



รูปสุดท้ายของเจ.เจ. กับ ท่านพระอาจารย์ปิ่น



หมู่กุฎีธรรมมณเฑียร

## ลึมรสสิ่งที่อยู่ในใจ

จาตุรนต์ (เจย์) ศิริพงษ์ ถูกจับที่ประเทศสหรัฐอเมริกาเมื่อปี พ.ศ. ๒๕๒๖ ด้วยข้อหา ปล้นร้านการ์เดิน โกรฟ มาร์เก็ต (Garden Grove Market) และฆ่าเจ้าของร้าน และผู้ช่วย เจย์รับสารภาพว่าร่วมในการปล้นแต่ไม่ได้ฆ่า อย่างไรก็ตาม เมื่อเขาไม่ยอมชดเชยผู้อื่นศาลจึงพิพากษา และตัดสินประหารชีวิตเมื่อ ๑๖ ปีที่แล้ว ได้มีการอุทธรณ์ แต่ในที่สุดก็กำหนดประหารในวันจันทร์ที่ ๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๒

ก่อนถึงวันประหารหกวัน เคนดัล โกะ (Kendall Goh) เพื่อนซึ่งเป็นทนายความของเจย์ ได้ติดต่อขอความอนุเคราะห์ไปยังวัดป่าอภัยคีรี เมืองซานฟรานซิสโก รัฐแคลิฟอร์เนีย เพื่อให้เจย์มีโอกาสได้พบชาวพุทธที่สามารถจะเป็นที่พึ่ง

ทางใจแก่เขาได้ สองวันต่อมา ท่านอาจารย์ปสนุโน เจ้าอาวาสรวมของวัดป่าอภัยคีรี ก็ได้เข้าเยี่ยมและ อบรมกรรมฐานแก่เจย์ในเรือนจำซาน เควนติน (San Quentin Prison) นับว่าเป็นสามวันสุดท้ายที่ พิเศษสุดในชีวิตของเจย์ ก่อนที่จะถูกประหารด้วย การฉีดยาพิษในวันที่ ๙ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๔๒

เมื่อครั้งยังอยู่ในบ้านเกิดเมืองนอน ช่วง หนึ่งที่ได้บวชเรียนตามประเพณีไทย เจย์ได้ฝึก สมาธิภาวนาด้วย เมื่อถูกคุมขังรอการประหาร ในอเมริกา เขาได้รื้อฟื้นประสบการณ์นั้นขึ้นมา ปฏิบัติอีกอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ หลายคน เล่าว่า เจย์เปลี่ยนแปลงไปอย่างเห็นได้ชัด ซึ่ง น่าจะเป็นผลจากการพัฒนาจิตระหว่างปฏิบัติอยู่ ในเรือนจำ ผู้คุมและเพื่อนนักโทษได้เห็นว่ เจย์ ใช้ชีวิตในเรือนจำซาน เควนติน อย่างสงบ หลายคน สนับสนุนการขอลดหย่อนโทษประหารให้เจย์ และ บางคนก็แสดงออกอย่างเปิดเผย รวมทั้งแดเนียล บี.

วาสเควซ (Daniel B. Vasquez) อดีตผู้คุมของ  
ซาน เควนติน ด้วย

เรื่องราวเกี่ยวกับเจย์ต่อไปนี้เป็นกร  
ถอดความและเรียบเรียงจากบทสัมภาษณ์ที่  
แคธรีน กูตา (Kathryn Guta) และ เดนนิส ครีน  
(Dennis Crean) ได้สัมภาษณ์ท่านอาจารย์  
ปสนุโน เมื่อเดือนพฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๔๒ และ  
จากการบรรยายธรรมในหัวข้อ “เล่าเรื่องเจย์” ที่  
แสดง ณ วัดป่านานาชาติ เมื่อวันที่ ๑๕ ธันวาคม  
๒๕๔๒

ท่านอาจารย์ได้รับนิมนต์เข้าไปเป็นที่พึ่งทางใจ  
ให้เจย์ได้อย่างไรครับ

ครั้งแรกที่เจย์จะถูกประหาร เมื่อวันที่ ๑๗  
พฤศจิกายน ๒๕๔๑ นั้น ผู้ที่ทำหน้าที่นี้เป็น  
ผู้นำทางศาสนาคริสต์ ซึ่งเป็นสุภาพสตรีที่ได้เคย  
ช่วยเหลือนักโทษประหารคนอื่นๆในเรือนจำซาน

แควนดิน มาแล้วหลายคน เจย์ก็รู้จักท่านมาหลายปีและสนิทสนมกับท่าน แต่เมื่อถึงคราวของเขาเอง เจย์พบว่าแทนที่จะช่วยให้เจย์สงบ กลับทำให้เขารู้สึกวิตกกังวลยิ่งขึ้น เจย์เองรู้อยู่ว่า ควรจะเตรียมตัวตายอย่างไรในเดือนพฤศจิกายนนั้น แต่ก็ไม่เป็นไปตามแผน ในนาทีสุดท้าย ศาลได้ตัดสินเลื่อนการประหารออกไปอีกสามเดือน ซึ่งนับว่าเป็นโชคดีของเจย์อย่างยิ่ง เขาอยากตายอย่างสงบที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ เจย์รู้ว่าตัวเองจะต้องเตรียมตัวเตรียมใจอย่างไร พอมาถึงครั้งที่สอง เจย์จึงตัดสินใจที่จะเผชิญกับความตายตามลำพัง เพื่อให้เวลาตัวเองได้ทำจิตสงบในช่วงสุดท้าย คุณเคนดัล โกะะ เป็นห่วงว่าเจย์จะขาดที่พึ่งทางใจ จึงรับอาสาจะหาที่ปรึกษาใหม่ที่เป็นชาวพุทธให้ แต่การขอเปลี่ยนแปลงในเรื่องนี้ไม่ใช่่ง่าย มีอุปสรรคมากมายหลายด้าน ทั้งในและนอกเรือนจำ เจย์จึงต้องพิจารณาเรื่องนี้

อย่างรอบคอบ เพราะสิ่งที่เขาต้องการที่สุดในเวลานั้น คือการอยู่อย่างสงบ อย่างไรก็ตาม เมื่อเจย์ได้ติดต่อกับอาตมาทางโทรศัพท์ อาตมาก็ถามว่า

“จิตใจเป็นยังไง พร้อมหรือเปล่า”

เขาก็ตอบว่า

“พร้อมครับ ผมเตรียมตัวมาตั้งนานแล้ว ยอมรับว่าจะถูกประหาร ไม่รู้สึกกลัว ไม่หวั่นไหว แต่ยังมีข้อสงสัยบางอย่างที่อยากขอศึกษาจากท่านอาจารย์”

เจย์บอกว่าไม่เสียดายหากจะถูกประหาร เพราะการอยู่ในสถานการณืเช่นนั้น บีบบังคับให้เขาแสวงหาสิ่งที่จะเป็นประโยชน์ที่สุดต่อชีวิต เขาไม่แน่ใจว่าถ้าหากอยู่ธรรมดาๆ จะมีความเข้าใจขนาดนี้หรือเปล่า

เจย์เล่าให้ฟังว่า หลังจากถูกตัดสินประหารแล้ว ๖-๗ ปี เขาอยู่ในเรือนจำ ก็เกิดความรู้สึกว่าเขาจะต้องรีบตัดสินใจว่าจะอยู่อย่างคนที่ผูกโกรธ มี

ความอาฆาต เศร้าหมอง มือกุศลธรรมทั้งหลาย  
ครอบงำจิตใจ หรือเขาจะพัฒนาจิต ให้เป็นจิตใจ  
ที่ดี จิตใจที่มีธรรมะ จิตใจที่สงบ ตอนนั้นเขา  
ไม่รู้ว่าจะอยู่ได้อีกนานเท่าไร ไม่รู้ว่าจะถูกเรียก  
ไปประหารเมื่อไร เขาเลยเกิดความตั้งใจว่า  
อย่างไรเสียจะต้องพยายามละสิ่งที่ทำให้จิตใจ  
เศร้าหมองและพยายามพัฒนาส่วนที่ดีในจิตใจ  
ให้มากที่สุดที่จะทำได้ สำหรับเวลาที่ยังเหลืออยู่  
แล้วเขาก็ได้พยายาม ได้หาหนังสือทั้ง  
ภาษาไทยและภาษาอังกฤษมาศึกษาพุทธศาสนา  
เลยเป็นโอกาสให้ได้ฝึกภาษาอังกฤษด้วย เพราะ  
ในคุกไม่มีคนพูดภาษาไทย ตัวเขาเองตอนติดคุก  
ภาษาอังกฤษก็ยังไม่ดี เนื่องจากไปอเมริกาได้  
ไม่กี่เดือนก็เกิดคดี และตอนนั้นญาติพี่น้องใน  
อเมริกาก็ไม่มีสักคน เขาเลยฝึกภาษาอังกฤษจน  
กระทั่งเขียนอธิบายปรัชญาในศาสนาพุทธได้  
อย่างละเอียด เขียนกลอนก็ได้ เป็นคนมีศิลปะใน

ชีวิต แล้วก็ฝึกวาดรูปในเรือนจำจนเก่ง มีความสามารถในงานศิลปะ และเป็นคนที่ตั้งใจนำเสนอศิลปะให้เกิดขึ้น ในที่ซึ่งเป็นที่รวมของผีของเปเรตอย่างในคุก เพราะนักโทษส่วนใหญ่ก็แย่มากๆ เจ้าหน้าที่ก็พอกๆกัน เลยต้องทำให้ตัวเองเป็นที่ยอมรับ วันแรกที่อาตมาไปที่เรือนจำ ทนายความก็ไปรับ อาตมาถามว่า เจย์เป็นยังไง ทนายก็บอกว่า เจย์นะเขาสบาย แต่พวกเราซี แยะ

*ท่านอาจารย์รู้สึกอย่างไรที่ได้ช่วยเป็นที่พึ่งทางใจแก่นักโทษประหาร*

ตอนแรกอาตมาก็รู้สึกยินดี แต่พอมาคิดได้ว่า เอ...นี่เรากำลังจะเข้าไปในแดนนรกนะ อาตมาก็ชักรู้สึกไม่ค่อยมั่นใจขึ้นมานิดหน่อย ระบบรักษาความปลอดภัยของเรือนจำก็เข้มงวดกวดขันมากกว่าจะเข้าไปถึงต้องผ่านประตูเหล็กหลายต่อหลายชั้น ผ่านเครื่องตรวจหาอาวุธสองครั้ง แล้ว



ก็ยังมีผู้คุมมาตรวจอีกหลายคณะ ตรวจแล้วก็  
ประทับตราที่มือของอาตมา แล้วก็ต้องไปผ่าน  
ประตูเหล็กและผู้คุมอีก หลายชั้นหลายชั้นตอน  
ที่เดียว แต่มีสัญญาณบางอย่างที่แสดงให้เห็น  
ความแตกต่าง อาตมาได้ยินผู้คุมทักทายเด็ก  
บางคนอย่างสนิทสนมเหมือนรู้จักกันดี เขาให้  
เวลาเยี่ยมตอนเช้าถึงบ่ายสองโมง หลังจากนั้น  
แล้วแขกต้องกลับหมด

เมื่ออาตมาเห็นเจย์ เขาไม่เหมือนคนใกล้  
ตายคนอื่นที่อาตมาเคยพบ เจย์ยังหนุ่ม แข็งแรง  
และดูมีความสุขจิตดี เขาเป็นคนฉลาดหลักแหลม  
ประณีต ไม่น่าสงสัยเลยว่า เขาได้ใช้ชีวิตในช่วง  
สุดท้ายอย่างมีคุณค่า แม้จะถูกล่ามโซ่ที่เอว เจย์ก็  
ยังดูภาคภูมิใจเป็นตัวของตัวเอง มารยาทงาม และ  
ต้อนรับผู้มาเยือนอย่างอบอุ่น ทุกอย่างดูเป็นปกติ  
ไม่มีอะไรสื่อเค้าเลยว่า เทียงคีนของวันมะริน  
ผู้ชายคนนี้จะถูกประหาร เขาจะต้องตายแล้ว

ท่านอาจารย์ได้พูดกับเจย์เกี่ยวกับทางเลือกที่ผิด  
ของเขาบ้างหรือเปล่าครับ เกี่ยวกับอาชญากรรม  
ของเขา

