

สารบัญ

	หน้า
บทที่ 1 บทนำ	
จิตวิทยาตะวันตก และพุทธจิตวิทยา	1
จิตวิทยาตะวันตก	1
พุทธจิตวิทยา	4
บทที่ 2 จิต	
ชื่อของจิต	12
ธรรมชาติของจิต	12
องค์ประกอบของการรู้อารมณ์	15
ความวิจิตรของจิต	18
การเกิดดับของจิต	30
จิตกับกฎไตรลักษณ์	32
บทที่ 3 เจตสิก	
เจตสิก – เครื่องประกอบจิต	35
จำนวนเจตสิก	36
ความหมายและลักษณะของเจตสิก 52	39
บทที่ 4 ประเภทของจิต	
จำนวนจิต	61
ประเภทของจิต	61
ความหมายของจิตประเภทต่างๆ	64
จิต 4 ภูมิ	70
จิตที่ควรรู้จัก	83

	หน้า
บทที่ 5 การงานของจิต	
การทำงานของจิต	101
กิจของจิต 14 กิจ	110
กายและจิต	111
องค์ประกอบของชีวิต	113
รูป 28	116
บทที่ 6 การพัฒนาจิต	
การฝึกจิต – พัฒนาจิต	127
ความแตกต่างระหว่าง สมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน	132
สมถกรรมฐาน 40	134
โยนิโสมนสิการ	141
สติ	145
สัมปชัญญะ 4	145
สติปัฏฐาน 4	147
อานาปานสติ	150

บรรณานุกรม