

ศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างการรู้เท่าทัน
สื่อสังคมปัจจุบันของวัยรุ่นไทย

An Analytical Study of Buddhadhamma Principles to Strengthen
Literacy Skills in Social Media of Thai Teenagers

พระอธิการสุพรรณ วิสุทฺโธ (รอบไธสง), พระมหาสุพร รกขิตธมโม, เบญจมาศ สุวรรณวงศ์

Phra Athikan Suphan Visuddho (Robthaisong), Phamaha Suporn

Rakkhitadhammo, Benjamas Suwannawong

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครราชสีมา

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Nakhon Ratchasima Campus

Corresponding Author, E-mail: pantakill98@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาสภาพปัญหาการรู้เท่าทันสื่อสังคมของวัยรุ่นไทย 2) ศึกษาหลักพุทธธรรมที่สนับสนุนการรู้เท่าทันสื่อสังคม และ 3) วิเคราะห์หลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างการรู้เท่าทันสื่อสังคมปัจจุบันของวัยรุ่นไทย เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ซึ่งเน้นการวิจัยทางเอกสาร โดยศึกษาข้อมูลจากพระไตรปิฎก หนังสือทางพุทธศาสนา ตำรา บทความ เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง มีการวิเคราะห์ข้อมูลแล้วนำเสนอในรูปแบบของการพรรณนาวิเคราะห์ตามวัตถุประสงค์การวิจัย

ผลการวิจัยพบว่า

1. สภาพปัญหาการรู้เท่าทันสื่อสังคมของวัยรุ่นไทย พบว่า วัยรุ่นขาดทักษะที่จำเป็นในการใช้สื่อสังคม คือ 1) ด้านการรับสื่อ 2) การวิเคราะห์สื่อ 3) การเข้าใจสื่อ 4) การประเมินค่าสื่อ และ 5) การใช้สื่อให้เกิดประโยชน์ กล่าวคือ วัยรุ่นยังขาดทักษะในการรับรู้อารมณ์ตนเอง การแยกแยะ การตีความ การทำความเข้าใจ และประเมินค่าสิ่งที่ื่อนำเสนอ รวมถึงการใช้สื่ออย่างสร้างสรรค์ทั้งต่อตนเองและสังคม

2. หลักพุทธธรรมที่สนับสนุนการรู้เท่าทันสื่อสังคม พบว่า หลักอแปปมาทธรรม ช่วยสนับสนุนการควบคุมสติ ให้รู้การกระทำทางกาย รู้อารมณ์ทางใจ และรู้ความคิดในการใช้สื่อสังคม หลักอินทริยสังวร ช่วยสนับสนุนการรับรู้เพื่อใช้สื่อสังคมให้เกิดประโยชน์ และหลักโยนิโสมนสิการ ช่วยสนับสนุนการคิดให้รู้คุณ รู้โทษ รู้ที่จะดำเนินการกับเรื่องราวต่าง ๆ จากสื่อสังคม

ได้รับบทความ: 26 เมษายน 2567; แก้ไขบทความ: 22 พฤษภาคม 2567; ตอรับตีพิมพ์: 24 พฤษภาคม 2567

Received: April 26, 2024; Revised: May 22, 2024; Accepted: May 24, 2024

3. การวิเคราะห์หลักพุทธธรรมเพื่อสร้างเสริมการรู้เท่าทันสื่อสังคมปัจจุบันของวัยรุ่นไทย พบว่า หลักอัปปมาทธรรม ช่วยเสริมสร้างให้วัยรุ่นรู้จักวางท่าทีในการรับรู้ ทั้งการดู การฟัง และการคิดต่อสื่อสังคม หลักอินทริยสังวร ช่วยเสริมสร้างสติ ตั้งอารมณ์ ความคิด ให้รู้ตัวขณะรับสื่อสังคม และหลักโยนิโสมนสิการ ช่วยเสริมสร้างวิธีคิดที่เหมาะสมกับสื่อสังคมประเภทต่าง ๆ เพื่อใช้สื่อให้เกิดผลดีทั้งต่อตนเองและสังคมรอบด้าน

คำสำคัญ: หลักพุทธธรรม, เสริมสร้างการรู้เท่าทันสื่อสังคม, วัยรุ่นไทย

Abstract

The purposes of this research were: 1) to study the state of literacy skills in social media of Thai teenagers, 2) to study Buddhhadhamma principles strengthening the literacy skills in social media of Thai teenagers, and 3) to analyze the Buddhhadhamma principles to strengthen the literacy skills in social media of Thai teenagers. It is qualitative research. which focuses on document research by studying information from the Tripitaka Buddhist books, textbooks, articles, documents and related research Data were analyzed and presented in the form of descriptive analysis according to the research objectives.

The research results found that:

1. In the state of literacy skills in social media of Thai teenagers, the necessary skills in social media are: 1) social media receiving, 2) social media analysis, 3) social media understanding, 4) social media evaluation, and 5) using social media for benefit, i.e. the teenagers still lack of skills in realizing their emotion, classification, interpretation, understanding, and evaluation of what is presented in the social media as well as using the social media creatively for oneself and society.

2. The Buddhhadhamma principles strengthening the literacy skills in social media of Thai teenagers are Appamadadhamma principles that help strengthen mindfulness in bodily action, knowing mental objects, and knowing the concept in social media. The principles of Sense-Restraint help support perception in using social media for advantage, and the principles of Yonisomanasikara help support thinking in knowing advantage and disadvantage of social media and in handling matters in social media.

3. Analysis of the Buddhadhamma principles to strengthen the literacy skills in social media of Thai teenagers indicates that the principles of Appamadadhamma help strengthen Thai teenagers in adjusting their attitude in receiving, watching, listening and thinking towards the social media. The principles of Sense-Restraint help strengthen mindfulness and control emotion and thinking of the Thai teenagers while receiving the social media. The principles of Yonisomanasikara help strengthen thinking methods suitable to kinds of social media and knowledge in using social media for the advantage of oneself and society all around.

