

การสื่อสารเชิงพุทธกับสื่อดิจิทัล:  
วิเคราะห์แนวทางการพัฒนาการใช้โซเชียลมีเดีย  
ในสังคมไทยตามหลักพรหมวิหาร 4

Buddhist Communication and Digital Media:  
An Analytical Study on the Development  
of Social Media Use in Thai Society Based  
on the Buddhist Principle of Brahmavihara IV

---

ดร.เปรมศิริ ดิลกปรีชากุล

Dr.Premisiri Dilokpreechakul

ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต (สื่อสารการเมือง) มหาวิทยาลัยเกริก

Doctor of Philosophy (Political Communication) Krirk University

Email: premisiri@gmail.com



## บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงแนวทางการพัฒนาวัฒนธรรมการสื่อสารบนโซเชียลมีเดีย โดยประยุกต์หลักพรหมวิหาร 4 ได้แก่ เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา เป็นกรอบแนวคิดเชิงพุทธสำหรับการสื่อสารในยุคดิจิทัล โดยสังเคราะห์องค์ความรู้จากเอกสารทางพระพุทธศาสนา งานวิชาการด้านการสื่อสาร จริยธรรมสื่อและสื่อดิจิทัล เพื่อประยุกต์ใช้หลักธรรมการสร้างวัฒนธรรมการสื่อสารที่เหมาะสมกับบริบทสังคมร่วมสมัย

ผลการศึกษาพบว่า หลักพรหมวิหาร 4 สามารถนำมาเป็นแนวทางของการสื่อสารเชิงพุทธในโลกดิจิทัลได้อย่างเป็นรูปธรรม กล่าวคือ เมตตา ส่งเสริมการใช้ภาษาและการสื่อสารที่เคารพศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ ลดการใช้ถ้อยคำที่สร้างความเกลียดชัง กรุณา สนับสนุนการใช้สื่อเพื่อการช่วยเหลือและเกื้อกูลผู้ที่ประสบความทุกข์ มุทิตา ช่วยสร้างวัฒนธรรมแห่งการชื่นชม ยินดีในความสำเร็จของผู้อื่น ลดการแข่งขันและความอิจฉาริษยา และอุเบกขา ช่วยให้ผู้ใช้สื่อมีสติ รู้เท่าทันอารมณ์ และใช้วิจารณญาณในการรับรู้และเผยแพร่ข้อมูล โดยไม่ตกเป็นเหยื่อของความขัดแย้งหรือข้อมูลที่ขาดการตรวจสอบ

การศึกษานี้ชี้ให้เห็นว่า การบูรณาการหลักพรหมวิหาร 4 กับการสื่อสารบนโซเชียลมีเดียสามารถพัฒนาเป็นกรอบจริยธรรมการสื่อสารเชิงพุทธที่ส่งเสริมการสื่อสารอย่างมีสติ ความรับผิดชอบ และความเคารพต่อผู้อื่น อันจะนำไปสู่การสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจ เสริมสร้างสมดุลระหว่างเสรีภาพในการแสดงความคิดเห็นกับความรับผิดชอบต่อสังคม และพัฒนาวัฒนธรรมการสื่อสารที่เอื้อต่อการอยู่ร่วมกันอย่างสันติในสังคมไทยยุคดิจิทัล

**คำสำคัญ:** การสื่อสารเชิงพุทธ พรหมวิหาร 4 โซเชียลมีเดีย  
จริยธรรมการสื่อสาร



## Abstract

This article aims to examine approaches for developing a constructive communication culture on social media by applying the Buddhist principle of Brahmavihara IV, Metta (lovingkindness), Karuna (compassion), Mudita (sympathetic joy), and Upekkha (equanimity) as a Buddhist conceptual framework. The study synthesizes knowledge from Buddhist literature and academic works on communication, media ethics, and digital media to explore how Buddhist principles can be applied to develop an appropriate communication culture within the context of contemporary society.

The findings indicate that Brahmaviharas IV can provide practical guidelines for Buddhist communication. Metta encourages respectful language and communication that recognizes human dignity while reducing hate speech. Karuna promotes the use of social media to provide support and assistance to those experiencing suffering. Mudita encourages a culture of appreciation and shared joy in the achievements of others, thereby reducing unhealthy competition and jealousy. Upekkha helps social media users cultivate mindfulness, emotional awareness, and critical judgment when receiving and sharing information, preventing them from being driven by conflicts or unverified content.

**Keywords:** Buddhist Communication, Brahmavihara IV, Social Media, Communication Ethics



## 1. บทนำ

การเปลี่ยนผ่านสู่ยุคดิจิทัล (Digital Transformation) ได้ส่งผลให้สื่อโซเชียลมีเดียกลายเป็นพื้นที่สาธารณะรูปแบบใหม่ (Digital Public Sphere) ที่มีบทบาทสำคัญต่อการสื่อสารของประชาชนในทุกมิติ ไม่ว่าจะเป็นด้านการเมือง เศรษฐกิจ การศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม การพัฒนาเทคโนโลยีอินเทอร์เน็ตและสมาร์ทโฟน การเติบโตของแพลตฟอร์มโซเชียลมีเดีย เช่น Facebook, X (Twitter), TikTok, YouTube และ LINE ทำให้ประชาชนสามารถผลิต เผยแพร่ และแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารได้ด้วยตนเองอย่างรวดเร็วและไร้ข้อจำกัดด้านเวลาและสถานที่ ส่งผลให้โครงสร้างการสื่อสารเปลี่ยนจากการสื่อสารแบบทางเดียว (One-way Communication) ไปสู่การสื่อสารแบบมีส่วนร่วม (Participatory Communication) ที่ผู้รับสารสามารถเป็นผู้ผลิตสาร (Prosumer) ได้ในเวลาเดียวกัน<sup>1</sup> แม้ว่าสื่อดิจิทัลจะช่วยขยายโอกาสในการเข้าถึงข้อมูลข่าวสาร ส่งเสริมเสรีภาพในการแสดงความคิดเห็น และเพิ่มการมีส่วนร่วมของประชาชนในประเด็นสาธารณะ แต่การใช้สื่อดิจิทัลอย่างแพร่หลายกลับนำมาซึ่งปัญหาด้านจริยธรรมและคุณภาพของการสื่อสาร ไม่ว่าจะเป็นการเผยแพร่ข่าวปลอม (Fake News) ข้อมูลบิดเบือน (Disinformation) การใช้ถ้อยคำสร้างความเกลียดชัง (Hate Speech) การกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ (Cyberbullying) การละเมิดสิทธิส่วนบุคคล ตลอดจนการสื่อสารที่ขาดความรับผิดชอบต่อผลกระทบที่เกิดขึ้นต่อบุคคลและสังคม ปรากฏการณ์ดังกล่าวได้บั่นทอนความไว้วางใจของสาธารณชน ก่อให้เกิดความขัดแย้งทางความคิด และส่งผลกระทบต่อการอยู่ร่วมกันในสังคมไทย

