

# බෞද්ධ මාර්ගයේ පැතිකඩක්...

- අත්ත දීපා විහරට්ඨ  
තමන්ට තමන්ම අලෝකයක් විය යුතුය.
- අත්ත සරණා  
තමන්ට තමාම සරණ කොට ගත යුතුය.
- න අඤ්ඤාසරණා  
අන් කිසිවෙකුගේ සරණක් නැත.

නා වින්තයන්තෝ පුරිසෝ විසේස මධිගච්ඡති.  
නොසිතන නොවිමසන පුද්ගලයා කිසිදු දියුණුවක් නොලබයි.

සම්පාදක

පූජ්‍ය කරමැටියේ රතනපාල හිමි


(ශාස්ත්‍රවේදී, පණ්ඩිත, ත්‍රිපිටකධර්මවේදී, ධර්මවේදී,  
ධර්මාචාර්ය, බුද්ධ ධර්ම ඩිප්ලෝමා, ජාතික ශික්ෂණවේදී,  
ඩිප්ලෝමා, උසස් ඉංග්‍රීසි ඩිප්ලෝමා, මුළු දිවයිනටම  
සාම විනිසුරු, මිරිගම සමට මුල මණ්ඩල සභික)

වඩුවත්ත ශ්‍රී ජයසුමනාරාමාධිපති මාගේ ගුරුදේව ශාස්ත්‍රවේදී පණ්ඩිත මඩ්ඩාවිට සුමනවංශ නායක ස්වාමීන් වහන්සේ ඇතුළු විහාරවාසී සියළු ස්වාමීන් වහන්සේලාටත් මෙම ධර්ම දානමය කුසලය අනුමෝදන් වී උතුම් වූ නිවන් මග හෙලි කර ගැනීමට හේතු වේවා.!

සියඹලාගොඩ, ඊ.පී.උපාලි කුලරත්න මහතාගේ දෙමාපියන්ට පිං පිණිස හා ඩී.ආර්.අයි ඉන්දුමති මහත්මියගේ මියගිය ඥාතින්ට හා පිවත්ව සිටින දෙමාපියන්ට ආශීර්වාද පතා මෙන්ම ඊ.පී ගුණාංගි උත්තමා කුලරත්න දියණියගේ අපල දුරු වීම පිණිස මෙම ධර්ම ග්‍රන්ථය පරිත්‍යාග කරන ලදී.

ධෝද්ධ මාර්ගයේ පැතිකඩක්  
 © : පුප්ප ශාස්ත්‍රවේදී පණ්ඩිත කර්මවේදයේ රතනපාල හිමි

මුද්‍රණය

 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

කවර නිර්මාණය

අශික මිහිදුම්

## පටුන

01. පිළුම	iv
02. පෙරවදන	v
03. සම්පාදක සටහන	vi-viii
04. පිවිතය අරුත හා අරමුණ	9
05. පංච ශීලය	10-11
06. අට සිල්	12
07. දස සිල්	13
08. සියලු දේ වෙනස් වන සුඵය	15
09. කර්මය	17-18
10. පුනරුත්ථාපනය	19-20
11. මරණසන්න අවස්ථාව	21-22
12. භාවනා වැඩිම	23-25
13. නිර්වාණය	26-27

## පිදුම

මා පැවිදි කරවා යා යුතු මාර්ගය  
 හෙළි පෙහෙළි කර දුන් මාගේ  
 ආචාර්යෝත්තම ගුරු දෙවි  
 ශාස්ත්‍රපති මාවැල්ලේ ජයසිරි  
 හිමිපාණන් වහන්සේට හා  
 ශාස්ත්‍රවේදි පණ්ඩිත මඩබාවිට සුමනවංශ  
 හිමිපාණන් වහන්සේට, හා  
 අපමණ දුක් වෙහෙස දුරා මෙලොවට  
 බිහිකළ සදාරණිය දෙමාවිපියන්ට  
 නෙන් යුග පැදු ගුරු භවතුනි  
 ඔබ සැමට සෙනෙහසින්  
 හත්තසදරයෙන් පිළිගන්වමි.!

-සුජ්‍ය කර්මවේදයේ රහස්‍යපාල හිමි-

### පෙරවදන

දන්ඹවිට - වඩුවත්ත ජයසුමනාරාමවාසී ශාස්ත්‍රවේදී පූජ්‍ය කර්මාන්තයේ රහස්‍යාල ස්වාමීන් වහන්සේ විසින් රචිත “ බෞද්ධ මාර්ගයේ පැතිකඩක්” නම් වූ කුඩා ධර්ම ග්‍රන්ථය කියවා බැලීම. මාතෘකා දහයක් සම්බන්ධ කර ගනිමින් කෙටියෙන් නමුත් ගිහි - පැවිදි කානටත් දහම් දැනුමක් ලබා ගත හැකි අයුරින් ග්‍රන්ථය රචනා කිරීමට ගත් කතුවරයන් වහන්සේ උත්සාහ ගෙන ඇති බව පෙනේ. උන්වහන්සේගේ ප්‍රථම ග්‍රන්ථය වන මෙහි අවශ්‍ය තරමට එම ධර්ම කරුණු විමර්ශනය කර නැති වුවත් දෙවෙනි වාරයේදී මෙහි සඳහන් ධර්ම කරුණු තව දුරටත් විග්‍රහ කරමින් ග්‍රන්ථය පුළුල් කිරීමට ගත් කතුවරයාණන් වහන්සේගේ අවධානය යොමු කරණ ලෙස කරුණාවෙන් සිහිපත් කරමි. ඉදිරියේදී වටිනා ග්‍රන්ථ නිකුත් කිරීමට පූජ්‍ය කර්මාන්තයේ රහස්‍යාල හිමියන්ට ශක්තිය, ධෛර්යයය, වාසනාව ලැබේවයි ආශීර්වාද කරමි.

තෙරුවන් සරණයි.

විද්‍යාවාස පිරිවෙන  
මිණිඔලුව - මීරිගම  
2016.09.02

මෙයට,  
ශාසන හිතකාමී  
අතිපූජ්‍ය මකුලුවේ විමල නායක මහා ස්වාමීන් වහන්සේ  
(මීරිගම, මිණිඔලුවේ, විද්‍යාවාස පිරිවෙන් විහාරාධිපති,  
ශ්‍රී ලංකා රාමඤ්ඤ මහා විකායේ අධිකරණ නායක ධුරන්ධර,  
ත්‍රිපිටක විශාරද, ශස්ත්‍රපති)

### සම්පාදක සටහන

“උත්තිටියේ නප්ප මජ්ඣිමනිකාය  
ධම්මං සුවරිතං චරේ  
ධම්මචාරි සුඛං සේති  
අස්මිං ලෝකේ පරමිහිව”

“උට්ඨාන විරියයෙන් ක්‍රියා කරන අප්‍රමාදී වූ සුවරිත ධර්මයෙහි  
හැසිරෙන ධර්මචාරී පුද්ගලයා මෙලොව පරලොව දෙකෙහිම  
සුවසේ වාසය කරයි.”

යථෝක්ත සම්මා සම්බුද්ධ දේශනාවට අනුව ධර්මයෙහි  
වටිනාකම දැන එහි නිරතුරුවම රැඳී සිටිමින් ඒ අනුව ගමන් කරන  
යම්කිසි පුද්ගලයෙක් වෙන්ද ඔහු කිසිදු ගැටළුවකින් තොරව  
දෙලොවදීම සුවසේ වාසය කරන බවද පෙන්වා දිය හැකිය. මෙම  
“බෞද්ධ මාර්ගයේ පැතිකඩක්” පාදක කර ගනිමින් නිර්වාණගාමී  
ප්‍රතිපදාවට යොමු වීමේ මාර්ගය පිළිබඳ අවබෝධයක්, යම් තරමට  
මඟ පෙන්වීමක් සුළු වෙන් හෝ සැදහැකි බෞද්ධ ජනයාට ලබා දීමේ  
අරමුණින් මෙම පොත් පිංච කඩින විවර පිංකම නිමිති කොට  
ගනිමින් එළි දැක්වීමට අපෙක්ෂා කළෙමි.

මෙලෙස නිතර සමාජයේ භාවිතා වන මාතෘකා 10 ක්  
ඔස්සේ කරුණු එක්රැස් කරමින් විස්තර කොට දක්වා ඇත. ගිහියා  
විසින් නිතර නිතර පරිශීලනය කළ යුතු ඉතා වැදගත් මාතෘකා  
මෙයට ඇතුළත් කොට ඇත. ක්‍රි.පූ. 06 වන සියවසේ දී සියල්ල  
යථාවබෝධ කරගත් සම්බුදු රජාණන් වහන්සේ විසින් මෙම  
සියළුම කරුණු කාරණා දේශනා කර ඇත.

මෙම උදාර ගුණ ධර්මයන් සතර ජාතියකට කුලයකට,  
පන්තියකට, වර්ගයකට හෝ රටකට පමණක් සීමා වූවක් නොවේ  
සමස්ත ලෝකයාටම පොදු වූවකි. විශේෂයෙන් පාලක පක්ෂය  
විසින් අනුගමනය කළ යුතු ගුණාංග ලෙස සඳහන් වෙනත් මුළු  
මහත් සමාජයම අන්‍යෝන්‍ය වශයෙන් ප්‍රගුණ කළ යුතු ගුණාංග  
බවත් ආත්මාර්ථ, පාරාර්ථ සාධනය සඳහා ද ඉවහල් වන බවත්  
අවසන් සසර කෙළවර නිවන් සාධනයෙහිලා මහෝපකාරී වන  
උදාරතර මාර්ගෝපදේශ කාරකයන් ලෙසත් මෙම කුඩා පොත් පිංච  
පරිශීලනය කිරීමෙන් යම්තාක් දුරකට හෝ පැහැදිලි වෙනැයි මාගේ  
හැඟීමයි. එසේම මෙම ග්‍රන්ථය සම්පාදනය කිරීමේදී “පරිශීලක  
බෞද්ධ වන්ගේ උභයාර්ථ සිද්ධිය සාධනයටද හේතු වෙනැයි” මට

හැඟි ගිය කරුණකි. එය මා ලද භාග්‍යක් ලෙස ද සලකන්නෙමි.

