



ศึกษาการประยุกต์ใช้หลักธรรมาวาสธรรม ๔ สำหรับชีวิต
การครองเรือนของคู่สมรส
A SYUDY OF APPLICATION OF FOUR GARAVASADHAMMAS FOR
THE HOUSEHOLDER OF SPOUSE

แม่ชีสุขุมศิริ จุยมณี

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๐



ศึกษาการประยุกต์ใช้หลักฆราวาสธรรม ๔ สำหรับชีวิต
การครองเรือนของคู่สมรส

แม่ชีสุขุมศิริ จุยมณี

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๐

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



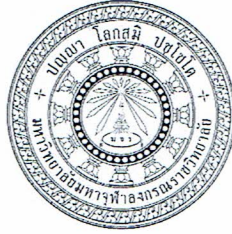
A Study of Application of Four Garavasadhammas for
the Householder of Spouse

Meachee Suchomsiri Chuimanee

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
The Requirement for the Degree of
Master of Arts
(Buddhist studies)

Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
C.E. 2017

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัย
เรื่อง “ศึกษาการประยุกต์ใช้หลักมราชาวาสธรรม ๔ สำหรับชีวิตการครองเรือนของคู่สมรส” เป็นส่วนหนึ่งของการ
การศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

(พระมหาสมบูรณ์ วุฑฒิโกโร, ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์

(พระสุธีรัตนบัณฑิต, ดร.)

ประธานกรรมการ

(ผศ.ดร.อภิวัฒน์ โพธิ์सान)

กรรมการ

(รศ.วิเชียร ขาบุตรบุญทริก)

กรรมการ

(ดร.วรเวช ศิริประเสริฐศรี)

กรรมการ

(รศ.ดร.เอกฉัตร จารุเมธีชน)

กรรมการ

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

ดร.วรเวช ศิริประเสริฐศรี

ประธานกรรมการ

รศ.ดร.เอกฉัตร จารุเมธีชน

กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย

(แม่อืสุขุมศิริ จุยมณี)

ชื่อวิทยานิพนธ์ : ศึกษาการประยุกต์ใช้หลักฆราวาสธรรม ๔ สำหรับชีวิตการครองเรือนของคู่สมรส

ผู้วิจัย : แม่ชีสุขุมสิริ จุยมณี

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: ดร. วรเวช ศิริประเสริฐศรี ศศ.บ (รัฐประศาสนศาสตร์), ร.บ.ม.

(รัฐประศาสนศาสตร์), พธ.ด.(พุทธศาสนา)

: รศ.ดร. เอกฉันท จารุเมธีชน กศ.บ. (ภาษาไทย-ประวัติศาสตร์), อ.ม.

(บาลี-สันสกฤต) Ph.D. (Eastern Language-Sanskrit)

วันสำเร็จการศึกษา : ๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๐

บทคัดย่อ

งานวิจัย เรื่อง “ศึกษาการประยุกต์ใช้หลักฆราวาสธรรมสำหรับการครองเรือนของคู่สมรส” นี้ เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการสัมภาษณ์เชิงลึกกลุ่มเป้าหมายคู่สามีภรรยา ๑๒ คู่ โดยมีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ (๑) เพื่อศึกษาหลักฆราวาสธรรม ๔ ในพระพุทธศาสนาเถรวาท (๒) เพื่อศึกษาการประยุกต์ใช้หลักฆราวาสธรรม ๔ ในชีวิตการเรือนของคู่สมรส (๓) เพื่อวิเคราะห์รูปแบบการครองเรือนของคู่สมรสตามหลักฆราวาสธรรม ๔

ผลการวิจัยพบว่า คู่สมรสที่ไม่ปฏิบัติตามหน้าที่สามีภรรยาที่ดี จึงทำให้เกิดปัญหาขึ้น คือ สามีที่ไม่ยกย่องให้เกียรติภรรยา ดุหมั่นเหยียดหยามภรรยา ประพฤตินอกใจภรรยา ไม่มอบความเป็นใหญ่ให้ภรรยา และไม่ให้เครื่องแต่งกายหรือเครื่องประดับแก่ภรรยา ส่วนภรรยาก็ไม่ปฏิบัติตามหน้าที่ของตน คือ ไม่จัดแจงงานให้ดี ไม่สงเคราะห์ญาติคนข้างเคียง ประพฤตินอกใจสามี ไม่รักษาทรัพย์ที่สามีหามาได้ และเกียจคร้านในหน้าที่การงานทั้งปวง หากสามีภรรยาใดมีความประพฤติเช่นนี้ ก็จะทำให้ชีวิตการครองเรือนล้มเหลวไม่ประสบผลสำเร็จ นอกจากนี้แล้ว สามีภรรยาต้องปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ประการ

ในหลักฆราวาสธรรม ๔ นั้น เป็นหลักธรรมที่นำมาซึ่งความสุข ความเจริญ และความสามัคคีในการอยู่ร่วมกันของสามีภรรยา คือ สัจจะ มีความซื่อสัตย์ต่อกัน ทมะ รู้จักข่มใจตนเอง ไม่ประพฤตินอกใจภรรยา ขันติ มีความอดทนอดกลั้นต่อสิ่งต่างๆ ที่มากระทบตนเอง และจาคะ รู้จักเสียสละแบ่งปันสิ่งของของตนให้คนอื่น เมื่อสามีภรรยาปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ประการนี้แล้ว ก็จะทำให้การครองเรือน มีความรักความสามัคคีในครอบครัว ไม่แตกแยกหย่าร้างกัน เป็นรูปแบบของคู่สมรสที่มีความมั่นคง ดังนั้น ในการปฏิบัติหน้าที่ของสามีภรรยาที่ดี จะต้องนำหลักฆราวาสธรรม ๔ ประการ ในพระพุทธศาสนาเถรวาท มาประยุกต์ใช้ในการครองเรือน ก็จะแก้ไขปัญหาความแตกแยกหย่าร้างกันของคู่สมรสสามีภรรยาได้ ทำให้ครอบครัวมีความสุขและความสมบูรณ์มากขึ้น

คำสำคัญ: การประยุกต์ใช้ฆราวาสธรรม ๔, รูปแบบการครองเรือนของคู่สมรส

Thesis Title : A Study of Application of Garavasa-dhamma for the Householder of Spouse

Researcher : Meachee Suchomsiri Juimane

Degree : Master of Arts (Buddhist Studies)

Thesis Supervisory Committee :

: Associate Prof. Dr.Akkachat Jarumethichon, B.A. (History-Thai Language), M.A.(Pali-Sanskrit), Ph.D.(Eastern Language-Sanskrit)

: Dr.Voravech Siriprasertsri, B.A. (Public Administration), M.A.(Public Administration), Ph.D.(Buddhism)

Date of graduation : November 1, 2017

Abstract

This research “A Study of application of Garavasa-dhamma for the householder of spouse” is qualitative research which used deep-interview on target group around twelve spouses. There are three objectives namely 1) to study of problem in dominate the house of spouse, 2) to study of Garavasa-dhamma in Theravada Buddhism, 3) to study of application of Garavasa-dhamma for dominate the house of spouse.

The results of research found that :

The spouse who does not practice the duty of husband and wife correctly will face the many problems as such as husband does not give honour to wife, disdain his wife, betray his wife, does not give authority to wife, does not give costume or accessories to wife. The wife does not practice of own duty as such as wife does not manage working, does not support the relative of husband, betray her husband, does not treat property and lazy in all working. If husband and wife follow these behaviors, to dominate the house of them will fail and does not success. Otherwise, husband and wife must practice the four Garavasa-dhamma. The four Garavasa-dhamma is the principle which bring to happiness, wellbeing and harmony of husband and wife. There are four namely 1) Sutta : truth and honesty, 2) Dama : taming and training oneself, 3) Khanti : tolerance or to endure many problem which impact oneself 4) Caga : liberality or give own something to another. If husband and wife practice the four virtues for good householder life, it will bring the harmony in family, does not have the confliction.

Therefore, in the practice of duty of husband and good wife, we must bring the four virtues for good householder life in Theravada Buddhism to apply for to dominate the house. It will solve the disharmony and it has gotten divorced of husband and wife spouse, make family happy and completely much more.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จลงได้ด้วยดี ด้วยความเมตตาอนุเคราะห์จากบุคคลหลายฝ่าย ผู้วิจัยขอขอบพระคุณทุกท่านที่มีส่วนเกี่ยวข้องในงานวิจัยนี้

กราบขอบพระคุณ ท่านเจ้าคุณพระราชปริยัติกวี ศ.ดร. รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พระเมธาวิธานิยรส ผศ.ดร., พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร,ดร. คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย พระศรีปริยัติธาดา ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ พระครูวินัยธรอำนาจ พลปัญญา, ดร. ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ ดร.วรเวช ศิริประเสริฐศรี ประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ รศ.ดร.เอกฉัท จารุเมธีชน กรรมการวิทยานิพนธ์ ที่คอยให้คำปรึกษาและเอาใจใส่ในการทำวิทยานิพนธ์เป็นอย่างดี

กราบขอบพระคุณพระครูสมุห์อนันต์ เมตตาโสโย พระอธิการบรรยง ปิยธโร (ทุมพันธ์) พระณรงค์ จันทมโม (อ่วมรัมย์) พระจักรพงษ์ จกทวีโส (สียา) ที่ให้การช่วยเหลือสนับสนุนทางด้านเนื้อหาข้อมูลในการทำวิทยานิพนธ์ นายมงคล สอนไธสง นางสาวอรุณรัตน์ แก้วอรสาน เจ้าหน้าที่บัณฑิตวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ ฝ่ายประสานงาน เจ้าหน้าที่บรรณารักษ์ห้องสมุดวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ นอกจากนี้ผู้วิจัย ขอขอบคุณ คุณณชัญ ศิวะทัต คุณสุธี ศิริพรพิทักษ์ คุณธนุนันท์ ออมทรัพย์ และ คุณกิตติธัญญา ศิริคำ ที่ให้กำลังใจและให้การสนับสนุนช่วยเหลือทุนทรัพย์ในการศึกษาครั้งนี้

คุณงามความดีที่เกิดจากการทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอน้อมบูชาคุณ คุณพ่อสวัสดิ์ กัลยาเทพ คุณแม่เขียน กัลยาเทพ และบูรพาจารย์ทั้งในอดีตจนถึงปัจจุบัน

แม่ชีสุขุมศิริ จุยมณี

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ง
สารบัญ	จ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ซ
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๓
๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๓
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๓
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๔
๑.๖ ทบทวนเอกสาร	๔
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๑๐
๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๑๐
บทที่ ๒ ฆราวาสธรรม ๔ ในทางพระพุทธศาสนาเถรวาท	๑๑
๒.๑ ความหมายฆราวาสธรรม ๔	๑๑
๒.๑.๑ ฆราวาสธรรม ๔	๑๓
๒.๑.๒ ฆราวาสธรรม ๔ ในฐานะที่เป็นเครื่องมือปฏิบัติ	๑๕
๒.๒ ความสำคัญของฆราวาสธรรม ๔	๑๗
๒.๓ แนวคิดหลักฆราวาสธรรม ๔	๒๑
๒.๔ หลักธรรมเพื่อพัฒนาครอบครัว	๒๔
๒.๔.๑ หน้าที่ของสามีต่อภรรยา	๒๔
๒.๔.๒ หน้าที่ของภรรยาต่อสามี	๒๕
๒.๔.๓ หลักการครองเรือนของสามีภรรยา	๒๘
๒.๔.๔ โอวาทวันแต่งงานของสามีภรรยา	๓๐
๒.๕ สรุป	๓๑

บทที่ ๓ การประยุกต์ใช้หลักพรวาธรรม ๔ ในชีวิตการครองเรือนของคู่สมรส	๓๓
๓.๑ ความสัมพันธ์ของพรวาธรรม ๔ กับพรหมวิหารธรรม ๔	๓๓
๓.๒ การประยุกต์ใช้พรวาธรรม ๔ ในครอบครัว	๓๗
๓.๒.๑ การเลือกคู่ครองที่คู่ควรกัน	๓๗
๓.๓ การลงพื้นที่สัมผัสภาพณ์ประชากรตัวอย่าง	๓๘
๓.๔ สรุป	๔๖

บทที่ ๔ รูปแบบการครองเรือนของคู่สมรสตามหลักพรวาธรรม ๔	๔๗
๔.๑ รูปแบบการประยุกต์ใช้หลักสัจจะในการครองเรือน	๔๗
๔.๑.๑ การมีความซื่อสัตย์ต่อกัน	๔๙
๔.๑.๒ การมีความเข้าใจต่อกัน	๕๑
๔.๑.๓ การมีความจริงใจต่อกัน	๕๑
๔.๑.๔ อานิสงส์ของการมีสัจจะ	๕๒
๔.๑.๕ โทษของการไม่มีสัจจะ	๕๒
๔.๒ การประยุกต์ใช้หลักทมะในการครองเรือน	๕๓
๔.๒.๑ การมีความเห็นใจกัน	๕๓
๔.๒.๒ อานิสงส์ของการมีทมะ	๕๔
๔.๒.๓ โทษของการไม่มีทมะ	๕๔
๔.๓ การประยุกต์ใช้หลักขันติในการครองเรือน	๕๕
๔.๓.๑ การพูดคำอ่อนหวาน	๕๖
๔.๓.๒ การช่วยเหลือกัน	๕๗
๔.๓.๓ การไม่กระทำความรุนแรง	๕๗
๔.๓.๔ การร่วมกันในการแก้ไขปัญหา	๕๘
๔.๓.๕ อานิสงส์ของการมีขันติ	๕๘
๔.๓.๖ โทษของการไม่มีขันติ	๕๘
๔.๔ การประยุกต์ใช้หลักจาคะในการครองเรือน	๕๙
๔.๔.๑ การดูแลกันยามเจ็บป่วย	๕๙
๔.๔.๒ การช่วยเหลือกิจการงานในบ้าน	๖๐
๔.๔.๓ การแบ่งปันน้ำใจให้กัน	๖๑
๔.๔.๔ อานิสงส์ของการมีจาคะ	๖๑
๔.๔.๕ โทษของการไม่มีจาคะ	๖๑
๔.๕ หลักธรรมที่สนับสนุนหลักพรวาธรรม ๔	๖๒
๔.๖ รูปแบบการครองเรือนของคู่สมรสในปัจจุบัน	๖๓
๔.๖.๑ บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว	๖๔
๔.๖.๒ การสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศที่อบอุ่นในครอบครัว	๖๕
๔.๖.๓ การดูแลช่วยเหลือกันในครอบครัว	๖๖

๔.๖.๔ หลักการและแนวคิดในการอยู่ร่วมกัน	๖๖
๔.๖.๕ หลักการดำเนินชีวิต	๗๒
๔.๖.๖ หลักธรรมที่เกี่ยวข้องในการอยู่ร่วมกัน	๗๔
๔.๖.๗ หลักปฏิบัติของคู่สมรส	๗๕
๔.๗ รูปแบบสภาพปัญหาในปัจจุบันของคู่สมรสที่ไม่ได้อยู่ร่วมกัน	๗๖
๔.๗.๑ สาเหตุของการไม่ได้อยู่ร่วมกัน	๗๗
๔.๗.๒ ปัญหาระหว่างสามีภรรยา	๗๘
๔.๗.๓ ปัญหาครอบครัวที่เกิดจากสังคม	๗๙
๔.๗.๔ การแก้ไขปัญหาในครอบครัว	๗๙
๔.๘ สรุป	๘๑
บทที่ ๕ ผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	๘๓
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๘๓
๕.๒ ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป	๘๗
บรรณานุกรม	๘๘
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก	๙๓
ภาคผนวก ข	๑๐๐
ภาคผนวก ค	๑๐๔
ภาคผนวก ง	๑๑๒
ประวัติผู้วิจัย	๑๒๕

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

อักษรย่อในสารนิพนธ์ฉบับนี้ ใช้อ้างอิงจาก พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์พระบรมราชินีนาถ พ.ศ. ๒๕๓๙

พระวินัยปิฎก

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	
วิ.ม. (ไทย) = วินัยปิฎก	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
วิ.ม. (ไทย) = วินัยปิฎก	มหาวรรค	(ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	
ที.สี. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย (ภาษาไทย)
ที.ม. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย มหาวรรค (ภาษาไทย)
ม.ม. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย (ภาษาไทย)
ส.ส. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย (ภาษาไทย)
ส.สพ. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย (ภาษาไทย)
อง. จตุกก. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย (ภาษาไทย)
อง.ปณจก. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย (ภาษาไทย)
อง.สตตก. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย (ภาษาไทย)
ขุ.ชา.สญจ. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย (ภาษาไทย)
ขุ.ม. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย (ภาษาไทย)
ขุ.อป. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย อปทาน (ภาษาไทย)

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ครอบครัวเป็นสถาบันที่มีความสำคัญมากที่สุดของมนุษย์ที่ดำรงชีวิตอยู่ในสังคม สถาบันต่าง ๆ จะมีระเบียบและมั่นคงได้ก็สืบเนื่องจากการที่สถาบันครอบครัวได้มีส่วนอบรมบ่มนิสัย และควบคุมสมาชิกของครอบครัวให้เป็นคนดี ทั้งนี้เพราะสถาบันครอบครัวเป็นสถาบันหลักที่ทำหน้าที่ในการขัดเกลาทางสังคม (Socialization) เพื่อปลูกฝังค่านิยม จริยธรรม คุณธรรม ความคาดหวัง ระเบียบวินัยให้กับสังคม และทำหน้าที่ให้ความอบอุ่น ให้ขวัญกำลังใจที่มั่นคงให้แก่สมาชิกในสังคมด้วย สถาบันครอบครัวถือได้ว่าเป็นสถาบันที่เก่าแก่ที่สุด และเป็นสถาบันทางสังคมสถาบันแรกของมนุษย์ ที่ให้การอบรมสั่งสอนความรู้ขั้นพื้นฐานให้มนุษย์ได้พัฒนาความสัมพันธ์ทางด้านพฤติกรรมให้เกิดการเรียนรู้ ครอบครัวประกอบด้วย พ่อแม่ ลูก จะต้องมีความสัมพันธ์กันตั้งแต่เริ่มแรก ที่จะต้องหล่อหลอมคุณภาพชีวิตในครอบครัวให้มีจิตใจ มารยาท ความประพฤติที่ดีงาม และช่วยเสริมแรงในการสั่งสอนให้เป็นคนที่มีอุปนิสัย อุตสาหะ มีความรู้ ความฉลาด ซื่อสัตย์สุจริต เพื่อที่จะได้อยู่รอดและช่วยกันพัฒนาสังคมให้คุณค่า คุณภาพ ครอบครัวที่ดีจึงเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีค่าของสังคม ครอบครัวจึงมีหน้าที่หลายประการ ได้แก่ การสร้างคนให้มีคุณภาพ การสร้างสรรค์สมาชิกใหม่ บำบัดความต้องการทางเพศ เลี้ยงดูผู้เยาว์ให้เจริญเติบโตเป็นพลเมืองที่ดีของประเทศชาติ กำหนดสถานภาพให้การอบรมเลี้ยงดูให้อยู่ในเกณฑ์ของสังคมเป็นไปอย่างปกติสุข^๑

ครอบครัวคือสถาบันขั้นพื้นฐานที่ทำให้ชีวิตมีความเจริญหรือความเสื่อม นอกจากนั้นแล้วครอบครัวยังถือเป็นแหล่งปลูกฝังคุณค่าทางศีลธรรม ดังนั้น ครอบครัวจึงมีความสำคัญต่อสังคมเป็นอย่างยิ่ง โดยคู่สมรสเป็นแกนกลางในการสร้างความอบอุ่น หากกล่าวไปแล้วชีวิตสมรสเปรียบได้กับนาวาที่ลอยอยู่กลางทะเล กับต้นเรือทั้งสองจะต้องช่วยกันประคองเรือให้ถึงฝั่ง หากพบพายุโหมกระหน่ำ โอกาสที่เรือจะอัปปางก็มีมาก จะต้องประคองให้ถึงฝั่ง ฝั่งความมั่นคงของคู่สมรสจึงเป็นที่มาของความปลอดภัยทางสถาบันสังคม แม้สังคมเองก็ปรารถนาที่จะให้คู่สมรสอยู่กันไปตลอดรอดฝั่ง ในสังคมปัจจุบัน พบว่าปัญหาทางด้านการขาดศีลธรรมทำให้ครอบครัวขาดเสถียรภาพอย่างหนักที่เกิดจากความขัดแย้งและแตกแยกในสังคมครอบครัวซึ่งเป็นสังคมที่เล็กสุดได้สะท้อนให้เห็นถึงความรุนแรงในวงกว้างต่อสังคมในขนาดใหญ่ไม่ว่าจะเป็น ชุมชน จังหวัด หรือระดับประเทศล้วนมีที่มาจากจุดเริ่มต้นเดียวกันอย่างต่อเนื่องและนับวันจะทวีความรุนแรง เช่น^๒ กรณี พฤติกรรมความรุนแรงของ

^๑ กระป๋อง ชลวิทย์, “ครอบครัวที่มีคุณภาพในทัศนะของพนักงานธนาคารทหารไทยในเขตกรุงเทพมหานคร”, *วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๓).

^๒ พระโรส รตนสีโล (หุน), “วิธีการประยุกต์ใช้หลักขรรวาศธรรมในการแก้ปัญหาความแตกแยกในครอบครัว”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๙).

วัยรุ่น การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันเหมาะสม การมีครรภ์นอกสมรสและการทำแท้ง พฤติกรรมการเสพยาเสพติด ปัญหาการทารุณกรรมต่อเพศตรงข้าม ปัญหาอาชญากรรม การใช้ชีวิตที่ฟุ้งเฟ้อติดวัตถุ ขาดความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคมรอบข้าง ปัญหาโสเภณี รวมถึงการหาทางออกของชีวิตโดยใช้วิธีรุนแรงเช่นการฆ่าตัวตายหรือคนในครอบครัวเสียชีวิต เป็นต้น หลาย ๆ เหตุการณ์ ดังที่ปรากฏในหนังสือสิ่งพิมพ์ สื่อวิทยุโทรทัศน์ รวมถึงแวดวงวิชาการงานสัมมนาของสถาบันการศึกษา เพื่อสร้างกระบวนการหาทางออกร่วมกันเกี่ยวกับปัญหาความแตกแยกในครอบครัวร่วมกัน สามิภรรยาอยู่ด้วยกันแล้วมักจะประคองชีวิตไม่ค่อยจะราบรื่น มักจะเกิดการทะเลาะกันบ่อย ๆ มีเรื่องระหองระแหงกันบ่อย ๆ เนื่องจากเขาไม่ปฏิบัติธรรม ไม่ปฏิบัติธรรมในข้อที่ว่าไม่รู้จักดูตนเอง ไม่มองตนเองเพื่อให้รู้ว่าตนเองนั้นทำผิดอะไร ได้มีข้อบกพร่องอะไรเกิดขึ้น อันเกิดเป็นปัญหาขึ้นมาและไม่ยอมรับว่าผิด สามิกี่ไม่ยอมรับ ภรรยาไม่ยอมรับ ต่างคนต่างถือทิฐิเข้าหากัน ก็มีแต่เรื่องทะเลาะกัน^๓

ในสมัยพุทธกาลมีครอบครัวเศรษฐีแห่งเมืองภัททิยะ แคว้นอังคะ ชื่อว่าธัญชัยเศรษฐีและนางสุนนา ซึ่งต่อมาได้ย้ายมาอยู่เมืองสาเกตุ อันเป็นเมืองที่อยู่ระหว่างเมืองราชคฤห์กับเมืองสาวัตถี ท่านมีธิดาสาวรูปงามคนหนึ่งชื่อนางวิสาขาท่อมานางได้ทำการสมรสกับปุนณวัตนมาณพ บุตรชายนายมิกเรเศรษฐีก่อนส่งตัวนางวิสาขาไปยังบ้านเจ้าบ่าว ท่านธัญชัยเศรษฐีได้ให้อวาทเกี่ยวกับการครองเรือนไว้ ๑๐ ประการดังนี้ ๑) ไฟในอย่านำออก ๒) ไฟนอกอย่านำเข้า ๓) พึงอย่าให้คนที่ไม่ควรให้ ๔) พึงให้คนที่ควรให้ ๕) พึงให้แก่คนที่ให้และไม่ให้ ๖) พึงนั่งให้เป็นสุข ๗) พึงนอนให้เป็นสุข ๘) พึงกินให้เป็นสุข ๙) พึงบูชาไฟ ๑๐) พึงบูชาเทวดา^๔ พระพุทธศาสนามีหลักในการปฏิบัติสำหรับครอบครัวหรือหลักในการครองเรือน ซึ่งเป็นหลักธรรมสำหรับการปฏิบัติของคฤหัสถ์ในการปฏิบัติที่ถูกต้อง การที่คู่สมรสจะเป็นคู่ชีวิตกันได้ยั่งยืนและยาวนานนั้น นอกจากกามคุณแล้วคู่สมรสจะต้องมีข้อประพฤติ มีหลักธรรมเป็นพื้นฐานอันมั่นคงที่จะทำให้อยู่ครองกันได้ยืนยาว และทำให้คู่สมรสมีชีวิตสอดคล้องกลมกลืนกัน ในหลักพระพุทธศาสนามีหลักธรรมสำหรับการครองเรือนคือ ขรวาสาธรรม ๔ ประการ^๕ ได้แก่ ๑. สัจจะ ความจริง คือ ซื่อสัตย์ต่อกัน ทั้งจริงใจ จริงวาจา และจริงในการกระทำ ๒. ทมะ ฝึกตน คือ รู้จักควบคุมจิตใจ ฝึกหัดตนนิสัย แก้ไขข้อบกพร่องข้อขัดแย้งปรับตัวปรับใจเข้าหากัน และปรับปรุงตนให้ดีขึ้นยิ่งขึ้นไป ๓. ขันติ ความอดทน คือ มีจิตใจเข้มแข็งหนักแน่น ไม่ว้าวาม ทนต่อความล่วงล้ำก้ำเกิน และร่วมกันอดทนต่อความเหนื่อยยากลำบากตรากตรำฝ่าฟันอุปสรรคไปด้วยกัน ๔. จาคะ เสียสละ คือ มีน้ำใจ สามารถเสียสละความสุขสำราญ ความพอใจส่วนตนเพื่อคู่ครองได้ เช่น อดหลับอดนอนพยาบาลกันในยามป่วยไข้ ตลอดจนมีจิตใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อญาติมิตรสหายของคู่ครองไม่ใจแคบ

^๓พระเทพวิสุทธิเมธี (ปัญญานันทภิกขุ), สัจจธรรมเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นธรรมดา, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ธรรมสภา, ไม่ทราบปีที่พิมพ์), หน้า ๖๘.

^๔หลักการครองเรือน แหล่งที่มา_[ออนไลน์]www.thaiopwedding.Com [๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐].

^๕ส.ส. (ไทย) ๑๕/๘๔๕/๓๑๖.

ฆราวาสธรรม ๔ ประการนี้^๖ เป็นธรรมที่ควบคุมให้คนในครอบครัวและในวงศ์ตระกูลมีความสมานฉันท์รักใคร่เกิดความกลมเกลียวกัน มีความเข้าใจไว้อภัยซึ่งกันและกัน ทำให้ชีวิตในการครองเรือน มีความสุขความเจริญมั่นคง ตามสมควรแก่ชีวิตฆราวาส เพราะตามความเป็นจริง สิ่งซึ่งฆราวาสต้องการมากที่สุด ก็คือ ครอบครัวที่เป็นสุข การมีบ้านอยู่ มีคู่เกล้า มีข้าวกิน มีสินใช้ แต่จิตใจต้องมีคุณธรรมด้วย ฆราวาสธรรมนี้เป็นเสมือนยาวิเศษขนาดใหญ่ว่าทำให้ความรักของคนที่มีคู่ครองมั่นคง ยั่งยืน รักจะไม่ร้าง บ้านจะไม่ร้าง เพราะธรรม ๔ อย่างนี้คอยค้ำยันให้ความรักมั่นคงแนบแน่นตลอดไป

ดังนั้น การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีให้เกิดขึ้นในครอบครัว ได้ก็ย่อมก่อให้เกิดความสุข หลักในการสร้างความสัมพันธ์นั้นต้องอาศัยหลักฆราวาสธรรม ๔ ในการสร้างความสัมพันธ์อันดีให้เกิดขึ้นในครอบครัว โดยเฉพาะการมีหลักฆราวาสธรรมย่อมส่งผลถึงการหลักเหตุผล ความซื่อสัตย์สุจริต ความเชื่อใจ การรู้จักเอาใจกัน ความเข้าใจ การผ่อนหนักเป็นเบา การให้อภัยต่อกัน ความอดทน การช่วยเหลือเกื้อกูลต่อกัน เพื่อจะได้อยู่ร่วมกันอย่างเป็นสุขราบรื่น ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงมีความประสงค์ที่จะศึกษาการประยุกต์ใช้หลักฆราวาสธรรม ๔ สำหรับชีวิตการครองเรือนของคู่สมรส ซึ่งเป็นแนวทางในการช่วยเหลือ ป้องกันและแก้ไขปัญหาให้สมาชิกในครอบครัวได้รู้จักตนเองและสามารถดำเนินชีวิตให้อยู่ในสังคมอย่างปกติสุขตามศักยภาพของตนต่อไป

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาหลักฆราวาสธรรม ๔ ในพระพุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษาการประยุกต์ใช้หลักฆราวาสธรรม ๔ ในชีวิตการครองเรือนของคู่สมรส
- ๑.๒.๓ เพื่อวิเคราะห์รูปแบบการครองเรือนของคู่สมรสตามหลักฆราวาสธรรม ๔

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

- ๑.๓.๑ ต้องการทราบหลักฆราวาสธรรม ๔ ในพระพุทธศาสนาเถรวาท ว่าเป็นอย่างไร ?
- ๑.๓.๒ ต้องการทราบการประยุกต์ใช้หลักฆราวาสธรรม ๔ ในชีวิตการครองเรือนของคู่สมรส ว่าเป็นอย่างไร ?
- ๑.๓.๓ ต้องการทราบรูปแบบการครองเรือนของคู่สมรสตามหลักฆราวาสธรรม ๔ นำมาใช้ได้อย่างไร ?

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

การวิจัย ครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพโดยผู้วิจัยมุ่งเน้นหลักฆราวาสธรรม ๔ ตามแนวทางพระพุทธศาสนาเถรวาท การประยุกต์ใช้หลักฆราวาสธรรม ๔ ในการครองเรือนของคู่สมรส และรูปแบบการครองเรือนของคู่สมรส โดยมีขอบเขตการวิจัย ดังนี้

^๖ คณะสงฆ์ และรัฐบาล, หลักสูตรธรรมศึกษาขั้นตรี, ฉบับปรับปรุงพุทธศักราช ๒๕๕๗, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย.๒๕๕๘), หน้า ๖๓.

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านข้อมูล

๑. ข้อมูลชั้นปฐมภูมิ ได้แก่ ศึกษาหลักฆราวาสธรรมและหลักการครองเรือนที่ปรากฏในพระไตรปิฎกภาษาไทย

๒. ข้อมูลทุติยภูมิ ได้แก่ หนังสือ บทความ วารสาร งานวิจัยและข้อมูลทางอินเทอร์เน็ตที่เกี่ยวข้องกับหลักฆราวาสธรรม หลักการครองเรือนตามแนวทางพระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านเนื้อหา

ขอบเขตด้านเนื้อหา ๓ ประเด็น ดังนี้ ศึกษาหลักฆราวาสธรรม ๔ ในทางพระพุทธศาสนาเถรวาท ศึกษาการประยุกต์ใช้หลักฆราวาสธรรม ๔ ในการครองเรือนของคู่สมรส และศึกษารูปแบบตามหลักฆราวาสธรรม ๔ สำหรับชีวิตการครองเรือนของคู่สมรส

๑.๔.๓ ขอบเขตด้านพื้นที่

สัมภาษณ์คู่สมรสที่ประสบความสำเร็จและครอบครัวมีความสุขในชีวิตของการครองเรือนจำนวน ๑๒ คู่ ในเขตตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้มีศัพท์ที่ใช้ในการวิจัยและนำมาจำกัดความ ดังนี้

การประยุกต์ หมายถึง การนำเอาหลักฆราวาสธรรม ๔ ในทางพระพุทธศาสนา มาปรับใช้ให้เข้ากับการดำเนินชีวิตในสังคมปัจจุบัน หรือการนำหลักฆราวาสธรรม ๔ มาประกอบร่วมกันในการครองเรือนของคู่สมรส และศึกษารูปแบบตามหลักฆราวาสธรรม ๔ สำหรับชีวิตการครองเรือนของคู่สมรส

ฆราวาสธรรม ๔ หมายถึง หลักธรรมสำหรับปฏิบัติในการครองเรือน มี ๔ ประการ คือ สัจจะ ทมะ ขันติ และจาคะ ซึ่งเป็นหลักธรรมในทางพระพุทธศาสนาเถรวาท

การครองเรือน หมายถึง บุคคลผู้ครองเรือน เป็นผู้ที่มีเหย้ามีเรือน มีครอบครัว ซึ่งประกอบไปด้วย บิดา มารดา ภรรยา สามี บุตรและบริวารเครือญาติ เรียกอีกอย่างว่า “คฤหัสถ์”

คู่สมรส หมายถึง คู่ที่ร่วมชีวิตกันได้นอกจากการกามคุณแล้วควรมีสัมพันธภาพและประพฤติกกรรมตามข้อปฏิบัติที่เรียกว่า สมสัทธา มีศรัทธาสมกัน สมสีลา มีศีลสมกัน สมจาคา มีจาคะสมกัน สมปัญญา มีปัญญาสมกัน

๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้าข้อมูลจากหนังสือและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับศึกษาการประยุกต์ใช้หลักฆราวาสธรรมสำหรับการครองเรือนของคู่สมรส

๑.๖.๑ เอกสารที่เกี่ยวข้อง

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้ให้ความหมายหลักฆราวาสธรรมในหนังสือ ธรรมานุชีวิตว่า มีหลักของคู่ชีวิตที่จะทำให้คู่ชีวิตสอดคล้องกลมกลืนกันเป็นพื้นฐานที่มั่นคงที่จะทำให้อยู่ครองกันได้ยืนยาว เรียกว่าสมชีวิตธรรม ๔ ประการ คือ ๑) สมสัทธา มีศรัทธาเสมอกันเคารพในลัทธิศาสนา ๒) สมสีลา มีศีลเสมอกันมีความประพฤติ ศีลธรรม จรรยา มารยาท พอเหมาะสอดคล้อง

ไปกันได้ ๓) สมจาคา มีจาคะสมกันมีจาคะเสมอกันมีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ๔) สมปัญญา มีปัญญาเสมอกัน รู้เหตุรู้ผลเข้ากันได้ อย่างน้อยพูดกันรู้เรื่อง^๗

ชัยวัฒน์ อัทพจน์ ได้ให้ความหมาย ขรവാสาธรรมไว้ในหนังสือหลักพระพุทธศาสนาไว้ว่าเป็นธรรมสำหรับขรवासปฏิบัติขรवास คือผู้ครองเรือน ชีวิตของผู้ครองเรือนต้องมีการสมาคม การสมาคมกับคนอื่นต้องมีความจริงใจต่อเขา ต้องรู้จักข่มจิตของตน เมื่อประสบเหตุการณ์ไม่ดี ต้องมีความอดทนเพื่อต่อสู้กับชีวิต และในบางครั้งต้องบริจาคนิสัยของตนเมื่อเห็นคนอื่นเตือนร้อน ขรवास มีอยู่ ๔ อย่าง คือ ๑. สัจจะ หมายถึง มีความจริงใจต่อคนอื่น ๒. ทมะ หมายถึง มีนิสัยข่มความรู้สึกละอายใจของตน ๓. ขันติ หมายถึง มีความอดทน ๔. จาคะ หมายถึง บริจาคสิ่งของของตนเพื่อประโยชน์คนอื่น^๘

พระราชวรมุนี (ประยุทธ์ ปยุตโต) ได้ให้ความหมาย ขรวาสาธรรมไว้ในหนังสือคุณธรรมและจริยธรรมสำหรับเด็กและเยาวชนรุ่นใหม่ว่าเป็นธรรมสำหรับขรवास ธรรมสำหรับการครองเรือน หลักการครองชีวิตของคฤหัสถ์ ได้แก่ (๑) สัจจะ หมายถึง ความจริง ซื่อสัตย์ จริงใจ พูดจริง ทำจริง (๒) ทมะ หมายถึง การฝึกฝน การข่มใจ ฝึกนิสัย ปรับตัว รู้จักควบคุมจิตใจ ฝึกหัดตัดนิสัย แก้ไขข้อบกพร่อง ปรับปรุงตนให้เจริญก้าวหน้าด้วยสติปัญญา (๓) ขันติ หมายถึง ความอดทน ตั้งหน้าทำหน้าทีการทำงานด้วยความขยันหมั่นเพียรเข้มแข็ง ทนทาน ไม่หวั่นไหว มั่นในจุดหมาย ไม่ท้อถอย (๔) จาคะ หมายถึง ความเสียสละ สละกิเลส สละความสุขสบาย และผลประโยชน์ส่วนตน พร้อมทั้งจะรับฟังความทุกข์ ความคิดเห็นและความต้องการของคนอื่น พร้อมทั้งจะร่วมมือช่วยเหลือเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่คับแคบเห็นแก่ตนหรือเอาแต่ใจตัว^๙

พุทธทาสภิกขุ ได้ให้ความหมาย ของหลักขรวาสาธรรมในหนังสือขรวาสาธรรม ออกเป็น ๒ ประการ คือประการแรกเป็นธรรมธรรมดาที่จะต้องประพฤติปฏิบัติ ประการที่ ๒ เป็นธรรมที่ใช้เป็นหลักในการที่จะนำไปสู่การปฏิบัติธรรมข้ออื่น ๆ ให้สำเร็จ (๑) เป็นธรรมธรรมดาที่จะต้องประพฤติปฏิบัติ สัจจะ หมายถึง ซื่อตรงต่อเพื่อนฝูงซื่อตรงต่อลูกเมีย ซื่อตรงต่อเวลา ซื่อตรงต่อการทำงาน ทมะ หมายถึง ข่มใจ อย่าให้เกิดโทสะอย่าให้เกิดความรัก หรือความเกลียด ขันติ หมายถึง อดทนต่อความร้อน ความหนาว ความเหนื่อย อดทนต่อคำด่า จาคะ หมายถึง การให้ทาน รู้จักเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่เพื่อนบ้าน มิตรสหาย (๒) เป็นธรรมที่ใช้เป็นหลักในการที่จะนำไปสู่การปฏิบัติธรรมข้ออื่น ๆ ให้สำเร็จ สัจจะ หมายถึง ความจริงใจ ความตั้งใจจริงที่จะปฏิบัติในสิ่งนั้น เมื่อจะทำสิ่งใด หรือปฏิบัติธรรมข้อใดแล้วก็ควรตั้งใจจริง ทำอย่างสุดความสามารถ ทำให้ถึงที่สุด ดังเช่น เมื่อพระพุทธเจ้าทำความเพียรเพื่อตรัสรู้ ก็ได้ตั้งสัจจาธิฐานว่า แม้จะเหลือเพียงแต่กระดูก ก็จะไม่ลุกขึ้นจากที่นั่ง ถ้าไม่บรรลุสัมมาสัมโพธิญาณ ในการศึกษาเล่าเรียนก็เหมือนกันถ้ามีสัจจะหรือสัจจาธิฐาน คือ ทำให้มันจริง ๆ ตั้งใจ

^๗พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **ธรรมบุญชีวิต**, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์สหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทยจำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๔๙.

^๘ชัยวัฒน์ อัทพจน์ และทวี ผลสมภพ, **หลักพระพุทธศาสนา**, (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ๒๕๒๙), หน้า ๙๘-๙๙.

^๙พระราชวรมุนี (ประยุทธ์ ปยุตโต), **คุณธรรมและจริยธรรมสำหรับเด็กและเยาวชนรุ่นใหม่**, (กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๒๘), หน้า ๔๓.

จริง ๆ ก็จะช่วยให้ทุกคนประสบความสำเร็จสมดังที่ตั้งใจ หมะ หมายถึง บังคับตัวเองบังคับใจตนเอง ไม่ให้หลงไปตามแรงของสิ่งที่มายั่ว ซึ่งแม้จะยากเย็นเพียงใดก็ต้องพยายามบังคับให้ได้ ในการบังคับนั้น ต้องใช้ไหวพริบและความฉลาดเข้าต่อสู้ เพราะจิตใจเมื่อถูกบังคับก็จะขัดแย้งกว่าข้างที่ตกมันเสียอีก ซึ่งการบังคับจิตใจของตนเอง นั้นก็มี ๒ วิธีด้วยกันคือ กรณีแรกคือ การปลอบประโลมจิตใจค่อย ๆ ปลอบโยน กรณีที่สอง คือ การบังคับโดยตรงการตัดใจไม่ให้ทำในสิ่งนั้น ซึ่งทั้ง ๒ วิธีนี้ต้องเลือกใช้ให้เหมาะสมกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ชนิด เมื่อมีหมะแล้วยังต้องใช้ขันติเข้ารองรับ ต้องอดทนต่อการบีบคั้นของกิเลสไม่ว่าจะเป็นราคะ โทสะ โมหะ หรืออื่นๆ ต้องใช้ความอดทนอย่าหลงไปตามสิ่งยั่วหรือกิเลส จาคะ หมายถึงบริจาควางออก สละสิ่งที่ไม่ต้องการที่มีอยู่ในจิตใจให้หลุดออกไประบายความสับสนวุ่นวายออกไปจากจิตใจ อาจจะโดยการสวดมนต์หรือการพักผ่อนให้ถูกวิธี ขรราวาสธรรม คือ สังขะ หมะ ขันติ จาคะ นี่เป็นเครื่องมือกำจัดมาร เป็นเครื่องมือที่จะสร้างสิ่งที่ดีปรารถนาในทุกกรณี ไม่ใช่เฉพาะเป็นธรรมของขรราวาสเท่านั้น แม้แต่บรรพชิตที่ต้องการจะบรรลุมรรคผลนิพพาน ก็ยังต้องใช้ธรรมข้อนี้ด้วยเช่นกัน^{๑๐}

ปัญญานันทะ ได้ให้ความหมายของหลักขรราวาสธรรมในหนังสือธรรมครองเรือน คุณสมบัติของผู้ครองเรือน ว่าเมื่อเราทราบว่าประเทศไทยกำลังต้องการคนดีมีศีลธรรม เพื่อช่วยกันชาติไปสู่ความเจริญแล้วเป็นหน้าที่ของพวกเราทุกคนที่มีส่วนในการนำเด็ก จงช่วยกันกระทำความดีให้เด็กเห็นเป็นเยี่ยงอย่าง ให้เด็กจดจำแต่ภาพที่ดีควรจำและจะเป็นประโยชน์แก่เขาในอนาคตอย่าได้กระทำสิ่งใด ๆ ที่เป็นทางนำให้เด็กเดินไปในทางเสียเป็นอันขาด ผู้รับหน้าที่สำคัญคนแรกคือพ่อแม่ เพราะพ่อแม่เป็นครูคนแรกของลูก ลูกได้อะไรจากพ่อแม่มากที่สุด ผู้ใดที่กำลังเตรียมเพื่อเป็นพ่อแม่ของคน ฟังกระทำให้ตนให้เป็นพ่อแม่ที่ดี ทำหน้าที่ของตนให้เรียบร้อย ทำตนเป็นเยี่ยงอย่างแก่ลูกจริง ๆ จงเลิกการตามใจตนเองให้หมดให้หนักว่าตนมีข้อผูกพันกับลูกแล้ว การกระทำของตนทุกอย่างเป็นภาพประทับใจของลูกจึงควรใช้สติปัญญาในการกระทำเสมอเพื่อป้องกันมิให้ลูกได้พบได้เห็นในสิ่งที่ไม่ดี^{๑๑}

พระธรรมวิสุทธิธารจารย์ ได้กล่าวไว้ในหนังสือการครองเรือนการเสียสละคือกุญแจแห่งชีวิตว่า การครองเรือนมีอยู่ด้วยกัน คือ (๑) โลกวิธี (๒) ธรรมวิธี โลกวิธีนั้นนั้น หมายถึง โลกไม่มีกฎเกณฑ์อะไรครองตามอารมณ์ ปราศจากหลักยึดเหมือนสวะลอยตามน้ำ น้ำขึ้นก็ขึ้น น้ำลงก็ลงด้วยติดอยู่ที่ไหนก็ค้างอยู่นั้นบางท่านเรียกว่าการครองเรือนอย่างนี้ว่า “ครองแบบไม่มีหวัง” เรื่องยุ่งยากต่าง ๆ เช่น หย่าร้างกัน ทะเลาะวิวาทกัน เป็นต้นล้วนเกิดจากการครองเรือนแบบนี้ทั้งนั้น

ส่วนการครองชนิดธรรมวิธีนั้น หมายถึง ครองแบบยึดธรรมไว้เป็นหลักคือ ธรรมไว้เป็นหลักคือใช้ธรรมควบคุมอารมณ์ไว้ ไม่ให้ออกนอกถูร่อย เหมือนเรือที่มีเครื่องบังคับที่จะจอดจะแล่นหรือจะหลีกจะหลบ ย่อมทำได้ตั้งใจหมายและปลอดภัยทุกประการ

ตามดั่งนี้จึงเห็นได้ว่า การครองเรือนไม่ใช่ง่ายอย่างบางคนเข้าใจ ดุจเรื่องรับประทานอาหารซึ่งใคร ๆ ก็ครองได้ไม่ยาก แต่ปัญหายากอยู่ตรงที่เข้าใจครอง ดุจเรื่องรับประทานอาหารซึ่งใคร

^{๑๐} พุทธศาสนิกฯ, ขรราวาสธรรม, (กรุงเทพมหานคร : การพิมพ์พระนคร, ๒๕๒๓), หน้า ๕๕.

^{๑๑} หลวงพ่อปัญญานันทิกุ, ธรรมครองเรือนคุณสมบัติของผู้ครองบ้าน ครองเรือน, (กรุงเทพมหานคร : สถาบันบันบ้นศีลธรรม, ๒๕๕๑), หน้า ๑๒๓.

ๆ ก็รับประทานกันทั้งนั้น แต่ถ้าจะให้ดีมีประโยชน์ต้องเข้าใจรับประทาน การเข้าใจครองเรือนจัดเป็นประเภทดีต้น อย่างอื่นเป็นประเภทดีปลาย เพราะเมื่อครองเรือนให้ดีเสียอย่างเดียวนั้น ก็สามารถก้าวเข้าไปครองอย่างอื่นได้ทั้งหมด คือจะครองทรัพย์สมบัติก็ได้ ครองน้ำใจคนก็ได้ ครองรักก็ได้ ตลอดจนครองบ้านครองเรือน ครองสวรรค์ครองนิพพานได้ทั้งนั้น^{๑๒}

ภัสสร ลิมานนท์ ได้กล่าวไว้ในหนังสือ บทบาทของผู้ชายกับปัญหาครอบครัวไทยในปัจจุบัน ว่า ปัญหาที่เกิดขึ้นในครอบครัวไทยในปัจจุบัน ส่วนหนึ่งเกิดจากค่านิยมและการประพฤติปฏิบัติบางประการที่มีการสืบทอดกันจากคนรุ่นหนึ่ง ค่านิยมที่เห็นชัดเจนก็คือการยกให้ชายเป็นใหญ่กว่าหญิง ยอมรับให้ชายสามารถใช้ชีวิตอย่างเป็นอิสระและมีบทบาทส่วนร่วมในกิจกรรมประจำวันของครอบครัวน้อยเกินไป สิ่งเหล่านี้ทำให้ชายสร้างปัญหาครอบครัวในรูปแบบต่างๆ อาทิ เช่น การดื่มสุรา เจ้าชู้ การเที่ยวโสเภณี การมีภรรยาน้อย การทุตีหรือทำร้ายสมาชิกในครอบครัว การหย่าร้าง หรือการทอดทิ้งครอบครัว^{๑๓}

เอกซ์เรส ดร. ได้กล่าวไว้ในเตรียมตัวสมรสและครองเรือนว่า จอห์นมิลตัน นักปรัชญาเอกของโลกผู้หนึ่งกล่าวไว้อย่างน่าฟังมีบทหนึ่งว่า การแต่งงานคือการเข้าหุ้นส่วนกันด้วยกันด้วยชีวิต เมื่อขาดทุนก็ขาดทุนด้วยกัน เมื่อได้กำไรก็ได้ด้วยกัน ตั้งอยู่บนรากฐานของความรักความซื่อสัตย์และความไว้วางใจของผู้ถือหุ้นแต่ละฝ่าย เมื่อหนุ่มสาวที่ปรารถนามีเรือนชานบ้านช่องลูกหลานวัฒนาถาวรต่อไป ภายหน้าก็มาศึกษาคติของมิลตันข้อนี้ดูบ้าง ซึ่งพอจะแยกเล่าสู่กันฟังเป็นข้อ ๆ ได้อย่างนี้ (๑) การแต่งงานเป็นการเข้าหุ้นส่วนกัน (๒) การแต่งงานยอมขาดทุนได้กำไรเท่ากัน (๓) การแต่งงานตั้งอยู่บนพื้นฐานของความรัก (๔) ผู้ถือหุ้นทั้งสองฝ่ายต้องซื่อสัตย์ไว้วางใจต่อกัน^{๑๔}

พระศรีธรรมนิเทศ ได้กล่าวไว้ในหนังสือมงคล ๓๘ ประการ ถึงความหมายของขันติว่า ขันติ คือความอดทน แยกออกเป็น ๓ ประเด็น คือ (๑) ทนลำบาก หมายถึง ทนลำบากเพราะทุกขเวทนา อันเกิดจากโรคภัยไข้เจ็บเอาชนะความเจ็บป่วยได้ถึงป่วยก็สามารถหายได้โดยไว (๒) ทนตรากตรำ หมายถึง ไม่คำนึงถึงความร้อน หนาว แดด ฝน หิวก็กิน กระหายก็ดื่ม เหนื่อยก็พักเสร็จแล้วก็รีบทำงานต่อไปจนสำเร็จเรียนร้อย (๓) ทนเจ็บใจ หมายถึงความอดกลั้นเป็นขันติขั้นสูงสุด เรียกว่า อธิवासขันติ ผู้ที่มีอธิवासขันติ ย่อมเป็นผู้ที่มีใจสะอาด สบาย ปลอดโปร่ง เพราะเมื่อมีอารมณ์ใดๆ มากระทบ ก็สามารถที่จะอดกลั้นไว้ได้ทนไว้ได้ไม่แสดงออกมา^{๑๕}

หลวงภิกขุ อรรถโยธิน ได้กล่าวไว้ในอธิบายธรรมวิภาค น.ธ.ตรี ว่า ขรवास เป็นธรรมนำมาซึ่งความสุขความเจริญ เป็นสามัคคีธรรมอันควบคุมบุคคลไว้ให้กลมเกลียวกัน ผู้ปฏิบัติย่อมเกิดความสุขและตั้งตระกูลให้ถาวรมีความสุขเจริญ สัจจะ หมายถึง สัตย์ซื่อแก่กันซื่อตรงต่อกัน เป็น

^{๑๒} พระธรรมวิสุทธิธารจารย์, การครองเรือนการเสียสละคือกุญแจแห่งชีวิต, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๕๖), หน้า ๒-๓.

^{๑๓} ภัสสร ลิมานนท์, บทบาทของผู้ชายกับปัญหาครอบครัวไทยในปัจจุบัน, (กรุงเทพมหานคร : ไม่ปรากฏสำนักพิมพ์, ๒๕๔๑), หน้า ๒๘๕.

^{๑๔} เอกซ์เรส ดร, เตรียมตัวสมรสและการครองเรือน, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ธรรมบรรณาคาร, ๒๕๕๖), หน้า ๑๕-๑๖ .

^{๑๕} พระศรีธรรมนิเทศ, มงคล ๓๘ ประการ, ม.ป.ป, หน้า ๒๒.

คุณธรรมที่สำคัญในการคบหาของประชาชน ถ้าหากแต่ละบุคคลต่างประพฤติซื่อตรง ไว้วางใจซึ่งกัน และกันย่อมจะนำความเจริญมาสู่บุคคลผู้ประพฤติปฏิบัติ ทมะ หมายถึง รู้จักข่มจิตของตน ความข่มใจ เป็นคุณธรรมสำคัญอีกประการหนึ่งเพราะคนทั้งหลายย่อมมีอัธยาศัยแตกต่างกัน ถ้าไม่มีการข่มใจ ปล่อยให้ประพฤติไปตามกิเลส ย่อมทำให้แตกสามัคคีกันโดยง่าย จึงควรต้องมีอุบายข่มใจของตนเมื่อ ถูกกิเลสเข้าครอบงำ อย่าหุนหัน กระทำลงไปตามอำนาจของกิเลส ผู้ที่มีทมะยอมเป็นผู้ที่อยู่ห่างจาก ความผิดพลาด ทั้งเป็นผู้อาจรักษาสามัคคีกันดี หมายถึง ความอดทนอดกลั้น เมื่อมีเหตุการณ์ต่างๆ มา กระทบทำให้เกิดโทสะ เมื่อใช้ ทมะ คือรู้จักข่มใจตนเข้าช่วยแล้ว แต่ยังไม่สำเร็จ ก็ต้องใช้ขันติ อดกลั้น เข้าช่วยอีกแรงหนึ่ง คือ ต้องรู้จักอดกลั้นต่อเหตุการณ์อันจะยั่วให้เกิดโทสะ จาคะ หมายถึง สละให้ปัน สิ่งของ ของตนแต่คนที่ควรให้ปัน การให้เป็นกิจสำคัญประการหนึ่งของชนผู้อยู่เป็นหมู่เหล่า เป็นการ ผูกไมตรีซึ่งกันและกัน เพราะคนเกิดมามีสุข มีทุกข์ มีฐานะ มีอาชีพ แตกต่างกัน ดังนั้น จึงควรมีน้ำใจ ไมตรี อารี เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แก่กัน^{๑๖}

๑.๖.๒ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จำเนียร รักษาภักดี ได้ศึกษาวิเคราะห์ไว้ในงานวิจัยเรื่อง “การศึกษาเรื่องจริยธรรมของคู่ สมรสตามหลักพุทธศาสนา” สรุปความว่า จริยธรรมทางพุทธศาสนามีผลต่อการดำเนินชีวิตของคู่ สมรสในสถาบันครอบครัวในแง่ของกฎจริยธรรมที่ใช้เป็นกฎเกณฑ์ในการที่จะใช้เป็นแบบแผนปฏิบัติ เพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุขถาวรร่วมกับกฎหมาย ในทัศนะของพุทธศาสนานั้น หลักจริยธรรมคือ หลักที่ใช้ประคับประคองชีวิตให้ดำเนินไปในทิศทางที่ถูกต้องและเป็นประโยชน์ โดยมีเป้าหมายที่ ส่งเสริมหลักสำคัญ ๒ ประการ คือ ๑. หลักการปรับตัวให้เข้ากับสังคมและอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข โดยจริยธรรมเป็นตัวพัฒนาบุคลิกภาพของบุคคลให้เป็นผู้ที่มีพฤติกรรมน่าเคารพอยู่ในกรอบของเบญจ ศีล-เบญจธรรม เป็นแบบอย่างที่ดีแก่ผู้อื่นในสังคม ๒. หลักการส่งเสริมการแก้ปัญหา คือส่งเสริมบุคคล ให้เข้าถึงความเป็นผู้มีเหตุผล รู้ถึงคุณค่าแท้ของชีวิต (สัจธรรม) จริยธรรมของคู่สมรสเป็นตัวอย่างหนึ่ง ที่สะท้อนให้เห็นถึงเป้าหมายของการดำรงชีวิตในแบบมุ่งสร้างสรรค์คุณภาพของมนุษย์และสร้าง คุณภาพแก่ครอบครัว จริยธรรมในคู่สมรสจะช่วยลดปัญหาจากความไม่สมดุลของความคิด ค่านิยม เพศรส ทัศนคติ รวมถึงปัญหาจริยธรรมการละเมิดสิทธิอันชอบธรรมของคู่สมรสเอง จริยธรรมคู่สมรส ในพุทธศาสนาก่อเกิดผลดีแก่คู่สมรส ๔ ประการ คือ ๑. เป็นหลักการสร้างสรรค์กัลยาณมิตร ตาม หลักคุณสมบัติของกัลยาณมิตร ๗ ประการ ๒. เป็น หลักการสร้างเสถียรภาพแก่สถาบันครอบครัว ๓. เป็นหลักการสร้างสรรค์คุณภาพสังคม และ ๔.เป็นหลักการสร้างสรรค์ประโยชน์แก่ชีวิต^{๑๗}

พระมหาวิจิตร คมภิโร (ศิริรัตน์) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “อุดมคติชีวิตคู่สมรสในพุทธปรัชญา เถรวาท “ ว่า ชีวิตคู่ที่กลมกลืนกัน ถือเป็นพื้นฐานอันมั่นคงที่จะทำให้ครองรักกันได้ยืนยาว ซึ่งเรียกว่า สมชีวิธรรม ๔ ประการ คือ ๑. สมสัทธา มีศรัทธาเสมอกัน ๒. สมสีลา มีศีลเสมอกัน ๓. สมจาคา มี

^{๑๖} กลิน อรรถโยธิน, หลวง, **อธิบายธรรมวิภาค น.ธ.ตรี**, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมบรรณาการ, ๒๕๑๑), หน้า ๒๒.

^{๑๗} จำเนียร รักษาภักดี, “การศึกษาเรื่องจริยธรรมของคู่สมรสตามหลักพุทธศาสนา”, **วิทยานิพนธ์ศิลป ศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๔).

จากะเสมอกัน ๔. สมปัญญา มีปัญญาเสมอกัน และหลักพุทธปรัชญาเถรวาทที่มีภรรยาประพฤติปฏิบัติร่วมกันนั้นสามารถสรุปลงเป็น ๓ ข้อด้วยกัน คือ ทาน ศีล และภาวนา^{๑๘}

พระโรลีน รตนสีโล (หนุ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “วิธีการประยุกต์ใช้หลักฆราวาสธรรมในการแก้ปัญหาความแตกแยกในครอบครัว วิธีการปฏิบัติของอภัยทานในการจัดการความขัดแย้งความแตกแยกนั้น ทางในถือว่าเป็นจุดเริ่มต้นที่มีความสำคัญ ที่จะนำไปสู่การปฏิบัติที่เป็นการอภัยทางการและวาจา เพราะการปฏิบัติของอภัยทานทางในนั้นเป็นการเอาชนะใจตัวเอง ที่เป็นอิสระออกจากความโกรธ เกลียด อาฆาตแค้น เป็นการปฏิบัติที่รื้อถอนและสลายความยึดมั่นถือมั่นในความคิดของตนเอง ที่เป็นสาเหตุสำคัญอันจะนำไปสู่การขัดแย้งและแตกแยกขึ้น^{๑๙}

พูนสุข มาศรีงสรรค์ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การจัดการความรุนแรงในครอบครัวเชิงพุทธบูรณาการ” ผลการวิจัยพบว่า หัวใจสำคัญของการบูรณาการเชิงพุทธเพื่อใช้จัดการความรุนแรงในครอบครัวคือ การเข้าไปจัดการกับฐานของใจโดยเริ่มจากการปรับเปลี่ยนองค์ประกอบภายในจิตใจตนเอง ได้แก่ ตัณหา ทิฎฐิ มานะ เพื่อลด ละ เลิก ความยึดมั่นในตัวตน ความตระหนี่ ความเห็นแก่ตัว ความมักได้และความที่ไม่มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ที่เป็นสาเหตุสำคัญแห่งความก้าวร้าวรุนแรง ร่วมกับการพัฒนารูปแบบการดำเนินชีวิตครอบครัวของปัจเจกให้เศรษฐกิจกับจิตใจไปด้วยกันในหลักแห่งความสันโดษ พอเพียงในทางสายกลางที่อุดมไปด้วย ศีล สมาธิและตามปัญญา ตามหลักพุทธธรรมที่สำคัญอีกอย่างหนึ่งคือ สังคมโดยองค์รวม ต้องร่วมสร้างค่านิยมในคุณค่าที่มากกว่าคุณค่าเทียมในทุกอย่างที่เกี่ยวพันกับการดำเนินชีวิตครอบครัวทั้งทางตรงและทางอ้อม^{๒๐}

จากการทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่ามีเอกสารและรายงานวิจัยในประเด็นที่จะศึกษา โดยเจาะจงลงไปในส่วนที่เกี่ยวข้องกับหลักฆราวาสธรรม ๔ ในทางพระพุทธศาสนา อีกทั้งยังพบว่ามีเนื้อหาที่เกี่ยวข้องอย่างเพียงพอต่องานวิจัยนี้ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้ศึกษาการประยุกต์ใช้หลักฆราวาสธรรม ๔ สำหรับชีวิตการครองเรือนของคู่สมรส

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

งานวิจัยนี้ เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพผู้วิจัยได้ศึกษาและรวบรวมข้อมูลมีขั้นตอนในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

^{๑๘} พระมหาวชิตร คมภิโร (ศิริรัตน์), “อุดมคติชีวิตคู่สมรสในพุทธปรัชญาเถรวาท”, *วิทยานิพนธ์ ศาสตรศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘).

^{๑๙} พระโรลีน รตนสีโล (หนุ), “วิธีการประยุกต์ใช้หลักฆราวาสธรรมในการแก้ปัญหาความแตกแยกในครอบครัว” *วิทยานิพนธ์ พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๕๙).

^{๒๐} พูนสุข มาศรีงสรรค์, “การจัดการความรุนแรงในครอบครัวเชิงพุทธบูรณาการ”. *วิทยานิพนธ์ดุขุบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔).

