

บทที่ 1

การสร้างรากฐานครอบครัว

เนื้อหาบทที่ 1

การสร้างรากฐานครอบครัว

1.1 หัวใจครอบครัว

1.1.1 ปัญหาประจำครอบครัว

1.1.2 พรวาสธรรม หัวใจครอบครัว

1.2 การปรับประคับประคองชีวิตคู่

1.2.1 หลักรู้ก่อนแต่งงาน

1.2.2 ความคาดหวังจากการแต่งงาน

1.2.3 การพึ่งพาตนเอง

1.2.4 ความงามสี่ระดับ

1.2.5 ความสำคัญของที่ปรึกษาเรื่องชีวิตคู่

1.2.6 ธรรมะที่ทำให้จิตใจงาม

1.2.7 คาถาป้องกันการหย่าร้าง

1.3 วิธีครองรักให้ยั่งยืน

1.3.1 วิธีทำให้ความรักยั่งยืน

1.3.2 หน้าที่ของสามี-ภรรยา

1.3.3 ข้อเตือนใจ

1.4 แม่พระในบ้าน

1.4.1 นางวิสาขาเป็นใคร

1.4.2 โอวาทวันแต่งงาน

1.5 คนมีบุญมาเกิด

1.6 สอนลูกในครรภ์

1. หัวใจของครอบครัว คือ ฆราวาสธรรม ได้แก่ สัจจะ ทมะ ชันติ จาคะ ทำให้ครอบครัวมั่นคง หมดปัญหาหว่าดระแวง เบื่อหน่ายกัน ไม่ทันกิเลส ต่างเห็นแก่ตัว เป็นต้น
2. การยกระดับศีลธรรมในใจให้สูงขึ้นต้องอาศัยคุณธรรมหลัก 2 ประการ คือ ชันติและโสรัจจะ เมื่อต้องอยู่ร่วมกันต้องสงเคราะห์กันตามหลักสังคหวัตถุ 4 และปฏิบัติหน้าที่ของตนให้ดีที่สุดอย่าให้บกพร่อง
3. การประคับประคองชีวิตครอบครัวต้องพึ่งตนเองให้ได้ เข้าใจชีวิต มีใจมั่นคง และขัดเกลาจิตใจให้ดีงาม

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ทราบหัวใจของครอบครัว และเข้าใจคุณธรรมในแต่ละข้อที่เป็นหัวใจของครอบครัวอย่างลึกซึ้ง
2. เพื่อให้รู้คุณธรรมที่มีผลในการอยู่ร่วมกันในครอบครัวอย่างมีความสุข
3. เพื่อให้รู้ถึงข้อปฏิบัติที่ถูกต้องของคนในครอบครัว

บทที่ 1

การสร้างรากฐานครอบครัว

1.1 หัวใจครอบครัว

คนเรานั้น ถ้าหัวใจไม่ทำงาน ก็แสดงว่าเขาตายจากโลกนี้ไปแล้ว ครอบครัวก็เช่นกัน ถ้าหัวใจของครอบครัวไม่ทำงาน แม้จะอยู่บ้านหลังเดียวกัน แต่ก็เหมือนตายจากความเป็นครอบครัวเดียวกันไปแล้ว การมีครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคง เป็นสุดยอดความปรารถนาของชีวิตแต่งงาน แต่อะไรเป็นหัวใจสำคัญในการสร้างชีวิตครอบครัว นี่เป็นสิ่งสำคัญที่คนรักกันต้องรู้ก่อนจะสร้างครอบครัว

ข้อความต่อไปนี้ เป็นเรื่องสำคัญของทุกครอบครัว ใครจะแต่งงาน มีลูก มีภรรยา มีสามี จะต้องศึกษาให้เข้าใจอย่างลึกซึ้ง เพราะปัญหาในการครองเรือน ก็ล้วนวนเวียนอยู่ในเรื่องเหล่านี้ ถ้าศึกษาแตกฉาน แล้วจะให้ประโยชน์มาก แต่ถ้าขาดการศึกษา ก็จะมีปัญหาครอบครัวอีกสารพัด เรื่องนั้นก็คือ “ฆราวาสธรรม หัวใจสำคัญของความมั่นคงในครอบครัว”

1.1.1 ปัญหาประจำครอบครัว

คนแต่ละคนก่อนจะมาแต่งงาน ก็มีปัญหาจากข้อบกพร่องประจำตัวกันอยู่แล้ว แต่เมื่อมารวมเป็นครอบครัว ก็หลีกเลี่ยงไม่ได้ที่ข้อบกพร่องของแต่ละคนจะก่อความกระทบกระทั่งต่อกัน ดังนั้น ถ้าครอบครัวใดก็ตาม ขาดฆราวาสธรรมแม้ข้อหนึ่งข้อใด คือ “สังจะ ทมะ ขันติ จาคะ” ครอบครัวย่อมต้องเกิด 4 ปัญหาใหญ่อย่างแน่นอน นั่นคือ

- 1) ปัญหาความหวาดระแวงกันและกัน
- 2) ปัญหาความโกรธเคือง ไม่ทันโลก ทันคน ทันกิเลส
- 3) ปัญหาความเบียดเบียนกันเอง
- 4) ปัญหาความเห็นแก่ตัว

ปัญหาใหญ่ ๆ 4 เรื่องนี้ ทางที่ดีที่สุดคือ อย่าให้เกิดขึ้นในครอบครัวได้ หรือถ้าเกิดขึ้นเมื่อใด ก็ต้องรีบช่วยกันหาทางแก้ไข อย่าปล่อยให้หมักหมมคั่งค้างลุกลามใหญ่โต เพราะปัญหาทั้ง 4 ข้อนั้น เป็นต้นตอที่สร้างปัญหาอื่น ๆ ต่อมาอีกมากมายไม่รู้จบ

ปัญหาแรก “ความหวาดระแวง ไม่ไว้เนื้อเชื่อใจกัน”

โลกปัจจุบันนี้ แม้อยู่ในครอบครัวเดียวกัน ก็มีโรคชนิดหนึ่งเกิดขึ้นประจำ นั่นคือ **โรคหวาดระแวง**

แม้เป็นสามีสภรรยากันแล้ว ก็มีวายเป็นหวาดระแวงกันเพิ่มมากขึ้นเท่านั้น แม้แต่เป็นพี่น้องคลานตามกันมาก็ยังระแวงกัน แม้ที่สุดพ่อแม่กับลูก ก็ยังมีวายเป็นหวาดระแวงกันเพราะฉะนั้น ไม่ต้องพูดถึงคนอื่นที่ไม่ได้มีสายเลือดเดียวกัน ไม่ใช่คนในครอบครัวจะไม่ใช่โรคหวาดระแวงกัน

สาเหตุที่หวาดระแวงกันมีหลายอย่าง บางทีก็หวาดระแวงเพราะความอิจฉาริษยา บางทีก็หวาดระแวงเพราะลำเอียง บางทีก็หวาดระแวงเพราะอีกฝ่ายเอาไรต์เอาเปรียบ และที่ร้ายแรงคือ หวาดระแวงเพราะเขาขาดความรับผิดชอบ

ไม่ว่าจะระแวงเพราะเหตุใดก็ตาม แต่ที่แน่ ๆ คือยิ่งอยู่ร่วมกันนานเท่าใด ปัญหาความระแวงกันในครอบครัวก็เพิ่มมากขึ้นเท่านั้น

ปัญหาที่สอง “ความโง่เขลา ไม่ทันโลก ทันคน ทันกิเลส”

ปัญหานี้เกิดจากสติปัญญา ความรู้ ความสามารถไม่เท่าเทียมกัน หรือเรียกว่า “โง่ง”

บางคนคิดจะทำอะไรก็ไม่ทันคนอื่นในครอบครัว ซึ่งจะนำไปสู่ความไม่ทันการเปลี่ยนแปลงของสังคม ของโลก สาเหตุใหญ่ที่ทำให้ไม่ทัน ไม่ใช่เพราะโง่งอะไรนักหนา แต่เพราะคนอื่นในครอบครัวปรับปรุงตัวอยู่ตลอดเวลา เขาพัฒนาตนเองไม่ได้หยุด ส่วนตนเองไม่ยอมปรับปรุงแก้ไขเลย เคยอยู่อย่างไรรก็อยู่อย่างนั้น เป็นประเภทใคร ๆ ก็เขินไม่ขึ้น

คนประเภทนี้เองที่มักจะคิดน้อยใจโชคชะตา น้อยใจพี่น้อง น้อยใจพ่อแม่ น้อยใจสามี น้อยใจภรรยาว่าไม่รัก เลยไปจนกระทั่งน้อยใจลูกว่าไม่รักตนอีกด้วย แล้วก็ก่อปัญหาแตกความสามัคคีในครอบครัว

ปัญหาที่สาม “ความเบื้อหน่ายกันเอง”

ปัญหาความเบื้อหน่ายกันเอง อาจเรียกว่า “โรคเบื้อคน”

ผู้พิพากษาสมทบท่านหนึ่ง ที่จังหวัดเชียงใหม่เล่าว่า ในอดีตเมื่อผู้เยาว์อายุต่ำกว่า 18 ปีทำผิด ศาลจะส่งตัวไปไว้สถานพินิจ เพื่อควบคุมความประพฤติ ทันทีที่ศาลสั่ง พ่อแม่ก็จะมาร้องห่มร้องให้ ขอเอาตัวกลับไปอบรมฝึกหัดขัดเกลาเอง ลูกจะเลวจะชั่วอย่างไรก็ยังรัก ยังห่วงลูก ขอดูแลแก้ไขด้วยตนเอง ไม่ไว้ใจให้ใครอบรมลูกแทน เพราะเกรงว่าจะทำได้ไม่ดีพอ

แต่เดี๋ยวนี้พ่อลูกทำผิดขึ้นมา ศาลตามตัวพ่อแม่มาถามว่า “ลูกคุณทำความผิดจะว่าอย่างไร”

พ่อแม่รีบตอบเลย “ก็แล้วแต่ศาล ทำอะไรได้ก็ทำไปเถอะไม่รู้จะอย่างไรกับเขาแล้ว” เรื่องกลายเป็นอย่างนั้นไปแล้ว

ในสังคมยุคปัจจุบัน มี **คนเปื้อนแม่กระทั่งลูกของตนเอง**

แม้เป็นสมาชิกครอบครัวเดียวกัน ก็ต้องระวังอย่าให้มีโรคเปื้อนกันเอง ถ้าในครอบครัวของเรามีใครทำอะไรไม่ถูกต้อง แล้วคนในบ้านเปื้อนที่จะตักเตือน เปื้อนที่จะพรัาสอน เปื้อนที่จะแนะนำ ก็จะกลายเป็นต่างคนต่างอยู่ ไม่ได้มีการถ่ายทอดคุณธรรมความดีให้กันและกัน คุณธรรมความดีทั้งของเราและของเขาก็จะไม่เพิ่มพูนขึ้น

ความเปื้อนหายกันเอง จะเป็นलगแห่งความหายนะของครอบครัว เพราะไม่เข้าจะถึงจุดหนึ่งที่ต่างคนต่างอยู่ ต่างคนต่างตักเตือนกันไม่ได้

เมื่อเตือนกันไม่ได้ ก็เลยไม่รู้จะทนกันไปทำไม การทะเลาะเบาะแว้งด่าทอ ลงไม้ลงมือกันก็ตามมา

การอยู่ร่วมกันในครอบครัว ควรที่จะเปิดใจอนุญาตให้แต่ละคนในครอบครัวเอ่ยปากตักเตือนตนเองได้แต่เนิ่น ๆ ถ้าหากเห็นว่าทำอะไรไม่ถูก ไม่ควร ไม่โปร่งใสพอ ก็ให้รีบตักเตือนดีกว่ารอให้ทนไม่ไหวก่อน แล้วค่อยมาพูดกัน นั่นก็กลายเป็นเอาภูเขาไฟสองลูกมาระเบิดพร้อมกันนี่เอง

ปัญหาที่สี่ “ความเห็นแก่ตัว”

ปัญหาความเห็นแก่ตัว อาจเรียกง่าย ๆ ว่า **“โรคแล้งน้ำใจ”**

ธรรมชาติของมนุษย์ทั่วไป เมื่อไรก็ตามที่มีการอยู่ร่วมกันเกินสามคนขึ้นไป จะเริ่มมีการแบ่งพรรคแบ่งพวก เมื่อในครอบครัวมีการแบ่งพรรคแบ่งพวกเสียแล้ว หากได้ข่าวของพิเศษอะไรมา ก็จะคำนึงถึงแต่ประโยชน์ของพรรคพวกในบ้านของตนเองก่อน อีกฝ่ายจะเดือดร้อนลำบากอย่างไร ไม่สนใจ ถ้าสถานการณ์เลวร้ายหนักเข้า ๆ แม้พี่น้องคลานตามกันมาก็แตกกันเอง เพราะเชื่อแห่งความเห็นแก่ตัวได้เข้าห่อหุ้มจิตใจจนมืดมิด

ถึงคราวได้ลาภผลน้อยใหญ่อะไรมา ก็จะไม่ยอมปันกันกิน ปันกันใช้ในครอบครัวหน้าซำยังเอารัดเอาเปรียบคนอื่น ๆ ในครอบครัวอีก ในที่สุดครอบครัวก็จะแตกแยกเพราะความแล้งน้ำใจ แล้ววันหนึ่งความแตกแยกก็จะลุกลามใหญ่โต กลายเป็นความล่มสลายของครอบครัว

1.1.2 ฆราวาสธรรม หัวใจครอบครัว

เมื่อใครก็ตามคิดจะเลิก **คู่ชีวิต** หรือคิดจะแต่งงานเป็นสามีภรรยาอยู่ร่วมกันเป็นครอบครัว ก็ต้องเตรียมใจว่าไม่สามารถหลบหลีก 4 ปัญหาหลักดังกล่าวได้

การแก้ไขป้องกันปัญหานี้ แม้ไม่ง่าย แต่ก็ไม่ใช่ไม่มีทางแก้ไขหรือป้องกัน เพราะหากแต่ละคนรู้ว่าหัวใจของครอบครัวคืออะไร และทุกคนก็ตั้งใจดูแลหัวใจครอบครัวอย่างดีที่สุดแล้ว ในที่สุดปัญหาเหล่านี้ก็จะหมดไป

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงให้ธรรมะหมวดหนึ่ง ซึ่งสามารถใช้เป็นหลักการวางรากฐานชีวิตและครอบครัวให้มั่นคง นั่นคือ **“ฆราวาสธรรม”** ซึ่งประกอบด้วย **หลักการ 4 ข้อ** คือ **สัจจะ ทัมะ ชันติ และจาคะ** ทั้งสี่ข้อนี้เป็น **หัวใจครอบครัว**

ตามปกติ ถ้าหัวใจของเรายังเต้น เราก็ยังมีชีวิตต่อไป ถ้าตราบใดก็ตามที่สมาชิกแต่ละคนในครอบครัว ยังมีฆราวาสธรรมอยู่ประจำตัว หัวใจของครอบครัวก็ยังคงเต้นอยู่ ปัญหาเหล่านี้ก็จะไม่มีทางเกิดขึ้นอย่างแน่นอนมีแต่ครอบครัวที่มั่นคงอบอุ่นสามัคคีกันขึ้นทุกวัน

ฆราวาสธรรมอันประกอบด้วยหัวใจครอบครัว 4 ข้อนั้น มีความสำคัญอย่างไรบ้าง และช่วยป้องกันแก้ไขปัญหาประจำครอบครัวอย่างไร พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงชี้ให้เห็นดังนี้

1) สัจจะ แก้ปัญหาความหวาดระแวงกันและกัน

สัจจะ แปลว่า ความจริงใจ ความจริงจัง ตลอดจนความซื่อตรงต่อกันและกัน

ถ้าเป็นอย่างนี้หลายคนอาจมองภาพไม่ชัด แต่ถ้าจะแปลเพื่อสื่อให้เห็นแนวทางปฏิบัติได้ชัด ๆ ก็ต้องแปลว่า **สัจจะ คือ “ความรับผิดชอบ”** หรือ **“นิสัยรับผิดชอบ”**

เมื่อมองในแง่ของความเป็นครอบครัว นิสัยรับผิดชอบของแต่ละคนถือเป็นเรื่องสำคัญอันดับหนึ่ง เพราะถ้าใครขาดนิสัยรับผิดชอบเมื่อไร ความหวาดระแวงต่อกันจะเกิดขึ้นทันที ในทำนองเดียวกัน ถ้าหากใครจะเลือกคู่ครอง สิ่งแรกที่ต้องมองให้ชัดเจน ก็คือความรับผิดชอบของคน ๆ นั้น ไม่ว่าจะเป็นฝ่ายหญิงหรือฝ่ายชาย ต้องมองให้ออกว่าเขามีมากพอที่จะรับผิดชอบต่อความเป็นความตาย ความรุ่งเรือง ความล่มสลายของครอบครัวได้หรือไม่

คนมีสัจจะย่อมแสดงความรับผิดชอบออกได้ 4 ด้าน คือ

1) **ด้านหน้าที่และการงาน** คือ ไม่ว่าจะได้รับหน้าที่มากน้อยเพียงไร งานในแต่ละหน้าที่เหล่านั้น จะยากเย็นแสนเข็ญเพียงใด และสภาวะต่าง ๆ จะไม่เอื้ออำนวยเพียงไร บประมาณก็มีอยู่จำกัด กำลังคนก็มีอยู่น้อยนิด เวลาก็กระชั้นชิด ความรู้ก็มีอยู่ไม่พอกับงาน แม้กระนั้น คนที่มีสัจจะย่อมจะตั้งใจขวนขวายรับผิดชอบด้วยการ **“ทำงานชิ้นนั้นให้สำเร็จให้ได้และให้ดีที่สุดด้วย”**

2) ด้านคำพูด คือ ต้องเป็นผู้ที่พูดอย่างไร ก็ทำอย่างนั้น และทำอย่างไร ก็ต้องพูดอย่างนั้น ไม่ใช่ทำคืบมาโม้ว่า ทำมากเป็นศอก หรือทำศอกมาโม้ว่าทำมากเป็นวา การกระทำจะต้องตรงกับคำพูดของตัวเองเสมอไป

3) ด้านการคบคน คือ คบค้าสมาคมกับใครด้วยความจริงใจ ไม่มีเหลี่ยมคู มีอะไรก็ว่ากันตรง ๆ เตือนกันตรง ๆ ไม่มีเบื้องหน้า เบื้องหลัง ใช้ความจริงใจแลกความจริงใจ ที่สำคัญที่สุด คือ ไม่ลำเอียง หรือไม่มีอคติ 4 ประการ ได้แก่ ไม่ลำเอียงเพราะรัก ไม่ลำเอียงเพราะชัง ไม่ลำเอียงเพราะงัว ไม่ลำเอียงเพราะกลัว

4) ด้านศีลธรรมความดี คือ ในเรื่องส่วนตัว ถือเอาหลักธรรมเป็นใหญ่ ไม่ยอมทำในสิ่งที่ผิดศีล ผิดธรรม ผิดประเพณี และผิดกฎหมายของบ้านเมือง จึงปิดคุกกตาราง ปิดนรก และเปิดสวรรค์ให้ตนเองได้อย่างสง่าผ่าเผย

เพราะฉะนั้นเมื่อพิจารณาตามนี้ คนที่มีสัจจะก็คือคนที่มีความรับผิดชอบ ทั้งต่อหน้าที่การงาน ต่อคำพูด ต่อคนที่คบด้วย และต่อคุณธรรม ซึ่งจะทำให้เป็นคนที่ดี พูดทำสิ่งใดก็มีความตั้งใจจริงในทุกสิ่งที่คิด พูด และทำนั้นให้ดีที่สุดทั้งนี้เพื่อเป็นการยกระดับความรู้ ความสามารถ และความดีของตนเองให้มากยิ่งขึ้น ๆ ขึ้นไป

