



เมื่อนางพ้อจักษุ 
สอนกรรมฐาน

ฉบับปรับปรุงเพิ่มเนื้อหา พิมพ์ครั้งที่ 2

ฉบับสติปัญญา

๕

ภาคปฏิบัติ 
และสอบอารมณ์



สารบัญ

กบฏ

- ๕ ประวัติ พระธรรมสิงหบุราจารย์ (จรัญ ฐิตธมฺโม)
- ๑๑ คำนิยม ศาสตราจารย์ ดร.นพ. ประสาน ต่างใจ
- ๑๒ สารสั้น จากบรรณาธิการ
- ๑๓ คำนำ
- ๑๔ สารบัญ
- ๑๗ การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานสติปัฏฐาน ๔
- ๓๖ สติปัฏฐาน ๔
- ๔๘ วิปัสสนากรรมฐาน
- ๕๓ วิธีปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน
- ๑๗๔ สรุปรายขั้นตอนการปฏิบัติ (ยืน-เดิน-นั่ง-นอน)
- ๑๘๖ สรุปการกำหนดต่างๆ
- ๑๙๑ อริยสัจ ๔
- ๒๐๓ ชั้น ๕ และอายตนะ (อารมณ์ของวิปัสสนา)
- ๒๑๐ ภัยและอุปสรรคในการปฏิบัติ
- ๒๒๒ แนวปฏิบัติธรรม (วิปัสสนา)
- แนวโพธิปักขิยธรรม ๓๗
- ๒๒๙ เรียงธรรมจากหน้า ๔ แก้ว

- ๒๔๐ เก็บอารมณ์-ตอน ๑
- ๒๖๕ เก็บอารมณ์-ตอน ๒
- ๒๘๙ สติปัญญา ๔ ภาคปฏิบัติ
- ๓๐๖ วิธีสอบอารมณ์
- ๓๓๕ คำสอน ของพระธรรมสิงหบุราจารย์
(หลวงพ่อรัญ จิตธมฺโม)
- ๓๔๒ สติปัญญา ๔ ปิดอบายภูมิได้
- ๓๕๔ ประวัติ ศาสตราจารย์ ดร.นพ.ประสาน ต่างใจ
- ๓๖๓ ภาคผนวก ก
- คิริมานนทสูตร
 - ทสพลญาณ
 - นิรยภูมิ หรือ นรก
 - เปรต
 - อสุรกาย
 - สัตว์เดรัจฉาน
 - สวรรค์และพรหม, กัป หรือ กัลป์
- ๔๙๕ ภาคผนวก ข - คำศัพท์น่ารู้
- ๕๑๖ เอกสารอ้างอิง
- ท้ายเล่ม แผนที่และการเดินทางไปวัดอัมพวัน
รายชื่อผู้สร้างหนังสือ