



ค ว า ม โ ก ร ธ ท ำ ใ ห้ เ ลื ย ป ร ะ โย ช น์

คนผู้โกรธย่อมประพฤติกในสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ ย่อม
ไม่รู้จักความเจริญ ย่อมมีภัยที่เกิดขึ้นแล้วในภายใน แต่คน
ผู้โกรธนั้นย่อมไม่รู้สีก เพราะคนโกรธย่อมไม่รู้รอบรด ไม่เห็นธรรม
และย่อมขาดสติ จึงพลั้งพลาดไปก่อกรรมทำเข็ญ ภายหลัง
เมื่อหายโกรธแล้ว เขาย่อมเดือดร้อนเหมือนถูกไฟไหม้





ความโกรธทำให้เสียประโยชน์

๑๑๒

การเอาชนะใจผู้อื่นด้วยความดีเป็นสิ่งที่บัณฑิตนักปราชญ์
ประพฤติกัน เช่นเดียวกับการเอาชนะคนมักโกรธด้วยความ
ไมโกรธตอบ ซึ่งต้องปฏิบัติต่อกันด้วยความละมุนละม่อม รู้จัก
ประนีประนอมเพื่อให้เกิดสันติ เมื่อสันติสุขเกิดขึ้นในใจของ
ทุกฝ่าย ก็จะมีการขยายแบ่งปันความสุขซึ่งกันและกัน สันติภาพ
ย่อมบังเกิดขึ้น สันติภาพโลกจะเกิดขึ้นได้ ต่อเมื่อนุชนทุกคน
เข้าถึงสันติสุขภายใน ซึ่งสันติสุขภายในที่แท้จริงนั้นเกิดขึ้นเมื่อ
ใจหยุดนิ่ง หยุดนิ่งสนิทอยู่ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ดังนั้น
การเจริญสมาธิภาวนา เพื่อให้เข้าถึงสันติสุขภายใน เข้าถึง
พระรัตนตรัยภายใน จึงเป็นเรื่องที่สำคัญยิ่งสำหรับพวกเราและ
ชาวโลกด้วย

มีวาระแห่งพุทธภาษิตใน โกธนาสูตร ความว่า

“กุทุโธ อตถํ น ชานาติ	กุทุโธ ธมมํ น ปสฺสติ
อนุธตมํ ตทา โหติ	ยํ โโกโธ สหเต นรํ
ยํ กุทุโธ อุปรโรเธติ	สุกรํ วีย ทุกกรํ
ปจฺฉา โส วิคเต โโกเธ	อคฺคิทฺทโธว ตปฺปติ

คนผู้โกรธย่อมไม่รู้ลึก คนโกรธย่อมไม่รู้รรรถ ไม่เห็น
ธรรม ความโกรธย่อมครอบงำารชนในขณะใด ความมืดตื้อ
ย่อมมีในขณะนั้น คนผู้โกรธย่อมก่อกรรมที่ทำได้ยากเหมือน



ความโกรธทำให้เสียประโยชน์

๑๑๓

ทำได้ง่าย ภายหลังเมื่อหายโกรธแล้ว เขาย่อมเดือดร้อนเหมือนถูกไฟไหม้”

ความโกรธเป็นสิ่งที่ไม่ดี เป็นประดุกไฟที่คอยเผาผลาญตนเอง ยิ่งถ้าเกิดความโกรธแล้วระงับอารมณ์ไว้ไม่อยู่ ก็จะทำให้เกิดการทะเลาะวิวาท อาจถึงเข่นฆ่ากัน หรือทำลายข้าวของ เกิดความเสียหายแก่ทรัพย์สิน และหากอาฆาตพยาบาทกันก็จะเป็นการผูกเวรกันต่อไปอีก ถ้าเราไม่รู้เท่าทันอารมณ์โกรธ ผลร้ายมักจะเกิดขึ้นเสมอไม่ว่าอย่างใดก็อย่างหนึ่ง ดังเช่นเรื่องของชายผู้มักโกรธคนหนึ่ง ที่ต้องเสียประโยชน์ที่จะพึงได้ไป และยังมีทุกข์ตามมาอีก พระบรมศาสดาทรงยกเรื่องนี้ขึ้นมาเป็นอุทาหรณ์ เพื่ออบรมสั่งสอนพระภิกษุให้พึงสังวร จะได้สำรวมระวัง และเห็นโทษภัยในความเป็นผู้มักโกรธ

