

අපි මෙත් සිත් වඩමු

ධර්ම දානය පිණිස නොමිලේ
බෙදාදීම සඳහා

සම්පාදක
පූජ්‍ය රාජාංගනේ සාරද හිමි

සාලිය ලෙන ආරණ්‍ය සේනාසනය
චතුරත්තේගම,
මොරගොල්ලාගම.



දිමුතු මුද්‍රණාලය

අංක 103/A, නුවර පාර, යක්කල.

දුර: 033-2239662 / 077-8829705

විද්‍යුත් තැපෑල: dimuthupub@yahoo.com

දහම් පොත් කියවීම සඳහා පිවිසෙන්න.

වෙබ්: www.dhammadanabooks.com

පෙරවදන

ශ්‍රී ලාංකික ජනතාව තුළ බුදු දහම පිළිබඳව යළි පිබිදීමක් මැනවිකවානුව තුළ දක්නට ඇත. ඒ සඳහා පූජ්‍ය ගංගොඩවිල සෝම හිමියන්ගෙන් ලත් පන්තරය අතිමහත්ය. එවකට නව යොවුන් වියේ පසුවූ අපහට උන්වහන්සේගෙන් ලත් අනුශාසනා නිසා බුදු දහම පිළිබඳව සොයා බැලීමට අවස්ථාව උදා විය. එම ගමනේදී පෙර කරනු ලැබූ කුසල කර්මයක් හේතු කොටගෙනම හමුවූ අප කලාණ මිත්‍ර පූජ්‍ය රාජාංගනේ සුධම්ම ස්වාමීන් වහන්සේගේ හමුවීම අප ලද මහත් භාග්‍යයක් කොට සළකමු.

බුදු දහමත් භාවනාවත් අතර ඇති බැඳීම නිසාදෝ අද බොහෝ දෙනා භාවනාව වෙත නැඹුරුව සිටිති. එවන් අවදියක අප කෙරෙහි අනුකම්පාවෙන් පූජ්‍ය රාජාංගනේ සුධම්ම ස්වාමීන් වහන්සේගේ උපදෙස් හා අනුශාසනා පරිදි අතිමහත් කැපවීමක් කරමින් මෙම ධර්ම ග්‍රන්ථය සම්පාදනය කිරීමට ගල්කිරියාකන්ද ආරණ්‍යවාසී පූජ්‍ය සාරද ස්වාමීන් වහන්සේට හැකිවිය.

ලෝභ ද්වේශ මෝහයෙන් බැඳී සසර ගමන දිගු කර ගනිමින් ගමන් ගන්නා සත්ත්වයා තුළ ඇති ද්වේශය දුරු කළ හැකිවනුයේ මෙම ශ්‍රීය වැඩිම තුලින්මය. ඒ සඳහා දහම් ග්‍රන්ථයකට දායක වීමට ලැබීම මහත් භාග්‍යයක් කොට සළකමි.

තවද මෙම ග්‍රන්ථය එළිදැක්වීමට දායක වීමේ අදහස පැමිණි මුල් දිනයේ පටන් ඒ පිළිබඳ සොයා බලා දිරිමත් කළ මා බිරිඳ නිසංසලා යාපා මහන්මියටත්, මෙම ග්‍රන්ථය පරිසංකගත කිරීමට විශාල පරිශ්‍රමයක් දැරූ වයඹ විශ්වවිද්‍යාලයේ අපීන් පුෂ්පකාන්ත මහතාටත්, සෝදුපත් කියවීමෙන් සහයෝගය දුන් කුරුණෑගල ජයතිස්ස මහතාටත්, මුද්‍රණ ආයතනයේ කාර්ය මණ්ඩලයටත් මේ සඳහා සහයෝගය දුන් සැමටත් මෙම කුසල කර්මය හේතුවෙන් සසර ගමන කෙලවර උතුම් නිවන් මග අවබෝධ කර ගැනීමට හේතු වේවායි ප්‍රාර්ථනා කරමු. තවද මෙම කුසල කර්මය හේතුවෙන් වෙනික ලසිත් පුතුගේ අධ්‍යාපන කටයුතු සාර්ථක වේවායි පනමු.

තවද පූජ්‍ය රාජංගනේ සුධම්ම ස්වාමීන් වහන්සේටත් පූජ්‍ය රාජංගනේ සාරද ස්වාමීන් වහන්සේටත් ගල්කිරියාකන්ද ආරණ්‍යවාසී නායක ස්වාමීන් වහන්සේ ඇතුලු සියලු ස්වාමීන් වහන්සේලා පතන බෝධියකින් උතුම් නිවන් මග වහ වහා අවබෝධ වේවා!!!

වෛද්‍ය ඩී.එම්.එන් සම්පත් කරුණානායක.

මූලික රෝහල.

කුලියාපිටිය.

12/12/2015

දායකත්වය ලබා දුන් පිංවතුන්

වෛද්‍ය ෂෙරාන් චැලිකල	15000.00
වෛද්‍ය ඩී.එම්.එස් සම්පත් කරුණානායක	10000.00
වෛද්‍ය දිලීප මිලින්ද	5000.00

ප්‍රභානුමෝදනාව

බලියක් පමණ වූ ලෝකයේ කලකෝලාහල ආරවුල්, වාද විවාද ඇතිවන්නේ මෙම ක්‍රියා නොමැතිකම නිසා ද්වේෂය මුල්කරගෙනයි. සන්තානයේ ද්වේෂය නමැති ගින්නෙන් රත් වූ විට ලොව ඇති බොහෝ විපත් සිදුවේ. යම් සිතක මෙම ක්‍රියා ඇත්නම් ඒ සිතේ එම ගැටුම්කාරී තත්ත්වයක් නැත. එබැවින් ද්වේෂයෙන් දැවෙන මේ ලෝකයෙහි නොදැවී සිටීමේ එකම මග මෙම ක්‍රියායි. ලොවිතුරා සම්මා සම්බුදු රජාණන් වහන්සේලා විසින් දේශනා කොට වදාළ මෙන්තානිසංස හා මෙම ක්‍රියා වඩන පිළිවෙල ලොව බිහිවූ මහා පඬිරුවන් වහන්සේලා රචනා කොට සම්පාදනය කර ඇති ග්‍රන්ථ පරිශීලනය කරමින් මෙම “අපි මෙතෙක පතුරවමු” නැමැති කුඩා ධර්ම පුස්තකය සම්පාදනය කර දහස් සංඛ්‍යාත පිරිසක් අතරේ නොමිලයේ බෙදාදුන්නොත් ඒ තුළින් විශාල පිරිසකට සෑම අරමුණකදීම මෙම ක්‍රියා සංකල්පනාවන්ගෙන් පුරවා ගත් සිතක් ඇතිකර ගැනීමටත් එමගින් ද්වේෂයෙන් නොදැවෙන මෙම ක්‍රියාවෙන් සිසිල් වූ සිතක් ඇතිකරගෙන මුළු මහත් ලෝකයද නිවා සනසාගෙන පරම සුන්දර අති උතුම් නිවන් සුව අවබෝධයට මහත් උපකාරයක් වනු ඇතැයි යන අදහසින් මෙම ධර්ම පුස්තකය අප විසින් සම්පාදනය කරන්නට යෙදුණි.

මෙම උතුම් ධර්මදානයේ උදාරත්වය මැනවින් දැනගෙන මෙහි දායකත්වය දරමින් ආධාර, උපකාර, අනුග්‍රහ දැක්වූ සෑමටත් එම පවුල්වල සියළු සාමාජික පිරිසටත් අපගේ අති පූජනීය සාලිය ලෙස ආරණ්‍ය සේනාසනාධිපති නායක ස්වාමීන් වහන්සේටත් සදා වන්දනීය ගුරු ස්වාමීන් වහන්සේ

ඇතුළු මහ සඟරුවනටත් මෙය මුද්‍රණය කරදීමට කටයුතු කරන කාර්ය මණ්ඩලයටත් මෙම ධර්ම පුස්තකය පරිශීලනය කරන සියළු දෙනාටත් සමස්ත සත්ව ප්‍රජාවටත් මෙම ක්‍රියා සතු අති උතුම් ගුණානුභාව බලයෙන් සහ මෙම ධර්මදාන කුසලානුභාව බලයෙන් මෙලොව පරලොව සුභසෙන සැලසේවා! කළ්‍යාණ මිත්‍ර ආශ්‍රය නිරතුරුව ලැබේවා....! දාන, ශීල, භාවනාදී කුසල පාරමී ගුණදම් සපුරා ගැනීමේ ශක්තිය, බලය, ධර්මය, චීරිය, සතිය, සමාධිය, ප්‍රඥාව නිරතුරුව පහළ වේවා.....! ධර්ම ඥාණයන් දියුණු කරගෙන තම තමන් ප්‍රාර්ථනා කරන්නාවූ උතුම් බෝධි ඥාණයන්ගෙන් නිර්වාණාවබෝධය පිණිසම මෙම උදාර ධර්මදානයේ කුසලය පාරමී බවට පත්වේවා!!

පූජ්‍ය රාජගනේ සාරද හිමි.

සාලිය ලෙන ආරණ්‍ය සේනාසනය

ගල්කිරියාකන්ද

මොරගොල්ලාගම.



පිටුම

මෙත් සිතින්

මා වැඳුවා වූ

මා හැඳුවා වූ

දෙමාපියන්ට

මා සුරැකු

මා දිනවූ

ආදර්ශනට

සහ

සියළු කළණ මිතුරන්ට



පටුන

1. හැඳින්වීම
2. මෙත් සිතක අවශ්‍යතාවය
3. ද්වේෂය
4. ද්වේෂය ඇතිවීම
5. අප්‍රිය බවක්
6. මනසේ මැවෙන ලෝකය
7. අස්ථාන ක්‍රෝධය
8. ද්වේෂය දුරුකරන ක්‍රම
9. පාංශුකූලික හික්‍ෂුවක් සේ
10. හොඳ දැකින්න
11. පිරිසිදු චතුර වෙන්කර ගන්න
12. හටගත් අවස්ථාවෙම ඉවත් කරන්න
13. සිහි නුවණින්
14. රෝගීන්ට මෙමත්‍රී කරන්නා සේ
15. දූෂිත මනසින් බැලූවොත්
16. මෙමත්‍රී නොවන සිතුවිල්ලක්
17. අපේ මනස පැහැපත් නම්
18. දානයට ද, සිලයට ද වඩා මෙමත්‍රියෙහි අනුසස්
19. මෙත් වැඩීමේ ආනිසංස
20. විශාඛ තෙරුන් වහන්සේ
21. උත්තරා උපාසිකාව

22. මෙත් සිතේ බලය
23. මෙමත්‍රී ධ්‍යාන වැඩු සුනෙත්ත ශාස්තෘන් වහන්සේ
24. මෙමත්‍රී භාවනාවේ තවත් ආනිසංස
25. මෙමත්‍රී සිතීන් අනුසස් පෑ රජතුමා
26. මෙමත්‍රීයේ මුහුණුවර ගන්නා රාගය
27. මෙත් සිත පැතිරවීම
28. මෙමත්‍රී සිතීන් කය හැසිරවීම
29. මෙමත්‍රී සිතීන් වචන හැසිරවීම
30. මෙමත්‍රී මනෝ කර්ම
31. මෙමත්‍රී භාවනාව පිළිබඳව දැනගත යුතු දේ
32. ධ්‍යාන මෙතෙහි කරමින් මෙමත්‍රීය
33. දානයෙන් මෙමත්‍රීය
34. පඤ්චවිධ අනෝධිසො ඵරණ මෙත්තා චේතෝ විමුක්තිය
35. සප්තවිධ ඔධිසො ඵරණ මෙත්තා චේතෝ විමුක්තිය
36. දශ විධ දිසා ඵරණ මෙත්තා චේතෝ විමුක්තිය
37. මෙමත්‍රීය වැඩීමේ විවිධ ක්‍රම
38. භාවනාවේ අනු පිළිවෙල
39. එදිනෙදා කටයුතු මෙමත්‍රීය තුළින්
40. මෙමත්‍රී භාවනාව

නමෝ තස්ස භගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස

ශ්‍රද්ධාවන්ත පින්වතුනි,

කෝපය, ද්වේෂය, තරඟව, කේන්තියාම ආදී වශයෙන් හඳුන්වන කිලිටි වූ මනෝභාවය සියළුදෙනාම අත්දැක ඇතුළුව සැක නැත. සමාජයේ එදිනෙදා කටයුතු වලදී බොහෝ අනවශ්‍ය ගැටුම් මතුකරන්නට මෙම මනෝභාවය හේතුවන බවද බොහෝ දෙනා දන්නා කරුණකි. එහෙත් ඒ පිළිබඳව සොයා බලන්නට පෙළඹෙන්නේ ඉතා සුළු පිරිසක් පමණි. ඒ අතරින් නිවැරදිව කාරණය වටහාගෙන සැහැල්ලුවෙන් දෛනික ජීවිතය ගතකරන්නේ කලාතුරකින් කෙනෙකි. ඔබත් ඊට උත්සාහ කරන වික දෙනා අතර කෙනෙක් නම්, මෙම ක්‍රියා පිළිබඳව විස්තර විවරණයක් එළිදැක්වෙන මෙම ධර්ම ප්‍රස්තකය ඔබට රැකුලක් වනු ඇත.

මෙම ක්‍රියා පිළිබඳව වැටහෙනසේ තේරුම් කර දීමට නම් ද්වේෂය, රාගය ගැනද පැහැදිලි කළ යුතුය. පළමුව අපි මෙම ක්‍රියා යන්න පැහැදිලි කර ගනිමු. තමාගේ සැපයට, ලාභයට, දියුණුවට කැමති වන්නාක් මෙන් ලෝකයෙහි ජීවත්වන සැමදෙනාම තමන්ගේ සැපයට, ලාභයට, දියුණුවට කැමති බව දැනගත යුතුය. තමන්ට සතුරුවූත්, මිතුරුවූත්, මධ්‍යස්ථවූත් හැමදෙනාම හැමදෙනාගේම සැපයට, ලාභයට, දියුණුවට කැමතිවන ස්වභාවය අවබෝධකර ගැනීම තමයි, මෙම ක්‍රියා කියලා කියන්නේ. තවත් පැහැදිලි කරනවා නම් අනුන්ගේ සැපත කෙරෙහි පවත්නා වූ ද අනුන්ගේ සිත සතුටට පත්කරන්නා වූ ද අනුන් නිදුක් වෙත්වා! නිරෝගි වෙත්වා! සුවපත් වෙත්වා! යනාදී විදිහට සිතීමත් මෙම ක්‍රියායි. තවත්

විදියකට විස්තර කරනවා නම් මිත්‍රත්වය මෙම ත්‍රියයි. මිත්‍රත්වය කියලා කියන්නේ තමන්ගේ හිතවතාට යහප්වාට දක්වන ආකල්පය හැමදෙනාටම දක්වන්න පුළුවන්කමයි. එතකොට මෙම ත්‍රියෙහි විස්තර වෙන හිතවත්කම එකිනෙකා සමග තියෙන හිතවත්කම පමණක්ම නොවෙයි. ඒ හිතවත්කම හේදයක් නැතිව හැමදෙනාටම දක්වන්න ඕනෑ. ඒකෙ විශේෂයක් කරන්න පුළුවන්කමක් නෑ.

දෙමාපියන් පිළිබඳව පැහැදිලි කරන විට මෙත්තා, කරුණා, මුදිතා, උපේක්කා වශයෙන් සතර බ්‍රහ්ම විහරණ ගුණ ඇති බව පැහැදිලි වන කරුණකි. නමුත් ඒ පතුරුවන ලද මෙම ත්‍රියේ ප්‍රමාණයක් පවතී. අප්‍රමාණ නොවෙයි. සියළු සත්වයන් කෙරෙහි පතුරුවන ලද මෙම ත්‍රියක් නොව තම දූ දරුවන් පිළිබඳව පමණක් විය හැක. එසේත් නැතිනම් තම දූ දරුවන් තම ඥාති දූ දරුවන්, භාර්යාව, ස්වාමියා පිළිබඳව පමණ විය හැක. මෙම ත්‍රිය අප්‍රමාණය. ප්‍රමාණයක්, සීමාවක් කළ නොහැකිය. ලෞකික සෑප සම්පත් විදිමින් ජීවත්වන තැනැත්තාගේ මෙම ත්‍රිය සිත වෙනස් විය හැක. අපරිමාණත්වයක් නැත. ලෞකිකත්වයෙන් මිදී උත්තරීතර ලෝකෝත්තර සෝවාන් පුද්ගලයාගේ මෙම ත්‍රිය ප්‍රබලය. සකාදාගාමී පුද්ගලයකුගේ මෙම ත්‍රිය ඊටත් වඩා ප්‍රබලය. අනාගාමී පුද්ගලයකුගේ මෙම ත්‍රිය බලය ඊටත් වඩා ප්‍රබලය. උත්තරීතර රහතන් වහන්සේලාගේ මෙම ත්‍රිය අපරිමාණය. රහතන් වහන්සේලාගේ මෙම ත්‍රියේ බලය ශ්‍රාවක බෝධියේ මෙම ත්‍රිය පාරමිතාව සම්පූර්ණවීමකි. එහි බලය අපරිමාණය. ඒ වාගේම සාර කල්පයක් හෝ ඊටත් වඩා මෙම ත්‍රිය පාරමිතාව පුරා අවසන් කරන පසේ බුදුරජාණන් වහන්සේලාගේ මෙම ත්‍රිය අපරිමාණය.

ඒ වාගේම සොළොසාකල්ප ලක්ෂයක්, අෂ්ටාසංකාය කල්ප ලක්ෂයක්, චතුරසංඛාය කල්ප ලක්ෂයක් වශයෙන් පාරමිතා, උප පාරමිතා පරමත්ථපාරමිතා ආකාරයෙන් මෙෙත්‍රී පාරමිතාව සම්පූර්ණ කරමින් සම්මා සම්බුද්ධත්වයට පත්වෙන සම්මා සම්බුදුරජාණන් වහන්සේලාගේ මෙෙත්‍රීය අපරිමාණය. එහි ගුණය, ශක්තිය, බලය කෙසේ නම් පැහැදිලි කරන්නද. බුද්ධ රත්නයේ ගුණයන්ගේ ප්‍රමාණයක් නැති හෙයින් අප්‍රමාණයි. බන්ධ පිරිනේ පවා අවසානයට පෙන්වා දී ඇත්තේ සත් බුදුරජාණන් වහන්සේලාට නමස්කාර කිරීමටය. මේ මෙෙත්‍රීයේ අපරිමාණය නිසාම බව සිතිය හැක.

මෙෙත්‍රී සිතක අවශ්‍යතාවය

අනවරාග්‍ර සංසාර ගමනේ අගක් මුලක් නොමැති බව අපි දනිමු. අනේකවිධ දුක් විඳිමින් සංසාර ගමනේ ගමන් කරන සත්වයා කෙටි නවාතැන්පලක් වන ඉතා දුර්ලභව ලැබෙන මනුෂ්‍ය ජීවිතයක් ඉතා කලාතුරකින් ලබාගනී. මනුෂ්‍ය ජීවිතයක් ලබාගැනීම පහසු නැත. ඒ සඳහා උත්තරීතර මනුෂ්‍ය ගුණ ධර්මයන් රැකගත යුතුය. ආරක්ෂා කරගත යුතුය. මේ සඳහා මෙෙත්‍රී සිත අවශ්‍ය වේ. දුර්ලභව මනුෂ්‍ය ජීවිතයක් ලබාගන්නා වූ සත්වයා ලබාගත්තාවූ මනුෂ්‍ය ජීවිතයේ වටිනාකම, දුර්ලභකම නොදනී. මේ දීර්ඝ වූ සංසාරේ අනේකවිධ දුක් විඳීමට නිරන්තරයෙන් විවෘතව පවතින දොරවල් ඇති මහා නිරයවල් අටක් හා ඔසුපත් නිරයවල් එකසිය විසි අටක් ඇත. (128). ප්‍රේත ලෝක හා අසුර ලෝකද ඇත. පියවි ඇසට පෙනෙන කිරිසන් අපායද ඇත. මෙහි විඳීමට ඇති දුක් අපරිමාණය. විඳින්නට ඇති දුක් වගේම වින්ද දුක් ද කිසිවෙකුට

මතක නැත. දුර්ලභව ලැබුනා වූ උතුම් මනුෂ්‍ය ජීවිතයද ජරා දුක, ව්‍යාධි දුක, මරණ දුක, අප්‍රිය සම්ප්‍රයෝග දුක, විප්‍රයෝග දුක, කැමති දේ නොලැබීමේ දුක කෙටියෙන් සලකන කල්හි ස්කන්ධ පඤ්චකයම දුකක් බව දැනගත යුතුය. ඉන් මිදීම සඳහා දුකේ කෙළවර සියල්ලෝම නිර්වාණය සාක්ෂාත් කළ යුතුය. ඒ සඳහා සමාසක් සම්බෝධිය ය, ප්‍රත්‍යේක සම්බෝධිය ය, ශ්‍රාවක බෝධිය ය, යන තුන්තරා බෝධියෙන් එක්තරා බෝධියකට නොපැමිණි කිසිවකට සසර දුකින් මිදී නිවනට පැමිණිය නොහැකිය. ඒ ඒ බෝධියට පැමිණීමට පිරිය යුතු පාරමිතාවන් සම්පූර්ණ කළ යුතුය. පිරිය යුතු පාරමිතාවන් දාන පාරමිතාව, ශීල පාරමිතාව, නෙක්ඛම්ම පාරමිතාව, ප්‍රඥා පාරමිතාව, වීර්ය පාරමිතාව, ක්ෂාන්ති පාරමිතාව, සත්‍ය පාරමිතාව, අධිෂ්ඨාන පාරමිතාව, මෛත්‍රී පාරමිතාව, උපේක්ෂා පාරමිතාව වේ. මෛත්‍රී සිත දියුණු කිරීම සියළු දුකින් මිදීමේ පාරමිතාවක් බව දැනගත යුතුව ඇත. උපේක්ෂා පාරමිතාව සම්පූර්ණ කිරීම සඳහා මෛත්‍රී පාරමිතාව අනිවාර්ය වන බව පැහැදිලිය.

ද්වේෂය

මෛත්‍රීය පුරුදු පුහුණු කර නොමැති සිතක ද්වේෂය හටගැනීම සිදුවේ. එය සසර ගමන දිගු කරන සසර දුක ඇතිකරන කෙලෙසයකි. අද සමාජයේ ජීවත්වෙන මේ පිංවතුන්ගේ ජීවිතවල එදිනෙදා කටයුතු කිරීමේදී හැමදෙනාටම බොහෝම හුරු පුරුදු දෙයක් තමයි ද්වේෂය, තරඟව, ක්‍රෝධය, කිපෙන සුළු බව, එහෙමත් නැතිනම් පටිසය. මේ කොයි විදිහට හැදින්වුවත් එකම ධර්මතාවයක් තමයි අරමුණු වෙන්නේ. අරමුණෙහි ගැටෙන ස්වභාවයයි. ඇසින්, කණෙන්, නාසයෙන්,

දිවෙන්, කයෙන්, මනසින්, කියන මේ ඉන්ද්‍රියන්ගෙන් ගන්නා අරමුණු සමග මනස ගැටෙනවා එම අරමුණ ප්‍රතිකෂෙප කරනවා. මේ ස්වභාවය තමයි ද්වේෂය, තරඟව, ක්‍රෝධය ආදී නම් වලින් හැඳින්වෙන්නේ. මෙම ක්‍රිය ඇතිවන සිතක් පුරුදු කර පුහුණු කර තිබුනොත් ද්වේෂය, කෝපය, වෛරය හටගන්නා ස්වභාවය මැඩලිය හැකිය.

ද්වේෂයේ ස්වභාවය එය හටගැනීම, හටගැනීමට හේතු, එය මැඩලීමට බාධක වෙන කරුණු සහ එය දුරුකර ගැනීමට මග පෙන්වන පියවර ගණනාවක් විස්තර කරමින් කර ඇති සූත්‍ර දේශනාවක් තමයි, අංගුත්තර නිකායේ පඤ්චක නිපාතයේ සදහන් අසාත පරිච්ඡය සූත්‍ර දේශනාව. මේ සූත්‍ර දේශනාව බුද්ධ භාෂිතය හා ශ්‍රාවක භාෂිතය වශයෙන් දෙකක් ඇත. බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් දේශනා කරන ලද හා සැරියුත් මහ රහතන් වහන්සේ විසින් දේශනා කරන ලද අපි මේ සූත්‍ර දේශනා දෙකම මුල් කරගෙන යමක් දැනගැනීමට අවබෝධ කර ගැනීමට උත්සාහ කර බලමු.

ද්වේෂය ඇතිවීම

බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ සූත්‍ර දේශනාවේ දේශනා කරනවා, කරුණු දහයක් නිසා අපට ද්වේෂය හටගන්න බව. ඒ කරුණු පිළිබඳව පැහැදිලි කරනවා. ඒ හේතු තමයි, එක් පුද්ගලයෙක් අරමුණු කරගෙන මේ පුද්ගලයා මට පෙරත් බැන්නා ද්වේෂ කළා. එහෙම නැත්නම් පෙරත් මට වරද කළා - දැනුත් වරද කරනවා - අනාගතයෙන් වරද කරයි කියලා. තමා මුල් කරගෙන තුන් ආකාරයකින් ද්වේෂය උපදවා ගන්නවා.

මේ පුද්ගලයා මගේ මිතුරන්ට පෙරත් නපුරුකම් කළා - දැනුත් නපුරුකම් කරනවා - අනාගතයටත් නපුරුකම් කරනවා කියලා තමන්ගෙ මිතුරන් සම්බන්ධ කරගෙන තුන් ආකාරයකට ද්වේෂය උපදවා ගන්නවා.

මේ පුද්ගලයා මගේ සතුරන්ට, පෙරත් උදව් උපකාර කරමින් හිතවත්කම් පෑවා. පක්ෂපාතීව කටයුතු කළා. දැනුත් පක්ෂපාතීව කටයුතු කරනවා - අනාගතයටත් හිත පක්ෂපාතීව කටයුතු කරා වි කියල. තමන්ගේ සතුරන් සම්බන්ධ කරගෙන තුන් ආකාරයකින් ද්වේෂය උපදවා ගන්නවා. මේ විදිහට තව ආකාරයකින් ද්වේෂය උපදවා ගන්නවා. අනිත් ආකාරය තමයි - අස්ථාන ක්‍රෝධය නමින් හඳුන්වන්නේ. අස්ථාන ක්‍රෝධය කියල කියන්නෙ ක්‍රෝධය ඉපදවිය යුතු නැති තැන්වල ක්‍රෝධය ඉපදවීමයි.

මේ විදිහට ද්වේෂය උපදින අවස්ථා දහයක් පිළිබඳව සම්මා සම්බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ සූත්‍ර දේශනාවේදී පැහැදිලි කර සිටිනවා. මේ කරුණු පිළිබඳව එකිනෙක අපි පැහැදිලි කරගනිමු.

යම්කිසි පුද්ගලයෙක් අරගෙන මේ පුද්ගලයා මට පෙර මේ මේ විදිහෙ නපුරුකම් කරලා තියෙනවා කියල හිතනවා. මේ ද්වේෂය උපදින එක් ආකාරයක්. ඔහු මට දැනුත් මේ විදිහට නපුරුකම් කරනවා. මේ ද්වේෂය උපදින තවත් විදිහක්. මොහු අනාගතයෙන් මට මේ විදිහට නපුරුකම් කරා වි. මේ ද්වේෂය උපදින තව ආකාරයක්.

හොඳට තේරුම්ගන්න ඕනෑ මේ විදිහට සිත සිත ද්වේෂය උපද්දගන්නවා නෙමේ. එහෙම සිතලා ද්වේෂය ඇතිකරගන්නවා නොවේ. මේ විදිහෙ එක්තරා හැඟීමක් අපේ

අභ්‍යන්තරයේ තැන්පත් වෙනවා. මේ විදිහට අභ්‍යන්තරයේ තැන්පත් වෙන්නෙ අපේ අභ්‍යන්තරයේ මෙමක්‍රිය තැන්පත් වී නොමැති නිසයි.

අප්‍රිය බවක්

අල්ලපු ගෙදර එහෙමත් නැත්නම් තමන් අරමුණු කරන මනුෂ්‍යයා පෙර දවසක මට දොස් කීව්වා. මෙන්න මේ කාරණය තමන්ගේ සිතේ තැන්පත් වෙනවා. අපි සිතමු අපට පෙර දවසක කෙනෙක් බැන්නා කියලා. මේ බැනීම කොච්චර කල් පවතිනවද. විනාඩියක් දෙකක්ද? නැහැ අවුරුදු ගණන්, මාස ගණන් සමහර විට ජීවිත කාලයම අවුරුදු ගණන් බැන්නද නැහැ. එක අවුරුද්දක එක මාසයක, එක දවසක, එක පැයක, එක විනාඩියක්, දෙකක් වෙන්න පුළුවන්. ඉතින් විනාඩියක් දෙකක් බැන්න. ඒ සිතිවිල්ල අවුරුදු ගණන් සමහරවිට ජීවිත කාලයට ද්වේෂයක් හදාගන්නවා. වෛරයක් උපද්දගන්නවා. මෙමනි සිතක් පුරුදු කරල තිබුනනම් ද්වේෂ සිතිවිල්ලක් ඇතිවෙන්නේ නැහැ.

අපි කැමති දේ අපිට ලැබෙන්නෙ නැති වෙනකොට එතන ඇතිවෙන්නෙ ගැටීමක්. අපි කැමතියි හැමවෙලාවෙම හොඳ අහන්න. එහෙම බලාගෙන හොඳ අහන්න සිතාගෙන ඉන්න විට අපට ඒ මනුෂ්‍යයාගෙන් බැනුමක් අහන්න ලැබුනොත්. ඔන්න අපට තරහව, ද්වේෂය ඇති වෙනවා. මොකද මේ වෙලා තියෙන්නෙ කැමති දේ ලැබුනෙ නැහැ. අකමැති දේ ලැබුනා. මේ කියන ද්වේෂය ඇතිවෙන්නෙ ගැටීම නිසානෙ. මේ ගැටීම අපි පාලනය කරගන්න අවශ්‍ය වෙනවා. මේ ගැටුම්කාරී සිතිවිලි ඇයි අපේ සිතේ තියාගෙන ඉන්නෙ. ගැටීමක් සිදුවෙන්නෙ

ඇලීම නිසානෙ. ඇලීමක් නැත්නම් ගැටීමකුත් නැහැ. අපට බැන්න මනුෂ්‍යයා බැන්න සිතිවිල්ල මතක තියාගෙන සිටිනවා. අපේ කන්දෙකට මොනතරම් ශබ්ද ඇහෙනවාද. ඒ ශබ්ද සියල්ල අපට මතකද. මතක නෑ. බැනුමක් ඇහුවොත් ඇයි මතක තියෙන්නේ අපි ඒ ශබ්දය අල්ලාගත්තා. උපාදාන කරගන්නවා. ඒ උපාදාන කරගන්න සිතිවිල්ල ගැන සිත සිත අවුරුදු ගණන් තරහව, ද්වේෂය හදාගන්නවා. අපි කරන්නෙ මේ ද්වේෂ සහගත සිතිවිල්ලට බැඳිල ඒ සිතිවිල්ල පෝෂණය කරන එක. මෙෙත්‍රී සිතිවිල්ලක් තිබුන නම් බැන්න ශබ්දය බැන්න වෙලාවෙම අයිත්කරනවා. අවුරුදු ගණන් ද්වේෂ සිතිවිලි හදන්නෙ නැහැ.

බැනපු මනුෂ්‍යයා එක වචනයක් දෙකක් කියලා ඉවරයි. කිසිම ප්‍රශ්ණයක් නැහැ. අපි කරන්නෙ ප්‍රපඤ්ච සිතිවිලි හද හද ඒ බැනුම පෝෂණය කරනවා. කවිද මෙහෙම කරගන්නෙ අපිමයි. ඒ පෝෂණය කිරීම තුල වේදනාව ඇතිවෙන්නෙ කාටද ඒත් අපටමයි තරහව, ද්වේෂය ඇතිවෙන්නෙ කාටද අපටමයි. ඒ භානියට පත්වීමට වගකියයුත්තා කවිද ඒත් අපිමයි. අපිම තමයි ඒ සිතිවිලි පෝෂණය කර කර වටිනාකම් දිදී සිතේ රඳවගෙන ශක්තිමත් කර කර පිරිහෙන්නෙ. මේ භානිකර පැත්ත ගැන සිතන්න ඕනෑ ද්වේශය, තරහව කියන්නෙ සිතිවිල්ලක් නම් ඒ සිතිවිල්ල හටගන්නෙ සිතේ නම් ඒ සිතිවිල්ල නරක එකක් නම් ඒ සිතිවිල්ල තියෙන සිත නරක්වෙනව නම් ඒකෙ භානිය වෙන කාටවත් නෙමේ තමන්ටමයි. මේ තරහව පාලනය කරගන්න බුදුරජාණන් වහන්සේ උපදෙස් දීලා තියෙනවා.

මේ ද්වේෂය නිසා අර මනුෂ්‍යයා දකිනවිටම අපේ සිත අප්‍රසන්න බවට පත්වෙනවා. ඒ පෙර ඔහු මට බැන්නා කියන සංඥාව ඒ කල්පනාව අභ්‍යන්තරයේ උපාදානවෙලා තියෙනවා. ඒ උපාදානය අභ්‍යන්තරයේ පවතින තාක් කල් නැවත නැවතත් ද්වේෂය උපදිනවා. ඒ සිතිවිල්ල නිසා දැනුත් මට නපුරුකම් කරාවි, බනිවී කියල ද්වේෂය උපද්දවා ගන්නවා. අනාගතය ගැනත් ඒ විදිහටම සිතලා ද්වේශ සිතිවිලි ඇතිකර ගන්නවා. මෙමඟී සිතත් පුරුදු පුහුණු කරලා තිබුණා නම් ද්වේෂය නැතිවෙලා යනවා.

මනසේ මැවෙන ලෝකය

බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා එක් අවස්ථාවකදී මේ ලෝකය මනසේ නිර්මාණය වන ලෝකයක්ය කියල . එය සිතිවිලි වලින් හටගන්නවාය කියල. එය සිතිවිලි නිසා රැදී පවතිනවාය කියලා. යම්තාක් කල් සිතයිද අරමුණු කරයිද අරමුණු රඳවා පවත්වාගනීද ඒ තාක් කල් ලෝකය තුලට බැසගැනීම සිදුවෙන බව උපාදානය පැවැත්මට හේතුවන බව මේ මුළු ලෝකයම බුදුරජාණන් වහන්සේ ඔය වචන ටිකෙන් පැහැදිලි කලා.

