

วารสารพุทธศิลปกรรม

JOURNAL OF BUDDHIST ARTS

ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 | มกราคม - มิถุนายน 2562 | Vol.2 No. 1 | January - June 2019 |

ISSN : 1905-534x (Print)
ISSN : 2697-6099 (ONLINE)

บัณฑิตศึกษา

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่

พุทธศิลปะในการสร้างครอบครัว Building Buddhist Family

สิริรักษ์ เพชรรัตน์กุลธนา

Sirilux Petchatkunthana

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่
Mahachulalongkornrajavidyalaya University Chiang Mai

ปรุศม์ บุญศรีตัน

Parud Boonsriton

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Chiangmai University

Email: sirilux_PTT@hotmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการสร้างครอบครัวเชิงพุทธครอบครัวเป็นพื้นฐานสำคัญของการพัฒนามนุษย์ เป็นสถาบันหลักในการเสริมสร้างพลังแห่งความรักและความเข้าใจพ่อแม่มีบทบาทสำคัญต่อชีวิตของลูก เป็นต้นแบบและแม่พิมพ์สำคัญของลูก แต่เนื่องจากสังคม มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว สภาพทางเศรษฐกิจที่ต้องดิ้นรนและแสวงหาวัตถุนั้นมากขึ้น ทำให้ครอบครัวในปัจจุบันเผชิญปัญหามากมาย เนื่องจากความเจริญทางวัตถุมากขึ้น โครงสร้างของครอบครัวมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว และการพัฒนาทางด้านจิตใจของมนุษย์ตกต่ำลง ดังนั้นหนทางที่จะสามารถแก้ไขปัญหาทางสังคม ด้านครอบครัวได้ จึงต้องอาศัยหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนาเป็นหลัก โดยความมุ่งหมายเพื่อการสร้างครอบครัวเชิงพุทธ เป็นไปในทางที่ส่งเสริมคุณค่าแห่งชีวิตของกันและกัน สิ่งเหล่านี้จะเป็นปัจจัยให้ครอบครัวมีความรัก ความอบอุ่น และความมั่นคงที่ยั่งยืน เป็นครอบครัวเชิงพุทธที่ประสบความสำเร็จ ทำสิ่งไหนก็มีความเจริญรุ่งเรือง เพราะอำนาจแห่งศีล แห่งธรรมพาครอบครัวร่วมเย็นเป็นสุขมั่นคงยั่งยืนอย่างแท้จริง

คำสำคัญ: เชิงพุทธ, ครอบครัว

Abstract

This article aims to study a building the Buddhist family. Family is an important foundation of human development. It is the main institution for empowerment of parent's love and understanding. These play an important role in children's lives and they are an important prototype and mold of their children. Because of a rapid change occurring in society and the economic conditions pushing to struggle and seek more objects lead the family confronting to many problems.

These are consequently from the increased material prosperity, the structure of the family has quickly changed, and human's spiritual development is declining. Therefore, the way to solve social problems in family aspect, one must practice mainly the Buddhist Doctrine aiming to establish a Buddhist family. It is the way of promoting mutual values of life. These will be factors for family to have a love, warmth and everlasting stability, to be a successful Buddhist family, to success whatever having done. This can be so because the power of the morality and the power of the righteous virtue brought about the peaceful, secure, truly lasting family.

Keywords: Building, Buddhist Family

บทนำ

ครอบครัว เป็นพื้นฐานสำคัญของการพัฒนามนุษย์ เด็กในวันนี้คือผู้ใหญ่ในวันหน้า การเรียนรู้ของเด็กเริ่มต้นขึ้นในครอบครัว ครอบครัวที่มีความสุขความอบอุ่น จะช่วยให้เด็กเติบโตเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพ เนื่องจากสังคมมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว สภาพทางเศรษฐกิจที่ต้องดิ้นรนและแสวงหาวัตถุนิยมมากขึ้น ทำให้ครอบครัวในปัจจุบันเผชิญปัญหามากมาย เนื่องจากความเจริญทางวัตถุมากขึ้น โครงสร้างของครอบครัวมีการเปลี่ยนแปลง ครอบครัวมีขนาดเล็กลง แต่การหย่า

ร้างมากขึ้น ผู้คนให้ความสำคัญต่อจิตใจน้อยลง พ่อแม่มีเวลาให้ลูกน้อยลงและปัญหาในการเลี้ยงดูเด็กมากขึ้น ครอบครัวขาดความรักและความอบอุ่น เกิดปัญหาในสังคมมากมาย ดังนั้นการส่งเสริมให้สถาบันครอบครัวมีความเข้มแข็ง จึงเป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่งที่เราควรให้ความสำคัญ โดยเสียสละแบ่งปันเวลาแก่ครอบครัว เพื่อสร้างความสุขและความสัมพันธ์ที่ดีแก่สมาชิกในครอบครัว ให้มีเวลาอยู่ด้วยกัน เป็นการสร้างภูมิคุ้มกัน เพื่อให้ทุกคนในครอบครัวจะมีโอกาสได้พูดคุย อบรมสั่งสอน รับฟังความคิดเห็น ให้ความช่วยเหลือหรือมีคำแนะนำที่ดีให้แก่กัน สร้างความผูกพัน ความรัก ความสามัคคีและที่สำคัญคือเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ลูกหลาน เมื่อเขาเจริญเติบโตขึ้นในอนาคต ความอบอุ่นในครอบครัวจะหล่อหลอมให้เขาเหล่านั้น เป็นคนที่ไม่เห็นแก่ตัว และมีความรับผิดชอบแก่คนรอบข้าง เพื่อที่จะได้สร้างครอบครัวให้เป็นปึกแผ่น และมั่นคงสืบไป เพราะพลังที่ยิ่งใหญ่ที่สุด ในชีวิตของคนเราคือ “พลังครอบครัว” นั่นเอง

พุทธศิลป์ในการสร้างครอบครัว

1. การสร้างครอบครัวเชิงพุทธ

การสร้าง หมายถึง การทำสิ่งใหม่ๆ ที่มีคุณค่า โดยสิ่งใหม่ที่เกิดขึ้นอาจมีการอ้างถึงบุคคลผู้สร้างสรรค์ หรือสังคมหรือขอบเขตภายในที่ได้สร้างสรรค์สิ่งแปลกใหม่ขึ้นมา ซึ่งการวัดคุณค่าดังกล่าวอาจใช้ได้หลายวิธี

ครอบครัว หมายถึง ผู้ร่วมครัวเรือน คือ สามี ภรรยา และบุตร สถาบันพื้นฐานของสังคมที่ประกอบด้วยสามีภรรยาและหมายความรวมถึงลูกด้วย

สถาบัน หมายถึง สิ่งซึ่งคนในส่วนรวม คือ สังคมจัดตั้งให้มีขึ้นเพราะเห็นประโยชน์ว่ามีความต้องการและจำเป็นแก่วิถีชีวิตของตน เช่น สถาบันครอบครัว ฯลฯ

ครอบครัวจึงเป็นสถาบันหลักในการเสริมสร้างความรักให้กับลูกเพื่อให้ลูกมีอารมณ์ที่ดี มีสุขภาพจิตที่ดี ซึ่งจะนำไปสู่การมีความคิดและพฤติกรรมที่ดีอันเป็นรากฐานในการพัฒนาคุณภาพของบุคคล เวลาของครอบครัว คือ เวลาที่เป็นสุขที่สุด ความรักความเข้าใจในครอบครัวจะสร้างสานความสัมพันธ์ และเป็นการปลูกฝังให้คนในครอบครัวเป็นคนดี มองโลกในแง่ดี ร่วมสร้างประโยชน์ให้แก่สังคม ครอบครัวจะยั่งยืนและมีความสุขได้ ไม่มีอะไรจะสำคัญไปกว่า ความรักอย่างจริงใจที่พ่อแม่มอบ

แก่กันและกัน ซึ่งแสดงเป็นแบบอย่างให้ลูกได้เห็นและประทับใจ แต่ก็มีตัวอย่างของลูกสาวผู้เขียนเล่าให้ฟัง ในโรงเรียนเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดเล็กๆ เมื่อวันแม่แห่งชาติ ปี พ.ศ. 2560 เด็กน้อยชั้น ป.3 ในชั้นเรียนเดียวกับลูกสาวผู้เขียน ได้เขียนการ์ด เพื่อแสดงความรักต่อบุพพการี ตามกิจกรรมที่โรงเรียนได้จัดขึ้น ในการ์ดเธอเขียนเล่าให้คุณครูฟังว่า “พ่อและแม่ของเธอกำลังทะเลาะกันและจะเลิกกันไปอยู่คนละบ้าน ขอให้คุณครูเข้าไปช่วยเหลือครอบครัวของเธอ” ข้อความนี้สะท้อนให้เห็นความรู้สึกเบื้องต้นของเด็กคนหนึ่งที่มีฐานะเกิดมาเป็นลูก คำถามก็คือใครจะรับรู้ความทุกข์ใจของเด็กคนนี้บ้าง ถ้าทางโรงเรียนไม่เปิดโอกาสให้มีกิจกรรม (เขียนการ์ดอวยพรให้แม่) แต่การ์ดใบนี้กลับกลายเป็นที่บอกเล่าถึงความรู้สึกแทน ลูกสาวมาบอกผู้เขียนว่า “หนูสงสารเพื่อนมาก เพราะ เพื่อนของเธอไม่มีความสุขเลย การเลี้ยงแย่งและมักหม่อลอยอยู่เป็นประจำ” ผู้ใหญ่หลายคน เมื่อเกิดปัญหา ชอบพูดว่า “เด็กก็อยู่ส่วนเด็ก เรื่องของผู้ใหญ่เด็กไม่ต้องยุ่ง (ผู้ใหญ่ชอบบอกว่าเด็กไม่เกี่ยว)” ใครว่าไม่เกี่ยวล่ะ ? เด็กสามารถรับรู้ได้ถึงการทำของคนที่เป็นพ่อเป็นแม่ตลอดเวลา เรื่องนี้เป็นเพียงหนึ่งในตัวอย่างที่สะท้อนภาพปัญหาสังคมที่สัมผัสเตือน สถาบันครอบครัว สถาบันที่เริ่มต้นด้วยความรัก แต่จบลงด้วยความเกลียดชังต่อกันในที่สุด ซึ่งเราจะพบเรื่องราวเหล่านี้ อยู่ตลอดเวลาทั้งชีวิตจริงของคนใกล้ตัวและสังคมข่าวในสื่อต่างๆ จนหลายคนคุ้นชินคิดว่าเรื่องพวกนี้เป็นเรื่องที่แสนจะธรรมดาไปเสียแล้ว แท้จริงแล้วเรื่องเล็กๆ นี้แหละ ที่เรื่องใหญ่ในหัวใจของคนเป็นลูก มันเป็นปมและความเจ็บปวดเบื้องลึก เป็นเสมือนบาดแผลที่กัดกินหัวใจ มันเป็นเหมือนปม เจ็บปวดทุกครั้งที่คิดถึง