Keywords: Buddhist Principles, Strengthening Social Media Literacy, Thai teenagers

1. บทนำ

พระพุทธเจ้าทรงสอนบุคคลให้หลุดพ้นจากอวิชชา (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539: ส.ม. (ไทย) 19/1/1) คือความเขลาบงการอย่างไรเหตุผล และความเชื่ออย่างขาดการพิจารณา ทรงเตือนสติให้บุคคลประพฤติธรรมตามความสามารถ กระทั่งที่สุดของการพัฒนาบุคคลจะเกิดมี “ความรู้เท่าทันหรือปัญญา” ได้ด้วยตนเองเพื่อกำจัดความไม่รู้ทั้งหลาย ซึ่งปัญญาจะเกิดขึ้นได้นั้นมีหลักปฏิบัติอยู่ 3 ข้อที่ต้องทำไปพร้อมกัน 1) เกิดได้โดยการรับฟัง เล่าเรียน เรียกสุตมยปัญญา 2) เกิดโดยการคิดค้น ตรึกตรอง เรียกจินตามยปัญญา และ 3) เกิดโดยการอบรมจิตเจริญภาวนา เรียกภาวนามยปัญญา (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2551: 96) ซึ่งการรู้เท่าทันหรือปัญญาในทางธรรมนั้น หมายถึงความรอบรู้และเข้าใจในเหตุและผล คือรู้เหตุถึงผล รู้ผลถึงเหตุ ไม่เกิดความลังเลสงสัยในเรื่องต่าง ๆ ที่เข้ามากระทบ เมื่อความรู้เท่าทันหรือปัญญาเกิด บุคคลก็จะรู้ว่าอะไรควรทำและอะไรควรเว้น การรู้เท่าทันด้วยปัญญาเมื่อมองเห็นหรือรู้จักพิจารณาหาเหตุผลก็จะทำให้ไม่หลงงมงาย

ปัจจุบันสื่อสังคมมีอิทธิพลต่อความรู้สึก นึกคิดปรุงแต่ง ชี้นำความคิดให้เป็นไปได้ทั้งดีและร้าย สื่อมีบทบาทชักจูงและมีอิทธิพลต่อวิถีชีวิตในกลุ่มผู้เสพที่แตกต่างกัน โดยเฉพาะวัยรุ่นที่อยู่ในวัยกำลังเรียนรู้ลองผิดถูกทั้งทางความคิดและการกระทำนั้น ความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ การควบคุมอารมณ์ความต้องการ ความสามารถในการคิดวิเคราะห์ แยกแยะ และกลั่นกรองในเรื่องที่ควรและไม่ควรย่อมมีน้อยตามวุฒิภาวะ และทุกวันนี้สังคมไทยเปิดกว้างในการรับสื่อหากแต่ประเภทรูปธรรมมีภูมิคุ้มกัน โดยเฉพาะอินเทอร์เน็ตที่นำเสนอข้อมูล ซึ่งบางส่วนสามารถตีความได้ในทางลบด้วยเหตุผลทางธุรกิจที่มุ่งแสวงหากำไร ผู้ผลิตบางรายขาดสำนึกมุ่งแต่ตอบสนอง

ความอยาก ด้วยการเผยแพร่อบายมุขประเภทต่าง ๆ ผลกระทบจึงเกิดกับสังคมในวงกว้างอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ โดยเฉพาะกลุ่มวัยรุ่นซึ่งใช้คอมพิวเตอร์และโทรศัพท์มือถือวันละหลายชั่วโมง ทำให้มีโอกาสที่จะเกี่ยวข้องกับสื่อที่ไม่มีคุณภาพได้มาก และหากใช้สื่อโดยขาดการไตร่ตรองยังคิดด้วยปัญญาแยกแยะในเหตุและผล คุณค่า ประโยชน์ ข้อดี ข้อเสีย ของเนื้อหาที่สื่อนำเสนอ เป็นไปได้ว่าวัยรุ่นอาจซึมซับนำเอาพฤติกรรม หรือค่านิยมที่ไม่เหมาะสมจากสื่อมาเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิต หรือแม้แต่เข้าร่วมกิจกรรมอบายมุขต่าง ๆ กับสื่อ แล้วก่อให้เกิดปัญหาทั้งต่อตัววัยรุ่นเอง ครอบครัวและสังคมในวงกว้างตามมา

สื่อสังคมรวดเร็ว สะดวกสบาย หลากหลายการใช้งาน แต่โดยมากคนส่วนใหญ่รับและใช้สื่อโดยไม่ได้นึกคิดตั้งคำถาม การจะรู้เท่าทันสื่อสังคมได้ วัยรุ่นต้องรู้จักตั้งคำถามอย่างน้อย 5 ข้อดังนี้ 1) สื่อต่าง ๆ ล้วนแต่ถูกระบบสร้างขึ้นด้วยเทคนิค กลวิธีบางอย่าง เช่น มุมกล้อง สี เสียง หรือการตัดต่อ 2) สื่อสร้างภาพความเป็นจริง เพื่อให้เราเห็นภาพดังกล่าว ดังนั้นสื่อจึงเป็นแหล่งสร้างภาพความเป็นจริงที่อาจไม่จริงเสมอไป 3) สื่อมีนัยทางการค้าแอบแฝงอยู่ การผลิตสื่อส่วนหนึ่งเพื่อธุรกิจและกำไร 4) สื่อมีนัยทางอุดมการณ์ และค่านิยม สื่อทุกสื่อล้วนนำเสนอวิธีการดำเนินชีวิตและคุณค่าบางอย่าง เช่น สื่อทางธุรกิจก็มักจะถ่ายทอดค่านิยม ไม่ว่าจะโดยทางตรง หรือทางอ้อมให้เราเห็นว่าสินค้า หรือบริการนั้นเป็นเรื่อน่านิยม 5) สื่อมีนัยทางสังคม และการเมือง ที่สามารถชักจูงความคิดของบุคคลได้ เพราะเทคโนโลยีในปัจจุบันทำให้การสื่อสารพัฒนาอย่างต่อเนื่อง ดังนั้นผู้รับสาร คือวัยรุ่นจึงจำเป็นต้องรู้เท่าทันสื่อ เพื่อนำทักษะต่าง ๆ มาจัดการกับข้อมูลข่าวสารให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคมรอบด้าน

