

การุณยสาร : หนทางสู่สันติภาพ

Mercy Message : A Path to Peace



พิณจ์ทอง แมนสุมิตรชัย

Pintong Mansumitrchai

อาจารย์ประจำสถาบันภาษา

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Email: pintong.mansumitrchai@gmail.com

doi : 10.14456/jmcpupeace.2015.11

บทคัดย่อ

การอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุขเป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนต้องการ จากสภาวะสังคมปัจจุบันที่มีความแตกต่างทั้งทางความคิด และกระบวนทัศน์ของผู้คนในสังคมซึ่งเป็นตัวผลักดันให้ผู้คนเกิดความขัดแย้ง และความรุนแรงอย่างต่อเนื่อง โดยเริ่มระดับตั้งแต่ความขัดแย้งภายในตนเอง ครอบครัว ชุมชน องค์กร และหน่วยงานต่างๆ ทั้งภาครัฐและเอกชน รวมไปถึงความขัดแย้งรุนแรงระหว่างประเทศ ซึ่งส่งผลให้เกิดภาวะความตึงเครียด ขาดสันติสุขทั้งในชีวิตและสังคม ซึ่งหนึ่งในตัวแปรที่ส่งผลให้เกิดความขัดแย้งอย่างรุนแรง คือ ความขัดแย้งทางด้านข้อมูลหมายรวมถึงการบกพร่องในวิธีการสื่อสารระหว่างกันนั่นเอง

บทความนี้ผู้เขียนจะได้เสนอในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารด้วยความรัก ความเข้าใจ การไม่มีอคติต่อกัน มีความหวังดีที่ต้องการให้ผู้อื่นมีความสุข เป็นสารที่เปี่ยมด้วยความกรุณา ดังที่ผู้เขียนใช้คำเรียกว่า “การุณยสาร (Mercy Message)” โดยนำหลักการโพธิพุทธศาสนามาเป็นกรอบในการอธิบาย ได้แก่ พรหมวิหาร 4 การใช้ปัญญาแบบโยนิโสมนสิการ วาจาสุภาสิต เป็นต้น ซึ่ง “การุณยสาร” ชี้ให้เห็นถึงความสัมพันธ์ที่แยกส่วนออกจากกันไม่ได้ ในกระบวนการสื่อสาร เพื่อให้มนุษย์สื่อสารกันโดยไร้ความรุนแรง และสามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข

คำสำคัญ: การุณยสาร, การสื่อสาร, สันติภาพ

Abstract

Every human being desires to live harmoniously together in the society with happiness. However, from current social conditions with differences in both conceptual mind and perception of people in the society, it has an impact on the conflict among people and continuous violence. There are many levels of conflict beginning from the inner-self, family, community, organization, public and private sectors till the violence and conflict among countries. All of these result in an intense situation of lacking personal as well as social peaceful states. One of the factors reflecting the conflict violently is an informational conflict which includes a deficiency in the communicative method among human beings.

In this article, the writer points out a mercy communication of which contains a message with love, understanding, unbiased and unprejudiced interpretation. Moreover, it should also contain a good attention towards the audiences in order to make them happy without any suffering or sorrow. As the writer has named this message as “Mercy Message” which adopts the Dhamma Teachings of the Buddha as its main focus and framework on the Four Divine States of Mind by applying Yonisomanasikara, Subhàsitavàcà or a well-spoken speech. In here, “Mercy Message” indicates that the communication process is a non-separated phenomenon with an interconnected relationship. By following this concept, people can communicate non-violently with more understanding and human beings can live happily together with both inner peace and outer peace.

Keywords: Mercy Message, Communication, Peace

1. บทนำ

ในสภาพสังคมยุคปัจจุบันที่มีการดำเนินชีวิตแบบเร่งรีบ ความกดดันในเชิงเศรษฐกิจ การใช้ชีวิตแบบเสพวัตถุนิยม ซึ่งเป็นผลพวงมาจากสังคมที่เปิดกว้างมากขึ้น มีการรับข้อมูลข่าวสารจากหลากหลายช่องทาง ส่งผลให้เกิดความแตกต่างทางความคิดและกระบวนทัศน์ของผู้คนในสังคม ส่วนหนึ่งก็มาจากสาเหตุของความแตกต่างทางด้านวัฒนธรรม ภูมิศาสตร์ ความเชื่อ ศาสนา เชื้อชาติ ภาษา เป็นต้น ซึ่งเป็นตัวผลักดันให้ผู้คนในสังคมเกิดความขัดแย้ง และความรุนแรงอย่างต่อเนื่อง โดยมีแนวโน้มที่สังคมไทยจะเพิ่มทวีความรุนแรงมากขึ้นเรื่อย โดยเริ่มระดับตั้งแต่ความขัดแย้งภายในตนเองปัจเจกบุคคล ครอบครัว ชุมชน องค์กร และหน่วยงานต่างๆ ทั้งภาครัฐและเอกชน รวมไปถึงความขัดแย้งรุนแรงระหว่างประเทศ ซึ่งส่งผลให้เกิดภาวะความตึงเครียด ขาดสันติสุขทั้งในชีวิตและสังคม

