

ภววิทยาและจริยศาสตร์ของจิตอาสาพุทธธรรม

Ontological and Ethical Foundations of Buddhist Volunteerism

อ้อมตะวัน สารพันธ์

Aomtawan Saraphun

นักวิชาการอิสระ

independent scholar

Corresponding Author, E-mail: aomtawansaraphan@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความนี้มุ่งอธิบายพลังของ “จิตอาสาพุทธธรรม” ในฐานะพลังสร้างสังคมร่วมสมัยที่ตั้งอยู่บนรากฐานของเมตตา กรุณา และการกระทำเชิงสาธารณะอย่างมีสติ เพื่อสร้างชุมชนที่เข้มแข็งและยั่งยืน โดยใช้กรอบคิดเชิงพุทธปรัชญาและหลักธรรมสำคัญ ได้แก่ สังคหวัตถุ 4 พรหมวิหาร 4 ไตรสิกขา และหลักโยนิโสมนสิการ มาเป็นฐานตีความ บทความชี้ให้เห็นว่าการพัฒนาชุมชนไม่ใช่เพียงกิจกรรมทางสังคม แต่คือการพัฒนามนุษย์ในเชิงภายใน การฝึกตน และการขยายขอบเขตแห่งความห่วงใยสู่วงกว้าง ทั้งนี้ยังวิเคราะห์ปัญหาเชิงโครงสร้าง เช่น ความเปลี่ยนแปลงของชุมชน โรคระบาด ความเหลื่อมล้ำ และโลกดิจิทัล ที่ทำให้ความเป็นชุมชนอ่อนแรงลง โดยเสนอว่าจิตอาสาพุทธธรรมทำหน้าที่เป็น “เหตุปัจจัยฝ่ายเกื้อกูล” ที่สร้างพลังร่วม ความไว้วางใจ และความหมายร่วมกันในชีวิต ประกอบกับการใช้ปัญญาเชิงวิพากษ์เพื่อมองเห็นสาเหตุแห่งทุกข์ของชุมชน และร่วมกันจัดการอย่างมีทิศทาง บทความสรุปว่า การพัฒนาชุมชนที่ยั่งยืนตามพุทธปรัชญา มิได้ตั้งอยู่บนทุนทางวัตถุเท่านั้น แต่ตั้งอยู่บนความสำนึกร่วม ชีวิตร่วม และการกระทำด้วยเมตตาที่มีโครงสร้างคิตรองรับ จนนำไปสู่ภาวะ “ชุมชนผู้ตื่นรู้” ซึ่งเป็นฐานของสันติสุขและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความหมาย

คำสำคัญ: จิตอาสาพุทธธรรม, การพัฒนาชุมชน, พรหมวิหาร, สังคหวัตถุ, ความยั่งยืนทางสังคม

Abstract

This article explores the transformative power of Buddhist-inspired volunteerism as a philosophical and practical foundation for building resilient and sustainable communities. Drawing upon key Buddhist principles—including the Four Bases of Social Harmony (Saṅgahavatthu), the Four Brahmavihāras, the Threefold Training, and reflective discernment (yoniso-manasikāra)—the study argues that community development is not merely a social endeavor but a form of inner cultivation, ethical formation, and collective awakening. The analysis identifies contemporary challenges such as social fragmentation, structural inequality, digital isolation, and shifting communal norms, which increasingly weaken social cohesion. Buddhist volunteerism is interpreted as a generative force that cultivates compassion, trust, and shared meaning, functioning as a “supportive condition” (upanissaya) that strengthens communal relationships. Through a philosophical lens, the article examines how altruistic action rooted in mindfulness and wisdom reshapes the dynamics of care, responsibility, and agency within community life. The findings reveal that sustainable community building, in the Buddhist sense, depends not primarily on material resources but on the ethical and cognitive transformation of individuals who co-create a collective space of mutual flourishing. Ultimately, the article proposes the model of an Awakened Community—a community grounded in compassion, critical insight, and cooperative action—arguing that such a moral-spiritual framework provides a robust pathway for achieving long-term social wellbeing and existential meaning in an era of rapid change.

Keywords: Buddhist Volunteerism, Community Development, Brahmavihāra, Saṅgahavatthu, Social Sustainability

บทนำ

ในห้วงเวลาที่โลกหมุนเร็วเกินกว่าที่ผู้คนจะตั้งหลัก ความสัมพันธ์ทางสังคมจึงสั้นไหวเหมือนสายไฟที่รับแรงดันเกินกำลัง ข้อมูลข่าวสารทะลักไหลไม่หยุดยั้ง เทคโนโลยีเร่งจังหวะชีวิตให้เร็วกว่าอัตราการย่อยประสบการณ์ของมนุษย์ ชุมชนหลายแห่งทั่วประเทศกำลังเผชิญแรงเสียดทานที่ไม่เคยคุ้น ทั้งเศรษฐกิจที่ผันผวน ความเหลื่อมล้ำเชิงโครงสร้าง การแข่งขันที่ผลักดันให้อยู่ในสถานะ “ต้องดิ้นรนเป็นปัจเจก” และวัฒนธรรมดิจิทัลที่รุกคืบเข้ามาแทนที่พื้นที่สัมพันธ์แบบดั้งเดิม (United Nations, 2020) จนทำให้ความหมายของการ “อยู่ร่วมกัน” ถูกตั้งคำถามครั้งแล้วครั้งเล่า เมื่อความสัมพันธ์อ่อนแอ ชุมชนก็ราวกับค่อย ๆ หลุดออกจากศูนย์กลางของความเป็นมนุษย์อย่างเงียบเชียบ

พุทธปรัชญาให้ภาพชุมชนที่ต่างออกไปอย่างสิ้นเชิง มันมิใช่เพียงพื้นที่ทางกายภาพ หากคือ “ความสัมพันธ์ที่มีชีวิต” (Living relational field) ซึ่งเกิดจากการประกอบเหตุปัจจัยร่วมกันของผู้คนในทุกกลมหายใจ ดังที่หลักอิตฺถิปัจจยตากล่าวว่า “เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี” ชุมชนเกิดขึ้นเพราะเราเกื้อกูล อาศัย และปรุงแต่งกันและกันอยู่เสมอ (Thai Tipitaka, Vol. 11, p. 305) เมื่อความสัมพันธ์ถูกเกื้อหนุน ชุมชนก็เติบโต; เมื่อความสัมพันธ์ถูกตัดตอน ชุมชนก็เสื่อมลง จริยธรรมจึงไม่ใช่ส่วนเดิมของชุมชน แต่เป็นโครงสร้างที่ทำให้ชุมชนดำรงอยู่ได้

