

คำอธิษฐาน 10 ประการ

นำเสนอเมื่อ : 26 ม.ค. 2552

โดย อาจารย์สุชีพ ปุญญานุภาพ

" ข้าพเจ้ามีคำอธิษฐาน 10 ประการดังต่อไปนี้

1. ขออย่าให้ข้าพเจ้าเป็นคนคิดจะได้อะไรอย่างลอยๆ นั่งนอนคอยแต่โชคความา โดยไม่ลงมือทำความดีหรือไม่เพียรพยายามสร้างความสำเร็จ ก้าวหน้าให้แกตน ถ้าข้าพเจ้าจะได้อะไรก็ขอให้ได้เพราะได้ทำความดีอย่างสม เหตุผลเกิด ...

2. ขออย่าให้ข้าพเจ้าเป็นคนล้มตุนดูหมิ่นเหยียดหยามใครๆ ซึ่ง อาจ ด้อยกว่าในทางตำแหน่งฐานะการเงิน หรือในทางวิชาความรู้ ขอให้ข้าพเจ้ามีความเห็นอกเห็นใจคนอื่น ให้เกียรติแก่เขาตามความเหมาะสมในการ ติดต่อกันเองกันเกิด อย่าแสดงอาการข่มขู่เยาะเย้ยใคร ๆ ด้วยประการใด ๆ เลย ก็ขอให้มีความอ่อนโยน นุ่มนวล สุภาพเรียบร้อยเกิด ...

3. ถ้าใครพลาดพลั้งลงในการครองชีวิตหรือต้องประสบความ ทุกข์ ความเดือดร้อนเพราะเหตุใด ๆ ก็ตาม ขออย่าให้ข้าพเจ้าเหยียบย่ำซ้ำเติมคน เหล่านั้น แต่จงมีความกรุณาหาทางช่วยเหลือยกขึ้น ช่วยผ่อนคลายความทุกข์รอนแอก เขาเท่าที่จะสามารถทำได้ ...

4. ใครก็ตามที่มีความรู้ความสามารถขึ้นมาเท่าเทียมหรือ เกือบเท่าเทียมข้าพเจ้า ก็ดี มีความรู้ความสามารถหรือมีผลงานอันปรากฏดีเด่น สูงส่งอย่างนานิยมยกย่องยิ่งกว่าข้าพเจ้า ขออย่าให้ข้าพเจ้ารู้สึกริษยาหรือกังวล ใจในความเจริญของผู้นั้นเลยแม้แต่น้อย ขอให้ข้าพเจ้าพลอยยินดีในความดี ความสามารถของบุคคลเหล่านั้นด้วยใจจริง ช่วยส่งเสริมสนับสนุนและให้กำลังใจแก่คน เหล่านั้น อันเข้าลักษณะการมีมุทิตาจิต ในพระพุทธศาสนา ซึ่งตรงกันข้ามกับความ ริษยา ขออย่าให้เป็นอย่างบางคน ที่เกรงนักหนาว่าคนอื่นจะดีเท่าเทียมหรือดียิ่ง กว่าตน คอยหาทางพุดจาติเตียน ใส่โคลงให้คนทั้งหลายเห็นว่าผู้นั้นยังบกพร่อง อย่างนั้นอย่างนี้ ขอให้ข้าพเจ้ามีน้ำใจสะอาด พุดส่งเสริมยกย่องผู้อื่นที่ควร ยกย่องเกิด ...

5. ขอให้ข้าพเจ้าเป็นผู้มีน้ำใจเข้มแข็งอดทน อย่าเป็นคน ขี้บ่นในเมื่อมีความยากลำบากอะไรเกิดขึ้น ขอให้กำลังใจต่อสู้กับความยากลำบาก นั้นๆ โดยไม่ต้องอ้อนวอนให้สิ่งศักดิ์สิทธิ์มาช่วย ขออย่าเป็นคนอ่อนแอเหลวไหล ที่พึ่ง เพราะไม่รู้จักทำตนให้เป็นที่พึ่งของตนเลย ขออย่าให้ข้าพเจ้าเป็นคนชอบ ได้อภิสัทธา คือสิทธิเหนือคนอื่น เช่น ไปตรวจที่โรงพยาบาลก็ขอให้พอใจนั่งคอยตามลำดับ อย่ายุณายจะเขาดตรวจก่อน ทั้งที่ตนไปถึงทีหลัง ในการสอบแข่งขันเพื่อคัดเลือกใด ๆ ขอให้ข้าพเจ้าคิดหา วิธีลัดหรือวิธีทุจริตใดๆ รวมทั้ง ขอให้ข้าพเจ้าได้วิงวอนเขาหาคนนั้นคนนี้เพื่อให้เขาช่วย ให้ได้ผลดีกว่าคนอื่น ทั้ง ๆ ที่ข้าพเจ้าอาจมีคะแนนคนอื่นไม่ได้เกิด ...

