

การสื่อสารอย่างสันติตามหลักพระพุทธศาสนา

PEACEFUL COMMUNICATION ACCORDING TO BUDDHIST PRINCIPLES

จริยา แต่งประวัติ

Jariya Tangpraawat

นักวิชาการอิสระ

Independent academic

Corresponding Author E-mail : Jariyatangprawat@gmail.com

บทคัดย่อ

การสื่อสารอย่างสันติตามหลักพระพุทธศาสนาให้ผู้ส่งสารและผู้รับสารทำการสื่อสารบนพื้นฐานของการมีความเข้าใจร่วมกัน เป็นไปเพื่อยังประโยชน์ให้เกิดทั้งสองฝ่าย รวมทั้งประโยชน์ตนและประโยชน์ส่วนรวม ทั้งยังเป็นไปเพื่อตอบสนองความต้องการส่วนลึกที่อยู่ภายในจิตใจ เพราะเมื่อความต้องการทั้งฝ่ายผู้ส่ง ฝ่ายผู้รับ และส่วนรวมได้รับการตอบสนองแล้ว การระงับดับไปแห่งความพลุ่งพล่านเร้าร้อนกระวนกระวาย ย่อมเจริญขึ้น นั้นหมายถึงภาวะของการเข้าอกเข้าใจกัน ภาวะของความเรียบรื่นไร้ความสับสนวุ่นวาย ภาวะที่ระงับความมุ่งร้าย หรือภาวะที่ไร้ความขัดแย้งย่อมเกิดขึ้นเป็นเงาตามตัวเกิดเป็นความมีสันติระดับบุคคล (สันติภายใน) และความมีสันติระดับสังคม (สันติภายนอก)ทักษะที่จำเป็นในการสื่อสารอย่างสันติตามหลักการทางพระพุทธศาสนาประกอบไปด้วย 5 ทักษะ ได้แก่ 1) ทักษะการเปิดรับฟัง 2) ทักษะการคิดอย่างแยบคาย 3) ทักษะการแสดงความคิดเห็น 4) ทักษะการพิจารณาสอบสวน และ 5) ทักษะการอยู่ร่วมกันทางสังคม

คำสำคัญ: การสื่อสาร; สันติ; พระพุทธศาสนา

Abstract

The Peaceful communication according to Buddhist principles focuses on both sender and receiver to communicate on mutual understanding basis for the interests of both parties, personal and public. Moreover, it has to fulfill the underneath mental needs. When those needs have been fulfilled, there will be an extinguishment of disturbance, vehemence and anxiety resulting in the states of empathetic congruence, tranquility, meritoriousness, or non-confliction. As a result, the peace can occur from the level of personal (internal peace) until the social level (external peace).The skills necessary for peaceful communication according to Buddhist principles consist of 5 skills: 1) open listening skills, 2) thoughtful thinking skills, 3) expressing opinions, 4) reviewing skills, and 5) Social cohesion skills.

Keyword: communication;Peace; Buddhist

บทนำ

โดยทั่วไปมนุษย์จึงมักจะอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่ม ไม่ว่าจะเป็นกลุ่มครอบครัว กลุ่มเพื่อน กลุ่มสังคม กลุ่มชุมชน หรือแม้แต่ประเทศ และการอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่มนั้น ให้ประโยชน์กับมนุษย์ทั้งการมีบุคคลคอยช่วยเหลือ และมีความปลอดภัยมากกว่าการอยู่ตัวคนเดียว อย่างไรก็ตาม การอยู่เป็นกลุ่มนั้น อาจนำมาซึ่งความไม่เข้าใจกัน และนำไปสู่ความขัดแย้งได้อีกด้วย ปรากฏการณ์อย่างหนึ่งเมื่อมนุษย์อยู่ร่วมกันเป็นกลุ่ม ไม่ว่าจะเป็นกลุ่มที่สมาชิกแบบตั้งใจจัด หรือกลุ่มที่แค่บังเอิญอยู่ด้วยกัน พบว่าจะเกิดความขัดแย้งระหว่างบุคคล หรือระหว่างกลุ่มเกิดขึ้น (พินิจทอง แมนสุมิตรชัย, 2559) ด้วยเหตุนี้เอง มนุษย์จึงจำเป็นต้องหาวิธีการหรือเครื่องมือเพื่อใช้เป็น “ตัวสื่อ” ที่สามารถแสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิดที่อยู่ภายใน ไม่ว่าจะเป็นอยู่ในรูปแบบของภาษาพูดโดยผ่านคำพูด ภาษากายผ่านการกระทำ ท่าทาง สีหน้า สายตา หรือภาษาเขียนผ่านตัวหนังสือ โดยหมายรวมทั้งหมดว่านี่คือการสื่อ “ข่าวสาร” (Message) ออกมาเพื่อจุดประสงค์ในการส่งผ่านข้อมูล อารมณ์ หรือความคิดของตนเองไปยังอีกคนหนึ่ง เพื่อเป็นการป้องกันไม่ให้เกิดตนเองต้องตกอยู่ในภาวะของความโดดเดี่ยว แยกแยะจากสังคม ทั้งยังเป็นการป้องกันไม่ให้ผู้อื่นกีดกันตัวเองให้ออกจากกลุ่ม หรือสังคมอีกด้วย

ตามหลักพระพุทธศาสนานั้นจะเห็นได้ว่า พระพุทธเจ้าให้ความสำคัญด้านการสื่อสารไว้ในองค์ธรรมต่างๆ โดยทรงแสดงธรรมะที่เกี่ยวข้องกันไว้หลายประการ เช่น “เมตตาวจีกรรม” ที่อยู่ในสาราณียธรรม 6, “ปิยวาจา” ในสังคหวัตถุ 4, “วจีกรรม 4” ในกุศลกรรมบถ 10 และอริยโฆหาร 4, “วจีสุจิต 4” ในสัมมาวาจาของมรรคมงคล 8 เป็นต้น ซึ่งมุมมองในทางพระพุทธศาสนานั้นมองเห็นว่า “การสื่อสาร” นั้นเป็นเพียงเรื่องราว หรือเป็นหมวดหมู่ที่เกี่ยวกับการสื่อสารที่มุ่งเน้นในการเข้าถึงความจริงของชีวิตและวิธีการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงามในธรรมเท่านั้น (สุภาวงศ์พิมพ์ คล้ายธานี, 2557) จากมุมมองของการสื่อสารในทางพระพุทธศาสนาดังกล่าว ซึ่งแตกต่างไปจากวัตถุประสงค์ในการสื่อสารในยุคสมัยปัจจุบัน แต่ทว่าการสื่อสารที่ดีมีประสิทธิภาพ และสัมฤทธิ์ผลที่สามารถทำให้ผู้ส่งสาร และผู้รับสาร เกิดความพอใจ ยินดี มีความสุข ไร้ความขัดแย้งในขณะที่สื่อสาร และเข้าใจข่าวสารที่ส่งไปตรงกันหลังการสื่อสารกันนั้นไม่ใช่เรื่องที่ทำได้โดยง่าย เพราะแต่ละบุคคลก็มีความแตกต่างกันในด้านการศึกษา การเลี้ยงดูปลูกฝัง พื้นฐานทางสติปัญญา ความสนใจ ความถนัด ประสบการณ์ในชีวิต ศาสนา ฐานะทางเศรษฐกิจและสังคม เพราะแต่ละคนก็มีจิตใจเป็นของตนเอง

ดังนั้น ผู้เขียนจึงได้ศึกษาแนวคิดการสื่อสารอย่างสันติตามหลักพระพุทธศาสนาเพื่อวิเคราะห์แนวทางการสื่อสารตามหลักพระพุทธศาสนา ที่สามารถจะนำไปประยุกต์ใช้ในการสื่อสารในชีวิตประจำวัน เพื่อการสื่อสารได้อย่างถูกต้อง และการอยู่ร่วมกันสังคมได้อย่างสันติสุข

การสื่อสารตามหลักพระพุทธศาสนา

การสื่อสารของพระพุทธเจ้าเป็นการพบปะพูดคุยและเผชิญหน้ากับผู้เข้ามาสอบถามหรือโต้ตอบสนทนากับพระองค์ ซึ่งพระองค์มักเป็นผู้ที่ตรัสเองโดยผ่านการพูดสื่อสารแบบบุคคลต่อบุคคลผ่านข้อธรรมโดยมีเป้าหมายสูงสุด คือ การดับทุกข์ ซึ่งภาษาที่พระองค์ใช้ตรัสนั้นเป็นภาษาพูดที่อยู่ทั้งระดับแบบสามัญชนหรือ

ภาษาแบบชาวบ้าน และภาษาแบบปรมัตถธรรมหรือภาษาทางธรรม ทั้งนี้ ผู้วิจัยอาจจะแบ่งการสื่อสารตามหลักพระพุทธศาสนาออกเป็น 4 แบบ (พิณจทอง แมนสมิตรีชัย, 2559) คือ