මේ ලෝකය සිතිවිලි නිසා හටගන්නා කියල කිව්වොත් සමහර අයෙකුට ප්‍රශ්නයක් වෙන්න පුළුවන්. ඒ නිසා වාහන සැදුනේ කොහොමද, මේ ගොඩනැගිලි හැදුනේ කොහොමද, කියල සිතන්නට පුළුවන්. මේවා හැදුනේ සිතිවිලි වලින්. මිනිසුන් සිතුවා මෙසේ කළ යුතුයි කියල. එසේ සිතල ඔවුන් ඒ විදිහට කලා. එසේ නොසිතුවානම් එවැනි දේ අද නෑ. අපි වෛතාසයක් හදල තියෙනවා. මේ වෛතාසය ඉස්සරලාම

සිතේ නිර්මාණය වෙන්නේ. ඊට පසුව තමයි හදන්නේ. එහෙනම් මේ මුළු ලෝකයම මේ මුළු විශ්වයම මේ හැමදෙයක්ම අපි සිතින් නිර්මාණය කරනවා. පළමුව සිතින් නිර්මාණය කරනවා. දෙවනුව වචනයෙන් හා කයෙන් නිර්මාණය කරනවා. පළමුවෙන් මනසේ ඇතිවෙන චිත්ත රූපය දෙවනුව කයින් ක්‍රියාවට නැගෙනවා. බලන්න චිත්‍රයක් අරගෙන ඒ චිත්‍රයේ තියෙන්නේ චිත්‍ර ශිල්පියාගේ සිතිවිලි. ඒ නිසා බුදුහාමුදුරුවෝ දේශනා කරනවා මේ ලෝකය සිතිවිලි නිසා හටගත්තා කියලා. සිතිවිලි නිසාමයි අපි ලෝකය පවත්වන්නේ. ඒවා හැදූ පමණින් ඒවා පවතින්නේ නෑ. විනාශ වෙනවා අපට ඒවා පවත්වන්නට ඕනෑකමක් ඇතිවෙනවා ඕනෑකම මත අපි නැවත, නැවත ඒවා අරමුණු කරමින් අපේ මනසේ ඒ සංඥාවන් පවත්වනවා. ඒ නිසා අපි ඒවා තුළම ජීවත්වෙනවා. මෙහෙම ලියනකොට සිතන්න පුළුවන් මේ අහස, පොළව, ගස්, ගල්, වැල් ආදිය ස්වභාවික දේත් කොහොමද සිතිවිලි වලින් නිර්මාණය කළේ කියලා. දෙවියන් වහන්සේ විසින් මැව්වද කියලා. මෙතනදී පැහැදිලි කරන්නේ එහෙම ලෝකයන් නෙවේ. පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ කියන සතර මහා භූතරූප ඇසුරින් හේතුවලව හැදුන ස්වභාවික සිද්ධාන්තය මත නිර්මාණය වූ භෞතික ලෝකයක් තියෙනවා. ඒක සිතිවිලි වලින් හදපු නිර්මාණයක් නෙමේ. සෘතු නියාම, ඛේජ නියාම කියන හේතු ඵල දහමට අනුව ස්වභාවිකව නිර්මාණය වූ දෙයක්. මේ පැහැදිලි කරන්නේ ඒ ස්වභාවික ලෝකය පඤ්ච ඉන්ද්‍රියන්ගෙන් ග්‍රහණය කරගෙන නිර්මාණය කරගන්නා තම තමන්ගේ ලෝකය පිළිබඳවයි.

මෙන්න මේ විදිහෙන් මේ මුළු විශ්වයම අපේ බුදුහාමුදුරුවෝ දේශනා කරනවා මේ හැම දෙයක්ම සිතිවිලිවල

නිර්මාණයක් කියල. ඒ සිතීවිලි නිසා තමයි පවතින්නෙ යම් තාක් කල් සිතයිද අරමුණු කරයිද අරමුණු රඳවා පවත්වා ගනීද ඒ තාක් කල් ලෝකය උපාදානය සිදුවෙන බව. අපට බැනපු අපට ද්වේෂ කරපු අපට නපුර කරපු පුද්ගලයා පිලිබඳව යම් තාක් කල් සිතයිද අරමුණු කරයිද යම්තාක් කල් අරමුණු රඳවා පවත්වාගනීද ඒ තාක් කල් අපි ජීවත්වෙන්නෙ ද්වේෂය තුලයි.

අස්ථාන ක්‍රෝධය

මා අරමුණු කරගෙන අතීත, වර්තමාන, අනාගත කියල තුන් ආකාරයකින් ගොඩනගනවා. මගේ මිතුරා අරමුණු කරගෙන අතීත, වර්තමාන, අනාගත කියල තුන් ආකාරයකින් ගොඩනගනවා. මගේ සතුරා අරමුණු කරගෙන අතීත, වර්තමාන, අනාගත කියල තුන් ආකාරයකින් ගොඩනගනවා. දැන් නව ආකාරයක් පැහැදිලි කළා. දහවන එක තමයි අස්ථාන ක්‍රෝධය. අස්ථාන ක්‍රෝධය කියල කියන්නෙ. අපි අහක බලාන ගමන් කරනවා. අහක බැලුව නිසා කකුල වදිනවා ගලක හෝ මූලක. තමන් තමන්ම ද්වේෂ කරගන්නවා. බැනගන්නවා. තව හොඳ සිංහලක් කියල බනිනවා. කාටද බනින්නෙ? කා සමගද ද්වේෂ කළේ, කා සමගද ඒ ගැටුනේ. මගේ වරද මම අහක බලාගෙන ගිය නිසා පය හැපුනා ගලක. ඒ ද්වේෂ කළ යුතු දෙයක්ද? එහෙම දෙයක් නෙමේ. නමුත් තමන් තුල ද්වේෂය හටගන්නා. ඇයි ඒ අස්ථානයේ මම කිපුන නිසා තමන්ගේ සිත මෙමතියට පුරුදු කරල නැති නිසා.

තදට අවිච්ච වැටෙනවා. එහෙමත් නැත්නම් නොකඩවා වැස්ස වහිනවා. අපි ගැටෙනවා ඒකටත් බනිනවා. ද්වේෂය ඇතිකරගන්නවා. ඒ සෘතු විපර්යාසයයි. ඒක අපට

නවත්තන්ත පුළුවන් කමක් නෑ. දිගටම පායන්ත අරගෙන එතකොටත් බනිනවා. ද්වේෂය ඇතිකරගන්නවා. අපට නවත්තන්ත පුළුවන් දේවල් නෙවේ. ලෝක ස්වභාවයට සෘතු නියාමයට, කර්ම නියාමයට අනුකූලව ජීවත්වෙන්නට ඒවා නොගැටී ජීවත්වෙන්නට අපේ මනස සකස්කරගත යුතුයි. එයටයි මෙෙත්‍රිය පුරුදුකළ යුත්තේ. ඒ ස්වභාව ධර්මය අපට වෙනස්කළ හැකි දෙයක් නොවේ. බුදුහාමුදුරුවෝ ලෝකය පවතින හැටි අවබෝධකරන්නා මිසක් එය වෙනස්කරන්න ගියේ නැහැ.

මේ ඇතැම් ලෝක ධර්මතාවයන් වෙනස් කරන්නට බුදුහාමුදුරුවන්ටවත් බෑ. එහෙම වෙනස්කළ නොහැකියි. තරාගතයන් වහන්සේටත් වෙනස් කළ නොහැකි එබඳු ලෝක ධර්මතාවයන් සමග අපි මනසින් ගැටෙනවා. නොගැටිය යුතු දෙය තුළ අපි ගැටෙනවා. එන්න එවිට ද්වේෂය ඉපදෙනවා. දැන් පැහැදිලි වෙන්න ඇති ද්වේෂය ඉපදෙන හේතුව. හේතුවන කරුණු.

මට මොහු පෙර මේ විදියෙන් නපුරුකම් කළා කියන ඒ අරමුණ සිතේ පවත්වන තාක් කල් ගැටෙනවා. මට මොහු දැනුත් මෙහෙම කරනවා කියන ඒ අරමුණ පවත්වන තාක් කල් ගැටෙනවා. අනාගතයටත් මෙසේ කරාවි කියල අළුතෙන්ම ගොඩනගා ගත්තු සිතුවිලි ධාරාවක් ඔස්සේ අපේ මනස සමගම අපි ගැටෙනවා. අපේ සිතේ මෙෙත්‍රිය තිබුනනම් අපට පුළුවන් එදා එහෙම කළාට, අද මෙහෙම කළාට අනික් දවසෙ නම් එහෙම කරන එකක් නෑ කියලා. ඒ ද්වේෂ සිතුවිල්ල නැතිකරගන්න පුළුවන්කම තියෙනවා. අපි මෙෙත්‍රිය දන්නෙ

නැත්නම් පුරුදු කරල නැත්නම් දවසින් දවස ද්වේෂ සහගත ඒ සිතුවිල්ල පෝෂණය වෙලා ලොකු විනාශයක් ඇති කරනවා.

ද්වේෂය දුරු කරන ක්‍රම

මේ සූත්‍රයේදී සැරියුත් මහ රහතන් වහන්සේ ද්වේෂය දුරුකරන්නේ කොහොමද කියලා ආකාර පහක් පැහැදිලි කරනවා. “පංචිමේ ආවුසො අසාඨ පටි විනයා”

අසානයයි කියල කියන්නේ ද්වේෂයට. පටි විනය කියා කියන්නේ දුරුකිරීම. ද්වේෂය දුරුකරන ක්‍රම බොහොමයක් තියෙනවා. ඒ අතරින් කාටත් පහසු සරල ක්‍රම පහක් පිළිබඳවයි. සැරියුත් මහ රහතන් වහන්සේ මේ සූත්‍රයේදී පැහැදිලි කරන්නේ.

මෙතන භික්ෂුන්ට සැරියුත් මහ රහතන් වහන්සේ දේශනා කරන නිසා ඇවැත්නි - කියලා ආමන්ත්‍රණය කරනවා. නමුත් අපි හැමෝටම පොදුයි. සාරිපුත්ත මහ රහතන් වහන්සේ පැහැදිලි කරනවා ඇවැත්නි භික්ෂුවකට ඇතිවුනාවූ ද්වේෂය නැතිකරන ක්‍රම පහක් තියෙනවා. “කථමේ පඤ්ච” මොනවද ඒ පහ?

මේ ලෝකේ සමාජයේ ඉන්නවා කියනවා පුද්ගලයෝ පස්දෙනෙක්. පළමු වැනියා, “අපරිසුද්ධ කාය සමාවාරො පරිසුද්ධ වචි සමාවාරෝ”

කායික ක්‍රියාවන් කිසිම කෙනෙකුට ප්‍රසන්න බවක් නෑ. පළමුව හඳුන්වන පුද්ගලයාගේ කායික ක්‍රියාවන් වලින් අනිත් අයට හිංසා පීඩා කරදර සිද්ධවෙනවා. නමුත් ඔහු වචනයෙන් නම් අතිශයින්ම ප්‍රසන්න කෙනෙක්. කතාබහ කිරීමේදී ඕනෑම කෙනෙකුගේ සිත්ගන්නා සුළුයි. කථාවෙන්

අනික් අයට හොඳ නරක කියල දෙනවා. නමුත් ක්‍රියාකරන්න ගියහම බොහෝවිට වෙන්නෙ අනික් අයට අපහසුතාවයක්. මෙන්න මේ විදිහේ අය සමාජයේ ජීවත්වෙනවා. කයින් කරන වැරදි කොච්චර තියෙනවාද. සත්ව ඝාතනය, කාම මිච්ඡාචාරය වගේ දේවල් කරනවා. කථාවෙන් හරිම පිරිසිදුයි. අද සමාජයේ ජීවත්වෙනකොට මෙවැනි පුද්ගලයෝ මුණ ගැහෙනවා. සමහර විට තම තමන්ගෙ ගෙවල්වලත් ඉන්නවා. කතාබහ කරනකොට බොහොම ප්‍රසන්නව කථාකරනවා. ක්‍රියා කිරීමේදී අනික් අය ගැන එව්වර හිතන්නෙ නැහැ. අහිංසක සතෙක් දැක්කත් නිකම් ගලකින් හරි ගහනවා. කාට හෝ කරදරයක් වෙලා තියෙන තැන්වල තවත් කරදරයක් වෙන මොනවා හෝ දෙයක් කරනවා. එහෙත් නැත්නම් නරක වැරදි රැකියාවක් හරි කරනවා. එහෙමත් නැත්නම් කාගේ හෝ දෙයක් ඇදලා පැදලා දාල කිසිම පිළිවෙලක් නැතිව කටයුතු කරනවා “ඒවරුපේ ආවුසො පුග්ගලෝ ආසාතො පටි විනෙතබ්බො” මහණෙනි, මෙවන් පුද්ගලයන් කෙරෙහි අපි ද්වේෂය දුරුකළ යුතුයි.

මෙවැනි පුද්ගලයෝ සම්බන්ධව අපේ මනසේ ද්වේෂයක් උපදිනවා. කතාකරන්න ගියහම බොහොම හොඳයි. බොහොම හිතෙහිසි හොඳ පුද්ගලයෙක් කටයුතු කිරීමේදී අවුල් සහගතයි. මේ අවුල් සහගත කටයුතු පිළිබඳව අපේ මනස නිරන්තරයෙන් ගැටෙනව. මේ විදිහට ඒ පුද්ගලයා කෙරෙහි ද්වේෂය උපදිනවා.

පාංශුකූලික හිඤ්ඤාවක් සේ

සැරියුත් මහරහතන් වහන්සේ දේශනා කරනවා, මහණෙනි ඔහු පිළිබඳව අපි ද්වේෂය හළ යුතුයි. කෙසේද? ද්වේෂය හරින්නේ? උන් වහන්සේ උපමාවක් දේශනා කරනවා.

පාංශුකූලික චීවරධාරී හිඤ්ඤන් වහන්සේ නමක් මාර්ගයේ වඩිනවා. පාංශුකූලික චීවරය කියලා කියන්නේ තව කෙනෙක් අතින් ගෙනල්ලා පූජා නොකළ, ඉවත දමන ලද හෝ කසල ගොඩවල්වල තියෙන හෝ අපවිත්‍ර වෙච්ච හෝ කොහේ හරි තියෙන අයිතිකාරයෙක් නැති වස්ත්‍රයක් ලබාගෙන, එය කපල මහල සිවුරු හදාගෙන පොරවන එක්තරා ධූතාංගයක් තියෙනවා. ඒකට කියනවා පාංශුකූලික ධූතාංගය කියල. ඒ වගේම බුදුහාමුදුරුවෝ දේශනා කලා, අගය කලා. එවන් සිවුරන් ජීවත්වෙන්න උත්සාහ දරන හිඤ්ඤන් වහන්සේලාව. ඒ විදිහේ ජීවන වර්යාවක් ඇති හිඤ්ඤන් වහන්සේ නමක් මග වඩිනකොට මාර්ගයේ තිබෙනවා ඉවත දමන ලද රෙදි කැල්ලක්. මේ හිඤ්ඤාවගේ සිවිරන් හොඳටෝම දිරල. ගිහිල්ල දැන් උන්වහන්සේ මොකද කරන්නේ. අර රෙදි කැල්ල කකුලෙන්ම පොඩ්ඩක් දිගැරල බලනවා. එක කකුලකින් පාගාගෙන අනිත් කකුලෙන් එහෙට මෙහෙට දිගැරල බලනවා. මේක මට සිවුරකට ගන්න පුළුවන් විදිහේ රෙදි කැල්ලක්ද කියලා.

අද කාලේ නම් මෙවැනි හිඤ්ඤන් වහන්සේලා දකින්න අපහසුයි. දායකයෝ ශ්‍රද්ධාවෙන් සිවිරු මහල ගෙනල්ල පූජා කරනවා. ඒ නිසා හිඤ්ඤන් වහන්සේලාට එහෙම සිවිරු හොයන්න වෙන්නේ නෑ අද කාලේ. ඉස්සර වැඩිහරියක් හිඤ්ඤන් සිවිරු පරිහරණය කලේ ඒ විදිහට. මේ හිඤ්ඤව අර රෙදි කැල්ල එක කකුලකින් පාගාගෙන අනිත් කකුලෙන් පොඩ්ඩක්

දිගැරල බලනවා. මට ගන්නට පුළුවන් තරම් දෙයක් මේකේ තියෙනවද කියල. නොදිරූ කොටස් තියෙනවද කියල. උන්වහන්සේ දැක්කොත් ඉරිල, දිරල නැති එක කොටසක් හරි ප්‍රයෝජනයට ගන්න පුළුවන් අන්න එවිට උන් වහන්සේ පාත්වෙලා අර රෙදි කැල්ල අතින් අරගෙන අර ඉරිල ගිය, දිරල ගිය, කොටස් පැත්තකට විසිකරල සෝදලා පවිත්‍ර කරල ගන්නට පුළුවන් රෙදි කැල්ල පමණක් අරගෙන තමන් වහන්සේ වඩින ගමන වඩිනවා.

හොඳ දකින්න

සැරියුත් මහරහතන් වහන්සේ දේශනා කරනවා, මහණෙනි, අන්න ඒ හිඤ්ඤාවගේ ප්‍රතිපදාව යම් සේද අන්න ඒ වගේ අර මුලින් කියන ලද පුද්ගලයා කෙරෙහි හටගන්නා වූ ද්වේෂය අපි දුරුකළ යුතුයි කියල. එය කෙසේද? ඒ හිඤ්ඤා වහන්සේ අර රෙදි කැල්ල - දිරල ඉරිල තිබුන කියල ගැටුනද? නැහැ මේ රෙදි කැල්ල කවිරුක් වමනෙ දම්පුවා, මළපහ කරපුවා පිහලා දාලා තියෙන ජරා ගොඩක් කියල ඒවත් එක්කලා ගැටුනද? නැහැ ඒවා එක අතකින් අරගෙන අතින් අතින් සුදුසු කොටස ඉරල ඉවත් කරල සුදුසු කොටස් අරගෙන උන්වහන්සේ සතුටින් සැහැල්ලුවෙන් තමන් වහන්සේ වඩින ගමන වැඩියා.

අන්න ඒ වගේ අර පුද්ගලයා පිළිබඳව මෙන්න මේ විදිහෙන් කල්පනා කළ යුතුයි කියල පැහැදිලි කරනවා. මේ පුද්ගලයාගේ යම්කිසි අයහපත් කායික පැවතුම් රටාවක් තියෙනවා නම්, ඒවා ගැන නොසිතා ඒ ගැන සිහිනොකළ යුතුයි. යම් කිසි යහපත් වාචික හැසිරීමක් තියෙනවා නම් නුඹලා නිරන්තරයෙන් මෙමුහු සිතින් ඒ ගැන සිහිකළ යුතුයි. ඒ ගැන කල්පනා කළ යුතුයි. මෙන්න මේ විදිහට නුසුදුසු අවගුණය සිහි

නොකර බැහැර කරල හොඳ පමණක් නිතර නිතර සිහි කරල ඒ පුද්ගලයා කෙරෙහි ඇතිවෙන්නාවූ ද්වේෂය දුරුකළ යුතුයි.

ඒ නිසා පළමුවෙන් උත්සාහ කරන්න ඕනෑ අර පුද්ගලයාගේ නපුරු ක්‍රියාවන් සිහි නොකර තමන්ගේ මනස සන්සුන් කරගන්න. ඒවා මතක් වෙනවා නම් වෙන දෙයක් ගැන සිතන්නට ඕනෑ. ඒකම මතක් වෙනවනම්, එහෙම කළා වුණාට ඔහු මට වචනයෙන් අහවල් තැනදී ප්‍රශංසා කළානේ කියල ඔහුගේ හොඳ දකින්න ඕනෑ. ඔහුගේ වචනයේ තිබුණ යම් ගුණයක් වාචිකව තිබුණ යම් යහපත් බවක් අපි නැවත නැවත සිහි කරන්න පුරුදු වෙන්න ඕනෑ. අර ද්වේෂය මතුවෙන වාරයක් පාසා ඒ යටකරල අර යහපත් අරමුණ නැවත නැවත මතු කරන්නට ඕනෑ. මේ විදිහට කීප වතාවක් මේ උත්සාහය තුළ නිරත වෙනකොට අර ද්වේෂ සහගත - ද්වේෂය උපදින්නට මුල් වූ ඔහුගේ නපුරු ගතිගුණය නැමැති අරමුණ යටපත් වෙලා ඔහුගේ යහපත් ගතිගුණය මෙමතිය සුදුසු අරමුණ අපේ මනසේ වර්ධනය වෙන්නට පටන් ගන්නවා. මේ විදහට ඔහු කෙරෙහි ඇති ද්වේෂය දුරුකළ යුතුයි කියලා සැරියුත් මහ රහතන් වහන්සේ දේශනා කොට වදාළා.

ඊළඟට ද්වේෂය ඇති කිරීමට ඉවහල් වන මේ සමාජයේ සිටින දෙවැනි පුද්ගලයා පිළිබඳ දේශනා කළා.

“ඉධ පනාවුසො එකච්චො පුග්ගලො අපිරිසුද්ධ වචි සමාවාරො හොති පරිසුද්ධ කාය සමාවාරෝ”

මහණෙනි, තවත් සමහර පුද්ගලයෝ ඉන්නවා කායික ක්‍රියානම් බොහොම හොඳයි. වචනය බොහොම අප්‍රසන්නයි. කතා කරන්න හිතෙන්නෙ නැහැ. කතා කළොත් බැනලා කතා කරන්නෙ. එහෙම නැත්නම් කතා කළොත් අනිත්

අයගෙ වල් පල් මොනවා හරි කියන්නේ. අනිත් අයගෙ අවගුණයක් මයි කියන්නේ. දුර්ගුණයක්මයි කියන්නේ. එහෙමත් නැත්නම් බොරුවක්මයි කියන්නේ. මේ විදිහෙ දේවල්මයි තමා කරන්නේ. නමුත් ඔහුගේ කායික වශයෙන් කිසිම කෙනෙකුට හානියක් හිංසාවක් නෑ. තව කෙනෙකුට රිදවීමක් කරන්නේ නෑ. මනුෂ්‍යයින් තලා පෙළන්නේ නෑ. නමුත් එකට ඉඳලා පිහියෙන් අනිනවා වගේ වචන කියනවා. තව කෙනෙක් ගැන සිතන්නේ නෑ. දුර්වල තත්ත්වයට පත්කරන්න පුළුවන්.

පිරිසිදු චතුර වෙන්කර ගන්න

මහණෙනි, මෙවන් පුද්ගලයින් සම්බන්ධවත් අපේ මනසේ ඇති වෙන ද්වේෂය අපි දුරුකළ යුතුයි. සැරියුක් මහරහතන් වහන්සේ දේශනා කරනවා. ඒ වාගේ අය කෙරෙහි අපේ සිතේ හටගන්නා ද්වේෂය කොහොමද දුරුකර ගන්න කියලා, උපමාවකින්,

ශ්‍රීෂ්ම කාලේ අච්චෙ දැවිල පිච්චිලා බොහොම වෙහෙසට පත්වෙච්ච අතිශයින්ම විඩාවට පත්වෙච්ච එක මනුෂ්‍යයෙක් පාරදිගේ යනවා. බොහෝම වේලාවකින් ඔහුට බොන්නට චතුර ටිකක් නෑ. අතිශයින් පිපාසිතයි. කලාන්ත වෙන්නට ආසන්නයි. දහඩිය වැගිරෙනවා. අච් රශ්මියෙන් දැවිලා පිච්චිලා. මෙහෙම එන පුද්ගලයෙකුට හමුවෙනවා මාර්ගය ආසන්නයේ තියෙන චතුර වලක්. මේ චතුර වල දියසෙවල වලින් පිරිල අනෙකුත් කොළ රොඩු වලින් වැගිලා. නමුත් අර පුද්ගලයාගේ පිඩාව කොතෙක්ද කියනවානම් ඔහු ඒ කිසි දෙයක් නොබලා මෙතනට ඇවිත් දැතින්ම අර කොළ

රොඩු දිය සෙවල ඉවත් කරල හොඳ වතුර ටිකක් අරගෙන බීලා මුණත් හෝදගෙන විඩාව සංසිඳවාගෙන නැවත ඔහුගේ ගමන ආරම්භ කරනවා.

මහණෙනි, අන්න ඒ වගේ අර කියන ලද පුද්ගලයා කෙරෙහි ද්වේෂය දුරුකළ යුතුයි, කියල. සැරියුත් මහරහතන් වහන්සේ ගැලපෙන උපමාවක් දේශනා කළා.

ඒ නිසා සැරියුත් රහතන් වහන්සේ දේශනා කරනවා මෙතනදී ඒ විදිහේ වාවසික අසමාවාරයක් ඇති වචනයේ සංවර බවක් නැති වචනය අසංවර පුද්ගලයින්ගේ ඒ විදිහේ ක්‍රියාදාමයන් පිළිබඳව කොහොමද අපි ද්වේෂය දුරුකරන්නේ. අර වතුර වලේ දියසෙවල, කොළ රොඩු ඉවත් කරන්නා වගේ අමාරුවෙන් හරි ඒ ටික ඉවත් කරල හොඳ ක්‍රියාව හොඳ පමණක් දැකල. ඒ දේ විතරක් අරගෙන අර දියසෙවල කැලති කැලති මතු වෙනව වගේ සිතෙහි මතු වෙන ද්වේෂය උත්සාහයෙන් ඉවත් කරන්න ඕනෑ. එහෙම නැත්නම් තමන් යන ගමන යන්න වෙන්නෙ නෑ. ඒ නිසා අපි හැමෝටම යන්නට ගමනක් තියෙනවා. මොකක්ද අපි යන ගමන? නිවන නැමැති අරමුණ ඇතිකරගෙන සසර දුකින් එතෙර වෙන්නට මේ අපි යනවා මේ යන ගමනේ අපට හොඳ අරමුණු නොලැබුණොත් අප යන ගමනේ අතර මං වෙනවා. ඒ නිසා අර නපුරු අරමුණු අරගෙන අපේ මනස විනාශකරගෙන අපි තවත් සසර ගමන දික්කර ගන්නවා, ඇලෙනවා. අපි එවන් පුද්ගලයින්ගේ කායික යහපත පමණක් ගැන සිතල ඒ හොඳ ගැන පමණක් දැකල මෙමත්‍රිය අපේ සිතේ වඩල ඒ ද්වේෂය සහ අර අරමුණු ඉවත්කරන්න ඕනෑ. මෙමත්‍රිය උපදින යහපත් අරමුණු නැවත නැවත සිහියට නගාගෙන හිතේ හටගන්නා වූ

ද්වේෂය සම්පූර්ණයෙන්ම බැහැර කරන්න කියල සැරියුත් මහ රහතන් වහන්සේ දේශනා කොට වදාළා....

හටගත් අවස්ථාවෙම ඉවත් කරන්න

කෙලේසයන් එහෙමත් නැත්නම් ද්වේෂයක් හටගන්නවා. දැනෙන අවස්ථාවෙම බැහැරකිරීම කළ යුතු වෙනවා. හටගත් අවස්ථාවෙම ඒ දිනයෙම ඒ කෙලේසය ඉවත් කළේ නැත්නම් ප්‍රමාද උනොත් ශක්ති සම්පන්න වෙනවා. එය පෝෂණය වෙනවා. නැවත නැවත ද්වේෂය, ඇල්ම ඇතිවෙන විට ඒක බැහැර කරන ඒක ලෙසි නැහැ. ඒ නිසා ඇති වෙච්ච අවස්ථාවෙම විනාශ කළොත් පහසුවෙන් ජය ලබන්නට පුළුවන් වෙනවා. නිතර නිතර මෙෙත්‍රිය පුරුදු කරල තිබුනා නම් මේ කටයුත්ත ඉතා පහසුවෙන් කළ හැකි වෙනවා.

ඒ නිසා සියළුම ක්ලේශ ධර්මයන් පිළිබඳව ඒ විදිහට ඇතිවෙච්ච මොහොතෙම නැතිකරන්නට උත්සාහ වෙන්න ඕනෑ. මේ පිළිබඳව සිහියෙන් කල්පනා කරල ඒ අරමුණු බැහැර කරල මෙෙත්‍රී සිතක් වඩන්න ඕනෑ. එහෙම නැති උනොත් රාත්‍රී නින්දට ගියත් පසුදා අවදිවෙන්නේ අර වගේ සිය දහස් ගුණයක ද්වේෂ සහගත සිතිවිලි මතු කරගෙන.

ඒ නිසා අර විදිහේ පුද්ගලයකුගේ වාචසිකව තමන්ට බැන්න, තමන්ට කේලාම් කිව්වා, තමන්ට පරුෂ වචන කිව්වා, දෝෂාරෝපණය කළා, අපහාස කළා. මේ විදිහෙ දෙයක් තමන්ගේ දෙසවනට අසන්නට ලැබුණා නම් කෙනෙක් ඇවිදින් කිව්වා නම් ඒ වෙලාවේ ඔහු සමග කිසියම් ද්වේෂයක් හටගත්තා නම් ඒ වේලේම උපරිම උත්සාහයක් දරල මෙෙත්‍රී සිතම වඩල ඔහුගේ යහපත් ගුණයම සිතල අර ද්වේශය යටපත් කරල

තමන්ගේ මනස සන්සුන් කරගන්න උනන්දු වෙන්න ඕනෑ එහෙම කළොත් අපට ගැටළුවක් ඇතිවෙන්නේ නැහැ. මෙන්න මේ විදිහට අර පුද්ගලයා පිළිබඳව අපගේ මනසේ ඇතිවෙන නපුරු සිතිවිල්ල දුරුකල යුතුයි කියල මහරහතන් වහන්සේ පෙන්වා දෙනවා. තුන්වන පුද්ගලයා සම්බන්ධව සඳහන් කරනවා

“ඉඩ පනාචුසෝ එකච්චෝ පුග්ගලො අපරිසුද්ධ කායසමාවාරො හොති අපරිසුද්ධ වචී සමාවාරෝ”

මහණෙනි. තවත් අය සිටිනවා ඔවුන්ගේ කායික ක්‍රියාවන් අපිරිසිදුයි, ඔවුන්ගේ වාචික හැසිරීනුත් අපිරිසිදුයි. වචනයේ ගන්න දේකුත් නෑ, ක්‍රියාවන්වල ගන්න දේකුත් නෑ. හැබැයි ඉඳ හිටල මෙයාගේ සිතිවිලි හොඳයි. මේ පුද්ගලයා කළොත් කරන්නෙම තවත් කෙනෙකුගේ සිත ගැටෙන දේවල්මයි. නමුත් කලාතුරකින් පත්සල් ගිහිල්ල මලක් පූජා කරල, පහන් පත්තු කරල එනවා. කවුරු හෝ අවවාදයක් කළොත් සමහර වෙලාවට පිළිගන්නවා. බොහෝ දුරට කරන්නෙම, කියන්නෙම තවත් අයෙකුට සිතෙහි ගැටුම් ඇතිවෙන ද්වේෂය හටගන්නා දේවල්මයි. මේ වගේ අය පිළිබඳවත් අපගේ සිතෙහි හටගන්න ද්වේෂය අත්හළ යුතුයි කියල සැරියුත් මහරහතන් වහන්සේ පෙන්වා වදාළා.....

සිහි නුවණින්

මෙහිදී උපමාවක් දේශනා කරනවා සාරිපුත්ත මහරහතන් වහන්සේ බොහෝ ශ්‍රීෂ්ම කාලෙක දීර්ඝ ගමණක් යන්නට තියෙන පුද්ගලයෙක් අතිශයින්ම විඩාවට පත්වෙලා. ක්ලාන්ත හැදෙන්න වගේ එහෙම මෙහෙම එනකොට පිපාසය

තිබුණට අහල පහළක පැන් ටිකක් නෑ බොන්නට. ඔහු දකිනවා හරක් කුරක ඒ කියන්නේ හරකෙක් අඩිය තියපු තැනක වල හැදෙනවනෙ. එහෙම හැදෙන වලක වතුර ටිකක් තියෙනවා එකතු වෙලා මේ වලේ වතුර එක උගුරක් දෙකක් ඇති. අර අතිශයින්ම විඩාවට පත්වෙච්ච පුද්ගලයා දකිනවා. මේ හරක් කුරක වතුර සිංගක් එකතුවෙලා තියෙනවා. ඔහු මොකක්ද කල්පනා කරන්නේ. මම මේක අතින් ගන්නට ගියොත් බොන්න දෙයක් ඉතුරුවෙන්නේ නෑ. කැලැන්තියා බොන්න බැරි විදිහට විනාශවෙලා යනවා, කොලේකින් වගේ ගන්න ගියොත් බොරවෙලා යනවා. ඒ නිසා අතින් අරන් බොන්නත් බෑ කොලෙන් අරන් බොන්නත් බෑ මේ වතුර ටික නැති උනොත් ආයේ වතුර ටිකක් කොයි වෙලාවේ ලැබෙයිද දන්නෙ නැහැ. එහෙනම් මොකද කරන්නෙ. ඔහු මට මේ වතුර ටික දැන ගහගෙන කටින්ම බිච්චොත් නම් කියලා කල්පනා කරනවා. මෙහෙම කල්පනා කරල දැන සහ දෙදැන බිම ඇණගෙන කට තියලා අර වතුර ටික කටින්ම ඇදල අරගෙන බොනවා මෙහෙම බිලා ඔහුගේ අතිශයින් තිබුණ පිපාසය සංසිද්ධගෙන ඔහුගේ ගමන ඔහු පිටත්ව යනවා.

මහණෙනි, අන්න ඒ වගේ අර පුද්ගලයා සම්බන්ධව තිබුණ ද්වේෂය සංසිද්ධාගත යුතුයි ඔහුගේ කායික සමාවාරයන් ගැන පැහැදෙන්නට පුළුවන් කමක් නෑ. ඔහුගේ වචනයෙන් පැහැදෙන්නට පුළුවන්කමක් නෑ. නිරන්තරයෙන් ගැටෙන ස්වභාවයන් ඒ නමුත් ඔහුගේ මනස ඉඳල හිටල හරි පිරිසිදුවෙනවා. හොඳ සිතිවිල්ලක් එනවා. ඔබට ඔහු පිළිබඳ ද්වේෂය හටගන්නා හැම මොහොතකම ඔහුගේ කායික ක්‍රියා අමතක කරන්න. වාචික විෂමාවාරයන් අමතක කරන්න. විටින්

විට හෝ ඔහුගේ හොඳ සිතිවිලි ගැන සිතල කොපමණ ඔහුගේ වැරදි තිබුණත් හොඳක් තියෙනවා කියලා. ඒ නිසා එපමණකින්වත් ඔහුට යහපතක් වෙනවාය කියලා ඔහු පිළිබඳ මෙෙත්‍රී සිතිවිලි උපදවා ගත යුතුයි. මෙෙත්‍රීය වඩන කෙනාට හරිම පහසුයි. අපි හැම මොහොතකම මෙෙත්‍රීය පුරුදු කරන්න ඕනෑ. එවිට හරියට අර කිසිම පහසුකමක් නැතිව අර පුද්ගලයා කටිත්ම අර වතුර සිංග උරලා බොහොම අපහසුවෙන් බොන්නා වගේ. එතනදී පිළිකුල ගැන සිතෙන්නෙ නෑ. අපහසුව ගැන සිතෙන්නෙ නෑ. සුදුසු නුසුදුසු බව ගැන සිතෙන්නෙ නෑ. තමන්ගේ විඩාව සංසිදවාගෙන තමන් යන ගමන යන්නට පමණයි එතනදී බලාපොරොත්තු වෙන්නේ.

ඒ දැඩි අවශ්‍යතාවය නිසා බාහිර දුෂ්කරතාවයන් සියල්ල අමතක කරල අවශ්‍ය දේ ග්‍රහණය කරගන්නා වගේ, අර විදිහේ කායික හා වාචික අයහපත් හැසිරීම යන දෙකින්ම අයහපත් පුද්ගලයාගේ පවා ඒ සියල්ල සිතෙන් බැහැර කරල අනේ මොහුට යහපත් සිතිවිල්ලක්වත් හට ගන්නවානෙ. ඉඳල හිටල හරි මලක් පූජා කරනවානේ කියලා ඔහු පිළිබඳ මෙෙත්‍රී සිතක් වඩන්න කියලා සැරියුත් මහරහතන් වහන්සේ පැහැදිලි කරනවා.

හතරවන පුද්ගලයා ගැන සැරියුත් මහ රහතන් වහන්සේ පැහැදිලි කරනවා.

“ඉධ පනාවුසෝ එකච්චො පුග්ගලො අපරිසුද්ධ කාය සමාවාරො හොති අපරිසුද්ධ වචී සමාවාරො නබ්බො ලහති කාලෙන කාලං චේතසො විචරං චේතසො පසාදං”

මහණෙනි, තවත් පුද්ගලයෙක් ඉන්නව කායික සමාවාරයන් වල ගන්නට දේකුත්නෑ. වාචික සමාවාරයන් වල

ගන්නට දේකුක් නෑ. ඉඳල හිටලවත් සිතිවිලි වල ගන්නට දෙයකුක් නෑ. නිරන්තරයෙන් අන් අයට කරදර, පීඩා, ගැටළු ඇතිවෙනවා දකින්නට කියලා හොඳක් නෑ. කායිකවත් විෂමාවාරයි, වාචසිකවත් විෂමාවාරයි, මානසිකවත් විෂමාවාරයි. මහණෙනි එවන් පුද්ගලයන් සම්බන්ධවත් අප ද්වේෂය දුරුකළ යුතුයි. කියලා සැරියුත් මහරහතන් වහන්සේ දේශනා කරනවා.

