



๑. ความโกรธเป็นโง่

○ ดูเหมือนจะเป็นที่ยอมรับกันว่า โทสะหรือความโกรธเป็นเหตุแห่งความร้อนใจ ยิ่งกว่าความโลภหรือความหลง โกรธเมื่อใดร้อนเมื่อนั้น แม้ผู้ที่หยาบที่สุด ไม่ต้องใช้ความประณีตพิจารณาเลย ก็ย่อมรู้สึกได้เช่นนั้น

○ คนโกรธง่าย โกรธบ่อย อาจจะทำให้เกิดความโกรธจนชินได้แต่จะไม่ชินกับผลที่เกิดจากความโกรธ คือจะต้องรู้สึกร้อนเสมอไปไม่ว่าจะโกรธจนชินแล้วเพียงไหน มีตัวอย่างที่เกิดกับทุกคนอยู่ทุกวัน คือคนขับรถโกรธคนเดินถนน คนเดินถนนโกรธ คนขับรถ

แม้คนขับรถจะต้องพบคนเดินถนนทุกวัน วันละหลายครั้ง แต่ก็ต้องเกิดโทสะเพราะกันและกันอยู่เสมอ เรียกได้ว่าจนเป็นของธรรมดา

แต่กระนั้น ทั้งคนขับรถและคนเดินถนนก็คงยอมรับว่า เมื่อเกิดโทสะทุกครั้งก็ร้อนรุ่มในใจทุกครั้งนี้เป็นผลของความโกรธ ที่จะต้องเกิดคู่ไปความโกรธเสมอไม่มีแยกจากกัน ความโกรธเกิดขึ้นเมื่อใด ความร้อนใจก็ต้องเกิดขึ้นเมื่อนั้นเสมอ

○ สามัญชนทุกคนย่อมมีความโกรธ แต่ความโกรธของทุกคนไม่เท่ากัน นี่เป็นที่รู้จักกัน อยู่ เห็นกันอยู่ ตีกันอยู่ ชมกันอยู่ บางคนโกรธง่าย โกรธแรง บางคนโกรธยาก โกรธเบา บางคนเรียกคนประเภทแรกที่โกรธง่าย โกรธแรง ว่าเป็นคนมีกรรม และเรียก คนประเภทหลังที่โกรธยาก โกรธเบา ว่าเป็นคนมีบุญ เหตุผลก็น่าจะอย่างที่รู้จักกันอยู่ คือ

○ ความโกรธไม่ทำให้ใครเป็นสุข มีแต่จะทำให้เป็นทุกข์ ยิ่งโกรธง่าย โกรธแรง ก็ยิ่ง เป็นทุกข์บ่อย เป็นทุกข์มาก

○ ลองดูใจตนเองเสียบ้าง ก็ จะเห็นความแตกต่างของจิตใจ เวลาโกรธกับเวลาโกรธ เช่นในขณะนี้ หากผู้ใดกำลังโกรธอยู่ก็ให้หยุดคิดถึงเรื่องหรือบุคคลที่ทำให้โกรธเสีย สักระยะ ย้อนกลับเข้ามาดูใจตนเอง เมื่อกำลังโกรธ

ดูเข้ามาก็ย่อมจะเห็นว่ากำลังโกรธ เมื่อดูเห็นว่ากำลังโกรธแล้ว ก็ดูให้เห็นว่ามีความ ร้อนพลุ่งพล่านอยู่ในใจหรือไม่ ซึ่งจะต้องเห็นว่ามีความโกรธก็ต้องมีความร้อน โกรธ มากก็ร้อนมาก โกรธน้อยก็ร้อนน้อย

○ ดูลงไปอีกว่า ความร้อนนั้นทำให้เดือดร้อนหรือไม่ หรือทำให้สบาย ถ้าดูกันจริงๆ และตอบตัวเองอย่างจริงๆ ก็จะต้องได้คำตอบว่า ความร้อนนั้นทำให้เดือดร้อน ไม่ทำ ให้สบาย เมื่อได้คำตอบเช่นนี้แล้ว ก็ดูลงไปอีกว่า อยากพ้นจากความไม่สบายนั้น หรือไม่ ถ้าดูจริง ก็จะได้เห็นความจริงว่า อยากจะพ้นจากความไม่สบายนั้น ซึ่งเกิด เพราะเกิดความโกรธหรือความมีโทโส