1. การสื่อสารภายในตนเองของบุคคล หมายถึง การสื่อสารที่เกิดขึ้นภายในตัวบุคคล โดยที่ผู้ส่งสารเป็นบุคคลเดียวกับผู้รับสาร และทำการส่งสารภายในตนเองเท่านั้น ซึ่งเกี่ยวพันถึงระดับจิตสำนึก จิตใต้สำนึก ความรู้สึกนึกคิดผ่านมโนทวาร สะท้อนออกมาเป็นพฤติกรรมต่างๆ ทางกายภาพผ่านกายทวาร รวมทั้งคำพูดที่สื่อสารออกมาผ่านทางวจีทวาร ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งในกระบวนการสื่อสารที่เกิดขึ้นโดยบุคคลเพียงคนเดียว ทั้งนี้ พระพุทธศาสนาได้อธิบายเรื่องของบุคคล (ประทุม ฤกษ์กลาง, 2547) เอาไว้ว่าประกอบด้วย “รูปและนาม” โดยสามารถแยกย่อยออกเป็นเบญจขันธ์ หรือ “ขันธ์ 5” ประกอบด้วยสามัญลักษณ์ะตามธรรมชาติ 3 ประการ ได้แก่

(1) รูป หรือ รูปขันธ์ เป็นอวัยวะน้อยใหญ่ หรือกลุ่มรูปที่มีอยู่ในร่างกาย
(2) จิต คือ วิญญาณขันธ์ คือ ธรรมชาติที่รับรู้สิ่งต่างๆ ที่มาปรากฏทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ (อายตนะภายใน)

(3) เจตสิก คือ ธรรมที่ประกอบกับจิต ซึ่งเป็นอาการหรือคุณสมบัติต่างๆ ของจิต ได้แก่

- เวทนาขันธ์ ความรู้สึก ที่เป็นสุข เป็นทุกข์ ดีใจ เสียใจ เฉยๆ
- สัญญาขันธ์ ธรรมชาติที่มีหน้าที่ในการจำ
- สังขารขันธ์ ธรรมชาติที่ปรุงแต่งจิตให้มีลักษณะต่างๆ เป็นดีบ้าง ไม่ดีบ้าง

2. การสื่อสารภายนอกตนเองระหว่างพระพุทธเจ้าและบุคคล หมายถึง การสื่อสารที่เกิดขึ้นระหว่างพระพุทธเจ้าและบุคคลในระดับต่างๆ โดยใช้การสื่อสารทางภาษาพูด (วจนภาษา) และ ภาษากาย (อวจนภาษา) รวมทั้งกิริยาท่าทางต่างๆ เช่น การเผยแผ่ธรรมโดยผ่านการพูด การแสดงธรรมเทศนาแบบเจาะจง การสนทนาธรรม การตอบปัญหาปุจฉา วิสัชนา การให้คำปรึกษา การตัดสินคดีความ การไกล่เกลี่ยความขัดแย้ง เป็นต้น ซึ่งจุดประสงค์หลักที่เป็นเป้าหมายสูงสุดก็คือ การดับทุกข์ จึงมีผู้คนสนใจซักถามข้อธรรมต่างๆ มากมาย โดยที่พระพุทธองค์สามารถตอบข้อสงสัยได้ทั้งหมดตามคุณลักษณะของพระพุทธเจ้าในพุทธคุณ 9 คือ “สตถา เทวมนุสสานิ” แปลว่า เป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย (อง.ฉก. 22/281/317) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560) ดังเช่นกรณีที่พระพุทธองค์ทรงสื่อสารกับองคุลิมาลโดยตรัสคำว่า “เราหยุดแล้ว องคุลิมาล ท่านเล่าจึงหยุดเกิด”(ม.ม. 13/347-349/421-424) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560) หรืออีกกรณีตัวอย่างที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสกับพระวัคกลีว่า “ดูกรวัคกลี ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นเห็นเรา (ตถาคต)” (ส.ข.19/216/117) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560) เป็นต้น

3. การสื่อสารภายนอกตนเองระหว่างพระพุทธเจ้าและกลุ่มคน หมายถึง การสื่อสารที่เกิดขึ้นระหว่างพระพุทธเจ้าและกลุ่มบุคคลที่มากกว่า 1 คนขึ้นไป โดยมีจุดประสงค์หลักเช่นเดียวกันดังที่กล่าวมาแล้วในข้างต้น ดังเช่นกรณีที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสต้นสูตรในกรุงเวสาลี เมื่อครั้งที่พวกเจ้าลิฉณวีทรงทูลนิมนต์เชิญเนื่องด้วยเหตุที่ชาวกรุงเวสาลีถูกภัย 3 อย่าง คือ ทุพภิกขภัย อมฤตภัย และโรคภัยเบียดเบียน (ขุ.ขุ. 25/7/5)

(มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560) ซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงพิจารณาว่าเมื่อตรัสรัตนสูตรในกรุงเวสาลี การอารักขาจักแผ่ไปแสนโกฏิจักรวาล และเมื่อจบสูตรสัตว์ 84,000 จักตรัสรู้ธรรมแล้วจึงทรงรับนิมนต์ หรือ อีกรณีตัวอย่างที่พระพุทธเจ้าทรงโปรดชฎิลสามพี่น้องนามว่า อรุณเวลากัสสปะ นทีกัสสปะ คยาก็สสปะ(ส.สพ. 18/303/202-205) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560) ณ เมืองราชคฤห์ และทรงแสดงอิทธิปาฏิหาริย์ หลายอย่างจนชฎิลสามพี่น้องและ บริวารอีก 1,000 คน ศรัทธาเลื่อมใสแล้วทูลขออุปสมบท พระบรมศาสดา ได้ประทานเอหิภิกขุอุปสัมปทาแก่เหล่าชฎิล และทรงแสดงอาทิตตปริยายสูตรโปรดภิกษุเหล่านั้นจนบรรลุปะเป็น พระอรหันต์ด้วยกันทั้งสิ้น เป็นต้น

4. การสื่อสารผ่านสื่อทางพระพุทธศาสนา หมายถึง การสื่อสารในพระพุทธศาสนาที่ใช้สื่อต่างๆ ในการเผยแผ่คำสอนของพระพุทธเจ้า ไม่ว่าจะเป็นการสื่อสารผ่านงานศิลปะและวัฒนธรรม ประเพณีที่มี พระพุทธศาสนาเป็นพื้นฐาน เพื่อเป็นการสร้างศรัทธา เผยแผ่ธรรมะ และสืบทอดคำสอนในพระพุทธศาสนา ผ่านการแสดงเป็นสื่อสัญลักษณ์ สื่อศิลปกรรม สื่อสถาปัตยกรรม สื่อปติมากรรม สื่อวรรณกรรม ฯลฯ เช่น โบสถ์ วิหาร ภาพวาดพุทธประวัติ ชุ่มวงกบประตูลิขิต นิทานชาดก ไตรภูมิจักรวาล ตำนานมูลศาสนา ชินกาลมาลีปกรณ์ ปฐมสมโพธิกถา จักรวาลทีปนี เป็นต้น

ลักษณะและความสำคัญของการสื่อสารตามหลักพระพุทธศาสนา

การสื่อสารตามหลักพระพุทธศาสนานั้น โดยมีจุดประสงค์หลักเพียงอย่างเดียวคือ การดับทุกข์และ กระทำซึ่งพระนิพพานให้แจ้ง ซึ่งถือเป็นใจความสำคัญของการสื่อสารตามหลักพระพุทธศาสนา ทั้งนี้ พระพุทธ องค์ทรงตรัสสอนธรรม 3 ประการที่ถือได้ว่าเป็น “หัวใจพระพุทธศาสนา” ในโอวาทปาติโมกข์ที่พุทธบริษัททั้ง 4 ได้แก่ ภิกษุภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา ควรน้อมนสการไปปฏิบัติตามอย่างแยบคาย ซึ่งธรรมทั้ง 3 ประการ นั้นประกอบด้วย

1. สัพพปาปสฺส อภินิ แผลว่า การไม่ทำบาปทั้งปวง
2. กุสลสฺสุปสมปทา แผลว่า การยังกุศลให้ถึงพร้อม
3. สจิตตปริโยทปนํ แผลว่า การทำจิตของตนให้ผ่องใส

นอกจากนั้น ลักษณะของการสื่อสารตามหลักพระพุทธศาสนานั้น สามารถแยกออกได้เป็น ๒ ระดับ โดยลัดกับลักษณะการเผยแผ่ธรรมะของพระพุทธเจ้า ตลอดช่วงเวลา 45 พรรษาแห่งการประกาศธรรมไปยัง หมู่เวไนยสัตว์ โดยแยกการสื่อสารออกตามระดับปัญญาของผู้รับสาร ซึ่งภาษาที่ทรงใช้และเนื้อหาของสาร แตกต่างกันไปตามแต่ภูมิธรรมของบุคคล ดังเช่น การตรัสสื่อสารเรื่องปฏิจจสมุปบาท (ที.ม. 10/57-66/60-77) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560) กับพระอานนตฺตังพุทธพจน์ที่ปรากฏในมหานิทานสูตร พระไตรปิฎก เล่มที่ 10

พระอานนตฺตทูลว่า “ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ น้าอัศจรรย์ ไม่เคยมีมา ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ปฏิจจสมุป บาทนี้ลึกซึ้งสุดประมาณ และปรากฏเป็นของลึก ก็แหละถึงจะเป็นเช่นนั้น ก็ยังปรากฏแก่ข้าพระองค์ เหมือน

เป็นของตื้นนั้ก ๖” พระผู้มีพระภาคตรัสตอบไปว่า “เธออย่าพูดอย่างนั้น อานนท์ เธออย่าพูดอย่างนั้น อานนท์ ปฏิจจสมุปบาทนี้ ลึกซึ้งสุดประมาณและปรากฏเป็นของลึก ดูกรอานนท์ เพราะไม่รู้จริง เพราะไม่แทงตลอด ซึ่งธรรมอันนี้ หมุ่สัตว์นี้ จึงเกิดเป็นผู้ยังประจูด้ายของช่างทุก เกิดเป็นปมประหนึ่งกระจุกด้าย เป็นผู้เกิดมาเหมือนหญ้ามุงกระต่ายและหญ้ามปล้อง จึงไม่พ้นอุบาย ทุกคติ วินิบาต สงสาร ...

