

การติดตามจิตอาสาที่ปฏิบัติต่อสังคมปัจจุบันอย่างยั่งยืน TO FOLLOW PUBLIC MIND MAKING PERMANENT PRACTICE TO PRESENT SOCIETY

นภารัตน์ เอนกบุญย์*
พระครูกล้ายานสิทธิวัฒน์**
สาระ มุขดี***

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อศึกษาหลักธรรมที่สามารถนำไปใช้ในการทำงานจิตอาสาได้อย่างยั่งยืน 2) เพื่อศึกษาปัจจัยและติดตามจิตอาสาที่ปฏิบัติต่อสังคมปัจจุบันอย่างยั่งยืน และ 3) เพื่อศึกษาปัญหาและอุปสรรคในการทำงานจิตอาสาอย่างยั่งยืน ดำเนินการวิจัยโดยการเก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก จากจิตอาสาที่ผู้วิจัยได้กำหนดคุณสมบัติไว้ จำนวน 6 รูป/คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยนี้เป็นแบบสัมภาษณ์เชิงลึก จากนั้นนำเสนอภาพรวมรวมเชิงพรรณนา ผลการวิจัยพบว่า การทำงานจิตอาสาในแง่ของพระพุทธศาสนาเป็นเป็นการฝึกฝนจิตใจ ลดละกิเลส ลดความยึดมั่นถือมั่นในตัวตน สามารถสร้างความซาบซึ้งในคุณค่าตนเอง ถือเป็นการปฏิบัติที่ไม่ควรที่จะละเลยในการฝึกฝนและพัฒนาตนเอง ตามหลักการทางพระพุทธศาสนาการทำงานจิตอาสาถือคือการปฏิบัติธรรม หรือเป็นโอกาสในการที่จะได้พัฒนา ฝึกฝนตนเองอันเป็นประโยชน์ทั้งประโยชน์แก่ตน ประโยชน์แก่ผู้อื่น และเป็นประโยชน์ทั้ง 2 ฝ่าย มีหลักพุทธธรรมที่สนับสนุนคุณลักษณะจิตอาสา ทั้งเป็นรูปธรรมของความเป็นเพื่อนมนุษย์เพื่อเชื่อมต่อความเป็นมนุษย์ด้วยกันอย่างมีประสิทธิภาพและทำให้เกิดสิ่งดีงามในสังคมได้อย่างยั่งยืน

คำสำคัญ: การติดตาม, จิตอาสา, ยั่งยืน

ABSTRACT

This research which is a qualitative one is of purpose and objective

1. To study principles of Dharma which can be permanently used for public mind,
2. To study factors and follow public mind making practice to the present society firmly,
- and 3. To study the problem and obstacle in a work of public mind, proceeding a research in collecting data by comprehensive interview from a public mind specified by the researcher about six laymen/monks. The instruments used for this research is a deep

*หลักสูตรพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาพุทธจิตวิทยา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

**ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

***คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยนวมินทราธิราช กรุงเทพมหานคร

interview. From that a common image is descriptively offered. The result of research is found that a work of public mind from an aspect of Buddhism is a training of mind, reducing refinements and grasp in self, able to make satisfaction on oneself's values. It is a practice which should not be neglected in training and developing oneself. According to principles of Buddhism a work of public mind is to practice Dharma or take chance in training oneself for the benefit of oneself and the other. There are principles of Buddhism promoted to the qualities of public mind in a form of being a good human friend and bringing about beauty in the society permanently.

Keywords: Tracking, Volunteerism, Sustainability

บทนำ

จิตอาสาเป็นทรัพยากรมนุษย์บนโลกที่มีอยู่อย่างจำกัด ซึ่งเป็นเรื่องสำคัญที่ทุกคนต้องตระหนักถึงภายใต้จำนวนประชากรที่เพิ่มขึ้นทุกวัน จากสถานการณ์วิกฤตการณ์สึนามิหรือแม้แต่อุทกภัยครั้งใหญ่ในรอบหลายสิบปีของประเทศไทยและพิบัติภัยต่างๆ ทำให้ประชาชนที่อาศัยอยู่ในบริเวณโดยรอบได้รับผลกระทบเกิดความสูญเสียอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ สถานการณ์วิกฤติดังกล่าวได้เกิดการรวมตัวของกลุ่มคนที่มีจิตสาธารณะที่พร้อมเสียสละ สร้างความร่วมมือร่วมใจเพื่อส่วนรวม และพร้อมช่วยเหลือสังคมที่ต้องการกำลังกาย กำลังใจซึ่งถือเป็นวิถีวัฒนธรรมของสังคมที่มีพระพุทธศาสนาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ “จิตอาสา” จึงไม่ใช่แค่สิ่งที่ทำตามกระแสควรทำให้เป็นเรื่องพื้นฐานและต้องส่งเสริมอย่างต่อเนื่องในสังคมไทยที่แม้ว่าจะตื่นตัวในเรื่องของจิตอาสาเป็นโอกาสที่จะพัฒนาจึงต้องสร้างความยั่งยืน เพื่อให้สามารถเติบโตพัฒนาศักยภาพและสร้างการเปลี่ยนแปลงในระยะยาวได้

