

# MY FAITH IN MEDITATION

*Koh Cheng Sai*  
**SINGAPORE**  
**R12013**

In 1987, when I first came to Wat Amphavan to ordain as a novice monk at the influence of my brother-in-law, Khee Mong and his friend, Ah Lim. I was already a married man with a son and a daughter. Our objective was to experience the life of being a monk with the believed that if I ordain as a monk, my parent would be able to receive the merits. Before we arrived in Thailand, we do not have any proper knowledge of the procedures and worst, I could not understand Thai language.

Ever since I stepped into Wat Amphavan, my faith in the practice of Buddhism has grown. In the followings, I would briefly relate my personal experiences before and after my practice of Vipassana in Wat Amphavan with the strict discipline and guidance of my Upaccha, Luang Phor Jaran Dhitta Dhammo, whom I highly revered.

In early January 1997, I got married and was an ordinary hawker selling “You Tiao” (Thai-Phla-tang-quo) in Singapore. The stall was given to me by my late mother whom I had helped since I was a young boy. Though I have two elder brothers, a younger brother and two younger sisters, I was the one she trusted most. Being a part-time Tae-kwan-do black belt instructor before, it had helped me a lot. Kneading those flour dough manually with bare hands required a lot of my strength and the work was tough because our business was good.

Since young, I was not on good terms with my father as he rarely helped my mother in her business despite being unemployed. Apart from the monthly allowance I had given him, he would occasionally asked for extra money. As I realized that he had been spending his money on gambling, smoking and womanizing. I refused to give him more. Out of anger, he took all the “You Tiao” out from a container and threw it down the drain. These had made me so furious that I would give him a kick. Luckily, my wife, Soo Cheng (Soo Ngoh’s elder sister) and my two younger sisters had managed to grab and pulled me back; shouting “He is your father!”

During the fifteen days as a novice monk, though I had learnt “kwa-yang-nor, sai-yang-nor”, I still do not know much about meditation. Nevertheless, I felt good and had missed my family very much. I

realized that I had so much responsibilities; to look after my family to look after my father, my younger brother and to take care of the store. I did it with all my might as I knew I had to carry out my duties well. Once, I met my father and called him “PA” (Thai-Phor) which I had never called him before. He was shocked and acknowledged with tears in his eyes.

Later, my sister-in-law, Soo Ngoh, came to Wat Amphavan to meditate and also helped out at the temple in supervising the practice of meditation. I was proud of her and glad that she could supervise me so that I can continue my meditation. After her explanation, I can practice with much ease. One day, while I was doing my walking meditation, I kept thinking of my late mother and recalled what she had spoken to me at her death-bed. It was almost seventeen years ago that my mother had passed away and had almost forgotten about it. Even as a man, I could not hold back my tears and had to excuse myself to stay behind the meditation sala to sob and sob. As a usual practice, I transferred and dedicated my merits to her.

Back in Singapore, my business is getting better and better. One day, my father felt ill and could not walk. I have to drive and carried him on my back to walk up and down the stairs, to and from the house to the Chinese physician’s shop to have him diagnosed. I had been doing this for months till he was cured and could resume walking. The Chinese physician was impressed with my effort that he wrote me a Chinese word “SLOW” – meaning filial piety.

Time has passed and now I had bought a factory with my brother-in-law who was an engineer who knew how to manipulate with machinery to churn out dough and working out formulas to keep frozen dough. We have become the frozen dough distributor in Singapore for “You Tiao”

As age was catching up, I grew thinner and thinner, suffering from insomnia, poor appetite and felt tired all day. Week later, my eye sight began to fail. Regardless of these factors, I have to force my myself to be strong and went out to work as usual. My condition had made my family uneasy and I was advised to consult a doctor as my health was deteriorating. The doctor told me I was suffering from diabetes and the reading was rather high at about 500. I was also told that I need an operation on my testicles as it was swelling and was very painful. I was only 42 years old then-the age my mother passed away whom was also suffering from diabetes. It was the gene I had inherited from her. I went

to the “Kwan-Imm Hood Temple” in Singapore with my wife to get my oracle reading. It read in this way, “Nobody nor any medicine could help you except by yourself”. My wife came back sobbing thinking that it was time for me to leave this world soon, just like my late mother.

It was then my sister-in-law, Soo Ngoh, hastily called and pestered me to go to Thailand to meditate. Initially, I was reluctant to go because I was worried about my work. Nevertheless, I followed her to Wat Amphavan to meditate for seven days. Soo Ngoh told Luang Phor about my situation and he replied “Never mind, not to worry. Just meditate sincerely”. I went for seven days meditation faithfully. Before I left Wat Amphavan, I paid my respect to Luan Phor and he gave me his blessing. I then went to pay my respect to Mae Yai. She looked at me for a while and asked me to bend down. She blew over my head three times with chant and gave me her blessing.

