ඇසින් දකිනවා මනසින් හඳුනාගන්නවා කියන්නේ මොකක්ද ?

දැන් ඇසින් දකිනවා කියමු. ඒ ඇසින් දකින තැන, අපි හිතමු අපි දැක්කා කියලා. පුටුව කියල. එතන තියෙන්නේ ස්පාර්ක් එකක් නේ. දැන් ඔය කියන කතන්දර ඔක්කොම. ඇත්තටම අපි ගොඩක් කන්තන්දර කියනවනේ. අපි කියනවනේ ඇසින් දකිනවා මනසින් අඳුනගන්නවා කියලා. ඔක දැන් ඔය ලිහලා පෙන්නන එකක්නේ ඔය කරන්නේ. නමුත් ඔය වට්ටං වට්ටති කියන තැනනේ. ඔතන එක කම්පනයි තියෙන්නේ. ඔය මනස කියලා තව එකක් නෑ වගේම පේනවා කියල තව එකකුත් නැහැ. එක කම්පනයයි තියෙන්නේ.

දැන් ඔය "පදපි පස්ස පච්චයා" කිව්වේ ඕං ඔය නිසා තමයි. පස්ස කියන්නේ ස්පර්ශය කියන එකයි. ස්පර්ශය කියන්නේ ස්පාර්ක් එකක්. මෙතන වෙන්නේ එක ස්පාර්ක් එකයි. ඔය ස්පාර්ක් එකේ තමයි ඔක්කොම තියෙන්නේ. දැන් මේ ස්පාර්ක් එක අපි සරලව බැලුවොත් දකින කොටම පුටුව තමයි එන්නේ, මේ හේතු ඵල දහම පෙන්නන්නේ. මේක සිද්ධ වෙන ආකාරයට පෙන්නනවා. ප්‍රොසෙස් එක කොහොමද මේක හැදෙන්නේ කියල. සමුදය ඥාණං කියන එක. හැබැයි මේක වෙන්නේ ඇත්තටම එක ස්පාර්ක් එකයි. මේකෙ මනසක්වත් මොකක්වත් හොයන්න බැහැ.

මේකේ තියෙන්නේ එක ස්පාර්ක් එකයි. එතකොට ඒ ස්පාර්ක් එකේ තියෙනවා පවර් එකක්. ඒ ස්පාර්ක් එකේ තමයි මේ ඔක්කොම කථාව තියෙන්නේ. ඒ කියන්නේ ස්පාර්ක් එකේ තියෙන පවර් එක දකිනකොටම කෙලින්ම මමයි. ඔක්කොම එතන තියෙන්නේ. දකින්නේ පුටුව නම්, පුටුව නෙමෙයි එතන ඇත්තටම එන්නේ මම. ඒ ස්පාර්ක් එකේ වටිනාකම. ඒක තමයි මගේ ආත්මය. ඒ කියන්නේ මගේ කෙලෙස්. ඒ ස්පාර්ක් එකේ පවර් එක. තව පැත්තකින් කියනවා නම්, අසූ හාරදහසක් ධර්ම ස්කන්ධය ඔතන තියෙන්නේ. ඒ විතරක් නෙමෙයි සාරාසංඛ්‍ය කල්ප ලක්ෂයක්ම තියෙන්නේ ඔය ස්පර්ක් එකේ. ඕකට කියනවා ක්ෂණය කියල. ඔය ස්පාර්ක් එක තව විදිහකින් කියනවා ක්ෂණ සම්පත්තිය කියල. ඕක ක්ෂණ සම්පත්තිය වෙන්නේ අර මුළු අසූහාරදහසක්, එහෙම නැත්නම් සාරාසංඛ්‍ය කල්ප ලක්ෂයම මේ ස්පාර්ක් එකේ කතා කරනවා. දකිනවා මේක හැදෙන හැටි.

ඔක්කොම කතාව තියෙන්නේ මේ ක්ෂණ සම්පත්තිය කියන තැන. ඒ කියන්නේ ඒක තව විදිහකින් කියනවා නම් ඒ ක්ෂණය, ඒ ස්පාර්ක් එක. ඇත්තටම මුළු කථාවම එතන තියෙන්නේ, එක කම්පනයේ. දැන් අපි හිතමු ඒ කම්පනය එයාගේ අන්තිම හුස්ම බිංදුව කියල. එයාගේ හුස්ම යනවා කියල. එතකොට ඒ කම්පනය තමයි එයාගේ අන්තිම කම්පනය. එකේ ගති නිමිති, කම්ම නිමිති, ඔක්කොම තියෙනවා. එයාගේ මුළු සසරම තියෙන්නේ ඒකේ. ඒක කොයිතරම්ද තීව්‍ර, ඒ තරම්ම "මානීය මක්කටෝ, අති මානීය කුක්කුරෝ". ඒක අඩු කම්පනයක් නම් වඳුරෙක්, තව ටිකක් කම්පනයක් නම් ඒක බල්ලෙක්, තව ටිකක් ඒ කම්පනය බලවත් නම්, ඊට වැඩිය ප්‍රභල නම් එයා නිරයේ.

ඕක ගැන කතා කරනකොට දිව්‍ය ලෝකයත් එකම කම්පනයේ තියෙන්නේ. ඒ කම්පනයේ තියෙන සුකුම ස්වභාවය. ඒ කම්පනයේ තියෙන පවර් එක. රළු ස්වභාවය තමයි නිරය. ඒ ඔක්කොම තියෙන්නේ මේ එකම කම්පනයේ. තුන් භූමියම, තුන් ලෝකයම තියෙන්නේ මේ කම්පනයේ. ඒ කියන්නේ මනුස්ස ලෝකයද, නිරයද, දිව්‍ය ලෝකයද මේ ඔක්කොම තියෙන්නේ ඔය කම්පනයේ. මොකක්ද ඒ කම්පනයේ පවර් එක? ඒක තමයි මේකේ නිරූපණය. එයා ඉන්නේ නිරයේ දැන්. එයාගේ හුස්ම ටික ගියොත් ඒ කම්පනය ටෙලිපති වෙලා එතන තමයි සකස් වෙන්නේ. හුස්ම ටික ගියේ නැතත් එයා ඉන්නේ නිරයේ තමයි. මනුෂ්‍ය ශරීරයක් තියෙන්න පුළුවන්. හැබැයි මනුෂ්‍යයෙක් නෙමෙයි එයා. මනුෂ්‍ය ශරීරයක් තිබුන පලියට මේ කම්පනයේ ඝන සංඥා,

සුකුම කියන සුකුම ලෝක, ඝන ලෝක කියන එකත් මේ කම්පනයේමයි තියෙන්නේ. සංඥා සුකුම, සංඥා ඝන කියන තැන. එතකොට මේ එක කම්පනයයි තියෙන්නේ. මේ හේතුඵල දහමේ පරම සුවිශේෂ මහා අභිඥා ඥාණයට අසුවන මහා විග්‍රහය තමයි මේ.

දැන් මේ කම්පනයේ විපරිණාමයක් තියෙනවා. ඒ කියන්නේ දැන් එකින් එක, එකින් එක කම්පනය වෙනවා. "යංහි යංහි තත්‍ර තත්‍ර" ඒ කියන්නේ හැම හිතක්ම කම්පනය වෙනවනේ. දැන් ඔය විදිහට ගිහින් ගිහින් සිතුවිලි සංසාරය නේ, චක්‍රය නේ. "සංවට්ට විවට්ට" කියල පෙන්නන්නේ ඕකනේ. හැම මොහොතේම එක කම්පනයක් කොහොමත් තියෙන්නේ. එහෙම කම්පනය වේවි කම්පනය වෙවී ගිහින් හුස්ම ටික යන මොහොතේ කම්පනය තමයි ඔය මුළු කතාවම කියන්නේ. හැබැයි හුස්ම ටික යන්න යන්න ඕනි නැහැ. මේ දැනුත් හුස්ම ටික වැටෙන මොහොතේ, මේ දැන් කම්පනය පෙර කම්පනයක් නෙමෙයි. ඒක නෙමෙයි මේක වෙන එකක්.

ඒ නිසා තමයි බුදුන් වහන්සේ දේශනා කල මේ සූත්‍ර වල අපිට හමුවන්නේ "අවුත්තා සම්භූතං උත්තානං භවිස්සති" කියලා. එකේ තේරුම මේක මේ මොහොතේ අළුත් කම්පනයක්. අර ඔක්කොම මේකට හේතු වුනාම මේක වෙන කම්පනයක් කියල කියන්නේ. මේක වෙනස්ම එකක් කියල කියන්නේ. මේ මොකක්ද ටෙලිපති වන්නේ? මේ මොකක්ද ස්වභාවය? ඒක තමයි එයාගේ සාරාසංඛ්‍ය කල්ප ලක්ෂයේ ම නිරූපණය. මොකද කම්පනයක් තියෙනවා නම් ඒකට සමාන පෙර කම්පන කොහේ හරි මොකක් හරි එකක් ටෙලිපති වනවා. නවත්තන්න බැහැ. ඒකයි සාරසංඛ්‍ය කල්ප ලක්ෂයේම එක කම්පනයේ කියන්නේ. හැබැයි ඒක කොතනින් ආවද කියල කියන්න බැහැ. හැබැයි ඒක එනවා. මේ ආත්ම භාවයේද මොකක්ද කියල හොයාගන්න බැරි විදිහට. එයාවත් දන්නේ නැහැ.

එක කම්පනයක් තියෙනවා නම්, සාරාසංඛ්‍ය කල්ප ලක්ෂයම එතැන තියෙනවා. හැබැයි එතන අකම්පනය තමයි නිවන කියල පෙන්වන්නේ. එතකොට සාරාසංඛ්‍ය කල්ප ලක්ෂයම අවසාන වනවා. තව පැත්තකින් පවර් එක නැහැ. ඒ අකම්පනය. එතකොට ඒ අකම්පනයට යන මගත් එහෙමයි. ඉතින් මේ විග්‍රහය තමයි, මේ ක්ෂණ සම්පත්තිය කියන්නේ "දුල්ලභං මනුස්සත්තං දුල්ලභං සත්ධම්ම සවනං දුල්ලභං ක්ෂණ සම්පත්තිං" කිව්ව එක. ඕකට තමයි ඔක්කොම කරන්නේ. ක්ෂණ සම්පත්තිය වෙනුවෙන්. ඒ ක්ෂණය අවබෝධ කරන්න. එක තමයි විදර්ශනාව කියන්නේ. "යංහි යංහි තත්‍ර තත්‍ර" කියන්නේ එතන එතන ඒ කම්පනය දකිනවා. හැබැයි මේකේ අවසානය මොකක්ද වෙන්නේ. ඒක බුද්ධක්ෂණය වෙනවා. ඇයි ඒ? භව නිරෝධය දකිනවා. ඒ කියන්නේ? ඒක අකම්පිත වන තැන බුද්ධක්ෂණය කියන්නේ.

එතකොට මොකක්ද වෙන්නේ? එකකටවත් අයිති නෑ. දැන් එතකොට මොකද වෙලා තියෙන්නේ? සුකුම ලෝක කියන එකේ පැනවීමක් තියෙනවා ද? පැනවීමක් නැහැ. අන්න "නිබ්බානං පරමං සුඛං" කියල නැවැත්තුවා. ඒක සුඛය කියල. මොකක්ද එකේ ෆීල් එක. අත්දැකීම තියෙන්නේ සුඛයක්. ඔය තමයි මේකේ ස්ටෝරි එක. ත්‍රිපිටකයේ සූත්‍ර අසූහාරදාහේම තියෙන්නේ ඔච්චරයි. ඔය කම්පන ගැන තියෙන්නේ. ඕක ඔය පොත් ටිකක් කරේ තියන් යන එකක් නෙමෙයි. මේක දැක්කම පොත් ටිකම මෙතන තියෙනවා. ඕක දැනගන්න තමයි පොත් ටික තියෙන්නේ. ඕක තමයි ඇත්තම අභිරහස තියෙන්නේ.

ඔතන තියෙන්නේ එක කම්පනයයි. ඕකට මනසින් හිතනවා අරව මේවා අපි කතන්දර කීවට එහෙම එකක් නැහැ. ඒකයි කිව්වේ මේ ඔක්කොම බිමින් තියන්න කියල. "ඇසින් දකිනවා, මනසින් අඳුනනවා" ඔක්කොම කතන්දර. කතන්දර කියන්නේ අපිම පෙන්නලා දෙන එකක්. මෙහෙම වෙන්නේ කියල. අර නොතේරෙන චූටි දරුවන්ට මොන්ටිසෝරි යන බබාලට අ, ආ, කියලා දෙන්න වෙනවනේ. ඒවා කියල දෙන්න ඕනි. ඒ වගේ දෙයක් තමයි අපි මේ කරන්නේ. ඔය ඇසින් දකිනවා මනසින් අඳුන ගන්නවා වගේ කිව්වම පොඩි දරුවන්ට කියනවා වගේ අයන්න ආයන්න කියල දෙනවා වගේ වැඩක්. එයාල දන්නේ නැහැ භාෂාව. ඒ භාෂාව දැනගත්තට පස්සේ ඒ අයන්න ආයන්න කියල දෙන්න ඕන නෑනේ.

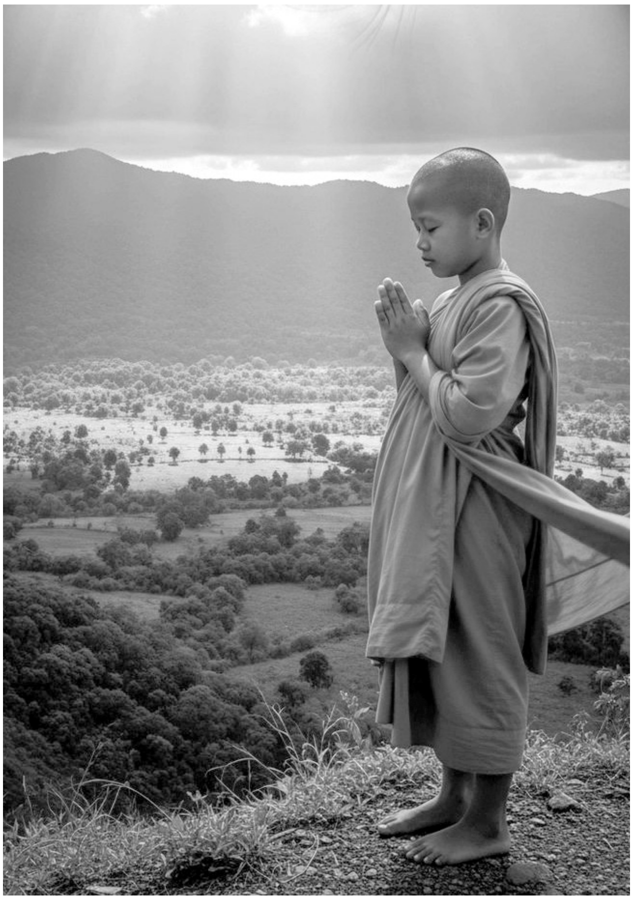
දැන් ඊට පස්සේ එයා ඩිග්‍රිය ගහල ඉවරයි නේ. නැවත මොන්ටිසෝරි යන්න ඕන නැහැනේ. ඒකයි කියන්නේ බිමින් තියන්න කියල. ඇයි ඩිග්‍රීය ගැහුවා කියන්නේ මේක දැක්ක එකට. එතකොට ආයෙ "ඇසින් දැක්කා මනසින් අඳුනගත්ත" කතන්දර ඕනි නැහැ. ඒවා මොන්ටිසොරියේදී කරලා තියෙන්නේ. දැන් ඩිග්‍රියක් ගහල ආයෙ මොන්ටිසෝරි යනවා වගේ වැඩ කරනවා සමහර අය ඕක තේරෙන්නේ නැතිව. ඕක හිත හිත ඉන්නවා. හිතල කලාම එයාට එක හම්බ වෙන්නේ නැහැ. ඇයි? මේක හිතන දෙයක් නෙමෙයි. ඒක දැනෙන දෙයක්. මේක කම්පනයක්. අභ්‍යන්තරයෙන් ඒ දැනෙන පාත් එක තමයි ඔය දිග අරින්නේ, කියලා දෙන්නේ, අර උගන්නනවා වගේ. ඊට පස්සේ ඕක දැනෙන එකක් එන්නේ. එයාට ඒක දැනෙනවා. ඒ දැනෙන්නේ සුබ ස්වභාවයෙන්. ඒ ඔක්කොම ඉවරයි. එයාට එතන මරණයක් වත් ඉපදීමක් වත් මොකක්වත් හම්බවෙන්නේ නැහැ. ඒ අකම්පනය. මේක පවර් එකක්. අපි මේවා කතා කරානේ, physical body එකේ අපට මේ අත පය උස්සන්න බලයක් ඕන. මේ සිස්ටම් එකක් හැදිලා තියෙනවා. මේක පවර් එක ජෙනරේට් වෙන සිස්ටම් එකක්. ඒක තමයි ස්නායු පද්ධතිය ඔස්සේ එන පවර් එක. කෙනෙකුට ගහන්න හරි බලයක්, කේන්තියක් එන්න එපැයි. නැත්නම් හිතල හරි ගන්න එපැයි. ඔය ගන්නේ පවර් එක. එතකොට ඒක තමයි ඇලෙන ගැටෙන පවර් එක. ඒ කියන්නේ ඇලීම් ගැටීම් කියන්නේ රාග ද්වේශ. එතකොට එතන මොනව හරි දෙයක් තියෙනවා කියල අරගෙන සිතුවිල්ලකින් තමයි පවර් එක ජෙනරේට් කරගන්නේ. අපිට ඔටෝ පවර් එක ජෙනරේට් කරගන්නත් පුළුවන්, හිතල පවර් එක ජෙනරේට් කරගන්නත් පුළුවන්, සිස්ටම් එකෙන් එන්නත් පුළුවන්. එක එක විදිහට පවර් එක ජෙනරේට් වෙනවා. හරිනේ. ඉතින් කරන්ට් එකක් විතරයි. තමන් කියන්නේ කරන්ට් එකක්.

ප්‍රශ්නයඃ ඒක තේරෙනවා ආර්යන් වහන්ස, හැබැයි එහෙම තේරෙනකොට ලේසියි ඒක හැදෙන්නේ කොහොමද කියල බලන එක. ගොඩක් අයට තියෙන ප්‍රශ්නේ ඔය කරන්ට් එක දැනෙන්නේ නැති එකනේ. පවර් එක දැනෙන්නේ නැති එකනේ.

මේක එන්නේ, පාරමිතා ගත්තත් උපේක්ඛා පාරමිතාව. ඔය පාරමිතා කියන්නේ අභ්‍යන්තර පාරිශුද්ධභාවය. විරිය පාරමිතාව, නෙක්කම්ම පාරමිතාව, උපේක්ඛා පාරමිතාව ඔතනට එන්නේ. තමන්ගේම අභ්‍යන්තරයට ගමනක් යනවා. අභ්‍යන්තරය පිරිසිදු වෙවී පිරිසිදු වෙවී ගමන එනවා. ඒ ගමන තමයි පිරිසිදු වේවි එන එක. ඒක රාග ද්වේශ මෝහ සංසිඳෙන ගමනම තමයි. අල්ලාගන්නේ නැතිව අතහරින එක දාන පාරමිතාව කියල කියන්නේ. සීල පාරමිතාව කියන්නේ, එතන දකින්නේ, ඒ අරමුණ දැක ගන්න සීලයක් තියෙනවා. ඒ ගින්න කොච්චරක් තියෙනවද කියන එක. ඕක තමයි ඔය පෙන්නන්නේ. සත්‍ය පාරමිතාව කියන්නේ සත්‍ය දකින තරමට සුද්ද වෙන්නේ. ඔක්කොම තියෙන්නේ එතන. සද්ධා, වීරිය, සති, සමාධි, ප්‍රඥා කියන කොට සද්ධා කියන්නේ, සත්‍ය දකිනවා කියන්නේ මේ මායාව එයා දකිනවා. සකස් වෙන එක. ඒක දකිනකොට එනවා කැමැත්තක්. ඊට පස්සේ වීරියකුත් එනවා තව තව දැනගන්න, සුද්ධ වෙන්න. එතකොට උපදිනවා සම්මා සතිය. ඒ කියන්නේ එයාට එනවා අභ්‍යන්තරයෙන් දෙයක් නොවන ස්වභාවයට දැනෙන්න ගන්න. සමාධියක් එනවා. ඒ කියන්නේ අනිමිත්ත සමාධියක්. අප්‍රනීත සමාධියක් එන්නේ. ඒ කියන්නේ මෙතන දෙයක් වෙන්නේ නෑ කියන එක. ගින්නක් නෑ කියන එක. ඒකෙ පෙන්නන්නේ කෙලින්ම නිවන. සද්ධා, වීරිය, සති, සමාධි, ප්‍රඥා. ඒ ප්‍රඥාව තමයි මෙතන අවධි වෙලා කියන්නේ.

(උපුටා ගැනීම 2025.10.17 දින උදෑසන 5.00)

බුද්ධෝත්පාද ශ්‍රාවිකා



සතර සතිපට්ඨානය

අපගේ අරමුණ නිවන් අවබෝධ කර ගැනීමට නම් ඒ සඳහා අපි සතර සතිපට්ඨානය වැඩීම අවශ්‍යම දෙයක්. සතර සතිපට්ඨානය යමෙක් නියමාකාරයෙන් වඩනවා නම් ඔහු අවම වශයෙන් දින හතක් සහ උපරිම වශයෙන් වසර හතක් තුළ නිවන් මාර්ගයට ප්‍රත්‍යක්ෂ කරගන්නා බවට බුදුන් වහනසේ වදාරා ඇත. බුද්ධ සාසනයෙන් පිටතවු වෙනත් මිත්‍යාදෘෂ්ටික ආගම්වලද සතර සතිපට්ඨානය වැඩිමක් පෙන්වා ඇති බැවින් අපි කල්‍යාණ මිත්‍රයානන් වහන්සේ නමකගේ මග පෙන්වීම යටතේ සතර සතිපට්ඨානය වැඩිය යුතුය. සතර සතිපට්ඨානයේ ඇති අංග වන්නේ,

1. කායානුපස්සනාව
2. වේදනානුපස්සනාව
3. චිත්තානුපස්සනාව
4. ධම්මානුපස්සනාව

බුද්ධ ශාසනය තුළ සතර සතිපට්ඨානය වැඩීම සඳහා එම යෝගාවචරයා පළමුව සම්මා දිට්ඨියට පැමිණිය යුතුවේ. සම්මා දිට්ඨියට පැමිණි ආර්ය ශ්‍රාවකයා බාහිර සත්‍යයක් කර නොගෙන ඉන් මිදී ඇත. බාහිර සත්‍යයක් කරගත් මිත්‍යාදෘෂ්ඨික නැතිනම් පෘථග්ජනයින්ට සතර සතිපට්ඨානය වැඩීමෙන් බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා දුන් නියම ආනිසංස ලැබිය නොහැකිය. ඊට හේතු වන්නේ සතර සතිපට්ඨානය වැඩීමේ අපේක්ෂාව වන්නේ අපි මුලාවී ඇති රූපයෙන් මිදීම, වේදනාවෙන් මිදීම, සිතෙන් මිදීම සහ ආයතනයන්ගෙන් මිදීමයි. බාහිරය ඇත්තක් කරගත් තැනැත්තාට කෙනෙක් දෙයක් ආත්මයක් පවතී. එබැවින් පළමුකොටම අපි සම්මා දිට්ඨියකට පැමිණිය යුතුවේ.

සම්මා දිට්ඨියේ පංචවිධ ආනිසංස

සත්තානං විශුද්ධියාය ශෝක පරිදේව සමතික්කමාය දුක්ඛං දෝමනස්සානං අත්තගමාය ඤායස්ස අධිගමාය නිබ්බාන සච්චකිරියාය.

සත්වයාගේ විශුද්ධිය, දුකින් දෝමනස්සයන්ගෙන් මිදීම, ශෝක පරිදේවයන්ගෙන් ගැලවීම, ඥාණයෙන් අධිගමය ලැබීම නිවන් අවබෝධ වීම.

සත්වයාගේ විශුද්ධිය නම් පරම සත්‍යය අවබෝධ වීමය. පරම සත්‍ය දේශනා කර ඇත්තේ, බුදුන් වහන්සේය. එම පරම සත්‍ය අවබෝධය ලැබීම මින් අදහස් කෙරේ. දුක් දොම්නස් වලින් මිදීම. මෙහිදී දුක් දොම්නස් වලින් විස්තර වන්නේ, ඉපදීම, මරණය, ජරාවට පත්වීම, ව්‍යාධියට පත්වීම සිත් තැවුලට පත්වීමය. ඇතැමුන් දුකින් මිදීම පිණිස පුන්‍ය කර්ම නිර්දේශ කරනු ලැබේ. දාන, ශීල, භාවනා යන ත්‍රිවිධ පුන්‍ය කර්මයන්ගෙන්ද නැවත කොතනක හෝ මනුෂ්‍ය ලෝකයේ දිව්‍ය ලෝකයේ බ්‍රහ්ම ලෝකවල ඉපදීම සිදුවීමක් වන නිසා ඉපදීමත් සමග කවදා හෝ අනෙක් දුක්ඛයන්ද උරුම වේ. ඉන් මිදිය නොහැක. මාර්ගඵල අවබෝධය සඳහා අත්‍යවශ්‍ය වන ඥාණය ලැබීම නිවන් අවබෝධ වීම වේ.

