



วารสารธรรมเพื่อชีวิต

JOURNAL OF DHAMMA FOR LIFE

ISSN: 2822-048X

<https://soo8.tci-thaijo.org/index.php/dhammalife/index>

Academic Article

พุทธสันติวิธีที่เอื้อต่อการพัฒนาจิตอาสาตามหลักสังคหวัตถุ 4

Buddhist Peaceful Means Contributing to the Development of Volunteerism to the Sangahawatthu 4 Approach

บังอร ธรรมสอน¹, พระปราโมทย์ วาทโกวิโท^{2*}Bungon Tamasorn¹, Phrakrupalad Paññavoravat^{2*}

ARTICLE INFO

Name of Autor:

1. บังอร ธรรมสอน

บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Bungon Tamasorn

Graduate School,
Mahachulalongkornrajavidyalaya
University, ThailandEmail: bungon.tamasorn@gmail.com

Corresponding Author*:

2. พระปราโมทย์ วาทโกวิโท, ดร.

บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Dr.Phra Pramote Vādakovidho

Graduate School,
Mahachulalongkornrajavidyalaya
University, ThailandEmail: boss04506@hotmail.com

คำสำคัญ:

พุทธสันติวิธี, การพัฒนา, จิตอาสา, หลักสังคหวัตถุ 4

Keywords:

Buddhist Peaceful Means; Development;
Volunteerism; Sangahawatthu

Article history:

Received: 10/06/2023

Revised: 25/06/2023

Accepted: 28/06/2023

Available online: 30/06/2023

How to Cite:

Tamasorn, B. & Vādakovidho, P. P. (2023).
Buddhist Peaceful Means Contributing to
the Development of Volunteerism to the
Sangahawatthu 4 Approach. Journal of
Dhamma for Life, 29(2), 89-109.

ABSTRACT

This academic article aims to study Buddhist peaceful methods that contribute to the development of volunteerism according to the Sangahawatthu 4. It is like a device for human resource development to be effective or to operate the organization in accordance with its goals and missions. This must ensure that personnel have the capacity to design career development or career paths to suit the mission by applying the principles such how to manage personnel (Personnel Management) as a tool for development. Then, an organization's human resource development can be managed effectively, it must rely on tools such as the four Sangkhahavatthu 4 mentioned above in the form of integration. The application of volunteer spirit development according to Buddhist peaceful methods conducive to the development of volunteer spirit according to the Sangahawatthu 4. It was found that six important developmental issues related to Buddhist peaceful methods that contributed to the development of the volunteer spirit development process were knowledge, understanding, mindfulness and inner peace, skills, attitudes and networking.



บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพุทธสันติวิธีที่เอื้อต่อการพัฒนาจิตอาสาตามหลักสังคหวัตถุ 4 ซึ่งเป็นเสมือนอุปกรณ์ในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์เพื่อให้มีประสิทธิภาพหรือเพื่อดำเนินงานขององค์กรให้เป็นไปตามเป้าหมายและภารกิจซึ่งจะต้องจัดการให้บุคลากรมีขีดความสามารถในการออกแบบการพัฒนาสายอาชีพหรือเส้นทางความก้าวหน้าในอาชีพ ให้เหมาะสมกับภารกิจโดยนำหลักการ วิธีการจัดการงานบุคคลมาเป็นเครื่องมือในการพัฒนา ดังการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ขององค์กรจะจัดการได้อย่างมีประสิทธิภาพจะต้องอาศัยเครื่องมือได้แก่สังคหวัตถุ 4 ประการดังกล่าวข้างต้นในลักษณะของการบูรณา การประยุกต์การพัฒนาจิตอาสาตามแนวทางพุทธสันติวิธีที่เอื้อต่อการพัฒนาจิตอาสาตามหลักสังคหวัตถุ 4 พบว่าประเด็นสำคัญในการพัฒนาที่เกี่ยวข้องกับพุทธสันติวิธีที่เอื้อต่อการพัฒนากระบวนการพัฒนาจิตอาสา มี 6 ประเด็น ได้แก่ ความรู้, ความเข้าใจ, สติและสันติภายใน, ทักษะ, ทศนคติ และการสร้างเครือข่าย

บทนำ

การเปลี่ยนแปลงของโลกสมัยใหม่ ได้เริ่มก่อตัว และพัฒนาเปลี่ยนแปลงมาตั้งแต่ ปี พ.ศ. 2533 โลกได้มีการจัดระเบียบโลกใหม่ (New World System) มีการนำเอาแนวคิดเรื่อง การพัฒนาการแบบยั่งยืนตามที นักวิชาการเคยเสนอไว้ตั้งแต่ช่วงปี พ.ศ. 2523-2533 มาพิจารณาการพัฒนาแบบยั่งยืน ซึ่งประกอบด้วย แนวความคิดที่สำคัญ 6 ประการคือ 1) ต้องช่วยกลุ่มคนที่ยากจนที่สุดเพราะพวกเขาจะไม่มีทางออกอื่นใด นอกจากการทำลายทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม 2) เน้นพัฒนาแบบพึ่งพาตัวเองภายใต้ความจำกัดทางสภาพธรรมชาติ 3) พัฒนาการจะต้องไม่ก่อให้เกิดความเสียหายรุนแรงด้านสิ่งแวดล้อม 4) วางอยู่บนหลักการว่า ด้วยการมีสุขภาพอนามัยที่ดี ใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสมมีอาหารที่เพียงพอแก่การบริโภค 5) วางอยู่บนหลักที่ว่า ด้วยการส่งเสริมการริเริ่มของประชาชน 6) มนุษยชาติ คือ ศูนย์กลางและหัวใจของการพัฒนา

จากแนวคิดและการพัฒนาแบบยั่งยืนประเทศทั่วโลกจึงมีแนวโน้มและปรับแผนพัฒนาใหม่เน้นเรื่อง การพัฒนาคน พัฒนาทางด้านจิตใจ และรวมทั้งการมีส่วนร่วมของประชาชนมนุษย์ในโลกสมัยใหม่มีคุณลักษณะ พิเศษดังนี้ 1) ยึดหลักเหตุผลเชิงประจักษ์พิสูจน์ได้ 2) มนุษย์มีความสามารถเป็นปัจเจกชน สามารถทำอะไรก็ได้ 3) มีเสรีภาพ ความเสมอภาค 4) ไม่มีความสัมพันธ์ในองค์กร 5) กระทำทุกอย่างเพื่อให้ชีวิตมีความก้าวหน้า การเปลี่ยนแปลงของโลกสมัยใหม่ มุ่งเน้นการพัฒนามนุษย์ แต่การพัฒนาในโลกสมัยใหม่นั้นกลับทำให้มนุษย์มีความ เป็นปัจเจกบุคคลมากขึ้น ซึ่งอาจจะมีผลทำให้ที่มงานจิตอาสาเกิดความสับสนในแนวทางการใช้ชีวิตยุคโลก สมัยใหม่ ดังนั้นจึงต้องมีการปรับตัว พัฒนาตนเองให้สอดคล้องกับยุคโลกสมัยใหม่ในประเทศไทยมีการริเริ่มคำว่า “จิตอาสา” หรือ “จิตสาธารณะ” ในช่วงหลัง พ.ศ. 2505 โดยเริ่มจากมีการใช้แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม แห่งชาติ และมีความชัดเจนในการปฏิบัติหน้าที่ของจิตอาสาภายหลังจากการเกิดเหตุการณ์ 14 ตุลาคม พ.ศ. 2516 โดยกิจกรรมจิตอาสาที่เกิดขึ้นก่อนหน้านั้นเป็นกิจกรรมที่จัดขึ้นเพื่อส่งเสริมงานด้านการบำบัดทุกข์บำรุงสุข แก่ประชาชนจากทางภาครัฐ ซึ่งกระทำโดยเอกชน อาทิ เป็นสถาบันส่งเสริมกิจกรรมทางศาสนา มูลนิธิ การจัด

ตั้งขึ้นก็เพื่อช่วยเหลือคนในเชื้อชาติหรือภูมิภาคเดียวกัน เป็นลักษณะของผู้ให้กับผู้รับ โดยเหตุการณ์ 14 ตุลา ก่อให้เกิดข้าวยากหมากแพงทำให้ประชาชนที่มีฐานะยากจนขึ้น ความสำนึกต่อสังคมของชนชั้นกลางได้ถูกยกระดับขึ้น (วิภาพันธ์ ก่อเกียรติเจริญ, 2544)

หลักพุทธสันติวิธีที่เอื้อต่อการพัฒนาจิตอาสาโดยผู้วิจัยมุ่งศึกษาหลักสังคหวัตถุ 4 ประกอบด้วย ทาน ปิยวาจา อตถจริยา และสมานัตตา สุทธิพงษ์ ปานเพ็ชร (2550) กล่าวถึง สังคหวัตถุ 4 ว่าเป็นหลักคุณธรรมในศาสนาพุทธโดยเป็นภาษาบาลีแยกออกเป็น 2 ศัพท์ คือ สังคห และ วัตถุ “สังคห” แปลเป็นภาษาไทยว่า สงเคราะห์ มีความหมายว่าช่วยเหลืออุดหนุน “วัตถุ” ในที่นี้หมายความว่า เรื่องรวม ทั้ง 2 ศัพท์ มีความหมายว่า เรื่องความช่วยเหลือจะช่วยเหลือกันด้วยวิธีอย่างไรบ้าง ท่านได้วางไว้เป็น 4 อย่าง จึงจะถือว่าเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวใจของผู้อื่นได้ซึ่งยังไม่มีการศึกษาเพื่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์โดยเฉพาะอย่างยิ่งคือจิตอาสา

ความหมายของ “จิตอาสา”

จิตรดา แสงวัฒนาฤกษ์ (2562) ได้กล่าวว่า จิตอาสา เป็นจิตที่พร้อมจะเสียสละเวลาร่างกายและแรงใจ และสติปัญญาเพื่อสาธารณประโยชน์ในการทำกิจกรรมหรือสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น มีความสุขที่ได้ช่วยเหลือผู้อื่นการสร้างให้จิตเป็นจิตอาสานั้นต้องเตรียมความพร้อมทั้งทางด้านร่างกายจิตใจความรู้คุณธรรมและการติดต่อสื่อสารการสร้างเชื่อมั่นในตนเองและการเข้าร่วมกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง (จิตรดา แสงวัฒนาฤกษ์, 2562) พระไพศาล วิสาโล (2565) ได้ให้ความหมายจิตอาสาว่า คือจิตที่ไม่นิ่งดูตายต่อสังคม หรือความทุกข์ยากของผู้คน และปรารถนาเข้าไปช่วย ไม่ใช่ด้วยการให้ทานให้เงิน แต่ด้วยการสละเวลา ลงแรงเข้าไปช่วย และด้วยจิตที่เป็นสุขที่ได้ช่วยผู้อื่น จะเน้นว่าไม่ใช่แค่การทำประโยชน์เพื่อผู้อื่นอย่างเดียว แต่เป็นการพัฒนาทางจิตวิญญาณของเราด้วยสุภาพ ทศพระรินทร์ (2556) กล่าวว่า จิตอาสา คือ ผู้มีจิตแห่งการให้ความดีงามทั้งปวง แก่เพื่อนมนุษย์โดยเต็มใจ สมครใจ อิมใจ ซาบซึ้งใจ ปิติสุข ที่พร้อมจะเสียสละร่างกายและสติปัญญา เพื่อสาธารณประโยชน์ในการทำกิจกรรม หรือสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นโดยไม่หวังผลตอบแทน และมีความสุขที่ได้ช่วยเหลือผู้อื่น เป็นจิตที่ไม่นิ่งดูตาย เมื่อพบเห็นปัญหาหรือความทุกข์ยากที่เกิดขึ้นกับ ผู้คน เป็นจิตที่มีความสุขเมื่อได้ทำความดีและหน้าตาเปลี่ยนเป็นรอยยิ้มเป็นจิตที่เปี่ยมบุญ คือความ สงบเย็น และพลังแห่งความดี อีกทั้งยังช่วยลดความเป็นตัวตนของตนเองลงได้บ้าง

จิตอาสาในมุมมองทางพระพุทธศาสนา

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต) (2552: 187-189), นักวิชาการทางด้านพระพุทธศาสนาได้มีการให้คำจำกัดความเกี่ยวกับจิตอาสา สรุปได้ว่า “จิตอาสา” เป็นลักษณะทางจิตของบุคคลที่ประกอบด้วยความมีน้ำใจ และจิตสำนึกหรือสำนึกสาธารณะที่เสียสละร่างกายแรงใจสติปัญญาเพื่อบำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคมซึ่งคุณสมบัติของพระพุทธเจ้า คือ ต้นแบบจิตอาสาที่ดี พุทธทาสภิกขุ (2537: 20) ให้คำจำกัดความของคำว่า “จิตอาสา” ซึ่งอธิบายในเรื่องโครงสร้างทางเศรษฐกิจโดยกล่าวไว้ว่า สังคมจะเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีได้เมื่อมนุษย์มีการให้ทาน คือ มีความกรุณาและเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ จากจะ คือ มีความเสียสละซึ่งใกล้เคียงกับสังคมไทยในอดีต ที่มีความ

