

การพัฒนาการดำเนินชีวิตคู่เพื่อความสุขออย่างยั่งยืนโดยพุทธสันติวิธี*

Development Procedure Marriage for Sustainable Happiness

Through Buddhist Peaceful Means

¹ชวจิต พันธุมจินดา, พระครูปลัดปัญญาวรรวัฒน์ และ ชันทอง วัฒนะประดิษฐ์

¹Chujit Pantumchinda, Phrakrupaladpannavorawat and Khantong Wattanapradith

¹บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

¹Graduate School, Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand.

¹Corresponding Author's Email: foruparticles@gmail.com



บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) สภาพปัญหา สาเหตุ และบริบทชีวิตคู่ในสังคมไทย 2) วิเคราะห์รูปแบบการพัฒนาการดำเนินชีวิตคู่เพื่อความสุขออย่างยั่งยืน และ 3) เพื่อนำเสนอรูปแบบการพัฒนาการดำเนินชีวิตคู่เพื่อความสุขออย่างยั่งยืนโดยพุทธสันติวิธี งานวิจัยเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยใช้วิธีการสนทนากลุ่มย่อย ประกอบกับการสัมภาษณ์เชิงลึก จากนักวิชาการด้านจิตวิทยา และผู้เชี่ยวชาญด้านพระพุทธศาสนา จำนวน 11 คน

ผลการวิจัยพบว่า 1) บริบทของปัญหาชีวิตคู่ในสังคมไทย มีปัญหาวิกฤตอยู่กับขั้นพื้นฐานในการดำรงชีวิตประจำวัน ปัญหาความแตกต่างด้านลักษณะนิสัย ทศนคติและค่านิยม การสื่อสาร หรือสภาพเศรษฐกิจที่มีการเปลี่ยนแปลงในด้านเศรษฐกิจและสังคม ด้านความเป็นเอกภาพในครอบครัว และด้านทัศนคติ 2) รูปแบบการพัฒนาการดำเนินชีวิตคู่โดยพุทธสันติวิธี เป็นการนำหลักฆราวาสธรรม 4 เป็นแกนหลักมาเป็นหลักปฏิบัติในการใช้ชีวิตคู่ พื้นฐานในการพัฒนาความสัมพันธ์ ได้แก่ (1) สัจจะ ความไว้น้ำใจเชื่อใจ (2) ทมะ การอยู่ร่วมกัน การข่มใจไม่แสดงอาการที่อาจจะทำให้ความสัมพันธ์เลวร้าย (3) ขันติ เผชิญหน้ากับความยากลำบาก ปัญหาและอุปสรรค และ (4) จาคะ คู่ชีวิตต้องรู้จักที่จะยอมเสีย และยอมสละ 3) การดำเนินชีวิตคู่เปรียบได้กับเสาของบ้าน รูปแบบของเสา 4 เสา คือ เสาที่ 1 เข้าใจ จากกระบวนการสร้างความเข้าใจ และเสริมสร้างความจริงใจ เสาที่ 2 ใสใจ จากกระบวนการความสัมพันธ์ปัจจัยและตัวแปรต่างๆ ในการใช้ชีวิตคู่ เสาที่ 3 ไว้วางใจ กระบวนการพิสูจน์ชีวิตครอบครัว และ เสาที่ 4 ข่มใจ กระบวนการที่สำคัญเป็นอย่างมาก ในสถานการณ์ยุคปัจจุบัน ชีวิตคู่ต้องมีฆราวาสธรรมเป็นรากฐาน ในการพัฒนาให้เป็นครอบครัวเข้มแข็งและสันติสุข

คำสำคัญ: การพัฒนาชีวิตคู่; รูปแบบชีวิตคู่ที่ยั่งยืน; หลักพุทธสันติวิธีในการใช้ชีวิตคู่

Abstract

The research article consisted of the following objectives: 1) to investigate problems, causes, and context of marriage in Thai society; 2) to analyze a model of marriage enhancement for sustainable happiness; and 3) to present a model of marriage enhancement for sustainable happiness by Buddhist peaceful means. The study used a qualitative research method, with data collected through focus group discussions and in-depth interviews with 11 psychology scholars and Buddhist experts.

From the study, the following results are discovered: 1) The following factors determine marriage problems in Thai society: differences in habits, attitudes, and values; communication; changes in economic and social conditions; family unity, and attitudes; 2) A model of marriage enhancement for sustainable happiness by Buddhist peaceful means is based on Gharāvāsa-dhamma (four qualities of a good layman) as a guiding principle in married life in order to strengthen the relationship, which includes (1) Sacca (truth and honesty), (2) Tama (taming and training oneself not to express feelings that could jeopardize the relationship), (3) Khanti (confronting difficulty and problems with tolerance), and (4) Cāga (couples must learn to sacrifice and be generous); and 3) Marriage is comparable to the four pillars of the house, namely (1) The first pillar is understanding, which is based on the process of increasing sincerity and building understanding, (2) The second pillar is paying attention, which is based on a variety of marriage-related factors and variables, (3) The third pillar is trust, which is the process by which married life is established, and (4) The fourth pillar is forbearance, which is a significant process in the present situation. Marriage requires Gharāvāsa-dhamma as the foundation for a strong and peaceful family.

Keywords: Marriage Enhancement; Model of Sustainable Marriage; Buddhist Peaceful Means for Marriage

บทนำ

แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560-2564) ได้กำหนดยุทธศาสตร์เสริมสร้างและพัฒนาศักยภาพทุนมนุษย์ เพื่อปรับเปลี่ยนให้คนไทยมีค่านิยมตามบรรทัดฐานที่ดี ทางสังคม มีทักษะในการดำรงชีวิตสำหรับโลกศตวรรษที่ 21 ส่งเสริมให้คนไทยมีสุขภาพที่ดีตลอดช่วงชีวิต รวมทั้งเสริมสร้างสถาบันทางสังคมให้มีความเข้มแข็งเอื้อต่อการพัฒนาคน โดยเฉพาะสถาบันครอบครัว กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ได้กำหนดและขับเคลื่อนนโยบายและยุทธศาสตร์การพัฒนาสถาบันครอบครัว พ.ศ. 2560-2564 ออกมาใช้เพื่อให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรมในปัจจุบัน

ส่งผลกระทบต่อสถาบันครอบครัวและชุมชน โดยเฉพาะค่านิยมความเป็นปัจเจก และประกอบกับการดำรงชีวิตประจำวันอย่างเร่งรีบ มีผลต่อระดับความสัมพันธ์ในชีวิตคู่และครอบครัว ทำให้ครอบครัวขาดการใช้เวลาร่วมกัน ความสัมพันธ์ที่ห่างเหิน นำไปสู่ความแตกแยกของครอบครัว (Department of Women's Affairs and Family Development, 2016) ดังนั้นสถาบันครอบครัวจึงต้องมีการเตรียมความพร้อม และสร้างภูมิคุ้มกันให้สามารถปรับตัวและรับมือกับการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรม ที่ส่งต่อการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตแบบดั้งเดิมของสังคมไทย จากสังคมเกษตรกรรมที่มีวิถีชีวิตการอยู่ร่วมกันแบบถ้อยทีถ้อยอาศัยกัน สู่ยุคสังคมที่มีความเป็นบริโภคนิยมและวัตถุนิยมมากขึ้น

ในยุคเทคโนโลยีที่มีการติดต่อสื่อสารภายใต้ความหลากหลายทางวัฒนธรรมและเชื้อชาติ ทั้งทางสังคม วัฒนธรรม และวิถีชีวิต กระแสโลกาภิวัตน์ และโลกแห่งการสื่อสารไร้สาย เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อวัฒนธรรมไทยทั้งด้านวิถีชีวิต ทักษะคน ความเชื่อ และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ส่งผลให้มีการมุ่งแสวงหาความสุขและการสร้างอัตลักษณ์ส่วนตัวมากขึ้น มีแนวโน้มสร้างเครือข่ายทางสังคมผ่านโลกไซเบอร์ สื่อเทคโนโลยี ข้อมูล ข่าวสาร และความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีมีบทบาทสำคัญต่อการดำรงชีวิตของผู้คนมากขึ้น และมีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของคนในสังคม นอกจากเทคโนโลยีการสื่อสารที่ทันสมัย ทำให้การใช้ชีวิตคู่แบบครอบครัวสื่อสารกันน้อยลง มีพฤติกรรมที่แปลกแยกจากชีวิตจริงและหมกมุ่นอยู่ในโลกออนไลน์ ซึ่งทำให้สัมพันธภาพลดลง ช่องว่างที่เกิดจากความสามารถในการใช้และการปรับตัวให้เข้ากับเทคโนโลยีสมัยใหม่ ส่งผลกระทบต่อส่งเสริมความเข้มแข็งของครอบครัวและการใช้ชีวิตคู่