พ่อแม่จึงมีบทบาทสำคัญต่อชีวิตของลูกในทุกๆ เรื่อง เป็นครูคนแรก เป็นต้นแบบ และแม่พิมพ์สำคัญของลูก ซึ่งหากพ่อแม่มีความรักเอื้ออาทร ความเสียสละ เห็นอกเห็นใจ ช่วยเหลือ ซึ่งกันและกัน ทำตามบทบาทหน้าที่ของตนด้วยดี ครอบครัวก็จะเป็นครอบครัวที่อบอุ่นมีความสุข ลูกจะรับรู้ถึงความรัก ความปรารถนาดีที่มีในครอบครัว อันจะส่งผลให้ลูกรู้สึกมีความสุข มีอารมณ์และสุขภาพจิตที่ดี เพราะความสุขเริ่มต้นที่บ้าน และในทางตรงกันข้าม หากพ่อแม่ไม่รักกัน แสดงออกต่อกันด้วยความก้าวร้าวทะเลาะเบาะแว้งกันเป็นประจำ ครอบครัวก็จะเกิดความไม่มั่นคง บรรยากาศในครอบครัว มีแต่ความเครียด ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อจิตใจและความรู้สึกของลูกโดยตรง อันจะส่งผลให้เกิดปัญหาพฤติกรรมลูกตามมาในที่สุด

ชีวิตครอบครัวหรือชีวิตคู่สมรสนั้น จึงถือเป็นความจำเป็นขั้นพื้นฐานที่จะต้องได้รับการดูแลเอาใจใส่ รับผิดชอบและได้รับการวางแผนอย่างถูกต้อง ชีวิตครอบครัวหรือชีวิตคู่สมรสนั้นเปรียบได้กับการสร้างตึก สร้างบ้านต้องมองถึงองค์ประกอบหลายๆ ประการที่จะทำให้ตึกนั้นมีความมั่นคงถาวรและเป็นประโยชน์แก่การใช้สอย ไม่ว่าจะเป็นทำเลพื้นที่ในการสร้างตึก การวางเสาเข็ม การใช้อิฐ ปูน หินทราย และช่างผู้ชำนาญ จึงจะได้ตึกที่มีคุณภาพ คงทนและเหมาะสมแก่การใช้งาน การวางแผนครอบครัวก็เช่นเดียวกัน เป็นเรื่องทั้งคู่สมรสจะต้องตระหนักให้ดีเพื่อความสุขและความมั่นคงของครอบครัว การวางแผนสร้างครอบครัว รวมไปถึงการเลือกสรรคู่ครองที่มีลักษณะที่เข้ากันได้ทั้งอารมณ์ ทัศนคติ ความเชื่อทางศาสนาและวัฒนธรรม ในทางพุทธศาสนาได้วางหลักในการ วางแผนความมั่นคงเอาไว้ เริ่มจากการเลือกคู่ครองที่เข้ากันได้ ดังพุทธพจน์ที่ตรัสรับรองเอาไว้ใน ปฐมสมชีวิสูตรว่า

คหบดีและคหปตานี ถ้าสามีและภรรยาทั้งสองฝ่ายหวังจะพบกันทั้งในชาตินี้และชาติหน้าทั้งสองฝ่ายจึงมีศรัทธาเสมอกัน มีศีลเสมอกัน มีจาคะเสมอกัน มีปัญญาเสมอกัน สามีภรรยาทั้งสองฝ่ายนั้นย่อมได้พบกัน ในชาตินี้และชาติหน้า สามีภรรยาทั้งสองฝ่ายเป็นผู้มีศรัทธา รู้ความประสงค์ ของผู้ขอสำรวมระวัง ดำเนินชีวิตโดยธรรม เจริญไฟเราะอ่อนหวานต่อกัน มีความเจริญรุ่งเรือง มีความผาสุก มีความประพฤติเสมอกันทั้งสองฝ่าย ไม่คิดร้ายต่อกันทั้งสองฝ่าย ประพฤติธรรมในโลกนี้มี ศีลและวัตรเสมอกัน เสวยอารมณ์ที่น่ายินดี ย่อมเพลิดเพลินบันเทิงใจในเทวโลก (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 21 ข้อ 55: 93-94)

พุทธพจน์จากพระสูตรนี้บ่งบอกให้ทราบชัดถึงเจตนารมณ์ของพุทธศาสนาที่ประสงค์ จะนำเสนอหลักการเลือกคู่สมรสที่เป็นไปเพื่อความยั่งยืนและมั่นคงจากพระสูตรดังกล่าวสามารถจำแนกทัศนะการเลือกคู่ได้ 4 ประเด็นหลัก คือ

2. มีหลักความเชื่อ (ศรัทธา) เสมอกัน (สมสัทธา)

คู่สมรสที่จะอยู่ด้วยกันไปตลอดรอดฝั่งและมีความสุขในทัศนะของพุทธศาสนา จะต้องประกอบด้วยคุณลักษณะ 4 ประการ อันเป็นหลักเกณฑ์ในการเลือกคู่สมรส ในคุณลักษณะข้อที่หนึ่งคือการมีความเชื่อ(ศรัทธา)ที่เสมอกัน ศรัทธาในที่นี้รวมเอาทั้งศรัทธาในลัทธิศาสนา บุคคลและเหตุผลต่างๆ ตลอดจนแนวความสนใจ

อย่างเดียวกัน หนักแน่นเสมอกันและปรับตัวเข้าหากันได้ (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), 2541: 48) รวมไปถึงการมีรสนิยม ค่านิยม หรือไฟในสิ่งที่เป็นไปในทางเดียวกัน มีแนวคิดที่ลงรอยกันได้ ไม่ยึดถือเอาแต่เพียงว่าความคิดของตนเท่านั้นถูกต้องหรือดีงามแต่ฝ่ายเดียว ให้เกียรติและเคารพความเชื่อถือของกันและกัน (เสฐียรพงษ์ วรรณปก, 2534: 21) ในทัศนะของพุทธศาสนา ศรัทธาจัดเป็นหลักการเบื้องต้นที่จะทำให้บุคคลดำเนินชีวิตเข้าสู่กระบวนการแห่งอริยมรรค เพราะศรัทธาจะเป็นตัวที่ทำให้ผู้ที่ได้รับฟังคำแนะนำเกิดความมั่นใจ มีเหตุผลว่าแนวทางหรือวิธีการนี้จะนำไปสู่หนทางแห่งความสุขที่แท้จริง ในการดำรงชีวิตประจำวันของคู่สมรสจึงต้องมีความเชื่อ (ศรัทธา) ที่เสมอเหมือนกันจึงนำพาชีวิตไปสู่เป้าหมายของการสมรสที่แท้จริงได้ ศรัทธานั้น ถือว่าเป็นธรรมขั้นพื้นฐานที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาชีวิตเพราะหากบุคคลมีศรัทธาไปในทางที่ถูกต้อง จะทำให้ชีวิตเข้าถึงจุดมุ่งหมายได้อย่างสมบูรณ์และรวดเร็ว ในพระศาสนาศรัทธามีได้หมายเอาความเชื่ออย่างไม่มีเป้าหมายหรือไม่มีอะไรเป็นฐานรองรับ แต่ศรัทธาในทัศนะของพุทธศาสนานั้น เป็นความเชื่อที่มีเหตุผลรองรับและมีปัญญาเป็นเครื่องกำกับ

ในการพัฒนาชีวิตของคู่สมรสนั้น พุทธศาสนาถือว่าจะต้องมีศรัทธาที่เสมอกันและถูกต้องเป็นพื้นฐานในการที่จะนำพาชีวิตไปสู่สันติสุข หากการดำเนินชีวิตร่วมกันอย่างขาดศรัทธาก็ถือว่าการพัฒนาชีวิตนั้นเป็นอุปสรรคอย่างหนึ่ง ในที่ชนิกาย ปาฏิวัตร (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 11 ข้อ 319: 308) พระพุทธเจ้าได้ตรัสเกี่ยวกับศรัทธาเอาไว้ หากบุคคลยังไม่สร้างศรัทธาให้เกิดในหลักการทั้ง 5 คือ

1. ศรัทธาในพระพุทธ คือ การยอมรับการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าว่าเป็นจริง
 2. ศรัทธาในพระธรรม คือ การยอมรับในหลักการที่พระองค์ทรงค้นพบ
 3. ศรัทธาในพระสงฆ์ คือ การยอมรับในความเป็นอริยสงฆ์ที่เข้าถึงความจริงอันประเสริฐด้วยการปฏิบัติตามหลักธรรม
 4. ศรัทธาในข้อวัตรปฏิบัติ (สิกขา) คือ การยอมรับในหลักธรรมที่เป็นกรอบปฏิบัติ
 5. มีใจไม่โกรธเคือง คือ การพัฒนาคุณภาพชีวิตให้เข้าถึงความมีเมตตา
- บุคคลนั้นจะไม่สามารถพัฒนาชีวิตตนเองให้เข้าสู่ความเจริญไพบูลย์ได้
- แต่การมีศรัทธาในพุทธศาสนามีได้หมายเอาการปลงใจเชื่ออย่างไร้ที่ยึด