ในบริบทเช่นนี้ “จิตอาสาพุทธธรรม” จึงมิใช่กิจกรรมเชิงบุญนิยมดังที่มักเข้าใจกัน หากคือการศึกษาปฏิบัติแบบอภิปัญญา—ปฏิบัติซึ่งเรียกร้องให้ผู้กระทำย้อนกลับมาตนเองด้วยสติและเห็นผู้อื่นด้วยใจที่ตื่นรู้ ความเป็นจิตอาสาจึงมิใช่เพียงการ “ให้สิ่งของ” แต่เป็นการให้การมีอยู่ร่วมกัน (being-with) เป็นการขยายเขตแดนของเมตตาและการมองเห็นคุณค่าของความทุกข์และความสุขที่เราล้วนแบกรับในฐานะสมาชิกของชุมชนเดียวกัน (Phra Brahmagunabhorn (P. A. Payutto), 2006)

จิตอาสาที่ตั้งอยู่บนฐานพุทธปรัชญาจึงเป็นทั้งการกระทำและการภาวนา เป็นทั้งภายนอกและภายใน เป็นทั้งสังคมวิทยาและญาณวิทยาในเวลาเดียวกัน มันคือการทำให้ “การช่วยเหลือ” ไม่ใช่เพียงปฏิกริยา แต่เป็น “การตื่นรู้ร่วมกัน” (Collective awakening) ซึ่งขับเคลื่อนด้วยหลักพรหมวิหาร 4 และสังคหวัตถุ 4 อันทำหน้าที่เป็นโครงสร้างพื้นฐานด้านจริยธรรมที่นำไปสู่ความไว้วางใจ เชื่อใจ ความผูกพัน และพลังร่วมของชุมชน (Harvey, 2000)

อย่างไรก็ตาม ในระดับเชิงโครงสร้าง ชุมชนร่วมสมัยกำลังเผชิญความท้าทายชุดใหม่ เช่น การสลายตัวของเครือข่าย การขยายตัวของครอบครัวเดี่ยว การถูกแรงกดดันด้านเศรษฐกิจบีบคั้นจนความสัมพันธ์ระดับเป็น “การจัดการความเสี่ยงทางชีวิตเฉพาะหน้า” และการใช้ชีวิตในพื้นที่ดิจิทัลที่ทำให้ผู้คนมีความใกล้ชิดเชิงข้อมูลแต่ไกลห่างเชิงอารมณ์มากขึ้น (Stanford University, 2019) สิ่งเหล่านี้สะท้อนผ่านงานวิจัยด้านชุมชนในประเทศไทยที่พบว่าความเปราะบางเพิ่มขึ้นทุกปี (Department of Provincial Administration, 2023) การสร้างสังคมที่ยั่งยืนจึงไม่อาจอาศัยเพียงทรัพยากรวัตถุหรือโครงสร้างทางนโยบายเท่านั้น หากต้องอาศัยการบ่มเพาะ “คุณภาพภายในของมนุษย์” หรือ inner moral capital ซึ่งพุทธศาสนาให้คำอธิบายผ่านไตรสิกขา ศีล สมาธิ ปัญญา ซึ่งเป็นกระบวนการพัฒนามนุษย์ให้กลับมามีความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์อย่างมีความหมาย (Phra Brahmagunabhorn (P. A. Payutto), 2006)

จึงเป็นการมุ่งสำรวจว่าจิตอาสาที่ตั้งอยู่บนกรอบคิดพุทธปรัชญาจะสามารถสร้างพลังแปรเปลี่ยน (Transformative power) อันนำไปสู่ชุมชนที่เข้มแข็งและยั่งยืนได้อย่างไร อีกทั้งเหตุใด “ความดีที่มีโครงสร้างรองรับ” ซึ่งตั้งอยู่บนปัญญาและความตระหนักร่วมกัน จึงมีศักยภาพในการคำนวนอนาคตร่วมของมนุษยชาติได้มากกว่าความดีที่เป็นเพียงอารมณ์ชั่วแค้นหรือแรงบันดาลใจชั่วคราว (Habermas, 1984; Rawls, 1999) จิตอาสาพุทธธรรมจึงมิใช่เพียงการกระทำเพื่อผู้อื่น แต่เป็นการกระทำเพื่อความเป็นมนุษย์ของเราเอง เพื่อเตือนให้เราระลึกว่า เรามีตัวตนได้ก็เพราะเราต่างผูกพันกันอย่างลึกซึ้ง และในการเกื้อกูลกันนั้นเอง เราได้ร่วมสร้าง “ชุมชนผู้ตื่นรู้” ซึ่งเป็นเงื่อนไขเบื้องต้นของสังคมที่ยั่งยืนอย่างแท้จริง

เนื้อเรื่อง

1. จิตอาสาพุทธธรรมในมิติของฐานปรัชญา

จิตอาสาในมุมมองพุทธศาสนาไม่ใช่เพียงการ “ทำดี” ในความหมายสามัญ แต่เป็นการจัดโครงสร้างการรับรู้โลกใหม่ทั้งหมด เพราะในแต่ละขณะของการให้ มีพลวัตของ “ตัวตน-ผู้อื่น-สังคม” ที่แปรเปลี่ยนอยู่เสมอ ผู้ให้มิได้เป็นเพียงผู้กระทำ แต่เป็นผู้ถูกกระทำ โดยประสบการณ์ของการให้เองด้วย กล่าวคือ ผู้ให้ถูกทำให้ “ใหญ่ขึ้นด้านใน” ผ่านการมองเห็นทุกข์ร่วมของมนุษย์ (Phra Brahmagunabhorn (P. A. Payutto), 2006, p. 87)

ในระดับอภิปรัชญา จิตอาสาจึงสัมพันธ์แน่นแฟ้นกับหลักอภิปัจจยตา เพราะทุกการกระทำเพื่อผู้อื่นคือการดัดแปลงเงื่อนไขที่ย้อนกลับมาสร้างโลกของเราเอง ดังที่พระไตรปิฎกอธิบายว่า “เพราะสิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี” (Thai Tipitaka, Vol. 11, p. 305) การให้จึงไม่ใช่การสละ แต่เป็นการปรับเปลี่ยนโครงสร้างของความเป็นไปได้ของโลกอย่างลึกซึ้ง ที่สำคัญ จิตอาสาพุทธธรรมไม่ใช่การให้ด้วยความสงสาร แต่เป็นการให้ด้วย ปัญญา ซึ่งเห็นความเป็น “กระบวนธรรม” ของทุกชีวิต ผู้ให้จึงไม่ยกตนเหนือผู้อื่น แต่เห็น “เรา” ในความสัมพันธ์เดียวกัน ภาวะเช่นนี้คือรากฐานของ “คุณธรรมแห่งการอยู่ร่วม” ที่อริสโตเติลเรียกว่าความมั่นคงภายใน (hexis) ที่ถูกฝึกจนกลายเป็นสภาวะประจำใจ (Aristotle, 1999) ในทางพุทธปรัชญาอาจมองได้ไกลไปกว่านั้นอีกชั้น เพราะไม่เพียงทำให้เกิดคุณธรรม แต่ทำให้เกิด “ความเบิกบานจากการไม่ยึดมั่น” (Harvey, 2000, p. 152) โดยผู้ให้ไม่ใช่ผู้กระทำฝ่ายเดียว แต่ถูก “ประสบการณ์แห่งการให้” ทำให้เติบโตจากภายใน ซึ่งเป็นการขยายขอบเขตของความเป็นมนุษย์ผ่านการมองเห็นทุกขร่วม ในมุมนี้ จิตอาสาคือการภาวนาที่เคลื่อนไหว (mobile meditation) ทำในชุมชนได้ไม่ต่างจากในศาลาวัด กล่าวอีกอย่างคือ จิตอาสาพุทธธรรมคือ การทำให้การช่วยเหลือกลายเป็นการตื่นรู้

