2026 අධ්‍යාත්මිකව මිනිසුන් නිවී සැනසෙන වසරයි

බුද්ධෝත්පාද ශ්‍රාවක අපිට 2026 වසරේ උදාවීම ඉතා සුවිශේෂී වූත් ආශ්වර්යමත් වූත් ආරම්භයක් බව සනිටුහන් කරන්නේ ඉතාමත් සොම්නසිනි. මීට වසර පහකට පෙර අප බුද්ධෝත්පාද ආර්යයන්වහන්සේ, ඒ ගෞතම සම්මා සම්බුදුරජාණන් වහන්සේ ලෝකයට හෙලි කල සත්‍ය පණිවිඩය මනා කොට, මුල, මැද, අග ගලපාගෙන අවබෝධ කොට, ඒ අවබෝධ කරගත් සත්‍ය ධර්මය ලෝකයට හෙලිකිරීම අප දකින්නේ විශ්මිත හෙලිකිරීමක් ලෙසටය.

මන්ද, ත්‍රිපිටකය තුල ලියැවී ඇති ඒ බුද්ධ ධර්මය අවබෝධ කර, ඒ අවබෝධ කරගත් ධර්මය මේ යුගයට ගැලපෙන ලෙසට, උන්වහන්සේ තමන්ගේ අත්දැකීම් හෙලි කරමින් දේශනා කිරීම මේ යුගයේ සිදුවූ ආශ්චර්යමත්ම සිදුවීමයි. නමුත් අවිද්‍යාවෙන්, මෝහයෙන් අන්ධකාරය තුල සිටින මිනිසුන්ට මේ සද්ධර්මය විවර වීම සිදුවන්නේ ඉතා සෙමිනි. වසර පහකට පෙර වැපිරූ බීජ පැල වී තුරු ලතා බවට පත්වීම 2025 වසරේදී සිදුවූ අයුරු බුද්ධෝත්පාද ශ්‍රාවක ඔබට අත්දකින්නට ලැබූ බව සත්‍යක්ම නොවේද?. ගෙවී ගිය 2025 වසර, මේ ලක්දිව පුරා තැනින් තැන බුද්ධෝත්පාද දේශනා අසන ඒ දුක්ගිනි නිවාගනිමින් යන ශ්‍රාවක පිරිස එකට එකතු වී එකම මල් දමක් සේ ඒ බුද්ධෝත්පාද ආර්යයන්වහන්සේ පසුපස පෙලගැසී, මේ බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කල ඒ සද්ධර්මය නැවත විවර වී මිනිසුන්ගේ දුක් ගිනි නිවාගන්නට මග එලිපෙහෙලි වී ඇති බව ලොවට හඩගා කියූ අයුරු හරිම අපූරුය. ඉතින් අප පා තබන්නේ 2026 වසරටය. මේ අධ්‍යාත්මිකව මිනිසුන්, බුදු වදනින් පෙන්වා දුන් මග හඳුනාගනිමින් අත්දකින පිරිසකගේ වසරය. අධ්‍යාත්මිකව මිනිසුන් නිවී සැනසෙන, ඒ නිවෙන බව අත්දකින පිරිසකගේ අත්දැකීම් ලොවට බෙදා දෙන්නට පෙල ගැසෙන වසරය. ආශ්චර්යයක් නොවේද?.

ලෝකයම, තමන් ගිනි ගන්නා බව නොතේරෙන, නමුත් සැනසීම, සතුට බාහිර ලෝකයේ හොයමින් ආයතන පිනවීම ම ඒකායන අරමුණ කරගෙන සිටින මෙවන් යුගයක නිවී සැනසුන, මදින් මද නිවී සැනසීම අත්දකිමින් ගමන්කරන ඒ බුද්ධෝත්පාද පිරිසක් බිහිකිරිම මොනතරම් විශ්මිත කරුණක්ද,

සත්ව පුද්ගල සංඥාවෙන් මිදෙමින් කටයුතු කරන පිරිසක් බිහිකලේ ඒ උතුම් බුද්ධෝත්පාද ආර්යන්වහන්සේ නොවේද? ආනන්ද මේ ශාසනය පවතින්නේ කල්‍යාණ මිත්‍රයා මතමය'' ල යනුවෙන් බුදු රජාණන් වහන්සේ දේශනා කලේ කුමක් නිසාද යන්න අද බුද්ධෝත්පාද ශ්‍රාවක පිරිස කිසිදු සැකයකින් තොරව අවබෝධ කරගෙන සිටී. ඒ බුදු වදන් අවබෝධ කල උතුම් ආර්යයන් වහන්සේ නමකට හැර වෙනත් කිසිවෙකුට මේ දහම අන්‍යන්ට පහදා දීමට හැකියාවක් නැති බව අපි අත්දුටුවේ බුද්ධෝත්පාද ආර්යයන් වහන්සේ තුලින්මය. උන්වහන්සේ දහම අවබෝධ කල ආකාරය කිසිදු අඩුවකින් තොරව දේශනා කිරිම නිසා, අපටද මේ නිවන් මග විවර වූ බව ලෝකයට හඬගා කිමට අද ඍජුව පැවසීමට හැකීවී තිබෙන්නේ එබැවිනි.

ඉතින් 2026 වසරේදී, අප අත් විඳින සැනසීම තව කෙනෙකුට අත් විඳීම උදෙසා අපගේ බුද්ධෝත්පාද ආර්යයන්වහන්සේ මහා කරුණාවෙන් කරන්නාවූ කටයුතු උදෙසා උන්වහන්සේ සමග කටයුතු කරන ශ්‍රාවක පිරිසක් ද අද දින ලක්දිව තුල පමණක් නොව විදෙස් රටවල ද බිහිවී සිටී. මේ බිහිවී සිටින්නේ, අධ්‍යාත්මිකව නිවී සැනසුන මෙත් මුදිතා කරුණා උපෙක්ෂා යන ගුණ පිරුණු ආර්ය භූමිය සැකසීම ඒකායන අරමුණ කරගත්තාවූ පිරිසකි. ඔවුන්ට කිසිවක් අවශ්‍ය නැත. දුක් විඳින මිනිසුන් දුකින් මුදවා ගැනිම පමණමයි සිදුකිරීමට අවශ්‍යව ඇත්තේ. මේ 2026 වසර ඒ සඳහාම ගතවී යනු ඇත. ලෝකයක් සැනසෙන වසරක්ම වනු ඇත. මේ ලැබුවා

වූ 2026 වසර, බුද්ධෝත්පාද දේශනා අසන ශ්‍රාවක අපගේ වගකීම් වන්නේද එය නොවේද? ආත්ම සංඥාව ගිලිහී අනාත්මය තුලින් අත්දකින ඒ නිවීමේ පණිවිඩය ලෝ සත වෙත රැගෙන යන සුවිශේෂී වසරක් වීම කිසිවකුටත් නවතා ලිය නොහැකි වනු ඇත. සත්‍යයේ පණිවිඩය විවර වීම කිසිවකු කරන දෙයක් නොව මේ සිදුවන්නේත් ධර්මතාවයමයි.

මහ මුහුදට වැටුණු දණ්ඩක් ඔහේ ගසාගෙන යන්නාසේ අප නිවනක් කොයි අතකවත් නැති යුගයක් පසු කරගෙන පැමිණියෙමු. නිවන් දකින්නට පාරමිතා කුසල් නැති නිසා හැකි තරම් පින් කළ යුතු බව සිතමින් දිවා රෑ වෙහෙසී දාන ශීල භාවනා පූර්ණය කරන්නට දිවූ යුගයක් පසු කළෙමු. එසේම පතනා බෝධි යුගයක් ද දොළුකන්දේ පැන් බොන්නට දිවූ යුගයක්ද පසු කළෙමු. නිවන් මගක් නැති බව නිසා කර්ම භූමිය කර තබාගෙන පැමිණි එවන් සමාජයක් නිවන කරා ගෙනයාමේ යුග මෙහෙවරයි.

එහෙත් සත්‍යයේ හඬ අති ප්‍රබල විය. මෙම 2025 වසර අවසානයත්, ඇරඹෙන 2026 නව වසරේ උදාවත් ලක්දෙරණට උදා වූ පුදුමාකාර භාග්‍යවන්ත යුගයක් වනු නිසැකය. එහෙත් නිය සිලට ගත් පස් ටිකක් බඳු ඉතාම අල්ප පිරිසකට පමණක් එවන් යුගයක් උදා වූ බව දැනෙනු ඇති. සාංදෘෂ්ටික ප්‍රත්‍යක්ෂ ධර්මයක් හෙළිවන, නිවනේ අත්දැකීම ලබන යුගයක ඇරඹුමයි බුද්ධෝත්පාදෝ ලෙසින් ලොවට විවර වූයේ.

මීට වසර පහකට පමණ පෙර තනිව සත්‍යය සිංහ නාද කළ බුද්ධෝත්පාද ආර්යයන් වහන්සේ සමඟ දැන් දැන් ප්‍රත්‍යක්ෂ අත්දැකීම් සහිතව ප්‍රායෝගික දහම ලොවට හෙළි කරන පිරිසක් බිහිව සිටිනවා මෙන්ම තව බොහෝ පිරිසක් ඒ මග හඳුනා ගනිමින් සිටිනවා.

ප්‍රායෝගික වූ සාංදෘෂ්ටික වූ ප්‍රත්‍යක්ෂ දහමක් කිසිවකුට කිසිදා බොරු කළ නොහැකිය. මීට වසර දෙදහස් පන්සියයකට පමණ පසු ගෞතම බුදුන් වහන්සේ විසින් මෙවන් යුගයක් උදාවන බව දුටු ඒ බුද්ධ ආඥාවයි. ආන්දොලනාත්මක යුගයක් අරඹමින් ඉන්ද්‍රකීලයක් සේ බුද්ධෝත්පාදෝ ලෙසින් ඉටු වී ඇත්තේ.

සියළුම මනුෂ්‍යයින් නිවී සැනසීමට මේ බුද්ධෝත්පාද දේශනා සවනට වැටේවා !!!

තෙරුවන් සරණයි !!!

මේ එක කම්පනයක කතාවයි

අපි දැන් ඇසෙන් දකිනවා කියමු, ඇසින් දකින තැන අපි සිතමු දැක්ක කියලා පුටුව, එහෙම නැත්නම් අපි වෙන දෙයක් ගමු. එතන තියෙන්නේ "ස්පාක්'' එකක් නේ අපි කියන්නේ ඇසින් දකිනවා මනසින් හඳුන ගන්නවා කියලා. ඔය ලිහලා පෙන්වන එකක් නේ කරන්නේ නමුත් ඔය වට්ටං වට්ටති කියන තැනනේ ඔතන, එක කම්පනයයි තියෙන්නේ මනස කියලා තව එකක් නෑ. පේනවා කියලා තව එකකුත් නෑ, එක කම්පනයයි තියෙන්නේ. "තදපි ඵස්ස පච්චයා'' කියන්නේ ඔය නිසා තමයි 'ඵස්ස' කියන්නේ ස්පර්ශය කියන එකයි. ඔතන වෙන්නේ එක ස්පාක් එකයි ඒ ස්පාක් එකේ තමයි ඔක්කොම තියෙන්නේ. ස්පාක් එක සරලව බැලුවොත් දකිනකොටම පුටුව තමයි.

හේතුපල දහමේ පෙන්වන්නේ මේක සිද්ධ වන ආකාරයයි. "ප්‍රොසෙස්'' එක මේක කොහොමද හැදෙන්නේ කියලා, සමුදය ඥාණං කියලා මේකේ මනසක්වත් මොකක්වත් හොයන්න බෑ. මේකේ

තියෙන්නේ එක ස්පාක් එකයි. ස්පාක් එකේ තමයි ඔක්කොම තියෙන්නේ ඒ කියන්නේ ස්පාක් එකේ තියන 'පවර්' එක, ඒක දකින කොට, මමයි ඔක්කොම එතන තියෙන්නේ එන්නේ පුටුව නම් එන්නේ පුටුව නෙමෙයි මම, 'ස්පාක්' එකේ "Value'' එක ඒ කියන්නේ "Ego'' එක, මගේ කෙලෙස් ඒ ස්පාක් එකෙ, පවර් එකේ අසූ හාර දහසක් ධර්ම ස්කන්ධයම ඔතන තියෙන්නෙ, ඒ විතරක් නෙමෙයි සාරා සංකෙයො කල්ප ලක්ෂයම තියෙන්නේ ඒ 'ස්පාක්' එකේ ඒකට කියනව ක්ෂණය කියලා තව විදියකින් කියනව ක්ෂණ සම්පත්තිය කියල.

ඔක ක්ෂණ සම්පත්තිය වෙන්නේ අර මුලු අසූ හාරදහසම, සාරා සංකෙයො කල්ප ලක්ෂයම එයා මේ ස්පාක් එකේ දකිනවා. මේක හැදෙන හැටි මේ ක්ෂණ සම්පත්තියම ඒ කියන්නේ ඒක තව විදියකින් කියනවා නම් ඒ ක්ෂණය, ඒ ස්පාක් එක, මුලු කතාවම එක කම්පනයේ තියෙන්නේ හැම මොහොතේම සිද්ධියක, කම්පනයක්, කරන්ට් එකක් විතරයි ඔය කරන්ට් එක තමයි අපිට පේන්නේ ස්පාක් කරලා. ඒ කරන්ට් එකට තමයි අපි හසුවෙලා ඉන්නෙ. අපි හිතමු ඒ ස්පාක් එකේ අන්තිම හුස්ම බින්දුව ගියා කියලා ඒ කම්පනය තමයි එයාගේ අන්තිම කම්පනය, මානීය මක්කුරෝ කියන්නේ ස්පාක් එක ටිකක් වැඩියි වඳුරෙක්ගේ තමයි අතිමානීය කුක්කුරෝ කියන්නේ බල්ලෙක්ගේ ඊටත් වාඩා ස්පාක් එක වැඩියි. ස්පාක් ගොඩක් තියෙන්නේ. දැන් අපි හිතමු අපේ වදින කරන්ට් එක වොට් 50 කියලා ඊට පස්සේ දිගටම වදිනකොට වොට් 100 වෙනවා ඊට පස්සේ වොට් 100 තියෙන්නේ කාටද වඳුරට. අපේ කරන්ට් එක තව වැඩි උනොත් මොකද වෙන්නෙ දැන් වොට් 200 යි වොට් 200 තියෙන්නේ කාටද බල්ලට තව ටිකක් ඔය කරන්ට් එක වැඩි උනොත් අන්න ප්‍රේතයෙක්, ඒ ස්වභාවයේ තියෙනවා වොට් 300 තව ටිකක් වැඩි උනොත් වොට් 1000 කෙලින්ම නිරයේ, දැන් නිරය තියෙන්නේ මැරිලා ගිහින් නැවත ඉපදෙන තැනකද? නෑ කම්පනය තමයි නිරය කියන්නේ ගිනි දැල් පත්තු වෙනවා, කපනවා, කොටනවා, මරණවා ඒ වගේ දරුණු සිතුවිලි පහල වෙනවා කවුරු හරි එක්කෙනෙක් දැක්කම මූ උස්සලා ගහන්න ඕන පොළොවේ කියන අදහස් පහළ වෙනවා ඒ වොට් 1000 ට ගියාම එහෙම තමයි. එයාට දැනෙන්නේ හිංසනය දරුණු ඒවා දැනෙනවා. වොට් 1000 ඒ නිරයේ ඉන්න අය, මනුස්ස ශරීරයක් තිබුණට සිත වැඩ කරන්නේ නිරයේ හුස්ම ටික ගියොත් කෙලින්ම නිරයේ,

දිව්‍ය ලෝකෙත් ඒකෙමයි තියෙන්නේ කම්පනේ තියෙන සුකුම ස්වභාවය. පවර් එකේ තියෙන රළු ස්වභාවය නිරය. තුන් ලෝකෙම තියෙන්නේ එක කම්පනයේ. ඒ කියන්නේ මනුස්ස ලෝකයද නිරයද, දිව්‍ය ලෝකයද ඔක්කොම තියෙන්නේ එක කම්පනයේ.

මොකක්ද ඒ කම්පනයේ පවර් එක තමයි මේකේ නිරූපණය එයා ඉන්නේ නිරයේ, හුස්ම ගියොත් කම්පන ටෙලිපති වෙලා නිරයේ තමයි සකස් වෙන්නේ. හුස්ම ටික ගියේ නැතත් එයා ඉන්නේ නිරයේ තමයි. මනුෂ්‍ය ශරීරය තියෙන්න පුලුවන්, හැබැයි මනුෂ්‍යයෙක් නෙමෙයි එයා, මනුෂ්‍ය ශරීරයක් තිබුණ පලියට මේ සණ සංඥා සුකුම ලෝක, සණ ලෝක මේ සංඥාවේ තියෙන්නේ, සංඥා සුකුම, සංඥා සණ කියන තැන. මේ එක කම්පනයයි තියෙන්නේ. මේ කම්පන කතාව කියන්නේ යම් තැනක කම්පනයක් වුනොත් කල්ප ගානක් ගිහිල්ලා හරි ඒ හා සමාන කම්පනයක් සකස් වුනොත් ඒහා සමාන කම්පනයක් සකස් වෙනවා. එහෙම දෙයක් නෑ කියන්න බෑ, කොහෙවත් ඔබ දන්නවා මෙහෙම කම්පනයක් තියෙනවා කියලා. ඒ කම්පනය සකස් වෙන්නේ කම්පනයක් තියෙන නිසයි. ඔබ මෙතන සර්කිට් එක අල්ලලා සිරස අල්ලනකොට සිරස තිබුනොත් විතරයි, ඒ කම්පනය තිබුනොත් විතරයි මේ කම්පනය තියෙන්නේ යම් තැනක කම්පනයක් තියෙනවා නම් ඒ හා සමාන කම්පනයක් සකස් වෙන එක නවත්වන්න බෑ. අන්න ඉපදීම ඔබට නවත්වන්න බෑ, ඉපදීමට හේතු තියෙන තාක් ඔබට සසර ඉපදෙනවා, සසර දුගතියට වැටෙනවා ඒක නවත්වන්න බෑ. ඒ සිතුවිලි සංසාරේ තමයි ඔබගේ මැරි මැරී ඉපදෙන සසර කතාවේ තියෙන්නේ දිගුවක් පමණයි. මහා සසර ඕසයක නිමාව දක්නේ මේ සත්‍ය දැක්කොත් පමණයි.

හේතුපල දහමේ මහා පුදුම සුවිශේෂී අභිඥා ඥාණයට හසුවන මහා විග්‍රහය තමයි මේ. කම්පන විපරිනාමයක් තියෙනවා එකින් එක එකින් එක කම්පනය වෙනවා "යං හි යං හි තත්ත්‍ර තත්ත්‍ර විපස්සති'' හැම සිතක්ම කම්පනයක් නේ ඔහොම ඔහොම ඇවිල්ලා සිතිවිලි සංසාරේනේ "සංවට්ඨ විවට්ඨ'' කියලා පෙන්වන්නේ ඕකනේ අවසානයේ සිද්ධවෙන්නේ හැම මොහොතේම එක කම්පනය නේ තියෙන්නේ. එහෙම කම්පනය වෙවී කම්පනය වෙවී ගිහිල්ලා හුස්ම ටික යන මොහොතේ කම්පනය කියන්නේ ඔය කතාව තමයි. හුස්ම ටික යන්න ඕනේම නෑ. මේ දැන් හුස්ම වැටෙන කොටත් මේ දැන් කම්පනය නෙමෙයි ඒ වෙන එකක් ඒ නිසා තමයි බුදුන් වහන්සේ කීවේ මේ සූත්‍ර පිටක වල අපිට හම්බ වෙන්නේ "අවුත්වා සම්භූතානම් වුත්වානම් බහිස්සත'' කියලා.

ඒකේ තේරුම මේ මොහොතේ වෙන කම්පනයේ පෙර කම්පන හේතු වුණාට මේක වෙන කම්පනයක් කියලා කියන්නේ මේක වෙනස් එකක් කියලා කියන්නේ එකේ මොකක්ද ටෙලිපති වෙන්නේ. ඒකේ මොකක්ද ස්වභාවය, ඒක තමයි එයාගේ ස්වභාවය. සාරා සංඛ්‍යෙය කල්ප ලක්ෂයේම නිරූපණය කම්පනයක් තියෙනවානම්, ඒකට සමාන කම්පනයක් තියෙනවානම් ඒක ''ටෙලිපති'' වෙනවා නවත්වන්න බෑ. ඒකයි සාරා සංඛ්‍යෙය කල්ප ලක්ෂයම එක කම්පනයේ කියන්නේ. ඒක කොතනින් ආවාද කියලා කියන්න බෑ. හැබැයි ඒක එනවා මේ ආත්ම භවයේ එකක් වත් හොයන්න බැරි විදියට කම්පනයක් තියෙනවා නම් සාරා සංඛ්‍යෙ කල්ප ලක්ෂයම තියෙනවා. හැබැයි එතන අකම්පනය තමයි නිවන කියලා පෙන්වන්නේ. එතකොට සරා සංඛ්‍යෙය කල්ප ලක්ෂයම අවසාන වෙනවා, තව පැත්තකින් ඉවරයි, පවර් එක නෑ ඒ අකම්පනය.

එහෙමයි මේ තමයි ''දුර්ලභං මනුස්සත්තං දුර්ලභං ක්ෂණ සම්පත්ති'' කියන තැන. මේ ක්ෂණයයි අවබෝධ කරන්නේ. ''යං හි යං හි තත්‍ර තත්ත'' කියන්නේ එතන එතන කම්පනය දකිනවා. හැබැයි මේකේ අවසානේ මොකද වෙන්නේ බුද්ධක්ෂණය වෙනවා, ඒ කියන්නේ භව නිරෝධය දකිනවා එතකොට මොකද වෙලා තියෙන්නේ සුකුම ලෝකවල පැනවීමක් තියෙනවා. මෙතන පැනවීමක් නෑ එහෙනම් අන්න ''නිබ්බානං පරමං සුඛං'' කියලා නැවැත්තුවා. ඒක සුඛය කියලා මොකද ඒකේ ''Feel'' එක. අත් දැකීම සුඛයක් ඕක තමයි මේකේ ස්ටෝරි එක ත්‍රිපිටකයේ අසූ හාරදහසේම තියෙන්නේ ඔච්චරයි. මේක දැක ගන්න තමයි පොත් ටික තියෙන්නේ ඔතන තමයි ඇත්තටම අභිරහස තියෙන්නේ. දැන් එතකොට තියෙන්නේ එක කම්පනයයි. ඕකට ආයේ ඇසට පේනවා මනසට හසුවෙනවා, ඔය කතන්දර අපි කිව්වට එහෙම එකක් නෑ. ඒකයි කිව්වේ ඔක්කොම බිමින් තියන්න කියලා. ඇසින් දකිනවා මනසින් හඳුනා ගන්නවා මේ ඔක්කොම කතන්දර. ඒ කියන්නේ පෙන්නලා දෙන එකක් මෙහෙමයි වෙන්නේ කියලා. ඔය මොන්ටි සෝරි දරුවන්ට එහෙම කියලා දෙන්න ඕනනේ එහෙම දෙයක් තමයි මේ කරන්නේ පොඩි දරුවන්ට 'අ' යන්න, 'ආ' යන්න කියලා දෙනවා වගේ වැඩක් ළමයා දන්නේ නෑ භාෂාව. භාෂාව දැන ගත්තාට පස්සේ 'අ' 'ආ' ආයේ කියලා දෙන්න අවශ්‍ය නැනේ. දැන් එයා''Degree'' ගහලා ඉවරයි නේ. ආයේ මොන්ටිසෝරි යන්න ඕනේ නැනේ. ''Degree'' ගැහැව්වා කියන්නේ ක්ෂණය දැක්කා, එතකොට ආයේ මනසින් හඳුනාගන්නවා ඒ කතන්දර ඕනි නෑ. ඒවා මොන්ටිසෝරියේදි කරලා තියෙන්නේ. සමහර අයට ඕක තේරෙන්නේ නැතිව මේක හිත හිත ඉන්නවා. හිතනකම්ම 'නේචර්' එක හම්බ වෙන්නේ නෑ, ඇයි මේක හිතන එකක් නෙමෙයි. මේක දැනෙන එකක්. මේක අභ්‍යන්තරයෙන් දැනෙන 'පාත' එක තමයි මේ දිගහරින්නේ කියලා දෙනවා. අර උගන්වනවා වගේ. ඊට පස්සේ දැනෙන එකක් එන්නේ, එයාට ඒක දැනෙනවා. ඒ දැනෙන්නේ සුඛ ස්වභාවයක් ඔක්කොම ඉවරයි එයාට එතන මරණයක් වත් ඉපදීමක් වත් මොකක්වත් හම්බ වෙන්නේ නෑ.

