**เข้าใจ “จิตอาสา” ผ่านหลักธรรมของศาสนา**

จิตอาสาในพุทธศาสนา คือ กุศโลบายสร้างความสามัคคี โดย จิตอาสา เริ่มจากจิตใจที่มีพรหมวิหารธรรม 4 ประการคือ

1. เมตตา ความรัก ความปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุข
2. กรุณา ความสงสาร ความปรารถนาช่วยให้คนอื่นพ้นทุกข์
3. มุทิตา ความพลอยยินดีที่เห็นคนอื่นได้ดีมีความสุขความเจริญ
4. อุเบกขา ความเป็นกลางในอารมณ์คือไม่ยินดียินร้าย ไม่ลำเอียง

ความเมตตาและความกรุณาเป็นคุณธรรมพื้นฐานของจิตอาสา เพราะคอยกระตุ้นเตือนให้คิดช่วยเหลือและบริการแก่คนอื่น ต่อมาเมื่อเห็นคนอื่นได้ดีมาสุขเพราะการช่วยเหลือนั้นก็เกิดมุทิตา คือพลอยยินดีกับเขา และในการช่วยเหลือคนอื่นนั้น ให้ทำด้วยใจอุเบกขา คือมีความยุติธรรมเพราะไม่ลำเอียง

เมื่อมีจิตอาสาด้วยพรหมวิหารธรรมดังกล่าวแล้วนั้น คนเราจะทำกิจกรรมที่แสดงออกถึงความมีจิตอาสาด้วยวิธีการที่เรียกว่า สังคหวัตถุ หรือวิธีสงเคราะห์คนอื่น 4 ประการ อย่างใดอย่างหนึ่งหรือหลายอย่างรวมกัน ดังนี้

1. ทาน คือ การให้หรือการแบ่งปันสิ่งของ ความรู้ และประสบการณ์อื่นใด
2. ปิยวาจา คือ การพูดจาสุภาพอ่อนหวานเพื่อให้กำลังใจ คำแนะนำ คำตักเตือน เป็นต้น
3. อัตถจริยา คือ การบำเพ็ญประโยชน์แก่ผู้อื่นด้วยกำลังกายและกำลังปัญญาเป็นสำคัญ
4. สมานัตตตา คือ การวางตนเสมอต้นเสมอปลาย ดังคำกล่าวที่ว่า มีสุขร่วมเสพ มีทุกข์ร่วมด้าน

วิธีการแสดงออกซึ่งจิตอาสาทั้ง 4 ประการนี้ เปรียบเสมือนลิ่มสลักหรือกาวใจ ที่เชื่อมประสานสมาชิกในสังคมให้ผูกรักสมัครสมานสามัคคีกัน