

## 5 ย. ไม่ยาก เพื่อรักยืนยง (I DO)

นำเสนอเมื่อ : 8 ก.ค. 2552

ชีวิตคู่ที่มั่นคง อบอุ่นไปด้วยความรักความเข้าใจ เป็นแหล่งพลังกายและพลังใจอันสำคัญให้เราเย็นหยัดอยู่ได้อย่างมีความสุข ด้วยหลักการง่ายๆ คือ ยกย่อง ยินยอม ยืดหยุ่น แยกแยะ และยืนหยัด

ปัจจุบันในสภาวะสภาพแวดล้อมที่การดำเนินชีวิตนั้นยากลำบากกว่าในอดีต ครอบครัวที่มั่นคงเต็มเปี่ยมด้วยความรัก ความเข้าใจ เป็นเสมือนขุมพลังหล่อเลี้ยงและสร้างแรงใจให้เราสามารถเย็นหยัดอยู่ได้อย่างมีความสุขและมีความหวังเพื่ออนาคต ในการส่งเสริมความสัมพันธ์ของชีวิตคู่ยุคใหม่หลักการ "5" ย. จึงเป็นหลักเบื้องต้นของครอบครัว

### ✘ ยกย่อง

สำหรับคู่วิตการยกย่องให้เกียรติกันและกันมีความสำคัญเป็นอันดับต้นๆ การรู้จักยกย่องคู่ชีวิตบนพื้นฐานของข้อเท็จจริงทั้งต่อหน้าและลับหลังนั้นจะทำให้สามารถอยู่รวมกันได้อย่างราบรื่นไม่มีปัญหา แม่ไม่รู้ว่าอะไรจะไหวจากพูดยกย่องอย่างไร เบื้องต้นคือต้องไม่นำเอาสามีหรือภรรยาไปพูดคุยอย่างสนุกปาก เพราะหากใครได้ยินจะเข้าใจว่าสามีภรรยาคู่นี้ไม่ใหเกียรติกันและกัน

### ✘ ยินยอม

รู้จักยินยอม เออออ ตามใจอีกฝ่ายหนึ่งบ้าง เพราะคน 2 คนที่มาจากที่ต่างกัน แล้วมาใช้ชีวิตอยู่ด้วยกัน ย่อมมีสักครั้งหรือหลายครั้งที่มีความคิดเห็นไม่ลงรอยกัน ในขณะที่การอยู่รวมกันนั้นมีหลายเรื่อง ที่ทั้งคู่จำเป็นต้องตัดสินใจร่วมกัน ถ้าต่างคนต่างถือเหตุผลของตัวเองเป็นใหญ่ ไม่มีใครยอมใคร มุ่งแต่จะเอาชนะ ชีวิตคู่แบบนี้คงอยู่กันไม่ยืด

### ✘ ยืดหยุ่น

ในการใช้ชีวิตคู่ ยิ่งอยู่ด้วยกันนาน ยิ่งรู้จักกันมากขึ้น และมีเรื่องราวต่างๆ ผ่านเข้ามาในชีวิตกันและกันมากขึ้น ตอนอยู่กันใหม่ๆ ใหม่ๆ ก็พอทนได้พออยู่นานเขาที่เคยทนได้ ก็เริ่มจะทนไม่ไหวรับไม่ได้ขึ้นมา เพราะเจอเรื่องเดิมๆ ซ้ำซาก ความจริงชีวิตคู่ยิ่งอยู่นานก็ยิ่งต้องมีการยืดหยุ่นให้แกกันและกันมากกว่า รักกันแรกๆ ต้องรู้จักประนีประนอมยอมความและผ่อนปรน

## ✘ แยกแยะ

การใช้ชีวิตทั้งในส่วนที่เป็นชีวิตส่วนตัวและชีวิตคู่ มักมีเรื่องราวต่างมาปะปนจนแยกไม่ออก ถ้าเป็นเรื่องเล็กน้อยนั้นคิดนี้หนอยปะปนกันก็ยังพอมองข้าม แต่บางเรื่องเป็นเรื่องที่ปนกันไม่ได้ เช่น เรื่องงานกับเรื่องส่วนตัวบางคนหงุดหงิดจากที่ทำงานกลับมาบ้านพาลหงุดหงิดกับภรรยาที่บ้านหรือมีปัญหาที่บ้านแล้วไปโวยวายกับเพื่อนร่วมงานหรือลูกน้อง อาจส่งผลให้เกิดปัญหาได้ทั้งที่บ้านและที่ทำงาน ภรรยาบางคนโทรเช็คสามีตลอดวันเป็นการรบกวนสมาธิในการทำงานแทนที่จะซาบซึ้งน่ารักและห่วงใยอาจทนไม่ไหวต้องแยกทางกัน

## ✘ ยืนหยัด

ไม่ว่าจะเกิดปัญหาใดขึ้นก็ตาม กำลังใจเป็นสิ่งสำคัญที่สุด ความปรารถนาที่จะมีความสุขสุดขีดตลอดไปในชีวิตคุณต้องมีใจที่จะยืนหยัดต่อสู้ด้วยกันจะสุขจะทุกข์ก็ต้องรวมกันฟันฝ่า ใครท้อแท้หรือล้มลงก็ต้องช่วยดึงกันให้ลุกขึ้นยืนใหม่อย่างมั่นคงเข้มแข็งให้ได้

เพราะความสัมพันธ์ที่ยอดเยี่ยมสร้างได้จากความรัก ความเข้าใจ และไว้ใจซึ่งกันและกัน รักนั้นจึงจะยืนยาว

ขอขอบคุณข้อมูลจาก

**iDO**  
wedding & honeymoon magazine