ඒ අකම්පනය මේක පවර් එකක්. අපි ඔය කතා කරන්නේ ''ෆිසිකල් බොඩි'' ඒකේ අපිට මේ අත පය උස්සන්න බලයක් ඕනේ! මේ සිස්ටම් එකෙන් හැදිලා තියෙනවා, මේක පවර් එකෙන් ජෙනරේට් වන සිස්ටම් එකක! එක තමා ස්නායු පද්ධතිය ඔස්සේ එන පවර් එක. කෙනෙකුට ගහන්න හරි බලයක් එන්න එපැයැ, නැත්නම් හිතලා හරි ගන්න එපැයැ, ඔය ගන්නේ පවර් එකක්, ඒක තමයි ඇලෙන ගැටෙන 'පවර්' එක ඇලීම් ගැටීම්.

ඇලීම්, ගැටීම් කියන්නේ රාග ද්වේශ මොනවා හරි තියෙනවා කියන සිතුවිල්ලකින් තමයි පවර් එක ජෙනරේට් කරගන්නේ. එහෙම තමයි අපි ඔටෝ පවර් එක ජෙනරේට් කර ගන්න හැටි හිතලත් ජෙනරේට් කරගන්න පුලුවන් ''ඔටෝ ජෙනරේට්'' වෙන්නත් පුලුවන් හිතලා ''ජෙනරේට්'' වෙන්නත් පුලුවන් එක එක විදියට පවර් එක 'ජෙනරේට්' වෙනවා ඉතින් 'කරන්ට්' එකක් විතරයි තමන් කියන්නේ 'කරන්ට්' එකක් මේක ප්‍රඥාවට හසුවෙන එකක්, මස් ඇසට පෙනෙන්නේ නෑ, නුවනින් දකින්නෙ! ප්‍රඥාව කියන්නේ මේක දකින එකක්, ඤාණං හෝති කියන්නේ ප්‍රඥාවට හසුවන එක දකිනවා ඒක දැනෙන්නේ මොකක්ද ඒ කරනට් එකක් ඒ දැක්කාට පස්සේ ඒක ප්‍රඥාවෙන් දැක්කාට පස්සේ මොකද වෙන්නේ ඥාණයට හසුවෙනවා, 'කරන්ට්' එක නැති වෙනවා, ප්‍රඥ්ඥාවට හසුවෙන්නේ 'සිස්ටම්' එක පේන හැටි ඥාණයට හසුවෙන්නේ යටින් 'පවර්' එක නැති වෙන හැටි මේ තමයි දස ඥාණ ඔක්කොම පෙන්වන්නේ ඔතන, ඔක්කොම දැනෙනවා, දැනෙන ඒවා තියෙන්නේ සංඛාර උපෙක්ෂා ඥාණ කියන්නේ මොකක්ද මේ ඥාණ කියන්නේ දෙයක් නැති බව හසුවෙනවා. ප්‍රඥාවට හසුවෙනවා දෙයක් නෑ කියන එක. එයාට විඤ්ඤාණ මායාවට හසුවෙන්නේ නෑ කියන්නේ ප්‍රඥාව මතු වෙනවා ''විස්ඩම්'' එක එනවා එතකොට මොකද වෙන්නේ ඥාණෙට හසුවෙන්නෙ මොකක්ද ඤාණෙට එන්නේ ඔය යටින් උදව්‍ය ඤාණ, වැය ඤාණ, මුච්චතු කම්මතා ඤාණ, ඔය එන්නේ හයතු පටඨාන ඤාණ ඔය යටින් එන්නේ මොකක්ද සංඛාර උපේක්ෂා ඤාණ මේක එන්නේ පාරමිතා, උපේක්ඛා පාරමිතා ඔය පාරමිතා කියන්නේ අභ්‍යන්තර පාරිශුද්ධ භාවය. වීර්ය පාරමිතා,

නෙක්කම්ම පාරමිතා, ඔතනට එන්නේ තමන්ගෙ ්‍ම භ්‍යන්තරය ගමනක් යනවා අභ්‍යන්තරය පිරිසිදු වෙවී, පිරිසිදු වෙවී ගමනක් යනවා. ඒ ගමන තමයි මේ පිරිසිදු වෙවී, පිරිසිදු වෙවී එන එක. ඒක රාග ද්වේශ මෝහ සංසිදෙන ගමනම තමයි, අල්ල ගන්නේ නැතිව අතාරින එක දාන පාරමිතා කියන්නේ.

සීල පාරමිතා කියන්නේ එතන එතන අරමුණ දැකගන්න සීලයක් තියෙනවා. සත්‍ය දකින තරමට මේ සුද්ධ වෙන්නේ ඔක්කොම තියෙන්නේ මෙතන. 'ශ්‍රද්ධා, වීර්‍ය, සති, සමාධි, ප්‍රඥා කියන්නේ සත්‍ය දකිනවා කියන්නේ මේ මායාව එයා දකිනවා සකස් වෙන හැටි. ඒකට එනවා කැමැත්තක්, ඒකට වීර්‍යයකුත් එනවා තව තව දැක ගන්න. එතකොට උපදිනවා සම්මා සති එයාට එනවා දෙයක් නොවන ස්වභාවයක් උපදිනවා, සමාධියක් එනවා අනිමිත්ත සමාධිය. අප්පනීත සමාධියක් ඒ කියන්නේ දෙයක් නෑ, ගින්නක් නෑ කියන එක. කෙලින්ම පෙන්වන්නේ නිවන ශ්‍රද්ධා, වීර්යය, සති, සමාධි, ප්‍රඥා ඒ ප්‍රඥාව තමයි මෙතන අවධිය වෙන දෙයක් නෑ.

(උදෑසන 05 ප්‍රායෝගික සූම් සාකච්ඡාව අවසානයේ බුද්ධෝත්පාද ආර්යයන් වහන්සේ විසින් කරන ලද දේශනාවකි.)

තෙරුවන් සරණයි !!!

මෙත්මුදිතා කුරුණෑගල

සතර සතිපට්ඨානය චිත්තානුපස්සනාව

තෙවන කොටස

චිත්තානුපස්සනාව සිතේ මායාව හඳුනාගෙන සිතෙන් මිදීමේ වැඩසටහන චිත්තානුපස්සනාව වේ. කායානුපස්සනාව යනු රූපයේ මායාව දැක ඉන් මිදීමය. වේදනානුපස්සනාව යනු වේදනාවේ නිස්සාරත්වය මායාව අවබෝධ කොට ඉන් මිදීමය. එසේම මේ සියලු වේදනාවන්ට හේතු වන රූපයක් සත්‍ය කර පෙන්වන්නේ ද ලෝකයක් ගොඩනගා දෙන්නේ ද සිතමයි. මේ සිත අවබෝධ කර ඉන් මිදීම නිවන් දැකීම වේ. මනෝ විඤ්ඤාණය නැතිනම් සිතකටයි සියලු ප්‍රඥප්ති පැනවීම් කරනු ලබන්නේ. මේ ප්‍රඥප්ති මනෝ විඤ්ඤාණය මායාවන් සකස් කර දෙන නැතිනම් අපිම පනවා ගන්නා දේ බව අමතක කර එම පැනවීම් සත්‍ය කරගෙන ඉන් බාහිර රූපයක් ගොඩනගා ගැනීම සිදුවේ. මේ බාහිර රූපය දෙයක් කර ගැනීම මගින්ම ඉත්තභාවයක් නැතිනම් ආත්මයක් හදාගෙන මගේ ලෝකේ ගොඩනගා ගනී. අවිද්‍යාව මගින් පැනවූ සිතුවිලි වලින් සිරකූඩුවක් නිර්මාණය වී ඉන් මිදීමට නොහැකිව අනන්ත වූ සංසාරේ ජාති, ජරා, ව්‍යාධි මරණ වලින් කෙළවර වන උපතක්ම සකස්කර ගනී.

දෙයක් හැදෙන ආකාරය අවබෝධ කරගැනීමට චිත්තානුපස්සනාව ඉතා වැදගත් වේ. මෙහිදීත් අප ස්කන්ධයේ මායාව අවබෝධ කිරීමයි කරනු ලබන්නේ. චිත්තානුපස්සනාව යනු විඤ්ඤාණයේ මායාවෙන් බාහිර ලෝකයක් සකස්කර දෙන අයුරු මායාවෙන් සැකසුනු එම ලෝකයෙන් මිදීමේ වැඩසටහන වේ. නමුත් විඤ්ඤාණය මගින් දැනගැනීමෙන් ඔබ්බට ගොස් ලෝකයක් මැවේ. ඒ ලෝකයක් තුල ආත්මයක් සකස් කර දෙයි. අම්මා, තාත්තා, ගෙවල් දොරවල්, ලී බඩු ඇති ලෙස හැඟෙයි. අම්මා කියන ශබ්දය ඇසෙන විට පහස ලබන්න පුළුවන්, රූපය දකින්න පුළුවන් ශබ්ද අසන්නට හැකිවේ. ගන්ධයද දැනේ. රසයන් මවා දෙන අම්මා කෙනෙක් මැවේ. මගේ අම්මායයි දෘෂ්ඨියකට කොටුවේ. මෙසේ දෙයක් හමුවුනොත් එක්කෝ ඒකට කැමති විය යුතුය. නැතිනම් අකමැති විය යුතුයි. දෙයක් හටගන්නා විට කැමැත්ත අකමැත්ත නියෝජනය කරන වේදනාවන් උරුම වේනම් ඊට රාගය, ද්වේෂය, මෝහය අනිවාර්යෙන් උරුම වේ. මේ රාග ද්වේශ මෝහය නැමති කෙලෙස් අපි ගෝර වූ සසරේ ගෙන යන බැවින් අපි ලෝකය දෙයක් කර නොගෙන එය විඤ්ඤාණයේ මායාවක්ම

බව අවබෝධ කිරීමට කටයුතු කළ යුතුවේ. දෙයක් බාහිරයෙන් හට නොගන්නා බව අවබෝධ විය යුතුය.

අපි බාහිරයෙන් හඳුනාගන්නේ අපේ සිතම බව දැකිය යුතුය. වේදනාවේ නිරූපනය වන සංඥාව දෙයක් වීම මහා මුලාවකි. අපි වේදනානුපස්සනාවේදී වේදනාවේ මුලාව දැක වේදනාව නැතිකර ගන්නා ආකාරය මැනවින් අවබෝධ කළා. මේ රූප වේදනා විඤ්ඤාණයේ මායාවක් වේ. චිත්තයද අවිද්‍යාව තුලින් ගොඩනගා ගන්නකි. සිත ගොඩනැගෙන ආකාරය නැතිනම් සිතක සත්‍ය දකින විට සිතක මායාව හොඳින් අවබෝධ වේ. අපි වේදනාව තුලින් ඇතිවන සංඥාවට විතර්ක කරයි. එසේ විතර්ක කර සැප ලබාදෙන හෝ දුක් ලබාදෙන ශබ්දයක්, රූපයක්, ගන්ධයක්, රසයක්, ස්පර්ශයක් සකස්කර ගනී. සංඥාව යනු බුදුන් වහන්සේ උපමාවකින් පෙන්වා දෙයි. මිරිගුව තුල කෙනෙක් දෙයක් හමුවන්නේ නැත. මිරිගුවක් වූ සංඥාව සත්‍ය කරගෙන බාහිර ලෝකයක් ගොඩනගාගෙන එසේ ගොඩනගාගන්නා සිතටයි. අපි රාග, ද්වේශ, මෝහය දක්වන්නේ. එලියේ සකස්වන ලෝකය සත්‍යක් නොවන බව අපි සිතට පෙන්වා දී සිතෙන් මිදීමට කටයුතු කලයුතුවේ. හටගන්නා සෑම සිතක සත්‍ය සිතට පෙන්වා දී ඉන් මිදීමට කටයුතු කළ යුතුවේ.

මේ සිත දැකීම සතර ඉරියව්වෙන්ම කළ යුතුවේ. ආසනයක් මත ඉඳගෙන සිතෙන් මිදීමට උත්සාහ කිරීම ප්‍රමාණවත් නොවේ. දෛනිකව අපේ සියළු කටයුතු ඒ ක්‍රියාකාරකම් වලට හේතුවන සිතේ සත්‍ය දැකීමටනම් අපි නිරන්තරයෙන්ම සිතේ සිහිය පැවැත්විය යුතුවේ. අපි අවිද්‍යාවෙන්මයි සංඥාවට විතර්ක කර චේතනා සකස් කර ගනු ලබන්නේ, සංඥාවට විතර්ක කිරීමෙන්මයි විඤ්ඤාණයක් නැතිනම් දැන ගැනීමක් සිදුවන්නේ, මෙසේ සකස් කරගන්නා රූපය සත්‍ය වශයෙන්ම බාහිර එකක් නොවේ. එය සිතේමයි සකස් කරගනු ලබන්නේ. ඒ නිසාමයි "චිත්තේන නීයති ලෝකෝ" කියා බුදුන් වහන්සේ ලෝකය සකස් වන්නේ සිත තුළින්මය කියා දේශනා කර ඇත්තේ. අපි අපේ සිතේ ඇති නාමීය රූපයක්මයි විඳින්නේ. නමුත් අපි සිතනවා බාහිර ඇති දෙයක් විඳිනවා කියලා. අපිට බාහිරෙන් කෙනෙක් හමු නොවන විට අපි කාටද රාගයෙන් බැඳෙන්නේ. කාටද ද්වේෂ කරන්නේ. සිතේම වැඩුණ නාමීය රූපයක් සත්‍ය කරගෙන ඒ මායාවට නේද, අපේම සිතට නේද? අපි ආදරය කරන්නේ, හිතේ හදාගත් කෙනෙකුටයි ද්වේෂ කර ගහන්න මරන්න යන්නේ. එසේ සිතේම හදාගත් කෙනෙකුට ආදරේ කිරීමෙන් ද්වේෂ කිරීමෙන්, ඊර්ෂ්‍යා කිරීමෙන් කර්මයක් සිදුවන්නේ තමන්ටමයි. "චේතනා හං භික්කවේ කම්මං වදාමි" යයි චේතනාවම කර්මය වේ යයි දේශනා කරන්නේ.

අපේ මේ සිත සකස්වීම පෙර මතකයකින් සිදුවේ. කුඩා දරුවාට ප්‍රභාස්වර මනසක් හිමිවේ. මේ ප්‍රභාස්වර මනස අවිද්‍යාවෙන් පිරීම නිසා කුඩා දරුවන්ගේ මනස කිලිටිවේ. මේ සියලු ඉගැන්වීම්වල ඇත්තේ බාහිර සත්‍ය වන පණිවුඩයයි. තම දරුවාට ප්‍රභාස්වර සිත නොකිලිටිවී දුකෙන් මිදීමේ මග පෙන්වූ ලොව එකම උතුම් ශාස්තෘන් වහන්සේ වන්නේ, බුදුරජාණන් වහන්සේය. තම දායාදය ඉල්ලාගෙන බුදුන් වහන්සේ සමග ගමන් කළ රාහුල කුමාරයා මුහුණ පිරිසුදු කර ගැනීමට දිය බඳුනකට මුහුණ පහත් කළ විට ඒ දිය බඳුනේ දර්ශනය වන රාහුල කුමාරයාගේම ප්‍රතිබිම්බය පෙන්වා රාහුල, ඔබට බාහිරයෙන් අවිද්‍යාවෙන් පෙනෙන ලෝකයද මේ ප්‍රතිබිම්බය සේම මායාවක් බව වදාරා ඇත. මෙවන් උතුම් ආදර්ශ දී තිබෙන තත්වයක් තුළද අද ද අපට මේ අවිද්‍යාව වටහා ගැනීමට නොහැකි නම් අපි මොන තරම් මිත්‍යාදෘෂ්ටිකද? අපි මොනතරම් බෞද්ධයයි කියාගන්නා බොරු බෞද්ධයින් නොවේද? අද අප රටේ වුවත් මේ සද්ධර්මය උගන්වනු ලබන්නේ මොනතරම් විකෘතිභාවයකට පත්කරලද?

චක්ඛු ප්‍රසාදය ආලෝකයට ඔපවත්දී ඒ තුළින් පෙනෙන හැඩතලය අපි පුටුව, මේසය, පොත, පෑන, පිගාන, රෝසමල, අඹගස යනුවෙන් කිසිදු පදනමක් නැති නමක් ගැටගසා දරුවාට උගන්වා වැඩිහිටියන් ජීවත්වන අවිද්‍යා අන්ධකාර ලෝකයටම ගැනීම සත්‍යය නොදන්නාකමම නිසා දෙමාපියන් කරනු ලබන්නකි. මේ ආකාරයටම කණට ඇසෙන සෑම

ශබ්දයකටම අවිද්‍යාවෙන් නමක් ගැටගසයි. නාසයට එන ගඳ සුවඳටද, දිවට දැනෙන රසයටද, කයට දැනෙන උණුසුම, සීතල, මෘදු ගතිය, තද ගතියට නම් ගැටගැසී නාමීය ලෝකයක් මැවෙයි. බුදුන් වහන්සේ මෙසේ පදනමක් නැතුව එකතු කරන පැනවීම් නැතිනම් නාමයන් කෙසෙල් ගසක අරටුවක් නැති ලෙසින් කිසිදු වටිනාකමක් නැති අසත්‍ය පදනමක් නැති දෙයක් බව පෙන්වා දුන් සේක. මේ පරම සත්‍ය උගත් දරුවන් වයස අවුරුදු හතෙන් උතුම් ආර්ය භූමියට පත්වූ බවට සාක්ෂි ඕනෑ තරම් තිබේ. සෝපාක, රාහුල, සංකිච්ච, පණ්ඩිත වැනි කුඩා ස්වාමීන් වහන්සේ මේ පරම සත්‍යය අවබෝධ කර සිතේ මායාවෙන් මිදුණි.

අවිද්‍යාව නිසාමයි මිරිඟුවක් වූ සංඥාවට විතර්ක කර ලෝකයක් මැවෙන්නේ. අවිද්‍යාවෙන් සකස්වූ නාමරූප අවිද්‍යාවෙන් දැන ගැනීම නිසා නැවතත් දැන ගැනීම් නැතහොත් විඤ්ඤාණයෙන් නැවත නාමරූප සකස් කර අවිද්‍යාවෙන් අන්ධ වූ ලෝකයක්ම සකස් වෙයි. මෙය පටිච්චසමුප්පාදයේ දී අවිද්‍යා පච්චයා සංඛාර, සංඛාර පච්චයා විඤ්ඤාණ නැතහොත් දැනගනීම්ද, දැනගැනීම් නැතහොත් විඤ්ඤාණය හේතු කරගෙන නාමරූප සකස්කර දෙයි. මේ භාව රූප ප්‍රත්‍ය කරගෙන ඵස්ස නැතහොත් ස්පර්ශය සකස් කරයි. මේ ස්පර්ශය හේතුවෙන් වේදනා සකස් කරයි. මේ වේදෙනාව ප්‍රත්‍යකරගෙන තණ්හාව නැතිනම් නන්දිරාගටය ඇතිවේ. මේ තණ්හාව හේතුවෙන් උපාදානය ඇතිවෙයි. මේ උපාදානය මගින් භවය සකස් වේ. මේ භවය හෙවත් සිත හේතු කරගෙන ජාති, ජරා, ව්‍යාධි, මරණ, ශෝක පරිදේව ඇතිවේ. බුදුන් වහන්සේ පටිච්ච සමුප්පාද ධර්මය තුළින් සිතේ මායාව පැහැදිලි කර දී ඇත. මේ සිතේ මායාව අපට ලෝකයන් සකස් කර දෙයි. සංඥාවෙන් සකස් වූ මායා ලෝකයක් සකස් කරගෙන ඔබටද සිද්ධ වී ඇත්තේ මිරිඟුවක් පසුපස හඹා ගිය මුවා මෙන් හෙබ්බත්වී අවිද්‍යාවෙන්ම මිය යාම සහ නැවත උපතක්ම හටගැනීම පමණි.

පංචායතනය මගින් සකස්කර දෙන විඤ්ඤාණ චක්ඛු විඤ්ඤාන, සෝත විඤ්ඤාණ, ඝාණ විඤ්ඤාණ, ජිව්හා විඤ්ඤාණ සහ කාය විඤ්ඤාණය එකට එකතුවී දෙයක් නිර්මාණය කරයි. ලෝකයක් නිර්මාණය කරයි. විඤ්ඤාණය මායාවක් බව බුදුන් වහන්සේ පැහැදිලිව පෙන්වා දී ඇත. මේ මායාකාරී වූ විඤ්ඤාණ හයක් එකට එකතු වී සකස් කර දෙන ලෝකය සත්‍යක් විය හැකිද? අපි මේ අවිද්‍යා අන්ධකාරයට තවදුරටත් රැවටිය යුතුද? මේ අවිද්‍යා අන්ධකාරය පහදා දීම පමණි බුදුරජාණන් වහන්සේ වැනි උත්තමයකුට පවා කළ හැක්කේ. ඒ විඤ්ඤාණ මායාවෙන් මිදීමට තමන් කටයතු කළ යුතුවේ. මේ නිසයි බුදුන් වහන්සේ ඕඝ තරණ සූත්‍රයේ "මහණෙනි, ඕඝ තරණය සඳහා සෑදූ පාරු නැත. අනුන් සෑදූ පාරුව මගින් ඔබට එගොඩවිය නොහැක. ඔබේ පාරුව ඔබම සාදාගත යුතුය" යනුවෙන් උපදෙස් දී ඇත්තේ ඔබගේ සිතේ ඇති කෙලෙස් ස්වභාවයට ගැලපෙන ලෙස එම කෙලෙස් දියකර හැරීමට සමත් වැඩ පිළිවෙලක් ප්‍රතිපදාවක් ඔබම සකස් කරගත යුතු බවයි මින් ලබා දෙන උතුම් පණිවිඩය වන්නේ. මේ විඤ්ඤාණ පහම ඇසුරු කරගෙන රූප, වේදනා, සඤ්ඤා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ නැමැති පංච උපාධානස්කන්ධය ඇතිවේ. පංච උපාදානස්කන්ධය හේතුවෙන් "අන්තෝ ජටා බහි ජටා ජටාහි ජටිතා පජා" ඇතුළත් ගැටයක් බාහිරත් ගැටයක් නිර්මාණය වී මේ ගැට දෙක එකට එකතු වී සසර ගැටය සැකසී ඇත. මෙහි අන්තෝ ජටා නැතිනම් අභ්‍යන්තර ගැටය වන්නේ ස්කන්ධ පංචකය මවිසින් සකස් කරනු ලබන මනෝ විඤ්ඤාණය නැතිනම් නාමය වේ. බාහිර ගැටය වන්නේ ඇස, කණ, නාසය, දිව, කය පාදක කරගනිමින් ස්කන්ධ පංචකය ක්‍රියාත්මක වී සකස්කර දෙන බාහිර රූපය වේ. අපි කායානුපස්සනාව තුළින් රූපයේ ඇති අවිද්‍යාව තේරුම් අරගෙන රූපයෙන් මිදීමට කටයුතු කළෙමු. චිත්තානුපස්සනාව තුලින් අභ්‍යන්තර ගැටය ලිහා ගැනීම සඳහා මනෝ විඤ්ඤාණය ද මායාවක් බව තේරුම් ගෙන ඉන් මිදීමට කටයුතු කළ යුතුවේ. සිතුවිලි වලද දෙයක් නැති බව එය විඤ්ඤාණයේ මායාවක් බව ඔබ විසින්ම ඔබේ මායාකාරි සිතට තේරුම් කර දිය යුතුවේ.

