

ว.วชิรเมธี

SoulMate & Marriage

คู่รัก คู่ชีวิต





SoulMate
& Marriage

ขอบคุณที่รักฉัน

KKK S T





ว.วชิรเมธี

SoulMate Marriage

คู่รัก คู่ชีวิต

เรื่อง : ว.วชิรเมธี

ที่ปรึกษา : วรณณา ตั้งบรรยงค์

ปก และ รูปเล่ม : กนก เศรษฐฐิ์รังค์

พิสูจน์อักษร ภาพประกอบ : ศุภวัฒน์ เจริญลาภ

คัดลอกข้อความ : วรมน วิกรยานนท์

ฝอยฝน ชัยมงคล

พิมพ์ครั้งที่ 1 : วันที่ 11 กันยายน 2554

ผู้จัดพิมพ์ : บริษัท เบนซ์อิมพริซดา จำกัด

พิมพ์เพื่อแจกเป็นธรรมทานเท่านั้น ไม่สงวนสิทธิ์จัดทำจากต้นฉบับ
เพื่อเผยแพร่ในทุกกรณี หากต้องการพิมพ์เพื่อนำไปใช้ในงานมงคลสมรส
ติดต่อได้ที่ บริษัท เบนซ์อิมพริซดา จำกัด 02 939 0055





เนื้อหาในหนังสือฉบับนี้ นำมาจากส่วนหนึ่งของหนังสือ
Love Analysis มหัศจรรย์แห่งรัก
เล่มที่ ๑ โดยท่าน ว. วชิรเมธี

โดยได้นำเนื้อหาในส่วนของภาคที่ ๒
วิเคราะห์เจาะรัก มิติที่ ๓ ว่าด้วยเรื่อง *SoulMate*: คู่รัก
และ มิติที่ ๔ ว่าด้วยเรื่อง *Marriage*: คู่ชีวิต
มาจัดรูปเล่มใหม่ ให้กระชับรัด
เพื่อนำมาเป็นที่ระลึกในงานมงคลสมรส





อนุโมทนา

การแต่งงานเป็นจุดเปลี่ยนครั้งสำคัญที่สุดครั้งหนึ่งในชีวิตของคนเราที่บอกว่าเป็นจุดเปลี่ยนครั้งสำคัญที่สุดครั้งหนึ่งในชีวิตก็เพราะว่าการแต่งงานจะเปลี่ยนคนโสดสองคนให้เป็นคนที่ไม่โสดอีกต่อไปคำว่าไม่โสดไม่ได้มีนัยะตื้นๆ แค่นคนที่มิคู่ครองแล้วเท่านั้นแต่ย่อมหมายถึงรวมถึงการที่ปัจเจกบุคคลสองคนต้องนำเอาชีวิตทั้งชีวิตของตนเองมารวมเข้าด้วยกันในลักษณะทั้งความเป็นเธอทั้งความเป็นฉันหลอมกันเป็น “เรา” ซึ่งคนที่แตกต่างกันทั้งเพศ อายุ การศึกษา สถานภาพ การเลี้ยงดู นิสัยใจคอพื้นเพภูมิหลัง ความคิดความเชื่อ ธรรมเนียมสองคนจะมาอยู่ด้วยกันแล้วปรับความแตกต่างเหล่านี้ให้เป็นความ “ลงตัว” เพื่อสร้าง “ครอบครัว” ขึ้นมาใหม่ ย่อมไม่ใช่เรื่องง่ายและเพราะไม่ใช่เรื่องง่ายนี่เอง สังคมจึงสร้าง “พิธีแต่งงาน” ขึ้นมาเป็นกรอบของการใช้ชีวิตคู่อีกชั้นหนึ่ง พิธีแต่งงานหรือมงคลสมรสนี้จึงนับเป็นพันธสัญญาทางสังคมให้คู่รักดูแลกันและกันอย่างดีที่สุดให้สมกับที่ต่างฝ่าย





ต่างก็เลือกกันและกันมาเป็นคู่ชีวิตความสำคัญประการต่อมา ก็คือ การแต่งงานกันของคนทั้งสองจะก่อให้เกิด “ชีวิตใหม่” ขึ้นมาในโลกอาจจะเป็นหนึ่งในชีวิต สองชีวิต สามชีวิตหรือมากกว่านั้นนับสิบชีวิตก็ได้ทั้งนั้น ดังนั้นจากคนโสดพอแต่งงาน ก็กลายเป็นคนที่ต้องใช้ชีวิตร่วมกับอีกคนหนึ่งในลักษณะ สองกายแต่มีหนึ่งจิตวิญญาณ(ตามความเชื่ออินเดียโบราณ) ชีวิตจึงมีพันธะเพิ่มขึ้นและจากนั้นก็มีความรับผิดชอบ ในฐานะผู้ให้กำเนิดชีวิตใหม่ชีวิตก็จะก้าวไปสู่อีกบทบาทหนึ่ง คือการเป็นพ่อแม่ของลูกๆ พอสถานภาพเคลื่อนย้ายมาเป็น พ่อแม่ คราวนี้ยังต้องการศิลปะในการครองรักครองเรือน เพิ่มขึ้น ยิ่งลูกๆ กำลังอยู่ในวัยเติบโต กำลังเรียนหนังสือ กำลังสร้างเนื้อสร้างตัวคนที่ เป็นพ่อแม่ยังต้องใช้ความอดทนและความวิริยะอุตสาหะในการเลี้ยงดูพวกเขาเป็นพิเศษ





โดยเหตุที่การแต่งงานเปลี่ยนคนอย่างน้อยสาม
สถานภาพ คือเปลี่ยนคนโสดมาเป็นคนที่มิใช่เจ้าของเปลี่ยนคน
ที่มีเจ้าของให้มาเป็นคนที่ต้องหารชีวิตของตัวเองกับคู่รักคู่ครอง
ในแทบทุกเรื่องจนคนสองคนแทบจะกลายเป็นคนเดียวกัน
จากนั้นเปลี่ยนอีกครั้งหนึ่งคือจากคู่รักคู่ครองธรรมดากลายเป็น
พ่อแม่ของชีวิตใหม่เพราะการแต่งงานทำให้เกิดสถานภาพ
อย่างน้อยก็สามสถานภาพเช่นที่กล่าวมานี้เองดังนั้น การแต่งงาน
จึงต้องการ “ธรรมะ” เป็นอย่างยิ่ง หากขาดธรรมะเสียแล้ว
ชีวิตคู่ก็ยากที่จะราบรื่น และธรรมะที่ว่านี้ไม่ใช่ธรรมะที่เป็น
ข้อๆ เพียงข้อใดข้อหนึ่งแต่ต้องเป็นสารพัดข้อเลยทีเดียว ทั้งนี้
เพราะชีวิตคู่ นั้นไม่ใช่สูตรสำเร็จที่ใช้สมการเดียวแล้วตอบได้
ทุกปัญหาพระพุทธรองค์ทรงเข้าใจจักรวาลธรรมข้อนี้ดี ดังนั้นจึงทรง
แสดงธรรมเกี่ยวกับการครองเรือนครองรักไว้หลายหมวดให้
นำมาปรับใช้ให้สอดคล้องกับแต่ละสถานการณ์ของชีวิตคู่





ในโอกาสที่คุณวีระยุทธ รัตนพิลาศวานิช และ คุณวรมน วิทกรยานนท์ จะเข้าสู่พิธีมงคลสมรสแล้วมีความคิดริเริ่มในทางสร้างสรรค์โดยการจัดพิมพ์หนังสือธรรมะแจกเป็นธรรมทานในวันสำคัญยิ่งของชีวิตนั้นจึงนับเป็นกุศลกิจกรรมที่ควรแก่การอนุโมทนาอย่างยิ่ง เพราะคำว่า “มงคลสมรส” ก็บอกอยู่ในตัวแล้วว่าดีแล้วว่าการแต่งงานต้องเริ่มด้วยสิ่งที่เป็นมงคลและมงคลที่ว่านี้ก็คือธรรมะนั้นเองในเมื่อคู่บ่าวสาวเริ่มต้นชีวิตคู่ด้วยธรรมะและแจกธรรมะเป็นธรรมทานผู้เขียนก็เชื่อมั่นว่าผลแห่งธรรมทานและธรรมปฏิบัติในชีวิตจริงคงจะเป็นพรอันประเสริฐที่สุดที่จะทำให้ทั้งคู่ครองรักครองเรือน และครองธรรมอย่างยั่งยืนสมดังมโนปณิธานปรารถนาทุกประการ

ว.วชิรเมธี

วิมุตตยารามอังกฤษ

สหราชอาณาจักร ๑๗ สิงหาคม ๒๕๕๔





คำนำในการจัดรูปเล่มใหม่

พิธีมงคลสมรส หรือการแต่งงานนั้น ไม่ใช่บทสรุปที่
สวยงามของความรักของคนสองคน แต่เป็นเพียงจุดเริ่มต้น
ของคู่บ่าวสาวในการเริ่มต้นชีวิตคู่ด้วยกันเท่านั้น หลังจาก
ผ่านพ้นพิธีในวันสำคัญนี้แล้ว ข้าพเจ้าเชื่อว่า คู่บ่าวสาวจะต้อง
เผชิญกับทั้งความสุข และอุปสรรคต่างๆ ไปพร้อมๆกัน โดยการที่
คนสองคนจากต่างครอบครัว จะมาครองรักครองเรือนร่วมกัน
และประดับประดาความรักไปได้อย่างยืนยมนั้น ข้าพเจ้า
เชื่อว่า คนทั้งคู่จะต้องเข้าใจในหลักธรรมชาติของความรัก
หรือนั่นก็คือ หลักธรรมในการครองรักนั่นเอง

ดั่งที่ท่าน ว.วชิรเมธีกล่าวไว้ว่า

**“ถ้าเราจะสมรสให้เป็นมงคลแก่ชีวิต
เราจะต้องเอาธรรมนำหน้า แล้วสามีภริยาตามหลัง”**





และเพื่อเป็นมงคลแก่การเริ่มต้นชีวิตคู่ใหม่ของข้าพเจ้า
โดยความเมตตาจากท่าน พระมหาภูมิจัย วชิรเมธี หรือท่าน
ว.วชิรเมธี ได้อนุญาตให้นำเนื้อหาบางส่วนจากหนังสือ
Love Analysis มหัศจรรย์แห่งรัก เล่มที่ ๑ มาจัดพิมพ์
รูปเล่มใหม่ เพื่อแจกจ่ายเป็นของที่ระลึกในงานมงคลสมรส
ครั้งนี้

ในฐานะของพุทธศาสนิกชน ข้าพเจ้ามีความปรารถนา
เป็นอย่างยิ่งว่า จะได้เป็นส่วนหนึ่งในการช่วยเผยแผ่ข้อคิด
ข้อปฏิบัติอันดีงามในการครองรักครองเรือน ตามหลักพระพุทธ
ศาสนา ให้แก่คู่รัก หรือคู่ครองเพื่อช่วยลดปัญหาในครอบครัว
และสังคม ที่เกิดมาจากความละเลยที่จะปฏิบัติตนให้เป็น
คู่รัก คู่ครองที่ดีตามหลักคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
สืบต่อไป

มิถุนายน ๒๕๕๔

วีระยุทธ รัตนพิลาศวานิช

วรมน วิกฤษยานนท์





คำนิยม

“ขอแสดงความยินดีคู่บ่าวสาว”

