

บทที่ ๒

ความโกรธที่ปรากฏในพระพุทธศาสนาเถรวาท

ในบทนี้ มุ่งศึกษาถึงความโกรธที่ปรากฏในพระพุทธศาสนาเถรวาทโดยแบ่งประเด็นศึกษาออก ๔ ประเด็น คือ (๑) ความหมายของความโกรธ (๒) ลักษณะ ของความโกรธ (๓) สาเหตุของความโกรธ (๔) การแสดงออกของความโกรธ (๕) ลำดับของความโกรธ และ (๖) บทสรุป มีดังนี้

๒.๑ ความหมายของความโกรธ

การศึกษาความโกรธในพระพุทธศาสนา ดังที่ปรากฏในพระไตรปิฎก และมีผู้เชี่ยวชาญในทางพระพุทธศาสนาได้ให้ความหมายของความโกรธเอาไว้ ดังต่อไปนี้

คำว่า ความโกรธ หมายถึง ความปองร้าย ความมุ่งร้าย ความขัดเคือง ความขุ่นเคือง ความพยาบาทแห่งจิต ความประทุษร้ายในใจ ความชัง กิริยาที่ชัง ความเป็นผู้ชัง ความพยาบาท กิริยาที่พยาบาท ความเป็นผู้พยาบาท ความพิโรธ ความพิโรธตอบ ความเป็นผู้ดุร้าย ความเพาะวาจาชั่ว ความไม่แช่มชื่นแห่งจิต พระพุทธองค์ได้ตรัสถึงลักษณะของความโกรธว่า มีรากเป็นพิษมียอดหวาน ที่ว่ามีรากเป็นพิษหมายความว่า ในเบื้องต้นความโกรธจะแสดงพิษสนองต่อจิตใจ ทำให้หงุดหงิด เร่าร้อน เดือดดาล จึงต้องรีบระบายความหงุดหงิด เร่าร้อน เดือดดาลออกไปโดยเร็ว ด้วยการด่าว่าทุบตีหรือทำลายบุคคล หรือ สิ่งของ ที่เป็นต้นเหตุให้โกรธจำแนกประเด็นความหมายของความโกรธเป็น ๓ ประเภท คือ (๑) ความหมายความโกรธที่ปรากฏในพระไตรปิฎก (๒) ความหมายความโกรธที่ปรากฏในอรรถกถา และ (๓) ความหมายความโกรธในทรรคสนะของนักวิชาการ มีดังนี้

๒.๑.๑ ความหมายความโกรธที่ปรากฏในพระไตรปิฎก

ความหมายความโกรธมีปรากฏในพระไตรปิฎกมี ๓ ปิฎก คือ (๑) ความโกรธในพระวินัยปิฎกปรากฏ (๒) ความโกรธที่ปรากฏในพระสุตตันตปิฎก และ (๓) ความโกรธที่ปรากฏในพระอภิธรรมปิฎก มีดังนี้

ก. ความโกรธที่ปรากฏในพระวินัยปิฎก

ในพระวินัยปิฎก มหาวิภังค์ สังฆาทิเสสกัณฑ์ กล่าวถึง "ภิกษุใด ขัดเคือง มีโทสะไม่แช่มชื่น ไล่ความภิกษุด้วยอาบัติปาราชิกที่ไม่มีมูล โดยมุ่งหมายว่า “ทำอย่างไรจึงจะให้ภิกษุนั้นพ้นจากพรหมจรรย์นี้ได้” ครั้นสมัยต่อจากนั้น อันผู้ใดผู้หนึ่งโจทก์ตามไม่โจทก์ตามอธิกรณ์นั้น เป็น

เรื่อง ไม่มีมูล และ ภิกษุยอมรับผิดเป็นสังฆาทิเสส" ดังพระพุทธพจน์ที่กล่าวมาข้างต้นว่าถ้าภิกษุรูปใดมีความขัดเคือง มีโทษะภิกษุรูปนั้นแล้ว ใ้ความภิกษุด้วยอาบัติปาราชิกที่ไม่มีมูล โดยมุ่งหมายว่าจะให้ภิกษุนั้นพ้นจากพรหมจรรย์นี้ได้ พุทธองค์ตรัสว่าอันผู้ใดผู้หนึ่งใจทก็ตามไม่ใจทก็ตาม อธิกรณ์นั้นเป็นเรื่องถ้าไม่มีมูล ไม่มีหลักฐาน และ ภิกษุรูปนั้นยอมรับผิด ต้องอาบัติสังฆาทิเสส

ข. ความโกรธที่ปรากฏในพระสูตรคณปิฎก

พระสูตรคณปิฎก มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปัณณาสก์ กล่าวถึงเรากล่าวไว้แล้วเช่นนี้ แล้วว่า ‘บุคคลพึงละการนินทา และการประทุษร้ายได้ เพราะอาศัยการไม่นินทา และการไม่ประทุษร้าย’ เพราะอาศัยเหตุอะไรเราจึงกล่าวไว้เช่นนั้น คือ อริยสาวกในธรรมวินัยนี้เห็นประจักษ์ชัดดังนี้ว่า ‘เราเป็นผู้มีการนินทา และการประทุษร้ายเพราะเหตุแห่งสังโยชน์เหล่านี้ เราพึงปฏิบัติเพื่อละ เพื่อตัดสังโยชน์เหล่านั้นเสีย อนึ่ง เราเป็นผู้มีการนินทา และการประทุษร้าย แม้ตนเองก็ยังติเตียนตนได้ เพราะการนินทา และการประทุษร้ายเป็นปัจจัย ผู้รู้ใคร่ครวญแล้วพึงติเตียนได้เพราะการนินทา และการประทุษร้ายเป็นปัจจัย หลังจากตายแล้วทุกติเป็นอันหวังได้เพราะการนินทา และการประทุษร้ายเป็นปัจจัย’ การนินทา และการประทุษร้ายนั่นเองเป็นสังโยชน์ เป็นนิเวรณ อนึ่ง อาสวะ และความเร่าร้อนที่ทำความคับแค้นเหล่านี้ จะพึงเกิดขึ้นเพราะการนินทา และการประทุษร้ายเป็นปัจจัย เมื่อบุคคลไม่มีการนินทา และการประทุษร้าย อาสวะ และความเร่าร้อนที่ทำความคับแค้นเหล่านั้นจะไม่มี คำที่เรากล่าวไว้ว่า บุคคลพึงละการนินทา และการประทุษร้ายได้ เพราะอาศัยการไม่นินทา และการไม่ประทุษร้าย เป็นต้น

เมื่อบุคคลพึงละความโกรธแค้นได้เพราะอาศัยความไม่โกรธแค้น เพราะอาศัยเหตุอะไรเราจึงกล่าวไว้เช่นนั้น คือ อริยสาวกในธรรมวินัยนี้เห็นประจักษ์ชัดดังนี้ว่า ‘เราเป็นผู้มีความโกรธแค้น เพราะเหตุแห่งสังโยชน์เหล่านี้ เราพึงปฏิบัติเพื่อละ เพื่อตัดสังโยชน์เหล่านั้นเสีย อนึ่ง เราเป็นผู้มีความโกรธแค้น แม้ตนเองก็ยังติเตียนตนได้เพราะความโกรธแค้นเป็นปัจจัย ผู้รู้ใคร่ครวญแล้วพึงติเตียนได้เพราะความโกรธแค้นเป็นปัจจัย หลังจากตายแล้วทุกติเป็นอันหวังได้ เพราะความโกรธแค้นเป็นปัจจัย’ ความโกรธแค้นนั่นเองเป็นสังโยชน์ เป็นนิเวรณ อนึ่ง อาสวะ และความเร่าร้อนที่ทำความคับแค้นเหล่านี้ จะพึงเกิดขึ้นเพราะความโกรธแค้นเป็นปัจจัย เมื่อบุคคลไม่มีความโกรธแค้น อาสวะและความเร่าร้อนที่ทำความโกรธแค้นเหล่านั้นจะไม่มี คำที่เรากล่าวไว้ว่า ‘บุคคลพึงละความโกรธแค้นได้เพราะอาศัยความไม่โกรธแค้น’ เพราะอาศัยเหตุนี้เราจึงกล่าวไว้^๐

ดังนั้น เหล่าอริยสาวกทั้งหลายเป็นผู้ตัดการนินทา และการประทุษร้ายซึ่งเป็นอารมณ์แห่งความโกรธ เหล่าอริยสาวกทั้งหลายปฏิบัติเพื่อละ เพื่อตัดสังโยชน์เหล่านั้น เมื่อบุคคลไม่มี

^๐ ม.ม. (ไทย) ๑๓/๓๘-๓๙/๔๑.

ความโกรธแค้น อาสวะ และ ความร่ำร้อนที่ทำความโกรธแค้นเหล่านั้นจะไม่มีใน
พระสูตรตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สคาถวรรค มาฆสูตร กล่าวถึง เรื่องเกิดขึ้นที่กรุงสาวัตถี ครั้นเมื่อ
ราตรีผ่านไป มาฆเพชบุตรมีวรรณะงดงามยิ่งนัก เปล่งรัศมีให้สว่างทั่วพระเชตะวัน เข้าไปเฝ้า
พระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับ ถวายอภิวาทแล้วยืนอยู่ ณ ที่สมควร ได้กราบทูลพระผู้มีพระภาคว่า
มาอะไรได้จึงไม่เศร้าโศก ข้าแต่พระโคตม พระองค์ทรงพอพระทัยการมาธรรมอย่างหนึ่ง คืออะไร
พระผู้มีพระภาคตรัสว่า บุคคลมาความโกรธได้จึงอยู่เป็นสุข มาความโกรธได้จึงไม่เศร้าโศก
ทำวัตรอยู่ พระอรียะทั้งหลายสรรเสริญการมาความโกรธ ซึ่งมีรากเป็นพิษ มียอดหวาน เพราะ
บุคคล มาความโกรธนั้นได้แล้ว จึงไม่เศร้าโศก^๑ ดังนั้น พระอรียะทั้งหลายสรรเสริญการมาความ
โกรธซึ่งเป็นพิษเป็นภัยต่อตนเพราะบุคคลมาความโกรธได้แล้ว จึงไม่เศร้าโศกบุคคลเหล่านั้นจึง
อยู่เป็นสุข

ค. ความโกรธที่ปรากฏในพระอภิธรรมปิฎก

อภิธรรมปิฎก ชัมมสังคณี กล่าวถึง บรรดาสภาวะธรรมที่เป็นเหตุเหล่านั้น เหตุที่เป็น
อกุศล ๓ เป็นไฉน เหตุที่เป็นอกุศล ๓ คือ โลภะ โทสะ และโมหะ ดังนี้