เพราะฉะนั้นสัจจะของเรานั้น สามารถดูออกได้จาก 4 ด้านนี้ ยิ่งมีมากเท่าไร ย่อมแสดงว่าเรามีความรับผิดชอบมากเท่านั้น

เพราะคนประเภทนี้ เขามีหลักง่าย ๆ ประจำใจอยู่เสมอว่า **ไม่ว่าจะทำอะไรก็ต้องทำให้ดีที่สุด พูดจาอะไรก็ซัดเจนที่สุด จิตใจก็มั่นคงในศีลธรรมที่สุด**

คนมีสัจจะ ไม่เฉพาะคนในครอบครัวที่ไว้วางใจ แม้แต่พรรคพวกเพื่อนฝูงก็ให้ความไว้วางใจเชื่อใจมาก ความหวาดระแวงที่อาจจะเคยมีมาก่อน ก็เลยลดน้อยถอยลงไปมากเท่านั้น

แต่ถ้าใครไม่มีสัจจะ ไปที่ใดก็เจอความหวาดระแวง ความไม่น่าเชื่อถือตรงนั้น คนดี ๆ มีแต่คนหลีกหนีไม่อยากจะเข้าใกล้ ไม่อยากคบค้าสมาคมด้วย เพราะกลัวว่าจะพลอยทำให้เขาเสียชื่อเสียงไปด้วย

เพราะฉะนั้นถ้าคนในครอบครัวไม่มีสัจจะ หรือไม่มีนิสัยรับผิดชอบต่อหน้าที่การงาน ต่อคำพูด ต่อบุคคล และต่อศีลธรรมความดี ปัญหาความหวาดระแวงจึงได้เกิดขึ้นมา แล้วจะอยู่ด้วยกันได้อย่างไร

ดังนั้นครอบครัวจะมีรากฐานมั่นคงอยู่ได้ คนในบ้านจะต้องมี **สัจจะ เป็นนิสัยที่ 1**

2) ทมะ แก้ปัญหาความโง่เขลา ไม่ทันคน-ทันโลก-ทันกิเลส

ทมะ แปลว่า รู้จักข่มจิตข่มใจตนเอง

ในทางปฏิบัติ ทมะ หมายถึง ความกระตือรือร้นในการเคี่ยวเข็ญฝึกตนเองอย่างไม่มีข้อแม้เงื่อนไข เพื่อให้ตนเองมีทั้งความรู้ ความสามารถ และความดีเพิ่มพูนมากขึ้นทุกวัน ๆ

ทมะ อาจแปลอีกอย่างเป็นภาษาชาวบ้านพื้น ๆ ง่าย ๆ ว่า รักการฝึกฝนตนเอง ซึ่งบางทีป่วนตาทวนตื้นถึงกับใช้คำว่า “อย่าปล่อยให้ตนเองโง่”

วิธีการที่จะเพิ่มพูนความรู้ ความสามารถ และความดีในเรื่องใด ๆ ก็ตาม มีการปฏิบัติอยู่ 4 ขั้นตอน คือ

1) **ต้องหาครูดีให้เจอ** คือ ไม่ว่าใครจะสนใจหรือเพิ่มพูนความรู้เรื่องอะไรให้ตนเองก็ตาม ผู้นั้นจะต้องหาคนที่มีความรู้ความสามารถในด้านนั้น ๆ มาเป็นครูให้ได้ก่อน มิฉะนั้นโอกาสที่จะทำล้มเหลวมีมาก หากหาไม่ได้จริง อย่างน้อยที่สุด ก็ต้องเป็นผู้ที่รู้ในเรื่องเหล่านี้มากที่สุด在那个ขณะนั้น

2) **ต้องฟังคำครู** คือ ต้องตั้งใจฟังแล้วฟังอีก ถามแล้วถามอีกจนกระทั่งจับประเด็นได้ว่า สิ่งที่ครูสอนนั้น ทั้งหลักการและวิธีการมีอะไรบางอย่างชัดเจน มีความลุ่มลึกเพียงไร

3) **ต้องตรงตามคำครู** คือ นำแต่ละประเด็นที่ครูอธิบายแล้วอธิบายอีกอย่างดีแล้ว มาพิจารณาให้เข้าใจเหตุผลทั้งในแง่ของความสำคัญ การใช้งาน ข้อควรระวัง และผลได้ผลเสียที่จะตามมาให้ชัดเจนยิ่งขึ้น

4) **ต้องทำตามคำครู** คือ หลังจากที่ได้พิจารณาคำครูได้เข้าใจดีแล้ว ว่าที่ถูกต้องและเหมาะสมเป็นอย่างไร ก็ลงมือปฏิบัติตามด้วยความมีสติรอบคอบ ระมัดระวัง ไม่ประมาท พลังผลอาจนำไปสู่ความเสียหายล้มเหลวในบั้นปลายได้

คนที่จะมีความรู้ ความสามารถ ความดีได้เต็มที่ ต้องอาศัยวิธีการนี้เท่านั้น ในการฝึกฝนตนเองให้ทันโลก ทันคน ทันกิเลส

แต่แน่นอนว่า การที่จะทำได้อย่างนี้ ต้องทนฝืนใจ ข่มใจ และบางครั้งเจ็บเข้าไปในใจเหมือนเลือดไหลซึม ๆ ออกมา

สาเหตุที่ต้องทนฝืนใจ ข่มใจ ก็เพราะ การฝึกใด ๆ ถ้าไม่สามารถเปลี่ยนนิสัย ไม่เชื่อว่าเป็นการฝึกตัว

ยกตัวอย่างเช่น แค่ว่าแก้นิสัยชอบกินจุบกินจิบ ก็ไม่ใช่่ง่าย หรือเพียงแค่นิสัยชอบนอนตื่นสาย พุดไม่เพราะ ชอบเถียงพ่อเถียงแม่ ก็หาบุคคลมาแก้ไขกันอย่างหนัก รวมทั้งการจะฝึกตนเองให้ละเอียดลออ ไม่สะเพร่า ลุ่มลึกไปตามลำดับ จึงไม่่ง่าย เพียงแค่ไม่กี่เรื่องนี้ ก็ฝึกฝนตนเองทั้งชาติ ซึ่งยังไม่่นับรวมนิสัยอีกฉาดาร้อน ติดเหล้า ติดการพนัน

ดังนั้น ครอบครัวจะมีรากฐานมั่นคงอยู่ได้ ทุกคนในบ้านจะต้องมี **ทมะ เป็นนิสัยที่ 2**

3) ขันติ แก้ปัญหาความเบื้อหน่ายกันเอง

ขันติ แปลว่า ความอดทน

ทำไมจะต้องอดทน ? เพราะการที่คนใดคนหนึ่งจะได้ความดีมาเพิ่มให้แก่ตนเองนั้น จะต้องเอาความอดทนแลกมาทั้งนั้น

เมื่อเกิดเป็นคนแล้ว จะต้องอดทนต่ออะไรบ้าง ?

คำตอบ คือ เรื่องที่ต้องพยายามอดทนให้ได้มีอยู่ 4 เรื่องด้วยกัน คือ

3.1) ต้องอดทนต่อธรรมชาติที่ไม่เอื้ออำนวย เช่น ทนทั้งแดดที่แผดกล้า ทั้งลมทั้งฝนที่โหมกระหน่ำ เป็นต้น

3.2) ต้องอดทนต่อทุกขเวทนา คือ อดทนต่อสภาพสังขารร่างกายที่ไม่เอื้ออำนวย เช่น ทนผื่นความเจ็บไข้ได้ป่วย ไม่ไวยวายคร่ำครวญจนเกินเหตุ

3.3) ต้องอดทนต่อการกระทบกระทั่ง คือ อดทนคนอื่น

ความจริงแล้ว เราก็ต้องยอมรับว่า เราเองยังมีข้อบกพร่องที่ท่ทำไปแล้ว ยังรู้สึกขัดใจ ไม่ได้ตั้งใจตนเองหลายอย่าง ยิ่งเวลาทำงานเร่งรีบ ต้องการความประณีตมากขึ้นเท่าไร ก็ยังมีเรื่องขัดใจตนเองจนได้

การที่หลายครั้งเราเองก็ยังไม่ค่อยถูกใจตนเอง นั่นคือข้อบกพร่องที่กลายเป็นนิสัยไม่ดี แล้วเราสังเกตไม่เห็น ยังมีอยู่อีกมาก

ข้อบกพร่องของภรรยาสามี ของลูกที่เขามี บวกกับข้อบกพร่องของตนเองเข้าไปอีก ยิ่งไ้ก็ต้องกระทบกระทั่งกัน

เพราะฉะนั้นสามีภรรยาอยู่บ้านหลังเดียวกัน ถึงแม้ว่าเขาจะดีแสนดีอย่างไร ก็ยังต้องมีข้อบกพร่องอยู่ดี ถ้าเราคิดว่าอดทนไม่ได้ ก็ **อย่าใจอ่อนไปแต่งงาน**

แต่เดี๋ยวนี้อาจมีบางคนหลังจากแต่งงานกันไปแล้ว มักชอบใช้คำว่า **สิทธิส่วนบุคคล** พอแต่งงานกันแล้ว ก็ยังไปทำเอกสารแบ่งทรัพย์สินสมบัติ เตรียมแยกกันแล้ว ก็ทำให้มีคำถามเกิดขึ้นมาว่า ถ้าคิดว่าจะทนกันไม่ได้ตั้งแต่แรกอย่างนี้ แล้วไปแต่งงานทำไม

โบราณจึงสั่งนักสั่งหนาว่า ถ้าตกลงปลงใจจะเป็นสามีภรรยา **“ลึนกับพันต้องกระทบกันแน่”**

เพราะฉะนั้น คู่ครองของเราจะดีวิเศษอย่างไร เรื่องกระทบใจต้องมีกันแน่ ถ้าคิดว่าจะทะเลาะกันแล้ว จะไม่ทนกัน อย่ามาแต่งงานกันเลย แต่ถ้าทำได้ คิดว่าจะทนทั้งเขา และญาติฝ่ายเขาให้ได้ ก็ต้องคุยกันให้ดีๆ จะทนกันอย่างไร มากกว่าที่จะไปคุยเรื่องอื่น

คำถามที่ควรจะถามกันและกันก่อนแต่งงาน ก็คือ **“คุณแน่ใจหรือว่าจะทนกันได้”** ถ้าไม่แน่ใจว่าจะทนกันได้ อย่าแต่งงานกันเลย เดียวจะก่อทุกข์ก่อบาปจากคู่รักกลายเป็นคู่แค้นในภายหน้า แยกกันตรงนี้เถิด นี่ควรเป็นคำถามที่ทั้งคู่ควรถามใจตนเองก่อนแต่งงาน

ดังนั้น แทนที่จะไปถามว่าแหวนหมั้นที่กระจัด เงินสดเท่าไร เรือนหอที่ล้าน สิ่งเหล่านี้ไม่ใช่ความมั่นคง สิ่งที่ต้องถามคือ **“คุณแน่ใจหรือว่าจะทนกันได้”**

แล้วถ้าคิดให้มากไปกว่านั้น บุคคลที่ต้องอดทนไม่ใช่เฉพาะคู่ของตน แต่ยังต้องอดทนญาติของตนเองในแต่ละฝ่าย พ่อแม่พี่น้องของตนเองในแต่ละฝ่าย ซึ่งล้วนแล้วแต่ตัดไม้ได้ขายไม้ขาด ต้องทนต่อการกระทบกระทั่งกันไปจนตลอดชีวิต

3.4) ต้องอดทนต่อกิเลส คือ การอดทนต่อนิสัยไม่ดีของเราเอง

กิเลสเป็นเชื้อโรคร้ายของใจที่ฝังติดตัวเรามาตั้งแต่เกิด เวลากำเริบขึ้นมา คอยบีบคั้น บังคับ กัดกร่อนให้เราทำความชั่วต่าง ๆ นานาได้โดยไม่ละอาย แล้วพอเราไปทำชั่ว กิเลสก็ปล่อยให้เราทุกข์ รับโทษ รับทัณฑ์ เป็นความเดือดร้อนสารพัด เป็นเหตุให้เราต้องมานั่งเสียใจ นั่งตำหนิการกระทำของตนเองในภายหลัง

คนที่ทนกิเลสบีบคั้นไม่ไหว ก็กลายเป็นคนที่มีนิสัยไม่ดีมากมาย สุดท้ายก็กลายเป็นคนเกียจคร้านการงาน ขาดความรับผิดชอบ ในที่สุดคน ๆ นั้นก็หมดความดี ไปติดอบายมุขอีกสารพัด

อบายมุข เป็นสิ่งเร้าภายนอกที่คอยกระตุ้นกิเลสให้กำเริบ และลูกหลานใหญ่โต อยู่ในใจ จนกลายเป็นสันดานชั่ว แก้ได้ยาก

อบายมุขที่ร้ายกาจที่สุด คือ **การคบคนพาล** เพราะคนพาลเป็นตัวแพร่เชื้อเลวให้แก่บุคคลรอบข้างอย่างไม่ปราณีใคร เพราะกิเลสในใจของเขาได้บีบคั้นให้ตัวเขาตกเป็นทาสของการทำความชั่วต่าง ๆ นานา โดยไม่คำนึงถึงความเดือดร้อนเสียหายใด ๆ การคบคนพาลก็เหมือนกับการรับเอาเชื้อโรคร้ายทางใจเข้ามาเพิ่มในตนเอง นิสัยดี ๆ ที่เคยมีอยู่ในใจก็จะถูกกิเลสทำลายลง แล้วเปลี่ยนเป็นนิสัยไม่ดีขึ้นมาแทน

เพราะว่ากิเลสมีผลต่อนิสัยดี ๆ เช่นนี้ ความอยู่รอดปลอดภัยของครอบครัวในข้อนี้จึงขึ้นอยู่กับเราต้องอดทนต่อกิเลสให้ได้ ด้วยการฝึกฝนตนเองผ่าน 2 เรื่องนี้อย่างเข้มงวด คือ

1) อดทนต่อการควบคุมนิสัยไม่ดีของตนเองไม่ให้ระบดไปติดคนอื่น
เพราะหากอดทนข้อนี้ไม่ได้ สามภรรยาอยู่ด้วยกัน ก็เหมือนยิ่งก่อกรรมทำเวรต่อกันและกัน ความร้าวฉาน แตกสามัคคี แบ่งพรรคแบ่งพวก กลั่นแกล้งกันในครอบครัวจะตามมามากมาย

2) อดทนต่ออบายมุข 6 คือ การดื่มสุรา การเที่ยวกลางคืน การเที่ยวในสถานบันเทิงเรีงรมย์ การเล่นพนัน การคบคนชั่วเป็นมิตร และการเกียจคร้านต่อหน้าที่การงาน เพราะหากอดทนข้อนี้ไม่ได้ เศรษฐกิจในครอบครัวก็พัง ดั้งหลักตั้งฐานไม่ได้

แต่ถ้าทุกคนในครอบครัวฝึกฝนความอดทนต่อกิเลสด้วยการอดทน 2 เรื่องนี้ได้ นิสัยของตนเองก็จะดีขึ้น เศรษฐกิจของครอบครัวย่อมมั่นคง พรรคพวกเพื่อนฝูงที่เป็นคนดีย่อมไปมาหาสู่ ปิดประตูจากคนร้าย คนพาล และอบายมุขต่าง ๆ ให้ห่างไปจากครอบครัว

ดังนั้นครอบครัวจะมีรากฐานมั่นคงอยู่ได้ คนในบ้านจะต้องมี ชันติ เป็นนิสัยที่ 3

4) จาคะ แก้ปัญหาความเห็นแก่ตัว

จาคะ แปลว่า ความเสียสละ

มี 3 ประเภท

- 1) สละสิ่งของ
- 2) สละความสะดวกสบาย
- 3) สละอารมณ์ที่บูดเน่า ไม่เอามาเก็บฝังใจ และเป็นพื้นฐานไปสู่การทำสมาธิ

ความเสียสละ หมายถึง **ความมีน้ำใจต่อการอยู่ร่วมกัน** นึกถึงส่วนรวมของครอบครัวเป็นใหญ่

ชีวิตการแต่งงานต้องอาศัยความเสียสละต่อกันและกันอย่างมาก ไม่อย่างนั้นไม่มีทางประคับประคองครอบครัวได้ แล้วยิ่งถ้าครอบครัวใด นอกจากไม่เสียสละ จ้องแต่จะเอารอด เอาเปรียบกันเองในครอบครัวแล้ว ถึงอยู่ด้วยกันก็เหมือนคนบ้านแตกสาแหรกขาด

ความเสียสละขั้นพื้นฐานส่วนใหญ่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงชีวิตเป็นสำคัญ โดยเฉพาะทั้งสามีภรรยาต้องคำนึงถึงความสุขส่วนรวมในครอบครัวมากกว่าความสุขส่วนตัวตามลำพัง เป็นสำคัญ

พื้นฐานการเลี้ยงชีวิต คือ **ปัจจัย 4** แต่สิ่งสำคัญที่ต้องรู้ก่อนการใช้เงินทองซื้อหาปัจจัย 4 ก็คือ ต้องแยกแยะให้ออกระหว่าง **ความอยากได้เอาแต่ใจ** กับ **ความจำเป็นของครอบครัว**

ถ้าแยกแยะความจำเป็นกับความอยากได้ไม่ออก ชีวิตครอบครัวก็มีแต่ร้าวฉาน ซึมลึกลงไปทุก ๆ วัน ในที่สุดก็จะเกิดความรู้สึกว่ามีฝ่ายหนึ่งถูกเอาเปรียบและฝ่ายหนึ่งเห็นแก่ตัว แล้วก็ต่างคนต่างอยู่ ตัวใครตัวท่าน

ยกตัวอย่างเช่น ครอบครัวที่มีอยู่ด้วยกันสองคนสามีภรรยา ยังไม่มีลูก แล้วรายได้สองคนรวมกันก็มีจำกัด แคล้งค่าเช่าหอ หุ ๗ ของภรรยา ค่าเหล้า ค่าไวน์ของสามี ก็กระทบกระเทือนกับค่ากินค่าอยู่ทั้งเดือนทันที **ความรู้สึกว่าถูกเอาเปรียบเกิดขึ้น เพราะแยกแยะไม่ได้ว่า อะไรเป็นความอยากส่วนตัว และอะไรเป็นความจำเป็นสำหรับครอบครัว**

น้ำหอมแพง ๆ ไม่ใช่ของจำเป็น แต่เป็นของฟุ่มเฟือย เหล้า ไวน์ ก็เป็นอบายมุข เป็นของทำลายสุขภาพ เป็นค่านิยมที่ไม่ถูกต้องของสังคม เพราะฉะนั้น ถ้าทั้งสามีและภรรยามองไม่ออกว่า ของพวกนี้ไม่ใช่ความจำเป็น นั่นคือ **ความเห็นแก่ตัว เป็นหยาดน้ำของครอบครัว**

ชีวิตแต่งงานเป็นชีวิตที่มีงบประมาณจำกัดในเรื่องส่วนตัว ต้องอาศัยความเสียสละเป็นพื้นฐานในการอยู่ร่วมกัน แต่ถ้าปล่อยให้การจับจ่ายใช้สอยลวงล้าเข้าไปในเรื่องส่วนตัวกันมาก สามีภรรยาก็จะไม่รวมกระเป๋าสตางค์กันแต่ต้นแล้ว นั่นก็เท่ากับเตรียมจะแยกทางตั้งแต่ต้นเพราะไม่มีใครนึกถึงค่าใช้จ่ายส่วนรวมในครอบครัวเลย แล้วจะไปแต่งงานด้วยกันทำไม

เพราะฉะนั้น ถ้ามองของฟุ่มเฟือยเป็นของจำเป็นเมื่อไร งบประมาณในบ้านจะขาดแคลนทันที และนั่นคือ **ความเห็นแก่ตัว** ที่ก่อปัญหาการอยู่ร่วมกันตามมาอีกมาก

