

LESSON 13**ALARA AND UDDAKA**

When Prince Siddhartha left his palace and a life of luxury, five of his friends who heard this, left their homes to become monks like him. One of them was Kondanna, the young wise man. In fact he was the cleverest of the lot. The other wise men were Bhaddiya, Wappa, Mahanama and Assaji. They, too, placed begging for food.

At that time in India there were many religious teachers. The best and well known one was Alara Kalama. Ascetic Gotama went with his five friends to study under him. He stayed and learnt all that Alara could teach him very faithfully and obediently. He was the most hard working pupil and his master liked him very much as he was very clever too. Finally he could not teach him any more and he said:

“You are the same as I am now. There is no difference between us. Stay here and take my place and teach my pupils with me.

Ascetic Gotama was surprised and asked, “You cannot teach me more? Can you teach me the way to stop death, sickness and old age?”

“No,” said Alara, “I cannot, for I do not know that myself. So how can I teach you that. There is none in the world who knows this.”

Ascetic Gotama left him with his band of five friends. They wandered all over the country practicing what they had learnt. At last they heard of another great teacher who was famous for his cleverness. He was called Uddaka. They went and learnt from him for sometimes. Here too Ascetic Gotama learnt very obediently and became his best pupil.

Uddaka too, could not teach him how to stop suffering, old age and death and he too, had never heard of anyone who could solve these problems. Once again Ascetic Gotama was very disappointed and left Uddaka with his five friends and made up his mind to struggle by himself very hard until he found the cause of all the sufferings of life.

သင်ခန်းစာ (၁၃)

အာဠာရနှင့်ဥဒက

သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ပြည့်စုံ ချမ်းသာသည့် နန်းစည်းစိမ်ကို စွန့်လွှတ်ခဲ့သောအခါ ဒီသတင်းကို ကြားသိသော သူ၏သူငယ်ချင်း ငါးယောက်တို့သည် မင်းသားကဲ့သို့ပင် ရဟန်းဝတ်ကြရန် သူတို့၏အိမ် များကိုစွန့်လွှတ်ထွက်ခွါ ခဲ့ကြပါတယ်။ ၎င်းတို့ထဲမှ အငယ်ဆုံးပညာရှိကတော့ ကောဏ္ဍညဘဲဖြစ်ပါ တယ်။ အမှန်တကယ်တော့ သူသည် လိမ္မာပါးနပ်ဆုံးဖြစ်ပြီးတော့ အခြားပညာရှိတွေကတော့ ဘဒ္ဒိယ၊ ဝပ္ပ၊ မဟာနာမနှင့်အသဇိတို့ဖြစ်ကြပါတယ်။ ၎င်းတို့ သည်လဲဘဲ အစားအစာအတွက် လှည့်လည်ခဲ့ပါ တယ်။

ထိုအချိန်က အိန္ဒိယတွင် ဘာသာရေးဆရာအများအပြားရှိခဲ့ပါတယ်။ အတော်ဆုံးနဲ့ လူသိအများဆုံး တစ်ယောက်ကတော့ အာဠာရ ကာဠာမဖြစ်ပါတယ်။ ရဟန်းဂေါတမသည် အာဠာရထံသို့ ပညာသင် ကြားဖို့ရန် သူ၏သူငယ်ချင်းငါးယောက်တို့နှင့်အတူ သွားရောက်ခဲ့ပါတယ်။ ရဟန်းဂေါတမသည် အာဠာရမှ သင်ကြားပေးနိုင် သမျှအားလုံးကို ယုံကြည် လေးစားလိုက်နာလျက် ရှိသေကျိုးနွဲ့စွာ နေထိုင် သင်ယူခဲ့ပါတယ်။ သူသည် အလွန်ကြိုး စားသော တပည့်တစ်ယောက်ဖြစ်ပြီး သူသည် အလွန် လိမ္မာ ပါးနပ်သဖြင့် သူ၏ဆရာက သူ့ကို အလွန်သဘောကျ ခဲ့ပါတယ်။ နောက်ဆုံးမှာတော့ အာဠာရသည် သူ့ကို သင်ကြား မပေးနိုင်တော့ပါဟု သူ့ကို ပြောကြားခဲ့ပါတယ်။

“သင်သည် ငါဆရာကဲ့သို့ပင် တတ်မြောက်ပြီဖြစ်ပါတယ်။ ငါတို့ ဆရာ တပည့် အကြားမှာ ကွဲပြားခြားနား မှုမရှိတော့ပါ။ ဒီနေရာမှာ ငါနှင့်အတူနေပြီး ငါ၏တပည့်များကို ငါနှင့်အတူသင်ကြားပေး ပါ။

ရဟန်းဂေါတမသည် အံ့အားသင့်သွားပြီး “ကျွန်ုပ်ကို ပိုမိုမသင်နိုင်တော့ဘူးလား? သင်သည် ကျွန်ုပ်ကို အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်းတို့ကို တားမြစ်ပေးနိုင်သည့် နည်းလမ်းကို မသင်ပေးနိုင်တော့ဘူး လား?

