

หลักสัมมาวาจา 4 : พุทธจริยาศาสตร์เพื่อขจัดปัญหาความแตกแยก ในสังคมไทยอันเกิดจากการสื่อสารที่ขาดสติ

Right Speech (Sammāvācā): A Buddhist Ethics Approach to Addressing Social Divisions Caused by Unmindful Communication in Thai Society

พรรณณา รัตนพันธ์

Phannapha Rattanaphan

นักวิชาการอิสระ

Independent Academic

E-Mail: phanna.jeab@gmail.com

วันที่รับบทความ (Received) : 2 ตุลาคม 2568

วันที่แก้ไขบทความ (Revised) : 25 ธันวาคม 2568

วันที่ตอบรับบทความ (Accepted) : 25 ธันวาคม 2568

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการประยุกต์ใช้ หลักสัมมาวาจา 4 ในการขจัดปัญหาความแตกแยกในสังคมไทย ซึ่งมีสาเหตุสำคัญมาจากการสื่อสารที่ขาดสติ หลักสัมมาวาจา 4 ประกอบด้วย การไม่พูดเท็จ การไม่พูดส่อเสียด การไม่พูดคำหยาบ และการไม่พูดเพ้อเจ้อ ซึ่งเป็นแนวทางทางพุทธจริยาศาสตร์ที่มุ่งกำกับการใช้วาจาให้เกิดประโยชน์และความเกื้อกูลต่อสังคม ในบริบทสังคมไทยร่วมสมัย โดยเฉพาะเมื่อสังคมเข้าสู่ยุคดิจิทัล รูปแบบการสื่อสารได้เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วตามพัฒนาการของเทคโนโลยีสารสนเทศ

ในยุคสังคมดิจิทัล บทบาทของผู้รับสารมิได้จำกัดอยู่เพียงการรับข้อมูลข่าวสารเท่านั้น หากแต่สามารถเป็นทั้งผู้รับและผู้ส่งสารได้ในเวลาเดียวกัน อีกทั้งยังมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันอย่างต่อเนื่องผ่านสื่อสังคมออนไลน์ ซึ่งเปิดโอกาสให้ทุกคนสามารถเผยแพร่ความคิดเห็นและข้อมูลได้โดยไม่ผ่านกระบวนการกลั่นกรองอย่างเป็นระบบ (วราพร คำจับ, 2560) สภาพการณ์ดังกล่าวส่งผลให้การสื่อสารที่ขาดสติ การควบคุมอารมณ์ และความรับผิดชอบ กลายเป็นปัจจัยสำคัญที่ก่อให้เกิดความขัดแย้งในระดับบุคคล ครอบครัว และสังคมโดยรวม

ผลการศึกษา พบว่า หลักสัมมาวาจา 4 สามารถนำมาประยุกต์ใช้เป็นกรอบจริยธรรมในการกำกับการสื่อสารในสังคมไทยได้อย่างเหมาะสม โดยช่วยส่งเสริมวัฒนธรรมการสื่อสารที่สุจริต สุภาพ และมีสาระ ซึ่งเป็นรากฐานสำคัญของการสร้างความเข้าใจ ความไว้วางใจ และความสมานฉันท์ในสังคมไทยในยุคดิจิทัล

คำสำคัญ: การสื่อสารที่ขาดสติ, ความแตกแยกทางสังคม, สัมมาวาจา 4

ABSTRACT

This article aims to examine the application of the Four Right Speeches as a means of addressing social division in Thai society, which has been significantly influenced by unmindful communication. The Four Right Speeches consist of refraining from false speech, divisive speech, harsh speech, and idle chatter, and function as an ethical framework within Buddhist moral philosophy for regulating verbal conduct in society. In the contemporary Thai context, particularly with the transition into the digital age, patterns of communication have rapidly transformed alongside advancements in information technology.

In the digital era, the role of the audience is no longer confined to passive reception of information; individuals simultaneously function as both message receivers and senders, engaging in continuous interaction through social media platforms. This environment enables the rapid dissemination of opinions and information without systematic verification or ethical oversight (Waraporn Damchap, 2017). Consequently, communication characterized by a lack of mindfulness, emotional regulation, and responsibility has increasingly contributed to conflict at the individual, familial, and societal levels.

The findings indicate that the Four Right Speeches can be effectively applied as an ethical guideline for fostering a culture of honest, polite, and meaningful communication. Such an approach serves as a foundational mechanism for promoting mutual understanding, trust, and social harmony in Thai society within the context of the digital age.