๑.๘.๑ ขั้นรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยทำการศึกษาหลักขรรวาทธรรมและหลักของการครองเรือนที่ปรากฏในพระไตรปิฎก อรรถกถา หนังสือ บทความ วารสาร งานวิจัยและข้อมูลทางอินเทอร์เน็ต นำข้อมูลที่ได้มาจัดเรียบเรียงให้เป็นหมวดหมู่เพื่อศึกษาในประเด็นที่สำคัญต่อการครองเรือนตามแนวทางพระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๘.๒ ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ แบบสัมภาษณ์ หลังจากที่ได้ผู้วิจัยศึกษาหลักขรรวาทธรรมหลักของการครองเรือนของคู่สมรสตามแนวทางพระพุทธศาสนาเถรวาท แล้วจึงนำข้อมูลจากการศึกษามาออกแบบสัมภาษณ์คู่สมรสในจังหวัดบุรีรัมย์จำนวน ๑๒ คู่ แล้วนำเสนอต่อที่ปรึกษาเพื่อพิจารณาความถูกต้องของแบบสัมภาษณ์ จากนั้นผู้วิจัยได้ยื่นหนังสือต่ออาจารย์ประจำหลักสูตรและผู้รับผิดชอบหลักสูตรเพื่อพิจารณาแต่งตั้งผู้เชี่ยวชาญจำนวน ๓ ท่าน เพื่อตรวจสอบเครื่องมือแบบสัมภาษณ์เพื่อความเชื่อมั่นและความถูกต้องของข้อมูลที่จะนำไปสัมภาษณ์

๑.๘.๓ ขั้นตอนสัมภาษณ์ ผู้วิจัยลงพื้นที่เก็บข้อมูลเชิงลึกจากคู่สมรสจำนวน ๑๒ คู่ในจังหวัดบุรีรัมย์ โดยมีเครื่องมือในการสัมภาษณ์ดังนี้ แบบสัมภาษณ์ เครื่องบันทึกเสียง การจดบันทึกข้อมูล การบันทึกภาพนิ่ง หลังจากได้ข้อมูลครบแล้วผู้วิจัยได้ดำเนินการต่อไป

๑.๘.๔ ผู้วิจัยทำการถอดเทปและข้อมูลจากการจดบันทึกมารวบรวมเรียบเรียงทำการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้มาเพื่อความต้องการว่ารูปแบบการครองเรือนของคู่สมรสแต่ละคู่เป็นอย่างไร

๑.๘.๕ ขั้นตอนการนำเสนอข้อมูล หลังจากที่ได้ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาทั้งจากเอกสารและสัมภาษณ์แล้วทำการพิมพ์ในระบบคอมพิวเตอร์ตามรูปแบบบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยโดยเสนอความสำคัญของหลักขรรวาทธรรมและรูปแบบการครองเรือนของคู่สมรสและนำข้อมูลที่ได้มาประยุกต์ใช้กับหลักขรรวาทธรรมสำหรับการครองเรือนโดยการเขียนเชิงพรรณนาเพื่อนำเสนอเป็นข้อมูลและผลงานทางวิชาการต่อไป

๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๘.๑ ทำให้ทราบหลักขรรวาทธรรม ๔ ในพระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๘.๒ ทำให้ทราบการประยุกต์ใช้หลักขรรวาทธรรม ๔ ในชีวิตการครองเรือนของคู่สมรส

๑.๘.๓ ทำให้ทราบรูปแบบการครองเรือนของคู่สมรสตามหลักขรรวาทธรรม ๔

บทที่ ๒

หลักพราวาสธรรม ๔ ในทางพระพุทธศาสนาเถรวาท

หลักธรรมสำหรับการครองเรือนหรือ พราวาสธรรม ๔ ในทางพระพุทธศาสนาเถรวาทนั้น ผู้วิจัยได้สืบค้นแนวคิดหลักพราวาสธรรม ๔ ในทางพระพุทธศาสนาเถรวาท ธรรมของผู้ครองเรือน หลักการครองชีวิตของคฤหัสถ์ หลักการครองครอบครัวของคนทั่ว ๆ ไป จากแหล่งข้อมูลในชั้นปฐมภูมิในพระไตรปิฎก และแหล่งข้อมูลในชั้นพุทธิภูมิจากหนังสือ เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๒.๑ ความหมายพราวาสธรรม ๔

พราวาสธรรม ประกอบด้วย คำ ๒ คำ คือ “พราวาส” แปลว่า ผู้ดำเนินชีวิตในทางโลก, ผู้ครองเรือน และ “ธรรม” แปลว่า ความถูกต้อง, ความดีงาม, นิสัยที่ดีงาม, คุณสมบัติ, ข้อปฏิบัติ^๑ ดังนั้น พุทธทาสภิกขุ ได้ให้ความหมายของคำว่า “พราวาส” หรือ “คฤหัสถ์” ไว้ในหนังสือ พราวาส ว่า หมายถึง ผู้ครองเรือน คือมีครอบครัว ซึ่งต้องทำให้ถูกต้องเป็นหน้าที่ของมนุษยชาติตามปกติหรือสัตว์ตามปกติ เป็นหน้าที่ที่จะต้องทำให้ถูกต้องสูงขึ้น-สูงขึ้นเป็นลำดับ จนกระทั่งจิตใจ ก็ต้องทำจิตใจให้ถูกต้อง คำว่า “หน้าที่” ในภาษาบาลีเรียกว่า “ธัมม” ในภาษาสันสกฤตว่า “ธรรม” ในภาษาไทย “ธรรม” คือหน้าที่^๒

ศาสตราจารย์ ดร. ประยงค์ แสนบุราณ ได้ให้ความหมายของคำว่า “พราวาสธรรม” ในหนังสือพระพุทธศาสนาเถรวาท คณะมนุษยและสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ว่าหมายถึง ธรรมของผู้ครองเรือน หลักการครองชีวิตของคฤหัสถ์ หลักการครองครอบครัวของคนทั่ว ๆ ไป หลักการอยู่ด้วยกันของครอบครัว กล่าวคือ สามภรรยาจะอยู่ด้วยกันอย่างมีความสุข^๓

วิทย์ วิทเศส ได้ให้ความหมายของ “พราวาส” ไว้ในหนังสือธรรมศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๔๒ ว่าหมายถึง บุคคลที่ไม่ใช่ภิกษุหรือพระสงฆ์ ดังนั้น พราวาส ก็คือชาวบ้านทั่วไปที่มีอาชีพแตกต่างกัน เช่น พ่อค้า ข้าราชการ ชาวนา ชาวไร่ แพทย์ หรือนักเรียน นักศึกษา^๔

พระโรลัน รตนสีโล (หุน) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “วิธีการประยุกต์ใช้หลักพราวาสธรรมในการแก้ปัญหาความแตกแยกในครอบครัว” พบว่า พราวาส คือ บุคคลผู้ครองเรือน เป็นผู้ที่มีเหย้ามี

^๑ จากวิกิพีเดีย สารานุกรมเสรี, แหล่งที่มา, [ออนไลน์], <https://th.wikipedia.org/wiki/>, [๒๓ มิถุนายน ๒๕๖๐].

^๒ พุทธทาสภิกขุ, พราวาสธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิธรรมทาน, ๒๕๓๗), หน้าที่ ๔๕.

^๓ ประยงค์ แสนบุราณ, พระพุทธศาสนาเถรวาท, (ขอนแก่น : หจก. โรงพิมพ์คลังนาวิทยา, ๒๕๕๗), หน้า ๑๗๑.

^๔ วิทย์ วิทเศส, ธรรมศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๔๒, (๙ กรกฎาคม ๒๕๕๔) .แหล่งที่มา, [ออนไลน์] <http://www.moe.go.th/moe/th/home/main.php>, [๑๖ พฤษภาคม ๒๕๕๘].

เรือน มีครอบครัว ซึ่งประกอบไปด้วย บิดา มารดา ภรรยา สามี บุตรและบริวารเครือญาติ เรียกอีกอย่างว่า “คฤหัสถ์” หลักฆราวาสธรรม ๔ นี้ จะสอนให้คนเรารู้จักการดำเนินชีวิตทางโลกอย่างผู้ประสบความสำเร็จ ซึ่ง ฆราวาสธรรม ประกอบด้วย ๒ คำ “ฆราวาส” แปลว่า ผู้ดำเนินชีวิตในทางโลก ผู้ครองเรือน และ “ธรรม” แปลว่า ความถูกต้อง ความดีงาม นิสัยที่ดีงาม ฆราวาสธรรม ประกอบด้วยธรรมะ ๔ ประการ คือ สัจจะ ทมะ ขันติ และจาคะ โดยหลักธรรม ๔ ประการนี้มีความสำคัญต่อการสร้างตัวของฆราวาสมาก หลักฆราวาสธรรม ๔ ปฏิบัติตนได้ดี สมหวังในรักดังตั้งใจ^๕

พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงแสดงไว้อย่างครบถ้วน แม้แต่การครองเรือน การมีชีวิตคู่ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็ทรงแสดงไว้ ว่าผู้ที่เป็นสามีพึงปฏิบัติตนอย่างไร ผู้ที่เป็นภรรยาจะพึงปฏิบัติอย่างไร ซึ่งจะเป็นการประคับประคองให้ชีวิตดำเนินไปอย่างถูกต้อง ไม่เป็นเหตุนำมาซึ่งความเดือดร้อน (ตามที่ปรากฏในความคิดเห็นที่ ๑) ถ้าทั้งฝ่ายชาย และ ฝ่ายหญิง ต่างก็เป็นคนดีทั้งคู่ น้อมประพฤตินิสัยที่ถูกต้องดีงาม ก็เป็นการอยู่ร่วมกันของคนดีทั้งคู่ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ว่าเป็นชายเทวดาอยู่ร่วมกับหญิงเทวดา ซึ่งเป็นผู้ที่ไม่ตายไปจากคุณความดี ดังข้อความจากปฐมสังฆวาสนสูตร

การอยู่ร่วมกันเป็นสามีภรรยา สิ่งที่ควรพิจารณาเป็นอย่างยิ่งชีวิตแต่ละภพในแต่ละชาตินั้น สันแสนสั้น ไม่ได้ยั่งยืนนาน ในที่สุดแล้วทุกคนจะก็จะจากโลกนี้ไป ทอดทิ้งกันและกัน ด้วยความตายที่เกิดขึ้น ดังนั้น สิ่งที่จะเป็นที่พึ่งที่แท้จริงในชีวิต คือ กุศลธรรม ความดีทั้งหลายทั้งปวง โดยเฉพาะอย่างยิ่ง คือ ปัญญา ความเข้าใจถูกเห็นถูก อันเกิดจากการฟังพระธรรมศึกษาพระธรรม สะสมความเข้าใจถูกเห็นถูกไปตามลำดับ และปัญญานี้เอง จะเป็นแสงสว่างของชีวิตนำทางให้แต่ละชีวิตดำเนินไปในทางที่ถูกต้องดีงาม เป็นกุศลธรรม (ไม่ว่าจะเป็นใคร อยู่ในฐานะใดก็ตาม) ถอยออกห่างจากอกุศลธรรม มากยิ่งขึ้น^๖

พุทธภิกขุ ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “ฆราวาสธรรม” ว่ามีข้อที่ต้องทำความเข้าใจ เกี่ยวกับคำว่า “ธัมม” หรือ “ธรรมะ” นี้ สิ่งที่เราเรียกว่าธรรม มี ๒ ประเภท ประเภทที่หนึ่งเป็นตัวหลักที่เราต้องปฏิบัติโดยตรงเป็นวัตถุประสงค์เป็นความมุ่งมั่นอย่างนั้น ๆ โดยเฉพาะ ประเภทที่สอง เป็นธรรมะที่เป็นลักษณะที่เป็นเครื่องมือที่ช่วยให้เราปฏิบัติตามที่เราต้องการนั้นได้สำเร็จ ธรรมะทำหน้าที่ต่างกัน อย่างนี้ โดยส่วนใหญ่การแบ่งธรรมะออกเป็น ๒ ประเภทนี้ก็มีส่วนประกอบอย่างย่อย ๆ ลงไปอีกตามความจำเป็นของมัน เพราะฉะนั้น เราจะต้องรู้จักคือ ธรรมะที่เราจะต้องปฏิบัติเป็นเช่นไร ? ธรรมะที่เป็นเครื่องมือที่ช่วยให้เราปฏิบัติได้ตามนั้นเป็นอย่างไร ? ถ้าเป็นในเรื่องขั้นสูงก็มีธรรมะที่ช่วยให้จิตใจสงบ เช่น สมาธิ เป็นต้น แล้วจึงเอาไปใช้ปฏิบัติเพื่อให้รู้ส่วนที่จะต้องรู้จนบรรลุ มรรค ผล นิพพาน^๗

สำหรับฆราวาส ซึ่งมีเรื่องยุ่งยากมาก ยิ่งทำให้ชีวิตมีความยากลำบาก จำเป็นที่จะต้อง

^๕ พระโรสิน รตนสีโล (ทุน), “วิธีการประยุกต์ใช้หลักฆราวาสในการแก้ปัญหาความแตกแยกในครอบครัว”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสนมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), หน้า ๖๙.

^๖ แหล่งที่มา, [ออนไลน์] www.dhammadhome.com [3 พฤษภาคม ๒๕๖๐].

^๗ พุทธทาสภิกขุ, ฆราวาสธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิธรรมทาน, ๒๕๓๗), หน้า ๖๕.

เครื่องมือที่จะบังคับตัวเองให้ทำในสิ่งที่เราที่ตัวเองตั้งใจจะทำ เพราะฉะนั้น ขอให้สนใจเครื่องมือให้มากในธรรมะประเภทที่เป็นเครื่องมือด้วย ธรรมะหมวดหนึ่งที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้เหมาะสมกับโอกาสพิเศษนี้ คือ ขรवासธรรม ๔ ประการ ขรवासธรรม แปลว่า ธรรมสำหรับการครองเรือน มีอยู่ ๔ ข้อด้วยกันคือ หนึ่ง สัจจะ แปลว่า ความจริง สอง ทมะ แปลว่า การฝึกฝนปรับปรุงตน สาม ขันติ ความอดทน สี่ จาคะ ความเสียสละ ความเอื้อเฟื้อ ความมีน้ำใจจะขอกล่าวถึงธรรม ๔ ประการนี้

โดยสรุป คำว่า ขรवासธรรม หมายถึง ผู้ทำหน้าที่ในการครองเรือนอย่างถูกต้องดีงามเพื่อยกระดับให้สูงขึ้นทั้งทางด้านการเลี้ยงชีพและยกระดับจิตใจให้สูงขึ้น เพื่อให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขไม่มีความเดือดร้อนในปัจจุบัน

๒.๑.๑ ขรवासธรรม ๔ ประการ

คำสอนเกี่ยวกับขรवासธรรมเป็นเรื่องเกี่ยวกับการทำมาหากิน เรื่องของสังคม ซึ่งในทางพุทธศาสนาก็ยอมรับเรื่องการทำมาหากินและเรื่องสังคมจะต้องทำให้ดีทำให้ถูก ในเรื่องการทำมาหากินมีความเพียรในการแสวงหาทรัพย์สามารถใช้จ่ายอย่างถูกต้องและในการครองชีวิตที่ดี แล้วก็มิตรสหายที่ดี ความสำเร็จในการแสวงหาทรัพย์นี้ก็คือ การทำให้มีทรัพย์ ทำให้มีเกียรติ ทำให้มีเพื่อน ถ้าใครทำได้ทั้งสามนี้รวมเรียกว่า มีทรัพย์สมบัติ มีเกียรติยศชื่อเสียงและมีเพื่อนหรือสังคมที่ดี สำหรับธรรมะประเภทที่เป็นเครื่องมือที่จะช่วยให้เราปฏิบัติได้ ในสิ่งที่เราจะต้องปฏิบัติหรือเป็น คุณธรรมที่สามารถร่ายจะพึงปฏิบัติร่วมกัน เรียกว่า ขรवासธรรม หลักธรรมในฐานะที่เป็นเครื่องมือสำหรับผู้ครองเรือน มี ๔ ข้อ คือ

๑. สัจจะ หมายถึง ความซื่อสัตย์ต่อกัน ความไว้น้ำใจเชื่อใจกัน ไม่นอกใจกัน สามิภรรยารักใคร่กัน ต่างฝ่ายต่างจริงใจและซื่อสัตย์ต่อกันไม่มีความลับต่อกัน พุดง่าย ๆ คือรักเดียวใจเดียวต่อกันอย่าหลายใจ แต่อย่าหึงกันจนมากเกินไป เพราะจะนำไปสู่การเข้าใจผิด เกิดการโกรธเคืองกัน ทะเลาะวิวาทกันเองอาจทำให้ชีวิตครอบครัวพังได้ อาจแบ่งได้ ๓ ด้าน ความจริงขั้นที่หนึ่ง คือ ความจริงใจ ซึ่งเป็นรากฐานจากความจริงใจเป็นสำคัญที่สุด และเป็นรากฐานที่มั่นคงของความสัมพันธ์ที่ดีงาม ความจริงใจแสดงออกเป็นความซื่อสัตย์ต่อกัน จากนั้นก็ จริจวาจา คือ พุดจริง ขั้นที่ ๓ จริจการกระทำ คือ การทำความจริงตามที่ใจคิดไว้ ตามที่วาจาพุดไว้ ตลอดจนกระทั่งว่าการดำเนินชีวิต ประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ก็ตั้งใจทำตามที่ความมุ่งมาดปรารถนาไว้ แต่ทั้งหมดนี้ก็เป็นรากฐาน ความจริงใจเป็นสิ่งสำคัญที่สุดที่จะทำให้ความสัมพันธ์นั้นมั่นคงยั่งยืน^๔

๒.ทมะ แปลว่า ความฝึกฝนปรับปรุงตน ทมะ นี้เป็นข้อสำคัญในการที่จะทำให้เกิดความเจริญก้าวหน้า ทมะ หมายถึง การรู้จักข่มใจ หักห้ามใจในเวลาที่มีเรื่องราวที่ไม่สบายใจเกิดขึ้น เช่น เวลาโกรธ ก็พยายามข่มใจไม่ให้โกรธ หรือแสดงความโกรธนั้นต่ออีกฝ่ายหนึ่ง เพราะจะทำให้อีกฝ่ายหนึ่งไม่พอใจหรืออาจโกรธตอบอันจะนำไปสู่การทะเลาะกันได้ ประการแรกสุดที่จะเห็นได้ง่ายในความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันก็คือ บุคคลที่มาอยู่ร่วมสัมพันธ์กันนั้น ย่อมมีพื้นเพต่าง ๆ กัน มีอุปนิสัยในคอและสิ่งสมประสงค์ปรารถนาไม่เหมือนกัน แต่เมื่อมาอยู่ร่วมกันแล้วจำเป็นต้องปรับตัวเข้าหากัน ในเมื่อมีพื้นเพต่างกันก็สะสมมาคนละอย่าง ก็อาจมีการแสดงออกที่ขัดแย้งกัน หรือไม่สอดคล้องกันได้บ้าง

^๔ พระเมธีวราภรณ์ (สุทัศน์ ป.ธ.๙) , เบญจศีลเบญจธรรม : อุดมชีวิตของมนุษย์, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ต้นบุญ, ๒๕๕๕), หน้า ๑๒๔.

การที่จะทำให้เกิดความราบรื่นเป็นไปด้วยดี ก็ต้องปรับเปลี่ยนเข้าหากัน รู้จักที่จะเข้าใจไว้มาก่อนและใช้สติปัญญาพิจารณา ก็หาทางที่จะปรับตัวเข้าหากันด้วยดีด้วยวิธีที่เป็นความสงบ และเป็นทางที่จะรักษาน้ำใจกันไว้ได้ มีความปรองดองสามัคคี อันนี้ก็เป็น การปรับตัวอย่างหนึ่ง^๙

นอกจากนี้ ประการที่สองในการอยู่ร่วมกันกับบุคคลภายนอกหรือในกิจการงานและสิ่งแวดล้อมทั้งหลาย เราก็ต้องรู้จักปรับปรุงฝึกฝนตัวให้ดียิ่งขึ้น ด้วยการขวนขวายหาความรู้ให้เท่าทันสิ่งแปลกใหม่อยู่เสมอ เป็นต้น ชีวิตจึงเจริญก้าวหน้าได้ ทมะ นี้ ต้องมีปัญญาเป็นแกนนำสำคัญ เพราะต้องรู้จักคิดพิจารณา และมีความรู้ความเข้าใจ จึงจะปรับตัวและฝึกฝนปรับปรุงตนได้

๓. ขันติ คือ ความอดทน ความอดทนเป็นเรื่องของพลังความเข้มแข็ง ความอดทนหมายความว่า ให้รู้จักอดทนต่อคำกล่าวติฉินของอีกฝ่ายหนึ่ง หรือของคนอื่น ๆ เขาจะว่าอะไรก็ให้พยายามอดทนไว้ เก็บอารมณ์ไว้ อย่าแสดงออกตอบ เพราะหากแสดงออกตอบก็จะนำไปสู่การทะเลาะวิวาทกัน โกรธเคืองกัน ผิดใจกัน เวลาที่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งโกรธ ก็ให้อีกฝ่ายหนึ่งพยายามอย่าโกรธตอบ หรือทางที่ดีที่สุดให้เดินหนีไปให้ไกลคนเราเมื่ออยู่ร่วมกันทำนองว่าเหมือนลื่นกับพื้น ย่อมจะมีโอกาสที่กระแทกกระทั้นกัน จึงต้องมีความหนักแน่น ความเข้มแข็งในใจที่จะอดทนไว้มาก่อน เรียกว่าอดทนต่อสิ่งกระทบ^{๑๐}

นอกจากนี้ อดทนอีกอย่างหนึ่ง คือ อดทนต่อการทำงานเพื่อตั้งเนื้อตั้งตัวอย่าชี้แจงสาธิตภรรยาที่ขยันพยายามหาทรัพย์ในทางที่ชอบก็จะมีชีวิตที่สุขสบาย ต่างจากคู่สามีภรรยาที่ไม่อดทนชีวิตคู่ก็จะล้มเหลว อดทนต่อความเจ็บปวดเมื่อยล้าทางกาย และอดทนต่อความลำบากตรากตรำ ในการทำงาน เป็นต้น ซึ่งจะทำให้สามารถฝ่าฟันอุปสรรคคล่องไปได้ ถ้าหากว่าบุคคลสองคนหรือหลายคนมาอยู่ร่วมกันแล้ว เอาความเข้มแข็งที่มีอยู่ของแต่ละคนมารวมกันเข้า ก็จะเพิ่มกำลังความเข้มแข็งให้มากขึ้น จะสามารถร่วมฝ่าฟันอุปสรรคและความเพียรสร้างสรรค์рудหน้าไปสู่ความสำเร็จ อันนี้เป็นเรื่องของขันติ ความอดทน ที่จะช่วยเสริมให้มีความก้าวหน้า เจริญมั่นคง และพร้อมพร้อมด้วยความสำเร็จ

๔. จาคะ แปลว่า การเสียสละ การรู้จักเสียสละประโยชน์ส่วนตนให้อีกฝ่าย หรือเสียสละความสุขของตนให้อีกฝ่าย ทุกฝ่ายพยายามยอมกันในเรื่องบางเรื่องหรือทุกเรื่อง การเสียสละเพื่อประโยชน์แก่กันจะเกิดความสงสารเห็นอกเห็นใจกันมากที่สุด^{๑๑}

ความเสียสละ เริ่มตั้งแต่ความมีน้ำใจคือความพร้อมที่จะเสียสละความสุขส่วนตัวให้แก่ผู้อื่น โดยเฉพาะผู้อยู่ร่วมกันก็ต้องมีความเสียสละต่อกัน เช่น เวลาฝ่ายหนึ่งไม่สบายเจ็บไข้ได้ป่วย อีกฝ่ายหนึ่งก็ต้องเสียสละความสุขส่วนตนเองเพื่อช่วยรักษาพยาบาล อย่างน้อยก็มีน้ำใจที่จะระลึกถึง เมื่อจะทำอะไรก็ตามก็คำนึงถึงความสุขของฝ่ายหนึ่ง เมื่อฝ่ายหนึ่งคำนึงถึงความสุขความเจริญของอีกฝ่ายหนึ่ง อย่างนี้ก็เรียกว่ามีจาคะ จาคะนี้พึงแผ่ไปยังญาติมิตร บิดา มารดา หรือผู้อยู่ใกล้ชิด

^๙ พระเมธีวราภรณ์ (สุทัศน์ ป.ธ.๙) , เบญจศีลเบญจธรรม : อุดมชีวิตของมนุษย์, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ต้นบุญ, ๒๕๕๕), หน้า ๑๒๕.

^{๑๐} พระเมธีวราภรณ์ (สุทัศน์ ป.ธ.๙) , เบญจศีลเบญจธรรม : อุดมชีวิตของมนุษย์, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ต้นบุญ, ๒๕๕๕), หน้า ๑๒๕.

^{๑๑} พระเมธีวราภรณ์ (สุทัศน์ ป.ธ.๙) , เบญจศีลเบญจธรรม : อุดมชีวิตของมนุษย์, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ต้นบุญ, ๒๕๕๕), หน้า ๑๒๕.

ตลอดจนกระทั่งถึงเพื่อนมนุษย์โดยทั่วไป ถ้าหากว่ามีกำลังมากพอ ก็ใช้ก็สละทรัพย์สินที่ตนมีอยู่ใน การอนุเคราะห์สงเคราะห์ผู้อื่น จาคะนี้เป็นเครื่องหมายยึดเหนี่ยวน้ำใจของกันและกัน และของคน ทั้งหลายที่แวดล้อมอยู่ไว้ได้

หลักธรรม ๔ ประการนี้ มีความสำคัญในการครองเรือนโดยสรุป คือ สัจจะ ความจริง เป็น รากฐานให้เกิดความมั่นคงยั่งยืน ประการที่ ๒ ทมะ การฝึกฝนปรับปรุงตน เป็นเครื่องหมายนำไปสู่ ความเจริญก้าวหน้าในชีวิตและการทำงาน ประการที่ ๓ ขันติ ความอดทน เป็นเครื่องช่วยให้ความ เจริญก้าวหน้านั้นเป็นไปได้สำเร็จ เพราะมีความเข้มแข็งมีพลังที่จะช่วยเสริม และประการที่ ๔ จาคะ ความเสียสละ มีน้ำใจเป็นเครื่องบำรุงหล่อเลี้ยงมนุษย์ช่วยให้เกิดความชุ่มฉ่ำสดชื่น

ธรรมะ ๔ ประการนี้เป็นองค์ประกอบที่จำเป็นในชีวิต เหมือนกับต้นไม้จะเจริญงอกงาม ต้องมีรากฐานที่มั่นคง คือ สัจจะ มีความเจริญเติบโตคือ ทมะ มีความแข็งแรงกิ่งก้านสาขา ตลอดจน ลำต้น นั่นคือขันติ ซึ่งจะทนต่อสัตว์ทั้งหลายที่จะมาเบียดเบียนและมีเครื่องบำรุงหล่อเลี้ยงเช่นน้ำและ อากาศ เป็นต้น ซึ่งช่วยให้เกิดความชุ่มชื้น กล่าวคือ จาคะ ความมีน้ำใจ

ธรรมะ ๔ ประการนี้ จะเป็นเครื่องทำให้ชีวิตประสบความสำเร็จ เป็นเสน่ห์ของคู่สามี ถ้า เรออยากให้ครอบครัวมั่นคง มีความมั่นคงในความรัก ไม่รักง่ายหน่ายเร็ว ถ้าเกิดความเบื่อหน่าย หรือ ความรักมีรสจืดจาง พึงปรุปรุสแห่งความรักให้เบ่งบานมีพลังอีกครั้ง เหมือนเราทานอาหารก็ต้องปรุ ปรุสที่เราชอบ อร่อยลิ้นฉันทิ สามีภรรยาพึงร่วมกันการปรุปรุสรักให้อร่อยฉันทิ^{๑๒}

พระพุทธเจ้าตรัสสอนไว้ สำหรับ คฤหัสถ์ คือผู้ครองเรือนทั่วไปให้ดำเนินชีวิตตาม หลักธรรม ๔ ประการนี้ จึงเรียกว่า ขรवासธรรม เมื่อดำเนินชีวิตได้ดังนี้ก็นับว่าได้ประสบสิริมงคล อย่างแท้จริง ธรรมะดังกล่าวมานี้จึงกล่าวได้ว่าเป็นธรรมมงคล เพราะเป็นหลักความดีงามที่จะทำให้ เกิดความสุขความเจริญก้าวหน้า^{๑๓}

๒.๑.๒ ขรवासธรรม ๔ ในฐานะที่เป็นเครื่องมือปฏิบัติ

พุทธทาสภิกขุ ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “ขรवासธรรม” ว่า ขรवासธรรม ซึ่งหมายถึง ขรवासที่เป็นธรรมะประเภทเครื่องมือ โดยวางไว้ถึง ๓ ระดับ คือ ต่ำ-กลาง –สูง ขรवासจะต้อง ขรवासธรรมทั้ง ๓ ระดับจึงจะเป็นขรवासที่มีความสุข ขรवासธรรมต่ำ ๆ ก็คือ เรื่องการทำมาหากิน เรื่องการสังคม เรื่องทิศก เป็นต้น นี้ต้องปฏิบัติให้ดี จะได้มีทรัพย์ มีเกียรติยศ มีสังคมที่ดี ก็เป็นอัน เสร็จเรื่องไปตอนหนึ่งตอนหนึ่งสำหรับขรवास สำหรับหน้าที่ของขรवासซึ่งมีขรवासธรรมในขั้นต่ำ เป็นคู่กัน ในขั้นกลาง ก็คือ รู้จัก พระพุทธ พระธรรม รู้จักพระสงฆ์ แล้วก็มีศีลที่ดีนี้ก็หมายความว่า เป็น เรื่องที่สูงขึ้น สำหรับจะได้มีจิตใจที่สูงขึ้น นี้เรียกว่าขรवासธรรมในระดับกลาง แต่เท่านี้ยังไม่พอ ขรवासจะต้องมีขรवासธรรมขั้นสูงอีกขั้นหนึ่ง คือธรรมะในขั้นสูงที่เรียกว่า สุญญตา หรืออนัตตา สำหรับขรवासจะได้ปลง ในเมื่อสิ่งต่าง ๆ ไม่เป็นไปตามปรารถนา เช่น ความวิบัติเกิดขึ้น หรือความ ทุกข์ยากอย่างอื่นเกิดขึ้นแม้ที่สุดแต่ความเจ็บไข้เป็นต้นก็ดี เขาจะได้มีความรู้เรื่องสุญญตา อนัตตา มา

^{๑๒}พระเมธีวราภรณ์ (สุทัศน์ .ป.ธ.๙) , บุญจิตลบุญจรธรรม : อุดมชีวิตของมนุษย์, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ต้นบุญ, ๒๕๕๕), หน้า ๑๒๕.

^{๑๓}พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), คู่มือชีวิต, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทพิมพ์สวย จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๙๓-๙๘.

เป็นเครื่องปลง แล้วก็สลัดความทุกข์ที่เกิดจากการวิบัติหรือการที่จะต้องไปตามธรรมชาตินั้นออกไปเสีย เลยไม่มีทุกข์ ไม่ฉะนั้นจะเป็นขราวาสที่โง่เขลามิแต่ความทุกข์ในเมื่อสิ่งต่าง ๆ มันไม่เป็นไปตามที่ตนปรารถนา^{๑๔}

ขราวาสควรจะรู้ไว้ว่า มันไม่มีอะไรที่จะเป็นไปตามความปรารถนาของเราทุกสิ่งทุกอย่าง มันเป็นไปตามความปรารถนาได้น้อยมากแล้วมันก็ยากที่จะเป็นด้วยเพราะฉะนั้นเราต้องมีธรรมในขั้นสูงสำหรับการแก้ปัญหาซึ่งอย่าให้ขราวาสตกนรกทั้งเป็น อย่าต้องมานั่งร้องไห้บ่อย ๆ เมื่อลูกตาย เมื่อผู้ตาย เมื่อเมียตาย หรือวิบัติเมื่อโจรภัย อัคคีภัย หรือจะต้องเจ็บต้องไขในลักษณะที่รักษาไม่ได้ ขราวาสนั้นจะต้องไม่ทุกข์มากซึ่งขราวาสต้องมีขราวาสธรรมถึง ๓ ระดับอย่างนี้

การมีคู่ครอง (การแต่งงาน) เป็นไปตามเหตุตามปัจจัย ไม่อยู่ในอำนาจบังคับบัญชาของใครทั้งสิ้น และไม่พ้นไปจากธรรม ด้วย เพราะสิ่งที่มีจริงในชีวิตประจำวัน เป็นธรรมทั้งหมด トラบใดที่ยังไม่ได้ดับโลภะ ความติดข้องยินดีพอใจในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ได้อย่างหมดสิ้น โลภะ ก็เกิดขึ้น ทำกิจหน้าที่ติดข้องในสิ่งที่กำลังปรากฏ แต่ในชีวิตประจำวันก็ไม่ได้มีเฉพาะโลภะ หรืออกุศลธรรมเท่านั้นที่เกิดขึ้นเป็นไป โอกาสของกุศลธรรม ก็มีด้วย ขึ้นอยู่กับว่าผู้นั้นจะโน้มไปในทางที่เป็นกุศลมากน้อยแค่ไหน ความประพฤติดังงามทั้งหลายทั้งปวง ท่านพุทธทาส^{๑๕} ได้กล่าวไว้ในหนังสือโคลกธรรม ท่านพุทธทาสว่า วิถีชีวิตของขราวาสจะมีความวุ่นวายมากยิ่งถ้าไม่มีการลดละโลก โภคะ หลงด้วยแล้วแต่ความสกปรกรุงรัง น่ารังเกียจยิ่งนัก ในชีวิตเกี่ยวข้องกับเรื่องเงิน ๆ ทอง ๆ เรื่องอดเรื่องอึด จึงมีเรื่องกิน กาม เกียรติมาปะปนในชีวิตประจำวันมากบ้างน้อยบ้างแล้วแต่วิถีชีวิตของแต่ละคน ต้องทำงานอย่างหนักเพื่อหาปัจจัยสี่มาบำรุงบำเรอชีวิตให้เป็นไปได้ พระเมธีวราภรณ์ (สุทัศน์ ป.ธ.๙)^{๑๖} ได้กล่าวไว้ว่า คำว่า “ครอบครัว” เป็นคำที่สำคัญและมีความหมาย ช่อนปริศนาธรรมอยู่ภายใน แยกมาจากคำว่า ครอบครัว

คำว่า “ครอบครัว” หมายถึง การเอาของที่มีลักษณะภายในโปร่งคล้าย ๆ กัน คั่วปิดไว้

ส่วนคำว่า “ครัว” หมายถึง เรือนหรือโรงทำกับข้าว ในที่นี้ คือบ้านหรือเรือนนั่นเอง ดังนั้น

เพราะฉะนั้นคำว่า ครอบครัว จึงหมายถึง การครอบคนสองคนไว้ในบ้านหรือเรือนเดียวกันไม่ให้จากกันไปไหน เมื่อทราบความหมายนี้แล้ว ก็จะทำให้เห็นภาพชัดว่าการมีครอบครัวก็คือการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันภายใต้หลังคาบ้านหรือเรือนเดียวกันไปจนกว่าชีวิตจะหาไม่

๒.๒ ความสำคัญของขราวาสธรรม ๔

^{๑๔} พุทธทาสภิกขุ, ขราวาสธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิธรรมทาน, ๒๕๓๗), หน้า ๗๗ .

^{๑๕} ไพโรจน์ อยู่มณเฑียร, โคลกธรรมท่านพุทธทาส, (กรุงเทพมหานคร : รุ่งแสงการพิมพ์, ไม่ทราบปีที่พิมพ์), หน้า ๕๑.

^{๑๖} พระเมธีวราภรณ์ (สุทัศน์ ป.ธ.๙) , เบญจศีลเบญจธรรม : อุดมชีวิตของมนุษย์, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ต้นบุญ, ๒๕๕๕), หน้า ๑๒๐.

การที่คนสองคนใช้ชีวิตอยู่ด้วยกันนั้นเป็นเรื่องยากพอสมควรเพราะความคิดเห็นทั้งสองอาจไม่เหมือนกันจำเป็นต้องปรับความคิดเห็นของคนทั้งสองเข้าหากันเพื่อลดความบาดหมางกันหรือโกรธเคืองกันหากสามารถสร้างความคิดเห็นเป็นไปในทางเดียวกันได้ ถ้าเรามีปัญญามีธรรมเป็นเครื่องคุ้มครองแล้วแล้ว ก็สามารถสร้างครอบครัวให้มีความสุข

พระบรมราโชวาทพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช ได้พระราชทานแก่ประชาชนชาวไทยมีพระบรมราโชวาท ๔ ประการ ที่พระราชทานนั้น ได้แก่ ประการแรก คือการรักษาความสัจ ความจริงใจต่อตนเอง ที่จะประพฤติปฏิบัติแต่ในที่เป็นประโยชน์และเป็นธรรมประการที่สอง คือรู้จักข่มใจตนเอง ฝึกใจตนเองให้ประพฤติปฏิบัติอยู่ในความสัจความดีนั้น ประการที่สาม คือความอดทน อดกลั้น และอดออมที่จะไม่ประพฤติล่วงความสัจสุจริตไม่ว่าจะด้วยเหตุประการใด ประการที่สี่ คือการรู้จักละวางความชั่ว ความทุจริต และรู้จักสละประโยชน์ส่วนน้อยของตนเพื่อประโยชน์ส่วนใหญ่ของบ้านเมือง

พระบรมราโชวาททั้ง ๔ ประการนี้ ทรงให้ชื่อว่าคุณธรรม ๔ ประการซึ่งบุคคลทั่วไปควรที่จะกำหนดจดจำไว้เป็นอย่างดีคุณธรรมประการแรก คือ การรักษาความสัจความจริงใจต่อตัวเอง ที่จะประพฤติปฏิบัติแต่ในสิ่งที่เป็นประโยชน์และเป็นธรรมนั้นคำว่า ความสัจ หมายถึง ความประพฤติอะไรด้วยน้ำใจจริง ได้แก่ความประพฤติเที่ยงธรรมตามหน้าที่ ความซื่อตรงต่อมิตรสหาย ความจงรักภักดีในผู้บังคับบัญชาของตน ความกตัญญูต่อบุคคลผู้มีอุปการคุณ ความสัจนี้เป็นคุณธรรมที่สำคัญในการคบหาสมาคมของประชาชน เพราะถ้าทุกคนตั้งใจทำตามหน้าที่ยอมอำนวยผลคือความสามัคคีพร้อมเพรียงเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันช่วยประกอบกิจนั้น ๆ ให้สำเร็จประโยชน์เป็นคุณแก่ชาติให้เกิดความปิติปราโมทย์แห่งใจของคนทุกชั้น ความสัจนั้นไม่เคยเป็นที่เบื้อหน่ายของใคร ๆ แม้ว่าจะได้รับมากมายสักเพียงใดก็ยังเป็นที่มุ่งหวังตั้งปรารถนา พระพุทธศาสดาก็ยังสรรเสริญว่าความสัจมีรสเลิศยิ่งกว่ารสทั้งหลาย ความสัจเป็นวาจาไม่ตาย บุคคลได้ชื่อเสียงเกียรติยศทั้งหลายก็เพราะความสัจดังนี้

ส่วนคำว่า ความจริงใจ หมายถึง ความจริงที่มีอยู่ในใจ คือว่าจริงเป็นอย่างไรก็พูดและทำอย่างนั้น ในข้อนี้มีลักษณะ ๓ ประการ คือความจริง ความตรง ความแท้ ความจริงนั้นก็ให้แก่ความไม่โกหกหรือหลอกลวง เป็นคนพูดตามความเป็นจริงที่มีอยู่ในใจ พูดอย่างไรก็ทำอย่างนั้น ไม่พูดพาลามไม่ทำเรื่องเหลวไหล ทำได้ตามที่พูดไว้ ดังคำพังเพยที่กล่าวว่า “เมื่อทำไม่ได้ดังปากว่าแล้ว จะเอาหน้าไปไว้ที่ไหน”

ส่วนคำว่าความตรง นั้นหมายถึง ความซื่อตรง คือไม่คดไม่โกง ตรงไปตรงมา กายวาจากับใจตรงกัน ใจคิดอย่างไร กายวาจาแสดงออกไปอย่างนั้น เป็นคนคงเส้นคงวา ไม่คดในช่องอในกระดุกหน้าซื่อใจคดหรือหน้าเนื้อใจเสือ หรือว่าปากว่าตาขยิบ ไม่ใช่ปากอย่างหนึ่งใจอีกอย่างหนึ่งซึ่งไม่ตรงกัน

ส่วนคำว่าแท้นั้น ได้แก่ไม่เก้ ไม่ปลอม ไม่ปน ทนต่อการพิสูจน์ได้ในทุกสิ่งคือเป็นของจริงไม่เทียม ดีก็ดีย่อมไม่มีอะไรจะเปลี่ยนแปลงได้มีความหมายและค่าอยู่ในตัว ไม่ตกต่ำเป็นอย่างอื่นเป็นที่นิยมชมชื่นและปรารถนาของคนทั่วไป เพราะตามธรรมชาติของใจ ใครก็ต้องการความจริงความตรงและความแท้แม้ในหมู่มนุษย์คนโกงก็ต้องการความซื่อตรงความสัจจริงนั้น ไม่มีใครต้องการความเท็จหรือความคดโกง เพราะว่าความซื่อตรงความสัจจริงนั้นเป็นสิ่งที่ผูกพันรัดใจให้เกิดความรัก

ความสามัคคี หรือความมีไมตรีเชื่อถือไว้วางใจซึ่งกันและกัน อันการคบหาสมาคมหรืออยู่ร่วมกันได้ เช่น ขาดปัจจัยเงินทองข้าวของที่อยู่อาศัย แต่ถ้าขาดความจริงใจความซื่อสัตย์ ก็ขาดความรักความสามัคคีและความเชื่อถือไว้วางใจ และเมื่อมีความระแวงสงสัยในกันและกัน สังคมนั้นก็อยู่ร่วมกันไม่ได้ โดยเฉพาะครอบครัวหมู่คณะประเทศชาติต้องอาศัยความซื่อสัตย์ความจริงใจเป็นเครื่องร้อยรัดไว้ จึงจะเกิดความรักความสามัคคี และความรักความสามัคคีนั้น ก็จะเป็นพลังที่สำคัญแห่งความสำเร็จกิจและความสุขความเจริญแม้พระพุทธภาษิตก็ยังคงกล่าวสรรเสริญว่า ความพร้อมเพรียงแห่งหมู่คณะทั้งหมด ย่อมยังประโยชน์ให้สำเร็จได้ แต่สัจจะความจริงใจหรือความจริงที่มีอยู่ในใจ จะต้องนำไปใช้ในสิ่งที่เป็นประโยชน์และเป็นธรรมเท่านั้น เช่น ประโยชน์ปัจจุบัน อันได้แก่ ลาภ ยศ สรรเสริญ สุขที่ทุกคนจะต้องแสวงหา ประโยชน์ภายหน้าอันได้แก่ สுகติ โลก สวรรค์ ประโยชน์นั้น ๆ ทุกคนต้องการแสวงหาด้วยความซื่อสัตย์สุจริต หรือแม้แต่ประโยชน์อย่างอุกฤษฏ์ คือพระนิพพาน จำต้องอาศัยสัจจะเป็นปทัฏฐานในมรรคปฏิบัติ มิฉะนั้น ก็ไม่อาจสำเร็จประโยชน์แก่ตนได้ สัจจะความจริงในสิ่งที่เป็นประโยชน์และเป็นธรรมตามทีกล่าวมาจัดได้ว่าเป็นพระบรมราโชวาทประการแรก

ส่วนประการที่สอง คือ รู้จักข่มใจตนเอง ฝึกใจตนเองให้ประพฤติปฏิบัติอยู่แต่ความใฝ่ในสัจจะ ความดี นั้น หมายถึง การบังคับใจ การยับยั้งใจ การฝึกตนเอง การปรับปรุงตนเองให้เป็นคนเหมาะสมกับสถานะที่เป็นอยู่อย่างไร ซึ่งมีลักษณะที่พึงกล่าวได้ ๓ ประการ คือ รู้จักข่มใจ การรู้จักฝึกใจ และการรู้จักหยุดใจ การรู้จักข่มใจนั้นหมายถึงการรู้จักบังคับใจตัวไม่ให้มีวาม โลภอยากได้ บังคับใจไม่ให้ขุนเคืองอาฆาตในเรื่องที่เป็นชนวนให้เกิดพยาบาทอาฆาตจองเวร บังคับใจที่ไม่ให้หลงใหลมกมายในเรื่องราวที่เฝ้ายวนใจให้เกิดความหลงมกมายขณะเดียวกันก็ต้องรู้จักเก็บอารมณ์ข่มจิตใจไม่แสดงอาการใด ๆ ให้วิปริตผิดปกตออกมานอกหน้า ดังคำเผยที่ว่า เก็บน้ำขุนไว้ข้างใน น้ำใสออกมาใช้ข้างนอก ฉะนั้น การรู้จักฝึกใจ หมายถึงการรู้จักฝึกฝนอบรมตน ปรับปรุงแก้ไขฝึกตัวฝึกใจให้เหมาะสมกับสถานะ มีสติสัมปชัญญะเข้าประคับประคอง จะพูดจะคิดหรือทำการใด ก็ไตร่ตรองให้รอบคอบด้วยเหตุด้วยผล ไม่ปล่อยตัวปล่อยตนให้เป็นไปตามยถากรรม ต้องรู้จักตัวตนและรู้งานที่ตนทำว่าเหมาะสมเพียงไร การรู้จักฝึกจิตใจและปรับปรุงให้เป็นคนเหมาะสมจึงเป็นที่นิยมยกย่องทั่วไป ไม่ใช่ผิดพลาดแล้วจึงมาแก้ไขหรือแก้ตัว เพราะความผิดความชั่วนั้นไม่อาจลบล้างให้จางหายได้ ดังคำผิงเผยกล่าวตาทนไว้ว่า “คนดีชอบแก้ไขคนจ้งไรชอบแก้ตัว” การกันไว้ดีกว่าการแก้ฉันทใด การแก้ไข ก็ดีกว่าการแก้ตัวฉันทนั้น ด้วยเหตุนี้การแก้ไขปรับปรุงใจจึงเป็นการทำตนให้เหมาะสมทันเหตุทันกาลและทันงานทันคน ทั้งจะไม่ประพฤติตนไปตามอหิยาศัย หรือทำอะไรไม่เกรงใจใคร ป้องกันความชั่วช้าเสียหายรอบด้าน ดังคำโบราณตาทนไว้ว่า “ผู้หญิงที่น่าเกลียดก็คือผู้หญิงที่ตามใจตัว ผู้ชายที่น่ากลัวก็คือผู้ชายที่ไม่เกรงใจใคร” ดังนี้

ส่วนการรู้จักหยุดใจตนเองนั้น หมายถึงการยับยั้ง ไม่ปล่อยให้ถลาลึกลงไปสู่ความเสียหาย เพราะการหยุดใจ หรือการยับยั้งใจได้ในเมื่อรู้สึกสำนึกผิด อย่างน้อยแม้จะไม่อาจเปลี่ยนวิถีจิตจากความชั่วความผิด ให้เป็นความถูกความดีได้ แต่ก็สามารถหยุดยั้งใจไม่ให้ทำความเสียหายอีกต่อไป อันใจที่หยุดได้ดังกล่าวมาย่อมเป็นใจที่ตั้งอยู่ในระเบียบแบบแผนที่ดีมีคุณธรรม ไม่พลุนพลันไปตามอารมณ์ที่มากกระทบกระทั่งยียวนผลึกใส มีดวงปัญญาเกิดขึ้นสว่างไสว เห็นอรรถเห็นธรรมผิดชอบชั่วดีเด่นชัด ก็จักเกิดความสงบสงัดและประโยชน์สุขดังปรารถนา แม้พระพุทธภาษิตก็ยังสรรเสริญว่าจิตที่ฝึกฝนอบรมแล้วย่อมนำสุขมาให้ บรรดาคนทั้งหลาย ผู้ที่ฝึกได้แล้วเป็นผู้ประเสริฐที่สุด ดังนี้

คุณธรรมประการที่สาม คือการอดอ้อม อดกลั้น และอดอ้อม ที่จะไม่ประพฤติกว้างความ สัจสุจริต ไม่ว่าจะด้วยเหตุประการใด หมายความว่าอดทนอดกลั้นและอดอ้อมต่อฝ่ายที่ไม่ดี เพื่อให้ ได้มาซึ่งสิ่งที่ดีต่อไป ความอดทนมีลักษณะที่พึงกล่าวได้เป็น ๒ ประการ คือทนตรากตรำและทน ลำบาก ความอดทนต่อความหนาวความร้อนลมแดดเป็นต้น เชื่อว่าทนต่อความตรากตรำ ความอดทน ต่อทุกขเวทนาในเวลาป่วยไข้ ไม่แสดงอาการทรมานทรมายเชื่อว่าทนลำบาก ความทนตรากตรำย่อมเป็น ปัจจัยให้ทำงานสำเร็จผล ความทนลำบาก ย่อมเป็นปัจจัยให้ตนได้สติสัมปชัญญะในมรณสมัย อัน บุคคลผู้มีใจมั่นคงไม่หวั่นไหว คือทนตรากตรำในการทำงานทั่วไป ทนหิวกระหายเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้า หนาวร้อนและแดดฝน ทนมุ่งมั่นประกอบภารงานเป็นใหญ่ ทนลำบากต่อทุกขเวทนา ไม่แสดงกิริยา วาจาให้ผิดปกติ เหล่านี้เป็นชื่อว่าความอดทน

ส่วนความอดกลั้น หมายถึง การอดทนต่อความเจ็บใจในเมื่อโลกียารมณ์กระทบกระทั่งซึ่ง ไม่มีทางหลีกเลี่ยงได้ เช่นผู้ใหญ่แสดงกิริยาวาจาล่วงล้ำก้ำเกินหมิ่นประมาทต่อหน้า ก็อดกลั้นเพื่อ รักษาตนให้พ้นภัยอันตรายผู้เสมอกันกล่าวหาหรือว่าร้ายให้เสียชื่อเสียง ก็สูดกลั้นบายเบี่ยง ไม่ได้ ตอบสนองเวรจองกรรม หรือผู้น้อยแสดงออกล่วงล้ำดูหมิ่นดูแคลนก็มีใจหนักแน่นอดกลั้น รักษาพื้นฐาน และความเป็นผู้ดีของตนไว้ไม่รับเอากรรมชั่วร้ายนั้น ๆ ใส่ใจให้มัวหมอง คุณธรรมข้อนี้ เป็นเครื่อง ป้องกันรักษาตัวให้รอดพ้นจากภัยอันตราย เหตุนั้น บัณฑิตจึงกล่าวสอนไว้ว่า พึงอดทนถ้อยคำที่กล่าว ล่วงเกินคนทุกประเภท ความอดทนได้มีเหตุผลดีทุกประการ แต่นั่นว่าเป็นความอดกลั้นนั้น ต้องอดทน ด้วยใจมีคุณธรรมไม่ใช่เพราะความกลัว ผู้ใดถูกเขาดูหมิ่นตัวด้วยอาการทางกาย หรือกล่าววาจาหยาบ คายด้วยความเจ็บแค้นใจ แต่อดทนไว้ได้ด้วยความคิดเห็นโดยอุบายที่ชอบ เชื่อว่าประกอบด้วยความ อดกลั้น ผู้นั้น เป็นที่ยกย่องสรรเสริญของนักปราชญ์ ผู้ใดเป็นผู้มีกำลังสามารถอดทนต่อคนทุรพล อันธพาลได้ นักปราชญ์ทั้งหลายกล่าวความอดทนนั้นว่าเป็นยอดแห่งความอดกลั้น

ส่วนการอดอ้อมนั้น หมายถึง การรู้จักอดทนต่อความอยาก คือไม่ปล่อยให้ใจเป็นไปใน อำนาจของความอยาก เพราะความอยากเป็นเหตุอันหนึ่ง ซึ่งทำให้ประพฤติดุจจริตผิดศีลธรรม นานาประการ นอกจากนั้น ยังเพาะนิสัยไม่ให้รู้จักประหยัดจับจ่ายใช้สอยสุรุ่ยสุร่าย ไม่มีความ พอเหมาะพอดีในการใช้จ่าย การแสวงหาและการเก็บรักษา การใช้ทรัพย์สินที่เงินกำลังของการแสวงหา เป็นการสร้างความทุกข์ลำบากและความยากจน ส่วนการรู้จักจับจ่ายใช้ทรัพย์สินของตนตามกำลังที่มีอยู่ และหาได้ เป็นการสร้างความสุขและความอบอุ่นใจเพราะทรัพย์สินที่ถนอมและอดอ้อมไว้ได้นั้น เป็น สิ่งสำคัญที่จะเชิดชูฐานะของบุคคลให้สูงกว่าพื้นเพเดิมของตนโดยลำดับผู้ที่มั่งคั่งทรัพย์ชื่อว่าไม่ไร้ญาติขาด มิตร ดังคำสุภาษิตของไทยกล่าวไว้ว่า “มีเงินเขาก็นับว่าน้อง มีทองเขาก็นับว่าพี่ ยากจนเงินพื้ร่องไม่ มี” หมายความว่า มีเงินมีทองมาก ก็มีคนอยากเป็นญาติเป็นมิตร ถ้าขาดเงินขาดทองพื้ร่องใกล้ชิดก็ เห็นห่างจากไกล จะพูดจาปราศรัยกับใครก็ขาดน้ำหนักรักความเชื่อถือยินดี สมดังที่ชัชชกกล่าวไว้ว่า มี เงินมีทองพูดที่ไหนพูดได้ มีไม้มีไร่ปลูกเรือนงาม คนมีทรัพย์ก็มีอ่อนน้อมยอมเป็นบริวาร ทรัพย์สินเป็น สิ่งที่จะบันดาลความสุขสำราญ ความสะดวกสบายให้แก่บุคคล หมู่คณะและประเทศชาติ เพราะฉะนั้นพระบรมราโชวาท คือความอดทน อดกลั้น และอดอ้อม ดังกล่าวมา จึงสมควรแท้ที่ ประชาชนจะใส่ใจศึกษาและปฏิบัติโดยเคร่งครัดสืบไป

ส่วนพระบรมราโชวาทประการที่สี่ คือการรู้จักละวางความชั่ว ความทุจริต และรู้จักสละ ประโยชน์ส่วนน้อยของตน เพื่อประโยชน์ส่วนใหญ่ของบ้านเมืองนั้น ได้แก่การรู้จักละวางความชั่ว

ทุจริต การสละกิเลสที่ยั่วยวนจิตให้เกิดความเศร้าหมอง ความชั่วทุจริต หมายถึง ความประพฤติที่ผิด และเป็นอกุศลบาปกรรม เช่น ทุจริต ๓ อันได้แก่ กายทุจริต วจีทุจริต และมโนทุจริต กายทุจริต คือ ฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิดในจารีตประเพณี วจีทุจริต คือพูดเท็จ พูดเสียดสีหรือส่อเสียด และหยาบคายเพื่อเจ้า

มโนทุจริต คือความโลภอยากได้ของเขา พยาบาทปองร้าย เห็นผิดจากการทำนองคลองธรรม ความประพฤติเหล่านี้ จัดเป็นความประพฤติชั่วช้าเสียหายส่วนกิเลสที่ยั่วยวนใจให้เศร้าหมอง ได้แก่ ความลำพองพอใจรักใคร่ในกามตามอำนาจราคะ ส่วนกิเลสที่ยั่วยวนใจให้เศร้าหมอง ได้แก่ ความลำพองพอใจรักใคร่ในกามตามอำนาจของกิเลส ราคะ ความที่จิตเกิดโทสะเข้าครอบงำทำให้เกิดการจองล้างจองผลาญ ความที่จิตท้อแท้ห่อหุ้มไม่ยอมสู้การทำงาน ความที่จิตฟุ้งซ่านรำคาญไม่ได้รับความสุขสบาย และความที่จิตเคลือบแคลงสงสัยตัดสินใจไม่ได้เหล่านี้เป็นต้น เป็นมูลกุศลให้เกิดความชั่วทุจริต เกิดขึ้นแก่จิตของผู้ใด ใครอยู่ในอำนาจของมัน ย่อมก้ำกึ่งผู้นั้นไว้ ไม่ให้รู้เห็นในคุณงามความดีได้ อันผู้ที่เสียสละวางใจห่างไกลต้องเปลี่ยนใจด้วยอำนาจสติและปัญญา บ่มเพาะกำลังใจให้แข็งแกร่ง เจริญเมตตาให้แก่สัตว์ทั่วไป ไม่ปล่อยอารมณ์อยู่เหนือจิตใจ พอใจในสิ่งที่มีอยู่ของตนอดทนไม่คิดโลภเพ่งเล็งอยากได้ของใคร ไม่คิดปองร้ายหวังความสุขแก่กันและกัน

ส่วนข้อที่ว่ารู้จักสละประโยชน์ส่วนน้อยของตนเพื่อประโยชน์ส่วนใหญ่ของบ้านเมืองนั้น หมายความว่า ทุกคนเกิดมาจะอยู่โดยลำพังคนเดียวไม่ได้ ต้องพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน กิริยาที่พึ่งพิงอาศัยกันและกันนั้น ต้องมีความเสียสละเห็นอกเห็นใจกันไม่เอารัดเอาเปรียบเสียสละแบ่งปันความสุขความสบายของตนให้แก่คนที่ทุกข์ยาก เป็นการผ่อนคลายความลำบากของเขาและแสดงน้ำใจของเรา ออกมุขมิตรไมตรี การเสียสละในที่นี้มีลักษณะเป็น ๒ ประการ คือเสียสละเป็นวัตถุทาน และเสียสละอารมณ์ของตนเอง การเสียสละวัตถุปัจจัยให้การสงเคราะห์อนุเคราะห์แก่บุคคลและบุพการี เป็นการช่วยเหลือเจือจานแสดงความเอื้อเฟื้อเห็นอกเห็นใจแก่กันและกัน ดังภาษิตโบราณกล่าวว่า “ผูกสนธิเชื่อนี้เหลือยาก แม้เหล็กฝาดฟากรัตไว้ก็ไม่มัน จะผูกด้วยมนต์เสกลงเลขยันต์ ไม่เหมือนพันผูกไว้ด้วยไมตรี” ก็ในที่ใดมีความเสียสละให้ปันกัน ในที่นั้นก็มีความรักความสามัคคีปรองดองกัน เกิดความเห็นอกเห็นใจรักใคร่เคารพนับถือในกัน ทั้งเป็นพลังอันสำคัญในการป้องกันบำรุงประเทศชาติของตน เพราะชาติใดไร้รักสมัครสมาน จะทำการสิ่งใดก็ไร้ผล แม้ชาติย่อยยับอัปจน บุคคลจะอยู่อย่างไร

ชาติดีกับคนในชาติต้องพึ่งพาอาศัยกันเป็นอยู่และเป็นไป ถ้าชาติมั่นคงและมั่งคั่งในทางเศรษฐกิจ ศัตรูหมู่ปัจเจกมิตรก็ไม่อาจมาย่ำยี คนในชาติมีความสามัคคี ชาติจะตั้งมั่นอยู่ในความปลอดภัย แต่ชาติจะมั่นคงและมั่งคั่งได้ต้องอาศัยคนในชาติช่วยกันทำนุบำรุงรักษา ด้วยการเสียสละกำลังกายป้องกัน ตามควรแก่โอกาส เสียสละกำลังทรัพย์เพื่อบำรุงชาติและพัฒนาให้เจริญก้าวหน้า เพราะถ้าชาติมั่นคงอยู่รอดปลอดภัย ประชาชนก็อยู่ได้อย่างมีความสุขสำราญ การเสียสละดังกล่าวมานั้น ถือว่าเสียสละประโยชน์ส่วนน้อยเพื่อประโยชน์ส่วนใหญ่ เพราะถ้าชาติอยู่ไม่ได้ประชาชนก็สูญเสียทุกอย่างแม้กระทั่งแผ่นดินอยู่อาศัย ชาติต้องอาศัยประชาชนและทุกคนต้องอาศัยชาติ จะขาดกันเสียไม่ได้ ดังภาษิตให้ข้อคิดเตือนใจบทหนึ่งว่า “เสียพิเพราะปาก ปารกเพราะเสียง ดินดีเพราะหญ้าบังหญ้ายังเพราะดินดี” แม้ในทางพระพุทธศาสนาก็มีพุทธศาสนิกชน เตือนไว้ว่ามีปัญญาพิจารณาเห็นประโยชน์สุขอันไพบูรณ์เพราะการเสียสละประโยชน์สุขเล็ก ๆ น้อย ๆ ก็ควรเสียสละ

ส่วนการเสียสละอารมณ์ หมายถึง การเสียสละอารมณ์อันไม่น่าปรารถนา ซึ่งเกิดจากความไม่พอใจไม่ถูกใจหรือไม่ชอบใจ เพราะคนเรามีใจเป็นใหญ่ มีใจเป็นหัวหน้าทุกอย่างย่อมเกิดจากใจ ถ้าปล่อยให้อารมณ์เสียเข้าย่อมใจจะพุดจะคิดหรือประกอบกิจการใดก็มีแต่ความเสียหายเป็นผล ทั้งยังเผาผลาญจิตใจของบุคคลให้เศร้าหมองขุ่นมัว แม้ไม่ได้ทำอะไรก็ถือว่าเป็นใจชั่วได้รับความเดือดร้อน ฟุ้งซ่านรำคาญ เกิดความทุกข์ทรมานเพราะอารมณ์เสียบูดเน่า เกิดขึ้นกับใครก็ทำให้เสียภาวะกับคนดี ลืมศักดิ์ศรีลืมนฐานะ เพศวัย จะพุดหรือจะทำอะไรก็ขาดสติสัมปชัญญะความรู้สึกตัว สามารถก่อกรรม ความชั่วได้มากมายและร้ายยิ่งกว่าโจร หรือคนมีเวรทำให้แค้นแค้นกัน อันผู้เสียสละอารมณ์บูดเน่าได้นั้นจิตใจก็จะผ่องใสปราศจากความชั่วทุจริต ทั้งเป็นการยกจิตให้พ้นจากอธรรมความชั่วเสียหาย แม้จะไม่ได้ทำการใดก็ยังมีใจผ่องใส ประโยชน์สุขย่อมเกิดขึ้นได้ตามความมุ่งทุกประการ ผู้เสียสละวัตถุและอารมณ์นั้น ๆ จึงได้ชื่อว่าสละประโยชน์แก่ประเทศชาติของตน ทำให้ทุกคนอยู่อย่างมีความรู้รักสามัคคีและเห็นอกเห็นใจกัน

สรุป พระบรมราโชวาท ๔ ประการ คือ การรักษาความสัจ ความจริงใจต่อตัวเองที่จะประพฤติปฏิบัติแต่ในสิ่งที่เป็นประโยชน์และเป็นธรรม คือการรู้จักข่มใจตนเอง ฝึกใจตนเองให้ประพฤติปฏิบัติในความสัจความดีนั้น คือการอดทน อดกลั้น อดออมที่จะไม่ประพฤติล่วงความสัตย์สุจริตไม่ว่าด้วยเหตุประการใด คือการรู้จักละวางความชั่ว ความทุจริต และรู้จักสละประโยชน์ส่วนน้อยเพื่อประโยชน์ส่วนใหญ่ของบ้านเมือง

๒.๓ แนวคิดหลักขรรวาสธรรม ๔

ผู้ครองเรือนนอกจากจะมีศีลสำหรับกำจัดกิเลสอย่างหยาบแล้ว ยังต้องปฏิบัติธรรมอีกเพื่อส่งเสริมความสงบสุขเพราะธรรมดาผู้ที่มิศีลย่อมเป็นบ่อเกิดของคุณธรรมต่าง ๆ เราควรศึกษาธรรมของผู้ครองเรือนเพื่อเป็นแนวทางชีวิต การที่ดีถือเป็นมงคล เป็นเหตุแห่งความสุขความเจริญในทางตรงกันข้ามความล้มเหลวในการครองเรือนเป็นเหตุแห่งความทุกข์ทรมาน ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ทุรวาสาฆรา ทุกขา” เรือนที่ครองไม่ดีนำทุกข์มาให้ เข้าทำนองคำภาษาไทยที่ว่า “แต่งงานผิดคิดจนตัวตาย ปลุกเรือนผิดคิดจนเรือนทลาย”

พระเทพเวที (ยี่ม ภทฺธมโม ป.ธ.๙)^{๑๗} ได้กล่าวไว้ว่า หากสามีภรรยาทั้งคู่เป็นคนทุศีล มีความตระหนี่ ด่าพระสงฆ์องค์เจ้า ตีมสฺสุราเมรย์ มีธรรมที่เป็นลามก สามีภรรยาคู่นั้นเรียกว่า สามีภรรยาผี

สามีเป็นคนทุศีล มีความตระหนี่ ด่าพระสงฆ์องค์เจ้า ตีมสฺสุราเมรย์ มีธรรมลามก ส่วนภรรยาเป็นคนมีศีล ใจบุญ ไม่ตระหนี่ ภรรยานั้นเป็นเทวดาอยู่ร่วมกับสามีผี

สามีเป็นคนมีศีล ใจบุญ ไม่มีความตระหนี่ ส่วนภรรยาเป็นคนทุศีล ตระหนี่ ชอบด่าพระสงฆ์องค์เจ้า ตีมสฺสุราเมรย์ มีธรรมลามก ภรรยานั้นเป็นผีอยู่ร่วมกับสามีเป็นเทวดา

สามีภรรยาทั้งคู่เป็นผู้มีศรัทธา รู้ความประสงค์ของผู้ขอ สำรวมในศีล เลี้ยงชีพโดยชอบ สามีภรรยาคู่นั้นพูดจาอ่อนหวานต่อกัน ย่อมประสบความสำเร็จความเจริญรุ่งเรือง อยู่กันอย่างมี

^{๑๗} พระเทพเวที (ยี่ม ภทฺธมโม ป.ธ.๙), มุกิตา, (กรุงเทพมหานคร : วัดอนงค์, ๒๕๔๖), หน้า ๑๗๓-๑๗๔.