สถานการณ์เช่นนี้ชี้ให้เห็นว่า “ความเจริญทางเทคโนโลยี” ไม่ได้มาพร้อมกับ “ความเจริญทางจิตใจ” จึงมีการตั้งคำถามว่า “จะอย่างไรให้สังคมออนไลน์ไทยพัฒนาอย่างมีคุณภาพทางจริยธรรม” จึงกลายเป็นโจทย์สำคัญที่ต้องอาศัยฐานคิดจากพุทธธรรม คือ “การพูดที่ถูกต้อง” และ “การสื่อสารที่เกื้อกูล” โดยเฉพาะหลักพรหมวิหาร 4<sup>2</sup> ได้แก่ เมตตา (ความปรารถนาให้ผู้อื่นเป็นสุข), กรุณา (ความปรารถนา

1. นันทนา นันทโรภาส, สื่อสารการเมือง: ทฤษฎีและการประยุกต์ใช้, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพฯ: แมสมีเดีย 2558), 183–185.

2. อัง.จตุกก. 21/125/190–192 (ไทย.มจร).

ให้ผู้อื่นพ้นทุกข์), มุทิตา (ความยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดี) และอุเบกขา (ความวางใจเป็นกลางอย่างมีปัญญา) หากหลักธรรมเหล่านี้ถูกนำมาประยุกต์เป็นแนวทางการสื่อสารบนโลกดิจิทัล ย่อมช่วยให้สังคมออนไลน์มีบรรยากาศแห่งความเคารพ ความเข้าใจ และการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสร้าง “วัฒนธรรมการสื่อสาร” ที่ตั้งอยู่บนหลักคุณธรรมและความรับผิดชอบต่อสังคม เพื่อให้ผู้ใช้สื่อสามารถใช้เสรีภาพควบคู่กับการเคารพสิทธิของผู้อื่น อันจะนำไปสู่การสร้างสังคมดิจิทัลที่มีคุณภาพและยั่งยืน

บทความนี้เป็นการบูรณาการองค์ความรู้จากศาสตร์ด้านพระพุทธศาสนา และศาสตร์ด้านการสื่อสารร่วมสมัย ประกอบด้วย (1) หลักพรหมวิหาร 4 ซึ่งเป็นหลักธรรมว่าด้วยการพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ ได้แก่ เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา (2) แนวคิดการสื่อสารเชิงพุทธ (Buddhist Communication) ที่มุ่งเน้นการสื่อสารบนพื้นฐานของสัมมาวาจา สติ และปัญญา (3) แนวคิดจริยธรรมสื่อ (Media Ethics) ซึ่งอธิบายความรับผิดชอบต่อผู้สื่อสารต่อสังคม (4) แนวคิดความเป็นพลเมืองดิจิทัล (Digital Citizenship) ที่ส่งเสริมการใช้สื่อดิจิทัลอย่างมีความรับผิดชอบ และ (5) แนวคิดพื้นที่สาธารณะเครือข่าย (Networked Public Sphere) ที่อธิบายการเปลี่ยนแปลงของพื้นที่สื่อสารในยุคดิจิทัล การบูรณาการแนวคิดทั้งห้านี้ช่วยสร้างกรอบการวิเคราะห์ที่เชื่อมโยงมิติทางจริยธรรมของพระพุทธศาสนากับบริบทการสื่อสารร่วมสมัยได้อย่างเป็นระบบ

บทความนี้คาดว่าจะก่อให้เกิดคุณค่าในด้านวิชาการ เป็นการนำเสนอการบูรณาการหลักพรหมวิหาร 4 กับแนวคิดด้านการสื่อสารดิจิทัล จนเกิดเป็นกรอบแนวคิดใหม่สำหรับอธิบายจริยธรรมการสื่อสารในสังคมร่วมสมัย ซึ่งสามารถต่อยอดการศึกษาในสาขาพุทธศาสตร์ นิเทศศาสตร์ และสื่อดิจิทัลได้ และในด้านการปฏิบัติ มีการนำเสนอแนวทางในการพัฒนาวัฒนธรรมการใช้โซเชียลมีเดียของประชาชน หน่วยงานภาครัฐ ภาคเอกชน สถานศึกษา และองค์กรทางพระพุทธศาสนา เพื่อส่งเสริมการสื่อสารที่ตั้งอยู่บนความเมตตา ความรับผิดชอบ และการอยู่ร่วมกันอย่างสันติ อันจะนำไปสู่การสร้างสังคมดิจิทัลที่มีคุณธรรมและยั่งยืน