การแต่งงานไม่ใช่ของล้อเล่น สนุกสนานตามอารมณ์หนุ่มสาว เพราะทันทีที่เริ่มต้นแต่งงาน ความรับผิดชอบ ความเปลี่ยนแปลง ความอดทน และความเสียสละจะตามมาทันที

ดังนั้น คนที่คิดจะแต่งงานต้องคิดให้ดีในสองเรื่องนี้ว่า คู่ชีวิตของตนเองมีความพร้อมเพียงไร คือ

1) คู่ชีวิตของเราสามารถฝากผี ฝากไข้ ฝากชีวิตไว้ด้วยกันได้หรือไม่

2) คู่ชีวิตของเรามีความรู้ ความสามารถ และความดีมากพอ ที่จะเลี้ยงครอบครัวให้สุขสบาย เลี้ยงลูกหลานให้เป็นคนดีได้หรือไม่

เพราะสองเรื่องนี้ คือความเสียสละขั้นพื้นฐานของการเป็นครอบครัว

ส่วนมากเดี๋ยวนี้เวลาแต่งงานกัน จะแต่งงานกันตามความต้องการส่วนตัว มากกว่าจะคำนึงถึงเหตุผลสองข้อนี้ ทำให้พอแต่งงานมาแล้ว จึงต้องมาเจอปัญหาต่าง ๆ นานามากมาย บางรายรุนแรงถึงกับลงไม้ลงมือฆ่าแกงกันก็มี

สำหรับใครที่ยังไม่ได้แต่งงาน หรือกำลังเตรียมจะแต่งงาน ต้องพิจารณาให้มากกว่า เมื่อสามีภรรยาแต่งงานกันมาแล้ว ชีวิตนี้ต้องพึ่งกันได้ ถึงคราวป่วย คราวแก่ ต้องดูแลกันได้ การแต่งงานจึงเป็นเรื่องที่ต้องพึ่งความเสียสละต่อกันและกันอย่างยิ่ง

ยิ่งกว่านั้นก็คือ เมื่อถึงคราวให้กำเนิดลูกขึ้นมา ทั้งสามีและภร่ายังต้องเสียสละต่อกันและกันเพิ่มขึ้นไปอีก เพราะตรงนี้เป็นเรื่องของการให้เวลาลูก ซึ่งทั้งสองฝ่ายต้องเตรียมตัวมาแต่ก่อนแต่งงานแล้ว

คนที่พร้อมจะเป็นพ่อแม่คน เขาจะพิจารณาตัวของเขาเองว่า ‘เราเองก็มีความรู้ ความสามารถ และความดีที่ได้จากการฝึกฝนตนเองมาตลอดชีวิต เนื่องจากเราเองก็ต้องตาย ในยามแก่ชราเราก็ต้องได้คนดีมาดูแล ถ้าจะแต่งงานมีครอบครัว ก็ต้องเอาความรู้ ความสามารถ และความดีของเรามี มาสร้างทายาทดี ๆ เกิดมาในโลกนี้ แล้วเราก็ถ่ายทอดความรู้ ความดี ให้แก่เขา เขาจะได้สามารถยืนหยัดอยู่ในโลกนี้ได้ต่อไป’

การแต่งงานไม่ใช่มุ่งเรื่องความสุขทางเนื้อหนังมังสา ของพวกนี้ไม่จริงยั่งยืน แต่เพราะส่วนมากมุ่งเอาความสุขทางเพศ ถึงได้หย่าร้างกันเป็นว่าเล่น เพราะของพวกนี้มีได้ เฉพาะในวัยหนุ่มสาว

พื้นฐานการใช้ชีวิตหลังแต่งงาน ต้องอาศัยความเสียสละต่อกันและกันอย่างมาก ๆ ถ้าเห็นแก่ตัวกันเมื่อไร เดียวได้ฆ่าได้แกง ได้หย่าร้างกันทุกที

การเสียสละในฐานะคู่ชีวิตนี้ เป็นการเสียสละเพื่อการดูแลทั้งทางกายและทางจิตใจ คือ เลี้ยงกายและเลี้ยงใจให้ดี แล้วชีวิตแต่งงานจะไม่มีฆ่าแกงกัน

เลี้ยงกาย คือ การใช้เงินทองในครอบครัว พึ่งจับจ่ายใช้สอยเพื่อคนส่วนรวมในบ้าน เป็นหลัก แบ่งปันกันกิน แบ่งปันกันใช้ เสียสละความสุขสบายส่วนตัว

เลียงใจ คือ การรู้จักถนอมน้ำใจกันในยามปกติ รู้จักให้กำลังใจกันในยามเผชิญอุปสรรค รู้จักเตือนสติห้ามปรามกันในยามประมาท และมีความซื่อสัตย์ต่อกันและกันอย่างเสมอต้นเสมอปลาย

คู่ชีวิตที่เลียงกายและเลียงใจมาด้วยกันอย่างนี้ ย่อมมีแต่การเสียสละเพื่อส่วนรวม ทั้งสิ่งของ สละความสะดวกสบาย สละอารมณ์ที่บูดเน่า บรรยากาศที่ดี ๆ ประองตองสามัคคี จึงมีอยู่มากมายในครอบครัว

ดังนั้นครอบครัวจะมีรากฐานมั่นคงอยู่ได้ คนในบ้านจะต้องมี **จาละ เป็นนิสัยที่ 4**

จากพรวาจาธรรมทั้ง 4 ข้อนี้ ใครก็ตามที่กำลังคิดจะมีคู่ครอง กำลังจะแต่งงาน กำลังสร้างครอบครัว หรือกำลังมีปัญหาครอบครัว ต้องยึดหลัก**พรวาจาธรรม** คือ **สัจจะ ทมะ ขันติ จาคะ** เป็นหัวใจของครอบครัว เป็นหัวใจสำคัญที่สมาชิกในครอบครัวจะต้องมีอยู่ประจำตัว รากฐานครอบครัวจึงจะสามารถวางได้มั่นคงตั้งแต่เริ่มแรก แล้วปัญหาต่าง ๆ ในครอบครัว ทั้งปัญหาความหวาดระแวง ปัญหาความงอแงไม่ทันโลก ทันคน ทันกิเลส ปัญหาความเบียดเบียนกันเอง ปัญหาความเห็นแก่ตัว ก็จะไม่เกิดขึ้นในครอบครัวนี้อย่างแน่นอน หัวใจของครอบครัวย่อมยังคงเด่นอยู่ต่อไป

1.2 การประคับประคองชีวิตคู่

การฝึกฝนควบคุมอารมณ์ของตนเองมาตั้งแต่ก่อนแต่งงาน ถือเป็นพื้นฐานสำคัญของการประคับประคองชีวิตคู่ให้อยู่ร่วมกันไปได้ตลอดรอดฝั่ง แต่ถ้าทั้งสองฝ่ายไม่เคยฝึกการควบคุมอารมณ์ของตนเองมาก่อน การยกระดับคุณธรรมในจิตใจหลังการแต่งงานย่อมไม่เกิดขึ้น และจะแปรสภาพออกไปในทางทำร้ายจิตใจกันและกันด้วยคำพูดไม่ดีต่าง ๆ นานา และในที่สุดต่างฝ่ายย่อมอดทนอารมณ์ของอีกฝ่ายไม่ได้ การหย่าร้างย่อมเกิดขึ้นได้ในตอนจบ การฝึกฝนควบคุมอารมณ์ในจิตใจของตนเองไม่ให้เป็นคนเจ้าอารมณ์มาตั้งแต่ก่อนแต่งงาน คือหนทางป้องกันการหย่าร้างได้อย่างดีที่สุด

1.2.1 หลีกเลี่ยงก่อนแต่งงาน

เรื่องเก่าแก่ที่ไม่ว่าอายุโลกจะผ่านไปอีกกี่ล้านปีก็ตาม เมื่อสามีภรรยาแต่งงานร่วมชีวิตกันแล้ว เรื่องที่คนสองคนจะไม่กระทบกระทั่งกันเองเป็นไม่มี หรือเรื่องที่คนสองคนจะไม่กระทบกระทั่งกับญาติพี่น้องในวงศ์ตระกูลของทั้งสองฝ่ายนั้นก็เป็นไม่มี ถึงอย่างไรก็ต้องมีการกระทบกระทั่งอย่างแน่นอน

สิ่งที่ต้องคิดก็คือถ้าสองฝ่ายไม่เคยฝึกการควบคุมอารมณ์ตนเองมาตั้งแต่ก่อนแต่งงาน ถึงเวลากระทบกระทั่งกันจะทนกันเองไม่ได้ แล้วบ้านหลังนั้น ครอบครัวนั้น ตระกูลนั้น ก็จะมี เรื่องร้อนหู ร้อนตา ร้อนใจ แยกแยกภายในอยู่เป็นระยะ ๆ หาความสงบในชีวิตไม่เจอ

แต่ถ้าทั้งสามีและภรรยาฝึกการควบคุมอารมณ์ตนเองมาอย่างดีตั้งแต่ก่อนแต่งงาน พอถึงคราวที่ต้องกระทบกระทั่งกันเพียงใด ก็ยังรักษาอารมณ์ไว้ได้ ไม่มีติดค้างใจอะไรกับ ใครกันข้ามวัน บรรยากาศในบ้าน ในครอบครัว ในวงศ์ตระกูลก็จะมีจุดเริ่มต้นของความร่มเย็น เพราะต่างคนก็ต่างพยายามกำจัดนิสัยไม่ดีของตนเองให้หมดไป แล้วนำแต่สิ่งดี ๆ จากคุณธรรมภายในมาถ่ายทอดให้แก่กันและกัน การยอมรับในความดีของกันและกันย่อมเกิดขึ้นเป็นธรรมดา และนั่นย่อมกลายเป็นความมั่นคงของครอบครัว ความเชิดหน้าชูตาของวงศ์ ตระกูลทั้งสองฝ่ายไปทั่วสังคม

แน่นอนว่าการที่ใครจะควบคุมอารมณ์ตนเองได้ต้องฝึกตนเองมาอย่างดีตั้งแต่ก่อน แต่งงานอย่าตาทวดท่านผ่านสิ่งเหล่านี้มาก่อนท่านจึงให้หลักคิดมุมมองเรื่องการแต่งงานไว้ดังนี้

คนที่รู้ตัวว่าหักห้ามความอยากแต่งงานไม่ไหว จำเป็นต้องสร้างองค์ประกอบ 4 ประการนี้ให้เกิดขึ้นก่อน เพื่อเป็นหลักค้ำยันชีวิตแต่งงานให้อยู่ได้ตลอดรอดฝั่ง นั่นคือ

- 1) ต้องพึ่งตนเองให้ได้ก่อน
- 2) ต้องมีหลักการคัดเลือกคนมาเป็นคู่ชีวิต
- 3) ต้องมีพื้เลี้ยงในการประคับประคองชีวิตคู่
- 4) ต้องรู้จักขัดเกลาจิตใจให้งาม

อย่าตาทวดท่านกำชับว่า ผู้ที่คิดจะแต่งงาน ต้องสร้างองค์ประกอบ 4 อย่างนี้ ให้แก่ชีวิตคู่ก่อน แล้วจึงค่อยแต่งงาน จึงจะสามารถรับมือกับหน้าที่และภาระงานที่ตนเองต้อง รับผิดชอบหลังแต่งงานได้ เพราะเมื่อรู้ตัวก่อนเช่นนี้ จะได้เตรียมความรู้ ความสามารถ และความดีในการเป็นสามีและภรรยาที่ดี เป็นลูกเขยและลูกสะใภ้ที่ดี และเป็นพ่อแม่ที่ดีของลูก แล้วการมาแต่งงานร่วมชีวิตกัน ฝากชีวิตกัน ก็จะเป็นการยกระดับความรู้ ความสามารถ และความดีให้แก่กันและกันการครองรักจึงจะสามารถไปได้ตลอดรอดฝั่งอย่างที่คาดหวังกันเอาไว้

ดังนั้น จากนี้ไปจะเป็นการเล่าถึงเหตุผลแต่ละข้อว่าทำไมการแต่งงาน จะต้องม ีองค์ประกอบ 4 อย่างนี้ครบถ้วน จึงสามารถครองรักกันไปได้อย่างตลอดรอดฝั่ง

1.2.2 ความคาดหวังจากการแต่งงาน

ปฐาตาทวดท่านให้เหตุผลอย่างตรงไปตรงมาว่า อันที่จริงแล้ว คนเราที่มาแต่งงานกันนี้ ก็เพราะว่าขาดความมั่นใจในตนเอง ไม่แน่ใจว่าจะยืนหยัดด้วยน้ำพักน้ำแรงของตนเองได้ เมื่อขาดความมั่นใจว่าจะพึ่งตนเองได้ ก็เกิดความหวังขึ้นมาว่า ต้องหาคนอื่นมาเป็นที่ยึดที่พึ่ง ให้แก่ชีวิตของตนเองในเรื่องนั้นเรื่องนี้

บางคนแต่งงานไป ก็เพราะแอบคาดหวังว่า เขาทำดีกับตนอย่างนั้นอย่างนี้ และตนเองก็จะตอบแทนเขาอย่างนั้นอย่างนี้ แต่เอาเข้าจริง ๆ เขาก็ไม่ได้ทำตามอย่างที่ตนเองคิดตลอด 24 ชั่วโมง และสิ่งที่ตนเองทำให้เขาไปนั้น เขาก็ไม่ได้อยากได้ตลอด 24 ชั่วโมง

บางคนแต่งงานเพราะอยากได้ภรรยาสวย แต่ก็ปรากฏว่า ที่ว่าสวย ๆ ก็ไม่สามารถสวยได้ตลอด 24 ชั่วโมง ความสุขทางเนื้อหนังมังสาไม่ได้มีอยู่นาน ถ้าหวังเพียงเรื่องนี้ พอฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดให้เรื่องนี้ไม่ได้ เดียวก็มีเรื่องนอกใจกันอีก

บางคนแต่งงานเพราะหลงเสน่ห์ในมารยาท คิดว่าเขาจะสุภาพอย่างนี้ตลอดเวลา แต่ก็ปรากฏว่าที่วามารยาทงาม ๆ ก็ไม่สามารถมารยาทงามได้ 24 ชั่วโมง

เมื่อความคิดของการแสวงหาคู่ครองออกมาในทำนองพึ่งคนอื่นเป็นหลักเช่นนี้ แต่พอเขาเป็นที่พึ่งให้ไม่ได้ จึงต้องทะเลาะเบาะแว้ง ขึ้นโรงขึ้นศาลก็มีให้เห็นอยู่บ่อย ๆ จึงมีสำนวนออกมาว่า **“เพราะหวังผิด จึงต้องผิดหวัง”**

ความคิดที่ถูกตั้งก่อนจะแต่งงาน ก็คือ **“ตนต้องเป็นที่พึ่งแห่งตนได้”** เพราะเมื่อแต่งงานกันมาแล้ว เรื่องที่จะต้องเป็นที่พึ่งให้คนอื่นนั้นนั้นมีมาก พุดง่าย ๆ ก็คือเรื่องที่ต้องอดทนกันให้ได้ มันมีมากกว่าเรื่องที่ไม่ต้องอดทนกัน ซึ่งต้องอาศัยความรู้ ความสามารถ และความดีที่ตนเองมีมาก่อนแต่งงานเป็นหลัก ยิ่งกว่านั้นก็คือ ยังต้องเจองานที่ไม่เคยทำมาก่อนอีกมากมาย ซึ่งไม่รู้ว่าจะได้ผลออกมาดีหรือไม่ดี โดยเฉพาะงานเป็นพ่อแม่คน ลูกที่เกิดมาก็ยังพึ่งตนไม่ได้ มีเรื่องต้องพึ่งพ่อแม่หลายเรื่อง แค่ว่าทำอะไรให้ลูกเติบโตมาอย่างคนที่พึ่งตนเองได้ ก็ต้องอาศัยความรู้ ความสามารถ และความดีอีกสารพัดทุ่มเทลงไป

เพราะฉะนั้นคนที่คิดแต่งงานด้วยหวังจะพึ่งคนอื่น จึงเป็นความหวังที่ผิด เพราะคงคิดไม่ถึงว่าเรื่องที่คนอื่นจะพึ่งเรานั้นมีมากกว่าเรื่องที่เราคิดจะไปพึ่งเขานั้นเอง

1.2.3 การพึ่งพาตนเอง

คนที่พึ่งพาตนเองได้ คือคนที่มีความรู้ ความสามารถ และความดีเป็นที่พึ่งให้แก่ตนเองได้ ซึ่งโดยสรุปแล้ว เขาต้องมีพราวาธรรม

คนมีพราวาธรรม ย่อมมีนิสัย 4 อย่างประจำตัว

1. **เป็นคนมีนิสัยรับผิดชอบ** คือ ทำสิ่งใดแล้ว ต้องทำให้ดีที่สุดทั้งคุณภาพ เวลา งบประมาณ และการดูแลจิตใจคน

2. **เป็นคนมีนิสัยรักการฝึกฝนพัฒนาตนเอง** คือ ศึกษาค้นคว้าวิชาการความรู้ต่าง ๆ เพื่อนำมาพัฒนาความรู้ ความสามารถ และความดีของตนเองให้เกิดความก้าวหน้าอยู่เสมอ

3. **เป็นคนมีนิสัยเข้มแข็งอดทน** คือ เป็นคนที่ทำอะไรแล้ว สามารถอดทนต่ออุปสรรคต่าง ๆ ได้จนกระทั่งงานสำเร็จ ไม่ว่าจะดินฟ้าอากาศที่ไม่เอื้ออำนวย ความเจ็บไข้ได้ป่วย ความกระทบกระทั่งระหว่างคนด้วยกัน หรือแม้แต่สิ่งเขี้ยววนจิตใจให้ลุ่มหลง ยากต่อการผินใจก็สามารถอดทนไหวได้

4. **เป็นคนมีนิสัยเสียสละ** ไม่เห็นแก่ตัว คือ เป็นคนที่ทำอะไรแล้ว นึกถึงความอยู่รอดของส่วนรวมมากกว่าส่วนตัว ไม่ว่าจะเป็นการยอมสละสิ่งของของตนเองให้แก่ผู้อื่นที่จำเป็นกว่า การสละความสะดวกสบายมาดูแลส่วนที่คนในบ้านไม่อยากจะรับผิดชอบ การสละอารมณ์เหวี่ยงที่มีต่อคนอื่นออกไป เพื่อรักษาบรรยากาศภายในบ้านให้ดี สิ่งเหล่านี้ต้องเสียสละความเป็นส่วนตัวเพื่อส่วนรวมทั้งสิ้น และต้องมีจิตตั้งแต่วัยเยาว์อยู่กับพ่อแม่ของตนเองมาก่อนแล้ว ไม่อย่างนั้นออกมาเป็นที่พึ่งให้คนอื่นไม่ได้

คนที่มีพราวาธรรม หรือนิสัยดี ๆ 4 ประการนี้เท่านั้น ถึงจะเป็นที่พึ่งให้ตนเองได้ เป็นความคาดหวังของคนอื่นได้ และเป็นหลักให้แก่ครอบครัวได้ ผิดจากนี้ไปไม่มีทางทำได้

1.2.4 ความงามสี่ระดับ

เมื่อปุ่ยาตาทวดสอนให้รู้จักการพึ่งตนเองแล้ว ท่านยังสอนต่อไปอีกว่า ถ้าหากใครหักห้ามใจในการมีคู่ครองไม่ไหว ก็ต้องรู้จักวิธีคัดเลือกคนมาเป็นพ่อแม่ของลูกเราด้วย

ตามปกติของคนเรานั้น จะตัดสินคนกันแค่ความงามภายนอก เจาะลึกไปไม่ถึงความงามในจิตใจ แต่ปุ่ยาตาทวดสอนให้ดูไปถึงภายในจิตใจ ท่านจึงแบ่งความงามของคนเป็น 4 ระดับ

