

รูปแบบการสร้างเสริมพันธะทางจริยธรรมของการครองคู่ชีวิต

ตามหลักพุทธธรรม

The Model Enhancing for Ethical Obligation for Couples based on Buddhist Principles

¹ดวงดี โอธสสุ ²พระธรรมวชิรปัญญาจารย์ ³สมคิด เศษวงค์

¹Duangdee Aotsso ²Phra Dhammavajirapanyacarya ³Somkid Setwong

^{1,3}บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

^{1,3}Graduate School, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

²คณะพุทธศาสตร์, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

²Faculty of Buddhism, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

¹Corresponding author, e-mail: Duangdee.aot@mcu.ac.th

Received October 6, 2025; Revised December 28, 2025; Accepted: April 25, 2026

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาปัญหาเกี่ยวกับพันธะทางจริยธรรมของการครองคู่ชีวิตตามหลักพุทธธรรม 2) ศึกษาการพัฒนาารูปแบบดังกล่าว 3) นำเสนอรูปแบบการสร้างเสริมพันธะทางจริยธรรม โดยใช้การวิจัยเชิงคุณภาพ ผ่านการศึกษาเอกสารและการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้เชี่ยวชาญด้านพระพุทธศาสนา 6 ท่าน และผู้มีประสบการณ์ชีวิตคู่ 10 ท่าน ผลการวิจัยพบว่า ความสัมพันธ์คู่ชีวิตในปัจจุบันเผชิญความเปราะบางจากปัจจัยทางสังคม เศรษฐกิจ และค่านิยม วิธีการสร้างเสริมพันธะทางจริยธรรม ได้แก่ การให้เกียรติซึ่งกันและกัน ความซื่อสัตย์ ความไว้วางใจ การสนับสนุนทางจิตใจ การปรับตัวร่วมกัน และการมีเป้าหมายชีวิตคู่ร่วมกัน โดยมีพุทธธรรมเป็นรากฐานสำคัญ ได้แก่ ฆราวาสธรรม สมชีวิตรม สังคหวัตถุ 4 และทศ 6 ซึ่งล้วนเป็นแนวทางในการพัฒนาความสัมพันธ์ให้มั่นคง ยั่งยืน และมีคุณธรรม ผลการสังเคราะห์นำไปสู่การเสนอ COUPLE Model ซึ่งประกอบด้วย Compassion, Obligation, Understanding, Patience, Love และ Effort เป็นการบูรณาการหลักพุทธธรรมกับแนวคิดจิตวิทยาครอบครัว เพื่อสร้างความสมดุลทั้งกาย จิตใจ และคุณธรรม ทำให้การครองชีวิตคู่มีได้ตั้งอยู่เพียงบนความรัก แต่บน “การฝึกฝนร่วมกัน” ด้วยสติและปัญญา อันนำไปสู่ความสุขและความยั่งยืนของชีวิตคู่

คำสำคัญ: การครองชีวิตคู่; พันธะทางจริยธรรม; หลักพุทธธรรม

Abstract

This research article aimed to study 1) study the model for enhancing ethical obligation of the couple based on Buddhist Principles, 2) study the development of the model for enhancing ethical obligation of the couple based on Buddhist



principles, 3) to present the model for enhancing ethical responsibility of the couple based on Buddhist principles. This research employs a qualitative methodology through documentary research and in-depth interviews. The target group for interviews consisted of six Buddhist scholars and ten individuals with direct experience in marital life, selected through purposive sampling. The research results were found as follows that modern marital relationships are increasingly fragile due to social, economic, and cultural challenges. Strengthening ethical commitment requires mutual respect, honesty, trust, emotional support, adaptability, and shared life goals. Buddhist teachings provide a vital foundation, particularly the Four Virtues of the Householder, the Four Principles of Harmonious Living, the Four Bases of Social Solidarity, the Six Directions, all of which guide couples in fostering stable, sustainable, and virtuous relationships. The synthesis led to the development of the COUPLE Model—Compassion, Obligation, Understanding, Patience, Love, and Effort—integrating Buddhist principles with family psychology. This model emphasizes balance in body, mind, and morality, showing that sustainable marital love is not merely an emotion, but a process of mutual cultivation grounded in mindfulness and wisdom, leading to enduring happiness and stability in married life.

Keywords: Marital Life; Ethical Obligation; Buddhist Principles

บทนำ

การพัฒนาประเทศสู่ความสมดุลและความยั่งยืน จำเป็นต้องมุ่งเน้นการพัฒนาทุนมนุษย์ควบคู่กับการเสริมสร้างโครงสร้างทางสังคมที่เข้มแข็ง เพื่อให้สามารถรองรับการเปลี่ยนแปลงในศตวรรษที่ 21 ได้อย่างมีประสิทธิภาพ อย่างไรก็ตาม สังคมไทยในปัจจุบันกำลังเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมและอิทธิพลของโลกาภิวัตน์ ซึ่งทำให้ผู้คนมุ่งแสวงหาความสุขส่วนบุคคลผ่านเครือข่ายสังคมออนไลน์ ส่งผลให้ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวลดน้อยลง การอยู่ร่วมกันในลักษณะต่างคนต่างอยู่ก่อให้เกิดความเปราะบางในสัมพันธภาพ และนำไปสู่ปัญหาสังคมที่ซับซ้อนมากยิ่งขึ้น (สำนักงานการวิจัยแห่งชาติ, 2560) ครอบครัวถือเป็นสถาบันพื้นฐานที่สำคัญของสังคม ทำหน้าที่ในการหล่อหลอมและสร้างสมาชิกใหม่ผ่านการอยู่ร่วมกันของสามีภรรยา ความมั่นคงของครอบครัวขึ้นอยู่กับความสามารถในการปรับตัวต่อปัญหาและความขัดแย้ง หากคู่ชีวิตมีความอดทนและสามารถแก้ไขปัญหาร่วมกันได้ ย่อมก่อให้เกิดครอบครัวที่มั่นคง แต่หากปราศจากความอดทน ความสัมพันธ์ดังกล่าวอาจนำไปสู่ความแตกแยกและการหย่าร้าง ซึ่งนับเป็นปัญหาสำคัญที่กระทบต่อความมั่นคงของสังคมโดยรวม (กรมการปกครอง, 2565)

จากรายงานของสำนักทะเบียนราษฎร กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย ซึ่งประมวลผลโดยกองพัฒนาข้อมูลและตัวชี้วัดสังคม สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ พบว่าในช่วงปี พ.ศ. 2560–2564 มีอัตราการหย่าร้างเพิ่มสูงขึ้นจนเกือบครึ่งหนึ่งของคู่สมรสทั้งหมด และจากข้อมูลของสำนักบริหารทะเบียน กรมการปกครอง ระบุว่าในปี พ.ศ. 2565 มีจำนวนคู่หย่าร้างมาก

ถึง 146,159 คู่ (กรมการปกครอง, 2565) โดยมีสาเหตุหลักของการหย่าร้าง คือ (1) ความรุนแรงในครอบครัว (2) การนอกใจ (3) การไม่รับผิดชอบต่อครอบครัว และ (4) ปัญหายาเสพติด (ไทยรัฐออนไลน์, 2566) ทั้งนี้ ยังมีสาเหตุอื่นๆ ประกอบ เช่น ความแตกต่างทางวัฒนธรรม ปัญหาเศรษฐกิจ การขาดการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ และความคาดหวังที่ไม่สอดคล้องกัน ปัญหาการหย่าร้างไม่เพียงกระทบต่อคู่สมรส แต่ยังส่งผลต่อบุตร ครอบครัวขยาย และสังคมโดยรวม โดยเฉพาะการลดลงของความเข้มแข็งทางศีลธรรมและคุณธรรม ปัจจัยเหล่านี้สะท้อนถึงการเสื่อมถอยของคุณธรรมและจริยธรรมในการดำเนินชีวิตคู่ รวมทั้งความอ่อนแอของสถาบันครอบครัวและชุมชนที่ไม่สามารถทำหน้าที่เป็นกลไกควบคุมพฤติกรรมทางศีลธรรมได้ดังเช่นในอดีต ครอบครัวไทยในอดีตมีความเป็นปึกแผ่น มีการอบรมเลี้ยงดูและควบคุมพฤติกรรมของสมาชิกให้อยู่ในกรอบศีลธรรม แต่ในปัจจุบันครอบครัวจำนวนมากกลับขาดความมั่นคง เนื่องจากแรงกดดันทางเศรษฐกิจและการดำเนินชีวิตที่แข่งขันสูง ส่งผลให้คู่ชีวิตไม่สามารถควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมได้ เกิดการทะเลาะเบาะแว้ง ขาดความอดทน และไม่เสียสละซึ่งกันและกัน (พระณรงค์ฤทธิ์เทพ จานิสโร และพูนศักดิ์ กมล, 2568) ปัญหาหลักที่ปรากฏเด่นชัดคือ การขาดคุณธรรมและจริยธรรม ในการครองคู่

