

# เตรียมใจให้ดีในนาทีกฤต

หลวงพ่อวิริยงค์ สิรินุชโร

ณ บัดนี้อาตมาจะได้แสดงธรรมมิกถาพรรณหาคำสอนของ  
องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เพื่อจะได้เป็นเครื่องประดับ  
สติปัญญาเพิ่มพูนความรู้ ความฉลาดของพุทธบริษัททั้งหลายที่  
ได้มาประชุมพร้อมกัน

การแสดงพระธรรมเทศนานั้นถือว่าเป็น**ธัมมสวนมัย** บุญ  
สำเร็จด้วยการแสดงธรรม หรือเรียกว่าบุญสำเร็จด้วยการฟังซึ่ง  
ธรรม ผู้แสดงก็ได้บุญ ผู้ฟังก็ได้บุญ ทำไมจึงได้บุญ เพราะว่าการ  
ฟังนั้นทำให้จิตใจเยือกเย็น การแสดงนั้นต้องตั้งใจให้ดีจึงจะ  
แสดงได้ เพราะฉะนั้นบุญจึงเกิดขึ้นด้วยกันทั้งสองฝ่าย ผู้แสดงก็  
ได้บุญ ผู้ฟังก็ได้บุญ

บุญนั้นคืออะไร บุญนั้นคือสิ่งทำให้สำเร็จประโยชน์ สิ่งใดที่  
อำนาจประโยชน์ให้แก่ตัวของเราชื่อว่าบุญ บุญคือความดีอย่าง  
หนึ่ง อำนาจประโยชน์ในทางดี เมื่อเราต้องการสิ่งใดนั้น ไม่มี  
บุญ เราก็ไม่ได้ แต่เมื่อเรามีบุญเราก็ได้ คนเราเกิดขึ้นมานี้ แข่ง

เร็วแข่งแรงพอแข่งได้ แต่จะมาแข่งบุญแข่งวาสนา แข่งกัน  
ไม่ได้ เพราะฉะนั้นผู้ทำบุญไว้มาก ก็ได้สิ่งที่ตนต้องการ หรือ  
เรียกว่าสิ่งที่เป็นเครื่องอำนวยความสะดวกให้แก่ตัวของเราเป็นส่วน  
ดีนั้นมาก ใครทำบุญไว้น้อยก็ได้รับประโยชน์ อำนวยความสะดวก  
ได้น้อย

เมื่อเป็นเช่นนั้นบุญจึงต้องพากันทำให้มาก เพราะการทำให้  
มากนั้น รวมตัวกันเข้าแล้วสามารถเป็นพระเจ้าจักรพรรดิได้  
สามารถเป็นเศรษฐีคฤหัสบดีได้ สามารถปรารถนาสิ่งใดก็ได้  
อย่างนี้เป็นต้น เมื่อเป็นเช่นนี้เราก็จะต้องเลือก คือเลือกเอาว่า  
เราจะทำบุญอย่างไร วันนี้เราจะทำอะไร วันต่อไปเราจะทำอะไร  
เกี่ยวกับบุญ

บุญนั้นไม่ใช่ที่เราจะต้องมีเงินแล้วจึงจะทำบุญได้ มี  
ร่างกายกับใจก็ทำบุญได้ อย่างเรารักษาศีลอย่างนี้ ศีลก็ถือว่าเป็น  
บุญ เรารักษาศีล ๘ อย่างนี้ก็เป็นบุญ ผู้รักษาศีล ๑๐ ๒๒๗  
ก็ถือว่าเป็นบุญ เรียกว่าเรากำลังทำบุญ อย่างพระบวชมา  
นับตั้งแต่ ญัตติจตุตถกรรมเสร็จ ท่านก็ได้บุญแล้ว แล้วอยู่ต่อไป

ก็ปีก็ได้บุญอีกมาก อย่างท่านทั้งหลายญาติโยมพากันรักษาศีล ๕ วันนี้ก็รักษา เมื่อวันก่อนก็รักษา เมื่อปีก่อนก็รักษา มาถึงวันนี้ ก็ยังรักษาอยู่ อย่างนี้ก็เรียกว่าเป็นบุญ บุญมาก ศีลนั้นแม้จะมี เล็กน้อย แต่ถ้าทำให้มาก อานิสงส์บุญก็มาก

