

# කථා කළ යුතු නම් සුදුසුසාධමය

දක්කථා සූත්‍රය  
සෙය්‍ය සූත්‍රය

[www.buddhismforyou.org](http://www.buddhismforyou.org)

ආචාර්ය පූජනීය  
මිරිස්සේ ධම්මික ස්වාමීන් වහන්සේ

ඥානසංඝරාජ

## පුණ්‍යානුමෝදනාව

සබ්බ දානං ධම්ම දානං ජිනාති  
සබ්බ රසං ධම්ම රසො ජිනාති  
සබ්බ රතියං ධම්ම රතී ජිනාති  
තණහක්ඛයො සබ්බ දුක්ඛං ජිනාති

බුදුපියාණන්ගේ ඒ අසිරිමත් බුදු වදන අනුව යමින්  
මේ පුණ්‍යානුමෝදනාව සිදුකරන්නේ,  
මෙයට වසර දහනවයකට පෙර අපෙන් සමුගත්,

බන්තරමුල්ල, මිහිඳු පුර විසූ

## ශ්‍රීදස් තිලකවර්ධන

ගුණබර පියාණන්ගේ,  
දෙසැම්බර් මස 11 දිනට යෙදෙන උපන් දිනය මතකයට නගමිනුයි.

මේ සියළු පින් බලෙන්, ඵතුමාට පරම ශාන්ත, උතුම්, අමා මහ නිවනින්  
සැතසීම ලැබේවායි පතන්නේ,  
බිරුද සාමා හා සෙව්වන්දි, රූපා, ඉසුරු, මනෝහර දූ පුතුන්ය.

## කලාණ මිත්‍ර ඇසුර සැනසුමකි.

බොහෝ කලාණ මිත්‍ර පිරිසකගේ ඇසුරකට අපි පත්ව සිටිමු. අප සියලු දෙනාටම මෙම ධර්ම ග්‍රන්ථයෙහි දේශනා කොට ඇති පරිදි සද්ධා කථා, සීල කථා, වාග කථා, බහුශුභ කථා සහ පඤ්ඤා කථා සුක්කථා හෙවත් යහපත් කථාවන්ය. අපගේ උත්සාහය භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කළ අයුරින්ම කලාණ මිත්‍ර ඇසුර ඔස්සේ, බොහෝ පිරිසක් මෙම ධර්ම මාර්ගය වෙතට යොමු කිරීමය. සියළු දාන අතර ධර්ම දානය උතුම් යයි වදාළේ එබැවිනි.

මෙම ධර්ම ග්‍රන්ථයේ දායකත්වය ගෙන කළ දොස්තර සෙව්වන්දි නිලකවර්ධන මහත්මියටත්, එම මහත්මා ඇතුළු පවුලේ දරුවන්ටත්, ප්‍රඥා ප්‍රභා සංවිධානයේ පින්වත් සැමටත්, මෙම ධර්ම ග්‍රන්ථය කියවන ඔබටත් නිදුක් බවත්, නිරෝගී සුවයන් නොඅඩුව සැලසේවා. සියලු කායික සහ මානසික සුවයන් ද මනාසේ සැලසේවා. සැමටම උතුම් වූ චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්ම අවබෝධයෙන් නිවහම වේවා.

W=i;Kqrejkaifns'

මෙයට,  
කාරුණික වූ,  
මිරිස්සේ ධම්මික ස්වාමීන් වහන්සේ

සිරි සුදස්සනාරාම සදහම් සෙනසුන  
පන්නිපිටිය පාර,  
බත්තරමුල්ල.

2009-12-20  
(උදුවස් පුර පසළොස්වක පෝ දින)

“ප්‍රඥා ප්‍රභා”  
සිරි සුදස්සනාරාම සදහම් සෙනසුන  
පන්නිපිටිය පාර,  
බත්තරමුල්ල.

මුද්‍රණය  
පියසිරි මුද්‍රණාලය සහ සමාගම  
අංක 469, අතුරුගිරිය පාර, මාලබේ.  
ෆොන් : 011-2561551

- විරාගය - නොආලීම පිණිසයි.
- නිරෝධය - නැති කිරීම, අත්හැරීම, නොආලීම පිණිසයි.
- උපසමාය - රාග, දෝෂ, මෝහ ආදී කෙලෙස්වල සමනය පිණිසයි. ඒ කෙලෙස් නැතිවීම, බැහැරවීම පිණිසයි.
- අභිකද්දාය - අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනන්ත, ත්‍රිලක්ෂණ ඔස්සේ නුවණ පහළ කරගැනීම විදුර්ගනා නුවණ ම පිණිසයි.
- සම්බෝධය - චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය අවබෝධය පිණිසමයි.
- නිබ්බානය - නිවහම පිණිසයි.

## දුක්කටා සූත්‍රය

නමෝ තස්ස භගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස  
 නමෝ තස්ස භගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස  
 නමෝ තස්ස භගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස

**“අස්සද්ධස්ස භික්ඛවෙ, සද්ධා කටා දුක්කටා  
 දස්සිරස්ස සීලකටා දුක්කටා අප්පස්සුතස්ස  
 බාහුසච්ච කටා දුක්කටා, මච්ඡරියස්ස වාග කටා දුක්කටා  
 දප්පකද්දස්ස පකද්දා කටා දුක්කටා”**ති.

කාරුණික වූ පින්වතුනේ,

පින්වත් ඔබ හැම දෙනාටම මේ පැමිණි සඳහම් ගමනෙහි හැම සැනසිල්ලක්ම වේවා! මේ දේශනාව ඔබ සියළු දෙනාටම වගේම ස්වාමීන් වහන්සේටත් උතුම් ධර්මාවබෝධය පිණිසම හේතුවේවා! ශි ස්වාමීන් වහන්සේ මහත් කරුණාවෙන් අධිෂ්ඨාන කරනවා. මේ දේශනාව පුරාම කරුණු කීපයක් ඔස්සේ සිතිය මැනවින් පවත්වාගෙන ධර්මය ශ්‍රවණය කරන්න. සමාධිය වැඩෙන සේ සිත්හි දරාගන්න. ප්‍රඥා අවබෝධය පිණිසම ඒ ශ්‍රවණය, සමාධියට යොමු කරන්න.

එම කරුණු කීපය නම් **නිබ්බදාය, විරාගය, නිරෝධය, උපසමාය, අභිකද්දාය, සම්බෝධය හා නිබ්බානය.**

**නිබ්බදාය** - (කලකිරීම) සසර ගමනේ මේ නාම රූප ධර්මයන්ගෙන් පිරිපුන්, පංච උපාදානස්ථකයන් නිසා හේතුවන - (ප්‍රත්‍යවන) ජාති, ජරා, මරණ, සෝක, පරිදේව, දුක් ද්‍රෝමිතස් පිලිබඳව යථා අවබෝධයක් ඇති කරගෙන එතනින් ඉවත්වන්නට ඇති කැමැත්තයි. කලකිරීම යයි සඳහන් කළේ එයයි.

මේ අධිෂ්ඨානයන් ඇති කරගෙන මෙම දේශනාව ශ්‍රවණය කරන්න.

මා මාතෘකා කොට අනුශාසනා කරනු ලැබුවේ **අංගුත්තර නිකායේ, පකද්වක නිපාතයේ, සතරවැනි පණ්ණාසකයේ, සද්ධම්ම වග්ගයෙහි සඳහන් උතුම් සූත්‍ර දේශනාවක් වූ “දුක්කටා සූත්‍රයේ”** එන දහම් කොටසකි. දුක්කටා, මෙහි ‘දු’ යනු නිරන්තරයෙන්ම හොඳ නැහැ, අයහපත්, වැරදි යන අදහසයි. එහෙමනම් නුසුදුසු වූ කතා මොනවාදැයි, කුමක්දැයි “දුක්කටා” නම් වූ මෙම සූත්‍රයෙන් පළමුව පැහැදිලි කරනවා. ඉන් අනතුරුව මොනවාද ඒ කතා? කාටද ඒ කතා අයහපත් වන්නේ? යයි සඳහන් කරමින් **“සුක්කටා”** (යහපත් කතා) පිලිබඳවත් දේශනා කරමින් මෙම සුක්කතා කාටද? එම කතා යහපත් කතා බවට පත්වන්නේ කෙසේදැයි මෙම උතුම් සූත්‍ර දේශනාවේ සඳහන් කරනවා. සූත්‍ර දේශනාවේ නාමය “දුක්කටා” වුනත්, **“දුක්කටා”** දේශනා කරන්නේ පළමු කොටසෙහිය. ඊළඟ කොටසේ දේශනා කොට පැහැදිලි කරන්නේ **“සුක්කටා”** පිලිබඳවයි.

තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ සැවැත්නුවර ජේතවනාරාමයෙහි වැඩ වාසය කරනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේ **“භික්ඛවෙ”** (මහණෙනි) යයි ස්වාමීන් වහන්සේලාට ආමන්ත්‍රණය කරන නමුත් **“භික්ඛවෙ”** යනුවෙන් හිඤ්ඤ, හිඤ්ඤානී, උපාසක, උපාසිකා සිවුවණක් පිරිසටමයි බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ ආමන්ත්‍රණය කරන්නේ. මේ උතුම් ශ්‍රී සද්ධර්මය දේශනා කළේ **ජාති, ජරා, ව්‍යාධි, මරණ, ශෝක, පරිදේව, දුක් ද්‍රෝමිතස් වලින් බැහැරවීම පිණිසයි.** ඒ නිසා මේ ජාති, ජරා, ව්‍යාධි, මරණ, ශෝක, පරිදේව, දුක් ද්‍රෝමිතස්වලින් බැහැරවීම සියළු සත්ත්වයන්ටම අවශ්‍යයි. මෙහිදී සත්ත්ව කියන වචනයේදී විශේෂයෙන්ම මනුෂ්‍යයන්ට මේ මඟට පැමිණීම ඉතාම පහසුයි. ඒ මනුෂ්‍යයන්ට උසස් මනසක් තිබෙන නිසයි. එම මනුෂ්‍ය ධර්මයේදී හිඤ්ඤ, හිඤ්ඤානී, උපාසක, උපාසිකා යන සිවු පිරිසටම ස්වාමීන් වහන්සේලා තමා අභිමුඛයේ වැඩ සිටින බැවින් **“භික්ඛවෙ”** යයි ආමන්ත්‍රණය කරමින් තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ බොහෝ සූත්‍ර දේශනා මෙන්ම මෙම දුක්කටා සූත්‍රයත් දේශනා කරනවා.

බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා “පඤ්චන්තං නික්ඛවෙ පුග්ගලනං කථා දුක්ඛථා. පුග්ගලං පුග්ගලං උපනිදාය. කතමේසං පඤ්චන්තං” ඒ ඒ පුද්ගලයන්ට දුක් කතා බවට පත්වෙන කතා පහක් තියෙනවා.

ඒ ඒ පුද්ගලයන්ට යයි සඳහන් කළේ, විවිධ වර්ත ලක්ෂණ තිබෙන පුද්ගලයන් පස් දෙනෙකු පිළිබඳ දේශනා කරනවා. ඔබට ආරාධනා කරන්නේ මුලින් මේ දේශනාවේ සඳහන් කරන පුද්ගලයන් පස් දෙනාගේ කොටසට අයිති වෙන්නට නොවේ. දේශනාවේ අවසන් භාගයේ සඳහන් “සුක්ඛථා” පිළිබඳව දැක්වෙන යහපත් පුද්ගලයන්ගේ කොටසට අයිති වෙන්නටයි. ස්වාමීන් වහන්සේ ආරාධනා කළත්, නොකළත් මෙම දේශනාව ඔස්සේ මනාව සිහිය පවත්වා ගතහොත්, එපමණක් නොව **නිබ්බිදාය, වීරාගාය, නිරෝධාය** ආදී ලෙසින් අනුශාසනා කළ අයුරින් ඔබට සිහිය මනාව පෙළින් පෙළ සමාධිය නොබිඳා පවත්වා ගැනීමට පුළුවනි නම් ඔබ කොතනකදැයි ඔබට පැහැදිලි වේවි.

