

## กระบวนการพุทธจิตวิทยาของพระสงฆ์จิตอาสาเพื่อการพัฒนาสังคม A Buddhist Psychological Process of Volunteer Monks for Social Development

จรรยาศรี กล้ากลาย\*  
Charoonsri Klumklai

### บทคัดย่อ

กระบวนการพุทธจิตวิทยาของพระสงฆ์จิตอาสาเพื่อการพัฒนาสังคมที่นำเสนอในบทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษากระบวนการของพระอาสาสมัครเพื่อการพัฒนาสังคมจากแนวปฏิบัติที่ดีที่สุดและเพื่อวิเคราะห์กระบวนการทางจิตวิทยาเชิงพุทธของพระอาสาสมัครเพื่อการพัฒนาสังคม การวิจัยเชิงคุณภาพใช้การสัมภาษณ์เชิงลึกและการศึกษาภาคสนามเพื่อใช้ในการออกแบบการวิจัยเพื่อสังเคราะห์องค์ความรู้ของพระภิกษุอาสาสมัครกลุ่มเป้าหมายเป็นที่เคารพนับถือมากที่สุดและพระสงฆ์ที่เป็นอาสาสมัครเพื่อการพัฒนาสังคม วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา และการสร้างข้อสรุปแบบอุปนัย ผลการวิจัยพบว่า 1) แนวปฏิบัติที่ดีที่สุดของพระภิกษุอาสาสมัครเพื่อการพัฒนาสังคมโดยการทักทายกับชาวพุทธในท้องถิ่น การปฐมนิเทศ การให้กำลังใจความเข้าใจ และการสนับสนุนโดยไม่ต้องร้องขอ สำหรับกระบวนการทางจิตวิทยาของพระสงฆ์ในการพัฒนาสังคมเป็นกระบวนการของการทำงานเพื่อส่งเสริมให้ผู้คนเลิกจากความทุกข์ยาก เข้าใจชีวิต และจัดการความทุกข์ เพื่อสนับสนุนผู้อื่นให้มีชีวิตที่ดีขึ้น โดยสรุปกระบวนการของพระภิกษุที่ปฏิบัติงานจิตอาสาสามารถสรุปได้ 5 ด้าน ได้แก่ 1) กำหนดเป้าหมายของการเป็นพระสงฆ์จิตอาสา 2) คุณลักษณะของพระสงฆ์จิตอาสา 3) เน้นกระบวนการทำงานเพื่อ

---

\* มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย E-mail: charoonsri8763@gmail.com

ชุมชน 4) มุ่งถ่ายทอดความรู้เพื่อคนอื่น และ 5) สะท้อนคิดผลการปฏิบัติงานจิตอาสา กระบวนการนี้สามารถนำไปสู่ผลลัพธ์ของการพัฒนาสังคมดังที่ปรากฏในวลี “การพัฒนาผู้อื่นสะท้อนถึงการพัฒนาดตนเอง”

**คำสำคัญ :** กระบวนการทางจิตวิทยา พระอาสาสมัคร การพัฒนาสังคม

## **Abstract**

A Buddhist psychological process of volunteer monks for social development was presented in this article. The purpose of this research article was to study process of volunteer monks for social development from best practices, and to analyze a Buddhist psychological process of volunteer monks for social development. Qualitative Research using in-depth interview and field studies were used for research design in order to synthesize body of knowledge of volunteer monks. The target group was the most venerable and monks who volunteer themselves for social development. Data were analyzed using analyze content analysis and analytic induction. Results indicated that 1) best practice of volunteer monks started their process of social development by greeting with local Buddhists, orientation, encouragement, understanding, and support without requesting. For Buddhist psychological process of volunteer monks for social development, it was the process of working for encourages people to lift up from suffering, to understand life and to manage suffering in order to support others to have a better life. In summary, the process of volunteer monks who have done volunteer job can be summarized in 5 aspects such as 1) setting the target of volunteer, 2) full of the characteristics of volunteer monks, 3) working process for community, 4) transferring knowledge to others, and 5) reflecting output of volunteer working. This process can lead to the output of social

development as shown in the phrase “The development of other reflects to self-development”.

**Keywords:** Psychological Process, Volunteer Monks, Social Development

## บทนำ

การพัฒนาประเทศของรัฐที่ผ่านมาได้เน้นการพัฒนาทางด้านอุตสาหกรรมมากกว่าด้านเกษตร เพราะหวังว่าการพัฒนาทางด้านอุตสาหกรรมจะทำให้ประเทศไปสู่ความทันสมัย ทำให้ประชาชนมีรายได้ในการบริโภคสินค้าได้มากขึ้น และจะทำให้ประชาชนโดยรวมมีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น แต่ผลลัพธ์คือผลประโยชน์ได้ตกอยู่แค่เพียงกลุ่มคนกลุ่มหนึ่ง การนำแนวคิดการทำให้ทันสมัยตามอย่างตะวันตกมาใช้ไม่ได้ทำให้เกิดการกระจายรายได้ที่ทั่วถึง มีแต่จะสร้างช่องว่างระหว่างคนในเมืองกับคนในชนบท จึงทำให้คนในชนบทมุ่งหน้าเข้าเมืองเพื่อไปหางานทำซึ่งได้เงินมากกว่าทำไร่ทำนา การพัฒนากระแสหลัก ประกอบกับความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีได้นำไปสู่ระบบทุนนิยมและลัทธิบริโภคนิยม ในยุคปัจจุบันสังคมสามารถผลิตสินค้าต่างๆ ได้อย่างมากมายทำให้คนทุกคนสามารถบริโภคได้อย่างถ้วนหน้า คนจึงมุ่งหาความสุขด้วยการเสพความสุขจากวัตถุ ยิ่งบริโภคนิยมมากขึ้นเท่าไรก็ไม่สามารถตอบสนองความต้องการได้ทั้งหมด มีแต่จะโดนกระตุ้นกิเลสให้ตื่นตัวอยู่เสมอเมื่อต้องการบริโภคนิยมก็ต้องแสวงหาทรัพย์เพิ่มขึ้นตามไปด้วย จึงเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ ดังนั้นจึงต้องมีการเปลี่ยนวิธีคิดใหม่ให้ยึดวิถีพุทธมาใช้ในการดำเนินชีวิต คือการบริโภคเพื่อบำบัดความทุกข์เวทนาเกิดจากทางสรีรภาพหรือความจำเป็นทางชีวภาพ เพราะถ้าหากไม่ได้รับการบำบัด ร่างกายไม่สามารถดำรงอยู่ได้ ปัญญา也不能สามารถเกิดได้ เพราะปัญญาเป็นสิ่งที่ช่วยระงับกามสุขได้อย่างแท้จริง เมื่อปัญญาเกิดมนุษย์ก็จะสามารถบรรลุไปถึงขั้นความสุขในระดับที่ถือว่าเป็นระดับความสุขที่ไม่จำเป็นต้องบริโภคแล้ว เช่น ความสุขจากการมีความเมตตา กรุณาผู้อื่น หรือความสุขจากการช่วยเหลือผู้อื่น ให้ความทุกข์ของเขาบรรเทาลง (ไชยรัตน์ เจริญสินโอฬาร, 2543) พุทธศาสนามีหลักธรรมที่มุ่งเน้นให้บุคคลมีความเมตตา เอื้ออาทรช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และเสียสละเพื่อประโยชน์ส่วนรวม คือหลักทศพิธราชธรรมซึ่งเป็นหลักธรรมมีความสอดคล้องกับจิตอาสา และการพัฒนาจิตอาสา คือ

มุ่งเน้นให้บุคคลในสังคมตระหนักถึงความสำคัญของการช่วยเหลือคนอื่น และการสร้างประโยชน์ต่อส่วนรวม การพัฒนาจิตอาสาคือการสร้างให้บุคคล มีโอกาสทำงานเพื่อผู้อื่น และส่วนรวมด้วยตนเอง ผ่านงานอาสาสมัคร บุคคลที่ปฏิบัติงานอาสา จะเข้าถึงความสำคัญของการช่วยเหลือผู้อื่นการเสียสละเพื่อประโยชน์ส่วนรวมพร้อมทั้งได้รับความสุข (สุธาทิพย์ แก้วเกลี้ยง, 2549)

### บทบาทพระสงฆ์

บทบาทของพระสงฆ์ บทบาทตามหน้าที่ของพระสงฆ์ คือ ธรรมทาน แปลว่า การให้ธรรมะ การให้ธรรมะนั้นมีความหมายกว้างมาก และคำว่า ธรรมะในภาษาบาลีก็เป็นคำที่มีความหมายกว้างที่สุด แต่ถ้าแยกประเภทใหญ่ๆ มี 2 อย่างคือ ความจริงกับความดีงาม เป็นเรื่องของปัญญาอย่างหนึ่ง คุณธรรมอย่างหนึ่ง การให้ธรรมะเป็นทาน หมายถึง การให้ความรู้ ความเข้าใจ และหลักแห่งความดีหรือหลักที่จะให้เข้าถึงมนุษย์เข้าถึงสังฆธรรม และได้ประสบสิ่งที่ดีงามคือทำให้ให้เกิดความรู้ ความเข้าใจในสิ่งต่าง ๆ อย่างถูกต้อง ตั้งต้นแต่ความรู้สึกขั้นสูงสุด เข้าไปในชีวิตว่า คืออะไร สภาวะที่แท้จริงของสิ่งทั้งหลายเป็นอย่างไรลงมาถึงความเข้าใจทั่ว ๆ ไปเกี่ยวกับจริยธรรมในการดำรงชีวิตเป็นแห่งของสังฆธรรมอย่างหนึ่ง จริยธรรมอย่างหนึ่ง รวมความคือ ช่วยเหลือประชาชนในทางปัญญา และในทางคุณธรรมอันเป็นบทบาทหลัก (พระราชวรมนี (ประยุทธ์ ปยุตโต), 2527)