กรุณาและการแบ่งปันสิ่งเหล่านี้ จะทำให้คนในสังคมนั้นมีความปรารถนาดีต่อกันและเป็นไปอย่างยั่งยืน **สรณีย์ สายศร** (2565) ได้ให้ความหมายของ “จิตอาสา” ตามแนวพุทธเชิงบูรณาการ ว่าเป็นจิตใจที่มีความเสียสละปรารถนาดีที่จะช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นจากความทุกข์และความเดือดร้อน ช่วยให้มีความสุขมีชีวิตที่ดีขึ้น เป็นจิตที่ไม่นิ่งดูตาย พร้อมเสียสละกาย ใจ เวลา สติปัญญาหรือทรัพย์สินเพื่อช่วยเหลือผู้อื่น รวมถึงการทำดีเพื่อสังคมและสิ่งแวดล้อมตามกำลังที่กระทำได้ **พระไพศาล วิสาโล** (2548: 5) ให้ความหมายของคำว่า “จิตอาสา” ว่าเป็นจิตที่พร้อมจะสละแรงกายความสามารถสติปัญญาและเวลาเพื่อประโยชน์ของผู้อื่นในสังคมเป็นจิตที่เป็นสุขเมื่อได้ทำความดีไม่ว่าจะเมื่อพบเห็นผู้ประสบกับความทุกข์ยากเป็นการยกระดับปัญญาและสำนึกทางสาธารณะเพื่อนำไปสู่การมีส่วนร่วมของบุคคลนั้น ในการสร้างสังคมที่ดีงามเป็นสังคมที่เป็นธรรมและมีสันติ **วรรณสิทธิ ไวทยะเสวี** ได้กล่าวถึง จิตสาธารณะตามแนวทางพุทธศาสนา ไว้ว่า หลักธรรมในพระพุทธศาสนากล่าวถึงจิตที่เป็นกุศลเป็นจิตที่ดีงาม มีเจตนาที่งาม ไม่เห็นแก่ตัวนำไปสู่การปฏิบัติที่ถือเป็นภารกิจหลักที่ต้องช่วยเหลือมนุษย์และสังคมดังพุทธดำรัสที่ตรัสไว้กับพุทธสาวกตอนหนึ่งว่า “ภิกษุทั้งหลายพวกเธอจงจาริกไป เพื่อประโยชน์สุขแก่คนจำนวนมาก เพื่ออนุเคราะห์ชาวโลกเพื่อประโยชน์เกื้อกูลและความสุขแก่ทวยเทพ และมวลมนุษยย์ อย่าไปโดยทางเดียวกันโดยสองรูป จงแสดงธรรมที่มีความงามเป็นเบื้องต้น มีความงามในท่ามกลาง และมีความงามในที่สุด จงประกาศพรหมจรรย์ พร้อมทั้งอรรถและพยัญชนะ บริสุทธิ์ บริบูรณ์ครบถ้วน สัตว์ทั้งหลายที่มีรูปในตาน้อย มีอยู่ย่อมเสื่อมเพราะได้ฟังธรรม จักมีผู้รู้ธรรม ภิกษุทั้งหลาย แม้เราจักไปยังตำบลอุรุเวลาเสนานิคมเพื่อแสดงธรรม” (วรรณสิทธิ ไวทยะเสวี, 2548: 30) พุทธดำรัสนี้แสดงถึงการบำเพ็ญประโยชน์ตามแนวจิตสาธารณะแก่ชาวโลกหลังจากที่พระอรหันต์ชุดแรก 60 องค์ ได้พัฒนาตนถึงความสมบูรณ์พร้อมแล้ว ถือว่าเป็นพระดำรัสอย่างเป็นทางการที่ทรงรับสั่งให้พระอรหันต์ชุดดังกล่าวออกไปบำเพ็ญประโยชน์บนฐานแนวคิดเรื่องจิตสาธารณะ สะท้อนให้เห็นแนวทางการดำเนินชีวิตของชาวพุทธที่เป็นไปเพื่อผู้อื่นอย่างแท้จริง

จิตยังถูกปรุงแต่งด้วยเจตสิกให้รู้อารมณ์เป็นไปต่างๆ ตามลักษณะสภาพของเจตสิก เช่น ขณะที่จิตกำลังเห็นรูป ถ้ามีโลภเจตสิกประกอบก็จะเกิดความยินดีพอใจในใจรูป หากเกิดโทสะเจตสิกประกอบก็จะเกิดความไม่พอใจเกิดเป็นความโกรธขึ้นมาทันที แสดงว่าเจตสิกที่ประกอบกับจิตย่อมปรุงแต่งจิตให้รู้อารมณ์เป็นไปตามสภาพแห่งตน (วรรณสิทธิ ไวทยะเสวี, 2548: 31-32) เจตสิกที่เข้าไปปรุงแต่งจิตเป็นทั้งกุศลและอกุศล การทำงานของจิตที่อุปมาเหมือนน้ำที่ใสบริสุทธิ์ ไม่มีสี แต่เมื่อนำสีแดงใส่ลงไปใต้น้ำนั้นก็กลายเป็นน้ำสีแดงที่เปรียบเหมือนเจตสิก หากนำอกุศลเจตสิก คือ เจตสิกฝ่ายไม่ดีเข้าไปประกอบกับจิตจะทำให้จิตนั้นเป็นจิตที่ชั่วหยาบมีจิตที่เป็นบาปแต่ถ้าหากนำกุศลเจตสิก คือ เจตสิกฝ่ายดีเข้าไปประกอบกับจิตแล้ว จะทำให้จิตนั้นเป็นจิตที่ดี มีเมตตา กรุณา มีศรัทธา เป็นต้น ด้วยเหตุนี้ ธรรมชาติและเจตสิกจะเกิดขึ้นพร้อมกับจิตอยู่เสมอเมื่อประกอบกันแล้วจะทำให้จิตเป็นกุศลหรืออกุศลขึ้นอยู่กับเจตสิก การที่บุคคลที่มีจิตเป็นกุศล เป็นจิตที่ดีงามไม่เห็นแก่ตัว มุ่งไปในทางการทำบุญทำกุศล เป็นประโยชน์ต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และสังคมโดยรวม เป็นจิตที่ต้องการช่วยเหลือผู้อื่น คำนึงถึงส่วนรวมอยู่เสมอ แสดงออกด้วยการกระทำ โดยไม่หวังสิ่งตอบแทน ปรารถนาที่จะเห็นความสุขความสำเร็จของผู้อื่น ปรารถนาที่จะเห็นความสุขของส่วนรวมจากการกระทำในสิ่งที่ดีๆ มีจิตใจที่แน่วแน่มั่นคง

โดยคำนึงถึงกิจกรรมที่ตนกระทำนั้นจะก่อให้เกิดประโยชน์สุขแก่สังคม โดยถือว่าบุคคลเหล่านี้เป็นผู้ที่มีจิตสาธารณะ

จิตอาสาในมุมมองด้านสันติภาพ

ในอีกแง่มุมมีการแบ่งแยกความหมายมีเกี่ยวกับจิตอาสาที่เกี่ยวกับสันติภาพ ที่มีความสำคัญเกี่ยวกับจิตอาสา หมายถึง จิตที่ยกระดับปัญญาภายในและสำนึกสาธารณะเป็นจิตที่เป็นสุข เพื่อได้ทำความดีอยากช่วยเหลือผู้อื่นโดยไม่หวังสิ่งตอบแทน เป็นจิตที่พร้อมจะสละเวลาร่างกายและสติปัญญาเพื่อบำเพ็ญประโยชน์เพื่อสังคม มีความเมตตากรุณาเป็นจิตที่เปี่ยมด้วยความสงบเย็นและเต็มไปด้วยพลังแห่งความดี เพื่อสร้างสังคมที่เป็นธรรมและสันติ (จิตรวลัย ศรีแสงฉาย, 2557: 11) นอกจากนี้สันติภาพที่เกิดขึ้นจากการทำงานของจิตอาสาแล้วนั้น ยังมีความหมายที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาตนเอง ซึ่งความสำคัญของจิตอาสาว่าการพัฒนาตนเองให้มีความเก่งกล้าสามารถในการทำงานนี้ นอกจากจะเกิดผลภายนอก เช่นอาจจะได้ผลตอบแทนหรือได้รับการเลื่อนขั้นเลื่อนระดับงานแล้ว ก็มีผลที่แน่นอนภายในตัวเองไม่ว่าภายนอกเราจะได้รับผลตอบแทนหรือไม่ก็ตาม แต่ในฐานะคนทำงานจิตอาสาคือการที่มีความชำนาญมากขึ้น ทำอะไรได้ดีขึ้นจะมีผลตอบแทนให้หรือจะไม่มีก็แล้วแต่ แต่ความรู้สึกในตัวเองของคนทำงานจิตอาสาที่นั่นทำไปแล้วสบายใจ อิ่มใจ ถ้ารู้สึกเวลาทำอะไรแล้วทำได้ดีขึ้น นี่คือการพัฒนาตนเองขอให้มีความที่ทำงานจิตอาสาที่มีความภูมิใจสบายใจในตัวได้ทันทีไม่ต้องรอให้คนอื่นเขาให้ผลตอบแทน เช่น การทำงานเกี่ยวกับงานรับอาสาสมัครทำงานเพื่อส่วนรวมของสังคม ความสำคัญของจิตอาสาคือการพัฒนาตนเองให้มีความสามารถในกิจการงานนั้น มีความศรัทธาในการทำงาน เชื่อมมั่นในงานที่ทำ มีความมั่นใจเห็นประโยชน์ของงานนั้น ประโยชน์ที่แท้จริงปรากฏมองเห็นกันภายนอกและมีเกิดผลภายใน มีความชำนาญมากขึ้น ทำอะไรได้ดีขึ้น ทำไปแล้วเกิดความสบายใจ อิ่มใจ มีความภูมิใจได้ทันที ไม่ต้องรอให้คนอื่นเขาให้ผลตอบแทน (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), 2554: 2)

เมื่อก้าวโดยสรุปแล้ว จิตอาสาจึงหมายถึงจิตที่พร้อมที่จะรับทำเพื่อประโยชน์เพื่อส่วนรวมด้วยทำด้วยความเต็มใจ โดยมีหลักของการทำงาน คือ ทำงานเพื่อรับใช้สังคมและทำเพื่อเป็นส่วนรวม โดยเป็นการพัฒนาจิตใจให้ทำงานจิตอาสาและพร้อมกับการพัฒนาบุคลิกภาพของการทำงานอีกด้วย ซึ่งนักจิตอาสาที่นั่นจะสามารถทำทานได้อย่างตามความประสงค์ของการบริจาค ไม่ว่าจะเป็นทานกล่าวคืออาจจะเป็นทั้งธรรมทานและอามิสทาน โดยเป็นพื้นฐานหลักของนักจิตอาสา คือ ได้ทำทาน การทำทาน เป็นการสละความสุขส่วนตัวเพื่อช่วยเหลือผู้อื่น หรือเรียกอีกคำว่า มีน้ำใจ เป็นผู้ใจกว้างรับฟังผู้อื่นและพร้อมบำเพ็ญคุณธรรมและบารมี โดยการช่วยเหลือสงเคราะห์ผู้เดือดร้อนให้เขามีความสุข เป็นงานที่นักจิตอาสาทำโดยไม่หวังผลตอบแทนสิ่งเหล่านั้นนั่นคือ “หัวใจสำคัญของการทำงานจิตอาสา” การทำงานจิตอาสาที่นั่นต้องมีจิตใจที่มีความเสียสละเป็นทุน มีความอดทนเป็นที่ตั้ง มีความจริงจังในการทำงาน สามารถบรรลุวัตถุประสงค์เป้าหมายในการทำงาน หากวัตถุประสงค์ในการทำงานสำเร็จ นักจิตอาสาที่นั่นจะรู้สึกความภาคภูมิใจและมีความอิ่มเอมใจที่ได้ช่วยเหลือสังคม โดยจะส่งผลให้เกิดสังคมสันติสุข เป็นการยกระดับปัญญาและสำนึกทางสาธารณะให้สูงขึ้น การสร้างสันติภาพของนักจิตอาสา เป็นการทำความดีที่ช่วยเหลือผู้อื่นโดยไม่หวังสิ่งตอบแทน เป็นจิตเสียสละเวลา ร่างกาย และสติปัญญา เพื่อสังคม

เป็นจิตที่เปี่ยมด้วยความสงบเย็นและเต็มไปด้วยพลังแห่งความดี มุ่งสร้างสังคมที่เป็นธรรมและเกิดสันติสุขที่ทุกสังคมต้องการ เป็นการพัฒนาจิตใจให้สามารถมีจิตใจที่เข้มแข็ง พร้อมช่วยเหลือผู้อื่น สิ่งเหล่านี้แสดงผ่านน้ำใจและการกระทำที่ออกมาจากใจของนักจิตอาสาทุกคน

