



พุทธธรรม

ฉบับปรับปรุงขยาย



สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์
(ป. อ. ปยุตฺโต)

สารบัญบท

| | |
|---|-----|
| ความนำ: | ๑ |
| ภาค ๑ มัชฌิมนธรรมเทศนา | ๑๑ |
| <u>ตอน ๑: ชีวิต คืออะไร?</u> | |
| บทที่ ๑ ชั้น ๕ | ๑๓ |
| บทที่ ๒ อายุตนะ ๖ | ๒๘ |
| <u>ตอน ๒: ชีวิต เป็นอย่างไร?</u> | |
| บทที่ ๓ ไตรลักษณ์ | ๖๒ |
| <u>ตอน ๓: ชีวิต เป็นไปอย่างไร?</u> | |
| บทที่ ๔ ปฏิจจสมุปบาท | ๑๕๒ |
| บทที่ ๕ กรรม | ๒๓๕ |
| <u>ตอน ๔: ชีวิต ควรให้เป็นอย่างไร?</u> | |
| บทที่ ๖ วิชชา วิมุตติ วิสุทธิ สันติ นิพพาน | ๓๒๕ |
| บทที่ ๗ ประเภทและระดับ แห่งนิพพานและผู้บรรลุนิพพาน | ๓๘๕ |
| บทที่ ๘ ข้อควรทราบเพิ่มเติม เพื่อเสริมความเข้าใจ | ๔๒๖ |
| บทที่ ๙ หลักการสำคัญ ของการบรรลุนิพพาน | ๔๔๒ |
| บทที่ ๑๐ บทสรุป เรื่องเกี่ยวกับนิพพาน | ๔๘๗ |
| ภาค ๒ มัชฌิมาปฏิปทา | ๕๑๑ |
| <u>ตอน ๕: ชีวิต ควรเป็นอยู่อย่างไร?</u> | |
| บทที่ ๑๑ บทนำ ของมัชฌิมาปฏิปทา | ๕๑๓ |
| บทที่ ๑๒ บุพภาคของการศึกษา ๑: ปรัตติโยสเสที่ตี = กัลยาณมิตร | ๕๖๓ |
| บทที่ ๑๓ บุพภาคของการศึกษา ๒: โยนิโสมนสิการ | ๖๐๗ |
| บทที่ ๑๔ องค์ประกอบของมัชฌิมาปฏิปทา ๑: หมวดปัญญา | ๖๘๗ |
| บทที่ ๑๕ องค์ประกอบของมัชฌิมาปฏิปทา ๒: หมวดศีล | ๗๑๐ |
| บทที่ ๑๖ องค์ประกอบของมัชฌิมาปฏิปทา ๓: หมวดสมาธิ | ๗๕๔ |
| บทที่ ๑๗ บทสรุป: อริยสัจ ๔ | ๘๕๖ |

ภาค ๓ อารยธรรมวิถี

๘๗๕

ตอน ๖: ชีวิตที่ดี เป็นอย่างไร?

| | | |
|-----------------------------|---|------|
| บทที่ ๑๘ บทความประกอบที่ ๑: | ชีวิตและคุณธรรมพื้นฐานของอารยชน | ๘๘๑ |
| บทที่ ๑๙ บทความประกอบที่ ๒: | ศิลปะเจตนาธรรมทางสังคม | ๙๑๔ |
| บทที่ ๒๐ บทความประกอบที่ ๓: | เรื่องเหนือสามัญวิสัย: ปาฏิหาริย์ - เทวดา | ๙๔๑ |
| บทที่ ๒๑ บทความประกอบที่ ๔: | ปัญหาเกี่ยวกับแรงจูงใจ | ๙๗๑ |
| บทที่ ๒๒ บทความประกอบที่ ๕: | ความสุข ๑: ฉบับแบบแผน | ๑๐๒๓ |
| บทที่ ๒๓ บทความประกอบที่ ๖: | ความสุข ๒: ฉบับประมวลความ | ๑๐๖๙ |

.....

บรรณานุกรม

๑๑๓๗

บันทึกของผู้เขียน

๑๑๔๓

บันทึกการจัดทำข้อมูล โดย นายแพทย์ ณรงค์ เลหาวิรภาพ

๑๑๕๑

บันทึกไว้ระลึก

๑๑๕๓

บันทึก (เรื่องทุนพิมพ์)

๑๑๘๔

ดัชนี

๑๑๘๙

สารบัญหัวข้อ

| | |
|---|-----------|
| นิทานพจนีย์ | ๗ |
| ความนำ: | |
| สิ่งที่ควรเข้าใจก่อน | ๑ |
| ลักษณะทั่วไปของพุทธธรรม | ๖ |
| ภาค ๑ | |
| มัชฌิมนิครายก | ๑๑ |
| <u>ตอน ๑: ชีวิต คืออะไร?</u> | |
| บทที่ ๑ ชั้น ๕ | ๑๓ |
| ตัวสภาวะ | ๑๓ |
| สัญญา - สติ - ความจำ | ๑๘ |
| สัญญา - วิญญาณ - ปัญญา | ๒๐ |
| ความสัมพันธ์ระหว่างชั้นต่างๆ | ๒๒ |
| ชั้น ๕ กับอุปาทานชั้น ๕ หรือชีวิต กับชีวิตซึ่งเป็นปัญหา | ๒๔ |
| บันทึกพิเศษท้ายบท | |
| บันทึกที่ ๑: เรื่อง ชั้น ๕ | ๒๖ |
| บทที่ ๒ आयตนะ ๖ | ๒๘ |
| ตัวสภาวะ | ๒๘ |
| ประเภทของความรู้ | ๓๗ |
| ก. จำแนกโดยสภาวะ หรือโดยธรรมชาติของความรู้ | ๓๗ |
| ข. จำแนกโดยทางรับรู้ | ๔๐ |
| ค. จำแนกโดยพัฒนาการทางปัญญา (ภายในบุคคล) | ๔๓ |
| ง. จำแนกโดยกิจกรรมและผลงานของมนุษย์ | ๔๗ |
| ความถูกต้องและผิดพลาดของความรู้ | ๔๘ |
| ก. สัจจะ ๒ ระดับ | ๔๘ |
| ข. วิปัสสนา หรือวิปัสสนา ๓ | ๕๐ |

| | |
|-----------------------------|----|
| พุทธพจน์เกี่ยวกับอายตนะ | ๕๑ |
| คุณค่าทางจริยธรรม | ๕๖ |
| บันทึกพิเศษท้ายบท | |
| บันทึกที่ ๑: เรื่อง ปัญญา ๓ | ๕๙ |

ตอน ๒: ชีวิต เป็นอย่างไร?

| | |
|---|-----|
| บทที่ ๓ ไตรลักษณ์ | ๖๒ |
| ตัวกฎ หรือตัวสภาวะ | ๖๒ |
| คำอธิบายไตรลักษณ์ตามหลักวิชาในคัมภีร์ | ๖๕ |
| ๑. ความเข้าใจเกี่ยวกับศัพท์ที่เกี่ยวข้อง | ๖๖ |
| ๑. สังขารทั้งปวง กับ ธรรมทั้งปวง | ๖๖ |
| ๒. สังขารในชั้น ๕ กับ สังขารในไตรลักษณ์ | ๖๘ |
| ๒. สิ่งที่ปิดบังไตรลักษณ์ | ๗๑ |
| ๓. วิเคราะห์ความหมายของไตรลักษณ์ | ๗๒ |
| ๑. อนิจจตา และอนิจจลักษณะ | ๗๓ |
| ๒. ทุกขตา และทุกขลักษณะ | ๗๔ |
| พิเศษ: ทุกข์ในอริยสัจ แยกให้ชัด จากทุกข์ในไตรลักษณ์ | ๗๖ |
| (ก) หมวดใหญ่ของทุกข์ | ๗๖ |
| ทุกขตา ๓ | ๗๘ |
| (ข) ไตรลักษณ์มี ๓ ไม่ใช่แค่ทุกข์ และทั้งสามเป็นฐานของทุกข์ในอริยสัจ | ๗๙ |
| (ค) ปัญหาของมนุษย์ ที่มาในชื่อของทุกข์มากมาย | ๘๔ |
| ชุดที่ ๑ ทุกข์ ๑๒ | ๘๔ |
| ชุดที่ ๒ ทุกข์ ๒ | ๘๖ |
| ชุดที่ ๓ ทุกข์ ๒ | ๘๖ |
| ๓. อนัตตตา และอนัตตลักษณะ | ๘๗ |
| ก) ขอบเขตความหมาย | ๘๙ |
| ข) ความหมายพื้นฐาน | ๙๐ |
| ค) ความหมายที่ไม่ต้องอธิบาย | ๙๑ |
| ง) ความหมายที่อธิบายทั่วไป | ๙๓ |
| ๔. ชัตตา - อนัตตตา และ ชัตตา - นีรัตตา | ๑๐๔ |
| ชัตตา กับ มานะ | ๑๑๐ |

คุณค่าทางจริยธรรม

- ก. คุณค่าที่ ๑: คุณค่าด้านการทำจิต หรือคุณค่าเพื่อความหลุดพ้นเป็นอิสระ ๑๑๒
- ข. คุณค่าที่ ๒: คุณค่าด้านการทำกิจ หรือคุณค่าเพื่อความไม่ประมาท ๑๑๔
- ค. ความสำคัญและความสัมพันธ์ของคุณค่าทางจริยธรรม ๒ ด้าน ๑๑๕
- ง. คุณค่าเนื่องด้วยความหลุดพ้น หรือคุณค่าเพื่อความบริสุทธิ์บริบูรณ์แห่งความดีงาม ๑๒๐
- จ. คุณค่าทางจริยธรรมของไตรลักษณ์ตามลำดับข้อ ๑๒๖
- ๑. อนิจจตา ๑๒๗
- ๒. ทุกขตา ๑๓๐
- ๓. อนัตตตา ๑๓๔

พุทธพจน์เกี่ยวกับไตรลักษณ์

- ก. ความรู้เท่าทันสภาวะของไตรลักษณ์ ๑๓๖
- ข. คุณค่าทางจริยธรรมของไตรลักษณ์ (ด้านทำจิตเป็นอิสระ และด้านทำกิจโดยไม่ประมาท) ๑๓๗
 - อนิจจตาแห่งชีวิต และการเห็นคุณค่าของกาลเวลา ๑๓๗
 - เร่งทำกิจ และเตรียมการเพื่ออนาคต ๑๔๘

ตอน ๓: ชีวิต เป็นไปอย่างไร?

บทที่ ๔ ปฏิจจสมุปบาท

ตัวกฎหรือตัวสภาวะ

- ๑. ฐานะและความสำคัญ ๑๕๒
- ๒. ตัวบทและแบบความสัมพันธ์ ในหลักปฏิจจสมุปบาท ๑๕๔
- ๓. การแปลความหมายหลักปฏิจจสมุปบาท ๑๕๗
- ๔. ความหมายโดยสรุป เพื่อความเข้าใจเบื้องต้น ๑๖๐
- ๕. คำอธิบายตามแบบ ๑๗๐
 - ก. หัวข้อและโครงสร้าง ๑๗๐
 - ข. คำจำกัดความองค์ประกอบ หรือหัวข้อ ตามลำดับ ๑๗๑
 - ค. ตัวอย่างคำอธิบายแบบช่วงกว้างที่สุด ๑๗๒
- ๖. ความหมายในชีวิตประจำวัน ๑๘๐
 - ความหมายเชิงอธิบาย ๑๘๒
 - คำอธิบายแสดงความสัมพันธ์อย่างง่าย ๑๘๓
 - คำอธิบายแสดงความสัมพันธ์เชิงขยายความ ๑๘๔
 - ตัวอย่างกรณีปลีกย่อยในชีวิตประจำวัน ๑๘๑
- ความหมายลึกลงไปขององค์ธรรมบางข้อ ๑๘๓

| | |
|--|------------|
| ปฏิจจสมุปบาท ในฐานะมัชฌิมนธรรมเทศนา | ๒๐๑ |
| ปฏิจจสมุปบาท ในฐานะปัจเจกการทางสังคม | ๒๐๗ |
| หมายเหตุ: การตีความเกี่ยวกับปฏิจจสมุปบาท | ๒๑๑ |
| บันทึกพิเศษท้ายบท | |
| บันทึกที่ ๑: ธรรมนิยาม ๑ และ ธรรมนิยาม ๓ | ๒๑๔ |
| บันทึกที่ ๒: ตัวเรา ของเรา ตัวกู ของกู | ๒๒๓ |
| บันทึกที่ ๓: เกิดและตายแบบปัจจุบัน | ๒๒๖ |
| บันทึกที่ ๔: ปฏิจจสมุปบาทแนวอภิธรรม | ๒๒๖ |
| บันทึกที่ ๕: ปัญหาการแปลคำว่า "นิโรธ" | ๒๒๙ |
| บันทึกที่ ๖: ความหมายย่อขององค์ธรรม ในปฏิจจสมุปบาท | ๒๓๐ |
| บันทึกที่ ๗: ความหมายของภวตัณหา และวิภวตัณหา | ๒๓๐ |
| บทที่ ๕ กรรม | ๒๓๔ |
| ความนำ | ๒๓๔ |
| ความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับกรรม | ๒๓๕ |
| ก. กรรม ในฐานะกฎธรรมชาติอย่างหนึ่ง | ๒๓๕ |
| ข. ความหมายของกรรม | ๒๔๐ |
| ค. ประเภทของกรรม | ๒๔๒ |
| เกณฑ์ตัดสิน ความดี-ความชั่ว | ๒๔๕ |
| ก) ปัญหาเกี่ยวกับความดี-ความชั่ว | ๒๔๕ |
| ข) ความหมายของกุศลและอกุศล | ๒๔๖ |
| ค) ข้อควรทราบพิเศษบางอย่างเกี่ยวกับกุศลและอกุศล | ๒๕๐ |
| ๑) กุศลและอกุศล เป็นปัจจัยแก่กันได้ | ๒๕๐ |
| ๒) บุญและบาป กับ กุศลและอกุศล | ๒๕๐ |
| ง) เกณฑ์วินิจฉัยกรรมดี - กรรมชั่ว | ๒๕๔ |
| จ) หลักคำสอนเพื่อเป็นเกณฑ์วินิจฉัย | ๒๖๓ |
| การให้ผลของกรรม | ๒๖๙ |
| ก) ผลกรรมในระดับต่างๆ | ๒๖๙ |
| ข) องค์ประกอบที่ส่งเสริมและขัดขวางการให้ผลของกรรม | ๒๗๒ |
| ค) ผลกรรมในช่วงกว้างไกล | ๒๗๕ |
| ง) ข้อพิจารณาเกี่ยวกับการพิสูจน์เรื่องตายแล้วเกิดหรือไม่ | ๒๗๗ |
| จ) ข้อสรุป: การพิสูจน์และทำที่ปฏิบัติต่อเรื่องชาติหน้า | ๒๗๙ |
| ฉ) ผลกรรมตามนัยแห่งจุฬักรรมวิภังคสูตร | ๒๘๒ |

ข้อควรศึกษายิ่งขึ้นไป เพื่อความเข้าใจหลักกรรมให้ชัดเจน

- ๑) สุขทุกข์ ใครทำให้? ๒๘๕
- ๒) เชื่ออย่างไร ผิดหลักกรรม? ๒๘๕
- ๓) กรรม ชำระล้างได้อย่างไร? ๒๘๖
- ๔) แก้กรรม ด้วยปฏิกรรม ๒๘๘
- ๕) กรรม ที่ทำให้สิ้นกรรม ๒๙๐
- ๖) กรรม ในระดับสังคม หรือกรรมของสังคม มีหรือไม่? ๒๙๒
- ๗) กรรม ตามสมมตินิยาม หรือ กรรม ในกฎหมาย ๒๙๓
- ๘) กรรม กับอนัตตา ชัดกันหรือไม่? ๓๐๓

คุณค่าทางจริยธรรม

- ความหมายทั่วไป ๓๑๖
- ความเป็นคนมีเหตุผล ไม่เชื่อถือมมาย ๓๑๖
- การลงมือทำ ไม่รอคอยความหวังจากการอ้อนวอนปรารภณา ๓๑๗
- การไม่ถือชาติชั้นวรรณะ ถือความประพฤติเป็นประมาณ ๓๑๘
- การพึ่งตนเอง ๓๑๙
- ข้อเตือนใจเพื่ออนาคต ๓๒๐

บันทึกพิเศษท้ายบท

- บันทึกที่ ๑: กรรม ๑๒ ๓๒๑

ตอน ๕: ชีวิต ควรให้เป็นอย่างไร?