සිතෙන් සකස්වූ සිතුවිලි මිස මනෝවිඤ්ඤාණයට රූප අරමුණු කරන්න බැහැ. ශබ්ද අරමුණු කරන්න බැහැ. ගන්ධ අරමුණු කරන්න බැහැ.

රස අරමුණු කරන්න බැහැ. උණුසුම, සීතල, අරමුණු කරන්න බැහැ. ධම්ම පමණි අරමුණු කළ හැක්කේ. එනම් සිතේ ඉපදුනු සිතුවිලිම පමණි මණසට අරමුණු කළ හැක්කේ. ආයතන පහෙන් උපාදානය කරගත් දේට මනසේ උපාදානය වූ ධම්මද එකතුවී අන්තවාද උපාදානය සකස් වේ. එක මොහොතක එක සිතයි හටගන්නේ. එය නිරුද්ධ වූ පසුවයි ඊළඟ සිත හට ගන්නේ. උදාහරණ ලෙස ඇසෙන් රූපයක් දැක ඒ සිත නිරුද්ධ වු පසුවයි ශබ්ද සිතක් හටගන්නේ. ඒ සිත නිරුද්ධ වි ගිය පසුවයිතවත් සිතක් හටගන්නේ. මෙය එකකට එකක් පෙර පසු නොවී නමුත් එකටමත් නොවී ඉතා ක්ෂණයකින් සිදුවන ක්‍රියාවලියකි. මෙහි වේගය කොතරම්ද යත් බුදුන් වහන්සේ විසින් තප්පරයට කෝටි වාරයක් හටගෙන නිරුද්ධ වන බව පෙන්වා දී ඇත. වේගය අපට අවිද්‍යාවෙන් රූප මවාදීමට හේතුවේ. ගිනි බෝලයක් කරකවන විට ගිනි වළල්ලක් මැවෙන්නා සේ අපට ව්‍යාජ ලෝකය මැවේ. එක විට හට නොගන්නා වූද එකක් හටගන්නාවිට අනිත් සිත් පහට නිරුද්ධ වූ තත්වයක් තුළ වුවද මේ හය එකට එකතු කර පෙර මතකයේ උදව්වෙන් බාහිර ලෝකය නිර්මාණය වේ. විඤ්ඤාණයේ මායාව අවබෝධ කරගතහොත් ඔබට සිතෙන් සිත මුදවා ගත හැකිය.

බාහිර ලෝකය මායාවක් බව සිතර නිරන්තරයෙන් පෙන්වා දෙන විට සිත තවදුරටත් මායාවක් නිර්මාණය කිරීමෙන් වැළකේ. ඔබ කළ යුත්තේ සිතට එහි මායාව පෙන්වා දීම පමණකි. සිතෙන් සිත මිදීම ඉබේම සිදුවන්නකි. ඔබට එය බලෙන් කළ නොහැකි ඔබට කළ හැක්කේ සිතට මායාව පෙන්වාදී තහවුරු කිරීම පමණි.

සිතෙහි මායාව සිතට නිරන්තරයෙන් පෙන්වා දෙන විට නිබ්බිධාවක් ඇතිවේ. නිබ්බිධාව යනු සිතේ මායාව ගැන කලකිරීමක් සිතේම හට ගැනීමයි. මා කොපමණ බොළඳ ලෙස කටයුතු කර ඇත්තේද යන්න දකින සිත කලකිරීමට පත්වේ. ලැජ්ජාවට පත්වේ. තවදුරටත් මායාවෙන් සිත රැවටීමට ඉඩ නොදෙයි "නිබ්බිදන්ති විරාගන්ති" මේ කලකිරුණු සිත නිසා විරාගය උපදී. මේ වග හොඳින් දැන ප්‍රගුණ කළ යුතුවේ. මේ තුළින් සලායතන නිරෝධ වේ. සිහියත් නුවණත් යොදවා විඤ්ඤාණ මායාකරුගේ මායාව සිතට තහවුරු වන තෙක්ම සත්‍ය පෙන්වා දිය යුතුවේ.

විඤ්ඤාණයෙන් දෙයක් හට නොග න්නා ලෙස රකින ශීලය ආර්ය කාන්ත ශීලය වේ. ආර්යකාන්ත ශීලය නම් ස්කන්ධයේ උදය වැය දැකීමම වේ. බුදුන් වහන්සේ ස්කන්ධයේ උදය වැය දැකීම තුළින්ම සෝවාන් සකෘදාගාමි, ආනාගාමි අරහත් යන මාරගඵල හතරම ලැබිය හැකි බව පෙන්වා දී ඇත. ආර්යකාන්ත ශීලය රහත් උතුමන් අනුගමනය කරන ශීලය වේ. ආයතන හයේම ස්කන්ධ පහක් ක්‍රියාත්මක වී එහි මායාව සකස්වීමට හේතු වන්නේ මේ ආයතන හයෙහි ඇතිව ස්කන්ධ මායාව දැන සිතෙන් මිදිය යුතුයි. මේ සඳහා ශ්‍රද්ධා, වීරිය, සති, සමාධි, ප්‍රඥා මාර්ගයේ ගමන් කළ යුතුවේ. පූර්ව ප්‍රතිපදාවක් ලෙස සත්‍ය ධර්මය මනා ලෙස අවබෝධ කළ යුතුය. ඒ තුළින් සිතෙන් මිදීමට වීර්යය කළ යුතුවේ. මේ සඳහා ඔබට විවේකය අවශ්‍ය වනු ඇත. එම විවේකය කායික හා මානසික දෙපැත්තෙන්ම ලැබෙන විවේකයක් විය යුතුය. එසේ සිතට විවේකයක් ලැබීම නිසා සිතේ සතියක් ඇතිවේ. ඒ සතිය තුළින් සිත සමාධිමත් වේ. සිත ගැඹුරින් දැකීමේ හැකියාව ලැබේ. මේ සමාධිය තුලින් ලබන ප්‍රඥාව ඔබට සිතෙන් මිදීමට, මායාවෙන් මිදීමට හේතුවේ. සම්මුති ලෝකයේ ප්‍රඥාව යනුවෙන් අරුත් ගන්වා ඇති දෙය නොවේ. මේ ප්‍රඥාව මේ නියම තේරුම මෙය සිත දැක සිතෙන් මිදීමේ මහා ප්‍රඥාවයි.

චිත්ත විශුද්ධිය තුළින්ම දිට්ඨි විශුද්ධියත්, දිට්ඨි විශුද්ධිය තුලින් සම්මා දෘෂ්ඨිය ලැබීමට සිදු වේ. එසේම සැක සංකා නැතිවීම සඳහා හේතුවන කංඛා විතාරන විශුද්ධිය ලැබෙයි. කංඛා විතාරණ විශුද්ධිය නැතහොත් සැක සංකාවෙන් මිදුණු කෙනාට මග්ගා මග්ග ඥාණ විශුද්ධිය ලැබූ තැනැත්තාට සිතෙන් මිදීමේ වැඩ පිළිවෙළහි මග නොමග පැටලීමක් සිදු නොවේ. නියම මාර්ගයේ ඍජුව ගමන් කරයි. මේ නියම මාර්ගය දැක නැතිනම් හමු වී එය වඩන්නාටයි විමුක්තිය හමුවන්නේ. මග්ගා මග්ග ඥාණ දස්සන විශුද්ධිය හමුවූ තැනැත්තාට එය වැඩීමෙන් පඨිපදා ඥාණ දස්සන විශුද්ධිය ලැබේ. එක් ක්ෂණික සිත දැකීම ප්‍රතිපදාව කරගෙන ඒ මාර්ගයේ යන කෙනාට නිවන නැතහොත් දුකින් මිදීම සිදුවේ.

මතු සම්බන්ධයි.

TV දේශනා මාලාව

නිස්සරණ මඟ 2 - හත්වන කොටස පසුගිය ලිපිය හා සම්බන්ධයි

අපිට තවත් දෙයක් තියෙනවා කතා කරන්න. අපි මේ වේදනානුපස්සනාව තියෙන තැනට එන්න ඕනේ. වේදනාවෙන් මිදෙන තැනටත් එන්න ඕන. එතනින් අනාගාමී අරහත්වයටම එන්න පුළුවන් තැනක්. ඇත්තටම වේදනාවෙන් මිදෙන තැන කතා කරනකොට - අපිට එතන කතා කරන්නට කලින් පුංචි පැහැදිලි කිරීමක් කරන්න හිතුනා.

මේ දේශනය තුළ - ඒ තමයි අපි මේ රූපෙන් මිදෙන හැටි කතා කරා. හැබැයි අපිට නාමෙනුත් මිදෙන්න තියෙනවා. අපි එකින් එක යන්න ඕන කමක් තියෙනවා. ඒ නිසා අපි පළමුව රූපයෙන් මිදෙන හැටි කතා කළා වගේම අපි ඒක අපේ ජීවිතය තුළින් අපි ඒ ගමන යන්න ඕනේ. අපිට මේ එන එන අරමුණු, මේ රූපය හැදෙන හැටි අපි එන එන අරමුණට පෙන්නන්න ඕන. ඉතින් ඒක බොහෝම පරිස්සමෙන් අපි බොහෝම වීර්යයක් අරගෙන යන්න ඕන ගමනක්.

මෙතනදී තමයි ඡන්ද චිත්ත විරිය විමංසා සතර ඍද්ධිපාද වැදගත් වෙන්නේ. මේ සඳහා තියෙන ඡන්දය - කැමැත්ත, ඒකට තියෙන වීර්යය, ඡන්ද චිත්ත විරිය විමංසා. ඒක විමර්ශනය කරමින් හැම මොහොතේම ඡන්ද චිත්ත විරිය විමංසා චිත්ත- කියන්නේ ඔබට තේරෙනවා මේ සිත ඇතුල හැදෙන හැටි, ස්වභාවය දකින එක. ඡන්ද චිත්ත විරිය- මහා වීර්යයකින් කරන්න ඕනේ කටයුත්තක් විමංසාව. මේ විමර්ශනය කරන්න ඕනේ. විමංසාව අපිට තියෙන්න ඕනේ. දැන් ඔබ මේ භාවනාව කරන්න ඕනේ. ඒක හුඟාක්ම වැදගත්. එතකොට ඔබට ඉතුරු කටයුතුත් හම්බවෙනවා. එතකොට ඔබට මෙතනදි තව දෙයක් කියන්න ඕනේ. ඔබට මේ එන එන අරමුණු ගලපනවා කියන්නේ, ඔබ මේ ගහක කොලයක් දකිනකොට, මේ ගහේ මේ හැඩතලය තියෙන මේ කොලයට අරලිය මල් ගහක් කියන එක, මගේ හිතේ හැදෙන්නේ. එතකොට නාමය හටගත්තේ මෙහෙන්. එතකොට ගහක් කියලා මෙහෙම හැඩතලයට මෙහෙම ගහක් තියෙනවා කියලා එන්නෙත් මෙහෙන් මේ හැඳුනු නාමෙන් හැඳුණු මේ සංඥාවට විතර්ක කරලා මේ දැනගත්තු තැන ගැනීම නැවත බාහිරයට දාලා බලන එක. මේ හිතේ හැදෙන හැටි, මේක වෙන හැටි දකින්න ඕනේ. ඒකයි අපි මේ නැවත බලන එකයි දකින්නේ උපාදානය වෙච්ච එකයි. උපාදානය නොවිච්ච එක නම් මේක හුදෙක් ස්කන්ධය තුළ දැනගැනීම මේක මේ පැත්තෙන් එන එකක් කියලා අවබෝධය තුළින් ඔබ නිශ්ප්‍රභා වෙනවා. ඔබ උපාදානයට යන්නේ නෑ. ස්කන්ධය ස්කන්ධයෙන්ම සීමා වෙනවා. උපාදානය හට නොගන්න තැන ඔබ මේ සසරෙන් මිදෙන තැන. එතකොට ඔබට මෙතන අපි අර පෙන්නනකොට කතා කරනකොට කියනවා රහතුන් වහන්සේලාගේ සිත් කිරිය සිත් කියලා ඒකට හේතුව මෙන්න මේ ස්කන්ධ මට්ටමයි. ඉතින් මේක පුහුණුව කරනවා කියන්නේ ඔබ යන මගත් ආර්ය හිමිවරු යන ගමන් මගමයි. එය ආර්යකාන්ත සීලය ඔබට දැන් දැනෙනවා.

ඒ වගේම ඔබට තව පොඩි දෙයක් කියන්න තියෙනවා. මේ ශ්‍රද්ධාව කියලා කියන්නේ මේ හිතේ මේක පෙන්නන එක. ඒ සද්ධා වීරිය ඒ පංච ඉන්ද්‍රිය ධර්ම වැඩෙනවා කියන්නේ ශ්‍රද්ධා එන එන අරමුණු පෙන්නන එක. ශ්‍රද්ධා වීර්ය සති කියන්නේ මෙන්න මේක ඔබට වැඩියෙන් පෙනෙන්න ගන්න එක ශ්‍රද්ධා. වීර්යය සති සමාධි මේක සමාධියක් වගේ ඔබට පේන්නෙම ඒ තත්වයෙන්ම ලෝකයක් වෙනවා. ශ්‍රද්ධා වීර්ය සති සමාධි ප්‍රඥා කියන්නේ ඔබ ඒ මහා ප්‍රඥාවෙන් මේක දකිනවා. ඉතින් ඔබ මේ පංච ඉන්ද්‍රිය ධර්ම වැඩෙන තැන මෙතනයි. එතන ඔබ පංච බල ධර්ම වෙනවා. මේක ඔබගේ ක්‍රියාත්මක වෙනකොට

බලයක් වගේ ඔබ හිතන්නෙවත් නැතුව ඒ මහා වීර්යය නැතුවත් ඔබට මේ දේ සිද්ධ වෙනවා. මේ පංච ඉන්-ද්‍රිය ධර්ම බල ධර්ම වෙලා ඔබව බලපැවැත්වෙනවා මෙන්න මේක සත්‍ය වෙලා. අන්න එතන මේක පංච බල ධර්ම වෙනවා. එතකොට මේ ශ්‍රද්ධාව ඔබ දකිනවා. මේ දකින ඒකයි ශ්‍රද්ධාව.

එතකොට මේ භාවනාව තුළ ඔබට එනවා නිමිත්ත අල්ලන භාවනාව වගේම අනිමිත්ත භාවනාවක්. අනිමිත්ත සමාධියක් නිමිත්ත ඇල්ලීමෙන් එන සමාධිය වගේම අනිමිත්ත සමාධියක් එනවා. අසමාහිත සමාධියයි සමාහිත සමාධියයි කියලා සමාධියේ මේක පවතින සමාධියයි. උපාදානය වුණ සමාධියක් තමයි නිමිත්තක් තියෙන සමාධිය. නමුත් මේ අනිමිත්ත සමාධිය මේ එන එන එකට බලන එකත් සමාධියක් ඇතිවෙන තැනක් තියෙනවා. අන්න එතනට එන ඒ සමාධිය තමයි මේ ''පංච ඉන්ද්‍රිය ධර්ම'' බල ධර්ම වෙන තැන සමාධිය.

එතකොට මේ සමාධිය තමයි ''සප්ත බොජ්ඣංග'' වල තියෙන සමාධිය. ඔබට මේකට සති සමාධියත් අවශ්‍ය වෙනවා. නමුත් සප්ත බොජ්ඣංග ධර්ම ගැන කතා කරනකොට ඔබට එනවා ඒ ධම්ම විජය සම්බොජ්ඣංගය, විරිය සම්බොජ්ඣංගය, සති සම්බොජ්ඣංගය, සමාධි සම්බොජ්ඣංගය, උපේක්ඛා සම්බොජ්ඣංගය එතකොට මේ එන බොජ්ඣංග මේ දරන වීර්යය මේ හිතට පෙන්නන්න දරන වීර්යය. එතකොට මෙතන මේ හිතේ මේ ඇතිවන මේ සතිය මේක පේන එක. ධම්ම විජය මේ ධර්මය පෙන්නන එක ධර්ම විජය සම්බොජ්ජංගය. මේ සඳහා ගන්න වීරිය විරිය සම්බොජ්ඣංගය. එතකොට මේ සති සම්බොජ්ඣංගය, ධර්ම විජය සම්බොජ්ඣංගය, විරිය සම්බොජ්ඣංගය, උපේක්ඛා සම්බොජ්ඣංගය, සමාධි සම්බොජ්ඣංගය- මේ බොජ්ඣංග ධර්ම වැඩෙන හැටි මෙතනින් පේනවා.

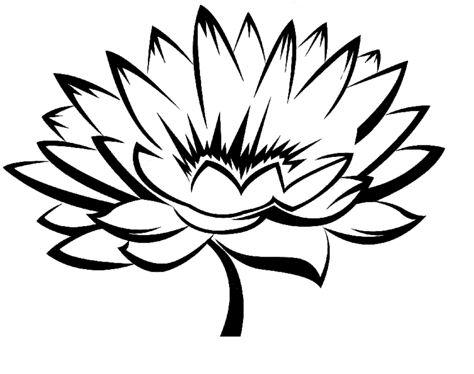
දැන් සමහරවිට මේක ඔබට අළුත් දෙයක් නම් ඔබ හිතයි මේ තාක් අපි භාවනා කරනවා කියලා සමාධිය වඩලා, මේ තුළත් සමාධියක් තියෙනවා මේ තමයි මේ ආර්ය සාසනයේ මේ සාසනය තුළ ඉද භික්ඛවේ භික්ඛු කියන බුදුන් වහන්සේ දේශනා කරන්නේ. මේ ශාසනය තුළ ලබන සමාධියයි මේ. ඔබ ඒ සැබෑ සමාධිය ඇති කරන්න ඕනේ. ස්කන්ධය උදය වැය දකින සමාධිය. අන්න ඒ සමාධිය තුලින් තමයි ඔබ නිවන් දකින්නේ. ඔබ සෝවාන් වෙන්නේ, ඔබ සකදාගාමී වෙන්නේ, ඔබ මගඵල ලබන්නේ. ඔබ යම් මොහොතක මේ මග යන කෙනෙක් මිය ගියත් බයවෙන්න කිසිදු කාරණයක් නෑ. ඔබ සුගතියේමයි. ඔබ බාහිර ලෝකයට සත්‍ය නොවුන කෙනෙක්. ඔබ මග පුහුණු කරන කෙනෙක්. ඔබ අනිවාර්යයෙන්ම මේ සත්‍යයයි පෙන්නන්නේ. ඔබ මේ ලෝකයේ දුකට වැටිලා අනිත් අය වගේම ඒගොල්ලා අඬන වෙලාවට අඬන, වැලපෙන වෙලාවට වැලපෙන දුකේම ඉන්න දුක්ඛ දෝමනස්සෙම අහුවෙලා ඒකට ඔබ යන්නේ නෑ. ඔබ මහා සාන්තයි

''ඒතං ශාන්තං - ඒතං ප්‍රනීතං
යදිදං සබ්බ සංඛාර සමතෝ''

කියන ඒ ශාන්ත මුනිවරයා ඔබ වෙනවා.

තවත් කොටසක් ලබන කලාපයෙන්.

තෙරුවන් සරණයි !



වටිනාකමක් නැති සිතුවිල්ල

මතක තියාගන්න උත්සහ කරන එක දැනුමක්. දැන් වෙන්නේ මොකක්ද? මේක දැක්කට පස්සෙ මෙහෙමයි වෙන්නේ කියලා ඊට පස්සෙ ඒවට තියෙන වටිනාකම නැති වෙනවා. දැන් රත්තරං කියන්නේ සිතුවිල්ලක් නම් සිතුවිල්ලක නැහැනේ වටිනාකමක්. අපි වටිනවා කියලත් හිතනවනේ. ඒකත් සිතුවිල්ලක්. එතකොට අපිට දැන් පුටුවක් පේනවා. පුටුවක් කියලත් දන්නවා. සිතුවිල්ලක වටිනාකමක් නැහැනේ. අපිට දැන් එනවනේ මේක තියෙනවා කියලා. ''පුටුව කියලා එනවා වගේ''. පුටුව තියෙනවා කියලත් එනවනේ. ඊට පස්සේ තියෙන පුටුව ඕනත් වෙනවනේ. දැන් අදියර 3 ක් තියෙනවා. එකක් පුටුව අනිත් එක පුටුව තියෙනවා කියලා. අනිත් එක තියෙන පුටුව ඕන කියලා. කම්පන වේගයකට තමයි ඔය තැනට එන්නේ. පුටුව කියන එක හැදෙන්නේ ශබ්ද, වර්ණ, කම්පන එකට එකතු වෙලා. ඊට පස්සේ ඒක තියෙනවා වගේ දැනෙන්නේත් නැවත නැවත එන කොට පුටුව උපාදාන භවෝ කියන තැන, ඊට පස්සේ පුටුව අපිට ඕනෑ කියන එක එනවනේ. ඒක නැතුවම බෑ ඒක ඕනේ, එතනයි ආත්මය, පුටුවමයි ආත්මය වන්නේ. දැන් පුටුව තියෙනවා කියලා දැනෙන එක, මේ ශබ්ද, වර්ණ තියෙනවා කියන එක දැනෙන එක තුළින්මයි එන්නේ. හැබැයි ඒක නැවත නැවත එනකොට ඒකට බලයක් එනවා. තව තියෙනවා කියන එකත් බලයක්. තියෙනවා කියන එක පවතින්න බලයක් එනවා. පවත්වාගෙන යන්න හදනවා. පවත්වාගන්න ඕන කමක් එනවා. ඕක ''නන්දිය'' ඕනකම තමයි ආත්මය කියන්නේ. පුටුව ඕනෑ කියලා දැනෙන එක, පුටුව තියෙනවා, ඒ තියෙන එක තියාගන්න ඕනකම, ඕකත් බලයක්. කරන්ට් එකක් වගේ. මේ පුටුව කියන්නේ සිතුවිල්ලක් කියලා එනකොට ඒක තියෙන පුටුවක් වෙන්නේ නෑ. පුටුව පේනවා වෙනදා විදියටම, හැබැයි ඒ පුටුව තියෙනවා කියලත් දැනෙනවා, හැබැයි ඒකට දැන් කම්පනයක් එන්නේ නැත්නම්, ගින්නක් නැත්නම්, අරකට තියෙන ඕනකම තමයි ආත්මය කියන්නේ ඒ ආත්ම ගින්න තමයි නැතිවෙන්නේ. එතකොට පුටුව තිබුණාට ප්‍රශ්නයක් නෑ.

