

สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

ในบทนี้ จะเป็นการสรุปประเด็นเกี่ยวกับการศึกษาหลักพุทธธรรมเรื่อง "ทมะ" โดยเฉพาะการนำไปใช้พัฒนาเยาวชนไทยปัจจุบัน พร้อมทั้งจะแสดงข้อคิดเห็น ข้อสังเกต และ ข้อเสนอแนะบางประการที่สำคัญ เพื่อเป็นประโยชน์ในการทำวิจัยครั้งต่อไป

5.1 สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาวิเคราะห์หลักทมะในพุทธศาสนาเถรวาท พบว่า คำว่า "ทมะ" นั้น มีความหมายจากรากศัพท์เดิมที่แปลว่า "ฝึก" ซึ่งกระบวนการพัฒนาศักยภาพของมนุษย์ที่จะนำไปสู่เป้าหมายสูงสุดได้นั้น พุทธศาสนาถือว่าหลักทมะมีความสำคัญในฐานะเป็นหลักปฏิบัติเพื่อฝึกควบคุมตนเอง เป็นองค์ประกอบหนึ่งของบุคคลที่จะพัฒนาตนไปตามหลักปฏิบัติที่สำคัญในพุทธศาสนา โดยเฉพาะการฝึกปฏิบัติตนตามหลักไตรสิกขา (ศีล สมาธิ ปัญญา) หรือแม้แต่การพัฒนาสู่กระบวนการอบรมตนครบทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ กายภาวนา ศีลภาวนา จิตภาวนา และปัญญาภาวนา ในกระบวนการพัฒนาตนเหล่านี้ทั้งหมด หลักทมะเข้าไปมีบทบาทอย่างมีนัยสำคัญ ในฐานะเป็นตัวฝึก ช่ม ระวัง ยับยั้งสิ่งที่เป็นอกุศลธรรม ในขณะที่เดียวกันก็เป็นตัวฝึกหรือโดยความพยายามที่จะสร้างเสริมคุณงามความดี และรักษาไว้ซึ่งกุศลธรรมทั้งหลาย เพื่อให้กระบวนการฝึกฝนพัฒนาตนเองนี้ เป็นไปอย่างสมบูรณ์แบบ

เนื่องจากหลักทมะมีบทบาทในการฝึกปฏิบัติทุกขั้นตอนของกระบวนการพัฒนาตนตามหลักสำคัญในพุทธศาสนา คือฝึกที่จะควบคุมตนไม่ให้อกุศลธรรมเกิดขึ้นแก่ตน ในขณะที่เดียวกันก็ฝึกควบคุมตนเพื่อสร้างกุศลธรรมให้เกิดขึ้นแก่ตน ดังนั้น ศัพท์ธรรมเป็นต้นเหล่านี้คือ "ภาวนา" "สิกขา" "สังกตธรรม" "อินทรีย์สังวร" ในแง่ของการปฏิบัติ จึงมีนัยที่แสดงให้เห็นว่าการปฏิบัติตามหลักดังกล่าวล้วนอยู่ภายใต้ของการที่จะต้อง "ฝึก" ด้วยกันทั้งสิ้น จึงอาจกล่าวได้ว่า "ทมะ" นั้น เป็นหัวใจสำคัญในทุกขั้นตอนการพัฒนาตนตามหลักพุทธศาสนา ทมะจึงถูกระบุว่าเป็นหลักปฏิบัติเพื่อการควบคุมตนเอง การบังคับตัวเอง การฝึกฝนปรับปรุงตนเอง หรือการรู้จัก

ควบคุมจิตใจตนเอง เป็นต้น ตามความหมายที่นักปราชญ์ทั้งหลายในพุทธศาสนาได้นิยามเอาไว้ นอกจากนี้ ในคัมภีร์พุทธศาสนาชั้นต้น ยังได้ระบุไว้ด้วยว่า หลักทมะนั้นต้องประกอบด้วย ปัญญาเสมอ ซึ่งการฝึกควบคุมตนเองที่จะเลือกทำความดีและไม่ทำความชั่ว จึงขึ้นอยู่กับที่การพิจารณาใคร่ครวญอย่างมีเหตุผล