*ครั้งพระเจ้าพรหมทัตเสวยราชสมบัติอยู่ในกรุงพาราณสี พระโพธิสัตว์ถือกำเนิดเป็นมาณพหนุ่มผู้มีปัญญา สำเร็จการศึกษาในทุกศาสตร์จากเมืองตักสิลา ท่านเป็นผู้มีดวงปัญญาสว่าง รู้ว่าศาสตร์ในทางโลกนั้น ไม่สามารถทำให้พ้นทุกข์ได้ จึงตัดสินใจออกบวช เพื่อศึกษาศาสตร์ทางธรรม โดยบวชเป็นดาบส



ความโกรธทำให้เสียประโยชน์

๑๑๔

บำเพ็ญเพียรอยู่ในป่าหิมพานต์ จนได้บรรลุฌานสมาบัติ ต่อมาได้มาพำนักอยู่ในพระราชอุทยานในกรุงพาราณสี

รุ่งเช้าท่านได้เข้าไปภิกขาจารในเมือง พระราชาเมืองพาราณสีทอดพระเนตรเห็นทรงเลื่อมใส จึงโปรดให้นิมนต์เข้าไปฉันในพระราชวัง แล้วอาราธนาให้จำพรรษาอยู่ในพระราชอุทยานนั้น พระดาบสรับอาราธนา พระราชาเสด็จไปอุปัฏฐากวันละครั้ง และได้รับโอวาทจากพระดาบสว่า

“ธรรมตามหากษัตริย์ต้องเป็นผู้ไม่มักโกรธ ต้องละเว้นอคติ ๔ และไม่ควรประมาทในการประพฤติธรรม ควรประกอบด้วยขันติธรรม มีเมตตากรุณาในประชาราษฎร์ทั้งปวง และครอบครองราชสมบัติโดยชอบธรรม” พระดาบสมักตอกย้ำประโยคกับพระราชาทุกครั้งก่อนที่จะจากกันว่า “ขอพระองค์อย่าได้ทรงพระพิโรธต่อผู้ที่โกรธต่อพระองค์เลย เพราะพระมหากษัตริย์เป็นผู้ให้ความสงบร่มเย็นแก่ปวงประชา ถ้าพระองค์พิโรธแล้ว พลศนิกรจะได้ที่พึ่งแต่ที่ไหน แม้ความเป็นผู้นำเคารพสักการบูชาของพระองค์ก็จะเสื่อมถอย อาตมภาพขอถวายพระพร”

พระเจ้าพาราณสีทรงเลื่อมใสมาก ยกย่องเทิดทูนพระดาบสเป็นพระอาจารย์ส่วนตัวพระองค์ และพระราชทาน



ความโกรธทำให้เสียประโยชน์

๑๑๕

ปัจฉัยไทยธรรมมีค่ากว่าแสนกหาปณะ ทว่าพระดาบสเป็นผู้
มักน้อยสันโดษ ไม่มีความจำเป็นที่จะต้องใช้ทรัพย์ จึงไม่ยินดี
ที่จะรับ ท่านพักอยู่ในพระราชอุทยานนานถึง ๑๒ ปี แล้วมีดำริ
ว่า “เราควรไปโปรดมหาชนตามชนบทบ้าง เพื่อให้ผู้มีบุญได้
รู้จักวิธีการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง จะได้มีสุคติโลกสวรรค์เป็นที่ไป”
จึงฝากให้นายอุทยานไปกราบทูลพระเจ้าพาราณสี แล้วออก
จากพระราชอุทยานไป