ความสุข พวกศัตรูของสามีภรรยาที่มีความประพฤติดีที่สมกัน ย่อมไม่สามารถเบียดเบียนได้ เขาทั้งสองเมื่อประพฤติดีประพฤดีชอบในโลกนี้แล้ว เมื่อละจากโลกนี้ไปย่อมไปสู่สุคติในสรวงสวรรค์

การครองเรือน หรือ ชีวิตสมรส คือการที่ชายและหญิงมีความพอใจในรสสัมผัสซึ่งกันและกัน ตกลงใจที่จะใช้ชีวิตคู่ร่วมกัน จะเผชิญกับปัญหาาร่วมกัน และมีความพยายามที่จะดำเนินชีวิตร่วมกันเพื่อความสุขในการครองเรือน การที่บุคคล ๔ คน ซึ่งต่างก็มีพื้นฐานจากครอบครัวเดิมต่างกัน มีความคิด ค่านิยม รสนิยม ต่างกัน มาอยู่ร่วมกัน ย่อมก่อให้เกิดปัญหาครอบครัวจะมีสุขได้ เพราะด้วยเหตุจากการประพฤติดีนของสามีและภรรยา บุคคลทั้งสองนี้เป็นผู้ที่มีความสามารถดลบันดาลให้ครอบครัวนั้น ๆ เป็นสวรรค์ที่น่าอยู่หรือเป็นนรกก็ได้

ความรักจะมั่นคงได้ขึ้นอยู่กับคน ๒ คน โดยต้องเป็นความรักแบบเมตตา คือ ความรักใคร่ปรารถนาให้คู่ครองเป็นสุข และกรุณาคือความสงสารและเห็นอกเห็นใจห่วงใยเมื่อคู่ครองของตนได้รับทุกข์ช่วยเหลือเกื้อกูลไม่ละทิ้งกันในยามยาก ยามเจ็บ ยามจน ให้อภัยในเคืองคู่กันฝ่าฝืนอุปสรรคไปได้ดังภาษิตจีนที่ว่า “มีสุขร่วมเสพ มีทุกข์ร่วมต้าน

ดังนั้น การเลือกใครมาเป็นคู่ครองของตนนั้น พระพุทธเจ้าทรงแสดงสมชิวิกถา คือเหตุที่ทำให้คู่สมรสครองเรือนได้ยืนยาว คุณธรรมประเภทนี้เรียกว่า สมชิวิธรรม มี ๔ ประการดังนี้^{๑๘}

๑. สมศรัทธา มีศรัทธาเสมอกันเคารพในลัทธิศาสนาเดียวกัน มีค่านิยมและรสนิยมทำนองเดียวกัน หรือพอปรับตัวเข้าหากันได้บางครั้งลัทธิศาสนาอาจไม่มีพรมแดนกันความรักของคนได้ แต่ต้องรู้จักปรับตัวเข้าหากันมีการตกลงร่วมกันจึงจะไม่เกิดปัญหาผู้ที่เป็่นชาวพุทธต้องมีความเชื่อกรรม ความเชื่อผลของกรรม เชื่อมั่นในคุณพระรัตนตรัย ให้เลือกบุคคลที่มีความเชื่อเลื่อมใสในศาสนาหรือสิ่งเคารพบูชาต่าง ๆ เหมือนกัน มีความคิดเห็นในเรื่องใดเรื่องหนึ่งเหมือนกัน มีจุดมุ่งหมายในชีวิตเหมือนกัน ตลอดจนมีรสนิยมตรงกัน

๒. สมศีลา มีศีลเสมอกันมีความประพฤติดี ตั้งอยู่ในศีลธรรมเหมือนกัน มีกิริยามารยาท และพื้นฐานการอบรมนิสัยเหมือนกัน พอเหมาะสมต่อกันได้ ไปกันได้ หรืออยู่ในระดับเดียวกัน จะได้ไม่เป็นเหตุให้เกิดความรังเกียจซึ่งกันและกัน

๓. สมจาคา มีจาคะเสมอกัน มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ โอบอ้อมอารี มีใจกว้าง มีความเสียสละ มีความพร้อมที่จะช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่น บุคคลที่เสมอกันด้วยจาคะนี้ ไม่อวดเอาเปรียบคู่ของตนต่างฝ่ายต่างช่วยเหลือเกื้อกูลญาติมิตรคนข้างเคียงของแต่ละฝ่าย มีจิตใจเป็นบุญกุศลทั้งคู่จะทำให้ครอบครัวอยู่เย็นเป็นสุข เพราะเมื่อคนเราอยู่ด้วยกันก็ต้องเสียสละทั้งทรัพย์สินเสียสละความสุขของตน เพื่อเกื้อกูลซึ่งกันและกัน

๔. สมปัญญา ให้เลือกบุคคลที่มีปัญญาเสมอกัน คือ รู้จักเหตุ รู้จักผล รู้จักดี รู้จักชั่ว รู้จักสิ่งที่เป็่นประโยชน์ สิ่งที่ไม่ใช่ประโยชน์ มีการใช้ความคิดเพื่อแก้ปัญหา คำว่า “ปัญญา” ในที่นี้ มิได้หมายถึงใบปริญญา ไม่ใช่คนที่จบปริญญากับคนที่ไม่มีปริญญาจะอยู่ร่วมกันไม่ได้ แต่พูดถึงพฤติกรรมที่ดีงามมีปัญญารู้ดีรู้ชั่ว รู้ถูกรู้ผิดมีแนวคิดที่ดีงามจนสามารถเข้ากันได้ เข้าอกเข้าใจกัน เข้าลักษณะ

^{๑๘} พระเมธีวราภรณ์ (สุทัศน์ .ป.ธ.๙), **เบญจศีลเบญจธรรม : อุดมชีวิตของมนุษย์**, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ต้นบุญ, ๒๕๕๕), หน้า ๑๒๒.

ที่ว่า “เพื่อนคู่คิด มิตรคู่กาย” หากขัดแย้งทะเลาะวิวาทกันเพราะวิทยฐานะหรือวุฒิปัญญา ต่างคนต่างอวดรู้ไม่ยอมกัน มีทิฐิมีมานะเข้าหากัน แม้จบปริญญาสาขาใดอะไรมาก็อยู่ร่วมกันไม่ได้

นอกจากนี้ สำหรับคฤหัสถ์ผู้ครองเรือนเมื่อปรารถนาที่จะมีความสุขแก่ตนเองและครอบครัว ยังต้องปลูกฝัง คุณธรรม ๘ ประการข้างต้นนี้อีกให้เกิดขึ้นอย่างมีความต่อเนื่อง คุณธรรมทั้ง ๘ ประการนี้^{๑๙} คือ ๑) อุฏฐานสัมปทา ๒) อารักขสัมปทา ๓) กัลยาณมิตตตา ๔) สมชีวิตา ๕) สัทธาสัมปทา ๖) สีลสัมปทา ๗) จาคสัมปทา ๘) ปัญญาสัมปทา

๑. อุฏฐานสัมปทา บุคคลในโลกนี้เลี้ยงชีพชอบด้วยความขยัน หมั่นประกอบกิจการงาน คือ กสิกรรม เกษตรกรรม พาณิชยกรรม รัฐบาลการ ฝ่ายทหาร ตำรวจ ราชการฝ่ายพลเรือนหรือกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง เป็นผู้ขยันไม่เกียจคร้านในการทำงาน ประกอบด้วยปัญญาเป็นเครื่องสอดส่องอันเป็นอุบายในการทำงาน

๒. อารักขสัมปทา บุคคลในโลกนี้มีทรัพย์สินที่หามาได้ด้วยความขยันหมั่นเพียร สั่งสมมาด้วยกำลังแขนขาของตนเองด้วยแรงแห่งเหงื่อของตนโดยสุจริตชอบธรรม รักษาทรัพย์สินที่หามาได้ให้พร้อมกับความขยันหมั่นเพียรนั้นอย่างต่อเนื่อง

๓. กัลยาณมิตตตา บุคคลในโลกนี้ อยู่อาศัยในบ้านหรือนิคมใดเลือกคบหาคนดี มีศีลธรรมไว้เป็นเพื่อนช่วยเหลือกิจการต่าง ๆ เป็นเหตุให้กิจการของตนเจริญรุ่งเรืองยิ่ง ๆ ขึ้นไป

๔. สมชีวิตา บุคคลในโลกนี้ รู้ทางในการเจริญหาмаในทรัพย์สินอย่างสุจริต และรู้ทางเสื่อมแห่งทรัพย์ เลี้ยงชีพอย่างเหมาะสมไม่ฟุ้งเฟ้อ ไม่ให้ผิดเคือง ด้วยคิดว่ารายได้ของเราต้องเหนือรายจ่ายและรายจ่ายของเราต้องเหนือรายได้เหมือนคนชั่งตาชั่งขึ้นแล้วย่อมรู้ว่าต้องลดออกเท่านั้นหรือต้องเพิ่มขึ้นเท่านั้น

๕. สัทธาสัมปทา มีศรัทธา คือ เชื่อในพระปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า เชื่อกฎแห่งกรรม คือ กฎแห่งการทำความดี และกฎแห่งการทำความชั่ว เชื่อผลว่าทำดีต้องได้ดี และทำชั่วต้องได้ชั่ว

๖. สีลสัมปทา บุคคลในโลกนี้ เป็นผู้ดเว้นจากปาณาติบาต อทินนาทาน กาเมสุมิฉฉาจาร และการดื่มเมา คือ สุราเมรัยอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท

๗. จาคสัมปทา บุคคลในโลกนี้ มีจิตที่ปราศจากมลทิน คือ ความตระหนี่ ยินดีในการแจกทาน เป็นการแบ่งปันความสุขของตนแก่ผู้อื่น เป็นเหตุประสานสังคมให้อยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

๘. ปัญญาสัมปทา บุคคลในโลกนี้ มีปัญญารู้จักหลีกเลี่ยงจากทางเสื่อมรู้จักเข้าใกล้ความเจริญ คุณธรรมทั้งแปดประการนี้ พระพุทธพระเจ้าตรัสว่าเป็นเหตุให้ใช้ชีวิต คฤหัสถ์ผู้ครองเรือน ประสบความร่มเย็นเป็นสุข ปราศจากความอยู่ร้อนนอนทุกข์ได้อย่างแท้จริง

นอกเหนือจากการเลือกคู่โดยใช้หลักสมชีวิกา 4 หลักคุณธรรม ๘ ประการของผู้ครองเรือน แล้วพระพุทธเจ้าทรงสอนให้เลือกคนที่มัลักษณะ 4 อย่าง ดังต่อไปนี้มาเป็นคู่ครอง เพื่อประโยชน์สุขในปัจจุบันชาติ (ทิฐฐธัมมิกัตถประโยชน์). เลือกบุคคลที่มีความขยันในการประกอบอาชีพ 2. เลือกบุคคลที่เป็นคนประหยัด รู้จักออมทรัพย์ 3. เลือกบุคคลที่รู้จักคบคนดีเป็นเพื่อน 4. เลือกบุคคลที่มีการเลี้ยงชีวิตตามสมควรแก่กำลังทรัพย์ที่หามาได้ ไม่ให้ผิดเคืองนัก ไม่ให้ฟุ้งเฟ้อจนเกินไปที่ต้องปฏิบัติต่อ

^{๑๙} พระเทพเวที (ยิม ภาทรธมโม ป.ธ.๙), มติดา, (กรุงเทพมหานคร : วัดอนงค์, ๒๕๔๖), หน้า ๑๘๖.

กันของสามี-ภรรยา เมื่อผ่านขั้นตอนการเลือกคู่แล้ว การอยู่ร่วมกันเป็นสามีภรรยา ทั้งคู่จะต้องมีหน้าที่ที่ต้องปฏิบัติต่อกัน ดังนี้

๒.๔ หลักธรรมเพื่อการพัฒนาครอบครัว

คำว่า “ครอบครัว” หมายถึง สถาบันพื้นฐานของสังคมที่ประกอบไปด้วยสามี ภรรยา และหมายรวมถึงลูกด้วย^{๒๐} ศาสตราจารย์.ดร. ประยงค์ แสนบุราณ^{๒๑} ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “พระพุทธศาสนาเถรวาท” ว่า ครอบครัวคือสถาบันพื้นฐานของสังคม ถ้าครอบครัวแต่ละครอบครัวในสังคมมีความมั่นคงก็หมายความว่า สังคมนั้น ๆ มีความมั่นคงไปด้วย เพราะครอบครัวคือสถาบันพื้นฐานที่เล็กที่สุดของสังคม ดังนั้น สังคมจะมั่นคงก็ต่อเมื่อครอบครัวมีความมั่นคงในพระพุทธศาสนามีหลักทำที่หนุนเสริมหลักฆราวาสธรรมที่ก่อให้เกิดความมั่นคงในครอบครัวยิ่งขึ้นดังนี้คือ

๒.๔.๑ หน้าที่ของสามีต่อภรรยา

พระเมธีวราภรณ์ (สุทัศน์ ป.ธ.๙)^{๒๒} ได้กล่าวไว้ว่า สามีมีหน้าที่ปฏิบัติต่อภรรยา 5 ประการ ดังนี้คือ

๑. ให้ความนับถือ ยอมรับฐานะแห่งภรรยา ไม่ปิดบัง หากทำดีก็ชมเชยด้วยใจจริง หากทำผิดก็เตือน แต่ไม่ตำหนิต่อหน้าสาธารณชนหรือคนในบ้านเพราะจะเสียอำนาจการปกครอง สิ่งใดเป็นเรื่องส่วนตัว เช่น การเลี้ยงเพื่อนพ้องญาติมิตร ควรให้อิสระ

๒. ยกย่องให้เกียรติ ไม่ดูหมิ่นเหยียดหยาม ไม่ดูหมิ่นเหยียดหยามว่าต่ำกว่าตน ไม่ดูถูกเรื่องตระกูล ทรัพย์ ความรู้ การแสดงความคิดเห็น ไม่กระทำเรื่องที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวโดยไม่ปรึกษา ห้ามทุบตีตำหนิเต็ดขาด

๓. มีความซื่อสัตย์ ไม่นอกใจ ไม่ไปคบหาหมั้นเพศสัมพันธ์กับหญิงอื่นในฐานะภรรยาเหมือนกัน เพราะเป็นการดูหมิ่นความเป็นหญิงของภรรยา ให้เอาใจเข้ามาใส่ใจเรา ภรรยาทุกคนจะปลื้มใจที่สุดถ้าสามีรักและซื่อตรงต่อตนเพียงคนเดียว

๔. มอบความเป็นใหญ่ คือ มอบความเป็นใหญ่เป็นผู้จัดการภาระทางบ้านไม่เข้าไปก้าวก่ายในเรื่องการครัว การปกครองภายใน นอกจากเรื่องใหญ่ ๆ ซึ่งภรรยาไม่อาจแก้ปัญหาได้ แต่ข้อนี้ มิได้หมายความว่า สามีจะละทิ้งไม่ใส่ใจงานบ้าน แต่ถ้ามีเวลาก็ควรช่วยภรรยาในงานบ้านงานเรือนได้เช่นกัน

๕. หาเครื่องประดับ เครื่องแต่งกายมามอบให้ ขึ้นชื่อว่าผู้หญิงล้วนชอบแต่งตัว สนใจเรื่องสวย ๆ งาม ๆ ถ้าได้เสื้อผ้าเครื่องแต่งตัวสวย ๆ งาม ๆ แล้วชื่นใจ ถึงจะโกรธถ้าได้เครื่องแต่งตัวถูกใจ

^{๒๐} พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน, เล่มเดิม, หน้า ๒๒๐.

^{๒๑} ประยงค์ แสนบุราณ, พระพุทธศาสนาเถรวาท, (ขอนแก่น : หจก. โรงพิมพ์คลังนานาวิทยา, ๒๕๕๗), หน้า ๑๗๑.

^{๒๒} พระเมธีวราภรณ์ (สุทัศน์ .ป.ธ.๙) , เบญจศีลเบญจธรรม : อุดมชีวิตของมนุษย์, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ต้นบุญ, ๒๕๕๕), หน้า ๑๒๙-๑๓๐.

ประเดี๋ยวก็นาย สามีก็ต้องตามใจบ้าง ในข้อนี้ท่านมุ่งถึงการให้รางวัลตอบแทนความดีในโอกาสต่าง ๆ เช่น ครบรอบวันแต่งงาน หรือวันเกิด เป็นต้น

๒.๔.๒ หน้าที่ของภรรยาต่อสามี

พระเมธีวราภรณ์ (สุทัศน์ ป.ธ.๙)^{๒๓} ได้กล่าวไว้ในหนังสือ เบญจศีลเบญจธรรม : อุดมชีวิตของมนุษย์ ไว้ว่า สำหรับผู้หญิงเมื่อมีสามีแล้วก็พึงปฏิบัติสามีของตนตามหน้าที่ภรรยาให้ดีที่สุด ผู้ภักดีรักใคร่เฉพาะในสามีของตนสามีของตนตายไปก่อนก็ไม่มีสามีใหม่ ไม่ผู้ภักดีรักใคร่ในชายอื่น แม้ว่าไม่มีกฎหมายบ้านเมืองหรือขนบธรรมเนียมห้ามไม่ให้มีสามีใหม่ก็ตามหญิงเช่นนี้ ได้ชื่อว่า ประพฤติปิตุวัตรโดยแท้ซึ่งแปลว่า ความจงรักภักดีในสามีของตน ภรรยามีหน้าที่ปฏิบัติต่อสามี 5 ประการ ดังนี้คือ

๑. จัดดูแลงานบ้านให้เรียบร้อย หมายความว่า สามารถดูแลกิจการงานบ้านทุกอย่างเป็นอย่างดี สามารถจัดบ้านได้อย่างสวยงามเป็นระเบียบ ดังนั้นผู้ที่เป็นภรรยาต้องรู้เรื่องการบ้าน การเรือนดีพอสมควรจึงจะสามารถจัดการดูแลความสะอาดภายในบ้านหรือภายในเรือนได้

๒. ใส่ใจสงเคราะห์คนข้างเคียงของสามี เวลาที่สามีมีเพื่อนหรือแขกมาเยี่ยมที่บ้าน ภรรยาต้องรู้จักปฏิบัติต้อนรับหรือปฏิบัติตนต่อบุคคลเหล่านั้นอย่างดี เช่น หาน้ำให้ดื่ม ปฏิบัติตนเรียบร้อย ไม่กล่าวเรื่องราวอันจันจะเป็นผลกระทบกระทั้งจิตใจของคนข้างเคียงสามี

๓. ซื่อสัตย์ ไม่ประพฤติผิดนอกใจสามี ภรรยาต้องมีความซื่อสัตย์ต่อสามีจริงใจต่อสามี ไม่มีผู้หรือนอกใจสามี

๔. ช่วยประหยัดดูแลรักษาทรัพย์ที่สามีหามาได้ ทรัพย์เงินทองทุกอย่างที่สามีหามาได้ด้วยหยาดเหงื่อแรงกายและมอบให้ภรรยาเก็บดูแลรักษานั้นภรรยาต้องเก็บดูแลรักษาสมบัตินั้นอย่างดี ยิ่ง ไม่ใช้จ่ายฟุ่มเฟือยในสิ่งที่ไม่มีความจำเป็น ต้องใช้จ่ายอย่างประหยัด

๕. ขยัน ไม่เกียจคร้านในงานทั้งปวง ภรรยาต้องไม่เกียจคร้านต้องมีความตื่นตัว ขยันอยู่ตลอดเวลา หมั่นดูแลทำความสะอาด ปัดกวาดเช็ดถูบ้านเรือนเป็นประจำ ไม่พลัดวันประกันพรุ่ง อ่างนั้น อ่างนี้ จนไม่เป็นอันทำงาน

สามีภรรยาเป็นบุคคลที่พึ่งเป็นพึ่งตายซึ่งกันและกัน ฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงทรงสั่งสอนให้มีความซื่อสัตย์ต่อกัน ไม่ประพฤติผิดนอกใจกันและกัน เพราะการทำเช่นนั้นเป็นการทำร้ายจิตใจของกันและกัน ท่านทรงสอนให้คู่สมรสมี สัจจะคือจริงใจ หรือซื่อสัตย์ต่อกัน สอนให้มีจาคะ เสียสละให้ปันกันได้ทรัพย์มากจัดสรรทรัพย์ที่หาได้ร่วมกัน ใช้ร่วมกัน ไม่ตระหนี่ถี่เหนียว ท่านทรงสอนให้มีเมตตา คือรู้จักเข้าใจ รู้จักควบคุมอารมณ์ ระวังอารมณ์ หรือความรู้สึกต่อเหตุบกพร่องของกันและกัน และเมื่ออยู่ร่วมกันบางช่วงของชีวิตคู่ คนใดคนหนึ่งอาจจะเจ็บป่วยประสบเคราะห์กรรมต่าง ๆ คู่สมรสก็ต้องมีความอดทน (ขันติ) ต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ อดทนต่อกัน คุณธรรมทั้ง ๔ นี้คือ หลัก “ฆราวาสธรรม”

ทางพุทธศาสนามีหลักคำสอน เกี่ยวกับการครองเรือนไว้ดีมาก ซึ่งถ้าสามีภรรยาปฏิบัติตามแล้ว ครอบครัวก็มีความสุข จึงไม่ควรมองข้ามเสียอย่างง่าย ๆ อย่าได้เห็นว่าคำสอนทางพุทธศาสนา

^{๒๓} พระเมธีวราภรณ์ (สุทัศน์ .ป.ธ.๙) , เบญจศีลเบญจธรรม : อุดมชีวิตของมนุษย์, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ต้นบุญ, ๒๕๕๕), หน้า ๑๒๙-๑๓๐.

เป็นเรื่องของคนแก่หรือเป็นเรื่องของคนหมดทางเดินแล้ว จึงเดินเข้าวัดเพื่อหาความสุขและความสุขของคู่ครองไม่มีอะไรมากไปกว่า ความสุขของของผู้ที่ครองเรือนมี ๔ ประการ ได้แก่

๑. สุขที่เกิดจากการมีทรัพย์^{๒๔} คนที่มีเงินมีทองแม้จะไม่มีญาติพี่น้องเลยไปอยู่ที่ไหน ๆ ใครเขาก็รักใคร่ใคร่เกรงใจเพราะว่าเงินมีอำนาจอยู่ในตัวถ้าเจ้าของเงินใช้เงินให้เป็นแล้วจะใช้นั้นทำอะไรซื้ออะไรก็ได้ ปัญหาที่ว่าเราจะมีเงินมาจากไหนอย่างไรจึงจะดีเรื่องนี้ต้องหาให้ชอบธรรม ถ้าเป็นข้าราชการก็อย่าใช้ตำแหน่งหน้าที่ทุจริต ฉ้อโกงเงินหลวงเงินราษฎร์เข้ากระเป๋าคอนรวบแบบนี้ไม่มีใครยกย่องสรรเสริญ ตายแล้ว ชื่อก็ตายไปด้วย เราควรจะรวยในทางที่สุจริตรวยจากการอาชีพที่สุจริตได้มาโดยเที่ยงธรรมได้มาจากหยาดเหงื่อแรงงาน ได้จากการเก็บหอมรอมริบจากรายได้ของเงินเดือนยอมเป็นหนี้บั่นทอนแก่บุคคลในสังคมทั่วไป ไม่มีใครเขามาแข่งชักหักกระดูกงูวงศ์ตระกูลเพราะร่ำรวยโดยไม่ทำให้ใครเดือดร้อนไม่ได้ฉ้อโกงใครเขามารวย

๒. สุขที่เกิดจากการใช้จ่ายทรัพย์^{๒๕} คนมีเงินจะกินจะซื้ออะไรก็สะดวกสบายบันดาลให้ทุกอย่าง มีเงินแล้วเสียงดังใคร ๆ ก็เกรงขาม คนมีเงินก็ควรใช้เงินให้เกิดประโยชน์อย่าเห็นแก่ความสุขส่วนตัวมากนัก พึงมองรอบ ๆ ตัวเราบ้างว่า เขามีความสุขอย่างไรบ้างไหม พึงแบ่งปันความสุขให้คนอื่นบ้างเช่น การบริจาคเงินสร้างโรงพยาบาลบ้าง โรงเรียนบ้าง สร้างสาธารณสถานบ้าง อย่างนี้จึงจะถือว่าใช้เงินเป็นและมีความสุขทั้งส่วนตัวและส่วนรวมโดยทั่ว ๆ ไปด้วย

๓. สุขที่เกิดจากความไม่เป็นหนี้^{๒๖} คนที่เป็นหนี้คนอื่นนั้นหาความสุขยาก เพราะหาเงินมาได้ก็ต้องรีบนำไปใช้หนี้เขา คิดวันคืนว่าทางใดจะหาเงินมาพอใช้พอจ่ายหรือเหลือเก็บไว้ในยามเจ็บไข้ได้ป่วยบ้าง บางรายนำส่งสารทำงานหาเงินมาก็ไม่พอที่จะใช้หนี้ก็ไม่พอ เวลาเจ็บไข้ได้ป่วยทำให้ทำงานไม่ได้ ดังนั้นคนที่ไม่เป็นหนี้สินเป็นสุขที่สุด พระพุทธเจ้าทรงเคยตรัสไว้กว่า ๒๕๐๐ กว่าปี มาแล้ว คู่สมรสพ่อบ้านแม่เรือนพึงใส่ใจพยายามอย่าสร้างหนี้สินไว้แก่ตนและครอบครัว ถ้าไม่สุวิสัยจริง ๆ

๔. สุขที่เกิดจากการทำงานไม่เป็นโทษ^{๒๗} คนที่มีงานทำก็ย่อมมีเงินมีทองใช้เป็นธรรมดา แต่งานหรืออาชีพที่ทำควรงานที่สุจริต ไม่ทำให้ใครเดือดร้อนจึงจะนับว่าดี คนร่ำรวยบางคนหรือนายทุนบางคนหน้าเลือดมาก เห็นคนจนเป็นคนละชั้นกับเขา การจ้างแรงงานก็จ้างแรงงานถูก ๆ ใช้ให้ทำงาน

^{๒๔} ดร.เอกซ์เรส, เตรียมตัวสมรสและการครองเรือน, (พระนคร : สำนักพิมพ์ธรรมบรรณการ, ๒๕๐๖), หน้า ๓๖๖.

^{๒๕} เอกซ์เรส, เตรียมตัวสมรสและการครองเรือน, (พระนคร : สำนักพิมพ์ธรรมบรรณการ, ๒๕๐๖), หน้า ๓๖๗.

^{๒๖} เอกซ์เรส, เตรียมตัวสมรสและการครองเรือน, (พระนคร : สำนักพิมพ์ธรรมบรรณการ, ๒๕๐๖), หน้า ๓๖๗.

^{๒๗} เอกซ์เรส, เตรียมตัวสมรสและการครองเรือน, (พระนคร : สำนักพิมพ์ธรรมบรรณการ, ๒๕๐๖), หน้า ๓๖๘. ^{๒๘} สามีภรรยาที่มีธรรม, แหล่งที่มา, [ออนไลน์] <http://guru.sanook.com/2406/> [๒๓ มิถุนายน ๒๕๖๐].

ที่ไม่มีสวัสดิการ คຸ້ມครองเวลาเจ็บไข้ได้ป่วย ดังนั้นทุกคนควรที่จะทำงานและเป็นงานที่สุจริต ไม่ทำให้คนอื่นและตนเองต้องเดือดร้อน

เมื่อปรารถนาที่จะครองชีวิตคู่ให้มีความสุขแล้ว ทั้งสามีและภรรยาจะต้องหมั่นหาทรัพย์โดยทางสุจริต เพราะการทำงานสุจริต และการมีทรัพย์เป็นความสุข จากนั้นคงต้องอดทนต่อกิเลส ความอยากได้วัตถุสิ่งของต่าง ๆ ที่เกินความจำเป็น ความอยากได้นี้ผ่านมาทางการโฆษณาทางทีวี จากเพื่อนฝูง และระบบการขายของเงินผ่อน มิฉะนั้นจะทำให้มีการจ่ายทรัพย์ที่เกินต่อฐานะของครอบครัว ก่อความเป็นหนี้ ทำให้ไม่มีความสุข คอยแต่จะคิดหมุนเงิน จัดสรรเงิน ผ่อนนั้น ผ่อนนี้ จนเงินเดือนไม่พอใช้ ก่อให้เกิดทุกข์เมื่อมนุษย์ยังมีกิเลสตัณหาอยู่ ความสุขจากการครองเรือนเป็นความสุขที่มนุษย์แสวงหา และแทบจะกล่าวได้ว่าเป็นจุดมุ่งหมายของชีวิตทุกชีวิต ที่ปรารถนาจะได้คู่ครองที่ดีมีความสุขจากการครองเรือน เมื่อมีความปรารถนาเช่นนี้ก็ต้องสร้างเหตุปัจจัย เพราะความสุขของครอบครัวอยู่ที่การกระทำ หรือความประพฤติของสามีและภรรยาเป็นหลัก บุคคลทั้งสองต้องมีคุณธรรมดังกล่าวแล้วข้างต้น จึงจะเป็นเหตุซึ่งนำผลมาให้คือความสุขในการครองเรือน^{๒๘}

การมีชีวิตคู่ อยู่ร่วมกันตั้งแต่สองคนขึ้นไป ย่อมจะมีปัญหา ประดุจลั่นกระแทกพื้น เพราะสถานการณ์บางครั้ง อาจจะประสบทั้งอารมณ์ดีและอารมณ์ร้ายตามประสาคนเรา ซึ่งก็เป็นเรื่องธรรมดา เป็นแต่ว่าใครจะมีวิธีการแก้ปัญหาเหล่านั้นได้ต่างกันเท่านั้น เรื่องของการมีชีวิตคู่นี้ ในทางพระพุทธศาสนาสอนไว้ว่า ชีวิตสมรสที่จะมีความสุข ราบรื่น มั่นคงยืนยาวได้นั้น คู่สมรสจะต้องมีหลักธรรมที่เหมาะสมหรือสม่ำเสมอ อันจะพึงเรียกได้ว่า สมธรรม ๔ ประการ คือ สมศรัทธา สมศีลา สมจาคา และ สมปัญญา

สมธรรม ๔ ประการ^{๒๙} นี้ เป็นฐานรองรับชีวิตคู่ครองในระดับที่ลึกซึ้งยิ่งไม่น้อยกว่าฆราวาสธรรม ๔ คือ สัจจะ จริตใจต่อกัน ทมะ รู้จักข่มใจเอาไว้เวลาสถานการณ์ไม่พึงประสงค์ ชันติ ความอดทน อดกลั้นต่อกันและกัน จาคะ เสียสละและให้อภัยกันได้ คู่ครองที่ดี ที่จะเป็นคู่ร่วมชีวิตกันได้ นอกจากกามคุณแล้ว ควรมีคุณสมบัติ และประพฤติตามข้อปฏิบัติ ดังนี้

๑. สมศรัทธา มีความเห็นหรือความเชื่อเหมือนกัน ศรัทธาความเชื่อ ความเลื่อมใส เช่น ความเชื่อถือในลัทธิศาสนา ความเลื่อมใสในพระรัตนตรัย และรสนิยม ใฝ่นิยมในคุณค่า หรือสิ่งที่ยึดเหนี่ยวดำรงต่าง ๆ คล้ายกัน ความมีศรัทธาเหมือนกันย่อมเป็นสิ่งสำคัญเบื้องต้นที่จะทำให้ชีวิตครองเรือนกลมกลืนสนิทสนมแน่นแฟ้น เพราะศรัทธาเป็นเครื่องหล่อหลอมความรู้สึกนึกคิด และเป็นพลังที่จะชักจูงใจในการดำเนินชีวิตคู่ได้กระทำกิจการต่าง ๆ ความมีศรัทธาเหมือนกัน ตั้งต้นแต่ความเชื่อถือในลัทธิศาสนา ตลอดจนการมีรสนิยมแนวเดียวกันจึงเป็นสิ่งสำคัญมากในชีวิตสมรส ถ้าศรัทธาเบื้องต้นไม่เป็นอย่างเดียวกัน ก็ต้องตกลงปรับหรือจนให้เข้ากันหรือใกล้เคียงกันได้ จะได้ไม่มีปัญหาตามมา

๒. สมศีลา มีศีล มีกิริยาความประพฤติเสมอกันหรือคล้ายกัน ไม่เป็นเหตุให้เกิดความรังเกียจดูหมิ่น เหยียดหยาม หรือขัดแย้งรุนแรงต่อกัน เช่น ฝ่ายหนึ่งปากร้าย ชอบกล่าวคำหยาบคาย อีกฝ่ายหนึ่งได้รับการอบรมมาทางด้านการพูดจาสุภาพอ่อนหวาน ทนฟังคำหยาบ ไม่ได้ หรือฝ่ายหนึ่งชอบ

^{๒๘} วจ.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๕๕/๘๐.

เป็นนักแสดงหัวไม้ แต่อีกฝ่ายหนึ่งชอบชีวิตสงบไม่วุ่นวาย ก็อาจเป็นทางเบี่ยงหน้าย แตะร้าวฉาน เลิกร้างกัน หรืออยู่อย่างทนทุกข์ทรมาน ไม่สามารถจะทนต่อไปได้ ก็อาจจะเป็นอุปสรรคในการใช้ชีวิตคู่ได้

๓. สมจาคา มีน้ำใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่เหมือนกันหรือคล้ายกัน เริ่มตั้งแต่ญาติมิตรสหายเป็นต้น ไปปฏิบัติต่อญาติพี่น้องทั้งสองฝ่าย มีน้ำใจ มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีใจกว้างขวาง ช่วยเหลือพึ่งพาอาศัยกันได้หรือในทางตรงข้าม ถ้าเป็นความตระหนี่ ความมีใจคับแคบ กระด้าง คู่ครองที่มีจาคะไม่สมกันย่อมมีโอกาสเกิด ความขัดแย้งกระทบกระทั่งจนจิตใจกันได้ อาจจะทำให้ชีวิตครอบครัวสั่นคลอนเปราะบาง มีโอกาสที่จะแตกร้างได้โดยง่าย ถ้ามีน้ำใจไม่เหมือนกัน น้ำใจจึงเป็นเรื่องสำคัญสำหรับการมีชีวิตคู่

๔. สมปัญญา มีปัญญาเหมือนกันหรือคล้ายกัน ได้แก่รู้จักเหตุ รู้จักผล รู้จักชั่วดี รู้จักประโยชน์มิใช่ประโยชน์ รู้จักคิด และเข้าใจในเหตุผล ความมีปัญญาเสมอกันหรือคล้ายกัน มิได้หมายความว่าคู่ครองทั้งสองฝ่ายจะต้องได้เล่าเรียนจบปริญญามาเหมือนกัน แต่หมายถึงการมีความคิด การรู้จักรับฟังและเข้าใจในเหตุผลของกันและกัน และการช่วยเป็นคู่คิดของกันและกันได้ อย่างที่กล่าวกันง่าย ๆ ว่าพูดจากันรู้เรื่อง คุณธรรม ข้อนี้ก็เป็นสิ่งสำคัญยิ่ง เพราะสามีภรรยาเป็นผู้อยู่ร่วมใกล้ชิดกันตลอดเวลา จำต้องมีความเข้าใจกัน ร่วมคิดร่วมปรึกษาหารือกัน บรรเทาข้อหนักใจ และช่วยกันหาทาง แก้ไขปัญหาต่าง ๆ เป็นกำลังแก่กันและกันได้ ความมีปัญญาเสมอกันนี้ นอกจากเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวน้ำใจทำให้มีความสนิทสนมกันด้วยดีแล้ว ยังทำให้ชีวิตของคู่ครอง ทั้งสองฝ่ายเป็นชีวิตที่มีความสุข เข้าอกเข้าใจกันได้ดี

พระพุทธองค์ตรัสว่า สมธรรม ๔ ประการ นี้ จะเป็นเหตุให้คู่สามีภรรยาได้พบกันทั้งชาตินี้ และชาติหน้า ดังพุทธพจน์ที่ว่า “อาภังเกย ยเญ คหปตโย อุโห ขานิปตโย” ถ้าคู่สามีภรรยา หวังจะได้พบกันทั้งชาตินี้และชาติหน้าแล้วไซ้ ทั้งสอง ฝ่ายเป็นผู้มีศรัทธาเสมอกัน มีศีลเสมอกัน มีจาคะเสมอกัน และมีปัญญาเสมอกันความเสมอกันของคู่ครองตามหลักธรรม ๔ ประการนี้มีความสำคัญเป็นอย่างมาก เพราะบุคคลทั้งสองมามีชีวิตอยู่ร่วมกันใกล้ชิดยิ่งกว่าใคร ๆ จนใน ทางโลกกล่าวว่า เป็น “บุคคลเดียวกัน” การที่จะมารวมเข้าด้วยกันจึงต้องอาศัยความประสานกลมกลืนเหมาะสมกันตามทางธรรมดังกล่าวมาแล้ว

๒.๔.๓ หลักการครองเรือนของสามีภรรยา

คำกล่าวที่ว่า “เมื่อจะร่วมชีวิตกันทั้งที ควรคิดดูให้ดีว่าจะได้เนื้อคู่เช่นใด” การอยู่ครองเรือนของคู่สมรสนั้น เป็นการร่วมกันนำชีวิตทั้งสองสามารถผ่านเหตุการณ์ทั้งปวง ทั้งที่ดีและร้ายได้ เป็นชีวิตที่ร่วมสุขร่วมทุกข์ ขนบธรรมเนียมประเพณีไทย ฝ่ายชายจะเป็นฝ่ายมาจีบสาว ถ้าสาวพอใจฝ่ายชายที่มาจีบก็จะได้มีโอกาสแต่งงานกัน และจะต้องมีสินสอด ทองหมั้น ประดู่ค่าน้ำนมหรือค่าเลี้ยงดู (ฝ่ายชายจะไม่มีค่าเช่นฝ่ายหญิง) เพราะฝ่ายชายจะเรียกว่า “สามี” คือ ผู้เป็นเจ้าของ ส่วนฝ่ายหญิง จะเรียกว่า “ภรรยา” ผู้อันสามีพึงเลี้ยงดู แต่ในทางปฏิบัติเมื่อได้แต่งงานกันแล้ว ส่วนใหญ่ฝ่ายภรรยา จะทำกับข้าวให้สามีรับประทาน เพราะเชื่อกันว่างานในบ้าน เป็นของฝ่ายหญิง ผู้เป็นแม่ศรีเรือน หรือแม่บ้าน ฝ่ายหญิงจะเป็นใหญ่ในบ้าน ถ้างานนอกบ้าน เช่น การที่จะหาเงินทองมาสนับสนุนจุนเจือครอบครัวจึงมักตกเป็นเรื่องของฝ่ายชาย (สมัยก่อน) แต่ปัจจุบันนี้ ตรงกันข้ามแล้ว เพราะผู้หญิงจะเก่งกว่า เวลาไปสอบเข้าทำงานหรือสมัครงาน จะมีโอกาสดีกว่า จึงทำให้ผู้หญิงสมัยใหม่ได้มีโอกาสทำงานมากขึ้น หรืออาจจะมากกว่าฝ่ายชายด้วยซ้ำไป โดยเฉพาะการเข้าสู่ระบบราชการ

กรณีนี้ หากภรรยาผู้ใดสามารถปฏิบัติตนทำจิตใจให้เป็นมิตรแท้ มีเมตตาปรารถนาดีต่อสามี ได้อย่างแท้จริงเหมือนอย่างมารดาแล้ว พระพุทธองค์ตรัสยกย่องภรณานี้ว่าเป็นมาตาสมภริยาหรือ มาตาภริยา คือ ภรรยาเสมอด้วยมารดา หรือ ภรรยาเยี่ยงมารดา ส่วนภรรยาผู้มีคุณธรรมอย่างอื่นก็ ตรัสเปรียบไว้เหมือนพี่น้องหญิง เหมือนเพื่อนเป็นต้น ดังที่เคยตรัสสอนนางสุชาดา ผู้เป็นสะใภ้ของ อนาถปิณฑิกเศรษฐีว่า มีภรรยาอยู่ ๗ ประเภท เป็นฝ่ายร้าย ๓ ประเภท และฝ่ายดี ๔ ประเภท คือ^{๓๐}

๒.๑ วรกาภริยา ภรรยาเยี่ยงเพชฌฆาต คือ ภรรยาที่มีได้อยู่กินด้วยความพอใจ ดูหมิ่น และ คิดทำลายสามี

๒.๒ โจรีภริยา ภรรยาเยี่ยงโจรคือ ภรรยาชนิดที่ล้างผลาญทรัพย์สมบัติ

๒.๓ อัยยาภริยา ภรรยาเยี่ยงนาย คือ ภรรยาที่เกียจคร้าน ไม่ใส่ใจการทำงาน ปากร้าย หยาบ คาย ชอบข่มสามี

๒.๔ มาตาภริยา ภรรยาเยี่ยงมารดา คือ ภรรยาที่หวังดีเสมอ คอยห่วงใย เอาใจใส่สามี หา ทรัพย์มาได้ก็เอาใจใส่ คอยประหยักรักษา

๒.๕ ภคินีภริยา ภรรยาเยี่ยงน้องสาว คือ ภรรยาผู้เคารพรักสามี ดั่งน้องรักพี่ มีใจอ่อนโยน รู้จักเกรงใจ มักคล้อยตามสามี

๒.๖ สขีภริยา ภรรยาเยี่ยงสหาย คือ ภรรยาที่เป็นเหมือนเพื่อน มีจิตรักดี เวลาพบสามีก็ร่า เริงยินดี วางตัวดี ประพฤติดี มีกิริยามารยาทงาม เป็นคู่คิดคู่ใจ

๒.๗ ทาสีภริยา ภรรยาเยี่ยงนางทาสี คือ ภรรยาที่ยอมอยู่ใต้อำนาจสามี ถูกสามีตะคอกตบตี ก่อดทน ไม่แสดงความโกรธตอบ

ท่านสอนให้ภรรยาสำรวจตนว่าที่เป็นอยู่ ตนเป็นภรรยาประเภทไหน ถ้าจะให้ดี ควรเป็น ภรรยาประเภทใด สำหรับชายอาจใช้เป็นหลักสำรวจอุปนิสัยของตน ว่าควรแก้หญิงประเภทใดเป็น คู่ครอง และสำรวจหญิงที่จะเป็นคู่ครองว่าเหมาะกับอุปนิสัยตนหรือไม่สำหรับฝ่ายหญิง ปัจจุบันนี้ คง จะไม่ทำตนตั้งรับได้อีกแล้ว เพราะว่า ผู้ชายมีจำนวนน้อยกว่าผู้หญิงเพราะตั้งแต่สถิติการเกิด จะเป็น เพศหญิงมากกว่า และสังคมไทย ฝ่ายชายมักจะตายง่ายเพราะมีชีวิตเสี่ยงเช่นไปเป็นทหารรับใช้ชาติ ไปบวชรับใช้พระศาสนา เป็นกะเทย ท่านองนี้ จะต้องเลือกสามีให้ดีเช่นกันคือ

๑. วรกาสามี สามีดั่งเยี่ยงเพชฌฆาตสามีที่มีได้อยู่กินด้วยความพอใจ มักจะดูหมิ่นเหยียดหยามและคิดทำร้ายภรรยา ทบตีภรรยาเสมอ

๒. โจรีสามี สามีเยี่ยงโจรสามีที่คอยล้างผลาญทรัพย์สมบัติของครอบครัว เมาน้ำหวานน้ำชนิด สุนัขเลียปาก ขอบนำเงินทองไปใช้คนเดียวในเรื่องอบายมุขต่าง ๆ และไม่บอกกล่าวให้ภรรยาทราบจึง เหมือนขโมยเงินจากครอบครัวไปใช้

๓. อัยยาสามี สามีเยี่ยงนายสามีที่เกียจคร้านในการทำการงาน ไม่ใส่ใจการงาน มักพูดจา หยาบคาย ชอบข่มเหง รังแกภรรยาอยู่เสมอ

๔. ปิตุสามี สามีเยี่ยงบิดาสามีที่หวังดีเสมอ คอยห่วงใย เอาใจใส่ต่อภรรยา หาทรัพย์มาได้ก็ เอาใจใส่ คอยประหยักรักษาไว้เพื่อให้ภรรยา (ลูกสาว) ได้มีกินมีใช้ไม่ขาดมือ

^{๓๐} อิง. ปญจก. (ไทย) ๒๓/๖๐/๙๒.

๕. ภคินีสามี สามีเยี่ยงน้องชายสามีผู้เคารพภักตภรรยา ดั่งน้องชายรักพี่สาว มีใจอ่อนโยน รู้จักเกรงใจ มักคล้อยตามภรรยา จะพูดจาก็มักจะระมัดระวังคำพูด ประดุจน้องชายที่แสนดีต่อพี่สาวไม่กล้าพูดคำหยาบคายต่อพี่สาวตนเอง

๖. สขีสามี สามีเยี่ยงสหายหรือเพื่อนสามีที่เป็นเหมือนเพื่อน มีจิตรักดี เวลาพบภรรยาก็ร่าเริงยินดี วางตัวดี ประพฤติดี มีกิริยามารยาทงาม เป็นเพื่อนคู่คิด เป็นมิตรคู่ใจ

๗. ทาสีสามี สามีเยี่ยงทาสสามีที่ยอมอยู่ใต้อำนาจภรรยา ถูกภรรยาตะคอกตบตี ก็จะไม่แสดงความโกรธตอบ เพราะกลัวผู้เป็นเข้าของทาสจะทำโทษ^{๓๑}

๒.๔.๔ โอวาทวันแต่งงาน

พระมหาไพศาล เขมวิสาล ได้กล่าวไว้ว่า เมื่อพระพุทธเจ้ายังมีพระชนม์อยู่ ได้ทรงตรัสเรื่องการแต่งงานไว้เหมือนกัน แต่จัดเป็นอวาทมงคล เพราะฝ่ายหญิงต้องไปสู่บ้านชาย เรื่องนี้มีมาในอรรถกถา พระธรรมบทพุทธกนิยาย ที่ยกมาเบื้องต้นว่า^{๓๒}

ยถาปิ ปุพฺพราสิมฺหาติ อิมํ ธมฺมเทสนํ สุตฺถา สวตฺถิ อฺปนีสฺสาย ปุพฺพารามเ วิหรนฺโต วิสาขํ อฺสาลิกํ อารพฺภ กเถสิ ฯ แปลถอดความว่า ครั้งนั้นสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเสด็จไปยังอาศัยพระนครสาวัตถี ทรงประทับอยู่ในบุพาราม ทรงปรารภนางวิสาขามหาอุบาสิกาผู้เป็นโสดาบัน เป็นธิดาของท่านธนัญชัยเศรษฐีและนางสุนนเทวี ซึ่งนับว่าเป็นผู้ที่สมบูรณ์ด้วยโภคทรัพย์สมบัติในกรุงสาวัตถีในครั้งนั้น ต่อมานางวิสาขามีอายุที่สมควรพอที่จะมีสามีได้แล้ว บิดามารดาจึงคิดจะให้บุตรของตนได้มีเคหะสถานเป็นที่ครอบครองตามสมควรแก่ฐานะของตน วันหนึ่งจึงได้เชื้อเชิญพวกพราหมณ์ ๑๐๘ คน ให้เที่ยวแสวงหาชายที่มีอายุและโภคทรัพย์เสมอกัน แล้วพวกพราหมณ์เหล่านั้นก็ได้แสวงหาไปตามหัวเมืองต่าง ๆ ในขณะนั้น ก็บังเอิญไปพบบุตรของท่านมิกคารเศรษฐี ชื่อว่านายปุลณฺวตฺตมกฺขมฺมารในทำนองเดียวกัน บุตรของท่านเศรษฐีนี้ก็มาคิดที่จะมีภรรยาผู้ที่ตนรักและพอใจ คือหญิงนั้นต้องประกอบด้วยความงดงามตามลักษณะที่ตนปรารถนาทุกประการ ดังนั้นหญิงชายทั้งสองนี้จึงสมควรอย่างยิ่ง ที่จะได้เข้าสู่พิธีการแต่งงานตามประเพณีกัน เพราะอำนาจรักที่เป็นบุพเพสันนิวาส คือ ได้เคยอยู่ด้วยกันในชาติปางก่อน เหตุนี้จึงสมด้วย พระพุทธภาษิตที่พระองค์ทรงตรัสไว้ในพระธรรมบทพุทธกนิยาย ความว่า

“ดอกอุบลหรือดอกปทุมชาติเป็นต้น เมื่อเกิดขึ้นย่อมเกิดด้วยเหตุสองประการ คือ ในน้ำและในเปือกตมฉันใด ความรักก็เหมือนกันฉันนั้น เมื่อเกิดขึ้นย่อมเกิดขึ้นด้วยสาเหตุสองประการ คือ ด้วยการอยู่ร่วมกันในชาติปางก่อนและด้วยประโยชน์เกื้อกูลกันในปัจจุบัน” ดังนี้

ด้วยเหตุนี้ในเวลาต่อมามารดาบิดาทั้งสองฝ่ายตลอดจนคณาญาติทั้งหลาย ต่างมีความพอใจเป็นเอกฉันท์จึงได้กำหนดวันอวาทมงคล ครั้นทำการอวาทมงคลสำเร็จแล้วด้วยความสวัสดิทุกประการ ธนัญชัยเศรษฐีผู้เป็นบิดาจะส่งนางวิสาขามหาอุบาสิกาไปสู่ตระกูลสามีได้ให้โอวาท ๑๐ ประการ แก่ นางวิสาขาก่อนออกเรือน ถือว่าเป็นข้อวัตรปฏิบัติที่สำคัญสำหรับสตรีทั่วไป ที่ทันสมัยเสมอ สามารถนำไปปฏิบัติเพื่ออบอุ่น และความมั่นคงของครอบครัว ดังนี้

^{๓๑}:แหล่งที่มา, [ออนไลน์] <https://www.gotoknow.org/posts/626826> [๒๓ มิถุนายน ๒๕๖๐]

^{๓๒} พระมหาไพศาล เขมวิสาล, ชุมนุมอานิสส ๖๕ เรื่อง, (กรุงเทพมหานคร : อำนวยสาส์น การพิมพ์, ๒๕๓๑), หน้า ๒๐๓-๒๐๕.

๑. อนโต อคฺคิ พฺหิ น นีหริตฺตพฺโพ ไฟในอย่านำออก หมายถึง ไม่ควรนำความลับหรือเรื่องไม่ดีงามภายในครอบครัว ไปบอกเล่าให้คนภายนอกได้รับรู้ เช่น เห็นโทษของพ่อผัวแม่ผัวและผัวของตนอย่าเอาไปเที่ยวกล่าวที่เรือนอื่น ซึ่งนอกจากเรือนของตนเพราะขึ้นชื่อว่าไฟเหมือนไฟกองนี้ไม่มี

๒. พฺหิ อคฺคิ อนโต น นีหริตฺตพฺโตะ ไฟนอกอย่านำเข้า หมายถึง ไม่ควรนำคำนิทาว่าร้ายเสียดสีด้วยความอิจฉาริษยา จากบุคคลภายนอกมาสู่ครอบครัว อันจะเป็นเหตุให้เกิดเรื่องไม่ดงามและความบาดหมาง เช่น ถ้าหญิงหรือชายในเรือนภายนอกที่คุ้นเคยกัน กล่าวโทษของพ่อผัวแม่ผัวของตนอย่าถือเอาโทษของคนเหล่านั้นมาพูดซ้ำอีก คนโน้นพูดอย่างอย่างนั้น ๆ ขึ้นชื่อว่าไฟเหมือนไฟกองนี้ไม่มี

๓. ทนฺตสฺสว ทาตพฺพํ พิงฺให้แก่คนที่ให้ หมายถึง คนที่เคยเกื้อหนุนเอื้อเฟื้อควรมีน้ำใจไม่ตรีตอบแทน เมื่อมีผู้มาหยิบยืมข้าวของเงินทอง ควรให้แก่คนที่นำมาคืนเท่านั้น

๔. อทนฺตสฺส น ทาตพฺพํ พิงฺอย่าให้แก่คนที่ไม่ให้ หมายถึง คนที่ไม่เคยเกื้อหนุนเอื้อเฟื้อมีน้ำใจก็ไม่ควรทำใจกว้างหรือทำหน้าใหญ่ใจโต ผู้ที่เคยหยิบยืมแล้วไม่นำมาคืน คราวต่อไปหากยังกล้ามาหยิบยืมอีก ไม่ควรให้

๕. ทนฺตสฺสาปิ อทนฺตสฺสาปิ ทาตพฺพํ พิงฺให้แก่คนที่ให้และไม่ให้ หมายถึง การสงเคราะห์ญาติและมิตรสหาย แม้เขาจะนำมาคืนหรือไม่ก็ตาม เมื่อเห็นว่าเป็นการสมควร หรือเขาเป็นคนดีควรแก่การเกื้อหนุนอนุเคราะห์ก็ควร

๖. สุขํ นิสีทิตฺตพฺพํ พิงฺนั่งให้เป็นสุข หมายถึง การนั่งในที่อันเหมาะสมอันควร ไม่เกะกะขวางทางไม่ต้องคอยลุกหลีกเลี่ยงเมื่อพ่อสามีแม่สามีหรือผู้ใหญ่เดินผ่าน และนั่งเมื่อจัดการงานเสร็จเรียบร้อยแล้ว

๗. สุขํ ภูยชิตฺตพฺพํ พิงฺนอนให้เป็นสุข หมายถึง ควรนอนที่หลังพ่อสามีแม่สามี และสามีได้เข้านอนแล้ว คือต้องตรวจดูข้าวของกลอนประตูหน้าต่างและไฟให้เป็นที่เรียบร้อย ทั้งจัดแจงข้าวของที่จำเป็นสำหรับหุงหาหรือใช้สอยในวันรุ่งขึ้นให้พร้อมมูลครบครัน จึงจะถือได้ว่าเป็นแม่บ้านแม่เรือนที่ดี

๘. สุขํ นิปชชิตฺตพฺพํ พิงฺกินให้เป็นสุข หมายถึง ควรจัดข้าวปลาอาหารสำหรับพ่อสามีแม่สามีรวมทั้งสามีและบุตรให้เป็นที่เรียบร้อย

๙. อคฺคิ ปริจฺจิตฺตพฺโพ พิงฺบูชาไฟ หมายถึง การให้ความเคารพยำเกรงสามีและบิดามารดาของสามีตลอดจนญาติผู้ใหญ่

๑๐. อนโต เทวตา นมสฺสิตฺตพฺพา พิงฺบูชาเทวตา หมายถึง ให้นับถือบิดามารดาสามีและบรรพบุรุษ เช่น ควรยกย่องเคารพนับถือเชื้อพิงต่อพ่อผัวแม่ผัวหรือผัวของตนผู้ให้ความสุขและทำให้เป็นดุจเทวตาในเรือนของตน

๒.๕ สรุป

หลักศีลธรรมสำหรับชาวพุทธที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงประทานสั่งสอนไว้มีมากมายหลายระดับ ทั้งที่เหมาะสมกับการดำรงชีวิตประจำวัน และระดับที่สูงขึ้นไป หากพุทธศาสนิกชนทุกคนล้วนแต่ตั้งมั่นอยู่ในคำสั่งสอนของท่าน ย่อมบังเกิดความสงบสุขในการดำเนินชีวิต และในสังคมที่เราอาศัยอยู่อย่างแน่นอน แต่ปัญหาที่เกิดขึ้นในปัจจุบันนี้ล้วนแล้วแต่มาจากการที่ คนเราไม่ตั้งมั่นอยู่ในธรรมนั่นเองหลังจากที่ได้นำเสนอการฝึกจิตไปแล้ว ทั้งสมาธิและการดูจิต ต่อมาสำหรับหลักการปฏิบัติตนที่ขาดไม่ได้เลย คือการฝึกฝนตนให้เป็นคนดีพร้อม เพื่อที่ความรักจะได้สมหวังดีพร้อมเช่นกัน

เพราะถ้าหากเรามีความบกพร่องหลายประการ เป็นคนที่ไม่ดีพอ ก็จะเหมือนกับโองที่รั่ว แม้มีน้ำไหลเข้าโอง น้ำก็ย่อมไหลออกทางรูรั่วอยู่ดี และถึงแม้ในพุทธศาสนาจะมีคำกล่าวที่ว่า “ที่ใดมีรัก ที่นั่นมีทุกข์” ซึ่งอาจตีความหมายคำว่า “รัก” คือ “ความทุกข์” แต่อย่างไรก็ดี ในหลักคำสอนของพุทธศาสนาก็ไม่ได้ปฏิเสธให้คนไร้ความรัก แต่ในทางตรงกันข้าม ก็มีหลักธรรมที่สอนให้คนรักกันอย่างดีมีศีลธรรม ปฏิบัติตนอย่างผู้ที่เจริญแล้ว และครองเรือนอย่างมีคุณค่า มีหลักธรรมในหัวใจ ซึ่งหลักธรรมที่ใช้ในการปฏิบัติตนสำหรับทุกคนที่มีความรัก คือ “ฆราวาสธรรม ๔

หลักฆราวาสธรรม ๔ นี้ จะสอนให้คนเรารู้จักการดำเนินชีวิตทางโลกอย่างผู้ประสบความสำเร็จ ซึ่ง ฆราวาสธรรม ประกอบด้วย ๒ คำ “ฆราวาส” แปลว่า ผู้ดำเนินชีวิตในทางโลก ผู้ครองเรือน และ “ธรรม” แปลว่า ความถูกต้อง ความดีงาม นิสยที่ดีงาม ฆราวาสธรรม ประกอบด้วย ธรรมะ ๔ ประการ คือ สัจจะ ทมะ ขันติ และจาคะ โดยหลักธรรม ๔ ประการนี้ มีความสำคัญต่อการสร้างตัวของฆราวาสมากในพระไตรปิฎกบันทึกว่า พระพุทธองค์ทรงให้เหล่าสาวกของพระองค์ไปถามผู้รู้ท่านอื่นๆ ว่า มีสิ่งใดในโลกนี้ที่สร้างเกียรติยศให้คนเราได้เท่ากับการมี “สัจจะ” หรือไม่ มีสิ่งใดในโลกนี้ที่สร้างปัญญาให้คนเราได้เท่ากับการมี “ทมะ” หรือไม่ มีสิ่งใดในโลกนี้ที่สร้างทรัพย์สมบัติให้คนเราได้เท่ากับการมี “ขันติ” หรือไม่ และมีสิ่งใดในโลกนี้ที่สร้างหมู่มิตรให้คนเราได้เท่ากับการมี “จาคะ” หรือไม่ ซึ่งการที่พระพุทธองค์ทรงให้สาวกของพระองค์ไปถามผู้รู้อื่นๆ อย่างนี้ ก็เป็นเครื่องยืนยันอย่างยิ่งยวดว่า ไม่มีธรรมะใดๆ ที่จะใช้สร้างตัวให้ประสบความสำเร็จได้ยิ่งกว่าธรรมะอันประเสริฐ ๔ ประการนี้ ดังนั้นแล้ว หากบุคคลต้องการที่จะประสบความสำเร็จทั้งในชีวิต การงาน ตำแหน่ง ฐานะ และความรัก เขาผู้นั้นต้องสร้าง สัจจะ ทมะ ขันติ และจาคะให้เกิดขึ้นกับตน ตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ยิ่งถ้าสร้างและพัฒนาตัวเองจนเป็นคุณสมบัติขั้นพื้นฐานประจำตนได้นั้น ก็จะทำให้สามารถสร้างเกียรติยศ สร้างปัญญา สร้างทรัพย์สมบัติ และสร้างหมู่ญาติมิตรให้เกิดขึ้นได้สำเร็จด้วยกำลังความเพียรของตน

การมีชีวิตคู่ที่จะเป็นปีกแผ่นมั่นคงได้นั้น ไม่ใช่จะมาจากรความร่ำรวยเป็นพื้นฐานเสมอกันเท่านั้น แต่ที่สำคัญยิ่งที่จะทำให้อยู่กันตลอดรอดฝั่ง คือการมีคุณธรรมเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจของทั้งสองฝ่ายต่างหาก เช่น สมธรรม ๔ ประการ คือสมศรัทธา สมศีลา สมจาคา และ สมปัญญา นอกจากนี้ต้องยึดหลักฆราวาสธรรม คือธรรมะสำหรับผู้ครองเรือน คือ สัจจะซื่อสัตย์จริงใจต่อกัน ทมะ ช่มใจไว้ได้ ไม่โต้ตอบ ขันติ อดทนได้ จาคะ เสียสละและอภัยให้กันและกันได้ เป็นต้น ถ้าพื้นฐานเดิม ทรัพย์สินไม่สู้จะดีนัก ต้องหมั่นขยันหมั่นเพียรในการทำมาหาเลี้ยงชีพ เพราะพุทธองค์ตรัสไว้ว่า คนขยัน ย่อมหาทรัพย์ได้ รู้จักรักษาทรัพย์ที่หามาได้ไม่นำไปใช้จ่ายในทางอบายมุข คบเพื่อนเป็นคนดี ไม่คบคนติดยาเสพติด หัวขโมย และเลี้ยงชีวิตอย่างเหมาะสมยึดมั่นในความพอเพียงพอประมาณ นกน้อยทำรังแต่พอตัว ถ้าทำได้ ชีวิตคู่มั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืนแน่นอน ดังบทกลอนที่ว่า “จะทำให้ชีวิตคู่มั่นคงตลอดกาล นิรันดร์ จนกว่าชีวิตจะหาไม่ เป็นไม้เท้ายอดทองไม่กระบองยอดเพชร”

บทที่ ๓

การประยุกต์ใช้หลักพรวาธรรม ๔ ในชีวิตการครองเรือนของคู่สมรส

ในบทนี้ผู้วิจัย ได้ทำการศึกษา พรวาธรรม ๔ กับการถอดบทเรียนจากการประยุกต์ใช้ ซึ่งประกอบไปด้วยเนื้อหา ดังนี้ พรวาธรรม ๔ กับการประยุกต์ใช้ในชีวิตควบคู่กับพรหมวิหาร ๔ และศีล ๕ พรวาธรรม ๔ กับการประยุกต์ใช้เพื่อการเป็นอยู่แบบการพึ่งพราวอาศัยกัน พรวาธรรม ๔ กับการประยุกต์ใช้แบบทางสายกลาง พรวาธรรม ๔ กับการประยุกต์ใช้แบบเป็นเหมือนเพื่อน คู่คิด-คู่ชีวิต พรวาธรรม ๔ กับการประยุกต์ใช้เพื่อความปกติและความมั่นคงของชีวิตครอบครัว พรวาธรรม ๔ กับการประยุกต์ใช้เพื่องานครอบครัวและงานชุมชน และพรวาธรรม ๔ กับการประยุกต์ใช้กับงานอาชีพในครอบครัว

๓.๑ ความสัมพันธ์ของพรวาธรรม ๔ กับพรหมวิหารธรรม ๔

คำว่า “พรวาธ” หมายถึง การครองเรือนโดยทั่วไป ไม่ว่าจะเป็นหญิงเป็นชาย หรือผู้ที่ ยังคงดำเนินชีวิตไปตามกิจวัตรของทางโลก “ธรรม” คือวิธีการและหนทางแห่งความดีและหากมีสอง คำรวมกันจะให้ความหมายที่สวยงามนั่นคือ การใช้ชีวิตทางโลกด้วยการปฏิบัติชอบ ปฏิบัติดีทั้งว่า ด้วยกัน สัมปการนั้นคือ

สัจจะ หากหยาบมาแปลตรงตัวจะแปลได้ความหมายว่า “จริงแท้” สำหรับแนวทางที่ พระพุทธเจ้าได้ทรงตรัสสอนไว้นั้นคือการที่เลือกที่จะแสดงออก สื่อสาร พูดคุยอย่างจริงแท้แน่นอน ไม่ โกหก พูดเป็นคำพูด พูดอย่างใดก็ควรทำอย่างนั้น และอีกประการหนึ่งก็คือการแสดงออกผ่านการ กระทำ หรือการกระทำที่จะทำอย่างจริงแท้ ไม่ย่อถอยต่อปัญหาไม่ว่าจะมีอุปสรรคใดใดก็ตาม

ทมะ หากมีสัจจะ ทมะนำว่าสำคัญยิ่ง ทมะหมายถึงการฝึกตน ช่มจิตใจให้เข้มแข็งให้หนึ่ง เพื่อการพัฒนาตนเองและเดินทางไปยังเป้าหมายที่วางได้อย่างราบรื่น แต่หากถึงแม้มีปัญหา มี อุปสรรคใดใดก็ย่อมสามารถพัฒนาตนให้ผ่านไปได้หากมีทมะแล้วละก็ย่อมผ่านพ้นไปได้ทุกปัญหา อุปสรรคแน่นอน

ขันติ คำนี้ที่คุ้นหูกันหรือที่รู้จักกันดีก็คือ “ความอดทน” แต่หากใช้เพียงเป็นการอดทนอด กลั้นต่อคำพูดต่อแรงกดดันอื่นอันภายในสังคมเพียงอย่างเดียว แต่กระนั้นคือการสร้างการถือความ อดทนอดกลั้นจากกิเลสที่เข้ามารุมเร้า เพื่อป้นทอนกำลังใจของเราอีกด้วย

จาคะ การเสียสละ หรือเป็นการละทิ้งซึ่งกิเลสทั้งหลาย การที่เปิดใจเอื้อเฟื้อผู้อื่นนั้น อีก ประเด็นหนึ่งนั้นนับว่าเป็นการฝึกตนควบคุมความอยากได้ ความอยากมีด้วยอีกเช่นกัน การที่ยินดีกับ ผู้อื่นที่มีประโยชน์สุขจากผลที่เราได้สละออกไปนั้นนับว่าประเสริฐ อีกทั้งยังสามารถสร้างมิตรได้อีก มากมายด้วย

หากนำหลักธรรมที่พระพุทธองค์มอบทิ้งไว้ให้ทั้งหมดนี้ นับว่าถือเป็นแนวทางที่จะสร้าง ประโยชน์แก่ตนและชุมชนที่สามารถสร้างเกียรติ สร้างบุญบารมี บริวารณเพื่อนฝูงรวมไปถึง ประโยชน์

แก้ตนได้ด้วย แต่หากผู้ใดขาดอาจจะได้นับได้ว่าเป็นผู้ทุจริตหน้าที่ความเป็นผู้ครองเรือน นับว่าความวุ่นวายของบ้านเมือง ของแต่ละสังคมเกิดมาจากการที่สามารถอดทนแต่กิเลสของตนได้ ทั้งเนื่องมาจากการสร้างอำนาจ บารมีจากการไร้ซึ่งสิ่งจูงใจที่เคยให้ไว้ หรือ จาคะการเสียสละเห็นใจต่อเพื่อนมนุษย์ด้วยกันเอง^๑

พรหมวิหาร ๔ หมายถึง ธรรมเครื่องอยู่อย่างประเสริฐ ธรรมประจำใจที่ประเสริฐ หลักความความประพฤติ ๖ ที่ประเสริฐบริสุทธิ์ ธรรมที่ต้องมีใจเป็นหลักและกำกับความประพฤติ จึงได้ชื่อว่าดำเนินชีวิตอย่างหมดจดและประพฤติตนต่อมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายโดยชอบ^๒ สอดคล้องกับความคิดของเชมกะ ที่ได้กล่าวไว้ว่า พระราชาที่ดีย่อมดำรงตนอยู่ในพรหมวิหาร ๔ ประการเป็นประจำกับสามีหรือภรรยาที่ตนใช้ชีวิตในการครองเรือนอยู่ด้วย คือ มีความรักใคร่เมตตาปรารถนาให้ผู้ที่ชีวิตอยู่ร่วมกันมีความสุขได้รับความร่มเย็นโดยทั่วหน้ากัน ความกรุณาสงสารช่วยเหลือผู้น้อยที่ทุกข์ยากจนเต็มความสามารถ มุติตาพลอยยินดีต่อผู้อยู่ภายใต้การปกครองซึ่งอาจจะเป็นบุตรหลานเมื่อได้รับกับความเจริญ แม้ว่าจะได้รับการยกย่องว่าดีกว่าตนก็ไม่คิดริษยา และอุเบกขา วางตนเฉย ๆ ในเวลาที่เห็นผู้ที่ร่วมชายคาหรือผู้น้อยต้องได้รับโทษหรือความวิบัติที่ตนไม่สามารถช่วยเหลือได้ หรือตนช่วยแล้วแต่ไม่สำเร็จ^๓

ในวิสุทธิมรรค สมาธิเนทส พรหมวิหารเนทส แสดงลักษณะของเมตตาพรหมวิหารไว้ว่า เมตตามีอาการประพฤติก่อเกิดเป็นลักษณะมีการน้อมนำเข้าไปก่อเกิดประโยชน์ในสัตว์เป็นรสมมีการบำบัดความอาฆาตเป็นปัจจุภูฐาน (อาการที่ปรากฏ) มีการเห็นสัตว์เป็นที่ชอบใจ คือไม่โกรธเคือง ไม่ขุ่นเคืองในขณะนั้นเป็นปทัฐาน (เหตุใกล้) มีการเข้าไปสงบความพยาบาทเป็นสมบัติมีความเสนหาเป็นวิบัติตามอฏฐาสินี อรรถกถา พระธัมมสังคณีปกรณ์ ทุกนิคเขปกถา เหตุโคจณกะ พระบาลีนิตเทอโหสะ ได้แสดงลักษณะของเมตตาไว้ว่า เมตตา มีชื่อว่าไมตรี เนื่องจากเป็นกิริยาที่สนิทสนมเมตตามีชื่อว่าการเอ็นดู เพราะคอยปกป้องคุ้มครองเมตตามีชื่อว่าความแสวงหาผลประโยชน์ก่อเกิดเมตตามีชื่อว่าความสงสาร เนื่องจากคอยห่วงหาตามไปด้วยดังนั้น การจะแสดงว่ามีเมตตาต่อบุคคลใด จึงต้องมีลักษณะดังกล่าว ซึ่งหากว่าไม่ใช่อาการเหล่านี้ จิตขณะนั้นอาจเป็นโลภะ(ความรักหรือความหลง)หรือโทสะ(ความโกรธ)ซึ่งเป็นอกุศลจิต ไม่ใช่เมตตากรุณา ความปรารถนาให้ผู้อื่นหรือสรรพสัตว์พ้นทุกข์หรือการเห็นผู้อื่นหรือสรรพสัตว์เป็นทุกข์หรือตกอยู่ในทุกข์แล้วทนอยู่ไม่ได้ ต้องหาทางช่วยเหลือเต็มที่โดยไม่หวังผลตอบแทน เป็นหนึ่งในพรหมวิหารสี่ ความปรารถนาอยากให้ผู้อื่นพ้นทุกข์ ความปรารถนาให้สรรพสิ่งเป็นอิสระจากความทุกข์กรุณาเป็นทางดับทุกข์ไม่ใช่ความรักมีมุทิตา คือเป็นคนไม่ริษยา ยอมรับในความดีและความสำเร็จของคนอื่น แสดงความชื่นชมยินดีกับความสำเร็จของคนอื่นได้ด้วยความเต็มใจมันคล้ายกับการวางเฉยกับตัวเองมากกว่าความรัก อุเบกขา แปลว่า ความวางเฉย ความวางใจ เป็นกลางความวางเฉยแบบวางใจเป็นกลางๆ โดยไม่เอนเอียงเข้าข้างเพราะชอบ เพราะชัง เพราะหลงและเพราะกลัว เช่นไม่เสียใจเมื่อคนที่ตนรักถึงความวิบัติ หรือไม่ดีใจเมื่อศัตรูถึงความ

^๑ ศาลาปัญญา <http://www.salapanya.com> ; วันที่ ๓ ต.ค.๖๐

^๒ พระเทพเวที (ประยูรย์ ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๖ (กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พิมพ์เผยแพร่, ๒๕๓๒), หน้า ๑๔๘.