การสร้างเสริมพันธะทางจริยธรรม หมายถึง กระบวนการพัฒนาความผูกพันระหว่างบุคคลบนพื้นฐานของคุณค่า ศีลธรรม ความรับผิดชอบ และความตระหนักในหน้าที่ต่อกัน มิใช่ยึดเพียงอารมณ์ ความรัก หรือผลประโยชน์ส่วนตน แต่เน้นความสัมพันธ์ที่มีความมั่นคง ยั่งยืน และเกื้อกูลกันทั้งทางกาย ใจ และสังคม มีแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวข้องได้แก่ จริยธรรมเชิงคุณค่า (Virtue Ethics) เน้นการปลูกฝังคุณธรรม เช่น ความซื่อสัตย์ ความอดทน ความรับผิดชอบ ความสัมพันธ์จะมั่นคงได้เมื่อคู่สัมพันธ์มีคุณธรรมร่วมกัน ทฤษฎีความผูกพัน (Attachment Theory) เชื่อว่าความผูกพันที่มีความมั่นคง ต้องตั้งอยู่บนความไว้วางใจ ความเอาใจใส่ และความรับผิดชอบ ซึ่งสอดคล้องกับมิติทางจริยธรรม ทฤษฎีพันธะทางสังคม (Social Bond Theory) เชื่อว่า ความผูกพันที่เกิดจากคุณค่าบรรทัดฐาน และพันธะทางศีลธรรม จะช่วยลดความขัดแย้งและพฤติกรรมบ่อนทำลายความสัมพันธ์ ในพุทธศาสนา ความสัมพันธ์ระหว่างคู่ครอง มิได้ตั้งอยู่บนอารมณ์ความรักเพียงอย่างเดียว แต่ตั้งอยู่บนพันธะทางธรรม กล่าวคือ การผูกพันกันด้วยคุณธรรม หน้าที่ และความรับผิดชอบซึ่งกันและกัน อันเป็นเหตุให้ความสัมพันธ์ดำรงอยู่อย่างมั่นคงและยั่งยืน หลักคตินี้อาจสรุปเป็น ทฤษฎีเชิงพุทธว่าด้วยพันธะทางจริยธรรม คู่ครองที่ขัดแย้งจากความไม่เข้าใจกัน เช่น การนำหลักฆราวาสธรรมมาใช้ จะเริ่มจากพูดความจริงอย่างไม่ทำร้าย ควบคุมอารมณ์ตนเอง อดทนต่อกระบวนการปรับตัวของอีกฝ่าย ยอมลดความเออาชนะ ผลคือ พันธะทางจริยธรรมค่อยๆ เพิ่มขึ้น และความรักกลับมามีความหมายเชิงคุณธรรม ทฤษฎีการสร้างเสริมพันธะทางจริยธรรมเชิงพุทธศาสนา คือแนวคิดที่มองความสัมพันธ์เป็น กระบวนการฝึกตนร่วมกันทางจริยธรรม โดยอาศัยหลักธรรมเป็นกรอบกำกับ ไม่ใช่อารมณ์เป็นศูนย์กลาง จึงเหมาะสมอย่างยิ่งสำหรับใช้เป็นฐานทฤษฎีในการศึกษาหรือแก้ปัญหาคู่ครองในระยะยาว แนวคิดการสร้างเสริมพันธะทางจริยธรรม นิยมนำมาใช้ในการแก้ปัญหาคู่ครองอย่างแพร่หลาย โดยเฉพาะในงานจิตวิทยาครอบครัว การให้คำปรึกษาคู่สมรส และแนวคิดจิตวิทยาเชิงคุณธรรม เพราะช่วยลดการมองความสัมพันธ์แบบแลกเปลี่ยนผลประโยชน์ สร้างความรับผิดชอบร่วมกัน ส่งเสริมความอดทนและการให้อภัย ทำให้คู่ครองมองปัญหาเป็นเรื่องของเราร่วมกันรับผิดชอบมากกว่า ความผิดของอีกฝ่าย ดังนั้น การสร้างเสริมพันธะทางจริยธรรม คือหัวใจของความสัมพันธ์ที่



ยั่งยืน ทั้งในมุมมองตะวันตกและพุทธศาสนา และเป็นแนวคิดสำคัญที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการแก้ปัญหาครอบครัวได้อย่างมีประสิทธิภาพ เมื่อเน้นการพัฒนาคุณธรรมภายในควบคู่กับการสื่อสารและความเข้าใจซึ่งกันและกัน

การสร้างเสริมพันธะทางจริยธรรมของการครองคู่ชีวิตตามหลักพุทธธรรมถูกนำมาใช้กับการครองคู่เพื่อให้เกิดความสุขในการสร้างครอบครัวที่มั่นคง หากคนสองคนมาใช้ชีวิตร่วมกันตั้งต้นสามิภรรยาขาดการประพฤติธรรมหลักจริยธรรม โดยเอาตนเป็นที่ตั้ง สนใจแต่ผลประโยชน์ส่วนตน ไม่ใส่ใจหลักธรรมคำสอน และไม่ประพฤติปฏิบัติ ไม่นานปัญหาต่างๆ ย่อมเกิดขึ้น เช่น การเห็นแก่กาม กิเลส การนอกใจ ไม่ซื่อสัตย์ต่อกัน ไม่เอาใจใส่กัน การติดอามมุข ปัญหาการใช้จ่ายรายวัน เป็นต้น ก่อให้เกิดการหย่าร้างกันขึ้น ดังนั้น การครองคู่ชีวิตในมิติทางพระพุทธศาสนาหมายเอาคู่ที่เป็นคู่ร่วมทุกข์ร่วมสุขกัน ไม่ทอดทิ้งกันในยามลำบาก ไม่ได้วัดกันที่ปัจจัยภายนอก เช่น ฐานะ ตระกูล ยศ ตำแหน่ง เป็นต้น พระพุทธศาสนาในฐานะรากฐานทางวัฒนธรรมและจิตวิญญาณของสังคมไทย มีหลักคำสอนที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้เพื่อเสริมสร้างพันธะทางจริยธรรมของชีวิตคู่ได้อย่างลึกซึ้ง โดยเฉพาะหลัก ขรวาธธรรม 4 ซึ่งเน้นความซื่อสัตย์ การควบคุมตน ความอดทน และการเสียสละ (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 15 ข้อที่ 246 หน้าที่ 351-354 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) หลักสมชีวิธรรม ที่สอนให้คู่ครองดำรงชีวิตอย่างสมดุล เสมอภาค และรับผิดชอบต่อกัน (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 21 ข้อที่ 258 หน้าที่ 375-376 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) รวมทั้งหลัก สหสารันโดษ ที่เน้นความพอใจในคู่ครองของตน ไม่แสวงหาความสุขทางเพศนอกสมรส (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 37 ข้อที่ 97 หน้าที่ 339 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) หลักธรรมเหล่านี้ถือเป็นแนวทางเชิงป้องกันที่สามารถช่วยลดความขัดแย้ง สร้างความมั่นคง และเสริมสร้างความสุขในชีวิตคู่ สังคหวัตถุ 4 ซึ่งช่วยสร้างความผูกพัน ความไว้วางใจ และความสามัคคีในชีวิตคู่และครอบครัว (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 21 ข้อที่ 32 หน้าที่ 50 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ทิศ 6 หลักการดำเนินชีวิตที่กำหนดความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล โดยเฉพาะทิศเบื้องหลัง คือ ความสัมพันธ์ระหว่างสามิภรรยา ที่เน้นความเคารพ ความซื่อสัตย์ และการเกื้อกูลกัน (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 11 ข้อ 269 หน้าที่ 214 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) หลักมงคลชีวิต แนวทางการดำเนินชีวิตที่นำไปสู่ความเจริญและความสุข เช่น ความกตัญญูต่อบิดามารดา การเกื้อกูลบุตรและภรรยา การประพฤติธรรม และการมีชีวิตคู่ที่ตั้งอยู่บนคุณธรรม (สิริคุตโต ภิกขุ, 2558) หลักธรรมเหล่านี้หากนำมาปรับใช้ในชีวิตคู่ จะเป็นพลังภายในที่เสริมสร้างจิตสำนึกด้านความรับผิดชอบ ความอดทน การให้อภัย และการเคารพซึ่งกันและกัน อันจะช่วยป้องกันความขัดแย้ง ลดอัตราการหย่าร้าง และเสริมสร้างครอบครัวให้มั่นคง