เปล่า อาตมาไม่ได้เอ่ยถึงอดีตของเจย์เลย  
เราไม่มีเวลาพอด้วย อาตมามุ่งไปที่การช่วยให้  
เขามีสุขภาพจิตที่ดี พอที่จะเผชิญกับความตาย  
ได้อย่างสงบมากกว่า เพราะอาตมาไม่ได้เข้าไป  
เกี่ยวข้องกับเจย์ในฐานะที่เขาฆ่าคนตาย แต่ใน  
ฐานะคนที่กำลังเผชิญกับความตาย

บรรยากาศในวันนั้นเครียดไหมครับ

ไม่นะ ไม่เครียด ไม่ซีมีเศร้า ค่อนข้างผ่อนคลาย  
ทีเดียว บางครั้งเราก็ถกกันเรื่องที่สุดข่มขู่  
ลึกเกี่ยวกับธรรมชาติของจิต แต่บางทีก็มีเรื่อง  
เบาๆให้ได้หัวเราะกันบ้าง เจย์ทำหน้าที่เจ้าของ  
บ้านได้อย่างวิเศษ โดยเฉพาะในวันแรก แม้ใน  
สภาพอย่างนั้น เขายังได้จัดการต้อนรับพระด้วย

ความเคารพ และกำชับเพื่อนๆ ให้ปฏิบัติต่อพระ  
อย่างถูกต้องตามธรรมเนียม เจย์เตรียมอาหารไว้  
ถวายด้วย และบอกว่ารู้สึกเป็นสุขที่ได้มีโอกาส  
ถวายภัตตาหารแก่พระภิกษุ เป็นครั้งแรกในรอบ  
ยี่สิบปี นอกจากนี้ยังคอยสนับสนุนให้เพื่อนๆ ได้  
ซักถามข้อสงสัย ซึ่งอาตมาก็ได้เทศน์ให้ฟังเกี่ยว  
กับความเชื่อในศาสนาพุทธ การเข้าถึงธรรมะ  
โดยเปรียบเทียบกับดอกบัวสี่เหล่า นอกจากนี้  
ก็ได้อธิบายความหมายของคำว่า “ไตรสรณคมน์”  
คือการถือเอาพระพุทธเป็นที่พึ่งในฐานะผู้รู้แจ้ง  
พระธรรมในฐานะที่เป็นสัจธรรม และพระสงฆ์  
ในฐานะพระสุปฏิปันโน ดูเจย์รู้สึกภูมิใจที่ได้เป็น  
ผู้ให้โอกาสแก่เพื่อนๆ ได้ศึกษาพระพุทธศาสนา  
อย่างไรก็ตาม อาตมาได้กำชับเจย์ให้  
พยายามระมัดระวังจิตใจของตัวเองไม่ให้หวั่นไหว  
ไปกับความว้าวุ่นของคนรอบข้าง เพราะวัน  
ประหารใกล้เข้ามาแล้ว เจย์เองก็คอยหลีกเลี่ยง

ความฟุ้งซ่าน ที่เกิดจากความพยายามช่วยเหลือ  
ของคนรอบข้าง เขาตระหนักดีว่า จะต้องรับผิดชอบ  
ต่อความตั้งมั่นของตัวเอง เจย์จึงให้เวลากับ  
เพื่อนๆ อย่างเต็มที่ตลอดชั่วโมงเยี่ยม แต่นอกนั้น  
แล้ว เขาทำสมาธิวันละหลายชั่วโมง เริ่มตั้งแต่  
ตื่นนอนประมาณสองหรือสามนาฬิกา

นอกจากไตรยา พี่สาวของเจย์แล้ว ยังมี  
หมู่เพื่อนที่ประทับใจในตัวเจย์มาเยี่ยมมากมาย  
โดยเฉพาะเมื่อใกล้วันประหาร หลายคนเป็น  
ทนายความ หลายคนเป็นชาวคริสต์ บางคนก็  
เลื่อมใสในปฏิปทาของเจย์ และยึดถือเป็นแบบ  
อย่างในการพัฒนาจิต ต่างคนต่างมีจุดมุ่งหมาย  
และเจย์ซึ่งมีนิสัยโอบอ้อมอารีอยู่แล้ว ก็พยายาม  
สนองตอบทุกคน

อย่างเช่นทนายความคนที่ติดต่อกับอาตมา  
ก็เพิ่งจะเริ่มศึกษาธรรมะและหัดนั่งสมาธิ กำลัง  
อยู่ในระหว่างแสวงหาครูบาอาจารย์ ก็ได้อาศัย

เจย์เป็นผู้แนะนำเช่นเดียวกัน

ส่วนหนึ่งที่แสดงว่าเจย์ได้รับความเชื่อถือ  
และไว้วางใจก็คือ ปกติเมื่อรับแขกในห้องอย่างนั้น  
จะต้องมีเจ้าหน้าที่สี่คน ยืนเฝ้าอยู่ทุกมุมตลอด  
เวลา ตัวนักโทษเองนั่งเก้าอี้พิเศษ มีโซ่ล่ามที่เอว  
และมีโซ่จากเอวมาที่แขน ทำให้ยกแขนไม่ได้มาก  
แล้วก็ต้องมีโซ่ล่ามติดกับเก้าอี้ด้วย แต่วันนั้น  
เป็นกรณีพิเศษ ไม่มีโซ่ล่ามเก้าอี้ เจ้าหน้าที่ก็มี  
คนเดียวยืนฟังเทศน์ด้วย บรรยากาศร่าเริงพอ  
สมควรไม่เครียด

*ช่วงสุดท้ายที่ท่านอาจารย์ได้อยู่กับเจย์ บรรยากาศ  
เป็นอย่างไรบ้างครับ*

ในวันแรก หลังจากบ่ายสองโมงแล้ว อาตมา  
มีโอกาสดำเนินผู้หญิงคนหนึ่ง เป็นชาวคริสต์  
ซึ่งเคยเกี่ยวข้องในเหตุการณ์ประหารมาแล้ว ๖-๗  
ครั้งในฐานะผู้นำทางศาสนา ได้คุยกันอยู่นาน เขา

ก็เล่าให้ฟังว่าจะมีอะไรเกิดขึ้นบ้าง หลังจากหกโมงไปแล้วจนถึงเวลาอาหาร เมื่อเรารู้ตัวล่วงหน้าจะได้ไม่ตกใจ ไม่เสียสมาธิ

เขาบอกว่าจะมีพวกเจ้าหน้าที่ ๖ คน ควบคุมเราตลอดเวลา พวกนี้เป็นทีมพิเศษมาซึ่งสมัครใจมาทำหน้าที่นี้ด้วยตนเอง คงตื่นตื่น และมีความสุขในการประหาร เขาบอกว่าพวกนี้อาจจะรังแกเราด้วยวิธีการต่างๆ อาจเบียดเบียนทั้งทางกายและวาจา พูดจาหยาบคาย เขาจะมาพาเราไปตั้งแต่หกโมง และเวลาอาหารเป็นหกทุ่ม ซึ่งเหลือเวลาน้อยเต็มที เราควรจะได้อยู่กับนักโทษให้นานที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ แต่เขาก็จะทำให้เราเสียเวลาในระหว่างพาไป โดยทำทุกอย่างให้เป็นเรื่องยืดยาว ระหว่างอยู่ในห้องรอประหาร เขาก็จะคุยกันเสียงดัง บางทีก็เปิดโทรทัศน์รบกวน ไม่เป็นมิตรกับนักโทษเลย

ในวันที่กำหนดจะประหารเจย์ครั้งแรกใน

เดือนพฤศจิกายนนั้น เจย์ได้รับอนุญาตให้ถือลูก  
ประจำเข้าในห้องประหารได้ แต่ก่อนที่จะส่งถึง  
มือเจย์ ผู้คุมโยนลงบนพื้น แล้วก็เหยียบเสียทีหนึ่ง  
เมื่ออาตมาได้ข้อมูลมาอย่างนี้ ก็มาคิด  
วางแผนว่าจะทำอย่างไรดี หากเจอเหตุการณ์  
อย่างที่เขาล่า

วันสุดท้ายคือวันจันทร์ เยี่ยมได้เฉพาะ  
ทนายความ ญาติ และผู้นำทางศาสนาซึ่งทำ  
หน้าที่เป็นที่พึ่งทางใจให้แก่นักโทษ วันนั้น  
อาตมาอยู่ตลอดวัน ก่อนเวลาประหารหกชั่วโมง  
นักโทษจะต้องลาครอบครัวและเพื่อนๆ ไปสู่  
ห้องขังพิเศษ ซึ่งอยู่ติดกับห้องประหาร เฉพาะ  
ผู้นำทางศาสนาเท่านั้นที่ได้รับอนุญาตให้ติดตามไป  
ผู้คุมมีหกคนซึ่งจะร่วมทำหน้าที่ในห้องประหาร  
เมื่อเขามาคุมตัวเราจากห้องรับแขกไปยังห้องรอ  
ประหาร อาตมาก็เริ่มต้นทักทายหัวหน้าผู้คุม ถาม  
ทุกข์สุข ถามเรื่องนั้นเรื่องนี้ คุยไปเรื่อย เขาก็

ตรวจร่างกาย ตรวจเสื้อผ้า ต้องเอาผ้าออกหมด  
ทุกชิ้น ไม่เหลือสักชิ้นเลยนะ เขาตรวจผ้าละเอียด  
ไม่ให้มีอะไรซ่อนไว้ได้เลย แต่เขาก็อำนวยความสะดวก  
สะดวก ไม่ได้ทำให้เสียเวลามาก

ส่วนเจย์ก็มีผู้คุมมาพาไปอีกทางหนึ่ง แล้ว  
เขาก็พาเราไปขังไว้คนละห้อง ห้องที่ขังเจย์ยาว  
ไปทางหนึ่ง ส่วนห้องที่ขังอาตมาก็ยาวไปอีก  
ทางหนึ่ง แต่มีมุมหนึ่งที่เรากุญกันได้

พอเข้าไปในห้องขังแล้ว หัวหน้าผู้คุมก็  
มาอบรมเรา ว่าจะต้องอยู่ในระเบียบอย่างไร โยม  
ผู้หญิงที่เป็นผู้นำทางศาสนาคนนั้น ได้เตือนไว้  
แล้วว่า ถ้าเจอหัวหน้าผู้คุมตัวสูง มีเครา ลักษณะ  
อย่างนี้ๆให้ระวัง เพราะนั่นนะตัวร้าย ดุ อย่า  
ทำให้เขารังเกียจเรา อาตมาก็เจอจริงๆ เพราะ  
ฉะนั้น เวลาเขาพูดอะไร เราก็...ครับ ครับ เขา  
อบรมอะไรก็...ครับ ครับ

อาตมาได้ตกลงกับเจย์ไว้แล้วว่า พอถึง



เวลาที่สมควร ก็ให้เจย์ขอไตรสรณคมน์ ขอรับ  
ศีลเป็นภาษาบาลี เป็นเบื้องต้น ก็เป็นช่องที่จะ  
ได้อบรมเขาว่า สรณะที่พึ่งคืออะไร พระพุทธ  
พระธรรม พระสงฆ์ คืออะไร ศีลคืออะไร แล้วก็  
เทศน์สั้นๆ กัณฑ์หนึ่ง อบรมให้ความรู้ ไม่ใช่  
เพื่อเจย์คนเดียว แต่เพื่อผู้คุมด้วย

เมื่อเจย์ขอไตรสรณคมน์ ขอศีลเสร็จแล้ว  
ก็ให้อารธนาพระปริตร แต่เจย์หลง เขาขึ้น...  
พรหมา จะโลกา คือ อารธนาเทศน์ เราเลยได้  
โอกาสแสดงธรรมต่อ เพื่อเป็นการดึงจิตใจเจ้า  
หน้าที่ไปในตัว แล้วเจย์ก็อารธนาพระปริตร สวด  
ชัยมงคลคาถา บางบทที่มีคำแปลเป็นภาษา  
อังกฤษ เราก็สวดเป็นภาษาอังกฤษด้วย เพื่อให้  
เจ้าหน้าที่เข้าใจว่าเราสวดอะไร พอสวดเสร็จ  
หัวหน้าผู้คุมที่ว่าคุณนั้นก็เข้ามาพูดอย่างเอ็นดูว่า

“ช่วงที่ท่านสวดมนต์อยู่ ทนายของเจย์  
โทรศัพท์มาสองครั้ง ผมไม่ได้บอก เพราะอยาก

ให้ท่านสวดให้เสร็จ ตอนนี้จะให้ผมโทรขากลับให้  
ใหม่ครับ”