บทที่ ๖ วิชชา วิมุตติ วิสุทธิ สันติ นิพพาน

๓๒๕

ความสุขที่ไม่ต้องหา

๓๒๕

กระบวนการระดับทุกข์ หรือ ปฏิจจสมุปบาทนิโรชวาร

๓๒๘

ก. วงจรยาว

๓๒๘

ข. วงจรสั้น

๓๒๙

ภาวะแห่งนิพพาน

๓๓๒

ค่าแสดงคุณลักษณะของนิพพาน

๓๓๖

ข้อความบรรยายภาวะของนิพพาน

๓๓๘

ภาวะของผู้บรรลุนิพพาน

๓๔๓

๑. ภาวิตกาย: มีกายที่ได้พัฒนาแล้ว

๓๕๕

๒. ภาวิตศีล: มีศีลที่ได้พัฒนาแล้ว

๓๖๒

๓. ภาวิตจิต: มีจิตที่ได้พัฒนาแล้ว

๓๗๑

๔. ภาวิตปัญญา: มีปัญญาที่ได้พัฒนาแล้ว

๓๗๗

บันทึกพิเศษท้ายบท

บันทึกที่ ๑: ภาวิต & โยงไปทา ภาวณ &

๓๘๓

บทที่ ๗ ประเภทและระดับ แห่งนิพพานและผู้บรรลุนิพพาน

๓๘๕

๑. ประเภทและระดับของนิพพาน

๓๘๕

ประเภทของนิพพาน

๓๘๖

ก) ลักษณะภายนอกและชีวิตหมู่

๓๘๖

ข) ความมีใจอิสระและมีความสุข

๓๘๗

ค) ความเป็นเจ้าแห่งจิต เป็นนายของความคิด

๓๘๗

ง) ความเป็นกันเอง กับชีวิต ความตาย การพลัดพราก และมีเมตตากรุณาต่อทุกชีวิต

๓๘๗

ขั้นตอนหรือระดับแห่งการเข้าถึงนิพพาน

๔๐๐

๒. ประเภทและระดับของผู้บรรลุนิพพาน

๔๐๓

แบบที่ ๑ ทักขิไณยบุคคล ๘ หรือ อริยบุคคล ๘

๔๐๘

แบบที่ ๒ ทักขิไณยบุคคล ๗ หรือ อริยบุคคล ๗

๔๑๑

ก. พระเสขะ หรือ สอุปาทิเสสบุคคล

๔๑๓

ข. พระอเสขะ หรือ อนุปาติเสสบุคคล

๔๑๓

ประเภทของพระอรหันต์

๔๑๘

บันทึกพิเศษท้ายบท

บันทึกที่ ๑: เรื่อง สอุปาทิเสส และ อนุปาติเสส

๔๒๐

บันทึกที่ ๒: เรื่องความหมายของ ทิฏฐุสัมมิกะ และ สัมปรายิกะ

๔๒๐

บันทึกที่ ๓: เรื่องจรมจิต

๔๒๑

บันทึกที่ ๔: เรื่อง สิลัพพตปรมาส

๔๒๑

บันทึกที่ ๕: ความหมายของ ฌาน

๔๒๔

บทที่ ๘ ข้อควรทราบเพิ่มเติม เพื่อเสริมความเข้าใจ

๔๒๖

๑. สมณะ - วิปัสสนา

๔๒๖

๒. เจโตวิมุตติ - ปัญญาวิมุตติ

๔๒๙

บันทึกพิเศษท้ายบท

บันทึกที่ ๑: ความเข้าใจสับสนเกี่ยวกับอนัตตา และนิพพาน

๔๔๐

| | |
|--|-----|
| บทที่ ๔ หลักการสำคัญ ของการบรรลุนิพพาน | ๔๔๒ |
| ความเบื้องต้น | ๔๔๒ |
| ก) หลักทั่วไป | ๔๔๒ |
| ข) หลักสมณะที่เป็นฐาน | ๔๕๑ |
| ค) หลักวิปัสสนาที่เป็นมาตรฐาน | ๔๖๐ |
| สำนวนสามัญ: พิจารณาชั้น ๕ | ๔๖๓ |
| สำนวนสามัญ: พิจารณาอายตนะ และธรรมอื่นที่เกี่ยวข้อง | ๔๖๕ |
| สำนวนแบบสืบค้น | ๔๖๗ |
| ตัวอย่างธรรมที่พิจารณาได้ทุกระดับ | ๔๖๘ |
| สำนวนแนววิปัสสนา แสดงความแตกต่างระหว่างพระอริยบุคคลหลายระดับ | ๔๖๙ |
| ก. พระเสขะ กับ พระอรหันต์ | ๔๖๙ |
| ข. ผู้ปฏิบัติเพื่อโสดาปัตติผล กับ พระโสดาบัน | ๔๗๑ |
| ค. พระโสดาบัน กับ พระอรหันต์ | ๔๗๑ |
| ง. พระอนาคามี กับ พระอรหันต์ | ๔๗๒ |
| จ. พระอรหันต์ปัญญาวิมุต กับ พระอรหันต์อุกโตภาควิมุต | ๔๗๔ |
| ฉ. พระพุทธเจ้า กับ พระปัญญาวิมุต | ๔๗๔ |
| ง) หลักการปฏิบัติที่จัดเป็นระบบ | ๔๗๕ |
| หลักการปฏิบัติตามนัยแห่งคัมภีร์วิสุทธิมคค์ | ๔๗๖ |
| ก. ระดับศีล (อริศีลสิกขา) | ๔๗๖ |
| ข. ระดับสมาธิ (อริจิตตสิกขา) | ๔๗๖ |
| ค. ระดับปัญญา (อริปัญญาสิกขา) | ๔๗๗ |
| ๑) ญาตปริญา คือ รู้จักสภาวะ | ๔๗๗ |
| ๒) ตีรณปริญา คือ รู้สามัญลักษณะ หรือหยั่งถึงไตรลักษณ์ | ๔๗๗ |
| ๓) ปหานปริญา คือ รู้ถึงขั้นและความหลงผิด ถอนตัวเป็นอิสระได้ | ๔๗๘ |
| บันทึกพิเศษท้ายบท | |
| บันทึกที่ ๑: คำว่า “บรรลุนิพพาน” | ๔๘๑ |
| บันทึกที่ ๒: ในฉาน เจริญวิปัสสนา หรือบรรลุมรรคผล ได้หรือไม่? | ๔๘๑ |
| บันทึกที่ ๓: เนวสัญญานาสัญญายตนะ ใช้ทำวิปัสสนาไม่ได้? | ๔๘๔ |
| บันทึกที่ ๔: ขณะจิตที่บรรลุมรรคผล | ๔๘๖ |

| | |
|--|-----|
| บทที่ ๑๐ บทสรุป เรื่องเกี่ยวกับนิพพาน | ๔๘๗ |
| คุณค่าและลักษณะพิเศษที่พึงสังเกตเกี่ยวกับนิพพาน | ๔๘๗ |
| ๑. จุดหมายสูงสุดของชีวิต เป็นสิ่งที่อาจบรรลุได้ในชาตินี้ | ๔๘๗ |
| ๒. นิพพานเป็นจุดหมายที่ทุกคนเข้าถึงได้ ไม่จำกัดชาติชั้น หนิงชาย | ๔๘๗ |
| ๓. นิพพานอำนวยความสะดวก ที่ยิ่งกว่าล้าพั้งความสำเร็จทางจิตจะให้ได้ | ๔๘๐ |
| จุดที่มักเขวหรือเข้าใจพลาด เกี่ยวกับนิพพาน | ๔๘๒ |
| ๑. ความยึดมั่น ในความไม่ยึดมั่น | ๔๘๒ |
| ๒. ลักษณะที่ชวนให้สับสน หรือหลงเข้าใจผิด | ๔๘๕ |
| ๓. ความสุข กับความพร้อมที่จะมีความสุข | ๔๘๖ |
| ปัญหาสำคัญเกี่ยวกับนิพพาน | ๔๘๖ |
| ๑. นิพพาน กับอัตตา | ๔๘๖ |
| ๒. พระอรหันต์ สิ้นชีวิตแล้วเป็นอย่างไร? | ๕๐๔ |

ภาค ๒

มัชฌิมาปฏิปทา

๕๑๑

ตอน ๕: ชีวิต ควรเป็นอยู่อย่างไร?

| | |
|---|-----|
| บทที่ ๑๑ บทนำ ของมัชฌิมาปฏิปทา | ๕๑๓ |
| มัชฌิมาปฏิปทา ต่อเนื่องจาก มัชฌิมนธรรมเทศนา | ๕๑๓ |
| สมุทัย - นิโรธ | ๕๑๓ |
| นิโรธ - มรรค | ๕๑๕ |
| มิจฉาปฏิปทา - สัมมาปฏิปทา | ๕๑๗ |
| อาหารของอวิชา - อาหารของวิชาและวิมุตติ | ๕๒๐ |
| ปฏิจสงมุขบาท นิโรชวาร - มัชฌิมาปฏิปทา/มรรค | ๕๒๑ |
| โยนิโสมนสิการ/ศรัทธา/กุศลศีล → ปราโมทย์ → ขยญาณ | ๕๒๑ |
| ธรรมเป็นอาหารอุดหนุนกัน | ๕๒๒ |
| พรหมจรรย์ที่สำเร็จผล | ๕๒๒ |
| วิสุทธิ ๗ | ๕๒๒ |
| จรรณะ ๑๕ + วิชา ๓ | ๕๒๓ |
| อนุบุพพลิกษา หรือ อนุบุพพปฏิปทา | ๕๒๓ |
| ธรรมจริยา | ๕๒๓ |

ความเข้าใจเบื้องต้นเกี่ยวกับมัชฌิมาปฏิปทา

| | |
|---|-----|
| มรรค ในฐานะมัชฌิมาปฏิปทา | ๕๒๕ |
| มรรค ในฐานะข้อปฏิบัติ หรือทางชีวิต ทั้งของบรรพชิตและคฤหัสถ์ | ๕๒๕ |
| มรรค ในฐานะหลักปฏิบัติที่เนื่องด้วยสังคม | ๕๒๘ |
| มรรค ในฐานะทางให้ถึงความสิ้นกรรม | ๕๒๙ |
| มรรค ในฐานะอุปกรณ์สำหรับใช้ มีใช้สำหรับยึดถือหรือแบกโกไว้ | ๕๓๐ |
| มรรค ในฐานะพรหมจรรย์ หรือพุทธจริยธรรม | ๕๓๑ |
| มรรค ในฐานะมรรคาสู่จุดหมายชั้นต่างๆ ของชีวิต | ๕๓๒ |
| อัตถะ ๓ แนวตั้ง | ๕๓๖ |
| - บุญกิริยาวัตถุ ๓ | ๕๓๗ |
| อัตถะ ๓ แนวนอน | ๕๔๒ |

มรรค ในฐานะไตรสิกขา หรือระบบการศึกษาสำหรับสร้างอารยชน

อริยมรรค กับ ไตรสิกขา

| | |
|---|-----|
| จากมรรคมีองค์ ๘ สู่สิกขา ๓ | ๕๔๓ |
| ชาวบ้าน ดำเนินมรรคด้วยการศึกษาบุญ | ๕๔๔ |
| กระบวนการธรรมในตัวคน ของมรรค กับกระบวนการฝึกคน ของสิกขา | ๕๔๕ |
| จุดเริ่ม พัฒนาเป็นจุดสำเร็จ แห่งความก้าวหน้าในมรรค | ๕๕๑ |

บันทึกพิเศษท้ายบท

| | |
|--|-----|
| บันทึกที่ ๑: การจัดธรรมจริยาเข้าในไตรสิกขา | ๕๖๐ |
| บันทึกที่ ๒: การเรียกชื่อศีล ๕ และธรรมจริยา ๑๐ | ๕๖๐ |
| บันทึกที่ ๓: ความหมายของคำว่าศีลธรรม | ๕๖๑ |
| บันทึกที่ ๔: ความหมายตามแบบแผน ของไตรสิกขา | ๕๖๑ |

บทที่ ๑๒ บุพภาคของการศึกษา ๑: ปรัตโยสะที่ดี = กัลยาณมิตร

| | |
|--|-----|
| บุพภาคของการศึกษา หรือ บุพนิมิตแห่งมัชฌิมาปฏิปทา | ๕๖๓ |
| ปัจจัยแห่งสัมมาทิฎฐิ ๒ | ๕๖๓ |
| บุพนิมิตที่ ๑: ปรัตโยสะ - กัลยาณมิตร (วิธีการแห่งศรัทธา) | ๕๖๕ |
| ความสำคัญของการมีกัลยาณมิตร | ๕๖๖ |
| คุณสมบัติของกัลยาณมิตร | ๕๖๙ |
| การทำหน้าที่ของกัลยาณมิตร | ๕๗๒ |
| หลักศรัทธาโดยสรุป | ๕๗๗ |
| พุทธพจน์แสดงหลักศรัทธา | ๕๘๐ |

บันทึกพิเศษท้ายบท

บันทึกที่ ๑: ความสำคัญของสังคหวัตถุ ๔

๖๐๔

บันทึกที่ ๒: การแปลบาลีในกาลามสูตร

๖๐๕

บทที่ ๑๓ บุพภาคของการศึกษา ๒: โยนิโสมนสิการ

๖๐๗

ความนำ

ฐานะของความคิด ในระบบการดำเนินชีวิตที่ดี

๖๐๗

ฐานะของความคิด ในกระบวนการของการศึกษา หรือการพัฒนาปัญญา

๖๑๐

ก) จุดเริ่มของการศึกษา และความไร้การศึกษา

๖๑๐

ข) กระบวนการของการศึกษา

๖๑๑

ค) ความเข้าใจเบื้องต้น เกี่ยวกับจุดเริ่มต้นของการศึกษา

๖๑๓

ง) ความคิดที่ไม่เป็นการศึกษา และความคิดที่เป็นการศึกษา

๖๑๕

บุพนิมิตที่ ๒: โยนิโสมนสิการ (วิธีการแห่งปัญญา)

