

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ง
สารบัญ	จ
สารบัญภาพ	ช
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ซ
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๓
๑.๓ ขอบเขตของการวิจัย	๓
๑.๔ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๔
๑.๕ ทบทวนเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๕
๑.๖ วิธีดำเนินการวิจัย	๑๒
๑.๗ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๑๓
บทที่ ๒ หลักและวิธีการปฏิบัติธรรมของศูนย์ปฏิบัติธรรมสวนเวฬุวัน	๑๔
๒.๑ ประวัติความเป็นมาและความสำคัญของศูนย์ปฏิบัติธรรมสวนเวฬุวัน	๑๔
๒.๑.๑ ผลงานเด่นของศูนย์ปฏิบัติธรรมสวนเวฬุวัน	๑๖
๒.๑.๒ การเผยแผ่ศาสนา	๑๕
๒.๑.๓ โครงการอบรม	๑๕
๒.๑.๔ ผลการดำเนินงานในอดีตสู่ปัจจุบัน	๒๐
๒.๑.๕ สภาพปัจจุบัน	๒๑
๒.๒ หลักและวิธีการปฏิบัติธรรมของศูนย์ปฏิบัติธรรมสวนเวฬุวัน	๒๓
๒.๒.๑ ขั้นตอนในการสอนปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน	๒๔
๒.๒.๒ แนวทางการปฏิบัติกายนุปัสสนาสติปัฏฐาน	๒๔
๒.๒.๓ แนวทางการปฏิบัติเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๓๑

๒.๒.๔ แนวทางการปฏิบัติจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๓๒
๒.๒.๕ แนวทางการปฏิบัติธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๓๒
๒.๒.๖ หลักธรรมที่ใช้ขณะกำลังปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน	๓๔
๒.๓ รูปแบบการอบรมวิปัสสนากรรมฐานของศูนย์ปฏิบัติธรรมสวนเวฬุวัน	๓๕
๒.๔ กฎระเบียบของผู้เข้ามาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน	๓๓
๒.๕ การจำแนกผู้เข้ามาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน	๓๘
๒.๖ สรุป	๔๑
บทที่ ๓ ศึกษาการปฏิบัติธรรมตามแนวของศูนย์ปฏิบัติธรรมสวนเวฬุวัน	
กับการพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขาของชาวพุทธ	๔๓
๓.๑ การปฏิบัติธรรมตามแนวทางศูนย์ปฏิบัติธรรมสวนเวฬุวันสอดคล้องกับหลักไตรสิกขา	๔๓
๓.๒ วิธีการปฏิบัติตามไตรสิกขาของศูนย์ปฏิบัติธรรมสวนเวฬุวัน	๔๕
๓.๓ ผลการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของชาวพุทธที่มีต่อการพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขาของศูนย์ปฏิบัติสวนเวฬุวัน	๔๘
๓.๓.๑ ผลในด้านการพัฒนากาย	๕๐
๓.๓.๒ ผลในด้านการพัฒนาศีล	๕๑
๓.๓.๓ ผลในด้านการพัฒนาจิต	๕๒
๓.๓.๔ ผลในด้านการพัฒนาปัญญา	๕๓
๓.๓.๕ ปัญหาและอุปสรรค	๖๕
๓.๓.๖ วิธีการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค	๖๖
๓.๔ สรุป	๖๘
บทที่ ๔ สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ	๗๐
๔.๑ สรุปผลการวิจัย	๗๐
๔.๒ ข้อเสนอแนะ	๗๓
บรรณานุกรม	๗๔
ภาคผนวก ก	๘๐
ภาคผนวก ข	๘๕
ประวัติผู้วิจัย	๙๓

สารบัญภาพ

ภาพที่

หน้า

๑) ภาพแสดงที่ตั้งอาคารของศูนย์ปฏิบัติการธรรมสวนเวฬุวัน

๒๓