตและบุคลิกภาพ	๑๕๐
๔.๒	สามารถทำฌานให้เกิดขึ้นได้	๑๕๕
๔.๓	เป็นวิธีการพักผ่อนอย่างสบายในปัจจุบัน	๑๕๙
๔.๔	เป็นบาทฐานแห่งอภิญญา	๑๖๒
๔.๕	เป็นบาทฐานในการเจริญวิปัสสนา	๑๖๓
๔.๖	ทำให้ได้ภวิเศษ	๑๖๕
๔.๗	ฌานจากการฝึกกสิณสามารถทำให้สิ้นอาสวะได้	๑๗๐
๔.๘	ทำให้เข้านิโรธสมาบัติได้	๑๗๖

๔.๙ ผลของการเจริญวิปัสสนาโดยอาศัยฉันทาจากการฝึกกสิณ	๑๗๘
๔.๑๐ ประวัติและวิธีการเจริญกสิณภาวนาของพระสาวกที่สำคัญ	๑๘๐
บทที่ ๕ สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ	๑๙๐
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๑๙๐
๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๒๐๒

บรรณานุกรม

ประวัติผู้วิจัย