โดยไม่มีการเคารพในภูมิปัญญาของตนเอง ต้องมีเหตุผลและความเป็นไปได้ รวมถึงสัมฤทธิ์ผลที่เกิดจากศรัทธานั้นเป็นเครื่องรองรับ ศรัทธาในทัศนะของพุทธศาสนามีลักษณะดังนี้ คือ

1. เป็นพื้นฐานเบื้องต้นที่จะนำไปสู่การพัฒนาปัญญา
2. เป็นสิ่งที่แนบแน่นอยู่กับเหตุผล มีปัญญาเป็นตัวกำกับ ไม่ยึดอารมณ์เป็นใหญ่
3. เป็นสิ่งที่น้อมนำไปสู่การพัฒนาชีวิตที่ถูกต้อง
4. เป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความมั่นใจด้วยเหตุผลได้ว่าสิ่งที่ตนเชื่อนั้นจะนำไปสู่จุดหมายอันแท้จริง
5. เป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความพากเพียรที่จะลงมือปฏิบัติอันจะนำไปสู่เป้าหมายชีวิต
6. เป็นสิ่งที่นำไปเพื่อปัญญา มิใช่ไม่นำไปสู่ความไม่มีปัญญา
7. เป็นสิ่งที่ไม่ยึดติดในตัวบุคคล ยึดในหลักความจริง

3. การสร้างสถาบันครอบครัวเชิงพุทธ

ในทางพุทธศาสนาก็ไม่ได้มองข้ามเรื่องของการสมรสไปแต่อย่างใด ในทางตรงกันข้าม พุทธศาสนายังได้วางกรอบในการดำเนินชีวิตคู่สมรสเอาไว้อย่างชัดเจนที่เรียกว่าจริยธรรมคู่สมรสหรือจริยธรรมการครองเรือน เพื่อให้การสมรสเป็นไปอย่างสมส่วนกลมกลืนและมั่นคง พุทธศาสนามองว่าการครองเรือนหรือการครองคู่กันเป็นความจำเป็นอย่างหนึ่งของการดำเนินชีวิต (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), 2541: 50) จากการศึกษาหลักการของพุทธศาสนาจะพบว่า พุทธศาสนาได้มีหลักธรรมที่เป็นหลักใหญ่อยู่ 2 ประการ คือ

1. โลกียธรรม ธรรมอันเป็นวิสัยของโลกหรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า จริยธรรม เป็นหลักธรรมที่เน้นการดำเนินชีวิตของมนุษย์ในสังคม เพื่อให้มนุษย์ในสังคมอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข เช่นหลักจริยธรรม เรื่อง ศีลห้า ถือว่าเป็นหลักจริยธรรมในพุทธศาสนาที่มุ่งเน้นความสันติของสังคมหรือหลักกุศลกรรมบถสิบก็เป็นอีกหลักจริยธรรมอย่างหนึ่งที่มุ่งให้มนุษย์ประพฤติตนอยู่ในกรอบที่เหมาะสมหลักโลกียธรรมนี้จะเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า สมมติสังขะ

2. โลกุตตรธรรม ธรรมอันมิใช่วิสัยของโลก เป็นหลักธรรมที่แสดงถึงหลักความจริงโดยไม่เกี่ยวกับความหมายทางด้านจริยธรรม เช่นการกล่าวถึงมนุษย์ว่า คือการประกอบกันเข้าของขันธห้า (รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ) หลักที่แสดงถึงความจริงที่มีอยู่เองโดยธรรมชาติไม่ขึ้นอยู่กับบุคคลและสังคม กล่าวคือสิ่งที่มีอยู่ในจักรวาลอันลดทอนลงเป็น จิต เจตสิก รูป นิพพาน หรือที่เรียกอีกความหมายหนึ่งว่า สัจธรรม

อย่างไรก็ดี ถึงแม้พุทธศาสนาจะมีเป้าหมายสูงสุดอยู่ที่การรู้แจ้งโลกุตตรธรรมอันนำไปสู่การดับทุกข์ก็จริง แต่ในอีกมิติหนึ่งพุทธศาสนาก็ให้ความสำคัญกับการดำเนินชีวิตทางผู้ครองเรือนของมนุษย์ รวมไปถึงชุมชน สังคม วัฒนธรรมอยู่เช่นกัน หากจะกล่าวว่านี้คือความจริงอีกด้านหนึ่งที่พุทธศาสนาให้คุณค่าและยอมรับว่าเป็นความจริงที่ไม่อาจปฏิเสธได้ พุทธศาสนาแสดงหลักจริยธรรมขึ้นมาเนื่องจากเป็นความจริง ว่ามนุษย์มีหลายประเภท การที่จะให้มนุษย์เข้าถึงเป้าหมายอันสูงสุดเหมือนกันหมดเป็นสิ่งที่ไม่อาจเป็นไปได้ เห็นได้จากการที่พุทธศาสนาได้แยกประเภทของบุคคลออกเป็น 4 ประเภท ตามศักยภาพของมนุษย์ ดังนั้น พุทธศาสนาจึงยอมรับว่ามนุษย์มีขีดความสามารถและกรรมที่แตกต่างกันไป กล่าวกันถึงที่สุดแล้ว การที่พุทธศาสนาได้วางหลักจริยธรรมเอาไว้ย่อมหมายความว่า พุทธศาสนาได้ให้คุณค่าของมนุษย์แบบรวมกลุ่ม ที่เรียกว่าเป็นสังคม จะเห็นได้จากหลักจริยธรรมหลายอย่างที่สนับสนุนและส่งเสริมสังคมเช่น หลักจริยธรรม เรื่อง ทิศหก ซึ่งเป็นหลักจริยธรรมที่มนุษย์จะพึงปฏิบัติต่อกันอย่างถูกต้องและเคารพสิทธิของกันและกันไม่ว่าจะเป็นเชื้อชาติหรือศาสนา วรรณะใดก็ตาม กล่าวอีกนัยยะหนึ่ง หลักจริยธรรมของพระพุทธศาสนาเป็นหลักการเพื่อให้มนุษย์ทำหน้าที่ของตนให้สมบูรณ์และผาสุกตัวเองให้เข้ากับสังคมอย่างกลมกลืน

ความยั่งยืนของครอบครัว มงคลที่ 13 สงเคราะห์ภรรยา (สามี) สามีภรรยาที่แต่งงานอยู่ร่วมกัน การสงเคราะห์ซึ่งกันและกันจะเป็นความยั่งยืนของครอบครัว ก็จะเป็นความมั่นคงของสังคม เป็นความเจริญรุ่งเรืองของบุตรหลานเยาวชน การสงเคราะห์ดูแลซึ่งกันและกันเริ่มจากการให้ แบ่งปันกันและกัน การพูดจาก็มีความสำคัญมาก จะทะเลาะกันส่วนใหญ่มักมาจากคำพูด พูดด้วยวาจาไพเราะอ่อนหวาน ประพฤติตนให้เป็นประโยชน์ซึ่งกันและกัน และวางตนให้เหมาะสม ดังาม

ถึงเวลาที่สังคมไทยต้องร่วมกันหันกลับมาองหน่วยเล็กที่สุดของสังคม ตระหนักรู้ถึงการสร้าง “สถาบันครอบครัว” ที่เข้มแข็ง พระในบ้านคือผู้ใหญ่ใน ครอบครัว เด็กคือแก้วตาดวงใจ คู่สามีภรรยา คือ การร่วมทุกข์ร่วมสุข อย่างองข้าม จุดเล็กๆ ที่ยิ่งใหญ่ (พระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว, 2524)

4. บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัวที่พึงปฏิบัติต่อกัน

1. ให้ความรัก ความอบอุ่นและความเอื้ออาทรต่อกัน
2. หันหน้าเข้าหากันและยอมรับฟังความคิดเห็นซึ่งกันและกัน
3. ช่วยเหลือ ดูแล เกื้อกูล ซึ่งกันและกัน
4. ดูแลเอาใจใส่และให้เวลากับครอบครัวมากขึ้น
5. รู้จักวางแผนการใช้จ่ายอย่างประหยัด/ไม่ฟุ่มเฟือย
6. รู้จักให้อภัยซึ่งกันและกัน
7. ปฏิบัติกิจกรรมเพื่อสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวรวมกันเช่น การ เข้าวัดอบรมปฏิบัติธรรมนำครอบครัวอบอุ่นครอบครัวสนุกกับห้องสมุด ศิลปะสุด สัปดาห์ปฏิบัติกิจกรรมเพื่อสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว เข้าวัดอบรมปฏิบัติธรรม นำครอบครัวอบอุ่น