คุณวีระยุทธ รัตนพิลาศวานิช คุณวรมน วิกฤษานนท์ในวันสำคัญวันหนึ่งในชีวิต วันเริ่มต้นของคำว่า “เรา” พี่สาวคนนี้ได้รับรู้ถึงความสุขจากความรัก และความปรารถนาดีที่น้องทั้งสองต้องการมอบหนังสือเล่มนี้ให้แก่ทุกคนที่มาพร้อมเป็นสักขีพยาน เพียงแค่เราทั้งสองตั้งใจ ทุกอย่างก็ราบรื่นด้วยดีก็เพราะพลังความรักของน้องทั้งสอง จึงทำให้หนังสือเล่มนี้ปรากฏออกมาอย่างงดงามขออนุโมทนากับทุกท่านที่มีส่วนร่วมในการจัดพิมพ์หนังสือเล่มนี้เป็น ธรรมทาน ณ ที่แห่งนี้ ..ขอให้ “เรา” ทั้งคู่มีพลัง มีความสุข มีความเข้มแข็ง “รักคือสิ่งสวยงาม” โดยเฉพาะความรักที่ใช้ธรรมะขององค์สัมมาสัมพุทธเจ้า นำทาง รัก

วรรณภา ตั้งบรรยงค์ ... พี่จ๊อบ

๒๘ มิถุนายน ๒๕๕๔





กราบขอขอบคุณ

พระมหาภูติชัย วชิรเมธี (ว.วชิรเมธี)

ให้ความเมตตาอนุญาตให้นำเนื้อหาบางส่วนจากหนังสือ

Love Analysis มหัศจรรย์แห่งรัก มาจัดพิมพ์ใหม่ในครั้งนี้

คุณเงิน รัตนพิลาศวานิช คุณวิพันธ์ รัตนพิลาศวานิช

คุณธวัชชัย วิกรยานนท์ คุณโสภา วิกรยานนท์

บิดา-มารดาผู้ให้กำเนิด ให้โอกาสให้ความรักอย่างไม่มีที่สิ้นสุด

ขอบคุณ

คุณวรรณภา ตั้งบรรยงค์

พี่สาวแสนสวยและใจดี ที่คอยช่วยเหลือน้องคนนี้ในทุกๆ เรื่อง
รวมไปถึงเป็นบุคคลสำคัญที่สนับสนุน และทำให้เกิดการจัด
พิมพ์ในครั้งนี้

คุณกนก เศรษฐธำรงค์

ที่เสียสละเวลาอันแสนจะน้อยนิดมาช่วยเหลือเรียบเรียง
รูปเล่ม

เพื่อนๆ พี่ๆ น้องๆ ทุกท่าน ที่คอยให้ความช่วยเหลือ ให้ความ
เมตตากับเราทั้งสองคนด้วยดีตลอดมา





สาระคู่รัก คู่ชีวิต

SoulMate : คู่รัก

- คำจำกัดความ 13
- เพราะเราคู่กัน 15
- ผมเลือกคุณ 17
- นี้นางข้างซ้าย 28

Marriage : คู่ชีวิต

- คำจำกัดความ 32
- คู่รัก Idol 41
- เรื่องจริง หรือ เรื่องในอุดมคติ 49
- ulla ฉญาประสารัก ? 51





SoulMate

คู่รัก

คำจำกัดความ

ความรักระหว่างชายหนุ่มหญิงสาว หรือความรักที่อิงกามารมณ์นั้น เป็นความรักที่วางรากฐานอยู่บนสัญชาตญาณของการดำรงเผ่าพันธุ์ ซึ่งมีอยู่ในสิ่งมีชีวิต ทั้งคน ทั้งสัตว์ ทั้งพืชพรรณ ทั้งต้นไม้ใบหญ้า ตลอดจนถึงจุลินทรีย์ชนิดต่างๆ เช่นพวกแบคทีเรีย ไวรัส และพวกปรสิตบางประเภท สัญชาตญาณในการดำรงเผ่าพันธุ์นั้น ก็จะมีอยู่อย่างเท่าเทียมเสมอกัน

ความรักระหว่างชายหนุ่มหญิงสาว หรือความรักที่อิงกามารมณ์นั้น เป็นความรักที่ถูกกล่าวถึงมากที่สุด และเกี่ยวข้องกับชีวิตของคนเราก่อนข้างจะเข้มข้น รุนแรง ทั้งยังมีอิทธิพลทางจิตใจอย่างมากที่สุดด้วย





เนื่องจากคำว่า **“รัก”** มีผู้สันนิษฐานว่า อาจมาจาก คำว่า **“ราคะ”** อันเป็นผลจากการที่ความรักระหว่างชายหนุ่ม หญิงสาวนั้นก็ เป็นความรักที่อิงราคะนั่นคือความใคร่ ความปรารถนา ความต้องการ ความคลั่งไคล้ไหลหลง

ความรักในทางชั่วสาวที่มีปลายทางเป็นกามารมณ์ เช่นที่กล่าวมานี้ ในทางพุทธศาสนาท่านกล่าวไว้ว่า เกิดขึ้นได้จากเหตุปัจจัย ๒ ประการด้วยกัน คือ





เพราะเราคู่กัน

๑. **บุพเพสันนิวาส** ได้แก่ การเคยมีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันมาในชาติปางก่อน ทั้งในฐานะของคู่สามีภรรยา หรือในสถานภาพอื่นๆ เช่น บิดา มารดา พี่น้อง หรือญาติสนิท มิตรสหาย แต่ในมิติของการครองคู่ คำว่า **“บุพเพสันนิวาส”** เจาะจงลงไปเลยว่า หมายถึงการเคยเป็นคู่สามีภรรยาด้วยกันมาก่อน หรือเคยผูกสมักรักใคร่กันมาก่อนนั่นเอง

๒. **เกิดจากการเกือกลูกกันในปัจจุบัน** ได้แก่ การทำงาน ร่วมกัน ผ่านความทุกข์ยากลำบากมาด้วยกัน อยู่ในที่ทำงาน เดียวกัน สถาบันเดียวกัน บ้านเดียวกัน สิ่งแวดล้อมเดียวกัน หรือพบวิกฤติการณ์บางอย่างมาด้วยกัน อันเป็นเหตุให้เกิดความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน เช่นนี้เป็นต้น

เราไม่อาจรู้ได้เลยว่า ในชั่วชีวิตเรา ความรักระหว่างชายหนุ่มหญิงสาวที่เกิดขึ้นในแต่ละครั้งนั้น จะเกิดขึ้นจากบุพเพสันนิวาส หรือว่าเกิดขึ้นจากเหตุปัจจัยในปัจจุบัน ขณะมาประสานสอดคล้องกันอย่างพอดี





ในเมื่อเราไม่รู้ว่าคุณรักของเราเกิดขึ้นมาจากสาเหตุใด แต่สิ่งที่ดีที่สุดที่เราจะสามารถทำได้เมื่อเรามีความรักระหว่าง ชายหนุ่มหญิงสาว สิ่งนั้นก็คือ “การเรียนรู้ซึ่งกันและกันอย่างดีที่สุด”

พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ว่า การที่คนสองคนจะเป็น คู่รักกันจะต้องมีธรรมะในการเลือกคู่ ในการครองคู่ ถ้าเรามี ธรรมะในการเลือกคู่ ธรรมะในการครองคู่ ก็จะทำให้เราสามารถ ครองรักครองเรือนอย่างประสบความสำเร็จได้ จนกระทั่ง ถือไม้เท้ายอดทอง กระบองยอดเพชรเหมือนดังคำที่คนโบราณ ได้กล่าวไว้ ในส่วนของธรรมะในการเลือกคนรัก หรือคู่รักที่ เหมาะสมนั้น พระพุทธเจ้าก็ทรงตรัสเอาไว้เช่นกัน สิ่งนี้ เรียกว่า **สมชีวิธรรม ๔**





ผมเลือกคุณ

สมชีวิธรรม ก็คือ ธรรมที่จะทำให้มีความเสมอกัน ในการดำรงชีวิตคู่ ซึ่งประกอบด้วยหลัก ๔ ประการ คือ

๑. มีความเชื่อเสมอกัน (สมสัทธา)
๒. มีความดีเสมอกัน (สมศีลา)
๓. มีความเสียสละเสมอกัน (สมจาคา)
๔. มีปัญญาเสมอกัน (สมปัญญา)

ชายหนุ่มหญิงสาวที่มีคุณสมบัติ ๔ ประการนี้เสมอกัน หรือใกล้เคียงกัน ก็มีโอกาสสูงมากที่จะเป็นคู่รักที่ประสบความสำเร็จ ร่วมกันในการครองเรือนครองรัก และร่วมสร้างครอบครัวที่ร่มเย็นเป็นสุขได้ในอนาคต

โดยรายละเอียดของสมชีวิธรรม ๔ ประกอบด้วย

๑. **มีความเชื่อเสมอกัน (สมสัทธา)** ก็คือ มีระบบความเชื่อ ความยึดถือ ความศรัทธา ที่เป็นไปในแนวทางเดียวกันที่เสมอหรือใกล้เคียงกัน เช่น ศรัทธาในศาสนาเดียวกัน ศรัทธาในลัทธินิกายเดียวกัน ศรัทธาในพรรคการเมืองเดียวกัน ศรัทธาในระบบเหตุผลเดียวกัน ตลอดจนถึงศรัทธาในวิถีชีวิตแบบเดียวกัน





*คำว่า สมสัทธา ถ้ากล่าวอย่างง่าย ๆ
ก็คือการเป็นคนคบเดียวกันนั่นเอง
ถ้าเราเป็นคนคบเดียวกันแล้ว
ก็จะทำให้พูดจาภาษาเดียวกัน
และเข้าอกเข้าใจกันได้เป็นอย่างดี*

หากสังเกตดูจะพบว่า คู่รักที่คบกันอย่างยั่งยืน มักจะ
เป็นคู่รักที่มีทัศนคติไปในแนวทางเดียวกัน เมื่อมีทัศนคติไปใน
แนวทางเดียวกัน ก็จะสามารถเป็นคนรักของกันและกันได้
อย่างยาวนาน ในทางตรงกันข้าม

ถ้าทัศนคติไปด้วยกันไม่ได้ นั่นก็จะเป็นสาเหตุ ที่ทำ
ให้คู่รักต้องเลิกร้างห่างเหินกันไป ด้วยเหตุนี้ เวลาเราได้ยิน
ใครก็ตามที่ต้องยุติความสัมพันธ์ต่อกัน เขาเหล่านั้น จึงมัก
กล่าวประโยคที่ว่า **“เราไปด้วยกันไม่ได้”** คำว่า **“เราไป
ด้วยกันไม่ได้”** ก็คือ ทัศนคติ ศรัทธา หรือความเชื่อไม่เสมอ
กันนั่นเอง





และหากเกิด คำถามขึ้นมาในใจว่า เอ๊ะ! ถ้าเช่นนั้นแล้ว เราควรจะใช้หลักอะไร เพื่อเป็นเกณฑ์วัดว่า เราทั้งสองมีความเชื่อหรือความศรัทธาที่เสมอกันหรือไม่ ทางพุทธศาสนา ท่านก็ได้วางแนวทางไว้เพื่อพิจารณา ในเรื่องของความศรัทธาที่เสมอกันทั้ง ๔ ประการ ดังต่อไปนี้คือ

(๑.๑) เชื่อมั่นในการกระทำ (กัมมสัทธา) กล่าวคือ เชื่อมั่นว่าชีวิตของเรานั้น จะดีขึ้นหรือจะเลวลง เป็นเพราะผลจากการกระทำของตัวเอง ไม่ได้เป็นเพราะการดลบันดาลของสิ่งศักดิ์สิทธิ์เทวฤทธิ์ปาฏิหาริย์ ไม่ได้เป็นเพราะกรรมเก่า นำพาแต่เพียงอย่างเดียว หรือไม่ได้เป็นเพราะไม่มีเหตุไม่มีปัจจัย แต่ชีวิตเราจะเป็นไปอย่างไรนั้น ก็เป็นเพราะว่าเราเป็นผู้ลงมือกระทำเหตุ นั่นคือ ตัวของเราเป็นผู้กระทำสิ่งนั้นด้วยตัวของเราเอง ฉะนั้น ชีวิตของเรานี้จึงกล่าวได้ว่า เป็นผลผลิตของการสร้างเหตุ เมื่อเราสร้างเหตุดี ชีวิตก็ดี ถ้าเหตุไม่ดี ชีวิตก็ไม่ดี