แนวทางการพัฒนาจิตอาสา

ปภัส ฉัตรยาลักษณ์ และ จุฑารัตน์ เปลวทอง (2565: 4-5) ได้สรุปแนวทางการพัฒนาจิตอาสา ไว้ 3 กระบวนการ ดังนี้

1. การสร้างความคิดเชิงบวก การคิดที่มุ่งประโยชน์ของผู้อื่นมากกว่ามุ่งประโยชน์ส่วนตน (Utilization VS Individualization) ในทางพุทธศาสนา จะประกอบด้วย การเรียนรู้จากแหล่งอื่น ได้แก่ การรับฟังคำแนะนำ สักขาน เล่าเรียน หาความรู้ สนทนาซักถาม ฟังคำบอกเล่าซักจูงของผู้อื่น รู้จักคิดโดยมองสิ่งทั้งหลายด้วยความคิดพิจารณา รู้จักสืบสาวหาเหตุผล แยกแยะออก และ การคิดโดยการใช้เหตุผล ได้แก่ การใช้ความคิดถึงเหตุสัมพันธ์กับผล โดยสรุปความคิดเชิงบวก คือ ความคิดสร้างสรรค์เชื่อมโยงเหตุและผลความคิดเชิงวิเคราะห์ แยกแยะที่สัมพันธ์สิ่งต่าง ๆ เข้าด้วยกัน

2. การยึดหลักธรรมและคุณธรรมความดี เป็นแนวปฏิบัติในการดำเนินชีวิต โดยคำนึงถึงกลไกและกระบวนการของหลักแห่งความดีงาม หลักแห่งการสงเคราะห์ ได้แก่การสงเคราะห์ด้วยการให้ ให้สิ่งของ ให้ความรู้สั่งสอน (ธรรมทาน) การสงเคราะห์ที่เป็นการใช้ถ้อยคำที่เป็นประโยชน์ ประกอบด้วยเหตุผลที่ทำให้ผู้ฟังเกิดความนิยมยินดี (ปิยวาจา) โดยสรุปก็คือ การสงเคราะห์ช่วยเหลือที่เป็นการให้ด้วยพฤติกรรม และการให้ด้วยวาจาที่อ่อนหวาน ก่อให้เกิดความซาบซึ้งใจของผู้ฟัง จึงเป็นการสงเคราะห์ที่จะต้องปฏิบัติด้วยความเมตตา คือ ความหวังดี โดยไม่หวังผลตอบแทนใดๆ นอกจากนี้ยังยึดหลักแห่งการประพฤติ การกระทำที่เป็นประโยชน์ ได้แก่ ความช่วยเหลือที่มอบให้ผู้อื่นด้วยความเต็มใจ การบำเพ็ญสาธารณประโยชน์ตลอดถึงช่วยแก้ไขปรับปรุงส่งเสริมในทางจริยธรรมแก่ผู้อื่น และจิตอาสาต้องยึดหลักแห่งความเอื้ออาทร เพื่อสร้างจิตสาธารณะให้มีความเอื้อเพื่อต่อบุคคลแวดล้อมและสิ่งแวดล้อม โดยการแสดงออกความเป็นกัลยาณมิตรที่เป็นผู้ชี้ช่องทางประโยชน์ แนะนำให้ส่วนรวมดำเนินไปบนแนวทางประโยชน์ แนะนำให้ส่วนรวมดำเนินไปบนแนวทางของจริยธรรม

3. การประกอบกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ในการแสดงออกถึงความมีจิตสาธารณะ เช่น อาสาทำกิจกรรมของส่วนรวมที่เป็นการสร้างสรรค์ เช่น กิจกรรมปลูกป่า อนุรักษ์การจับจ่ายใช้สอยอย่างประหยัด การรีไซเคิลของที่ใช้แล้ว การสร้างโลกสีเขียว การใช้จักรยานแทนยานพาหนะที่ใช้เชื้อเพลิง เป็นต้น

การพัฒนาตนเอง (Self- Development)

ความหมายของการพัฒนาตนเอง พีรพัฒน์ พันศิริ และ ศานติกร พินยงค์ (2559: 25) กล่าวถึงความหมาย และหลักการพัฒนาตนเอง ดังนี้ การพัฒนาตนเอง ตรงกับภาษาอังกฤษว่า Self-Development แต่ยังมีคำที่มีความหมายใกล้เคียงกับคำว่าพัฒนาตน และมักใช้แทนกันบ่อยๆ ได้แก่ การปรับปรุงตน (Self-

Improvement) การบริหารตน (Self-Management) และการปรับตัว (Self-Modification) หมายถึง การเปลี่ยนแปลงตัวเองให้เหมาะสม ดำรงศักดิ์ ต่อประเสริฐ สรุปรการพัฒนาตนเอง คือ การศึกษาหรือเรียกว่าไตรสิกขาเป็นการศึกษาอบรมหรือการพัฒนาชีวิตแก่ตนเอง 3 ด้าน คือ ศีล ได้แก่ การพัฒนาพฤติกรรมทางวาจาให้สัมพันธ์ด้วยดีกับสิ่งแวดล้อม ทางสังคม ทางวัตถุ สมาธิ ได้แก่ การพัฒนาจิตใจให้มีคุณธรรมมีประสิทธิภาพ มีความสุข และรู้จักคิด มีความอดทน มีความขยัน มีความคิดแยกคายและสภาพจิตใจที่เกื้อกูลต่อการที่จะคิดพร้อมที่จะแสวงหา และทำให้เกิดปัญญา สามารถดำเนินชีวิตอยู่ด้วยดีไม่มีทุกข์

หลักการพัฒนาร่างกายเชิงพุทธศาสตร์

การพัฒนาร่างกายตามแนวทางพุทธศาสตร์ เป็นการเรียนรู้และการปฏิบัติเพื่อไปสู่ความพอดี หรือการมีคุณภาพของชีวิต มีความสัมพันธ์อันกลมกลืนระหว่างการทำหน้าที่ของบุคคล กับสภาพแวดล้อมและมุ่งการกระทำตนให้มีความสุขด้วยตนเอง รู้เท่าทันตนเอง เข้าใจตนเองมากกว่าการพึ่งพาอาศัยวัตถุ จึงเป็นแนวทางการพัฒนาชีวิตที่ยั่งยืน หลักการพัฒนาร่างกายตามแนวทางพุทธศาสตร์ประกอบด้วยสาระสำคัญ 3 ประการ คือ 1) ทมะ คือ การฝึกนิสัยดั้งเดิมที่ยังไม่ได้ขัดเกลาให้เหมาะสม มีขั้นตอนสำคัญ ได้แก่ การรู้จัก ช่มใจ ช่มระงับความเคยชิน ที่ไม่ดีทั้งหลายได้ ไม่ยอมให้กิเลสรบเร้า หลอกล่อ ชักนำไปสู่ความเลวร้ายได้ และการฝึกปรับปรุงตนเอง โดยทำคุณความดี ให้เจริญก้าวหน้าต่อไป 2) สิกขา คือ การศึกษาเพื่อให้รู้แจ้ง รู้จักประโยชน์ มองทุกอย่างเป็นการเรียนรู้เพื่อปรับปรุงและพัฒนาตัวเอง เป็นกระบวนการฝึกฝนตนเองในการดำเนินชีวิต เรียกว่าไตรสิกขา มีองค์ประกอบ คือ ศีลสิกขา หมายถึง การฝึกความประพฤติสุจริตทางกาย ทางวาจาและการประกอบอาชีพ จิตสิกขา หมายถึง การฝึกจิต สร้างคุณภาพ และสมรรถภาพทางจิตให้เข้มแข็งมั่นคง แน่วแน่ ควบคุมตนเองได้ดี มีสมาธิ มีจิตที่สงบ บริสุทธิ์ ปราศจากสิ่งที่ทำให้เศร้าหมอง ปัญญาสิกขา หมายถึง การฝึกปัญญาให้เกิดความรู้ ความเข้าใจสรรพสิ่ง รู้แจ้งตามความเป็นจริง มีจิตใจเป็นอิสระและมีปัญญาบริสุทธิ์ 3) ภาวนา คำนี้ตรงกับคำว่า พัฒนา ซึ่งประกอบด้วย กายภาวนา ศีลภาวนาและปัญญาภาวนา เทียบได้กับการพัฒนาทางกาย พัฒนาทางสังคม พัฒนาการมณ และพัฒนาสติปัญญา

หลักพุทธสันตวิธีที่เอื้อต่อกระบวนการพัฒนาจิตอาสาด้วยหลักสังคหวัตถุ 4

หลักสังคหวัตถุ 4

สุทธิพงษ์ ปานเพชร พบว่า สังคหวัตถุ 4 เป็นหลักคุณธรรมในศาสนาพุทธโดยเป็นภาษาบาลีแยกออกเป็น 2 ศัพท์ คือ สังคห และ วัตถุ “สังคห” แปลเป็นภาษาไทยว่า สงเคราะห์ มีความหมายว่าช่วยเหลือ อุดหนุน “วัตถุ” ในที่นี้หมายความว่า เรื่องรวม ทั้ง 2 ศัพท์ มีความหมายว่า เรื่องความช่วยเหลือจะช่วยเหลือกันด้วยวิธีอย่างไรบ้าง ท่านได้วางไว้เป็น 4 อย่าง จึงจะถือว่าเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวใจของผู้อื่นได้ (สุทธิพงษ์, 2550: 56) สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ (วาสน์ วาสโน) (2528: 11) ได้ให้ความหมายเกี่ยวกับสังคหวัตถุ 4 ไว้ว่า เมื่อทุกคนต่างประพฤตีสังคหวัตถุทั่วถึงกันแล้วอย่าว่าแต่เฉพาะคนเฉพาะครอบครัวจะรักใคร่นับถืออยู่เป็นสุข

สบายเลยถึงคนทั้งหมู่บ้าน ทั้งเมือง ทั้งประเทศ ทั้งโลกก็ต้องอยู่เป็นสุขสบายตลอดไปเหมือนกันเพราะฉะนั้นท่านจึงว่าสังคหวัตถุทั้ง 4 อย่าง เป็นคุณสำหรับยึดเหนี่ยวนำด้านจิตใจผู้อื่นให้รักใคร่นับถือช่วยเหลือกันอย่างวิเศษแท้

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต) (2550: 10) ได้ให้ความหมายสังคหวัตถุ 4 ไว้ว่าเป็นหลักการสงเคราะห์ หรือเป็นธรรมเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจคน และประสานหมู่ชนไว้ในความสามัคคี **คุณ โทชน์** ได้ให้ความหมายสังคหวัตถุ 4 ไว้ว่า เป็นหลักผูกใจคนเป็นเหมือนมนตร์รัก มนต์เสน่ห์ หามตามหานิยม ในบรรดาพระสาวกฝ่ายคฤหัสถ์ที่ได้รับยกย่องเป็นเอตทัคคะในทางรวมใจหมู่ชน คือ หัตถกะอาฬวกะ ซึ่งมีความสามารถ เก่งในการสร้างความสามัคคี สร้างความเป็นปึกแผ่นของสังคมด้วยหลักสังคหวัตถุ 4 (พระไตรปิฎก) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2566: อง.เอก. (บาลี) 20/151/33) โดยพระพุทธเจ้าทรงเน้นความสำคัญของการเกื้อกูลสงเคราะห์กันในกลุ่มชน และความสามัคคีของสังคมด้วยการแสดงใน “สิงคาลกสูตร” (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2558: 604) ว่าด้วยหลักการไหว้ทิศในอริยวินัย ซึ่งอรรถกถาบอกไว้เป็นวินัยของคฤหัสถ์ (คิหิวินัย) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2566: ที.ปา. (ไทย) 11/205/206) โดยสรุปท้ายในสังคหวัตถุ 4 ว่าด้วยการให้มีความเสมอกันโดยคุณธรรม ซึ่งสังคหวัตถุ 4 ประกอบด้วย