මෙම මහගු කාර්ය ඉටු කිරීමේදී මා පැවිදි දිවියට ඇතුළු කරමින් නිවැරදි මඟ කියා දෙමින් නිතර ඔව්දන් අනුශාසනා දෙමින් දිරිමත් කළ, මාගේ පළමු ගුරු දේවයන් වන කුඩාවැල්ල වාච්චාරාම මහා විහාරය, මොරකැටිආර සෝමගිරි විහාරය, තලේල ලංකා රාජ මහා විහාරයන්හි විහාරධිපති, හම්බන්තොට දිසාවේ නැගෙනහිර ගිරුවාපත්තුවේ ප්‍රධාන සංඝනායක, ශාස්ත්‍රපති මාවැල්ලේ ජයසිරි නායක භාමුදුරුවන්ටද, එසේම මාගේ දෙවන ගුරු දේවයන්වන, වඩුවත්ත ශ්‍රී ජයසුමනාරාමාධිපති, ප්‍රධානාචාර්ය, මුළු දිවයිනටම සාම විනිසුරු, අතිපූජ්‍ය, ශාස්ත්‍රවේදී, පණ්ඩිත, මඩබාවිට සුමනවංශ අස්මදාචාර්ය පාදෝත්තමයාණන් වහන්සේ සිහිපත් කරනුයේ නමස්කාර පූර්වක ගෞරව භක්තියාදරයෙනි. මා සම්මා සම්බුද්ධ ශාසනයට පුදකළ සදාදර දෙමාපියන් වන එච්.සිරිසේන පියාණන්ට නිවන් සුව පතාද, ඒ.ඒ කරුණාවති මැණියන්ට දීර්ඝසුභ පතාද, එසේම සහෝදරයන් (04) දෙනාට ද සහෝදරියන් (02) දෙනාට ද පුණ්‍යානුමෝදනාව සිහිපත් කරන්නෙමි.

එසේම මෙම කෘතිය සම්පාදනයෙහිලා මා හා සබැඳි සහෝදරත්වයෙන් ක්‍රියා කළ මාගේ පැවිදි සහෝදර පූජ්‍ය මුරුකැන්ගේ චන්ද්‍රවංශ ස්වාමීන් වහන්සේ ද, පූජ්‍ය ශාස්ත්‍රවේදී සුරියවැවේ ඤානරතන ස්වාමීන් වහන්සේ ද, මාගේ පැවිදි ශිෂ්‍ය, පූජ්‍ය අහංගම සමිතරතන ස්වාමීන් වහන්සේ ද, පුණ්‍යානුමෝදනාවෙන් සිහිපත් කරමි.

එසේම මාගේ මේ ව්‍යායාමය සාර්ථක කර ගැනීමෙහිලා විශාල වැඩ කටයුතු බොහෝමයක් තිබුණත් එය පසෙකලා මා කෙරෙහි මහත් වූ අනුකම්පාවෙන් පෙරවදනක් සැපයීමෙන්ද, නිරතුරුවම ජීවිතයට ශක්තියක් වෙමින් ගුරුහරුකම් ලබා දෙන, මිණිමළුව විද්‍යාචාර්ය පිරිවෙන් විහාරාධිපති, කෘත්‍යධිකාරී, ශ්‍රී ලංකා රාමඤ්ඤ මහා නිකායේ අධිකරණ නායක, ත්‍රිපිටක විශාරද ශාස්ත්‍රපති, අතිපූජ්‍ය, මකුලුවේ විමල නායක ස්වාමීන් වහන්සේට ද, පිටකවරය සඳහා පසුවදනක් සපයා හා සෝදුපත් බැලීමෙන් අතිශය මඟ පෙන්වමින් උපකාරී වූ මාගේ ගුරු දේවයන් වහන්සේ වන ශාස්ත්‍රවේදී පණ්ඩිත මඩබාවිට සුමනවංශ මහා ස්වාමීන් වහන්සේටද, ඇතුළු මාගේ නෙන් යුග පැළු සියලුම ගුරු දේවයන් වහන්සේලා ද සිහි කරනුයේ නමස්කාර පූර්වක ගෞරවයෙනි.

මින් ජනිත කුලල ශක්තිය මෙම ධර්ම ග්‍රන්ථය පළමු වර මුද්‍රණය සඳහා බර පැන මෙවර පිරිසිදු සිතින් ධර්ම ග්‍රන්ථය මුද්‍රණය කොට නොමිලේ බෙදා හරින සිත්වත් ඊ.ජී උපාලි කුලරත්න

මැතිතුමා සහ පින්වත් ඩී.ආර්. ඉන්ද්‍රා ඉන්ද්‍රමති මැතිණිය හා දියණිය ඇතුළු මෙයට උපකාර කළ සැමටද, පවුල්වල සැම දෙනාටම නිදුක් නිරෝගි සුව අභිවර්ධනය වේවා. සියලුම ලෞකික සමයක් ප්‍රාර්ථනාවෝ මුදුන්පත් වේවා. ඒ සැමගේ නමින් මිය පරලොව ගිය සියලුම දෙමාපිය ගුරු උතුමන්ටද, සියලු ඥාතීන්ටද, ජීවත්ව සිටින සැමටද වෙනස් නොවන පරම සැපත වූ සදාකාලික සැනසුම වූ ශාන්ත නිවන් සුව පිණිසම වේවා.

මෙය මනාව ක්‍රමවත්ව මුද්‍රණය කර දුන් දිමුතු මුද්‍රණාලයේහි මුද්‍රණාලයාධිපති තුමා ප්‍රධාන කාර්යමණ්ඩලයටද, කවර නිර්මාණය කරදුන් අශික මිහිදුම් මහතාටද නන් අයුරින් සහයෝගය දක්වමින් දිරියක් දුන්, දංඹවිට මහා විද්‍යාලයේ නි.විදුහල්පති, ඩබ්.ආර්.පී.එච් විජේසූරිය ගුරු පියාණන්ටද, නිටා මැණියන්ටද, ආර්.පී. වමෝද් පියුමාල් සමරසේකර, ආර්.පී මනීෂ සුපුන්, කේ.ඒෂාන් විශ්මිත කුමාරසිංහ, ඩී. කවිදු හෂාන් යන සිසු දරුවන්ටද, ටී.බී වික්‍රමසිංහ මහතාටද, තුෂාර මහතාද සෙනක් සැනසුමක්ම වේවා. බුදු පිහිටින් මේ උතුම් ධර්ම දානමය පින් සිදු කරන ඔබ සැමගේද සිත් සතන් නිවේවා සංසිද්දේවා, ශන්ත වේවා. අසීමිත බුදුගුණ බලයෙන්, සුවපත් වූ පින් ඇත්තෝ වෙත්වා. සැම දෙනාගේම ජීවිත තුලට තෙරුවන් පිහිට නොඅඩුව ලැබේවා. සියලු දෙනාගේම යහපත් ප්‍රාර්ථනා මුදුන්පත් වෙත්වා. මේ අප සැමගේ සියලු උත්සාහයෝ සම්මා සම්බුද්ධ ශාසනයේ චිර පැවැත්ම පිණිසම වෙත්වායි, හෘදයාංගමවම ප්‍රාර්ථනා කරමු.

“සබ්බේ සත්තා භවන්තු සුබ්බන්තා”

මෙයට, මෙතැනි,  
කරමැටියේ රතනපාල හිමි  
ශ්‍රී ජයසුමනාරාමය  
වඩුවත්ත-දංඹවිට  
2016.10.30 දින.  
071-6556506



### 01. ජීවිතය අරුත හා අරමුණ

යමෙක් අසාර ලෙස දිවි ගෙවමින් තමන්ට තම සහලේ උදවියට මෙන්ම මුළු මහත් සමාජයටම පීඩා ලෙස ක්‍රියා කරන්නේ නම් ඔහුගේ ජීවිතය හිස් වූ බොල් වූ නිසරු එකක් වනු ඇත.

ලෝකයාට තමන් පාරිශුද්ධ බවින් යුත් යහපත් අයෙක් ලෙස කොතෙක් මවා පෑමට බොහෝ දෙනා උත්සාහ කලත් ඉන් රැවටෙන්නේ තමාමය. ඔහුට කිසිදාක විශ්ව ධර්මතාවයකට ලෝක ධර්මතාවයකට පිටුපෑ නොහැක.

අපි ජීවිතයේ ස්වභාවය හඳුනාගෙන ඇත්තෙමුද? ජීවිතය අනියත බවත් මරණය නියත බවත් නියම ලෙස අවබෝධ කොට ගත හැකි වන්නේ ජීවිතයේ ස්වාභාවය ඇති හැටියෙන් හඳුනා ගත් විටය. ජීවිතයේ සැබෑ සිදුවීම් වලට මුහුණ පෑමට මැලි වන්නේ එම සිද්ධීන්ගෙන් බේරීමට යයි සිතා සිහින ලොවකට කල්පනා ලෝකයට පිවිසෙන්නේ ජීවිතය පිළිබඳව දුර්වලබෝධය හේතු කොට ගෙනය. මරණය තේරුම් ගැනීම ජීවිතය වටහා ගැනීම ජීවිතය වටහා ගැනීමට එක් හොඳ ක්‍රමයකි. එහෙත් මරණය තේරුම් ගන්නවා තබා ඒ ගැන සිතීමටත් සමහරු බිය වෙති. තමන් කැමති වුවත් නොවුවත් මරු එන බව ඔවුහු අමතක කරති. මරණානුස්සතිය මගින් කෙනෙකුට ජීවිතයේ ස්වභාවය තේරුම් ගැනීමට හැකිවනවා පමණක් නොව ජීවිතයට මුහුණ පෑමට අවශ්‍ය ශක්තියක් තැන්පත් බවත් එමගින් ලැබේ.