(๑.๒) เชื่อมมั่นในผลของการกระทำ (วิปากัสถา)

กล่าวคือ ขอให้เราเชื่อมั่นว่าทุกสิ่งทุกอย่างที่เรากระทำเอาไว้ ย่อมส่งผลต่อชีวิตของเราไม่ทางใดก็ทางหนึ่งเสมอไป เมื่อเราเชื่อมั่นในผลของการกระทำ ก็จะทำให้เราเรียนรู้ที่จะสร้างแต่เหตุที่ดี เพื่อที่จะรับในผลที่ดี กล่าวอย่างง่ายที่สุดว่า สร้างเหตุที่ดีเพื่อที่จะรองรับผลที่ดี แล้วก็หลีกเลี่ยงเหตุที่ไม่ดี เพื่อที่จะไม่ต้องรองรับกับผลที่ไม่ดี

(๑.๓) เชื่อมมั่นว่าเรามีกรรมเป็นของตนเอง และเราเองจะเป็นทายาทผู้รับผลแห่งกรรมนั้น (กัมมัชสกตาสถา)

กล่าวคือ ความศรัทธาหรือความเชื่อที่ว่า เราทุกคนล้วนแต่มีกรรมเป็นสมบัติของตนเอง เมื่อเราทำกรรมอะไรไว้ ไม่ว่าจะดีหรือชั่วก็ตาม เรานั้นเอง จะเป็นทายาทผู้รับผลแห่งกรรมนั้น ความเชื่อมั่นที่ว่าเราจะเป็นทายาทผู้รับผลแห่งกรรมที่กระทำไว้นั้นเอง จะทำให้เรารับผิดชอบต่อผลของการกระทำของเรา และจะทำให้เราดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพ นั่นคือ ไม่ว่าจะคิดจะพูด จะทำอะไรก็ตาม เราจะทำแต่พฤติกรรมเชิงคุณภาพ จะไม่ทำอะไรในลักษณะที่ขาดความรับผิดชอบอีกต่อไป





(๑.๔) เชื่อมั่นในปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า
(ตถาคต โภธิสัตว์) กล่าวคือ เชื่อมั่นในปัญญาตรัสรู้ใน
พระพุทธเจ้า เชื่อมั่นในสิ่งที่พระพุทธเจ้าท่านตรัสรู้และนำมา
สั่งสอน กล่าวอย่างสั้นที่สุดก็คือ เชื่อมั่นในศักยภาพของมนุษย์
ว่า มนุษย์ทุกคน มีศักยภาพที่จะบรรลุสัจธรรม เหมือนเดียวกับ
พระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านได้บรรลุ เมื่อเราเชื่อมั่นเช่นนี้
เราก็จะหันมามั่นด้วยขาของเราเอง ด้วยการสร้างสรรค์
พัฒนาชีวิตของเราให้ดีขึ้น ให้ล้ำเลิศยิ่งขึ้นไป

คนที่เป็นคู่รักกันถ้ามีศรัทธาในกรรม ศรัทธาในผลของ
กรรม ศรัทธาในภาวะที่สัตว์มีกรรมเป็นของของตน และศรัทธา
ในพระสัมมาสัมพุทธเจ้า รวมถึงศรัทธาในศักยภาพของตนเอง
แล้ว ก็จะทำให้เราสามารถหยัดเย็นในการสร้างเนื้อสร้างตัว
หรือสร้างสรรค์พัฒนาชีวิตของเราให้ดียิ่งขึ้น และเมื่อเรามี
ศรัทธาที่เสมอกัน จะทำให้เรามีความคิดความเห็นที่ลงรอยกัน
พูดจาภาษาเดียวกัน นั้นจะทำให้เมื่อเราทำอะไรก็ตาม สิ่งนั้น
ก็จะง่ายดายนขึ้นเนื่องจากรากำล้งดำเนินชีวิตเป็นไปในทิศทาง
เดียวกัน เสมือนหนึ่งว่า ถ้าเรา



มุ่งที่จะเดินทางไปในมหาสมุทร และเราตั้งเข็มทิศไว้อย่างชัดเจน
 ว่า เราจะเดินทางไปทางทิศตะวันออก ต่อให้มหาสมุทร
 นั้นจะกว้างใหญ่ไพศาลสักแค่ไหนก็ตาม เรือของเราจะไม่หลง
 ทิศหลงทาง เพราะฉะนั้น การที่เรามีศรัทธาที่ชัดเจน หรือมี
 ศรัทธาที่เสมอกัน จึงเปรียบได้กับกับต้นที่มีเป้าหมายอย่าง
 ชัดเจนในการเดินเรือในมหาสมุทรอันกว้างใหญ่ไพศาลนั่นเอง

**จะเห็นได้ว่า ศรัทธานั้นจะทำหน้าที่กำหนดเป้าหมาย
 ในการเดินทางชีวิตของเรา ฉะนั้น
 ถ้าเรามีศรัทธาที่เสมอกัน
 การเดินทางในเส้นทางแห่งชีวิตคู่ของเรานั้น
 ก็จะเป็นการเดินทางที่มีเป้าหมายชัดเจน ไม่หลงทาง
 และไม่เสียเวลาไปในเรื่องที่ไร้แก่นสาร**





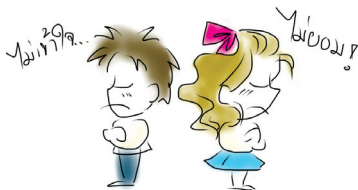
๒. มีความดีเสมอกัน (สมสীลา) ก็คือ มีศีลเสมอกัน มีความประพฤติเสมอกัน เช่น ถ้าสามีเป็นผู้ที่มีศีล ๕ และภรรยาเองก็มีศีล ๕ เช่นกัน ก็จะทำให้เคารพในคุณค่าของกันและกัน แต่ในขณะเดียวกัน ถ้าสามีเป็นผู้ที่ไม่มีศีล ๕ แต่บังเอิญภรรยาเป็นผู้ที่มีศีล ๕ ภรรยาก็จะให้ความเคารพสามีได้ไม่เต็มพิกัดและฝ่ายสามีเองก็จะรู้สึกได้ว่าตนเองด้อยกว่าภรรยาในแง่ของความประพฤติ นั่นอาจเป็นเหตุให้เกิดการดูหมิ่นถีนี้นแคลนซึ่งกันและกัน ถ้าศีลไม่เสมอกันแล้ว ก็จะทำให้ความเคารพซึ่งกันและกันเป็นไปได้ยาก หรือทำให้การเห็นคุณค่าซึ่งกันและกันมีน้อยลง เมื่อต่างฝ่ายต่างก็ไม่เคารพในคุณค่าและศักดิ์ศรีของกันและกัน เวลาจะคิด จะพูด จะทำอะไรก็ตาม ก็จะไม่ยำเกรงกัน เมื่อไม่ยำเกรงกัน ก็เป็นเหตุให้เกิดความรำฉานในการครองเรือนครองรักกันอย่างง่ายตายนั้นเอง





หากสังเกตดู จะพบว่ามีความรักเป็นจำนวนมากที่มีศีล
ไม่เสมอกัน เช่น สามีชอบเที่ยวกลางคืน แต่ภรรยาชอบอยู่กับ
เหย้าเฝ้ากับเรือน เมื่อผ่านห้วงเวลาไปสักระยะหนึ่งคู่มักจะไป
ด้วยกันไม่ได้ บางครั้งสามีชอบออกงานสังคม แต่ภรณานั้น
รักสันโดษ ชอบเก็บตัวเงียบๆอยู่ภายในบ้านสักระยะหนึ่งทั้งคู่
ก็ต้องเลิกร้างห่างเหินกันไป

**เพราะฉะนั้น คำว่า ศีลเสมอกันถ้าจะนิยาม
ให้กว้างขวางกว่านั้น ก็คือการมีรสนิยม
ในการดำเนินชีวิตที่เสมอกันนั่นเอง**





๓. **มีความเสียสละเสมอกัน (สมจาคา)** คำว่า “**เสียสละเสมอกัน**” ในที่นี้หมายความว่า เราจะต้องเสียสละกิเลสส่วนตัวของเราทิ้งไป หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งว่า เราจะต้องทิ้งอัตตาของเรา อย่าถือเธอถือฉัน ให้ทั้งความเป็นเธอความเป็นฉันแล้วหลอมรวมกันเป็นเรา หากเราสามารถละทิ้งอัตตาของแต่ละฝ่ายไปได้ ทั้งความเป็นเธอ ทั้งความเป็นฉันไปได้ แล้วรวมกันเป็น “**เรา**” ได้เมื่อไหร่ เมื่อนั้นเราก็จะเดินก้าวไปพร้อมๆกัน เมื่อต่างฝ่ายต่างไม่ถือตนเองเป็นใหญ่ ก็จะไม่เกิดความถ้อยทีถ้อยอาศัย เห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน และนั่นก็จะทำให้คนทั้งคู่สามารถประคับประคองความรักของกันและกันได้อย่างยืนยาว



25 : คู่รัก & คู่ชีวิต





๔. มีปัญญาเสมอกัน (สมปัญญา) หมายความว่า มีขีดความสามารถในการใช้ปัญญา ขีดความสามารถในการใช้เหตุผลเสมอกัน เมื่อเรามีระดับสติปัญญาเสมอกันหรือใกล้เคียงกันนั้น เวลาที่เราคุยกันเวลาที่เราวางแผนทำอะไรร่วมกัน หรือเวลาที่เราวางโครงการว่าเราจะแต่งงานกัน หรือเราจะสร้างเนื้อสร้างตัวด้วยวิธีการอย่างนั้นอย่างนี้ร่วมกัน ก็จะทำให้พูดจากรู้เรื่องในลักษณะที่ว่าพูดจาภาษาเดียวกัน พอพูดจาภาษาเดียวกัน อยู่ในระดับชั้นทางปัญญาใกล้เคียงกัน ก็จะมีความคิดความเห็นไปในทิศทางเดียวกัน ก็จะทำให้ง่ายต่อการทำความเข้าใจ แต่ถ้าสามีเป็นคนที่ยฉลาดมาก แต่ภรรยาเป็นคนก็ตามความคิดของสามีไม่ทัน สักกระยะหนึ่ง คนทั้งคู่ก็จะเกิดการ **“น้ำแยกสาย ไม้แยกกอ”** ซึ่งจะนำไปสู่ **“การแยกทาง”** กันในที่สุด แต่ถ้าสามีและภรรยาเป็นคนที่มีความคิดความอ่าน





อยู่ในระดับเดียวกัน ทั้งคู่ก็จะคุยกันรู้เรื่อง สามัคคี ภรรยาที่
 สนับสนุน ภรรยาคิด สามีกสนับสนุน ก็จะกลายเป็นคู่เติมเต็ม
 ซึ่งกันและกันอย่างถึงที่สุด แต่ถ้าฝ่ายหนึ่งคิด ฝ่ายหนึ่งตาม
 ไม่ทัน ในที่สุดจะกลายเป็นว่า คนหนึ่งหรือฝ่ายหนึ่งกำลังก้าว
 ไปข้างหน้าแต่อีกฝ่ายหนึ่งกลายเป็นลูกตุ้มถ่วงอยู่ข้างหลัง
 กรณีเช่นนี้ ก็จะทำให้การครองรักนั้นมีปัญหาเกิดขึ้นอย่าง
 แน่แน่นอน

ฉะนั้น ถ้าคนทั้งคู่มีปัญหาเสมอมาแล้ว คิดก็คิด
 ไกล่เคียงกัน พุดก็พุดไกล่เคียงกัน ทำก็ทำไกล่เคียงกัน ก็จะ
 ทำให้ทุกสิ่งทุกอย่างนั้นเป็นไปได้โดยง่าย อุปสรรคต่างๆก็จะ
 ได้รับการแก้ไขโดยไม่ยากเย็นนัก