(๑) โลภะ คือ กิเลสอย่างหนึ่งที่จัดอยู่ในความโกรธ เพราะความโกรธย่อมแสดงออกมา
ในรูปแบบต่างๆ ได้แก่ ความกำหนัด ความกำหนัดนัก ความคล้อยตามอารมณ์ ความยินดี
ความเพติดเพลิน ความกำหนัดด้วยอำนาจความเพติดเพลิน ความกำหนัดนักแห่งจิตความอยาก
ความสยบ ความหมกมุ่น ความใคร่ ความรักใคร่ ความข้องอยู่ ความจมอยู่ธรรมชาติที่คร่ำไป
ธรรมชาติที่หลอกลวง ธรรมชาติที่ยังสัตว์ให้เกิด ธรรมชาติที่ยังสัตว์ให้เกิดพร้อม ธรรมชาติที่รื้อย
รัด ธรรมชาติที่มีขำย ธรรมชาติที่กำซาบใจธรรมชาติที่ซ่านไปธรรมชาติเหมือนเส้นด้าย
ธรรมชาติที่แผ่ไปธรรมชาติที่ประมวลมา ธรรมชาติเป็นเพื่อนสอง ปณิธานธรรมชาติที่นำไปสู่ภพ
ค้นหาเหมือนป่า ค้นหาเหมือนดง ความเกี่ยวข้อง ความเยื้อย ความห่วงใยความผูกพัน
ความหวัง กิริยาที่หวัง ภาวะที่หวัง ความหวังรูป ความหวังเสียง ความหวังกลิ่น ความหวังรส
ความหวังโผฏฐัพพะ ความหวังลาภ ความหวังทรัพย์ ความหวังบุตร ความหวังชีวิต ธรรมชาติที่
กระชับ ธรรมชาติที่กระชับทั่ว ธรรมชาติที่กระชับยิ่งความกระชับ กิริยาที่กระชับ ภาวะที่
กระชับ ความละโมภ กิริยาที่ละโมภ ภาวะที่ละโมภ ธรรมชาติเป็นเหตุชมชานไป ภาวะที่ใคร่
แต่อารมณ์ดี ๆ ความกำหนัดในฐานะอันไม่ควร ความโลภเกินพอดี ความติดใจ กิริยาที่ติดใจ
ความปรารถนา ความกระหยิ่มใจ ความปรารถนานัก กามค้นหา ภวค้นหา วิภวค้นหา รูป
ค้นหา อรูปค้นหา นิโรธค้นหา รูปค้นหา สัพพัตถค้นหา คันธค้นหา รสค้นหา โผฏฐัพพค้นหา

^๑ ส.ส. (ไทย) ๑๕/๘๔/๘๘-๘๙.

ธัมมคันหา โอมะ โยคะ คันถะ อุปาทาน อารณฺ ฌานํ เครื่องปิดบังเครื่องผูก อุปกิเลส
อนุสัย ปริยภูฐาน คันหาเหมือนเถาวัลย์ ความปรารถนาและติดอยู่ในวัตถุมีอย่างต่าง ๆ มูลเหตุ
แห่งทุกข์ เหตุแห่งทุกข์ ทุกขสมุทัย บ่วงแห่งมารเบ็ดแห่งมาร วิสัยแห่งมาร คันหาเหมือน
แม่น้ำ คันหาเหมือนข่าย คันหาเหมือนเชือกคันหาเหมือนสมุทร อภิขมา อกุศลมูลคือโลภะ
นี้ชื่อว่า โลภะ

(๒) โทสะ

ความอาฆาตเกิดขึ้นว่า ผู้นี้เคยทำความเสื่อมเสียแก่เรา ความอาฆาตเกิดขึ้นว่า ผู้นี้กำลัง
ทำความเสื่อมเสียแก่เรา ความอาฆาตเกิดขึ้นว่า ผู้นี้จักทำความเสื่อมเสียแก่เรา ความอาฆาต
เกิดขึ้นว่า ผู้นี้เคยทำความเสื่อมเสีย ฯลฯ กำลังทำความเสื่อมเสีย ฯลฯ จักทำความเสื่อมเสียแก่คน
ที่รัก ที่ชอบพอของเรา ความอาฆาตเกิดขึ้นว่า ผู้นี้ได้เคยทำความเจริญ ฯลฯ กำลังทำความเจริญ
 ฯลฯ จักทำความเจริญแก่คนผู้ไม่เป็นที่รัก ที่ชอบพอของเรา หรือความอาฆาตเกิดขึ้นในฐานะอัน
ไม่สมควร จิตอาฆาต ความขัดเคือง ความกระทบกระทั่ง ความแค้น ความเคืองความขุ่นเคือง
ความพล่านไป โทสะ ความคิดประทุษร้าย ความคิดมุ่งร้าย ความขุ่นจิต ธรรมชาติที่ประทุษร้ายใจ
ความโกรธ กิริยาที่โกรธ ภาวะที่โกรธ มีลักษณะเช่นว่านี้ และ ความคิดประทุษร้าย กิริยาที่คิด
ประทุษร้าย ภาวะที่คิดประทุษร้ายความคิดปองร้าย กิริยาที่คิดปองร้าย ภาวะที่คิดปองร้าย
ความพิโรธ ความแค้นความดุร้าย ความเกรี้ยวกราด ความไม่แช่มชื่นแห่งจิต มีลักษณะเช่นว่านี้
นี้เรียกว่าโทสะ

(๓) โมหะ

ความไม่รู้ในทุกข์ ความไม่รู้ในทุกขสมุทัย ความไม่รู้ในทุกขนิโรธ ความไม่รู้ใน
ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา ความไม่รู้ในส่วนอดีต ความไม่รู้ในส่วนอนาคต ความไม่รู้ในส่วนอดีต
และ อนาคต ความไม่รู้ในปัจจุสมุปบาทว่า เพราะธรรมนี้เป็นปัจจัยธรรมนี้จึงมี ความไม่รู้ ความ
ไม่เห็น ความไม่ตรัสรู้ ความไม่รู้โดยสมควร ความไม่รู้ตามเป็นจริง ความไม่แทงตลอด ความไม่
ถือเอาโดยถูกต้อง ความไม่หยั่งลงโดยรอบคอบ ความไม่พินิจ ความไม่พิจารณา ความไม่ทำให้
ประจักษ์ ความทรมปัญญา ความโง่เขลา ความไม่รู้ชัด ความหลง ความลุ่มหลง ความหลงใหล
อวิชชา โอมะคืออวิชชา โยคะคืออวิชชา อนุสัยคืออวิชชา ปริยภูฐานคืออวิชชาลิมคืออวิชชา
อกุศลมูลคือโมหะ มีลักษณะเช่นว่านี้ นี้เรียกว่าโมหะสภาวะธรรมเหล่านี้ชื่อว่า เหตุที่เป็นอกุศล ๓^๐
ดังนั้น ความหมายของความโกรธในพระอภิธรรมปิฎก คือ โลภะ (ความโลภ) คือความ
กำหนด ความคล้อยตามอารมณ์ ความยินดี ความเพลิดเพลินเป็นผลนำไปสู่ โทสะ (ความโกรธ)

^๐ อภิ.ศ. (ไทย) ๔๓/๑๐๖๕ - ๑๐๖๗/๒๗๒

คือ ไม่สมหวังกับสิ่งนั้น ๆ จึงกลายเป็นความคิดประทุษร้าย ความคิดมุงร้าย กิริยาที่โกรธ ภาวะที่โกรธ เป็นผลทำให้จิตมีโมหะ (ความหลง) หลงในสภาวะธรรมเหล่านั้นที่เป็นเหตุให้อกุศล ๓ คือ โลภะ โทสะ และโมหะบังเกิดขึ้นอยู่เนื่องๆ

๒.๑.๒ ความหมายความโกรธที่ปรากฏในอรรถกถา

ความหมายของความโกรธชั้นอรรถกถา มีปรากฏในอรรถกถาที่มณิกาย สีสันขวรรค พรหมชาลสูตร กล่าวถึงความหมายความโกรธ คำว่า อาฆาต ความอาฆาต ในพระบาลีนั้นมีวิเคราะห์ว่า เป็นที่มากะทบแห่งจิต คำนี้เป็นชื่อของความโกรธ สุภายิต และคำที่เป็นพหูพจน์ของคนพวกใดพวกหนึ่ง คือพระพุทธรเจ้า พระปัจเจกพุทธรเจ้า พระอริยสาวก หรือมารดาบิดา หรือคนที่ เป็นข้าศึกได้เคย อย่างที่ตรัสไว้ว่า คนโกรธย่อมไม่รู้orroด คนโกรธย่อมไม่เห็นธรรม เมื่อรณชนถูก ความโกรธครอบงำ ย่อมมีคตื้อตันที่ ความโกรธก่อให้เกิดความพินาศ ความโกรธทำให้ จิตกำเรบ ชนไม่รู้จักความโกรธซึ่งเป็นภัยเกิดในจิต ดังนี้^๐

ดังนั้น ความหมายของความโกรธชั้นอรรถกถา คนที่มีโกรธย่อมไม่เห็นธรรม เมื่อถูก ความโกรธครอบงำแล้ว ย่อมให้จิตมีคตื้อตัน และความโกรธก่อให้เกิดความพินาศภัยพิบัติต่อ ตนเอง และผู้อื่นด้วย

๒.๑.๓ ความหมายความโกรธตามทัศนะนักวิชาการ

พระธรรมบทจตุรภาค^๑ ฉบับราชบัณฑิตยสถานในหนังสือธรรมบทจตุรภาค ได้กล่าวไว้ว่าบุคคลที่มีจิตใจที่เต็มเปี่ยมไปด้วยเมตตา กิเลสทั้งหลายเป็นคณว่า โทสะ ความอาฆาต ความพยาบาท ไม่อาจตั้งอยู่ หรือ ปรากฏอยู่ในใจได้เพราะเมตตานั่นเป็นเครื่องระงับ เป็นเครื่อง ละ และ เป็นเครื่องสละออก ซึ่งความไม่ดีทั้งหลาย ผู้สมบูรณ์ด้วยศีลสมาธิ และ ปัญญา ตั้งอยู่ใน ธรรม พุคคาสัตย์จริง และ ทำหน้าที่ของตนครบถ้วน ย่อมเป็นที่รักของคนทั้งหลาย

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลสังฆมहाปริณายก (เจริญ สุวฑฺฒโน) ได้กล่าวไว้ในหนังสือสนิมในใจ^๒ ความคิดประทุษร้ายบุคคลที่มีจิตเต็มไปด้วยโทสะ จะมี พฤติกรรมที่เป็นไปในทางที่ไม่พึงประสงค์ เพื่อโทสะเกิดแก่บุคคลใด ย่อมทำให้บุคคลนั้นมีจิตใจ เค็ดรื้อนเศร้าหมอง เป็นสนิมอยู่ในจิตใจหนังสือสนิมอยู่ในใจมีรากะโทสะ และโมหะจิตใจ เหมือนกับสนิมของศาสตรา เมื่อเกิดขึ้นแล้วย่อมทำให้ศาสตรา ซึ่งเป็นของมีคมกร่อนไปจะใช้

^๐ อัง. สุตตค. (ไทย) ๒๓/ ๖๑/๔๕๒-๔๕๓.