සතර සතිපට්ඨානයෙන් ඉහත කී පංචවිධ ආනිශංස ලැබීමට නම් ඔබ කල්‍යාණ මිත්‍රයෙකුගේ මග පෙන්වීම යටතේ සතර සතිපට්ඨානය වැඩිය යුතුය. කල්‍යාණ මිත්‍රයෙකු නැතිමනම් ධර්මය අබෝධ නොකළ පුද්ගලයන් බෝහෝ විට මිත්‍යා භාවනා ක්‍රම අනුගමනයට උපදෙස් දෙන ආකාරය අද ලංකාවේ පමණක් නොව මුළු ලෝකය පුරාම ව්‍යාප්ත වී ඇත. සෑම ආගමකම භාවනා ක්‍රමවේද පෙන්වා ඇති අතර, අද බුද්ධ ශාසනය තුළටද හින්දු, ජෛන ආගම්වල පැවති සමථ භාවනා ක්‍රම මිශ්‍ර වී ඇත. බහුතරයක් භික්ෂූන් වහන්සේලා තම ශ්‍රාවකයන්ට නිවැරදි සතර සතිපට්ඨානය ලෙස පෙන්වන්නේ වැරදි මාර්ගයකි. වැරදි මාර්ගවල ගොස් විවිධ ධ්‍යාන ලබා ඉන් අසංඥ තල වලට පිවිසීමෙන් මෙලොව වශයෙන් මහත් සැනසීමක් ලැබීම තුල බොහෝ දෙනා ඉන් වශී වී ඒ මාර්ගයේම යයි. ඇතමුන් ධනෝපායන මාර්යන් ලෙසද වැරදි භාවනා ක්‍රමවේදයන් ඉගැන්වීම කරගෙන යයි. ලොව පුරා මෙඩිටේෂණ් (Medetation) ලෙස ව්‍යාප්තව පවතින බුද්ධ ශාසනයට අයිති නැති වැරදි භාවනාවන්ගෙන් සිද්ධ වෙන්නේ තාවකාලික සැනසීමක් පමණක් ලැබීමය. නැතිනම් දුක යට ගැසීමක් වේ. එක තැන පල් වීමක් වේ. නැවත ඉපදීම අනිවාර්ය වේ. වැරදි ශීලයන් අනුගමනය කර මරණයට පත්වේ. බාහිරය ඇත්ත කරගත් භික්ෂූන් වහන්සේ කෙනෙක් අවුරුදු 26ක් ශීලය උපරිම වැඩුවත් අවසාන චිත්තනය තුළ (මිත්‍යා අදහස් වන බාහිරයේ පවතින ගසක අත්තක් සත්‍ය වීම තුළ) මරණයට පත්වීමෙන් පසු නාගයකු ලෙස ඉපදුන බව විස්තර වේ. ඇතැමුන් වැරදි භාවනා ක්‍රම වලින් සිත එකඟ කර සමාධි ලබා එම සමාධි සුවයට වශීවී ඒ තුළම මරණයට පත්වේ.

මේ සාසනය තුළ අද නිවැරදි මග පෙන්වීම් කරනු ලබන කල්‍යාණ මිත්‍රයාණන් වහන්සේ බිහිවී ඇතත් උන්වහන්සේලාගේ නිවැරදි මග පෙන්වීම බොහෝ අයට නොලැබී ඇත්තේ මිත්‍යාදෘෂ්ඨික වූ භාවනා සහ ශීලයන් උගන්වන සම්මුති සමාජයේ ඉහළ පිළිගැනීමක් සහිත ගුරුවරුන්ගේ මග පෙන්වීම් ලබා ඉන් මිදීමට නොහැකි වි සිටීමෙනි. ආයියන්

වහන්සේලා නැතිනම් නිවැරදි කල්‍යාණ මිත්‍රයාණන් වහන්සේලා සම්මුති සමාජයේ පවත්නා උගත්කම් පණ්ඩිත විභාග සමත් වී සහතික ලැබීමට උත්සාහ නොකරන නිසාත්, සමාජය තුළ බැබලීමට කටයුතු නොකරන නිසාත්, රාජ්‍ය අනුග්‍රහය ලැබී ඇත්තේ සම්මුති උපාධි ලැබූවන්ට පමණක් නිසාත්, මාධ්‍ය ආයතන මගින් මිත්‍යා භාවනා ක්‍රමවලට පමණක් අනුග්‍රහය දැක්වීමත් නිසා බහුතරයකට නිවැරදි මග හඳුනා ගැනීමට අපහසු වී ඇත. බුදුරජාණන් වහන්සේ වැඩ සිටි සමයේ බලවත් රජෙකු වූ අජාසත්ත රජුගේ අනුග්‍රහය ලැබුණේ දේවදත්තටය. දේවදත්ත සෘද්ධි පවා ලබා තිබුණි. බොහෝ මිනිසුන් අතර ජනප්‍රසාදයට පත් වී සිටියහ. ධර්මය දේශනා කිරීමේ දක්ෂයෙක් විය. එක් අවස්ථාවකදි ඔහුට රැවටී බුදුන් වහන්සේගේ ශාසනය තුල මහණ වී සිටි භික්ෂූන් වහන්සේලා පන්සීයයක්ද දෙව්දත් තෙරුන් සමඟ යාමට පෙළඹුණි.

කායානුපස්සනාව

කායානුපස්සනාව වඩන විට අවබෝධයෙන් කයෙන් මිදීමට හැකි විය යුතුය. වේදනානුපස්සනාව වඩන විට වේදනාවෙන් අවබෝධයෙන් මිදීමට හැකි විය යුතුය. චිත්තානුපස්සනාව වඩන විට අවබෝධයෙන් සිතෙන් මිදීමට හැකි විය යුතුය. වේදනාවට හිමිකාරයෙක් සිටිය නොහැක. ධම්මානුපස්සනාව වඩනවිට මේ මිත්‍යාවෙන් මවා ගත් සිහින ලෝකයෙන් මිදීමට හැකි විය යුතුය.

නිවැරදිව කායානුපස්සනාව වඩන්නා රූපයෙන් මිදේ. රූපය පිරිසඳ දකී. බාහිරයේ දක්නා රූපයෙන් මිදේ. සිත තුල ගොඩනැගී ඇති රූපයෙන්ද සත්‍යාවබෝධයෙන් මිදේ. සිතක් හැදෙන තැන බාහිරයක් සහ අභ්‍යන්තරයක් පවතී. මේ අන්ත දෙකෙන් මිදෙන මග හැඳිනිය යුතුය. බාහිරය සහ අභ්‍යන්තරය සත්‍ය කරගත් මිත්‍යා දෘෂ්ඨිකයින්ට එකොළොස් කාම භූමියේම උප්පත්තිය හිමිවේ.

රූපය පිරිසිඳ දත් අය එකොළොස් කාම භූමියෙන් මිදේ. අවිද්‍යා දෝමනස්සයන්ට කිසිදු ඉඩක් නැත. නැවත කාම ලෝකයේ ඉපදීමට හේතු නැත. නැවත ආගමනයන් නැති අනාගාමි බව ලබයි. ලෝකය සකස් වන්නේ සිතේම බව අවබෝධය ලබයි. සිතුවිලි වලින් සකස්වන ලෝකයද සත්‍ය නොවන බව, සිතත් සකස් වන ආකාරය අවබෝධයෙන් දකී. ඔබ කිසිදිනෙක ඔබේ රූපය දැක නැත. ඔබ කණ්නාඩිය තුළින් දකින්නේ ප්‍රතිබිම්භයකි. කණ්නාඩිය තුළින් දකින හේතු නිසා හටගත් ප්‍රතිබිම්බයට රැවටුණු ඔබ දකින ලෝකයද සත්‍ය නොවේ. ඒ දකින්නේද ඔබගේ සිතේම ප්‍රතිබිම්භයකි. කුඹුරක ඉන්දවා ඇති පඹයකු මනුෂ්‍ය රුවක් ලෙස දුර සිට දකින්නා රැවටෙන්නා සේ මුළු ලෝකයම සත්‍යකරගත් පෘථග්ජනයා රැවටී ඇත. බුදුන් වහන්සේගේම උපමාවක් වු මෙය ඉතා ගැඹුරින් තේරුම් ගත යුතුය. පඹයා සකස් කර ඇති කැලි ගැලවූ විට දැකිය හැක්කේ කුණුගොඩකි. එසේම අපේ ශරීරයේ ඇති කොටස් කෙස්, ලොම්, හිස, දත්, සම, මස් යනාදී කොටස් 32 කට බෙදා වෙන්කර බලන විට ඒ එකද කොටසකවත් පුද්ගලයෙක් නැත. (මේවා දෙතිස් මහා කුනප ලෙස හඳුන්වා ඇත.) මේ කොතනකවත් ආත්මයක් නැත. ලී කැලි ටිකක්, මුට්ටියක්, ලණු කැලි ටිකක් එකතු කර සකස් කරගත් රූපයට සම්මුතියෙන් පඹයා යැයි නාමයක් ලැබී ඇත. ඒ අයුරින්ම කෙස්, ලොම්, නිය, දත්, සම්, මස් ආදී තිස් දෙකක එකතුවකින් සකස්වී ඇති මේ රූපයටද සම්මුතියෙන් පුරුෂ කයක්, ස්ත්‍රී කයක් යැයි නමක් පනවා ඇත.

ඇසට සකස්වන්නේ කිරණයක් පමණි. අපි අවිද්‍යාවෙන් එයට සම්මුති නාම එකතුකර මිනිස් රූප, සත්ව රූප, ගස්කොලන් ලෙස සතා සීපාවන් ලෙස වරදවා අර්ථකථණය කර ඇත. පඹයා සැදුනේද මෙලෙසමය. සිතේ සකස්වන රූප බුදුරජාණන් වහන්සේ උපාදාය රූප ලෙස විස්තර කර ඇත. සම්මුති ශරීරය සකස්වී ඇත්තේද සතර මහා භූතයන්ගෙනි. සතර මහා භූත, පඨවී, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ ලෙස හඳුන්වයි. බුදුන් වහන්සේ ප්‍රථම පරි නිබ්බාන සූත්‍රයේ න පඨවි, න ආපෝ, න තේජෝ, න වායෝ ලෙස "මහණෙනි පඨවි කියා දෙයක්ද නැත, ආපෝ කියා දෙයක්ද නැත, තේජෝ කියා දෙයක්ද නැත, වායෝ කියා දෙයක්ද නැත" මේ සියල්ල පනවා ගත් සම්මුති නාමයන් සිතුවිලි බව පෙන්වා ඇත.

මස් ඇසට, මස් කණට, මස් නාසයට, මස් දිවට සහ මස් කයට සත්‍ය ලෙසම රූප නොදකී. ශබ්ද නෑසේ. ගඳ සුවඳ නොදැනේ. උණුසුම, සීතල, තද බව, මෘදු බව නොදැනේ. රූප වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ නැමති ස්කන්ධ පංචකයෙන් ප්‍රසාදවත් විම නිසාම අවිද්‍යාව නිසා මැවෙන රූප දකී. අවිද්‍යාව නිසා මැවෙන ශබ්ද ඇසේ. අවිද්‍යාව නිසා මැවෙන රස දැනේ. අවිද්‍යාව නිසා මැවෙන ගඳ සුවඳ දැනේ, අවිද්‍යාව නිසා මැවෙන උණුසුම සීතල, තද බව මෘදු බව දැනේ. මෙය බුදුන් වහන්සේ "ස්කන්ධානං පාතුභාවෝ ආයතනං පටිලාභෝ අයා උප්චති ජාති" ලෙස විග්‍රහ කර ඇත. පංචස්කන්ධයෙන් විඳීම්, හැඳීනීම්, දැනගැනීම් ඇතිවේ. ප්‍රඥප්ති නාමයන්ට ඇතිවන කැමැත්ත අකමැත්තටයි නැතිනම් මෝහයටයි. අපිට කුසල් අකුසල් සිදුවන ප්‍රඥප්ති නම් පොත, මේසය, බිත්තිය, අම්මා, තාත්තා,

දරුවා, අඹගස, නාගස යනාදී සියල්ල අයත් වේ. මේ සියල්ලම අපි අවිද්‍යාවෙන් පනවා ගත් නාම වේ. අපි ඒ නාම වලට කැමැත්තක් අකමැත්තක් දක්වා කුසල් අකුසල් සිදුකර ගනී. නැවත උපතකට හේතු සාදා ගනී.

"චක්ඛුංච පටිච්ච රූපේච උප්පජ්ජති චක්ඛු විඤ්ඤාණං තින්නං සංගති පස්සෝ"

ඇසත් රූපයත් විඤ්ඤාණයත් යන තුනේ එකතුවෙන් ස්පර්ෂයක් ඇතිවේ. එය මනසේ ස්පර්ෂයයි. යං වේදේති තං සංජානාති. ඒ දැනීම වේදනාව සංජානනය හැඳීනීම නැවත නැවත පෙර මතකයන්ට ගැලපීම නැතිනම් විතක්ක කිරීම දැනග ැනීමක් වේ. නාමය කියන විට අපි හිතමු "අඹ ගෙඩිය". ඇසට රූපයක්, හැඩතලයක් මැවෙනවා. ඒ වගේම හැඩතලයක් දකින විට ඉබේම නාමය මතක් වෙනවා. මේකට කියනවා නාම රූප කියලා. සංඥාවට විතර්ක කරලා අපිමයි හැඩතලයට නාමයක් පනවා ගන්නේ. මේ නාමය පනවන්නේ බාහිර ඇති රූපයකට නොවේ. හිතේ මැවුණු රූපයටයි නාමයක් පැනවූවේ. අපි හැම තිස්සේම ඉන්නේ විඤ්ඤාන මායාවට රැවටිලා. අපි පනවාගත් දේවල් පටුව, ඇඳ,මේසය, පෑන, පොත, රෝසමල්, අඹගහ, දෙල්ගහ. නමුත් අපිට මේවා බාහිරින් හමුවෙලා. දැන් ඔබට නාම රූප කියලා දෙයක් තියෙනවා. මේ දුක පිරිසිඳ දත යුතුයි. අපි බාහිරයක් හිතෙන් මවාගෙන ඒ ගැන දුක්වෙනවා. ඔබට අවිද්‍යාවෙන් බාහිර ලෝකයක් හමුවුනොත් ඊට කැමති වුණත්, අකමැති වුනත්, උපේක්ෂා සහගත වුණත් පලක් නැත. අප විසින් ලෝකයේ මායාවට රැවටිලා නිසා මිදීමක් නැහැ. කැමති තැන රාගය අනුෂය, අකමැති තැන ද්වේෂ අනුෂය, මෝහ අනුෂය සකස් වෙනවා. මෙය නැවත උපතකට, භවයකට හේතුවක් වෙනවා. බාහිර ලෝකය ඇත්ත කරගෙන කුමන ධ්‍යානයක් වඩා සමාධි ලැබුවත් එතැනදී කෙලෙස් නැති වෙන්නේ නැහැ. තදාංග වශයෙන් යට ගොස් නැවත ඒවා මතු වෙනවා.

මේ ශාසනයේ කරන්න දෙයක්, නැතිනම් කෘත්‍ය ඤාණයක් පනවා ඇත්තේ බාහිර ලෝකයෙන් මිදුණු ශ්‍රතවත් ආර්ය ශ්‍රාවකයාටයි. වැරදි සමථ භාවනා වඩා අසංඥ ධ්‍යාන ලබා ගැනීම ඉතා භයානක වේ. අසිත තාපසතුමා පළමුව සිනාසී දෙවනුව ඇඩුවේ, බුදු කෙනෙක් පහළ වී දැන සිනාසුනු ඔහු ඇඩුවේ සිද්ධාර්ථ බෝසතාණන් බුදු බව ලබන විට ඔහු අසංඥ බ්‍රහ්ම ලෝකයක ඉපද ඉන්න බව දැනගත් නිසයි. අසංඥ තලයකට යෑම මිදීමක් නොවේ. තාවකාලික මිදීමකි. අසංඥ තලයේදි බුදු කෙනෙකුගේ ධර්මය අසා අවබෝධ කරගන්න බැරි වෙනවා. හේතුවම අසංඥ වී සිටීමයි. අපට ඕන නැවත නොඉපිදීමට නම් අපි සියළු කෙලෙස් ප්‍රහීන කළ යුතුයි. පඹයෙක් වැනි අසත්‍ය බාහිර ලෝකය සත්‍යකරගෙන එහි ඇති රූප අවිද්‍යාවෙන් ගෙන නාමයන් පැනවීම නිසාම ඒ රූප සත්‍ය කරගෙන ඒවාට රාග, ද්වේශ මෝහ කිරීම නිසා කෙලෙස් සකස් වේ. මෙසේ සකස් වන කෙලෙසේ ප්‍රහීණ කරන්න නම් සිතෙන් මවාගත් බාහිර රූපය මායාවක් බවත් එය අපේ සිතෙන්ම නැතිනම් සිතුවිලි මගින් ගොඩනගාගත් දෙයක් බවත් අවබෝධ කළ යුතුය. මෙය දැනුමකින් පමණක් අවබෝධ කළ නොහැක. මේ නිසා බාහිර අසත්‍ය බව පෙන්වීමට ඔබට බුද්ධෝත්පාද ආර්යයන් වහන්සේ පෙන්වා දෙන ප්‍රතිපදාව වැඩිය යුතුය. විදර්ශනා වඩා අපිට පේන, ඇහෙන, දැනෙන සියළුම දේ සිතුවිලිම බව අවබෝධයෙන්ම ප්‍රත්‍යක්ෂ කරගත යුතුය. මේ සඳහා පෙන්වා දෙන සක්මන් භාවනාව ඉතා වැදගත් වේ. සක්මන් භාවනාව තුළින් ඔබට සිතේ මැවුන බාහිර අසත්‍ය බවත්, සිතෙත් දෙයක් නැති බවත්, ක්‍රියා සිත සහ ක්‍රියා වලියට අයිතිකරුවකු නැති බවත් යන කමටහන් සතරම වඩා නිර්වාණයම අවබෝධ කළහැකි වේ.

ඇස, කණ, නාසය, දිව, කය කියන ආයතන පහට ලැබෙන අත් දැකීම් අවිද්‍යාවෙන් එකට ගැටගැසී විඤ්ඤාණයේ මායාවෙන් සකස්වන රූපය අවබෝධ කිරීමට ඔබ වීර්යය කළ යුතුය. කායානුපස්සනාව විධිමත්ව වඩන්නාට නාමරූප පරිච්ඡේද ඥාණය උපදී.

ජයතිස්ස බ්ලොක්

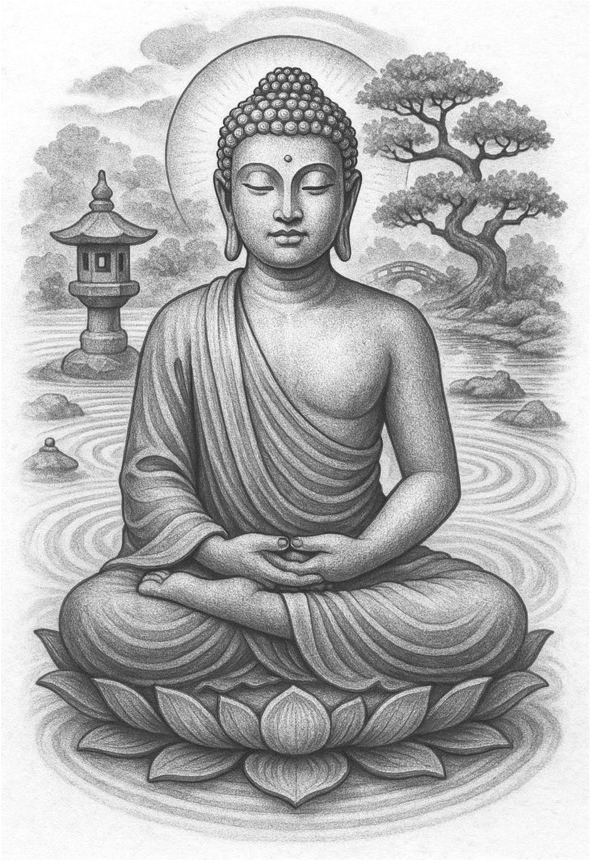
TV දේශනා මාලාව

නිස්සරණ මග 2 - පස්වන කොටස
පසුගිය ලිපිය හා සම්බන්ධයි.

මේ කතා කරන්නේ බුදුන් වහන්සේ, "මහණෙනි මම, නුඹට පෙර නොවූ විරුවක් පවසමි" එලෙස එදා පස්වග තවුසන්ට බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළේ බාහිර රූපය හැදෙන හැටි දැකලා ඉන් මිදෙන ආකාරය. බාහිර මලක් හට ගන්නේ නැත. මේ කතාවේ මලක් හටගත්තොත් තමයි, දෙයක් හට ගත්තොත් තමයි ඒ දේ නිසා කුසලයත් අකුසලයත් අභිජ්ඣා දෝමනස්සය ඇතිවන්නේ. අභිජ්ඣා දෝමනස්සයට යන්නේ නැහැ දෙයක් හට නොගත්ත තැන. මනස, මනසිකාරය සත්‍යය අවබෝධ වුණු කෙනාට එතන දෙයක් හට ගන්නේ නැහැ. ලෝකයෙන් මිදෙන තැනයි, විනෙය්‍ය ලෝකේ අභිජ්ඣා දෝමනස්ස යනුවෙන් පවසන්නේ.

ඔබට දැන් මේ ඉදිරියේ පෙනෙන ගහ, මේ ගහ දකිනකොටම ඔබ මේකෙ නම දන්නවා නම් එය සිහියට එනවා. ඒ නමක් එක්ක ඔබ මේ ගහක් කියලා හැඩතලයට දෙන සංඥාවට විතර්ක කරලා ඒක දැක්කට පස්සේ ඔබ මේ ගහ කපන්න හරි නැවත කර්මයකට එනවා. එතන තේරෙනවා ඔබ අවිද්‍යාව නිසයි නොදන්නකම නිසයි මේ ගහ කියලා මේක මෙහෙම හදාගෙන මෙච්චර වටිනවා කියලා හිතාගෙන ඊට පස්සේ ඒ ගහ නැවතත් කපන්න ඔබ කර්මයකට එනවා කියන්නේ "අවිද්‍යා පච්චයා සංඛාර - සංකාර පච්චයා විඤ්ඤාණං" එතකොට ඔබ අවිද්‍යාව නිසයි මේ සංඛාරය හදාගත්තේ. ඔබ අවිද්‍යාව නිසයි මේ දැනගැනීම හදා ගන්නේ. මේ සංඛාරයට ඔබ ඉන්නේ මේ විඤ්ඤාණය ගහක් කියලා දැන ගත්ත නිසයි. කර්මයක් නැවත කරන්නේ. විඤ්ඤාණ පච්චයා සංඛාර අනිත් පැත්තට එන්නෙ. පටිච්චසමුප්පාදයේ දෙපැත්තටම එනවා. පටිච්චසමුප්පාදය මෙනෙහි කරන ආකාර අනුලෝම ප්‍රතිලෝම කියල දෙකක් ඔබට පේනවා. "නාම රූප පච්චයා විඤ්ඤාණං - විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං" දෙපැත්තටම, අනුලෝමවත් ප්‍රතිලෝමවත් ඔබට පේනවා. මේ මුළු දහමම පටිච්චසමුප්පාදයයි. මේ මුළු දහමම චතුරාර්ය සත්‍යයයි. හැබැයි ඔබට මේ දහම අවබෝධ කරගන්න තියෙන තැන මාර්ගය ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයයි. ඒකයි සමුදය. හටගන්න හැටි දකින හැටි, නිරෝධයෙන් මිදෙන්න නම් මාර්ගය, ඔබ ඒ වෙනුවෙන් කළ යුතු දේ. සමුදය දකින විට ඇතිවීම නැතිවීම ඔබට පෙනෙනවා නම්, "සමුදය ධම්මානුපස්සී - වයධම්මානුපස්සී- කියන භාවනාව ඔබ කරන්න ඕනේ. මේ භාවනාව ඔබ කරනවා නම්, ඔබ සමුදය හට ගන්න හැටිත් මේ ගහක් කියන එක මගේ හිතේ හටගන්න හැටි දැක්කනම් ඒ හටගන්න හැටි දකිනකොට ඔබට එතන ඒක සත්‍යයක් නොවන තැන ඔබ එතනමයි එයින් මිදීම - වැය. සමුදය වැය එතනමයි. එතනින්මයි ඔබ ඒකෙන් මිදෙන්නේ.

ඔබ උදය වැය ඥානය අහලා ඇති. භය ඥානය අහලා ඇති. භයතු පට්ඨාන ඤාණය අහල ඇති. ආදිනානුපස්සනාව, මේකේ ආදීනව දකින හැටි උදය වැය හට ගන්න හැටි නැතිවෙන හැටි. උදය වැය ඥානය. ඊට පස්සේ අපිට සමුදය, සමුදය අපිට වැය වෙන හැටි පෙනෙන්නේ නැහැ. නැතිවීමක් නම් පෙනෙන්නේ නැහැ. එහෙම නෙමෙයිද? අපිට හැමදේකම ඇතිවීමක්, සමුදය හොඳට පේනවා. වැය අපිට පෙනෙන්නේ නැහැ. මේ ගහ අපට පේනවා, මේ ගහේ නැති වෙන ස්වභාවය අපිට පෙනෙන්නේ නැහැ. අපි දිරනවා. අපේ ශරීරය දිරනවා අපිට පෙනෙනවාද? අපේ ශරීරය දිරනවා අපිට පෙනෙන්නේ නැහැ. අපිට සමුදය පෙනෙනවා අපිට වැය පෙනෙන්නේ නැහැ. ඒකයි අපි විදර්ශනා කරන්න ඕනේ. අපිට හට ගැනීම පේනවා. නැතිවීම පෙනෙන්නේ නැහැ. උදය, වැය ඥානය, භය ඥානය, භයතු පට්ඨාන ඥානය මේක දකින කෙනාට භයක් ඇතිවෙනවා. මේ ලෝකයේ සියල්ලම මෙහෙමයි. ලෝක ධාතුවත් එහෙමයි. ලෝක ධාතුවෙත් තියෙනවා විපරිනාම වෙන එක



සමතයේම ඉඳලා සමාධියේම ඉඳලා මැරිලා යන අය ඉන්නවා. නමුත් නිවන කොහේද ඒ අය කොහෙද? සමහර අය සීලයේ ඉඳලා සීලයෙන්ම මැරිලා යනවා. නිවන කොහේද? මේ යන්නේ නිවන් දකින්න. අවසානයේ ඔක්කොම පටලවගෙන දිව්‍යලෝකේ යන අයත් ඉන්නවා. එහෙම හිතාගෙන මිත්‍යා දෘෂ්ටියක ඔලුව ගහගෙන ඉන්නවා. ඉතින් අඩු ගානේ යථාභූත ඥානය වත් මේ දර්ශනයවත් අඩු තරමින් මේ දර්ශන ඥානය වත් මාර්ග ඤාණයවත් නැහැ, අපි දන්නෙ නෑ ගොඩක් දේවල්.