ดูก่อนอานนท์ เพราะอวิชชาเป็นปัจจัยจึงเกิดสังขาร เพราะสังขารเป็นปัจจัยจึงเกิดวิญญาณ เพราะวิญญาณเป็นปัจจัยจึงเกิดนามรูป เพราะนามรูปเป็นปัจจัยจึงเกิดสฬายตนะ เพราะสฬายตนะเป็นปัจจัยจึงเกิดผัสสะ เพราะผัสสะเป็นปัจจัยจึงเกิดเวทนา เพราะเวทนาเป็นปัจจัยจึงเกิดตัณหา เพราะตัณหาเป็นปัจจัยจึงเกิดอุปาทาน เพราะอุปาทานเป็นปัจจัยจึงเกิดภพ เพราะภพเป็นปัจจัยจึงเกิดชาติ เพราะชาติเป็นปัจจัยจึงเกิด ชรา มรณะ โสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส อุปายาส ๖ ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้ย่อมมีด้วยประการฉะนี้ ๖”

จากพุทธพจน์ที่ทรงตรัสกับพระอานนท์เรื่องปฏิจจสมุปบาทดังกล่าว บุคคลบางจำพวกก็เข้าใจโดยง่ายเพราะเป็นผู้มีปัญญาบารมี แต่สำหรับบุคคลบางจำพวกนั้นกลับมองว่าเป็นเรื่องยาก และไกลตัวเกินกว่าที่จะทำความเข้าใจ ซึ่งเขียนขออธิบายแยกแ่งออกได้เป็น 2 นัยกล่าวคือ

1. ปฏิจจสมุปบาทระดับสังขตธรรม ได้แก่ สิ่งทั้งหลายทั้งปวงที่เกิดจากปัจจัยปรุงแต่ง เป็นลักษณะสังขตสังขาร คือ รูปธรรมก็ตาม นามธรรมก็ตาม เช่น เป็นไข้เพราะตากฝน เป็นต้น

2. ปฏิจจสมุปบาทระดับอสังขตธรรม ได้แก่ สิ่งทั้งหลายทั้งปวงที่มีได้เกิดจากปัจจัยปรุงแต่ง เป็นลักษณะธรรมที่มีอยู่แล้วโดยธรรมชาติ มิได้มีเหตุปัจจัยผสมปรุงแต่งให้เกิดขึ้นมา คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ อากาศธาตุ และวิญญาณธาตุ (ธาตุรู้ = จิต) ซึ่งเป็นธาตุประธานของสังขตธรรมทั้งปวง (ไชยทรง จันทรอารีย์, 2531) และธาตุทั้งหลายเหล่านี้เป็นธาตุที่มีอยู่แล้วแต่เดิม ซึ่งต่างก็รักษาคูณสมบัติของตัวเองไว้ทุกกาลสมัย ไม่มีการเปลี่ยนแปลงหรือดับตายหายสูญไปไหน ซึ่งใครจะทำให้แต่ละธาตุเพิ่มหรือลดปริมาณไปจากเดิมไม่ได้ อย่างไรก็ตาม การสื่อสารตามหลักพระพุทธศาสนาสามารถแบ่งออกเป็น 2 ระดับในการเผยแผ่พระสัทธรรมตามปัญญาของผู้รับสารและเนื้อหาสารที่ใช้สื่อสาร ประกอบด้วย

1. ระดับโลกุตตรธรรมหมายถึง ธรรมอันมิใช่วิสัยของโลกภาวะที่หลุดพ้นแล้วจากวิสัยของโลกียะ ไม่เกี่ยวข้องกับกามตัณหา ทิณฐิ อวิชชาอีกต่อไป ได้แก่ อริยมรรค 4 อริยผล 4 นิพพาน 1 (พระพรหมคุณาภรณ์, 2554)

2. ระดับโลกียธรรม หมายถึง ธรรมอันเป็นวิสัยของโลก อันได้แก่ ชั้น 5 ที่ยังมีอาสวะทั้งหมด, ภาวะความเป็นไปที่ยังวนเวียนอยู่ในภพสาม คือ กามภพ รูปภพ อรูปภพ ซึ่งยังเกี่ยวข้องอยู่กับเรื่องกาม ตัณหา ทิณฐิ อวิชชา ซึ่งยังข้องเกี่ยวอยู่ใน “รูปชั้น” ที่เกี่ยวข้องด้วยกามารมณ์ คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ความคิดนึกทางใจ ถึงมีความสุขก็ยังเป็นสุขตามวิถีของโลก เช่น กามสุข มนุษยสุข ทิพยสุข ฌานสุข วิปัสสนาสุข เป็นต้น(พระพรหมคุณาภรณ์, 2554)

การสื่อสารอย่างสันติตามหลักพระพุทธศาสนา

คำว่า “สันติ” นั้นมีรากศัพท์มาจากภาษาบาลีว่า “สนฺติ” ที่มีความหมายว่า ความสงบ (ราชบัณฑิต, 2554) ซึ่งคล้ายกับคำว่า “สันติ” คือ ความสงบ ความระงับดับหายหมดไปแห่งความพลุ่งพล่านเร่าร้อนกระวนกระวาย ภาวะเรียบรื่นไร้ความสับสนวุ่นวาย ความระงับดับไปแห่งกิเลสที่เป็นเหตุให้เกิดความเร่าร้อนวุ่นวุ่น มัว ซึ่งเป็นไวพจน์หนึ่งของ นิพพาน ส่วนคำว่า “สันติภาพ” หมายถึงความสงบภายนอก คือ ภาวะที่สังคมหรือบ้านเมืองสงบ ไม่มีความปั่นป่วนวุ่นวาย ภาวะที่ระงับหรือไม่มีความขัดแย้ง ภาวะปราศจากสงครามหรือความมุ่งร้ายเป็นศัตรูกัน ทั้งนี้เราจะเห็นว่าคำจำกัดความที่ได้ให้ความหมายไว้นั้นสามารถสื่อถึงคำว่า สันติภาพในมุมมอง 2 ระดับ คือ

1. ระดับปัจเจกบุคคล หมายถึง สันติภาพที่เกิดขึ้นภายในจิตใจบุคคล ซึ่งยังอยู่ในระดับของอารมณ์ ความคิด ความรู้สึก ความต้องการ อาจอธิบายได้ว่าเป็นภาวะของความสงบระงับภายในจิตใจของบุคคลชั้น มโนทวาร โดยบุคคลสามารถกระทำให้เจริญองกามขึ้นจัดเป็นมโนสุจริต

2. ระดับสังคม หมายถึง สันติภาพที่เกิดขึ้นภายนอกตัวบุคคล ซึ่งอยู่ในระดับของพฤติกรรมทางกาย และทางวาจาที่แสดงออกมา อาจอธิบายได้ว่าเป็นภาวะของความสงบระงับภายนอก ดังเช่น บ้าน ชุมชน สังคม โดยเป็นพฤติกรรมที่แสดงออกมาทางกายทวารและวจีทวาร โดยบุคคลสามารถกระทำให้เจริญองกามขึ้นจัดเป็นกายสุจริตและวจีสุจริต

อย่างไรก็ตาม การสื่อสารอย่างสันติตามหลักพุทธศาสนานั้น ทั้งผู้ส่งสารและผู้รับสารต้องทำการสื่อสารบนพื้นฐานของการมีความเข้าใจร่วมกัน เป็นไปเพื่อยังประโยชน์ให้เกิดทั้งสองฝ่าย รวมทั้งประโยชน์ตนและประโยชน์ส่วนรวม ทั้งยังเป็นไปเพื่อสนองความต้องการส่วนลึกที่อยู่ภายในจิตใจ เพราะเมื่อความต้องการทั้งฝ่ายผู้ส่ง ฝ่ายผู้รับ และส่วนรวมได้รับการตอบสนองแล้ว การระงับดับไปแห่งความพลุ่งพล่านเร่าร้อนกระวนกระวายย่อมเจริญขึ้น นั่นหมายถึงภาวะของการเข้าอกเข้าใจกัน ภาวะของความเรียบรื่นไร้ความสับสนวุ่นวาย ภาวะที่ระงับความมุ่งร้าย หรือภาวะที่ไร้ความขัดแย้งย่อมเกิดขึ้นเป็นเงาตามตัว