^๑ สมเด็จพระพุทธิโชษาจารย์พระธรรมบทจตุรภาค, ฉบับราชบัณฑิตยสถาน, (กรุงเทพมหานคร : เลียง เชียง, ๒๕๒๕), หน้า ๔๕๒-๔๕๓.

^๒ สมเด็จพระญาณสังวรสมเด็จพระสังฆราชสกลสังฆมहाปริณายก , สนิมอยู่ในใจ, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๐๐), หน้า ๖๕๑.

การไม่ได้ จิตใจที่ถูกโทสะครอบงำก็ฉนั้นนั้นโทสะ เป็นกิเลสปิดบังให้มีมืดมิด เห็นผิดเป็นชอบ เห็นชั่วเป็นดี เมื่อโทสะเกิดขึ้นในจิตใจก็ทำให้จิตมืดมิด ให้โทษเสียหายแก่ตัวเอง และ ผู้อื่นหาความสุขไม่ได้

พระธรรมโสภณ (ประยูร มุมจิตฺโต) ได้กล่าวถึงความโกรธในหนังสือวิธีของชาวพุทธ และ หลังการปฏิบัติของชาวพุทธ ^๑ วิธีแก้ความโกรธ ผลที่เกิดขึ้นจากความโกรธให้ปฏิบัติตามแนวศีล ๕ ศีล ๘ เป็นต้น จนถึงการเจริญเมตตาในภavana เพื่อความหลุดพ้นจากความทุกข์ในสังสารวัฏฏมีการเวียนว่ายตายเกิดเป็นต้นๆ

หลวงพ่อบุญญานันทภิกขุ กล่าวไว้ในหนังสือธรรมปัทมฐาถาธรรมหลวงพ่อบุญญานันทภิกขุ ^๒ ได้กล่าวไว้ว่า โทสะ คิดประทุษร้ายผู้อื่นเกิดขึ้นย่อมทำให้ผู้นั้นขาดเมตตาธรรมทั้งหลายเป็นต้นว่า โทสะความอาฆาต ความพยาบาทไม่อาจตั้งอยู่ หรือ ปาฐกถาอยู่ในใจได้ เพราะเมตตานั่นเป็นเครื่องระงับ เป็นเครื่องละ และ เป็นเครื่องสละออกซึ่งความไม่ดีทั้งหลายจากจิตใจให้หมดสิ้นไป หรือทำให้เบาบางลงในที่สุดได้

สรุปได้ว่าความหมายความโกรธตามทัศนะนักวิชาการ คือความคิดประทุษร้ายบุคคลที่มีจิตเต็มไปด้วยโทสะ ความอาฆาต ความพยาบาท คิดประทุษร้ายผู้อื่นเกิดขึ้นย่อมทำให้ผู้นั้นขาดเมตตาธรรม

๒.๒ ลักษณะของความโกรธ

ลักษณะของความโกรธ คือความโกรธร้ายแรงกว่าอัคคีภัย ความเสียหายแก่ชีวิต และทรัพย์สินอันเนื่องมาจากไฟภายใน คือ โทสะนั้น มีมากกว่าไฟภายนอกอย่างเทียบกันไม่ได้ ลองนึกดูว่าในโลกที่มีประชากรหลายพันล้านคนนี้ วันหนึ่ง ๆ มีเพลิงโทสะเกิดขึ้นก็ครั้งเมื่อเพลิงโทสะเกิดขึ้น แทนที่จะทำให้สว่าง กลับทำจิตใจให้มีมืดมิดยิ่งขึ้น คนโกรธย่อมไม่รู้จักประโยชน์ของตน และ ของผู้อื่นขัดตามความเป็นจริง คนโกรธย่อมก่อกรรมที่ทำได้ยากเหมือนทำได้ง่าย คนโกรธฆ่าบิดามารดาก็ได้ ฆ่าพระอรหันต์ก็ได้ ฆ่าตนเองก็ได้ ฆ่าใครต่อใครก็ได้ เรื่องที่ร้ายแรง หรือ ทารุณโหดร้ายขนาดไหน คนโกรธทำได้ทั้งนั้น ดังตัวอย่างลักษณะของความโกรธ มีดังนี้

^๑ พระเทพโสภณ (ประยูร มุมจิตฺโต), วิธีแห่งชาวพุทธ, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๖๒.

^๒ พระธรรมโกศาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ), ปัทมฐาถาธรรมหลวงพ่อบุญญานันทภิกขุ, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐), หน้า ๑๘๘.

"มือปืนยิงลูกส.ส.ชาดามอบตัวสารภาพสิ้น" คนคุมงานก่อสร้างสนามกอล์ฟ ชิงเข้า
 มอบตัวคดียิง ฟารุต ลูกชาย ส.ส.ชาดา ไทยเศรษฐ์ พรรคชาติไทยพัฒนา เสียชีวิต รับสารภาพยิงไฟ
 สูง ปาดไปมา ถูกยิงใส่ โมโห ยิงสวน ก่อนหนีมาซ่อนรถในกรุงเทพ สุดท้ายเกรงไม่ปลอดภัย
 ตัดสินใจมอบตัว ผู้สื่อข่าวรายงานว่า (๓๐ ส.ค.) เจ้าหน้าที่ตำรวจภูธร ภาค ๓ ได้รวบตัวคนร้ายที่ก่อ
 เหตุยิงนายฟารุต ไทยเศรษฐ์ อายุ ๒๘ ปี ลูกชายนายชาดา ไทยเศรษฐ์ ส.ส.อุทัยธานี พรรคชาติไทย
 พัฒนา เสียชีวิต ขณะขับรถโตโยต้า แลนด์ครุยเซอร์ สีดำ ทะเบียนป้ายแดง อ ๕๙๒๖
 กรุงเทพมหานคร เหตุเกิดที่ถนนสายเขาใหญ่-วังน้ำเขียว ท้องที่ สภ.หมีสี อ.ปากช่อง จ.นครราชสีมา
 ได้แล้ว โดย พล.ต.ต.ภานุ เกิดล ภพผล ผบช.ภ.๓ กล่าวว่าขณะนี้อยู่ระหว่างการสอบสวนโดยจะมี
 การแถลงข่าวในวันพรุ่งนี้(๓๑ ส.ค.) โดยคนร้ายสารภาพว่าก่อเหตุจริง แต่ยืนยันว่าไม่ได้เป็นฝ่าย
 กระพริบไฟสูงใส่กลุ่มผู้ตายแต่อย่างใด และอ้างว่านายฟารุตเป็นฝ่ายยิงก่อน เลยยิงสวนกลับไป ๓
 นัด รวบแล้วมือประกบยิงฟารุต ลูกชาดา ไทยเศรษฐ์ ส.ส.อุทัยธานี อ้างไม่ได้กระพริบไฟสูงใส่ อีก
 ฝ่ายยิงก่อนเลยสวนกลับไป ๓ นัด

ตัวอย่างข่าวข้างต้นแสดงถึงความโกรธอีกฝ่ายแค่เปิดไฟสูงส่องหน้าอีกฝ่ายเท่านั้น
 โดยไม่ได้ตั้งใจแต่อีกฝ่ายหนึ่งเกิดความไม่พอใจต่อกันจนเกิดความโกรธเข้าแทรกจึงเป็นเหตุยิงกัน
 เสียชีวิต เพราะทั้งคู่ปล่อยให้ความโกรธครอบงำจึงเป็นเหตุ ดัง พระพุทธพจน์ที่ว่า "พระผู้มีพระภาค
 ตรัสตอบว่า บุคคลฆ่าความโกรธได้ ย่อมนอนเป็นสุข ฆ่าความโกรธได้ย่อมไม่เศร้าโศก พราหมณ์
 พระอรិยะเจ้าทั้งหลายย่อมสรรเสริญการฆ่าความโกรธ อันมีมูลเป็นพิษ มีที่สุดอันสิ้นคลาย เพราะ
 บุคคลฆ่าความโกรธนั้นได้แล้ว ย่อมไม่เศร้าโศก"

พระพุทธองค์ได้ตรัสถึงลักษณะของความโกรธว่า มีรากเป็นพิษมีขอดหวาน ที่ว่ามี
 รากเป็นพิษหมายความว่า ในเบื้องต้น ความโกรธจะแสดงพิษสงต่อจิตใจ ทำให้หงุดหงิด เร่าร้อน
 เดือดดาล จึงต้องรีบระบายความหงุดหงิด เร่าร้อน เดือดดาลออกไปโดยเร็ว ด้วยการด่าว่าทุบตี
 หรือทำลายบุคคลหรือสิ่งของ ที่เป็นต้นเหตุให้โกรธ เมื่อได้ทำจนสาแก่ใจแล้ว ในบั้นปลายจะรู้สึก
 โล่งใจ สบายใจ จึงเรียกว่ามีขอดหวาน ดังนั้น ลักษณะของความโกรธ คือความโกรธร้ายแรงกว่า
 อคติภัย ความเสียหายแก่ชีวิตและ ทรัพย์สินอันเนื่องมาจากไฟภายในคือโทสะ คนโกรธสามารถ
 ฆ่าบิดามารดาได้ ฆ่าพระอรหันต์ก็ได้ ฆ่าตนเองก็ได้ ฆ่าใครต่อใครก็ได้

^๖ เดลินิวส์ออนไลน์, วันพฤหัสบดีที่ ๓๐ สิงหาคม ๒๕๕๕ เวลา ๒๒:๒๔. <http://www.dailynews.co.th/crime/152566>.

^๗ ส.ส. (ไทย) ๑๕/๖๒๕/๒๒๒-๒๒๔.