**01. “අස්සද්ධස්ස නික්ඛවෙ සද්ධා කථා දුක්ඛථා”**

බුදුරජාණන් වහන්සේ අනුශාසනා කරනවා. ශුද්ධාව නැති අයට, අශුද්ධාවන්ත අයට ශුද්ධාව පිළිබඳ කතා දුක්කතාවකි. ඒ අය සිතන ආකාරයෙන් නොගැලපෙන කතාවකි.

**02. “දුස්සීලස්ස සීල කථා දුක්ඛථා”**

එසේම දුශ්ශීල පුද්ගලයන්ට ශීලය ගැන හෝ ශීලය පිළිබඳව කියන කතා දුක් කතාවකි.

**03. “අප්පස්සුතස්ස බාහුසච්ච කථා දුක්ඛථා”**

එසේම අල්පශ්‍රැතයාට එනම් ඇසු පිරුණු දැනුම නැති, ධර්මය පිළිබඳව අවබෝධයක් නැති අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම යන ත්‍රිලක්ෂණ ධර්ම මුල්කොට ගත් මෙම පරමාර්ථ ධර්ම පිළිබඳව අවබෝධයක් නැති පුද්ගලයාට බහුශ්‍රැතභාවය පිළිබඳ කතා දුක්කතාවක් වේ. දුක්කතා බවට පත්වේ.

**04. “මචජරියස්ස වාග කථා දුක්ඛථා”**

මසුරු නැතැත්තාට න්‍යාගය හෙවත් දීම පිළිබඳ කතා දුක්කතාය.

**05. “දුප්පඤ්ඤස්ස පඤ්ඤා කථා දුක්ඛථා”**

දුස්ප්‍රාඥ පුද්ගලයාට (නුවණ මඳ පුද්ගලයාට) ප්‍රඥාව පිළිබඳ කතාව දුක් කතාවකි. මෙහිදී නුවණ මඳ පුද්ගලයා යයි සඳහන් කළේ චතුරාර්ය

සත්‍ය ධර්මය පිළිබඳව අවබෝධයක් නැති ඒ මඟට නොපිළිපත්, අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම ධර්ම පිළිබඳ අවබෝධයක් නැති හෝ ඒ පිළිබඳව අවබෝධ කරගැනීමට වුවමනාවක්, වීර්යයක් නැති පුද්ගලයායි. ඔහුට ප්‍රඥාව පිළිබඳ කතාව දුක් කතාවකි. මෙන්න මේ පස්දෙනා පිළිබඳවයි තරාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ දුක්ඛථා සූත්‍රයේ සඳහන් කරන්නේ.

පින්වතුනේ, උතුම් චතුරාර්ය සත්‍යය අවබෝධය පිණිස යන මේ සඳහම් ගමනේදී අපේ වර්ත ස්වභාවය මැනවින් හඳුනාගෙන ඒය යහපත් වූ ස්වභාවයට පත් කර ගැනීමට ශීලය අවශ්‍යයි. **“සීලේ පතිධාය නරො සපකඤ්ඤා”** යනුවෙන් සඳහන් කළ හෙයින් ශීලයේම පිහිටාමයි මෙම වර්ත ස්වභාවය වෙනස් කිරීමේ මඟට, සැතපීමේ මඟට, අමා දහම මුල්කොට ගෙන නිවන මුල් කොට ගෙන, තරාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් දේශනා කළ දහමට ආරම්භයක් පවත්වා ගත යුත්තේ. එම නිසා මේ ශීලයේ පිහිටා සඳහම් ගමනට ආර්ය මාර්ගය මගින් යායුතු මඟට පිවිසෙන්නට බාධාවන වර්ත ලක්ෂණ පහක් පවත්වාගෙන යාමෙන් ඒ ඒ පුද්ගලයන් ධර්ම මාර්ගයෙන් ඉවත්වන ආකාරයයි, මෙහිදී පළමුවන කොටසින් පෙන්වා දෙන්නේ.

පින්වතුනේ, එළිය ගැන අනුශාසනා කරන්නට මත්තෙන් අඳුර ගැන පෙන්වා දන්නොත් එළියට ඇති කැමැත්ත වඩ වඩාත් වැඩිවේ. එමනිසයි මේ **“දුක්ඛථා”** සූත්‍රය අනුශාසනා කරලා එහි නොඇලී, නොගැටී ඉන් අත්මිදිලා මේ යහපත් වූ කතා ස්වභාවයට (සුක්ඛථා ස්වභාවයට) පැමිණෙන්න යයි ආරාධනා කරන්නේ. ආලෝකයේ ඇති සුපසන් ස්වභාවය, අන්ධකාරයේ ඇති නොසන්සුන් අප්‍රසන්න ස්වභාවය, ජීවිත ගමනක අඳුරු ස්වභාවය ආදී මේ සියල්ල පැහැදිලි කරලා, මේ නිවන් මඟට එන්නටයි **“සුක්ඛථා”** පිළිබඳව අනුශාසනා කරන්නේ. සසරේ ඇති භයානක ස්වභාවයේ ආදීනව පැහැදිලි කරමිනුයි. **“දුක්ඛ පතිධීතො ලොකො”** යයි සඳහන් කරන්නේ. මේ මුළු ලෝකයම දුක මත පිහිටා ඇත. **ලෝකය යයි සඳහන් කළේ රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ නම් වූ නාම ස්කන්ධයෙන් (නාම - රූප ධර්මයන්ගෙන්) පිරිපුන් වූ මේ පුඤ්ජ යයි.** නාම රූප යයි සඳහන් කරන මේ ශරීර කුඩුවයි. මේ මුළු ලෝකයම දුක මත පිහිටලා නම් නමා යයි සලකන මේ ලෝකය කියන ස්කන්ධ පහත්, ලෝකය යයි ඔබ කල්පනා කරන බාහිර ලෝකයන් දෙමව්පිය දූ දුරුවන් පටන් සවිඤ්ඤාණාක වස්තු හා අවිඤ්ඤාණාක යයි සලකන ගේ දොර ආදී බාහිර ලෝකයන් මේ සියල්ලම **“දුක්ඛ පතිධීතො”** දුකෙහි පිහිටා ඇත. එයයි බුදුරජාණන් වහන්සේ ආර්ය

පර්යේෂණයෙන් යුතුව අනුශාසනා කළේ. එසේ අනුශාසනා කිරීමෙන් අනතුරුවයි. “නිබ්බාණං පරමං සුඛං” නිවන උතුම් සුඛයක් ලෙස අනුශාසනා කළේ. කෙලෙස් වලින් නිවීම ඉන් අනතුරුවයි. ඒ නිසා මෙහිදී ඒ දුක්කතා පිළිබඳ ස්වභාවයන්, වර්ත ලක්ෂණ, අපේ ජීවිතයේ පවතිනවා නම් ඒ කුමන කරුණක් නිසා දැයි සිහි නුවණින් යුතුව මතවින් විමසා බලා ඒවා ඉවත් කරගෙන, සුක්කතා (යහපත් වූ කතා) අහන්නට කැමති වර්ත ලක්ෂණ ස්වභාවයක් ඇති කර ගන්නේ නම් මේ ධර්ම මාර්ගයේ ගමන් කිරීමට අප හැම කෙනෙකුටම පහසුවේ.

මේ දුක්කතා සූත්‍රයේදී ඒ පිළිබඳව බුදුරජාණන් වහන්සේ මුලින්ම දේශනා කළේ කුමක්ද?

**01. “අසසද්ධස්ස භික්ඛවෙ සද්ධා කථා දුක්කථා”**

ශ්‍රද්ධාවන් නැති පුද්ගලයාට ශ්‍රද්ධා කතා දුක්කතාවකි. ශ්‍රද්ධාව යනු යනු (මා මුලින්ම ඔබට අනුශාසනා කොට තිබෙන පරිදි) “සඤ්ඤා භෝති සද්දහති තථාගතස්ස ඛෝධිං ඉතිපි සො භගවා අරහං” ආදී වශයෙන් පැහැදීමක් ඇති කර ගැනීමයි. කුමක් කෙරෙහිද? “තථාගතස්ස ඛෝධිං ” තථාගතයන් වහන්සේගේ ඛෝධිය කෙරෙහි “සද්දහති” පැහැදීමක් ඇතිකර ගන්න. ඛෝධිය යනුවෙන් මෙහි අදහස් කළේ වතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය විස්තර කොට අනුශාසනා කිරීමයි. ඉතිපි සො භගවා අරහං ආදී ලෙසින් ඒ ඔබට අපට හුරු පුරුදු ඉතිපි සෝ පාඨයයි. එහි සඳහන් කළේ. එසේ නම් ශ්‍රද්ධාව යනු දැන පැහැදීමයි. අවබෝධයක් ඇති කර ගැනීමයි. ඒ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මෙසේද අරහං වන සේක. තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ කෙරෙහි හා වතුරාර්ය සත්‍යය පිළිබඳව අවබෝධයක් නැති නිසා අශ්‍රද්ධාවන්ත කෙනෙකුට ඒ ශ්‍රද්ධා ගුණය පිළිබඳ කතාව සුවපත් වූ සැනසිලිදායක වූ කතාවක් වන්නේ නැහැ.

ශ්‍රද්ධාවන්තයා යනු නව අරහාදී බුදු ගුණ ගැන දැන පැහැදීමක් ඇති කරගත් පුද්ගලයාය. අශ්‍රද්ධාවන්තයා යනු බුදු ගුණ, ධර්මයේ ගුණ ගැන පැහැදීමක් නැති, ආයඝී සංඝයා වහන්සේගේ ගුණ නොදන්නා පුද්ගලයාය. එසේනම් “ඉතිපි සො භගවා අරහං.....” යන බුදු ගුණ පාඨයේ සඳහන් කරන නව අරහාදී බුදු ගුණ “ස්වාකඛාතො භගවතො ධම්මො.....” යනුවෙන් දැක්වෙන ගුණ හය, “සුපටිපන්න.....” ආදී වශයෙන් දැක්වෙන ඒ උතුම් ගුණ නවය යන මේ උතුම් සුවිසි ගුණයන් මනා කොට දැන අවබෝධයක් ඇතිකර ගැනීමෙන් පැහැදීමක් ඇති කර ගැනීමයි,

ශ්‍රද්ධාවන්තයාගේ ලක්ෂණ ලෙස දැක්වූයේ. යම් අයකුට තෙරුවන් ගුණ ගැන අවබෝධයක් නැතිනම් ඒ අය අශ්‍රද්ධාවන්තයි. එහෙම නම් අපි මේ එක කරුණක් හෝ දෙකක් ගැන විමසා බලමු.

තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ඒ නව අරහාදී බුදු ගුණවල “නව අරහාදී” යයි සඳහන් කළේ “අරහං” බුදුගුණය මුල් වූ නිසයි. රාග, දෝෂ, මෝහ කෙලෙසුන් මුළුමනින්ම දුරු කළ බුදුරජාණන් වහන්සේගේ මේ බුදු ගුණ තමා තුළ වැඩීම සඳහා, රාගයෙන් ඇලීමෙන් ඉවත්වීම සඳහා, ද්වේෂයෙන් ගැටීමෙන් ඉවත්වීම සඳහා, මෝහයෙන් මුලාවෙන් ඉවත්වීම සඳහා අවබෝධයක් අවශ්‍යයි. මෙහිදී තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ රාගය නම් ඇලීම දුරු කළේ කෙසේද? ද්වේෂය නම් ගැටීම දුරු කළේ කෙසේද? මෝහය නම් වූ මුලාව දුරු කළේ කෙසේද?