อย่างไรก็ตาม จากการสังเกตเกี่ยวกับการแสดงหลักทมะและการตีความตามทัศนะของนักวิชาการในสังคมไทยส่วนใหญ่ กลับพบว่า ทมะมีบทบาทเฉพาะการฝึกเพื่อมิให้เกิดความชั่วในตนเอง หรือการควบคุมตนเองเพื่อไม่ให้สร้างพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ซึ่งเน้นฝึกปฏิบัติตนในแง่ลบเท่านั้น โดยเฉพาะเน้นเรื่องการช่ม การยับยั้ง หรือการสกัดกั้นจิตใจไม่ให้กระทำไปตามอำนาจกิเลส เมื่อนำความหมายตามนัยนี้มาเทียบเคียงกับพระพุทธพจน์ที่ตรัสไว้ว่า "บุคคลที่ฝึกแล้วเป็นผู้ประเสริฐสุด" นั้น ก็ชี้ให้เห็นว่า การที่บุคคลจะเป็นผู้ประเสริฐได้นั้น มิใช่เพียงเพื่อการฝึกช่มควบคุมระยับยับยั้งพฤติกรรมที่เป็นอกุศลธรรมอย่างเดียวเท่านั้น การที่บุคคลจะเป็นผู้ประเสริฐสุดเพราะการฝึกพัฒนาตนได้นั้น จะต้องฝึกปรือในการสร้างเสริมกุศลธรรมและพยายามรักษาคุณงามความดีนั้นไว้ด้วย จึงจะได้ชื่อว่าเป็นการฝึกตนที่สมบูรณ์แบบนั่นเอง ตามนัยนี้ หลักทมะจะมีความหมายที่สมบูรณ์ คือ "การฝึกฝนปรับปรุงตน และการรู้จักข่มจิตข่มใจบังคับควบคุมตนเองได้"

ประเด็นที่สำคัญของการวิจัยในครั้งนี้ จึงพบว่า หลักทมะนั้นเป็นหลักปฏิบัติเพื่อการควบคุมตนขั้นพื้นฐานที่มนุษย์ทุกคนจะต้องอาศัยหลักการนี้ เพื่อมุ่งปฏิบัติพัฒนาตนในทุกกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธศาสนา หากไร้ซึ่งการควบคุมตนหรือไม่มีหลักทมะแล้ว การปฏิบัติเพื่อพัฒนาตน เช่นการปฏิบัติตนตามแนวไตรสิกขา ก็อาจไร้ประโยชน์ เพราะในระดับศีลก็ต้องอาศัยการฝึกปฏิบัติของบุคคล ในระดับสมาธิก็ต้องอาศัยการฝึกฝน แม้แต่ในระดับปัญญาที่ล้วนที่จะต้องอาศัยการฝึกอบรมของบุคคลทั้งสิ้น กล่าวคือฝึกมิให้อกุศลธรรมเกิดแก่ตน และฝึกสร้างกุศลธรรมให้มีขึ้นแก่ตน ดังนั้นเมื่อศึกษาวิเคราะห์ในเชิงลึก ก็พบว่า หลักทมะมีความเชื่อมโยงกับกระบวนการพัฒนามนุษย์ตามหลักการแห่งไตรสิกขา รวมถึงภาวนาด้วย ทั้งนี้ การพัฒนาตามหลักไตรสิกขาและภาวนา ก็เพื่อให้ได้บรรลุเป้าหมายของชีวิตที่งดงาม ด้วยการแก้ไขพฤติกรรมที่เป็นปัญหา(ทุกข์) และเสริมสร้างพฤติกรรมให้มีศักยภาพที่ดีที่สุด(พ้นทุกข์) ตามทัศนะของผู้วิจัย ทมะจึงหมายถึงการฝึกเพื่อการพัฒนาศักยภาพของตนเอง ด้วยการคิดพิจารณาด้วยปัญญา หรือใช้เหตุผลทางปัญญาในการป้องกันและแก้ไขพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ และในขณะเดียวกันก็มีเจตจำนงมุ่งมั่นหมายเลือกสรรสิ่งดีงามเพื่อสร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์ให้แก่ตนเอง