อาตมาก็เลยให้เบอร์โทรศัพท์เขาไป เพราะ  
ทนายก็อยู่อีกอาคารหนึ่งในเรือนจำ

สักประเดี๋ยวก็มาถามอีก

“ท่านสวดมนต์นาน คงจะคอแห้ง ต้องการ  
น้ำใหม่ครับ หรือจะเอาน้ำส้ม”

อาตมาบอกว่า “ไม่เอาดีกว่า เพราะมีคน  
อธิบายให้ฟังว่า ถ้าจะเข้าห้องน้ำต้องมีคนพาไป  
แล้วห้องน้ำก็อยู่ไกลด้วย ขากลับก็ต้องถูกเจ้า  
หน้าที่ตรวจ เป่ลื้อยกายอีก ยุ่งยาก ไม่เอาดีกว่า”  
เขาก็บอกว่า “ที่จริงห้องน้ำใกล้ๆก็มี จะให้ใช้ก็ได้”  
อาตมาก็เลยเอาน้ำส้ม

ตลอดคืนเขาก็อยู่ แต่ไม่ได้ร้องแก็หรือ  
รบกวนอะไรเลย ถ้ามีใครคนใดคนหนึ่งทำเสียงดัง  
ก็มีเจ้าหน้าที่ตักเตือนกันเอง เวลาสั่งงาน เขาก็  
เขียนใส่กระดาษ ส่งกันต่อๆเพื่อจะได้ไม่มีเสียง

รบกวณเรา คึนนั้นอาตมากับเจย์ ก็เลยมีโอกาศ  
ได้อยู่ด้วยกันเต็มที เราก็นั่งสมาธิสนทนาธรรม  
และสวดมนต์โดยเฉพาะการแผ่เมตตาอุทิศส่วน  
กุศล

ตลอดเวลานับตั้งแต่อาตมาได้พบเจย์ จน  
กระทั่งถึงวันประหารเป็นเวลาสามวัน อาตมา  
ก็ได้ตอบข้อสงสัย ข้อข้องใจของเจย์ โดยเฉพาะ  
เรื่องอนัตตา เรื่องขันธ ๕ และการปล่อยวาง  
ว่าจะทำได้อย่างไร การสังเกตในตัวเองว่าละได้  
จริงๆ อย่างไร เรื่องทำสมาธิเขาเก่ง สมาธิดี  
เพราะเขาฝึกอยู่ในเรือนจำนาน เวลากลางคืน  
ที่คนอื่นนอน เขาก็นั่งสมาธิ กลางวันตื่นสาย  
เพราะตอนกลางวันในเรือนจำมีเสียงรบกวณมาก

สำหรับในคืนสุดท้าย อาตมาก็ได้ไขข้อ  
ข้องใจต่างๆบางอย่าง และฝึกเขาในการทำจิตให้  
มั่นคง พร้อมทั้งจะรับความตายโดยไม่หวั่นไหว  
ฝึกให้เขาเปลี่ยนกรรมฐาน คือปกติเขาทำสมาธิโดย

วิธีอานาปานสติ กำหนดลมหายใจ แต่เมื่อมาใช้ในการประหารอกกฤทธิ ทำให้หัวใจหยุด ลมหายใจก็หยุด ถ้าเอาลมหายใจเป็นอารมณ์และลมหยุดชะงักขณะเขากำลังกำหนดอยู่ การตั้งสติก็จะไม่มั่นคงเท่าที่ควร แล้วเจย์เคยฝึกสมาธิมาต่อนก่อนบวชที่เมืองไทย เมื่อนั่งสมาธิที่วัดเขาได้เห็นนิมิตแสงสว่างชัดเจนครั้งหนึ่ง แต่เมื่อเขาพยายามนั่งจะให้เห็นอีกก็ไม่สำเร็จ แต่เมื่อเจย์บอกว่า สามสัปดาห์ก่อนเขาได้เห็นแสงสว่างอีก ก็ทำให้อาตมาใจชื้นขึ้นเป็นอันมาก และเนื่องจากเจย์เป็นจิตรกร อาตมาก็เลยได้ความคิดว่า เขาน่าจะกำหนดภาพแสงสว่างเป็นอารมณ์กรรมฐาน อาตมาเลยให้เขาใช้นิมิตแสงสว่างแทน ซึ่งเขาก็ทำได้

ตอนแรกอาตมาก็แนะนำทำนั่ง คือนั่งก็แนะนำน้อยลง ให้เขาทำเองมากขึ้น ช่วงสุดท้ายเขาบอกว่า จิตเป็นสมาธิได้เร็ว อาตมาพยายาม

อธิบายการตั้งจิต เมื่อลมหายใจหมด จิตกำลังจะดับ ทั้งหมดนี้ก็เป็นส่วนที่เจ้าหน้าที่ต้องนั่งฟังอยู่ด้วย เพราะหนีไปไหนไม่ได้ เขาเลยพลอยได้ความรู้มากเหมือนกัน

ตลอดคืนเราก็ได้ยินเสียงเตรียมการในห้องประหารซึ่งอยู่ติดๆกัน ผู้ว่าการเรือนจำและจิตแพทย์ก็ต้องเข้ามาตรวจ เพราะถ้าเจย์เป็นบ้าเสียสติ เขาก็ประหารไม่ได้ และเขาต้องตรวจเอาตมา ถ้ามียาพิษให้เจย์กินตายไปก่อน เขาจะเสียชีวิต

*ในคืนนั้นท่านอาจารย์เทศน์เรื่องอะไรครับ*

เอาตมาเล่าประวัติพระพุทธเจ้า หลังจากทรงตรัสรู้พระอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณใหม่ๆ ไม่ทรงปรารถนาจะไปรดสัจว์ เพราะทรงเห็นว่าธรรมะที่ทรงตรัสรู้เป็นของลึกซึ้ง ยากที่คนจะเข้าใจและปฏิบัติตามได้ จากนั้นก็พูดถึงโมหะ

กิเลส ซึ่งเป็นธรรมชาติของสัตว์โลก และธรรมชาติ  
เพื่อการหลุดพ้น แล้วก็พูดถึงอริยสัจ ๔ และ  
อธิบายความหมายของการปล่อยวาง ซึ่งไม่ใช่  
การปล่อยทิ้ง คือ เจย์จะต้องตั้งสติจดจ่ออยู่กับ  
การกำหนดรู้อยู่ในปัจจุบัน ไม่ว่าจะอารมณ์อะไร  
เกิดขึ้น ก็เพียงแต่กำหนดรู้ แล้วก็ปล่อยวาง อย่า  
ปล่อยจิตให้เลื่อนไหลไปกับอารมณ์ เพราะนั่น  
หมายถึงการเกิด แล้วก็ทุกข์

เราได้พูดถึงการปล่อยวาง ในความหมาย  
ที่เชื่อมโยงถึง “การให้อภัย” และ “อนัตตา” ถ้า  
เราไม่ให้อภัยคือเรายังยึดทุกข์ไว้ เราก็จะสร้าง  
ตัวตนขึ้นบนความทุกข์เรื่อยไป ไม่มีที่สิ้นสุด เมื่อ  
เกิดมีตัวตนขึ้นเมื่อไร ทุกข์ก็เกิดขึ้นเมื่อนั้น มัน  
เกี่ยวพันกันอยู่อย่างนี้ แล้วอาตมาได้ถามเจย์ว่า  
“ยังมีใครอีกบ้างไหมที่เจย์ยังไม่ได้ให้อภัย”  
เจย์นั่งคิดอยู่ครู่หนึ่งในที่สุดก็ตอบค่อย ๆ ว่า  
“ผมยังไม่สามารถให้อภัยตัวเองได้หมดใจ

ครับ”

คำตอบของเจย์กินใจอาตมาจนทำให้เกิดความรู้สึกตื่นตัน เจย์ยังฝังใจจำที่ตัวเองได้พลาดพลั้งไปในอดีต อาตมาจึงได้ชี้แจงให้เห็นธรรมชาติของการเกิดดับ เจย์จะต้องทำความเข้าใจ ว่าสิ่งที่เกิดขึ้นในอดีตนั้น มันได้ดับไปแล้วที่ยังเหลืออยู่ในปัจจุบัน ก็เป็นเพียงความทรงจำตัวเขาเองในปัจจุบัน ก็เป็นคนละคนกับคนในอดีต เจย์จะต้องปล่อยวางเหตุการณ์ในอดีต รวมทั้งคนที่เคยประกอบกรรมในอดีตนั้นเสียด้วย

น่าสังเกตว่า บรรดาผู้คุมก็สนใจฟังเทศน์ของอาตมาเหมือนกัน และตลอดคืนนั้น พวกเขาก็ดูให้ความเคารพและเกรงใจเราทั้งคู่มากขึ้น

*เจย์มีอาการอย่างไรบ้างครับ เมื่อใกล้การประหาร*  
ตอนหนึ่งเขาถามอาตมาว่า  
“ถ้าผมไม่ใช่รูป ไม่ใช่เวทนา ไม่ใช่จิต แล้ว

อะไรละครับที่จะหลุดพ้น”

อาตมาตอบว่า

“นี่ก็ไม่ใช่อะไรอื่น เป็นเพียงคำถามที่เกิดจากความสงสัยเท่านั้นเอง เมื่อได้ปล่อยวางทุกสิ่งทุกอย่างและเข้าถึงความสงบสว่างแล้ว ก็ไม่จำเป็นต้องไปเรียกว่าอะไรเป็นอะไร”

และอีกครั้งหนึ่ง เจย์บอกอาตมาว่า

“ตอนนี้ผมมีคนที่อยู่สองคนอยู่ในใจผม คือ ท่านอาจารย์กับตัวผมเอง”

อาตมาตอบว่า “เจย์ต้องปล่อยวางอาตมาเสีย เพราะอาตมาจะไม่เข้าไปข้างในกับเจย์ และก็ต้องปล่อยวางตัวเองด้วย” แล้วเราก็หัวเราะกัน

จริงๆแล้ว อาตมาได้พยายามช่วยเจย์ในการเตรียมตัวเผชิญกับสิ่งต่างๆ ซึ่งอาจรรบกวนความสงบของเขามากกว่า

“พวกเขาจะมัดเจย์ติดกับเตียง” อาตมาเตือน “และคงทำอะไรวุ่นวายอีกหลายอย่างรอบ



ตัวเจย์ เพราะฉะนั้น เจย์ต้องกำหนดจิตจดจ่อ  
อยู่ในเท่านั้น อย่าส่งจิตออกมาข้างนอก”

ตลอดคืนนั้นเราก็นั่งสมาธิบ้าง สวดมนต์  
บ้าง และสันทนาธรรมบ้าง เพราะฉะนั้น เจย์จึง  
สงบมาก และสามารถกำหนดจิตแน่วแน่อยู่กับ  
อารมณ์กรรมฐาน

ท้ายที่สุดเราได้จัดเวลาประกอบพิธีสวดมนต์  
อุทิศส่วนกุศล และแผ่เมตตาแก่ทุกคน รวมทั้ง  
ผู้คุม หลังจากรู้แน่ชัดว่าการอุทธรณ์ครั้งหลัง  
สุดไม่ได้ผล เจย์ก็ขอร้องอาตมาให้แผ่เมตตาแก่  
คณะทนายความที่ร่วมในการทำคดีของเขาด้วย  
แม้ในวาระสุดท้ายของชีวิต เจย์ก็ยังอุตสาหะมี  
น้ำใจแผ่ไปถึงผู้อื่น

เกือบหกทุ่ม เขาก็มาบอกว่าจะพาเจย์ไปแล้ว  
พอเขาเรียก เจย์ก็ลุกเดินออกไป...เฉย ไม่  
หวั่นไหว ไม่ตกใจกลัว ตอนเดินผ่านห้องของ  
อาตมา ก็ยกมือไหว้บอกว่า “ผมลาครับ”

แล้วก็เข้าไปในห้องประหาร ตอนนั้น  
อาตมาก็ยังถูกขังอยู่ ก็ได้ยินเสียงการเตรียม รัต  
เจย์ไว้กับเก้าอี้ ซึ่งอาตมาก็ได้เคยอธิบายให้เจย์ฟัง  
และได้กำชับแล้วว่าอย่าได้สนใจกับอย่างอื่น ให้  
สนใจในการทำจิตให้สงบที่สุด หนักแน่นที่สุด  
สบายที่สุด พิจารณาการปล่อยวาง