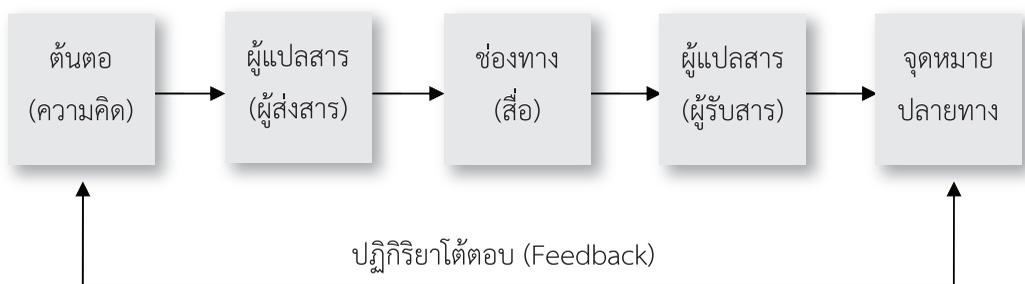
ทั้งนี้ ปรากฏการณ์ความขัดแย้ง และความรุนแรงนั้นเป็นเรื่องปกติของสังคมที่แพร่หลายทั่วไป โดยสาเหตุหลักที่ทำให้เกิดปัญหาความขัดแย้งก็เนื่องมาจากตัวแปร ทั้งที่เป็นปัจจัยทั้งภายในและภายนอก เช่น ผลประโยชน์ อำนาจ ความสัมพันธ์ คุณค่าหรือค่านิยม ข้อมูล และโครงสร้าง จนนำไปสู่ความรุนแรงตามที่ปรากฏในสังคมไทย ตัวแปรสำคัญประการหนึ่งที่ทำให้เกิดความขัดแย้ง คือ การสื่อสาร โดยเฉพาะอย่างยิ่งการสื่อสารที่ขาดความสำนึก และรับผิดชอบของกลุ่มคนต่างๆ ที่มุ่งเน้นประโยชน์ส่วนตนมากกว่าความผาสุกของพลเมืองในสังคม (พระมหาหรรษา ธมฺมหาโส, 2555 : 32) และความขัดแย้งที่มีผลมาจากตัวแปรที่เป็นปัจจัยภายใน หนึ่งในตัวแปรที่ส่งผลให้เกิดความขัดแย้งและความรุนแรง คือความขัดแย้งทางด้านข้อมูล ซึ่งหมายรวมถึง การบกพร่องในวิธีการสื่อสารระหว่างกันส่งผลให้เกิดความไม่เข้าใจในการสื่อความหมายที่แท้จริง ขาดสัมพันธภาพในการสื่อสาร และนำมาสู่ความขัดแย้งในที่สุด สอดคล้องกับผลการศึกษาในงานวิจัยของสำนักงานสถิติแห่งชาติ (ศูนย์วิจัยและพัฒนาครอบครัวไทย มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2553: 13) เกี่ยวกับปัญหาเรื่องสัมพันธภาพภายในครอบครัวของคนไทย ส่วนใหญ่มักเกิดจากการขาดทักษะการสื่อสารที่ดี ทำให้ขาดความเข้าใจกัน ที่สำคัญอาจเป็นเพราะว่าคนส่วนใหญ่ไม่ค่อยให้ความสำคัญกับเรื่องการเรียนรู้และการพัฒนาตนเอง ซึ่งแท้ที่จริงแล้วการดำเนินชีวิตในโลกแห่งความเป็นจริงนั้น จำเป็นต้องมีพื้นฐานอยู่บนการเรียนรู้ในการอยู่ร่วมกัน รวมไปถึงหลักแนวคิดในการดำเนินชีวิตประจำวัน

บทความนี้จึงต้องการนำเสนอถึงประเด็นที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารด้วยความรัก ความเข้าใจ การไม่มีอคติต่อกัน มีความหวังดีที่ต้องการให้ผู้อื่นมีความสุข เป็นสารที่เปี่ยมด้วยความกรุณา และมีความรู้ด้านจิตวิทยาเชิงพุทธในการสื่อสาร โดยชี้ให้เห็นถึงความสัมพันธ์ที่แยกส่วน

ออกจากกันไม่ได้ในกระบวนการสื่อสารเพื่อสร้างสันติภาพ ส่งผลให้มนุษย์สื่อสารกันโดยไร้ความรุนแรง เป็นการสื่อสารที่ดีต้องเป็นสารที่เปี่ยมไปด้วยความรัก ความเข้าใจ ปราศจากอคติ และการตีความ มีความหวังดีที่ต้องการให้ผู้ฟังมีความสุข ไร้ความทุกข์หรือเสียใจ ดังที่ผู้เขียนใช้คำเรียกว่า “การุณยสาร (Mercy Message)” ดังรายละเอียดต่อไป

2. จิตวิทยาการสื่อสาร

การติดต่อสื่อสารของมนุษย์นั้นเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ รวมทั้งเกิดขึ้นโดยอัตโนมัติซึ่งในบางครั้งมนุษย์แทบจะไม่รู้ตัวเลยด้วยซ้ำว่าได้เกิดกระบวนการติดต่อสื่อสารขึ้นแล้ว การส่งสารจึงกระบวนการหนึ่งที่เป็นการส่งสารจากแหล่งหนึ่งไปยังอีกแหล่งหนึ่งซึ่งต้องอาศัยองค์ประกอบการสื่อสารขั้นต้น วิธีที่ใช้มากที่สุด คือ การพูด การฟัง และการใช้กิริยาท่าทางซึ่งสามารถแสดงดังแผนภาพ 1 รูปแบบของกระบวนการสื่อสาร ดังแผนภาพที่ 1



แผนภาพที่ 1 รูปแบบของกระบวนการสื่อสาร (พิณจ้ทอง แมนสุมิตรชัย, 2558: 425)

จากแผนภาพที่ 1 สามารถนำเสนอได้ว่า กระบวนการสื่อสารของมนุษย์เกิดจากองค์ประกอบพื้นฐานสำคัญ คือ ผู้ส่งสาร (Sender) ตัวสาร (Message) ผู้รับสาร (Receiver) ช่องทางการติดต่อ (Channel) ปฏิกริยาตอบสนอง (Feedback) เสียงหรือสิ่งรบกวน (Noise) ซึ่งจะมีความแตกต่างกันไปตามบุคลิกภาพและจิตใจของแต่ละบุคคล เพราะมนุษย์มีความแตกต่างกันทางโครงสร้างของจิตใจ (พีระ จิรโสพล, 2558: 2) ซึ่งเป็นผลพวงมาจากพื้นฐานการอบรมเลี้ยงดูที่แตกต่างกัน การดำเนินชีวิตที่หลากหลายในสังคม ความแตกต่างในระดับสติปัญญา ความคิด ทศนคติ การรับรู้ การเรียนรู้ การจงใจ ความเชื่อ และค่านิยมของแต่ละบุคคล ซึ่งเป็น