๖๑๙

ความสำคัญของโยนิโสมนสิการ

๖๑๙

ความหมายของโยนิโสมนสิการ

๖๒๑

วิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ

๖๒๗

๑. วิธีคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัย

๖๒๘

๒. วิธีคิดแบบแยกแยะส่วนประกอบ

๖๒๙

๓. วิธีคิดแบบสามัญลักษณ์

๖๓๑

๔. วิธีคิดแบบอริยสังคหะ/คิดแบบแก้ปัญหา

๖๓๔

๕. วิธีคิดแบบอรรถธรรมสัมพันธ์

๖๓๖

๖. วิธีคิดแบบรู้ทันคุณโทษและทางออก

๖๔๒

๗. วิธีคิดแบบคุณค่าแท้-คุณค่าเทียม

๖๔๖

๘. วิธีคิดแบบเร้ากุศล

๖๔๗

๙. วิธีคิดแบบอยู่กับปัจจุบัน

๖๕๔

๑๐. วิธีคิดแบบวิภาษวาท

๖๖๐

ก. จำแนกโดยแง่ด้านของความจริง

๖๖๑

ข. จำแนกโดยส่วนประกอบ

๖๖๑

ค. จำแนกโดยลำดับขณะ

๖๖๒

ง. จำแนกโดยความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย

๖๖๒

จ. จำแนกโดยเงื่อนไข

๖๖๔

ฉ. จำแนกโดยทางเลือก หรือความเป็นไปได้ต่างกัน

๖๖๕

ช. วิภาษวาทในฐานะวิธีตอบปัญหาอย่างหนึ่ง

๖๖๖

สรุปความ เพื่อนำสู่การปฏิบัติ

๖๗๖

| | |
|--|------------|
| เตรียมเข้าสู่มัชฌิมาปฏิปทา | ๖๘๐ |
| พระรัตนตรัย ในฐานะเครื่องนำเข้าสู่มรรคฯ | ๖๘๒ |
| บันทึกพิเศษท้ายบท | |
| บันทึกที่ ๑: วิธีคิดแบบแก้ปัญหา: วิธีคิดแบบอริยสัง กับ วิธีคิดแบบวิทยาศาสตร์ | ๖๘๕ |
| บทที่ ๑๔ องค์ประกอบของมัชฌิมาปฏิปทา ๑: หมวดปัญญา | ๖๘๗ |
| ๑. สัมมาทิฏฐิ | ๖๘๘ |
| ความสำคัญของสัมมาทิฏฐิ | ๖๘๘ |
| คำจำกัดความของสัมมาทิฏฐิ | ๖๘๙ |
| ข้อควรทราบทั่วไปเกี่ยวกับสัมมาทิฏฐิ | ๖๙๐ |
| สัมมาทิฏฐิ กับการศึกษา | ๖๙๔ |
| ๒. สัมมาสังกัปปะ | ๗๐๒ |
| บทที่ ๑๕ องค์ประกอบของมัชฌิมาปฏิปทา ๒: หมวดศีล | ๗๑๐ |
| ๓. สัมมาวาจา ๔. สัมมากัมมันตะ ๕. สัมมาอาชีวะ | ๗๑๐ |
| ศีล ในความหมายที่เป็นหลักกลาง อันพึงถือเป็นหลักความประพฤติพื้นฐาน | ๗๑๑ |
| ลักษณะของศีล หรือหลักความประพฤติเบื้องต้น แบบเทวนิยม กับแบบสภาวะนิยม | ๗๑๓ |
| ศีลสำหรับประชาชน | ๗๑๙ |
| ความเข้าใจพื้นฐาน | ๗๑๙ |
| ก. ศีลพื้นฐาน | ๗๒๓ |
| ข. ศีลเพื่อเสริมความดีงามของชีวิตและสังคม | ๗๒๙ |
| หลักการทั่วไปเกี่ยวกับสัมมาอาชีวะ | ๗๓๓ |
| เศรษฐกิจจะดี ถ้ามีศีล | ๗๓๙ |
| (พุทธพจน์เกี่ยวกับอาชีวะ) | ๗๔๑ |
| ก. การแสวงหา และการรักษาทรัพย์ | ๗๔๑ |
| ข. ความสุขอันชอบธรรมที่คฤหัสถ์ควรมี | ๗๔๒ |
| ค. การใช้จ่ายทรัพย์ | ๗๔๓ |
| ง. เตรียมปัญญาไว้ ถึงหาทรัพย์ได้ อิศราภาพต้องไม่เสีย | ๗๔๔ |
| จ. สังฆะ คือชุมชนของบุคคลที่เป็นอิสระ ทั้งโดยชีวิตและด้วยจิตปัญญา | ๗๔๘ |
| คำแถมท้าย | ๗๕๑ |

| | |
|---|-----|
| บทที่ ๑๖ องค์ประกอบของมัชฌิมาปฏิปทา ๓: หมวดสมาธิ | ๗๕๔ |
| ๖. สัมมาวายามะ | ๗๕๔ |
| ๗. สัมมาสติ | ๗๕๘ |
| คำจำกัดความ | ๗๕๘ |
| สติในฐานะอัปปมาทธรรม | ๗๕๙ |
| สติโดยคุณค่าทางสังคม | ๗๖๒ |
| บทบาทของสติในกระบวนการพัฒนาปัญญา หรือการกำจัดอัสวกิเลส | ๗๖๓ |
| สติปัญญาในฐานะสัมมาสติ | ๗๖๔ |
| สาระสำคัญของสติปัญญา | ๗๖๖ |
| ก. กระบวนการปฏิบัติ | ๗๖๙ |
| ข. ผลของการปฏิบัติ | ๗๗๑ |
| เหตุใดสติที่ตามทันขณะปัจจุบัน จึงเป็นหลักสำคัญของวิปัสสนา? | ๗๗๓ |
| สติปัญญา เป็นอาหารของโพชฌงค์ | ๗๗๕ |
| ๘. สัมมาสมาธิ | ๗๗๙ |
| ความเข้าใจเบื้องต้น | ๗๗๙ |
| ก. ความหมายของสมาธิ | ๗๗๙ |
| ข. ระดับของสมาธิ | ๗๘๐ |
| ค. คัตตฺวของสมาธิ | ๗๘๓ |
| ง. ลักษณะของจิตที่เป็นสมาธิ | ๗๘๔ |
| จ. ความมุ่งหมายและประโยชน์ของสมาธิ: มองอย่างทั่วไป | ๗๘๗ |
| ฉ. ความมุ่งหมายและประโยชน์ของสมาธิ: สรุปรูปตามประเภทของสมาธิภาวนา | ๗๙๐ |
| ช. ความมุ่งหมายและประโยชน์ของสมาธิ: ในแง่ช่วยป้องกันความไขว้เขว | ๗๙๒ |
| วิธีเจริญสมาธิ | ๗๙๔ |
| ๑) การเจริญสมาธิแบบธรรมดาพาไปเอง | ๗๙๕ |
| ๒) การเจริญสมาธิตามหลักอิทธิบาท | ๗๙๖ |
| ๓) การเจริญสมาธิอย่างสามัญ หรือฝึกสมาธิโดยใช้สติเป็นหัวหน้า | ๘๐๒ |
| ๔) การเจริญสมาธิอย่างเป็นแบบแผน | ๘๐๓ |
| ข้อ ๑. ปลีโพช ๑๐ | ๘๐๓ |
| ข้อ ๒. เข้าหากัลยาณมิตร | ๘๐๔ |
| ข้อ ๓. รับกรรมฐานที่เหมาะสมกับจริต/จริต | ๘๐๔ |
| - การรับกรรมฐาน | ๘๐๘ |
| ข้อ ๔. เข้าประจำที่ | ๘๑๐ |
| ข้อ ๕. เจริญสมาธิ: หลั่งทั่วไป | ๘๑๑ |

ข้อ ๖. เจริญสมาธิ: อานาปานสติภาวนา เป็นตัวอย่าง

ก) ข้อดีพิเศษของอานาปานสติ

ข) พุทธพจน์แสดงวิธีปฏิบัติ

ค) วิธีปฏิบัติภาคสมณะ

๘๑๒

๘๑๒

๘๑๕

๘๑๗

ผลสูงสุดของสมาธิ และสู่ความสมบูรณ์เหนือสมาธิ

๘๒๑

ก) ผลสำเร็จและขอบเขตความสำคัญของสมาธิ

๘๒๑

ข) องค์ประกอบต่างๆ ที่จำเป็น เกื้อหนุน และเสริมประโยชน์ของสมาธิ

๘๒๔

(๑) ฐาน ปทัฏฐาน และที่หมายของสมาธิ

๘๒๔

(๒) องค์ประกอบร่วมของสมาธิ

๘๒๕

(๓) เครื่องวัดความพร้อม

๘๒๘

(๔) คณะทำงานของปัญญา

๘๓๒

(๕) องค์มรรคสามัคคีพร้อมได้ที่

๘๓๘

บันทึกพิเศษท้ายบท

บันทึกที่ ๑: การเจริญสติปัฏฐาน คือการอยู่อย่างไม่มีความทุกข์ที่จะต้องดับ

๘๔๔

บทที่ ๑๗ บทสรุป: อริยสัจ ๔

๘๔๖

ฐานะและความสำคัญของอริยสัจ

๘๔๖

ความหมายของอริยสัจ

๘๔๘

อริยสัจ กับปฏิจจสมุปบาท

๘๕๐

กิจในอริยสัจ

๘๕๕

แนวอธิบายอริยสัจโดยสังเขป

๘๕๘

ก) ยกทุกข์ขึ้นพูดก่อน เป็นการสอนเริ่มจากปัญหา เพื่อใช้วิธีการแห่งปัญญา

๘๕๙

ข) ค้นเหตุปัจจัยให้พบด้วยปัญญา ไม่มีมัวหาที่ขัดทอด

๘๖๐

ค) ชีวิตที่เป็นอยู่ด้วยปัญญา มีความสุขอย่างอิสระ และทำกิจด้วยกรุณา

๘๖๑

ง) ถ้าถึงพระรัตนตรัย ก็ไม่รอสิ่งศักดิ์สิทธิ์ฤทธิ์ปาฏิหาริย์ เลิกฝากตัวกับโชคชะตา

๘๖๓

จ) ทางของอารยชนกว้างและสว่าง ทั้งพึ่งตนได้ และตนเองก็ช่วยเหลือผู้อื่น

๘๖๕

ฉ) เมื่อพระรัตนตรัย พาเข้าและคืบไปในไตรสิกขา มรรคก็พัฒนาสู่จุดหมาย

๘๖๗

วิธีแก้ปัญหามาแบบพุทธ

๘๗๐

คุณค่าที่เด่นของอริยสัจ

๘๗๓

สรุป "พุทธธรรม" ลงในอริยสัจ

๘๗๔

บันทึกพิเศษ - เสริมบทสรุป

๘๗๖

ข้อสังเกตบางประการ ในการศึกษาพุทธธรรม

๘๗๖

ก. ภาคมัชฌิมชาดก หรือ ภาคกระบวนธรรม

๘๗๖

ข. ภาคมัชฌิมปิฎก หรือ ภาคกระบวนวิธี

๘๗๗

ตอน ๖: ชีวิตที่ดี เป็นอย่างไร?

บทที่ ๑๘ บทความประกอบที่ ๑: ชีวิตและคุณธรรมพื้นฐานของอารยชน ๘๘๑

| | |
|--|-----|
| คุณสมบัติของบุคคลโสดาบัน | ๘๘๒ |
| ก. คุณสมบัติฝ่ายมี | ๘๘๒ |
| ข. คุณสมบัติฝ่ายหมด หรือฝ่ายละ | ๘๘๔ |
| บุคคลโสดาบันตามนัยพุทธพจน์ | ๘๘๕ |
| ก) คำเรียก คำแสดงคุณลักษณะ และไวพจน์ต่างๆ ของบุคคลโสดาบัน | ๘๘๕ |
| ข) คุณสมบัติทั่วไป | ๘๙๐ |
| ค) คุณสมบัติในแง่ละได้ และที่เป็นผล | ๘๙๖ |
| ง) คุณสมบัติและข้อปฏิบัติก่อนเป็นโสดาบัน | ๙๐๐ |
| คุณสมบัติหลักของบุคคลโสดาบัน | ๙๐๒ |
| ความเข้าใจเพิ่มเติมเกี่ยวกับคุณสมบัติสำคัญของบุคคลโสดาบัน | ๙๐๒ |
| คุณสมบัติเด่นของบุคคลโสดาบัน ที่เป็นคติสำคัญแก่คนยุคปัจจุบัน | ๙๑๑ |
| บันทึกพิเศษท้ายบท | |
| บันทึกที่ ๑: ความหมายของ สุตวา อริยสาวก และอริยธรรม เป็นต้น | ๙๑๓ |
| บันทึกที่ ๒: เหตุที่คนให้ทาน | ๙๑๓ |

บทที่ ๑๙ บทความประกอบที่ ๒: ศิลกับเจตนารมณ์ทางสังคม ๙๑๔

| | |
|--|-----|
| สามคำสำคัญในชุดของศีล: ศีล วินัย สิกขาบท | ๙๑๕ |
| ศีลระดับธรรมอยู่ที่ตัวคน ศีลระดับวินัยขยายผลเพื่อสังคม | ๙๑๗ |
| ตัวอย่างหลักปฏิบัติที่มุ่งเพื่อเชิดชูธรรมความดีงามและประโยชน์สุขของสังฆะและสังคม | ๙๒๒ |
| ก) การกราบไหว้ตามแก่อ่อนพรรษา | ๙๒๒ |
| ข) พุทธบัญญัติห้ามภิกษุอดอุตริมนุสสรธรรม | ๙๒๕ |
| ค) ทำไมจึงทรงยกย่องสังฆทานว่ามีผลมากที่สุด | ๙๒๘ |
| หัวใจของวินัย: เคารพสงฆ์ ถือสงฆ์และกิจสงฆ์เป็นใหญ่ มั่นในสามัคคี | |
| ชูธรรม ถือหลักการ มีประโยชน์สุขของประชาชนเป็นจุดหมาย | ๙๒๙ |
| วินัยในความหมายที่กว้างใหญ่เลยจากศีล | ๙๓๔ |