පුටුවත් ප්‍රශ්නයක් නැත්නම්, ඔහේ ඉන්නවා. එදිනෙදා සාමාන්‍ය විදියට වැඩ කරන කොට මේක හැම තිස්සෙම හිත හිත ඉන්න එකක් නෙවෙයි. මේක අපි දැනගත්තා මෙනෙහි කරලා. ඊට පස්සේ අපි ඕක හිතන එකක් නෙවෙයි . අපේ අභ්‍යන්තරයෙන් වටිනාකම නැති වෙන එක හිතලා කරන එකකුත් නෙවෙයි. ඒක සිද්ධ වෙන එකක්. ඒක තමයි ධර්මතාවය කියන්නේ. චිත්ත නියාමය. ඒ කිවුවේ මෙතන ඇත්ත දැක්කට පස්සේ දැන් පුටුව, මේසය, ඇඳ, ගහකොළ, ඉර හඳ ඔක්කොම සිතුවිලි ලෝකයක්. සළායතන ලෝකය මුලු ලෝකයෙන්ම මිදුනු ස්වාභාවයක් දැනෙනවා. ඇයි, වටිනාකම නැති වෙනවා. ඒ වටිනාකම තමයි අපි මේ ලෝකේ ඉන්නවා කියන එක. ආත්මය ආත්මීය කම්පනය දිය වීගෙන යන එක තමයි රාග, ද්වේෂ, මෝහ දිය වෙනවා කියන්නේ. එතකොට එතන තියෙන්නේ නිවන. එතකොට මේ නිවන, මේක දැක්කට පස්සේ ඇත්තටම එතන නිවන තියෙනවා, සෝතාපන්න

කෙනා එක් ක්ෂනික සිතක මේ නිවන අත්දකිනවා. එතකොට මේක තියෙන ආත්මය නැහැ කියන එකක් නෙවෙයි. සාමාන්‍යයෙන් මේ දේශන අසන සෑම කෙනෙක්ම, මේ නිවනේ අත්දැකීම අත්දකිනවා. ටික ටික තමයි නිවනට පත් වෙන්නේ. ඒක පවතින්නේ නෑ. දැන් මේ කියන දේශනය තුලත් නිවන අත්දකිනවා. නිවන කියලා අමුතු දෙයක් නෑ. ඔතන ගින්න නැති වෙන එක තමයි නිවන කියලා කියන්නේ. ''යං හි යං හි තත්‍ර තත්‍ර විපස්සති'' කිව්වේ ඕක. එතකොට එයා ඇත්තටම නිවන අත්දකිනවා. මෙනෙහි වෙනකොට නිවන අත්දකිනවා. ඕක දැනෙනවා. ගොඩක් අය දන්නේ නෑ නිවන් දැකපු බවක්. ඔන්න ඔය අවිද්‍යාව තියෙනවා නොදන්නකම නිවන උඩ හිටියත් නිවන දන්නේ නෑ කිවුවේ ඔය නිසයි.

හැබැයි නිවනට පත් වෙනවා කියන්නේ වෙන එකක්. ''අරහත්වයට පත් වෙනවා.'' නිවන් දකිනවා කිවුවේ සෝතාපන්න තැන එතකොට අරහත්වයට පත් වෙනවා කිවුවේ ටික ටික. ඊට පස්සේ මේ මොහොතේ දැන් පුටුව පේනවා. පුටුවත් එක්ක ගින්නක් නෑ කියපු එක. ඒ ගින්න නැති ස්වාභාවයට පත් වෙනවා. ඕකට කියනවා රහ නැති වෙනවා, ගින්න නැති වෙනවා. නන්දිය කියන තැනට එනවා. ''න උපාදාන භවෝ'' න කිවුවේ නෑ කියන එක. ''භව පච්චායා ජාතී'' එතන ආත්මයක් තියෙනවද? ආත්මයක් නෑ. ටික ටික නිවනට පත් වෙන්නෙ. ඒකයි සිද්ධ වෙන්නේ ඇත්තටම ඒ ස්වභාවයට පත්වෙන්වා, අපි කරනවා නෙවෙයි. ඇත්තටම අපි හැමෝම නිවන් දැකලයි ඉන්නෙ. නිවන් දැකපු බව නොදන්න කම තියෙනවා.

එතකොට මේ කෙනා කවුද? කෙනා කියන්නෙ ගින්න. ඔය ගින්න තියෙන කෙනාට ඇත්තටම මාන්නය තමා එන්නෙ, මම දැන් නිවන දැක්කා කියලා උදම් අනන කෙනෙක් හිටියොත්, මම නිවන් දැකලා කියලා ලොකු කමක් ආවොත්, එතන ඉන්නෙ මම, ගින්නක් තියෙනවා කිව්වෙ ආත්ම ගින්න. ඒක හොඳට පේන්න තියෙනවා එයාට. දැන් කවුරුහරි මේ ධර්මය දේශනා කරන කොට එයාට නිකන් ලොකුකමක් එනවා නම්, එතන තමා ආත්මය තියෙන්නේ. ආත්මය කියන්නේ ගින්නක්, පුටුව එක්ක ගින්නක් නැතිනම් එතන නැතිවෙලා තියෙන්නේ ආත්මය තමයි.

නිවනට පත් වෙනවා කියන්නේ අභ්‍යන්තර පරිවර්තනය කරා යනවා. උද්දීපනය ආයතන හයෙන්ම දිය වෙලා යනවා. උද්දීපනය නොවන ස්වභාවයක් මතු වෙනවා. ඒක තමන්ටමයි සාංදිට්ඨික වෙන්නේ. ගොඩක් අය නිවන් දැකලා කියලා කියන්නේ නෑ. ඒක කියන්න හයිය නෑ. ඍජු භාවයක් නෑ. මේ අය දන්නේ නෑ කෙලෙස් නැති වෙන්නේ ටික ටික කියලා. නිවන් දකිනවා කියන එක වෙනයි, නිවනට පත් වෙනවා කියන එක වෙනයි. ඒ ධර්මය එයා අඳුරන්නේ නෑ. නිවන් දැකපු බව දන්නේ නැත්තම්, එයා හැමදාම නිවන හොයනවා. නිවන් දැකලයි තියෙන්නේ, නිවනට පත් වෙන එකයි නොවී තියෙන්නේ. නිවනට පත් වෙන එක නෙවෙයි කතා කරන්නේ. නිවන හොයන එකක් කරන්නේ. දැන් නිවන හොයන තාක්කල් නිවන හමුවෙන්නේ නෑ. හිතන්නේ තාම නිවන් දැකලා කියලයි. ඒක නිසා පැටලෙනවා. ඒක හිතනවා. අරහත්වයට පත්වෙන තැනයි. නිවන දකින්නේ කියලා. එයා හිත්න්නේ මේකේ අන්තිමට තමයි මේක වෙන්නේ කියලා. දන්නේ නෑ මේකේ මුල ඉඳන්ම තමයි ආත්මය නැති වෙන්නේ කියලා. ඒක මිත්‍යා දෘෂ්ටියක්. ඒ කියන්නේ ධර්මය නැතිකම. සමහර අය දන්නවා කියලා හිතගෙන ඕක කියනවා. ඒ අය ළඟ මාන්නය තියෙනවා .

දැනුමට දන්නවා. අත්දැකීම් නෑ. අත්දැක්කා වගේ කියනවා. නමුත් අත්දැකලා නෑ. ඒක ආර්ය උත්තමයෙක්ම තමා දන්නේ. එතන තියෙන්නේ හිතනවා කියන එක. හිතලා කියනවා අත්දැක්කා වගේ. කොහොමද වෙන්නේ කියලා දන්නේ නැහැ. මේක හරි සරලව පෙන්වන්න පුළුවන්. මුල ඉඳලම වෙන්නේ ආත්මය නැතිවෙන එක. තියන ආත්මයක් කොහෙවත් නැතිවෙන එකක් නෙවෙයි. මුල ඉඳන්ම අර ගින්න නැති වෙනවා. එච්චරයි. මේකයි නිවන. නිවනට පත් වෙනවා කිව්වේ මේකට. මේක තමා අරහත්වයට පත්වන මග අර ස්කන්ධය උදය වැය දැකිමයි මහණෙනි කල යුත්තේ කිව්වේ මේ නිසයි. මේක ඔක්කෝටම සිද්ධ වෙනවා. මේ සුන්දර දහම නොතේරුම් කමට පටලනවා .

තෙරුවන් සරණයි !

බුද්ධෝත්පාද ශ්‍රාවිකා

සමාජයට ආශිර්වාදයක් වූ බුද්ධෝත්පාදෝ දේශනා

මේ වන විට මුළු මහත් සමාජයම ගෝලීය ආර්ථිකය කියන සිතිවිලි බීජය ඇත එපිට ගම්මාන තුළත් ඉතාම සරු වගාවක් ලෙස ව්‍යාප්ත වී හමාරය. ඒ හේතුවෙන් පුරාණ සමාජ සංස්කෘතිය අභිබවා ගෝලීය ආර්ථික සංස්කෘතියක් සමාජය ආකර්ශනීය ලෙස වැළඳ ගනිමින් පවතින යුගයක අපි ද සසර ගමන් කරමින් සිටි මේ ගෝලීය ආර්ථිකය සක්‍රියව පවත්වා ගැනීමට නූතන තාක්ෂණය මහත් පිටුවහලක් වී ඇත.

කුඩා දරුවාගේ සිට වයස් භේදයක් නැතුව සමාජයේ ගමන් කරන දිශාවට ඔවුන් ගමන් කරන්නේ ඔවුන්ව නොදැනුවත්වමයි. මෙහිදී මාධ්‍ය හරහා අසන්න දකින්න ලැබෙන දේ තෝරා බේරා ගැනීමකින් තොරව ඒ තුළ අනුගත වීම නිසා ප්‍රශ්න රැසකට මුහුණ දී ඇත. ඒ අනුව තමන්ට නොගැලපෙන ජීවන රටාවකට හුරු වී හැම මොහොතේම ඔවුන්ගේ අභ්‍යන්තරය ගිනි ගනිමින් සැප දුක කියා දකිමින් බාහිර ලෝකයක් සමඟ පොර බදිමින් ජීවත් වෙනවා ඇති.

කාලයේ වැලිතලාවට සැඟව ගිය ඒ බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ බුද්ධ දර්ශනය නූතනයේ අපගේ බුද්ධෝත්පාදෝ ආර්යයන් වහන්සේ විසින් ලෝක සත්ත්වයා දුකින් මුදවා ගැනීම පිණිස දේශනා කරනු ලබයි.

මේ වන විට මුළු සමාජයම ජීවන අරගලයක යෙදෙමින් සිටි තවත් සුළු කොටසක් අධ්‍යාත්මික ගමනක් යාමට උත්සාහ කරයි. මේ සෑම කෙනෙකුටම සැනසීමක් නැත. මෙවැනි යුගයක බුද්ධෝත්පාද ආර්යයන් වහන්සේ කරන දේශන ආශ්චර්යයකි. සැමට ප්‍රායෝගිකව අත්දැකිය හැකි දහමක් බව දැන් ප්‍රත්‍යක්ෂ වී ඇත. ඒ ඒ අවස්ථාවල දේශනා කරනු ලබන්නේ කියන කෙනාට ගැලපෙන ආකාරයටයි. ඒ අනුව ඔවුන් අභ්‍යන්තරයෙන්ම ඔවුන්ට ඒ වෙනස දැනෙනවා ඇති. නූතන සමාජය විසින් සතුට කියා බාහිරින් දකින දේට වඩා නියම සැනසීම සහ සැහැල්ලුව අපට මේ ලැබෙන්නේ මේ මොහොතේ මේ අරමුණේ සිත් සකස්වන ආකාරය බුද්ධ දර්ශනය තුළින් අවබෝධ කළ පසුවයි.

උදාහරණ - සමාජයේ තරුණ අයගේ සතුට ලැබෙන ආකාරය ඔවුන්ට පෙන්වා දෙන්නේ ඇතැම් විට දුරකථනය වන්නට පුළුවනි. ඒ අනුව ඒ මොහොතේ බාහිරින් සතුටක් ලැබෙන ක්‍රමයකට

රැගෙන යාම තුළ ඔවුන් යම් ඇබ්බැහි වීමක් සිදුවන බව ඔවුන්ම නොදනී. මිනිස් සමාජය මේ ආකාරයට තාවකාලික සතුට නිසා ඔවුන් සසර මග ගමන් කරන ආකාරය ඔවුන්ට වැටහීමක් නැත.

බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ ආකාරයට මේ තණ්හාව හට ගැනීම නිසා ඇතිවන භයානක පැතිකඩ බුද්ධෝත්පාද ආර්යයන් වහන්සේ දීර්ඝ ලෙස විස්තර කරයි. එතනදී මේ තණ්හාවෙන් මිදීමට ඔබ දේශනා ශ්‍රවණය කළ යුතුයි. එතනදී ඔබ ආශාවන් පසුපස හඹා යනවා වෙනුවට ඒ ලබන අවබෝධය වෙනත් කිසිම දේශකයාණන් කෙනෙකුගෙන් නොලැබෙනු ඇත. දේශනා තුළ ඇති ඒ සත්‍ය නිසාම එදිනෙදා ජීවිතයට ගලපා ප්‍රායෝගික වීමට හැකිවී ඇත.

මේ සිත අවබෝධ කිරීම තමයි ලෝක සත්ත්වයාට දුකින් මිදෙන්න තියෙන එකම මාර්ගය. මේ සිතේ නැත්නම් මේ අරමුණේ සත්‍යයක් නැති බව දකින එක තමයි බුද්ධෝත්පාද දේශනා වල ආශ්චර්ය වන්නේ. උන්වහන්සේ ධම්ම අභිඤ්ඤා ඥානයෙන් දේශනා කරන මේ සත්‍යය මුළු සමාජයක් යහපත් කිරීමට හේතු වෙනවා ඇති. අද වන විට බුද්ධෝත්පාද දේශනා ශ්‍රවණය කරන ශ්‍රාවක ශ්‍රාවිකාවන් ඉදිරිපත් කරන අත්දැකීම් තුළ ඔවුන් කොතරම් දුරට අධ්‍යාත්මික නැඹුරුවකට පත්වී ඇති ද යන්න අපට මනාව ප්‍රකට වන කරුණකි.

මේ දේශනා ශ්‍රවණය තුළ කුඩා දරුවකුට පවා මේ සිත හැදෙන හැටි අවබෝධ කරගත හැකි. මේ සිතුවිලි ලෝකයක් බව කුඩා දරුවෙකුට වුණත් අවබෝධ වන ආකාරයට බුද්ධෝත්පාද ආර්යයන් වහන්සේ දේශනා කරනවා. ඒ අනුව දරුවන්ට මේ මායා ලෝකයක් බව අවබෝධයෙන් ඔවුන්ගේ අධ්‍යාපන කටයුතු ඉතා සාර්ථකව කරගැනීමට හැකිවන ආකාරයට ඒ අත්දකින අය මේ වන විට ප්‍රකාශ කරන අවස්ථා බොහෝ ය. ඔවුන් සමාජයට යහපත් දරුවන් වගේම ඒ අය සත්‍යය දැකීම තුළ මේ ආයතන ක්‍රියාකාරීත්වයක් බව අවබෝධ වීමත් එය නිවන් මාර්ගයේ ගමන් කිරීමට මහත් පිටුවහලකි. සාමාන්‍ය මිනිසුන්ට මේ ලෝකයේ ඇත්තක් නොවන බව අවබෝධ වීම තුළ ඔබට ඔබ කවුද කියන ප්‍රශ්නය ඔබගෙන්ම විමසා බැලීමට පුළුවනි. එහෙත් ඔබ කියා කෙනෙක් නැති බව ඔබට අවබෝධ වීම තුළ මේ ආයතන ක්‍රියාවලිය නැත්නම් ''System'' එක බව අවබෝධ වීමත් ඇත්තටම මම කියා කෙනෙක් හමු නොවන බව ප්‍රත්‍යක්ෂ වනු ඇත.

මේ ලෝකයේ ඇත්ත නොවන බව අවබෝධයෙන් දැකීම තුළ ඔවුන් මනා සැනසීමක් ලබනවා මෙන්ම මේ සත්‍ය ධර්මය බව අවබෝධය තුළ ඔවුන්ගේ සියලු දුක් නිවෙනවා ඇති. එයට හේතුව මේ සිතුවිලි අවබෝධය තුළ තමන්ගේ ආරෝපණ ස්වභාවය අඩු වීමත් ඒ අනුව ඔහුට සකස් වන සිතුවිලි වලට අගයක් වටිනාකමක් දීම ස්වයංව වෙනස් ස්වරූපයකට අඩු වීම හෝ සිතිවිලි සකස්වීම ඒ මොහොතේ සිදු නොවීමක් සිදුවන්නට ඇති. මේ තුළ සැනසීමට හැකි වන්නේ ඒ දර්ශන ඥානය ඇති කෙනෙකුට පමණි.

වර්තමානයේ ශ්‍රී ලංකාව අතීතයේ ඉන්දියන් සාගරයේ මුතු ඇටය නම් ධර්මද්වීපය නැවත ගොඩනගන්නට උන්වහන්සේ මහත් පරිශ්‍රමයක් දරන අතර උන්වහන්සේට අත්‍යවශ්‍යව ඇත්තේ මේ උතුම් දිවයිනේ අතීතයේ සිටි ඒ උතුම් මිනිසුන් බිහි කරන්නට මේ සත්‍ය දහම නැවත අවදි කිරීමයි.

අද සමාජයට එවැනි අභිමානවත් වදන් අපට ඇසෙන්නේ බුද්ධෝත්පාදෝ ආර්යයන් වහන්සේගේ දේශනා තුළින් පමණි. නැවත මේ රට ලෝකයට විවර වන්නේ ධර්මද්වීපයක් ලෙස උතුම් ජාතියක් ගොඩනැගීම තුලයි දහම ශ්‍රවණය කරන සියලු දෙනාට මේ රට ගැන ආදරයක් ඇතිවනවා නොඅනුමානයි. ඒ වගේම කුඩා දරුවන්ට තමන්ගේ රට ගැන ආත්මාභිමානයක් ගොඩනැගෙන අතර ඔවුන් අධ්‍යාත්මික දියුණු සමාජයක හිමිකරුවන් වනු ඇත. පුරාණ නටබුන් සමඟ අප රටේ තිබූ ඒ ප්‍රෞඪ ඉතිහාසයද අපේ දරුවන්ගේ මතකයෙන් ගිලිහී ගොස් ඇති යුගයක ඒ අධ්‍යාත්මික යුගයේ ඇති ප්‍රෞඪත්වය කියාපාමින් නැවත සමාජයට ඒ උතුම් ධර්මද්වීපය බිහිකිරීමට උන්වහන්සේ මොනතරම් වෙහෙසක් දරනවාද? සැබවින්ම රටට ආශිර්වාදයක් බුද්ධෝත්පාදෝ දේශනා මෙය තේරුම් ගැනීමටවත් නොහැකි සමාජ පසුබිමක් ගොඩනැගී ඇති වකවානුවක එය අභිබවා සත්‍යය ඉස්මතු වන යුගයක් අපට දැන් හමුවී ඇත. බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ ඒ පරම සත්‍යය අද අපට බුද්ධෝත්පාදෝ දේශනා තුළින් අත්දැකීමට සලසා ඇත. යථාර්ථයක් ලෙස ඒ උතුම් කර්තව්‍ය ලෝක සත්වයා වෙනුවෙන් ඉටු කිරීමට කල්‍යාණ මිත්‍රයාණන් වහන්සේට ශක්තිය ධෛර්යය ලැබේවා..

තෙරුවන් සරණයි...

චන්ද්‍රිකා බණ්ඩාර - කෑගල්ල

බුද්ධෝත්පාදෝ දහම් යාත්‍රාව දියත්වූ වගයි.

ලක් දෙරණ පුරා මිනිස් සිත් සතන් පුබුදුවාලමින්, අපගේ මාතෘ භූමිය, මේ ධර්ම දීපය නැවත අවදි කරන්නට අප කෙරෙහි මහා කරුණාවෙන් කටයුතු කරන බුද්ධෝත්පාද ආර්යයන්වහන්සේගේ අනුශාසනාව හා අනුග්‍රහය අනුව පසුගිය නොවැම්බර් මස 27 වැනිදා බුද්ධෝත්පාදෝ ජාත්‍යන්තර භාවනා මධ්‍යස්ථානයට Wat Pa Tam Wua උතුරු තායිලන්ත ආශ්‍රමයේ සිට ධාතුන් වහන්සේලා රැගෙන Belly ස්වාමීන් වහන්සේ වැඩම කරන ලදී.

ආයතන හරහා මැවෙන ලෝකය එකිනෙකාට වෙනස් වූවාට මිනිස් සිතට දැනෙන දුක ආගමකට ජාතියකට රටකට වෙනස් වන්නේ නැහැ. බුද්ධෝත්පාදෝ ආර්යන්වහන්සේ මේ යුගයේ යුග පෙරලියක් සිදු කරමින් ලක්දෙරණේ දුකින් පීඩිත මිනිසුන්ගේ සිත් සුවපත් කරමින් ඔබ දුක් විඳින්නේ සිතින්ම හදාගත් ලෝකයක් උදෙසා බවට සත්‍ය ධර්මය පෙන්වා දෙමින් ලක් දෙරණින් ලෝකයටම එම සත්‍යයේ පණිවිඩය ලබා දීමෙන් ලෝකයම නිවා සනසන්නට කටයුතු කරමින් මහගු මෙහෙවරක් ඉටු කරමින් සිටිනවා. ලක් දෙරණ නැවතත් ලොව එකම ධර්මද්වීපය බවට පත්වෙමින් තිබෙනවා. වසර දෙදහස් පන්සියයකට පසු ලංකාද්වීපය නැවතත් ආශ්චර්යමත් යුගයක් කරා ලං වන බව නොඅනුමානය.

නොවැම්බර් 27 - හොරණ දොඹගොඩ ජාත්‍යන්තර භාවනා මධ්‍යස්ථානය

නොවැම්බර් 28 - හොරණ දොඹගොඩ ජාත්‍යන්තර භාවනා මධ්‍යස්ථානය - ප්‍රතිපදා වැඩසටහන

නොවැම්බර් 29 - ඕගස්පේ ගංගාරාම පුරාණ විහාරය - මාතර

නොවැම්බර් 30 - මාතර මෙත්මල් මෙහෙණි ආරාමය

දෙසැම්බර් 2 - තිස්සමහරාමය සඳගිරි මහා සෑ විහාරය

දෙසැම්බර් 3 - වෙහෙරහේන පූර්වාරාම රජමහා විහාරය

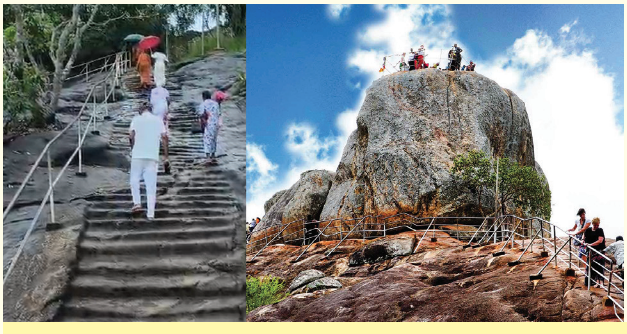
දෙසැම්බර් 4 - මාතර YMBA ශාලාව

දෙසැම්බර් 4 - මාතර පුරාණ මන්තින්දාරාමය

දෙසැම්බර් 6 - පොලොන්නරුව යුධගනාව භව නිරෝධාරාමය

දෙසැම්බර් 7 - පොලොන්නරුව වටදාගේ සහ ගල් විහාරය

දෙසැම්බර් 8 - අනුරාධපුරය ශ්‍රී සීලවංශ ධර්මායතනය

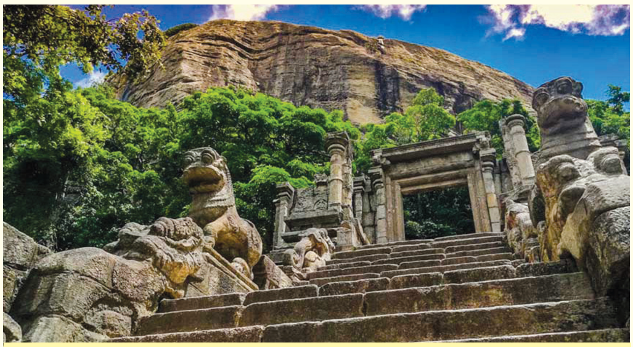


දෙසැම්බර් 9 - මිහින්තලය පූජා භූමිය

දෙසැම්බර් 9 - අනුරාධපුරය ශ්‍රී මහ බෝධිය සහ රුවන්වැලි මහසෑය

දෙසැම්බර් 10 - රාජාංගණය මෙත්මල් මෙහෙණි ආරාමය

දෙසැම්බර් 10 - යාපහුව



දෙසැම්බර් 10 - යාපහුව

දෙසැම්බර් 11 - කුරුණෑගල මෙත්මල් විවේකාශ්‍රමය

දෙසැම්බර් 12 - මහනුවර දළදා මාලිගාව

දෙසැම්බර් 13 - මහනුවර රාම රජ මහ විහාරය

දෙසැම්බර් 15 - ගම්පහ මෙත්මල් මෙහෙණි ආරාමය

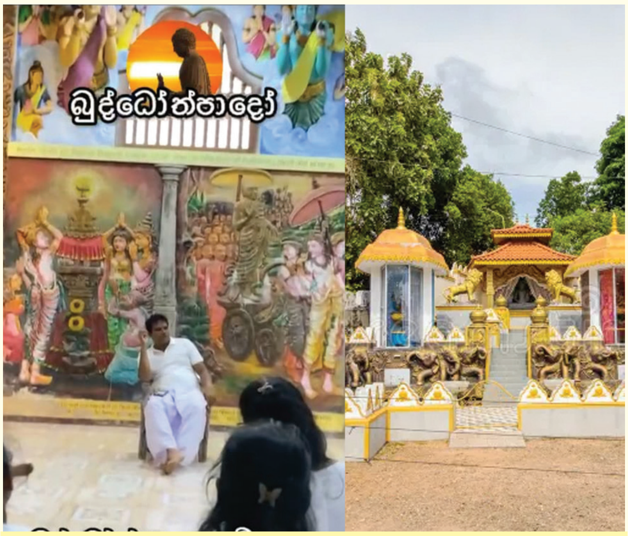
දෙසැම්බර් 16 - කැලණිය පූජා භූමිය

දෙසැම්බර් 17 - දොඹගොඩ බුද්ධෝත්පාදෝ ජාත්‍යන්තර මධ්‍යස්ථානයට

දෙසැම්බර් 17 - ගඟබඩ බුද්ධෝත්පාදෝ ජාත්‍යන්තර මධ්‍යස්ථානයට

දෙසැම්බර් 18 - බලපිටියේ වැලිතර විහාරස්ථානය

දෙසැම්බර් 18 - අම්බලන්ගොඩ



දෙසැම්බර් 19 - කන්දේ විහාරය අළුත්ගම

දෙසැම්බර් 19 - කළුතර බෝධිය

පසුගිය ලිපිය හා සම්බන්ධයි

හතර ස්ථාන චතුරාර්ය සත්‍ය වෙන්නේ කොහොමද?