เมื่อไปถึงแม่น้ำแห่งหนึ่งซึ่งมีนายเรือจ้างคนหนึ่งรออยู่
เขาชื่อว่า อวาริยพิตา เป็นคนมีสันดานหยาบ ไม่รู้จักผิดชอบชั่วดี
เมื่อจะส่งคนข้ามฟากก็ไม่เรียกค่าจ้างก่อน ต่อเมื่อส่งถึงฟากแล้ว
จึงเรียกค่าจ้างภายหลัง บ่อยครั้งที่เขาไม่ได้ค่าจ้างตามที่ต้องการ
จึงเกิดการทะเลาะวิวาทชกต่อยกับผู้โดยสาร ดังนี้แล้ว นอกจาก
จะเป็นผู้ไม่เจริญด้วยทรัพย์ ยังเป็นผู้มากด้วยการผูกเวรอีกด้วย

เมื่อพระดาบสตรวจตราดูอุปนิสัยของเขาแล้ว เห็นสิ่งที่ไม่
ใช่ประโยชน์ที่มักเกิดขึ้นกับเขา จึงมีมหากรุณาที่จะสงเคราะห์
ได้वानให้เขาพายเรือข้ามฟากไปส่ง นายเรือถามว่า “ท่านเป็น
นักบวช ท่านมีค่าจ้างจะให้เราหรือ” ดาบสตอบว่า “เรามีค่าจ้าง
ที่ประเสริฐยิ่งกว่าทรัพย์จะให้ เราจะบอกทางเสียทรัพย์และทาง
ได้ทรัพย์ให้แก่ท่าน” จากนั้นเขาก็พาพระดาบสข้ามฟาก



ความโกรธทำให้เสียประโยชน์

๑๑๖

ครั้นส่งถึงอีกฝั่งแล้ว เขาทวงถามค่าจ้าง ด้วยคาดหวังว่าจะได้สิ่งของเป็นเครื่องตอบแทนที่มีค่ามากกว่าเงินทอง แต่พระดาบสกล่าวให้ธรรมทานว่า “ดูก่อนพ่อ หากท่านหวังความเจริญในอาชีพนี้นี้ ท่านจงตกลงราคาค่าจ้างจากคนโดยสารก่อนที่จะข้ามฝาก เพื่อให้เป็นที่พอใจกันทั้งสองฝ่าย จึงจะเป็นการดีจะได้ไม่ต้องมาทะเลาะกัน ทำให้หลายๆ ครั้งที่ท่านไม่ได้ทรัพย์ เพราะมีการทะเลาะกันเป็นเหตุเสียแล้ว” แม้เขาจะพอรู้ว่คำสอนนั้นดี แต่เนื่องจากเป็นคนที่มีจิตใจหยาบทราม จึงมุ่งเอาแต่ทรัพย์ไม่เอาคำสอน คิดในใจว่า เมื่อดาบสสอนเราแล้ว เราคงจะได้สิ่งของอย่างใดอย่างหนึ่งจากท่าน

พระดาบสรู้ว่าจิตของเขายังไม่พร้อมที่จะเปิดรับ เพราะมีความหมองของกิเลสคือความมักโกรธหนาแน่นอยู่ จึงมีจิตอนุเคราะห์ กล่าวต่อไปว่า “ดูก่อนนายเรือจ้าง เราจะให้หนทางสวรรค์แก่ท่าน เพื่อที่ท่านจะได้พ้นจากอบาย ขอให้ท่านจงมีสติระงับความโกรธ ไม่ว่าจะเป็นในบ้านหรือในป่า จะเป็นทางน้ำหรือทางบกก็ตาม ท่านอย่าได้โกรธผู้ใด เป็นอันขาด ครั้นท่านปฏิบัติแล้ว ความเจริญจักมีแก่ท่าน”