බුදුරජාණන් වහන්සේ ආරම්භ කළේ දස පාරමිතාවන් හා සමගිනුයි. “භුතය” නම් වූ අන්තර්ම මුලින්ම පුරුදු කළා. ඊළඟට ඇලීම නම් වූ රාගය. රාගය පවතින්නේ උපාදානයන් නිසයි. කාම උපාදාන, දිට්ඨි උපාදාන, සිලබ්බන උපාදාන, අත්තවාද උපාදාන යයි සඳහන් කළ මේ උපාදානයන් ඔස්සේ ආත්ම දෘෂ්ටිය බැඳ ගන්නවා. මමය, මාගේය, නිත්‍යයි, සුඛයි, ස්ථිරයි කියන මේ හැඟීම ඇතිවීම ඒ ආත්මය දෘෂ්ටියයි. ඒ ආත්ම දෘෂ්ටිය මුල් කරගෙනයි රාගය ඇති වන්නේ ඇලීම ඇති වන්නේ තෘෂ්ණාව ඇති වන්නේ ඒ නිසා ඛෝධිසත්වයන් වහන්සේ දානය ඔස්සේ ඒ ඇලීම දුරු කිරීම පිණිස තෘෂ්ණාව දුරු කළා.

මෙහිදී පාරමිතා, උපපාරමිතා, පරමත්ථ පාරමිතා නමින්ම ඇලීම, බැඳීම, තෘෂ්ණාව දුරු කළා. පාරමිතා පිරුවා. එනම් බොහෝ බාහිර වස්තු දන් දන්නා. අශ්‍රවවන් පෘථග්ජන ඇත්තො බාහිර වස්තු සමගින් එනම් ධන ධාන්‍ය, මුදල් වස්තු, යම් විටක අමු දුරුවන්, සහෝදර සහෝදරියන්, ශ්‍රද්ධා හිත මිත්‍රාදීන් සමග ඇලී, බැඳී සිටිති. ඛෝධිසත්ත්වයෝ මේ සියල්ලම අත් හැරියා. මෙහිදී මේ අන්තර්නවා යනු යුතුකම්, සත්කාර, උපස්ථාන නොකොට අන්තර්ම නොවේ. ඒ සියල්ල විරාගයට සිත යොමු කරගෙන සිද්ධ කළා. එසේම සිද්ධ කරනවා. මම සිත නිදහස් කරගෙන සිටින්නේ ඇලීම නැහැ. ස්වාමියා භාර්යාව, දු දුරුවන්, සොහොයුරු සොහොයුරියන් යන පැවැත්ම තුළයි අපි මේ පවතින්නේ. දිගු සසරේ එකට ආවාද? නැඹෙවට බොහෝ විට නැහැ. දීර්ඝ සසරේ බොහෝ අවස්ථාවල එකට පැමිණියාද විය හැකියි. එහෙත් දිගටම එකම ආකාරයෙන් පැමිණි පිරිසක් නොවේ. මේ ජීවිතයේදීත් එකට හමුවනා. එහෙත් මේ ආකාරයෙන්ම ජීවිත පැවැත්විය හැකිද?

හැඳවීමට බැහැ. කොහොමද ශරීර පවතින්නේ. අඩු තරමේ කතා කරන වචන වලින් පැවසුවත් අදහස් අතර පවා කොයි තරම් වෙනසක් පවතිනවාද? දෙමව්පියෝ දරුවෝ, සොහොයුර සොහොයුරියන් අතර පවා අදහස් වල කොයි තරම් වෙනසක් පවතිනවාද? එහෙමනම් ශරීරයෙන්, වචනවලින්, පැවැත්මෙන් වෙනසක් නොමැති වුවත් සිතුවිලි වලින් සමානත්වයක් නැහැ. වෙනස් ස්වභාවයකින් තීරණයෙන් දකින්න තිබෙන්නේ. එහෙමනම්, කොහොමද මගේ මගේ යයි කියන්නේ. **“නාතථ කායා නාතථ සඤ්ඤා”** කායික පැවැත්මත්, කායික පෙනුමත් වෙනස්. අදහස් සිතුවිලි වලින් පවා වෙනස් බවකුයි දකින්න තිබෙන්නේ. මේ විදියට උපස්ථාන කරනවා, රැක බලා ගැනීම, යුතුකම් සියල්ල සිදු කරනවා. එහෙත් ඒ විරාගයට, අන්තර්මට, ආත්ම දෘෂ්ටිය බැහැර කිරීමට සිත යොමු කරමිනුයි. තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේට “මගේ බුදුපියාණෙනි,” යයි ආමන්ත්‍රණය කළත් ඒ ඇලීමෙන් නොවේ. සෙවනැල්ලක් සේ සම්පයේ සිටිමින් තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේට උපස්ථාන කරනවා. එහෙත් ඒ තෘෂ්ණාවෙන් යුතු උපාදානයක් නොවෙයි. විරාගී මනසකින් යුතුව, සිත නිදහස් කරගෙන කුසල් රැස්කර ගැනීමකුයි ඒ. ගෘහස්ථ ජීවිතයක පවා ධර්මානුධර්ම ප්‍රතිපත්ති මගක ඔබ උපස්ථාන කරන්න. (උපස්ථානය යනු වයසට ගිය හෝ ගිලන් වූ ඇත්තන්ට පමණක් නොවේ.) උපස්ථානය යනු ඔබ විසින් කළ යුතු වූ පැවැත්මේ කටයුතුයි. දෙමාපියන් දරුවන්ටත්, දරුවන් දෙමාපියන්ටත්, ගෘහස්ථ ජීවිතයක සියලු දෙනාටත් එසේම අසල්වැසි, ගම්වැසි, රටවැසි සියලු සත්ත්වයන් වෙනුවෙන් යමක් කළ හැකි නම් ඒ සියල්ලම උපස්ථානයකි. එය කරුණාවෙන්මයි කරන්නේ. උපස්ථානයක් කල හැක්කේ යහපත් චේතනාවෙනි. යම් විටක කවුරු හෝ කිවහැකිදී ඔය කරන්නේ නපුරු විදියටයි නරක විදියටයි කියා. එහෙත් උපස්ථානයක් කළ හැක්කේ යහපත් චේතනාවෙන්මයි. ඒ නිසා උපස්ථාන කරන්න. නමුත්, විරාගය අන්තර්ම අවශ්‍යයි. බෝධිසත්වයන් වහන්සේ බාහිර වූ සියල්ලම දන් දන්නා. පරිත්‍යාග කළා. සිතිය ඉවත් කළා. මිල මුදල් පමණක් නොව. සම්ප වූ සියලු වස්තූන්ම උන් වහන්සේ මනසින් ඉවත් කළා. ඇස්, හිස්, මස්, ලේ සියල්ලම පරිත්‍යාග කළා. ඒ ආත්මදෘෂ්ටිය බැහැර කිරීම පිණිසයි.

පින්වතුනි, තථාගත බුදුපියාණන් වහන්සේගේ බුදු ගුණ, සමාධිය වැඩෙනවා වගේ දැනෙන්න පුළුවනි. ඇස්, හිස්, මස්, ලේ ආදිය දන් දෙන්න ඔබට පුළුවනිද? අක්මාවක්, වකුගඩුවක්, හදවත දන් දෙන්න ඔබට පුළුවනිද? මේ විදියට අපට හදවතට දැනෙනවා සමාධිය. සමාධිය යයි සදහන් කළේ විමසීම, සිතන්න, සමාධියට උත්සාහ කරන්න. සමාධියට ළංවීමට උත්සාහ කරන අවස්ථාවේ මම කොහොමද මේ ශරීරය මේ ඉන්ද්‍රියන් දන් දෙන්නේ.

මම ඉන්න ඕන. මට ජීවත් වන්න ඕන. මම කොහොමද මගේ ජීවිත ඉන්ද්‍රියනට ඇති කැමැත්ත නැති කර ගන්නේ. තව බොහෝ පිරිසක් මා සමග සිටිනවා. මේ ආකාරයට සිතිම ආත්ම දෘෂ්ටියයි. අත්තවාද උපාදානයයි. මම මගේ යයි අල්ලා ගැනීමයි. බෝධිසත්ත්වයන් වහන්සේ පාරමිතා පුරුණා විට බාහිර වස්තු දන් දන්නා. උප පාරමිතාවේදී තමාගේ ශරීරයේ ඉන්ද්‍රියන් පවා දන් දන්නා. ඒ ආත්මදෘෂ්ටිය බැහැර කිරීමටයි. පරමත්ත පාරමිතාවේදී ජීවිතයම දන් දන්නේ නොඇලීම පිණිසමයි. ආත්ම දෘෂ්ටිය ඉවත් කරන්නටයි. මේ තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ කෙරෙහි ශ්‍රද්ධා ගුණය ඇතිකර ගන්නා ආකාරයයි.

**“සදෙධා හෝති සද්දහති තථාගතස්ස බෝධිං”** තථාගත බෝධිය, චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය මුල් කරගෙන ‘අරහං’ බුදු ගුණය කෙරෙහි සිත පවත්වාගත් ආකාරයයි. තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ රාගය - ඇලීම අත් හැරියේ ඒ ආකාරයෙනුයි. බැඳීම දුරු කළේ ඒ ආකාරයෙනුයි. බාහිර වස්තු කෙරෙහි පමණක් නොවෙයි, තමා කෙරෙහිවත් ඇලීමක් බැඳීමක් තිබුණේ නැහැ. සියල්ල අන්තර්ගත. තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ විතරාගී බවට පත්වුණේ මේ නිසයි. මම ද පළමු කොට පාරමි ධර්ම සම්පූර්ණ කරනවා. බාහිර වස්තු දන් දෙනවා, පරිත්‍යාග කරනවා. සමහර විට අත් දෙකින් දෙන්නට දෙයක් මට නැහැ. ඒ වුනත් සිතිය දියහැකියි. ඇස් දෙක නිසා ඇතිවන ඇලීම, බැඳීම නිසා මගේ සිත කොයි තරම් නපුරු වෙලා තියෙනවාද? මට පුළුවනි සිතිය අන්තර්ම පුරුදු කරන්න. සිත තුල ඇලීමක් ගැටීමක් නැතිව කරුණාව, මෙමතිය පුරුදු කළ විට මගේ දෑස සුවපත් වෙලා. අත් දෙකින් දෙන්න තරම් දෙයක් නැති වුනත් ධන ධාන්‍ය නැතත්, කරුණාව අතට අරගෙන හිතිය දන්නාම කරුණාව හැම කෙනෙක් අතරම බෙදී යනවා. අනිත් දෙන දෙයක් සේ ගලප ගලපාගෙන එකින් එක නොදන්නත් හිතිය කරුණාව දන්නාම කොයි තරම් වටිනාවද? පරිසරය පුරාම සතා සිව්පාවෝ මෙමතියෙන් පිරිපුන් ඒ මනුස්සයන් වාසය කරන තැන පරිසරය කොතරම් හොඳින් සකස් වෙනවාද?

අනිත් දෙන්න දේ නැති වුනත් හිතිය දෙන දේ එනම් කරුණාව, මෙමතිය ඔස්සේ මම මගේ කියල අල්ලගෙන නෑ. අන්තර්ගත. දුරුකරනවා. ආත්මදෘෂ්ටිය බැහැර කරනවා. එවිට තරහව, වෛරය, ක්‍රෝධය ඉවත් වෙලා යනවා. මම දැන් හිතිය දීලා හිත පරිත්‍යාග කරල. හිත සුවපත් වෙලා. හිත විරාගයට යොමු වෙනවා. අල්ලා ගැනීමෙන් බැඳීමෙන් බැහැර වෙනවා.