บันทึกพิเศษท้ายบท

| | |
|---|-----|
| บันทึกที่ ๑: แสดงธรรม บัญญัติวินัย | ๕๓๘ |
| บันทึกที่ ๒: คีล วินัย คีลธรรม | ๕๓๘ |
| บันทึกที่ ๓: ความหมายบางอย่างของ "วินัย" | ๕๓๘ |
| บันทึกที่ ๔: การปฏิบัติเพื่อประโยชน์สุขของพหูชน | ๕๓๙ |
| บันทึกที่ ๕: เคารพธรรม เคารพวินัย | ๕๓๙ |
| บันทึกที่ ๖: การเคารพตามอายุสมาชิกภาพ | ๕๔๐ |

บทที่ ๒๐ บทความประกอบที่ ๓: เรื่องเหนือสามัญวิสัย: ปาฏิหาริย์ - เทวดา ๕๔๑

อิทธิปาฏิหาริย์ ๕๔๔

| | |
|--|-----|
| อิทธิปาฏิหาริย์ คืออะไร? และแคไหน? | ๕๔๕ |
| ปาฏิหาริย์ ไม่ใช่แค่ฤทธิ์ แต่มีถึง ๓ อย่าง | ๕๔๕ |
| อิทธิปาฏิหาริย์ ไม่ใช่ธรรมที่เป็นแก่นสาร | ๕๔๖ |
| อิทธิฤทธิ์ ชนิดอริยะ และชนิดอนารยะ | ๕๔๗ |
| โทษแก่ปุถุชน ในการเกี่ยวข้องกับเรื่องฤทธิ์ | ๕๔๙ |
| แนวปฏิบัติที่ถูกต้อง ในการเข้าไปเกี่ยวข้องกับเรื่องฤทธิ์ | ๕๕๑ |

เทวดา ๕๔๐

| | |
|--|-----|
| มนุษย์ กับ เทวดา เปรียบเทียบฐานะกัน | ๕๕๒ |
| มนุษย์กับเทวดา ความสัมพันธ์ใด ที่ล้ำสมัย ควรเลิกเสีย | ๕๕๔ |
| หวังพึ่งเทวดา ได้ผลนิดหน่อย แต่เกิดโทษมากมาย | ๕๕๕ |
| สร้างความสัมพันธ์ที่ถูกต้อง ระหว่างมนุษย์กับเทวดา | ๕๕๖ |
| ความสัมพันธ์แบบชาวพุทธ ระหว่างมนุษย์กับเทวดา | ๕๕๗ |

สรุปวิธีปฏิบัติต่อเรื่องเหนือสามัญวิสัย ๕๔๙

| | |
|--|-----|
| พัฒนาการแห่งความสัมพันธ์ ๓ ชั้น | ๕๕๙ |
| ก้าวสู่ขั้นเมธีวิตติสระ เพื่อจะเป็นชาวพุทธที่แท้ | ๕๖๐ |
| วิธีปฏิบัติที่ถูกต้อง ต่อสิ่งเหนือสามัญวิสัย | ๕๖๐ |
| ปฏิบัติถูกต้อง คือเดินหน้า เป็นชาวพุทธ คือไม่หยุดพัฒนา | ๕๖๔ |

บันทึกพิเศษท้ายบท

| | |
|--|-----|
| บันทึกที่ ๑: อิทธิปาฏิหาริย์ในคัมภีร์ | ๕๖๖ |
| บันทึกที่ ๒: การช่วย และการแก่ง ของพระอินทร์ | ๕๖๗ |
| บันทึกที่ ๓: สังกรรม ทางออกที่ดี สำหรับผู้ยังหวังอำนาจดลบันดาล | ๕๖๘ |
| บันทึกที่ ๔: พระพุทธ เป็นมนุษย์ หรือเทวดา | ๕๖๙ |

| | |
|--|-----|
| บทที่ ๒๑ บทความประกอบที่ ๔: ปัญหาเกี่ยวกับแรงจูงใจ | ๕๗๑ |
| กลไกชีวิตในการกระทำ | ๕๗๒ |
| แง่ความหมายที่ช่วยให้เข้าใจตถตา และฉันทะ ชัดยิ่งขึ้น | ๕๗๕ |
| แง่ที่ ๑) การไม่กระทำ อาจเป็นการกระทำอย่างแรง | ๕๗๕ |
| แง่ที่ ๒) ตถตา เป็นแรงจูงใจให้กระทำในระบบเงื่อนไข | ๕๗๖ |
| ความเข้าใจหลักธรรม ตามหลักฐานทางวิชาการ | ๕๗๘ |
| "ฉันทะ" คือคำหลัก ที่ต้องแยกแยะความหมาย ให้หายสับสนทางภาษา | ๕๗๘ |
| "ฉันทะ" อย่างไรเป็นต้นตอของทุกข์ อย่างไรคือที่ตั้งต้นของกุศลธรรม | ๕๘๑ |
| นัยที่ ๑: ฉันทะ เป็นมูลแห่งทุกข์ และเป็นมูลของอุปาทานชั้นที่ ๕ | ๕๘๒ |
| นัยที่ ๒: ฉันทะ เป็นมูลของธรรมทั้งปวง | ๕๘๒ |
| "ฉันทะ" ถึงจุดลงตัวของความหมายที่ใช้เป็นมาตรฐาน | ๕๘๓ |
| การศึกษาเชิงเปรียบเทียบ: ตถตา กับฉันทะ | ๕๘๕ |
| แรงจูงใจแห่งตถตา | ๕๘๕ |
| แรงจูงใจแห่งฉันทะ | ๕๘๗ |
| อธิบายเชิงเปรียบเทียบ | ๕๘๘ |
| ปัญหาจากระบบเงื่อนไขของตถตา | ๕๙๐ |
| ผลดีจากระบบตรงไปตรงมาของฉันทะ | ๕๙๑ |
| สภาพการกิน ภายใต้ครอบงำของระบบเงื่อนไข | ๕๙๓ |
| การสืบทอด: ระบบธรรมชาติที่แทบเลือนหาย ภายใต้อารยธรรมแห่งกามคุณ | ๕๙๖ |
| กินด้วยปัญญา พาให้กินพอดี | ๕๙๗ |
| ข้อพิจารณาเชิงซับซ้อน | ๕๙๙ |
| เมื่อไฟร้าย กับไฟดี แทรกซ้อนซึ่งกัน | ๕๙๙ |
| เมื่อไม่มีอะไรล่อตถตา ก็พึ่งพาได้แต่ฉันทะ | ๖๐๐ |
| คนนอนอยู่ที่อยากให้ตัวได้สิ่งที่ปรารถนา ... รักษาความมั่นคงของอัตตาไว้ | ๖๐๐ |
| ฉันทะต่อของ ขยายสู่เมตตาต่อคน | ๖๐๑ |
| แม้ว่าฉันทะจะขยายไปถึงเมตตากรุณา ตถตาก็ยังตามไปรั้งความ | ๖๐๓ |
| ทวนความหมาย และกระบวนการเกิดของฉันทะ | ๖๐๔ |
| ฉันทะอยากชั่ว ตถตาทอยากดี มีหรือไม่? | ๖๐๖ |
| ระวังไว้ ฉันทะมา ตถตาทอาจจะสอด หรือแทรกสลับ | ๖๐๗ |
| อยากนิพพาน อย่างไรเป็นฉันทะ อย่างไรเป็นตถตา | ๖๐๘ |
| ตถตาทให้ละแน่ แต่ฉันทะก็ละอีกแบบหนึ่ง | ๖๑๐ |
| จะละตถตา ก็ใช้ตถตาทได้ แต่ไม่วายต้องระวัง | ๖๑๑ |

บทสรุป

มนุษย์เป็นสัตว์วิเศษ ต้องเพิ่มเดชด้วยฉันทะ มิใช่จะมัวเป็นทาสของตัณหา
ถึงจะพ้นตัณหา ได้ฉันทะมา ก็ยังต้องเดินหน้าไปกับปัญญา ...
ปัญญามาแทนที่ ตัณหาหมดหน้าที่ มีฉันทะเต็มที
ปัญญาและกรุณา ตัวกำกับและขับเคลื่อนการทำงานของมหาบุรุษ
สรุปข้อควรกำหนดเกี่ยวกับตัณหาและฉันทะ
พัฒนาคนได้ ด้วยการพัฒนาความต้องการของเขา

๑๐๑๔
๑๐๑๔
๑๐๑๕
๑๐๑๗
๑๐๑๘
๑๐๒๐
๑๐๒๑

บทที่ ๒๒ บทความประกอบที่ ๕: ความสุข ๑: ฉบับแบบแผน

๑๐๒๓

รู้จักความสุข และเสพบริโภคอย่างมีปัญญา ที่ทำให้เป็นอิสระเสรี

๑๐๒๔

ความสุขมีหลากหลาย สูงขึ้นไปตามลำดับขั้น

๑๐๒๔

ความสุขของมนุษย์ ของสวรรค์ และความสุขที่ดีกว่านั้น

๑๐๒๖

ส่วนเสีย หรือข้อด้อยของความสุข

๑๐๒๕

พระพุทธเจ้ายืนยันว่า ทรงมีความสุขยิ่งกว่าบุคคลที่โลกถือกันว่ามีความสุขที่สุด

๑๐๓๓

เทียบความสุขต่ำไว้ เพื่อให้เร่งพัฒนาความสุข จะได้มีสุขที่เลือกได้ ...

๑๐๓๕

ถึงจะยังบริโภคความสุข ก็ต้องมีปัญญารักษาอิสรภาพไว้ รู้หนทางปลอดภัยจากกามทุกข์

๑๐๓๕

บริโภคความสุขอย่างอิสระ รู้จักจัดรู้จักใช้ขยายประโยชน์สุข ก็เป็นผู้ประเสริฐ ...

๑๐๓๗

สุขใน สุขประณีต จนถึงสุขสูงสุด

๑๐๔๖

ก้าวสู่ความสุขที่ประณีตสูงขึ้นไป

๑๐๔๖

สุขเหนือเวทนา

๑๐๔๘

สุขได้ไม่ต้องพึ่งเวทนา คืออิสรภาพ และเป็นสุขภาวะที่สมบูรณ์

๑๐๕๐

ถึงนิพพาน สุขเต็มสุดแล้ว จะเลือกสุขอย่างไหนก็ได้ ทำไม่มองลงมาไม่ถึงกามสุข

๑๐๕๓

ทบทวนความสุขที่คนสามารถพัฒนาไปถึงได้

๑๐๕๗

บทสรุป

๑๐๕๗

หลักการพื้นฐานแห่งการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าว่า ความสุขลุลึงได้ด้วยความสุข

๑๐๕๘

เรียนรู้ให้ชัด วิธีปฏิบัติต่อความสุข

๑๐๖๑

มองความสุขเชิงปฏิบัติ วัตจากการพัฒนาของชาวบ้านขึ้นไป

๑๐๖๓

๑. กรณีที่แสวงหาความสุข

๑๐๖๓

๒. กรณีที่ไม่แสวงหาความสุข

๑๐๖๕

บันทึกพิเศษท้ายบท

๑๐๖๗

บันทึกที่ ๑: ความสุข จัดเป็นคู่ๆ

๑๐๖๗

บันทึกที่ ๒: ความสุข จัดเป็น ๓ ระดับ (อีกแบบหนึ่ง)

บทที่ ๒๓ บทความประกอบที่ ๖: ความสุข ๒: ฉบับประมวลความ ๑๐๖๙

ความนำ

พุทธศาสนา คือ ระบบการพัฒนาความสุข
พุทธศาสนาสอนว่า สุขถึงได้ด้วยสุข

๑๐๖๙

๑๐๗๐

ภาคหลักการ

ความสุข คืออะไร

๑๐๗๒

๑๐๗๒

ความต้องการ คืออะไร และสำคัญอย่างไร

๑๐๗๓

พอจะได้ใจฟองฟูขึ้นไป เป็นปิติ ได้สมใจสงบลงมา เป็นความสุข

๑๐๗๕

สองทางสายใหญ่ ที่จะเลือกไปสู่ความสุข

๑๐๗๘

ถ้าการศึกษาพัฒนาคนให้มีความสุขด้วยฉันทะได้ จริยธรรมไม่หนีไปไหน

๑๐๘๐

กฎหมายสร้างระบบเงื่อนไข

๑๐๘๒

ถ้าให้ระบบเงื่อนไขหนุนกฎธรรมชาติได้ ก็จะมีผลดีจริง

๑๐๘๕

รู้ทันว่าอยู่ในระบบเงื่อนไข ก็ใช้มันให้เต็มคุณค่า

๑๐๘๗

ความสนุกในการเรียน กับความสุขในการศึกษา

๑๐๘๙

แต่มีความสุขในการเรียน ยังไม่พอ ต้องขอให้ เรียนแล้วกลายเป็นคนมีความสุข

๑๐๙๒

ความสุขมีมากมาย ธรรมชาติรอบกายก็รอจะให้ความสุข

๑๐๙๓

จะพัฒนาความสุข ต้องพัฒนาความต้องการต่อเพื่อนมนุษย์ด้วย

๑๐๙๕

ความสุขเหนือกาล เมื่อเหนือการสนองความต้องการ

๑๐๙๗

สุขเพราะได้เท่าที่ค้น กับสุขเพราะไม่มีที่ค้นจะต้องเท่า

๑๐๙๙

การพัฒนาความสุข: วัตถุประสงค์

๑๑๐๑

ภาคปฏิบัติการ

๑๑๐๓

ทุกข์มีทุกข์มา อย่าเสียท่าเอาใจรับ แต่จงเรียกปัญญาให้มาจับเอาทุกข์ไปจัดการ

๑๑๐๓

ทั้งทุกข์และสุข ปฏิบัติให้ถูก มีแต่สุข ทุกข์ไม่มี

๑๑๐๕

ความสุขที่พึงเน้น สำหรับคนทั่วไป เริ่มตั้งแต่ในบ้าน

๑๑๐๘

พัฒนากามสุขที่สุขแย้งกัน ให้มีความสุขที่สุขด้วยกัน

๑๑๑๑

ชีวิตจะวัฒนา ถ้าได้ปราโมทย์มาเป็นพื้นใจ

๑๑๑๓

สังคมจะมีสันติสุขได้ คนต้องรู้จักความสุขจากการให้

๑๑๑๖

ไม่เฉพาะสังคม แม้ในสังฆะ พระก็ถือหลักแบ่งปันลาภ

๑๑๑๘

ให้ความดีงามในจิตใจบุคคล ออกมาเป็นปฏิบัติการเกื้อสังคม

๑๑๒๐

บุคคลเอื้ออารี สังคมสามัคคี ทุกคนได้ ทุกคนดี มีสุขด้วยกันและทั่วกัน

๑๑๒๒

คนมีปัญญา แม้แต่ทุกข์ ก็เห็นคุณค่า และใช้ประโยชน์ได้

๑๑๒๕

ความสุขมีคุณมาก โทษก็หนัก ต้องรู้จักใช้

๑๑๒๖

ของเสพเต็มไปหมด สุขกลับลด ทุกข์ก็ง่าย

๑๑๒๘

จะสุขง่าย ทุกข์ได้ยาก หากฝึกไว้

๑๑๓๐

บทลงท้าย

๑๑๓๒

ความสุขที่สมบูรณ์ คืออย่างไร

๑๑๓๒

เมื่อสุขของบุคคล คือสุขเพื่อมวลชนทั้งโลก

๑๑๓๔

.....