“ศาสนาพุทธ” เป็นศาสนาที่เน้นหลักของเหตุและผล (Cause and Effect) เป็นปัญญาที่ตรัสรู้โดยองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ซึ่งหลักธรรมคำสอนของพระพุทธองค์นั้นเป็นการค้นพบที่สิ้นสุดยุติลงแล้ว ไม่มีทฤษฎีอื่นใดที่ใครจะค้นพบได้อีก ซึ่งอัลเบิร์ต ไอน์สไตน์ (Albert Einstein) นักวิทยาศาสตร์ และบิดาแห่งฟิสิกส์ยุคใหม่กล่าวว่า ศาสนาในอนาคตนั้นเป็นศาสนาของจักวาลเราจะต้องมองข้ามพระเจ้าที่เป็นตัวตนหรือลัทธิต่างๆ จะต้องมาจากประสบการณ์ จิตวิญญาณ ต้องมาจากความเป็นธรรมชาติ เป็นเหตุผล เป็นวิทยาศาสตร์ และศาสนาที่ตรงกับคำจำกัดความนี้มากที่สุดก็คือ ศาสนาพุทธ และถ้าจะมีศาสนาใดที่จะเข้ากันได้กับแนวคิดของวิทยาศาสตร์ ศาสนานั้นก็คือ ศาสนาพุทธ (ประทุม ฤกษ์กลาง, 2547)

จะเห็นได้ว่า หลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้านั้น ได้ให้ขอบเขตของช่องทางการสื่อสารกว้างไปถึงมโนทวารหรือใจ นอกเหนือจากช่องทางการรับรู้ทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ซึ่งเป็นการอธิบายลึกลงไปถึงกระบวนการทางนามธรรมที่ไม่สามารถจับต้องได้ นอกจากนั้น มีความลึกล้ำมากกว่าวิชาจิตวิทยาตะวันตกที่

แสดงถึงกระบวนการสื่อสารของมนุษย์ในเรื่องช่องทางการรับเข้าและส่งออกของสารเพียงแค่ 5 ทวาร คือ ประสาทสัมผัสทั้ง 5 ช่องทาง (Berlo, D. K., 1960) ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น ผิวสัมผัสซึ่งเทียบได้กับกายตามนัยของพระพุทธเจ้า ทั้งนี้ มีคำพูดที่แสดงถึงความสำคัญของจิตใจเหนือกาย คือ “จิตเป็นนาย กายเป็นบ่าว” ซึ่งสอดคล้องกับความเป็นจริงที่ว่าจิตของมนุษย์นั้นเป็นศูนย์กลางในการสั่งการให้กายปฏิบัติตาม ไม่ว่าจะเป็นกระบวนการทำงานภายในร่างกาย กระบวนการรู้คิด กระบวนการตัดสินใจ รวมถึงกระบวนการสื่อสาร ที่แสดงออกมาเป็นพฤติกรรมที่แตกต่างกันไปตามแต่ละระดับจิตของบุคคล

วิธีการของการสื่อสารอย่างสันติตามหลักพระพุทธศาสนา

จุดเริ่มต้นมาจากองค์ธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงในวันเพ็ญมาฆปุรณมีดิถี ขึ้น 15 ค่ำ เดือน 3 เพราะเป็นวันที่พระพุทธองค์ได้ทรงประทาน “โอวาทปาฏิโมกข์” ซึ่งเป็นหลักคำสอนสำคัญที่เป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา โปรดแก่ที่ประชุมพระภิกษุสงฆ์ 1,250 รูปในวันมาฆบูชา ทั้งนี้ ก็เพื่อการวางจุดมุ่งหมายหลักการ และวิธีการ ในการเข้าถึงพระพุทธศาสนาแก่พุทธบริษัททั้งหลายโดยวิธีการทั้ง 6 ที่ทรงแสดง คือ “อนุปวาโท อนุปมาโต ปาติโมกฺเข จ สวโร มตตถณฺยุตา จ ภตฺตสมี ปนตยจ สยนาสนํ อธิจิตเต จ อาโยโค เอตํ พุทฺธาน สาสนํ ฯ” (ขุ.ธ. 25/24/39-41) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2500) ดังนี้

1. การไม่กล่าวร้าย คือ การใช้วาจาสุจริต ไม่เป็นวาจาทุจริต การกล่าวอย่างมีสัมมาวาจา
2. การไม่ทำร้าย คือ การประพฤติดนดีงาม ไม่เบียดเบียนทำร้ายผู้อื่นทั้งต่อหน้าลับหลัง
3. ความสำรวมในปาติโมกข์ คือ การรักษาความประพฤติดนให้น่าเลื่อมใส มีความสำรวม
4. ความเป็นผู้รู้จักประมาณในการบริโภค คือ การใช้สอยปัจจัยสอยอย่างรู้ประมาณพอเพียง
5. ที่นอนที่นั้งอันสงัด คือ การสันโดษไม่คลุกคลีด้วยหมู่คณะ ไม่สัณฺญจรไปในสถานที่โอคร
6. การประกอบความเพียรในอธิจิต คือ การพัฒนาจิตใจสมาธิด้วยการมีสติสัมปชัญญะ

นอกจากนั้น พระพุทธเจ้ายังทรงตรัสสอนเรื่องหลักการดำเนินชีวิตทางโลกที่เรียกว่า “ฆราวาสธรรม” (พระพรหมคุณาภรณ์, 2555) ประกอบด้วย 2 คำ “ฆราวาส” แปลว่า ผู้ดำเนินชีวิตในทางโลก, ผู้ครองเรือน และ “ธรรม” แปลว่า ความถูกต้อง, ความดีงาม, นิสัยที่ดีงาม, คุณสมบัติ, ข้อปฏิบัติ อธิบายความว่า ฆราวาสธรรมนั้นเป็นคุณสมบัติของผู้ประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิตทางโลกประกอบด้วยธรรมะ 4 ประการ ดังนี้

1. สัจจะ แปลว่า ความจริง, ตรง แท้ มีความซื่อสัตย์เป็นพื้นฐาน เป็นคนพูดจริง ทำจริง
2. ทมะ แปลว่า การฝึกฝน, ฝึกตน ข่มจิต และรักษาใจ บังคับตัวเองเพื่อลดและละกิเลส ปรับปรุงตนให้เจริญก้าวหน้าด้วยสติปัญญา
3. ขันติ แปลว่า ความอดทน, ไม่ใช่เพียงแต่อดทนกับคำพูด หรือการกระทำของผู้อื่นที่เราไม่พอใจ แต่หมายถึงการอดทนอดกลั้น ต่อการบีบบังคับของกิเลส

4. จาคะ แปลว่า ความเสียสละ, สละกิเลส สละความสุขสบายและผลประโยชน์ส่วนตนได้ ใจกว้าง พร้อมที่จะรับฟังความทุกข์ ความคิดเห็น และความต้องการของผู้อื่น พร้อมที่จะร่วมมือ ช่วยเหลือ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่คับแคบเห็นแก่ตนหรือเอาแต่ใจตัว

ความสำคัญของหลักธรรม 4 ประการ ที่มีต่อการสร้างตัวนี้ พระพุทธองค์ถึงกับตรัสให้ไปถามผู้รู้ท่านอื่นๆ ว่า มีสิ่งใดในโลกนี้ที่สร้างเกียรติยศ และความเคารพจากผู้อื่น ให้คนเราได้เท่ากับการมี “สัจจะ” หรือไม่มีสิ่งใดในโลกนี้ที่สร้างปัญญา ให้คนเราได้เท่ากับการมี “ทมะ” หรือไม่มีสิ่งใดในโลกนี้ที่สร้างทรัพย์สมบัติ ให้คนเราได้เท่ากับการมี “ขันติ” หรือไม่มีสิ่งใดในโลกนี้ที่สร้างหมู่มิตร ให้คนเราได้เท่ากับการมี “จาคะ” หรือไม่มีสิ่งใดที่ปรากฏตอนหนึ่งว่า “บุคคลใดผู้อยู่ครองเรือน ประกอบด้วยศรัทธา มีธรรม 4 ประการนี้ คือ สัจจะ ธรรมะ อิติ จาคะ บุคคลนั้นแล ละโลกนี้ไปแล้ว ย่อมไม่เศร้าโศก เขียวท่นถามสมณพราหมณ์เป็นอันมาก เหล่าอื่นดูชื่อว่าในโลกนี้ มีอะไรยิ่งไปกว่าสัจจะ ทมะ จาคะ และขันติ ฯ” (ส.ส. 15/845/316) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560) ซึ่งในธรรมหมวดนี้ ทมะท่านมุ่งเอาด้านปัญญา ขันติท่านเน้นแง่วิริยะ