## 2. การสื่อสารในยุคดิจิทัลกับวิกฤตจริยธรรมของโซเชียลมีเดีย

การเปลี่ยนแปลงของพื้นที่สาธารณะดิจิทัล (Digital Public Sphere) และการปฏิวัติเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร ได้เปลี่ยนแปลงโครงสร้างของการสื่อสารจากระบบสื่อสารมวลชนแบบดั้งเดิม ไปสู่ระบบการสื่อสารแบบเครือข่าย (Networked Communication) ซึ่งเปิดโอกาสให้ประชาชนทุกคนสามารถเป็นทั้ง “ผู้รับสาร” และ “ผู้ผลิตสาร” ได้พร้อมกัน ส่งผลให้เกิดพื้นที่สาธารณะรูปแบบใหม่ที่เรียกว่า Digital Public Sphere ซึ่งเป็นพื้นที่สำหรับการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น การสร้างความรู้ และการมีส่วนร่วมในประเด็นสาธารณะผ่านเครือข่ายดิจิทัล แนวคิดเรื่อง Public Sphere<sup>3</sup> พื้นที่สาธารณะเป็นพื้นที่ที่ประชาชนสามารถอภิปรายประเด็นสาธารณะอย่างมีเหตุผลและเสรี เพื่อก่อให้เกิดความคิดเห็นสาธารณะ ที่มีคุณภาพ อย่างไรก็ตาม เมื่อสังคมเข้าสู่ยุคดิจิทัล พื้นที่สาธารณะมิได้จำกัดอยู่เพียงหนังสือพิมพ์ วิทยุ หรือโทรทัศน์อีกต่อไป แต่ได้ขยายสู่แพลตฟอร์มดิจิทัล เช่น Facebook, X (Twitter), TikTok, YouTube และ LINE ซึ่งทำให้การสื่อสารเกิดขึ้นแบบเรียลไทม์และไร้พรมแดน ซึ่งต่อมาแนวคิด Networked Public Sphere<sup>4</sup> ที่เสนอว่า เครือข่ายอินเทอร์เน็ตช่วยลดการผูกขาดการสื่อสารของสื่อกระแสหลัก และเปิดโอกาสให้ประชาชนสามารถผลิตและเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารได้อย่างเสรี ส่งผลให้ประชาชนมีบทบาทสำคัญในการกำหนดวาระสาธารณะ และสร้างการมีส่วนร่วมทางสังคมและการเมืองมากยิ่งขึ้น ขณะเดียวกันอำนาจในสังคมเครือข่าย (Network Society) มิได้อยู่ที่การครอบครองสื่อ หากแต่อยู่ที่ความสามารถในการสร้างและควบคุม “เครือข่ายการสื่อสาร” (Communication Networks) ซึ่งเป็นกลไกสำคัญในการกำหนดการรับรู้ ความเชื่อ และพฤติกรรมของผู้คน<sup>5</sup>

3. Jurgen Habermas, *The Structural Transformation of the Public Sphere: An Inquiry into a Category of Bourgeois Society*, (Cambridge, MA: MIT Press, 1989), 27.

4. Yochai Benkler, *The Wealth of Networks: How Social Production Transforms Markets and Freedom*, (New Haven, CT: Yale University Press, 2006), 212.

5. Manuel Castells, *Communication power*, 2<sup>nd</sup> ed., (Oxford: Oxford University Press, 2013), 54–55.



สำหรับประเทศไทย พื้นที่สาธารณะดิจิทัลได้กลายเป็นเวทีสำคัญในการสื่อสารทางการเมือง การรณรงค์ทางสังคม การสร้างชุมชนออนไลน์ และการแสดงความคิดเห็นต่อประเด็นสาธารณะ อย่างไรก็ตาม การเปิดกว้างของพื้นที่ดังกล่าวกลับทำให้การควบคุมคุณภาพของข้อมูลเป็นไปได้ยาก ส่งผลให้เกิดปัญหาด้านจริยธรรมและความรับผิดชอบในการใช้สื่อเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง การใช้ถ้อยคำแสดงความเกลียดชัง (Hate Speech) และการกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ (Cyberbullying) เป็นปัญหาสำคัญของพื้นที่สาธารณะดิจิทัล ลักษณะของการสื่อสารผ่านแพลตฟอร์มออนไลน์ที่ผู้ใช้สามารถแสดงความคิดเห็นได้อย่างรวดเร็ว และในบางกรณีสามารถปกปิดหรือสร้างตัวตนที่ไม่เปิดเผยชื่อได้ ทำให้ผู้ใช้บางส่วนขาดความยับยั้งชั่งใจในการสื่อสาร เกิดการใช้ถ้อยคำดูหมิ่น เหยียดหยาม คุกคาม หรือโจมตีบุคคลและกลุ่มคนที่มีความคิดเห็นแตกต่างกัน ปรากฏการณ์ดังกล่าวไม่เพียงส่งผลกระทบต่อศักดิ์ศรีและสิทธิของบุคคลเท่านั้น แต่ยังทำให้บรรยากาศของการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในพื้นที่สาธารณะดิจิทัลเปลี่ยนจากการอภิปรายอย่างมีเหตุผลไปสู่ความขัดแย้งและการแบ่งขั้วทางสังคม<sup>6</sup> นอกจากนี้ วิกฤตจริยธรรมยังปรากฏในรูปแบบของการละเมิดความเป็นส่วนตัว (Privacy Violation) และการเผยแพร่ข้อมูลส่วนบุคคลโดยไม่ได้รับอนุญาต เช่น การนำภาพถ่าย ข้อมูลส่วนตัว บทสนทนา หรือข้อมูลเกี่ยวกับชีวิตส่วนตัวของบุคคลไปเผยแพร่บนสื่อสังคมออนไลน์เพื่อวิพากษ์วิจารณ์ ประณาม หรือสร้างความเสียหายต่อบุคคลนั้น<sup>7</sup> ปรากฏการณ์ดังกล่าวสะท้อนให้เห็นถึงความขัดแย้งระหว่าง “เสรีภาพในการสื่อสาร” กับ “ความรับผิดชอบต่อสิทธิและศักดิ์ศรีของผู้อื่น” ซึ่งเป็นประเด็นสำคัญทางจริยธรรมในยุคดิจิทัล

### 3. ปรากฏการณ์การสื่อสารเชิงลบในสังคมดิจิทัลไทย

ในช่วงทศวรรษที่ผ่านมา วัฒนธรรมการสื่อสารของสังคมไทยบนแพลตฟอร์มดิจิทัลได้เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว จากพื้นที่สื่อดั้งเดิม สู่พื้นที่ที่เปิดให้ผู้ใช้งานสามารถแสดง