ทาน คือ การให้ เป็นการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เสียสละ แบ่งปัน ช่วยเหลือกันด้วยสิ่งของตลอดถึงให้ความรู้ และแนะนำสั่งสอน ดังกล่าวไว้ “บุรุษไม่พึงประมาทปัญญา พึงตามรักษาสัจจะ พึงเพิ่มพูนจาคะ พึงศึกษาแต่ทางสงบเท่านั้น” เรียกว่า สนฺติเมว โส ลิกฺขะย (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2566: ม.อ. (ไทย) 14/343/403) การให้ทานจึงเป็นการพัฒนาจิตอาสาตามหลักการให้ เป็นการอนุเคราะห์ด้วยความเมตตาปราณี ให้เพื่อยึดเหนี่ยวน้ำใจ หรือให้เพื่อเป็นการบุญกุศลไม่หวังผลตอบแทนก็ได้ การให้เป็นการสร้างไมตรีไว้ต่อกัน เป็นการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่กัน เสียสละแบ่งปันช่วยเหลือกันด้วยสิ่งของ รวมไปถึงการให้ความรู้และแนะนำสั่งสอน ทานนี้ถือว่าเป็นคุณธรรมเบื้องต้นข้อแรกที่มีอนุภาพมากในการที่จะผูกมัดใจของผู้อื่นได้อย่างดีดัง พระพุทธพจน์ ที่ว่า “ทํ ปิโย โหติ ภขฺนติ นํ พุ” นรชนผู้ไม่ตระหนี่ให้ทานย่อมเป็นที่รัก ชนเป็นอันมากย่อมคบหานรชนนั้นซึ่งจะเห็นได้ว่า การให้ทาน คือ แบ่งปัน เสียสละส่วนตนให้กับผู้อื่น หรือส่วนรวมยิ่งให้มากเท่าไรก็ยิ่งเพิ่มพูนความสำคัญให้กับตนเองในฐานะผู้ช่วยเหลือสังคมให้เกิดการเป็นอยู่อย่างมีความสุข อย่างไรก็ตามการให้ก็ย่อมจะต้องมีขอบเขตจำกัด เพราะหากมีการให้ที่มากเกิดความจำเป็นและมีตรงกับ ความปรารถนาของผู้อื่นย่อมไม่นำมาซึ่งความยินดีต่อสิ่งนั้นควรที่จะศึกษาความต้องการของชุมชนให้ถ่องแท้เสียก่อนจึงค่อยดำเนินการ (พระสุระ ญาณธโร, 2560: 308) คำสอนในทางพระพุทธศาสนาที่รู้จักกันมากและปฏิบัติมาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันเป็นเบื้องต้นของการทำความดีในตัวเอง คือ การให้ทาน จัดว่าเป็นหลักธรรมนำมาซึ่งการผูกมิตรไมตรีช่วยเหลือสังคมเป็นธรรมชาติเพื่อชำระจิตใจให้สะอาดเป็นแนวทางนำไปสู่เป้าหมายสูงสุดตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ทานจึงนับว่ามีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตของคนในสังคมมากที่สุดในทุกยุคทุกสมัย

กระบวนการพัฒนาจิตอาสาต้นแบบในสมัยพุทธกาล

บุคคลผู้ที่มีความคิดและการกระทำเพื่อประโยชน์สุขของผู้อื่นหรือสังคมได้นั้น ต้องเป็นบุคคลที่มีความพร้อมทั้งความเห็นที่เป็นสัมมาทิฐิ คือ ความเห็นชอบที่ถูกต้อง สร้างสรรค์ และสัมมาสังกัปปะ คือ ความดำริชอบ ความคิดที่ถูกต้องตั้งตามกระบวนการของอริยมรรค ซึ่งเป็นกระบวนการทางจิตที่เกิดขึ้นเองตาม

ธรรมชาติโดยการปลูกฝังและส่งเสริมให้เกิดขึ้นได้โดยอาศัยจากบุคคลใกล้ชิด เช่น บิดา มารดา ครู อาจารย์ กัลยาณมิตร เพื่อนร่วมงาน ที่เอื้อให้บุคคลหรือบุคคลสามารถดำเนินการตามกระบวนการของจิตอาสาได้ โดยสะดวก กระบวนการจิตอาสาในสมัยพุทธกาลกล่าวถึงเหตุและปัจจัย (Cause and Condition) ที่พระพุทธรเจ้าทรงตรัสถึงการกระทำที่เสียสละเพื่อส่วนรวมว่า “วิฑฐิ” หรือ “อริยวิฑฐิ” แปลว่า หลักธรรมเจริญอย่างอริยะ คือ พุทธศาสนิกชนมีความเจริญก้าวหน้าในการปฏิบัติตนให้เข้าถึงจุดหมายของพระพุทธศาสนาด้วยความเจริญอันได้แก่ ศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ และปัญญา คือลักษณะทางจิตของบุคคลที่ประกอบด้วยความมีน้ำใจ และจิตสำนึกที่จะเสียสละแรงกาย แรงใจ สติปัญญาเพื่อประโยชน์ของส่วนรวม (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), 2552: 10) ที่ทำให้คนเรามีใจที่จะอาสาทำประโยชน์เพื่อผู้อื่นหรือสังคมแวดล้อมนั้น ย่อมมาจากสภาวะภายในจิตใจที่มีกิเลสน้อย โดยเห็นประโยชน์ตนและประโยชน์ท่านเป็นประโยชน์ของส่วนรวม การเห็นประโยชน์ตนในทางพระพุทธศาสนาได้ให้มุมมองแห่งการมีจิตอาสาหรือจิตสาธารณะนั้นเปรียบเสมือนกับการที่มนุษย์มีโอกาสนในการสั่งสมทานบารมีอันเป็นส่วนหนึ่งแห่งบารมีของพระโพธิสัตว์ดังคำสอนในศาสนานิกายมหายาน เป็นผู้ที่บำเพ็ญตนหรือผู้ที่ตั้งปณิธานว่าจะบรรลุพระอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ เพื่อจะเป็นพระพุทธรเจ้าในอนาคต ไม่ว่าจะเสวยพระชาติเป็นคนหรือเป็นสัตว์ก็ตาม อภิปรายได้ว่า พระโพธิสัตว์เป็นผู้ที่กระทำในสิ่งที่พิเศษกว่าธรรมดา และจะต้องบำเพ็ญบารมีให้ครบทั้ง 10 ประการ เพื่อจะได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธรเจ้า ลักษณะของโพธิสัตว์ที่ปรากฏในชาดก มี 2 ประเภท คือ 1) พระโพธิสัตว์ที่บำเพ็ญบารมีโดยยังมีได้รับพุทธพยากรณ์เรียกว่า “อนิยตโพธิสัตว์” และ 2) พระโพธิสัตว์ที่บำเพ็ญบารมีโดยได้รับพุทธพยากรณ์แล้วว่าจะต้องมาตรัสรู้เป็นพระพุทธรเจ้าอย่างแน่นอนเรียกว่า “นิยตโพธิสัตว์” การที่จะเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ในเบื้องต้นจะต้องบำเพ็ญบารมีเป็นพระโพธิสัตว์ โดยการปฏิบัติตนด้วยหลักธรรมสโมธาน 8 และบำเพ็ญบารมี 10 ให้บริบูรณ์ (สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระพรหมราชูปถัมภ์, 2537: 20)

การบำเพ็ญบารมีในแต่ละชาติจะช่วยในการเพิ่มพูนบารมีให้ค่อยเต็มเต็มในสิ่งที่ตนปรารถนา บารมีที่เพิ่มขึ้นนี้จะช่วยให้การเจริญความเป็นพระโพธิสัตว์เป็นไปได้โดยง่าย (สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระพรหมราชูปถัมภ์, 2537: 21) ตรงกับหลักคำสอนในทางพุทธศาสนาเถรวาทว่า การที่บุคคลมีจิตอันเป็นการเสียสละ ไม่ว่าจะเป็นการให้ด้วยใจบริสุทธิ์ทั้งกำลังกาย กำลังทรัพย์ กำลังความคิด และกำลังใจ นั้นเรียกว่า “การให้ทาน” ซึ่งสอดคล้องกับหลักธรรมในสังคหวัตถุ 4 อันเป็นจุดเริ่มต้นของจิตที่เป็นสาธารณะ คือ อยากรวยเหลือ เอื้อเพื่อแบ่งปัน ด้วยจิตอันตระหนักเห็นถึงประโยชน์โดยส่วนรวมว่าจะเกิดทางแห่งคุณงามความดี ทั้งต่อตนเองและหนทางที่ผู้อื่นจะได้รับผลแห่งความสุข ปลอดภัยจากปราศจากภัย อันตราย หรือแม้กระทั่งมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น สิ่งเหล่านี้คือการสงเคราะห์ผู้อื่นเพื่อให้ผู้อื่นได้รับความสุขทั้งทางกายและทางใจมากขึ้น ซึ่งผลในทางสุดท้าย คือ ตนย่อมได้รับความสุขไปด้วยจากการเห็นผู้อื่นมีความสุข เรียกว่า “มุทิตา” พลอยยินดีในความความสุขความเจริญของผู้อื่น ฉะนั้น จิตใจของผู้สงเคราะห์จึงเกิดปิติ มีความอิ่มเอมใจ ประหนึ่งว่าได้กระทำคุณงามความดีเป็นที่ตั้งแห่งสัมมาทิฐิในทางที่ชอบ พบความผาสุกและขจัดกิเลสในจิตใจได้ด้วยกระบวนการธรรมยังให้เกิดปัญญาพัฒนาไปสู่การรักษาอยู่ซึ่งศีล มีสติด้วยสมาธิเป็นกำลัง และเกิดปัญญาญาณเป็นพฤติกรรมกรุยทางไปสู่อริยมรรค ดังบุคคล

ในคัมภีร์พระไตรปิฎก ที่มีจิตอาสาประกอบคุณประโยชน์ทำงานเพื่อประโยชน์ของส่วนรวมของหมู่สงฆ์ และหมู่คณะโดยไม่หวังผลตอบแทน และไม่ไฉนงานในหน้าที่นั้น นำมาอธิบายไว้ 6 ท่าน เป็นเบื้องต้นได้แก่

1. **สุเมธดาบส** ผู้มีทรัพย์และธัญญาหารมาก คงแก่เรียน จบไตรเพท มีความสำเร็จในคัมภีร์ทำนายลักษณะและอิทธิพล มีศักยภาพที่จะบรรลุธรรมได้ แต่กลับมีแนวคิดที่จะช่วยผู้อื่นและบำเพ็ญบารมีช่วยมนุษยโลกพร้อมทั้งเทวโลกให้ข้ามพ้นกระแสสังสารวัฏ โดยสละลาผ้าคากรองและหนังสือสัตว์ลงบนเปลือกตมนอนคว่ำหน้าลงในพื้นดิน เพื่อให้พระพุทเจ้าที่บังกรพร้อมทั้งพระชีนาสพจำนวนสี่แสนรูปได้เหยียบย่ำข้ามฝั่งไปบรรลุพระสัพพัญญุตญาณพร้อมกัน (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2566: ชุ.พุทท. (ไทย) 33/54-58/574)

2. **พระอานนท์** อัศรเบื่องขวา ได้รับการสรรเสริญจากพระพุทเจ้าให้เป็นเอตทัคคะ 5 ประการ คือ มีสติ รอบคอบ มีคต คือความทรงจำแม่นยำ มีความเพียรดี เป็นพหูสูต เป็นยอดของภิกษุผู้อุปัฏฐากพระพุทเจ้า ออกแบบจีวรผ้ากฐิ ผ้าอัฐมกุสิ ผ้ามณฑล ผ้าอัฐมณฑล ผ้าวิวิฎฐะ ผ้าอนูวิวิฎฐะ ฯลฯ และได้รับการยกย่องว่าเป็นธรรมภักตาคาริก จดจำพระธรรมได้ทั้งหมด 84,000 พระธรรมขันธ์ มีปัญญาแตกฉานในปฏิสัมภิตา เชี่ยวชาญในเรื่องปฏิจจสมุปบาท สละมรรค ผล นิพพาน เพื่อปฏิบัติหน้าที่พุทธอุปัฏฐากให้สมบูรณ์ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2566: อง.เอกก. (ไทย) 20/14/219-223)

3. **พระมหากัสสปะเถระ** ได้รับการยกย่องว่าเป็นผู้มีจิตประกอบไปด้วยเมตตากรุณาในเวลาแสดงธรรมแก่ผู้อื่น เมื่อพระพุทเจ้าเสด็จดับขันธปรินิพพาน เสียสละเวลาถึง 8 เดือน เพื่อเป็นประธานในการทำสังคายนา คำสอนของพระพุทเจ้าได้สำเร็จเรียกว่า “ปฐมสังคายนา” โดยรวบรวมคัดเลือกพระภิกษุอรหันต์ผู้ทำสังคายนาได้จำนวน 500 องค์ ทำ “มุขปาฐะ” ณ ถ้ำสัตตบรรณคูหา แห่งเวภารบรรพตกรุงราชคฤห์ โดยมีกำลังสำคัญคือ พระอุบาลีและพระอานนท์เป็นผู้ให้การวิสันาพระวินัย พระธรรม (พระสูตรและพระอภิธรรม) ตามลำดับ และพระเจ้าอชาตศัตรูเป็นศาสนูปถัมภก เพื่อรักษาพระไตรปิฎกให้พระพุทศาสนาดำรงอยู่ถึงปัจจุบันนี้ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2566: อง.เอกก.อ. (บาลี) มาในวัดยามวิกาล ท่านก็จะอุทิศตนเสียสละเวลาเข้าเตโชธาตุดันดาลให้เกิดแสงสว่าง และจัดแจงเสนาสนะให้แม้จะต้องเดินทางไกล