Keywords: Unmindful communication, Social division, Right Speech

1. บทนำ

นับตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน มนุษย์ดำรงชีวิตอยู่ในลักษณะของสังคมที่ต้องพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน ไม่ว่าจะเป็นการอยู่เป็นคู่หรือการรวมกลุ่มเป็นชุมชน ทั้งนี้เนื่องจากการดำรงชีวิตจำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล อริสโตเติล (Aristotle) นักปราชญ์ชาวกรีก ได้กล่าวไว้อย่างชัดเจนว่า “มนุษย์เป็นสัตว์สังคม” (Social Animal) โดยชี้ให้เห็นว่ามนุษย์ไม่สามารถดำรงอยู่ได้อย่างโดดเดี่ยว หากแต่ต้องมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ แนวคิดดังกล่าวสอดคล้องกับทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์ (Hierarchy of Needs) ของอับราฮัม มาสโลว์ (Abraham Maslow) ซึ่งระบุว่าความต้องการด้านความรักและความเป็นเจ้าของ (Belongingness and Love Needs) เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานลำดับที่สามของมนุษย์ อันสะท้อนถึงความจำเป็นของการสร้างความสัมพันธ์และการสื่อสารในชีวิตประจำวัน (พิณจ์ทอง แมนสมิตรีชัย, 2559)

อย่างไรก็ตาม ในบริบทของสังคมไทยร่วมสมัย ปัญหาความแตกแยกและความขัดแย้งทางความคิดได้ปรากฏขึ้นอย่างกว้างขวาง ทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว ชุมชน และระดับประเทศ โดยเฉพาะในมิติทางการเมือง เศรษฐกิจ และสังคม ปัญหาดังกล่าวมีรากฐานสำคัญมาจากการสื่อสารที่ขาดสติและการกลั่นกรองซึ่งสะท้อนผ่านการใช้อัตถุคำรุนแรง (hate speech) การเผยแพร่ข่าวปลอมและข้อมูลบิดเบือน (fake news) รวมถึงการแสดงความคิดเห็นที่ขับเคลื่อนด้วยอารมณ์โกรธเกลียดหรืออคติ สื่อสังคมออนไลน์ เช่น Facebook, Twitter, TikTok และ Line ได้กลายเป็นพื้นที่หลักของการสื่อสารในยุคดิจิทัล ด้วยคุณลักษณะของการเผยแพร่ที่รวดเร็วและเข้าถึงผู้คนจำนวนมาก ข้อมูลจากสำนักงานสถิติแห่งชาติ (2567) ชี้ให้เห็นว่าประชาชนไทยมีการใช้อินเทอร์เน็ตและโทรศัพท์มือถือในอัตราสูง โดยเฉพาะกลุ่มอายุ 15-24 ปี และประชาชนอายุ 50 ปีขึ้นไปที่ใช้สื่อสังคมออนไลน์เป็นหลักในการติดต่อสื่อสาร ปรากฏการณ์ดังกล่าวส่งผลให้การเผยแพร่ข้อความที่ขาดการพิจารณาอย่างรอบคอบเกิดขึ้นได้ง่าย นำไปสู่ปัญหาทั้งในระดับปัจเจก เช่น ความเครียด ความวิตกกังวล และการกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ ตลอดจนในระดับสังคม เช่น การแบ่งขั้วทางความคิดและการลดทอนความไว้วางใจซึ่งกันและกัน (พระมหาเมธาสิทธิ์ ฐิตคุโณ (ชาญกลั่นน้อย), 2564)

ในเชิงแนวคิด คำว่า “การสื่อสาร” (Communication) มีรากศัพท์จากภาษาละตินว่า *Communis* ซึ่งหมายถึงความร่วมมือหรือความเหมือนกัน โดยการสื่อสารหมายถึงกระบวนการถ่ายทอดข่าวสาร ข้อมูล ความรู้ และความรู้สึกจากผู้ส่งสารไปยังผู้รับสารผ่านสื่อต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการพูด การเขียน หรือสัญลักษณ์อื่น ๆ (พิณัจทอง แมนสุมิตรชัย, 2559) อย่างไรก็ตาม การสื่อสารในยุคดิจิทัลได้เปลี่ยนบทบาทของผู้รับสารจากผู้รับข้อมูลเพียงฝ่ายเดียว ไปสู่การเป็นทั้งผู้รับสารและผู้ส่งสารในเวลาเดียวกัน แนวคิดนี้สอดคล้องกับมุมมองของ PricewaterhouseCoopers ที่เรียกว่า “Lifestyle Media” ซึ่งผู้รับสารสามารถผลิตและเผยแพร่เนื้อหาได้ด้วยตนเอง (PricewaterhouseCoopers, 2006; วราพร ดาจับ, 2560) ภายใต้บริบทดังกล่าว เนื้อหาของสาร (Message Content) จึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง โดยสามารถแบ่งออกเป็นสารประเภทข้อเท็จจริงซึ่งตรวจสอบได้ และสารประเภทข้อคิดเห็นซึ่งสะท้อนความเชื่อและอารมณ์ของผู้ส่งสาร (กนกนาลิขิตไพรวลัย, 2563) การขาดความตระหนักในการแยกแยะสารทั้งสองประเภทจึงเป็นปัจจัยสำคัญที่ก่อให้เกิดปัญหาการสื่อสารและความขัดแย้งในสังคมไทยยุคดิจิทัล