หลังจากนั้น เจ้าหน้าที่ก็มาพาอาตมา  
ออกไปนอกเรือนจำ ซึ่งต้องออกทางด้านหลัง  
เพราะด้านหน้ามีการประท้วง คนมาร่วมด้วย  
๓๐๐-๔๐๐ คน ผนตกหนักที่สุด ลมก็แรง เหมือน  
กับเทวดาไม่พอใจเลย หลายคนก็ไม่พอใจการ  
ประหาร เพราะได้ข่าวว่านักโทษเจย์สามารถ  
ปรับตัวได้ เป็นคนสงบ มีหลักการในการดำเนิน  
ชีวิตที่น่านับถือ คนเลยออกมาประท้วง ซึ่งที่  
จริงทุกครั้งที่จะมีการประหารก็มีคนออกมาต่อต้าน  
ไม่เห็นด้วย เพราะรู้สึกว่ปาเถื่อน ไม่สมควรกับ  
ประเทศที่เจริญ แต่ครั้งนี้มีคนออกมาประท้วง

มากกว่าครั้งก่อนๆ และอากาศก็แย่กว่าทุกครั้ง  
ตอนเข้าดูหนังสือพิมพ์ เขารายงานข่าวว่า  
เจย์นอนนิ่ง หลับตา รอรับการประหารอย่างสงบ  
อาตมาก็รู้สึกภูมิใจเพราะเชื่อว่าเจย์กำลังกำหนดจิต

### มีพิธีศพไหมคะ

มีพิธีเผาศพอย่างเจียบๆในวันรุ่งขึ้น อาตมา  
ได้พบไตรยา พี่สาวของเจย์ ที่นั่นด้วย เขาเอา  
ศพใส่ในกล่องกระดาษ ก่อนหน้านั้น ไตรยา  
ขอศพ แต่ไม่ได้รับอนุญาต อาตมาไม่ทราบ  
เรื่องนี้ เลยไปขอให้ผู้อำนวยการเผาศพเปิด  
ฝากล่อง เธอลังเลอยู่นิดหน่อยแต่แล้วก็ยอมทำ  
ตาม ปรากฏว่าศพอยู่ในถุงพลาสติก

“น่าจะมีชิปเปิดนะ” อาตมาบอก เธอมอง  
หาและบอกว่าชิปอยู่ทางปลายเท้า แต่ก็ลังเลก่อน  
ที่จะบอกว่า เจย์อาจไม่ได้ใส่เสื้อผ้า อาตมาบอกว่า  
น่าจะใช้กรรไกรตัดได้ เพราะเป็นเพียงถุงพลาสติก

เธอก็เลยเปิดถุงตรงช่วงไหล่และศีรษะ...

ศพของเจย์ เปรียบได้กับครุกรรมฐานซึ่งให้  
พลังบันดาลใจอย่างมาก ใบหน้าของเขาดูสงบ  
ผ่องใส และคล้ายมีรอยยิ้มจางๆ น่าเชื่อว่าเจย์  
ได้จากโลกนี้ไปอย่างสงบ หลังจากประมวล  
เหตุการณ์ทุกอย่างที่เกิดขึ้นดูแล้ว อาตมามั่นใจว่า  
เจย์ไปได้

ท่านอาจารย์รู้สึกอย่างไรบ้างครับ หลังการ  
ประหาร

อาตมารู้สึกเป็นบุญที่ได้อยู่กับเจย์ มัน  
เป็นประสบการณ์ที่ช่วยลดอัตตาของเราลงได้  
มากทีเดียว อดคิดไม่ได้ว่า ถ้าเป็นพวกเรา  
เจอสภาพอย่างเดียวกันนี้บ้าง เราจะเป็นอย่างไร  
กับการจะได้สัมผัสความตายที่เป็นรูปธรรมจริงๆ  
โดยที่รู้เวลาแน่นอนด้วย ไม่ใช่แค่ว่าจะตายวัน  
ใดวันหนึ่ง ในอนาคต แต่รู้แน่ๆ วันนี้คือ

๒๘ ลืมรสสิ่งที่อยู่ในใจ

วันที่ ๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๔๒ เวลา ๒๔.๐๑  
นาฬิกา เราจะต้องตาย

ก่อนหน้านั้นเจย์ไม่ได้กังวลหรือหวังผล  
จากขบวนการยุติธรรม เขาไม่ได้ตั้งความหวัง  
ว่าการอุทธรณ์จะได้ผล และเมื่อผลปรากฏออก  
มาว่าไม่สำเร็จจริงๆ เขาก็ไม่ได้ถือเป็นเรื่องสลัก  
สำคัญอะไร เจย์บอกอาตมาว่า

“ผมยอมรับความจริงว่าผมจะต้องถูก  
ประหาร”

หลังจากวันประหารอาตมาก็ต้องพบ  
ทนายอีกสองคน และโยมผู้หญิงซึ่งเป็นผู้นำทาง  
ศาสนาคนนั้น เขาอยากได้ข้อมูลเกี่ยวกับ  
เหตุการณ์เพราะกฎหมายระบุว่า เฉพาะผู้นำ  
ทางศาสนาที่เรื่อนจำเป็นผู้กำหนดให้เท่านั้นที่จะ  
เข้าไปกับนักโทษได้ แต่ตลอดเวลา ๖-๗ ปีที่ผ่านมา  
เรื่องมันยังอยู่ในระหว่างการต่อรองทางกฎหมาย  
ที่จะให้นักโทษเลือกที่พึงทางใจได้เอง แต่ถึง

ตอนนี้ก็ยังไม่เป็นสิทธิ์ตามกฎหมายอย่างแท้จริง  
เมื่ออาตมาเล่าเหตุการณ์ทุกอย่างให้เขาฟัง  
เขาก็แปลกใจ ว่าราบรื่นจริงๆ นี่ก็ไม่ถึงว่าจะดี  
อย่างนั้น เขาก็อนุโมทนา

หลังจากการประหารผ่านมาสองสามเดือน  
อาตมาได้ข่าวจากคนที่มาวัด ซึ่งมีเพื่อนเป็นนัก  
จิตวิทยาผู้ที่ทำหน้าที่ช่วยเจ้าหน้าที่อยู่ในเรือนจำ  
ว่าหลังจากประหารเจย์แล้ว เจ้าหน้าที่หลายคน  
รู้สึกสะเทือนใจ ลำบากและอึดอัดใจในการกลับไป  
ปฏิบัติหน้าที่อีก ก็ดีที่ทำให้เขาสำนึกได้

*ท่านอาจารย์รู้สึกอย่างไรครับ เกี่ยวกับคดีของเจย์*

ตอนอาตมาเข้าไปก็ไม่ได้ถามเจย์เกี่ยวกับ  
คดี ว่าเท็จจริงเป็นอย่างไร เพราะมุ่งแต่ให้เขา  
ทำหน้าที่ของเขา คือทำให้จิตใจมั่นคง หลังจาก  
เหตุการณ์ผ่านไปแล้วอาตมากลับมาศึกษาคดี  
ศึกษาจากกรณีต่างๆแล้ว ก็รู้สึกว่า เจย์ไม่ได้เป็น

คนผิด แต่ตลอดเวลาที่อยู่ในคุก เขาไม่บอกว่าที่จริงคนฆ่าคือใคร นอกจากยอมรับเคราะห์แทน

เมื่อเจย์ขึ้นศาลตอนแรกนั้น เงินทุนที่จะต่อสู้คดีก็ไม่มี ภาษาอังกฤษก็ยังไม่ดี ทนายที่ศาลแต่งตั้งให้เจย์ก็กำลังหาเสียงเลือกตั้ง เลยไม่สนใจคดี ไม่หาพยานให้เจย์ด้วย ศาลก็ตัดสินอย่างรวดเร็ว ในฐานะที่เป็นคนไทย เมื่อถูกจับเข้าคุก ตามกฎหมายระหว่างประเทศ สถานทูตไทยควรมีส่วนช่วยเหลือ แต่เขาก็ไม่ได้แจ้งเรื่องให้สถานทูตทราบเลย จนกระทั่งหลังตัดสินประหารไปแล้ว ถึงแม้มีการอุทธรณ์ แต่ตามกฎหมาย ศาลก็จะพิจารณาเฉพาะข้อมูลที่มีในตอนตัดสินครั้งแรกเท่านั้น จะเอาข้อมูลใหม่เข้าไปไม่ได้ เจย์ก็เลยเสร็จ ไม่มีประตุสู้

ฟังแล้วบางทีก็หดหู่นะ สลดใจ แต่เจย์เอง เขาก็พูดอยู่เสมอว่า ไม่สมควรหดหู่ ไม่สมควรเศร้าใจ เราต้องเชื่อในหลักกรรม ถ้าไม่เป็นกรรม

ในชาตินี้ ก็ต้องเป็นกรรมในชาติก่อนตามมา  
ทางที่ดีคือยอมรับด้วยจิตใจผ่องใส ถ้าเราไปมีทุกข์  
ทำใจไม่ดี เราก็ต้องเกิดมาพัวพันกับกรรมเก่านี้อีก  
ตอนนี้ก็มีโอกาสที่จะให้มันหมดไปสิ้นไป เขาพูด  
ได้อย่างนั้นนะ...



เจย์เป็นศิลปินที่มีฝีมือจริงอย่างที่เข  
ว่าหรือเปล่าคะ

จริง อาตมาได้เห็นผลงานศิลปะที่เจย์  
รวบรวมไว้ เขาเป็นคนมีพรสวรรค์จริงๆ และ  
เชี่ยวชาญในศิลปะหลายแขนง ผลงานส่วนใหญ่  
ซึ่งมีมากกว่า ๖๐๐ ชิ้น เจย์ได้แจกจ่ายแก่เพื่อนๆ  
และคนคุ้นเคยไปแล้ว เจย์อาศัยศิลปะเป็นสื่อใน  
การแสดงออก เขามักใช้ภาพผีเสื้อเป็นสัญลักษณ์  
แทนพัฒนาการของตัวเอง เจย์เล่าว่า มีอยู่ขณะ  
หนึ่งที่เขาปลงตก คิดว่า อย่างไม่เสีย ตัวเองก็คง  
จะต้องตายในคุกเป็นแน่แท้ เวลาที่เหลือน้อย



เต็มทีแล้ว จะผูกโกรธตัวเองและอาฆาตผู้อื่น  
อยู่อีกทำไม

แปดปีสุดท้ายของชีวิตเป็นช่วงที่การปฏิบัติ  
ของเจย์ เริ่มปรากฏผลเป็นความเปลี่ยนแปลงใน  
บุคลิกภาพของเขาอย่างชัดเจน เจย์ได้รู้จักตัวเอง  
อย่างถ่องแท้ และได้เรียนรู้ว่า หากรู้จักปฏิบัติ  
อย่างถูกต้อง การติดคุกก็ไม่ใช่สิ่งเลวร้ายเสียทีเดียว  
เจย์ยอมรับว่า ถ้าไม่ได้เผชิญความยากลำบาก  
และความทุกข์แสนสาหัสอย่างที่ได้รับความหวัง  
ต้องโทษในเรือนจำ เขาคงไม่อาจพัฒนาตัวเอง  
ขึ้นมาได้ถึงระดับนี้ เจย์รู้จักใช้ปัญญาในการ  
ใคร่ครวญพิจารณา ว่าอะไรเป็นเหตุแห่งความ  
สงบสว่างของจิต ยิ่งใกล้วันประหาร เขาก็ยิ่ง  
ตระหนักชัดและให้ความเอาใจใส่ ระมัดระวังสิ่ง  
ที่จะขัดขวางความสงบและความก้าวหน้าของจิต  
ระยะหลังเขาจึงมุ่งไปเอาจริงเอาจังกับการฝึกจิต  
โดยใช้ปัญญาพิจารณาใคร่ครวญความเป็นจริงยิ่งขึ้น

