

สารบาญพิสดารชีวิตพุทธธรรม แผ่นที่ 1  
พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต)  
อ่านโดย อาจารย์ละม่อม บุษปวนิช

<b>01. 00_01_ความนำ (1-11) 53:16</b>	
ภาค1 มัชฌิมนิเทศนา หลักความจริงที่เป็นกลางตามธรรมชาติ หรือ ธรรมที่เป็นกลาง	
<b>02. 01_01_ขั้นที่ 5 (15-24) 46:43</b>	
ตอนที่ 1 ชีวิตคืออะไร ?	15-65
บทที่ 1 ขั้นที่ 5: ส่วนประกอบ 5 อย่างของชีวิต	15-31
- ตัวสภาวะ	15
สัญญา-สติ-ความจำ	21
สัญญา-วิญญาน-ปัญญา	22
<b>03. 01_02_ขั้นที่ 5 (24-31) 29:40</b>	
- ความสัมพันธ์ระหว่างขั้นต่าง ๆ	24
- ขั้นที่ 5 กับ อุปาทานขั้นที่ 5 หรือชีวิตกับชีวิตซึ่งเป็นปัญหา	27
- คุณค่าทางจริยธรรม	28
- บันทึกพิเศษท้ายบท : ความรู้ประกอบเกี่ยวกับขั้นที่ 5	30
<b>04. 02_01_อายตนะ 6 (33-41) 37:57</b>	
บทที่ 2 อายตนะ 6: แตนรับรู้และเสพส่วยโลก	33-65
- ตัวสภาวะ	34
<b>05. 02_02_อายตนะ 6 (42-54) 58:38</b>	
- ประเภทและระดับของความรู้	42
ก. จำแนกโดยสภาวะ หรือโดยธรรมชาติของความรู้	42
ข. จำแนกโดยทางรับรู้	45
ค. จำแนกโดยพัฒนาการทางปัญญา	49
ง. จำแนกโดยกิจกรรมและผลงานของมนุษย์	53
<b>06. 02_03_อายตนะ 6 (54-65) 55:02</b>	
- ความถูกต้องและผิดพลาดของความรู้	54
ก. สัจจะ 2 ระดับ	54
ข. วิปัสสนา 3	56
- พุทธพจน์เกี่ยวกับอายตนะ	57
- คุณค่าทางจริยธรรม	63
<b>07. 03_01_ไตรลักษณ์ (67-70/7) 56:13</b>	
ตอนที่ 2 ชีวิตเป็นอย่างไร ?	67-78
บทที่ 3 ไตรลักษณ์ : ลักษณะโดยธรรมชาติ 3 อย่าง ของสิ่งทั้งปวง	67-78
- ตัวกฎหรือตัวสภาวะ	67

- คำอธิบายไตรลักษณ์ตามหลักวิชาในคัมภีร์	70
1. ความเข้าใจเกี่ยวกับศัพท์ที่เกี่ยวข้อง	70/1
1. สังขารทั้งปวง กับ ธรรมทั้งปวง	70/1
2. สังขารในชั้น 5 กับสังขารในไตรลักษณ์	70/3
2. สิ่งที่ยึดบังไตรลักษณ์	70/6
<b>08. 03_02_ไตรลักษณ์ (70/8-70/17) 44:06</b>	
3. วิเคราะห์ความหมายของไตรลักษณ์	70/8
1. อนิจจตา และอนิจจลักษณะ	70/8
2. ทุกขตา และทุกขลักษณะ	70/9
<b>09. 03_03_ไตรลักษณ์ (70/17-70/28) 57:50</b>	
3. อนัตตตา และอนัตตลักษณะ	70/17
<b>10. 03_04_ไตรลักษณ์ (70/28-70/36) 38:23</b>	
4. อัตตา-อนัตตา และอัตตา-นิรัตตา	70/28
- อัตตากับมานะ	70/34
<b>11. 03_05_ไตรลักษณ์ (70/36-70/40) 19:39</b>	
- คุณค่าทางจริยธรรม	70/36
1. คุณค่าด้านการทำจิต หรือคุณค่าเพื่อความหลุดพ้นเป็นอิสระ	70/38
<b>12. 03_06_ไตรลักษณ์ (70/40-70/51) 57:12</b>	
2. คุณค่าด้านทำกิจ หรือคุณค่าเพื่อความไม่ประมาท	70/40
<b>13. 03_07_ไตรลักษณ์ (70/51-78) 56:08</b>	
3. คุณค่าเนื่องด้วยความหลุดพ้น หรือคุณค่าเพื่อความบริสุทธิ์บริบูรณ์แห่งความดีงาม	70/51
<b>14. 03_08_ไตรลักษณ์ (78/1-78/15) 1:12:11</b>	
- พุทธพจน์เกี่ยวกับไตรลักษณ์	78/1
ก. ความรู้เท่าทันสภาวะของไตรลักษณ์	78/1
ข. คุณค่าทางจริยธรรมของไตรลักษณ์ (ด้านทำจิตเป็นอิสระและด้านทำกิจโดยไม่ประมาท)	78/3
<b>15. 04_01_ปัจจุสมุปบาท (79-86) 35:02</b>	
ตอนที่ 3 ชีวิตเป็นไปอย่างไร ?	79-222
บทที่ 4 ปฏิจจสมุปบาท : การที่สิ่งทั้งหลายอาศัยกัน ๆ จึงเกิดมี	79-150
- ตัวกฎหรือตัวสภาวะ	79
1. ฐานะและความสำคัญ	79
2. ด้วบทและแบบความสัมพันธ์ในปัจจุสมุปบาท	81
3. การแปลความหมายหลักปัจจุสมุปบาท	84
<b>16. 04_02_ปัจจุสมุปบาท (87-96) 48:12</b>	
4. ความหมายโดยสรุป เพื่อความเข้าใจเบื้องต้น	87
<b>17. 04_03_ปัจจุสมุปบาท (96-107) 41:50</b>	
5. คำอธิบายตามแบบ	96
ก. หัวข้อและโครงสร้าง	96
ข. คำจำกัดความองค์ประกอบหรือหัวข้อตามลำดับ	97