หน้าที่ของพระสงฆ์ไว้ว่าพระสงฆ์มีหน้าที่สอนธรรมะ การสอนธรรมะต้องมีความรู้ และธรรมะนั้นเป็นความรู้เกี่ยวกับความดี ผู้สอนต้องปฏิบัติดี คนเรียนถึงจะมั่นใจในสิ่งที่ตนเรียน พระสงฆ์ที่ทำหน้าที่สั่งสอนให้ได้ผลต้องปฏิบัติตามที่สอน และปฏิบัติตามหลักธรรมของพระพุทธเจ้าจึงมีลักษณะดังนี้ (วิจิตร เกิดวิสิษฐ์, 2533)

1) ปฏิบัติดี คือ เป็นผู้สำรวมกาย วาจา ใจ ตั้งมั่นอยู่ในพระธรรมวินัยและหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าบัญญัติ ทำให้เป็นผู้มีกิริยาวาจางดงาม สงบ ผ่องใส สุขุมเยือกเย็น

2) ปฏิบัติตรง คือ ปฏิบัติตรงตามหลักธรรมของพระพุทธเจ้า พิจารณาธรรมทั้งหลายด้วยเหตุและผล ปราศจากอคติ 4 คือ ความลำเอียงเพราะรัก ความหลง ความโกรธ ความกลัวปฏิบัติแต่สิ่งที่ถูกต้องชอบธรรม ไม่ปฏิบัติให้ผิดหรือเลี้ยวจากพระธรรมวินัย ด้วยกิเลสตัณหา

3) ปฏิบัติเพื่อรู้ธรรม คือ ปฏิบัติเพื่อรู้แจ้ง เพื่อความหลุดพ้นจากทุกข์ ปฏิบัติศีลสมาธิปัญญาด้วยความเพียร ด้วยขันติ

4) ปฏิบัติสมควร คือ ปฏิบัติทางสายกลาง ไม่ปล่อยไปตามอารมณ์หรือกิเลส ไม่ปฏิบัติสุดโต่งไปข้างทรมานตนเอง คือมีทิวฏฐิที่ถูกต้อง ทั้งปฏิบัติตนด้วยความเพียร 4 อย่าง คือเพียรระวังบาปไม่ให้เกิดขึ้น เพียรละบาปที่เกิดขึ้น เพียรกุศลให้เกิดขึ้นในสันดาน เพียรรักษากุศลที่เกิดขึ้นแล้วไม่ให้เสื่อมลง

พระสงฆ์จะต้องรู้เท่าทันสังคมที่เปลี่ยนไป เพราะพระสงฆ์ไม่ใช่มีหน้าที่เฉพาะชี้ทางให้ประชาชนสงบจิตใจเท่านั้น แต่ต้องชี้นำทางโลกให้แก่ประชาชนได้อย่างเหมาะสมอีกด้วย นอกจากนี้วัดยังเป็นสถานที่ประกอบกิจการ รวมทั้งความเชื่อที่ยึดกับหลักธรรม อันมีพระสงฆ์เป็นผู้นำ (พระพยอม กัลยาโณ, 2540)

อย่างไรก็ตามบทบาทของพระสงฆ์ในสังคมไทย งานที่พระสงฆ์จะทำได้โดยตรงก็คือการให้คำแนะนำทางจิตใจ เป็นที่ปรึกษาเกี่ยวกับปัญหาชีวิตต่าง ๆ สามารถเป็นที่พึ่งทางจิตใจด้วยการประพฤติตนเป็นแบบอย่าง ส่วนการสงเคราะห์สังคมที่กำลังพัฒนา เมื่อชาวบ้านยังไม่พร้อมที่จะช่วยตนเอง ถ้าพระเป็นผู้นำท้องถิ่น ก็ควรมีบทบาทด้วยการเสนอแนะให้ความคิดริเริ่มว่าในชุมชนมีอะไรที่จะทำให้เกิดแก่ประโยชน์ส่วนรวม ทางวัตถุจะทำได้ก็โดยทางอ้อม ด้วยการแนะนำชักจูงผู้อื่นให้กระทำ หรือนำสิ่งของหรือบริการที่ได้รับจากผู้อื่น มาเฉลี่ยแบ่งปันให้เป็นประโยชน์กว้างขวางออกไป โดยการสงเคราะห์นั้นต้องคำนึงถึงความเหมาะสมและกาลเทศะ ด้วยการทำหน้าที่ให้เหมาะสมกับบทบาท เมื่อสังคมเปลี่ยนแปลงไปตามกาลสมัย วัตถุประสงค์ได้เข้ามามีบทบาทในสังคม หากพระสงฆ์แสดงบทบาททันตามปรากฏการณ์ของสังคมปัจจุบันก็จะสามารถแก้สภาพปัญหา จะส่งผลให้สภาพสังคมและประเทศชาติมีความเจริญก้าวหน้า

### ทฤษฎีเกี่ยวกับจิตอาสา

จิตอาสาเป็นคุณธรรมของพลเมืองที่จะส่งเสริมให้สังคมมีความเข้มแข็งและมีศักยภาพในการแก้ไขปัญหา เนื่องจากการมีพลเมืองตระหนักถึงปัญหาที่เกิดขึ้นในสังคม มีความปรารถนาที่จะช่วยเหลือสังคม เชื่อมั่นในความสามารถของตนเองและการรวมกลุ่มปฏิบัติ เพื่อแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นตามแนวทางที่ได้กำหนดไว้จะทำให้เป็นพลเมืองที่มี

คุณภาพ รับรู้สิทธิควบคุมไปกับหน้าที่ของพลเมืองซึ่งสามารถอธิบายโดยใช้ทฤษฎีประชาสังคมประกอบกับแนวคิดเกี่ยวกับคุณธรรมของบุคคลเชิงจิตวิทยาพัฒนาการและแนวทางของพระพุทธศาสนาได้ ดังนี้ (สำนักวิชาสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย, มปป.)

### 1) ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory)

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมนี้ เป็นแนวคิดของ แบนดูรา (Bandura, 1977) ซึ่งมีความเชื่อว่าพฤติกรรมมนุษย์ นอกเหนือจากปฏิกิริยาสะท้อนเบื้องต้นแล้ว เกิดจากการเรียนรู้ทั้งสิ้น และการเรียนรู้พฤติกรรมใหม่เหล่านั้นสามารถเรียนรู้ได้โดยประสบการณ์ตรงหรือไม่ก็โดยการสังเกต องค์ประกอบทางชีววิทยามีบทบาทสำคัญในกระบวนการเรียนรู้โดยพฤติกรรม นั่นก็คือองค์ประกอบในตัวบุคคลมีบทบาทสำคัญในการเรียนรู้พฤติกรรมในการอธิบายกระบวนการเกิดพฤติกรรมของมนุษย์

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมเป็นทฤษฎีที่มีอิทธิพลอย่างมากต่อการพัฒนา เทคนิคการปรับพฤติกรรมในปัจจุบัน ทฤษฎีนี้พัฒนาโดย อัลเบิร์ต แบนดูรา (Albert Bandura) ตามแนวคิดพื้นฐานของทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมโดย อัลเบิร์ต แบนดูรา เชื่อว่าพฤติกรรมของคนเราไม่ได้เกิดขึ้นและเปลี่ยนแปลงไปเนื่องจากสภาพแวดล้อมเพียงอย่างเดียว แต่มีปัจจัยบุคคลเข้ามาเกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อมด้วย เนื่องจากองค์ประกอบภายในมนุษย์และสิ่งแวดล้อมจะมีอิทธิพลต่อกันและกันโดยจะแสดงออกมาให้เห็นในลักษณะของพฤติกรรมมนุษย์

นอกจากนี้ ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมแบนดูรา ยังได้กล่าวถึงการควบคุมพฤติกรรมด้วยปัญญาไว้ว่า การเรียนรู้ความสัมพันธ์ระหว่าง พฤติกรรมและผลของการกระทำจะอยู่ในรูปของความเชื่อและความคาดหวัง ซึ่งเป็นกระบวนการทางปัญญา ความเชื่อและความหวังนี้จะทำหน้าที่ควบคุมหรือกำกับการกระทำของมนุษย์ในเวลาต่อมา การควบคุมพฤติกรรมด้วยปัญญาที่สำคัญที่เกี่ยวข้อง 3 ประการ คือ ความเชื่อเกี่ยวกับกฎเกณฑ์เงื่อนไขการคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนเองและผลที่จะเกิดขึ้นและสิ่งจูงใจ ในการศึกษาครั้งนี้ ใช้แนวคิดของแบนดูรา เพื่อเป็นพื้นฐาน ในการกำหนดตัวแปรเกรตเฉื่อยจากแนวคิดที่ว่า สถิติปัญญาเป็นตัวควบคุมพฤติกรรมของมนุษย์