6. John Suler, “The Online Disinhibition Effect”, *Cyber Psychology & Behavior*, Vol. 7 No. 3 (2024), 321–326.

7. Gramigna, “Digital Hate and Cyber-Polarization”, *Social Semiotics*, Vol. 32 No. 5 (2023), 606–633.



ความคิดเห็นได้อย่างเสรี แม้การขยายตัวของโซเชียลมีเดียจะส่งเสริมประชาธิปไตยทางการสื่อสารและเพิ่มการมีส่วนร่วมทางสังคม แต่ก็เกิดผลข้างเคียงที่สะท้อน “ความเปราะบางทางจริยธรรมของผู้ใช้สื่อ” อย่างชัดเจน โดยเฉพาะปัญหาการใช้ถ้อยคำก้าวร้าว การกลั่นแกล้งทางออนไลน์ และการเผยแพร่ข้อมูลเท็จ ที่ส่งผลต่อคุณภาพของการสื่อสารในสังคมปัจจุบัน

สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์ ชี้ว่า ร้อยละ 68 ของผู้ใช้อินเทอร์เน็ตไทยพบข้อมูลเท็จหรือบิดเบือนบนแพลตฟอร์มโซเชียลอย่างน้อยเดือนละหนึ่งครั้ง<sup>8</sup> ปรากฏการณ์เหล่านี้ไม่เพียงทำลายสุขภาวะทางจิตของผู้ใช้ แต่ยังบั่นทอน “ทุนทางสังคม” และ “ความไว้วางใจร่วม” ซึ่งเป็นรากฐานของการอยู่ร่วมกันของสังคมในระบบประชาธิปไตย การใช้ภาษารุนแรงและวาทกรรมแห่งความเกลียดชังในโลกออนไลน์ไทยมักเกิดจากการแบ่งขั้วทางการเมืองและอัตลักษณ์ทางสังคม ผู้ใช้จำนวนมากมองว่าการโจมตีด้วยถ้อยคำเป็น “การแสดงออกทางความคิดเห็น” มากกว่าจะตระหนักถึงผลกระทบเชิงจิตวิทยาและศีลธรรมต่อผู้รับสาร<sup>9</sup> การขาดวัฒนธรรมสื่อที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของ “เมตตาและความรับผิดชอบ” จึงทำให้โซเชียลมีเดียกลายเป็นสนามอารมณ์มากกว่าพื้นที่แห่งการเรียนรู้ร่วมกัน “ด้านมืดของการสื่อสาร” ที่ปรากฏชัดในหลายเหตุการณ์ ตัวอย่างเช่น การโจมตีด้วยถ้อยคำรุนแรงและวาจาเกลียดชัง (hate speech) ต่อผู้เห็นต่างทางการเมืองในช่วงการเลือกตั้งปี 2566 ซึ่งพบได้อย่างแพร่หลายในแพลตฟอร์ม X และ Facebook มีทั้งการด่าทอ เหยียดเพศ เหยียดภูมิภาค และการเผยแพร่ข้อมูลเท็จเกี่ยวกับพรรคการเมืองหรือบุคคลสาธารณะ สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์ รายงานว่า ผู้ใช้อินเทอร์เน็ตไทยกว่าร้อยละ 70 เคยพบเนื้อหาที่มีลักษณะเป็น hate speech หรือข้อมูลเท็จในช่วงการรณรงค์หาเสียงเลือกตั้ง โดยร้อยละ 42 ยอมรับว่าเคย “แชร์ต่อโดยไม่ได้ตรวจสอบ

8. Electronic Transactions Development Agency ETDA, *Stop Cyberbullying Thailand Campaign Report*, (Bangkok: Electronic Transactions Development Agency, 2023), 35–37.

9. กาญจนา แก้วเทพ, “วาทกรรมแห่งความเกลียดชังในโลกออนไลน์ไทย: การสื่อสารและการเมืองอารมณ์”, *วารสารนิเทศศาสตร์*, ปีที่ 39 ฉบับที่ 2 (2564), 45–67.

สอบความถูกต้อง” ซึ่งสะท้อนถึงปัญหาการรู้เท่าทันสื่อที่ยังอ่อนแอในหมู่ผู้ใช้ทั่วไป<sup>10</sup> การกลั่นแกล้งและการโจมตีทางการเมืองในพื้นที่ดิจิทัล มิได้จำกัดอยู่เพียงการแสดงความคิดเห็นที่แตกต่างทางการเมือง แต่ยังปรากฏในรูปแบบของการเผยแพร่ข้อมูลบิดเบือน การลดทอนความน่าเชื่อถือ การโจมตีรูปลักษณ์และอัตลักษณ์ ตลอดจนการสร้างเนื้อหาที่มุ่งทำลายชื่อเสียงของนักการเมืองและนักกิจกรรม โดยเฉพาะผู้หญิง และกลุ่มที่มีบทบาททางการเมืองในฝ่ายประชาธิปไตย รายงานของ Asia Centre พบว่า นักการเมืองหญิงในประเทศไทยตกเป็นเป้าหมายของปฏิบัติการข้อมูลและการเผยแพร่ข้อมูลบิดเบือนในหลายรูปแบบ เช่น การกล่าวหาว่าไม่มีความสามารถ การโจมตีรูปลักษณ์ และการเชื่อมโยงกับเรื่องอื้อฉาวทางเพศ<sup>11</sup> สะท้อนวัฒนธรรมการใช้สื่อที่ขาด “เมตตา” และ “อุเบกขา” ตามแนวคิดพุทธจริยศาสตร์ กล่าวอีกนัยหนึ่งคือ ความเจริญทางเทคโนโลยีไม่ได้มาพร้อมกับความเจริญทางจิตใจของผู้ใช้สื่อ การใช้โซเชียลมีเดียในลักษณะเช่นนี้ทำให้ “เสรีภาพในการสื่อสาร” กลายเป็นอาวุธแห่งความเกลียดชังมากกว่าพื้นที่แห่งการเรียนรู้ร่วมกัน และเมื่อผู้ใช้งานจำนวนมากหมกมุ่นอยู่กับการเอาชนะในเชิงอารมณ์ วาทกรรมออนไลน์จึงเปลี่ยนจากการสื่อสารเชิงเหตุผล (rational discourse) ไปเป็นการสื่อสารเชิงปฏิบัติ (antagonistic communication) ซึ่งนำไปสู่ความแตกแยกทางสังคมอย่างลึกซึ้ง<sup>12</sup>

