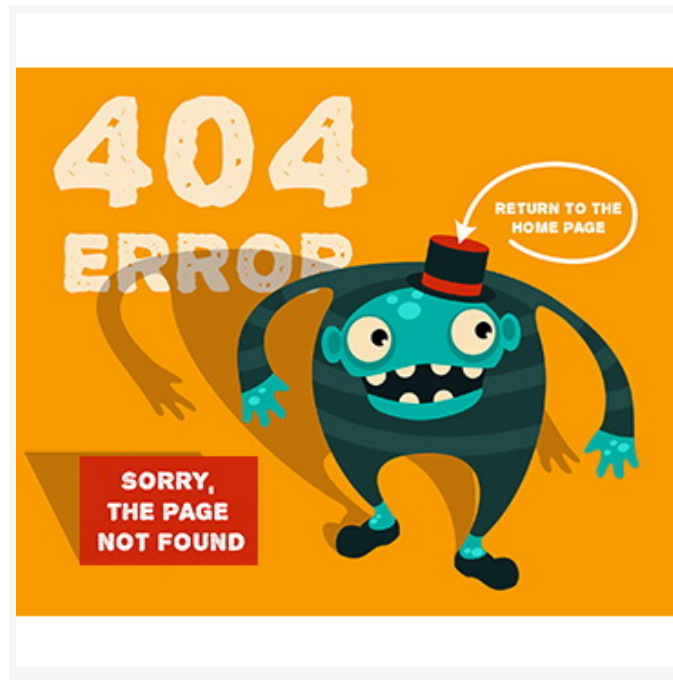


พอ..ดี

นำเสนอเมื่อ : 21 พ.ค. 2552



ความพอ ..... ดี

พระอาจารย์ปสันโนภิกขุ  
วัดป่าอภัยคีรี มลรัฐแคลิฟอร์เนีย ประเทศสหรัฐอเมริกา

ธรรมชาติของพระพุทธเจ้าในบางครั้งก็เห็นยาก  
เพราะต้องอาศัยความพอดีจริงๆ

เราปล่อยมากเกินไปก็ไม่เห็น  
ยึดมากเกินไปก็ไม่เห็น  
แรงความเพียรเกินไปก็ไม่เห็น  
ซีเกียจก็ไม่เห็น

เราคิดไตร่ตรองมากเกินไปก็ฟุ้งซ่าน  
ไม่ใช่ความคิดเลยก็โง่ทึบ  
ความพอดีเป็นหลักที่เราต้องใส่ใจ

ความพอดีในการภาวนา  
ความพอดีในการประพฤติ  
ความพอดีในการกระทำ  
มันเป็นส่วนที่เราต้องอาศัยกันอยู่

ดังเช่นที่พระพุทธเจ้าท่านเคยเปรียบเทียบ

กับคนที่อยากข้ามแม่น้ำ  
ก็ตองหาไม้หาถั่วลยมามัดทำเป็นแพ  
และด้วยการใช้กำลังของตัวเอง  
ก็ทำให้ข้ามแม่น้ำไปอีกฝั่งได้

และเมื่อเร็วไปถึง  
พระพุทธเจ้าก็ตรัสไว้ว่า

มีอยู่ ๒ อย่างที่จะจัดการกับแพ  
คือลากขึ้นฝั่งไว้ หรือปล่อยให้ลอยไว้ในน้ำ  
แต่ไม่จำเป็นที่จะต้องแบกแพ

บางครั้งในการปฏิบัติของเรา  
คนส่วนหนึ่งไม่ขยันท่าแพ  
เลยจมอยู่ในน้ำกัน

หรือขยันท่าแพ แต่พอไปถึงอีกฝั่งแล้ว  
ก็ยังแบกแพเอาไว้อีก  
ก็ไม่พอดี ไม่อิสระ

เราต้องรู้จักใช้ธรรมชาติ  
และเราต้องรู้จักวางธรรมชาติ  
เราต้องรู้จักคิด และต้องรู้จักหยุดคิด

รู้จักทำสงบ  
รู้จักพิจารณาวางความสงบไว้  
เพื่อจะนำไปพิจารณา  
นี่เป็นส่วนหนึ่งของการหาความพอดี

ความพอดีอยู่ที่ไหน  
มันอยู่ที่จุดที่เราสามารถปล่อยเรื่องที่ปรุงจิตของเรา

ขอบคุณบทความจากธรรมจักรดอทเน็ต