අරියානං දස්සාමි. මේ ආර්ය භූමිය දැක ගන්න බැරි කමට ''අරියානං දස්සාමි අරියා ධම්මේසු කෝවිදෝ අරිය ධම්මෝ විනයෝ'' ඒ මග යන අය හඳුනගන්න. ඒ භූමිය හඳුනගන්න ආර්ය භූමිය. සෝතාපන්න ආර්යයන් වහන්සේලා විශාකාව කියන්නේ සෝතාපන්න ආර්යයන් වහන්සේ නමක්, සටිකාර කියන්නේ අනාගාමි ආර්යයන් වහන්සේ නමක්. ආර්යයන් වහන්සේලා කියන්නේ භික්ෂු භික්ෂුනී උපාසක උපාසිකා සිව්වනක් පිරිසම නිවන් දකිනවා කිව්වේ අපේ හාමුදුරුවනේ ඒකයි.

චතුරාර්ය සත්‍යය අවබෝධය තුලයි සියළුම ප්‍රශ්ණ විසදෙන්නේ. එහෙම තුන් ආකාරයටම ඒක දකින එකයි ඇත්තටම යුග පෙරලිය. එහෙනම් දරුවෙක් කියල කෙනෙක් අන්න හමු නොවන තැන සියළු දුකෙන් නිදහස් වෙනවා. එතනයි ඔබ අවබෝධ කල යුත්තේ. ගසේ අතු කැපුවට ගහ මැරෙන්නේ නෑ. ගසේ කොල කැඩුවට ගහ මැරෙන්නෙ නෑ. ගහ මුලින් සිඳල දැම්මොතින් අන්න මුලින් සිඳ තල් ගසක් සේ නැවතත් හට නොගන්න තැනට ඔබේ සියළු කෙලෙස් සංසිදෙන්නේ ආර්ය භූමිය දකින කොටයි. ඒ දුක, දුක්ඛ සත්‍යය, දුක්ඛ ආර්ය සත්‍යය අවබෝධ වෙන්න ඕන. මේ තුන් ආකාරයටම බණ කියන්න පුළුවන් එහෙනම් බාහිර ඇත්තක් නොවන බණක් කියනවනම් ඒක බුද්ධ ධර්මය. ''අජ්ජෝසාය දිට්ඨති ආරූපේ නන්දති තදුපාදානං භවෝ.'' එහෙනම් භවය සෑදුනේ මේ මොහොතෙමයි. අරමුණ ඇත්ත වුනොත් නන්දිය අන්න පොත ඇත්ත වුනොත් නන්දිය, තදුපාදානං අන්න උපාදානය, භවෝ ඒ මේ කථා කරන්නේ පටිච්ඡ සමුප්පාද ධර්මය. මේ අරමුණ ගැනයි කථා කරන්නේ. මේ මැරිලා ගිහිල්ලා ඉපදෙන ආත්ම ගැන නෙමෙයි. අපි කථා කරන්නේ ධර්මය. මේක ධර්ම මණ්ඩපයක්. බුද්ධෝත්පොදෝ දේශනා කියන්නේ ධර්ම මණ්ඩපයක්. ගම්භීර ගම්භීර අර්ථා කියන තැනින් පෙන්නන්නෙ. ඒ ධම්ම අභිඤ්ඤා නැවතත් සකස් වුනොත් ඔබටත් දැනේවි. අභිඤ්ඤා ලාභියකුගේ සත්‍ය හෙළිකිරීමක් නැවතත් ගෞතම බුද්ධ ශාසනය පුබුදවනවා. එයයි සත්‍ය කතාව. ඉතින් මහා ප්‍රාඥ්ඥයෝ මේ දිවයිනේ බිහිවෙනවා. ඒ බෝධි අංකුර පැලවෙන්න නම් අපි ඒ සත්‍යය දේශනා කළ යුතුයි. අවුරුදු පහක් අපි නිහඬව බලාගෙන හිටියා. ඇත්තටම මේ මඩ ගොහොරුවේ එරෙන්න අපිට ඕන වුනේ නෑ.

කොරෝනා වසංගතයත් එක්ක සියල්ල දෙදරනවා. තවත් කුමකට රකින්නද මේ නිහැඬියාව, හුස්ම ටික ගියත් එකයි තිබ්බත් එච්චරයි. ඕනම කෙනෙකුට ඕනම විදිහට ගවේෂණය කරගන්න පුළුවන්. අපි ධර්මය දැම්මේ ''යූ ටියුබ්'' එකේ ඉස්සෙල්ලා. අන්තර්ජාලයේ එක්කෙනෙක්වත් මුළින් ඇහැව්වේ නෑ. අවුරුද්දක් යනකොට හිටියේ පනස් එකයි. ඒත් බලන්න. ඒත් බලන්න කළුනික හොයනවා වගේ අබ හොයනවා වගේ මේක අද දුර්ලභයි. අවුරුදු පහක් මේ වෙනකොට දහස් ගානක් දස දහස් ගනන් ඇත්තටම කිව්වොත් බැලුවෙත් මේ දේශනා ලක්ෂ ගනනින් ගවේෂණය කරනවා. ඒ කොහොමද? ඒ සොභාදහමේ න්‍යාය. සත්‍ය දැනෙන මනුෂ්‍යයෝ අදත් බිහිවෙනවා. නිවැරදි පිරිසිදු නිර්මල ශ්‍රී සද්ධර්මය ලෝකයට විවර වෙනවා. එය අති ගාම්භීරයි. ඉතින් මේ අනිච්ච නිච්ඡ නාඩගම මෙතනින් ඉවරයි. දැන් නිවන් දකින්නේ අන්න බාහිර ඇත්ත නොවන බව අනිත්‍යක් දැකල. අන්න දරුවෙක් කියලා කෙනෙක් නැති බව දැකල. අන්න අරහත්වයට පත්වෙනවා. ඒ කියන්නේ නිවනින් සැනසෙනවා අපේ අම්මලා. අපේ අම්මලා නියත සම්බෝධි පරායන වෙනවා.

මේ නියත සම්බෝධි පරායන වෙන්නෙ මේ ධර්මය තියෙන ප්‍රඥායින්ගේ ධර්මයක්. ප්‍රඥාවන්තං ආයං ධම්මං ඥායං ධම්මං දුක්පඤ්ඤස්ස කිව්වේ ඒකයි. මේ දුකෙන් මිදෙන්නෙ මහා ප්‍රඥාවකින්. ශීල සමාධි ප්‍රඥා කියල කිව්වේ. මේ ප්‍රඥාවයි වැඩෙන්නේ. ශීලය

කියන්නේ හැමෝම හිතුවේ මේ පෝයට ගිහිල්ලා. මහමායා දේවිය රැක්ක ශිලය රකිනවා කියල. මහාමායා දේවිය රැක්ක ශීලය නිඝන්ඨයො රැක්ක ශීලය. ඒකද රකින්න ඕන. නෑ බුදුන් වහන්සේ දේශනා කරපු ශීලයක් තියනවා. ඒ ශීලය රකින්න ඕන. මොකක්ද ඒ ශීලය? අන්න ධම්ම විනය කියන තැන. ධම්ම කියන්නේ මෙතන දෙයක් නැතිබව එහෙනම් මෙතන රාග, ද්වේෂ, මෝහ හටගන්නෙ. අන්න රාග විනය, ද්වේෂ විනය තියන තැනට යන්න. අන්න උපාදානය වුනොත් තමයි රාග, ද්වේෂ එහෙනම් අරමුණ දෙයක් වුනොත් උපාදාන වුනොත් ගින්නක් හටගන්නවා ඒ ගින්න තුල දැවෙනවා රාග ද්වේෂ ගින්නෙ. අන්න ඒ ගින්නෙන් මිදෙන්න නම් උපාදානයෙන් මිදෙන ශිලය රකින්න ඕන. වෙන ශීලයක් බුදු කෙනෙක් දේශනා කලාද? ඒ ආර්යකාන්ත ශිලය රකින්න. මහමායා දේවියගේ ශීලය නෙවෙයි. දරුවන්ට කියලා දෙන්න සත්‍ය ධර්මය.

දරුවන්ට කියලා දෙන්න ලෝකයේ ඇත්ත කතාව. දරුවන්ට කියලා දෙන්න ලෝකයේ ඇත්ත දැකල ජීවත්වන හැටි. එතකොට දරුවො රකිනවා හොඳ ශීලයක්. ඒක සංවරයීටේන ශීලානං කියන තැනටයි එන්නෙ. අභ්‍යන්තර සංවරයක් එනවා ඇයි ඒ. ලෝකය ඇත්තක් නෙවෙයි සිතිවිලි බව දකිනකොට ලෝකෙත් එක්ක ගිනිගන්නෙ නැති ශීලයක් එනවා. ඒක සතර ඉරියව්වෙන්ම තොර ශීලයක්. පෝය දවසට ගිහිල්ලා මහමායා දේවිය රකින ශීලය නෙවෙයි. ශීලය කියන එක දැනගන්න. ශීලේ පටිච්ඡාය නරෝ සපඤ්ඤෝ කිව්වේ කොතන ද කියලා බලන්න.

එහෙනම් ඒ සමාධිය අනිමිත්ත සමාධියක්. එහෙනම් ලෝකෙ ඇත්ත කරගත්ත සමාධියක් නෙවෙයි බුදු දහමෙ දේශනා කරන්නේ. ලෝකෙ ඇත්තක් නොවන සමාධියක්. අන්න ශීල, සමාධි, ප්‍රඥා. වෙනද විදිහටම පේනවා, ඇහෙනවා, දැනෙනවා නමුත් ඒ හැම එකකටම ගිනි නොගන්න සමාධියක් උපදිනවා. අන්න සම්මා දිට්ඨිය ඔස්සේ උපදින සම්මා සමාධිය. අන්න ඒ තුල උපදිනවා මහා ප්‍රඥාව. මොකක්ද සියළු දුකින් නිදහස්. සත්‍යයට අවදිවෙනවා. ප්‍රතිරූප දේශ වාසේච කියන තැන. මේ මුළු සමාජයම ප්‍රතිරූප දේශ වාසේච කියන එකත් ඇත්තටම කිව්වොත් අනිත් පැත්ත ගහල තියෙන්නේ. දුර්ලභං මනුස්සතං, දුර්ලභං සද්ධම්මං ශ්‍රවණං, දුර්ලභං ක්ෂණ සම්පත්තිය මේ මොහොතේ මේ සිත ඇත්ත නොවන තැන ඒ සිත ඇත්ත කරගන්නේ නැතුව වාසය කරන එකයි ප්‍රතිරූප දේශ වාසේච කිව්වේ. මේක බුද්දෝත්පාද දේශනාවල දැවැන්ත සිංහ නාදයක්. මේ සේරම බුද්දෝත්පාද දේශනාවල ලෝකෙට විවර කරන මහා දැවැන්ත සිංහ නාද.

බුද්දෝත්පාද දේශනා කියන්නේ නිගන්ඨ දේශනා නෙවෙයි. උතුම් මනුෂ්‍යයෙක් බිහිවෙන්නේ. පිදිය යුත්තන් පුදන්න. අගය කළ යුතුදේ අගය කරන්න. සිංහලයින් ඉගන ගනින් කියන්නේ. නමුත් මේ ධර්මය අති උතුම් ධර්මයක්. ඒකට නිගා කරන්න එපා. ඒකට පහත් විදිහට. ඒ උතුම් මනුෂ්‍යත්වය තුල රැදෙන්න.

පහත් මනුෂ්‍යත්වයක් වැඩක් නෑ. තේරුම් ගන්න. ධර්මය තියෙන්නේ රාග, ද්වේෂ ගින්නෙන් මිදෙන උතුම් මනුෂ්‍යත්වයක් තුලයි. එහෙනම් ඔබ ගාව ඒ මාන්නය තියෙන්න බෑ. උද්ධච්කම අහංකාර කම තියෙන්න බෑ. ඔබ හොඳට වටහා ගන්න. ඒ ශ්‍රේෂ්ඨ ධර්මය ශ්‍රේෂ්ඨ ධර්මයක් විදිහට දකින්න. ඔතනයි මුළු ධර්මස්කන්ධයම තියෙන්නේ. චතුසත්‍ය අවබෝධකලා වූ ඒ බුද්ධ වු මහා සිංහ නාද පවත්වයි. අපි ගාව තියෙන්නෙ එක ධර්මයයි. ඒ නිවන් මග. ඒ නිවන් දකින ආකාරය. එකම නිවන් මග කථා කරන නිබ්බානං පරමං සුඛං කියල මග යන්න බෞද්ධයෝ හැටියට තේරුම් ගන්න බෞද්ධයා ලෝකය ඇත්ත කරගත්ත කෙනෙක් නෙමෙයි.

නිගන්ඨයට බෞද්ධයො කියන්නෙ නෑ අපි. තේරුම් ගන්න. ඇත්ත ඔබ දාන දෙන්න ඕන. ඔබට යුතුකම් තියනවා. ඒ මේ දහම අවබෝධ වුනහම ඔබට තේරෙනවා මනුස්සයා විඳින දුක ඒ මනුස්සයාට පිහිටවෙන එක මේ දහම අවබෝධ වුන උතුමන් වහන්සේලාගේ ස්වභාවය. ඒකයි සාරිපුත්ත හිමියොත් දන් දෙනවා. විශාඛාව දන් දෙනවා. ඒ දන් දෙන්නෙ මේ මනුෂ්‍යයෝ අසරණ වුනහම මේ මනුස්සයන්ගෙ දුක අර ආර්ය භූමියට පේනවා. ඒක මහ ශ්‍රේෂ්ඨ ධර්මයක්. ඒක තේරුම් ගන්න. මේක ශ්‍රේෂ්ඨ දහමක් බුදු දහම කියන එක අති උතුම් ධර්මයක්. ඒ ධම්මං විනා නත්ථි පිතාච මාතා කියන තැන උතුම් දහමක් තියනවා.

හොඳට බලන්න. ප්‍රජාපතී දේවිය රත්තරන් නූලෙන් මහල ගේන සිවුරත් බුදුන්වහන්සේ භාරගත්තේ නෑ. තමන්ගේ මව වුනත් මිත්‍යා දෘෂ්ඨික නම් මිත්‍යා දෘෂ්ඨිබව පෙන්වා දෙනවා ක්‍රියාවෙන්. මේකේ අල්පේච්ඡතාවයයි තියෙන්නේ. මෙතන කෙනෙක් පුද්ගලයෙක් නැති තැන මොනවටද ඕවා. ඉතින් බුදුන් වහන්සේ ආදර්ශයක් දෙනවා හැමතැනම. ඕවා තිබ්බත් එකයි. නැතත් එකයි. බුදුන් වහන්සේට තිබුනා අනේ මේ කමක් නෑ කියල ගන්න. එහෙම නෑ. මෙයා හැදෙන්න ඕන මෙයා නිවන් දකින්න ඕන. ඒ නිසයි එහෙම කරන්නේ. ඒ ආදර්ශය දෙන්න උතුම් මුණිවරු අදත් පුරුදු වෙනවා. කවදාවත් ඇත්තටම කිව්වොත් එහෙම මේ ලෝකය ඇත්ත කරගෙන දෙයක් කරගෙන පුද්ගලයෝ හදාගෙන දගලන එක අත්හැරගන්න. වැඩක් නෑ. තේරුම් ගන්න අපිට පුද්ගල කථා නැහැ.

අපි ධර්මයට ගරහන එකට කැමති නැහැ. අපි කැමතියි මේ මනුෂ්‍යයා මේ යුගයේ මිත්‍යා දෘෂ්ඨි වල හිර වෙලා දුක් විඳින මනුෂ්‍යයට තවත් දෘෂ්ඨි ගොඩග හන්න නෙවෙයි. දැන් ඒ ඇති. දැන් කලා හොඳටම ඇති. දැන් අපි මේ අම්මලා තාත්තලාව මිත්‍යා දෘෂ්ඨියෙන් බේරගනිමු. දැන් සැබෑ බුදු දහම දේශනා කරනවා. මේ හැමෝටම සැනසීම තියනවා සත්‍ය තුල. ඒ සත්‍ය ලෝකෙට සත්‍ය ආකාරයෙන්ම පැහැදිලි කරන්න ඕන. එච්චරයි. අපිට පුද්ගල කතාවක් නෑ. ඒක ශ්‍රේෂ්ඨ ධර්මයක්.

ඇත්තටම කිව්වොත් එහෙම අපිට දැන් පේනකොට පේන්නෙ අර දුක. අර දුක කියන්නෙ බාහිර. දැන් ඔය පේනකොට අපිට පේන්නෙ දැන් ඔය මේ දරුවාද, ගෙදරද, බිත්තියද එහෙම නැත්නම් ඔය පිච්ච මලේ සුවඳ එහෙම නැත්නම් ඔය අන්නාසි රස කපුටාගේ සද්දේ. මේවා ඔක්කොම සිතුවිලි. ඒවා බාහිර කියල අරගෙන තමයි දුක් විඳින්නේ. ඒවා ඇත්ත කරගෙන අරගෙන තමයි අපේ දුක තියෙන්නෙ. ඒක දුකේ එක අදියරක්. මේකත් හරියට අර කාම භූමිය, රූප භූය, අරූප භූමිය. අරූප භූමිය සම්පූර්ණයෙන්ම අපට පේනවා මේ දුක්ඛ ආර්ය සත්‍යය කියන තැන. එතනින් මිදෙන තැන. මේ රූප භූමිය අපට පේනවා මේ නාමයෙන් මිදෙන තැන. එතන අපිට පේනවා කාම භූමිය ඒ බාහිර ඇත්ත කරගත් තැන.

දැන් ''ද්වදසාකාරං තිපරිවට්ටං'' කියන තැන තුන් භූමිය ජයගෙන ත්‍රෛයිලෝක නාථ කියන සම්මා සම්බුද්ධත්වයට බුදුන් වහන්සේ පත් වෙච්ච ආකාරය ගයා ශීර්ෂයේ බෝධී මූලයේ ඒ සිද්ධාර්ථ තාපස තුමා එක රාත්‍රියකින් කොහොමද බුදු වුනේ කියන එකයි මේ කියන්නේ. එහෙනම් මේ අරමුණේ දෙයක් කරගත්තොත් අන්න භවය හැදෙනවා භවය තියන තැන ඔබ භවගාමී වී දුක් විඳිනවා. හැබැයි මෙතන භවය සත්‍යක් නොවන බව අවබෝධ වෙනකොට අන්න භව නිරෝධයට එනවා. අන්න බෞද්ධ වෙනවා. අන්න බුදු කෙනෙක් පහල වෙනවා. ත්‍රෛයිලෝකනාථ සම්මා සම්බුද්ධ කිව්වේ. එහෙනම් තිස් එක් ලෝක ධාතුවම කාම භූමිය, සදෙව් ලොව, මනුස්ස ලෝකය, සතර අපාය. රූප භූමිය අන්න රූපාවචර බ්‍රහ්ම ලෝක දහසයක් පෙන්වනවා. ධ්‍යාන අවස්ථා අරගෙන තමයි බ්‍රහ්මණයෝ මේක කිව්වේ. ප්‍රථම ධ්‍යාන, ද්වතියක ධ්‍යාන, තෘතියික ධ්‍යාන, චාතුර්ය ධ්‍යාන. ප්‍රථම ධ්‍යානයට තුනක් ගත්තා. ද්විතියික ධ්‍යානයට තුනක් ගත්තා. අන්න මේ විදිහට මේ ගත්තේ ප්‍රථම ධ්‍යාන, ද්විතියක ධ්‍යාන, තෘතියික ධ්‍යාන තුනේ ඒවා තුනක් තමයයි. දෙකක් ඇවිල්ලයි එකොලහ වුනේ අපි මේ කියන අසඤ්ඤ තලයයි. වේහප්පලය.

එතකොට මෙතෙන්ට එනකොට ඒ කියන්නෙ ප්‍රථම ධ්‍යානය කියලා ගත්තෙ මොකක්ද විතක්ක තියන තැන. ලෝකෙ ඇත්ත කරගත්ත තැන. විතක්ක, විචාර, ප්‍රීති, සුඛ, ඒකාග්‍ර කියන තැන. මොකක්ද මහා බ්‍රහ්මයා හැදෙන තැන. මහා බ්‍රහ්ම හැදෙන තැන බ්‍රහ්මය කියන්නෙ මොකක්ද මේ. ලෝකය ඇත්ත කරගත්ත තැන මොකක්ද ලෝකය ඇත්ත කරගෙන මහා බ්‍රහ්මයා හැදෙන තැන දැන් ආර්යයන් වහන්සේම කියලා ගොඩක් අය දන්නවා මේ දහසය. මේ දහසය කියන්නෙ මහා ලොකු දෙයක් එහෙම එකක් නෙවෙයි නේද? මොකක්ද මහා බ්‍රහ්මයා හැදෙන තැන. දැන් බණත් අහල තියෙන්නෙ නේද? බ්‍රහ්ම පාරිසජ්ජානාං, බ්‍රහ්ම පුරෝහිතය මහා බ්‍රහ්මය ඉතින් ඕකට කිව්වා බ්‍රහ්ම ලෝක තුනයි තියෙන්නෙ කියලා. ඕක

තියෙන්නෙ මේ ලෝකය ඇත්ත කරගත්ත තැනමයි. එතනම තමයි තියෙන්නේ අර ධ්‍යාන අවස්ථා කියලා පෙන්නුවේ. පරිත්තාභය, අප්පමාණාභය, ආභස්සරය දෙවන ධ්‍යානය විතක්ක සංසිදෙන තැන. තුන්වෙනි ධ්‍යානය එතකොට, ප්‍රීති සුඛ එකාග්‍ර කියන තැන ඒ කියන්නෙ මොකක්ද, පරිත්ත සුභය, අප්පමානසුභය, සුභකිණ්හකය, එතකොට ඉතිරි දෙක ගන්නෙ වේහප්ඵලය, අසඤ්ඤතලය ඔය මේ මේ සිතේම ස්වභාවය. ඒ කියන්නෙ මේ බාහිර ඇත්ත කරගත්ත තැන තියෙන කාමභූමියත් මේ අරමුණේමයි.