ජීවිතය අපට රිසි ලෙස නිසොල්මනේ ගලා යන්නක් නොවේ. එය විවිධ දුක් කරදර කම් කටොළ බාධා හිරිහැර ආදියෙන් යුක්තය. අප ඒවාට බිය විය යුතු නැත. එම විවිධ බාධක ආදිය මනාව අවබෝධ කොට ගැනීමෙන් අපට ජීවිතයේ යථා ස්වභාවය හඳුනා ගත හැකි වෙයි. අප බොහෝ දෙනා ඉමහත් අශාවෙන් බලාපොරොත්තු වන ධනය බලය තාන්ත්‍ර මාන්ත්‍ර සියල්ල හුදු මායාවක් බව එවිට අපට වැටහෙනු ඇත. මෙවන් ආශා බෙහෙවින් වර්ධනය වී ඇත්තේ නූතන භෞතික සංවර්ධනයේ අතුරු පල ලෙසිනි. නමුත් නිදි පෙනි වල අලෙවිය වැඩි වීම ආදිය මගින් පැහැදිලිව දැක්වෙන්නේ නියම සතුට ලැබීමට නම් මේ ලෞකික භෞතික සැප සම්පත් පසුපස හඹා යෑමෙන් ඔබ්බට අප යා යුතු බවය.

### 02.පංච ශීලය

සීලයේ විශේෂයෙන්ම ගත හැකි අරුත වනුයේ ආරක්ෂා වීම ආරක්ෂා කරගැනීම බව සඳහන් කළ හැක. ගිහියාගේ මූලික අඩිතාලම පන්සිල්ය. එය අංශ දෙකකින් පිරික්සිය හැකිය. එය සමාජ සුභදතාවට විශ්වාසයට ගෞරවයට හේතු වන්නේ කෙසේද යන්න එක් අංශයකි. අනික අපේ විමුක්ති ගමනේදී එය සදහාම වශයෙන් සිටින්නේ කෙසේද යන්නය.

මේ පන්සිල් සමාදන් වීම කෙරෙන්නේ ස්වේච්ඡාවෙනි. ඒවා දේව නියමයන් නොවන හේතුවෙනි. පන්සිල් සමාදන් වී ඒවා අනුව වරියාව සකසා ගත යුත්තේ බිය නිසා නොව ඉන් මනා යහපත සලකා එය අවබෝධ කොටගෙනය. පන්සිල් අනුව ජීවිතය සකසා ගැනීමෙන් කෙනෙකුගේ ජීවිතය “අරිය” නැතහොත් උතුම් තත්වයට පත්කොට ගත හැකිය. පන්සිල් ඉදිරිපත් කෙරෙන්නේ කෙනෙකු විසින් නොකළ යුතු ක්‍රියාවන් මොනවාද යන්න හුවා දැක්වෙන අයුරිනි. ඒ නිසා එය ප්‍රතිෂේධාත්මක නියමයන් ලෙස සැලකිය යුතු නැත නොකල යුතු දේ ගැන මෙන්ම කළ යුතු දේ ගැන ද බුදු දහම අවධාරණය කොට දක්වයි.

ප්‍රතිෂේධාත්මක පක්ෂය ගැන මෙන්ම ප්‍රතිජනනාත්මක පක්ෂය ගැන ද අප සැලකිලිමත් විය යුතුය. දානය, කරුණාව, මුදිතාව, නෛෂ්ක්‍රමය, සන්තුෂ්ඨිය සත්‍යවාදී බව සතිසම්පජානය ආදිය ප්‍රතිජනන ගුණාංග වශයෙන් පන්සිල් පද මගින් නොකළ යුතු යයි නම් කෙරෙන ක්‍රියාවන්ට ප්‍රතිපක්ෂ වූ උතුම් ගුණාංග වශයෙන් සැලකිය යුතුය. ප්‍රාණසාතයෙන් වැලකීම නිසා ජීවිත විනාශ කිරීම වධ හිංසා කිරීම ආදියෙන් මිදී සිටින අතර සිතේ ඇති ද්වේෂය වෛරය ආදිය ද ඇති කොට පහකර දැමිය යුතුය.

එලෙසම අනු අයට ජීවිත ආරක්ෂාව සතුවත් ජීවත් වීමේ අවස්ථා සොරකම් නොකර සිටින අතර සිතෙන් ලෝභය දුරුකල යුතුය. අනුසතු දේ පිළිබඳව ද ඇති ඇලීම බැදීම ක්‍රමයෙන් අඩුකර අවසානයේ නෛෂ්ක්‍රමය පිණිස සිත සකසා ගත යුතුය කාමයෙහි වරදවා නොහැසිරෙන අතර කම් සැපවලට ඇති ගිජු බව තුනි කරගෙන ස්වකීය භාර්යාව ගේ ඇසුරින් තෘප්තිමත් වීමට පුරුදු විය යුතුය. බොරු කීමෙන් වැලකෙන අතර සත්‍යය කතා කිරීම ප්‍රගුණ කල යුතුය. මත් ද්‍රව්‍ය පාවිච්චිය ආදී කෘතීම අයහපත් මාර්ගයන්ගෙන් මානසික සංක්ෂෝභය කර ගැනීමෙන් මිදී සතිය සම්පජානය වර්ධනය කළ යුතුය. පන්සිල් අනුව ජීවිතය සකසා



### 03. අටසිල්

පෝය දිනවල අටසිල් සමාදන් වීම බොහෝ බෞද්ධ රටවල වෙසෙන සැදහැවතුන්ගේ ආගමික වාර්ත්‍යයකි. දිනකට හෝ ගිහි වාසයෙන් හා ගිහි වගකීම් වලින් මිදී බොහෝ විට විහාරස්ථානයකට වී ධර්මය අසමින් ධර්ම කරුණු මෙනෙහි කරමින් ධර්ම සාකච්ඡාවල යෙදෙමින් ධර්ම ග්‍රන්ථ කියවමින් භාවනා වඩමින් සිටීම අටසිල් සමාදන් වුවන් විසින් සමාන්‍යයෙන් අනුගමනය කෙරෙන පිළිවෙතය.

පන්සිල් වලට අමතරව විකාල හෝජනයෙන් නැටුම් ගැයුම් වැයුම් බැලීමෙන් ඇසීමෙන් සුවඳ විලවුන් විසිතුරු අහාරණ ආදියෙන් සැරසීමෙන් ඇසීමෙන් සුවඳ විලවුන් විසිතුරු අහාරණ ආදියෙන් සැරසීමෙන් උස් අසුන් සයන ආදිය පාවිච්චි කිරීමෙන් මිදී සිටීම මේ සිල් සමාදන් වුවන් පිළිපදින සෙසු ශික්‍ෂාපද තුනයි. මේ අමතර ශික්‍ෂාපද සුරකීමෙන් අපේක්‍ෂා කෙරෙන්නේ කම් සැප වලට ඉදුරන් පිනවීමට සිතේ ඇති නැඹුරුව ක්‍රම ක්‍රමයෙන් තුනී කොට සම්පූර්ණයෙන්ම සිතින් ඉවත් කොට දැමීම පහසු වනු ඇත.

ජීවිතයට ආගමික නැඹුරුවක් ලබා දීම හැම අතින්ම හිතදායකය. එය මෙලොව ජීවිතය සංවර කොට තෘප්තිමත් එකක් බවට පත් කිරීමට උපකාරී වන්නාසේම පරලොව සුගතියට ද හේතු කාරක වේ. ඒ නිසා පන්සිල් අටසිල් සමාදන් වී ජීවිතය සංවර කරගෙන එය පුරුද්දක් බවට පත් කර ගැනීමෙන් අපේ අධ්‍යාත්මික ගමන ඵලවත් කරගත හැකි වනු ඇත. පාලියෙන් කියවනු ලබන අට ශික්‍ෂාපදයන්ගේ සිංහල අරුත පහත සඳහන් පරිදි දැකිවීමට හැක.

01. ප්‍රාණවධයෙන් දුරුවීමේ ශික්‍ෂාපදය සමාදන් වෙමි.
02. නොදුන් දෙය ගැනීමෙන් වෙන් වීමේ ශික්‍ෂාපදය සමාදන් වෙමි.
03. අඹුන්ම වාර්යාවෙන් වෙන්වීමේ ශික්‍ෂාපදය සමාදන් වෙමි.
04. බොරු කීමෙන් වෙන්වීමේ ශික්‍ෂාපදය සමාදන් වෙමි.
05. මත්පැනින් වෙන්වීමේ ශික්‍ෂාපදය සමාදන් වෙමි.
06. අකාලයේ ආහාර ගැනීමෙන් වැළකීමේ ශික්‍ෂාපදය සමාදන් වෙමි.
07. නාට්‍ය, ගීත, වාදන, විසුළු, දැකුම්, මල, ගඳ, විලවුන්, දුර්වමෙන් වෙන්වීමේ ශික්‍ෂාපදය සමාදන් වෙමි.
08. උස්අසුන්, මහඅසුන් හිඳ ගැනීමෙන් වෙන්වීමේ ශික්‍ෂාපදය සමාදන් වෙමි.

### 4. දසසිල්

දසසිල් සම්බන්ධව කරුණු විදහා දැක්වීමේදී පෙන්වා දිය හැකි වනුයේ මෙය විශේෂයෙන්ම සමාජයෙන් වහන්සේ කෙනෙකු වීමට අනවශ්‍ය ශිලය දසසිල් බවද සඳහන් කළ හැක. දසසිල් සමාදන් වන මැණිවරු ද ගිහි උපාසක උපාසිකාවන්ද සිටින දැක ගත හැක. ඔවුන් මෙම ශිලය නිසි ආකාරව ආරක්‍ෂා කර ගැනීම මගින් නිවන් මඟ දොර විවෘත කර ගැනීමට උත්සාහ දරන ලද බවද සඳහන් කළ හැක. පාලියෙන් කියවනු ලබන දස ශික්‍ෂාපදයන්ගේ සිංහල අරුත පහත සඳහන් පරිදි දැක්වීමට හැක.