ค. ตัวอย่างคำอธิบายแบบช่วงกว้างที่สุด	99
<b>18. 04_04_ปฏิบัติสมบูรณ์บาท (107-112) 26:10</b>	
6. ความหมายในชีวิตประจำวัน	107
- ความหมายเชิงอธิบาย	109
- คำอธิบายแสดงความสัมพันธ์อย่างง่าย	110
<b>19. 04_05_ปฏิบัติสมบูรณ์บาท (112-121) 51:05</b>	
- คำอธิบายแสดงความสัมพันธ์เชิงขยายความ	112
- ตัวอย่างกรณีปลีกย่อยในชีวิตประจำวัน	119
<b>20. 04_06_ปฏิบัติสมบูรณ์บาท (121-129) 39:57</b>	
7. ความหมายลึกซึ้งขององค์ธรรมบางข้อ	121
<b>21. 04_07_ปฏิบัติสมบูรณ์บาท (129-142) 56:04</b>	
- ปฏิบัติสมบูรณ์บาทในฐานะมีขณธรรมเทศนา	129
- ปฏิบัติสมบูรณ์บาทในฐานะปัจจัยการทางสังคม	137
- หมายเหตุ : การตีความเกี่ยวกับปฏิบัติสมบูรณ์บาท	140
<b>22. 04_08_ปฏิบัติสมบูรณ์บาท (143-150/4) 54:06</b>	
- บันทึกพิเศษท้ายบท	
บันทึกที่ 1 : ตัวเรา ของเรา ตัวกู ของกู	143
บันทึกที่ 2 : เกิดและตายแบบปัจจุบัน	145
บันทึกที่ 3 : ปฏิบัติสมบูรณ์บาทแนวอภิธรรม	146
บันทึกที่ 4 : ปัญหาการแปลคำว่า “นิโรธ”	149
บันทึกที่ 5 : ความหมายย่อขององค์ธรรมในปฏิบัติสมบูรณ์บาท	150
บันทึกที่ 6 : ความหมายของภวัตตณหาและวิภวัตตณหา	150/1
<b>23. 05_01_กรรม (151-162) 51:53</b>	
<b>บทที่ 5 กรรม ในฐานะหลักธรรมที่เนื่องอยู่ในปฏิบัติสมบูรณ์บาท</b>	<b>151-222</b>
- ความนำ	151
- กฎแห่งกรรม	152
- ความหมายและประเภทของกรรม	157
<b>24. 05_02_กรรม (162-171) 41:19</b>	
- ปัญหาเกี่ยวกับความดี-ความชั่ว	162
ก ความหมายของกุศลและอกุศล	163
ข. ข้อทราบพิเศษเกี่ยวกับกุศลและอกุศล	167
1) กุศลและอกุศล เป็นปัจจัยแก่กันได้	167
2) บุญและบาป กับ กุศลและอกุศล	168
<b>25. 05_03_กรรม (171-187) 1:19:45</b>	
ค. เกณฑ์วินิจฉัยกรรมดี-กรรมชั่ว	171
<b>26. 05_04_กรรม (187-193) 35:11</b>	
- ปัญหาเกี่ยวกับการให้ผลของกรรมดี-กรรมชั่ว	187