ตลอดระยะเวลาที่ผ่านมา สถิติการหย่าร้างจากรายงานของกรมการปกครอง มีแนวโน้มสูงขึ้นเมื่อเทียบกับการจดทะเบียนสมรส ชีวิตคู่ของคนไทยในช่วง 20 กว่าปีที่ผ่านมา (Thairath, 2021) พบว่าแนวคิดและมุมมองการใช้ชีวิตคู่ต่างจากเดิมมาก เช่น การแต่งงานช้าลง การจดทะเบียนสมรสหรือไม่จดทะเบียนก็ได้ ขณะเดียวกันเมื่อมีปัญหาที่ตัดสินใจหย่าร้างกันง่ายขึ้น การพยายามปรับตัวกันนั้นในมิติของความเป็นมนุษย์ที่ต้องผ่านความทุกข์และความสุข จะทำให้ความสัมพันธ์เติบโต เพราะได้ผ่านทุกข์ผ่านสุขมาด้วยกัน การที่ต้องเผชิญกับข้อท้าทายใหม่ๆ เช่น การเปลี่ยนแปลงทางโครงสร้างประชากรที่เห็นได้ชัดเจนคือการก้าวสู่สังคมผู้สูงอายุ การเปลี่ยนแปลงทางสังคม เศรษฐกิจ วัฒนธรรม วิถีชีวิต และสิ่งแวดล้อม ซึ่งส่งผลกระทบต่อความเข้มแข็งและมั่นคงของสถาบันครอบครัว ซึ่งความท้าทายเหล่านี้ จำเป็นต้องมีเครื่องยึดเหนี่ยวที่เป็นแนวทางการดำเนินชีวิต การนำหลักธรรมของพระพุทธศาสนาเป็นแนวทางปฏิบัติให้ประสบผลสำเร็จในการดำเนินชีวิต ซึ่งเมื่อมาใช้ชีวิตคู่ซึ่งเป็นพื้นฐานที่สำคัญของครอบครัวในสังคมไทย ถ้าไม่นำหลักธรรมมาใช้ก็อาจทำให้การดำเนินชีวิตผิดพลาด และมีความทุกข์แทนที่จะเป็นทางแห่งความสุขความเจริญ ความถูกต้องที่ให้พลังในการดำเนินชีวิต หลักธรรมจะส่งผลให้ชีวิตคู่มีความสุขที่ยั่งยืน (Kanlayapatthanakul et al. 2021)

การใช้ชีวิตคู่ได้ยั่งยืนและยาวนาน จะต้องมีข้อประพจน์ที่ดี มีหลักธรรมเป็นพื้นฐานมั่นคงที่จะทำให้อยู่ครองคู่กันได้อย่างดียาว และทำให้การใช้ชีวิตที่สอดคล้องกลมกลืนกัน ในหลักพระพุทธศาสนามีหลักธรรมที่เป็นประโยชน์ต่อการครองเรือนที่สามารถนำมาปฏิบัติเป็นแนวทางตามอุปนิสัยแห่งตน อาทิเช่น หลักฆราวาสธรรม 4 ประการ ประกอบด้วย สัจจะ (ความซื่อสัตย์) ทมะ (ความอดกลั้น) ขันติ (ความอดทน) และ จาคะ (ความเสียสละ) (PhraKlaurung, 2016) หรือหลักสังคหวัตถุ 4 ประการที่ประกอบด้วย ทาน (การแบ่งปัน) ปิยวาจา

(การพุทธสภาพ) อรรถจริยา (การบำเพ็ญประโยชน์) และ สมนัตตตา (การวางตนเหมาะสม) Kanlayapatthanakul et al. 2021)

ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะนำหลักธรรมที่สอนให้มนุษย์มีความรักในการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุขตามแนวทางพระพุทธศาสนา การมีชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคม เพื่อที่จะใช้หลักพุทธสันติวิธี ซึ่งเป็นการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา โดยนำหลักขรวาจาธรรม 4 มาเป็นแกนหลักร่วมกับชุดหลักการทั่วไปจากนักวิชาการ นักจิตวิทยาครอบครัว มาบูรณาการเพื่อให้ได้องค์ความรู้ที่ชัดเจน เกิดกระบวนการเป็นแนวทางให้การใช้ชีวิตที่มีสันติสุข มีความอบอุ่น เกิดความรักความเข้าใจ และร่วมมือร่วมใจกันปฏิบัติหน้าที่ของตนให้สมบูรณ์ เพื่อให้เป็นครอบครัวที่มีคุณธรรม จริยธรรม มีคุณค่าต่อสังคมและประเทศชาติต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพปัญหา สาเหตุ และผลกระทบ เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตคู่ในสังคมไทยปัจจุบัน
2. เพื่อศึกษาวิเคราะห์รูปแบบการพัฒนาการดำเนินชีวิตคู่เพื่อความสุขอย่างยั่งยืนโดยพุทธสันติวิธี
3. เพื่อนำเสนอรูปแบบการพัฒนาการดำเนินชีวิตคู่เพื่อความสุขอย่างยั่งยืนโดยพุทธสันติวิธี

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) มาใช้ในการดำเนินการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ การวิจัยเอกสาร (Documentary Research) การสัมภาษณ์เชิงลึกกับกลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (In-Depth Interview) และ การสนทนากลุ่ม (Focus Group) โดยใช้วิธีการเก็บข้อมูล ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาในเชิงเอกสาร (Documentary Study) ศึกษาสภาพปัญหา สาเหตุ และผลกระทบ เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตคู่ในสังคมไทย ศึกษาหลักพุทธสันติวิธีในการดำเนินชีวิต โดยจำแนกข้อมูลเป็นข้อมูลชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ศึกษาจากพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในด้านหลักขรวาจาธรรม 4 หลักสังคหวัตถุ 4 หลักพรหมวิหาร 4 หลักสมรรถ 4 ส่วนข้อมูลชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) เป็นการบูรณาการหลักธรรมเสริมสร้างความมั่นคงในชีวิตคู่ โดยศึกษาข้อมูลที่เกี่ยวข้องจากตำราวิชาการ บทความวิจัย งานวิจัย และเอกสารวิชาการที่เกี่ยวข้อง

ขั้นตอนที่ 2 การศึกษาจากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informant) ในด้านปัญหาชีวิตคู่ หลักธรรมที่นำมาใช้เป็นแนวทางปฏิบัติ ระหว่างเดือนเมษายน-พฤศจิกายน 2563 รวมระยะเวลา 8 เดือน ผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ กลุ่มผู้ที่มีระยะเวลาการใช้ชีวิตคู่ตั้งแต่ 20 ปี ขึ้นไป และยังคงสถานะสมรส มีสันติสุขในชีวิตคู่ จำนวน 11 คู่ ประกอบกับการสัมภาษณ์เชิงลึกกลุ่มผู้เชี่ยวชาญด้านพระพุทธศาสนา นักวิชาการด้านจิตวิทยา ในประเด็น หลักการและแนวคิดทั่วไป หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่สัมพันธ์กับการเสริมสร้างและพัฒนาชีวิตคู่

ขั้นตอนที่ 3 ดำเนินกระบวนการประชุมกลุ่มย่อย (Focus Group) โดยมีคณะกรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ ได้แก่ คณาจารย์ของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อาจารย์จากมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต ผู้บริหารบริษัทเอกชน ผู้ประนีประนอมประจำศาลแรงงานกลางและศาลแขวง

ขั้นตอนที่ 4 การนำเสนอผลการศึกษาวิจัย นำเสนอผลการวิจัยเป็นแบบเชิงพรรณนาวิเคราะห์ตามกรอบแนวคิดการวิจัย วัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ เพื่อเป็นประโยชน์ในการศึกษาและเป็นแนวทางปฏิบัติต่อไป