අනේ අපේ අසරණ අම්මේ තාත්තේ! කියන්න ඕනේ වචනයක්, ඉතාම වැදගත්. පුළුවන් තරම් මේ දහම ගැන හොඳ අවබෝධයක් ඇති කරගන්න. එකපාරටම කරන්න දෙයක් හොයන්න එපා. මේ වාඩිවුණා කියලා භාවනා කරනවා කියලා ඔබ මොකුත් දන්නෙ නැත්නම් මිත්‍යා දෘෂ්ටිකම තමයි. ඔබ බාහිරේ දෙයක් එක්ක, හැමතිස්සෙම ඔබ බාහිරයේ දෙයක් ඇතිකරගෙන ඒ මත්තේ නගිනවා නම් ඔබ මිත්‍යාදෘෂ්ටිකම තමයි පෘථග්ජනම තමයි. ඔබට මේ සත්‍යය අවබෝධ වන තාක් කල් ඔබ ඉන්නේ පෘථග්ජන මට්ටමේමයි, ඔබ මිථ්‍යා දිට්ඨිකම තමයි. ද්වේශයෙන් නෙමේ මේ කියන්නේ.

හටගැනීමත් නැති වීමත්. " හේතුං පටිච්ච සම්භූතා හේතු භංගා නිරුජ්ජති" කියන තැන.
"යේ ධම්මාහේතුභගවා තේසං හේතු තථාගතෝ කියන" අර සැරියුත් හාමුදුරුවන්ට එදා දීපු ඒ ධර්ම පණිවිඩය එක වචනයෙන් කිව්වත් අපි ගොඩක් පැහැදිලි කරත්, කියන්නේ එකම දෙයයි. මේ ධර්මය තුළ තියෙන්නේ එකම කාරණාවක්. 'ඉමස්මිං සති ඉදං හෝති, ඉමස්මින් අසති ඉදං නහෝති, ඉමස්ස උප්පද්දා ඉදං උපච්ජති, ඉමස්ස නිරෝධා ඉදං නිරුජ්ජති". මෙය ඇති කල්හි මෙය වේ. හේතු නිසා හටගත්තේ හේතු නැතිවෙනකොට නැතිවෙනවා කියන එක. එතකොට දැන් අපි කියාගෙන ආපු තැන මේ සතර සතිපට්ඨාන භාවනාව වඩනකොට අපි එන එන අරමුණ අපි කිව්වා හැමතිස්සෙම බලන්න ඕන කියලා. හැබැයි මේක සාමාන්‍ය ජීවිතයේදී අපිට කරන්න ටිකක් අපහසුයි. එන හැම අරමුණක්ම බලන්නේ කොහොමද? අරමුණු එන වේගය වැඩියි. හිත ඉතාම වේගවත්. ඒ නිසා මේ දැන් මෙහෙම හිතනකොට සැහෙන්න නිමිති ප්‍රමාණයක අපි කොටුවෙලා ඉන්නවා. අපිට හිතාගන්න බැහැ. ඒ නිසයි අපි සති නිමිත්ත අල්ලන්නේ, සිහිය පිහිටවන්නේ. සිහිය පිහිටනවා කියන එක අපි හිතනවා අද සමාජයේ සමථ භාවනාව තමයි මේ භාවනාව කියලා. ඒ නිසා ඒ සමථයමයි කරන්නේ. හුස්ම දිහාමයි බලාගෙන ඉන්නේ. සමහර අය ඒකෙන් සමාධිය කියලා සමාධියේමයි ඉන්නේ.

මේ සත්‍යයට අපි මූණ දෙන්න ඕනේ, මේ සත්‍යය අපි කතා කරන්න ඕනේ. අපි සත්‍යය දැනගන්න ඕනේ. හැංගුවා කියලා අපිට හම්බවෙන්නේ නැහැ කිසි දෙයක්. එහෙමනම් අපි සති නිමිත්ත, සතිය පිහිටවාගෙන සමාධිමත් සිත, මේ විසිරුණු සිත නිමිති ගොඩක් මැද්දේ විසිරුණ සිත එක අරමුණකට තියා ගන්න එක හුගක් වැදගත් වෙන්නේ ඔන්න ඔතනයි. සිත සමාධිමත් කරගන්නවා කියන්නේ "පරිමුඛං සුඛං සමුට්ට සෙත්වා" කියන්නේ එක නිමිත්තකට හිත තියාගෙන ඉදීමයි. අපිට දිගටම හිත විසිරෙන්නේ නෑ එතකොට. පංච නීවරණ යටපත් කරනවා කියන්නේ කාමච්ඡන්ද, ව්‍යාපාද, ථීනමිද්ධ, උද්ධච්ච කුක්කුච්ච, විචිකිච්ඡා. මේවායින් වෙන්නෙ මෙන්න මේ ටික සේරම යටපත් කරාම එක තැනක හිත තියාගන්න පුළුවන්. හැබැයි එක තැනක හිත තියාගෙන නිකං බලාගෙන ඉන්න එකක් නෙමෙයි මේ අපි කරන්නේ. එක තැනකට හිත තියාගෙන එක තැනකට සිත සමාධිමත් කරගෙන අපි භාවනා කරනවා කියන්නේ අපි සමුදය වැය දකින්න ඕන. අපිට ඊට කලින් තියෙනව දෙයක්. "ඉති අජ්ජත්තංවා කායේ කායානුපස්සී විහරති. ඉති බහිද්දාව කායේ කායානුපස්සී විහරති" කියල බුදුන් වහන්සේ දේශනා කරපු ටික භාවනාවේ තියෙනවා. දැන් අපි මෙතන පොඩ්ඩක් ගමු. කය කියන්නේ අපි හිතමු මේ මගේ කකුල, මේ මගේ නියපොත්ත, මේ මගේ කෙස්,

මේ මගේ දත්, මගේ කියන්නේ මට අයිති දෙයක්. මගේ ඇඳුම, මගේ ගෙදර, මගේ කියන්නේ මට අයිති දෙයක්. මගේ කියන්නේ මම නෙමෙයි. ඒ කියන්නේ අපි මේ හිතන් ඉන්න "අජ්ජත්තංවා" කියලා අපි හිතන් ඉන්නේ "ඉති බහිද්දාව" කියනකොට බාහිරම තමයි, මගේ ඇඟත් බාහිරම තමයි. "ඉති අජ්ජත්තංවා" කායෙ කායානුපස්සී විහරති" දැන් මෙතන "ඉති අජ්ජත්තංවා" කියලා කියන්නේ අපි හිතන්නේ මේ අපේ නියපොතු, ඇස්, මේ දත් ලොම් මේවා " අජ්ජත්තංවා" මගේ කියලා තියෙන තැන කියන්නේ බාහිරමයි. මම මගේ කියන්නේ මම නෙමෙයි මම නෙමේ නම්, එතන තියෙන්නෙ "අජ්ජත්තංවා" වෙන්න බැහැනේ, ඒකත් බාහිරමයි. එතකොට "ඉති අජ්ජත්තංවා" කියලා මේ මනසේ ඇතුලේ මේ හිත මෙතන හැදෙන තැන මම හැදෙන තැන, මෙතන දෙයක් හටගන්න තැන, මෙතන ස්කන්ධය කියලා ගන්නකොට අපි මේ ප්‍රඥප්තියට නම පනවන තැන අන්න එතන බාහිර සේරම බාහිර තියෙන දේ එහෙම නම් අනිත් කෙනාගේ ඒවත් එහෙමනම් මගේ ඒවා වගේමනේ කියනකොට "අජ්ජත්තංවා ඉති බහිද්දාවා" කියනකොට ඔක්කොම තියෙන්නෙ බාහිරනේ. මෙන්න මෙතන හඳුනගන්න. "ඉති අජ්ජත්තංවා කායෙ කායානුපස්සී විහරති" එතකොට ඔබ ඔබේ කයෙනුත් මිදෙනවා "ඉති බහිද්දාවා කායෙ කායානුපස්සී විහරති" එතකොට ඔබ බාහිර කෙනෙක්ගෙ කයෙනුත් මිදෙනවා. එතකොට මේ දෙකම තියෙන්නේ ඔබේ හිත ඇතුලේ නේද? ඔබ දකිනවා නම් එතනත් ඔබ දෘෂ්ටියක් හදාගෙන. හැමතිස්සේම හිත අභ්‍යන්තරයෙන් එන්නේ කියලා මේක දකිනවා.

තෙරුවන් සරණයි!
ඉතිරි කොටස මීළඟ කලාපයෙන්

ආශ්චර්යයි, අද්භූතයි මේ නම් සැබෑම දේශනා ප්‍රාතිහාර්යයි

පවතින ආර්ථික හා සමාජ රටාවට අනුව අපි මහත් වූ ජීවන අරගලයක යෙදී සිටින්නෙමු. එය ඔබට මට පමණක් නොව සමස්ත සමාජයටම පොදු වූවකි. මේ වෙහෙසකර ජීවන රටාවෙන් මිදීම සඳහා මා මාගේ සුපුරුදු දින චර්යාවෙන් පැයක් හෝ දෙකක් වෙන් කරගත්තේ ධර්ම දේශනාවක් ශ්‍රවණය කිරීම සඳහාය. කෙතරම් දේශනා ශ්‍රවණය කළත් පීඩාකාරී බව සහ සිතේ බර සැහැල්ලු වන බවක් නම් නොදැනුනි. නමුත් එක් දිනෙක මාගේ නැන්දා විසින් බුද්ධෝත්පාද දේශනා ශ්‍රවණය කරන ලෙස පැවසූයේ මේ අතරතුරය. මාස තුනක පමණ කාලයක් දේශනා අසන විට මාගේ අභ්‍යන්තරයේ ඇති වූ සැහැල්ලු බව පරිවර්තනය අකුරු බවට හරවන්නේ කෙසේදැයි මට සිතා ගත නොහැකිය. ආශ්චර්යයි, අද්භූතයි. මේ නම් සැබෑම දේශනා ප්‍රාතිහාර්යයකි.

ධර්මය නම් මෙයයි. ධර්මයයි ඔබයි කියා හෝ ධර්මයයි මමයි කියා දෙකක් නැත. ඇත්තේ ධර්මය පමණකි. අපි මේ අඬන්නේ, සතුටු වන්නේ, මරාගන්නේ සිතුවිල්ලකටයි. අප සිතන දේ බාහිර නොමැත. ඇස, කන, දිව, නාසය, කය, මන යන ආයතනවලට සකස් වන ලෝකයක් මිස, පවතින ලෝකයක් නොමැත. එය සොබා දහමේ ක්‍රියාවලියක් මිස කරන්නෙක් කරවන්නෙක් හෝ හිමිකාරයෙක් නොමැති බව බුද්ධෝත්පාද ආර්යයන් වහන්සේ පියවරෙන් පියවර සරලව දේශනා කරයි. ඒ සත්‍ය ධර්මය මට හොඳින් වැටහෙන විට මගේ අභ්‍යන්තරයේ ඇතිවූ සැහැල්ලු බව නම් සැබවින්ම ආශ්චර්යයකි. කම්පන වේගයට ඇසට මැවෙන හැඩතලයක් මගේ වෙලා, මටයි පෙනුනේ. කම්පන වේගයට කනට මැවෙන ශබ්දයක් මගේ වෙලා, මටයි ඇහුනේ. කම්පන වේගයට නාසයට දැනුන ගඳ සුවඳ මගේ වෙලා, මටයි දැනුනේ. කම්පන වේගයට දැනුන උණුසුම සීතල මගේ වෙලා, මටයි දැනුනේ. කම්පන වේගයට සිතේ හටගන්නා සිතිවිලි මගේ වෙලා, මටයි සිතුනේ. සොබා දහමේ නිර්මාණය වන ක්‍රියාවලියකට මම අයිතිකාරයෙක් වෙලා. ඉතින් මගේ සිතත් බර වෙන්නේ නැද්ද?

ඇස කියන්නෙම පෙනෙන බවයි. කම්පන වේගයට සකස් වන මැවීමයි. පෙනෙන කෙනෙකු, පෙනෙන දෙයක් නැත. ඇත්තේ පෙනෙන බවක් පමණි. එසේ නම් ඔබයි මමයි කියා දෙදෙනෙක්

සිටියේද? ඔබමයි නේද මා, මා මයි නේද ඔබ? අනික් ආයතන වලටද මෙම ධර්මතාවය හොඳින් ගලපා ගත යුතුය. බුද්ධෝත්පාද ආර්යයන් වහන්සේගේ නිර්මල ධර්ම දේශනා දිගින් දිගටම ශ්‍රවණය කිරීමේදී මෙතෙක් ඉන්නවා යැයි සිතා සිටි එහෙත් කිසිදා නොසිටි මම හඳුනා ගත්තෙමි. මා මගෙන් මිදුන තැනයි දුකින් මිදීම. මම නැති නම් දුකක් කොහෙන්ද? එයයි සැහැල්ලු බව. එසේම ආලාර කාලාම, උද්දකරාමපුත්තලා මෙන්ම ඔබත් වර්තමානයේ ධර්මය දේශනා කරන බොහෝ දේශකයන් ද සිතා සිටින්නේ සමථ භාවනාවෙන් නිවන් දකින්නට හැකි බවයි. ඔවුන් වෙනත් යමක් නොදනිති. නමුත් බුදු පියාණන් වහන්සේ ලොවට හෙළි කලේ ඒ විදර්ශනා ධූරයයි. බුද්ධෝත්පාද ආර්යයන් වහන්සේ විසින් නැවත නිර්මලව සරලව ප්‍රත්‍යක්ෂතාවයෙන් යුතුව අපට හෙළි කරන්නේ ද එම විදර්ශනාවයි. එය පෙර නොඇසූ විරූ දහමක් බව මනාව පසක් කරමින් පහදා දෙයි. තවද අප අනිත්‍යයි සිතා සිටියේ බාහිර හේතූන් නිසා බාහිර වස්තූන් විනාශ වී නැතිවී යන බවය. නමුත් මේ මුළු ධර්මස්කන්ධයම එක් සිතක කතාවක් බවත්, සිත අවබෝධ කිරීමෙන් අනිත්‍ය යනු "දෙයක් නැති බව" අද්දැකීම බවත් පසක් වෙයි. අවබෝධයෙන් මිදෙන සුන්දර දහමක් උන්වහන්සේ දේශනා කරන බව මට හොඳින් වැටුනේය. "සංකිත්තේ නිබ්බිධාය" යනුවෙන් පවසන්නේද එබැවිනි.

කෙනෙක් මගෙන් ප්‍රශ්න කරනවා නම් බුද්ධෝත්පාද දේශනා අසා මොකක්ද ඔබේ අභ්‍යන්තරයේ සිදුවූ පරිවර්තනය කියා. මට මෙහි ලියා දැක්විය හැක්කේ මාගේ සියලු ගෙදර දොර කටයුතු, දරුවන්ගේ කටයුතු, ව්‍යාපාර කටයුතු වෙනදාට වඩා ඉතා සැහැල්ලුවෙන් කලබලයකින් තොරව ඉතා සාර්ථකව කළ හැකිවීම හා රළු වේවා සුමට වේවා ඕනෑම අවස්ථාවකදී සරල හා සැහැල්ලු ලෙස ජීවත්වීමට හැකි බවයි. නොදැනීම ජීවිතය ගලා යන බව පමණකි. නමුත් මගේ අභ්‍යන්තරයට දැනෙන දේ මට අකුරු කළ නොහැකිය. එය මටම සාන්දිට්ඨික වූවකි. අපිට කිව හැක්කේ ඔබත් එන්න බලන්න, ඔබටත් අත්විඳිය හැකියි ඒ සැහැල්ලු බව. බුද්ධෝත්පාද ආර්යයන් වහන්සේගේ ශ්‍රාවකයන් ලෙස අපේ යුතුකම වන්නේද සියලු දෙනාටම මේ දහම ශ්‍රවනය කිරීමට සලස්වා ඔවුන් සසර දුකින් මුදවා ගැනීමයි.

එමෙන්ම බුද්ධෝත්පාද ආර්යයන් වහන්සේ දිවා රාත්‍රී නොබලා දිනකට සූම් වැඩසටහන් විශාල ප්‍රමාණයක් පවත්වමින් අපගේ කුඩා දරුවන් වෙනුවෙන් පවා දහම දේශනා කරයි. උන්වහන්සේ අප කෙරෙහි අනුකම්පාවෙන් මහත් කැපවීමෙන් කටයුතු කරන අතර, අපද එක පවුලක් මෙන් එක්ව තම තමන්ගේ ප්‍රදේශවල පන්සල් වලට බුද්ධෝත්පාද පොත්පත් සඟරා ආදිය බෙදා දීම ආදී හැකි සෑම අයුරකින්ම මේ දහම සියලු දෙනාටම ශ්‍රවණය කිරීමට සලස්වා ඔවුන් ද සසර දුකින් මුදවා ගැනීම අපගේ යුතුකමක් සේ සලකා කටයුතු කරමු. මේ ලිපිය අවසාන කිරීමට පෙර මා ඔබෙන් ඇසූ "ධර්මය යනු කුමක්ද?" යන්නට ඔබේ පිළිතුරු මොකක්ද? මා මේ ලිපියේ අකුරු දහස් ගණනක් ගළපා වචන ගොඩක් ලියලා තියෙනවා. ඒ වචන ගොඩ එහෙම නැත්නම් ඒ ශබ්ද ගොඩ ධර්මයද? නැත. ඒ ශබ්ද ගොඩ උදව් කරගෙන මා හොඳින් විදර්ශනාව වඩන විට දෙයක් නැති බව අභ්‍යන්තරයට දැනෙන ස්වභාවයමයි ධර්මය. ඒ දැනෙන ස්වභාවය තුළ ඔබට මේ වචන වලත් දෙයක් නැති බවත් ඇත්තේ හේතුඵල දහම පමණක් බවත් ප්‍රත්‍යක්ශ වේවි. ඔබ සියලු දෙනා මේ නිර්මල දේශනා ශ්‍රවණය කර සසර දුකින් මිදීමට අප්‍රමාදිව කටයුතු කරන්න.

තෙරුවන් සරණයි.

මෙත් මුදිතා සංසදය මහනුවර

සිතුවිලි ස්වභාවය හඳුනා ගනිමු

චිත්තේන නීයති ලෝකෝ....
සලායතන ලෝකෝ ලෝකෝ...

යනුවෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ දහම් පණිවිඩය ඒ අයුරින්ම බුද්ධෝත්පාදෝ ආර්යයන් වහන්සේ අපට දේශනා කරනවා. සිතුවිලි ලෝකයක අපි ජීවත් වනවා කියන අවබෝධය ලබාගන්නට නම් බුද්ධෝත්පාදෝ දර්ශනය සම්බන්ධ දේශනා අපි අධ්‍යනය කල යුතුයි. දේශනා ශ්‍රවණය කිරීමේ දී සිත හැදෙන හැටි අවබෝධ කරගැනීමට අවධානය යොමු කළ යුතුයි.

පෙර පාසල් දරුවාට ඇසට වර්ණයක් දී කනට ශබ්දයක් අසන්නට දීම තුළ ඔහු රතුපාට, නිල් පාට හඳුනා ගැනීම සිදු කරයි. මේ ආකාරයට ඇසට වර්ණ, කනට ශබ්ද, නාසයට සුවඳ, දිවට රසය, කයට උණුසුම ශීතල තද ගතිය ලෙස දැනෙන ස්වභාවයක් තියෙනවා. මේ සියල්ල එකට එන අවස්ථාව මනෝ විඤ්ඥාණය දැන ගැනීම නිසායි සිතුවිල්ල හටගැනීම ආරම්භ වන්නේ. මේ නිසා අපි ආයතනවලට සකස් වුනු ලෝකයක ජීවත් වන්නේ.

පෙරපාසල් යන දරුවකුට පුටු, මේස, ඇඳන් වැනි බාහිර ලෝකය පිළිබඳ අවබෝධයක් ලබාදීමත් සමඟ දරුවා ජීවත් වන රටාවට ගැලපෙන ලෙස සිතුවිලි සකස් වීම තුළ ඔහුට සිතුවිලි ලෝකයක් නිර්මාණය වීමට පටන් ගන්නවා. දරුවාගේ මේ සිතුවිලි සකස් වීමට ඔහුගේ දෙමාපිය ගතිපැවතුම්, පරිසර සාධක, ජාන ව්‍යුහයත් බලපානවා ඇත. මූලිකවම යුක්තානුව මව් කුස පිළිසිඳ ගත් අවස්ථාවේ ඇති වන ශ්‍රාස්ස්‍රව ස්වභාවය මේ සිතුවිලි සකස් වීමේ ආරෝපණයට හේතුවන ආකාරය බුද්ධෝත්පාද දේශනා ශ්‍රවණය තුළින් මනා අවබෝධ වීමක් සිදුවෙනවා ඇත. මේ නිසා ඔහුට පෙනෙන, ඇසෙන, දැනෙන දේවල් ඔහු කැමති, අකමැති, හොඳ, නරක වශයෙන් තෝරා බේරා ගැනිමට අවශ්‍ය සිතුවිලි සකස් වෙමින් ජීවත් වීම සිදු කරයි. මෙසේ දරුවා වැඩිවියට පත්වීමත් සමඟ ඔහු ජීවත් වන රටාව අනුව සිතුවිලි ලෝකයක් නිර්මාණය වීම සිදු වේ. එකම සිතුවිලි නැවත නැවත සකස් වීම තුළ සිතුවිලිවලට යම් බලයක් ආරෝපණය වීමට පටන් ගනී. මේ නැවත නැවත එකම සිතුවිලි අභිසංස්කරණය වීම තුළ අපට සෑම දෙයක්ම ඉන්නවා, තියනවා කියන පවත්වා ගැනීම දිගින් දිගටම සිදු වීම තුල මම, මගේ ආත්මය කියන සංකල්ප බලවත් වී සසර ඕගය නිර්මාණයට හේතු සකස් වනු ඇත. මේ නැවත නැවත සිතුවිලි අභිසංස්කරණය වීම තුල චිත්තාරෝපණ බලයක් හටගනී.

අපි කථාකරන වචන වලට යටින් බලයක් සකස් වෙනවා. මේ වචන පිටකිරීම තුල අපේ සිතුවිලි ප්‍රවාහය දකින්න පුළුවන්. ඒ අනුව අපි නිරූපණය කරන වචන තුළ රාග, දේශ, මෝහ ගින්නක් තියෙනවා. ඒ කතාකරන ස්වරූපය තුළ දකින්න පුළුවන් වෙනවා. අරමුණු සකස්කර ඉදිරිපත් කිරීමේදි ඒ වචන වල තීව්‍රතාවය අනුව ඔහුගේ අභ්‍යන්තරයේ කෙලෙස් ස්වභාවය හඳුනා ගැනීමට පුළුවන.

බුද්ධෝත්පාදෝ ආර්යයන් වහන්සේ දේශනා කරන ඒ බුද්ධ දර්ශනය අවබෝධ කර ගැනීමට මේ සිතුවිලි සකස් වන ආකාරය ගැඹුරින් ගැඹුරට අධ්‍යනය වීම තුළ තමාට ධර්මය අවබෝධ වීමත් නිරායාසයෙන් සිදුවනු ඇත. ආර්යයන් වහන්සේ දේශනා කරන ඒ ''සත්‍ය'' දැකීමට නම් අපි ''සිතුවිලි'', ''ප්‍රායෝගික අත්දැකීම්'' සහ දැනෙන ස්වභාවය වෙන් වෙන් වශයෙන් ඒ මොහොතේ තමාගේ අභ්‍යන්තරයේ සකස් වන ආකාරය හඳුනා ගත යුතුයි. දැනටමත් ඔබට මේ ගැන වෙන් වශයෙන් දැනෙනවා ඇති.

එක් එක් පුද්ගලයාට අනුව සිතුවිලි හටගැනිමට වෙනස් ආකාර ගනු ලබයි. කෙනෙක් සැපයි කියන විට ඒ පුද්ගලයාට එයට සකස් වන සිතුවිලි කරුණු වශයෙන් ප්‍රකාශ කළ හැක.

උදාහරණ වශයෙන් :

අවු. 5 ක් වයස කුඩා ළමයි පිරිසකගෙන් අපි අහනවා ඔයාලට අම්මා ගොඩක් ආදරෙයි නේද? ඒක ඔයාලා දන්නේ කොහොමද? කියා අසන විට දරුවෝ කියන්නේ,

- අම්මා අපට බත් කවනවා
- අම්මා අපිව නාවනවා
- අම්මා අපිව නිදිකරවනවා

මේ දරුවන්ට ආදරය කියන්න පුළුවන් වුනේ සිතුවිලි වලින්. ඒ දරුවො දැක්කේ අම්ම කරන ක්‍රියාවන් ටිකක්. ඒත් අම්මගේ ආදරය දැනෙන ස්වභාවය වචන කොපමණ දේ කීවත් ආදරය දැනෙන් නැති දරුවෙකුට හෝ වැඩිහිටියෙකුට දැනුම තුළ සිතුවිලි ගොඩක් පමණක් ඔහු ප්‍රකාශ කරයි. මේ නිසයි බුද්ධෝත්පාද ආර්යයන් වහන්සේ දේශනා කරන්නේ මේ සත්‍ය දහම අවබෝධ වන්නේ සිතුවිලි වල සිරවී සිටින කෙනාට නොව ඒ දැනෙන ස්වභාවය හඳුනාගැනීම තුළ ප්‍රායෝගිකව ප්‍රත්‍යක්ෂ විම අත්‍යාවශ්‍ය හේතුවක් ලෙසයි.

කුඩා කළ සිටම අපි හුරුකරන්නේ යම්කිසි අරමුණකට සිතුවිල්ලක් සකස් කර දීම තුළින් ඉලක්කය කරා ළඟා වීමටයි. දැනුම ඒකරාශිකර ගනිමින් විශාල බලාපොරොත්තු ගොඩක් අරමුණු කරමින් කෙලවරක් නොපෙනෙන සිතුවිලි ගොඩක් අතර මත් වී සිටි අවධියක් අපට තිබුණා. ඒ සිතුවිලි නිසා අපි එදිනෙදා කරන වැඩ කටයුතු කරන්නේ මහත් ආයාසයකිනි. ඊළග අවස්ථාවේ කරන්න අවශ්‍ය දේ සෑම විටම සිතුවිල්ලක් තුළ සිරවී සිටීම නිසා ඒ දේ කර අවසන් වන තුරු මුලින් හටගත් සිතුවිල්ල මහත් ආතතියක් දැණුනු අවස්ථා ඇත. ඒ ආකාරයට අපි දින ගණන්, මාස ගණන් අවුරුදු ගණන් සිතුවිල්ල නිසා නොයෙක් පීඩාකාරී ස්වභාවයන්ට මුහුණ දී ඇත.