๒.๓ สาเหตุของความโกรธ

สาเหตุที่ทำให้โกรธมีมากมาย เช่น ถูกดูหมิ่นเกลียดชัง ถูกหักหลังรังแก ถูกบีบแ้งบีบขาคู ถูกข่มหน้าข่มตา ถูกด่าว่าเสียหาย ถูกใส่ร้ายป้ายสี ถูกติฉินนินทา สาเหตุแม้จะมีมากจนดูเหมือนว่า ไม่อาจจะบรรยายได้หมด แต่ในอาฆาตวัตถุสูตร กล่าวว่า สาเหตุแห่งความอาฆาต หรือความโกรธมีอยู่ ๑๐ ประการ คือ

๑. เขาเคยทำความเสียหายให้แก่เรา
๒. เขากำลังทำความเสียหายให้แก่เรา
๓. เขาจะทำความเสียหายให้แก่เรา
๔. เขาเคยทำความเสียหายให้แก่คนที่เรารัก
๕. เขากำลังทำความเสียหายให้แก่คนที่เรารัก
๖. เขาจะทำความเสียหายให้แก่คนที่เรารัก
๗. เขาเคยช่วยเหลือคนที่เราชัง
๘. เขากำลังช่วยเหลือคนที่เราชัง
๙. เขาจะช่วยเหลือคนที่เราชัง
๑๐. โกรธโดยไร้สาเหตุ (โกรธแม้สิ่งที่ไม่มีชีวิตจิตใจ)^{๐๐}

ดัง พระพุทธพจน์กล่าวถึง สาเหตุที่ทำให้โกรธมี ๑๐ ประการ เช่น เขาเคยทำความเสียหายให้แก่เรา เขากำลังทำความเสียหายให้แก่เรา และ โกรธโดยไร้สาเหตุ เป็นต้น ดังตัวอย่างข้างต้นที่กล่าวมาถึงลักษณะของความโกรธ"เมื่อป็นขิงถูกส.ส.ชาดา ไทยเศรษฐ์ พรรคชาติไทยพัฒนา เสียชีวิต ที่กล่าวมาแล้ว เพราะสาเหตุเหล่านี้ดัง พระพุทธเจ้าตรัสไว้ในอาฆาตวัตถุสูตร นี้เองเป็นสาเหตุให้เกิดความโกรธ

สาเหตุของความโกรธ มาจากสาเหตุของการล่วงละเมิดปาณาติบาตหมายถึง คนที่ขาดศีลข้อที่หนึ่ง คือฆ่า และ ทำร้ายคนอื่นสัตว์อื่นด้วยความโกรธ ย่อมเดือดร้อนในปัจจุบัน และในอนาคต เมื่อตายไปก็เกิดในสถานที่ลำบาก เช่นเกิดในนรกเป็นต้น เมื่อเขากลับมาเกิดในโลกมนุษย์เพราะเศษกรรมที่ยังเหลืออยู่ ทำให้เขาเป็นคนอายุสั้น และ มักถูกฆ่าตาย สาเหตุของการล่วงละเมิดปาณาติบาต ดังนี้ ขาดการรักษาศีลข้อที่ ๑ คือ ปาณาติ ปาตาเวรมณิลิกขา หมายถึง การฆ่า หรือปาณาติบาต โดยปกติแล้วมนุษย์เป็นผู้ที่เห็นแก่ตัวมากที่สุดทุกคนต้องการแสวงหาความพอใจให้แก่ตนเองให้มากที่สุดเท่าที่จะหาได้ สิ่งนี้เองที่ทำให้มนุษย์เกิดความโกรธ และ ต้องขัดแย้งกันจนถึงขั้นทำสงครามทำร้ายทำลายล้างกัน การฆ่า หรือ ปาณาติบาตในที่นี้จะแบ่งออก

^{๐๐}อง.ทสก. (ไทย) ๒๔/๗๕/๑๕๑.

เป็น ๓ ประการ คือ (๑) การฆ่าคือการทำลายที่เพิ่มกิเลส (๒) การฆ่าคือการทำลายสิ่งแวดล้อม และ (๓) การฆ่าคือการสร้างบาปกรรม มีดังนี้

ก. การฆ่าคือการทำลายที่เพิ่มกิเลส

การฆ่าคือการทำลายที่เพิ่มกิเลส ความจริงแล้วทุกคน ไม่มีใครต้องการให้ใครมาฆ่าหรือเบียดเบียน อันที่จริงแล้วการฆ่านั้นเป็นแรงผลักดันจากภายในคือ กิเลส (โทสะ) และในการฆ่าแต่ละครั้งนั้นเป็นการทำตามใจชอบ เมื่อกิเลสพวกนี้เข้ามาครอบงำจิตใจแล้วก็จะทำให้เราผิดศีลข้อที่ ๑ ได้ง่าย ได้แก่ ตัณหา มานะ และ ทิฐิ เมื่อเป็นเช่นนี้แล้วก็เป็นการกระทำด้วยความโลภบ้าง การกระทำด้วยความเกลียดชังบ้าง เคียดแค้นมุ่งจะทำลายเขาด้วยโทสะบ้าง ทำด้วยความลุ่มหลงมัวเมาโดยโมหะบ้าง กิเลสเหล่านี้กลายเป็นเครื่องมือที่จะก่อผลร้าย เพราะแท้ที่จริงจิตใจของมนุษย์นั้นละเอียดอ่อน และ เป็นทาสของกิเลสเหล่านี้ได้ง่าย ข้อสำคัญที่สุดนั้นในใจของเราจะต้องมีศีลธรรม เพื่อมาควบคุมไม่ให้ตกอยู่ในอำนาจของกิเลสได้ง่าย ตัณหา คือความอยากได้อะไรเพื่อตัว ต้องการผลประโยชน์ และไม่ยอมเสียสละเพื่อใคร มานะ คือความอยากให้ตัวยิ่งใหญ่ ต้องการอำนาจ ความเด่นดัง ความสำคัญหรือการครอบงำผู้อื่น ไม่ยอมใคร ทิฐิ คือความยึดถือเอาแต่ความเห็นของตัวเอง ต้องการให้เขารับเอาความคิดเห็นของตน ยึดถือในอุดมการณ์ของตนเป็นสำคัญ ไม่ยอมรับฟังใคร เมื่อกิเลสทั้ง ๓ ตัวนี้เข้าครอบงำจิตใจแล้วก็จะเป็นตัวบงการอยู่เบื้องหลังของพฤติกรรมปฏิกิริยาทั่วไป ถ้าขาดสติก็จะตกอยู่ใต้อำนาจครอบงำของกิเลสเหล่านี้

ข. การฆ่าคือการทำลายสิ่งแวดล้อม

การฆ่าคือการทำลายสิ่งแวดล้อม คือ ตามหลักของศีลธรรมทางพระพุทธศาสนาแล้ว ให้พิจารณาถึงปัญหาที่เกิดขึ้นตามเหตุปัจจัยที่จะเป็นตัวเชื่อมโยงให้มนุษย์เห็นความสำคัญของสรรพสัตว์ และ สภาพแวดล้อมทางธรรมชาติด้วย โดยแสดงถึงความสัมพันธ์กันในฐานะที่เป็นเหตุปัจจัยที่ทำให้มนุษย์สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ เช่นเป็นห่วงโซ่อาหารเพื่อหล่อเลี้ยงมวลมนุษยชาติ ฉะนั้นมนุษย์จะต้องเห็นคุณค่าของสรรพสัตว์ และ สภาพแวดล้อมทางธรรมชาติด้วย ดังที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนให้ปฏิบัติต่อสรรพสัตว์ด้วยเมตตา ไม่ว่าสัตว์นั้นจะร้ายเพียงใดก็ตาม ไม่ให้มนุษย์ผูกอาฆาตพยาบาทต่อสัตว์ร้ายต่าง ๆ เมื่อมีการกระทบ กระแทกกัน แต่พระองค์ทรงสอนให้เราแผ่เมตตาไปยังสรรพสัตว์เหล่านั้น นอกจากนั้นแล้วยังสอนให้เห็นว่าธรรมชาตินี้เป็นมิตรของมนุษย์ ไม่สมควรที่จะหักราน และ ถือว่าผู้ที่ทำลายธรรมชาติซึ่งเป็นมิตรของตนนั้นเป็นคนเลว ดังที่ปรากฏใน ขุททกนิกายเปตวัตถุว่า “บุคคล อาศัยนั่งนอนที่ร่มเงาของต้นไม้ใด ไม่พึงทำลายแม้ใบของต้นไม้ นั้น เพราะการประทุษร้ายมิตรเป็นความเลวทราม”^{๑๑}

^{๑๑} ขุ. เปต. (ไทย) ๒๖/๑๐๖/๑๕๐.

เนื่องจากโลกของเรามีคนโลภมาก และการแข่งขันกันแย่งชิงทรัพยากรกัน ทำให้เกิดการเบียดเบียนกันเอง กระทบกระทั่งกัน หมกกันเพื่อทรัพยากรธรรมชาติ ทำให้สภาพแวดล้อมเสื่อม เกิดการขาดแคลนทรัพยากร เห็นได้ชัดว่าปัญหาทั้งหลายเกิดขึ้นจากอำนาจของกิเลสคือโทสะและโลภะ ที่คนใช้เป็นเครื่องมือแสวงหาสิ่งที่สนองความสุข ความโลภ ในขณะที่เดียวกันก็สนองโทสะด้วยการหมกกันเป็นดุ้น เมื่อพิจารณาโดยละเอียดแล้ว ตัวการที่แท้จริงที่ทำให้เกิดความแรงในการทำก็คือ ความโลภ ความโกรธ และความหลง

ค. การฆ่าคือการสร้างบาปกรรม

การฆ่าคือการสร้างบาปกรรม คือ การฆ่าสิ่งมีชีวิตทุกประเภทนั้นไม่ว่าจะเป็นการฆ่าคน วัว ควาย ช้าง เสือ หมิน ก ปลา แม้กระทั่งไส้เดือน ก็มีผลร้ายทั้งสิ้น เป็นการสร้างบาปแน่นอน ส่วนจะบาปมากหรือน้อยนั้น ต้องตัดสินด้วยองค์ประกอบด้วย มีเรื่องเล่าไว้ในอรรถกถาธรรมบท ภาค ๒ เรื่องพระนางสามาวดีไว้ว่า สตรีกลุ่มหนึ่ง ก่อกองไฟเพื่อจะฝังแก้หนาวหลังจากอาบน้ำเสร็จ ไฟเกิดลุกไหม้พระปัจเจกพุทธเจ้ารูปหนึ่ง ขณะที่อยู่ในสมาบัติ พวกนางกลัวว่าความผิดจะปรากฏ จึงพร้อมใจกันขนหญ้า ไม้มาสุ่มเพื่อเผาท่านให้ท่านสิ้นไปเลย ด้วยบาปกรรมนั้น ทำให้พวกนางต้องตกนรก และตายไปในกองไฟในชาติที่เป็นมนุษย์ แม้ในชาติที่เป็นพระอริยบุคคลแล้วก็ต้องถูกไฟครอกตายหมดเช่นเดียวกัน (พระอริยบุคคลผู้อยู่ในสมาบัติใครทำให้ตายไม่ได้ ดังนั้น พระปัจเจกพุทธเจ้าจึงไม่นิพพาน) แต่ให้สังเกตว่าเจตนาครั้งแรกของพวกนางต้องการเพียงก่อไฟฝังแก้หนาว แต่เมื่อเห็นพระปัจเจกพุทธเจ้าอยู่ในกองไฟ คิดว่าคงตายแล้วจึงเกิดเจตนาที่จะทำลายหลักฐาน สตรีเหล่านั้นจึงต้องรับผลของกรรมเช่นเดียวกับเจตนาของพวกนาง