ถ้าเราอยู่บ้านเปล่าๆไม่ได้ทำอะไร เรานึกพุทโธคำนี้ สอง คำ ร้อยคำ พันคำ นั่นก็เรียกว่าบุญ เรียกว่าภาวนามัย บุญ สำเร็จด้วยการภาวนา อย่างเรารักษาศีลนี้ ถือว่าเป็นศีลมัชฌิมา บุญ สำเร็จด้วยการรักษาศีล อย่างเราพากันสวดมนต์ นี้เค้าเรียกว่า ภาวนามัย บุญสำเร็จด้วยการภาวนา เราจะทำวัตรเช้า เราจะทำ วัตรเย็น หรือเราจะนั่งสวดพุทธคุณ ธรรมคุณ สังฆคุณ อย่างที่ เราพากันบวชสี่ประจำปีทุกๆปีนั้น เราก็สวดอิติปิโส สวากขาโต สุปปฏิปันโน ทั้งกลางวันกลางคืน นั่นแหละคือตัวบุญ

บางคนยังคิดว่าไปบวชสี่วัดธรรมมงคล สวดอิติปิโสทำเดี่ยว อ้าว ก็เราต้องการบุญนี้ ไนเมื่อเราสละมาแล้ว กิจการบ้านเรือน เรามาบวชสามวันสามคืน มันก็ต้องสวดทั้งสามวันสามคืน เอา บุญไปให้ได้ ท่านทั้งหลายต่างคนต่างพากันมาบวชแล้ว กลับคืน

ไปดีออกดีใจ ชื่นอกชื่นใจ เพราะอะไร เพราะว่ามันตั้งแต่มาถึง  
จนกระทั่งกลับ อิติปิโส ตะพึดตะพือเลย เรียกว่าเอาบุญทุกลม  
หายใจเข้าออก ไม่ต้องให้เสียเวลาแม้แต่น้อยอย่างนี้เป็นต้น  
หรือว่าเราพากันนั่งอยู่ เค้าก็สวด เราก็อ่าน คนสวดก็ได้บุญ คน  
ฟังก็ได้บุญ

นี่เรียกว่า ว่ากันถึงเรื่องบุญ วันนี้พูดกันถึงเรื่องบุญ เอากัน  
ให้เต็มที่ว่าอะไรมันเป็นบุญกันนัก โยมมาถวายอาหาร  
บิณฑบาตแก่พระเจ้าพระสงฆ์ก็เป็นบุญ โยมตักบาตรทุกวันๆก็  
เป็นบุญ โยมรักษาศีล ๕ อยู่ทุกวันๆก็เป็นบุญ โยมบริจาคทาน มี  
เงินมีทองมีข้าวมีขของบริจาคตามศรัทธา ถวายพระมหาเจดีย์  
บ้าง สร้างวัดวาอารามบ้าง ถวายอาหารบิณฑบาตบ้าง เรียกว่า  
เป็นบุญทั้งหมด

ในที่สุดถ้าเรานอนหลับไป นึกพุทโธจนกระทั่งหลับ ก็  
เรียกว่าหลับด้วยบุญ ตื่นขึ้นมานึกพุทโธอีก อ้าว ก็เรียกว่าตื่น  
ขึ้นมาเอาบุญ ตั้งแต่ยังไม่ต้องล้างหน้าก็ได้บุญแล้ว เวลาจะนอน  
หลับไป ไม่หลับเฉยๆ หลับบุญไปด้วย เวลาตื่นขึ้นมาก็ไม่ตื่น

เฉยๆ ตื่นขึ้นมาเอาบุญอีกด้วย เรียกว่าเอาบุญกันยังชีพียังอยู่ในตาแหละ เพราะฉะนั้นถ้าเราทำได้มากๆ อย่างนี้ ก็เรียกว่าบุญมาก เมื่อเวลาไปเกิดในที่ใดที่หนึ่ง บุญเหล่านี้ก็เรียกว่าตามส่งตามส่งให้เราได้รับความดี ความสุข ความสบาย

ความดี ความสุข ความสบายเราก็อยากได้ เวลาเราได้เงินก็อยากจะได้เยอะๆ แต่มันก็ไม่ได้ เพราะว่าบุญแค่นั้น เราทำมาแค่นั้นมันก็ได้แค่นั้น มันจะไปเอามากกว่านั้นมันก็ไม่ได้ เพราะฉะนั้นเราในชาตินี้เรารู้แล้ว ในชาตินี้เราก็ต้องทำ โอกาสใดมีแก่เรา เราต้องทำ

คนเรามันมีอะไรอยู่อย่างหนึ่งนะ ที่สำคัญที่สุดก็คือการเข้าที่คับขัน เวลาที่เข้าที่คับขัน โยมจะทำยังไง อย่างสมัยที่อาตมาไปเที่ยวอุดงค์ ไปเจอภูเขา เวลาคับขันขึ้นมาทำไง นั่งขัดสมาธินึกแต่ ตายๆ หรือนึกพุทโธ เอาบุญซะก่อนจะตาย เรียกว่าเวลาคับขัน ถึงเวลาที่ญาติโยมทั้งหลายเดินทางไป เกิดรถมันจะหกชะเมนเข้า เข้าที่คับขัน เราต้องทำยังไง จับอะไรไว้ก่อน ต้องมี