การมีจิตอาสาเป็นรูปธรรมของความเป็นเพื่อนมนุษย์ที่มีความเมตตา กรุณา เพื่อเชื่อมต่อความเป็นมนุษย์ด้วยกัน และทำให้เกิดสิ่งดีงามในสังคม เป็นผู้ที่มีความต้องการที่จะช่วยเหลือผู้อื่น นึกถึงส่วนรวม ไม่ได้เป็นงานอาชีพ แต่เป็นจิตสำนึกที่ควรมีความรับผิดชอบต่อความเป็นมนุษย์ และเนื้อแท้ของการเป็นอาสาสมัครอยู่ที่จิตใจ การมีจิตอาสาหรือจิตสาธารณะนั้น เป็นสิ่งที่เกิดตามวิถีการดำเนินชีวิตของแต่ละบุคคลสภาพแวดล้อมต่างๆ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ชุมชน มีผลต่อการพัฒนาคุณธรรม จริยธรรมของบุคคลจิตสำนึกสาธารณะ หรือจิตสำนึกทางสังคม อยู่ภายใต้อิทธิพลของปัจจัยแวดล้อม ทั้งภายในและภายนอก

ในทฤษฎีของพระพุทธศาสนา แม้จะยังไม่สำเร็จประโยชน์ตน ก็สามารถกระทำประโยชน์เพื่อผู้อื่นได้ โดยศึกษาปฏิบัติ พัฒนา ขัดเกลาตนเองไปพร้อมๆ กับการกระทำความดีที่เป็นประโยชน์หรือช่วยเหลือผู้อื่นได้ด้วย จะก่อให้เกิดประโยชน์ทั้งสองฝ่ายได้อย่างสมบูรณ์ ผู้ที่จะทำงานจิตอาสา นั้นแม้จะยังเป็นปุถุชนอยู่ ก็สามารถพัฒนา ขัดเกลา ฝึกฝนตนเองในด้านต่างๆ ไปพร้อมๆ กับการทำงานเพื่อช่วยเหลือผู้อื่นได้ ให้ถือว่าการทำงานเป็นดังโอกาสในการเรียนรู้และพัฒนาตนเอง

ทั้งทางด้านจิตใจและทักษะ ความรู้ โดยไม่จำเป็นต้องรอให้มีความพร้อมทุกด้านอย่างสมบูรณ์ก่อน จึงค่อยช่วยเหลือผู้อื่น แต่อย่างไรก็ตามผู้ที่ทำงานจิตอาสาก็ควรมีความพร้อมในตนเองระดับหนึ่ง โดยเฉพาะความพร้อมในเรื่องของคุณธรรมในจิตใจ รู้ว่าสิ่งใดควรทำ ไม่ควรทำสามารถดำรงตนอยู่ในทำนองคลองธรรมหรือศีลธรรมอันดีได้

จึงเป็นประเด็นที่สะท้อนถึงการนำไปสู่เป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน (Sustainable Development Goals: SDGs) ตามกรอบแนวทางขององค์การสหประชาชาติ ที่กำหนดเป้าหมายการพัฒนาโดยอาศัยกรอบความคิดที่มองการพัฒนาในด้านต่างๆ ให้เป็นมิติที่มีความเชื่อมโยงกัน ด้วยวิถิชุมชนและอัตลักษณ์ของชุมชนที่ตนอาศัยอยู่ และแม้ว่าเป้าหมายของการพัฒนาอย่างยั่งยืน จะเกิดการเปลี่ยนแปลงในระดับประชาคม แต่ต้องยอมรับว่าสิ่งเหล่านี้ไม่สามารถเกิดขึ้นในชั่วข้ามคืน ด้วยเหตุดังกล่าวผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาวิจัยเรื่องการติดตามจิตอาสาที่ปฏิบัติตนต่อสังคมปัจจุบันอย่างยั่งยืน