අපිට බාහිර අභ්‍යන්තර කියන සිතුවිල්ල සකස් වීම තුළ අන්ත දෙකක ජීවත් වන රටාවක් නිර්මාණය වී ඇත. මේ නිසයි බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළේ අන්ත දෙකක් තිබුනොත් මැද්දේ විශාල බලයක් උපදින බව. අපේ ආයතන වල සිදුවන කම්පන ස්වභාවය නිසා නිරතුරුව නොගැලපෙන අන්ත දෙකක් හට ගැනීම සිදුවෙනවා. වතුරට ගලක් දැම්මොත් ගැටීමක් සිදුවන අතර ඒ තුළ ඒ තුළ වලලු සැදෙන්නේ ඒ බලය නිසයි. ඒ නිසයි බුදුරජාණන් වහන්සේ දිය සුළිය උපමාව කියන්නේ. සිතුවිලි තුලත් නැවත නැවත එකම සිතුවිල්ල උපදින විට ඒ තුළ බලයක් ක්‍රියාත්මක වන ආකාරය අපට අවබෝධ කර ගත හැක. මේ ආරෝපන බලය හැදෙන ආකාරය දේශනා තුළ නිතර ශ්‍රවණය වේ. මේ ශබ්ද තරංග, වර්ණ තරංග එකතු වී හැදෙන මේ චිත්ත තරංග තුළ ඇති චිත්තාරෝපණ බලය තමයි අපි මේ සිතුවිලි තුළ පවත්වාගෙන යන්නේ මේ නිසයි කේන්ති ගියාම එතන ලොකු බලයක් උපදින ස්වභාවය අපට දකින්න පුළුවන් වන්නේ.

බුද්ධෝත්පාද දේශනා අසන මුල් කාලයේ සිතුවිල්ල අවබෝධ කරගැනීම අපහසු කාර්‍යයක් විය. උදාහරණ වශයෙන්, 2023 අප්‍රේල් මාසයේ ආර්යන් වහන්සේ අපට කියනවා ප්‍රායෝගික අත්දැකීමක් ඉදිරිපත් කරන්න ඒ අවස්ථාවේ මම අත්දැකීමක් වශයෙන් ප්‍රශ්නය ලිවීමත් ඉන්පසු නැවත කියවා බැලීම සිදුවෙනවා. ප්‍රශ්නය තමයි, දෙයක් කරගත්තා කියන කොට එතන ආත්ම දෘෂ්ටිය ආත්ම සංඥාව දෙකම සකස් වෙනවා කියන සිතුවිල්ලකින් කියන්න උත්සහ කළා. එතනදී ලියපු දේ නැවත කියවීම නිසා මට ඒ සිතුවිල්ලක් බව අවබෝධ වුනේ.

අපි මනෝ ලෝකයක ජීවත් වන බව දැනගත්තේ බුද්ධොත්පාද දේශනා ශ්‍රවණය කිරීම තුළයි. අපි ඇසුරු කරන සෑම දේකටම අඩු වැඩි වශයෙන් වටිනාකම් දී ඇත. මේ වටිනාකම ඇතතේ සිතුවිලි තුළ බව දැනුම තුළින් දැනෙන ස්වභාවයට පත් විය යුතුයි. අපි සෑම විටම බාහිර ඇත්ත කරගෙන ජීවත් වීමක් සිදුවෙනවා. බුද්ධ දර්ශන අවබෝධය තමාට ප්‍රත්‍යක්ෂ වන තරමට බාහිරින් මිදීම සහ බාහිරට දී තිබූ වටිනාකම තමා තුළින් මිදීමේ ක්‍රියාවලියත්, එකවර සිදුවීමක් ලෙස දකින්න පුළුවනි.

අපි සත්‍ය දැකිය යුත්තේ බාහිර තියන පුටුවට නොව තමාතුළ සකස් වූ පුටුව කියන සිතුවිල්ල කොතරම් දුරට තමා ඇත්ත කරගෙන සිටින බව දැනෙනවාද? යන්න පිළිබඳවයි. එතනදී බාහිර පුටුව කියන සිතුවිල්ලට වටිනාකමක් සකස් නොවන්නේ තමාගේ අභ්‍යන්තරයේ සකස් වුන පුටුව සත්‍යක් නොවන බව අවබෝධ වීම තුළයි. අභ්‍යන්තරයෙන් තමා මේ බාහිරට දී තිබූ වටිනාකම අගය දෙයක් නොවන ස්වභාවය ඇති වීමත් සමග තමාගේ කෙලෙස් ක්ෂය වීම තමාටම දැනෙන ස්වභාවය දකින්න පුළුවන්. දේශනා ශ්‍රවණය තුළ දර්ශණඥාණය තමාට කොතරම් දුරට ගැලපීමක් සකස් වී ඇති ද යන්න දැනෙන ස්වභාවය අවධියක් තිබිය යුතුයි.

මේ සිතුවිලි සමග වන ක්‍රියාවලිය තුළ සැප දුක විඳීම සිදුවන ආකාරය ගැන අවබෝධයක් නොමැති කෙනෙකුට අභ්‍යන්තරයෙන් සිදුවන දේ දැකීමට නොහැකි වනු ඇත. ඒ වගේම සිතුවිලි සකස් වීම ධර්මතාවයක් වුවත් සිතුවිලි වලට යටින් ඇති ඒ ආරෝපණ බලය නිසා මිනිස් ජීවිත වලට වන කායික මානසික පීඩනයත් අපට මේ සත්‍ය දහම තුළ ආර්‍යයන් වහන්සේ දේශනා කරන ආකාරය අසමසමය.

මේ මොහොතේ මේ සිත හට ගැනිම අවබෝධයෙන් සත්‍ය දැකීම තුළ අභිසංස්කරණය වූ සිතුවිලි වල ආරෝපණ බලය නැවත නැවත සකස් නොවීම නිසා තමාට සිතුවිලි වල සැහැල්ලු ස්වභාවය අත්දැකීමට පුළුවන.

ඒ අනුව තමාට නිදහස් බවක් දැනෙන අතර නැවත සිතුවිලි තුළ ආරෝපණයක් සකස් නොවන බවත් දැනෙනවා ඇත. මේ සියළු කම්පන ස්වභාවයන් අකම්පනය කරා ළගා වීම දුර්ලභ කාර්‍යයක් වුවත් එයට අවශ්‍ය පසුබිම ආර්‍යයන් වහන්සේ සකස් කර ඇත. මෙම කර්තව්‍ය සාර්ථකව ඉදිරියට ගෙනයාමට සියළු දෙනාගේ ශක්තිය ධෛර්ය ලැබේවාගගගා බුද්ධෝත්පාද ආර්‍යයන් වහන්සේට නිරෝගී සම්පත ලැබේවා ! නමස්කාර කරමි.
තෙරුවන් සරණයි !

චන්ද්‍රිකා බණ්ඩාර - කෑගල්ල

අප්‍රමාදී වෙමු

අප මහා සම්මා සම්බුදු රජාණන් වහන්සේ ලොවට හෙළිකල ඒ සද්ධර්මය වනාහි, සසර භවගමන නිමා කර නිවී සැනසීමට මග පෙන්වන දහමක් බව බෞද්ධයන් ලෙස නම් කරන ලද අප විසින් නිරතුරුවම ප්‍රකාශකරන, විශ්වාස කරන කරුණකි.

නමුත්, බුද්දෝත්පාද දේශනා අසන්නට පෙර, බුදු දහම අප ගලපාගෙන තිබුනු ආකාරයට ඒ තුලින් අප යම් නිවීමක් අත්දැක තිබුනානම් එම නිවීමද අප සිතිවිලි වලින්ම අත්කරගත් නිවීමක්මය. ඒ බව අපි වටහාගෙන නොතිබුන බව අපට තේරුම් ගැනීමට හැකිවූයේ, ආර්යයන් වහන්සේ බුදු දහම යනු මේයැයි නිවැරදිව ගලපා කරන ලද දේශනා ශ්‍රවනය කරන්න අවස්ථාව ලැබීමෙන් පසුව බව, එම දේශනා අසමින් ඒ අනුව කටයුතු කරන සෑම කෙනෙකුම මේ වන විට ප්‍රත්‍යක්ෂ කරගෙන ඇති බව අවිවාදයෙන් සඳහන් කරන්නට හැකිවීම සැබැවින්ම සතුටට කරුණකි.

අප මින්පෙර අසා තිබූ බුදු දහම, හුදෙක් වචනවලට සීමාව තිබූ දහමක්ය. අප එය ප්‍රායෝගිකව අත් විඳ නොතිබුන බවත්, බුද්දෝත්පාද දේශනා තුල ආර්‍යයන් වහන්සේ, කාලයේ වැලිතලාවෙන් යටව තිබූ නිර්මල බුද්ධ ධර්මය නැවත මතු කරමින් ඉතා ඍජු ආන්දෝලනාත්මක දේශනා පෙලහැර පෑමක් මේ යුගයේ සිදුකරන බවත්, මේ දේශනා ශ්‍රවනය කරමින් ධර්මය තේරුම් ගනිමින් අවබෝධය කරා යන බව ප්‍රායෝගිව අත් දකින සෑමකෙනෙකුට මේ වන විට එය සාන්දිට්ඨික බවත් කිසිදු පැකිලීමකින් තොරව ප්‍රකාශ කිරීමට හැකිවිම ඇත්ත වශයෙන්ම විශ්මිත නොවේද ?

අප ගෞතම සම්මා සම්බුදු රජාණන් වහන්සේ, සම්මා සම්බුද්ධත්වයට පත්වීමෙන් පසු දේශනා කල ඒ ධම්මචක්කපවත්තන සූත්‍ර දේශනවේදී සිංහ නාද කලේ, පෙර නොඇසූ විරූ දහමක් දේශනා කරන බවය. ඒ පෙර නොඇසූ විරූ දහම යනු, සත්‍ය ධර්මයයි, එතෙක් ලෝකයට විවරව නොතිබුන කිසිවකු දැන නොසිටි හේතුඵල දහමයි. එනම් රුප්පනය නිසා හට ගන්නා සංඥා (වර්ණ සංඥා, ශබ්ද සංඥා, රස සංඥා, ගන්ධ සංඥා, කොට්ටබ්බ සංඥා) යනු චිත්ත ලෝකයක් පමණි. ස්ථිරව පවතින ලෝකයක් කිසි කලක අපට බාහිරින් හමුනොවන බවත් අප ඇසුරු කරන්නේ සිතන ලෝකයක් පමනක් බවත් බුදුරජාණන් වහන්සේ මුල මැද අග ගලපා මනා කොට දේශනා කල සේක.

නමුත් ඒ උතුම් ධර්මය අවබෝධ කල ආර්ය උතුමන් ක්‍රම ක්‍රමයෙන් තුරන්ව යෑම නිසා, ඒ සත්‍ය ධර්මය ප්‍රායෝගිකව අත් දකින ලද කල්‍යාණ මිත්‍රත්වය සමාජයෙන් ගිලිහි ගොස්ය. ග්‍රන්ථාරූඪ කරන ලද ඒ උතුම් සද්ධර්මය නිවැරදිව අත් දැකීමට නොහැකිවීම හේතුවෙන් කාලයේ වැලි තලාවෙන් වැසී ගොස් ඇත. නමුත් අද වන විට එය නැවත විවරව ඇති බව වැටහෙන්නේ, අපගේ ඒ උතුම් බුද්දෝත්පාද ආර්යයන් වහන්සේ, බුදුරජාණන් වහන්සේ ඒ සද්ධර්මය අවබෝධ කර ගැනීම සඳහා පෙන්වා දුන් මාර්ගයේම ගමන් කොට ඒ සත්‍ය අත් දැක නිවී සැනසී, ඒ සත්‍ය ධර්මය දේශනා කිරීම තුලිනි. ඒ නිවැරදි බුද්ධ දර්ශනය දේශනා කිරීම තුලින් අප ඇසුරු කරන, තියනවා යයි සිතන ලෝකය සිතෙන් මවා ගත් මායාවක් බව දැකීමට හැකිවූ ආර්ය භූමිය, ටිකෙන් ටික ස්පර්ශ කරන පිරිසක් බිහිවීම නිසාමය. ඇත්ත වශයෙන්ම, ඒ සද්ධර්මය, ලේඛණයක් තුලින් හමුවූ විට, එයින් දැක්වෙන්නේ කුමක්ද කියා නිවැරදිව පැහැදිලිව දැක්විය හැක්කේ එම ධර්මතාවය තමා තුලින්ම අත් දැකපු කෙනෙකුට පමනක් බව අවිවාදාත්මක කරුණකි. නමුත් සිතුවිල්ලෙන් සිතා, කෙනකෙනා තම තමන්ට සිතෙන ආකාරයට අර්ථ දැක්වීම නිසා ඒ සත්‍ය ධර්මයට සිදුවූ හානිය නිසා, එය අවබෝධ කර ගැනීමට නොහැකිව විවිධ මත පුද්ගල බද්ධව ධර්මයට එකතුවී, සිදුවී ඇති හානිය දැකීමට නොහැකි නම් එයද ඉතා කණගාටුවට හේතුවකි. මන්ද යමකු මේ සත්‍ය ධර්මය අවබෝධ කලා නම්, ඒ අවබෝධ කළ දහම අවබෝධ කල මාර්ගය, මේ ආකාරය බව තව කෙනෙකුට සැක නැතුව ඍජුව ප්‍රකාශ කල හැකි බැවිනි. බුද්ධෝත්පාද ආර්යයන් වහන්සේ කලේ එයයි. උන්වහන්සේ එම දහම මනාව ගලපාගෙන අවබෝධකොට, සිදුකරනු ලබන දේශනා තුලින්, බෞද්ධ දර්ශනය මේ යැයි සැක නැතුව පැහැදිලි කිරීම සිදු වේ. උන් වහන්සේ සිදු කරන්නේ වැරදි වැටහීම් නිසා වැසීගිය සත්‍ය ධර්මය නැවත පැහැදිලිකර විවර කර ඕනෑම කෙනෙකුට අත් විඳ අවබෝධකර ගැනීමට නිවැරදි මග පෙන්වීමයි.

ඒ සම්බුද්ධ ධර්මය ගාම්භීරවුත්, සරල වූත්, සුන්දර දහමක් බව එය අත් විඳින කෙනෙකුට තමා තුලින්ම අත් දැකීමට හැකිවීම තරම් ආශ්චර්යයක් තවත් නොමැත. ඒ සත්‍ය අවබෝධ කරගැනීම සඳහා කලයුතු වන්නේ "ස්කන්ධයන්ගේ උදය වැය බැලීමමයි මහණෙනි" යනුවෙන් දේශිත ඒ බුද්ධ වචනය, වටහා ගැනීමට මට හැකිවූයේ ඒ ස්කන්ධයන්ගේ මැවීම වේගයක් නිසාම සිදුවන ධර්මතාවයක් බව ආර්යයන් වහන්සේ කරන ලද පැහැදිලි කිරීම නිසාමය. ඒ වටහා ගැනීම මේ සත්‍ය ධර්මය තමා තුලින් අවබෝධ

කරගැනිමට ඉතාමත් අවශ්‍යවූ කරුණකි. එහිදී ස්කන්ධයන් එනම් රූප, වේදනා, සංඥා, සංකාර, විඤ්ඤාණ යනුවෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කලේ කුමක්ද කියාත් ඒවා වේගයක් තුල හටගන්නා ආකාරය දැකීමත් එය අවබෝධ කරගැනීම සඳහා අත්‍යාවශ්‍ය වේ. එම දැනුම තුල සිටිමින් තමන් තුලින්ම විදර්ශනා කිරීමෙන් අවිද්‍යාව දුරු වන විට සත්‍ය දහම අවබෝධ විම ද ධර්මතාවයකි. එය වචන වලට නැගිමට අසීරු සාන්දිට්ඨික අත්දැකිමකි. ඒ අවබෝධය තුල බාහිර ලෝකයක් නොමැති බව ප්‍රත්‍යක්ෂ වන විට බාහිර ලෝකයට දී ඇති වටිනාකම ක්ෂය වෙමින් මම, මගේ, මගේ ආත්මය යන සක්කාය දෘෂ්ඨිය, දුරු වෙමින්, විචිකිච්චාව නැතිවී, මම යන සංඥාව පවත්වාගෙන යාම එනම් සීලබ්බතපරාමාසය දුරුවේ. එනම් ක්‍රමයෙන් දස සංයෝජන ධර්ම දුරුවෙමින් ආත්ම සංඥාව නැතිවී අනාත්ම සංඥාවට පත්වීම මේ දහම අවබෝධය තුල සිදුවේ.

ඒ ආශ්චර්යමත් සත්‍ය ධර්මය යනු කුමක්ද කියා කෙටියෙන් සරලව දක්වන්නේ නම්, සිතුවිලි වලින් මැවෙන ලෝකයක් මිස, පවතින ලෝකයක් නැති බවයි. ජීවත් වෙනවායයි කියන්නේ සිතුවිලි පමණක් වන බවත් ටිකින් ටික පැහැදිලි වන විට, සිතුවිලි යනු කුමක්ද යන ප්‍රශ්ණය පැන නගී. එහිදී සිතුවිලි සෑදෙන ආකාරයද, සිතුවිලි ස්ථිරව පවතින්නක් නොවන බවද, ස්කන්ධය හටගන්නේ වේගයක් නිසාම බවද, සිතුවිල්ලක් එනම් අරමුණක් සැකසෙන්නේ, සළායතන ලෝකයක් නිසා බවටත් දේශනා කරන ලද බුදු වදන ටිකින් ටික අපට පැහැදිලි වූ ආකාරය වචනවලට නැගිය නොහැකි තරමට විශ්මයජනකය.

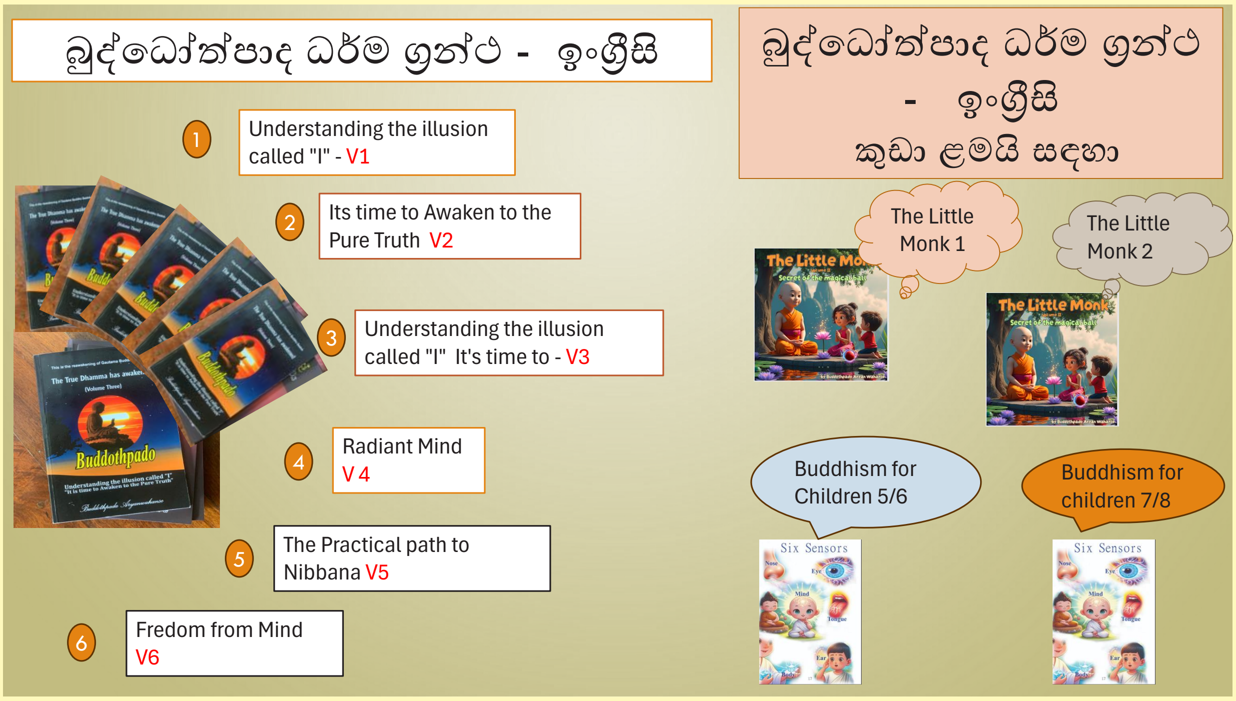
සියල්ල වේගයක් මත සිදුවන බව, ආර්යයන් වහන්සේ දේශනා කරයි. එනම් වේගයක් නිසාම රුප්පනයට එනම් කම්පනයට ඇතිවන වේදනාවේ නිරූපනයක් ලෙස මැවෙන ආලෝක සංඥාව, ශබ්ද සංඥාව, රස සංඥාව, ගන්ධ සංඥාව සහ උණුසුම, සීතල, තදගතිය ලෙස දැනෙන පොට්ටබ්බ සංඥාව යන සංඥා හටගනී. නැවත නැවත වේගයෙන් කම්පනය වීම සංකාර වන අතර ඒ තුලින් ආලෝකය, ශබ්දය, රස, ගන්ධය, පොට්ටබ්බය, පවතින දේවල් ලෙස දැන ගන්නා චක්ඛු විඤ්ඤාන, සෝත විඤ්ඤානය, ඝාන විඤ්ඤානය, ජිව්හා විඤ්ඤානය, කාය විඤ්ඤාණය එකතු වී (පටිච්ච වී) අරමුණක් හෙවත් සිතුවිල්ලක් හටගනී. එම අරමුණු නිසා චිත්ත ලෝකයක් මැවෙන බවත් ඒ මැවෙන චිත්තයන්, පවතින දේවල් බවට සංඥාවක් (ඉත්ත සංඥාවක්) ඇතිවන බවත්, ඒ හට ගන්නා ඉත්ත සංඥාව නිසා ඒ මැවෙන චිත්ත ලෝකය සැබෑවටම තියනවා කියන සංඥාව ඇතිවන බවත්, ඒ තියන බව දැනෙන, විඳින, ඒ තියන බව තියාගන්න අවශ්‍ය මම, මගේ, මගේ ආත්මය කියන දෘෂ්ඨිය හට ගන්නා බවත් පැහැදිලිය. මේ ආත්ම දෘෂ්ඨිය බලවත් වීම නිසා හටගන්නා ආත්ම සංඥාව නිසා භවය සැකසෙන බවත්, අවිද්‍යාව නිසා මේ සිදුවන ක්‍රියා දාමය අපට නොතේරෙන බවත්, අවිද්‍යාව දුරුවී විද්‍යාව උපදින විට මේ සත්‍ය අවබෝධ කල හැකි ආකාරය අප බුදු පියාණන් වහන්සේ විසින් ලොවට දේශනා අතර එය බුද්දෝත්පාද ආර්යයන් වහන්සේ විසින් නැවත අපට විවර කර දුන් බවත් මෙහිදි ප්‍රකාශකර සිටින්නේ ආර්යයන් වහන්සේ කෙරෙහි හටගත්තාවූ කෘතගුණ පූර්වක ගෞරවයෙන්මය.

මේ ආකාරයට කෙටියෙන් දැක්වූවත් මෙම ධර්මතාවය පැහැදිලි කරගැනීම සඳහා මේ කරුණු එක එකක් ඉතා සියුම්ව ගලපා ගැනීම සිදුකල යුතුය. එනම් මෙම බුද්ධ දර්ශනය අවබෝධ කරගැනීම සඳහා කලයුතු ප්‍රධාන කරුණ වන්නේ, සද්ධර්ම ශ්‍රවණය, කල්‍යාණ මිත්‍ර සේවනය (කල්‍යාණ මිත්‍රයාගෙන් ලැබෙන පණිවිඩය) වේ. ඉතින් කොතරම් වාසනාවක්ද, අපට කල්‍යාණ මිත්‍ර සේවනයක් ඒ උතුම් බුද්දෝත්පාද ආර්යයන් වහන්සේගෙන් ලැබී ඇත. නිවැරදි සද්ධර්මය ලැබී ඇත. අප කුමට තවත් පමා වන්නෙමුද? වහ වහා හිස ගිනිගත්තෙකු ලෙස කටයුතු කරමු. එයයි නිවී සැනසිමට ඇති එකම මාර්ගය. බෞද්ධයකු වීමේ නිවැරදි මාර්ගය. බාහිර ලෝකයක් නොමැති බවට අවබෝධ කරගැනිමට කටයුතු කරමු.

තෙරුවන් සරණයි!!!!

නදීජා ජයකොඩි

බුද්ධෝත්පාද ධර්ම ග්‍රන්ථ සංසදය



බුද්ධෝත්පාද ධර්ම ග්‍රන්ථ සංසදය මගින් පාඨක දෝතට හඳුන්වා දුන් නව පොත් පිළිබඳව සමාලෝචනයක්. බුද්ධෝත්පාද ආර්යයන් වහන්සේ තම අභිඤ්ඤා ඥානයෙන් ප්‍රත්‍යක්ෂ ධර්මයක් දේශනා කරන අතර එම දේශනා පාඨකයන් හට ලබා දීමේ අරමුණින් විවිධ කතුවරයන්ගේ ශ්‍රමදායකත්වයෙන් පිට වූ බුද්ධෝත්පාද නව ග්‍රන්ථ මෙසේයි.