## 2) ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม (Tree Moral Theory)

ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรมแสดงถึงสาเหตุของพฤติกรรมของคนดีและคนเก่งว่า พฤติกรรมเหล่านี้มีสาเหตุทางจิตใจอะไรบ้าง ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรมมี 3 ส่วน คือ ส่วนที่เป็น ดอกและผลของต้นไม้ ส่วนลำต้น และส่วนที่เป็นรากแก้ว (ดวงเดือน พันธุมนาวิน, 2543)

**ส่วนแรก** คือ ดอกและผลบนต้น แสดงถึงพฤติกรรมการทำดี ละเว้นชั่ว และ พฤติกรรมการทำงานอย่างขยันขันแข็งเพื่อส่วนรวม ส่วนแรกนี้เป็นพฤติกรรมประเภทต่าง ๆ ที่รวมเข้าเป็นพฤติกรรมของพลเมืองดี พฤติกรรมที่เอื้อต่อการพัฒนาประเทศ และ พฤติกรรมการทำงานอาชีพอย่างขยันขันแข็ง ผลออกมาเป็นพฤติกรรมต่าง ๆ นำปรารภณา มีสาเหตุอยู่ 2 กลุ่ม

**กลุ่มแรก** คือ สาเหตุทางจิตใจที่เป็นส่วนลำต้นของต้นไม้ ซึ่งประกอบด้วยจิต ลักษณะ 5 ด้าน ได้แก่ เหตุผลเชิงจริยธรรม มุ่งอนาคตและการควบคุมตนเอง ความเชื่อ อำนาจในตนแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และทัศนคติ คุณธรรม และค่านิยมที่เกี่ยวข้องกับ พฤติกรรมนั้น หรือสถานการณ์นั้น ๆ ถ้าต้องการเข้าใจ อธิบาย ทำนาย และพัฒนา พฤติกรรมชนิดใดจะต้องใช้จิตลักษณะบางด้านหรือทั้ง 5 ด้านนี้ประกอบกัน จึงจะได้ผลดี ที่สุด ส่วนที่สามของต้นไม้จริยธรรม คือ รากแก้ว ซึ่งเป็นจิตลักษณะ

**กลุ่มที่สอง** มี 3 ด้าน ได้แก่ สติปัญญา ประสบการณ์ทางสังคม และสุขภาพจิต ซึ่ง จิตลักษณะทั้งสามด้านนี้อาจใช้เป็นสาเหตุของการพัฒนาจิตลักษณะ 5 ประการที่ลำต้น ของต้นไม้ก็ได้เพราะบุคคลจะต้องมีลักษณะพื้นฐานทางจิตใจ 3 ด้านในปริมาณที่สูง เหมาะสมกับอายุจึงจะเป็นผู้ที่มีความพร้อมที่จะพัฒนาจิตลักษณะทั้ง 5 ประการที่ลำต้น ของต้นไม้ โดยที่จิตลักษณะทั้ง 5 นี้จะพัฒนาไปเองโดยอัตโนมัติ ถ้าบุคคลมีความพร้อมทาง จิตใจ 3 ด้านดังกล่าวและอยู่ในสภาพแวดล้อมทางบ้านสถานศึกษาและทางสังคมที่ เหมาะสม นอกจากนี้บุคคลยังมีความพร้อมที่จะรับการพัฒนาจิตลักษณะบางประการใน 5 ด้านนี้ โดยวิธีการอื่น ๆ ด้วย ฉะนั้นจิตลักษณะพื้นฐาน 3 ประการ จึงเป็นสาเหตุของ พฤติกรรมของคนดีและคนเก่งนั่นเอง อีกทั้งจิตลักษณะพื้นฐาน 3 ประการที่รากแก้วนี้ อาจ เป็นสาเหตุร่วมกับจิตลักษณะ 5 ประการที่ลำต้น เพื่อใช้อธิบายและพัฒนาพฤติกรรมของ คนดีและคนเก่งด้วย

ทฤษฎีต้นไม้อจริยธรรมสำหรับคนไทยได้แสดงความสัมพันธ์ในเชิงสาเหตุและผลระหว่างจิตลักษณะ 8 ด้านกับพฤติกรรมประเภทต่าง ๆ ประสบการณ์ทางสังคมเป็นปัจจัยที่สำคัญต่อพัฒนาการทางจิตของบุคคล การที่บุคคลมีประสบการณ์ทางสังคมจะทำให้มีความเข้าใจอารมณ์ความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่นและสามารถนำตนเองเข้าไปอยู่ในบทบาทของผู้อื่นได้ เรียกว่า ความสามารถในการสวมบทบาท (Role Taking) ซึ่งความสามารถในการสวมบทบาทที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาจริยธรรมมาก ประสบการณ์จากการมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นมากจะทำให้บุคคลมีความคิดที่กว้างขวางลึกซึ้งมองเห็นและเข้าใจบทบาทของตนเองและของผู้อื่นที่อยู่ร่วมกับคนในสังคม และความเข้าใจนี้เองจะเอื้ออำนวยให้บุคคลมีพัฒนาการทางจิตในระดับสูงได้ การที่บุคคลขาดประสบการณ์ทางสังคมและขาดโอกาสที่จะได้เรียนรู้ หรือสวมบทบาทอื่น ๆ น้อยจะนำไปสู่การปฏิเสธทางจิตต่อบทบาทที่ไม่คุ้นเคย คือ การไม่ยอมรับ ไม่เข้าใจ ไม่ไว้วางใจ ซึ่งลักษณะดังกล่าวเป็นการปิดกั้นข่าวสาร และข้อมูลที่เป็นต่อการพัฒนาทางจิตวิทยาและด้านสังคม ซึ่งย่อมรวมเอาพัฒนาการทางจริยธรรมทางการมุ่งอนาคต และทางการบรรลุเอกลักษณ์แห่งอีโก้ของบุคคลเข้าไว้ด้วย ดังนั้น ถ้าต้องการที่จะให้บุคคลมีพัฒนาการทางจิตจะต้องส่งเสริมให้บุคคลมีประสบการณ์ทางสังคมกว้างขวาง และเหมาะสมกับอายุของบุคคลจึงจะทำให้บุคคลมีพัฒนาการทางจิตในระดับสูงได้

### กระบวนการสร้างจิตอาสา

จิตอาสา หมายถึง จิตแห่งการให้ความดีงามทั้งปวงแก่เพื่อนมนุษย์โดยเต็มใจสมัครใจ อิ่มใจ ซาบซึ้งใจ ปิติสุข ที่พร้อมจะเสียสละแรงกาย และสติปัญญาเพื่อสาธารณประโยชน์ในการทำกิจกรรม หรือสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นโดยไม่หวังผลตอบแทน และมีความสุขที่ได้ช่วยเหลือผู้อื่น เป็นจิตที่ไม่นิ่งดูตาย เมื่อพบเห็นปัญหาหรือความทุกข์ยากที่เกิดขึ้นกับผู้คน เป็นจิตที่มีความสุขเมื่อได้ทำความดี และเห็นน้ำตาเปลี่ยนเป็นรอยยิ้ม เป็นจิตที่เปี่ยมบุญ คือความสงบเย็น และพลังแห่งความดี อีกทั้งยังช่วยลด “อึดตา” หรือความเป็นตัวตนของตนเองลงได้บ้าง (สุภาพร ทศพระรินทร์, 2556) จิตอาสาเป็นการทำจิตของเราให้เบิกบาน อย่าให้จิตของเราขุ่นข้น ทำงานร่วมกันระหว่างกาย (ภายนอก) และจิต (ภายใน) การทำงานอาสา คือการทำงานที่ไม่มุ่งหวังผลประโยชน์จะทำให้เราทำงานอย่าง



เบิกบานสนุกสนาน จิตเสมือนน้ำใสที่หล่อเลี้ยงชีวิต จึงเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดประโยชน์มากมาย ทั้งต่อบุคคล สังคมและประเทศชาติ หากทำงานหวังผลตอบแทนแล้วไม่ได้รับจิตจะขุ่นข้น ด้วยอารมณ์ท้อแท้เหมือนน้ำใสขุ่นข้นด้วยตะกอน จิตใจจะอดตันเวลานั้นจะยิ้มไม่ออก (ปิยนาด สรวิสุตฺร, 2552) สังคมอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกัน มีคุณธรรมนำความรู้เท่าทันโลก ครอบคลุมอบอุ่น ชุมชนเข้มแข็ง สันติสุข เศรษฐกิจมีคุณธรรม เสถียรภาพ และเป็นธรรม จิตอาสาเป็นปัจจัยหนึ่งที่สำคัญในส่วน ตัวของบุคคลที่จะทำให้มีจิตสาธารณะ ทุกค่านึงถึงสาธารณะซึ่งอยู่เหนือความเป็นส่วนตัว มากกว่าการคิดถึงความเป็นธุรกิจ การทำถูกทำชอบ ได้ชื่อว่าทาความดีเพราะเห็นคุณค่าของความดี จิตอาสาทำให้ทุกคนในสังคมสามารถอยู่ร่วมกันได้ เป็นสังคมที่มีการให้และแบ่งปันซึ่งกัน และกัน ค่านึงถึงประโยชน์ของส่วนรวม เป็นที่ตั้ง ซึ่งต้องขับเคลื่อนทั้งระบบ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เด็กวัยเรียน เพราะจิตอาสาและจิตสาธารณะเป็นคุณลักษณะอันพึงประสงค์อย่างหนึ่งที่จะต้องปลูกฝังอย่างต่อเนื่อง ดังสุภาชิตที่ว่า “ไม้อ่อนดัดง่ายไม้แก่ดัดยาก” การสร้างจิตอาสา เป็นความรับผิดชอบในตนเอง แม้ว่าจะได้รับการอบรมสั่งสอนถ้าใจตนเองไม่ยอมรับ จิตอาสาก็ไม่เกิด ฉะนั้นคำว่า “ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน” จึงมีความสำคัญส่วนหนึ่งในการสร้างจิตอาสา ถ้าตนเองไม่เห็นความสำคัญแล้วคงไม่มีใครบังคับได้ นอกจากใจของตนเองแล้ว แนวทางที่สำคัญในการจิตอาสายังมีอีกหลายประการ ถ้าปฏิบัติได้ก็จะเป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม ดังนี้