ดังพุทธพจน์ที่แสดงในปฐมขมสูตร (อง.จตุกก. 21/161-163/200-204) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560) ว่าด้วยเรื่องปฏิบัติ 4 ประการ ที่มุ่งแสดงเรื่อง “ความอดทน” ในการปฏิบัติอย่างไม่ย่อท้อ แสดงดังนี้ “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ปฏิบัติ 4 นี้ ปฏิบัติ 4 เป็นไฉน คือ อภิมุขปฏิบัติ ปฏิบัติไม่อดทน, ขมา ปฏิบัติ ปฏิบัติอดทน, ทมะ ปฏิบัติ ปฏิบัติข่มใจ, สมา ปฏิบัติ ปฏิบัติรับ” ทั้งนี้ ปฏิบัติ หมายถึง แนวปฏิบัติ, ทางดำเนิน, การปฏิบัติแบบที่เป็นทางดำเนินให้ถึงจุดหมาย (พระพรหมคุณาภรณ์, 2555) คือ ความหลุดพ้นหรือความสิ้นแห่งอาสวะ ประกอบด้วย

1. ทุกขา ปฏิบัติ ทนทานปฏิบัติ แปลว่า ปฏิบัติลำบาก ทั้งรู้ได้ช้า เช่น ผู้ปฏิบัติที่มีราคะ โทสะ โมหะ แรงกล้า ต้องเสวยทุกข์โทมนัสเนื่องจากราคะ โทสะ โมหะนั้นอยู่เนืองๆ หรือเจริญกรรมฐานที่มีอารมณ์ที่มีอารมณ์ไม่น่าชื่นใจ เช่น อสุกกรรมฐาน เป็นต้น อีกทั้งอินทรีย์ก็ยังไม่อ่อน ท่านจึงเป็นผู้บรรลุ โลกุตตรมรรคช้า พระจักขุบาลอาจเป็นตัวอย่างในข้อนี้ได้

2. ทุกขา ปฏิบัติ ขิปปาปฏิบัติ แปลว่า ปฏิบัติลำบาก แต่รู้ได้เร็ว เช่น ผู้ปฏิบัติที่มีราคะ โทสะ โมหะแรงกล้า ต้องเสวยทุกข์โทมนัสเนื่องจากราคะ โทสะ โมหะนั้นอยู่เนืองๆ หรือเจริญกรรมฐานที่มีอารมณ์ไม่น่าชื่นใจ เช่น อสุกกรรมฐาน เป็นต้น แต่เป็นผู้มีอินทรีย์แก่กล้า ท่านจึงบรรลุ โลกุตตรมรรคเร็วไว บาลิยกพระมหาโมคคัลลานะเป็นตัวอย่าง

3. สุขา ปฏิบัติ ทนทานปฏิบัติ แปลว่า ปฏิบัติสบาย แต่รู้ได้ช้า เช่น ผู้ปฏิบัติที่มีราคะ โทสะ โมหะไม่แรงกล้า ไม่ต้องเสวยทุกข์โทมนัสเนื่องจากราคะ โทสะ โมหะนั้น เนื่องนิมิต หรือเจริญสมาธิได้ยาวนาน 4 อันเป็นสุขประณีต แต่มีอินทรีย์อ่อนจึงบรรลุโลกุตตรมรรคช้า

4. สุขา ปฏิบัติ ขิปปาปฏิบัติ แปลว่า ปฏิบัติสบาย ทั้งรู้ได้ไว เช่น ผู้ปฏิบัติที่มีราคะ โทสะ โมหะไม่แรงกล้า ไม่ต้องเสวยทุกข์โทมนัสเนื่องจากราคะ โทสะ โมหะนั้นเนื่องนิมิต หรือเจริญสมาธิได้ยาวนาน 4 อันเป็นสุขประณีต อีกทั้งมีอินทรีย์แก่กล้าจึงบรรลุโลกุตตรมรรคเร็วไว ในบาลิยกพระสารีบุตรเป็นตัวอย่าง

อย่างไรก็ตาม เมื่อนำหลักปฏิบัติ 4 ประการข้างต้นมาปรับใช้กับการสื่อสารอย่างสันตินั้น อาจทำให้ผู้ส่งสารและผู้รับสารมีความอดทนต่อความแตกต่างระหว่างกันและกัน เป็นผู้ที่ไม่ล่วงอูฐกรรมต่อกัน เพราะเป็นผู้ที่มีความประพฤติปฏิบัติ “สงบ ช่มใจ ระวัง” ซึ่งกิเลส คือ ความโกรธ ความหลง ความกำหนด ยินดี ความพอใจ ทำให้เวลาที่ประสบอารมณ์ที่ไม่พอใจ เช่น โดนตำ ต่อย่าย่อมเป็นผู้สงบ ระวังช่มใจได้ ไม่เป็นผู้โกรธตอบ คำตอบ ดังพุทธพจน์ในปฐมขมสูตร (ม.อ. 13/164/443) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560)

“ปฏิบัติไม่อดทนเป็นไหน? บุคคลบางคนเขาตำ ย่อมตำตอบ เขาโกรธ ย่อมโกรธตอบ เขาวิวาท ย่อมวิวาทตอบ นี้เรียกว่า ปฏิบัติไม่อดทน.

ปฏิบัติอดทนเป็นไหน? บุคคลบางคน เขาตำ ไม่ตำตอบ เขาโกรธไม่โกรธตอบ เขาวิวาท ไม่วิวาทตอบ นี้เรียกว่า ปฏิบัติอดทน.

ปฏิบัติช่มใจเป็นไหน? ภิกษุในพระธรรมวินัย เห็นรูปด้วยตาแล้วเป็นผู้ไม่ถือโดยนิमित ไม่ถือโดยอนุพยัญชนะ อภิชฌา โทมนัส อกุศลบาป ธรรมทั้งหลาย จะพึงไหลไปตามภิกษุผู้ไม่สำรวมอินทรีย คือตา เพราะเหตุความไม่สำรวมอินทรียคือตาอันใด ปฏิบัติเพื่อปิดกั้นเสียซึ่งอินทรียคือตาอันนั้น รักษาอินทรียคือตา ถึงความสำรวมในอินทรียคือตา พังเสียงด้วยหูแล้ว ดมกลิ่นด้วยจมูกแล้ว ลิ้มรสด้วยลิ้นแล้ว ถูกต้องโณภูมิจิตด้วยกายแล้ว รู้ธรรมารมณ์ด้วยใจแล้ว เป็นผู้ไม่ถือโดยนิमित ไม่ถือโดยอนุพยัญชนะ.

อภิชฌาโทมนัสอกุศลบาปธรรมทั้งหลายจะพึงไหลไปตามภิกษุ ผู้ไม่สำรวมอินทรีย คือ หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เพราะเหตุความไม่สำรวมอินทรีย คือ หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อันใด ปฏิบัติเพื่อปิดกั้นเสียซึ่งอินทรีย คือ หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อันนั้น รักษาอินทรีย คือ หู จมูก ลิ้น กาย ใจนี้เรียกว่าปฏิบัติช่มใจ”

กระบวนการสื่อสารอย่างสันติตามหลักพระพุทธศาสนา

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่เน้นเรื่องปัญญาซึ่งตั้งอยู่บนรากฐานของสัมมาทิฐิ คือ ปัญญาที่มีความเห็นชอบ หมายถึง ปัญญาบนพื้นฐานความคิดที่ถูกต้องเหมาะสม ดังเช่นพุทธพจน์ที่ตรัสว่า ปัญญา โลกสมิ พชฺโชโตแปลว่า ปัญญาเป็นแสงสว่างในโลก อธิบายคือ ตามหลักการพระพุทธศาสนาจะเน้นนำด้วยการให้ความสำคัญกับเรื่องของปัญญาเป็นอันดับแรก

ดังจะเห็นจากการที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสรู้หลักอริยสัจจ์ก็ด้วยพระปัญญาคือ พระพุทธองค์ทรงมีพระปัญญารอบรู้ถึงความจริงแห่งสิ่งทั้งหลายทั้งปวงว่าความเป็นจริงของสิ่งเหล่านั้นว่าเป็นอย่างไร ก็ทรงทราบชัดถึงความจริงเหล่านั้น และด้วยพระมหากรุณาธิคุณก็ได้ทรงนำความจริงเหล่านั้นมาเปิดเผยชี้แจงแสดงแก่โลก ตามพื้นเพแห่งอริยาคัยของบุคคลเหล่านั้น ทั้งนี้การตรัสรู้ของพระพุทธเจ้านั้น มีปฐมเหตุมาจากการที่สมัยเป็นพระโพธิสัตว์ท่านทรงตั้งอธิษฐานจิตเมื่อครั้งถือกำเนิดเป็นมานพหนุ่มชื่อว่า มาตุรากรมานวะ ซึ่งเป็นผู้ตั้งปฐมจิตตูปบาทเพื่อทรงปรารถนาพระพุทธานุภาพ โดยตั้งดำริความปรารถนาพระองค์ไว้ในพระมหากษัตริย์ แต่ยังมีได้ออกจากพระโอษฐ์เปล่งพระวาจาออกมา ซึ่งต้องใช้เวลานานถึง 7 อสงไขย เพราะทรงเป็นพระพุทธเจ้าประเภท “พระปัญญาธิกะ” คือ ทรงยังด้วยพระปัญญา พระองค์ต้องทรงใช้เวลาสร้างพระบารมีถึง 20 อสงไขย