ดังนั้นสาเหตุดังที่พุทธเจ้าตรัสไว้ในอามาตวตฺตสูตรเป็นสาเหตุให้เกิดความโกรธทำให้การล่วงละเมิดปาณาติบาต คือ การล่วงละเมิดโดยความผิดเกี่ยวกับชีวิต และ ร่างกายเช่นความผิดต่อชีวิต คือ การที่ทำให้ผู้อื่นถึงแก่ความตายไม่ว่าจะได้กระทำโดยเจตนาให้ตายหรือไม่ หรือฆ่าผู้อื่นโดยเจตนา คือ การทำให้ผู้อื่นตายโดยเจตนา ไม่ว่าจะกระทำโดยใช้อาวุธหรือไม่ก็ตาม สาเหตุมาจากเขาเคยทำความเสียหายให้แก่เรา เขากำลังทำความเสียหายให้แก่เรา เป็นต้น จึงถูกความโกรธครอบงำเป็นสาเหตุการฆ่า และ ทำร้ายคนอื่นสัตว์อื่น ย่อมเดือดร้อน เช่น การฆ่าคือการทำลายที่เพิ่มกิเลส การฆ่า คือ การทำลายสิ่งแวดล้อม การฆ่าคือการสร้างบาปกรรมอันเนื่องมาจากไร้ความเมตตา หรือขาดความเมตตานั่นเองจึงเป็นเหตุให้เกิดการทำลายซึ่งกัน และ กัน

๒.๔ การแสดงออกของความโกรธ

ความโกรธเป็นการเตรียมพร้อมของเราในการป้องกันตัวเองจากสิ่งที่มากระทบกับตัวเรา การแสดงออกมักจะเต็มไปด้วยอารมณ์ร้อน และ พฤติกรรมก้าวร้าว แต่สังคมมีกฎเกณฑ์ และ กฎหมายดังนั้นทุกคนควรที่จะควบคุมอารมณ์โกรธ ดังนี้

๑. การแสดงออก (Expression) การแสดงออกถึงความโกรธไม่ใช่ให้แสดงความก้าวร้าวแต่ให้แสดงว่าท่านต้องการอะไร และจะได้สิ่งนั้นได้อย่างไรโดยไม่ทำร้ายคนอื่นโดยหลักการเคารพตัวเองและเคารพผู้อื่นด้วย

๒. การกดความโกรธ (Suppressing) ซึ่งสามารถกระทำได้โดยหยุดคิดเรื่องที่โกรธคิดสิ่งที่ดี และ มีความสุขเปลี่ยนความโกรธไปในทางสร้างสรรค์ ข้อเสีย คือ เมื่อท่านไม่สามารถแสดงความโกรธ ความเครียดยังคงอยู่อาจจะทำให้ท่านเป็นความดันโลหิตสูง หรือซึมเศร้า นอกจากนั้นอาจจะทำให้เกิดผลเสียอย่างอื่น คือ ไปแสดงความโกรธกับคนอื่นที่ไม่มีส่วนร่วม กล่าวร้ายลับหลังแทนที่จะเผชิญหน้าแก้ปัญหา มักจะมีพฤติกรรมพุดจาถักถางไม่เป็นมิตร ถูกคนอื่นเป็นประจำ ต่ำหนิในทุกๆเรื่อง คนกลุ่มนี้มักจะมีเพื่อนน้อย ในพระไตรปิฎก กล่าวถึงพระสารีบุตรได้แสดงขั้นตอนของความโกรธอย่างละเอียดดังนี้ (๑) ทำจิตให้ขุ่นมัว (๒) ทำให้หน้าเงาหน้างอ หน้าบูดหน้าเบี้ยว (๓) ทำให้กางสัน ปากสั่น (๔) เปล่งพรสุวาจา (คำหยาบ) (๕) เหลียวดูทิศต่างๆ เพื่อหาท่อนไม้ (๖) จับท่อนไม้และศาสตรา (๗) เงื่อท่อนไม้และศาสตรา (๘) ให้ท่อนไม้และศาสตราถูกต้อง (ผู้อื่น) (๙) ทำให้เป็นแผลเล็กแผลใหญ่ (๑๐) ทำให้กระดูกหัก (๑๑) ทำให้อวัยวะน้อยใหญ่หลุดไป (๑๒) ทำให้ชีวิต (ผู้อื่น) ดับ (๑๓) ฆ่าผู้อื่น แล้วจึงฆ่าตน (ความโกรธขั้นสูงสุด)^{๐๐}

ดังนั้นความโกรธจะแสดงพิษต่อจิตใจ ทำจิตให้ขุ่นมัว จับท่อนไม้ และ ศาสตรา ทำลายชีวิต และ สามารถฆ่าผู้อื่น แล้วจึงฆ่าตนเองได้ อาการเหล่านี้ที่เป็นต้น เหตุของการแสดงออกของความโกรธ การแสดงออกของความโกรธเมื่อเพลิงโทสะเกิดขึ้น แทนที่จะทำให้สว่าง กลับทำจิตใจให้มีมืดมิดยิ่งขึ้น คนโกรธย่อมไม่รู้จักประโยชน์ของตนและของผู้อื่นขัดตามความเป็นจริง คนโกรธย่อมก่อกรรมที่ทำได้ยากเหมือนทำได้ง่าย คนโกรธฆ่าบิดามารดาก็ได้ ฆ่าพระอรหันต์ก็ได้ ฆ่าตนเองก็ได้ ฆ่าใครต่อใครก็ได้ เรื่องที่ร้ายแรงหรือทารุณโหดร้ายขนาดไหน คนโกรธทำได้ทั้งนั้น

^{๐๐} พ.ม. (ไทย) ๒๕/๓๘๔/๑๕๕.

๒.๕ ลำดับของความโกรธ

ความโกรธ คือความคิดประทุษร้ายบุคคลที่มีจิตเต็มไปด้วยโทสะ ความอาฆาต ความพยาบาท คิดประทุษร้ายผู้อื่นเกิดขึ้นย่อมทำให้ผู้นั้นขาดเมตตาธรรม และยังได้พูดถึงลำดับของความโกรธไว้ว่า

๑. อรติ (ความไม่พอใจ)
๒. ปฏิฆะ (ความติดขัดใจ, กระทบกระทั้งใจ)
๓. โกรธ (ความโกรธ, เคียดดาลใจ)
๔. โทสะ (ความประทุษร้าย)
๕. พยาบาท (การจองเวร)

ดังภาพแสดง ลำดับของความโกรธ

อรติ → ปฏิฆะ → โกรธ → โทสะ → พยาบาท

จะเห็นได้ว่าสงครามของมนุษย์ เริ่มต้นมาจากความไม่พอใจเพียงเล็กๆ น้อยๆ เท่านั้น กลายเป็นความขัดใจกัน ขยายขึ้นเป็นความโกรธ ลุกลามเป็นความประทุษร้าย ประหัดประหารกัน หรือไม่ก็เก็บไว้รอคอยการแก้แค้นทีหลังเมื่อเกิดความโกรธแล้ว คนสามารถทำผิดพลาดทุกอย่างได้อย่างไม่สำนึกบาป มาคน ปล้นจี้ ทำลายทรัพย์สินเขาให้เสียหาย ชุบข่มขืนลูกเมียของคนอื่น พูดคำหยาบคายโกหกมดเท็จ ปลิ้นปลอกหลอกลวง ดันดัน ดิ้นเหวี่ยงแก้อภัย ทุบทุกรื้อมั่วสิ่งเสพติด ก็ได้ทั้งนั้น ท่านจึงเรียกความโกรธ (โทสะ) นี้ว่า “อกุศลมูล (ต้นตอความชั่วร้าย)” แต่เกือบทุกครั้ง พอเกิดความโกรธขึ้นมา เราก็มักจะกล่าวหาผู้อื่น หรือ สิ่งอื่นว่าเป็นต้นเหตุทำให้เราโกรธ หรือ ไม่พอใจ ยากนักที่จะยอมรับว่าเป็นเพราะใจเราหมกหมมตะกอนของความโกรธเอาไว้เอง คนอื่น หรือ สิ่งอื่นจะเป็นได้ก็แค่แรงเขย่าทำให้ตะกอนคลุ้งขึ้นมาเท่านั้น หาใช่เป็นตะกอนที่ทำให้ใจเราขุ่นเสียเอง ไม่เพียงแต่พายุพัด หรือแรงเขย่าจากภายนอกจะไม่ทำให้น้ำขุ่นมัวขึ้นมาได้เลย หากได้น้ำนั้นไม่มีตะกอน หรือ โคลนตมหมกหมมอยู่ ถ้าใจเราไม่ได้สะสมตะกอน คือ ความขุ่นมัวสกปรก ความเศร้าหมอง (ภาษาพระเรียกว่า “กิเลส”) เอาไว้ภายในแล้ว พฤติการณ์ของผู้อื่น หรือความไม่ได้ดังใจเรา ของสรรพสิ่งแวดล้อม ก็เป็นเพียงแค่อาการที่เป็นไปตามธรรมดาเท่านั้น หาใช่เป็นความขุ่นมัวเกาะกุมหัวใจเราให้เศร้าหมองสกปรกไปไม่

ดังนั้น ก็ควรกรองใจของเราให้สะอาดบริสุทธิ์ ดีกว่าจะไปกรองพฤติกรรมของผู้อื่น หรือ ไปกะเกณฑ์สรรพสิ่งให้เป็นไปได้ดังใจเรา การยอมรับว่าตนเป็นคนผิด จะทำให้มองเห็นความผิดของตนมากขึ้น จะได้พยายามแก้ไขปรับปรุงตนเองมากขึ้น ดีกว่าจะไปแก้ไขคนอื่น การจัดการหรือแก้ไขที่ใจเรานี้ ย่อมทำได้ง่ายกว่าการไปจัดการแก้ไขปรับเปลี่ยนธรรมชาติของผู้อื่น