ปัจจัยโครงสร้างจิตใจที่มีส่วนกำหนดรูปแบบพฤติกรรมการสื่อสารของมนุษย์ ในเรื่องการรับข้อมูล การตีความข้อมูล การจดจำข้อมูลที่ได้รับ การนำไปใช้ การถ่ายโอนข้อมูลที่ได้รับไปยังผู้อื่น ทั้งนี้การเพิ่มความคิดเห็นส่วนตัวลงไปในตัวสารไม่ว่าจะเป็นเชิงอคติหรือสร้างสรรค์ อาจส่งผลให้เกิดความเสียหาย หรือความสำเร็จในการสื่อสารนั้น

นอกจากนี้ยังจะต้องพัฒนาบุคลิกภาพของตนเอง ได้แก่ รู้จักการวางตัว การวางสีหน้า ท่าทาง รู้จักอดทนอดกลั้น รู้ว่าเมื่อไรควรจะแสดงพฤติกรรมการสื่อสารอย่างไร ไม่ถือเอาความคิดของตนเอง หรือของกลุ่มเป็นใหญ่ แต่จะมองที่ความถูกต้องของสาร ความไม่บิดเบือนข้อมูล และความเข้าใจระหว่งกันของผู้รับสารและผู้ส่งสาร เป็นการสร้างเครือข่ายของความสุขแบบประสานให้เกิดขึ้นภายในตนเอง และภายนอกอย่างยั่งยืน (พิณจ์ทอง แมนสุมิตรชัย, 2558: 426-427)

3. การสื่อสาร : บ่อเกิดแห่งความขัดแย้งและรุนแรง

ความขัดแย้งเกิดขึ้นจากพฤติกรรมของบุคคล อาจเกิดขึ้นในบุคคลใดบุคคลหนึ่ง หรือขัดแย้งกับบุคคลอื่น หรือระหว่งคนใดคนหนึ่งกับกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง หรือหลายๆ กลุ่ม ของบุคคล หรือนิติบุคคล หรือระหว่งกลุ่มบุคคลหลายคนที่อยู่ในกลุ่มหนึ่งกับอีกกลุ่มหนึ่ง หรือกับอีกหลายๆ กลุ่มของบุคคล (เจมส์ โค และคณะ, 2545 : 2) แต่ในบางกรณีจะมีความหมายเฉพาะไปว่า ความขัดแย้งเป็นเรื่องของความเห็นหรือความเชื่อที่ต่างกัน แต่คู่กรณียังสามารถทำงานร่วมกันได้ แต่เมื่อขยายกลายเป็นข้อพิพาทจะกลายเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องมุ่งหมายที่จะเอาชนะให้ได้เพื่อเป้าหมายสูงสุดของตนเอง ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งอาจจะต้องไป (วันชัย วัฒนศัพท์, 2550 : 9)

จากข้อความในเบื้องต้นสะท้อนถึงความขัดแย้งที่เกิดจากพฤติกรรมของบุคคล ที่เกิดจากความเชื่อที่แตกต่างกัน ฉะนั้นต้องมีวิธีการสื่อสารกับบุคคลรอบข้าง หรือสังคมเพื่อถ่ายทอดความรู้สึกนึกคิด และความต้องการที่แตกต่างกันไปตามแต่ละบุคคล เหตุผลก็เพื่อป้องกันไม่ให้ตนเองต้องเผชิญหน้ากับปัญหาความขัดแย้งทางวาจา ทางการกระทำ และทางความคิด เป็นการป้องกันไม่ให้ตนเองต้องตกอยู่ในภาวะของความโดดเดี่ยว แปรลกแยกจากสังคม ทั้งยังเป็นการป้องกันไม่ให้ผู้อื่นกีดกันตัวเองให้ออกจากกลุ่ม หรือสังคมอีกด้วย แต่การสื่อสารที่มีประสิทธิภาพและสัมฤทธิ์ผล โดยสามารถทำให้เกิดความรู้สึกพอใจมีความสุขในขณะที่สื่อสาร และเข้าใจสารที่ส่งไปตรงกันหลังการสื่อสารนั้นไม่ใช่เรื่องที่ทำได้โดยง่าย เพราะแต่ละบุคคลก็มีความแตกต่างกันในทางการศึกษา การเลี้ยงดูปลูกฝัง พื้นฐานทางสติปัญญา ความ

สนใจ ความถนัด ประสบการณ์ในชีวิต ศาสนา ฐานะทางเศรษฐกิจและสังคม ฯลฯ (คณาจารย์ คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2537: 12-13)