อย่างไรก็ตามเรื่องการเกี่ยวข้องกับโลกรอบตัวนั้น พุทธศาสนามีหลักสำคัญในการคิดและประพฤติเพื่อรับรู้สิ่งแวดล้อม ซึ่งสามารถนำมาประยุกต์เพื่อพัฒนาพฤติกรรมการเรียนรู้เท่าทันสื่อให้แก่บุคคลในวัยต่าง ๆ ได้ โดยหลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เท่าทันสื่อสังคมปัจจุบันของวัยรุ่นไทยนั้น เป็นหลักธรรมที่จะช่วยวัยรุ่นในการดำเนินชีวิตให้เป็นไปอย่างรู้เท่าทันต่อสิ่งเร้าแวดล้อม โดยเฉพาะสื่อสังคมที่วัยรุ่นเกี่ยวข้องอยู่ เป็นการฝึกหัดอบรมให้เกิดการตระหนักรู้ในสาระของสื่อรวมถึงกระตุ้นการคิดวิเคราะห์ อย่างแยกแยะโดยรอบคอบ ให้วัยรุ่นรู้จักคิดพิจารณา สาระของสื่อได้อย่างมีประสิทธิภาพ ช่วยให้อาวุชนสามารถใช้อินเทอร์เน็ต และดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้ด้วย ความไม่ประมาท รู้เท่าทันโทษภัยที่หลากหลายซึ่งอาจเกิดขึ้นจากการใช้สื่อ

จากความสำคัญดังกล่าว ผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เท่าทันสื่อสังคมปัจจุบันของวัยรุ่นไทย โดยนำเสนอพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เท่าทันสื่อสังคมปัจจุบันของวัยรุ่นไทย เพื่อให้วัยรุ่นสามารถใช้อินเทอร์เน็ตด้วยความไม่ประมาท รู้เท่าทันโทษภัยที่หลากหลายซึ่งอาจเกิดขึ้นได้จากการใช้สื่อสังคม

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพปัญหาการรู้เท่าทันสื่อสังคมของวัยรุ่นไทย
2. เพื่อศึกษาหลักพุทธธรรมที่สนับสนุนการรู้เท่าทันสื่อสังคม
3. เพื่อวิเคราะห์หลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างการรู้เท่าทันสื่อสังคมปัจจุบันของวัยรุ่นไทย

3. วิธีดำเนินการวิจัย

เพื่อตอบโจทย์การวิจัยให้ครอบคลุมทั้ง 3 วัตถุประสงค์ ผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาจากหนังสือ เอกสาร และสื่ออิเล็กทรอนิกส์ที่เกี่ยวข้อง เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพโดยมีขั้นตอนการดำเนินการศึกษาวิจัย ดังต่อไปนี้

3.1 ศึกษาข้อมูลปฐมภูมิจากคัมภีร์พระไตรปิฎก สืบค้นหลักพุทธธรรมที่อธิบายเกี่ยวกับการประพฤติดูเพื่อรู้เท่าทันสื่อสังคม หนังสือทางพุทธศาสนา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ที่มีเนื้อหาแสดงให้เห็นถึงการประพฤติดูเพื่อรู้เท่าทันสื่อสังคม คัดลอก จัดเก็บข้อมูล จากนั้นวิเคราะห์ประเด็นที่เกี่ยวข้อง

3.2 ศึกษาข้อมูลทุติยภูมิจากปรากฏการณ์การทางสังคม สืบค้นสภาพปัญหาการรู้เท่าทันสื่อสังคมปัจจุบันของวัยรุ่นไทย โดยรวบรวมข้อมูลจากเอกสาร หนังสือ สื่อสิ่งพิมพ์ อินเทอร์เน็ต และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง คัดลอก จัดเก็บข้อมูล จากนั้นวิเคราะห์ในประเด็นสำคัญที่เกี่ยวข้องรวมถึงสืบค้นเอกสารเกี่ยวกับการรู้เท่าทันสื่อ บทความ ข้อมูลทางอินเทอร์เน็ต และงานวิจัยในส่วนที่เกี่ยวข้อง คัดลอก จัดเก็บข้อมูล จากนั้นวิเคราะห์ประเด็นที่เกี่ยวข้องตามความสำคัญของเรื่อง

3.3 นำประเด็นแวดล้อมที่เกี่ยวข้องกับสภาพปัญหาการรู้เท่าทันสื่อสังคมของวัยรุ่นไทยมาวิเคราะห์กับหลักพุทธธรรมที่สนับสนุนการรู้เท่าทันสื่อสังคม เพื่อสังเคราะห์นำเสนอหลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างการรู้เท่าทันสื่อสังคมปัจจุบันของวัยรุ่นไทย

3.4 ตรวจสอบความถูกต้อง สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ นำเสนอการวิจัย โดยการเขียนบรรยายเชิงพรรณนา

4. สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาผู้วิจัยได้ทราบข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับสภาพการรู้เท่าทันสื่อสังคมของวัยรุ่น และหลักพุทธธรรมที่สนับสนุนการรู้เท่าทันสื่อสังคม รวมถึงการวิเคราะห์หลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างการรู้เท่าทันสื่อสังคมปัจจุบันของวัยรุ่นไทย สรุปผลการวิจัยดังนี้

4.1 สภาพการรู้เท่าทันสื่อสังคมของวัยรุ่น พบว่า สื่อสังคมมีอิทธิพลต่อความรู้สึก ชื่นนำความคิดให้เป็นไปได้ทั้งคุณและโทษ ข้อมูลผ่านสื่อมีบทบาทชักจูง และมีอิทธิพลต่อวิถีชีวิตใน

