

ဝိတ်ကူးချိုချိုအနုပညာ



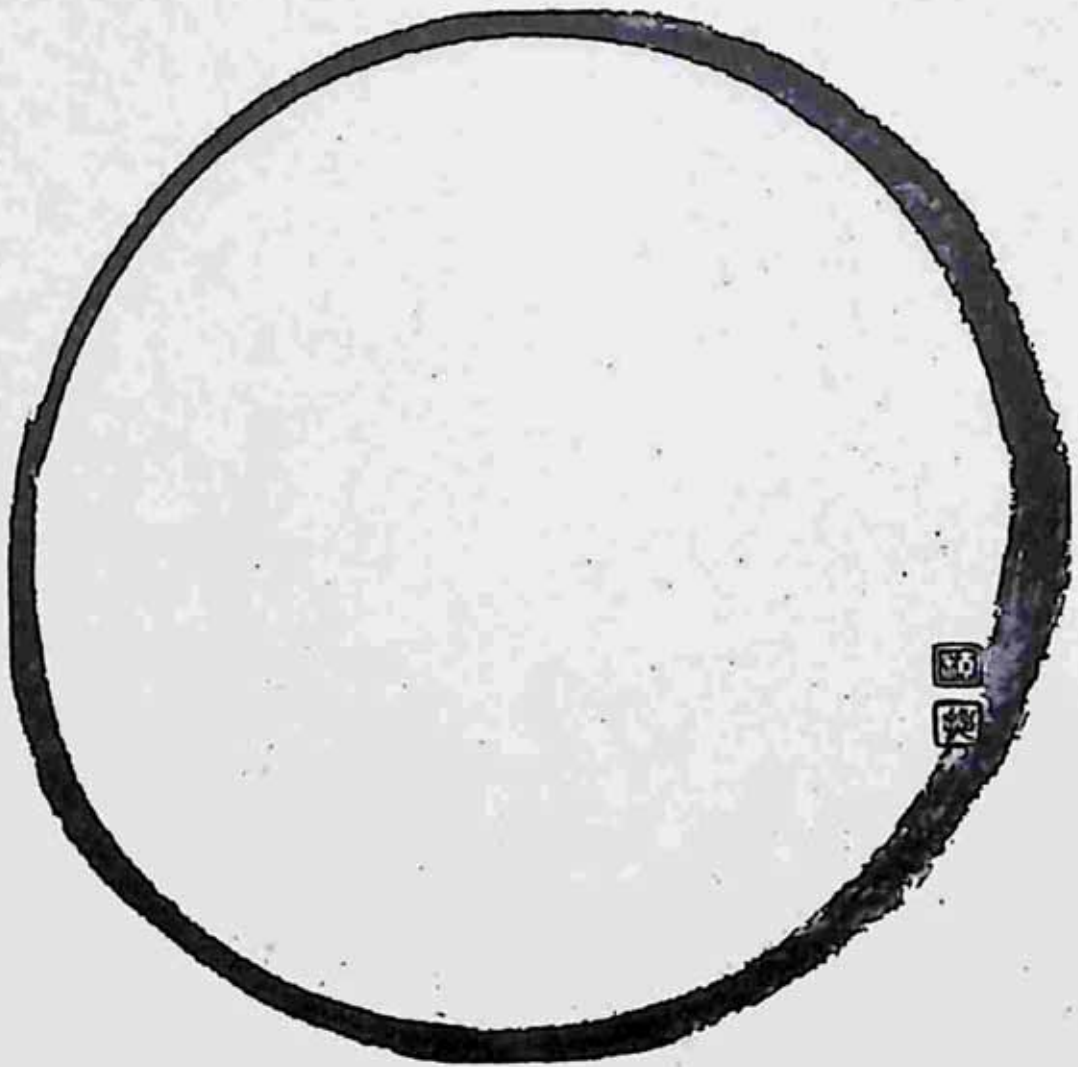
# ရွာ့ကျောင်းသားကဗျာ ဇော်ဇော်အောင်

ဒုတိယအကြိမ်ဖြည့်စွက်ပြန်ဆိုထုတ်ဝေသည်။

mgvye.com

mgyc.com

# နွားကျောင်းသားကဗျာ



ဇော်ဇော်အောင်



zza0009

1500.00 Ks

ထုတ်ဝေသူ - ဦးစန်းဦး၊ စိတ်ကူးချိုချိုစာပေ၊ ၈၅၊ ၁၆၄လမ်း၊ တာမွေ။  
 ပုံနှိပ်သူ - ဒေါ်ဝင်းမာ၊ စိတ်ကူးချိုချိုပုံနှိပ်တိုက်၊ ၁၁၇၉၊ မစိုးရိမ်လမ်း၊ ရန်ကင်း။  
 အပြင်အဆင် - အမ်အက်စ်အို  
 ၂၀၁၄၊ ဇန်နဝါရီလ၊ ဒုတိယအကြိမ်၊  
 ၂၀၀၃ ဓမ္မရက္ခီတစာအုပ်တိုက်မှကိုပြည်စွက်ရိုက်နှိပ်ခြင်း၊ အုပ်ရေ ၅၀၀  
 ရောင်းစျေး

**1500 K**      ၈၀၈.၈၃

နွားကျောင်းသားကဏ္ဍ  
 ဇော်ဇော်အောင် - ရန်ကုန်၊ စိတ်ကူးချိုချိုစာပေ၊ ၂၀၁၄၊  
 စာမျက်နှာ ၁၅၁၊ မျက်နှာ၊ ၁၂.၅ စင်တီ x ၁၈.၅ စင်တီ  
 (၁) နွားကျောင်းသားကဏ္ဍ