ระดับที่ 1 งามอารมณ์ คือ งามด้วยเครื่องแต่งตัว เครื่องแต่งหน้าทาปาก การไว้ทรงผม สีสันเสื้อผ้า ตามแต่สมัยนิยม งามงานชนิดนี้เป็นความงามชั้นนอกสุด ไม่เข้าก็ล้ำสมัยหมดความนิยมชมชอบ เป็นความงามที่สามารถซื้อหาหรือหยาบยืมกันมาได้

ระดับที่ 2 งามร่างกาย คือ งามด้วยรูปร่าง ผิวพรรณ ใบหน้า ทรงผม นิ้วมือ ฯลฯ เป็นความงามที่ประจำตัวแต่ละบุคคล หยาบยืมกันไม่ได้ แต่ก็ไม่ใช่จริงยั่งยืน มีแต่เหี่ยวชราไปตามวัย และไม่ใช่ว่าหลักประกันว่าคนนั้นเป็นคนดีหรือคนชั่ว

ระดับที่ 3 งามมารยาท คือ งามด้วยกิริยาอาการในการวางตัวให้เหมาะสมกับบุคคลอื่น ๆ เช่น เป็นคนรู้จักอ่อนน้อมถ่อมตน มีสัมมาคารวะ พูดจาไพเราะ ยิ้มแย้มแจ่มใส เป็นที่ผูกใจผู้คนไว้ได้ง่าย แต่ทว่ามารยาทเหล่านี้ ถ้าไม่ได้ออกมาจากความจริงใจ ก็กลายมาเป็นการแสร้งแกล้งทำกันได้ ดังคำโบราณกล่าวเตือนไว้ว่า **“ปากปราศรัย น้ำใจเชือดคอ”** หรือ **“หน้าเนื้อใจเสือ”** หรือ **“ปากหวานกันเปรี้ยว”**

ระดับที่ 4 งามจิตใจ คือ งามด้วยความดีที่มีอยู่ประจำใจ ซึ่งจะแสดงออกมาผ่านทางความรับผิดชอบในด้านต่าง ๆ ที่เขามีอยู่ประจำตัว โดยจะสังเกตความรับผิดชอบของเขาได้จาก 3 เรื่องนี้เป็นพื้นฐาน คือ

- 1) การใช้สอยปัจจัย 4
- 2) กิจวัตรประจำวัน
- 3) งานการที่ตนเองทำอยู่

การสังเกตนิสัยคนผ่าน 3 เรื่องนี้ จะเป็นตัวบ่งบอกว่าเรามีนิสัยรับผิดชอบ หรือมักง่าย คนที่มีความรับผิดชอบเท่านั้น ถึงจะเป็นคนที่มีจิตใจงามด้วยศีลธรรม โดยเฉพาะการมีพรวาสนธรรม อันประกอบด้วย สัจจะ ทมะ ชันติ จาคะ เป็นธรรมประจำใจของคน ๆ นั้นนั่นเอง

การมีความรักกับใครสักคนหนึ่งจะดูเพียงงามอารมณ์ งามรูปร่าง งามมารยาทไม่ได้ แต่เพราะชีวิตหลังแต่งงานนั้น สิ่งที่ต้องใช้ในการอยู่ร่วมกันเป็นครอบครัวก็คือ ศีลธรรมประจำใจที่แสดงออกมาในรูปนิสัยดี ๆ ประจำตัว เป็นหลักสำคัญที่สุดในการครองเรือน

1.2.5 ความสำคัญของที่ปรึกษาเรื่องชีวิตคู่

เมื่อความงามของคนเรานั้น มี 4 ระดับ แต่ระดับที่มองออกยากที่สุด คือ **งามจิตใจ** เพราะเป็นเรื่องของศีลธรรมที่ซ่อนอยู่ในตัวบุคคล การจะมองออกก็ต้องอาศัยผู้ที่มีประสบการณ์ผ่านร้อนผ่านหนาวในการประคับประคองชีวิตคู่มาก่อน พุดง่าย ๆ คือ การสร้างครอบครัว ก็ต้องมี **“ครู”** หรือ **“พี่เลี้ยง”** ผู้ให้คำปรึกษาแนะนำในเรื่องครอบครัว

โบราณเวลาใครจะแต่งงานกัน ต้องมีการตั้ง “เฒ่าแก่” ไปสู่ขอ แม้สมัยนี้ก็ยังมียู่ แต่เดิยวนี้คนที่จะทราบถึงความหมายและหน้าที่ของเฒ่าแก่อย่างแท้จริงนั้น ไม่ค่อยมีคนทราบ กันแล้ว

“เฒ่าแก่” หมายถึง ผู้มีคุณธรรมใหญ่จนกระทั่งใคร ๆ ก็ยอมรับ

ผู้ที่จะมาเป็นเฒ่าแก่ได้ แน่แน่นอนเลยว่าท่านจะต้องมีคุณธรรมมาก จนกระทั่งใคร ๆ ก็ยอมรับ และการที่ท่านมีคุณธรรมมากขึ้นมาได้ ก็เพราะการแต่งงานของท่านประกอบด้วย องค์ประกอบของการครองเรือนทั้ง 4 ข้ออยู่ครบถ้วน นั่นก็คือ

1) ต้องมีพรวาสาธรรมอยู่ในตัวมาก ๆ มิฉะนั้น ท่านย่อมไม่สามารถเป็นหลักที่พึ่งให้แก่ตนเองและครอบครัวได้

2) ต้องมองนัยคนนอก โดยสังเกตบุคคลนั้นผ่านการใช้สอยปัจจัย 4 กิจวัตรประจำวัน งานที่รับผิดชอบ มิฉะนั้นท่านคงไม่สามารถคัดเลือกคู่ครองที่เหมาะสมกับตนเอง และมีคุณธรรมมากพอ จนใคร ๆ ในตระกูลก็ยอมรับนับถือท่านและคู่ชีวิตของท่านอย่างเต็มหัวใจ

3) ต้องมีครูชีวิตหรือพี่เลี้ยงที่ดีคอยให้คำแนะนำการครองเรือน การประคับประคองชีวิตคู่มาก่อน มิฉะนั้น ท่านย่อมไม่สามารถครองคู่กันมาได้ยาวนาน

4) ต้องเป็นนักฝึกฝนอบรมตนเอง จนกระทั่งสามารถยกระดับศีลธรรมในจิตใจให้สูงส่งขึ้นตามลำดับ มิฉะนั้น ท่านจะไม่มีความรู้ ความสามารถ และความดีมารับผิดชอบ หน้าที่การงานต่าง ๆ หลังชีวิตแต่งงาน ซึ่งเป็นเรื่องใหญ่ ทั้งต้องควบคุมตัวเองและต้องดูแลจิตใจคนจำนวนมาก ถ้าหากยกระดับศีลธรรมในจิตใจไม่มากพอ โดยเฉพาะความมีเมตตาและความมีน้ำใจเสียสละเพื่อส่วนรวม ท่านย่อมไม่สามารถประคับประคองครอบครัวและวงศ์ตระกูลให้ตลอดรอดฝั่ง และก้าวมาถึงการยอมรับของสังคมในจุดนี้ได้

การที่ท่านมีคุณธรรมใหญ่ สามารถเป็นหลักให้แก่ลูกหลานวงศ์วานว่านเครือได้ เพราะท่านฝึกตนเองและสร้างครอบครัวบนพื้นฐานขององค์ประกอบ 4 ประการดังกล่าวนี้เอง

เพราะฉะนั้น การครองเรือนครองรักจำเป็นต้องมีที่ปรึกษาให้คำแนะนำตั้งแต่การคัดเลือกคู่ครองที่เหมาะสม การทำหน้าที่ของสามี-ภรรยาที่ดี การทำหน้าที่ลูกเขย-ลูกสะใภ้ที่ดี การทำหน้าที่พ่อแม่ต่อลูกที่ดี การทำหน้าที่ญาติที่พึงปฏิบัติต่อญาติพี่น้องของทั้งสองฝ่ายให้ดี การทำหน้าที่ในด้านการงานอาชีพที่ดี และอีกสารพัดหน้าที่ที่ต้องมีจากการเข้าสู่สังคม ซึ่งสิ่งเหล่านี้ต้องมี “เฒ่าแก่” คอยแนะนำชี้แจงทิศทางให้ถูกต้อง ชีวิตครอบครัวจึงจะสงบสุข และอยู่ร่วมกันไปได้ตลอดรอดฝั่ง

ดังนั้น การครองเรือนครองรัก ไม่สามารถขาด “เต่าแก่” คือ ผู้ใหญ่ที่มีคุณธรรมสูง คอยเป็นที่ปรึกษาแนะนำ และขัดเกลานิสังยใจคอของทั้งสองสามีภรรยาได้ ขาดเมื่อไร การประคับประคองครอบครัวจะผิดทิศผิดทางเมื่อนั้น

1.2.6 ธรรมะที่ทำให้จิตใจงาม

หลังจากที่เราผ่านการทำความเข้าใจในองค์ประกอบทั้งสามข้อแรกไปแล้ว ชีวิตคู่ก็ก้าวมาถึงจุดที่ต้องยกระดับศีลธรรมในจิตใจให้สูงขึ้นและหนักแน่นมั่นคง เพราะหากสามีภรรยาขาดหลักศีลธรรมในการอยู่ร่วมกันแล้ว ย่อมไม่สามารถทำให้ความรักที่มีต่อกัน ยั่งยืนยาวนานต่อไปได้ เพราะหัวใจของครอบครัว ก็อยู่ที่ศีลธรรมที่เป็นหลักประจำใจของสอง สามีภรณานั่นเอง

เมื่อตอนก่อนแต่งงาน ก็เป็นช่วงที่เราฝึกตนเองให้เป็นคนที่พึ่งตนเองได้ ปู่ย่า ตาทวดได้นำเอาพราวาสธรรมเป็นบทฝึกให้แก่เรา ครั้นเมื่อแต่งงานมีครอบครัวแล้ว ก็ยังต้อง ฝึกพราวาสธรรมให้สูงส่งยิ่งขึ้นไป คุณธรรมในข้อพราวาสธรรมที่ใช้บ่อยที่สุด และมีผลต่อการ ประคับประคองชีวิตคู่อย่างมากที่สุด ก็คือ “ขันติ” และ “จาคะ”

แต่ “ขันติ” ในเทียวหลังจากแต่งงานไปแล้วนี้ ก็เป็นการยกระดับขันติที่เน้นหนักไป ในเรื่องของ **ความอดทนต่อการกระทบกระทั่ง** พุดง่าย ๆ คือ **ต้องทนข้อเสียของคนอื่นให้ได้** เพราะสถานการณ์ที่ไปอยู่ร่วมกันหลังแต่งงานนั้น มีหน้าที่และการงานที่ต้องรับผิดชอบต่อ คู่ครอง และการสงเคราะห์ญาติพี่น้องข้างเคียงอีกมากที่ต้องดูแล ซึ่งต้องอดทนกับสารพัดคนที่ อยู่ในตระกูลของทั้งสองฝ่ายให้ได้ การอดทนตรงนี้ถูกบังคับว่าต้องยกระดับความอดทนให้สูง ขึ้นมามากกว่าก่อนหลายเท่าตัว ถึงจะประคับประคองตนเองและครอบครัวให้ผ่านไปได้

ส่วน “จาคะ” ก็เช่นกัน หลังจากแต่งงานไปแล้ว ก็เป็นการยกระดับจาคะให้แก่กล้า ยิ่งขึ้น โดยที่เน้นหนักไปในเรื่อง **การสละอารมณ์บูดเน่าออกจากใจ** ซึ่งก็คือการทำใจให้สงบ พุดง่าย ๆ คือ **ต้องขยับนั่งสมาธิ** เพื่อกำจัดความขุ่นข้องหมองมัวที่เกิดจากการกระทบกระทั่ง ในครอบครัวออกไปให้หมดสิ้นเพราะถึงแม้เราจะไม่ชอบบางคนในครอบครัวของอีกฝ่ายหนึ่งนั้น แต่เราก็ต้องอยู่ร่วมกันให้ได้ อย่าปล่อยปละละเลยให้กลายเป็นการผูกโกรธกัน ต้องสลัด อารมณ์ทิ้งไป อย่าปล่อยไว้ข้ามชั่วโม่ง เดี่ยวจะกลายเป็นการลงมือลงไม้ ก่อเวร จองเวรกันไม่ จบไม่สิ้น

จาคะ ในระดับของการกำจัดอารมณ์ที่เน่าบูดภายในจิตใจนี้มีศัพท์ทางพระพุทธ- ศาสนา เรียกอีกอย่างว่า “โสรัจจะ” แปลว่า **ชำระใจให้สงบเสงี่ยม**

ดังนั้น เมื่อเจาะจงลงไปในเรื่องของการขัดเกลาคิดใจโดยตรง ปุ่ยาตาทวดของเราจึงมักยกเอาเฉพาะ “ขันติ” กับ “โสรจจะ” มาเป็นคู่ธรรมะสำหรับขัดเกลาคิดใจให้งาม เป็นการย่อความเรื่องพราวาสธรรม ลงมาเฉพาะในส่วนของการควบคุมจิตใจ

คนเรานั้น เมื่อตนต้องอดทนแล้ว ก็ต้องพยายามทำให้สงบด้วย ความอดทนนั้นมีอาการในลักษณะเหมือนภูเขไฟ้ออันไวข้างใน **แม้นทนแทบไม่ไหว แต่ก็ต้องทนให้ได้**

ส่วนโสรจจะเป็นการดับความครุ่นพร้อมระเบิดของภูเขไฟภายในให้เย็นลง ด้วยการหาอุบายต่าง ๆ ที่จะมาสงบใจ ซึ่งไม่มีอุบายใดเกินกว่าการตัดใจจากเรื่องราวุ่นวาย ด้วยการหลับตาทำภาวนา ปล่อยวางความขุ่นข้องหมองมัว ไม่คิด ไม่สนใจเรื่องกระทบกระทั่งที่ผ่านมา

คนเรานั้น เมื่อใจสงบแล้ว ก็จะไม่รู้สึกต้องอดทนอะไร กิริยาจากที่แสดงออกมาก็ย่อมสงบเสงี่ยมตามไปด้วย เหมือนไม่มีอะไรเกิดขึ้น เมื่อเป็นเช่นนี้ ใครที่ได้เข้าใกล้ ก็จะมีความรู้สึกเย็นใจ เพราะสัมผัสได้ถึงจิตใจที่งดงามด้วยความสงบเป็นปกติ ความสงบเย็นของใจที่แผ่ผ่านออกมาสู่ภายนอกนี้เอง ย่อมชนะใจทุกคน

ดังนั้น การยกระดับศีลธรรมในจิตใจให้สูงขึ้นได้ ต้องอาศัยคุณธรรมหลัก 2 ประการนี้ เป็นสำคัญก็คือ “ขันติ” กับ “โสรจจะ” ซึ่งเรียกว่า ธรรมอันทำให้จิตใจงาม

1.2.7 คาถาป้องกันการหย่าร้าง

เมื่อเราศึกษามาถึงหัวข้อนี้ สิ่งที่ปุ่ยาตาทวดท่านมองต่อไป ก็คือ ทำอย่างไร “ขันติ” กับ “โสรจจะ” จะออกเงยขึ้นมาในใจได้ ท่านจึงได้นำหลักธรรมชุดนี้มาบัญญัติเป็นคำอุปมาในภาคปฏิบัติไว้เป็นคาถา 4 ประการ ดังนี้ คือ

คาถาที่ 1 ตาเหมือนตาไม้

คาถาที่ 2 หูเหมือนหูกระทะ

คาถาที่ 3 กายเหมือนผ้าเช็ดเท้า

คาถาที่ 4 ใจประดุจแผ่นดิน

การที่ปุ่ยาตาทวดท่านสามารถนำเอาสิ่งรอบตัวมาอธิบายเป็นธรรมะเพื่อเป็นบทฝึกการทำจิตใจงามด้วยความสงบเย็นได้นี้ แสดงให้เห็นว่า ศีลธรรมในจิตใจของท่านมีความสูงส่งเหลือเกิน โดยท่านให้เหตุผลของแต่ละอุปมาไว้ดังนี้

1) ตาเหมือนตาไม้ หมายถึง การเลือกดูแต่ในสิ่งที่ควรดู ไม่ได้ในสิ่งที่ทำให้ร้อนใจ ไม่ค่อยเอาตาไปสอดรู้สอดเห็น เพื่อจ้องจับผิดความฉิบหายเดือดร้อนของผู้อื่น มานินทาลับหลังกันอย่างสนุกสนาน เพราะจะพาให้ใจเก็บแต่เรื่องร้อนกร้อนใจเต็มไปหมด และคิดสิ่งดี ๆ มีประโยชน์ต่อชีวิตไม่เป็น

ปู่ย่าตาทวดท่านนำอุปมานี้มาจากการมองเห็น “พะอง”

พะอง คือ ไม้ไผ่ป่าตัดแขนงให้ยาวพอที่เท้าจะเหยียบขึ้นลงได้ สำหรับผูกพาดขึ้นต้นไม้ต่างบันได ถ้าต้นไม้สูงมากก็อาจใช้ไม้ไผ่หลายลำผูกต่อ ๆ กันขึ้นไป

ชาวบ้านที่อยู่ในดงตาล จะรู้จักประโยชน์ของพะองดีว่าสามารถใช้เป็นบันไดสำหรับขึ้นต้นตาลสูง ๆ ได้

การทำพะองนั้น ชาวบ้านจะตัดลำไม้ไผ่ยาว ๆ มา แต่ไม่ริดตาไม้ไผ่ออกไป จะตัดเฉพาะแขนงไผ่ให้เหลือสั้น ๆ ยาวสักคืบกว่า ๆ ไว้ตลอดทั้งลำ เพื่อใช้เป็นเหมือนขั้นบันไดเหยียบขึ้นไปได้ ดังนั้น ตาไม้ไผ่จึงต้องแข็งแรงมาก มิฉะนั้น ย่อมรับน้ำหนักคนปีนไม่ไหว

เวลาชาวบ้านจะขึ้นต้นตาล ก็นำพะองวางพาดกับลำต้น แล้วเหยียบแขนงขึ้นไปถึงยอดตาล ถ้าเป็นต้นตาลเพศผู้ก็กรีดวงตาล ใช้กระบอกลำไม้ไผ่รองน้ำหวานมาทำน้ำตาลโตนด ถ้าเป็นต้นตาลเพศเมียก็เก็บลูกตาล มาคั้นเอาน้ำลูกตาลผสมแป้ง ทำเป็นขนมตาลขายได้

ปู่ย่าตาทวดท่านมีใจที่จดจ่ออยู่ในธรรมะ ท่านจึงมองเห็นว่า หัวใจสำคัญของพะองอยู่ที่ตาไม้ไผ่ ยิ่งมีความทนทานอย่างดียิ่งเยี่ยมมากเท่าไร ความปลอดภัยในการปีนขึ้นไปเอาวัตถุดิบต่าง ๆ บนยอดตาลลงมาทำประโยชน์ก็มีมากเท่านั้น

ตาของคนเราก็มเหมือนกัน ต้องหัดทำตาให้เหมือนกับตาไม้ไผ่ด้วย เพราะหัวใจสำคัญของการมองเห็น คือ **นัยน์ตาของเรานั้น อะไรที่ไม่ควรดูก็อย่าไปดู ไม่เที่ยวไปสอดรู้สอดเห็นเรื่องของชาวบ้านมากนัก ไม่จับผิดเอาเรื่องกับใคร หรือไปทำตาหวานทอดสะพานให้แก่ใคร เพราะจะกลายเป็นนำเรื่องร้อนตาพาร้อนใจเข้ามาในบ้าน**

คนที่ควบคุมตาของตัวเองได้แบบนี้ ใจย่อมสงบขึ้นอีกมาก และมีสติอยู่กับตัว เวลาคิดสิ่งใด ก็คิดได้แต่เรื่องที่ดีงาม คำพูดที่ใช้กันในบ้านจึงมีแต่เรื่องที่พาไปสู่ความเจริญก้าวหน้าทางจิตใจให้แก่กันและกัน