#### 4. วิฤตติจริยธรรมของโซเชียลมีเดีย: Fake News, Hate Speech และ Echo Chamber

แม้โซเชียลมีเดียจะช่วยให้ข้อมูลข่าวสารแพร่กระจายอย่างรวดเร็ว แต่การขาดกระบวนการตรวจสอบก่อนเผยแพร่ ทำให้เกิดปัญหาสำคัญได้แก่

- 
10. Electronic Transactions Development Agency ETDA, *Stop Cyberbullying Thailand Campaign Report*, 35–37.
  11. Asia Centre, *State-sponsored online disinformation: Impact on electoral integrity in Thailand*, (Bangkok: Asia Centre Report 2023), 21–22.
  12. Cass Robert Sunstein, *Republic: Divided Democracy in the Age of Social Media*, (Princeton, NJ: Princeton University Press, 2017), 59–97.



1) Fake News หรือข่าวปลอม ซึ่งเป็นข้อมูลที่ถูกสร้างขึ้นหรือดัดแปลงเพื่อให้ผู้รับสารเข้าใจผิด ส่งผลต่อการตัดสินใจของประชาชน ทั้งในด้านการเมือง สุขภาพ เศรษฐกิจ และความมั่นคงของสังคม ปัญหาข่าวปลอมไม่ได้จำกัดอยู่เพียงข้อมูลเท็จ แต่รวมถึงข้อมูลที่บิดเบือนหรือถูกนำเสนอโดยมีเจตนาสร้างความเข้าใจผิด และข้อมูลที่แม้เป็นข้อเท็จจริงแต่ถูกนำเสนอโดยไม่คำนึงถึงผลกระทบ

2) Hate Speech หรือวาทกรรมแห่งเกลียดชัง ซึ่งหมายถึงการใช้ถ้อยคำหรือสัญลักษณ์ที่ดูหมิ่นเหยียดหยาม หรือยุยงให้เกิดความเกลียดชังต่อบุคคลหรือกลุ่มบุคคล วาทกรรมลักษณะนี้สามารถแพร่กระจายได้อย่างรวดเร็วผ่านอัลกอริทึมของแพลตฟอร์มที่ให้ความสำคัญกับเนื้อหาที่สร้างการมีส่วนร่วมสูง ส่งผลให้ความขัดแย้งในสังคมทวีความรุนแรงมากขึ้น

3) Echo Chamber ซึ่งเกิดจากการที่ผู้ใช้สื่อเลือกติดตามเฉพาะข้อมูลหรือบุคคลที่มีความคิดเห็นสอดคล้องกับตนเอง ประกอบกับอัลกอริทึมของแพลตฟอร์มที่คัดเลือกเนื้อหาตามความสนใจของผู้ใช้ ทำให้ผู้ใช้ได้รับข้อมูลเพียงด้านเดียว จนเกิดการตอกย้ำความเชื่อเดิมและลดโอกาสในการรับฟังความคิดเห็นที่แตกต่าง

ดังนั้นทั้ง Fake News, Hate Speech และ Echo Chamber ต่างก็มีรากฐานร่วมกัน คือ การใช้เสรีภาพในการสื่อสารโดยขาดความรับผิดชอบต่อสังคม ปัญหาที่แท้จริงจึงอยู่ที่ “พฤติกรรมของมนุษย์” มากกว่าตัวเทคโนโลยี ดังนั้น การแก้ไขปัญหานี้จึงไม่อาจอาศัยเพียงมาตรการทางกฎหมายหรือการควบคุมของแพลตฟอร์ม หากจำเป็นต้องส่งเสริมจริยธรรมและการรู้เท่าทันสื่อควบคู่กันไป

เมื่อพิจารณาผ่านมุมมองของพุทธศาสนา จะพบว่าหลักจริยธรรมสื่อมีความสอดคล้องกับหลัก สัมมาวาจา (Right Speech) ในอริยมรรคมีองค์แปด ซึ่งเน้นการละเว้นการพูดเท็จ การพูดส่อเสียด การพูดคำหยาบ และการพูดเพ้อเจ้อ พร้อมทั้งส่งเสริมการใช้วาจาที่เป็นประโยชน์ สร้างความสามัคคี และตั้งอยู่บนความจริง ดังนั้น การบูรณาการแนวคิดจริยธรรมสื่อ (Media Ethics) เข้ากับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา สามารถพัฒนาให้เป็นแนวทางของ “การสื่อสารเชิงพุทธ” ที่มุ่งเน้นทั้ง

ประสิทธิภาพของการสื่อสารและคุณค่าทางจริยธรรมควบคู่กัน<sup>13</sup>

ดังนั้น หลักพรหมวิหาร 4 สามารถนำมาประยุกต์เป็นกรอบจริยธรรมการสื่อสารในยุคดิจิทัล ซึ่งเป็นการสื่อสารที่ตั้งอยู่บนเมตตา ความรับผิดชอบ สติ และส่งเสริมการอยู่ร่วมกันอย่างสันติ ที่สอดคล้องกับแนวคิดสมัยใหม่ว่าด้วย การสื่อสารอย่างมีสติผ่านสื่อดิจิทัล ดังนี้