^๓ เชมกะ , **หน้าที่ของคน**, (กรุงเทพมหานคร : สถาบันบันลือธรรม,), หน้า ๑๘๐.

วิบัติ มิใช่ว่างเฉยแบบไม่แยแสหรือไม่รู้ไม่ชี้ ทั้งๆ ที่สามารถช่วยเหลือได้เป็นต้นลักษณะของผู้มีอุเบกขา คือเป็นคนหนักแน่นมีสติอยู่เสมอ ไม่ดีใจไม่เสียใจจนเกินเหตุ เป็นคนยุติธรรม ยึดหลักความเป็นผู้ใหญ่ รักษาความเป็นกลางไว้ได้มั่นคงไม่เอนเอียงเข้าข้าง ปฏิบัติหน้าที่ด้วยเหตุผลถูกต้องคลองธรรม และเป็นผู้ว่างเฉยได้เมื่อไม่อาจประพาสเมตตา กรุณา หรือมุทิตาได้มันเกี่ยวกับความรักตรงส่วนไหน การคิดพิจารณา เมื่อกิเลสเกิดขึ้นบางท่าน ก็ใช้วิธีการคิดพิจารณาเพื่อแก้กิเลส เช่น เมื่อเกิดความรักหรือความใคร่ในใครสักคนหนึ่ง ก็หยาบยก เอาบุคคลนั้นมาคิดพิจารณาว่าเป็นปฏิภูลหรือเป็น อสุภะ หรืออาจจะคิดพิจารณาตนเองลงเป็นธาตุเป็น ชันธ์ก็ได้ และเมื่อเกิดความโกรธใครสักคนหนึ่ง ก็ คิดพิจารณาว่าเขากับเราต่างก็เป็นเพื่อนร่วมทุกข์กัน มาพบกันไม่นานต่างก็ต้องตายจากกันแล้วต่างก็ต้อง ร้อนรุ่มไปตามกรรมของตน หรือคิดว่าที่เขาทำ กับเราได้นั้นก็เพราะเรามีกรรมเก่าจึงต้องได้พบกับเขา ซึ่งเป็นคนไม่ดี เป็นต้น^๔

นอกจากนี้ พรหมวิหาร ๔ ซึ่งหมายถึง ธรรมเป็นเครื่องอยู่อย่างประเสริฐ, ธรรมประจำใจ อันประเสริฐ, หลักความประพฤติที่ประเสริฐบริสุทธิ์ธรรมที่ต้องมีไว้เป็นหลักใจและกำกับความ ประพฤติ จึงจะชื่อว่าดำเนินชีวิตหมดจดละปฏิบัติตนต่อมนุษย์สัตว์ทั้งหลายโดยชอบ holy abidings; sublime states of mind ๑. เมตตา (ความรักใคร่ปรารถนาดีอยากให้เขามีความสุขมีจิตอันแผ่ไมตรี และคิดทำประโยชน์แก่มนุษย์สัตว์ทั่วหน้า loving-kindness; friendliness; goodwill ๒. กรุณา (ความสงสาร คิดช่วยให้พ้นทุกข์โศกในอันจะปลดปล่อยบำบัดความทุกข์ยากเดือดร้อนของปวงสัตว์ - compassion) ๓. มุทิตา (ความยินดี ในเมื่อผู้อื่นอยู่ดีมีสุข มีจิตผ่องใสบันเทิงก้องปรด้วยอาการแช่มชื่น เบิกบานอยู่เสมอ ต่อสัตว์ทั้งหลายผู้ดำรงในปกติสุขลอยยินดีด้วยเมื่อเขาได้ดีมีสุข เจริญอกงาม ยิ่งขึ้นไป - sympathetic joy; altruistic joy) ๔. อุเบกขา (ความวางใจเป็นกลางอันจะให้ดำรงอยู่ใน ธรรมตามที่พิจารณาเห็นด้วยปัญญาตรงเที่ยงธรรมดุจตราขึง ไม่เอนเอียงด้วยรักและชังพิจารณาเห็น กรรมที่สัตว์ทั้งหลายกระทำแล้ว อันควรได้รับผลดีหรือชั่วควรแก่เหตุอันตนประกอบ พร้อมทั้งจะ วินิจฉัยและปฏิบัติไปตามธรรมรวมทั้งรู้จักวางเฉยสงบใจมองดู ในเมื่อไม่มีกิจที่ควร ทำเพราะเขา รับผิดชอบตนได้ดีแล้ว เขาสมควรรับผิดชอบตนเองหรือเขาควรได้รับผลอันสมกับความสามารถของตน equanimity; neutrality; poise) ผู้ดำรงในพรหมวิหาร ย่อมช่วยเหลือมนุษย์สัตว์ทั้งหลายด้วย เมตตา กรุณา และย่อมรักษาธรรมไว้ได้ด้วยอุเบกขา ดังนั้น แม้จะมีความกรุณาที่จะช่วยเหลือปวงสัตว์ แต่ก็ต้องมีอุเบกขาซึ่งเป็นธรรมในพรหมวิหาร ๔ นี้ ซึ่งบางทีก็แปลว่า ธรรมเครื่องอยู่ของพรหม, ธรรม เครื่องอยู่อย่างพรหม, ธรรมประจำใจที่ทำให้เป็นพรหมหรือให้เสมอด้วยพรหม, หรือธรรมเครื่องอยู่ของ ท่านผู้มีคุณยิ่งใหญ่ (abidings of the Great Ones) พรหมวิหาร ๔ เรียกอีกอย่างว่า อัปปมัญญา ๔ (unbounded states of mind; illimitables) เพราะแผ่สม่ำเสมอโดยทั่วไปในมนุษย์สัตว์ทั้งหลาย ไม่มีประมาณไม่จำกัดขอบเขตพรหมวิหารมีในผู้ใด ย่อมทำให้ผู้นั้นประพฤติปฏิบัติเกื้อกูลแก่ผู้อื่นด้วย สังคหวัตถุเป็นต้นหนึ่ง ในการที่จะเข้าใจและปฏิบัติพรหมวิหาร ๔ ให้ถูกต้องพึงทราบรายละเอียด บางอย่าง โดยเฉพาะสมบัติและวิบัติของธรรม ๔ ประการนั้น ความหมายโดยวิเคราะห์ศัพท์ คือ ๑. เมตตา = (มีน้ำใจ)เยื่อใยใฝ่ประโยชน์สุขแก่คนทั้งหลายหรือน้ำใจปรารถนาประโยชน์สุขที่เป็นไป ต่อมิตร ๒. กรุณา = ทำความสะเทือนใจแก่สาธุชน เมื่อคนอื่นประสบทุกข์ถ่ายทอดนทุกข์ของผู้อื่น

^๔ <https://www.dek-d.com/board/view/๒๖๒๙๑๐๙/>; วันที่ ๓ ต.ค.๖๐.

ให้หมดไปหรือแผ่ใจไปรับรู้ต่อคนสัตว์ทั้งหลายที่ประสบทุกข์ ๓. มุทิตา = โมทนายินดีต่อผู้ประกอบด้วยสมบัติหรือผลดีนั้นๆ ๔. อุเบกขา = คอยมองดูอยู่ โดยละความขวนขวายว่าสัตว์ทั้งหลายจงอย่าผูกเวรกัน เป็นต้น และโดยเข้าถึงความเป็นกลาง ข. ลักษณะ หน้าที่หรือกิจ (รส) ผลปรากฏ (ปัจจุภูมิตฐาน) และปทัสถาน (เหตุใกล้)

๑. เมตตา = (ในสถานการณ์ที่คนอื่นอยู่เป็นปกติ) ลักษณะ = เป็นไปโดยอาการเกื้อกูลแก่คนสัตว์ทั้งหลาย หน้าที่ = น้อมนำประโยชน์เข้าผลปรากฏ = กำจัดความอาฆาตแค้นเคืองให้ปราศไปทัสถาน = เห็นภาวะที่น่าเจริญใจของคนสัตว์ทั้งหลาย

๒. กรุณา = (ในสถานการณ์ที่คนอื่นตกทุกข์ได้เดือดร้อน) ลักษณะ = เป็นไปโดยอาการปลดปล่อยทุกข์แก่คนสัตว์ทั้งหลาย หน้าที่ = ไม่นิ่งดูตาย/ทนนิ่งอยู่ไม่ได้ต่อทุกข์ของคนสัตว์ทั้งหลาย ปรากฏ = ไม่เบียดเบียน/อวิหิงสาปทัสถาน = เห็นภาวะไร้ที่พึ่ง/สภาพน่าอนาถของคนสัตว์ทั้งหลายที่ถูกทุกข์ครอบงำ

๓. มุทิตา = (ในสถานการณ์ที่คนอื่นมีสุขสำเร็จหรือทำอะไรก้าวไปด้วยดี) ลักษณะ = พลอยยินดี/ยินดีด้วยหน้าที่ = ไม่ริษยา/เป็นปฏิปักษ์ต่อความริษยาผลปรากฏ = ขจัดความริษยา ความไม่ยินดีหรือความทนไม่ได้ต่อความสำเร็จของผู้อื่นปทัสถาน = เห็นสมบัติ/ความสำเร็จของคนสัตว์ทั้งหลาย

๔. อุเบกขา = (ในสถานการณ์รักษารธรรมตามความรับผิดชอบต่อกรรมที่เขาทำ) ลักษณะ = เป็นไปโดยอาการเป็นกลางต่อคนสัตว์ทั้งหลาย หน้าที่ = มองเห็นความเสมอภาคกันในคนสัตว์ทั้งหลายปรากฏ = ระงับความขัดเคืองเสียใจและความคล้อยตามดีใจปทัสถาน = มองเห็นภาวะที่ทุกคนเป็นเจ้าของกรรมของตนว่า สัตว์ทั้งหลายจักได้สุขพ้นทุกข์ ไม่เสื่อมจากสมบัติที่ได้ที่ถึงตามใจชอบ ได้อย่างไร สมบัติ (ความสมบูรณ์หรือความสัมฤทธิ์ผล) และวิบัติ (ความล้มเหลว) หรือการปฏิบัติผิดพลาด ไม่สำเร็จผล

อีกประการหนึ่ง พรหมวิหาร ๔ เป็นธรรมอันประเสริฐ และเป็นหลักความประพฤติที่ประเสริฐบริสุทธิ์ เป็นธรรมที่ต้องมีไว้เป็นหลักใจและกำกับความประพฤติ (๑) เมตตา: สมบัติ = สงบหายไร้ความแค้นเคืองไม่พอใจวิบัติ = เกิดเสนาหา (๒) กรุณา: สมบัติ = สงบหายไร้วิหิงสาวิบัติ = เกิดความโศกเศร้า (๓) มุทิตา: สมบัติ = สงบหายไร้ความริษยาติ = เกิดความสนุกสนาน (๔) อุเบกขา: สมบัติ = สงบหายไม่มีความยินดียินร้าย วิบัติ = เกิดความเกิดความเฉยด้วยไม่รู้ (เฉยโง่ เฉยเมย) ขำศึก คือ อุกุศลซึ่งเป็นศัตรูคู่ปรับที่จะทำให้ลายหรือทำธรรมนั้นๆ ให้เสียไป นอกจากนี้แล้วพรหมวิหาร ๔ คือ (๑) เมตตา ขำศึกใกล้ = ราคะ ขำศึกไกล = พยาบาท คือความขัดเคืองไม่พอใจ (๒) กรุณา ขำศึกใกล้ = โทมนัส คือความโศกเศร้าเสียใจขำศึกไกล = วิหิงสา (๓) มุทิตา ขำศึกใกล้ = โสมนัส (เช่น ดีใจว่าตนจะพลอยได้รับผลประโยชน์) ขำศึกไกล = อรติ คือความไม่ยินดี ไม่ยินดี ริษยา (๔) อุเบกขา: ขำศึกใกล้ = อัญญาอุเบกขา (เฉยไม่รู้เรื่อง เฉยโง่ เฉยเมย) ขำศึกไกล = ราคะ (ความใคร่) และปฏิฆะ (ความเคือง) หรือชอบใจและขัดใจ

ตัวอย่างมาตรฐาน ที่แสดงความหมายของพรหมวิหารได้ชัดซึ่งคัมภีร์ทั้งหลายมักยกขึ้นอ้าง เมื่อลูกยังเล็กเป็นเด็กเยาว์วัย แม่ให้ความเมตตา รักใคร่เอาใจใส่ ถนอมเลี้ยงให้เจริญเติบโต เมื่อลูกเจ็บไข้เกิดมีทุกข์ภัย แม่ให้ความกรุณา ห่วงใยปกป้องรักษา หาทางบำบัดแก้ไข เมื่อลูกเจริญวัยเป็น

หนุ่มสาวสวยสง่า และแม่ให้ความมูทิดา พลอยปลาบปล้มใจ หรือหวังให้ลูกงามสดใสอยู่นานเท่านั้น เมื่อลูกรับผิดชอบกิจการหน้าที่ของตนจนขายอยู่ด้วยดี และแม่ให้ความมีใจนึ่งสงบเป็นกลาง วางเฉย คอยดูด้วยว่า ฉันทะ คือ กัตตุกัมยตฉันทะ (ความอยากจะทำได้ หรือความต้องการที่จะทำให้คน สัตว์ทั้งหลายดีงามสมบูรณ์ปราศจากโทษข้อบกพร่อง เช่น อยากให้เขาประสบประโยชน์สุข พ้นจาก ทุกข์เป็นต้น) เป็นจุดตั้งต้น (อาทิ) ของพรหมวิหารทั้ง ๔ นี้ การข่มระงับกิเลส (เช่นนิรณ) ได้ เป็น ท่ามกลางสมาธิถึงขั้นอัปปนา (คือ ภาวะจิตที่มั่นคงเรียบเรียงสงบสนิทที่สุด) เป็นที่จบของพรหมวิหาร ทั้ง ๔ นั้น^๕

๓.๒ การประยุกต์ใช้ฆราวาสธรรม ๔ ในครอบครัว

ฆราวาสธรรม ๔ อันเป็นหลักธรรมสำหรับการครองชีวิตของคนโดยทั่วไป ประกอบด้วย สัจจะ คือ การดำรงตนตั้งมั่นในความซื่อตรง จริ่งใจ พุดจริงทำจริง ทำอะไรก็ให้เป็น ที่เชื่อถือได้ ทมะ คือ การฝึกตน หมายถึง รู้จักบังคับควบคุมตนเองได้ รู้จักปรับตัว แก้ไขตนให้ก้าวหน้า ดีขึ้นอยู่เสมอ ขันติ คือ ความอดทน หมายถึง มุ่งทำหน้าที่การทำงานด้วยความขยันหมั่นเพียร อดทน ไม่ ห้วนใจ ไม่ทอดถอยในจุดมุ่งหมาย และจาคะ คือ การเสียสละ หมายถึง ความมีน้ำใจ เอื้อเฟื้อ ละโลก และละทิฐิมานะ ทำงานร่วมกับคนอื่นได้ ไม่ใจแคบ เห็นแก่ตัว การที่ธรรมข้อนี้สร้างเสน่ห์ให้เรา ก็ เพราะว่าใครๆก็ย่อมชอบและชื่นชมคนที่มีความดี พุดคำไหนคำนั้น ไม่โกหก หลอกลวง คนที่รู้จัก ควบคุมตนเองได้ ก็ย่อมจะไม่ปล่อยใจให้โหดจริต หรือกิริยาวาจาที่ไม่ดีมาทำร้ายผู้อื่น และยังรู้จัก ปรับตัวให้ก้าวหน้าอยู่เสมอ ก็ย่อมทำให้คนอยากรู้จักมากขึ้น เพราะเป็นคนมีความรู้ความสามารถ และคนที่ไม่เห็นแก่ตัว อีกทั้งยังมีความอดทน ก็จะทำให้คนรอบข้างมีความสุข และมีกำลังใจเพราะ เห็นคนนั้นๆเป็นแบบอย่างที่ดี^๖

๓.๒.๑ การเลือกคู่ชีวิตครองเรือนที่สมควรกัน

สุภาจิตตามประเพณีอีสาน ได้กล่าวไว้ว่า การที่หาคู่ครองนั้นมีหลายอย่าง แต่จะว่าย่นย่อ ไว้เพียงแค่ ๒ ประการ คือ (๑) นั้นเราได้ทำบุญสร้างร่วมกันแต่ชาติก่อน เห็นหน้ากันมักเอาสินล้นตรง ไว้แมนบ่พัง นั้นนอน ก็มองเห็นแต่หน้า บ่มียามที่จะหายสหายสวส คึดฮอดหลายแท้ ๆ สิตาย้อยแม่ หึง เป็นแบบนี้เรียกว่าบุพเพสันนิวาสปางหลังส่งนำมาให้ (๒) นั้นเคยอยู่ใกล้ชิดแนบสนิทกัน เห็น น้ำใจอ้อยาศัยผ่องงามและเยียม เรียกว่าเหตุปัจจุบันเรียกกันสมสู่

ลักษณะของชายหญิงนั้นต้องดูอีกทีหนึ่ง ลักษณะของชายนั้นมีรูปสมบัติสมประกอบแท้ งามดามตั้งผู้ชาย คุณสมบัติว่ามีวิชาประกอบ มีความประพฤติดีงามด้วยศีลธรรมพวงนี้เต็มด้วยอันสุ มี ฐานะของบ้านเรือนชานเป็นที่อยู่ ไม่ใช่คนเร่รอนขโมยข้าวสิ่งของ ทั้งมีที่ทำมาหากินเป็นหลักแหล่ง สมควรหญิงเลือกเอาคนพวงนี้ภายหน้าจึงเจริญ ลักษณะของหญิงนั้นอย่าให้เป็นแม่หญิง แม่กระซัง

^๕ ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๘๔/๒๒๕.

ที.ปา. ๑๑/๒๒๘/๒๓๒

อภ.ส. ๓๔/๑๙๐/๗๕วิสุทฺธิ. ๒/๑๒๔

^๖ ธรรมะสร้างเสน่ห์ http://www.dmc.tv/page_print.php?p=news; วันที่ ๓ ตุลาคม ๖๐

กันเร็ว แม่คนครัวลงล่าง แม่ย่างม้าเหาะ แม่เลาะรอบรั้ว แม่มัดแต่เพลิง แม่เดินบ่เบ้ง หาเอาได้เมีย
แพงรู้ตลอด เรือน ๓ น้ำ ๔ พวกนี้เต็มพร้อมพริ้งใจ เรือน ๓ คือ เรือนผมนั้นอย่ารุงรังหมองหม่น เรือน
ไฟนั้นอย่าให้ขาดไม้พินนั้นใส่คิไฟ เรือนนอนนั้นให้ดูแลสะอาด ผุงหมูหมอนนั้นเสื่อข้างหนุนนั้นสะอาด
ดี น้ำ ๔ นั้น คือ น้ำกินน้ำใช้จะต้องระมัดระวังไม่ให้ขาดแอง เถึงแลง ๆ นั่งกินหมากเคี้ยวหมากหัว
แย้มต่อกัน น้ำเต้าปูนว่าให้น้อยอย่าให้ขาดเชิบบ สำหรับหั่วอกหัวใจก็อย่ามีที่ติดด้วย อย่าไปเป็นคนกริ้ว
โกรธโกทา หน้าโกรธหน้าบูดเบี้ยวแวนนี้บ่งามแท้เนอ^๗

๓.๓ การลงพื้นที่สัมภาษณ์ประชากรตัวอย่าง

พ่อสมดี แม่เขียน อบเชย^๘ ท่านทั้งสองได้ใช้หลักขราวาธรรมมาประยุกต์ใช้ในชีวิต
ควบคู่กับพรหมวิหาร ๔ เนื่องจากคุณพ่อสมดีจะไปทำบุญตักบาตรที่วัดบ้านหินลาดทุกวัน ท่านทั้งสอง
กล่าวว่าชีวิตคู่ทั้งสองมีความจริงใจต่อกัน พึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน มีความขยัน อดทนออม และต่อสู้
ชีวิตร่วมกัน ไม่เบียดเบียนชีวิตอื่น ๆ โดยใช้หลักศีล ๕ เป็นหลักธรรมประจำตัวในการดำเนินชีวิตไม่
เกี่ยวข้องกับอบายมุข ทั้งการพนัน และสุรา อยู่ร่วมกันอย่างเข้าใจซึ่งกันและกันพยายามลดความ
ขัดแย้งในครอบครัวให้มากที่สุด ซึ่งมีผลสะท้อนกลับคือมีความสุขทางใจ ทรัพย์สินที่หามาได้ร่วมกันผู้
เป็นสามีคือพ่อสมดี จะให้ผู้เป็นภรรยาในการบริหารจัดการภายในครัวเรือนคือให้ความเป็นใหญ่แก่
ภรรยาและให้การย่องย่องเสมอมาทั้งร่วมกันสั่งสอนอบรมผู้ที่เป็นบุตรให้รู้จักต่อสู้เพื่อตนเองและให้ม
ีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แก่เพื่อนบ้านตามขนบธรรมเนียมของสังคมชนบทซึ่งเป็นลาวอีสานนอกจากนี้
ยังให้การช่วยเหลือญาติพี่น้องทั้งสองฝ่ายตามความสามารถอย่างเหมาะสม จากการสัมภาษณ์ทั้งสอง
ท่านได้สอดคล้องกับหลักขราวาธรรม ทั้ง ๔ ประการ คือ

๑. การที่ทั้งสองท่านมีสัจจะ คือ ความจริงใจต่อกันคือการวางตัวด้วยความซื่อสัตย์ต่อคู่
สมรสทั้งกาย วาจา ใจ เมตตา ความรักใคร่ ประรณาคี อยากให้เขามีความสุข

๒. มีทมะ คือ การรู้จักข่มใจเวลาที่เกิดปัญหาขอขัดแย้งจะเห็นได้ว่าเมื่อเกิดปัญหาขึ้นจะ
ให้วิธีต่อคนต่างเลือกที่จะไปทำงานของตนเองจะไม่หันหน้ามาทะเลาะกันจะเอาเวลาไปประกอบ
อาชีพ เมื่อถึงเวลาก็มาทำกิจกรรมทางบ้านของตนเองต่อเนื่องจากท่านทั้งสองเป็นผู้เข้าวัดไปทำบุญ
ทุกวันร่วมกันและเมื่อเข้าพรรษาคณะพ่อสมดีก็ไปอยู่วันถือศีลในวันธรรมสวนะเสมอ

๓. มีขันติ คือ ความอดทนต่อการสร้างชีวิตคู่ร่วมกันและการทำหน้าที่ของตนเองทั้งสอง
ฝ่ายเพื่อความรุ่งเรืองของครอบครัว

๔. มีจาคะ คือความที่เสียสละประโยชน์ทั้งการทำบุญและการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ การมีความ
ใจกว้างต่อญาติพี่น้องทั้งสองฝ่าย คัดช่วยให้พ้นทุกข์

^๗บุญศรี เปรียญ, ประเพณีอีสาน ฉบับ ส. ธรรมภักดี, (สำนักพิมพ์ ส.ธรรมภักดี), หน้า ๑๐๖-๑๐๗.

^๘สัมภาษณ์ ณ บ้านเลขที่ ๑๙ หมู่ที่ ๖ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๑๙
เมษายน ๑๕๖๐.

พ่อประพันธ์ แม่โค สนิทพจน์ สัมภาษณ์^๙ ท่านทั้งสองได้สัมภาษณ์ว่า ได้ปฏิบัติตามหลักของศีล ๕ มาประยุกต์ใช้กับหลักฆราวาสธรรม โดยการเข้าวัดถือศีลทำบุญทำทานเป็นอย่างที่ดี ไม่ประพฤติดอบายมุขเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่ลูกหลาน ช่วยกันดูแลกันในยามเจ็บไข้ได้ป่วย ส่งเสริมและสนับสนุนให้บุตรหลานได้เล่าเรียนตามกำลัง สติปัญญาและความสามารถ และประคับประคองชีวิตครอบครัวร่วมกันมาตลอด ๖๖ ปี มีการรู้จักผ่อนผันผ่อนยาวให้กัน มีความจริงใจต่อกัน ไม่ปิดบังต่อคนในครอบครัว ปรึกษาหารือกันในทุกเรื่อง ถนอมน้ำใจซึ่งกันและกัน ทำบุญร่วมกันโดยการเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่ลูกหลานในชุมชน ใช้ชีวิตที่ไม่เกินความพอดี อดทนทำงานด้วยกันอย่างเข้มแข็ง บำรุงครอบครัวอย่างเต็มความสามารถ จากการสัมภาษณ์ทั้งสองท่านพบว่าท่านได้นำหลักฆราวาสธรรมมาประยุกต์ใช้ ดังนี้

๑. มีสัจจะ ต่อกันคือ ใช้ความซื่อสัตย์ต่อกัน มีความจริงใจ พูดจริง ทำจริง ร่วมกันเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่บุตรหลานและชุมชน

๒. มีทมะ ได้แก่การรู้จักข่มตนเองเนื่องจากได้จากการอบรมตนเองไปทำบุญตักบาตรเป็นประจำ

๓. มีขันติ ความอดทน ถึงแม้ว่า คุณตาคุณยายจะอายุมากถึง ๘๗ ปีและ ๘๖ ปีตามลำดับแล้วก็ตาม แต่ก็ยังทำงานตามกำลังที่ตนเองสามารถทำงาน เช่น การปิดกวาดบ้านเรือน การจักสานไม้กวาดจากทางมะพร้าวซึ่งถือเป็นการออกกำลังกายอีกทางหนึ่ง สำหรับผู้สูงอายุทั้งสองท่าน

๔. มีจาคะ คือ การเสียสละความสุขของตนเองเพื่อดูแลประคับประคองชีวิตคู่ตลอด ๖๖ ปี และเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่ลูกหลาน ให้คำแนะนำแก่คนในชุมชนบ้านหินลาดโดยใช้ประสบการณ์การดำเนินชีวิตที่ดีงามเป็นการปฏิบัติให้ดูเป็นตัวอย่าง

พ่อป้อง แม่ทองใส ตำรารัมย์ สัมภาษณ์^{๑๐} ทั้งสองท่านได้ใช้หลักฆราวาสในการครองเรือนอย่างนี้ว่า ได้ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันอย่างแบบพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันโดยมีวิธีการบริหารจัดการคู่ชีวิตโดยใช้หลักไตรลักษณ์คือเมื่อรู้ว่าสิ่งทั้งปวงไม่เที่ยง เว้นจากการทำชั่ว อยู่ในศีลธรรม ทำจิตใจให้บริสุทธิ์ลดการขัดแย้งในครอบครัวดังคำที่ว่า “อยู่ด้วยกันจนแก่เฒ่า” และมีศีล ๕ เป็นหลักในการดำเนินชีวิตทำบุญตักบาตรทุกวัน ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันในชุมชนอย่างเอื้ออำนวยประโยชน์ซึ่งกันและกัน ประกอบสัมมาอาชีพด้วยความสุจริต ไม่สร้างหนี้สินให้เป็นภาระของครอบครัว ในยามเจ็บไข้ได้ป่วยก็พากันไปรักษาดังคำที่ว่า “ฝากผีฝากไข้” ได้ มีความเมตตาและรักใคร่ซึ่งกันและกัน มีความซื่อสัตย์เปิดเผยความจริงใจต่อกัน ไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุข คุณพ่อป้องจะไปวัดทำบุญทุกวันส่วนคุณแม่ทองใสจะอยู่บ้านเนื่องจากเป็นร้านค้าต้องมีคนคอยดูแลร้าน จากการสัมภาษณ์ได้ข้อปรากฏว่า ท่านทั้งสองใช้หลักฆราวาสธรรมในการครองเรือน ดังนี้

^๙สัมภาษณ์ ณ บ้านเลขที่ ๕ หมู่ที่ ๖ ตำบล หินลาด อำเภอ บ้านกรวด จังหวัด บุรีรัมย์ วันที่ ๑๙ เมษายน ๑๕๖๐.

^{๑๐}สัมภาษณ์ ณ บ้านเลขที่ ๓๒ หมู่ที่ ๖ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๑๙ เมษายน ๑๕๖๐.

๑. มีสัจจะ คือ ความจริงใจต่อกัน มอบความเป็นใหญ่ให้แก่แม่บ้านในฐานะผู้ดูแลการเงินของครอบครัวส่วนพ่อบ้านเป็นคนหาทรัพย์ และประพฤติปฏิบัติตนอยู่ในศีลธรรม มีความเปิดเผยและบริสุทธิ์ใจต่อกัน มีความให้เกียรติแก่กันทั้งต่อหน้าและลับหลัง

๒. มีทมะ คือ มีการ ครองตนเองให้อยู่ในความดีงามเนื่องจากทั้งสองฝ่ายมีเพื่อนบ้านเป็นแบบอย่าง มีกัลยามิตรที่ดี ไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุข มีหลักศีล ๕ ในการดำเนินชีวิต จากการที่ได้ไปทำบุญที่วัดทุกวัน

๓. มีขันติ คือ ความอดทน ในหน้าที่การงานและการประกอบอาชีพของตนเอง มีความเพียรพยายามในการหาทรัพย์และรักษาทรัพย์โดยช่วยกันตามน้ำพักน้ำแรงอย่าง ประหยัดและเก็บหอมรอมริบเพื่อความเจริญรุ่งเรืองของครอบครัว

๔. มีจาคะ คือ การเสียสละความสุขบางส่วนเพื่อประโยชน์ของชุมชนไม่ว่าจะงานที่วัดหรืองานชุมชน มีความเอื้อเฟื้อแก่ญาติพี่น้องทั้งสองฝ่ายและเพื่อนบ้านในชุมชน ส่วนสามีปฏิบัติต่อภรรยาตามหน้าที่ไม่ขาดตกบกพร่อง ส่วนภรรยาก็ปฏิบัติต่อสามีไม่ขาดตกบกพร่องเช่นกัน ร่วมสุขร่วมทุกข์ด้วยกัน

พ่อสุเทียน แม่เสาทอง ดวงสาม สัมภาษณ์^{๑๑} ท่านทั้งสองได้ให้สัมภาษณ์กับผู้วิจัยอย่างน่าสนใจในกรณีที่น่าหลักฆราวาสธรรมมาปรับประยุกต์ใช้ในชีวิตการครองเรือนว่าได้ยึดหลักทางสายกลาง มัชฌิมาปฏิปทา มาใช้ในการดำเนินชีวิต คือการประกอบอาชีพด้วยความสุจริต การใช้วาจาที่ไพเราะกับคู่ชีวิต มีการถนอมน้ำใจซึ่งกันและกัน ร่วมแบ่งปันความทุกข์ความสุข มีความจริงใจแก่กัน ไม่พยายามสร้างความตึงเครียดให้ตนเองและบุคคลในครอบครัวและผู้ที่อยู่ใกล้ชิด รักษาคำพูดของตนเอง และสร้างความไว้วางใจซึ่งกันและกัน เบานิดหนักหน้อยก็อภัยให้กัน ไม่ได้เถียงกันให้อายชาวบ้าน ลด ละ ความโลภ (ไม่หวังผลตอบแทนจากการทำความดี) การดำเนินชีวิตอยู่กับการปัจจุบันเพื่อทำอนาคตให้ดี สั่งสอนลูกหลานให้รู้จักความกตัญญูตามที่ตนเองเคยปฏิบัติมากับบุพการี มีความเข้าใจระหว่างสามีและมีความเอื้อเฟื้อต่อกัน ต่อสู้ชีวิตเพื่อความมั่นคงของครอบครัว ให้ความเมตตาช่วยเหลือสังคมและเห็นอกเห็นใจผู้อื่นโดยการเป็นอาสาสมัครระดับตำบล ไม่เกี่ยวข้องกับอบายมุข ทั้งการพนัน สุรา หรือแม้แต่การสูบบุหรี่ นอกเหนือจากหลักฆราวาสธรรมแล้วท่านทั้งสองยังกล่าวอีกว่าได้นำพรหมวิหาร ๔ (เมตตา กรุณา มุติตา อุเบกขา) มาใช้ประกอบการดำเนินชีวิตในการครองเรือนตลอดมาท่านทั้งสองได้นำหลักฆราวาสธรรมประยุกต์ใช้ดังนี้

๑. มีสัจจะ คือ มีความจริงใจให้แก่กัน ซื่อสัตย์ พูดจริง ประพฤติปฏิบัติด้วยความ ด้วยความจริงใจ ทั้งกาย วาจา และใจ

๒. มีทมะ การปรับปรุงตนเองให้ถูกต้องดีงาม ใช้สติปัญญาในการไตร่ตรองเมื่อเห็นว่าอีกฝ่ายหนึ่งทำอะไรที่ไม่ถูกใจ

๓. มีขันติ ความอดทนต่อหน้าที่การงาน ทำงานงานด้วยความขยันขันแข็ง เพื่อให้เกิดความเจริญรุ่งเรืองของครอบครัว

^{๑๑} สัมภาษณ์ ณ บ้านเลขที่ ๓๔ หมู่ที่ ๘ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๑๙ เมษายน ๒๕๖๐.

๔. มีจาคะ มีความเสียสละ ความสุขส่วนตัวเพื่อประโยชน์ของครอบครัวและชุมชนที่ได้พึ่งพาอาศัย มีความเอื้อเฟื้อต่อญาติทั้งสองฝ่ายตามที่ได้รับการร้องขอความช่วยเหลือและพร้อมรับฟังปัญหาของเครือญาติทั้งสองฝ่าย

พ่อสง่า แม่ทองคูณ สิทธิมาก สัมภาษณ์^{๑๒} บ้านเลขที่ ๔๒ หมู่ที่ ๙ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ ท่านทั้งสองได้กล่าวว่าในการนำหลักขรรวาสธรรมมาใช้ในการครองเรือนนั้นท่านทั้งสองใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันเหมือนเป็นเพื่อนทั้งเพื่อนคู่คิดและเพื่อนคู่ชีวิต จะรับผิดชอบงานในบ้านตามหลักการปฏิบัติของสามิพั้งที่ติดอภรรยาในเรื่องการแสวงหาทรัพย์การให้การดูแล และการให้เกียรติแก่ภรรยาให้ความเป็นใหญ่ในการดูแลรักษาทรัพย์แก่ผู้เป็นภรรยา ให้คำปรึกษาทุกกรณีแก่ลูกหลาน มีจิตใจที่งดงาม มองโลกในแง่ดี ทำบุญตักบาตรอุทิศกุศลให้แก่ญาติที่ล่วงลับไปแล้วทุกวัน ส่วนภรรยาปฏิบัติตามหลักของภรรยาพั้งที่ติดอภรรยาในเรื่องภาระในบ้านเรือน การรักษาทรัพย์และการใช้สอยในครัวเรือน การร่วมคิดร่วมรับรู้ร่วมตัดสินใจในการประกอบอาชีพไม่ว่าการกู้หนี้ยืมสินจากธนาคารเพื่อมาลงทุนสร้างอาชีพให้มั่นคงต่ออนาคตของลูก นอกจากนี้ยังอบรมลูกให้ลูกจักช่วยเหลือตนเองทั้งการแบ่งเวลาให้ถูกต้องในการศึกษาเล่าเรียนและแบ่งเวลาในการรับผิดชอบต่องานที่ได้รับมอบหมาย ช่วยกันแก้ปัญหาในครัวเรือนเพื่อให้ชีวิตคู่ผ่านพ้นอุปสรรคไปได้ด้วยดี โดยใช้หลักขยันและอดทน มีเวลาว่างก็ช่วยเหลืองานสังคมทั้งงานที่เป็นกุศลและอกุศลในชุมชนและระหว่างเครือญาติทั้งสองฝ่ายท่านทั้งสองได้นำหลักขรรวาสธรรมมาประยุกต์ใช้ในการครองเรือนอย่างน่าสนใจ ทั้งการอบรมสั่งสอนบุตรหลาน ความสัมพันธ์ระหว่างสามิภรรยาและบุตรหลานในครัวเรือน

๑. มีสัจจะ คือความจริงใจในการใช้ชีวิตคู่ร่วมกันโดยไม่มีการปิดบังระหว่างบุคคลในครอบครัวทั้งผู้เป็นพ่อ แม่ และลูก ๆ เพื่อร่วมกันคิดการตัดสินใจการสั่งสอนอบรมคุณธรรมในการดำเนินชีวิตให้แก่ลูกหลานในยามที่ไปศึกษาเล่าเรียนต่างถิ่นที่อยู่ห่างไกล

๒. มีหเมะ คือ การมองโลกในแง่ดีของทั้งสองท่าน และการปฏิบัติงามศีล ๕ เป็นคุณธรรมที่ช่วยสนับสนุนและฝึกท่านให้รู้จักการรู้จักข่มใจตนเองรู้จักเกรงกลัวและละอายต่อบาป (หิริโอตตะปะ)

๓. มีขันติ คือความอดทนต่อความยากลำบากในการดำเนินชีวิตและการสร้างชีวิตการครองเรือน ความขยันอดทนในการหาทรัพย์และการเก็บรักษาทรัพย์เพื่อความมั่นคงของครอบครัว

๔. มีจาคะ คือ การเสียสละในการแบ่งปันร่างกาย แรงใจ แรงทรัพย์เพื่อชุมชนและงานภายในหมู่คณะของตนเอง

นายสมพร นางสาวทอง สนิทพจน์ สัมภาษณ์^{๑๓} ได้ให้สัมภาษณ์ว่าในเรื่องของการครองเรือนนั้นทั้งสองสามิภรรยาได้ใช้หลักของความจริงใจต่อกันในการใช้ชีวิตคู่เพื่อใช้ชีวิตคู่ครองเรือนอย่างปกติสุขและสร้างความมั่นคงให้แก่ครอบครัว เว้นจากการทำชั่ว อยู่ในศีลธรรม ทำจิตใจให้บริสุทธิ์ ลดการขัดแย้งในครอบครัวดัง คำที่ว่า “อยู่ด้วยกันจนแก่เฒ่า” และมีศีล ๕ เป็นหลักในการดำเนินชีวิต ทำบุญตักบาตรทุกวัน ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันในชุมชนอย่างเอื้ออำนวยประโยชน์ซึ่งกันและกัน ประกอบสัมมาอาชีพด้วยความสุจริต ไม่สร้างหนี้สินให้เป็นภาระของครอบครัว ในยามเจ็บไข้ได้ป่วยก็

^{๑๒} สัมภาษณ์ ณ บ้านเลขที่ ๔๒ หมู่ที่ ๙ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๑๙ เมษายน ๒๕๖๐.

^{๑๓} สัมภาษณ์ ณ บ้านเลขที่ ๑๗๖ หมู่ที่ ๖ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๑๙ เมษายน ๒๕๖๐.

พากันไปรักษาดังคำที่ว่า “ฝากผีฝากไข้” ได้ มีความเมตตาและรักใคร่ซึ่งกันและกัน มีความซื่อสัตย์เปิดเผยความจริงใจต่อกัน ไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุข จากการสัมภาษณ์ได้ข้อปรากฏว่า ท่านทั้งสองใช้หลักฆราวาสธรรมในการครองเรือน ดังนี้

๑. มีสัจจะ คือ ความจริงใจต่อกัน มอบความเป็นใหญ่ให้แก่แม่บ้านในฐานะผู้ดูแลการเงินของครอบครัวส่วนพ่อบ้านเป็นคนหาทรัพย์ และประพฤติปฏิบัติตนอยู่ในศีลธรรม มีความเปิดเผยและบริสุทธิ์ใจต่อกัน มีความให้เกียรติแก่กันทั้งต่อหน้าและลับหลัง

๒. มีทมะ คือ มีการ ครองตนเองให้อยู่ในความดีงามเนื่องจากทั้งสองฝ่ายมีเพื่อนบ้านเป็นแบบอย่าง มีกัลยาณมิตรที่ดี ไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุข มีหลักศีล ๕ ในการดำเนินชีวิต จากการที่ได้ไปทำบุญที่วัดทุกวัน

๓. มีขันติ คือ ความอดทน ในหน้าที่การงานและการประกอบอาชีพของตนเอง มีความเพียรพยายามในการหาทรัพย์และรักษาทรัพย์โดยช่วยกันตามน้ำพักน้ำแรงอย่าง ประหยัดและเก็บหอมรอมริบเพื่อความเจริญรุ่งเรืองของครอบครัว

๔. มีจาคะ คือ การเสียสละความสุขบางส่วนเพื่อประโยชน์ของชุมชนไม่ว่าจะงานที่วัดหรืองานชุมชน มีความเอื้อเฟื้อแก่ญาติพี่น้องทั้งสองฝ่ายและเพื่อนบ้านในชุมชน ส่วนสามีปฏิบัติต่อภรรยาตามหน้าที่ไม่ขาดตกบกพร่อง ส่วนภรรยาก็ปฏิบัติต่อสามีไม่ขาดตกบกพร่องเช่นกัน ร่วมสุขร่วมทุกข์ด้วยกัน

พ่อสมาน แม่ทองมี ปวงสุข สัมภาษณ์^{๑๔} บ้านเลขที่ ๒๔ หมู่ที่ ๖ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ จากการได้สัมภาษณ์คุณพ่อสมานซึ่งท่านเป็นกำนันเก่าของตำบลและมีประสบการณ์ทางด้านศาสนพิธีทางพุทธศาสนามาก่อนท่านได้ใช้หลักพรหมวิหาร ๔ (เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา) มาเป็นหลักในการบริหารงานทั้งงานครอบครัว และงานในชุมชน สร้างความเชื่อใจ ความจริงใจ พุดจริง ทั้งแก่บุคคลในครอบครัวและในชุมชน มีความประนีประนอมถนอมน้ำใจซึ่งกันและกันทั้งหมุ่มิตรและคู่ครอง มีความอดทนต่อความยากลำบากทั้งเรื่องหน้าที่การงาน และเป็นผู้ที่เสียสละในฐานะผู้นำของชุมชนในฐานะที่เคยเป็นผู้นำมาก่อนท่านจึงประพฤติปฏิบัติตนให้เป็นแบบอย่างแก่คนรุ่นหลังในชุมชนทั้งในทางหลักศีลธรรมและตามหลักทางกฎหมาย เมื่อแสวงหาทรัพย์มาได้รู้จักใช้อย่าง ประหยัด อดออม และดำเนินชีวิตโดยยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวทางพระราชดำริของในหลวงรัชกาลที่ ๙ ไม่เกี่ยวข้องกับอบายมุข ทั้งการพนัน สุรา หรือแม้แต่การสูบบุหรี่ อด ละ ความโลภ (ไม่หวังผลตอบแทนจากการกระทำความดี) ปัจจุบันพ่อสมานมาปัญหาทางด้านสุขภาพคุณแม่ทองมีก็คอยดูแลเป็นอย่างดี ดังคำที่ว่า อยู่ด้วยกันอย่างร่วมทุกข์ร่วมสุขเป็นคู่ชีวิตทั้งยามเจ็บยามป่วย ถือเป็นแบบอย่างที่ดีอีกกรณีหนึ่ง ท่านทั้งสองได้นำหลักฆราวาสธรรมประยุกต์ใช้ในการครองเรือน ดังนี้

๑. มีสัจจะ คือ มีความจริงใจให้แก่กัน ซื่อสัตย์ พุดจริง ประพฤติปฏิบัติด้วยความ ด้วยความจริงใจ ทั้งกาย วาจา และใจ

๒. มีทมะ การปรับปรุงตนเองให้ถูกต้องดีงาม ใช้สติปัญญาในการไตร่ตรองเมื่อเห็นว่าอีกฝ่ายหนึ่งทำอะไรที่ไม่ถูกใจ เนื่องจากความเป็นผู้นำชุมชนด้วยอีกประการหนึ่ง

^{๑๔} สัมภาษณ์ ณ บ้านเลขที่ ๒๔ หมู่ที่ ๖ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๑๙ เมษายน ๒๕๖๐.

๓. มีขันติ ความอดทนต่อหน้าที่การงาน ทำงานด้วยความขยันขันแข็ง เพื่อให้เกิดความเจริญรุ่งเรืองของครอบครัว

๔. มีจาคะ มีความเสียสละ ความสุขส่วนตัวเพื่อประโยชน์ของครอบครัวและชุมชนที่ได้พึ่งพาอาศัย มีความเอื้อเฟื้อต่อญาติทั้งสองฝ่ายตามที่ได้รับการร้องขอความช่วยเหลือและพร้อมรับฟังปัญหาของเครือญาติทั้งสองฝ่าย ให้ความช่วยเหลือสังคมทางด้านสติปัญญาและความรู้ที่ได้สั่งสมมา ประณินิบัติดูแลกันและกันในยามที่เจ็บป่วย

พ่อสมาน แม่ชารี เสาร์ทอง สัมภาษณ์^{๑๕} ท่านทั้งสองมีความซื่อสัตย์ ไม่โกหก และความเอื้อเฟื้อให้แก่งานเป็นหลักในการครองเรือนเพื่อให้เกิดความปิติสุข นอกจากนี้ยังประกอบอาชีพด้วยความสุจริตและถือหลักของความซื่อสัตย์ประกอบกับการที่เป็นบุคคลที่ขยันทำมาหากิน มีความพึงพอใจในอาชีพที่ตนเองประกอบการทำงานอดทนทั้งทางร่างกายและแรงใจในการที่ต้องทำตามคำสั่ง เป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่งาน ไม่เคยแสดงออกในการท้อหรือมีปากเสียงให้ลูกหลานได้เห็น สร้างแรงบันดาลใจให้แก่งานในการเล่าเรียนการศึกษาจนส่งลูกเรียนในระดับปริญญาและได้ทำงานในหน้าที่การงานที่มั่นคง คุณพ่อสมาน มีใจใฝ่ในการปฏิบัติในทางธรรมเมื่อมีเวลามักจะเข้าร่วมปฐมนิเทศน์ที่จัด โดยนำหลักการปฏิบัติมาใช้โดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ไปวัดทำบุญทุกวันและดำเนินชีวิตแบบเรียบง่าย ลูกหลานบ้านใกล้เคียงมาปรึกษาและเอาแบบอย่างจากท่านทั้งสองไปปฏิบัติเนื่องจากท่านทั้งสองได้เป็นพ่อแม่ดีเด่นทั้งสองท่านในระดับอำเภอ ทรัพย์สินที่หามาได้ร่วมกัน ผู้เป็นสามีคือพ่อสมาน จะให้ผู้เป็นภรรยาในการบริหารจัดการภายในครัวเรือนคือให้ความเป็นใหญ่แก่ภรรยาและให้การยกย่องเสมอ รวมทั้งร่วมกันสั่งสอนอบรมผู้ที่เป็นบุตรให้รู้จักต่อสู้เพื่อตนเองและให้มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แก่เพื่อนบ้านตามขนบธรรมเนียมของสังคมชนบท นอกจากนี้ยังให้การช่วยเหลือญาติพี่น้องทั้งสองฝ่ายตามความสามารถอย่างเหมาะสม จากการสัมภาษณ์ทั้งสองท่านได้สอดคล้องกับหลักพราวาสธรรม ทั้ง ๔ ประการ คือ

๑. การที่ทั้งสองท่านมีสัจจะ คือ ความจริงใจต่อกันคือการวางตัวด้วยความซื่อสัตย์ต่อคู่สมรสทั้งกาย วาจา ใจ เมตตา ความรักใคร่ปรารถนาดี อยากให้เขามีความสุข

๒. มีทมะ คือ การรู้จักข่มใจเวลาที่เกิดปัญหาขัดแย้งจะเห็นได้ว่าเมื่อเกิดปัญหาขึ้นจะให้วิธีต่อคนต่างเลือกที่จะไปทำงานของตนเองจะไม่หันหน้ามาทะเลาะกันจะเอาเวลาไปประกอบอาชีพ เมื่อถึงเวลาก็มาทำกิจกรรมทางบ้านของตนเองต่อเนื่องจากท่านทั้งสองเป็นผู้เข้าวัดไปทำบุญทุกวันร่วมกันและเมื่อเข้าพรรษาคณะพ่อสมานก็ไปอยู่วันถือศีลในวันธรรมสวนะเสมอ

๓. มีขันติ คือ ความอดทนต่อการสร้างชีวิตคู่ร่วมกันและการทำหน้าที่ของตนเองทั้งสองฝ่ายเพื่อความรุ่งเรืองของครอบครัว

๔. มีจาคะ คือความที่เสียสละประโยชน์ทั้งการทำบุญและการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ การมีความใจกว้างต่อญาติพี่น้องทั้งสองฝ่าย คัดช่วยให้พ้นทุกข์

^{๑๕} สัมภาษณ์ ณ บ้านเลขที่ ๑๔๗ หมู่ที่ ๔ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๒๑ เมษายน ๒๕๖๐.

พ่อเสาร์ แม่สม ทุมซันท์ สัมภาษณ์^{๑๖} ท่านทั้งสองมีความซื่อสัตย์ ไม่โกหก ไม่พูดเล่นในเรื่องสองแ่งสองงาม ให้ความจริงใจ สร้างความภูมิใจให้แก่ครอบครัว ทำงานอย่างจริงจัง หากครอบครัวสร้างหนี้สินต้องจริงใจต่อกันในการหามาชำระ อดทนต่อการทำงานหนัก การปฏิบัติต่อลูกน้องมีการให้เกียรติกัน ให้กำลังใจและให้โอกาสแก่กันไว้เนื้อเชื่อใจและความเอื้อเพื่อให้แก่กันเป็นหลักในการครองเรือนเพื่อให้เกิดความปิติสุขแนะนำในการต่อสู้ในการทำงานหนักให้แก่ลูกและลูกน้องโดยการทำให้เห็นปฏิบัติให้ดู ช่วยกันในการหาทรัพย์สินและรักษาทรัพย์สินร่วมกันแนะนำให้ลูกหลานปฏิบัติทำความดีจากสิ่งที่ตนเองเคยลองผิดลองถูกมาก่อน ประหยัด อดออมในการใช้ทรัพย์สินนำหลักเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิต เนื่องจากเห็นคุณค่าในเรื่องความยากลำบากที่ใช้น้ำพักน้ำแรงหาทรัพย์สินมาได้ ให้ความช่วยเหลือต่อญาติพี่น้องทั้งสองฝ่ายตามความสามารถอย่างเหมาะสม จากการสัมภาษณ์ทั้งสองท่านได้สอดคล้องกับหลักพรวาสนธรรม ทั้ง ๔ ประการ คือ

๑. การที่ทั้งสองท่านมี สัจจะ คือ ความจริงใจต่อกันคือการวางตัวด้วยความซื่อสัตย์ต่อคู่สมรสทั้งกาย วาจา ใจ เมตตา ความรักใคร่ ประรณาดิ อยากรให้เขามีความสุข

๒. มีทมะ คือ การรู้จักขมใจเวลาที่เกิดปัญหาขอขัดแย้งจะเห็นได้ว่าเมื่อเกิดปัญหาขึ้นจะให้วิธีต่อคนต่างเลือกที่จะไปทำงานของตนเองจะไม่หันหน้ามาทะเลาะกันจะเอาเวลาไปประกอบอาชีพ เมื่อถึงเวลาก็มาทำกิจกรรมทางบ้านของตนเอง

๓. มีขันติ คือ ความอดทนต่อการสร้างชีวิตคู่ร่วมกันและการทำหน้าที่ของตนเองทั้งสองฝ่ายเพื่อความรุ่งเรืองของครอบครัว แนะนำให้ลูกน้องอดทนต่อความยากลำบากในการประกอบอาชีพ

๔. มีจาคะ คือความที่เสียสละประโยชน์ทั้งการทำบุญและการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ การมีความใจกว้างต่อญาติพี่น้องทั้งสองฝ่าย คัดช่วยให้พ้นทุกข์

พ่อบุญเหลือ แม่ดอกบัว จิตรจำนง สัมภาษณ์^{๑๗} เนื่องจากพ่อบุญเหลือเป็นอดีตข้าราชการ ข้าราชการครูรับบำนาญจึงเป็นที่เคารพนับถือของคนในชุมชน ท่านมีหลักการดำเนินชีวิตที่ว่า บุคคลที่อยู่ในสังคมเดียวกันต้องให้เกียรติซึ่งกันและกัน ทั้งให้เกียรติแก่ทั้งตนเอง ผู้เป็นภรรยา และคนในสังคมที่ได้มีโอกาสได้ร่วมสนทนา การมองโลกในเชิงบวก มีการฝึกการควบคุมอารมณ์เมื่อมีสิ่งอื่นมากระทบให้หยุดคิดพิจารณาเพื่อประโยชน์สุขร่วมกันให้ขวัญกำลังใจเป็นสำคัญในการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน ท่านทั้งสองได้หลักธรรม อิทธิบาท ๔ พรหมวิหาร ๔ มาร่วมกับประยุกต์ใช้ในชีวิตทั้งที่เป็นในบทบาทของคุณครู บทบาทของสามี บทบาทของพ่อ และบทบาทต่าง ๆ ที่ได้ช่วยเหลือในงานสังคม ท่านทั้งสองมีความซื่อสัตย์ ไม่โกหก และความเอื้อเฟื้อให้แก่กันเป็นหลักในการครองเรือนเพื่อให้เกิดความปิติสุข เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แก่เพื่อนบ้านตามขนบธรรมเนียมของสังคมชนบท นอกจากนี้ยังให้การช่วยเหลือญาติพี่น้องทั้งสองฝ่ายตามความสามารถอย่างเหมาะสม จากการสัมภาษณ์ทั้งสองท่านได้สอดคล้องกับหลักพรวาสนธรรม ทั้ง ๔ ประการ คือ

๑. การที่ทั้งสองท่านมีสัจจะ คือ ความจริงใจต่อกันคือการวางตัวด้วยความซื่อสัตย์ต่อคู่สมรสทั้งกาย วาจา ใจ เมตตา ความรักใคร่ ประรณาดิ อยากรให้เขามีความสุข

^{๑๖} สัมภาษณ์ ณ บ้านเลขที่ ๑๘๐ หมู่ที่ ๓ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๒๑ เมษายน ๒๕๖๐.

^{๑๗} สัมภาษณ์ ณ บ้านเลขที่ ๑๔๗ หมู่ที่ ๔ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์.

