

บทคัดย่อ

หลักพุทธธรรมเรื่อง "ทมะ" มีความหมายตามรูปศัพท์ว่า "การฝึก" โดยหลักการหมายถึงการฝึกปฏิบัติเพื่อพัฒนาพฤติกรรมในระดับปัจเจกบุคคล ด้วยการควบคุม หรือบังคับตนเอง รู้จักข่มระงับยับยั้ง หรือหักห้ามใจตน ไม่ให้แสดงพฤติกรรมอันเป็นอกุศลธรรม ในขณะที่เดียวกันก็รู้จักใช้สติและปัญญาพิจารณาอย่างมีเหตุผล สามารถดำรงตนที่จะเลือกสร้างพฤติกรรมอันเป็นกุศลธรรมให้เกิดศักยภาพที่ดีแก่ตนเองได้ ลักษณะของการปฏิบัติตนตามหลักทมะ จึงมีลักษณะเป็นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมและปรับปรุงแก้ไขพฤติกรรมของตนเองให้ถูกต้องเหมาะสม ด้วยการรู้จักฝึกปรี้อจิตใจพัฒนาให้เกิดความดีงามได้อย่างชาญฉลาด

จากการศึกษาวิเคราะห์พฤติกรรมที่สะท้อนปัญหาเชิงจริยธรรมของเยาวชนไทยตามแนวพุทธศาสนา พบว่า พฤติกรรมไม่พึงประสงค์นั้นเกิดจากการกระทำไปตามอำนาจของโลภกิเลส โมหะกิเลส และโทสะกิเลส พฤติกรรมดังกล่าว สะท้อนให้เห็นถึงการขาดการปฏิบัติตนตามหลักทมะได้อย่างชัดเจน กล่าวคือเกิดจากการที่เยาวชนขาดการฝึกปรี้อจิตใจตนเอง โดยไม่รู้จักรงยับยั้งชั่งใจ หรือหักห้ามใจ ข่มคุมอำนาจกิเลสที่มีภาวะลักษณะชั่วร้าย ล่อเร้า เย้ายวน ทำทลาย หรือเป็นตัวกระตุ้น ทำให้ไม่สามารถควบคุมบังคับจิตใจตนเอง เพื่อมิให้แสดงพฤติกรรมอันไม่พึงประสงค์ อีกทั้งยังขาดการฝึกฝนอบรมจิตใจใช้ปัญญาพิจารณาปรับปรุงพฤติกรรมให้เกิดความดีงามแก่ตนเองได้

หลัก "ทมะ" จึงมีบทบาทสำคัญในฐานะเป็นหลักปฏิบัติเพื่อฝึกปรี้อจิตใจให้สามารถควบคุม และยับยั้งการแสดงพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ และเพื่อฝึกฝนพัฒนาตนในการสร้างเสริมพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ดังนั้น การปลูกฝังเยาวชนให้ปฏิบัติตนตามหลักทมะอย่างมีประสิทธิภาพนั้น จะต้องสร้างเสริมให้เยาวชนมีศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา โดยอาศัยกัลยาณมิตรทุกสถาบันในสังคมไทยช่วยแนะนำ สั่งสอน ส่งเสริม และสนับสนุนเยาวชนให้เกิดการพัฒนาพฤติกรรมที่พึงประสงค์