และอีกหนึ่งแนมหากับ ผู้วิจัยมองว่าด้วยเหตุต้นตำริในการปรารถนาพุทธภูมิของพระพุทธรองค์ซึ่งก็คือความคิดที่เป็นกุศลแรกเริ่มในสมัยที่เกิดเป็นมานพหนุ่มผู้เชื่อใจ ซึ่งถือได้ว่าเป็นการสื่อสารกับตนเองแล้วจึงส่งผลให้เกิดการกระทำ โดยต่อมาทำให้เกิดการสื่อสารกับบุคคลอื่นตามลำดับ

ทั้งนี้ ตามหลักการทางพระพุทธศาสนา มีพระสูตรและคำสอนมากมายที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้เกี่ยวกับการสื่อสารที่ผู้วิจัยเห็นว่ามีสอดคล้องกับการสื่อสารในยุคปัจจุบัน โดยเฉพาะแนวคิดเรื่องการสื่อสารอย่างสันติที่เน้นเรื่องการทำงานกับโลกภายในตนเอง เพื่อเชื่อมโยงกับโลกภายนอกในการสานความสัมพันธ์ ทั้งนี้ ทักษะที่จำเป็นในการสื่อสารอย่างสันติตามหลักการทางพระพุทธศาสนาประกอบไปด้วย 5 ทักษะ (พิณัจทอง แมนสุมิตรชัย, 2559) ได้แก่

1. ทักษะการเปิดรับฟัง

ในกระบวนการสื่อสารนั้นทักษะที่มีความจำเป็น และสำคัญมากในการเจรจาสื่อสารระหว่างกัน เพื่อลดความขัดแย้ง เพื่อเชื่อมโยงความสัมพันธ์ เพื่อมองเห็นคุณค่าของความเป็นมนุษย์ และเพื่อให้ความเคารพให้เกียรติซึ่งกันและกันนั้น ผู้สื่อสารควรจำเป็นที่จะเรียนรู้เกี่ยวกับทักษะของการเป็นผู้รับฟังที่มีประสิทธิภาพไม่ใช่เป็นแค่ระดับของการได้ยินเท่านั้น แต่จะต้องลงลึกไปในระดับของการฟังซึ่งต้องมาพร้อมกับการรับรู้และการใส่ใจเพื่อเข้าใจ เพราะเมื่อผู้รับสารให้ความใส่ใจและพร้อมที่จะรับรู้ความหมายจากสิ่งที่ได้ยิน จึงส่งผลให้เกิดกระบวนการรับฟังที่ต้องอาศัยความสมบูรณ์ทางกายภาพประกอบกับจิตใจที่เป็นกลางต่อการรับรู้ข่าวสาร เพราะเมื่อเกิดการได้ยินและรับฟัง มนุษย์มักจะนำสารนั้นไปเชื่อมโยงเข้ากับประสบการณ์เดิมที่เคยรับรู้ความหมายของข่าวสารนั้นมาก่อนหรือไม่ จึงทำให้เกิดการตีความ การเปรียบเทียบ การมีอคติ การปรุงแต่งเป็นสาย จนกระทั่งส่งผลให้บุคคลนั้นเกิดเป็นความชอบไม่ชอบ ความเข้าใจ ความเชื่อ ความยึดมั่นถือมั่น จนในที่สุดกลายเป็นทัศนคติในการมองโลกตามสายแห่งปฏิจจสมุปบาทสมุทยวาร ซึ่งส่งผลให้บุคคลนั้นมีปฏิกิริยาตอบกลับ และพฤติกรรมในการตอบสนองต่อสารนั้น เพราะเมื่อเหตุเกิดแห่งการเห็น การได้ยิน การรับรู้ ตามหลักของผัสสะที่อายตนะภายนอกเข้ามากระทบอายตนะภายใน ก่อให้เกิดการรับรู้ทางทวารทั้ง 4 แล้วส่งผลให้เกิด วิญญาณ ได้แก่ จักขุวิญญาณ โสทวิญญาณ กายวิญญาณ และมนโณวิญญาณ คือ ตาเห็นรูป หูฟังเสียง กายรับรู้สัมผัส ใจนึกคิดอารมณ์

2. ทักษะการคิดอย่างแยบคาย

การสื่อสารกับตนเองและผู้อื่นจึงเริ่มต้นด้วยทักษะการคิด ความสามารถในการคิดจึงสามารถส่งผลให้มนุษย์แต่ละคนมีความสามารถในการสื่อสารทั้งการส่งสารและการรับรู้สารที่แตกต่างกันออกไป ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับกรอบความคิด ประสบการณ์ในการเรียนรู้ ความสามารถในการรับรู้เรื่องราว การวิเคราะห์พิจารณา การตีความ การแยกแยะ และการจับประเด็น เป็นต้น ซึ่งจะแตกต่างกันไปตามระดับปัญญาของแต่ละบุคคล ดังนั้น ทักษะการคิดและการใช้ความคิดจึงไปเกี่ยวข้องโดยตรงกับการสื่อสารระหว่างกันของมนุษย์ ดังจะเห็นได้ว่าการที่โลกของเราเจริญได้ เนื่องมาจากปัญญา หรือความฉลาดรอบรู้ของคนเราที่ช่วยกันสร้างสรรค์สิ่งต่างๆ การใช้ปัญญาหรือความคิดเพื่อสร้างสรรค์ความเจริญทางด้านวัตถุหรือเทคโนโลยีต่างๆ ขึ้นมา ซึ่งในทาง

พระพุทธศาสนา เรียกว่า ปัญญาทางโลก โดยมีความสำคัญต่อการประกอบสัมมาอาชีวะ เพื่อการเลี้ยงชีพโดยสุจริต ซึ่งปัญญาทางโลกนี้เกิดหรือมีได้จากการศึกษาเล่าเรียน แต่ทว่าปัญญาที่มีความสำคัญทางพระพุทธศาสนายังไม่ใช่ปัญญาทางโลก แต่เป็นปัญญาทางธรรม คือ ปัญญาที่เกิดจากการฝึกอบรมจิตโดยการปฏิบัติสมาธิภาวนา จนถึงขั้นเกิดญาณหยั่งรู้สภาพความเป็นไปของชีวิต ตามความเป็นจริง เป็นปัญญาที่ทำให้เกิดความดับทุกข์ ชีวิตหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดในกองทุกข์ ยิ่งกว่านั้น พระพุทธศาสนายังให้ความสำคัญเกี่ยวกับทักษะการคิดโดยใช้ปัญญา เพราะส่งผลต่อกระบวนการเรียนรู้และพัฒนาตนของมนุษย์ที่เรียกว่าหลัก “โยนิโสมนสิการ” ซึ่งหมายถึง การทำในใจให้ละเอียดถี่ถ้วนและแยกแยะ กล่าวคือ การพิจารณาอย่างรอบคอบถี่ถ้วน ทางพุทธศาสนาถือว่ามีความสำคัญค่าเท่ากับความไม่ประมาทที่เรียกว่าอัปปมาทธรรม คือ ความเป็นอยู่อย่างไม่ขาดสติหรือความเพียรที่มีสติเป็นเครื่องเร่งเร้าและควบคุม ได้แก่ การดำเนินชีวิตโดยมีสติเป็นเครื่องกำกับความประพฤติปฏิบัติและการกระทำทุกอย่าง ระมัดระวังตัว ไม่ยอมถลำไปในทางเสื่อม แต่ไม่ยอมพลาดโอกาสสำหรับความดีงามและความอันจะต้องรับผิดชอบ ไม่ยอมปล่อยปละละเลย กระทำกรณงานด้วยความจริงจัง รอบคอบและรวดเร็วไป ซึ่งเป็นองค์ประกอบภายใน และเป็นฝ่ายสมาธิที่เป็นแหล่งรวมแห่งธรรมฝ่ายดี หรือ กุศลธรรมทั้งปวง

3. ทักษะการแสดงความคิดเห็น

การสื่อสารโดยมีการแสดงความคิดเห็นนั้นไม่ใช่เรื่องที่ยากเกินตัว ในหลักการปฏิบัตินั้น เมื่อผู้สื่อสารเริ่มทำการสื่อสาร สิ่งที่ควรคำนึงถึงเป็นลำดับแรกก็คือ การแจ้งวัตถุประสงค์หรือหัวข้อให้ผู้รับสารทราบก่อนว่า เรื่องที่ตนกำลังจะทำการสื่อสารต่อไปนั้นเป็นเรื่องเกี่ยวกับสิ่งใด ทั้งนี้เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมของผู้สื่อสารในการตีกรอบความเข้าใจและวัตถุประสงค์หรือความต้องการร่วมกันจากนั้นจึงค่อยเริ่มทำการสื่อสารไปตามลำดับของเนื้อหา ทั้งนี้ ตามหลักการทางพระพุทธศาสนาในการกำหนดวัตถุประสงค์นั้น หลักการสำคัญจากพุทธพจน์ที่ตรัสประทานแก่พระอรหันตสาวก 60 รูปในการจาริกเพื่อประกาศพระพุทธศาสนาว่า