01. ප්‍රාණවධයෙන් දුරුවීමේ ශික්‍ෂාපදය සමාදන් වෙමි.
02. නොදුන් දෙය ගැනීමෙන් වෙන් වීමේ ශික්‍ෂාපදය සමාදන් වෙමි.
03. අබ්‍රහ්ම වාර්යාවෙන් වෙන්වීමේ ශික්‍ෂාපදය සමාදන් වෙමි.
04. බොරු කීමෙන් වෙන්වීමේ ශික්‍ෂාපදය සමාදන් වෙමි.
05. මත්පැනින් වෙන්වීමේ ශික්‍ෂාපදය සමාදන් වෙමි.
06. අකාලයේ ආහාර ගැනීමෙන් වැළකීමේ ශික්‍ෂාපදය සමාදන් වෙමි.
07. නාට්‍ය, ගීත, වාදන, විසුළු, දැකුම්, දුර්මෙන් වෙන්වීමේ ශික්‍ෂාපදය සමාදන් වෙමි.
08. මල,ගඳ,විලවුන් දුර්මෙන් වෙන්වීමේ ශික්‍ෂාපදය සමාදන් වෙමි.
09. උස්අසුන්, මහඅසුන් පිළිගැනීමෙන් වෙන්වීමේ ශික්‍ෂාපදය සමාදන් වෙමි.
10. රන්, රිදී, මසු, කහවණු පිළිගැනීමෙන් වෙන්වීමේ ශික්‍ෂාපදය සමාදන් වෙමි.

මෙම දසසිල් සමාදන් වීමෙන් පසුව සාමාන්‍යයෙන් වහන්සේ කෙනෙකු වශයෙන් පැවිදි වීමේ කාර්යය අවසන් වෙයි. ඒ වාගේම දසසිල් සමාදන් වීමෙන් දසසිල් මාතාවක්ද දසසිල් මහත්මයෙක්ද දසසිල් මැණිවරියක්ද බවට පත්වනු ලබන ලද බවද මෙයින් වටහා ගත හැකිය.

දසසිල් සමාදන් වන සාමාන්‍ය ජීවිතයෙන් බලාපොරොත්තු වන්නේ ධර්මයෙහි මනා පලපුරුද්දක් ඇතිකර ගැනීම හා ගිහියන්ගේ ප්‍රයෝජනය සඳහා පැවිද්දකු විසින් ඉටු කළ යුතු බණ කීම වැනි අනෙකුත් ආගමික වර්ත ධර්ම පුහුණු කර ගැනීමය. විනය කර්මයක් සිදු කිරීම සඳහා සාමාන්‍ය නමක්

සුදුස්සකු නොවන බව සඳහන් කළ යුතුය.

මේ අනුව දසසිල් සමාදන් වන උපාසක උපාසිකාවන් තුළින් බලාපොරොත්තු වන්නේ එය නිසි ආකාරව සුරකීම තුළින් තමන්ගේ සංසාර මාර්ගය කෙටි කර ගැනීමට උත්සාහ දැරීමයි. එනම් නිවන් දොරටුව හැර ගැනීම සඳහා උත්සාහ දැරීම ද මෙමගින් පෙන්වා දී තිබේ.

“නිබ්බානං පරමං සුඛං”

නිවන උසස්ම සැපය යනුවෙන් ද සඳහන් කොට ඇත. තමන් කරන ලද කුසල් අනුවම සැනසීමක් ලබාදෙන ලද බවද මෙසේ පෙන්වා ඇත.

“පුඤ්ඤාණි පරලෝකස්මීං  
පතිට්ඨා භොන්ති පාණිනං”

මෙලොවදී රැස් කල පින් පරලොවදී පිහිට පිණිස පවති. කුසල් නිසා පරලොව සුගතියත් අකුසල් නිසා පරලොව දුගතියත් සැලසෙන බවද සඳහන් කොට ඇති බවද පෙන්වා දීමට හැකියාව තිබේ.

“අත්තානං රක්ඛන්තෝ පරං රක්ඛති”

යනාදී වශයෙන් තමන් පිළිවෙත් රැකීම තුළින් අන්‍යායන්ට ද යහපතක් කරන්නෙකු බවට පත්වන බවද ඉගැන්වේ. මේ අනුව දසසිල් ආරක්‍ෂා කර ගැනීම මගින් ජීවිතය සාර්ථක කර ගැනීම සඳහා ඉවහල් වන බව ද බුදු දහමට අනුව පෙන්වා දෙයි.

### 05. සියළු දේ වෙනස්වන සුළුය

ජීවිතය කෙතරම් සිසුයෙන් වෙනස් වන්නේද එක් අනන්තයකින් තවත් අනන්තයකට යමින් එක් අවස්ථාවකින් ඊට හාත්පසින්ම වෙනස් වෙනත් අවස්ථාවකට පෙරලෙමින් ජීවිතය වෙනස්වන හැටි අප අපේ ජීවිත දෙස බැලීමෙන් පැහැදිලි වේ. අටලෝ දහම ලාභ, අලාභ, යස, අයස, නින්දා, ප්‍රශංසා, දුක, සැප, ආදිය එන සැටි යන සැටි අපට දිස් වේ. මේ සියළු අවස්ථාවන්ට දුකට සැපතට ජයට පරාජයට අපේ සිත ප්‍රතික්‍රියා කරන විවිධාකාරය මානාව දැනේ.

අටලෝ දහමින් කැලඹුණු සිත තුළ පැන නගින අවේග රැළිවලට හසුවන අපි වරෙක උද්දමයෙන් ඉපිලෙමු. තවත් වරෙක දුක්බරින් කිදා බසිමු මොහොතක් නිසල වී විඩාහරින සිත පෙරලී එන තව ආවේග රැල්ලකට හසු වී නැවති විසිරී යන සැටි අපි විඳ ඇත්තෙමු. මේ නොනැවති පෙරලෙන ආවේග රැළි මත කෙසේ නම් අපි සැනසෙමුද තැන්පත් වෙමුද මේ ඉමක් නැති කොණක් නැති සදා කැලඹුණු සසර සයුරෙහි කෙසේ නම් කොතනක නම් අපි අපේ ජීවිත ගොඩ නගමුද සුළු සතුටක වුවත් අප ලබන්නේ කොපමණ නම් බලාපොරොත්තු කඩවීම්වලට පරජවලට අසාධ්‍ය සිදුවීම්වලට මුහුණ දීමෙන් අනතුරුවද සුළු සතුට ලබන අතර ලෙඩ රෝග අසහන මරණ ආදියට අපි මුහුණ නොදෙමුද මොහොතකට පසු අපේ අනුකම්පාවට හද පත්ලෙන් නැගෙන සොවට පාත්‍ර වනු අප දැක නැද්ද අද අපේ අඹ යාහළුවන් හෙට අපේ පරම සතුරන් බවට පත්වන ආකාරය අපට නුපුරුදුද ලෝකය කොතරම් වෙනස් වන සුළු ද මෙබඳු අස්ථිර ශිසුයෙන් වෙනස් වන ලොවක වෙසෙන අපට උපේක්‍ෂාව කෙතරම් අගනේද.

උපතේ සිට මරණය දක්වා මුළු ජීවිතයම නිරන්තරයෙන් වෙනස් වන ක්‍රියාවලියකි. නොවෙනස් වන කිසිවක් සසර තුළ නම් නැත උපතේ කිසිවක් නොනැසී පවතින යන්න හුදු පැතුමක් විනා යථාර්ථය නොවේ හටගත් උපතේ සියල්ල නැති වී මැරී යෑම ලෝක ස්වභාවය සත්වයාගේ නැතහොත් යථාර්ථයේ නියම ස්වභාවය මේ වෙනස් වීමය. බුදු දහමේ මූලික ඉගැන්වීම එහි දාර්ශනික පදනම වන්නේ ද මේ වෙනස් වීමය. බුදු දහමේ මූලික ඉගැන්වීම එහි දාර්ශනික පදනම වන්නේ ද මේ අනිත්‍යතාවයය. අනිත්‍යතාව පිළිගන්නා බුදු දහම සදාතනික අවිනාශ ස්ථිර දෙයක් පිළිබඳව විශ්වාශය ප්‍රතික්ෂේප කරයි. සිත කය යන දෙකම මේ වෙනස් වන යථාර්ථයේ අංගයන් මිස සනාතන ස්ථිර වස්තූන් නොවේ.

සිත කය නැතහොත් නාම රූප යන දෙකම ස්ථිර ස්වභාවයට පැවැත්මක් ඇති වස්තූන් නොව අන්‍යන්‍යව වශයෙන් යැපෙන ප්‍රතිත්‍යා සමුත්පන්න යථාර්ථයේ හුදු නිරික්‍ෂණයන්ය. බුදුන් වහන්සේ සොයා ගත් මේ අනිත්‍යතාව අද විද්‍යාඥයින් විසින් පවා පිළිගනු ලැබ ඇත. ස්ථිර නොවෙනස් වන විනාශ නොවන කිසිවක් ලොව නොමැති බවත් සියලු දේ මොහොතකුදු එකසේ නොපවතින බල වේගයන්ගේ සුළියක් ප්‍රවාහයක් බවත් ඔවුන්ගේ ද මතයයි. සියළු දේ මෙන් විශ්වයද අනිත්‍යය. සුර්යා විනාශ වීමෙන් පසු සියල්ල දැඩි ලෙස සිතල වනු ඇතැයි විද්‍යාඥයෝ ද උපකල්පනය කරති. මෙය බෞද්ධයින්ට අළුත් දෙයක් නොවේ ලොව ඇතිවී ඇතිවන අන්දම අඛණ්ඩව ක්‍රියාත්මක වන සංවිධිත විවිධිත ක්‍රියාවලිය බුදුන් වහන්සේ අග්ගඤ්ඤ සූත්‍රයෙන් මනාව විස්තර කොට ඇත. මීට පෙරත් ලෝකය විනාශ වී ඇත. අනාගතයේදී එසේම සිදු වනු ඇත. ඒ නිසා අපේ මේ ලෝකයත් ඉදිරි අනාගතයේ යම් සමයක විනාශ වී යනු ඒකාන්තය. මේ විශ්වයේහි පවතින සියලු දේ අනිත්‍යය. මිනිසුන් සිවුපාවුන් ආදීන් පමණක් නොව දෙව්වරුද අනිත්‍ය වෙති. අනිත්‍ය නොවන කිසිවෙක් හෝ කිසිවක් නැත. මුළු පංචස්ඛන්ධයම අනිත්‍ය බව සංයුක්ත නිකායේ ඉතා දැඩිව අවධාරණය කර ඇත්තේ මෙසේය. එනම්

ඓන පිණ්ඩුපමං රූපං වේදනා බුබුලුපමා  
 මරිචිකුපමා සඤ්ඤා සංඛාරා කදලුපමා  
 මායු පමං ච විඤ්ඤාණං දීපිකා දිච්ච බන්ධුනා

යනාදී වශයෙන් රූපය පෙණ පිඩක් හා සමානය. වේදනාව දිය බුබුලක් සේය. සඤ්ඤාව මිරිඟුවක් වැනිය. විඤ්ඤාණය මායාවක් බදුය. ඒ බව අවධාරණය කොට ඇති බව ද සඳහන් කළ යුතුය.