စိတ်ကူးချိုချိုစာအုပ်



# ဖွားကျောင်းသားကဗျာ ဇော်ဇော်အောင်

ဖြည့်စွက်ပြန်ဆို  
ရိုက်နှိပ်ခြင်း

ခုတိယအကြိမ်

mgyc.com

mgyc.com

# ဒုတိယအကြိမ် ထုတ်ဝေခြင်းအတွက် အမှာစာ



၁။ ပထမအကြိမ်တုန်းက စာကြောင်းပေးကြောင်း ဘာမှ နားမလည်တဲ့လူတွေ ရှိနေတော့ အမှာစာမှာ ဘာမှ သိပ် မရေးလိုက်ရဘူး။ အခုတော့ လွတ်လွတ်လပ်လပ် ရေးသင့် တာကို ရေးလို့ရပြီ ဖြစ်တဲ့အတွက် ရေးလိုက်ပါတယ်။

၂။ အခုတင်ပြလိုက်တဲ့ “နွားကျောင်းသား ကဗျာ ၁၀ ပုဒ်” ပြုစုရေးဖွဲ့သူက ဇင်ဆရာတော် **KAKU-AN SHI-EN** ဖြစ်တယ်။ ရေးဖွဲ့နှစ်ကို မသိရပါ။ “ဆွန် Sung” မင်းဆက်ခေတ်လို့ သာမန်သိရတယ်။ ခရစ်နှစ် (၉၆၀-၁၂၇၉ AD) အတွင်းလောက်ကလို့ပဲ ခန့်မှန်းရပါ တယ်။ ဇင် **ZEN** ဓမ္မရဲ့ အဆင့်မြင့်နက်ရှိုင်းလှတဲ့ အတွေးအခေါ် အယူအဆတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ ပထမပုံနှိပ် ခြင်း အမှာစာမှာတုန်းက ... အတွေးနက်နက် ဖြန့်ကြက် လိုသူများနှင့် အခြားသောတစ်ဖက်မှ ဆင်ခြင်ပွားများလိုသူ “အော်လ်တာနေတစ်” Alternative သမားများအတွက်

တင်ဆက်လိုက်ပါသည် ... လို့ ကျွန်တော် ရေးခဲ့ပါတယ်။  
 အခုလည်း အဲဒီသဘောထားအတိုင်းပါပဲ။ အထူးပြောလို  
 တာကတော့ ဒီကဗျာ ၁၀ ပုဒ်ဟာ မူလရှိခဲ့တဲ့ နွား  
 ကျောင်းသား ပန်းချီကား ၁၀ ပုံ The ten Oxherd-  
 ing Pictures နဲ့အတူ ယှဉ်တွဲကျော်ကြားခဲ့တာ ဖြစ်ပါ  
 တယ်။ ဆရာတော် Kaku-an ဟာ ဂျပန်ဇင်ဗုဒ္ဓဘာ  
 သာ မှာရှိတဲ့ အဓိကဂိုဏ်းကြီး ၂ ဂိုဏ်းအနက် RINZAI  
 ဂိုဏ်းက ဆရာတော်ဖြစ်တယ်။ (အဓိကဂိုဏ်းကြီး ၂  
 ဂိုဏ်းမှာ RINZAI နဲ့ SOTO တို့ ဖြစ်ကြတယ်)  
 ကျွန်တော် တင်ပြခဲ့တာတွေမှာ လိုအပ်ချက်တွေ မုချရှိပါ  
 လိမ့်မယ်။ “ဇင်ဓမ္မ”ကို လေ့လာလိုက်စား ပွားများနိုင်တဲ့  
 ပညာရှင်များ ရှိခဲ့ရင်လည်း ပြင်သင့်တာပြင်၊ ဖြည့်စွက်သင့်  
 တာ ဖြည့်စွက်ကြဖို့ ပန်ကြားခဲ့ပါတယ်။ ဇင်ဓမ္မပြန့်ပွားစေ  
 လိုတဲ့ စိတ်ရင်းနဲ့ ပြောရတာဖြစ်ပါတယ်။

၃။ ပထမအကြိမ် ထုတ်ဝေတာနဲ့ ပတ်သက်လို့လည်း  
 ပြောစရာတွေ ရှိပါတယ်။ အထူးသဖြင့် ထုတ်ဝေသူ  
 ကိုမြင့်သိန်းအကြောင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ၁၉၆၄ ခုနှစ်က  
 ကျွန်တော် မော်လမြိုင်ကောလိပ်ကို ပြောင်းခဲ့ရတယ်။  
 အဲဒီမှာ ကိုမြင့်သိန်းနဲ့ တွေ့တာဖြစ်ပါတယ်။ အခုဆိုရင်  
 နှစ်ပေါင်း ၄၈ နှစ်လောက် ကြာခဲ့ပါပြီ။ သာမန် ဆရာ  
 တပည့် ခင်မင်မှုထက်ပိုတဲ့ ခင်မင်ရင်းနှီးမှုပါ။ မြင့်သိန်းဟာ  
 အင်မတန်ခင်စရာကောင်းတဲ့သူဖြစ်တယ်။ သူ့ကို ကျွန်  
 တော်က ရသေ့ကြီးလို့ ခေါ်တယ်။ ခေါ်ရတဲ့အကြောင်း  
 က မော်လမြိုင်ကောလိပ်မှာ ကျွန်တော့်ဆရာရင်း