27 : คู่รัก & คู่ชีวิต





นิ้วนางข้างซ้าย

หากว่าจะเลือกคู่รักมาเป็นคู่ครอง ก็ควรพิจารณาคู่รักของเราว่ามีธรรมทั้ง ๔ ประการนี้เสมอเหมือนกับเราหรือไม่ กล่าวคือ

**มีระบบความเชื่อเสมอกัน มีความประพฤติเสมอกัน
มีความเสียสละเสมอกัน และมีปัญญาเสมอกัน**

อาจมีคำถามแทรกขึ้นมาว่า เอ๊ะ! แล้วเราจะทราบได้อย่างไรว่า คนรักของเรา เขาหรือเธอจะมีธรรมทั้ง ๔ ประการนี้เสมอกันกับเรา

คนโบราณท่านชาวจีนฉลาดมาก ท่านกล่าวไว้ว่า
ถ้าอยากจะรู้ว่าคู่รักของเรา มีธรรมทั้ง ๔ ประการนี้
เสมอกับเราหรือไม่ ก็ให้หมั่นกันไว้ก่อน





การหมั้น ก็คือการจองไว้ก่อน จองไว้เพื่ออะไร จองไว้เพื่อศึกษาซึ่งกันและกัน

นี่คือปรัชญาของคนแต่โบราณกาล ท่านไม่นิยมให้ชายหนุ่มหญิงสาวที่เพิ่งใจกัน แล้วก็มาใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันเลย ไม่เหมือนในยุคสมัยนี้

สมัยก่อนผู้หลักผู้ใหญ่ท่านชาญฉลาดมาก เมื่อท่านเห็นว่าต่างฝ่ายต่างก็รักใคร่ชอบพอกัน ก็ให้หมั้นหมายกันไว้ก่อน อย่าเพิ่งเร่งรีบแต่งงาน หมั้นเพื่อให้เรียนรู้ซึ่งกันและกัน เป็นช่วงเวลาของการเรียนรู้ระหว่างชายหนุ่มและหญิงสาว

เมื่อศึกษาและเรียนรู้กันไปแล้ว ก็พบว่า สมสัทธา ก็ไม่มี สมจาคาก็ไม่มี สมศีลาก็ไม่มี สมปัญญา ก็ไม่มี ในที่สุดท่านก็สามารถให้ถอนหมั้นได้ สิ่งนี้เอง คือปรัชญาในการเลือกคู่ครองของคนแต่โบราณกาล ซึ่ง ณ เวลานี้ เป็นที่น่าเสียดายว่า คนหนุ่มสาวในยุคปัจจุบันได้มองข้าม และได้ทอดทิ้งสิ่งสำคัญสิ่งนี้ไป

29 : คู่รัก & คู่ชีวิต





และนั่นจึงเป็นเหตุให้สถิติการหย่าร้าง มีตัวเลขที่สูงมาก สูงเทียบเคียงกับสถิติการแต่งงานเลยทีเดียว กล่าวคือ มีการแต่งงานสูง ก็มีการหย่าร้างสูงตามมาเช่นกัน และนั่นเป็นเหตุให้ในปัจจุบันนี้ มีสถานภาพที่เรียกกันว่า *Single Mom* เกิดขึ้น และกระจายอยู่อย่างมากมาย ไม่เฉพาะในสังคมไทยเท่านั้น หากแต่กระจายไปทั่วทุกมุมโลก นั่นก็เพราะว่า เราได้ทอดทิ้งชั้นตอนสำคัญ คือ ชั้นตอนของการศึกษาซึ่งกันและกันก่อนนั่นเอง

ถามว่า ทำไมการหมั้นจึงสำคัญ

เพราะเมื่อแรกคบกันนั้น มนุษย์แต่ละคนจะยังไม่เผยตัวตนที่แท้จริงมาให้เห็น แต่เมื่อคนทั้งคู่อยู่ระหว่างศึกษาดูใจกันไปเรื่อย ๆ นั้นเอง ก็จะค้นพบว่า ตัวตนที่แท้จริงของอีกฝ่ายหนึ่งเป็นเช่นไร ยิ่งศึกษากันนานไป ก็จะทำให้การตัดสินใจครองคู่มีความมั่นคงมากยิ่งขึ้น





บางครั้ง การหมั้นอาจมีผลทำให้การตัดสินใจ
แต่งงานช้าลง หากมองอย่างผิวเผิน
เหมือนการหมั้นเป็นอุปสรรคของการครองเรือน
ตามที่แต่ละฝ่ายวาดหวังเอาไว้ไม่ทันใจวัยรุ่นคน
หนุ่มสาว แต่หากมองอีกมุมหนึ่ง แม้การหมั้น
จะทำให้อะไรหลายอย่างช้าลงไปบ้าง
แต่ก็ยังดีกว่าแต่งงานกันไปอย่างรวดเร็ว
เพื่อที่จะแยกทางกันอย่างรวดเร็วด้วยเช่นเดียวกัน

ไปต่อกันนะ



จะ
♡





Marriage

คู่ชีวิต

“เมื่อเรามาอยู่ร่วมกันมาครองเรือนร่วมกันแล้ว
เราจะต้องปล่อยวางกิเลสของตนเองทิ้งความเป็นเธอ
ทิ้งความเป็นฉันแล้วหลอมรวมกันเป็นเรา
เหมือนกันกับบิฐุ หิน ดิน ททราย ปูนที่มาจาก
คนละทิศละทางแต่พอมาเรียนรู้ซึ่งกันและกัน
ก็สามารถหลอมรวมกันกลายเป็นซีเมนต์
ที่พร้อมจะสร้างบ้าน สร้างโดมสร้างปราสาท
สร้างวิหารใหญ่โตมโหฬารสักเพียงไหนก็ได้”

คำจำกัดความ

เมื่อเราเลือกคู่รักที่มั่นใจแล้วว่า เขาหรือเธอผู้นั้น
มีธรรมทั้ง ๔ ประการ เสมอหรือใกล้เคียงกับเรา ก็จะได้ถึงเวลา
ที่เราจะเข้าสู่พิธีมงคลสมรส คำว่า **“มงคลสมรส”** นี้ เป็นคำ
ที่น่าศึกษา น่าวิเคราะห์เป็นอย่างยิ่ง ว่าเหตุใดจึงต้องใช้คำว่า
“มงคลสมรส”





โดยความหมาย หรือนัยสำคัญของคำนี้ ที่ซ่อนไว้ก็คือ
“ถ้าเราจะสมรสให้เป็นมงคลแก่ชีวิต เราจะต้องเอาธรรม
นำหน้าแล้วสามีภริยาตามหลัง”

ถือไม่เพี้ยอดทอง กระบองยอดเพชร

เมื่อแต่งงานกันแล้ว เราทั้งคู่จะต้องมีธรรมอีก ๔ ประการ
นำหน้าในการครองเรือน ครองรัก และครองชีวิต สิ่งนั้นก็คือ
สมรवासธรรม ๔ (ธรรมสำหรับการครองเรือน ๔ ประการ)
อันได้แก่

๑. รักเพียงหนึ่ง (สัจจะ) คือ รักเดียวใจเดียว
๒. พึ่งเรียนรู้ (ทมะ) คือ ความพร้อมที่จะเรียนรู้
ซึ่งกันและกัน
๓. สู้อดทน (ขันติ) คือ ความอดทนต่อกันและกัน
๔. ฝึกฝนการให้ (จาคะ) คือ ความเสียสละ





๑. รักเพียงหนึ่ง (สัจจะ) หมายความว่า บุคคลทั้งสอง จะต้องมีความซื่อสัตย์จริงใจ รักเดียวใจเดียวต่อคู่สมรสของตน เบื้องต้นอย่างไร เบื้องปลายก็อย่างนั้น ไม่มีภริยาน้อย ไม่มีกิ๊ก ไม่มีกิ๊ก ไม่มีคิกิก กล่าวอย่างง่ายก็คือ ไม่มีการละเมิด จริยธรรมทางเพศต่อคู่สมรสของตนนั่นเอง

๒. พึ่งเรียนรู้ (ทมะ) หมายความว่า พร้อมที่จะเรียนรู้ ซึ่งกันและกัน ซึ่งก็คือ "การเรียนรู้จักยึดหยุ่น" นั่นเอง เมื่อเรามา อยู่ด้วยกันนั้น ต่างคนก็ต่างมา ต่างคนต่างคิด ต่างคนต่าง มีความต้องการ จะเสมอกันเพียงแค่เรื่องเดียว ก็คือเรื่องของความรักนั่นเอง ที่ดึงดูดเรามา ฉะนั้น เมื่อเรามีภุมิหลัง ที่แตกต่างกัน มีประสบการณ์ชีวิตที่แตกต่างกัน มีระบบความคิดความเชื่อที่แตกต่างกัน ถ้าเราไม่พร้อมที่จะเรียนรู้ซึ่งกันและกัน เมื่ออยู่ร่วมกันไปสักระยะหนึ่ง ในที่สุดแล้วก็ต้อง เลิกร้างห่างหายไป





ชีวิตคู่ถ้าจะให้ยั่งยืน ทั้งสองสามีภรรยาต้องบอกตนเอง อยู่เสมอว่า เรามาแต่งงานกันก็เหมือนกับเรามาลงทะเบียน เรียนวิชาสร้างครอบครัวด้วยกันให้คิดเสมอว่าเราทั้งสองคนเป็น เสมือนนักเรียนน้อยๆ ของมหาวิทยาลัยชีวิต ที่เราจะต้องลง ทะเบียนเรียนซึ่งกันและกัน

ให้อีกฝ่ายหนึ่งมองอีกฝ่ายหนึ่งว่าเป็นครูของตนเอง อย่าไปมองว่าอีกฝ่ายเป็นคู่แข่งคู่กรรมของตนเอง แต่จะต้อง มองว่า เวลาที่สามีร้อนมา ภรรยาต้องเรียนรู้ที่จะเย็นกลับไป และถ้าภรรยาร้อนมา สามีก็ต้องเรียนรู้ที่จะเย็นกลับไป อย่างนี้ เป็นต้น

ต้องเรียนรู้ที่จะมองถึงจุดอ่อนของกันและกัน แล้วจึง ปรับเข้าหากันให้ได้ เหมือนกับอิฐ หิน ดิน ทราย ปูนที่มาจาก คนละทิศละทาง แต่พอมาเรียนรู้ซึ่งกันและกัน ก็สามารถ หลอมรวมกันกลายเป็นซีเมนต์ ที่พร้อมจะสร้างบ้าน สร้างโดม สร้างปราสาท สร้างวิหาร ใหญ่โตมโหฬารสักเพียงไหนก็ได้

35 : คู่รัก & คู่ชีวิต





ถ้าอิฐ หิน ดิน ทราย ปูน ไม่เรียนรู้ซึ่งกันและกัน ก็ไม่สามารถจะหลอมรวมกันเป็นซีเมนต์ ก็ไม่สามารถจะสร้างบ้านสร้างวิหาร สร้างปราสาทราชวังใดๆได้

ดังนั้น คนที่แต่งงานด้วยกัน ให้ถือหลักว่า เราจะมาเรียนรู้ซึ่งกันและกัน จะผิดเราก็เรียนรู้ จะถูกเราก็เรียนรู้ จะตกต่ำ ย่ำแย่ จะร้อนจะแรง จะเย็นจะซา จะจืดจะซีด เราก็พร้อมที่จะเรียนรู้ซึ่งกันและกัน เมื่อเราตั้งเป้าว่า

เราจะเป็นนักเรียนน้อยๆของกันและกัน ก็จะทำให้เราเคารพซึ่งกันและกันโดยวิธีนี้จะทำให้เรารู้จักมองข้ามข้อบกพร่องของแต่ละฝ่าย และจะทำให้อีกฝ่ายเป็นส่วนเติมเต็มที่ลงตัวของกันและกันได้ตลอดไป





