

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	ง-ฉ
สารบัญแผนภาพ	ช
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ซ-ญ
 บทที่ ๑ บทนำ	
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๘
๑.๓ ขอบเขตของการวิจัย	๘
๑.๔ ทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๘
๑.๕ วิธีดำเนินการวิจัย	๓๐
๑.๖ คำจำกัดความของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย	๓๑
๑.๗ ประโยชน์ที่จะได้รับจากการวิจัย	๓๒
 บทที่ ๒ แนวคิดการพัฒนาเพื่อการก้าวข้ามพ้นตัวตน	
๒.๑ แนวคิดพื้นฐานในการพัฒนาตน	๓๓
๒.๑.๑ ความหมายและความสำคัญของการพัฒนาตน	๓๓
๒.๑.๒ การพัฒนาตนแนวพระพุทธศาสนา	๓๔
๒.๑.๓ การพัฒนาตนแนวตะวันตก	๓๕
๒.๒ การก้าวข้ามพ้นตัวตนแนวพระพุทธศาสนา	๔๔
๒.๒.๑ ความหมาย	๔๔
๒.๒.๒ หลักธรรมที่ควรศึกษา	๔๖
๒.๒.๓ วิธีเตรียมตัวเพื่อการก้าวข้ามพ้นตัวตน	๕๓
๒.๒.๔ หลักการปฏิบัติเพื่อก้าวข้ามพ้นตัวตน	๕๖

๒.๓ การก้าวข้ามพ้นตัวตนแนวทฤษฎีตะวันตก	๖๒
๒.๓.๑ จิตวิทยาการก้าวข้ามพ้นตัวตน (Transpersonal Psychology)	๖๒
๒.๓.๒ ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง	๖๖

บทที่ ๓ แนวทางพัฒนาเพื่อก้าวข้ามพ้นตัวตน ตามหลักโพรปักยิยธรรม ๓๗

๓.๑ หลักการปฏิบัติเบื้องต้นเพื่อก้าวข้ามพ้นตัวตน	๙๖
๓.๑.๑ แนวทางเรื่องกัลยาณมิตร	๙๗
๓.๑.๒ ปลิโพธ ๑๐	๑๐๐
๓.๑.๓ จริต ๖	๑๐๒
๓.๑.๔ สัมปายะ	๑๐๓
๓.๒ หลักธรรมที่สนับสนุนและเป็นปฏิกิริยาในการพัฒนาปัญญา	๑๐๔
๓.๒.๑ หลักธรรมที่สนับสนุน	๑๐๔
๓.๒.๒ หลักธรรมที่เป็นปฏิกิริยา	๑๑๗
๓.๓ หลักการพิจารณาในการปฏิบัติเพื่อพัฒนาปัญญา	๑๒๒
๓.๓.๑ การปรับอินทรีย์ให้สมดุล	๑๒๒
๓.๓.๒ การกำหนดรู้อารมณ์ในการพัฒนาปัญญา	๑๒๕
๓.๔ แนวทางปฏิบัติตามหลักโพรปักยิยธรรม ๓๗	๑๒๘
๓.๕ ผลของการพัฒนาปัญญาเพื่อก้าวข้ามพ้นตัวตน	๑๕๐

บทที่ ๔ วิเคราะห์ผลการวิจัยและสร้างรูปแบบการพัฒนาการก้าวข้ามพ้นตัวตนตามแนว

พระพุทธศาสนาเถรวาท	๑๗๒
๔.๑ แนวคิดเรื่องการพัฒนาเพื่อก้าวข้ามพ้นตัวตนตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาท	๑๗๒
๔.๑.๑ ผลการพัฒนาทางกายและจิตภาพ	๑๗๔
๔.๑.๒ ระดับของเป้าหมายที่บรรลู่	๑๗๖
๔.๒ แนวคิดและวิธีการพัฒนาเพื่อก้าวข้ามพ้นตัวตน	๑๗๗
ตามทฤษฎีวิทยาการก้าวข้ามพ้นตัวตน	

๔.๒.๑ ผลการพัฒนาทางกายและจิตภาพ	๑๘๐
๔.๒.๒ ระดับของเป้าหมายที่บรรลุ	๑๘๑
๔.๓ วิธีการพัฒนาเพื่อก้าวข้ามพ้นตัวตนตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาท (หลักโพธิปักขิยธรรม ๓๗)	๑๘๔
๔.๓.๑ ผลการพัฒนาทางกายและจิตภาพ	๑๘๔
๔.๓.๒ ระดับของเป้าหมายที่บรรลุ	๑๘๕
๔.๔ รูปแบบการพัฒนาเชิงบูรณาการ เพื่อก้าวข้ามพ้นตัวตนโดยอาศัยหลักการ ทางพระพุทธศาสนาเถรวาทเป็นฐาน	
๔.๔.๑ รูปแบบการพัฒนาเชิงบูรณาการมีพุทธธรรมเป็นฐาน	๑๕๐
๔.๔.๒ การพัฒนาเพื่อก้าวข้ามพ้นตัวตนในระดับโลกียะ	๑๕๓
๔.๔.๓ การพัฒนาเพื่อก้าวข้ามพ้นตัวตนในระดับโลกุตตระ	๑๕๔
๔.๔.๔ ผลการพัฒนาทางกายและจิตภาพ	๒๐๑
๔.๔.๕ ระดับของเป้าหมายที่บรรลุ	๒๐๓
๔.๕ สรุป	๒๐๘
บทที่ ๕ สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๒๑๐
๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๒๑๒
๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะเพื่อนำผลการศึกษาไปใช้	๒๑๒
๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป	๒๑๒
บรรณานุกรม	๒๑๓
ประวัติผู้วิจัย	

สารบัญแผนภาพ	หน้า
แผนภาพที่ ๑ : แสดงรูปแบบการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม	๔๓
แผนภาพที่ ๒ :สรุปแนวคิดนักจิตวิทยาก้าวข้ามพ้นตัวตน	๕๔
แผนภาพที่ ๓ :แสดงความสัมพันธ์แห่งโพธิปักขิยธรรม ๓๗	๑๔๖
แผนภาพที่ ๔ : แสดงแนวการปฏิบัติเพื่อการก้าวข้ามพ้นตามโพธิปักขิยธรรม ๓๗	๑๔๗
แผนภาพที่ ๕ : แสดงหลักไตรสิกขาสัมพันธ์กับศีล สมาธิและปัญญา	๑๗๒
แผนภาพที่ ๖ : แสดงลำดับเหตุผลพัฒนาการทางกายและจิตภาพ	๑๗๖
แผนภาพที่ ๗ : แสดงความสัมพันธ์ระหว่างข้อธรรมในโพธิปักขิยธรรม ๓๗	๑๕๑
แผนภาพที่ ๘ : แสดงความสัมพันธ์ของแนวคิดจิตวิทยากับการปฏิบัติโพธิปักขิยธรรม ๓๗	๑๕๒
แผนภาพที่ ๙ : แสดงวิธีปฏิบัติบูรณาการเพื่อก้าวข้ามพ้นตัวตนแนวตะวันตกกับ พระพุทธศาสนา ๒๐๐	
แผนภาพที่ ๑๐ : แสดงระดับเป้าหมายที่บรรลุในการพัฒนา เพื่อก้าวข้ามพ้นตัวตนแนว พระพุทธศาสนาเถรวาท	๒๐๗