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาหลักธรรมที่จิตอาสาสามารถนำไปใช้ในการทำงานได้อย่างยั่งยืน
2. เพื่อศึกษาปัจจัยและติดตามจิตอาสาที่ปฏิบัติตนต่อสังคมปัจจุบันอย่างยั่งยืน
3. เพื่อศึกษาปัญหาและอุปสรรคในการทำงานจิตอาสา

วิธีดำเนินการวิจัย

รูปแบบการวิจัย

รูปแบบการวิจัยฉบับนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ ศึกษาการติดตามจิตอาสาที่ปฏิบัติต่อสังคมปัจจุบันอย่างยั่งยืน เป็นการศึกษาเรื่องของการทำงานของจิตอาสาที่มีบทบาทในการช่วยเหลือสังคมอยู่อย่างต่อเนื่องในปัจจุบัน เป็นผู้ที่มีความต้องการที่จะช่วยเหลือผู้อื่น นึกถึงส่วนรวมไม่ได้เป็นงานอาชีพ งานวิจัยนี้เป็นการศึกษาเฉพาะกลุ่มงานจิตอาสาเป็นงานศึกษาซึ่งมีความเป็นนามธรรมสูง ไม่สามารถวัดผลได้ชัดเจนด้วยตัวเลข ผู้วิจัยจึงใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลจากการสังเกต การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก และจากแหล่งข้อมูลเอกสาร งานวิจัยต่างๆ นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์สร้างข้อสรุป เพื่อตอบคำถามการวิจัยตามกระบวนการวิจัยเชิงคุณภาพ

กลุ่มผู้ให้ข้อมูล

กลุ่มจิตอาสาในการวิจัยครั้งนี้ เป็นกลุ่มจิตอาสาที่ปฏิบัติงานอาสาเหตุการณ์วิกฤติอุทกภัยภาคกลางครั้งใหญ่เมื่อ พ.ศ. 2554 ณ ศูนย์พักพิงผู้ประสบอุทกภัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย โดยผู้วิจัยได้เลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูลใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposeful) จำนวน 6 รูป/ คน มีคุณสมบัติที่กำหนด คือ

1. เป็นผู้ที่มีบทบาทต่องานจิตอาสาจนเป็นที่ประจักษ์ยอมรับจากสังคม (ได้รับเชิญเป็นวิทยากรบรรยายเรื่องจิตอาสา/กิจกรรมในหน่วยงานภาครัฐและเอกชนหลายครั้ง)
2. เป็นผู้ที่ทำงานจิตอาสาอย่างต่อเนื่องติดต่อกันเป็นเวลามากกว่า 5 ปี

3. เป็นผู้มีหลักธรรมในการดำเนินชีวิต
4. เป็นผู้ที่สามารถให้ข้อมูลเชิงลึกได้
5. เป็นผู้ที่สนใจ และยินดีให้ความร่วมมือในการให้ข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

สร้างแนวคำถามในการเก็บรวบรวมข้อมูล ที่ได้จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการทำงานจิตอาสา โดยแนวทางในการสร้างเครื่องมือการวิจัยผ่านการตรวจคัดกรองจากอาจารย์ที่ปรึกษาทั้งสองท่านแบ่งออกเป็นสองส่วน คือ

ส่วนที่ 1 แนวคำถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป ได้แก่ ชื่อ – (ฉายา)/สกุล เพศ อายุ ตำแหน่ง สังกัด ระดับการศึกษาและระยะเวลาในการทำงานจิตอาสา

ส่วนที่ 2 แนวคำถามเกี่ยวกับแรงจูงใจในการเป็นจิตอาสาและสาเหตุใดที่สามารถทำให้ท่านเป็นจิตอาสาได้อย่างต่อเนื่อง วิถีชีวิตมีการเปลี่ยนแปลงอย่างไร การรู้จักในการทำจิตอาสาเป็นอย่างไรและปัญหาและอุปสรรคในการทำงานจิตอาสาและมีวิธีจัดการปัญหาเหล่านั้นอย่างไร

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูล โดยใช้วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล 2 วิธี คือ 1) ข้อมูลปฐมภูมิโดยการทบทวนหลักธรรมที่เกี่ยวข้องในพระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และคัมภีร์อื่นๆ รวมทั้งทฤษฎี ที่เกี่ยวข้องกับการจิตอาสาตลอดจนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 2) ข้อมูลทุติยภูมิ โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลจากการสัมภาษณ์จากกลุ่มผู้ให้สัมภาษณ์ จำนวน 6 รูป/คน หลังจากนั้นผู้วิจัยก็ดำเนินการตรวจสอบความถูกต้องและความสมบูรณ์ของแบบสัมภาษณ์ที่สัมภาษณ์มาทั้งหมด ก่อนจะนำผลที่ได้จากการเก็บรวบรวมข้อมูลไปวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