แต่โดยความเป็นจริงแล้วมนุษย์แต่ละคนล้วนมีจิตใจเป็นของตนเอง ดังจะเห็นได้ว่าคำพูดคำเดียวกันจากผู้พูดคนเดียวกัน แต่พูดกับผู้ฟังหลายคน หรือพูดในสถานการณ์ต่างกัน อาจทำให้มีการตีความหมายที่แตกต่างกันออกไป ตามแต่ละปัจเจกบุคคลนั้น (พระพรหม-บัณฑิต, 2557) ทั้งนี้หนึ่งในสาเหตุหลักที่ทำให้เกิดความขัดแย้งระหว่างบุคคล และก่อปัญหารุนแรงในสังคมก็คือ การสื่อสารโดยไร้ความรู้และความเข้าใจในเรื่องจิตวิทยา ทำให้ผู้ที่รับสารเกิดภาวะของความขุ่นเคืองใจ ความวิตกกังวล ความเสียใจ หรือภาวะที่ไร้ความสุขภายในตัวเอง และส่งผลให้เกิดภาวะไร้สันติสุขในสังคมส่วนรวม ซึ่งถ้าบุคคลมีจิตวิทยาการสื่อสารที่ดี ประกอบกับมีองค์ความรู้ทางด้านพุทธศาสนา ก็จะช่วยให้การสื่อสารกันระหว่างบุคคล ชุมชน สังคม องค์กร หรือในระดับประเทศ และระหว่างประเทศมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น (พระมหาหรรษา ธมฺมหาโส, 2558) โดยการนำเอาหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาช่วยเติมเต็มในส่วนของภายในคือ ด้านจิตใจเพื่อความความสันติสุข (พระมหาดนัย อุบุพฺผนโน และ ดร.อำนาจ บัวสิริ, 2558 : 25) พระพุทธศาสนาจึงสนับสนุน หรือส่งเสริม ให้ทำให้เกิด ให้มี ให้ตั้งอยู่ ให้เจริญ หรือกระทำให้ประสบความสำเร็จ บรรลุจุดมุ่งหมาย ทั้งในระดับโลกียะ และ โลกุตระ ตลอดจนจุดหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา คือ พระนิพพาน (อำนาจ ยอดทอง, 2558 : 15) เพื่อการดำรงตนอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

4. การรณยสาร : สารสู่สันติภาพ

จากกระบวนการสื่อสารที่ได้นำเสนอในเบื้องต้น บางครั้งนำไปสู่การส่งสารที่ไม่ใช่ “ตัวสารตามความเป็นจริง” แต่เป็นการส่งสารที่มีการปรุงแต่งเติม ใส่ความคิดตนเองลงไปไม่ว่าจะเป็นในแง่อคติ หรือฉันทาคติลงไปด้วยในตัวสาร ทำให้เกิดเป็นที่มาของ “ตัวสารตามความรู้สึก” ซึ่งบางครั้งก็เป็นหนึ่งในสาเหตุที่ทำให้เกิดปัญหา ความขัดแย้ง ความไม่เข้าใจกันในสังคม อย่างไรก็ตามสิ่งต่างๆ เหล่านี้เป็นตัวที่บ่งบอกพฤติกรรม และแบบแผนการใช้ชีวิตของบุคคลไม่ว่าจะเป็นส่วนที่ช่วยเหลือและเกื้อกูลกันในสังคม หรือในส่วนที่เป็นปัญหาของชีวิต “สันติภาพ” เป็นภาวะแห่งสันติ หมายถึง ความสงบภายนอก คือ ภาวะที่สังคมหรือบ้านเมืองสงบ ไม่มีภาวะที่ระงับหรือไม่มีความขัดแย้ง ภาวะปราศจากสงครามหรือความมุ่งร้ายเป็นศัตรูกัน (พระพรหมคุณาภรณ์ ป.อ. ปยุตโต, 2558: 434-435) ทั้งนี้จะเห็นว่า คำจำกัดความที่ได้ให้ความหมายไว้นั้นสามารถสื่อถึงคำว่า สันติภาพในมุมมอง 2 ระดับ คือ (1) ระดับปัจเจกบุคคล

หมายถึง สันติภาพที่เกิดขึ้นภายในจิตใจบุคคล (2) ระดับสังคม หมายถึง สันติภาพที่เกิดขึ้นภายนอกตัวบุคคล

ดังนั้นการสื่อสารที่ออกมาจากใจ เป็นสารที่ส่งออกไปเพื่อให้เกิดภาวะแห่งสันติสุขขึ้นในใจและในสังคมนั้น ต้องเป็นสารที่เปี่ยมไปด้วยความรัก ความเข้าใจ ความหวังดีที่ต้องการให้ผู้ฟังมีความสุข ไร้ความทุกข์หรือเสียใจ โดยรวมเรียกได้ว่าเป็นสารที่เปี่ยมด้วยความกรุณา ดังที่ผู้เขียนใช้คำเรียกว่า “การุณยสาร (Mercy Message)” หมายถึง การสื่อสารด้วยความรัก ความเข้าใจ การไม่มีอคติต่อกัน มีความหวังดีที่ต้องการให้ผู้อื่นมีความสุข เป็นการสื่อสารที่เปี่ยมด้วยความกรุณา และมีความรู้ด้านจิตวิทยาเชิงพุทธประกอบในการสื่อสาร โดยชี้ให้เห็นถึงความสัมพันธ์ที่แยกส่วนออกจากกันไม่ได้ในกระบวนการสื่อสารเพื่อสร้างสันติภาพ ส่งผลให้มนุษย์สื่อสารกันโดยไร้ความรุนแรง และสามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข ซึ่งหลักของความกรุณานั้นเป็นองค์ธรรมอย่างหนึ่งในพรหมวิหาร 4 ของการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันของเพื่อนมนุษย์ เพราะเป็นธรรมที่ต้องมีไว้เป็นหลักประจำใจ และกำกับความประพฤติ จึงจะถือว่าได้ชื่อในการดำเนินชีวิตแบบหมดจด และปฏิบัติตนต่อเพื่อนมนุษย์สัตว์ร่วมโลกทั้งหลายโดยชอบ (พิณัจทอง แมนสุมิตรชัย, 2558: 425)