2. หลักพุทธจริยศาสตร์เรื่องหลักสัมมาวาจา 4

การใช้วาจาเพื่อการสื่อสารในสังคมตามหลักการในพุทธจริยศาสตร์ พุทธจริยศาสตร์ในพระพุทธศาสนาเถรวาท เป็นแนวทางแห่งการประพฤติปฏิบัติของมนุษย์เพื่อให้เกิดความสุขและความสงบในสังคม อันถือเป็นพื้นฐานสำคัญของการดำรงชีวิต มนุษย์ถูกยกย่องว่าเป็นสัตว์ประเสริฐ จึงควรมีหลักแห่งวิถีชีวิตที่แตกต่างจากสัตว์ทั่วไป หลักการดังกล่าวคือคุณธรรม ศีลธรรมหรือจริยธรรม ซึ่งเมื่อพิจารณาในเชิงความหมายก็คือ “จริยศาสตร์” อันเป็นหลักก่อดำเนินการประพฤติและการปฏิบัติของมนุษย์ โดยนักปราชญ์ได้จัดลำดับความสำคัญของพุทธจริยศาสตร์ไว้เป็นขั้นตอนเพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต

1. พุทธจริยศาสตร์ในระดับขั้นต้น

พุทธจริยศาสตร์ในระดับขั้นต้นถือเป็นหลักแห่ง “มนุษยธรรม” ที่ทุกคนควรละเว้นจากสิ่งไม่ควรทำ และปฏิบัติตามสิ่งที่ควรประพฤติ โดยแบ่งออกเป็น 2 ส่วนสำคัญ ได้แก่

1. เบญจศีล หรือ ศีล 5

เบญจศีล หรือศีล 5 เป็นหลักปฏิบัติพื้นฐานในพระพุทธศาสนาที่มุ่งควบคุมพฤติกรรมทางกายและวาจาให้ดำรงอยู่ในความเรียบร้อยและมีระเบียบแบบแผนที่เหมาะสมต่อการอยู่ร่วมกันในสังคม ศีล 5 มีลักษณะเป็นการงดเว้นจากความชั่ว อันเป็นการป้องกันไม่ให้เกิดการเบียดเบียนตนเองและผู้อื่น โดยข้อปฏิบัติประกอบด้วย การเว้นจากการฆ่าสัตว์หรือเบียดเบียนชีวิตทุกชนิด ซึ่งสะท้อนหลักเมตตาและการเคารพคุณค่าของชีวิต การเว้นจากการลักขโมยหรือถือเอาทรัพย์สินที่เจ้าของมิได้ให้ เพื่อส่งเสริมความซื่อสัตย์และความยุติธรรมในสังคม การเว้นจากการประพฤติผิดในทางกาม อันเป็นการรักษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลให้เป็นไปอย่างเหมาะสม การเว้นจากการพูดเท็จหรือกล่าวคำที่บิดเบือนความจริง ซึ่งมีความสำคัญต่อความไว้วางใจและความสงบสุขในสังคม และการเว้นจากการดื่มสุราและของมึนเมาทุกชนิด เพื่อป้องกันการขาดสติและการกระทำที่อาจนำไปสู่ความเดือดร้อน ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น ศีล 5 จึงถือเป็นรากฐานสำคัญของการพัฒนาคุณภาพชีวิตในระดับปัจเจกและสังคม