5. หลักธรรมทางพระพุทธศาสนากับการสร้างสถาบันครอบครัวเชิง พุทธ

“ภิกษุทั้งหลาย สัตบุรุษเมื่อเกิดในตระกูล ย่อมเกิดเพื่อประโยชน์เพื่อ เกื้อกูล เพื่อความสุขแก่ชนเป็นอันมาก แก่บิดามารดา แก่บุตรภรรยา แก่คนรับใช้ และ กรรมกร แก่มิตรและผู้ร่วมงาน แก่บรรพชน แก่รัฐ แก่ทวยเทพ และแก่สมณพราหมณ์ ทั้งหลาย เปรียบเหมือนมหาเมฆที่ตกลงมายังข้าวกล้าให้เจริญงอกงามทั่วกัน ก่อให้เกิด ประโยชน์ ความเกื้อกูล และความสุขแก่ชนเป็นอันมาก ฉะนั้น” (กรมประชาสัมพันธ์, ธรรมเพื่อชีวิต หลักธรรมของชีวิตคู่, 2561: ออนไลน์) ประโยชน์สุขอันกว้างขวางซึ่ง เกิดมีเพราะสัตบุรุษเช่นนี้ ย่อมต้องเริ่มต้นจากวงแคบออกไปก่อนตามลำดับ คือเริ่ม จากครอบครัว และเริ่มจากการประพาส ปฏิบัติต่อกันระหว่างคู่ครองทั้งสอง แต่ละ ฝ่าย เมื่อคู่ครองต่างฝ่ายมีคุณธรรมและรู้จักปฏิบัติหน้าที่ของตน เป็นกำลังส่งเสริม แก่กัน ทำชีวิตครอบครัวให้มีความสุขความเจริญแล้ว ก็จะแผ่ขยายประโยชน์สุขนั้น ออกไปให้กว้างขวางได้สำเร็จสมความปรารถนา ดังนั้น ชีวิตครองเรือนที่มุ่งหมายใน

พระศาสนาจึงได้แก่ชีวิตที่คู่วิวิธ าร่วมอุปถัมภ์ซึ่งกันและกัน เพิ่มพูนคุณค่าแห่งชีวิต ทั้งสอง ทวีกำลังในการบำเพ็ญประโยชน์สุขให้ภิญโญแผ่ไพศาล คู่สมรสได้ดำเนินชีวิต ครอบครองของตน ให้มี คุณลักษณะสมดังที่ได้กล่าวมา ก็จักได้ชื่อว่าเป็นคู่ครองที่ควร ยกย่องสรรเสริญ ควรนับว่าเป็นชีวิตครองเรือนที่ประสบความสำเร็จด้วยดี โดยได้คน ดีมาครองคู่คือเอาคุณค่าของชีวิตมาเสริมกัน และทวีกำลังในการสร้างสรรค์ พรณนา ความตามทีแสดงมาทั้งหมดนี้ ควรถือเอาสาระสำคัญที่เป็นใจความอย่างหนึ่งว่า หลัก ธรรมสำหรับการครองเรือนที่สอนให้คู่ครองมีความสมกัน

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนให้ยึดเหมือนกัน แต่แทนที่จะสอนให้ยึด ด้วยด้าย ทรงสอนให้ยึดเหนี่ยวน้ำใจกันไว้ ด้วยคุณธรรมที่เรียกว่า สังคหะ แทน การ สงเคราะห์ทีทั้งสองฝ่ายปฏิบัติต่อกัน จะเป็นเงื่อนใจ 2 วง วงหนึ่งคล้องไว้ในใจสามี อีวงหนึ่งคล้องไว้ในใจภรรยา ถ้าทำได้ตามหลักธรรมนี้แล้ว ต่อให้มนุษย์หน้าไหนก็ มาพรากไปจากกันไม่ได้ แม้แต่ความตายก็พรากได้เพียงร่างกาย ส่วนดวงใจนั้น ยัง คงคล้องกันอยู่ชั่ววันนิรันดร์การเป็นสามีภรรยาเป็น เป็นเรื่องที่จะว่ายากก็เหมือนง่าย แต่ครั้งจะว่าง่ายก็เหมือนยาก เพราะเพียงแต่เราตั้งคำถามว่า ทำอย่างไรสามีภรรยา จึงจะมีความรักยั่งยืน อยู่กินกันราบรื่นเพียงประเด้นเดียว แล้วลองเพียรหาคำตอบ ดูเถอะ ถ้ามลิสคนก็ตอบลิสอย่าง บ้างก็ว่าเกี่ยวกับดวงชะตาคู่ธาตุ ต้องวางฤกษ์ วาง ลัคนีให้เหมาะๆ บ้างก็ว่าเป็นเรื่อง ของพรหมลิขิต ที่หวัสมัยใหม่หน้อยกว่า สำคัญที่ แหวนหมั้นขันหมากเงินทุน ให้มากๆ เข้าไว้ ความสุข ในชีวิตสมรสจะมีเอง (พระมหา บวรวิทย์ รัตนโชโต, 2561)

การครองเรือน หรือชีวิตสมรส คือ การที่ชายและหญิงมีความพอใจในรส สัมผัส ซึ่งกันและกัน ตกลงใจที่จะใช้ชีวิตคู่ร่วมกัน จะเผชิญกับปัญหาร่วมกัน มีความ พยายามที่จะดำเนินชีวิตร่วมกันเพื่อความสุขในการครองเรือน การที่บุคคล 2 คน ซึ่ง ต่างก็มีพื้นฐานจากครอบครัวเดิมต่างกัน มีความคิด ค่านิยม รสนิยมต่างกัน มาอยู่ร่วม กัน ย่อมก่อให้เกิดปัญหาครอบครัวจะมีสุขได้ ด้วยเหตุจากการประพัตติตนของสามี และภรรยา บุคคลทั้งสองนี้เป็นผู้ที่มีความสามารถดลบันดาลให้ครอบครัวนั้นๆ เป็น สวรรค์ที่น่าอยู่หรือเป็นนรกก็ได้

ดังนั้น การเลือกใครมาเป็นคู่ครองของตนนั้น พระพุทธเจ้าทรงแสดงสมชื วิกถา 4 ข้อ คือ เหตุที่ทำให้คู่สมรสครองเรือนได้ยืดยาว คุณสมบัติของคู่สร้างคู่สม พัน

ฐานอันมั่นคงที่จะทำให้เรามีภรรยาคงชีวิตกันยืนยาว มีความสุข คือคู่สามีภรรยา
ต้องมี สมชีวิธรรม ได้แก่

1. สมศรัทธา ให้เลือกบุคคลที่มีความเชื่อเลื่อมใสในศาสนาหรือสิ่งเคารพ
บูชาต่างๆ เหมือนกัน มีความคิดเห็นในเรื่องใดเรื่องหนึ่งเหมือนกัน มีจุดมุ่งหมายใน
ชีวิตเหมือนกัน ตลอดจนมีรสนิยมตรงกัน

2. สมศีลา ให้เลือกบุคคลที่มีความประพฤติ ศีลธรรม จรรยา มารยาท มี
พื้นฐานการอบรมพองามเหมาะสมสอดคล้องกัน ไปกันได้ หรืออยู่ในระดับเดียวกัน จะได้ไม่
เป็นเหตุให้เกิดความรังเกียจซึ่งกันและกัน

3. สมจาคา ให้เลือกบุคคลที่มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ โอบอ้อมอารี มีใจ
กว้าง มีความเสียสละ มีความพร้อมที่จะช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่น บุคคลที่เสมอกันด้วย
จากนี้จะทำให้ครอบครัวอยู่เย็นเป็นสุข เพราะเมื่อคนเราอยู่ด้วยกันก็ต้องเสียสละ
ทั้งทรัพย์สิน เสียสละความสุขของตน เพื่อเกื้อกูลซึ่งกันและกัน

4. สมปัญญา ให้เลือกบุคคลที่มีปัญญาเสมอกัน คือ รู้จักเหตุ รู้จักผล รู้จัก
ดี รู้จักชั่ว รู้จักสิ่งที่เป็นประโยชน์ สิ่งที่ไม่ใช่ประโยชน์ มีการใช้ความคิดเพื่อแก้ปัญหา
(พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 7 ข้อ 845: 354)

6. มีหลักการประพฤติที่เสมอกัน (สมศีลา)

นอกจากการมีศรัทธาหรือหลักทฤษฎีให้ยอมรับได้อย่างลงตัวของคู่สมรส
แล้ว คู่สมรสก็ต้องยอมรับและประพฤติปฏิบัติต่อศรัทธาหรือทฤษฎีที่ตนยอมรับนั้น
ด้วย ในทัศนะของพุทธศาสนา คู่สมรสที่มีลักษณะความประพฤติที่เข้ากันได้ กล่าวคือ
มีความประพฤติอยู่ในระดับเดียวกัน ไม่มีความเหลื่อมล้ำหรือผิดเป็นที่ยอมรับไม่ได้
ของอีกฝ่ายหนึ่งอันเป็นเหตุให้เกิดความรังเกียจ คู่มั่นเหนียวเหนียวหรือขัดแย้งกัน
อย่างรุนแรงต่อกัน เช่นฝ่ายหนึ่งมักโกรธเป็นคนดुरาย พุดจาหยาบค้าย ดิดสิ่งเสพติด
ในขณะที่อีกฝ่ายหนึ่งเป็นคนสุภาพอ่อนโยน มีเมตตา เว้นอบายมุขลักษณะดังกล่าวจะ
ทำให้คู่สมรสเกิดการเลิกร้างกันได้ง่ายหรืออยู่ร่วมกันอย่างทุกข์ทรมาน (พระไตรปิฎก
ภาษาไทย เล่ม 7 ข้อ 845: 354) คู่สมรสจะต้องใส่ใจกับหลักปฏิบัติของกันและกันให้
มากกว่าเป็นไปอย่างสอดคล้องและกลมกลืนกันหรือไม่ ? การเลือกคู่สมรสที่มีความ
ประพฤติเสมอกันนับเป็นความจำเป็นโดยเฉพาะในสังคมที่มีความเร่งรีบสูง (ชูชีพ

ชนบท, 2543: 82) หลักการปฏิบัติที่เสมอเหมือนกันนั้น กล่าวในความหมายทั่วไป ได้แก่การจัดระเบียบชีวิตของตนเองให้อยู่ในกรอบที่เหมาะสมไม่ทำตนให้ตกต่ำ ยก ระดับพฤติกรรมให้เป็นคนมีจริยธรรม กล่าวในระดับบุคคลได้แก่การรู้จักหน้าที่ของตนเองไม่พร่องต่อความรับผิดชอบ ปรับตัวให้เข้ากับคนอื่นได้ไม่ว่าจะเป็นคู่สมรสหรือ เครือญาติ ไม่แสดงอำนาจหรือลักษณะที่ข่มอีกฝ่ายหนึ่งในระดับสังคมหมายถึงการ มีพฤติกรรมที่ไม่ขัดแย้งหรือเป็นที่รังเกียจของสังคม ปรับตนเองให้เป็นที่ยอมรับและ เชิดชูของสังคม