මේ පුටුව දෙයක් වුනොත් තියෙන ගින්න කාම භූමිය. හැබැයි පුටුව කියල අන්න හීනෙන් හරි පුටුවක් පේනවනම් දෙයක් අන්න ගින්නක් නැතත් අන්න රූපයක් නිකන් හරි ඇඳල ආ මේ පුටුව කියනවනම් එයාට ඒ තරම්ම ලෝකය උපදිනවා ඒක තමයි පෙන්නුවේ අර මේ රූප භූමිය. රූපාවචර බ්‍රහ්ම ලෝකය ඇයි පුටුව, මේසය, අම්මා, තාත්තා, ගෙවල් දොරවල්, ඉර හඳ කියන පෘථිවි සංඥා තියනතාක් කල් ලෝකය උපදිනවා. ඒකයි එහෙම කිව්වේ. අන්න බුදුන් වහන්සේ මේකෙන් තව එකක් ගෙනාවා. මේකෙන් මිදෙනකොට අරූපය පැත්තට යනවා. එතකොට බුදුන් වහන්සේ කිව්වා. මොකක්ද?

පංච ශුද්ධාවාස, ඒ කියන්නේ මේ රූප දර්ශනයෙන් මිදී ඔභාසය පැත්තට යනවා. එහෙමයි දහසය වෙන්නේ. අතන එකොලහක් එනවා එකොලහට තව පහක් එකතු වෙනවා. මොකක්ද ඒ ? අවිහය, අතප්පය, සුදස්සනය, අකණිට්ඨාව, හරි නේද? ඔය බ්‍රහ්ම ලෝක කියලා පෙන්නුවේ මේවා ඔය ආත්ම තුල තියන ඒවද? නැහැ මේ අරමුණේ ගින්න තුල තියෙන්නේ. ගින්නේ ස්වභාව ටික ඒ පෙන්නුවේ. ඒ ගින්න කොච්චරද කියන තැන ඔය ටික තියෙන්නේ. ඒ මේ අරමුණේ ගිනිගන්න තැනයි තියෙන්නේ. ඔබ අරමුණේ මේ එක අරමුණකයි තිස් එක් ලෝක ධාතුවම තියෙන්නෙ. ඒකයි සඤ සංඥා සුකුමවන සුකුම ලෝක කියල අපි පෙන්නුවේ. සඤ ලෝක පෙන්නුවා පහල ලෝක විදිහට, සුකුම ලෝක පෙන්නුවා ඉහල ලෝක විදිහට. එහෙනම් මේ සිතේ සංඥා සුකුමත්වය මතයි ලෝක ටික කථා කරන්නේ. එහෙනම් අර පහල ලෝක, අර පෘථිව සංඥා කියලා පෙන්නලා මේ නිකම් විග්‍රහයක් මේ මනුෂ්‍යාට සන්නිවේදනය සඳහා මේ කියන්නේ. නැත්නම් මේ එක අරමුණක එක කම්පනයක මේ සියල්ලම කථාව තියෙන්නේ. ආකසඤ්ඥායතන, විඥ්ඥානංයාතන, නේවසඤ්ඥානා සඤ්ඥායතන කියලා ගත්තේ අරූප ලෝක. ඒකත් මේ දැනෙන, නොදැනෙන ස්වභාවයට පත්වෙන ඇත්තටම අරහත්වයට පත්වෙන තැන මේක තියනවා.

මේ විදර්ශනා ධූරය තුල තිස් එක් ලෝක ධාතුව පෙන්වන හැටියි කියන්නේ. සමථය තුල නිගන්ඨයො මේ කථාව කිව්වා වෙන ආකාරයකට. ඒක නෙමෙයි මේ කියන්නෙ. දෙයාකාරයක් තියනවා මේ දහමේ හැම පැත්තෙම. නිගන්ඨ ආකාරය වෙනයි. අන්න බුදුන් වහන්සේ පෙන්වනවා ඉද භික්ඛවේ භික්ඛු මේ ශාසනයේ ආකාරය වෙනයි. ඒක බුදුන් වහන්සේගේ වචන ඔක්කොම පාවිච්චි කරනවා විග්‍රහය වෙනස් කරලා. මේක පෙන්වලා දෙන්න සත්‍ය කථාව. එහෙනම් මේ අරමුණ පුටුව නම් පුටුවට තියන ගින්න කාම භූමිය, පුටුව කියන රූප සංඥාව රූප භූමිය, පුටුව දෙයක් වගේ දැනෙන තැක් කල් උපදින එක අරූප භූමිය. ඔන්න අරහත්වයට පත්වෙන්නේ එක අරමුණක සත්‍ය දැකලා. එතකොට මේ එක අරමුණකයි චතුරාර්ය සත්‍ය අවබෝධ කලහම මේ අරමුණේමයි තුන් භූමිය අවබෝධ කරනවා කියන්නෙත් චතුරාර්ය සත්‍ය අවබෝධ කරනවා කියන්නෙත් පටිච්ඡ සමුප්පාද ධර්මය කියන්නේ, ඔය සේරමත් අසූහාරදහසක් ධර්ම ස්කන්ධයම තියෙන්නෙත් මේ අරමුණේ.

මේ පුටුව කියන තැනයි තියෙන්නෙ. එහෙනම් ත්‍රෛයිලෝකනාථ සම්මා සම්බුද්ධත්වයට පත්වෙන්නේ මේ එක සිතක් අවබෝධ කරලා. එහෙනම් මේ බුදුන් වහන්සේ තුන්ලෝකේ ජයගත්තේ කොහේවත් ගිහිල්ල යුද්ධ කරලද, මේ අරමුණ ජයගෙනද? අරමුණ ජයගෙනයි. ත්‍රෛයිලෝක නාථ සම්මා සම්බුද්ධත්වයට පත්වුනේ එහෙමයි. තමා විසින් ස්වයංභූ ඥාණයෙන් මෙය අවබෝධ කිරීමයි සම්මා සම්බුද්ධත්වයට පත්වෙනවා කියන්නේ. මේක මහ අති ගාම්භීර දේශනයක්. ඇත්තමයි. එතකොට තමයි කුණු රොඩු සේරම ශුද්ධ වෙලා පිරිසිදු ධර්මයක් ලෝකෙට

විවර වෙන්නෙ. සැබෑම ත්‍රිපිටකය තියෙන්නෙ බුද්ධෝත්පාද දේශනා තුලයි. එය සාන්දිට්ඨිකයි ප්‍රත්‍යක්ෂයි පොතක තියන එකකට වඩා එහා ගිය ගාම්භීර, එහි අර්ථය නිරූපනය කරන සැබෑම ත්‍රිපිටකය බුද්ධෝත්පාද දේශනා තුලයි උපදින්නේ. ත්‍රිපිටකයට හිමිකම තියෙන්නෙ සත්‍ය අවබෝධ වුන උතුමන් වහන්සේලාට. ඒ ආර්ය භූමියටයි. ආර්ය ධර්මයක් ශ්‍රේෂ්ඨ ධර්මයක්. මේ පොතේ තියන දේ අන්න දිග ඇරල පෙන්වන ප්‍රායෝගිකව අත් දකින්නට ලැබෙන නිර්මල පිරිසිදු පණිවිඩයේ කථාව. ත්‍රිපිටකයේ සත්‍ය කථාව බුද්ධෝත්පාද දේශනා තුල විවර වෙනවා. ත්‍රිපිටකය රැකෙන්නෙ බුද්ධෝත්පාද දේශනා තුලින් කිව්වේ ඒ නිසයි. අපේ ගෞතම බුද්ධ ශාසනය රැ කෙන්නෙ, අපේ ස්වාමීන් වහන්සේලා රැකෙන්නෙ, ඒ බුද්ධෝත්පාද දේශනා නිසයි. ඒක හෙට දවසේ ''Headline'' එක වෙනවා. සෑම තැනම ශ්‍රේෂ්ඨ දහමක් ලෝකෙට විවර වෙනවා.

හෙට දවසෙත් ඉර පායයි. මේ ලෝකයාට සැනසීම දැනෙන උතුම් බුදු වදන් ඇසේවි. ජේතවනාරාමය එදා වගේම අදත් නිවනින් සැනසෙන ඇත්තටම කිව්වොත් නිවනින් සැනසෙන ලංකාවේ මේ සුන්දර දිවයිනේ මේ අසරණ මනුෂ්‍යයින්ගේ හදවත් තුල උපදිනවා. කොහෙද උපදින්නේ? ගස්ගල් වලද නෑ හදවත් තුල උපදිනවා. සිතක උපදින සුන්දර කථාවක් සිතින් මිදෙන මග, දුකින් මිදෙන මග, නිවන් දකින මග, ඒ නිස්සරන මගයි. එහෙනම් සිත අවබෝධ කරලා සිතෙන් මිදෙන මග හඳුනග න්න. සිතේ ගින්නෙන් නිවෙන මගයි බුදු කෙනෙක් ලෝකෙට හෙළි කරන්නේ. සිත අවබෝධ කිරීමයි මේ ධර්මය තුල තියෙන්නේ. දැස් අරින්නට කාලයයි. නිවන් දකින්නට කාලයයි. ඔබේ දැස් විවර කරන්න.

අන්ධකාරයේ සිටියා ඇති. ඔය අවිද්‍යා ඝණ අන්ධකාරයෙන් මිත්‍යා දෘෂ්ඨිවල හිරවෙලා ඔබ දුක් වින්ද කාලය, කර්ම භූමියේ දුක් වින්ද කාලය අවසානයි. අම්මේ අම්මත් නිවන් දකිනවා. අපි කිව්වේ ඒකයි. දැස් අරින්න අම්මේ. නිවන් මග විවර වෙලා තියනවා. දැස් අරින්නට කාලයයි. නිවන් දකින්නට කාලයයි. ඒ ගෞතම බුද්ධ ශාසනය යලි පිබිදෙන යුගයයි. ඒ බුද්ධෝත්පාද කාලයයි. එන්න බුද්ධෝත්පාද දේශනයක් අහල නිවනින් සැනසෙන්න අම්මේ. නිගන්ඨ බණ ඇසීමෙන් පලක් නෑ.

තෙරුවන් සරණයි !

2025.11.08 පෙ.ව.5.00 හිමිදිරි දහම් කතිකාවත

දහම් ගඟ ජීවිතයම සිසිල්කරයි

මීට අවුරුදු දෙකකට පෙර කොවුල් නදින් ගීතවත් වන පැහැබර බක්මාසයක සුමධුර ධර්ම දේශානවක් අසන්නට ලැබුනා. දේශකයාණන් වහන්සේගේ ශාන්ත වූ ද, මනෝහර වූ ද, ස්වරයෙන් පැහැදිලි කෙරුනු ධර්ම කරුණු නිරන්තරයෙන් දැවෙන සිතට අමා වැස්සක්ම වුණා.

- ඒ දේශකයානන් වහන්සේ අපගේ කල්‍යාණමිත්‍ර බුද්ධෝත්පාදෝ ආර්යන් වහන්සේ යි !
- ඒ මධුර මනෝහර දහම් ගඟ ජීවිතයම සිසිල්කරමින් ගලා යන්නට පටන් ගත්තා.
- මෙතෙක් කලක් ප්‍රහේලිකා ඉතරි කරමින් විමර්ශණයට කල ධර්මය ලිහි ලිහී යන්නට පටන් ගත්තා.
- දුක්ගින්නෙන්ද, සොම්නස් ගින්නෙන්ද දැවෙමින් පැවති සිත ක්‍රම ක්‍රමයෙන් සිසිල් වන්නට පටන් ගත්තා.

මෙතෙක් කලක් හඳුනාගෙන සිටි ''ලෝකය'' මේ මොහොතේ මැවෙන කම්පනයක නිරූපණය බව පැහැදිලි වුණා.

''ඇස'' නැමති ආයතනය කම්පනය වීමෙන් දකින වර්ණ හැඩතලද, 'කණ' නැමති ආයතනය

කම්පනය වීමෙන් ඇසෙන ශබ්ද තරංගද, නාසයෙහි සංවේදි සෙලයන් කම්පනය වීමෙන් ගන්ධයද, 'දිව' නැමති ආයතනයෙහි සංවේදි සෛල කම්පනය වීමෙන් රසද, කයෙහි සංවේදි සම (හංකඩය) කම්පනය වීමෙන් උණුසුම සීතල තද ගතිය ද ඒ ඒ අවස්ථාවන්හිදි සකස් වන බව බුද්ධෝත්පාදෝ ආර්යන්වහන්සේ ගේ දේශනා තුළින් මනාව පැහැදිලි වුණා. මේ හටගන්නා ආයතනවල කම්පන නිරූපන ''මන'' ආයතනය මගින් ඒ මොහොතේම ''නම් කර දෙන'' බවත් පැහැදිලිය. උදාහරණ ලෙස

මම දැක්කෙ '' කොටියෙක්''
මට ඇහුනෙ ''බෙර හඬක්''
මට දැනුනෙ ''සල් මල් සුවඳ''
මට දැනුනෙ ''පැණි රස''
හරිම '' සීතලක්'' දැනෙනවා

ඉතින්, මන ආයතනය ''දෙයක්'' සකස් කර දෙනවා. ඒ මොහොතෙම ''මම'' හටගන්නවා. ඇහුනෙ මට, දැක්කෙ මම, දැනුනේ මට යනුවෙන්. ඒ නිර්මල බුද්ධෝත්පාද දේශනා හොඳින් සවන් දිමෙන් මේ මායාව හට ගන්නා ආකාරය අපට පැහැදිලි වෙනවා. ඒ අනුව ''කොටියා'' පෙර හට ගත් සංඥාවක් අළුත් වීමක් නව සංඥාවක්, ඒ කියන්නේ ඇති වී නැති වී ගිය කම්පනයක් පමණයි.

කනට ඇසුණු ශබ්දයක් ඒ කියන්නේ කම්පන තරංගයක් ඇසට පෙනුනු වර්ණ හැඩතලයක්, ඒ කියන්නෙත් කම්පන තරංගයක්. මේ කරුණු නිසා හටගත් සංඥාවක් තමයි ''කොටියා'' හිතේ ඇඳුණු ''කොටියා'' එළියේ ඉන්නවා කියා ''හිතන කොටියා'' අන්ත දෙකම සිතුල්ලක්ම පමණයි. ''කොටියා'' යන සිතුවිල්ලක් පමණයි. ඇති වී නැති වී ගිය මේ සංඥාව තමන්ට ගැටගසා ගන්නවා.
''කොටියෙක් දැක්කා ! ''

මේ ''දැකපු'' පුද්ගලයා කවුද? එහෙම ''කෙනෙක් ''ඉන්නවද? ''කොටියා'' නම් ලද වස්තුව පිළිබඳ හැඟිම සකස් වෙන් විටම ''මම'' යන හැඟීම සකස් වෙනවා. ''ආත්මය'' සකස් වෙනවා. බුදු දහම ''අනාත්ම '' දහමක් !

අපගේ කාල්‍යාණ මිත්‍ර බුද්ධෝත්පාදෝ ආර්යන්වහන්සේගේ දේශනාවන් අනුසාරයෙන් ''මම'' සකස්වන අයුරු සොයා බලන්නට හැකියි. ජීවයක පළමු සෛලය ''යුක්තානුව'' තුළ හට ගන්නා කම්පන වේගයට සමාන කම්පන වේගයක් (සමාන කම්පන සංඛ්‍යාත) ටෙලිපති වීම නිසා හට ගන්නා සාස්‍රවික ස්වභාවයක් සහිතව බෙදි බෙදි නිපදවෙන සෛල සමූහයකින් ජීවයක භෞතික කය, ''ඉත්තභාවය'' හෙවත් තියෙනවා ඉන්නවා යන හැඟීම් කම්පන සමග වැඩෙන බව පැහැදිලියි. ප්‍රභාෂ්වර ස්වභාවයේ පවතින කුඩා ළදරුවාට ක්‍රම ක්‍රමයෙන් වැඩෙද්දී ''ඉත්තභාවයක්'' සාස්‍රව ස්වභවයක් සමගම ආත්මය සකස් වීමටද ''හේතු'' සකස් වේ. ඒ සඳහා ආයතන 05 ක් සකස් වේ. ''මන'' ආයතනයද සකස් වී ''අරමුණ'' සකස් වේ.

''මම'' යනු කම්පන බලයයි. ඉතින් මෙහි ''මම'' යන්නෙන් හඳුන්වන්නෙක් සිටිද ?
''මට'' ''මගේ'' යනුවෙන් යමක් තිබේද? සියල්ල සොබාදහමේ නොයෙකුත් සංසිද්ධීන් පමණක් බව පැහැදිලියි.

විදර්ශනාවෙන් නිවීමට පත් වෙමු ***

- මෙතෙක් නොදත් වෙනත් මානයක් වෙත පිවිසෙන මාර්ගය විදර්ශනාවයි.
- වටහාගත් ධර්මය හොඳින් මෙනෙහි වන විට තමා තුළින් තමා දිය වී යන බව ප්‍රත්‍යක්ෂ වේ.
- බුදු දහම සාන්දිට්ඨික දහමක් ! ආකාසයේ පියාසර කරන කුරුල්ලකුගේ සැහැල්ලුව බුදුන් වහන්සේගේ උපමාවකි. එය අත්විඳිය හැකියි. කිසිවක් වෙත බැඳීමක් නැති, බරක් නැති ශූන්‍යතාවයක්.
- නීල ආකාශයක්ද හරිත වර්ණ ගහකොළද, ගලා බසින ගංගාද විසිර ගිය කඳු පන්තින්ද සහිත භෞතික ලෝ තලයන්,
- නිර්මාණය කරන ලද මෙවලම් සහිත වූ අවකාශයත්,
- පක්ෂි ගී නාද, තුරුපත් සෙලවෙන සියුම් නාද රටා ඇතුළු උත්පාදනය වන සියලු නාදයන් ද,
- උණුසුම, සීතල ආදී දැනෙන්නා වූ සියලු දැනීම් ද,

එකම කම්පනයකින් හට ගන්නා මේ මොහොතේ සකස් වෙන ස්වභාවයක් බව දැනෙන විට සියල්ල කෙරෙහි මහා දයාවකින් යුතු හැඟිමක් හට ගනී.
ආරෝපණ බලය හීන වී යන බවක් හැගේ. රාග, ද්වේශ, මෝහ සියලු සිතුවිලි හට ගැනීමේ ප්‍රවනතාවය හීන වෙමින් යන බව හැගේ. සොබාදහම තුළම දිය වී යයි. හැඟිම් දැනෙන්නා වූ ''කෙනෙක්'' නැති බවත්, සියල්ල ස්වභාවධර්මය බවත් වැටහේ. ''ධර්මය'' ලෙස අප හඳුන්වන්නේද පවතින යමක් නොව මෙම ස්වභාවයම බව වැටහේ.

බුද්ධෝත්පාදෝ දේශනා ඇසීමට පෙර සාම්ප්‍රදායික ''මවක්'' ලෙස කටයුතු කළෙමි. සිත උද්දාමයට පත් වූ අවස්ථා බහුල විය. නිමිත්ත වූයේ

එකම දරුවායි. වසරින් වසර ඔහු රුවින් ගුණයෙන් නුවණින් වැඩෙද්දී ''අම්මා'' ගේ ගින්නද එසේම වැඩිනි. දුක සැප අතර දෝලනය වෙමින් ගෙවූ ජීවිතය ගල් පර අතරින් ගලා බසිනා ගංගාවක් මෙන් විචිත්‍ර විය. ඒ අතර සමීපතමයන්ගේ වියෝවීම්ද දරා ගැනීමට සිදු විය. එහෙත් පුතා පුංචි පවුලට සොම්නස රැගෙන එයි. එක්තරා කාලයකදී මේ සොම්නස පරයමින් දුක් ගින්න හිස ඔසවන්නට විය. ඒ පුතා මහා කඳු අතර, සණ කැළෑ අතර දිවා රෑ සැරි සරන්නට වීම හේතුවෙන් උසස් අධ්‍යාපනික කටයුතු වලදී පර්යේෂණ නිබන්ධන සඳහා ද ඔහුට ඒ පරිසර තත්වන් තුළ නිරතුරුව රැඳෙන්නට සිදු වූණා. අනතුරක් වේ දෝයි බියෙන් අම්මාගේ සිත ගිනි ගැනිනි.

මේ අතර කාන්තාරයට වැටුණු සිසිල් දිය දහරක් ලෙස බුද්ධෝත්පාදෝ ආර්යන් වහන්සේ ගේ දේශනා සවන් වැකිණි. නිවීමට ගින්න සොයා ගැනීමට නොහැකිව අතරමංව සිටි මොහොතක බුද්ධෝත්පාදෝ ආර්යන් වහන්සේ සමග කතා කලෙමි. ඒ 2024 බක්මස අගදී උන්වහන්සේගේ දේශනා ප්‍රාතිහාර්ය සැබවින්ම ආශ්චර්යමත් විය. ඒ දේශනාව තුළ මගේ මුළු ජීවිතයම කැටිකොට තිබිනි. දක්ෂ වෛද්‍යවරෙක් රෝගය සොයා ගන්නා සේම උන් වහන්සේ මාගේ තුළ සැඟව තිබූ ''ආත්මය'' සොයා ගින්න කුමක් දැයි පෙන්වා දුන්හ. ඒ ගින්න එකම දරුවා කෙරෙහි බැඳි ඇලීමම විය. ආර්යන් වහන්සේ මා කෙරෙහි කරුණාවෙන් දීර්ඝ ලෙස කරුනු පැහැදිලි කරමින්, ප්‍රශ්න අසමින්, පිලිතුරු පැහැදිලි කරමින් ධර්මය දේශනා කළහ. මෝහ අන්ධකාරය පහව ගියේය. දැස් විවර විය. එතැන් සිට වෙනත් මානයක ගමනක් ඇරඹුවෙමි. අද, මට ''දරුවෙක්'' සිටියි ද? සිටියි. නමුත් නොසිටියි. බැඳී සිටි රැහැන් බිඳ දැමූ හෙයිනි. අද ද, පුතා වෙනුවෙන් ඔහුගේ මව ආහාර සකසයි, ලෙඩ දුක් සොයා බලයි, සවන් දෙයි, සාකච්ඡා කරයි, පහසුකම් සලයසි. සියලු යුතුකම් ඉටු කරයි. නමුත්, නිවී ගිය ගින්නක ස්වභාවය දරමිනි. සැනසුම් සුසුමක් අතර පාවෙමිනි.

බුද්ධෝත්පාදෝ ආර්යන් වහන්සේට මාගේ නමස්කාරය වේවා !

*** සබ්බේ සංඛාරා අනිච්ඡා
යථා පඤ්ඤාය පස්සති
අත්ථි නිබ්බන්ති දුක්ඛෙ
ඒස මග්ගෝ විසුද්ධියා ***

බුද්ධෝත්පාද ශ්‍රාවිකා

කෙටි කතාව

සිතුවිල්ලක රහස

මීදුම කඳු වැටි වහගෙන ඒ අස්සෙන් ගස් පේන්නෙ බොඳ වෙච්ච කොළ පාටක් වගේය. ඉරත් මීදුම අස්සෙ. අනේ ඇත්තට ඉරටත් ඉතින් මෙහෙට වඩා කඳු ලොකුයි නේ. කුරුල්ලො කෑ ගහන සද්දෙ ඇත්තටම කරච්චලයක්. මිදුලෙ ලස්සන කියන්න බැරි තරම්. මිදුල පුරා ඇවිදින්න හිතෙනවා. ගේ අයිනෙ කොරිඩෝව දිගේ ඉදිරියට ඇදුනා. මම සාමාන්‍යයෙන් නංගිටයි අයියටයි කලින් නැගිටිනවා. ඉතින් අදත් එහෙමයි. ඒ වෙනකොටත් ආච්චියි සීයයි නැගිටලා. ආච්චි සීයයි ෆෝන් එකෙන් බුද්ධෝත්පාදෝ ආර්‍යන්වහන්සේගේ සූම් (Zoom) වැඩසටහනක් අහනවා. ඒකට හිත සැනසෙනවා. මම කුසියට යන් කොට ආච්චි උයනවා. වෙලාවට ටීවි එක වැඩ කරන්නේ නැහැ. ඊයෙත් 5.30 බුද්ධෝත්පාද ආර්යන් වහන්සේගේ වැඩසටහනට සහභාගී වීමට සිතා සිටි මුත් කාලය අවසන් වුණා. ටීවි එකේ අඩුව පුරවන්න රේඩියෝ එක ඇවිල්ලා. ඒත් රේඩියෝ එක වැඩක් නෑ කියලා මට හිතුනා. ඒකයි එළියට බැස්සේ. දැන් හොඳටම එළිය වැටිලා.

