



294.3444

ส463ก

2554

จ.1

ภาควิชาการศึกษาศาสนาและวัฒนธรรม มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ภาควิชาการศึกษาศาสนาอินทรียสังวร

สุภีร์ ทุบตอง

สารบัญ

บทคัดย่อภาษาไทย	๑๖
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ (Abstract)	๑๘
บทที่ ๑ บทนำ	๒๒
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๒๓
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๒๕
๑.๓ คำจำกัดความของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย	๒๖
๑.๔ ทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๒๗
๑.๕ ขอบเขตของการวิจัย	๓๔
๑.๖ วิธีดำเนินการวิจัย	๓๔
๑.๗ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๓๔

บทที่ ๒ ความหมายและความสำคัญ

ของอินทริยสังวรในพระพุทธศาสนาเถรวาท

๓๖

๒.๑ ความหมายของอินทริยสังวร

๓๗

๒.๑.๑ ความหมายของคำว่า อินทริย ตามรูปศัพท์บาลีและพระพุทธพจน์

๓๗

๒.๑.๒ ความหมายของคำว่า สังวร ตามรูปศัพท์บาลีและพระพุทธพจน์

๔๗

๒.๑.๓ ความหมายจากคัมภีร์อรรถกถา

๖๓

๒.๑.๔ ความหมายจากนักปราชญ์ต่างๆ

๗๑

๒.๒ ความสำคัญของอินทริยสังวร

๘๒

๒.๒.๑ ความสำคัญต่อการดำรงชีวิตประจำวัน

๘๓

๒.๒.๒ ความสำคัญต่อการปฏิบัติธรรมเพื่อความหลุดพ้น

๑๐๗

๒.๒.๓ ประโยชน์ของการมีอินทริยสังวร

๑๑๘

๒.๒.๓.๑ สำหรับบุคคลทั่วไป

๑๑๘

๒.๒.๓.๒ สำหรับพระภิกษุสามเณรและบรรพชิต

๑๒๔

๒.๒.๔ โทษของการขาดอินทริยสังวร

๑๓๓

๒.๒.๔.๑ สำหรับบุคคลทั่วไป

๑๓๓

๒.๒.๔.๒ สำหรับพระภิกษุสามเณรและบรรพชิต

๑๓๔

๒.๒.๔.๓ การเกิดในอบายภูมิ

๑๔๔

บทที่ ๓ วิธีปฏิบัติอินทริยสังวรและหลักกรรมที่เกี่ยวข้อง	๑๕๐
๓.๑ กระบวนการทำงานของอินทริยสังวร	๑๕๑
๓.๑.๑ กระบวนการรับรู้อารมณ์ทางทวาร ๖	๑๕๑
๓.๑.๒ การปฏิบัติอินทริยสังวร	๑๖๒
๓.๑.๒.๑ อินทริยสังวรอันยอดเยี่ยมในอริยวินัย	๑๖๒
๓.๑.๒.๒ อินทริยสังวรของพระเสขะและพระอเสขะ	๑๖๗
๓.๑.๒.๓ องค์ธรรมหลักที่ใช้ในการปฏิบัติ	๑๖๙
๓.๑.๒.๔ อุบายและวิธีประกอบการฝึกอินทริยสังวร	๑๗๙
(๑) การปฏิบัติกรรมฐาน	๑๘๐
(๒) ไม่ถือโดยนิमितและอนุพยัญชนะ	๑๘๘
(๓) เลือกอารมณ์	๑๘๙
(๔) หลบหลีกอารมณ์	๑๙๓
(๕) เเพชญ์หน้าอย่างมีสติ	๑๙๔
(๖) เเพชญ์หน้าเอาชนะอารมณ์	๑๙๖
(๗) ปฏิบัติตามวินัยโดยเคร่งครัด	๑๙๘
(๘) โยนิโสมนสิการ	๒๐๑
(๙) ปิดทวาร	๒๐๒
(๑๐) สักแต่ว่ารู้	๒๐๓
(๑๑) การตัดเดือนตนเอง	๒๐๔
(๑๒) การทำกติกางานบางอย่าง	๒๐๖