ကျောင်းအုပ်ကြီး ဦးလှရွှေ (နောင် မန်းတက္ကသိုလ်ပါမောက္ခ  
ချုပ်)နဲ့အတူ ကျောင်းပဒေသာကပွဲတွေ ဦးစီးလုပ်ခဲ့တယ်။  
ကျွန်တော်တင်တဲ့ “တစ်ခန်းရပ်ပြဇာတ်”တစ်ပုဒ်မှာ  
ကိုမြင့်သိန်းက ရသေ့ကြီးလုပ်ရတယ်။ လူပုံက ပိန်ပိန်၊  
အရပ်ကြီး ကလန်ကလားနဲ့ အင်မတန် “ပွဲကျ”ခဲ့ပါတယ်။  
အဲဒီကတည်းက သူ့ကို ရသေ့ကြီးလို့ ခေါ်ကြတော့တာပါ  
ပဲ။ နှစ်ပေါင်းများစွာ ကွဲကွာသွားပြီးမှ ပြန်တွေ့တယ်။  
ကျွန်တော်လည်း အလုပ်ပြုတ်လာခဲ့ပြီ။ စာကို ‘ဇောက်’ချ  
ရေးနေပြီ။ အဲဒီမှာ သူ “ဓမ္မရက္ခိတ”စာပေက သူ အတင်း  
လောဆော်လို့ အဲဒီစာအုပ်ကလေး ထုတ်ဖြစ်တယ်။ အခု  
ရသေ့ကြီး မရှိတော့ဘူး။ သူ့ကို သတိရတယ်။ အကယ်၍  
နောက်ဘဝဆိုတာ ရှိခဲ့ပါရင် (ရှိ မရှိ ကျွန်တော် အသေ  
အချာ မသိပါ) နောက်ဘဝမှာလည်း ပျော်ပျော်ပါးပါး  
အေးအေးဆေးဆေး နေနိုင်လိမ့်မယ်လို့ မျှော်လင့်ပါတယ်။  
၄။ ဆက်ပြောချင်တာက အခု ဒုတိယအကြိမ် ထုတ်ဝေ  
ပေးတဲ့ စိတ်ကူးချိုချို ကိုစန်းဦးနဲ့ မဝင်းမာတို့ကို  
ကျေးဇူးတင်ကြောင်းပါပဲ။ အရင်ကလည်း ကျွန်တော့်  
စာအုပ်ပေါင်းများစွာကို ကျွန်တော့်စိတ်ကြိုက် ထုတ်ပေးခဲ့တဲ့  
ကျေးဇူးတွေလည်း ရှိပါတယ်။ အခုထက် ပိုကောင်းတဲ့၊  
ချိုတဲ့ စိတ်ကူးတွေနဲ့ စာအုပ်ချိုချိုတွေ ထုတ်နိုင်ပါစေ။  
ရေတွင်းထဲမှာ ရေတွေ ပြည့်လျှံပါစေ။ ရေတွင်းလို့ပြောရ  
တာက ဆရာသိမ်းတင်သား (a-k-u)ကြွက်နီက  
စိတ်ကူးချိုချိုစာပေလို့ မပြောဘူး။ အမြဲ “ရေတွင်းချိုချို”လို့  
ပြောဆိုသုံးနှုန်းတယ်။ နောက်ဆုံးတော့ ကျွန်တော့် စာကိစ္စ

ပေကိစ္စကို အောက်ခြေသိမ်းကစလို့ တကယ့်စေတနာနဲ့  
တကယ့်တူအရင်း သားအရင်းလို သဘောထား ဆောင်  
ရွက်ပေးလေ့ရှိတဲ့၊ ပေးနေတဲ့ အဲဒီကြွက်ကို ကျေးဇူးတင်ပါ  
ကြောင်း ဖော်ပြခဲ့ပါတယ်။

ဇော်ဇော်အောင်

၂၄-၁၀-၂၀၁၂



## အမှတ်စဉ်



အရှေ့တိုင်း ဒေသနကို လေ့လာလိုက်စားသူများ လောကမှာ ဆရာ KAKUAN ၏ နွားကျောင်းသား ကဗျာ ၁၀ ပုဒ်သည် လွန်စွာထင်ရှား ကျော်ကြားလှပါ သည်။ အရှေ့တိုင်းဒေသန ပညာကျော် ဒေါက်တာဆူဇုကီ၏ အင်္ဂလိပ်ဘာသာပြန်ကို မြန်မာသို့ တိုက်ရိုက်ပြန်ထား ပါသည်။ အတွေးနက်နက် ဖြန့်ကြက်လိုသူများနှင့် အခြား သော တစ်ဖက်မှ ဆင်ခြင်ပွားများလိုသူ ‘အော်တာနေတစ်’ Alternative သမားများအတွက် တင်ဆက်လိုက်ပါသည်။ စာပေအနုပညာ အတွေးအခေါ် ဝါသနာရှိသူများအဖို့ လည်း ကာရန် သင့်လိမ့်မည်ဟု ထင်ပါသည်။ အကယ်၍ အယူအဆ အချွတ်အချော်ရှိခဲ့ပါလျှင် မြန်မာဘာသာပြန်သူ ကျွန်တော့်ကိုသာ အပြစ်တင်သင့်ကြောင်းကိုလည်း ပြော ကြားခဲ့ပါသည်။





# 1

## THE TEN OXHERDING PICTURES

*Translated by*  
DR. DAISSETZ SUZUKI



## 1. Searching for the Ox

The beast has never gone astray,  
and what is the use of searching for him?  
The reason why the oxherd is not on intimate  
terms with him is because the oxherd  
himself has violated his own inmost nature.  
The beast is lost,  
for the oxherd has himself been led out of the way  
through his deluding senses.  
His home is receding farther away from him,  
and byways and crossways are ever confused.  
Desire for gain and fear of loss burn like fire;  
ideas of right and wrong  
shoot up like a phalanx.

### ၁။ နွားပျောက်ရှာခြင်း

နွားသည် ဘယ်တုန်းကမှ လွတ်ထွက်မသွားခဲ့။  
 ထို့ကြောင့် နွားပျောက်ရှာနေခြင်းသည် ဘာအသုံးကျမှာလဲ။  
 နွားကျောင်းသားနှင့်နွား ရင်းရင်းနှီးနှီး အဆင်မပြေရသောအကြောင်းက  
 နွားကျောင်းသားကိုယ်တိုင် သူ့ပင်ကို သဘာဝအတိုင်း  
 မနေနိုင်သောကြောင့် ဖြစ်၏။  
 နွားက ပျောက်သွားပြီ။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော်  
 နွားကျောင်းသား အာရုံတွေ ထွေပြားမှောက်မှား၍  
 သူ့ကိုယ်တိုင် လမ်းမှား သွေဖည်သွားသောကြောင့် ဖြစ်၏။  
 သူ့အိမ်နှင့်သူ ကြာလေ ဝေးလေ ဖြစ်ခဲ့ပြီ။  
 လမ်းသွယ် လမ်းဖြတ်များက အမြဲရှုပ်ထွေးလျက်။  
 ရယူဖို့ လိုချင်ခြင်း၊ မရမှာ ပူပန်ကြောက်ရွံ့ခြင်းတို့က  
 မီးလိုလောင်သည်။  
 အမှန်နှင့်အမှား အယူအဆများက  
 ခြေချောင်း လက်ချောင်းရိုးများသဖွယ် လူအုပ်ကြီးပမာ ငေါထွက်ခဲ့ပြီ။

*Comment:* Alone in the wilderness, lost in the jungle, the boy is searching, searching! The swelling waters, the faraway mountains, and the unending path. Exhausted and in despair, he knows not where to go. He only hears the evening cicadas singing in the maplewoods.