<b>27. 05_05_กรรม (193-204) 52:28</b>	
- ผลกรรมในช่วงกว้างไกล	193
<b>28. 05_06_กรรม (204-213) 48:46</b>	
- ข้อควรทราบพิเศษเพื่อป้องกันความเข้าใจผิด	204
1) สุขทุกข์ ใครทำให้?	204
2) เชื้ออย่างไรผิดหลักกรรม?	205
3) กรรม ชำระล้างได้อย่างไร?	207
4) กรรมกับอนัตตา ชัดกันหรือไม่?	209
<b>29. 05_07_กรรม (213-218) 22:41</b>	
- คุณค่าทางจริยธรรม	213
<b>30. 05_08_กรรม (219-222) 24:34</b>	
- บันทึกพิเศษท้ายบท : กรรม 12	219
<b>31. 06_01_นิพพาน (223-229) 33:23</b>	
ตอนที่ 4 ชีวิตควรให้เป็นอย่างไร ?	<b>223-565</b>
บทที่ 6 วิชา วิมุตติ วิสุทธิ สันติ นิพพาน : ประโยชน์สูงสุดที่ควรจะได้จากชีวิตนี้	<b>223-260</b>
- กระบวนธรรมดับทุกข์ หรือปัจจุสมุปบาทนิโรธวาร	224
ก. วงจรยาว	224
ข. วงจรสั้น	226
<b>32. 06_02_นิพพาน (229-241) 1:00:04</b>	
- ภาวะแห่งนิพพาน	229
<b>33. 06_03_นิพพาน (241-250) 46:43</b>	
- ภาวะของผู้บรรลุนิพพาน	241
1. ภาวะทางปัญญา	242
2. ภาวะทางจิต	244
<b>34. 06_04_นิพพาน (250-260) 46:07</b>	
3. ภาวะทางความประพฤติ หรือการดำเนินชีวิต	250
<b>35. 07_01_ประเภท นิพพาน (261-265) 19:22</b>	
บทที่ 7 ประเภทและระดับแห่งนิพพานและผู้บรรลุนิพพาน	<b>261-303</b>
1. ประเภทและระดับของนิพพาน	261
1. สอุปาทิเสสนิพพานธาตุ	264
<b>36. 07_02_ประเภท นิพพาน (265-279) 1:09:37</b>	
2. อนุปาทิเสสนิพพานธาตุ	265
นิโรธ 5	278
<b>37. 07_03_ประเภท นิพพาน (279-288) 42:41</b>	
2. ประเภทและระดับของผู้บรรลุนิพพาน	279
คำว่า "อริยะ"	280
คำว่า "ทักขิไณย"	281
แบบที่ 1 : ทักขิไณยบุคคล 8 หรืออริยบุคคล 8	284

สังโยชน์ 10	284
พระเสขะหรือสุปาทีเสสนุคคัล และพระอเสขะ หรืออนุปาทีเสสนุคคัล	286
<b>38. 07_04_ประเภทข นีพพาน (288-297) 26:45</b>	
แบบที่ 2 : ทักขิไณยบุคคล 7 หรืออริยบุคคล 7	288
พระเสขะหรือสุปาทีเสสนุคคัล และพระอเสขะ หรืออนุปาทีเสสนุคคัล	291
พระอรหันต์ประเภทต่าง ๆ	296
<b>39. 07_05_ประเภทข นีพพาน (298-303) 40:46</b>	
- บันทึกพิเศษท้ายบท	
บันทึกที่ 1 : สุปาทีเสส และอนุปาทีเสส	298
บันทึกที่ 2 : ความหมายของ ทิฏฐุรัมมิกะ และสัมปรายิกะ	298
บันทึกที่ 3 : จริมจิต	299
บันทึกที่ 4 : สีสัพพตปรามาส	300
บันทึกที่ 5 : ความหมายของ “ฉวาน”	302
<b>40. 08_01_ข้อควรทราบ (305-320) 1:04:28</b>	
บทที่ 8 ข้อควรทราบเพิ่มเติมเพื่อเสริมความเข้าใจ	<b>305-322</b>
1. สมณะ-วิปัสสนา	305
2. เจโตวิมุตติ-ปัญญาวิมุตติ	308
<b>41. 08_02_ข้อควรทราบ (321-322) 15:05</b>	
- บันทึกพิเศษท้ายบท : ความเข้าใจสับสนเกี่ยวกับอนัตตาและนิพพาน	321
<b>42. 09_01_หลักการสำคัญ (323-333) 41:54</b>	
บทที่ 9 หลักการสำคัญของการบรรลุนิพพาน	<b>323-370</b>
ก) หลักทั่วไป	323
<b>43. 09_02_หลักการสำคัญ (333-342) 46:56</b>	
ข) หลักมาตรฐานด้านสมณะ	333
<b>44. 09_03_หลักการสำคัญ (343-359) 1:19:57</b>	
ค) หลักมาตรฐานด้านวิปัสสนา	343
<b>45. 09_04_หลักการสำคัญ (359-364) 29:41</b>	
ง) หลักการปฏิบัติที่จัดเป็นระบบ (สรุปความวิสุทธิมรรค 951 หน้า)	359
<b>46. 09_05_หลักการสำคัญ (365-370) 38:26</b>	
- บันทึกพิเศษท้ายบท	
บันทึกที่ 1 : คำว่า “บรรลุนิพพาน”	365
บันทึกที่ 2 : ในฉวาน เจริญวิปัสสนา หรือบรรลุมรรคผล ได้หรือไม่	365
บันทึกที่ 3 : เหนอสัญญาณาสัญญาตนะ ใช้ทำวิปัสสนาไม่ได้ ?	368
บันทึกที่ 4 : ขณะจิตที่บรรลุมรรคผล	370
<b>47. 10_01_บทสรุปนิพพาน (371-381) 52:49</b>	
บทที่ 10 บทสรุปเรื่องเกี่ยวกับนิพพาน	<b>371-393</b>
- คุณค่าและลักษณะพิเศษที่พึงสังเกตเกี่ยวกับนิพพาน	371
1. จุดมุ่งหมายสูงสุดของชีวิตเป็นสิ่งที่อาจบรรลุได้ในชาตินี้	371