จากสภาพปัญหาที่กล่าวมา การศึกษารูปแบบการสร้างเสริมพันธะทางจริยธรรมของการครองคู่ชีวิตตามหลักพุทธธรรมจึงมีความสำคัญ เพราะสามารถช่วยได้ทั้งในเชิง ครอบครัว ลดการหย่าร้าง เพิ่มความมั่นคงของครอบครัว สังคม สร้างเครือข่ายสังคมที่เกื้อกูลและมีศีลธรรม และ พุทธธรรมประยุกต์ใช้หลักธรรมให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตร่วมสมัย งานวิจัยนี้จึงตอบโจทย์สำคัญ คือ การสร้างความเข้าใจในธรรมชาติของชีวิตคู่และการพัฒนารูปแบบที่นำไปประยุกต์ใช้จริง เพื่อส่งเสริมความมั่นคง ยั่งยืน และความสุขในชีวิตคู่ อันจะเป็นรากฐานของการพัฒนาสังคมโดยรวมต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาปัญหาเกี่ยวกับพันธะทางจริยธรรมของการครองคู่ชีวิตตามหลักพุทธธรรม
2. เพื่อศึกษาพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมพันธะทางจริยธรรมของการครองคู่ชีวิตตามหลักพุทธธรรม
3. เพื่อนำเสนอรูปแบบการสร้างเสริมพันธะทางจริยธรรมของการครองคู่ชีวิตตามหลักพุทธธรรม

ระเบียบวิธีวิจัย

งานวิจัยนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) โดยผู้วิจัยได้ทำการศึกษา ค้นคว้าข้อมูลในด้านเนื้อหาเอกสาร การศึกษาวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) และ สัมภาษณ์ (In-depth Interview) กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญเชิงลึก (Key Informants) เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับการสร้างเสริมพันธะทางจริยธรรมของการครองคู่ชีวิตตามหลักพุทธธรรม โดยใช้วิธีการ เก็บรวบรวมข้อมูล จากนั้นจึงนำข้อมูลเพื่อทำการเรียบเรียงและวิเคราะห์ข้อมูลตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ โดยมีขั้นตอนการดำเนินการดังนี้

1. การศึกษาวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) มุ่งเน้นการศึกษาที่รวบรวม ข้อมูล จากหนังสือ เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการสร้างเสริมพันธะทางจริยธรรมของ คู่ชีวิตตามหลักพุทธธรรมโดยมีขั้นตอน ดังนี้

- 1) ศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลจาก หนังสือ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้ชีวิตคู่ทั้งในมิติทาง พระพุทธศาสนาและทางสังคม
- 2) รวบรวม วิเคราะห์ข้อมูลจากหนังสือ งานวิจัย เพื่อนำมาวิเคราะห์
- 3) วิเคราะห์ข้อมูลจากงานด้านเอกสารที่เกี่ยวข้องเพื่อนำไปพัฒนาการสร้างเสริมพันธะทาง จริยธรรมของการครองคู่ชีวิตตามหลักพุทธธรรม

2. การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยดำเนินการดังนี้

1) การสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างที่ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน 16 รูป/คน ซึ่งจำนวน 6 ท่าน เป็น นักวิชาการด้านพระพุทธศาสนา เพราะนักวิชาการจะช่วยให้ได้มุมมองเชิงหลักธรรม ส่วนคู่ชีวิตจะ ช่วยให้ข้อมูลเชิงประสบการณ์ที่แท้จริง การเลือกผู้ให้ข้อมูลใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยคำนึงถึงความรู้ ประสบการณ์ และความเชี่ยวชาญที่เกี่ยวข้องกับประเด็นที่ศึกษา เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ประจักษ์ยิ่งขึ้น

2) ประมวลผลข้อมูลจากการสัมภาษณ์ ผู้ให้ข้อมูลเชิงคุณภาพ แล้วนำมาวิเคราะห์ สังเคราะห์ เพื่อการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมพันธะทางจริยธรรมของการครองคู่ชีวิตตามหลักพุทธธรรม

3) จัดทำสรุปองค์ความรู้เกี่ยวกับการสร้างเสริมพันธะทางจริยธรรมของการครองคู่ชีวิตตาม หลักพุทธธรรม

ผลการศึกษา

1. วัตถุประสงค์ข้อที่ 1 พบว่า ปัญหาความสัมพันธ์ของคู่ชีวิตในปัจจุบันมีความเปราะบาง เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องโดยเฉพาะในบริบทของสังคมไทยที่มีอุปสรรคในการสร้างเสริมพันธะทาง



จริยธรรม คือ อิทธิพลทางสังคมและวัฒนธรรม ความแตกต่างทางวัฒนธรรมและเชื้อชาติ ปัญหาทางเศรษฐกิจ บทบาททางเพศและค่านิยมทางสังคม ความสูญเสียความเป็นส่วนตัวและเวลา ทั้งนี้ วิธีสร้างเสริมพันธะทางจริยธรรมในการครองชีวิตที่มั่นคงและยั่งยืน ได้แก่ การเคารพและการให้เกียรติซึ่งกันและกัน พื้นฐานสำคัญของพันธะทางจริยธรรม คือการยอมรับและเคารพในความแตกต่างทั้งในด้านความคิด ทักษะ และบุคลิกภาพ ซึ่งจะช่วยลดความขัดแย้งและสร้างความเข้าใจ ความซื่อสัตย์และความไว้วางใจ ซึ่งเป็นรากฐานของความสัมพันธ์ที่มั่นคง การสนับสนุนทางจิตใจและอารมณ์ อันเป็นที่พึ่งพิงซึ่งกันและกันในยามลำบาก การยอมรับและปรับตัวร่วมกัน เป็นการปรับตัวเพื่อความเข้าใจและอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข และการมีเป้าหมายร่วมกันในชีวิต เช่น การสร้างครอบครัวที่มั่นคง การวางแผนการเงิน เป็นต้น ดังนั้น การสร้างเสริมพันธะทางจริยธรรมของการครองชีวิตคู่เป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยให้ความสัมพันธ์มั่นคงและยั่งยืน คู่ชีวิตควรยึดหลักความซื่อสัตย์และความไว้วางใจซึ่งกันและกัน พร้อมทั้งให้เกียรติและเคารพความคิดเห็นของอีกฝ่าย การสื่อสารอย่างเปิดใจและจริงใจช่วยลดความขัดแย้งและเสริมสร้างความเข้าใจ นอกจากนี้ การอดทนและให้อภัยเป็นกุญแจสำคัญในการรักษาความสัมพันธ์ให้ยืนยาว อีกทั้งควรมีความรับผิดชอบต่อบทบาทหน้าที่ของตนเองในครอบครัว รวมถึงการหลีกเลี่ยงอบายมุขและพฤติกรรมที่อาจส่งผลเสียต่อชีวิตคู่ การร่วมกันพัฒนาและสนับสนุนกันในทุกด้านจะทำให้ชีวิตคู่ดำเนินไปอย่างราบรื่นและมีความสุข