5. **มขมาณพ** เสียสละความสุข กระทบเพื่อประโยชน์ของสาธารณชน เพื่อผู้ที่ผ่านไปมาจักได้ใช้ประโยชน์จากงานที่ท่านกระทำ

6. **หมอชีวก** สละแก้ว แหวนเงินทองทำปฏิการะคุณ ต่อผู้มีพระคุณ รักษาช่วยเหลือผู้อื่นให้หายจากโรคาพยาธิ

ฉะนั้น กระบวนการจิตอาสาจึงเป็นการพัฒนาจิตด้วยการยกระดับในสภาวะจิตไปสู่การบรรลุสัมมาสัมโพธิญาณ ด้วยหวังให้ผู้อื่นพ้นจากความทุกข์ทางกายและทางใจ เป็นการแสดงออกถึงการมีใจที่เป็นจิตอาสาหรือจิตสาธารณะ คือ การตระหนักถึงการเป็น “ผู้ให้” ด้วยใจอันบริสุทธิ์ เพื่อสร้างคุณประโยชน์ให้กับผู้อื่นโดยไม่แบ่งแยก ไม่เจาะจงว่าเป็นผู้ที่เรายินดี หรือไม่ยินดี ชอบหรือไม่ชอบ เพราะมีความเมตตา กรุณา หวังดีเป็นที่ตั้ง รู้จักเสียสละเพื่อประโยชน์ส่วนรวม คือ มีสังคหวัตถุธรรม และพรหมวิหารธรรม ทั้งนี้ในพระไตรปิฎกได้อธิบายให้เห็นถึงบุคคลที่มีเนื้อแท้ของการเป็นจิตอาสาทำประโยชน์เพื่อชนหมู่มากโดยไม่หวังสิ่งใดตอบแทนไว้ดังกล่าวข้างต้น ทุกท่านล้วนมุ่งบำเพ็ญประโยชน์เพื่อผู้อื่น มีความอดทนต่อปณิธานของตนด้วยยังเห็น

ผลดีกายภาคนำจากการเสียสละซึ่ง สุข ความสบาย ความสำเร็จ ทรัพย์ ที่ตนพึงจะได้ เพื่อความสงบสันติของเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน นับว่าเป็นการอุทิศตนที่ยิ่งใหญ่และประเสริฐที่สุดของการเกิดมาเป็นมนุษย์ และมีธรรมะของพระพุทธเจ้าเป็น

ปิยวาจา ในคัมภีร์พระพุทธศาสนา ปิยวาจา เป็นหลักธรรมที่เป็นองค์ประกอบหนึ่งของสังคหวัตถุ 4 ซึ่งในพระสูตรได้ให้ความหมายของ ปิยวาจา หมายถึง การเจรจาถ้อยคำที่น่ารัก (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2566: ชุ.ชา. (ไทย) 28/178/83) **พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต)** ได้ให้ความหมาย ปิยวาจา หมายถึง วาจาเป็นที่รัก พูดจาน่ารัก น่านิยมนับถือ, วาจาที่น่ารัก, วาจาที่กล่าวด้วยจิตเมตตา, คำที่พูดด้วยความรัก ความปรารถนาดี เช่น คำพูดสุภาพอ่อนโยน คำแนะนำตักเตือนด้วยความหวังดี (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2551: 242) กล่าวได้ว่า ปิยวาจา เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการพูดหรือการใช้วาจา ความเป็นผู้มีวาจาน่ารัก สื่อสารกันด้วยความรัก หรือมีวาจาซาบซึ้งใจ การกล่าววาจาสุภาพไพเราะอ่อนหวานทำให้เกิดไมตรี รักใคร่นับถือ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2551: 61) ตลอดถึงการใช้คำที่เป็นประโยชน์ประกอบด้วยเหตุผล ปิยวาจา หรือ เปยยวัชชะ (Kindly Speech : Convincing Speech) ความเป็นผู้มีวาจาน่ารัก พูดอย่างรักกัน วาจาเป็นที่รัก วาจาตุดตี่มน้ำใจ หรือวาจาซาบซึ้งใจ คือ กล่าววาจาสุภาพไพเราะ อ่อนหวาน มีหางเสียง สมานสามัคคี ซาบซึ้งใจ ทำให้เกิดไมตรีรักใคร่นับถือ ตลอดถึงคำแสดงประโยชน์ประกอบด้วยเหตุผลเป็นหลักฐานจูงใจให้นิยมยอมตามพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้ทรงตรัสเตือนพระภิกษุให้พยายามหลีกเลี่ยงถ้อยคำที่ขัดแย้งกัน พูดจาต่อเสียดเสียดสีกัน อันนำไปสู่การทะเลาะวิวาทกัน พระพุทธองค์ทรงตรัสถึงการพูดที่ประกอบด้วยประโยชน์ ดังปรากฏในอภัยราชกุมารสูตร (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2566: ชุ.ม. (ไทย) 13/83/88) พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงให้หลักการพูดไว้ดังนี้

1. ต้องเป็นความจริง
2. เป็นคำสุภาพไพเราะอ่อนหวาน
3. พูดแล้วก่อให้เกิดประโยชน์
4. พูดแล้วเกิดการสมานสามัคคี
5. พูดด้วยจิตเมตตา
6. พูดถูกกาลเทศะ คือ ถูกเวลาและสถานที่

จากพุทธพจน์นี้แสดงให้เห็นถึงการกล่าววาจาอันเป็นไปเพื่อประโยชน์ทั้งในแง่การพัฒนาตนเองให้เข้าถึงที่สุดแห่งการดับทุกข์แล้วยังเป็นวาจาที่ศักดิ์สิทธิ์ กล่าวคือ ทำให้คนฟังเกิดการรับรู้และเชื่อมั่นของผู้กล่าววาจานี้ได้ อย่างไรก็ตาม หลักวาจาสุภาชิตนี้ยังมีองค์ประกอบที่สรุปไว้ในวาจาสูตร ความว่าด้วยองค์แห่งวาจาสุภาชิต “ภิกษุทั้งหลาย วาจาประกอบด้วยองค์ ประการเป็นวาจาสุภาชิตไม่เป็นวาจาทุภาชิตเป็นวาจาไม่มีโทษ และท่านผู้รู้ไม่ติเตียนวาจาประกอบด้วยองค์ 5 ประการอะไรบ้าง คือ พูดถูกกาล พูดคำจริง พูดคำอ่อนหวาน พูดคำประกอบด้วยประโยชน์ และพูดด้วยเมตตาจิต” (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2551: 242)

จิตรดา แสงวัฒนาฤกษ์ (2562: 97-99) ได้สรุปหลักการพูดเพื่อให้สังคมเกิดสันติสุขไว้ดังนี้

1. พูดได้ถูกกาลเทศะ คือ พูดในสถานที่ ในเวลา ในปริมาณ และในปัจจัยที่เหมาะสม ซึ่งมีปรากฏอยู่ในเรื่องเล่าในตักกการิชชาตค เป็นตัวอย่างของบุคคลที่ควรรู้จักความพอดีหรือขอบเขตและกาลเวลาในการพูด กล่าวคาถาที่ 1 ความตอนว่า “ดูก่อนพ่อตักการิชยะ ฉันทเองเป็นคนโง่เขลา กล่าวคำชั่วช้าเหมือนกบในป่า ร้องเรียกงูมาให้กินตนฉนั้น ฉันทจะตกลงไปในหลุมนี้ ได้ยินมาว่า บุคคลที่พูดล่วงเลยขอบเขตไม่ดีเลย” และคาถาที่ 2 ความตอนว่า “บุคคลผู้กล่าวล่วงเลยขอบเขต ย่อมได้ประสบการจงจำ การถูกฆ่า ความเศร้าโศกและความร่ำไห้ ข้าแต่ท่านอาจารย์ คนทั้งหลายจะฝังท่านลงในหลุม เพราะเหตุใดท่านต้องติเตียนตัวท่านเอง เพราะเหตุฉนั้น” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2566: ชุ.ชา. (ไทย) 27/104-105/413)

2. ต้องเป็นคำจริง หมายถึง การใช้วาจาด้วยข้อมูลที่ถูกต้องมีหลักฐานอ้างอิงได้ ไม่ปั้นแต่งขึ้นมาเอง ดังเรื่องพุทธดำรัสกับพระโมคคัลลานะ ความว่า บุคคลควรพูดคำจริง ไม่ควรโกธธ แม้เขาขอเพียงเล็กน้อยก็ควรให้ ด้วยเหตุอย่างนี้ (อย่างใดอย่างหนึ่ง) บุคคลพึงไปเทวโลกได้ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2566: ชุ.ธ. (ไทย) 25/224/102) สะท้อนให้เห็นว่า การพูดความจริงนั้นเป็นสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงให้ความสำคัญ ซึ่งหลักความจริงนี้มีระบุในคำสอนหลายแห่งในหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา คือ หมวดศีล หมวดมรรคมืองค์ 8 เป็นต้น ทั้งนี้การพูดคำจริงในกรณีของพระโมคคัลลานะนี้ จะเห็นว่ามีเชื่อมโยงกับอารมณ์หรือความโกรธความไม่พอใจ และเรื่องการให้ ดังนั้นการนำวาจาที่อ่อนหวานมาผนวกกับการพูดความจริง จะช่วยให้ความจริงนั้นเป็นเรื่องที่ไม่กระทบอารมณ์ผู้ฟัง

3. ต้องเป็นคำสุภาพ คือ เป็นคำพูดที่ให้แต่คุณส่วนเดียว เพราะทำให้เกิดผลดีแก่ตนเองและผู้อื่น ดังพระพุทธพจน์ที่ว่า “บุคคลควรเปล่งถ้อยคำอ่อนหวาน มีประโยชน์เท่านั้น” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2566: ชุ.ชา. (ไทย) 27/60/406) จึงควรพูดแต่คำอ่อนหวานเป็นที่น่าพอใจแก่ผู้อื่นทุกเมื่อ เพราะการพูดคำที่ดีงามทำให้ประสบผลสำเร็จตามที่ตนปรารถนา ทั้งเป็นที่พอใจของผู้ได้ยินได้ฟังด้วย คำพูดสุภาพ จึงจัดเป็นองค์สำคัญข้อหนึ่งในวาจານี้ เพราะจะทำให้บุคคลอื่นพอใจ ไม่เกิดโทษ (พระสิริมังคลาจารย์, 2554: 270) นอกจากนี้เมื่อกล่าวถึงคำสุภาพหรือการพูดจาไพเราะ แต่ในขณะเดียวกันบางครั้งคำพูดที่สุภาพแต่หากเจตนาผู้พูดไม่บริสุทธิ์ต้องการทำร้ายหรือทำลายฝ่ายตรงข้าม วาจานั้นอาจถือได้ว่าสุภาพแต่เป็นดั่งคมทอกคมดาบที่แทงศัตรู ดังที่ปรากฏในพระวินัยปิฎก พระพุทธองค์ได้ตรัสถึง คำด่ามี 2 ประเภท ได้แก่ คำด่าที่หยาบ คำด่าที่สุภาพ ดังนั้นแม้ว่าจะเป็นคำสุภาพอ่อนหวานที่ทำให้เกิดสัมพันธที่ดีในสังคมได้นั้น ต้องเป็นคำสุภาพที่มาจากความรู้สึกหรือเจตนาที่ดีของผู้พูด (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2566: วิ.ม. (ไทย) 2/15/204)

4. พูดแล้วมีประโยชน์ คือ มีประโยชน์ต่อผู้ฟังถ้าหากนำแนวทางไปคิด หรือปฏิบัติในทางสร้างสรรค์ต่อไป ดังพระพุทธพจน์ว่า “คำพูดที่มีประโยชน์คำเดียว ที่คนฟังแล้วสงบระงับได้ ย่อมดีกว่าคำพูดที่ไร้ประโยชน์ตั้ง 1,000” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ชุ.ธ. (ไทย) 25/100/61) วาจาที่มีประโยชน์ เป็นวาจาที่พูดแล้วก่อให้เกิดประโยชน์หรือผลดีทั้งแก่ผู้พูดและผู้ฟังเป็นวาจาที่ควรแก่การฟัง

5. พูดด้วยจิตที่มีเมตตา คือ พูดด้วยจิตใจที่มีความปรารถนาดีต่อผู้ฟัง มีความจริงใจต่อผู้ฟัง การพูดที่ประกอบด้วยเมตตาจิต เรียกว่า “เมตตาวาจิกกรรม” เป็นหนึ่งองค์ธรรมในสาราณียธรรม 6 ที่ระบุงการตั้งเมตตา

วชิกรรมในเพื่อพรหมจรรย์ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง คือ ช่วยบอกแจ้งสิ่งที่เป็นประโยชน์ สั่งสอน แนะนำตักเตือนด้วยความหวังดี กล่าววาจาสุภาพ แสดงความเคารพนับถือกัน ทั้งต่อหน้าและลับหลัง (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2557: 201)