บรรณานุกรม

๑๑๓๗

ก. พระไตรปิฎก

๑๑๓๗

ข. คัมภีร์รุ่นก่อนนอรรถกถา

๑๑๓๙

ค. คัมภีร์รุ่นนอรรถกถา ฎีกา และต่อๆ มา

๑๑๔๐

พิเศษ: ปกรณ์พิเศษ และคัมภีร์ที่เนื่อง

๑๑๔๐

๑. สายพระวินัย

๑๑๔๐

๒. สายพระสูตร

๑๑๔๐

๓. สายพระอภิธรรม

๑๑๔๒

๔. ลัทธศาสตร์

๑๑๔๒

บันทึกของผู้เขียน

๑๑๔๓

บันทึกการจัดทำข้อมูล โดย นายแพทย์ ณรงค์ เลหาวิรภาพ

๑๑๕๑

บันทึกไว้ระลึก

๑๑๕๓

บันทึก (เรื่องทุนพิมพ์)

๑๑๘๔

ดัชนี

๑๑๙๑



พุทธธรรม

ฉบับปรับปรุงขยาย



สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์
(ป. อ. ปยุตฺโต)

สารบัญหัวข้อ

| | |
|---|----|
| นิทานพจนีย์ | ๗ |
| ความนำ: | |
| สิ่งที่ควรเข้าใจก่อน | ๑ |
| ลักษณะทั่วไปของพุทธธรรม | ๖ |
| ภาค ๑ | |
| มัชฌิมนิเทศธรรมเทศนา | ๑๑ |
| <u>ตอน ๑: ชีวิต คืออะไร?</u> | |
| บทที่ ๑ ชั้น ๕ | ๑๓ |
| ตัวสภาวะ | ๑๓ |
| สัญญา - สติ - ความจำ | ๑๘ |
| สัญญา - วิญญาณ - ปัญญา | ๒๐ |
| ความสัมพันธ์ระหว่างชั้นต่างๆ | ๒๒ |
| ชั้น ๕ กับอุปาทานชั้น ๕ หรือชีวิต กับชีวิตซึ่งเป็นปัญหา | ๒๔ |
| บันทึกพิเศษท้ายบท | |
| บันทึกที่ ๑: เรื่อง ชั้น ๕ | ๒๖ |
| บทที่ ๒ อายตนะ ๖ | ๒๘ |
| ตัวสภาวะ | ๒๘ |
| ประเภทของความรู้ | ๓๗ |
| ก. จำแนกโดยสภาวะ หรือโดยธรรมชาติของความรู้ | ๓๗ |
| ข. จำแนกโดยทางรับรู้ | ๔๐ |
| ค. จำแนกโดยพัฒนาการทางปัญญา (ภายในบุคคล) | ๔๓ |
| ง. จำแนกโดยกิจกรรมและผลงานของมนุษย์ | ๔๗ |
| ความถูกต้องและผิดพลาดของความรู้ | ๔๘ |
| ก. สัจจะ ๒ ระดับ | ๔๘ |
| ข. วิปัสสนา หรือวิปัสสนา ๓ | ๕๐ |

| | |
|-----------------------------|----|
| พุทธพจน์เกี่ยวกับอายตนะ | ๕๑ |
| คุณค่าทางจริยธรรม | ๕๖ |
| บันทึกพิเศษท้ายบท | |
| บันทึกที่ ๑: เรื่อง ปัญญา ๓ | ๕๙ |

ตอน ๒: ชีวิต เป็นอย่างไร?

| | |
|---|-----------|
| บทที่ ๓ ไตรลักษณ์ | ๖๒ |
| ฉวกฏ หรือฉวสภาวะ | ๖๒ |
| คำอธิบายไตรลักษณ์ตามหลักวิชาในคัมภีร์ | ๖๕ |
| ๑. ความเข้าใจเกี่ยวกับศัพท์ที่เกี่ยวข้อง | ๖๖ |
| ๑. สังขารทั้งปวง กับ ธรรมทั้งปวง | ๖๖ |
| ๒. สังขารในชั้น ๕ กับ สังขารในไตรลักษณ์ | ๖๘ |
| ๒. สิ่งที่ปิดบังไตรลักษณ์ | ๗๑ |
| ๓. วิเคราะห์ความหมายของไตรลักษณ์ | ๗๒ |
| ๑. อนิจจตา และอนิจจลักษณะ | ๗๓ |
| ๒. ทุกขตา และทุกขลักษณะ | ๗๔ |
| พิเศษ: ทุกข์ในอริยสัจ แยกให้ชัด จากทุกข์ในไตรลักษณ์ | ๗๖ |
| (ก) หมวดใหญ่ของทุกข์ | ๗๖ |
| ทุกขตา ๓ | ๗๘ |
| (ข) ไตรลักษณ์มี ๓ ไม่ใช่แค่ทุกข์ และทั้งสามเป็นฐานของทุกข์ในอริยสัจ | ๗๙ |
| (ค) ปัญหาของมนุษย์ ที่มาในชื่อของทุกข์มากมาย | ๘๔ |
| ชุดที่ ๑ ทุกข์ ๑๒ | ๘๔ |
| ชุดที่ ๒ ทุกข์ ๒ | ๘๖ |
| ชุดที่ ๓ ทุกข์ ๒ | ๘๖ |
| ๓. อนัตตตา และอนัตตลักษณะ | ๘๗ |
| ก) ขอบเขตความหมาย | ๘๙ |
| ข) ความหมายพื้นฐาน | ๙๐ |
| ค) ความหมายที่ไม่ต้องอธิบาย | ๙๑ |
| ง) ความหมายที่อธิบายทั่วไป | ๙๓ |
| ๔. ขัตตา - อนัตตตา และ ขัตตา - นิรัตตา | ๑๐๔ |
| ขัตตา กับ มานะ | ๑๑๐ |

คุณค่าทางจริยธรรม

| | |
|--|-----|
| ก. คุณค่าที่ ๑: คุณค่าด้านการทำจิต หรือคุณค่าเพื่อความหลุดพ้นเป็นอิสระ | ๑๑๒ |
| ข. คุณค่าที่ ๒: คุณค่าด้านการทำกิจ หรือคุณค่าเพื่อความไม่ประมาท | ๑๑๔ |
| ค. ความสำคัญและความสัมพันธ์ของคุณค่าทางจริยธรรม ๒ ด้าน | ๑๑๕ |
| ง. คุณค่าเนื่องด้วยความหลุดพ้น หรือคุณค่าเพื่อความบริสุทธิ์บริบูรณ์แห่งความดีงาม | ๑๒๐ |
| จ. คุณค่าทางจริยธรรมของไตรลักษณ์ตามลำดับข้อ | ๑๒๖ |
| ๑. อนิจจตา | ๑๒๗ |
| ๒. ทุกขตา | ๑๒๗ |
| ๓. อนัตตตา | ๑๓๐ |
| | ๑๓๔ |

พุทธพจน์เกี่ยวกับไตรลักษณ์

| | |
|--|-----|
| ก. ความรู้เท่าทันสภาวะของไตรลักษณ์ | ๑๓๖ |
| ข. คุณค่าทางจริยธรรมของไตรลักษณ์ (ด้านทำจิตเป็นอิสระ และด้านทำกิจโดยไม่ประมาท) | ๑๓๖ |
| - อนิจจตาแห่งชีวิต และการเห็นคุณค่าของกาลเวลา | ๑๓๘ |
| - เร่งทำกิจ และเตรียมการเพื่ออนาคต | ๑๓๘ |

ตอน ๓: ชีวิต เป็นไปอย่างไร?

บทที่ ๔ ปฏิจจสมุปบาท

๑๕๒

ตัวกฎหรือตัวสภาวะ

| | |
|---|-----|
| ๑. ฐานะและความสำคัญ | ๑๕๒ |
| ๒. ด้วบทและแบบความสัมพันธ์ ในหลักปฏิจจสมุปบาท | ๑๕๔ |
| ๓. การแปลความหมายหลักปฏิจจสมุปบาท | ๑๕๗ |
| ๔. ความหมายโดยสรุป เพื่อความเข้าใจเบื้องต้น | ๑๖๐ |
| ๕. คำอธิบายตามแบบ | ๑๗๐ |
| ก. หัวข้อและโครงรูป | ๑๗๐ |
| ข. คำจำกัดความองค์ประกอบ หรือหัวข้อ ตามลำดับ | ๑๗๑ |
| ค. ตัวอย่างคำอธิบายแบบช่วงกว้างที่สุด | ๑๗๒ |
| ๖. ความหมายในชีวิตประจำวัน | ๑๘๐ |
| ความหมายเชิงอธิบาย | ๑๘๒ |
| คำอธิบายแสดงความสัมพันธ์อย่างง่าย | ๑๘๓ |
| คำอธิบายแสดงความสัมพันธ์เชิงขยายความ | ๑๘๔ |
| ตัวอย่างกรณีปลีกย่อยในชีวิตประจำวัน | ๑๘๑ |
| ความหมายลึกลงไปขององค์ธรรมบางข้อ | ๑๘๓ |

| | |
|--|-----|
| ปฏิจสุมุปาบท ในฐานะมัชฌิมนธรรมเทศนา | ๒๐๑ |
| ปฏิจสุมุปาบท ในฐานะปัจจยการทางสังคม | ๒๐๗ |
| หมายเหตุ: การตีความเกี่ยวกับปฏิจสุมุปาบท | ๒๑๑ |
| บันทึกพิเศษท้ายบท | |
| บันทึกที่ ๑: ธรรมเนียม ๑ และ ธรรมเนียม ๓ | ๒๑๔ |
| บันทึกที่ ๒: ตัวเรา ของเรา ตัวกู ของกู | ๒๒๓ |
| บันทึกที่ ๓: เกิดและตายแบบปัจจุบัน | ๒๒๖ |
| บันทึกที่ ๔: ปฏิจสุมุปาบทแนวอภิธรรม | ๒๒๖ |
| บันทึกที่ ๕: ปัญหาการแปลคำว่า "นิโรธ" | ๒๒๙ |
| บันทึกที่ ๖: ความหมายย่อขององค์ธรรม ในปฏิจสุมุปาบท | ๒๓๐ |
| บันทึกที่ ๗: ความหมายของภวตัตถา และวิภวตัตถา | ๒๓๐ |
| บทที่ ๕ กรรม | |
| ความนำ | ๒๓๔ |
| ความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับกรรม | ๒๓๕ |
| ก. กรรม ในฐานะกฎธรรมชาติอย่างหนึ่ง | ๒๓๕ |
| ข. ความหมายของกรรม | ๒๔๐ |
| ค. ประเภทของกรรม | ๒๔๒ |
| เกณฑ์ตัดสิน ความดี-ความชั่ว | ๒๔๕ |
| ก) ปัญหาเกี่ยวกับความดี-ความชั่ว | ๒๔๕ |
| ข) ความหมายของกุศลและอกุศล | ๒๔๖ |
| ค) ข้อควรทราบพิเศษบางอย่างเกี่ยวกับกุศลและอกุศล | ๒๕๐ |
| ๑) กุศลและอกุศล เป็นปัจจัยแก่กันได้ | ๒๕๐ |
| ๒) บุญและบาป กับ กุศลและอกุศล | ๒๕๐ |
| ง) เกณฑ์วินิจฉัยกรรมดี - กรรมชั่ว | ๒๕๔ |
| จ) หลักคำสอนเพื่อเป็นเกณฑ์วินิจฉัย | ๒๖๓ |
| การให้ผลของกรรม | ๒๖๙ |
| ก) ผลกรรมในระดับต่างๆ | ๒๖๙ |
| ข) องค์ประกอบที่ส่งเสริมและขัดขวางการให้ผลของกรรม | ๒๗๒ |
| ค) ผลกรรมในช่วงกว้างไกล | ๒๗๕ |
| ง) ข้อพิจารณาเกี่ยวกับการพิสูจน์เรื่องตายแล้วเกิดหรือไม่ | ๒๗๗ |
| จ) ข้อสรุป: การพิสูจน์และทำที่ปฏิบัติต่อเรื่องชาติหน้า | ๒๗๙ |
| ฉ) ผลกรรมตามนัยแห่งจุฬารมวิมังคสูตร | ๒๘๒ |

| | |
|--|-----|
| ข้อควรศึกษายิ่งขึ้นไป เพื่อความเข้าใจหลักกรรมให้ชัดเจน | ๒๘๕ |
| ๑) สุขทุกข์ ใครทำให้? | ๒๘๕ |
| ๒) เชื้ออย่างไร ผิดหลักกรรม? | ๒๘๖ |
| ๓) กรรม ชำระล้างได้อย่างไร? | ๒๘๘ |
| ๔) แก้กรรม ด้วยปฏิกรรม | ๒๙๐ |
| ๕) กรรม ที่ทำให้สิ้นกรรม | ๒๙๒ |
| ๖) กรรม ในระดับสังคม หรือกรรมของสังคม มีหรือไม่? | ๒๙๙ |
| ๗) กรรม ตามสมมตินิยม หรือ กรรม ในกฎหมาย | ๓๐๓ |
| ๘) กรรม กับอนาคต ชัดกันหรือไม่? | ๓๑๑ |
| คุณค่าทางจริยธรรม | ๓๑๖ |
| ความหมายทั่วไป | ๓๑๖ |
| ความเป็นคนมีเหตุผล ไม่เชื่อถือมงาย | ๓๑๗ |
| การลงมือทำ ไม่รอคอยความหวังจากการอ่อนวอนปรารถนา | ๓๑๘ |
| การไม่ถือชาติชั้นวรรณะ ถือความประพฤติเป็นประมาณ | ๓๑๙ |
| การพึ่งตนเอง | ๓๒๐ |
| ข้อเตือนใจเพื่ออนาคต | ๓๒๐ |
| บันทึกพิเศษท้ายบท | |
| บันทึกที่ ๑: กรรม ๑๒ | ๓๒๑ |

ตอน ๕: ชีวิต ควรให้เป็นอย่างไร?

| | |
|--|-----|
| บทที่ ๖ วิชชา วิมุตติ วิสุทธิ สันติ นิพพาน | ๓๒๕ |
| ความสุขที่ไม่ต้องหา | ๓๒๕ |
| กระบวนธรรมดับทุกข์ หรือ ปฏิจจสมุปบาทนิโรธวาร | ๓๒๘ |
| ก. วงจรยาว | ๓๒๘ |
| ข. วงจรสั้น | ๓๒๙ |
| ภาวะแห่งนิพพาน | ๓๓๒ |
| คำแสดงคุณลักษณะของนิพพาน | ๓๓๖ |
| ข้อความบรรยายภาวะของนิพพาน | ๓๓๘ |
| ภาวะของผู้บรรลุนิพพาน | ๓๔๓ |
| ๑. ภาวิตกาย: มีกายที่ได้พัฒนาแล้ว | ๓๕๕ |
| ๒. ภาวิตศีล: มีศีลที่ได้พัฒนาแล้ว | ๓๖๒ |
| ๓. ภาวิตจิต: มีจิตที่ได้พัฒนาแล้ว | ๓๗๑ |
| ๔. ภาวิตปัญญา: มีปัญญาที่ได้พัฒนาแล้ว | ๓๗๗ |