### 06. කර්මය

ඉතාම සරල බසින් පවසතොත් බුදු දහමේ කර්මය යනු සවේනනික ක්‍රියා හා එවායේ විපාක අතර ඇති සම්බන්ධතාවය ඉගැන්වීමය. යහපත් දෙයක් කළහොත් එහි ඵල විපාක මෙලොවදීන් පරලොවදීන් සැප විපාක ලබා දෙන බවත් අයහපත් දෙයක් සිදු කළහොත් එය මෙලොවදී හා පරලොවදී දුකට පත්වන බවද පෙන්වා දී තිබේ. නරක් වූ බිජු වැපුරුවහොත් නිසරු අස්වැන්නක්ද ලැබේ. විද්‍යාත්මකව මෙම කර්මය පිළිබඳව හැදින්වීමේදී සඳහන් කොට ඇත්තේද හේතුඵල න්‍යායක් ලෙසය. සදාචාර හේතුඵල නියාමය ලෙසද එය හැදින්විය හැකිය. භෞතික ක්‍ෂත්‍රයේහි ක්‍රියාත්මක වන්නාසේම සදාචාර නියාමයන් සදාචාර ක්‍ෂත්‍රයේහි ක්‍රියාත්මක වේ. ධර්මපදයේ පළමු ගාථා දෙක ඉතා පැහැදිලිව ඉදිරිපත් කරයි.

මනො පුබ්බා ගමා ධම්මා  
 මනො සෙට්ඨා මනොමයා  
 මනසා වෙ පදුට්ඨෙන  
 භාසති වා කරෝති වා  
 තතෝ නං දුක්ඛමන්වේති  
 චක්කං ව වහතො පදං

සියළු වෛතසිකයෝ සිත පෙරටු කොට පවති සිතින්ම උපදනාහ. ඉදින් ලෝභාදී අකුශල ගති හා යෙදීමෙන් කිලිටි වූ සිතින්ම යමක් කියයිද කරයිද එයින් ඇතිවන දුක ගොනු පය අනුව ගමන් කරන කරත්ත රෝදය මෙන් ඒ අකුශල කර්මයේහි විපාක ඔහු පසුපස ගමන් කරනු ලබයි.

එලෙසින්ම පසන් සිතක් ඇතිව සිදු කෙරෙන වාචික හා කායික ක්‍රියාවල ප්‍රතිඵල කිසිදාක අතහැර නොයන කෙනෙකුගේ සෙවනැල්ල මෙන් කරන්නා පසුපස එයි. මේ කර්මය පිළිබඳව ඉතාම සරල විග්‍රහයකි. තවත් සරලව දක්වහොත් කර්මය යනු ක්‍රියාවය සැම ජීවියකු තුළම කිසියම් ශක්තියක් ඇත. ඊට නැඹුරුව විඥානය ආදී නෙයෙකුත් යෙදුම් වලින් හැදින්වෙන මේ නිජ ශක්තිය මගින් සියළු සවිඥාන සත්වයින් ක්‍රියාත්මක කෙරේ. ඒ ක්‍රියා දිගින් දිගටම සිදුවන විට එය පුරුද්ද වශයෙන් හැදින්වේ. පුද්ගල වර්ගය බවට පෙරළෙන්නේ මේ පුරුද්ද බුදු දහමෙහි කර්මය වශයෙන් හැදින්වෙන්නේද මෙයමය. පරමාර්ථ වශයෙන් ගත් කල බුදු දහමෙහි කර්මය වශයෙන් සැලකෙන්නේ හොඳ නරක වේතනාවන්ය. වේතනාව කර්මය බව බුදුන් වහන්සේම වදාරා

ඇත. (වේතානාහං භික්ඛවේ කම්මං වදාමි වේතයින්වා කම්මං කරෝති කායෙන වචාය මනසා) “මහණෙනි වේතානාව කර්මය යයි මම කියමි පුද්ගලයෙක් සිතින් කයින් වචනයෙන් මනසින් ක්‍රියා කරයි” යනු අංගුත්තර නිකායේ නිබ්බේධික පරියාය සූත්‍රයෙන් බුදුන් වහන්සේ කර්මය විස්තර කළ අයුරුය.

මෙයින් මනාව පැහැදිලි වන්නේ කර්මය යනු කිසියම් ක්‍රියාවක් ක්‍රියාවලියක් ශක්තියක් බලයක් බවය. සමහරුන් මෙය විස්තර කරන්නේ ක්‍රියා බලපෑම ලෙසය. ඇත්ත වශයෙන් මෙයින් අදහස් කරන්නේ අපම අප කෙරෙහි ප්‍රතික්‍රියා දක්වන අකාරයය පුද්ගලයෙකු විදින දුක සැප දෙක ඔහුගේම කායික වාචික හා මානසික ක්‍රියාවන්ගේ ප්‍රතිඵල අනුවය.

කර්මය යනු නිෂ්පුද්ගල ස්වභාවික නියාමයකි. එය ක්‍රියාත්මක වන්නේ අපේ සවේනනික ක්‍රියා අනුවය. වෙනත් බාහිර බල වේගයක අධික්ෂණය යටතේ ක්‍රියාත්මක වන්නක් නොවේ. මේ කර්ම න්‍යායය එබඳු සැඟවුණු අදෘෂ්‍යාමාන කිසියම් අධිපති බලවේගයක් මගින් කර්ම නියාමය ක්‍රියාත්මක නොවන හෙයින් කර්ම විපාක පාලනය කිරීම සඳහා කිසියම් අතිමානුෂය බලවේගයක් උදෙසා යාඥා කිරීමක් ගැන බුදුදහම විශ්වාස නොකරයි බුදුන් වහන්සේ ඉතා අවධාරණය කොට දක්වා ඇති පරිදි කර්මය යනු අප විසින් අසරණව අවනත විය යුතු කිසියම් ගුප්ත බලවේගයක් මගින් අප මත බලෙන් සැමවෙත පුර්ව නිශ්චිත දෛවෝපගත තීන්දුවක් හෝ නියතිවාදයක් හෝ නොවේ.

“වැපුරු ආකාරයට සරිලන ලෙස අස්වැන්න ලැබේ.” යනු බෞද්ධයන්ගේ විශ්වාසව පෙර අපි යම්සේ සිටින්නේද අද සිටිනා අපි එහි ප්‍රතිඵලය වෙමු අනාගතය අපි කෙසේ වන්නේමුද යන්න තීරණය වන්නේ අද අපි කෙසේ සිටිමුද යන්න මතය මිනිසා නොවෙනස් සිටිනු නොමැත. ඔහුගේ ක්‍රියා අනුව ඔහු නිරන්තරයෙන් වෙනස් වේ. යන බුදු වදන් වේ වෙනස් වීම මානාව විදහා දක්වයි. මෙයින් ගම්‍ය වන්නේ කර්මය හුදු නියතිවාදයක් නොවේය යන්නය. සියල්ල නියත නම් අපට ස්වච්ඡන්දතාවක් හොඳ නරක තෝර බේරා ගැනීමේ හැකියාවක් තිබිය නොහැකිය එසේ නම් සදාචාර දියුණුවක් කෙසේ ඇති විය හැකිද බුදුන් වහන්සේම මේ ප්‍රශ්නය නැගූ සේක. සියල්ල නියත නම් අපි අපේ අතිතයේ හුදු වහලුන් නොවෙමුද නියතිවාදය ප්‍රතික්ෂේප කරන හේතුවෙන්ම බුදුදහම අනියතිවාදයක් යැයි අදහස් කෙරෙන්නේ නැත. සියල්ල අනියතිවාදයකට යටත් නම් එවිට ද සදාචාරාත්මක හෝ අධ්‍යාත්මික හෝ දියුණුවක් කෙසේ නම් ලබන්නද බුදුන්

වහන්සේ එකාන්ත නියතිවාදයක් හෝ එකාන්ත අනියතිවාදයක් හෝ නොපිළිගත් සේක. යමක් අනිත්‍ය වන්නේ හුදෙක් අනිත්‍ය හා දුක නිහඬ නොවන බව මෙයින් පෙනේ.

### 07.පුනරුත්පත්තිය

චුති ප්‍රතිසන්ධි දෙකෙහිම මෙන්ම අනෙකුත් අවස්ථාවන්හි දී ද කර්මය පුද්ගලයා කෙරෙහි බලපාන අකාරයේ සීමාවන් දැක්විය නොහැකිය. එහෙත් පඤ්ච නියාම ධර්ම අතුරෙන් උතු, බීජ, ධම්ම සහ චිත්ත, යන නියාම ධර්ම අනුව සිදුවන සිද්ධීන් කර්ම නියාමය වශයෙන් ගැනීම ධර්මය විරෝධී වෙයි. නිදසුන් මගින් මෙය පැහැදිලි කර ගත යුතුය ස්වභාව ධර්මය නිසා පුද්ගලයාට විවිධ ව්‍යාසනයට මුහුණ දීමට සිදු විය හැකිය. එනම් අවි වැසි සුළං ආදිය ඒ ඒ සෘතුවට අනුව වායු පීඩනයන්ට අනුරූපව පුද්ගලයා කෙරෙහි බලපායි. නිදසුන් මගින් මෙය පැහැදිලි කර ගත යුතුය. ස්වභාව ධර්මය නිසා පුද්ගලයාට විවිධ ව්‍යාසනයන්ට මුහුණ දීමට සිදු විය හැකිය. එනම් අවි වැසි සුළං ආදිය ඒ ඒ සෘතුවට අනුව වායු පීඩනයන්ට අනුරූපව පුද්ගලයා කෙරෙහි බලපායි ශ්‍රීෂ්ම කාලයට ජලය හිඟ වෙයි. තද සුළඟින් දුර්වල ගසක් ඉඟිලි වැටෙයි සිටුවන ලද බජයක් පුස්සක් වූ හෙයින් දළු ලියලිමක් සිදු විය නොහැකිය මේවා අනුව සියල්ල පුර්ව කර්මයෙන් සිදුවේය.