2. วัตถุประสงค์ข้อที่ 2 พบว่า พุทธธรรมเป็นเครื่องมือที่ทรงพลังในการหล่อหลอมชีวิตคู่ให้เกิดความมั่นคงภายใน โดยเฉพาะหลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับการสร้างเสริมพันธะทางจริยธรรมของการครองชีวิต รากฐานของชีวิตที่สำคัญของการอยู่ร่วมกัน คือ ศีล 5 เป็นหลักพื้นฐานแห่งการครองตน เป็นรากฐานของการครองตนเพื่อชีวิตคู่ที่มั่นคง เพื่อรับประกันชีวิตทั้งคู่ว่า มีความรักความเมตตาต่อกัน จะไม่ทำร้ายร่างกายและจิตของกันและกัน ซื่อสัตย์ไม่คดโกง ไม่นอกใจ มีเวลาค่าพูดที่ดีและจริงใจต่อกัน ขณะที่เบญจธรรม (ธรรม 5 ประการ) เป็นหลักของการควบคุมจิตใจเพื่อให้ชีวิตมีคุณธรรม เช่น ความละอายและเกรงกลัวต่อบาป การรู้จักประมาณในชีวิตและการมีสติสัมปชัญญะในการดำรงตน และการหลีกเลี่ยงอบายมุขอันเป็นเหตุนำมาซึ่งความเสื่อม ได้แก่ การติดสุราเมรัย การพนัน เที่ยวกลางคืน คบคนชั่วเป็นมิตร เกียจคร้าน หลักธรรมที่ช่วยในการสร้างเสริมพันธะชีวิตคู่ ได้แก่ หลักพรวาสธรรม อันเป็นหลักสำหรับครองชีวิตให้รู้จักมีความซื่อสัตย์ ช่มและควบคุมจิตใจ มีใจเสียสละสมชีวิตธรรมเป็นหลักที่เน้นการสร้างความสมดุลของชีวิตคู่อย่างกลมกลืน คือ การมีศรัทธา ศีล จาคะ และปัญญา ที่เท่าเทียมกัน หลักสทาร์สันโดษ มีความพอใจในคู่ของตน เป็นรากฐานของการอยู่ร่วมกันอย่างยั่งยืน ขณะเดียวกันนั้น หลักธรรมที่เป็นแนวทางในการพัฒนาและรักษาความสัมพันธ์ ได้แก่ สังคหวัตถุ 4 ได้แก่ ทาน ปิยวาจา อตถจริยาและสมานัตตตา เป็นหลักธรรมที่เน้นการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน การเข้าถึงใจผู้อื่นและการประคับประคองสัมพันธ์ภาพเชิงจิตใจ นอกจากนี้ ทิศ 6 ในพระพุทธศาสนา ยังเน้นบทบาทและหน้าที่ของชีวิตคู่ที่มีต่อกัน เช่น สามัคคีให้เกียรติดูแลไม่ประมาทและเลี้ยงดูรกรงอย่างเสมอภาค ขณะที่ภรรยาที่มีบทบาทในการดูแลครอบครัวรักษาทรัพย์สินและให้เกียรติสามีในฐานะผู้นำครอบครัวตามหลักกุลรัฏฐิทธิธรรม และภริยาหมักตถสังวัตตนิธรรม ที่สร้างความเจริญให้กับชีวิตคู่ และหลักมงคลชีวิต เป็นหลักการครองคู่ให้มีสุข หลักธรรมเหล่านี้จึงมิใช่เพียงคำสอนเชิงศีลธรรมเท่านั้นหากแต่เป็นระบบคุณค่าที่สามารถนำมาปรับใช้เพื่อเสริมสร้างพันธะทางจริยธรรมในชีวิตคู่ได้อย่างลึกซึ้งและยั่งยืน

3. วัตถุประสงค์ข้อที่ 3 พบว่า จากการสังเคราะห์ข้อมูลและการวิเคราะห์เชิงเอกสาร ผู้วิจัยเสนอรูปแบบ COUPLE ซึ่งเป็นการบูรณาการหลักพุทธธรรมกับแนวคิดทางจิตวิทยาครอบครัวเพื่อพัฒนาโครงสร้างของชีวิตคู่ในลักษณะที่มีความสมดุลทั้งทางกาย จิตใจ และคุณธรรม การบูรณาการ COUPLE Model สู่การครองรักที่ยั่งยืน ชี้ให้เห็นว่าการครองรักอย่างยั่งยืนมิได้ตั้งอยู่บนความรู้สึกรักเท่านั้น แต่ต้องมีความเข้าใจในโครงสร้างของความสัมพันธ์ โดยเน้นความสมดุลระหว่าง ภาวะภายใน กับ บทบาทภายนอก ซึ่งจะนำไปสู่การครองชีวิตคู่อย่างมี “สติ ปัญญา และธรรมะ” เป็นฐาน ความรักที่มั่นคงจึงไม่ใช่เพียง “ความรู้สึกร่วมกัน” แต่เป็น “การฝึกฝนร่วมกัน” เพื่อเจริญงอกงามไปด้วยกันตลอดชีวิต และยังเป็นกรอบแนวทางที่ช่วยให้การครองคู่ชีวิต เข้าใจหน้าที่ตนเองและคู่ชีวิต สร้างสายใยแห่งความรักที่มั่นคง พัฒนาจิตใจและชีวิตคู่ให้มีความสุขแท้จริง โดยความรักไม่ใช่แค่ “รู้สึกดี” แต่คือ การฝึกฝนชีวิตร่วมกันด้วยธรรมะ รูปแบบ COUPLE Model ประกอบด้วยหลักธรรม 6 ประการ ทำหน้าที่เป็น “กลไกสนับสนุน” (supporting mechanisms) เพื่อเสริมความสมบูรณ์ของแต่ละมิติ COUPLE ให้ครอบคลุมทั้งด้านจิตใจ พฤติกรรม และความสัมพันธ์เชิงสังคม เมื่อทั้งสององค์ประกอบถูกบูรณาการอย่างสมดุล จะก่อให้เกิด พันธะทางจริยธรรม ที่มั่นคงและยั่งยืนในชีวิตคู่ ซึ่งสามารถนำไปใช้ทั้งในเชิงการให้คำปรึกษาคู่ชีวิต การจัดหลักสูตรอบรมคู่สมรส และการพัฒนานโยบายเสริมสร้างสถาบันครอบครัว หลักการสำคัญของแนวคิดองค์รวม ดังนี้

1) การบูรณาการเชิงจิตใจและหน้าที่ (Internal-External Integration) COUPLE Model ทำหน้าที่สะท้อนคุณค่าทางจิตใจ เช่น ความรัก ความเข้าใจ ขณะที่หลักพุทธธรรมแสดงบทบาทหน้าที่ และความสัมพันธ์ทางสังคม คู่รักจึงต้องพิจารณาทั้งสองด้านควบคู่กัน ไม่ใช่เน้นแต่ “รู้สึกดี” โดยไม่ “ทำหน้าที่”

2) การพัฒนาอย่างต่อเนื่อง (Ongoing Development) ความสัมพันธ์มิใช่สิ่งที่มั่นคงโดยธรรมชาติ แต่ต้อง “เพียรสร้างและดูแล” อย่างต่อเนื่อง ซึ่งสอดคล้องกับหลัก “ความเพียร” (Effort) การประเมิณและการปรับตัวร่วมกัน (Collaborative Reflection and Adaptation) คู่รักต้องร่วมกันประเมินจุดแข็ง-จุดอ่อน ในแต่ละมิติของความสัมพันธ์ เช่น มีเมตตากันหรือไม่ รับฟังกันพอหรือไม่ เป็นต้น แล้ววางแผนพัฒนาโดยมีหลักธรรมเป็นกรอบในการพิจารณาว่าอะไรคือ “ความเหมาะสม” และ “ความเจริญ”

3) การตั้งอยู่ในหลักธรรม (Dharmic Grounding) ชีวิตคู่ที่มั่นคงจำเป็นต้องมีฐานของ “ธรรม” ไม่ใช่เพียงอารมณ์รัก เพราะธรรมะช่วยสร้าง กรอบคุณธรรม ที่ทั้งสองฝ่ายสามารถอ้างอิงร่วมกันได้เมื่อต้องตัดสินใจในเรื่องสำคัญ หรือเมื่อต้องเผชิญความขัดแย้ง

