

อักโกสกสูตรกับการรับมือถ้อยคำลบ : ปัญญาเชิงพุทธ
เพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างสงบ

The Akkosaka Sutta and Responding to Hostile Speech:
Buddhist Wisdom for Peaceful Coexistence

พงษ์ประภากรณ์ สุระรินทร์

Phongprapakorn Surarin

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยเขตพะเยา

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Payao Campus

จันทรสม์ ตาบุลิง, พระปลัดธวัชชัย ขตติยเมธี

Chantararat Tapuling, Phra Palat Thawatchai Khattiyamethi

วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Lamphun Buddhist College, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Corresponding Author E-mail: phongmcu@gmail.com

Received: 2025-05-14 Revised: 2025-07-02 Accepted: 2025-07-04

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาหลักธรรมและวิธีการที่พระพุทธเจ้าใช้ในการรับมือกับถ้อยคำหยาบคายและการด่าทอใน อักโกสกสูตร โดยเน้นการวิเคราะห์พุทธวิธีการจัดการกับคำด่าทอและความโกรธด้วยปัญญา เพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในบริบทปัจจุบัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในสังคมยุคดิจิทัลที่การใช้วาจารุนแรงปรากฏแพร่หลายในสื่อโซเชียล เนื่อหา อักโกสกสูตรให้ข้อคิดเชิงลึกเกี่ยวกับการจัดการความโกรธและคำพูดรุนแรงอย่างมีปัญญา โดยพระพุทธเจ้าใช้วิธีการตอบโต้คำด่าด้วยเหตุผล สติ และความสงบ ไม่ตอบโต้ด้วยความโกรธ ซึ่งวิธีการของพระพุทธเจ้าในการรับมือกับคำด่าไม่เพียงเป็นแบบอย่างของ “อหิงสา” และ “เมตตา” แต่ยังเป็นแนวทางที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในสังคมร่วมสมัย ทั้งในระดับบุคคลและสังคม เช่น การเผชิญหน้ากับวาจารุนแรงบนโลกออนไลน์ หรือการลดทอนความขัดแย้งในความสัมพันธ์ส่วนบุคคลและชุมชน

คำสำคัญ: อักโกสกสูตร, การรับมือถ้อยคำลบ, พุทธวิธีในการสื่อสาร

Abstract

This article aims to examine the Buddhist principles and methods employed by the Buddha in responding to harsh and insulting speech, as illustrated in the Akkosaka Sutta. The study emphasizes an analytical approach to the Buddha's strategy of managing verbal abuse and anger through wisdom. The objective is to explore its practical application in contemporary contexts, particularly in the digital age, where aggressive and harmful language is widespread across social media platforms.

The Akkosaka Sutta offers profound insights into the management of anger and hostile speech through mindful and rational engagement. The Buddha's response to verbal abuse exemplifies the use of reason, mindfulness, and inner calm, rather than retaliation or emotional reaction. His approach not only represents the principles of ahimsā (non-violence) and mettā (loving-kindness) but also provides a practical model for peaceful coexistence in modern society. These teachings can be applied at both individual and societal levels for example, in confronting verbal aggression in online communication or in reducing interpersonal and communal conflict.

Keywords: Akkosa Sutta, Responding to Hostile Speech, Buddhist Communication Method

บทนำ

ในยุคปัจจุบัน สังคมโลกได้ก้าวเข้าสู่ยุคดิจิทัลอย่างเต็มรูปแบบ การสื่อสารผ่านสื่อสังคมออนไลน์ (Social Media) กลายเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตประจำวันของผู้คนทั่วโลก ด้วยความสะดวก รวดเร็ว และการเปิดโอกาสให้ทุกคนสามารถแสดงความคิดเห็นได้อย่างอิสระ แพลตฟอร์มเหล่านี้จึงเป็นทั้งเครื่องมือในการเชื่อมโยงผู้คน และในขณะเดียวกันก็นำมาซึ่งความท้าทาย โดยเฉพาะในประเด็นการใช้ถ้อยคำรุนแรง การด่าทอ และการแสดงความคิดเห็นโดยปราศจากการไตร่ตรอง ซึ่งมักก่อให้เกิดความขัดแย้ง การดูหมิ่น และการกระทบกระทั่งบนทาง

จิตใจ รวมถึงข้อพิพาททางกฎหมายที่เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง (นฤมล ชูชีพ, 2563)