๒. มีทมะ คือ การรู้จักข่มใจเวลาที่เกิดปัญหาขอขัดแย้งจะเห็นได้ว่าเมื่อเกิดปัญหาขึ้นจะให้วิธีต่อคนต่างเลือกที่จะไปทำงานของตนเองจะไม่หันหน้ามาทะเลาะกันจะเอาเวลาไปประกอบอาชีพ เมื่อถึงเวลาก็มาทำกิจกรรมทางบ้านของตนเองต่อเนื่องจากท่านทั้งสองเป็นผู้เข้าวัดไปทำบุญทุกวันร่วมกันและเมื่อเช้าพระราชคุณพ่อสมเด็จก็ไปอยู่วันถือศีลในวันธรรมสวนะเสมอ

๓. มีขันติ คือ ความอดทนต่อการสร้างชีวิตคู่ร่วมกันและการทำหน้าที่ของตนเองทั้งสองฝ่ายเพื่อความรุ่งเรืองของครอบครัว

๔. มีจาคะ คือความที่เสียสละประโยชน์ทั้งการทำบุญและการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ การมีความใจกว้างต่อญาติพี่น้องทั้งสองฝ่าย คิดช่วยให้พ้นทุกข์

๑๑. พ่ออาทิตย์ แม่คำตัน ตริวเศ สัมภาษณ์^{๑๘} ท่านทั้งสองได้กล่าวว่า ได้ปรึกษากันและกันในทุกเรื่องโดยเปิดเผยไม่มีความลับซึ่งกันและกันทั้งต่อคู่ชีวิตและคู่ลูกสาวและลูกเขยเนื่องจากยอมรับว่าปัจจุบันคนรุ่นใหม่มีมุมมองที่หลากหลาย มีความซื่อสัตย์แก่กันและกันจึงอยู่ด้วยกันมายาวนานเอาปัญหามาคุยกันคุยกันเสร็จต่างคนต่างก็แยกย้ายไปทำงานในส่วนที่ตนรับผิดชอบไม่ว่าจะไปทำในไร่นาของตนเองหรือเอาเครื่องมือรับจ้างคนอื่นทำงานในชุมชนเมื่อแสวงหาทรัพย์มาได้ก็รู้จักใช้อย่าง ประหยัด อดออม และดำเนินชีวิตโดยยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวทางพระราชดำรินของในหลวงรัชกาลที่ ๙ เมื่อหาทรัพย์มาได้ก็มอบหน้าที่ให้ผู้เป็นภรรยาในการดูแลรักษาเนื่องจากจะเป็นผู้ที่รู้หน้าที่เรื่องจับจ่ายใช้สอยในบ้านดีที่สุด สามิใช้ชีวิตที่ไม่เกี่ยวข้องกับอบายมุข ทั้งการพนัน สุรา หรือแม้แต่การสูบบุหรี่ อด ละ ความโลภ ท่านทั้งสองได้นำหลักฆราวาสธรรมประยุกต์ใช้ในการครองเรือนดังนี้

๑. มีสัจจะ คือ มีความจริงใจให้แก่กัน ซื่อสัตย์ พูดจริง ประพฤติปฏิบัติด้วยความ ด้วยความจริงใจ ทั้งกาย วาจา และใจ

๒. มีทมะ การปรับปรุงตนเองให้ถูกต้องดีงาม ใช้สติปัญญาในการไตร่ตรองเมื่อเห็นว่าอีกฝ่ายหนึ่งทำอะไรที่ไม่ถูกใจ เนื่องจากความเป็นผู้นำชุมชนด้วยอีกประการหนึ่ง

๓. มีขันติ ความอดทนต่อหน้าที่การงาน ทำงานด้วยความขยันขันแข็ง เพื่อให้เกิดความเจริญรุ่งเรืองของครอบครัว

๔. มีจาคะ มีความเสียสละ ความสุขส่วนตัวเพื่อประโยชน์ของครอบครัวและชุมชนที่ได้พึ่งพาอาศัย มีความเอื้อเฟื้อต่อญาติทั้งสองฝ่ายตามที่ได้รับการร้องขอความช่วยเหลือและพร้อมรับฟังปัญหาของเครือญาติทั้งสองฝ่าย ให้ความช่วยเหลือสังคมทางด้านสติปัญญาและความรู้ที่ได้สั่งสมมา ประณินิบัติดูแลกันและกันในยามที่เจ็บป่วย

๑๒. พ่อสมหมาย ซ่อรักษ์ แม่สมฤทัย อึ้งน้อย สัมภาษณ์^{๑๙} ท่านทั้งสองมีความซื่อสัตย์ ไม่โกหก และความเอื้อเฟื้อให้แก่กันเป็นหลักในการครองเรือนเพื่อให้เกิดความปิติสุข นอกจากนี้ยังประกอบอาชีพด้วยความสุจริตและถือหลักของความซื่อสัตย์ประกอบกับการที่เป็นบุคคลที่ขยันทำมาหากิน มีความพึงพอใจในอาชีพที่ตนเองประกอบกรมีความอดทนทั้งทางร่างกายและแรงใจใน

^{๑๘} สัมภาษณ์ ณ บ้านเลขที่ ๒๒๙ หมู่ที่ ๘ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๒๑ เมษายน ๒๕๖๐.

^{๑๙} สัมภาษณ์ ณ บ้านเลขที่ ๑๔๗ หมู่ที่ ๔ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๒๑ เมษายน ๒๕๖๐.

การที่ต้องทำตามคำสั่ง เป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่ลูก ไม่เคยแสดงออกในการท้อหรือมีปากเสียงให้ลูกหลานได้เห็น สร้างแรงบันดาลใจให้แก่ลูกในการใฝ่เรื่องการศึกษาจนส่งลูกเรียนในระดับปริญญา และได้ทำงานในหน้าที่การงานที่ สองฝ่ายตามความสามารถอย่างเหมาะสม จากการสัมภาษณ์ทั้งสองท่านได้สอดคล้องกับหลักฆราวาสธรรม ทั้ง ๔ ประการ คือ

๑. การที่ทั้งสองท่านมีสัจจะ คือ ความจริงใจต่อกันคือการวางตัวด้วยความซื่อสัตย์ต่อคู่สมรสทั้งกาย วาจา ใจ เมตตา ความรักใคร่ปรารถนาดี อยากให้เขามีความสุข

๒. มีทมะ คือ การรู้จักข่มใจเวลาที่เกิดปัญหาข้อขัดแย้งจะเห็นได้ว่าเมื่อเกิดปัญหาคืนจะให้วิธีต่อคนต่างเลือกที่จะไปทำงานของตนเองจะไม่หันหน้ามาทะเลาะกันจะเอาเวลาไปประกอบอาชีพ เมื่อถึงเวลาก็มาทำกิจกรรมทางบ้านของตนเองต่อเนื่องจากท่านทั้งสองเป็นผู้เข้าวัดไปทำบุญทุกวันร่วมกันและเมื่อเข้าพรรษาคุณพ่อสมศักดิ์ก็ไปอยู่วันถือศีลในวันธรรมสวนะเสมอ

๓. มีขันติ คือ ความอดทนต่อการสร้างชีวิตคู่ร่วมกันและการทำหน้าที่ของตนเองทั้งสองฝ่ายเพื่อความรุ่งเรืองของครอบครัว

๔. มีจาคะ คือความที่เสียสละประโยชน์ทั้งการทำบุญและการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ การมีความใจกว้างต่อญาติพี่น้องทั้งสองฝ่าย คัดช่วยให้พ้นทุกข์

๓.๔ สรุป

ในการครองรักครองเรือน นั้น สามีภรรยาถือว่าเป็นองค์ประกอบสำคัญในการบริหารความรักร่วมกัน ต้องนำหลักธรรมฆราวาส คือ ธรรมของผู้ครองเรือนทั้งสี่ประการ มาประยุกต์ใช้ในการใช้ชีวิตร่วมกัน ถึงจะทำให้การใช้ชีวิตคู่นั้น มีความราบรื่นพบแต่ความสุขความเจริญในชีวิต เพราะคำสอนของพระพุทธเจ้าถือได้ว่า เป็นหลักธรรมที่นำมาใช้ได้ทุกยุคทุกสมัย ไม่เสื่อม ไม่ถอย และไม่ล้าสมัย เป็นอกาลิก กล่าวคือ ไม่กำหนดกาล สามารถนำเอาไปปฏิบัติให้เกิดประโยชน์แก่ครอบครัวและสังคมได้ตลอดกาล ดังนั้น ผู้ที่หวังให้ครอบครัวไม่แตกแยกอย่าร้างกัน มีความรักความอบอุ่นและความสามัคคีในครอบครัวจะต้องปฏิบัติในฆราวาสธรรม ๔ ประการนี้

บทที่ ๔

รูปแบบการครองเรือนของคู่สมรสตามหลักพรวาสนธรรม ๔

ในบทนี้ผู้วิจัยได้ศึกษา “การประยุกต์หลักพรวาสนธรรม ๔ สำหรับชีวิตการครองเรือนของคู่สมรส” มาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน ซึ่งมีเนื้อหาประกอบด้วย การประยุกต์ใช้หลักสัจจะในชีวิต การครองเรือน การประยุกต์ใช้หลักทมะในการครองเรือน การประยุกต์หลักขันติในการครองเรือน การประยุกต์ใช้หลักจาคะในการครองเรือน รูปแบบการครองเรือนปัจจุบันของคู่สมรส คุณธรรมทั้ง ๔ ประการนี้ถ้าครอบครัวหรือคู่ชีวิตสามารถปลูกฝังและบำรุงให้เจริญงอกงามจะช่วยให้ครอบครัวและคู่สมรสนั้นมีความสุขและมั่นคงในการดำเนินชีวิตคู่

หลักพรวาสนธรรม ๔ เป็นหลักธรรมในพระพุทธศาสนา ที่มีมาสองพันห้าร้อยกว่าปี มาแล้วแต่ก็นับเป็นหลักธรรมที่ทันสมัย ทำให้ประสบความสำเร็จในชีวิตและครอบครัวถึงแม้ว่าคนที่ครองตนเป็นคนโสด ไม่ใช่ผู้ครองเรือน แต่ถ้าหากมีหลักคุณธรรมข้อนี้ยึดเหนี่ยวนำก็จะทำให้มีคนรักมีคนเมตตา ทำให้สมหวังในความรักและคู่ครองได้ ซึ่งโดยรวมก็คือ เมื่อมีสัจจะย่อมมีเกียรติยศชื่อเสียง มีผู้คนเชื่อมั่น เมื่อมีทมะย่อมได้รับปัญญา ควบคุมอารมณ์ได้ เมื่อมีขันติย่อมเกิดทรัพย์และความสำเร็จที่ตั้งใจไว้ และเมื่อมีจาคะย่อมเกิดมิตรที่ดี เกิดคนรักใคร่ ทำให้มีสมัครพรรคพวกที่ดีในสังคม ส่วนคนที่ใช้ชีวิตคู่ก็ย่อมที่จะสามารถเกื้อหนุนชีวิตคู่และความรักในปัจจุบันให้สมหวังได้ หลักพรวาสนธรรมนี้ ไม่เพียงแต่ยังเป็นแนวทางในการปฏิบัติตนให้มีความรักที่ดีระหว่างคู่รักเพียง ๒ คน เท่านั้น แต่สามารถที่จะนำไปปฏิบัติกับทุกคนในสังคมที่เราอาศัยอยู่ด้วย หรือนำไปพัฒนาตนเอง เฉพาะบุคคลก็ย่อมดีเช่นกัน เพื่อที่จะทำให้สังคมมีแต่ความสงบสุขและเต็มไปด้วยความรักที่มอบให้กันและกัน หลักพรวาสนธรรม ๔ คือ

๔.๑ รูปแบบการประยุกต์ใช้หลักสัจจะในการครองเรือน

๑. สัจจะ แปลว่า จริง ตรง แท้ เป็นหลักความซื่อสัตย์ ความจริงใจต่อคนที่เรารัก ซึ่งธรรมชาติของคนเรานั้นก็ย่อมต้องการความจริงใจ หากไม่มีความจริงใจให้กัน อีกฝ่ายหนึ่งก็ต้องรู้ตัวแน่ๆ บางคนขนาดไม่ค่อยสนิทกันยังรู้เลยว่าคนอื่นไม่จริงใจกับตนเอง ดังนั้นการคบหาสมาคมระหว่างบุคคลในสังคมไม่ว่าจะอยู่ในฐานะใด จำต้องมีหลักธรรมสัจจะข้อนี้อยู่ด้วยเสมอ แต่การมีความจริงใจอย่างเดียวโดยไม่แสดงออกก็ยังไม่พอ เพราะการแสดงออกซึ่งความซื่อสัตย์และความจริงใจต่อบุคคลที่เรารู้จัก จะทำให้เป็นรากฐานสำคัญที่สืบสานความสัมพันธ์ระหว่างกัน ซึ่งหากมีความจริงใจและซื่อสัตย์ ความสัมพันธ์ต่อกันก็จะสามารถสานต่อสัมพันธ์กันในระยะยาวได้ต่อไป

สำหรับคนที่มีความรักนั้น การมีความซื่อสัตย์และความจริงใจให้คนรักนั้น จะต้องดูแล และพิถีพิถันมากกว่าคนทั่วไป เพราะการมีชีวิตคู่ที่ย่อมต้องการทำให้เกิดความไว้วางใจ ความเชื่อใจ ระหว่างคู่รัก หากฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งขาดสัจจะต่อคนรัก ย่อมเป็นเหตุให้เกิดความร้าวฉานได้ง่าย ทำให้ทั้งสองฝ่ายหวาดระแวงแคลงใจกัน และไม่ยากนักที่จะแตกหัก เลิกรากันไป ยากที่จะประสานให้คืนดีได้ดังเดิม

ยกตัวอย่าง เช่น พ่อสมดี แม่เขียน อบเชย^๑ ท่านทั้งสองได้ใช้หลักฆราวาสธรรม ๔ มาประยุกต์ใช้ในชีวิตควบคู่กับพรหมวิหาร ๔ เนื่องจากคุณพ่อสมดี แม่เขียน อบเชย ท่านทั้งสองกล่าวว่าชีวิตคู่ทั้งสองมีความจริงใจแก่กัน คือ “การวางตัวด้วยความซื่อสัตย์ต่อกัน ทั่วทั้งกาย วาจา ใจ เมตตา ความรักใคร่ ประรณาคี อยากให้เขามีความสุขความซื่อสัตย์ต่อกัน ความไว้วางใจกัน ไม่นอกใจกัน ไม่มีความลับต่อกัน พุดง่าย ๆ คือ ให้รักเดียวใจเดียว อย่าหลายใจ อย่าหึงกันมากจนเกินเหตุ เพราะจะนำไปสู่การผิดใจกัน ทำให้เกิดการโกรธเคืองกันและอาจทำให้ชีวิตครอบครัวพังลงได้” โดยใช้หลักศีล ๕ เป็นหลักธรรมประจำตัวในการดำเนินชีวิตไม่เกี่ยวข้องกับอบายมุข ทั้งการพนัน และสุรา อยู่ร่วมกันอย่างเข้าใจซึ่งกันและกันพยายามลดความขัดแย้งในครอบครัวให้มากที่สุด ซึ่งมีผลสะท้อนกลับคือมีความสุขทางใจ ทรัพย์สินที่หามาได้ร่วมกันผู้เป็นสามีคือพ่อสมดี จะให้ผู้เป็นภรรยาในการบริหารจัดการภายในครัวเรือนคือให้ความเป็นใหญ่แก่ภรรยา และให้การย่องย่องเสมอ อีกกรณีหนึ่ง คือครอบครัวของพ่อสุเทียน แม่เสาร์ทอง ดวงสาม^๒ ท่านทั้งสองได้ให้สัมภาษณ์กับผู้วิจัยอย่างน่าสนใจในกรณีที่นำหลักสัจจะมาปรับประยุกต์ใช้ในชีวิตการครองเรือนว่า “การใช้วาจาที่ไพเราะกับคู่ชีวิต มีการถนอมน้ำใจซึ่งกันและกัน ร่วมแบ่งปันความทุกข์ความสุข มีความจริงใจแก่กัน ไม่พยายามสร้างความตึงเครียดให้ตนเองและบุคคลในครอบครัวและผู้ที่อยู่ใกล้ชิด รักษาคำพูดของตนเอง และสร้างความไว้วางใจซึ่งกันและกัน เบานิดหนักหน้อยก็อภัยให้กัน ไม่โต้เถียงกันให้อายชาวบ้าน” ดำเนินชีวิตอยู่กับการปัจจุบันเพื่ออนาคตให้ดี สั่งสอนลูกหลานให้รู้จักความกตัญญูตามที่ตนเองเคยปฏิบัติมากับบุพการี มีความเข้าใจระหว่างสามีและมีความเอื้อเฟื้อต่อกัน ต่อสู้ชีวิตเพื่อความมั่นคงของครอบครัว ให้ความเมตตาช่วยเหลือสังคมและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ไม่เกี่ยวข้องกับอบายมุข ทั้งการพนัน สุรา หรือแม้แต่การสูบบุหรี่ นอกเหนือจากหลักสัจจะ คือ มีความจริงใจให้แก่กัน ซื่อสัตย์ พุดจริง ประพฤติปฏิบัติด้วยความ ด้วยความจริงใจ ทั่วทั้งกาย วาจา และใจ ท่านทั้งสองยังกล่าวอีกว่าได้นำพรหมวิหาร ๔ (เมตตา กรุณา มุติตา อุเบกขา) มาใช้ประกอบการดำเนินชีวิตในการครองเรือนตลอดมาท่านทั้งสอง

ด้วยเหตุนี้เอง จึงมีหลายท่านได้ให้นิยามความรักว่า คือ การมีความจริงใจให้แก่กัน ซึ่งตามหลักความเป็นจริงแล้ว ความจริงใจและความซื่อสัตย์ก็ควรเป็นข้อปฏิบัติพื้นฐานที่บุคคลที่รักกันพึงมีให้แก่กันเป็นอันดับแรก เพราะคนรักกันถ้ายังไม่จริงใจต่อกัน ก็เหมือนกับไม่ได้รักกันจริง หรือเป็น

^๑สัมภาษณ์ พ่อสมดี แม่เขียน อบเชย, บ้านเลขที่ ๑๙ หมู่ที่ ๖ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๑๙ เมษายน ๒๕๖๐.

^๒สัมภาษณ์ พ่อสุเทียน แม่เสาร์ทอง ดวงสาม, บ้านเลขที่ ๓๔ หมู่ที่ ๘ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๑๙ เมษายน ๒๕๖๐.

รักลง หรือรักจอมปลอมนั่นเอง เพราะฉะนั้นแล้วหากเรามีความจริงใจต่อผู้อื่น เราก็จะได้รับความ
จริงใจกลับมานั่นเอง

๔.๑.๑ การมีความซื่อสัตย์ต่อกัน

ความซื่อสัตย์นั้นมีความเป็นอย่างไร ? ขอยกตัวอย่างนิทานอีสปที่เชื่อว่าคนส่วนใหญ่คงจะ
เคยได้ยินได้ฟังนิทานเรื่อง “เด็กเลี้ยงแกะ” มาแล้วที่ว่าเด็กเลี้ยงแกะคนหนึ่ง ร้องตะโกนให้ชาวบ้านมา
ช่วย ว่าจะมีหมาป่ามากินแกะ แต่กลายเป็นว่าเด็กโกหก และหัวเราะเยาะที่หลอกคนอื่นได้ ต่อมาเมื่อ
มีหมาป่ามาจริงๆ ตะโกนเท่าไรก็ไม่มีใครเชื่อ เพราะคิดว่าเป็นการโกหกอีก ในที่สุดเด็กก็ต้องสูญเสีย
แกะไป นิทานเรื่องนี้ สอนให้รู้ว่า การโกหกเป็นสิ่งไม่ดี และคนเราจะต้องมีความซื่อทั้งการกระทำและ
คำพูด จึงจะเป็นที่เชื่อถือของผู้อื่น และสำนวน “เด็กเลี้ยงแกะ” ก็เป็นที่รู้จักต่อมาว่าหมายถึง คนที่
ชอบพูดโกหกหลอกลวง หรือพูดจาเหลวไหล เชื่อไม่ได้

ส่วนเรื่อง “พันท้ายนรสิงห์” ก็เป็นเรื่องความซื่อตรงต่อหน้าที่ กล่าวคือในสมัยสมเด็จพระ
เจ้าเสือแห่งกรุงศรีอยุธยา ได้เสด็จลงเรือพระที่นั่งเอกชัยเพื่อไปประพาสทรงเบ็ด เมื่อเรือพระที่นั่ง
มาถึงตำบลโคกขาม เมืองสาครบุรี ซึ่งเป็นคลองคดเคี้ยว พันท้ายนรสิงห์ นายท้ายเรือ ไม่สามารถคัด
ท้ายได้ทัน เรือพระที่นั่งจึงชนกิ่งไม้หักตกน้ำ ซึ่งมีโทษประหาร แต่พระเจ้าเสือ เห็นว่าเป็นเรื่องสุดวิสัย
จึงพระราชทานอภัยโทษให้ ถึงสองครั้ง แต่พันท้ายนรสิงห์กลับขอให้ประหารตน ยอมตายเพื่อมิให้เสีย
กฏมณเฑียรบาล ด้วยความกล้าหาญ และความซื่อตรงต่อหน้าที่นี้เอง ที่ทำให้ปัจจุบันยังมีศาลพัน
ท้ายนรสิงห์ อยู่ที่จังหวัดสมุทรสาคร บริเวณที่เกิดเหตุการณ์ดังกล่าวเพื่อเป็นอนุสรณ์สถานให้อนุชนรุ่น
หลัง นึกถึงคุณงามความดีของท่าน ซึ่งแม้จะเป็นเพียงนายท้ายเรือ แต่ก็ประพฤติตนเป็นแบบอย่างแก่
ลูกหลาน หากท่านรับการอภัยโทษครั้งนั้น ชื่อเสียงของท่านก็คงไม่เป็นที่กล่าวขวัญกันจนถึงทุกวันนี้

เรื่องแรกแม้จะเป็นนิทานที่แต่งขึ้นและเป็นที่รู้จักกันไปทั่วโลก ส่วนอีกเรื่องจะเป็นเรื่อง
เล่าในพงศาวดารของไทยก็ตาม แต่ทั้งสองเรื่องก็เป็นที่เล่าขานสืบต่อกันมาจนปัจจุบัน เพื่อใช้เป็นคติ
สอนใจคน อันแสดงให้เห็นว่าไม่ว่าชาติใด ภาษาไหน ต่างก็เห็นว่า ความซื่อสัตย์ และการไม่โกหก
หลอกลวงใครเป็นคุณธรรมที่น่ายกย่องและเป็นเรื่องที่สมควรประพฤติปฏิบัติในพจนานุกรมได้ให้
ความหมายของคำว่า “ซื่อ ” ว่าหมายถึง ตรง ไม่มีเล่ห์เหลี่ยม ไม่คดโกง ส่วนคำว่า “ซื่อตรง”
หมายถึง ความประพฤติตรง ไม่เอนเอียง ไม่คดโกง และ “ซื่อสัตย์ ” หมายถึง ความประพฤติตรงและ
จริงใจ ไม่คิดคดทรยศ ไม่คดโกงและไม่หลอกลวง หรือเราอาจจะพูดง่ายๆว่าคนที่ซื่อสัตย์ ก็คือ คนที่
เป็นคนตรง ประพฤติสิ่งใดก็ด้วยน้ำใสใจจริงความซื่อสัตย์นั้นมีหลายอย่าง เช่น ความซื่อสัตย์ต่อตนเอง
ความซื่อสัตย์ต่อครอบครัว ความซื่อสัตย์ต่อหน้าที่ ความซื่อสัตย์ต่อมิตร และความซื่อสัตย์ต่อ
ประเทศชาติ เป็นต้น มีพุทธภาษิตบทหนึ่งกล่าวไว้ว่า “ สจเจเน กิตติ ปโปติ ” แปลว่า “ คนเราจะ
บรรลุถึงเกียรติได้เพราะความสัตย์ ” นั้น ก็หมายความว่า คนที่จะมีเกียรติ ย่อมต้องเป็นคนที่มีความ

ซื่อสัตย์ จึงจะเป็นที่ยอมรับนับถือของคนในสังคมได้อย่างจริงใจ โดยไม่ต้องเสแสร้งแกล้งทำ “ความซื่อสัตย์” เป็นคุณธรรมที่จำเป็นต่อทุกสังคม ไม่ว่าจะเป็นความซื่อสัตย์ในระดับไหนก็ตาม จะต้องมีการปลูกฝังหรือสอนเยาวชนรุ่นหลังให้ประพฤติปฏิบัติ ทั้งนี้เพราะ หากคนในสังคมขาดคุณธรรมข้อนี้เมื่อใด สังคมก็จะวุ่นวาย ไม่สงบ คนจะเอาไรต์เอาเบี่ยงกัน และเห็นแก่ตัวมากขึ้น จนก่อให้เกิดปัญหาอื่น ๆ ตามมาอีกมากมายดังตัวอย่างที่กลุ่มประชาสัมพันธ์ สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ กระทรวงวัฒนธรรม จะขอยกมาให้เห็น ดังนี้

การไม่ซื่อสัตย์ต่อตนเอง เช่น เราตั้งใจว่าจะไม่กินของหวาน ของมันเพื่อลดน้ำหนัก แต่เราก็แอบกิน แม้คนอื่นไม่ทราบ แต่เราก็รู้ตัวเราดี ผลเสีย คือ เราก็จะอ้วน และเป็นโรคอื่นตามมา หรือตั้งใจจะอ่านหนังสือ แล้วก็ไม้อ่าน เพราะมัวไปเที่ยวเล่น ดูหนัง หรือเล่นเน็ต ผลเสียคือ เราอาจจะสอบตก ซึ่งหากเราขาดความซื่อสัตย์ต่อตนเอง และผัดผ่อนไปเรื่อย ๆ ในระยะยาวเราอาจจะกลายเป็นคนขาดระเบียบ ขาดความตั้งใจ กลายเป็นคนทำอะไรไม่ประสบความสำเร็จในชีวิต การไม่ซื่อสัตย์ต่อครอบครัว เช่น ไปมีชู้ มีกิ๊ก ติดพันนักร้องนักแสดง มีความสัมพันธ์กับคนที่มีครอบครัวแล้ว แม้จะต้องรับผิดชอบเลี้ยงดู แต่ก็จะทำให้ละเลยต่อลูกเมีย หรือสามี สร้างปัญหาในชีวิต ก่อให้เกิดความไม่ไว้วางใจซึ่งกันและกัน อีกทั้งยังเป็นที่ดูถูกเหยียดหยามของผู้อื่น หากเป็นหัวหน้าไปมีสัมพันธ์กับลูกน้อง ก็จะทำให้ลูกน้องคนอื่นขาดความเชื่อถือ หรือหัวหน้าระดับสูงขึ้นไปไม่ให้ความไว้วางใจเป็นต้น

การไม่ซื่อสัตย์ต่อหน้าที่การงาน เช่น เป็นข้าราชการ ทหาร ตำรวจใช้อำนาจในทางมิชอบ กระทำทุจริต หรือแสวงหาผลประโยชน์แก่ตนเองหรือครอบครัว ก็จะก่อให้เกิดความเสียหายแก่ประชาชนและบ้านเมืองดังที่เราจะเห็นกันอยู่ในปัจจุบัน หรือหากเป็นพ่อค้าแม่ขาย ขวสว่นขาวนาไม่ซื่อสัตย์ต่อหน้าที่ ขายของโกงเขา หรือใช้สารเคมีที่เป็นอันตราย ฯลฯ ก็จะทำให้เกิดการทะเลาะวิวาท ไร้ยภัยไข้เจ็บจากสารพิษสะสมในร่างกาย เป็นต้น ซึ่งล้วนแล้วแต่สร้างความเดือดร้อนให้แก่ตนเองและผู้เกี่ยวข้องทั้งสิ้น

การไม่ซื่อสัตย์ต่อมิตร นอกเหนือจากญาติแล้ว เป็นธรรมดาที่คนเราต้องมีการคบหาสมาคมกับผู้อื่น เป็นมิตรต่อกัน และต้องพึ่งพาอาศัยกัน ซึ่งความเป็นมิตรนั้นจะคงทนถาวรอยู่ได้ตลอดไปก็ต้องมีความซื่อสัตย์ ไม่คิดคดทรยศต่อกัน มิตรภาพจึงจะยาวนาน หากไม่ซื่อตรงต่อกันแล้ว ก็ย่อมจะแตกความสามัคคี ทำให้เราไม่มีเพื่อน หรืออยู่ในสังคมได้ยากเพราะกลัวคนอื่นจะหักหลังเราตลอดเวลา เป็นต้น การซื่อสัตย์ต่อประเทศชาติ เป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด เพราะหากชาติอยู่ไม่ได้ ประชาชนคนในชาติก็อยู่ไม่ได้ และหากชาติล่มสลาย ก็คือพวกเราที่จะกลายเป็นคนไร้แผ่นดิน ซึ่งคงไม่มีใครอยากให้เกิดขึ้น

ตัวอย่างข้างต้น คงจะทำให้เห็นแล้วว่า “ความซื่อสัตย์” เป็นสิ่งสำคัญ เพราะหากขาด “ความซื่อสัตย์” แล้ว สังคมคงยุ่งเหยิง เกิดความหวาดระแวง ไม่ไว้วางใจซึ่งกันและกัน เกิดความโกลาหล

ไปทั่ว ไม่รู้สิ่งไหนจริง สิ่งไหนเท็จ ถ้าขาดในระดับบุคคลก็จะกลายเป็นคนไม่น่าเชื่อถือและมีปัญหาอยู่ตลอดเวลา ส่วนในระดับประเทศ ก็จะมีเรื่องเกียรติภูมิ เป็นที่ดูถูกของชาติอื่น ซึ่งความซื่อสัตย์ที่ว่านี้รวมไปถึงการมี สัจจะ พูดจริงทำจริง ไม่โกหกหรือพูดเหลวไหล พูดคำไหนเป็นคำนั้นด้วย คนเช่นนี้ไปทีใด ย่อมเป็นที่เคารพนับถือว่าเป็นคนมีเกียรติ ที่สำคัญ ถ้าทุกคนทำหน้าที่ด้วยความซื่อสัตย์สุจริต ย่อมจะทำให้สังคม และประเทศชาติมีความมั่นคง สงบสุข อันมีผลดีต่อประชาชนคือ ตัวเราทุกคนนั่นเอง

๔.๑.๒ การมีความเข้าใจต่อกัน

คนสองคนต่างที่มา ต่างพื้นฐานทางครอบครัว ต่างความคิด ต่างนิสัย ต่างทัศนคติ ต่างความชอบ ฯลฯ แต่สามารถ “จูน” กันได้และ “เข้ากันดี” หากมีคำว่า “ความเข้าใจ” เป็นสายใยผูกทอให้ “ความรัก” สมหวังและมีความสุขแต่เมื่อไหร่ก็ตามที่เกิด “การไม่เข้าใจ” ความต่างทั้งหลาย จะค่อย ๆ โผล่ขึ้นมาพังทลายกลายเป็นเส้นใยบาง ๆ กั้นกลางระหว่างสองเรา ดังนั้น ไม่ว่าจะเกิดปัญหาอะไรขึ้นกับ “ความรัก” ของคุณทั้งคู่ สิ่งแรกที่ต้องทำคือการพยายามมองด้วยความเข้าใจ ถึงแม้ว่า “การทำ ความเข้าใจ” ในความรักเป็นเรื่องยากมาก ก็ตามที่ พ่อปอง แม่ทองใส ตำราธัมย์ ให้สัมภาษณ์^๓ บ้านเลขที่ ๓๒ หมู่ที่ ๖ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ ทั้งสองท่านได้ใช้หลักพราวาสในการครองเรือนอย่างนี้ว่า ได้ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันอย่างแบบพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันโดยมีวิธีการบริหารจัดการคู่ชีวิตโดยใช้หลักไตรลักษณ์คือเมื่อรู้ว่าสิ่งทั้งปวงไม่เที่ยง เว้นจากการทำชั่ว อยู่ในศีลธรรม ทำจิตใจให้บริสุทธิ์ ลดการขัดแย้งในครอบครัวดังคำที่ว่า “อยู่ด้วยกันจนแก่เฒ่า” และมีศีล ๕ เป็นหลักในการดำเนินชีวิต ทำบุญตักบาตรทุกวัน ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันในชุมชนอย่างเอื้ออาทรช่วย ประโยชน์ซึ่งกันและกัน ประกอบสัมมาอาชีพด้วยความสุจริต ไม่สร้างหนี้สินให้เป็นภาระของ ครอบครัว ในยามเจ็บไข้ได้ป่วยก็พากันไปรักษาดังคำที่ว่า “ฝากผีฝากไข้” ได้ มีความเมตตาและรักใคร่ซึ่งกันและกัน มีความซื่อสัตย์เปิดเผยความจริงใจต่อกัน มอบความเป็นใหญ่ให้แก่แม่บ้านในฐานะผู้ดูแลการเงินของครอบครัวส่วนพ่อบ้านเป็นคนหาทรัพย์ และประพฤติปฏิบัติตนอยู่ในศีลธรรม มีความเปิดเผยและบริสุทธิ์ใจต่อกัน มีความให้เกียรติแก่กันทั้งต่อหน้าและลับหลัง เครื่องมือที่สำคัญสำหรับ “ความรัก” คือ “การทำความเข้าใจ” ซึ่งเมื่อไหร่ก็ตามที่เราเข้าใจกัน ไม่ว่าจะมียุบสรรคความต่างมากน้อยแค่ไหน คุณทั้งคู่ก็สามารถผ่านมันมาได้ เชื่อเถอะว่า...รัก...คือการเรียนรู้ซึ่งกันและกัน รัก...คือการปรับตัวเข้าหากันและกัน รัก...คือการเสียสละให้กันและกัน รัก...คือการยอมรับซึ่งกันและกัน รัก...คือความรู้สึกดี ๆ ที่คนสองคนมีให้กันและกัน รัก...คือความเข้าใจที่มอบให้กันและกัน รัก...คือการให้อภัยแก่กันและกัน

๔.๑.๓ การมีความจริงใจต่อกัน

^๓สัมภาษณ์, นายปอง นางทองใส ตำราธัมย์, บ้านเลขที่ ๓๒ หมู่ที่ ๖ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๑๙ เมษายน ๑๕๖๐.

ความจริงใจ เชื่อใจ และไวใจ เป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดของมนุษย์ หากชีวิตคนเราปราศจากสิ่ง ที่กล่าวมานี้สันติสุขคงไม่เกิดขึ้นในใจของใครต่อใครอย่างแน่นอน นั้นหมายความว่าความจริงใจ เชื่อใจ และไวใจ เป็นสิ่งที่คนส่วนใหญ่แสวงหา แล้วคุณละ หามั่นใจแล้วหรือยัง มันไม่ใช่เรื่องง่ายๆหรอก ที่ใครจะสามารถค้นพบ คำ ๓ คำ ที่กล่าวในข้างต้น คนบางคนค้นหาตลอดชีวิต ก็ยังล้มเหลวไม่สามารถเก็บสะสมไว้ได้ ครบทั้ง ๓ คำ ทั้งนี้เพราะมันหายากมาก ไม่มีขายในตลาดหรือห้างสรรพสินค้า ไม่ว่าคุณจะร่ำรวยเงินทองสักกี่พันล้าน ถ้าคุณไม่ใช่คนดี ไม่ได้เป็นที่รักใคร่ของใครจะไม่มีโอกาสได้รู้จัก กับความจริงใจ ไม่สามารถ เชื่อใจและไวใจใครได้เลย สาเหตุที่ความจริงใจนั้นหายากเหลือเกิน ส่วนหนึ่งเป็นเพราะคนเราไม่กล้าที่จะแสดงความจริงใจต่อกัน เนื่องจากว่ากลัวจะผิดหวังและไม่มั่นใจว่า คนอื่นเขาจริงใจกันหรือไม่ก็ความจริงใจ จึงถูกเก็บไว้ในใจ ไม่ได้แสดงออกมาให้ใครๆเห็น ถ้าทุกคนคิด อย่างนี้แล้วจะหาความจริงใจได้จากที่ไหนกัน ถึงเวลาแล้วที่ทุกๆคนจะต้องแสดงความจริงใจต่อกัน หยดใส่หน้าากกันได้แล้วเพราะถ้าคุณๆ ใส่หน้าากเข้าหากันร่ำไป สิ่งที่คุณจะได้รับก็คือ ไม่รู้ว่า หน้าตาที่แท้จริงของคนนั้นเป็นอย่างไร หากทุกๆคน แสดงความจริงใจต่อกัน โดยไม่หวาดระแวงต่อกันความจริงใจก็จะเกิดขึ้น สิ่งที่จะตามมาก็คือ ความเชื่อใจและความไว้วางใจ สิ่งดีๆจะไม่เกิดขึ้นหาก ไม่มีใครกล้าที่จะหยิบยื่นความจริงใจให้กับคนอื่น ๆ ก็เข้าใจอะนะ ว่ามันไม่ใช่เรื่องง่ายๆ เลยที่ ใครสักคนจะมีคนที่สามารถไวเนื้อเชื่อใจได้ เพราะความรู้สึกดังกล่าวมันจะต้องเริ่มต้นจากความจริงใจทั้งสิ้น ดังนั้น คนส่วนใหญ่จึงต้องใช้เวลาศึกษาซึ่งกันและกัน ค่อนข้างนานกว่าจะสามารถพิสูจน์ได้ว่าใครจริงใจหรือไม่

แต่ถ้าคุณสามารถค้นพบแล้วว่าใครควรจะไวใจและเชื่อใจได้ เราคิดว่าคุณเป็นคนที่โชคดีที่สุดแล้ว เพราะต่อไปคุณสามารถพูดคุย ปรีกษา หรือแม้แต่ อยากจะบอกในสิ่งที่คุณไม่สามารถบอกใครได้ เมื่อบางสิ่งบางอย่างไม่ได้ถูกเก็บไว้ในใจอีกต่อไป เมื่อเห็นแล้วว่าสิ่งที่กล่าวมานั้นมีความสำคัญต่อคุณมากแค่ไหน ตัดสินใจเถอะที่จะแสดงความจริงใจต่อใครสักคน ไม่จำเป็นว่าจะเป็นเรื่องของความรักเท่านั้น การมอบความจริงใจให้กับเพื่อน หรือคนใกล้ชิด สิ่งที่คุณจะได้กลับคืนมาก็คือสิ่งที่ได้ให้ไปนั่นเอง อย่าลืมนะว่า เมื่อใดก็ตามที่ คุณสร้างความจริงใจ คุณจะได้ รับความเชื่อใจ ในที่สุด คุณก็จะกลายเป็น คนที่ได้รับความไว้วางใจ

๔.๑.๔ อานิสงส์ของการมีสัจจะ

การมี สัจจะ ย่อมทำให้ เป็นคนมีความรับผิดชอบ เป็นคนหนักแน่นมั่นคง ชีวิตและหน้าที่ การงานมีความเจริญก้าวหน้า มีคนเคารพยกย่อง มีคนเชื่อถือและเกรงใจ มีคนรักใคร่นิยม พบเจอกับรักแท้ มีเกียรติยศชื่อเสียง เป็นต้น

๔.๑.๕ โทษของการไม่มีสัจจะ

การขาดสัจจะ ย่อมทำให้ ไม่มีความรับผิดชอบ เป็นคนเหลวไหล ไร้ความสามารถในการทำงาน ชีวิตพบแต่ความตกต่ำ ไร้คนรักจริง มีแต่คนดูถูก ไร้คนเชื่อถือ ไร้ความเจริญรุ่งเรืองในหน้าที่การงาน มียศ เสื่อมยศ มีลาภ เสื่อมลาภ เป็นต้น

สาเหตุที่ความจริงใจนั้นหายากเหลือเกิน ส่วนหนึ่งเป็นเพราะคนเราไม่กล้าที่จะแสดงความจริงใจต่อกัน เนื่องจากกลัวว่าจะผิดหวังและไม่มั่นใจว่าคนอื่น ๆ เขาจริงใจกันหรือไม่

๔.๒ การประยุกต์ใช้หลักทมะในชีวิตการครองเรือน

หลักอันแท้จริงของทมะ ก็คือการใช้สติและปัญญาในการตัดสินใจ ควบคุมจิตใจ ในการทำความเข้าใจคนที่เรารัก รวมถึงเข้าใจถึงความเป็นไปอันแท้จริงของโลกนี้ด้วย หากเราไม่มีธรรมะข้อนี้ เท่ากับว่าเราเป็นคนที่ไม่สามารถใช้สติปัญญาในการพิจารณาเรื่องต่างๆ ซึ่งผลร้ายของการปล่อยให้อารมณ์ หรือข้อบกพร่องที่มีมาควบคุมเราได้นั้น ก็จะกลายเป็นเหตุให้เราแตกแยกความสามัคคีกับคนที่เรารัก หรือกับผู้อื่น การที่ไม่สามัคคี หรือไม่ลงรอยกันเป็นแค่อาการเบื้องต้นของการที่เรามีหลักธรรมทมะต่ำ แต่อาการขั้นต่อไปนั้น ความแตกร้าวจะทำลายชีวิตคู่รักให้แตกขาดจากกันอย่างสมบูรณ์แบบในที่สุด กรณีนี้ พ่อสง่า แม่ทองคุณ สิทธิมาก ให้สัมภาษณ์^๕ ท่านทั้งสองได้กล่าวว่าในการนำหลักทมะมาใช้ในการครองเรือนนั้นท่านทั้งสอง “ช่วยกันแก้ปัญหาในครัวเรือนเพื่อให้ชีวิตคู่ผ่านพ้นอุปสรรคไปได้ด้วยดี โดยใช้หลักขยันและอดทน การมองโลกในแง่ดีของทั้งสองท่าน และการปฏิบัติตามศีล ๕ เป็นคุณธรรมที่ช่วยสนับสนุนและฝึกท่านให้รู้จักการรู้จักข่มใจตนเองรู้จักเกรงกลัวและละอายต่อบาป (หิริโอตตะปะ) ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันเหมือนเป็นเพื่อนทั้งเพื่อนคู่คิดและเพื่อนคู่ชีวิตจะรับผิดชอบงานในบ้านตามหลักการปฏิบัติของสามเณรที่ดีต่อภรรยาในเรื่องการแสวงหาทรัพย์การให้การดูแล และการให้เกียรติแก่ภรรยาให้เป็นใหญ่ในการดูแลรักษาทรัพย์แก่ผู้เป็นภรรยา

คนเรานั้น แต่ละคนต่างมาจากพื้นฐานชีวิตและประสบการณ์ชีวิตที่แตกต่างกันออกไป ดังคำว่า “ร้อยพ่อพันแม่” ดังนั้น จึงไม่มีใครที่สามารถเป็นได้ทุกอย่างตามที่ใจของเราคิด และตัวเราเองก็เช่นเดียวกันที่ไม่สามารถเป็นได้ทุกอย่างตามใจคนอื่นต้องการ ด้วยความแตกต่างกันเช่นนี้ เราจึงต้องยอมรับข้อบกพร่องและความแตกต่างของกันและกันให้ได้ คู่รักหลายคู่เลิกกันด้วยเหตุผลความแตกต่างจนสร้างความเจ็บช้ำน้ำใจให้อีกฝ่ายเป็นอย่างมาก เพราะเหตุผลของความแตกต่างไม่น่าจะนำมาเป็นเหตุผลแห่งการเลิกรากันเลย เพราะไม่มีใครในโลกนี้ไม่มีใครหรอกที่จะไม่แตกต่างกัน

๔.๒.๑ การมีความเห็นใจกัน

จากที่กล่าวไปแล้ว เมื่อทุกคนต่างรู้ดีว่า ไม่มีใครที่จะสมบูรณ์แบบไปหมดทุกอย่าง ทุกคนต้องเข้าใจในข้อด้อยและข้อเด่นของผู้อื่น เมื่อเข้าใจผู้อื่นแล้วก็จะจึงจะเป็นผู้ที่สามารถได้รับความเข้าใจจากคนที่เรารัก หรือคนอื่นๆ ได้เช่นกัน ซึ่งหลักธรรมข้อนี้นั้น ก็เหมือนเช่นข้ออื่นๆ คืออาจจะดูจำเป็นยากสักหน่อย แต่ถ้าเราพยายามฝึกหัดควบคุมใจของตนทีละน้อย ให้เป็นผู้ที่บังคับควบคุมอารมณ์และจิตใจของตนเอง ให้ทำใจกับปัญหาและความแตกต่างที่เกิดขึ้น เราก็จะเป็นผู้หนึ่งที่ได้ผลดีแห่ง

^๕สัมภาษณ์ พ่อสง่า แม่ทองคุณ สิทธิมาก บ้านเลขที่ ๔๒ หมู่ที่ ๙ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๑๙ เมษายน ๒๕๖๐.

ความสุขพุดง่าย ๆ ว่า รู้จักทนกันให้ได้ รู้จักยอมรับในความต่างของกันและกัน รู้จักฝึกฝนปรับปรุงตน รู้จักแก้ไขข้อบกพร่อง ปรับนิสัยและอัธยาศัยให้กลมกลืนประสานเข้าหากันได้ ไม่เป็นเอาแต่ใจตนเอง หรือดื้อรั้นเอาอารมณ์ของตนเป็นใหญ่โดยไม่สนใจอีกฝ่ายเลย การมีทมะก็เพื่อที่จะทำให้เรายอมรับในข้อบกพร่องของคนรักของเราหรือผู้อื่นได้ รวมทั้งจุดเด่น จุดดีของเขาด้วย จากกรณีตัวอย่างนี้ นายสมพร นางสาวทอง สนิทพจน์ สัมภาษณ์^๕ บ้านเลขที่ ๑๗๖ หมู่ที่ ๖ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ ได้ให้สัมภาษณ์ว่าในเรื่องของการครองเรือนนั้นทั้งสองสามีภรรยาได้ใช้หลักของความจริงใจต่อกันในการใช้ชีวิตคู่เพื่อใช้ชีวิตคู่ครองเรือนอย่างปกติสุขและสร้างความมั่นคงให้แก่ครอบครัว เว้นจากการทำชั่ว อยู่ในศีลธรรม ทำจิตใจให้บริสุทธิ์ ลดการขัดแย้งในครอบครัวดัง คำที่ว่า “อยู่ด้วยกันจนแก่เฒ่า” และมีศีล ๕ เป็นหลักในการดำเนินชีวิต ทำบุญตักบาตรทุกวัน ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันในชุมชนอย่างเอื้ออำนวยประโยชน์ซึ่งกันและกัน ประกอบสัมมาอาชีพด้วยความสุจริต ไม่สร้างหนี้สินให้เป็นภาระของครอบครัว ในยามเจ็บไข้ได้ป่วยก็พากันไปรักษาดังคำที่ว่า “ฝากผีฝากไข้” ได้ มีความเมตตาและรักใคร่ซึ่งกันและกัน มีความซื่อสัตย์เปิดเผยความจริงใจต่อกัน ไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุข จากการสัมภาษณ์ได้ข้อปรากฏว่า ท่านทั้งสองใช้หลักทมะในการครองเรือนดังนี้ “คือ มีการ ครองตนเองให้อยู่ในความดีงามเนื่องจากทั้งสองฝ่ายมีเพื่อนบ้านเป็นแบบอย่าง มีกัลยาณมิตรที่ดี ไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุข มีหลักศีล ๕ ในการดำเนินชีวิต จากการที่ได้ไปทำบุญที่วัดทุกวัน”

จากที่กล่าวไปแล้ว เมื่อทุกคนต่างรู้ดีว่า ไม่มีใครที่จะสมบูรณ์แบบไปหมดทุกอย่าง ทุกคนต้องเข้าใจในข้อด้อยและข้อเด่นของผู้อื่น เมื่อเข้าใจผู้อื่นแล้วก็จึงจะเป็นผู้ที่สามารถได้รับความเข้าใจจากคนที่เรารัก หรือคนอื่น ๆ ได้เช่นกัน ซึ่งหลักธรรมข้อนี้นั้น ก็เหมือนเช่นข้ออื่นๆ คืออาจจะดูจับต้องยากสักหน่อย แต่ถ้าเราพยายามฝึกหัดควบคุมใจของตนทีละน้อย ให้เป็นผู้ที่บังคับควบคุมอารมณ์และจิตใจของตนเอง ให้ทำใจกับปัญหาและความแตกต่างที่เกิดขึ้น เราก็จะเป็นผู้หนึ่งที่ได้ผลดีแห่งความสุข สมหวังในรักจากหลักธรรมข้อนี้

๔.๒.๒ อานิสงส์ของการมีทมะ

อานิสงส์ของการมีทมะ ย่อมทำให้เป็นคน ที่รักการฝึกฝนตนเอง มีความสามารถในการทำงาน ไม่มีศัตรู ไม่มีความแค้นกับใคร สามารถยับยั้งตนเองไม่ให้หลงไปทำผิด หรือหลงไปในทางที่ผิดได้ สามารถตั้งตัวได้ มีสมองดี มีปัญญาเป็นเลิศ มีใจที่สงบสุขเพราะควบคุมอารมณ์ได้ เป็นต้น

๔.๒.๓ โทษของการไม่มีทมะ

การขาดทมะ ย่อมทำให้ไม่มีความรับผิดชอบ เป็นคนเหลวไหล ไร้ความสามารถในการทำงาน ชีวิตพบแต่ความตกต่ำ ไร้คนรักจริง มีแต่คนดูถูก ไร้คนเชื่อถือ ไร้ความเจริญรุ่งเรืองในหน้าที่การงาน มียศ เสื่อมยศ มีลาภ เสื่อมลาภ เป็นต้น

สรุป การข่ม ใจ การปรับตัว ฝึกตน ข่มจิต และรักษาใจ มีความหมายไปในทางการรู้จักบังคับควบคุมอารมณ์ของตนเอง ซึ่งหลักธรรมข้อนี้มีมาตั้งแต่ก่อนที่จะค้นพบอิคิวกันแล้วนะครับ ซึ่ง ทมะ นี้ หากคนไหนมีสูงก็จะควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดี หากใครมีต่ำก็จะมีปัญหาด้านการ

^๕สัมภาษณ์ นายสมพร นางสาวทอง สนิทพจน์, บ้านเลขที่ ๑๗๖ หมู่ที่ ๖ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๑๙ เมษายน ๒๕๖๐.

ควบคุมอารมณ์ของตนเอง เรียกว่าง่าย ๆ ว่าอีคิวต่ำนั่นเอง ซึ่งการอยู่ร่วมกันในสังคม หรืออยู่กับคนที่เรารักนั้น เราต้องปรับตัวเข้าหาเขาและเขาต้องปรับตัวเข้าหาเรา ถ้าฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งแข็งขึ้น ไม่ยอมเข้าใจ และปรับตัวเข้าหากัน ก็จะทำให้ชีวิตรักหรือชีวิตคู่ไม่สมหวังดังตั้งใจ

๔.๓ การประยุกต์ใช้หลักขันติในวิถีการครองเรือน

ขันติ แปลว่า ความอดทน อดกลั้น ซึ่งหลักธรรมข้อนี้ ไม่ใช่เพียงจำเป็นต่อชีวิตคู่เท่านั้น แต่เป็นหลักที่สำคัญมาก ที่ต้องมีหากต้องการให้ชีวิตสมหวัง สำเร็จดังใจหมาย ความอดทนนั้น เป็นหลักการตั้งแต่สมัยโบราณแล้ว ซึ่งแม้แต่ปัจจุบันนี้ก็ตาม หากใครไม่มี ดูเหมือนว่า ชีวิตนี้จะยากที่จะประสบความสำเร็จได้ และสำหรับชีวิตคู่ นั้น นอกจากจะต้องมีความซื่อสัตย์ ความจริงใจ และความเข้าใจกันแล้ว จะต้องมีความอดทนอดกลั้นอีกด้วยให้รู้จักอดทนต่อคำกล่าวติขินินทาของอีกฝ่าย หรือคนอื่นๆ เขาจะว่าอะไรก็ให้พยายามอดทนเอาไว้ เก็บอารมณ์เอาไว้ อย่าแสดงออกตอบ เพราะหากแสดงออกตอบก็จะนำไปสู่การก่อวิวาทกัน โกรธเคืองกัน ผิดใจกัน เวลาที่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งโกรธ ก็ให้อีกฝ่ายพยายามอย่าโกรธตอบ หรือทางที่ดีที่สุดให้เดินหนีไปให้ไกล อย่าพูดด้วย รอให้อารมณ์ความโกรธสงบลงก่อน จึงค่อยพูดด้วย เพราะในเวลาที่โกรธจะไม่มีสติ มักไม่ยอมรับฟังเหตุผลของอีกฝ่าย มักใช้กำลังในการแก้ปัญหา ขึ้นพูดด้วยก็จะเข้าสำนวนไทยที่ว่า “สื้อขอให้ควายฟัง” หรือ “เป่าปี่ให้ควายฟัง” ทำอย่างไรมันก็ไม่รู้เรื่องหรอก เสียเวลาเปล่า ดังนั้น จึงต้องอดทนเอาไว้จากการที่ได้สัมผัสภาพพอบุญเหลือ แม่ดอกบัว จิตรจำนง^๖ เนื่องจากพอบุญเหลือเป็นอดีตข้าราชการครูรับบำนาญจึงเป็นที่เคารพนับถือของคนในชุมชน ท่านมีหลักการดำเนินชีวิตที่ว่า บุคคลที่อยู่ในสังคมเดียวกันต้องให้เกียรติซึ่งกันและกัน ทั้งให้เกียรติแก่ทั้งตนเอง ผู้เป็นภรรยา และคนในสังคมที่ได้มีโอกาสได้ร่วมสนทนา การมองโลกในเชิงบวก มีการฝึกการควบคุมอารมณ์เมื่อมีสิ่งอื่นมากระทบให้หยุดคิดพิจารณาเพื่อประโยชน์สุขร่วมกันให้ขวัญกำลังใจเป็นหลักสำคัญในการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน “ท่านทั้งสองได้หลักธรรม อธิบาต ๔ พรหมวิหาร ๔ มาร่วมกับประยุกต์ใช้ในชีวิตทั้งที่เป็นในบทบาทของคุณครู บทบาทของสามี บทบาทของพ่อ และบทบาทต่าง ๆ ที่ได้ช่วยเหลือในงานสังคม ท่านทั้งสองมีความซื่อสัตย์ ไม่โกหก และความเอื้อเฟื้อให้แก่กันเป็นหลักในการครองเรือนเพื่อให้เกิดความปกติสุข เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แก่เพื่อนบ้านตามขนบธรรมเนียมของสังคมชนบท นอกจากนี้ยังให้การช่วยเหลือญาติพี่น้องทั้งสองฝ่ายตามความสามารถอย่างเหมาะสมความอดทนต่อการสร้างชีวิตคู่ร่วมกันและการทำหน้าที่ของตนเองทั้งสองฝ่ายเพื่อความรุ่งเรืองของครอบครัว”

เพราะการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันนอกจากจะมีข้อขัดแย้งแตกต่างทางด้านอุปนิสัย การอบรมประสบการณ์เดิม บางครั้งก็อาจมีอุปสรรคมาให้ร่วมเผชิญ หรือบางครั้งอาจมีการทะเลาะเบาะแว้งบาดหมางกัน ซึ่งไม่ว่าจะโดยคำพูดหรือการกระทำ จะตั้งใจหรือไม่ตั้งใจก็ตาม อีกฝ่ายหนึ่งจะต้องรู้จักอดกลั้นระงับใจ ไม่ก่อเหตุให้เรื่องลุกลามกว้างขยายต่อไป เรื่องร้ายที่น่าจะลุกลามจึงจะระงับ สงบลงไปได้ แต่ถ้าระงับห้ามใจไม่ได้ ต่างฝ่ายต่างทำเรื่องเล็กให้เป็นเรื่องใหญ่ ก็จะไม่สามารถอยู่ร่วมกันได้ ใน

^๖สัมภาษณ์ นายบุญเหลือ นางดอกบัว จิตรจำนง บ้านเลขที่ ๑๔๗ หมู่ที่ ๔ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์.

ที่สุดก็ต้องเลิกกันไป หลักขั้นดินนั้นจะแตกต่างจากหลักของทมะ ตรงที่ขั้นดินมุ่งอดทนที่ร่างกายเป็นหลัก ส่วนหลักของทมะ นั้น มุ่งอดทนที่จิตใจและอดทนที่อารมณ์ คนที่มุ่งมั่นจะฝึกให้ขั้นดินมีมากแก่ตนต้องอดทนต่อความยากลำบากที่เกิดขึ้นกับตัวเองให้ได้ โดยเฉพาะในชีวิตคู่ เราต้องอดทนทั้งต่อตัวเราเอง และอดทนกับคนที่เรารัก เพราะในการใช้ชีวิตร่วมกับคนที่เรารัก อาจต้องพบเจอกับความลำบาก ตรากตรำ และเรื่องหนักใจต่างๆ ในการประกอบภาระงานอาชีพ อุปสรรคก็จะถาโถมเข้ามา หากอดทนไม่ไหว ก็จะทำให้พาครอบครัวไปไม่ถึงฝั่งฝัน

ดังนั้น สำหรับชีวิตคู่การร่วมหัวจมท้ายที่จะอดทนเผชิญและฟันฝ่าต่อความยากลำบากไปด้วยกันถือเป็นเรื่องที่สำคัญมาก เป็นเครื่องพิสูจน์ถึงความรักของคนทั้งสองด้วย โดยเฉพาะเมื่อเกิดภัยพิบัติ หรือฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งประสบความตกต่ำคับขัน ทั้งคู่จะต้องมีสติ อดทน อดกลั้น คิดหาอุบาย หรือใช้ปัญญาหาทางแก้ไข ฝ่าฟันไปให้ได้ ความอดทนเพียรพยายามเท่านั้น ที่จะเป็นกำลังใจให้ซึ่งกันและกัน จนสามารถผ่านพ้น เหตุการณ์เลวร้ายไปด้วยกันได้

แต่หากขาดความอดทนแล้ว ทั้งคู่ก็จะไม่สามารถประสานใจ ร่วมกันประคับประคองพากันให้รอดพ้นเหตุร้ายต่างๆ ได้ หรือแม้แต่จะอดทนอยู่ด้วยกันตลอดรอดฝั่งกันบว้ายาก บางคู่ บางคนอดทนอะไรนิดหน่อยก็ไม่ได้ ก็จำเป็นต้องเลิกกันไป แต่หลายคู่แม้ทะเลาะกันนับพันๆ หน ก็ยังอยู่ด้วยกันได้จนแก่ จนเฒ่า จนตายจากกันไป กันนับว่าเป็นหลักธรรมเรื่องขั้นดินนี้เอง ดังนั้นจึงไม่แปลกที่จะมีบางคนให้นิยามของความรักว่า “รักคือการอดทน” หรือรักคือ “การอยู่เคียงข้างกัน ไม่ว่าในเวลาที่ดีทุกข์หรือสุข” ซึ่งนับเป็นสิ่งที่ถูกต้องกว่าคู่รักบางคนที่มุ่งแต่จะเอาความสะดวกสบายจากคนรัก พอไม่ได้ก็ทิ้งกันไป เมื่อเป็นเช่นนี้แล้วก็นับเป็นบุญวาสนาของคนใดคนหนึ่งมาก เพราะว่าคนที่ไม่มีความอดทน ถึงจะอยู่ด้วยกันยังงี้ ก็ไม่มีทางสร้างความเจริญให้ครอบครัวไปได้อย่างแน่นอน

๔.๓.๑ การคำพูดอ่อนหวาน

จากการสัมภาษณ์พ่อสุเทียน แม่เสาทอง ดวงสาม สัมภาษณ์^๗ ท่านทั้งสองได้ให้สัมภาษณ์อย่างน่าสนใจในกรณีที่นำหลักฆราวาสธรรมมาปรับประยุกต์ใช้ในชีวิตการครองเรือนว่าได้ยึดหลักทางสายกลาง มัชฌิมาปฏิปทา มาใช้ในการดำเนินชีวิต คือการประกอบอาชีพด้วยความสุจริต การใช้วาจาที่ไพเราะกับคู่ชีวิต มีการถนอมน้ำใจซึ่งกันและกัน ร่วมแบ่งปันความทุกข์ความสุข มีความจริงใจแก่กัน ไม่พยายามสร้างความตึงเครียดให้ตนเองและบุคคลในครอบครัวและผู้ที่อยู่ใกล้ชิด รักษาคำพูดของตนเอง และสร้างความไว้วางใจซึ่งกันและกัน เบาใจหนักหน้อยก็อภัยให้กัน ไม่ได้เถียงกันให้อายชาวบ้าน ลด ละ ความโลภ (ไม่หวังผลตอบแทนจากการกระทำความดี) ก็คือปียวาจาคำพูดที่น่าฟัง เป็นสิ่งที่สำคัญมาก อย่างคำที่โบราณว่า “ปากเป็นเอก เลขเป็นโท” คำพูดที่อ่อนหวานทำให้คนรอบข้างมีกำลังใจ สบายใจเป็นสิ่งที่มิประโยชน์

^๗สัมภาษณ์ นายสุเทียน นางเสาทอง ดวงสาม, บ้านเลขที่ ๓๔ หมู่ที่ ๘ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๑๙ เมษายน ๒๕๖๐.

๔.๓.๒ การช่วยเหลือกัน

สัมภาษณ์ นายสมพร สนิทพจน์ นางสาวทอง สนิทพจน์^๑ ซึ่งได้ให้สัมภาษณ์ในเรื่องของการครองเรือนนั้น ทั้งสองสามีภรรยาได้ใช้หลักของความจริงใจต่อกันในการใช้ชีวิตคู่ เพื่อใช้ชีวิตคู่ครองเรือนอย่างปกติสุขและสร้างความมั่นคงให้แก่ครอบครัว เว้นจากการทำชั่ว อยู่ในศีลธรรม ทำจิตใจให้บริสุทธิ์ ลดการขัดแย้งในครอบครัวดัง คำที่ว่า “อยู่ด้วยกันจนแก่เฒ่า” และมีศีล ๕ เป็นหลักในการดำเนินชีวิต ทำบุญตักบาตรทุกวัน ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันในชุมชนอย่างเอื้ออำนวยประโยชน์ซึ่งกันและกัน ประกอบสัมมาอาชีพด้วยความสุจริต ไม่สร้างหนี้สินให้เป็นภาระของครอบครัว ในยามเจ็บไข้ได้ป่วยก็พากันไปรักษาดังคำที่ว่า “ฝากผีฝากไข้” ได้ มีความเมตตาและรักใคร่ซึ่งกันและกัน มีความซื่อสัตย์เปิดเผยความจริงใจต่อกัน ไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุข ทำหน้าที่การทำงานและการประกอบอาชีพของตนเอง มีความเพียรพยายามในการหาทรัพย์และรักษาทรัพย์โดยช่วยกันตามน้ำพักน้ำแรงอย่าง ประหยัดและเก็บหอมรอมริบเพื่อความเจริญรุ่งเรืองของครอบครัว

๔.๓.๓ การไม่กระทำความรุนแรง

จากการลงพื้นที่สัมภาษณ์กลุ่มประชากรตัวอย่างในพื้นที่ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์พบว่า ทุกท่านทำบุญตักบาตรทุกบาท ผู้ชายไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุข สุรา การพนัน ขอยกตัวอย่างจากการสัมภาษณ์พ่อสมดี แม่เขียน อบเชย^๒ “ท่านทั้งสองได้ใช้หลักฆราวาสธรรมมาประยุกต์ใช้ในชีวิตควบคู่กับพรหมวิหาร ๔ เนื่องจากคุณพ่อสมดีจะไปทำบุญตักบาตรที่วัดบ้านหินลาดทุกวัน ท่านทั้งสองกล่าวว่าชีวิตคู่ทั้งสองมีความจริงใจต่อกัน พึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน มีความขยัน อดทนอม และต่อสู้ชีวิตร่วมกัน ไม่เบียดเบียนชีวิตอื่น ๆ โดยใช้หลักศีล ๕ เป็นหลักธรรมประจำตัวในการดำเนินชีวิตไม่เกี่ยวข้องกับอบายมุข ทั้งการพนัน และสุรา อยู่ร่วมกันอย่างเข้าใจซึ่งกันและกันพยายามลดความขัดแย้งในครอบครัวให้มากที่สุด ซึ่งมีผลสะท้อนกลับคือมีความสุขทางใจ ทรัพย์สินที่หามาได้ร่วมกันผู้เป็นสามีคือพ่อสมดี จะให้ผู้เป็นภรรยาในการบริหารจัดการภายในครัวเรือนคือให้ความเป็นใหญ่แก่ภรรยาและให้การย่องย่องเสมอรวมทั้งร่วมกันสั่งสอนอบรมผู้ที่เป็นบุตรให้รู้จักต่อสู้เพื่อตนเองและให้มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แก่เพื่อนบ้านตามขนบธรรมเนียมของสังคมชนบทซึ่งเป็นลาวอีสานนอกจากนี้ยังให้การช่วยเหลือญาติพี่น้องทั้งสองฝ่ายตามความสามารถอย่างเหมาะสม” ความอดทนต่อการสร้างชีวิตคู่ร่วมกันและการทำหน้าที่ของตนเองทั้งสองฝ่ายเพื่อความรุ่งเรืองของครอบครัว ซึ่งเป็นเครื่องยืนยันได้ประการหนึ่งจะช่วยลดความรุนแรงในการครองเรือนของคู่ชีวิต

๔.๓.๔ การร่วมกันในการแก้ไขปัญหาของสามีภรรยา

^๑สัมภาษณ์ นายสมพร นางสาวทอง สนิทพจน์, บ้านเลขที่ ๑๗๖ หมู่ที่ ๖ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๑๙ เมษายน ๒๕๖๐.