2. จิตอาสาพุทธธรรมในฐานะพลังสร้างความหมายร่วมของชุมชน

สังคมร่วมสมัยกำลังเผชิญสิ่งที่อาจเรียกว่า “ความเปราะบางเชิงโครงสร้าง” ความสัมพันธ์ในชุมชนค่อย ๆ ถูกทำให้บางลงภายใต้แรงกดดันของเศรษฐกิจดิจิทัล ความเร่งรีบเชิงวัฒนธรรม และโครงสร้างสวัสดิการที่ไม่เพียงพอ (Stanford University, 2019, p. 14) สะท้อนว่าหลายชุมชนอ่อนแรงลงในทุกด้านรายได้ถดถอย การย้ายถิ่นสูงขึ้น ครอบครัวแตกร้างยิ่งขึ้น และภาวะพึ่งตนเองลดลงอย่างต่อเนื่อง ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลของกรมการปกครองที่ชี้ว่าครอบครัวไทยมีความเปราะบางเพิ่มขึ้นทุกปี (Department of Provincial Administration, 2023, pp. 11–13)

2.1 วิกฤตความสัมพันธ์: เมื่อ “ชีวิตร่วมกัน” ถูกระบบกลืนกิน

ในเชิงทฤษฎีปรัชญาสังคม ภาวะนี้คล้ายกับสิ่งที่ฮาเบอร์มาสเรียกว่า “โลกชีวิตถูกกลืนกินโดยเหตุเป็นผลเชิงระบบ” (Systemic rationality colonizing the life-world) ระบบเศรษฐกิจ-เทคโนโลยีผลักดันให้ผู้คนต้องแยกตัวออกจากกันเพื่อรักษาชีวิตส่วนตัว (Habermas, 1984, pp. 85-90) ผลคือ ชุมชนสูญเสียบทบาทของการเป็นพื้นที่สร้าง

ความหมายร่วม เช่น บ้านที่เคยเป็นศูนย์กลางความอบอุ่น กลายเป็นเพียงสถานที่พัก ชุมชนที่เคยเป็นวงสนทนา กลายเป็นพื้นที่ที่ผู้คนเดินผ่านโดยไม่มองหน้า ความเป็น “เรา” (We-ness) ค่อย ๆ สึกกร่อนลงจนแทบจับต้องไม่ได้

2.2 จิตอาสาพุทธธรรม: การรื้อฟื้นความสัมพันธ์เชิงความหมาย

ในเงื่อนไขนี้เอง จิตอาสาพุทธธรรมปรากฏขึ้นเหมือน “พลังฟื้นคืนโลกชีวิต” เพราะมันไม่ใช่การทำความดีแบบธุรกรรม (Transactional good) แต่คือการ “กลับไปสร้างความเป็นมนุษย์ร่วมกัน” ผ่านการกระทำที่ตั้งอยู่บนกรุณา ปัญญา และการไม่ยึดตน (anattā)

พุทธศาสนาเสนอ “สังคหวัตถุ 4” ทาน, ปิยวาจา, อุตถจริยา, สมานัตตา เป็นหลักการฟื้นคืนความผูกพัน (Phra Brahmagunabhorn (P. A. Payutto), 2006, pp. 115-120) ไม่ใช่เพียงแนวปฏิบัติ แต่เป็นโครงสร้างจริยธรรมที่ทำให้มนุษย์หันหน้าเข้าหากันอีกครั้ง การดูแลผู้สูงอายุ การร่วมงานกับเยาวชน การช่วยแก้ปัญหาครอบครัว และกิจกรรมเล็ก ๆ อีกมากมาย ทำให้ผู้คนรู้สึกถึง “ความเป็นบ้านร่วมกัน” ความรู้สึกที่ระบบเศรษฐกิจให้ไม่ได้ แต่เกิดขึ้นได้จาก “การกระทำที่เห็นมนุษย์ในมนุษย์ด้วยกัน”

2.3 จิตอาสาในฐานะพื้นที่สร้างความยุติธรรมแบบไม่เป็นทางการ

ในอีกมิติหนึ่ง จิตอาสาพุทธธรรมทำหน้าที่เป็นกลไกสร้างความเป็นธรรมระดับพื้นฐาน ซึ่งสอดคล้องกับกรอบคิดของรอลส์ที่มองว่า สังคมที่ดีเกิดจากโครงสร้างความร่วมมือที่เป็นธรรม (Rawls, 1999, pp. 65-72) แต่ในขณะที่รอลส์พูดถึงสถาบันทางสังคม จิตอาสาพุทธธรรมกลับทำงานในระดับ “ความเป็นธรรมแบบไม่มีสถาบันกำกับ” ความเป็นธรรมที่เกิดจากความกรุณา ความไว้วางใจ และการเห็นคุณค่าซึ่งกันและกัน นี่คือการร่วมกันไตร่ตรอง (Public reason) ฉบับชุมชน เป็นการช่วยกันคิด ช่วยกันทำ และช่วยกันหาเหตุผลร่วมเพื่ออยู่ร่วมกันอย่างสงบ ไม่ใช่เพราะกฎหมายบังคับ แต่เพราะจิตสำนึกทางศีลธรรมทำให้ต้องร่วมมือกัน

2.4 จิตอาสาในฐานะสื่อกลางของความหมายร่วม

เมื่อมองในเชิงพุทธปรัชญา จิตอาสาไม่ได้เป็นเพียงกิจกรรมแต่คือ “สื่อกลางของความหมาย” (Medium of shared meaning) มันทำให้ความสัมพันธ์ที่เคยบาง

และเปราะบาง กลายเป็นความสัมพันธ์ที่มีเนื้อ มีความหมาย มีความผูกพัน ใกล้เคียงกับแนวคิด “mutual understanding” ของฮาเบอร์มาส (Habermas, 1984, p. 88) ที่เชื่อว่าความเข้าใจร่วมกันคือรากฐานของสังคมประชาธิปไตยที่แท้จริง