เมื่อพิจารณาย้อนกลับไปในอดีต ก่อนที่เทคโนโลยีการสื่อสารจะเข้ามามีบทบาท การแสดงความคิดเห็นของสาธารณชนมักถูกควบคุมผ่านสื่อกระแสหลัก เช่น วิทยุ โทรทัศน์ และ สิ่งพิมพ์ โดยมีการกลั่นกรองเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ แต่ในโลกออนไลน์ยุคใหม่ การแสดงความคิดเห็นกลายเป็นสิ่งที่ทุกคนสามารถทำได้อย่างเสรี แม้จะเป็นการใช้สิทธิเสรีภาพที่ควรได้รับการคุ้มครอง แต่ก็ส่งผลกระทบต่อเชิงลบในหลายมิติ โดยเฉพาะเมื่อการใช้วาจาหยาบคายหรือคำทอผู้อื่นกลายเป็นเรื่องธรรมดาในพื้นที่สาธารณะ ทั้งนี้ปัญหาการคำทอและการใช้วาจาหยาบคายในสังคมไม่ใช่เรื่องใหม่ ปัญหานี้เกิดขึ้นมาตั้งแต่สมัยพุทธกาล ดังที่ปรากฏในพระไตรปิฎก ตัวอย่างเช่น นางมาคันธียาจ้างคนให้มาด่าพระพุทเจ้า และอีกโกสกพราหมณ์เข้ามาด่าพระพุทเจ้า เป็นต้น หลักธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนาได้กล่าวถึงความสำคัญของการใช้เหตุผลและการไตร่ตรองก่อนการแสดงความคิดเห็น พระพุทเจ้าตรัสถึงหลักการใช้เหตุผลในหลายพระสูตร เช่น ในจุฬหัตถิปภมสูตร ที่กล่าวถึงการพิจารณาเหตุและผลอย่างรอบคอบก่อนที่จะตัดสินใจเชื่อ คำกล่าวใด ๆ หรือในกาลามสูตร เป็นต้น ที่เน้นย้ำว่าควรตัดสินใจด้วยการพิจารณาผลแห่งการปฏิบัติจริง ไม่ใช่ด้วยการเชื่อฟังเพียงเพราะคำกล่าวอ้างหรือข่าวลือ

นอกจากนี้ ในอภิกโกสกสูตร ซึ่งเป็นอีกหนึ่งกรณีศึกษาที่สำคัญ มีการกล่าวถึงอภิกโกสกพราหมณ์ที่เข้าไปด่าพระพุทเจ้า พระพุทเจ้าได้แสดงให้เห็นถึงวิธีการรับมือกับคำด่าอย่าง สุขุมและใช้ปัญญาในการตอบโต้ ผลลัพธ์ที่ได้แสดงถึงความสงบและการปฏิเสธความรุนแรงเป็นวิธีการที่นำไปสู่ความสำเร็จในทางปัญญา

ใน อภิกโกสกสูตร พระพุทเจ้าได้แสดงให้เห็นถึงวิธีการรับมือกับคำด่าทออย่างชาญฉลาด โดยไม่ได้ตอบโต้ด้วยความรุนแรงหรือความโกรธ แต่ใช้ปัญญา เหตุผล และความรอบคอบ ในการแก้ไขปัญหา แนวทางของพระพุทเจ้านั้นเป็นการนำเสนอมุมมองที่ลึกซึ้งเกี่ยวกับการจัดการกับความขัดแย้งและการแสดงออกด้วยคำพูดที่ไม่รุนแรง

เมื่อ อภิกโกสกพราหมณ์ ได้ด่าทอพระพุทเจ้า พระพุทเจ้าตอบกลับด้วยความสงบ ไม่แสดงอาการโกรธหรือโมโหแต่อย่างใด แต่กลับถามพราหมณ์ว่า “หากท่านนำของขวัญไปให้ใครสักคนแล้วเขาไม่รับ ของขวัญนั้นจะเป็นของใคร?” เมื่อพราหมณ์ตอบว่าของขวัญนั้นก็ยังคงเป็นของผู้ที่นำไปให้ พระพุทเจ้าจึงชี้ให้เห็นว่า ในทำนองเดียวกัน หากมีใครกล่าวคำด่าทอหรือแสดงความเกลียดชัง แต่หากผู้ฟังไม่รับเอาคำเหล่านั้นไว้ ความโกรธและคำด่าทอเหล่านั้นก็จะกลับไปหาผู้ที่พูดเอง

แนวทางที่พระพุทเจ้าทรงแสดงไว้ในพระสูตรนี้จึงไม่เพียงแต่เป็นตัวอย่างของ อหิงสา (การไม่เบียดเบียน) และ เมตตาธรรม เท่านั้น หากยังเป็นแบบอย่างของ “พุทธวิธีใน

การสื่อสาร” ที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้เหมาะสมในสังคมปัจจุบัน โดยเฉพาะในยุคที่ถ้อยคำและความเห็นต่างถูกเผยแพร่และตัดสินกันอย่างรวดเร็วผ่านหน้าจอ

ดังนั้น การศึกษาหลักธรรมในอภิกโกสสูตรจึงมีความสำคัญอย่างยิ่งในฐานะที่เป็นต้นแบบของการจัดการวาจาทำร้ายด้วยหลักเมตตาและอหิงสา ทั้งยังสามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้จริงในบริบททางสังคมร่วมสมัย อาทิ การสื่อสารออนไลน์ การเจรจาความขัดแย้ง และการสร้างสภาพแวดล้อมแห่งการอยู่ร่วมกันอย่างสงบและมีสติ การศึกษานี้จึงมุ่งวิเคราะห์แนวทางการจัดการถ้อยคำตามหลักพุทธปัญญาในอภิกโกสสูตร เพื่อเป็นแนวทางหนึ่งในการส่งเสริมวัฒนธรรมแห่งสันติและป้องกันความรุนแรงทางวาจาในสังคมปัจจุบัน