เนื่องจากปัญหาของเยาวชนไทยในปัจจุบันนั้น ได้สะท้อนให้เห็นพฤติกรรมภายในของเยาวชนส่วนหนึ่งว่า เกิดจากการที่เยาวชนขาดความยับยั้งชั่งใจ ขาดความหักห้ามใจต่อความต้องการ ความอยากรู้อยากลอง ทำให้ขาดการควบคุมบังคับจิตใจตนเองด้วยการห้ามใจไม่ให้เกิดการกระทำสิ่งชั่วร้ายที่จะเป็นปัญหามาสู่ตนเองและสังคม ในขณะที่เดียวกันก็มีลักษณะของการขาดการปรับปรุงพฤติกรรมของตนเองโดยไร้ซึ่งการคิดใคร่ครวญอย่างมีเหตุผลทางปัญญา เพื่อให้เกิดการเสริมสร้างพัฒนาพฤติกรรมให้มีคุณลักษณะที่เหมาะสมดีงาม ด้วยเหตุที่หลักทมะมีบทบาทและหน้าที่เกี่ยวกับการยับยั้งชั่งใจ และสามารถควบคุมพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ และยังทำหน้าที่ในการฝึกปรือเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ดังนั้น ทมะจะเข้าไปมีบทบาทพัฒนาพฤติกรรมของเยาวชนไทยได้โดยอาศัยกระบวนการปลูกฝังเพื่อพัฒนาเยาวชนไทยด้วยหลักทมะ อันมีแนวคิดสำคัญทางพุทธศาสนา ได้แก่ ความเชื่อมั่นหรือศรัทธาที่ประกอบด้วยสัมมาทิฐิ ความเพียรพยายามเพื่อยับยั้งความชั่วร้ายและเสริมสร้างความดีงามอย่างมีสติ และสมาธิ และที่สำคัญต้องประกอบด้วยความมีปัญญาเสมอ กระบวนการเหล่านี้ถือเป็นพลังแห่งจิตใจที่จะต้องปลูกฝังให้เกิดความเข้มแข็งขึ้นภายในจิตใจให้ได้ จากเหล่ากัลยาณมิตรชนในสังคมไทย รวมถึงการสร้างจิตสำนึกเพื่อให้ตระหนักรู้รับผิดชอบการกระทำของตนเองให้แก่เยาวชนไทยด้วย ซึ่งจะประสบผลสำเร็จหรือเกิดประโยชน์ในเชิงสร้างสรรค์มากขึ้นอย่างแน่นอน ขึ้นอยู่ที่บทบาทและหน้าที่ความรับผิดชอบจากทุกสถาบันในสังคมไทย ที่จะเป็นตัวบ่งชี้ถึงประโยชน์ที่จะได้รับจากการใช้หลักพุทธธรรมเรื่อง “ทมะ” เพื่อพัฒนาเยาวชนไทยในปัจจุบันนั่นเอง

ดังนั้น การใช้หลักพุทธธรรมเรื่อง “ทมะ” เพื่อพัฒนาเยาวชนไทยนี้ จึงอาจกล่าวได้ว่าเป็นการเสนอหลักการที่สำคัญส่วนหนึ่ง เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างเสริมพัฒนาพฤติกรรมเยาวชนไทย ซึ่งผู้วิจัยเห็นว่า การศึกษาวิจัยที่ผ่านมาจะพบว่า สาเหตุที่ทำให้เกิดปัญหาเยาวชนในนั้นมีปัจจัยหลาย ๆ อย่างด้วยกัน และสาเหตุบางประการไม่อาจจะแก้ไขหรือป้องกันและพัฒนาได้ด้วยหลักพุทธธรรมเรื่อง “ทมะ” เพียงอย่างเดียว แต่ในแง่ที่เกี่ยวกับสาเหตุเชิงจริยธรรมแล้ว หากเราละเลยหรือมองข้ามหลักทมะตามที่ผู้วิจัยได้เสนอไว้ข้างต้นนี้ ซึ่งถือเป็นหลักสำคัญที่มุ่งเน้นการฝึกปรือและฝึกฝนพัฒนาพฤติกรรมภายในระดับปัจเจกบุคคล การพัฒนาศักยภาพของเยาวชนไทยหรือบุคคลทั่วไป ก็อาจจะไม่เป็นอย่างครบถ้วนหรือไม่สมบูรณ์เท่าที่ควรจะเป็น โดยเฉพาะการเน้นพัฒนาที่ตัวบุคคลเป็นศูนย์กลางตามนโยบายการจัดการและวางแผนของรัฐในปัจจุบัน ดังนั้น สังคมหรือองค์กรที่มุ่งจะพัฒนาเยาวชนให้ไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ในอนาคต จึงมีอาจมองข้ามหลักปฏิบัติเพื่อการพัฒนาตนว่าด้วยทมะ อันเป็นหลักจริยธรรมที่สำคัญประการ

หนึ่งในทางพุทธศาสนาไปได้ ผู้ที่เกี่ยวข้องต่อการพัฒนาระบบพฤติกรรมของเยาวชน ควรจะให้ความสนใจเพื่อที่จะศึกษาความสำคัญของหลักธรรมดังกล่าวอย่างจริงจัง เพื่อประโยชน์ในการประยุกต์ใช้พัฒนาในกรณีอื่น ๆ ต่อไป โดยเฉพาะเมื่อพิจารณาในส่วนที่เป็นบริบทของสังคมไทย ปัจจุบันนั้น ความสลับซับซ้อนของปัญหาต่าง ๆ มีอยู่อย่างมากมาย การศึกษาวิเคราะห์เพื่อชี้ให้เห็นจุดบกพร่องบางประการที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมภายในของบุคคล พร้อมกับเสนอหลักการที่สำคัญทางพุทธศาสนา เพื่อมุ่งป้องกัน แก้ไขพฤติกรรม และพัฒนาให้ตรงจุดบกพร่องนั้น ๆ เป็นสิ่งที่ต้องเร่งกระทำอย่างยิ่ง เพื่อช่วยให้สังคมไทยเป็นสังคมที่มีความหวังและน่าอยู่ต่อไปอย่างมีความสงบสุข