บันทึกพิเศษท้ายบท

บันทึกที่ ๑: ภาวิต & โยงไปหา ภาวนา &

๓๘๓

บทที่ ๗ ประเภทและระดับ แห่งนิพพานและผู้บรรลุนิพพาน

๓๘๕

๑. ประเภทและระดับของนิพพาน

๓๘๕

ประเภทของนิพพาน

๓๘๖

ก) ลักษณะภายนอกและชีวิตหมู่

๓๘๖

ข) ความมีใจอิสระและมีความสุข

๓๘๗

ค) ความเป็นเจ้าแห่งจิต เป็นนายของความคิด

๓๘๗

ง) ความเป็นกันเอง กับชีวิต ความตาย การพลัดพราก และมีเมตตากรุณาต่อทุกชีวิต

๓๘๗

ขั้นตอนหรือระดับแห่งการเข้าถึงนิพพาน

๔๐๐

๒. ประเภทและระดับของผู้บรรลุนิพพาน

๔๐๓

แบบที่ ๑ ทักขิไฉนุบุคคล ๘ หรือ อริยบุคคล ๘

๔๐๘

แบบที่ ๒ ทักขิไฉนุบุคคล ๗ หรือ อริยบุคคล ๗

๔๑๑

ก. พระเสขะ หรือ สอุปาทิเสสบุคคล

๔๑๓

ข. พระอเสขะ หรือ อนุปาติเสสบุคคล

๔๑๓

ประเภทของพระอรหันต์

๔๑๘

บันทึกพิเศษท้ายบท

บันทึกที่ ๑: เรื่อง สอุปาทิเสส และ อนุปาติเสส

๔๒๐

บันทึกที่ ๒: เรื่องความหมายของ ทิฏฐุขัมมิกะ และ สัมปรายิกะ

๔๒๐

บันทึกที่ ๓: เรื่องจรมจิต

๔๒๑

บันทึกที่ ๔: เรื่อง สัตถัพพตปรมาส

๔๒๑

บันทึกที่ ๕: ความหมายของ ฌาน

๔๒๔

บทที่ ๘ ข้อควรทราบเพิ่มเติม เพื่อเสริมความเข้าใจ

๔๒๖

๑. สมณะ - วิปัสสนา

๔๒๖

๒. เจโตวิมุตติ - ปัญญาวิมุตติ

๔๒๙

บันทึกพิเศษท้ายบท

บันทึกที่ ๑: ความเข้าใจสับสนเกี่ยวกับอนัตตา และนิพพาน

๔๔๐

| | |
|--|-----|
| บทที่ ๔ หลักการสำคัญ ของการบรรลุนิพพาน | ๔๔๒ |
| ความเบื้องต้น | ๔๔๒ |
| ก) หลักทั่วไป | ๔๔๒ |
| ข) หลักสมณะที่เป็นฐาน | ๔๕๑ |
| ค) หลักวิปัสสนาที่เป็นมาตรฐาน | ๔๖๐ |
| สำนวนสามัญ: พิจารณาขั้นที่ ๕ | ๔๖๓ |
| สำนวนสามัญ: พิจารณาอายตนะ และธรรมอื่นที่เกี่ยวข้อง | ๔๖๕ |
| สำนวนแบบสืบค้น | ๔๖๗ |
| ตัวอย่างธรรมที่พิจารณาได้ทุกระดับ | ๔๖๘ |
| สำนวนแนววิปัสสนา แสดงความแตกต่างระหว่างพระอริยมุคคหลายระดับ | ๔๖๙ |
| ก. พระเสขะ กับ พระอรหันต์ | ๔๖๙ |
| ข. ผู้ปฏิบัติเพื่อโสดาปัตติผล กับ พระโสดาบัน | ๔๗๑ |
| ค. พระโสดาบัน กับ พระอรหันต์ | ๔๗๑ |
| ง. พระอนาคามี กับ พระอรหันต์ | ๔๗๒ |
| จ. พระอรหันต์ปัญญาวิมุต กับ พระอรหันต์อุกโตภาควิมุต | ๔๗๔ |
| ฉ. พระพุทธเจ้า กับ พระปัญญาวิมุต | ๔๗๔ |
| ง) หลักการปฏิบัติที่จัดเป็นระบบ | ๔๗๕ |
| หลักการปฏิบัติตามนัยแห่งคัมภีร์วิสุทธิมรรค | ๔๗๖ |
| ก. ระดับศีล (อริศีลสิกขา) | ๔๗๖ |
| ข. ระดับสมาธิ (อริจิตตสิกขา) | ๔๗๖ |
| ค. ระดับปัญญา (อริปัญญาสิกขา) | ๔๗๗ |
| ๑) ญาตปริญา คือ รู้จักสภาวะ | ๔๗๗ |
| ๒) ตีรณปริญา คือ รู้สามัญลักษณะ หรือหยั่งถึงไตรลักษณ์ | ๔๗๗ |
| ๓) ปหานปริญา คือ รู้ถึงขั้นละความหลงผิด ถอนตัวเป็นอิสระได้ | ๔๗๘ |
| บันทึกพิเศษท้ายบท | |
| บันทึกที่ ๑: คำว่า "บรรลุนิพพาน" | ๔๘๑ |
| บันทึกที่ ๒: ในฉาน เจริญวิปัสสนา หรือบรรลุมรรคผล ได้หรือไม่? | ๔๘๑ |
| บันทึกที่ ๓: แนวสัญญาณสัญญาณตนะ ใช้ทำวิปัสสนาไม่ได้? | ๔๘๔ |
| บันทึกที่ ๔: ขณะจิตที่บรรลุมรรคผล | ๔๘๖ |

| | |
|---|-----|
| บทที่ ๑๐ บทสรุป เรื่องเกี่ยวกับนิพพาน | ๔๘๗ |
| คุณค่าและลักษณะพิเศษที่พึงสังเกตเกี่ยวกับนิพพาน | ๔๘๗ |
| ๑. จุดหมายสูงสุดของชีวิต เป็นสิ่งที่อาจบรรลุได้ในชาตินี้ | ๔๘๗ |
| ๒. นิพพานเป็นจุดหมายที่ทุกคนเข้าถึงได้ ไม่จำกัดชาติชั้น หนิงชาย | ๔๘๗ |
| ๓. นิพพานอำนวยการ ที่ยิ่งกว่าล้าพั้งความสำเร็จทางจิตจะให้ได้ | ๔๙๐ |
| จุดที่มักเขวหรือเข้าใจพลาด เกี่ยวกับนิพพาน | ๔๙๒ |
| ๑. ความยึดมั่น ในความไม่ยึดมั่น | ๔๙๒ |
| ๒. ลักษณะที่ชวนให้สับสน หรือหลงเข้าใจผิด | ๔๙๕ |
| ๓. ความสุข กับความพร้อมที่จะมีความสุข | ๔๙๖ |
| ปัญหาสำคัญเกี่ยวกับนิพพาน | ๔๙๖ |
| ๑. นิพพาน กับอัตตา | ๔๙๖ |
| ๒. พระอรหันต์ สิ้นชีวิตแล้วเป็นอย่างไร? | ๕๐๕ |

ภาค ๒

มัชฌิมาปฏิปทา

๕๑๑

ตอน ๕: ชีวิต ควรเป็นอยู่อย่างไร?

| | |
|---|-----|
| บทที่ ๑๑ บทนำ ของมัชฌิมาปฏิปทา | ๕๑๓ |
| มัชฌิมาปฏิปทา ต่อเนื่องจาก มัชฌิมนธรรมเทศนา | ๕๑๓ |
| สมุทัย - นิโรธ | ๕๑๓ |
| นิโรธ - มรรค | ๕๑๕ |
| มิจลาปฏิปทา - สัมมาปฏิปทา | ๕๑๗ |
| อาหารของอวิชชา - อาหารของวิชชาและวิมุตติ | ๕๒๐ |
| ปฏิจจสมุปรบาท นิโรธวาร - มัชฌิมาปฏิปทา/มรรค | ๕๒๑ |
| โยนิโสมนสิการ/ศรัทธา/กุศลศีล → ปราโมทย์ → ขยญาณ | ๕๒๑ |
| ธรรมเป็นอาหารอุดหนุนกัน | ๕๒๒ |
| พรหมจรรย์ที่สำเร็จผล | ๕๒๒ |
| วิสุทธิ ๗ | ๕๒๒ |
| จรณะ ๑๕ + วิชชา ๓ | ๕๒๓ |
| อนุบุพพลิกขา หรือ อนุบุพพปฏิปทา | ๕๒๓ |
| ธรรมจริยา | ๕๒๓ |

ความเข้าใจเบื้องต้นเกี่ยวกับมัชฌิมาปฏิปทา

| | |
|---|-----|
| มรรค ในฐานะมัชฌิมาปฏิปทา | ๕๒๕ |
| มรรค ในฐานะข้อปฏิบัติ หรือทางชีวิต ทั้งของบรรพชิตและคฤหัสถ์ | ๕๒๕ |
| มรรค ในฐานะหลักปฏิบัติที่เนื่องด้วยสังคม | ๕๒๘ |
| มรรค ในฐานะทางให้ถึงความสิ้นกรรม | ๕๒๙ |
| มรรค ในฐานะอุปกรณ์สำหรับใช้ มิใช่สำหรับยึดถือหรือแบกโกไว้ | ๕๓๐ |
| มรรค ในฐานะพรหมจรรย์ หรือพุทธจริยธรรม | ๕๓๑ |
| มรรค ในฐานะมรรคาสู่จุดหมายชั้นต่างๆ ของชีวิต | ๕๓๒ |
| อัตถะ ๓ แนวตั้ง | ๕๓๖ |
| - บุญกิริยาวัตถุ ๓ | ๕๓๗ |
| อัตถะ ๓ แนวนอน | ๕๓๙ |
| มรรค ในฐานะไตรสิกขา หรือระบบการศึกษาสำหรับสร้างอารยชน | ๕๔๒ |
| อริยมรรค กับ ไตรสิกขา | ๕๔๓ |
| จากมรรคมืองค์ ๘ สู่สิกขา ๓ | ๕๔๔ |
| ชาวบ้าน ดำเนินมรรคด้วยการศึกษาบุญ | ๕๔๔ |
| กระบวนการธรรมในตัวคน ของมรรค กับกระบวนการฝึกคน ของสิกขา | ๕๔๕ |
| จุดเริ่ม พัฒนาเป็นจุดสำเร็จ แห่งความก้าวหน้าในมรรคา | ๕๕๑ |
| จุดเริ่ม พัฒนาเป็นจุดสำเร็จ แห่งความก้าวหน้าในมรรคา | ๕๕๗ |
| บันทึกพิเศษท้ายบท | |
| บันทึกที่ ๑: การจัดธรรมจริยาเข้าในไตรสิกขา | ๕๖๐ |
| บันทึกที่ ๒: การเรียกชื่อศีล ๕ และธรรมจริยา ๑๐ | ๕๖๐ |
| บันทึกที่ ๓: ความหมายของคำว่าศีลธรรม | ๕๖๑ |
| บันทึกที่ ๔: ความหมายตามแบบแผน ของไตรสิกขา | ๕๖๑ |
| บทที่ ๑๒ บุพภาคของการศึกษา ๑: ปรโตโฆสะที่ดี = กัลยาณมิตร | ๕๖๓ |
| บุพภาคของการศึกษา หรือ บุพนิมิตแห่งมัชฌิมาปฏิปทา | ๕๖๓ |
| ปัจจัยแห่งสัมมาทิฐิ ๒ | ๕๖๓ |
| บุพนิมิตที่ ๑: ปรโตโฆสะ – กัลยาณมิตร (วิธีการแห่งศรัทธา) | ๕๖๕ |
| ความสำคัญของการมีกัลยาณมิตร | ๕๖๖ |
| คุณสมบัติของกัลยาณมิตร | ๕๖๙ |
| การทำหน้าที่ของกัลยาณมิตร | ๕๗๒ |
| หลักศรัทธาโดยสรุป | ๕๘๗ |
| พุทธพจน์แสดงหลักศรัทธา | ๕๙๐ |

บันทึกพิเศษท้ายบท

บันทึกที่ ๑: ความสำคัญของสังคหวัตถุ ๔

๖๐๔

บันทึกที่ ๒: การแปลบาลีในกาลามสูตร

๖๐๕

บทที่ ๑๓ บุพภาคของการศึกษา ๒: โยนิโสมนสิการ

๖๐๗

ความนำ

ฐานะของความคิด ในระบบการดำเนินชีวิตที่ดี

๖๐๗

ฐานะของความคิด ในกระบวนการของการศึกษา หรือการพัฒนาปัญญา

๖๑๐

ก) จุดเริ่มของการศึกษา และความไร้การศึกษา

๖๑๐

ข) กระบวนการของการศึกษา

๖๑๑

ค) ความเข้าใจเบื้องต้น เกี่ยวกับจุดเริ่มต้นของการศึกษา

๖๑๓

ง) ความคิดที่ไม่เป็นการศึกษา และความคิดที่เป็นการศึกษา

๖๑๕

บุพนิมิตที่ ๒: โยนิโสมนสิการ (วิธีการแห่งปัญญา)