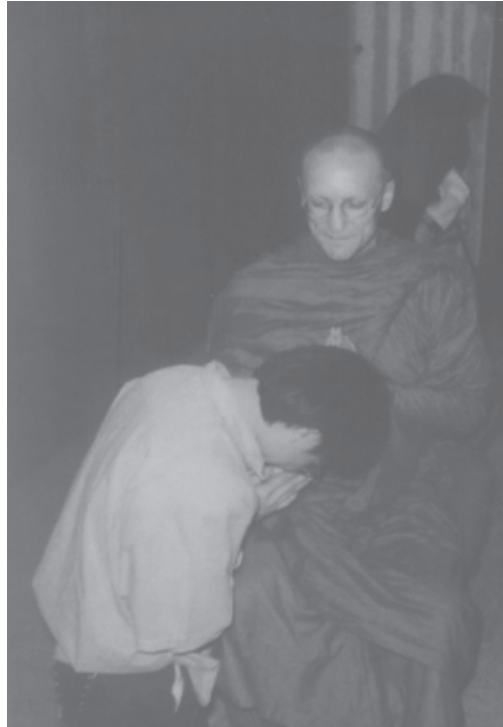
เจย์เติบโตในประเทศไทย และเชื่อเรื่องการเวียนว่ายตายเกิด เขาเคยพูดเล่นๆว่า อยากให้เอาอังคารของเขาไปโปรยในทะเลให้ปลากิน เมื่อคนมากินปลาอีกต่อหนึ่ง เขาก็จะได้กลับมาเกิดในภุมิมนุษย์อีก เพื่อปฏิบัติธรรมต่อไป เขารู้ว่ามนุษย์เท่านั้นที่สามารถเรียนรู้ และพัฒนาตนเองได้โดยไม่มีขีดจำกัด รู้จักแยกแยะสุข-ทุกข์ ดี-ชั่ว และผิด-ถูก พัฒนาการและการเรียนรู้ของแต่ละคน เป็นผลสืบเนื่องมาจากวิถิกรรมที่คนคนนั้นเลือกเอง ที่แล้วมาเจย์ได้เลือกทางผิดไปบ้าง แต่เขาก็มีทางที่ถูกอยู่ด้วยเหมือนกัน

เจย์ได้เรียนรู้ความจริงบางอย่างแล้ว จากประสบการณ์ชีวิตในชาตินี้ เขาจึงมุ่งมั่นที่จะได้ปฏิบัติธรรมต่อไปในชาติหน้า



---

ลัทธิธรรมที่อยู่ใจ แปลโดย คุณวิภา จุลชาติ ชัดเกล้าภาษาโดย อุบาสิกาสมใจ ชัยราช และเรียบเรียงโดยคุณฉัตรขวัญ องค์กรสิทธิ์



“ยังมีใครอีกบ้างไหมที่เจียยังไม่ได้ให้อภัย”  
เจียนั่งคิดอยู่ครู่หนึ่ง  
ในที่สุดก็ตอบค่อยๆ ว่า  
“ผมยังไม่สามารถให้อภัยตัวเองได้หมดใจครับ”



# บันทึกธรรมชาติจากเจย์



## บันทึกธรรมเนียมของเจย์

บทความต่อไปนี้นี้เป็นข้อคิดซึ่งได้มาจากงานเขียนส่วนหนึ่งของเจย์ซึ่งนำมาจากบันทึกที่เขาได้เขียนให้แก่เพื่อนคนหนึ่งซึ่งมีความสนใจในพุทธศาสนาและการฝึกสมาธิและเป็นผู้ที่เจย์ได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์และมุมมองบางส่วนด้วย อย่างไรก็ตาม ไม่อาจกล่าวลงไปให้ชัดเจนได้ว่าส่วนใดของบทความเป็นส่วนที่เป็นความคิดของเจย์เองหรือเป็นส่วนที่เจย์นำมาจากที่อื่นเพื่อเล่าสู่กันฟัง ข้อเขียนของเขาเต็มไปด้วยสาระเพื่อการไตร่ตรอง มีทั้งเรื่องประสบการณ์ทางโลกไปจนถึงเรื่องการฝึกสมาธิขั้นละเอียด

---

บันทึกธรรมเนียมของเจย์ แปลโดย คุณสุตฤทัย จินดาพร และได้รับความเมตตาจากพระอาจารย์ปสันโน และพระอาจารย์ชยสาโร ช่วยขัดเกลาภาษาให้ดูสละสลวยยิ่งขึ้น

ถ้าเราปรารถนาจะปฏิบัติอย่างจริงจัง เราจะต้องปล่อยวางกฎเกณฑ์และเงื่อนไขต่างๆ การสอนธรรมะชั้นละเอียดจะทำได้ก็ต่อเมื่อเราเข้าใจคุณค่าของธรรมะนั้นเท่านั้น อันที่จริงแล้ว เมื่อเราเข้าใจคุณค่าของธรรมะชั้นละเอียด กฎเกณฑ์และเงื่อนไขหลายอย่างดูเหมือนจะไม่ค่อยสำคัญเพราะว่ามันมีค่าน้อยกว่าคำสอนมากมายนัก เมื่อนักปฏิบัติสามารถจะปล่อยวางได้ คำสอนใดๆที่ได้รับก็จะให้ความหมายที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้นต่อผู้ปฏิบัติ

บ่อยครั้งที่เราทำเรื่องเล็กให้เป็นเรื่องใหญ่ จนเรื่องบานปลายออกไป บ่อยครั้งที่เรื่องยุ่งยากของเราเริ่มต้นจากความเข้าใจผิดเพียงนิดเดียว เช่น วันนี้คนบางคนไม่ยิ้มให้เราอย่างที่ เคย อาจารย์มองเราอย่างมีนชา หรือเพื่อนรัก ทำหิติดีเตียนเรา กาแฟถ้วยเมื่อเช้ารสชาติไม่ ค่อยดี อารมณ์ของเราขุ่นมัวเล็กน้อย ... เรื่อง

เพียงเท่านั้นเองที่สามารถจะทำให้เราเศร้าหมอง  
ไปได้ทั้งวัน! ... ช่างน่าเศร้าอะไรเช่นนี้! เพราะ  
ความเข้าใจผิดนำมาซึ่งความยุ่งยากซับซ้อนอัน  
ไม่มีที่สิ้นสุด ได้แก่ ความหวังและความหวาดกลัว  
ความสิ้นหวังและแม้กระทั่งการฆ่าตัวตาย เรา  
เป็นผู้ทำให้ตัวเองต้องทุกข์ทรมาน และเราเป็น  
ผู้ก่อปัญหาให้แก่ตัวเราเองโดยที่ไม่จำเป็นอย่าง  
ยิ่ง อันที่จริงมันเป็นเรื่องง่ายนิดเดียว เราเพียง  
แต่จะต้องเห็นความเป็นจริงในเรื่องนี้ให้ได้และ  
ในที่สุดเมื่อเราสามารถจะเห็นความจริงที่ว่ามัน  
เกิดขึ้นอย่างไม่จำเป็นเพียงไร ใจของเราก็แทบ  
จะแตกสลายด้วยความสงสารใครก็ตามที่กำลัง  
ทนทุกข์ทรมานอยู่ด้วยเหตุนี้ ในขณะที่เดียวกัน  
เราก็จะเริ่มเห็นความไม่จำเป็นของทุกข์เหล่านั้น  
ความจริงแล้วเมื่อก่อนผมไม่มีเพื่อน(ใน  
ความหมายของผม) ถึงแม้จะมีคนหลายคนที่  
เรียกผมว่าเป็นเพื่อน มันเหมือนกับว่ามีกำแพง

ที่มองไม่เห็นล้อมรอบตัวผมอยู่ซึ่งคอยกันคน  
อื่นๆให้อยู่ห่างออกไป ไม่มีใครเข้าถึงจิตใจของ  
ผมและใจของผมอ้างว้าง ผมเคยหวังว่ามันจะไม่  
เป็นเช่นนั้น แต่ความเป็นจริงก็คือ ในบรรดา  
คนที่ผมรู้จักในช่วงที่ผมเติบโตขึ้นมา นั้น ไม่มี  
ใครมีลักษณะอย่างที่ผมจะชอบและไว้ใจอย่าง  
แท้จริงเลยสักคน บางที่ผมอาจจะเป็นเพียงคน  
หยิ่งที่คิดว่าตัวเองฉลาดกว่าผู้อื่นและผมรู้สึกผิด  
เล็กน้อยที่ถือตัวเช่นนั้นเหมือนกัน แต่ก็เพียง  
เล็กน้อยเท่านั้น ถ้าเพียงแต่ผมได้มีโอกาสพบ  
กับใครสักคนที่มีปัญญาอย่างแท้จริงและมีคุณ  
ธรรม ใครสักคนที่ผมจะสามารถชื่นชมได้อย่าง  
จริงใจว่าสามารถรักษาหลักการต่างๆ ที่ตัวผม  
เองไม่สามารถจะรักษาได้ ถ้าเป็นเช่นนั้นแล้ว  
บางที ..... จู่ๆผมก็พบว่าผมมีเพื่อนมากอยู่  
เหมือนกันโดยที่ไม่ต้องทำอะไรเลย เพียงแค่  
ปล่อยวางและผมก็ ไม่รู้สึกเหงาอีกต่อไป



**ความสมดุล** ความสมดุลมีความจำเป็นทั้งต่อการทำสมาธิและการดำรงชีวิตประจำวัน การผลักดันมากเกินไปรังแต่จะก่อให้เกิดความตึงเครียด ความหวาดระแวงและความเจ็บปวด หากเฉื่อยชาหรือเกียจคร้านเกินไปก็จะทำให้ฟุ้งซ่าน เห็นผิดจากความจริง และทำให้ขาดสติและพลัง

ในการทำสมาธิ เราตั้งใจอย่างเต็มที่และทุ่มพลังทั้งหมดซึ่งการทำเช่นนี้ต้องใช้ความพยายาม แต่หากเราทำโดยไม่รู้สึกระคายคัมภ์เหมือนกับเราไม่ต้องใช้ความพยายาม เช่นเดียวกับสายกีตาร์ที่ขึงตึงได้ที่แต่ยืดหยุ่น หรือพูดอีกอย่างหนึ่งคือตื่นตัวแต่ไม่เครียด ถ้าเราเกียจคร้านจิตของเราจะไม่มั่นคงและไม่สงบ ถ้าเราตั้งใจมากเกินไป เราจะสูญเสียพลังงานและเกิดความยึดมั่นถือมั่น ความยืดหยุ่นเป็นหัวใจในการรักษาความสมดุลของใจในชีวิตประจำวัน

ในเรื่องความสัมพันธ์กับผู้อื่น เราต้องการมิตรภาพและการสนับสนุนและขณะเดียวกันเราก็ต้องการเป็นอิสระด้วย คนเรามักจะมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นอย่างสุดขั้วในทางใดทางหนึ่ง เด็กโตจำนวนมากกล่าวโทษพ่อแม่ว่าเป็นสาเหตุของปัญหาทางอารมณ์หรือรู้สึกต่อต้านใครก็ตามที่มีหน้าที่ว่ากล่าวตักเตือน เราอาจจะต้องทำความเข้าใจอดีต แต่ขณะเดียวกันการกล่าวโทษไม่ได้ก่อให้เกิดอิสรภาพ ถ้าเราจมอยู่กับความขุ่นเคืองและความโกรธ เราอาจจะเก็บสะสมพิษร้ายไว้ในใจจนเกิดโทษ จงมองดูอดีตตามความเป็นจริงแล้วให้อภัยและปล่อยวาง นี่คือทางไปสู่ความสงบสุข

การพึ่งพาแต่ตัวเองเท่านั้น ซึ่งเป็นความกลัวที่จะต้องพึ่งพาผู้อื่น อาจเป็นผลให้การพัฒนาทางอารมณ์และจิตวิญญาณของเราชะงักงันได้ คนบางคนไม่ยอมที่จะพึ่งพาใครเลย เนื่องจากมี

แต่ความทะนงตนหรือความกลัวมากเกินไป จึงปิดกั้นไม่ได้รับผลจากการปฏิบัติเท่าที่ควร เราต้องการคนอื่นๆ เพื่อช่วยให้ชีวิตของเราต้องดีนร่นน้อยลง แรงสนับสนุนจากครอบครัว เพื่อนๆ และชุมชนมีคุณค่ามาก ในขณะที่เดียวกัน เราควรจะพัฒนาอารมณ์และจิตวิญญาณไปตามความสามารถและจังหวะที่เหมาะสมของเราเอง มิใช่ทำตามตารางของผู้อื่น ในทุกสถานการณ์ เราจะสามารถหาความสมดุลได้เสมอถ้าเราสงบ และผ่อนคลาย

**ความกรุณา** จงเมตตาตนเองและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เข้าถึงจิตใจของผู้อื่นด้วยเมตตา มีความกรุณา ไม่ยอมที่จะเกลียดชังใคร เปิดใจให้กว้าง ความรู้สึกที่ถูกต้องต่อเพื่อนมนุษย์ทั้งหลาย ที่มีความผิดพลาดเป็นธรรมดาคือความสงสาร และความเห็นอกเห็นใจ ต้องไม่ยินดีกับอารมณ์อื่นๆ เช่น ความแค้นเคือง หรือความรำคาญใจ

**ความกล้าหาญ** อย่างกลัวความยากลำบาก  
อย่าไปหวังว่าที่อื่นจะไม่มีปัญหา เพราะถ้าเรา  
เผชิญหน้ากับอุปสรรคอย่างถูกต้อง อุปสรรคนั้น  
ก็จะกลายเป็นบันไดไปสู่โอกาสที่ดียิ่ง ไม่มีจิตใจ  
ที่มุงมั่นต่อความจริงแล้วจะไม่สูงขึ้น จิตที่มี  
เมตตาจะไม่หมดที่พึ่ง ความยากลำบากมีอยู่  
อุปสรรคมีไว้เพื่อให้ผู้ชนะได้เข้มแข็ง ผู้ที่เคย  
ผ่านพ้นความทุกข์เท่านั้นที่จะช่วยคนอื่นได้จริง

มีทางเดียวที่จะรู้ขอบเขตความรู้ของตน  
นั่นคือกรณีที่ถูกล้มตายเป็นต้องยื่นหยัดใน  
อุดมการณ์

**ความถ่อมตัว** จงถ่อมตัวอย่างที่สุดแล้วจึง  
จะยึดหลักความสงบได้ ที่ได้มีความใจบุญและ  
ปัญญา ที่นั่นจะปราศจากความหวาดกลัวและ  
อวิชชา ที่ได้มีความอดทนและความถ่อมตัว ที่  
นั่นจะปราศจากความโกรธและความรำคาญใจ

**ความปรองดอง** เมื่อจิตใจเต็มไปด้วยความ

เมตตา ไม่คิดเบียดเบียนผู้อื่น ไม่ว่าจะโดย  
ความรู้สึกนึกคิดหรือความปรารถนา ความรัก  
อันเต็มเปี่ยมนี้จะสร้างบรรยากาศแห่งความ  
ปรองดองซึ่งมีพลังอันอ่อนโยนที่จะเยียวยาผู้ที่  
ได้เข้ามาสัมผัส ความสุขสงบในใจดวงหนึ่งก็จะ  
แผ่ไปสู่ใจดวงอื่นๆ แน่แน่นอนเสียยิ่งกว่าที่การแก่ง  
แย่งชิงดีจะนำไปสู่การแก่งแย่งชิงดีต่อไป

ความสุขนั้นเป็นสิ่งที่ไม่จำเป็นจะต้อง  
ติดตามหรือค้นหา แต่เป็นสิ่งที่มิได้อยู่ในทุกชีวิต  
สำหรับมนุษย์แล้ว เราจะรับรู้ความสุขได้ก็ต่อ  
เมื่อจิตของเราไม่ถูกปรุงแต่งโดยอดีต

“เราอยู่อย่างมีความสุขยิ่งโดยไม่เกลียดชังผู้  
ที่เกลียดชังเรา!

เราอยู่อย่างมีความสุขยิ่งโดยไม่โลภ ท้ามกลาง  
ผู้ที่มีความโลภ !

เราอยู่อย่างมีความสุขยิ่ง ถึงแม้จะไม่มีอะไร

เลยที่เราถือว่าเป็นของเรา !

เขาผู้ซึ่งละเสียได้ทั้งชัยชนะและความ  
พ่ายแพ้ เขาผู้นั้นจักมีแต่ความสุข”

(ธรรมบท)

ผมไม่เคยแน่ใจเลยว่าบุคลิกของผมเป็น  
เช่นไร ผมเคยคิดว่าผมเป็นคนขวางโลก ก่อน  
ข้างจะเก็บกด ผมถูกสอนมาว่าความสุขทาง  
โลกทุกอย่างย่อมมีโทษ ผมมักจะกังวลกับผล  
ต่างๆที่จะเกิดขึ้น แทนที่จะมุ่งสนใจอยู่กับปัจจุบัน

เมื่อก่อนผมคิดอยากจะร้องไห้เป็นเหมือน  
กัน แต่น้ำตาไม่ยอมไหล ผมกลายเป็นคนที่  
ไม่มีความรู้สึกไปได้อย่างไรกัน ผมทิ้งแม่ พี่สาว  
และคนที่ผมรักมาได้อย่างไร ผมเริ่มสงสัยมาก  
ขึ้นว่าจิตใจของผมเหือดแห้งกระมัง

ยี่สิบปีผ่านไปดูเลือนลางเหมือนหมอก  
ปกคลุมความทรงจำของชีวิตวัยเด็กของผมที่

เมืองไทย มิตรภาพไม่ยั้งยืนถาวร สถานที่ต่างๆ ถูกทิ้งไว้เบื้องหลัง ผมเป็นคนที่ไม่มียี่มา และผมก็รู้สึกเคยชินและพอใจที่เป็นอย่างนั้น (หรืออย่างน้อยก็คิดว่าเป็นเช่นนั้น) ผมนี้เียง วนเวียนอยู่กับความเวทนาตัวเอง ผมรู้สึกว่าตัวเองเป็นเหมือนกับลาโง่

วันหนึ่งผมทำสิ่งหนึ่งสิ่งเดียวที่ได้ทำมาแล้วเป็นเวลาหลายปี แต่อยู่ดีๆหลังจากวันนั้น ทุกสิ่งทุกอย่างเปลี่ยนไปจากเดิมโดยสิ้นเชิง ผมเป็นเหยื่อของความวิตกกังวลและสิ่งแหวดล้อมต่างๆมาตลอดชีวิต อะไรที่เปลี่ยนแปลงไป การยอมรับนำมาซึ่งความเปลี่ยนแปลง ชีวิตจะง่ายขึ้นอีกมากถ้าเราสามารถยอมรับในสิ่งที่เลี่ยงไม่ได้

ในทางพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าผู้ทรงเป็นบรมครูของเราได้ทรงสอนธรรมะซึ่งไม่ต้องการความเชื่อมาจากผู้ปฏิบัติ แต่เราได้

รับการสนับสนุนให้พินิจพิจารณาคำสั่งสอนต่างๆ  
อย่างถี่ถ้วนเสมอมา วิธีที่พระพุทธเจ้าทรง  
แสดงพระธรรมนั้น ไม่ว่าจะผู้ศึกษาจะศึกษาพระ  
ธรรมจากมุมมองธรรมใดๆ ของผู้ที่ยังไม่บรรลุ  
สัจธรรม หรือจากมุมมองของพระอริยเจ้าที่  
กอปรด้วยปัญญาและความตระหนักรู้ จะพบว่า  
ยิ่งศึกษาและพินิจพิจารณาพระธรรมมากขึ้น  
เท่าใดก็จะยิ่งพบประโยชน์ คุณค่าและเหตุผลที่  
จะปฏิบัติมากขึ้นเท่านั้น







## จดหมายจากเรือนจำ

จากไมเคิลเพื่อนของเจย์  
ถึงไตรยาพี่สาวของเจย์



วันที่ ๙ กุมภาพันธ์ ค.ศ. ๑๙๙๙ (พ.ศ. ๒๕๔๒)

วันนี้เป็นวันที่ผมได้สูญเสียเพื่อนไปหนึ่งคน คนที่ผมได้รู้จักมานานถึง ๑๕ ปี คนที่ผมเต็มใจ ยอมรับและเรียกเขาว่าเป็นเพื่อนของผม แต่ ตลอดกาลเวลาที่ผ่านเนิ่นนานมาหลายปี เขาผู้นี้ ได้กลายเป็นยิ่งกว่าเพื่อน ไม่เคยมีใครสักคนที่ผมจะยอมให้มารู้จักใกล้ชิดกับครอบครัวและ เพื่อนๆของผมได้เท่าที่ผมได้มอบความสนิทสนม และไว้วางใจเท่าเพื่อนคนนี้ และไม่เคยมีสักครั้งเลยที่ผมจะมีความแคลงใจสงสัยในมิตรภาพและความห่วงใย ความใส่ใจที่เพื่อนคนนี้มอบให้ เพื่อนคนนี้ไม่เคยเลยที่จะอาศัยมิตรภาพที่มีต่อกันเพื่อแสวงหาประโยชน์ใดๆให้แก่ตนเอง ผู้คนส่วน

---

จดหมายภาษาอังกฤษทั้ง ๒ ฉบับของไมเคิล แบลโดย คุณสุตฤทัย จินดาพร และคุณสันสนีย์ วรรณยิ่ง และได้รับความเมตตาจาก พระอาจารย์ปสันโน และพระอาจารย์ชยสาโร ช่วยขัดเกลาภาษา ให้ดูสะอาดสวยงามยิ่งขึ้น

มากที่รู้จักเราทั้งสองคนต่างไม่เคยคิดเลยว่าเราสองคนจะกลายเป็นเพื่อนกันได้ นั่นก็เพราะเราช่างมีความแตกต่างกันโดยสิ้นเชิง ในขณะที่ผมเองเป็นคนที่มีมักจะต่อรันหัวแข็งดิ่งตัน อารมณ์ร้อน ซี้โมโห เอะอะไวยวาย และพร้อมเสมอที่จะใช้กำลังในการตัดสินปัญหาใดๆ แต่เจย์ (Jay) กลับมีนิสัยตรงกันข้ามกับผมอย่างที่สุด

ผมยังจำได้ดีถึงวันที่ผมได้พบกับเจย์เป็นครั้งแรก ในวันที่ ๒ เมษายน ค.ศ. ๑๙๘๔ (พ.ศ. ๒๕๒๗) เมื่อผมเพิ่งมาถึงที่นี่ได้ ๒-๓ วัน และเพิ่งจะได้ย้ายมาอยู่ในห้องขังถัดจากห้องของเจย์ หลังจากที่ผมเพิ่งจะจัดเก็บสัมภาระที่มีอยู่เพียงเล็กน้อยให้เข้าที่เข้าทาง ก็มีเสียงเคาะที่ผนังห้องพร้อมกับเสียงเรียกเบาๆว่า “ห้องเบอร์หนึ่ง !” ผมขานตอบกลับไป แล้วเขาก็แนะนำตัวให้ผมรู้จัก แต่ได้ให้ผมเรียกเขาเพียงสั้นๆว่าเจย์ เพราะ

ยังไง ผมก็คงจะออกเสียงเรียกชื่อจริงๆของเขาไม่ค่อยถูกอยู่ดี เจย์ออกปากว่ามีสิ่งใดที่ผมต้องการบ้างหรือไม่ ทั้งยังเสนอว่าจะส่งชาและคุกกี้มาให้ผมอีกด้วย หลังจากนั้นเราก็สนทนากัน แล้วเจย์ก็ช่วยอธิบายกฎระเบียบต่างๆของที่นี่ให้แก่ผม ในระหว่างที่เราสนทนากัน เจย์บอกกับผมว่าเขาเป็นคนไทย ผมได้รู้อีกว่าบรรดาญาติๆและครอบครัวของเขายังอยู่ที่ประเทศไทย และผมก็บอกได้เลยว่าเจย์คิดถึงญาติๆและครอบครัวของเขามากเหลือเกิน ผมได้เล่าเรื่องราวเกี่ยวกับครอบครัวของผมให้เขาฟัง และคิดว่าตัวเองยังโชคดีที่ทั้งครอบครัวและเพื่อนๆของผมยังได้ติดต่อกันใกล้ชิดกับผมอยู่ตลอด

ตลอดวันเวลาที่ผ่านไป ผมได้เรียนรู้ว่าเจย์นั้นชอบวาดภาพ โดยในตอนนั้นพวกเรายังได้รับอนุญาตให้ออกไปที่ลานข้างนอกได้แค่อาทิตย์ละ ๓

ครั้ง โดยในแต่ละครั้งเราจะอยู่ได้นานถึง ๔ ชั่วโมง  
ครั้ง เราจึงมีเวลาส่วนตัวอยู่ในห้องค่อนข้างมาก  
ในบางครั้งเจย์จะอยู่ตึกๆ ซึ่งเป็นเวลาที่สถานที่นั้น  
เงียบสงบและใช้เวลาไปกับการวาดภาพต่างๆ