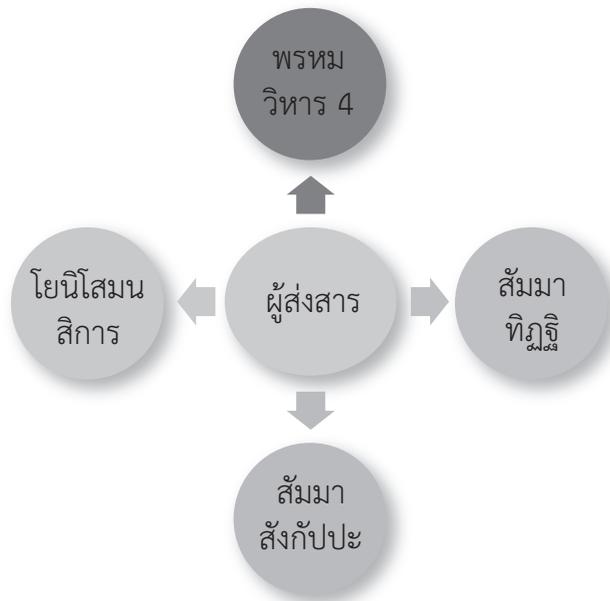
นอกจากนั้น การสื่อสารที่ดีมีประสิทธิภาพในมุมมองของดร. อีริค เบิร์น (Eric Bern) ที่นำเสนออีกคือ หลักในการวิเคราะห์พฤติกรรมของมนุษย์ ที่นิยมเรียกกันว่า “การวิเคราะห์การสื่อสารระหว่างบุคคล” เป็นทฤษฎีทางบุคลิกภาพที่มองจากกรอบของปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของบุคคล ตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป ซึ่งเป็นเทคนิคในการวิเคราะห์พฤติกรรมมนุษย์ เพื่อหาสาเหตุแห่งพฤติกรรมและหาโครงสร้างของบุคลิกภาพอันเป็นต้นตอที่ทำให้เกิดพฤติกรรม (Eric Bern, M.D., 1952) ทั้งนี้เพื่อใช้ในการควบคุมองค์ประกอบที่ช่วยเสริมสร้างพฤติกรรมที่ดี รวมไปถึงควบคุมองค์ประกอบที่ลดทอนพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสม เพื่อเสริมสร้างประสิทธิภาพในการสื่อสารระหว่างบุคคล และสังคม ไม่ว่าจะเป็นการสื่อสารแบบใช้วาจาพูดคุย หรือ วจนภาษา และการสื่อสารที่ไม่ใช้วาจาพูดคุย หรือ อวจนภาษา (รสขงพร โกมลเสวิน, 2551 : 69) ทั้งนี้ก็เพื่อสามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ได้อย่างแท้จริงในการพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ในการสื่อสารเพื่อเสริมสร้างสันติสุขในสังคมให้ยั่งยืน และเพื่อให้เกิดสันติภาพในการอยู่ร่วมกันของมวลมนุษย์

การสื่อสารที่สามารถทำให้ลดความขัดแย้งและความรุนแรง ทั้งยังก่อให้เกิดสันติภาพนั้นมีพื้นฐานมาจาก “การสื่อสารโดยไร้ความรุนแรง” (ไพรินทร์ โชติสกุลรัตน์, 2554: 16) ซึ่งได้รับการพัฒนาขึ้นมาโดย ดร. มาร์แชล โรเซนเบิร์ก (Marshall Rosenberg) ที่อธิบายถึงหลัก

พื้นฐานของ “การสื่อสารอย่างสันติ” หรือ “ภาษาแห่งความกรุณา” ว่ามนุษย์ทุกคนมีความกรุณาเป็นพื้นฐาน ฉะนั้น เบื้องหลังการกระทำของมนุษย์นั้น ล้วนเป็นไปเพื่อการตอบสนองต่อความต้องการพื้นฐานบางอย่าง หากเราใส่ใจ และให้คุณค่ากับความต้องการของกันและกัน อีกทั้งให้ความสำคัญกับการสร้างความสัมพันธ์ และความเข้าใจก่อนคิดแก้ไขปัญหา หรือหาทางออก จะช่วยให้เรามีความเข้าใจ และรับรู้ความต้องการของทุกฝ่าย ดังนั้นโอกาสที่เราจะสานสัมพันธ์ และแก้ไขปัญหาย่างสร้างสรรค์จะมีมากขึ้นในทุกระดับ ตั้งแต่ระดับบุคคล ชุมชน จนถึงระดับโลก (ไพรินทร์ โชติสกุลรัตน์, 2554: 25)

5. การุณยสารในพระพุทธศาสนา

“พระพุทธศาสนา” เป็นศาสนาที่เน้นหลักของเหตุและผล (Cause and Effect) เป็นปัญหาที่ตรัสรู้โดยองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า หลักธรรมคำสอนของพระพุทธองค์นั้น ได้รับการยอมรับจากนักวิทยาศาสตร์ เช่น ไอน์สไตน์ (Albert Einstein) นักวิทยาศาสตร์ และบิดาแห่งฟิสิกส์ยุคใหม่กล่าวว่า ศาสนาในอนาคตนั้นเป็นศาสนาของจักรวาล หลักธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้านั้น ได้ให้ขอบเขตของช่องทางการสื่อสารกว้างไปถึงมโนทวารหรือใจ นอกเหนือจากช่องทางการรับรู้ทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ซึ่งเป็นการอธิบายลึกลงไปถึงกระบวนการทางนามธรรมที่ไม่สามารถจับต้องได้ ทั้งยังมีความลึกล้ำมากกว่าวิชาจิตวิทยา ตะวันตกที่แสดงถึง กระบวนการสื่อสารของมนุษย์ ในเรื่องช่องทางการรับเข้าและส่งออกของสาร คือ ประสาทสัมผัสทั้ง 5 คือ ตา หู จมูก ลิ้น ผิวสัมผัส ซึ่งเทียบได้กับกายตามนัยของพระพุทธเจ้า ทั้งนี้ มีคำพูดที่แสดงถึงความสำคัญของจิตใจเหนือกาย คือ “จิตเป็นนาย กายเป็นบ่าว” ซึ่งสอดคล้องกับความเป็นจริงที่ว่า จิตของมนุษย์นั้นเป็นศูนย์กลางในการสั่งการให้กายปฏิบัติตาม ไม่ว่าจะ เป็นกระบวนการทำงานภายในร่างกาย กระบวนการรู้คิด กระบวนการตัดสินใจ รวมถึงกระบวนการสื่อสารที่แสดงออกมาเป็นพฤติกรรมที่แตกต่างกันไปตามแต่ระดับจิตของบุคคล (พระศรีคัมภีร์ญาณ, 2557) ซึ่งจะนำไปสู่แนวทางการสื่อสารมีประกอบด้วยจิตที่เมตตา ปรารถนาให้บุคคลอื่นมีความสุข ทั้งนี้เนื่องจากหลักคำสอนในพระพุทธศาสนามีได้ให้ความสำคัญต่อกายภายนอกเท่านั้น ยังให้ความสำคัญต่อจิตเป็นพิเศษ (วนิดา ขำเขียว, 2553 : 7) เพราะว่าเมื่อพัฒนาจิตในแนวทางที่เหมาะสมสามารถยกระดับสภาวะทางจิตใจให้อยู่เหนือโลกของวัตถุ และอยู่เหนือโลกวิสัย สามารถนำเสนอแนวทางในการสื่อสารในความหมายของการุณยสารในพระพุทธศาสนา ได้ดังแผนภาพ ดังนี้