สรุปได้ว่า ปิยวาจา คือการพูดด้วยวาจาที่สุภาพอ่อนโยน ถูกกาลเทศะ พูดด้วยความมีสติพูดด้วยความมีเมตตา และพูดในสิ่งที่เกิดประโยชน์ การพูดสามารถพลิกสถานการณ์ลดความรุนแรงจากการปะทะในการทำงานองค์กร การทำงานด้านจิตอาสา คำพูดนั้นมีความสำคัญมากเพราะมีทั้งข้อดีและข้อเสียแล้วแต่เจตนาของของผู้พูด ปิยวาจา จึงเป็นธรรมที่แสดงถึงการพัฒนาจิตอาสา ตามหลักการให้คำแนะนำ หรือตักเตือนเพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อส่วนรวม

อรรถจริยา ในสังคหสูตร ได้ให้ความหมายของอรรถจริยา คือ การประพฤติประโยชน์ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2566: ชุ.ชา. (ไทย) 28/178/83) **พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต)** (2550, 25) ให้ความหมายไว้ว่า ทำประโยชน์ คือ ช่วยเหลือด้วยแรงกาย และชวนช่วยช่วยเหลือกิจการต่างๆ บำเพ็ญประโยชน์ รวมทั้งช่วยแก้ไขปัญหาและช่วยปรับปรุงส่งเสริมในด้านจริยธรรม ช่วยเหลือผู้อื่นชวนช่วยช่วยเหลือกิจการบำเพ็ญสาธารณประโยชน์ ตลอดจนแก้ไขปรับปรุงส่งเสริมในทางจริยธรรม กล่าวได้ว่าเป็นการฝึกฝนตนที่คิดจะทำตนให้เป็นคนที่มีเป็นประโยชน์ คือ มีความรู้ความสามารถ แล้วนำความรู้ความสามารถนั้นมาช่วยเหลือกันประพฤติดนเป็นประโยชน์ต่อกันในทุกด้านเมื่อรู้ว่าอะไรดี หรือไม่ดี ควรหรือไม่ควร ก็นำมาพัฒนาเล่ากล่าวเพื่อเป็นแนวทางในการช่วยเหลือกันเพื่อให้สังคมนั้นเกิดความเจริญรุ่งเรือง ทั้งนี้การบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์จะบรรลุจุดหมายได้ต้องอาศัยองค์ประกอบต่างๆ ต่อไปนี้ เพื่อช่วยค้าชูและส่งเสริมการสร้างประโยชน์นั้นให้ไปด้วยคุณค่าและสร้างศรัทธาให้สังคมในการแสดงถึงความเสียสละ กล่าวคือ

1. ช่วยด้วยเมตตาแสดงน้ำใจไมตรี แบ่งเบาภาระ ร่วมมือ ร่วมใจ แสดงน้ำใจไมตรี
2. ช่วยด้วยกรุณานำพาผู้อ่อนแอ หรือตกอยู่ในอันตรายให้หลุดรอดพ้นภัย
3. ช่วยด้วยมุทิตาให้กำลังใจสนับสนุนร่วมมือแก่ผู้ทำความดีและเข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์
4. การทำตนให้มีราคามีความดีที่พอจะเป็นประโยชน์แก่คนอื่นได้ด้วยคือเป็นคนที่มีกำลังในตัว คือ กำลังกาย กำลังความคิด กำลังปัญญาเป็นต้น
5. การทำสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่กันเรื่องนี้เป็นเรื่องง่ายกำลังออกไปช่วยคนอื่น คนใจกว้างจึงจะทำได้ คนใจแคบก็เห็นแก่ตัวยอมทำไม่ได้ การบำเพ็ญประโยชน์ เช่น ช่วยเหลือเพื่อนบ้าน ช่วยเหลือบอกกล่าว สั่งสอน วิชาความรู้ ช่วยหางาน ช่วยแนะนำทางอาชีพให้ เป็นต้น

อรรถจริยา ในสังคหวัตถุ 4 คือ การประพฤติตนให้เป็นประโยชน์แก่ทั้งตนเอง และผู้อื่น รู้จักการเสียสละไม่เห็นแก่ตัว ไม่เห็นแก่ความสุขสบายส่วนตัว ทุ่มเทแรงกาย แรงใจในการบำเพ็ญสาธารณประโยชน์ และช่วยเหลือผู้อื่น พร้อมรู้จักแก้ไขปัญหาด้วยปัญญา กล่าวได้ว่า อรรถจริยา เป็นเรื่องของความประพฤติหรือพฤติกรรมที่แสดงออกในทางสังคม และการปฏิบัติต่อกันและกันในสังคมให้เกิดความร่วมมือและประสานสามัคคี และมีพลังสร้างสรรค์ แสดงให้เห็นถึงแนวคิดหรือหลักธรรมที่เกี่ยวข้อง กล่าวคือ หลักการเรื่องของประโยชน์ ซึ่งในพระพุทธศาสนาถือว่าเป็นอุดมการณ์ก้าวแรกของเหล่าสาวกผู้เผยแผ่ธรรมชุดแรกที่ได้ประพฤติตนตาม

แนวทางของพระพุทธเจ้าคือ การเที่ยวจาริกไปเพื่อประโยชน์ของหมู่ชน ดังนั้นการศึกษาเพื่อทำความเข้าใจเรื่อง
ของประโยชน์ในพระพุทธศาสนา ซึ่งตามหลักพระพุทธศาสนานั้นต้องสร้างประโยชน์เกื้อกูลให้ได้ใน 3 ระดับมิใช่
เพียงมุ่งสร้างประโยชน์สุขเพื่อตนเองเพียงคนเดียวอย่างที่เรารู้จักกัน โดยแท้จริงแล้ว พระพุทธเจ้าได้ทรง
มุ่งหวังให้สังคมพุทธบริษัทเป็นสังคมแห่งการสร้างประโยชน์ให้ได้ถึง 2 ระดับโดยทรงแบ่งประโยชน์ออกเป็น 2
ระดับ ดังนี้

1. อัตตัตถะ ประโยชน์ตน คือ การมุ่งสร้างที่พึ่งหรือความมั่นคงให้แก่ตนเอง ทั้งในได้ด้านวัตถุและ
จิตใจ พระพุทธองค์ทรงให้ความสำคัญต่อประโยชน์ตนมาก่อนเป็นอันดับแรก ดังที่ทรงตรัสไว้ว่า บุคคลไม่ควรให้
ประโยชน์ตน (อริยผล) เสียไปประโยชน์คนอื่นแม้มาก เมื่อรู้ประโยชน์ตนแล้วก็ควรชวนชวายเป็นประโยชน์ตน
(มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2566: ชุ.ธ. (ไทย) 25/166/84)

2. ปรัตถะ ประโยชน์ผู้อื่น คือ การมุ่งสร้างที่พึ่งหรือความมั่นคงให้แก่คนอื่นทั้งในได้ด้านวัตถุและ
จิตใจพระพุทธเจ้าทรงให้สร้างประโยชน์คนอื่นในภายหลังที่ประโยชน์ตนสำเร็จหรือมั่นคงแล้วซึ่งเป็นการใช้
ศักยภาพที่มีอยู่ในตัวเราเพื่อไปช่วยเหลือ สร้างประโยชน์สุขหรือเป็นที่พึ่งให้แก่คนอื่น ๆ ดังที่ทรงตรัสไว้ว่า “ภิกษุ
ทั้งหลายเธอทั้งหลายจงจาริกไปเพื่อประโยชน์แก่คนหมู่มากเพื่ออนุเคราะห์เพื่อเกื้อกูลเพื่อสุขแก่เทวดาและ
มนุษย์ทั้งหลาย” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2566: ที.ม. (ไทย) 10/86/46-47)

กล่าวได้ว่า หลักธรรมเรื่องของการช่วยส่งเสริมหรือสอดคล้องกับการพัฒนาหรือเกื้อกูลต่อคน
อื่นนี้ พระพุทธเจ้าทรงนำมาสั่งสอนแม้จบจนกระทั่งปัจฉิมโอวาท ทรงสั่งสอนเทศนาแก่ภิกษุทั้งหลายว่า “ท่าน
ทั้งหลายจงยังประโยชน์ตนและประโยชน์ผู้อื่นให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาทเถิดนี้เป็นคำพร่ำสอนของเรา เรา
หลุดพ้นจากกิเลสและภพได้ทั้งหมดแล้วจะปรินิพพาน” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2566: ชุ.เถร. (ไทย)
26/1016/506) ทั้งนี้แนวทางคำสอนเรื่องของการช่วยส่งเสริมหรือเกื้อกูลต่อคนอื่นนั้นมิใช่จะหมายถึง
การบรรลุประโยชน์ของตนเองแต่เพียงฝ่ายเดียว แต่ต้องสามารถสร้างประโยชน์ให้กับสังคมและมวลมนุษยชาติ
สำหรับการสร้างประโยชน์นี้มาพร้อมกับหน้าที่ด้วยซึ่งแนวคิดคำสอนเรื่องหน้าที่จึงแฝงไปด้วยการให้ประโยชน์แก่
บุคคลที่เกี่ยวข้องรอบด้าน เรียกว่า ทิศ 6 ซึ่งมีเรื่องของธรรมเกี่ยวกับการสงเคราะห์ไว้ กล่าวคือ ทิศเบื้องหน้า คือ
บิดา มารดา ทิศเบื้องขวา คือ ครูบาอาจารย์ ทิศเบื้องหลัง คือ สามเณร ภรรยา ทิศเบื้องซ้าย คือ มิตรสหาย ทิศ
เบื้องบน คือ สมณะ ทิศเบื้องล่าง คือ ลูกจ้าง (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2566: ที.ป. (ไทย) 11/266/212)

เมื่อกล่าวถึงประโยชน์ของการบำเพ็ญประโยชน์ต่อผู้อื่น พระพุทธเจ้าทรงมุ่งหมายและสั่งสอนเฉพาะ
สิ่งที่จะนำไปใช้ปฏิบัติให้เป็นประโยชน์ในชีวิตจริงได้เกี่ยวข้องกับชีวิตมนุษย์ การแก้ไขปัญหาชีวิตและการลงมือ
ทำจริงๆ ไม่ทรงสนับสนุนการพยายามเข้าถึงสัจธรรมด้วยการครุ่นคิดและถกเถียงหาเหตุผลเกี่ยวกับปัญหาทาง
อภิปรัชญา (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), 2546: 85) ดังนั้นพระพุทธเจ้าถือเอาความสำเร็จอันก่อให้เกิดเป็น
ความสุขกายใจด้วยการลงมือประพฤติปฏิบัติด้วยตนเองจากระดับพื้นฐานไปสู่ระดับครอบคลุมประโยชน์ 3
ระดับด้วยกัน ได้แก่ (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), 2546: 245)

1. ทิฏฐธัมมิกัตถประโยชน์ ประโยชน์ในปัจจุบัน
2. สัมปรายิกัตถประโยชน์ ประโยชน์ในอนาคต
3. ปรมัตถประโยชน์ ประโยชน์อย่างยิ่ง

อรรถจริยาเป็นการบำเพ็ญประโยชน์รวมทั้งช่วยแก้ไขปัญหาค่าและช่วยปรับปรุงส่งเสริมในด้านจริยธรรมและช่วยเหลือผู้อื่น ช่วยเหลือกิจการ บำเพ็ญสาธารณประโยชน์ ตลอดจนแก้ไข ปรับปรุง ส่งเสริม ในทางจริยธรรม การบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์จะบรรลุจุดหมายเพื่อช่วยค่าและส่งเสริมการสร้างประโยชน์นั้นให้เป็นที่ไปด้วยคุณค่า และสร้างศรัทธาให้สังคมในการแสดงถึงความเสียสละ

สมานัตตตา แปลว่า ความมีตนเสมอ หรือมีตนร่วม อรรถกถาโดยมากอธิบายในแง่ว่าร่วมสุขร่วมทุกข์ และให้ความเสมอหรือเท่าเทียมกัน เช่น กินด้วยกัน (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2566: ที.อ. (บาลี) 3/148; อ.อ. (บาลี) 2/379; อ.อ. (บาลี) 3/280) รวมไปถึง ทำงานร่วมกัน คือสมานกิจ หรือร่วมด้วยช่วยกันทำกิจธุระ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2566: เนตติ.ภ. (บาลี) 36, เจตติ.วิภา. (บาลี) 39) ด้วยการวางตัวให้พอเหมาะพอดี ปฏิบัติให้เหมาะสมกับฐานะของเขาที่ต่ำกว่า เสมอกันหรือสูงกว่าตน (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2566: ปฎิ.ส.อ. (บาลี) 359) **พระพรหมคุณาภรณ์ (ปยุตฺโต)** (2551: 402) ให้ความหมาย คือ ความเป็นผู้มีตนเสมอ กล่าวคือ การทำตัวให้เข้ากันได้ด้วยการร่วมสุขร่วมทุกข์ไม่ถือตัวมีความเสมอภาค และวางตัวเหมาะสม (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2551: 402) ได้จัด สมานัตตตา ออกเป็น 2 ลักษณะ กล่าวคือ