5.2 ข้อเสนอแนะ

เนื่องจากการวิจัยในครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ศึกษาวิเคราะห์หลักธรรมเพื่อนำเอาองค์ความรู้เดิมที่มีอยู่แล้วในคัมภีร์สำคัญทางพุทธศาสนา มาอภิปรายขยายความให้เกิดความรู้ความเข้าใจอย่างถูกต้องแล้วนำองค์ความรู้ดังกล่าวนั้น มาประยุกต์ใช้เพื่อประโยชน์ต่อการพัฒนาในระดับบุคคล ในที่นี้ก็คือการพัฒนาเยาวชนในบริบทสังคมไทยปัจจุบัน และเมื่อได้ทำการศึกษาวิจัยหลักธรรมในด้านต่าง ๆ ที่สำคัญ จึงทำให้ทราบว่า หลักธรรมมีความสำคัญต่อการพัฒนาจิตและพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของบุคคลทั่วไป หากแต่ว่าในงานวิจัยฉบับนี้ยังขาดการวิจัยในเชิงปริมาณที่จะสามารถวัดค่าหรือตัวแปรที่จะพิสูจน์สมมติฐานความเป็นไปได้ในการนำหลักธรรมไปประยุกต์ใช้พัฒนากับบุคคล กลุ่มคน ชุมชนหรือสังคมว่าได้ผลมากน้อยเพียงใด

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะสำหรับท่านที่สนใจจะทำการศึกษาวิจัยต่อไปตามแง่ทฤษฎีต่าง ๆ โดยเฉพาะในแง่พุทธศาสนานั้น ควรศึกษาเปรียบเทียบบทบาทและความสัมพันธ์ระหว่างหลัก “ทมะ” “สิกขา” และ “ภาวนา” เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจที่ชัดเจนมากขึ้นอย่างเป็นระบบ ซึ่งจะก่อให้เกิดประโยชน์หลาย ๆ ด้าน โดยเฉพาะในแง่ของการนำไปประยุกต์ใช้พัฒนาพฤติกรรมของบุคคล และเพื่อให้เกิดความต่อเนื่องกับงานที่ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาแล้วนั้นอันจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาพฤติกรรมของเยาวชนไทยในระดับที่ยิ่งขึ้นไป ควรทำการศึกษาวิจัยเชิงปริมาณ เช่นการศึกษาวเคราะห์อินทรี 5 กับภาวลักษณะทางจิตใจของเยาวชนไทยในปัจจุบัน โดยเฉพาะที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติตนตามหลักพุทธจริยธรรมเพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ซึ่งจะช่วยให้ทราบข้อบกพร่องอินทรีทั้ง 5 ประการทางจิตใจของเยาวชนแต่ละคน

อันจะมีผลต่อประสิทธิภาพในการปฏิบัติธรรมในพุทธศาสนา การศึกษาวิจัยในประเด็นดังกล่าวนี้จะเป็นตัวชี้ให้เห็นความแตกต่างเกี่ยวกับปริมาณของหลักธรรมดังกล่าวที่มีอยู่ในจิตใจของเยาวชน ซึ่งจะนำไปสู่แนวทางในการพัฒนาเพื่อเสริมสร้างให้เยาวชนมีอินทรีย์ที่เข้มแข็งได้อย่างถูกต้อง ทำให้เกิดประโยชน์เชิงคุณภาพต่อการปฏิบัติตามหลักพุทธศาสนาได้เป็นอย่างดี

นอกจากนี้ ควรทำการศึกษาวิเคราะห์หลักธรรมที่เห็นว่าน่าจะมีประโยชน์ และสามารถนำมาปรับใช้คู่กันได้กับหลักธรรมดังกล่าวข้างต้นในปัจจุบันให้มากยิ่งขึ้น เช่นศึกษาวิเคราะห์หลักสัปปริยธรรม หลักอริยทรัพย์ ฯลฯ ในแง่ที่มีความสำคัญและสัมพันธ์กับหลักทมะเกี่ยวกับการฝึกฝนพัฒนาตนเอง ทั้งนี้เพื่อให้เข้าถึงและมองเห็นถึงบทบาทที่สำคัญด้านต่าง ๆ ทำให้เกิดกระบวนการเรียนรู้และสามารถประยุกต์หลักธรรมในพุทธศาสนาที่เป็นระบบชัดเจน และเป็นที่เข้าใจในสังคมไทยในระดับที่กว้างขวางและเข้าถึงได้กับทุกคน ทุกที่ และทุกกาลเวลา อันจะเป็นประโยชน์แก่การนำแนวคิดที่ได้จากการศึกษาวิจัยไปใช้พัฒนาศักยภาพของบุคคลให้เหมาะสมกับบริบทในสังคมไทยต่อไป.