රෝගීන්ට මෙමිත්‍රී කරනා සේ

උන් වහන්සේ උපමාවක් දේශනා කරනවා. මහණෙනි, අතිශයින් රෝගී වෙච්ච දැඩි රෝග පීඩාවන් වලින් පෙලෙන පුද්ගලයෙක් දීර්ඝ වූ මාර්ගයක ගමන් යනවා. ඔහු දැන් මාර්ගයේ අඩක් ගෙවල තව ගෙවූ තරම් ප්‍රමාණයක් ඉදිරියට යන්න තියෙනවා. පෙනෙන තෙක් මානයක ගෙයක් දොරක් ගම්මානයක් නෑ. තව බොහෝදුරක් යන්නට තියෙනවා. ඔහුගේ රෝගයට සුදුසු ආහාරයක් නෑ. ඔහුගේ රෝගයට සුදුසු බෙහෙතක් නෑ. මග පෙන්වන්නට පුද්ගලයෙක් නෑ. මේ මොකවත් නැතිව අතිශයින් පීඩාවට පත්වෙලා ඉබ්බාගාතේ දැඩි වෙහෙසින් ගිලන්ව යන පුද්ගලයෙක් කෙරෙහි මෙමිත්‍රියම ඉපදිය යුතුයි. දයාවම ඉපදිය යුතුයි. ඇයි? අනේ මේ මනුෂ්‍යයාට හොඳ කෑම ටිකක් හම්බවුනොත්, මේ මනුෂ්‍යයාට බෙහෙත් ටිකක් හම්බවුනොත් බොන්න වතුර ටිකක් හම්බවුනොත් මේ මනුෂ්‍යයා වෙහෙසත් නැතිව කෙටි මගකින් මේ ගමන නිමාකරනවා. ඒ නිසා ඔහුට මේ උපකාරය මට කළ හැකිනම් හොඳයි කියල තමන්ට පුළුවන් තරම් ඔහු කෙරෙහි මෙමිත්‍රිය ඉපදිය යුතුයි.

මහණෙනි, අන්ත ඒ වගේ අර පුද්ගලයා කෙරෙහි මෙමිත්‍රිය, දයාව ඉපදිය යුතුයි.

මේ පුද්ගලයාගේ කායික ක්‍රියාව දුෂ්ඨයි. වාචික හැසිරීම දුෂ්ඨයි, මානසික හැසිරීම දුෂ්ඨයි. කය, වචන, හිත යන තිදොරින්ම ඔහු සිදුකරන්නේ අකුසල්. එවන් පුද්ගලයා කෙරෙහි, අහෝ මේ පුද්ගලයා අහෝ මේ මනුෂ්‍යයා මේ තිදොරින් කරන අකුසල නිසා ඒකාන්තයෙන්ම මරණින් මතු අපාගත වෙනවා. ඔහුට මේ මනුෂ්‍යකමේ වටිනාකම් කියල දෙන්න කෙනෙක් ඉන්නවා නම්. ඔහුට මේ නපුර ද්වේෂය කියාදෙන්න කෙනෙක් ඉන්නවා නම්. මොහු මේ තත්ත්වයෙන් මිදෙනවා. ඔහුට ඒ නරක කියා දීලා ඔහුව බේරාගන්න තිබුණනම් කොච්චර වටිනවද ඔහු සසර අතරම. නොවී ඔහු බේරෙනවා නේද කියල එවන් පුද්ගලයන් කෙරෙහි අනුකම්පාවෙන් බලල තම සිතෙහි මෙමිත්‍රිය උපදවාගත යුතුයි. ඔහුට එසේ උදව් කරන්න පුළුවන්නම්, ඒක මහා කුසල කර්මයක්. ඒ නිසා මම මොහු කෙරෙහි ද්වේෂය නොඉපදිය යුතුයි කියලා. ඒ පුද්ගලයා කෙරෙහි මෙමිත්‍රී සිතක් ඉපදිය යුතුයි කියලා සැරියුත් මහරහතන් වහන්සේ දේශනා කොට වදාලා.

මීළඟට පස්වෙනි පුද්ගලයා පිළිබඳ සැරියුත් මහ රහතන්වහන්සේ දේශනා කරනවා,

“ඉඬ පනාවුසෝ එකවුවො පුත්ගලෝ පරිසුද්ධ කාය සමාවාරො හොති පරිසුද්ධ වචී සමාවාරෝ ලහතිඛ කාලෙන චේකසෝ වීචරං චේතයෝ පසාදං”

මහණෙනි, තවත් ඇතැම් පුද්ගලයෙක් ඉන්නවා ඔහුගේ කායික හැසිරීම යහපත්, වාචික හැසිරවීමත් යහපත්, මානසික හැසිරීම යහපත්, කයින් කුසල් කරනවා, වචනයෙන්

කුසල් කරනවා, සිතින් කුසල් කරනවා වටිනා මනුෂ්‍යයෙක්. ඔහු සම්බන්ධව යම්කිසි කාරණයක් නිසා ද්වේෂයක් උපදිනවා. එවන් මොහොතක ඔබට කැමති ඕනෑම ගුණයක් සිහි කරන්න. ඔහුගේ කායික යහපත් බව සිහි කරන්න. ඔහුගේ වචනයේ යහපත් බව සිහි කරන්න. ඔහුගේ මානසික ගුණාංග තුළ යහපත් බව හෝ මේ කවර හෝ යහපත් ගුණයන් සිහිකරලා ඔහු කෙරෙහි උපන්නා වූ ද්වේෂය දුරුකරන්න. උන්වහන්සේ උපමාවක් දේශනා කරනවා. ශ්‍රීෂ්ම කාලයේ පීඩාවට පත්වෙලා පිපාසිතව එන මනුෂ්‍යයෙක් සිසිල් ජලයෙන් පිරිවිච පිරිසිදු විලක් ළඟට ඇවිල්ල මේ විල දැකලා ප්‍රසාදයට පත්වෙලා ඒකට බැහැලා, වතුර බීලා. නාලා, සැනසීමට පත්වෙලා ඒ ආසන්නයේ රුක් සෙවණේ සැනපී ඉන්නා වාගේ ඔබට ඒ යහපත් පුද්ගලයාගේ කායික යහපත් බව කැමති නම් සිතන්න. ඔහුගේ වාචසික යහපත් බව කැමති නම් සිතන්න. යහපත් මානසික තත්ත්වය ගැන කැමති නම් සිතන්න. මේ කුමක් ගැන හෝ සිතලා අර උපන්නා වූ ද්වේෂය මගහරවාගන්න. මෙමත්‍රිය සිතන්න වඩන්න. ඒ තුලින් මානසික සැනසිල්ල ඇතිකරගන්න කියලා.

දූෂිත මනසින් බැලූවොත්

යම් පුද්ගලයෙක් කුසල කර්මයක් කරනවා වාචසිකවත් අනිත් අයට හිංසාවක් පීඩාවක් කෙරෙන්නේ නැහැ. මානසිකවත් ඔහුගෙන් කාටවත් වරදක් නැහැ. නමුත් කෙනෙක් කරන හොඳ වැඩක් වුනත් අපේ සිතුවිලි අනුව අපට නරක විදිහට තේරුම් යනවා. ද්වේෂයේ හැටි එහෙමයි. අපි හොඳට

මෙම ක්‍රියා පුරුදු කරන අයෙක් නම් අපට එහෙම සිතුවිලි මතුවෙන්නේ නැහැ.

අපි හිතමු මොනව හරි නොමිලයේ බෙදන දෙයක් අපේ මිතුරෙකුට නොලැබුණා කියලා. අන්න මිතුරාට නොලැබුණ නිසා අර බඩු බෙදාදුන් පුද්ගලයා කෙරෙහි ද්වේෂයක් හටගත්තා. ඔහුට ලැබිය හැකි දෙයක් වුනත් අපි හිතනවා ලැබිය යුතුයි කියල. ඒ නිසා මට නුදුන් කෙනා ගැන ද්වේෂය උපදවා ගන්නවා. එය ද්වේෂය ඉපදිය යුත්තක් නොවෙයි. මෙන්න මේ විදිහට අයථාකාරයෙන් සිතීම නිසා අයථා විදිහට කල්පනා කරන්නට පුරුදු වීම නිසා සර්ව සම්පූර්ණ පුද්ගලයන් ගැන පවා ද්වේෂය උපදිනවා. මෙම ක්‍රියා නොමැති සිතක් ඇති නිසා. බුදුහාමුදුරුවෝ කෙරෙහි මාගන්දියා වෙර බැඳගත්තේ ඇයි? බුදුහාමුදුරුවෝ කායික සමාවාරයන්ගෙන් පරිශුද්ධයි. වචී සමාවාරයෙන් පරිශුද්ධයි. මානසික සමාවාරයන්ගෙන් පාරිශුද්ධයි. නමුත් ඇය සිතුවා මොහු මට ස්වාමියා විය යුතුයි කියල. එසේ වුනේ නෑ ඒ නිසා ද්වේෂ කළා. ඇයගේ විෂමාවාර සිතුවිලි කුලින්ම ඇය ද්වේෂය උපදවා ගත්තා. ඒ බුදුහාමුදුරුවන්ගේ වැරද්දක් නෙමෙතේ. දේවදත්ත හාමුදුරුවෝ ඒ විදිහයි. ඔහුගේම විෂමාවාරයන් නිසා ඔහුම ද්වේෂ සහගත සිතුවිලි උපදවාගෙන ඔහුම වෙර බැඳගත්තා. ඒ ඔහුගෙ වරද මිසක් බුදුහාමුදුරුවන්ගේ වරද නොවෙයි.

මෙම ක්‍රී නොවන සිතුවිල්ලක්

මේ විදිහට ලෝකයේ සර්වසම්පූර්ණ පුද්ගලයන්ට වුනත් ලෝකයෙන් නිදහස් වෙන්නට බෑ අනිත් අයගේ ද්වේෂයට ලක් නොවී. එවන් පුද්ගලයින් කෙරෙහි පවා ද්වේෂය

උපදින්නට පුළුවන් ඒ නිසා හොඳට තේරුම්ගන්න පුළුවන් දැන් ද්වේෂයට හේතුව වෙලා තියෙන්නෙ වස්තුව හෝ පුද්ගලයා නොව සිතුවිල්ල. පුද්ගලයා නම් ද්වේෂයට හේතු වෙන්නෙ. කොහොමද සර්වසම්පූර්ණ පරිශුද්ධ පුද්ගලයෙක් ගැන ද්වේෂය ඇතිවෙන්නෙ. ඇතිවෙන්න පුළුවන් කමක් නෑ එහෙම නම් ද්වේෂයට මුල්වෙලා තියෙන්නෙ පුද්ගලයා නොවෙයි. මෙමතිය නොමැති සිතේ හටගන්න සිතුවිල්ල. ඒ සිතුවිල්ල තියෙන තාක් කල් ද්වේෂය පවතිනවා සිතුවිල්ල බැහැර කළොත් ද්වේෂය අවසන්. ඒකට අවශ්‍ය වන්නේ මෙමතී සිතක් පුරුදු කිරීමයි.

රහතන් වහන්සේ නමකට කවදාවත් කරහා කාරයෙක් නෑ. උන්වහන්සේට ගහන, බණින, අය ඉන්න පුළුවන්. මුගලන් මහරහතන් වහන්සේට පල් හොරු පන්සියයක් තැලුවා. නමුත් ඒ එක්කෙනෙක් වත් උන් වහන්සේගේ සිතේ වෛරක්කාරයෝ වුනේ නෑ. ඇයි ඒ උන්වහන්සේගේ මෙමතිය පිරිලා තිබුන නිසා. අපට කවරු හරි පොඩ්ඩක් අවකැපෙන වචනයක් කිව්වොත් ඒ මනුෂ්‍යයා පරම්පරා ගානකට අපේ වෛරක්කාරයෙක් කරගන්නවා ඇයි ඒ?... අපේ ළඟ මෙමතිය නැති නිසා. අපි පස්සෙන් එළවා එළවා ඒ මනුෂ්‍යයාට ද්වේෂ කරනවා. වෛර කරනවා. මොකක්ද වෙනස අපි සිතුවිලි ඇතිකරගන්නා ආකාරයේ තමයි වෙනස. අපි විසින්ම ඇතිකරගන්නා සිතුවිලි රටාවක් තුළ අපි පීඩාවට පත්වෙනවා. අපේ වෙනස තුලින්ම ගොඩනැගෙන ඒ සිතුවිල්ල තුළ අසහනයට පත්වෙනවා. මේ බව හොඳින් තේරුම්ගෙන මෙමතිය පුරුදු කොලොත් මේ සිතුවිලි වලින් අපි නිදහස් වෙනවා. සිත නිවෙනවා අපට සිතට සහනයක් ලබාගන්න පුළුවන්කම තියෙනවා.

අපේ මනස පැහැපත් නම්

ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළා ඒ අරමුණු දහයක් නිසා අපේ මනසේ ද්වේෂය හටගන්නවා කියලා. සැරියුත් මහරහතන් වහන්සේ දේශනා කරනවා ඒ කවර අරමුණක් හෝ අරගෙන අපේ මනසේ හටගන්නා ද්වේෂය කොයි ආකාරයටද අපි දුරුකරගන්නේ කියලා. ද්වේෂය දුරුකරන ඉතාම සරල ක්‍රමයක් පැහැදිලි කර දී ඇත්තේ. එහෙම මනස පවිත්‍ර කරගන්නාට පස්සේ කිසිම ද්වේෂයකට ලක්වූ පුද්ගලයෙක් ලෝකයේ නෑ. කිසිම වෛරී පුද්ගලයෙක් මේ ලෝකේ නෑ. කරණීය මෙත්ත සුත්‍රයේ කියන්නේ මේ මෙමන්‍රිය මුළු ලෝකයේම පැතිරිය යුතුයි. “අසම්බාධං අවේරං අසපත්තං” අසම්බාධං කියන්නේ මේ මෙමන්‍රිය පතුරුවනකොට ඒකට කිසිම සම්බාධකයක් නෑ හරි විදිහට මිත්‍රත්වය, හරි විදිහට සියළු සත්වයන් කෙරෙහි හිතවත් බව අපේ ඇතිවෙලා තියෙනවනම් මේ සිතුවිල්ල ලෝකයේ හැමතැනම පැතිරෙව්වත් මේකට බාධකයක් නෑ. අපේ මනසේ ද්වේෂ සිතුවිලි ඉවත් කරලා නිසා බාධාවන දේ අපි නිදහස් කරලා අපේ මනසේ ද්වේෂය තිබුණොත් තමා බාධකය ඇතිවෙන්නේ. අපේ මනසේ ද්වේෂය ඉවත්කලාට පස්සේ මේ මෙමන්‍රිය සිතිවිල්ල මුළු ලෝකය පුරා විසිරෙව්වත් ඒකට බාධකයක් නෑ. “අවේරං” වෛරී පුද්ගලයෙක් නෑ. “අසපත්තං” ඒකට හතුරෙක් නෑ. එකම හතුරා එකම බාධකය එකම බැරිකම තමයි අපේ හිතේ පවතින ද්වේෂය. ඒ නිසා තේරුම්ගන්ට ඕනෑ අපට මෙමන්‍රිය පතුරවන්නට බැරිනම් ඒ බැරිවීමට එකම හේතුව පිට පුද්ගලයෝ නෙවෙයි. ඔවුන් අරමුණු කර කර වැරදි ආකාරයෙන් අපේ සිතට ගොඩනගා ගත්තු එක්තරා සංකල්පනාවක් පමණක් බව.

ඒ නිසා දැන් කල්පනා කරල මේ පැහැදිලි කළ සූත්‍ර දේශනාව අනුව ඒ උපමා තම තමන්ගේ ජීවිතයට ගලපමින් අද සමාජයේ ජීවත් වෙනකොට කටයුතු කරන කොට ඇති වෙන ද්වේෂ සහගත සිතුවිලි කවීරුන් කරන දෙයක් නොවේ. ඒකට වැරදිකාරය කවීරුන් නෙවේ, තමාමයි. තමා තුළ වැරදි විදිහට හටගන්නා සිතුවිලිමයි කියල තේරුම් අරගෙන ඒ කාරණා පිළිබඳව තව තවත් පුළුල් විදිහට නුවණින් මෙනෙහි කරමින් ඒ උපමා සංසන්දනය කරමින් අපි බලාපොරොත්තු වන අරමුණු කරන ගමන යාම සඳහා උත්තරීතර වූ මෛත්‍රිය හදවත පුරාවට පිරෙන්තට නිතරම හැකි සෑම අවස්ථාවකම භාවනා කරල පුරුදු පුහුණු කරන්න කටයුතු කරන්න ඕනෑ.

දානයටද සීලයටද වඩා මෛත්‍රියේ අනුභව

බුදුපාමොක් සංඝයාට දෙන දානයටත් වඩා මෛත්‍රිය වැඩිම බොහෝ අනුභව ඇති බව අංගුත්තර නිකායේ නවක නිපාතයේ චේලාම සූත්‍රයේදී පෙන්වා දී ඇත.

“යඤ්ච ගහපති වෙලාමො බ්‍රාහ්මණො දානං අදාසී මහා දානං යොබ්බකං දිට්ඨි සම්පන්නානං භොජෙය්‍ය යො ච සතං දිට්ඨි සම්පන්නානං භොජෙය්‍ය යො වෙකං සකදාගාමීං භොජෙය්‍ය යො ච සතං සකදාගාමීනං භොජෙය්‍ය යොවෙකං අනාගාමීං භොජෙය්‍ය යොච සතං අනාගාමීනං භොජෙය්‍ය යොබ්බකං අරහන්තං භොජෙය්‍ය යො ච සතං අරහන්තානං භොජෙය්‍ය යොවෙකං පච්චෙක බුද්ධිං භොජෙය්‍ය යො ච සතං පච්චෙක බුද්ධානං භොජෙය්‍ය යො ච බුද්ධපමුඛිං සංඝං භොජෙය්‍ය යො ච වාතුද්දිසං සංඝං උද්දිස්ස විහාරං කාරාපෙය්‍ය යොච පසන්න විත්තො බුද්ධිං ච ධම්මං ච සංඝං ච සරණං

ගව්‍යයා යො ව පසන්ත චිත්තො සික්ඛාපදානි සමාදියෙයා
 පාණාතිපාතා වෙරමණිං අදින්නාදානා වෙරමණිං කාමේසු
 මිච්ඡාචාරා වෙරමණිං මුසාවාදා වෙරමණිං සුරාමේරය
 මජ්ජිමනිකායෙ වෙරමණිං යොව අත්තමසො ගන්ධුහන
 මත්තමිච්චි මෙත්තං චිත්තං භාවෙයා ඉදං තතො මහප්ඵලතරං”

එයින් දැක්වෙන්නේ වේලාම බ්‍රාහ්මණයා සත්
 අචුරුදු සත් මසක් මුළුල්ලෙහි ගණනින් ප්‍රමාණ කළ නොහෙන
 මහා මුදලක් (ධනයක්) වියදම් කොට ලෞකික මහා ජනයාට දුන්
 මහා දානයට ද වඩා සෝවාන් පුද්ගලයකුට දෙන දානයටද වඩා
 සෝවාන් පුද්ගලයන් සියයකට දෙන දානයට ද වඩා එක්
 සකදාගාමී පුද්ගලයකුට දෙන දානයට ද වඩා සංකදාගාමී
 පුද්ගලයෝ සියයකට දෙන දානයට ද වඩා එක් අනාගාමී
 පුද්ගලයකුට දෙන දානයටද වඩා අනාගාමී පුද්ගලයෝ සියයකට
 දෙන දානයටද වඩා අරහත් පුද්ගලයකුට දෙන දානයටද වඩා
 අරහත් පුද්ගලයන් සියයකට දෙන දානයට ද වඩා පසේ බුදු
 කෙනෙකුට දෙන දානයට ද වඩා පසේ බුදුවරයන් සියයකට
 දෙන දානයට ද වඩා ලොච්ඡුරා බුදුකෙනෙකුට දෙන දානයට
 වඩා බුදුපාමොක් සංඝයාට දෙන දානයටද වඩා සතර දිගින්
 වඩනා සංඝයා උදෙසා විහාරයන් කරවීමටද වඩා රත්තත්ත්‍රය
 සරණ යාමටද වඩා පඤ්ච ශික්ෂාපද සමාදානයටද වඩා සුවඳ
 දෙයක් අතට ගෙන වරක් සිඹින කාලය පමණ කාලයක් මෙන්
 සිත් වැඩීම මහත්ඵල බවය. මෙත් සිත වැඩීම ඒ සියල්ල
 පරදවන මහ පිනක් බවය. මෙවන් සුළු කාලයක් මෙන් සිත
 වැඩීමෙන් මෙවන් මහත්ඵල ආනිසංස ඇත්නම් නිතර, නිතර
 පුරුදු පුහුණු කරන මෙවැනි සිතකින් කොතෙක් අනුසස් ඇත්දැයි

සිතාගැනීමට අසීරු කරුණකි. එහෙත් අපි කෙටියෙන් එය සලකා බලමු.

මෙන් වැඩිමේ ආහිසංස

මෙන්ත සූත්‍රය

නමෝ තස්ස හගචතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස

“මෙන්තය හික්ඛවෙ වෙනො විමුක්තියා ආසෙවිතාය භාවිතාය බහුලිකතාය, යානි කතාය වන්ථුකතාය අනුට්ඨිතාය පරිචිතාය සුසමාරද්ධාය එකාදසානිසංසා පාටිකංඛා කතමේ ඒකාදස ..?”

සුඛං සුපති සුඛං පටිබුජ්ඣති න පාපකං සුපිනං පස්සති මනුස්සානං පියො හොති අමනුස්සානං පියො හොති දේවතා රක්ඛන්ති නාස්ස අග්ගිංවා විසංවා සත්තංවා කමති තුවටං චිත්තං සමාධියති මුඛවණ්ණො විප්පසීදති අසම්මුල්හො කාලං කරොති. උත්තරීං අප්පට්චිජ්ඣන්තො බ්‍රහ්ම ලොකුපගොහොති” ති.

අප බුදුපියාණන් වහන්සේ විසින් දේශනා කර වදාළ ඉතා වැදගත් සූත්‍ර දේශනාවක් තමයි මේ මෙන්ත සූත්‍රය. එහි කෙටි පාඨයක් තමයි ඉහත සඳහන් වෙන්නේ. එහි තේරුම වන්නේ,

මහණෙනි, ආදරයෙන් සෙවුනා ලද, එසේම වඩන ලද නැවත, නැවත, වැඩිම වශයෙන් පුරුදු පුහුණු කරන ලද යානාවක් මෙන් පුරුදු කරන ලද වස්තුවක් මෙන් කරන ලද

නැවත නැවත උපදවන සියළු අන්දමින්ම පුරුදු කරන ලද මනාව පටන්ගන්නා ලද මෙහි වේතෝ විමුක්තිය පිළිබඳ ආනිසංස එකොළසක් කැමති විය යුතුය. ඒ එකොළස මොනවාද?

1 සැපයේ නිදියි. 2 සැපයේ අවදි වෙයි. 3 නපුරු සිහින නොදකියි. 4 මිනිසුන්ට ප්‍රියවෙයි. 5 අමනුෂ්‍යයන්ට ප්‍රිය වෙයි. 6 දෙවියෝ රකිති. 7 ගිනි හෝ විෂ හෝ ආයුධ හෝ නොවදිති. 8 වහා සිත එකාග්‍රවෙයි. 9 මුහුණ පැහැපත්වෙයි. 10 සිහි මුළා නොවී කළුරිය කරයි. 11 මෙන් සමවතින් මත්තෙහි රහත් වන්නට නොහැකි වී නම් මරණින් මතු බලාපොරොත්තු උපදියි. යනු එහි තේරුමයි.

බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් ඉතාම අර්ථවත්ව උසස් වශයෙන් දේශනාකර වදාළ මෙම ධර්ම පාඨයේ ධර්ම කරුණු විස්තර කිරීමට පෙරාතුව හැමදෙනාටම ඉතාමත් වැදගත් වන්නේ බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් මේ දේශනාව කිරීමට හේතුවූ කාරණය පිළිබඳව දැනගන්න එක සුදුසුවෙන බව මා තීරණය කළෙමි. අපේ බුදුරජාණන් වහන්සේ සැවැත් නුවර ජේතවනාරාමයෙහි වැඩවසන කාලයේදී උන්වහන්සේ අවබෝධ කරගත්ත ඥාණයන්ගෙන් බලා වදාළා තමන් වහන්සේ කොසොල් රට සැරිසරණ කාලයෙහි අග්ගිකන්ධෝපම සූත්‍රය දෙසීමෙන් සැටනමක් පමණ භික්ෂූන් වහන්සේලා කටින් උණු ලේ වමනය කරන බවත්, සැට නමක් රහතන් බවත්. සැට නමක් පමණ භික්ෂූන් වහන්සේලා සිවුරු හැර යන බවත්, සැට නමක් රහත්වන බවත් නමුත් උන්වහන්සේ මේ කොසොල් රට වාරිකාව අතහැරියේ නැහැ. මේ වගේ ප්‍රතිඵලයක් දැකලත් උන්වහන්සේ මේ ගමන යාමට තීරණය කළා. මේ වාරිකාවේ දී

ධර්ම දේශනා කරමින් සැරිසරණ උන්වහන්සේ මහත් වූ බෙහෙයක් සහිත ගසක් ගින්නෙන් ඇවිලෙනු දැක හිඤ්ඤන් වහන්සේලාට කථාකර දේශනාවක් කළා. “පස්සට නො තුම්භෙ හිනාවේ අටුං මහන්තං අග්ගිබන්ධං” යනාදී වශයෙන් අග්ගිකන්ධොපම සූත්‍රය දේශනා කොට වදාළා. දේශනාව අවසන් වෙනවාත් සමගම උන්වහන්සේ මුලින් දිවැසින් දුටු දේ එසේම සිද්ධ වුණා. සැටනමක් හිඤ්ඤන් වහන්සේලා කටින් උණු ලේ වමනය කළා. සැට නමක් හිඤ්ඤන් වහන්සේලා රහතන් වහන්සේලා වුණා. සැට නමක් හිඤ්ඤන් වහන්සේලා සිවුරු හැරගියා. මීට හේතු වශයෙන් උන්වහන්සේ දේශනා කර වදාලේ ක්ෂුද්‍රානුක්ෂුද්‍රක ශික්ෂා පද කඩ කළ හිඤ්ඤන් වහන්සේලා සිවුරු හැර ගිය බවත් පැවිදිව සිටි කාලයේදී පාරාජිකා වූ හිඤ්ඤන් වහන්සේලා උණු ලේ වමනය කළ බවත්, නියම අන්දමින් මහණ දම් පිරු හිඤ්ඤන් වහන්සේලා රහත් භාවයට පත්වුණ බවත්ය.

මේ විදිහෙ ප්‍රතිඵලයක් ඇතිවීමට හේතුව බුදුරජාණන් වහන්සේ අර ගිනිකඳ උපමාවට අරගෙන කරන ලද දේශනාවයි. ඒ දේශනාවෙන් උන්වහන්සේ පැහැදිලි කලේ යම් කිසි හිඤ්ඤවක් හිඤ්ඤත්වය ලබාගෙන ඒ හිඤ්ඤත්වයට අයත් ගුණධර්ම හරියට පිළිපදින්නේ නැත්නම් ලෝකවාසීන් විසින් ශ්‍රද්ධාවෙන් පූජා කරන ලද දේවල් ප්‍රයෝජනයට ගනී නම් ඒක ලොකු වරදක් බවයි. මොනතරම් වරදක්ද කියලා පැහැදිලි කරනවා නම් හරියට මහණකම රැකගන්නෙ නැතිව ලෝකවාසීන්ගේ රට්ඨපිණ්ඩය අනුභව කිරීම මේ ගිනිගොඩට පැනලා ජීවිත විනාශ කරගැනීමටත් වඩා විශාල වරදක් බවයි.

මේ දේශනාව ශ්‍රවණය කළ හිඤ්ඤන් වහන්සේලාට අර වගේ සිදුවීමක් සිදුවුණා.

සුපුරුදු පරිදි ධර්ම වාරිකාවේ යෙදුන බුදුරජාණන් වහන්සේ නැවතත් ජේතවනාරාමයට වැඩම කළා. ඉතින් ඒ අවස්ථාවේදී ඉහත දේශනය ශ්‍රවණය කරපු හිඤ්ඤන් කණ්ඩායම් වශයෙන් සිවුරු හැරලා ජේතවනාරාමය හැරගොස් තිබුණා: කෞශ්ඨිකය වස්ත්‍රයෙන් බබලමින් තිබුණු සැවැත්තුවර ජේතවනාරාමය හිඤ්ඤන් වහන්සේලාගෙන් හිස්වෙලා පරිහානියට පත්වෙලා තිබුණා. මේ බව දැනගත් තථාගතයන් වහන්සේ ආනන්ද හාමුදුරුවන්ට කථාකරලා විමසුව මොකද මේ හිඤ්ඤන් වහන්සේලාගේ හිස් බව කියලා. මේ තරම් හිඤ්ඤන් වහන්සේලා අඩුවෙන්ට හේතුව විමසා සිටියා. ආනන්ද හාමුදුරුවෝ එවිට බුදුරජාණන් වහන්සේට කරුණු පැහැදිලි කර සිටියා.

“ස්වාමීනි” ඔබ වහන්සේ කොසොල්ලට සැරිසරණ අවස්ථාවේදී බෙහෙවින් සහිත විශාල ගසක් ගිනිගෙන දැවෙනවා දැක එය උපමාකරමින් දේශනා කරපු අග්ගිකන්ධන්ධොපම සූත්‍රයට සවන් දුන්න හිඤ්ඤන් වහන්සේගෙන් හැට නමක් ඒ අවස්ථාවේදීම රහත් වුණා. සැට නමක් සිවුරු හැර ගියා. සැට නමක් කටින් ලේ වමනය කළා. මේ ආරංචිය සැලවුණු අනෙකුත් හිඤ්ඤන් වහන්සේලාත් ඔබ වහන්සේගේ දේශනාවේ බරපතලකම තේරුම් අරගෙන දැන් කණ්ඩායම් වශයෙන් සිවුරු හැර යනවාය, කියා ආනන්ද හාමුදුරුවෝ බුදුරජාණන් වහන්සේට විස්තර ප්‍රකාශ කර සිටියා. ඒ බව අහපු බුදුරජාණන් වහන්සේට ලොකු ධර්ම සංවේගයක් ඇතිවුණා. පසුව බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා ආනන්ද, මේ සාසනයට ඇතුළු වෙන්න තියෙන්නේ එක මාර්ගයක් පමණක් නොවේ. විශාල

ගඟකට බහින්න තොටුපලවල් කීපයක් තිබෙන්නා වාගේ මාගේ සාසනයෙන් සැනසෙන්නටත් කොතෙකුත් මාර්ග කොතෙකුත් ක්‍රම තිබෙනවා. ඒ නිසා එකම මාර්ගයක් තුලින් තමාගේ මහණකම විනාශවුණා කියා කියන්නට, හිතන්නට පුළුවන් කමක් නෑ. මේ විදිහට දේශනා කළා බුදුරජාණන් වහන්සේ. ආනන්ද හමුදුරුවන් වහන්සේ දන්වනවා. සියළුම විහාර පන්සල්වල සිටින භික්ෂූන් වහන්සේලා ජේතවන මහා විහාරයේ මැද මිදුලට රැස්කරන්නයි කියලා. ජේතවන මහා විහාරයේ මැද මිදුලේ ධර්මාසනයක් පනවා භික්ෂූන් වහන්සේලාට රැස්වෙන්නට දන්වා සිටියා. මෙසේ රැස්වී භික්ෂූන් වහන්සේලාගේ මූලාසනය බුදුරජාණන් වහන්සේ පිළි අරගෙන මෙසේ දේශනා කර සිටියා.

“අච්ඡරාසංඝාත මත්තම්පි වෙ භික්ඛවෙ භික්ඛු මෙත්තං විත්තං ආසෙවති අයං වුව්වති භික්ඛවෙ භික්ඛු අරිත්තජ්ඣානො විහරති සත්ථුසාසන කරො ධවාපදතිකරො අමොසං රට්ඨපිණ්ඩං භුඤ්ජති කොපන වාදෝ යෙ නං බහුලීකරොන්ති”

මෙහි තේරුම, මහණෙනි, මේ සාසනයෙහි යම් භික්ෂු නමක් අසුරුසනක් ගසන ස්වල්ප කාලයක් සියළු සතුන් කෙරෙහි මෙන් සිත වඩයි නම් හෙවත් මෙමත්‍රිය කරයි නම් මහණෙනි, මේ භික්ෂුනට මේ සසුනෙහි නොයිස් වූ ධ්‍යාන අයෙකු ව සන්නේය. ශාස්තෘසාසනය පිළිබදින්නේය. අවවාද පිළිගත්තෙක් වන්නේය. දායකයන් විසින් දෙනු ලබන රට්ඨපිණ්ඩය නොයිස්ම වළදන්නෙක් වන්නේය.

බුදුපියාණන් වහන්සේ කලින් කළ දේශනයන් මේ දේශනාවන් අනුව බලනකොට මේ දේශනාවේ ලොකු වෙනස්කමක් දකින්නට පුළුවන්කම තියෙනවා. භික්ෂු ප්‍රතිපත්ති

වලින් පිරිහී ගිය හිඤ්ඤාවට දායකයන් විසින් පූජා කරනු ලබන රටියපිණ්ඩය නුසුදුසු බවයි. උන්වහන්සේ මෙම සූත්‍ර දේශනාවේ දේශනා කරනවා හිඤ්ඤාව වහන්සේ ඒ ප්‍රතිපත්ති පිරිහී සිටියත් මේ හිඤ්ඤාව මෙමඟින් විහරණයෙන් යුක්තව අසුරු සැනක් ගසන වේලාවක් මෙමඟින් වැඩුවා නම් දායකයන් ඉතා ශ්‍රද්ධාවෙන් දෙනු ලබන පූජා කරනු ලබන දේ පිළිගැනීමට සුදුස්සන් වන බව.

මේ දේශනාව කළාට පසුව අර කලකිරීමට පත්වෙලා සිටි හිඤ්ඤාව වහන්සේලාගේ කලකිරීම අඩුවෙලා හිඤ්ඤාවය කෙරෙහි තිබුණ බිය නැතිවෙලා ගිය බව සඳහන් වෙනවා. මෙයින් මෙමඟින් භාවනාවේ ආනිසංස මෙන් වැඩීමේ අගය බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරන්නට යෙදුනා. මෙයින් පැහැදිලිවන කරුණ තමයි හිඤ්ඤාව වහන්සේ සමහර විට තමන්ගේ නොදැනුවත්කම නිසා ඉඩ පහසුකම් වල අඩුපාඩුකම් නිසා සුළු සුළු වශයෙන් හිඤ්ඤා ප්‍රතිපත්ති වලින් පිරිහුනත් උන් වහන්සේ වඩන මෙමඟින් ප්‍රතිපත්ති ඔස්සේ යම්කිසි සේවාවක් කරනවා නම් උන්වහන්සේට කරන පුද පූජා සැලකිලි ගෞරව නමස්කාරදියට උන් වහන්සේ සුදුස්සෙක් බවයි. මින් ඉතා වැදගත් වන්නේ හිඤ්ඤාව වහන්සේගේ අගය හා වටිනාකම වගේම මෙමඟින් සිතෙහිද අගය, වටිනාකම බුදුරජාණන් වහන්සේ අගය කළා. ඉතින් මෙතනදී අප කල්පනාවට ගන්න ඕන කාරණයක් තමයි මේ මෙමඟින් කියන්නේ කුමක්ද?. මූලින් පැහැදිලි කළ පරිදි මෙමඟින් කියන වචන අද බෞද්ධයන් අතර නිතර පාවිච්චි වන වචනයක්. ඒ වගේම බුද්ධකාරක ධර්ම අතරේ එන බුද්ධ කාරක ධර්මයක් කියන එක අපි විස්තර වශයෙන් පැහැදිලි කරගන්න ඕනෑ. තමනුත් සැපයට, ලාභයට,

දියුණුවට කැමති වන්නාක් මෙන් ලෝකයේ ජීවත්වෙන සෑම දෙනාම, සෑම සත්වයාම තමන්ගේ සැපයට, ලාභයට, දියුණුවට කැමති බව පැහැදිලි කරගත යුතුයි. තමන්ට සතුරු වූත් මිතුරු වූත් මධ්‍යස්ථ වූත් හැමදෙනා හැමදෙනාගේම සැපයට, ලාභයට, දියුණුවට කැමතිවන ස්වභාවය අවබෝධ කරගැනීම තමයි මෙම ක්‍රියා ලෙස පැහැදිලි කිරීමට පුළුවන් වන්නේ, සඳහන් වෙන්නේ. තවත් පැහැදිලි වෙනවා අනුන්ගේ සිත සතුටට පත්කරන්නා වූද අනුන් නිදුක්වෙත්වා, නිරෝගී වෙත්වා, සුවපත් වෙත්වා යනාදී විදිහට ගැඹුරින් සිතීමත් මෙම ක්‍රියයි.