ඉපදීම-මරණය-සසර Wisdom of Asia (පොත් දෙකකි)
මේ නිවන් දකින්නට කාලයයි
විඤ්ඤාණ මායාව සත්‍යය දැක ගනිමු

බුද්ධෝත්පාද ග්‍රන්ථ සංසදයෙන් පළ කරන්නා වූ ධර්ම ග්‍රන්ථ විශාල ප්‍රමාණයක් පවතී. අප බුද්ධෝත්පාද ආර්යයන් වහන්සේ විසින් මෙම අසරණ වූ මිනිසුන් සඳහා සැඟව ගිය "ශ්‍රී සද්ධර්මය" නැවත ලෝකයට විවර කිරීමේ අරමුණින් එම ග්‍රන්ථ ඉතා සුළු මුදලකට ඔබ වෙත ලැබීමට පහසුකම් සපයා තිබේ. එමගින් දුගී අසරණ ගම්වල ජීවත්වන අපේ අම්මලා තාත්තලාට මහා සෙතක් සැලසෙනු ඇත. මේ බුද්ධෝත්පාද කාලයයි.

දෙරණ තලයේ පිපෙන මෙත්මල් - සුවඳ හමමින් පැතිරෙණා

බුද්දෝත්පාදෝ ධර්ම දේශනා ශ්‍රවනය කල ඔබට, ප්‍රායෝගිකව ඒ ශ්‍රී සද්ධර්මය තමා තුලින් ගලපාගෙන අත් දැකීමට අවස්ථාව උදාවී ඇති බව දන්වා සිටින්නේ, කරුණා පෙරදැරිවය.

ඒ උතුම් සම්බුදු දහම, එක් දින ප්‍රතිපදා වැඩසටහනකට සම්බන්ධ වී, තමා තුලින් ප්‍රත්‍යක්ෂ කරගැනීමේ මාර්ගය විවර කර ගැනීමට දිවයිනේ ප්‍රදේශ ගණනාවක ආරම්භ කර ඇති එක් දින ප්‍රායෝගික වැඩසටහන් ඔබට උපකාරී වනු ඇත.

ඒ බුද්දෝත්පාද ආර්යයන් වහන්සේගේ අනුශාසනාව පරිදි, මේ වන විට දිවයිනේ බෝහෝ ප්‍රදේශවල මෙත්මල් මෙහෙණි ආරාම, මෙත්මල් භික්ෂු ආරාම, මෙත්මල් අරණ සහ මෙත්මල් විවේකාශ්‍රම බිහිවී ඇති බව ඔබ දන්නවාද?

දිවයිනේ, මෙත්මල් මෙහෙණි ආරාම සහ මෙත්මල් භික්ෂු ආරාම මාතර, ගම්පහ, සූරියවැව, පාදුක්ක, කඹුරුපිටිය, මහියංගනය, රාජාංගනය, යාපහුව, මිහින්තලේ, මතුගම, කිරින්ද, පනාමුරේ, පනංගල යන ආරාම වලත්,

තිස්සමහාරාමය, අළුත්ගම, කළුතර, බදුරලිය, හෝමාගම, මාවනැල්ල, අනුරාධපුරය, ඇඹිලිපිටිය, නුවර, මිනුවන්ගොඩ, මෙත්මල් අරණ විවේකාශ්‍රම වලත්,

කුරුණෑගල, මොරටුව, රිදියගම, වැලිමඩ, කෑගල්ල, ගාල්ල, බලංගොඩ, තණමල්විල, පානදුර, අම්බලන්ගොඩ, කඩවත, ගොඩකවෙල, බදුල්ල යන මෙත්මල් විවේකාශ්‍රම වලත් මෙම එක් දින වැඩසටහන් ආරම්භකර ඇති බව දන්වා සිටින්නේ, ඉමහත් කරුණාවෙනි.

මේ එක් දින ප්‍රායෝගික වැඩසහටන් තුලින්, පළමුව ඔබට බුද්ධ දර්ශනය, බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනලද හේතුඵල දහම, බුද්දෝත්පාදෝ ආර්යයන් වහන්සේ විසින් නැවත එළි කරන ලද ධර්මදේශනා ශ්‍රවනය කොට, සාකාච්ඡා කරමින් පැහැදිලි කරගැනීමට අවස්ථාව සැලසෙන අතර, ඒ තුලින් සත්‍ය ඥාණය අවධි

කිරීමට මග මනා කොට පෙන්වා දීමක් සිදුවේ. අනතුරුව ඒ දැනුම උපයෝගී කර ගනිමින් ඒ සත්‍ය ඥාණය ප්‍රායෝගිකව අත් දකින ආකාරය

කමටහන් 4 ක් තුලින් ප්‍රායෝගිකව අත්විඳීමට මග පෙන්වීමක් සිදුකරනු ඇත. මේ තුලින් ආත්ම සංඥාව ගිලිහී අනාත්මය කරා යන්න මග

පෙන්වීමක් ප්‍රායෝගිකවම ලැබෙන බව කියා සිටින්නේ හුදු සිතිවිලි මත, වචන මත පිහිටා නොවේ. අපද ලද අත්දැකීම් පදනම්කරගෙනය.

බුද්ධෝත්පාදෝ zoom සාකච්ඡා

සිංහල සහ ඉංග්‍රීසි භාෂාවෙන් දිනපතා පැවැත්වෙන සියලුම බුද්ධෝත්පාදෝ zoom සාකච්ඡා සඳහා Zoom link
https://zoom.us/j/91748075582?pwd=ZHlKQmwxOGNRUjJCVWtSSWkrNm50dz09

Time	Period	Session	YouTube
5:00 AM	උදෑසන	Buddothpado Practical Experience	https://youtube.com/@buddothpadodpe
9:30 AM	උදෑසන	Buddothpado Zoom Discussion	https://youtube.com/@Zoom-up2ik
1:30 PM	දහවල්	Buddothpado Suthra Desana	https://youtube.com/@buddothpadosuththradesana
2:45 PM	දහවල්	Buddothpado English Zoom Discussion	https://youtube.com/@buddothpadoenglish
4:00 PM	සවස	Buddothpado Practical Experience	https://youtube.com/@buddothpadodpe
5.30 PM	සවස	Youth Dhamma Discussion	https://www.youtube.com/@buddothpadoydd
7:00 PM	රාත්‍රී	ආන්දෝලනාත්මක දේශනා	https://youtube.com/@buddothpadodharma
9:30 PM	රාත්‍රී	Buddothpado Zoom Discussion	https://youtube.com/@Zoom-up2ik
11:30 AM	රාත්‍රී	Buddothpado Zoom Discussion	https://youtube.com/@Zoom-up2ik
8:00 AM	උදෑසන (සිකුරාදා පමණයි)	Buddothpado Tamil Dhamma Discussion	https://youtube.com/@buddothpadotdd

දසත සිසාරා ඇසෙන බුද්ධෝත්පාදෝ දේශනා

බුද්ධෝත්පාදෝ දේශනා ලක්හඬ රේඩියෝ නාලිකාව ඔස්සේ ගුවනට මුසුවන බවයි. සෑම ඉරිදා දිනකම රාත්‍රී 9:00 ට සවන් දිය හැක.

ලක්හඬ රේඩියෝ 93.5 - 93.7 MHz FM

මේ බුද්ධෝත්පාද කාලයයි.

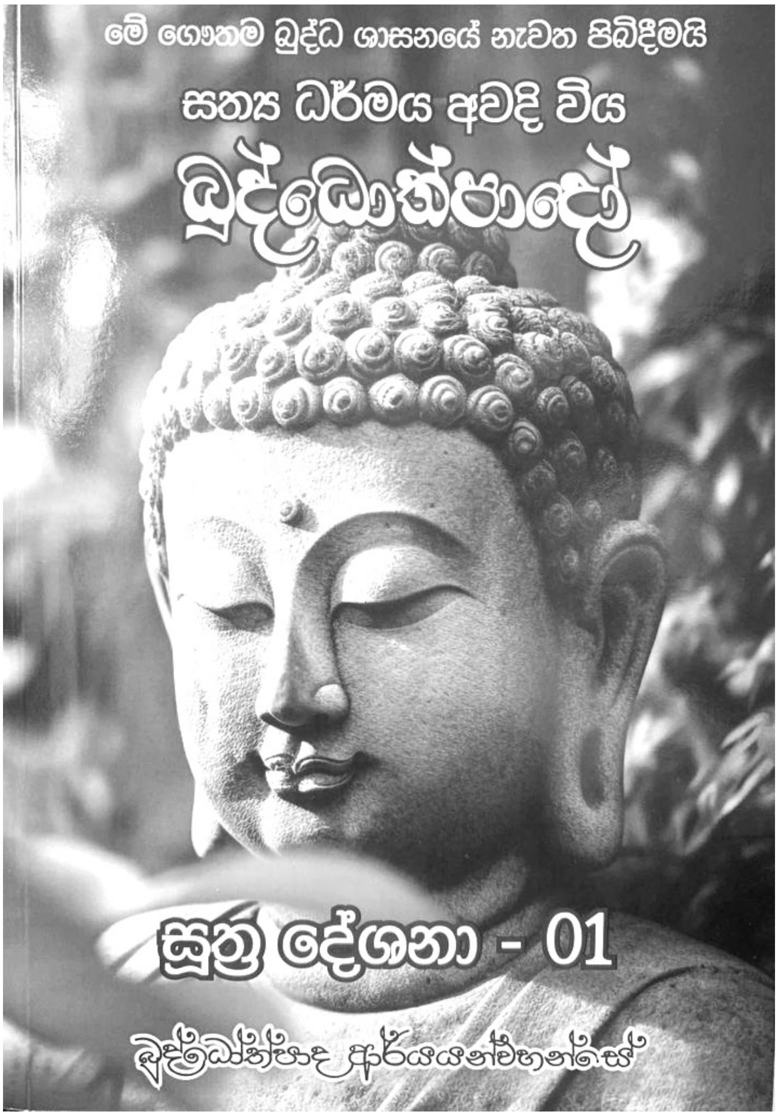
බුද්ධ ශාසනය නැවත පිබිදෙන යුගයයි.

සත්‍ය ධර්මය අවදි වී ඇති මෙවන් යුගයක ඔබටත් පුළුවන් නිවන් දකින්න

වසර 2500 කට පසු ගෞතම බුද්ධ ශාසනය නැවත අවදි විය.

කාලයේ වැලිතලාවට සැඟව ගිය ඒ බුද්ධ දර්ශනය නැවතත් ඔබට අසන්නට ලැබී ඇත.

සවන් දෙන්න ?
බුද්ධෝත්පාදෝ දේශනා නිවන් දකින්න.



අරහත්ත සූත්‍ර
පසුගිය කලාපයෙන්

මෙතන පෙන්නන්නෙ බුද්ධ ස්වභාවයට පත් වෙනවා කියන එකයි. මේ සූත්‍රයේ තියෙනවා ඒ වචන ටික අපි පෙන්වන්නම් ඔබ සියලු දෙනාටම මේක ඇස් ඇරෙන්න ඕන තැනක්. අපි ධර්මය දකිනවා නම් පිරිසිදුව නිර්මලව ඒ ධර්මය දැකිය යුතුයි. මහණෙනි සත්තාවාස යම්තාක් ද, භවාග්‍රය යම්තාක් ද, ඒ තාක් ලෝකයෙ අග්‍රය ශ්‍රේෂ්ඨය. ඔවුහු කවරෙක්ද? අන්න එතනදි කියනවා යාවතා භික්ඛවෙ සත්තාවාසා යාවතා භවග්ගං එතෙ අග්ගා, එතෙ සෙට්ඨා ලොකස්මිං යදිදං අරහත්තො'ති ඒ අරහත්වය කියලා තියනවා, ඉදමවෝච භගවා ඉදං වත්වාන සුගතො අථාපරං එතදවොච සත්ථා. එතකොට මහණෙනි, සත්තාවාස යම්තාක් ද, ඒ භාවාග්‍රය යම්තාක් ද, ඒ තාක්කල් ලෝකයේ මොහු අග්‍රය, මොහු ශ්‍රේෂ්ඨයි. මොහු කවරෙක් ද? අරහත්වයට පත්වීමයි භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මෙය වදාළ සේක. ශාස්තෘන් වහන්සේ මේ වදාළේ යැයි මතුදු තෙල වදාල සේක අපි නිර්මල ශ්‍රී සද්ධර්මය ඔබට ඉදිරිපත් කරන්නේ අපි එකක්වත් අඩු වැඩි කරන්නේ නැහැ. අපි දෘෂ්ටිගත කෝණවලින් බලන්නේ නෑ. ඒක නිසා වාක්‍යයේ තියෙන විදිහටම අපි කියනවා හැමදේම නිර්මලව ම ඉදිරිපත් කරනවා ඔබම තේරුම් ගන්න ඕනේ, මෙතැන අපි පෙන්නන දේ ඇත්තටම අරහත්ත සූත්‍රයේ අරහත්වය කියන්නේ රහ නැතිවෙන ස්වභාවය ඇත්තටම ඡන්ද රාගය දුරු වෙන තැන ඒ ස්වභාවයට පත් වෙන ආකාරය ඒ සත්‍ය දකින කෙනා අවිද්‍යා අශේෂ විරාග නිරෝධයෙන් මේ ස්වභාවයට පත් වෙන බව. ඔබ දැක්කා නිබ්බිදංති විරාග න්ති, විරාගන්ති නිරොධන්ති, නිරෝධන්ති පටිනිස්සග්ගානුපස්සි කියනකොට අපි අර නිතරම පෙන්නන කාරණාව තමයි, ඒ රූපයේ යමෙක් සත්‍යය දකීද? ඒ සත්‍ය දකීනම්, අන්න ඒ අර බාහිර දෙයක් නැති බව දකියි නම් එතනින් ඇතිවන මිදීම තුළ අපි පෙන්නුවා ඒ නාමයෙන් රූපයෙන් මිදෙන තැන, ඒ නිබ්බිදන්ති. විරාගන්ති, විරාගන්ති, නිරෝධන්ති නිරොධන්ති පටිනිස්සාගානුපස්සි, කියන තැන. එතැනමයි, අරහත්වය, ඒ රහ නැතිවෙන ස්වභාවය.

මේ සූත්‍රයේ ඊගාව ටික බලමු දැන් අපි සූත්‍රය බලමු, සුඛිතෝ වත අරහන්තො තණ්හා තෙසං න විජ්ජති; අසම්මානෝ සමුච්ඡින්නො මෝහජාලං පදාලිතං. රහත්හු ඒකාන්තයෙන් සුඛිතය, ඔවුනට තෘෂ්ණාවක් නැත. සුඛි තෝ වත අරහන්තො තණ්හා තෙසං න විජ්ජති; තණ්හාව සිඳලා තියෙන්නේ. එතකොට අසම්මානෝ සමුජ්ජතෝ එතකොට ඔවුනට තෘෂ්ණාවක් නැත නව විධ අසම්මානය නුවණින් සිඳලන ලදී, මෝහ නැමතී දැල පලන ලදී. මෝහ ජාලං පදාලිතං එතකොට මෙතන සුඛිනෝ වත තණ්හා තෙසං න විජ්ජති අසම්මානෝ සමුච්ජින්නො මෝහජාලං පදාලිතං එතකොට ඒ මෝහ ජාලය ඒ කියන්නේ අවිද්‍යා ගනදුර සිදලලා, ඒ කියන්නේ, අස්මිමානය සිඳලලා, එතකොට තෘෂ්ණාව නැමැති තණ්හාව සිඳලලා, ඒ කියන්නේ ඒකාන්තයෙන් සුඛිතයි කියන එක. එතකොට හෙතෙම අරහත්වයට පැමිණියහ. අනෙජං තෙ අනුප්පත්තා, චිත්තං තෙසං අනාවිලං; ලොකෙ අනුපලිත්තා තෙ, බ්‍රහ්මභූතා අනාසවා. දැන් මේකේ තේරුම කියනවා අනෙජං තෙ අනුප්පත්තා චිත්තං තෙසං අනාවිලං ලොකෙ අනුපලිත්තා තෙ, බ්‍රහ්මභූතා අනාසවා.

ඒ ස්වභාවයට පත් වූ විට ඔවුන්ගේ සිත කැළඹීම් රහිතයි මේ රහතන් වහන්සේගේ සිතේ ස්වභාවය, කියන්නේ. හෙතෙම ලෝකයේ තෘෂ්ණා, දෘෂ්ටින්ට නොඇලුනාහ, ශ්‍රේෂ්ඨය, ආශ්‍රව රහිතය, ඊගාව කොටස අපි බැලුවොත් පඤ්චස්ඛන්ධෙ පරිඤ්ඤාය, සත්ත සද්ධම්මගෝචරා, පාසංසියා සප්පුරිසා, පුත්තා බුද්ධස්ස ඔරසා, එතකොට පංචුඋපාදානස්කන්ධය, ත්‍රිවිධ ප්‍රඥාවෙන් පිළිසිඳ දැන, පංච උපාදානස්කන්ධ පරිඤ්ඤාය කියන්නෙ, ප්‍රඥාවෙන් දැනගෙන, සත්‍යය දකිනවා, පංච උපාදානස්කන්ධයේ. ස්කන්ධය නිසා හටගත් දෙයක් ලෙස, දූන සත් තස්ස ධම්මගෝචරං, එතකොට පිළිසිඳ දැන ඔහු සත්‍යය ධර්ම ගෝචර කොට ඇතිය. සත්තස්ස කියන්නේ, චතුරාර්ය සත්‍යය ධර්මය සත්ත සද්ධම්ම ගෝචරා සත්‍යය ධර්මය ගෝචර කොට ඇතිය, එතකොට ඊගාවට කියනවා පාසංසියා සප්පුරිසා එතකොට පැසසිය යුතුය කියනවා. සත්පුරුෂයන්ගේ පැසසීමට ලක් වෙනවා පුත්තා බුද්ධස්ස ඔරසා අන්න බුද්ධ පුත්‍රයෙක් බවට පත්වෙනවා කියල මෙතැනදී පැහැදිලිවම. ඔබට මේ වාක්‍ය තුළ දකින්නට ලැබෙනවා පුත්තා බුද්ධස්ස ඕරසා ඒ කියන්නේ ඒ බුදුරජාණන් වහන්සේගේ පුත්‍රයායි, කියනු ලැබේ. දැන් ඔබට වැටහෙනවා නේද? ඒ බුද්ධ ස්වභාවය මෙතන අවබෝධ කරන බව, ඒ නිසාම මේ බුද්ධ පුත්‍රයා යයි කියන කතාවත් ඉස්සරහට ඔබට තවත් හොඳට අසන්නට ලැබෙනවා, ඔන්න බලන්න සත්තරතනසම්පන්නා, තීසු සික්ඛාසු සික්ඛිතා; අනුවිචරත්ති මහාවීරා, පහීනභයභෙරවා එතකොට සප්තබොජ්ජංග ඒ කියන්නේ සප්තබොජ්ජංගයෙන් යුක්තයි තීසූ සික්ඛාසු සික්ඛිතා එතකොට ශික්ෂාවෙන් යුක්තයි, ත්‍රිවිධ ශික්ෂාවෙන් යුක්තයි මහාවීරෝ ප්‍රහිනය, භය ප්‍රහින කරලා තියෙනවා. අනුවිරචරන්ති මහවීරා. එතකොට, පහීනභයභෙරවා අන්න භය ප්‍රහීන කරලා තියෙනවා, එතකොට මහාවීරෝ හෙතෙම භය ප්‍රහීන කර ඇත. එතකොට අපි ඊගාව කොටසට ගියොත් "දසාඞ්ගෙහි සම්පන්නා, මහානාගා සමාහිතා;" එතෙ බෝ සෙට්ඨා ලොකස්මිං, තණ්හා තෙසං න විජ්ජති. එතකොට දස අංගයකින් සමන්නාගත ඒ මහානාගායි සමාහිතාය. මොහු වනාහි ශ්‍රේෂ්ඨවෙති. ඔවුනට තෘෂ්ණාව නැති රහත් ඵල නුවණ උපන් මේ අන්තිම ආත්ම භවය යි. එතකොට "අසේඛඤාණං මුප්පන්නං අන්තිමොයං සමුස්සයෝ; යො සාරෝ බ්‍රහ්මචරියස්ස, තස්මිං අපරපච්චයා." අන්න එතනදි බුදුන් වහන්සේ දේශනා කරනවා, ඒ අන්තිම ආත්ම භවයයි. බ්‍රහ්මචාරියාගේ යම් සාරයක් ඇත්ද සාරාසංඛායාත ඒ මෙතන අසෙඛ ඤාණං මුප්පන්නං ඒ කියන්නේ ඤණය ඉපදෙන ඒ අසේක ඥානය, සේක කියන්නේ. ඔබ දන්නවා අසේඛ ඤාණං උප්පානං, එතකොට ඒ ඤාණය උප්පන්න අන්තිම මේ ආත්ම භවයයි, අන්තිමෝයං සමුස්සයෝ; යො සාරෝ බ්‍රහ්මචරියස්ස, බ්‍රහ්මචරියස්ස, සම්පූර්ණ කරලා, තස්මිං අපරපච්චයා. එතකොට සමාහිතය. මොහු වනාහි දැන් එතකොට මෙතන කියන්නේ මේ අන්තිම ආත්ම භවයයි. බ්‍රහ්මචරියාගෙ යම් සාරයක් ඇත්ද? සාරාසංඛාත ඒ අන්‍ය උපකාර විරහිතව ඒ කියන්නේ තමන්ටම ප්‍රත්‍යක්ෂ තාවයෙන්, ප්‍රත්‍යක්ෂයෙන්ම තමන් ම දැනගන්නවා, තමන් ඒ ස්වභාවයට පත්වුණා කියලා. එතකොට අසෙඛ ඤාණ මුප්පන්න ඒ අසෙඛ ඤාණය ඉපදිලා අන්තිමොයං සමුස්සයො මේක අන්තිම ආත්ම භවය කියලා යො සාරෝ බ්‍රහ්මචරියස්ස ඒ බ්‍රහ්මචරියාවේ අවසානය. තස්මිං අපරාපච්චයා නැවත උත්පත්තියක් නැති බව. තමන්ටම ප්‍රත්‍යකෂ වෙනවා.

විධාසු න විකම්පන්තී විප්පමුත්තා පුනබ්භවා; දත්තභූමිමනුප්පත්තා, තෙ ලොකෙ විජිතාවිනො. එතකොට ත්‍රිවිධ මාන කොටස්හි නොසැලෙති, පුනර්භවයෙන් මිදුණාහ, අරහත්වයට අනුප්‍රාප්තය. එතකොට "විධාසුන විප්පමුත්තා පුනබ්භවා" දන්තභූමිමනුප්පත්තා, තෙ ලොකෙ විජිතාවිනො. එතකොට මේ කියන්නේ ත්‍රිවිධ මාන කොටස්හි නොසැලෙති, පුනර්භවයෙන් මිදුනාහ. ඔහු ලෝක අර රාගාදිය, දිනා සිටියාහුය. අනුප්පන්නාහ ද්තභූමිමනුප්පන්නා තෙ ලොකෙ විජිතාවිනො එතකොට විධාසු න විකම්පන්ති. ඒ කියන්නේ කම්පනය අර විකම්පනයට ලක් වෙන්නේ නැහැ. අර විසුද්ධියට එන තැන. "විප්පමුත්තා පුනබ්භවා" නැවත භවයක් අර පුනර්භවයට සකස් වෙන්න හේතු නැහැ."දන්තභූමිමනුප්පන්නා තෙ ලොකෙවිජිතා විනෝ." ඒ කියන්නෙ ලොකෙන් මිදුන බවට තමන්ටම ප්‍රත්‍යක්ෂ වෙනවා. උද්ධං තිරියං අපාචීනං, නන්දි තෙසං, න විජ්ජති; නදන්ති තෙ සීහ නාදං, බුද්ධා ලොකෙ අනුත්තරතී, උඩ සිරස යට උද්ධං තිරයන් අපාචියං පස් හදෙහි හෝ කාලත්‍රයේ හෝ භවත්‍රයේ හෝ එහෙම තමයි මෙකේ තේරුම, දැන් සඳහන් වෙලා තියෙන්නේ ඔවුනට තෘෂ්ණාවෙක් නැත. උද්ධං තිරියං අපාචීනං උඩ යට ඔවුනට උත්පත්තියක් නැහැ. නන්දි තෙසං න විජ්ජති, එතකොට ඔවුනට තෘෂ්ණාවක් නැත. නන්දි රාගයක් නැහැ. අනුත්තර වූ ඒ චතුරාර්ය සත්‍යය අන්න, එතනදි කියනවා " බුද්ධා ලොකෙ අනුත්තරාති අනුත්තර වූ බුද්ධත්වයට" පත් වුණා කියලා. නන්දි තෙසං න විජ්ජති; "නදන්ති තෙ සිංහනාදං" ඔහු සිංහ නාදයක් කරනවා. උද්ධං තිරියං අපාචීනං නන්දි තෙසං න විජ්ජති; තදන්ති තෙ සිංහනාදං, අන්න සිංහ නාදයක් කරනවා. බුද්ධ ලෝකේ අනුත්තරෝති අනුත්තරවු බුද්ධත්වයට පත්වුණා, කියන එකයි කියන්නේ. එතකොට මේ අරහත්ත සූත්‍රය තුළ රහ නැති වීම තුළ අනුත්තර වූ

බුද්ධත්වයට පත්වුනු බවයි මේකේ සඳහන් වෙන්නේ මේ සූත්‍රයේ එහෙමයි සඳහන් වෙන්නේ නමුත් තේරුම ලියනකොට එතනටත් අර පොඩ්ඩක් එතන තියෙනවා, දෝෂයක් සහිතව නමුත් අපට එවා අදාල නැහැ. අපි මේ තේරුම විතරක් පිරිසිදුව කියපුවාම හරි. එතකොට බුද්ධෝ ලෝකේ අනුත්තරෝ කියන්නේ අනුත්තර වූ බුද්ධත්වයට පත්වෙන එක තමයි එතකොට මෙතනදී සිද්ධ වෙන්නේ. ඒක තමයි බුද්ධ ස්වභාවයට පත් වෙන එකයි මේ අරහත්ත සූත්‍රයේදී ඔබට දක්නට ලැබෙන්නේ. මේක සූත්‍රයේ තේරුම බැලුවොත් ඔබට ඒ සූත්‍රයේ තේරුම් කරලා ලියනකොට එතන්ටත් ඔබට දකින්ට ලැබෙනවා තේරුම හොඳින් දකින්න, සූත්‍රයත් හොඳින් දකින්න, ඔබට දකින්න ලැබේවි මෙතන බුද්ධ ස්වභාවයට පත් වෙන එකයි ඒ අනුත්තර ස්වභාවය තුළ සිදුවෙන්නේ ඒ අනුත්තර වූ ස්වභාවය තුළ ඒ බුද්ධපුත්‍රයන් බවට පත්වන බව මේකෙ මනා කොට තියෙනවා "පුතා බුද්ධස්ස ඕරසා" කියලා.