Khun Wee and her younger brother gave us a ride back to Don Muang Airport. During the journey, I suddenly began to perspire profusely despite not feeling warm. The air-con in the car was cool and everyone in the car were feeling comfortable.

The next day, I had an appointment with the doctor and he examined me again. After the examination, he was puzzled and looked at me. He said that my diabetes reading was back to normal. He was surprised as how I could recovered just within a week. He assumed that I had watched my diet well during my stay in Thailand which I did not disclose about my meditation. Anyway, I thought he might be a Christian and might not believe me. Now I have gained weight, strength and looking healthy again. Finally, I had understood the “Kwan Imm” oracle reading – “Nobody nor any medicine could help you except by yourself”

## ศรัทธาในกรรมฐาน

โค เซ็ง ไช  
สิงคโปร์  
R120131

ปี พ.ศ. ๒๕๓๐ ข้าพเจ้ามาวัดอัมพวันเป็นครั้งแรก เพื่ออุปสมบทเป็นพระภิกษุตามคำชักชวนของซีมิ่ง ผู้เป็นพี่ชายและอาลิมเพื่อนของเขา ตอนนั้นข้าพเจ้ามีครอบครัวแล้ว และมีบุตรชายหนึ่งคน หญิงหนึ่งคน จุดประสงค์ของพวกเราในการมาบวช ก็เพื่อต้องการหาประสบการณ์ชีวิตตอนบวช ด้วยความเชื่อที่ว่าถ้าลูกชายบวช พ่อแม่จะได้รับส่วนบุญส่วนกุศลด้วย ก่อนมาเมืองไทย เราสามคนไม่รู้อะไรมากนักเกี่ยวกับขั้นตอนและกระบวนการต่าง ๆ และที่ร้ายยิ่งกว่านั้น ก็คือ พวกเราไม่เข้าใจภาษาไทย

นับแต่ย่างก้าวเข้ามาในวัดอัมพวัน ศรัทธาที่มีต่อพระพุทธศาสนาก็เพิ่มพูนขึ้นในเวลาต่อมา ข้าพเจ้าก็สามารถเชื่อมโยงประสบการณ์ส่วนตัวที่มีมาก่อน และหลังจากปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่วัดอัมพวัน ซึ่งมีกฎระเบียบที่เคร่งครัดภายใต้การแนะนำสั่งสอนของพระอุปัชฌาย์ คือ พระเดชพระคุณหลวงพ่ोजรัญ ฐิตธมฺโม ผู้ซึ่งข้าพเจ้าเคารพบูชาอย่างสูง

เมื่อต้นเดือนมกราคม พ.ศ. ๒๕๒๐ ข้าพเจ้าได้แต่งงานและมีอาชีพขายหุญเทียน (ปาท่องโก๋) อยู่ที่สิงคโปร์ โดยคุณแม่ผู้ล่วงลับได้ทิ้งร้านเล็ก ๆ ไว้ให้ เป็นร้านที่ข้าพเจ้าเคยช่วยคุณแม่ขายมาตั้งแต่สมัยที่ยังเป็นเด็ก แม้ข้าพเจ้าจะมีพี่ชายสองคน น้องชายหนึ่ง และน้องสาวอีกสอง แต่คุณแม่ก็ไว้วางใจข้าพเจ้ามากที่สุด อาศัยที่เคยเป็นครูฝึกเทควันโดสายดำมาก่อน จึงช่วยได้มากเพราะการทำปาท่องโก๋ต้องใช้เรี่ยวแรงในการนวดแป้ง และก็เป็นงานหนัก เพราะว่าขายดี

ข้าพเจ้าไม่ค่อยกินเส้นกับคุณแม่มาตั้งแต่เป็นเด็ก เพราะคุณแม่ไม่ค่อยช่วยคุณแม่ ทั้งที่ไม่ได้ทำงานทำการอะไร นอกเหนือจากรับเงินรายเดือนที่ข้าพเจ้าให้ คุณแม่มักจะขอเพิ่มอยู่เนือง ๆ ข้าพเจ้าเห็นว่าคุณแม่ไปกับการพนัน บุกหรี และผู้หญิง จึงไม่ยอมให้เพิ่ม คุณแม่โกรธเป็นฟืนเป็นไฟ ถึงกับคว่ำภาชนะบรรจุหุญเทียนไปเททิ้งในท่อระบายน้ำ ข้าพเจ้าโกรธจัดถึงกับจะเข้าไปเตะคุณแม่ แต่ถูกชูเช็ง ภรรยา (ซึ่งเป็นพี่สาวชูง้อ) และน้องสาวอีกสองคนดึงตัวไว้ พร้อมกับตะโกนบอกว่า “เขาเป็นพ่อเฮียนะ”