ที่มาของอภิกโกสสูตร

พระสูตรนี้ ตั้งตามชื่อของพราหมณ์อภิกโกสทวาทพราหมณ์ เป็นพระสูตรที่ 2 อยู่ในพระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สคาถวรรค เล่มที่ 15 มีเนื้อความว่า พระพุทธเจ้าประทับอยู่พระวิหารเวฬุวัน เมืองราชคฤห์ อภิกโกสทวาทพราหมณ์ ได้ทราบข่าวว่า พราหมณ์ทวาทโคตรออกบวชเป็นพระภิกษุในพระพุทธศาสนา ทำให้ตนไม่พอใจ โกรธแค้นมาก วันหนึ่งเข้าไปเฝ้าพระพุทธเจ้าถึงที่ประทับ แล้วก็ด่าด้วยวาจาหยาบคาย ต่างๆ นานา ที่คนปกติไม่ต่างกัน พระองค์ก็ทรงฟังคำด่าของอภิกโกสปราหมณ์ด้วยอาการอันสงบ เมื่ออภิกโกสปราหมณ์ด่าพระพุทธเจ้า จนเป็นที่พอใจแล้ว

พระพุทธเจ้าตรัสถามพราหมณ์ว่า ท่านพราหมณ์ มิตรและอำมาตย์ รวมทั้งญาติทั้งหลาย ที่เป็นแขกของท่าน เคยมาเยี่ยม มีบ้างไหม?

พราหมณ์ตอบว่า มิตรและอำมาตย์ รวมทั้งญาติทั้งหลาย ที่เป็นแขกของข้าพระองค์ย่อมมาเป็นครั้งคราว

พระพุทธเจ้าตรัสถามว่า ท่านได้จัดของเคี้ยวเครื่องบริโภคน้ำดื่ม เอาไว้ต้อนรับมิตรอำมาตย์ และญาติทั้งหลายบ้างหรือไม่?

อภิกโกสปราหมณ์ตอบว่า ข้าพระองค์ย่อมจัดของต่างๆ เอาไว้ต้อนรับแขกเหล่านั้นบ้างในบางครั้ง

พระพุทธเจ้าตรัสถามอีกว่า ท่านพราหมณ์ ถ้าหากว่าอำมาตย์ มิตร และญาติเหล่านั้น ไม่รับของที่ท่านเตรียมเอาไว้ต้อนรับ สิ่งของเหล่านั้น จะเป็นของใคร?

พราหมณ์ตอบว่า หากแขกเหล่านั้น ไม่รับของต้อนรับเหล่านั้นหรือเครื่องดื่ม สิ่งของเหล่านี้ ก็ย่อมตกเป็นของข้าพระองค์อย่างเดิม

พระพุทธเจ้าตรัสว่า ท่านพราหมณ์ ข้อนี้อย่างเดียวกัน ท่านด่าเรา ผู้ซึ่งไม่ด่าตอบ

โกรธเราผู้ไม่โกรธตอบ มาทะเลาะกับเราซึ่งเราไม่ทะเลาะด้วย เราไม่รับการด่าของท่าน การด่าจึงเป็นของท่านผู้เดียว และตรัสอีกว่า ผู้ใดด่าตอบได้ โกรธตอบได้ เรากล่าวว่าบริโภคร่วมวงเดียวกัน เรื่องการด่าก็เป็นเรื่องของท่านแต่เพียงผู้เดียว เราไม่ขอร่วมวงการบริโภคร่วมวงกับท่านด้วย

อีกโกสกพราหมณ์ถามต่ออีกว่า มีชาวบ้านพร้อมด้วยพระราชา ต่างก็ทราบดีว่าพระสมณโคตมเป็นพระอรหันต์ เมื่อเป็นเช่นนี้ พระองค์ยังโกรธอยู่หรือไม่?

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า พระอรหันต์ย่อมเป็นผู้ไม่โกรธ เป็นผู้ฝึกฝนตนดีแล้ว มีความเป็นอยู่สม่ำเสมอ หลุดพ้นจากกิเลสทั้งหลายแล้ว เพราะรู้ชอบ เป็นผู้สงบ มีความประพฤติที่ จักมีความโกรธแต่ที่ไหนเล่า ผู้ใดโกรธตอบบุคคลผู้โกรธอยู่ ผู้นั้นเป็นผู้เลวกว่าบุคคลนั้น เพราะการโกรธตอบได้นั้น บุคคลไม่โกรธตอบบุคคลผู้โกรธแล้ว ชื่อว่าย่อมชนะสงคราม อันบุคคลชนะได้โดยยาก ผู้ใดรู้ว่าผู้อื่นโกรธแล้ว เป็นผู้มีสติ สงบใจเอาไว้เสียได้ ผู้นั้นชื่อว่าย่อมประพฤติประโยชน์แก่ทั้งสองฝ่าย คือแก่ตนและแก่บุคคลอื่น เมื่อผู้นั้นรักษาประโยชน์อยู่ทั้งสองฝ่าย คือของตนและของบุคคลอื่น ส่วนชนทั้งหลายผู้ไม่ฉลาดในธรรมทั้งสองอย่าง ย่อมเรียกบุคคลนั้นได้ว่า เป็นคนเขลา