จิตอาสาจึงทำหน้าที่เหมือนสะพานเชื่อมหลายมิติ เช่น เชื่อมวัย เชื่อมสถานะ เชื่อมเศรษฐกิจ เชื่อมความรู้สึกของมนุษย์เข้าหากัน จนเกิดเป็นสิ่งที่เรียกว่า “ความเป็นบ้านร่วมกัน” บ้านที่ไม่ต้องมีรั้ว แต่มีความไว้วางใจเป็นกำแพงไม่ต้องมีประตู แต่มีเมตตาเป็นผู้ต้อนรับ

3. จิตอาสาพุทธธรรมในฐานะพลังด้านความเปราะบางของสังคม

เมื่อพิจารณาในเชิงปรัชญาสังคม ความเปราะบางของชุมชนร่วมสมัยเกิดขึ้นจากการเสื่อมถอยของ “ทุนสัมพันธ์” (Relational capital) — ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน การสนับสนุนเชิงสังคม และความร่วมมือในระดับคุณภาพ หากทุนเหล่านี้ลดลง ชุมชนจะค่อย ๆ ตกอยู่ในสถานะโดดเดี่ยวเชิงโครงสร้าง (Structural isolation) แม้สมาชิกจะอาศัยอยู่ในพื้นที่เดียวกัน แต่กลับไม่เชื่อมถึงกันในเชิงความหมายและความผูกพัน ผลวิจัยด้านจิตวิทยาและสุขภาพสังคมชี้ตรงกันว่า ความโดดเดี่ยวคือหนึ่งในปัจจัยเสี่ยงสำคัญของความขัดแย้ง ความเสื่อมถอยทางจิตใจ และวิกฤตสุขภาพในระยะยาว (National Institute of Mental Health, 2018, pp. 5–7)

ข้อมูลภาคสนามของผู้เขียนต้นฉบับสะท้อนประเด็นเดียวกันอย่างชัดเจนว่า ชุมชนที่ไร้วัฒนธรรมจิตอาสามีความเปราะบางซ้อนทับกันหลายชั้น ขณะที่ชุมชนที่มีการทำงานจิตอาสาอย่างสม่ำเสมอกลับมีความสามารถในการฟื้นตัว (Resilience) สูงกว่า ทั้งในเชิงความร่วมมือ การแก้ปัญหา และการเยียวยาความขัดแย้ง นี่เป็นภาพที่สอดคล้องกับหลักพุทธปรัชญาซึ่งมองว่า “การเกื้อกูลกันเป็นเงื่อนไขของความเจริญร่วมกัน” และเป็นวิธีการแก้ “เหตุแห่งทุกข์” ในระดับสังคม ไม่ใช่เพียงระดับปัจเจก (Phra Brahmagnabhun (P. A. Payutto), 2006, pp. 201–205)

จิตอาสาพุทธธรรมจึงปรากฏขึ้นในฐานะพลังต้าน “ความเสื่อมแบบไม่รู้ตัว” ความเสื่อมที่ไม่ได้ประกาศตัวผ่านเหตุการณ์ใหญ่ แต่เกิดจากความเฉยชาเล็ก ๆ ที่สะสมยาวนานจนทำให้ความสัมพันธ์ของมนุษย์พรวนเลือน จิตอาสาช่วยเปิดพื้นที่ให้สมาชิกของชุมชนกลับมามองเห็นคุณค่าของกันและกันอีกครั้ง เกิดสิ่งที่เราสามารถเรียกว่า “การมอง

เห็นเชิงศีลธรรม” (Moral visibility) คือการเห็นผู้อื่นในฐานะมนุษย์ที่มีทุกข์ มีความหวัง และมีศักยภาพ "not as economic competitors or social burdens" แต่เป็น “เพื่อนมนุษย์” ในความหมายของพุทธจริยธรรม

ในเชิงทฤษฎี แนวโน้มนี้สอดคล้องกับกรอบคิด “justice as fairness” ของรอลส์ (Rawls, 1999, pp. 65–72) ที่ตั้งอยู่บนสมมติฐานว่า สังคมที่ดีต้องสร้างโครงสร้างความร่วมมือที่เป็นธรรม (fair terms of cooperation) การทำงานจิตอาสา เมื่อมีกรอบคิดแบบพุทธหนุนเสริม จึงกลายเป็นกลไกความยุติธรรมในระดับที่ไม่เป็นทางการ (Informal justice mechanism) ที่มีพล้อย่างยิ่ง เพราะมันไม่ได้อาศัยอำนาจรัฐหรือกฎหมายเป็นตัวกำกับ แต่เกิดจากการยินยอมร่วมกันของชุมชนผ่านกรุณา การช่วยเหลือ และการยอมรับความเป็นมนุษย์ของกันและกัน

ในความหมายนี้ จิตอาสาพุทธธรรมไม่ใช่กิจกรรมเฉพาะกลุ่มของผู้ใจบุญ แต่เป็น “ปรัชญาของการอยู่ร่วม” ที่ทำให้ชุมชนกลับมามีชีวิตจากภายในอีกครั้ง เป็นพลังที่ต่อต้านความเสื่อมถอยที่ค่อย ๆ กลืนกินโลกชีวิต และเป็นเครื่องมือสร้างความเข้มแข็งให้ชุมชนในเชิงลึกอย่างแท้จริง

4. จิตอาสาในฐานะเครื่องมือพัฒนาศักยภาพมนุษย์อย่างมีความหมาย

แก่นกลางของพระพุทธศาสนาได้อยู่ที่พิธีกรรม หากอยู่ที่ “การพัฒนามนุษย์” ให้เข้าถึงภาวะตื่นรู้ (Bodhi) โดยผ่านการกลั่นจิตใจด้วยศีล สมาธิ และปัญญา ในมุนี การปฏิบัติธรรมจึงไม่ห่างไกลจากการพัฒนาชุมชน หากเป็นกระบวนการเดียวกันที่ต่างรูปแบบการทำงานภายในตนกระทบต่อโลกภายนอก และโลกภายนอกก็เป็นเวทีให้ตรวจสอบความจริงของตนเอง ชี้ให้เห็นว่าการทำงานจิตอาสาในหลายพื้นที่ทำให้ผู้สูงอายุมีพลังใจมากขึ้น เยาวชนมีพื้นที่แห่งความหมายในการเติบโต และครอบครัวมีความเป็นปึกแผ่นเพิ่มขึ้น ภาพนี้สะท้อนหลักพรหมวิหาร 4 เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ที่ Harvey อธิบายว่าเป็น “จิตวิทยาของการเติบโตทางจริยธรรม” ซึ่งทำให้มนุษย์เห็นผู้อื่นเป็นผู้ร่วมทุกข์ร่วมสุข มิใช่วัตถุหรือภาระ (Harvey, 2000, pp. 150–156)