และ สิ่งอื่นมากนัก ทั้งยังไม่ทำให้เราต้องไปขัดแย้ง กระแทกกระเทือนกับใครให้วุ่นวายด้วย มีแต่จะทำให้ยอมรับเหตุการณ์ต่างๆ ด้วยความเข้าใจมากขึ้น มีความรู้เท่าทันกัน ยอมรับความจริงของโลก ได้มากขึ้น ชีวิตก็就会有ความสงบสุขได้ง่าย ต่างจากการเข้าไปแก้ไข หรือ จัดการกับผู้อื่นสิ่งอื่น ซึ่งยังจัดการก็ยิ่งเป็นเหตุให้สิ่งนั้น หรือ ผู้นั้นแข็งกระด้างต่อเรา และ มีความขัดแย้งกับเรามากขึ้น พาลเป็นเหตุให้ใจของเราเดือดดาล และ ก้าวร้าวมากขึ้น ชีวิตเต็มไปด้วยความขัดแย้ง และ วุ่นวายหนักขึ้น ทำให้มีความสุขได้ยากขึ้นตะกอนที่อยู่ใต้น้ำ ย่อมสร้างความขุ่นมัวสกปรกให้แก่เราได้ เมื่อถูกแรงเขย่าฉนใด กิเลสภายในใจนั้นก็ย่อมสร้างความขุ่นมัวสกปรกให้แก่ใจได้ เมื่อถูกกระทบ (จากอารมณ์ที่ชอบ และ ไม่ชอบ) ฉะนั้นจึงไม่สมควรนักที่ไปโทษผู้อื่นหรือสิ่งอื่น ว่าเป็นผู้ผิดเมื่อยามเราโกรธ ควรโทษตัวเราบ้าง ที่ไม่เคยชำระล้างตะกอนออกไปจากจิตใจ แต่กลับสะสมตะกอนเหล่านั้นเอาไว้จนท่วมท้นเสียเองในเมื่อลงไปคลุกฝุ่นเอง พอเปื้อนฝุ่นขึ้นมาแล้ว จะกล่าวโทษคนอื่นว่าไม่รู้จักรั้วห้ามเราไม่ให้ไปคลุกฝุ่น จะถูกต้อง หรือ ดังนั้นการลำดับความโกรธมีดังนี้

๒.๕.๑ อรติ (ความไม่ยินดี)

เป็นที่น่าสังเกตว่า คนที่มักเอาแต่ใจตัวเอง จะเป็นคนโกรธง่าย และ ไวต่อแรงยั่วจากภายนอกมากกว่า แค่ “ชอบ” แล้วไม่ได้ หรือได้ “แต่ไม่ชอบ” เพียงเท่านี้ก็ทำให้เขาโกรธเป็นฟืนเป็นไฟได้แล้วทั้งนี้ เป็นเพราะว่าคนที่มักเอาแต่ใจตัวเองนั้น จะมองโลกนี้เพียงด้านเดียว คือ ด้านที่เขาชอบใจ ยินดีเท่านั้น แล้วจะปฏิเสธอีกด้านหนึ่ง (คือด้านที่เขาไม่ชอบ) อย่างสิ้นเชิง เขาจะมองโลก เป็นเครื่องตอบสนองความชอบ และ ความต้องการอย่างไร้ขีดจำกัดของตนเองเท่านั้น เขาอยากมียศ ตำแหน่งหน้าที่ การงานที่ใหญ่โต เขาจะต้องได้เขาอยากได้รับความสะดวกสบาย เขาจะต้องได้เขาอยากได้รับคำยกย่อง สรรเสริญ ชื่นชม ให้เกียรติ จากคนอื่นๆ เขาจะต้องได้โดยไม่มองความจริงของโลกอีกด้านหนึ่งว่า

ได้ - ย่อมมีคู่กับเสีย

ยศ - ย่อมมากคู่กับความเสื่อมยศ

สุข - ย่อมเกิดพร้อมทุกข์

คำยกย่องสรรเสริญ - ย่อมมีคู่กับคำติฉินนินทา

หรือ ถึงจะมองก็มองอย่างคนไม่ยอมรับความจริง แต่มองเพื่อพยายามหนี (ทั้งที่หนีไม่พ้น) เขาเข้าใจ (ไปเอง) ว่า ทุกสิ่งในโลกนี้ถูกสร้างมาเพื่อตอบสนองความต้องการของเขาเพียงคนเดียวเท่านั้น เขาเกิดมาเพื่อจะรอรับการเกิดขึ้นของทุกสิ่งทุกอย่างในโลกใบนี้ โลกนี้จะต้องมีทุกอย่างให้เขาเอาได้ดังใจหมาย อยากได้อะไรต้องได้สิ่งนั้น บนโลกใบนี้มีความผิดหวังไว้รอทุกๆ คน เว้นแต่ท่านผู้ทำหน้าที่โดยไม่ตั้งความหวังเท่านั้น (อนาลยบุคคล, นิราลยบุคคล ได้แก่ คนที่ทำหน้าที่ตามหน้าที่โดยไม่ตั้งความหวังรางวัล หรือ สิ่งตอบแทนใดๆ แม้แต่คำว่า “ชอบใจ” จากการทำ

หน้าหน้านั้น) โลกนี้จึงไม่มีแก้วสารพัดนึกไว้เป็นรางวัลสำหรับมนุษย์คนใดเลย ใครที่นึกจะเอาสารพัด ก็จะได้รับสารพัดทุกข์ มากกว่าจะได้ (สิ่งที่ชอบ) สารพัดตามที่นึกที่ได้ๆ บ้างก็แค่เล็กๆ น้อยๆ พอเป็นกระษัยให้ตัณหามันอยู่รอดเท่านั้น ยังไม่ถึงเสียหนึ่งของความต้องการที่อยากจะได้เลย จักรวาลนี้จะไม่มีความที่ใครสักคนจะพอใจเลยสักอย่างเลย แม้เพียงบุคคลเดียว ได้อย่างครบถ้วน ถึงกับมีคำเปรียบเทียบกับว่า ต่อให้จับจักรวาลนี้ละเอียดย่อยเป็นผง แล้วเทอมความอยาก (ตัณหา) ของคนเพียงคนเดียว ก็ไม่อาจจะถมให้เต็มได้ (แสดงว่าความอยากของคนนี้ยิ่งใหญ่ และ ลึกมาก) เมื่อเป็นเช่นนั้น เราจะเอาแต่สิ่งที่ชอบมาจากไหน หากไม่รู้จักควบคุมความอยากของตน ไว้บ้าง ปล่อยให้มันมากเกินไป จนเข้าใจว่าเมื่อชอบแล้วจะต้องได้ หรือ ต้องได้แต่สิ่งที่ตนชอบ เมื่อ จะต้องได้สิ่งที่ไม่ชอบ

สิ่งที่เราชอบแล้วไม่ได้ ก็จะเกิดการปฏิเสธอย่างรุนแรง เกิดการกระทบกระทั่ง ขัดเคือง จิตใจ กลายเป็นความชิงชัง เคียดแค้นตามมา โลกนี้จึงไม่สมบูรณ์พร้อมสำหรับคนที่มักเอาแต่ใจ ทั้งเขาเองก็จะไม่สมบูรณ์พร้อมสำหรับโลก ยิ่งเขาต้องการจากโลกมากเท่าไร ก็จะยิ่งผิดหวังจาก โลกมากเท่านั้น เมื่อผิดหวังมากก็ยิ่งเกลียดชังคนทั้งโลก ว่าโลกนี้ไม่ยุติธรรมกับตัวเขา จะไม่มี ความยินดีพอใจอยู่ในโลกของตนเอง การมีชีวิตอยู่ในโลกที่เต็มไปด้วยความเคียดชัง โกรธแค้น ชิงชัง จึงเป็นความอึดอัด กระวนกระวายใจ คับแค้นใจ มากกว่าจะสงบเย็นและมีความสุข พระพุทธศาสนาจึงสอนความจริงอันเกี่ยวกับโลกที่เรียกว่า “อริยสัจ” ไว้เป็นข้อแรกว่า “ทุกข์ = เป็นทุกข์” เหตุที่ต้องสอนไว้เช่นนี้ ก็เพื่อให้เรามองให้รู้ ดูให้เป็น เห็นให้ชัดถึงโลก (รวมทั้งทุกสิ่ง ในโลก) ตามความเป็นจริงของเขาว่า เป็นทุกข์ ไม่ได้เป็นของน่าภิรมย์ (รติ) แต่ประการใด ใครที่ มองโลกด้วยหวังจะได้แต่สิ่งที่ยินดี เขาย่อมจะได้รับแต่ความไม่ยินดี (อริ) คือความขัดเคืองใจ เคียดร้อนใจตามมา เมื่อใจเกิดความไม่ยินดี ^{๐๐} (เนื่องจากยอมรับความจริงของโลกไม่ได้) ใจก็จะ ออกแรงปฏิเสธต่อต้านอย่างเต็มที่ จะพยายามผลักความรู้สึกไม่ชอบนั้นออกไปให้พ้นๆ ในขณะที่ ภาวะถูกปฏิเสธนั้นก็จะดันเข้ามา จึงเกิดการเสียดสีเป็นความร้อนระอุ ปะทุขึ้นเป็นความโกรธ เคียดดาลภายในใจ อะไร หรือ ใครที่เป็นต้นเหตุ หรือเกี่ยวกับภาวะที่ถูกปฏิเสธนั้น ก็จะถูกร้าย ทำลายกำจัด ให้พ้นออกไปในทันที หรือหากไม่สามารถทำได้ก็จะเก็บเอาไว้เป็นความพยาบาท อาฆาตจองเวร คอยหาโอกาสแก้แค้นเอาคืนทีหลัง มุ่งหวังแต่ความพินาศหายนะเจ็บทรมาณเอง

^{๐๐} ที.ป (ไทย) ๑๑/๓๒๖/๓๒๕ - ๓๒๖.

๒.๕.๒ ปฏิมะ (ความขัดเคือง)

ปฏิมะ^{๐๐} ท่านแปลว่า ความขัดเคือง หรือ ความกระทบกระทั่ง หมายถึง ความกระทบกระทั่งทางใจ และ สิ่งที่เราไปกระทบกระทั่งใจนั้น ก็ได้แก่อรรถ (ความไม่ยินดี, ไม่พอใจ) นั่นเอง กิเลสตัวนี้ (ปฏิมะ) การพัฒนาพันธุ์มาจากอรรถ ที่เกิดขึ้นแล้วเราไม่รีบระงับเสียแต่เริ่มแรก ปลอ่ยให้เข้าไปใช้อำนาจ เพื่ออิทธิพลกระทบกระทั่งจิตใจของเรา จนกระเทือนไปทั้งตัว (บางคนถึงกับสะดุ้งโหยงก็มี อย่างที่เขาเรียกว่า “สั่นเป็นเจ้าเข้า” นั่นแหละ) การกระทบกระทั่ง แม้ดูจะไม่หนัก แต่ถ้าบ่อยๆ เข้าก็สามารถทำให้สิ่งที่ถูกกระทบกระทั่งนั้นๆ ชำรุด สึกหรอ เสียหาย และแตกสลายไปได้เช่นเดียวกัน ตัวอย่างโรคหินที่ถูกคลื่นน้ำกระทบบ่อยๆ หรือ อย่างเสาเข็มที่ถูกกระแสน้ำกระแทกบ่อยๆ ถึงจะแข็งแรงทนทาน แน่นหนาสักปานใด ก็ยังสึกกร่อนไปด้วยแรงกระทบกระแทกของคลื่นน้ำนั้น แล้วใจของคนทำด้วยอะไรกัน ถึงจะแข็งแกร่งอย่างโรคหินหรือมีใยเหล็กเสริมอย่างเสาคอนกรีต ก็เป็นเพียงแค่ก้อนเนื้อนุ่มๆ ก้อนหนึ่งเท่านั้น จะทนทานแข็งแรงสักแค่ไหน จึงจะไม่ชำรุดทรุดโทรม แตกร้าว เลื่อมสลายไป ด้วยแรงกระทบกระแทกจากอารมณ์ทั้งที่ชอบ และ ไม่ชอบนั้น แต่แทนที่เราจะป้องกันจิตใจจากการกระทบกระแทก จะได้ไม่ต้องเจ็บปวดเพราะอารมณ์เหล่านั้นอีก เรากลับยอมทนเจ็บปวดเสียเอง เพียงเพราะเสียความรู้สึกขึ้นๆ ลงๆ ภายในใจเท่านั้น แล้วปลอ่ยให้อารมณ์ต่างๆ เหล่านั้นกระทบกระแทกจิตใจของตน ให้ทรุดโทรมเสียหายต่อไป อย่างไม่มีหลักประกันถึงความสวัสดิ