අපි දැන් බලමු මෙත්ත සූත්‍රයේ සඳහන් වෙන ආනිසංස පිළිබඳව මෙය අංගුත්තර නිකායෙහි ඒකාදස නිපාතයේ සූත්‍රයකි. මෙම සූත්‍රයෙන් පැහැදිලි වන්නේ මෙත්තා චේතෝ විමුක්තියෙන්, මෙම ක්‍රී ධ්‍යානයෙන් ලැබෙන අනුසස්. මෙත් වඩන තැනැත්තන්ගේ ඒ ඒ අයගේ මෙම ක්‍රී විත්තයේ දියුණුවේ සැටි සැටියට ලැබෙන්නේය.

(1) සුඛං සුපති

බොහෝ දෙනා නිදාගන්නා කල්හි ගොරවමින් කෙදිරිගාමීන් ඒ මේ අත පෙරළෙමින් දඟලමින් දුක සේ නිදති. මෙත් සිත් ඇති තනැත්තෝ සමවතට සමවත් එකකු මෙන් සුවසේ නිදති. ඉතා සුව පහසුව නිදති. නින්දට යන සත්වයෙක් බලාපොරොත්තු වෙන්නේ සුව පහසු විවේකී නින්දක්. මෙම ක්‍රී සිතක් පුරුදු කරල ඇති කෙනෙකුට එවන් නින්දක් ලැබෙන බව පැහැදිලි කර වදාළා. මේ පළමු ආනිසංසය.

(2) සුඛං පටිබුජ්ඣකති

බොහෝ දෙනා නින්දෙන් පිබිඳෙන කල්හි කම්මැලි කමින් ඇතුම් අරමින් කෙදිරිගාමින් සමහර අය ක්ලාන්ත වීමෙන් හොඳ සිහියෙන් තොරව දුකසේ පිබිඳෙති. මෙක් වඩන තැනැත්තා නෙළුමක් පිබිඳෙන්නාසේ ප්‍රබෝධමත්ව විකාර රහිතව ඉතා සැප පහසුව සුවසේ පිබිඳෙයි. මේ දෙවන ආනිසංසයයි.

(3) න පාපකං සුපිනං පස්සති

බොහෝ දෙනා සුවසේ නින්දකට ගියද නිදාගෙන ටික වේලාවකින් නොයෙක් නරක නපුරු සිහින දැක බියට පත්වෙති. කුළු හරක්, බොහෝ බියකරු සර්පයන්, අමනුෂ්‍යයන් වැනි දේවල් දකිති. ඒ දැක බියට පත්ව නින්දෙන් කෑ ගසති. සමහරක් නින්දෙන්ම ඇවිදිති. මෙවැනි විකාර දේ කරති. එහෙත් මෙක් වඩන තැනැත්තා එවන් නපුරු සිහින නොදකී. හයානක පුද්ගලයින් සතුන් නොදකී. සිහිනෙන් ගමන් නොකරයි. සිහිනයක් දුටුවද එය වෙහෙර විහාර දර්ශණීය පෙරහැර, පිංකම් ආදී යහපත් දේම සිහිනෙන් දකී. මේ තුන්වන ආනිසංසයයි.

(4) මනුස්සානං පියො හොති

මෙමත්‍රිය නොවඩන නපුරු මිනිසුන්ගේ ගතිය ඔවුනොවුන්ගේ මුහුණෙන්ම පෙනෙන බව පැහැදිලිය. එවැනි නපුරු මිනිසුන් දකින විට අප්‍රිය බවක් ඇතිවේ. මෙමත්‍රියෙන් තොර එවැනි නපුරු මිනිසුන්ගේ හදවතේ ඇතිවන නපුරු බවක් සමග ඔවුන්ගේ මුළු ශරීරයම වෙනස්වේ. ඒ බව වඩාම පැහැදිලිව පෙනෙන්නේ මුහුණෙන්ය. මෙක් සිත ඇති පිංවතා

ගේ සෞම්‍යත්වය ද ඔහුගේ මුහුණෙන් පෙනේ. එබැවින් මෙක් වඩන තැනැත්තා පොත් පත්වල සඳහන් පරිදි රෝස මලක්, රෝස මල් පොකුරක් සේද පියුමක් සේද, මුතුහරක් සේද, මිනිසුන්ට පෙනේ. ප්‍රියවේ. මේ හතරවන ආනිසංසයයි.

(5) අමනුස්සානං පියො හොති

මෙක් වඩන තැනැත්තා මිනිසුන්ට පමණක් නොව අමනුස්සයින්ටද ප්‍රිය වේ. අමනුස්සයෝද මෙක් වඩනා තැනැත්තා දුටු කල්හි සිත් සතුටු කරගන්නා අවස්ථා ඇත. ඔවුන් වෙසෙන ප්‍රදේශවල සිටින අමනුෂ්‍යයෝද සිත් සතුටු ඇත්තො වෙති.

විශාඛ තෙරුන් වහන්සේගේ කතාව

(විඤ්ඤි මාර්ගය පිටු 452)

අමනුස්සානං පියෝ හොති යනාදී වශයෙන් පැහැදිලි කරන්නේ මේ කියන මෙක් සිත වඩන තැනැත්තා දෙවියන් භූතයන් ආදී විසින් ප්‍රියකරනු ලබනවා. මේකට එක ජනප්‍රිය උදාහරණයක් තමයි විශාඛා තෙරුන් වහන්සේගේ කතාව. ඒ විශාඛ කියන භාමුදුරුවෝ ඉන්දියාව පැලලුප් නුවර උපන් කෙනෙක්. ඉතින් ඒ තැනැත්තා ධනය උපයලා ගෘහ ජීවිතය කාලයක් ගතකරලා පස්සේ ඒවා පිළිබඳව ආශාව අතහැරලා ඔහුට ඔහුගේ ජීවිතයේ අවසාන භාගය ශාසනයට කැප කිරීමට සිතුවේ. මේ අදහස ඇතිවෙලා හොඳ ආගමික ජීවිතයක් ගත කිරීමට ඕන නම් ලංකාවට එන්න ඕනෑය කියන කාරණයක් ඔහුට අසන්නට දැනගන්නට ලැබුණා. මේ කාලය වන විට මේ ලක්දිව බුදුදහම හොඳින් පවතින කාලයක්. ඉතින් මේ තැනැත්තා ලංකාවේ ඕනෑම තැනක ජීවත්වීමට තරම් සුදුසු හොඳ දේශගුණික තත්වය ගැනත් දැනගන්නට ලැබුණා. ඒ

ගැනක් කල්පනා කරලා තමාගේ සියළු ධනය අඹුදරුවන්ට දී එක් කභවනුවක් පමණක් ගෙන ගෙදරින් පිටත්ව මුහුදුතෙරට ගොස් නැවක් සොයමින් මසක් ගතවුණා. ඔහු වෙළඳාමෙහි දක්ෂයෙක් බැවින් ඒ මාසය තුළදී තමා ගෙන ආව එක් කභවනුව ගෙන දහසක් උපයාගැනීමට ඔහුට හැකිවිය. මසකින් පසු නැවක් ලැබ ලක්දිවට පැමිණ ඒ කාලයේ ලංකාවේ බුදුදහමේ කේන්ද්‍රස්ථානව පැවතුණු අනුරාධපුර මහා විහාරයට ගොස් එවකට මහා විහාරයේ වැඩ විසු හික්කුන් වහන්සේලාගෙන් ඔහු පැවිද්ද ඉල්ලා සිටියේය. පැවිදි කරවීම පිණිස තෙරුන් වහන්සේලා සීමාවට කැඳවාගෙන ගිය විට ඔහුගේ ඉතේ තුබුන දහසක් බැඳි පොට්ටනිය බිම දැමීය. තෙරුන් වහන්සේලා විසින් මේ කුමක්දැයි ඇසුවිට ඔහු ස්වාමීනී කභවනු දහසකැයි කියා උත්තර දුන්නේය. ඊට පසුව තෙරුන් වහන්සේලා උපාසකය පැවිදිවීමෙන් පසු මේවා පරිහරණය නොකළ හැකිය. දැන්ම මේවාට කරන දෙයක් කරන්න, කියා තෙරුන් වහන්සේලා දැක්වූ විට මේ උපාසකතුමා පැවිදිවෙන තැනට පැමිණි සිටි අයට හිස් අතින් නොගොස් මේවා අහුලා ගනිත්වා කියා ඒ රන් කභවනු දහස සීමා මාලකයේ විසිර දැමීය. පැවිදිව උපසම්පදාවද ලබාගත්තේය. මහණකම සාර්ථකව කරගන්න කල්පනා කරල එක තැනකට ඇලිල එක තැනකටම වෙලා ජීවත්වීම හිතේ ඇල්ම ආශාව ඇතිකරන දෙයක් නිසා උන්වහන්සේ එක තැනක භාර මාසයක් වැඩ සිටිමින් බණ භාවනා කිරීම ප්‍රතිපත්තියක් කරගත්තා. මේ විදිහට අනුරාධපුරයෙන් පටන් අරගෙන එක තැනක භාර මාසය බැගින් වාසය කරමින් රුහුණු ප්‍රදේශයේ සිතුල්පව්ව විහාරය දක්වාම උන් වහන්සේ වැඩියා. සිතුල්පව්වත් රහතන් වහන්සේලාගේ

පාද්පර්ශයෙන් බොහෝම පවිත්‍ර වෙච්ච තැනක් හැටියටයි සඳහන් වෙන්නේ. මේ විශාඛ තෙරුන් වහන්සේ සිතුල්පව්වෙන් සාර මාසයක් පමණ භාවනා කරමින් වැඩ වාසය කළා. මේ භාර මාසය අවසන් වෙන්න කලින් දින රාත්‍රියේ මේ විශාඛ තෙරුන් වහන්සේ කල්පනා කළා මම දැන් මෙතනින් පිටත්ව යන්න ඕනෑය කියල. එහෙම කරල උන් වහන්සේ රාත්‍රී කාලයේ සැතපෙන්න ගියා. ඒ රාත්‍රී කාලයේ මහත් හයියෙන් අඬන කෙනෙකුගේ ශබ්දය උන්වහන්සේට අසන්නට ලැබුණා. උන් වහන්සේ ශබ්දයට සවන්දීලා මේ අඬන්නේ කවිද කියලා ඇහුවා. එතකොට කෙනෙක් කියනවා මේ වනයේ ඔබ වහන්සේ සක්මන් කරන සක්මන අසල ඇති නුග රුකකට අධිගෘහිත දේවතාවා කියලා. එහෙම අඬන්න හේතුව ඇසුවාම ඔබ වහන්සේ හෙට මේ ස්ථානය හැරයන්න කරපු තීරණය දැනගන්න ලැබීම නිසා අඬන බව කීවා. මගේ වෙන්වීම නිසා ඔබ අඬන්න හේතු මේ තෙරුන් වහන්සේ විමසුවා. එවිට වෘක්ෂ දේවතාව පිළිතුරු දෙනවා ඔබ වහන්සේ මේ ස්ථානයේ සිටින කාලේ ඔබ වහන්සේ බොහොම මෙහෙයුම් සිතිවිලි වලින් යුක්තව සිටියා. ඔබ වහන්සේ පතුරවපු මෙහෙයුම් සිතිවිලි අපට බලපෑවා. මෙහි දෙවියෝ වගේම නොයෙක් අමනුෂ්‍යයෝ ඉන්නවා. අප අතර අසමගිකම්, අසන්තෝසකම්, අමනාපකම් නැතිවෙලා ගියා. අපි බොහොම හොඳින් සතුටින් සමගියෙන් ජීවත් වුණා. ඉතින් මම දැන් අඬන්නේ අපේ සතුට, අපේ සමගිය, අපේ ප්‍රීතිය ඔබ වහන්සේගේ ගමනත් සමග ඉවරවෙනවා, අවසන් වෙනවා. ඒ නිසා අපට අනුකම්පා කරල මේ ස්ථානයේම වැඩ වාසය කරන සේක්වා කියලා ඉල්ලා සිටියා. එවිට විශාඛ තෙරුන් වහන්සේ මගේ නැවතීම ඔබලාට

ප්‍රයෝජනවත් වෙනවා නම් මම ඒ ගමන කල්දානව කියලා. මෙහෙම කියලා උන් වහන්සේ තවත් භාර මාසයක් එහිම වැඩ වාසය කරන්න තීරණය කලා. ඉතින් ඒ භාරමාසය අවසන් වන විටත් පෙර සේම අර වාසය දේවතාව ඇවිත් කන්නලව් කරලා විශාඛ තෙරුන් වහන්සේගේ ගමන කල් දම්මා ගත්තා. මේ ආකාරයට උන් වහන්සේ අපවත්වන තෙක්ම දේවතාවාගේ ඉල්ලීම පිට සිතුල්පව්වෙම වැඩ වාසය කලා. අපට මෙයින් පැහැදිලි වෙනවා මෙහි වඩන පුද්ගලයා අමනුෂ්‍යයන්ටත් ප්‍රිය වන බව.

(6) “දේවතා රක්ඛන්නි”

මෙහි වැඩිමේ හයවන ආනිසංසය වශයෙන් සඳහන් වන්නේ දෙවියන් විසින් රකිනු ලබන බවයි. මෙහි විහරණය තුළින් දෙවියන්ගේ ආරක්ෂාව ලබාගන්න පුළුවන්. සිල්වත් කමට වඩා මෙහි විහරණයට සමහර අවස්ථාවල දෙවියෝ සලකනවා. ඒකට හොඳම උදාහරණය තමයි අප කවීරුන් භාවිත කරන කරණිය මෙත්ත සූත්‍රය. අපේ බුදුරජාණන් වහන්සේ වැඩ ඉන්න කාලේ හිඤ්ඤා වහන්සේලා පන්සිය නමක් උන් වහන්සේගෙන් කර්මස්ථාන ලබාගෙන ඇත හිමාල වනයේ භාවනා කරන්න ගියා. හිමාලය හා ඒකාබද්ධ වූ තැනින් තැන සිත්කළු නිල්වන් ගල්තලා හා සුදු වැලිතලා ඇති පිරිසිදු සිසිල් ජලය ඇති එක් පර්වත ප්‍රදේශයක් දැක එහි එක් රැයක් වැඩ වාසය කලා. පසුදින සමීප ගමකට පිඩු පිණිස වැඩියෝය.

මේ ගම එකිනෙකට සමීපයෙන් පිහිටි දහසක් පමණ ගෙවල් ඇති විශාල ගමකි. එහි වැසියෝ සැදැහැ සිත් ඇති අයයි. ඒ ප්‍රදේශයෙහි පැවිද්දන් දුර්ලභ බැවින් හිඤ්ඤා දැකීමෙන් ප්‍රීතිමත් වූ ඒ ගමේ වැසියෝ ඒ හිඤ්ඤාට ආදරයෙන්,

ගෞරවයෙන් දන් දී වස් තෙමස එහිම වැඩ වාසය කරන ලෙස ආරාධනා කොට පර්වත ප්‍රදේශයෙහි පන්සියයක් හිඤ්ඤන් වහන්සේලාට විසීමට කුටි පන්සියයක් කරවා දුන්හ. ඊ දහවල් දෙකෙහිම අනලසව මහණදම් පුරන්තා වූ ඒ හිඤ්ඤන් වහන්සේලා වේලාවට ගෙඩිය ගසා ඒ ප්‍රදේශයේ ගස් මුල්වල හිඳ භාවනා කළහ. උන් වහන්සේලා තුළ පැහැදිලිව තිබුනේ සිල්වත්කමයි. මේ සිල්වත් හිඤ්ඤන් වහන්සේලාගේ සිල්වත්කම ඒ වනයට අරක්ගෙන සිටි දේවතාවුන්ට මහත් කරදරයක් වුණාලු. ඒ මක්නිසාද? සිල්වත් ඇත්තො බිම සිටිනවිට ඒ දේවතාවුන්ට උඩ ඉන්න පුළුවන් කමක් නොමැති කමයි. මේ හාමුදුරුවරු ඉන්න හැම විටම ඒ දේවතාවන් බිමට බැහැලයි සිටියේ තම තමන්ගේ වාසස්ථාන වල වාසය කිරීමට නොහැකි දෙවියෝ තම තමන්ගේ දරුවන්ද ගෙන හිඤ්ඤන් නැඟී යන තෙක් තැනින් තැන වාසය කළහ. මෙය රුක් දෙවියන්ට මහ කරදරයක් විය.

හිඤ්ඤ හු කවදා යයිද සිතමින් දුරින් බලා සිටි දේවතාවෝ වස් වැසූ හිඤ්ඤන් වහන්සේලා තුන් මසක් ගතවන තුරු නොයන බව දැන එපමණ දීර්ඝ කාලයක් අපට අපගේ විමාන වලින් බැහැරව නොවිසිය හැකිය. මේ හිඤ්ඤන් බියගන්වා මෙයින් පලවා හැරිය යුතුයැයි සිතා රාත්‍රී කාලයේ තනි තනිව හිඤ්ඤන් වහන්සේලා භාවනා කරමින් සිටින තැන්වලට ගොස් භයානක යක්ෂ වේෂ වලින් පෙනී සිටියා. භයානක ශබ්දද කරන්නට විය. ඔවුන් දැකීමෙන් හා ඔවුන්ගේ හඬ ඇසීමෙන් ඒ හිඤ්ඤන් වහන්සේලාගේ ළය වෙවිලන්නට විය. උන් වහන්සේලාට සිත එකඟ කර ගැනීමට නොහැකි විය. බිය නිසා සිහියෙන් යුක්තව විසීමට අසමත්ව සිටියා. ඒ හිඤ්ඤන්

වහන්සේලා වෙත තද දුර්ගන්ධයක්ද ඇති කළහ. ගන්ධයේ දරුණු කමින් හිඤ්ඤන් වහන්සේලාට හිසරදයක්ද ඇතිවිය. එහෙත් එතෙක් එක් හිඤ්ඤවක්වත් තමාට ඇති කරදරය අනිත් හිඤ්ඤන්ට නොකීවේය.

එක් දිනක් සියළු දෙනා රැස්වූ අවස්ථාවේදී සංඝ ස්ථවිරයන් වහන්සේ ඒ හිඤ්ඤන් වහන්සේලා පෙර ලෙස නොමැති බවත් ඉතා දුබලව සිටිනු දැක ඒ පිළිබඳ විමසීමේදී එක් හිඤ්ඤවක්, ස්වාමීණී මම රාත්‍රියෙහි මෙබඳු භයානක අරමුණු දකිමි. භයානක ශබ්ද අසමි. දුර්ගන්ධයක් ආඝ්‍රාණය කරමි. ඒ හේතුවෙන් මට සිත එකඟ කරගත නොහැකිය. දුන් කමටහනෙහි සිහිය පිහිට විය නොහැකිය, ප්‍රකාශ කළෝය. එවිට අන් සියළුම හිඤ්ඤන් වහන්සේලාද ඒ අයුරින්ම සිදුවීම සියල්ල දන්වා සිටියෝය. එවිට සංඝ ස්ථවිරයන් වහන්සේ “තථාගතයන් වහන්සේ වස් විසීමි දෙකක් පනවා ඇත්තේය. අපට මේ සෙනසුන අයෝග්‍යය. අප බුදුන් වහන්සේ වෙත ගොස් කරුණු සැලකොට උන් වහන්සේගෙන් සුදුසු සෙනසුනක් දැනගනිමු යි කීහ. සියළු දෙනා වහන්සේම ඊට කැමති වී සෙනසුන් තැන්පත් කොට තබා දායකයන් හා බැඳීමක් නැති බැවින් සෑම දෙනා වහන්සේම එයින් පිටත්ව සැවැත් නුවර බලා වැඩම කොට බුදුරජාණන් වහන්සේ වෙත පැමිණියෝය. බුදුරජාණන් වහන්සේ හමුවූ මේ හිඤ්ඤන් වහන්සේලා තමන්ට සිදුවූ කරදරය විස්තර කරලා ඒ සේනාසනය වෙනස් කිරීමට අවසර ඉල්ලා සිටියා. එවිට උන් වහන්සේ දිවසින් බලා වදාළසේක. මෙහිදී කළ යුත්තේ සේනාසනය වෙනස් කිරීම නොවන බවත් සුදුසුම සේනාසනය එය බවත්, එම සේනාසනයේ උත්තම අරහත්වය ලබාගැනීමට හැකි බවත්

මහණෙනි තෙපි යව ඒ සෙනසුනෙහිම වාසය කරවි” යයි වදාළසේක.

මහණෙනි, දේවතාවන්ගේ කරදරයෙන් මිදෙනු කැමතිනම් මේ පිරිත උගනිව් මෙය තොපට ආරක්‍ෂාවද කර්මස්ථානයද වන්නේ යයි මේ සූත්‍රය වදාරා තෙපි එහි ගොස් මාසයෙහි ධර්ම ශ්‍රවණය කරන දින අටෙහිම ගෙඩිය ගසා රැස්වී මේ සූත්‍රය සජ්ඣායනා කරව්! මේ සූත්‍රයෙන්ම දහම් දෙසව් ! ධර්ම සාකච්ඡා කරව්! අනුමෝදනා කරව්! මේ කර්මස්ථානයම භාවනා කරව්! එසේ කරන කල්හි ඒ දේවතාවෝ බිය ගැන්වීම නවත්වා තොපට උපකාර කරන්නට පටන් ගන්නාහ යි වදාරා, හික්කුන් වහන්සේලා පන්සියය උන්වහන්සේලා වැඩ විසූ තැනටම පිටත් කළ සේක.

හික්කුන් වහන්සේලාද තථාගතයන් වහන්සේ ගේ ඒ අනුශාසනය ආදරයෙන් පිළිගෙන වැද අවසර ගෙන නැවතත් එහිම ගොස් බුදුන් වහන්සේ වදාළ පරිදි කරන්නට වූහ. දේවතාවෝ මේ හික්කුහු අපගේ යහපත කැමැත්තෝ යැයි හික්කුන් වහන්සේලා කෙරෙහි සතුටු වී උන්වහන්සේලාට උපස්ථාන කරන්නටත් ආරක්‍ෂා කරන්නටත් වන්න. ඒ හික්කුන් වහන්සේලා දේවතාවන්ගේ උපකාරද ඇතිව සැපසේ වෙසෙමින් මෙමුත්‍රී භාවනාව කොට, මෙමුත්‍රීයම පාදක කොට විදර්ශණා වඩා ඒ වස් කාලය තුලදී සැමදෙනා වහන්සේම සව් කෙලෙසුන් නසා අරහත්වයට පැමිණියෝය.

(7) “නාස්ස අග්ගි වා විසං වා සන්ථං වා කමති”

මෙමුත්‍රීයෙන් වාසය කරන තැනැත්තාගේ කයට ගින්න ද, විෂ ද, අවි ආයුධ ද නොවදී. උත්තරා උපාසිකාව ගේ කයට මෙන් ගින්නද, සංයුක්ත භාණක-චූලසිව ස්ථවිරයන් වහන්සේගේ

කයට මෙන් විෂද සංකීචව සාමණේරයන්ගේ කයට මෙන් ආයුධ ද නොවදින්නේය. ගින්නෙන් හෝ විෂයෙන් හෝ අවි ආයුධයෙන් මෙමනී විත්තයෙන් වෙසෙන තැනැත්තාගේ ශරීරයට පීඩාවක් නොවේ. අපි එක කතාවක් පැහැදිලි කරගනිමු.

උත්තරා උපාසිකාවගේ කතාව

රජගහ නුවර සිටියා පූර්ණක සිටාණෝ කියා සිටුවරයෙක්. මේ සිටුවරයාගේ දුවක් තමයි උත්තරා කියන උපාසිකාව. ඇ බුදුන් වහන්සේගෙන් බණ අසා සෝවාන්ව සිටින තැනැත්තියක්. පසු කාලයේදී ඇය රජගහ සිටාණන්ගේ පුතාට විවාහකොට දුන්නා. ඔහු මිච්ඡා දෘෂ්ටිකයෙක්. සෝවාන් වී සිටින උත්තරාට බුද්ධ, ධම්ම, සංඝ යන තිසරණය ඇසුරු නොමැතිව වෙන්ව නොසිටිය හැක. එහෙත් මිසදිටු ගෙදරට හසුවී සිටින ඇයට හිඤ්ඤා දක්නටවත්, බණ අසන්නටවත්, දන් දෙන්නට වත් නොලැබෙන්නේය. ඒ සිටුගෙදර මහ සම්පත් ඇති තැනක් වුවත් රත්නත්රය ඇසුරු කරන්නට නොලැබීම නිසා උත්තරාවට එය සිරගෙයක් බඳු විය. මිසදිටු ගෙය ගැන කලකිරුණාමු උත්තරා උපාසිකාව දිනක් “මා මේ සිරගෙදරට පත්කලාට වඩා කා හට හෝ දාසියක් කරදන්නා නම් හොඳය. මෙහි පැමිණීමෙන් පසු මට කිසිම පින්ක් කරගන්නට නොලැබෙන්නේය.” යැයි කියා තම පියාට හසුන්පතක් යැව්වාය.

පිය සිටුතුමා “මගේ දුව දුකට පත්වී සිටින්නීයහ.” යි මහත් සෝකයට පැමිණ “මේ නුවර දිනකට කහවනු දහසක් ගන්නා සිරිමා නම් ගණිකාවක් ඇත්තීය. ඇය ගෙන්වා හිමියාට පරිවාරාකාවක් කොට වවරා දී පින්කර ගනුවයි” කහවනු පසළොස් දහසක් යැවීය. උත්තරා උපාසිකාව සිරිමා නම් වූ

ගණිකාව ගෙන්වා ඇයට කභවණු පහළොස් දහස දී “යෙහෙළිය” මේ පසළොස් දහස ගෙන මේ පසළොස් දිනයෙහි මාගේ සැමියා සතුටු කරවමින් මෙහි වෙසව, කීවාය. සිරිමා එය සතුටින් පිළිගත්තාය.

උත්තරා උපාසිකාව ඇය කැඳවාගෙන සිය සැමියා වෙත් ගොස් අද පටන් පසළොස් දිනක් මාගේ මේ යෙහෙළිය මා වෙනුවෙන් ඔබට උවටැන් කරන්නීය. මම මේ අඩ මස දන්දෙමින් බණ අසමින් වෙසෙමි, යි කීවාය. සිරිමාගේ රූපශ්‍රියෙන් වශී වූ සිටු පුත්‍රයා ඉතා සතුටින් එය පිළිගත්තේය.

උත්තරා උපාසිකාවද එතැන් පටන් දන් දෙන්නටත් බණ අසන්නටත් ලදිමි කියා සතුටුව බුදුරදුන් ප්‍රමුඛ මහ සංඝයාට තමාගේ ගෙයි දෙසතියක් දන් පිළිගන්නා ලෙස බුදුරදුන්ට ආරාධනා කොට දාස දාසින් පිරිවරා ගිනිහල් ගෙයි “මෙසේ බත් පිසව, මෙසේ වාඤ්ජන පිසව, මෙසේ කැවිලි පිසව, කියා උපදෙස් දෙමින් සංවිධානය කරමින් හැසුරුණාය. ඇගේ දන්දීම අවසන් වන්නට පෙර දිනයේ “මේ මෝඩ ගැහැනි කුමක් කරන්නී” දැයි කවිඵවකින් සිරිමා ගිනිහල් ගෙය දෙස බලන විට ධහදිය වගුරුවා ගෙන අළු හා දැලි තැවරුණු ශරීරයෙන් වැඩ කරමින් සිටින උත්තරාව දැක, “අනේ මෝඩ ගැහැණි”, මෙබඳු තැනකට ඇවිදිනුත් සැපක් නොවිද මුඩු මහණුන්ට ප්‍රීතියෙන් වැඩ කරන හැටි යැයි සිතා සිනාසුණාය.

සිටුගෙදර ඇති මහා සම්පත්තියෙන් මත්ව සිටි සිරිමාට තමා ඉන්නේ කොතැනද, යන බවත් සිටු පුත්‍රයා කවරෙක්ද යන බවත් අමතක වී තිබිණ. එදින සිටු පුත්‍රයා උත්තරා දෙස බලා සිනාසෙනු දැක ඔහු සිනාසෙන්නේ මැය හා ඇති සම්බන්ධයක් නිසා යැයි උත්තරාව කෙරෙහි කීපී, “මැයට

හොඳ පාඩමක් උගන්වමි” යැයි සිතා සඳළු තලෙන් බැස එහි ගොස් කැවිලි පිසින තැන උදුන මත උතුරමින් තිබූ ගිතෙල් සැන්දකින් ගෙන උත්තරාව දෙසට ආවාය.

සිරිමා එන සැටියෙන්ම තමාට නපුරක් කරන්නට එන බව උත්තරාට වැටහිණ. ඕ සිරිමාට නපුරක් කරන්නට නොසිතා “මගේ යෙහෙළිය මට මහ උපකාර කාරියකි. මැය නිසා මට බණ ඇසීම හා දන්දීම කළ හැකිවිය. ඉතින් මාගේ සිතෙහි මැය ගැන ක්‍රෝධයක් ඇති නම් මේ උණු තෙලින් මාගේ ශරීරය දැවේවා, නැතිනම් නොදැවේවා” යි සිතාගෙන සිරිමා කෙරෙහි මෙන් සිතම පැතුරුවාය. ඇගේ මෙහි විත්තයේ ආනුභාවයෙන් සිරිමා විසින් හිස මත වත්කළ උණු තෙල සිසිල් දිය මෙන් විය.

උත්තරාට එයින් අමාරුවක් නොවූ බව දුටු සිරිමා ගෙනා තෙල් නිවී තිබෙන්නට ඇත, යැයි නැවතත් උණු තෙල් හැන්දක් ගෙන උත්තරාට දෙසට ගියා. උත්තරාගේ දාසිභූ එය දැක “අපගේ ස්වාමී දූ ගේ ඇඟට උණු තෙල් වත්කරන්නට තී කවුදැ”යි තර්ජනය කරමින් අතින් පයින් තලා සිරිමා බිම හෙළවූයේ. උත්තරා දාසින්ගේ පහරදීම වළක්වන්නට උත්සාහ කළ මුත් නොහැකි වූවාය. දාසින් දිගටම පහර දෙන කල්හි උත්තරා මැදට පැන ඉතා අමාරුවෙන් පහරදීම වළක්වා තී මෙබඳු අපරාධ කුමට කලා දැයි අවවාද කොට උණු දියෙන් නහවා බෙහෙත් තෙල් ඇඟ ගැල්වූවාය.

ඉන්පසු තමා පිට එකියක බව සිරිමාට වැටහී “පිට එකියක වූ මා මෙබඳු අපරාධයක් කරද්දීන් මැය මට දාසින් ලවා පහර නොදී දාසින් පහර දෙද්දීන් ඕ මා බේරා ගත්තාය. මා කළේ මහා ආපරාධයකි. මෙපමණ ගුණවත් තැනැත්තියකට

අපරාධ කළ මා ඇගෙන් සමාව නොගතහොත් මාගේ හිසක් පැළී යා හැකියැයි” උත්තරා උපාසිකාවගේ පාමුල වැද සමාව ඉල්ලුවාය.

එකල්හි උත්තරාව “මම පිය කෙනෙකු ඇති දුවක්මි. මාගේ පියාණන් වහන්සේ සමාවන සේක් නම් මමද සමාව දෙමි”. එවිට “සිරිමා ආර්යාවෙහි මම තොපගේ පියාණන් වූ පූර්ණ සිටු තුමාගෙන්ද සමාව ඉල්ලමි”, සිරිමා කීවාය. “පුණ්න සිටාණෝ මාගේ සසර වඩන පියාණෝ මාගේ සසර කෙටිකරන පියාණන් කෙනෙක් ඇත්ත. උන් වහන්සේ සමාවන කල්හි මම ද සමාවෙමි” උත්තරා උපාසිකාව කීවාය. “තොපගේ සසර කෙටිකරන පියාණෝ කවීරුන්” දැයි ඇසූ විට “සම්මා සම්බුදුරජාණන් වහන්සේ” යැයි කීවාය. උන් වහන්සේ හා මාගේ විශ්වාසයක් නැති බව සිරිමා කීවාය.

එවිට උත්තරා උපාසිකාව මම විශ්වාසයක් ඇති කර දෙන්නම් හෙට උන් වහන්සේ සංඝයාද සමගින් මේ ගෙදරට වඩින්නාහ. උන් වහන්සේට සත්කාර පිණිස ඇති දෙයක්ද ගෙන හෙට මෙහි එනු මැනවි යි උත්තරා උපාසිකාව සිරිමාට කීවාය. සිරිමා එය පිළිගෙන එදින නිවසට ගොස් පසුදින ඇගේ පරිවාර ස්ත්‍රීන් ලවා නොයෙක් කෑම ජාති සාදවා ඒවා ද ගෙන උත්තරාගේ නිවසට පැමිණ බුදුපාමොක් සඟනගේ පාත්‍ර වලට ඒවා බෙදීමට බියෙන් සිටියාය. උත්තරා උපාසිකාව ඒවාද ගෙන බුද්ධ ප්‍රමුඛ සංඝයාට පිළිගන්වා අවසානයේ සිරිමා පිරිවරක් සහිතව තථාගතයන් වහන්සේගේ පාමුල වැද සිටියාය.

තථාගතයන් වහන්සේ තිගේ අපරාධය කුමක්දැයි විචාල සේක. සිරිමා පෙර දිනයේ සිදුවූ සියල්ල කීවාය. තථාගතයන් වහන්සේ උත්තරාගෙන් මෙය සැබෑවක්ද විමසීය.

එවිට උත්තරා උපාසිකාව පෙර දිනයේ සිදුවූ තම හිසට උණු තෙල් වත්කළ බව කීවාය. එවිට බුදුපියාණන් වහන්සේ උත්තරාගෙන් ඒ අවස්ථාවේ කුමක් සිතුවේද යැයි විචාලේය. එවිට උත්තරා “ස්වාමීණි, සක්වළ ඉතා කුඩාය. බඹලොව ඉතා පහළය. මගේ යෙහෙළිය ගේ ගුණයම ඉතා මහත්ය. මැය නිසා මම දන් දෙන්නටත් බණ අසන්නටත් ලදිමි. ඉතින් මැය කෙරෙහි මාගේ කෝපයක් ඇත්නම් මේ තෙලින් මාගේ ශරීරය දැවේවා නොයෙසේ නම් නොදැවේවා යි සිතා සිරිමාට මෙන් වැඩුවෙමි” යි කීවාය. කථාගතයන් වහන්සේ උත්තරාට සාධුකාර දී දහම් දෙසූ සේක. දහම් ඇසීමෙන් පන්සියයක් පිරිවර ස්ත්‍රීන් ද සමග සිරිමා ද සෝවාන් ඵලයෙහි පිහිටියාය.