“ඉතිපි සො භගවා අරහං” ඒ තථාගත භාග්‍යවතුන් වහන්සේ රාගය මුළුමනින්ම මේ ආකාරයට බැහැර කිරීමෙනුයි, ‘අරහං’ බවට පත්වුණේ. මමද ඒ අරහං ගුණය අනුගමනය කරමි. ඒ අරහං ගුණයේ පිහිටා සිටීමට උත්සාහ කරමි, ඔබ සමාධිය වඩනවා. ශ්‍රද්ධාවන්තයාගේ ලක්ෂණය පවතින්නේ එහෙමයි.

බුදුරජාණන් වහන්සේ සියල්ල අත්හැරියට බාහිර වස්තු දුන් දුන්නට, ඉන්ද්‍රිය දුන් දුන්නට, ජීවිතය පවා අත්හැරියට මට ඒ දේ කරන්න බැහැ. මගේ හිත තවම පුරුදු නැහැ. මේ දේවල් මගේ. මේ දේවල් රැස් කරන්න කරන්න මගේ හිත පිරෙනවා. එහෙත් ධර්මානුකූලව නම් පින්වතුන් පිරිමක් නැහැ. අකුසල් වල පිරීමකුයි සිදුවන්නේ. අශ්‍රැතවත් පෘථග්ජන ඇත්තෝ හිතන්නේ මම සතුටින්, මට දැන් බොහෝ දේවල් තියෙනවා. මගේ කියලා විශාල ධනයක් එකතු කරගෙන වටිනා මුතු, මැණික්, රත්තරන් විශාල ප්‍රමාණයක් තියෙනවා. අනිත් අයට වඩා මට ඉහලින් ඉන්න පුළුවන්. (අපුරුකංසන-පරවම්භන)අනෙක් සැවොම මට වඩා පහළයි. මගේ පෙනුම, ධනය, දුරුවෝ, සම්පත්, ශ්‍රේණිත්, මගේ වස්තු අනෙක් සියලු දෙනාටම වඩා වැඩියි. මෙසේ සිතමින් ගලප ගලපා ඇලි ඇලි ගැටී ගැටී යන ලෝකය තුළ ඇත්තේ අශ්‍රද්ධාවන්ත කමයි.

මේ විදියට නව අරහාදී බුදුගුණ මෙහෙහි කරන්න. **“සම්මා සම්බුද්ධ”** දක්බ, සමුදය, නිරෝධ, මාර්ග නම් වූ උතුම් වතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය තම නුවණින් අවබෝධ කරගත් බැවින් ඒ භාග්‍යවත් බුදුපියාණන් වහන්සේ සම්මා සම්බුද්ධ වන සේක.

පින්වතුන්, අශ්‍රද්ධාවන්තයාට දුක පිළිබඳව අවබෝධයක් නැහැ. අශ්‍රද්ධාවන්තයාගේ හිතට දැනෙන්නේ ඉපදුනේ සැප විඳින්න මිස දුක විඳින්න නොවේ. ජීවිතය යනු විඳවන්න නොවේ, විඳින්නයි. හැඳවීමට ජීවිතයක් නම් විඳින්න ඕන. ධර්මය යනු විඳින්නයි. විඳීම අත්හැරීමක් නම් ඔබට ලොකු සුවයක් දැනේවි. එහෙත්, වරදවාගත් ජීවිතයක් යනු විඳවීමයි. විඳීම නම් අනවබෝධයෙන් කරන ප්‍රකාශය තුළ රාග, ද්වේශ, මෝහ කෙලෙස් බොහෝ සෙයින් වැඩෙන්න පුළුවන්. පරමාර්ථය අමතක කරලා මම නොවෙමි, මගේ නොවෙයි , මගේ ජීවිතය, ආත්මය සදාකාලිකයි කියා අනිත්‍ය - දුක්බ - අනාත්ම ත්‍රිලක්ෂණය අමතක කරල ඇස් පිනවනවා නම් එය පිනවීමක් නොව හැඟීමක් වෙයි. ඇස් දෙකින් කදුලු කැට කම්මුල් ඔස්සේ බිමට හැලෙන විට නිසේ අත් ගසාගෙන ලයේ අත් ගසාගෙන දෙකොපුලේ අත් තබාගෙන මට මොකද වුනේ යයි කෑ ගසා හඬාවි. පිනවන්න

බැලූ දැසින්ම දැන් මේ දුකින් හඬන්නේ ඇයි දැයි තමන්ගේම හඳවතින් තමන්ටම අසන්නට පුළුවනි. මේ වදන් පෙළ ඔස්සේමයි **“භා සංයෝගා භා මෙ වියෝගන්තා”** අහෝ! අනේ! මේ සෑම එකතුවක්ම වෙන්වීමකින් කෙළවර වේවි.

පින්වතුන්, සම්භාවිත හිතක් නැතුව අභාවිත හිතකින් නම් ‘නමුචුනත් සොමිතසක්’ යයි පවසා ඒ චුනත් අවසානයේ ‘ඇයි අප මෙහෙම එක්වුනේ වෙන්වන්නට නම් මේතරම් ඉක්මනින් - මේ අදහසින් ළයේ අත් ගසාගෙන කෑ ගසා හඬාවි. ඔබ බලාපොරොත්තු වුනත් ජීවිතේ විඳින්න යයි කියල, ඔබ ඔය විඳින්නේ දුකකුයි. විඳවන්නට නොවේ යයි සඳහන් කළත් ඔය විඳවන්නේ දුකකුයි. කෙළවරක් නෑ. ඇස, කණ, නාසය, දිව, ශරීරය, මන යන ඉන්ද්‍රියන් හය ඔස්සේ ජීවිතේ විඳින්න යයි ළංවෙලා ඊළඟට ඔබ එපා යයි කියූ අදහසින් විඳවන අවස්ථා දැන් ඔබට දැනෙනවා ඇති.

විඳවන්න අකමැති නම් පරමාර්ථය ධර්මයේ ඇසින් දැකින්න. **‘වක්ඛුං අනත්තා රූපං අනත්තා - ඇසත් මම නොවේ, මගේ නොවේ. රූපයත් මම නොවේ. මගේ නොවේ. සම්මුතියට අනුව මේ ඇස මගේ චුනත් පරමාර්ථයට අනුව මම නොවේ, මගේ නොවේ. සම්මුතියට අනුව රූපය, ඇස, දුව, පුතා ආදී සියලු දේ මම මගේ චුනත් පරමාර්ථය ලෙස ඒ කිසිවක් මගේ නොවේ. මේ පරමාර්ථ ධර්ම අනුව නම් ඔබ විඳින්නට යයි කල්පනා කළත් හැඳවීමට විඳින්නෙ දුකක්. මේ නිසා අශ්‍රද්ධාවන්තයාට දුක පිළිබඳව අවබෝධයක් ඇතිවන්නේ නැහැ. ඉපදුනා නම් සැප විඳින්න ඕන. ඇස් දෙක පියවෙන්නට මත්තෙන් ඉන්ද්‍රියන් ඉල්ලන දේ දිලා සැප විඳින්න ඕන. සතුටුවෙන්න ඕන. ජීවත්වන කෙටි කාලය තුළ සතුටින් ජීවත්වන්න ඕන. නමුත් ඔබට අමතක වෙන්න එපා, ඔබට අයිති නැති ඇස, කණ, නාසය, දිව, ශරීරය තුළින් රාග, දෝෂ, මෝහ එකතු කරගෙන නොවෙයි ඒ කෙටි කාලය චුනත් ජීවත්විය යුත්තේ. ඔබට අයිති නැති ඒ බාහිර රූප මගේ, මගේ යයි, සදාකාලිකයි සැපයි කියල, (තෘෂ්ණාවෙන්) රාගයෙන්, දෝෂයෙන් මෝහයෙන් පිරිල නොවෙයි කෙටි කාලය ජීවත්විය යුත්තේ.**

අවුරුදු සියයක් දුස්සීලව ජීවත්වෙනවාට වඩා එකම එක දවසක් රාග, දෝෂ, මෝහයන්ගෙන් මිදිල පරමාර්ථ ධර්මය දැකල සිල්වත්ව ජීවත්වන්න පුළුවන් නම්, ඒ ජීවිතය බොහෝම යහපත්, උසස් කියල තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ ධර්මපදයේදී පැහැදිලි කොට දේශනා කර ඇති බව ඔබට මතක ඇති. එමනිසා ශ්‍රද්ධාවන්ත නොවූ කෙනෙකුගේ සිතකට ජීවිතයේ දුක පිළිබඳ අවබෝධයක් නොලැබේවි.

ඇයි දැක ගැනම දේශනා කරන්නේ? ඉපදනා නම් දිරායාමට පත්වෙනවා, ලෙඩ වෙනවා, අප්‍රියයන් හා එක්වෙනවා, ප්‍රියයන්ගෙන් වෙන්වෙනවා, මරණවා කියල ඇයි මේ පඤ්ච උපාදානස්කන්ධයන්ම දැකක් කියල දේශනා කළේ? එසේ දේශනා කළේ ඔබ දැකට වැටෙන්නට මත්තෙන්. දීඝී සංසාර ගමනේ ඔබ අප්‍රමාණව දැක් විඳල තියෙනව. **'දීඝ රත්තංවො භික්ඛවෙ දුක්ඛං පච්චනතුතං'**

මහණෙනි, (මහණෙනි යයි ඇමතුවේ භික්ෂු, භික්ෂුණී, උපාසක, උපාසිකා යන සිවු වණක් පිරිසටමයි.) ඔබලා දීර්ඝ කාලයක් මේ සංසාර ගමනේ දැක් විඳලා තියෙනවා. මේ දැක් වලින් අත්මදුණේ, ගැලවුණේ, බේරුණේ, මනුස්ස ජීවිතයක් ලැබුවේ කොපමණ අපහසුවකින්ද? **'දුල්ලභංව මනුස්සානං'** මනුෂ්‍ය ස්වභාවය ලැබුවේ ඉතා දුර්ලභවයි. ඒ දුර්ලභව ලැබූ ජීවිතය නැවතත් සතර අපායට වැටිල දැක් විඳින්නට මත්තෙනුයි බුදුරජාණන් වහන්සේ එය දේශනා කළේ.

ඉපදීමක් නම් දිරාගෙන යාම, ව්‍යාධිය, මරණය ඔස්සේ, ජීවිතයේ පරම ධර්මය, පරම අර්ථය, යථාර්ථය තේරුම් අරගෙන නැවතත් පෙර විඳි දැකට පත් නොවී අමා සුවය, අමා දහම නම් වු නිවනට සම්පවිම පිණිසමයි එසේ අනුශාසනා කළේ.

මේ දහම නොදත් අය ශ්‍රද්ධාවක් ඇතිකර ගන්නේ නැහැ. ඒ දැක පිළිබඳවවත්, හේතුව, මිදීම පිළිබඳවවත්, මිදීමේ මාර්ගය පිළිබඳවවත් දැකින්න ඕනකමක් නැහැ. ඔය දැකයි කිය කියා සිටිනවාට වඩා, දැක ගැන සිතා දැකට පත්වෙලා සිටිනවාට වඩා (මේ ජීවිතය පිළිබඳ විඳවන) ඇස, කණ ආදී ඉහදියයන් ගැන සිතන එක හොඳ යයි කෙනෙකුට සිතෙන්න පුළුවන්.