ในการนี้อาจเป็นเพราะเราหลงค่า (จอมปลอม) ของอารมณ์เหล่านั้น มากกว่าคุณค่าแห่งความสงบของจิตใจ หลงเข้าใจไปว่า อารมณ์ที่เข้ามากระทบกระแทกจิตใจนั้น เป็นรสชาติอันเป็นความสุขของชีวิตอย่างแท้จริง แล้วก็หลงหารสชาติอันนั้นไว้ ตามสัญชาตญาณของมนุษย์ (รวมทั้งสัตว์ด้วย) เพื่อจะรักษารสชาติอันเป็นความสุขของชีวิตนั้น ให้อยู่กับตนนิจกาล ทั้งต้องการจะหาให้ได้เพิ่มมากขึ้นอีกด้วย จึงต้องคอยเสาะแสวงหาแต่อารมณ์ที่ชอบ และ ปฏิเสธพลันซึ่งอารมณ์ที่ไม่ชอบอยู่ตลอดเวลา รังหาสิ่งที่ดี (ที่ชอบใจตน) รังหนีสิ่งที่เกลียดอยู่เกือบตลอดชีวิต ก็ไม่ต่างอะไรกันเลย กับการรังหาสิ่งที่หนี รังหนีสิ่งที่ไล่ตาม สิ่งที่เรารังไล่ตาม มักจะรังหนีเรา แต่สิ่งที่เรารังหนี มันก็มักจะวิ่งไล่ตามมา เหมือนกับเราวิ่งไล่ตามดวงจันทร์ เรายังวิ่งไล่ตาม ดวงจันทร์ก็ยังหนีห่างออกไปเรื่อยๆ แต่พอเราหนี ก็ยังกลับวิ่งไล่ตามเราเสียอย่างนั้น เมื่อจิตใจวิ่งแสวงหาแต่อารมณ์ที่ชอบ และ รังหนีให้ไกลจากอารมณ์ที่เกลียดอยู่ตลอดเวลาเช่นนี้ เลหาความสงบไม่ได้สักที เลื่อนลอยไปกับอารมณ์ชอบ เดียวก็แพบ ห่อเหี่ยวยุบสลายลงด้วยอารมณ์ที่ขัง เลย ถูกคลื่นอารมณ์ซัดขึ้นซัดลง กวาดแกว่งไปมา จนเสียการทรงตัวไร้ความสงบ แล้วจะพบความสุข (อันแท้จริง) ได้ที่

^{๐๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๒๑๑.

ไหน พระพุทธองค์ทรงเตือนสติพวกเราไว้ว่า สนฺติปริ สุขํ ไม่มีความสุข (อื่นใด) ที่จะยิ่ง (ดี) ไปกว่าความสงบ ^{๐*} หมายความว่า ความสุขที่เราจะพอหาได้จากสิ่งอื่นๆ นั้นมีอยู่ แต่ความสุข เช่นนั้น เป็นความสุขแค่เพียงผิวเผิน เป็นความสุขที่ซ่อนความทุกข์ความร่ำร้อนเอาไว้ภายใน เหมือนกับถ่านไฟร้อนที่ถูกกลบได้ด้วยเถ้า รอวันปะทุไหม้ขึ้นเมื่อมีเชื้อ... ฉะนั้น ไม่ใช่ความสุขที่ เชือกเย็นเป็นปิติ และ ปลอดภัย ดังสุขที่ได้จากความสงบเปรียบอีกอย่างเหมือนกับความสุขของคนไข้ที่กินอาหารแสดงต่อโรค ซึ่งได้แค่ความเอร็ดอร่อยสั้นเพียงชั่วประเดี๋ยว แต่ต้องทนทุกข์ ทรมานกับโรคที่กำลังกำเริบขึ้นอีกยาวนาน ความแตกต่างทางความรู้สึก ที่เราสามารถจะสัมผัสได้ และ ให้คำตอบที่แท้จริงแก่ตัวเองได้ ระหว่างใจที่ถูกอารมณ์กระทบกระเทือนให้กระเทือน ห้วนไหว สะทกสะท้าน กวัดแกว่งไปมา จนเสียการทรงตัวอยู่ตลอดเวลา กับใจที่สงบๆ มีความมั่นคง ไม่เสียหลัก ไม่ลึงโลดหล่นนั้น ภาวะไหนเป็นความปลอดภัยภายใน มากกว่ากัน ความแตกต่างกันทาง ความรู้สึกเช่นนี้ สามารถวัดคุณค่าได้ที่ใจของเรา แต่เป็นที่น่าเสียดายว่า คุณค่านั้นกลับถูกละเลย ส่วนคุณ (ถูก) ฆ่า (ทางความรู้สึกด้วยอารมณ์ที่เข้ามากระทบ) กลายเป็นนโยบายหลักประจักษ์นัย ของเรา (ส่วนมาก) ไปเสียแล้วเราถูกอารมณ์มันฆ่า

ด้วยเหตุเพียงแค่นี้ปล่อยให้อรติ (รวมทั้งรติ) เข้าไปกระทบกระทั่งจิตใจอยู่เนืองๆ แล้วถก ทอประสานเป็นเกลียวเชือก รัดรัดจิตใจให้อึดอัด เจ็บปวด ทรมาน หากเราคลายเกลียวเชือกนั้นออก ใจของเราจะไม่ถูกรัดรัดให้อึดอัด ไม่ถูกเสียดทานให้ร่ำร้อน และไม่ต้องผูกพันสีกหรือไปด้วยแรง กระทบกระเทือนจากอารมณ์นั้นอีกต่อไป เป็นการปลดปล่อยใจตนเองให้เป็นอิสระ ได้เป็นไทจาก ความทุกข์ทรมานอันยาวนานชั่วกัปกลับนั้นเสียที ความไม่โกรธนี้ ต้องรีบสะสมโดยเร็ว ซ้ำไป ด้วยเสียการ นานไปเสียผลหากเราไม่รีบควบคุมใจคน จะต้องทุกข์ทน ร้อนด้วยโกรธ

๒.๕.๓ โกรธ (ความโกรธ)

ความโกรธมันมีจุดเริ่มต้นจากความไม่พอใจเล็กๆ น้อยๆ ที่เราไม่ยอมดัดมันเสียตั้งแต่ที แรก ปล่อยให้สร้างคามขัดใจ กระทบกระเทือนจิตใจขึ้นมากลายเป็นความโกรธร้อนระอุ จนอก แทะระเบิด ใจแทบละลาย มุ่งประทุษร้าย ทำลาย และ ผูกใจเจ็บ จ้องเวรกันต่อไปไม่รู้จักจบสิ้น แล้วความขัดใจ (ปฏิฆะ) มันเกี่ยวข้องกับอะไรกับความโกรธ หรือความเดือดดาลของใจหรือเปล่า ? เปรียบเทียบง่ายๆ เช่น น้ำที่ไหลตามสายยาง ถ้าไม่มีอะไรอุดตันสายยางน้ำจะไหลไปได้ตามปกติ ไม่ก่อปัญหาอะไรแก่สายยาง แต่หากสายยางเกิดพับ หรือ มีอะไรอุดตันขึ้นมา ทำให้น้ำไหลไปได้ ไม่สะดวก ก็จะเกิดแรงดันขึ้นจนสิ่งอุดตันนั้นหลุดออกไป หรือ ไม่สายยางก็แตก ทั้งนี้เพราะน้ำมัน ต้องการหาทางออกนั่นเอง อีกตัวอย่างหนึ่ง ลมหายใจของเรา ถ้าเข้าๆ ออกๆ ได้ตามปกติ ก็ไม่เกิด

^{๐*} พ.ร. (ไทย) ๒๕/๔๒.

ปัญหาอะไร แต่ถ้ามีใครเอามือมาปิดปาก และ อุดมูกของเราไว้ จนหายใจไม่ออก เราจะรู้สึกอึดอัด และคืนรนเพื่อให้หลุดพ้นจากมือที่ปิดปาก และ อุดมูกอยู่นั้น ใจก็เช่นกัน จะมีการรับ และ ปลดปล่อยอารมณ์อยู่ตลอดเวลา รับๆ ปลดปล่อยๆ ผลัดเปลี่ยนกันไปอย่างนี้เป็นปกติ แต่พอมีอารมณ์ไม่พอใจ มาขัดขวางกั้งก้างใจอยู่ ทำให้ใจต้องกุกๆ กักๆ เหมือนรถวิ่งบนถนนที่เต็มไปด้วยหลุมบ่อ สั่นสะเทือนไปทั้งคัน ใจเลยอึดอัด และ คืนรนเพื่อที่จะหลุดพ้นจากภาวะที่ขัดขวางอยู่นั้นเมื่อใจคืนรนมากขึ้น ช่วงความคิดก็ถี่เข้า ทำให้เกิดแรงเสียดทานภายในมากขึ้น กลายเป็นความร้อนระอุ แล้วพร้อมที่จะระเบิดอารมณ์นั้นออกมาทันทีจนกลายเป็นการบันดาลโทสะตามมา เพื่อป้องกันไม่ให้ความโกรธเกิดขึ้น จึงควรระวังแก้ไขหรือดับเสียทันที เมื่อเริ่มมีปฏิษะเกิดขึ้นในใจ อย่าปล่อยให้ขยายวงกว้างออกไป จนกลายเป็นความโกรธ^{๐๐}

๒.๕.๔ โทสะ (ความประทุษร้าย)