ธรรมดาของคนมักโกรธ มักมีดวงปัญญามืดบอด นายเรือหาได้เชื่อฟังไม่ ทวงถามค่าจ้างว่า “ท่านจะให้ทรัพย์แก่



ความโกรธทำให้เสียประโยชน์

๑๑๗

เราหรือไม่” ดาบสตอบว่า “สิ่งที่เราให้แก่ท่านนั้น มีค่ามากกว่าทรัพย์สินเสียอีก เพราะเป็นประโยชน์ใหญ่ในสัมปรายภพของท่านเอง ค่าจ้างคือสิ่งที่เราล้างสอนนี้ จะเป็นประโยชน์แก่ท่านตลอดกาลนาน” นายเรือจึงแสดงความฉุนเฉียวบริภาษว่า “เราไม่ต้องการถ้อยคำ เราจะเอาทรัพย์สิน” พระดาบสมีความอดทนพรั่งสอนต่อว่า “ขอท่านจงมีสติเถิด อย่าให้ความโกรธเผาผลาญท่านเลย ท่านจงระงับโทสะที่เป็นเหมือนเพชรฆาตประหารตัวท่านเองเถิด”

เขาโกรธจัดจนระงับอารมณ์ไม่ได้ จึงผลักพระดาบสให้ล้มลงที่ริมฝั่งแม่น้ำ แล้วชกต่อยพระดาบส พระดาบสผู้มีฤทธิ์ไม่ปรารถนาจะทำร้ายใคร ท่านจึงไม่ต่อสู้ ขณะเดียวกันนั่นเอง ภรรยาของเขากำลังนำอาหารมาให้ เห็นสามีกำลังทำร้ายพระดาบส จึงรีบเข้าไปห้าม เขาพาลไปตบตีภรรยาซึ่งมีครรภ์แก่อีก ทำให้บุตรในครรภ์แท้งไป ผู้คนกลุ่มหนึ่ง เห็นเหตุการณ์นั้นกรูกันเข้ามาขวาง จับเขาซ้อมจนกระทั่งชอกเลือด แล้วจับมัดตัวไปถวายพระราชา พระเจ้าพาราณสีทรงพระพิโรธมาก แต่พระดาบสห้ามปรามไว้ พระองค์จึงลงอาญาตามสมควรแก่โทษ

พระบรมศาสดาตรัสเรื่องนี้แล้วทรงสอนว่า เพราะความโกรธยังความพินาศให้กับคนแฉงเรื่อนั้น สำหรับกับข้าว



ความโกรธทำให้เสียประโยชน์

๑๑๘

แตกกระจาย บุตรในครรภ์ต้องแท้งไป คนแจวเรือนั้นต้องสูญเสีย
ประโยชน์ที่จะพึงได้ทั้งในโลกนี้และโลกหน้า ภิกษุทั้งหลาย
ได้ธรรมสังเวช จึงได้บรรลุโสดาปัตติผลในเวลาจบพระธรรม-
เทศนานั่นเอง

เพราะฉะนั้น ขอให้ทุกท่านมองเห็นทุกข์เห็นโทษของ
ความโกรธไว้ให้ดี จะหาคุณประโยชน์แม้น้อยนิดจากความโกรธ
ไม่ได้เลย เหมือนเสาะแสวงหาน้ำในกลางทะเลทราย ต้องพบ
แต่ความแห้งแล้ง เราควรฝึกฝนตนให้เป็นคนชุ่มฉ่ำด้วยกระแส
แห่งเมตตาจิต มีขันติธรรมอยู่ในใจ เมื่อมีเรื่องมากระทบ
อย่าให้กระเทือนเข้าไปในใจ ให้ใจใสๆ อย่าให้ขุ่นมัว เอาชนะ
ความโกรธให้ได้ แล้วเราจะเป็นผู้ชนะที่แท้จริงตลอดกาล