กลุ่มผู้เสพ เพราะความสามารถในการยับยั้งชั่งใจหรือควบคุมอารมณ์ความต้องการของบุคคลที่แตกต่างกัน โดยเฉพาะวัยรุ่นที่อยู่ในวัยกำลังเรียนรู้ ลองผิดถูกทั้งทางความคิดและการกระทำความสามารถในการวิเคราะห์ แยกแยะ และกลั่นกรองในเรื่องที่ควรและไม่ควรย่อมมีน้อยตามวุฒิภาวะ จากการวิเคราะห์ข้อมูลในงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสภาพการรู้เท่าทันสื่อของวัยรุ่น และที่ปรากฏเป็นข่าวผ่านสื่อออนไลน์ต่าง ๆ นั้น สะท้อนถึงปัญหาที่หลากหลายของวัยรุ่นซึ่งเกิดขึ้นจากการใช้สื่อสังคม ชี้ให้เห็นความเปราะบางที่น่าเป็นห่วงว่า วัยรุ่นที่เกิดปัญหายังขาดทักษะที่จำเป็นกับการเกี่ยวข้องกับสื่อสังคมในหลายด้าน

ปัจจุบันปัญหาดังกล่าวไม่ใช่เรื่องไกลตัวอีกต่อไป และการคุกคามก่อวุ่นวายล่อลวงในลักษณะต่าง ๆ อาจนำไปสู่ปัญหา หรืออาชญากรรมอื่น ๆ ได้ อีกทั้งยังส่งผลกระทบต่อจิตใจของผู้ที่ถูกกระทำ จนอาจจะเกิดเป็นบาดแผลภายในจิตใจ หรือทำให้บุคคลนั้นรู้สึกไม่ปลอดภัยอีกต่อไป เพราะสื่อสังคมเป็นพื้นที่สาธารณะ ซึ่งผู้ใช้ทุกคนมีสิทธิ์ที่จะทำสิ่งต่าง ๆ บนสื่อได้อย่างอิสระ การเผยแพร่ข้อความหรือเนื้อหาต่าง ๆ ส่งผลโดยตรงในเรื่องของการเรียนรู้ในสังคม โดยเฉพาะอิทธิพลที่มีต่อวัยรุ่นที่ยังรู้เท่าไม่ถึงการณ์อาจมีการเลียนแบบพฤติกรรมได้ สภาพการรู้เท่าทันสื่อของวัยรุ่นที่ปรากฏเป็นข่าวผ่านสื่อออนไลน์ต่าง ๆ นั้น สะท้อนถึงปัญหาที่หลากหลายของวัยรุ่นซึ่งเกิดขึ้นจากการใช้สื่อสังคม สามารถสรุปประเด็นได้ดังนี้ 1) ด้านการรับสื่อ 2) การวิเคราะห์สื่อ 3) การเข้าใจสื่อ 4) การประเมินค่าสื่อ และ 5) การใช้สื่อให้เกิดประโยชน์

4.2 หลักพุทธธรรมที่สนับสนุนการรู้เท่าทันสื่อสังคม พบว่า ชีวิตรับรู้โลกแวดล้อมได้ 6 ช่องทาง คืออายตนะภายใน มีตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ เรียกอีกอย่างว่าอินทรีย์ 6 ส่วน สิ่งต่าง ๆ ที่ถูกรู้รวมเรียกว่าโลก หรืออายตนะภายนอก 6 มี รูป เสียง กลิ่น รส สิ่งต้องกาย และสิ่งที่ใจคิด ซึ่งก็คือกิจกรรมและเรื่องราวอันหลากหลายที่มนุษย์สัมพันธ์รับรู้จากภายนอก และเมื่อชีวิตเกิดการ “รับรู้” ตามธรรมชาติแล้ว ขั้นตอนต่อไปมนุษย์จะปรุงแต่งแปลความหมายของสิ่งที่เร้าที่เข้ามากระทบเกิด “อารมณ์” คือเวทนาอย่างใดอย่างหนึ่งแยกอารมณ์ได้เป็นสุข ทุกข์ หรือเฉย ๆ เมื่อรู้เวทนาแล้ว ก็เกิดความคิด “เจตนา” ชักจูงการกระทำ โดยชีวิตจะดำเนินไปในทิศทางไหน อยู่ที่ขั้นตอนของการรับรู้เวทนา และดำเนินต่อไปตามเวทนานั้น เช่น ถ้า “รับรู้” แล้วเกิดสุขเวทนา คือชอบและพอใจ ก็จะแสวงหาเพื่อเกี่ยวข้องกับสิ่งต่าง ๆ ไปตามความชอบนั้น ๆ ถ้ารับรู้แล้วเกิดทุกขเวทนา คือไม่ชอบ ไม่พอใจ มนุษย์ก็จะดิ้นรน หลบเลี่ยง หลีกหนี เป็นต้น

คำว่า “สื่อ” หมายถึงการติดต่อให้ถึงกัน สิ่งที่ติดต่อให้ถึงกันหรือชักนำให้รู้จักกัน “สื่อสังคม” คือสื่อดิจิทัลที่ใช้เทคโนโลยีคอมพิวเตอร์เข้ามาช่วยในการประมวลผล และเชื่อมโยงข้อมูลของสื่อ เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการติดต่อสื่อสารในเครือข่ายทางสังคม ผ่านทางเว็บไซต์และโปรแกรมประยุกต์ต่าง ๆ “สื่อสังคม” Social Media ก็คือแพลตฟอร์มดิจิทัลที่ถูกนำมาใช้เป็นเครื่องมือเพื่อการสื่อสาร ที่ช่วยให้ผู้ใช้งานสามารถเข้าถึง จัดการข้อมูล แลกเปลี่ยน ส่งต่อเนื้อหา

ในหลากหลายลักษณะตามความต้องการของผู้ใช้ ซึ่งแสดงผลออกมาในรูปของข้อความ เสียง ภาพกราฟิก ภาพเคลื่อนไหว และวิดีโอ ตามการจัดทำของผู้ใช้ โดยผู้ใช้งานจะเป็นได้ทั้งผู้ส่งสาร และผู้รับสารในเวลาเดียวกัน สามารถสื่อสารโต้ตอบ แลกเปลี่ยน แบ่งปันข้อมูลและทำกิจกรรมต่าง ๆ ระหว่างบุคคลกับองค์กร กับหน่วยงาน กับกลุ่มสมาชิก หรือกลุ่มเพื่อน เป็นต้น