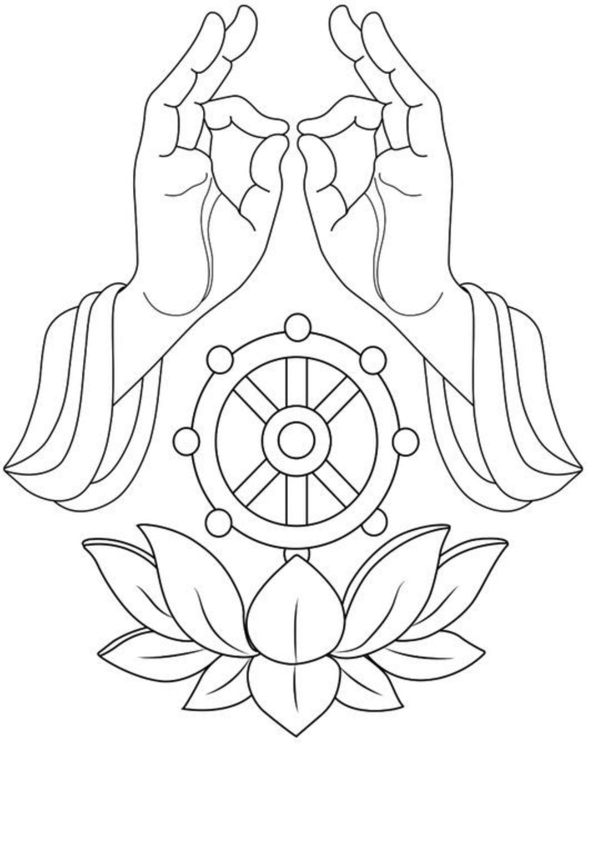
අපි ඒ දේශනා කරන ඒ එකදු වචනයක්වත් දෝෂයක් නැති බව. නමුත්, සමාජයට එය සමහර විට සමාජ ගත වෙලා නැති බව ඔබටම වැටහේවි. ඒකයි අපි කිව්වේ මේ අවසානයේ ඒ බුද්ධ ස්වභාවය අපට හමු වෙනවා. ඒ අනුත්තර සොබාවය තුළයි. ඒ බුද්ධ ස්වභාවය පවතින්නේ බුද්ධ ස්වභාවය තුළ නාම රූප පරිච්ඡේද ඥානයෙන් පස්සෙ ඒ සිතිවිලි වලින් මිදෙන තැන ඒ බුද්ධ ස්වභාවයටයි අවදිවෙන්නේ ඒ මේ සූත්‍රය තුළ අපි ඔබට පෙන්නන්නයි උත්සාහ කළේ. ඔබටත් දැකගත හැකියි. අරහත්ත සූත්‍රය බුද්ධ ජයන්ති ත්‍රිපිටක මාලාවේ පහළොස්වැනි ග්‍රන්ථයෙ සංයුත්ත නිකායේ තුන්වෙනි කාණ්ඩයේ කන්ධ සංයුක්තයේ ඛජ්ජනීය වග්ගයේ අරහත්ත සූත්‍රය තුළ 145 වැනි පිටුවේ ඔබට දකින්න ලැබේවි. ඒ බුද්ධ ස්වභාවයටයි පත්වෙන්නේ ඒ අනුත්තර වූ බුද්ධත්වයටයි පත්වෙන්නේ. බුද්ධ පුත්‍රයෙක් බවට පත්වෙන බව මෙතන ශ්‍රාවක බුද්ධ බවට පත් වෙන බව. අපි මීට කලිනුත් දේශනයකදී ඔබට ඉදිරිපත් කළා මේ ශ්‍රාවක බුද්ධ බවට පත්වෙන බව මේ සූත්‍ර දේශනාවෙ බොහෝ තැන්වල ඔබට දකින්නට ලැබේවි. ඒ බුද්ධ ස්වභාව යයි හමුවන්නේ. එයයි ඇත්තටම ඒ සිතිවිලි වලින් මිදුණු තැන ස්වභාවය බුද්ධ ස්වභාවයයි. එයයි, තෙරුවන් සරණ යන තැන අපට හමුවන්නේ. එයයි අපි කිව්වේ සිතුවිලි වලින් මිදුණු තැන නත්ථි මේ සරණං අඤ්ඤං බුද්ධෝ මේ සරණං වරං අපි දුක් විඳින්නේ සිතුවිලි නිසා, සිතිවිලි වලින් මිදුණු තැන අන්න අපට හමුවන්නේ බුද්ධ ස්වභාවයයි, ඒකයි වෙන සරණක් නැහැ.

බුද්ධ සරණ හැර, කියලා' හැබැයි, ඒ ධම්මසරණ, ධර්මය දැක්කොත් විතරයි ඒ ස්වභාවය ඔබට දකින්නට ලැබෙන්නේ. ඒකයි බාහිර දෙයක් නැති බව දකින තැනයි, මේ සියල්ලම ඔබට හමුවුන්නේ බාහිර දෙයක් තියෙනෙනවා කියලා යමෙක් හිතනව නම් ඔවුහු බෞද්ධයෙක් නෙමෙයි. බෞද්ධයෙක් කියන්නේ බාහිර දෙයක් නැති බව දකින තැනයි එතනයි භව නිරෝධය තියෙන්නේ. එතැනයි "නත්ථි මේ සරණං අඤ්ඤං ධම්මෝ මේ සරණං වරං" කියන්නේ. බාහිර දෙයක් නැති බව දකීනම් කිසිදු දුකක් ඔහුට ඇති වෙන්න හේතුවක් නැහැ වෙන සරණක් නැහැ. ඒ සිතුවිලි වලින් මැවෙන දෙයක්. හඳාගෙන අපි දුක් විඳින්නේ එහෙම දෙයක් නැති බව දකින තැනයි සියලූ දුකින් මිදෙන්නෙ ඒකයි මේ එන එන අර අරමුණ දැක දැක මිදෙන තැනයි. සංඝ කියන්නේ "නත්ථි මේ සරණං අඤ්ඤං සංඝෝ මේ සරණං වරං" කියන්නේ.

එහෙනම්, තෙරුවන් සරණ යන්න පුළුවන් වෙන්නේ මෙන්න මේ ආර්ය භූමිය අඳුනගත්ත අයට පමණයි, දැන් ඔබට වැටහෙනවා සිතිවිලිවලින් මිදෙන තැන ඒ ස්වභාවයටයි ඒ බුද්ධ ස්වභාවය, කියලා කියන්නේ. එය හමුවන්නේ ඒ සියලු සිතුවිලි වලින් මිදෙන ස්වභාවය තුළයි දෙයක් නැති බව දකින තැනයි. ඒ අනුත්තර වූ ඒ රහ නැති වෙන තැන අරහත්වය ප්‍රකාශ කරන්නේ. ඒ අරහත්වයෙ ස්වභාවය තුළ බුද්ධ ස්වභාවයයි ඔබට හමුවන්නේ. වැටහෙනවා දැන් මේ සියල්ල, අරහත්වය කියලා කියන්නේ, එහෙම කෙනෙක් පුද්ගලයෙක් නෙමේ ඒ ස්වභාවයයි, රහනැති වෙන ස්වභාවයයි අරහත් ස්වභාවය. එතන පත්වන්නේ ඇත්තටම බුද්ධ ස්වභාවයටයි. ඔබට දැන් මේ කාරණා සියල්ල වැටහෙනවනම්, අන්න ඒකයි, රහතන් වහන්සේලා කියලා කියන්නේ පුද්ගලයෙක් නෙමෙයි, රහතන් වහන්සේලා කියන්නේ ආර්ය භූමියේ දෙදෙනෙක් නෑ කිව්වේ ඒකයි, ආර්ය භූමිය කියන්නේ සත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් නෙමේ කීවේ ඒකයි, ඒකයි අර උපක අහන ප්‍රශ්නය, ඔබ මනුෂ්‍යයෙක්ද? නැහැ, මනුෂ්‍යයෙක් නෙමෙද? දෙවියෙක්ද? නැහැ, දෙවියෙක් නෙමෙයි, බ්‍රහ්මයෙක්ද? නැහැ, බ්‍රහ්මයෙකු නෙවේ. ගන්ධබ්බයෙක්ද? ගන්ධබ්බයෙක් නෙවෙයි, සත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් නෙමේ බුද්ධ කියන්නේ සිතිවිලි වලින් මිදුණු තැන බුද්ධ ස්වභාවයයි. සිතිවිලි වලින් තමයි අපට ලෝකය මවල තියෙන්නෙ සංකප්ප ලෝකෙ චිත්තේන නීයති ලෝකෙ ඒ සත්‍ය දැකලා මිදෙන තැනයි. අන්න ඒ අනුත්තර වූ බුද්ධත්වයට පත්වෙන්නේ ඒ බුද්ධ ස්වභාවය සම්මා සම්බුදු පියාණන් වහන්සේ ලෝකයට හෙළි කරපු නිසා. අපි ඒ සම්මා සම්බුදු පියාණන් වහන්සේ කියලා කියනවා ඒ බුදුරජාණන් වහන්සේ කියලා, කියනවා ඒ බුද්ධ ස්වභාවය තුළ උන්වහන්සේ අපි රජෙක් විදියට ඒ තථාගත ගෞතම සම්මා සම්බුදු පියාණන් වහන්සේ

කියලා අපි එහෙම හඳුන්නනවා. ඒ වගේම බුද්ධ පුත්‍රයන් විදියට මේ සූත්‍රය තුළත් දක්වනවා පුත්තා බුද්ධස්ස ඕරසා කියලා ඒ කියන්නේ බුද්ධ පුත්‍රයන් විදිහට ඒ බුද්ධ ස්වභාවයටම පත්වෙන අය බුද්ධ පුත්‍රයන් විදිහටයි හඳුන්වන්නේ. එයයි මේ අවසානයේදී කියන්නේ "බුද්ධාලෝකේ අනුත්තරාති" කියලා ඒ අනුත්තර වූ බුද්ධත්වයට පත්වෙනවා කියලා අනුත්තරයි කියන්නේ. ඒ උත්තරීතර භාවයට පත්වෙන්නේ ඒ බුද්ධ ස්වභාවයට පත් වෙන්නෙ මේ ධර්මය දැක්කොත් පමණයි කියන එකයි, ඔබට දකින්නට ලැබෙනවා මේ සූත්‍රය තුළ. සූත්‍රවල තියන ඒවා කාටවත් නැහැයි කියන්න බැහැ, සූත්‍රයේ මනා කොට තියෙනවා එයම ඔබට දකින්නට ලැබේවි. ඒ ධර්මයම සත්‍යමයි. අපි ඔබට දේශනා කළේ ඒ සූත්‍රයෙන් අරන් පෙන්වන්න උත්සහ කලේ අපේ ප්‍රත්‍යක්ෂ තාවය තුළ එහෙම කිසිවෙකුට ඒක එහෙම සිඳලිය නොහැකියි. එය සත්‍යයක්මයි. ඔබටත් මේ ධර්මය ප්‍රත්‍යක්ෂ වෙන්න ඕනේ. ඔබගේ ම අභ්‍යන්තරයෙන් ඔබටම දැනේවි වී ඔබට නැවත ලෝකයක් නැති බව උත්පත්තියක් නැති බව. මේ ධර්මය ඇහෙනවනම් යමෙකුට ඔවුහු මහා භාග්‍යවන්තයි. ඒ වගේම ඒ මග යයි නම් ඉතාම භාග්‍යවන්තයි. නැවත දුකක් නම් හටගන්න හේතු නැහැ. නියත සම්බෝධි පරායණයි, කීවේ අන්න, ඒ නිසයි, එහෙනම් මේ අරහත්ත සූත්‍රය හැමෝගෙම දැස් ඇරෙන්නට හේතු වේවි.

තෙරුවන් සරණයි!!!!



බුද්දෝත්පාද දේශනා තුලින් හඳුන්වාදෙන ප්‍රායෝගික ප්‍රතිපදාව

දෙවැනි කොටස

පසුගිය සතියේ අප විමසා බැලුවේ බුද්ධෝත්පාද දේශනා තුළින් හඳුන්වා දෙන ප්‍රායෝගික ප්‍රතිපදාවේ පළමු කමටහනේ අන්තර්ගතය කුමක්ද යන්නයි. එහිදී ඔබට වැටහෙන්න ඇති අප මෙතෙක් කාලයක් ලෝකයක් ඇසුරු කරමින් ඇස, කන, දිව, නාසය, කය, මන පිනවමින් සිට ඇති බව. මේ අප ඇසුරු කරන ලෝකය සැබෑවක්ද? ඇස, කන, දිව, නාසය, කය යන ආයතන නැති තැන ලෝකයක් කොහෙද? පසුගිය සතියේ අප මෙය තරමක් දුරට විමසා බලන ලදී. ඔබේ ඇසට, කනට, දිවට, නාසයට, හංකඩයට ගෝචර නොවන යමක් ඔබේ ලෝකය තුළ හමු නොවනු ඇත. සිතිවිල්ලක පවා ඇත්තේ එකී ආයතන පහට ගෝචර වන අත්දැකීමක්ම පමණක් බව අපි පසුගිය සතියේ වටහා ගත්තා. එමෙන්ම එකී ආයතනවලට හට ගන්නා ලෝකය වුවත් කෙන කෙනාගේ ආයතන ශක්‍යතාවය අනුව වෙනස් වන බව පෙන්වා දුන්නා. අපි අද එය තවදුරටත් විමසා බලමු.

ඇසේ පෙනීම අපි සලකා බලමු. එකම වස්තුවක් දෙස කීපදෙනෙක් බලා සිටියහොත් කෙන කෙනාට පෙනෙන ආකාරය එකම වන්නේ නැත. කෙනෙකුට හොඳින් ළඟ පෙනෙන අතර අඩුවෙන් දුර පෙනේ. කෙනෙකුට ළඟ පෙනීම අඩුවේ. එමෙන්ම කෙනෙකුට කුඩාවට පෙනෙන අතර, තව කෙනෙකුට විශාල වී පෙනේ. තව කෙනෙකුට යම් යම් වර්ණ නොපෙනෙන අතර වර්ණවල තීව්‍රතාවයද වෙනස් විය හැක. එමෙන්ම අන්ධ අයෙකුට පෙනීම ඇත්තේම නැත. නමුත් කිසිම විටක අපට අනෙකාගේ ඇසෙන් ලෝකය බැලීමට නොහැකි නිසා එම පෙනෙන ප්‍රමාණය හෝ වර්ණය සංසන්දනය වීමට ඉඩක් නැත. උදාහරණයක් ලෙස මට රතු ලෙස පෙනෙන වර්ණයමද ඔබට රතු ලෙස පෙනෙන්නේ? මට කුඩා අවදියේ යම් විටෙක "මේ පුතේ රතු" යනුවෙන් පෙන්වා දුන් දෙය හෝ ස්ථානයේ මට පෙනෙන කුමන හෝ වර්ණයක් අදටත් මම "රතු" ලෙස හඳුනාගන්නවා. තව එකෙකුට එම දෙයම හෝ එම ස්ථානයම පෙන්වා "රතු" ලෙස පැවසුවහොත් ඔබට පෙනෙන කුමක් හෝ වර්ණය ඔබ "රතු" ලෙස හඳුනාගන්නවා. නමුත් මට පෙනුන වර්ණයම ඔබට පෙනුනාද? එහෙත් කිසිදු විටෙක සංසන්දනය වීමට

ඉඩක් නොමැති නිසා අදටත් අපි අතර ගැටුමක් නැත. මට පෙනෙන කුමක් හෝ පෙනීමකට "රතු" ලෙස ශබ්දයක් දමාගෙන ඇත. ඔබට පෙනෙන කුමක් හෝ වර්ණයකට "රතු" ලෙස ඒ ශබ්දයම දමා ඇත. නමුත් කිසිදා කිසිවෙකුට එකම දෙයක් හෝ එකම වර්ණයක් පෙනී ඇත්දැයි කිව නොහැක. හොඳින් විමසා බලන්න. රැවටීම මහත් නිසා මෙය සිතීමත් ඔබට පහසු නොවනු ඇත. නමුත් මෙම කාරණය ඔබේ ප්‍රඥාවට ගෝචර වන්නේ නම් ඔබට වැටහෙනු ඇත.

එලෙසම "රතු" යනුවෙන් ඔබට ඇසුණු ශබ්දය ගැනත් විමසා බලන්න. ඔබටත් මටත් එකම ශබ්දයක් ඇසුණාද? ඔබේ කන කොතරම් ක්‍රියාකාරී වන්නේද, ඒ තරමට ඔබට ශබ්දය ඇසෙන්නට ඇති. මගේ කන කොතරම් ක්‍රියාකාරී වන්නේද, ඒ තරමට මට ඒ ශබ්දය ඇසෙන්නට ඇති. කිසිදා සංසන්දනයක් නොවන නිසා අපට ගැටුමක් නැත. ඔබට පෙනෙන වර්ණය, ඔබට ඇසෙන ශබ්දය, ඔබේ ලෝකයයි. මට පෙනෙන වර්ණය, මට ඇසෙන ශබ්දය, මගේ ලෝකයයි. කිසිදා ඔබත් මමත් එකම ලෝකයක් අත්දැක තිබේද? හොඳින් විමසන්න.

එමෙන්ම දිව, නාසය, හංකඩය යන අනෙක් ආයතනත් මෙලෙස විමසා බලන්න. සීතල, උණුසුම වුවත් යමෙකුට දරා ගත නොහැකි වුවත් තවත් අයෙකුට එය දරා ගත හැකි වේ. රස දැනීමද කෙන කෙනාට වෙනස් වේ. ගඳ සුවඳ ද මෙසේම වේ. යම් ගඳක් හෝ සුවඳක් කෙනෙකුට දැනුනද තවකෙකුට නොදැනේ. එමෙන්ම දෙදෙනාටම එකම සුවඳ දැනුණා ද, යන්න කිසිවෙකුට කිව නොහැක. මන්ද අපිට ඇත්තේ එකම අත්දැකීමක් පමණකි. එසේනම් ඔබට වැටහෙනවාද, ආයතන පහට ගෝචර වන ලෝකය කෙන කෙනාට වෙනස් වන බව? එකම ආකාරයේ පෙනීමක් හෝ ඇසීමක්, දැනීමක් තිබිය නොහැකි බව. නමුත් එක සමාන ආයතන පිහිටා

ඇති බැවින් මිනිසුන් අතර යම් සන්නිවේදනයක් සිදු කළ හැකිය. එම නිසා එකම වර්ණයක් හැමෝටම පෙනෙන බව, එකම ශබ්දයක් හැමෝටම ඇසෙන බව, එකම දැනීමක් හැමෝටම දැනෙන බව අප සිතා සිටිමු.

මෙම කරුණ තවදුරටත් විමසා බැලුවොත්, "මනුස්ස" කියන ස්වභාවයේ ආයතන වලට ගෝචර නොවන බොහෝ ආකාර දැනීම් වෙනත් සත්ත්ව විශේෂ වලට ගෝචර වන බව නූතන විද්‍යාව අනුව තහවුරු වී ඇත. උදාහරණයක් ලෙස සුනාමි අනතුර ඇතිවන අවස්ථාවේ ඒ බව කලින් දැනගත් සතුන් අනතුරට පත් නොවී පලා ගියද, එබඳු දැනීමක් ගෝචර නොවන නිසා මිනිසුන් අනතුරට පත්විය. එලෙසම මිනිස් කනට ඇසෙන ශබ්ද පරාසයට වඩා වැඩි විශාල පරාසයක් බල්ලා වැනි සතෙකුට ඇසෙයි. එමෙන්ම පූසාට රාත්‍රියට ද හොඳින් ඇස් පෙනීම සිදුවේ. වවුලා වැනි සතුන් මිනිසුන්ට හසු නොවන රේඩාර් කිරණ හසු වන ස්වභාවයකින් සන්නිවේදනය කරයි. එලෙසම සත්ව ලෝකය අධ්‍යනය කළහොත් තව දුරටත් ඔබට මෙවැනි උදාහරණ සොයා ගත හැකිය.

එසේම හොඳින් පැහැදිලි වන කාරණයක් නම්, අප සිතා සිටින ලෝකය සැබැවින්ම ආයතන පහට සකස් වන්නක් මිස, ආයතන ක්‍රියාකාරීත්වය නොමැති විට ලෝකයක් අත්දැකීමට නොහැකි බවයි. එසේ නම් අප සිතා සිටින මිනිසුන්, සතුන්, ගස් කොළන් සහිත ලෝකය එක් එක් සත්වයාගේ ආයතන ක්‍රියාකාරීත්වයට අනුව සකස් වන්නක් බව මනාව පැහැදිලියි. එනම් දෙදෙනකු එකම ලෝකයක් අත් නොදකින බවයි. නමුත් අපි ස්ථිර ලෝකයක සැවොම ජීවත්වන බව සිතා සිටිමු. බුද්ධෝත්පාද ආර්යයන් වහන්සේ පෙන්වා දෙන්නේ මිනිසුන් කෝටි අටසීයක් සිටීනම්, එක් එක් කෙනා අත්දකින ලෝක කෝටි අටසීයක් විනා සියල්ලටම පවතින ස්ථිර ලෝකයක් හමු නොවන බවයි. සීරුවෙන් විමසා බැලුවොත් ඒ සත්‍ය බව ඔබට වැටහේවි.

මනුස්ස කියන ස්වභාවයට රේඩාර් කිරණ හසු නොවන නිසා අපට වවුලාගේ ලෝකය අත්දැකිය නොහැක. එලෙසම වවුලන් හා මිනිසුන්ට සන්නිවේදනයක් පවත්වා ගැනීමට නොහැකි වන්නේ අපට මෙන් ශබ්ද, වර්ණ, ගන්ධ, රස, පහස කියන දැනීම් ගෝචර වන ආයතන වවුලාට නොමැති නිසයි. බල්ලාට ඇසෙන ශබ්ද අපිට නැත. පූසාට රාත්‍රිය ද දවාල වැනිය. අපට රාත්‍රිය දවාල කියා දෙකක් ඇත. ඇස් නැති සත්වයෙකුට රාත්‍රිය දවාල කියා දෙයක් නැත. බිහිරි පුද්ගලයෙකුට හෝ කන කියන ඉන්ද්‍රියන්

නොපිහිටන සත්වයන්ට ශබ්දය කියා දෙයක් නැත. එමෙන්ම අප සිතා සිටින ශබ්ද, වර්ණ, ගන්ධ, රස, පහස පමණක්ද ලෝකය? කෙසේ නම් කිව හැකිද? ඊට වඩා යමක් ගැන අත්දැකීමක් අපට නැත. ආයතන වලට ගෝචර නොවන යමක් තිබෙනවා කීමටද නොහැක. නැත කීමටද නොහැක. මන්ද අත් නොදකින දෙයක් ගැන එලෙස පවසන්නේ කෙසේද? නමුත් නවීන විද්‍යාවෙන් සොයාගෙන ඇති විවිධ සත්වයින්ගේ සන්නිවේදන ආකාර විමසා බලන විට බුදුන් වහන්සේ වසර දෙදහස් පන් සියයකට පෙර දේශනා කළ සත්‍ය මනාව ගලපාගත හැක.

බුදුන් වහන්සේ රෝහිතත්ත බමුණාට දේශනා කළේ "බාහිරින් ලෝකය හොයන්න එපා. සිත තුළින් දකින්න" යනුවෙනි. එහි අර්ථය දැන් ඔබට මනාව ගලපාගත හැකිය. සෑම කෙනෙක්ම ජීවත්වන්නේ තම තමන්ගේ ආයතනවලට මැවෙන ලෝකයක් තුලයි. ආයතන පිහිටීම වෙනස් වූ කළ ලෝකය වෙනස් වේ. එසේ නම් මම මැරෙන විට අනිත් අය ජීවත්ව සිටින බව සිතුවිල්ලක්ම නොවේද? නිශ්චිතව පවතින ලෝකයක මම ජීවත්වන බවත්, මම මැරෙන විට ලෝකය ඉතිරි වන බව සිතා සිටීම කෙතරම් රැවටීමක් ද කියා දැන් ඔබට වටහාගත හැක. එසේ නම් "ආයතනං පටිලාභෝ අයං උච්චති ජාති" " ආයතනය හට ගැනීමයි උපත" යනුවෙන් බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළේ ඇයිද යන්න දැන් ඔබට යම් තරමක් හෝ වැටහෙනවා ඇති. එලෙසම ලෝක බොහෝ ප්‍රමාණයක් පවතින බවත්, අපි මරණයෙන් පසු නැවත එම නිශ්චිතව තිබෙන ලෝකයක උපදින බවත් අප සිතා සිටමු. නමුත් ආයතන වලට මැවෙන ලෝකයක් මිස නිශ්චිත ලෝකයක් නැති බවත් ආයතනයේ හැකියාව අනුව දැනීම වෙනස් වන බවත් පැහැදිලි වෙනවා ඇත. නමුත් මෙය තේරුම් ගැනීම සරල කාරණයක් නොවන්නේ දීර්ඝකාලයක් අප නිශ්චිත බාහිර ලෝකයක් තුළ ජීවත් වනවා යැයි සිතූ සිතුවිල්ල බලවත් නිසාය.