^๒สัมภาษณ์ นายสมดี นางเขียน อบเชย, บ้านเลขที่ ๑๙ หมู่ที่ ๖ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๑๙ เมษายน ๒๕๖๐.

สัมภาษณ์ พ่ออาทิตย์ ตรีวิเศษ แม่คำตัน ตรีวิเศษ^{๑๐} ทั้งสองคนได้กล่าวว่า “ทั้งสองคนได้ปรึกษากันและกันในทุกเรื่อง โดยเปิดเผยไม่มีความลับซึ่งกันและกัน ทั้งต่อคู่ชีวิตและคู่ลูกสาว ลูกเขย เนื่องจากยอมรับว่าปัจจุบันคนรุ่นใหม่มีมุมมองที่หลากหลาย มีความซื่อสัตย์แก่กันและกันจึงอยู่ด้วยกันมายาวนานเอาปัญหามาคุยกันคุยกันเสร็จต่างคนต่างก็แยกย้ายไปทำงานในส่วนที่ตนรับผิดชอบไม่ว่าจะไปทำในไร่นาของตนเองหรือเอาเครื่องมือรับจ้างคนอื่นทำงานในชุมชนเมื่อแสวงหาทรัพย์มาได้ก็รู้จักใช้อย่าง ประหยัด อุดออม และดำเนินชีวิตโดยยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวทางพระราชดำริของในหลวงรัชกาลที่ ๙ เมื่อหาทรัพย์มาได้ก็มอบหน้าที่ให้ผู้เป็นภรรยาในการดูแลรักษาเนื่องจากจะเป็นผู้ที่รู้หน้าที่เรื่องจับจ่ายใช้สอยในบ้านดีที่สุด สามิใช้ชีวิตที่ไม่เกี่ยวข้องกับอบายมุข ทั้งการพนัน สุรา หรือแม้แต่การสูบบุหรี่ ลด ละ ความโลภ ความอดทนต่อหน้าที่การงานทำงานด้วยความขยันขันแข็ง เพื่อให้เกิดความเจริญรุ่งเรืองของครอบครัว”

๔.๓.๕ อานิสงส์ของการมีขันติ

อานิสงส์ของการมีขันติ ย่อมทำให้ ทำให้ออดทนต่ออุปสรรคและปัญหาต่างๆ ได้ ทำงานได้ดี เป็นที่พึ่งและหลักในครอบครัวได้ เป็นที่พึ่งให้คนอื่นที่เดือดร้อนได้ ทำให้ไม่มีเรื่องทะเลาะวิวาทกับคนอื่น ไม่หลงผิดไปทำความชั่ว และทำให้ชีวิตประสบความสำเร็จตามที่มุ่งหวังได้ เป็นต้น

๔.๓.๖ โทษการไม่มีขันติ

โทษการขาดขันติ ย่อมทำให้ เป็นคนเหลวไหล ทำให้ผู้อื่นดูถูกเหยียดหยาม ไม่สามารถอดทนต่อปัญหาและอุปสรรคใดๆ ได้เลย เป็นคนจู้จี้ ทำงานอะไรก็ไม่สำเร็จ ไม่สามารถเป็นที่พึ่งให้ผู้อื่นได้ หลงผิด ทำชั่วได้ง่าย ไม่มีใครไว้วางใจจากผู้อื่น มีศัตรูมาก ชีวิตไม่มีความเจริญก้าวหน้า ไม่มีทางประสบความสำเร็จ หรือร่ำรวยได้ เป็นต้น

สรุป สำหรับชีวิตคู่ การร่วมหัวจมท้ายที่จะอดทนเผชิญและฟันฝ่าต่อความยากลำบากไปด้วยกันถือเป็นเรื่องที่สำคัญมาก เป็นเครื่องพิสูจน์ถึงความรักของคนทั้งสองด้วย โดยเฉพาะเมื่อเกิดภัยพิบัติ หรือฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งประสบความตกต่ำคับขัน ทั้งคู่จะต้องมีสติ อดทน อดกลั้น คิดหาอุบาย หรือใช้ปัญญาหาทางแก้ไข ฝ่าฟันไปให้ได้ ความอดทนเพียรพยายามเท่านั้น ที่จะเป็นกำลังใจให้ซึ่งกันและกัน จนสามารถผ่านพ้น เหตุการณ์เลวร้ายไปด้วยกันได้ แต่หากขาดความอดทนแล้ว ทั้งคู่ก็จะไม่สามารถประสานใจ ร่วมกันประคับประคองพากันให้รอดพ้นเหตุร้ายต่างๆ ได้ หรือแม้แต่จะอดทนอยู่ด้วยกันตลอดรอดฝั่งก็นับว่ายาก บางคู่ บางคน อดทนอะไรนิดหน่อยก็ไม่ได้ ก็จำเป็นต้องเลิกรากันไป แต่หลายคู่แม้ทะเลาะกันนับพันๆ หน ก็ยังอยู่ด้วยกันได้จนแก่ จนเฒ่า จนตายจากกันไป ก็นับว่าเป็นหลักธรรมเรื่องขันตินี้เอง ดังนั้น จึงไม่แปลกที่จะมีบางคนให้นิยามของความรักว่า รัก คือ การอดทน หรือ ความรัก คือ การอยู่เคียงข้างกัน ไม่ว่าในเวลาทุกข์ หรือ สุข ซึ่งนับเป็นสิ่งที่ถูกต้องกว่าคู่รักบางคน ที่มุ่งแต่จะเอาความสะดวกสบายจากคนรัก พอไม่ได้ก็ทิ้งกันไป เช่นนี้แล้วนับเป็นบุญวาสนาของคน

^{๑๐}สัมภาษณ์ นายอาทิตย์ นางคำตัน ตรีวิเศษ,บ้านเลขที่ ๒๒๙ หมู่ที่ ๘ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์,วันที่ ๒๑ เมษายน ๒๕๖๐.

ที่โดนทิ้งมาก เพราะว่าคนที่ไม่มีอารมณ์ทน ถึงจะอยู่ด้วยกันยังไง ก็ไม่มีทางสร้างความเจริญให้ครอบครัวไปได้อย่างแน่นอน

๔.๔ การประยุกต์ใช้หลักจาละในชีวิตการครองเรือน

จาละ แปลว่า ความเสียสละ ความเผื่อแผ่ แบ่งปัน หรือคือการให้นั่นเอง จาละ นั้น มีความหมายรวมถึงรู้จักสละสิ่งของช่วยเหลือผู้อื่นด้วย ซึ่งโดยปกติของชีวิตคนนั้น เราต้องช่วยเหลือเกื้อกูลคนรักของเราตลอดเวลา เรียกว่าต้องแบ่งปันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน แต่ถ้ามีฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งมุ่งจะเอากับคนรักอย่างเดียว ก็จะทำให้เกิดการเบียดเบียน เข้าทำนองรู้ว่า อีกฝ่ายหนึ่งตั้งใจจะเอาเปรียบ ทำให้ไม่อาจอยู่ร่วมกันยึดได้ ซึ่งการให้ที่ดีนั้น จะต้องอยู่บนหลักของ ผู้ให้ด้วยความเต็มใจ ผู้รับก็รับด้วยความสุข ผู้ให้ก็มีความสุขไปด้วย แต่ถ้าเป็นการบังคับเอาจากผู้อื่นโดยที่ผู้ให้ก็ไม่เต็มใจจะให้ ย่อมไม่ทำให้เกิดความสุขทั้งผู้ให้และผู้รับ

สัมภาษณ์ พ่อสมดี อบเชย แม่เขียน อบเชย^{๑๑} ทั้งสองคนกล่าวว่าสั่งสอนอบรมผู้ที่เป็นบุตรให้รู้จักต่อสู้เพื่อตนเอง และให้มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แก่เพื่อนบ้าน ตามขนบธรรมเนียมของสังคมชนบท ซึ่งเป็นไทยลาวอีสาน นอกจากนี้ ยังให้การช่วยเหลือญาติพี่น้องทั้งสองฝ่ายตามความสามารถอย่างเหมาะสม คือความที่เสียสละประโยชน์ทั้งการทำบุญและการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ การมีความใจกว้างต่อญาติพี่น้องทั้งสองฝ่าย คิดช่วยให้พ้นทุกข์ทำบุญร่วมกันโดยการเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่ลูกหลานในชุมชน ใช้ชีวิตที่ไม่เกินความพอดี อดทนทำงานด้วยกันอย่างเข้มแข็ง การเสียสละความสุขของตนเองเพื่อคู่ประคับประคองชีวิตคู่ตลอด ๖๖ ปี และเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่ลูกหลาน ให้คำแนะนำแก่คนในชุมชนบ้านหินลาดโดยใช้ประสบการณ์การดำเนินชีวิตที่ดีงามเป็นการปฏิบัติให้ดูเป็นตัวอย่างส่วนอีกกรณีหนึ่งคือ

๔.๔.๑ การดูแลกันยามเจ็บป่วย

พระไพศาล วิสาโล^{๑๒} ได้กล่าวว่า ในยามเจ็บป่วย ผู้คนส่วนใหญ่ไม่ได้ทุกข์ที่กายเท่านั้น หากใจก็พลอยทุกข์ด้วย เช่น มีความวิตกกังวล เครียด หงุดหงิด หดหู่ หวาดกลัว ฯลฯ ใจที่เป็นทุกข์ ย่อมทำให้ร่างกายเสื่อมทรุดลง หายยาก หรือฟื้นตัวได้ช้าลง ตรงกันข้ามใจที่สงบหรือเบิกบานจะช่วยให้ร่างกายหายเร็วขึ้น และเจ็บปวดน้อยลง อย่างไรก็ตามโรคร้ายไข้เจ็บในบางกรณีก็ไม่สามารถรักษาให้หายได้ และทำให้ร่างกายเสื่อมทรุดลงจนไม่สามารถฟื้นเป็นปกติได้ เช่น เป็นอัมพฤกษ์ หรือพิการ แม้กระนั้นใจก็ยังมีค่าสำคัญ ถ้าหากรักษาใจไว้ให้ดี เช่น มีความสงบ จดจ่อในสิ่งที่ดีงาม ความทุกข์ก็จะลดลง นี่เป็นหนึ่งกรณีที่แม่บ้านได้ดูแลพ่อบ้านที่ป่วยเป็นอัมพาตเนื่องจากล้มกระตุก สิ้นหลังหัก

^{๑๑}สัมภาษณ์ นายสมดี นางเขียน อบเชย, บ้านเลขที่ ๑๙ หมู่ที่ ๖ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๑๙ เมษายน ๒๕๖๐.

^{๑๒}พระไพศาล วิสาโล เตรียมใจในยามป่วยหนัก http://www.visalo.org/article/D_triampjai.htm แหล่งที่มา [ออนไลน์] วันที่ ๑ มิถุนายน ๒๕๖๐.

สัมภาษณ์ พ่อสมาน ปวงสุข แม่ทองมี ปวงสุข^{๓๓} พ่อสมาน ปวงสุข เป็นกำนันเก่าของตำบลและมีประสบการณ์ทางด้านศาสนพิธีทางพุทธศาสนามาก่อน ท่านได้ใช้หลักพรหมวิหาร ๔ (เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา) มาเป็นหลักในการบริหารงานทั้งงานครอบครัว และงานในชุมชน สร้างความเชื่อใจ ความจริงใจ พุดจริง ทั้งแก่บุคคลในครอบครัวและในชุมชน มีความประนีประนอม ถนอมน้ำใจซึ่งกันและกันทั้งหมู่มิตรและคู่ครอง มีความอดทนต่อความยากลำบากทั้งเรื่องหน้าที่การงาน และเป็นผู้ที่เสียสละในฐานะผู้นำของชุมชนในฐานะที่เคยเป็นผู้นำมาก่อนท่านจึงประพฤติปฏิบัติตนให้เป็นแบบอย่างแก่คนรุ่นหลังในชุมชนทั้งในทางหลักศีลธรรมและตามหลักทางกฎหมาย เมื่อแสวงหาทรัพย์มาได้ก็รู้จักใช้อย่าง ประหยัด อดออม และดำเนินชีวิตโดยยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวทางพระราชดำริของในหลวงรัชกาลที่ ๙ ไม่เกี่ยวข้องกับการบอขายมุข ทั้งการพนันสุรา หรือแม้แต่การสูบบุหรี่ ลด ละ ความโลภ (ไม่หวังผลตอบแทนจากการกระทำความดี) ปัจจุบันพ่อสมานมาปัญหาทางด้านสุขภาพคุณแม่ทองมี ก็คอยดูแลเป็นอย่างดี ดังคำที่ว่า “อยู่ด้วยกันอย่างร่วมทุกข์ร่วมสุขเป็นคู่ชีวิตทั้งยามเจ็บยามป่วย ถือเป็นแบบอย่างที่ดีอีกกรณีหนึ่ง มีความเสียสละความสุขส่วนตัวเพื่อประโยชน์ของครอบครัวและชุมชนที่ได้พึ่งพาอาศัย มีความเอื้อเฟื้อต่อญาติทั้งสองฝ่าย ตามที่ได้รับการร้องขอความช่วยเหลือและพร้อมรับฟังปัญหาของเครือญาติทั้งสองฝ่าย ให้ความช่วยเหลือสังคมทางด้านสติปัญญาและความรู้ที่ได้สั่งสมมา ประณินิบัติดูแลกันและกันในยามที่เจ็บป่วย”

๔.๔.๒ การช่วยเหลือกิจการงานในบ้าน

สัมภาษณ์ พ่อสง่า สิทธิมาก แม่ทองคุณ สิทธิมาก^{๓๔} ทั้งสองคนได้กล่าวว่าในการนำหลักขรรวาสธรรมมาใช้ในการครองเรือนนั้น ว่าการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันเหมือนเป็นเพื่อนทั้งเพื่อนคู่คิดและเพื่อนคู่ชีวิต จะรับผิดชอบงานในบ้านตามหลักการปฏิบัติของสามิพั้งที่ดีต่อภรรยาในเรื่องการแสวงหาทรัพย์การให้การดูแล และการให้เกียรติแก่ภรรยาให้ความเป็นใหญ่ในการดูแลรักษาทรัพย์แก่ผู้เป็นภรรยา ให้คำปรึกษาทุกกรณีแก่ลูกหลาน มีจิตใจที่งดงาม มองโลกในแง่ดี ทำบุญตักบาตรอุทิศกุศลให้แก่ญาติที่ล่วงลับไปแล้วทุกวัน ส่วนภรรยาปฏิบัติตามหลักของภรรยาพั้งที่ดีต่อสามิในเรื่องภาระในบ้านเรือน การรักษาทรัพย์และการใช้สอยในครัวเรือน การร่วมคิดร่วมรับรู้ร่วมตัดสินใจในการประกอบอาชีพไม่ว่าการกู้หนี้ยืมสินจากธนาคารเพื่อมาลงทุนสร้างอาชีพให้มั่นคงต่ออนาคตของลูกนอกจากนี้ยังอบรมลูกให้ลูกจักช่วยเหลือตนเองทั้งการแบ่งเวลาให้ถูกต้องในการศึกษาเล่าเรียนและแบ่งเวลาในการรับผิดชอบต่องานที่ได้รับมอบหมาย ช่วยกันแก้ปัญหาในครัวเรือนเพื่อให้ชีวิตคู่ผ่านพ้นอุปสรรคไปได้ด้วยดี โดยใช้หลักขยันและอดทน มีเวลาว่างก็ช่วยเหลืองานสังคมทั้งงานที่เป็นกุศลและอกุศลในชุมชนและระหว่างเครือญาติทั้งสองฝ่ายท่านทั้งสองได้นำหลักขรรวาสธรรมมาประยุกต์ใช้ในการครองเรือนอย่างน่าสนใจ ทั้งการอบรมสั่งสอนบุตรหลาน ความสัมพันธ์ระหว่างสามิภรรยาและบุตรหลานในครัวเรือน การเสียสละในการแบ่งปันร่างกาย แรงใจ แรงทรัพย์เพื่อชุมชนและงานภายในหมู่คณะของตนเอง

^{๓๓}สัมภาษณ์ พ่อสมาน แม่ทองมี ปวงสุข, บ้านเลขที่ ๒๔ หมู่ที่ ๖ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๑๙ เมษายน ๒๕๖๐.

^{๓๔}สัมภาษณ์ พ่อสง่า แม่ทองคุณ สิทธิมาก บ้านเลขที่ ๔๒ หมู่ที่ ๙ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๑๙ เมษายน ๒๕๖๐.

๔.๔.๓ การแบ่งปันน้ำใจให้กัน

การให้ในหลักของจาคะนี้ ไม่ใช่เป็นเพียงการให้ เพื่อแบ่งปันสิ่งของเท่านั้น แต่ยังหมายถึงการให้น้ำใจแก่กัน การแสดงน้ำใจเอื้อเฟื้อต่อกัน ตลอดจนการเสียสละความพอใจและความสุขส่วนตนได้ เช่น ในคราวที่คู่ครองประสบความทุกข์ ความเจ็บไข้ หรือมีความลำบากต้องการความช่วยเหลือ ก็สามารถช่วยเหลือ เสียสละความสุขความพอใจของตน ตลอดจนสิ่งของที่มี เสียสละ ขวนขวายช่วยเหลือ เอาใจใส่ดูแล เป็นที่พึ่งอาศัย เป็นกำลังส่งเสริม หรือช่วยให้กำลังใจให้อีกฝ่ายได้

ผู้ที่มิจาคะ นั้น ถือว่าเป็นผู้ที่มีจิตใจกว้างขวาง เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่เสียสละ ไม่คับแคบเห็นแก่ตัว ซึ่งเป็นคุณธรรมที่จำเป็นและจำเป็นต่อชีวิตคู่มาก อีกประเด็นที่สำคัญมากและคนมักมองข้ามกันก็คือ “การให้อภัย” การให้อภัยมักไม่ถูกรวมกับการให้โดยทั่วไป ทั้งๆ ที่มีความสำคัญมาก การให้อภัยนั้น อาจเป็นการสรุปรวมของความรักที่ดีก็ได้ เพราะเมื่อเราให้อภัยแก่คนที่เรารัก ก็เป็นการแสดงไมตรีจิตเรื่องความจริงใจของเราเอง เป็นการแสดงออกถึงการยอมรับความแตกต่าง การเข้าใจในอีกฝ่าย และความอดทนอดกลั้นในความผิดที่คู่รักได้ก่อขึ้น ไม่คิดแค้น ไม่คิดเอาคืน มีแต่ความรักให้กันและพร้อมที่จะฝ่าฟันอุปสรรคด้วยกันอีกครั้ง ดังนั้น การให้อภัยจึงเป็นจุดรวมของ สัจจะ ทมะ ชันติ จาคะ ที่กล่าวไปแล้วด้วย

๔.๔.๔ อานิสงส์ของการมีจาคะ

ในทางพระพุทธศาสนาเถรวาทได้กล่าวเข้าอานิสงส์การมีจาคะได้แก่ ทำให้มีอารมณ์ผ่องใสติดตัว มีนิสัยเสียสละแก่ผู้อื่น รักผู้อื่นเหมือนรักตนเอง ทำให้ตนเองปลอดภัย คนอื่นนับหน้าถือตา ครอบครัวยุติและสังคมเป็นสุข มีเพื่อนดีๆ รอบตัว จิตใจมีความสุข ช่วยชำระล้างจิตใจที่สกปรกเห็นแก่ตัว ทำให้คนรักรักเรามากขึ้น เป็นต้น

๔.๔.๕ โทษของการไม่มีจาคะ

โทษของการขาดจาคะ ย่อมทำให้ จิตใจเกิดความตระหนี่ถี่เหนียว เป็นคนเห็นแก่ตัว ได้รับคำครหาติเตียน มีความทุกข์ในใจ ไม่มีใครอยากเข้าใกล้ ไร้เพื่อนฝูงและบริวาร ไร้คนรักและเห็นใจ ไม่มีใครรักจริง เป็นต้น

สรุปว่า ผู้ที่มีจาคะ นั้น ถือว่าเป็นผู้ที่มีจิตใจกว้างขวาง เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่เสียสละ ไม่คับแคบเห็นแก่ตัว ซึ่งเป็นคุณธรรมที่จำเป็นและจำเป็นต่อชีวิตคู่มาก อีกประเด็นที่สำคัญมากและคนมักมองข้ามกันก็คือ “การให้อภัย” การให้อภัยมักไม่ถูกรวมกับการให้โดยทั่วไป ทั้งๆ ที่มีความสำคัญมาก การให้อภัยนั้น อาจเป็นการสรุปรวมของความรักที่ดีก็ได้ เพราะเมื่อเราให้อภัยแก่คนที่เรารัก ก็เป็นการแสดงไมตรีจิตเรื่องความจริงใจของเราเอง เป็นการแสดงออกถึงการยอมรับความแตกต่าง การเข้าใจในอีกฝ่าย และความอดทนอดกลั้นในความผิดที่คู่รักได้ก่อขึ้น ไม่คิดแค้น ไม่คิดเอาคืน มีแต่ความรักให้กันและพร้อมที่จะฝ่าฟันอุปสรรคด้วยกันอีกครั้ง ดังนั้น การให้อภัยจึงเป็นจุดรวมของ สัจจะ ทมะ ชันติ จาคะ ที่กล่าวไปแล้วด้วย

๔.๕ หลักธรรมที่สนับสนุนหลักขรวาสธรรม ๔

นอกจากหลักธรรม ๔ ข้อข้างต้นแล้ว โยมพี่ทั้งสองจะต้องปฏิบัติตามหลักทศ ๖ อีกด้วย โดยเฉพาะข้อที่ว่า ด้วยหน้าที่ของสามีและภรรยาที่จะพึงปฏิบัติต่อกัน ทั้งสามีและภรรยาต่างก็มีหน้าที่ที่ต้องทำต่อกัน โดยสามีมีหน้าที่ที่ต้องปฏิบัติต่อภรรยาดังนี้คือ^{๑๕}

๑. ต้องยกย่องนับถือว่าเป็นภรรยาของตนเอง แม้ว่าเขาจะมีฐานะหรือตำแหน่งทางสังคมเป็นอย่างไรก็ตาม หากได้แต่งงานใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันกับเราแล้ว ก็ต้องยอมรับนับถือว่าเป็นภรรยาด้วยความเต็มใจ

๒. ไม่ดูหมิ่น ดูแคลน หรือดูถูกเหยียดหยามภรรยาตน อาจเป็นเพราะสาเหตุบางประการ เช่น มีฐานะยากจน ไม่มีงานทำ ฯลฯ

๓. ไม่ประพฤตินอกใจ สามีต้องซื่อสัตย์ต่อภรรยา ต้องรักเดียวใจเดียว ไม่มีชู้ หรือประพฤตินอกใจภรรยา

๔. มอบความเป็นใหญ่ให้ หมายความว่า สามีต้องยินยอมมอบความเป็นใหญ่ให้ภรรยาในหลายๆเรื่อง อาทิ เรื่องงานบ้าน งานครัว รวมทั้งงานอื่นๆที่ภรรยาสามารถทำได้ โดยที่ไม่เข้าไปก้าวก่าย หรือต่อว่า หรือติชน

๕. ให้เครื่องแต่งตัว หมายความว่า สามีต้องรู้จักให้เครื่องแต่งตัวแก่ภรรยาตนในบางโอกาส เพื่อสร้างขวัญและกำลังใจแก่ภรรยาในการทຸ່มเททำงานบ้าน อาจซื้อของใช้ส่วนตัวภรรยาหรือของชำร่วยให้ก็ได้ เช่น ช็อคโกแลตให้สัปดาห์ ฯลฯ

หลักทั้ง ๕ ประการนี้ เป็นหลักที่สามีพึงปฏิบัติต่อภรรยาในฐานะเป็นคู่ชีวิตของตน ในทางตรงกันข้ามเมื่อสามีกระทำต่อภรรยาอย่างนี้แล้ว ภรรยาก็ไม่ควรอยู่นิ่งเฉยต้องชวนชวาททำกิจปฏิบัติต่อบุคคลด้วยกัน การปฏิบัติตน ดังนี้คือ

๑. จัดการงานดี หมายความว่า สามารถดูแลกิจการงานบ้านทุกอย่างได้เป็นอย่างดียังสามารถจัดบ้านได้สวยงามเป็นระเบียบ ดังนั้นผู้ที่ภรรยาต้องรู้เรื่องการบ้าน การเรือนดีพอสมควรจึงจะสามารถจัดการดูแลความสะอาดภายในบ้านหรือเรือนได้

๒. สงเคราะห์คนข้างเคียงของสามีดี เวลาที่สามีมีเพื่อนหรือแขกมาเยี่ยมเยียนที่บ้าน ภรรยาต้องรู้จักทำปฏิสันถารต้อนรับหรือปฏิบัติต่อบุคคลเหล่านั้นเป็นอย่างดี เช่น หาน้ำมาให้ดื่ม ปฏิบัติตนเรียบร้อย ไม่กล่าวเรื่องราวอันจะเป็นเหตุกระทบกระทั่งจิตใจของคนข้างเคียงสามีตน เป็นต้น

๓. ไม่ประพฤติล่วงใจสามี ภรรยาต้องมีความซื่อสัตย์ต่อสามี จริ่งใจต่อสามี ไม่มีชู้หรือนอกใจสามี

๔. รักษาทรัพย์ที่สามีหามาได้ไว้ ทรัพย์ทุกอย่างที่สามีหามาได้ ไม่ว่าจะด้วยหยาตเหงื่อ แรงกาย หรือน้ำพักน้ำแรง และมอบไว้ให้ภรรยาเก็บดูแลรักษานั้น ภรรยาจะต้องเก็บดูแลรักษาทรัพย์สมบัตินั้นให้เป็นอย่างดี ไม่ใช่จ่ายอย่างฟุ่มเฟือย ในเรื่องที่ไม่เป็นเรื่องอันหาประโยชน์ไม่ได้ ต้องรู้จักใช้จ่ายอย่างประหยัดที่สุด

^{๑๕} พระมหาสุรศักดิ์ สุเมธี (ชะมารัมย์) ที่มา <http://knowledge.eduzones.com/knowledge-๒-๓-๓๔๗๘๑.html> แหล่งที่มา [ออนไลน์] วันที่ ๑ มิถุนายน ๒๕๖๐.

๕. ขยันไม่เกียจคร้านในกิจการทั้งปวง ภรรยาไม่ควรมีความเกียจคร้าน ต้องมีความตื่นตัว ขยันอยู่ตลอดเวลา หมั่นดูแลทำความสะอาด ปิดกวาด เช็ดถูบ้านเรือนเป็นประจำ ไม่ ผัดวันประกันพรุ่ง อ่างนั้น อ่างนี้ จนไม่เป็นอันทำงาน

ปัจจุบันสังคมไทยมีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างมากมาย ทั้งสภาพเศรษฐกิจ สังคม และ สภาพครอบครัว ส่วนในสภาพครอบครัวนั้นมีการมีการเปลี่ยนไปตามยุคตามสมัยคู่สมรสหลายคู่มีการ ใช้ชีวิตที่แตกต่างกันมีทั้งหวานชื่น และแบบราบเรียบธรรมดา ไม่หวือหวาอะไร แต่พยายามเข้าใจกัน ปรับตัวเข้าหากัน ด้วยความรัก ความผูกพัน ความรักของเขาและเธอกลับผูกพันเพิ่มขึ้นตามกาลเวลา ที่ผ่านไป และกลับมีชีวิตคู่ที่แสนหวาน น่ารัก เป็นที่ชื่นชมของคนรอบข้าง เรื่องบางเรื่องของคนในยุค โบราณก็น่าจะนำมาเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิตคู่ได้ เพราะการจะมีคู่ครองสักคน ต้องอาศัยทั้ง ความอดทน อดกลั้น และอดออม คนโบราณมักจะสอนว่า ขอให้ถือไม้เท้ายอดทอง กระบอกลอด เพชร ขอให้ครองคู่กันไปตราบนานเท่านาน ขอให้มองเห็นความดีของกันและกัน ขอให้ใช้ความดีพิชิต ใจของแต่ละฝ่าย ขอให้หอมชอมถนอมน้ำใจกันและกัน อะไรหนักนิดเบาหน่อยก็ขอให้อภัยกัน

๔.๖ รูปแบบการครองเรือนของคู่สมรสในปัจจุบัน

ครอบครัว หมายถึง กลุ่มคนที่อยู่ร่วมกันซึ่งอาจมีความสัมพันธ์ทางสายเลือดหรือไม่มีความสัมพันธ์ทางสายเลือด อันประกอบด้วยบุคคลที่แต่งงานกัน บุตรผู้เป็นทายาท ปู่ย่า ตายายผู้มี อุปการะ และบุคคลอื่นที่มารวมอาศัยอยู่ร่วมกัน ซึ่งบุคคลทั้งหลายเหล่านี้ ถูกสานสัมพันธ์ด้วยความ รัก ความห่วงใย และบทบาทหน้าที่เพื่อการดำรงอยู่ของครอบครัว ครอบครัว เป็นสถาบันหนึ่งใน สังคมที่ประกอบด้วยสมาชิกตั้งแต่ ๒ คนขึ้นไป มาอยู่ร่วมกันในครัวเรือนเดียวกันในฐานะสามีภรรยา พ่อแม่พี่น้องมีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด โดยการสมรส การสืบสายโลหิตหรือการยอมรับตาม กฎหมาย มีการตัดสินใจร่วมกันมีการรับรู้ความทุกข์สุข มีการติดต่อสื่อสารระหว่างกันและกัน ช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกัน และกัน มีการถ่ายทอดวัฒนธรรมและจริยธรรมต่าง ๆ เพื่อการดำรงอยู่ใน สังคมต่อไป ในสังคมไทยรูปแบบของครอบครัวมีหลายประเภทด้วยกันหลัก ๆ ประกอบไปด้วย

๑. ครอบครัวเดี่ยว (Nuclear families) ประกอบด้วย ชายหญิงอยู่ร่วมกัน และอาจมี บุตรของตนเองหรือมีการรับเป็นบุตรบุญธรรม ครอบครัวเดี่ยวลักษณะนี้ มีมาแต่โบราณ และยังคง เป็นรูปแบบที่พบเห็นได้มากที่สุด

๒. ครอบครัวขยาย (Extended families) ประกอบด้วย บิดามารดา เครือญาติ และอาจ หมายรวมถึง บุคคลที่ไม่ใช่เครือญาติแต่มาอยู่ร่วมชายคาเดียวกันเสมือนเครือญาติก็ได้

๓. ครอบครัวที่ประกอบด้วยบิดามารดาที่ผ่านการหย่าร้าง และได้สร้างครอบครัวใหม่ โดยมีบุตรจากครอบครัวเดิมหรือไม่ก็ได้

๔. ครอบครัวที่ไม่มีบุตร

๕. ครอบครัวที่บุตรอยู่ร่วมกับบิดาหรือมารดาเพียงผู้เดียว (Lone-parent families)

๖. ครอบครัวที่ชายหญิงอยู่ร่วมกันในแบบที่ไม่เป็นที่ยอมรับของสังคมโดยไม่ได้จดทะเบียนสมรส จึงไม่ได้เป็นที่ยอมรับตามกฎหมาย

๗. ครอบครัวเพศเดียวกัน หรือเรียกว่า กลุ่มเกย์สำหรับเพศชายต่อชาย หรือ กลุ่มเลสเบียน สำหรับเพศหญิงต่อเพศหญิง ซึ่งยังไม่เป็นที่ยอมรับตามกฎหมายหรือยอมรับตามกฎหมายในบางประเทศ^{๑๖}

ในครอบครัวผู้ที่เป็นสามีหรือภรรยาหรือบุตรต้องสมัครเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันถึงจะทำให้ครอบครัวก็มีความสุข มีการแบ่งงานกันทำระหว่างสมาชิก มีการกำหนดว่าใครเป็นผู้นำครอบครัว ใครมีบทบาทและสถานะอย่างไรในครอบครัว มีการสื่อสารหรือการพูดคุยกันมิได้จำเป็นต้องสื่อสารหรือพูดคุยกันอย่างต่อเนื่องเพื่อให้สมาชิกภายในครอบครัวมีความเข้าใจกัน ทั้งเข้าใจในบทบาทหน้าที่เข้าใจในแนวทางประเพณีและเข้าใจที่จะสร้างสัมพันธ์ที่ดีต่อกันลักษณะของครอบครัว

๑. มีจุดมุ่งหมายร่วมกัน ผู้ที่เป็นสามีหรือภรรยาหรือบุตร จะต้องมีเป้าหมายทางครอบครัวที่เหมือนกัน เช่น ต้องการสร้างครอบครัวให้มีความสุขปราศจากอภัยมุขทั้งสามี ภรรยา บุตร จะต้องละเว้นจากอภัยมุขทั้งปวงถ้าเช่นนั้นครอบครัวก็มีความสุข

๒. มีการแบ่งงานกันทำ การแบ่งงานกันทำระหว่างสมาชิกโดยอาศัยความชำนาญเฉพาะด้าน เช่น ภรรยาทำกับข้าว สามีขับรถ ลูกช่วยทำความสะอาด สะอาดบ้าน เป็นต้น

๓. มีผู้นำ และกำหนดสถานะในครอบครัวจะมีการกำหนดว่าใครเป็นผู้นำครอบครัวใครมีบทบาทและสถานะอย่างไรในครอบครัว เช่น ครอบครัวคนจีนจะเด่นชัดในเรื่องบทบาทและสถานะมากกว่าลูกสาวและลูกชาย

๔. มีความร่วมมือกัน สมาชิกในครอบครัวทุกคนถึงแม้จะมีบทบาทหน้าที่ต่างกัน แต่บทบาทเหล่านั้นมีความเชื่อมโยงกันอย่างขาดมิได้เพื่อให้ครอบครัวดำเนินไปในทิศทางเดียวกัน

๕. มีการสื่อสารกันภายในครอบครัว การอยู่ร่วมกันเป็นครอบครัวนั้นจะขาดการสื่อสารหรือการพูดคุยกันมิได้จำเป็นต้องสื่อสารหรือพูดคุยกันอย่างต่อเนื่องเพื่อให้สมาชิกภายในครอบครัวมีความเข้าใจกัน ทั้งเข้าใจในบทบาทหน้าที่เข้าใจในแนวทางประเพณีและเข้าใจที่จะสร้างสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน

๔.๖.๑ บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว

บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว คือ การรับรู้ของสมาชิกในครอบครัวต่อการดูแลซึ่งกัน และกันในทางที่เหมาะสม ประกอบด้วยการให้ความรักความอบอุ่นการให้กำลังใจการเอาใจใส่ดูแลความเป็นอยู่ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมของครอบครัวการให้การศึกษาอบรมสั่งสอนการให้รู้ระเบียบกฎเกณฑ์ทางสังคม การให้ความคุ้มครองความปลอดภัยและการดูแลรักษาเมื่อเจ็บป่วย เป็นต้น

๑. ให้การดูแลทางด้านเสรีภาพ เช่น ได้รับการเลี้ยงดูเอาใจใส่ได้รับประทานอาหารมีที่พักอาศัยได้รับเครื่องนุ่งห่มได้รับการดูแลเมื่อเจ็บป่วย

๒. เป็นที่พักพิง ทั้งร่างกาย และจิตใจ คือ ครอบครัวเป็นแหล่งที่มีรายได้รายจ่ายมีการซื้อสิ่งต่าง ๆ ของการดำรงชีวิตมีที่พักผ่อนหย่อนใจครอบครัวเป็นที่พึ่งทางจิตใจ เช่น เป็นที่ให้ความรักความอบอุ่นเป็นบ่อเกิดของการเคารพนับถือและมีอำนาจหน้าที่ต่าง ๆ ร่วมกัน

^{๑๖} กรุงเทพมหานครออนไลน์. (๒๕๕๑), สดวันครอบครัวไทย, แหล่งที่มา [ระบบออนไลน์], <http://www.oknation.net/blog/print.php?id=๒๔๓๖๘๒>. [๒๑ กันยายน ๒๕๕๓].

๓. มีการแบ่งหน้าที่ร่วมกันในการทำงาน คือ ครอบครัวควรมีหน้าที่จัดแบ่งว่าใครจะทำอะไร เช่น ใครเป็นผู้หารายได้ใครเป็นผู้ทำความสะอาดบ้านใครเป็นผู้ดูแลบุตรหรือสมาชิกอื่น ๆ

๔. ทำให้บุคคลในครอบครัวมีโอกาสร่วมสร้างสรรค์กันในบางครั้ง คือ ครอบครัวมีหน้าที่ทำให้สมาชิกได้ร่วมพบปะพูดคุยหรือทำกิจกรรมร่วมกันเพื่อให้เกิดสานสัมพันธ์ของสมาชิกภายในครอบครัว

๕. ทำหน้าที่ผลิตสมาชิกใหม่ของครอบครัว คือ ครอบครัวจะต้องมีการวางแผนในการให้กำเนิดบุตรตามความเหมาะสมทำการเลี้ยงดูบุตรให้การศึกษาให้ความรักความอบอุ่นให้อิสระเสรีตามที่เห็นสมควร

๖. ครอบครัวควรรักษาไว้ซึ่งความเป็นระเบียบ มีขอบเขตการบริหารในครอบครัวการมีระเบียบที่ทุกคนอยู่กันอย่างมั่นคง

๗. ครอบครัวต้องมีปฏิสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ ในสังคม คือ ครอบครัวควรมีการติดต่อสร้างสัมพันธ์กับองค์กรต่าง ๆ หรือแหล่งทางสังคมอื่น ๆ เช่น ชุมชนที่เป็นเครือข่ายของตนเองเพื่อจะได้รับความช่วยเหลือเมื่อมีเหตุการณ์จำเป็น

๘. ครอบครัวควรมีแรงจูงใจและมีศีลธรรมจรรยา คือ ครอบครัวควรมีหน้าที่สร้างแรงจูงใจให้มีการสนับสนุนให้รางวัลสมาชิกตามความเหมาะสมเพื่อนำไปสู่ความสำเร็จต่าง ๆ ครอบครัวควรมีการฝึกให้สมาชิกในครอบครัวมีความซื่อสัตย์สุจริตมีความรักใคร่ซึ่งกันและกันครอบครัวควรเป็นแหล่งที่ทำให้ทุกคนได้รับการตอบสนองความต้องการอย่างเหมาะสม และเมื่อต้องเผชิญกับปัญหาที่เป็นภาวะวิกฤตที่รุนแรงครอบครัวควรเตรียมพร้อมที่จะเผชิญกับอุปสรรคและแก้ปัญหาาร่วมกันได้^{๓๗}

๔.๖.๒ การสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศที่อบอุ่นในครอบครัว

ครอบครัวเป็นหน่วยที่เล็กที่สุดในสังคมที่มีส่วนเสริมสร้างมนุษยสัมพันธ์ให้เกิดขึ้นกับบุคคล กล่าวคือ ถ้าสมาชิกในครอบครัวมีความรัก ความเข้าใจซึ่งกันละกัน เอื้ออาทร ห่วงใยดูแล ซึ่งกันและกัน ก็จะส่งผลให้ครอบครัวมีความสุขและปลูกฝังบุคลิกภาพที่ดีให้กับสมาชิกในครอบครัวได้ แต่ในขณะเดียวกันถ้าสมาชิกในครอบครัวทะเลาะวิวาทกัน มีความขัดแย้ง ไม่เข้าใจกัน ครอบครัวก็จะไม่มีความสุข และอาจส่งผลให้เด็กก้าวร้าว เห็นแก่ประโยชน์ส่วนตัวและไม่สามารถปรับตัวเข้ากับบุคคลอื่นได้

ลักษณะของครอบครัวที่อบอุ่น ครอบครัวที่อบอุ่นเป็นครอบครัวที่มีความสุขมีความพอใจในครอบครัวตนเอง ซึ่งมีลักษณะดังนี้

๑. หัวหน้าครอบครัวมีความรักความเข้าใจในสมาชิก มีความเมตตา เอื้อเฟื้อ เสียสละให้อภัยและเอื้ออาทรต่อสมาชิกในครอบครัวทุกคน ไม่ลงโทษต่อสมาชิกในครอบครัวโดยวิธีที่รุนแรงไม่แสดงกิริยาข่มขู่ หรือทำให้บุคคลในครอบครัวอับอาย

๒. หัวหน้าครอบครัวไม่ลำเอียงในการเลี้ยงดูให้ความรักความสำคัญกับทุกคนอย่างเท่าเทียมกัน เช่น ไม่ลำเอียงรักลูกคนเล็กมากที่สุดไม่เลือกที่รักมักที่ชัง ไม่แสดงกิริยารักเฉพาะบุตรตนเองกับผู้อื่น รักษาดูแลสมาชิกในครอบครัวเมื่อเจ็บป่วย

^{๓๗} สนิท สมักรการ, มีเงินก็นับว่าน้อง มีทองก็นับว่าพี่ ระบบครอบครัวและเครือญาติของไทย. (กรุงเทพฯ : สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, ๒๕๓๘), หน้า ๗๕.

๓. ระบบการปกครองมีความเป็นประชาธิปไตยและมีเสรีภาพ โดยรู้จักยอมรับฟังความคิดเห็นซึ่งกันและกัน เช่น ไม่รื้อค้นสิ่งของผู้อื่นก่อนได้รับอนุญาต ไม่เปิดจดหมายผู้อื่น เป็นต้น

๔. สมาชิกในครอบครัวมีความรักใคร่สามัคคีไม่ทะเลาะเบาะแว้ง หรืออาฆาตพยาบาทต่อกัน มีความเห็นอกเห็นใจกัน ให้การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

๕. สมาชิกในครอบครัวรู้จักบทบาทหน้าที่ตนเอง มีสัมมาคารวะมีความรับผิดชอบ มีความซื่อสัตย์สุจริต ไม่คดโกง ไม่ลักขโมย ไม่สร้างความเดือดร้อนให้กับครอบครัว

วิธีสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลในครอบครัว สัมพันธภาพและบรรยากาศที่อบอุ่นในครอบครัวก่อให้เกิดความรู้สึกรักใคร่กัน ปลอดภัยทางจิตใจที่คนในครอบครัวรู้สึกเมื่ออยู่ร่วมกัน บรรยากาศแห่งการมีสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัวนั้น ทุกครอบครัวสามารถสร้างขึ้นได้โดยปฏิบัติ ดังนี้

๑. ยิ้มแย้มแจ่มใสกับทุกคนในบ้าน
๒. รักและห่วงใยรู้จักเอื้ออาทรและช่วยเหลือเกื้อกูลกัน
๓. รับผิดชอบต่อหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย
๔. ช่วยงานบ้านทุกอย่างด้วยความเต็มใจ
๕. รู้จักฟังผู้อื่นพูดและยอมรับในความคิดของผู้อื่น
๖. ไม่ทะเลาะวิวาทกับพี่น้องหรือบุคคลอื่นในครอบครัว รู้จักให้อภัยต่อกัน
๗. ไม่เอาแต่ใจตนเอง มีเหตุผล ไม่ใช้อารมณ์
๘. ไม่แสดงกิริยาก้าวร้าวเมื่อไม่พอใจ ใช้กิริยาวาจาที่สุภาพกับทุกคน
๙. เคารพนับถือ มีสัมมาคารวะต่อพ่อแม่ผู้มีอาวุโส และญาติผู้ใหญ่ทุกคน
๑๐. เอาใจใส่ในความเป็นอยู่ของทุกคนในครอบครัว
๑๑. มีน้ำใจเอื้อเฟื้อ เสียสละ และให้อภัย
๑๒. สมาชิกในครอบครัวร่วมรับผิดชอบการวางแผนเกี่ยวกับค่าใช้จ่ายของครอบครัว การช่วยเหลือและให้บริการบุคคลในครอบครัว

๔.๖.๓ การดูแลช่วยเหลือกันในครอบครัว

เป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยสร้างความสัมพันธ์ให้เกิดขึ้นระหว่างสมาชิกในครอบครัวได้ สมาชิกทุกคนต้องการปัจจัยสี่และต้องการมีสุขภาพจิตที่ดี มีความสุขและเป็นที่ยรักของทุกคน ดังนั้นเราควรช่วยกันดูแลบุคคลในครอบครัวเพื่อชีวิตที่เป็นสุข ดังนี้

๑. การดูแลสุขภาพกาย การดูแลสุขภาพกายของสมาชิกทุกคนในครอบครัวที่ควรปฏิบัติ ดังนี้

ควรจัดอาหารหรือการประกอบอาหารที่เป็นประโยชน์ครบถ้วนตามอาหารหลัก ๕ หมู่ ให้เพียงพอแก่ความต้องการของร่างกายให้แก่สมาชิกในครอบครัว เพื่อช่วยให้ร่างกายเจริญเติบโต สมบูรณ์ แข็งแรงดูแลเรื่องที่อยู่อาศัยให้ถูกสุขลักษณะ สะอาด ปราศจากฝุ่นละออง และมีอากาศถ่ายเทได้สะดวกหมั่นทำความสะอาด ปิดกวาด เช็ดถูดูแลเรื่องเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่ม ที่นอน หมอน มุ้ง ให้สะอาดและมีเพียงพอกับการใช้สอยดูแลช่วยเหลือสมาชิกในครอบครัวเมื่อเจ็บป่วย เช่น พาไปพบแพทย์ จัดหายาให้รับประทาน เป็นต้น

๒. การดูแลสุขภาพจิต ในการดูแลสุขภาพจิตของสมาชิกในครอบครัวควรปฏิบัติ ดังนี้ให้ความรักต่อบุคคลในครอบครัวทุกคน เพราะความรักเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการอยู่ร่วมกัน ผู้ที่ขาดความ

รักจะรู้สึกเหงาว่าเหว และจิตใจไม่มั่นคงให้ความร่วมมือและส่งเสริมให้บุคคลในครอบครัวได้ปฏิบัติกิจกรรมอันก่อให้เกิดความภาคภูมิใจในสิ่งที่ประสบความสำเร็จ เช่น การประดิษฐ์สิ่งของ การทำขนม การหยิบจับสิ่งของต่าง ๆ ของเด็กเพราะสิ่งเหล่านี้จะช่วยสร้างบุคลิกภาพที่ดี สร้างความเชื่อมั่นในตนเองให้เกิดขึ้น และเกิดความภาคภูมิใจรับฟังปัญหาต่าง ๆ ของคนในครอบครัว ทั้งปัญหาจากเพื่อน ที่โรงเรียน ปัญหาจากครู รวมทั้งปัญหาส่วนตัวอื่น ๆ และช่วยกันแก้ไขหรือให้แนวทางปฏิบัติที่ทำให้สมาชิกในครอบครัวคลายจากความกังวลในปัญหานั้น สมาชิกในครอบครัวที่มีสุขภาพจิตไม่ปกติ จะสังเกตได้ เช่น เหมอลอย เศร้าซึม เก็บตัว ก้าวร้าว เป็นต้น

๓. การดูแลช่วยเหลือเด็กในบางครอบครัวจะมีน้องหรือมีหลานที่เป็นทารกและเด็กวัยก่อนเรียน ซึ่งโดยปกติในบ้านของเราถ้ามีเด็กจะมีผู้ที่เป็นหลักคอยดูแลเลี้ยงดูอยู่แล้วส่วนตัวเราควรมีความรู้ ความเข้าใจ และช่วยดูแลตามโอกาสตามควร เพื่อแบ่งเบาภาระการเลี้ยงดูและส่งผลให้เกิดความสัมพันธ์ต่อกัน เกิดความรักความอบอุ่นในครอบครัวเราควรดูแลช่วยเหลือ ดังนี้ ช่วยเปลี่ยนผ้าอ้อมเด็กทารกที่เปียกชื้น เปลี่ยนเสื้อผ้ากางเกงหรืออู๋ในบางโอกาส และไม่ควรจับบริเวณปากและจมูกทารก เพื่อความปลอดภัยแก่ทารกช่วยดูแลไม่ให้ร้องเป็นเวลานาน ถ้าเป็นเด็กทารกควรสังเกตว่าร้องไห้เพราะหิวนมหรือเปียกชื้น หรือไม่สบาย ถ้าไม่สามารถช่วยเหลือได้ ควรบอกกล่าวแก่ผู้ใหญ่ในบ้านพูดด้วยความไพเราะ อ่อนโยน ไม่เสียงดังเพราะเด็กจะรับรู้และมีความรู้สึกเช่นเดียวกับผู้ใหญ่ ในกรณีที่มีน้องหรือหลานวัยก่อนเรียนเล่าเรื่องต่าง ๆ ให้ฟัง ควรฟังอย่างตั้งใจ เพราะจะทำให้เด็กรู้สึกอบอุ่น และควรยกย่องชมเชยเมื่อเด็กช่วยทำงานบ้านหรืองานอื่น ๆ ได้สำเร็จ

๔. การดูแลช่วยเหลือคนวัยชรา คนชราในบ้านโดยทั่วไป ได้แก่ ป่วย ตายาย ความชราของแต่ละคนมีความแตกต่างกัน บางคนอายุมากแต่ร่างกายแข็งแรง สามารถทำกิจกรรมในบ้านได้อย่างคล่องแคล่ว แต่บางคนเฉื่อยชา หรือ เจ็บอารมณ์ จู้จี้ ขี้บ่น ต้องการลูกหลานเอาอกเอาใจ ดังนั้น เราควรดูแลช่วยเหลือ ดังนี้ ให้ความสำคัญและความสนใจ พูดคุยอย่างสม่ำเสมอเพื่อไม่ให้เกิดความรู้สึกว่าถูกทอดทิ้ง คอยดูแลโดยไม่ใช้อารมณ์หรือแสดงกิริยาเกรี้ยวกราดเมื่อไม่พอใจ ดูแลเรื่องเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มให้สะอาดอยู่เสมอ จัดอาหารที่มีประโยชน์ให้รับประทานครบ ๕ หมู่ เป็นอาหารที่ย่อยง่ายและไขมันต่ำ และน้ำดื่มที่สะอาดเพียงพอ ดูแลเรื่องที่พักผ่อนหลับนอนให้ถูกสุขลักษณะ อาบแดดได้สะดวก หาโอกาสหรือวิธีการให้ท่านได้เดิน หรือออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอเพื่อการมีสุขภาพที่แข็งแรง

๕. การดูแลผู้ป่วยในบ้าน เมื่อมีสมาชิกในครอบครัวเจ็บป่วย เราต้องช่วยกันดูแลและหาทางรักษาให้หายเร็วที่สุด ดังนี้ ในกรณีที่เจ็บป่วยและช่วยเหลือตัวเองได้ จัดหาเครื่องใช้หรือสิ่งจำเป็นให้ผู้ป่วยได้รับความสะดวกสบาย เช่น แก้วน้ำ ผ้าห่ม ยาต้ม น้ำดื่ม เป็นต้น สอบถามอาการหรือพูดคุยกับผู้ป่วยบ่อย ๆ เพื่อทำให้ผู้ป่วยมีความรู้สึกอบอุ่นไม่ถูกทอดทิ้งหาวิธีให้ผู้ป่วยเกิดความเพลิดเพลิน เช่น จัดหาหนังสือไว้ให้อ่าน หรือมีวิทยุ โทรทัศน์ ไว้ดู เป็นต้น พาไปพบแพทย์ในกรณีที่เจ็บป่วยมากต้องให้แพทย์ช่วยเหลือช่วยดูแลให้ผู้ป่วยได้รับประทานยาอย่างสม่ำเสมอตามแพทย์สั่งจัดอาหารให้ผู้ป่วยได้รับประทานตามที่แพทย์อนุญาตหรือให้เหมาะสม เช่น ผู้ป่วยที่เป็นโรคกระเพาะอาหารควรหลีกเลี่ยงอาหารรสจัดจัดที่พริกพริกให้ผู้ป่วยได้อุณหภูมิที่อากาศถ่ายเทได้สะดวก และไม่ถูกรบกวนจากเสียงเด็ก หรือเสียงอื่น ๆ ที่ทำให้รำคาญใจ

๖. หลักการอยู่ร่วมกันในครอบครัวครอบครัวจะอยู่อย่างสงบสุข สมาชิกในครอบครัวจะต้องรู้จักหน้าที่ ปฏิบัติต่อกันอย่างเหมาะสมและยึดหลักในการอยู่ร่วมกันดังต่อไปนี้

- มีความรัก ความห่วงใย เมตตากรุณาต่อกันด้วยความจริงใจ และคอยดูแลทุกข์สุขของคนในครอบครัว

- มีน้ำใจต่อกัน รู้จักช่วยเหลือกัน มีการให้การรับตามความเหมาะสม

- มีความเกรงใจกัน เคารพในสิทธิส่วนบุคคล รู้จักกาลเทศะ

- รับฟังความคิดเห็นของสมาชิกทุกคนในบ้าน เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นทุกคนในครอบครัวต้องช่วยกันเสนอแนะแนวทางแก้ไขด้วยความจริงใจ

- มีความยุติธรรม ไม่ลำเอียงเข้าข้างใดข้างหนึ่ง ต้องปฏิบัติต่อทุกคนอย่างเท่าเทียมกัน

- มีสัมมาคารวะแสดงความอ่อนน้อมถ่อมตนต่อผู้ที่มีอายุมากกว่า มีความรู้สูงกว่าควรเคารพอย่างเหมาะสมตามฐานะของบุคคลนั้น ๆ

- รู้จักรับผิดชอบต่อหน้าที่ของตน โดยปฏิบัติตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายทั้งหน้าที่ภายในครอบครัวและหน้าที่การงาน ด้วยความขยัน ซื่อสัตย์ และอดทน^{๑๘}

๔.๖.๔ หลักการและแนวคิดในการอยู่ร่วมกัน

เมื่อคนสองคนตัดสินใจมาใช้ชีวิตคู่ร่วมกัน หรือตัดสินใจแต่งงานกัน จุดนี้ถือเป็นจุดเริ่มต้นของการมีชีวิตครอบครัวซึ่งจุดหมายปลายทางของแต่ละครอบครัวจะเป็นแบบใดนั้น คงไม่สามารถคาดการณ์หรือบอกได้ว่าคนสองคนจะเดินทางไปด้วยกันจนถึงจุดหมายปลายทางดังที่ผู้เฒ่าผู้แก่ได้ฉายพรไว้ในวันสมรสว่า “ขอให้ถือไม้เท้ายอดทองกระบองยอดเพชร” ได้หรือไม่เพราะการที่คนสองคนต้องมาใช้ชีวิตคู่ร่วมกัน ในช่วงระยะชั่วไ่ม่ปลามันอะไร ๆ เราก็พอจะยอมได้แต่เมื่อชีวิตคู่เดินทางไปซักระยะหนึ่งความเป็นตัวตนนิสัยที่แท้จริงของแต่ละคนก็จะแสดงออกมามีการจะทำให้เรามีนิสัยที่ถูกใจ ดีพร้อมสำหรับอีกคนคงเป็นเรื่องที่ยากดังนั้น สิ่งที่สำคัญที่จะช่วยให้คนสองคนที่มาจากต่างครอบครัวต่างการเลี้ยงดูสามารถมีชีวิตคู่ที่มีความสุข หวานชื่นได้อย่างยืนยาวได้นั้น ต้องอาศัยความร่วมมือจากทั้งสองฝ่ายที่จะเรียนรู้และปรับตัวเข้าหากัน หลักสำคัญที่จะช่วยรักษาความสัมพันธ์ของชีวิตคู่ให้เข้มแข็งและมั่นคงยาวนาน คือ

๑. การยอมรับกันและกัน เป็นสิ่งสำคัญเบื้องต้นของการใช้ชีวิตคู่ร่วมกัน เพราะการที่คนสองคนต้องมาใช้ชีวิตคู่ร่วมกันตลอดชีวิตต้องเห็นหน้ากันทุกวันต้องมีกิจกรรมทุกวันร่วมกันต้องปรึกษาหารือกันทุกวันแก้ปัญหาร่วมกันอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้การยอมรับกันในทุกแง่มุมจะช่วยให้ทั้งคู่อยู่ด้วยกันโดยไม่ขัดแย้งทางความคิดและอารมณ์ ไม่รำคาญกัน ไม่เบียดกัน ไม่เกลียดกัน ลักษณะการยอมรับกันและกันได้ มีเครื่องบ่งบอกต่าง ๆ เช่น การมองอีกฝ่ายในแง่ดี พอใจในคู่ชีวิตทั้งรูปร่างหน้าตาสติปัญญาความคิดเห็นและจิตใจจะช่วยให้ทั้งคู่สื่อสารกันได้อย่างราบรื่น แม้ต่อการตอบสนองทางเพศสัมพันธ์ที่คู่สมรสมอบหมายให้ยอมรับในตัวตนรวมไปถึงค่านิยมต่าง ๆ ของอีกฝ่ายหนึ่ง

๒. อย่าคาดหวังว่า “คู่ครองของคุณ” จะสมบูรณ์แบบ เพราะไม่มีใครที่จะสมบูรณ์แบบไปทั้งหมด แม้แต่ตัวของเราเองยังมีทั้งจุดที่ดีและไม่ดี การมาใช้ชีวิตคู่ร่วมกันจำเป็นต้องเรียนรู้ ที่จะฟัง

^{๑๘} สร้างความสัมพันธ์ระหว่างคุณกับครอบครัว[ออนไลน์], แหล่งที่มา : <http://www.arlida.net/?p=๑๐๙>. [๒๕ มิถุนายน ๒๕๖๐].