2. เบญจธรรม หรือ เบญจกัลยาณธรรม

เบญจธรรม หรือเบญจกัลยาณธรรม เป็นหลักธรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพความเป็นมนุษย์ควบคู่ไปกับการงดเว้นความชั่วตามหลักเบญจศีล โดยมุ่งเน้นการทำความดีและการบำเพ็ญคุณธรรมภายในจิตใจ เบญจธรรมประกอบด้วยข้อปฏิบัติ 5 ประการ ได้แก่ เมตตากรุณา ซึ่งหมายถึงความรัก ความปรารถนาดีต่อผู้อื่น และความสงสารเมื่อเห็นผู้อื่นประสบความทุกข์ สัมมาอาชีวะ คือการเลี้ยงชีพอย่างสุจริต ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น อันเป็นพื้นฐานของความมั่นคงและความเป็นธรรมทางเศรษฐกิจ กามสังวร หมายถึงการสำรวมระวังในกามารมณ์ รู้จักควบคุมตนเองด้วยสติ เพื่อไม่ให้ตกอยู่ภายใต้อำนาจของความใคร่และความหลง สัจจะ คือความซื่อสัตย์และจริงใจ ไม่คดโกง มีความตรงทั้งต่อตนเองและผู้อื่น ซึ่งเป็นคุณธรรมสำคัญในการสร้างความไว้วางใจในสังคม และสติสัมปชัญญะ หมายถึงความมีสติรู้ตัวอยู่เสมอ รู้จักยั้งคิดและระมัดระวัง ไม่ประมาทในกิจการทั้งปวง เมื่อเบญจธรรมได้รับการปฏิบัติควบคู่กับเบญจศีล ย่อมช่วยหล่อหลอมให้มนุษย์เป็นผู้มีคุณธรรมทั้งภายนอกและภายใน และสามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างสงบสุขและยั่งยืน

2. พุทธจริยศาสตร์ขั้นกลาง

พุทธจริยศาสตร์ขั้นกลาง หมายถึงหลักการดำเนินชีวิตที่ช่วยให้มนุษย์อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขและความสงบในสังคม เรียกว่า กุศลกรรมบถ หรือ “ทางแห่งความดี” ซึ่งเป็นแนวปฏิบัติที่สมบูรณ์และควรประพฤติ โดยแบ่งออกเป็น 3 ด้าน ได้แก่ กายสุจริต วชิสุจริต และมโนสุจริต

อนึ่ง หลักสุจริต 3 ประการ เป็นแนวทางสำคัญในการกำกับพฤติกรรมของมนุษย์ทั้งทางกาย วาจา และใจ เพื่อให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างถูกต้องและเกื้อกูลต่อการอยู่ร่วมกันในสังคม เริ่มจาก กายสุจริต ซึ่งหมายถึงความประพฤติดีทางกาย ประกอบด้วยการงดเว้นจากการฆ่าสัตว์และการเบียดเบียนชีวิตทุกชนิด

อันเป็นการปลุกฝังเมตตา กรุณา และความเคารพในคุณค่าของชีวิต การเว้นจากการลักทรัพย์หรือการถือเอาทรัพย์สินของผู้อื่นโดยมิชอบ ซึ่งสะท้อนถึงการเคารพสิทธิ์และความเป็นธรรมในสังคม และการเว้นจากการประพฤติผิดในกาม โดยรู้จักควบคุมตนเองไม่ให้ตกอยู่ภายใต้อำนาจของตัณหา กายสุจริตจึงเป็นรากฐานของการอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุขและปลอดภัยในระดับสังคม

ถัดมา วจีสุจริต คือความประพฤติดีทางวาจา ซึ่งมีบทบาทสำคัญต่อความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความกลมเกลียวในสังคม วจีสุจริตประกอบด้วย การเว้นจากการพูดเท็จ โดยยึดถือการพูดความจริง ไม่บิดเบือนข้อมูลเพราะอคติหรือผลประโยชน์ส่วนตน การเว้นจากการพูดส่อเสียดหรือยุยงให้เกิดความแตกแยก แต่เลือกใช้ถ้อยคำที่ส่งเสริมความสมัครสมานและไมตรีจิต การเว้นจากการพูดคำหยาบคาย โดยใช้คำพูดที่สุภาพ อ่อนโยน และเหมาะสมต่อผู้ฟัง และการเว้นจากการพูดเพื่อเจ้อหรือไร้สาระ โดยกล่าวเฉพาะสิ่งที่เป็นจริง มีเหตุผล และเหมาะสมตามกาลเทศะ วจีสุจริตจึงเป็นเครื่องมือสำคัญในการสร้างสันติภาพทางสังคมผ่านการสื่อสารอย่างมีสติและความรับผิดชอบ

ประการสุดท้ายคือ มโนสุจริต ซึ่งหมายถึงความประพฤติดีทางใจ อันเป็นรากฐานของพฤติกรรมทั้งทางกายและวาจา มโนสุจริตประกอบด้วย การไม่โลภอยากได้ทรัพย์สินหรือสิ่งของของผู้อื่น การไม่คิดร้ายหรืออาฆาตมาดร้ายต่อใคร แต่มีจิตปรารถนาให้สรรพสัตว์อยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข และการไม่ยึดถือความเห็นผิด โดยตั้งอยู่ในสัมมาทิฐิ คือความเข้าใจที่ถูกต้องในกฎแห่งกรรมว่า การกระทำดีนำไปสู่ผลดี และการกระทำชั่วย่อมนำไปสู่ผลชั่ว เมื่อจิตใจได้รับการพัฒนาให้ตั้งมั่นในมโนสุจริต ย่อมส่งผลให้การแสดงออกทางกายและวาจาเป็นไปในทางที่สร้างสรรค์ และเอื้อต่อการพัฒนาชีวิตและสังคมอย่างยั่งยืน