๓. **สู้อดทน (ขันติ)** หมายความว่าถึง ความมีน้ำอด
น้ำทน เนื่องจากเราแต่ละคน มาจากต่างพ่อต่างแม่ ต่าง
ครอบครัว ต่างภูมิหลังทางสังคม ต่างวัฒนธรรม ในบางครั้ง
อาจต่างชาติ ต่างภาษา และต่างศาสนาด้วย เมื่อเรามาอยู่
ด้วยกันแล้ว เราจึงต้องอดทนต่อความหลากหลายนี้ให้ได้
ถ้าเราอดทนไม่ได้ นั่นก็หมายถึง เราไม่สามารถปรับระดับประคอง
เรือรักของเราให้สำเร็จลุล่วงไปอย่างตลอดรอดฝั่ง ความอดทน
นี้จึงเป็นหลักธรรมที่สำคัญมาก นอกจากเราต้องอดทนต่อ
ความแตกต่างหลากหลายนี้แล้ว ผู้ที่ครองเรือนยังจะต้องทนต่อ
ความลำบากตรากตรำในการสร้างเนื้อสร้างตัวเพราะการที่
เราแยกมาสร้างครอบครัวใหม่ เราไม่ได้สร้างแค่บ้านเพียง
๑ หลัง แต่เราต้องสร้างหลักฐานให้กับสถาบันครอบครัว
ของเราให้มั่นคงด้วย





นั่นก็คือ เราจะต้องทำมาหากิน รู้จักอดออม รู้จักอดทน ต่ออีกเลสต่างๆ ที่จะมายั่วยวนยั่วยุให้ชีวิตคู่ของเรานั้นต้องแตก หักอับปางลงไป และสำคัญที่สุดก็คือ เราจะต้องอดทนต่อการ ยุแหยงตะแคงร้าวของมือที่สาม เพราะชีวิตคู่เป็นจำนวนมากที่ ล่มสลายลงไป เป็นเพราะว่ามีมือที่สามเข้ามาแทรกแซง

คู่สมรสจะต้องอดทนที่จะไม่หวั่นไหวต่อคำยุแหยง ตะแคงร้าวของมือที่สาม เพราะมือที่สามเป็นผู้ไม่ปรารถนา ให้ชีวิตคู่ของเรานั้นประสบความสำเร็จและยืนยงตลอดกาล

๔. ฝึกฝนการให้ (จาคะ) หมายความว่าถึง ความมีใจ เสียสละความสุขส่วนตน ในข้อนี้หากสังเกตให้ดีจะพบว่า พระพุทธเจ้าทรงให้ความสำคัญเป็นอันมาก เพราะปรากฏ อยู่ทั้งในหลักของการเลือกคนรัก (สมชิวีธรรม ๔) และหลักของ การครองเรือน (ฆราวาสธรรม๔) ซึ่งหลักธรรมทั้ง ๒ ประการนี้ คือหลักสำคัญในการเลือกคนรักเพื่อการครองเรือนให้ประสบ ความสำเร็จอย่างมั่นคงและยั่งยืน





จาคะ คือ ความเสียสละ ในที่นี้ก็คือความเสียสละ
กิเลสของตนเองนั่นเอง กล่าวอย่างง่ายก็คือ เมื่อเรามาอยู่
ร่วมกัน มาครองเรือนร่วมกันแล้ว

เราจะต้องปล่อยวางกิเลสของตนเอง **“ทิ้งความเป็นเธอ
ทิ้งความเป็นฉัน แล้วหลอมรวมเป็นเรา”** ถ้าเป็นสามี
ภริยากันแล้ว ฝ่ายสามีถืออำนาจบาตรใหญ่ ยึดความเป็นใหญ่
ในบ้าน ยึดความเป็นใหญ่ในชีวิตทรัพย์สิน ยึดความเป็นใหญ่
ในการตัดสินใจของภริยาให้มาขึ้นกับตนเองทั้งหมด ภริยาก็คะ
อยู่ในสถาบันครอบครัวเสมือนเป็นทาสในเรือนเบี้ย ยิ่งอยู่ด้วยกัน
ก็ยิ่งเหมือนถูกกักขังจองจำ เหมือนมีโซ่มีตรวนพันธนาการ
อยู่ตลอดเวลา ถ้าปล่อยให้ภาวะเช่นนี้คงอยู่ต่อไป ในที่สุด
คนทั้งคู่ก็ต้องเลิกร้างห่างกัน



ฉะนั้น ต่างฝ่ายต่างก็ต้องเสียสละกิเลสของตนเอง
อย่าคิดว่าฉันเป็นผู้เผด็จการภายในบ้าน เป็นผู้บัญชาการ
ที่บ้านแต่เพียงผู้เดียว แต่ให้คิดเสมอว่า เธอก็คดี ฉันก็ดี มีสิทธิ
และเสรีภาพพอกันในบ้านหลังนี้ ในครอบครัวนี้ เมื่อเราระลึก
อย่างนี้เสมอ ก็จะทำให้มีบรรยากาศของประชาธิปไตยในการ
ครองเรือนเกิดขึ้น และนั่นจะทำให้ชีวิตของคนทั้งคู่ก้าวต่อไป
อย่างมั่นคงและยั่งยืน

การเสียสละกิเลส หรืออัตตาของตนเองทั้งนี้ หากจะให้
มั่นคงก็ต้องลงลึกถึงการ **“การเคารพในศักดิ์ศรีแห่งความเป็น
มนุษย์”** ของแต่ละฝ่าย เพราะเมื่อต่างฝ่ายต่างเคารพใน
ความเป็นมนุษย์ของกันและกันแล้ว การเสียสละที่แท้จริงก็จะ
เกิดขึ้น การให้เกียรติที่แท้จริงก็จะงอกงาม การยอมรับในตัว
ตนเองกันและกันก็จะเป็นเพียงการ **“รวมขอม”** ชั่วครั้ง
ชั่วคราว แต่จะเป็นการ

**“ยอมรับจุดต่าง แสวงจุดร่วม”
ที่มีความมั่นคงตลอดไป**





คู่รัก idol

ในสมัยพุทธกาลนั้น มีคู่รักอยู่คู่หนึ่ง คือ นกุลบิดา และ นกุลมารดา ทั้งคู่นี้เป็นคู่รักที่พระพุทธเจ้าให้การยกย่องมาก ถึงกับทรงกล่าวไว้ว่า ถ้าจะครองเรือนครองรักให้ประสบความสำเร็จ ขอให้ดูตัวอย่างของนกุลบิดาและนกุลมารดา

วันหนึ่งทั้งสองสามีภริยานี้ได้เข้าเฝ้าพระพุทธเจ้าแล้ว ขอพิจารณาให้ทั้งคู่ได้พบกันในทุกภพทุกชาติ ด้วยคำกล่าวที่ว่า

**“ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ นับแต่เวลาที่ตระกูล
นำนกุลมารดาคหปตานี ซึ่งยังเป็นสาว
มาเพื่อข้าพระองค์ผู้ยังเป็นหนุ่มข้าพระองค์
มิได้รู้สึกจะประพุดินอกใจ
นกุลมารดาคหปตานีเลยแม้ด้วยใจ
ที่เหนจะประพุดินอกใจด้วยกาย
ข้าพระองค์ทั้งสองปรารถนาพบกัน
ทั้งในปัจจุบัน และในสัมปรายภพ”**



และนกุลมารดาเองก็ได้กราบทูลพระองค์ด้วยถ้อยคำในแบบเดียวกัน

พระองค์จึงทรงตรัสว่า “ดูกรคฤหบดี และคฤหปตานี ถ้าภรรยาและสามีทั้งสองหวังจะพบกันและกัน ทั้งในปัจจุบันทั้งในสัมปรายภพไซ้ ทั้งสองเทียว พึงเป็นผู้มีศรัทธาเสมอกัน มีศีลเสมอกัน มีจาคะเสมอกัน มีปัญญาเสมอกัน ภรรยาและสามีทั้งสองนั้น ย่อมได้พบกันและกันทั้งในปัจจุบัน ทั้งในสัมปรายภพ”





จากพระพุทธวจนะข้างต้นนี้ เป็นอันสรุปได้ว่า พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงตรัสไว้อย่างชัดเจน ว่า ถ้าสามีภรรยาคู่ใดปรารถนาจะครองคู่กันตลอดไปในทุกชาติภพ สิ่งนั้นก็สามรถเป็นไปได้ ไม่ใช่เรื่องเหลือวิสัยแต่อย่างใดขอเพียงนำหลักธรรมของคู่ชีวิต คือ สมสัทธา สมสีลา สมจาคา สมปัญญา (สมชีวิธรรม๔) และหลักธรรมของการครองเรือน คือ สัจจะ ทมะ ชันติ จาคะ (ฆราวาสธรรม๔) ไปประพฤติปฏิบัติ ถ้าประพฤติปฏิบัติได้ คู่รักนั้นๆ ก็มีโอกาสที่จะพบกันและได้ครองรักกันในทุกภพทุกชาติ

คู่รักตัวอย่างนั้นเคยปรากฏมาแล้ว และที่สามารถปรากฏได้ประสบความสำเร็จได้ ก็เพราะทั้งคู่ล้วนปฏิบัติธรรมก็ขอให้ถือว่า การปฏิบัติธรรมนั้นเป็นส่วนหนึ่งของการครองเรือนครองรัก หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งว่า

**ก่อนที่จะครองรัก ก่อนที่จะครองเรือน
จะต้องครองธรรมให้ได้เสียก่อน**



หรือกล่าวอีกอย่างหนึ่งว่า

**“ครองรักครองเรือนด้วยการครองธรรม
คูไหนทำได้ คู่นั้นก็จะเป็นคู่รักที่ประสบความสำเร็จ
อย่างยั่งยืนตลอดไป”**

ในวัฒนธรรมอินเดีย มีเรื่องเล่าที่ให้แง่คิดและมุมมอง
ที่ดีมากอยู่เรื่องหนึ่ง ซึ่งผู้คนมักเล่าสืบทอดกันมา ผู้เขียนจึง
อยากถ่ายทอดไว้ ณ ที่นี้ เพื่อฝากเป็นแง่คิดไว้กับผู้อ่านว่า
เวลาที่เราจะมองหาใครสักคนหนึ่งมาเป็นคู่สมรส ผู้ชาย
ให้มองผู้หญิงจนทะลุถึงความเป็นแม่ที่มีอยู่ในตัวของผู้หญิง
และผู้หญิงก็ให้มองผู้ชายจนทะลุถึงความเป็นพ่อที่มีอยู่ใน
ตัวของผู้ชาย

หากเรามองไม่ทะลุจากรูปลักษณ์ภายนอก เข้าไปถึง
คุณค่าแท้ที่อยู่ภายในของทั้งสองฝ่าย ทำயที่สุดเมื่อแต่งงาน
กันไปแล้ว ก็จะได้ค้นพบในภายหลังว่า เราเลือกคนผิด ทุกวันนี้
มีคนจำนวนมากที่เลือกคนผิด เพราะวินิจฉัยด้วยคู่รักของตนจาก
บุคลิกภายนอก โดยหารู้ไม่ว่า เมื่อผ่านพ้นเวลาที่หวานชื่น
ไปแล้ว ชาติสุขของแต่ละคนก็จะแสดงตัวออกมา





ดังนั้น สุภาจิตของอินเดียที่กล่าวว่า เวลามองผู้หญิงให้มองทะลุไปถึงความเป็นแม่ ถ้าเธอมีความเป็นแม่ในตัวนั้นแสดงว่า เธอมีคุณสมบัติความเป็นภรรยาของคุณได้ในอนาคต ขณะเดียวกัน ผู้หญิงถ้ามองผู้ชาย ก็ต้องมองให้ทะลุไปถึงความเป็นพ่อที่มีในตัวของเขา ถ้าคุณเห็นความเป็นพ่อที่มีอยู่ในตัวเขา นั่นก็หมายความว่า เขาพร้อมแล้วที่จะมาเป็นสามีของคุณได้ในอนาคต