ภายหลังจากที่ผู้ให้ข้อมูลยินยอมเข้าร่วมวิจัย โดยผู้วิจัยและผู้ให้ข้อมูลมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน ผู้วิจัยใช้เทคนิคในการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้ (สุรางค์ จันทวานิช, ม.ป.ป : 34)

การสัมภาษณ์ ใช้ประเภทการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (in-depth interview) โดยผู้วิจัยจะพูดคุยอย่างไม่เป็นทางการ การถามซ้ำ การให้ยกตัวอย่างโดยอาศัยแนวคำถามที่สร้างขึ้น และใช้คำถามย่อยเพื่อเจาะลึกข้อมูลให้ผู้ให้ข้อมูลเล่าประสบการณ์ของตนอย่างลึกซึ้ง และครอบคลุมวัตถุประสงค์ของการวิจัย ทั้งนี้ระยะเวลาในการให้สัมภาษณ์ขึ้นอยู่กับผู้ให้ข้อมูล

บันทึกภาคสนาม นอกจากนักวิจัยต้องเป็นนักสัมภาษณ์ที่ดีแล้ว ยังต้องเป็นนักสังเกต เพื่อดูและฟังสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นในปรากฏการณ์ที่ศึกษา เก็บเป็นข้อมูลสำหรับการวิเคราะห์ ผู้วิจัยจะต้องจดบันทึกสรุปสั้นๆ เฉพาะประเด็นสำคัญที่เกิดขึ้นทันทีเมื่อออกมาจากการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย ใคร ทำอะไร ที่ไหน เมื่อไร อย่างไร และบันทึกการสื่อสารที่ได้จากการสังเกต เช่น การแสดงกิริยาท่าทาง สีหน้า ลักษณะคำพูด หรือน้ำเสียงของผู้ให้ข้อมูลตามความเป็นจริงโดยไม่ตีความ นอกจากนั้นยังต้องบันทึกเกี่ยวกับความคิด ความรู้สึก หรือปัญหาที่เกิดขึ้นกับผู้วิจัยขณะที่เก็บรวบรวมข้อมูล

บันทึกเทป ผู้วิจัยได้ขออนุญาตทำการบันทึกเทปเสียงสนทนาการตอบคำถามในการสัมภาษณ์จากผู้ให้ข้อมูลทุกราย เพื่อให้ได้ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ครบถ้วนสมบูรณ์ โดยก่อนการบันทึกเทป เมื่อได้รับความยินยอมแล้ว จึงทำการบันทึกโดยชี้แจงว่าเทปดังกล่าวจะมีการทำลายเมื่อสิ้นสุดการเก็บข้อมูล

มีการถอดข้อความจากเทป เพื่อบันทึกให้เป็นระเบียบทุกวันหลังการสัมภาษณ์ โดยถอดข้อความเป็นคำต่อคำ ประโยคต่อประโยค เพื่อบันทึกเหตุการณ์ทั้งหมดที่เกิดขึ้นขณะสัมภาษณ์ ตรวจสอบข้อมูลที่ยังไม่ชัดเจนครบถ้วน พร้อมทั้งคำถามเพิ่มเติมเพื่อนำไปสัมภาษณ์ครั้งต่อไป และเพื่อเป็นแนวทางจัดเก็บข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูลในครั้งต่อไป

ผลการวิจัย

ส่วนที่ 1 วิเคราะห์หลักธรรมในพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวข้องกับจิตอาสา