3. พุทธจริยศาสตร์ขั้นสูง

พุทธจริยศาสตร์ขั้นสูง หมายถึง หลักการปฏิบัติของมนุษย์เพื่อมุ่งสู่คุณธรรมขั้นสูง อันเป็นการพัฒนาจิตให้หลุดพ้นจากกิเลสและเป็นอิสระ เรียกว่า อริยมรรค หรือ ทางอันประเสริฐมีองค์ 8 ซึ่งเป็นแนวทางแห่งการดับทุกข์และบรรลุนิพพาน

สำหรับอริยมรรคมีองค์ 8 นี้ เป็นแก่นสำคัญของพุทธธรรมในฐานะหนทางแห่งการดับทุกข์ โดยเริ่มจาก สัมมาทิฐิ หรือความเห็นชอบ ซึ่งหมายถึงความเข้าใจถูกต้องตามความเป็นจริง ได้แก่ ความรู้ในอริยสัจ 4 ความเข้าใจในไตรลักษณ์ การแยกแยะกุศลและอกุศล ตลอดจนความรู้แจ้งในหลักปฏิจจสมุปบาท สัมมาทิฐิ จึงเป็นรากฐานของการพัฒนาปัญญา เพราะเป็นจุดเริ่มต้นที่ทำให้การคิด การพูด และการกระทำของมนุษย์ดำเนินไปในทิศทางที่ถูกต้อง ต่อเนื่องด้วย สัมมาสังกัปปะ หรือความดำริชอบ ซึ่งเป็นการตั้งเจตนาทางใจให้บริสุทธิ์ ประกอบด้วยความคิดปลอดจากกามและการยึดติดในวัตถุ (เนกขัมมสังกัปปะ) ความคิดที่ปราศจากพยาบาท มีเมตตาไมตรี (อพยาบาทสังกัปปะ) และความคิดไม่เบียดเบียน มีกรุณาต่อผู้อื่น (อวิหิงสาสังกัปปะ) ความดำริชอบเหล่านี้ช่วยหล่อหลอมจิตใจให้พร้อมต่อการประพฤติปฏิบัติในมรรคองค์ถัดไป

ในมิติของการแสดงออกภายนอก อริยมรรคให้ความสำคัญกับ สัมมาวาจา และ สัมมากัมมันตะ ซึ่งเป็นการควบคุมวาจาและกายให้เป็นไปในทางสุจริต สัมมาวาจาหมายถึงการใช้ถ้อยคำที่ถูกต้องตามหลักวีสุจริต 4 ประการ ได้แก่ การไม่พูดเท็จ ไม่พูดส่อเสียด ไม่ใช่คำหยาบคาย และไม่พูดเพื่อเจ้อไร้สาระ ขณะที่ สัมมากัมมันตะคือการประพฤติชอบทางกายตามหลักกายสุจริต 3 ประการ ได้แก่ การเว้นจากการฆ่าสัตว์

การเว้นจากการลักทรัพย์ และการเว้นจากการประทุษร้ายในกาม ทั้งสององค์มรรคนี้นี้มีบทบาทสำคัญในการสร้างความสงบสุขและความไว้วางใจในสังคม นอกจากนี้ สัมมาอาชีวะ หรือการเลี้ยงชีพชอบ ยังเน้นการดำรงชีวิตอย่างสุจริต โดยเว้นจากมิจฉาชีพ 5 ประการ ได้แก่ การค้าขายอาวุธ การค้าขายมนุษย์ การค้าขายสัตว์เพื่อนำไปฆ่า การค้าขายน้ำเมา และการค้าขายยาพิษ หลักสัมมาอาชีวะจึงสะท้อนจริยธรรมทางเศรษฐกิจที่ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น