พอใจกับข้อดีของกันและกัน ยอมรับข้อเสียของกันและกัน เราไม่สามารถคาดหวังว่าเราจะเข้ากันได้กับคู่ครองของเราทุก ๆ เรื่องหรือจะไปคาดหวังให้เขาทำในสิ่งที่เราต้องการแต่ต้องอาศัยวิธี “การปรับตัว” เข้าหากัน ด้วยการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองและหรือปรับตัวให้ยอมรับสิ่งที่อีกฝ่ายเป็นบ้างเพื่อให้อยู่กับเขาอย่างไม่ต้องเป็นทุกข์เพราะนิสัยบางอย่างไม่สามารถปรับกันได้ จึงอย่าคาดหวังให้มองส่วนที่ดีซึ่งกันและกัน

๓. รู้จักที่จะสื่อสารกัน ในทางจิตวิทยาถือว่าการสื่อสารเป็นเรื่องสำคัญอันหนึ่งของชีวิตคู่ เพราะการสื่อสารเป็นการใช้ภาษาเพื่อให้อีกฝ่ายเข้าใจความคิด ความรู้สึก และความต้องการของกันและกัน แต่ในความเป็นจริงที่พบในชีวิตคู่ ยิ่งอยู่กันนานคู่สามีภรรยา ก็ยิ่งจะสื่อสารกันน้อยลง และคิดเอาเองว่าอยู่กันมาตั้งนานน่าจะรู้ว่าอีกฝ่ายคิดและต้องการอะไรซึ่งถ้ามาเองแล้วเข้าใจถูกต้องก็ดีไป ถ้าแปลความหมายผิดก็อาจทำให้ครอบครัวมีปัญหาได้ ทางที่ดีควรเรียนรู้ที่จะพูดและแสดงออกว่าคุณรู้สึกอย่างไรเพื่อให้อีกฝ่ายเข้าใจว่าคุณกำลังรู้สึกอย่างไร ต้องการอะไร

๔. การรู้จักขอยกย่องจากกัน หากคู่สมรสยอมรับซึ่งกันและกันเท่าที่สามารถยอมรับกันได้ และพยายามปรับตัวให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ แต่ก็ยังมีเรื่องที่คุณของเราทำในสิ่งที่ก่อให้เกิดความเสียใจขึ้นในความสัมพันธ์ระหว่างกันทั้งคู่ควรรู้จักให้อภัย ไม่เก็บความโกรธแค้นขุ่นเคืองไวใจ สิ่งนี้ถือเป็นสิ่งที่ดีมากในชีวิตสมรส

๕. การมีเวลาอยู่ร่วมกัน หลังแต่งงานคู่สมรสควรมีเวลาให้กัน เพื่อใช้เวลาในการอยู่ร่วมกัน สิ่งนี้ถือเป็นสิ่งสำคัญสำหรับชีวิตคู่ เพราะการมีเวลาอยู่ร่วมกันยอมรับทำให้คุณสามารถสื่อสารกับคู่ได้ อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น โดยเฉพาะในยุคปัจจุบันที่ต่างคนต่างต้องทำงานนอกบ้าน เวลาที่มีให้อาจจะไม่มากนัก แต่คุณทั้งสองสามารถทำให้เวลาที่มีอยู่ในแต่ละวันมีคุณภาพอย่างแท้จริง โดยการทำกิจกรรมที่พอใจและมีความสุขร่วมกัน ตลอดจนคุณควรให้ความสนใจต่อสิ่งที่คู่ของคุณชอบด้วยเช่น อยากรักก็ตามการมีช่องว่างในความสัมพันธ์ระหว่างกันบ้างย่อมเป็นเรื่องธรรมดาและอาจเป็นสีสันในการใช้ชีวิตคู่

๖. เพศสัมพันธ์ในชีวิตคู่ การสร้างความสมดุลในเรื่องเพศสัมพันธ์ ย่อมนำมาซึ่งความพึงพอใจของคู่สมรส และถือเป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่งที่จะช่วยให้ชีวิตคู่ราบรื่นและเป็นสุข คู่สมรสจำเป็นต้องเรียนรู้ความต้องการของกันและกันรู้ว่าคู่ของเราชอบหรือไม่ชอบอะไร แบบไหนกันที่ทำให้คู่ของเรามีความสุข เพื่อนำไปสู่การปรับปรุงความสัมพันธ์ทางเพศให้พึงพอใจด้วยกันทั้งสองฝ่าย

๗. เรียนรู้และทำความเข้าใจธรรมชาติความแตกต่าง ระหว่างเพศชายเพศหญิง เพราะความแตกต่างระหว่างเพศส่งผลต่อความคิดและพฤติกรรมต่างกัน ธรรมชาติผู้ชายจะชอบใช้เหตุผลไม่สนใจเรื่องความรู้สึกมีความสุขนิ่งและแข็งแรงมากกว่าต้องการความเป็นส่วนตัว กลัวการขาดอิสระ แต่ต้องการดูแลเอาใจใส่ ถืออำนาจ เกียรติและศักดิ์ศรี ต้องการเป็นผู้นำ ไม่ชอบพูดเรื่องไร้สาระ ไม่ชอบการถูกตำหนิ การบ่น ในขณะที่ผู้หญิงจะมีลักษณะตรงกันข้ามแต่หากมองว่านี่คือธรรมชาติที่แตกต่างกัน และพร้อมที่จะปรับตัวให้เข้ากันได้และรู้จักใช้ส่วนดีของแต่ละฝ่ายที่ธรรมชาติสร้างมา เมื่อนั้นชีวิตคู่จะมีความสุข

๘. รู้จักภาระหน้าที่ในครอบครัวและช่วยเหลือกัน สามี ภรรยาจะมีบทบาทและหน้าที่ของตนเอง โดยทั่วไปทั้งคู่จะมีบทบาทหน้าที่สำคัญในการเป็นสามีภรรยา การหาเลี้ยงชีพ ทำงานบ้าน และเลี้ยงลูกดังนั้นจึงควรคุยกันว่าแต่ละฝ่ายมีบทบาทหน้าที่ดังกล่าวมาน้อยเพียงใดและอย่างไร

๙. การจัดการกับความขัดแย้ง ความขัดแย้งถือเป็นเรื่องปกติของการใช้ชีวิตคู่ ดังนั้นเมื่อเกิดความขัดแย้ง การพูดคุยอย่างตรงไปตรงมาจะช่วยให้อาณัติดีขึ้น เพราะจะนำไปสู่การหาแนวทางแก้ไขร่วมกัน จุดสำคัญในการพูดคุยไม่ควรพูดคุยกันในขณะที่อารมณ์โกรธ เพราะจะนำไปสู่การโต้เถียงกันมากกว่า ควรรอให้ต่างฝ่ายต่างอารมณ์เย็นแล้วมาพูดคุยปรับความเข้าใจและร่วมกันแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น

๑๐. เสริมความรักให้เติบโต เมื่อคู่สมรสต้องการใช้ชีวิตคู่ร่วมกัน ทั้งสองต่างก็ต้องต้องการความรัก ความเข้าใจ การดูแลเอาใจใส่ซึ่งกันและกัน ดังนั้นการแสดงออกว่ารัก และเห็นคุณค่าของกันและกันอย่างสม่ำเสมอถือเป็นเรื่องสำคัญเพราะจะเป็นสิ่งที่จะช่วยในการหล่อเลี้ยงจิตใจของทั้งสองฝ่าย

๑๑. บริหารจัดการเรื่องการเงิน เพราะปัญหาเรื่องการเงินมักเป็นปัญหาใหญ่กับคู่สมรสใหม่เนื่องจากกำลังอยู่ในช่วงสร้างครอบครัว และมีภาระที่ต้องใช้จ่ายมากกว่าชีวิตโสด ดังนั้น คู่สมรสไม่ควรปิดบังกันในเรื่องการเงิน ต้องการวางแผนร่วมกันเกี่ยวกับการใช้จ่ายเพื่อครอบครัว โดยควรประหยัดและใช้เป็นเรื่องจำเป็น ส่วนหนึ่งต้องกันไว้เป็นเงินออมสำหรับสมาชิกในอนาคต ไม่ควรให้ปัญหาเศรษฐกิจเป็นสาเหตุของปัญหาอื่น ๆ ที่จะสร้างความขัดแย้งให้ชีวิตไม่มีความสุข

๑๒. มีชีวิตที่เป็นของตนเองด้วย เพราะถึงแม้ว่าทั้งคู่จะแต่งงานกัน แต่ต่างฝ่ายต่างก็ยังมีความเป็นตัวของตัวเอง ดังนั้น จึงไม่ควรรักหรือใส่ใจจนรอบข้างจะละลายตนเองไปให้ระลึกละเลือนว่าไม่มีใครอยากรักหรือผูกพันกับคนที่ไม่รักแม้แต่ตนเอง ไม่ดูแลตนเองเป็นเรื่องสำคัญ เพราะหากท่านรู้จักดูแลตนเอง ท่านก็จะมีความพร้อมที่จะดูแลคนรักได้ดีเช่นกัน^{๑๙}

ดังนั้น การเลือกใครมาเป็นคู่ครองของตนนั้น พระพุทธเจ้าทรงแสดงสมชัฏกถา ๔ ข้อ คือ เหตุที่ทำให้คู่สมรสครองเรือนได้ยืดยาว

๑. สมศรัทธา ให้เลือกบุคคลที่มีความเชื่อเลื่อมใสในศาสนาหรือสิ่งเคารพบูชาต่าง ๆ เหมือนกัน มีความคิดเห็นในเรื่องใดเรื่องหนึ่งเหมือนกัน มีจุดมุ่งหมายในชีวิตเหมือนกัน ตลอดจนมีรสนิยมตรงกัน

๒. สมศีล ให้เลือกบุคคลที่มีความประพฤติ ศีลธรรม จรรยา มารยาท มีพื้นฐานการอบรมพหุเหมาะสมสอดคล้องกัน ไปกันได้ หรืออยู่ในระดับเดียวกันจะได้ไม่เป็นเหตุให้เกิดความรังเกียจซึ่งกันและกัน

๓. สมจาคา ให้เลือกบุคคลที่มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ โอบอ้อมอารี มีใจกว้าง มีความเสียสละ มีความพร้อมที่จะช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นบุคคลที่เสมอกันด้วยจาคะนี้จะทำให้ครอบครัวอยู่เย็นเป็นสุข เพราะเมื่อคนเราอยู่ด้วยกันก็ต้องเสียสละทั้งทรัพย์สินเสียสละความสุขของตน เพื่อเกื้อกูลซึ่งกันและกัน

๔. สมปัญญา ให้เลือกบุคคลที่มีปัญญาเสมอกัน คือ รู้จักเหตุ รู้จักผล รู้จักดี รู้จักชั่ว รู้จักสิ่งที่ประโยชน์ สิ่งที่ไม่ใช่ประโยชน์ มีการใช้ความคิดเพื่อแก้ปัญหา

^{๑๙} แนวคิดการอยู่ร่วมกัน แหล่งที่มา [ออนไลน์], : <http://women.sanook.com/41301/> ๕

นอกเหนือจากการเลือกคู่โดยใช้หลักสมชิวิกถา ๔ แล้ว พระพุทธเจ้าทรงสอนให้เลือกคนที่
มีลักษณะ ๔ อย่างดังต่อไปนี้มาเป็นคู่ครอง เพื่อประโยชน์สุขในปัจจุบันชาติ (ทีฆธัมมิกัตถประโยชน์)

๑. เลือกบุคคลที่มีความขยันในการประกอบอาชีพ
๒. เลือกบุคคลที่เป็นคนประหยัด รู้จักออมทรัพย์
๓. เลือกบุคคลที่รู้จักคบคนดีเป็นเพื่อน
๔. เลือกบุคคลที่มีการเลี้ยงชีวิตตามสมควรแก่กำลังทรัพย์ที่หามาได้ไม่ให้ฝืดเคืองนักไม่ให้

ฟุ้งเฟือนัก

หน้าที่ต้องปฏิบัติต่อกันของสามี-ภรรยา

เมื่อผ่านขั้นตอนการเลือกคู่แล้ว การอยู่ร่วมกันเป็นสามีภรรยา ทั้งคู่จะต้องมีหน้าที่ที่ต้อง
ปฏิบัติต่อกัน ดังนี้

สามีมีหน้าที่ ๕ ประการ

๑. ให้ความนับถือ ยอมรับฐานะแห่งภรรยา
๒. ยกย่องให้เกียรติ ไม่ดูหมิ่นเหยียดหยาม
๓. มีความซื่อสัตย์ ไม่นอกใจ
๔. มอบความเป็นใหญ่
๕. หาเครื่องประดับ เครื่องแต่งกายมามอบให้

ภรรยามีหน้าที่ ๕ ประการ

๑. จัดดูแลงานบ้านให้เรียบร้อย
๒. ใส่ใจสงเคราะห์คนข้างเคียงของสามี
๓. ซื่อสัตย์ ไม่ประพฤติผิดนอกใจ
๔. ช่วยประหยัดดูแลรักษาทรัพย์ที่หามาได้
๕. ขยันไม่เกียจคร้านในงานทั้งปวง^{๒๐}

สามีภรรยาเป็นบุคคลที่พึ่งเป็นพึ่งตายซึ่งกันและกัน ฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงทรงสั่งสอนให้
มีความซื่อสัตย์ต่อกันไม่ประพฤติผิดนอกใจกันและกันเพราะการทำเช่นนั้นเป็นการทำร้ายจิตใจของกัน
และกัน ท่านทรงสอนให้คู่สมรสมีสัจจะคือจริงใจ หรือซื่อสัตย์ต่อกัน สอนให้มีจาคะ เสียสละให้ปันกัน
ได้ทรัพย์มาก็จัดสรรทรัพย์ที่หาได้ร่วมกันใช้ร่วมกันไม่ตระหนี่ถี่เหนียวท่านทรงสอนให้มีมตะ คือรู้จัก
ข่มใจ รู้จักควบคุมอารมณ์ระงับอารมณ์หรือความรู้สึกต่อเหตุบกพร่องของกันและกันและเมื่ออยู่
ร่วมกันบางช่วงของชีวิตคู่คนใดคนหนึ่งอาจจะเจ็บป่วยประสบเคราะห์กรรมต่าง ๆ คู่สมรสก็ต้องมี
ความอดทน (ขันติ) ต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ อดทนต่อกัน คุณธรรมทั้ง ๕ ประการ คือ ฆราวาสธรรมซึ่งถ้า
สามีภรรยาปฏิบัติตามแล้ว ครอบครัวก็มีความสุข ประกอบด้วย

๑. สุขที่เกิดจากการมีทรัพย์
๒. สุขที่เกิดจากการใช้จ่ายทรัพย์
๓. สุขที่เกิดจากความไม่เป็นหนี้
๔. สุขที่เกิดจากการทำงานไม่เป็นโทษ

^{๒๐} การครองเรือน-ครองรักแนวพุทธ [ออนไลน์], แหล่งที่มา

<http://www.familynetwork.or.th/node/๑๗๒๒๖>. [๓๐ พฤษภาคม ๒๕๖๐].

เมื่อปรารถนาที่จะครองชีวิตคู่ให้มีความสุขแล้ว ทั้งสามีและภรรยาจะต้องหมั่นหาทรัพย์ โดยทางสุจริตเพราะการทำงานสุจริตและการมีทรัพย์เป็นความสุข จากนั้นคงต้องอดทนต่อกิเลสความอยากได้วัตถุสิ่งของต่าง ๆ ที่เกินความจำเป็น ความอยากได้นี้ผ่านมาทางการโฆษณาทางทีวี จากเพื่อนฝูงและระบบการขายของเงินผ่อน มิฉะนั้นจะทำให้มีการจ่ายทรัพย์ที่เกินต่อฐานะของครอบครัว ก่อความเป็นหนี้ ทำให้ไม่มีความสุขคอยแต่จะคิดหมุนเงินจัดสรรเงินผ่อนสิ่งของต่าง ๆ จนเงินเดือนไม่พอใช้ก่อให้เกิดทุกข์เมื่อมนุษย์ยังมีกิเลสตัณหาอยู่ ความสุขจากการครองเรือนเป็นความสุขที่มนุษย์แสวงหาและแทบจะกล่าวได้ว่าเป็นจุดมุ่งหมายของชีวิตทุกชีวิต ที่ปรารถนาจะได้คู่ครองที่ดีมีความสุขจากการครองเรือนเมื่อมีความปรารถนาเช่นนี้ก็ต้องสร้างเหตุปัจจัย เพราะความสุขของครอบครัวอยู่ที่การกระทำหรือความประพฤติของสามีและภรรยาเป็นหลัก บุคคลทั้งสองต้องมีคุณธรรมดังกล่าวแล้วข้างต้น จึงจะเป็นเหตุซึ่งนำผลมาสู่ความสุขในการครองเรือน^{๒๑}

๔.๖.๕ หลักการดำเนินชีวิต

คนที่มีความสุข คือคนที่มีความสมหวัง เป็นคนที่สามารถประกอบกิจการงานประสบความสำเร็จตามความปรารถนามีร่างกายแข็งแรงปราศจากโรคภัยไข้เจ็บไม่มีอารมณ์ขุ่นมัวหรือวิตกกังวล มีอารมณ์มั่นคง มีความอดทนและมีความสามารถต่อสู้อุปสรรคต่าง ๆ ได้เป็นคนที่ยอมรับความจริงในชีวิตทำให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคมกล่าวโดยสรุป คนที่มีความสุขก็คือคนที่มีสุขภาพดีทั้งด้านร่างกายและจิตใจเป็นคนที่สามารถปรับตัวได้อย่างดีในการดำรงชีวิตประจำวัน ความสุขเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นภายในจิตใจเป็นการมองชีวิตมองตัวเองและมองผู้อื่น ดังนั้นความสุขจึงเกิดขึ้นได้กับทุกคนชั้นไม่ว่าผู้ดี มั่งมี หรือยากจน แนวความคิดทางด้านจิตวิทยาเกี่ยวกับการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขอาจกล่าวสรุปได้เป็นข้อ ๆ ดังนี้ คือ

๑. พยายามรักษาสุขภาพทางกายให้แข็งแรงอยู่เสมอ เป็นที่ทราบกันแล้วว่าสุขภาพทางกายและสุขภาพทางจิตมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันอย่างใกล้ชิดคนที่มีความแข็งแรงสุขภาพดีย่อมมีจิตใจร่าเริง สนุกสนาน ตรงกันข้ามกับคนที่ไม่แข็งแรงย่อมเจ็บป่วยเสมอ ทำให้มีอารมณ์หงุดหงิดรำคาญใจ ดังนั้นเราจึงควรรักษาสุขภาพให้แข็งแรงอยู่เสมอโดยการรับประทานอาหารที่เป็นประโยชน์ มีการพักผ่อนเพียงพอรักษาความสะอาดของร่างกายและเครื่องใช้ตลอดจนหมั่นออกกำลังกายอยู่เสมอ

๒. รู้จักตนเองอย่างแท้จริง ควรสำรวจตัวเองว่าเป็นคนอย่างไรมีความสามารถทางใดแค่ไหน มีความสนใจและต้องการสิ่งใด มีอะไรเป็นข้อดีและข้อเสียพยายามทางแก้ไขข้อบกพร่องและส่งเสริมส่วนที่ดีจะทำให้เราตั้งเป้าหมายของชีวิตได้เหมาะสมกับความเป็นจริงตลอดจนมีโอกาสพบกับความสำเร็จและความสมหวังได้มาก

๓. จงเป็นผู้มีความหวัง เราควรตั้งความหวังไว้เสมอ แม้เวลาที่ตกต่ำก็อย่าทอดอาลัยจงคิดหวังเสมอว่าเราจะไม่อยู่ในสภาพเช่นนี้ตลอดไปสักวันหนึ่งเราอาจจะดีขึ้นได้

^{๒๑} [สื่อออนไลน์], แหล่งที่มา, <http://guru.sanook.com/๒๔๐๖/>, [๕ พฤษภาคม ๒๕๖๐].

๔. ต้องกล้าเผชิญกับความกลัวและความกังวลใจต่าง ๆ ในชีวิตของเรานี้มีสิ่งต่าง ๆ มากมาย ที่ทำให้กลัวเริ่มตั้งแต่วัยเด็ก ดังนั้น เมื่อรู้สึกกลัวอะไรต้องพยายามค้นหาความจริงว่าสิ่งนั้นคืออะไร อย่าปล่อยจิตใจให้หวาดกลัวโดยไม่มีเหตุผล

๕. ไม่ควรเก็บกดอารมณ์ที่ตึงเครียด ควรหาทางระบายอารมณ์ที่ขุ่นมัวหรือไม่สบายใจโดยหาทางออกในสิ่งที่สังคมยอมรับและเป็นไปในทางที่พึงปรารถนา

๖. จงเป็นผู้มีอารมณ์ขัน การมีอารมณ์ขันช่วยให้มีอารมณ์ผ่อนคลายไม่ควรมองการไกลในแง่เอาเป็นเอาตายมากเกินไป

๗. การยอมรับข้อบกพร่องและข้อผิดพลาดของตนเองการรู้จักตนเองและเข้าใจผู้อื่นอย่างแท้จริง จะช่วยให้เรายอมรับข้อบกพร่อง หรือความผิดพลาดของตนเองและให้อภัยในความผิดพลาดของผู้อื่นได้

๘. ต้องรู้จักพอใจในสิ่งที่ตนทำอยู่ การรู้จักพอใจในงานหรือสิ่งที่ตนทำอยู่ จะทำให้บุคคลนั้นเกิดอารมณ์สนุก ไม่รู้สึกเบื่อหน่าย ทำให้ชีวิตน่าสนใจ มีความกระตือรือร้นในการทำงาน มีกำลังใจเข้มแข็งในการต่อสู้อุปสรรคต่าง ๆ มีอารมณ์ร่าเริงแจ่มใสทำให้ชีวิตมีความสุขและสดชื่นอยู่เสมอ

๙. มีความต้องการพอเหมาะพอควรและมีความยืดหยุ่นได้ ต้องมีเหตุผลรู้จักความพอดีเกี่ยวกับความต้องการความปรารถนาความทะเยอทะยานควรมีความคิดใฝ่ฝันที่ใกล้เคียงกับความสามารถและความเป็นจริงจะช่วยให้เราวางแผนต่าง ๆ ไว้เป็นระยะ ๆ เพื่อประสบความสำเร็จตามเป้าหมายได้

๑๐. อย่าพะวงเกี่ยวกับตนเองมากเกินไปหรืออย่าคิดถึงแต่ตัวเองตลอดเวลาเช่น คิดว่าตัวเองจะต้องเด่น ต้องดี ต้องสำคัญกว่าผู้อื่น การคิดแต่เรื่องของตัวเองจะทำให้เราไม่มีความสุขเลยเพราะไม่ว่าเราจะคิดอะไรทำอะไรหรือไปที่ไหนจะต้องตกอยู่ในภาวะของการแข่งขันตลอดเวลา

๑๑. การยอมรับสภาพของตัวเองโดยไม่เปรียบเทียบกับคนอื่น เพราะการเปรียบเทียบจะทำให้เราเกิดความน้อยเนื้อต่ำใจว่าทำไมเราจึงไม่โชคดีอย่างคนอื่นแต่เราอาจไม่ทราบว่าคนอื่นเขาก็มีความทุกข์เหมือนกัน

๑๒. การยึดคิดว่า จะเป็นผู้ให้มากกว่าผู้รับ การทำสิ่งใดให้ใครโดยหวังผลตอบแทนย่อมจะทำให้ผิดหวังได้มากเพราะแม้แต่กังวลอยู่ว่าเราจะได้รับอะไรเป็นการตอบแทนหรือไม่ มากน้อยเพียงใดเมื่อไม่ได้รับตามที่ตนคาดหวังก็จะผิดหวังทำให้ไม่มีความสุขคิดว่าตนได้รับความยุติธรรมอยู่เสมอ

๑๓. การหาเพื่อนสนิทสักคนหนึ่ง หรือใครก็ได้ที่สามารถระบายความทุกข์และปรึกษาหารือได้เพราะการมีเพื่อนจะทำให้เรารู้สึกว่าไม่ได้ถูกทอดทิ้งให้อยู่คนเดียวในโลก

๑๔. จงปล่อยให้เหตุการณ์บางอย่างผ่านไปตามแนวทางของมัน อย่าไปฝืนหรือเอาจริงเอาจังเกินไปเมื่อทำอะไรไม่สำเร็จก็เกิดอารมณ์ตึงเครียดจนหยุดพักเสียระยะหนึ่งแล้วค่อยหันกลับมาทำใหม่ หรือเปลี่ยนแนวทางการกระทำเสียใหม่

๑๕. จงตระหนักว่าเวลาเป็นยารักษาความเจ็บปวด เมื่อพลาดหวังหรือผิดหวังจงอดทนและมีความหวังต่อไปไม่ควรใช้วิธีถอยหนีหรือหลีกเลี่ยงปัญหาโดยการทำลายตัวเองต้องนึกไว้เสมอว่า

อานิสงส์ของการมีหมีทะ ปลุกฝังนิสัยรักการฝึกฝนตนให้เกิดขึ้นในตัว ทำให้เป็นคนมีความสามารถในการทำงาน ไม่มีเวรกับใคร ยับยั้งตนเองไม่ให้หลงไปทำผิดได้ สามารถตั้งตัวได้ มีปัญญาเป็นเลิศ

อานิสงส์ของการมีขันติ ปลุกฝังนิสัยการอดทนต่ออุปสรรคและปัญหาต่าง ๆ ทำงานได้ผลดีสามารถเป็นหลักในครอบครัวได้สามารถเป็นหลักให้กับบริวารได้ไม่มีเรื่องวิวาทกับคนอื่นไม่หลงผิดไปทำความชั่วได้ทำให้ได้ทรัพย์มา

อานิสงส์ของการมีจาคะ ปลุกฝังการมีอารมณ์ผ่องใสและนิสัยเสียสละให้เกิดขึ้นในตัว เป็นการสร้างความปลอดภัยแก่ตนเองเป็นที่นับหน้าถือตาของคนทั่วไปครอบครัวและสังคมเป็นสุข มีกัลยาณมิตรรอบตัว สรุปแล้วคุณของการมีฆราวาสธรรมโดยรวมก็คือ เมื่อมีสัจจะย่อมมีเกียรติยศชื่อเสียง เมื่อมีหมีทะย่อมได้รับปัญญา เมื่อมีขันติย่อมเกิดทรัพย์ในบ้าน และเมื่อมีจาคะย่อมเกิดมิตรที่ดีไว้เป็นสมัคพรพรคพวกในสังคมโทษของการไม่สร้างตัวให้มีฆราวาสธรรม

โทษของการขาดสัจจะ ปลุกฝังนิสัยขาดความรับผิดชอบให้เกิดขึ้นในตัว เป็นคนเหลวไหลและพบแต่ความตกต่ำ มีแต่คนดูถูกไม่มีคนเชื่อถือไม่สามารถรองรับความเจริญต่าง ๆ ได้ไร้เกียรติยศชื่อเสียง

โทษของการขาดหมีทะ ขาดนิสัยรักการฝึกฝนตนเอง ทำให้ขาดความสามารถในการทำงานสามารถหลงผิดไปทำความชั่วได้ง่าย จะเกิดการทะเลาะวิวาทได้ง่าย จะจมอยู่กับอบายมุข ครอบครัวเดือดร้อน ไม่สามารถตั้งตัวได้ เป็นคนโง่เขลา

โทษของการขาดขันติ ไม่สามารถอดทนต่อปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ได้เป็นคนจับจดทำงานคั่งค้าง ไม่สามารถเป็นหลักให้ครอบครัวได้หลงผิดไปทำความชั่วได้ง่ายไม่ได้รับความไว้วางใจจากผู้อื่น เต็มไปด้วยศัตรูขาดความเจริญก้าวหน้าทำให้เสื่อมจากทรัพย์

โทษของการขาดจาคะปลุกฝังความตระหนี่ให้เกิดขึ้นในใจได้รับคำครหาติเตียนเป็นทุกข์ใจไม่มีใครอยากเข้าใกล้ สรุปแล้วโทษของการขาดฆราวาสธรรมโดยรวมก็คือ เมื่อขาดสัจจะย่อมเกิดปัญหาถูกหาว่าตระแวง เมื่อขาดหมีทะย่อมเกิดปัญหาความโง่เขลา เมื่อขาดขันติย่อมเกิดปัญหาความยากจนและเมื่อขาดจาคะย่อมเกิดปัญหาความเห็นแก่ตัวเกิดขึ้นในสังคม^{๒๓}

๔.๖.๗ หลักปฏิบัติของคู่สมรส

เมื่อคนสองคนตกลงใจใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันแล้ว จะต้องมียุติปฏิบัติให้เกียรติซึ่งกันและกัน และรู้จักรับฟังและเข้าใจในเหตุผลของกันและกัน และการช่วยเป็นคู่คิดของกันและกันได้ อย่างที่กล่าวกันง่าย ๆ ว่าพูดกันรู้เรื่องคุณธรรมข้อนี้ก็เป็นสิ่งสำคัญยิ่ง เพราะสามีภรรยาเป็นผู้อยู่ร่วมใกล้ชิดกันตลอดเวลาจำต้องมีความเข้าใจกัน ร่วมคิดร่วมปรึกษาหารือกันบรรเทาข้อหนักใจ และช่วยกันหาทางแก้ไขปัญหาต่าง ๆ เป็นกำลังแก่กันและกันได้ความมีปัญญาสมกันนี้ นอกจากเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวน้ำใจทำให้มีความสนิทสนมกันด้วยดีแล้วยังทำให้ชีวิตของคู่ครองทั้งสองฝ่ายเป็นชีวิตที่ส่งเสริมคุณค่าเพิ่มกำลังแก่กันและกันอีกด้วย

หน้าที่ของสามีต่อภรรยา

^{๒๓} หลักธรรมที่เกี่ยวข้องในการอยู่ร่วมกัน แหล่งที่มา [ออนไลน์], <https://th.wikipedia.org/wiki>, [๕ พฤษภาคม ๒๕๖๐].

๑. ยกย่องให้เกียรติ คือยกย่องว่าเป็นภรรยา ไม่ปิดบัง หากทำดี ก็ชมเชยด้วยใจจริง หากทำผิดก็เตือน แต่ไม่ตำหนิต่อหน้าสาธารณชนหรือคนในบ้าน เพราะจะเสียอานาจการปกครอง สิ่งใดเป็นเรื่องส่วนตัว เช่น การเลี้ยงเพื่อน พบปะญาติมิตร ควรให้อิสระตามสมควร

๒. อย่าดูหมิ่น ไม่เหยียบหยามว่าต่ำกว่าตน ไม่ดูถูกเรื่องตระกูล ทรัพย์ ความรู้ การแสดงความคิดเห็น ไม่กระทำเรื่องเกี่ยวกับครอบครัวโดยไม่ปรึกษาหารือ และห้ามทุบตีด่าทอเด็ดขาด

๓. ไม่นอกใจ ไม่ไปยุ่งเกี่ยวกับหญิงอื่นในฐานะเป็นภรรยาเหมือนกัน เพราะเป็นการดูหมิ่นความเป็นหญิงของภรรยา ให้เอาใจเขามาใส่ใจเรา ภรรยาทุกคนจะปลื้มใจที่สุด ถ้าสามีรักและซื่อตรงต่อตนเพียงคนเดียว

๔. มอบความเป็นใหญ่ให้ คือ มอบให้เป็นผู้จัดการภาระทางบ้าน ไม่เข้าไปก้าวก่ายในเรื่องการครัว การปกครองภายใน นอกจากเรื่องใหญ่ ๆ ซึ่งภรรยาไม่อาจแก้ปัญหาได้

๕. ให้เครื่องแต่งตัว ขึ้นชื่อว่าผู้หญิงล้วนชอบแต่งตัว สนใจเรื่องสวย ๆ งาม ๆ ถ้าได้เสื้อผ้าเครื่องแต่งตัวสวย ๆ งาม ๆ แล้วชื่นใจ ถึงจะโกรธเท่าไรก็ได้เครื่องแต่งตัวถูกใจ ประเดี๋ยวก็หายสามีก็ต้องตามใจบ้าง

หน้าที่ของภรรยาต่อสามี

๑. จัดการงานดี จัดบ้านให้สบายน่าอยู่ จัดอาหารให้ถูกปากและทันตามความต้องการจัดเสื้อผ้าเครื่องใช้ให้สะอาดอยู่เสมอดูแลลูกเต้าให้ความรักอบอุ่น ให้ลูกเติบโตขึ้นมามีสุขภาพแข็งแรงและเป็นคนดี

๒. สงเคราะห์ญาติข้างสามี ด้วยการเอื้อเฟื้อ กล่าววาจาไพเราะ ให้ความช่วยเหลือตามฐานะที่จะทำได้

๓. ไม่นอกใจ จงรักภักดี ซื่อสัตย์ต่อสามีเพียงผู้เดียว

๔. รักษาทรัพย์ให้ดี ไม่ฟุ่มเฟือย แต่ก็ไม่ตระหนี่ รู้จักใช้ทรัพย์ให้เป็น

๕. ขยันทำงาน ขยันขันแข็งทำงานบ้าน ไม่เอาแต่กินนอน เทียว หรือเล่นการพนัน

ประเพณีแต่งงานของไทยเรา เวลาเจ้าบ่าวเจ้าสาวรับน้ำพุทธรนต์ มักจะสวมมงกุฎแฝดไว้บนศีรษะคู่คล้ายๆ กับยัดคนสองคนไว้ด้วยกัน ความมุ่งหมายนั้นคือ จะยัดคนทั้งสองไว้ไม่ให้แยกจากกัน นั่นเป็นการยัดผูกเพียงภายนอกผิวเผิน ซึ่งช่วยอะไรไม่ได้จริงพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนให้ยัดเหมือนกัน แต่แทนที่จะสอนให้ยัดด้วยด้าย ทรงสอนให้ยัดเหนียวน้ำใจกันไว้ด้วยคุณธรรมที่เรียกว่าสังคหะ แทนการสงเคราะห์ ที่ทั้งสองฝ่ายปฏิบัติต่อกัน จะเป็นเงื่อนไข ๒ วง วงหนึ่งคล้องไว้ในใจสามี อีกวงหนึ่งคล้องไว้ในใจภรรยา ถ้าทำได้ตามหลักธรรมนี้แล้ว ต่อให้มนุษย์หน้าไหนก็มาพรากไปจากกันไม่ได้ แม้แต่ความตายก็พรากได้เพียงร่างกาย ส่วนดวงใจนั้นยังคงคล้องกันอยู่ชั่ววันรันดร์

๔.๗ รูปแบบสภาพปัญหาในปัจจุบันของคู่สมรสที่ไม่ได้อยู่ร่วมกัน

ปัญหาครอบครัว คือ ความขัดแย้งที่เกิดขึ้นกับสมาชิกภายในครอบครัว โดยเฉพาะอย่างยิ่งระหว่างสามีภรรยาผู้เป็นหัวหน้าหรือผู้นำครอบครัว ที่เกิดมีปฏิสัมพันธ์ที่ขัดกัน อาทิ มีความคิดเห็นที่แตกต่างกัน ไม่รับรู้หรือไม่เข้าใจความรู้สึกของคู่สมรสอีกฝ่ายหนึ่ง การสื่อสารที่ไม่เข้าใจกันหรือมีบทบาทที่ไม่สอดคล้องกัน เป็นต้น ซึ่งความขัดแย้งนี้อาจนำไปสู่การจบความสัมพันธ์ลงได้ หากว่าคู่

สมรสไม่พยายามเข้าใจซึ่งกันและกัน หรือไม่ร่วมมือกันหาทางเลือกที่ดีในการแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้น ภายหลังการแต่งงาน และเริ่มต้นชีวิตสมรส แม้ทั้งคู่จะมีพื้นฐานมาจากความรัก แต่สิ่งที่ปฏิเสธไม่ได้ ก็คือ การกระทบกระทั่งและมีข้อขัดแย้งเกิดขึ้น ความขัดแย้งจึงเป็นสิ่งที่คู่สมรสไม่ได้คาดหวัง หรือปรารถนาให้เกิดขึ้น สิ่งเหล่านี้ เป็นสาเหตุให้เกิดปัญหาครอบครัวตามมา ผู้ปกครองควรทำความเข้าใจถึงความรู้สึกที่ลูกต้องเผชิญกับสถานการณ์ดังกล่าว ควรมีการให้กำลังใจแก่ลูกซึ่งบางที่เป็นนักเรียน และจะเป็นการสร้างพื้นฐานในการสร้างความเข้าใจถึงพฤติกรรมที่เด็กแสดงออก และจะเป็นข้อมูลพื้นฐานในการที่จะช่วยเหลือ ให้คำปรึกษาแก่ลูกที่กำลังเผชิญกับการหย่าร้างหรือการสมรสใหม่ของครอบครัว ให้สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพครอบครัวที่เปลี่ยนแปลงไปและสามารถดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นได้อย่างมีความสุข"^{๒๔}

ดังนั้น การประคับประคองความสัมพันธ์ที่ดีของคู่สมรส รวมถึงการแก้ไขข้อขัดแย้งถือเป็นภาระที่สำคัญอีกประการหนึ่งของคู่สมรสเพื่อให้การครองรักของคู่สมรสสามารถผ่านมรสุมชีวิตและใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข ปัญหาครอบครัวแยกสาเหตุของปัญหาที่เกิดขึ้นระหว่างตัวสามีภรรยาจะเป็นปัญหภายใน ปัญหาครอบครัวที่มีสาเหตุมาจากสังคมจะเป็นปัญหภายนอก

๔.๗.๑ สาเหตุของการไม่ได้อยู่ร่วมกัน

หลายต่อหลายครอบครัวที่มีการใช้ชีวิตอยู่ด้วยกันสักระยะหนึ่งแล้วเกิดปัญหาครอบครัวแต่แยก ไม่ได้ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน ปัญหาเกิดจากสาเหตุต่างกันไม่ว่าจะเป็นความแตกต่างคนเราไม่มีใครคิดเหมือนกันได้ทุกอย่างในความเหมือนก็ต้องมีความแตกต่างเขาอาจคิดไม่เหมือนเรา เป็นเพราะเขามีลักษณะแตกต่างกันบางคนใช้ความคิดเป็นหลัก บางคนใช้ความรู้สึกตัดสินบางคนใช้สัญชาตญาณ เพราะฉะนั้นทุกคนมีความแตกต่างกันเราต้องรู้จักเรียนรู้และยอมรับ ความแตกต่างตรงนี้ให้ได้ โดยเฉพาะยอมรับข้อเสียของกันและกันได้ ถ้าเรายอมรับได้เรื่องร้าย ๆ ก็ไม่เกิดเพราะจริง ๆ แล้วคนเราไม่เปลี่ยนอยู่แล้วยาคาดหวังว่าเขาจะเปลี่ยนให้เราได้ไม่งั้นจะทำให้เราเสียใจ ทุกข์ใจเสียเปล่า ความเข้าใจเป็นสิ่งสำคัญที่สุดเพราะทั้งสองคนมาจากต่างครอบครัวถูกเลี้ยงดูมาต่างกัน แล้วถ้าเราเข้าใจเขา เขาเข้าใจเราก็ทำให้เราไม่ทะเลาะกันบางครั้งอาจจะมีเรื่องให้เราทั้งดีและร้ายแต่ถ้าเรารู้ว่าทำไมเขาทำแบบนี้เป็นแบบนี้เพราะอะไร รู้ที่มาที่ไปของพฤติกรรมของเขาเราก็จะไม่โกรธและในขณะเดียวกันเขาเองก็ควรจะเข้าใจตัวเราให้มาก ๆ ด้วยต้องเป็นความเข้าใจที่เกิดจากคนสองคน

บางคนเอาเรื่องที่ทำงานมาในตอนกลางวันมาปนกับเรื่องส่วนตัวไม่เอาเรื่องเครียดมาโยนใส่กัน เวลาเจอกันก็จะเล่าแต่สิ่งดี ๆ ให้เขาฟังหรืออาจปรึกษาเขาว่าควรทำอย่างไรดีไม่ใช่เจอกันก็บ่นใส่เขาจะทำให้เขารู้สึกว่าเจอที่ไรก็มีแต่เรื่องเครียด ๆ คุยกันเรื่องสนุก ๆ จะทำให้เขาสุขใจ สบายใจวิธีนี้จะทำให้เขาอยากเจอเรา อยากมาหาเราเพราะรู้ว่าอยู่กับเราแล้วมีความสุข เขาก็ไม่อยากจะไปไหน ให้คิดตลอดว่าชีวิตมันสั้นทำไมเราไม่ใช้ชีวิตที่เหลือให้มีความสุขรู้จักจูนจังหวะคู่สนทนาอารมณ์ของอีกฝ่ายให้ดีอย่างถ้าเขาทำงานมาเครียด ๆ แล้วเราเองก็มีเรื่องเครียดอยู่ เราก็ต้องดูอารมณ์เขาอย่าเพิ่งไปคุยเรื่องเครียดๆกับเขาถ้าเขาร้อนมาเราก็ต้องเย็นเข้าไป เอาอกเอาใจซึ่งกันและกัน ดูก่อนว่าเขาหัวเหนื่อย เครียดหรือไม่ ควรทำอะไรหรือหาอะไรที่เขาชอบพอเขาอารมณ์ดีเราค่อยคุยกับเขา แต่ถ้าวัน

^{๒๔} ภัสกร เลาสวัสดิกุล, การศึกษาความกลัวของนักเรียนที่มีต่อการหย่าร้าง และการสมรสใหม่ของครอบครัว. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา <http://www.manager.co.th/Family/ViewNews.aspx?NewsID> [๕ พฤษภาคม ๒๕๖๐].

นั้นเขาปกติก็ต้องดูอารมณ์ว่าควรจะทำอะไรจะฟังตอนไหน รู้จักให้อภัย เพราะหลังจากอยู่ด้วยกันแล้ว บางครั้งต่างฝ่ายต่างทำผิด ต่างฝ่ายต่างก็ต้องรู้จักให้อภัยกันอย่ามองในจุดเสียของเขาให้มาก พยายามมองแต่แง่ดี ๆ ใช้เหตุผลยอมรับที่เขาเป็นสัก ๗๐ เปอร์เซ็นต์ ปัญหาทุกอย่างย่อมมีทางออกที่ดีเสมอ ที่กล่าวมาในตอนต้น ถ้ามีเรื่องขัดแย้งจิตใจกันย่อมเกิดการแตกแยกครอบครัวกันเกิดขึ้น อยู่ในสาเหตุที่ครอบครัวไม่ได้อยู่ร่วมกัน ส่วนปัญหาหลัก ๆ ที่เกิดขึ้นในครอบครัวส่วนมากจะมีสาเหตุ ดังนี้

๔.๗.๒ ปัญหาระหว่างสามีภรรยา

๑. ปัญหาครอบครัวในด้านบทบาท ภายหลังจากแต่งงานคู่สมรส จะต้องเปลี่ยนแปลงบทบาทของตนเองจากเดิมไปสู่บทบาทของสามีภรรยา ซึ่งต่างก็มีบทบาทเฉพาะของตนเอง แต่การที่จะระบุชัดเจนว่า บทบาทใดเป็นของใครในลักษณะที่ตายตัวนั้น คงเป็นไปได้ยาก ข้อสำคัญอยู่ที่ว่า ทั้งสามี และภรรยาต้องเคารพและยอมรับในบทบาทของกันและกัน มีการปฏิบัติตนได้เหมาะสมและสอดคล้องกับบทบาทของตน โดยไม่เข้าไปก้าวล่วงในบทบาทของคู่สมรสจนกลายเป็นเหตุให้เกิดความขัดแย้งในครอบครัว

๒. ปัญหาครอบครัวในด้านทัศนคติ และค่านิยม จากความแตกต่างของครอบครัวเดิมที่หล่อหลอมด้วยพ่อแม่หรือบุคคลอื่นในครอบครัวก่อนที่จะมีการแต่งงาน ทำให้ทั้งคู่มิทัศนคติค่านิยม และวิถีปฏิบัติบางอย่างแตกต่างกัน เช่น ความคิดเห็นในเรื่องเศรษฐกิจ เงินทอง วัฒนธรรม ขนบธรรมเนียม และทัศนคติทางเรื่องเพศ เป็นต้น หากคู่สมรสยังมีทัศนคติ และค่านิยมแตกต่างกันมาก สิ่งตามมา คือ ปัญหาครอบครัว แต่หากทั้งคู่มีความเข้าใจ และพยายามปรับปรุงทัศนคติ และค่านิยมให้สอดคล้องกันได้ ปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวก็จะไม่เกิดขึ้น

๓. ปัญหาครอบครัวในด้านความประพฤติ หากคู่สมรสฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งไม่ยอมปรับเปลี่ยนประพฤติดังตนเอง และยังยึดติดอยู่กับรูปแบบการดำเนินชีวิตก่อนแต่งงาน โอกาสแห่งความขัดแย้งภายในครอบครัวที่จะนำมาสู่ปัญหาครอบครัวย่อมมีมาก ซึ่งสิ่งที่จะลดข้อขัดแย้งเหล่านี้ได้ ก็คือ การปรับตัวเข้าหากัน

๔. ปัญหาครอบครัวในด้านภาวะทางอารมณ์ การตัดสินใจในการแก้ไขปัญหาหรือการโต้ตอบต่อสถานการณ์ที่ต่างกันของสามี และภรรยาอาจ อาจนำมาซึ่งความขัดแย้ง บาดหมาง และไม่เป็นที่พอใจของอีกฝ่าย เพราะฉะนั้น ชีวิตสมรสจะประสบความสำเร็จได้ ย่อมขึ้นอยู่กับ การประนีประนอม ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ และความสามารถในการปรับตัวเข้าหากัน

๕. ปัญหาครอบครัวในด้านการขาดความซื่อสัตย์ ความไม่ซื่อสัตย์ในชีวิตสมรสเป็นสาเหตุสำคัญสาเหตุหนึ่งของความล้มเหลวในชีวิตการแต่งงาน ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการเงิน หรือเรื่องชู้สาวกับบุคคลอื่น ชีวิตสมรสที่มีความสุขควรอยู่กันอย่างเปิดเผยทั้ง ๒ ฝ่าย มีความจริงใจซึ่งกันและกัน เพราะสิ่งที่ตามมาภายหลังการขาดความซื่อสัตย์ก็คือ ความไม่ไว้วางใจซึ่งกันและกัน จนกลายเป็นสาเหตุของปัญหาความขัดแย้งในที่สุด

๖. ปัญหาครอบครัวในด้านทางเพศ จากความสัมพันธ์ทางเพศที่เป็นความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ หากสอดคล้องกับความรัก ย่อมทำให้เกิดความสัมพันธ์ในหญิงชายที่มากขึ้น เพศสัมพันธ์จึงเป็นประเด็นร่วมที่ทั้งสามี และภรรยาต้องเรียนรู้ และทำความเข้าใจ เพื่อการปรับเปลี่ยน และปรับปรุงแต่งให้เกิดความสมดุล

๔.๗.๓ ปัญหาครอบครัวที่เกิดจากสังคม

ปัญหาภายนอกของการครองรักครองเรือน นั้น มี ดังนี้

๑. ปัญหาครอบครัวในด้านวัฒนธรรม พื้นฐานทางวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน เช่น ศาสนา ภาษา ความเชื่อ และแผนการดำรงชีวิต หากวัฒนธรรมพื้นฐานที่สามีภรรยา มีมาเหมือนกัน ก็ย่อมมีโอกาสเกิดความขัดแย้งที่น้อยลง แต่หากสามี และภรรยา มีพื้นฐานทางวัฒนธรรมที่ต่างกันอย่างมาก ก็ย่อมนำมาซึ่งความขัดแย้งที่มีโอกาสเกิดมากขึ้น ดังนั้น จึงต้องมีการปรับตัว และยอมรับกับวัฒนธรรมของอีกฝ่ายให้ได้จึงจะช่วยลดความขัดแย้งให้น้อยลง

๒. ปัญหาครอบครัวในด้านการประกอบอาชีพ อาชีพเป็นสิ่งสำคัญต่อการดำเนินชีวิตเป็นอย่างมาก ซึ่งต้องรับหน้าที่ทั้งสามี และภรรยา ซึ่งอาจจะประกอบอาชีพของตนเอง หรือ ทำงานเป็นลูกจ้างนอกบ้าน หากสามีภรรยาไม่มีอาชีพทำมาหากินแล้ว ก็ย่อมไม่มีทรัพย์สินเงินทองที่จะมาใช้จ่ายจุนเจือแก่สมาชิกในครอบครัว ทำให้เกิดความยากจน ความอดอยากซึ่งจะนำมาสู่ความขัดแย้งกันในครอบครัว

๓. ปัญหาครอบครัวเพราะครอบครัวเดิมของคู่สมรส เครือญาติของทั้งสามีและภรรยา มีส่วนเป็นได้ทั้งผู้ส่งเสริมความมั่นคง และเป็นทั้งผู้ทำลายชีวิตการสมรสของคู่สามีภรรยา โดยเฉพาะกรณีที่สามีหรือภรรยาต้องเข้าไปอาศัยอยู่ในบ้านของคู่สมรสภายหลังการแต่งงาน ซึ่งประกอบด้วยพ่อแม่พี่น้องหรือเครือญาติของคู่สมรสอาศัยอยู่ด้วย ความขัดแย้งที่เกิดเพราะสาเหตุอันเนื่องมาจากเครือญาติจะมีโอกาสเกิดขึ้นได้มากยิ่งขึ้น หากคู่สมรสฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งหรือทั้ง ๒ ฝ่ายเป็นคนที่รับฟังความคิดเห็นของคนอื่น และชอบนำเอาแนวคิดของบุคคลอื่นนอกเหนือไปจากครอบครัวของตนเองมาเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต

๔. ปัญหาครอบครัวในด้านเศรษฐกิจ ปัญหาทางการเงินสำหรับชีวิตคู่มักเป็นปัญหาที่พบได้โดยทั่วไป และเป็นปัญหาที่สำคัญมากปัญหาหนึ่ง เพราะเงินทองเปรียบเสมือนตัวแทนของทุกสิ่งของที่เอื้อประโยชน์ และความสุขให้ชีวิต ทำให้รายได้ของครอบครัวกลายเป็นปัจจัยหนึ่งที่สังคมใช้เป็นดัชนีชี้วัดความสำเร็จของการใช้ชีวิตคู่ ซึ่งจะได้รับความเคารพนับถือจากคนในสังคมหากครอบครัวนั้นมีความร่ำรวย

๕. ปัญหาครอบครัวในด้านความคาดหวังของครอบครัว และสังคม ความคาดหวังของครอบครัว และสังคมอันมีหลายปัจจัยรวมกัน อาทิเช่น ความร่ำรวย การศึกษา ความเป็นคนดี เป็นต้น สิ่งเหล่านี้ ย่อมเกิดความคาดหวังของสมาชิกในครอบครัว และจากบุคคลรอบข้างในสังคม ซึ่งมีความเกี่ยวเนื่องเชื่อมโยงกัน หากสมาชิกในครอบครัวสามารถตอบสนองต่อความคาดหวังเหล่านั้นได้ ก็ย่อมนำความสุขมาให้แก่คนในครอบครัว และเป็นที่น่าพอใจต่อตาของคนในสังคม แต่หากตรงข้ามกัน คือ ครอบครัวมีความยากจน ไร้การศึกษา ไร้สมาชิกที่เป็นคนดี เป็นต้น สิ่งเหล่านี้ถือเป็นความผิดหวังของสมาชิกในครอบครัว และความคาดหวังของสังคมเช่นเดียวกัน ซึ่งจะนำไปสู่ความขัดแย้งของสมาชิกในครอบครัวตามมา

๔.๗.๔. วิธีแก้ปัญหาในครอบครัว

๑. ความซื่อสัตย์ และไว้วางใจ ความซื่อสัตย์ เป็นสิ่งที่หมายรวมหลายด้านเช่น ความซื่อสัตย์ไม่นอกใจกัน ความซื่อสัตย์ในการเงิน ความซื่อสัตย์ทางวาจาด้วยการไม่พูดโกหก สิ่งเหล่านี้จะนำมาซึ่งความไว้วางใจซึ่งกัน และกัน

๒. ตอบสนองเรื่องเพศสัมพันธ์ให้ดี การมีเพศสัมพันธ์ถือเป็นความต้องการทางกามารมณ์พื้นฐานที่มนุษย์ทุกคนมี ซึ่งชายหญิงนั้นต่างก็มีความต้องการทางเพศตามวัยหรือสภาพร่างกายที่กำหนดระดับความต้องการ การตอบสนองความต้องการทางเพศของอีกฝ่ายได้จึงถือเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้อีกฝ่ายไม่คิดนอกใจ เพราะหากไม่สามารถตอบสนองความต้องการนี้ได้ อีกฝ่ายก็มักสงสัยในความรักที่มีให้ สงสัยถึงความซื่อสัตย์ต่อกันว่ามีอยู่หรือไม่ และหากรุนแรงเกิน คือ อาจหาวิธีอื่นที่สามารถตอบสนองต่อตน เช่น การมีหญิงหรือชายอื่น แต่ทั้งนี้ มิใช่จะเกิดขึ้นในทุกคน แต่หากผู้ที่รู้จักหักห้ามความต้องการนั้นได้ด้วยการใช้หลักธรรมพิจารณาหรือคอยเตือนใจตนไม่ให้ประพฤติดีกย่อมไม่ทำให้เกิดปัญหาปัญหาครอบครัวตามมาได้

๓. ขยันทำงาน หาเงินทองจนเจือครอบครัวย ในสังคมปัจจุบัน เรื่องเงินทองเป็นสิ่งสำคัญมาก เพราะเป็นปัจจัยที่จะช่วยจนเจือครอบครัวยให้มีอยู่มีกิน และให้เป็นปกติสุขได้ แต่การที่จะได้มาซึ่งเงินทองเหล่านั้น ก็ต้องรู้จักทำอาชีพการงาน มิใช่ไม่ทำอะไรเลย คอยแต่โชคกลางหรืออาศัยผู้อื่นคงไม่ได้ หากไม่มีเงินทองแล้ว คนในครอบครัวย่อมอดอยาก เป็นทุกข์ทวงกาย และใจ นำมาสู่ความขัดแย้งกันในเวลาต่อมา

๔. การทุ่มเทกำลังกาย และกำลังใจให้แก่กัน การอุทิศตนให้แก่กันหรือการทุ่มเทกำลังกาย กำลังใจให้แก่สมาชิกในครอบครัว เป็นสิ่งที่แสดงออกถึงความรัก และความห่วงใยที่มีให้แก่กัน สมาชิกครอบครัวที่ได้รับย่อมมอบความรักเป็นสิ่งตอบแทน และที่สำคัญ คือ การทำให้สมาชิกในครอบครัวรู้จักทุ่มเทตนให้แก่ผู้อื่นเช่นกัน

๕. การเอาใจใส่ดูแล และเอื้ออาทรต่อกัน การเอาใจใส่ และเอื้ออาทร คือ การแสดงออกถึงความห่วงใย ทั้งในด้านการอยู่อาศัย สุขภาพกาย และใจ เงินทองทรัพย์สินสำหรับใช้จ่าย ซึ่งสิ่งเหล่านี้ มีความจำเป็นต้องเกื้อหนุนซึ่งกัน และกัน ให้มีอย่างเพียงพอ

๖. การยอมรับในตัวตนของกัน และกัน การยอมรับในตัวตนของคู่ชีวิตหรือสมาชิกในครอบครัว เป็นสิ่งหนึ่งที่แสดงออกถึงความรักที่แท้จริง อันปราศจากความรังเกียจ การดูหมิ่นซึ่งกัน และกัน ไม่ว่าจะเป็นทางรูปร่าง ทางชาติตระกูล ทางฐานะเงินทอง ทางการศึกษา เป็นต้น เพราะสิ่งเหล่านี้จะต้องยอมรับให้ได้ก่อนที่จะมาแต่งงานอยู่ด้วยกันหรือหากรับรู้ภายหลังก็ต้องยอมรับในสิ่งเหล่านั้นจึงจะทำให้ชีวิตคู่ดำเนินไปได้ โดยไม่ให้เกิดปัญหาครอบครัวตามมา

๗. การเคารพให้เกียรติคู่สมรส การเคารพให้เกียรติต่อผู้เป็นสามีหรือภรรยา ถือเป็นการแสดงออกถึงการรู้จักคุณค่าของอีกฝ่าย รู้จักในสิทธิของอีกฝ่าย และเป็นการให้ความสำคัญต่ออีกฝ่าย สิ่งเหล่านี้ เมื่อสามีหรือภรรยาได้รับแล้ว ย่อมทำให้เกิดความภาคภูมิใจที่ตนเป็นส่วนสำคัญในชีวิตของอีกฝ่าย และจะแสดงออกด้วยการรู้จักให้การเคารพแก่เราเช่นกัน

๘. รู้จักอดทน และให้อภัย การใช้ชีวิตคู่ แต่ละคนอาจมีสิ่งที่เหมือน สิ่งที่แตกต่าง อาจมีสิ่งที่ชอบ และสิ่งไม่ชอบ จึงต้องกระทบกระทั่งกันบ้าง แต่หากฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งไม่รู้จักอดทน ไม่รู้จักนิ่งเฉย หรือ ไม่รู้จักคำว่าขอโทษ และให้อภัย ก็ย่อมจะเพิ่มความขัดแย้งที่รุนแรงมากขึ้น แต่หากทั้งคู่รู้จักที่จะกระทำในสิ่งที่กล่าวมาก็ย่อมลดความขัดแย้งลงได้^{๒๕}

^{๒๕} ปัญหาครอบครัว. แหล่งที่มา [ออนไลน์], <http://thaihealthlife.com/ปัญหาครอบครัว>. [๒๐ พฤษภาคม ๒๕๖๐].

๔.๘ สรุป

รูปแบบการใช้ชีวิตของคู่สมรสตามหลักฆราวาสธรรม ๔ นั้น เป็นรูปแบบที่มีความมั่นคงถาวรตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา คือ

รูปแบบการใช้หลักสัจจะในการครองเรือนของคู่สมรส คือ สัจจะ ซึ่งแปลว่า จริง ตรง แท้ เป็นหลักความซื่อสัตย์ความจริงใจต่อคนที่เรารัก ซึ่งธรรมชาติของคนเรานั้นก็ย่อมต้องการความจริงใจ หากไม่มีความจริงใจให้กันอีกฝ่ายหนึ่งก็ต้องรู้ตัวแน่ ๆ บางคนขนาดไม่ค่อยสนิทกันยังรู้เลยว่าคนอื่นไม่จริงใจกับตนเอง ดังนั้นการคบหาสมาคมระหว่างบุคคลในสังคมไม่ว่าจะอยู่ในฐานะใดจำต้องมีหลักธรรมสัจจะซ่อนอยู่ด้วยเสมอ แต่การมีความจริงใจอย่างเดียวโดยไม่แสดงออกก็ยังไม่พอเพราะการแสดงออกซึ่งความซื่อสัตย์และความจริงใจต่อบุคคลที่เรารู้จักจะทำให้เป็นรากฐานสำคัญที่สืบสานความสัมพันธ์ระหว่างกัน ซึ่งหากมีความจริงใจและซื่อสัตย์ความสัมพันธ์ต่อกันก็จะสามารถสานต่อสัมพันธ์กันในระยะยาวได้ต่อไป

รูปแบบการใช้หลักทมะในชีวิตการครองเรือนของคู่สมรส คือ การใช้สติและปัญญาในการตัดสินใจควบคุมจิตใจในการทำความเข้าใจคนที่เรารัก รวมถึงเข้าใจถึงความเป็นไปอันแท้จริงของโลกนี้ด้วย หากเราไม่มีธรรมะข้อนี้เท่ากับว่าเราเป็นคนที่ไม่เข้าใจการใช้สติปัญญาในการพิจารณาเรื่องต่าง ๆ ซึ่งผลร้ายของการปล่อยให้อารมณ์หรือข้อบกพร่องที่มีมาควบคุมเราได้นั้น ก็จะกลายเป็นเหตุให้เราแตกแยกความสามัคคีกับคนที่เรารักหรือกับผู้อื่น การที่ไม่สามัคคีหรือไม่ลงรอยกันเป็นแค่อาการเบื้องต้นของการที่เรามีหลักธรรมทมะต่ำ แต่อาการขั้นต่อไปนั้น ความแตกร้าวจะทำลายชีวิตคู่รักให้แตกขาดจากกันอย่างสมบูรณ์แบบการใช้หลักขยันและอดทน การมองโลกในแง่ดี และการปฏิบัติงามศีล ๕ เป็นคุณธรรมที่ช่วยสนับสนุนและฝึกหัดให้รู้จักการรู้จักข่มใจตนเองรู้จักเกรงกลัวและละอายต่อบาป (หิริโอตตัปปะ) ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันเหมือนเป็นเพื่อนทั้งเพื่อนคู่คิดและเพื่อนคู่ชีวิต จะรับผิดชอบงานในบ้านตามหลักการปฏิบัติของสามีพึงที่ดีต่อภรรยาในเรื่องการแสวงหาทรัพย์การให้การดูแล และการให้เกียรติแก่ภรรยาให้ความเป็นใหญ่ในการดูแลรักษาทรัพย์แก่ผู้เป็นภรรยา

รูปแบบการใช้หลักขันติในชีวิตการครองเรือนของคู่สมรส คือ การมีความอดทน อดกลั้น ซึ่งหลักธรรมข้อนี้ ไม่ใช่เพียงจำเป็นต่อชีวิตคู่เท่านั้นแต่เป็นหลักที่สำคัญมากที่ต้องมี หากต้องการให้ชีวิตสมหวังสำเร็จดังใจหมาย ความอดทนนั้น เป็นหลักการตั้งแต่สมัยโบราณแล้วซึ่งแม้แต่ปัจจุบันนี้ก็ตามหากใครไม่มีดูเหมือนว่า ชีวิตนี้จะยากที่จะประสบความสำเร็จได้และสำหรับชีวิตคู่ที่นอกจากจะต้องมีความซื่อสัตย์ ความจริงใจและความเข้าใจกันแล้วจะต้องมีความอดทนอดกลั้นอีกด้วยให้รู้จักอดทนต่อคำกล่าวติขินินทาของอีกฝ่ายหรือคนอื่น ๆ เขาจะว่าอะไรก็ให้พยายามอดทนเอาไว้เก็บอารมณ์เอาไว้ อย่าแสดงออกตอบเพราะหากแสดงออกในการโต้ตอบ ก็จะนำไปสู่การก่อวิวาทกันโกรธเคืองกันผิดใจกัน เวลาที่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งโกรธก็ให้อีกฝ่ายพยายามอย่าโกรธตอบ หรือทางที่ดีที่สุดให้เดินหนีไปให้ไกล อย่าพูดด้วยรอให้อารมณ์โกรธสงบลงก่อนจึงค่อยพูดด้วยเพราะในเวลาที่โกรธจะไม่มีสติมักไม่ยอมรับฟังเหตุผลของอีกฝ่าย มักใช้กำลังในการแก้ปัญหาขึ้นพูดด้วยก็จะเข้าส่านวน

ไทยที่ว่า สืขอให้ควายฟัง หรือ เป่าปี่ให้ควายฟัง ทำอย่างไรก็ไม่รู้เรื่อง เสียเวลาเปล่า ดังนั้น จะต้องฝึกให้มีทักษะคือความอดทนในการใช้ชีวิตร่วมกัน

รูปแบบการใช้หลักจาคะในการครองเรือนของคู่สมรส คือ จาคะ แปลว่า ความเสียสละ ความเผื่อแผ่ แบ่งปันหรือคือการให้นั่นเอง จาคะนั้นมีความหมายรวมถึงรู้จักสละสิ่งของช่วยเหลือผู้อื่น ด้วย ซึ่งโดยปกติของชีวิตคู่หนึ่งเราต้องช่วยเหลือเกื้อกูลคนรักของเราตลอดเวลา เรียกว่าต้องแบ่งปันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน แต่ถ้ามีฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งมุ่งจะเอากับคนรักอย่างเดียวก็จะทำให้เกิดการเบียดเบียนเข้าทำนองรู้ว่า อีกฝ่ายหนึ่งตั้งใจจะเอาเปรียบทำให้ไม่อาจอยู่ร่วมกันยืดยาวได้ ซึ่งการให้ที่ดีนั้น จะต้องอยู่บนหลักของ ผู้ให้ด้วยความเต็มใจ ผู้รับก็รับด้วยความสุขผู้ให้ก็มีความสุขไปด้วย แต่ถ้าเป็นการบังคับเอาจากผู้อื่นโดยที่ผู้ให้ก็ไม่เต็มใจจะให้อยอมไม่ทำให้เกิดความสุขทั้งผู้ให้และผู้รับ หลักคุณธรรมด้านอื่นที่สนับสนุนหลักพรหมวิหารธรรม ซึ่งการครองเรือนของคู่สมรสทั่วไป โดยเฉพาะคู่สามีภรรยาที่ใช้ชีวิตร่วมกันได้ยืนยาวจนตายจากกัน คือคู่สมรสที่นำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาใช้ในการใช้ชีวิตร่วมกัน ซึ่งหมายถึง รูปแบบของคู่สมรสที่มีความสมบูรณ์ คือรูปแบบของการใช้หลักพรหมวิหารธรรม ๔ ประการ ได้แก่ สัจจะ ทมะ ขันติ จาคะ ก็จะทำให้ทั้งสองครองชีวิตคู่อย่างมีความสุข

บทที่ ๕

ผลของการวิจัยและข้อเสนอแนะ

ครอบครัวคือสถาบันพื้นฐานของทางสังคม ถ้าครอบครัวแต่ละครอบครัวในสังคมมีความมั่นคงก็หมายความว่า สังคมนั้นมีความมั่นคงไปในตัวด้วยเพราะครอบครัวคือสถาบันพื้นฐานที่เล็กที่สุด เมื่อครอบครัวแต่ละครอบครัวมีความมั่นคงเป็นฐานรองรับในบทนี้ผู้วิจัยได้ศึกษา “การประยุกต์หลักฆราวาสธรรมสำหรับการครองเรือนของคู่สมรส” มาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันดังนี้ การมีคู่ครอง (การแต่งงาน) เป็นไปตามเหตุตามปัจจัย ไม่อยู่ในอำนาจบังคับบัญชาของใครทั้งสิ้น และไม่พ้นไปจากธรรม ด้วย เพราะสิ่งที่มีจริงในชีวิตประจำวัน เป็นธรรมทั้งหมด ตราบใดที่ยังไม่ได้ดับโลภะ ความติดข้องยินดีพอใจในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ได้อย่างหมดสิ้น โลภะ ก็เกิดขึ้นทำกิจหน้าที่ติดข้องในสิ่งที่กำลังปรากฏ แต่ในชีวิตประจำวันก็ไม่ได้มีเฉพาะโลภะ หรืออกุศลธรรมเท่านั้นที่เกิดขึ้นเป็นไป โอกาสของกุศลธรรม ก็มีด้วย ขึ้นอยู่กับว่าผู้นั้นจะโน้มไปในทางที่เป็นกุศลมากน้อยแค่ไหน ความประพฤติดีที่พึงทำทั้งหลายทั้งปวง

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

หลักศีลธรรมสำหรับชาวพุทธที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงประทานสั่งสอนไว้มีมากมายหลายระดับ ทั้งที่เหมาะสมกับการดำรงชีวิตประจำวัน และระดับที่สูงขึ้นไป หากพุทธศาสนิกชนทุกคนล้วนแต่ตั้งมั่นอยู่ในคำสั่งสอนของท่าน ย่อมบังเกิดความสงบสุขในการดำเนินชีวิต และในสังคมที่เราอาศัยอยู่อย่างแน่นอน แต่ปัญหาที่เกิดขึ้นในปัจจุบันนี้ล้วนแล้วแต่มาจากการที่ คนเราไม่ตั้งมั่นอยู่ในธรรมนั่นเองหลังจากที่ได้นำเสนอการฝึกจิตไปแล้ว ทั้งสมาธิและการดูจิต ต่อมาสำหรับหลักการปฏิบัติตนที่ขาดไม่ได้เลย คือการฝึกฝนตนให้เป็นคนดีพร้อม เพื่อที่ความรักจะได้สมหวังดีพร้อมเช่นกัน เพราะถ้าหากเรามีความบกพร่องหลายประการ เป็นคนที่ไม่ดีพอ ก็จะเหมือนกับโองที่รั่ว แม้มีน้ำไหลเข้าโอง น้ำก็ย่อมไหลออกทางรูรั่วอยู่ดี และถึงแม้ในพุทธศาสนาจะมีคำกล่าวที่ว่า “ที่ใดมีรัก ที่นั่นมีทุกข์” ซึ่งอาจตีความหมายคำว่า “รัก” คือ “ความทุกข์” แต่อย่างไรก็ดี ในหลักคำสอนของพุทธศาสนาก็ไม่ได้ปฏิเสธให้คนไร้ความรัก แต่ในทางตรงกันข้าม ก็มีหลักธรรมที่สอนให้คนรักกันอย่างดีมีศีลธรรม ปฏิบัติตนอย่างผู้ที่เจริญแล้ว และครองเรือนอย่างมีคุณค่า มีหลักธรรมในหัวใจ ซึ่งหลักธรรมที่ใช้ในการปฏิบัติตนสำหรับทุกคนที่มีความรัก คือ “ฆราวาสธรรม ๔ หลักฆราวาสธรรม ๔ นี้ จะสอนให้คนเรารู้จักการดำเนินชีวิตทางโลกอย่างผู้ประสบความสำเร็จ

ฆราวาสธรรม ประกอบด้วย ๒ คำ “ฆราวาส” แปลว่า ผู้ดำเนินชีวิตในทางโลก ผู้ครองเรือน และ “ธรรม” แปลว่า ความถูกต้อง ความดีงาม นิสสัยที่ดีงาม ฆราวาสธรรม ประกอบด้วยธรรมะ ๔ ประการ คือ สัจจะ ทมะ ขันติ และจาคะ โดยหลักธรรม ๔ ประการนี้ มีความสำคัญต่อการสร้างตัว

ของขรรวาทสมาทานในพระไตรปิฎกบันทึกว่า พระพุทธองค์ทรงให้เหล่าสาวกของพระองค์ไปถามผู้รู้ท่านอื่น ๆ ว่า มีสิ่งใดในโลกนี้ที่สร้างเกียรติยศให้คนเราได้เท่ากับการมี “สัจจะ” หรือไม่ มีสิ่งใดในโลกนี้ที่สร้างปัญญาให้คนเราได้เท่ากับการมี “ทมะ” หรือไม่ มีสิ่งใดในโลกนี้ที่สร้างทรัพย์สมบัติให้คนเราได้เท่ากับการมี “ขันติ” หรือไม่ และมีสิ่งใดในโลกนี้ที่สร้างหมู่มิตรให้คนเราได้เท่ากับการมี “จาคะ” หรือไม่ ซึ่งการที่พระพุทธองค์ทรงให้สาวกของพระองค์ไปถามผู้รู้ท่านอื่น ๆ อย่างนี้ ก็เป็นเครื่องยืนยันอย่างยิ่งยวดว่า ไม่มีธรรมะใด ๆ ที่จะใช้สร้างตัวให้ประสบความสำเร็จได้ยิ่งกว่าธรรมะอันประเสริฐ ๔ ประการนี้