1) สร้างวินัยในตนเอง ตระหนักถึงการมีส่วนร่วมในระบบประชาธิปไตย รู้ถึงขอบเขตของสิทธิ เสรีภาพ หน้าที่ ความรับผิดชอบ ต่อตนเองและสังคม

2) ให้ความสำคัญต่อสิ่งแวดล้อม ตระหนักเสมอว่าตนเอง คือส่วนหนึ่งของสังคม ต้องมีความรับผิดชอบในการรักษาสิ่งแวดล้อม ซึ่งเป็นเรื่องของส่วนรวม ทั้งต่อประเทศชาติ และโลกใบนี้

3) ตระหนักถึงปัญหาและผลกระทบที่เกิดขึ้นกับสังคม ให้ถือว่าเป็นปัญหาของตนเอง เช่นกันอย่างไร หลีกเลี้ยงไม่ได้ต้องช่วยกันแก้ไข

4) ยึดหลักธรรมในการดำเนินชีวิต เพราะหลักธรรมหรือคำสั่งสอนในทุกศาสนาที่นับถือ สอนให้คนทำ ความดีทั้งสิ้น ถ้าปฏิบัติได้จะทำให้ตนเองมีความสุข นอกจากนี้ยังก่อให้เกิดประโยชน์ต่อสังคมด้วย ทำให้เราสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

กระบวนการในการสร้างเสริมจิตอาสาให้กับคนในชุมชน มีแนวทางที่หลากหลาย เพื่อให้คนในชุมชนเกิดความรู้และความเข้าใจที่สามารถนำออกมาใช้ได้ ในลักษณะการมีจิตอาสาต่อตนเอง และต่อผู้อื่นในชุมชนซึ่งในการเสริมสร้างให้กับผู้เรียนรู้ก็มีหลากหลายวิธีการที่จะช่วยให้คนในชุมชนได้รับรู้และเรียนรู้ได้อย่างถูกต้องธรรมนองคลองธรรม เพื่อไปสู่การมีพฤติกรรมในการช่วยเหลือและเป็นประโยชน์ต่อคนในชุมชนต่อไป

### กระบวนการสร้างจิตอาสาของพระสงฆ์

บทบาทของพระสงฆ์ในสังคมไทยจะเห็นได้ชัดเจนมากเพราะสังคมไทยมีความใกล้ชิดกับพระพุทธศาสนาตั้งแต่เกิดจนกระทั่งตาย โดยจะมีความเกี่ยวข้องกับพระสงฆ์อยู่เสมอไม่ว่าจะเป็นงานมงคล เช่น งานวันเกิด งานแต่งงาน งานขึ้นบ้านใหม่ ฯลฯ หรือแม้กระทั่งงานอวมงคล เช่น งานศพ งานทำบุญอุทิศ เป็นต้นบางแห่งพระอาจเป็นหมอกกลางบ้านเป็นเจ้าของตำราหมอยาพื้นบ้านตามภูมิปัญญาชาวบ้าน บทบาทก็มีความชัดเจนมากขึ้น แต่อย่างไรก็ตามที่จะกล่าวต่อไปนี้เป็นเพียงข้อเสนอ ไม่ใช่คำตอบสำเร็จรูป แต่เป็นเพียงแนวคิดของบุคคลหนึ่งที่มีความสนใจในงานของพระสงฆ์ เกี่ยวกับบทบาทพระสงฆ์ และพยายามที่ผลักดันบทบาทพระสงฆ์ให้เป็นประโยชน์ต่อสังคมและให้สังคมมองเห็นประโยชน์นั้นเด่นชัดมากยิ่งขึ้น

ความเข้าใจที่ว่าพระสงฆ์ในพระพุทธศาสนาคือผู้ที่ประพฤติปฏิบัติตามพระธรรมวินัย บำเพ็ญพรตปฏิบัติภาวนาอยู่แต่ในอารามนั้น แต่ในความเป็นจริงพระสงฆ์มีชีวิตที่เกี่ยวข้องกับคฤหัสถ์อยู่เสมอ เพราะปัจจัยในการดำรงชีพของพระสงฆ์นั้นขึ้นอยู่กับชาวบ้าน ด้วยชีวิตที่ยังต้องเกี่ยวข้องกับผู้อื่นที่เป็นชาวบ้านหรือคฤหัสถ์นี้เอง จึงเป็นความจริงที่ต้องยอมรับว่า พระสงฆ์ไม่ได้หนีไปจากสังคมแต่ประการใด บทบาทหน้าที่ที่สำคัญของพระสงฆ์ คือ การตอบแทนแก่ชาวบ้าน ซึ่งการตอบแทนแก่ชาวบ้านนั้น พระสงฆ์จะทำตอบแทนอย่างไร แคไหน จึงจะเห็นสมควรเหมาะสม พอดีและพองาม ประเด็นที่ควรพิจารณาเพื่อกระตุ้นเตือนจิตใต้สำนึกในการทำงานพัฒนาของพระสงฆ์ ที่เข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ดังเช่นการมีส่วนร่วมมีการร่วมประชุมในชุมชน ในเทศกาลและประเพณีต่างๆเช่น ประเพณีสงกรานต์ งานขึ้นปีใหม่ ตักบาตรทำบุญ การเทิดพระเกียรติ เป็นต้น (Patumsawad, T., 2016)

พระสงฆ์ คือผู้ซึ่งสละแล้วซึ่งภาวะความเป็นปัจเจกภาวะ แต่มีชีวิตเพื่อสังเคราะห์ภาวะ เพื่อชุมชนมีจิตวิญญาณเพื่อชุมชน ต้องมีความรู้สึกที่เป็นชุมชน (Community) เพราะชีวิตต้องมีความเกี่ยวข้อง มีการติดต่อสื่อสาร (Communication) กันตลอดเวลา ยิ่งในสมัยโบราณด้วยแล้ว วัดหรือพระสงฆ์จึงกลายเป็นศูนย์กลางของชุมชน บุคคลผู้จะมาบวชนั้นต้องเป็นผู้มีสภาพที่สูง (สถานะ) ทางสังคม และเมื่อลาสิกขา (สึก) ออกไปต้องไปเป็นนักปกครอง นักบริหาร หรือเป็นผู้นำทางศาสนพิธี แต่ปัจจุบันนี้กลับกลายเป็นผู้ด้อยโอกาสทางสังคม เศรษฐกิจ หลังจากเมืองไทยเราได้นำแนวคิดพัฒนามาจากคำว่า (Development) ซึ่งเป็นของชาวตะวันตกมาใช้เป็นฐานในการพัฒนา มีความยุ่งยาก สลับซับซ้อน (Complexity) ในด้านของเงื่อนไขเหตุปัจจัยหากไม่มีการศึกษาเรียนรู้ความเข้าใจในเหตุปัจจัย เงื่อนไขให้รู้เท่าทันแล้ว คงยากที่จะแก้ปัญหาของชุมชน ของสังคม ที่ว่า ในสังคมเรามีปัญหาโดยได้กล่าวให้มีคำพูดที่สัมผัส เพื่อให้จำง่ายแต่ไม่ได้หมายถึงเรียงความสำคัญก่อนหลัง เช่น ปัญหาด้านสิ่งแวดล้อมเป็นพิษปัญหาด้านเศรษฐกิจ ปัญหาด้านสังคม ล่มสลาย ปัญหาด้านการศึกษาสับสนวุ่นวาย ปัญหาด้านการพัฒนาที่เลือนลอย หรือ ปัญหาด้านค่านิยมแบบบรอกอยบริโกล

บทบาทของพระสงฆ์ในงานด้านสุขภาพจิต ไม่ว่าจะเป็นการป้องกัน ส่งเสริมสุขภาพจิตหรือการบำบัดรักษาผู้มีปัญหาสุขภาพจิต มีอิทธิพลอย่างมากทั้งในด้านบวกและด้านลบ ทั้งเป็นที่ยอมรับของคนในสังคมและอาจไม่เป็นที่ยอมรับของคนในอีกสังคมหนึ่งก็ได้ อาจจำแนกบทบาทพระสงฆ์ในสังคมที่เกี่ยวกับสุขภาพจิตได้ ดังนี้