පින්වතුනේ, නව අරහාදී බුදුගුණ මෙනෙහි කරල බුදුරජාණන් වහන්සේ කෙරෙහි ශ්‍රද්ධාව ඇතිකර ගන්නේ කොහොමද? ධර්ම රත්නය කෙරෙහි, උතුම් ආයඝී සංඝ රත්නය කෙරෙහි ශ්‍රද්ධාව ඇති කරගන්නේ කෙහොමද කියල අපට පැහැදිලියි. ඒනිසා යමෙක් **'සද්ධා හොති සද්දහති තථාගතස්ස බෝධිං'** ඉතිපි සො භගවා අරහං ආදී ලෙසින් තථාගතයන් වහන්සේගේ බෝධිය, චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය කෙරෙහි අවබෝධයෙන් දැන පැහැදීමක් ඇති කරගන්න. ඒ අරහං ආදී බුදුගුණයේ පටන් ශ්‍රද්ධාව නැතිනම් ඒ අශ්‍රද්ධාවන්තයි. එවැනි අශ්‍රද්ධාවන්තයකුට ශ්‍රද්ධාව ගැන හෝ ඒ පිළිබඳව කියන කතා දුක්කථාවක් බවට පත්වෙනවා. ඇයි එහෙම ශ්‍රද්ධාව

පිළිබඳ කතා දුක්කථාවක් බවට පත්වන්නේ? **'සද්ධා කථාය කච්චමානාය අභිසජ්ඣති, කුප්පති, ව්‍යාපජ්ජති, පතිථියති කෝපං ව දොසං ව අප්පච්චයං ව පාතු කරෝති.'** මේ කතාව අහනකොට ම ඒ පිළිබඳව ශ්‍රද්ධාව නැති නිසා, ශ්‍රද්ධාව නැති පුද්ගලයා කෝපයට පත්වෙනවා. **අභිසජ්ඣති, කුප්පති** කිපීමට පත්වෙනවා. ඒ වගේම විරුද්ධව නැගී සිටිනවා. කෝපයත්, ද්වේෂයත්, නොසතුටත් ප්‍රකට කොට කියනවා.

පින්වතුනේ, එහෙම ප්‍රකට කොට කියන්නේ ඇයි? එහෙම කියන්න හේතු වන්නේ **'තං හි සෝ භික්ඛවෙ සද්ධා සම්පදං අත්තති න සම්පස්සති න ච ලභති තතෝ නිදානං පිති පාමුප්පං'** නමා කෙරෙහි ශ්‍රද්ධාවක් නැති බව දක්වෙයි. නැගෙන්නේම තමා කෙරෙහි ශ්‍රද්ධාවක් නැති බවයි. එනිසා ශ්‍රද්ධාව ගැන කතා කලා කියල ඔහුට ප්‍රීතියක්, ප්‍රමෝදයක් දැනෙන්න පටන් ගන්නේ නැහැ. ශ්‍රද්ධාව ගැන ඇහුන කියල ඔහුට ප්‍රීතියක් දැනෙන්න නැහැ. සිතේ ප්‍රමෝදයක් ඇතිවන්න නැහැ. ඒ නිසයි මෙය දැක් කථාවක් බවට පත්වුණේ. සරල වචනයෙන් සඳහන් කළොත් අප්‍රසන්න කතාවක් බවට පත්වුණේ.

පැහැදිලියි හේද දැන්. තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ කෙරෙහි දැන පැහැදීමක්, ප්‍රසාදයක් නැති කෙනෙකුට නොඇලීම ගැන, විරාගය ගැන කතා කළාට ඔහුට ඒ කිසිවක් ගැන දැනීමක් නැහැ. අවබෝධයක් නැහැ. නොඇලී කොහොමද ජීවත් වන්නේ? මම පුළුවන් තරම් සතුටු වුණේ බැඳීම නිසයි. ඇලීම නිසයි. පුළුවන් තරම් බැඳෙන්න. එකතුවෙන්න. පුළුවන් තරම් ජීවත් වෙන්න එකට එකතුවෙලා. නැමදාම මම ඔබට ඉන්නවා කියල කියන්න. කවදාවත් දාල යන්න නැ කියල කියන්න. අශ්‍රද්ධාවන්ත ඇත්තො ඔය කතාවට කොයිතරම් නම් සහච්චෙයිද? මම මගේ නොවේ. මම ඔබේ නොවේ. මම ඔබට අයිති නෑ. අපි අපේ නොවේ කියනවාට වඩා අශ්‍රද්ධාවන්ත ඇත්තො කැමතියි අහන්නට - මම ඔබේ, ඔබ මගේ අපි අපේ, නැමදාම අපි අපේ කියන මේ කතාවට.

ඔබ කියන්න මේ කතාව තුළ, පරමාර්ථය තුළ සත්‍යයක් තිබෙනවාද කියල. මම මගේ නොවන, තමාවත් තමාට අයිති නැති ලෝකයක, ලෙඩ දැක්, දිරාගෙන යාම, මරණය ඔස්සේ තමා තමාටවත් නැති ලෝකයක අසරණ වන විට, ස්වාමියා - බිරිඳ, දුවා-දරුවන්, සොහොයුරු-සොහොයුරියන් පවා තමාගේ වන්නේ කොහොමද? අශ්‍රද්ධාවන්තයා සිතන්නේ, කියන්නේ ඔබ මගේ, මම ඔබේ, අපි අපේ නැමදාම එකට ඉන්නවා ජීවත්වෙන්න අත්වැලේ පටලාගෙන. සිතනෙන්න කියන්න එපා නැමදාම අපි අපේ නොවේ



කියල. පරමාර්ථ ධර්මය තුළ එයයි දුක් කථාවක් බවට පත්වන්නේ. මේ නිසා අශුද්ධාවන්ත අයකුට ශුද්ධාව පිළිබඳව, අරහං බුදුගුණ පිළිබඳව, විරාගය පිළිබඳව, විතදෝෂය පිළිබඳව කතා දුක් කථාවකි.

කරුණා මෙම ත්‍රියෙන් ජීවත්වන්න. “කොහොමද කරුණා මෙම ත්‍රියෙන් ජීවත්වන්නේ? කරුණා මෙම ත්‍රියෙන් ජීවත්වන කියල මගේ කුස පිරෙනවද? මගේ කටයුතු කෙරෙනවද? කරුණා මෙම ත්‍රියෙන් ජීවත්වන අයට මොනවද හරි ගිහිල්ල තියෙන්නේ? කරුණා මෙම ත්‍රියෙන් ජීවත්වුණු අයට මොකවත් නෑ” - කියල අර අශුද්ධාවන්ත ඇත්තො ශුද්ධා කතාවට පිටුපාවී. අකමැති වේවි. ඒත් ශුද්ධාවන්ත ඇත්තො හැමදාම බුදුගුණ මෙනෙහි කරල විරාගයට ළං වෙනවා.

මමවත් මට නැති ලෝකයේ මොනවද මගේ මගේ කියල ළං කරගන්නේ? ගේ දොර, මුතු, මැණික්, වතුපිටි මොනවා නොලැබුනත් ශුද්ධාවන්තයාට ජීවත්වෙන්න යමක් තිබුණොත් ඒ ඇති. ඉන් සැහෙනවා. පරිහරණයට යමක් තිබුණොත් ඇති. ඒව සදාකාලිකයි, මමයි, මගෙයි කියල අල්ලගෙන නෑ. මගේ ජීවිතය නිවැරදියි. මේව පරිහරණය කළත්, ධර්මානුකූලව නිතින් අත්හැර විරාගයට පත්වෙනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ දහම මට අවබෝධ වෙනවා. විරාගයට ළං වෙන්නේ ඇයි කියල, පටිනිස්සග්ගයට (අත්හරින්නට) ළං වෙන්නේ ඇයි කියල මට දැන් තේරෙනවා. ශුද්ධාවන්ත ඇත්තො ශුද්ධාවට කැමති වෙනවා. ඒයට හේතුව ‘සද්ධා සම්පදං අත්තති සම්පස්සති’ නමාගේ ජීවිතයේ ශුද්ධාව තිබෙනවා කියල දකින නිසා.

**02. දුස්සීලස්ස සීල කථා දුක්කථා**

දෙවන කරුණා නම් දුස්සීල ඇත්තාට සීල කතාව දුක්කථාවකුයි. වැරදි කතාවකුයි. සීලයෙහි පිහිටා සිටින සිල්වත් කෙනෙකුට සීල කතාව ‘සුක්කථාවකි’ සීලයක් නැති කෙනෙකුට සීලකතා දුක්කථාවක් බවට පත්වේවි.

ඔබ විරාගී මනසකින් ගලපා බලන්න. කරුණා හිතකින් ගලපා බලන්න. සීලයක පිහිටා සිටින අවස්ථාවේදී සීලයෙහි වටිනාකම දන්නේ නැති අයෙක් මෙසේ කියාවි. ඔබ මොනවද ඔය කරන්නේ? මිය යන්නට මත්තෙන් දැස පියවෙන්නට මත්තෙන්, කළු කෙස් සුදු වන්නට පෙර, දැන දෙපය වාරු නැතිවෙන්නට පෙර ඇයි සතුටුවෙන්නේ නැත්තේ ඉහළියයන් සතුටු කරවන්නේ නැත්තේ? කොයි තරම් සතුටින් ජීවත්වෙන්න පුළුවන්ද?

ඇයි මේ තරම් ධන ධාන්‍ය, සම්පත්, රූප කායක්, ශක්තිමත් දේහයක් තිබියදී නොකා නොබි ඉන්නේ? එක නැතක වාඩිවෙලා ඔය විදියට සිටින්නේ ඇයි? සීලයෙහි උතුම් බව නොදන්නා අයෙක් සිතන්නේ, දකින්නේ එහෙමයි.

ස්වාමීන් වහන්සේලා, හිඤ්ඤ හිඤ්ඤානීන් වහන්සේලා වන සෙනසුන්වල භාවනා කරද්දී මාරයා බොහෝ විටක හිඤ්ඤානීන් වහන්සේලාට ළං වෙලා ප්‍රකාශ කළේ තරුණ කාලයේදී ඇයි මේ කැලේක නතිවෙලා ගසක් යටට වෙලා කුමක්ද මේ සිදු කරන්නේ? ඇයි ඉහළියයන් සතුටු කරන්නේ නැත්තේ? කියල. මේ තරුණ ජීවිතයෙන් ප්‍රයෝජනයක් ගන්න යයි මාරයා ළංවෙලා කියු මොහොතක බුදුරජාණන් වහන්සේගේ දහමින් හික්මුණු, සැහසුණු, සීලයට ළං වුණු උත්තම උත්තමාවියො සඳහන් කළේ (මාරයා බව දැන) දීඪී වූ සංසාර ගමනේ මගේ මගේ යයි කියල, පෙනුමයි කියල කොයිතරම් දේවල් අල්ලගෙන ගිටියද? රාගයට බැඳීල මේ දේවල් නිසාම හඬපු කඳුළු (අස්සු සුත්‍රයේ සඳහන් කළ විදියට) සිවු මහා සාගරයේ ජලයට වඩා වැඩියි. ස්වල්ප වේලාවකින් මේ පෙනුමයි රුවයි කියල කියපු දේ සියල්ල වෙනස් වෙලා යාවි. ඒ පරමාර්ථ ධර්මයට අනුවයි. මා පිරිසිදුව ශරීරය පරිහරණය කරනවා. නමුත් සිතින් අත්හැරලා. රාග, දෝෂ, මෝහයෙන් බැඳෙන්නේ නෑ. කවුරු කොහොම වෙනස් කරන්න හැදුවත්, සුසිල්වත් වූ ජීවිතයක් සිල්වත් බවින් අත් වෙන්නේ නෑ. නමුත් කායික හෝ වාචසික හෝ සංවර බවක් නැති, සීලයක් නැති ජීවිතයකට, කොයිතරම් කරුණාවෙන්, මෙම ත්‍රියෙන් කීවත් - ඔව මට දැනෙන්නේ නැහැ. මම හිතන්නේ මම ගැන. කොහොමද මගේ කටයුතු කරගන්නේ කියල. මේ විදියට පළමුවැනි ශික්ෂාපදයෙන් බැහැර වෙයි.

මම කැමති දේ මම කොහොම හරි ලබාගන්න ඕන. නැත්නම් මට කවදාවත් සතුටුවෙන්න බැර වෙයි. දෙවන ශික්ෂාපදය කඩා දමාවි.