การรู้เท่าทันสื่อ คือความสามารถในการรู้จักป้องกันตนเองจากการถูกจูงใจด้วยเนื้อหาของสื่อ สามารถวิเคราะห์เนื้อหาของสื่อได้อย่างมีวิจารณญาณ เพื่อให้สามารถควบคุมการตีความเนื้อหาของสื่อที่ดู ฟัง หรือที่มีปฏิสัมพันธ์ด้วย คือการที่บุคคลไม่หลงเชื่อเนื้อหาที่ได้อ่าน ได้ยิน ได้ฟังในทันที แต่สามารถคิด วิเคราะห์ สงสัย และรู้จักตั้งคำถาม เป็นต้นว่า จริงหรือไม่จริง ใครเป็นคนให้ข้อมูล เขาต้องการสื่อสารอะไรมีจุดมุ่งหมายแอบแฝงหรือไม่ ต้องการสื่อสารให้ใคร ใครได้ประโยชน์ เป็นต้น และหากจะใช้สื่อสังคมให้เกิดประโยชน์ด้วยความรู้เท่าทัน พุทธศาสนาอธิบายไว้ว่า บุคคลจะต้องเข้าใจธรรมชาติการรับรู้ของตนเอง ซึ่งเกี่ยวข้องกับอารมณ์ ความคิด และการกระทำ โดยแสดงหลักพุทธธรรมที่เกี่ยวข้องไว้คือ 1) อัปมาทธรรม คือหลักแห่งความไม่ประมาท 2) อินทริยสังวร คือหลักแห่งการรับรู้สิ่งแวดล้อมทางตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ 3) โยนิโสมนสิการ คือหลักการคิดหรือวิธีคิดโดยแยบคายรอบคอบ ซึ่งแยกอธิบายได้ 10 วิธีคิด คือคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัย คิดแบบแยกแยะส่วนประกอบ คิดแบบสามัญลักษณ์ คิดแบบแก้ปัญหา (แบบอริยสัจ) คิดแบบอรรถธรรมสัมพันธ์ คิดแบบคุณโทษและทางออก คิดแบบคุณค่าแท้คุณค่าเทียม คิดแบบปลูกเร้าคุณธรรม คิดแบบเป็นอยู่ในปัจจุบัน และคิดแบบวิภาษวาท 10 วิธีประยุกต์ใช้ เป็นต้น

4.3 วิเคราะห์หลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างการรู้เท่าทันสื่อสังคมปัจจุบันของวัยรุ่นไทย พบว่า พุทธศาสนามีแนวคิดเกี่ยวกับการรับรู้ว่า ชีวิตคือการศึกษ เพราะชีวิตที่ดำเนินไปต้องพบประสบการณ์เก่าและเรื่องราวใหม่อยู่ตลอดเวลา ซึ่งจะต้องมีการปฏิบัติ การแสดงออก การตอบสนองอย่างใดอย่างหนึ่ง ตั้งแต่การคิด การรับรู้ และการที่เราพยายามจะเป็นอยู่ให้เป็นไปได้ด้วยดี ก็คือการต้องพยายาม ต้องฝึกฝนตนเอง ต้องรับรู้ประสบการณ์ และหาทางที่จะปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อมให้ดี หรือแก้ปัญหาให้ได้ นี่แหละที่เรียกว่าการศึกษา เมื่อเราพยายามทำชีวิตให้ดี เราก็ต้องปฏิบัติต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ให้ได้ผลดีที่สุด ใครที่สามารถปฏิบัติต่อประสบการณ์ หรือปฏิบัติต่อสิ่งที่เกี่ยวข้องได้ผลดีที่สุดก็เจริญพัฒนาเรียกว่ามีการศึกษาที่ดี

พุทธศาสนาอธิบายการ “ศึกษา” เป็นเรื่องของศีลสิกขาคือความประพฤติทั้งปวง จิตตสิกขาเกี่ยวกับการกระทำทางจิตทุกอย่าง และปัญญาสิกขาเกี่ยวกับความคิดความเห็นทุกประการ ศึกษาเพื่อที่บุคคลจะได้ปฏิบัติตนไปสู่ความพอดีในด้านต่าง ๆ พิจารณาเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อม คือบุคคล สัตว์ สิ่งของ ตลอดจนสื่อเทคโนโลยีต่าง ๆ ตามเป็นจริง มุ่งการประพฤติตนให้มีความสุขจากภายใน มากกว่าการพึ่งพาอาศัยวัตถุจากภายนอก โดยรู้เท่าทันตนเอง

เข้าใจตนเอง ซึ่งการอบรมตนเช่นนี้เมื่อบุคคลศึกษาภาคทฤษฎีในเรื่องของศีลสิกขา จิตตสิกขา และปัญญาสิกขาดีแล้ว ในทางปฏิบัติต้องธรรมคือปัญญาที่เรียกว่า สัมมาทิฐิ จะเป็นตัวกำกับความคิด ชักนำความประพฤติและการกระทำทุกอย่างในการดำเนินชีวิต