ในเชิงพุทธปรัชญา การทำจิตอาสาจึงไม่ใช่เพียงกิจกรรมช่วยเหลือ แต่คือ พื้นที่ภาวนาที่เคลื่อนไหว (Mobile meditation) ผู้ได้ขัดเกลาตนเองผ่านการปะทะกับความ เป็นจริงของผู้อื่น—ความแก่ ความเจ็บ ความจน ความหวัง ขณะที่ผู้รับได้ฟื้นคืนความหมาย

ในชีวิตจากการถูกมองเห็นและได้รับการเหลียวแล ชุมชนจึงได้รับพลังการเปลี่ยนแปลงแบบยั่งยืน ที่เกิดจากการขัดเกลาภายในและการเกื้อกูลภายนอกทำงานคู่ขนานกัน

พระพรหมคุณาภรณ์อธิบายว่าการช่วยเหลือที่ประกอบด้วยปัญญานั้น ทำให้ “ผู้ให้ได้รับการชำระจิต” ในขณะเดียวกับที่ “ผู้รับได้รับการชำระชีวิต” (Phra Brahmagunabhorn (P. A. Payutto), 2006, pp. 287–292) นี่คือการกระทำที่ตั้งอยู่บนปัญญา (wisdom-based action) ซึ่งไม่ทำให้ผู้ให้เกิดความหลงตัวเอง และไม่ทำให้ผู้รับกลายเป็นผู้พึ่งพิงอย่างไร้ศักดิ์ศรี

มองในภาพรวม จิตอาสาพุทธธรรมทำให้ชุมชนกลายเป็น “ห้องเรียนของการภาวนา” ที่ซึ่งศีล สมาธิ ปัญญา ถูกฝึกผ่านความสัมพันธ์จริง ไม่ใช่เพียงในสมณธรรมวัดหรือห้องเรียนธรรมะ แต่ในการดูแลผู้สูงวัย การรับฟังเด็ก การย่อยความขัดแย้งของครอบครัว การร่วมกันแก้ปัญหาของหมู่บ้าน ทุกสถานการณ์กลายเป็นบทเรียนเชิงจริยธรรมที่มีชีวิต

ดังนั้น จิตอาสาพุทธธรรมจึงมิใช่เครื่องมือแก้ปัญหามุมชนเท่านั้น หากเป็นเครื่องมือพัฒนามนุษย์ ที่ทำให้ผู้ให้และผู้รับต่างเติบโตไปพร้อมกัน และทำให้ชุมชนทั้งผืนค่อย ๆ ถูกหล่อหลอมด้วยคุณธรรม ความดีรู้ และความหมายร่วมที่ลึกซึ้งกว่าเดิม

การวิเคราะห์และวิพากษ์แนวคิดทางปรัชญา

การทำความเข้าใจ “จิตอาสาพุทธธรรม” ไม่อาจหยุดอยู่ที่การตีความในระดับสังคมศาสตร์ เพราะหัวใจของแนวคิดนี้ตั้งอยู่บนคำถามเชิงปรัชญาที่ลึกซึ้งกว่านั้นมาก คำถามว่ามนุษย์คืออะไร เราดำรงอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างไร และการช่วยเหลือกันคือ การกระทำที่เปลี่ยนแปลงโลก หรือการกระทำที่เปลี่ยนแปลงตนเอง?

เมื่อมองผ่านแว่นของพุทธปรัชญา เราจะพบว่า จิตอาสาพุทธธรรมคือรูปแบบหนึ่งของ ภาววิทยาแห่งความสัมพันธ์ (Relational ontology) ซึ่งถือว่ามนุษย์ไม่สามารถดำรงอยู่โดยปราศจากเงื่อนไขของผู้อื่น คือ ไม่มี “ตัวตนที่แยกขาด” มีแต่ “ตัวตนที่เกิดจากความสัมพันธ์” ดังหลักปฏิจจสมุปบาทที่ตรัสไว้อย่างชัดเจนว่า เพราะสิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี (Thai Tipitaka, Vol. 11, p. 305)

ด้วยเหตุนี้ การช่วยเหลือผู้อื่นในพุทธปรัชญาจึงไม่ใช่ความดีเชิงศีลธรรมแบบสั่งสอน แต่คือการ “สถาปนาความเป็นจริงร่วม” คือการประกอบโลกขึ้นใหม่ผ่านการกระทำที่สะท้อนปัญญาและกรุณา ซึ่งผู้ให้และผู้รับต่างก็ถูกเปลี่ยนแปลงไปพร้อมกัน

1) จริยศาสตร์การไม่ยึดถือตน: เมื่อการช่วยเหลือคือการทลายอัตตา

ในจริยศาสตร์ตะวันตก ความช่วยเหลือมักถูกอธิบายผ่านหน้าที่ (Deontology) หรือประโยชน์สูงสุด (Utilitarianism) แต่พุทธจริยศาสตร์เสนอสิ่งที่ละเอียดอ่อนกว่า คือ “การกระทำที่ปราศจากตัวตนผู้กระทำ” การทำจิตอาสาจึงเป็นการปฏิบัติ เพื่อละลายอัตตา ไม่ใช่การสร้างภาพว่าตนเป็นคนดี ไม่ใช่การทำบุญเพื่อสะสมแต้มบุญ แต่เป็นการกระทำที่ทำให้ “ตัวตนที่คับแคบ” หายไปชั่วคราว และเปิดพื้นที่ให้ “ตัวตนที่กว้างใหญ่กว่า” คือความเป็นมนุษย์ร่วมกันปรากฏขึ้น ทำให้จิตอาสาพุทธธรรมเข้าใกล้แนวคิด “Virtue ethics” ของอริสโตเติล ซึ่งคุณธรรมไม่ได้อยู่ที่ผลการกระทำ แต่อยู่ที่ตัวตนผู้กระทำ คือการเป็นคนดีผ่านการกระทำดี (Aristotle, 1999, pp. 25–29) แต่พุทธศาสนาเดินเลยไปอีกขั้น ไม่ใช่เพียง “เป็นคนดี” แต่คือ “ไม่ต้องยึดว่ามีคนทำดี”