แนวคิดองค์รวมของการบูรณาการ COUPLE Model กับ 6 หลัก สู่การครองรักที่ยั่งยืน ชี้ให้เห็นว่าการครองรักอย่างยั่งยืนมิได้ตั้งอยู่บนความรู้สึกเท่านั้น แต่ต้องมีความเข้าใจในโครงสร้างของความสัมพันธ์ โดยเน้นความสมดุลระหว่าง “ภาวะภายใน” กับ “บทบาทภายนอก” ซึ่งจะนำไปสู่การครองชีวิตคู่อย่างมี “สติ ปัญญา และธรรมะ” เป็นฐาน ความรักที่มั่นคงจึงไม่ใช่เพียง “ความรู้สึกร่วมกัน” แต่เป็น “การฝึกฝนร่วมกัน” เพื่อเจริญงอกงามไปด้วยกันตลอดชีวิต และยังเป็นกรอบแนวทางที่ช่วยให้การครองคู่ชีวิต เข้าใจหน้าที่ตนเองและคู่ชีวิต สร้างสายใยแห่งความรักที่มั่นคง พัฒนาจิตใจและชีวิตคู่ให้มีความสุขแท้จริง โดยความรักไม่ใช่แค่ “รู้สึกดี” แต่คือ “การฝึกฝนชีวิต



ร่วมกันด้วยธรรมะ” คุณลักษณะของผู้ประกอบการเปลี่ยนแปลงบนรากฐานคุณธรรมจริยธรรม คือ 1) มีหลักคุณธรรม 2) สร้างสรรค์ 3) สามัคคี รักชาติรักชุมชน

อภิปรายผลการวิจัย

1. ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 พบว่า สังคมสมัยใหม่มีแนวโน้มที่บุคคลจะแยกตัวจากระบบค่านิยมเดิม และมุ่งเน้นอัตลักษณ์ส่วนบุคคล ส่งผลให้การแต่งงานมิได้ยึดโยงกับจริยธรรมแบบดั้งเดิมอีกต่อไป ในสังคมไทยการแปรเปลี่ยนจากครอบครัวขยายไปสู่ครอบครัวเดี่ยว ประกอบกับอิทธิพลของสื่อและบริโภคนิยม ทำให้คู่ชีวิตจำนวนมากขาดทักษะการอยู่ร่วมกันอย่างมีจริยธรรม ส่งผลให้การครองคู่ชีวิตมักจะประสบกับสภาพปัญหาของครอบครัว ซึ่งสอดคล้องกับวิจัยของพระครูอาทรกิจจารักษ์ พบว่า สภาพปัญหาครอบครัวไทยปัจจุบันมีสาเหตุภายนอก คือ การเปลี่ยนแปลงและพัฒนาเศรษฐกิจสังคมการสื่อสารเทคโนโลยี ฯลฯ และสาเหตุภายใน คือ สามิภรรยาผู้เป็นหัวหน้าครอบครัวประพฤติผิดใจต่อกัน (พระครูอาทรกิจจารักษ์, 2561) และสอดคล้องงานบทความของพระปกาสิต สีลวฑฺฒโน พบว่า สภาพปัญหาการทำหน้าที่ของสามิภรรยาในสังคมไทยปัจจุบัน ได้แก่ ปัญหาของการทำหน้าที่ มี 4 ประการ คือ 1) ปัญหาการไม่ทำหน้าที่ในฐานะสามิภรรยาในทิศเบื้องหลัง (ปัจฉิมทิศ) 2) ปัญหาการประพฤติผิดใจ 3) ปัญหาการไม่ช่วยเหลือในการงานของกันและกัน และ 4) ปัญหาการใช้ชีวิตไม่เสมอกัน (พระปกาสิต สีลวฑฺฒโน, 2566) ซึ่งหลักธรรมสำคัญที่เป็นรากฐานของการสร้างพันธะทางจริยธรรมของคู่ชีวิต ได้แก่ ขรวาสาธรรม 4 คือ สัจจะ ความซื่อสัตย์ ทมะ การข่มใจ ขันติ ความอดทน จาคะ การเสียสละ ซึ่งสอดคล้องกับหนังสือของ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตโต) ที่ได้สรุปว่า หลักธรรมเท่าที่แสดงมานี้ส่วนใหญ่เป็นข้อปฏิบัติที่แสดงออกมาภายนอก การแสดงออกภายนอกในทางที่ดีงามเช่นนี้ย่อมต้องอาศัยมีคุณธรรมต่างๆ เป็นพื้นฐานอยู่ในจิตใจ ที่จะช่วยให้คงรักษาข้อปฏิบัติเหล่านี้ไว้ได้มั่นคงยั่งยืน และด้วยความจริงใจ ด้วยเหตุนี้ผู้ครองเรือนจึงต้องมีคุณธรรมสำหรับรักษาความสัมพันธ์อันดีนี้ไว้เป็นหลักในใจที่เรียกว่า ขรวาสาธรรม (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตโต), 2555) และสอดคล้องกับหนังสือของชัยวัฒน์ อัตพัฒน์ ที่ได้อธิบายว่าเป็นคุณธรรมพื้นฐานของผู้ครองเรือนที่จะช่วยให้ความสัมพันธ์มั่นคงและยั่งยืน (ชัยวัฒน์ อัตพัฒน์, 2529) นอกจากนี้ สมชีวิธรรม 4 คือ สมสัทธา สมสילה สมจาคา สมปัญญา สอดคล้องกับผลการวิจัยของพระครูสมุห์นพดล ปิยธมโม ก็เป็นหลักเสริมที่ช่วยสร้างความเสมอภาคในความเชื่อ ศีลธรรม การเสียสละ และปัญญาระหว่างคู่สมรส (พระครูสมุห์นพดล ปิยธมโม, 2561) สอดคล้องกับผลการวิจัยของแม่ชีสุขุมสิริ จุยมณี พบว่า การละเลยขรวาสาธรรมเป็นสาเหตุสำคัญของการหย่าร้าง (แม่ชีสุขุมสิริ จุยมณี, 2560) ขณะที่โสภณ จาเลิศ และภัทรเดช ปันชญาธนาตุล ระบุว่า การปฏิบัติตามโอวาทของธรรมาจริยและสมชีวิธรรม 4 จะช่วยป้องกันปัญหาครอบครัวและทำให้ชีวิตคู่ยืนยาวอย่างมีความสุข (โสภณ จาเลิศ และภัทรเดช ปันชญาธนาตุล, 2563)

2. ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 พบว่าการพัฒนารูปแบบต้องปรับให้เข้ากับบริบทสังคมปัจจุบัน ซึ่งเต็มไปด้วยความท้าทาย เช่น ค่านิยมการหย่าร้าง การนอกใจ ปัญหาเศรษฐกิจ และการเปลี่ยนแปลงทางเทคโนโลยี ดังนั้นการคู่ชีวิตจำเป็นต้องนำหลักธรรมมาช่วยในการสร้างเสริมสำหรับการครองเรือน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระครูสมุห์นพดล ปิยธมโม เสนอว่า คู่สมรสควรนำสมชีวิธรรมมาปรับใช้ในชีวิตประจำวัน เช่น การตัดสินใจร่วมกันอย่างมีเหตุผล การฝึกฟังอย่าง