(සබ්බං පුබ්බේකත හේතු) යන්න මිථ්‍යා ඉගැන්වීමක් බව පිළිගත යුතුය. එහෙත් කර්මය ශක්තිය පුද්ගලයා කෙරෙහි බලපාන ප්‍රමාණය බුදු ඇසකින් විනා පොදු ඇසකින් දැකිය නොහැකි හෙයින් කර්ම විෂය අවිත්තායා ලෙස බුදු දහමෙහි දක්වා ඇත කර්ම රැස් කිරීම නිසා එහි විපාක ඇති වේ. විපාක කර්මය නිසා හට ගනි පුනර්භවය ඇති වන්නේ එයින් ලෝකය පවතින්නේ මේ ආකාරයෙනි. මනුෂ්‍යයෙකුගේ පහල වීම සඳහා කරුණු තුනක් සම්පූර්ණ විය යුතු බව බුද්ධ ධර්මයේ සඳහන් වෙයි එනම් මවගේ සෘතු වීම සිදු යුතුය. මවුපියන්ගේ සහවාසය සිදු විය යුතුය කර්ම ශක්තිය සහිත විඤ්ඤාණය ලගා වී තිබිය යුතුය. මවු කුස කලල රූපයක් ඇතිවීම සඳහා අවශ්‍ය ද්‍රව්‍යමය සාධක මව්පිය දෙදෙනාගේ ලැබිය යුතුය. එහෙත් විඤ්ඤාණයක් මවුකුසට බැස හෝ ගන්නේ නම් එකී සාධනයක් විනාශ වී යයි.

සත්ත්ව ජීවිතයක පේශී අවස්ථාව ඇති වි වැටීම සඳහා මේ කරුණු සම්පූර්ණ විය යුතුය. ගන්ධබ්බ නාමයෙන් හැදින්වෙන කර්ම වේගය සහිත විඤ්ඤාණය සන්නතිය ඉහත ආත්ම භාවයේදී

රැස් කර ගන්නා ලද කුශලා කුශල කර්ම යන්ගේ විපාක වශයෙන් ලැබෙන්නාකි මරණාසන්න අවස්ථාවේදී රූපස්බන්ධය හැර පියා යන විත්ත වෛතසික බලවේගය කර්ම ශක්තිය අනුව යෝග්‍ය වූ අභිනව මව් කුසයක් ග්‍රහනය (උප්පාදනය) කෙරෙහි තණ්හාව නිසා ඇතිවන මේ ග්‍රහණය හෙවත් අල්වා ගැනීම හේතු කොට ගෙන භවය ඇති වේ. එනම් කුශලා කුශල ශක්තිය නම් වූ කර්ම භවය හා හට ගැනීම වැඩීම ආදී වූ උප්පත්ති භවය නමින් හැදින්වෙන සංස්කාරයන්ගේ පහල වීමයි. පුනර්භවය අවබෝධ කර ගැනීමේ හිලා සිත ඇති වීම පිළිබඳ බෞද්ධ විචරණය මහෝපකාරී වේ. සත්ත්ව පුද්ගල නමින් ගැනෙන්නේ විත්ත වෛතසික හා රූප කලාප පරම්පරාවකි. හෙවත් නාමරූප සන්නතියකි. මේවා එකක් අනෙක ඇසුරු කොට ගෙන පවත්නා සාපේක්ෂ ධර්ම වන අතර එකකින් තොරව අනෙකෙහි පැවැත්මක් දැක්විය නොහැකිය.

සිත පිළිබඳව සලකා බැලීමේදී එය මොහොතින් මොහොත වෙනස් වෙමින් ගලා යන ආකාරය හා එක් එක් අවස්ථාවන්ද පිළිබඳ අවබෝධයක් ලබා ගැනීම අවශ්‍යය. එක් සිතක් ඉපදීම පැවැත්ම හා බිඳීම යන අවස්ථා තුනකින් යුක්තය. බිඳී යන්නේ තවත් සිතක උපත හා සම්බන්ධ වීමෙනි. එහෙයින් ඉකුත්ව ගිය සිත හා දැන් පවත්නා සිත අතර හිස් බවක් හෝ සම්පූර්ණ වෙනසක් හෝ නැත විත්ත පරම්පරාව සන්නතිය ආදී නම් යෙදෙන්නේ ඒ නිසාය රූපයද එබඳුය. සිත පමණ වේගයකින් රූපය ගමන් නොකරන අතර එහි පැවැත්ම (ආයුෂය) විත්තක්ෂණ 17 ක කාලය වශයෙන් අභිධර්මයේ දැක්වෙයි. එයින් පසුව වෙනත් රූපයකට ඉඩ සලසා තණ්හා ආදිය පසුබිම් කොට ගත් වෛතසිකයන් සිතක නැවත ඇති නොවන සේ මූලිනුපුටා දැමිය හැකි වූ විටෙක නැවත භවයක් ලබා ගැනීමේ අවශ්‍යතාවක් නැත.

(නහි ජාතු ගබ්බසෙය්‍යාං පුනේරේති) පුනර්භවය ඇති කරන සාධකයන් යථාභූත - ඤාණදස්සනයෙන් හඳුනා ගත් කල්හි ඊලඟ භවයක් පිළිබඳ අපෙක්ෂා රහිතව උපාදනයෙන් හඳුනා ගත් කල්හි ඊලඟ භවයක් පිළිබඳ අපෙක්ෂා රහිතව උපාදනයෙන් තොරව සිතෙහි නිරෝධය ඇතිවෙයි. පුනර්භවය රහිතව නාම රූප ධර්මයන්ගේ එම පැවැත්ම නිවී ගිය පහත් දූල්ලක් මෙන් අනිර්වචනීය ස්වභාවයට පත්වෙන බව ද බුදු දහම අනුව පෙන්වා ඇත.

### 08. මරණාසන්න අවස්ථාව

අනිත්‍ය ධර්මයන්ගේ යථා තත්වය පසක් කිරීම බෞද්ධ ආගමික පසුබිම තුළ අවශ්‍ය අරමුණක් බව පෙන්වා දී තිබේ.

සබ්බ සංඛාරා අනිච්චාති  
සබ්බ සංඛාර දුක්ඛාති  
සබ්බ ධම්මා අනතතාති  
යද පඤ්ඤාය පසසති  
අථ නිබ්බානන්දති දුකෙබ්බ  
එස මගෙගා විසුද්ධියා

යන්නේන් පැහැදිලි කරන්නේ එයයි. විසුද්ධිය හෙවත් නිවන්සුව ලබා ගැනීම සඳහා ඇති මඟ සියළු සංස්කාර අනිත්‍ය හා දුක් බවද සියළු ධර්ම අනාත්ම බවද නුවණින් දැන දැක ගැනීම බව මෙයින් ඉගැන්වේ. මෙහි සංඛාරා යන පදයෙන් සියළු අනිත්‍ය ධර්ම හඟවන අතර ධම්මා යන්නෙන් අනිත්‍ය දුක්ඛ යන දෙවර්ගයම හඟවයි. සංඛාරා ධර්ම පිළිබඳව අනිත්‍ය දුක්ඛ හා අනාත්ම යන තිලකුණුම දැන යුතු අතර අසංඛාර ධර්ම සම්බන්ධයෙන් අනිත්‍ය බව දැනගත වෙයි. ආත්ම වශයෙන් ගත යුතු පෞද්ගලික පැවැත්මක් නොමැති හෙයින්ද අනාත්ම වෙයි. යමක් ආත්ම වන්නේ නම් එහිලා ආත්ම දෘෂ්ටිය හට ගනියි. දෘෂ්ටි යනු හානි කර වූ දෙයක් බව බුදු සමයෙහි ඉගැන්වෙයි. එහෙයින් නිර්වාණය පිළිබඳව පවා දෘෂ්ටි ඇති කර නොගත යුතු බව බුදු සමය උගන්වයි.

සංස්කෘත ධර්මවල ලක්ෂණ කථනයේදී අනිත්‍ය දුක්ඛ හා අනාත්ම යනු වඩාත් පැහැදිලි කරනු පිණිස එහි පැවැත්ම තව දුරටත් සියුම්ව විග්‍රහ කර දක්වනු ලැබේ.

තිණිමාති භික්ඛවෙ සංඛතස්ස  
සංඛත ලක්ඛණානි  
උපපාදෙ පඤ්ඤායති  
වයො පඤ්ඤායති  
ධීතස්ස අඤ්ඤාථතතං පඤ්ඤායති

යනුවෙන් එය දක්වා ඇත. ඒ අනුව සංස්කෘත ධර්මවල ලක්ෂණ තුනක් අනිච්චයෙන්ම දක්නා ලැබේ. එනම් උපත විපත හා පැවැත්මේ වෙනස් වීමයි සෑම ධර්මයකම සමාරම්භය පටිච්ච සමුප්පාද ක්‍රමයට සිදු වෙයි. ප්‍රත්‍යා සාමග්‍රිය හේතුවෙන් කිසියම්

නාමයක් හෝ රූපයක් පාදුර්භූත වීම උප්පාද නමින් හැඳින්වේ එමෙන්ම එහි ප්‍රත්‍ය විසිර යාමෙන් ස්වරූපය වෙනස් වීමෙන් සිදුවන ක්‍රියාවලිය ධීනස්ස අඤ්ඤාභවනා හා වය යනුවෙන් හැඳින්වේ. සුත්‍ර පිටකයේදී මෙසේ දැක් වූ ලක්ෂණත්‍රය අභිධර්ම පිටකයේදී වඩාත් සුක්ෂ්මව බෝධිය පිණිස ඝෂණ වශයෙන් බෙදා දැක්වේ. ඒ අනුව ධර්මයක පැවැත්ම ඝෂණ තුනකින් විස්තර කරනු ලැබේ.