๓.๑.๓ ตัวอย่างการปฏิบัติอินทริยสังวรในคัมภีร์	๒๐๘
๓.๑.๓.๑ บุคคลผู้ที่มีอินทริยสังวร	๒๐๙
๓.๑.๓.๒ บุคคลผู้ที่ไม่อินทริยสังวร	๒๑๓
๓.๒ อินทริยสังวรกับหลักธรรมที่เกี่ยวข้อง	๒๑๖
๓.๒.๑ อินทริยสังวรกับไตรสิกขา	๒๑๗
๓.๒.๒ อินทริยสังวรกับกระบวนการปฏิบัติธรรมอุปบาท	๒๒๐
๓.๒.๓ อินทริยสังวรกับสติปัญญา	๒๒๗
๓.๒.๔ อินทริยสังวรกับลำดับการปฏิบัติธรรมตามพระบาลี	๒๓๒
๓.๒.๕ อินทริยสังวรในหมวดธรรมอื่นๆ	๒๓๔

บทที่ ๔ วิธีนำแนวปฏิบัติ

และประยุกต์หลักอินทริยสังวรในสังคมไทยปัจจุบัน	๒๓๖
๔.๑ ปัญหาของการขาดอินทริยสังวร	๒๓๗
๔.๑.๑ ทำให้มีกองทุกข์เกิดวนเวียนไปเรื่อยๆ ไม่สิ้นสุด	๒๓๙
๔.๑.๒ ทำให้เกิดความลำบากในการแสวงหากามคุณ	๒๔๐
๔.๑.๓ มีมากก็ยิ่งทุกข์มากและมีปัญหาสลับซับซ้อนตามมามาก	๒๔๑
๔.๑.๔ เกิดการแบ่งแยกและเห็นคนอื่นเป็นฝ่ายตรงข้าม	๒๔๓
๔.๑.๕ ไม่เกิดการศึกษาและแก้ปัญหามาไม่ได้จริง	๒๔๔

๔.๒ สาเหตุของการขาดอินทรีย์สังวร	๒๔๘
๔.๒.๑ ไม่รู้ความจริงของสิ่งทั้งปวง	๒๔๘
๔.๒.๒ ไม่รู้จักความสุขอย่างแท้จริง	๒๔๑
๔.๒.๓ ไม่ได้รับการพัฒนาจิต	๒๔๓
๔.๒.๔ ไม่มีหลักให้จิตยึด	๒๔๔
๔.๒.๕ การศึกษาที่มุ่งเน้นผิดทาง	๒๔๗
๔.๒.๖ สังคมและวัฒนธรรมที่ไม่เหมาะสม	๒๖๐
๔.๓ ผลกระทบของการขาดอินทรีย์สังวร	๒๖๖
๔.๔ แนวทางการพัฒนาอินทรีย์สังวร	๒๗๓
๔.๔.๑ การฝึกอินทรีย์สังวรทางทวารทั้ง ๖	๒๗๓
(๑) ทางตา	๒๗๔
(๒) ทางหู	๒๗๖
(๓) ทางจมูก	๒๗๗
(๔) ทางลิ้น	๒๗๗
(๕) ทางกาย	๒๗๘
(๖) ทางใจ	๒๗๙

๔.๔.๒ การฝึกเพื่อเตรียมพัฒนาอินทรีย์สังวร	๒๘๐
(๑) ฟังผู้รู้จริงให้เกิดความเข้าใจถูกต้อง	๒๘๑
(๒) สัมมาทิฏฐิเป็นหัวหน้าทำให้พัฒนาถูกทาง	๒๘๓
(๓) ให้รู้จักความสุขที่ควรกลัวและไม่ควรกลัว	๒๘๘
(๔) ปฏิบัติสมาธิภาวนาเพื่อพัฒนาจิต	๒๙๑
(๕) ให้การศึกษาที่ถูกต้อง	๒๙๓
(๖) ความเคยชินในแง่ดี	๒๙๗
(๗) ส่งเสริมวัฒนธรรมและสังคมที่ดีงาม	๓๐๐

บทที่ ๕ สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	๓๐๔
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๓๐๔
๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๓๒๑

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	๓๒๒
เชิงอรรถ	๓๒๘
บรรณานุกรม	๓๔๒
ประวัติผู้วิจัย	๓๔๘