2. นิพพานเป็นจุดหมายที่ทุกคนเข้าถึงได้ ไม่จำกัดชาติชั้น หญิงชาย	371
3. นิพพานอำนวยความสะดวกที่ยิ่งกว่าล้าพั้งความสำเร็จทางจิตจะให้ได้	374
- จุดที่มักเขว หรือเข้าใจพลาดเกี่ยวกับนิพพาน	376
1. ความยึดมั่นในความไม่ยึดมั่น	376
2. ลักษณะที่ชวนให้สับสนหรือหลงเข้าใจผิด	380
3. ความสุขกับความพร้อมที่จะมีความสุข	380
<b>48. 10_02_บทสรุปนิพพาน (381-393) 59:24</b>	
- ปัญหาสำคัญเกี่ยวกับนิพพาน	381
1. นิพพานกับอัตตา	381
2. พระอรหันต์สิ้นชีวิตแล้วเป็นอย่างไร	386
<b>49. 11_01_ชีวิตอารยชน (395-404) 41:32</b>	
<b>บทที่ 11 บทความประกอบที่ 1 : ชีวิตและคุณธรรมพื้นฐานของอารยชน</b>	<b>395-430</b>
- ข้อความทั่วไป และคุณสมบัติโดยสรุป	395
ก. คุณสมบัติฝ่ายมี	396
ข. คุณสมบัติฝ่ายหมด หรือฝ่ายละ	398
ก. คำเรียก คำแสดงคุณลักษณะ และไวพจน์ต่าง ๆ ของบุคคลโสดาบัน	403
<b>50. 11_02_ชีวิตอารยชน (405-417) 56:10</b>	
ข. คุณสมบัติทั่วไป	405
ค. คุณสมบัติในแง่ละได้ และที่เป็นผล	411
ง. คุณสมบัติและข้อปฏิบัติก่อนเป็นโสดาบัน	415
<b>51. 11_03_ชีวิตอารยชน (417-430) 1:06:50</b>	
- ความเข้าใจเพิ่มเติมเกี่ยวกับคุณสมบัติสำคัญของบุคคลโสดาบัน	417
- บันทึกพิเศษท้ายบท :	
บันทึกที่ 1 : ความหมายของ สุตวา อริยสาวก และอริยธรรม เป็นต้น	430
บันทึกที่ 2 : เหตุที่คนให้ทาน	430
<b>52. 12_01_ศีลกับสังคัม (431-444) 1:00:35</b>	
<b>บทที่ 12 บทความประกอบที่ 2 : ศีลกับเจตนาธรรมทางสังคัม</b>	<b>431-454</b>
ศีลที่เป็นธรรมกับศีลที่เป็นวินัย	431
สำนักในการรักษาศีล หรือปฏิบัติตามศีล	434
วัตถุประสงค์ของการบัญญัติวินัย	436
การแสดงความเคารพ	437
การอวดอุตริมนุชยธรรม	440
สังฆทาน	443
<b>53. 12_02_ศีลกับสังคัม (444-454) 49:53</b>	
- สรุปความ :	444
ความเคารพในสงฆ์ การถือสงฆ์ กิจของสงฆ์ และประโยชน์สุขส่วนรวมเป็นใหญ่	444
ระเบียบชีวิต ระบบสังคัม และหลักการแห่งธรรมวินัย	448
- บันทึกพิเศษท้ายบท	