- උප්පාදකධණ - ඉපදෙන ඝෂණය
- ධීනිකධණ - පවතින ඝෂණය
- භංගධකණ - විනාශ වන ඝෂණය

මේ ඝෂණ තුන ධර්ම තුනක් නොවේ. එකම ධර්මයේ පැවැත්වෙන අවස්ථා තුනකි. එම ඝෂණ තුන එකම ඝෂණික ධර්මයක අවස්ථා තුනක් බව අවධාරණය වෙයි. මෙහි වැදගත් කරුණ නම් ධීනිකධණ යන්න ජරතාව වශයෙන් විස්තර වීමය. එය නොවෙනස්ව පවතින මොහොතක් නොව දිරි යාමක් සිදුවන අවස්ථාවකි. අටුවාවාර්යන් වහන්සේලා එය විස්තර කරන්නේ භාවාප ගමය හෙවත් නව බව (අඵත් බව) ඉවත්ව යෑම (පරණ වීම) වශයෙනි. යමක් පරණ වූ පමණින් එහි මූලික ස්වභාවය අතුරුදහන් වන්නේ නැත. එහෙයින් ජරතාව නම් “ස්භාවානපගම” (ස්වභාවය නැති නොවීම) වශයෙන් පැහැදිලි කර ඇත.

එය වී පරණ වීම (වීහි පුරාණ භාවෝ) විය වැනිය. ථෙරවාදී අභිධර්මයේ පැවැත්ම පිළිබඳ විග්‍රහයේ සියුම් බව මෙයින් තේරුම් ගත හැක. ගතික බව අවධාරණය කරන අතරම ධර්මයක පැවැත්ම පිළිගැනීමද සියුම් ලෙස සමතුල ඇසුරකින් කර තිබීම වැදගත්ය. ජරතාව යනු නිරෝධාභිමුඛ අවස්ථාව හෙවත් නිරුද්ධ වීමට මුහුණ දී සිටින අවස්ථාව වශයෙන් ද දැක්වා ඇත. ලොව කිසිවක් භංග ඝෂණයට ලක් නොවී නොසිටින බවද භංගය අනිවාර්ය බවද මෙයින් හැග වේ.

මරණය දෙස මෙලෙස ප්‍රබුද්ධ ආකාරයකින් බැලිය හැකි නම් ජීවිතය මේ තරම් දැඩිව වැළඳ ගනු නොමැත පුනර්භවයට ඇති හව තණ්හාව පහ කළ විට “අයමන්තිමා ජාති නප්ථොති පුනඛ්භවෝ” මේ අන්තිම උපතයි දැන් නැවත ඉපදීමක් නැතැයි කිව හැකි තත්වයට පත් වන බව සඳහන් කළ හැක.

### 09.භාවනා වැඩිම

අපට කවදා හෝ උරුමව ඇති මරණය ගැන සිහි කිරීමෙන් අප සිත් කුල ආසාව තරහාව බොහෝ දුරට අඩු කර ගත හැකිය. අඩ දබර කාලකෝලාහල අඩු කර ගත හැකිය. සාමය සමගිය ඇති පරිසරයක් උදා කරගත හැකිය. මරණය ගැන සිහි කිරීමෙන් සියලු කටයුතු පමා නොවී සිදු කර ගැනීමට පුලුවන. එය සිදු වන්නේ මෙසේය සෑම කෙනෙකුගේම බලාපොරොත්තුව හොදින් හා ඉක්මණින් ඉගෙන රැකියාවක් කරමින් යහපත් ජීවිතයක් ගත කිරීමය අලසව සිටීමෙන් එය ඉටු නොවේ මරණය ගැන සිහිමෙන් ඇති වන උනන්දුව ඔබේ ඉගෙනීමට මහත් රුකුලකි. ඒ අනුව හොදින් ඉගෙන වාසනාවන්ත ජීවිතයක් ගත කළ හැකිය. මරණය ගැන සිහි කිරීම නිසා ඔබෙන් අන්‍යායන්ට සමාජයට කරදරයක් ද සිදු නොවේ එයින් ඔබට විශාල පිනක් ද රැස් වෙයි.

යම් හෙයකින් ඔබ හදිස්සියේ මිය ගිය හොත් ඔබ සිදු කරගත් පින් බලයෙන් ඊළඟ ජීවිතය ද වාසනාවන්ත වෙයි නැවතත් මිනිසෙකු වසයෙන් උපත ලද හොත් මේ ජීවිතයේ ඉගෙනීමට ගත් උත්සාහය එම ජීවිතයට බලපා ඉක්මනින් ඉගෙනීමට ශක්තිය ද ලබා දෙයි. මේ ජීවිතයේ දී මිනිසුන්ට හා ලොකු කුඩා සියලු සතුන්ට හිරිහැර නොකර ඔවුන් නොමරා ජීවත් වූ හෙයින් ඊළඟ ජීවිතයට ලෙඩ දුක් නැතිව බොහෝ කාලයක් ජීවත් වීමේ ශක්තිය ද ලැබෙයි.

මේ සියළු කරුණු සැලකීමෙන් අප කල යුත්තේ කුමක්ද හිස ගිනි ගත්තෙකු ඒ ගිනි නිවන්නට උත්සාහ කරන්නාක් මෙන් ඇදී වන ගිනි ගත්තෙකු ඒ ගිනි නිවන්නට උත්සාහ කරන්නාක් මෙන් සිතෙහි ඇති ආසාව තරහව ඊර්ෂ්‍යාව මානස අලස බව ආදී අකුසල දුරු කිරීමට උත්සහ කිරීමයි. එම අකුසල දුරු වන විට සිත පිරිසිදු වෙයි. එසේ සිත පිරිසිදු වන විට නුගත් දේ ඉගෙන ගැනීමටත් උගත් දේ මතක තබා ගැනීමටත් පහසුයි. සිත දියුණු කිරීමටත් සිතේ සියලු කෙලෙස් දුරු කොට නිවන් දැකීමටත් පුරුදු කොට නිවන් දැකීමටත් පුලුවන. මරණානුස්සති භාවනාව යනු මරණය ගැන සිහි කරමින් බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් කරන ලද දේශනාවන් අංගුත්තර නිකායේ දෙවන සාරාණිය වර්ගයේ ඡන්ත නිපාතයේ දෙවන සාරාණිය වර්ගයේ මරණ සති සූත්‍රයෙහි දක්නට ලැබේ. ඉන් කොටසක් මෙසේ දැක් විය හැක.

මරණාන්තස්සති භාවනාව කරන අයුරු

මාගේ මරණයට බොහෝ හේතු ඇත.  
සර්පයින් දෂ්ට කිරීමෙන් මාගේ මරණය සිදුවිය හැක.  
ආහාර විස විමෙන් මාගේ මරණය සිදු විය හැක.  
වා පින් සෙම් කිපීමෙන් මාගේ මරණය සිදු විය හැක.  
මරණය මට අනතුරකි.

මෙසේ මරණය ගැන සිහි කිරීමෙන් එහි සිත දියුණු කිරීමෙන් ලැබෙන අනුසස් සැලකීමට ගෙන අපි දැන් මරණාන්තස්සති භාවනාව මෙසේ ආරම්භ කරමු

මරණාන්තස්සති භාවනාවේ පළමු පියවර

1. නිසි ලෙස වාඩි වෙන්න (ඊළඟ දිනයේ නිසි ලෙස සිට ගන්න)
2. දෙඅත් එක් කොට නෙළුම් කැකුලක හැඩය ඇති වන සේ නළල මත තබා ගෙන නමස්කාර පාඨය තුන් වරක් පමණක් හඬ ඇසෙන සාමුහිකව කියන්න
3. “ඒ භාග්‍යවත් බුදුරජාණන් වහන්සේට මාගේ නමස්කාරය වේවා.” යන වැකිය ඔබට පමණක් ඇසෙන සේ ඉතාම සෙමින් තුන් වරක් කියන්න.
4. මම සතුන් නොමරමි.  
නුදුන් කිසිවක් නොගනිමි.  
දුසිරිතෙන් වැළකෙමි.  
බොරු බසිව් රහමෙරින් දුරුවෙමි..
5. දෙදත් පහළට දමා නිසි ලෙස තබා ගන්න.
6. දෙනෙත් පියා ගන්න. (සිට ගැනීමේ දී දෙනෙත් අඩවත් කරන්න)
7. මාගේ මරණයට බොහෝ හේතු ඇත.

මාගේ මරණයට බොහෝ හේතු ඇත.  
සර්පයින් දෂ්ට කිරීමෙන් මාගේ මරණය සිදුවිය හැක.  
ආහාර විස විමෙන් මාගේ මරණය සිදු විය හැක.  
වා පින් සෙම් කිපීමෙන් මාගේ මරණය සිදු විය හැක.  
මරණය මට අනතුරකි.



යනාදී වශයෙන් මරණය ගැන විනාඩි 30 ක් පමණ සිහි කරන්න ඉන් පසු දෙඅත් නළල මත තබා බුදු ගුණ සිහිකොට තෙවරක් බුදුරජාණන් වහන්සේට නමස්කාර වේවායි සිතන්න.

මේ ආකාරයට මරණානුස්සති භාවනාව වැඩීම තුළින් තම ජීවිතය යහපත් ආකාරයට පවත්වාගෙන යාමට ඉතාමත් මැනවින් එය ඉවහල් වනු ලබන ලද බවද පෙන්වා දිය හැකිය. මෙය දිනපතා රාත්‍රි නින්දට පෙර විනාඩි 30 පමණ භාවනාව සිදු කොට නින්දට යන්නේ නම් තම ජීවිතය සාර්ථක වීමට බෙහෙවින් ඉවහල් වෙයි.

මෙලෙස භාවනා වැඩීම තුළින් තමන්ගේ පරලොව ජීවිතය සැපවත් කර ගැනීමට හැකියාව ලැබේ. ඒ මගින් තමන්ට මෙලොව දී හා පරලොවදී ද සැප විපාක තමා පසු පස ගමන් කරනු බවද බුදු දහම අනුව පෙන්වා දී තිබේ. තමන්ගේ ජීවිතය සැපවත් කර ගැනීමට හා තම මානසික සුවයත් ලබා ගැනීමට භාවනාව ඉතා බෙහෙවින් ඉවහල් වන බවද මෙම කරුණු අවබෝධ කර ගැනීම තුළින් මානාව වැටහෙන බවද පෙන්වා දිය හැක.