ผลการวิจัย

วัตถุประสงค์ข้อที่ 1 บริบทของครอบครัวในในช่วง 10 ปีที่ผ่านมา ตัวเลขการหย่าร้างจากกรมการปกครองพบว่ามีสัดส่วนสูงขึ้นเมื่อเทียบกับยอดจดทะเบียนสมรส โดยปี 2554 มียอดจดทะเบียนสมรสใหม่ 306,947 คู่ มียอดหย่าร้าง 108,624 คู่ คิดเป็นร้อยละ 35 ของยอดจดทะเบียนสมรสใหม่ แต่ในปี 2563 มีสัดส่วนการหย่าร้างมากที่สุดในรอบ 10 ปี ด้วยจำนวน 121,011 คู่ คิดเป็นร้อยละ 45 ในขณะที่ยอดจดทะเบียนสมรสใหม่ 271,344 คู่ เมื่อเทียบสัดส่วนยอดหย่าสูงเกือบครึ่งหนึ่งของยอดจดทะเบียนสมรสในปี 2563 มีสาเหตุเพราะโควิด 19 ระบาด แต่การใช้ชีวิตคู่ของคนไทยในช่วง 20-30 ปีที่ผ่านมาพบว่า มุมมองการใช้ชีวิตคู่ต่างจากเดิม เช่น การแต่งงานจะช้าลง บางคนคิดว่าการใช้ชีวิตคู่ นั้น จะจดทะเบียนสมรสหรือไม่ก็สามารถทำได้ ขณะที่เมื่อมีปัญหาที่ตัดสินใจหย่าร้างกันง่ายขึ้น สิ่งที่ชัดเจนคือ ปัจจุบันสังคมยอมรับเรื่องการอยู่ก่อนแต่งงานมากขึ้น เมื่ออยู่ด้วยกัน แต่งงานกันก็ไม่ได้คิดถึงเรื่องจดทะเบียนสมรส ส่วนคนที่อยากจดทะเบียนสมรสก็คิดมากขึ้น เพราะมีประเด็นผูกพันทางกฎหมาย และมีเรื่องทรัพย์สินมาเกี่ยวข้อง ทำให้การไปจดทะเบียนสมรสเป็นเรื่องที่หลายคนมองว่าไม่จำเป็นที่จะต้องทำอย่างเร่งรีบ (Thairath, 2021)

สถานการณ์ในประเทศไทย สอดคล้องกับสถานการณ์ในประเทศสหรัฐอเมริกา Bloomberg รายงานว่า ในช่วงครึ่งปีแรกของปี 2563 ในช่วงที่โควิด 19 เริ่มระบาด อัตราการหย่าร้างมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น อัตราการหย่าร้าง และการสมรสก็ลดลง สถาบันวิจัยด้านประชากรและครอบครัว Bowling Green State University's Center ทำการสำรวจพบว่าสถานการณ์โควิด 19 ส่งผลกระทบต่อในด้านต่างๆ ทำให้คู่รักเลือกที่จะอดทนในชีวิตสมรสต่อไป และยอดคู่แต่งงานที่ลดลง เพราะการเลื่อนกำหนดการสมรสออกไปก่อน สำหรับในประเทศไทยในช่วงที่โควิด 19 ระบาด จากสถิติของกรมการปกครอง พบว่า อัตราการสมรสลดลงถึงร้อยละ 17 ส่วนการหย่าร้างลดลงร้อยละ 6 เฉพาะในกรุงเทพมหานคร พบว่าการสมรสมีอัตราที่ลดลงร้อยละ 22 ส่วนการหย่าร้างลดลงร้อยละ 10 (Suwanatat, 2021)

สถานการณ์โครงสร้างประชากรไทยที่ผ่านมา พบว่า มีการเปลี่ยนแปลงจากเดิม โดยมีแนวโน้มของอัตราการเกิดที่ลดลงและอัตราการเสียชีวิตที่เพิ่มขึ้น ส่งผลให้อัตราการเพิ่มของประชากรไทยค่อนข้างต่ำ กรมการปกครอง พบว่า ในปี 2563 ประชากรไทยมีจำนวนรวม 66.5 ล้านคน อัตราส่วนเพศชาย 93 คนต่อผู้หญิง 100 คน เมื่อเปรียบเทียบจำนวนการเกิดของประชากรไทยตั้งแต่ปี 2555 พบว่า จำนวนการเกิดของประชากรไทยลดลงอย่างต่อเนื่องทุกปี ขณะที่มีผู้สูงอายุของไทยเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยในปี 2563 พบว่า จำนวนผู้สูงอายุ 12 ล้านคนของประชากรทั้งหมด คิดเป็นร้อยละ 18.1 (TGRI, 2021) เป็นการเข้าสู่สังคมสูงวัย เป็นโอกาสที่สำคัญสำหรับประเทศ ความท้าทายของการเป็นสังคมสูงวัย รูปแบบครอบครัวที่มีความหลากหลายและซับซ้อนมากขึ้น แต่ละรูปแบบมีลักษณะเฉพาะตัว

สำนักงานสถิติแห่งชาติสำรวจข้อมูลพื้นฐานของครัวเรือนในประเทศ พบว่าปี พ.ศ. 2563 รายงานว่ามีจำนวนครัวเรือนทั้งสิ้น จำนวน 21.88 ล้านครัวเรือน โดยมีจำนวนสมาชิกเฉลี่ยประมาณ 3.11 คนต่อครัวเรือน

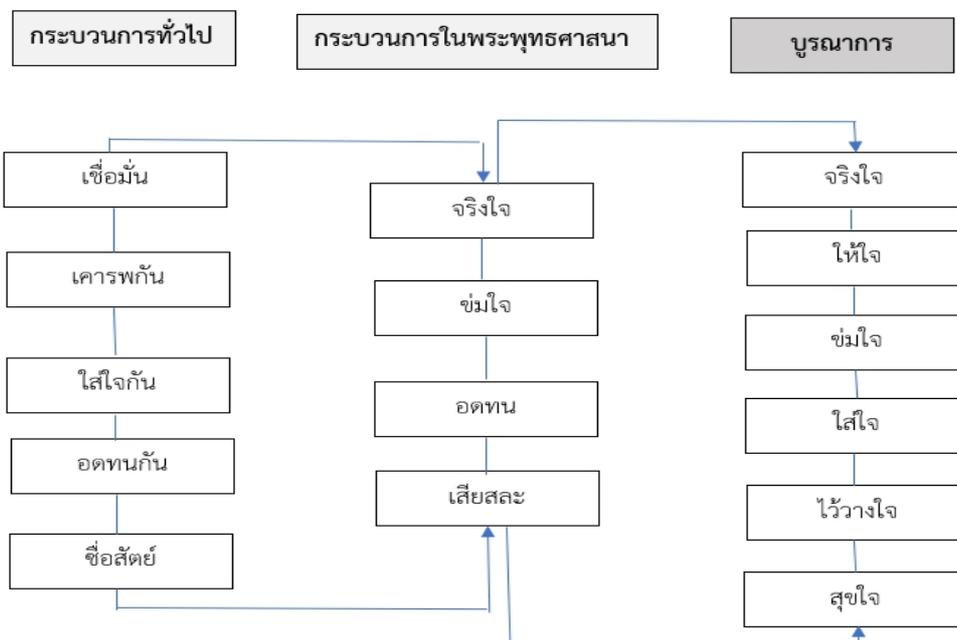
นอกจากนี้ รายงานผลการสำรวจสถานการณ์ความเข้มแข็งของครอบครัว ปี 2563 ของกรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว พบว่า มีค่าดัชนีความเข้มแข็งของครอบครัวในภาพรวมของครอบครัวไทยเท่ากับร้อยละ 85.60 โดยมีมิติด้านสัมพันธภาพ เรื่องการแสดงความรักและเอาใจใส่ระหว่างกัน อยู่ที่ร้อยละ 65.53 และการสื่อสารระหว่างกันอย่างมีคุณภาพร้อยละ 60.74 มีค่าเฉลี่ยความเข้มแข็งของครอบครัวซึ่งต่ำกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้ที่ร้อยละ 79 และร้อยละ 71 (Department of Women's Affairs and Family Development, 2021) จากสถานการณ์แพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด 19 การเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญที่ถือเป็นโอกาสที่ดี ในการลดช่องว่างความสัมพันธ์ที่ห่างเหินของสมาชิกในครอบครัวพร้อมกับการฟื้นฟูอุปสรรคสำคัญที่เป็นปัญหาระดับประเทศ การตั้งกติกาใหม่ร่วมกันเพื่อรับมือความเปลี่ยนแปลงในการดำรงชีวิตให้ปลอดภัยจากโควิด 19 ด้านสุขอนามัย ในครอบครัวผ่านกิจกรรมต่างๆ ที่ทำร่วมกันในครอบครัว จากเวลาที่ได้อยู่ร่วมกันเพิ่มขึ้น และการรักษาสุขภาพจิตใจของสมาชิกในครอบครัวอันเกิดจากสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงได้ทุกวัน สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นโอกาสในการปิดช่องว่างที่เคยห่างหายไปของสมาชิกในครอบครัว ซึ่งให้เห็นว่าวิกฤติการณ์การแพร่ระบาดของโควิด 19 ถือได้ว่า ยังมีมิติแห่งโอกาสเชื่อมความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัวได้ใช้เวลาในการเปลี่ยนแปลงและต้องการปรับตัวอย่างรวดเร็วของสังคมไทยและสังคมโลก (Sopajorn et al. 2020)