බුදුන් වහන්සේ ලෝකයාට දේශනා කළේ පෙර නොඇසූ විරූ දහමක්ය. ආලාර කාලාම, උද්ධකරාම පුත්‍ර වැනි ගුරුවරුන්ගෙන් උගත් දැනුම පසෙක ලා සත්‍ය සොයා තනිවම සටනක් කල බුදුන් වහන්සේ පෙර නොවූ විරූ දහමක් අවබෝධ කළේය. කාලයේ වැලි තලාවට සැගවගිය ඒ සත්‍ය බුද්ධ පරිනිර්වාණයෙන් වසර දෙදහස් පන්සියයකට පසු නැවතත් විවර කරන්නේ බුද්ධෝත්පාද දේශනා තුළින්ය. මෙතෙක් කල් බාහිර ලෝකයක් ඇත්ත කරගෙන, ශුද්ධාෂ්ටක යනු කුඩාම අංශුවය, එය නිශ්චිත දෙයක් ලෙස ගෙන දහම වරදවාගෙන මිථ්‍යා දෘෂ්ටියක සමාජයම හිරවී තිබුණු බව පැහැදිලිය. ඇත්තෙන්ම මේ ශුද්ධාෂ්ඨකය යනු කුමක්ද? පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ, වර්ණ, ගන්ධ, රස, ඕජා යනු ස්ථිර පවතින දෙයක් ලෙස මෙතෙක් අප වරදවා ගෙන සිටියෙමු. වර්ණ යනු ඇසට එන දැනීමයි. ගන්ධ යනු නාසයට එන දැනීමයි. රස යනු දිවට එන දැනීමයි. ඕජා යනු කනට එන දැනීමයි. එනම් ශබ්දයයි. පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ යනු හංකඩයට එන දැනීමයි. එනම් තද ගතිය, සීතල, උණුසුම යන සියලු දැනීම්ය. එසේ නම් මෙතෙක් කල් අප මුලාවී සිටි ශුද්ධාෂ්ඨකය යනු මේ ආයතන පහේ දැනීමමයි. ආයතන පහ ක්‍රියාකාරී නොවන විට ශුද්ධාෂ්ටකයක් හමු නොවේ. එසේ නම් ශුද්ධාෂ්ටකය කියා පවතින නිශ්චිත යමක් හමුවේ ද? නැත. ආයතන පහ සකස් නොවන්නේ නම් ශුද්ධාෂ්ටකයක් නැත. ආශ්චර්ය නම් කාලාන්තරයක් තිස්සේ අප නොදුටු සත්‍ය බුද්ධෝත්පාද ආර්යයන් වහන්සේ නැවතත් ලොවට හෙළි කිරීමයි.

ඉතින්, දැන් අපිට විමසා බැලීමට බාහිර ලෝකයක් හමුවන්නේ නැත. එසේනම් විමසා බැලිය යුත්තේ මේ පංච ආයතන ක්‍රියාකාරිත්වය සිදුවන්නේ කෙලෙසද යන්නයි. එනම්, අපට පෙනෙන්නේ, අපට ඇසෙන්නේ, අපට දැනෙන්නේ (දිවට, නාසයට, හංකඩයට) කෙලෙසද යන්නයි. මේ පිළිබඳව මී ළඟ සතියේ අපි විමසා බලමු.

මතු සම්බන්ධයි...

බුද්ධෝත්පාද ශ්‍රාවිකා

දැනුම අභිබවා ගිය

අභිඥා ඥානය

3 වන කොටස

උපාසිකාවː වෙනවා වෙනවා ඇත්තටම. දැන් ඊයෙ තිබුණ ආසාව දැන් අරක තේරුණහම මේ හිතක් සිතුවිල්ලක් තමයි මේ සිත දකින කොට ඒක ඉබේම නැති වෙනවා. ඒක වෙන්න ඉස්සෙල්ලා දවසයි ඊට පස්සේ දවසයි බලනකොට ලොකු වෙනසක් තියෙනවා. ඒක තේරිච්ච දවසයි තේරෙන්න ඉස්සරලයි. ඉතිං එහෙම එක දිගට බල බල යන එක තමයි කරන්න තියෙන්නේ නේද ස්වාමීන් වහන්ස?

ආර්යයන් වහන්සේː ඔව්. ඔව්. ඒක හරි. ඥානය කියන්නේ මේකයි. ඔබතුමියට ඒ ඥාන දැන් අවදි වෙලා තියෙන්නේ. ඔබතුමියට ඔය අභ්‍යන්තර පරිවර්තනය ඔබතුමිය සිහිය පවත්වන්න. ඔබතුමියට මේ දේශනා ඉතාම වැදගත්. මේ අන්තිමට යන සාකච්ඡාවල ගොඩක් ඔය වගේ අය දැන් කතා කරන්නේ. මාර්ගය තුළ ගොඩක් දියුණුයි. ප්‍රතිපදාව දැන් අහල තියෙන්නේ. ඒ අය ගොඩක් දැන් මේක දැනුමෙන් ඉන්නවා. ගොඩක් අය ප්‍රායෝගික දැන් වීගෙන යනවා. ඒක නිසා මගඵල ලාභීන් ළඟ ළඟ ළඟ ළඟ බිහිවෙනවා. නවත්තන්න බෑ කාටවත් සොබා දහම වගේමයි. ඒකාන්තයි. බුද්ධ ශාසනය පිබිදීම කිසි කෙනෙකුට නවත්වන්න බැහැ. කිසිම සත්ව ලෝකයේ කිසිම මනුස්ස ලෝකයේ අපිට කිසිම මනුස්ස මේකක් පේන්නෙ නෑ. මේක නවත්වන්න පුළුවන්. මේක මහා ස්වභාව ධර්මයේ න්‍යායට සිද්ධ වෙනවා. මේ ගෞතම බුද්ධ ශාසනයේ පිබිදීම ආරම්භ කරලා ඉවරයි. ඒක තුළ මේ සියල්ලම මෙතෙක් අපේ හාමුදුරුවරු ගෙනාපුවා ඔය ත්‍රිපිටකය ද ඔය කියපු ධර්මය ද සියල්ලම අවසානයේ බුද්ධෝත්පාදය තුළ ඒකාන්තයෙන්ම මල්ඵල ගන්වනවා.

උපාසිකාවː එහෙමයි. ඒක නම් ඇත්තම ඇත්ත. ඒකෙ ගෞරවය ඔබ වහන්සේට මොකද ඒක එච්චරටම චර්ඵසජ්ක විදිහට ඒක කියන්නේ, මේ දේශනාව. එතකොට අර වෙන අය එක්ක තියන ාසිජම්සදබ් වැදගත්. සමහර ඒවා ඔළුවට ගියාට ඉතින් තේරෙන්නේ නැති කොට ඒක ඔහේ අතඅරිනවා නේ. ඒ වගේ උනහම අර තමන්ට තේරෙනවා එකපාරට එන්නේ එකම පාරට.

ආර්යයන් වහන්සේː ඒ කසටයඑසබට එක එනවා. enlightment එක එනවා. ඒක අපි දන්නවා. නමුත් අර ගොඩක් අය ව්‍යාජ ැබකසටයඑපැබඑ එනවා. ඒක හොයන්න බෑ. ඒ කියන්නේ අර ලෞකික පැත්තෙත් තියෙනවානේ අර අර නිකං අර බය වෙනවා වගේ නිකන් අර මේ ධර්මය අවබෝධයක් නැතුවත් ැබකසටයඑපැබඑ එන ඒව තියෙනවනේ. සාමාන්‍යයෙන් ඔය මිනිස්සු හීන දැකලා බයවෙනවා වගේ චිත්ත කම්පන තියෙනවනේ. ඒ වගේ ඒවට ඊ වටෙන හින්දා අපි එකපාරටම කියන්නේ නෑ.

මිනිස්සු එතකොට ඒක කියාගෙන එනවා නිවන් දැකලයි කියලා හිතාගෙන. නමුත් රාග, ද්වේෂ, මෝහ එහෙමමයි. එතකොට ඊවටෙනවා. එතකොට මග-ඵල කියන්න යනවා. එතකොට අනිත් අය අනාවැකි කියන්න යනවා. මහා විකාරයක් වෙනවා නේ. එතකොට ප්‍රායෝගික පැත්ත අර චර්ජඑසජ්කකහ බේස් එක බිම් මට්ටමෙන් බැහැලා යන්නෑනේ කවුරුත්. අන්න ඒක නිසා තමයි අපි ගොඩක් මේ ැබකසටයඑපැබඑ එක වැඩිය කතා කරන්නැතුව අපි කියන්නේ රාග, ද්වේෂ, මෝහ කෙලෙස් සංසිඳෙන මග යන්න. හැබැයි මාර්ගය හොඳට පිරිසිදු නම්, හොඳට දර්ශනය අවබෝධය තියෙනවා නම් ඒකාන්තයෙන්ම ඒක සිද්ධ වෙනවා. හැබැයි අපි ඒක දන්නවා. ලෝකෝත්තර භූමියේ ැබකසටයඑපැබඑ එක අපි අඳුරනවා. ඔබතුමිය කියන කොටත් අපිට තේරෙනවා. ඒක දැන් තේරුණයි කියලා වැඩක් නෑනෙ කෙලෙස් තියෙනවා නේ.

උපාසිකාවː එහෙමයි. එන්න එන්න අඩුවේගෙන යන බව තේරෙනවා.

ආර්යයන් වහන්සේː අපිට වැදගත් වෙන්නේ දැන් මේ කතා කරන කෙනා සතුටු කරන එක නෙවෙයි. අපිට වැදගත් වෙන්නේ නිවනටම පාර පෙන්නන එක.
උපාසිකාවː එහෙමයි.

ආර්යයන් වහන්සේː කොතැනද ඉන්නේ කියන එක අපිට අදාළ නෑ. ඒ කෙනාට සන්දිට්ඨිකයි. ඒ කෙනා දන්නවා දියුණුයි කියලා. හැබැයි දියුණුයි කියලා සතුටු වෙවී ඉඳලා වැඩක් නැහැ. අපි අවසානයට යන්න ඕන කියන එක. මේ අන්තිම ආත්ම බවය කියන එක අපි කියන්නේ.

උපාසිකාවː දැන් මං ඇත්තටම ඇහුවෙත් මේක ටිකක් බලල මට මේක පැහැදිලි වෙලාද කියලා.

ආර්යයන් වහන්සේː තේරුණා තේරුණා guess කර කර තමයි මුලින් කිව්වේ. හැබැයි ඒක කියන කොට අපිට තේරුණා. අපිත් එකපාරටම ඉතිං කියන්න යන්නේ නැතුව තව ටිකක් ප්‍රශ්න අහන්න කියලා හිතුවා.

උපාසිකාවः මට අර හොඳටම සන්තෝසෙ හිතුණේ මට මැරෙන මොහොතේ අර පදෑ එකට යන්න පුළුවන්.

ආර්යයන් වහන්සේः ඒකට අපි කියනවා නේද ගොඩක් ඒව නෙ. අපි කාල ක්‍රියාකරන හැටි එහෙමත් අපි පැහැදිලි කළා.

උපාසිකාවः ඒ ටික ඇහුවේ නෑ ඒ ටික මම තාම ඇහුවේ නෑ.

ආර්යයන් වහන්සේः අහන්න අහන්න. අලමරියඥාන දර්ශනය, ඔව් අර උපක්ලේශ සූත්‍රයත් අහන්න. ඔබතුමියට වැදගත්. උපක්ලේශ සූත්‍රය ඔබතුමියට වැදගත්, අලමරියඥාන දර්ශනය ටික වැදගත්. ඔබතුමිය ඒ දර්ශනය තමයි ඔබතුමිය කතා කරන්නේ ඥාන දර්ශනය ගැන. ඒක නිසා ඔබතුමිය ඒ දේශනා අහන්න. කාලක් ක්‍රියා කරන දේශනා අහන්න. නිරෝධ සමාපත්ති දේශනාත් අහන්න. ඒ හැම එකම ඔබතුමියට වැදගත්. ඒ අරහත්ත සමාධිය කියල තියෙන දේශනා අහන්න. ඒවා වැදගත්. ඛනික සමාධිය ඔබතුමිය දකින අත්දැකීමයි තියෙන්නේ. ඛනික සමාධිය කියලා අපි දාල තියෙන්නෙ. විපස්සනා ඛණික සමාධිය කියලා දාලා තියෙනවා දේශනා වගයක්. කර්මස්ථාන ටිකක්.
උපාසිකාවः ඒක තමයි මම ඒ නම් දන්නේ නෑ. එක්ස්පීරියන්ස් එක විතරයි මම දන්නේ.

ආර්යයන් වහන්සේः ඒ විපස්සනා ඛණික සමාධිය කියන්නේ ඔබතුමියගේ එක්ස්පීරියන්ස් ම තමයි. ඔබතුමියට ඒවා අහනකොට තේරෙයි අනිත් අයටත් ඒ වගේ තියෙනවනේ ලැබිලා අත්දැකීම්. ඒ අත්දැකීම් එයාලා හෙළි කරනවා නේ. ඔබතුමියටත් ඒවා අහනකොට ඔබතුමියගේ ජදපච්රු වෙනවා. ඒක ගැළපෙනවා. එතකොට ඔබතුමියට මහා පුදුමාකාර හයියක් ඇති වෙනවා හිතට. මාර්ගය හොඳට පිරිසිදු වෙනවා.

උපාසිකාවः හා මං තව අහන්නම් ස්වාමීන් වහන්ස, ගොඩක්ම පින් දීලා වැඩක් නෑ.

ආර්යයන් වහන්සේः පින කියන්නේ රාග, ද්වේෂ, මෝහ කෙලෙස් පිරිසිදු වෙන එකටයි පින කියන්නේ. අපි කුසලය කියලා කියන්නේ මේ සිතුවිලිවලින් මිදිලා සිහියට අවදි වෙන එකටයි. කුසලස්ස උපසම්පදා, සබ්බ පාපස්ස අකරණං කිව්වේ සිතුවිලි අකුසල් කියන එක. කුසලස්ස උපසම්පදා කිව්වේ සිහියට අවදි වෙන එක. අට මහා කුසල් කියන්නෙ අපි මේ රාග, ද්වේෂ, මෝහ. ඒ කියන්නේ අපි කතා කරන්නේ සෝවාන්, සකෘදාගාමි, අනාගාමි මාර්ග සිත් 4යි ඵල සිත් හතරයි. එතකොට අට මහ කුසල් කියන්නේ මාර්ග සිත් හතරයි ඵල සිත් හතරයි. නැතුව බඩු මුට්ටු නෙවෙයි. එළියෙ තියෙන ඒවා නෙමෙයි. ඥාණ සම්ප්‍රයුක්ත කුසල සිත් කියන කොට සිත් 89 පෙන්නන කොටත් මේවා පෙන්නනවා ලෝකෝත්තර සිත්වල අට මහා කුසල්, කුසල සිත් වෙන කොහෙවත් නෑ. කුසලය කියන්න සිහියක් එක්ක යන නිවන් මඟ, ඤාණ සම්ප්‍රයුක්ත කුසල සිත් කියන්නෙත් ඒකයි. ඒවා හොඳට මේ ධර්මය තුළ තේරෙනවා. දැන් මේවා ලෞකික භූමියේ අර මිථ්‍යා දෘෂ්ටික භූමියේ මේ නම් අවභාවිත වෙනවා. තේරෙනවා නේද කියන එක. ගොඩක් අය හිතුවේ නිවන් දකින්න අටමහ කුසල් කියලා එක එක බඩු මුට්ටු ටිකක් ගැට ගහලා බඩු මුට්ටු ඇත්ත කරගෙන ලෝකය ඇත්ත කරගෙන. මේවා දීලා නිවන් දකින්න. මොකක්ද මේ කරලා තියෙන්නේ. අපිටත් හිතාගන්න බෑ. මේ මිනිස්සුන්ට මොකද්ද වෙලා තියෙන්නෙ කියලා.

උපාසිකාවः ඒක තමයි ඇත්තටම දැන් තමයි ඒවා තේරෙන්නේ.

ආර්යයන් වහන්සේः ඔබතුමියත් ඒව පස්සෙ යන්න ඇති සමහරවිට.

උපාසිකාවः ගොඩක් වගේ නෑ. ටිකක් මම අනිත් අයගේ ඒවට සම්බන්ධ වෙලා තියෙනවා.

ආර්යයන් වහන්සේः යද්දි තේරෙන්නෙ ගෝත්‍රිකයෝ වගේ අයියෝ. බලන්න අපේ මිනිස්සු පන්සල් යන්න ගියාම ඔන්න පොල්තෙල් හොයනවා. හඳුන්කූරු හොයනවා, ගිනිපෙට්ටි හොයනවා, මේ යන්නේ කෝවිලකට ද නැත්නම් ධර්මය, බුදුන් වහන්සේ ධර්ම දේශනා කරන්නේ බලන්න පටාචාරාව ආවත්, කිසාගෝතමිය ආවත්, අංගුලිමාල ආවත් මේ නිවන් මඟ ධර්මය පැහැදිලි කරන්නේ. මේ කොහේවත් නෑ නේ මේ වගේ කතාවක්. දැන් හින්දු භක්තිකයෝ කෝවිල් යන විදිහට තමා අපේ අය පන්සල් යන්නේ. ගිහින් කරන්නෙ අර ටික පූජා කරලා පහන් පත්තු කරල වට ටිකක් ගිහිල්ලා.

උපාසිකාවः ස්වාමීන් වහන්ස ගොඩක්ම බණ තියෙන්නෙ ඒව ගැන නේ. ඉතිං මිනිස්සු මුලා වෙනවා ඒකයි.

ආර්යයන් වහන්සේः දශක ගණනක් මේ අපේ රටේ ධර්මය ඉස්මතු නොවීමයි හේතුව.

උපාසිකාවः ඒක තමයි මේ දැන් තමයි ඔබ වහන්සේ

කියල දුන්නහම තමයි ඒකෙ හරය තේරෙන්නෙ.

ආර්යයන් වහන්සේ: මේ විදිහට ඔබතුමිය කියන්නේ මේ ධර්මය පැහැදිලි කළොත් මේ පන්සල්වලට මිනිස්සු යන්නැතුව ඉදියිද? ධර්මය අහන්න මෙහෙම පැහැදිලි කළොත් ඒ පන්සලේ එක හාමුදුරු නමක් හරි මෙහෙම කියනවා නම් වටේ ඉන්න ගෙවල්වල අය විවේක වෙලාවට හරි ගිහිල්ලා ධර්මය අහනවා. හාමුදුරුවන්ගෙන් අනේ හාමුදුරුවනේ පොඩ්ඩක් කියල දෙන්න කියල. අද ඒකට යන්නේ නැනේ පන්සලට.

උපාසිකාව: එහෙමයි.

ආර්යයන් වහන්සේ: ඒකයි අද මේ ඔක්කොම මහා අවාසනාවන්ත සිද්ධියකට මුහුණ දෙනවා. භික්ෂූන් වහන්සේලා යන්නෙත් වෙනින් දේවල් කරන්න පන්සලට. ධර්මය කෝ. මේ සබ්බ දුක්ඛ නිස්සරණ කියලා දුකෙන් මිදෙන්න ඉමං කාසාවත්ගහෙත්වා ඔය කසාවත මට දෙන්න ස්වාමීනි කියලා, පැවිද්ද ඉල්ලනවා. සබ්බ දුක්ඛ නිස්සරණ නිබ්බාන සච්ච කරණත්තාය නිවන් දැකීම සඳහා දුකින් මිදීම සඳහා දුක්ඛ නිස්සරණ නිබ්බාන සච්ච කරණත්තාය ඉමං කාසාවත්ගහෙත්වා ඔය කසාවක මට දෙන්න ස්වාමීනි කියලා අනුකම්පා උපාදාය මට අනුකම්පා කරන්න ස්වාමීනි. ඕක ඉල්ලන්නේ ඇත්තටම මේ සිත දැකලා මිදෙන මගට සිව්පසය ඕන වෙනවා. අර නැත්තං ව්‍යාපාර කරන්න ගියාම ඔය සිත දැකලා නෑ මිදෙන මඟ යන්න බැනේ, දකින්න බැනේ, වෙලා නැනේ. ජීවිත කාලය අඩුයි නේ. ඔන්න ඕකටයි මේ තියන්නෙ මේ පැවිද්ද. නැතුව මේ ජොබ් එකක් හොයා ගන්න ඩිග්‍රියක් ගහන්න සමාජයේ බැබලෙන්න පට්ටමක් දාගන්න ඔය ආශාවන් ඉෂ්ට කරගන්න නෙවෙයි. ලොකු වාහනයක් ඇරගෙන ඊට පස්සේ ගමට බැබළෙන්න නෙවෙයි. මේ ධර්මය අවබෝධ කරගෙන මනුස්සයා දුකින් මුදවන්න. යන්නේ කොහෙද මල්ලේ පොල් කියලා කිව්වේ ඒකයි. නේද? ඔබතුමියට තේරෙනවා.
උපාසිකාව: එහෙමයි දැන් නං තේරිලා හොඳටම.

ආර්යයන් වහන්සේ: හොඳටම තේරෙනවා. නොතේරුණොත් තමයි පුදුමේ. හැබැයි ඉතිං අවුරුදු හැත්තෑ හතරක් ගියා ඕක කලින් තේරුණා නම් ළමයින්ටත් උගන්නන්න තිබුණා.

උපාසිකාව: ඇත්තටම ස්වාමීන් වහන්සේ අර රස්සාවක් එහෙම කරන කොට වෙලාවක් නැනෙ ඒක ගැන හිතන්න.

ආර්යයන් වහන්සේ: mashinary වෙලා නෙ.

උපාසිකාව: ඒක තමයි ඔක්කොටම වැඩිය ප්‍රශ්නය වුණේ. රිටයර් උනාට පස්සේ නිකම් බණ අහ අහ හිටියා. සාමාන්‍යයෙන් අර පන්සල් යන බණ තමයි. ඒ අහ අහ ඉන්න කොට මගේ යාළුවෙක් කිව්වා මට තව ඊට වැඩිය ටිකක් ගැඹුරු බණ අර දර්ශනය පැත්ත ටිකක් පෙන්නුවා. ඊට පස්සේ හදිස්සියේ තමයි මේ බුද්ධෝත්පාද දැක්කේ. ඒකෙන් අර තියරිනෙ දැනගෙන හිටියෙ. ඉතින් මොකක්ද කියලා තේරෙන්නෑ. හැබැයි මේක නිකන් ඒම් කරලා තියෙනවා යම්කිසි දේවල්වලට. එතකොට ඒ විදිහට බලලා බලලා බලලා එතකොට තේරුණා ඒක. ඒකයි තියන වෙනස මෙතන.

ආර්යයන් වහන්සේ: ඇත්ත. ඇත්ත හොඳයි. මහා භාග්‍යයක් ඇත්තටම.

උපාසිකාව: භාග්‍යයක් කියන්නේ ඔබ වහන්සේ නම් ලොකු භාග්‍යයක් මුළු හැම දෙනාටම. මොකද මං හිතනවා ගොඩක් දෙනෙක් අවබෝධ කරගෙන ඉන්නේ.

ආර්යයන් වහන්සේ: ඔව් විශාල මේකක්. මේ රටවල්වලින් අපට දැන් දාන්න තියෙන්නෙම රටවල්වල ඒවමයි බලනකොට. ඇත්තටම කිව්වොත් තේරුම් ගනීද දන්නෑ මොනවා තේරුම් ගනීද දන්නෑ. ඒ තරම් මේ රටවල්වලින් එනවා. ලංකාවෙ අය ගොඩක් කෝල් කරනවා. නැත්තෙ නෑ. නමුත් අපි ආයෙ රටවල් ටික දානවා ආයෙ ලංකාවේ ඒව දානවා. ඇත්තටම අපිට දැන් විශාල ප්‍රමාණයක් එනවා. ඉතින් යූටියුබ් එකේ දාලා ඉවර කරන්නත් බෑ. ඉතින් අපි බලලා අපිට වෙලාව තියෙන විදිහට තමයි දැන් කටයුතු වෙන්නේ. හැබැයි මේ ධර්මය නම් හැබැයි මාධ්‍යවල යන්න වටිනවා. මේ අපි හෙළි කරන හෙළි කිරීම මාධ්‍යවල යනව නම්, අපිට මේ මිනිස්සුන්ව නොමඟ, මේ මාධයවල යන්නෙම නොමඟ අරින ඒවනේ.
මතු සම්බන්ධයි...

දුර්ලභං මනුස්සත්තං දුර්ලභං සද්ධම්මශ්‍රවණං

පටාචාරාවට වගේ නොවුනත් කිසා ගෝතමියට වගේ නොවුනත්, කුජ්ජුත්තරාට වගේ නොවුනත් මටත් තිබුණා දුකේ තැවරෙමින් විඳවන මගේ කතාවක්. කුඩා කාලයේ දී සිටම ගොඩාක් සංවේදී වූ නිසා ම වෙන්නට ඇති මේ "දුක" ගොඩාක් තදින් දැනෙන්නට වුනේ.

ඇත්තටම ජීවිතය ගැන කළකිරුණු වාර අනන්තයි. දුක හිතුනවාර අනන්තයි. ජීවිතය අතහරින්නයැයි සිතුනවාර නැතිවා ද නොවේ. ඒ විතරක් නොවේ, අන් අයගේ (සතා සිව්පාවගේ ඉදලා) ඒ දුකත් මගේ කරගෙන ජීවිතය ගලාගෙන ගිය මොහොතක, විවිධ ධර්ම දේශනා ශ්‍රවණය කරමින් කාලය ගෙවී ගිය මුත් Youtube එක හරහා අහම්බෙන් නෙත ගැටී අහම්බෙන් ශ්‍රවණය වූ ඒ බුද්ධොත්පාදෝ ආන්දෝලතාත්මක ධර්ම දේශනාව සැබැවින් ම ආන්දෝලනාත්මක දේශනාවක් විය. උඩු යටිකුරු වෙමින් කණපිට හොඳපිට පෙරලෙමින් කිසිවක් කරකියා ගත නොහැක්කා මෙන් ගල් ගැසී කඳුළු වැල් ගලමින් අසන්නට වුනේ සැබැවින්ම බුදුන් වහන්සේ දේශනා කල පරම පවිත්‍ර සම්භීර දේශනා ප්‍රතිහාර්යයි! ඒ පරම සත්‍යයි.

ඇත්තටම හීනයකින් වත් හිතුනේ නෑ මේ ආත්මයේ නිවන් දකින්නට පුළුවන් කියලා. බුද්ධොත්පාදෝ ආර්යයන් වහන්ස සිය දහස් වතාවක් පාද නමස්කාර කරලා බෑ අපට කෘත ගුණ දක්වන්න. නමස්කාර වේවා මාගේ කල්‍යාණ මිත්‍රයානන් වහන්ස!