“ดูก่อนพระภิกษุทั้งหลาย เราหลุดพ้นจากบ่วงทั้งปวง ทั้งที่เป็นของทิพย์ และของมนุษย์ แม้พวกเธอได้หลุดพ้นจากบ่วงทั้งปวง ทั้งของทิพย์และของมนุษย์เช่นกัน พวกเธอจงเที่ยวไปเพื่อประโยชน์ และความสุขแก่มหาชน เพื่ออนุเคราะห์ชาวโลก เพื่อประโยชน์เกื้อกูล และความสุขแก่ทวยเทพและมนุษย์ พวกเธออย่าไปทางเดียวกัน 2 รูป จงแสดงธรรมให้งามในเบื้องต้น ในท่ามกลางและในที่สุด จงประกาศพรหมจรรย์ พร้อมทั้งอรรถและพยัญชนะให้ครบถ้วนบริบูรณ์ สัตว์ทั้งหลายผู้มีธุลี คือ กิเลส ในจักขุเพียงเล็กน้อยมีอยู่ แต่เพราะโทษที่ยังไม่ได้ดับธรรม จึงต้องเสื่อมจากคุณที่พึงจะได้รับ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ผู้รู้ทั่วถึงธรรมมีอยู่ แม้เราก็จักไปยังตำบลอรุเวลาเสนานิคม เพื่อแสดงธรรม”

จากพุทธพจน์นี้ สามารถกำหนดวัตถุประสงค์ในทักษะการแสดงความคิดเห็นได้ 3 แบบ ได้แก่

(1) เพื่อประโยชน์ตนซึ่งหมายถึง ประโยชน์ตนสิ่งที่เป็นคุณแก่ชีวิต ช่วยให้ตนอยู่ด้วยดี สามารถพึ่งตน หรือเป็นที่พึ่งแก่ตนได้ ไม่ว่าจะเป็นทวิภวภูมิภิกษุ หรือสมณะปราชญ์ภิกษุ หรือปรมัตถะภิกษุ โดยหน้าที่สำคัญในการใช้ทักษะการแสดงความคิดเห็นมีความมุ่งหมายเพื่อพัฒนาความรู้ ความสามารถ และเพิ่มพูน

สติปัญญาของตัวผู้ส่งสารและผู้รับสารเอง เพื่อให้เกิดความเจริญงอกงามไปในทางกุศล และเป็นการสื่อสารอย่างมีคุณภาพโดยเริ่มต้นจากความคิดที่ดีภายในตนเอง

(2) เพื่อประโยชน์ส่วนรวม มาจากหลักธรรมคาสอนเรื่อง “ปรัตถะ” หมายถึง ประโยชน์ผู้อื่น ประโยชน์เพื่อคนอื่น อันพึงบำเพ็ญด้วยการช่วยให้เขาเป็นอยู่ด้วยดี พึ่งตนเองได้ ไม่ว่าจะเป็นทิฏฐธัมมิกัตถะ หรือสัมปรายิกัตถะ หรือ ปรมัตถะก็ตาม โดยหน้าที่สำคัญในการใช้ทักษะการแสดงความคิดเห็นมีความมุ่งหมายเพื่อประโยชน์ส่วนรวม เพื่อชี้แนะแนวทางการดำเนินชีวิตในชุมชนและสังคมอย่างถูกต้องดีงาม ให้เกิดการตระหนักรู้ถึงการช่วยเหลือสังคม การตอบแทนสังคม ทั้งนี้ ก็เพื่อให้เกิดการตระหนักรู้ถึงการอยู่ร่วมกันในสังคมแบบถ้อยทีถ้อยอาศัย มีการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน ทำให้การสื่อสารบรรลุถึงประโยชน์สุขร่วมกัน เพราะเมื่อรู้จักเข้าใจตนเองแล้วก็จะคิดถึงคนอื่น คิดถึงสังคม คิดถึงชาวโลก เกิดความเข้าใจร่วมกันในกระบวนการสื่อสาร

(3) เพื่อประโยชน์ทั้งสองฝ่าย มาจากหลักธรรมคาสอนเรื่อง “อุภยัตถะ” ซึ่งหมายถึง ประโยชน์ทั้งสองฝ่ายประโยชน์ร่วมกันสิ่งที่เกื้อกูลแก่ส่วนรวม เป็นคุณแก่ชีวิตทั้งของตนเองและของผู้อื่น ช่วยให้เป็นผู้กันด้วยดี พวกกันประสบทิฏฐธัมมิกัตถะ สัมปรายิกัตถะ และปรมัตถะ ยิ่งขึ้นไป โดยหน้าที่สำคัญในการใช้ทักษะการแสดงความคิดเห็นมีความมุ่งหมายเพื่อประโยชน์ทั้งสองฝ่ายก็เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดในแง่ของการสงเคราะห์ซึ่งกันและกัน ซึ่งเป็นหลักธรรมในการช่วยประสานน้ำใจของชาวโลกให้เกิดความสุขสงบร่วมกัน เพราะเมื่อผู้ส่งสารและผู้รับสารเล็งเห็นประโยชน์ ทั้งในส่วนตนและส่วนรวมได้ครบถ้วนบริบูรณ์แล้ว ผลที่ตามมาก็คือประโยชน์สุขของทั้งสอง

4. ทักษะการพิจารณาสอบสวน

ก่อนที่ผู้รับสารจะตัดสินใจเชื่อสารที่ส่งออกมา และรับเข้าไปสู่กระแสแห่งความคิดควรจะมีทักษะในการพิจารณาสอบสวนสารที่ได้รับมาว่าเป็นความจริงหรือเป็นความหลง ในบางกรณีอาจเป็นเพียงมโนคติเห็นข่าวคือไม่เป็นความจริง ซึ่งถ้าเราทำการพูดต่อและขยายความต่อไป อาจจะกลายเป็นความเท็จและข่าวโคมลอยซึ่งอาจส่งผลทำให้เกิดความขัดแย้งกันขึ้น ดังนั้น หลักธรรมคาสอนของพระพุทธเจ้าที่สามารถนำมาปรับประยุกต์ใช้เพื่อพัฒนาทักษะการพิจารณาสอบสวนว่าควรเชื่อสารนั้นหรือไม่ควร คือ หลักกาลามสูตรทั้งขานิชฐาน 10 หมายถึง วิธีปฏิบัติในเรื่องที่ควรสงสัยหรือหลักความเชื่อ ที่ตรัสไว้ในกาลามสูตร (พระพรหมคุณาภรณ์, 2555) สูตรนี้ในบาลีท่านเรียกว่า “เกสปุตติสูตร” แต่ที่เรียกชื่อกาลามสูตรเพราะทรงแสดงแก่ชนเผ่ากาลละมะ แห่งวรรณะกษัตริย์ที่ชื่อเกสปุตติยสูตร(อง.เอกก20/66/255-263) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560) เพราะพวกกาลละมะนั้นเป็นชาวเกสปุตตะนิคม ในแคว้นโกศล ซึ่งทรงสอนไม่ให้เชื่อมโนรายไร้เหตุผล ต่อเมื่อใคร่รู้เข้าใจด้วยตนว่า ธรรมเหล่านั้นเป็นอกุศล เป็นกุศล มีโทษ ไม่มีโทษ เป็นต้น แล้วจึงควรละหรือถือปฏิบัติตามหลัก 10 ข้อ ดังนี้

(1) อย่าปลงใจเชื่อ ด้วยการฟังตามกันมา คือ อย่าได้ยึดถือตามถ้อยคำที่ได้ยินได้ฟังมา ประเภท “เขาว่า”, “ได้ยินมาว่า” ทั้งหลาย

(2) อย่าปลงใจเชื่อ ด้วยการถือสืบๆ กันมา คือ อย่าได้ยึดถือถ้อยคำสืบๆ กันมา ประเภท “ใครๆ ว่า”, “โบราณว่า” ตามกระแส

(3) อย่าปลงใจเชื่อ ด้วยการเล่าลือ คือ อย่าได้ยึดถือโดยความตื่นข่าวว่า เขาว่าอย่างนี้ ประเภทข่าวลือ ข่าวโคมลอยทั้งหลาย

(4) อย่าปลงใจเชื่อ ด้วยการอ้างตำราหรือคัมภีร์ คือ อย่าไปตามตำรามากนัก เช่น ตำราว่าอย่างนั้น ต้องออกมาเป็นอย่างนั้น เท่านั้น เป็นอย่างอื่นไปไม่ได้เด็ดขาด เพราะอย่าลืมนึกว่า ตำราบางเล่ม คนแต่งก็มั่วมาบ้าง เขียนไม่ครบถ้วน ใส่ใจเอาเองบ้าง คนมีกิเลสไปแก้ไขตำรา คนมีผลประโยชน์ ไม่แก้ไขตำราเท่ากับเราโดนหลอก