เมื่อพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสเจ้าอย่างนี้แล้ว อีกโกสกการทวาชพราหมณ์ได้กราบทูลพระผู้มีพระภาคเจ้าว่า ข้าแต่พระโคตมผู้เจริญ ภาษีของพระองค์แจ่มแจ้งนัก ทรงประกาศพระธรรมโดยปริยายเป็นอันมากเปรียบเหมือนบุคคลหงายของที่คว่ำเปิดของที่ปิด บอกทางแก่คนหลงทาง หรือส่องประทีปในที่มืดด้วยคิดว่า คนมีจักขุย่อมเห็นหนทางฉะนั้น ข้าพระองค์นี้ขอถึงพระโคตมผู้เจริญ พระธรรม และพระภิกษุสงฆ์ว่าเป็นสรณะ ขอข้าพระองค์พึงได้บรรพชา พึงได้อุปสมบทในสำนักของพระโคตมผู้เจริญเกิด.

อีกโกสกการทวาชพราหมณ์ได้บรรพชาได้อุปสมบทแล้วในสำนักของพระผู้มีพระภาคเจ้า ท่านอีกโกสกการทวาชอุปสมบทแล้วไม่นาน หลีกตนไปอยู่ที่สงัด ไม่ประมาท มีความเพียร มีจิตมั่นคงอยู่ ไม่นานเท่าไรนัก ได้บรรลुพระอรหันต์ ท่านพระอีกโกสกการทวาชได้เป็นพระอรหันต์รูปหนึ่ง ในบรรดาพระอรหันต์ทั้งหลายในพระพุทธศาสนา

สำคัญในอัสสัฏฐะในฐาณะหลักฐานทางประวัติศาสตร์

อัสสัฏฐะ ถือเป็นหลักฐานทางประวัติศาสตร์ที่สำคัญซึ่งปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา โดยเหตุการณ์นี้ให้ข้อมูลที่มีคุณค่าเกี่ยวกับสภาพสังคม แนวคิด และพฤติกรรมของคนในยุคพุทธกาลอย่างชัดเจน

ในยุคที่พระพุทธเจ้าเป็นที่เคารพนับถือของมหาชน ไม่ว่าจะเป็นพระมหากษัตริย์

เศรษฐกิจ คหบดี หรือปวงชนทั่วไป การที่ยังคงมีบุคคลเช่น อักโกสกพราหมณ์ ที่กล่าวคำคำต่อพระพุทเจ้า สะท้อนให้เห็นถึงสภาพสังคมที่มีการแสดงออกทางวาจาที่ไม่เกรงกลัวอำนาจหรือสถานะทางสังคม นี่เป็นหลักฐานสำคัญที่บ่งบอกว่า แม้แต่ในยุคนี้ที่พระพุทเจ้าเป็นที่นับถืออย่างสูง ก็ยังคงมีความขัดแย้งและการแสดงออกทางความคิดเห็นที่รุนแรง ซึ่งเป็นปรากฏการณ์ทางสังคมที่เกิดขึ้นในทุกยุคสมัย

นอกจากนี้ การบันทึกเหตุการณ์นี้ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาไม่ได้เพียงแค่แสดงให้เห็นถึงลักษณะของการคำต่อหรือความขัดแย้งในสมัยนั้น แต่ยังเปิดโอกาสให้เราได้ศึกษาและทำความเข้าใจถึงวิธีการที่พระพุทเจ้ารับมือกับสถานการณ์เหล่านี้ แนวทางของพระพุทเจ้าในการตอบโต้คำคำด้วยสติ ปัญญา และความเมตตา กลายเป็นบทเรียนที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในยุคปัจจุบันได้เป็นอย่างดี

นอกจากนั้นพระสูตรที่ชื่อว่า “อักโกสกสูตร” กล่าวถึง หลักฐานทางประวัติศาสตร์ ดังนี้

1. สะท้อนสภาพสังคมและความขัดแย้งระหว่างศาสนาในยุคพุทธกาล อักโกสกสูตรแสดงให้เห็นว่าช่วงพุทธกาลนั้นเป็นยุคแห่งการเปลี่ยนแปลงทางความเชื่ออย่างสำคัญ โดยการที่พราหมณ์ในสายตระกูล เช่น อักโกสกการทวาชพราหมณ์ มีความโกรธเคืองที่ญาติออกบวชในพระพุทธศาสนา สะท้อนความตึงเครียดระหว่างระบบวรรณะเก่า (พราหมณ์) กับแนวคิดใหม่ในพระพุทธศาสนา ซึ่งเสนอความเสมอภาคและเปิดโอกาสให้ทุกคนชั้นเข้าถึงธรรมได้โดยไม่ยึดติดชาติ ตระกูล หรือวรรณะ

2. บันทึกปฏิสัมพันธ์จริงระหว่างพระพุทเจ้ากับสังคมร่วมสมัย เหตุการณ์ในอักโกสกสูตรมิใช่เพียงการแสดงธรรม แต่เป็นภาพสะท้อนชีวิตจริงของพระพุทเจ้า ที่ไม่เพียงประทับอยู่ในวัดหรือป่า หากแต่ทรงมีปฏิสัมพันธ์กับผู้คนในสังคมหลากหลายชนชั้น ทั้งพราหมณ์ ชุนนาง และชาวบ้านทั่วไป โดยแสดงออกถึงพระเมตตาและปัญญาในการตอบสนองต่อวาจาและอารมณ์ของผู้อื่น ด้วยเหตุผล ความสุขุม และไม่ตอบโต้ด้วยโทสะ นี่คือภาพของผู้นำจิตวิญญาณที่สามารถโน้มนำศรัทธาจากความขัดแย้งสู่ความเข้าใจ