ဝေဖန်ချက် ။ ။ ကန္တာရတွင်းမှာ တစ်ယောက်  
ထီးတည်း။ တောထဲမှာ လမ်းပျောက်လျက်။ နွား  
ကျောင်းသားကလေးသည် (နွားပျောက်)ရှာလျက်  
ရှာလျက် ရှိသည်။ ကမ်းပြည့်လျှံသော ရေများ၊  
ဟိုအဝေး တောင်တန်းများနှင့် မဆုံးနိုင်သော  
တောလမ်း၊ အားအင် ကုန်ခန်း မောပန်း စိတ်  
ပျက်၊ ဘယ်ကိုသွားရမှန်း မသိတော့၊ ညနေခင်း  
တွင် မေပယ် (သကြား)ပင် တောအုပ်တွင်းမှာ  
သီချင်းဆိုနေကြသော (ညနေခင်း) ပုစဉ်းရင်ကွဲ  
များ အသံကိုသာ သူ ကြားရသည်။



## 2. Seeing the Traces

By the aid of the sutras  
and by inquiring into the doctrines,  
he has come to understand something,  
he has found the traces.

He now knows that vessels, however varied,  
are all of gold,  
and that the objective world is  
a reflection of the Self.

Yet, he is unable to distinguish  
what is good from what is not, his mind is  
still confused as to truth and falsehood.

As he has not yet entered the gate,  
he is provisionally  
said to have noticed the traces.

## ၂။ ခြေရာများ တွေ့ခြင်း

သုတ္တန်ဒေသနာများ အကူအညီဖြင့်  
 တရားသဘောကို ဆင်ခြင်လတ်သော်  
 တစ်စုံတစ်ခုကို သူ သိလာသည်။  
 နွားခြေရာများကို တွေ့လာသည်။  
 စရည်းအိုးခွက်တို့သည် အမျိုးမျိုး ကွဲပြားသော်လည်း  
 အားလုံး ရွှေတွေ့ဖြစ်ကြောင်း သူသိပြီ။  
 ထို့ပြင် ဒိဋ္ဌဓမ္မလောကသည်  
 အတ္တ၏ ရောင်ပြန်ဟပ်ခြင်းသာ ဖြစ်ကြောင်းကိုလည်း သိခဲ့ပြီ။  
 သို့သော် သူသည် အကောင်းအဆိုး မခွဲခြားနိုင်သေး  
 အမှန်နှင့် အမှားကိုလည်း သူ့စိတ်က ခွဲခြားမရ၊  
 ရှုပ်ထွေးလျက်။  
 တံခါးပေါက်မှ မဝင်ရသေးသောကြောင့်  
 အခိုက်အတန့်အားဖြင့်  
 နွားခြေရာများကို တွေ့ပြီဟု ပြောနိုင်သည်။

*Comment:* By the stream and under the trees, scattered are the traces of the lost; The sweet-scented grasses are growing thick-did he find the way? However remote over the hills and far-away the beast may wander. His nose reaches the heavens and none can conceal it.

ဝေဖန်ချက် ။ ။ စမ်းချောင်း၏ဘေး၊ သစ်ပင်  
များ၏အောက် ပျောက်သော နွား၏ခြေရာများ  
ပြန့်ကျဲလျက်ရှိ၏ ။ ရနံ့သင်းသော မြက်များ၊ ထူ  
ထပ်စွာ ပေါက်ရောက်လျက် သူ့ လမ်းတွေ့သွား  
ပြီလား၊ တောင်များ၏ ဟိုမှာဘက် ဘယ်လောက်  
ဝေးဝေး၊ ထိုနွား ပြေးသွားပါစေ၊ သူ့ နှာခေါင်းသည်  
ကောင်းကင်ဘုံအထိ (အနံ့ခံနိုင် ၍) ဘယ်အရာမှ  
ဖုံးကွယ်၍ မရပါ။



### 3. Seeing The Ox

The boy finds the way by the sound he hears;  
he sees thereby into the origin of things,  
and all his senses are in harmonious order.  
In all his activities, it is manifestly present.  
It is like the salt in water and the glue in colour.  
(It is there though not distinguishable as an  
individual entity.)

When the eye is properly directed,  
he will find that it is no other than himself.

### ၃။ နွားကို မြင်ပြီ

နွားကျောင်းသားလေးသည် သူ ကြားရသော အသံမှတစ်ဆင့်  
 (အာရုံခံ၍) လမ်း ရှာတွေ့ခဲ့ပြီ။  
 ဤသို့ဖြင့် အခြင်းအရာတို့၏ မူလဇာစ်မြစ်ကို သူ မြင်ပြီ။  
 သူ့အာရုံအားလုံး ညီညွတ် ပြေပြစ်ကြပေပြီ။ သူ့ လုပ်ဆောင်ချက်  
 အားလုံးထဲမှာ ထိုအဆင်ပြေညီညွတ်မှု တည်နေသည်။  
 ရေမှာ ပျော်ဝင်သော ဆား၊ ဆေးရောင်ထဲက ကော်ကဲ့သို့ ဖြစ်သည်။  
 (တစ်ခုချင်း ခွဲ၍ မရနိုင်သော်လည်း ထိုအရာ ရှိနေသည်။)  
 မျက်လုံးကို နေရာတကျ စူးစိုက်ကြည့်လိုက်သောအခါ ထိုအရာသည်  
 သူမှတစ်ပါး အခြားသူ မဟုတ်ကြောင်း သူ တွေ့ရပေလိမ့်မည်။

*Comment:* On a yonder branch perches  
 a nightingale cheerfully singing;  
 The sun is warm, and a soothing breeze  
 blows, on the bank the willows are  
 green:  
 The ox is there all by himself, nowhere  
 is he to hide himself;  
 The splendid head decorated with  
 stately horns-what painter can reproduce  
 him?