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงให้ธรรมะหมวดหนึ่ง ซึ่งสามารถใช้เป็นหลัก การวางรากฐานชีวิตและครอบครัวให้มั่นคง นั่นคือ “ฆราวาสธรรม ซึ่งประกอบด้วย หลักการ 4 ข้อ คือ สัจจะ ขันติ และจาคะ ทั้งสี่ข้อนี้คือ หัวใจครอบครัว สามิภรรยา เป็นบุคคลที่พึ่งเป็นพึ่งตายซึ่งกันและกัน ฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงทรงสั่งสอนให้มีความ ซื่อสัตย์ต่อกัน ไม่ประพฤตินอกใจกันและกัน เพราะการทำเช่นนั้นเป็นการทำร้ายจิตใจ ของกันและกัน ท่านทรงสอนให้คู่สมรสมีสัจจะคือจริงใจ หรือซื่อสัตย์ต่อกัน สอนให้มี จาคะ เสียสละให้ปันกัน ได้ทรัพย์มาก็จัดสรรทรัพย์ที่หาได้ร่วมกัน ใช้ร่วมกัน ไม่ตระหนี่ ถึเหนียว ท่านทรงสอนให้มีทมะ คือรู้จักข่มใจ รู้จักควบคุมอารมณ์ ระวังอารมณ์ หรือ ความรู้สึกต่อเหตุภพพร่องของกันและกัน และเมื่ออยู่ร่วมกันบางช่วงของชีวิตคู่ คนใด คนหนึ่งอาจจะเจ็บป่วยประสบเคราะห์กรรมต่างๆ คู่สมรสก็ต้องมีความอดทน (ขันติ) ต่อเหตุการณ์ต่างๆ อดทนต่อกัน (จำเนียร รักษาภักดี, 2544)

คุณธรรมทั้ง 4 นี้ คือ ฆราวาสธรรม ซึ่งถ้าสามิภรรยาปฏิบัติตามแล้ว ครอบครัวก็จะมีความสุข และความสุขของคู่ครองไม่มีอะไรมากไปกว่า

1. สุขที่เกิดจากการมีทรัพย์
2. สุขที่เกิดจากการใช้จ่ายทรัพย์
3. สุขที่เกิดจากความไม่เป็นหนี้
4. สุขที่เกิดจากการทำงานไม่เป็นโทษ

นอกเหนือจากการเลือกคู่โดยใช้หลักสมชิวีกถา 4 แล้ว พระพุทธเจ้าทรง สอนให้เลือกคน ที่มีลักษณะ 4 อย่างดังต่อไปนี้มาเป็นคู่ครอง เพื่อประโยชน์สุขใน ปัจจุบันชาติ (ทิฐธัมมิกัตถประโยชน์)

- 1. เลือกบุคคลที่มีความขยันในการประกอบอาชีพ
- 2. เลือกบุคคลที่เป็นคนประหยัด รู้จักออมทรัพย์
- 3. เลือกบุคคลที่รู้จักคบคนดีเป็นเพื่อน
- 4. เลือกบุคคลที่มีการเลี้ยงชีวิตตามสมควรแก่กำลังทรัพย์ที่หามาได้

ไม่ให้ผิดเคืองนัก ไม่ให้ฟุ้งเฟ้อนัก (จำเนียร รักษาภักดี, 2544)

7. พระพุทธศาสนากับการพัฒนาครอบครัว

พระพุทธศาสนาให้ความสำคัญกับครอบครัว เพราะถือว่าครอบครัวที่ดีเป็นจุดเริ่มต้น ของการเรียนรู้และการพัฒนา พระพุทธศาสนาจึงมีหลักธรรมที่ส่งเสริมให้มนุษย์พัฒนาครอบครัว ตัวอย่างหลักธรรมเหล่านี้ได้แก่

7.1 หลักธรรมที่แสดงความสัมพันธ์ของคนในฐานะที่แตกต่างกัน

ทิส 6 เป็นหลักธรรมที่แสดงความสัมพันธ์ของคนในฐานะที่แตกต่างกัน บอกหน้าที่ที่ทุกคนพึงปฏิบัติต่อกันและที่ต้องเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันทางสังคมดุจทิศที่อยู่รอบตัว สำหรับหลักธรรมใน ทิส 6 ที่เกี่ยวเนื่องกับการพัฒนาครอบครัว คือ ปุริตถิมทิส หรือทิสเบื้องหน้า ได้แก่ มารดา บิดา กับ ปัจฉิมทิส คือ ทิสเบื้องหลัง ได้แก่ สามี ภรรยา

1) ปุริตถิมทิส หรือ ทิสเบื้องหน้า คือ ทิสตะวันออก ได้แก่ มารดาบิดา เพราะเป็นผู้มีอุปการคุณแก่เรามาก่อน สำหรับหลักเกณฑ์ที่บุตรธิดาพึงบำรุงมารดาบิดาและหลักเกณฑ์ที่มารดาบิดาพึงอนุเคราะห์บุตรธิดา (สุริวัตร จันทรโสภา, 2551) มีดังนี้

การบำรุงมารดาบิดา	การอนุเคราะห์บุตรธิดา
ท่านเลี้ยงเรามา เราเลี้ยงท่านตอบ	ห้ามปรามจากความชั่ว
ช่วยทำกิจการของท่าน	ให้ตั้งอยู่ในความดี
ดำรงวงศ์ตระกูล	ให้ศึกษาศิลปวิทยา
ประพฤติดนให้เหมาะกับความเป็นทายาท	หาคู่ครองที่สมควร
เมื่อท่านล่วงลับ ทำบุญอุทิศให้ท่าน	มอบทรัพย์สมบัติให้ในโอกาสอันควร

2) **ปัจจัยมิตฺต** หรือ ทิศเบื้องหลัง คือ ทิศตะวันตก ได้แก่ สามเณร-ภรรยา เพราะติดตามเป็นกำลังสนับสนุนอยู่ข้างหลัง ซึ่งหลักเกณฑ์การบำรุงภรรยา และการอนุเคราะห์สามี มีดังนี้

การบำรุงภรรยา	การอนุเคราะห์สามี
ยกย่องให้สมเกียรติกับฐานะที่เป็นภรรยา	จัดงานบ้านให้เรียบร้อย
ไม่ดูหมิ่น	สงเคราะห์ญาติมิตรทั้งสองฝ่ายด้วยดี
ไม่นอกใจ	ไม่นอกใจ
มอบความเป็นใหญ่ในบ้านให้	รักษาทรัพย์สมบัติที่หามาได้
หาเครื่องประดับให้ในโอกาสอันควร	ขยัน ไม่เกียจคร้านการทำงานทั้งปวง

หลักธรรมสำหรับการครองเรือนตามหลักพุทธศาสนา “**ฆราวาสธรรม**” คือ หัวใจสำคัญของความมั่นคงในครอบครัว อันประกอบด้วย สัจจะ ทมะ ขันติ และ จาคะ

1. สัจจะ แปลว่า ความจริงใจ ความจริงจัง ตลอดจนความซื่อตรง ต่อกัน และกัน = นิสสัยรับผิดชอบ

เมื่อมองในแง่ของความเป็นครอบครัว นิสสัยรับผิดชอบของแต่ละคนถือเป็นเรื่องสำคัญอันดับหนึ่งเพราะถ้าใครขาดนิสสัยรับผิดชอบเมื่อไหร่ความหวาดระแวงต่อกันจะเกิดขึ้นทันที

คนมีสัจจะย่อมแสดงความรับผิดชอบได้ 4 ด้าน คือ

- 1) ด้านหน้าที่และการงาน
- 2) ด้านคำพูด คือ ต้องเป็นผู้ที่พูดอย่าง ก็ทำอย่างนั้น และ ทำอย่างไร ก็ต้องพูดอย่างนั้น
- 3) ด้านการคบคน คือ คบค้าสมาคมกับใครด้วยความจริงใจ
- 4) ด้านศีลธรรมความดี คือ ในเรื่องส่วนตัวถือเอาหลักธรรม เป็นใหญ่ ไม่ยอมทำในสิ่งที่ผิดศีล ผิดธรรม ผิดประเพณี และผิดกฎหมายของบ้านเมือง

2. ทมะ หมายถึง ความกระตือรือร้นในการเคี่ยวเข็ญ ฝึกตนเอง อย่างไม่มีข้อแม้เงื่อนไข เพื่อให้ตนเองมีทั้งความรู้ ความสามารถ และความดีเพิ่มพูนมากขึ้นทุกวันๆ คือ นิยรักการฝึกฝนตัวเอง คนที่ขาด ทมะ มักจะคิดน้อยใจโชคชะตา น้อยใจพี่น้อง น้อยใจพ่อแม่ น้อยใจสามี น้อยใจภรรยาว่าไม่รัก เลยไปจนกระทั่งน้อยใจลูกว่าไม่รักตนอีกด้วย แล้วก็ก่อปัญหาแตกความสามัคคีในครอบครัว

3. ขันติ แปลว่า ความอดทน คือ นิยอดทนถ้าครอบครัวไหนขาดขันติ ก็จะทำให้เกิดปัญหาการเบียดเบียนกันเอง ความเบียดเบียนกันเอง จะเป็นแหล่งแห่งความหายนะของครอบครัวเพราะไม่เข้าใจถึงจุดหนึ่งที่ต่างคนต่างตักเตือนกันไม่ได้ เมื่อเตือนกันไม่ได้ก็เลยไม่รู้จะทนไปทำไม การทะเลาะเบาะแว้ง ลงไม้ลงมือกันก็ตามมา