2) ชุมชนในฐานะพื้นที่ภาวนา: การเปลี่ยนแปลงจากภายในสู่ภายนอก

ในแง่นี้ ชุมชนไม่ใช่เพียงพื้นที่ทางสังคม แต่คือ ห้องทดลองทางจิตวิญญาณ การดูแลผู้สูงอายุคือการภาวนาเรื่องอนิจจัง การดูแลเด็กคือการภาวนาเรื่องความหวัง การดูแลคนเจ็บคือการภาวนาเรื่องทุกข์ การร่วมแก้ปัญหาครอบครัวคือการภาวนาเรื่องเมตตา และขันติ กล่าวคือ จิตอาสาคือสมาธิในรูปของการเคลื่อนไหว และสังคมคือวัดที่ไร้กำแพง ในมุมนี้ เราพบความสอดคล้องกับแนวคิด “Lifeworld” ของฮาเบอร์มาส ซึ่งชี้ว่าวิกฤตของโลกยุคใหม่คือการที่ระบบเศรษฐกิจ-อำนาจเข้ามากลืนกินโลกชีวิต การทำจิตอาสาคือการทางคืนพื้นที่ของโลกชีวิต คือการสร้างความหมายร่วมผ่านภาษาของความเอื้ออาทร (Habermas, 1984, pp. 88–90)

3) ความยุติธรรมแบบพุทธ: เมื่อความดีงามไม่ต้องการสถาบันกำกับ

รอลส์เสนอว่า “ความยุติธรรมคือเงื่อนไขของความร่วมมือที่เป็นธรรม” แต่ในสังคมพุทธ จิตอาสาทำหน้าที่คล้ายกลไกความยุติธรรมในระดับไม่เป็นทางการ คือความยุติธรรมที่ไม่ต้องรอรัฐ ไม่ต้องรอกฎหมาย แต่เกิดขึ้นจากประชาชนที่ลุกขึ้นมาแก้ปัญหากันเอง เพราะเห็นคุณค่าของกันและกันในระดับความเป็นมนุษย์ (Rawls, 1999, pp. 65–72) นี่คือการยุติธรรมแบบมีชีวิต (living justice) และเป็นความยุติธรรมที่เกิดขึ้นจากจิตที่ถูกฝึกมาไม่ใช่โครงสร้างที่วางจากเบื้องบน

กล่าวอีกแบบคือ จิตอาสาในชุมชนคือการทำให้ความยุติธรรมเกิดขึ้นแบบธรรมชาติ โดยไม่ต้องรอให้ใครมาประกาศ

4) ความหมายเชิงภววิทยา: เรามีอยู่เพราะเรามีร่วมกัน

ท้ายที่สุด ความสำคัญเชิงปรัชญาของจิตอาสาพุทธธรรมคือการยืนยันว่ามนุษย์ไม่ใช่สิ่งมีชีวิตที่อยู่เพียงลำพัง เราเป็นเครือข่ายแห่งความสัมพันธ์ เรามีอยู่เพราะผู้อื่นมีอยู่ เราเติบโตเพราะผู้อื่นช่วยให้เราเติบโตและโลกดีขึ้นเพราะเราเลือกที่จะ “มองเห็นกัน” ในฐานะมนุษย์ร่วมทุกข์ร่วมสุข อาจกล่าวได้อีกทางว่า คำประกาศทางภววิทยาที่ลึกกว่างานพัฒนาชุมชนทั่วไป คือ การช่วยเหลือกันคือรูปแบบหนึ่งของการตื่นรู้ และจิตอาสาคือการภาวนาในฐานะการสร้างโลก

องค์ความรู้และข้อเสนอทางปรัชญา

จากการวิเคราะห์เชิงวิพากษ์ สามารถสังเคราะห์องค์ความรู้ใหม่และข้อเสนอที่มีนัยทางปรัชญาได้อย่างลึกซึ้ง ทั้งในระดับภววิทยา จริยศาสตร์ และสังคมปรัชญา ซึ่งช่วยให้เข้าใจบทบาทของจิตอาสาพุทธธรรมในยุคโลกาภิวัตน์ที่ซับซ้อนขึ้นเรื่อย ๆ การสังเคราะห์นี้มีใช้เพียงการสรุปเนื้อหา หากเป็นการยื่น “ข้อเสนอเชิงโลกทัศน์” ที่สามารถนำไปใช้เป็นฐานคิดเพื่อการสร้างชุมชนที่มีชีวิตและมีความหมายร่วมกัน

1) องค์ความรู้เชิงภววิทยา (Ontological Insight): มนุษย์เป็นสิ่งที่เกิดจากความสัมพันธ์ มิใช่ปัจเจกโดดเดี่ยว

ภววิทยาพุทธศาสนา มองมนุษย์ในฐานะ “เครือข่ายของปัจจัยสัมพันธ์” (Relational self) ไม่ใช่ตัวตนที่แข็งทื่อและแยกเดี่ยว จิตอาสาพุทธธรรมช่วยยืนยันความเป็นจริงข้อนี้เป็นรูปธรรม ผ่านการลงมือทำที่เปิดเผยว่าความอยู่รอดและการเติบโตของมนุษย์นั้นขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์เสมอ

องค์ความรู้ใหม่

- การช่วยเหลือกันมิใช่พฤติกรรมทางศีลธรรม แต่เป็น “ภาวะ” คือการดำรงอยู่ร่วมกันในฐานะเงื่อนไขของความเป็นมนุษย์
- จิตอาสาทำให้ปรากฏความจริงที่ซ่อนอยู่ในปัจเจกสมุปบาท: มนุษย์เกิดขึ้นและพัฒนาได้ด้วยความสัมพันธ์ มิใช่ลำพังตนเอง

นี่คือการขยายความเข้าใจเรื่อง anattā ให้ไกลกว่ามิติทางจิตวิญญาณ ไปสู่มิติทางสังคมที่จับต้องได้

2) องค์ความรู้เชิงจริยศาสตร์ (Ethical Insights): การให้คือการตื่นรู้ ไม่ใช่การสั่งสมบุญ

จิตอาสาพุทธธรรมเผยให้เห็นว่า “การให้” ที่แท้จริงคือการทำลายกำแพงอัตตา และเปิดพื้นที่ให้ความเป็นมนุษย์ร่วมกันปรากฏ ซึ่งเป็นแก่นแท้ของจริยศาสตร์พุทธศาสนา จิตอาสาจึงกลายเป็น “การปฏิบัติธรรมในรูปแบบของการช่วยเหลือ” (Applied ethics of compassion)

องค์ความรู้ใหม่

– ความดีในพุทธศาสนามีใช้หน้าที่และมีใช้การแลกเปลี่ยนผลบุญ แต่คือ “การกระทำที่ปราศจากตัวตนผู้กระทำ”

– การทำจิตอาสาจึงเป็นการภาวนาทางจริยธรรม (Ethical meditation)

– ผู้ให้และผู้รับไม่อยู่ในความสัมพันธ์แบบสูง-ต่ำ แต่ในความสัมพันธ์แบบร่วมทุกข์ร่วมสุข

นี่ทำให้เกิดจริยศาสตร์แบบใหม่ที่เรียกได้ว่า “จริยศาสตร์แห่งการตื่นรู้ร่วม” (Ethics of shared awakening).