ใครที่สำรวจดวงตาได้อย่างที่ปู่ย่าตาทวดแนะนำนี้ ก็ย่อมมีความสามารถในการมองแบบจับถูก ไม่มองแบบจับผิดคิดร้ายในทางใด และไม่สร้างปัญหาซ้ำตามมาอีกด้วยเท่ากับเป็นการป้องกันการกระทบกระทั่งทางดวงตา และประทับระคองใจให้สงบเย็นเป็นปกติไปในตัว

ดังนั้น การควบคุมใจให้สงบผ่านทางตาด้วยการฝึกทำ **ตาเหมือนตาไม้** จึงเป็นการยกระดับใจให้ดังงาม เป็น **คาถาป้องกันการหย่าร้างเป็นขั้นที่ 1**

2) หูเหมือนหูกกระทะ หมายถึง การเลือกฟังในสิ่งที่ควรฟัง

ไม่ใช่เอาหูไปคอยตามฟังเรื่องราวความเดือดร้อนเสื่อมเสียของผู้อื่น หรือคอยจ้องจับผิดว่ามีใครมาแอบนินทาลับหลังบ้าง หรือหากใครมาพูดใส่ความใครให้ฟัง ก็ไม่ใช่หูเบาเชื่อเขาโดยง่าย ควรพิจารณา ไตร่ตรองให้รอบคอบ ฟังหูไว้หู หากเห็นไม่มีประโยชน์ก็ควรปรับเปลี่ยนเรื่องสนทนา มิฉะนั้น นอกจากตัวเราจะกลายเป็นคนโฉดเขลาเบาปัญญาแล้ว ยังจะติดนิสัย มีนิสัยชอบจับผิดนินทาชาวบ้านจากเขาไปด้วย ซึ่งนับเป็นโทษต่อการเพิ่มพูนคุณธรรมความดีของตนเองอย่างมหันต์

ปู่ย่าตาทวดของเรา ท่านไม่อยากจะให้ลูกหลานเป็นคนโฉดเขลาเบาปัญญา วัน ๆ ไม่ลงมือทำอะไรให้เป็นขึ้นเป็นอัน ชอบแต่ตะแคงหูจับผิดชาวบ้าน ถ้าเป็นอย่างนี้ไม่มีทางเจริญก้าวหน้าอย่างเด็ดขาด ท่านจึงเตือนด้วยการอุปมาว่า **หูเหมือนหูกกระทะ คือให้รู้จักเลือกฟังแต่สิ่งที่มีประโยชน์ เพื่อให้เกิดความรู้และความดีในจิตใจของตนเอง**

เวลาเราเข้าครัวก็มองเห็นชัดว่า หน้าที่ของหูกกระทะมีไว้สำหรับหิ้วหรือแขวน คุณค่าของหูกกระทะจึงอยู่ที่การทำถูกหน้าที่ของมัน หูคนก็เช่นกัน ไม่ได้มีไว้ฟังเรื่องนินทาวาไรชาวบ้าน เพราะความเดือดร้อนเสียหายของชาวบ้าน ไม่ได้มีส่วนทำให้เราเจริญก้าวหน้าขึ้นแต่อย่างใด

หูของคนเรามีไว้เลือกฟังในสิ่งที่เพิ่มพูนสติปัญญาและคุณธรรมความดีให้แก่ตนเอง นี่จึงเรียกว่า **ใช้หูถูกหน้าที่**

ดังนั้น เมื่อได้ยินสิ่งใดมาเข้าหู ก็ต้องพิจารณาเลือกฟังให้ดี หากได้ยินแล้วไม่เข้าท่าเข้าที่ ก็ต้องรู้จักทำหูตนเองให้เป็นหูกกระทะเสียบ้าง เรื่องไม่เป็นเรื่องของชาวบ้านจะได้ไม่มารบกวนใจ

บางคนถูกเขาเอาไปนินทา บังเอิญตนเองไปได้ยินเข้าก็โกรธเป็นฟืนเป็นไฟ จะฆ่าแกงกัน ซึ่งถ้าเราทำหูเป็นหูกกระทะเสียบ้าง ก็หมดเรื่องไป เรื่องที่นินทาก็จะกลายเป็นลมเป็นแล้งไป

หรือถ้าเขาแอบเอาเราไปด่าลับหลัง เราไปได้ยินเข้า เราก็อย่าไปเอามาเป็นอารมณ์ เขาด่าได้ก็ด่าไป ถ้าเราไม่ไปรับคำด่าเหล่านั้นมาไว้ในใจ คำของเขาก็ต้องคืนไปหาตัวเขาเองนั่นแหละ เพราะเขาด่าเองก็ได้ยินเองคนเดียว

ปู่ย่าตาทวดท่านยังเตือนต่อไปอีกว่า **คนเราถูกด่าแล้วไม่โกรธ อย่าเพิ่งคิดว่าตนเองเก่ง คนที่เก่งกว่านั้นคือ ชมแล้วไม่ยิ้ม ใครชมแล้วไม่ยิ้ม มีแต่หนึ่งสุขุม** พิจารณาว่าทำไมเขาถึงมาชมเราและที่เขาชมนั้น ชมถูกหรือผิด คนนี้คือคนเก่งจริง ๆ

คนเราทั่วไปพอได้รับคำชมแล้วอดยิ้ม อดบ้ายอไม่ได้ โดยเฉพาะฝ่ายหญิง เพราะว่าเขาชมแล้วอดยิ้มไม่ได้ ถึงได้ยอมไปอยู่กับเขา ลูกถึงได้เต็มบ้านหลานถึงได้เต็มเมือง พอไปได้ยินคำชมว่า “น้องจะ น้องจำ สวยจริง ๆ เลย” ก็เลยไปเลี้ยวลูกกันเป็นพรวน ถ้าชมแล้วยังเฉยเสียได้ ก็อยู่สบาย ปานนี้ก็ไม่ต้องปวดหัวเรื่องระแวงสามีนอกใจอะไรทั้งนั้น

เพราะฉะนั้น คนที่เก่งจริง ๆ คือ คนที่รู้จักพิจารณาเลือกฟังในสิ่งที่ควรฟัง และไม่ฟังในสิ่งที่ไม่ควรฟัง ใจของเขาเยือกสงบสุข

ดังนั้นคนที่รู้จักควบคุมใจด้วยการฝึก**หูเหมือนหูกระต่าย**เสียบ้าง ย่อมมีใจสงบ เท่ากับยกระดับความงามในใจให้สูงส่งขึ้นอีกระดับ นี่คือการปกป้องกันการหย่าร้างเป็นขั้นที่ 2

3) กายเหมือนผ้าเช็ดเท้า หมายถึง การลงมือทำความดีอย่างทุ่มเทชีวิตเป็นเดิมพันด้วยความสุจริตกาย วาจา ใจ โดยไม่ถือทิฐิฐานะใด ๆ และไม่มีข้อแม้เงื่อนไขในการทำ

ปู่ย่าตายายใช้อุปมากายเหมือนผ้าเช็ดเท้ามาสอนเรานี้ เพราะท่านต้องการเตือนให้ได้คิดว่า **คนเราจะทำงานอะไรก็ตาม ต้องเป็นงานสุจริต เมื่อรู้ว่าเป็นงานสุจริตแล้ว ต้องทำงานให้เต็มกำลังความรู้ ความสามารถ และความดี ไม่เป็นคนถือเนื้อถือตัว ไม่มีกลัวความลำบาก ทุ่มชีวิตเป็นเดิมพันทำให้งานออกมาดีที่สุด**

ปู่ย่าตาทวดที่ท่านตั้งใจฝึกฝนตนเองมาด้วยหลักการนี้ เวลาท่านเล่าถึงประวัติของตนเอง ถ้อยคำของท่านจึงเปี่ยมด้วยความภาคภูมิใจของท่านอย่างมาก

ยกตัวอย่างเช่น เวลาท่านสอนลูกหลานถึงความสุจริต เนื่องจากตลอดชีวิตท่านทำอะไรมีแต่ความสุจริตใจมาโดยตลอด เวลาสอนลูกหลาน ท่านก็สามารถพูดได้เต็มที่

“ตั้งแต่เป็นเด็กมาแล้ว ถ้าถึงคราวที่ปู่ย่าตาทวดจะต้องไปรับจ้างเขาเทกระโถน ล้างกระโถนก็เอา เพราะมันเป็นอาชีพบริสุทธิ์ แต่จะให้ไปลักขโมยใครเขา หัวเด็ดตีนขาดไม่ยอมทำ จะทำกายอย่างกับผ้าเช็ดเท้า ใครจะขอกจะสับอย่างไรก็ยอมละ เพื่อให้ได้อาชีพที่สุจริต แต่จะให้ไปโกงไปกินเขา ไม่เอาเด็ดขาด”

การทำมาหาเลี้ยงคนในครอบครัว เป็นงานหนัก เพราะแต่ละมือ ๆ ที่ผ่านไป ต้องใช้เงินใช้ทองที่หามาได้ด้วย ความยากลำบาก คนที่ถึงเวลาทำงาน ก็ทุ่มเทชีวิตจิตใจ ไม่บ่น ไม่มีอคติกับใคร ตั้งใจทำงานหาเงินมาอย่างสุจริต ย่อมมีแต่ความภาคภูมิใจในตนเองที่สามารถเลี้ยงครอบครัวด้วยน้ำพักน้ำแรงอันสุจริตได้ **ย่อมไม่มีอะไรต้องมาตามตำหนิตนเองในภายหลัง**

ความสงบใจที่เกิดจากการประกอบอาชีพสุจริตนี้ แม้คนอื่นจะมองว่าเป็นอาชีพที่ด้อยต่ำก็ไม่มีสิ่งใดที่ต้องละอายใจแม้แต่น้อย มีแต่รู้สึกภาคภูมิใจในชีวิต ความสุจริตใจของตนเองเหมือนกับผ้าเช็ดเท้าที่ตั้งใจทำหน้าที่กำจัดความเปรอะเปื้อนออกไปจากเท้า โดยไม่มีบ่น ไม่มีรังเกียจ ไม่มีลำเอียงกับใคร คนที่เข้าใจให้สงบมาถึงขั้นเอาความซื่อสัตย์สุจริตเป็นหลัก ไม่ถือเนื้อถือตัวเช่นนี้ **แม้มีอาชีพด้อยต่ำ แต่ลูกหลานก็กราบไหว้ได้ด้วยความสนิทใจ**

เพราะฉะนั้นบุคคลที่ตั้งใจทำความดี ประกอบอาชีพด้วยความสุจริต ทำกายเหมือนผ้าเช็ดเท้าได้ จิตใจย่อมมีแต่ความเจริญก้าวหน้า สงบเย็น ไม่อิจฉาริษยาใคร มีแต่คุณธรรมภายในที่สูงส่งยิ่งขึ้นไป สามารถกลายเป็นต้นแบบที่ดีให้แก่ลูกหลานได้อย่างยอดเยี่ยม สมาชิกในครอบครัวย่อมมีแต่ความสุขและภาคภูมิใจที่ตนเองเกิดในตระกูลที่มีความสุจริตเป็นที่ตั้ง

ดังนั้นคนที่ตั้งใจทำความดี ประกอบอาชีพด้วยความสุจริต ไม่ถือเนื้อถือตัวในการทำความดี ฝึกกายของตนให้ไม่มีเงื่อนไขในการทำความดีเหมือนผ้าเช็ดเท้าได้เช่นนี้ ย่อมมีแต่ความสงบเย็นใจอยู่ภายใน เป็นความภาคภูมิใจของคู่ชีวิตและเป็นบุคคลตัวอย่างของลูกหลานได้ **นี่คือคาถาป้องกันการหย่าร้างเป็นขั้นที่ 3**

4) ใจประดุจแผ่นดิน หมายถึง การรักษาใจให้หนักแน่นมั่นคงในการทำความดี โดยไม่มีข้อแม้เงื่อนไข และไม่หวั่นไหวต่ออุปสรรคใด ๆ ทั้งสิ้น

ปู่ย่าตาทวดหยิบยกธรรมะข้อนี้ขึ้นมา ก็เพราะท่านซาบซึ้งใจดีว่า ในชีวิตของคนเรา ทั้งๆ ที่ตั้งใจทำความดีอย่างสุดความสามารถที่ตนเองมีอยู่ แต่ก็มักบางครั้งต้องเจอกับปัญหาารุนแรงที่เกินกว่าจะอดทนไหว แต่ก็ต้องอดทนไว้ให้ได้ พุดง่าย ๆ คือ **แม้ทนไม่ได้ก็ต้องทนให้ได้**

จากความจริงในข้อนี้เอง ไม่ว่าจะประสบกับสิ่งที่ชอบใจหรือไม่ชอบใจก็ตาม เมื่อเกิดเป็นมนุษย์แล้ว ต้องหัดทำให้สงบ ไม่หวั่นไหวไปกับความไม่แน่นอนของชีวิต รู้จักตั้งสติให้เป็น เหมือนอย่างกับแผ่นดินที่หนักแน่นไม่หวั่นไหวกับของหอมหรือของเหม็นที่ราดลงไป

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้เคยตรัสถึงความสำคัญของการรักษาใจหนักแน่นมั่นคงเหมือนแผ่นดินกับพระราหุลว่า

“แผ่นดินนี้ ใครเอาน้ำหอมไปรดไปราดมัน มันดีใจไหม ไม่ดีใจ มันก็เฉย ๆ
เอาของเหม็นไปรดไปราด มันก็ไม่ทุกข์ใจ มันเฉย ๆ

ราหุล...เธอทำให้ใจได้อย่างนั้นแหละ ใครมาทำอะไร เธอก็อย่าไปเอาเรื่องเอาราวกับเขา ตั้งใจปฏิบัติธรรมของเธอไป แล้วเธอจะหมดกิเลสได้เร็ว”

นั่นก็หมายความว่า ยิ่งประสบทุกข์มากเท่าไร ยิ่งต้องทำให้สงบหนักแน่น
ถ้าเรามีจิตใจที่สงบ ทุกข์มากมายเพียงใดก็กัดกินจิตใจให้ละลายลงไปไม่ได้

ในทำนองเดียวกัน ยิ่งประสบสุขมากเท่าไร ยิ่งต้องทำให้สงบเช่นกัน อย่าดีใจ
จนหลงใหลจะกลายเป็นหลงลืมตัว คิดว่าวิเศษกว่าชาวบ้าน

เพราะฉะนั้นในคราวทุกข์และคราวสุขมากเท่าไร ยิ่งต้องทำให้สงบหนักแน่น
เพื่อรับมือกับสิ่งที่จะเกิดขึ้นตามมาหลังประสบทุกข์และประสบสุขได้อย่างทันทั่วทั้งที่

แต่เนื่องจากใจของคนเราส่วนใหญ่ไม่เหมือนแผ่นดิน แต่เหมือนขี้ผึ้งลนไฟ
มันอ่อนปวกเปียก ๆ เกรียดซึ่งได้ง่าย พอเจอความทุกข์ที่ไม่ได้คาดหมาย ไม่ทันตั้งตัว ก็มักจะ
หมดอาลัยตายอยาก สร้างทุกข์ซ้ำเติมตนเองเข้าไปอีกสารพัด บางทีก็ประชดประชันชีวิตด้วย
การทำชีวิตตนเองให้แยhenกลงไป ยิ่งเพิ่มความทุกข์ให้กับตนเองเข้าไปอีก

คนที่ตกอยู่ในภาวะแบบนี้ ย่อมมีความรู้สึกว่ ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ มันดูสิ้นหวัง
ไปหมด ความเครียด ความกลุ้มกัลด ความกดดันสารพัดต่าง ๆ ที่ตนเองสร้างขึ้นเองในจิตใจ
มันโหมกระหน่ำเข้ามาทุกทิศทาง พาใจให้เกิดความทุกข์ทับถมเพิ่มขึ้นไปอีก บางคนถึงกับล้ม
ป่วยอาเจียนโลหิตออกมาเป็นขาม ๆ ก็มี และบางคนก็ถึงกับจับแง่คิดผิด ลงมือปลิดชีวิต
ตนเองไปก็มี

ปู่ย่าตาทวดของเรา ท่านไม่ยอมให้เราทำใจไม่ได้ในคราวที่เจอกับความไม่แน่นอน
ของชีวิตอย่างไม่ทันตั้งตัว ท่านจึงได้หาข้อคิดสารพัดมาสอนให้เรารู้จักฝึกจิตใจให้เตรียมพร้อม
กับการยอมรับความจริงที่เกิดขึ้นให้ได้ตลอดเวลา เพราะว่า ทุกยุคทุกสมัยมาแล้ว
สิ่งที่แน่นอนในโลกนี้ คือความไม่แน่นอน

ถ้าหากใครไม่หัดทำใจไว้ล่วงหน้า ไม่หัดมองสภาพความจริงของโลกใบนี้ให้ออก
พอลถึงคราวที่เจอความสูญเสียอย่างไม่คาดคิด จิตใจก็อาจจะรับไม่ไหว ดังนั้น เราจึงต้องฝึก
ทำใจให้เหมือนแผ่นดินให้เป็นเสียแต่เนิ่น ๆ ด้วยการพิจารณาความจริงที่เกิดขึ้นบนโลกใบนี้

สิ่งที่ต้องเตรียมใจก็คือ ถ้าความผิดหวังมาถึงเราแล้วอย่างไม่ทันตั้งตัว ทำให้เกิดความตกใจ หวาดกลัว กลุ้มกัลด เราก็ต้องพิจารณาถึงความเป็นจริงในโลกนี้ว่าไม่มีสิ่งใดจีรังยั่งยืนได้ตลอดกาล มีเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และเสื่อมไปเป็นธรรมดา แม้แต่ตัวเราเองนี้ ก็หนีความจริงนี้ไปไม่พ้น

ปฏยาตาทวดท่านชี้แนะหนทางปฏิบัติไว้ว่าคนที่จะทำให้หนักแน่นประดุจแผ่นดินได้ ต้องเข้าใจก่อนว่า **โลกมนุษย์ของเราใบนี้มีทั้งสมหวังและผิดหวังเกิดขึ้นตลอดเวลา เพียงแต่ว่าสองสิ่งนี้จะอะไรจะมาถึงเราก่อนหลังเท่านั้นเอง**

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสั่งสอนว่า สิ่งที่ทำให้คนเราสมหวังและผิดหวังในโลกนี้มีอยู่ 8 อย่าง เรียกว่า “โลกธรรม 8” แบ่งเป็นสองฝ่าย ฝ่ายหนึ่งทำให้ “จิตไหว” และอีกฝ่ายหนึ่งทำให้ “จิตหวั่น”

จิตไหว คือ ความคิดปรารถนาอยากได้สิ่งที่รักและสิ่งที่ชอบใจ

มี 4 อย่าง ได้แก่

1) **ลาภ** คือ การได้ผลประโยชน์ที่ชอบใจ เช่น ได้บ้าน ได้รถยนต์ ได้สามี-ภรรยา ได้ที่ดิน ได้เพชรนิลจินดาต่าง ๆ

2) **ยศ** คือ การได้รับตำแหน่ง ฐานะ ได้อำนาจ ได้รับความเป็นใหญ่เป็นโต

3) **สรรเสริญ** คือ การได้ยินคำชื่นชม คำยกย่อง คำสดุดีที่คนอื่นให้เรา

4) **สุข** คือ ได้รับความสบายกาย สบายใจ ความเบิกบานร่าเริง ความบันเทิงใจ

ทั้ง 4 อย่างนี้ เป็นสิ่งที่คนทั่วไปชอบ แม้ไม่มีก็คิดหา ครั้นหาได้แล้วก็คิดหวงหวงมาก ๆ เข้าก็ห้วง ห่วงมาก ๆ เข้าก็หึง การที่จิตมีอาการหา-หวง-ห่วง-หึง อย่างนี้เรียกว่า “ใจไหว”