พระสงฆ์ในฐานะผู้บำบัดรักษา ในปัจจุบันพระสงฆ์ก็มีบทบาทสำคัญต่อการรักษาเยียวยาปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพจิตอย่างมาก เช่นสำนักเขาน้ำพุ ได้มีข่าวตึงเครียดราวเมื่อหลายปีก่อนเมื่อพระสงฆ์ได้รับผู้ป่วยโรคเอดส์ที่ไร้ญาติขาดมิตรเพราะสังคมรังเกียจหรือเพราะความไม่เข้าใจของสังคม เนื่องจากผู้ป่วยโรคนี้สังคมไม่ยอมรับ เป็นที่รังเกียจของคนในสังคมแม้แต่พ่อแม่เองก็ยากจะทำใจยอมรับได้ จึงทำให้ญาตินำผู้ป่วยไปฝากไว้ในที่นั้นเพื่อลดค่าใช้จ่ายและภาระการดูแลผู้ป่วย และถ้ากระบอก รักรักษาบำบัดผู้ติดยาเสพติด เป็นอีกสำนักหนึ่งที่ทำหน้าที่เพื่อบำบัดผู้มีปัญหาเพราะยาเสพติด ซึ่งมีชื่อเสียงมากและมีผู้เข้ารับการรักษาจำนวนมาก แม้จะเป็นการบำบัดโรคทางกายมิใช่โรคทางใจอย่างที่ว่า

พระองค์ประสงค์แต่ก็พอจะสงเคราะห์เข้ากันได้ ถ้าหากร่างกายดีก็ส่งผลต่อทางด้านจิตใจด้วย

พระสงฆ์จึงมีบทบาทในการทำให้ประชาชนได้สบายใจ เป็นการทำการบำบัดโดยอาศัยความเชื่อไม่ต้องใช้งบประมาณของทางราชการก็ทำได้ พระสงฆ์จึงมีบทบาทต่อสังคมไทยเป็นอย่างมากทั้งในทางที่ถูกต้องตามหลักการและนอกหลักการของศาสนา จะเห็นได้ว่าสังคมไทยสมัยก่อนยึดติดอยู่กับวัดกับพระสงฆ์จึงไม่ค่อยมีปัญหาเรื่องสุขภาพจิตกัน แต่ทุกวันนี้คนเริ่มห่างวัด หาท่างอกให้กับตัวเองไม่ได้ สถิติผู้ป่วยโรคจิตโรคประสาทจึงเพิ่มขึ้นทุกปี อย่างไรก็ตามพระสงฆ์ก็มีพระธรรมวินัยเป็นขอบเขตในการประพฤติปฏิบัติหน้าที่ทางสังคมเช่นกัน การป้องกันสุขภาพจิตตามหลักพระพุทธศาสนา

พระสงฆ์ในฐานะช่วยเหลือเยียวยาผู้คนที่มีความทุกข์ทางด้านจิตใจอย่างเป็นกระบวนการ มุ่งให้ผู้มีปัญหาได้ทำความเข้าใจเกี่ยวกับปัญหาที่เกิดขึ้นกับตน และมองเห็นแนวทางในการแก้ปัญหาได้ด้วยตัวเอง โดยมีนักจิตวิทยาการศึกษา มีหน้าที่เป็นผู้เอื้อให้ผู้มีปัญหาได้เข้าใจปัญหาอย่างชัดเจนและนักจิตวิทยาการศึกษาจะไม่เข้าไป แนะนำ หรือบงการ ผู้มาปรึกษาแต่จะช่วยให้ผู้มาปรึกษาสามารถจัดการปัญหาได้ด้วยตัวเอง สามารถวางแนวทางการดำเนินชีวิตตนเองได้อย่างเหมาะสม สามารถเผชิญสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างมั่นคง และสามารถจัดการปัญหาของตนเองได้อย่างสอดคล้องและเหมาะสมกับความเป็นจริง และยังช่วยให้ค้นพบศักยภาพของตนเองได้อย่างเต็มที่ เกิดการเปลี่ยนแปลงตนเองในทางที่ดี และดำรงตนให้เป็นประโยชน์ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

หากมองลึกไปถึงการพัฒนาในด้านจิตใจ พระสงฆ์ได้พัฒนาจิตใจของคนในชุมชนจากคนที่ติดยาเสพติดให้เลิก จากที่เคยติดเหล้า จากที่เคยติดการพนันให้เลิกจากการพนัน จากที่เคยลุ่มหลงในไสยศาสตร์ที่เคยมกมายให้รู้ใช้สติปัญญา จากความเห็นผิด (มิจฉาทิฐิ) ให้มีความเห็นที่ถูกต้อง (สัมมาทิฐิ) พระสงฆ์พัฒนาจิตใจของคนในชุมชนให้ขยัน ใฝ่บออม ประหยัดใช้จ่ายอย่างรู้คุณค่า ไม่ฟุ่มเฟือยหรูหราหลงตามค่านิยมที่ผิดๆ (ค่านิยมที่ไม่่นานิยม) สอนให้คนที่อยู่สังคมแต่สอนให้รู้จักเลือกคบคน โดยให้เลือกคบกับบัณฑิต ให้หลีกเลี่ยงจากคนพาลและสอนให้วางตนให้เหมาะสมกับภาวะแห่งตน รู้จักฐานะของตน

## กระบวนการสร้างจิตอาสาของพระสงฆ์ตามแนวพุทธจิตวิทยาใช้หลักตามหลักทศพิธราชธรรม

ทศพิธราชธรรม แปลว่า “ธรรมสำหรับพระเจ้าแผ่นดินหรือธรรมะที่พระเจ้าแผ่นดินหรือพระมหากษัตริย์พึงประพฤติปฏิบัติ 10 อย่าง หมายความว่า ผู้เป็นพระเจ้าแผ่นดิน หรือราชามหากษัตริย์ซึ่งมีอำนาจหน้าที่ในการปกครองไพร่ฟ้าประชาชนนั้น พึงดำเนินการปกครองด้วยธรรมะ 10 อย่างนี้ นี่เป็นความหมายของทศพิธราชธรรมที่ถือปฏิบัติมาแต่โบราณกาล ซึ่งทางพระพุทธศาสนา ได้สอนว่า หากพระเจ้าแผ่นดินทรงตั้งมั่นอยู่ในธรรม 10 อย่างนี้แล้ว ก็จะมีทรงปกครองไพร่ฟ้าประชาชนให้เกิดความร่มเย็นเป็นสุข นับว่าเป็นธรรมสำคัญในการปกครอง เพื่อให้เกิดความเป็นธรรมในสังคม ตามอุดมการณ์แห่งการปกครอง ตามคติทางพุทธศาสนา ถือว่าการปฏิบัติทศพิธราชธรรม ก็คือ การบำเพ็ญบารมีของพระโพธิสัตว์ ต่างกันแต่ว่าการบำเพ็ญบารมีของพระมหากษัตริย์หรือผู้ปกครองนั้นมุ่งผล คือ ความสุขของประชาชนในการปกครอง ส่วนการบำเพ็ญบารมีพระโพธิสัตว์นั้นมุ่งผล คือ ความเป็นพระพุทธะ หรือ ความหลุดพ้นจึงกล่าวได้ว่า ทศพิธราชธรรม คือ บารมีธรรมของผู้ปกครองแผ่นดิน เช่นเดียวกับบารมีธรรมของพระโพธิสัตว์ผู้มุ่งพระโพธิญาณหรือความหลุดพ้น ฉะนั้น ตามคติแห่งพุทธศาสนาจึงถือว่า ทศพิธราชธรรมนั้นเป็นคุณธรรมจำเป็นสำหรับผู้ปกครองแผ่นดิน เพราะความผาสุก ของแผ่นดินจะมีมากน้อยเพียงใดนั้น ขึ้นอยู่กับบารมีพระมหากษัตริย์ และขึ้นอยู่กับธรรมะของผู้ปกครองทั้งปวงด้วย (คุณ โทซันธ, 2537)

การบริหารจัดการบ้านเมืองและสังคมที่ดีมีมาแต่อดีตภายใต้ระบบสมบูรณาญาสิทธิราชย์ การบริหารกิจการบ้านเมืองและสังคมของไทยได้กำหนดให้เป็นภาระหน้าที่ของพระมหากษัตริย์ที่ทรงปกครอง โดยสังคมได้กำหนดหลักทศพิธราชธรรมหรือธรรม 10 ประการของพระราชาในการบริหารราชการแผ่นดิน ดังหลักทศพิธราชธรรม (“ธรรมาภิบาล” Good Governance) 10 ประการ ที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงเปล่งคำว่า “ธรรมาภิบาล” มาหลายสิบปี ในวันแรกที่เสด็จขึ้นครองราชย์ “เราจะครองแผ่นดินโดยธรรมเพื่อประโยชน์สุขแห่งมหาชนชาวสยาม” จึงสังเคราะห์เข้าในหลักทศพิธราชธรรมธรรมาภิบาล อันเป็นธรรมาภิบาลสำหรับพระมหากษัตริย์ราชาเจ้า ผู้ปกครองประชาชน ซึ่งเรียกว่า ราชธรรมาภิบาล ดังนั้นคำว่า “ธรรม” หรือ “หลักธรรม” ในการ

ครองแผ่นดิน ถือเป็นส่วนหนึ่งคือ “หลักทศพิธราชธรรม 10 ประการ” คือ ธรรมาภิบาลที่ สมบูรณ์ที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงนำมาใช้ในการดำเนินพระราชกรณียกิจ นับแต่นั้นมาอย่างสม่ำเสมอ คือธรรมอันเป็นข้อปฏิบัติของพระราชา ซึ่งจะเห็นได้ว่าพ่อขุนรามคำแหงมหาราชนั้น ทรงปกครองบ้านเมืองด้วยราชธรรมาภิบาล 10 ประการ ดังนี้ (สุเมธ ตันติเวชกุล, 2548)