1) **เมตตา:** พื้นฐานของการสื่อสารที่เคารพศักดิ์ศรีผู้อื่น เมตตาในบริบทสื่อดิจิทัลหมายถึงการสื่อสารด้วยความปรารถนาดี ไม่ใช่ถ้อยคำรุนแรงหรือเหยียดหยามผู้เห็นต่าง การฝึกเมตตาช่วยให้ผู้ใช้สื่อเห็น “ความเป็นมนุษย์” ในอีกฝ่าย ลดแนวโน้มของการโจมตีส่วนตัวหรือการสร้างความเกลียดชัง การสื่อสารด้วยเมตตาทำให้ผู้ใช้สื่อมีความอดทนต่อความคิดเห็นที่แตกต่างมากขึ้น และสร้างบรรยากาศสนทนาเชิงสร้างสรรค์ในโลกออนไลน์

2) **กรุณา:** การสื่อสารเพื่อเกื้อกูลและเยียวยา กรุณา ในทางพุทธมิใช่เพียงความสงสาร แต่คือการ “กระทำเพื่อคลายทุกข์” หากนำมาปรับใช้กับการสื่อสารบนโซเชียลมีเดีย หมายถึง การใช้สื่อเพื่อช่วยเหลือผู้อื่นในยามวิกฤติ เช่น การใช้แพลตฟอร์มสื่อดิจิทัลเพื่อระดมทุนช่วยเหลือผู้ป่วย การเผยแพร่ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อสาธารณะ หรือการให้กำลังใจผู้ที่ถูกกลั่นแกล้งออนไลน์ เช่น การรณรงค์ที่แสดงให้เห็นพลังของความกรุณาในการเปลี่ยน พื้นที่ออนไลน์ให้เป็นแหล่งพลังบวกและความร่วมมือทางสังคม #StopCyberbullyingTH

3) **มุทิตา:** การสื่อสารที่สร้างพลังบวกและลดอิจฉาริษยา วัฒนธรรมสื่อสังคมมักส่งเสริม “การเปรียบเทียบทางสังคม” (social comparison) ซึ่งนำไปสู่ความอิจฉาและความเกลียดชัง มุทิตาในทางพุทธช่วยเปลี่ยนมุมมองนี้ให้กลายเป็น “ความยินดีในความสำเร็จของผู้อื่น” ผู้ใช้สื่อที่ฝึกมุทิตาจึงมีแนวโน้มโพสต์หรือคอมเมนต์เชิงให้กำลังใจมากกว่าการเสียดสีหรือล้อเลียน

13. พระไพศาล วิสาโล, *สุสานติเสรี: 50 ปีสันติภาพไทย* จากวันที่ 16 สิงหาคม 2488–2538, (กรุงเทพฯ: เรือนแก้วการพิมพ์ พ.ศ. 2538), 24–27.



4) **อุเบกขา:** การสื่อสารด้วยสติและปัญญาเป็นหลักสำคัญที่สุดในการสื่อสารเชิงพุทธ เป็น “เครื่องมือแห่งการรู้เท่าทันอารมณ์” ในสถานการณ์ที่เต็มไปด้วยความขัดแย้ง เมื่อผู้ใช้สื่อสารสามารถรักษาความสงบในใจ ไม่ถูกกระแสอารมณ์พัดพา ก็จะสามารถพิจารณาข้อมูลอย่างมีวิจารณญาณ ลดการแชร์ข่าวลือหรือการตอบโต้ด้วยความโกรธ อันเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันต่อ “วาทกรรมแห่งความเกลียดชัง” (hate narratives) ได้อย่างแท้จริง

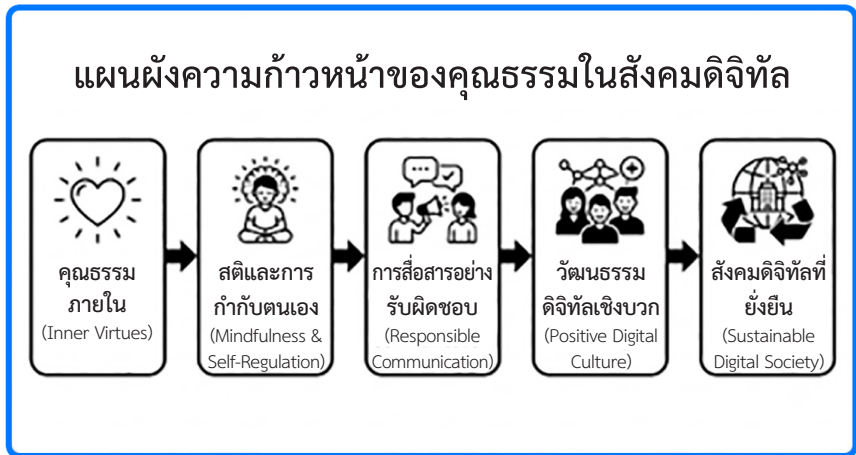
## 5. องค์ความรู้ใหม่

กรอบแนวคิดการสื่อสารดิจิทัลเชิงพุทธอย่างมีสติ “Buddhist Mindful Digital Communication Framework (BMDCF)” เป็นองค์ความรู้ใหม่ที่แสดงให้เห็นถึงการพัฒนาวัดนธรรมการสื่อสารบนโซเชียลมีเดียที่ไม่ควรมุ่งเน้นเพียงการกำกับดูแลด้วยกฎหมาย เทคโนโลยี หรืออัลกอริทึมของแพลตฟอร์มเท่านั้น หากควรเริ่มต้นจากการพัฒนาคุณภาพภายในของผู้สื่อสาร ควบคู่กับการเสริมสร้างความรับผิดชอบต่อสังคม ปัญหาสำคัญของสื่อดิจิทัลในปัจจุบัน ได้แก่ ข่าวปลอม วาทกรรมแห่งความเกลียดชัง การกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ และปรากฏการณ์ Echo Chamber มิได้เกิดจากข้อจำกัดของเทคโนโลยี แต่เกิดจากการขาดสติ การขาดจริยธรรม และการขาดความรับผิดชอบต่อผู้ใช้สื่อ ดังนั้น การสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้แก่ผู้ใช้สื่อจึงเป็นปัจจัยพื้นฐานที่ช่วยยกระดับคุณภาพของพื้นที่สาธารณะดิจิทัลได้อย่างยั่งยืน ภายใต้กรอบแนวคิด BMDCF หลักพรหมวิหาร 4 ทำหน้าที่เป็นกลไกทางจริยธรรมที่เชื่อมโยง “คุณธรรมภายใน” กับ “พฤติกรรมสื่อสารภายนอก” สามารถสรุปเป็นกระบวนการพัฒนาการสื่อสารเชิงพุทธในโลกดิจิทัลได้ดังนี้