ยึดเงินทองข้าวของ เราจะไปยึดภรรยาสามี เราจะไปยึด  
ลูกหลาน ไม่ได้ทั้งสิ้น ถ้าเราไปยึดสิ่งนั้นเมื่อไร เราจะต้องเป็นผู้  
แพ้ เราไปยึดเงินทอง เราก็ไปเกิดเป็นเปรต เรียกว่าเปรตงูเหลือม  
หรือว่าไปเกิดเป็นเปรตตะขาบอะไรเหล่านี้ นอนเฝ้าทรัพย์ แล้ว  
มันจะตีอะไร หรือเราคิดถึงลูกถึงหลาน เดียวก็มาเกิดเป็นจิ้งจก  
ตุ๊กแก ลูกหลานมันไม่รู้ มันก็ไล่ตีเอา อย่างนี้เป็นต้น ก็ไม่ได้ นึก  
อย่างนั้นไม่ได้

เมื่อนาที่วิกฤตมา เราต้องนึกถึงบุญ บุญเราทำอะไรบ้าง เรา  
ทำพระมหาเจดีย์นี้ สูงที่สุดในประเทศไทยนี้ที่วัดธรรมมงคลฉัน  
ได้ทำ ฉันทำแล้วเท่านั้นเท่านั้น ฉันนึกได้เพราะว่าเจดีย์มันใหญ่  
มันนึกง่าย ก็เลยนึกได้ คนนั้นก็เลยได้ไปสวรรค์เป็นอย่างนั้น  
เรียกว่านึกความดีได้ ดีกว่าไปนึกสิ่งที่มีมันจะต้องเกี่ยวข้องกังวล  
หรือว่าเรานึกว่าเรารักษาศีล รักษาศีลเมื่อวันพระ เรานึกได้เพียง  
เท่านั้น เราก็ไปสวรรค์แล้ว หรือเรานึกว่า วัดธรรมมงคลเค้ามีบวช  
สี่ ฉันไปบวชตั้ง ๙ ครั้งแน่ะ นึกได้ก็ไปได้ไปสวรรค์แล้ว อย่างนี้  
เรียกว่านาที่วิกฤต

ถ้าหากที่วิกฤตนั้นดันไปนึกถึงสิ่งที่ไม่ดีเข้า ใจความดีก็เลย  
หายไปก่อน เอาไว้ทีหลัง ต้องไปรับกรรมที่ไม่ดีก่อน เมื่อสมัย  
พระเจ้าอโศกมหาราช ท่านทำบุญถึง ๙ ล้าน ๙ โกฎิ แต่พอเวลา  
จวนที่ท่านจะถึงแก่สวรรคต ท่านขอเงินจากพระมเหสี ๔๐๐๐  
กหาปณะ ว่าฉันจะทำบุญครั้งสุดท้าย พระมเหสีก็เลยบอกว่า ก็  
เมื่อท่านจะตายแล้ว แล้วทีนี้จะมาเอาเงินฉัน ต่ไปฉันจะเอาที่  
ไหนใช้ ฉันไม่ให้หรอก เท่านั้นเอง โกรธแล้ว เอามีตมาๆ หั่นคอ  
มัน เลยสิ้นใจสวรรคต ไปเกิดเป็นงู ทีนี้ทางฝ่ายผู้ที่ยังอยู่ เค้า  
บอกว่าคอยฟังนะ เวลาพระเจ้าอโศกเค้าจะสิ้นลมนะ ก่อนที่  
ท่านจะตายเค้าบอกว่า คอยฟังนะ ฉันไปถึงสวรรคแล้ว ฉันจะไป  
ตีกลองให้มันดังมาถึงเมืองมนุษย์ ว่าฉัน คอยฟังก็แล้วกัน ทีไหน  
ได้ ไปเกิดเป็นงูซะแล้ว

ทำไมถึงจะไปเกิดงูเล่า ก็เพราะว่าโมโหอะ อีตอนที่สิ้นลม  
ขอเงินเข้าไปทำบุญ ๔๐๐๐ ไม่ได้ หนอยแน่ะ แต่ก่อนฉันให้เธอ  
ตั้งไม่รู้กี่หมื่นกี่แสน คราวนี้จะขอเธอแค่ ๔๐๐๐ มาทำบุญซัก  
หนอยไม่ได้ ต้องหั่นคอมันแล้ว โกรธเต็มทีเลยสิ้นลมอย่างเนี้ย ก็