1. **ทานิ ทาน (การให้ทาน)** คือ การสละทรัพย์สิ่งของ บำรุงเลี้ยง ช่วยเหลือ ประชากราชกรูร์ และบำเพ็ญสาธารณประโยชน์

2. **สีล คีล (การรักษาศีล การมีศีล)** คือ การสำรวมกายและวาจาทวาร ประกอบ แต่การสุจริต รักษาจิตตาคุณให้เป็นอย่างดีและเป็นทีเคารพนับถือของประชากรราชกรูร์

3. **ปริจาคัม ปริจาคะ (การบริจาคและเสียสละประโยชน์ส่วนตน)** คือ การเสียสละความสุขสำราญตลอดจนชีวิตของตน เพื่อประโยชน์สุขของประชาชน และความสงบเรียบร้อยของบ้านเมือง

4. **อาชชวี อาชชวะ (ความซื่อตรง)** คือซื่อตรงทรงสัตย์ ไร้มารยาปฏิบัติภารกิจ โดยสุจริต มีความจริงใจ ไม่หลอกลวงประชาชน

5. **มททวิ มททวะ (ความสุภาพ อ่อนโยน)** คือการมีอัธยาศัย ไม่เย่อหยิ่ง ไม่หยาบคาย ไม่กระด้าง ไม่ถือองค์ มีความสง่างามแต่ท่วงที กิริยาสุภาพนุ่มนวลละมุนละไม

6. **ตปี ตปะ (ความทรงเดช)** คือ ความแผดเผากิเลสตัณหา มิให้มาครอบงำจิต ระวังยับยั้งข่มใจได้

7. **อกโกธั อักโกธะ (การระงับความโกรธ)** คือการไม่กริ้วโกรธ ลุอำนาจความโกรธ จนเป็นเหตุให้วินิจฉัยความ และการกระทำต่างๆ ผิดพลาด เสียธรรมาภิบาล มีเมตตา ประจําใจไว้ระงับความเคืองชุน วินิจฉัยความ และการกระทำการด้วยจิตอันราบเรียบเป็น ตัวของตัวเอง

8. **อวิหีสณจ อวิหิงสา (ความไม่เบียดเบียน)** การไม่บีบบังคับ กดขี่ เช่นการเก็บภาษีชู้ตรีต หรือ เกณฑ์แรงงานเกินขนาด ไม่หลงระเริงอำนาจ ขาดความกรุณา ลงโทษแก่ ประชากราชกรูร์ผู้ใดเพราะอาศัยความอาฆาตเกลียดชัง

9. **ขณติณฺจ (ความอดทน)** คือ การอดทนต่องานที่ตรากตรำ ถึงลำบากกาย ทำเหนื่อยเพียงใดก็ไม่ย่อถอย ถึงจะถูกย่ำถูกหยันด้วยคำเสียดสี ถากถางอย่างใดก็ไม่หมดกำลังใจ ไม่ย่อท้อ ละทิ้งกรรมที่บำเพ็ญโดยธรรม

10. **อวิโรธนะ (การหนักแน่นในธรรมและความถูกต้อง)** คือการวางองค์เป็นหลัก หนักแน่นในธรรมคงที่ไม่เอนเอียงหวั่นไหวเพราะถ้อยคำที่ร้าย ลากสักการะ หรืออนุญารมณฺเฑย สติมั่นในธรรม ทั้งส่วนยุติธรรมหรือความเที่ยงธรรม นิติธรรม คือระเบียบแบบแผนหลักการปกครอง ตลอดจนขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงาม ไม่ประพฤติให้คลาดเคลื่อนวิบัติไป

หลักธรรมสำหรับการปกครองที่พระพุทธศาสนาได้แสดงไว้นั้นมีลักษณะเป็นกลางๆ สามารถนำมาปรับใช้ได้กับการปกครองทุกรูปแบบ ในทางทฤษฎีนั้นดูเหมือนว่าคำสอนหรือหลักธรรมที่ทรงแสดงไว้ แต่ละหมวดหรือแต่ละเรื่องเหล่านี้ต่างกันหรือแยกจากกัน แต่ในทางปฏิบัติหลักธรรมต่างๆ ล้วนมีความสัมพันธ์เกี่ยวโยงกันเสมอ ดังเช่น “เรื่องทศพิธราชธรรมหมายความว่าผู้ปกครอง ควรปฏิบัติตน ตามหลักทศพิธราชธรรม อันอาจสรุปเข้าในคำเดียว คือ โดยธรรม เพื่อธรรม ได้แก่ โดยความเป็นธรรม เพื่อความเป็นธรรม ฉะนั้น ธรรมทางการปกครองแม้จะมีเป็นอันมาก แม้ที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ก็ดี ที่ศาสตร์การปกครองต่างๆ แสดงไว้ก็ดี ก็รวมเข้าในคำเดียว” ว่าโดยธรรม เพื่อธรรม ที่จะก่อให้เกิดประโยชน์เกื้อกูล และความสุขอันเป็นความเจริญงอกงามไพบุลย์ต่างๆ (ช.ชา. (ไทย) 28/240/86)

หลักทศพิธราชธรรมนั้น เป็นหลักธรรมสำหรับการปกครองที่พระพุทธศาสนา ได้แสดงไว้นั้น มีลักษณะเป็นกลางๆ สามารถนำมาปรับใช้ได้กับการปกครองทุกรูปแบบ ในทางทฤษฎีนั้นดูเหมือนว่า คำสอนหรือหลักธรรมที่ทรงแสดงไว้แต่ละหมวด หรือแต่ละเรื่องเหล่านี้ ต่างกันหรือแยกจากกัน แต่ในทางปฏิบัติหลักธรรมต่างๆ ล้วนมีความสัมพันธ์เกี่ยวโยงกันเสมอ ตลอดทั้งยังเป็นหลักจริยธรรมสำหรับการปฏิบัติ แต่ละบุคคลเป็นระดับๆ ตามแต่อุปนิสัย และหน้าที่ของแต่ละบุคคล เพื่อจะนำไปใช้ในการปฏิบัติ ให้การดำเนินชีวิต หรือการปฏิบัติหน้าที่ให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี และยังเป็นสิ่งที่คอยควบคุม หรือเป็นสิ่งที่คอยตักเตือนให้ทำหน้าที่เป็นไปด้วยดีนั้น ก็คือ คุณธรรมจริยธรรมนั่นเอง พอสรุปได้ว่าหลักทศพิธราชธรรมนั้นมีปรากฏในมหาหังสชาดก เป็นส่วนหนึ่งของบทสนทนาธรรมที่พระยา

หงส์สนทนาธรรมกับพระเจ้ากาสิ หลักทศพิชราชธรรมนั้น หมายถึง ธรรมของพระราชากิจวัตรที่พระเจ้าแผ่นดินควรประพฤติ คุณธรรมของผู้ปกครองบ้านเมือง เป็นธรรมของนักปกครองมี 10 ประการ คือ ทาน หมายถึง การให้สิ่งของแก่ผู้อื่น ศีล หมายถึง ความประพฤติดีงาม เสมอต้นเสมอปลาย ปริจจาคะ หมายถึง ความเสียสละ อาชชวะ หมายถึง ความซื่อตรง มัททวะ หมายถึง ความอ่อนโยน ตบะ หมายถึง ความทรงเดช ออกลิ้นต่อกิเลสทั้งปวง อักโกธะ หมายถึง ความไม่กริ้วโกรธ อวิหิงสา หมายถึง ความไม่ข่มเหงเบียดเบียน ชันติ หมายถึง ความอดทนเข้มแข็ง ไม่ทอดถอยต่ออุปสรรคทั้งปวง อวิโรธนะ หมายถึง ความไม่คลาด ทศพิชราชธรรมนั้น มีลักษณะเป็นกลางๆ สามารถนำมาปรับใช้ได้กับการปกครองทุกรูปแบบ ในทางทฤษฎีนั้นดูเหมือนว่าคำสอนหรือ หลักธรรมที่ทรงแสดงไว้แต่ละหมวด หรือ แต่ละเรื่องเหล่านี้ ต่างกันหรือแยกจากกัน แต่ในทางปฏิบัติหลักธรรมต่างๆ ล้วนมีความสัมพันธ์เกี่ยวโยงกันเสมอ ทศพิชราชธรรม ทั้ง 10 ประการ จะเป็นตัวคอยควบคุม หรือ เป็นสิ่งที่คอยตักเตือนให้ทำหน้าที่เป็นไปด้วยดี ต่อมาหลักทศพิชราชธรรมได้กลายมาเป็นแบบแผนประเพณีของพระมหากษัตริย์ที่นับถือพระพุทธศาสนา และเป็นหลักธรรมสำคัญของผู้นำระดับต่างๆ ของประเทศ