บันทึกที่ 1 : แสดงธรรม บัญญัติวินัย	452
บันทึกที่ 2 : ศีล วินัย ศีลธรรม	452
บันทึกที่ 3 : ความหมายบางอย่างของวินัย	452
บันทึกที่ 4 : การปฏิบัติเพื่อประโยชน์สุขของพหูชน	453
บันทึกที่ 5 : เคารพธรรม เคารพวินัย	453
บันทึกที่ 6 : การเคารพตามอายุสมาชิกภาพ	454
<b>54. 13_01_อิทธิปาฏิหาริย์ (455-466) 57:54</b>	
<b>บทที่ 13 บทความประกอบที่ 3 : อิทธิปาฏิหาริย์ และเทวดา</b>	<b>455-483</b>
- อิทธิปาฏิหาริย์	459
<b>55. 13_02_อิทธิปาฏิหาริย์ (466-479) 1:01:19</b>	
- เทวดา	466
- สรุปรูปปฏิบัติ	472
<b>56. 13_03_อิทธิปาฏิหาริย์ (480-483) 22:26</b>	
- บันทึกพิเศษท้ายบท	
บันทึกที่ 1 : อิทธิปาฏิหาริย์ในคัมภีร์	480
บันทึกที่ 2 : การช่วยและการแก้ของพระอินทร์	481
บันทึกที่ 3 : สัจกิริยา ทางออกที่ดีสำหรับผู้ยังหวังอำนาจดลบันดาล	481
บันทึกที่ 4 : พระพุทธ เป็นมนุษย์หรือเทวดา	482
<b>57. 14_01_ปัญหาแรงจูงใจ (485-495) 39:22</b>	
<b>บทที่ 14 บทความประกอบที่ 4 : ปัญหาเกี่ยวกับแรงจูงใจ</b>	<b>485-528</b>
- ความเข้าใจเบื้องต้น เพื่อแก้และกันความสับสน	486
- แรงจูงใจในพุทธธรรม : ตัณหา-ฉันทะ	490
• ตัณหา	490
• ฉันทะ	493
<b>58. 14_02_ปัญหาแรงจูงใจ (495-504) 43:55</b>	
ตัวอย่างแสดงความแตกต่างระหว่าง ตัณหา กับฉันทะ	495
ผลแตกต่างทางจริยธรรม ระหว่างตัณหากับฉันทะ	496
ความต้องการในการกินและการสืบพันธุ์	499
<b>59. 14_03_ปัญหาแรงจูงใจ (504-512) 44:47</b>	
- ข้อพิจารณาเชิงซับซ้อน	504
เมตตา	507
ตัณหา-เสนหา ฉันทะ-เมตตา	507
ฉันทะอยากทำชั่ว ตัณหาอยากทำดี มีหรือไม่	511
<b>60. 14_04_ปัญหาแรงจูงใจ (512-519) 30:49</b>	
ฉันทะกับตัณหา เกิดแทรกสลับเป็นปัจจัยแก่กันได้	512
วิธีปฏิบัติต่อฉันทะและตัณหา	515
<b>61. 14_05_ปัญหาแรงจูงใจ (519-528) 41:39</b>	
- บทสรุป	519

พระอรหันต์สิ้นตัณหาแล้ว จะมีอะไรเป็นแรงจูงใจ	522
ตารางเปรียบเทียบ ตัณหา กับฉันทะ	525
เชิงอรรถ : ตัวอย่างพฤติกรรมที่เนื่องด้วยตัณหาและฉันทะ	528
<b>62. 15_01_ความสุข (529-538) 45:47</b>	
<b>บทที่ 15 บทความประกอบที่ 5 : ความสุข</b>	<b>529-565</b>
- ความสำคัญของความสุข ในหลักพุทธธรรม	529
- ชั้นหรือประเภทต่าง ๆ ของความสุข	530
กามสุข	532
โทษของกาม	535
<b>63. 15_02_ความสุข (538-546) 35:59</b>	
เหตุใดผู้ประสบสุขประณีตจึงไม่เห็นคุณค่าของกามสุข	538
ฌานสุข และข้อบกพร่องของฌานสุข	544
<b>64. 15_03_ความสุข (546-557) 58:03</b>	
สุขที่ไม่เป็นเวทนา	546
การเข้าถึงความสุขที่สูงขึ้นไป ๆ	550
เปรียบเทียบกามสุขกับสุขประณีต และสรุปชั้น-ประเภทของความสุข	552
<b>65. 15_04_ความสุข (557-565) 45:24</b>	
- บทสรุป : วิธีปฏิบัติต่อความสุข	557
- บันทึกพิเศษท้ายบท :	
บันทึกที่ 1 : ความสุขจัดเป็นคู่ ๆ	565
บันทึกที่ 2 : ความสุขจัดเป็นสามระดับ (อีกแบบหนึ่ง)	565

จบแผ่นที่ 1 รวม 65 ตอน เวลาทั้งสิ้น 49:44:14  
บันทึกในรูปแบบ mp3 format 32 kbps 44100 Hz mono

สารบัญพิสดารชีวิตพุทธธรรม แผ่นที่ 2

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต)