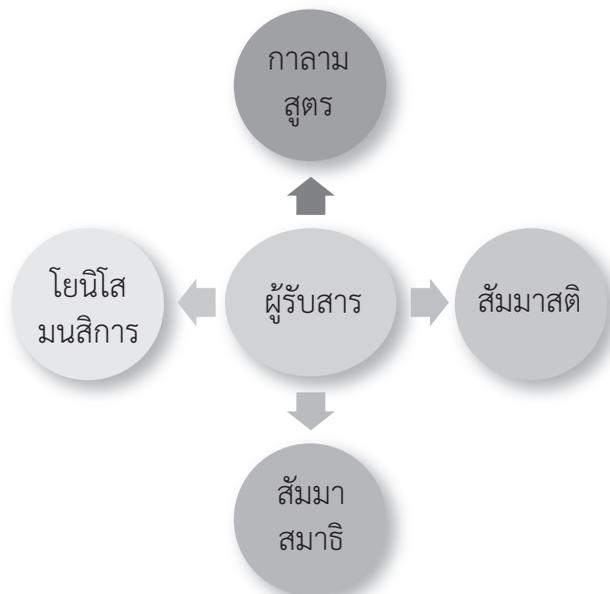


จากแผนภาพที่ 2 สามารถอธิบายได้ว่า การสื่อสารที่เปี่ยมด้วย “เมตตาจิต” หรือความรู้สึกที่มีความสุขกับการเป็นผู้ให้ และการสื่อสารที่เปี่ยมด้วยความ “กรุณา” หรือความปรารถนาที่อยากทำให้ผู้อื่นพ้นทุกข์นั้น ผู้เขียนมองว่าเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เกิดภาวะแห่งความสุขในกระบวนการสื่อสาร เพราะเป็นการสื่อสารที่ออกมาจากใจของตัวผู้ส่งสาร โดยตั้งอยู่บนพื้นฐานของความบริสุทธิ์ใจในการส่งข้อมูลข่าวสาร พร้อมทั้งปราศจากอคติหรืออคฤตจิตในการสื่อสาร ไม่เอาความรู้สึกนึกคิดของตนเองปรุงแต่งลงไปในตัวสาร เป็นการสื่อสารที่เปี่ยมด้วย “สัมมาทิฐิ” และ “สัมมาสังกัปปะ” ตามหลักมรรคมีองค์ 8 และเมื่อใดที่ผู้ส่งสารเกิดความสุขในการสื่อสารนั้นออกไป ก็เมื่อนั้นที่ผู้ส่งสารกำลังทำกิจอันประกอบพร้อมด้วยพรหมวิหารธรรมข้อ 3 คือ “มุทิตาจิต” เพราะเป็นความรู้สึกพลอยยินดีเมื่อผู้อื่นมีความสุขกับการรับสาร

แต่เมื่อใดก็ตามที่มีความรู้สึว่าการส่งสารหรือข้อมูลบางอย่างออกไป จะเป็นตัวการบ่อนทำลายภาวะความสุขของบุคคลอื่น หรือ เป็นการทำลายความสมานฉันท์ของสังคมส่วนรวม ผู้ส่งสารก็น้อมจิตโดยใช้หลัก “โยนิโสมนสิการ” พิจารณาไตร่ตรองถึงข้อเสียหายต่างๆ ในการส่งสาร และใช้หลัก “อุเบกขาธรรม” คือ เมื่อใช้ปัญญาพิจารณาเห็นผลอันเกิดขึ้น โดยสมควรแก่เหตุและวางใจเฉยได้ ไม่ส่งสารที่จะก่อให้เกิดปัญหาความวุ่นวายต่อบุคคล หรือสังคมออกไป ความแตกแยกระหว่างบุคคลหรือภายในกลุ่ม และปัญหาต่างๆ ในสังคมก็จะไม่เกิดขึ้น (พระพรหมคุณาภรณ์ ป. อ. ปยุตโต, 2552: 746-747) ในทำนองเดียวกัน ตัวสาร ที่มนุษย์มี

การส่งออกไปเพื่อให้เกิดสันติภาพนั้น นอกจากจะเป็นสารที่ประกอบด้วยพรหมวิหารธรรม คือ ความกรุณา ซึ่งผู้เขียนใช้คำว่า “การุณยสาร” หรือ “Mercy Message” ยังจะต้องประกอบด้วยองค์ธรรมตามหลักพระพุทธศาสนา คือ “สัมมาวาจา” หรือ วาจาชอบ (เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากการพูดเท็จ เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากการพูดส่อเสียด เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากการพูดคำหยาบ เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ) (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 10 ข้อ 402 : 266; เล่ม 12 ข้อ 135 : 106) หมายถึง วาจาที่ประกอบด้วยองค์ 5 ประการ เป็นวาจาสุภาสิต ไม่เป็นทุพภาสิต และเป็นวาจาไม่มีโทษ วิญญูชนไม่ติเตียน คือ พุดถูกกาล พุดคำจริง พุดคำอ่อนหวาน พุดคำประกอบด้วยประโยชน์ พุดด้วยเมตตาจิต (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 22 ข้อ 198 : 338)