මල් පිපිලා කුරුල්ලෝ සමනල්ලු බැලූ බැලූ අත. මම ෂැඩෝ නැති කුඩුව දැක්කා. ඌ මැරුණේ අවුරුදු 3 කට විතර කලින්. එතකොට ඇති වෙන්නෙ දුකක්. ඒ වුණත් ඒකත් සිතිවිල්ලක් නේද? කියලා හිතුණා ඉතින් එහෙම නම් ඒකට වටිනාකමක් නැහැනේ. කන්දෙන් එන සිසිල් සුළඟ මගේ ගත පුරාම දැවටෙනවා. ඉතින් මට දැනෙන්නේ සතුටක්. අවුරුදු ගාණකට පස්සේ තමයි බුලත්සිංහල නවතින්න ආවේ. මම ඉස්සර හොල්මන්වලට බයයි. අච්චි තමයි ඒකත් සිතුවිල්ලක් කියලා කියල දුන්නේ. ඇත්තටම මේවා හරිම සුන්දරයි නේ.

බෝ....... පුතා..... කොහේද ......? ආච්චිගේ සද්දෙට ගේ ඇතුලට දුවලා ගියා.

බොදුනු යෂින්ද්‍ර සම්පත් තිසේරා
5 ශ්‍රේණිය - F
තක්ෂිලා කනිෂ්ඨ විද්‍යාලය - හොරණ

බුද්ධෝත්පාද දේශනා තුලින් හඳුන්වාදෙන ප්‍රායෝගික ප්‍රතිපදාව

හතරවන කොටස

පසුගිය සතියේ අපි පළමු කමටහනේ "ඇසින් දකිනවා මනසින් හඳුනගන්නවා" යන්නෙහි "මනසින් හඳුනගන්නවා" යන්න විමසා බැලීමට මූලික ආරම්භයක් ගත්තා. ඇසට පෙනෙන දෙය කුමක්ද යන්න හඳුනාගැනීමක් ඇසින් සිදු නොවන බව පසුගිය සතිවල සාකච්ඡා කළ කරුණු අනුව දැන් ඔබට ප්‍රත්‍යක්ෂයි.

ශබ්දය, ගන්ධය, රස, පහස ද මේ ආකාරයටම වේ. ඒ අනුව ආයතන ක්‍රියාකාරීත්වය තුළ සිදුවන්නේ ආලෝකය, ශබ්දය, ගන්ධය, රස සහ දැනීම පමණකි. නමුත් අප සෑම විටම ඇසුරු කරන්නේ ආලෝකය නොව මලක්, වාහනයක්, ගෙයක්. ශබ්දයක් නොව කපුටා කෑ ගසනවා, බල්ලා බුරනවා, වාහනයක හෝන් හඬ. එවමන්ම මලේ සුවඳ, අසූචි ගඳ, අව්වේ උණුසුම, වතුරේ සීතල, අන්නාසි රස, ලුණු රස ලෙස දෙයක් සමග ගැට ගැසුණු ආයතන දැනීමකි. එසේ නම් ඔබට පැහැදිලි වෙනවා ඇති ආයතන දැනීමට එහා ගිය "දෙයක්" පවතින බවට දැනීමක් සෑම විටම ඇති බව.

ඇසට පෙනෙන මල ඔබට හමුවන්නේ කෙසේද? කනට ඇහෙන කපුටාගේ හඬ ඔබට හමුවන්නේ කෙසේද? හොඳින් පරිස්සමෙන් විමසා බලමු. ඇපල් ලෙස උදාහරණයක් ගනිමු. ඇපල් ලෙස ශබ්දය ඇසෙන විට ඔබට රූපය මැවෙනු ඇත. ඇපල් සුවඳ, රස, සමට දැනෙන ස්වභාවය ඒ සමග මතක් වෙයි. ඇපල් ගෙඩියක් පෙනෙන විට ඇපල් ශබ්දය සිතින් කියැවේ. සුවඳ, රස, පහස එලෙසම දැනේ. ඇපල් සුවඳ ආවද ශබ්දය රූපය පහස මතක් වේ. රස දැනුනද එලෙසමයි. එසේනම් මෙම කුමන ආයතනයකින් කුමන දැනීම ආවද ආයතන පහේම අත්දැකීම එකට පැමිණේ. එනම් ඇපල් යනු ආයතන පහේම අත්දැකීම එකතු වී සැකසුණු චිත්ත රූපයක් බව පැහැදිලියි. මෙය ප්‍රඥාවෙන් දත යුතුය. ඔබ ඇපල් යන චිත්ත රූපය මැවී පෙනෙන ආකාර විමසා බැලිය යුතුය. ඇපල් පෙනෙන විට ඇපල් ශබ්දය පැමිණේ. නමුත් කනට ඇසුණාද? එසේ නම් ශබ්දය ඇසුනේ කෙලෙසද? එසේම ඇපල් ශබ්දය ඇසෙන විටම රූපය පැමිණේ. රූපය පෙනුනේ ඇසටද? එසේනම් රූපය පෙනුනේ කෙලෙසද? සුවඳ, රස, පහස දැනුනද රූපය සහ ශබ්දය පැමිණේ. නමුත් එක් ආයතනයක් ක්‍රියාත්මක වන විට අනෙක් ආයතන ක්‍රියාත්මක නොවීම එහි අත්දැකීම පැමිණ ඇත. එසේ වූයේ කෙසේද? එසේ නම් ආයතන නොමැතිව ඔබට ඇපල් හමුවී තිබේ.

තවදුරටත් ආයතන පහම ක්‍රියාත්මක නොවී ඔබට ඇපල් මතක් විය හැක. එවිටද රූපය, ශබ්දය, රස, පහස දැනෙයි. නමුත් ආයතන පහක් ක්‍රියාත්මක වී නැත. නමුත් පෙනී ඇත. ඇසී ඇත. රස, සුවඳ, පහස දැනී ඇත. කෙලෙසද? එසේ නම් දැන් ඔබට පැහැදිලි වනවා ඇත. මුලින්ම ආයතන පහ ඔස්සේ සකස් වන ඇපල් ඉන්පසුව එක ආයතනයක ක්‍රියාත්මක වීමකින් පමණක් හෝ කිසිදු ආයතනයක් ක්‍රියාත්මක නොවී හෝ පෙනීම, ඇසීම, දැනීම සිදුවේ. එනම් දැන් ඇපල් යනු ඇපල් සංඥාවයි. එනම් චිත්ත රූපයයි. නැතිනම් ඇපල් යනු සිතුවිල්ලකි. දැන් ඔබට හමුවන්නේ ඇපල් සංඥාවයි. චිත්ත රූපයයි. නමුත් චිත්ත රූපයේ ඇපල් නොමැති බවත් ඇත්තේ ඇපල් සංඥාව පමණක් බවත් ඔබට වැටහෙනවා ඇති. එසේ නම් ආයතන පහ නොමැතිවත් දැන් ඔබට ඇපල් හමුවේ.

දැන් ඇපල් මතක් වන විටම ඇපල් කෑමට ආසාවක් ඇතිවේ. ඒසේ නම් එම ආසාව ඇතිවන්නේ සිතුවිල්ලකට, චිත්ත රූපයකට නේද? එසේ නම් දැන් බලන්න දරුවා වැනි උදාහරණයක් අරගෙන. දරුවා මියගියද මවට දරුවා මතක් වී දුක පැමිණේ. එවිට දුක පැමිණෙන්නේ සිතිවිල්ලක් හෙවත් සංඥාවක් නිසා නේද? මේ ලෝකයේ ඔබ ඔබට හමුවන ඕනෑම දෙයක් මේ ආකාරයට විදර්ශනාවෙන් දකින්න. ඔබ සෑම විටම ඇසුරු කරන්නේ සිතුවිල්ලක් බව ඔබට වැටහේවි. "මනසින් හඳුනගන්නවා" යන්න දැන් ඔබට පැහැදිලි වෙනවා ඇති.

පංච ආයතන අත්දැකීම් එකතු වී දෙයක් සකස් වෙයි. ඇපල් දෙයක්, අන්නාසි දෙයක්, අහස, පොළොව, අම්මා, තාත්තා මේ ඕනෑම දෙයක් " දෙයක්" වෙයි. ආයතන ක්‍රියාකාරීත්වය අවබෝධ වන විට දෙයක් සකස් වන ආකාරය අවබෝධ වෙයි. එවිට දෙයක් නැති බව ඔබට වැටහෙනවා ඇති. බුද්ධෝත්පාද දේශනාවල පෙන්වා දෙන්නට උත්සාහ කරන දෙයක් නැති බව යන්න ගැන යම් අවබෝධයක් ඔබට මෙයින් ලැබෙන්නට ඇති.

මතු සම්බන්ධයි..

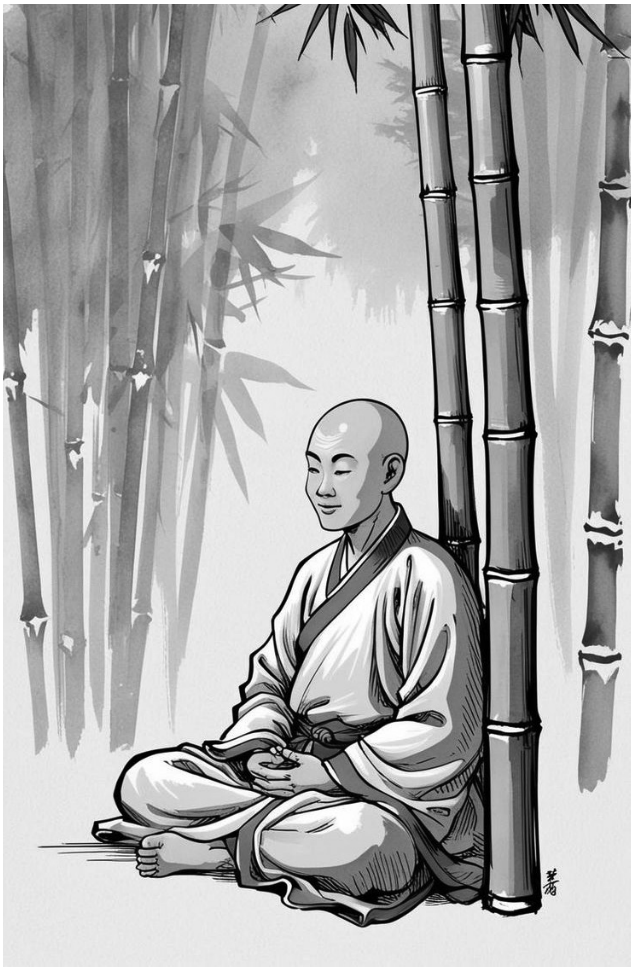
මේ සිත හැදෙන හැටි දකින්න

ඇත්තටම මේ ධර්මය කියන්නේ පුද්ගල භාවයෙන් ගිලිහුන කතාවක් නේ. දැන් මේ වැඩසටහන් මෙහෙයවනකොට උනත් එකේ පුද්ගලභාවය තියෙනවා ඒ කතා කරන විලාසයේ නිකන් අර වැඩසටහන් මෙහෙයවන ඒ වගේ අදහස් ගන්න එපා. මේ දහම් මණ්ඩපයක තියෙන්න ඕන. ඒ පුද්ගලභාවයෙන් මිදෙන මගක, ඒ කතාබහ පවා, ඒ හැම එකම වෙනස් වෙන්න ඕන. තම තමන්ගේ ස්වරූපය හොඳට පේනවා හැමෝටම. තමන් ධර්මය තුල නිකන් දනුමෙන්ද ඉන්නේ, නැත්නම් වචන ගොඩකින් ද ඉන්නේ, නැත්නම් ධර්මය කියලා මොකක් හරි දෙයක් කරගෙනද ඉන්නේ. නැත්නම් අර්ට් එකක් හදාගෙනද ඉන්නේ. ඔක්කොම පේනවා ඒ කතා කරනකොට. ඒක හංගන්න බැහැ. දැන්, ඇත්තටම, ධර්මතාවය කියන්නේ සත්‍ය දකින එකක්. සත්‍ය දකිනකොට අපි ඉඳගෙන සත්‍ය දකින එකක් නෙමෙයි. මේ අපි ඉන්නවා, මේ අපි ඉඳගෙන අපි සත්‍ය දකිනවා කියන එහෙම එකක් නැහැ.

දැන් මේකේ වෙන්නේ මොකක්ද සත්‍ය දකින කෙනෙක්, මෙතන තමන්ව නිරූපණය වෙන්නේ නැහැ. බරට වචෙනෙකින්වත්. මොකද එයා සත්‍ය හොයන්නේ. එහෙනම් සත්‍ය එයාට දැනෙන්න ඕන. ඒ මග යන කෙනෙකුට උනත් සත්‍ය යන්තම් හරි දැනෙන්න ඕන. එතකොට එයාගේ කතා කරන විලාසය, හැම එකකම, එයාට එයාවවත් නිරූපණය වෙන්නේ නැහැ එයාට කිසිම දෙයක් වෙන්නෙත් නැහැ. දෙයක් කරගෙන කතා කරනවත් නෙමෙයි. ඒ පරිවර්තනය ඇතුලෙන් එන එකක්. හිතල කියනව නෙමෙයි. ඒ Mind එකෙන් එනව නෙමෙයි. එයාට Feel වෙනවා. එතකොට ඒ Feel එකෙන් එනකොට හැමදේම ඒ Feel එකත් එක්ක, එයා කලින් හිටපු අර පුද්ගලයෙක් ඉඳගෙන කරන කටයුතු, කරන කියන දේවල් වෙන්නේ නැහැ. ඒක වෙනස් වෙනවා. දැන් කතා කරන හැමදේකම, වචන වල පවා වෙනසක් වෙනවා. ඒක හැමෝම අවධානය යොමු කරන්න තියෙන්නේ තමන්ගේම අභ්‍යන්තරයේ, තමන්ගේ ස්වභාවයට. නැත්නම් තමන්ට දියුණුවක් වෙන්නේ නැහැ. දියුණුව කියන්නේ මොකක්ද? මමය නැතිවෙන එක. මේකේ දියුණුවේ අවසානය සම්පූර්ණයෙන්ම මමය දියවෙලා අවසානයි කියන එක. ඉතින් ඒ මග යන අය තමයි මේ කතා කරන්නේ. එහෙනම් ඒ පරිවර්තනය ඇතුලෙන් තියෙන්න ඕන. එහෙනම් කෙනෙක් ඉඳගෙන කරන ඒවා හම්බෙන්නේ නැහැ. හොඳට තේරුම් ගන්න.

එතකොට ඒ පරිවතනය තුල, කතා කරන්න ගොඩක් දේ තියෙනවා. දැනෙන දේවල් ගොඩක් මතුවෙනවා. සාමාන්‍යයෙන්, විල කැළඹිලා තියෙනකොට, පොකුණ කැළඹිලා තියෙනකොට, එකේ ඇතුල පෙන්නේ නැහැ. ඒ ජලය මඩවෙලා තියෙන නිසා. සාමාන්‍යයෙන් මිනිස්සු ඉන්නේ කැළඹුණු විලක් වගේ. මිනිස්සුන්ගේ සිතේ ස්වභාවය ඒකයි. හැබැයි මේක දැනෙනකොට, මේක දකිනකොට, මේ සත්‍ය ඇහෙනකොට, ඒ කැළඹුන විල ටික ටික තැම්පත් වෙන්න ගන්නවා. ඒ කියන්නේ ලෝකයට දීලා තියෙන වටිනාකම ටික ටික අඩුවෙන්න ගන්නවා. ලෝකෙත් එක්ක තියෙන ගිනිගන්න ස්වරූපය ටික ටික දියවෙන්න ගන්නවා. ඉතින් හැම වචනයම ගිනි ගන්නවා. ඉතින් ඔතන අපිට පෙන්නන්නේ, ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය කියලම වචී සංකාරත්, කාය සංකාරත්, මනෝ සංකාරත් කියල පෙන්නන එකම තමයි. එතකොට, සබ්බේ සංකාරා අනිච්චා කියනකොට, ඒ විල කැළඹෙච්ච නැති ස්වභාවය තමයි පෙන්නේ.

සබ්බ සංකාර සමථය කියනකොට, ඒ විල කැළඹිලා නැති ස්වභාවය තමයි මේ සමථය වෙනවා කියල කියන්නේ. සංකාර සමථය කියන්නේ. සංඛාර ගිනි ගොඩක්, සන සංඥා අභිසංකරණය. එතකොට සන සංඥා සුකුම වෙන කතාව තමයි මේ වෙන්නේ. සබ්බේ සංඛාරා අනිච්චා කියන්නෙත් ඒ පැත්තටයි යන්නේ. එතකොට තව පැත්තකින් බැලුවහම, ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයේ, සම්මා දිට්ඨිය කියන්නේ ඔය සත්‍ය දකිනවා කියන එක. ලෝකය ඇත්ත වෙන්නේ නැහැ එතකොට. එහෙනම් සම්මා වාචා වචනය තුල දෙයක් වෙන්නේ නැහැ. ලෝකයේ



දෙයක් නැති බව දකින තැන. අන්න සම්මා දිට්ඨියට එනවා. සියලු දෘෂ්ටීන්ගෙන් මිදිලා. එතකොට සම්මා වාචා, සම්මා ආජීව එතකොට ජීවිකාව කුමක් ද? අර ලෝකෙත් එක්ක ගිහි ගන්නේ නැති ජීවිකාවක්. ඒක තම තමන්ගේ ස්වභාවය අනුව, බාහිරට සිත ගිනි ගන්නේ නැති ස්වභාවය මතු වෙනවා. සිතුවිලි වලට ගිනි නොගන්න ස්වභාවයත් මතු වෙනවා ඉතාම දියුණු ස්වභාවයක් වෙන්නේ. එතකොට ඒ සිත හරි සන්සුන්. ඒ සිත අභ්‍යන්තරය හරි නිවිලා. ඒක බාහිරින් හොයන්න බැහැ. ඒක එයාට දැනෙන එකක් සංදිට්ඨිකයි. සම්මා කම්මන්ත එයා කරන කටයුතු සම්මා සංකප්ප. එයාගේ සංකල්පනා සිතුවිලි. හිතන ඒවා හැම එකකම ගින්නක් නැහැ. එතකොට සම්මා වාචා සම්මා දිට්ඨි සම්මා කම්මන්ත, සම්මා සංකප්ප, සම්මා ආජීව ජීවිකාව වේවා.

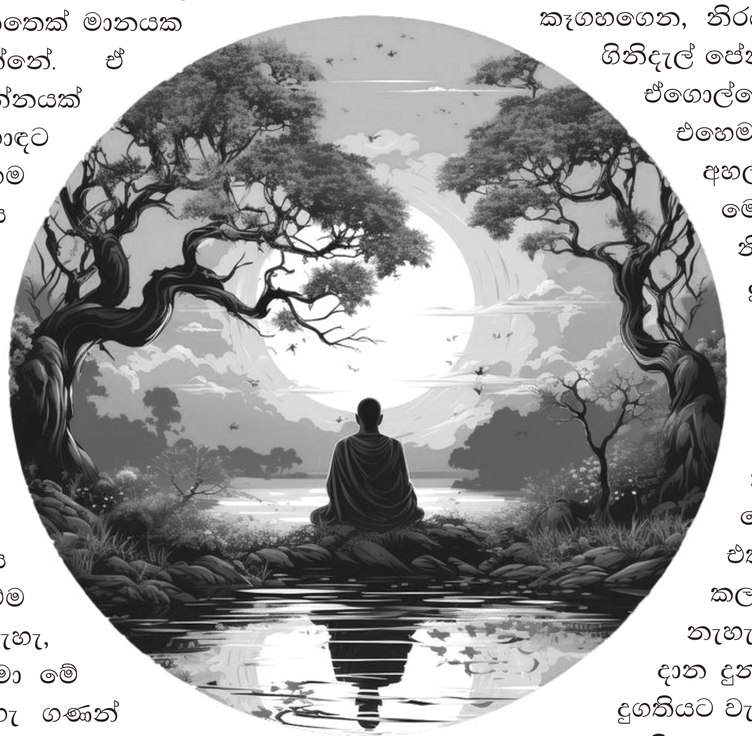
මේ 'Zoom' එකට කෙනෙක් කතාබහ කරනකොට උනත්, මෙන්න මෙතැනයි ආර්යන් වහන්සේ බලන්නේ. බලන්න සමහර අය, අපි අලුතෙන් අලුතෙන් අය ඉදිරිපත් කරනවා. ඒගොල්ලන්ට කොච්චර හැදෙන්න තියෙනවද කියල හිතෙනවා. ඒගොල්ලෝ හිතන් ඉන්නේ දැනුමෙන් ඒගොල්ලෝ හරි දියුණුයි කියල. හැබැයි ඒගොල්ලෝ කොච්චර නොදියුණුද කියල, හරියට එයාල දැක්කොත්, එයාලට කණ්නාඩියෙන් බැලුවොත් හරි පෙනෙයිත්ව හැම කෙනෙක්ම ඉන්නේ මේ පෘථග්ජන භූමියේ ගිනි ගොඩකයි. මේ ගිනි ගොඩෙන් කෙනෙක් තමයි මේ ගින්නෙන් එලියට එන්නේ. කවුරුවත් නැහැ මේ පෘථග්ජන භූමියේ ගිනි නොගන්න කෙනෙක්. ඒ පෘථග්ජන කියන්නෙම, අශ්‍රුතවත් පෘථග්ජනයි, ඒ කියන්නේ ගිනි ගොඩක්ම තමයි. ඔබ අප හැම කෙනෙක්ම මේ ගිනි ගොඩේනේ හිටියේ. ගිනි ගත්තනේ. ඉතින් ඒ ගිනි ගොඩෙන් ටික ටික එලියට එන්න එපැයි ඒ හැම කෙනෙක්ම. එතකන් ගිනි ගොඩේ දැවෙනවා. මහා සසර ඔසයේ දුකට වැටෙනවා. ගින්දරට පිච්චෙනවා. ඒක තේරුම් ගන්න.

ඉතින් අපි මේ සම්මා කියල කියන්නේ දෙයක් නැති බවත් හොඳට තේරුම් ගන්න. ඔය වචනේ තියෙන හැම තැනම බලන්නකෝ. සම්මා කියන ඇත්ත දකින තැනයි තියෙන්නේ සම්මා දිට්ඨි කියන. ඇත්ත දකින තැන, සත්‍ය දකින තැන...සත්‍ය දකින තැනයි මේ සම්මා කියන වචනය එන්නේ. ඉතින් සම්මා දිට්ඨියෙන් පටන් අරගෙන, සම්මා සමාධියක් උපදින්නේ. ඇත්ත දකින සමාධියක්. ඒ කියන්නේ මෙතන දෙයක් නැති බව දැනෙන සමාධියක් උපදිනවා කියන එක. සම්මා සමාධි. තේරුම් ගන්න.

