

สารบัญตาราง

| ตารางที่ |                                                                      | หน้า |
|----------|----------------------------------------------------------------------|------|
| ๒.๑      | ความแตกต่างระหว่างจิตที่พัฒนาและจิตที่ไม่ได้พัฒนาด้วยวิปัสสนากรรมฐาน | ๕๕   |
| ๓.๑      | วิปัสสนาวงศ์                                                         | ๖๕   |
| ๔.๑      | วิเคราะห์เปรียบเทียบวิธีในมหาสติปัฏฐานสูตรกับแบบพองหนอยุบหนอ         | ๑๔๘  |