ဝေဖန်ချက် ။ ။ ဟို သစ်ကိုင်းပေါ်မှာ နိုက်တင်  
 ဂေး ငှက်ကလေးတစ်ကောင် နားလျက်၊ ပျော်ရွှင်  
 ကြည်နူးစွာ သီချင်းဆိုနေသည်။ နေရောင်ခြည်  
 နွေးနွေး၊ ချောမြူသော လေပြည်ညင်းက တိုက်  
 ခတ်လျက်၊ ကမ်းပေါ်မှာ မိုးမခပင်များ၊ စိမ်းလန်း  
 စွာ။ ဟိုမှာ နွား (ကိုတွေ့ပြီ) ဘယ်မှာမှ ပုန်း  
 ရှောင်ကွယ်၍ မရ။ ခုံညားသော ဦးချိုတွေနှင့်  
 တန်ဆာဆင်ထားသော လှပတင့်တယ်သည့်  
 ဦးခေါင်း၊ ဘယ်ပန်းချီရေးလို့ မိမလဲ။

နွားကျောင်းသားကဗျာ



#### 4. Catching the Ox

Long lost in the wilderness,  
the boy has at last found the ox  
and his hands are on him.

But, owing to the overwhelming pressure of  
the outside world, the ox is hard to keep  
under control.

He constantly longs for the old sweetscented  
field.

The wild nature is still unruly, and altogether  
refuses to be broken.

If the oxherd wishes to see the ox completely  
in harmony with himself,  
he is surely to use the whip freely.

### ၄။ နွားကို ဖမ်းခြင်း

ကန္တာထဲမှာ ကြာမြင့်စွာ လမ်းပျောက်နေခဲ့ရာမှ  
 နွားကျောင်းသားလေးသည် နွားကိုတွေ့၍  
 မိမိရရ ဆုပ်ကိုင် ဖမ်းမိပြီ။  
 သို့သော် ပြင်ပကမ္ဘာ၏ ကြီးမားသော ဖိအားပေးမှုကြောင့်  
 နွားကို  
 ထိန်းချုပ်ဖို့ ခက်လှ၏။  
 နွားသည် မွေးပျံ့သင်းသော စားကျက်ကွင်းဟောင်းကို အစဉ်အမြဲ  
 တမ်းတနေဆဲ ဖြစ်သည်။  
 ရိုင်းစိုင်းသော သဘာဝကလည်း ထိန်းမရ သိမ်းမရ။  
 ထိုသဘာဝကို ဖျက်ပစ်ဖို့ကိုလည်း ငြင်းဆန်နေဆဲ။  
 နွားကျောင်းသားလေးအဖို့ နွားနှင့် အဆင်ပြေစွာ သဟဇာတ  
 ဖြစ်လိုလျှင် ကြာပွတ် (နှင်တံ)ကိုသာ သူ့သဘောရှိ အသေအချာ  
 သုံးစွဲရန်သာ ရှိတော့သည်။

With the energy of his whole being, the  
 boy has at last taken hold of the ox:  
 But how wild his will, how ungovern-  
 able his power!  
 At times he struts up a plateau,  
 When lo! he is lost again in a misty  
 unpenetrable mountain-pass.

ဝေဖန်ချက် ။ ။ သူ့တစ်ကိုယ်လုံး ခွန်အားဖြင့်  
 နွားကျောင်းသားလေးသည် နွားကို ချုပ်ကိုင်နိုင်  
 ပြီ။ သို့သော် နွား၏စိတ်က ရိုင်းလွန်းလှသည်။  
 သူ့အင်အားတွေက ထိန်းချုပ်မရ။ ကုန်းမြင့်ကလေး  
 တစ်ခုကို ဟန်တစ်ခွဲသားနှင့် မြောက်ကြွကြွ ဖြတ်  
 သွားလိုက်တုန်းက ဘာလဲ ကြည့်စမ်း၊ မြူတွေ  
 ဆိုင်းနေသော တောင်ကြား လမ်းကျဉ်းကလေးထဲ  
 မှာ ပျောက်သွားပြန်ပြီ။



## 5. Herding the Ox

When a thought moves, another follows, and  
then another an endless train of thoughts is  
thus awakened.

Through enlightenment  
all this turns into truth;  
but falsehood asserts itself when confusion  
prevails. Things oppress us not because of  
an objective world,  
but because of a self-deceiving mind.  
Do not let the nose-string loose,  
hold it tight, and allow no vacillation.

### ၅။ နွားကျောင်းခြင်း

အတွေးတစ်ခု လှုပ်ရှား ပေါ်ပေါက်လာသည်နှင့်  
 နောက်တစ်ခုက လိုက်လာ၏။ ပြီး နောက်တစ်ခု ...။  
 ဤသို့ဖြင့် မဆုံးနိုင်သော အတွေးဆက်၊ အမျှင်တန်း ပွင့်လာ၏။  
 ဉာဏ်အလင်း ပွင့်ခြင်းဖြင့် ထိုအရာ အားလုံးကို သစ္စာတရားအဖြစ်  
 ပြောင်းလဲနိုင်၏။  
 သို့သော် စိတ်တွေ ရှုပ်ထွေးနေပါက အမှားသည် တည်မြဲနေလိမ့်မည်။  
 အကြောင်းခြင်းရာများက ကျွန်ုပ်တို့ကို ဖိစီး နှိပ်စက်ကြသည်မှာ  
 ဒိဋ္ဌဓမ္မ ပြင်ပလောကကြောင့် မဟုတ်၊  
 မိမိကိုယ်ကို မိမိ လှည့်ဖြားတတ်သော စိတ်ကြောင့်သာ ဖြစ်၏။  
 နဖားကြိုးကို မလျှော့စေနှင့် တင်းတင်းဆွဲ၊  
 ဒွိဟ တွေဝေ စိတ်အနေ ယိမ်းယိုင်ခြင်း မဖြစ်စေနှင့်။

The boy is not to separate himself  
 with his whip and tether,  
 Lest the animal should wander away  
 into a world of defilements;  
 When he is properly tended to, he  
 will grow pure and docile;  
 Without a chain, nothing binding, he  
 will by himself follow the oxherd.