ชีวิตที่เป็นอยู่คือการดำเนินชีวิตซึ่งเป็นไปอย่างสัมพันธ์และอาศัยซึ่งกันและกันของร่างกายและจิตใจ ในแง่ที่เกี่ยวกับการรู้เท่าทันสื่อสังคม คือการเสริมสร้างปัญญาให้เกิดมีในบุคคลนั้น เพื่อที่บุคคลจะได้ใช้วิธีคิดและความรู้ที่เกิดขึ้น กับการเลือกรับสื่อ วิเคราะห์สื่ออย่างมีเหตุผล โดยเข้าใจสื่อ พร้อมทั้งประเมินค่าสื่อ สามารถนำสื่อมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม โดยมีหลักสำคัญ คือต้องดูสื่อเป็น ฟังสื่อเป็น รู้จักเลือกที่รับสื่อเป็น ระวังในสิ่งที่ควรและสิ่งที่ไม่ควรดูจากสื่อ ด้วยความรู้ตัวไม่ประมาทไปกับสิ่งยั่วยวนที่มีมากมายในสื่อสังคมประเภทต่าง ๆ คือการประพฤติเพื่อรู้เท่าทันสื่อ ซึ่งมีหลักธรรมสนับสนุนอยู่ 3 หลัก คือหลักความไม่ประมาท หลักอินทริยสังวร และหลักโยนิโสมนสิการ ธรรม 3 หลักนี้เชื่อมโยงสัมพันธ์ช่วยเสริมสร้างปัญญาให้บุคคลรู้เท่าทันสื่อสังคมในแง่ต่าง ๆ แล้วเลือกโต้ตอบให้เกิดประโยชน์กับการดำเนินชีวิต

5. อภิปรายผลการวิจัย

การศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างการรู้เท่าทันสื่อสังคมปัจจุบันของวัยรุ่นไทย จากผลการวิจัยทั้ง 3 วัตถุประสงค์ มีประเด็นที่น่าสนใจสามารถนำมาอภิปรายผลได้ดังนี้

5.1 จากสภาพการรู้เท่าทันสื่อสังคมของวัยรุ่นที่ว่า สื่อสังคมนั้นมีอิทธิพลต่อความรู้สึก ชื่นนำความคิด และมีอิทธิพลต่อวิถีชีวิตของวัยรุ่นไทย จากการวิเคราะห์เอกสารทำให้ทราบว่า ในกระบวนการของการรับรู้ตามธรรมชาตินั้น จะทำให้วัยรุ่นเกิดความชอบ ไม่ชอบ หรือเฉย ๆ จากนั้นวัยรุ่นจะเกิดความคิด คือเจตนาที่ชักจูงการกระทำ (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2565: 39-42) และเมื่อวัยรุ่นตอบสนองสื่อไปตามความชอบที่เกินพอดีก็จะเกิดปัญหาในการดำเนินชีวิต สอดคล้องกับ ปัทมาภรณ์ สุขสมโสด และปฐมพงษ์ พุ่มพุกษ์ (2564: 131-132) ที่ได้วิจัยเรื่อง “ผลกระทบของการใช้สื่อสังคมออนไลน์ต่อการเปลี่ยนแปลงค่านิยมวัยรุ่นในพระนครศรีอยุธยา” แล้วพบว่า สื่อสังคมออนไลน์ส่งผลต่อค่านิยมเชิงลบของวัยรุ่น เช่น ค่านิยมต่อความฟุ้งเฟ้อ ค่านิยมด้านการใช้ภาษา ค่านิยมต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ค่านิยมไม่รักเดียวใจเดียว ค่านิยมบริโภคนิยม ค่านิยมแฟชั่นการแต่งตัว ค่านิยมชอบอวดร่ำ ค่านิยมชอบเสี่ยงโชค เป็นต้น

5.2 หลักพุทธธรรมที่สนับสนุนการรู้เท่าทันสื่อสังคม จากการวิเคราะห์เอกสารทำให้ทราบว่า หลักอภิปมาทธรรมคือความไม่ประมาท กล่าวถึง ความมีสติและรู้ตัวที่เรียกว่า สัมปชัญญะ ระลึกได้อยู่ว่าปัจจุบันตนเองกระทำอะไรอยู่ ทำแล้วจะเกิดผลอย่างไร ทำในสิ่งที่ควรกระทำหรือไม่ คือความรอบคอบระมัดระวังในสิ่งที่กระทำอยู่ให้เป็นไปในทางที่ถูกที่ควรอยู่เสมอ

(สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต), 2561: 431) หลักอินทรีย์สังวรกล่าวถึง ความสำรวมระวังในการรับรู้และตอบสนองต่อโลกธรรมชาติและวัตถุแวดล้อม (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2565: 68-69) และหลักโยนิโสมนสิการ กล่าวถึง การคิดตามหลักความดีงามและหลักความจริงต่าง ๆ การทำในใจโดยแยบคาย การใช้ความคิดถูกวิธี ความรู้จักคิด คิดเป็นหรือคิดอย่างมีระเบียบ หมายถึงการรู้จักมอง รู้จักพิจารณาสิ่งทั้งหลาย โดยมองตามที่ตั้งนั้นมันเป็นของมัน และโดยวิธีคิดหาเหตุผล สืบค้นถึงต้นเค้า สืบสาวให้ตลอดสาย แยกแยะสิ่งนั้น หรือปัญหานั้นให้เห็นตามสภาวะ และตามความสัมพันธ์สืบทอดแห่งเหตุปัจจัย โดยไม่เอาความรู้สึกด้วยตัณหาอุปาทานของตนเข้าไปจับ (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2565: 598) หลักธรรมที่ค้นพบดังกล่าวสามารถนำมาใช้สนับสนุนการรู้เท่าทันสื่อสังคมในวัยรุ่นได้ ทั้งนี้เพราะงานวิจัยเรื่อง “การประยุกต์ใช้สติเพื่อป้องกันการถูกหลอกลวงทางอินเทอร์เน็ต” พบว่า กรณีต่าง ๆ ของการถูกหลอกลวงทางอินเทอร์เน็ตนั้น ส่วนใหญ่ผู้เสียหายมักจะขาดสติและสัมปชัญญะในการตัดสินใจก่อนจะลงมือกระทำการอย่างใดอย่างหนึ่ง (พระมหาธรรมทส ขนติพล (พีชจันทร์), 2560: 66-71)