จิตอาสาคือการกระทำที่เสียสละเพื่อส่วนรวมว่า “จิตอาสา” ซึ่งตรงกับหลักธรรมที่เรียกว่า วัฑฒิ เรียกเต็มว่า อริยวัฑฒิ แปลว่าหลักธรรมเจริญอย่างอริยะ ซึ่งแสดงว่าพุทธศาสนิกชนมีความเจริญก้าวหน้าในการปฏิบัติและมีความหวังว่าจะเข้าถึงจุดหมายของพระพุทธศาสนา หลักความเจริญที่ว่านี้มี 5 ประการคือ (1) ศรัทธา (2) ศีล (3) สุตะ (4) จาคะ และ (5) ปัญญา ส่วนหลักกำกับความประพฤติของจิตใจให้เจริญและประกอบด้วยความงาม ได้แก่ พรหมวิหาร 4 อันได้แก่ เมตตา กรุณา มุทิตาและอุเบกขา ส่วนธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดเหนี่ยวจิตใจของกันและกัน อันเป็นไปเพื่อการสงเคราะห์กันและสามารถอยู่ด้วยกันด้วยความสมานฉันท์ มุ่งส่งเสริมบุคคลอื่นด้วย ได้แก่ สังคหวัตถุ 4 อันได้แก่ ทาน ปิยวาจา อตถจริยา และสมานัตตตา อย่างไรก็ตามการเข้าถึงหรือดำรงอยู่ในภาวะที่ดีทั้งดงามที่ประณีตที่สมบูรณ์ของสิ่งนั้นๆ ของงานนั้น คือมีฉันทะ ความพอใจในสิ่งที่จะทำนั้น ย่อมให้เกิดวิริยะ คือความพากเพียรจะทำงานนั้นให้สำเร็จ แล้วย่อมทำให้มีจิตตะ คือใจฝักใฝ่ในกิจการนั้น แล้วมีการไตร่ตรองหาเหตุผล หาข้อบกพร่อง เพื่อจะได้แก้ไขให้ดียิ่งขึ้น ความมุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จด้วยการไตร่ตรองอย่างรอบคอบ ได้แก่ อิทธิบาท 4 อันได้แก่ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ และวิมังสา

ส่วนที่ 2 วิเคราะห์ทฤษฎีจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับจิตอาสา จำแนกเป็น 5 ประเด็น ดังนี้

ประเด็นที่ 1 แรงจูงใจในการเป็นจิตอาสาและสาเหตุใดที่สามารถทำให้ท่านเป็นจิตอาสาได้อย่างต่อเนื่อง

แรงจูงใจของจิตอาสาที่สามารถทำงานจิตอาสาได้อย่างต่อเนื่อง เกิดจากประสบการณ์ภูมิหลังของแต่ละบุคคล ซึ่งส่วนใหญ่ในช่วงแรกเป็นจิตอาสาแบบยังไม่มีความรู้ จึงยังมีความคาดหวังและยังปรารถนาผลลัพธ์ทางจิตใจ ซึ่งทำให้พบว่าตนเองมักมีความทุกข์ หรืออาจจะเรียกได้ว่ามุ่งมั่นใช้สติปัญญาทางโลกมากกว่าทางธรรม แต่หลักจากที่จิตอาสาได้พัฒนาด้านตนเองจากการทำงานได้ศึกษาจนเห็นคุณค่าหลักธรรมในพระพุทธศาสนาและเมื่อได้พบเจอกัลยาณมิตรช่วยแนะแนวทาง และเชื่อมั่นในศักยภาพของเพื่อนมนุษย์ ตลอดจนพัฒนาแนวทางในการทำงานจิตอาสาที่มีเป้าหมายเพื่อเยียวยาความทุกข์เพื่อนมนุษย์และเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ทำงานจิตอาสาเมื่อทำแล้วเห็นผลจริง รู้สึกเบิกบาน เกิดปิติที่ได้ช่วยเหลือ

การพัฒนาด้านตนเองจำเป็นต้องมีแรงจูงใจที่เอื้อต่อการพัฒนาด้านตนเอง มีความใฝ่รู้ ใฝ่เรียนในการศึกษาแสวงหาความจริง การรู้คิดตามความเป็นจริงปราศจากอคติขามปิดกั้น ปรารถนาให้ชีวิตมีการพัฒนาไปสู่คุณงามความดี ใฝ่ความงามภายในจิตใจ หากแต่ปัจจัยภายในของบุคคลไม่ขับเคลื่อน เช่น ขาดปัญญา ขาดจิตสำนึกในการพัฒนาด้าน ขาดความมั่นใจในการพัฒนาด้านตนเอง ไม่เชื่อมั่นในตนเอง ไม่มองเห็นตนเองในฐานะที่เป็นมนุษย์ที่ฝึกได้ ขาดแรงจูงใจที่ถูกต้องต่อการพัฒนาด้านตนเอง ขาดความรู้จักคิด

และมีท่าทีที่ไม่ถูกต้องต่อสิ่งทั้งหลายที่เข้ามาในชีวิต เป็นต้น สิ่งเหล่านี้จำเป็นต้องอาศัยปัจจัยภายนอกมาช่วยกระตุ้นและสร้างแรงจูงใจให้เกิดขึ้นภายในตัวของบุคคล