จิตหวั่น คือ ความคิดหวาดหวั่นกังวลว่าตนเองจะสูญเสีย หรือต้องพบเจอสิ่งที่ไม่ชอบใจ

มี 4 อย่าง ได้แก่

1) **เสื่อมลาภ** คือ ผลประโยชน์ที่ได้มาแล้วเสียไป เช่น เสียเงิน เสียที่อยู่ เสียลูกรัก ภรรยาตายจาก

2) **เสื่อมยศ** คือ ถูกลดความเป็นใหญ่ ถูกถอดออกจากตำแหน่ง ถูกถอดอำนาจ

3) **นินทา** คือ ถูกตำหนิติเตียน ทั้งที่ต่อหน้าหรือลับหลัง

4) **ทุกข์** คือ ได้รับความทุกข์ทรมานทั้งทางกายและทางใจ

ทั้ง 4 ประการนี้ เป็นเรื่องที่เราไม่ชอบ ไม่ปรารถนาจะเกิดขึ้นกับตนเอง
เมื่อยังมาไม่ถึง จิตก็หวั่นกลัวว่าสิ่งเหล่านี้จะมา เมื่อมาแล้ว ก็ภาวนาว่าเมื่อไรจะไปเสียที่
เมื่อไปแล้วก็ยังหวั่นกลัวว่า จะกลับมาอีก

เมื่อชีวิตมนุษย์เรา มีทั้งสิ่งที่ทำให้จิตไหว และจิตหวั่นอย่างนี้ ปุยาตาทวดจึงได้สอน
ให้เรารู้เท่าทันกับสภาพความเป็นจริงของสถานการณ์ชีวิต ด้วยการทำภาวนาฝึกจิตให้สงบ
ไม่หวั่นไหวในโลกธรรม 8

วัตถุประสงค์ของการฝึกจิตภาวนา ก็เพื่อให้ใจคุ้นเคยกับความสงบภายในเป็นปกติ

เมื่อเราต้องพบกับความเสื่อมลาภ เสื่อมยศ ถูกนินทา ตกทุกข์ได้ยาก จิตก็ไม่หวั่น
มีสติค้ำยันใจเอาไว้ได้ และเมื่อเราต้องพบกับความได้ลาภ ได้ยศ ได้สรรเสริญ ได้สุข จิตก็ไม่ไหว
มีสติสอนตนเองไม่ให้ลุ่มหลงไปกับมัน

คนที่มีสติทั้งยามทุกข์และยามสุขเช่นนี้ เพราะเขาทำภาวนาฝึกจิตให้ใจมั่นคง
ประดุจแผ่นดิน เพราะเมื่อใจสงบแล้วย่อมรู้เท่าทันว่า โลกธรรม 8 ที่เกิดขึ้นนั้นไม่เที่ยง ไม่จีรัง
ยั่งยืนอะไร ลาภมีได้ก็เสื่อมได้ ยศตำแหน่งใหญ่โต ก็ไม่ใช่ของเราตลอดไป สรรเสริญ นินทา สุข
ทุกข์ ทุกคนต้องพบทั้งนั้น และในที่สุดก็ต้องเสื่อมหายไปเป็นธรรมดาตามกฎไตรลักษณ์

กฎไตรลักษณ์ คือ ความจริงที่เป็นลักษณะประจำตัวของทุกสรรพสิ่งในโลกนี้

ทุกสรรพสิ่งในโลกนี้มีคุณสมบัติในตนเองทั้งนั้น ทองคำมีสีสุกอร่ามวาววับ เพชรมี
ความแข็งแกร่ง กระจกมีความใสใช้สะท้อนเงาออกมาได้ คนเราก็มีความนึกคิดจิตใจ แต่ไม่ว่า
จะสิ่งมีชีวิตหรือไม่มีชีวิตก็ตาม ล้วนมีลักษณะ 3 อย่างเหมือนกัน นั่นคือ

1) อนิจจัง หมายถึง **ความไม่เที่ยง** ไม่หยุดอยู่กับที่ มีการเปลี่ยนแปลงไปเรื่อย ๆ
ตลอดเวลา เช่น คนเราเมื่อวานกับวันนี้ไม่เหมือนกัน เปลี่ยนแปลงไปได้เรื่อย ๆ เป็นธรรมดา

2) ทุกขัง หมายถึง **ความเป็นทุกข์** ในที่นี้ไม่ได้หมายถึงเป็นทุกข์ร้องไห้หน้าตาตก
เท่านั้น แต่หมายถึงคงอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ ต้องแตกสลายไปเป็นธรรมดา เพราะเมื่อโลกไม่เที่ยง
ต้องเปลี่ยนแปลงไปเรื่อย ๆ แล้ว จุดสิ้นสุดของการเปลี่ยนแปลงก็คือ การแตกสลายมลายไป
แม้แต่โลกที่เราอาศัยอยู่นี้ ก็มีการเปลี่ยนแปลงไปเรื่อย ๆ วันหนึ่งก็ต้องแตกดับทำลายไปเป็น
ธรรมดา

3) อนัตตา หมายถึง **ความไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริงของใคร** หาตัวตนที่แท้จริงไม่ได้ ไม่อยู่ในอำนาจบังคับบัญชาของเรา เช่น เราห้ามความแก่ ความเจ็บ ความตาย ให้เกิดขึ้นแก่เราไม่ได้ แม้แต่ตัวเราที่เราคิดว่าเป็นของเรา เมื่อนำมาแยกธาตุกันจริง ๆ แล้ว เราก็พบเพียงเลือดเนื้อ กระดูก เอ็น หนัง และอวัยวะอื่น ๆ อีกสารพัดที่ประกอบกันขึ้นมา หาตัวจริง ๆ ของเราไม่เจอ มองเห็นเป็นตัวเราอยู่ได้แต่เพียงชั่วคราว พอถึงเวลาก็มลายหายไป ไม่ใช่ตัวตนที่ยั่งยืนไปตลอดกาล

คนทั้งโลกมองไม่เห็นไตรลักษณ์ในสรรพสิ่ง จึงลุ่มหลง ยินดียินร้าย หวั่นไหวไปในโลกธรรม 8 ประการ จึงต้องตกอยู่ในห้วงทุกข์ตลอดเวลา

แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเห็น ทรงรู้ในความจริงของสรรพสิ่งข้อนี้ดี จึงมาสอนให้ชาวโลกรู้จักการทำภาวนาให้ใจสงบนิ่งเหมือนแผ่นดินที่ไม่หวั่นไหวไปกับโลกธรรมทั้งปวง

ฉะนั้นการที่ปู้ยาตาทวดสอนให้เรารู้จักทำให้หนักแน่นเหมือนแผ่นดินนั้น ก็เพราะท่านมองโลกและชีวิตมาถึงจุดของความเป็นไตรลักษณ์ คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริงนี้เอง เพราะโลกธรรม 8 ประการ ไม่ว่าเราจะได้หรือไม่ได้อย่างไรก็ตาม ตัวของเราเองก็ต้องตกอยู่ในกฎไตรลักษณ์อยู่ดี สิ่งสำคัญที่สุดในชีวิตเราก็คือ **ต้องฝึกทำให้สงบพร้อมพบกับความไม่แน่นอนของชีวิตอยู่ตลอดเวลา** เพราะเมื่อทำใจได้อย่างนี้แล้ว หากเกิดสิ่งใดที่ไม่คาดคิดขึ้นกับชีวิต ก็จะสามารถทำใจได้เป็น ทำสติกลับคืนมาได้เร็ว และสามารถมีชีวิตอยู่ต่อไปได้ในโลกของความเป็นจริง เพราะทั้งสามมี ภรรยา ลูกหลาน ล้วนตกอยู่ในกฎไตรลักษณ์ที่มีความไม่แน่นอนเป็นความแน่นอนเช่นเดียวกับตัวเราทั้งหมดนั่นเอง

คนที่มองเห็นความจริงของชีวิต และเพียรพยายามรักษาใจให้หนักแน่นไม่หวั่นไหวในโลกธรรมได้ เหมือนแผ่นดินไม่สะทกสะท้านหวั่นไหวในของเหม็นและของหอมเช่นนี้ ย่อมสามารถยกระดับศีลธรรมในจิตใจให้สูงส่งขึ้นไปได้อีกมาก และนี่คือ**คาถาป้องกันการหย่าร้างเป็นขั้นที่ 4**

สรุป การประคับประคองชีวิตแต่งงานไปให้ได้ตลอดรอดฝั่งนั้น แท้จริงแล้วเป็นเรื่องของการยกระดับคุณธรรมของตนเองและทุกคนในครอบครัวให้เพิ่มพูนไปด้วยกัน โดยต้องอาศัยองค์ประกอบ 4 ประการ ได้แก่

- 1) **ต้องพึ่งตนเองให้ได้ก่อน**
- 2) **ต้องมีหลักการคัดเลือกคนมาเป็นคู่ชีวิต**
- 3) **ต้องมีพี่เลี้ยงในการประคับประคองชีวิตคู่**
- 4) **ต้องรู้จักขัดเกลาจิตใจให้งาม**

ทั้ง 4 ประการนี้ล้วนเป็นหลักการที่ปู้ยาตาทวดให้ไว้ เพื่อเป็นแนวทางในการยกระดับคุณธรรมตนเองให้สูงขึ้นตามลำดับ ๆ เพราะการแต่งงานนั้น เมื่อตัดสินใจร่วมชีวิตเป็นคู่ครองกันแล้ว มีหน้าที่และภาระงานอีกมากรออยู่ข้างหน้า บางอย่างแม้ทันท่วงทีก็ต้องทนให้ไหว หากยกระดับคุณธรรมในจิตใจให้รองรับหน้าที่การงานของชีวิตแต่งงานได้ไม่พ้อแล้ว ก็ยากที่จะไปได้ตลอดรอดฝั่ง

ดังนั้น เมื่อชีวิตการแต่งงานก้าวมาถึงจุดอึดอัดแล้ว ชีวิตคู่ของคนสองคนจึงเหลืออยู่สองเรื่องหลักที่ต้องฝึกฝนกันต่อไป นั่นคือ **อดทนต่อไปให้ได้ และทำใจให้สงบกับทุกการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น**

ครอบครัวใดก็ตามที่ทั้งสามีภรรยาหรือสมาชิกในวงศ์ตระกูลถือปฏิบัติตามหลักธรรมตามที่ปู้ยาตาทวดมอบให้เป็นข้อปฏิบัติร่วมกันอย่างนี้ การกระทบกระทั่งในครอบครัวและวงศ์ตระกูลก็จะไม่เกิดขึ้น ต่างคนต่างก็ยกระดับความดีในจิตใจให้สูงขึ้นไปเรื่อย ๆ ปัญหาการหย่าร้างย่อมถูกกำจัดไปในชีวิตสามีภรรยา ลูกย่อมมีที่พึ่งและต้นแบบทางจิตใจ ความสามัคคีในบ้านก็จะมีมาก คุณภาพชีวิตทั้งทางสังคมและเศรษฐกิจย่อมดีตามจิตใจที่งดงามไปด้วย และถ้าทุกครอบครัวในประเทศไทยทำได้เช่นนี้ ย่อมส่งผลดีต่อคุณภาพของประชากรไทยในโลกนี้อย่างแน่นอน

1.3 วิธีครองรักให้ยั่งยืน

หนังสือมงคลชีวิต ฉบับธรรมทายาท ที่พระอาจารย์สมชาย ฐานวุฑโฒ เป็นผู้เรียบเรียงได้กล่าวถึงธรรมะในหัวข้อเรื่อง **“วิธีการครองรักให้ยั่งยืน”** ซึ่งนับว่าเป็นหลักธรรมที่สามีภรรยาควรหามาอ่านอย่างยิ่ง ด้วยเหตุนี้จึงขอคัดลอกเนื้อหาเรื่องนี้จากหนังสือเล่มดังกล่าวมาลงทั้งหมด เพื่อให้เกิดความสะดวกในการศึกษาธรรมะเกี่ยวกับการครองเรือนตามหลักคำสอนในพระพุทธศาสนาต่อไป

1.3.1 วิธีทำให้ความรักยั่งยืน

การเป็นสามีภรรยากันเป็นเรื่องที่ว่ายากก็เหมือนง่าย แต่ครั้งจะว่าง่ายก็เหมือนยาก เพราะเพียงแต่เราตั้งคำถามว่า ทำอย่างไรสามีภรรยาจึงจะมีความรักยั่งยืนอยู่กินราบรื่นเพียงประเด็นเดียว แล้วลองเที่ยวหาคำตอบดูเถิด ถามสิบคนก็ตอบสิบอย่าง บ้างก็ว่าเกี่ยวกับดวงชะตาคู่ธาตุ ต้องวางฤกษ์วางลัคนาให้เหมาะ ๆ บ้างก็ว่าเป็นเรื่องของพรหมลิขิต ที่หวัสมัยใหม่หน้อยก็ว่าสำคัญที่แหวนหมั้นชั้นหมากเงินทุนให้มาก ๆ ไว้ ความสุขในชีวิตสมรสจะมีเอง

แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสเรื่องมงคลสมรสไว้สั้น ๆ เพียงคำเดียวว่า **สังคหะ** แปลว่า **การสงเคราะห์กัน** และให้ปฏิบัติตามหลัก **“สังคหวัตถุ 4”** เพื่อเป็นการยึดเหนี่ยวหัวใจกัน ดังนี้

1. ทาน คือ การให้ปันแก่กัน

คนเรารักกันอยู่ด้วยกัน ต้องปันกันกินปันกันใช้ หากมาได้แล้วควรรวมกันไว้เป็นกองกลางแล้วจึงแบ่งกันใช้ หากไม่เอามารวมกัน อาจเกิดการระแวงกันได้ ที่ใดปราศจากการให้ ที่นั้นย่อมแห้งแล้งเหมือนทะเลทราย การปันกันกินนี้ รวมทั้งการปันทุกข์กัน ในครอบครัวด้วย เมื่อฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดมีความทุกข์ มีปัญหา ก็ควรนำมาปรึกษากันได้

2. ปิยวาจา คือ พูดกันด้วยวาจาไพเราะ

แม้การตักเตือนกันก็ต้องระมัดระวังคำพูด ถ้าถือกันเป็นกันเองเกินไป อาจเกิดทิฏฐิมานะ ทำให้ครอบครัวไม่สงบสุข โดยถือหลักว่า ก่อนแต่งงานเคยพูดไพเราะอย่างไร หลังแต่งงานก็พูดไพเราะอย่างนั้น

3. อตถจริยา คือ ประพฤติตนเป็นประโยชน์ต่อกัน

เมื่อรู้ว่าอะไรดีหรือไม่ดี ควรหรือไม่ควร ก็นำมาเล่าสู่กันฟัง พยายามศึกษาหาความรู้ทางธรรม เอาใจมาเกาะกับธรรมให้มาก สามิภรรยา นั้น เมื่อทะเลาะกันมักโยนความผิดให้อีกฝ่ายหนึ่ง ซึ่งแท้จริงแล้ว ย่อมมีความผิดด้วยกันทั้งคู่ อย่างน้อยก็ผิดที่ไม่หาวิธีเหมาะสมตักเตือนกัน ปลอ่ยให้อีกฝ่ายหนึ่งทำความผิด

4. สมานัตตตา คือ การวางตนให้เหมาะสมกับที่ตนเป็น

เป็นพ่อบ้านก็ทำตนให้สมกับเป็นพ่อบ้าน เป็นแม่บ้านก็ทำตนให้สมกับเป็นแม่บ้าน ต่างก็วางตนให้เหมาะสมกับหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายทั้งในบ้านและนอกบ้าน ซึ่งข้อนี้จะประพฤติดุปฏิบัติให้ดี ต้องฝึกสมาธิให้ใจผ่องใสเป็นปกติ เพราะคนที่ใจผ่องใสจะรู้ว่าในภาวะเช่นนั้น ควรจะวางตนอย่างไร ไม่ระเริงโลภจนวางตนไม่เหมาะสม

โดยสรุป คือ การปฏิบัติสังคหวัตถุ 4 คือ การปฏิบัติตนตามวิธีการทำบุญในพระพุทธศาสนา 3 ประการ คือ

ทาน-การให้ปันสิ่งของ

รักษาศีล-เพื่อให้มีคำพูดที่ไพเราะ และเพื่ออุดข้อบกพร่องของตนจะได้เป็นคนมีประโยชน์

เจริญภาวนา-การฟังธรรมและทำสมาธิ เพื่อให้ใจผ่องใส เกิดปัญญา จะได้วางตนเหมาะสมกับที่ตนเป็น

1.3.2 หน้าที่ของสามี-ภรรยา

มีความเห็นว่า การที่คู่รักจะรักกันยั่งยืนนั้น ทั้งสามีและภรรยาก็ต้องทราบถึงหน้าที่ที่ต่างฝ่ายพึงต้องปฏิบัติต่อกันให้ครบถ้วน และเมื่อปฏิบัติหน้าที่สามีภรรยาต่อกัน ทั้งสองฝ่ายก็ต้องทำด้วยหลักการของสังคหวัตถุ 4 ก็จะทำให้การทำหน้าที่สามีภรรยาสมบูรณ์แบบและดำเนินไปด้วยการยึดเหนี่ยวน้ำใจกันอย่างมั่นคงยาวนานเท่านั้น

1. หน้าที่ของสามีที่พึงปฏิบัติต่อภรรยา มี 5 ข้อ

1.1 ยกย่องให้เกียรติ คือ ยกย่องว่าเป็นภรรยา ไม่ปิด ๆ บัง ๆ หากภรรยาทำดีก็ชมเชยด้วยใจจริง หากทำผิดก็เตือน แต่ไม่ตำหนิต่อหน้าสาธารณชนหรือคนในบ้าน เพราะจะเสียอำนาจการปกครอง สิ่งใดเป็นเรื่องส่วนตัวของภรรยา เช่น การเลี้ยงเพื่อน พบปะญาติมิตร ควรให้อิสระตามสมควร

1.2 อย่าดูหมิ่น คือ ไม่เหยียดหยามว่าต่ำกว่าตน ไม่ดูถูกเรื่องตระกูล ทรัพย์สิน ความรู้ การแสดงความคิดเห็น ไม่กระทำเรื่องที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวโดยไม่ปรึกษาหารือ และห้ามทุบตีตำหนิเต็ดขาด

1.3 ไม่นอกใจ คือ ไม่ไปยุ่งเกี่ยวกับหญิงอื่นในฐานะเป็นภรรยาเหมือนกัน เพราะเป็นการดูหมิ่นความเป็นหญิงของภรรยา ให้เอาใจเข้ามาใส่ใจเรา ภรรยาทุกคนจะปลื้มใจที่สุด ถ้าสามีรักและซื่อตรงต่อตนเพียงคนเดียว

1.4 มอบความเป็นใหญ่ให้ คือ มอบให้เป็นผู้จัดการภาระทางบ้าน ไม่เข้าไปก้าวก่ายในเรื่องการครัว การปกครองภายใน นอกจากเรื่องใหญ่ ๆ ซึ่งภรรยาไม่อาจแก้ไขได้

1.5 เครื่องแต่งตัว คือ ชื่นชอบว่าผู้หญิงล้วนชอบแต่งตัว สนใจเรื่องสวย ๆ งาม ๆ ถ้าได้เสื้อผ้าเครื่องแต่งตัวสวย ๆ งาม ๆ แล้วชื่นใจ ถึงจะโกรธเท่าไร ถ้าได้เครื่องแต่งตัวถูกใจ ประเดี๋ยวก็หาย สามีต้องตามใจบ้าง

2. หน้าที่ของภรรยาที่พึงปฏิบัติต่อสามี มี 5 ข้อ

2.1 จัดการงานดี คือ จัดบ้านให้สบายน่าอยู่ จัดอาหารให้ถูกปากและทันความต้องการ จัดเสื้อผ้าเครื่องใช้ให้สะอาดอยู่เสมอ

2.2 สงเคราะห์ญาติข้างสามี คือ การช่วยเหลือด้วยความเอื้อเฟื้อ กล่าววาทะไพเราะ ให้ความช่วยเหลือตามฐานะที่ทำได้