“မသင်ပေးနိုင်တော့ပါ” လို့ အာဠာရကပြောခဲ့ပါတယ်။ “မသင်ပေးနိုင်တော့ပါဘူး။ ကျွန်ုပ် ကိုယ်တိုင်သည်ပင် ၎င်းတို့ကို မသိပါ။ ထို့ကြောင့် ယင်းအကြောင်းအရာတွေကို သင်အား ဘယ်လိုလုပ် သင်ပေးနိုင်မလဲ? ယင်းအကြောင်း အရာတွေကို သိသောသူ ကမ္ဘာပေါ်မှာ တစ်ယောက်မှမရှိပါ။

ရဟန်း ဂေါတမသည် သူ၏မိတ်ဆွေ ငါးယောက်နှင့်အတူ အာဠာရကို စွန့်ခွါခဲ့ကြပါတယ်။ ၎င်း တို့သည် ၎င်းတို့ သင်ယူတတ်မြောက်ခဲ့ကြသော လေ့ကျင့်မှုများဖြင့် နိုင်ငံအတွင်း ဟိုဟိုဒီဒီ လှည့်လည် သွားလာခဲ့ကြပါတယ်။ နောက်ဆုံးမှာတော့ ၎င်းတို့သည် အလွန် လိမ္မာတတ်မြောက် နာမည်ကျော်ကြားသော အခြာ ဆရာကြီးတစ်ယောက် အကြောင်းကို ကြားသိခဲ့ကြပါတယ်။ သူကတော့ ဥဒကလို့ခေါ် ပါတယ်။ ၎င်းတို့သည် ထိုဆရာကြီးထံမှ တခါတရံ သွားရောက်လေ့လာခဲ့ကြပါတယ်။ ဒီနေရာမှာလဲ ရဟန်း ဂေါတမသည် ရှိသေကျိုးနွဲ့စွာ လေ့လာသင်ယူခဲ့သဖြင့် ဥဒက၏တပည့်ကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်လာခဲ့ပါတယ်။

ဥဒကလဲဘဲ ရဟန်းဂေါတမကို ဆင်းရဲဒုက္ခ၊ အိုခြင်း၊ သေခြင်းတို့ကို ရပ်တန့်စေနိုင်သည့် နည်းလမ်းကို သင်ကြားပေးနိုင်ခဲ့ပါ။ ဥဒကသည်လဲဘဲ ယင်းပြဿနာများကို အဖြေရှာပေးနိုင်သူတစ်ယောက်ကိုမျှ မကြားခဲ့ဘူးပါ။ တဖန် ရဟန်းဂေါတမသည်အလွန်စိတ်ပျက်စွာဖြင့် သူ၏မိတ်ဆွေငါး ယောက်နှင့်အတူ ဥဒကထံမှ ထွက်ခွါခဲ့ကြပြီး ဘဝ၏ဆင်းရဲဒုက္ခအားလုံးတို့မှချုပ်ငြိမ်းခြင်းအကြောင်းကို တွေ့ရှိသည့်တိုင်အောင် မိမိဘာသာ မိမိဘဲ ရုန်းကန်လှုပ်ရှား ကြိုးစားအားထုတ်တော့မည်ဟု စိတ်ကို ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါတော့တယ်။



LESSON 14

TORTURING THE BODY

After leaving Uddaka, Ascetic Gotama and his five friends wandered from place to place as before. He practiced fasting which was thought to be one of the best ways to acquire wisdom. He, too, at the beginning took little food. Later on he only ate one meal a day for months. Then he took food once in two or three days. He was eating roots of plants, leaves and juice of various leaves and fruits. Because of the lack of proper food his body became so thin that his legs became like bamboo sticks, his backbone was like a rope, his rib-bones in the chest were like an uncompleted roof of a house, his eyes sank

right inside, like a stone in a deep well. His skin was so dry and wrinkled that hairs were missing. In fact he looked like a living skeleton ---- all bones without any flesh! He suffered terrible pain and hunger and he thought that the only way to happiness was to be most unhappy now. He continued to meditate but still he did not know anything new.