ในระดับการฝึกจิต อริยมรรคมืองค์สำคัญคือ สัมมาวายามะ สัมมาสติ และ สัมมาสมาธิ สัมมาวายามะ หมายถึงความเพียรชอบ 4 ประการ ได้แก่ การเพียรละอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว การเพียรป้องกันไม่ให้ออกุศลที่ยังไม่เกิดเกิดขึ้น การเพียรทำกุศลที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น และการเพียรรักษาและเพิ่มพูนกุศลที่เกิดขึ้นแล้วให้มั่นคง ต่อเนื่องด้วยสัมมาสติ คือการระลึกรับตามหลักสติปัฏฐาน 4 ได้แก่ การพิจารณากาย เวทนา จิต และธรรมตามความเป็นจริง ส่วนสัมมาสมาธิหมายถึงความตั้งมั่นของจิตที่สงบแน่วแน่ อันได้แก่ฌาน 4 คือ ปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน และจตุตถฌาน ซึ่งเปรียบได้กับความเรียบนิ่งของน้ำมันในภาชนะ หรือพลังของจิตที่ประสานกันอย่างสมดุล อริยมรรคมืองค์ 8 ทั้งหมดสามารถสรุปย่อได้ในหลัก ไตรสิกขา ได้แก่ ศีล สมาธิ และปัญญา อันเป็นกระบวนการฝึกฝนกาย วาจา และใจ เพื่อยกระดับจิตสำนึกไปสู่โลกุตตรธรรม ซึ่งเป็นความหลุดพ้นขั้นสูงสุดตามแนวพุทธปรัชญา (พระครูปลัดสุวัฒนพุทธคุณ จันทาโก (ประมวน พานิช) และคณะ, 2562)

3. พุทธจริยาศาสตร์หลักสัมมาวาจา 4 เพื่อขจัดปัญหาความแตกแยกในสังคมไทย

การประยุกต์หลักพุทธจริยาศาสตร์ด้านการสื่อสารในสังคมไทยร่วมสมัย โดยเฉพาะในโลกยุคดิจิทัล ถือเป็นรากฐานทางคุณธรรมที่สำคัญในการกำกับพฤติกรรมการสื่อสารของมนุษย์ หลัก สัมมาวาจา ซึ่งเป็นองค์ประกอบหนึ่งของอริยมรรคมืองค์ 8 ได้ให้กรอบจริยธรรมในการใช้ถ้อยคำอย่างมีสติและความรับผิดชอบ โดยเน้นการเว้นจากวาจาที่ไม่สมควร 4 ประการ ได้แก่ การไม่พูดเท็จ การไม่พูดส่อเสียด การไม่พูดคำหยาบ และการไม่พูดเพ้อเจ้อ อันเป็นหลักการที่ปรากฏชัดในพระไตรปิฎก (เล่ม 14, ข้อ 264–265) หลักสัมมาวาจาจึงมิใช่เพียงข้อห้ามทางศีลธรรม แต่เป็นแนวทางเชิงปฏิบัติที่ช่วยลดความขัดแย้งและเสริมสร้างความสมานฉันท์ในสังคม

วศิน อินทสระ อธิบายในกรอบพุทธจริยาศาสตร์ว่า พุทธศาสนิกชน โดยเฉพาะคฤหัสถ์ ควรให้ความสำคัญกับ **อภิสมัจจาร** หรือความประพฤติอันดียิ่งในชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะมารยาททางวาจา การเว้นจากการพูดเท็จมิได้หมายถึงเพียงการกล่าวความจริงเท่านั้น หากยังต้องพิจารณาว่าคำพูดนั้นเป็นประโยชน์ เป็นธรรม และเหมาะสมกับกาลเทศะหรือไม่ พระพุทธองค์ทรงเน้นว่าคำจริงแม้มีประโยชน์ก็ยังไม่ดีถ้าเลือกเวลาที่เหมาะสมก่อนตรัส การสื่อสารที่ขาดการพิจารณาเรื่องกาลและเจตนาจึงอาจก่อโทษมากกว่าคุณ

ในทำนองเดียวกัน การเว้นจากวาจาที่ส่อเสียดและคำหยาบได้รับการอธิบายอย่างลึกซึ้งในพุทธจริยาศาสตร์ว่าเป็นการละเว้นคำพูดที่บั่นทอนความสัมพันธ์และทำลายความสามัคคี วาจาที่ส่อเสียดเป็นการยุยงให้แตกแยกเพื่อประโยชน์ส่วนตน ขณะที่คำหยาบเป็นถ้อยคำที่กระทบกระเทือน ทำร้ายจิตใจ และสะท้อนจิตที่ขาดเมตตา วศิน อินทสระได้เปรียบเทียบวาจาอ่อนหวานกับผ้าเนื้อดีที่ให้คุณค่าและนุ่มนวลต่อผู้สวมใส่

ส่วนวาทะพหุบาทเปรียบเสมือนผ้าเนื้อหยาบที่ก่อความระคายเคือง ทั้งนี้พระพุทธศาสนาให้คุณค่าความเป็น “คนชั้นสูง” จากการกระทำทางกาย วาจา และใจ มิใช่จากชาติกำเนิด (วคิน อินทสระ, 2549)