နွားကျောင်းသားလေးသည် သူ့ နှင်တံနှင့် ကြိုးကို  
 သူနှင့် မကွဲမကွာ ရှိစေသင့်၏။ ထိုသို့မဟုတ်ပါ  
 က နွားသည် ကိလေသာတောထဲသို့ ဝင်ရောက်  
 သွားပေလိမ့်မည်။

သူ့ကို နေရာတကျ ထိန်းချုပ်ပဲ့ပြင်ပါက သူသည်  
 (စိတ်အနေ) နူးညံ့၍ စင်ကြယ်လာလိမ့်မည်။

နှောင်ကြိုး မရှိ၊ ဘာနှင့်မှ နှောင်ဖွဲ့မတားဘဲ  
 သူသည် သူ့အလိုလို နွားကျောင်းသားနောက်သို့  
 လိုက်လာလိမ့်မည်။



## 6. Coming Home on the Ox's Back

The struggle is over; gain and loss, the man  
is no more concerned with.

He hums a rustic tune of the woodman, he  
sings simple songs of the village-boy.

Saddling himself on the ox's back,  
his eyes are fixed at things not of the earth,  
earthy.

Even if he is called, he will not turn his  
head; however enticed he will no more be  
kept back.

### ၆။ နွားကို စီး၍ အိမ်ပြန်ခြင်း

တိုက်ပွဲကား ပြီးလေပြီ။  
 အနိုင်နှင့် အရှုံး၊ အနိုင်နှင့် အရှုံးသည် သူနှင့် လုံးဝ မသက်ဆိုင်။  
 သူသည် သစ်ခုတ်သမား၏ ကျေးလက်တေးကို ဆိုသည်လျက်၊  
 ရွာသား ကလေး သူငယ်များ၏ သီချင်းရိုးရိုးကလေးများကို ဆိုလျက်၊  
 နွားကျောပေါ်မှာ တက်ခွစီး၍  
 သူ့မျက်လုံးများသည် ဤလောက မြေပြင်နှင့် မသက်ဆိုင်သော  
 (လောကီနှင့် မသက်ဆိုင်သော) အခြင်းအရာများကို စူးစိုက်လျက်၊  
 သူ့ကိုခေါ်လျှင်လည်း ခေါင်းကို ငဲ့စောင်း၍ ကြည့်လိမ့်မည် မဟုတ်။  
 မည်မျှပင် ဖြားယောင်းသော်လည်း သူ နောက်ပြန်လှည့်လိမ့်မည်  
 မဟုတ်ပေ။

Riding on the animal, he leisurely  
 wends his way home;  
 Enveloped in the evening mist, how  
 tunefully the flute vanishes away!  
 Singing a ditty, beating time, his heart  
 is filled with a joy indescribable!  
 That he is now one of those who know,  
 need it be told?

နွားကို စီး၍ အေးအေးဆေးဆေး အိမ်ပြန်လမ်း  
 အတိုင်း လာနေသည်။ ညနေဆည်းဆာ မြူတွေ  
 ထဲမှာ သူ့ပလွေသည် အသံသာစွာ ပျောက်ကွယ်  
 သွားခဲ့ပြီ။

တေးတစ်ပုဒ်ကို ဆို၍ စည်းဝါးလိုက်၍၊ သူ့  
 နှလုံးသားသည် မဖော်ပြနိုင်သော ပီတိတို့ဖြင့်  
 ပြည့်လျှံခဲ့ပြီ။

သူသည် ယခုအခါတွင် သိသွားသူတစ်ယောက်  
 ဖြစ်သွားကြောင်း ပြောဖို့ လိုပါသေးသလား။



## **7. The Ox Forgotten, Leaving the Man Alone**

The dharmas are one and  
the ox is symbolic.

When you know that you need is  
not the snare or set-net  
but the hare or fish;

it is like gold separated from the dross, it is like  
the moon rising out of the clouds.

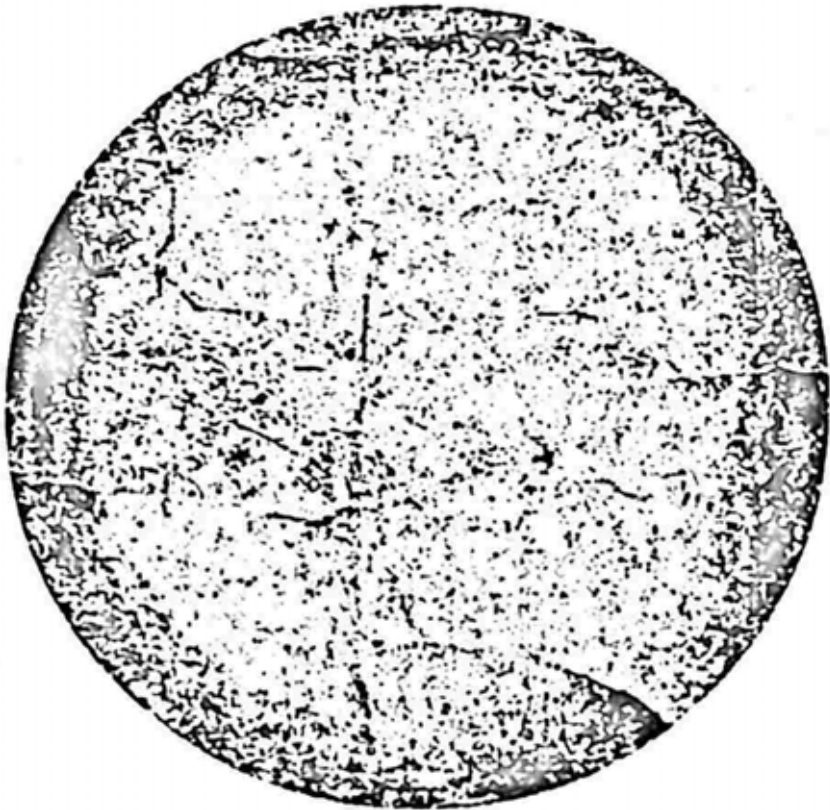
The one ray of light serene and penetrating  
shines even before days of creation.