2.3 ไม่นอกใจ คือ จงรักภักดี ซื่อสัตย์ต่อสามีเพียงผู้เดียว

2.4 รักษาทรัพย์ให้ดี คือ ไม่ฟุ่มเฟือย แต่ก็ไม่ตระหนี่ รู้จักใช้ทรัพย์ให้เป็น

2.5 ขยันทำงาน คือ ขยันขันแข็งทำงานบ้าน ไม่เอาแต่กิน นอน เทียว หรือ เล่นการพนัน

ประเพณีแต่งงานของไทยเรา เวลาเจ้าบ่าวเจ้าสาวรับน้ำพุทมนต์ มักจะสวมมงคล แผลงไว้ที่ศีรษะ ดูคล้าย ๆ กับยึดคนสองคนไว้ด้วยกัน ความมุ่งหมายนั้นก็คือ จะยึดคนทั้งสองไว้ไม่ให้แยกจากกัน นั่นเป็นการผูกเพียงภายนอกผิวเผิน ซึ่งช่วยอะไรไม่ได้จริง

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนให้ยึดเหมือนกัน แต่แทนที่จะสอนให้ยึดด้วยด้าย ทรงสอนให้ยึดด้วยคุณธรรมเรียกว่า **สังคหะ** แทน การสงเคราะห์ที่ทั้งสองฝ่ายปฏิบัติต่อกัน จะเป็นเงื่อนไข 2 วง วงหนึ่งคล้องไว้ในใจสามี อีกวงหนึ่งคล้องไว้ในใจภรรยา ถ้าทำได้ตาม หลักธรรมนี้แล้ว ต่อให้มนุษย์คนใด ก็มาพรากไปจากกันไม่ได้ แม้แต่ความตายก็พรากได้เพียง ร่างกาย ส่วนดวงใจนั้นยังคล้องกันอยู่นิจนิรันดร์

1.3.3 ข้อเตือนใจ

มีข้อเตือนใจอยู่ว่า แม้บางคนตั้งใจแล้วว่าต้องยึดใจเอาไว้ ครั้นปฏิบัติจริงก็ไม่ วายเขว พอสามีทำท่าจะหลงไหลนอกกลุ่มนอกทาง กลับวิ่งไปหาหมอเสน่ห์ยาแฝด เสียเงินเสียทอง เสียเวลา แต่แล้วก็เหลว เพราะทั้งบ้านทั้งเรือนไปเฝ้าหมอเสน่ห์ ชั่วปลาไม่รู้จักหุงหา ปล่อยให้ บ้านรกเป็นเล้าไก่ รังกา แทนที่จะคอยเอาใจสามี กลับไปกราบเท้าเอาใจหมอเสน่ห์เพื่อจะมา แข็งข้อเอา กับสามี สถานการณ์ก็ยิ่งเลวร้ายลงทุกที ที่ถูกควรปกป้องให้มั่นในศีล ในทาน ในการ ทำความดี ปฏิบัติหน้าที่ของเราไม่ยอมให้บกพร่อง แล้วทุกอย่างจะดีขึ้นเอง

1.4 แม่พระในบ้าน

พระพุทธศาสนาของเรามีคำสอนเกี่ยวกับการบริหารครอบครัวที่อบอุ่น หนึ่งนวล สิกขิง และครองใจคนมาหลายพันปี และมั่นใจได้ว่าจากตำรับตำราในรอบหลายร้อยปีมานี้ ถ้าไม่ใช่มาจากพระพุทธศาสนา จะยังไม่เคยพบคำสอนของที่ใด สามารถสอนหลักการบริหารครอบครัว และวงศ์ตระกูลได้ครบทุกแง่มุมอย่างในพระพุทธศาสนามาก่อน ใครเลยจะคาดคิดว่า **โอวาท 10 ประการ** ของพ่อคนหนึ่งที่ได้แก่ลูกสาวคนหนึ่งในวันออกเรือนไปแต่งงานได้กลายเป็นหลักการที่ ส่งผลให้ลูกสาวของตน กลายมาเป็นบุคคลสำคัญของตระกูลสามี ที่ทุกคนทั้งสามี พ่อแม่ของสามี และหมู่ญาติข้างสามีให้ความรัก เคารพ และเกรงใจ และถูกยกย่องไว้ในฐานะของ **แม่พระในบ้าน**

โอวาท 10 ประการ ที่กล่าวถึงนี้ก็คือ **โอวาทวันแต่งงานของนางวิสาขา**

1.4.1 นางวิสาขาเป็นใคร

นางวิสาขา เป็นมหาอุบาสิกาคนสำคัญของพระพุทธศาสนา ท่านเป็นผู้สร้างวัดบุพพารามอันเป็นอารามอีกแห่งหนึ่ง ซึ่งเป็นศูนย์กลางการเผยแผ่พระพุทธศาสนาไปทั่วโลกของอินเดียยุคพุทธกาล วัดแห่งนี้ตั้งอยู่ที่กรุงสาวัตถี แคว้นโกศล ใช้งบประมาณซื้อที่ดินประมาณ 90 ล้านบาทและงบประมาณก่อสร้างอีก 90 ล้านบาท สำหรับสร้างเป็นปราสาท 2 ชั้น ที่มีห้องพักสำหรับพระภิกษุมากถึง 1,000 ห้อง

นอกจากนี้ท่านยังเป็นผู้ขอประทานพรจากพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เพื่อขอถวายผ้าอาบหน้าฝนให้พระภิกษุใช้ในช่วงฤดูเข้าพรรษา และกลายเป็นประเพณีถวายผ้าอาบหน้าฝนวันเข้าพรรษาของชาวพุทธสืบมาถึงปัจจุบัน

ท่านกำเนิดในตระกูลมหาเศรษฐีใหญ่ของแคว้นมคธ ซึ่งเป็นแคว้นมหาอำนาจที่ยิ่งใหญ่ไม่เป็นรองแคว้นโกศลในยุคนั้น บิดาของท่านคือ **ธัญชัยเศรษฐี** มหาเศรษฐีแห่งกรุงราชคฤห์ เมืองหลวงของแคว้นมคธ

ต่อมาเนื่องจากแคว้นโกศลไม่มีมหาเศรษฐีที่ยิ่งใหญ่และมีฝีมือจนอาจจกรรจนาการบริหารเศรษฐกิจของแคว้นให้เข้มแข็งได้ พระเจ้าปเสนทิโกศล กษัตริย์แห่งแคว้นโกศลในยุคนั้น จึงได้เสด็จมาทูลขอมหาเศรษฐีจากพระเจ้าพิมพิสาร กษัตริย์แห่งแคว้นมคธด้วยตัวของพระองค์เอง พระเจ้าพิมพิสารจึงต้องพระราชทานท่านธัญชัยเศรษฐีให้แก่พระเจ้าปเสนทิโกศล ไปเป็นมือเศรษฐกิจของแคว้นโกศล

เพราะเหตุดังกล่าวนี้ ท่านธัญชัยเศรษฐีจึงจำเป็นต้องย้ายถิ่นฐานจากแคว้นมคธไปแคว้นโกศลด้วยเหตุผลทางการเมือง ซึ่งนางวิสาขาก็ย้ายตามบิดาของนางมาด้วย

เมื่อเดินทางผ่านเขตแดนเข้ามาสู่แผ่นดินแคว้นโกศลแล้ว ขณะที่เหลือระยะทางอีกประมาณ 112 กิโลเมตร จะถึงกรุงสาวัตถี ซึ่งเป็นเมืองหลวงของแคว้นโกศล ท่านธัญชัยเศรษฐีก็ขอประทานอนุญาตจากพระเจ้าปเสนทิโกศลว่า

“ภายในเมืองคับแคบ หม่อมฉันมีบริวารมาก คงจะไม่สะดวกในการเข้าไปอยู่ในเมือง จะทูลขออนุญาตสร้างเมืองใหม่ ณ สถานที่ร่มรื่นตรงนี้”

พระราชาก็ทรงอนุญาต ท่านธัญชัยจึงสร้างเมืองใหม่ขึ้นมา และให้ชื่อว่า **สาเกตุ** ใช้เป็นเขตถิ่นฐานของตนเองและบริวารผู้ติดตาม ตั้งแต่บัดนั้นมาในประวัติศาสตร์อินเดียก็มีเมืองชื่อว่า **สาเกตุ** เกิดขึ้นมาถึงทุกวันนี้

นอกจากนางวิสาขามีบิดาเป็นมหาเศรษฐีแล้ว ปู่ของนางวิสาขาคือท่าน **เมณฑกเศรษฐี** ก็เป็นหนึ่งในห้าอันดับแรกของมหาเศรษฐีผู้เป็นเสาหลักทางเศรษฐกิจแห่งแคว้นมคธเช่นกัน นับได้ว่าตระกูลของนางวิสาขามีบทบาทสำคัญทั้งด้านเศรษฐกิจของสองแคว้นใหญ่ในสมัยพุทธกาลทีเดียว

1.4.2 โอวาทวันแต่งงาน

ในวันที่นางวิสาขจะออกเรือนไปแต่งงานกับลูกชายของมหาเศรษฐีตระกูลหนึ่งแห่งแคว้นโกศลนั้น ท่านธัญชัยเศรษฐีผู้เป็นบิดาได้ให้โอวาทในวันแต่งงาน มีทั้งหมด 10 ประการ ดังนี้

1. ไฟในอย่านำออก หมายถึง ไม่นำเรื่องราวปัญหา ความร้อนใจต่าง ๆ ในครอบครัวไปเปิดเผยแก่คนทั่วไปภายนอก

2. ไฟนอกอย่านำเข้า หมายถึง ไม่นำเรื่องราวปัญหาต่าง ๆ ภายนอกที่ร้อนใจเข้ามาในครอบครัว

3. ให้แก่ผู้ให้ หมายถึง ผู้ใดที่เราให้ความช่วยเหลือ ให้หยิบยืมสิ่งของแล้ว เมื่อถึงกำหนดก็นำมาส่งคืนตามเวลา เมื่อเรามีความจำเป็นต้องขอความช่วยเหลือ หากไม่เกินความสามารถของเขา เขาก็ยินดีช่วยเหลืออย่างเต็มใจ บุคคลเช่นนี้ ภายหลังถ้ามาขอความช่วยเหลือจากเราก็ก็นำให้ช่วย

4. ไม่ให้แก่ผู้ไม่ให้ หมายถึง ผู้ใดที่เราให้ความช่วยเหลือให้หยิบยืมสิ่งของแล้ว ไม่ส่งคืนตามกำหนดเวลา เมื่อเรามีเรื่องขอความช่วยเหลือ แม้ไม่เกินความสามารถของเขา และเป็นเรื่องถูกต้องธรรมเขาก็ไม่ยอมช่วย คนอย่างนี้ ภายหลังถ้ามาขอความช่วยเหลือเราก็ก็นำให้ช่วย

5. ให้ไม่หักให้ หมายถึง ถ้าญาติพี่น้องของเราที่ตกระกำลำบากอยู่ มาขอความช่วยเหลือ แม้บางครั้งไม่ส่งของที่ยืมยืมตามเวลา ภายหลังเขามาขอความช่วยเหลืออีกก็นำให้ช่วย เพราะถึงอย่างไรก็เป็นญาติพี่น้องกัน

6. กินให้เป็นสุข หมายถึง ให้จัดการเรื่องอาหารการกินในครอบครัวให้ดี ประณีตพิถีพื่อแม่สามีในเรื่องอาหารอย่าให้บกพร่อง ถ้าทำได้อย่างนี้ ตัวเราเองเวลากินก็จะกินอย่างมีความสุข ไม่ต้องกังวล

7. นั่งให้เป็นสุข หมายถึง รู้จักที่สูงที่ต่ำ เวลานั่งก็ไม่นั่งสูงกว่าพ่อแม่ของสามี จะได้นั่งอย่างมีความสุข ไม่ต้องกังวล

8. นอนให้เป็นสุข หมายถึง ดูแลเรื่องที่หลับที่นอนให้ดี และยึดหลักตื่นก่อนนอน ที่หลัง ก่อนนอนก็จัดการธุระการงานให้เรียบร้อยเสียก่อน จะได้นอนอย่างมีความสุข

9. บูชาไฟ หมายถึง เวลาที่พ่อแม่สามีหรือตัวสามีเองกำลังโกรธ เปรียบเสมือนไฟ กำลังลุก ถ้าดูด่าอะไรเรา ก็ให้หนึ่งเสีย อย่าไปต่อล้อต่อเถียงด้วย เพราะในช่วงเวลานั้น ถ้าหาก ไปเถียงเข้าเรื่องราวก็จะยิ่งลุกลามใหญ่โต ไม่มีประโยชน์ คอยหาโอกาสเมื่อท่านหายโกรธ แล้ว จึงค่อยชี้แจงเหตุผลให้ฟังอย่างนุ่มนวลดีกว่า

10. บูชาเทวดา หมายถึง เวลาที่พ่อแม่ของสามี หรือสามีเองทำความดี ก็พยายาม ส่งเสริมสนับสนุน พุดให้กำลังใจให้ทำความดียิ่ง ๆ ขึ้นไป

นางวิสาขาได้ใช้หลักโอวาท 10 ประการที่บิดาให้ไว้นี้ เอาชนะใจทุกคนทั้งพ่อแม่ ของสามี ตัวของสามี และเหล่าบริวาร จนกลายเป็นประวิติศาสตร์ให้ผู้หญิงที่จะครองเรือนได้ ศึกษามาถึงทุกวันนี้ และแน่นอนว่า หากครอบครัวใดได้แม่บ้าน หรือลูกสะใภ้ที่มีโอวาท 10 ประการอยู่ประจำใจเช่นนี้แล้ว ก็ขอให้รู้ว่า **เธอคนนั้น คือ แม่พระในบ้าน** ของครอบครัว โปรด ช่วยกันแบ่งเบาภาระของเธอละและถนอมหัวใจของเธอไว้ให้ดี เพื่อความสงบสุขร่มเย็นของลูก หลานและวงศ์ตระกูลในภายหน้านั่นเอง

1.5 คนมีบุญมาเกิด

หลาย ๆ ครอบครัวรู้สึกดีใจที่มีสมาชิกใหม่เพิ่มขึ้นในบ้าน บางบ้านห่อลูกมาก ถึงกับนิมนต์พระมาทำบุญถวายสังฆทานที่บ้านถึงเจ็ดวันก็มี แต่บางบ้านจัดงานฉลองมาเจ็ด วันเจ็ดคืนก็มี เมื่อพูดถึงเรื่องการได้เกิดเป็นมนุษย์แล้ว ก็อดตั้งข้อสังเกตไม่ได้ว่า แม้จะได้เกิด เป็นมนุษย์เหมือนกัน เป็นพี่น้องท้องเดียวกัน แต่เหตุใดคนเรานั้นจึงแตกต่างกัน อะไรเป็น สิ่งกำหนดความแตกต่างของคนเรา

คำถามเหล่านี้ ถ้าหากไม่พบพระพุทธศาสนาย่อมไม่มีทางรู้ความจริงได้เลย

คำสอนในพระพุทธศาสนาได้ส่องทางให้เรามองเห็นว่า ความแตกต่างของชีวิตนั้น เป็นเรื่องน่าฉงน มนุษย์เกิดในโลกใบเดียวกัน แต่ไม่รู้ความเป็นมาของตนเองเหมือนกัน ไม่รู้ว่า โลกใบนี้อยู่ที่ใดของจักรวาลเหมือนกัน ไม่รู้ว่าตายจากโลกนี้ไปไหนเหมือนกัน ทุกทีในโลกนี้มี ปริศนาให้ค้นหาคำตอบเต็มไปหมด

ยกตัวอย่างเช่น

บางคนเสียชีวิตตั้งแต่อยู่ในครรภ์มารดา แต่บางคนกลับมีชีวิตได้ออกมาดูโลก
ภายนอก

บางคนเกิดมาแข็งแรง แต่บางคนพิการแต่กำเนิด หูหนวก ตาบอด

บางคนเกิดมาก็รวยเลย แต่บางคนเกิดมา แม้แต่น้ำนมจากมารดาก็ไม่มีจะกิน

บางคนเกิดมาในชาติตระกูลสูง แต่บางคนเกิดมาเป็นลูกชาวบ้าน

บางคนโตมาจากพ่อแม่เดียวกัน ทำงานเดียวกัน คิดเหมือนกัน วิธีการเดียวกัน
ผลปรากฏว่า อีกคนหนึ่งเจ๊งแต่อีกคนกลับรวย

และที่งงงวมมากขึ้นอีกก็คือ ในขณะที่เราเกิดเป็นคน แต่อีกหนึ่งชีวิตกลับมาเกิดเป็น
สุนัขในบ้าน ยิ่งเป็นความแตกต่างที่ชัดเจน

ความแตกต่างเหล่านี้ มีให้เราเห็นอยู่เป็นปกติ ถ้าเราไม่เก็บมาคิด ก็จะไม่ใส่ใจอะไร
แต่ถ้าเราตั้งเป็นข้อสังเกต เราจะพบว่าเรื่องนี้ มีที่มาที่ไปของมันอย่างแน่นอน แต่ไม่รู้จะเอา
คำตอบจากที่ใด

การที่เราได้พบพระพุทธศาสนา ทำให้เราพบคำตอบว่า **กฎประจำโลกนี้ คือ
กฎแห่งกรรม**

ความแตกต่างของชีวิตขึ้นอยู่กับกรรมประจำตัวบุคคล

ดังนั้นการที่คนเราเกิดมาเป็นคนเหมือนกัน แต่ได้รับความสุขทุกข์ไม่เท่ากัน
ก็ยืนยันได้ว่า **ผลกรรมมีจริง และ ส่งผลข้ามชาติได้จริง**

หลวงพ่อรูปหนึ่ง ท่านเคยเล่าให้ฟังถึงเรื่อง “กรรม” ไว้ว่า

“คำว่า ‘กรรม’ เป็นคำกลาง ๆ ไม่ได้หมายถึง ดีหรือชั่ว เพราะกรรม แปลว่า
การกระทำ

แต่พอขึ้นชื่อว่าการกระทำแล้ว ย่อมมีผลเสมอ เหมือนกับเราอ้อมเพราะอะไร
เพราะกิน ถ้าไม่กินก็หิว ถ้าไม่นอนก็ง่วง ถ้านอนก็หายง่วง

กรรมในที่นี้ จึงเป็นคำกลาง ๆ ซึ่งแปลว่า การกระทำ ยังไม่ได้แยกออกว่าทำดีหรือ
ทำชั่ว แต่ถ้าขึ้นชื่อว่า ทำแล้ว เป็นต้องมีผลเสมอ

ทางวิชาฟิสิกส์บอกชัดเจนเลยว่า แรงแที่ส่งออกไปมีผลเท่ากับแรงที่สะท้อนกลับ
เซอร์ไอแซก นิวตัน ได้ค้นพบทฤษฎีแรงว่า Action เท่ากับ Reaction ซึ่งก็แปลความหมายแบบ
ธรรมะได้ว่า “ทำอย่างไร ได้อย่างนั้น”

นักวิทยาศาสตร์เพิ่งค้นพบและทั่วโลกเพิ่งยอมรับเมื่อ 300 กว่าปีมานี้เอง แต่พระพุทธองค์ได้ค้นพบกฎแห่งการกระทำ และได้สั่งสอนชาวโลกมาตั้งแต่เมื่อสองพันกว่าปีที่แล้ว และเป็นการค้นพบที่ลึกซึ้งอีกด้วย

ยกตัวอย่างเช่น เด็กที่ถูกทำแท้ง ถ้ามองเห็นผิวเผิน ก็จะมองว่า ตัวเด็กเองก็ไม่ใช่เรื่องผิดที่พ่อแม่ไม่ตั้งใจจะให้เกิด ก็เลยไปทำแท้ง เด็กเลยอายุสั้น แต่ว่าพระองค์ไม่ทรงสอนให้มองเห็นเช่นนั้น ทรงสอนให้มองให้ลึก และตั้งเป็นข้อสังเกตว่า ในเมื่อในโลกนี้มีพ่อแม่ตั้งเยอะแยะ แต่ทำไมเด็กคนนี้ไม่ไปเกิด ทำไมจะต้องเจาะจงมาเกิดในพ่อแม่ที่จะทำแท้งด้วย

สาเหตุก็เพราะว่า เด็กมีกรรมฆ่าสัตว์ตัดชีวิตติดตัวมามากแต่ชาติก่อน เมื่อมาเกิดเป็นคน ด้วยเวรที่เคยชอบฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ก็ชักนำให้มาเกิดในท้องของแม่ที่ชอบฆ่าสัตว์อีกเหมือนกัน แม่กับลูก เปรตต้องพอกัน จึงจะไปอยู่ด้วยกันได้ ไปเข้าท้องเขาได้ ไม่อย่างนั้นเข้าไม่ได้

พอเข้าไปแล้ว แม่ก็แพ้ท้องอยากฆ่าสัตว์ บางพวกนี้ แม่แพ้ท้องแล้ว อยากจะกินเลือดสด ๆ ถ้าไม่ได้กินเลือดสด ๆ ไม่หายแพ้ท้อง

บางพวกหนักข้อเข้าไปอีก พอแพ้ท้อง แม่อยากจะทำอย่างไร แม่อยากจะรีดลูกออกมาทำแท้งทิ้งเสียเลย นี่กรรมหนักเข้าไปอีก ดูภาพความจริงให้ชัด ผลกรรมมันส่งผลมาลึก และซับซ้อนกว่าที่เราเห็น

แล้วบางช่วงเวรยิ่งส่งผลชัด คือเมื่อคนมีบาปจากเวรปาณาติบาต มาเกิดมากขึ้น บ้านเมืองในช่วงนั้นก็เกิดการปลุกปั่นให้เกิดกฎหมายทำแท้งเสรีขึ้นมา

ทำไมเป็นอย่างนั้น ถ้าไม่เจอพระพุทธศาสนา เรื่องนี้เราจะมองไม่ออก คำตอบก็คือ เพราะว่าคนประเภทที่มีกรรมฆ่าสัตว์มีเยอะ คนปาณาติบาตมาเกิดมากเข้า เข้าไปในท้องพ่อท้องแม่ ส่งผลให้มีการพยายามจะเขียนกฎหมายฆ่า เพื่อจะทำแท้งออกมาให้ได้

ขณะที่คนมีบุญมาเกิดแล้ว แม่เป็นอย่างไร ?