3) องค์ความรู้เชิงสังคมปรัชญา (Social-Philosophical Insight): ชุมชนคือพื้นที่ฝึกฝนจิตมนุษย์

ในแง่สังคมปรัชญา จิตอาสาพุทธธรรมแสดงให้เห็นว่าการพัฒนาชุมชนมิใช่เพียงการจัดสรรทรัพยากรหรือสร้างนโยบาย แต่คือการ “สร้างฐานจิตวิญญาณร่วม” ที่ทำให้มนุษย์เชื่อมโยงกันอย่างมีคุณภาพ

องค์ความรู้ใหม่

– ชุมชนที่มีการฝึกจิตผ่านการช่วยเหลือกันคือชุมชนที่มีภูมิต้านทาน (Resilience) สูง

– การฟื้นคืน “โลกชีวิต” (Lifeworld) ไม่ได้มาจากนโยบายรัฐ แต่มาจากการลงมือปฏิบัติอย่างมีความหมายของประชาชนเอง

– จิตอาสาคือรูปแบบหนึ่งของความยุติธรรมแบบไม่เป็นทางการ (Infor-

mal justice) ตามความหมายของ Rawls แต่เกิดจากเมตตาและกรุณา มากกว่ากฎเกณฑ์และสถาบัน

ดังนั้นชุมชนไม่ใช่เพียงพื้นที่ทางกายภาพ แต่คือ “สถาบันฝึกตนร่วม” (collective institution of self-cultivation).

4) ข้อเสนอทางปรัชญา: แนวทางพัฒนาชุมชนด้วยพุทธจริยศาสตร์

จากองค์ความรู้ดังกล่าว สามารถพัฒนาเป็นข้อเสนอเชิงปรัชญาได้ดังนี้:

1) พัฒนาชุมชนด้วยกรอบคิด “ภววิทยาแห่งความสัมพันธ์” การออกแบบนโยบายหรือกิจกรรมควรมองมนุษย์ไม่ใช่ตัวแยกเดี่ยว แต่เป็นสิ่งมีชีวิตที่ “เกิดขึ้นจากความสัมพันธ์” การส่งเสริมจิตอาสาจึงไม่ใช่กิจกรรม แต่คือการสร้างเครือข่ายการดำรงอยู่ร่วมกัน ให้ชุมชนกลับมาเป็นเนื้อเดียวกัน

2) ใช้จริยศาสตร์แห่งการตื่นรู้เป็นฐานของการทำงานสังคม กิจกรรมชุมชนควรมีเป้าหมายเป็น “การเติบโตของจิตใจ” ควบคู่กับการแก้ปัญหา เช่น

- กิจกรรมภาวนาในกิจกรรมจิตอาสา
- การสอนให้เยาวชนมองเห็นคุณค่าของผู้อื่นผ่านการลงมือช่วยจริง
- การแลกเปลี่ยนประสบการณ์การทำงานเพื่อผู้อื่น

3) สร้างชุมชนให้เป็นพื้นที่ฝึกศีล-สมาธิ-ปัญญา แทนที่จะจำกัดการภาวนาในวัดเท่านั้น ชุมชนควรเป็นพื้นที่ภาวนาที่มีชีวิต กิจกรรมใดที่ช่วยให้สมาชิกเห็นทุกข์ เห็นการเปลี่ยนแปลง และเห็นคุณค่าของมนุษย์ ควรได้รับการส่งเสริมอย่างเป็นระบบ

4) ส่งเสริมความยุติธรรมแบบเมตตา (Ompassion-based justice) เมื่อการช่วยเหลือกันเกิดจากความกรุณา ไม่ใช่เพราะกฎหมายบังคับ จะทำให้ชุมชนมีความเข้มแข็งจากฐานราก ไม่ใช่แค่การปรับปรุงเชิงโครงสร้างจากบนลงล่าง นี่คือการยุติธรรมเชิงจริยธรรม ไม่ใช่เพียงเชิงสถาบัน

5) สรุปข้อเสนอเชิงโลกทัศน์ (Worldview Proposition) ท้ายที่สุด

ข้อเสนอทางปรัชญาของงานนี้คือ: “การทำจิตอาสาตามกรอบพุทธธรรมคือภาวนาร่วมในระดับสังคม ซึ่งไม่เพียงแก้ปัญหา แต่สร้างมนุษย์ สร้างความสัมพันธ์ และสร้างโลกที่มีความหมายร่วมกันใหม่” นี่คือนิยามโลกทัศน์ที่มองว่า

- การให้คือการตื่นรู้
- ชุมชนคือวัด
- ความสัมพันธ์คือฐานของการดำรงอยู่
- จิตอาสาคือการปฏิบัติธรรมในรูปแบบที่สังคมร่วมสมัยต้องการมากที่สุด