ผมยังรู้ว่าเจย์ก็เป็นพ่อครัวฝีมือดีอีกด้วย  
มีหลายครั้งที่เจย์ร้องเรียกผมตอนคำๆ และถาม  
ว่าผมหิวหรือเปล่า เจย์มีความสามารถที่จะเก็บเอา  
บรรดาเนื้อกระป๋อง เนยแข็ง ข้าว หรือไม่กี่  
ถ้วยจากมือเย็น หรือจากห้องอาหารมาปรุงเป็น  
อาหารจานใหม่ได้อย่างวิเศษ มีอยู่ครั้งหนึ่งที่เจย์  
เคยขอให้ผมช่วยเก็บซองซอสมะเขือเทศและ  
ซอสพริกจากมือกลางวันไว้ให้เขาด้วย ซึ่งผมก็  
เก็บไปให้แต่ไม่ได้คิดอะไรมากมายนัก จนกระทั่ง  
อยู่มาวันหนึ่งเขาได้ขอให้ผมลองชิมซอสรสเผ็ด  
ของเขาที่ราดมาบนแซนด์วิชที่เขาทำให้ผมกิน  
ความจริงเขาก็เตือนผมอยู่แล้วว่ามันเผ็ด แต่ผม

ก็ไม่ค่อยได้ใส่ใจอะไรกับคำเตือนเท่าไร เพราะใครๆที่เรือนจำนี้ต่างก็เคยชินกับอาหารที่มักจะใส่ซอสรสเผ็ดๆมาให้ด้วยเพื่อให้พอมีสมีชาติอยู่บ้าง ผมไม่ได้กังวลว่าซอสที่เจย์ทำจะเผ็ดแค่ไหน ในที่สุด ผมก็ได้รับบทเรียนของคำว่าเผ็ดว่ามันมีรสชาติที่แท้จริงเป็นอย่างไร ผมเกือบตายและยังต้องห้ามปรามเจย์ให้หยุดหัวเราะเสียที่อันที่จริงเขาก็ได้เตือนผมแล้วแต่ผมกลับไม่สนใจฟังเอง จากนั้นมา ผมก็ได้เรียนรู้และไม่ลืมที่จะไต่ถามเจย์ให้แน่ใจเสียก่อนทุกครั้งว่าอาหารต่างๆที่เจย์ทำมาให้ นั้นมันมีซอสรสเผ็ดๆแบบไหนใส่มาด้วย

เจย์ได้อะไรมาก็มักจะแบ่งปันให้แก่ผมมาตลอดโดยไม่เคยเรียกร้องอะไรตอบแทน เจย์เป็นคนน่ารักมาก ผมจึงแปลกใจเมื่อได้ยินมาจากคนอื่น ๆ ว่าเจย์ถูกส่งตัวมาอยู่ที่นี่ด้วยข้อหา

ปล้นและฆ่าคนตายถึงสองคน ผมนึกไม่ออกว่าผู้ชายร่างเล็กสูงแค่นี้ห้าฟุตเศษ น้ำหนักราว ๑๓๐ ปอนด์ เจียบ เรียบร้อยคนนี้จะทำเรื่องอย่างนั้นได้อย่างไร เจียร์ักเกี่ยวความรุนแรงและจะไม่มีวันใช้ความรุนแรงในการกระทำใดๆแม้แต่เพียงเพื่อจะปกป้องตนเอง มีอยู่ครั้งหนึ่งที่เพื่อนคนหนึ่งส่งข่าวมาว่า มีคนในเรือนจำซึ่งชอบรังแกผู้ชายตัวเล็กกว่าได้เอาเจียร์เป็นเป้า ผมจึงไปบอกเจียร์ว่าผมจะจัดการให้เพราะถ้าเขารู้ว่าผมเป็นเพื่อนกับเจียร์ เขาจะไม่กล้ามายุ่ง แต่เจียร์ได้ห้ามปรามผมว่าอย่าได้พาให้ตัวเองต้องมีเรื่องเดือดร้อนเพราะเขาเลย ผมได้เถียงและไม่เห็นด้วยกับเจียร์ ในที่สุดเจียร์ได้ยื่นคำขาดว่าหากผมไปต่อสู้อักร้ายคนคนนั้นเพราะเขา เขาจะโกรธผมอย่างไรก็ตาม ผมก็ได้จัดการเรื่องนั้นลงตามประสาของผม และเจียร์ก็โกรธผมอย่างที่เขากล่าวไว้แล้วจริงๆเสียด้วย เจียร์ไม่พูดกับผมอยู่

นานถึงเกือบสองอาทิตย์ทีเดียว และในที่สุดเมื่อเขายอมพูดกับผมด้วย เขาได้ต่อว่าและเรียกผมว่านักเลงโต ไปทำร้ายคนอื่นเพื่อเขาฉันไม่ถูก ผมเองได้พยายามอธิบายว่าสำหรับผมแล้วเพื่อนย่อมต้องดูแลปกป้องเพื่อนและให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เจย์บอกผมว่านั่นแหละคือสิ่งเดียวกันกับที่เขาได้พยายามทำ คือดูแลไม่让我ต้องมาเดือดร้อนเพราะเขา เราสองคนต่างก็พยายามทำในสิ่งเดียวกันหากแต่ต่างกันที่วิธีการของแต่ละคน

เจย์ไม่ใช่คนขี้ขลาดแน่นอน ผมไม่เคยเห็นสักครั้งเดียวว่าเจย์จะเคยแสดงความหวาดกลัวใดๆออกมา แม้แต่ในสถานการณ์สองสามครั้งที่ตัวผมเองยังแคลงใจว่าไม่ปลอดภัย มีอยู่ครั้งหนึ่งที่ทางเรือนจำจัดโปรแกรมให้นักโทษรอบประหารบางคนไปทำงานในแดนที่ต้องปิดกุญแจขังไว้



ตลอดเวลา ทั้งผมและเจย์ถูกส่งไปทำงานในเขต  
ของพวกแก๊งที่นั่นแล้วซึ่งเคยมีคนที่ถูกส่งเข้าไป  
ทำงานชุดก่อนถูกแทงมาแล้ว แต่เจย์ก็ไม่ได้  
ได้แสดงที่ทำหว่าดกลัวใดๆให้ปรากฏเลยแม้จะ  
ถูกทดสอบหลายๆครั้งจากพวกนั้นก็ตาม ว่า  
พวกเขาจะสามารถทำให้เจย์หว่าดกลัวได้บ้าง  
หรือไม่ และในที่สุดเจย์กลับได้รับความนับถือ  
จากหัวหน้าแก๊ง จนเขาได้ไปสั่งพวกพ้องเหล่า  
นั้นไม่ให้มายุ่งหรือหาเรื่องใดๆกับเจย์อีก

ในช่วงเวลาหลายๆปีที่นี่ เจย์ได้สร้าง  
มิตรภาพและมีเพื่อนๆหลายคน ครอบครัวของ  
ผมทุกคนรู้จักคุ้นเคยกับเจย์เป็นอย่างดีและดูแล  
เขาเสมือนเป็นสมาชิกในครอบครัวคนหนึ่ง  
ของเรา เจอร์รี่ และอีเลน ซึ่งเป็นเพื่อนกับ  
ครอบครัวของเราก็ได้รู้จักเจย์ด้วยจากรูปภาพที่  
เจย์วาดและผมได้ส่งไปให้ เมื่อมีโอกาสพวกเขา  
ได้คอยมาเยี่ยมเยียนเจย์เหมือนเขาเป็นลูกชาย

คนหนึ่งด้วย เจย์เป็นคนที่ละเอียดอ่อน เฉลียวฉลาด มีพรสวรรค์ ในหลายๆด้าน ใจเย็น และมีน้ำใจโอบอ้อมอารีนึกถึงผู้อื่นก่อนอยู่เสมอ แม้แต่ในยามที่ตัวเขาเองกำลังจะต้องเผชิญกับความตาย

เมื่อเดือนธันวาคมปีที่แล้ว (ค.ศ. ๑๙๙๘/พ.ศ. ๒๕๔๑) ผมได้ถูกเรียกออกมาพบญาติที่มาเยี่ยม เมื่อผมเดินเข้าไปในห้องเยี่ยมก็พบเจย์นั่งอยู่กับคริสติน่าหลานสาวของผมซึ่งเจย์รู้จักและคุ้นเคยกับเธอมาตั้งแต่เธออายุได้เพียงสี่ขวบ ผมเห็นคริสติน่ามีน้ำตาคลอเบ้าอยู่ เจย์ได้บอกกับผมว่าคงมีปัญหาอะไรบางอย่างเกิดขึ้นกับคริสติน่า แต่เธอก็ไม่ยอมบอกเขา หลังจากที่เจย์ได้แยกไปพบทนายของเขา ผมได้ถามคริสติน่าว่าเกิดเรื่องอะไรขึ้นซึ่งเธอก็ได้เล่าว่าเธอเห็นข่าวเมื่อคืนก่อนนี้เกี่ยวกับการตัดสินประหารชีวิตเจย์ เธอ

จึงไม่รู้ว่าจะบอกหรือทำอย่างไรกับเขาดี ต่อมา  
เจย์ได้กลับมาสมทบกับเราและถามว่ามีอะไร  
หรือเปล่า ผมก็เล่าเรื่องที่คริสติน่าบอก เมื่อได้  
ฟังเรื่องราวแล้วเจย์ได้โอบคริสติน่าไว้และบอก  
เธอว่าขอให้คงเป็นเพื่อนกันเหมือนเดิมก็พอแล้ว  
แม้ในยามลำบากเดือดร้อนอย่างนั้นเจย์ก็ยัง  
อุทิศสำหรับคิดถึง ห่วงใยคนอื่นก่อนตัวเอง

โทรทัศน์ และหนังสือพิมพ์พากันวิพากษ์  
วิจารณ์เจย์ต่าง ๆ นานา แต่ผมนี้แหละที่รู้จักเจย์  
เป็นการส่วนตัว ตลอด ๑๕ ปีตั้งแต่ที่เราได้คบกัน  
มา ไม่เคยมีแม้สักครั้งที่เจย์จะพูดไม่จริงกับผม  
แม้ว่าในบางครั้งความจริงนั้นอาจทำให้ผมต้อง  
โกรธก็ตาม คนที่จะรู้ว่าเกิดอะไรขึ้นในคืนที่มี  
การปล้นและฆ่าคืนนั้นก็คงมีเพียงแต่คนที่ร่วม  
อยู่ในเหตุการณ์ในคืนวันนั้นเท่านั้น สำหรับผม  
เองนั้น รู้ดีว่ามันเป็นการง่ายเพียงใดที่จะมีส่วน

ร่วมในสิ่งที่ไม่ได้ตั้งใจจะเข้าไปเกี่ยวข้องเลย เพียงเพราะว่าสถานการณ์เปลี่ยนไปในทางที่ตัวเราเองควบคุมไม่ได้ มีน้อยคนนักที่จะล่วงรู้ถึงความยากลำบากในชีวิตของเจย์ หรือแม้แต่เหตุที่นำเจย์ไปสู่เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในคืนนั้น ผมอยากจะทำอะไรก็ตามที่แก้ครอบคริวของเจย์ว่า ผมอยู่กับพวกฆาตกรโหดร้ายมาตลอดแน่นอนที่สุดเจย์ไม่มีวันที่จะเป็นพวกเดียวกับคนเหล่านี้ไปได้เลย ! หากใครสักคนบอกผมว่า เจย์ขโมยเงินหรืออาหารเพื่อให้ตนเองหรือผู้อื่นได้มีชีวิตรอดละก็ ผมอาจจะเชื่อว่าพอเป็นไปได้ แต่ไม่มีทางที่ใครจะทำให้ผมยอมเชื่อได้เลยว่า คนอย่างเจย์จะก่อคดีฆาตกรรมอย่างเลือดเย็นแบบที่เกิดขึ้นนั้นได้ ไม่ว่าจะด้วยเหตุผลใดๆก็ตาม นั่นเป็นเพราะสิ่งนี้เหลือวิสัยที่คนอย่างเจย์จะทำได้ จริงอยู่ คนๆหนึ่งอาจหลงกลวงหรือเสแสร้งไม่แสดงธาตุแท้ของเขาออกมาให้คนอื่นได้

รับรู้ แต่ตลอดเวลา ๑๕ ปีที่ผ่านมา ทำให้ผมไม่เคยสงสัยในตัวของเจย์เลยว่าเขาจะต้องได้พยายามอย่างสุดความสามารถแล้ว เพื่อที่จะรักษาชีวิตผู้คนเหล่านั้นไว้ในคืนวันเกิดเหตุคืนนั้น

เจย์เป็นทั้งเพื่อน เป็นทั้งน้องชายของผม และครอบครัวของผมจะเก็บความทรงจำอันงดงามที่มีต่อเจย์ไว้ ทุกๆครั้งที่เรามองดูภาพถ่ายและงานเขียนที่เจย์ได้มอบไว้ให้กับเรา เราจะระลึกถึงคนที่มีจิตใจดีงามและมีแต่ความเอื้อเฟื้อต่อผู้อื่น คนนี้ตลอดไป

หลับให้สบายเถิดน้อง แม้ว่าเจย์จะจากพวกเราไปแล้ว แต่เจย์จะไม่มีวันถูกลบเลือนไปจากใจของพวกเราได้เลย...