บางครั้งในวัฒนธรรมอินเดียโบราณก็กล่าวว่า ผู้ชายและผู้หญิงที่แต่งงานกัน ต่างกันเป็นส่วนหนึ่งของพวกเขาและกัน ท่านใช้คำว่า **อธางคินี** (ผู้เป็นครึ่งหนึ่งของสามี, ครึ่งหนึ่งของภรรยาเสมอมา) หมายความว่า ทั้งเธอและฉันต่างก็เป็นส่วนหนึ่งของพวกเขาและกัน

ด้วยเหตุนี้ เมื่อคู่สมรสมาแต่งงานกันก็ขอให้คิดอยู่เสมอว่า ชีวิตของเรานั้นมีสัดส่วนของเธออยู่ครึ่งหนึ่ง ผู้หญิงก็ขอให้คิดอยู่เสมอว่า ชีวิตนี้มีสัดส่วนของสามีอยู่ครึ่งหนึ่ง ด้วยวิธีคิดแบบนี้ เวลาภรรยาหรือสามีจะทำอะไรก็ตาม ก็จะไม่เกรงอกเกรงใจซึ่งกันและกัน ก็จะเคารพ นับถือ ให้เกียรติ

45 : คู่รัก & คู่ชีวิต





ไว้วางใจซึ่งกันและกัน ถ้าเรามองว่า ทั้งเธอและฉันต่างก็เป็น
ส่วนหนึ่งของมันและกัน เราก็จะระมัดระวังในการดำเนินชีวิต
ไม่ละเมิดจริยธรรมทางเพศต่อคู่สมรส สิ่งนี้นับว่าเป็นคติธรรม
ทางวัฒนธรรมอินเดียที่งดงามและน่าหยิบยกมาเป็นแบบ
อย่างมาก

นอกจากเหนือจากหลักธรรมทั้งหมดที่กล่าวมาแล้ว ยังมี
หลักธรรมสำหรับคู่สมรส ที่ธัญชัยเศรษฐีบิดาของนางวิสาขา
มอบให้ไว้แก่บุตรสาวของตน ก่อนที่จะเข้าพิธีวิวาห์กับปุณณ
วัณณกุมารแห่งเมืองสาวัตถีไว้ ๑๐ ประการด้วยกัน อันประกอบ
ไปด้วย





๑. ไฟในอย่านำออก

หมายความว่า อย่านำเอาความไม่ดีของพ่อแม่สามี และสามี ออกไปเปิดเผยกับคนภายนอก

๒. ไฟนอกอย่านำเข้า

หมายความว่า เมื่อคนภายนอกตำหนิพ่อแม่สามี และสามีอย่างไร อย่านำมาบอกเล่าภายในบ้าน

๓. ควรให้แก่คนที่ให้เท่านั้น

หมายความว่า ควรให้แก่คนที่ยืมของไป แล้วนำมาส่งคืน

๔. ไม่ควรให้แก่คนที่ไม่ให้

หมายความว่า ไม่ควรให้แก่คนที่ยืมของไป แล้วไม่นำมาส่งคืน

๕. ควรให้ทั้งแก่คนที่ให้และไม่ให้

หมายความว่า เมื่อมีญาติผู้ลำบากมาขอความช่วยเหลือ ฟังพาทอาศัย เมื่อให้ไปแล้ว เขาจะนำมาคืนให้หรือไม่คืนให้ ก็ควรที่จะให้





๖. พึ่งนั่งให้เป็นสุข

หมายความว่า ไม่นั่งในที่กีดขวางพ่อแม่สามี และสามี

๗. พึ่งนอนให้เป็นสุข

หมายความว่า ไม่ควรนอนก่อนพ่อแม่สามี และสามี

๘. พึ่งบริโภคให้เป็นสุข

หมายความว่า ควรจัดให้พ่อแม่สามีและสามีบริโภคก่อน
แล้วจึงบริโภคภายหลัง

๙. พึ่งบำเรอไฟ

หมายความว่า ให้ระลึกลักษณะของพ่อแม่สามี และ
สามี เป็นเสมือนกองไฟและพญานาคที่จะต้องบำรุงดูแล

๑๐. พึ่งอบน้อมเทวดาภายใน

หมายความว่า ให้ระลึกลักษณะของพ่อแม่สามี และสามี
เป็นเสมือนเทวดาที่จะต้องให้ความนอบน้อม





และโอวาททั้ง ๑๐ ประการที่กล่าวมานี้ นางวิสาขา
ก็ถือปฏิบัติเป็นอย่างดีจนสามารถรักษาประดับประดอง
ชีวิตคู่ให้ยั่งยืนด้วยความสุข ตราบจนสิ้นกาลอายุขัย

เรื่องจริง หรือเรื่องในอุดมคติ

เรื่องทั้งหมดที่กล่าวยกมาข้างต้น ไม่ใช่เรื่องที่ไม่มีจริง
หรือเป็นเรื่องในอุดมคติเท่านั้น มีอยู่มากมายทีเดียวที่เป็น
ตัวอย่างของผู้ที่ครองเรือน ครองรัก และครองธรรมได้ประสบ
ความสำเร็จในยุคสมัยปัจจุบัน มีอยู่คู่หนึ่งที่อยู่เขินรู้จักและ
อยากจะหยิบยกเพื่อเป็นตัวอย่าง ได้แก่ อาจารย์ภรตและ
อาจารย์เรืองอุไร กุศลาสัย

สองท่านนี้เป็นคู่รักที่ครองเรือนด้วยการครองธรรม
กล่าวคือ อาจารย์ภรต เป็นอาจารย์สอนภาษาบาลีสัน-
สกฤตให้อาจารย์เรืองอุไร ต่อมาทั้งอาจารย์และลูกศิษย์ก็ได้
แต่งงานกัน และครองเรือนครองรักกันมาอย่างมั่นคงยั่งยืน





แม้อาจารย์เรื่องอุโรจะพิการทางสายตา แต่อาจารย์
กรรณาก็ไม่เคยทอดทิ้ง อาจารย์กรรณาจะทำหน้าที่เป็นดวงตา
แทนให้กับอาจารย์เรื่องอุโรเสมอมา ไม่ว่าจะไป ณ แห่งหน
ตำบลใดก็ตาม ก็จะเป็นที่ประทับใจประทับใจแก่ผู้พบเห็นอยู่
อย่างสม่ำเสมอ

ชีวิตของคนทั้งคู่ นั้น อาจกล่าวได้ว่า มีสุขร่วมเสพ
มีทุกข์ร่วมต้าน ด้วยกันอย่างแท้จริง แม้กระทั่งเวลาที่อาจารย์
กรรณาต้องถูกจองจำในคดีการเมือง อาจารย์เรื่องอุโรก็ไม่เคย
ละเมียดจรรยาธรรมทางเพศด้วยการคิดนอกใจ หรือคิดแต่งงานใหม่
ยังคงซื่อสัตย์และภักดีต่ออาจารย์กรรณาอย่างสม่ำเสมอ
เสมอต้นและเสมอปลาย จนกระทั่งล่วงเข้าสู่วัยชรา ทั้งคู่อีก
คงดูแลซึ่งกันและกันกับตราบนานกระทั่งถึงทุกวันที่ลมหายใจของ
ท่านอาจารย์กรรณาได้วางวายมลายไป

คู่รักคู่นี้ จึงเป็นที่ยกย่องและกล่าวถึงเป็นอันมาก ในแง่
ของคู่รักที่ควรนำมาเป็นแบบอย่างในการครองเรือนครองรัก
และนี่เอง คือตัวอย่างของชีวิตคู่ในอุดมคติซึ่งมีผู้นำเอาหลัก
การดังกล่าวมาใช้ได้อย่างได้ผล และมีตัวตนอยู่จริงๆ ในยุคสมัย
ปัจจุบัน





บุจจาประสารัก

หากฝ่ายหนึ่งพยายามอย่างเต็มที่ที่จะเป็นคู่รักในอุดมคติ ด้วยการรักษาความดีไว้อย่างครบถ้วน แต่อีกฝ่ายหนึ่งไม่พยายามรักษา และมักนอกใจ ควรหาจุดสมดุลของกรณีนี้ได้อย่างไร

ว.วิสัยนา

ก็ให้นึกถึงสังขธรรมที่ว่า โลกนี้ไม่มีใครสมบูรณ์แบบน ทูลลโภ องคสมุปนฺโน (ผู้ที่ดีพร้อมหาได้ยากยิ่ง) หรือในบางกรณี ก็อยากให้เราทุกคนให้กำลังใจตนเอง ด้วยวรรคทองที่แสนไพเราะว่า

**“ไม่มีใครได้ทุกอย่างดังใจหวังและไม่มีใคร
พลาดหวังทุกอย่างไป”**



51 : คู่รัก & คู่ชีวิต





ชีวิตก็เป็นเช่นนี้ไม่มีอะไรที่สมบูรณ์แบบ ที่สุดแล้ว วันหนึ่งเมื่อเราแต่งงานไป ในช่วงข่าวใหม่ปลามันทุกอย่างก็ ดูเหมือนจะราบรื่น แต่เมื่อแต่งงานแล้วนานไป ก็อาจมีปัญหา ที่เกิดขึ้นมา เช่น มีการนอกใจบ้าง มีการคบขู้สุ่ชายบ้างหรือคบ ขู้สุ่สาวบ้าง หรืออาจจะมีกิ๊ก มีกั๊ก ก็ขอให้เราระลึกถึงสังขธรรม ที่กล่าวมานี้ให้ดีๆ โลกนี้ไม่มีใครสมบูรณ์แบบ คือ ไม่มีใคร ได้ทุกอย่างดังใจหวัง และไม่มีใครพลาดหวังทุกอย่างไป

ผู้เขียนขอให้ทุกท่านระลึกถึงกฎธรรมชาติที่มีชื่อว่า กฎไตรลักษณ์ ซึ่งเป็นกฎธรรมชาติที่เป็นสากลของทุกสิ่งสรรพ ในโลกในจักรวาล (*Gosmic Law*) ถ้าใครก็ตามที่เข้าใจ ในกฎข้อนี้ จะทำให้มีภูมิต้านทานในการที่จะอยู่ท่ามกลางโลก ที่แสนสับสนวุ่นวายใบนี้ได้อย่างแสนสุข โดยสาระสำคัญของ กฎแห่งความเป็นสากลนี้ ก็คือ





๑. ไม่เที่ยง (อนิจจัง หรือ อนิจจตา) ได้แก่ ความเปลี่ยนแปลง หรือความไม่เที่ยง สรรพสิ่งในโลกนี้ไม่มีอะไรเที่ยงแท้แน่นอนตลอดไป ทุกอย่างเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ

๒. ไม่ทน (ทุกขัง หรือ ทุกขตา) ได้แก่ ความทุกข์ ความทุกข์เป็นสิ่งที่เราจะต้องพบพานอยู่ตลอดสองรายทางแห่งการดำเนินชีวิต

๓. ไม่แท้ (อนตตตา) คือ สรรพสิ่งในโลกนี้ไม่มีความสมบูรณ์แบบอยู่ในตัวของมันเอง ไม่มีตัวตน หาแก่นสารไม่ได้

หรืออาจแปลความหมายของกฎธรรมชาติ หรือกฎไตรลักษณ์ทั้ง ๓ ประการ อย่างง่าย ๆ ว่า **ไม่แน่ ไม่ได้ตั้งใจ ไม่มีอะไรสมบูรณ์**