ช่วงระยะเวลา ๑๕ วัน ที่ข้าพเจ้าได้อุปสมบทเป็นพระภิกษุ แม้จะได้เรียนรู้ “ชวายเป็น หนอ – ช้าย่างहनอ” ข้าพเจ้าก็ยังไม่รู้อะไรเกี่ยวกับกรรมฐานมากนัก แต่ถึงกระนั้น ข้าพเจ้าก็รู้สึกดีขึ้น และคิดถึงครอบครัวมาก ข้าพเจ้าตระหนักว่า ตัวเองมีภาระหนักที่ต้อง ดูแลครอบครัว ดูแลคุณพ่อ และน้อง ๆ รวมไปถึงดูแลร้าน ข้าพเจ้าทำหน้าที่เหล่านี้เต็มกำลัง ความสามารถ ด้วยคิดว่าต้องทำหน้าที่ให้ดีที่สุด ครั้งหนึ่งข้าพเจ้าพบคุณพ่อและเรียกท่าน “ป้า” ซึ่งข้าพเจ้าไม่เคยเรียกมาก่อน ทำให้ท่านตื่นเต้นและซาบซึ้งถึงกับน้ำตาคลอ

ในเวลาต่อมา ชู่อ๋อง น้องสาวภรรยาของข้าพเจ้าได้มาปฏิบัติ และช่วยสอน กรรมฐานอยู่ที่วัดอัมพวัน ข้าพเจ้าภูมิใจและดีใจที่เธอสามารถให้คำแนะนำเรื่องการปฏิบัติ ทำให้การปฏิบัติของข้าพเจ้าเป็นไปอย่างต่อเนื่อง และคล่องตัวขึ้น วันหนึ่งขณะที่ข้าพเจ้า กำลังเดินจงกรมอยู่ จิตก็คิดไปถึงแม่ผู้ล่วงลับไปแล้ว แล้วก็นึกถึงคำพูดของท่านก่อนตาย เกือบสิบเจ็ดปีที่ท่านจากไป และข้าพเจ้าก็เกือบลืมไปแล้ว แม้จะเป็นชายชาติตรี แต่ข้าพเจ้าก็ไม่อาจกลั้นน้ำตาไว้ได้ จึงหลบมาร้องไห้สะอึกสะอื้นอยู่หลังศาลาปฏิบัติ ข้าพเจ้าแผ่เมตตา และอุทิศส่วนกุศลไปให้ท่านทุกครั้งทีปฏิบัติกรรมฐาน

กลับมาอยู่สิงคโปร์แล้ว การค้าของข้าพเจ้าก็ดีขึ้นเรื่อย ๆ วันหนึ่งคุณพ่อล้มป่วย ถึงกับเดินไม่ไหว ข้าพเจ้าขับรถพาท่านไปหาหมอและต้องแบบท่านขึ้นลงบันไดจากบ้านไป ถึงร้านหมอทั้งไปและกลับ ข้าพเจ้าปฏิบัติเช่นนี้เป็นเวลานับเดือนกระทั่งท่านอาการดีขึ้นและ เดินได้ หมอจีนที่รักษาคุณพ่อประทับใจในความเพียรพยายามของข้าพเจ้า

วันเวลาผ่านไป และบัดนี้ข้าพเจ้าได้ซื้อโรงงานแห่งหนึ่งโดยเข้าหุ้นกับพี่เขยซึ่งเป็น วิศวกร รู้วิธีทำเครื่องปั้นเบ้ง และคิดสูตรการทำเบ้งแช่เย็น เราจึงกลายเป็นผู้ผลิตและ จำหน่ายเบ้งแช่แข็งสำหรับทำหอยก๊วยในสิงคโปร์