### ၇။ နွားကို မေ့၊ လူ တစ်ယောက်တည်း ကျန်ရစ်၏

တရား အစုစုသည် တစ်ခုတည်းသာ ဖြစ်၏။  
 နွားသည် သင်္ကေတ သဘောမျှသာ။  
 သင် လိုသော အရာသည်  
 ထောင်ချောက် မဟုတ်၊ မြူးပိုက် မဟုတ်၊  
 ယုန်နှင့် ငါးသာ ဖြစ်ကြောင်း သိလာသောအခါ၊  
 အညစ်အကြေးတို့မှ စင်ကြယ်စေပြီးသော ရွှေပမာ၊  
 တိမ်တိုက်များကြားမှ ပေါ်ထွန်းလာသော လမင်းပမာ ဖြစ်လာလိမ့်မည်။  
 ကမ္ဘာဦးအစ ထွန်းလင်း တောက်ပစဉ်ကထက်  
 ပို၍ အေးမြ တည်ငြိမ်သော စူးရှ ထွန်းတောက်သော  
 အလင်းရောင်တန်းတစ်ခု ထွန်းပနေသည်။

Riding on the animal; he is at last back  
 in his home,  
 Where lo! the ox is no more; the man  
 alone sits serenely.  
 Though the red sun is high up in the sky,  
 he is still quietly dreaming,  
 Under a straw-thatched roof are his  
 whip and rope idly lying.

နွားစီး၍ လာခဲ့ရာ အခု သူ့အိမ်သို့ ရောက်ပြီ။  
 ဘယ်မှာလဲ ကြည့်စမ်း၊ နွား မရှိတော့။ လူသာ  
 တည်ငြိမ် အေးချမ်းစွာ ထိုင်နေ၏။  
 နီရဲသော နေမင်းက မိုးအမြင့်မှာ ထွန်းလင်းနေသော်  
 လည်း သူသည် တိတ်ဆိတ်စွာ အိပ်မက် မက်နေ  
 ဆဲ။  
 ကောက်ရိုး၊ သက်ငယ်ပျစ် အမိုးအောက်မှာ သူ့  
 နှင်တံနှင့် နဖူးကြိုးသည် ပျင်းရိစွာ လဲလျောင်းနေ  
 သည်။



## **8. The Ox and the Man Both Gone out of Sight**

All confusion is set aside,  
and serenity alone prevails; even the idea of  
holiness does not obtain.

He does not linger about where the Buddha is,  
and as to where there is no Buddha he speedily  
passes by.

When there exists no form of dualism, even a  
thousand-eyed one fails to detect a loop-hole.  
A holiness before which birds offer flowers is but  
a farce.

၈။နွားနှင့်လူ နှစ်ဦးလုံးမြင်ကွင်းမှ ပျောက်ကွယ်သွားခြင်း

ခပ်သိမ်းသော ရှုပ်ထွေးမှုတို့ကို ဖယ်ရှားလိုက်သောအခါ  
 တည်ငြိမ် အေးချမ်းခြင်းသာ ရှိတော့၏။  
 ဘုရားသခင်ဟူသော အယူအဆပင် မရှိတော့။  
 သူသည် ဘုရားမြတ်စွာ ရှိသော နေရာမှာ တွယ်ရစ်မနေတော့။  
 ဘုရားမြတ်စွာ မရှိသည့်အတွက်  
 သူ အမြန် ထွက်ခွာလာခဲ့သည်။  
 (ဒွတ္တ) နှစ်ခုစွဲဝါဒ မရှိသောကြောင့် မျက်လုံး တစ်ထောင် ရှိသူပင်  
 အားနည်းချက် ထွက်ပေါက် တစ်ခုကို မတွေ့မြင်နိုင်။  
 ကျေးငှက်များက ပန်းဖြင့် ပူဇော်ကြသည်ဆိုသော ဘုရားသခင်  
 ဆိုသည်မှာ ရယ်ဖွယ် ဇာတ်လမ်းတစ်ခုမျှသာ

All is empty \_ the whip, the rope, the  
 man, and the ox:  
 Who can ever survey the vastness of  
 heaven?  
 Over the furnace burning ablaze, not a  
 flake of snow can fall:  
 When this state of things obtains, mani-  
 fest is the spirit of the ancient master.

အားလုံး ဗလာ။ နှင်တံ၊ ကြိုး၊ လူနှင့် နွား။  
 ကောင်းကင်ဘုံ၏ ကျယ်ပြောခြင်းကို ဘယ်သူ  
 တိုင်းတာနိုင်မလဲ။  
 အလျှညီးညီး မီးပုံကြီးပေါ်သို့ ဘယ်သို့သော  
 နှင်းပွင့် တစ်ပွင့်မျှ မကျရောက်နိုင်။  
 ထိုအခြင်းအရာတို့၏ အခြေအနေများ ပြည့်စုံသော  
 အခါ ရှေးဆရာသခင်တို့၏ အလိုတော်သည်  
 ဖြစ်ပေါ်တည်ရှိခဲ့ပြီ။

It will be interesting to note what a mystic philosopher would say about this: "A man shall become truly poor and as free from his creature will as he was when he was born. And I say to you, by the eternal truth, that as long as ye desire to fulfill the will of God, and have any desire after eternity and Gods; so long are ye not truly poor. He alone hath true spiritual poverty who wills nothing, knows nothing, desires nothing." ... (From Eckhart as quoted by Inge in Light, Life, and Love.)



## 9. Returning to the Origin, Back to the Source

From the very beginning, pure and immaculate,  
the man has never been affected by defilement.  
He watches the growth of things,  
while himself abiding in the immovable serenity of  
non-assertion.

He does not identify himself with the maya-like  
transformation (that are going on about him),  
nor has he any use of himself  
(which is artificiality).