อ่านโดย อาจารย์ละม่อม บุษปวนิช

ภาค 2 มัชฌิมาปฏิปทา ข้อปฏิบัติที่เป็นกลางตามกฎธรรมชาติ หรือ ทางสายกลาง	
<b>01. 16_01_มัชฌิมาปฏิปทา (567-581) 51:45</b>	
ตอนที่ 5 ชีวิตควรเป็นอยู่อย่างไร ?	569-892
บทที่ 16 บทนำของมัชฌิมาปฏิปทา	569-619
- มัชฌิมาปฏิปทาต่อเนื่องจากมัชฌิเมหธรรมเทศนา	569
จากกระบวนการของธรรมชาติในนิโรธ สู่การปฏิบัติของมนุษย์ในมรรค	570
กระบวนการแห่งความดับทุกข์แบบต่าง ๆ	578
1. จากปัจจุสมุปบาทนิโรธวาร สู่มัชฌิมาปฏิปทาหรือมรรค	578
2. กระบวนกุศลธรรมนำสู่วิมุตติ	578
3. กระบวนการปฏิบัติแบบลำดับขั้นตอน	578
ธรรมเป็นอาหารอุดหนุนกัน	578
พรหมจรรย์ที่สำเร็จผล	579
วิสุทธิ 7	579
จรณะ 15 และวิชา 3	580
อนุบุพพิชชา หรืออนุบุพพิปฏิปทา	580
ธรรมจริยา หรือกุศลกรรมบถ	580
<b>02. 16_02_มัชฌิมาปฏิปทา (581-593) 56:33</b>	
- ความเข้าใจเบื้องต้นเกี่ยวกับมัชฌิมาปฏิปทา	581
มรรคในฐานะมัชฌิมาปฏิปทา	582
มรรคในฐานะข้อปฏิบัติ หรือทางชีวิตทั้งของบรรพชิตและคฤหัสถ์	585
มรรคในฐานะหลักปฏิบัติที่เนื่องด้วยสังคม	585
มรรคในฐานะทางให้ถึงความสิ้นกรรม	587
มรรคในฐานะอุปกรณ์สำหรับใช้ มีใช้สำหรับยึดถือหรือแบกไว้	588
มรรคในฐานะพรหมจรรย์ หรือพุทธจริยธรรม	589
<b>03. 16_03_มัชฌิมาปฏิปทา (593-606) 1:04:47</b>	
มรรคในฐานะมรรคาสู่จุดหมายชั้นต่าง ๆ ของชีวิต : อรรถะ 3 สองแบบ	593
มรรคในฐานะไตรสิกขา หรือระบบการศึกษาสำหรับสร้างอารยชน	600
จากมรรคสู่ไตรสิกขา	601
<b>04. 16_04_มัชฌิมาปฏิปทา (606-619) 1:04:05</b>	
ระบบของมัชฌิมาปฏิปทา	606
ความก้าวหน้าในมรรคา	613
- บันทึกพิเศษท้ายบท	

บันทึกที่ 1 : การจัดธรรมจริยาเข้าในไตรสิกขา	617
บันทึกที่ 2 : การเรียกชื่อศีล 5 และธรรมจริยา 10	617
บันทึกที่ 3 : ความหมายของคำว่าศีลธรรม	618
บันทึกที่ 4 : ความหมายตามแบบแผนของไตรสิกขา	618
<b>05. 17_01_กัลยาณมิตร (621-632) 43:46</b>	
<b>บทที่ 17 บุพภาคของการศึกษา หรือบุพนิมิตแห่งมัชฌิมาปฏิปทา 1: ปรัตโยสະที่ดี</b>	<b>621-665</b>
- ปัจจัยแห่งสัมมาทิฎฐิ 2	621
- ปรัตโยสະ-กัลยาณมิตร : วิธีการแห่งศรัทธา (องค์ประกอบภายนอก)– ความหมาย	622
- ความสำคัญของการมีกัลยาณมิตร	623
- คุณสมบัติของกัลยาณมิตร	627
สัตบุรุษ	627
บัณฑิต	628
<b>06. 17_02_กัลยาณมิตร (632-641) 39:27</b>	
กัลยาณมิตรธรรม	632
พระสงฆ์ในฐานะกัลยาณมิตร และกัลยาณมิตรอย่างสูงสุด	636
<b>07. 17_03_กัลยาณมิตร (641-650) 39:10</b>	
- การทำหน้าที่ของกัลยาณมิตร : จากปรัตโยสະ สูโยนิโสมนสิการ	641
สัมมาทิฎฐิ 2	642
- หลักศรัทธาโดยสรุป	647
<b>08. 17_04_กัลยาณมิตร (650-665) 1:12:20</b>	
- พุทธพจน์แสดงหลักศรัทธา	650
กาลามสูตร	650
สัจจานุรักษ์ ไม่ผูกขาดสัจธรรม	654
ตรวจสอบพระศาสดา	657
ขีดจำกัดของศรัทธา	662
ไม่ต้องมีศรัทธา-ปัญญาแทน	664
<b>09. 18_01_โยนิโสมนสิการ (667-675) 39:35</b>	
<b>บทที่ 18 บุพภาคของการศึกษา หรือบุพนิมิตแห่งมัชฌิมาปฏิปทา 2 : โยนิโสมนสิการ</b>	<b>667-732</b>
- โยนิโสมนสิการ : วิธีการแห่งปัญญา (องค์ประกอบภายใน)	667
- ความสำคัญของโยนิโสมนสิการ	667
- ความหมายของโยนิโสมนสิการ	669
<b>10. 18_02_โยนิโสมนสิการ (675-689) 1:07:15</b>	
- วิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ	675
1. วิธีคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัย (แบบอัทธปปัจจยตา หรือแบบปัจจยการ)	676
2. วิธีคิดแบบแยกแยะส่วนประกอบ	676
3. วิธีคิดแบบสามัญลักษณ์ (แบบรู้เท่าทันธรรมดา)	678
4. วิธีคิดแบบอริยสัจจ์ (แบบแก้ปัญหา)	681
5. วิธีคิดแบบอรรถธรรมสัมพันธ์ (แบบหลักการและความมุ่งหมาย)	683