ลึกซึ้ง และการเสียสละเพื่อประโยชน์ส่วนรวม (พระครูสมุห์นพดล ปิยะมโณ, 2561) และสอดคล้องกับ ผลการวิจัยของภูวเดช สีนทับศาล และคณะ พบว่า การเสริมสร้างความเข้มแข็งตามหลักพุทธจริย ศาสตร์ ใช้หลักสมชีวิธรรมซึ่งเป็นหลักธรรมของคู่ชีวิตที่มุ่งเน้นความประพฤติดีที่สม่ำเสมอกลมกลืนกัน ส่งผลถึงความเรียบร้อยดีงามในสังคมไทย สมาชิกทุกคนต้องมีคุณธรรมซึ่งถือว่าเป็นหลักพุทธจริย ศาสตร์ที่สำคัญและจำเป็น 4 ประการ คือ 1) สมศรัทธา การมีศรัทธาเสมอกัน 2) สมศีล การมีศีล เสมอกัน 3) สมจาค การมีความเสียสละเสมอกัน และ 4) สมปัญญา การมีปัญญาสามารถแยกถูกผิด ชั่วดีเสมอกัน พุทธจริยศาสตร์สามารถบูรณาการเสริมสร้างความเข้มแข็งให้ครอบครัวในการดำเนิน ชีวิต 3 ระดับ ประกอบด้วย 1) ระดับพื้นฐาน ศีล 5 กับ ธรรม 5 เป็นพื้นฐานความสงบเรียบร้อยตาม ของทุกคนในสังคม 2) ระดับกลาง สังคหวัตถุ 4 และทศ 6 บุคคลในครอบครัวย่อมมีหน้าที่ต้องปฏิบัติ ต่อบุคคลต่างๆ ในสังคมอันเปรียบเสมือนทศ 6 ทำให้เกิดผลดีในระดับปัจเจกชนและระดับสังคม 3) ระดับสูง ธรรมคัมภีร์ครองโลก 2 และมรรคมีองค์ 8 หลักจริยธรรมขั้นสูงนี้ เหมาะสำหรับการฝึกอบรม ระดับจิต ความละเอียดซื่อสัตย์ เป็นหนทางนำไปสู่อุรียบุคคล ซึ่งหลักพุทธจริยศาสตร์ระดับต้นและ ระดับกลาง ถือว่าเป็นองค์ความรู้ที่สามารถบูรณาการเสริมสร้างความเข้มแข็งให้กับสถาบันครอบครัว และสังคมไทยปกติสุข สงบเรียบร้อยดีงาม ส่วนจริยศาสตร์ระดับสูงเหมาะสำหรับผู้ออกเรือน ปฏิบัติ ธรรมเพื่อแสวงหาความหลุดพ้นตามนัยทางพุทธจริยศาสตร์ (ภูวเดช สีนทับศาล และคณะ, 2561) ขณะเดียวกัน สหธารสันโดษ ความพอใจในคู่ครองของตน ช่วยป้องกันปัญหาการนอกใจและเสริมสร้าง ความรักดีต่อกัน อีกทั้ง ทศ 6 ก็เป็นหลักธรรมที่กำหนดหน้าที่ของสามีภรรยาต่อกันชัดเจน ทั้งการให้ เกียรติ ยกย่อง และช่วยเหลือกัน การซื่อสัตย์ต่อคู่ของตนเอง ไม่นอกใจ แสดงความห่วงใยกันและกัน ซึ่งสอดคล้องกับ พระครูอาทรกิจจาภิรักษ์ ยังเสนอให้ผนวกสหธารสันโดษและทศ 6 เข้าในกระบวนการเลือกคู่และการใช้ชีวิตคู่ เพื่อสร้างความพอใจและความเพียงพอในชีวิตสมรส (พระ ครูอาทรกิจจาภิรักษ์, 2561) การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมพันธะทางจริยธรรม ยังสอดคล้องกับ งานวิจัยของวัฒน์ กัลยาณพัฒน์กุล และคณะ เสนอการบูรณาการหลักมงคล 38, ทศ 6, และสังคห วัตถุ 4 ในการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัว โดยเน้นให้สอดคล้องทั้งมิติด้านจิตใจและด้าน สังคม (วัฒน์ กัลยาณพัฒน์กุล และคณะ, 2560) และสอดคล้องกับข้อเสนอของรัชชัย ชัยนันท ที่เห็น ว่าทศ 6 เป็นพันธสัญญาที่ช่วยคงไว้ซึ่งความรับผิดชอบและการช่วยเหลือเกื้อกูลกัน การพัฒนาในเชิง ปฏิบัติยังต้องคำนึงถึงการสร้างระบบสนับสนุนจากสังคมรอบข้าง โดยใช้หลักพรหมวิหาร 4 และสังคห วัตถุ 4 เป็นเครื่องมือสร้างความสัมพันธ์กับชุมชน เพื่อเป็นแรงจูงใจให้ชีวิตคู่มั่นคงในระยะยาว (รัชชัย ชัยนันท, 2561)

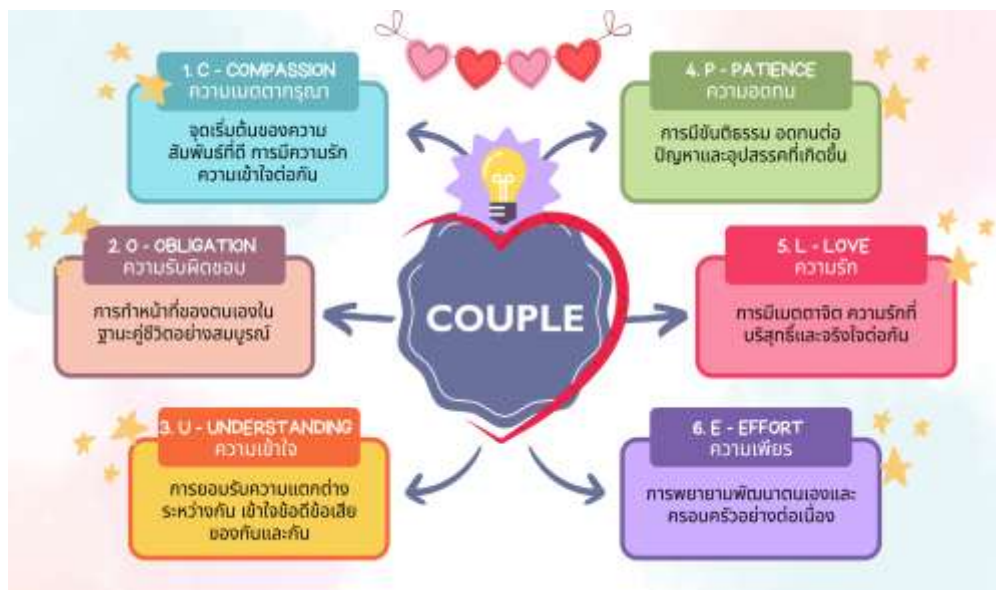
3. ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ข้อที่ 3 พบว่า จากการสังเคราะห์ข้อมูล สามารถจัดทำกรอบ แนวคิดรูปแบบการสร้างเสริมพันธะทางจริยธรรมดังนี้ 1) ฐานคุณธรรม ใช้มราวาสธรรม 4 และสมชีวิ ธรรม 4 เป็นพื้นฐานในการหล่อหลอมคุณธรรมในใจ 2) บทบาทและหน้าที่ ยึดหลักทศ 6 เพื่อกำหนด พฤติกรรมที่พึงปฏิบัติต่อกัน 3) ความมั่นคงของครอบครัว ใช้หลักมงคลชีวิต เป็นแนวทางจัดการ ทรัพย์และวางแผนครอบครัว 4) ความรักดีและพอใจในคู่ครอง ใช้สหธารสันโดษเป็นกลไกสร้างความ ซื่อสัตย์และความผูกพัน 5) การเชื่อมโยงกับสังคม ใช้สังคหวัตถุ 4 เพื่อเสริมสร้างเครือข่าย ความสัมพันธ์ในชุมชน การนำเสนอรูปแบบ COUPLE แสดงให้เห็นถึงการบูรณาการองค์ความรู้ด้าน พุทธศาสนาและจิตวิทยาความสัมพันธ์เข้าด้วยกันอย่างมีระบบ โดยมีความสอดคล้องกับทฤษฎี



Attachment Theory ของ Bystrisky ซึ่งเสนอว่าความผูกพัน (Attachment) มีผลต่อความมั่นคงทางอารมณ์ของบุคคลในระยะยาว หากความสัมพันธ์ระหว่างคู่ชีวิตตั้งอยู่บนพื้นฐานของพันธะ ความเข้าใจ และการเอื้ออาทร ย่อมทำให้เกิดความมั่นคงทางจิตใจและพฤติกรรมที่เหมาะสม (Bystrisky, 2000) กรอบนี้สอดคล้องกับข้อเสนอของภูวเดช สิ้นทับศาล และคณะ ที่มองว่าการบูรณาการหลักธรรมในระดับพื้นฐาน กลาง และสูง จะช่วยสร้างความเข้มแข็งทั้งในครอบครัวและสังคม (ภูวเดช สิ้นทับศาล และคณะ, 2561) ขณะเดียวกันก็สอดคล้องกับพระสุพัฒน์ อนาลโย ที่เน้นการใช้สมชีวิตธรรมและทศ 6 ในการแก้ปัญหาภายในครอบครัวอย่างยั่งยืน (พระสุพัฒน์ อนาลโย, 2563)