6. ข้าพเจ้าทำงานที่ใด ขออย่าให้ข้าพเจ้าคิดเอาเปรียบหรือคิดเอาแต่ได้ในทาง ส่วนตัว เช่น เกล่เกล่ไม่ทำงาน รับผิดชอบก่อนกำหนดเวลา ขอจงมีความขยันหมั่น เพียร พยายามในการทำงานให้ได้ผลดีด้วยความตั้งใจและเต็มใจ เพื่อประโยชน์ของตนเอง ฉะนั้นเกิด อันเนื่องมาแต่ความไม่คิดเอาเปรียบในข้อนี้ ถ้าข้าพเจ้าบังเอิญทำ เกินขาวของ ของที่ทำงานไปในทางส่วนตัวได้บ้าง เช่น กระดาษ ของ หรือ เครื่องใช้ ใดๆ ขอให้ข้าพเจ้าระลึกอยู่เสมอว่าเป็นหนี้บุญ และพยายามชดเชยหนี้คืนด้วยการ ซื่อซื่อ หรือทำงานใหม่มากกว่าที่กำหนด เพื่อเป็นการชดเชยความกำเริบนั้น ขอให้น้อมทั้ง ขอให้ข้าพเจ้าอย่าเอาเปรียบชาติบ้านเมือง เช่น ในเรื่องการเสียภาษี อากร ฎารูวายังเสียน้อยไปกว่าที่ควร หรือตามที่กฎหมายกำหนดไว้ ขอให้ข้าพเจ้า มีความตั้งใจที่จะชดเชยแก่ชาติบ้านเมืองอยู่เสมอ เมื่อมีโอกาสตอบแทนเมื่อไรขอให้รีบตอบแทนโดยทันที เช่น ในรูปแห่งการบริจาคบำรุงโรงพยาบาล บำรุงการศึกษา หรือบริจาคเพื่อสาธารณประโยชน์อื่นๆ แบบบริจาคให้มากกว่าที่รู้สึกว่าเป็น หนี้ชาติบ้านเมืองอยู่เสมอ และในข้อนี้ขอให้ข้าพเจ้าปฏิบัติแม่ต่อเอกชนใดๆ ขออย่าให้ข้าพเจ้าคิดเอาเปรียบหรือโกงใครเลยแม่แต่น อ ย แม่แต่จะซื้อของถ้าเขาถอน เงินเกินมา ก็ขอให้ข้าพเจ้ายินดีคืนให้เขากลับไปเถิด อย่ายินดีว่ามีลาภเพราะเขา ทอนเงินเกินมาให้เลย ...

7. ขออย่าให้ข้าพเจ้ามีก้มใหญ่ใฝ่สูง อย่าก้มมีหน้ามีตา อย่าก้ม อำนาจ อย่าก้มเป็นใหญ่เป็นโต ขอให้ข้าพเจ้าใฝ่สงบ มีความเป็นอยู่อย่างงายๆ ไม่ ต้องเดือดร้อนในเรื่องการแข่งดีกับใครๆ ทั้งนี้เพราะข้าพเจ้าพอจะเดาได้ว่า ความก้มใหญ่ใฝ่สูง ความอยากมีหน้ามีตาความอยากมีอำนาจ และอยากเป็นใหญ่เป็นโต นั้น มันเผาให้เรารอน ยิ่งต้องแข่งดีกับใครๆ ด้วยก็ยิ่งทำให้เกิดความคิด ริษยา คิดดูร้ายคู่แข่งขัน ถ้าอยู่อย่างใฝ่สงบมีความเป็นอยู่อย่างงายๆ ก็จะเย็นอกเย็นใจ ไม่ตองนอนหงายหน้าผากถอนใจเพราะเกรงคู่แข่ง จะชนะไม่ต้องทอดถอนใจเพราะไม่สมหวัง ขอให้ข้าพเจ้ามีความเข้าใจซาบซึ้งใน พระพุทธ ...

ภาษิตว่า "ผู้ชนะย่อมก่อเวร ผู้แพ้ย่อมอยู่เป็นทุกข์ ละความชนะความแพ้เสียได้ ย่อมอยู่เป็นสุข" ดังนี้เถิด แต่ทั้งนี้มิได้หมายความว่าเมื่อใฝ่สงบแล้ว ข้าพเจ้าจะต้องอยู่อย่างเกียจคร้านไม่สร้างความสำเร็จ ทั้งทางโลกและทางธรรม ข้าพเจ้าทูลรับดีว่าพระพุทธศาสนาไม่สอนให้คนเกียจคร้าน งอมืองอเท้า แต่สอนให้มีความบากบั่นก้าวหน้ในทางที่ดีไม่ว่าทางโลกหรือทางธ รม และความบากบั่นก้าวหน้ ดังกล่าวนั้น ไม่จำเป็นตองผูกพันอยู่กับความทะยานอยากหรือความก้ม ใหญ่ใฝ่สูง ใดๆ คงทำงานไปตามหน้าที่ให้ดีที่สุด ผลดีก็จะเกิดตามมาเอง ...