<b>11. 18_03_โยนิโสมนสิการ (689-702) 1:03:37</b>	
6. วิธีคิดแบบคุณโทษและทางออก (แบบอัสสาทะ อาทีนวะ และนิสสรณะ)	689
7. วิธีคิดแบบคุณค่าแท้-คุณค่าเทียม	694
8. วิธีคิดแบบอุปายปลูกเร้าคุณธรรม (แบบกุศลภาวนา)	695
<b>12. 18_04_โยนิโสมนสิการ (702-708) 31:20</b>	
9. วิธีคิดแบบเป็นอยู่ในปัจจุบัน	702
<b>13. 18_05_โยนิโสมนสิการ (708-727) 1:28:44</b>	
10. วิธีคิดแบบวิภังชวาท	708
<b>14. 18_06_โยนิโสมนสิการ (727-732) 31:42</b>	
- เตรียมเข้าสู่สัมมาปฏิบัติ	727
- พระรัตนตรัย	729
- บันทึกพิเศษท้ายบท	
บันทึกที่ 1 : วิธีคิดแบบแก้ปัญหา : วิธีคิดแบบอริยสัจ กับวิธีคิดแบบวิทยาศาสตร์	731
<b>15. 19_01_หมวดปัญญา (733-740) 33:16</b>	
บทที่ 19 องค์ประกอบของสัมมาปฏิบัติ 1 : หมวดปัญญา	<b>733-756</b>
1. สัมมาทิวฐิ	733
ความสำคัญของสัมมาทิวฐิ	733
คำจำกัดความของสัมมาทิวฐิ	734
ข้อควรทราบทั่วไปเกี่ยวกับสัมมาทิวฐิ	735
1) โลกียสัมมาทิวฐิ	737
2) โลกุตตรสัมมาทิวฐิ	738
<b>16. 19_02_หมวดปัญญา (740-748) 45:41</b>	
สัมมาทิวฐิกับการศึกษา	740
<b>17. 19_03_หมวดปัญญา (748-756) 42:26</b>	
2. สัมมาสังกัปปะ	748
คำจำกัดความ	748
ข้อวิจารณ์เรื่องทำไมดีจึงแต่ปฏิบัติเสฐชั้ว	751
ข้อวิจารณ์เกี่ยวกับเมตตา	753
หมายเหตุ : จริยธรรมชั้นความคิด กับจริยธรรมชั้นปฏิบัติการ	756
<b>18. 20_01_หมวดศีล (757-767) 50:01</b>	
บทที่ 20 องค์ประกอบของสัมมาปฏิบัติ 2 : หมวดศีล	<b>757-797</b>
3.-4- 5. สัมมาวาจา สัมมาภัมมันตะ สัมมาอาชีวะ : คำจำกัดความและความหมาย	757
- เหตุใดความหมายของศีลจึงมีรูปลักษณะเป็นคำปฏิเสธ	761
<b>19. 20_02_หมวดศีล (767-778) 45:47</b>	
- ศีลสำหรับประชาชน	767
ก. ศีลพื้นฐาน	768
ข. ศีลเพื่อเสริมความดีงามของชีวิตและสังคม	774