### ตารางที่ 1 กระบวนการพัฒนาการสื่อสารเชิงพุทธในโลกดิจิทัล

| หลักพรหมวิหาร 4      | พฤติกรรมกรรมการสื่อสารที่พึงประสงค์                                     | ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น                            |
|----------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| เมตตา<br>(Metta)     | ใช้ถ้อยคำสุภาพ เคารพศักดิ์ศรีผู้อื่น<br>ไม่ใช่ Hate Speech              | ลดความขัดแย้งและสร้างความ<br>ไว้วางใจ         |
| กรุณา<br>(Karuna)    | ใช้สื่อเพื่อช่วยเหลือ แบ่งปันข้อมูลที่<br>เป็นประโยชน์ และให้กำลังใจ    | สร้างสังคมแห่งการเกื้อกูล                     |
| มุทิตา<br>(Mudita)   | ชื่นชมความสำเร็จของผู้อื่น ลดความ<br>อิจฉาและการแข่งขันที่ไม่สร้างสรรค์ | สร้างพลังบวกและความร่วมมือ<br>ในชุมชนออนไลน์  |
| อุเบกขา<br>(Upekkha) | มีสติ ตรวจสอบข้อมูลก่อนเผยแพร่ ไม่<br>ตอบโต้ด้วยอารมณ์                  | ลดการเผยแพร่ข่าวปลอมและการ<br>ขยายความขัดแย้ง |



รูปที่ 1 แผนผังความก้าวหน้าของคุณธรรมในสังคมดิจิทัล

กรอบแนวคิดดังกล่าวแสดงให้เห็นว่า “สติ” เป็นกลไกเชื่อมระหว่างคุณธรรม และพฤติกรรมกรรมการสื่อสาร กล่าวคือ เมื่อผู้ใช้สื่อมีสติในการคิด พิจารณา และไตร่ตรอง ก่อนเผยแพร่ข้อมูล การสื่อสารย่อมตั้งอยู่บนหลักเมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา ส่งผลให้การใช้โซเชียลมีเดียเป็นไปอย่างสร้างสรรค์และเกิดประโยชน์ต่อส่วนรวม จาก การศึกษาครั้งนี้ก่อให้เกิดคุณค่าใน 3 ระดับ ได้แก่



1) **คุณค่าทางวิชาการ** (Academic Contribution) บทความนี้ขยายขอบเขตการศึกษาด้านการสื่อสารดิจิทัลจากแนวคิดตะวันตก เช่น Networked Public Sphere และ Media Ethics ไปสู่การบูรณาการกับหลักพุทธธรรม ทำให้เกิดกรอบแนวคิดใหม่ ที่อธิบายจริยธรรมการสื่อสารจากมิติของ “การพัฒนาจิตใจ” มากกว่าการควบคุมด้วยกฎหมายหรือเทคโนโลยีเพียงอย่างเดียว อีกทั้งยังสามารถต่อยอดการศึกษาด้านพุทธศาสตร์ นิเทศศาสตร์ และสื่อดิจิทัลได้ในอนาคต

2) **คุณค่าทางสังคม** (Social Contribution) องค์ความรู้ดังกล่าวสามารถใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมวัฒนธรรมการใช้โซเชียลมีเดียอย่างสร้างสรรค์ ลดปัญหาข่าวปลอม วาทกรรมแห่งความเกลียดชัง การกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ และความขัดแย้งในสังคมออนไลน์ พร้อมทั้งส่งเสริมการเคารพความคิดเห็นที่แตกต่างและการอยู่ร่วมกันอย่างสันติในสังคมพหุวัฒนธรรม

3) **คุณค่าทางนโยบาย** (Policy Contribution) ผลการศึกษานี้สามารถใช้เป็นกรอบในการพัฒนาหลักสูตรการรู้เท่าทันสื่อ (Media Literacy) และความเป็นพลเมืองดิจิทัล (Digital Citizenship) ของสถานศึกษา รวมถึงใช้เป็นแนวทางในการกำหนดนโยบายด้านจริยธรรมสื่อของหน่วยงานภาครัฐ องค์กรสื่อ และผู้ให้บริการแพลตฟอร์มดิจิทัล

**แนวทางการประยุกต์ใช้** ผลการศึกษานำไปประยุกต์ใช้ในหลายระดับ ดังนี้

**ระดับบุคคล:** พัฒนาทักษะการสื่อสารอย่างมีสติ ฝึกการตรวจสอบข้อมูลก่อนเผยแพร่ ใช้หลักพรหมวิหาร 4 เป็นแนวทางในการแสดงความคิดเห็นและปฏิสัมพันธ์บนโซเชียลมีเดีย

**ระดับองค์กร:** จัดทำแนวปฏิบัติด้านจริยธรรมการสื่อสารบนสื่อสังคมออนไลน์ พัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมด้านการสื่อสารเชิงพุทธสำหรับบุคลากร ส่งเสริมวัฒนธรรมองค์กรที่เน้นความเคารพและความรับผิดชอบในการสื่อสาร

**ระดับการศึกษา:** บูรณาการหลักพรหมวิหาร 4 เข้ากับรายวิชาการรู้เท่าทันสื่อ และพลเมืองดิจิทัล ส่งเสริมการเรียนรู้ผ่านกิจกรรมที่เน้นการใช้สื่ออย่างมีคุณธรรมและวิจารณญาณ