ඊළඟට තුන්වන ශික්ෂාපදය ඉහළියයන් සතුටු කරන්න ඕන. මේවා හොඳයි නරකයි කියල මට හැගෙන්නේ නැහැ. මට සතුටින් ඉන්න නම් සිත ඉල්ලන දේ දෙන්න ඕන. ඉහළියයන් සතුටුවෙත දේ ඉටු කරන්න ඕන කියල පංච සීලයේ තුන්වන ශික්ෂාපදයෙන් බැහැර වේවි.

ඊළඟට හතරවන ශික්ෂාපදය. (මුසාවාදය) ඔය හොඳයි කියල, සිල්වත් කියල කට පියාගෙන ඉන්න නම් බෑ. වර්තමාන සමාජයට අනුව නම් ඒරූප වචනයක්, කේලාම් වචනයක් වෙන්න පුළුවන්. එහෙම නැත්නම් හිස් වචනයක් සම්පපුලාවලක් වෙන්න පුළුවන්. බොරු කීමක් වෙන්න පුළුවන්.

“කුඩාරි ඡායනේ මුඛේ” යයි සඳහන් කළ විදියට දුස්සීල අයගේ කවේ පිහටා නියෙන්නේ කෙටේරියක් බඳු වචනයයි. නමුත් වචනයේ අසංවර, දුස්සීලවත් පුද්ගලයා අවබෝධ කරගන්නේ නැහැ, ඔහු හෝ ඇය පිට කරන වචන කෙටේරියක් තරමට හයානකයි කියලා.

ඊළඟට පස්වන ශික්ෂාපදය. මත් විෂ පානය කරන්නාට ඕනෑම නපුරු ක්‍රියාවක් කිරීමට තරම සිහි විකල් වෙයි. ඒ විෂක් වූ සුරාවෙන් මත් වූ තැනැත්තාට මවිපිය සහෝදර සහෝදරියන් ද අඹුදරුවන් කෙටේද කෙසේ නම් කරුණාවක් උපදින්නේද? නිවහන තුළ එසේ නම් බාහිර අය ගැන කුමක් සඳහන් කරන්නද? කළ දේවල් හෝ කරන්නට තිබෙන දේවල් ගැන ඔහුට සිහියක් නැත. යමක් කිරීමෙන් තමාට හෝ අනුන්ට සිදුවන යහපත අයහපත ගැන සිතන්නට තරම් සිහියක් ඔහුට ඇත්තේම නැහැ. කොපමණ බාහිර උගත්කම් හෝ මතුපිට පෙනුම පැවතියද මත් වතුර නිසා සිහිවිකල් වූ විට පවට ඇති බිය හා ලැජ්ජාව නැති කරගන්නා බව ඔබ රටේ ලෝකයෙන් දැක ඇති, අසා ඇති.

**“සුරාමේරයපානං නික්ඛවේ ආසේවතං භාවතං බහුලිකතං නිරය සංවත්තනිකං හෝති”** යනුවෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළා. මත් වතුර බොන්නෝ මරණින් මතු නිරයෙහි උපදින බවයි එහි සඳහන් කළේ.

මහ මග යනවිට ගහක, මූලක පාදය වැදුනොත් කොයි තරම් රිදෙනවද? හිසේ, ගනේ දතේ අමාරුවක් වුනොත් කොයි තරම් රිදෙනවද? ඇයි තවත් කොහෙකුට නපුරුකම් කරන්නේ? කොහොමද ඔය දෙඅත් ගෙලකට ළං කරන්නේ? ආයුධයකින් මුගුරකින් පහර දෙන්නේ කොහොමද

දුස්සීලවන්තක කෙනෙකුට ඔය ශීල කතා කොයිතරම් කිවුවත් දැනෙන එකක් නැහැ. ඔය මොනවා කිවුවත් මට නම් දැනෙන්නේ නැහැ. ඔය දේවල් මට කියන්න එපා යයි කියාවි. ශීල කතා ඒ අයට දුක්කථාවක් බවට පත් වන්නේ ශීලයේ වටිනාකම ඔහුට දැනෙන්නේ නැති නිසයි. ඒ ගැන ඔහුට අවබෝධයක් නැති නිසයි. කරුණාවෙන් මෙමතියෙන් සියළු සත්ත්වයන් කෙරෙහි කරුණාව දක්වන්න සිත පුරුදු කරගෙන නැති නිසයි. සියලු සත්ත්වයන් කෙරෙහි පමණක් නොවෙයි තමා තමාට කොයිතරම් ප්‍රිය වන්නද හිතවන්නද කියල හිතන්න හිත පුරුදු කරගෙන නැහැ. ඒ බව දැන සමාධිය ඇතිකරගෙන නැහැ. අවබෝධ කරගෙන නැහැ. ඒ නිසා ශීලය ගැන, කායික වාචසික සංවරය ගැන කොපමණ ශීලවන්ත කතා කිවුවත් දුස්සීලවතාට ඒවා දුක්කථායි. ඒ නිසා දුස්සීලවන් අය ශීල කතා අහනකොට ම කිපෙනවා,

කෝපයට පත් වෙනවා, තරහ ගන්නවා, විරුද්ධ වෙනවා, ඒ නිසා අවමන් කිරීමට, නපුරු වචන කීමට, වැරදි - නපුරු විදියට ඉදිරියට ඇවිත් හැසිරෙන්න පුළුවන්. ශීලය ගැන, හැදුණුකම ගැන, මනුස්සකම ගැන නොසිතා අමාරුවෙන් ලබාගත් මනුෂ්‍ය ජීවිතය ඔය විදියට දුස්සීලව හැසිරලා සසර ගමන අපායකට දමාගන්න එපා. විනාශ කරගන්න එපා යයි කියන විට කිපුන අය, තරහගත් අය (ඔබට බොහෝ විට ඒ පිළිබඳව අත්දැකීම් ඇති) ළඟදී විරාගී මනසක් ඇතිව, තමා ශීලයේ පිහිටා සිටිය යුතුමයි යන අධීෂ්ඨානයෙන්, සිහියෙන් සිටින්න.

පින්වතුනේ, ඒ හැම රාගයෙන්, ද්වේෂයෙන්, නොසතුටෙන් හැඟීම් ප්‍රකාශ කරනවා. ඇස් දෙකෙන්, මුහුණෙන්, වචනයෙන්, ක්‍රියාවෙන් නොසතුට ප්‍රකාශ කරනවා. ශීලය, හැදුණුකම ගැන කියනකොට ම පිගාන විසිකරල දැමීම, ජනේලය, දොර හප්පාගෙන යාම, රවල බැලීම ආදී විවිධ දේවල් කරනවා, කියනවා, දුකින්හට, අසන්නට ලැබේවි. රාගයෙන්, දෝෂයෙන් මෙසේ නොසතුට ප්‍රකාශ කරන්නේ තමා තුළ ශීලය නැති නිසයි. ඔහු මේ දුක්කථා ස්වභාවයෙන් ඔහුගේ අදහස් ප්‍රකාශ කරනවා.

**03. අප්පස්සුතස්ස බාහුසච්ච කථා දුක්කථා**

තුන්වැනිව සඳහන් කළේ අල්පශ්‍රැතයාට බහුශ්‍රැත ස්වභාවය පිළිබඳව කරන කතා දුක්කථාවක් බවට පත්වෙනවා. ධර්මය ගැන අහල නෑ. ශ්‍රැතමය ඥාණය නෑ. ධර්මය ගැන හිතන්න පුරුදු වෙලා නෑ. චින්තාමය ඥාණය නෑ. ධර්මය ගැන තමාගේ සිතෙන් වඩල නෑ. සමාධිය නෑ. ධර්මය පිළිබඳ අවබෝධය නෑ. ස්වල්ප වේලාවක් නමුත් එක තැනක වාච්චෙලා සිත එක්තැන් කරගෙන බුද්ධානුස්සතිය වඩන්න පුරුදු නැති කෙනෙකුට එක ඉරියව්වක වාච්චෙලා ඇස් පියාගන්න කොටම හිතේවි - “නැහැ මට නැගිටල යන්න ඕන” කියල. රාගයට, ද්වේෂයට, මෝහයට යටවුණු සිතුවිලි ගලාගෙන ඒවි. ඒ අල්පශ්‍රැතවුණු නිසා. ධර්මය අහල නෑ. ධර්මය හිතල නෑ. සමාධිය පුරුදු නෑ. එවැනි අල්පශ්‍රැත කෙනෙකුට, බහුශ්‍රැතව ධර්මය අසා ඇති කෙනෙක් ධර්මය ගැන විමසා කතා කරනවිට (ත්‍රිලක්ෂණය, චතුරාර්ය්‍ය සත්‍ය ධර්මය. පටිච්ච සමුප්පාදය මේ ආදී ලෙසින්) දේශනා කරන විට ඒ පිළිබඳව අවබෝධයක් නැහැ. කිසිවක් ගැලපෙන්නෙ නැහැ. මොකටද මේවා ගැන කතා කිරීමෙන්, ඇසීමෙන්? ඔයිට වඩා නරකද හිත කුල්මත් කරන, රාගයට, ඇලීමට හසුවන යම් යම් දේ ඇසීම යයි හිතෙන්න පුළුවන්. ඒ අල්පශ්‍රැත නිසයි. බහුශ්‍රැත ඇත්තො ධර්මය ගැන අහල, ධර්මය හිතල, ධර්මය කියවල, ධර්මය සමාධියෙන් දැකල ඒ ඇත්තො ධර්මය

සොයා යාමට හැකි වන බවට අනුමාන කළ හැකි වේ. ජීවිතය ධර්මයට අනුව සකස්කර ගනිමින්.

අල්පශ්‍රැතයකුට බහුශ්‍රැතභාවය ගැන කිවුවොත් කේන්ද්‍රීය ගනිමින්, කෝපයට පත්වේවි, තරහට පත්වේවි, විරුද්ධව නැගී සිටිමින්, ඔබ කියවමින් සිටි ධර්මය පිළිබඳ පොත වහල දමාමින්, ඔබ සිටි තැනින් නැගීමට යාමින්, ඔය වගේ බොහෝ දේ කරමින්. මොකද මේ අල්පශ්‍රැතයට බහුශ්‍රැත කතා ගැන හැඟීමක් නෑ. එය ඔහුට දුක්කරුවක් වූයේ බහුශ්‍රැතභාවය ඔහු තුළ නැති නිසයි.

**04. මවිජරියස්ස වාග කථා දුක්කතා**

මිලගට සඳහන් කරනවා මසුරු තැනැත්තාට ත්‍යාගය, දීම ගැන සඳහන් කිරීම දුක්කරුවක් බවට පත් වේවි. දීම පුරුදු නැති අයකුට, දානය පුරුදු නැති අයකුට, දානයට ආරාධනා කළාට දීමට හිත නැතැයි හැඟෙන හැඟ. ඔබට ජීවිතයේ බොහෝ අත්දැකීම් ඇති. ඔබ අසා ඇති ඔබ දැක ඇති අපි එකතු වී යමක් දෙමු. උදවු කරමු. පරිත්‍යාග කරමු. සංසාරයේ අපි දීප්‍ර නිසයි මේ ලැබෙන්නේ. ඒ නිසා නැවත නැවතත් දෙමු. නමුත් නැවත නැවත යමක් දෙන්නේ වැඩි වැඩියෙන් ලැබෙන්න නොවෙයි. දිව්‍ය, මනුෂ්‍ය සම්පත් ලබන්න නොවෙයි. අපරාමට්ඨ ශීලයේදී සඳහන් කළ පරිදි මේ ශීලය ආරක්ෂාකර දෙවියෙක්, බ්‍රහ්මයෙක් වෙතවා යන අදහසින් නොවෙයි. උතුම් වතුරාථය සත්‍ය ධර්මය අවබෝධකර ගැනීම පිණිසමයි. විරාගය - නොඇලීම පිණිසයි. පටිනිස්සන්ධය - අත්හැරීම පිණිසම දෙනවා යන අදහසින්. එහෙම දෙන්න කතා කළොත් මවිජරියස්ස - මසුරුකෙනෙකුට එය දුක්කරුවක් බවට පත්වේවි. ඔබ ඔහොම දෙන්න. දීම දුකට පත්වේවි. අනේපිඬු සිටුවමා දුප්පත් බවට පත්වන විට එතුමාටත් මේ කතාව කිවුවා. ඒත් අනේපිඬු සිටුවමා නොවෙයි ඒ කතාව ඇහුවේ. බොහෝ දෙනෙකුට මේ නිසා වාගකථා දුක්කරුවක් බවට පත්වේවි.