ต้องไปเกิดเป็นงู ที่นี้ทางฝ่ายราชโอรส เมื่อพระราชบิดาสวรรคต ก็จึงได้เสด็จญาณดูว่า เอ๊ พ่อเราไปเกิดที่ไหน พระราชบิดาไปเกิดที่ไหน พิจารณาไป อ้าว แล้วกัน เป็นงูอยู่ที่ถ้ำ แม่หากินปลาอยู่นั่น เลยต้องไปแนะนำสอนงู บอกว่าให้จำศีลชะตั้งแต่วันนี้เป็นต้นไป อย่าได้กินสัตว์ตัวเป็นเป็นอันขาด งูนั้นก็เลยจำศีล ๕ แล้วก็สิ้นใจ เทียบนี้ก็เลยเกิดเป็นเทวดาเทวบุตรอยู่ในชั้นสวรรค์อย่างนี้

เพราะฉะนั้นนาที่วิกฤตหมายถึงว่า เราจะมีหนึ่งนาที่ที่เราไม่หายใจ นานานั้นเราจะสิ้นใจทันที เค้านี้นาที่วิกฤต เหมือนอย่างครั้งสงครามโลกครั้งที่ ๒ นะ ลูกระเบิดมันตกตูมลงมา นาที่วิกฤตวิ่งกันขนาดหนัก ฉวยอะไรไม่ได้ โยมคนนึงต้องตำหมากกินทุกวันๆนี้ เลยฉวยได้แต่ตะบัน สากลีม วิ่งแต่ตะบันไป นั่นหมายความว่าสติขาด บางคนฉวยได้หม้อ ลืมข้าวสารอย่างนี้ เพราะว่าเสียงปืนใหญ่มันมาแล้ว แต่ที่นี้ถ้าหากว่าคนไหนมีสติ เขาก็เอาไปได้หมด ไม่ว่าจะ เป็นข้าวสารหม้อหรือว่าสิ่งต่างๆ เก็บเอาไปเพื่อที่ไปเป็นเสบียงได้อย่างนี้ เหมือนกับเรานาที่วิกฤต

เราไม่รู้เราจะไปนึกอะไร นึกอะไรเราก็นึกไม่ได้ มันถึงคราวจะ  
สิ้นลมแล้วนึกไม่ได้ อย่างนี้มันน่ากลัว น่ากลัวมาก

เราทำนทั้งหลายต้องระวัง ต้องมีสติไว้ ต้องเตรียมไว้ตั้งแต่  
เดี๋ยวนี้ เพื่อที่ว่าเมื่อถึงคราวแล้ว เราจะได้แก้ไขตัวของเราทัน  
เรียกว่านาทิกฤตุนั้น เราได้แก้ไขแล้ว เพราะฉะนั้นพระพุทธเจ้า  
จึงแนะนำพวกเราไว้ว่า **อตตโน โจทยัตตानัง (อตตนา  
โจทยตฺตานํ)** จงเตือนตนด้วยตนเอง พระพุทธเจ้าสอนไว้ให้เรา  
เนี่ยเตือนตัวเราเอง เพราะว่า การเตือนตัวเราเองนั้นเตือนได้ทุก  
นาทิจ้าวมอง คนอื่นเค้าเตือนเรานั้น นานๆเค้าก็จะเตือนเราได้  
ทีหนึ่ง นานๆก็จะได้ฟังเทศน์ทีหนึ่ง นานๆเราถึงจะวันพระบ้าง  
หรือว่าหลายๆวันพระบ้าง อะไรเหล่านี้ แล้วเราก็ลืมบ้าง ได้บ้าง  
เสียบ้าง ส่วนเราเตือนตัวเราเองนั้น เราเตือนได้ทุกวัน เตือนว่า  
วันนี้ทำบุญอะไร ใส่บาตรหรือ วันนี้ทำบุญอะไร รักษาศีล ๕  
หรือวันนี้ทำบุญอะไร ภาวนาพุทโธหรือ วันนี้ทำบุญอะไร บริจาค  
ทานแก่คนยากจนหรือ อย่างนี้เป็นต้น เราก็เตือนเราได้อยู่ตลอด  
เตือนตัวเราเอง