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยได้นำเสนอองค์ความรู้ใหม่จาก การนำพุทธธรรม “6 หลัก สู่การครองรักที่ยั่งยืน” และหลักการเสริมสร้างพันธะทางจริยธรรมของภรรยาตามหลัก สามี “HUSBAND” และภรรยา “WIFE” สามารถถอดรหัสเป็นองค์ความรู้ในรูปแบบการสร้างเสริมพันธะทางจริยธรรม “COUPLE Model: คู่รักตามหลักพุทธธรรม” ดังปรากฏในแผนภาพด้านล่าง ดังนี้



ภาพประกอบ 1 COUPLE Model: คู่รักตามหลักพุทธธรรม

กรอบแนวคิดนี้พัฒนาขึ้นจาก COUPLE Model ซึ่งเป็นแนวทางเชิงองค์รวม (Holistic Approach) สำหรับการสร้างและธำรงความสัมพันธ์คู่ชีวิตให้ยั่งยืน โดยเน้นการพัฒนาคุณลักษณะเชิงจิตใจและพฤติกรรมของคู่ครองใน 6 มิติ คำอธิบายความหมายของ COUPLE Model: คู่รักตามหลักพุทธธรรม มีความหมายดังนี้

C – Compassion หมายถึง ความเมตตา กรุณา คือ ความเมตตา กรุณาเป็นจุดเริ่มต้นของความสัมพันธ์ที่ดี

O - Obligation หมายถึง ความรับผิดชอบ คือ ความรับผิดชอบต่อบทบาทและหน้าที่ในความสัมพันธ์

U - Understanding หมายถึง ความเข้าใจ คือ ความสามารถในการยอมรับและเคารพในความแตกต่างระหว่างบุคคล ทั้งในด้านความคิด ความเชื่อ ค่านิยม และวิธีการแก้ปัญหา

P - Patience หมายถึง ความอดทน คือ เป็นคุณธรรมที่ช่วยประคองชีวิตคู่ให้ผ่านพ้นความยากลำบาก การอดกลั้นตาม

L - Love หมายถึง ความรัก คือ การมีเมตตาจิต การเอาใจใส่ดูแลกันด้วยหัวใจที่บริสุทธิ์และจริงใจ ไม่มีเงื่อนไขหรือความเห็นแก่ตัว เป็นความรักที่เต็มเปี่ยมด้วยการให้อภัย ความเข้าใจ และการยอมรับในตัวตนที่แท้จริงของกันและกัน

E - Effort หมายถึง ความเพียร คือ การใช้ความพยายามอย่างสม่ำเสมอในการพัฒนาตนเอง พัฒนาความสัมพันธ์ และสร้างครอบครัวที่แข็งแกร่ง

การบูรณาการ COUPLE Model เข้ากับ หลักธรรม 6 ประการในพระพุทธศาสนา เป็นการนำกรอบแนวคิดเชิงพุทธธรรมมาผสานกับแนวทางจริยธรรมและคุณค่าทางศาสนา เพื่อให้ได้รูปแบบที่มีความครอบคลุมทั้งด้านคุณธรรมส่วนบุคคล ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และการเชื่อมโยงกับสังคม ประกอบด้วย 1) ขรवासธรรม 4 ได้แก่ สัจจะ ทมะ ขันติ จาคะ เป็นคุณธรรมพื้นฐานของผู้ครองเรือน สอดคล้องโดยตรงกับ Obligation (สัจจะและจาคะ), Patience (ขันติ) และ Effort (ทมะ) 2) สมชีวิตรธรรม 4 ได้แก่ สมสัทธา สมสีลา สมจาคา สมปัญญา เป็นหลักสร้างความเสมอภาคในชีวิตคู่ สอดคล้องกับ Understanding (สมปัญญา), Compassion (สมจาคา) และ Love (สมสัทธา) 3) สหสารันโดช เป็นหลักแห่งความพอใจในคู่ครอง สอดคล้องกับ Love และช่วยรักษาความซื่อสัตย์มั่นคง 4) ทิศ 6 โดยเฉพาะความสัมพันธ์ระหว่างสามีภรรยา กำหนดบทบาทหน้าที่ต่อกัน สอดคล้องกับ Obligation และ Effort 5) สังคหวัตถุ 4 ได้แก่ ทาน ปิยวาจา อตถจริยา สมานัตตตา เป็นวิธีการสงเคราะห์และรักษาน้ำใจ สอดคล้องกับ Compassion, Understanding, และ Love 6) มงคลชีวิต ได้แก่ ความอดทน การมีวินัย การครองเรือนโดยสุจริต สนับสนุน Patience, Effort, และ Obligation

สรุป

การสร้างเสริมพันธะทางจริยธรรมของการครองคู่ชีวิต โดยพันธะทางจริยธรรมของชีวิตคู่ หมายถึง ข้อผูกพันทางศีลธรรมที่คู่ครองต้องมีต่อกัน เพื่อสร้างรากฐานแห่งความไว้วางใจ ความมั่นคง และการเกื้อกูลในชีวิต สรุปโดยแบ่งประเด็นสำคัญได้ ดังนี้ 1) ปัญหาและอุปสรรคในการสร้างพันธะทางจริยธรรม ได้แก่ ความเปลี่ยนแปลงของค่านิยมสมัยใหม่ ความแตกต่างทางวัฒนธรรม ปัญหาเศรษฐกิจ ความกดดันทางสังคม และการขาดเวลาร่วมกัน ซึ่งล้วนทำให้เกิดความตึงเครียดและลดทอนความสัมพันธ์ 2) แนวทางการสร้างเสริมพันธะที่เข้มแข็ง ประกอบด้วย การเคารพและให้เกียรติกัน การซื่อสัตย์และไว้วางใจ การสนับสนุนทางอารมณ์ การปรับตัวต่อกัน และการมีเป้าหมายร่วมกันในชีวิต ทั้งนี้จำเป็นต้องอาศัยการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพและการนำหลักธรรมมาใช้จริงในชีวิตประจำวัน เช่น ทิศ 6 สมชีวิตรธรรม 4 และสังคหวัตถุ 4 3) คุณลักษณะของคู่ชีวิตที่มีพันธะจริยธรรมเข้มแข็ง ได้แก่ มีความรับผิดชอบ ซื่อสัตย์ ขยัน เกื้อกูล ให้อภัยกัน มีสติสัมปชัญญะในการแก้ปัญหา และดำรงชีวิตคู่ด้วยหลักธรรม ไม่เพียงเพื่อประโยชน์ของตนเองเท่านั้น แต่เพื่อความเจริญของครอบครัวและสังคมโดยรวม



ดังนั้น รูปแบบการสร้างเสริมพันธะทางจริยธรรมในการครองคู่ชีวิตตามแนวพุทธธรรม เป็นกระบวนการที่ต้องอาศัยความเข้าใจ การฝึกตน การยึดหลักธรรม และการร่วมมือกันของคู่ชีวิตอย่างสม่ำเสมอ ไม่ว่าในบริบทสังคมใด พุทธธรรมยังคงเป็นรากฐานที่มั่นคงสำหรับการดำเนินชีวิตคู่ให้สามารถฝ่าฟันอุปสรรค และสร้างครอบครัวที่มั่นคง ยั่งยืน และเปี่ยมด้วยคุณค่าทางจิตใจ

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1) การพัฒนาโปรแกรมอบรมและการให้คำปรึกษาครอบครัว กรอบแนวคิด COUPLE Model ที่บูรณาการกับหลักพุทธธรรม 6 ประการ หน่วยงานด้านสุขภาพจิตและการให้คำปรึกษา เช่น กรมสุขภาพจิต โรงพยาบาล ศูนย์ให้คำปรึกษาครอบครัว นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์ หรือนักบำบัดครอบครัว สามารถนำไปใช้เป็น เครื่องมือเชิงปฏิบัติ การอบรมให้คำปรึกษา มีการจัดโปรแกรมอบรมคู่สมรส หรือการให้คำปรึกษาครอบครัว โดยเน้นการสร้างคุณลักษณะด้านจิตใจ (เมตตา ความรัก ความเข้าใจ) ควบคู่กับหน้าที่และความรับผิดชอบในชีวิตคู่ เสริมกระบวนการบำบัดด้วยมิติคุณธรรมและสติ การประยุกต์ใช้ในเชิงนี้จะช่วยให้คู่สมรสมีแผนที่ทางจิตใจและพฤติกรรมที่ชัดเจนสำหรับการพัฒนาความสัมพันธ์ หรือใช้ COUPLE Model เป็นกรอบฝึกอบรมทักษะชีวิตคู่ พัฒนาโปรแกรมการให้คำปรึกษาคู่สมรสเชิงคุณธรรม ใช้เป็นเครื่องมือฟื้นฟูความสัมพันธ์ครอบครัวที่เปราะบาง