3. หลักฐานการเปลี่ยนผ่านจาก “ผู้โต้แย้ง” สู่ “สาวก” อักโกสกสูตรเป็นหลักฐานเชิงประจักษ์ถึง “กระบวนการกลับใจ” (Conversion Narrative) ของบุคคลที่ต่อต้านพระพุทเจ้าในตอนต้น แล้วภายหลังกลับมีศรัทธา ละทิ้งทิฐิมานะ และเข้าสู่เส้นทางแห่งธรรม โดยสุดท้ายอักโกสกพราหมณ์ได้บรรพชา และเจริญภาวนาจนบรรลุพระอรหันต์ จุดนี้แสดงถึงพลังของ “ธรรมวินัย” ในการเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพ และจิตใจของบุคคล ซึ่งเป็นข้อมูลประวัติศาสตร์เชิงคุณค่าที่สะท้อนบทบาทของพุทธศาสนาในสังคมโบราณ

หลักฐานการด่าในครั้งพุทธกาล

ในพระพุทธศาสนา เราสามารถพบหลักฐานของคำด่าทอและความขัดแย้งในสมัยพุทธกาลได้จากพระไตรปิฎก จากเหตุการณ์ต่างๆ รวมถึงในอักษกโกสสูตร ซึ่งเป็นหนึ่งในตัวอย่างที่สำคัญและสะท้อนถึงสภาพสังคมในยุคนั้น

1. สาเหตุของการเกิดวิวาทะและการด่าทอ

พระพุทธเจ้าได้อธิบายถึงสาเหตุของการเกิดความขัดแย้งหรือการวิวาทะ 3 ประการ เกิดจากความถือตัวหรือมานะที่มองว่า “เราเสมอเขา เราเลิศกว่าเขา หรือเราอ่อนด้อยกว่าเขา” ผู้นั้นจึงต้องวิวาทกันด้วยความถือตัวนั้น เป็นเหตุทำให้เกิดการทะเลาะ ก่อความบาดหมาง ก่อการวิวาท ก่อการมุ่งร้าย เพราะการถือตัว ความโกรธ ย่อมเกิดได้เพราะเหตุ ๑๐ อย่าง คือ

- 1) เพราะสำคัญว่า ผู้นี้ได้ทำสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์แก่เรา
- 2) เพราะสำคัญว่า ผู้นี้กำลังทำสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์แก่เรา
- 3) เพราะสำคัญว่า ผู้นี้ทำสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์แก่เรา
- 4) ผู้นี้ได้ทำสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์แก่คนผู้เป็นที่รักที่ชอบพอของเรา
- 5) ผู้นี้กำลังทำสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์แก่คนผู้เป็นที่รักที่ชอบพอของเรา
- 6) ผู้นี้จักทำสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์แก่คนผู้เป็นที่รักที่ชอบพอของเรา
- 7) ผู้นี้ทำสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่คนผู้ไม่เป็นที่รักไม่เป็นที่ชอบพอของเรา
- 8) ผู้นี้กำลังทำสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่คนผู้ไม่เป็นที่รักไม่เป็นที่ชอบพอของเรา
- 9) ผู้นี้จักทำสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่คนผู้ไม่เป็นที่รักไม่เป็นที่ชอบพอของเรา
- 10) ความโกรธเกิดขึ้นในฐานะอันไม่สมควร

เมื่อบุคคลมีทัศนคติแบบนี้ ย่อมทำให้เกิดการทะเลาะเบาะแว้ง ซึ่งมักมาจากการเปรียบเทียบตนเองกับผู้อื่น โดยมีความรู้สึกถึงความเหนือกว่า เสมอภาค หรือด้อยกว่า ซึ่งเป็นเหตุให้เกิดการขัดแย้งและการด่าทอ

2. ประเภทของคำด่า

คำด่ามี ๒ ประเภท คือ (๑) คำด่าหยาบ (๒) คำด่าสุภาพ คำด่าหยาบ ได้แก่ แกเป็น อูฐ แกเป็นแพะ แกเป็นโค แกเป็นลา แกเป็นสัตว์ดิรัจฉาน แกเป็นสัตว์นรก แกไม่มีสุคติ หวังได้แต่ทุกข์เท่านั้น คำด่าที่เกี่ยวกับการร่วมประเวณี หรือคำด่าที่เกี่ยวกับอวัยวะของชายหญิง นี้จัดเป็นคำด่าหยาบ ส่วนคำด่าสุภาพ ได้แก่ ท่านเป็นบัณฑิต ท่านเป็นคนฉลาด ท่านเป็นนักปราชญ์ ท่านเป็นพหูสูตร ท่านเป็นธรรมกถึก ท่านไม่มีทุกข์ หวังได้แต่สุคติเท่านั้น นี้จัดเป็นคำด่าสุภาพ แต่น่าจะเป็นการด่า ทำนองเสียดสี หรือทำนองประชดประชันด้วยถ้อยคำสุภาพ หลักฐานการ