ด้วยระลึกถึง

ไมเคิล

วันที่ ๒๔ กุมภาพันธ์ ค.ศ. ๑๙๙๙ (พ.ศ. ๒๕๔๒)

### ไทรยาที่นับถือ

ผมหวังว่าคุณ เคซีย์ และพวกลูกๆ คงจะสบายดี ผมต้องขอโทษด้วยที่ใช้เวลาอยู่นานกว่าจะเขียนมาได้ แต่เหตุหนึ่งก็เพราะผมต้องรอจนกว่าจะได้ที่อยู่ของคุณด้วย

ผมได้แนบจดหมายอีกฉบับหนึ่งที่ผมได้เขียนขึ้นเมื่อตอนรุ่งเช้าของวันที่ ๙ กุมภาพันธ์ มาด้วย ผมคิดว่ามันได้ถ่ายทอดความรู้สึกนึกคิดของผมได้ดีกว่าเป็นเพียงแค่จดหมายฉบับหนึ่ง ผมเขียนมันขึ้นสำหรับคุณ ลูกๆ ของคุณ และใครก็ตามที่ได้เคยมีโอกาสพบเจอ แต่อาจจะไม่ได้รู้จักเขาดีพอเท่าที่ผมได้รู้จัก ผมอยากให้ใครๆ ได้ รู้ว่าคนที่ผมได้รู้จักเขามานาน

หลายปีคนนี้ ไม่ได้เป็นคนอย่างที่พวกหนังสือพิมพ์หรือพวกเจ้าหน้าที่บ้านเมืองพากันวิพากษ์วิจารณ์ว่าเขาเป็นอย่างนั้น อย่างนี้

แน่หละ แม้ว่าเจย์จะไม่ได้ดีเลิศราวกับเทวดา แต่เขาก็เป็นคนดี ดีทั้งจิตใจ ดีทั้งสิ่งที่เขาคิดและปฏิบัติต่อคนอื่น ๆ

เขาถือกำเนิดมาเป็นน้องชายร่วมสายโลหิตของคุณ แต่เขาก็ได้กลายมาเป็นน้องชายของผมด้วยอีกคนหนึ่ง และผมจะคิดถึงเขาและความดีงามของเขาตลอดไป ผมเองก็เป็นอีกคนหนึ่งที่มีความเชื่อในเรื่องการเวียนว่ายตายเกิดด้วยเช่นกัน ผมจึงอยากเชื่อว่ในชาติหน้าเจย์จะต้องมีชีวิตที่เต็มเปี่ยมไปด้วยความสุขอบอุ่นและหอมล้อมไปด้วยลูก ๆ หลาน ๆ ที่เขาจะได้คอยเล่นหยอกล้อ และสอนพวกเด็ก ๆ ให้

ได้วาดภาพสวยๆ อย่างที่เขาเคยทำ และผมเชื่อว่านั่นแหละเป็นสิ่งที่เจย์น่าจะได้รับเป็นการตอบแทนต่อความดีงามทั้งหลายที่เขาได้ทำเอาไว้ในชาตินี้

ผมรู้และเข้าใจดีถึงความเจ็บปวด เศร้าโศก ที่คุณได้รับอยู่ในตอนนี้ และเป็นเรื่องเศร้าที่ผมเองก็คงจะช่วยอะไรคุณได้ไม่มากนักนอกจากจะบอกคุณว่า อยากให้คุณจงมองดูและได้รับรู้ไว้ว่าคนจำนวนมากที่ได้รู้จักเจย์ ต่างก็รัก และนับถือเขา ไม่ว่าจะเป็นเพื่อน ผู้คุม หรือแม้แต่ผู้ว่าการที่เคยดูแลเรือนจำนี้ และนั่นก็เป็นสิ่งที่พอจะบอกให้คุณรู้ว่าน้องชายของคุณคนนี้เป็นคนดีเพียงใด ซึ่งไม่ใช่เหมือนอย่างที่เราหรือพวกหนังสือพิมพ์พากันตัดสินเขาเลย

ช่วยฝากความปรารถนาดีของผมไปถึงเคซีย์ด้วย และคุณเองก็โปรดดูแลรักษาตัวเองให้ดี



ผมรู้จักคุณดี เพราะคุณมักชอบคิดมากและกังวลถึงคนอื่น ๆ จึงทำให้ผมอดเป็นห่วงไม่ได้ว่า จะมีใครคอยอยู่ดูแลเคียงข้างและคอยช่วยเหลือคุณบ้างในยามนี้ โปรดอย่าได้เป็นกังวล หรือคอยเก็บเรื่องราวต่าง ๆ เอาไว้เลย เพราะมีแต่จะทำให้คุณต้องเศร้าโศกอยู่อย่างนั้น และถ้าหากคุณรู้สึกว่าคุณเครียด หรือมีความกดดันจนแทบจะทนไม่ไหว และอยากจะพูด จะระบายความในใจกับใครสักคน ก็ขอให้เขียนมาหา มาปรับทุกข์ มาระบายกับผมได้เลย คุณอยากจะตะโกนกรีดร้อง อยากจะด่า จะโกรธใส่ผม จะโกรธใคร ๆ ในโลกนี้ หรืออะไรก็สุดแล้วแต่ ถ้ามันจะช่วยทำให้คุณรู้สึกดีขึ้นบ้างละก็เอาเลย ผมจะไม่ถือ ซึ่งตัวผมเองก็เคยเป็นทุกข์อย่างนี้เหมือนกันสักครั้ง สองครั้งเห็นจะได้ โดยมีเพื่อนของผมคนหนึ่งเป็นคนรับรู้ และยอมให้ผมระบายอารมณ์ความรู้สึกต่าง ๆ เหล่านี้กับเขา ซึ่งผมคิดว่าการที่ผมได้สามารถเปิดอกเต็มที่โดย

ไม่ต้องรู้สึกอายต่อความรู้สึกนั้นก็ช่วยผมได้มาก  
ทีเดียว

โปรดห่วงใยดูแลตัวเองด้วย และท้ายที่สุด  
นี้ผมขอส่งความรัก ความหวังดีมายังทุกคน

*ด้วยรัก*

*ไมเคิล*





วัดป่าอภัยคีรีเป็นวัดในสาขาสายหลวงพ้อชา สุภทฺโท แห่งแรกในสหรัฐอเมริกา ตั้งอยู่ทางเหนือของเมืองซานฟรานซิสโก มีเจ้าอาวาสร่วมกัน ๒ รูป คือพระอาจารย์ปลันโน และพระอาจารย์อมโร

อภัยคีรี เป็นภาษาบาลี มีความหมายว่า ขุนเขาแห่งความปลอดภัย ซึ่งเป็นชื่อวัดโบราณในศรีลังกา ที่ต้อนรับพระสงฆ์ต่างนิกายมาปฏิบัติธรรมร่วมกัน ด้วยความสมัครสมานสามัคคีด้วยความเชื่อว่าทุกชีวิตมีสิทธิในการทำทุกซึ่ให้สิ้นได้เท่าๆ กัน วัดป่าอภัยคีรีก็ไม่แตกต่างกัน นั่นคือ ได้เปิดโอกาสให้ผู้มีความประพฤติดี ปฏิบัติชอบ เป็นธรรมชาติตามแนววัดป่าฝ่ายเถรวาท ผู้สนใจจะบวชเป็นพระภิกษุจะต้องถือศีล ๘ จากนั้นบวชเป็นผ้าขาว ๑ ปี บรรพชาเป็นสามเณรอีก ๑ ปี จึงจะได้รับการพิจารณาให้บวชเป็นพระภิกษุ ปัจจุบันวัดป่าอภัยคีรี มีพระจำพรรษา ๙ รูป ผ้าขาว ๒ คน และแม่ชีศีลสิบ ๒ คน

หลวงพ้อชาได้ให้หลักการไว้ให้มุ่ง “สร้างวัดภายใน” เสียก่อน คือ สร้างกายวาจาใจ ที่มีวัตรปฏิบัติดี ท่านเคยกล่าวด้วยว่า “ให้พระสร้างคน แล้วคนเขาจะสร้างวัด”

#### **ABHAYAGIRI BUDDHIST MONASTERY**

16201 Tomki Rd., Redwood Valley, California, 95470

Tel : (707) 485-1630 Fax : (707) 485-7948

E-mail : sangha@abhayagiri.org Website : www.abhayagiri.org

หนังสือธรรมะของพระอาจารย์ปสันโน  
ที่เคยตีพิมพ์เป็นเล่มแล้ว

๑. ธรรมพันกัณฑ์ (พิมพ์ครั้งที่ ๑ - ๒)
๒. จงมาดู
๓. ง่ายกว่าที่คิด
๔. ทางเส้นเก่าในมุมมองใหม่
๕. พอ
๖. ทางแก้ทุกข์
๗. The Last Breath (เรื่องเจย์)
๘. ลืมรสสิ่งที่อยู่ในใจ (พิมพ์ครั้งที่ ๑ - ๑๔)
๙. วันคืนล่วงไป ๆ เรากำลังทำอะไรกันอยู่ (กำลังจัดพิมพ์)

หนังสือเหล่านี้ไม่มีจำหน่าย

จัดพิมพ์ตามวาระโอกาสที่มีผู้ศรัทธาเป็นเจ้าของภาพ  
สำหรับท่านที่สนใจมีจิตศรัทธาร่วมจัดพิมพ์ ติดต่อได้ที่

กองทุนธรรมบูชา

๒๑๐๒/๗๙-๘๐ ซอยรามคำแหง ๒๖/๒ ถ.รามคำแหง

แขวงหัวหมาก เขตบางกะปิ กทม. ๑๐๒๔๐

## พระอาจารย์ปสนุโน

นามเดิม รีด แพรี (Reed Perry)

เกิด ๒๖ กรกฎาคม ๒๕๕๒ ประเทศแคนาดา

การศึกษา ปริญญาตรี สาขาประวัติศาสตร์

หลังจากจบการศึกษาได้เดินทางไปหาประสบการณ์ชีวิตจากหลายประเทศ จนกระทั่ง ปี ๒๕๖๖ ได้เดินทางมาประเทศไทยและเกิดความสนใจในการทำสมาธิภาวนา จึงได้ไปฝึกปฏิบัติที่วัดเม็งมาง จังหวัดเชียงใหม่ หลังจากนั้นจึงตัดสินใจเข้าสู่เพศบรรพชิต โดยอุปสมบทที่วัดเพลง วิปัสสนา กรุงเทพมหานคร ในปี ๒๕๖๗

ต่อมาท่านได้ยินกิตติศัพท์ของหลวงพ่ocha สุภทฺโท แห่งวัดหนองป่าพง จังหวัดอุบลราชธานี ท่านจึงเดินทางไปฝากตัวเป็นศิษย์ของหลวงพ่o โดยได้พำนักที่วัดหนองป่าพง และวัดสาขาอื่นๆ ตามโอกาสอันสมควร จนกระทั่งปี พ.ศ. ๒๕๖๕ ได้รับมอบหมายให้ปฏิบัติหน้าที่ในฐานะเจ้าอาวาสวัดป่านานาชาติ ๑๕ ปี

ปัจจุบันดำรงตำแหน่ง เจ้าอาวาสวัดป่าอภัยคีรี และได้รับแต่งตั้งให้เป็นพระอุปัชฌาย์ เพื่อสะดวกในการบรรพชาอุปสมบทพระภิกษุสามเณรใหม่ในอเมริกา