2) การบูรณาการในเชิงนโยบายและสถาบัน หน่วยงานรัฐและองค์กรที่เกี่ยวข้องกับครอบครัว เช่น กรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว สำนักงานพระพุทธศาสนา วัด ศูนย์ปฏิบัติธรรม หรือสถาบันการศึกษาทางพระพุทธศาสนาสามารถนำกรอบแนวคิดนี้ไปใช้เป็น ฐานเชิงนโยบาย ในการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวไทย โดยจัดทำหลักสูตรอบรมคู่สมรสก่อนแต่งงาน จัดเวทีเสวนา หรือพัฒนาคู่มือชีวิตคู่ตามหลักพุทธธรรม เพื่อสนับสนุนให้สถาบันครอบครัวเป็นกลไกพื้นฐานของสังคมที่เข้มแข็ง

3) การสร้างองค์ความรู้และการวิจัยต่อยอดในเชิงวิชาการ งานวิจัยนี้สามารถเป็นกรอบทฤษฎีต้นแบบ สำหรับการศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับความสัมพันธ์ในมิติอื่นๆ เช่น ความสัมพันธ์ระหว่างรุ่นในครอบครัว ความสัมพันธ์ระหว่างครอบครัวกับชุมชน หรือการประยุกต์ใช้ในสังคมพหุวัฒนธรรม นอกจากนี้ยังสามารถต่อยอดเป็นงานวิจัยเชิงประเมิณผล เพื่อทดสอบความสำเร็จของการประยุกต์ COUPLE Model กับหลักพุทธธรรมในสถานการณ์จริง อันจะช่วยสร้างองค์ความรู้ใหม่ทั้งในมิติวิชาการและการปฏิบัติ เปรียบเทียบ COUPLE Model กับทฤษฎีตะวันตก เป็นต้น

สรุป COUPLE Model มีศักยภาพสูงในการนำไปใช้ทั้งในระดับปัจเจก ครอบครัว องค์กร และนโยบายสาธารณะ เพราะเป็นโมเดลที่บูรณาการ จิตวิทยา ความสัมพันธ์ และพุทธจริยศาสตร์ อย่างเป็นระบบ จึงสามารถต่อยอดได้ทั้งเชิงปฏิบัติ เชิงนโยบาย และเชิงวิชาการอย่างยั่งยืนทั้ง

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

งานวิจัยนี้ได้ข้อค้นพบ (องค์ความรู้) COUPLE Model: คู่รักตามหลักพุทธธรรม ที่สำคัญ คือ การนำหลักพันธะทางจริยธรรมนี้ไปประยุกต์ใช้กับการครองเรือน โดยควรให้ความสำคัญกับคู่ชีวิตและ

ครอบครัว สำหรับประเด็นในการวิจัยครั้งต่อไปควรทำวิจัยในประเด็นเกี่ยวกับ รูปแบบการส่งเสริม
พันธะทางจริยธรรมในครอบครัวข้ามรุ่นตามหลักพุทธธรรม การประเมินผลรูปแบบการสร้างเสริม
พันธะทางจริยธรรมของคู่ชีวิตในพื้นที่วัฒนธรรมที่แตกต่างกัน การพัฒนาหลักสูตรการอบรมเพื่อ
เสริมสร้างพันธะทางจริยธรรมสำหรับคู่รักก่อนสมรสตามหลักพุทธธรรม

เอกสารอ้างอิง

- กรมการปกครอง. (2565). *สถิติการจดทะเบียนสมรสและการหย่าร้างของประเทศไทย*. กรุงเทพฯ: กระทรวงมหาดไทย.
- ชัยวัฒน์ อัดพัฒน. (2529). *หลักพระพุทธศาสนา*. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ไทยรัฐออนไลน์. (ม.ป.ป.). 4 สาเหตุหลักคนไทยหย่าร้างพุ่งเกือบ 50% ของคู่รักจดทะเบียนสมรส. สืบค้นข้อมูลเมื่อ 21 มีนาคม 2566 จาก <https://www.thairath.co.th/scoop/infographic/2659743>
- พระปกาสิต สีลวฑฺฒโน และคณะ. (2566). “วิเคราะห์การทำหน้าที่ของสามเณรในสังคมไทย ปัจจุบันตามหลักพุทธปรัชญาเถรวาท”. *วารสารสถาบันวิจัยพหุวัฒนธรรม*, 10(3), 225-239.
- พระครูสมุห์นพดล ปิยธมฺโม (เขาแก้ว). (2561). การประยุกต์ใช้สมัชชาธรรมกับการครองเรือนในสังคมไทยในปัจจุบัน. (วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระครูอาทรกิจจาภิรักษ์ (ฉัตรชมภู). (2561). “การสร้างครอบครัวที่มั่นคงในเชิงพุทธบูรณาการ”, *วารสารวิชาการธรรมทรรศน์*, 3(3), 185-194.
- พระณรงค์ฤทธิ์เทพ ฐานิสฺสโร และพูนศักดิ์ กมล. (2568). “เหตุและผลกับปัญหาการครองเรือนในปัจจุบัน”, *วารสารวิชาการและวิจัย*, 1(2), 23-32.
- พระสุพัฒน์ อนุาลโย. (2563). “การส่งเสริมบทบาทหน้าที่ของบุคคลในครอบครัวไทยตามหลักทศ 6 ในพระพุทธศาสนา”. *วารสารวิชาการสถาบันพัฒนาพระวิทยากร*, 3(2), 40-46.
- ภูวเดช สีนทับศาล และคณะ. (2561). *พุทธจริยศาสตร์: แนวคิดและหลักการเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัวและสังคมไทยในศตวรรษที่ 21*. รายงานวิจัย. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครสวรรค์.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- แม่ชีสุขสมสิริ จุยมณี. (2560). “ศึกษาการประยุกต์ให้หลักมราวาสธรรม 4 สำหรับการครองเรือนของคู่สมรส”. (วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- รัชชัย ขยันทำ. (2561). “พุทธจริยศาสตร์: พันธสัญญาที่บุคคลพึงกระทำต่อกันในทศ 6”. *วารสารปรัชญาปริทรรศน์*, 23(1), 59-70.
- วัฒน์ กัลยาณพัฒน์กุล และคณะ. (2560). *หลักธรรมและหลักการเสริมสร้างความมั่นคงในครอบครัวตามแนวพระพุทธศาสนา*. รายงานวิจัย. วิทยาเขตนครสวรรค์: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย



- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2555). *คู่สร้างคู่สม ชีวิตคู่ในอุดมคติ*. (พิมพ์ครั้งที่ 28). กรุงเทพมหานคร: พลิษฐ์.
- สิริคุตโต ภิกขุ. (2558). *มงคล 38 ประการ*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). สมุทรปราการ: ชมรมกัลยาณธรรม.
- สำนักงานการวิจัยแห่งชาติ. (2560). *ยุทธศาสตร์การวิจัยและนวัตกรรม 20 ปี (พ.ศ. 2560 – 2579)*. กรุงเทพมหานคร: สถาบันนโยบายและนวัตกรรมแห่งชาติ.
- โสภณ จาเลิศ และภัทรเดช ปั่นชญาธนาตุล. (2563). “การครองเรือนตามแนวพุทธ”. *วารสารวิทยาลัยสงฆ์นครลำปาง*, 9(1), 106-113.
- Bystritsky, M. (2000). “Relations among Attachment Quality”. *Dissertation*. Parenting Style. Quality of the Family Environment and Social Adjustment.