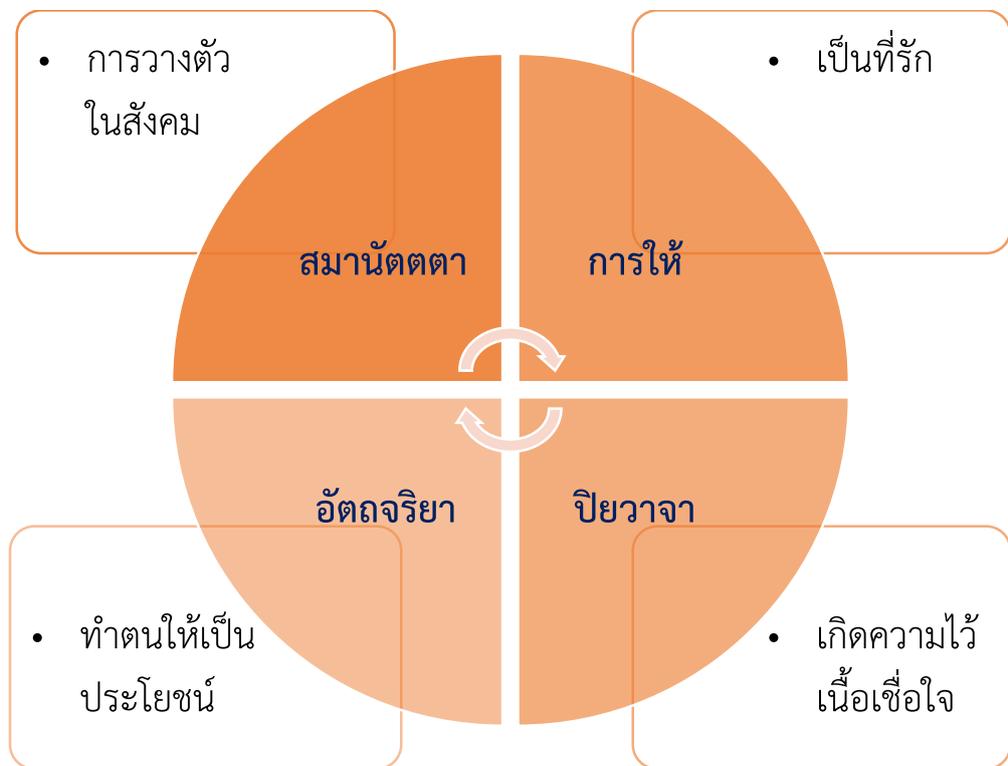
1. วางตนให้เหมาะสมกับฐานะที่ตนมีอยู่ในสังคม เช่น เป็นหัวหน้าครอบครัว เป็นบิดา มารดา เป็นครู อาจารย์ เป็นเพื่อนบ้าน เป็นต้น ตนอยู่ในฐานะอะไรก็วางตนให้เหมาะสมกับฐานะที่เป็นอยู่และทำอย่างเสมอดันเสมอปลาย

2. ปฏิบัติตนอย่างสม่ำเสมอต่อคนทั้งหลาย ให้ความเสมอภาค ไม่เอาัดเอาเปรียบผู้อื่นเสมอในสุขและทุกข์ คือร่วมสุขร่วมทุกข์กัน ร่วมรับรู้ปัญหาและร่วมแก้ปัญหาเพื่อประโยชน์ของสังคม

พระภวานวิสุทธิคุณ (เสริมชัย ขยมงคล) (2542: 83) กล่าวว่า สมานัตตตา คือ ความเป็นผู้มีตนเสมอ ไม่ถือตัวก็คือความประพฤติปฏิบัติต่อผู้อื่นอย่างเสมอดันเสมอปลาย เมื่อมีชีวิตที่เจริญก้าวหน้า หรือได้ดิบได้ดีขึ้นไปก็ไม่เยอหยิ่งกับญาติพี่น้องหรือมิตรสหายเดิม ความเป็นผู้มีตนเสมอนี้ เป็นคุณเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจผู้อื่นไว้เป็นมิตรไมตรีที่ดีต่อกันได้เป็นอย่างดี (พระภวานวิสุทธิคุณ, 2542: 83) กล่าวได้ว่า สมานัตตตา เป็นหลักธรรมหนึ่งที่ช่วยแก้ไขปัญหาค่าการเหลื่อมล้ำในสังคม การวางตนไม่อยู่เหนือผู้อื่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งสำหรับบุคคลที่มีสถานะทางสังคม ทางการศึกษา อยู่เหนือผู้อื่นหรือเป็นบุคคลที่เป็นผู้นำคน การที่จะทำให้มิตร บริวาร เกิดความรักและไว้วางใจพร้อมที่จะให้ความร่วมมือต้องเริ่มต้นจากการที่สามารถเข้าไปนั่งอยู่ในใจคน ซึ่งสะพานหนึ่งที่เชื่อมใจคนไว้ คือ การรู้จักวางตน การให้เกียรติ ไม่ยกตนข่มท่าน สิ่งนี้จะช่วยให้กระบวนการอันสงฆ์ของสังคหวัตถุ 4 ใน 3 ข้อแรกเกิดเป็นผลสมบูรณ์เพราะเป็นเรื่องของการแสดงออกทางการกระทำการรู้จักวางตัวให้สมกับบทบาททางสังคมที่ตนเป็นในขณะที่เป็นเจ้านายก็ต้องส่งลูกน้อง เมื่อหมดภาระหน้าที่การงานก็ถือว่าเป็นเพื่อนร่วมงานต่อกันนอกเวลางานไม่มีใครเหนือใครสามารถรับฟังความเห็นและคำติชมได้ ในทัศนะของผู้วิจัย การวางตนเสมอนอกจากเป็นเรื่องการไม่เอาฐานะมาเป็นฐานะอีกทั้งการแสดงออกในการชวนชวยที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ แม้ว่าจะมีทุกข์หรือมีสุข ถือได้ว่าสมานัตตตานี้เป็นธรรมะที่เชื่อมประสานให้บุคคลแม้มีสถานะแตกต่างทางสังคม ความเชื่อ หรือวัฒนธรรม ก็สามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างสันติสุข สมานัตตตา จึงถือเป็นธรรมเพื่อพัฒนาจิตอาสาด้วยการทำตนเสมอดันเสมอปลาย วางตนเหมาะสมแก่ฐานะ เหตุการณ์และสิ่งแวดล้อมที่มุ่งให้เกิด 1) การวาง

ตนให้เหมาะสมกับฐานะที่ตนมีอยู่ในสังคม ตนอยู่ในฐานะอะไรก็วางตนให้เหมาะสมกับฐานะที่เป็นอยู่ และทำอย่างเสมอต้นเสมอปลาย และ 2) ปฏิบัติตนอย่างสม่ำเสมอต่อคนทั้งหลาย ให้ความเสมอภาค ไม่เอาใจเอาเปรียบผู้อื่น เสมอในสุขและทุกข์ คือ ร่วมสุขร่วมทุกข์กัน ร่วมรับรู้ปัญหา และร่วมแก้ปัญหาเพื่อประโยชน์ของสังคม ดังนั้น บุคคลวางตนเองให้สามารถเข้ากับผู้อื่นได้ ไม่ถือยศ ไม่มองผู้อื่นเป็นต่ำกว่าตนเอง ไม่ดูถูกดูแคลนผู้อื่น เพราะวางตนเองให้เสมอต้นเสมอปลายจะได้รับความรัก ความเคารพศรัทธาเป็นที่สุด ได้รับการไว้วางใจในสังคม

สมานัตตาเป็นหลักธรรมที่เป็นแนวทางในการนำไปพัฒนาจิตอาสาเพื่อนำหลักการทำตนให้สม่ำเสมอเสมอต้นเสมอปลาย ให้เหมาะแก่ฐานะหน้าที่ และการวางตัวให้อยู่ร่วมกัน เชื่อมประสานความแตกต่างให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน อยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข เอื้อประโยชน์ให้แก่ผู้อื่นเพื่อเกิดสันติสุขขึ้นในสังคม



แผนภาพที่ 1 การพัฒนาจิตอาสาตามหลักสังคหวัตถุ 4

องค์ความรู้จากการศึกษา

จิตอาสาเป็นแนวคิดและกระบวนการในการช่วยเหลือบุคคลอื่นหรือสังคมเพื่อป้องกันปัญหา แก้ไขปัญหา หรือพัฒนาสังคม ด้วยความเสียสละ ความสมัครใจ ความเต็มใจ โดยไม่หวังผลตอบแทนเป็นเงินหรือสิ่งของอื่นใด นอกจากความสุขใจและความภาคภูมิใจในการปฏิบัติภารกิจของตนเองให้เป็นประโยชน์เพื่อ

ช่วยเหลือบุคคลอื่นและสังคมตามกำลังความสามารถในเรื่องที่ตนสามารถกระทำได้อย่างเต็มที่ ตามหลักการในพระพุทธศาสนา สามารถเรียกบุคคลผู้มีจิตอาสาว่า “เป็นผู้บำเพ็ญพรতিประโยชน์” ด้วยต้องการเกื้อกูลแก่บุคคลอื่น และมีการดำเนินกิจกรรมเพื่อประโยชน์นั้นอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ โดยไม่เห็นแก่ประโยชน์ส่วนตน ไม่เห็นแก่ทุกข์ยากลำบากหรือจะต้องประสบปัญหาอุปสรรคต่างๆ ที่เกิดขึ้น เกี่ยวกับหลักธรรมสังคหวัตถุ 4 ในว่าสังคหวัตถุ 4 เป็นหลักธรรมที่เกี่ยวข้องเชื่อมโยงกับการวางตัวในสังคม จะทำให้ตนเองเป็นที่รักและเกิดความไว้นือเชื่อใจเป็นมิตรที่ดีต่อกัน ซึ่งเป็นหนทางแห่งสันติภาพที่เป็นเสมือนเกราะป้องกันหรือช่วยเป็นกำแพงป้องกันความขัดแย้ง ประกอบไปด้วย 1) หรือการให้ การให้ที่เป็นสิ่งของวัตถุ การให้ความรู้หรือธรรม และการให้อภัยเรียนรู้ที่จะไม่ผูกโกรธ 2) ปิยวาจา การใช้วาจาที่สุภาพ ไพเราะ พูดความจริง พูดเพื่อประโยชน์ เพื่อเชื่อมความสามัคคี 3) อัตถจริยา การทำตนให้เป็นประโยชน์ ซึ่งในทางพระพุทธศาสนาจะเน้นให้เกิดประโยชน์ต่อทั้งตนเองและผู้อื่น 4) สมานัตตตา การวางตนเหมาะสม รู้จักวางตนให้สมกับบทบาทหน้าที่ที่ตนมีด้วยความจริงใจ

แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวข้องกับการพัฒนาจิตอาสาตามแนวทางศาสตร์สมัยใหม่ แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับพุทธสันติวิธีที่เอื้อต่อการพัฒนากระบวนการพัฒนาจิตอาสาสามารถสรุปแบ่งออกเป็น 6 ประเด็น ดังนี้

1) ความรู้ สำหรับการพัฒนาจิตอาสาจากการทบทวนวรรณกรรมสำหรับผู้จะทำหน้าที่เป็นจิตอาสา ต้องมีความรู้เรื่องกระบวนการพัฒนาความรู้หลักการวิทยากรต้นแบบเพื่อนำไปให้การอบรมศักยภาพของกลุ่มเป้าหมาย มีความรู้เทคนิคการสื่อสาร การอำนวยความสะดวกให้กับผู้มาขอรับบริการ ความรู้เรื่องสภาวะการเป็นผู้นำ ความรู้เรื่องแรงจูงใจ

2) ความเข้าใจ สำหรับการพัฒนาจิตอาสาที่จะนำมาประยุกต์ใช้ในการทำงานด้านจิตอาสาสมาคมรวมไทยในฮ่องกง ต้องเป็นผู้ที่มีความเข้าใจเรื่องหลักพุทธสันติวิธี นำหลักธรรมมาปรับใช้เพื่อเลี่ยงเกิดความขัดแย้งซึ่งมักเกิดกับคูกรณีของนายจ้างและแรงงานไทย ตลอดจนเกิดขึ้นระหว่างจิตอาสาด้วยกันเอง รวมถึงความขัดแย้งที่เกิดระหว่างองค์กร เข้าใจในสภาวะปัญหาที่เกิด มีกระบวนการสร้างสรรค์งานให้เกิดความสุขทั้งจิตอาสา ทั้งองค์กร และกลุ่มเป้าหมาย เข้าใจในความแตกต่างของบุคคล เข้าใจในบทบาทการปฏิบัติงาน