**ระดับสังคมและนโยบายสาธารณะ:** ใช้กรอบ BMDCF เป็นแนวทางในการรณรงค์สร้างวัฒนธรรมการใช้สื่อดิจิทัลอย่างรับผิดชอบ สนับสนุนการสร้างความร่วมมือระหว่างภาครัฐ ภาคเอกชน สถาบันการศึกษา และองค์กรทางพระพุทธศาสนา เพื่อพัฒนาระบบนิเวศของการสื่อสารที่ส่งเสริมสันติภาพ ความไว้วางใจ และการอยู่ร่วมกันอย่างยั่งยืนในสังคมดิจิทัล

## 6. บทสรุป

กรอบแนวคิด Buddhist Mindful Digital Communication Framework (BMDCF) นำเสนอการพัฒนาวัฒนธรรมการสื่อสารที่มีคุณภาพควรเริ่มต้นจากการพัฒนาคุณธรรมภายในของผู้ใช้สื่อ ควบคู่กับการสร้างความรับผิดชอบต่อสังคม มากกว่าการพึ่งพามาตรการทางกฎหมายหรือการควบคุมโดยเทคโนโลยีเพียงอย่างเดียว กรอบแนวคิดดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าการสื่อสารอย่างมีสติ (Mindful Communication) เป็นกลไกสำคัญที่เชื่อมโยงระหว่างหลักพุทธธรรมกับแนวคิดจริยธรรมสื่อร่วมสมัย อันนำไปสู่การสร้างวัฒนธรรมการสื่อสารที่เคารพความจริง ความแตกต่าง และศักดิ์ศรีของเพื่อนมนุษย์

วิกฤติของสังคมดิจิทัลในปัจจุบันมิใช่วิกฤติของเทคโนโลยี หากแต่เป็นวิกฤติของ “จิตสำนึกในการสื่อสาร” เทคโนโลยีเป็นเพียงเครื่องมือที่ขยายอิทธิพลของพฤติกรรมมนุษย์ หากผู้ใช้สื่อมีเมตตา การสื่อสารย่อมก่อให้เกิดความเข้าใจ หากมีกรุณา การสื่อสารย่อมสร้างการเกื้อกูล หากมีมูทิตา การสื่อสารย่อมสร้างกำลังใจ และหากมีอุเบกขา การสื่อสารย่อมตั้งอยู่บนสติและปัญญา ตรงกันข้าม หากขาดคุณธรรมเหล่านี้ เทคโนโลยีที่ทันสมัยก็อาจกลายเป็นเครื่องมือในการสร้างความแตกแยก ความเกลียดชัง และความไม่ไว้วางใจในสังคม ดังนั้น การพัฒนาสังคมดิจิทัลในอนาคตจึงไม่ควรให้ความสำคัญเฉพาะการพัฒนาโครงสร้างพื้นฐานทางเทคโนโลยีหรือการกำหนดมาตรการกำกับดูแลแพลตฟอร์มเท่านั้น แต่ควรส่งเสริมการพัฒนาทุนทางคุณธรรม (Moral Capital) และทุนทางปัญญา (Intellectual Capital) ของผู้ใช้สื่อควบคู่กันไป



ท้ายที่สุด คุณค่าที่แท้จริงของการสื่อสารมิได้วัดจากจำนวนผู้ติดตาม จำนวนการรับชม หรือความเร็วของการเผยแพร่ข้อมูล หากแต่วัดจากความสามารถของการสื่อสารนั้นในการสร้างความเข้าใจ ลดความขัดแย้ง และส่งเสริมการอยู่ร่วมกันอย่างสันติ การประยุกต์หลักพรหมวิหาร 4 กับการสื่อสารบนสื่อดิจิทัลจึงมิใช่เพียงแนวทางเชิงจริยธรรมสำหรับผู้ใช้โซเชียลมีเดีย แต่เป็นแนวทางในการพัฒนาวัฒนธรรมการสื่อสารที่ตอบสนองต่อความท้าทายของสังคมไทยในศตวรรษที่ 21 และเป็นรากฐานสำคัญของการสร้างสังคมดิจิทัลที่มีคุณธรรม มีความรับผิดชอบ และมีความยั่งยืนในระยะยาว



## รายการอ้างอิง

- กาญจนา แก้วเทพ. “วาทกรรมแห่งความเกลียดชังในโลกออนไลน์ไทย: การสื่อสารและการเมืองอารมณ์”. *วารสารนิเทศศาสตร์*. ปีที่ 39 ฉบับที่ 2 (2564). 45–67.
- นันทนา นันทวโรภาส. *สื่อสารการเมือง: ทฤษฎีและการประยุกต์ใช้*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: แมสมีเดีย, 2558.
- พระไพศาล วิสาโล. *สู่ศานติเสรี: 50 ปีสันติภาพไทย จากวันที่ 16 สิงหาคม 2488–2538*. กรุงเทพฯ: เรือนแก้วการพิมพ์, 2538.
- มหาวิทยาลัยเกษตรราชวิทยาลัย. *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยเกษตรราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรราชวิทยาลัย, 2539.
- Asia Centre. *State-sponsored online disinformation: Impact on electoral integrity in Thailand*, Bangkok: Asia Centre, 2023.
- Cass Robert Sunstein. *Republic: Divided Democracy in the Age of Social Media*. Princeton, NJ: Princeton University Press, 2017.
- Electronic Transactions Development Agency ETDA. *Stop Cyberbullying Thailand Campaign Report*. Bangkok: Electronic Transactions Development Agency, 2023.
- Gramigna. “Digital Hate and Cyber-Polarization”. *Social Semiotics*. Vol. 32 No. 5 (2023). 606–633.
- John Suler. “The Online Disinhibition Effect”. *Cyber Psychology & Behavior*. Vol. 7 No. 3 (2024). 321–326.
- Jürgen Habermas. *The Structural Transformation of the Public Sphere: An Inquiry into a Category of Bourgeois Society*. Cambridge, MA: MIT Press, 1989.
- Manuel Castells. *Communication Power*. 2<sup>nd</sup> ed. Oxford: Oxford University Press, 2013.
- Yochai Benkler. *The Wealth of Networks: How Social Production Transforms Markets and Freedom*. New Haven, CT: Yale University Press, 2006.