สถิติการหย่าร้างมักถูกนำมาใช้เป็นดัชนีทางสังคมที่สำคัญตัวหนึ่งที่สะท้อนความสงบสุขของครอบครัว สัดส่วนการหย่าร้างที่เพิ่มขึ้นจึงอาจสะท้อนให้เห็นปัญหาภายในครอบครัวได้ระดับหนึ่ง ซึ่งหากพิจารณาสถิติการหย่าร้างในประเทศไทยย้อนหลังในช่วงประมาณ 20 ปีที่ผ่านมา สถิติการหย่าร้างของคนไทยเพิ่มขึ้นอย่างสม่ำเสมอ จากรายงานการสำรวจภาวะเศรษฐกิจและสังคมของครัวเรือนของสำนักงานสถิติแห่งชาติ และหน่วยงานอื่นๆ ของภาครัฐบาล โดยข้อมูลมีลักษณะเป็นข้อมูลพาแนลทั่วประเทศในทุกจังหวัด ระหว่าง พ.ศ. 2556-2559 ทั้งนี้ ปัจจัยที่คาดว่าจะมีผลกระทบต่ออัตราการสมรสและการใช้ชีวิตคู่ ได้แก่ ปัจจัยด้านประชากรศาสตร์ คือ อัตราส่วนเพศ ปัจจัยด้านเศรษฐกิจส่วนบุคคล ได้แก่ ค่าจ้าง และระดับการศึกษา ปัจจัยด้านเศรษฐกิจและสังคม ได้แก่ สัดส่วนของอัตราการว่างงานในเพศชายต่อเพศหญิง และสัดส่วนคนจน และปัจจัยด้านสาธารณสุข ได้แก่ สุขภาพจิต สุขภาพกาย และภาวะอ้วน (Punyasavatsut, 2020)

ผลของการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจอย่างก้าวกระโดดในช่วงหลายสิบปีที่ผ่านมา ทำให้เกิดช่องว่างของการพัฒนาขึ้นในสังคมไทย จึงส่งผลกระทบต่อครอบครัวไทยตลอดจนการดำรงชีวิตของสมาชิกในครอบครัว ปัจจุบันกระแสโลกาภิวัตน์และความเจริญของเทคโนโลยีสารสนเทศ ปัญหาครอบครัวที่สังคมไทยต้องเผชิญกับความท้าทายของความเสื่อมโทรมทางจิตใจและศีลธรรมที่สะสมเรื่อยมาจนถึงขั้นเสื่อมโทรมมากยิ่งขึ้นในปัจจุบัน สาเหตุมาจากสภาพแวดล้อมภายในสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป ส่งผลกระทบต่อจิตใจ ทำให้ขาดศีลธรรม คุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์ อันเป็นแก่นแท้หลักในการดำรงชีวิต เกิดภาวะสับสนขาดจุดยืนที่มั่นคง ถูกต้อง และขาดการนำคุณค่าจากหลักธรรมจากพระพุทธศาสนามาใช้เป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่กำลังเผชิญอยู่

วัตถุประสงค์ข้อที่ 2 จากการวิเคราะห์ และสังเคราะห์ผ่านคำให้สัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) และการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับวิทยาการสมัยใหม่ พร้อมด้วยหลักการใน

พระพุทธศาสนาที่สัมพันธ์กับการเสริมสร้างและพัฒนาชีวิตคู่ให้สามารถอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข ประเด็นที่เกี่ยวกับการบูรณาการได้เป็น 3 ชุด คือ ชุดที่ว่าด้วยหลักการและแนวคิดทั่วไป ประกอบไปด้วย ความเชื่อมั่น ความเคารพ การใส่ใจ ความอดทน และความซื่อสัตย์ ชุดที่เป็นหลักการในพระพุทธศาสนา ประกอบด้วย สัจจะ ทมะ ขันติ จาคะ และชุดที่ว่าด้วยการบูรณาการหลักการและแนวปฏิบัติเกี่ยวกับการพัฒนาชีวิตคู่ ประกอบด้วย จริงใจ ให้ใจ ช่มใจ ใส่ใจ วางใจ และสุขใจ (ตามแผนภาพที่ 1) หลักการในการดำเนินชีวิตคู่ที่คู่ชีวิตจะสามารถนำมาใช้เป็นฐานในการประพฤติและปฏิบัติ ในอันที่จะเอื้อต่อความเป็นไปของการสร้างครอบครัวให้สามารถใช้ครอบครัวเป็นฐานในการสรรสร้างสิ่งดีงามให้เกิดขึ้นแก่สถาบันครอบครัว มีคุณค่าต่อชุมชนและสังคม รวมถึงการพัฒนาชุมชน องค์กร และสังคมให้เจริญเติบโตต่อไปด้วยพลังที่มาจากสถาบันครอบครัว



แผนภาพที่ 1 การบูรณาการกระบวนการพัฒนาการดำเนินชีวิตคู่ในพระพุทธศาสนา

วัตถุประสงค์ข้อที่ 3 กระบวนการพื้นฐานในการนำมาเป็นฐานรากสำหรับการพัฒนากระบวนการพัฒนาการดำเนินชีวิตคู่ นั้น คือ ฆราวาสธรรม อันเป็นกระบวนการพัฒนาความสัมพันธ์ที่ดีของชีวิตคู่เพื่อให้สามารถอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข โดยเริ่มจากฐานของการพัฒนาความสัมพันธ์ตามกระบวนการดังนี้

1. สัจจะ ความไว้นื้อเชื่อใจระหว่างกันและกัน ซึ่งการดำเนินชีวิตคู่ของทั้งสองคนต้องมีความซื่อสัตย์สุจริตต่อกันและกัน ผลที่ตามจะทำให้เกิดความเชื่อมั่นซึ่งกันและกันมากยิ่งขึ้น ไม่เกิดความหวาดระแวงกัน

2. ทมะ การอยู่ร่วมกันจะเป็นเสมือนลิ้นกับฟัน ที่อาจจะมีการร้าว หรืออารมณ์ที่ดีหรือไม่ดีมากระทบจิตใจ ด้วยเหตุนี้ น้ำชุ่มจึงเก็บไว้ข้างใน น้ำใสจึงควรเก็บไว้ข้างนอก อันเป็นการช่มใจไม่แสดงอาการบางอย่างที่อาจจะทำให้ความสัมพันธ์เลวร้ายลงไป

3. ชั้นดี ในการดำเนินชีวิตคู่อาจจะต้องเผชิญหน้ากับความขัดสนทางด้านปัจจัย 4 ที่คู่ครองจะต้องแสวงหามาเจอจนครบครัน รวมไปถึงการสร้างชีวิตผ่านการแสวงหาวัตถุมงคลแลครอบครัว ในบางสถานการณ์พ่อแม่อาจจะต้องยอมอดเพื่อให้ลูกได้พัฒนาศักยภาพตัวเอง หรืออาจจะยอมอดในสิ่งที่ตัวเองปรารถนาเพื่อนำทุนมาต่อยอดในสิ่งที่จำเป็น รวมไปถึงเมื่อเผชิญหน้ากับความยากลำบาก ต้องรู้จักที่จะทน และเผชิญหน้ากับปัญหาและอุปสรรคต่างๆ จนกว่าจะผ่านพ้นอุปสรรคได้