එදා මේ සත්‍ය අවබෝධ කරගෙන නිහඬව වැඩ සිටියා නම්, අහෝ! අපහට අද කුමක් සිදුවේවිද? අපි අසරණයි. අපි හැමෝම අසරණයි. ඒ පෙර පින් මතු වුනා සේ ඔබ වහන්සේට පාරමී දම් පුරන්නට ඇතිදෝ ලෙස හැඟේ. අප කෙරෙහි මහා කරුණාවෙන්, මහා ආදරයෙන් මහා අනුකම්පාවෙන් දිවා රෑ නොබලා හුදෙකලාව හිඳ, සිව්පසයෙන්වත් උපස්ථාන නොලැබ, ලාභ, කීර්ති, ප්‍රශංසා කිසිවක් බලාපොරොත්තු නොවන ඒ අමුතුම ස්වභාවය හෙළිදරව් කලේ මේ කැපකිරීම සියල්ල තවත් වසර 2500කට මේ පරම සත්‍ය රැක දෙන්නටයි. මිනිසා සසර දුකින් මුදවාලන්නමයි.

"දුර්ලභං මනුස්සත්තං -දුර්ලභං සද්ධම්මශ්‍රවණං" ලෙසින් බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වා වදාළේ. මිනිසත් භවය අති දුර්ලභ බවත්, ධර්මය ශ්‍රවණය අතරින් ශ්‍රී සද්ධර්මය ශ්‍රවණය අති දුර්ලභ කාරණාවක් බවයි. කාලයේ වැලි තලාවට සැගවෙලා ගිය මේ පරම සත්‍ය "ඒ හේතුඵල දහම", ඒ බුද්ධ දර්ශනය නැවතත් මතුකලේ බුද්ධොත්පාදෝ ආර්යයන් වහන්ස ඔබ වහන්සේ විනා වෙන කවුරුන්ද? එසේ බුදු දහම යටයන්න හේතු වුනේ ඇත්තටම භික්ෂූන් වහන්සේලා මේ බුද්ධ වචනය කටපාඩම් කරමින් පොතේ දැනුමින් හොයන්න උත්සහ දැරීමෙන් ප්‍රතිපදාව ලෙස භාවනාව පුරුදු කිරීමත් හේතුඵල ධර්මය දේශනා කරවා වෙනුවට කර්මඵල දහම දේශනා කිරීම යන බොහෝ හේතුකාරනා දැක්විය හැකිය. නමුත් පොතේ දැනුමට එහා ගිය විදසුන් නුවණින්ම දැකගත යුතු ආකාරය ප්‍රතිපදා මාලාවක් ඔස්සේ අදියර 04කින් යුක්තව ඉදිරිපත් කිරීම තුල ප්‍රායෝගික වීමේ දී මේ ධර්මය තුල සාන්දිට්ඨික ප්‍රත්‍යක්ෂතාවයකට පත් වීමට අප හට පුළුවන් විය.

බුදුන් වදාළේ ද, "තෙලින් මලින් මා පුදන්නෝ මා පුදන්නෝ නොවෙති, ප්‍රතිපදාවෙන් මා පුදන්නෝ මා පුදන්නෝ වෙති." එසේ නම් ශ්‍රේෂ්ඨ වන්නේ උත්තරීතර වන්නේ ඒ ප්‍රතිපදාවෙන් මා පිදීමයි. දැන් මා හට වයස අවුරුදු 36 වුනාට ඇත්තටම වසර 6ක් තිස්සේ ඉදලම මේ දහම් මග සොයා ගියේ සැනසීම උදෙසාමය. එක් සදාකාලිකව සැනසීමට හැකි වුයේ ද ඒ හා සමානකමක් දැනෙන ලෙස දහම් දේශනා ද අසන්නට ලැබුනේ නැත. මේ දුක පෙර කරුමය නිසා කියලා, කරුමයට ගැට ගහලා සිත මොහොතකට නිවා ගත්තා මතු ආත්මයවත් හොඳ තැනක ඉපදෙන්න ඕනේ කියලා හිතාගෙන පුළුවන්තරම් පින් කරා. දන් දුන්නා, මහසෑය ළඟ හඬා වැලපුනා, ඇත්තටම හිතුවේ සෝතාපන්න වෙන්නේ අභිධර්මය දැනගෙන භාවනා කරන්න ඕන කියලා තමයි ඇත්තටම මං සීල් සමාදන් වුණා. මහමෙවුනා අසපුවටත් ගියා. ස්වාමීන් වහන්සේලාගෙන් ඇසුවා සෝතාපන්න වෙන්නේ කොහොමද කියලා උන්වහන්සේලා කියා සිටියේ පින්දහම් කරන්න, පුළුවන් හැම මොහොතෙම භාවනා කරන්න කියලා.

ඇත්තටම මේ සියල්ල බොරුවක් බව වැටහුනා බුද්ධොත්පාදෝ දේශනා අසා දැනගෙන ඒ දහම් මගෙහි ප්‍රායෝගික වු විට දැනෙන්න ගත්තා. අවබෝධ කල යුත්තේ සිතමයි. දුක් විඳින්නේ සතුටුවෙන්නේ, අඩන්නේ, වැලපෙන්නේ මේ සියල්ලම ආයතන හය හරහා සැනසෙන්නාවු සිතුවිල්ලකින් ම බව සාන්දිට්ඨික විය. ඇත්තම තමන්ට තමන් ගොඩාක් අවංක වෙමින් තමන්ව හොඳින් අඳුරගන්න තරමටමයි, මේ අවබෝධය ලැබෙන්නේ.

රාග, ද්වේශ, මෝහ කෙලෙස් සංසිඳෙන මාර්ග යේ ගමන් කරන අය ආර්යන් කියලා හැඳින්වුවා. නමුත් පෘතග්ජන භූමියේ ධර්මය ඇසුනා මිසක ආර්ය භූමියේ සිට ධර්මය දේශනා ශ්‍රවණය වීමට අපට මුන නොගැසුන නිසාමයි. මතු ආත්මයක සුගතියක සිත පිහිටුවාගන්න සිතාගෙන සියල්ල (ආමිස පූජාවක්) සිදු කලේ.

නමුත් සියලු දෘෂ්ඨි සුනු විසුනු කරමින් නව පිබිදීමක් ජනිත කරමින් ඇසුණා වූ ඒ බුදු හඬ අතිගාම්භීරයි, අති නිර්මලයි පරම පවිත්‍රයි. දස දහසක් ලෝක ධාතුව කම්පාකරමින් මේ පුංචි මුතු ඇටය ධර්මද්වීපයක් වෙමින් තවත් වසර 2500ට රැකෙන්නට මුල්ගල තබන්නට විය.

"සිතින් මිදෙන මග"
"දුකින් මිදෙන මග"
"නිවන් දකින මග"
"එයයි නිස්සරණ මග"

ලෙසින් බුද්ධෝත්පාදෝ ආර්යන් වහන්සේ නිවන් මගටම ප්‍රතපදාව ඉතාම සරලව, දුගී දුප්පත් මනුසසයාගේ සිට උගත් නුගත් ධනවත් මේ ආදී ඕනෑම අයෙකුට වැටහෙන පරිදි අභිඤ්ඤා ඥාණයෙන් මහත් අනුකම්පාවෙන් සත්‍ය ලෝකයට දායාද කලේය.

මේ ආයතන 06 හරහා සැකසෙන්නා වූ සිතුවිල්ලක් බව මේ සිතුවිල්ලමයි මායාව බව, සිතුවිල්ල ඒ මොහොතට මොහොතට සකස්වෙන බව, ඒ සකස් වෙන සිතුවිල්ල තුල අප අතරමං වී ලෝකය ඇත්ත කරගෙන විඳවන බව ඉන්මිදෙන්න ඔබට අවබෝධ කල යුත්තේ මේ සිතම බව ඇත්තටම 2019 සිට මේ මොහොත වන විට දේශනා දස දහස ඉක්මවමින් මේ යුගයේ කිසිම කෙනෙක් නොකල කිසිම කෙනෙකුට කල නොහැකි සෑම දිනකම ප්‍රධාන Zoom සාකච්ඡා 09ක් ඔස්සේ මේ මග පෙන්වන්නේ කෙන කෙනාට ධර්මයේ ප්‍රායෝගික පැතිකඩ අත්දැකීම් තුළින් මතුකර කෙන කෙනාට ගැලපෙන ලෙස කෙන කෙනාගේ මට්ටම තේරුම් අරගෙන උගුර ලේ රහ වෙනකන් එක් කෙනෙකු වෙනුවෙන් පැය ගණන් නොව දින ගණන් නොව, සමහර වෙලාවට අවුරුදු ගණන් මේ දහම් කරුණු පැහැදිලි කර දෙන්නේ මහා කරුණාවෙනි.

කල්‍යාණ මිත්‍රයාණන් වහන්සේ හට අපගේ දහම් ගැටළු ඉදිරිපත් කරමින් උන්වහන්සේගෙන්ම අසා දැනගෙන ඒ ගැටළු නිරාකරණය කර ගැනීමට තරම් අප භාග්‍යවන්ත වුනා.

ඇත්තටම බුදු මග හරිම සුන්දර අත්දැකීමක්. ඇත්තටම වෙනදා ගොඩාක් තරහ ගියා. දුක හිතුණා. සාධාරණ අසාධාරණ කියලා. දෙයක් තිබුණා. ඒ තුල මහා කම්පනයකින් පීඩාවකින් , ගින්නකින්මයි කටයුතු කලේ. නමුත් මේ සත්‍ය අසා දැනගෙන ප්‍රායෝගික වූ මොහොතේ සිටම ඒ ගින්න නිවෙන ආකාරය අපට ම අද්දකින්නට ලැබෙනවා. සිතුවිල්ල ඇත්ත වෙන විට අඳුරාගන්න පහසු වූ නමුත් ඒ හැම තැනම හැංගිලා ඉන්න මමයා හඳුනා ගැනීම ලෙහෙසි පහසු නොවුනත් අපගේ වීර්ය උත්සාහය කැපකිරීම මත එය ද හඳුනා ගැනීමට හැකියාව ලැබෙනවා.

මොකද කල්‍යාණ මිත්‍රයානන් වහන්සේ ඒ සඳහා අපට නිතරම මග පෙන්වනවා. මම නැමති මාන්නය තුල සිරවී සිටිය මොහොතක අපගේ ආර්යයන් වහන්සේ ඉතාම සෘජුව තදින් ම කල ප්‍රකාශයන් තුලින් ලොකු පරිවර්ථනයක් සිදු වුන බව දැනුනා. මොකද එතන දී මමයට ගොඩක් රිදුනා. හැඩුවා. ලැජ්ජා වුනා නමුත් එතනදී, හොඳටම දැනෙන්න ගත්තා, උපමාවකින් කිවහොත් දණගාන ළමයෙක් යමකින් අල්ලාගෙන හිටගන්න උත්සහ කරනවා, ඉන්පසුව වැටී වැටී කෙසේ හෝ ඇවිදින්න උත්සහ කරනවා, ඇවිදින්නට හඳුන්වා වැටී වැටී එක ටික කාලයයි නමුත් ඔවුන්ට තනිව දෙපයින් නැගී සිට පියවර තැබීමට හැකි වන දවසක් එනවා.

අන්න ඒ දෙපයින් නැගී සිටින දවස ආවත් වැටෙන්න තිබෙන සම්භාවිතාව වැඩියි. කල්‍යාණ මිත්‍රයාණන් වහන්සේ සෘජුව දහම් මග පෙන්වා දෙද්දී ධර්මය ඉදිරියේ අප කිරි දරුවන් වැනිය. අන්න ඒ විදිහට තමා මේ ධර්මය දැනෙන්නට වුනේ, වෙනදා වගේම පේනවා ඇහෙනවා දැනෙනවා නමුත් සිතෙහි වෙහෙසකර බව, මරණය, වටිනාකම, ඕනකම, අගය මතුවෙන එක අඩුවෙන බව හොඳින් දැනෙන්න ගන්නවා. ඒ තුල සැහැල්ලු බවක් අත්දකින්නට ලැබෙනවා. ඒ සැහැල්ලු බව නැති වෙන්නේ නැති තරම් එත් නැතිවෙන්නත් පුළුවන් වෙලාවල් අත්දකිනවා ඒත් ඒ සිතුවිල්ලක්ම බව ඒ මොහොතේදීම අඳුරාගන්න ලැබෙනවා.

ඇත්තටම ධර්මයයි මමයි කියලා දෙකක් වෙන් නොවන පරිදී ස්වභාව දහම බවට පත්වෙන එකයි ධර්මය. ඒ තුල මම නැතිව සියල්ල සිද්ධවෙන අයුරු හරි සුන්දරයි. අනෙකාට පිහිටවෙනවා විනා ධර්මයෙන්, කුමක් නම් කියා කල යුත්තක් නැත.

තෙරුවන් සරණයි ! ආර්යන්වහන්ස නමස්කාර කරමි.

නිලංකා බණ්ඩාර - කැකිරාව

විස්මිත වූ එක් දින ප්‍රායෝගික ප්‍රතිපදාව තුළින් විවර වන සුන්දර වූ නිවන

බුද්ධෝත්පාද ආර්යයන් වහන්සේ අභිඥා ඥානයෙන් හෙළි කළ තවත් එක් ආශ්චර්යමත් දායාදයකි එක් දින ප්‍රතිපදාව. කාලයේ වැලිතලාවට සැඟව ගිය ඒ බුද්ධ දර්ශනය තමා තුළින් දැක ගැනීමට තරම් භාග්‍යවන්ත ශ්‍රාවක පිරිසක් එක් දින ප්‍රායෝගික ප්‍රතිපදාව තුළින් දිනෙන් දින ඇති බවත් එය බොහෝ පිරිසකගේ සිත සුව පිණිස උපනිශ්‍රය වී ඇති ආකාරය දැකගන්නට ලැබේ. සක්මන තුළදී ආයී කමටහන් හතර ප්‍රායෝගික වීමේදී අත්දකින ආකාරය සුවහසක් ශ්‍රාවක පිරිසකගේ හැරවුම් ලක්ෂය බවට පත් වී ඇත. ඒ වටා එක්වන ශ්‍රාවක පිරිස දිනෙන් දින වැඩි වෙමින් පවතී. එය තමාට සාංදිට්ඨික, තමා තුළින් දැනෙන පච්චුප්පන්න සත්‍ය ධර්මයයි. නිවැරදි නිවන් මඟ ඔබටත් හමුවේවි. ධර්මය සොයන්නාට බුදුන් හමුවේ.

ආර්ය කමටහන් හතරෙහි වටිනාකම, වැදගත්කම, එය නිවන් මඟට පිළිපන්න වීමට උපයෝගී කරගන්නා ආකාරය ගැන අවබෝධයක් ප්‍රායෝගික ශ්‍රාවකයන්ට තිබිය යුතුය.

සිතේ මායාවෙන් මිදුන තැන
බාහිර ඇත්තක් නොවන තැන
සිතද සත්‍යයක් නොවන තැන
ඒ සිතෙන් මිදෙන තැන

කමටහන් තුළින් ආර්යයන් වහන්සේ දේශනා කර ඇත්තේ සත්‍ය ඥානය දකින ආකාරයයි. ආත්මය, ආත්ම සංඥාව, ආත්ම දෘෂ්ටිය, හැදෙන හැටි ප්‍රායෝගික වීමේදී අත්දකින ආකාරය, නිවන් දොරෙහි යතුර සත්‍ය ඥානයයි. සක්මන තුළ ප්‍රායෝගික වීමේදී බාහිර කියා දකින්නේ සිතුවිලි බවත්, සිතන දේවල් බාහිර නොමැති බවත් දකිමින් මිදෙමින් සක්මන් කළ යුතුයි. එය පළමු කමටහන වේ. බාහිර දෙයක් නැති බව දකින තැන "සම්මා සතියයි". මේක අරමුණු නොකර දැනෙන එක ඥානය පැත්තටයි එන්නේ. බාහිරින් මිදීම යනු රූප අන්තයෙන් මිදීමයි. අත්දකින්නේ අනාත්මයයි. මෙහි ප්‍රත්‍යක්ෂතාවය උතුම් සෝතාපන්න ඵලයයි.

දෙවන කමටහන තුළින් දේශනා කර ඇත්තේ සිත අන්තයෙන් මිදීමයි. නාමය අන්තයෙන් මිදීමයි. සක්මන් කිරීමේදී සිතුවිලි තුළ දෙයක් නොමැති බව හා බැසගතහොත් ශබ්ද වර්ණ බව මෙනෙහි කරමින් සිතිවිලි සත්‍යයක් නොවන බව දකිමින් මිදෙමින් සක්මනේ යෙදිය යුතුය. විදර්ශනා කිරීමේදී කර්මස්ථානය මෙනෙහි කළ හැකියි. සක්මන කෙරෙනවා සක්මන අරමුණු නොකර ධර්ම කාරණා අරමුණු කළ හැක. බාහිර සත්‍යයක් නොවන තැන සිතෙත් සිතිවිල්ලෙත් දෙයක් නොමැති තැන සිතිවිල්ල බොරුවක් බව දැනෙන තැන අනාගාමී භූමිය තුළ අත්දැකීම් මොහොතකට හෝ අත්විඳින්න සුන්දර ප්‍රතිපදාව තුළින් ලැබේ.

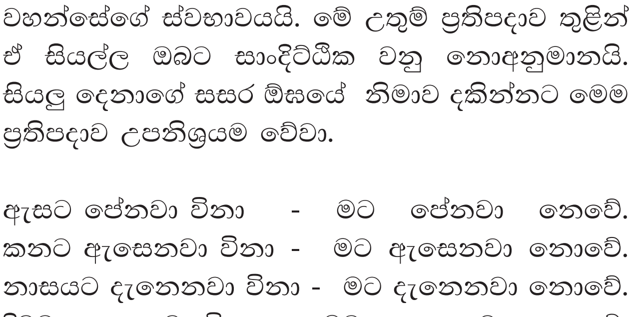
තුන්වන ආර්ය කමටහන තුළින් දේශනා කර ඇත්තේ බාහිරයත් සිතත් සත්‍යයක් නොවන බව දකිමින්, මිදෙමින්, ක්‍රියා සිත දකිමින් සක්මනේ යෙදීමයි. මෙය අත්දකින බොහෝ පිරිසක් ප්‍රායෝගික වීම් තුළින් බිහි වී ඇත.

හතරවන ආර්යකමටහන දේශනා කොට ඇත්තේ හිමිකාරයෙක් නැති ආයතන ක්‍රියාවලිය දකිමින්, අනාත්ම සංඥාව අත්දකිමින් කටයුතු කිරීමයි. ඔබ අත්දකින්නේ හේතුඵල දහමයි, සුන්දර අකම්පිතයයි . සතිය තමයි අපේ ගෙදර ඒ අකම්පනය බවට පත්වීමයි. එයයි මේ සසර ගමනේ නිමාව. කෙනෙක් නැතුව ක්‍රියාත්මක වන ක්‍රියාවලිය රහතන් වහන්සේගේ ස්වභාවයයි. මේ උතුම් ප්‍රතිපදාව තුළින් ඒ සියල්ල ඔබට සාංදිට්ඨික වනු නොඅනුමානයි. සියලු දෙනාගේ සසර ඕසයේ නිමාව දකින්නට මෙම ප්‍රතිපදාව උපනිශ්‍රයම වේවා.

ඇසට පේනවා විනා - මට පේනවා නෙවේ.
කනට ඇසෙනවා විනා - මට ඇසෙනවා නොවේ.
නාසයට දැනෙනවා විනා - මට දැනෙනවා නොවේ.
දිවට දැනෙනවා විනා - මට දැනෙනවා නොවේ.
කයට දැනෙනවා විනා - මට දැනෙනවා නොවේ
සිතට සිතුවිලි එනවා විනා - සිතුවිලි මගේ නොවේ.

මෙම උතුම් වූ ප්‍රතිපදාව ලොවට විවර කළ උත්තම වූ බුද්ධෝත්පාද ආර්යයන් වහන්සේට අප සැමගේ නමස්කාරය වේවා. පායුග වන්දනා කරමු.

රම්‍යා ප්‍රියංකා



ලද බොලද කම්

ලද බොලද කම්
ආදරෙන් පෑ ලෙන්ගතු කම්
තරහා එන විටදී මං
ලිහා ඇර බැලුවෙමි, මල්ල මං.

සැම විටම හමු නොවන මං...
එහෙත්, දැනී දැනී නිවෙන මං..
හැදෙන හැටි සසර මං..
සිතුවිල්ලක් ම නේද.... මං...

කාංචනා පෙරේරා

නිහඬ අරණ

නිහඬ අරණක නිසල සිතුවිලි
දැනෙන හමුවෙන
හුදෙකලාවේ...

මුමුණ මුමුණා කුරුළු ගී හඬ
සවන් සනසයි
හුදෙකලාවේ...

නික්මෙන්න අවැසිව සසර ගමනින්
පෙරුම් පිරුවත්
හුදෙකලාවේ...

විටෙක නොදැනිම බැඳී තිබුණා
වනේ සොඳුරට
හිතමුලාවේ...

වටහා ගැනුමට අවැසි වූ මුත්
මෙතෙක් පැමිණුනු
ධර්මතාවේ...

හිතත් නොදැනිම ඇදී යනවා
ඈත කඳු මත
නෙත් මුලාවේ...

නිසල බව මෙහි සොඳුරු කමටන
මෙනෙහි වූවත්
සසලභාවේ...

සුවය සොයනා පළඟැටිත්තී
වැනිය හැමවිට
හිත සොබාවේ..

අනුරුක්ෂිකා කරවිට
බලන්ගොඩ

හැදින ගත්තෙමි

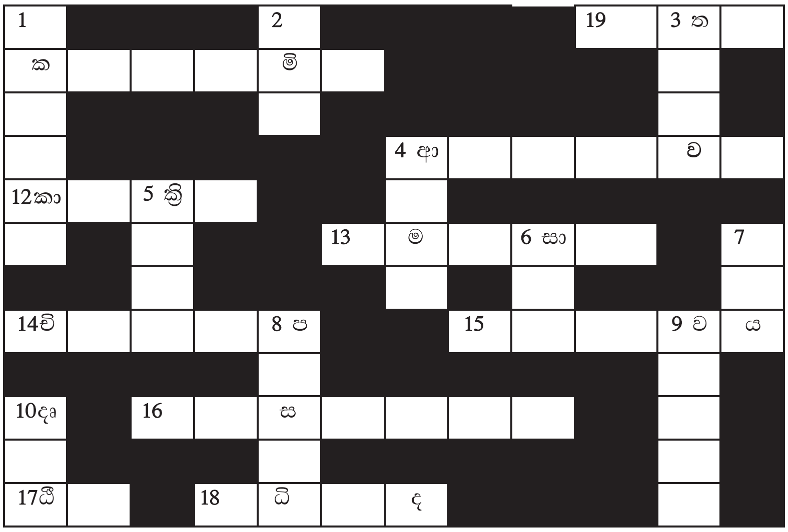
හැදින ගත්තෙමි චක්‍රය
මෙතන වන කලබලය
ඉපදෙමින් - මැරෙමින් -සසරමය
දෙයක් කර ගත්තොත් දුකමය...

දුක නම් මම මය
දුක දැනෙන්නෙත් මටමය
දැකිය යුත්තේතේ මෙතනමය
පුදුමයි,
බලන හැම තැනම මම මය..

දුටුවනම් දුටුවාමය...
ඇසුනා නම් ඇසුනාමය...
දැනුනා නම් දැනුනාමය..
වැටහුනා නම්,
නිවනින් සැනසුණා මය...

නයනාංජනී

පද ප්‍රහේලිකාව 3



පහලට

1. කායානුපස්සනාවේදී නිතැතින්ම මේ පිළිබඳව සඳහන් වේ.
2. නිරාමිස සුවය අත් නොදකින විට මෙයද සුවයක් ලෙස සලකයි.
3. ධර්ම අවබෝධය වන මාර්ගයේදී ක්‍රමක්‍රමයෙන් ක්ෂය වේ.
4. සිතින නිසා ඇත.
5. ප්‍රතිපදාව තුන්වන අදියර මෙය අත්දැකීමට පුහුණුවයි.
6. කුඩා දරුවන්ගේ සිත ප්‍රභාෂ්වර වූවත් මේ ස්වභාවය ඇත.
7. රහතන් වහන්සේ අවසානයේදී අත්විඳින ස්වභාවය.
8. නිවන් මග යන විට වැඩෙන බොජ්ඣංග ධර්මයකි.
9. පංච නීවරණ වල දෙවන නීවරණ යයි.
10. මේ දේ ඇති තුරු නිවන් දකින්නට නොහැක.

හරහට

4. පෘථග්ජන ලෝකයේ ලෝක සංඥා ඇත්ත කරගත් තැන ඇති සුවය.
11. දහම අවබෝධ නොකළ අයට උරුමයි.
12. ආර්යවරුන්ට පමණක් කළ හැකි වන්නක්.
13. ධර්මය අවබෝධ කර ගැනීමට මෙය ඉතාමත් අවශ්‍යයි.
14. පෘථග්ජනයන් නිරතුරුවම ඇසුරු කරයි.
15. දෙපැත්තක් ගැන කියැවෙයි.
16. බුද්ධෝත්පාද දේශනා යොමුවන මග.
17. කිසිවිටක අරමුණක දැකිය නොහැක.
18. නිවන් මග යන විට වැඩෙන සතරකි.
19. වේගවත් සිදුවීම හඳුන්වයි.

පසුගිය පද ප්‍රහේලිකාවේ පිළිතුරු

ඥාන සිතුවිලි නොවේ

ස්කන්ධය වේගයකි

සියල්ල කම්පනයි.

ආලෝකය සිතේ මායාවකි

රූප්පනයට මැවෙන රූපය සා0දිෂ්ටිකයි

චිත්ත රූපය සත්‍යයක් නොවනකෙනා දුකින්
මිදෙනවා

දර්ශන ඥානයෙන් තොරව ගින්න ආත්මයක්
නොවනබව දකින්න බැහැ

බාහිර දෘෂ්ටිවලින් මිදෙනකොට පහළවන
චිත්තරූපය වෙනස් ස්වභාවයක් තියනවා

ක්‍රියා ආරම්මණයක් පහළවූවිට ඊට
අදාළ චිත්තරූපය ස0ඥාවක් විදිහට
සකස්වෙලා ආයතන පහම ක්‍රියාත්මකවෙනවා

සැම චිත්තරූපයකටම ආකල්පමය
චිත්තරූපයක් තියනවා ඒ ආකල්පමය
චිත්තරූපය අභ්‍යන්තර පරිවර්තනය සමග
වෙනස්වෙනවා