## ผลการสังเคราะห์กระบวนการทำงานเพื่อพัฒนาสังคมของพระจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยา

### 1. กำหนดเป้าหมายของการเป็นพระจิตอาสา

พระสงฆ์ผู้ให้ข้อมูลมองเห็นว่าเป้าหมายของการเป็นจิตอาสา นั้น คือ การช่วยเหลือให้ผู้ที่เดือดร้อน เกิดทุกข์ทางกาย ทางใจ ได้คลายทุกข์ หรือ จัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นกับตัวบุคคลนั้น ๆ ให้เขา สามารถจัดการกับปัญหาของตนเองได้โดยใช้สติคิดและไตร่ตรองให้รอบครอบ โดยใช้ปัญญาประกอบด้วยเพื่อหาวิธีที่จะช่วยคลายปม คลายปัญหาชีวิตที่สุมประดังเข้ามาในชีวิต ด้วยหลักธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ซึ่งทรงประทานไว้ในบรรพพุทธศาสนา คือหนทางแห่ง มรรค 8 เป็นทางปฏิบัติเพื่อดับทุกข์ โดยทุกข์ที่ว่านั้นเป็นทั้งทุกข์ที่ตนเองสร้างขึ้น เช่น ความอยากได้ใคร่ดี และ ทุกข์ทางสังคม เช่น การเบียดเบียนกันอยากได้สิ่งของของผู้อื่นมาเป็นของของตน เป็นต้น ดังนั้น การที่พระสงฆ์จิตอาสา มีจิตเมตตาช่วยจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นกับหมู่ชน คือ การให้กำลังใจ



การปลอบขวัญ แนะนำแนวทางแห่งความดับทุกข์นั้น ๆ พระสงฆ์มีความเมตตา กรุณา เอื้อเฟื้อ แก่ชนทั้งหลาย โดยหลักพรหมวิหาร 4 คือการเมตตา พุดด้วยเมตตา ทำด้วยความเมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา ในส่วนที่ต้องเที่ยงตรงสำหรับปัญหาบางเรื่องที่มีมนุษย์ก่อขึ้น และยังมีในส่วนของสังฆวัตถุ 4 คือ ทาน ปิยวาจา หลักธรรมเหล่านี้ คือ หนทางแห่งมรรคล้วนแต่เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต ซึ่งพวกเขาเหล่านั้นกำลังต้องการการช่วยเหลือ เยียวยา ทั้งภายนอกและภายใน แต่เมื่อมีจิตอาสาเข้าไปช่วยเหลือ พุดคุย ให้กำลังใจกับผู้ที่กำลังมีปัญหา หรือมีทุกข์ พวกเขา กำลังเกิดการเปลี่ยนแปลง ผันผวนกับชีวิตที่เกิดขึ้นภายในจิตใจตลอดเวลา จากแนวการปฏิบัติของพระสงฆ์ที่เป็นจิตอาสาด้วยแล้ว เมื่อบุคคลเหล่านั้นได้ใกล้ชิด ได้เข้ารับการเมตตา ความกรุณา จากการอบรมบ่มเพาะจิตใจ ทำให้เข้าใจในเจตนาของการช่วยเหลือ เกื้อกูล โดยไม่หวังผลตอบแทน ยิ่งทำให้บุคคลเหล่านั้นเห็นที่พึ่งพักพิงใจ จิตใจเบิกบาน เกิดความสุขใจ ตลอดในการที่ได้เข้ารับการอบรม ได้ปฏิบัติตน สนทนา และได้ทำกิจกรรมอื่น ๆ ร่วมกับพระสงฆ์จิตอาสาทำได้อริถึงความคิด ความเข้าใจ (พระจิตอาสา A1, สัมภาษณ์, 23 พฤศจิกายน 2561)

## 2. คุณลักษณะของพระสงฆ์จิตอาสา

พลังใจของมนุษย์เริ่มต้นจากแรงบันดาลใจที่ยิ่งใหญ่ และความใฝ่ฝันอันสูงส่ง จึงทำให้อยากลงมือทำ เพื่อให้ภาพที่มีอยู่ในใจนั้นเป็นจริงขึ้นมา แม้สิ่งนั้นจะยากลำบากเพียงใด แต่ด้วยความเพียรพยายามครั้งแล้วครั้งเล่า แม้บางครั้งอาจล้มเหลวบ้าง แต่ในที่สุดก็สามารถประสบความสำเร็จได้ ทำให้โลกมีสิ่งมหัศจรรย์เกิดขึ้นมากมาย ส่วนความปรารถนาให้โลกเกิด **สันติภาพ** นั้น นับเป็นแรงบันดาลใจและความใฝ่ฝันที่ยิ่งใหญ่ ที่ต้องอาศัยความร่วมมือร่วมใจกัน ต้องทำกันไปเป็นทีม ต้องใช้เวลาและพลังใจที่ประกอบด้วยมหากรุณา พวกเราทุกคนคือส่วนหนึ่งในการสร้างสันติภาพโลก โดยเริ่มต้นด้วยการทำตัวเราให้เป็นผู้มีกาย วาจา ใจ สะอาดบริสุทธิ์ มีศีลมีธรรม และหมั่นทำใจให้หยุดนิ่งเป็นประจำสม่ำเสมอ สักวันหนึ่งโลกในอุดมคติย่อมจะบังเกิดขึ้นอย่างแน่นอน “อาตมาขอพุดแบบตรง ๆ ว่า มี 2 ส่วน คือ 1) การเสียสละ และคิดถึงประโยชน์ส่วนรวมเป็นที่ตั้ง การเสียสละนี้ คือ การเสียสละกำลังกาย บางครั้งกำลังเวลา กำลังทรัพย์ไปด้วยกัน ส่วนที่ 2 คือ ขันติ อดทน เพราะการทำงานนี้ถ้าไม่อดทน จะไม่สามารถที่จะไปทำงานเพื่อคนอื่นได้ เช่น เราไปต่างจังหวัด ไปทำการอบรม เวลาเดินทางมันก็จะมีความเหน็ดเหนื่อยบ้างก็เป็น

ธรรมดา หรือการทำงานเพื่อสังคมสังเคราะห์ หรือเพื่อสังคมต้องมีเรื่องอื่น ๆ เข้ามา ถ้าเราไม่อดทนข่มใจ และมองประโยชน์ส่วนรวม หรือการเสียสละเป็นที่ตั้ง ก็ยากที่ทำงานตรงจุดนี้ได้ ชั้นดี คือความ อดทนอดกลั้นต่อความเหนื่อยล้า ต่อสิ่งที่ไม่ดี ไม่งามมากกระทบใจเรามันก็เป็นธรรมดาในการทำงานสังคมสังเคราะห์ หรือทำงานเพื่อสังคม ถ้าเราไม่อดทนข่มใจมองประโยชน์ส่วนรวมเป็นที่ตั้งเราก็ไม่สามารถจะทำงานตรงนี้ได้” (พระจิตอาสา A2, สัมภาษณ์, 17 พฤศจิกายน 2561)

### 3. เน้นกระบวนการทำงานเพื่อชุมชน

ด้วยหน้าที่ของความเป็น “พระ” พระสงฆ์ซึ่งเป็นสาวกขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า นอกจากจะเป็นผู้นำเอาหลักธรรมคำสั่งสอนทางพระพุทธศาสนาไปเผยแผ่แล้ว พระสงฆ์ผู้ให้ข้อมูลมองเห็นว่าเป้าหมายของการเป็นจิตอาสาของพระสงฆ์ นั้น คือการได้ช่วยเหลือเกื้อกูลแก่คนในสังคมเท่าที่สามารถจะช่วยเหลือได้ เช่น การให้คำปรึกษา การแนะนำให้กับผู้ที่มาปรึกษาสามารถคลี่คลายทุกข์ หรือจัดการกับปัญหาโดยใช้สติปัญญา นำมาสู่วิธีคิด มีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องตามทำนองคลองธรรม โดยใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต ส่งผลให้คนในสังคมมีกระบวนการการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นภายในใจตลอดเวลา และนำไปสู่กระบวนการเปลี่ยนภายนอก ดังคำที่พระสงฆ์ผู้ให้สัมภาษณ์ ได้กล่าวว่า การอบรมที่ใช้ใน “กลุ่มเพื่อชีวิตดิงามนี้” เราไม่ได้จำกัดเฉพาะญาติโยมที่มาในวัดเท่านั้น แต่กลุ่มเพื่อชีวิตดิงาม นั้นสามารถไปได้ทุกสถานที่ ที่มีกรณีมนต์เพื่อไปมอบความรู้ให้กับคนในชุมชนที่อาศัยอยู่เป็นสังคมใดสังคมหนึ่ง ทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศ โดยใช้กระบวนการกลุ่มเป็นหลักเสมอ (พระจิตอาสา A3, สัมภาษณ์, 18 พฤศจิกายน 2561)

### 4. มุ่งถ่ายทอดความรู้เพื่อผู้อื่น

“พัฒนาตนเอง ด้วยการช่วยคนอื่นพัฒนา” เป็นเป้าหมายของการเป็นจิตอาสาทำงานเพื่อสังคม และตรงกับการทำงานเป็นพระวิทยากรกลุ่มเพื่อชีวิตดิงาม การทำงานของกลุ่มจะไม่เน้นในเรื่องไตรสิกขา คือศีล สมาธิ ปัญญา แต่จะทำตามกระบวนการของพระพุทธศาสนา คือ 1) จิตอาสาเพื่อการเสียสละ เพราะการทำงานเผยแผ่เชิงรุกในด้านนี้จะต้องไม่เห็นแก่ประโยชน์ส่วนตนมากกว่าประโยชน์ส่วนรวม อย่างน้อยการทำงานด้านเผยแผ่พระพุทธศาสนานั้น พระสงฆ์ใช้คำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่เป็น