นอกจากนี้ การเว้นจากการพูดเพื่อเจ้อหรือคำไร้สาระ ยังเป็นหลักสำคัญที่ช่วยยกระดับคุณภาพการสื่อสารในสังคม โดยเฉพาะในบริบทสื่อดิจิทัลที่ข้อมูลข่าวสารแพร่กระจายอย่างรวดเร็ว พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) และพระมหาปริชา สาเส็ง อธิบายว่าการสื่อสารเชิงพุทธตั้งอยู่บน **ปิยวาจา** คือการใช้ถ้อยคำที่จริง สุภาพ อ่อนโยน และเกื้อกูลผู้อื่น การสื่อสารด้วยเมตตา กรุณา และมุทิตา ไม่เพียงหลีกเลี่ยงการทำร้ายกันทางวาจา แต่ยังเป็นการสร้างพลังบวก ความเข้าใจ และความสงบสุขในสังคม (พระมหาปริชา สาเส็ง, 2564)

โดยสรุป หลักสัมมาวาจาในพุทธจริยศาสตร์สามารถประยุกต์เป็นกรอบการสื่อสารเชิงสร้างสรรค์ได้ 5 ประการ ได้แก่ การสื่อสารให้ถูกกาล การสื่อสารตามข้อเท็จจริง การใช้ถ้อยคำสุภาพ การสื่อสารที่คำนึงถึงประโยชน์ส่วนรวม และการสื่อสารด้วยจิตเมตตา ผู้ที่สื่อสารด้วยหลักดังกล่าวจำเป็นต้องมีสติ ไคร่ครวญก่อนกล่าว และรักษาจิตใจให้สงบเยือกเย็น หลักสัมมาวาจา 4 จึงมิใช่เพียงข้อปฏิบัติทางศีลธรรมส่วนบุคคล หากแต่เป็นเครื่องมือสำคัญในการแก้ไขปัญหาความแตกแยกในสังคมไทยร่วมสมัย และเป็นการสืบสานคุณค่าพุทธธรรมให้สอดคล้องกับความท้าทายในยุคดิจิทัลอย่างยั่งยืน

4. องค์ความรู้ใหม่

จากการศึกษา วิเคราะห์ และบูรณาการกระบวนการสื่อสารในสังคมไทย ผู้เขียนค้นพบองค์ความรู้ใหม่ที่ชี้ให้เห็นว่าการสื่อสารมิได้เป็นเพียงเครื่องมือถ่ายทอดข้อมูล หากแต่เป็นกลไกสำคัญในการพัฒนาสังคมอย่างมีคุณภาพ เมื่อการสื่อสารตั้งอยู่บนหลัก สัมมาวาจา ซึ่งสอดคล้องกับกรอบ ศีล 5 อันเป็นรากฐานแห่งความไม่เบียดเบียนทั้งทางกาย วาจา และใจ การสื่อสารดังกล่าวจึงมีบทบาทในการธำรงรักษาความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างบุคคลและกลุ่มทางสังคม อีกทั้งช่วยลดความขัดแย้งและเสริมสร้างความไว้วางใจ อันเป็นเงื่อนไขสำคัญของการอยู่ร่วมกันอย่างสันติในสังคมไทยร่วมสมัย

องค์ความรู้ที่ได้ยังแสดงให้เห็นว่าการสื่อสารเชิงพุทธที่มีคุณภาพจำเป็นต้องอาศัย ปัญญา 3 ระดับเป็นฐาน ได้แก่ สุตมยปัญญา คือการฟังและรับสารอย่างรอบคอบ จินตามยปัญญา คือการใช้เหตุผลไตร่ตรองก่อนสื่อสาร และ ภาวนามยปัญญา คือการสื่อสารที่เอื้อต่อการเรียนรู้และการพัฒนาปัญญาร่วมกัน กระบวนการดังกล่าวนำไปสู่การสร้าง ภูมิคุ้มกันทางสังคม ที่ตั้งอยู่บนขันติธรรม ความอ่อนน้อม และการเคารพซึ่งกันและกัน ซึ่งนับเป็นคุณูปการเชิงแนวคิดใหม่ในการอธิบายบทบาทของพุทธจริยศาสตร์ต่อการสื่อสารและการพัฒนาสังคมไทยอย่างยั่งยืน

5. บทสรุป

การสื่อสารในสังคมไทยร่วมสมัยมีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งต่อการกำหนดทิศทางการพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ ทั้งในระดับบุคคล ชุมชน และสังคมโดยรวม เมื่อการสื่อสารขาดสติและความรับผิดชอบ ย่อมนำไปสู่ความขัดแย้ง ความแตกแยก และความเดือดร้อนร่วมกันอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ด้วยเหตุนี้ การประยุกต์ใช้หลัก **สัมมาวาจา** ในกรอบพุทธจริยศาสตร์จึงเป็นกลไกสำคัญในการเสริมสร้างความสงบเย็น ความเข้าใจ และ