<b>20. 20_03_หมวดศีล (778-789) 52:29</b>	
- หลักการทั่วไปเกี่ยวกับสัมมาอาชีวะ	778
ก. การแสวงหาและการรักษาทรัพย์	785
ข. ความสุขอันชอบธรรมที่คฤหัสถ์ควรมี	786
ค. การใช้จ่ายทรัพย์	787
<b>21. 20_04_หมวดศีล (789-797) 43:06</b>	
• ข้อวิจารณ์เกี่ยวกับ ทรัพย์ ชีวิตที่ตั้งงาม สังคม ชีวิตพระ ชีวิตคฤหัสถ์	789
<b>22. 21_01_หมวดสมาธิ (799-803) 19:25</b>	
<b>บทที่ 21 องค์ประกอบของมัชฌิมาปฏิปทา 3 : หมวดสมาธิ</b>	<b>799-891</b>
<b>6. สัมมาวายามะ</b>	799
- คำจำกัดความและความหมาย	799
- ความสำคัญและขอบเขตความสำคัญของความเพียร	800
- การปฏิบัติธรรมอาศัยสภาพแวดล้อม	802
<b>23. 21_02_หมวดสมาธิ (803-812) 37:45</b>	
<b>7. สัมมาสติ</b>	803
- คำจำกัดความ	803
- สติในฐานะอปัปมาทธรรม	804
- สติพิจารณาโดยคุณค่าทางสังคม	807
- บทบาทของสติในกระบวนการพัฒนาปัญญา หรือการกำจัดอัสวกิเลส	808
- สติปฏิฐานในฐานะสัมมาสติ	810
<b>24. 21_03_หมวดสมาธิ (812-824) 1:00:45</b>	
- สาระสำคัญของสติปฏิฐาน	812
ก. กระบวนการปฏิบัติ	815
ข. ผลของการปฏิบัติ	817
- เหตุใดสติที่ตามทันปัจจุบัน จึงเป็นหลักสำคัญของวิปัสสนา	819
<b>25. 21_04_หมวดสมาธิ (824-839) 1:05:23</b>	
<b>8. สัมมาสมาธิ</b>	824
ก. ความหมาย	824
ข. ระดับของสมาธิ	826
ค. สิ่งที่ไม่ใช่สมาธิ หรือศัตรูของสมาธิ	828
ง. ลักษณะของจิตที่เป็นสมาธิ	830
จ. ความมุ่งหมายและประโยชน์ของสมาธิ	833
<b>26. 21_05_หมวดสมาธิ (839-849) 47:07</b>	
<b>ฉ. วิธีเจริญหรือฝึกสมาธิ</b>	839
1) การเจริญสมาธิตามวิธีธรรมชาติ	841
2) การเจริญสมาธิตามหลักอิทธิบาท หรือฝึกสมาธิด้วยงาน	842
3) การเจริญสมาธิอย่างสามัญ หรือฝึกสมาธิโดยใช้สตินำ	848

<b>27. 21_06_หมวดสมาธิ (849-858) 38:16</b>	
4) การเจริญสมาธิอย่างเป็นแบบแผน	849
ปัลลิว	850
กรรมฐาน 40	850
จรรยาและจรีต 6	853
นิมิต 3 และภาวนา 3	857
<b>28. 21_07_หมวดสมาธิ (858-870) 46:58</b>	
ช. ตัวอย่างวิธีเจริญสมาธิ : อาณาปานสติ - สาระสำคัญ	858
1. เตรียมการ	863
2. ชั้นปฏิบัติ คือ ลงมือกำหนดลมหายใจ	864
ญ. ผลสำเร็จและขอบเขตความสำคัญของสมาธิ	867
<b>29. 21_08_หมวดสมาธิ (870-879) 40:54</b>	
ฎ. องค์ประกอบต่าง ๆ ที่ค้ำจุน เกื้อหนุน และเสริมประโยชน์ของสมาธิ	870
1) ฐาน ปทัฐาน และที่หมายของสมาธิ	870
2) องค์ประกอบร่วมของสมาธิ : องค์ฌาน	872
3) เครื่องวัดความพร้อม : อินทรีย์	875
<b>30. 21_09_หมวดสมาธิ (879-892) 1:04:07</b>	
4) สนาทปฏิบัติทางปัญญา : โภชฌงค์	879
5) ความพร้อมเพรียงขององค์มรรค : ธรรมสามัคคี	885
• ปฏิปทา 4	888
• สรูปธรรม	889
- <b>บันทึกพิเศษท้ายบท</b>	
บันทึกที่ 1: การเจริญสติปัฏฐาน คือการอยู่อย่างไม่มีทุกข์ที่จะต้องดับ	891
<b>31. 22_01_อริยสัจ 4 (893-905) 56:33</b>	
บทสรุป	
<b>บทที่ 22 อริยสัจ 4</b>	<b>893-924</b>
- ฐานะและความสำคัญของอริยสัจ	893
- ความหมายของอริยสัจ	895
- อริยสัจกับปัจจุสมุปบาท	897
- กิจในอริยสัจ	901
<b>32. 22_02_อริยสัจ 4 (905-917) 57:47</b>	
- แนวอธิบายอริยสัจโดยสังเขป	905
• พระรัตนตรัย	911
• ไตรสิกขา	914
<b>33. 22_03_อริยสัจ 4 (917-924) 41:10</b>	
- วิธีแก้ปัญหาแบบพุทธ	917
- คุณค่าที่เด่นของอริยสัจ	920

- สรุป “พุทธธรรม” ลงในอริยสัจ	920
- บันทึกพิเศษเสริมบทสรุป : ข้อสังเกตบางประการในการศึกษาพุทธธรรม	923
ก. ภาคมัชฌิมนิเทศนา	923
ข. ภาคมัชฌิมาปฏิปทา	923
<b>34. 23_01_บันทึกผู้เขียน (925-934) 50:31</b>	
<b>บันทึกของผู้เขียน</b>	<b>925-934</b>

จบแผ่นที่ 2 รวม 34 ตอน เวลาทั้งสิ้น 28:13:33  
บันทึกในรูปแบบ mp3 format 32 kbps 44100 Hz mono  
สรุป 2 แผ่น 99 ตอน รวมเวลาทั้งสิ้น 77:57:47