ไม่แน หมายความว่า เมื่อแรกรักทุกอย่างดูดีไปหมด แต่เมื่อแต่งงานไปแล้ว อะไรๆ ที่ไม่ดี ก็เริ่มผุดโผล่มาให้เห็น มากขึ้นเรื่อยๆ ความรักที่เราว่าเป็นรักที่จริง รักที่แท้ รักที่บริสุทธิ์ รักที่เฟริศแพรวพรรณรายนั้น แต่พออยู่ด้วยกันไปความรักนั้นก็จืด ก็จาง ก็เย็นก็ซีด ได้เช่นกัน อยู่ที่ว่าเราจะสังเกตเห็นการเปลี่ยนแปลงของความรักหรือไม่ นี่แหละที่เรียกกันว่า สรรพสิ่งนั้นเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอหรือ “ไม่แน” นั้นเองไม่มีอะไรแน่เลย ในโลกนี้ ทุกสิ่งทุกอย่างหมุนไปสู่อการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ความรักก็ไม่มีข้อยกเว้นเช่นเดียวกัน

ไม่ได้ตั้งใจ หมายความว่า ไม่มีอะไรได้ตั้งใจเราเลย บนโลกนี้ เพราะถ้าทุกสิ่งทุกอย่างได้ตั้งใจเราตลอดเวลา ในโลกนี้ก็จะไม่มีใครต้องผิดหวัง เพราะฉะนั้นวันหนึ่งเมื่อเราอยู่ด้วยกันไปแล้ว เขาไม่ได้ตั้งใจเรา ก็ขอให้เชื่อมั่นว่า ชีวิตก็เป็นอย่างนี้ ไม่มีอะไรที่ได้ตั้งใจเราไปเสียทุกอย่าง ทำไม่ถึงไม่ได้ตั้งใจไปเสียทุกอย่าง ก็เพราะทุกสิ่งทุกอย่างมันไม่เป็นตั้งใจเรา แต่มัน





เป็นไปตามเหตุตามปัจจัย ขอให้เรียนรู้ให้เข้าใจว่าสรรพสิ่งล้วนเป็นไปตามเหตุตามปัจจัย ไม่ได้เป็นไปอย่างที่เราอยากให้มันเป็น

ไม่มีอะไรสมบูรณ์ ก็คือทั้งตัวเราทั้งตัวเขาต่างก็ไม่ใช่ตัวตนของมันและกัน ด้วยเหตุดังนั้น เมื่อเราต่างก็ไม่ใช่ตัวตนของมันและกัน เราจึงปัญหาทั้งตัวเราและตัวเขาไม่ได้ ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์

ด้วยเหตุนี้ เมื่อวันหนึ่งเขาจะเปลี่ยนแปลงไป ทั้งๆที่เขาและเขาก็ไม่ต้องการ ก็ขอให้รู้เอาไว้เถิดว่า สิ่งนั้นเป็นไปเพราะมันไม่มีอะไรสมบูรณ์ ทำไมมันถึงไม่มีอะไรสมบูรณ์ก็เพราะมันเป็นไปตามเหตุตามปัจจัย เราจึงบังคับบัญชาสั่งการมันไม่ได้



55 : คู่รัก & คู่ชีวิต

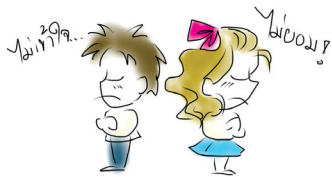


สังขกรรมทั้ง ๓ ประการนี้ ถ้าเราเรียนรู้ให้เท่าทัน วันหนึ่ง
 เมื่อเราเจอกรรมฐานในชีวิตคู่ ในการครองเรือนครองรัก ถึงแม้จะ
 ทุกข์ แต่ความทุกข์นั้นก็เบาบาง ไม่หนักหนาสาหัส ถึงขั้น
 ลุกขึ้นมาทำร้ายตัวเอง ทำร้ายคนที่เรารัก ผู้เขียนขอทบทวน
 อีกครั้งหนึ่งว่า

ไม่แน่ ไม่ได้ตั้งใจ และไม่มีอะไรสมบุญรัก หากความรัก
 เปลี่ยนแปลงไป ขอให้ภาวนาไว้เสมอว่า ไม่แน่ ไม่ได้ตั้งใจ
 ไม่มีอะไรสมบุญรัก

บุจจาประสาธรัก

เมื่อแน่ชัดว่าเขาหรือเธอมีคนใหม่ เราควรเดินหน้า
 เป็นคู่รักที่ดีในอุดมคติต่อไป หรือเปลี่ยนแปลงตาม





ว.วิสัยนา

วิธีการที่ดีที่สุดเมื่อชีวิตคู่มีปัญหา ผู้เขียนขอแนะนำ ให้เปิดเจรจาสันติภาพ ผู้คนจำนวนมากที่เลิกร้างห่างเหินกันไป เป็นเพราะไม่ได้พูดคุยกัน และอะไรคืออุปสรรคของการ ไม่พูดคุยกัน สิ่งนั้นก็คือ **ทิฐิมานะ** คนจำนวนมากที่ต้อง จากกันไป ไม่ใช่เพราะไม่รัก แต่ที่จากกันไป เป็นเพราะต่างฝ่าย ต่างรักทิฐิมะนะมากกว่ารักคนรักของตนเอง

ผู้เขียนขอเล่าถึงนิทานพุทธปรัชญาเรื่องหนึ่ง เมื่อฟัง แล้วอ่านแล้ว เราก็จะมองเห็นได้อย่างชัดเจนทีเดียวว่า อะไร คืออุปสรรคของการไม่ยอมเปิดใจเจรจาซึ่งกันและกัน

มีพ่อลูกคู่หนึ่งปลุกกระท่อมอาศัยอยู่กลางป่าพ้อมี อาชีพขายฟืน ต่อมาพ่อเอาฟืนไปขายที่ตลาด แล้วในระหว่าง เดินทางกลับนั่นเอง พ่อก็ประสบอุบัติเหตุ ไม่สามารถเดินทางกลับบ้านคืนนั้นได้ทันเวลา ลูกจึงต้องอาศัยอยู่ตามลำพัง ในกระท่อมน้อยกลางป่า





และในคืนนั้นเอง ก็มีกลุ่มโจรบุกมาปล้นบ้าน และ
เผาบ้านหลังนั้นทิ้ง พร้อมกับเอาลูกชายตัวน้อยไปอยู่ใน
ชุมชนโจรด้วย

ระหว่างที่บ้านถูกเผาขึ้น สุนัขตัวหนึ่งของพวกโจร
ซึ่งหนีออกมาไม่ทัน ก็ถูกไฟครอกตายพร้อมกับทุกสิ่งทุกอย่าง
ในบ้านหลังนั้นด้วย

รุ่งเช้า พ่อจึงเดินทางกลับจากในเมืองมาถึงบ้าน เขา
จึงพบว่าบ้านของตนเองถูกโจรปล้นและเผาเหลือแต่ซากดำ
เป็นตอตะโก เขาเสียใจมาก พยายามค้นหาลูกชาย แต่หา
อย่างไรก็ไม่พบ

ในที่สุด จึงตัดสินใจคุ้มในกองซากปรักหักพังของตัว
บ้าน เขาได้พบโครงกระดูกกองหนึ่ง แล้วเขาก็ลงข้อสันนิษฐาน
ว่า นั่นคือกระดูกลูกของเขาที่เสียชีวิตในกองเพลิง เขาได้
รวบรวมกองกระดูกสุนัข ซึ่งเขาคิดว่าเป็นกระดูกของลูกใส่ถุงผ้า
และออกเดินทางจากหมู่บ้านนั้นหนีหายไป





เขาระหกระเหินไปทุกหนแห่ง ด้วยความอาลัยรักอย่างสุดซึ้งที่มีต่อลูกชายเขาเดินทางมาไกลมากและแล้วเขาก็ลงมือสร้างกระท่อมอีกครั้งหนึ่งอยู่ใจกลางป่าที่ลึกซึ้ง โดยที่เขาเข้าใจว่าลูกของเขานั้นได้ตายไปแล้ว เหลือแต่เพียงกองกระดูกชิ้นเล็กๆที่อยู่ในถุงผ้าของเขาเท่านั้น

ด้วยความมีทิวี่เช่นนี้เอง วันหนึ่งลูกที่หายไปหลายปีก็หนีออกมาจากชุมชนโจรได้ เพื่อมาตามหาพ่อ จนกระทั่งสืบรู้ว่าพ่อของเขาไปปลูกกระท่อมอยู่กลางป่าลึกที่แสนไกล

เขาตามมาถึงกระท่อมของพ่อในตอนกลางคืน จึงร้องเรียกพ่ออยู่ตั้งแต่หัวค่ำ แต่ชายผู้เป็นพ่อนั้นก็มีทิวี่อยู่ในใจว่า ลูกของตนนั้นได้ตายจากไปแล้วเมื่อหลายปีก่อน ฉะนั้น คนที่มาเรียกร้องเรียกอยู่ในเวลานี้ อย่งไรเสียก็ไม่ใช่ลูกของเขา หรืออย่างดีก็หลุดไปเอง เขาก็เลยเกิดมานะขึ้นมาว่า ฉันไม่มีทางลูกไปเปิดประตูให้อย่างเด็ดขาด เพราะลูกของฉันนั้นได้ตายไปแล้ว กระดูกก็ยังอยู่ในถุงผ้าฉันเลย





พอมีมานะขึ้นมามีว่า ไม่มีเหตุผลที่ฉันจะต้องลุกไปเปิดประตู เมื่อถูกเรียกอยู่ตั้งแต่หัวค่ำจนกระทั่งใกล้รุ่งสาง โดยปราศจากเสียงตอบรับ ลูกชายก็เลยมั่นใจว่า คนในบ้านนี้ก็คงไม่ใช่พ่อของเขาอย่างแน่นอน จึงตัดสินใจเดินทางกลับเพื่อไปอยู่อาศัยในชุมชนใจเร จนกระทั่งล่วงลับดับขันธ์ตายจากกันไปทั้งพ่อลูก

เห็นหรือไม่ว่า บางครั้งเมื่อความจริงมาเปิดเผยอยู่ตรงหน้า แต่เราก็ไม่สามารถรับประโยชน์จากความจริงนั้นได้ เพราะอะไร ก็เพราะว่าเราต่างก็มี “ทิฐิมานะ” อยู่ภายในจิตใจนั่นเอง

คู่สามีภรรยาจำนวนมากทั้งๆที่ยังรักกัน แต่สุดท้ายก็ปล่อยให้ชีวิตคู่นั้นต้องพังครืนลงไป เพราะอะไร เพราะเมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นแล้วไม่ยอมเปิดใจเจรจาซึ่งกันและกัน ฉะนั้นหากเราทุกคนอยากครองเรือนครองรักอย่างมั่นคงและยั่งยืน เราจะต้องยอมที่จะ “ทิ้งพยศ ลดมานะ ละทิฐิเมื่อใดก็ตามที่” มีปัญหาเกิดขึ้นมา **“อย่ารักทิฐิมานะ มากกว่ารักคนรักของตนเอง”**





ปฏิจาปสรรสารัก

อะไรคือความแตกต่างระหว่างความรักของ “คู่รัก” กับความรักของ “คู่ชีวิต” ?