### 10. නිර්වාණය

නිර්වාණය යනු බුදු දහම මගින් ඉදිරිපත් කරන පරම නිෂ්ඨාවයි මේ නිර්වාණය යනු කුමක් ද නිර්වාණය යනු කුමක් ද යන්න තේරුම් ගැනීමට වඩා නිර්වාණය නොවන්නේ කුමක්ද යන්න තේරුම් ගැනීම පහසුයි. නිර්වාණය යනු ශුන්‍යතාව හෝ උච්ඡේදය නොවේ හුදු ශුන්‍යතාවයක් ප්‍රකාශ කිරීමට නම් ගිහි වාසය දැර පවුල රජකම අතහැර බුද්ධත්වය ලබා පුරා හතලිස් පස් වසරක් දේශනා කරයිද නිර්වාණය ස්වර්ගය නොවේ බුද්ධ පරිනිර්වාණයෙන් සියවස් කීපයකට පසු සමහර බෞද්ධ සම්ප්‍රදායන් නිර්වාණය කිසියම් ආකාරයක ස්වර්ගයක් වශයෙන් විස්තර කළේ බුද්ධිය මුහුකුරා නොගිය අයගේ සිත් ඇද ගැනීමේ අපේක්ෂාවෙනි.

මෙවන් විස්තර කිරීම නිසා නිර්වාණය සැප සම්පත් සපිරුණු සදාකාලික සුවය ගෙන දෙන සුන්දර ස්ථානයක් වශයෙන් ඉදිරිපත් කෙරිණි. මෙය සුන්දර සුරංගනා කථාවක් බඳුවුවත් බුදුන් වහන්සේ විසින් පසක් කොට විස්තර කරනු ලැබුයේ මෙවන් නිර්වාණයක් නම් නොවේ ස්වර්ගය පිළිබඳ විශ්වාසය එවක ප්‍රචලිතව පැවති ආගමික සම්ප්‍රදායන්හි පැවති විශ්වාසයක් නිසා බුදුන් වහන්සේ දැන එය ප්‍රතික්ෂේප නොකල සේක. එහෙත් මේ ස්වර්ගයන් සාංසාරික පැවැත්මේම අංශයක් බව බුදුන් වහන්සේ දැන සිට අතර විමුක්තිය ඉන් ඔබ්බෙහි පවතින්නක් බවද අවබෝධ කොට ගෙන සිටි සේක. නිවන් මග ස්වර්ගයෙන් ඔබ්බට විහිදුනු බව බුදුන් වහන්සේ දුටු සේක.

නිර්වාණය මරණින් මතු යන කිසියම් ස්ථානයක් නොවේ. නම් කුමක්ද ගින්දර පවතිනවාද නිර්වාණයේ පැවැත්මක් හරියටම ඒ වගේ ගින්දර එක් රැස් වි ගොනු වි පවතින තැනක් නැතුවාසේම නිර්වාණය පවතින තැනක් නැත වියළි දර කැබලි දෙකක් එකට ඇතුල්ලු විට ඒ මැදිම හා ඉන් ඇති වන තාපය ගින්න ඇති විමට හේතු ප්‍රත්‍යයන් සපයයි. ඒලෙස සිත සියලු කෙලෙස් වලින් මිදුනු විට නිවන් සුව විසීමට වාතාවරණයක් සැපයේ.

නිර්වාණය පසක් කළ යුත්තකි. එහෙත් කළ හැක්කේ ඒ ගැන කල්පිත අදහස් ඇති කර ගැනීම පමණි. නිර්වාණය ගැන නොයෙකුත් න්‍යායන් ඉදිරිපත් කිරීමට රිසි අයට ත්‍රිපිටකයෙන් හා බෞද්ධ ග්‍රන්ථ මගින් කිසියම් පිටු වහලක් ලැබෙන බව සත්‍යයකි. නමුත් ඒ සියල්ලෙන් කළ හැක්කේ නිර්වාණය පිළිබඳව සංකල්ප ඉදිරිපත් කිරීම පමණි. නිර්වාණය විස්තර කළ හැකි නොවේ අදුර

විස්තර කළ හැක්කේ ආලෝකයට ප්‍රතිවිරුද්ධ අවස්ථාව ලෙසිනි. නිර්වාණය දුක් කෙළවර කිරීම වශයෙන් ගැණෙන නිසා විස්තර කළ හැක්කේ දුක හා සැසඳීමෙනි. අලෝකය නැති තැන අඳුර පවතින්නා සේ වංචල ස්වභාවයක් නැති තැන නිර්වාණය ඇතැයි කිව හැකිය.

කුෂ්ට රෝගයකින් පෙළෙන අයෙක් එම දදය කැසීමෙන් තවකාලිකව තෘප්තියක් ලබනු ඇත. එහෙත් කැසීම නිසා දදය සැරි රෝගය උත්සන්න වන බව නම් නිසැකය. දදය සම්පූර්ණයෙන් සුව වීම හේතු කොට ගෙන ලැබෙන තවකාලිකව සුවය කෙතරම් වෙනස්ද මේ සැප විඳීමෙන් අප ලබන වින්දනයක් එබදුය. තාවකාලිකව එයින් සතුටක් ලැබේ නමුත් එයින් වන්නේ සසර දුක දික් වීම නොවේද සසර දුක නිර්වාණයට ඇති එකම පිළියම නිවන් පසක් කිරීමය. ජාති ජරා ව්‍යාධි මරණ දුක් දොම්නස් සියල්ලටම මුල්වන තෘෂ්ණාව මුලිනුපුටා දැමිය හැකි වන්නේ නිවන් පසක් කිරීමෙනි. තෘෂ්ණාව නැමති ගින්නෙන් දූවෙන අප කම් සැප වලින් මිදීම මගින් එම ගින්න තාවකාලිකව තුනී කර ගැනීමෙන් ලබන සුවය නිවන් සුවය හා කෙසේ නම් සසඳන්නද.

නිර්වාණය ගැන විවිධ සංකල්පනා ඇති කර ගැනීම ඒතරම් නුවණට හුරු නැත. අප කළයුත්තේ නිවන් පසක් කර ගැනීමට උපකාරී වන හේතු ප්‍රත්‍යය ඊට පාදක වන වතාවරණය හඳුනා ගෙන ඒවා සකස් කර ගැනීමට උත්සාහ ගැනීමය. අධ්‍යාත්මික ඝෞර්වය විනිවිද දක්නා ඥානය දියුණු කර ගැනීමට වෙර දැරීමය. මේ සඳහා බුද්ධ දේශනාව අනුගමනය කළ යුතුය. රාග දෝෂ මෝහ යන අකුසල මුල් ක්‍රම ක්‍රමයෙන් උදුරා දැමිය යුතුය. අත්මාර්ථකාමීත්වය ක්‍රම ක්‍රමයෙන් තුනී කොට තුරන් කළ යුතුය. සදාචාරාත්මක ජීවිතයක් ගත කරමින් භාවනාව වැඩි යුතුය. මෙසේ කිරීමෙන් නිවන් පසක් කර ගැනීමට වෙර දැරිය යුතුය.

ආරෝග්‍ය පරමා ලාභා  
සන්තුඨි පරමං ධනං  
විශ්වාසා පරමා ඥාති  
නිබ්බානං පරමං සුඛං

නිරෝගිකම උසස්ම ලාභයයි. සතුට උසස්ම ධනයයි විශ්වාසවන්තයා උසස්ම ඥාතිවරයායි. නිවන උසස්ම සැපය වන බවද සඳහන් කොට ඇත. මේ අනුව කටයුතු කිරීම තුලින් තම තමන් බලාපොරොත්තු වන්නාවූ උතුම් වූ නිවන් පසක් කර ගැනීමේ හැකියාව ලැබෙනු ඇත.

### බෞද්ධ මාර්ගයේ පැතිකඩක්.....

නොමිත් ලොව සියලු දේ දන්නා ඇසට  
තමන් සැටි මඳක්වත් නොපෙනෙන ලෙසට  
අනුන් දොස් දකිති අනුවණ දන කමට  
ඒමෙන් සිය නොගුණ නොදකිති නියම කොට

අර්ථය :-

අඩුවක් නැතුව ලොව සියලු දේ දකින ඇසට තමාගේ ආකාරය මඳක්වත් නොපෙනේ. එසේම අනුවණ කපටි මිනිස්සු අනුන්ගේ දුර්වලකම් දකිති. තමාගේ දුර්වලකම් නොදකිති.

(සුභාමිතය)

පඤ්ඤාවන් තස්සායං ධම්මෝ  
නායං ධම්මෝ දුප්පඤ්ඤස්ස

බුදු දහම ප්‍රඥාගෝචර දහමකි අනුවණයන්ට අදාල නොවන්නකි.

ධර්ම දානයන් වශයෙන් ඔබ අතට පත් වන මෙම පොත කියවා අන් අයටත් කියවීම සඳහා ලබා දෙන්න. එම උතුම් ධර්ම දානය කුසලයේ බලයෙන් නිදුක් නිරෝගි සුව අත්වේවා.

මෙම ධර්ම ග්‍රන්ථය,

මුද්‍රණයට දායක වීමට,  
මුද්‍රණ වියදම් ගෙවා ධර්ම දානය පිණිස බෙදා දීමට  
ඥාතින්ට පිං පිණිස මුද්‍රණය කරවා ගැනීමට

සියළු විමසීම්  
071.6556506  
075.2013501  
072.2015798  
071.5130083

විමසීමෙන් තොරව මෙම ධර්ම ග්‍රන්ථය මුද්‍රණය කිරීමෙන් වළකින මෙන් මෙන් සිතින් සිහිපත් කරමු.

ඔබ සැමට තෙරුවන් සරණයි.!

මේ පොත් මුද්‍රණය කර බෙදා දෙන ඊ.ජී උපාලි කුලරත්න මහතාට හා ඩී.ආර්.අයි. ඉන්ද්‍රමති මහත්මියට හා ඊ.ජී ගුණාංගි උත්තමා කුලරත්න දියණියටත් ධර්ම දානයේ යෙදෙන ඔබටත් උතුම් චතුරාර්ය සත්‍ය අවබෝධය පිණිස මේ පින් හේතු වාසනා වේවා.!