คำที่ปรากฏในคัมภีร์ในพระพุทธศาสนา แม้ในอรรถกถาสสูตร ไม่ได้ระบุเอาไว้ว่า พราหมณ์ด่าพระพุทธเจ้าเช่นไร แต่คำด่า ที่ผู้คนในอินเดียโบราณมักนิยมนำพระพุทธเจ้าว่า สมณะโล้นบ้าง แก่เป็นอูฐ แก่เป็นแพะ แก่เป็นโค แก่เป็นลา แก่เป็นสัตว์ดิรัจฉาน แก่เป็นสัตว์นรก แก่ไม่มีสுகุติหวังได้แต่ทุกคืนเท่านั้น คำด่าที่เกี่ยวกับการร่วมประเวณี หรือคำด่าที่เกี่ยวกับอวัยวะของชายหญิงบ้าง

3. โทษของการด่าทอ

การด่าทอเป็นพฤติกรรมที่ส่งผลกระทบต่อทั้งภายในและภายนอกของบุคคล โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านจิตใจและสุขภาพจิต การแสดงออกด้วยความโกรธหรือถ้อยคำรุนแรงสามารถกระตุ้นอารมณ์ลบและความเครียดในตัวผู้กระทำเอง ซึ่งอาจนำไปสู่ปัญหาสุขภาพจิตในระยะยาว

1) ผลกระทบทางอารมณ์และจิตใจ การด่าทอผู้อื่นไม่เพียงแต่ทำร้ายจิตใจของผู้ถูกกระทำ แต่ยังส่งผลย้อนกลับต่อผู้กระทำเอง โดยเฉพาะในด้านอารมณ์และจิตใจ การแสดงออกด้วยความโกรธหรือถ้อยคำรุนแรงสามารถกระตุ้นอารมณ์ลบและความเครียดในตัวผู้กระทำเอง ซึ่งอาจนำไปสู่ปัญหาสุขภาพจิตในระยะยาว

2) การสะสมของความโกรธและพยาบาท ความโกรธและความพยาบาทที่ไม่ได้รับการจัดการอย่างเหมาะสมสามารถสะสมและกลายเป็นความเครียดเรื้อรัง ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย ทำให้เสี่ยงต่อการเจ็บป่วยทางกายมากขึ้น

3) การบั่นทอนสุขภาพจิตระยะยาว การเก็บสะสมความโกรธและความเครียดจากการด่าทอสามารถนำไปสู่ภาวะซึมเศร้า วิตกกังวล และปัญหาสุขภาพจิตอื่น ๆ ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตประจำวันและความสัมพันธ์กับผู้อื่น

4) ผลกระทบต่อความสัมพันธ์ทางสังคม การด่าทอและใช้ถ้อยคำรุนแรงสามารถทำลายความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และสร้างภาพลักษณ์ที่ไม่ดีในสายตาของผู้อื่น ซึ่งอาจนำไปสู่การถูกหลีกเลียงหรือโดดเดี่ยวทางสังคม

5) ผลกระทบทางกฎหมาย การด่าทอผู้อื่นอาจเข้าข่ายความผิดทางกฎหมาย เช่น การดูหมิ่นซึ่งหน้า ตามประมวลกฎหมายอาญา มาตรา 393 ซึ่งเป็นลหุโทษ และอาจนำไปสู่การถูกฟ้องร้องหรือถูกลงโทษทางกฎหมาย

6) ผลกระทบต่อสุขภาพจิตของผู้ถูกกระทำ ผู้ที่ถูกด่าทอหรือถูกดูหมิ่นอาจเกิดความรู้สึกต่ำต้อย สูญเสียความมั่นใจในตนเอง และอาจนำไปสู่ภาวะซึมเศร้า วิตกกังวล หรือความเครียดสะสม โดยเฉพาะหากการด่าทอเกิดขึ้นในที่สาธารณะหรือสถานที่ทำงาน

4. ผลกระทบทางสุขภาพจิต

1) การสะสมความเครียดและความรู้สึกผิด การตำหนิหรือทำร้ายจิตใจผู้อื่นอาจทำให้ผู้กระทำรู้สึกผิดหรือไม่สบายใจ ซึ่งความรู้สึกนี้อาจสะสมเป็นความเครียดเรื้อรัง และหากไม่มีการแก้ไขหรือการขอโทษ ก็อาจส่งผลให้บุคคลตกอยู่ในภาวะจิตใจที่ไม่สงบสุข

2) ความรู้สึกไม่มั่นคงและสูญเสียความมั่นใจในตนเอง ผู้ที่ถูกตำหนิอาจสูญเสียความมั่นใจในตนเอง และรู้สึกไม่มั่นคงในความสามารถของตนเอง โดยเฉพาะในกรณีที่การตำหนิเกิดขึ้นในสถานที่สาธารณะหรือเป็นการตำหนิในสถานการณ์ที่มีผู้คนมากมาย