การอยู่ร่วมกันในครอบครัว ควรที่จะเปิดใจอนุญาตให้แต่ละคนในครอบครัวเอ่ยปากตักเตือนตนเองได้แต่เนิ่นๆ ถ้าหากเห็นว่าทำอะไรไม่ถูกไม่ควร ไม่โปร่งใสพอ ก็ให้รีบตักเตือนดีกว่ารอให้ทนไม่ไหวก่อนค่อยมาพูดกัน

4. จาคะ คือ เสียสละ คือ นิยเป็นผู้เสียสละ การขาดการเสียสละ จะทำให้เกิดปัญหาความเห็นแก่ตัว อาจเรียกง่ายๆ ว่า แล้งน้ำใจ

ธรรมชาติของมนุษย์ เมื่อไรก็ตามที่มีการอยู่ร่วมกันเกินสามคนขึ้นไป จะเริ่มมีการแบ่งพรรคแบ่งพวก เมื่อในครอบครัวมีการแบ่งพรรคแบ่งพวกเสียแล้ว หากได้ข่าวของพิเศษอะไรมา ก็จะคำนึงถึงแต่ประโยชน์ของพรรคพวกในบ้านของตัวเองก่อน อีกฝ่ายจะเดือดร้อนลำบากอย่างไร ไม่สนใจ ถ้าสถานการณ์เลวร้ายหนักเข้าๆ แม้พี่น้องหลานตามกันมา มักก็แตกกันเอง เพราะเชื้อแห่งความเห็นแก่ตัวได้เข้าห่อหุ้มจิตใจจนมืดมิด

แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสเรื่องมงคลสมรสไว้สั้นๆ เพียงคำเดียวว่า **สังคหะ แปลว่า การสงเคราะห์กัน** และให้ปฏิบัติตาม หลักสังคหวัตถุ 4 (พระมหาสมชาย ฐานวุฑฺโฒ, 2547) เพื่อเป็นการยึดเหนี่ยวน้ำใจกัน ดังนี้

1. ทาน การให้ปันแก่กัน คนเราถ้ารักที่จะอยู่ด้วยกันต้องปันกันกินปันกันใช้ หามาได้แล้ว ควรรวมกันไว้เป็นกองกลาง แล้วจึงแบ่งกันใช้ หากไม่เอามารวมกัน อาจเกิดการระแวงกันได้ ที่ใดที่ปราศจากการให้ ที่นั้นย่อมแห้งแล้ง เหมือนทะเลทราย การปันกันนี้ รวมทั้งการปันทุกข์กันในครอบครัวด้วย เมื่อฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดมีความทุกข์ มีปัญหา ก็ควรนำมาปรึกษากัน อีกฝ่ายก็ต้องรู้จักรับฟังและปลุกปลอบให้กำลังใจ

2. ปิยวาจา พูดกันด้วยวาจาไพเราะ แม้การตักเตือนกันก็ต้องระมัดระวัง คำพูด ถ้าถือเป็นกันเองมากเกินไป อาจเกิดทิฐิ ทำให้ครอบครัวไม่สงบสุข โดยถือหลักว่า ก่อนแต่งงานเคยพูดไพเราะอย่างไร หลังแต่งงานก็พูด ให้ไพเราะอย่างนั้น

3. อตถจริยา ฝึกฝนตนให้เป็นคนมีประโยชน์ คือมีความรู้ความสามารถ แล้วนำความรู้ความสามารถที่มีอยู่นั้น มาช่วยเหลือกัน ประพฤติตนเป็นประโยชน์ต่อกันในทุกด้าน เมื่อรู้ว่าอะไรดีหรือไม่ดี ควรหรือไม่ควร ก็นำมาเล่าสู่กันฟัง พยายามศึกษาหาความรู้ทางธรรม เอาใจมาเกาะกับธรรมให้มาก สามเณรยานั้น เมื่อทะเลาะกันมักจะโยนความผิดให้อีกฝ่ายหนึ่ง ซึ่งแท้จริงแล้ว ย่อมมีความผิดด้วยกันทั้งคู่ อย่างน้อยก็ผิดที่ไม่หาวิธีที่เหมาะสม แนะนำตักเตือนกัน ปลอ่ยให้อีกฝ่ายหนึ่งทำความผิด

4. สมานัตตตา วางตัวให้เหมาะสมกับที่ตัวเป็น เป็นพ่อบ้านก็ทำตัว ให้สมกับเป็นพ่อบ้าน เป็นแม่บ้าน ก็ทำตัวให้สมกับเป็นแม่บ้าน ต่างก็วางตัวให้เหมาะสม กับหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย ทั้งในบ้านและนอกบ้าน ซึ่งข้อนี้จะประพฤติกฎปฏิบัติให้ดี ต้องฝึกสมาธิให้ใจผ่องใสเป็นปกติ เพราะคนที่ใจผ่องใส จะรู้ไว้ในภาวะเช่นนั้น ควรจะวางตนอย่างไร ไม่ระเรีงโลก จนวางตนไม่เหมาะสม

8. ความอดทนและการยอมรับกัน (ขันติ)

ขันติ ความอดทนถือว่าเป็นหัวใจที่คู่สมรสจะต้องให้ความสำคัญในฐานะหลักการเพื่อการลดปัญหาความขัดแย้งในประเด็นต่างๆ คู่สมรสจะต้องใส่ใจในหลักธรรมข้อนี้ให้มาก ไม่ว่าจะเป็นการอดทนต่อความรู้สึกของกัน อดทนต่อการกระทบกระทั่งซึ่งอาจเกิดขึ้นได้อยู่ตลอดเวลาจากความไม่เข้าใจกันทั้งที่ตั้งใจและไม่ตั้งใจนักบ้างเบาบ้าง คู่สมรสจะต้องใช้ความอดทน ชีวิตคู่สมรสนั้นกล่าวไปแล้วเปรียบได้กับการนำสองชีวิตมาหายใจในลมหายใจอันเดียวกัน การตัดสินใจในเรื่องราวต่างๆ จะต้องร่วมกันอยู่ตลอดนับว่าเป็นเรื่องที่ไม่ง่ายทีเดียวที่จะทำให้เกิดความพอใจแก่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งทั้งหมด คู่สมรสบางคู่ไม่มีความอดทนเพื่อปรับความรู้สึกให้เข้ากับอีกฝ่ายหนึ่ง ยึดถืออารมณ์ของตนเองเป็นใหญ่ เมื่อมีสิ่งที่ไม่ชอบพอเกิดขึ้นก็มักจะไม่ใช่ความอดทนเข้าข่มพิจารณาถึงเหตุผลและความเป็นจริง ทำให้เกิดปัญหาติดตามมาไม่ว่าจะเป็นการทะเลาะวิวาทการหนีปัญหาด้วยวิธีการออกนอกบ้าน เทียวเตร่ ความอดทนจึงกล่าวได้ว่าเป็นคุณสมบัติที่ดีสำหรับคู่สมรส

เรื่องความอดทนนั้นจะเห็นได้จากกรณีของนางวิสาขา (พระพุทโธมชาจารย์, 2530: 45-76) ซึ่งได้รับโอวาทจากบิดาเมื่อวันสมรส 10 ประการ คือ

1) ไฟในอย่านำออก หมายถึง ผู้ที่ทำการสมรสจะต้องมีความหนักแน่นไม่นำความภายในครอบครัวไปเล่าหรือนินทาให้คนอื่นฟัง เนื่องจากจะทำให้เกิดความแตกแยกในครอบครัว

2) ไฟนอกอย่านำเข้า หมายถึง การไม่นำเรื่องราวที่ไม่ดีอันจะส่งผลกระทบต่อครอบครัวมากล่าว

3) ควรให้แก่ผู้ที่ให้ หมายถึง การรู้จักเอื้อเฟื้อและตอบแทนแก่บุคคลผู้มีอุปการะคุณและไม่เป็นคนเห็นแก่ตัว

4) ไม่ควรให้แก่ผู้ที่ไม่ให้ หมายถึง การเป็นผู้รู้จักให้ พิจารณาด้วยท่าทีของปัญญาว่าผู้้นั้นเป็นผู้ที่เหมาะสมแก่การให้หรือไม่ เช่น หากเอื้อเฟื้อไปแล้วยังแสดงตนเป็นผู้ที่ไม่รู้จักคุณ หยาบคายมองไม่เห็นคุณค่าของที่ให้ก็ไม่ควรที่จะให้อีกต่อไป เพราะนอกจากจะไม่เกิดผลประโยชน์แล้วยังนำโทษมาสู่ตัวเองและครอบครัวด้วย

5) เขาจะให้หรือไม่ให้ก็ควรให้ หมายถึง การแสดงออกซึ่งความเมตตาต่อผู้ที่เขารอความช่วยเหลืออย่างเห็นคุณค่าในสิ่งที่เราให้ แม้บางครั้งอาจไม่สามารถที่จะคืนสิ่งเหล่านั้นได้ก็ตาม ก็ควรแก่การอนุเคราะห์โดยเฉพาะญาติไม่ควรนิ่งดูดาย เมื่อมีโอกาสควรแสดงออกซึ่งความมีน้ำใจ

6) จงนั่งให้เป็นสุข หมายถึง การรู้จักฐานะของตนเองว่าเป็นใคร ต้องแสดงออกซึ่งความเป็นผู้มีมารยาทไม่วางตนเยี่ยงผู้ที่ไม่ได้รับการศึกษาอบรม

7) จงบริโภคให้สบาย หมายถึง การรู้จักใช้สอยอย่างประหยัดพอเหมาะแก่ครอบครัว ไม่ฟุ่มเฟือย จะต้องใส่ใจกับการเป็นอยู่ของญาติผู้ใหญ่ทั้งสองฝ่ายหรือคอยดูแลว่าเป็นอยู่อย่างไรไม่เป็นเฉย