ประเด็นที่ 2 ตลอดระยะเวลาของการเป็นจิตอาสาวิถีชีวิตมีการเปลี่ยนแปลงอย่างไร

การเป็นผู้มุ่งมั่นที่จะเปลี่ยนแปลงหรือปรับปรุงตัวเองให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม โดยมีแนวคิดพื้นฐานที่ถูกต้อง ซึ่งจะเป็นสิ่งที่ช่วยส่งเสริมให้การพัฒนาตนเองประสบความสำเร็จ การพัฒนาตนเองมีเป้าหมายสูงสุด คือการเพิ่มพูนความรู้ประสบการณ์ความสามารถ และเจตคติต่อการปฏิบัติตนให้เกิดประโยชน์ ให้เกิดประสิทธิภาพ โดยบุคคลจะเรียนรู้และปรับปรุงตนเองให้มีความเจริญงอกงาม เพื่อนำพาชีวิตสู่ความเจริญก้าวหน้า หรือเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีกว่าเดิมจากสภาพร่างกายจิตใจที่เป็นอยู่ให้ประสบความสำเร็จและนำพาความสุขให้แก่ตนเองและผู้อื่น

การพัฒนาตนเองโดยใช้หลักที่ว่าต้องทำเป็นกระบวนการระยะยาว ติดต่อกันโดยให้เป็นการริเริ่มด้วยตัวบุคคลเองตามความต้องการและจุดมุ่งหมายชีวิตของบุคคลเป็นแกนกลาง สิ่งแวดล้อมภายนอกเป็นเพียงอุปกรณ์เสริมเท่านั้น จุดมุ่งหมายของการพัฒนาตนเองดังกล่าว เป็นการปรับกระบวนการคิดและพฤติกรรมที่สอดคล้องกับสภาพความเป็นจริง ทำให้สามารถเข้าใจชีวิตตนเองและเห็นคุณค่าผู้อื่นได้มากขึ้น เตรียมพร้อมสำหรับรับความไม่แน่นอนต่างๆ ในชีวิตมากขึ้น รักษาสมดุลระหว่างประโยชน์ตนและผู้อื่น มีวิถีดูแลตนเองในสภาวะต่างๆ มีกลยุธมิตรร่วมอุดมการณ์ สัมพันธภาพที่ดีขึ้น และแสวงหาความดับทุกข์ที่ละเอียดลึกซึ้งได้ง่ายขึ้นและมากขึ้น ความคาดหวังและความตึงเครียดลดน้อยลงอย่างเห็นได้ชัด อาจกล่าวได้ว่า ผู้มีจิตอาสาอยู่กับสภาพความเป็นจริงสามารถเข้าใจสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นได้อย่างลึกซึ้ง

ประเด็นที่ 3 การรู้จักในการทำจิตอาสาเป็นอย่างไร

การรู้จัก เป็นสิ่งที่ทรงพลังอย่างมากที่ทำให้มนุษย์สามารถเรียนรู้สิ่งต่างๆ และนำสิ่งที่ได้เรียนรู้เหล่านั้นมาใช้ในการดำรงชีวิตได้ด้วยตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งแต่ละบุคคลจะมีพัฒนาการด้านการรู้จักที่แตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับการฝึกอบรมเลี้ยงดู พันธุกรรม สิ่งแวดล้อม และประสบการณ์ต่างๆ ซึ่งโดยส่วนมากแล้วพัฒนาการด้านการรู้จัก (cognitive development) เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงการเรียนรู้ มโนทัศน์ หรือความคิดรวบยอดต่างๆ ของบุคคลที่ดีขึ้นอย่างเป็นลำดับขั้น ข้อความรู้เกี่ยวกับการเรียนรู้ของมนุษย์ซึ่งเชื่อว่าการเรียนรู้มิใช่เกิดจากการมีพฤติกรรมตอบสนองต่อสิ่งเร้าเท่านั้น แต่การเรียนรู้เป็นกระบวนการทางสติปัญญาในการที่จะสร้างความรู้ ความเข้าใจให้แก่ตนเองโดยมีการรับข้อมูล สร้างความสัมพันธ์และความหมาย ของข้อมูล และการดึงข้อมูลออกมาใช้ในการกระทำและการแก้ปัญหาต่างๆ

การปรับกระบวนการรู้จัก (accommodation) กระบวนการทางปัญญา (cognitive process) ของบุคคลในการปรับความคิดให้เข้ากับสถานการณ์หรือสิ่งเร้าใหม่ ทำให้เกิดการปรับเปลี่ยนโครงสร้างทางสติปัญญา ซึ่งถ้าหากการปรับกระบวนการรู้จักนี้เกิดความสมดุล จะเกิดการเรียนรู้ทันที ซึ่งกระบวนการปรับการรู้จัก เป็นขั้นตอนที่ต่อเนื่องมาจากการซึมซับ (assimilation) ข้อมูลใหม่และเชื่อมโยงกับข้อมูลเดิม