(5) อย่าปลงใจเชื่อ เพราะตรรกะ คือ อย่าได้ยึดถือโดยนิกเดาเอง เช่น เข้าใจเอาเอง หรือข้อมูลไม่พอใจร้อนเดาสุ่มมั่วเอา

(6) อย่าปลงใจเชื่อ เพราะอนุমান คือ อย่าได้ยึดถือโดยการคาดคะเน การคาดการณ์ตามประวัติศาสตร์ ตามสถิติ ความน่าจะเป็น ซึ่งอาจจะผิดก็ได้ เพราะเห็นแคร์้อย อย่าเหมาว่าที่ร้อยเอ็ดจะเป็นไปด้วย

(7) อย่าปลงใจเชื่อ ด้วยการคิดตรองตามแนวเหตุผล คือ อย่าได้ยึดถือตรึงตามอาการ อย่าเห็นว่าอาการแบบนี้ น่าจะเป็นแบบนี้ ให้คิดเผื่อๆ ไว้ด้วย เช่น เห็นคนไข้เป็นแบบที่เคยรักษาคนอื่นๆ มาก่อน อย่าไปตรึกเอาเองว่าเป็นแบบนี้ เห็นเงาก็จ่ายยาได้ เพราะเหนือฟ้ายังมีฟ้า อย่าเข้าข้างตนเอง นั่งสมาธิเห็นโน้น เห็นนี้ อย่างนี้กว่าเป็นจริง เพราะอาจจะเป็นจิตหลอกจิต

(8) อย่าปลงใจเชื่อ เพราะเข้าได้กับทฤษฎีที่พินิจไว้แล้ว คือ อย่าได้ยึดถือโดยชอบใจว่า ต้องกันกับทฤษฎีของตัว อย่าเอาความเห็นของตนเป็นใหญ่ อะไรที่ตรงกับที่ตนคิดไว้เท่านั้นที่เชื่อได้ คนคิดแบบนี้ คือตายซัก

(9) อย่าปลงใจเชื่อ เพราะมองเห็นรูปลักษณะน่าจะเป็นไปได้ คือ อย่าได้ยึดถือโดยเชื่อว่าผู้พูดสมควรจะเชื่อได้ ระวังจะโดนหลอก อย่าลืมนึกว่าสี่เท้ายังรู้พลาด นักปราชญ์ยังรู้พลั้ง

(10) อย่าปลงใจเชื่อ เพราะนับถือว่า ท่านสมณะนี้เป็นครูของเรา คือ อย่าได้ยึดถือการยึดอาจารย์ของตนเองมากไป ก็ไม่ดี ควรทำตาม ทดสอบดู ถ้าผิดพลาดก็ไม่ต้องเชื่อ ถ้าทำแล้วดีขึ้นก็แสดงว่าเชื่อได้

5. ทักษะการอยู่ร่วมกันทางสังคม

ซึ่งเป็นทักษะที่บุคคลจำเป็นต้องใช้ในการปฏิสัมพันธ์และการสื่อสารระหว่างกันทางสังคม อันได้แก่ทักษะในการเข้าใจความรู้สึก อารมณ์ ความต้องการ ปัญหาของผู้อื่น การสนับสนุนซึ่งกันและกัน รวมทั้งความสามารถในการเข้าใจถึงสถานการณ์ต่างๆ ที่หลากหลาย กฎกติกาในสังคม การทำงานร่วมกันเป็นทีม ความสามารถในการรู้จักผู้อื่น และการคิดคำนึงถึงคนรอบข้างอย่างเข้าอกเข้าใจ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างความสัมพันธ์ในทางบวกให้เกิดขึ้น เป็นทักษะที่สำคัญและจำเป็นสำหรับทุกเพศทุกวัย ทั้งวัยเด็กที่ต้องการการพึ่งพา การเรียนรู้สิ่งใหม่ในชีวิต วัยรุ่นที่ต้องการการยอมรับจากเพื่อนฝูงคนรอบข้าง วัยผู้ใหญ่ที่เริ่มสร้างครอบครัวและต้องการความสำเร็จในหน้าที่การงาน จากเหตุผลข้างต้นทักษะการอยู่ร่วมกันทางสังคมเป็น

ทักษะที่จำเป็นสำหรับบุคคลที่ยังใช้ชีวิตอยู่ในสังคม ซึ่งไปสอดคล้องกับหลักการทางพระพุทธศาสนา คือ หลักพรവാธรรม(พระพรหมคุณาภรณ์, 2555) หมายถึง ธรรมสำหรับพรवास, ธรรมสำหรับการครองเรือน, หลักการครองชีวิตของคฤหัสถ์ ประกอบด้วย

- (1) สัจจะ แปลว่า ความจริง, ซื่อตรง ซื่อสัตย์ จริใจ พุดจริง ทำจริง
- (2) ทมะ แปลว่า การฝึกฝน, การข่มใจ ฝึกนิสัย ปรับตัว, รู้จักควบคุมจิตใจ ฝึกหัดตัดนิสัย แก้ไขข้อบกพร่อง ปรับปรุงตนให้เจริญก้าวหน้าด้วยสติปัญญา
- (3) ขันติ แปลว่า ความอดทน, ตั้งหน้าทำหน้าที่การงานด้วยความขยันหมั่นเพียร เข้มแข็ง ทนทานไม่หวั่นไหว มั่นในจุดหมาย ไม่ท้อถอย
- (4) จาคะ แปลว่า ความเสียสละ, สละกิเลส สละความสุขสบายและผลประโยชน์ส่วนตนได้ ใจกว้างพร้อมที่จะรับฟังความทุกข์ ความคิดเห็น และความต้องการของผู้อื่น ทั้งยังพร้อมที่จะร่วมมือ ช่วยเหลือเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่คับแคบเห็นแก่ตนหรือเอาแต่ใจตัว

อย่างไรก็ตาม หลักพรवासธรรม เป็นหลักธรรมสำคัญในการสร้างความสุขในครอบครัว คู่สมรสหรือเพื่อร่วมงาน มีความเคารพนับถือ ซื่อสัตย์ จริใจ และสามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

สรุป

การสื่อสารอย่างสันติตามหลักพระพุทธศาสนาให้ผู้ส่งสารและผู้รับสารทำการสื่อสารบนพื้นฐานของการมีความเข้าใจร่วมกัน เป็นไปเพื่อยังประโยชน์ให้เกิดทั้งสองฝ่าย รวมทั้งประโยชน์ตนและประโยชน์ส่วนรวม ทั้งยังเป็นไปเพื่อตอบสนองความต้องการส่วนลึกที่อยู่ภายในจิตใจ เพราะเมื่อความต้องการทั้งฝ่ายผู้ส่ง ฝ่ายผู้รับ และส่วนรวมได้รับการตอบสนองแล้ว การระงับดับไปแห่งความพลุ่งพล่านเร้าร้อนกระวนกระวายย่อมเจริญขึ้น นั่นหมายถึงภาวะของการเข้าอกเข้าใจกัน ภาวะของความเรียบรื่นไร้ความสับสนวุ่นวาย ภาวะที่ระงับความมุ่งร้าย หรือภาวะที่ไร้ความขัดแย้งย่อมเกิดขึ้นเป็นเงาตามตัวเกิดเป็นความมีสันติระดับบุคคล (สันติภายใน) และความมีสันติระดับสังคม (สันติภายนอก) ทักษะที่จำเป็นในการสื่อสารอย่างสันติตามหลักการทางพระพุทธศาสนาประกอบไปด้วย 5 ทักษะ ได้แก่ 1) ทักษะการเปิดรับฟัง 2) ทักษะการคิดอย่างแยบคาย 3) ทักษะการแสดงความคิดเห็น 4) ทักษะการพิจารณาสอบถาม และ 5) ทักษะการอยู่ร่วมกันทางสังคม

เอกสารอ้างอิง

ไชยทรง จันทรอารีย์. (2531). *ธรรมประทีป 9 ธรรมะภาคปฏิบัติ*. กรุงเทพมหานคร: รุ่งเรืองวิริยะพัฒนา.

ประทุม ฤกษ์กลาง. (2547). *หลักการสื่อสารตามแนวพุทธศาสนา*. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์เรียนรู้มหาวิทยาลัยกรุงเทพ.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2554). *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์*. พิมพ์ครั้งที่ 17.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาธรรมสภา.

พินิจทอง แมนสุมิตรชัย. (2559). *รูปแบบการสื่อสารอย่างสันติเชิงพุทธจิตวิทยา*. (ดุชนิพนธ์พุทธศาสตร์ดุชนิ

บัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา). พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2560). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

สุภางค์พิมพ์ คล้ายธานี. (2557). *การพัฒนาภาวะผู้นำในการสื่อสารตามแนวทางพระพุทธศาสนา*. (ดุชนิพนธ์

พุทธศาสตร์ดุชนิบัณฑิตสาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์). พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

Berlo, D. K. (1960). *The Process of Communication*. New York, New York : Holt, Rinehart, & Winston.