ถ้าเราไม่เตือนตัวเราเอง ถึงนาที่วิกฤต รอให้คนอื่นเคঁามา  
เตือน มันไม่ทันเตือนหรือก เราก็จะต้องไปทางไหนซะแล้ว มัน  
เป็นอย่างนี้ เพราะฉะนั้นถ้าหากว่าเรานี้มีความหวังดี คือตนเป็น  
ที่รักของตนแล้วไซ้ไร เราก็จะต้องรักษาตนให้ดี **อตฺตานญฺเจ ปิยํ**  
**ชญฺญา อตฺตานํ สุรกฺขิตํ** ซึ่งแปลเป็นใจความว่าถ้าตัวเราเป็นที่  
รักของตัวเองแล้วไซ้ไร เราก็จะต้องรักษาตัวเราให้ดี การรักษาตัว  
เราให้ดีนั้นไม่ใช่เราขึ้นไปปะแบ้งแต่งตัวแล้วก็อยู่บนชั้น  
ปราสาท ปิดประตูหน้าต่างนั่งสบายอยู่บนนั้น อย่างนั้นไม่ใช่เรา  
รักตัว ใ้ออย่างนั้นไม่ใช่เรารักษาตัวให้ดี

หลักการรักษาตัวให้ดีนั้น ถ้าใครรักตัวแล้วจริงนี้ เราต้องมี  
ศีล สมาธิ ปัญญา ทานศีลภาวนาให้มีแก่ตัวของเราอยู่ตลอด ไม่  
ว่าเราจะไปไหน ทำอะไร เราก็ต้องคิดถึงความดีของเราไว้  
เพราะว่าการเป็นที่พึ่งนั้น ตัวเราต่างหากที่เป็นที่พึ่งของตัวเอง  
เอง คนอื่นจะมาเป็นที่พึ่งของเราอย่าอมไม่ได้ เพราะฉะนั้นถ้าหา  
กว่าในขณะที่เรารู้จักเตือนตัวเราเองนี้ เราจะนั่งสมาธิได้เยอะ  
ถ้าเราไม่รู้จักเตือนตัวเราเอง ก็คุยกันได้เยอะ สมาธิก็ได้น้อย ถ้า

เรารู้จักเตือนตัวเราเอง เราก็คุยไม่เยอะ แต่ว่านั่งสมาธิเยอะ  
อย่างนี้เป็นต้น

เพราะว่าพระพุทธเจ้าตรัสแล้วว่า

**ทานบมฺหิตี** การให้ทาน

**สีลํรกฺขติ** การรักษาศีล

**ภาวนนํภาเวตฺวา** การเจริญภาวนา

ทั้งสามประการนี้

**เอกจฺโจ** อันว่าคนบางพวก

**สคฺคํ คจฺฉติ** ก็ย่อมจะต้องไปสู่สวรรค์

**เอกจฺโจ** อันว่าคนบางพวก

**โมกฺขํ คจฺฉติ** ก็จะต้องไปสู่พระนิพพาน

**นิสฺสํสยํ ติ** ข้อนี้ไม่ต้องสงสัย

ท่านว่าอย่างนั้น คือคนบางพวกจะได้ไปสู่สวรรค์ บางพวก  
จะได้ไปสู่พระนิพพาน เพราะเหตุคือการให้ทาน รักษาศีล และ  
ภาวนา

เพราะฉะนั้นในพรหมในการที่พวกเราพากันตั้งอกตั้งใจ  
กระทำกันอยู่นี้ จงพากันใช้ความอดทน จงพากันใช้ความบาก  
บั่นอุตสาหะ จงพากันใช้ความเพียรวิริยะให้ประกอบพร้อมในตัว  
ของเรา เราไม่ต้องไปห่วงไหวต่อสิ่งอื่น จะเป็นโลกธรรม ๘ โลก  
ธรรม ๑๐ โลกธรรมอะไร ตำนานิตินอะไรก็ช่างหัวใคร แต่เรา  
สร้างความคิดไปตะพืดตะพื่อนั่ง ใจคนที่จะมาว่าเรานี้ เราเป็นคน  
ก็จะมาว่าเราเป็นหมา มันก็เป็นหมาไม่ได้ มันก็พุดผิด อย่างนี้  
เป็นต้น ก็ไม่ต้องไปห่วงไหวอะไร เราใช้ความอดทน ใช้ความ  
ต่อสู้ ปฏิบัติไป ไม่ต้องฟังอะไรทั้งสิ้น เพราะว่าทุกคนต่างคนต่าง  
เป็นที่ฟังของตนอยู่แล้ว เพราะฉะนั้นเราท่านทั้งหลายจงพากัน  
คิดให้ดี ว่านาที่วิกฤตที่มันจะเกิดขึ้นกับชีวิต นั้นเป็นสิ่งที่เราต้อง  
พบมันมาแน่นอน

ที่มา: <https://youtu.be/hNHAJqVmYfE>