3) สติและสันติภายใน สำหรับกระบวนการพัฒนาจิตอาสา จากการทบทวนวรรณกรรมสำหรับผู้จะทำหน้าที่เป็นนักจิตอาสาที่มีสติ มีสันติทั้งภายในและภายนอก นำมาซึ่งความสุขในการทำงาน ต้องสร้างคุณสมบัติภายในจิตใจ ประยุกต์หลักพุทธธรรมบูรณาการควบคู่ไปกับความรู้ในเรื่องการศาสตร์สมัยใหม่ เพื่อนำออกสู่ภาคปฏิบัติ โดยเน้นหลักธรรมที่สามารถพัฒนาจิตอาสาสมาคมรวมไทยในฮ่องกงเพื่อยกระดับการให้บริการแก่แรงงานไทยโดยนำหลักสังคหวัตถุ 4 มาเป็นหลักประจำใจ เพราะการทำงานจิตอาสานั้นต้องมีลักษณะของการเป็นผู้ให้ เป็นผู้เสียสละ เป็นผู้ที่พูดจาดี เป็นผู้ช่วยเหลือผู้อื่นและเป็นผู้ที่วางตนให้เหมาะสมสมอต้นเสมอปลายกับทุกคนและในทุกสถานการณ์

4) ทักษะ สำหรับการพัฒนาจิตอาสาจากการทบทวนวรรณกรรม ในการพัฒนาจิตอาสา ต้องมีทักษะที่นำมาพัฒนาตนเอง คือ การพูด การสื่อสาร การประสานงาน การให้คำปรึกษา การแก้ปัญหาด้วยวิธีพุทธสันติวิธี โดยนำทักษะที่มีไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง องค์กร ต่อแรงงาน และต่อชุมชนไทยในฮ่องกง

5) ทศนคติ สำหรับกระบวนการพัฒนาจิตอาสาโดยพุทธสันติวิธี จากการทบทวนวรรณกรรมสำหรับผู้จะทำหน้าที่เป็นอาสาสมัครสมาคมรวมไทยในฮ่องกง ต้องมีทศนคติที่ดีต่อทฤษฎีศาสตร์สมัยใหม่และต่อหลักพุทธธรรม ที่จะนำมาบูรณาการให้เกิดพุทธสันติวิธี เพื่อปรับใช้ในการปฏิบัติหน้าที่โดยมีเป้าหมายสูงสุดคือ “ความสุข” ทั้งจิตอาสาและผู้มาขอรับบริการ โดยยึดหลักการ อุทมการณ์ ตามคำกล่าวของ พระเมธีวชิโรดม (ว.วชิรเมธี) ว่า “ขอให้เธอเบิกบานกับการรับใช้เพื่อนมนุษย์”

6) การสร้างเครือข่าย สำหรับกระบวนการพัฒนาจิตอาสา สำหรับผู้จะทำหน้าที่เป็นจิตอาสาสมาคมรวมไทยในฮ่องกง สามารถถ่ายทอดกระบวนการพัฒนาทีมงานจิตอาสาโดยพุทธสันติวิธี ให้ขยายวงกว้างออกไปสู่หน่วยงานของภาครัฐ สถาบัน องค์กรภาคเอกชน องค์กรเครือข่ายทั้งในประเทศและต่างประเทศ



แผนภาพที่ 2 องค์ความรู้จากการศึกษาพุทธสันติวิธีที่เอื้อต่อการพัฒนาจิตอาสาตามหลักสังคหวัตถุ 4

สรุป

สรุปได้ว่า การพัฒนาตนเอง หมายถึง การที่บุคคลเกิดความต้องการ พัฒนาความรู้ ความสามารถ และคุณลักษณะต่างๆ ของตนด้วยตนเอง เพื่อให้ตนมีความรู้ ความสามารถมากขึ้น หรือสูงขึ้น มีคุณลักษณะส่วนบุคคลที่จำเป็นและเหมาะสมยิ่งขึ้น เพื่อส่งผลต่อความเจริญก้าวหน้าของตน ของงานที่ตนรับผิดชอบ ตลอดจนองค์กรและสังคมที่เกี่ยวข้อง กระบวนการพัฒนาตนเองเพื่อความเป็นผู้มีจิตอาสา นั้น จะต้องเรียนรู้ฝึกฝนตนเองเป็นหลักในด้าน 1) การพัฒนาจิตใจหรือการพัฒนาภายในโดยอาศัยหลักธรรม หรือหลักปฏิบัติทางศาสนา ซึ่งเน้นหลักปฏิบัติทางพุทธศาสนา ซึ่งมีคำสอนและการปฏิบัติครอบคลุมเป็นองค์รวมทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และปัญญา 2) การพัฒนาฝึกฝนตนเอง เรียนรู้รูปแบบวิธีการต่างๆ ที่มีอยู่ตามกระบวนการทางจิตตปัญญาศึกษา ซึ่งเป็นการพัฒนาตนเองระดับขั้นพื้นฐาน คือระดับวิถีคิด ระดับพฤติกรรม และการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ตลอดจนถึงระดับฝึกฝนทางสติปัญญาที่เป็นระดับขั้นสูงสุดของการพัฒนาตนเองไปสู่ทางแห่งความสุขสงบ จึงถือว่าเป็นสิ่งสำคัญในการที่บุคคลได้พัฒนาตนเองก้าวสู่ความเป็นนักจิตอาสาที่สมบูรณ์ได้

หลักพุทธสันติวิธีที่เอื้อต่อกระบวนการพัฒนาจิตอาสาสมัครรวมไทยในฮ่องกงเพื่อยกระดับแรงงานไทยจากการที่ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารตำราตามแนวคิดทฤษฎีสมัยใหม่แล้ว ยังได้ศึกษาหลักพุทธสันติวิธีที่สามารถเอื้อต่อการนำมาพัฒนาจิตอาสา โดยในเอกสารตำราได้กล่าวถึง จิตอาสาต้องพัฒนาจากภายใน ออกสู่ภายนอก เพื่อให้เกิดความสุขในการปฏิบัติงานที่แท้จริง มีความเข้าใจตนเอง และเข้าใจผู้อื่น มีเมตตาช่วยเหลือเกื้อกูลแบ่งปัน ให้กำลังใจถ้อยที่ถ้อยอาศัย มีความรักใคร่กลมเกลียวกัน ปฏิบัติหน้าที่ด้วยความเสมอต้นเสมอปลาย หลักธรรมที่ผู้วิจัยได้ทบทวนศึกษาครั้งนี้ พบว่า หลักธรรมหลัก คือ สังคหวัตถุ 4 เป็นหลักธรรมที่สำคัญสำหรับนำมาใช้ในการพัฒนาจิตอาสา เนื่องจากเป็นหลักธรรมที่สงเคราะห์ผู้อื่นครอบคลุมถึงการให้ที่เป็นสิ่งของ และความรู้และเป็นการให้อภัยไม่ผูกโกรธ ใช้วาจาสุภาพอ่อนหวาน รู้หลักการใช้วาจาเพื่อให้เกิดความสุขแก่ผู้อื่น เกิดความน่าเชื่อถือเป็นวาจาที่เกิดประโยชน์เพื่อความสามัคคี นอกจากนี้ยังต้องรู้ที่จะทำตนให้เป็นประโยชน์ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น รวมถึงต้องรู้บทบาทหน้าที่ของตนด้วยความจริงใจ ตลอดจนรู้จักการวางตนให้เสมอต้นเสมอปลาย ไม่ยกตนข่มท่าน

เอกสารอ้างอิง

คุณ โทชนันท์. (2538). *พุทธศาสนากับชีวิตประจำวัน*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์.

จิตรา แสงวัฒนาฤกษ์. (2562). *กระบวนการพัฒนาผู้นำสตรีด้านจิตอาสาเพื่อดูแลผู้สูงอายุวัยที่มีภาวะพึ่งพิง*:

กรณีศึกษาตำบลสวาย อำเภอบางบาล จังหวัดศรีสะเกษ. ดุษฎีนิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาสันติศึกษา. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

- จิตรวลัย ศรีแสงฉาย. (2557). *จิตอาสาพัฒนาชนบทกรณีศึกษา: กลุ่มอาสาพัฒนา*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ดำรงศักดิ์ ดอกประเสริฐ. (2554). *ความต้องการพัฒนาตนเองของข้าราชการตำรวจระดับชั้นประทวน. กองตำรวจสันติบาล 1. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชารัฐศาสตร์. มหาวิทยาลัยกำแพง*.
- พระไพศาล วิสาโล. (2548). *เมื่อดอกไม้บานสะพรั่งทั้งแผ่นดิน*. กรุงเทพมหานคร: เครือข่ายพุทธิกา.
- พระไพศาล วิสาโล. (2559). *จิตอาสา สร้างสุขง่ายๆ แค่มือทำ (บทสัมภาษณ์)*. เข้าถึงข้อมูล 15/09/2565. จาก <https://www.visalo.org/columnInterview/jitAsa.htm>
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). (2555). *งานเพื่อความสุขและแก่นสารของชีวิต*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์เพชรกระรัต.
- ปภัส ฉัตรยาลักษณ์ และ จุฑารัตน์ เปลวทอง. (2565). *จิตสาธารณะและจิตอาสา*. เข้าถึงข้อมูล 24/11/2565) จาก http://gened2.cmru.ac.th/ge_learning/src/gen1306/GEN1306-Content2.pdf
- พีรพัฒน์ พันศิริ และ ศานติกร พินยงค์. (2559). *การพัฒนาตนเองเพื่อความเป็นผู้มีจิตอาสา*. มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม.
- พุทธทาสภิกขุ. (2556). *โอวาทท่านพุทธทาส*. กรุงเทพมหานคร: สุขภาพใจ.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2550). *ธรรมนุญชีวิต*. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2558). *พุทธธรรม (ฉบับปรับขยาย)*. พิมพ์ครั้งที่ 41 (กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ผลิธัมม์ ในเครือบริษัทสำนักพิมพ์เพ็ทแอนด์โฮม จำกัด).
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2552). *พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ*. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระสุระ ญาณธโร (จันทิก). (2560). *การพัฒนาจิตสาธารณะตามแนวทางพุทธศาสนา*. บทความวิชาการ. รายงานการประชุมวิชาการระดับชาติครั้งที่ 2. วารสารการวิจัยและนวัตกรรมเพื่อการพัฒนาจิตใจและสังคมอย่างยั่งยืนในยุค Thailand 4.0.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). (2556). *พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ*. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). (2546). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์*. พิมพ์ครั้งที่ 10. กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอส.พรินต์ติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2551). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์*. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอส.อาร์.พรินต์ติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2552). *เครื่องวัดความเจริญของชาวพุทธ (อารยวัชฌิ)*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สหธรรมมิก.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2557). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม*. พิมพ์ครั้งที่ 27, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2557.

- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2550). *ธรรมบุญชีวิต*. พิมพ์ครั้งที่ 82. กรุงเทพมหานคร: บริษัทพิมพ์สวย จำกัด.
- พระภวนาวินสวาทคุณ (เสริมชัย ชยมงคล). (2542). *ตอบปัญหาธรรมปฏิบัติ*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เอช ทีพี เพรส.
- วรรณสิทธิ ไทยะเสรี. (2553). *คู่มือการศึกษาพระพุทธศาสนาพื้นฐาน*. นครปฐม: มูลนิธิแบบมหารานนท์.
- วิภาพันธ์ ก่อเกียรติเจริญ. (2544). การศึกษาคุณลักษณะด้านจิตสาธารณะของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม. วิทยานิพนธ์. มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม.
- พระสิริมงคลจารย์. (2554). *มงคลต์ถที่ปณี ภาษาไทย ภาค 1 ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระปรมานุชิตชิโนรส. (2537). *ปฐมสมโพธิ (ภาษาบาลี) ฉบับคัดลอกจากคัมภีร์ใบลานอักษรขอม*. กรุงเทพฯ: คณะสงฆ์วัดพระเชตุพนวิมลมังคลารามวรมหาวิหาร.
- สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระปรมานุชิตชิโนรส. (2538). *พระปฐมสมโพธิกถา (ฉบับกรมการศาสนา)*. กรุงเทพฯ: สหธรรมิก.
- สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ (วาสน์ วาสโน). (2528). *สังคหวัดถุ 4*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาภูมิภราชวิทยาลัย.
- สรณีย์ สายศ. (2565). *การบูรณาการหลักการทางพระพุทธศาสนาในการทำงานจิตอาสา*. เข้าถึงข้อมูล 20/09/2565. http://oldweb.mcu.ac.th/site/thesiscontent_desc.php?t_id=2126
- สุทธิพงศ์ ปานเพชร. (2550). *การประยุกต์หลักพุทธธรรมกับวิถีชีวิตชุมชน*. รายงานการวิจัยอิสระ. มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต.
- สุภาพร ทศพระรินทร์. (2555). ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมจิตอาสาของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ จังหวัดนนทบุรี, วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต. คณะศึกษาศาสตร์: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2566). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย 45 เล่ม*. MCUTRAI Version 1.0. เข้าถึงข้อมูล 10/05/20 <http://www.geocities.ws/tmchote/tpd-mcu/>