ความโกรธจนใจเดือดดาล ปะทุออกมาปะทะกับสิ่งภายนอก นั้นแหละ คือ อาการของ โทสะ (โทสะ แปลว่า ความประทุษร้าย, ความทำลาย ก็คือโทษของความโกรธนั่นเอง) โทสะนั้นมีลักษณะดุร้าย เหมือนงูที่ถูกตีไม่ตาย โทสะนั้น มีอาการกระสับกระส่าย คืนรน (ทั้งทางกายและจิต) เป็นอาการเหมือนดังคนถูกวางยา ซึ่งตามปกตินั้น งูก็เป็นสัตว์มีนิสัยดุร้ายอยู่แล้ว แต่ยังมีงูที่ถูกตีขึ้นมา ลองนึกภาพดูเองเถิด ว่าเขาจะดุร้ายน่ากลัวสักแค่ไหน ? เขาจะฟูพุดๆ และ ฉกกัด ทุกสิ่งทุกอย่างที่เคลื่อนไหวอยู่ใกล้ตัวเขาคนบันดาลโทสะก็ดังเดียวกัน จะขู่ (ทั้งข่มขู่ และ ขู่อาฆาต) ฉกกัด ทำร้ายทุกคนที่อยู่ใกล้ ไม่เว้นแม้แต่พ่อแม่ ลูก เมีย (ผัว) ที่ตนเคยรัก ท่านจึงเปรียบเทียบลักษณะโทสะว่าเหมือนกับงูที่ถูกตีไม่ตาย เพราะมุ่งแต่จะทำลาย ทำร้าย สิ่งต่างๆ และ คนอื่นๆ ให้เจ็บปวด พิณาศเสียหายไปในทันที ความประทุษร้ายแห่งใจ (โทสะ) นี้ เมื่อเกิดขึ้นแก่ใครแล้ว ถึงแม้ผู้นั้นจะไม่ได้ประทุษร้ายคนอื่น หรือไม่ได้ทำลายสิ่งอื่นก็ตาม แต่เขาก็ได้ทำร้ายใจตัวเองก่อนแล้ว เปรียบเหมือนไฟที่ไหม้หัวไม้ขีด ถึงแม้จะไม่ได้เผาไหม้หรือทำลายสิ่งอื่น แต่ก็ได้เผาไหม้หัวไม้ขีดไปก่อนแล้ว เราจะไม่สามารถจะปฏิเสธผลเสียหาย (โทษ) ที่เกิดขึ้นจากความโกรธได้เลย จำต้องรับผลของมันไม่มากก็น้อย ไม่ทางตรงก็ทางอ้อม ไม่ทั่วไปแก่คนอื่น ก็จำเพาะแก่ตัวเราเอง มีทางเดียวเท่านั้นที่จะไม่ต้องรับผลของ ก็คือ ดับความโกรธที่เกิดขึ้นเสีย อย่าสร้างหรือเก็บอารมณ์ที่ไม่พอใจไว้ขัดความรู้สึก ให้ใจของตนต้องร้อนรน เดือดดาล เปิดใจของเราออกให้รู้จักการปล่อยวาง ยกโทษให้อภัยเป็นเสียบ้าง แล้วจะอยู่เย็นเป็นสุข ไม่ต้องมานั่งกลัดกลอนกลุ่มก่อไฟสุ่มใจของตน ให้ร้อนทรมานทุราอย่างน่าเวทนาอีกต่อไป

^{๐๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๒๒๕.

๒.๕.๕ พยาบาท (การจองเวร)

พยาบาท ^{๐๖} คือ ความคิดที่จะทำให้ผู้อื่นประสบความพินาศ ย่อยยับ โดยความคิด
 ปองร้ายของผู้มุ่งจะทำร้ายชีวิตของสัตว์อื่น ทำให้จิตของเราเก็บเกี่ยวเกี่ยวโอบอารมณ์รัก โลภ
 โกรธ หลง อิจฉา นินทา อาฆาต พยาบาท ขุ่นแค้น ขัดเคือง นานาชนิดเอาไว้ ถ้าไม่มีวิธีชำระก็จะเกิด
 สนิมใจขึ้นมา กระทั่งไม่อาจนอนได้อย่างมีความสุขหากไม่ชำระร่างกายอันใด จิตที่ไม่ถูกชำระจะ
 ทำให้ฝันร้าย อารมณ์หงุดหงิดหลับไม่สนิท ฉะนั้นเราต้อง ถามตนเองก่อนว่า เราต้องการยุติการ
 ผลัดผลของกรรมกันคน ๆ นั้นเพียงภพนี้ หรือต้องการจะพบเขา จะเจอเขาอีกในชาติต่อ ๆ ไป เรา
 ต้องการจะยุติปัญหาเหล่านี้เพียงภพชาตินี้ หรือต้องการลากยาวไปถึงภพชาติข้างหน้า เรามีสิทธิ เสรี
 ในตัวเราที่จะหยุดหรือสร้างเหตุต่อไปอีกบางคนรักมาก หลงมาก เพราะเขาคิดมาก ก็ปรารถนาให้พบ
 กันทุกภพทุกชาติ บางคนก็อริชชฐานไม่ขอร่วมเดินทาง แต่ก็ไม่ยกโทษ ในที่สุดผลของการไม่ยก
 โทษ คือไม่ยอมให้อภัย ก็เหมือนการผูกสิ่งที่เราไม่ชอบไว้ที่เอวตนเองตลอดเวลา การให้อภัย จะทำ
 ให้เราสามารถยุติปัญหาต่าง ๆ ได้ เหมือนคนล้างแก้วน้ำสะอาด ทำให้เหมาะสมที่จะรองรับน้ำ
 บริสุทธิ์ที่เทลงไปใหม่เหมือนการโยนของที่เราไม่ ชอบทิ้งเสีย โดยไม่ต้องเสียดาย ดังใน พระ
 สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค กล่าวถึงความ “พยาบาท” ว่า

เธอละอภิชฌา (ความเพ่งเล็งอยากได้ของเขา) ในโลก ๑ มีใจปราศจาก
 อภิชฌาอยู่ ชำระจิตให้บริสุทธิ์จากอภิชฌา ละความมุ่งร้ายคือพยาบาท มีจิตไม่
 พยาบาท มุ่งประโยชน์เกื้อกูลสรรพสัตว์อยู่ ชำระจิตให้บริสุทธิ์จากความมุ่งร้ายคือ
 พยาบาท ละถีนมิทระ (ความหดหู่และเชื่องซึม) ปราศจากถีนมิทระ กำหนดแสงสว่าง
 มีสติสัมปชัญญะอยู่ ชำระจิตให้บริสุทธิ์จากถีนมิทระ ละอุทธัจจกุกกุกจะ (ความฟุ้ง
 ซ่านและรำคาญใจ) เป็นผู้ไม่ฟุ้งซ่าน มีจิตสงบอยู่ภายใน ชำระจิตให้บริสุทธิ์จาก
 อุทธัจจกุกกุกจะ ละวิจิกิจฉา (ความลังเลสงสัย) ข้ามวิจิกิจฉาได้แล้ว ไม่มีวิจิกิจฉา
 ในกุศลธรรมอยู่ ชำระจิตให้บริสุทธิ์จากวิจิกิจฉา ^{๐๖}

ดังพระพุทธพจน์ที่ว่า ให้กำจัด ความพอใจ และความไม่พอใจออกเสียด้วย

สติสัมปชัญญะเพื่อชำระจิตให้บริสุทธิ์จากความมุ่งร้าย คือพยาบาท

ดังนั้น ความโกรธ คือความคิดประทุษร้ายบุคคลที่มีจิตเต็มไปด้วยโทสะ ความอาฆาต
 ความพยาบาท เป็นต้น เริ่มจาก อรติ (ความไม่พอใจ) ปฏิฆะ (ความคิดขัดใจ, กระทบกระทั่งใจ)
 โกรธ (ความโกรธ, เคียดดาลใจ) โทสะ (ความประทุษร้าย) และ พยาบาท (การจองเวร) นี่เป็นผล

^{๐๖} พระราชวรมุนี (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์, (กรุงเทพมหานคร :
 โรงพิมพ์อมรินทร์การพิมพ์, ๒๕๒๗), หน้า ๒๗๕.

^{๐๖} ที.ที. (ไทย) ๘/๒๑๗/๗๔.

ลำดับความโกรธของมนุษย์เริ่มต้นมาจากความไม่พอใจเพียงเล็กๆ น้อยๆ เท่านั้น กลายเป็นความขัดใจกัน ขยายขึ้นเป็นความโกรธ ลูกกลามเป็นความประทุษร้าย ประหัดประหารกัน หรือไม่ก็เก็บไวรอคอยการแก้แค้นจองเวรจองกรรมไปจำชีวิตดับไปความโกรธเหล่านั้นยังติดตามไปชาติใช้กรรมกันต่อไป

๒.๖ บทสรุป

สรุปได้ว่า ความหมายความโกรธในพระไตรปิฎกทั้งอรรถกถาและนักวิชาการกล่าวถึงโทสะ (ความโกรธ) ว่า กิริยาที่โกรธ ภาวะที่โกรธ ความอาฆาต ความพยาบาท คิดประทุษร้าย ความโกรธย่อมก่อให้เกิดความพินาศภัยพิบัติต่อตนเอง และผู้อื่นด้วย ลักษณะของความโกรธ คือ ความโกรธร้ายแรงกว่าอัคคีภัย ความเสียหายแก่ชีวิต และทรัพย์สินอันเนื่องมาจากไฟภายในคือโทสะ คนโกรธสามารถฆ่าบิดามารดาก็ได้ ฆ่าพระอรหันต์ก็ได้ ฆ่าตนเองก็ได้ ฆ่าใครต่อใครก็ได้ อันเนื่องมาจากสาเหตุซึ่งที่พุทธเจ้าตรัสไว้ในอาฆาตวัตถุสูตร ๑๐ ประการที่เป็นสาเหตุให้เกิดความโกรธทำให้การล่วงละเมิดปาณาติบาตโดยเจตนา หรือ ไม่เจตนาที่ดี เพราะถูกความโกรธครอบงำเป็นสาเหตุการฆ่า และ ทำร้ายคนอื่นหรือสัตว์อื่น ความโกรธเมื่อเพลิงโทสะเกิดขึ้นตามลำดับจากเล็กน้อยจนก่อตัวจนเกิดการจองเวรจองกรรมกันข้ามภพข้ามชาติ และ ทำจิตใจให้มีมืดยิ่งขึ้น คนโกรธย่อมไม่รู้จักประโยชน์ของตน และ ของผู้อื่นขัดตามความเป็นจริง คนโกรธย่อมก่อกรรมที่ทำได้ยากเหมือนทำได้ง่าย ดังนั้นพระอริยะทั้งหลายสรรเสริญการฆ่าความโกรธ (การสละความโกรธทิ้งเสีย) ซึ่งเป็นพิษเป็นภัยต่อตน เพราะบุคคลฆ่าความโกรธได้แล้ว จึงไม่เศร้าโศกบุคคลเหล่านั้นจึงอยู่เป็นสุข