8. ขอให้ข้าพเจ้าหมั่นปลูกฝังความรู้สึกมีเมตตาปรารถนาดี ต่อ ผู้อื่น และมีกรุณาจิตจะช่วยเหลือผู้อื่นพันทุกข ซึ่งพระพุทธเจ้าแนะนำใ้ปลูกฝัง จิตใจด้วยเมตตากรุณาตั้งกล่าวนี้อยู่เสมอ จนกระทั่งไม่รู้สึกรู้ว่ามีใครเป็นศัตรู ที่จะต้องคิดกำจัดตัดรอนเขาให้ถึงความพินาศ ใครไม่ดู ใครทำชั่วทำผิดขอให้เขา คิดได้กลับตัวได้เสียเถิด อย่าทำผิดทำชั่ว อีกละย ฎายังขึ้นทำต่อไปก็เป็นเรื่องที่ช่วยไม่ได้ เขาจะต้องรับผลแห่งกรรมชั่ว ของเขาเอง เราไม่ต้องคิดแข่งชกให้เขาพินาศ เขาก็จะต้องถึงความพินาศของเขาอยู่ แล้ว จะต้องแข่งให้ใจเราเดือดร้อนทำไม ขอให้ความเมตตาจิตจะให้เป็นผู้สุข และกรุณา จิตจะช่วยให้พันทุกขซึ่งข้าพเจ้าปลูกฝังขึ้นในจิตใจ นั้น จงอย่าเป็นไปในวงแคบ และวงจำกัด ขอจงเป็นไปทั้งในมนุษย์และสัตว์ทุกประเภท รวมทั้งสัตว์ดิรัจฉานด้วย เพราะไม่ว่ามนุษย์หรือสัตว์เหล่านั้น ต่างก็รักสุขเกลียดทุกข์ รู้จักรักตนเอง ปรารถนาดีต่อตนเองด้วยกันทั้งสิ้น ...

9. ขอให้ข้าพเจ้าอย่าเป็นคนโกรธง่าย ต่างว่าจะโกรธบ้าง ก็ขอให้สติรู้ตัวโดย เร็วว่ากำลังโกรธ จะได้สอนใจตนเองให้บรรเทาความโกรธลง หรือถ้ามองใจให้โกรธไม่ ได้ ก็ขออย่าให้ถึงกับคิดประทุษร้ายผู้อื่น หรือคิดอยากให้เขาถึงความพินาศ ซึ่ง นับเป็นมโนทุจริตเลย ขอจงสามารถควบคุมจิตใจให้เป็นปกติได้โดยรวดเร็วเมื่อ มี ความไม่พอใจหรือความโกรธเกิดขึ้นเถิด และเนื่องมาจากความปรารถนาข้อนี้ ขอให้ ข้าพเจ้าอย่าเป็นคนผูกโกรธ ใหญ่จกให้อภัย ทำใจให้ปลอดโปร่งจากการผูกอาฆาตจองเวร ขอให้มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

โดยรู้จักเปรียบเทียบกับตัวข้าพเจ้าเองว่า ข้าพเจ้าเองก็อาจทำผิด พลาดผิด คิดผิด หรืออาจล่วงเกินผู้อื่นได้ ทั้งโดยมีเจตนา และไม่เจตนา ก็ข้าพเจ้าเองยังทำผิดได้ เมื่อผู้อื่นทำอะไรผิดพลาดล่วงเกินไป บางทีจึงให้อภัยแก่เขาเสียเถิด อย่าผูกใจเจ็บหรือเก็บความรู้สึกไม่พอใจนั้นมา ชังอยู่ในจิตใจให้เป็นพิษเป็นภัยแก่ตัวเองเลย ...

10. ขอให้ข้าพเจ้ามีความรู้ความเข้าใจและสนใจตัวเองได้ เกี่ยวกับ คำสอนของพระพุทธศาสนาทั้งทางโลกและทางธรรม กล่าวคือ พระพุทธศาสนาสอนให้รู้จัก สร้างความเจริญแก่ตนในทางโลก และสอนให้ประพฤติปฏิบัติยกระดับจิตใจให้สูงขึ้น ให้มีปัญญาเข้าใจปัญหาแห่งชีวิต เพื่อจะได้ไม่ติดไม่ยึดถือ มีจิตใจเบาสบายอัน เป็นความเจริญในทางธรรม ซึ่งรวมความแล้วสอนให้เข้ากับโลกได้ดี ไม่เป็นภัย อันตรายแก่ใคร ๆ แต่กลับเป็นประโยชน์แก่สังคมและประเทศชาติ แต่ก็ได้อสอนไปในทาง ธรรมให้เข้ากับธรรมได้ดี คือให้รู้จักโลก รุเทาโลกและขัดเกลานิสัยใจคอให้ดีขึ้นกว่าเดิม เพื่อบรรลุความดับทุกข์ ความพ้นทุกข์ ขอให้ข้าพเจ้ามีความเข้าใจ ทั้งทางโลกทางธรรม และปฏิบัติตนให้ถูกต้องได้ทั้งสองทาง รวมทั้งสามารถหาความสงบ ใจตัวเองและสามารถแนะนำชักชวนเพื่อนร่วมชาติรวมโลก ให้ได้ประสบความสุขสงบได้ ตามสมควรเถิด ... "

ขอขอบคุณบทความความดี ๆ จาก sudhiruk.com