๖๑๙

ความสำคัญของโยนิโสมนสิการ

๖๑๙

ความหมายของโยนิโสมนสิการ

๖๒๑

วิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ

๖๒๗

๑. วิธีคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัย

๖๒๘

๒. วิธีคิดแบบแยกแยะส่วนประกอบ

๖๒๙

๓. วิธีคิดแบบสามัญลักษณ์

๖๓๑

๔. วิธีคิดแบบอริยสังคหะ/คิดแบบแก้ปัญหา

๖๓๔

๕. วิธีคิดแบบอรรถธรรมสัมพันธ์

๖๓๖

๖. วิธีคิดแบบรู้ทันคุณโทษและทางออก

๖๔๒

๗. วิธีคิดแบบคุณค่าแท้-คุณค่าเทียม

๖๔๖

๘. วิธีคิดแบบเร้ากุศล

๖๔๗

๙. วิธีคิดแบบอยู่กับปัจจุบัน

๖๕๔

๑๐. วิธีคิดแบบวิภาษวาท

๖๖๐

ก. จำแนกโดยแง่ด้านของความจริง

๖๖๑

ข. จำแนกโดยส่วนประกอบ

๖๖๑

ค. จำแนกโดยลำดับขณะ

๖๖๒

ง. จำแนกโดยความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย

๖๖๒

จ. จำแนกโดยเงื่อนไข

๖๖๔

ฉ. จำแนกโดยทางเลือก หรือความเป็นไปได้ต่างอื่น

๖๖๕

ช. วิภาษวาทในฐานะวิธีตอบปัญหาอย่างหนึ่ง

๖๖๖

สรุปความ เพื่อนำสู่การปฏิบัติ

๖๗๖

| | |
|--|------------|
| เตรียมเข้าสู่มัชฌิมาปฏิปทา | ๖๘๐ |
| พระรัตนตรัย ในฐานะเครื่องนำเข้าสู่มรรคฯ | ๖๘๒ |
| บันทึกพิเศษท้ายบท | |
| บันทึกที่ ๑: วิธีคิดแบบแก้ปัญหา: วิธีคิดแบบอริยสัจ กับ วิธีคิดแบบวิทยาศาสตร์ | ๖๘๕ |
| บทที่ ๑๔ องค์ประกอบของมัชฌิมาปฏิปทา ๑: หมวดปัญญา | ๖๘๗ |
| ๑. สัมมาทิฏฐิ | ๖๘๘ |
| ความสำคัญของสัมมาทิฏฐิ | ๖๘๘ |
| คำจำกัดความของสัมมาทิฏฐิ | ๖๘๙ |
| ข้อควรทราบทั่วไปเกี่ยวกับสัมมาทิฏฐิ | ๖๙๐ |
| สัมมาทิฏฐิ กับการศึกษา | ๖๙๔ |
| ๒. สัมมาสังกัปปะ | ๗๐๒ |
| บทที่ ๑๕ องค์ประกอบของมัชฌิมาปฏิปทา ๒: หมวดศีล | ๗๑๐ |
| ๓. สัมมาวาจา ๔. สัมมากัมมันตะ ๕. สัมมาอาชีวะ | ๗๑๐ |
| ศีล ในความหมายที่เป็นหลักกลาง อันพึงถือเป็นหลักความประพฤติพื้นฐาน | ๗๑๑ |
| ลักษณะของศีล หรือหลักความประพฤติเบื้องต้น แบบเทวนิยม กับแบบสภวานิยม | ๗๑๓ |
| ศีลสำหรับประชาชน | ๗๑๙ |
| ความเข้าใจพื้นฐาน | ๗๑๙ |
| ก. ศีลพื้นฐาน | ๗๒๓ |
| ข. ศีลเพื่อเสริมความดีงามของชีวิตและสังคม | ๗๒๙ |
| หลักการทั่วไปเกี่ยวกับสัมมาอาชีวะ | ๗๓๓ |
| เศรษฐกิจจะดี ถ้ามีศีล | ๗๓๙ |
| (พุทธพจน์เกี่ยวกับอาชีวะ) | ๗๔๑ |
| ก. การแสวงหา และการรักษาทรัพย์ | ๗๔๑ |
| ข. ความสุขอันชอบธรรมที่คฤหัสถ์ควรมี | ๗๔๒ |
| ค. การใช้จ่ายทรัพย์ | ๗๔๓ |
| ง. เตรียมปัญญาไว้ ถึงหาทรัพย์ได้ อิศรภาพต้องไม่เสีย | ๗๔๔ |
| จ. สังฆะ คือชุมชนของบุคคลที่เป็นอิสระ ทั้งโดยชีวิตและด้วยจิตปัญญา | ๗๔๘ |
| คำแถมท้าย | ๗๕๑ |

| | |
|---|-----|
| บทที่ ๑๖ องค์ประกอบของมัชฌิมาปฏิปทา ๓: หมวดสมาธิ | ๗๕๔ |
| ๖. สัมมาวายามะ | ๗๕๕ |
| ๗. สัมมาสติ | ๗๕๘ |
| คำจำกัดความ | ๗๕๘ |
| สติในฐานะอัปปมาทธรรม | ๗๕๙ |
| สติโดยคุณค่าทางสังคม | ๗๖๒ |
| บทบาทของสติในกระบวนการพัฒนาปัญญา หรือการกำจัดอัสวกิเลส | ๗๖๓ |
| สติปฏิฐานในฐานะสัมมาสติ | ๗๖๔ |
| สาระสำคัญของสติปฏิฐาน | ๗๖๖ |
| ก. กระบวนการปฏิบัติ | ๗๖๘ |
| ข. ผลของการปฏิบัติ | ๗๗๑ |
| เหตุใดสติที่ตามทันขณะปัจจุบัน จึงเป็นหลักสำคัญของวิปัสสนา? | ๗๗๓ |
| สติปฏิฐาน เป็นอาหารของโพชฌงค์ | ๗๗๕ |
| ๘. สัมมาสมาธิ | ๗๗๙ |
| ความเข้าใจเบื้องต้น | ๗๗๙ |
| ก. ความหมายของสมาธิ | ๗๗๙ |
| ข. ระดับของสมาธิ | ๗๘๐ |
| ค. คัตวูของสมาธิ | ๗๘๓ |
| ง. ลักษณะของจิตที่เป็นสมาธิ | ๗๘๔ |
| จ. ความมุ่งหมายและประโยชน์ของสมาธิ: มองอย่างทั่วไป | ๗๘๗ |
| ฉ. ความมุ่งหมายและประโยชน์ของสมาธิ: สรุปรูปตามประเภทของสมาธิภาวนา | ๗๙๐ |
| ช. ความมุ่งหมายและประโยชน์ของสมาธิ: โน้ตช่วยป้องกันความไขว้เขว | ๗๙๒ |
| วิธีเจริญสมาธิ | ๗๙๔ |
| ๑) การเจริญสมาธิแบบธรรมดาพาไปเอง | ๗๙๕ |
| ๒) การเจริญสมาธิตามหลักอิทธิบาท | ๗๙๖ |
| ๓) การเจริญสมาธิอย่างสามัญญ หรือฝึกสมาธิโดยใช้สติเป็นตัวนำ | ๘๐๒ |
| ๔) การเจริญสมาธิอย่างเป็นแบบแผน | ๘๐๓ |
| ข้อ ๑. ปลิโพธ ๑๐ | ๘๐๓ |
| ข้อ ๒. เข้าหากัลยาณมิตร | ๘๐๔ |
| ข้อ ๓. รับกรรมฐานที่เหมาะสมกับจริต/จริต | ๘๐๔ |
| - การรับกรรมฐาน | ๘๐๘ |
| ข้อ ๔. เข้าประจำที่ | ๘๑๐ |
| ข้อ ๕. เจริญสมาธิ: หัดกัทั่วไป | ๘๑๑ |

| | |
|---|-----|
| ข้อ ๖. เจริญสมาธิ: อานาปานสติภาวนา เป็นตัวอย่าง | ๘๑๒ |
| ก) ข้อดีพิเศษของอานาปานสติ | ๘๑๒ |
| ข) พุทธพจน์แสดงวิธีปฏิบัติ | ๘๑๕ |
| ค) วิธีปฏิบัติภาคสมณะ | ๘๑๗ |

| | |
|---|-----|
| ผลสูงสุดของสมาธิ และสู่ความสมบูรณ์เหนือสมาธิ | ๘๒๑ |
| ก) ผลสำเร็จและขอบเขตความสำคัญของสมาธิ | ๘๒๑ |
| ข) องค์ประกอบต่างๆ ที่จำเป็น เกื้อหนุน และเสริมประโยชน์ของสมาธิ | ๘๒๔ |
| (๑) ฐาน ปทัฏฐาน และที่หมายของสมาธิ | ๘๒๔ |
| (๒) องค์ประกอบร่วมของสมาธิ | ๘๒๕ |
| (๓) เครื่องวัดความพร้อม | ๘๒๘ |
| (๔) คณะทำงานของปัญญา | ๘๓๒ |
| (๕) องค์มรรคสามัคคีพร้อมได้ที่ | ๘๓๘ |

บันทึกพิเศษท้ายบท

| | |
|--|-----|
| บันทึกที่ ๑: การเจริญสติปัฏฐาน คือการอยู่อย่างไม่มีความทุกข์ที่จะต้องดับ | ๘๔๔ |
|--|-----|

บทที่ ๑๗ บทสรุป: อริยสังค ๔

๘๔๖

| | |
|--|-----|
| ฐานะและความสำคัญของอริยสังค | ๘๔๖ |
| ความหมายของอริยสังค | ๘๔๘ |
| อริยสังค กับปฏิจจสมุปบาท | ๘๕๐ |
| กิจในอริยสังค | ๘๕๔ |
| แนวอธิบายอริยสังคโดยสังเขป | ๘๕๘ |
| ก) ยกทุกข์ขึ้นพูดก่อน เป็นการสอนเริ่มจากปัญหา เพื่อใช้วิธีการแห่งปัญญา | ๘๕๙ |
| ข) ค้นเหตุปัจจัยให้พบด้วยปัญญา ไม่มัวหาที่ซัดทอด | ๘๖๐ |
| ค) ชีวิตที่เป็นอยู่ด้วยปัญญา มีความสุขอย่างอิสระ และทำงานด้วยกรุณา | ๘๖๑ |
| ง) ถ้าถึงพระรัตนตรัย ก็ไม่รอสิ่งศักดิ์สิทธิ์ฤทธิ์ปาฏิหาริย์ เลิกฝากตัวกับโชคชะตา | ๘๖๓ |
| จ) ทางของอารยชนกว้างและสว่าง ทั้งพึ่งตนได้ และคนทั้งหลายก็ช่วยหนุนกัน | ๘๖๕ |
| ฉ) เมื่อพระรัตนตรัย พาเข้าและคืบไปในไตรสิกขา มรรคก็พัฒนาสู่จุดหมาย | ๘๖๗ |

| | |
|------------------------------|-----|
| วิธีแก้ปัญหามาแบบพุทธ | ๘๗๐ |
| คุณค่าที่เด่นของอริยสังค | ๘๗๓ |
| สรุป "พุทธธรรม" ลงในอริยสังค | ๘๗๔ |

บันทึกพิเศษ - เสริมบทสรุป

๘๗๖

| | |
|---|-----|
| ข้อสังเกตบางประการ ในการศึกษาพุทธธรรม | ๘๗๖ |
| ก. ภาคมัชฌิมนธรรมเทศนา หรือ ภาคกระบวนธรรม | ๘๗๖ |
| ข. ภาคมัชฌิมาปฏิปทา หรือ ภาคกระบวนวิธี | ๘๗๗ |

ภาค ๓

อารยธรรมวิถึ

๘๗๙

ตอน ๖: ชีวิตที่ดี เป็นอย่างไร?

| | |
|---|-----|
| บทที่ ๑๘ บทความประกอบที่ ๑: ชีวิตและคุณธรรมพื้นฐานของอารยชน | ๘๘๑ |
| คุณสมบัติของบุคคลโสดาบัน | ๘๘๒ |
| ก. คุณสมบัติฝ่ายมี | ๘๘๒ |
| ข. คุณสมบัติฝ่ายหมด หรือฝ่ายละ | ๘๘๔ |
| บุคคลโสดาบันตามนัยพุทธพจน์ | ๘๘๕ |
| ก) คำเรียก คำแสดงคุณลักษณะ และไวพจน์ต่างๆ ของบุคคลโสดาบัน | ๘๘๕ |
| ข) คุณสมบัติทั่วไป | ๘๙๐ |
| ค) คุณสมบัติในแง่ละได้ และที่เป็นผล | ๘๙๖ |
| ง) คุณสมบัติและข้อปฏิบัติก่อนเป็นโสดาบัน | ๙๐๐ |
| คุณสมบัตินี้หลักของบุคคลโสดาบัน | ๙๐๒ |
| ความเข้าใจเพิ่มเติมเกี่ยวกับคุณสมบัตินี้สำคัญของบุคคลโสดาบัน | ๙๐๒ |
| คุณสมบัตินี้เด่นของบุคคลโสดาบัน ที่เป็นคติสำคัญแก่คนยุคปัจจุบัน | ๙๑๑ |
| บันทึกพิเศษท้ายบท | |
| บันทึกที่ ๑: ความหมายของ สุตวา อริยสาวก และอริยธรรม เป็นต้น | ๙๑๓ |
| บันทึกที่ ๒: เหตุที่คนให้ทาน | ๙๑๓ |
| บทที่ ๑๙ บทความประกอบที่ ๒: ศิลกับเจตนาธรรมทางสังคัม | ๙๑๔ |
| สามคำสำคัญในชุดของศีล: ศีล วินัย ลิกขาบท | ๙๑๔ |
| ศีลระดับธรรมอยู่ที่ตัวคน ศีลระดับวินัยขยายผลเพื่อสังคัม | ๙๑๗ |
| ตัวอย่างหลักปฏิบัติที่มุ่งเพื่อเชิดชูธรรมความดีงามและประโยชน์สุขของสังฆะและสังคัม | ๙๒๒ |
| ก) การกราบไหว้ตามแก่อ่อนพรรษา | ๙๒๒ |
| ข) พุทธบัญญัติห้ามมิกรุอาวดุตริมุสสธรรม | ๙๒๕ |
| ค) ทำไมจึงทรงยกย่องสังฆทานว่ามีผลมากที่สุด | ๙๒๘ |
| หัวใจของวินัย: เคารพสงฆ์ ถือสงฆ์และกิจสงฆ์เป็นใหญ่ มั่นในสามัคคี | |
| ชูธรรม ถือหลักการ มีประโยชน์สุขของประชาชนเป็นจุดหมาย | ๙๒๙ |
| วินัยในความหมายที่กว้างใหญ่เลยจากศีล | ๙๓๔ |

บันทึกพิเศษท้ายบท

| | |
|---|-----|
| บันทึกที่ ๑: แสดงธรรม บุญญัตติวินัย | ๓๓๘ |
| บันทึกที่ ๒: ศิล วินัย ศิลธรรม | ๓๓๘ |
| บันทึกที่ ๓: ความหมายบางอย่างของ "วินัย" | ๓๓๘ |
| บันทึกที่ ๔: การปฏิบัติเพื่อประโยชน์สุขของพหูชน | ๓๓๙ |
| บันทึกที่ ๕: เคารพธรรม เคารพวินัย | ๓๓๙ |
| บันทึกที่ ๖: การเคารพตามอายุสมาชิกภาพ | ๓๔๐ |

บทที่ ๒๐ บทความประกอบที่ ๓: เรื่องเหนือสามัญวิสัย: ปาฏิหาริย์ - เทวดา ๓๔๑

อิทธิปาฏิหาริย์

| | |
|--|-----|
| อิทธิปาฏิหาริย์ คืออะไร? และแค่นั้น? | ๓๔๕ |
| ปาฏิหาริย์ ไม่ใช่แค่ฤทธิ์ แต่มีถึง ๓ อย่าง | ๓๔๕ |
| อิทธิปาฏิหาริย์ ไม่ใช่ธรรมที่เป็นแก่นสาร | ๓๔๖ |
| อิทธิฤทธิ์ ชนิดอริยะ และชนิดอนารยะ | ๓๔๗ |
| โทษแก่ปุถุชน ในการเกี่ยวข้องกับเรื่องฤทธิ์ | ๓๔๘ |
| แนวปฏิบัติที่ถูกต้อง ในการเข้าไปเกี่ยวข้องกับเรื่องฤทธิ์ | ๓๕๑ |