Another way of torturing his body and mind was holding his breath for a long time until he felt terrible pains in the ears, head and the whole body. Then he began to be alone or practiced loneliness. During the Full Moon and New Moon nights he went out to the forests, cemetery and other lonely places to meditate. He became frightened at first in these places, especially when wild animals came. But he never ran away from these places. He stayed behind bravely in these dreadful places meditating all the time.

He used to wear rags or torn dirty clothes from grave-yards and rubbish heaps during this period. In the hot summer he stayed indoors at night and in the burning sun in the day time. In the cold winter at midnight he used dip himself in the icy cold water and stay for a long time. This was to torture his body and mind even more and suffer even more than ever.

For six long years he did all these practices and in spite of the great pain and suffering he did not find out anything. He finally thought that this was not the way to find out wisdom. One day he fainted in a place called Uruvela. Then a goat boy came and gave him some milk and that made him better. Soon he began to take more milk and food and built up his body. When the five friends saw that he was not fasting anymore, they felt disappointed and left him alone.

သင်ခန်းစာ (၁၄)

ခန္ဓာကိုယ်ကို ညှင်းပန်းနှိပ်စက်ခြင်း

ဥဒကထံမှထွက်ခွါလာပြီးနောက် ရဟန်းဂေါတမနှင့်သူငယ်ချင်းငါးယောက်တို့သည် ယခင်က ကဲ့သို့ တစ်နေရာမှတစ်နေရာသို့ လှည့်လည်သွားလာခဲ့ကြပါတယ်။ သူသည် အသိဉာဏ်ပညာရယူဖို့ရန် နည်းလမ်းကောင်းတစ်ခုဟု မှတ်ထင်သော ဒုက္ကရစရိယခေါ်သော အစာမစားခြင်းအကျင့်ကို ကျင့်နေခဲ့ပါတယ်။ သူသည်လဲ အစမှာတော့ အစားနည်းနည်းမျှကိုသာစားခဲ့ပါတယ်။ နောက်ပိုင်းမှာတော့ လပေါင်းများစွာ တစ်နေ့ကို တစ်ထပ်ဘဲစားခဲ့ပါတယ်။

ထိုနောက် နှစ်ရက် သုံးရက်မှ တခါစားခဲ့ပါတော့ တယ်။ သူသည် သစ်မြစ်၊ သစ်ရွက်နှင့်သစ်သီး သစ်ရွက်တို့၏ အရည်များကိုသာ စားသောက်နေခဲ့ပါ တယ်။ အစားအသောက် အာဟာရမပြည့်ဝသည့်အတွက်ကြောင့် သူ၏ ခန္ဓာကိုယ်သည် အလွန်ပိန်ချိုး လာခဲ့ပါတယ်။ သူ၏ခြေထောက်များသည်လဲ ဝါးကျူတိုင်ကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ သူ၏ နောက်ကျောရိုးတို့သည် ကြိုးချောင်းကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ သူ၏နံရိုးတို့သည် အိမ်အမိုးအပျက်ကြီးကဲ့သို့လည်း ကောင်း၊ သူ၏မျက်စိတို့သည် ရေတွင်းနက်ကြီးထဲရှိ ကျောက်တုံးများကဲ့သို့ ခွက်ဝင်လျက်လည်းကောင်း ဖြစ်လာခဲ့ပါ တယ်။ သူ၏အရည်တို့သည် အလွန်ခြောက်သွေနေပြီး ဆံပင်များသည် ကျွတ်လျက် တွန့်လိမ်နေခဲ့ပါတယ်။ တကယ်တော့ သူသည် အရိုးစု ကမ္မဋ္ဌာန်းရုပ်တစ်ခုနှင့်တူနေပြီး အရိုးများတွင် အသွေးအသားများ ခန်းခြောက်နေပါ တော့တယ်။ သူသည် နာကျင် ဆာလောင်ခြင်း ဒုက္ခကို ခံစားနေခဲ့ရပြီး ပျော်ရွှင်မှုဖို့ရန် နည်းလမ်းတခုသည် အခုတော့ တော်တော်မပျော်ရွှင်ဖို့ရန်အတွက် ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်လို့ ဆင်ခြင် စဉ်းစားခဲ့ပါတယ်။ သူသည် ဆက်လက်၍ တရားပွားများ အားထုတ်ခဲ့သော်လဲ သူသည် နည်းလမ်းသစ် တစုံတရာမျှကို ရှာဖွေ မတွေ့ရှိခဲ့ပါ။