เมื่ออายุมากขึ้น ข้าพเจ้าเริ่มผอมลง ๆ และเป็นโรคนอนไม่หลับ เบื่ออาหาร และรู้สึก เหน็ดเหนื่อยทั้งวัน หลายสัปดาห์ต่อมาสายตาก็แยลง จากอาการต่าง ๆ ที่ปรากฏ ข้าพเจ้าจึง ต้องต่อสู้กับตัวเอง เพื่อจะได้แข็งแรงและทำงานได้ตามปกติ คนในครอบครัวเริ่มกังวลเมื่อ เห็นข้าพเจ้าตกอยู่ในสภาพดังกล่าว จึงแนะนำให้ไปหาหมอเนื่องจากสุขภาพทรุดลง ๆ หมอ บอกว่าข้าพเจ้าเป็นโรคเบาหวานและน้ำตาลในเลือดสูงขึ้นเกือบ ๕๐๐ และต้องเข้ารับ การ ผ่าตัดลูกอัณฑะ เนื่องจากมันบวมและเจ็บมาก ตอนนั้นข้าพเจ้าอายุ ๔๒ เท่ากับอายุคุณแม่ ตอนตาย คุณแม่ตายด้วยโรคเบาหวาน และข้าพเจ้าได้รับถ่ายทอดโรคนี้จากท่านทาง พันธุกรรม ข้าพเจ้าไปที่วัดเจ้าแม่กวนอิมในสิงคโปร์เพื่อเสี้ยงเซียมซี ข้าพเจ้าอ่านเซียมซี มี ข้อความว่า “ไม่มีใครหรือยาชนิดใดช่วยได้ นอกจากตัวของตัวเอง” กลับมาบ้าน

ภรรยาของข้าพเจ้าร้องไห้สะอึกสะอื้น  
เช่นเดียวกับคุณแม่

ด้วยคิดว่าถึงเวลาที่ข้าพเจ้าต้องจากโลกนี้ไป

ช่วงนั้นเป็นเวลาเดียวกับที่ชู้อ น้องภรรยาข้าพเจ้าได้โทรศัพท์มาบอกให้ข้าพเจ้าไป  
เมืองไทย เพื่อเข้ากรรมฐาน ข้าพเจ้าไม่เต็มใจไปเพราะห่วงงาน อย่างไรก็ตามข้าพเจ้าก็ตามเธอ  
ไปวัดอัมพวันเพื่อเข้ากรรมฐาน เป็นเวลา ๗ วัน ชู้อกราบเรียนหลวงพ่อกับเรื่องของ  
ข้าพเจ้า ท่านตอบว่า “ไม่เป็นไร ไม่ต้องวิตก ขอให้ตั้งอกใจตั้งใจปฏิบัติก็แล้วกัน”  
ข้าพเจ้าปฏิบัติอย่างมุ่งมั่นตลอดระยะเวลา ๗ วัน ก่อนจากวัดอัมพวัน ข้าพเจ้าไปกราบ  
นมัสการลาพระเดชพระคุณหลวงพ่อก่อน ท่านก็ได้ให้ศีลให้พรข้าพเจ้า นอกจากนี้ยังได้ไปกราบ  
แม่ใหญ่ด้วย แม่ใหญ่มองเห็นข้าพเจ้าอยู่ครู่หนึ่ง แล้วบอกให้ข้าพเจ้าก้มศีรษะลง เป่าศีรษะ  
ให้สามครั้งพร้อมกับว่าคาถา แล้วจึงให้ศีลให้พรเป็นลำดับสุดท้าย

คุณวีและน้องสาว ให้เราโดยสารรถมาลงที่สนามบินดอนเมือง ระหว่างที่นั่งมาในรถ  
อยู่ ๆ ข้าพเจ้าก็เหวี่ยงออกท่วมตัวทั้งที่ไม่รู้สึกร้อน เครื่องปรับอากาศก็เย็น และทุกคนในรถก็  
รู้สึกสบาย

วันถัดมา ข้าพเจ้ามีนัดกับหมอ และได้รับการตรวจเช็คร่างกายอีกครั้ง  
หลังจากตรวจเสร็จ หมอประหลาดใจมาก จ้องมองข้าพเจ้าและบอกว่าปริมาณ  
น้ำตาลในเลือดปกติแล้ว หมอแปลกใจว่าข้าพเจ้าทำอย่างไรจึงสามารถคุมน้ำตาลได้  
ภายในหนึ่งสัปดาห์ และตั้งข้อสันนิษฐานว่าระหว่างอยู่เมืองไทย ข้าพเจ้าคงควบคุมเรื่อง  
อาหารเป็นอย่างดี ข้าพเจ้าไม่ได้เปิดเผยเรื่องการไปเข้ากรรมฐานให้หมอรู้ หมอคงจะเป็น  
คริสต์และอาจไม่เชื่อ หากข้าพเจ้าเล่าให้ฟัง บัดนี้ข้าพเจ้าน้ำหนักตัวเพิ่มขึ้น แข็งแรง และ  
กลับมาสุขภาพดีเหมือนก่อน ข้าพเจ้าเข้าใจแล้วว่าที่เชียมชีวัดเจ้าแม่กวนอิมทำนายว่า “ไม่มี  
ใครหรือยาชนิดใดช่วยได้ นอกจากตัวของตัวเอง”

แปลโดย รศ.ดร.สุจิตรา วรรณรัตน์