The waters are blue, the mountains are green;  
sitting alone,  
he observes things undergoing changes.

### ၉။ မူလအစသို့ ပြန်ခြင်း၊ ရင်းမြစ်သို့ တစ်ဖန်

အစကတည်းက စွန်းထင်း မရှိ၊ ပကတိ စင်ကြယ်သောလူသည်  
ကိလေသာတို့ ကပ်ငြိခြင်း မရှိခဲ့။

သူသည် အခြင်းအရာတို့ ဖြစ်တည် ကြီးထွားလာပုံကို  
စောင့်ကြည့်ခဲ့၏။ ခိုင်ကျည်ချမ်းမြေ့သော စွဲမှတ်မှု ကင်းရာတွင်  
နေထိုင်လာခဲ့သည်။

(သူ့တွင် ဖြစ်မည့်) မာယာ အပြောင်းအလဲများဖြင့်လည်း  
သူ မသတ်မှတ်။

(အတုအယောင် ဖြစ်သော) သူ့ကိုယ်တိုင်ကလည်း သူ့အတွက်  
အသုံးမဝင် အကျိုးမရှိ။

ရေများ ပြာလဲ့လျက်၊ တောင်များ စိမ်းလန်းလျက်၊  
တစ်ကိုယ်တည်း ထိုင်၍ ဖြစ်ပျက်ပြောင်းလဲနေသော  
အရာများကို သူ ရှုမှတ်နေသည်။

To return to the Origin, to be back at  
 the Source \_ already a false step this!  
 Far better it is to stay home, blind and  
 deaf, and without much ado;  
 Sitting in the hut, he takes no cogni-  
 zance of things outside.  
 Behold the streams flowing \_ whither  
 nobody knows; and the flowers vividly  
 red \_ for whom are they?

မူလအစသို့ ပြန်ဖို့၊ ရင်းမြစ်သို့ တစ်ဖန် ပြန်ဖို့သည်  
 အစကတည်းက ခြေလှမ်းမှားတစ်ခု ဖြစ်၏။  
 ဘာမှမလုပ်ဘဲ၊ မျက်ကန်းသမား၊ နားပင်းသမား၊  
 ကိုယ့်အိမ်ထဲမှာ ကိုယ်နေခြင်းက ပိုကောင်းသည်။  
 တဲထဲမှာ ထိုင်၍ ပြင်ပလောကမှ အခြင်းအရာတို့  
 ကို သူ ဘာမှမသိ။ ကြည့်စမ်း၊ စမ်းချောင်းများ  
 စီးဆင်းနေဆဲ၊ ဘယ်သူတွေမှ မသိသော်လည်း၊  
 ပန်းများသည် ရဲရဲနီနီ လှနေကြ၏။ သူတို့ (ပွင့်  
 တာ) ဘယ်သူတွေ အတွက်လဲ။



## **10. Entering the City with Bliss-bestowing Hands**

His thatched cottage gate is closed,  
and even the wisest know him not.

No glimpses of his inner life are to be caught;  
for he goes on his own way without following the  
steps of the ancient sages.

Carrying a gourd<sup>1</sup> he goes out into the market,  
leaning against a staff<sup>2</sup> he comes home.

He is found in company with wine-bibbers and  
butchers, he and they are all converted into  
Buddha.

၁၀။ ပီတိကိုပေးသောလက်များဖြင့် ပြည်တော်ဝင်ခြင်း

သူ၏ သက်ငယ်တဲ တံခါးပိတ်ပြီး  
 ပညာအရှိဆုံးသူသည် သူ့ကို မသိတော့။  
 သူ၏ အတွင်းအဇ္ဈတ္တဘဝ၏ အရိပ်အယောင်ကိုမှ ဖမ်းမရ။  
 ရှေးဆရာသခင်တို့ ခြေရာကို မနင်းဘဲ  
 သူ့လမ်း သူ သွားခဲ့ပြီ။  
 ဘူးသီးခြောက်<sup>၁</sup> ကို လွယ်၍ ဈေးဘက်သို့ သူ သွား၏။  
 တောင်ဝှေး၂ တစ်ချောင်း အားပြု၍ အိမ်သို့ သူ ပြန်ခဲ့၏။  
 အရက်သမားများ၊ သားသတ်သမားများနှင့် အတူ  
 သူ့ကို တွေ့ခဲ့ရ၏။  
 ထိုသူတို့ အားလုံး ဉာဏ်အလင်း ပွင့်ကြကုန်၏။

Bare-chested and bare-footed, he  
 comes out into the market-place;  
 Daubed with mud and ashes, how  
 broadly he smiles!  
 There is no need for the miraculous  
 power of the gods,  
 For he touches, and lo! the dead trees  
 are in full bloom.

ရင်ဘတ် ဗလာ၊ ခြေဗလာဖြင့် ဈေး(ရှိရာ)သို့ သူ  
 လာခဲ့သည်။ ရွံ့တွေ၊ ပြာတွေ ပေကျံလျက်။ ဘယ်  
 လောက် နှစ်နှစ်ကာကာ သူ ပြုံးနေလိုက်ပါသလဲ။  
 နတ်ဘုရားတို့၏ အံ့မခန်း တန်ခိုးများ မလိုပါ။  
 သူ့လက်နှင့် ထိလိုက်သည်နှင့်၊ ကြည့်လိုက်စမ်း၊  
 သစ်ပင်ခြောက်တွေ ပင်လုံးဝေဝေ ပွင့်လာသည်။

1. Symbol of emptiness (sunyata)
2. No extra property he has, for he knows that the desire to possess is the curse of human life.

၁။ ဘာမှ မရှိခြင်း၏ သင်္ကေတ (သုညတ)။

၂။ သူ့မှာ ပစ္စည်းအပို မရှိ၊ ပိုင်ဆိုင် လိုချင် တပ်မက်မှုသည် ဘဝ၏ ကျိန်စာ ဖြစ်  
 ကြောင်း သူ သိသည်။

# 2

10 Bulls by KAKUAN  
Transcribed by  
NYOGEN SENZAKI & PAUL REPS