මෙන් සිතින් වාසය කරන අයට ගිනි වගේම ආයුධ වලින් හානියක් නොවන බවට කොසඹූ නුවර උදේන රජුගේ අග මෙහෙසියක් වූ සාමාවතී දේවියගේ කතාව තුලින් මනාව පැහැදිලි වේ.

මෙන් සිතේ බලය

සාමාවතී දේවිය,

මෙන් සිතින් වාසය කරන සාමාවතිය කොසඹූ නුවර උදේන රජුගේ අග මෙහෙසියකි. මාගන්ධියා නම් වූ වෙනත් දේවියක විසින් නොයෙක් උපක්‍රම කොට බිඳවනු ලැබීමෙන් රජතුමා සාමාවතිය කෙරෙහි තදින් කිපුණේය. සාමාවතී දේවියගේ පරිවාර ස්ත්‍රීහූ ද පන්සිය දෙනෙක් වෙති. රජු කිපී සිටිනු දැනගත් සාමාවතී දේවිය පරිවාර ස්ත්‍රීන්ට අවවාද කරන්නීය. “මේ අවස්ථාවේදී මෙමතිය මිස අන් පිහිටක් නැත. තෙපි සෑම දෙනාම කිසිවකුට කෝප නොකර රජු කෙරෙහින්,

රජු අප හා බිඳවූ දේවිය කෙරෙහිත් තමන් කෙරෙහිත් වෙනසක් නැතිව මෙහි සිත පවත්වව්” යයි සෑම දෙනාට අවවාද කළාය.

ස්ත්‍රීන් සෑම දෙනම මෙන් සිතින් වසන විට සාමාවතී දේවිය හා පරිවාර ස්ත්‍රීන් පන්සියය එක පෙලට සිටුවා පුරුෂයන් දහස් දෙනෙකුගේ බල ඇති දුන්න ගෙන සාමාවතී දේවියගේ පපුවට විෂ පෙවූ ඊයක් විද්දේය. ඔවුන්ගේ මෙහි විත්තයේ ආනුභාවයෙන් ඒ ඊය ආපසු හැරී රජුට අභිමුඛව සිටියේය. රජු බියපත් වී පාමුල වැඳ වැටී දේවියගෙන් සමාව ඉල්ලීය.

ගින්නෙන්, විෂයෙන්, ආයුධයෙන් ශරීරයට හානියක් නොවීම මෙන් වඩන අයට ලැබෙන එක් ආනිසංසයක් බව පැහැදිලි කර ඇත.

(8) “කුවටං චිත්තං සමාධියති”

මෙහි සහගත චිත්තය ඉතා සෞඛ්‍යය, ප්‍රණීතය, මධුරය. ඒ සිත නිසා ඇතිවන චිත්තජ රූප ද මෙහි සිත සේම පරිදිම සෞම්‍යය චිත්ත රූපයන් ශරීරයේ පැතිරෙන විටද ධාතු කෝප සංසිදීමෙන් ශරීරය පිනා යයි. ශාරීරික සැපක් ඒ නැතැත්තාට ඇති වන්නේය. ඒ වගේ මෙන් වඩන සිත ඉතා ඉක්මණින් කාමච්ඡන්දාදී පංච නිවරණයන් යටපත් කර බොහොම ඉක්මණින් සිත ඒකාග්‍රතාවයට එකඟ බවට පත්කර ගන්න පුළුවන්කම ඇත. එකඟ වූ සිතට පමණයි සමාක් ප්‍රඥාව පහළ වෙන්නේ. එකඟ වූ සිතක් නැතිව අපට ඉන් එහාට යන්න පුළුවන් කමක් නැ. ඒ නිසා සිත ඉක්මණින් තැන්පත් කරගැනීමේ ශක්තිය ඇතිකරගැනීමට මෙන්න මේ මෙහි යතුලින් පුළුවන්කම ලැබෙනවා. මේ අටවන ආනිසංසයයි.

(9) “මුඛවණ්ණෝ විජ්ජසීදති”

මෙය නවවන ආනිසංසය විදිහට පෙන්වා වදාළා ඇත. සිත හෘදය කෝෂයෙහි ඇති ලෙයෙහි පවත්නා වස්තු රූපය ඇසුරු කොට උපදින්නකි. ඉතා සෞම්‍යය වූ මෙමිත්‍රී සිත ඉපදෙන විට ඒ සිත නිසා හෘදය වස්තුවේ ලෙය ඉතා පැහැපත් වේ. ඒ ලේ ධාතුව ශරීරයේ පැතිර යාමෙන් මෙන් සිත ඇති අයගේ මුහුණු ඉතා පැහැපත් වේ. බැබළේ. දීප්තිමත් වේ. සිරියාවන්ත වීම සිදුවේ.

(10) “අසම්මුල්හො කාලං කරොති”

මේ දහවෙනි ආනිසංසය තමයි සිහිමුළා නොවී මිය පරලොව යෑම. මේකත් ඉතාම වැදගත් ආනිසංසයක්. අපි කොයි තරම් හොඳ පින්කම් පින් දහම් කරමින් වාසනාවන්ත ජීවිත ගත කළත් අපේ මරණ මොහොත තරක් වුනොත් අපේ ඊළඟ භවයට එය බලපානවා. අපේ ඊළඟ භවය යහපත් කරගන්න නම් සිහි මුළා නොවී මිය පරලොව යන්න ඕනෑ. කරපු පින්කම් ගැන මතක් කරගන්න පුළුවන්කම තියෙන්න ඕනෑ. ඒකත් අවශ්‍යම දෙයක් ඒ අවශ්‍යතාවය ඇති කරගන්න හේතුවක් වශයෙන් සඳහන් වන්නේ මෙන්න මේ මෙමිත්‍රී සහගත සිහිවිලි වලින් යුක්තව ජීවත්වීම. නින්දට වත් තැනැත්තෙක් වගේ කළුරිය කරන්න ඕන. එහෙම නැතිව මරණ මොහොත ලංවෙන කොට කොච්චර බය වෙනවාද. එක එක භයානක නිමිති පේනවා. භයානක ස්වරූප වලින් පෙනී සිටලා අරගෙන යන්න එනවා ගින්නද පේනවා මේ වගේ විකාර නිමිති පෙනිලා අපාගත වෙනවා.

කිසිම කරදරයක් නැතිව සැපසේ සුවසේ මරණයට පත්වෙන්න ඉක්මණින් ප්‍රාණය නිරුද්ධ වෙන්න හේතුවත් ඔහු

ජීවත්වන කාලයේ මෙෙත්‍රී සහගත සිතිවිලි පුරුදු කරලා මෙෙත්‍රී සහගත කල්පනාවන්ගෙන් යුක්ත වෙලා ජීවත්වීම.

(11) “උත්තරිං අප්පට්චිජ්ඣන්තො බ්‍රහ්මලොකුපගො හොති”

මේ එකොළොස් වන ආනිසංසය විදිහට පෙන්වා වදාළේ මෙෙත්‍රී සමාපත්තිය උපදවා ගත් තැනැත්තාට එය පාදක කොට රහත්වන්නට නුපුළුවන් වුවහොත් ඒ තැනැත්තා එහි බලයෙන් මරණින් මතු බ්‍රහ්ම ලෝකයෙහි උපදින බවයි.

ඔය විදිහෙ මෙෙත්‍රීයෙහි ආනිසංස එකොළහක් අපේ බුදුරජාණන් වහන්සේ මෙත්තානිසංස සූත්‍රයේදී දේශනා කර වදාළා. ඉතින් ඒ ආනිසංස මේ සූත්‍රයට අනුව විස්තර වශයෙන් පැහැදිලි වන්නට ඇත, ඒ මෙත්තානිසංස සූත්‍රයෙන් විස්තර වන මෙෙත්‍රී සහගත කරුණු. මෙෙත්‍රීයෙහි විපාක අපේ ජීවිත වලට සම්බන්ධ කරගත්තොත් තමයි අපට වාසනාවන්ත ජීවිත ගතකරන්න පුළුවන් වන්නේ. අපට හුඟක් දුරට තව කෙනෙක් කෙරෙහි හොඳ හිතීන් සතුටින් බලන්න පුළුවන් නම් අන්න ඒක තමයි අපට තියෙන ලොකුම වාසනාව. අමනාපකම්, අසන්තෝෂකම් අපි පුළුවන් තරම් නැති කරගන්න ඕනෑ. බුදුවන බෝධිසත්වවරයකුට ඒ බුදුවීම සඳහා අවශ්‍ය ලොකුම ගුණධර්මයක් මෙෙත්‍රීය. මෙෙත්‍රීය නැත්නම් බුදුබව ලබන්න පුළුවන්කමක් නෑ. පසේ බුදුවෙන්න පුළුවන්කමක් නෑ. රහත් වෙන්න පුළුවන්කමක් නෑ. ඒ විතරක් නොවෙයි හොඳ මනුෂ්‍යයෙක් වෙන්න පුළුවන් කමක් නෑ. හොඳ දෙවියෙක් වෙන්න පුළුවන් කමක් නෑ. වාසනාවන්ත ජීවිතයක් ලබාගන්න පුළුවන්කමක් ඇත්තේ නෑ. මෙෙත්‍රී සහගත සිතුවිලි තිබෙන තැනැත්තගේ ජීවිතය බොහොම සැහැල්ලුයි. සමහර විට අපි අපේ සිත් අමනාපකම් තියාගන්නම මහ බරක් ඔළුවේ තියාගෙන

ඉන්නවා වාගේ. මෙම ක්‍රියා අපි පුරුදු පුහුණු කරලා අපේ ජීවිතවලට සම්බන්ධ කරගන්න උත්සාහ වෙන්න.

බුදුබව සඳහා පෙරුම් පුරුණ බෝධිසත්වයන් වහන්සේලා සතුරු මිතුරු සැමදෙනා කෙරෙහිම මෙන් සිත මිත්‍රත්වය දක්වනවා. ඒ නිසා තමයි මෙම ක්‍රියා පාරමිතාව වශයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ එක පාරමිතාවක, බුද්ධ බුද්ධකාරක ධර්මයක්, සම්පූර්ණ කළේ ඒ මෙම ක්‍රියා පාරමිතාව විස්තර කරන තැන සඳහන් වෙන්නේ “කරුණුපාය කොසල්ල පරිග්ගහිතෝ ලොකස්ස හිතසුඛපසහොරෝ අත්ථතෝ අව්‍යාපාදො මෙන්තා පාරමිතා” යනුවෙන් මෙම ක්‍රියා පාරමිතාව කියන්නේ කුමක්ද කියන එක වර්ගයා පිටක අටුවාවෙහි විස්තර කරනවා. මෙහි තේරුම කරුණාවෙන් හා උපාය කෞශල්‍යයෙන් පරිගාහිත ලෝකයට හිත සැප එළවීම, අර්ථ වශයෙන් අව්‍යාපාදය මෙම ක්‍රියා පාරමිතාවය ය යනු එහි තේරුමය. අපේ කර්ම සූත්‍රය අතර කරණීය මෙන්ත සූත්‍රයෙහි ඉතා වැදගත් විදිහට මේ මෙම ක්‍රියා දක්වන්න ඕන ආකාරය විස්තර වෙනවා. “මාතා යථා නියං පුත්තං” ආදී වශයෙන් අප නිතර භාවිත කරන කරණීය මෙන්ත සූත්‍රයෙහි සඳහන් වෙනවා. කොහොමද මේ මෙම ක්‍රියා වඩන්න ඕන කියලා ආදාරවන්න මවක් තම එකම දරුවා රැකබලා ගන්නවා වාගේ සියළුම අප්‍රමාණ සත්වයන්ට මෙන් වැඩිය යුතුය යන්නයි, ඒ සූත්‍රයෙහි සඳහන් වන්නේ.

මෙම ක්‍රියා ධර්මය වැඩු සුනෙන්ත ශාස්තෘන් වහන්සේ

බෝධි සත්වයන් වහන්සේ එක් ජාතියක දී සත් වසක් මෙන් සිත වැඩීමෙන් ලත් ආනිසංසය දැක්වෙන අංගුත්තර

නිකායේ සත්තක නිපාතයේ එන සත්ත සුරියුගමන සූත්‍රය ඇසුරින් -

හික්ඛවේ පුඤ්ඤානං භායිතථ, සුඛස්සෙනං හික්ඛවෙ අධිවචනං යදිදං පුඤ්ඤන්ති අභිජානාමි ඛො පනාහං හික්ඛවෙ දීඝරත්තං කතානං පුඤ්ඤානං දීඝරත්තං ඉට්ඨං කත්තං මනාපං විපාකං පච්චනුභුතං සත්ත වස්සානි මෙත්තං විත්තං භාවෙසිං සත්ත වස්සානි මෙත්තං විත්තං භාවෙත්වා සත්ත සංවට්ඨං විවට්ඨං කප්පෙන ඉමං ලොකං පුනරාගමාසිං සංවට්ඨමානෙ ලොකෙ සුඤ්ඤං බ්‍රහ්මචිතං උප්පජ්ජාමි, තනු සුදා හික්ඛවෙ බ්‍රහ්මා හොමි මහා බ්‍රහ්මා අභිභූ අනභිභූතො අඤ්ඤදන්ථු දසො වසවන්ති.

ජත්තිංසක්ඛත්තුං ඛො පනාහං හික්ඛවෙ, සක්කො අහොසිං දෙවානම්න්දෝ අනෙකක්ඛත්තුං රාජා අහොසිං වක්කවත්ති ධම්මිකො ධම්ම රාජා වාතුරන්තො විජ්ජාචි ජනපදන්ථාවරියප්පත්තො සත්තරතන සමන්තාගතො තස්ස මය්හං හික්ඛවෙ ඉමානි සත්ත රතනානි අහෙසුං සෙය්‍යථීදං.....? වක්කරතනං හත්ථීරතනං අස්සරතනං මණීරතනං ඉන්ථීරතනං ගහපතිරතනං පරිනායකරතනමෙව සත්තමං පරො සහස්සං ඛො පන මෙ සො ඉමං පඨවිං සාගර පරියන්තං අදණ්ඛෙන අසත්ථෙත ධම්මේත අභිවිජ්ජිය අජ්ඣාචසති,

මහණෙනි, පිනට බිය නොවචි පිනය යන මෙය සැපයට නමකි. මහණෙනි, දීර්ඝ කාලයක් කළ පින් වලින් දීර්ඝ කාලයක් මුළුල්ලෙහි වින්දා වූ කාන්ත වූ මනාප වූ විපාකය මම දනිමි.

බුදුරජාණන් වහන්සේ තමන් වහන්සේගේ අතීත සිදුවීමක් තමයි මෙතනදී හෙළිදරව් කරන්නේ. උන්වහන්සේ

සුනෙන්ත කියලා ශාස්තෘන් වහන්සේ නමක් වෙලා සිටිය පෙර අන්බැවෙක ඒ සුනෙන්ත ශාස්තෘන්වහන්සේ පංචකාමයන්ට නොඇලී සිටිය කෙනෙක්. මේ සුනෙන්ත ශාස්තෘන්වහන්සේ තම ශ්‍රාවකයන්ට බුහුම ලෝකයේ උපදින ආකාරය ඉගැන්නුවා. ඒ කාලේ උන් වහන්සේ දැනගෙන සිටියේ ඒ දේ ගැන පමණයි. ධ්‍යාන වඩන හැටි, සමාපත්ති ලබන හැටි උන් වහන්සේ තම ශ්‍රාවකයින්ට ඉගැන්නුවා.

ඉතින් සුනෙන්ත ශාස්තෘන් වහන්සේ ඒ විදිහට තම ශ්‍රාවකයන්ට පෙන්වා දෙද්දී. ඇතැම් ශ්‍රාවකයන් ඒ මාර්ගය දියුණු කරල බඹලොව ඉපදුනා. මේ මාර්ගය පැහැදිලි කරල දෙද්දී තව සමහරු බඹලොව ඉපදෙන්න බැරිව පරිනිමිතික වසවත්ති දිව්‍ය ලෝකයේ ඉපදුනා, ඇතැම් ශ්‍රාවකයින් ඒ මාර්ගය දියුණු කරගෙන යද්දී නිම්මාණාරතී දිව්‍ය ලෝකයේ ඉපදුනා, තව සමහර ශ්‍රාවකයින් තුසිත දිව්‍ය ලෝකයේ ඉපදුනා, තවත් ඇතැම් ශ්‍රාවකයින් මේ මාර්ගය දියුණු කරගෙන යද්දී යාම දිව්‍ය ලෝකයේ ඉපදුනා තම සමහරෙක් තාවතිංස දෙව්ලොව ඉපදුනා. මේ මාර්ගය දියුණු කරපු තම ශ්‍රාවකයන් කොටසක් වාතුම්මහාරාජික දෙව්ලොව ඉපදුනා. තව සමහරක් දිව්‍ය ලෝකවල ඉපදෙන්නෙ නැතිව මනු ලොවම උසස් කුලවල හව, බෝග සම්පත් ඇතිව ඉපදුනා. තව සමහරක් මනුලොවම. උගත් මිනිසුන්ගේ පවුල් වලද තව සමහරක් ධනවතුන්ගේ පවුල්වලද උපන්නා. මේ විදිහට මේ මාර්ගය ඒ ඒ විදිහට දියුණුකරගත්ත ආකාරය අනුව ඒ ඒ තැන්වල ඉපදුනා.

මේ විදිහට සිදුවෙන කොට මේ සුනෙන්ත ශාස්තෘන් වහන්සේට මෙහෙම සිතුවා. “මමයි ශ්‍රාවකයනුයි එක සමානයි එමනිසා මම ශ්‍රේෂ්ඨත්වයට පත්වෙන මින” කියල කල්පනා

කළා. කල්පනා කරල මම දැන් මෙෙත්‍රී ධ්‍යාන පුරුදු කරන්න ඕන. කියල සුනෙන්ත ශාස්තෘන් වහන්සේ මෙෙත්‍රී ධ්‍යාන වඩන්න පටන්ගත්ත හත් අවුරුද්දක් නොකඩවාම.

මෙෙත්‍රී භාවනාවේ තවත් ආනිසංස

මහණෙනි, හත් අවුරුද්දක් නොකඩවාම මෙෙත්‍රී ධ්‍යාන වැඩූ නිසා මේ සුනෙන්ත ශාස්තෘන් වහන්සේ සංවට්ට කල්ප, විවට්ටකල්ප, හතක් මිනිස් ලෝකයට ආවේ නෑ. (සංවට්ට කල්පයක් කියන්නේ ලෝකය විනාශ වෙන්ට යන කාලයට විනාශය පටන්ගෙන විනාශවෙන්ඩ යන කාලයට) (විවට්ට කල්පය කියන්නේ විනාශ වූ ලෝකය නැවත සකස් වෙන්ඩ යන කාලය) ලෝකය විනාශ වේගන යද්දි ආභස්සර ලෝකයේ ඉපදෙනවා. ලෝකය නැවත සකස්වේගන යද්දි ශුන්‍ය බ්‍රහ්ම විමානවල උපදිනවා. මේ විදිහට ඒ සංවට්ට, විවට්ට කල්ප ගෙවුනට පසුව මහා බ්‍රහ්මයා වෙලා ඉපදුණා ඒ වගේම තිස්හය (36) වතාවක් ශක්‍ර දෙවියා වෙලා ඉපදුණා. මහණෙනි, ඒ ශාස්තෘන් වහන්සේ ඒ විපාක වලින්ම නොයෙක් සියගණන් වාරයක් ධාර්මික වූ ධර්මරාජ වූ සිවු දිගින් සාගරය කෙළවර කොට ඇති පෘථිවියට අධිපති වූ ලෝකය දිනාගෙන සිටින්නා වූ ජනපදයන්හි ස්ථිරත්වයට පැමිණියා වූ සප්ත රත්නයෙන් යුක්ත වූ චක්‍රවර්ති රාජ වූයෙමි. ඒ රජුට මේ සප්ත රත්නයෝ වූහ. කවරුහුද? චක්‍රරත්නය, හස්තිරත්නය, අශ්වරත්නය, මාණිකාසරත්නය, ස්ත්‍රී රත්නය, ගෘහපති රත්නය සත් වෙනුවට පරිණායක රත්නය යන මේ රත්නයන්ය. මහණෙනි අධික ශූර වූ චීර්යවත් වූ පරසේනා මැඩ්මෙහි සමත් වූ දහසකට අධික පුත්‍රයෝ වූහ. හේ සාගරය කෙළවර කොට ඇති පොළව

අදහස්වියෙන් අශස්ත්‍රයෙන් ධර්මයෙන් දිනා එයට ඉසුරුව වැඩ වාසය කපේ.

මේ මෙහිත්‍රී ධ්‍යාන වඩන අයට ලබාගැනීමට හැකි තවත් උත්තරීතර ආනිසංසයන්ය.

මෙහිත්‍රී සිතින් අනුසස් පෑ ඒකරාජ රජතුමා

පෙර එක් අත්බැවෙක මහ බෝසතාණන් වහන්සේ කසිරට බරණැස් නුවර “ඒකරාජ” නමින් රජවූහ. මේ ඒකරාජ රජතුමා මහා දන්සැල් කරවා බොහෝ ධනය වියදම්කර ශ්‍රමණ, බ්‍රාහ්මණ ආදී අයට දිනපතාම මහා දාන දෙමින් ධාර්මිකව සිල් රකිමින්, පෙහෙවස් සමාදන්ව, මහා මෙහිත්‍රීයෙන් ඉවසීමෙන්, කරුණාවෙන් ජනයාට සතුට ගෙන දෙන අන්දමින් දැහැමින් රජය කරති. සොරුන්ට පවා දඬුවම් නොදී අවවාද කරමින් රට පාලනය කරති. මේ රජතුමාගේ එක් ඇමතියෙක් අන්ත:පුරයෙහි දූෂිත ක්‍රියාවන් කොට හසුව රටින් නෙරපා දැමූහ.

මේ දුෂ්ට ඇමතියා කොසොල් රට එවකට රජකම් කළ “දබ්බසේන” රජු වෙත ගොස් ඔහුට සේවය කොට රජතුමාගේ විශ්වාසය දිනාගෙන බරණැස් රජුගෙන් පළිගන්නට සිතා “දේවයන් වහන්ස” බරණැස් රජය මැස්සන් නැති මීවදයක් බඳුය. දැන් රජකරන රජු ඉතාම මෘදුය. නුඹ වහන්සේට ලෙහෙසියෙන්ම එය අත්පත් කරගත හැකිය. යන බව දබ්බසේන රජුට පැවසීය. බරණැස් රජයේ බලය දන්නා රජු එපමණකින්ම ඔහුගේ කීම පිළිනොගෙන තවත් රාජ පුරුෂයන් යවා පරීක්ෂා කොට බරණැස් රජු සොරුන්ට පවා දඬුවම් නොදෙන ඉතාම නිහතමානි මෘදු රජ කෙනෙකු බව ස්ථිර

වශයෙන්ම දැනගෙන ඒ රජය අල්ලාගනු පිණිස සේනාව සංවිධානය කර පිටත්විය.

කොසොල් රට රජතුමා තමාගේ රට අල්ලා ගැනීම සඳහා පැමිණෙන බව බරණැස් නුවර “ඒකරාජ” රජතුමාට දැනගන්නට ලැබිණි. එවිට බෝසනාණන්ව සිටින ඒකරාජ රජතුමාගේ මහා යෝධයෝ තමන්ගේ රජ්ජුරුවන්ට දන්වා සිටින්නේ “දෙවියන් වහන්ස” නුඹ වහන්සේට විරුද්ධව දඹබසේන රජු සංවිධානය කරන ලද සේනාව ගෙන නික්මුණේය. අපි එහි ගොස් මේ රටට ඒ සේනාව ඇතුළුවන්නට කලින්ම ඔහු අල්ලාගෙන එමු යැයි කීහ.

මහ බෝසනාණන් වහන්සේ “මා නිසා අනුන්ට පීඩා කිරීමක් නැත” යයි යෝධයන් වැළැක්වූහ. දඹබසේන රජතුමා කසි රටට ඇතුලු වූ පසුද යෝධයෝ බොසනාණන් වහන්සේට පෙර සේම දන්වා සිටියහ. බෝසනාණන් වහන්සේ පෙරසේම යෝධයන් වැළැක්වූහ. දඹබසේන රජු ගොස් බෝසනාණන් වහන්සේට බරණැස් නුවරින් පිටත සිට රජය හෝ දෙනු යුද්ධයට හෝ එතු යයි හසුන්පතක් යැවීය. බෝසනාණන් වහන්සේ මාගේ යුද්ධයක් නැත. රාජ්‍යය ගනුවයි. පිළිතුරු යැවීය. බෝසනාණන් වහන්සේගේ යෝධයෝ තුන්වන වරටද “දේවියන් වහන්ස” දඹබසේනට මේ නුවරට ඇතුළුවන්නට ඉඩ නොදෙමුය. නගරයෙන් පිටතදීම තලා ඔහු අල්ලා ගනිමු යයි කීහ.

එවිටද මහ බෝසනාණන් වහන්සේ පෙර පරිදීම ඔවුන් වළක්වා නගරද්වාරයන් හැර දමවා උඩුමහල් තලයේ රාජාසනයෙහි වැඩහුන් සේක. දඹබසේන රජු සේනාව හා නගරයට පිවිස එක සතුරකුද නොදැක ලෙහෙසියෙන්ම මුළු

නගරය අත්පත් කොට ගෙන රජ මැදුරට ගොස් නිරපරාධී බෝසතාණන් වහන්සේ ගෙන්වා ගෙල දක්වා පොළවෙහි වළලුවීය.

බෝසතාණන් වහන්සේ තමන් වහන්සේගේ රාජ්‍යයද පැහැරගෙන තමන් වහන්සේ පොළවෙහිද වළලැවූ සොර රජුව ප්‍රිය පුත්‍රයෙකු මෙන් සිතා මෙන් වැඩුවා මිස ඔහුට නපුරක් නොසිතූහ. උන් වහන්සේ දඬිබසේන දුෂ්ට රජුට මේන් කොට එය තව තවත් දියුණු කොට ධ්‍යානාභිඥා උපදවා වළෙන් නැගී අහසෙහි වැඩහුන් සේක. එවිට දුෂ්ට දඬිබසේන රජුගේ ඇඟ ගිනි ගන්නාක් මෙන් දැවෙන්නට විය. දුෂ්ට රජු බිම පෙරළෙමින් කැගස්නට විය. “මේ කීමෙක්දැයි” සේසන්ගෙන් ඇසූ විට “දේවයන් වහන්ස” නුඹ වහන්සේ නිරපරාධී ධාර්මික රජතුමකුට අපරාධ කළාහු යැයි ඔවුහු කිහ. එවිට දුෂ්ට රජු එසේ නම් වහා රජු ගොඩ ගනිවි යැයි කීය. රජ අණින් රාජ පුරුෂයෝ එහි ගිය විට “ඒකරාජ” රජතුමා වළෙන් ගොඩ නැගී අහසෙහි වැඩ හිඳිනු දැක වහා ගොස් ඒ බව දඬිබසේන රජුට පැවසීය.

දඬිබසේන රජතුමා වහාම “ඒකරාජ” රජතුමා වෙත ගොස් වන්දනා කර සමාව ගෙන “නුඹ වහන්සේගේ රාජ්‍යය නුඹ වහන්සේට කරවන සේක්වා” මම මෙතැන් පටන් නුඹ වහන්සේගේ රජය සොරුන්ගෙන් ද ආරක්‍ෂා කරමි යි කියා අර දුෂ්ට ඇමතියාට රජ අණට දඬුවම් පමුනුවා ගියේය. ඒකරාජ රජතුමාද ඊට පසුව තම රජය ඇමතියන්ට පවරා පැවිදිව මහජනයාට ගුණ දහම් කියා දෙමින් ශීලාදී ගුණධර්මයන් තුළ පිහිටවමින් ලෝ වැඩ කොට ආයු කෙළවර බඹලොව උපන්න.

(වර්යා පිටක අටුවාව ඇසුරිනි)

මෙම ක්‍රියාවේ මුහුණුවර ගන්නා රාගය

රාගයක් මෙම ක්‍රියාවේ මුහුණුවර ඇති ක්ලේශ ධර්මයකි. මෙම ක්‍රියා පාරමිතාව හෝ මෙම ක්‍රියා පුරණ තැනැත්තා විසින් මෙම ක්‍රියා හොඳින් හැඳින්ගත යුතුය. රාගයක් හොඳින් හැඳින්ගත යුතුය. එසේ නොවුනහොත් නොයෙක් අවස්ථාවල දී තමා කෙරෙහි ඇතිවන රාගයට මෙම ක්‍රියා යැයි කියා රැවටෙන්නට ඉඩ තිබේ.

ලස්සනට ඉන්න සුරතලයට හඳන සතකු ගත් විට අතපත ගාන්නටත්, ආහාර පානාදිය ඇති වෙලාවක නම් ඒ සතාට කවන්න පොවන්නටත් සිත් වෙයි. ඒ සතා වඩාගන්න පුළුවන්නම් එහෙමත් සුරතල් කරනවා අතගානවා පොඩි කරනවා. නමුත් කිලිටි වෙච්ච අපිරිසිදු වෙච්ච කුමාරයක් දෙකක් හැඳුන ඒ විදිහෙම සත්වයෙක් දැක්කම ඒ දෙසවත් බලන්නට සිත් නොවෙයි. ඒ සත්වයා තමාට ලං වෙන්නට ආවොත් එළවා දමති. ඒ වාගේම ලස්සන ළමයෙක් දැක්කොත් හොඳ ඇඳුමකින් සැරසී සිටින පිරිසිදු ළමය දුටුවහොත් බොහෝ දෙනාට ඒ ළමයා හා කථා කරන්නටත් ආහාරපාන දෙන්නටත් සිත්වෙයි. අපිරිසිදු ළමයකු දුටුවහොත් ඔහුට කවන්නට, පොවන්නට අත ගාන්නට සිත් නොවෙයි. ලස්සන සතා, කැන සතා, ලස්සන ළමයා, කැන ළමයා, අසරණ ළමයා කියා වෙනස් කරන්නේ මෙම ක්‍රියාද හොඳට සිහියට අරන් බලන්න. වැඩියෙන්ම මෙම ක්‍රියා කළ යුත්තේ කාටද?

වඩා මෙම ක්‍රියා කරුණාව පැවැත්විය යුතු දුප්පත් කැන ළමයා, ඒ වගේ අසරණ කැන සත්වයා පිළිබඳව ඇති නොවන ලස්සන ළමයා, ලස්සන සතා ගැන පමණක් බොහෝ දෙනෙකුට ඇති වන කරුණාව, මෙම ක්‍රියා ... මෙම ක්‍රියා නොව

කරුණාවේ හෝ මෙමත්‍රියේ ආකාරයෙන් ඇතිවන රාගය මෙයයි. තෘෂ්ණාව කියනුයේද මෙයටමය. භාර්යාවන් ගැන, දූදරුවන් ගැන, ස්වාමීපුරුෂයන් ගැන ලස්සන ඇතැම් සතුන් පිළිබඳ ඇතිවන කරුණාව වැනි මෙමත්‍රිය වැනි ස්වභාවය ද ඒ රාගයමය.

සත්‍ය වූ මෙමත්‍රිය නම් ලස්සන කම, කැන කම, ගැන හෝ දුප්පත්කම, පොහොසත්කම ගැන හෝ උගත්කම, නුගත්කම හෝ වෙනත් 'දෙයක් අපේක්ෂා නොකොට මා දුකට අකමැති වන්නාක් මෙන් දුකට බය වෙන්නාක් මෙන්, සැපයට කැමතිවෙන්නාක් මෙන්, සැපය සොයන්නාක් මෙන්, ලොව වෙසෙන හැමදෙනාම දුකට නොකැමැත්තෝය. දුකට බියවන්නෝය. සැපයට කැමැත්තෝය. සැපය සොයන්නෝය යි දුකට අකමැති, සැපයට කැමති අන්‍යයන් දුකට පත් නොවනවාට සැප ලබනවාට කැමති ස්වභාවය ය.

ඒ ස්වභාවයෙන් යුක්ත සිත් ඇති තැනැත්තා මෙමත්‍රී සහගත ක්‍රියා කරන්නේය. මෙමත්‍රී සහගත කථා කරන්නේය. අන්ත්‍යයෝ නිදුක් වෙත්වා, සුවපත් වෙත්වා යි සිතන්නේය. මෙමත්‍රිය ප්‍රතිරූපක වන රාගය වනාහි සත්වයා ප්‍රේත ලෝකයට පමුණුවන පාපයකි. මහත් අකුසලයකි. මරණාසන්නයේදී තමන්ගේ දූ දරුවන් ගැන භාර්යාව, ස්වාමීපුරුෂයා ගැන තම ධනය ගැන රාගයෙන් යුක්තව සිටීමෙන් බොහෝ දෙනා ප්‍රේත ස්වභාවයට පැමිණෙති.

මෙන් සිත පැතිරවීම

තමාට හිතවත් සත්වයන් කෙරෙහි හා මැදහත් සත්වයන් කෙරෙහි මෙහි සිතක් පැවැත්වීම, පැතිරවීම ඉතා පහසුය. අපහසු වන්නේ වෛරීන් කෙරෙහි වෛර පුද්ගලයින් කෙරෙහි මෙහි පැවැත්වීම හා පැතිරවීමය. එය කළ හැකිවීම පිණිස ටිකක් ඉවසීමෙන් කටයුතු කළ යුතුය. ඉවසීම ඇතිකරගත් තැනැත්තාට සතුරු මිතුරු කා කෙරෙහිත් මෙන් සිත පැතිරවිය හැකිය. හැමදෙනා කෙරෙහිම මෙහි පැතිරවීමට මෙන් වැඩිමේ අනුසස් හා මෙන් වැඩිම කරණ හා සම්පූර්ණ කළ උතුමන්ගේ වර්තද මෙනෙහි කළ යුතුය.

මෙහි නැමැති මේ උතුම් ගුණ ධර්මය ලොව ජීවත්වන සියලු සත්වයා කෙරෙහිම නොවෙනස්ව පැවැත්විය හැකිවීම ලෝකයාටද ඉතා සැපයකි. දිවි පැවැත්ම සත්වයන්ට විශාල බරෙකි. ඒ බර විශාල කොටසක් ඇත්තේ ඒ ඒ සත්වයින් කෙරෙහි ඔවුනොවුන් මෙහි නොමැතිකම නිසාය. සැමදෙනා කෙරෙහිම මෙහි ඇතිනම් ලෝකයෙහි ජීවත්වීමට ඇති බරෙන් විශාල කොටසක් අඩුවන්නේය. මෙහි නැත්තා වූ එක් සත්වයකු අනිකෙකුට පීඩා කරන නිසා අනිකෙකු බයෙන් ජීවිතය ගෙවති. අනිකෙකු දුකසේ සපයා ගෙන තිබෙන දෙය පැහැරගන්නා නිසා අනිකා මරා කන නිසා බොහෝ සතුන්ට මරණ බියෙන් සැගවී සිටින්නට සිදුවී තිබේ.

ලෝකයෙහි සැමදෙනාට මෙහි ඇතියන් වුවහොත් තමා ආරක්ෂාවීමේ බරෙන් නිදහස් වීමෙන් ලෝක සත්වයාට ඉමහත් පහසුවක් සුවයක් ඇති වන්නේය මෙහි පුරුදු පුහුණු කරන උත්තමයෝ මම ලෝකයේ කිසිවකුට සතුරු නොවෙමි. මම ලොව හැමදෙනාගේම මිත්‍රයෙක් වෙමි.