4. จาคะ คู่ชีวิตที่จะประคองกันต่อไปได้นั้น ทั้งสองคนต้องรู้จักที่จะยอมเสีย และยอมสละ ยอมเสียสิ่งของภายนอก หรือยอมเสียเปรียบกันและกัน โดยไม่ควรให้ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งได้เปรียบแต่เพียงประการเดียวเท่านั้น เพราะทำให้อีกฝ่ายรู้สึกว่าการถูกเอาเปรียบ ทั้งค่าใช้จ่ายในครัวเรือน ภาระในการดูแลบุตรของตนเอง ในขณะเดียวกันต้องรู้จักสละความตระหนี่ หรือสิ่งที่ไม่ดีไม่งามอาจจะกลายเป็นพฤติกรรมที่ทำให้เกิดพฤติกรรมที่น่ารักเกี่ยวระหว่างกัน

หลักปฏิบัติในพระพุทธศาสนา เมื่อศึกษาจากเอกสาร รวมถึงการสัมภาษณ์ หลายท่านได้ย้าถึงความสัมพันธ์ในพระพุทธศาสนา พบว่า หลักฆราวาสธรรม หรือพื้นฐานสำคัญของการดำเนินชีวิต หลักการนี้ประกอบด้วย สัจจะ ทมะ ชั้นดี จาคะ ส่วนหลักคิดทั่วไปนั้น ที่เน้นถึงความเชื่อมั่น ความเคารพ การใส่ใจ ความอดทน และความซื่อสัตย์ นำมาเป็นพลังเชื่อมสมานยึดโยงความสัมพันธ์ให้คงอยู่ตลอดไปเปรียบได้กับเสาของบ้าน เมื่อบุรณาการระหว่างแนวคิดทั่วไปกับพระพุทธศาสนาทำให้ได้หลักการสำคัญทั้ง 6 ประการ คือ จริ่งใจ ให้ใจ ช่มใจ ใส่ใจ วางใจ และสุขใจ หลักการสำคัญนี้ นำไปสู่การปฏิบัติของคู่ชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสอดคล้องกับวิถีของการดำเนินชีวิตคู่ในยุคปัจจุบัน ดังนั้น เสาของบ้าน คือ พลังเชื่อมสมานยึดโยงความสัมพันธ์ให้คงอยู่ตลอดไป เสาของบ้านทั้ง 4 เสา และ 5 ภาระบวการ (แผนภาพที่ 2) ได้ดังนี้

เสาที่ 1 เข้าใจ ประกอบด้วย 2 ภาระบวการที่ทำงานด้วยกัน คือ ภาระบวการสร้างความเข้าใจ และ ภาระบวการเสริมสร้างความจริงใจ โดยปกติก่อนแต่งงานนั้น คู่ชีวิตแต่ละคู่ได้ศึกษาและเรียนรู้ซึ่งกันและกัน โดยใช้เวลาตามเหตุปัจจัยบนฐานของการจัดวางตัวแปรต่างๆ

เสาที่ 2 ใส่ใจ การที่จะประคองชีวิตคู่ให้อยู่รอดปลอดภัยนั้น ทั้งสองคนต้องสนใจ และใส่ใจบริบทรอบๆ ตัวเอง ที่จะต้องไปสัมพันธ์กับตระกูลฝ่ายสามี และภรรยา ที่มีทั้งพ่อแม่ และญาติพี่น้องซึ่งจะต้องมีเกี่ยวข้องกับปัจจัยและตัวแปรต่างๆ ในการใช้ชีวิตในฐานะเป็นสัตว์สังคม



แผนภาพที่ 2 กระบวนการดำเนินชีวิตคู่เพื่อความสุขอย่างยั่งยืนโดยพุทธสันติวิธี

เสาที่ 3 ไว้วางใจ ความไว้วางใจเป็นสิ่งสำคัญมาก ปัญหาการหย่าร้างในสังคมไทย สามารถจำแนกสภาพของปัญหาได้เป็นประเด็นเรื่องเศรษฐกิจ เรื่องบุคคลที่สาม เรื่องของลูก เรื่องของงาน เพื่อจะได้สะท้อนปัญหาและสามารถนำหลักธรรมมาแก้ไข แต่ถ้าขาดความไว้วางใจจะเดินทางต่อไปไม่ได้

เสาที่ 4 ข่มใจ ความข่มใจเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ เพราะในสถานการณ์ยุคปัจจุบัน คู่ชีวิตจำนวนมาก ละเลยและไม่ให้ความใส่ใจที่จะนำมาประยุกต์ใช้ โดยเฉพาะสถานการณ์หรือตัวเร้าภายนอกที่เข้ามาทำหน้าที่ พิสูจน์ทราบ คู่ชีวิตจะนำเรื่องราวต่างๆ ทั้งในที่ทำงาน การพูดคุยผ่านช่องทางต่างๆ รวมถึงสื่อต่างๆ ยั่วยุให้ครอบครัวเข้าใจกันยากขึ้น ห่างเหินกันมากขึ้น

รูปแบบการพัฒนาชีวิตคู่จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมียุทธศาสตร์เป็นรากฐานในการใช้ชีวิต เพราะให้ชีวิตคู่ได้เกิดการขบคิด มีแนวทางในการดำเนินชีวิต โดยมีเสาทั้ง 4 เสาทำหน้าที่ในการพัฒนาการใช้ชีวิตคู่ให้กลายเป็นสถาบันหลักที่เป็นรากฐานของชุมชนและสังคม การดำเนินชีวิตคู่ในทางพระพุทธศาสนานั้น จะมีความราบรื่นและมีความสุข เป้าหมายสำคัญคือ การที่คู่ชีวิตได้ใช้สถาบันครอบครัวเป็นเครื่องมือ เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตเป็นครอบครัวสันติสุข

องค์ความรู้ใหม่

รูปแบบการพัฒนาชีวิตคู่โดยใช้หลักพุทธสันติวิธีเป็นรากฐานในการใช้ชีวิตครองเรือน เป็นการผสมผสานองค์ความรู้สมัยพุทธกาลจากพระพุทธศาสนา มาบูรณาการกับชุดหลักความคิดทั่วไปจากนักปรัชญาสมัยปัจจุบัน ชุดบูรณาการที่มีหลักการสำคัญ คือ จริ่งใจ ให้ใจ ช่มใจ ใส่ใจ วางใจ และสุขใจ ที่นำไปสู่การปฏิบัติของคู่ชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสอดคล้องกับวิถีของการดำเนินชีวิตคู่ในยุคปัจจุบัน ซึ่งจะก่อให้เกิดความสุขอย่างยั่งยืน ชีวิตคู่ร่วมกันนำพาครอบครัวมีความสุขสงบอย่างยาวนาน และทำให้เกิดความสุขที่ยั่งยืน

อภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ที่ 1 พบว่า จากการศึกษาครอบครัวในสังคมไทยในปัจจุบัน พบว่าลักษณะของปัญหาในครอบครัวที่เกิดขึ้น ส่วนใหญ่เกิดจากการดำเนินชีวิตครอบครัวในสังคมไทยปัจจุบัน มีปัญหาวิกฤติอยู่กับขั้นพื้นฐานในการดำรงชีวิตประจำวัน ปัญหาความแตกต่างด้านลักษณะนิสัย ทัศนคติและค่านิยม การสื่อสาร หรือสภาพเศรษฐกิจที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ที่เข้ามาเกี่ยวข้องในการดำเนินชีวิตกับสังคมด้วยรูปแบบต่างๆ จึงทำให้มีปัญหาคือครอบครัวตามมา จากการวิจัยของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์พุทธชินราช (Sintabsan et al. 2018) พบว่าประเภทปัญหาคือครอบครัวไทยในสังคมปัจจุบันในด้านต่างๆ ประกอบด้วย 1. ด้านบทบาท สามีและภรรยาต้องเคารพและยอมรับในบทบาทของกันและกัน มีการปฏิบัติตนได้เหมาะสมและสอดคล้องกับบทบาทของตน 2. ด้านทัศนคติและค่านิยม หากแตกต่างกันมาก อาจนำไปสู่ปัญหาคือครอบครัว 3. ด้านความประพฤติ หากฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งไม่ยอมปรับเปลี่ยนประพฤติดของตนเอง และยังมีติดอยู่กับรูปแบบการดำเนินชีวิตก่อนแต่งงาน โอกาสแห่งความขัดแย้งภายในครอบครัวย่อมมีมาก 4. ด้านภาวะทางอารมณ์ การตัดสินใจในการแก้ไขปัญหาหรือการโต้ตอบต่อสถานการณ์ที่แตกต่างกัน อาจนำมาซึ่งความขัดแย้ง และไม่เป็นที่พอใจของอีกฝ่าย 5. ด้านการขาดความซื่อสัตย์ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการเงิน เรื่องชู้สาว ความไม่ไว้วางใจ 6. ด้านความคาดหวังของครอบครัว และสังคม หากไม่สามารถตอบสนองต่อความคาดหวังได้ ย่อมนำมาซึ่งความผิดหวังของสมาชิกในครอบครัว และความคาดหวังของสังคม ซึ่งจะนำไปสู่ความขัดแย้งระหว่างกัน 7. ด้านวัฒนธรรม พื้นฐานทางวัฒนธรรมที่แตกต่างกันมาก ความขัดแย้งก็จะมีโอกาสเกิดมากขึ้น 8. ด้านเศรษฐกิจ สำหรับชีวิตคู่มักเป็นปัญหาที่สำคัญมาก กลายเป็นปัจจัยหนึ่งที่สังคมใช้เป็นดัชนีชี้วัดความสำเร็จของการใช้ชีวิตคู่ ซึ่งจะได้รับผลกระทบนับถือจากคนในสังคมหากครอบครัวนั้นมีความร่ำรวย

ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ที่ 2 พบว่า การใช้ชีวิตคู่ครอง หากเป็นผู้ที่มีศีลและธรรมทั้งคู่จึงมีความสุขร่วมกัน เป็นผู้มีศรัทธา สำรวมในศีล เลี้ยงชีพโดยชอบ พูดคำอ่อนหวานต่อกัน อยู่ด้วยกันเป็นผู้มีความสุข ผู้มีศีลเสมอกัน เรียกว่า สามีและภรรยาเป็นเทวดา เทวดาทั้งคู่อยู่ด้วยกัน ในสังวาสสุตตร อังคุตตรนิกาย (Mahachulalongkornrajavidyalaya University, 1996)

พระพุทธเจ้าตรัสถึงการอยู่ร่วมกันของสามีกับภรรยาไว้ 4 ประเภท ได้แก่. สามีและภรรยาเป็นผีทั้งคู่, สามีเป็นผี ภรรยาเป็นเทวดา, สามีเป็นเทวดา ภรรยาเป็นผี และ สามีและภรรยาเป็นเทวดาทั้งคู่ อยู่ด้วยกัน ในสมัยพุทธกาล ครอบครัวธัญชัยเศรษฐีผู้เป็นพ่อนางวิสาขา ได้ให้ โอวาทก่อนที่มหาอุบลิกาวิสาขาจะสมรสกับ ปุณณวัตินมาณพ ออกจากเรือนไปอยู่กับตระกูลของสามี โอวาท 10 ข้อ (Mahachulalongkornrajavidyalaya

University, 1996) ที่สามมีภรรยาควรนำไปใช้ เพราะจะทำให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข รู้จักการครองเรือนที่ถูกวิธี ซึ่งเป็นปรีชาธรรมนำไปใช้ในชีวิตคู่ให้ยั่งยืนนาน ได้แก่ 1. ไฟในอย่านำออก คือ ไม่นำเรื่องราวปัญหาในครอบครัว ความร้อนใจต่างๆ ที่เกิดขึ้นภายในบ้านไปเปิดเผยแก่คนภายนอก เพราะจะทำให้เขาถูกเหยียดหยาม 2. ไฟนอกอย่านำเข้า คือ ไม่นำเรื่องราวปัญหาต่างๆ ภายนอกที่ร้อนใจเข้ามาในครอบครัว 3. ให้แก่ผู้ให้ หมายถึง ผู้ใดที่เมื่อถึงคราวที่ต้องขอความช่วยเหลือ เขาก็ยินดีช่วยเหลืออย่างเต็มที่ เมื่อถึงคราวที่เขาเดือดร้อน ก็ต้องช่วยเหลือเขาอย่างเต็มที่เช่นกัน 4. ไม่ให้แก่ผู้ที่ไม่ให้ คือ ผู้ใดที่ได้ให้ความช่วยเหลือให้หยิบยืมสิ่งของแล้ว ไม่ส่งคืนตามกำหนดเวลา เมื่อต้องมีเรื่องขอความช่วยเหลือ แม้ไม่เกินความสามารถของเขา และเป็นเรื่องถูกศีลธรรมเขาก็ไม่ยอมช่วยเหลือ เป็นคนเห็นแก่ตัว แบบนี้แล้ว ภายหลังถ้ามาขอความช่วยเหลืออีก ก็ไม่ต้องช่วย ต้องมีอุเบกขา 5. ให้ไม่ให้ก็ให้ หมายถึง ถ้าญาติพี่น้องที่ลำบาก มาขอความช่วยเหลือ แม้บางครั้งไม่ส่งของที่หยิบยืมตามเวลา ภายหลังมาขอความช่วยเหลืออีกก็ให้ช่วย เพราะด้วยความเป็นญาติพี่น้องกัน 6. กินให้เป็นสุข คือ ให้จัดการเรื่องอาหารการกินในครอบครัวให้ดี ปรนนิบัติพ่อแม่ของสามีในเรื่องอาหารไม่บกพร่อง ไม่กินก่อนพ่อแม่ของสามี ถือได้ว่ากินให้เป็นสุข 7. นั่งให้เป็นสุข คือ รู้จักที่สูงที่ต่ำ เวลานั่งก็ไม่นั่งสูงกว่าพ่อแม่ของสามี จะได้นั่งอย่างมีความสุข ไม่เป็นคนแข็งกระด้าง ไม่มักใหญ่ใฝ่สูง แต่ให้ใฝ่ดี คือ ต้องมีสัมมาคารวะ ประพฤติอ่อนน้อมถ่อมตนต่อผู้ใหญ่ในตระกูล อย่างนั้นเรียกว่านั่งเป็นสุข 8. นอนให้เป็นสุข คือ ดูแลเรื่องที่นอนให้ดี และยึดหลักตื่นก่อนนอนที่หลัง ไม่เป็นคนเกียจคร้าน เอาแต่เที่ยวสนุก เหมือนครั้งที่ยังไม่แต่งงาน ก่อนนอนก็จัดการธุระในบ้านให้เรียบร้อยก่อน 9. บูชาไฟ หมายถึง เวลาที่พ่อแม่ของสามีหรือตัวสามีเองกำลังโกรธ เปรียบเสมือนไฟกำลังลุก ถ้าคุดอะอะไร ก็ควรนั่งเสีย เพราะในช่วงเวลานั้น อาจกลายเป็นเรื่องราวจะยิ่งลุกลามใหญ่โต ไม่มีประโยชน์อะไร เมื่อใดท่านหายโกรธแล้วจึงค่อยชี้แจงเหตุผลให้ฟังในภายหลังจะดีกว่า 10. บูชาเทวดา คือ ให้เคารพสามีหรือพ่อแม่ของสามีเหมือนเทวดา ไม่ประพฤติผิดใจ เพราะเมื่อทำผิดอะไรเอาไว้ สักวันหนึ่งท่านจะต้องรู้ หากท่านรู้แล้วจะถูกตำหนิหรือขับไล่ออกจากบ้าน เวลาที่พ่อแม่ของสามีหรือสามีทำความดี ก็ให้มีจิตตาคิด พยายามส่งเสริมสนับสนุน พุดให้กำลังใจให้ทำความดีให้ยิ่งขึ้นไป ในการนำหลักโอวาท 10 ประการ มาใช้เป็นแนวปฏิบัติในการแก้ปัญหาการครองเรือนในสังคมปัจจุบันในด้านต่างๆ สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในด้าน การแก้ปัญหาการครองเรือนด้านเศรษฐกิจ การแก้ปัญหาด้านศีลธรรม และจริยธรรม การแก้ปัญหาการครองเรือนด้านสังคม การแก้ปัญหาด้านการหย่าร้างและความรุนแรงภายในครอบครัว (Phramaha Noppasin Kemadhammo, 2020) โดยนำหลักธรรมมาปรับใช้ในการแก้ปัญหาต่างๆ ในการครองเรือน นอกจากนี้สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ ได้ให้ข้อคิดเกี่ยวกับคู่ครองที่ดี ที่จะเป็นคู่ร่วมชีวิตกันได้ ควรมีคุณสมบัติ และประพฤติตามข้อปฏิบัติ ดังนี้ 1. คู่สร้างคู่สม เป็นชีวิตคู่ครองหรือชีวิตสมรสที่จะมีความสุข ราบรื่น มั่นคงยืนยาวได้นั้น คู่สมรสควรมีคุณธรรมที่สมหรือสม่ำเสมอ กัน คือ สมศรัทธา สมศีลา สมจาคา และสมปัญญา เป็นฐานรองรับชีวิตคู่ มีคุณสมบัติสมกัน และควรมีลักษณะนิสัยสม่ำเสมอ กันของคู่ครอง ซึ่งจะทำให้คู่สมรสทั้งสองสมชีวิต คือ มีชีวิตที่สมหรือสม่ำเสมอ 2. คู่ชื่นชมคู่ระกำ หรือ คู่บุญคู่กรรม ถือว่าเป็นคู่ครองที่มีคุณธรรม ลักษณะนิสัยความประพฤติปฏิบัติ การแสดงออกต่อกัน ที่ทำให้เกื้อกูลกันหรือถูกกัน ก็มีต้องยอมทนกันหรืออยู่กันอย่างขมขื่น 3. คู่ศีลธรรมคู่ความดี นำเอาหลักธรรมสำหรับการครองเรือน มาใช้ภายในบ้านด้วย มีความซื่อสัตย์ต่อกัน ทั้งจริงใจ จริงวาจา และจริงใจในการกระทำ รู้จักควบคุมจิตใจ ผึกหัดตัด