ดังนั้น หากบุคคลต้องการที่จะประสบความสำเร็จทั้งในชีวิต การงาน ตำแหน่ง ฐานะ และความรัก ต้องสร้าง สัจจะ ทมะ ขันติ และจาคะให้เกิดขึ้นกับตน ตามหลักขรรวาทธรรม ๔ ยิ่งถ้าสร้างและพัฒนาตัวเองจนเป็นคุณสมบัติขั้นพื้นฐานประจำตนได้นั้น ก็จะทำให้สามารถสร้างเกียรติยศ สร้างปัญญา สร้างทรัพย์สมบัติ และสร้างหมู่ญาติมิตรให้เกิดขึ้นได้สำเร็จด้วยกำลังความเพียรของตน การมีชีวิตคู่ที่จะเป็นปีกแผ่นมั่นคงได้นั้น ไม่ใช่จะมาจากการความร่ำรวยเป็นพื้นฐานเสมอเหมือนเท่านั้น แต่ที่สำคัญยิ่งที่จะทำให้อยู่กันตลอดรอดฝั่ง คือการมีคุณธรรมเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจของทั้งสองฝ่ายต่างหาก เช่น สมธรรม ๔ ประการ คือสมศรัทธา สมศีลา สมจาคา และ สมปัญญา นอกจากนี้ ต้องยึดหลักขรรวาทธรรม คือธรรมะสำหรับผู้ครองเรือน คือ สัจจะซื่อสัตย์จริงใจต่อกัน ทมะ ช่มใจไว้ได้ ไม่โต้ตอบ ขันติ อดทนได้ จาคะ เสียสละและอภัยให้กันและกันได้ เป็นต้น ถ้าพื้นฐานเดิม ทรัพย์สินไม่สู้จะดีนัก ต้องหมั่นขยันหมั่นเพียรในการทำมาหาเลี้ยงชีพ เพราะพระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า คนขยัน ย่อมหาทรัพย์ได้ รู้จักรักษาทรัพย์ที่หามาได้ไม่นำไปใช้จ่ายในทางอบายมุข คบเพื่อนเป็นคนดี ไม่คบคนติดยาเสพติด หัวขโมย และเลี้ยงชีวิตอย่างเหมาะสมยึดมั่นในความพอเพียงพอประมาณ นกน้อยทำรังแต่พอตัว ถ้าทำได้ ชีวิตคู่มั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืนแน่นอน ดังบทกลอนที่ว่า “จะทำให้ชีวิตคู่มั่นคงตลอดกาลนิรันดร์ จงกว่าชีวิตจะหาไม่ เป็นไม้เท้ายอดทองไม้กระบองยอดเพชร”

การประยุกต์ใช้หลักสัจจะในชีวิตการครองเรือนจะใช้หลักสัจจะ ซึ่งแปลว่า จริง ตรง แท้ เป็นหลักความซื่อสัตย์ความจริงใจต่อคนที่เรารัก ซึ่งธรรมชาติของคนเรานั้นก็ย่อมต้องการความจริงใจ หากไม่มีความจริงใจให้กันอีกฝ่ายหนึ่งก็ต้องรู้ตัวแน่ ๆ บางคนขนาดไม่ค่อยสนิทกันยังรู้เลยว่าคนอื่นไม่จริงใจกับตนเอง ดังนั้นการคบหาสมาคมระหว่างบุคคลในสังคมไม่ว่าจะอยู่ในฐานะใดจำเป็นต้องมีหลักธรรมสัจจะขื่อนี้อยู่ด้วยเสมอ แต่การมีความจริงใจอย่างเดียวโดยไม่แสดงออกก็ยังไม่พอเพราะการแสดงออกซึ่งความซื่อสัตย์และความจริงใจต่อบุคคลที่เรารู้จักจะทำให้เป็นรากฐานสำคัญที่สืบสานความสัมพันธ์ระหว่างกัน ซึ่งหากมีความจริงใจและซื่อสัตย์ความสัมพันธ์ต่อกันก็จะสามารถสานต่อสัมพันธ์กันในระยะยาวได้ต่อไป การประยุกต์ใช้หลักทมะในชีวิตการครองเรือน หลักอันแท้จริงของทมะก็คือการใช้สติและปัญญาในการตัดสินใจควบคุมจิตใจในการทำ ความเข้าใจคนที่เรารัก รวมถึงเข้าใจถึงความเป็นไปอันแท้จริงของโลกนี้ด้วย หากเราไม่มีธรรมะข้อนี้เท่ากับว่าเราเป็นคนที่ขาดการใช้สติปัญญาในการพิจารณาเรื่องต่าง ๆ ซึ่งผลร้ายของการปล่อยให้อารมณ์หรือข้อบกพร่องที่มีมาควบคุมเราได้นั้น ก็จะกลายเป็นเหตุให้เราแตกแยกความสามัคคีกับคนที่เรารักหรือกับผู้อื่น

การที่ไม่สามัคคีหรือไม่ลงรอยกันเป็นแค่อาการเบื้องต้น ของการที่เราไม่มีหลักธรรมทมะต่ำ

แต่อาการขั้นต่อไปนั้น ความแตกร้าจะทำลายชีวิตคู่รักให้แตกขาดจากกันอย่างสมบูรณ์แบบ การใช้หลักขยันและอดทน การมองโลกในแง่ดี และการปฏิบัติตามศีล ๕ เป็นคุณธรรมที่ช่วยสนับสนุนและฝึกให้รู้จักข่มใจตนเองรู้จักเกรงกลัวและละอายต่อบาป (หิริโอตตะปะ) การใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันเหมือนเป็นเพื่อนทั้งเพื่อนคู่คิดและเพื่อนคู่ชีวิต จะรับผิดชอบงานในบ้านตามหลักการปฏิบัติของสามีพี่ที่ดีต่อภรรยาในเรื่องการแสวงหาทรัพย์การให้การดูแล และการให้เกียรติแก่ภรรยาให้ความเป็นใหญ่ในการดูแลรักษาทรัพย์แก่ผู้เป็นภรรยา การประยุกต์หลักขันติในชีวิตการครองเรือน คือการมีความอดทนอดกลั้นซึ่งหลักธรรมข้อนี้ ไม่ใช่เพียงจำเป็นต่อชีวิตคู่เท่านั้นแต่เป็นหลักที่สำคัญมากที่ต้องมีหากต้องการให้ชีวิตสมหวังสำเร็จดังใจหมาย ความอดทนนั้นเป็นหลักการตั้งแต่สมัยโบราณแล้วซึ่งแม้แต่ปัจจุบันนี้ก็ตามหากใครไม่มีดูเหมือนว่า ชีวิตนี้จะยากที่จะประสบความสำเร็จได้และสำหรับชีวิตคู่ที่นอกจากจะต้องมีความซื่อสัตย์ ความจริงใจและความเข้าใจกันแล้วจะต้องมีความอดทนอดกลั้นอีกด้วยให้รู้จักอดทนต่อคำกล่าวติขินินทาของอีกฝ่ายหรือคนอื่น ๆ เขาจะว่าอะไรก็ให้พยายามอดทนเอาไว้เก็บอารมณ์เอาไว้ อย่าแสดงออกตอบเพราะหากแสดงออกตอบก็จะนำไปสู่การก่อวิวาทกันโกรธเคืองกันผิดใจกัน เวลาที่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งโกรธก็ให้อีกฝ่ายพยายามอย่าโกรธตอบ หรือทางที่ดีที่สุดให้เดินหนีไปให้ไกล อย่าพูดด้วยร่อให้อาการความโกรธสงบลงก่อนจึงค่อยพูดด้วย เพราะในเวลาที่ไม่โกรธจะไม่มีสติ มักไม่ยอมรับฟังเหตุผลของอีกฝ่าย มักใช้กำลังในการแก้ปัญหาขึ้นพูดด้วยก็จะเข้าสำนวนไทยที่ว่า สีสขอให้ควายฟัง หรือ เป่าปี่ให้ควายฟัง

ดังนั้น จึงต้องอดทนเอาไว้ การประยุกต์ใช้หลักจากะในชีวิตการครองเรือน จากะ แปลว่า ความเสียสละความเผื่อแผ่ แบ่งปันหรือคือการให้นั้นเอง จากะนั้นมีความหมายรวมถึงรู้จักสละสิ่งของช่วยเหลือผู้อื่นด้วย ซึ่งโดยปกติของชีวิตคู่ที่เราต้องช่วยเหลือเกื้อกูลคนรักของเราตลอดเวลา เรียกว่าต้องแบ่งปันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน แต่ถ้ามีฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งมุ่งจะเอากับคนรักอย่างเดียวก็จะทำให้เกิดการเบียดเบียนเข้าทำนองรู้ว่า อีกฝ่ายหนึ่งตั้งใจจะเอาเปรียบทำให้ไม่อาจอยู่ร่วมกันยึดได้ ซึ่งการให้ที่ดีนั้น จะต้องอยู่บนหลักของ ผู้ให้ด้วยความเต็มใจ ผู้รับก็รับด้วยความสุขผู้ให้ก็จะมีความสุขไปด้วย แต่ถ้าเป็นการบังคับเอาจากผู้อื่นโดยที่ผู้ให้ก็ไม่เต็มใจจะให้อยอมไม่ทำให้เกิดความสุขทั้งผู้ให้และผู้รับ หลักคุณธรรมด้านอื่นที่สนับสนุนหลักฆราวาสธรรม โดยเฉพาะข้อที่ว่าด้วยหน้าที่ของสามีและภรรยาที่จะพึงปฏิบัติต่อกันทั้งสามีและภรรยา ต่างก็มีหน้าที่ที่ต้องทำต่อกัน โดยสามีมีหน้าที่ที่ต้องปฏิบัติต่อภรรยา รูปแบบการครองเรือนปัจจุบันของคู่สมรส ครอบครัว หมายถึง กลุ่มคนที่อยู่ร่วมกันซึ่งอาจมีความสัมพันธ์ทางสายเลือดหรือไม่มีความสัมพันธ์ทางสายเลือด อันประกอบด้วยบุคคลที่แต่งงานกัน บุตรผู้เป็นทายาท ปู่ย่า ตายายผู้มีอุปการะและบุคคลอื่นที่มารวมอาศัยอยู่ร่วมกันซึ่งบุคคลทั้งหลายเหล่านี้ ถูกสานสัมพันธ์ด้วยความรัก ความห่วงใย และบทบาทหน้าที่เพื่อการดำรงอยู่ของครอบครัว ครอบครัว ซึ่งเป็นสถาบันหนึ่งในสังคมที่ประกอบด้วยสมาชิกตั้งแต่ ๒ คนขึ้นไป มาอยู่ร่วมกันในครัวเรือนเดียวกันในฐานะสามีภรรยาพ่อแม่พี่น้องมีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด

การสมรส คือ การยอมรับกันของชายหญิงว่าเป็นสามีกันตามกฎหมาย มีการตัดสินใจร่วมกันมีการรับรู้ความทุกข์สุข มีการติดต่อสื่อสารระหว่างกันและกัน ช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน มีการถ่ายทอดวัฒนธรรมและจริยธรรมต่าง ๆ เพื่อการดำรงอยู่ในสังคมต่อไปในสังคมไทยรูปแบบของครอบครัวมีหลายประเภทด้วยกัน รูปแบบสภาพปัจจุบันของคู่สมรสที่ไม่ได้อยู่ร่วมกัน จะมาจากปัญหาครอบครัว คือ ความขัดแย้งที่เกิดขึ้นกับสมาชิกภายในครอบครัว โดยเฉพาะอย่างยิ่งระหว่าง

สามีภรรยาผู้เป็นหัวหน้าหรือผู้นำครอบครัว ที่เกิดมีปฏิสัมพันธ์ที่ขัดกัน อาทิ มีความคิดเห็นที่แตกต่างกัน ไม่รับรู้หรือไม่เข้าใจความรู้สึกของคู่สมรสอีกฝ่ายหนึ่ง การสื่อสารที่ไม่เข้าใจกันหรือมีบทบาทที่ไม่สอดคล้องกัน เป็นต้น ซึ่งความขัดแย้งนี้อาจนำไปสู่การจบความสัมพันธ์ลงได้ หากว่าคู่สมรสไม่พยายามเข้าใจซึ่งกันและกัน หรือไม่ร่วมมือกันหาทางเลือกที่ดีในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นภายหลังการแต่งงาน และเริ่มต้นชีวิตสมรส แม้ทั้งคู่จะมีพื้นฐานมาจากความรัก แต่สิ่งที่ปฏิเสธไม่ได้ ก็คือ การกระทบกระทั่งและมีข้อขัดแย้งเกิดขึ้น ความขัดแย้งจึงเป็นสิ่งที่คู่สมรสไม่ได้คาดหวัง หรือปรารถนาให้เกิดขึ้น สิ่งเหล่านี้ เป็นสาเหตุให้เกิดปัญหาครอบครัวตามมา ผู้ปกครองควรทำความเข้าใจถึงความรู้สึกที่ลูกต้องเผชิญกับสถานการณ์ดังกล่าว ควรมีการให้กำลังใจแก่ลูกซึ่งบางที่เป็นนักเรียนและจะเป็นการสร้างพื้นฐานในการสร้างความเข้าใจถึงพฤติกรรมที่เด็กแสดงออก และจะเป็นข้อมูลพื้นฐานในการที่จะช่วยเหลือ ให้คำปรึกษาแก่ลูกที่กำลังเผชิญกับการหย่าร้างหรือการสมรสใหม่ของครอบครัว ให้สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพครอบครัวที่เปลี่ยนแปลงไปและสามารถดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นได้อย่างมีความสุข

ในรูปแบบการใช้ชีวิตของคู่สมรสตามหลักฆราวาสธรรม ๔ นั้น เป็นรูปแบบที่มีความมั่นคงถาวรตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา คือ

รูปแบบการใช้หลักสัจจะในการครองเรือนของคู่สมรส คือ สัจจะ ซึ่งแปลว่า จริง ตรง แท้ เป็นหลักความซื่อสัตย์ความจริงใจต่อคนที่เรารัก ซึ่งธรรมชาติของคนเรานั้นก็ย่อมต้องการความจริงใจ หากไม่มีความจริงใจให้กันอีกฝ่ายหนึ่งก็ต้องรู้ตัวแน่ ๆ บางคนขนาดไม่ค่อยสนิทกันยังรู้เลยว่าคนอื่นไม่จริงใจกับตนเอง ดังนั้นการคบหาสมาคมระหว่างบุคคลในสังคมไม่ว่าจะอยู่ในฐานะใดจำต้องมีหลักธรรมสัจจะข้อนี้อยู่ด้วยเสมอ แต่การมีความจริงใจอย่างเดียวโดยไม่แสดงออกก็ยังไม่พอเพราะการแสดงออกซึ่งความซื่อสัตย์และความจริงใจต่อบุคคลที่เรารู้จักจะทำให้เป็นรากฐานสำคัญที่สืบสานความสัมพันธ์ระหว่างกัน ซึ่งหากมีความจริงใจและซื่อสัตย์ความสัมพันธ์ต่อกันก็จะสามารถสานต่อสัมพันธ์กันในระยะยาวได้ต่อไป

รูปแบบการใช้หลักทมะในชีวิตรองเรือนของคู่สมรส คือ การใช้สติและปัญญาในการตัดสินใจควบคุมจิตใจในการทำความเข้าใจคนที่เรารัก รวมถึงเข้าใจถึงความเป็นไปอันแท้จริงของโลกนี้ด้วย หากเราไม่มีธรรมะข้อนี้เท่ากับว่าเราเป็นคนที่ไม่สามารถนำสติปัญญาในการพิจารณาเรื่องต่าง ๆ ซึ่งผลร้ายของการปล่อยให้อารมณ์หรือข้อบกพร่องที่มีมาควบคุมเราได้นั้น ก็จะกลายเป็นเหตุให้เราแตกแยกความสามัคคีกับคนที่เรารักหรือกับผู้อื่น การที่ไม่สามัคคีหรือไม่ลงรอยกันเป็นแค่อาการเบื้องต้นของการที่เราไม่มีความอดทน แต่อาการขั้นต่อไปนั้น ความแตกร้างจะทำลายชีวิตคู่รักให้แตกขาดจากกันอย่างสมบูรณ์แบบการใช้หลักขยันและอดทน การมองโลกในแง่ดี และการปฏิบัติตามศีล ๕ เป็นคุณธรรมที่ช่วยสนับสนุนและฝึกหัดให้รู้จักการรู้จักข่มใจตนเองรู้จักเกรงกลัวและละอายต่อบาป (หิริโอตตะปะ) ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันเหมือนเป็นเพื่อนทั้งเพื่อนคู่คิดและเพื่อนคู่ชีวิต จะรับผิดชอบงานในบ้านตามหลักการปฏิบัติของสามีพึงที่ต่อภรรยาในเรื่องการแสวงหาทรัพย์การให้การดูแล และการให้เกียรติแก่ภรรยาให้ความเป็นใหญ่ในการดูแลรักษาทรัพย์แก่ผู้เป็นภรรยา

รูปแบบการใช้หลักขันติในชีวิตรองเรือนของคู่สมรส คือ การมีความอดทน อดกลั้น ซึ่งหลักธรรมข้อนี้ ไม่ใช่เพียงจำเป็นต่อชีวิตคู่เท่านั้นแต่เป็นหลักที่สำคัญมากที่ต้องมี หากต้องการให้

ชีวิตสมหวังสำเร็จดังใจหมาย ความอดทนนั้น เป็นหลักการตั้งแต่สมัยโบราณแล้วซึ่งแม้แต่ปัจจุบันนี้ก็ ตามหากใครไม่มีดูเหมือนว่า ชีวิตนี้จะยากที่จะประสบความสำเร็จได้และสำหรับชีวิตคู่นั้นนอกจาก จะต้องมีความซื่อสัตย์ ความจริงใจและความเข้าใจกันแล้วจะต้องมีความอดทนอดกลั้นอีกด้วยให้รู้จัก อดทนต่อคำกล่าวติขินินทาของอีกฝ่ายหรือคนอื่น ๆ เขาจะว่าอะไรก็ให้พยายามอดทนเอาไว้เก็บ อารมณ์เอาไว้ อย่าแสดงออกตอบเพราะหากแสดงออกในการโต้ตอบ ก็จะนำไปสู่การก่อวิวาทกันโกรธ เคืองกันผิดใจกัน เวลาที่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งโกรธก็ให้อีกฝ่ายพยายามอย่าโกรธตอบ หรือทางที่ดีที่สุดให้ เดินหนีไปให้ไกล อย่าพูดด้วยรอให้อารมณ์โกรธสงบลงก่อนจึงค่อยพูดด้วยเพราะในเวลาที่โกรธ จะไม่มีสติและไม่ยอมรับฟังเหตุผลของอีกฝ่าย มักใช้กำลังในการแก้ปัญหาขึ้นพูดด้วยก็จะเข้าสำนวน ไทยที่ว่า สีขมิ้นให้ควายฟัง หรือ เป่าปี่ให้ควายฟัง ทำอย่างไรก็ไม่รู้เรื่อง เสียเวลาเปล่า ดังนั้น จะต้องฝึก ให้มีทักษะคือความอดทนในการใช้ชีวิตร่วมกัน

รูปแบบการใช้หลักจาละในการครองเรือนของคู่สมรส คือ จาคะ แปลว่า ความเสียสละ ความเผื่อแผ่ แบ่งปันหรือคือการให้นั้นเอง จาคะนั้นมีความหมายรวมถึงรู้จักสละสิ่งของช่วยเหลือผู้อื่น ด้วย ซึ่งโดยปกติของชีวิตคู่นั้นเราต้องช่วยเหลือเกื้อกูลคนรักของเราตลอดเวลา เรียกว่าต้องแบ่งปัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน แต่ถ้ามีฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งมุ่งจะเอากับคนรักอย่างเดียวก็จะทำให้เกิดการเบียด หมายเข้าทำนองรู้ว้า อีกฝ่ายหนึ่งตั้งใจจะเอาเปรียบทำให้ไม่อาจอยู่ร่วมกันยึดได้ ซึ่งการให้ที่ดีนั้น จะต้องอยู่บนหลักของ ผู้ให้ด้วยความเต็มใจ ผู้รับก็รับด้วยความสุขผู้ให้ก็จะมีความสุขไปด้วย แต่ถ้า เป็นการบังคับเอาจากผู้อื่นโดยที่ผู้ให้ก็ไม่เต็มใจจะให้อยอมไม่ทำให้เกิดความสุขทั้งผู้ให้และผู้รับหลัก คุณธรรมด้านอื่นที่สนับสนุนหลักฆราวาสธรรม

ผู้วิจัยได้สืบค้นเกี่ยวกับหลักการครองเรือนของคู่สมรสทั่วไป โดยเฉพาะคู่สามีภรรยาที่ใช้ ชีวิตร่วมกันได้ยืนยาวจนตายจากกัน คือคู่สมรสที่นำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาใช้ในการใช้ชีวิต ร่วมกัน ซึ่งหมายถึง รูปแบบของคู่สมรสที่มีความสมบูรณ์ คือรูปแบบของการใช้หลักฆราวาสธรรม ๔ ประการ ได้แก่ สัจจะ ทมะ ขันติ จาคะ ก็จะทำให้ทั้งสองครองชีวิตคู่อย่างมีความสุข

๕.๒ ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ชี้ให้เห็นความสำคัญของหลักฆราวาสธรรม ๔ ประการการ ประยุกต์ใช้หลักฆราวาสธรรมสำหรับการครองเรือนของคู่สมรส ตลอดทั้งการศึกษารูปแบบการครอง เรือนของคู่สมรสในปัจจุบัน หลักแนวความคิดการอยู่ร่วมกัน หลักการดำเนินชีวิตของคู่สมรส ตลอดจนการ วิเคราะห์การประยุกต์ใช้หลักฆราวาสธรรมสำหรับการครองเรือน และรายละเอียดข้อปลีกย่อย เกี่ยวกับการศึกษาประยุกต์ใช้หลักฆราวาสธรรมสำหรับการครองเรือนของคู่สมรสก็สามารถศึกษาได้ ในส่วนรูปแบบในพื้นที่ต่าง ๆ เพื่อปรับใช้ในหลักธรรมข้ออื่น ๆ ที่เป็นประโยชน์ในการศึกษาข้อธรรม อื่น ๆ จึงเห็นว่าประโยชน์ในการศึกษาโดยศึกษาในประเด็นที่ว่าต่าง ๆ ดังนี้

๕.๒.๑ ศึกษาการวิเคราะห์คุณค่าการใช้หลักฆราวาสธรรมในการครองเรือนของคู่สมรส โดยเจาะจงประเด็น เช่น การศึกษาในพื้นที่ต่าง ๆ และทั้งในด้านภาษา เชื้อชาติและศาสนา

๕.๒.๒ ศึกษาวิเคราะห์การใช้หลักธรรมข้ออื่น ๆ สำหรับการปฏิบัติของคู่สมรส

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย :

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) หนังสือ :

กถิน อรรถโยธิน, หลวง. อธิบายธรรมวิภาค น.ธ.ตรี. กรุงเทพมหานคร : ธรรมบรรณาการ, ๒๕๑๑.

คณะสงฆ์และรัฐบาล. หลักสูตรธรรมศึกษาชั้นตรี. ฉบับปรับปรุงพุทธศักราช ๒๕๕๗.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๘

จิตรา สุวานิช. พฤติกรรมวัยเด็ก. นนทบุรี : โรงพิมพ์สหมิตร, ๒๕๒๖.

ชัยวัฒน์ อัดพัฒน์ และ ทวี ผลสมภพ. หลักพระพุทธศาสนา. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัย

รามคำแหง, ๒๕๒๙.

ประยงค์ แสนบุราณ. พระพุทธศาสนาเถรวาท. ขอนแก่น : หจก. โรงพิมพ์คลังนานาวิทยา, ๒๕๕๗

ปัญญานันท์ทกิกข. ธรรมครองเรือนคุณสมบัติของผู้ครองบ้าน ครองเรือน, กรุงเทพมหานคร :

สถาบันบันลือธรรม, ๒๕๕๑.

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน. เล่มเดิม.

พุทธทาสภิกขุ. ขรวาสธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๔, กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิธรรมทาน, ๒๕๓๗

พระเมธีวราภรณ์ (สุทัศน์ ป.ธ.๙). เบญจศีลเบญจธรรม : อุดมชีวิตของมนุษย์. พิมพ์ครั้งที่ ๘,

กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ต้นบุญ, ๒๕๕๕.

พระเทพเวที (อิม ภาทธมโม ป.ธ.๙). มุทิตา. กรุงเทพมหานคร : วัดอนงค์, ๒๕๔๖.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). ธรรมบุญชีวิต. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์สหกรณ์การเกษตร

แห่งประเทศไทยจำกัด, ๒๕๕๒.

(ป.อ. ปยุตโต). คู่มือชีวิต. พิมพ์ครั้งที่ ๖, กรุงเทพมหานคร : บริษัทพิมพ์สวย จำกัด, ๒๕๔๘.

พระราชวรมนี (ประยุทธ์ ปยุตโต). คุณธรรมและจริยธรรมสำหรับเด็กและเยาวชนรุ่น

ใหม่. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๒๘.

พระศรีธรรมนิเทศ. มงคล ๓๘ ประการ. ม.ป.ท., ม.ป.ป.

หลวงพ่อบุญญานันท์ทกิกข. ธรรมครองเรือนคุณสมบัติของผู้ครองบ้าน ครองเรือน. กรุงเทพมหานคร

: สถาบันบันลือธรรม, ๒๕๕๑

พระเทพวิสุทธิเมธี (ปัญญานันท์ทกิกข). สัจธรรมเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นธรรมดา. กรุงเทพมหานคร :

สำนักพิมพ์ธรรมสภา, ไม่ทราบปีที่พิมพ์

พระราชวรมนี (ประยุทธ์ ปยุตโต), คุณธรรมและจริยธรรมสำหรับเด็กและเยาวชนรุ่นใหม่,

กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๒๘

พระธรรมวิสุทธิธารจารย์. การครองเรือนการเสียสละคือกุญแจแห่งชีวิต กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา

๒๕๕๖.

เอกซ์เรส เติร์ยมตัวสมรสและการครองเรือน. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ธรรมบรรณาคาร, ๒๕๕๖.

ภัสสร ลิมานนท์. บทบาทของผู้ชายกับปัญหาครอบครัวไทยในปัจจุบัน. กรุงเทพมหานคร : ไม่ปรากฏสำนักพิมพ์, ๒๕๔๑.

สนธิ สมัครการ. มีเงินก็นับว่าน้องมีทองก็นับว่าพี่ระบบครอบครัวและเครือญาติของไทย. กรุงเทพมหานคร : สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, ๒๕๓๘.

สุชา จันทรเฒ. จิตวิทยาพัฒนาการ. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, ๒๕๒๓.

สุพัตรา สุภาพ. ปัญหาสังคม. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, ๒๕๓๙.

อดุลย์ ต้นประยูร. ปัญหาสังคม. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์, ๒๕๒๖.

(๒) วิทยานิพนธ์ :

กระปี่ ชลวิทย์. “ครอบครัวที่มีคุณภาพในทัศนะของพนักงานธนาคารทหารไทยในเขต กรุงเทพมหานคร”. วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตร์มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๓.

จำเนียร รักษาภักดิ์. “การศึกษาเรื่องจริยธรรมของคู่สมรสตามหลักพุทธศาสนา”. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๔.

บุญประครอง ภาณุรัตน์. “ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อความไม่มั่นคงในชีวิตสมรส : ศึกษากรณีสตรีที่สมรสแล้ว”. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๓๑.

พระบุญแทน ชันศรี. “ศึกษาเปรียบเทียบหลักคำสอนเกี่ยวกับการครองเรือนในพุทธศาสนาและศาสนาอิสลาม”. วิทยานิพนธ์อักษรศาสตร์มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๙.

พระมหาวิจิตร คมภิโร (ศิริรัตน์). “อุดมคติชีวิตคู่สมรสในพุทธปรัชญาเถรวาท”. วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตร์ มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.

พระโรสิน รตนสีโล (หุน), “วิธีการประยุกต์ใช้หลักฆราวาสธรรมในการแก้ปัญหาความแตกแยกในครอบครัว”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๖๐.

(๓) สื่ออิเล็กทรอนิกส์

กรุงเทพธุรกิจออนไลน์. ๒๕๕๑. สลดวันครอบครัวไทย. แหล่งที่มา [ออนไลน์],

<http://www.oknation.net/blog/print.php?id=243682>. [๒๑ กันยายน ๒๕๕๓].

พระไพศาล วิสาโล เติร์ยมใจในยามป่วยหนัก > [ออนไลน์] วันที่ ๑ มิถุนายน ๒๕๖๐.

วิกิพีเดีย สารานุกรมเสรี, แหล่งที่มา. [ออนไลน์], <https://th.wikipedia.org/wiki/>, ๒๓ มิถุนายน ๒๕๖๐.

พระมหาสุรศักดิ์ สุรเมธี (ชะมารัมย์) > <http://knowledge.eduzones.com/knowledge-2-3-34781.html>. [ออนไลน์] วันที่ ๑ มิถุนายน ๒๕๖๐.

วิทย์ วิทเศส, **ธรรมะศึกษาแห่งชาติ** พ.ศ. ๒๕๔๒๙ กรกฎาคม ๒๕๕๔ .แหล่งที่มา, [ออนไลน์] <http://www.moe.go.th/moe/th/home/main.php>, [๑๖ พฤษภาคม ๒๕๕๘].

หลักการครองเรือน แหล่งที่มา www.thaiopweding.com [๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐].

แหล่งที่มา. [ออนไลน์] www.dhammadhome.com [3 พฤษภาคม ๒๕๖๐].

แหล่งที่มา. [ออนไลน์]<http://guru.sanook.com/2406/>[๒๓ มิถุนายน ๒๕๖๐].

แนวคิดการอยู่ร่วมกัน แหล่งที่มา [ออนไลน์], :

<http://women.sanook.com/41301/>[๕ พฤษภาคม ๒๕๖๐]

การครองเรือน- ครองรักแนวพุทธ.แหล่งที่มา.[ออนไลน์].

<http://www.familynetwork.or.th/node/17226>. [๓๐ พฤษภาคม ๒๕๖๐].

แหล่งที่มา. [ออนไลน์], <http://guru.sanook.com/2406/>, [๕ พฤษภาคม ๒๕๖๐].

หลักธรรมที่เกี่ยวข้องในการอยู่ร่วมกัน แหล่งที่มา [ออนไลน์], <https://th.wikipedia.org/wiki>, [๕ พฤษภาคม ๒๕๖๐].

ภัสสร เลาสวัสดิกุล, การศึกษาความกลัวของนักเรียนที่มีต่อการหย่าร้าง และการสมรสใหม่ของครอบครัว.

แหล่งที่มา [ออนไลน์]. <http://www.manager.co.th/Family/ViewNews.aspx?NewsID> [๕ พฤษภาคม ๒๕๖๐].

ปัญหาครอบครัว. แหล่งที่มา [ออนไลน์], <http://thaihealthlife.com/ปัญหาครอบครัว>. [๒๐ พฤษภาคม ๒๕๖๐].

(๔) สัมภาษณ์

สัมภาษณ์ นายสมดี นางเขียน อบเชย. บ้านเลขที่ ๑๙ หมู่ที่ ๖ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๑๙ เมษายน ๒๕๖๐.

สัมภาษณ์ นายสุเทียน นางเสาร์ทอง ดวงสาม. บ้านเลขที่ ๓๔ หมู่ที่ ๘ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๑๙ เมษายน ๒๕๖๐.

สัมภาษณ์. นายปอง นางทองใส ตำรารัมย์. บ้านเลขที่ ๓๒ หมู่ที่ ๖ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๑๙ เมษายน ๒๕๖๐.

สัมภาษณ์ นายสง่า นางทองคุณ สิทธิมาก บ้านเลขที่ ๔๒ หมู่ที่ ๙ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๑๙ เมษายน ๒๕๖๐.

สัมภาษณ์ นายสมพร นางสาวทอง สนิทพจน์, บ้านเลขที่ ๑๗๖ หมู่ที่ ๖ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๑๙ เมษายน ๒๕๖๐.

สัมภาษณ์ นายบุญเหลือ นางดอกบัว จิตรจำนง บ้านเลขที่ ๑๔๗ หมู่ที่ ๔ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์.

สัมภาษณ์ นายอาทิตย์ นางคำตัน ตรีวิเศษ, บ้านเลขที่ ๒๒๙ หมู่ที่ ๘ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๒๑ เมษายน ๒๕๖๐.

สัมภาษณ์ นายสมาน นางทองมี ปวงสุข, บ้านเลขที่ ๒๔ หมู่ที่ ๖ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด
จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๑๙ เมษายน ๒๕๖๐.

สัมภาษณ์ .พ่อเสาร์ แม่สม ทุ่มขันธุ์ บ้านเลขที่ ๑๔๗ หมู่ที่ ๔ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด
จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๒๑ เมษายน ๒๕๖๐.

สัมภาษณ์.นายบุญเหลือ นางดอกบัว จิตรจำนง บ้านเลขที่ ๑๘๐ หมู่ที่ ๓ ตำบลหินลาด อำเภอบ้าน
กรวด จังหวัดบุรีรัมย์, วันที่ ๒๑ เมษายน ๒๕๖๐.

ภาคผนวก ก

แบบสัมภาษณ์

แบบสัมภาษณ์

แบบสัมภาษณ์เพื่องานวิจัยเรื่อง “ศึกษาการประยุกต์หลักขรวาธรรม ๔ สำหรับชีวิต การครองเรือนของคู่สมรส”

คำชี้แจง

ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้สร้างแบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เพื่อให้ครอบคลุม
เนื้อหาสาระตามวัตถุประสงค์ที่ได้ตั้งไว้ และใช้เป็นเครื่องมือในการวิจัย แบบสัมภาษณ์แบ่งออกเป็น ๕
ส่วน ประกอบด้วย

ส่วนที่ ๑. ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์

ส่วนที่ ๒. แบบสัมภาษณ์หลักขรวาธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท

ส่วนที่ ๓. แบบสัมภาษณ์รูปแบบการครองเรือนของคู่สมรส

ส่วนที่ ๔. แบบสัมภาษณ์การประยุกต์ใช้หลักขรวาธรรมสำหรับการครองเรือนของคู่สมรส

ส่วนที่ ๕. ข้อเสนอแนะ

ส่วนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์

ชื่อ.....นามสกุล.....

๑.๑. เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง

๑.๒. อายุ ☐ ๒๕ ปี หรือน้อยกว่า ☐ ๒๖ - ๓๐ ปี ☐ ๓๑ - ๓๕ ปี ☐ ๓๖ - ๔๐ ปี

☐ ๔๑ - ๔๕ ปี ☐ ๔๖ - ๕๐ ปี ☐ ๕๑ - ๕๕ ปี ☐ สูงกว่า ๕๕

๑.๓. การศึกษา ☐ ประถมศึกษา ☐ มัธยมศึกษา ☐ อนุปริญญา ☐ ปริญญาตรี

☐ ปริญญาโท ☐ ปริญญาเอก ☐ อื่นๆ.....

๑.๔. สถานภาพ ☐ โสด ☐ สมรส ☐ หม้าย ☐ หย่า - แยก ☐ อื่นๆ.....

๑.๕. สถานภาพครอบครัว ☐ บิดา ☐ มารดา ☐ ลูก ☐ อื่นๆ.....

๑.๖. จำนวนสมาชิกในครอบครัว ☐ ๑ - ๒ คน ☐ ๓ - ๔ คน ☐ ๕ คนขึ้นไป

๑.๗. รายได้เฉลี่ยของครอบครัวต่อเดือน ☐ ๕,๐๐๐ บาท และต่ำกว่า ☐ ๕,๐๐๑ - ๑๐,๐๐๐

บาท ☐ ๑๐,๐๐๑ - ๑๕,๐๐๐ บาท ☐ ๑๕,๐๐๑ - ๒๐,๐๐๐ บาท ☐ ๒๐,๐๐๑ - ๒๕,๐๐๐

บาท ☐ สูงกว่า ๒๕,๐๐๐ บาท

ส่วนที่ ๒ แบบสัมภาษณ์หลักขราวาธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท

๒.๑ ท่านใช้หลักธรรมข้ออะไรบ้างในการครองเรือนของคู่สมรสอย่างปกติสุข โดยปฏิบัติอย่างไร ?

๒.๒ ท่านเข้าใจหลักการครองเรือนเรื่อง สัจจะ (ความจริง) ต่อชีวิตคู่สมรสของท่านอย่างไร ?

๒.๓ ท่านเข้าใจหลักการครองเรือนเรื่อง ทมะ (การฝึกตน) การควบคุมจิตใจเพื่อป้องกันปัญหาความขัดแย้งในชีวิตของคู่สมรส อย่างไร ?

๒.๔ ท่านเข้าใจหลักการครองเรือนเรื่องขันติ (ความอดทน) มาใช้ร่วมกับคู่สมรสอย่างไร ?

๒.๕ ท่านเข้าใจหลักการครองเรือนเรื่องจาคะ (การเสียสละ) มาใช้กับคู่สมรสอย่างไร ?

ส่วนที่ ๓.แบบสัมภาษณ์รูปแบบการครองเรือนของคู่สมรส

๓.๑ ท่านมีวิธีการครองเรือนกับคู่สมรสอย่างที่ท่านบอกว่า “ถือไม้เท้ายอดทอง กระบองยอดเพชร” อย่างไร ?

๓.๒ ท่านมีวิธีดูแลลูกและครอบครัวให้เกิดความผาสุก อย่างไร ?

๓.๓ ท่านมีวิธีการอบรมปลูกฝังเรื่องคุณธรรม จริยธรรมแก่บุตรหลาน อย่างไร ?

๓.๔ ท่านมีวิธีการลดปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและคู่สมรส อย่างไร ?

๓.๕ ท่านมีวิธีการอบรมให้การศึกษาแก่ลูกหลาน อย่างไร ?

๓.๖ ท่านมีหลักธรรมข้อใดมาใช้ประกอบการครองเรือนระหว่างคู่สมรส จงอธิบายว่าเป็นอย่างไร ?

๓.๗ ท่านมีหลักการปฏิบัติต่อคู่สมรส ระหว่างสามี-ภรรยา อย่างไร ?

๓.๘ ท่านมีวิธีการสร้างครอบครัวให้ก้าวหน้าและประสบความสำเร็จได้อย่างไร ?

๓.๙ ท่านมีวิธีสร้างความเป็นแบบอย่างในการครองเรือนให้แก่บุคคลอื่นในชุมชนด้านใดได้บ้าง ? จงอธิบาย .

ส่วนที่ ๔. การประยุกต์ใช้หลักธรรมาภิบาลสำหรับการครองเรือนของคู่สมรส

๔.๑ ท่านมีหลักการหาทรัพย์และรักษาทรัพย์ในการครองเรือนอย่างไร ?

๔.๒ ท่านมีหลักการครองตนเป็นพลเมืองที่ดีต่อสังคมอย่างไร ?

๔.๓ ท่านใช้หลักด้านใดบ้างในการประพฤติปฏิบัติต่อการเป็นหัวหน้าครอบครัวที่ดี.

๔.๔.ท่านใช้หลักด้านใดบ้างในการประพฤติปฏิบัติต่อการเป็นภรรยาที่ดี.

๔.๕ ท่านใช้หลักอะไรบ้าง ? ในการทำให้ประสบผลสำเร็จในการครองเรือนของคู่สมรส.

๔.๖ ท่านคิดว่าบุคคลที่ไม่ประมาณมัวเมาจนตกเป็นทาสของโลกและชีวิต มีวิธีการดำเนินชีวิตอย่างไร ?

๔.๗ ท่านมีวิธีการดำเนินชีวิตตามหลักพรวาธรรมทั้ง ๔ อย่างไร ?

ส่วนที่ ๕. ข้อเสนอแนะ

ผู้สัมภาษณ์ แม่ชีสุขุมศิริ จุยมณี

ศูนย์บัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์

สถานที่สัมภาษณ์ วัด / บ้านเลขที่-----หมู่ที่-----ตำบล-----

อำเภอ-----จังหวัด-----

วันที่สัมภาษณ์-----เดือน-----พ.ศ.-----

ภาคผนวก ข

หนังสือขอความร่วมมืออนุเคราะห์ตรวจสอบแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำ
วิทยานิพนธ์



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ โทรศัพท์ ๐ ๘๑๓๓๒ ๖๔๓๗

ที่ ศธ ๖๑๔๘.๑๐/ว๑๓๓ วันที่ ๑ เมษายน ๒๕๖๐

เรื่อง ขออนุมัติตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์

เรียน รศ.ดร.เอกฉัตร จารุเมธีชน

- สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. โครงร่างวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ
๒. เครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย แม่ชีสุกขมศิริ นามสกุล จุยมณี รหัสประจำตัวนิสิต ๕๔๓๑๔๐๕๐๒๐ นิสิตปริญญาโท โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการประยุกต์ใช้หลักฆราวาสธรรมสำหรับการครองเรือนของคู่สมรส” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาเกี่ยวกับเรื่องนี้ หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้ที่มีความรู้ ความเชี่ยวชาญในเรื่องนี้เป็นอย่างดี จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่าน เป็นผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ ดังที่ได้แนบมาพร้อมแล้วนี้ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

(รศ.ดร.เอกฉัตร จารุเมธีชน)

รักษาราชการผู้อำนวยการบัณฑิตศึกษา
วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์

ได้ตรวจ ๑๑/๒๕๖๐ เสร็จแล้ว
วิมลรัตน์ น.กิมวิไลยอ.เค๒
ผอ.คส.ภค.บว.บุรีรัมย์

สำนักงานบัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์
โทรศัพท์ ๐๘๑-๓๓๒-๖๔๓๗



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ โทรศัพท์ ๐ ๘๑๓๗๒ ๖๙๓๗

ที่ ศธ ๖๑๔๘.๑๐/๖๑๗

วันที่ ๑ เมษายน ๒๕๖๐

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์

เรียน รศ.วิเชียร ขาบุตรบุณทริก

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. โครงร่างวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

๒. เครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย แม่ชีสุขุมศิริ นามสกุล จุยมณี รหัสประจำตัวนิสิต ๕๔๓๑๔๐๕๐๒๐ นิสิตปริญญาโท โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการประยุกต์ใช้หลักธรรมาวาสธรรมสำหรับการครองเรือนของคู่สมรส” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาเกี่ยวกับเรื่องนี้ หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้ที่มีความรู้ ความเชี่ยวชาญในเรื่องนี้เป็นอย่างดี จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่าน เป็นผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ ดังที่ได้แนบมาพร้อมแล้วนี้ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขออนุโมทนาในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

(รศ.ดร.เอกฉัตร จารเมธีชน)

รักษาราชการผู้อำนวยการบัณฑิตศึกษา

วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์

ได้รับทราบแล้ว
11 เมษายน ๒๕๖๐

สำนักงานบัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์

โทรศัพท์ ๐ ๘๑๓-๗๒๖-๖๙๓๗



วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
เลขที่ ๒๘๑ หมู่ ๑๓ ถนนบุรีรัมย์-ประโคนชัย
ตำบลเสม็ด อำเภอเมืองบุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์
๓๑๐๐๐ โทรศัพท์/โทรสาร ๐ ๔๔๖๓ ๗๒๕๖

ที่ ศธ ๖๑๔๘.๑๐/ว ๑ ๓

๑ เมษายน ๒๕๖๐

เรื่อง ขออนุญาตตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์
เรียน ผศ.ดร.สุนันท์ เสนารัตน์
สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. โครงร่างวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ
๒. เครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย แม่ชีสุขุมศิริ นามสกุล จุยมณี รหัสประจำตัวนิสิต ๕๘๓๑๔๐๕๐๒๐ นิสิตปริญญาโท
โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช
วิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการประยุกต์ใช้หลักพรวาธรรม
สำหรับการครองเรือนของคู่สมรส” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาดมหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาเกี่ยวกับเรื่องนี้ หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา
วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้ที่มีความรู้ ความเชี่ยวชาญในเรื่องนี้เป็นอย่างยิ่ง
จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่าน เป็นผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ ดังที่ได้
แนบมาพร้อมแล้วนี้ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขออนุโมทนาในความ
เอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

(รศ.ดร.เอกฉัตร จารุเมธีชน)
รักษาราชการผู้อำนวยการบัณฑิตศึกษา
วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์

สำนักงานบัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์
โทรศัพท์ ๐๘๑-๓๗๒-๖๔๓๗

๖๑๐๓๑๑ สืบรับเรียบร้อยแล้ว
และ จัดไป ๓๑/๔/๖๐

๒๗/๔/๖๐

ภาคผนวก ค

หนังสือขอสัมภาษณ์ประกอบการทำวิทยานิพนธ์และตัวอย่างผู้ให้สัมภาษณ์



วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
เลขที่ ๒๘๑ หมู่ ๑๓ ถนนบุรีรัมย์-ประโคนชัย
ตำบลเสม็ด อำเภอเมืองบุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์
๓๑๐๐๐ โทรศัพท์/โทรสาร ๐ ๔๔๖๓ ๗๒๕๖

ที่ ศธ ๖๑๔๘.๑๐/ว ๖

๒๖ เมษายน ๒๕๖๐

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์สัมภาษณ์ประกอบการทำวิทยานิพนธ์

เรียน/เจริญพร

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ (แบบสัมภาษณ์)

ด้วย แม่ชีสุขุมศิริ นามสกุล จุยมณี รหัสประจำตัวนิสิต ๕๘๓๑๔๐๕๐๒๐ นิสิตปริญญาโท
โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช
วิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการประยุกต์ใช้หลักพราวาสธรรม
สำหรับการครองเรือนของคู่สมรส” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาค้นคว้าตามหลักสูตรดังกล่าว

เพื่อการนี้ ทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต พิจารณาแล้วเห็นสมควรว่า ท่านเป็นผู้มีความรู้
ความสามารถเกี่ยวกับการวิจัยนี้ จึงเรียนมาเพื่อขออนุญาตให้ท่านเป็นผู้ให้สัมภาษณ์ข้อมูลเชิงลึก ส่วนการ
ติดต่อประสานงานนิสิตจะเป็นผู้ติดต่อประสานงานโดยตรง และขออนุโมทนาขอบคุณล่วงหน้ามา
ณ โอกาสนี้ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์เอื้อเฟื้อทางวิชาการจากท่านด้วยดี

จึงเรียน/เจริญพรมมาเพื่อพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

(รศ.ดร.เอกธ จารุเมธีชน)
รักษาการผู้อำนวยการบัณฑิตศึกษา
วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์



วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

เลขที่ ๒๘๑ หมู่ ๑๓ ถนนบุรีรัมย์-ประโคนชัย
ตำบลเสม็ด อำเภอเมืองบุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์
๓๑๐๐๐ โทรศัพท์/โทรสาร ๐ ๔๔๖๓ ๗๒๕๖

ที่ ศธ ๖๑๔๘.๑๐/ว.๕๕

๒ เมษายน ๒๕๖๐

เรื่อง ขออนุญาตเผยแพร่สัณนิบาตประกอบการทำวิทยานิพนธ์

เรียน/เจริญพร พ่อ/พี่ชาย ๒๕๖๐

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ (แบบสัมภาษณ์)

ด้วย แม่ชีสุชมศิริ นามสกุล จุยมณี รหัสประจำตัวนิสิต ๕๔๓๑๔๐๕๐๒๐ นิสิตปริญญาโท
โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช
วิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการประยุกต์ใช้หลักทวารวาสธรรม
สำหรับการครองเรือนของคู่สมรส” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาค้นคว้าตามหลักสูตรดังกล่าว

เพื่อการนี้ ทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต พิจารณาแล้วเห็นสมควรว่า ท่านเป็นผู้มีความรู้
ความสามารถเกี่ยวกับการวิจัยนี้ จึงเรียนมาเพื่อขออนุญาตให้ท่านเป็นผู้ให้สัมภาษณ์เชิงลึก ส่วนการ
ติดต่อประสานงานนิสิตจะเป็นผู้ติดต่อประสานงานโดยตรง และขออนุโมทนาขอบคุณล่วงหน้ามา
ณ โอกาสนี้ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์เอื้อเฟื้อทางวิชาการจากท่านด้วยดี

จึงเรียน/เจริญพรมมาเพื่อพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

(รศ.ดร.เอกฉัตร จารุเมธีชน)

รักษาการผู้อำนวยการบัณฑิตศึกษา
วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์

ด้วยเกล้าด้วยกระหม่อม

ประพันธ์ สันทพงษ์

โก สันทพงษ์

สำนักงานบัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์
โทรศัพท์ ๐๘๑-๓๓๗๒-๖๔๓๗



วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
เลขที่ ๒๘๑ หมู่ ๑๓ ถนนบุรีรัมย์-ประโคนชัย
ตำบลเสม็ด อำเภอเมืองบุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์
๓๑๐๐๐ โทรศัพท์/โทรสาร ๐ ๔๔๖๓ ๗๒๕๖

ที่ ศธ ๖๑๔๘.๑๐/ว.๑๕

๒๖ เมษายน ๒๕๖๐

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์สัมภาษณ์ประกอบการทำวิทยานิพนธ์

เรียน/เจริญพร ๒๐๔/ว.๑๕-๒๐๑๖/ส.ธ.ว.๒๖๖๖

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ (แบบสัมภาษณ์)

ด้วย แม่ชีสุขุมศิริ นามสกุล จุยมณี รหัสประจำตัวนิสิต ๕๔๓๑๔๐๕๐๒๐ นิสิตปริญญาโท
โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช
วิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการประยุกต์ใช้หลักพราวาสธรรม
สำหรับการครองเรือนของคู่สมรส” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

เพื่อการนี้ ทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต พิจารณาแล้วเห็นสมควรว่า ท่านเป็นผู้มีความรู้
ความสามารถเกี่ยวกับการวิจัยนี้ จึงเรียนมาเพื่อขออนุญาตให้ท่านเป็นผู้ให้สัมภาษณ์เชิงลึก ส่วนการ
ติดต่อประสานงานนิสิตจะเป็นผู้ติดต่อประสานงานโดยตรง และขออนุโมทนาขอบคุณล่วงหน้ามา
ณ โอกาสนี้ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์เอื้อเฟื้อทางวิชาการจากท่านด้วยดี

จึงเรียน/เจริญพรมมาเพื่อพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

(รศ.ดร.เอกถ จารเมธีชน)
รักษาราชการผู้อำนวยการบัณฑิตศึกษา
วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์

๒๖ เมษายน ๒๕๖๐
๒๖ เมษายน ๒๕๖๐

สำนักงานบัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์
โทรศัพท์ ๐๔๔-๓๓๗๒-๖๐๓๓๓



วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
เลขที่ ๒๘๑ หมู่ ๑๓ ถนนบุรีรัมย์-ประโคนชัย
ตำบลเสม็ด อำเภอเมืองบุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์
๓๑๐๐๐ โทรศัพท์/โทรสาร ๐ ๔๔๖๓ ๗๒๕๖

ที่ ศธ ๖๑๔๘.๑๐/ว.๕

๒๖ เมษายน ๒๕๖๐

เรื่อง ขออนุมัติครุภัณฑ์สัมภาระประกอบการทำวิทยานิพนธ์

เรียน/เจริญพร พระภิกษุวิมล-ภพเสวโรภ ๑๖๐๓๖

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ (แบบสัมภาษณ์)

ด้วย แม่ชีสุขุมศิริ นามสกุล จุยมณี รหัสประจำตัวนิสิต ๕๘๓๑๔๐๕๐๒๐ นิสิตปริญญาโท
โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช
วิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการประยุกต์ใช้หลักทวารวาสธรรม
สำหรับการครองเรือนของคู่สมรส” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

เพื่อการนี้ ทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต พิจารณาแล้วเห็นสมควรว่า ท่านเป็นผู้มีความรู้
ความสามารถเกี่ยวกับการวิจัยนี้ จึงเรียนมาเพื่อขออนุญาตให้ท่านเป็นผู้ให้สัมภาษณ์ข้อมูลเชิงลึก ส่วนการ
ติดต่อประสานงานนิสิตจะเป็นผู้ติดต่อประสานงานโดยตรง และขออนุโมทนาขอบคุณล่วงหน้ามา
ณ โอกาสนี้ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์เอื้อเฟื้อทางวิชาการจากท่านด้วยดี

จึงเรียน/เจริญพรมมาเพื่อพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

(รศ.ดร.เอกฉัตร จารุเมธีชน)
รักษาการผู้อำนวยการบัณฑิตศึกษา
วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์

วิมล-ภพเสวโรภ

๑๖๐๓๖

๑๖๐๓๖

สำนักงานบัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์
โทรศัพท์ ๐๘๑-๓๓๗๒-๖๔๓๓



วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

เลขที่ ๒๘๑ หมู่ ๑๓ ถนนบุรีรัมย์-ประโคนชัย
ตำบลเสม็ด อำเภอเมืองบุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์
๓๑๐๐๐ โทรศัพท์/โทรสาร ๐ ๔๔๖๓ ๗๒๕๖

ที่ ศธ ๖๑๔๘.๑๐/ว.๕

๒ เมษายน ๒๕๖๐

เรื่อง ขออนุญาตเผยแพร่สัมมนาประกอบการทำวิทยานิพนธ์

เรียน/เจริญพร ๒๐๔ กสท - จร ๒๐๐๐ จ.บุรีรัมย์

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. เครื่องมือใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ (แบบสัมภาษณ์)

ด้วย แม่ชีสุขุมศิริ นามสกุล จุยมณี รหัสประจำตัวนิสิต ๕๔๓๑๔๐๕๐๒๐ นิสิตปริญญาโท
โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช
วิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการประยุกต์ใช้หลักธรรม
สำหรับการครองเรือนของคู่สมรส” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

เพื่อการนี้ ทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต พิจารณาแล้วเห็นสมควรว่า ท่านเป็นผู้มีความรู้
ความสามารถเกี่ยวกับการวิจัยนี้ จึงเรียนมาเพื่อขออนุญาตให้ท่านเป็นผู้ให้สัมภาษณ์เชิงลึก ส่วนการ
ติดต่อประสานงานนิสิตจะเป็นผู้ติดต่อประสานงานโดยตรง และขออนุโมทนาขอบคุณล่วงหน้ามา
ณ โอกาสนี้ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์เพื่อทางวิชาการจากท่านด้วยดี

จึงเรียน/เจริญพรมมาเพื่อพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

(ร.ดร.เอกฉัตร จารุเมธีชน)
รักษาการผู้อำนวยการบัณฑิตศึกษา
วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์

ร.ดร.เอกฉัตร จารุเมธีชน
๒๐๔ กสท - จร ๒๐๐๐

สำนักงานบัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์
โทรศัพท์ ๐๔๔-๓๗๒๒-๖๔๓๗



วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

เลขที่ ๒๘๑ หมู่ ๑๓ ถนนบุรีรัมย์-ประโคนชัย

ตำบลเสม็ด อำเภอเมืองบุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์

๓๑๐๐๐ โทรศัพท์/โทรสาร ๐ ๔๕๖๓ ๗๒๕๖

ที่ ศธ ๖๑๔๘.๑๐/ว.๕๕

๒๐ เมษายน ๒๕๖๐

เรื่อง ขออนุญาตเผยแพร่สัมภาษณ์ประกอบการทำวิทยานิพนธ์

เรียน/เจริญพร พ่อ วิวัฒน์ ๑๗/๕๕/๑๖๖

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ (แบบสัมภาษณ์)

ด้วย แม่ชีสุขุมศิริ นามสกุล จุยมณี รหัสประจำตัวนิสิต ๕๔๓๑๔๐๕๐๒๐ นิสิตปริญญาโท
โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช
วิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการประยุกต์ใช้หลักพรวาธรรม
สำหรับการครองเรือนของคู่สมรส” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

เพื่อการนี้ ทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต พิจารณาแล้วเห็นสมควรว่า ท่านเป็นผู้มีความรู้
ความสามารถเกี่ยวกับการวิจัยนี้ จึงเรียนมาเพื่อขออนุญาตให้ท่านเป็นผู้ให้สัมภาษณ์ข้อมูลเชิงลึก ส่วนการ
ติดต่อประสานงานนิสิตจะเป็นผู้ติดต่อประสานงานโดยตรง และขออนุมัติขอคุณล่วงหน้ามา
ณ โอกาสนี้ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์เอื้อเฟื้อทางวิชาการจากท่านด้วยดี

จึงเรียน/เจริญพรมมาเพื่อพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

(รศ.ดร.เอกฉัตร จารเมธีชน)

รักษาราชการผู้อำนวยการบัณฑิตศึกษา

วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์

พ่อ วิวัฒน์ ๑๗/๕๕/๑๖๖

แม่ชีสุขุมศิริ

หรือ โทร ๐๔๕๖๓ ๗๒๕๖

สำนักงานบัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์

โทรศัพท์ ๐๔๕๖-๓๓๗๒-๖๐๔๓๓๗

ภาคผนวก ง

ภาพถ่ายประกอบวิทยานิพนธ์



รูปที่ ๑ นายทองดี อบเชย อายุ ๗๑ ปี
 นางเขียน อบเชย อายุ ๖๒ ปี
 บ้านเลขที่ ๑๙ หมู่ที่ ๖ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ ๓๑๑๘๐
 วันที่ สัมภาษณ์ ๑๙ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๐
 ผู้สัมภาษณ์ แม่ชีสุขุมศิริ จุยมณี



รูปที่ ๒ พ่อประพันธ์ สนิทพจน์ อายุ ๘๗ ปี
 แม่โค สนิทพจน์ อายุ ๘๖ ปี
 บ้านเลขที่ ๕ หมู่ที่ ๖ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ ๓๑๑๘๐
 วันที่ สัมภาษณ์ ๑๙ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๐
 ผู้สัมภาษณ์ แม่ชีสุขุมศิริ จุยมณี



รูปที่ ๓ พ่อปอง ตำรารัมย์ อายุ ๖๕ ปี

แม่ทองใส ตำรารัมย์ อายุ ๖๒ ปี

บ้านเลขที่ ๓๒ หมู่ที่ ๖ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ ๓๑๑๘๐

วันที่ สัมภาษณ์ ๒๐ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๐

ผู้สัมภาษณ์ แม่ชีสุชมศรี จุยมณี



รูปที่ ๔ นายสุเทียน ดวงสาม อายุ ๕๕ ปี
 นางเสาทอง ดวงสาม อายุ ๕๓ ปี
 บ้านเลขที่ ๓๔ หมู่ที่ ๘ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ ๓๑๑๘๐
 วันที่ สัมภาษณ์ ๒๐ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๐
 ผู้สัมภาษณ์ แม่ชีสุขุมศิริ จุยมณี



รูปที่ ๕ นายสง่า สิทธิมาก อายุ ๕๒ ปี
 นางทองคุณ สิทธิมาก อายุ ๔๗ ปี
 บ้านเลขที่ ๔๒ หมู่ที่ ๙ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ ๓๑๑๘๐
 วันที่ สัมภาษณ์ ๒๑ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๐
 ผู้สัมภาษณ์ แม่ชีสุขุมศิริ จุยมณี



รูปที่ ๖ นายสมพร สนิทพจน์ อายุ ๔๙ ปี
 นางสาวทอง สนิทพจน์ อายุ ๔๙ ปี
 บ้านเลขที่ ๔๒ หมู่ที่ ๙ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ ๓๑๑๘๐
 วันที่ สัมภาษณ์ ๒๑ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๐
 ผู้สัมภาษณ์ แม่ชีสุขุมศิริ จุยมณี



รูปที่ ๗ นายสมาน ปวงสุข อายุ ๗๒ ปี

นางทองมี ปวงสุข อายุ ๖๗ ปี

บ้านเลขที่ ๒๔ หมู่ที่ ๖ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ ๓๑๑๘๐

วันที่ สัมภาษณ์ ๒๑ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๐

ผู้สัมภาษณ์ แม่ชีสุขุมศิริ จุยมณี



รูปที่ ๘ นายสมาน เสาทอง อายุ ๗๗ ปี
 นางซารี เสาทอง อายุ ๗๗ ปี
 บ้านเลขที่ ๑๗๔ หมู่ที่ ๔ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ ๓๑๑๘๐
 วันที่ สัมภาษณ์ ๒๒ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๐
 ผู้สัมภาษณ์ แม่ชีสุขุมศิริ จุยมณี



รูปที่ ๙ นายเสาร์ ทุมขันธ อายุ ๖๐ ปี
 นางสม ทุมขันธ อายุ ๕๘ ปี
 บ้านเลขที่ ๑๗๔ หมู่ที่ ๔ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ ๓๑๑๘๐
 วันที่ สัมภาษณ์ ๒๒ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๐
 ผู้สัมภาษณ์ แม่ชีสุขุมศิริ จุยมณี



รูปที่ ๑๐ นายบุญเหลือ จิตรจำนง อายุ ๖๖ ปี
 นางดอก บัวจิตรจำนง อายุ ๖๘ ปี
 บ้านเลขที่ ๑๕๑ หมู่ที่ ๘ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ ๓๑๑๘๐
 วันที่ สัมภาษณ์ ๒๒ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๐
 ผู้สัมภาษณ์ แม่ชีสุชมศรี จุยมณี



รูปที่ ๑๑ นายอาทิตย์ ตรีวิเศษ อายุ ๕๗ ปี
 นางคำตัน ตรีวิเศษ อายุ ๕๓ ปี
 บ้านเลขที่ ๒๒๘ หมู่ที่ ๘ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ ๓๑๑๘๐
 วันที่ สัมภาษณ์ ๒๓ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๐
 ผู้สัมภาษณ์ แม่ชีสุขุมศิริ จุยมณี



รูปที่ ๑๒ นายสมหมาย ช่อรักษ์ อายุ ๕๐ ปี
 นางสมฤทัย อึ้งน้อย อายุ ๔๔ ปี
 บ้านเลขที่ หมู่ที่ ๘ ตำบลหินลาด อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ ๓๑๑๘๐
 วันที่ สัมภาษณ์ ๒๓ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๐
 ผู้สัมภาษณ์ แม่ชีสุชมศิริ จุยมณี

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ	: แม่ชีสุขุมศิริ จุยมณี
วัน	: วันที่ ๒๔ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๐๖
ภูมิลำเนา	: บ้านเลขที่ ๑๙๑ ค่ายเสนาณรงค์ ตำบลคองหงส์ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา รหัส ๙๐๑๑๐ โทร. ๐๘๙-๐๐๕๔๘๙๒
บรรพชา	: เมื่อวันที่ ๒๗ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๐ ณ วัดป่าพุทธคยา ประเทศอินเดีย
การศึกษา	: นักธรรมเอก สำนักเรียนวัดป่าเวฬุวัน จังหวัดนครราชสีมา พ.ศ. ๒๕๕๔ : ศาสนศาสตรบัณฑิต คณะศาสนาและปรัชญา สาขาวิชาพุทธศาสตร์ : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาราชวิทยาลัย มหาปชาบดีเถรีวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๕๗
สังกัด	: วัดป่าพุทธคยา ประเทศอินเดีย : วัดหินลาด ตำบลหินลาด อำเภอหินลาด จังหวัดบุรีรัมย์
ปีที่เข้าการศึกษา	: พ.ศ. ๒๕๕๘
ปีที่สำเร็จการศึกษา	: พ.ศ. ๒๕๖๐