8) จงนอนให้เป็นสุข หมายถึง จะต้องรู้จักเวลาที่ควรนอน ไม่เป็นคนเกียจคร้าน ตรวจสอบบ้านเรือนให้ดีว่ามีอะไรบกพร่อง

9) พึงบูชาไฟ หมายถึง การแสดงตนให้เป็นผู้อ่อนน้อมถ่อมตนเคารพให้เกียรติญาติผู้ใหญ่ของทั้งสองฝ่าย คอยอุปถัมภ์บำรุงด้วยปัจจัยสี่และให้ความรู้สึกที่ดี

10) พึงเคารพกราบไหว้เทวดาภายในเรือน หมายถึง ให้ความเคารพ

บิดามารดาของทั้งสองฝ่ายที่อีกฝ่ายให้ความเคารพด้วยความจริงใจประหนึ่งเทวดา

โอวาท 10 ข้อที่นางวิสาขาได้รับจากธัญชยเศรษฐีผู้เป็นบิดานั้นมิได้หมายเอาเพียงการที่ฝ่ายหญิงจะต้องปฏิบัติต่อชายเท่านั้น แม้ฝ่ายชายก็ต้องให้ความสำคัญและสำนึกโดยการใส่ใจปฏิบัติตามความเหมาะสมโดยเฉพาะสังคมปัจจุบันที่เป็นครอบครัวเดี่ยวมากขึ้นคู่สมรสจะต้องปฏิบัติต่อกันด้วยความให้เกียรติ นอกจากนั้นแล้วความอดทนที่คู่สมรสจะต้องใส่ใจให้มากอีกก็คือ

1) การอดทนต่อความยากลำบาก คู่สมรสจะต้องมีความอดทนต่อความยากลำบาก ไม่เห็นแก่ความสุขสบายโดยไม่ใส่ใจในปัญหาครอบครัว เริ่มตั้งแต่อดทนในการสร้างฐานะร่วมกันไม่ท้อแม้เศรษฐกิจจะตกต่ำ คอยให้กำลังใจซึ่งกันและกัน อดทนต่อการให้การอบรมเลี้ยงดูบุตรธิดา ต้องไม่ถือว่าสิ่งเหล่านี้เป็นอุปสรรคแต่ต้องคิดในทางสร้างสรรค์ที่จะคอยให้ครอบครัวมีความสุข

2) การอดทนต่อทุกข์เวทนา คู่สมรสจะต้องอดทนเมื่อเกิดการกระทบกระทั่งกันบ้างในบางครั้ง คอยให้อภัยเมื่ออีกฝ่ายหนึ่งผิดพลาดขึ้น ทุกขเวทนาหมายถึงภาวะทางอารมณ์หรือภาวะทางจิตใจที่ขุ่นเคืองซึ่งคู่สมรสจะต้องเรียนรู้กันไม่ว่าวัน เมื่อเกิดเหตุการณ์ขึ้นจะต้องคอยปรึกษาหารือกันอยู่เสมอ รวมไปถึงเรื่องที่ทำให้เกิดความเจ็บใจเมื่อถูกพูดให้เข้าใจ ความอดทนในเรื่องเหล่านี้คู่สมรสจะต้องไม่ละเลยหรือมองเป็นเรื่องเล็ก

3) อดทนต่ออำนาจของกิเลส นับเป็นความอดทนที่สำคัญที่คู่สมรสจะต้องมีความหนักแน่น ไม่อ่อนไหว ไม่ว่าจะเป็นความชอบใจหรือไม่ชอบใจ บางคู่เมื่อถูกโลกธรรม 8 ฝ่ายตีครอบงำ ก็อาจทำให้สภาวะของตน ในระดับจริยธรรม คู่สมรสจะต้องประกอบด้วยศีล 5 ไม่เบียดเบียนสร้างความเดือดร้อนแก่ตนเองและคนอื่น ไม่ฉ้อโกงประกอบอาชีพทุจริต ไม่เอาตัวเข้าไปเกี่ยวข้อง กับการผิดปดผิด พูตจาในทางที่สร้างสรรค์ เป็นประโยชน์ ไม่นำตัวเข้าไปเกี่ยวข้องด้วยอบายมุข มีสติสัมปชัญญะ (พันเอกปิ่น มุกขนัตต์, ม.ป.พ: 178)

ความอดทนนั้นเป็นมูลเหตุในการสร้างเสถียรภาพ ให้กับสถาบันครอบครัว ความอดทนในทัศนะของพุทธศาสนา มิได้หมายความว่าความที่ต้องจำทนและมีชีวิตอยู่ไปด้วยการขาดเหตุผล แต่ความอดทนเป็นผลที่สืบเนื่องมาจากการได้รับการฝึกฝนอบรมและขัดเกลาตนเองมาเป็นอย่างดีด้วยปัญญามองเห็นคุณค่าที่เกิดจาก

ความอดทน พิจารณาเรื่องราวที่เกิดขึ้นในครอบครัวและชีวิตคู่อย่างรอบคอบ

อานิสงส์การสงเคราะห์ภรรยา (สามมี)

1. ทำให้ความรักยืนยง
2. ทำให้สมานสามัคคีกัน
3. ทำให้ครอบครัวมีความสุข
4. ทำให้ได้รับการยกย่องสรรเสริญ
5. เป็นแบบอย่างที่ดีแก่อนุชนรุ่นหลัง ฯลฯ

9. หลักในการปฏิบัติในชีวิตประจำวันที่ย่าง ๆ สำหรับครอบครัวคือ ใช้หลัก 5 อ.

1. อ. อดทน เมื่อฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดทำผิดพลาดไปบ้างให้นึกถึงคำว่าอดทน และจะไม่นำเอาสิ่งที่ผิดพลาดนั้นมาพูดซ้ำเติมอีก
2. อ. เอื้อเฟื้อ สมาชิกทุกคนในครอบครัว ต้องช่วยเหลือซึ่งกันและกันอย่าคิดว่าไม่ใช่เรื่องของฉันไม่ใช่หน้าที่ของ ฉัน ฉันไม่เกี่ยวเช่น คุณพ่อซึกผ้า แม่ดูบ้าน ลูกล้างจาน อย่าคิดว่าเป็นงานของใครคนใดคนหนึ่ง
3. อ. อารมณ์ขัน ฝึกให้มีอารมณ์ขันเสียบ้าง มีการกระเ้าเข้าเ้าหย่กันบ้าง ในบางโอกาสอาจเป็นทั้งพ่อทั้งแม่ เพื่อนและพี่สำหรับลูกก็ได้
4. อ. อดทน อดกลั้น อดอ้อม ชีวิตครอบครัวที่จะต้องมี 3 อ. นี้ด้วย อดทน ต่อความยากลำบากต่างๆ ในครอบครัวอดกลั้นต่อสิ่งที่มากระทบจากฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง หรือกิเลสที่มา กระตุ้นเราให้ลุ่มหลงและให้รู้จักอดอ้อมเงินทองที่หามาได้แบ่งไว้ใช้เป็น สัดส่วน ส่วนที่หนึ่ง ใช้จ่ายในครอบครัวส่วนที่สองสำหรับการศึกษาของบุตร ส่วนที่สามสำหรับค่ารักษาพยาบาลเมื่อยามเจ็บไข้ ส่วนที่สี่บริจาคทานทำบุญสร้างกุศลไว้ เป็นเสบียง เมื่อยามจะจากโลกนี้ไป แล้วอีกส่วนหนึ่ง เก็บออมไว้ใช้เมื่อยามแก่เฒ่า
5. อ. อบอุ่น เมื่อเราปฏิบัติได้ 4 อ. ข้างต้นแล้ว อ.ที่ 5 ก็จะตามมาอย่าง แน่นนอน คือ อบอุ่น เมื่อสมาชิก ทุกคนรู้หน้าที่และบทบาทของตัวเองแล้ว ชีวิต ครอบครัวก็คงหนีไม่พ้นคำว่า “สุขภาพจิตเริ่มต้นที่บ้าน” ดังคำขวัญที่ว่าไว้อย่าง แน่นนอน ทั้งหมดนี้คือ การสร้างสถาบันครอบครัวที่ยั่งยืน 1.) ต้องเอาใจใส่ดูแลและ เอื้ออาทรต่อกัน (เอาใจเขา มาใส่ใจเรา) 2.) ต้อง “รู้จัก” คนที่เรารัก(รู้สึกถึงนิสัยใจคอ) 3.) ต้องเคารพกันและกัน 4.) ต้องมีความรับผิดชอบต่อตนเองและคนในครอบครัว

5.) ต้องมีความไว้วางใจซึ่งกันและกัน 6.) ต้องให้กำลังใจกันและกัน 7.) ต้องให้อภัยกันและกัน (อย่าโกรธเคืองกันข้ามวันข้ามคืน หรือนานเกินไป) 8.) ต้องรู้จักสื่อสารในครอบครัว (หมั่นพูดคุยเพื่อความเข้าใจที่ดีร่วมกัน) 9.) ต้องใช้เวลาด้วยกันอย่างมีคุณค่าและมีคุณภาพ 10.) ต้องมีการปรับตัวตามภาวะที่มีเปลี่ยนแปลงในครอบครัว(อาศัยความเข้าใจที่มีเหตุและผลที่ดี 11.) ต้องรู้จักภาระหน้าที่ในครอบครัวและช่วยเหลือกันซึ่งและกัน (ไม่ปล่อยให้ภาระของฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง) 12.) มีความใกล้ชิดและสัมผัสทางกายกันบ้างเพื่อแสดงออกเป็นกำลังใจต่อกัน 13.) ส่งเสริมกันทำความดี เป็นประโยชน์ต่อสังคมส่วนรวม 14.) ให้ความรู้แก่คนในครอบครัวตามหน้าที่ของแต่ละคน (ส่งเสริมการศึกษาและทักษะชีวิตให้ดีขึ้น 15.) มีหลักธรรมประจำใจ (รักษาศีล 5) และไม่ประมาทกับชีวิต