ดังนั้น การจะเป็นผู้รับสารที่ดีและก่อให้เกิดกระบวนการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพนั้น ต้องมีการใช้หลัก “โยนิโสมนสิการ” เพื่อช่วยในการกลั่นกรองข้อมูลอีกชั้นหนึ่ง และเพื่อแยกแยะความถูกต้องแม่นยำของสารที่รับมา พร้อมทั้ง “อย่าเชื่อมงคล ตีนขาว” ให้ใช้หลัก “กาลามสูตร” ประกอบการพิจารณา ในการรับข้อมูลข่าวสาร นอกจากนั้น ผู้เขียนมองว่าสิ่งที่จะช่วยเสริมให้เป็น ผู้รับสารที่ดี ก็คือ การฟังอย่างตั้งใจ มีสติ และการสังเกตอย่างเปิดใจกว้าง สะอาด สว่าง บริสุทธิ์ ไร้อคติ ซึ่งเป็นการเดินตามทางของอริยมรรค 8 ที่พระพุทธองค์ทรงประทานไว้ไว้กับสรรพสัตว์กล่าวคือ “สัมมาสติ” และ “สัมมาสมาธิ” นั่นเอง ดังแสดงในแผนภาพดังนี้



จากที่กล่าวมาข้างต้นเป็นแนวทางให้เห็นว่า พุทธวิธีการสื่อสารที่ดีนั้นต้องเป็นการสื่อสารที่เหมาะสมกับระดับปัญหาที่แตกต่างกันของผู้รับสาร โดยผู้ส่งสารจักต้องใช้เทคนิค และวิธีการสื่อสารต่างๆ ให้เหมาะสมกับผู้รับสาร (พระศรีคัมภีร์ญาณ, 2557) ยิ่งไปกว่านั้น หลักธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธองค์ในเรื่องกระบวนการสื่อสาร เช่น หลักการพูด หลักการฟัง หลักการเลือกที่จะสื่อสาร หรือหลักกาลามสูตร และหลักการวิเคราะห์บุคคลที่กล่าวมาแล้วข้างต้นนั้น ล้วนเป็นองค์ประกอบของหลักการสื่อสารที่ช่วยให้บุคคลมีภาวะความสุขในการส่งสาร และรับสาร ทั้งยังช่วยจรรโลงให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีแบบยั่งยืนระหว่างกันในหมู่เพื่อนมนุษย์และในสังคมทุกระดับชั้น ทั้งในระดับครอบครัว ชุมชน สังคม องค์กร ประเทศชาติ และโลกให้ดำรงไว้ซึ่งสันติสุขอย่างถาวรสอดคล้องกับการนำเสนอของพระปลัดสมชาย ปโยโค (ดำเนิน) (2556 : 156) ได้นะเสนอไว้ว่า “การใช้วาจามีทั้งผลดีและผลเสีย การได้ตระหนักถึงความสำคัญของการใช้วาจาช่วยจรรโลงสังคมให้อยู่เย็นเป็นสุข ลดความแข็งกร้าวที่จะก่อให้เกิดการกระทบกระทั่งต่อกันและส่งเสริมกันไปในทางที่ถูกต้องดีงาม”

6. บทสรุป

การที่มนุษย์เราจะสามารถสื่อสารกันด้วยความเข้าใจ ปราศจากอคติ และการตีความไปตามความต้องการภายในของตนนั้น ต้องประกอบไปด้วยองค์ธรรมในจิตใจของผู้ส่งสาร และผู้รับสารตามหลักธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า คือ พรหมวิหาร 4 การใช้ปัญญาแบบโยนิโส-มนสิการ รวมไปถึงการดำเนินชีวิตตามทางมรรคมืองค์แปด ซึ่ง“การุณยสาร” นำเสนอถึงประเด็นที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารด้วยความรัก ความเข้าใจ การไม่มีอคติต่อกัน มีความหวังดีที่ต้องการให้ผู้อื่นมีความสุข เป็นสารที่เปี่ยมด้วยความเมตตากรุณา ผนวกกับการมีความรู้ด้านจิตวิทยาเชิงพุทธในกระบวนการสื่อสาร ทั้งยังชี้ให้เห็นถึงความสัมพันธ์ที่แยกส่วนออกจากกันไม่ได้ในการสื่อสาร ทั้งเรื่องความคิดต้นตอและจุดปลาย ตัวของผู้ส่งสารเอง ตัวสาร ช่องทาง และผู้รับสาร เพื่อเป็นการต่อยอดความจริงที่ว่าทุกสิ่งทุกอย่างนั้น ต้องดำเนินกันไปอย่างสัมพันธ์กัน เป็นเหตุปัจจัยซึ่งกันและกันตามหลักของอิทัปปัจจยตาในทางพระพุทธศาสนา จุดประสงค์ก็เพื่อให้มนุษย์สื่อสารกันโดยไร้ความรุนแรง มีความเมตตากรุณาเป็นพื้นฐาน และสามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันอย่างมีสันติสุขทั้งภายในจิตใจและทางสังคมภายนอก

จากกระบวนการสื่อสารดังกล่าว ในบางครั้งนำไปสู่การส่งสารที่ไม่ใช่ “ตัวสารตามความเป็นจริง” แต่เป็นการส่งสารที่มีการปรุงแต่งเติม ใส่ความคิดตนเองลงไปไม่ว่าจะเป็นในแง่อคติ หรือฉันทาคติลงไปด้วยในตัวสาร ทำให้เกิดเป็นที่มาของ “ตัวสารตามความรู้สึก” ซึ่งบาง