5. การวิเคราะห์การนำหลักการของพระพุทธเจ้ามาใช้

พระพุทธเจ้าทรงสอนวิธีการจัดการกับคำตำหนิและความโกรธด้วยปัญญาและความสงบ ซึ่งในปัจจุบัน เราสามารถนำคำสอนเหล่านี้มาปรับใช้กับสถานการณ์ในสื่อโซเชียลได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1) การจัดการกับคำตำหนิในสื่อโซเชียล ในยุคที่การสื่อสารผ่านสื่อโซเชียลเป็นสิ่งที่มีรวดเร็วและเข้าถึงได้ง่าย การที่เราจะได้รับคำวิจารณ์หรือคำตำหนิเป็นเรื่องที่หลีกเลี่ยงได้ยาก อย่างไรก็ตาม การตอบโต้ด้วยความโกรธหรือการตำหนิกลับ มักจะนำไปสู่ความขัดแย้งที่ไม่สิ้นสุดและความทุกข์ในใจของเราเอง

พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ในอภิกโกสกสูตรว่า เมื่อมีคนตำหนิเรา ถ้าเราไม่รับเอาคำตำหนินั้น ความโกรธและอารมณ์ลบของเราก็จะกลับไปที่เราเอง เหมือนกับการให้ของขวัญที่คนรับไม่รับ ของขวัญนั้นก็ยังคงอยู่กับผู้ให้ ซึ่งหมายความว่า การไม่รับเอาคำตำหนิและไม่ตอบโต้ด้วยความโกรธ จะทำให้เราสามารถรักษาความสงบและความสุขในใจได้

2) การประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เมื่อต้องเผชิญกับคำพูดรุนแรงหรือคำตำหนิบนสื่อโซเชียล การใช้ปัญญาในการพิจารณาและไม่ยึดติดกับอารมณ์เป็นสิ่งสำคัญ การคิดพิจารณาอย่างรอบคอบว่า คำพูดเหล่านั้นมีความจริงแค่ไหน และเราควรตอบสนองอย่างไรให้เกิดประโยชน์สูงสุด จะช่วยให้เราไม่ตกเป็นทาสของอารมณ์ลบ การไม่ตอบโต้ด้วยความโกรธไม่เพียงแต่จะทำให้เรารักษาความสงบในใจได้ แต่ยังเป็นการแสดงถึงความมีสติและปัญญา ซึ่งสามารถเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับผู้อื่นในสังคม เมื่อเราไม่ยึดติดกับคำพูดที่เป็นลบและไม่ตอบโต้ด้วยอารมณ์ เราก็สามารถปกป้องสภาพจิตใจของเราเองได้ และยังสามารถส่งเสริมให้สังคมอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ลดความขัดแย้งและความเกลียดชังในสังคม

3) การสอนและการปฏิบัติในชีวิตประจำวัน การน้อมนำคำสอนในอภิกโกสกสูตรมาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ไม่ใช่เพียงแต่จะช่วยให้การจัดการกับคำพูดรุนแรงในสื่อโซเชียลเท่านั้น แต่ยังเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตที่นำไปสู่ความสุขและความสงบที่แท้จริง การฝึกฝนใจให้ไม่

ยึดติดกับคำพูดลบและการใช้ปัญญาในการพิจารณา จะช่วยเสริมสร้างสังคมที่มีความเมตตาและกรุณาต่อกันมากขึ้น การปฏิบัติตามคำสอนในอภิกโกสกสูตรเป็นการนำปัญญาและความสงบใจมาใช้ในการจัดการกับคำพูดรุนแรงในสื่อโซเชียล ซึ่งไม่เพียงแต่ช่วยปกป้องจิตใจของเราเอง แต่ยังช่วยส่งเสริมความสงบสุขในสังคมอีกด้วย

องค์ความรู้จากการวิจัย

การศึกษาวิเคราะห์ อภิกโกสกสูตร เผยให้เห็นองค์ความรู้สำคัญในเชิงพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวข้องกับการจัดการถ้อยคำลบและความโกรธด้วยปัญญา ซึ่งสามารถสรุปองค์ความรู้จากการวิจัยได้ดังนี้

1. หลักธรรมที่ใช้ในการจัดการคำด่า พระพุทธเจ้าทรงใช้หลักธรรมหลายประการในการตอบสนองต่อถ้อยคำหยาบคาย ได้แก่ สติ (ความรู้ตัว), วิริยะ (ความเพียรในการไม่ตอบโต้), เมตตา (ความปรารถนาดีแม้ถูกกระทำ) และปัญญา (ความเข้าใจตามความเป็นจริง) ซึ่งเป็นพื้นฐานของการตอบโต้ด้วยความสงบ และไม่ถูกครอบงำด้วยโทสะ

2. กระบวนการตอบสนองเชิง พุทธพระพุทเจ้าทรงเลือกใช้ “ความนิ่งสงบอย่างมีเหตุผล” และการอธิบายด้วยอุปมาอุปไมยเพื่อแสดงให้เห็นถึงประโยชน์ของการยึดติดในถ้อยคำลบ ตัวอย่างคือ การอุปมาเปรียบคำด่ากับของขวัญที่ผู้ไม่รับ ย่อมตกอยู่กับผู้ให้ ซึ่งสะท้อนการปล่อยวางและการไม่รับอารมณ์จากผู้อื่นมาเป็นของตน