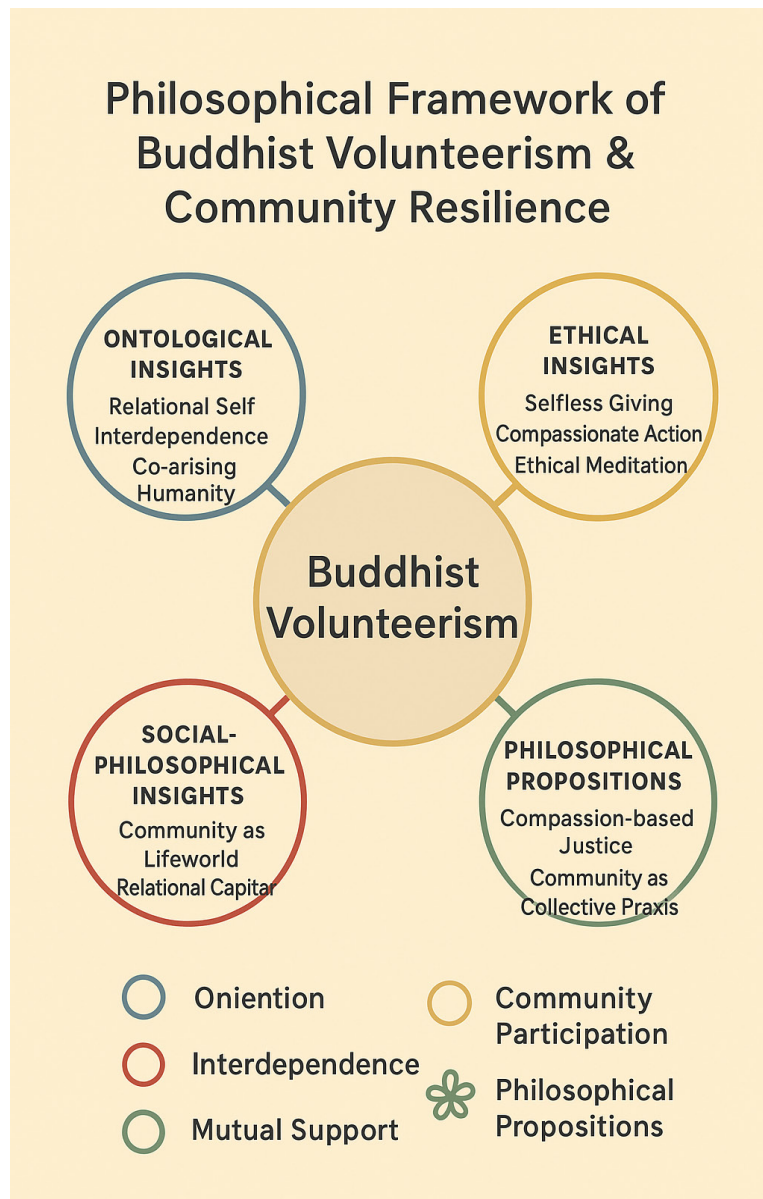


Figure 1: Philosophical Buddhist Volunteering & Community Resilience Model

ภาพอินโฟกราฟิกนี้สรุปโครงสร้างแนวคิด “จิตอาสาพุทธธรรม” ในฐานะพลังสร้างความเข้มแข็งของชุมชน โดยแสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาที่ชุมชนกำลังเผชิญ (Problem Zone), พุทธธรรมที่เป็นฐานของการขัดเกลาจิตใจและการอยู่ร่วมกัน (Buddhist Ethical Core), และผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นต่อการฟื้นฟูชุมชน (Community Outcomes) ภาพแบ่งสาระตามกรอบภาษาอังกฤษสี่มิติ ได้แก่ ภาววิทยา (Ontology) ความเข้าใจเกี่ยวกับการเกิดขึ้นร่วมกันของมนุษย์, จริยศาสตร์ (Ethics) การกระทำที่ตั้งอยู่บนเมตตา กรุณา และปัญญา, ปรัชญาสังคม (Social Philosophy) ความสัมพันธ์เชิงโครงสร้างและความร่วมมือของสมาชิกในชุมชน, และ ข้อเสนอทางปรัชญา (Philosophical Proposition) การตีความพุทธธรรมเพื่อสร้างสังคมที่เป็นธรรมและยั่งยืน

การพัฒนาชุมชนไม่อาจอาศัยมาตรการเชิงนโยบายหรือโครงสร้างเพียงอย่างเดียว หากต้องเริ่มจากการแปรเปลี่ยน “ภาวะของจิต” ผ่านหลักพรหมวิหาร สังคหวัตถุ และการปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน โดยเมื่อจิตอาสาถูกขับเคลื่อนด้วยเมตตา กรุณา และสติ องค์ประกอบต่าง ๆ ในภาพ ไม่ว่าจะเป็น Compassion, Interdependence, Shared Humanity, Ethical Action หรือ Collective Resilience จะเชื่อมร้อยกันเป็นระบบทำให้ชุมชนกลับมามีความหมายร่วม มีความไว้วางใจ และมีพลังยืนหยัดต่อความเปราะบางได้อย่างยั่งยืน ท้ายที่สุด ภาพนี้ทำหน้าที่เป็น “แผนผังองค์ความรู้” ที่ถ่ายทอดแก่นของบทความในเชิงปรัชญาอย่างชัดเจนและจับต้องได้ โดยเสนอว่า จิตอาสาพุทธธรรมคือกระบวนการภาวนาร่วมที่เปลี่ยนทั้งมนุษย์และสังคมไปพร้อมกัน.

สรุป

จิตอาสาพุทธธรรมไม่ใช่เพียงกิจกรรมเพื่อสังคม หากเป็นกระบวนการภาวนาที่แปรเปลี่ยนทั้งผู้ให้ ผู้รับ และโครงสร้างความสัมพันธ์ของชุมชนไปพร้อมกัน ผ่านหลักพรหมวิหาร สังคหวัตถุ และเจตนาที่ตั้งอยู่บนเมตตาและปัญญา จิตอาสาจึงทำงานในสองระดับพร้อมกัน ระดับปัจเจกที่ช่วยขัดเกลาความยึดมั่น และระดับสังคมที่สร้างทุนสัมพันธ์ ความไว้วางใจ และการมีส่วนร่วมอย่างแท้จริง

จากการวิเคราะห์เชิงภาววิทยา จริยศาสตร์ และสังคมปรัชญา พบว่า “ความเข้มแข็งของชุมชน” มิได้เกิดจากโครงสร้างนโยบายหรือทรัพยากรภายนอกเท่านั้น แต่เกิดจากภาวะจิตใจที่เอื้อต่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความหมาย เมื่อชุมชนฟื้นคืนความสามารถในการมองเห็นกันเป็นมนุษย์ มีความเมตตา และร่วมมือบนฐานของความจริงใจ จึงเกิดพลัง

ในการด้านความเปราะบางและฟื้นฟูตัวจากวิกฤตต่าง ๆ

จิตอาสาพุทธธรรมจึงถูกเสนอให้เป็น “ภาวนาร่วมเชิงสังคม” —ช่องทางที่ทำให้พุทธธรรมกลายเป็นพลังสร้างสรรค์ในชีวิตประจำวันและในสังคมร่วมสมัยที่ซับซ้อน ภาพรวมของบทความจึงชี้ชัดว่า การพัฒนาชุมชนไม่อาจแยกจากการพัฒนาจิตใจ และการฟื้นฟูความสัมพันธ์คือหัวใจของความยั่งยืนในระยะยาว ทั้งในระดับบุคคลและระดับสังคม.

References

- Aristotle. (1999). *Nicomachean ethics* (T. Irwin, Trans.). Hackett Publishing.
- Department of Provincial Administration. (2023). *Annual report on community and family resilience in Thailand*. Ministry of Interior, Thailand.
- Habermas, J. (1984). *The theory of communicative action: Vol. 1. Reason and the rationalization of society* (T. McCarthy, Trans.). Beacon Press.
- Harvey, P. (2000). *An introduction to Buddhist ethics: Foundations, values and issues*. Cambridge University Press.
- Mahachulalongkornrajavidyalaya University. (1996). *Thai Tipiṭaka (Mahachulalongkornrajavidyalaya Edition)*. Mahachulalongkornrajavidyalaya University Press.
- National Institute of Mental Health. (2018). *Loneliness and mental health: National survey report*. U.S. Department of Health & Human Services.
- Phra Brahmagunabhorn (P. A. Payutto). (2006). *Buddhist virtues for social development*. Mahachulalongkornrajavidyalaya University Press.

Rawls, J. (1999). *A theory of justice* (Rev. ed.). Harvard University Press.

Stanford University. (2019). *The social disconnection crisis: Digital society and community well-being*. Stanford Social Research Center.