ประโยชน์สุขแก่สังคมไทย โดยหลักสัมมาวาจามุ่งเน้นให้ผู้สื่อสารใช้ถ้อยคำด้วยความระมัดระวัง มีความจริงใจ และตั้งอยู่บนความปรารถนาดีต่อผู้อื่น

สำหรับสาระสำคัญของสัมมาวาจาอยู่ที่การหลีกเลี่ยงวาจาที่ไม่เหมาะสม 4 ประการ ได้แก่ การพูดเท็จ การพูดคำหยาบ การพูดส่อเสียด และการพูดเพ้อเจ้อ พร้อมทั้งส่งเสริมการใช้ถ้อยคำที่ก่อให้เกิดความสามัคคี ความปรองดอง และความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคล การสื่อสารเชิงพุทธจริยศาสตร์จึงเน้นการสื่อสารเพื่อป้องกันความขัดแย้ง โดยตั้งอยู่บนฐานของความรัก ความเมตตา การให้เกียรติ และการยอมรับในสิทธิและศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์อย่างเท่าเทียม อีกทั้งให้ความสำคัญกับการฟังอย่างมีสติและการใช้เหตุผลเป็นหลักในการทำความเข้าใจซึ่งกันและกัน

ในขณะเดียวกัน การสื่อสารเพื่อแก้ไขปัญหาและคลี่คลายความขัดแย้งจำเป็นต้องตั้งอยู่บนข้อเท็จจริง และเหตุผล มากกว่าการโจมตีตัวบุคคลหรือใช้อารมณ์เป็นที่ตั้ง การโต้ตอบอย่างสร้างสรรค์ตามหลักสัมมาวาจา จะช่วยเปิดพื้นที่แห่งการสนทนา นำไปสู่ทางออกที่เอื้อต่อความเข้าใจ การคืนดี และการอยู่ร่วมกันอย่างสันติ เป้าหมายสูงสุดของการสื่อสารเชิงพุทธจริยศาสตร์จึงมิใช่เพียงการชนะในการโต้แย้ง หากแต่เป็นการสร้างอนาคตร่วมกันบนพื้นฐานของการให้อภัย ความเข้าใจ และความสมานฉันท์ในสังคมไทยอย่างยั่งยืน

บรรณานุกรม

- กนกนารถ ลิขิตไพรวลัย. (2563). กลยุทธ์การสื่อสารข้อมูลข่าวสารผ่านเฟซบุ๊กเพจในจังหวัดพิษณุโลก. (วิทยานิพนธ์นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- พระครูปลัดสุวัฒนพุทธคุณ จันทาโก (ประมวน พานิช) และคณะ. (2562). พุทธจริยศาสตร์เพื่อความสุขในสังคม. วารสารบัณฑิตศึกษามหาจุฬาลงกรณ์, 6(2), 1-13.
- พระไตรปิฎก. แหล่งที่มา <https://84000.org/tipitaka> สืบค้นเมื่อ 15 กันยายน 2568.
- พระมหาปรีชา สาเส็ง. (2564). การประยุกต์หลักสัมมาวาจาเพื่อการสื่อสารของผู้นำ. วารสารวิชาการสถาบันพัฒนาพระวิทยากร, 4(1), 59-69.
- พระมหาเมธาสิทธิ์ ฐิตคุโณ (ชาญกลั่นน้อย). (2564). ความรับผิดชอบทางสังคมของธุรกิจสื่อสังคมออนไลน์ต่อประมุขวาจาในมุมมองพุทธจริยศาสตร์. วารสาร มจร ปรัชญาปริทรรศน์, 4(2), 53 - 75.
- พระราชบัญญัติข้อมูลข่าวสารของราชการ. (2540). แหล่งที่มา <https://www.ipthailand.go.th> สืบค้นเมื่อ 15 กันยายน 2568.
- พินิจทอง แมนสุมิตรชัย. (2559). รูปแบบการสื่อสารอย่างสันติเชิงพุทธจิตวิทยา. (ดุष्ฎิณีพนธ์พุทธศาสตรดุष्ฎิณีบัณฑิต). มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- วรภาพร คำจับ. (2560). การสื่อสารในยุคดิจิทัล. วารสารสหศาสตร์ศรีปทุม ชลบุรี, 3(1), 46-50.
- วศิน อินทสระ. (2549). พุทธจริยศาสตร์. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ธรรมดา.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2567). การสำรวจการมี การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารในครัวเรือน พ.ศ. 2567 (ไตรมาส 2). แหล่งที่มา <https://www.nso.go.th> สืบค้นเมื่อ 15 กันยายน 2568.