นิสัย แก้ไขข้อบกพร่องข้อขัดแย้ง ปรับตัวปรับใจเข้าหากัน และปรับปรุงตนให้ดีขึ้น มีจิตใจเข้มแข็ง หนักแน่น และร่วมกันอดทนต่อความเหนื่อยยากลำบากตรากตรำฝ่าฟันอุปสรรคไปด้วยกัน มีน้ำใจ เสียสละ ความสุขสำราญความพอใจส่วนตนเพื่อคู่ครองได้ เช่น อดหลับอดนอนพยาบาลกันในยามเจ็บไข้ เป็นต้น ตลอดจนมีจิตใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อญาติมิตรสหายของคู่ครอง 4. คู่ถูกหน้าที่ต่อกัน สงเคราะห์ อนุเคราะห์กัน ตามหลักปฏิบัติในทิส 6 ข้อที่ว่าด้วย ทิศเบื้องหลัง 5. พ่อบ้านเห็นใจภรรยา สตรีมีความทุกข์จำเพาะตัว ต่างจากผู้ชาย ซึ่งสามีพึงเข้าใจ และพึงปฏิบัติด้วยความเอาใจใส่ เห็นอกเห็นใจ

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงให้ธรรมะซึ่งสามารถใช้เป็นหลักการวางรากฐานชีวิตและครอบครัวให้มั่นคง คือ ฆราวาสธรรม เป็นหัวใจครอบครัวที่จะทำให้เกิดเป็นต้นไม้แห่งชีวิตคู่ ต้องมีคุณสมบัติ 4 ประการ ได้แก่ สัจจะ คือ การมีรากแก้วแข็งแรงมั่นคง ทมะ คือ ความจริง มีศักยภาพในการเจริญเติบโตงอกงาม ชันติ คือ การรู้จักปรับตัวปรับปรุงตน พัฒนาตนอยู่เรื่อยไป มีความแข็งแรงทนทาน จาคะ คือ มีน้ำหล่อเลี้ยงบริบูรณ์ (Phra Dhammapitaka. (P. A. Payutto), 1998) หลักธรรมที่เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าและเป็นข้อปฏิบัติอันเป็นแนวทางที่จะทำให้มีความประพฤติดี เพื่อเข้าถึงสมดุคของชีวิตทั้งทางกาย จิตและปัญญาของแต่ละบุคคลตามฐานะและภาวะของตน เพื่อเข้าถึงซึ่งประโยชน์ต่อส่วนรวมอันนำไปสู่ความสงบสุขและสันติสุขของสังคม จึงได้นำมาใช้เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตคู่ พระพุทธเจ้าทรงเห็นคุณค่าของครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญในการครองชีวิตคู่ เมื่อใดชีวิตของครอบครัวมีความสุขนั้นได้ถือว่าใช้ธรรมะบริหารครอบครัวเกิดผลให้มีความสุขความเจริญ

การมีชีวิตคู่อยู่ร่วมกันย่อมจะมีปัญหา คู่ครองที่ดีที่จะเป็นคู่ร่วมชีวิตกันได้ ควรมีคุณสมบัติและประพฤติตามข้อปฏิบัติในทางพระพุทธศาสนาสอนไว้ว่า ชีวิตสมรสที่จะมีความสุข ราบรื่น มั่นคงยืนยาวได้นั้น คู่สมรสจะต้องมีหลักธรรมที่เหมาะสมหรือสม่ำเสมอ อันจะพึงเรียกได้ว่า สมธรรม 4 ประการ คือ สมศรัทธา สมศีลา สมจาคา และ สมปัญญา โดยเป็นฐานรองรับชีวิตคู่ครองในระดับที่ลึกซึ้งอย่างยิ่ง (Phra Rajavaramuni. (P. A. Payutto), 1978) แนวทางการดำเนินชีวิตตามแบบวิถีพุทธโดยใช้หลักพุทธธรรม ชีวิตครองเรือนที่มุ่งหมายในพระศาสนาจึงได้แก่ชีวิตที่คู่วิواهر มาร่วมอุปถัมภ์ซึ่งกันและกัน เพิ่มพูนคุณค่าแห่งชีวิตทั้งคู่ ชีวิตครองเรือนที่ประสบความสำเร็จด้วยดี ได้คนดีมาครองคู่คือเอาคุณค่าของชีวิตมาเสริมกัน สามภรรยาที่ต้องการความสำเร็จในชีวิตคู่ ต้องมีธรรมสำหรับคนครองเรือนให้ใช้ปฏิบัติ เป้าหมายแห่งการแต่งงานอยู่ที่การสร้างครอบครัวที่มีแต่ความรักใคร่กลมเกลียว โดยไม่มีการหย่าร้าง สามภรรยาจะบรรลุถึงเป้าหมายดังกล่าวได้ ก็ต่อเมื่อมีการปฏิบัติธรรมร่วมกันการปฏิบัติธรรมจะช่วยให้ชีวิตคู่เข้มแข็งมั่นคงพอที่จะฝ่ามรสุมต่างๆ ไปได้

ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ที่ 3 พบว่า หลักฆราวาสธรรม เป็นพื้นฐานสำคัญของการดำเนินชีวิต ประกอบด้วย สัจจะ ทมะ ชันติ จาคะ ส่วนหลักคิดทั่วไปที่มีความเชื่อมั่น ความเคารพ การใส่ใจ ความอดทน และความซื่อสัตย์ นำมาเป็นพลังเชื่อมสมานยึดโยงความสัมพันธ์ให้คงอยู่เปรียบได้กับเสาของบ้าน เมื่อบูรณาการระหว่างแนวคิดทั่วไปกับพระพุทธศาสนาทำให้ได้หลักการสำคัญทั้ง 6 ประการ คือ จริงใจ ให้ใจ ช่มใจ ใส่ใจ วางใจ และสุขใจ ที่นำไปสู่การปฏิบัติของคู่ชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสอดคล้องกับวิถีของการดำเนินชีวิตคู่ในยุคปัจจุบัน เป็นพลังเชื่อมสมานยึดโยงความสัมพันธ์ให้คงอยู่ตลอดไป

งานวิจัยนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ ภูวเดช ลินทับศาล และคณะ (Sintabsan et al. 2018) ที่วิจัยเรื่อง “พุทธจริยศาสตร์: แนวคิดและหลักการเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัวและสังคมไทยในศตวรรษที่ 21” ที่พบปัญหาต่างๆ ได้แก่ ปัญหาการไม่อยู่ร่วมกันเป็นครอบครัว มีสาเหตุมาจากเศรษฐกิจในครอบครัว ปัญหาความขัดแย้งภายในครอบครัว ปัญหาจากเศรษฐกิจและสังคม ปัญหาขาดความเป็นเอกภาพในครอบครัว ปัญหาด้านทัศนคติ ปัญหาการสื่อสารภายในครอบครัว เมื่อนำหลักพุทธสันติวิธี ซึ่งเป็นหลักธรรมมาบูรณาการกับหลักการทั่วไป จนได้รูปแบบการพัฒนาชีวิตคู่จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีการวางรากฐานในการใช้ชีวิต ให้ชีวิตคู่ได้มีแนวทางในการดำเนินชีวิต โดยมีเสาทั้ง 4 เสาทำหน้าที่ในการพัฒนาการใช้ชีวิตคู่ให้กลายเป็นสถาบันหลักที่เป็นรากฐานของชุมชนและสังคม ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของพิจิตร พงษ์เกษ และคณะ (Pongket et al. 2020) ที่ได้ศึกษาเรื่อง “รูปแบบการครองเรือนที่พึงประสงค์ตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา” และเพชรภรณ์ ประสารน้ำ และ สุวิน ทองปั้น (Prasanchum, and Tongpun, 2020) ที่ได้ศึกษาเรื่อง “ฆราวาสธรรม กับวิถีชีวิตแห่งสุขภาวะ” นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับพระมหานพสิน เขมธมโม (Phramaha Noppasin Kemadhammo, 2020) ที่ได้ศึกษาเรื่อง “การประยุกต์ใช้หลักธรรมเพื่อการครองเรือนที่ปรากฏในคัมภีร์อรรถกถาธรรมบทในสังคมปัจจุบัน” ด้วยการนำหลักธรรมมาใช้เป็นแนวทางเพื่อที่จะแก้ไขปัญหาหรือเกิดแนวทางที่จะเปลี่ยนแปลงการใช้ชีวิตคู่ให้ครอบครัวเข้มแข็ง ทั้งนี้จากผลกระทบจากระบบเศรษฐกิจของประเทศ ส่งผลให้การเปลี่ยนแปลงทางโครงสร้างประชากรที่ก้าวสู่สังคมผู้สูงอายุ การเปลี่ยนแปลงทางสังคม เศรษฐกิจ วัฒนธรรม วิถีชีวิต และสิ่งแวดล้อม ซึ่งส่งผลกระทบต่อความเข้มแข็งและมั่นคงของสถาบันครอบครัว ซึ่งความท้าทายเหล่านี้ จำเป็นต้องมีเครื่องยึดเหนี่ยวที่เป็นแนวทางการดำเนินชีวิต การนำหลักธรรมของพระพุทธศาสนาเป็นแนวทางปฏิบัติให้ประสบผลสำเร็จในการดำเนินชีวิตคู่และในการครองเรือน

สรุป

รูปแบบการพัฒนาการดำเนินชีวิตคู่เพื่อความสุภาพอย่างยั่งยืนโดยพุทธสันติวิธี ใช้หลักพุทธสันติวิธี ซึ่งเป็นการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา โดยนำหลักฆราวาสธรรม ซึ่งประกอบด้วย สัจจะ ทมะ ขันติ จาคะ มาบูรณาการกับหลักคิดทั่วไป ได้แก่ ความเชื่อมั่น ความเคารพ การใส่ใจ ความอดทน และความซื่อสัตย์ นำมาเป็นพลังเชื่อมสมานยึดโยงความสัมพันธ์ให้คงอยู่ตลอดไปเปรียบได้กับเสาของ ทำให้ได้หลักการสำคัญทั้ง 6 ประการ คือ จริงใจ ให้ใจ ชมใจ ใส่ใจ วางใจ และสุขใจ หลักการสำคัญนี้ นำไปสู่การปฏิบัติของคู่ชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสอดคล้องกับวิถีของการดำเนินชีวิตคู่ในยุคปัจจุบัน เป็นหลักปฏิบัติเพื่อให้เกิดเป็นรูปแบบแนวทางการสร้างความสุขที่เอื้อต่อการมีความสุขร่วมกัน การมีสังคมที่เกื้อหนุนให้มีชีวิตที่ดี การครองชีวิตคู่ความอดทนเป็นสิ่งสำคัญสามิภรรยาเมื่อเริ่มใช้ชีวิตคู่สิ่งดั่งามที่เริ่มต้นมีให้กันและกันในระยะแรกๆ ก็ยังเป็นไปปกติสุข ในการจะครองชีวิตคู่ที่จะอยู่กันด้วยกัน ความอดทนเป็นคุณธรรมอย่างหนึ่งที่จะทำให้ประสบความสำเร็จในชีวิตและความสุขอย่างยั่งยืน

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

- 1.1 สร้างหลักสูตรแนวทางการใช้ชีวิตคู่โดยหลักพุทธสันติวิธี เพื่อนำไปจัดกิจกรรมอบรม สัมมนา
- 1.2 จัดดำเนินการอบรมสัมมนาการสร้างครอบครัวเข้มแข็งโดยให้หลักพุทธสันติวิธีเป็นแนวทาง
- 1.3. จัดทำคู่มือการใช้ชีวิตคู่ด้วยหลักพุทธสันติวิธี เพื่อเผยแพร่ให้กับคู่จดทะเบียนสมรสใหม่

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

สำหรับประเด็นในการวิจัยครั้งต่อไปควรทำวิจัยในประเด็นเกี่ยวกับ

- 2.1 ควรศึกษาแนวทางที่จะนำหลักพุทธสันติวิธีมาใช้ในการแก้ปัญหาผลกระทบที่เกิดจากการหย่าร้าง
- 2.2 ควรศึกษาการนำหลักพุทธสันติวิธีมาใช้ในเป็นแนวทางสร้างครอบครัวเข้มแข็ง

References

- Department of Women's Affairs and Family Development. (2016). *Family Institution Development Policy and Strategy 2017-2021*. Bangkok: Ministry of Social Development and Human Security.
- Department of Women's Affairs and Family Development. (2021) *The Results of The Annual Family Strength Situation Survey 2020*. Retrieved December 15, 2021, from <https://opendata.nesdc.go.th/dataset/family>
- Foundation of Thai Gerontology Research and Development Institute (TGRI). (2021). *Situation of the Thai Elderly 2020*. Nakhon Pathom: Printery.
- Kanlayapatthanakul, W. et al. (2021). Buddhist Principles and Principles to Strengthen Family Security in Accordance with Buddhism. *Journal of MCU Peace Studies*, 9(1), 84-94.
- Mahachulalongkornrajavidyalaya University. (1996). *Thai Tipitakas*. Bangkok: MCU Press.
- PhraKlairung Panyavachiro. (2016). Virtues For Lay People to Practices towards Goodness. *Academic Journal of Mahamakut Buddhist University Roi Et Campus*, 5(2), 263-271.
- Phramaha Noppasin Kemadhammo. (2020). An Application of Buddhist Teachings for Living a Household Life as Appeared in Atthakathā Dhammapada in The Present Society. *Journal of MCU Nakhondhat*, 7(4), 71-82.
- Pongket, P. et al. (2020). Model of Desirable Householding Accordance with Buddhist Principles in Ubon Rajthani Province. *Journal of Modern Learning Development*, 5(3), 124-136.
- Prasanchum, P. & Tongpun, S. (2020). Gharāvāsa-dhamma and Lifestyle of Health. *Journal of Graduate MCU KhonKaen Campus*, 7(4), 84-100.

- Punyasavatsut, A. (2020). Determinants of Marriage. *Journal of HRintelligence*, 15(1), 57-76.
- Sintabsan, P. et al. (2018). *Buddhist College. Buddhist Ethics: The Concepts and Principles to Strengthen of Strong Family and Social Thailand in the 21St Century* (Research Report). Ayutthaya: Mahachulalongkornrajavidyalaya University.
- Phra Rajavaramuni. (P. A. Payutto). (1978). *Life Constitution: Buddhist Ethics for a Good Life*. Retrieved December 15, 2021, from https://www.watnyanaves.net/uploads/File/books/pdf/a_constitu tion_for_living_thai-eng.pdf
- Phra Dhammapitaka. (P. A. Payutto). (1998). *Life's Double Trees*. Retrieved December 15, 2021, from <https://www.watnyanaves.net/th/book-content-index/159>
- Sopajorn, W. et al. (2020). Opportunities for strengthening of the family during the outbreak of the Covid-19 Virus. *MBU Education Journal: Faculty of Education Mahamakut Buddhist University*, 8(2), 162-181.
- Suwanatat, P. (2021). *Discloses Marriage and Divorce Statistics from the COVID-19 Pandemic, No Issue with Not Having a Married Life, However, We Must First Exercise Patience With One Another*. Retrieved December 15, 2021, from <https://brandinside.asia/married-and-divorce-stat-during-covid-19/>
- Thairath. (2021). *You Have the Option of a Solution for Your Marital Life, A Happy Love, Or the Termination of The Divorce Certificate*. Retrieved December 15, 2021, from <https://www.thairath.co.th/lifestyle/life/2031389>