พระพุทธศาสนาบอกไว้ชัดเจนว่า เมื่อคนมีบุญจะมาเกิด ผลบุญก็จะพาความเจริญก้าวหน้ามาสู่ครอบครัวนั้นด้วย แน่نونว่า แม่จะตั้งตารอวันรอคืน เมื่อไรหนอ เราจะมีลูกกับเขาบ้าง ทำบุญทำทาน ก็จุดธูปเทียนอธิษฐาน ขอให้ได้ลูกดี ๆ มาเกิดเถอะ พอใครเขาจุติจากสวรรค์ เมื่อถึงคราวจะต้องมาเกิด เขาก็เลือกแม่ได้อย่างดีเยี่ยมเลย เลือกแม่ใจบุญ พอเข้ามาอยู่ในท้องเท่านั้น ดีทั้งแม่ทั้งลูก

กำลังบุญของคนนั้นเป็นเรื่องแปลก พอเข้ามาอยู่ในท้องแม่ เวลาแม่แพ้ท้อง ทำอย่างไร ก็ไม่หาย ยกเว้นว่าถ้าได้ดื่กบาตรเมื่อไร แม่ก็จะหายแพ้ท้องทันที ตรงนี้ ก็ฟังว่า เด็กที่เกิดนี้ ภพที่แล้วเขาก็เป็นนักทำทาน พอเข้ามาเกิดในท้องแม่ พอแม่แพ้ท้อง ก็บังคับกับแม่ว่าถ้าได้ดื่กบาตรเมื่อไร ก็จะหาย หรือได้กินขนมหม่นแล้วก็หาย ไม่นึกอยากกินเลือด สดอย่างกับบางคน

พวกที่สวดมนต์ภาวนามาข้ามชาติ พอเข้าท้องแม่ปั๊บละก็ แม่แพ้ท้องแล้วรู้สึกอย่างไร ก็ถ้าได้สวดมนต์หนึ่งสมาธิแล้วจะหาย แม่สวดมนต์ไป นิ่งสมาธิไป ลูกที่อยู่ในท้องก็ซุ่มหัวอก หัวใจตามเข้าไปด้วยทั้งแม่ทั้งลูก

เพราะฉะนั้น ความแตกต่างของคนในโลกนี้ ก็มีผลมาจากผลกรรมในอดีต และผลกรรมในปัจจุบันทั้งสิ้น ส่วนหนึ่งเราแก้ไขไม่ได้เพราะติดตัวเรามาจากอดีต อีกส่วนหนึ่งเป็นสิ่งที่เราสร้างขึ้นใหม่

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงทรงย้ำนักย้ำหนาว่า เราอย่าได้ก่อเวรเพิ่ม มิเช่นนั้น บาปที่เราก่อในวันนี้ จะตามไปส่งผลเราอย่างแน่นอนในวันหน้า ขึ้นชื่อว่ากรรมชั่ว แม้เพียงเล็กน้อย ไม่ทำเสียดีกว่า

เพราะฉะนั้น หัวใจของพระพุทธศาสนาจึงมีว่า **ละเว้นความชั่ว ทำความดี กลั่นจิตใจให้ผ่องใส** ทั้ง 3 ประการนี้ คือการทำความดี เมื่อเราทำความดี ผลกรรมที่ดีจะส่งผลให้เราพบความสุขทันทีที่เราได้ทำและจะตามส่งผลให้เราสุขยิ่งขึ้นดียิ่งขึ้นในภพชาติเบื้องหน้า

กรรมเป็นตัวกำหนดให้เราเห็นความแปลก และความแตกต่างกันของคนในโลกนี้ อย่างชัดเจน ใครทำความดีในอดีตมามาก ชาตินี้ก็เกิดมาเพียบพร้อมทั้งรูปสมบัติ ทรัพย์สมบัติ และสติปัญญาที่เฉียบแหลม ถ้าเข้าใจตรงนี้ เราจะเชื่อมั่นว่า **กรรมทุกอย่างทำแล้วมีผลทั้งนั้น**

สำหรับตัวเรา เมื่อเราเกิดมาชาตินี้ จะเป็นอย่างไร ก็อดทนไปเถิด ในเมื่อเราเกิดมาแล้ว แต่ขอให้ตั้งใจทำความดีให้มากเข้าไว้ อย่ายอมแพ้จิตใจที่เผลอ อดทนให้มาก ๆ และวิธีทำให้ใจเข้มแข็งไม่มีอะไรเกินการฝึกสมาธิ ยิ่งฝึกสมาธิมากเท่าไร กำลังใจในการทำความดีจะสูงส่งขึ้นตามไปทีเดียว

เมื่อเรามองทั้งโลกด้วยการเอากฎแห่งกรรมเป็นเกณฑ์เช่นนี้ แล้วเราจะกำหนดเส้นทางชีวิตได้ตามความเป็นจริง ไม่ผิดพลาด เราอยากให้เราเป็นอย่างไร เราก็จะทำสิ่งนั้นให้เกิดผลกรรมมีจริง และให้ผลแน่นอน ทำดีต้องได้ดี ทำชั่วต้องได้ชั่ว พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ไม่ผิดหรอก คำสอนนี้ก็ผ่านการพิสูจน์มาเป็นพันปีแล้ว นอกจากนี้เรายังเห็นความแตกต่างที่มนุษย์ในโลกนี้แต่ละคนมีติดตัวกันมาตั้งแต่เกิดได้ชัดเจนอีกด้วย ทั้งหมดนี้ก็เป็นหลักฐานยืนยันที่สอดคล้องกันว่า ผลกรรมมีจริง อย่าได้สงสัย หรือไขว่เขวเป็นอื่นไปเลย ตั้งใจทำความดีเอาไว้เถิด

เมื่อนึกถึงคำสอนของหลวงพ่อก่อนแล้ว ก็ใคร่ครวญในใจว่า เรื่องของกฎแห่งการกระทำนี้ นักวิทยาศาสตร์เพิ่งเริ่มต้นศึกษามาได้นิดเดียวเอง แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเราทรงค้นพบทฤษฎีสุดท้ายของกฎแห่งการกระทำนี้แล้วว่า **ตายแล้วไม่สูญ ถ้าทำดีก็ไปสวรรค์ ทำชั่วต้องตกนรก หมดกิลเลสก็ไปนิพพาน**

เพราะฉะนั้น ในเมื่อชีวิตของเรา ยังต้องเวียนว่ายตายเกิดต่อไป ก็ต้องตั้งใจละเว้นความชั่ว ทำความดี กลั่นใจให้ผ่องใสในชาตินี้ให้มาก ๆ บุญที่เกิดจากการทำความดีจะได้ชักนำเราไปเกิดในภพชาติเบื้องหน้า เราจะได้มีความถึงพร้อมด้วยรูปสมบัติ ทรัพย์สมบัติ และสติปัญญาที่เฉียบแหลมติดตัวไป รวมทั้งได้ไปเกิดในครอบครัวที่อบรมปลูกฝังศีลธรรมให้เราได้ด้วย ซึ่งก็จะเป็นโอกาสให้เราประสบความสำเร็จในชีวิตที่ดียิ่ง ๆ ขึ้นไปในทุกภพทุกชาติที่จะต้องไปเกิดอีกต่อไปข้างหน้า จนกว่าจะหมดกิลเลสในชาติใดชาติหนึ่งนั่นเอง

ในทำนองเดียวกัน ถ้าพ่อแม่ต้องการได้คนมีบุญมาเกิดเป็นลูก ก็ต้องตั้งใจทำแต่ความดี ละเว้นอบายมุข และหมั่นสวดมนต์ ทำภาวนาให้ใจผ่องใสเสมอ เพื่อเป็นหลักประกันว่าบุญในตัวพ่อแม่กับบุญในตัวลูกที่เกิดมามีมากพอใกล้เคียงกัน และนั่นก็จะทำให้พ่อแม่ได้คนมีบุญมาเกิดเป็นสมาชิกของครอบครัว เป็นมิ่งขวัญกำลังใจของครอบครัวสืบไปนั่นเอง

1.6 สอนลูกในครรภ์

คุณพ่อคุณแม่ทุกคนอยากให้ลูกของตนเองมีสุขภาพแข็งแรงและเป็นคนดีทั้งนั้น แต่ทว่ายังมีคุณพ่อคุณแม่หลาย ๆ ท่านไม่ทราบว่า การจะได้ลูกดี ๆ มาเกิดนั้น ต้องเตรียมตัวฝึกนิสัยดี ๆ พร้อมจะเป็นพ่อแม่คนมาตั้งแต่ก่อนแต่งงาน ไม่ใช่รอให้ลูกคลอดมาแล้วจึงค่อยเริ่มต้น แถมยังเป็นต้นแบบที่ดีให้แก่ลูกไม่ได้อีก ก็คงหวังได้ยากว่าลูกที่เกิดมาจะเป็นคนดีอย่างที่พ่อแม่อยากได้ ดังนั้น จึงขอแนะนำความรู้เรื่อง **“การถ่ายทอดนิสัยใจคอสู่ทารกในครรภ์”** มาเล่าสู่กันฟัง

การถ่ายทอดลักษณะนิสัยที่ดีให้ลูกนี้ ในทางพระพุทธศาสนามองว่า ต้องทำในช่วงตั้งแต่ลูกยังไม่มาเกิด

กล่าวคือ การที่ใครจะมาเกิดเป็นมนุษย์นั้น ไม่ใช่เพียงแค่เชื้อของพ่อผสมกับไข่ของแม่เท่านั้น ยังจะต้องมีปฏิสนธิวิญญานจากลูกที่มาก่อเกิดในครรภ์ด้วย ชีวิตน้อย ๆ จึงจะเกิดขึ้นในครรภ์ของแม่ โดยมีเงื่อนไขว่า เด็กที่มาก่อเกิดในครรภ์นั้น จะต้องมีการรวม คือบุญหรือบาปใกล้เคียงกับผู้ที่จะเป็นพ่อเป็นแม่ในขณะนั้นด้วย

ดังนั้นถ้าคุณพ่อคุณแม่มีร่างกายแข็งแรง มีความประพฤติดี มีจิตใจดีงามแล้ว ก็มีโอกาที่จะได้ปฏิสนธิวิญญานที่ดีมาถือกำเนิดอยู่ในครรภ์

การอบรมลูกจึงควรเริ่มตั้งแต่ก่อนที่จะตั้งครรภ์ คือพ่อแม่ต้องอบรมความประพฤติของตนเองให้ดี พร้อมทั้งกาย วาจา ใจ สิ่งที่ไม่ดีให้เลิกเสียให้หมด รักษาศีล 5 ให้ดี เป็นการเตรียมพร้อมให้ปฏิสนธิวิญญานที่ดีมาเกิด

อย่างช้าที่สุดพ่อแม่จะต้องเริ่มอบรมตนเองให้ดีพร้อมมาตั้งแต่ก่อนแต่งงาน และในทันทีที่รู้ตนเองว่าตั้งครรภ์ ก็ยิ่งต้องพยายามทะนุถนอมลูกในครรภ์ให้ยิ่งขึ้นไปอีก คือต้องมีความระมัดระวังตัวให้มาก ไม่ว่าจะเป็นการเดิน การเคลื่อนไหวทุก ๆ อิริยาบถ อาหารที่รับประทาน โดยเฉพาะพวกที่รสจัด พวกของหมักดอง ของเมา พวกยาต่าง ๆ หรือแม้แต่อารมณ์ที่ไม่ดี ก็ต้องระวังอย่าให้มากกระทบกระทั่ง เพราะสิ่งเหล่านี้ล้วนมีผลต่ออุปนิสัยใจคอของเด็กทั้งสิ้น

ชาวจีนจับประเด็นตรงนี้ได้ จึงได้มีนิทานเรื่อง “สอนลูกในครรภ์” เล่ากันมาแต่ครั้งโบราณว่า

ในเทศกาลเซ็งเม้ง ระหว่างทางที่พี่น้องสองสาวไปกราบบรรพบุรุษด้วยกัน ได้พบเงินถุงหนึ่งหล่นอยู่ข้างทาง น้องสาวดีใจมาก กล่าวกับพี่สาวว่า

“พี่จ๋า เราโชคดีจริง ๆ นี่เป็นโชคลาภของเรา”

“น้องรัก ลาก่อนนี้ เราเก็บไว้ไม่ได้หรอก”

“ทำไมล่ะจ๊ะ” น้องสาวถามด้วยความฉงน

“พี่ตั้งท้องได้สามเดือนแล้ว เพื่ออบรมบ่มสอนลูกของพี่ให้เกิดมามีคุณธรรม นับแต่ตั้งท้อง พี่ก็เริ่มอบรมสั่งสอนลูกในครรภ์ ไม่ให้เป็นคนละโมภอยากได้ในของที่ไม่ใช่ของของเรา เรายืนคอยเจ้าของทรัพย์อยู่ตรงนี้สักครู่หนึ่งเถิดนะ”

ขณะนั้น มีหญิงคนหนึ่งเดินทางผ่านมา นางเห็นสองพี่น้องเก็บเงินได้ และยั้งรั้งรอ อยู่ริมทางนั่นเอง จึงแสวงเข้ามาถามว่า

“เห็นถุงเงินไหม”

น้องสาวกล่าวว่า “อยู่ที่นี่ไง”

หญิงนั้นตาวาว กล่าวว่า “มันเป็นของที่ข้าทำหล่นไว้ เอามาคืนข้าเถิด แม่ของข้า กำลังรอเงินก้อนนี้ไปซื้อเหล้าดื่ม”

พี่สาวถามว่า “เจ้าทำหล่นไว้ตั้งแต่เมื่อไหร่”

หญิงนั้นบ่นเบี่ยงว่า “อย่าซักไซ้มากความนัก”

ขณะนั้น มีหญิงอีกคนหนึ่งเดินเข้ามาหาพวกนางด้วยใบหน้าที่เจ้่งนองด้วยน้ำตา นางถามด้วยเสียงเครือว่า “ท่านพี่ ไม่ทราบพวกท่านยืนอยู่แถวนี้ เห็นเงินถุงหนึ่งหรือไม่ เมื่อครู่นี้น้องนำเงินถุงหนึ่งเดินทางผ่านมาทางนี้ เพื่อซื้อกระดาษเงินกระดาษทองไปฝังศพแม่ แต่ทว่าเงินถุงนั้นหล่นหายไปโดยไม่รู้ตัว...”

หญิงที่มาก่อนหน้านั้น เมื่อได้ยินหญิงผู้นี้กล่าวอ้างมีเหตุมีผล จึงผละจากไป

พี่น้องทั้งสองมอบเงินแก่หญิงผู้นี้ ที่แท้มันเป็นเงินของนางจริง ๆ นางซาบซึ้งใจมาก ได้แต่ขอบอกขอบใจพี่น้องทั้งสองเป็นการใหญ่

พี่น้องทั้งสองจึงเดินทางต่อไป น้องสาวกล่าวว่า “พี่จ๋า พี่จัดการปัญหาได้ยอดเยี่ยมจริง ๆ น้องคิดว่า ถ้ามีใครอ้างตัวเป็นเจ้าของเงินถุงนั้น พี่ก็มอบคืนเขาทันที”

พี่สาวกล่าวว่า “ช่วยคนต้องช่วยให้ถึงที่สุด ไม่ว่าทำการงานสิ่งใด ก็ไม่ควรละทิ้ง กลางคัน เมื่อเริ่มต้นแล้วก็ต้องทำให้ถึงเสร็จสิ้น ถ้าหากพี่ยอมมอบเงินให้แก่หญิงละโมภผู้มา อ้างตัวเป็นเจ้าของเงินง่าย ๆ ก็สู้ไม่เก็บเงินถุงนั้นจะมีดีกว่าหรือ เมื่อเราเก็บเงินนั้นแล้ว ก็ต้องหาเจ้าของที่แท้จริงให้จงได้ พี่อยากให้ลูกในท้องเป็นคนดี ก็ต้องเริ่มอบรมสั่งสอนตั้งแต่ เขายู่ในครรภ์”

น้องสาวผงกศีรษะรับคำด้วยความชื่นชม

นิทานประกอบเรื่องนี้ นำมาเล่าให้ฟัง เพื่อต้องการชี้ให้เห็นว่า การอบรมเด็กให้เป็นคนดีนั้น ต้องเริ่มตั้งแต่เด็กยังอยู่ในครรภ์ ถ้าแม่รู้ว่าตนเองมีครรภ์แล้ว ยังดื่มเหล้าสูบบุหรี่ พ่อก็ยังชวนแม่ให้คิด พูด ทำแต่สิ่งไม่ดี ลูกก็จะคุ้นกับสิ่งไม่ดีตั้งแต่อยู่ในครรภ์ และก็มีโอกาสให้ลูกคลอดออกมาเป็นเด็กพิการเช่นกัน แต่ถ้าพ่อแม่พยายามฝึกประสาทสัมผัสของลูกให้คุ้นกับความดีตั้งแต่อยู่ในครรภ์ บ้านหลังนั้นก็จะได้คนดีมาเกิดอย่างแน่นอน

เพราะฉะนั้นการสอนลูกให้เป็นคนดี พ่อและแม่ต้องมีความดีมาสอนเขาได้ตั้งแต่เขายังไม่มาเกิดในครรภ์ นี่คือหลักประกันว่าจะได้ลูกดี ๆ มาเกิด และเราก็มีปัญญาจะเลี้ยงเขาให้เป็นคนดีไปได้ตลอดรอดฝั่งนั่นเอง