การรู้จักของจิตอาสาผู้ให้สัมภาษณ์ สรุปความว่า จิตอาสาสามารถนำความรู้จากการเป็นจิตอาสามาช่วยเติมคุณค่าให้ชีวิต ทำให้เกิดความเข้าใจเรื่องไตรสิกขามากขึ้น โดยเฉพาะในแง่ของการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน และความเชื่อมโยงกันของเหตุปัจจัยต่างๆ เมื่อทำงานอาสาเยี่ยวยาผู้สูญเสีย

ทำให้เข้าใจกฎแห่งกรรม และการเวียนว่ายตายเกิดตามหลักพุทธศาสนาเถรวาทมากขึ้น ช่วยเติมให้รู้สึกเบิกบาน เป็นวงจรที่เชื่อมถึงกันในการสร้างพลังเติมความสุข สร้างบุญโดยไม่ต้องไปวัด รู้สึบดี มีความสุข เห็นประโยชน์ทั้งแก่ตนและคนอื่น และความเชื่อมโยงกันของเหตุปัจจัยต่างๆ รู้จักผ่อนหนักผ่อนเบา รู้ทุกข์วางทุกข์เป็น คิดว่าไม่มีอะไรสมบูรณ์แบบ รู้จักปล่อยวาง ยอมรับ ต้องเข้าใจชีวิตและโลก ยึดหยุ่น มีความเชื่อมั่นในหลักคำสอนที่มุ่งหมายความหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวง

ประเด็นที่ 4 ปัญหาและอุปสรรคในการทำงานจิตอาสาและมีวิธีการจัดการปัญหาเหล่านั้นอย่างไร

ปัญหาและอุปสรรคการทำงานจิตอาสาเป็นประเด็นที่สำคัญให้การพัฒนาการทำงานจิตอาสาให้ได้อย่างต่อเนื่อง จากการสัมภาษณ์พบว่า ปัญหาและอุปสรรคในการทำงานจิตอาสาแยกออกเป็น 2 ประเด็นคือ ด้านร่างกายและจิตใจ ด้านร่างกายคือ ปัญหาส่วนตัวคือความเหนื่อยล้า จัดสรรเวลาไม่ลงตัว เวลา การเดินทาง กิจกรรม การทำหน้าที่ตามวินัยสงฆ์ การเดินทาง การขนส่งมีต้นทุนสูงเพราะอยู่ไกล บางครั้งมีปัญหาเรื่องค่าใช้จ่าย และพระสงฆ์ที่เข้าร่วมทีมจิตอาสายังไม่เข้าใจในกระบวนการทำงานเท่าที่ควร ส่วนปัญหาด้านจิตใจพบว่า ทุกท่านมีความคาดหวังที่ไม่ตรงกับความเป็นจริง เป็นต้น สิ่งที่น่าสนใจจากการสัมภาษณ์คือวิธีการจัดการปัญหา หลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ด้วยการปรึกษากัลยาณมิตร มีมุมมองต่อปัญหาให้เป็นเรื่องธรรมดาหรือเรื่องตลก และอย่าไปคาดหวังหรือยึดติด พยายามทำความเข้าใจปัญหา ค้นหาบ่อเกิดความทุกข์และพยายามดับต้นเหตุแห่งความทุกข์ที่เกิดขึ้นด้วยสติปัญญาความเข้าใจในโลกและชีวิตที่ยังพร่องอยู่ทำให้เราลี้หลังเผลอผิดพลาด ไม่เข้าไปยึดถือสิ่งที่ไม่ควรยึดถือและกลับมาอยู่กับความจริงของโลกและชีวิต

ประเด็นที่ 5 ข้อเสนอแนะในการทำงานจิตอาสา

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ตั้งใจมาเป็นจิตอาสา สรุปความว่า ทุกคนทำจิตอาสาได้ ไม่จำเป็นต้องเป็นพระ ทำได้ทุกที่ เพียงใส่ใจ ตั้งใจทำ อยู่ตรงไหนก็ทำได้ เพียงแต่เราน้อมใจ พร้อมจะขัดเกลาจิตใจตนเองให้กิเลสเบาบางจากอกุศล พัฒนาดนเองโดยยอมรับ อยู่กับสิ่งที่ไม่พอใจให้ได้ ต้องมองกว้าง คิดไกล ใฝ่สูง ใฝ่ดี สร้างสรรค์ เป็นวิถีที่ทำให้คนเป็นคนดี มีความสุขจากการช่วยเหลือเกื้อกูล และประเมินศักยภาพของตนเองในงานที่ทำอยู่เสมอ ซึ่งจะช่วยให้วางตำแหน่งในการทำงานของตนเองได้อย่างถูกต้อง และมองเห็นแนวทางในการพัฒนาตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ รักษาสมดุลแห่ง ศีล สมาธิ ปัญญา อันเป็นหลักการพัฒนาชีวิตที่สมบูรณ์ครบถ้วน

อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

อภิปรายผล

เป้าหมายที่ถูกต้องของการเป็นจิตอาสาตามหลักการทางพระพุทธศาสนา คือ ทำความดีเพื่อ ความดี ไม่มีอัตรัดตัวตนเป็นใหญ่ ไม่ถือพวกพ้อง ยึดหลักเหตุผล มีธรรมะเป็นหลัก สิ่งใดเห็นว่าดีและถูกต้องก็จะทำด้วยความภาคภูมิใจ คนอื่นจะชื่นชมหรือไม่ ไม่ใช่สาระสำคัญ เป็นการก้าวออกไปบนเส้นทางแห่งการพัฒนาคน ทุกคนจะต้องสามารถสัมผัสตามสมควรแก่ฐานะของตน จิตอาสาจึงจำเป็นต้องมีหลักธรรมกำกับความประพฤติ เพื่อปฏิบัติตนต่อมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายโดยชอบ นอกจากจะเป็นเครื่องระงับโทสะ เครื่องป้องกันคุ้มครองและรักษาตนแล้ว ยังทำให้เกิดความรักเกิดการสงเคราะห์ช่วยเหลือซึ่ง

กันและกัน เป็นวิธีปฏิบัติเพื่อยืดเหนี่ยวจิตใจของคน ผู้กมัตใจคน ให้เกิดความรักเกิดการสงเคราะห์ ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน การเข้าถึงหรือดำรงอยู่ในภาวะที่ดีทั้งดงามที่ประณีตที่สมบูรณ์ของงานจิตอาสา อย่างยั่งยืน

ข้อเสนอแนะทั่วไป

1) สำหรับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรสนับสนุนให้จิตอาสาให้สามารถพัฒนาความรู้โดย ประยุกต์หลักธรรมในพระพุทธศาสนาให้จิตอาสาเข้าใจถึงวิธีการทำงาน

2) สำหรับจิตอาสา ให้หันมาให้ความสนใจศึกษารูปแบบการทำงานจิตอาสาให้เข้าใจ เพื่อให้เกิดความมั่นใจ เกิดผลสำเร็จในการทำงานเพื่อเป็นประโยชน์ตนและประโยชน์ผู้อื่นได้อย่างสมบูรณ์ยั่งยืน

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1) ควรมีการศึกษาเชิงทดลองเกี่ยวกับการพัฒนาตนในกลุ่มจิตอาสา ก่อนและหลังการเข้าร่วม กระบวนการพัฒนาศักยภาพจิตอาสา

2) ควรมีการศึกษาการประยุกต์ใช้หลักธรรมที่ส่งผลต่อการทำงานจิตอาสา

3) ควรศึกษาหลักธรรมอื่นๆเพื่อใช้ในการพัฒนาคุณลักษณะที่ดีเพื่อจิตอาสาได้อย่างยั่งยืนต่อไป

บรรณานุกรม

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.**

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

จิตรวลีย์ ศรีแสงฉาย. 2551. “จิตอาสาพัฒนาชนบท กรณีศึกษา: กลุ่มอาสาพัฒนา มหาวิทยาลัยมหิดล”. มหาวิทยาลัยมหิดล.

พระธรรมปิฎก ป.อ. ปยุตโต. 2540. **ความสุขที่สมบูรณ์.** พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิพุทธธรรม.

พระพรหมคุณาภรณ์ ป.อ.ปยุตโต. 2552. **เครื่องวัดความเจริญของชาวพุทธ อารยวัฑฒ.**

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัทสหธรรมิก.

_____. 2554. **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม.** พิมพ์ครั้งที่ 20. กรุงเทพมหานคร : บริษัทสหธรรมิก.

_____. 2552. **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ.** พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

เริงชัย หมื่นชนะ. 2549. **จิตวิทยาพื้นฐาน.** พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : จรัสสินทวงศ์การพิมพ์.

สุภางค์ จันทวานิช. **รวมบทความว่าด้วยวิถีวิจัยเชิงคุณภาพ.** สมาคมวิจัยเชิงคุณภาพแห่งประเทศไทย. เอกสารอัดสำเนา.