สถาบันครอบครัวก่อตัวขึ้นจากระบบครอบครัว การพัฒนาครอบครัวให้เข้มแข็งมีหลักยึดสมาชิกภายในครอบครัวได้รับการพัฒนาอย่างถูกต้องตามแนวทางแห่งการพัฒนา ย่อมเป็นหลักประกันที่ดีให้กับสถาบันสังคม ทำให้สังคมมีความรักความเข้าใจต่อสมาชิกภายในสังคม ห่วงใยสร้างหลักในการดำเนินชีวิตแบบชอบธรรม (สัมมาอาชีวะ) แก่สังคม ทำให้สังคมมีระบบเศรษฐกิจที่พึ่งพาตนเองได้ ไม่เป็นสังคมที่เห็นแก่ตัวหรือสังคมแบบไร้ระเบียบ ฉ้อโกงและลุ่มหลง (ตามสังวร) มุ่งเน้นความเจริญยึดความถูกต้อง (สัจจะ) และปราศจากสื่อในอันที่จะทำให้สมาชิกสังคมเกิดความเสื่อม มีระบบการตรวจสอบที่ดีและถูกต้อง (สติสัมปชัญญะ) การอยู่ร่วมกันของสามภรรยาที่เป็นเทวดาจึงหมายถึงการอยู่ร่วมกันอย่างผู้ประเสริฐ ให้เกียรติกัน เคารพนับถือกัน เป็นกัลยาณมิตรที่ดีของกันและสังคม จากกรอบของพุทธศาสนาที่มองความตั้งมั่นของคู่สมรสที่ย่อมสะท้อนให้เห็นถึงการจัดระเบียบชีวิตสมรสที่สมบูรณ์

สรุป

ความรักและความเข้าใจ คือสายใยของครอบครัว การสร้างครอบครัวเชิงพุทธ เริ่มต้นที่บ้าน ครอบครัวเป็นสถาบันพื้นฐานของมนุษยชาติ เป็นหน่วยขนาดเล็กที่สุดของสังคม แต่เป็นพลังที่ยิ่งใหญ่เป็นผู้สร้างและกำหนดสถานภาพ สิทธิ หน้าที่ของบุคคลอันพึงปฏิบัติต่อกันในสังคม ครอบครัวจึงเป็น สถาบันแห่งแรกในการถ่ายทอดวัฒนธรรมผ่านการสื่อสารสู่รุ่นต่อรุ่นและพัฒนา ผู้ร่วมครัวเรือน คือ สามี ภรรยาและ

บุตร ให้เป็นรากฐานสำคัญยิ่งต่อสังคมโดยรวม การดำเนินและดำรงชีวิตของแต่ละครอบครัวมีหลากหลายรูปแบบ หลายลักษณะ นอกเหนือจากครอบครัวที่สมบูรณ์ทั้งบิดามารดาและบุตร สมาชิกในครอบครัวที่รู้จักรับผิดชอบและปฏิบัติหน้าที่ของตน รู้จักหน้าที่ของความเป็นมนุษย์ที่อยู่ร่วมกัน จะสามารถผนึกกำลังและมีความสัมพันธ์ที่ดี เป็นพลังสร้างคนในครอบครัวให้มีความรักความอบอุ่น สร้างความสุข ความเจริญแก่ครอบครัวของตนได้ และยังได้แผ่ความรัก ความเมตตาเป็นเครื่องอุปถัมภ์ ส่งเสริมเพิ่มพูนกำลังแก่กัน การสร้างครอบครัวเชิงพุทธให้สามารถครองเรือนของคู่สามีภรรยาอยู่ร่วมกันได้ยาวนานนั้นจำเป็นต้องอาศัยหลักธรรมที่เราเรียกว่า **หลักฆราวาสธรรมและหลักธรรมที่บอกถึงหน้าที่ที่พึงปฏิบัติต่อกัน คือ ทศ 6** (คือ รู้จักหน้าที่และบทบาทที่พึงแสดงต่อกันในทางที่ดีงาม) ซึ่งหัวใจสำคัญของความมั่นคงในครอบครัว ประกอบด้วย สัจจะ ทมะ ขันติ และ จาคะ เป็นไปในทางที่ส่งเสริมคุณค่าแห่งชีวิตของกันและกัน เช่น เมื่อมีคุณธรรมความดีมีอยู่แล้วก็จักได้บำเพ็ญ คุณธรรมความดีเหล่านั้นให้เพิ่มพูนยิ่งขึ้นไป ก็จักได้มีกำลังช่วยกันบำเพ็ญประโยชน์นั้นให้กว้างขวางได้ผลดียิ่งๆ ขึ้นไปโดยยึดหลักของความซื่อสัตย์ มีสัจจะต่อกัน เอาใจใส่แม้สิ่งเล็กๆ น้อยๆ มีทมะ คอยถนอมน้ำใจ เป็นกำลังใจให้แก่กันและมีความอดทน เสียสละเพื่อกันและกัน ด้วยความเต็มใจน้อมรับตั้งอยู่ในความรัก ความเมตตาที่เกื้อกูลต่อกัน สิ่งเหล่านี้จะเป็นปัจจัยให้ครอบครัวมีความรักและความอบอุ่นและความมั่นคงที่ยั่งยืน ทำสิ่งไหนก็มีความเจริญรุ่งเรืองเพราะอำนาจแห่งศีล แห่งธรรม พาคครอบครัวร่วมเย็นเป็นสุขมั่นคงยั่งยืนอย่างแท้จริง

บรรณานุกรม

กรมสุขภาพจิต. (2542). **คู่มือการฝึกอบรมหลักสูตรพื้นฐานการให้การปรึกษา**

ครอบครัว. กรุงเทพมหานคร: จันทร์เพ็ญ แสงเทียนฉาย จิราพร เกศพิชญพัฒนา และยุพิน อังสุโรจน์.

ความสัมพันธ์ระหว่างการช่วยเหลือเกื้อหนุนในครอบครัวกับความสุขทางใจของผู้สูงอายุไทย. **วารสารประชากรศาสตร์.** 17 (2), 1-18. 2544.

ฉีน ชู เจริญ. (2019). **คู่มือช่างหมอน จิตวิทยา ความรัก.** กรุงเทพมหานคร: วาร

พับลิชชิง.

- ไชยรัตน์ เจริญสินโอฬาร. (2018). **อำนาจไร้พรมแดน : ภาษา วาทกรรม ชีวิตประจำวันและโลกที่เปลี่ยนแปลง**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ วิชาษา.
- ดร. สดใส คุ่มทรัพย์อนันต์. (2011). **คู่มือครอบครัวบำบัดสำหรับผู้ปฏิบัติงานด้านครอบครัวและเด็ก**. กรุงเทพมหานคร: ธรรมศาสตร์.
- ทวิศักดิ์ เผือกสม. (2018). **ปัญญาชน ศีลธรรม และสถานะสมัยใหม่ : เสียงของมนุษยศาสตร์ในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ ศยาม.
- ธรรมลิขิต ป้ายกำกับ. **มงคลชีวิต 38 ประการ**. สืบค้นเมื่อ. (5 กรกฎาคม 2560). แหล่งที่มา: <http://dhammaforlife1.blogspot.com>.
- นาริรัตน์ เชื้อสูงเนิน. (2550). “ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ภาวะสุขภาพ การปฏิบัติกิจกรรม การสนับสนุนจากครอบครัวกับความผาสุกทางใจของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ”. **วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พระธรรมปิฎก, (ป.อ. ปยุตโต). (2546). **พุทธธรรม (ฉบับปรับปรุงและขยายความ)**. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระมหาสมชาย ฐานวุฑโฒ. (2558). “Secret of Love “รักลูกอย่างไรไม่ให้เสียหน้า””. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร: รุ่งศิลป์การพิมพ์ (1977).
- พล.ต. หลวงวิจิตรวาทการ. (2006). **วิชาการครองเรือนครองรัก**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ สร้างสรรค์บุ๊คส์.
- พุทธทาสภิกขุ (พระธรรมโกศาจารย์). (2010). **คู่มือมนุษย์ ฉบับย่อ**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ สุขภาพใจ, สนพ. และตลาดตาพับลิเคชั่น.
- รศ. พิศิษฐ์ ชวลาธวัช. (2018). **กฎหมายกบววจจรชีวิตครอบครัว**. กรุงเทพมหานคร: นิติธรรม.
- ว.วชิรเมธี. (2552). **รักแท้ คือ การถนอม**. กรุงเทพมหานคร: สุภา.
- วศิน อินทสระ. (2017). **พระไตรปิฎก ฉบับที่เข้าใจง่ายแล้ว (ทีมนิกายทั้งหมด มัชฌิมนิกายบางส่วน)**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ธรรมดา.
- วสันต์ ภาณี. (2017). **ความลับชีวิตคู่**. กรุงเทพมหานคร: Book Maker.

- สุพัตรา สุภาพ. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. สืบค้นเมื่อ. (13 กรกฎาคม 2560). แหล่งที่มา: <http://www.pr.chula.ac.th>.
- อัจฉราวิ หาสุนหะ เยาวลักษณ์ มากดี ศุภลักษณ์ เก่งปัญญา และ รัตนารณ จารุวัตร. (2548). รายงานสถานการณ์ครอบครัว มิติแห่งการเปลี่ยนแปลง. สำนักส่งเสริมสถาบันครอบครัว สำนักงานกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. กรุงเทพมหานคร: ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- เอ็ดเวิร์ด เอ็ม ฮัลโลเวลล์. (2546). *นาทีชีวิต*. พิมพ์ครั้งแรก. กรุงเทพมหานคร : แพรวสำนักพิมพ์.
- Dr. James C. Dobson. (2003). *บ้านอุ่นรัก Home with a heart*. กรุงเทพมหานคร: ซีเอ็ดยูเคชั่น.