

ชีวิตไม่ใช่ของเล่น

จงอย่าทำเล่นเล่นกับชีวิต

294.3444
ธ37ช
2554
ฉ.1

ธีรยุทธ เวชเจริญยิ่ง

สารบัญ

คำนำ	๗
คำบรรยาย	๑๙
ละบาปกุศล	๒๔
ทำกุศลให้ถึงพร้อม	๒๖
ทำจิตให้ผ่องใส	๒๘
เป้าหมายสูงสุด	๓๐
ปัญญาอันยิ่ง	๓๒
การเจริญสมณะ	๓๔
ความรู้เกี่ยวกับการเจริญสมณะ	๓๘
ความรู้เกี่ยวกับการเจริญวิปัสสนา	๔๐
บุคคลประเภทใด	๔๕
ควรศึกษาเรื่องอะไร	๔๖
ปัญญา ๓ ระดับ	๔๗
การรู้ ๓ ระดับ	๔๘
กุศลในพุทธศาสนา	๕๐

ควรจะรู้อะไรเกี่ยวกับทุกข์	๕๑
ความเข้าใจในหลักก่อนปฏิบัติ	๕๔
การเจริญวิปัสสนา	๖๑
คตินึกกับรู้สึก	๖๓
ความรู้สึก	๖๖
สมณะที่ใช้คตินึก	๖๙
รู้เชิงสมณะกับวิปัสสนา	๗๑
สมณะจะรู้อย่างไร	๗๑
สมณะมุ่งเพื่อจิตสงบ	๗๓
นิวรรณ์ ๕	๗๔
คำอุปมานิวรรณ์ ๕	๗๖
วิปัสสนาจะรู้อย่างไร	๗๘
อานิสงส์วิปัสสนา	๘๒
ความรู้สึกเป็นอย่างไร	๘๕
ความรู้สึกทางกาย	๘๗
ความรู้สึกทางใจ	๙๖
บัญญัติกับปรมัตต์	๙๙
บัญญัติธรรม	๑๐๐
ปรมัตตธรรม	๑๐๒
การเจริญสติรู้กายรู้ใจ	๑๐๕

จบที่ไหน	๑๑๔
อริยสัจ ๔	๑๑๙
กิจหน้าที่อันพึงมีต่ออริยสัจ ๔	๑๒๒
การรู้ทุกข์	๑๒๓
อุปมาอริยสัจ ๔	๑๒๕
ปฏิบัติธรรมนั้นไม่ยาก	๑๓๐
เมื่อไหร่กิเลสจะหมด	๑๓๕
ชั้น ๕	๑๓๗
รู้ก่อนปฏิบัติ	๑๔๕
วิหารธรรม	๑๔๘
การเดินจงกรม	๑๕๒
รู้ลมหายใจ	๑๕๘
รู้ท้องพอง-ยุบ	๑๖๒
รู้อริยาบถนอน	๑๖๕
รู้จิต	๑๖๘
การรู้ของจิต ๔ แบบ	๑๗๒
ฝึกรู้กายใจ ในเบื้องต้น	๑๗๖
ไม่เพียรและไม่พัก	๑๗๘
แปลกแต่จริง	๑๘๐
อย่างน้อยใจ	๑๘๔

เพลงบ่อยจัง	๑๘๕
ไม่นิ่งไม่สงบ	๑๘๖
ทำไมไม่ก้าวหน้า	๑๘๗
หลักก้าวหน้า ๓ ประการ	๑๙๐
ช่วงคำถาม	๑๙๒
อุบายว่ายนน้ำเป็น	๒๐๑
อุบายได้วิตามินซี	๒๐๒
ต้องมีสติ	๒๐๕
พุทโธใจรู้ พุทโธใจ	๒๐๗
รู้อย่างไรในห้องน้ำ	๒๑๓
เพลงสติเป็นอาจิณ	๒๑๗
บทเพลงแค่รู้แค่ดู	๒๑๙
สติ สมาริ ปัญญา	๒๒๒
คู่ชีวิต	๒๒๖
โรงแรมโลกมนุษย์	๒๓๑
กตัญญู กตเวที	๒๓๓
บทเพลงแอบเปิ้ล	๒๓๖
ของมีค่ามักไม่มีราคา	๒๓๘
สิ่งที่น่าเสียดายในชีวิต	๒๔๐
ของฝากจากผู้เขียน	๒๔๓