เทวดา

| | |
|--|-----|
| มนุษย์ กับ เทวดา เปรียบเทียบฐานะกัน | ๓๕๒ |
| มนุษย์กับเทวดา ความสัมพันธ์ใด ที่ล้ำสมัย ควรเลิกเสีย | ๓๕๔ |
| หวังพึ่งเทวดา ได้ผลนิดหน่อย แต่เกิดโทษมากมาย | ๓๕๕ |
| สร้างความสัมพันธ์ที่ถูกต้อง ระหว่างมนุษย์กับเทวดา | ๓๕๖ |
| ความสัมพันธ์แบบชาวพุทธ ระหว่างมนุษย์กับเทวดา | ๓๕๗ |

สรุปวิธีปฏิบัติต่อเรื่องเหนือสามัญวิสัย

| | |
|--|-----|
| พัฒนาการแห่งความสัมพันธ์ ๓ ชั้น | ๓๕๙ |
| ก้าวสู่ขั้นมีชีวิตอิสระ เพื่อจะเป็นชาวพุทธที่แท้ | ๓๖๐ |
| วิธีปฏิบัติที่ถูกต้อง ต่อสิ่งเหนือสามัญวิสัย | ๓๖๐ |
| ปฏิบัติถูกต้อง คือเดินหน้า เป็นชาวพุทธ คือไม่หยุดพัฒนา | ๓๖๔ |

บันทึกพิเศษท้ายบท

| | |
|--|-----|
| บันทึกที่ ๑: อิทธิปาฏิหาริย์ในคัมภีร์ | ๓๖๖ |
| บันทึกที่ ๒: การช่วย และการแก้ล้าง ของพระอินทร์ | ๓๖๗ |
| บันทึกที่ ๓: สังกรรม ทางออกที่ดี สำหรับผู้ยังหวังอำนาจดลบันดาล | ๓๖๘ |
| บันทึกที่ ๔: พระพุทธ เป็นมนุษย์ หรือเทวดา | ๓๖๙ |

| | |
|--|------|
| บทที่ ๒๑ บทความประกอบที่ ๔: ปัญหาเกี่ยวกับแรงจูงใจ | ๙๗๑ |
| กลไกชีวิตในการกระทำ | ๙๗๒ |
| แง่ความหมายที่ช่วยให้เข้าใจตัณหา และฉันทะ ชัดยิ่งขึ้น | ๙๗๕ |
| แง่ที่ ๑) การไม่กระทำ อาจเป็นการกระทำอย่างแรง | ๙๗๕ |
| แง่ที่ ๒) ตัณหา เป็นแรงจูงใจให้กระทำในระบบเงื่อนไข | ๙๗๖ |
| ความเข้าใจหลักธรรม ตามหลักฐานทางวิชาการ | ๙๗๘ |
| “ฉันทะ” คือคำหลัก ที่ต้องแยกแยะความหมาย ให้หายสับสนทางภาษา | ๙๗๘ |
| “ฉันทะ” อย่างไหนเป็นต้นตอของทุกข์ อย่างไหนคือที่ตั้งต้นของกุศลธรรม | ๙๘๑ |
| นัยที่ ๑: ฉันทะ เป็นมูลแห่งทุกข์ และเป็นมูลของอุปาทานชั้น ๕ | ๙๘๒ |
| นัยที่ ๒: ฉันทะ เป็นมูลของธรรมทั้งปวง | ๙๘๒ |
| “ฉันทะ” ถึงจุดลงตัวของความหมายที่ใช้เป็นมาตรฐาน | ๙๘๓ |
| การศึกษาเชิงเปรียบเทียบ: ตัณหา กับฉันทะ | ๙๘๕ |
| แรงจูงใจแห่งตัณหา | ๙๘๕ |
| แรงจูงใจแห่งฉันทะ | ๙๘๗ |
| อธิบายเชิงเปรียบเทียบ | ๙๘๘ |
| ปัญหาจากระบบเงื่อนไขของตัณหา | ๙๙๐ |
| ผลดีจากระบบตรงไปตรงมาของฉันทะ | ๙๙๒ |
| สภาพการกิน ภายใต้อำนาจของระบบเงื่อนไข | ๙๙๓ |
| การสืบทอด: ระบบธรรมชาติที่แทบเลือนหาย ภายใต้อารยธรรมแห่งกามคุณ | ๙๙๖ |
| กินด้วยปัญญา พาให้กินพอดี | ๙๙๗ |
| ข้อพิจารณาเชิงซับซ้อน | ๙๙๙ |
| เมื่อไม่ร้าย กับไม่ดี แทรกซ้อนซึ่งกัน | ๙๙๙ |
| เมื่อไม่มีอะไรล่อตัณหา ก็พึงพาได้แต่ฉันทะ | ๑๐๐๐ |
| คนนอนอยู่ที่อยากให้ตัวได้สิ่งที่ปรารถนา ... รักษาความมั่นคงของอัตตาไว้ | ๑๐๐๐ |
| ฉันทะต่อของ ขยายสู่เมตตาต่อคน | ๑๐๐๑ |
| แม้ว่าฉันทะจะขยายไปถึงเมตตากรุณา ตัณหาก็ยังตามไปรังควาน | ๑๐๐๓ |
| ทวนความหมาย และกระบวนการเกิดของฉันทะ | ๑๐๐๔ |
| ฉันทะอยากชั่ว ตัณหาอยากดี มีหรือไม่? | ๑๐๐๖ |
| ระวังไว้ ฉันทะมา ตัณหาอาจจะสอด หรือแทรกสลับ | ๑๐๐๗ |
| อยากนิพพาน อย่างไรเป็นฉันทะ อย่างไรเป็นตัณหา | ๑๐๐๙ |
| ตัณหาให้ละแน่ แต่ฉันทะก็ละอีกแบบหนึ่ง | ๑๐๑๐ |
| จะละตัณหา ก็ใช้ตัณหาได้ แต่ไม่ว่ายต้องระวัง | ๑๐๑๑ |

บทสรุป

| | |
|--|------|
| มนุษย์เป็นสัตว์วิเศษ ต้องเพิ่มเดชด้วยฉันทะ มิใช่จะมัวเป็นทาสของตัณหา | ๑๐๑๔ |
| ถึงจะพ้นตัณหา ได้ฉันทะมา ก็ยังต้องเดินหน้าไปกับปัญญา ... | ๑๐๑๕ |
| ปัญญามาแทนที่ ตัณหาหมดหน้าที่ มีฉันทะเต็มที | ๑๐๑๗ |
| ปัญญาและกรุณา ตัวกำกับและขับเคลื่อนการทำงานของมหาบุรุษ | ๑๐๑๘ |
| สรุปข้อควรกำหนดเกี่ยวกับตัณหาและฉันทะ | ๑๐๒๐ |
| พัฒนาคนได้ ด้วยการพัฒนาความต้องการของเขา | ๑๐๒๑ |

บทที่ ๒๒ บทความประกอบที่ ๕: ความสุข ๑: ฉบับแบบแผน

๑๐๒๓

รู้จักความสุข และเสพบริโภคอย่างมีปัญญา ที่ทำให้เป็นอิสระเสรี

๑๐๒๔

ความสุขมีหลากหลาย สูงขึ้นไปตามลำดับขั้น

๑๐๒๔

ความสุขของมนุษย์ ของสวรรค์ และความสุขที่ดีกว่านั้น

๑๐๒๖

ส่วนเสีย หรือข้อด้อยของความสุข

๑๐๒๕

พระพุทธเจ้ายืนยันว่า ทรงมีความสุขยิ่งกว่าบุคคลที่โลกถือกันว่ามีความสุขที่สุด

๑๐๓๓

เทียบความสุขต่ำไว้ เพื่อให้เร่งพัฒนาความสุข จะได้มีสุขที่เลือกได้ ...

๑๐๓๕

ถึงจะยังบริโภคความสุข ก็ต้องมีปัญญารักษาสีรภาพไว้ รุ้หนทางปลอดภัยจากกามทุกข์

๑๐๓๕

บริโภคความสุขอย่างอิสระ รู้จักจัดรู้จักใช้ขยายประโยชน์สุข ก็เป็นผู้ประเสริฐ ...

๑๐๓๗

สุขใน สุขประณีต จนถึงสุขสูงสุด

๑๐๔๖

ก้าวสู่ความสุขที่ประณีตสูงขึ้น

๑๐๔๖

สุขเหนือเวทนา

๑๐๔๘

สุขได้ไม่ต้องพึ่งเวทนา คืออิสระภาพ และเป็นสุขภาวะที่สมบูรณ์

๑๐๕๐

ถึงนิพพาน สุขเต็มสุดแล้ว จะเลือกสุขอย่างไหนก็ได้ ทำไม่มองลงมาไม่ถึงความสุข

๑๐๕๓

ทบทวนความสุขที่คนสามารถพัฒนาไปถึงได้

๑๐๕๗

บทสรุป

๑๐๕๗

หลักการพื้นฐานแห่งการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าว่า ความสุขลุดึงได้ด้วยความสุข

๑๐๕๕

เรียนรู้ให้ชัด วิธีปฏิบัติต่อความสุข

๑๐๖๑

มองความสุขเชิงปฏิบัติ วัตจากการพัฒนาของชาวบ้านขึ้นไป

๑๐๖๓

๑. กรณีที่เสวยความสุข

๑๐๖๓

๒. กรณีที่ไม่เสวยความสุข

๑๐๖๕

บันทึกพิเศษท้ายบท

บันทึกที่ ๑: ความสุข จัดเป็นคู่ๆ

๑๐๖๗

บันทึกที่ ๒: ความสุข จัดเป็น ๓ ระดับ (อีกแบบหนึ่ง)

๑๐๖๗

| | |
|--|------|
| บทที่ ๒๓ บทความประกอบที่ ๖: ความสุข ๒: ฉบับประมวลความ | ๑๐๖๙ |
| ความนำ | |
| พุทธศาสนา คือ ระบบการพัฒนาความสุข | ๑๐๖๙ |
| พุทธศาสนาสอนว่า สุขถึงได้ด้วยสุข | ๑๐๗๐ |
| ภาคหลักการ | ๑๐๗๒ |
| ความสุข คืออะไร | ๑๐๗๒ |
| ความต้องการ คืออะไร และสำคัญอย่างไร | ๑๐๗๓ |
| พอจะได้ใจฟองฟูขึ้นไป เป็นเบ็ดได้สมใจสงบลงมา เป็นความสุข | ๑๐๗๕ |
| สองทางสายใหญ่ ที่จะเลือกไปสู่ความสุข | ๑๐๗๘ |
| ถ้าการศึกษาพัฒนาคนให้มีความสุขด้วยฉันทะได้ จริยธรรมไม่หนีไปไหน | ๑๐๘๐ |
| กฎมนุษย์สร้างระบบเงื่อนไข | ๑๐๘๒ |
| ถ้าให้ระบบเงื่อนไขหนุนกฎธรรมชาติได้ ก็จะมีผลดีจริง | ๑๐๘๕ |
| รู้ทันว่าอยู่ในระบบเงื่อนไข ก็ใช้มันให้เต็มคุณค่า | ๑๐๘๗ |
| ความสนุกในการเรียน กับความสุขในการศึกษา | ๑๐๘๙ |
| แต่มีความสุขในการเรียน ยังไม่พอ ต้องขอให้ เรียนแล้วกลายเป็นคนมีความสุข | ๑๐๙๒ |
| ความสุขมีมากมาย ธรรมชาติรอบกายก็รอจะให้ความสุข | ๑๐๙๓ |
| จะพัฒนาความสุข ต้องพัฒนาความต้องการต่อเพื่อนมนุษย์ด้วย | ๑๐๙๕ |
| ความสุขเหนือกาล เมื่อเหนือการสนองความต้องการ | ๑๐๙๗ |
| สุขเพราะได้เท่าที่ค้น กับสุขเพราะไม่มีที่ค้นจะต้องเกา | ๑๐๙๙ |
| การพัฒนาความสุข: วัตถุประสงค์ | ๑๑๐๑ |
| ภาคปฏิบัติการ | ๑๑๐๓ |
| ทุกข์มีทุกข์มา อย่าเสียท่าเอาใจรับ แต่จงเรียกปัญญาให้มาจับเอาทุกข์ไปจัดการ | ๑๑๐๓ |
| ทั้งทุกข์และสุข ปฏิบัติให้ถูก มีแต่สุข ทุกข์ไม่มี | ๑๑๐๕ |
| ความสุขที่พึงเน้น สำหรับคนทั่วไป เริ่มตั้งแต่ในบ้าน | ๑๑๐๘ |
| พัฒนากามสุขที่สุขแย้งกัน ให้มีความสุขที่สุขด้วยกัน | ๑๑๑๑ |
| ชีวิตจะวัฒนา ถ้าได้ปราโมทย์มากเป็นพื้นใจ | ๑๑๑๓ |
| สังคัมจะมีสันติสุขได้ คนต้องรู้จักความสุขจากการให้ | ๑๑๑๖ |
| ไม่เฉพาะสังคัม แม้ในสังฆะ พระก็ถือหลักแบ่งปันลาภ | ๑๑๑๘ |
| ให้ความตั้งงามในจิตใจบุคคล ออกมาเป็นปฏิบัติการถือสังคัม | ๑๑๒๐ |
| บุคคลเอื้ออารี สังคัมสามัคคี ทุกคนได้ ทุกคนดี มีสุขด้วยกันและทั่วกัน | ๑๑๒๒ |
| คนมีปัญญา แม้แต่ทุกข์ ก็เห็นคุณค่า และใช้ประโยชน์ได้ | ๑๑๒๕ |
| ความสุขมีคุณมาก โทษก็หนัก ต้องรู้จักใช้ | ๑๑๒๖ |
| ของเสพเต็มไปหมด สุขกลับลด ทุกข์ก็ง่าย | ๑๑๒๘ |
| จะสุขง่าย ทุกข์ได้ยาก หากฝึกไว้ | ๑๑๓๐ |

| | |
|---|-------------|
| บทลงท้าย | ๑๑๓๒ |
| ความสุขที่สมบูรณ์ คืออย่างไร | ๑๑๓๒ |
| เมื่อสุขของบุคคล คือสุขเพื่อมวลชนทั้งโลก | ๑๑๓๔ |
| | |
| บรรณานุกรม | ๑๑๓๗ |
| ก. พระไตรปิฎก | ๑๑๓๗ |
| ข. คัมภีร์รุ่นก่อนนอรรถกถา | ๑๑๓๙ |
| ค. คัมภีร์รุ่นนอรรถกถา ฎีกา และต่อๆ มา | ๑๑๔๐ |
| พิเศษ: ปกรณ์พิเศษ และคัมภีร์ที่เนื่อง | ๑๑๔๐ |
| ๑. สายพระวินัย | ๑๑๔๐ |
| ๒. สายพระสูตร | ๑๑๔๐ |
| ๓. สายพระอภิธรรม | ๑๑๔๒ |
| ๔. ลัทธศาสตร์ | ๑๑๔๒ |
| บันทึกของผู้เขียน | ๑๑๔๓ |
| บันทึกการจัดทำข้อมูล โดย นายแพทย์ ณรงค์ เลหาวิรภาพ | ๑๑๔๔ |
| บันทึกไว้ระลึก | ๑๑๔๓ |
| บันทึก (เรื่องทุนพิมพ์) | ๑๑๔๔ |
| ดัชนี | ๑๑๔๑ |