3. บทบาทของอภิกโกสกสูตรในบริบทสังคมร่วมสมัยสูตรนี้สามารถประยุกต์ใช้ในการสร้างวัฒนธรรมการสื่อสารที่สร้างสรรค์ โดยเฉพาะในสังคมยุคดิจิทัล ซึ่งมักเกิดการสื่อสารด้วยถ้อยคำรุนแรง การนำหลักการในสูตรนี้มาใช้ช่วยส่งเสริม “วาจาสุจริต” และ “สัมมาวาจา” ที่เป็นหนึ่งในองค์มรรคมีองค์แปด

4. การพัฒนาแนวทางการอยู่ร่วมกันอย่างสงบ อภิกโกสกสูตรมีคุณูปการต่อการพัฒนากระบวนการอยู่ร่วมกันอย่างสงบ ผ่านการส่งเสริมการให้อภัย การลดอัตตา และการเข้าใจความโกรธเป็นเพียงอารมณ์ชั่วคราว ไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริง การฝึกฝนแนวทางนี้จึงเอื้อต่อการสร้างสัมพันธภาพที่ดีในระดับบุคคล ชุมชน และสังคม

บทสรุป

อภิกโกสกสูตร เป็นพระสูตรที่ให้ข้อคิดเชิงลึกเกี่ยวกับแนวทางการรับมือกับวาจาหยาบคายหรือคำพูดรุนแรง ทั้งในการดำเนินชีวิตประจำวันและในบริบทสื่อสังคมออนไลน์ (social media) ที่มักมีการสื่อสารโดยปราศจากการไตร่ตรองอย่างรอบคอบ การที่บุคคลเผชิญ

กับถ้อยคำตำหนิหรือคำพูดที่ไม่เหมาะสม หากสามารถระงับอารมณ์ มิได้ตอบโต้ด้วยโทสะ แต่ใช้สติและปัญญาในการพิจารณาให้รอบด้านก่อนจะตอบสนอง ย่อมสามารถลดความขัดแย้งและธำรงรักษาความสงบเย็นทางจิตใจไว้ได้ พระพุทธองค์ทรงแสดงให้เห็นถึง พลังของความไม่ตอบโต้ด้วยความโกรธ แต่เลือกใช้ ปัญญาและความสงบสติ เป็นเครื่องมือในการจัดการกับความขัดแย้ง ซึ่งเป็นแนวทางที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการสร้างความเข้าใจและการอยู่ร่วมกันอย่างสันติในสังคม

จากการศึกษาวิเคราะห์ อักโกสกสูตร พบว่าหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา โดยเฉพาะแนวทางที่พระพุทธเจ้าใช้ในการตอบสนองต่อถ้อยคำหยาบคายและการตำหนิ เป็นแนวทางที่มีคุณค่าและสามารถประยุกต์ใช้ได้เหมาะสมในสังคมปัจจุบัน พระพุทธเจ้าทรงแสดงให้เห็นถึงพลังของการตอบโต้ด้วยสติ เมตตา และปัญญา อันเป็นการแสดงออกถึงความเข้าใจในธรรมชาติของอารมณ์ ความยึดมั่นถือมั่น และความขัดแย้ง

อักโกสกสูตร ไม่เพียงนำเสนอรูปแบบการจัดการกับคำตำหนิในเชิงปฏิบัติ หากยังสะท้อนหลักการพื้นฐานของพุทธจริยศาสตร์ที่มุ่งเน้นการไม่เบียดเบียน (อหิงสา) การให้อภัย และการสร้างสันติภายในตนเองและในสังคม การศึกษานี้จึงชี้ให้เห็นว่า การรับมือกับถ้อยคำลบอย่างมีสติและปัญญา มิใช่เพียงแนวทางทางศีลธรรมเท่านั้น แต่ยังเป็นกลยุทธ์เชิงสังคมที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้หลายมิติ ทั้งในการสื่อสารระหว่างบุคคล การสร้างวัฒนธรรมการอยู่ร่วมกัน และการลดทอนความขัดแย้งในสังคมร่วมสมัย โดยเฉพาะในยุคที่ถ้อยคำรุนแรงแพร่กระจายอย่างรวดเร็วในสื่อดิจิทัล

บรรณานุกรม

- มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์. (2540). **พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์**. (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). (2545). **แนวทางชีวิตที่ดีงาม**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต). (2555). **พุทธธรรม (ฉบับปรับปรุง)**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พิเชฐ ทังโต. (2558). การบริหารความขัดแย้งในองค์กรด้วยพุทธวิธี. **วารสารมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**, 2 (เนื่องในโอกาสเฉลิมฉลองวันวิสาขบูชาโลก).
- สมเด็จพระญาณสังวร. (2519). **สันโดษ กรรม อักโกสกสูตร**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชวนพิมพ์.

- ศิริินภา กิจกุลนำชัย. (2566). การวิเคราะห์เรื่องความโกรธที่ปรากฏในนิบาตชาดก. (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต). คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สุภาพรรณ ณ บางช้าง. (2560). วาทกรรมความรุนแรงในโลกออนไลน์: ผลกระทบและแนวทางการจัดการ. วารสารนิเทศศาสตร์, 35(2), 45-60.
- เสฐียรพงษ์ วรรณปก. (2553). ธรรมะนอกธรรมาสน์. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มติชน.