บรมครูทรง เป็นผู้ริเริ่มในเรื่องการเผยแผ่พระพุทธศาสนา ทรงมีพระมหากรุณาต่อพระพุทธศาสนาทำให้เราได้ประโยชน์มาจนทุกวันนี้ เราจึงได้ประโยชน์จากพระพุทธศาสนา การทำงานเป็นจิตอาสาด้านนี้ต้องมีทักษะ มีกระบวนการ มีความรู้ เพื่อสำหรับใช้อบรมสั่งสอนคนอื่นได้ ดังที่พระพุทธเจ้า พระองค์ทรงส่งพระอริยะสาวก 60 รูป ออกเผยแผ่พระพุทธศาสนาจนเฟื่องฟูมาถึงทุกวันนี้ แต่ปัจจุบันพระพุทธศาสนามีภัยคุกคามรอบด้าน โดนรุกล้ำมากมายหลายด้าน จึงต้องมีพระสงฆ์ทำหน้าที่นี้ จิตใจเป็นเรื่องสำคัญ นอกจากต้องมีใจที่หนักแน่น ดังนั้น พระสงฆ์จึงต้องทำงานด้านเผยแผ่พระพุทธศาสนาเชิงรุก นอกจากงานในวัดที่ทำเป็นประจำแล้ว ยังต้องมีการเปิดทำกิจกรรมกลุ่ม ทั้งในวัดและนอกวัด พระสงฆ์ที่เป็นพระวิทยากร ก็ยังต้องมีการพัฒนาเพื่อให้มีความรู้ ความสามารถ ที่ทันต่อเหตุการณ์ปัจจุบันถือว่าเป็นประโยชน์ต่อตนเอง ด้วยการช่วยคนอื่นพัฒนาให้ได้รับความรู้ ได้ประโยชน์และความสุขแก่คนในสังคม ฉะนั้น การทำงานในด้านนี้ต้องเสียสละเพื่อส่วนรวม (พระจิตอาสา A4, สัมภาษณ์, 23 พฤศจิกายน 61)

## 5. สะท้อนคิดผลการปฏิบัติงานจิตอาสา

สะท้อนคิดผลการปฏิบัติงานจิตอาสา เราใช้กระบวนการบูรณาการใช้การประชุมเหมือนละลายพฤติกรรมด้วยการล้อหลอมคนในองค์กรนั้นไปด้วย ว่าคนที่ผ่านงานกลุ่มตรงนี้เวลาไปสู่อีกครั้ง เป็นบุคคลที่บุคลากรที่องค์กรข้างนอกในปัจจุบันนี้ต้องการ เพราะเป็นคนอเนกประสงค์ทำได้ทุกอย่าง เป็นผู้นำแต่ก็สามารถทำงานกับผู้ร่วมงานได้ สิ่งนี้ไม่มีนะในสังคมข้างนอก แต่เราสามารถคุยกันได้ เป็นผู้นำก็สามารถแบกเก้าอี้ได้ ช่วยเหลือกันได้ ฝึกให้ทำได้ทุกอย่าง เป็นผู้นำก็เป็นผู้นำที่ไม่ถือตัว ก็ไม่ใช่แต่เป็นผู้นำที่ได้ใจลูกน้องที่เราไม่มีเส้นกันระหว่างผู้บังคับบัญชา หรือคำสั่งหรือกฎระเบียบหรือบุคคลต่างๆ เรากลับอยู่กันแบบพี่แบบน้อง อันนี้คือถ้าเป็นองค์กรข้างนอกเป็นระเบียบของราชการชัดเจน สำหรับกลุ่มเพื่อชีวิตติงาม คนที่ผ่านมา ผ่านกระบวนการกลุ่มนี้แล้วก็เปรียบเสมือนน้ำมันหล่อลื่นเครื่องยนต์ ไม่มีน้ำมันหล่อลื่นงานก็จะไม่ไหลลื่น อารมณ์กระทบกระทั่งกันมีมากมาย เท่ากับทุกคนได้ทำงานร่วมกันได้ ทำทุกอย่างได้หมด ทำให้เขาเห็นได้หมด ผู้ตามก็สามารถทำได้ทุกอย่าง เป็นผู้นำก็เป็นที่รัก สามารถเป็นคนที่สร้างความสามัคคีให้ในงานได้ ไปอยู่ที่อื่นก็เป็นที่ยอมรับของสังคมอื่นๆ ทุกคนได้ นอกจากนั้นยังทำให้เกิดการพัฒนาตัวเอง เช่น พวกอารมณ์ร้อนก็จะทำให้เราเย็นลง ลักษณะการทำงานอันนี้ คือสังคมภายใน

คนข้างนอกก็จะยอมรับเพราะว่าตอนนี้ กลุ่มเพื่อชีวิตดิงงานนี้ทำงานกันแบบกัลยาณมิตรเมื่อเข้าไปอยู่ร่วมกันก็จะสร้างกันในองค์กรนั้นได้ ที่เกิดขึ้นกับตัวเราเช่นสามารถที่จะทำโครงการให้กับลูกน้องได้ (พระจิตอาสา A5, สัมภาษณ์, 17 พฤศจิกายน 2561)

## บทสรุป

กระบวนการสร้างจิตอาสาของพระสงฆ์ตามแนวพุทธจิตวิทยา คือพระสงฆ์ผู้ที่มีจิตใจเป็นผู้ให้อาจจะเป็นการให้สิ่งของให้เงินให้ความช่วยเหลือด้วยกำลังร่างกายแรงสมอง ซึ่งเป็นการเสียสละสิ่งที่ตนเองมีแม้กระทั่งเวลาเพื่อเอื้อเพื่อแผ้วแผ่ให้แก่ส่วนรวม งานจิตอาสาเป็นอีกช่องทางหนึ่งในการพัฒนาระดับจิตใจให้พุทธศาสนิกชนมีความเข้าใจเอื้อเพื่อ หันมาทำกิจกรรมเพื่อสังคมมากขึ้น เพราะงานจิตอาสาเป็นสิ่งที่ให้พุทธศาสนิกชนหันมาทำความเข้าใจในตนเองและสังคมเพิ่มมากขึ้น จะเห็นได้จากในปัจจุบันปัญหาสังคมเริ่มทวีความรุนแรงมากขึ้นทั้งทางครอบครัว ชุมชนและสังคม หากไม่รีบแก้ไขให้ทันท่วงทีสังคมก็จะตกอยู่ภายใต้ความสับสนวุ่นวาย ซึ่งไม่ใช่เรื่องดีนัก แต่การสร้างจิตสาธารณะให้เกิดขึ้น สังคมแห่งการแบ่งปันเอื้ออาทรก็ยิ่งมากขึ้นเท่านั้น นอกจากการช่วยพุทธศาสนิกชนเหล่านี้ได้ปลดปล่อยพลังที่มีในตนเองแล้ว ยังเป็นการสร้างคุณลักษณะให้มีผลดีต่อสังคมอีกด้วย

## เอกสารอ้างอิง

- คุณ โทชน์. (2537). *พุทธศาสนากับชีวิตประจำวัน*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์โอเดียนสโตร์.
- ไชยรัตน์ เจริญสินโอสถ. (2543). *วาทกรรมการพัฒนา: อำนาจ ความรู้ ความจริง เอกลักษณะ และความเป็นอื่น*. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: วิชาษา.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน. (2543). *ทฤษฎีต้นไม้อัจฉริยะ การวิจัยและการพัฒนาบุคคล*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- ปิยนาด สรวิสูตร. (2552). แรงจูงใจของผู้นำเยาวชนที่มีจิตอาสาในการทำกิจกรรมเพื่อสังคม: กรณีศึกษาสภาเยาวชนกรุงเทพมหานคร (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต). กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- พระพยอม กลฺยาโณ. (2540). บทบาทของพระสงฆ์ต่อสังคม. ข่าวสด, 19 กรกฎาคม 2540.
- พระราชวรมูณี (ประยุทธ์ ปยุตโต). (2527). สถาบันและสังคมไทย. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิโกลด์คีมทอง.
- วิจิตร เกิดวิไลขันธ์. (2533). หนังสือเรียนพระพุทธศาสนา. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช.
- สุภาพร ทศพระรินทร์. (2556). ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมจิตอาสาของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดนนทบุรี (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต). นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- สุธาทิพย์ แก้วเกลี้ยง. (2549). การพัฒนาจิตอาสาในแนวพระพุทธศาสนา (สารนิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต). นครปฐม : มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สุเมธ ตันติเวชกุล. (2548). คำประกอบการบรรยายเรื่องการเสริมสร้างสมรรถนะบุคลากรสายสนับสนุนและช่วยวิชาการด้วยการเรียนรู้ตามรอยพระยุคลบาท เสริมสร้างเมืองไทยใสสะอาด. ม.ป.ท.
- สำนักวิชาสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย. ม.ป.ป. เอกสารประกอบการสอนรายวิชา GEN1044 จิตวิทยาเพื่อการพัฒนาสังคม. เชียงราย : มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย.
- Bandura, Albert. (1977). *Social Learning Theory*. New Jersey: Prentice.
- Patumsawad, T. (2016). The participation of citizens in building strong communities Case Study Community Don Muang Khong. *Rajapark Journal*, 10(20), 178-189.