හිතවතෙක් වෙමි. හැමදෙනාටම උපකාර කාරයෙක් වෙමි. මෙසේ සිතිය යුතුය. ලොව සියළු දෙනාම තමා කියා සිතා ගත යුතුය. අනුන්ට වන හිත්දා අලාභහානි දුක් කරදර තමාට වන ඒවා සේ සැලකිය යුතුය. අනුන්ට අලාභයක්, හානියක්, හිත්දාවක්, කරදරයක් වන කිසිම ක්‍රියාවක් නොකළ යුතුය. සෑම වරදක්ම ඉවසිය යුතුය. මේ ගුණාංගයේ පිහිටා කයෙන්, වචනයෙන් මනසින් මෙම ක්‍රියා කළ යුතුය. “මෙත්තං කාය කම්මං පච්චුපට්ඨිතං හොති සබ්බත්මචාරිසු ආචී වෙච රහො ච මෙත්තං චචිකම්මං පච්චුපට්ඨිතං හොති සබ්බත්මචාරිසු ආචී වෙච රහො ච, මෙත්තං මනොකම්මං පච්චුපට්ඨිතං හොති සබ්බත්මචාරිසු ආචී වෙච රහො ච” යනුවෙන් දැක්වෙන පරිදි ඒ ඒ අය ඇති නැති සෑම තැනදීම අනුන් කෙරෙහි මෙම ක්‍රියා සහගත කායකර්ම පැවැත්විය යුතුය. මෙම ක්‍රියා සහගත වාක් කර්ම පැවැත්විය යුතුය. මෙම ක්‍රියා සහගත මනෝකර්ම පැවැත්විය යුතුය. මේ විදිහට කොහොමද කාය, වචි කර්ම පවත්වන්නේ අපි ඒ ගැනත් කරුණු පැහැදිලි කරගනිමු.

මෙම ක්‍රියා සිතීන් කයෙන් කටයුතු කිරීම

වස්තූ පිරිසිදු කරදීම, වාසස්ථාන පිරිසිදු කරදීම, ආහාරපාන බෙහෙත් සපයාදීම, වෛද්‍යවරයන් අවශ්‍ය වූ විට එයට උදව් උපකාර කරමින් රෝගීන්ට උවදුරක් උපකාර කිරීමය. මහළු අයට, අසරණයන්ට උපකාර කිරීම, වෛතස, ප්‍රතිමා විහාර හැමදීම, කසළ ඉවත් කිරීම ආදී වත් කිරීමය. හිඤ්ඤා වහන්සේලාට සිවුරු පිරිසිදු කර දීම, පඬු සපයා දීම, පැන් පහසුව සඳහා ජලය සපයාදීම, අසුන් පනවා දීම, දානය හා ගිලන්පස සපයාදීම, වාසය කිරීම සඳහා ආවාස කර දීම,

ආදියෙන් උපකාර කිරීමය. බාලයෝ උගනින්නට කියලා පාසැල් ආදිය කරවීම ජනතාවට ප්‍රයෝජනවෙන්වා කියලා වැව්, ලී, පොකුණු කරවීම, පාරවල් සෑදීම යන ආදී වශයෙන් මෙහි සහගත කාය කර්මයෝය.

මෙහි සිතින් වචන කථා කිරීම

අනුන් හා කථා කිරීමේදී ඔවුන්ගේ සිත තොරදෙන අන්දමින් සිත් සතුටු වන වචන කථාකිරීම කළ යුතුය. තරාතිරම අනුව කථාකළ යුතුය. හිඤ්ඤාත් වහන්සේට ඒ ගරුත්වය ඇතිව වචන කථාකළ යුතුය. ගුරුවරයාට ඒ ආකාරයෙන් කථාකළ යුතුය. අයියා, අක්කා, මාමා, ඔය ආකාරයට ප්‍රිය වචනයෙන්ම කථාකළ යුතුය. අනුන් හොඳමග, යහමග යැවීම සඳහා කථාකළ යුතුය. තමා දන්නා බණ දහම් නිවැරදිව කියාදීම ගුණවතුන්ගේ ගුණ කථාකිරීම ඒ ගෞරවය නිසා ඒ අයට වචන කථාකිරීම, අකුසල් කරන ඇත්තන්ව ඒ අකුසලයෙන් මිදෙන මාර්ගය කියා දීම. දරුවන්ට දෙමාපියන්ට සලකන්නට අවවාද අනුශාසනා කිරීම යනාදිය මෙහි සහගත වාග් කර්මයෝය.

මෙහි සහගත මනෝ කර්ම

පහන් සිතින්, සිනහ මුහුණින්, හොඳ සිතින් අනුන් දෙස බැලීමත් අසවලෑ සුවපත් වේවා, නිදුක් වේවා, නිරෝගී වේවා යනාදී වශයෙන් තමාගේ සිතින් සුභ පැතීමත් මෙහි සහගත මනෝ කර්මයෝය. සිතින් සිතා නැවත නැවත එය කිරීම මෙහි භාවනාවය. මෙහි භාවනාව බුද්ධාදී උතුමන් වහන්සේලා විසින් වර්ණනා කරන ලද්දකි. බොහෝ අනුසස් ඇතියකි. ඒ නිසා මම ද එය කරමි, කියා එය කරන පුද්ගලයා

මෙක් වැඩීම පරම අර්ථය ප්‍රධාන කරගෙන කරන්නක් නොවේ. ආත්මාර්ථය ප්‍රධාන කරගෙන කරන්නෙකි. එබැවින් එය අවංකව වඩන මෙමත්‍රියක් නොවන්නේය. එය මෙමත්‍රියක් වුවත් තමා බලාපොරොත්තු වන මට්ටමට යා නොහැකිය. මෙක් වැඩීමේදී තමා අනුසස් අපේක්ෂා නොකර සිතෙන්ම මා අන්‍යයන් සුවපත් කරවන්නට ඕනෑය කියන අර්ථයෙන්ම මේ වඩන තැනැත්තාගේ භාවනාව අවංක මෙමත්‍රී භාවනාවම වේ.

මෙමත්‍රී භාවනාව පිළිබඳව දැනගත යුතු දේ

මෙමත්‍රී භාවනාව පිළිබඳව අපට බොහෝ දේ දැනගැනීමට ඇත. මේ පිළිබඳව විශුද්ධි මාර්ගයේ කරුණු පැහැදිලි කර ඇත්තේ මෙසේය.

මෙමත්‍රී බ්‍රහ්ම විහරණ වඩනු කැමති යෝගිහු විසින් කුඩා, මහත් පළිබෝධයෙන් දුරුව කර්මස්ථානය ගෙන සිහි අඩු ගතිය (සිහි මුර්ජාව) සන්සිඳුවා මේ කර්මස්ථානය පිළිබඳව මනාව සිහිය පිහිටුවා ගෙන විවේක ස්ථානයෙක පනවන ලද ආසනයෙහි පහසුවෙන්, සුවසේ සිටිමින් පළමුව ද්වේෂයෙහි ආදීනව ද ක්ෂාන්තියෙහි (ඉවසීමේ) ආනිසංසද සිහිකළ යුතුය. කුමක් හෙයින්ද මේ භාවනාවෙන් කළ යුත්තේ ද්වේෂය දුරුකිරීමය. ක්ෂාන්තිය ලබාගැනීමය. ආදීනව නුදුටු කිසිවක් දුරුකරන්නට හෝ ආනිසංස නොදුටු කිසිවක් ලබාගන්නට බැරිය. එබැවින් “දුට්‍ඨො බො ආවුසො දොසෙන අභිභුතො පරියාදාන විතොනා පාණමපි හන්ති” යනාදී වශයෙන් සුත්‍ර ඇසුරෙන් ද්වේෂයෙහි ආදීනව දැක්ක යුතුය. මෙහි අදහස, මහණෙනි, ද්වේෂයෙන් දූෂිත වූ, අභිභුත වූ හාත්පසින්

අල්ලාගන්නා ලද සිත් ඇති වූ පුද්ගලයා ප්‍රාණසාකයද කරන්නේය, යන්න එහි අර්ථයයි.

“බන්තී පරමං තපො තිතික්ඛා

නිබ්බාණං පරමං වදනති බුද්ධා”

“ධනතිබලං බලාණිකං

තමහං බුමි බ්‍රාහ්මණං”

“බනතභා භියෙණ න විජ්ජති”

යනාදී වශයෙන් දේශනා කර ඇති ධර්මය අනුව ඉවසීමේ ආනිසංස දැකිය යුතුය. මෙහි තේරුම “ඤානේති සංකායාන තිතිඤ්ච” - ඉවසීම පරම තපසය ඤානේතිය බල කොට ඇති, ඤානේතිය බල ඇණි කොට ඇති ඔහු මම බ්‍රහ්මණයා යි කියමි යන්න එහි තේරුමයි.

මෙසේ ආදීනව දැක ද්වේෂයෙන් සිත මුදනු සඳහා ද ආනිසංස දැක ඤානේතියෙහි සිත යොදනු සඳහා ද මෛත්‍රිය භාවනාවට පටන් ගත යුතුය. පටන් ගන්නා අය විසින් පළමුව මේ මේ පුද්ගලයින් කෙරෙහි මෛත්‍රිය නොවැඩිය යුතුය.

අප්‍රිය, අතිප්‍රිය සහාය, මධ්‍යස්ථ, වෛරී යන මේ සතර පුද්ගලයන් කෙරෙහි පළමුවෙන්ම මෛත්‍රිය නොවැඩිය යුතුය. ලිංග විසභාගයන් කෙරෙහි සීමා වශයෙන් මෛත්‍රිය නොවැඩිය යුතුය. මළවුන් කෙරෙහිද පළමුව මෛත්‍රිය නොවැඩිය යුතුය.

කුමක් නිසාද මේ පුද්ගලයින් පිළිබඳව පළමුව මෛත්‍රිය නොවැඩිය යුත්තේ අප්‍රිය පුද්ගලයා ප්‍රිය තැනිති තබාගැනීමට යාමෙන් සිත පීඩාවට පත් වන්නේය. අතිප්‍රිය සහාය, මධ්‍යස්ථ තැනිති තබා ගන්නට යාමෙන් පෙර සේම සිත පීඩාවට පත්වන්නේය. ඔහුට ස්වල්ප හෝ දුකක් වූ විට

හඬන්නට පවා සිදුවේ. මධ්‍යස්ථ පුද්ගලයා ගරු තැනහි ප්‍රිය තැනහි තබාගන්නට යාමෙන් ද සිත පීඩාවට පත් වන්නේය. වෛරී පුද්ගලයා සිහිවන විටම ක්‍රෝධය උපදින්නේය. එබැවින් අප්‍රිය ආදී සතර දෙනා කෙරෙහි පළමු කොට මෙම ක්‍රියා නොවැඩිය යුතුය. ලිඬග විසභාගයෝ වශයෙන් හඳුන්වන්නේ ස්ත්‍රීන්ට පුරුෂයෝය. පුරුෂයින්ට ස්ත්‍රීහුය. ඔවුන් කෙරෙහි සීමා වශයෙන් අසවලාට හෝ අසවලීට යන වශයෙන් මෙම ක්‍රියා කරන්නට යාමෙන් මෙම ක්‍රියා නොව වැඩෙන්නේ රාගයයි. උදාහරණ පෙර එක් ඇමති දරුවෙක් “ස්වාමීනී!” කවුරුන් කෙරෙහි මෙම ක්‍රියා වඩමිදැයි කුඵපගු හික්‍ෂුවකගෙන් විචාලේය. ප්‍රියවතකු කෙරෙහි වඩව යි කිය. ඒ ඇමති දරුවාට සිය බිරිඳ ප්‍රියය. ඔහු ඇය කෙරෙහි මෙම ක්‍රියා වඩන්නට යාමෙන් මුළු රැයම යුද්ධයක් කළ පරිදි විය. එබැවින් ප්‍රිය පුද්ගලයා කෙරෙහි සීමා වශයෙන් පළමු කොට මෙම ක්‍රියා නොවැඩිය යුතුය.

මළවුන් කෙරෙහි මෙම ක්‍රියා වැඩීමෙන් අපීණා - උපචාර ලබාගත නොහැකිය. එක් (නවක) අළුත පැවිදි වූ හික්‍ෂු නමක් ආචාර්යයන් කෙරෙහි මෙම ක්‍රියා වැඩුවේය. එහෙත් හික්‍ෂුවගේ මෙම ක්‍රියා සඵල නොවීය. හික්‍ෂුව මහ තෙරුන් කරා ගොස් “ස්වාමීනී” මට මෙම ක්‍රියා ධ්‍යාන සමාපත්තිය මැනවින් ප්‍රගුණය. එහෙත් එයට සමවැද ගන්නට බැරිය. ඒකට හේතුව විචාලේය. මහ තෙරුන් වහන්සේ “ඇවැත්නි” නිමිත්ත ජීවත්ව ඇද්දැයි පිරික්‍ෂව යි කී සේක. අළුත පැවිදි වූ හික්‍ෂුව නිමිත්ත පිළිබඳ විමසා බැලීමේදී ආචාර්යයන් අපවත් වූ බව දැන නිමිත්ත වෙනස්කර මෙන් වඩා අපීණ උපචාර ලබාගෙන ඇති බව සඳහන් වේ. එබැවින් මළවුන් කෙරෙහිද පළමු මෙම ක්‍රියා නොවැඩිය යුතුය.

මෙහි වඩන්නා විසින් සියල්ලට පළමුව මම සුවපත් වෙමිමා, නිදුක් වෙමිමා, කියා හෝ මම වෙර නැත්තෙමි, ව්‍යාපාද නැත්තෙමි, උපද්‍රව නැත්තෙමි, සුවසේ ආත්මය පරිහරණය කරමි. කියා හෝ නැවත නැවත තමන් කෙරෙහි ම මෙමත්‍රිය වැඩිය යුතුය. මෙහිදී දැන් කා හටත් ප්‍රශ්නයක් ඇතිවිය යුතුය. මෙසේ පළමු කොට තමා කෙරෙහි ම මෙහි වැඩිය යුතු නම් විහඟයෙහි “කථාං ව භික්ඛවේ භික්ඛු මෙත්තා සහගතෙන වෙනසා එකං දිසං ඵරිත්වා විහරති, සෙය්‍යථාපි ඒකං පුග්ගලං පියං දිස්වා මෙනතායෙය්‍ය ඵචමෙව සබ්බසතෙනසු මෙත්තාය ජීරති” මහණෙනි, භික්ඛු තෙමේ මෙහි සහගත සිතින් කෙසේද එක් දිසාවක පතුරවා වාසය කරත් ද ප්‍රිය මනාප එක් පුද්ගලයකු දැහැමෙන් කරන්නාසේ සියළු සතුන් කෙරෙහි මෙන් පතුරවන්නේ යැයි ද පටිසම්භිදායෙහි “කත මෙහි පඤ්චබාකාරෙහි අනොධිසො ජීරණා මෙත්තා චේතෝ විමුක්ති භාවෙනබ්බා සබ්බෙ ඡත්තා සබ්බෙපාණා සබ්බෙ භූතා සබ්බෙ පුග්ගලා සබ්බෙ අත්තභාව පරියා ජනනා අවෙරාහොන්තු අභ්‍යාපජ්ජා හොන්තු අනිසා හොන්තු සුඛි අත්තානං පරිහරන්තු”

මේ පස්දෙනා කෙරෙහි කෙසේ මෙමත්‍රිය වැඩිය යුතුද සියළු ප්‍රානිහු, සියළු භූතයෝ, සියළු පුද්ගලයෝ, සියළු ආත්මභාව, පයථිපන්නයෝ වෙර අව්‍යාපාද, අනිස වෙන්වා සුවසේ ආත්ම පරිහරණය කෙරෙත්වා යයිද කරණය මෙත්ත සුත්‍රයෙහි “සුඛිනො වා බේමිනෝ හොන්තු සබ්බෙ සත්තා භවන්තු සුඛිත්තා” සියළු සත්වයෝ සුඛිත වෙන්වා කෙමි වෙන්වා, සුවපත් වෙන්වා යි ද කුමක් නිසා සියළු සතුන් කෙරෙහි මෙමත්‍රිය වැඩිය යුතුයැයිද වදාළ සේක්ද? එහි හා

මෙහි විරෝධයක් නැද්ද? එහි තමා කෙරෙහි පමණක් මෙන් වැඩිමක් පමණක් නොවේද. මේ ප්‍රශ්නය අප කාටත් ඇතිවිය හැක.

උත්තරය මෙසේය. එහි තමා කෙරෙහි මෙහි භාවනාවක් නොවදාරන ලද්දේය. එහෙත් එහි හා මෙහි විරෝධයක් ද නැත . කුමක් නිසාද එහි මෙහි භාවනා විධි දක්වන ලද්දේ අපිණා වශයෙන් මෙහි සාක්‍ෂ්‍ය වශයෙනි. අවුරුදු සියයක්, දහසක් වුවත් “මම සුවපත් වෙමි” යනාදී වශයෙන් තමා කෙරෙහි මෙහි වඩින්නන් අපිණා නොලැබේ. එසේ වැඩිමෙන් මම යම්සේ සුවපත් වනු කැමැත්තෙමි ද දුකට පිළිකුල් කරමිද, ජීවත්වනු කැමැත්තෙමිද, නොමැරෙනු කැමැත්තෙමිද, එසේම අන්‍ය සත්වයෝත් කැමැති වෙති. තමා සාක්‍ෂිය වශයෙන් තමා අනුත් කෙරෙහි හිත සුව කැමති බව උපදින්නේය. සම්මා සම්බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් ද තමාට වඩා මෙහි කිරීමට කිසිවකු විමසූ විට තමාට වඩා ප්‍රිය නරයෙක් නොදැක්කේය.

“සබ්බා දිසා අනුපරිගම්ම වෙනසා
නෙවජ්ඣගා පියතර මත්තනා කචචි
එවං පියෝ පුපු අත්තා පරෙසං
තස්මා න හිංසෙ පරං අත්තකාමෝ”

සිතින් සියළු දිග් සොයා බැලුවද ඒ කිසි දිනක තමහට වඩා ප්‍රියතරයෙක් නොලැබෙන්නේය. ඔවුනොවුන්ට තම තමන්ගේ ශරීර වෙන වෙනම ප්‍රියය. එබැවින් මා හට සිත කැමැත්තේ අනුතට හිංසා නොකරන්නේය යි තමා සාක්‍ෂි භාවයේ තමා සතුන් කෙරෙහි මෙන් වැඩිය යුතුය යන මේ ක්‍රමය වදාරණ ලද්දේමය. එබැවින් සාක්‍ෂි පිණිස පළමුවෙන්ම තමා

කෙරෙහි මෙන් වැඩිය යුතුය. ඉක්බිති සුවසේ මෙන් පවත්වනු පිණිස තමාහට ප්‍රිය මනාප ගරු භාවනීය ආවායඝීවරයෙක් හෝ ආචාර්යවරයකුට සමානයෙක් හෝ උපාධ්‍යායයෙක් හෝ උපාධ්‍යාය සමානයෙක් හෝ වේ නම් ඔහුගේ දාන, ප්‍රිය වචනා දී වූ ප්‍රිය මනාප කාරණ ද, ශීල ශ්‍රැතාදී වූ ගරු භාවනීය කාරණ ද සලකා “ඒ සත් පුරුෂයාණෝ සුවපත් වෙත්වා, නිදුක් වෙත්වා” යනාදී ක්‍රමයෙන් මෙන් වැඩිය යුතුය. මෙබන්දක් කෙරෙහි මෙන් වැඩීමෙන් ඒකාන්තයෙන් එහි ආනිසංසයන් ලබාගැනීමට හැකිවේ.

මේ මෙහි භාවනාව වඩන යෝගි විසින් එතෙකින්ම සතුට, සැහීමට නොපැමිණ සීමා සම්භේදය කරන කැමැත්තෙන් අතිප්‍රිය මිත්‍රයා කෙරෙහි මෙන් වැඩිය යුතුය. අතිප්‍රිය මිත්‍රයා කෙරෙහි මෙන් වඩා ඊට පසු මධ්‍යස්ථයා කෙරෙහි මෙන් වැඩිය යුතුය. මධ්‍යස්ථයා කෙරෙහි මෙන් වඩා ඊට පසුව වෛරී පුද්ගලයා කෙරෙහි මෙන් වැඩිය යුතුය. මේ එක් එක් කොට්ඨාශයෙහි සිත මෘදු කොට කමිණු කරගෙන ඊට පසුව අනතුරු කොටසට මෙන් වැඩිය යුතු බව දැනගත යුතුය. “පළමු කොට ප්‍රිය, ගරු ස්ථානයෙහි මෙහි භාවනාවට පැමිණ එය තුළ වසී භාවයට පැමිණ සිත් වූ කොට්ඨාසාන්තරයට පමුණුවනු සඳහා ඔහු කමිණු කොට ප්‍රිය වූ පුද්ගලයා කෙරෙහි මෙන් වැඩිය යුතුය. අති ප්‍රියයා කෙරෙහි මෙහි භාවනාවට පැමිණ ඒ කෙරෙහි වසී භාවයට පැමිණිය යුතුය. සිත් වූ කොට්ඨාසාන්තරයට පමුණුවන පිණිස මෘදු කමිණු කරගෙන මධ්‍යස්ථය කෙරෙහි මෙන් වැඩිය යුතුය. මධ්‍යස්ථයා කෙරෙහි ඇති උදාසීනභාවය දුරුකොට ප්‍රියභාවය ඇතිකරගෙන භාවනා කළ යුතුය. නැවත ඒ භාවනාවද කමිණු කරගෙන වසී භාවයට

පත්කොට වෛරීන් කෙරෙහි වෙරී සංඥා විෂ්කම්භනය කරගෙන මධ්‍යස්ථයට පැමිණීමේ අභිප්‍රායෙන් ප්‍රිය භාවයද උපදවා ඔවුන් විසින් භාවනාවට පැමිණිය යුතුය” යනුයි.

ඉතින් යමෙකුට වෛරී පුද්ගලයෝ නැත්නම් තමා මහා පුරුෂ ජාතික බැවින් නරක කරන්නහු කෙරෙහි ද වෛරී සංඥා කිසිවක් නූපදී නම් එහු විසින් “දැන් මගේ භාවනාව මධ්‍යස්ථයා කෙරෙහි කම්ණ්‍ය විය. වෛරී පුද්ගලයා කෙරෙහි ඉතින් සිතන්න නොවෙයි. ව්‍යාපාද නොකළ යුතුය. යමෙකුට වෛරී පුද්ගලයෝ ඇත්නම් ඔහු කෙරෙහි මෛත්‍රිය වැඩිය යුත්තේ (මහා පුරුෂ ජාතිකයා විර කාල පරිචයයෙන් සමෘද්ධ වූ ක්‍ෂාන්ති, මෛත්‍රී, කරුණා දී ගුණ සමන්විත බැවින් උදාර අදහස් ඇත්තේය. ඒ උතුමන් සියල්ල ඉවසන සුළු වූ හෙතෙම පරාපරාධය තණ පතකට ද නොතකන්නේය.” මේ විදිහට වෛරී පුද්ගලයා කෙරෙහි භාවනාව වඩන විට සිත සකසා ගැනීම සඳහා කටයුතු කළ යුතුය.

වෛරී පුද්ගලයා කෙරෙහි සිහිය පවත්වන විටම ඔහු විසින් කරන ලද අපරාධ සිහිවීමෙන් ඔහු කෙරෙහි ක්‍රෝධය උපදී නම් එවිට පළමුව පැහැදිලි කළ අය අතුරෙන් යමකු කෙරෙහි මෛත්‍රී ධ්‍යාන ලබා එයින් පසුව නැවත ඔහු කෙරෙහි මෛත්‍රී සිතීමෙන් ක්‍රෝධය දුරුකර ගත යුතුය. එසේත් ක්‍රෝධය නොසන්සිදේ නම් කකචුපමොවාදා දී අනුසාරයෙන් ක්‍රෝධය දුරුකරගන්නට නැවත නැවත උත්සාහ කළ යුතුය. ඔහු විසින් තමාටම මෙසේ අවවාද කරගත යුතුය. තමා තමාටම අවවාද කිරීම කකචුපමොවාදා යනුවෙන් පැහැදිලිය.

තමා හට මෙසේ අවවාද කරගත යුතුය.

ඉදින් දැන් තෝ ක්‍රෝධශීලී පුද්ගලයා බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් මෙසේ වදාළ සේක් නොවේද?

(1) “උභතො දණ්ඩකෙන වෙපිහික්ඛවේ කකචෙන චොරා ඔවරකා අඬිග මඩිගානි ඔකනෙත්තං, තත්‍රාපි යො මනොපදොසෙය්‍ය න මෙ සො තෙන සාසනකරො” යි

(2) “තසෙස්ච තෙන පාපියො-යො කුද්ධං පටිකුජ්ඣානි කුද්ධං අප්පටි කුජ්ඣානේනා සංගාමං ජෙති දුජ්ජයං උභින්න මත්ථ වරති අත්තනොච පරස්ස ච පරං සංකුපිතං ඤත්වා යො සතො උපසම්මති” යි.

(3) “සත්තිමෙ හික්ඛවෙ ධම්මා සපත්තකන්තා සපත්ත කරණා කොධනාං ආගච්ඡානති ඉත්ථි වා පුරිසංච වා කතමේ සිත්ත?” යනාදී වශයෙනි. මෙහි අර්ථය වන්නේ,

ඉදින් තෝ දැන් කිපුණෙක් වන්නෙහි නම් බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ශාසනය නොකරන්නෙක් වන්නෙහිය. කිපුණා හට පෙරළා කිපුණෙහි නම් ඒ කිපුණ පුද්ගලයාටත් වඩා තෝ පාපිෂ්ඨයෙක් වැ නොදිනිය හැකි සංග්‍රාමය නො දිනන්නෙහිය. සපත්තකරණ ධර්ම තෙමීම තමා කෙරෙහි ඇති කරගන්නෙහිය. සොහොන් පෙනෙල්ල බඳු ද වන්නෙහිය.

(1) මහණෙනි, ඉදින් දෙපස පොලු ලූ කියතකින් නපුරු වූ සොරු තම සිරුරු අවයව කපන්නම් එහිදී පවා යමෙක් සිත දූෂ්‍ය කර ගත්තේ නම් ඔහු මාගේ ශාසනය කරන්නෙක් නොවන්නේය.

(2) යමෙක් කිපුණහුට පෙරළා කිපේ නම් ඔහු පළමු කිපුණහුටත් වඩා පාපිෂ්ඨයෙකි. කිපුණහුට පෙරළා නොකිපෙන්නේ නොදිනිය හැකි යුද්ධයෙන් දිනුයේ වන්නේය. අනන්‍යයෑ කිපෙනා දැක යමෙක් සිහි ඇතිව ඉවසයි නම් ඔහු තමහටද අන්හටද යන දෙපසටම වැඩ සාදන්නේය.

(3) මහණෙනි, සතුරකු විසින් තම සතුරාට කරනු කැමැති වූ මේ ධර්ම සතෙක් ක්‍රෝධ කරන සුළු ස්ත්‍රිය කරා හෝ පුරුෂයා කරා හෝ ඉබේම පැමිණෙන්නේය කවර ධර්ම සතෙක්ද?

01 මහණෙනි, අහෝ මේ දුර්වර්ණ වේ නම් මැනවයි සතුරා සතුරා ගැන සිතන්නේය. කුමක් හෙයින්ද මහණෙනි සතුරා තම සතුරාගේ වර්ණ සම්පත්තිය නුරුස්සන්නේය. මහණෙනි ක්‍රෝධශීලී පුද්ගලයා ඉදින් දිය නා පියා සුවද විලවුන් ඇග ගල්වා හිස රැවුල් බා පිරිසිදු සුදු රෙදි පිළි හැඳ සිටී. නමුත් දුර්වර්ණම වන්නේය. මහණෙනි, ක්‍රෝධශීලී ස්ත්‍රිය කරා හෝ පුරුෂයා කරා හෝ පැමිණෙන මේ පළමුවන සපත්ත කරණ ධර්මයයි.

02 මහණෙනි, අහෝ මේ දුකසේ වසන්නේ නම් මැනවැයි සතුරා සතුරා ගැන සිතන්නේය. කුමක් හෙයින්ද මහණෙනි සතුරා තම සතුරාගේ සුබ වාසය නුරුස්සන්නේය.

- 03 මහණෙනි, අහෝ! මේ ධනවත් නොවන්නේ නම් මැනැවැයි සතුරා සතුරා ගැන සිතන්නේය. කුමක් හෙයින්ද මහණෙනි සතුරා තම සතුරාගේ ධනවත් බව නුරුස්සන්නේය.
- 04 මහණෙනි, අහෝ මේ උපහොග පරිහොග වස්තු ඇත්තෙක් නොවන්නේ නම් මැනැවැයි සතුරා සතුරා ගැන සිතන්නේය. කුමක් හෙයින්ද මහණෙනි, සතුරා තම සතුරාගේ උපහොග පරිහොග වස්තු ඇති බව නුරුස්සන්නේය.
- 05 මහණෙනි, අහෝ! මේ යස පිරිවර ඇත්තෙක් නොවන්නේ නම් මැනැවැයි. සතුරා සතුරා ගැන සිතන්නේය කුමක් හෙයින්ද? මහණෙනි, සතුරා තම සතුරා හට යස පිරිවර ඇති බව නුරුස්සන්නේය.
- 06 මහණෙනි අහෝ ! මේ මිත්‍රයන් ඇත්තෙක් නොවන්නේ නම් මැනැවැයි සතුරා සතුරා ගැන සිතන්නේය. කුමක් හෙයින්ද? සතුරා තම සතුරාගේ මිත්‍රයින් ඇති බව නුරුස්සන්නේය.
- 07 මහණෙනි, අහෝ! මේ මරණින් මතු ස්වර්ගයෙහි නූපදේ නම් මැනැවැයි සතුරා සතුරා ගැන සිතන්නේය. කුමක් හෙයින්ද? සතුරා තම සතුරාගේ ස්වර්ග උප්පත්තිය නුරුස්සන්නේය. මහණෙනි, ක්‍රෝධශීලී පුද්ගලයා කයින් වචනයෙන් සිතින් දුශ්චරිත කරන්නේය. එසේ කර කා බී මරණින් මතු අපායෙහි උපදින්නේය.

(4) මහණෙනි, දෙකොන ගිනි ඇවිළගත් මැද අසූචි වැකුණු සොහොන් පෙනෙල්ල ගමේ දර වැඩක් හෝ කැලේ දර වැඩක් හෝ නොකරන්නේය. මහණෙනි මේ ක්‍රෝධශීලී පුද්ගලයා ද එබඳු යැයි කියමි. (මේ දේශනා පාලියේ අර්ථයයි).

මෙසේ ගැටුන ක්‍රෝධය වැයම් කිරීමෙන් සන්සිදේ නම් මැනවයි. නොසන්සිදේ නම් පළමුව පැහැදිලි කර ඇති බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින්ද, සාරිපුත්ත මහ රහතන් වහන්සේ විසින් දේශනා කර වදාළ අසාත පටිච්චය සූත්‍ර දේශනාවේ ඇතුළත් කරුණු මෙනෙහි කළ යුතු බව සඳහන් කර ඇත.

මෙසේ වැයම් කරලත් ක්‍රෝධය නොසන්සිදේ නම් මෙමඬි සිතක් පවත්වන්නට නොහැකි නම් තමාම මෙසේ අවවාද කරගත යුතුය.

සතුරා ඔහු අයත් - තගෙ සිරුරෙ දුක් දෙන්නේ
තෝ ඔහු අයත් නැති - සිතෙහි කිම දුක් දියම් වන්නේ!

හිතවත් මව්පිය - නෑ මිතුරන් හැරූ පියා
තමහට අහිතට වැටෙන - කෝ සතුරු නො හරනෙ කිම

රකිත හැම සිල් මුල් - කපා ලන කෝ සතුරා
ලෙහි ලා නලවන්නෙහි - තා වැනි ජඩයෙක් කවර

ඔහු විසින් තා හට - නපුරක් කෙලෙයයි කිපෙහි
තෝ තමහට එබඳු - නපුරක් කරනු රිසියෙහි

තා රොස් කරන්නට - සතුරා සතුරා ඒ නපුර කෙළ
රොස් වීමෙන් තමා - ඔහුගේ මන දොළ පුරනෙහි

කිපුමෙන් සතුරු හට - දුක් දිය හැකි වෙ නොහැකි වේ
තෙමෙ තමහට පළමු වැ - කෝ දුක් දී පෙළෙන්නේ

යම් රොසෙකින් සතුරු - තා හට අවැඩ කෙළෙනම්
ඒ රොසම නසා ලව් - බලු මෙන් නො තැනැ
නොවෙහෙස

දුක් දෙන කෙනෙක් ඔහු - නැති වැ කා හට දුක් දෙති
තෙමෙ ම දුකට හේතු වැ - කුමකට ඔහුට කීපෙන්නේ

මෙසේ තමා තමාහටම අවවාද කර ගැනීමෙන්
කෝපය නොසන්සිදේ නම් ඊට පසුව තමාගේද සතුරාගේද
කම්මස්ස කථාව (කර්මය කර්ම ඵලය) සලකා මෙෙක්‍රිය වැඩිය
යුතුය. එය මෙසේය,

ඔහුට කිපී කුමක් කරන්නෙහිද තගේ මේ ද්වේෂ
මූලික කර්මය තමන්ටම අනර්ථය පිණිස වන්නේය. එසේ
නොවන්නෙහිද? තෝ කර්මය ස්වකීය කොට ඇත්තෙකි.,
කර්මය දායාද කොට ඇත්තෙකි; කර්මය උප්පත්ති ස්ථාන
කොට ඇත්තෙකි, කර්මය බන්දු කොට ඇත්තෙකි (නැයා කොට)
කර්මය පිළිසරණ කොට ඇත්තෙකි, තා කරන කර්මයට තෝම
දායාද වන්නේය. තගේ මේ කර්මය සමාක් සම්බෝධය හෝ
ප්‍රත්‍යයක බෝධිය හෝ ශ්‍රාවක භූමිය හෝ බ්‍රහ්ම භාවය හෝ ශක්‍ර
භාවය හෝ චක්‍රවර්ති භාවය හෝ ප්‍රදේශ රාජ්‍යාදී අතුරෙන් කිසි

සම්පත්තියක් හෝ සිද්ධ කර දෙන්නට සමර්ථ නොවේ. කුමක් කර දෙන්නට සමර්ථද නරකාදී දුක් හෝ සිද්ධකර දෙන්නට සමර්ථය. මේ ක්‍රෝධ කරන තෝ දැනින් ගිනි අඟුරු හෝ අසුවී හෝ ගෙන අන්තට ගසා දමන්නෙකු වැනිය. පළමු කොට තමාම දුගඳ හමන්නේය. මෙසේ තමාගේ කම්මස්ස කථාව සැලකිය යුතුය. එසේ සලකා පසුව අන්‍යාගේ කම්මස්ස කථාව සැලකිය යුතුය.

එය මෙසේ කළ යුතුය. - ඔහු කිපී තට කුමක් කරන්නේද ඔහුගේ කිපුම ඔහුටම අනර්ථ පිණිස වන්නේය. ඔහුද තා වගේම කම්ස්වකීය, කර්ම දායාදය, කම්යෝනිය, කම් බන්දුය ඔහුගේ කර්මය ඔහුට බුදුබව හෝ පසේ බුදු බව බුදු සවි පදවි හෝ බුහ්ම, ශක්‍ර, චක්‍රවර්ති ප්‍රදේශ රාජ්‍ය දී සම්පත් ඇතිකර දෙන්නට සමර්ථ නැත. හුදෙක් ශාසනයෙන් බැහැර කොට විසාසාදා දී භාවය හෝ නරකා දී දුක් හෝ සිද්ධකර දෙන්නට සමර්ථය. තම මේ නපුර කරන ඔහු උඩු සුළඟට දූලි ගසා ලන්නකු සේ තමාටම දුක් පමුණුවා ගන්නේ. බුදුපියාණන් වදාළා ඇත. (යමෙක් තමාහට හෝ අන්තට හෝ ද්වේෂ නොකරන නිකෙලයට නිරපරාධ පුරුෂයකුට ද්වේෂ කෙරේ නම් උඩු සුළඟට වී සියුම් දූවිල්ල සේ පාපය අඥාන වූ ඔහු කරාම පෙරළා එන්නේය) මෙසේ කම්ස්වකථා සැලකීමෙනුදු ද්වේෂය, ක්‍රෝධය නොසන්සිදේ නම් පසුව ශාස්තෘන් වහන්සේගේ පූර්ව වර්ත ගුණ සැලකීමෙන් එය සන්සිදුවා ගත යුතුය.