5.3 ผลจากการวิเคราะห์หลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างการรู้เท่าทันสื่อสังคมปัจจุบันของวัยรุ่นไทย พบว่า หลักพุทธธรรม คือหลักอภิปมาธรรมคือความไม่ประมาท หลักอินทรีย์สังวร และหลักโยนิโสมนสิการ ธรรมทั้ง 3 หลักนี้มีองค์ธรรมคือ สติสัมปชัญญะคอยกำกับควบคุมความประพฤติอยู่ โดยสติจะทำหน้าที่กำกับความประมาททุกชนิดโดยตรง ทั้งด้านการคิด การพูด และการกระทำที่จะต้องเกี่ยวข้องคือการใช้สื่อสังคม ซึ่งสอดคล้องกับ ญัตติกฎาญจน์ ศุภรัตน์เมธี และนุชประภา โมกข์ศาสตร์ (2562: 32) ที่ได้วิจัยเรื่อง “การรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ของเยาวชนเพื่อการเป็นพลเมืองในสังคมประชาธิปไตย” พบว่า การรู้เท่าทันสื่อ คือ “การเลือกรับและใช้ประโยชน์จากข้อมูลข่าวสาร โดยสามารถคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล จำแนกความจริงออกจากความเห็น และสามารถประเมินคุณภาพและความน่าเชื่อถือของเนื้อหาได้ด้วยตนเอง” และเมื่อพิจารณาในแง่ของการเสริมสร้างกระบวนการคิดหรือวิธีคิดในการเลือกรับสื่อสังคม จะเห็นความสัมพันธ์ของหลักพุทธธรรม สอดคล้องกับ พระอริการประคองศิลป์ ติสโส (สมใจ) (2561: 88-89) ที่ได้วิจัยเรื่อง “พฤติกรรมการใช้สื่อโซเชียลเน็ตเวิร์คตามหลักโยนิโสมนสิการของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ” แล้วพบว่า การใช้สื่อโซเชียลตามหลักโยนิโสมนสิการนั้น เป็นการพิจารณาปรากฏการณ์ หรือปัญหาที่เป็นผลจากสภาพที่เป็นจริง ด้วยความต่อเนื่องของเรื่องราวที่เกิดขึ้น ซึ่งการใช้โซเชียลในชีวิตประจำวันมีทั้งข้อดี และข้อเสีย ควรพิจารณาใช้สื่อ คือ 1) พิจารณาเวลา 2) พิจารณาประโยชน์ 3) พิจารณาส่งที่ต้องการดู 4) พิจารณาความเหมาะสม ต่อการดำเนินชีวิตประจำวัน

6. ข้อเสนอแนะ

การศึกษาวเคราะห์หลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างการรู้เท่าทันสื่อสังคมปัจจุบันของวัยรุ่นไทย ทำให้ผู้วิจัยได้ทราบข้อมูลในทางวิชาการที่หลากหลาย โดยผู้วิจัยให้ข้อเสนอแนะที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยไว้ดังนี้

6.1 ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

การเสริมสร้างการรู้เท่าทันสื่อสังคมปัจจุบันของวัยรุ่นไทยด้วยหลักพุทธธรรมนั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่ทุกภาคส่วนซึ่งมีความเกี่ยวข้อง ต้องให้ความร่วมมือในการสนับสนุนเพื่อแก้ปัญหาในเชิงนโยบายรวมกัน ดังนี้

1. หน่วยงานภาครัฐควรให้การสนับสนุน หนุนเสริม ส่งเสริมการใช้สื่ออย่างสร้างสรรค์ด้วยความรู้เท่าทันแก่ครอบครัว ชุมชน ด้วยองค์ความรู้จากการวิจัย
2. โรงเรียนสถานศึกษาควรบรรจุการเรียนการสอนเกี่ยวกับการรู้เท่าทันสื่อสังคมด้วยหลักพุทธธรรม เพราะว่าการเข้าใจธรรมะ นอกจากจะช่วยให้เข้าใจรู้เท่าทันสื่อสังคมตามจริงแล้ว ธรรมะยังช่วยขัดเกลาจิตใจในด้านต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับความอยากในเรื่องต่าง ๆ ที่ไร้เหตุผลอีกด้วย
3. วัดควรมีนโยบายในการเทศน์สอน บรรยายธรรมในเชิงประยุกต์ที่เกี่ยวข้องกับการใช้สื่อสังคมแก่พุทธศาสนิกชนที่มาร่วมกิจกรรมบำเพ็ญบุญกุศลในโอกาสต่าง ๆ

6.2 ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

การศึกษาวเคราะห์หลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างการรู้เท่าทันสื่อสังคมปัจจุบันของวัยรุ่นไทย ทำให้ผู้วิจัยได้ทราบข้อมูลในทางวิชาการที่หลากหลาย ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป ผู้วิจัยได้เสนอไว้อยู่ 3 หัวข้อดังนี้

1. ศึกษาวิเคราะห์ปรัชญาสังคมที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา
2. ศึกษาการประยุกต์ใช้หลักธรรมเรื่องสติกับการตื่นรู้ในชีวิตประจำวัน
3. ศึกษาการประยุกต์ใช้พุทธวิธีการเกี่ยวข้องกับโลกธรรม 8 ในชีวิตประจำวัน

7. องค์ความรู้ที่ได้รับ

หลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างการรู้เท่าทันสื่อสังคมปัจจุบันของวัยรุ่นไทย มีหลักธรรมสนับสนุนอยู่ 3 หลัก คือหลักความไม่ประมาท หลักอินทริยสังวร และหลักโยนิโสมนสิการ ธรรม 3 หลักนี้ เชื่อมโยงสัมพันธ์ช่วยเสริมสร้างปัญญาให้วัยรุ่นรู้เท่าทันสื่อสังคม ในแง่ด้านต่าง ๆ สรุปเป็นองค์ความรู้ที่ได้รับจากการวิจัยดังนี้