သူ၏ ခန္ဓာကိုယ်နှင့်စိတ်ကို ပင်ပန်း ညှင်းဆဲစေသော အခြားနည်းလမ်းသည် တစ်ကိုယ်လုံးနှင့် ခေါင်း၊ နားတို့တွင် နာကျင်ခြင်း ဒုက္ခခံစားရသည်တိုင်အောင် အချိန်ကြာမြင့်စွာ သူ၏ အသက်ရှူခြင်းကို ပြုလုပ်ခဲ့ပါတယ်။ ထိုနောက် သူသည် တစ်ယောက်တည်းဖြစ်ဖို့ရန် စတင်ခဲ့ပါတယ်။ သို့မဟုတ် တစ်ယောက်တည်း ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်ခဲ့ပါတယ်။ လပြည့် လကွယ်ညတွေမှာ သူသည် တရားရှု မှတ်ဖို့ရန် ဆိတ်ငြိမ်ရာဖြစ်သော သင်္ချိုင်းနှင့် တောတွေရှိရာကို ထွက်ခွါခဲ့ပါတယ်။ သူသည် အစမှာတော့ ထိုနေရာတွေမှာ ထိတ်လန့် တုန်လှုပ်မှုဖြစ်ခဲ့ရပါတယ်။ အထူးအားဖြင့်တော့ တောရိုင်းတိရစ္ဆာန်များ ထွက်ပေါ်လာသောအခါဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် သူသည် ၎င်းနေရာများမှ ဘယ်တော့မှ မထွက်ခွါခဲ့ပါ။ သူသည် အချိန်ပြည့် တရားပွားများလျက် ယင်းကြောက်မက်ဖွယ်နေရာများတွင် သတ္တိရှိစွာနေထိုင်ခဲ့ပါ တယ်။

သူသည် သင်္ချိုင်းမှ အလွန်ညစ်ပတ်သော အဝတ်များကိုဝတ်ဆင်လေ့ရှိခဲ့ပြီး ယင်းကာလအတွင်း အမှိုက် သရိုက်များကို စုပုံခဲ့ပါတယ်။ ပူပြင်း ခြောက်သွေသည့် နွေရာသီမှာတော့ သူသည် နေအခါမှာ တော့ နေပူဆာခံလျက် ညအခါ အတွင်းထဲမှာနေထိုင်ခဲ့တယ်။ အေးချမ်းသော ဆောင်းရာသီ သန်းခေါင် ယံတွင် သူသည် သူဘာသာသူ ရေခဲရေတွင် နှစ်စိမ်လေ့ရှိပြီး အချိန်ကြာကြာနေထိုင်ခဲ့ပါတယ်။ ဤအရာ သည် အမြဲတမ်းထက် ပိုလွန်ပြီးတော့ ဒုက္ခခံနိုင်ဖို့ရန်နှင့် သူ၏ကိုယ်ခန္ဓာနှင့်စိတ်ကို ညှင်းပန်း နှိပ်စက်ဖို့ ရန်ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။

သူသည် အလွန် နာကျင် ပင်ပန်း ဆင်းရဲမှုများဖြစ်သော ယင်းကျင့်စဉ်များကို ခြောက်နှစ်ကြာပြု လုပ်ခဲ့ပြီး သူသည် တစုံတခုကိုမျှ ရှာဖွေ မတွေ့ရှိခဲ့ပါ။ သူသည် နောက်ဆုံးတွင် ဤအရာသည် အသိဉာဏ်ပညာကို ရှာဖွေ တွေ့ရှိနိုင်သော နည်းလမ်းမဟုတ်ဟု ဆင်ခြင် စဉ်းစားခဲ့ပါတယ်။ တစ်နေ့မှာ တော့ ဥရုဝေလခေါ်သော နေရာတွင် မူးမေ့သွားခဲ့ပါတယ်။ ထိုနောက် ဆိတ်ကျောင်းသားလေးတစ် ယောက် ရောက်လာကာ သူ့ကို ဆိတ်နို့ပေးခဲ့ပါတယ်။ ယင်းဆိတ်နို့သည် သူ့ကို ကောင်းလာအောင် ပြုလုပ်ပေးခဲ့ပါတယ်။ မကြာခင်မှာဘဲ ဆိတ်နို့များနှင့်အစားအသောက် များကို စတင် စားသောက်ခဲ့ပြီး သူ၏ ခန္ဓာကိုယ်သည် ပြန်လည်ပြည့်ဝလာခဲ့ပါတယ်။ သူသည် ချိုးခြံ ခေါင်းပါးသော

အကျင့်ကို မကျင့်တော့ဘူးဟု သူငယ်ချင်းငါးယောက်က တွေ့မြင်သောအခါ ၎င်းတို့သည် မကျေမနပ်ကြသဖြင့် သူ့ကို တစ်ယောက်တည်းထား၍ ဖဲ့ခွါခဲ့ကြပါတယ်။