ඒ මෙසේය :- තාගේ ශාස්තෘන් වහන්සේ බුදුවන්නට පෙර පාරමී පුරණ කාලයේ කප් සුවහසක් මුළුල්ලේ ඒ ඒ ජාතින් හිදී වදකයන් කෙරෙහිත් සතුරන් කෙරෙහිත් සිත දූෂ්‍ය නොකළ සේක් නොවෙද්ද බලව, යන්න සිතා මෙමක්‍රිය

වැඩිය යුතුය. සිලව ජාතකය, (මුලින් විස්තර කර ඇත.) (කෂාන්තිවාදී ජාතකය, චුල්ල ධම්මපාල ජාතකය, කපි ජාතකය, භූරිදන්ත ජාතකය, සංඛපාල ජාතකය, මාතුපෝසක ජාතකය යනාදී වශයෙන් සිහිපත් කළ යුතුය. මෙම ජාතක කතා විස්තර කිරීමට දීර්ඝ පිටු ගණනාවක් යන බැවින් විස්තර නොකරමි. උදාහරණ වශයෙන් ජද්දන්ත ජාතකය පිළිබඳව කෙටියෙන් විස්තර කර ඇත.

අප මහ බෝසතාණන් වහන්සේ එක් ආත්මභාවයක ජද්දන්ත නම් ඇත් රජෙක්ව සිටියදී විෂ පෙවූ ඊයක් පාපකාරී වැද්දෙක් ඇත් රජුගේ දළ ලබාගැනීම සඳහා ශරීරයට විද්දේය. එසේ විෂ පෙවූ ඊය විද්ද අන්ඊටකාරී වැද්දා කෙරෙහි ද තම චිත්තය දූෂ්‍ය නොකළ සේක. මෙමත්‍රියම වැඩු සේක.

විෂ පෙවූ හීයෙන් විදුනා ලද සඳත්	ඇතා
මඳකුඳු නො කිපී විදි වැදිගෙන් මෙ පිළිවි	තා
කුමකට මිතුර විදියෙද මට මෙලෙස	මෙතා
කවුරුන් දුන්ද මෙ නියෝ තට කුමක්	පතා

මේ විෂ පෙවූ ඊය වැදුන සද්දන්ත ඇතා මඳකුඳු නොකිපී වැද්දාගෙන් මෙසේ ඇසීය. මිතුර කුමකට මට මේ විදිහට ඊය විද්දේ කවුරුන්ද මේ නියෝගය කුමක් සඳහා ඔබට දුන්නේ කියා ඇත් රජු විමසා සිටි විට පාපකාරී වැද්දා මෙසේ උත්තර දුන්නේය.

කසී රජුගේ මෙහෙසි විසින් ඔබ දළ සඳහා එවන ලද්දෙමි යි කී කළ ඔහුගේ මනදොළ සපුරමින් සවණක් රැස් වහිදෙන - දිලි දිලි බබළන සිය දළ කපා දුන්නේය.

මෙසේ ශාස්තෘන් වහන්සේගේ පූච්ච වර්ත ගුණ සිහි කරමින් භාවනා කළද ක්‍රෝධය නොසන්සිදේ නම් ඉක්බිති “අනමතග්ගිය” සූත්‍රය සිහිකළ යුතුය. එය මෙසේය

“න සො භික්ඛවෙ සත්තො සුලභරූපො යො න මාතා භූත පුබ්බො - යො න පිතා භූතපුබ්බො - යො න භාතා - යො න භගිනී - යො න පුත්තෝ - යො න ධීතා භූතපුබ්බො”

මහණෙනි පෙර මච්චියන් නොවූ සහෝදර සහෝදරී නොවූ පුත්‍ර, දූ නොවූ සත්වයෙක් දැකගත හැකි නොවේ යැයි බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කොට වදාළ සේක. එබැවින් ක්‍රෝධය හටගත් පුද්ගලයා කෙරෙහි මෙමඬි සිතින් මෙසේ සිහිකළ යුතුය. මොහු පෙර මට මච්ච සිට දසමසක් කුසින් උසුලා මළ, මුත්‍ර, සෙම්, සොටු ඇ සඳුන් සේ නොපිළිකුල්ව පහ කරමින් ඇකයෙන් වඩාගනිමින් පෝෂණය කළාය. පියාව සිට වෙළඳාම් කරමින්, මා නිසා දිවිද නොතකා යුධබිම වැද යුධ කරමින් නැවෙත් මුහුදු යමින් තවද නොයෙක් දේ සිය ගණන් දුෂ්කර දේ කරමින් පුතු රැක ගනිමි යි සිතා නොයෙක් උපායෙහි ධනය රැස්කරමින් මා පෝෂණය කළේය. සහෝදර සහෝදරීව මේ මේ සැටියෙන් උපකාර කළේය. ඔහු කෙරෙහි හිත දූෂ්‍ය කර ගැන්ම නුසුදුසු යැයි සිතා ක්‍රෝධය සන්සිදුවා ගත යුතුය.

එසේත් ක්‍රෝධය නොසන්සිදේ නම් පෙර විස්තර කර ඇති මේතාය භික්ඛවේ ආදී වශයෙන් මෙන්තා සූත්‍රයෙහි ආනිසංස සිහිකළ යුතුය. බුදුපියාණන් වහන්සේ මෙමඬියෙහි අනුසස් මෙසේ වදාලා නොවේද තා සිත නොසන්සිදුවා

ගන්නේ නම් මේ අනුසස් වලින් තා බැහැර වන්නෙහිය. වශයෙන් නිතර නිතර කීප වතාවක් මෙනෙහි කළ යුතුය.

ධාතු මෙනෙහි කරමින් මෙමතිය

මෙසේ මෙන්තා ආනිසංස සිහි කොටත් සිත නොනිවේ නම් ධාතු විනිච්ඡොගය කොට මෙමතිය වැඩිය යුතුය.

ඒ මෙසේය :- තෝ ඔහුට කිපෙහි. කුමකට කිපෙන්නෙහිද, කෙස් වලට කිපෙන්නෙහිද, නැත ලොමට කිපෙන්නෙහිද. නැත. නියට කිපෙන්නෙහිද නැත. දතට කිපෙන්නෙහිද ආදී වශයෙන් සිහි කොට තමා අවවාද කරගනිමින් මුත්‍රයට කිපෙන්නේද එසේත් නොවේ නම් කෙස් ආදියෙහි පඩිවි ධාතුවට කිපෙන්නේද. අපෝ ධාතුවට කිපෙන්නේද, තේපෝ ධාතුවට කිපෙන්නේද, වායෝ ධාතුවට කිපෙන්නේද. එසේත් නැතිනම් ස්කන්ධ පසට කිපෙන්නේද සලායතනයන්ට කිපෙන්නේද ආයතන දොළසට කිපෙන්නේද තෝ රූපස්කන්ධයට කිපෙන්නේද වේදහාස්කන්දයට කිපෙන්නේද, සංඥා ස්කන්දයට කිපෙන්නේද සංකාරස්කන්දයට කිපුනේද විඤ්ඤානස්කන්දයට කිපෙන්නේද, එසේත් නැතිනම් වක්කු ධාතුවට කිපුනේද මනෝ ධාතුවට කිපුනේද මනෝ විඤ්ඤාණ ධාතුවට කිපුනේද. මෙසේ ධාතු වශයෙන් බලා එහි අර්ථයක් නැති බව සිහිකොට මෙමතිය වැඩිය යුතුය. මෙසේ කිරීමේදී අහසේ ආදී සිත්තම සේ ක්‍රෝධය ප්‍රතිෂ්ඨා ස්ථානයෙක් වන්නේ නැත.

දානයෙන් මෙමිත්‍රිය

ඉහත පරිදි ධාතු සිහිකිරීමෙන්ද තම සිතෙහි ක්‍රෝධය නොසන්සිදුනේ නම් තමන් සතු දේ ඔහුට දිය යුතුය. එයට උත්සාහ කළ යුතුය. ඔහු සතු දේ තමා ගත යුතුය. ඔහුගේ ආජීවය අපිරිසිදු නම් ඔහුට අයත් පිරිකර පරිභෝගයට නුසුදුසු යැයි හැඟේ නම් තමා සතු දේ ඔහුට දිය යුතුය. එසේ කිරීමෙන් ඒකාන්තයෙන් ඔහු කෙරෙහි පැවති ක්‍රෝධය සන්සිදෙන්නේය.

උප්පත්තියේ සිට පැවත එන ක්‍රෝධයෙක් වුවද ඒ වෙලෙහිම සන්සිදෙන්නේය.

උපමාව :- පෙර සිතුවුවේ වෙහෙර පිණිඩපාතික ස්ථවිර කෙනෙක් වූහ. අන්‍ය ස්ථවිර කෙනෙකුන් විසින් ඔහු තුන් වරක් සෙනසුනින් නෙරපන ලදහ. ඔහු කහවනු අටක් වටිනා පාත්‍රයක් ගෙනවුත් “ස්වාමීනී” මෙය මගේ මෑණියන් විසින් මට දෙන ලද්දේය. ධාර්මික ලාභයකි. මෑණියන්ට පිං පිණිස මේ ගත මැනවැ යි කියා ඒ අර ස්ථවිරයන්ට දුන්හ. ඔවුන්ගේ ක්‍රෝධය එයින් සන්සිදිණි..... දීමෙහි ආනුභාව අති මහත්ය.

“අදන්තදමනා දානං - දානාං සබ්බ ත්ථ සාධකං
දානෙන පිය වාචාය - උන්තමන්ති නමන්ති ච”

දානය නො දැමුණුවන් දමනය කරන්නේය. සියළු අර්ථ සිද්ධි කරන්නේය. දානයෙන්ද ප්‍රිය වචනයෙන්ද දායකයෝ උසස් වෙති. ප්‍රතිග්‍රාහකයෝ යටත් වෙති.

මෙසේ ක්‍රෝධය සන්සිඳෙයි. ප්‍රිය, අතිප්‍රිය, සභාය, මධ්‍යස්ථයන් කෙරෙහි මෙන් ඒ වෛරී පුද්ගලයා කෙරෙහිද සිත මෙමිත්‍රී වශයෙන් පවතී. එවිට ඔහු නිතර නිතර පුන පුනා මෙන් වඩා සීමා, හේධ නොකොට තමා කෙරෙහිද ප්‍රියයා කෙරෙහිද මධ්‍යස්ථයා කෙරෙහි ද සම සිතින් සීමා නොකොට මෙමිත්‍රීය උපදවයි. මෙය සීමස මේහෙදය වේ.

උපමාව :- තමා, ප්‍රියය, මධ්‍යස්ථය, සතුරා යන සිව්දෙනා එකම තැනක වාසය කරයි, සොර මුලක් එහි ඇවිත් “මෙයින් එකකු අපට දෙව” කියා මෙමිත්‍රී භාවනාව වඩන අයගෙන් ඉල්ලති. කුමටදැයි ඇසූ කළ ඔහු මරා ගෙළ ලේ ගෙන බිල්ලට දීමට යැයි කියති. “අසුවලා ගෙන යන්වා” යි සිතුවේ නම් සීසම්හෙදය කළේ නොවෙයි. මා ගෙන යන්වා ඔවුන් ගෙන නොයන්වා යයි සිතුවේ නම් එවිටද සීසම්හෙදය කළේ නොවෙයි. කුමක් නිසාද? යමකු ගෙන යන්වා සිතීම ඔහු කෙරෙහි අහිතකිත්ය. සෙස්සන් කෙරෙහි හිතෙසිය ඉතින් සතර දෙනා අතරින් එකකුදු දිය නොහැකි යැයි සිතුවේ නම් තමා ඇතුළුව සතර දෙනා කෙරෙහිම සම සිත් නම් එවිට සීසම්හෙදය කළේ වේ. මේ සම්බන්ධව පුරාණ පුස්තකයන් හිදීද සඳහන්ව ඇති බව පැහැදිලිය.

“අත්තනි හිත මජ්ඣිමනික - අහිතෙව චතුබ්බිධෙ
 යදා පස්සති නානත්තා - හිතවි හිතතොව පානීනං
 න නිකාමලාහි මෙත්තාය - කුසලීනි පච්චිවති

යදා චකසෙසා සීමායො - සම්හිත්තා භොන්ති
 හික්ඛුනො සමං වීරති මෙත්තාය - සබ්බං ලෝකං
 සදෙවකං මහාවිසෙසො පුරිමෙන - යස්ස සීමා නාඤ්ඤායති”

යමෙක් යම් කලෙක තමාය, හිතවතාය, මැදහතාය, සතුරාය යන සතර දෙනා කෙරෙහි මේ මමය, මේ හිතවත්ය, යනාදී වශයෙන් වාසය කරනු දකින්නේද ඔහු එකල සත්වයන් කෙරෙහි හිත සිත් ඇත්තෙක් බව කිව හැකිය. නියම මෙෙහි ලාභියෙක සාතිශ්‍ය කුසල් ඇත්තෙකැයි නොකිය යුතුය.

යම් කලෙක ඔහු විසින් ඒ ඒ සතර දෙනා කෙරෙහි ඇති සීමාවන් බිඳින්නේහිද එකල ඔහු දෙවියන් සහිත ලෝකයෙහි සමසේ මෙත් සිත පතුරුවන්නේය. යමකුට මේ මමය, මේ හිතවතාය යනාදී වශයෙන් සීමා නොහැඟේද ඔහු පෙර පුද්ගලයාට වඩා මහත් භාවනා විශේෂ ඇත්තෙක් වන්නේය. යනු එහි අර්ථයයි.

මෙසේ සීමා හෙදය ලබන්ම (සීමා වශයෙන් හෙද වශයෙන් වෙන්කිරීමෙන්) නොගෙන සම සිතින් ම ඒ යෝගියාගේ නිමිත්ත ද උපචාර වේ. ප්‍රතිභග නිමිති වත් ඉස්මතු නොවේ. අරමුණු කරන සීමසම්හෙද ම නිමිත්ත කම වේ. ඒ සීමසම්හෙදය නිමිත් ලද කළ භාවනාව හදවතින්ම (සාතිශ්‍ය) වන බැවින් නිවරණයෝද යටපත් වෙති. කෙළෙස් ද සන්සිදීම වෙයි. උපචාර සමාධීන් සිත ද සමාහිත වෙයි. සීමසම්හෙදය ලක් කළ ඒ නිමිත්තම නිමිත්ත කරන්නේ, වඩන්නේ නිරායාසයෙන් අභිණාවට පැමිණෙන්නේය. මෙතකින් ඒ යෝගියා නොනැවතී පඤ්චාධන සමන්විත ත්‍රිවිධ කළ්‍යාණයෙන් හා දශ ලක්ෂණයෙන් යුක්ත මෙෙහි සහගත ප්‍රථම ධ්‍යානය ලබන්නේය. එය ලැබ ඒ නිමිත්තට සෙවීමින් වඩමින් පිළිවලින් චතුස්කනය පරිදි ද්විතීය - තෘතීය. චතුර්ථ ධ්‍යානයන්ටද පැමිණෙන්නේය. ප්‍රථම ධ්‍යානාදීන් අතුරෙන් කිසියම් ධ්‍යානයක සිට හෝ මෙෙහි සිතින් එක දිසාවක් සඳහා

පතුරුවා වාසය කරයි. එසේම දෙවන, තුන්වන, හතරවන දිසාවන්ටද උඩද, යටද සරස (අනුදිසා) ද සියළු තැන්හි සඵාත්මකායෙන් (ස්වකීය හේද නැතිව) සඵවත් ලෝකය (සියළු සත්වයන් ඇති) විපුල වූ මහත් ගතවූ අප්‍රමාණ වූ අවේර වූ අව්‍යාපජ්ජ වූ (දොම්නස ප්‍රභාණය කරණ) මෙමත්‍රී සහගත සිතින් පතුරුවා වාසය කරන්නේය. මේ විකුබ්බණය ලැබෙන්නේ ප්‍රථම ධ්‍යානාදී වශයෙන් අපීණාප්‍රාප්තාටමය. විකුබ්බණ නම් මෙහි දැක්වූ ඔධිසො අනොධිසො මෙන් පැතිර වීමය.

මෙමත්‍රීය හා එය වැඩීම පිළිබඳවද ක්‍රෝධය නැති කිරීම එයට මාර්ගය පිළිවල ආදී වශයෙන් බොහෝ විස්තර පැහැදිලි වන්නට ඇතැයි සිතමි. තවද භාවිත වූ වචන පිළිබඳවද කෙටියෙන් පැහැදිලි කර ගනිමු.

- මෙමත්‍රී සහගත සිතින් -මෙමත්‍රීයෙන් යුක්තවූ සිතින්
- එක් දිසාවක් -එක් දිසාවක පළමුව අරමුණු කළ සත්වයා පටන් ඒ දිසාවෙහි ඇතුළත් සත්වයන්
- පතුරුවා -අරමුණු කරමින්
- වසන්නේය -මෙමත්‍රී ධ්‍යානයට සමවැදී ඉරියව් පැවැත්වීම
- උඩ ද -මෙයින් දෙලොව යම් කිසි තැනෙක හෝ තමහට මතුයෙහි සිටින වෙසෙන සත්වයන්
- යට ද -මෙයින් නිරය, නාග භවන ආදී තමහට යට දිග සත්වයන්

සරස

-මෙයින් අනුදිසා ගත හැක. මෙහි සෑම තැනහිම සියළු දිසාවන්හි මෙම ක්‍රී සහගත සිත පතුරුවන්නේය මෙසේ එක් එක් දිසා ගැන්මෙහි ඕධිසොඵරණ මෙම ක්‍රීය දක්වන බවයි

ඔධිසොඵරණ

-සීමා වෙන්කොට මෙම ක්‍රීය පැතිරවීම

අනොධිසොඵරණ

-සීමා රහිතව මෙම ක්‍රීය පැතිරවීම

අවෙචර වූ

-ව්‍යාපාද නැමැති සතුරා දුරුකිරීම වශයෙන් අවෙචර වූ වේ

අව්‍යාපජ්ජ වූ

-දොම්නස ප්‍රභාණය කරන හෙයින් අව්‍යාපජ්ජ වූ නිදුක් වූ යයි සේක.

සර්වත්මතායෙන්

-යනු තමන්ගේ අනුන්ගේ යන බෙද නැතිව හීන, මධ්‍යම, උත්කෘෂ්ඨ වූ ද මිත්‍ර, වෛරී, මධ්‍යස්ථ වූ ද සියළු සතුන් කෙරෙහි තමා හා සමානයෙන් යන අර්ථයයි.

සර්වත් ලෝකය

-සියළු සත්වයන් ඇති ලෝකය

මෙහි මෙන්ම පටිසම්භිදායෙහි දැක්වුණු විකුබ්බණාව ද ලැබෙන්නේ අභිණා ප්‍රාප්තය ටමය. පටිසම්භිදායෙහි පස් ආකාරයකින් අනොධිසොඵරණ මෙන්තා වෙතො විමුක්තිය ද, සත් ආකාරයකින් ඔධිසොඵර මෙන්තා වෙතො විමුක්තියදද, දශ ආකාරයකින් දිසා ඵරණ මෙන්තා වෙතො විමුක්තියද දක්වන ලද්දේය.

පඤ්චවිට අනොධිසො ඵරණ මෙන්තා වෙතො විමුක්තිය මෙසේය:-

- (1) සියළු සත්වයෝ අවෙර වෙන්වා අව්‍යාපජකඩ වෙන්වා අනිස වෙන්වා සුවසේ ආත්ම පරිහරණය කරත්වා
- (2) සියළු ප්‍රානිහු අවෙර වෙන්වා අව්‍යාපජකඩ වෙන්වා අනිස වෙන්වා සුවසේ ආත්ම පරිහරණය කරත්වා
- (3) සියළු භුතයෝ අවෙර වෙන්වා අව්‍යාපජකඩ වෙන්වා අනිස වෙන්වා සුවසේ ආත්ම පරිහරණය කරත්වා
- (4) සියළු පුද්ගලයෝ අවෙර වෙන්වා අව්‍යාපජකඩ වෙන්වා අනිස වෙන්වා සුවසේ ආත්ම පරිහරණය කරත්වා
- (5) සියලු ආත්මභාව පයභීපන්නයෝ අවෙර වෙන්වා අව්‍යාපජකඩ වෙන්වා අනිස වෙන්වා සුවසේ ආත්ම පරිහරණය කරත්වා

මේ පස් ආකාරයෙන් මෙන් වැඩිම අනොධිසොඵරණ වශයෙන් ගැනේ. අනොධිසෝ වශයෙන් හඳුන්වන්නේ සීමාරහිතව මෙන්සිත පැතිරවීමයි. සියළු තැන්හි තමාගේ අනුන්ගේ කියා හේද නොමැතිව සියළු සත්ව ලෝකයේ විපුල වූ මහත්ගතවූ (භූමි වශයෙන්) අප්‍රමාණ වූ අවෙර වූ අව්‍යාපජකඩ වූ මෙම ත්‍රී සහගත සිතින් සීමාරහිතව පතුරවා මෙම ත්‍රී ධ්‍යානයට සමවැදී ඉරියව් පැවැත්වීම මෙහි සත්වයෝ නම් රූපාදී ස්කන්ධයන් හි ජන්දරාග වශයෙන් සංඛතයෝ ඇළුණෙ වෙයි. ප්‍රාණිහු නම් ජීවත් වන්නෝය. ජීවත්වීම නම් ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාසයෙන් යුක්ත බවය. භුතයෝ නම් ක්ලේශ දෙකින් උපන්නෝය. පුද්ගලයෝ නම් නිරයට යන්නෝය. (පුංචවූච්චි නිරයෝ තස්මිං ගලන්ති තී-පුග්ගලා “පුං” යි නිරය

කියනු ලබයි.) ආත්මභාව පයඝීපන්නයෝ නම් ආත්ම භාව නම් ශරීරය වෙත් ස්කන්ධ පඤ්චකයයි. පරමාර්ථ වශයෙන් අවිද්‍යාමාන වුවද සම්මුති වශයෙන් විද්‍යාමාන බැවින් ඒ ආත්ම භාවයෙහි ඇතුළත් වූවෝ ආත්මභාව පයඝීපන්නයෝය.

සත්ව යන වචනය සේම අන් සියළු වචනද අර්ථය සලකා මේ සියළු වචන සියළු සත්වයන්ට පයඝීය වචන යයි දැනගත යුතුය. තවද එක් එක් පයඝීය වචන ඇත ද ප්‍රකට වශයෙන් පවත්නා මේ පසම ගෙන පස් ආකාරයෙකින් අනොධිසොඵරණ මෙත්තා වෙනෝ විමුක්තිය දක්වන ලදී. යමෙක් සත්ව, ප්‍රාණ යනාදියෙහි වචන මාත්‍ර වශයෙන් නොව අර්ථ වශයෙන්ද වෙනස ගන්නට කැමති නම් ඔහුට අනොධිසෝ ඵරණය නොලැබෙන බව දැනගත යුතුය. එහෙයින් එසේ වෙනස් අර්ථ නොගෙන මේ දැක්වුණු පස් ආකාරයෙන් එකක වශයෙන් අනොධිසො මෙත්තිය පැතිරවිය යුතුය.

සියළු සත්වයෝ එකකි, අව්‍යාපජ්ඣයා යනු තව එකකි, අනීස වෙන්වා යනු තවත් එකකි. සුවසේ ආත්ම පරිහරණය කෙරෙත්වා යන්න තවත් එකකි. එබැවින් මේ පද අතුරෙන් යම් යම් පදයක් තමහට ප්‍රකට වේද ඒ ඒ පද ගෙන මෙමත්තිය පැතිරවිය යුතුය. මේ පස් ආකාරයේ අභීණා සතර වශයෙන් අනොධිසො ඵරණයෙහි අභීණා විස්සක් ඇති බව දැනගත යුතුය.

සප්ත විධ ඔධිසෝ ඵරණ මෙත්තා වෙනෝ විමුක්තිය

- (1) සියළු ස්ත්‍රීහු අවෙර වෙන්වා අව්‍යාපජ්ඣ වෙන්වා අනීස වෙන්වා සුවසේ ආත්ම පරිහරණය කෙරෙත්වා

- (2) සියළු පුරුෂයෝ අවෙර වෙත්වා අව්‍යාපජ්ඣ වෙත්වා අනිස වෙත්වා සුවසේ ආත්ම පරිහරණය කෙරෙත්වා
- (3) සියළු ආයතීයෝ අවෙරවෙත්වා අව්‍යාපජ්ඣ වෙත්වා අනිස වෙත්වා සුවසේ ආත්ම පරිහරණය කෙරෙත්වා
- (4) සියළු අනායතීයෝ අවෙරවෙත්වා අව්‍යාපජ්ඣ වෙත්වා අනිස වෙත්වා සුවසේ ආත්ම පරිහරණය කෙරෙත්වා
- (5) සියළු දෙවියෝ අවෙර වෙත්වා අව්‍යාපජ්ඣ වෙත්වා අනිස වෙත්වා සුවසේ ආත්ම පරිහරණය කෙරෙත්වා
- (6) සියළු මනුෂ්‍යයෝ අවෙර වෙත්වා අව්‍යාපජ්ඣ වෙත්වා අනිස වෙත්වා සුවසේ ආත්ම පරිහරණය කෙරෙත්වා
- (7) සියළු විනිපාතිකයෝ අවෙර වෙත්වා අව්‍යාපජ්ඣ වෙත්වා අනිස වෙත්වා සුවසේ ආත්ම පරිහරණය කෙරෙත්වා

මේ ඔධිසො ඵරණ පිළිබඳ සත් ආකාරයෙහි සතර සතර වශයෙන් අපීණා විසි අටකි. මෙහි ස්ත්‍රීහු, පුරුෂයෝය. යනු ලිඟ වශයෙන් කියන ලදී ආයතීයෝ, ය අනායතීයෝ ය යනු ආයතී - පාඨග්ජන වශයෙන් කියන ලදී. දෙවියෝය. මනුෂ්‍යයෝය යනු උප්පත්ති වශයෙන් කියන ලදී.

දශ විධ දිසා ඵරණ මෙන්තා වෙනෝ විමුක්තිය

- (1) පෙරදිග සියළු සත්වයෝ අවෙර වෙත්වා අව්‍යාපජ්ඣ වෙත්වා අනිස වෙත්වා සුවසේ ආත්ම පරිහරණය කෙරෙත්වා

- (2) පැළදිග සියළු සත්වයෝ අවෙර වෙන්වා අව්‍යාප්ත වෙන්වා අතීත වෙන්වා සුවසේ ආත්ම පරිහරණය කෙරෙත්වා
- (3) උතුරු දිග සියළු සත්වයෝ අවෙර වේවා අව්‍යාප්ත වෙන්වා අතීත වෙන්වා සුවසේ ආත්ම පරිහරණය කෙරෙත්වා
- (4) දකුණු දිග සියළු සත්වයෝ අවෙර වෙන්වා අව්‍යාප්ත වෙන්වා අතීත වෙන්වා සුවසේ ආත්ම පරිහරණය කෙරෙත්වා
- (5) පෙර අනු දිග සියළු සත්වයෝ අවෙර වෙන්වා අව්‍යාප්ත වෙන්වා අතීත වෙන්වා සුවසේ ආත්ම පරිහරණය කෙරෙත්වා
- (6) පැල අනු දිග සියලු සත්වයෝ අවෙර වෙන්වා අව්‍යාප්ත වෙන්වා අතීත වෙන්වා සුවසේ ආත්ම පරිහරණය කෙරෙත්වා
- (7) උතුරු අනු දිග සියලු සත්වයෝ අවෙර වෙන්වා අව්‍යාප්ත වෙන්වා අතීත වෙන්වා සුවසේ ආත්ම පරිහරණය කෙරෙත්වා
- (8) දකුණු අනු දිග සියලු සත්වයෝ අවෙර වෙන්වා අව්‍යාප්ත වෙන්වා අතීත වෙන්වා සුවසේ ආත්ම පරිහරණය කෙරෙත්වා
- (9) යට දිග සියලු සත්වයෝ අවෙර වෙන්වා අව්‍යාප්ත වෙන්වා අතීත වෙන්වා සුවසේ ආත්ම පරිහරණය කෙරෙත්වා

(10) උඩ දිග සියළු සත්වයෝ අවෙර වෙන්වා අව්‍යාප්තීකඩ වෙන්වා අතීස වෙන්වා සුවසේ ආත්ම පරිහරණය කෙරෙත්වා

මේ ආකාරයෙන්ම පෙරදිග සියළු ප්‍රාණීහු, සියළු භූතයෝ, සියළු ආත්මභාව, පයඝීපන්නයෝ වශයෙන්ද දස දිසා වන්හිම ගත යුතුය. ඉන්පසු මේ ආකාරයෙන්ම සියළු ස්ත්‍රීහු, පුරුෂයෝ, සියළු ආයඝීයෝ, සියළු අනායඝීයෝ, සියළු දෙවියෝ, සියළු මනුෂ්‍යයෝ, සියළු විනිපාතිකයෝ ආදී වශයෙන් දස දිසා වන්හිම මෙන් වැඩිය යුතුය.

මේ දිසා ඵරණ මෙමත්‍රියෙහි පෙරදිග “සියළු සත්වයෝ” යනාදී නයින් එක් එක් දිසාවෙක විසි, විසිකොට දෙසියක් ද පෙරදිග සියළු ස්ත්‍රීහු යනාදී නයින් එක් එක් දිසාවක් විසි අට බැගින් කොට දෙසිය අසුවක්ද භාරසිය අසුවක් අඵණා වෙයි. පටිසම්භිදායෙහි දැක්වූ සියළු අඵණා පන්සිය විසි අටකි.

මෙකී අඵණා අතුරෙන් යම් කිසිවක් වශයෙන් මෙත්තා වෙතෝ විමුක්ති වඩන යෝගී “සුඛං සුපති” යනාදී දක්වන ලද එකොළොස් ආනිසංස ලබන්නෝය.

මෙමත්‍රිය වැඩීමේ විවිධ ක්‍රම

සියළු සත්වයෝ නිදුක්වෙන්වා නිරෝගී වෙන්වා සුවපත් වෙන්වා යි මෙන් වැඩීමේ ක්‍රමය වර්තමාන බෞද්ධයන් අතර ප්‍රචාරය වී ඇතත් ඒ ක්‍රමය යම් කිසි බුද්ධ දේශනයක හෝ විසුද්ධිමග්ගාදියෙහි හෝ දක්නට නැත. එය කෙසේ පුරුදු වූවක් දැයි දැනගැනීමට නැත. සුවපත් වේවා යි මෙන් වැඩීමට බොහෝදෙනා අද කැමති බැවින් එය මුල්කරගෙන එක් එක් භාවනා ක්‍රම රාශියක් ඇත. එයද අර්ථය දැනගෙන මෙන් වැඩීම

වඩා ප්‍රයෝජන වේ. බොහෝ දෙනෙක් වචනයේ අර්ථය නොදනී. එසේ නොදැක කියන්නට වාලේ කිව්වට එහි ප්‍රතිඵලය ලබාගැනීමට නොහැකි බව දැනගත යුතුය.

භාවනාව වටිනාකමක් ඇති සත්‍ය මෙහි භාවනාවක් වන්නට නම් එය අනුන් සුවපත් වන සැටියෙන්ම කළ යුතුය. සාමාන්‍ය ජනයාගේ දුබල සිතින් සර්වාකාරයෙන් අන්‍යයන් සුවපත් කළ නොහැකිය. යම් යම් ආකාරවලින් එක්තරා ප්‍රමාණයකින් අනුන් සුවපත් කළ හැකිය. එය කළ හැකි වන්නේ ද සිතින් අනුන්ට ලබාදිය හැකි සුවයක් එය ලබාදිය හැකි ආකාරයක් දැනගෙන ක්‍රමානුකූලව මෙහි භාවනාව කරන පින්වතාට පමණකි.

පළමුවෙන්ම කළ යුත්තේ තමන් සුවපත් වී සිටීමයි. එය කිරීමට පෙර අනුන් සුව කළ නොහැකිය. එයද ක්‍රමානුකූලව කළ යුතුය. සන්වයන්ගේ සිත් නිසා ගස් වැල් ආදී ද්‍රව්‍යවල යම්කිසි වෙනසක් නොවුවද එක් අයකුගේ සිත් නිසා තවත් අයකුගේ සිතෙහි වෙනස්කම් සිදුවන බව ලෝ තතු නුවණින් කළක් විමසුවහොත් තේරුම්ගත හැකි වනු ඇත. යම් ප්‍රදේශයක වෙසෙන මිනිසුන් තුළ යම් බදු සිතක් බොහෝ සෙයින් ඇතිවේ නම් ඒ ප්‍රදේශයට පැමිණෙන අන්‍යයන් කෙරෙහිද එබඳු සිත් ඇති වේ. යම් ප්‍රදේශයක වෙසෙන මිනිසුන් යමක් හොඳය කියා හෝ නරකය කියා හෝ ලස්තිය කියා හෝ කැතය කියා හෝ සලකනවා නම් ඒ ප්‍රදේශයට පසුව පැමිණෙන තැනැත්තාටද ඒ අදහස්ම ඇතිවේ. එයට හේතුව අදහස් තව කෙනෙකුගේ සිතට අනුගත වන හෙයිනි. යම් කිසි අදහසක් අනුන්ගේ සිත වලටත් බෝ කළ හැකි ශක්තියක් සිතට ඇත්තේය.

එක් අයකු කෙරෙහි බලවත්ව ඇතිවන්නා වූ බොහෝ සෙයින් ඇතිවන සිතක් වේ නම් ඔහුට සම්පව වාසය කරන අන්‍යයන්ටද එබඳු සිතක් බොහෝ දුරට ඇතිවේ. එබැවින් තමා යම්කිසි සිතක් තදින් ඇතිකරගෙන ඒ සිත තව අයකුට බෝකළ හැකිය. ශාරීරික රෝග ශරීර වලට බෝවන්නාක් මෙන් සිත්වල ඇතිවන ගුණා ගුණ සිත්වලට බෝවී යාම වශයෙන් මෙහි භාවනාව වැඩිය යුතුය.

යමෙක් පූජා සත්කාර ලැබීමට සුදුස්සකු වන ගුණවලින් මෙහිත්‍රියත් එක් ගුණයකි. මෙක් වැඩීමෙන් මිනිසුන්ට පමණක් නොව දෙවියන්ටද, අමනුෂ්‍යයන්ටද ප්‍රියවන ඒ අයගේ පවා සැලකිලි ලැබෙන පුද්ගලයෙක් වන්නේය. එබැවින් දෙලොවටම යහපත පිණිස පවතින මෙහි භාවනාව ගිහි, පැවිදි සියළු දෙනාම කිරීම සුදුසුය.

මේ මෙහි භාවනාව කරන්නට සුදානම් වන පුද්ගලයා විසින් මෙහිත්‍රිය හැදින්ගත යුතුය මෙහි සිතේ බලයෙන් අන්‍යයන්ට සැපයක් ඇතිකර දෙන සැටි අන්‍යයන්ගේ දුක් කරදර දුරුකරන සැටි දැනගත යුතුය. මෙහි භාවනාව නිවැරදිව කලා වන්නේ අන්‍යයන්ට සුවයක් ඇතිවන පරිදි එය කළහොත්ය. ධ්‍යානාභිඤා ලබා ඇති අයගේ සිත්වල නොයෙක් දේ කළ හැකි මහා බලයක් ඇත. සිතේ තරම එයින් තේරුම් ගැනීමට පුළුවන. “මෙක් වඩම්” යි සිතා “සත්වයෝ සුවපත්වේ, වෙර නැත්තෝ වෙන්වා” යි සිතුවාට, කීවාට එයින් සත්වයන් සුවපත්වන්නේ නැත්නම් ඒ මෙක් වැඩීම ප්‍රයෝජනයක් නැත. සාර්ථක වැඩක් වන පරිදි මෙක් වැඩීම ඉගෙනගත යුතුය.