ครั้งก็เป็นหนึ่งในสาเหตุที่ทำให้เกิดปัญหา ความขัดแย้ง ความไม่เข้าใจกันในสังคม ทั้งนี้มนุษย์จะสามารถคงคุณค่าความดีของจิตใจ ความเข้าใจ ความเห็นอกเห็นใจ ความรักปรารถนาดีต่อกันไว้ให้ได้ตลอดเวลา โดยไม่ให้จิตใจไหลลงตามกระแสแห่งอกุศลกรรมนั้น ก็ต้องประกอบไปด้วย การมีสติ ขันติ การทำให้ถึงซึ่งความเพียร และความตั้งมั่นในจิตที่ฝึกดีแล้ว แต่ทว่ากับสภาพสังคมปัจจุบันที่เร่งด่วน มีการแก่งแย่งชิงดีชิงเด่นในสังคม มีการแบ่งพรรคแบ่งพวก มีการเกิดความเครียดจากสภาพเศรษฐกิจ ซึ่งแนวทางการแก้ไขปัญหาดังกล่าวที่เกิดขึ้นนี้ ควรมองย้อนไปที่กระบวนการสันติวิธีของผู้สื่อสาร ซึ่งการสื่อสารเพื่อสันติภาพแบบ “การุณยสาร” เป็นทางเลือกหนึ่งที่ทำให้ผู้คนในสังคมหันหน้าเข้ามาหากัน ร่วมมือร่วมใจกัน และสื่อสารกันด้วยถ้อยที่ถ้อยอาศัย เพื่อหนทางที่จะไปถึงสุดยอดแห่งความสุขในการมีสันติสุข ที่เกิดขึ้นทั้งภายในจิตใจ และภายนอกของสังคม



บรรณานุกรม

- คณาจารย์คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (2537). **ปรองดองสร้างได้**. กรุงเทพมหานคร: คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เจมส์ โค และคณะ. (2545). **คู่มือการเพิ่มพลังความสามารถกระบวนการจัดการข้อพิพาท**. วันชัย วัฒนศัพท์ และคณะ (ผู้แปล). นนทบุรี: สถาบันพระปกเกล้า.
- พระปลัดสมชาย ปโยโค (2556). การประยุกต์ใช้สัมมาวาจาเพื่อการบริหารงานของผู้นำ. **วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์**. 1(1), 143-158.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). (2552). **พุทธธรรม**. (พิมพ์ครั้งที่ 12). กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- _____. (2558). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. (พิมพ์ครั้งที่ 24). กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตโต). (2557). **พุทธจิตวิทยาเพื่อการพัฒนาชีวิต**. บรรยายเมื่อวันที่ 15 ธันวาคม 2557. ตึกอภิการบดี : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระมหาตมไนย์ อุปวฑฒโน และ ดร.อำนาจ บัวศิริ. (2558). รูปแบบการบริหารจัดการองค์กรสันติสุข : ศึกษากรณีวัดปัญญานันทาราม อำเภอคลองหลวง จังหวัดปทุมธานี. **วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์**. 3 (1), 17-26.
- พระมหาหรรษา ธมฺมหาโส. (2553). **การบูรณาการพุทธปัญญาเพื่อพัฒนาชีวิตและสังคม**. กรุงเทพมหานคร: ไทยรายวันการพิมพ์.
- _____. (2555). **ปัญญาสดมภ์ : ค่านิยมแห่งชาติต่อการสื่อสารทางการเมืองเพื่อสร้างความปรองดอง**. กรุงเทพมหานคร: สุขุมวิทการพิมพ์.
- _____. (2558). **การสื่อสารอย่างสันติ**. สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 25 มิถุนายน 2558. สถาบันภาษา : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระศรีคัมภีร์ญาณ (สมจินต์ สมมาปญโญ). (2557). **พุทธจิตวิทยากับการพัฒนาชีวิต**. บรรยายเมื่อวันที่ 13 กันยายน 2557. ห้องเรียนพุทธจิตวิทยา 304 : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

- พินิจทอง แมนสุมิตรชัย. (2558). พุทธจิตวิทยาการสื่อสารเพื่อสันติภาพ. **วารสารมหาจุฬาริชาการ**. 2 (พิเศษ), 420-434.
- พระ จิรโสพล. เอกสารประกอบการบรรยาย เรื่อง **ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับหลักการสื่อสารมวลชน**. สืบค้นเมื่อวันที่ 6 มกราคม 2558, จาก<http://elearning.aru.ac.th/3011102/soc42/topic2/linkfile/print5.htm>
- ไพรินทร์ โชติสกุลรัตน์. (2554). **สื่อสารอย่างสันติ**. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์เสมสิกขาลัย.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- รชงพร โกมลเสวิน. (2551). พฤติกรรมการสื่อสารของมนุษย์. ใน **เอกสารการสอนชุดวิชา ทฤษฎีและพฤติกรรมการสื่อสาร หน่วยที่ 1-7**. (หน้า 69). (พิมพ์ครั้งที่ 6). นนทบุรี: มสธ..
- วนิดา ขำเขียว. (2553). **การวิเคราะห์องค์ความรู้ด้านการพัฒนาองค์ความรู้ทางพระพุทธศาสนา**. รายงานผลการวิจัย. คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วันชัย วัฒนศัพท์. (2550). **ความขัดแย้ง หลักการและเครื่องมือแก้ปัญหา**. (พิมพ์ครั้งที่ 3). ขอนแก่น: ศิริภรณ์ออฟเซ็ท.
- ศูนย์วิจัยและพัฒนาครอบครัวไทย มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช. (2553). **การศึกษาและพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างหลักประกันความมั่นคงของครอบครัว**. รายงานการวิจัย เสนอต่อสำนักงานกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์.
- อำนาจ ยอดทอง. (2558). ศึกษาวิเคราะห์ความอยากในฐานะเป็นบ่อเกิดของความขัดแย้ง. **วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์**. 3(1), 1-16.
- Eric Bern, M.D. (1952). **Transactional Analysis**. Retrieved January 6, 2015 from <http://www.ericberne.com/transactional-analysis/>.