එදිනෙදා ජීවිතය තුල ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයේ ඔබ ඉන්නවද කියන එක ඔබටම බලාගත හැකියි. ඔබ කොයි තරම් මේ ලෝක භූමියේ ගිනිගෙ නද ඉන්නේ කියල..ගොඩක් අයට මේ ලෝක භූමියේ ගින්න හොයාගන්නත් ලේසි නැහැ. ගොඩක් අය නිවන උඩ හිටියට නිවන දන්නෙත් නැහැ. ගොඩක් අය ඉන්නේ ''Facebook'' හදාගෙන. දැනුම එක එක විදිහට එක එක රටවල් වල හිරවෙලා ඉන්න තැන් අපි දැක්ක. ලංකාව හිරවෙලා තියෙන්නේ, විශේෂයෙන්ම මේ නිවන් මග යන අය හිරවෙලා ඉන්නේ දැනුමෙන්. නිවැරදි දැනුමක් නෙමෙයි. මිත්‍යා දැනුමක් තියෙන්න. ඒකත් ලොකු ගිනි ගොඩක තියෙන්නේ. අපි සමහර රටවල් වල දකිනවා, වියට්නාමය වගේ රටවල් වල දකිනවා, සමථ භාවනාවේ ගිලිලා එකේ හිරවෙලා ඉන්නවා ඒක දෘෂ්ඨිගත වෙලා. පස්වග තවුසන් වගේ. එතනත් තව අය. එහෙන් ඔය බුරුමයෙන් ගෙනාපු පිම්බීම් හැකිලීම් භාවනා පන්ති තමයි ලංකාවේ තියෙන්නේ. ඒවගේ මේ හිරවිලි දෙකම තියෙනවා.

ඔබ හිතනවද ඒ භාවනා පන්තියට ගිහින් නිවන් දකී කියල? නිවන් දකින්නේ නැහැ. තවත් හිරවෙලා තවත් අර තිබුන මාන ස්වභාවය අධි මාන්නයක් වෙලයි නවතින්නේ. මේවට ගිය අයට තමයි මේ

අත්දැකීම් ඇත්තේ. අත්දෙක තියාගෙන සමථය වඩල සමථ සමාධිය කියල ඒවගේ හිරවෙනවා. ඊට පස්සේ ඒක දෘෂ්ඨිගත වෙනවා.ඊට පස්සේ අර බමුණෝ වගේ. එකෙන් ගැලවෙන්නත් බැහැ. ඊට පස්සේ එක නිවනයි කියල හිතාගෙන ඉන්නවා. ඊට පස්සේ අර උගන්නපු දෘෂ්ඨි තියෙනවා. ඒක තුල කොයි වෙලාවක හරි නිවන් දකී කියල. ඒ හිරවිල්ල එක හිරවිල්ලක්. හැබැයි තව හිරවිල්ලක් තියෙනවා. ඒ තමයි දැනුම. දැනුම හොය හොය ගිහිල්ල දැනුම තුල. දැන් මේ දැනුම නිවැරදිද කියල බැලුවොත් තේරෙයි දැනුමත් වැරදි කියල. ඕක යන්නේ අභිසංකරණ පැත්තට. තවත් මමය බලවත් කරනවා. ඊට පස්සේ ධම්ම උද්ධච්චයට යනවා. අතන බමුණා වගේ බමුණා දැන් උද්ධච්චයටත් ගිහිල්ල. ඊට පස්සේ ඇත්තටම නිවන් දකී කියල හිතනවද? නිවන පේනතෙක් මානයක නැතිවෙලයි නවතින්නේ. ඒ කියන්නේ මහා මාන්නයක් ඇතිවෙනවා. හොඳට බලන්නකෝ මේ දහම දන්නවයි කියන අය ගාව තියෙන මාන්නේ. ඒවගේම ඔය භාවනා පන්ති යන අය ගාව තියෙන මාන්නෙ සමාධිය කියල. මෙයාල සුගතියටවත් යයි කියල හිතනවද? එහෙම වෙන්නේ නැහැ. ඊට වැඩිය අර ගමේ ඉන්න අම්ම මොකුත් දන්නේ නැහැ, ගොවිතැන් කරන අම්මා මේ මොකුත් දන්නේ නැහැ ගණන් ගන්නෙත් නැහැ ලොකු මාන්නෙකුත් නැහැ, ඊට වැඩිය නිවිලා ඉන්නේ. එකම දේ තියෙන්නේ ඒ අම්මා දෘෂ්ඨි වලට හිර කරනවා. ගමේ ඉන්න අම්මලා දෘෂ්ඨි වලට හිර කරනවා පාරමිතා නැහැ කියනවා.. කුසලය නැහැ කියනව..



පින් කරන්න කියනවා. දානේ දෙන්න කියනවා. ඊට පස්සේ මේ ආත්මේ නිවන් දකින්න බැ කියනවා. ඊට පස්සේ දිව්‍ය ලෝකේ ගිහිල්ල රවුමක් ගිහිල්ල අන්තිමටම නිවන් දකිමු කියනවා. ඊට පස්සේ ඔය කතාව ඔන්න ඔහොම කියනවා. මෛත්‍රී බුදුන් දැක කියලා. ඕකෙන් තමයි අම්මව අමාරුවේ දන්නේ. නැත්තම් ඔය ගමේ ඉන්න අම්මා හරිම අහිංසකයි. ඒ අම්මා නිවන් දකිනවා. හැබැයි හරි පණිවිඩේ හම්බවෙන්න ඕන. හරි පණිවිඩේ නැති කම, අර කාලයේ වැලිතලාවට සැඟව ගිය බුද්ධ දර්ශනය.

මේ ධර්මද්වීපය කාන්තාරයක් බවට පත් කරලා. ක්ෂේම භූමියක් කරන්න. තනිකර මේක අවිද්‍යා අන්ධකාරයේ ගිලුණු මිත්‍යා දෘෂ්ඨි කාන්තාරයක් වගේ. ගෝත්‍රිකයෝ වගේ. පෙරහැරවල් හදාගෙන පුදුම දෘෂ්ඨි වල හිරකරලා ඉන්නවා. මේ ආත්මේ නිවන් දකින්න බැහැ කියන්නේ ලොකුම දෘෂ්ඨිය. ඒක තමයි මේ ලොකුම මිත්‍යා දෘෂ්ඨිය. අනිත් එක තමයි කර්මයේ ගැටගැසීම. කර්මයේ ගැටගැසීමම දෘෂ්ඨියක්. එක තුල විශාල අගතියක් වෙනවා. ඒ කියන්නේ මොනවහරි දෙයක් උනාම එයා විඳවනවා මට මේක විපාක දෙයි කියල බයෙන්. ඒක තුල කොයි තරම් භීතියට පත්වෙනවද කියනවනම් මැරෙන්නෙම මරු විකල්ලෙන්. යටිගිරියෙන් කෑගහගෙන, නිරය පේනවා කියනවා, ගිනිදැල් පේනවා කියනවා මොකද ඒගොල්ලෝ අහල තියෙනවා එහෙම ඒවා. ඒගොල්ලෝ අහල තියෙනවා අපි මෙහෙම වැරදි කරොත් නිරයේ වැටෙනවා, දුක් විඳින්න වෙනවා කියල.

දැන් වයසට ගිහිල්ල මැරෙනකොට අර කරපුව මතක් වෙනවා. ඔච්චර ඔය එකක් දෙකක් පින් දහම් කලා කියල හරියන්නේ නැහැ. අර අසිදිසි මහා දාන දුන්න මල්ලිකා දේවියත් දුගතියට වැටුන වගේ තමයි. ඕවා නෙමෙයි බලවත් වෙන්නේ. අර කරපු වැරදි ටික. අතපය දරදඬු වෙලා.. අතපය දරාගන්න බැහැ. වේදනාවෙන් කෑ ගහනවා නිරය පේනවා කියල. කොහොමද මේ නිරය පෙන්නේ? දන්නවද නිරය පේන්නේ කොහොමද කියල? මෙයාලා ජීවත් වෙලා ඉන්න කාලේදී කර්මයේ ගැටගැහිලා කර්මය තුල මේ නිරයක් තියෙනවා. මේ කරපු වැරදි වල හැටියට ඒවා විපාක දෙනවා, කටු ඉඹුලේ නගින්න වෙනවා, ගිනිදැල් පාගනවා, අතපය කපනවා කියල මේවා අහනවා. හාමුදුරුවරු මේවා කියල තියෙන්නේ. අපේ හාමුදුරුවරු මේවා කියල තියෙනවා.

හාමුදුරුවරු තමයි මේ මිනිස්සුන්ට මේක කරලා තියෙන්නේ. මේ මනුස්සයා වයසට ගිහිල්ල මැරෙනකොට මරු විකල්ලෙන් කෑ ගහනවා. අර දැකපු දෘෂ්ඨි ටික හීනෙන් මැවෙනවා. ඊට පස්සේ වෙන්නේ

ගිනිදැල් අරගෙන යමපල්ලෝ එනවා කියනවා, මාව ගෙනියනවා කියනවා, මරු විකල්ලෙන් කෑ ගහනවා. මේ ගැන මෙහෙමවත් දන්නේ නැති සතෙක්වත් මෙහෙම දුක් විඳින්නේ නැහැ. මේ කර්මය තුල මේ උගන්නල තියෙන දෘෂ්ඨීය අතිශයින් භයානකයි. ඔබේ හුස්ම ටික යන දවසට ඔබට දැනෙයි ඔබ මේ සත්‍ය නිකන්වත් දැනගෙන හිටියේ නැත්නම් ඔබ මරු විකල්ලෙන් ඉන්නේ, ඔබ ඒකාන්තෙන්ම නිරයේ යනවා. ඒකාන්තෙන්ම ඔබ අපාගත වෙනවා. මොකද ඔබට එහෙම දෙයක් පටවලා තියෙනවා. ඒක තුල ඔබට එනවා ලොකු කම්පනයක්. ඒ චිත්ත කම්පන දරාගන්න බැහැ. ගිනි ගන්නවා. එතුල ඔබ නිරයගාමී වෙනවා. මේ කර්ම භූමිය තුල ඔබ ඒකාන්තයෙන්ම නිරගාමී වෙනවා. ඔබට ඒකෙන් ගැලවෙන්න බැහැ. ඒනිසා තමයි බුදුන් වහන්සේ සියල්ල කර්මයෙන් වේ කියන එක බැහැර කලේ. මේ භික්ෂුවක් ඉන්නවා නම් ''ඉද භික්ඛවේ භික්ඛු'' මේ ශාසනයේ සියල්ල කර්මයෙන් වේ කියන එක බැහැර කල යුතුමයි. එහෙම නැත්නම් එයා භික්ෂුවක් නෙමෙයි. ඒ නිගණ්ඨාරම වලට ගිහින් පලක් නැහැ කවදාවත් සැනසීමක් නැහැ. ඔබ එන්න ජේතවනරාමයක් හොයාගෙන එහෙම නැත්නම් ඔබ අනිවාර්යෙන්ම විශාල ගිනි ගොඩක දැවෙනවා. ජේවනාරාමයේ කියන්නේ හේතුඵල දහම.

(උපුටා ගැනීම උදේ 5.00 Zoom සාකච්ඡාවෙන්)
මතු සම්බන්ධයි.

සැබෑම කල්‍යාණ මිත්‍රයා ...

සැබෑම කල්‍යාණ මිත්‍රයා යනු දුක්ඛිත සසරෙන් මිදෙන්නට මග කියන්නායි. මේ බියකරු සසර පිළිබඳ නොදන්නා පෘතග්ජනයා ලෝකය ඇත්ත කරගෙන ලෝකය මත්තේම ඇලී ගැටී සසරේ යයි.

ලෝකය පිළිබඳ පවත්නා පරම සත්‍යය අවබෝධ කරන සැබෑ කල්‍යාණ මිත්‍රයා මහා කරුණාවෙන් යුක්තව අන් අයටද සසරෙන් ගැලවෙන්නට මග කියා දෙයි.

සැබෑවට ම දර්ශනාවබෝධය තමා තුළින්ම මතුවන්නකි. එය දැනෙන දෙයක් මිස කියන්නට හෝ පොතක ලියන්නට හෝ නොහැක.

ඒ පිළිබඳ මනා අවබෝධයක් ඇති කල්‍යාණ මිත්‍රයා විවිධ උපමා උපරූපක අනුසාරයෙන් තවත් කෙනෙකුට කියාදෙන්න වෙහෙසෙයි. සෑම කෙනෙක්ම සම අවබෝධයෙන් යුක්ත නොවන නිසා ඒ ඒ අයට ගැලපෙන ආකාරයෙන් පහදා දෙන්නට මහත් උත්සාහයක් දරයි.

බුද්ධෝත්පාදෝ ආර්යයන් වහන්සේ මේ යුගයට ගැලපෙන පරිදි ඒ ඒ අවබෝධ මට්ටම් අනුව ඉතාමත් සරලව සහ විටක සංකීර්ණව ඒ ගැඹුරු දර්ශනය අප හට දනවන්නට මහත් වෙහෙසක් ගනියි. එම නිසා අද බොහෝ දෙනෙක් ඒ අවබෝධය ලබමින් සිටී. මෙතෙක් සත්‍යයි ලෙස සිතා සිටි ලෝකය කුමක්දැයි ධර්මාවබෝධය ලබන සියලු දෙනාට ක්‍රමයෙන් ප්‍රත්‍යක්ෂ වෙමින් පවතිනු ඇත.

නමුත් පොත අනුසාරයෙන්ම ඒ සැබෑ ධර්මය ප්‍රත්‍යක්ෂ කරන්නට වෙහෙසෙන අය නිවන් මග තුළ සෑම තැනම පටලවාගෙන ඇත. විධ සූත්‍රානුසාරයෙන් අප බුදුපියාණන් වහන්සේ ද උත්සාහ දරා ඇත්තේ එයම බව දැන් හැඟෙයි.

ධර්මය ග්‍රන්ථාරූඪ කිරීම නිවන් මගට පිටුවහලක් වෙනවා මිස සැබෑවටම නිවන එහි නොමැති බව දර්ශනාවබෝධය ලබන සියලු දෙනාටම මේ වන විට ප්‍රත්‍යක්ෂ වී ඇත.

බුද්ධෝත්පාදෝ දේශනා අපට මේ සසර ඕඝය නිමා කරන්නට ලද වටිනාම මාණික්‍යයයි.

තෙරුවන් සරණයි!

සියල් ලෝසතුන්

සියල් ලෝසතුන්
දයාදියෙන් තෙමාලන
සරල වූ සුගම වු
මියුරු හඬ පහල විය
බුද්ධෝත්පාදෝ
මිත්‍යාදෘෂ්ඨියෙන්
අඳ දැස් විවර වෙයි
උපතක්ද වියෝවක්ද
නැති බවම පසක් වෙයි
සියළු දුක් නිවියයි
ශාන්තිය උදා වෙයි
සක්වලම එකලුකර
දහම් හඬ පැතිර යයි
බුද්ධෝත්පාදෝ
විමසන්න මුදු හදින්
කුමක්දැයි මායාව
මායාව ඔබම බව
යම් දිනෙක වැටහේවී
නිමල වූ සතුට ගෙන
ඒ දිනය ලඟ ඒවී
මෙත් මල්ම පුබුදුවන
මුදිතාව පතුරවන
සත්‍යයේ සිංහනද
ලොව පුරා රැව් නඟයි
බුද්ධෝත්පාදෝ !

Thilani Nanayakkara

මහා මායාව......

රැවටී සිටියා මහාමායාවකට අප
පෙන්වා දුන්න එය සත්‍යයක් නොවන වග
සිතිනුයි වින්දේ අප මේ මහා දුක ගින්න
දැනෙනවා නිවෙන බව ඒ දම් ඇසෙන විට

නිවනයි කියා ලොකු බිල්ලෙකු අප දුටුවා
එය සොයමින් මෙපමණ කල් කල් මැරුවා
බුද්ධෝත්පාද කාලය මෙය බව දැනුනා
බුදු හිමි අදත් වැඩලද අප හට සිතුණා

පෙර ඇසූ සැම දහමෙ ගත හැකි දේ තිබුණා
එනමුදු කෙලෙස් යටපත් වී සැඟව ගියා
මුලිනුපුටා දමන දහමක් කන වැකුණා
බුද්ධෝත්පාදය ළඟ අප නතර වුණා

වහ වහා ඔබත් සසරේ දුක දැනගන්න
නිය සිල මතට ඔබ හැකි නම් පැමිණෙන්න
මේ බණ අසා "සිත" බොරුවක් දැනගන්න
මේ අත් බවේදි ම පිරිනිවිලා යන්න

යශෝධ්‍යා දෙයාලගේ

ආලෝකය

ඉරපායා හිමිදිරියේ තිබුනේ
ලස්සන ලෝකය මානෙත ගැටුනේ
ලෝකය වෙතමයි මා සිත බැදුනේ
අදහා ගන්නට බැරි බව සිතුනේ

කුරුළු නාදයෙන් මා හද පිරුනේ
ලස්සන හඬකින් මා කන් ගැටුනේ
මුලු ලොව ආලෝකය ලෙස දුටුවේ
ආලෝකය යනු කුමක්ද සිතුනේ

වර්ණ රටා ලෙස ආලෝකය පෙනුනේ
රටා මවන්නට මා සිත් බැදුනේ
මුලාවකින් මා ආලෝකය දුටුවේ
ආලෝකය ඇත්තක් ලෙස දැනුනේ

කම්පන තරංග ලෙස නොව පෙනුනේ
ආලෝකය ඇත්තක් ලෙස බව දුටුවේ
ඇසෙහි පාට ඇති බවමයි සිතුනේ
වර්ණ රටාවෙන් මුළාම වූයේ

ආලෝකය සත්‍යයක් ලෙස නොවුනේ
බුද්දෝත්පාදෝ දහම නිසානේ
බාගිර ආලෝකය නැතිබව දැනුනේ
අප සමිඳුන්ගේ දහම නිසානේ

සාධු නාදයෙන් මා සිත් පිරුනේ
බාහිර කිසිවෙක් නැතිබව දැනුනේ
බාහිර ලෝකෙන් මා සිත මිදුනේ
සත්‍ය දහම මට ඇසුන නිසානේ

මෙවැනි දහම් පද අසන්න ලැබුනේ
දෙදහස් පන්සිය වසර නිසානේ
පෙර පිනකටමයි දහමත් ලැබුනේ
නිවන කරාමයි දැන් මා යන්නේ

ලලනා වීරසේන

ඒ අරහත් මුණිඳු ....

මේ සසරේ
නිකෙලෙස් හදවත් ළඟ
පටාචාරලා සිටින්නට ඇති
හඬා වැටී යදිමින් ජීවිත....
සම කිරීමටවත් නොහැකි
මෙලොව අන් කිසිවෙක් නොමැත
සසර ගමනේ නම් හමු වූ
ධර්මතාවයක් මෙලෙස....
සසර පුරා දුක් ගිනි
කම්පනය වූ හදවත්
දවා අළු කෙරූ
ඒ මුනිඳු අරහත් ......

නයනාංජනී පෙරේරා

පද ප්‍රහේලිකාව 5

1 ජ		■	■	11	■	2 ප්‍ර					12	
■	■	■	■		■	■	■	■	■	■	හි	■
■	13	■	■	3		■	■	14	■	■		■
■		■	■		■	■	■		■	15	■	16
4	ට			ද	■	17	■	තා	■		■	බ
■		■	■	■	■		■		■		■	
■	■	5 ධ				ක්						
■	■		■	■	■		■		■	ත	■	■
■	■		■	18 ජ	■	ෂ	■	ස	■	■	■	19
6	ම		■		■	■	■		■	20	■	
■	■		■	■	21	■	■	■	■		■	දේ
■	■	ක	■	7	ජ්		නී		■	ට	■	
8	ප	■	■	■		■	■	■	■		■	
■	■	■	■	■	■	■	22	■	■	■	■	
9		නි		න	■	■	10		බි			

බුද්ධෝත්පාදෝ දේශනාවලින් සූත්‍ර පිටකය ඔස්සේ ඇති සූත්‍ර දේශනා නිවන් මග ප්‍රායෝගික පැතිකඩ ඉතාමත් සරලව පැහැදිලි කර ඇත. ඒ ඔස්සේ පහත දැක්වෙන වැකි වලින් ඊට අදාළ සූත්‍රයේ නම තෝරා ගන්න.

හරහට

1. ඇතුළත් ගැට පිටත් ගැට මේ ගැට කෙසේ නම් ලිහා ගනිමුද? මෙලෙස දැක්වෙන සූත්‍රය.
2. මෙලොවක් නැහැ පරලොවක් නැහැ යනුවෙන් සඳහන් වෙන සූත්‍රය.
3. ලෝකය ලෝකය යැයි කියන මේ ලෝකය කොතැනකින් නම් පනවමුද? දැක්වෙන සූත්‍රය.
4. ආත්මය ඇතිව අරූප ධ්‍යානයේ සම වැදුනත් නිවන් දකින්නට නොහැකි බව සඳහන් වන සූත්‍රය.
5. පස්වග මහණුනට දේශනා කළ සූත්‍රය.
6. මලක් උපමා කොට ගැන දේශනා කරන සූත්‍රය.
7. කජ්ජං කජ්ජංල යනුවෙන් රුප්පණය ගැන ඉතාමත් සරලව පෙන්වා දෙන සූත්‍රය.
8. සමථ විපස්සනා භාවනා ගැන සඳහන් වන සූත්‍රයක්.
9. සසර දිය සුළිය ගැන පැහැදිලි කරන සූත්‍රය.
10. රහතන් වහන්සේලාගේ ස්වභාවය පෙන්වා දෙන සූත්‍රය.

පහලට

5. රූපය ඇත්ත කර නොගෙන දේශනා කළ යුතු බව දැක්වෙන සූත්‍රය.
11. දියකඩිත්තක ප්‍රතිබිම්බය උපමා දේශනා කරන සූත්‍රය.
12. මේ ඇස නිත්‍යයද, අනිත්‍යද යැයි බුදුරජාණන් වහන්සේ බාහිය ස්වාමීන් වහන්සේට දේශනා කරන ලද සූත්‍රයකි.
13. කේවට්ට පුත්‍රයාට දේශනා කළ සූත්‍රය
14. සංස්කාර හේතුවෙන් දුක හටගන්නා බවත් සංස්කාර නිරෝධය සිදුවන අයුරු පැහැදිලි කරන සූත්‍රය.
15. අනිත්‍ය දුක්ඛ අනාත්ම මූලික කරගෙන දේශනා කරන ලද සූත්‍ර දේශනාවක්.
16. රාග, ද්වේශ, මෝහ ක්ෂය වීමෙන් නිවන පසක් වෙන බව දේශනා කරන සූත්‍රය.
17. නිවන් මගට බාධා ඇති කරන කරුණු ගැන පැහැදිලි කර දෙන සූත්‍රය.
18. සිත ප්‍රවාහයක් බව ඉතා සුන්දර ලෙස දේශනා වන සූත්‍ර දේශනාවක්.
19. අභ්‍යන්තර හුදකලාව ගැන සඳහන් වන සූත්‍ර දේශනාව.
20. නිරෝධ සමාපත්තිය ගැන දේශනා කරන සූත්‍ර දේශනාවක්.
21. අන්ත දෙකක් අතර බලයක් ඇතිවීම ඇසුරෙන් චිත්තාරෝපණ බලය පැහැදිලි කර දෙන සූත්‍රය.
22. සසර මූල බීජය ගැන පැහැදිලි කරන සූත්‍රය.

පසුගිය පද ප්‍රහේලිකාවේ පිළිතුරු

■	■	10 චි	■	1 බු	13 දූ	න්	■	■	16 ඕ
■	2 ඉ	ත්	ථ	■	ක	■	■	■	භා
■	■	තා	■	11 ති	■	14 අ	■	■	ෂ
3 කා	යා	නු	ප	ස්	ස	නා	ව	■	ය
■	■	ප	■	ඵ	■	ගා	■	15 ප්‍ර	■
4 කෙ	ලෙ	ස්	■	ක්	■	මී	■	ති	■
■	■	ස	■	ලෝ	■	■	■	බි	■
■	■	නා	■	5 ක	ය	■	6 ස	ම්	මා
7 ශ්‍රැ	ත	ව	ත්	■	■	■	■	බ	■
■	■	■	■	■	8 කා	ම	■	■	■
■	■	■	■	12 ග	■	■	■	■	17 හ
9 ස	ත	ර	ස	ති	ප	ට්	ඨා	න	ය