මීට පෙර පැහැදිලි කළද මෙම ක්‍රියා යනු මිත්‍රත්වයයි. අනුන්ට සතුරන් නැතිවෙනවාට, වුවමනා දේ ලැබෙනවාට දුක් කරදර නැතිවෙනවාට, අනුන් දියුණු වෙනවාට, අනුන්ගේ සිත්වල ඇති නපුරුකම් නැතිවෙනවාට, අනුන්ට නින්දා, අපහාස නොලැබෙනවාට, ලෙඩ රෝග නැතිවෙනවාට, සියළු දෙනා සමගියෙන්, සතුටෙන් වාසය කරනවාට කැමති මිත්‍රත්වයයි. එය මෙම ක්‍රියාවයි. එය එක වෛතසික ධර්මයකි. මෙය ඇතිකර ගත යුත්තේ තමාගේ සිත තුළය. ඒ වෛතසිකයන් යුක්ත වන සිත මෙම ක්‍රියා සිතය. ඒ මෙම ක්‍රියා විත්තය අන්‍ය සත්වයන් දෙසට යොමුකොට ඔවුන්ට යම්කිසි යහපතක් වන පරිදි නැවත නැවත පැවැත්වීම මෙම ක්‍රියා භාවනාවයි.

මේ මෙම ක්‍රියා සිත පැවැත්වීම, මෙන් වැඩීම අනුන්ට යහපතක් සිදුකිරීමේ අදහසින් අවංකවම කළ යුතුය. අනුන් සුවපත් කිරීමේ අදහසින් තොරව කරන වංක මෙම ක්‍රියා භාවනාව ප්‍රතිඵල නොදේ. මිනිස් සිත ඉතා වංකය, වංකව පවතින සිත තමාටම තේරුම් ගැනීමට නොහැකි තරම්ය. මෙන් වඩන අයකු ගෙන “සියළු සත්වයෝ සුවපත් වෙත්වා, වෛර නැත්තෝ වෙත්වා” යි මෙන් වැඩුවාට පුද්ගල වශයෙන් වෙන්කර එක එක පුද්ගලයා පිළිබඳ ඇසුවොත් ඔහු සුවපත් වෙනවාට අකමැති අය බොහෝ සිටිනු ඇත. එහෙත් ඔහු “සියළු සත්වයෝ සුවපත් වෙත්වා” කියා මෙන් වඩයි. එසේ වඩන ඔහුගේ ඒ මෙම ක්‍රියා භාවනාවෙයි ගුණයන් සෘජු නොවෙයි. එය වංකය. එවැනි භාවනා කළාට බලාපොරොත්තු වන අර්ථය සිදු නොවෙයි.

මෙම ක්‍රියා භාවනාව කරන්නට යන තැනැත්තා විසින් අවංකව මෙන් වැඩිය හැකි පරිදි පළමුවෙන් තමාගේ සිත සකස්

කරගත යුතුය. සිත සකස් කර ගැනීමේ නොයෙක් ක්‍රම විශුද්ධි මාර්ගයේ දක්වා ඇති පරිදි ඉහතද පළමුව පැහැදිලි කර ඇත.

- (1) අහං අවේරෝ හෝමි
- අහං අධ්‍යපජ්ජයෝ හෝමි
- අහං අනීසෝ හෝමි
- අහං සුඛි අත්තානං පටිහරාමි

අර්ථය :-

- මම වෛර නොවෙමි
- මම තරහ නොවෙමි
- මම නිදුක් නිරෝගි වෙමි
- මම සුවපත් වෙමි

පැහැදිලි කිරීම :-

මෙෙහි භාවනාව පුරුදු පුහුණු වන අයකු “මම වෛර නැත්තෙක් වෙමිවා, මම තරහ නැත්තෙක් වෙමිවා” යනාදී වශයෙන් වචනයෙන් කීවාට, මිමිනුවාට, සිතුවාට, ඒ මෙෙහි භාවනාව සාර්ථක නොවන බව දැනගත යුතුය. වචනයෙන් කී පමණින් මිමිනුව පමණින්, සිතුව පමණින් එය එසේ සිදුනොවේ. “මම වෛර නැත්තෙක් වෙමිවා” යන වචනය කියන විට හෝ මුමුණන විට හෝ සිතන විට එහි අර්ථය සිහිකළ යුතුය. ඒ වගේම තමා අවංකව වෛර නොකරන කෙනෙකුද යන්න සිතා බැලිය යුතුය. එසේ විමසා බලන විට තමා තුළ යම් කිසි කෙනෙකු කෙරෙහි වෛර සිතක් ඇත්නම් එය තමාටම තමන් තුලින් තේරුම් ගන්නට පුළුවන්කම ලැබෙන්නේය. එවැනි සිතුවිලි යම් කෙනෙකු කෙරෙහි තම සිතෙහි මතු වේ නම් කළ යුත්තේ පළමුව එම සිතුවිල්ල දුරුකර ගැනීමය. එවැනි සිතුවිල්ලක් දුරුකරගන්නේ කෙසේද යන්න

ක්‍රම කීපයක්ම “ආසාන පටිච්ඡය සුත්‍රය හා විශුද්ධි මාර්ගය” තුළින් මූලින් කරුණු පැහැදිලි කිරීමේදී දක්වා ඇත.

එය එසේ දුරුකළ යුතුය. සිත එසේ පිරිසිදු නොකර සිත තුළ අභ්‍යන්තරයේ එවැනි සිතුවිලි සැඟවී තිබියදී වංක සිතින් වචන කියමින් මෙක් වැඩුවාට එහි ප්‍රතිඵලයක් ලැබේවිද. මෙෙත්‍රී භාවනාව පුරුදු කරන විට “මම වෛර නැත්තෙක් වෙමිවා” යන පදය කියන විටද එහි අර්ථය හා තමාගේ සිත තුළ එවැනි වෛර සිතුවිලි පවතිනවාද විමසා බැලිය යුතුය. එසේ බලන විට එවැනි වෛර සිතුවිලි නොමැතිනම් ඒ සිත තුළ සැහැල්ලු බවක් ඇති වේ. ඒ බව තමාටම තමා තුළින් දැනගන්නට හැකිවේ. ඒ වාගේ “මම තරහ නොවමි” යන්න භාවනා වඩන විට පෙර පරිදීම එහි අර්ථය හා තමා තුළින් එය සත්‍යයක්ද යන්න විමසා බැලිය යුතුය. තරහව වශයෙන් හඳුන්වන්නේ ද්වේෂයයි. ද්වේෂ සහගත සිතුවිලි කා කෙරෙහි හෝ ඇත්තම් එය පෙර පරිදීම දැනගෙන එම සිතුවිල්ල දුරුකළ යුතුයි. එසේ නොකර මෙෙත්‍රී භාවනාවක් වැඩෙන්නේ නොමැති බව තේරුම් ගත යුතුය. විමසා බැලීමෙන් පසු තමාගේ සිත තුළ ද්වේෂ සහගත සිතුවිලි තිබේද? නැද්ද යන්න නිගමනයකට පැමිණිය යුතුය. තිබේ නම් එය සිතුවිල්ල දුරුකළ යුතුය. නොමැති නම් තමාගේ සිත සැහැල්ලු වන බව තමාටම පැහැදිලිව තේරුම් ගැනීමට හැකිය. ඉන් පසු “මම නිදුක් නිරෝගී වෙමි” යන්න මෙතෙහි කරමින් භාවනාව වැඩිය යුතුය. මෙහිදී එහි අර්ථය වටහා ගත යුතුය. අර්ථ බොහෝ ඇත. එබැවින් නිවැරදි අර්ථය තෝරාගත යුතුය. ද්වේෂය, තරහව ආදී සිතිවිලි වලින් වන පීඩාව, දුක, සිත රෝගී වීම යන්න දැනගත යුතුය. සුව වන්නේ සිතය. නිරෝගී වන්නේ

සිතය. කයේ නිරෝගී බවක් ලබාගැනීම අපහසු කටයුත්තකි. සියලු දුකින් නිදහස් වූ තුන් ලෝකයක් සනසාලූ අමා මැණි බුදුපියාණන් වහන්සේටද නිතර නිතර හටගත් කොන්දේ වේදනාවක් ද හිසේ වේදනාවක් තිබූන බව දේශනාවල සඳහන්ව ඇත. එබැවින් නිරෝගී වන්නේ සිත මිස කය නොවන බව දැනගත යුතුය.

මේ භාවනාවේදී පළමුව වෛර සහගත සහ ද්වේෂ සහගත සිතුවිලි වලින් නිදහස් වන සිත නිරෝගී වේ. වෛරයක් නොමැති, ද්වේෂයක් නොමැති නිරෝගී වන සිත සුවපත් භාවයට පත්වන බව තේරුම්ගත යුතුය. එය මෙමත්‍රියයි.

මුලින් තමා සුවපත්වී අන් අයට ඒ මෙමත්‍රී චිත්තය පැතිර විය හැක. මෙසේ පුරුදු පුහුණු වී නිතර නිතර භාවනාව වැඩීමෙන් ඒ මෙමත්‍රී චිත්තය තව තවත් බලවත් වීමෙන් පළමු, දෙවන, තුන්වන ආදී වශයෙන් ධ්‍යාන සමාපත්ති ලබාගැනීමට සිත දියුණු කරගත හැක. එයම වේතෝ විමුක්තිය වේ.

ලෝකයේ සැමදෙනාටම මම මිත්‍රයෙක්ය. ඒ නිසා සැමදෙනාටම යහපත සිදුකළ යුතුය යන හැඟීම ඇතිකර ගෙන අනුන් ඔබට සතුරුකම් කළද ඔබ ඔවුන්ට යහපත කරන ඔවුන්ගේ මිතුරුකු සැටියටම සිතන්න. කිසිවිටක කුමන දේ කළත් ඔවුන්ට නපුරක් නොසිතන්න. බුදුපියාණන් වහන්සේ ධර්මය පිළිපදින්නකු වන්නට සතුරන්ට යහපතම කරන්නකු විය යුතුය.

ඉහත කී පරිදි ලෝකයේ සැමදෙනාට යහපත කෙසේ කරන්නද මේ ගැනද සිතිය යුතුය. ආහාරපාන දිය හැකිද එයින් සුවපත් කිරීමට නුපුළුවන. ඔවුන්ට ඇඳුම්, පැලඳුම් දීමෙන් සුවපත් කිරීමට නුපුළුවන. ගෙවල් දොරවල් සකසා දී

සුවපත් කිරීමට පුළුවන් කමක් නැත. සත්ව සමූහයට උපකාරයක් වහයෙන් කළ හැකි එකම දෙය නම් මෙන් වැඩීම පමණකි. මෙන් වැඩීමෙන් තමාගේ සිත අනුව තවත් අයෙගේ සිත් හැඩගැස්සවීම බොහෝ දුරට කළ හැකිය. එසේ කිරීමෙන් එක්තරා උපකාරයක් සත්වයන්ට කළ හැකිය.

එක් පුද්ගලයකුගේ සිත තවත් අයකුගේ සිතට ගැටෙන ස්වභාවයක් ඇති බැවින් මෙන් වැඩීමෙන් අනුන්ගේ සිත්වල ක්‍රෝධ, ඊර්ෂ්‍යා, වෛරයන් තුනිකළ හැකිය. නැතිකළ හැකිය. ඒවා ඇති නොවන පරිදි සිත පිරිසිදු කළ හැකිය.

ද්වේෂය, ක්‍රෝධය, වෛරය මහා අනර්ථකර ධර්මයකි. එය ඇති වූ විට හොඳ නරක කිසිවක් නොපෙනේ. කළ යුත්ත නොකළ යුත්ත නොතේරේ. මූලින් සැර වචන, පරුෂ වචන පටන්ගනී. එය තව තව පෝෂණය වූ විට අතින් පයින් පහර දෙයි. තවත් පෝෂණය වූ විට අවි ආයුධ ගෙන පහර දෙයි. ක්‍රෝධය ඇති කරගන්නා පුද්ගලයා අනුන්ට නොයෙක් දුක් ඇතිකර තමාද මහා දුකකට පත්වෙයි. ක්‍රෝධය නිසා බොහෝ පවිකොට සතර අපා ගතවන පුද්ගලයෝ අති විශාල ප්‍රමාණයකි. ක්‍රෝධ, ඊර්ෂ්‍යා, වෛරය නැතිනම් ලොවට මහත් සැනසිල්ලකි. සැපතකි. මෙන් වැඩීමෙන් ලෝකයෙහි ක්‍රෝධය, ඊර්ෂ්‍යාව, වෛරය අඩු කරන්නා වූ භාවනා යෝගාවචරයා, ක්‍රෝධ, ඊර්ෂ්‍යා, වෛරයන් නිසා සත්වයාට වන අපමණ දුක් කරදර නැතිකිරීමෙන් ලොවම මහත්වූ යහපතක් සිදුකරන්නෙකු බවට පත්වෙයි.

මෙහි භාවනාව පුරුදු පුහුණු වී සිත එකඟ කොට යම්කිසි සත්ව කොට්ඨාශයක් අරමුණු කොට ඔවුන් සුවපත් කරන අවංක චේතනාවෙන් “සත්වයෝ වෛර නැත්තෝ

වෙත්වා” “සුවපත් වෙත්වා” “එකෙක් අනිකකුට නපුරක් නොකෙරෙත්වා” “ඔවුනොවුන්ගේ යහපතම කැමති වෙත්වා” යි නැවත නැවත කීරීමෙන් මෙහි විත්තයට ලක්වන සත්වයන්ගේ සිත්වල ගැටීමෙන් ටිකෙන් ටික ඔවුන්ගේ සිත්වල ඇති වෛරය තුනිවී අඩුවී යයි. මෙහි සිත පතුරවන භාවනා යෝගියාගේ මෙහි විත්තයේ බලවත් කම මත, භාවනා කරන කාලය මත වෙනස්වීම සිදුවේ.

බොහෝ සත්වයන් අරමුණු කර මෙහි විත්තය පැතිරවීම කළ විට එය එතරම් බලවත් නොවේ. පහතක ආලෝකය දුරට යන විට අඩු වන්නාක් මෙන් විත්ත බලයද දුරට යනවිට අඩුවේ. හීන වේ. ග්‍රන්ථයන් හි සඳහන් පරිදි මේ ශාසනයේ මෙහි විභාජිතයන් අග්‍ර වූ අස්සගුත්ත තෙරුන් වහන්සේ වැඩ සිටි තිස් යොදුනක් පමණ වන මහ වනයෙහි විසූ තිරිසන් සත්වයන් තෙරුන් වහන්සේගේ මෙහි විත්තානුභාවයෙන් ඔවුනොවුන් සමගියෙන් විසූ බව කියා තිබේ. විශාල තෙරුන් වහන්සේ පිළිබඳවද එසේය.

හොඳින් මෙන් වඩන භාවනා යෝගීන් වැඩ වාසය කරන තැන්වලට පැමිණෙන උප්පත්ති වශයෙන්ම ඔවුනොවුන්ට විරුද්ධ සත්වයෝද එකිනෙකාට හිංසා නොකරති. මේ සියල්ල සිදුවන්නේ මෙන් වඩන තැනැත්තාගේ විත්ත බලයට හසුවන සත්වයන්ගේ සිතද ඒ අනුව හැඩගැසෙන නිසාය.

මෙහි භාවනාව කරන ආකාර බොහෝමයක් ඇත. එක එක වචන භාවිත කරයි. මොන වචනෙ උපයෝගී කර ගත්තද අනිවාර්යයෙන්ම එහි අර්ථය දැන එය කළ යුතුය. “සුවපත් වෙත්වා” යන්න ගත්කළ එහි අර්ථ බොහෝමයක් ඇත. ආහාර නැතියකුට ආහාර ටිකක් දුන්නත් සුවයකි. වඩා හොඳ

ඇදුමක් ලැබෙන්නේ සුවයකි. දරුවන් නැති අයට දරුවන් ලැබීමක් සුවයකි. රැකියාවක් නැති අයකුට රැකියාවක් ලැබීමක් සුවයකි. කුඹුරක් නැති අයකුට කුඹුරක් ලැබීමද සුවයකි. ආදී වශයෙන් බොහෝමයක් ඇත. භාවනාවක් තුළින් ඒ කිසිවක් දිය නොහැකිය. එසේ නම් දිය හැකි වන්නේ කුමක්ද මේ සත්වයන්ට වෛර හා ක්‍රෝධ නැති නම් එයත් සුවයකි. ඉන් වන පීඩාවන්ගෙන් විදීමද සුවයකි. ඒ සුවය ලබාදීම සඳහා “සුවපත් වෙත්වා” කියා භාවනා කරන්න. “නිදුක්වෙත්වා” යන්නද එසේය. අර්ථයන් බොහෝමයක් ඇත. මෙහි තේරුම්ගත් කළ දුකින් මිදීමයි. ජාති දුක, ජරා දුක, ව්‍යාධි දුක යනාදී වශයෙන් දුක් රාශියක් ඇත. එයින් මුදවන්නට භාවනාව කළ පමණින් නොහැකිය. එසේ හැකිනම් එය පළමුව සිදුකරන්නේ බුදුපියාණන් වහන්සේය. මෙත් වැඩීමේදී “නිදුක්වෙත්වා” යන වචනය පාවිච්චි කළ යුත්තේ වෛරය, ද්වේෂය හේතුකොට වන දුක් ඇති නොවීම සඳහා පමණි.

භාවනාවේ අනු පිළිවල

මෙම මෙහි භාවනාවේ අනුපිළිවල දැනගෙන තිබුනොත් අපට එදිනෙදා ඒ ඒ කටයුතු වලදී මෙහි පතුරුවමින් විශාල අර්ථයක් හිතසුව පිණිස සලසා ගත හැකි වේ. කුසගින්නට ආහාර ගන්නේ කුසගින්න නිවාගන්නයි. පිපාසයට යමක් බොන්නේ, පානය කරන්නේ පිපාසය නිවාගන්නයි. ඒ වගේම මානසික අසහනයෙන් ජීවත්වන ලෝ වැසි ජනතාවට මානසික සුවය ඇති කරලීම සඳහා ලොව්තුරා බුදුපියාණන් වහන්සේ විසින් දේශනා කළ උතුම්ම ආහාරයක්, උතුම්ම පානයක් තමයි මේ මෙහි භාවනාව.

මෙහි විභරණය යනු මෙයයි. එම මෙහි විභරණය අපට එක්තැන් වෙලා බද්ධපර්යංකය බැඳගෙන භාවනා නොකරන කෙනෙකු හට වුවත් මෙහි විභරණය පුරුදු කරන්න පුළුවන් එක් ඉරියව්වක සිට මුලින් පුරුදු වූ පසුව තමා කරන සියලු කටයුතු තුළ මෙහි විභරණය පැවැත්වීමේ හැකියාව ඇත. ආහාර ගනිමින් සිටින විටත් පුළුවන්. ගමන් බිමන් යද්දීත් කළ හැකිවෙනවා. වතුර නාන විටත් කළ හැකි වෙනවා. ඕනෑම වේලාවක මෙම මෙහි විභරණය හෙවත් තමාගේ සිතෙහි මෙහි සංකල්පනා නිතර නිතර මෙනෙහි කළ හැකි වෙනවා.

කරුණීය මෙන්ම සුතයේ සඳහන් වෙන්නේ “නිට්ඨං වරං නිසින්තෝවා සයානෝවා යාවතස්ස විගතමිද්ධෝ ඒතං සතිං අධිට්ඨෙය්‍ය බුහ්මමෙතං විහාරං ඉධමානු”

හිටගෙන සිටින විටත්, ඇවිදීමින් සිටින විටත්, නිදාගෙන සිටින විටත්, වාඩිවී සිටින විටත් මේ වාගේ ඕනෑම වේලාවකදී මෙම මෙහි විභරණය භාවිත කළ හැකිවෙනවා. මෙම මෙහි භාවනාව වඩන අයකුට අනුපිළිවලක්ද තිබෙනවා. පළමුව තමා ශීලයක පිහිටිය යුතුයි. දෙවනුව විවේකී ස්ථානයකට ගොස් උඩුකය කෙලින් තබාගෙන තමාට පහසු ලෙස වාඩිවී ඉන් පසුව මෙසේ මෙනෙහි කළ යුතුයි. තමාගේ සන්තානයේ ද්වේෂය, වෛරය පහළ වීම නිසා සිදුවන විපත්ති ගැන සිතිය යුතුය. වෛරය, ද්වේෂය නිසා මෙලොව වශයෙන්ම තමාට පිරිහීමේ හේතු රාශියක් උදාපත්වන බව, පරලොව වශයෙන් අනේකවිධ ආදීනවයන් තමාට විදින්නට මුණගැසෙන බව. එබැවින් එම ද්වේෂයේ හා වෛරයේ ආදීනව

සළකාගෙන ඊළඟට මෙම ත්‍රී භාවනාව වැඩීමෙන් ලැබෙන මහා ආනිසංස ගැන සළකා ඉන් අනතුරුව බුදු පසේබුදු මහරහතන් වහන්සේලා මෙන් වැඩූ ආකාරය සිතට නගාගෙන එම මෙම ත්‍රියෙන් ලැබෙන අනුසස් තමන්ද ලබාගැනීම පිණිස මෙම මෙම ත්‍රී භාවනාව පුරුදු කිරීම ආරම්භ කළ යුතුයි.

මෙම ත්‍රී වැඩීමේදී තමාගේ සන්තානයෙහි ප්‍රථමයෙන් තමාට මෙම ත්‍රී කරගෙන මෙම ත්‍රියෙන් සිත පුරවාගත යුතුයි. ඒ සඳහා සුදුසු වගන්ති ත්‍රිපිටකයේ සඳහන්ව ඇත. එක එක වචන වලින් ඒ අතර කරණිය මෙන්ත සුත්‍රයේ සඳහන් වන්නේ “සුඛිනෝවා ඛේමිනෝ හොන්තු සබ්බේ සත්තා භවන්තු සුඛිතන්තා” යන ආකාරයටයි. තවත් ආකාරයකට “බන්ද පිරිතේ” සඳහන් වේ. එහෙත් ඒ සියල්ල කැටිකොට එකතු කර පටිසම්භිධා පාලියේ විගුද්ධි මාර්ගය වැනි තැන්වලදී “අචේරෝ හෝතු අව්‍යාපජ්ඣයෝ හෝතු අනිසෝ හෝතු සුඛි අත්තානං පටිහරතු” මෙම වචනයයි. මෙම ත්‍රී භාවනාව වැඩීමේදී පළමුවෙන්ම තමා සාක්ෂි කරගෙන තමාට මෙන් වඩා ගත යුතුය.

තමාට මෙම ත්‍රී කරගන්නා පිළිවෙල :-

- අහං අචේරෝ හෝමි
- අහං අඛ්‍යාපජ්ඣයෝ හෝමි
- අහං අනිසෝ හෝමි
- අහං සුඛි අත්තානං පටිහරමි

මෙම වචන සතර පාළි භාෂාවෙන් කරන විට එසේ කළ යුතුය. අපි මෙය කළ යුත්තේ සිංහල ක්‍රමයටය.

- මම චේර නොවෙමි
- මම තරහ නොවෙමි

මම නිදුක් නිරෝගී වෙමි

මම සුවපත් වෙමි.

මෙසේ විනාඩි ගණනාවක් මෙන් වඩල ඉන්පසුව එක් වරම සියළු සත්වයෝ වශයෙන් නොගෙන කොටස් වශයෙන් මෙක් වඩා පිළිවෙලින් එය වැඩි කළ යුතුය. එසේ වැඩීමෙන් එය දියුණු කරගැනීමට පුළුවන. ප්‍රථමයෙන් මෙම ක්‍රියා වැඩීමේ විත්ත ඝනකිය ප්‍රබල නොවේ. එය විහිදිය හැක්කේ කෙටි දුරකි. නැවත නැවත කිරීමෙන් එය ප්‍රබල බවට පත්වේ. සිතෙහි නිවර්ණ ධර්ම යටපත්වීම නිසා සිත සමාධිගත වීම සිදුවේ. සමාධිය තුළින් ඒ අරමුණම සිහිපත් කිරීමෙන් පළමුවන, දෙවන, තුන්වන ධ්‍යානය දක්වා සිත දියුණු කරගැනීමට හැකිවෙනවා. ඉන් පසුව ඊළඟ වචනය ගෙන ධ්‍යාන තුනක් උපදවා ගැනීමේ හැකියාව තිබේ. මේ විදිහට ධ්‍යාන දොළසක් උපදවා ගත හැකි බව ග්‍රන්ථයන් හි සඳහන් වේ.

මේ ආකාරයට මෙම ක්‍රියා වැඩීමේදී ප්‍රවේශම් විය යුතු අවස්ථා කීපයක් තිබෙන බවද දැනගත යුතුය. මෙසේ මෙම ක්‍රියා පැතිරවීම ගැඹුරු දෙයකි. එසේ නමුත් එම ධ්‍යාන ලබාගන්නට හැකි පිළිවෙල දැන සිටීම වරදක් නොවේ. සුදුසු ගුරුවරුන් ගේ ආශ්‍රය, උපදේශය ලබාගැනීමට ලැබේනම් ඉතා උසස් ලෙසින් එල ලබාගැනීමට හැකියාව ඇත.

එදිනෙදා කටයුතු මෙම ක්‍රියා තුළින්

අපි එදිනෙදා මෙම ක්‍රියා සිතෙන් කටයුතු කරන්නේ කෙසේද? උදේ අවදිවන විටම මෙම ක්‍රියා සිතින් අවදිවිය යුතුය. තමා සිටින්නේ ඇඳක නම් ඒ ඇඳ සකස් කළ නිසානෙ තමන්ට

ඒ පහසුව ඇත්තේ. ඒ ගැන සිතලා ඇඳ සකස්කළ බාස්සුන්නැහැට මෙමතිය වඩනවා, ඇඳ ඇතිරිල්ල, කොටිය ඒවා සකස් කළ අයට මෙන් සිතක් වඩන්න පුළුවන්, දත් මදින විටත් පුළුවන්, මූණ සෝදන විට ජලය සකස් කරල දුන්න පිංවතුන් කෙරෙහි මෙන් සිතක් වඩන්න පුළුවන්. මේ විදිහට අපි පරිභෝග කරන බොහෝදේවල් සකස් කළ අය ගැන සිතල මවුන් “නිදුක් වේවා” “නිරෝගී වේවා” “සුවපත්වේවා” යන ආකාරයට බොහෝ වාරයක් අපට මෙන් සිතක් වඩන්න පුළුවන්. කාර්යාලයට ගියත්, මාර්ගයක ගමන් කලත්, බස් රථයක ගමන් කලත් එසේ කල හැකිය. එවිට දවස පුරාම අපේ සිතෙහි පවතින්නේ මෙමතී විත්තයකි.

යම් කිසි කෙනෙක් තමාට අලාභයක්, අපහාසයක්, සිත රිදෙන දෙයක් කරන අවස්ථාවේදී අපිට හැකියාව තිබෙනවා. ඒ සියල්ලම මෙමතී සිතින් යුතු පිළිගන්න. එබඳු අරමුණුවලදී තරහ ඇති නොකර කම්පා නොවී ඉවසීමෙන් යුතුව ඒ සෑම දෙනා වෙත මෙමතී විහරණය පතුරුවමින් ඒ තුලින් අපමණ කායික මානසික සැනසුමක් ලගා කරගන්නට හැකියාව ලැබෙනවා. තමාගේ සිත තුලින්ම මේ ඵලය නෙලාගන්න හැකියාව තිබෙනවා. මේ ආකාරයට සලකා බැලීමේදී උදේ අවදි වූ තැන් පටන් නැවත රාත්‍රී නින්දට යනතුරුම මෙමතී විහරණයෙන් යුතුව වාසය කරන්න අපට සෑමදෙනාටම හැකියාව තිබෙනවා.

මේ උතුම් සම්පත්තිය ලෝකයාට දේශනා කොට වදාළේ වෙනත් දෙවියෙක් හෝ බ්‍රහ්මයෙක් හෝ බාහිර ශ්‍රමණ බ්‍රාහ්මණයෙක් නොව සාරාසංඛ්‍ය කල්ප ලක්ෂ්‍යයක් පමණක් නොව විසි අසංඛ්‍ය කල්ප ලක්ෂ්‍යයක් මුළුල්ලෙහි මෙමතී

පාරමිතාව සඵල කරගනිමින් මුදුන් පමුණුවා ගනිමින් මේ මහා හදු කල්පයේ ලොව පහළවී වැඩ වදාළ සතරවන බුදුරජාණන් වහන්සේ වන ගෞතම බුදුරජාණන් වහන්සේ. අපට ඒ බුදුරජාණන් වහන්සේ සරණයි. උන්වහන්සේ පුරා අවුරුදු හතළිස් පස්වසක් මුළුල්ලේම ලෝකයාගේ හදවත් තුලට අමා දම් වැසී වස්සවනු ලැබුයේ මේ මෙහිදීයේ පිහිටා සිටියි. උන් වහන්සේ නිසා ජීවමානව වැඩ සිටි කාලයේ පමණක් සුවිසි අසංඛ්‍ය හැටකෝටි පනස් ලක්ෂයක් දෙනා සසර දුකින් මිදී මග ඵල නිවන් සුවයෙන් සැනසුන බව සඳහන් වෙනවා.

ඉතින් උතුම් බුද්ධ රත්නයේ ගුණ අප්‍රමාණයි. ධම්ම රත්නයේ ගුණ අප්‍රමාණයි. ආර්යා මහා සංඝ රත්නයේ ගුණ අප්‍රමාණයි. පළමුව මේ ගුණ සිහිකරගෙන මෙහිදී භාවනාව පුරුදු පුහුණු කළොත් ඉතා ඉක්මණට සිතෙහි එකඟ බවක් ඇතිකර ගැනීමට පුළුවන.

මෙහිදී භාවනාව

භාවනාව මෙසේය :- සාදු.....! සාදු! සාදු

නමෝතස්ස හඟවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස (තෙවරක්)

බුදුගුණ අනන්තයි අනන්තයි

දම්ගුණ අනන්තයි අනන්තයි

සඟගුණ අනන්තයි අනන්තයි

බුදුගුණ සත්‍යයි සත්‍යයි

දම්ගුණ සත්‍යයි සත්‍යයි

සඟගුණ සත්‍යයි සත්‍යයි

අනන්ත බුදුගුණ බලයෙන්
අනන්ත දම්ගුණ බලයෙන්
අනන්ත සඟගුණ බලයෙන්

මම වෛර නැත්තෙක් වෙමිවා
මම තරහ නැත්තෙක් වෙමිවා
මම දුක් පීඩා නැත්තෙක් වෙමිවා
මම සුවපත් වෙමිමා
ශාන්ත සුවයට පත්වෙමිවා
බුදු ගණ අනන්තයි අනන්තයි
දම්ගුණ අනන්තයි අනන්තයි
සඟ ගුණ අනන්තයි අනන්තයි

අනන්ත බුදුගුණ බලයෙන්
මම වෛර නැත්තෙක් වෙමිවා
මම තරහ නැත්තෙක් වෙමිවා
මම දුක් පීඩා නැත්තෙක් වෙමිවා
මම සුවපත් වෙමිවා
ශාන්ත සුවයට පත්වෙමිවා

අනන්ත දම් ගුණ බලයෙන්
මම වෛර නැත්තෙක් වෙමිවා
මම තරහ නැත්තෙක් වෙමිවා
මම දුක් පීඩා නැත්තෙක් වෙමිවා
මම සුවපත් වෙමිවා
ශාන්ත සුවයට පත්වෙමිවා

අනන්ත සඟ ගුණ බලයෙන්

මම වෛර නැත්තෙක් වෙමිවා

මම තරභ නැත්තෙක් වෙමිවා

මම දුක් පීඩා නැත්තෙක් වෙමිවා

මම සුවපත් වෙමිවා

ශාන්ත සුවයට පත්වෙමිවා

බුදු ගුණ අනන්තයි අනන්තයි

දම් ගුණ අනන්තයි අනන්තයි

සඟගුණ අනන්තයි අනන්තයි

අනන්ත බුදු ගුණ බලයෙන්

අනන්ත දම් ගුණ බලයෙන්

අනන්ත සඟ ගුණ බලයෙන්

උතුරු දිසාවේ අනන්තය දක්වා වෙසෙන්නා වූ

අනන්තවත් සත්වයෝ

වෛර නැත්තෝ වෙත්වා

තරභ නැත්තෝ වෙත්වා

දුක් පීඩා නැත්තෝ වෙත්වා

සුවපත් වෙත්වා

ශාන්ත සුවයට පත්වෙත්වා

දකුණු දිසාවේ අනන්තය දක්වා වෙසෙන්නා වූ

අනන්තවත් සත්වයෝ

වෛර නැත්තෝ වෙත්වා

තරභ නැත්තෝ වෙත්වා
දුක් පීඩා නැත්තෝ වෙත්වා
සුවපත් වෙත්වා
ශාන්ත සුවයට පත්වෙත්වා

බටහිර දිසාවේ අනන්තය දක්වා වෙසෙන්නා වූ අනන්තවත්
සත්වයෝ

වෛර නැත්තෝ වෙත්වා
තරභ නැත්තෝ වෙත්වා
දුක් පීඩා නැත්තෝ වෙත්වා
සුවපත් වෙත්වා
ශාන්ත සුවයට පත්වෙත්වා

බුදුගුණ අනන්තයි බුදුගුණ සත්‍යයි
දම්ගුණ අනන්තයි දම්ගුණ සත්‍යයි
සඟගුණ අනන්තයි සඟගුණ සත්‍යයි

අනන්ත බුදු ගුණ බලයෙන්
අනන්ත දම් ගුණ බලයෙන්
අනන්ත සඟ ගුණ බලයෙන්

මා මෙන්ම සියළු සත්වයෝ ද

වෛර නැත්තෝ වෙත්වා
තරභ නැත්තෝ වෙත්වා
දුක් පීඩා නැත්තෝ වෙත්වා
සුවපත් වෙත්වා
ශාන්ත සුවයට පත්වෙත්වා

සියළු සත්වයෝ දුකින් මිදෙන්නවා
නිවන් දෙන්නවා !!

සාදු ... ! සාදු ... ! සාදු ... !

ඉහත ආකාරයට ගම්, නියම්ගම්, දිසා, අනු දිසා ආදී වශයෙන් තමන්ට හැකි පරිදි පහසු පරිදි මෙම ත්‍රී චිත්තය පතුරුවා භාවනාව වැඩිය හැක. මේ මෙම ත්‍රීය වැඩීම මේ ධර්මය ජාති, කුල, ආගම් වශයෙන් බෙදීමක් නොමැතිව හොඳ නරක තේරුම් ගන්න පුළුවන් හැම දෙනාටම එකසේ ප්‍රයෝජනවත් වෙන ධර්මයක්. ඒ නිසා අපි බුද්ධිමත්ව කල්පනා කර අපි කවරුත් සමගිව සාමකාමීව එක මවකගේ දරුවන් මෙන් ජීවත්විය යුතුය. ඒ තුළින් අපට සැනසීම ලබාගන්න පුළුවන්කම ලැබෙනවා. ඒ නිසා මේ මෙම ත්‍රී සංකල්පනාව පුරුදු පුහුණු කරල මෙන් සිත වඩලා මෙලොව ජීවිතයත් වාසනාවන්ත කරගෙන පරලොව ජීවිතයත් සුගතිගාමී වාසනාවන්ත කරගෙන අවසානයෙහි බුද්ධාදී මහෝත්තමයන් වහන්සේලා නිව් සැනසී පැමිණ වැඩ වදාළ පරම සුන්දර අමා මහ නිවනින් නිව් සැනසෙන්නට අපි සැමදෙනාම අධිෂ්ඨාන කර ගනිමු.

සියළු සත්වයෝ සුවපත් වෙන්නවා !

සාදු ... සාදු ... සාදු ...