ว.วิสัยนา

คนเราเมื่อแรกรักก็มักจะมองข้ามข้อบกพร่องของกันและกัน หรือบางครั้งก็บอกตนเองว่า ถึงแม้จะมีข้อบกพร่องมากมาย แต่ฉันก็พร้อมจะยอมรับได้ เพราะอะไร ก็เพราะความรักบังตา แต่เมื่ออยู่กันมาสักระยะหนึ่ง

เราก็จะเริ่มมองเห็นความจริงที่แสดงตัวตนของคนรักชัดขึ้นๆเรื่อยๆ หลายคู่ที่รับได้ ก็จะอยู่กันไปอย่างตลอดรอดฝั่ง แต่หลายคู่ที่รับไม่ได้ ในที่สุดก็ต้องเลิกร้างห่างเหินกันไป





ในที่นี้ผู้เขียนขอแนะนำไว้ว่า วันหนึ่งเมื่อเราอยู่ด้วยกัน
กันไปแล้ว มันผ่านช่วงเวลาแห่งความหวานชื่นแล้ว ทุกอย่าง
เริ่มจะจืดจางห่างเหิน ก็ขอให้บอกตนเองว่า ตอนแรกที่เรา
รักกันนั้น เราดีต่อกันมาก เธอก็อยู่ในครอบครัวหนึ่ง เขาก็อยู่
ในครอบครัวหนึ่ง แต่ถึงกระนั้น ทั้งเราและเธอ ทั้งเราและเขา
ต่างก็ให้ผู้ใหญ่ของกันและกันไปสู้ขอเอาทั้งเธอและเขามาอยู่
ร่วมเรียงเคียงหมอนกับเรา เรานั้นเองเป็นผู้ไปขอเขาและ
เธอมา เพราะตั้งใจจะอยู่ด้วยกันไปจนถือนิไม้เท้ายอดทอง
กระบองยอดเพชร





แต่แล้วพอผ่านช่วงเวลาหวานชื่น ทำไมเราจึงมาเลิกร้าง
ห่างเหินกันไป ถ้ามีความรู้สึกแบบนี้ ก็ขอให้นึกถึงความดี
เก่าๆของกันและกัน ให้ออกตนเองว่า ตอนนั้นเรารักเขามาก
เราไปขอเขามาอะ เขาไม่อยากมาเราก็สู้สุดส่าห้ให้ผู้ใหญ่
ไปขอมา พอนึกอย่างนี้แล้ว เราก็จะเกิดความเห็นอกเห็นใจ
ซึ่งกันและกัน พอเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกันแล้ว ต่อมาถ้า
ความรู้สึกในทางเลิกร้างห่างหายมันยังมีอยู่ ก็ขอให้เราบอก
ตัวเองต่อไปอีกว่า จริงอยู่ที่ชีวิตคู่ในเชิงกามารมณ์มันอาจ
ไม่หวานชื่นแล้ว แต่อย่ากระนั้นเลย เราอาจไม่ได้รักกันใน
ฐานะของคู่รักอีกต่อไป ก็ขอให้เรายกระดับความรักของเรา
ให้สูงขึ้นมาเป็น **“กัลยาณมิตร”** ของกันและกัน



กัลยาณมิตร ก็หมายความว่า ขอให้เราเป็นเพื่อน
ในทางจิตวิญญาณของกันและกัน ในตอนแรกแต่งงานนั้น
เราอาจจะจะเป็นเพื่อนที่ร่วมเรียงเคียงหมอนกัน มีปฏิสัมพันธ์
ในเชิงกามารมณ์กันมา แต่หลังจากนั้น ปฏิสัมพันธ์ในเชิง
กามารมณ์เริ่มลดน้อยถอยลง ตามวันเวลาที่ผันผ่านไป
ก็ขอให้เราบอกตัวเองว่า เขาเออะ เราน่าจะมาอยู่ด้วยกันใน
ฐานะที่เป็นเพื่อนของกันและกัน ซึ่งการอยู่ร่วมกันแบบนี้ ก็
เรียกว่าเป็นการสมรสในอีกรูปแบบหนึ่งได้เช่นกัน แต่เป็น
“การสมรสทางจิตวิญญาณ” ช่วงแรกที่เรารักกันและทำการ
สมรสกันนั้น เขาเรียกว่า “การสมรสทางกายภาพ” พอเรา
ผ่านช่วงเวลาหวานชื่นไปแล้ว ความรู้สึกรักใคร่ไหลหลง
ซึ่งกันและกันมันเล็กร้างห่างหายไปแล้ว ก็ขอให้เราเรียก
การสมรสในช่วงนี้ว่าเป็นการสมรสทางจิตวิญญาณเพราะอะไร
เพราะตั้งใจว่าจะอยู่ด้วยกันไปจนแก่เฒ่า อาจไม่มีเพศสัมพันธ์
กันเลยด้วยซ้ำ แต่ก็เพราะว่ารัก เคารพ นับถือ เห็นอกเห็นใจ
ซึ่งกันและกัน สิ่งนี้เองที่เรียกว่า “การสมรสทางจิตวิญญาณ”





“ความสัมพันธ์ที่ดีที่สุด ก็คือความรักมิใช่ความใคร่”

ฉะนั้น คู่สมรสทั้งหลายที่อยู่ด้วยกันไปจนคิดว่าชีวิตคู่ราบรื่นแล้ว ไม่มีสีสนั่นแล้ว ไม่สนุกแล้ว ไม่ท้าทายแล้ว ก็ขอให้บอกตนเองเอาไว้ว่า เขาเถอะ เราน่าจะยกระดับความรักขึ้นไปอีกระดับหนึ่ง จากการสมรสทางกายภาพ เป็น “การสมรสทางใจ”

ซึ่งถ้าทำได้แบบนี้ ก็จะเป็นอีกทางหนึ่งที่ทำให้ผู้ที่ครองเรือนนั้นยังคงครองรักกันต่อไปได้อย่างยั่งยืนและความรักนั้นก็จะเป็นความรักที่มีพัฒนาการ กล่าวคือ ไม่ใช่แค่รักในกามารมณ์ของมันและกัน แต่เป็นความรักในคุณงามความดีของมันและกันอีกด้วย



65 : คู่รัก & คู่ชีวิต



บุจจาประสาธรัก

สามีแบบไคนที่ภรรยาไม้นอกใจ ภรรยาแบบไหนที่สามีไม่มีก็ัก?

ว.วิสัยนา

ในหัวเรื่องแรกๆ ผู้เขียนกล่าวถึงวิธีเลือกคนรัก ต่อมาก็กล่าวถึงวิธีการครองเรือนครองรัก และถึงตอนนี้ ก็มาถึงขั้นตอนที่เรียกกันว่าสร้างครอบครัวให้มีความมั่นคง การสร้างครอบครัวให้มีความมั่นคง จะดำเนินไปได้ ก็เพราะต่างฝ่ายต่างทำหน้าที่ของกันและกันอย่างสมบูรณ์แบบ ฝ่ายสามีก็มีหน้าที่ต่อภรรยา & ประการ และฝ่ายภรียาก็มีหน้าที่ปฏิบัติต่อสามี & ประการเช่นกัน

ถ้าต่างฝ่ายต่างทำหน้าที่ของกันและกันอย่างสมบูรณ์ ก็จะทำให้เกิดความมั่นคงในชีวิตคู่ เรื่องของการนอกกายเอาใจไปเกี่ยวก็ัก ก็เป็นเรื่องที่ไม่สามารถจะบั่นทอนความมั่นคงในชีวิตคู่ของบุคคลทั้งสองได้





โดยหน้าที่ของสามีที่พึงปฏิบัติต่อภริยา & ประการ
มีดังต่อไปนี้

๑. ยกย่องให้เกียรติในฐานะภริยา
๒. ไม่ดูหมิ่น
๓. ไม่นอกใจ
๔. มอบความเป็นใหญ่ในบ้านให้
๕. หาเครื่องประดับให้ตามโอกาสอันเหมาะสม

เมื่อสามีได้ทำหน้าที่ของตนเองอย่างครบถ้วนบริบูรณ์
ทั้ง ๕ ประการแล้ว

**ภริยาก็ต้องปฏิบัติตอบ ด้วยหน้าที่ที่พึงงามของ
ภริยาต่อสามี & ประการ เช่นกัน กล่าวคือ**

๑. จัดงานบ้านให้เรียบร้อย สมกับที่ได้ชื่อว่า
เป็นแม่บ้าน
๒. สงเคราะห์ญาติมิตรทั้งสองฝ่ายด้วยดี
๓. ไม่นอกใจ
๔. รักษาทรัพย์สมบัติที่หามาได้
๕. ขยันช่างจัดช่างทำรับผิดชอบงานบ้านทุกอย่าง





ถ้าต่างฝ่ายต่างทำหน้าที่ของตนเองอย่างสมบูรณ์แบบ
เช่นนี้ ก็จะทำให้เกิดความมั่นคงในการใช้ชีวิตคู่ เนื่องจาก
ต่างฝ่ายต่างซาบซึ้งในคุณงามความดีของกันและกัน ดังนั้น
การที่ทั้งสามีและภริยาจะคิดนอกลู่ นอกกรอบ จนเกิดการนอกใจ
ซึ่งกันและกันนั้น ก็จะเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นโดยยาก

นอกเหนือจากนี้แล้ว ยังมีข้อปฏิบัติพิเศษ ที่สามีควรต้อง
ปฏิบัติต่อภริยา ๕ ประการ อีกด้วย เพราะอะไร นั้นเพราะสตรี
มีความทุกข์เฉพาะตัวที่แตกต่างจากผู้ชาย ซึ่งสามีมีความ
จำเป็นเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องเรียนรู้ให้เข้าใจและปฏิบัติต่อภริยา
ด้วยความเอาใจใส่ ด้วยความเห็นอกเห็นใจ





หน้าที่พิเศษของสามี & ประการ มีดังต่อไปนี้

๑. หญิงต้องจากหมู่ญาติมาอยู่กับสามีทั้งที่ยังเป็นสาว เสมือนกับเธอมาฝากชีวิตทั้งชีวิตไว้กับเรา สามีจึงต้องให้ความอบอุ่นใจกับภรรยา เหมือนกับที่เธออยู่ในครอบครัวของเธอเอง

๒. หญิงมีระดูซึ่งบางครั้งก่อให้เกิดปัญหาความแปรปรวนทั้งทางใจและกาย ฝ่ายชายต้องเข้าอกเข้าใจต้องไม่เอาแต่ใจตนเอง ต้องไม่ปัดหรือปฏิเสธความรับผิดชอบว่าไม่ใช่ธุระของตน แต่ควรดูแลอย่างใกล้ชิด เพราะในช่วงเวลานี้ หญิงอาจมีความเปราะบางทางอารมณ์สูง ฝ่ายสามีควรเอาอกเอาใจมากเป็นพิเศษ



69 : คู่รัก & คู่ชีวิต





๓. หญิงเวลามีครรภ์ ซึ่งยามนั้นเธอต้องการการดูแลเอาใจใส่บำรุงกายใจเป็นพิเศษสามีต้องไม่เห็นแก่ตัว ต้องพร้อมที่จะดูแล พร้อมที่จะรับผิดชอบเอาใจใส่ สวมกับที่หญิงต้องแบกภาระอันแสนหนักหนาสาหัสไว้แทนตนเอง

๔. หญิงเวลาคลอดบุตร เป็นคราวที่ผู้หญิงเจ็บปวดแสนสาหัสและเสี่ยงชีวิตเป็นอันมาก สามีต้องใส่ใจดูแลเสมือนหนึ่งเป็นทุกข์ของตนเอง

๕. หญิงต้องปรนเปรอเอาใจใส่ฝ่ายชายฝ่ายชายจึงต้องไม่เอาแต่ใจตนเอง ต้องซาบซึ้งในความเอื้อเฟื้อและมีน้ำใจตอบแทน





หน้าที่พิเศษทั้ง ๕ ประการนี้ ถ้าสามีท่านใดสามารถ
ทำได้ เชื่อกันได้เลยว่า ไม่มีภริยาคนไหนกล้าคิดนอกใจ
อย่างแน่นอน

ที่เรามักกล่าวกันว่า เมื่อแต่งงานกันไปสักระยะเวลาหนึ่ง
ภริยาก็ประพฤตินอกใจ นั่นเพราะอะไร นั่นเพราะสามีได้ทอดทิ้ง
ภารกิจพิเศษทั้ง ๕ ประการนี้ ของตนเองไป ฉะนั้นสามี
ทั้งหลาย เมื่อแต่งงานแล้วอยากจะครองใจภริยา ก็ควรจะ
เรียนรู้ข้อปฏิบัติพิเศษทั้ง ๕ ประการนี้ไว้ให้ขึ้นใจ