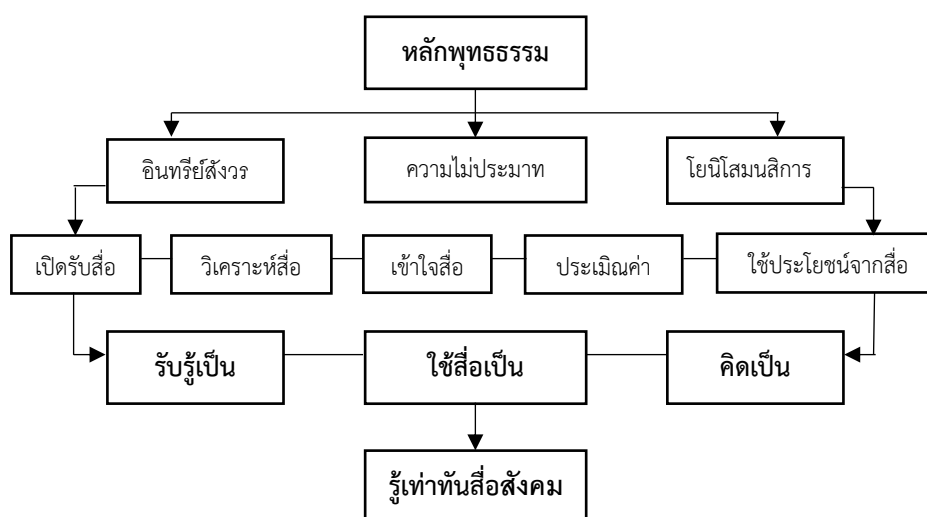
1. อับปรมาทธรรมคือหลักของความไม่ประมาท ช่วยให้วัยรุ่นตระหนักรู้ชัดเข้าใจชัด ด้วยสติสัมปชัญญะถึงสิ่งที่นึกได้ คมจิตไว้ในกิจที่กำลังทำอยู่ด้วยความรู้ตัว “สติ” พิจารณาสื่อสังคม

แต่ละประเภทแต่ละชนิดที่ตนเองกำลังเข้าไปเกี่ยวข้อง รับผิดชอบได้ชัดเจนตรงตามจริง จึงระลึกได้ถึงภัยที่น่าระแวง และระวังป้องกันภัยนั้นอยู่ตลอดเวลา สติจะทำหน้าที่กำจัดความประมาททุกชนิดโดยตรง ทั้งด้านการคิด การพูด และการกระทำที่จะต้องเกี่ยวข้องคือการใช้สื่อสังคม

2. อินทรีย์สังวร คือหลักในการจัดการการรับรู้สื่อสังคม คือ “ตาและหู” เมื่อ “กระทบรูปและเสียง” สำรวมระวังไม่ให้ความชอบ ชัง จากการได้เห็นและได้ยิน ซึ่งจะเป็นเหตุให้เกิดความติดพันขุนเคืองชอบใจไม่ชอบใจ แล้วถูกอกุศลครอบงำจิตใจ กระทั่งทำในสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์เกิดโทษต่อชีวิต เพื่อที่วัยรุ่นจะได้ใช้สื่อสังคมอย่างมีสติรู้เท่าทันข้อความเสียง ภาพกราฟิก ภาพเคลื่อนไหว และวิดีโอ สามารถใช้สื่อสังคมได้อย่างถูกต้องเหมาะสมเกิดประโยชน์ไม่เกิดโทษในการดำเนินชีวิต

3. โยนิโสมนสิการ คือหลักในการคิด การคำนึง ใส่ใจพิจารณาโดยแยกกายเป็นองค์ประกอบภายในของการใช้ปัญญา เพื่อที่วัยรุ่นจะได้ใช้ความรู้และวิธีคิด ในการเลือกรับสื่อบริการวิเคราะห์สื่ออย่างมีเหตุผล โดยเข้าใจสื่อ พร้อมทั้งประเมินค่าสื่อ และสามารถนำสื่อมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม ความรู้เท่าทันสื่อสังคมในการเกี่ยวข้องมีหลักสำคัญ คือต้องดูสื่อเป็นฟังสื่อเป็น รู้จักเลือกที่รับสื่อเป็น สำรวมระวังในสิ่งที่ควรและสิ่งที่ไม่ควรดูและฟังจากสื่อ ด้วยความรู้ตัวไม่ประมาทไปกับสิ่งยั่วยวนที่มีมากมายในสื่อสังคมต่าง ๆ คือการประพฤติดูเพื่อรู้เท่าทันสื่อ

สรุปองค์ความรู้ที่ได้รับดังแผนภาพ



แผนภาพประกอบองค์ความรู้ที่ได้รับ

เอกสารอ้างอิง

- ณัฐกาญจน์ ศุภรัตน์เมธี และนุชประภา โมกข์ศาสตร์. (2562). การรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ของเยาวชนเพื่อการเป็นพลเมืองในสังคมประชาธิปไตย. **รายงานการวิจัย. สำนักวิจัยและพัฒนา สถาบันพระปกเกล้า.**
- ปัทมาภรณ์ สุขสมโส และปฐมพงษ์ พุ่มพฤษ. (2565). ผลกระทบของการใช้สื่อสังคมออนไลน์ต่อการเปลี่ยนแปลงค่านิยมวัยรุ่นในพระนครศรีอยุธยา. **วารสารวิชาการอยุธยาศึกษา**, 13(1), 131-132.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). (2551). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ 17. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระมหาธรรมทส ขนฺติพโล (พีชจันทร์). (2560). การศึกษาประยุกต์ใช้สติเพื่อป้องกันการถูกล่อลวงทางอินเทอร์เน็ต. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.**
- พระอธิการประคองศิลป์ ตีสโส (สมใจ). (2561). การศึกษาพฤติกรรมการใช้โซเชียลเน็ตเวิร์คตามหลักโยนิโสมนสิการของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.**
- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต). (2561). **พจนานุกรมศาสน์ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ 12. กรุงเทพมหานคร: สหธรรมมิก.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต). (2565). **พุทธธรรมฉบับปรับขยาย**. พิมพ์ครั้งที่ 55. การพิมพ์ครั้งแรกของฉบับข้อมูลคอมพิวเตอร์ ครั้งที่ 24. เข้าถึงได้จาก https://www.watnyanaves.net/th/book_detail/583 (สืบค้นเมื่อ 15 ธันวาคม 2566).