**05. දුප්පඤ්ඤස්ස පඤ්ඤා කථා දුක්කතා**

අවසාන වශයෙන් සඳහන් කළ දුප්ප්‍රාඥයාට මේ ධර්මය අවබෝධකර ගැනීමට තරම් ශක්තියක් නැතිනම් 'කුසලයට අවබෝධය. අකුසලයෙන් අත්වෙලා ආයඝී අභිචාරයට අවබෝධයට අවබෝධය. ශීල, සමාධි, ප්‍රඥා ශුභ වඩන්න. දුක්ඛ, සමුදය, නිරෝධ මාර්ග නම් වූ වතුරාථයී සත්‍ය ධර්මයට අවබෝධය' යයි කියන මේ කතාව නොගැලපේවි. ඇයි මේ තරම් ධර්මය ගැන විමසා බලන්න, අං වෙන්වෙන්න. ඔය කිසිවක් ගැන මට

අවබෝධයක් නැහැ. මගේ ජීවිතය කියලා මට දැනෙන්නේ මම කැමති දේවල් ඉටු කරගන්න එකයි. මට අවබෝධය තියෙනවා කුස පිරුණම රසයි කියන්නේ කොහොමද කියලා. මට අවබෝධය තියෙනවා මේ ඇස්වලට පෙනෙන ප්‍රසන්නයි කියන ඇඳුම ගැන. කාගේ හෝ මුහුණ පෙනුම ගැන. වෙන යමක් ගැන මට අවබෝධයක් නැහැ. මේ දේවල් නැහැ, අනිත්‍යයි, දුකයි දිරාගෙන යනවයි කිවුවත් ඔය කිසිවක් ගැන මට අවබෝධයක් නැහැ. මගේ ජීවිතය ගත කරන්නේ කෙසේද, ඇස පිය වෙන්වීමට පෙර ඉන්ද්‍රියයන් පිහවන්නේ කෙසේද කියලයි - දුප්ප්‍රාඥයෙකුට හිතෙන්නේ එහෙමයි.

**'හ අත්තති සම්පස්සති'**

ඔහු කෙරෙහි ඔහු ඒ ප්‍රඥාව දකින්නේ නැහැ. පඤ්ඤාවතො - ප්‍රඥාවන්තයා හැඳවීමට ප්‍රඥාවන්තයි. 'අත්තති සම්පස්සති' නමා කෙරේ හොඳින් දකිනවා. දුප්ප්‍රාඥයාට එය දැනෙන්නේ නෑ. දුප්ප්‍රාඥයාට ප්‍රඥාවන්ත කතා දුක්කරුවකුයි. ඒ නිසා කිපෙනවා, කෝපයට පත්වෙනවා, තරහට පත්වෙනවා, විරුද්ධව නැගී සිටිනවා, රාගයෙන්, ද්වේශයෙන් නොසතුට ප්‍රකාශ කරනවා. ඒ දුප්ප්‍රාඥ නිසා නමා තුළ ප්‍රඥාව නැති නිසා.

එසේ වුවත්, හැඳවීම ශුද්ධාවන්තයකුට යම් ශුද්ධාව දෙන කතාවක් කළොත් ඔහු කිපෙන්නේ නැහැ. තරහ ගන්නේ නැහැ. රාගයෙන් දෝෂයෙන් නොසතුට ප්‍රකාශ කරන්නේ නැහැ. හේතුව නම් ඔහු තුළ ශුද්ධාව ඔහු දකින නිසයි. ඒ නිසා ප්‍රීති ප්‍රමෝදය ඔහුට දැනෙන්න පටන් ගන්නවා. ඒ ශුද්ධාවට අවබෝධය නිසයි.

අවසාන වශයෙන් පින්වතුන් කියන්න ඔබ ශුද්ධාවට අං වෙනවාද? ශුද්ධාවට කැමති වෙනවාද? ශුද්ධාවන්තයකු වී සුඛතාවයට පත්වෙනවාද? ඒ වගේම 'සීලවතො' සීලවන්තයෙක් වෙලා, ශීලයට අං වෙලා "සීලසම්පදං" ශීල සම්ප්‍රදායට කැමැත්තක් දක්වනවාද? 'අත්තති සම්පස්සති' නමා කෙරෙහි ශීලය තිබෙනවා කියලා සිල්වතුන් හා එක්වන්න කැමතිද? ශීලය හොයාගෙන යන්න කැමතිද? ගෘහස්ථ ජීවිතයක නම් ලැබුණු හැම අවස්ථාවකදීම සිල්වන් වෙන් කැමතිද? කියලා හිතලා බලන්න.

එසේම, වාග සම්ප්‍රදායට කැමතිද? 'වාගවතො' දෙන්න කැමතිද? දෙන කෙනෙකුට අං වෙනවාද? දෙන අය උනහු කරනවාද? අත් දෙකෙන් දෙන්න දෙයක් නැත්නම් හිතේ පවා සාද සාද කියලා සතුට වෙනවාද? එහෙම

ත්‍යාගවන්තයෙක්ද ඔබ? එහෙම නම් රාගයක් නැහැ. ද්වේෂයක් නැහැ. කිපීමක් නැහැ. තර්භවක් නැහැ. අසතුට ප්‍රකාශ කිරීමක් නැහැ. රාගයත්, ද්වේෂයත් නැති නිසාම ප්‍රීති ප්‍රමෝදය ඔබගේ ජීවිතයේ තියෙනවා.

ඔබ බහුශ්‍රැත ස්වභාවයටත් පත්වෙන්න. ඔබ අල්පශ්‍රැතයකු නොවන නිසා ධර්මය හොඳින් අහල තියෙනවා. කියවල තියෙනවා. සාකච්ඡා කර තියෙනවා. ධර්මය තියෙන තැනට, අහන තැනට සොයාගෙන යනවා. ධර්මය ශ්‍රවණය කරන්න කැමතියි. ධර්මය සොයාගෙන යන්න කැමතියි. ඒ ඔබ බහුශ්‍රැත නිසා.

අවසාන කරුණ වශයෙන් සඳහන් කළේ **ප්‍රඥාවන්ත වන්න**. දස වස්තුක මිථ්‍යා දෘෂ්ටියෙන් බැහැර වන්න. දස වස්තුක මිථ්‍යා දෘෂ්ටිය නම්, **'නරථී දිනෙක නරථී යිට්ඨං නරථී නුතං නරථී සුකට දුක්කටානං කම්මානං ඵලං විපාකො.'** ආදී වශයෙන් සඳහන් කළ දුන් දේ විපාක නැත. මහාදානයේ විපාක නැත. හොඳ නරක ක්‍රියාවල ඵල විපාකයක් නැත. මේ ආදී ලෙසින් සඳහන් කළ දස වස්තුක මිථ්‍යා දෘෂ්ටියෙන් අත්වෙලා වතුරායී සත්‍ය ධර්මයට ළංවෙන්න. ත්‍රිලක්ෂණ ධර්ම මෙහෙහි කරමින් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයේ ගමන් කරන්න. කුසලය අකුසලය මැනවින් දැන අකුසලයෙන් බැහැරවෙලා කුසලයට ළං වෙන්න. ඒය සමයක් ප්‍රඥාවයි. ඔබත් ඒ සමයක් ප්‍රඥාවට ළං වෙලා ගමන් කරාවි. ස්වමිත් වහන්සේ කරුණාවෙන් ඔබට මේ දේශනාවෙන් ආරාධනා කරන්නේ දුක්කටා ලක්ෂණ ඇති චරිතයෙන් බැහැරවෙලා සුක්කටා ලක්ෂණ ඇති අයකු වන්න.

ශ්‍රද්ධාව ඇති කෙනෙකු වෙලා ශ්‍රද්ධාව ගැන කතා කරන්න. ශ්‍රද්ධාවට ළංවෙන්න. සිල්වතෙක් වෙලා ශීලය ගැන කතා කරන්න. ශීලයට ළං වෙන්න. බහුශ්‍රැතයකු බවට පත්වෙලා බහුශ්‍රැතභාවය ගැන කතා කරන්න. ත්‍යාගවන්තයකු වෙලා ත්‍යාගවන්තභාවය ගැන කතා කරන්න. දුන් දෙන. දෙන තැනකට යන්න. සමීපවන්න. ප්‍රඥාවන්තයකු වෙලා ප්‍රඥාවට ළංවෙන්න. ප්‍රඥාවට කතා කරන්න.

ඔබ හැම දෙනාටම මේ චරිත ලක්ෂණ ඔස්සේ සමාධිය පුරුදු කරගෙන උතුම් වතුරායී සත්‍ය ධර්මයම අවබෝධ වේවා! යි ස්වාමීන් වහන්සේ මහත් වූ කරුණාවෙන් අධිෂ්ඨාන කරනවා.

සාදු! සාදු!! සාදු!!!

## සෙය්‍ය සූත්‍රය

නමෝ තස්ස භගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස  
නමෝ තස්ස භගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස  
නමෝ තස්ස භගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස

**ඵචං ඵසං භික්ඛවො සුතවා අරියසාවකො  
චකඛුස්මිංපි නිබ්බන්දති  
සෝතස්මිංපි නිබ්බන්දති  
ඝාණස්මිංපි නිබ්බන්දති  
පිච්ඡායම්පි නිබ්බන්දති  
කායස්මිංපි නිබ්බන්දති  
මනස්මිංපි නිබ්බන්දති  
නිබ්බද්දං විරජ්ජති විරාගා විමුච්චති  
විමුත්තසම්චි මුත්තමිති ඝට්ඨං හොති  
බ්ණා ජාති, වුසිතං බුන්මචරියං කතං  
කරණීයං භාපරං ඉත්ථත්තායාති පජානාති**

**කාරුණික වූ පින්වතුනි,**

පින්වත් ඔබ සියළු දෙනාටම, සසර ගමනෙහි කර්මානුරූපව පැමිණි දුක් ද්‍රෝමිතස් බැහැර වී ජීවිත ගමනේ හැම සැනසිල්ලක්ම වේවා! යි ස්වාමීන් වහන්සේ මහත් වූ කරුණාවෙන් පළමු කොට ම අධිෂ්ඨාන කරන්න කැමැතියි.

අද දවසේ මා අනුශාසනා කිරීමට බලාපොරොත්තු වන්නේ **සංයුක්ත නිකායෙහි යෝගකෙබමී වර්ගයේ සඳහන් සෙය්‍ය සූත්‍රය** ආශ්‍රයෙන් ධර්ම කොට්ඨාසයකුයි. මේ සූත්‍ර දේශනාව අප යන ගමන් මාර්ගයට මහත් වූ උපකාරයක් වෙනවා. ඒ නිසා මේ සූත්‍ර දේශනාව ශ්‍රවණයෙන් **ශ්‍රැතමය**

**ඥානයත්, සිතීමෙන් - සිතෙන් දැන හඳුනාගැනීමේ චින්තාමය ඥානයත්** සමාධිය වැඩීමෙන් පුරුදු කිරීමෙන් **භාවනාමය ඥානයත්** ඇති කරගත යුතු වෙනවා.

තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ “නික්ඛවෙ” යයි ස්වාමීන් වහන්සේලාට ආමන්ත්‍රණය කරනවා. (පින්වත් ඔබ හැමදෙනාටම මතකයි ස්වාමීන් වහන්සේ නිරන්තරයෙන් මේ අදහස අනුශාසනා කොට තිබෙනවා.) නික්ඛවේ යයි ආමන්ත්‍රණය කළත්, ඒ ස්වාමීන් වහන්සේලා බුදුරජාණන් වහන්සේ අභියස අභිමුඛයෙහි වැඩ සිටින නිසයි. එනමුත් මේ උතුම් සූත්‍ර දේශනාවන් නිවන් මග අරමුණු කරගත්, සම්බෝධිය - චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය අරමුණු කරගෙන කටයුතු කරන සියලු දෙනාටමයි. ඒ නිසා නිකු, නිකුණි, උපාසක, උපාසිකා නම් වූ සිවු පිරිසටම මේ උතුම් ධර්මය එකසේ ගලපාගෙන ජීවිතයට පුරුදු කරන්නට පුළුවනි.

බුදුරජාණන් වහන්සේ ස්වාමීන් වහන්සේලා ආමන්ත්‍රණය කරමින් මෙහෙම ප්‍රශ්න කරනවා.

**කුමක් ඇති කල්හි, කුමක් නිසා, කුමකට පිවිසගෙනද මේ ආකාර තුනකින් යුතු වූ මානය ඇති වන්නේ?**

- ★ **සෙය්‍ය මානය**  
මම ශ්‍රේෂ්ඨයි, අනුන්ට වඩා ඉහළයි කියලා හැඟීමක් ඇති වෙනවාද?
- ★ **සදීස මානය**  
මම ඒ අය හා සමානයි කියලා හැඟීමක් ඇතිවෙනවාද?
- ★ **භීත මානය**  
අන් අයට වඩා මම පහත් කියලා, භීතයි කියලා හැඟීමක් ඇති වෙනවාද?

**සෙය්‍ය මාන - සදීස මාන, භීත මාන** යන මේ හැඟීම් එන්නේ කොහොමද?

ස්වාමීන් වහන්සේලා පිළිවදුන් දෙනවා. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ශාස්තෘ කොට ගෙනයි අප වැඩ සිටින්නේ. භාග්‍යවතුන් වහන්සේමයි. අපට උතුම් ධර්මය දේශනා කරන්නේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේමයි නේතෘ වන්නේ. ඒ නිසා භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ම අපට මේ උතුම් වූ ධර්මය අර්ථවත් කොට විස්තර කොට දේශනා කරන සේකවා.

බුදුරජාණන් වහන්සේ උන් වහන්සේ ම ප්‍රශ්න කරලා ස්වාමීන් වහන්සේලාගේ ආරාධනාවෙන් දැන් පිළිතුරු ලබාදෙනවා.

**ඇස ඇති කල්හි ඇස නිසා, ඇසට පිවිස කොට මම ශ්‍රේෂ්ඨයි කියන හැඟීම ඇති වෙනවා. මානය ඇති වෙනවා. මම සමානයි කියන මානය ඇති වෙනවා. මම භීතයි කියලා මම පහත් කියලා හැඟීම ඇති වෙනවා.**

කුමක් ඇති කල්හිද - ඇස ඇති කල්හි. කුමක් නිසාද - ඇස නිසා. කුමකට පිවිසකොට හැත්නම් කුමකට ඇතුල්වෙලාද? ඇසට ඇතුල්වෙලා. මේ නිසා මම ඉහළයි කියලා, මම සමානයි කියලා, මම භීත හෙවත් පහත් කියලා මේ මානයන් ඇති වෙනවා.

ඔබට පැහැදිලියි. කුමක් ඇති කල්හි, කුමක් නිසා, කුමකට පිවිසකොට ගෙනද?

**කුමක් ඇති කල්හි කියන ප්‍රශ්නයට පිළිතුරු ඇස ඇති කල්හි.**

**කුමක් නිසා කියන ප්‍රශ්නයට පිළිතුරු - ඇස නිසා.**

**කුමකට පිවිසකොට ගෙනද කියන ප්‍රශ්නයට පිළිතුරු - ඇසට පිවිස කොටගෙන ඇසට ඇතුල් වෙලා.**

මේ නිසයි, මම ඉහළයි කියන මානය ඇති වන්නේ (සෙය්‍යමාන), මම සමානයි කියන මානය ඇති වන්නේ (සදීසමාන), මම පහත් හෙවත් භීතයි කියන මානය ඇති වන්නේ (භීතමාන).

එහෙම නම් මෙන්න මේ මානය පිළිබඳව බුදුරජාණන් වහන්සේ මෙතනදී අනුශාසනා කරනවා.

දස සංයෝජනවල කෙළවරට යන විට ඇත්තේ මාන, උද්දච්ච, අවිජ්ජා, අර්හත් බෝධියට ළංවෙන විට මේවා හැති වන්නේ අවසානයේදීයි. එතෙක් මේ මානය පවතින්න පුළුවනි. අප යන මේ ගමන් මාර්ගයට මේ ත්‍රිවිධ මාන ඉතාම බාධාවක්.

තමා කෙරේ පවත්නා ශීලය හෝ සමාධිය හෝ තමන් සමාධිය ඔස්සේ ඇති කරගන්නා වූ ප්‍රඥාව කිසිදු ආකාරයකින් මානයක් හැටියට ඇතිකර ගන්න නරකයි. එනම් අනෙක් අයට වඩා මම දන්නවා මම සිල්වත්,

අනෙක් අයට වඩා මම හොඳින් සමාධිය වඩනවා. අනෙක් අයට වඩා මට ප්‍රඥාව තියෙනවා. ඒක මම ශ්‍රේෂ්ඨයි කියන සෙය්‍යමාන යයි.

අනෙක් අය හා සමානයි - සද්සමාන. යම්විටෙක ස්වාමීන් වහන්සේ, හික්කුණින් වහන්සේ, වැඩිහිටි ඇත්තෝ, දෙමාපියෝ අපි අතර වෙනසක් නැහැ. වරදවා අවබෝධ කරගන්න එපා. එක ගමන් මඟ යනකොට කලාණ මිත්‍ර ආශ්‍රයෙන් මෙහෙති කළාට වරදක් නැහැ. අපි කවුරුත් එකම සඳහම් ගමනක නිවන අරමුණු කරගෙනයි මේ ගමන් කරන්නේ. අපි මේ එක්ව ගමන් කරන්නේ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයේ. එය නොවෙයි, මෙහි අදහස් කරන්නේ. යම් විටෙක අර්භන් ගුණයක්, ඉහළ ගුණයක්, පවත්නා දේ ගැන හිතලා හැඳවීමටම එම ආර්ය ගුණ නැතිව මමත් ඒවාගේ කියලා සිතන්නට යාම හොඳ නැහැ. මේ ගමන් මාර්ගයේදී එහෙම සමාන කරගැනීමක් අවශ්‍ය වෙන්නේ නැහැ.

මනාව සතිය පිහිටුවාගෙන සතර සතිපට්ඨානය පවත්ව ගන්න. කයෙහි ඉරියව් පිළිබඳව කායානුපස්සනාවත්, විඳීම පිළිබඳව වේදනානුපස්සනාවත්, චිත්ත වෛතසික පිළිබඳව හිතේ හටගන්නා සිතුවිලි පිළිබඳව චිත්තානුපස්සනාවත් ඒවාගේම පංච නිවර්ණ ධර්ම බැහැරකොට සප්ත බොජ්ඣංග ධර්ම වැඩෙන මඟට පිවිසිලා ධර්මානුපස්සනාවත් කෙරෙහි මනාව සිතිය පිහිටුවා ගන්න.

මම සමානද, සමාන නැද්ද, මම ඒ පිරිස හා සමානයි. මෙවැනි ගැටළුවක් සිතේ ඇති කර ගන්නට හොඳ නැහැ. එහෙම වුණාම නොදැනුවත්වම කෙලෙස් ඇතිවෙන්න පුළුවන්. එනම් මේ මානසයි. එය හයානකයි.

තමාට නැති ගුණයකට ළංවෙන්න උත්සාහ කිරීමෙන් ක්ලේශයක් හිතට එන්න පුළුවනි. නැති ස්වභාවයකට පත් වෙනවා වගේම, අනිත් අයට වඩා ඉහළයි කියලා හිතනවා වාගේම, සමානයට යාමේදීත්, නිරන්තරයෙන් සමානත්වය මෙහෙහි කිරීමේදීත්, මානය ඇතිවෙන්න පුළුවන්. ඒවගේම හීනමානයත් අනවශ්‍යයි.

තමන්ගේ මාර්ගය පිළිබඳව මනාව සිතිය පිහිටුවා ගන්න. නිවන අරමුණු කරගෙන ඒ ගමන් මඟ යන්න. ඒ අය කොපමණ වේලාවක් සමාධිය වඩනවාද? මම කොපමණ වේලාවක් සමාධිය වඩනවාද? ඒ තරම් සමාධිය වඩන්න මට බෑ. මට එක ඉරියව්වක ඉන්නත් බැහැ. ඒ අයට නම් බොහොම

හොඳට කට පාඩම් කරගන්න පුළුවන්. අනේ තවම මට බැහැ. මම මෙපමණ දවසක් ආවත් තවම මට බැර වුණානේ මම තවම කොයිතරම් පහළ තැනකද ඉන්නේ. අර අය බලන්න අපි ඔක්කොම එකට ගමන ආරම්භ කළේ. නමුත් මට ඒ අයට වගේ බැරවුණා. නෑ නෑ එසේ හීනමානය ඇති කරගන්න එපා.

සතර සතිපට්ඨානයේ මනාව සිතිය පවත්වාගෙන තමන් යන ගමන යන්න. ඒක හිමින් ගමනක් වුවත්, වේගවත් ගමනක් වුවත්, ධර්ම අවබෝධයට ගැටළුවක් වෙන්නේ නැහැ. හිමින් යයි සඳහන් කළේ ඔබේ වර්ත ලක්ෂණ අනුව ඔබට යා හැකි මඟයි. ඒ ගමන් මඟට වඩා යම් විටෙක වැඩි වේගයෙන් යන්න ගියොත් එය බැරවේවි. ඔබට මතකද සෝණ සුත්‍රයේදී, තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ විණාවක් උපමා කරගෙන සෝණ ස්වාමීන් වහන්සේට අනුශාසනා කළ දහම් පෙළ විණාවෙහි තත්, වුවමනා ප්‍රමාණයට වඩා තද කළොත් දැඩි කළොත් එහි ස්වරාවන් බව නැතිවෙලා යනවා. ප්‍රමාණයට වඩා ලිහිල් කළොත් ඒත් ස්වරාවන් බව නැති වෙලා යනවා. මධ්‍යස්ථ ස්වභාවයේ පවත්වන්න. තමන්ම උත්සාහයෙන් කටයුතු කළ යුතුයි. පදන් වීර්යය වැඩිය යුතුයි. එහෙත් ඒ පදන් වීර්යය - උත්සාහය තමන්ට දරා ගත හැකි ස්වභාවයමයි. ඊට වඩා වැඩි විය යුතු නැහැ. පැහැදිලියි නේ. ඒ නිසා කිසි විටෙකවත් හීනමානයක් ඇති කරගත යුත්තේම නැහැ.

බුදුරජාණන් වහන්සේ මිළඟට නිවන අරමුණු කරගෙන ධර්ම මාර්ගයට කැඳවාගෙන යන්න ස්වාමීන් වහන්සේලාගේත් ප්‍රශ්න කරනවා.

**“මහණනි, ඇස තිත්‍යද? අතිත්‍යද?”**

**“ස්වාමීනි, ඇස අතිත්‍යයි”**

**“යමක් අතිත්‍ය නම් එය සැප පිණිස වේද, දුක් පිණිස වේද?”**

**“ස්වාමීනි, එය දුක් පිණිසම වන්නේය”**

**“යමක් අතිත්‍ය නම්, දුක් පිණිස වේ නම් නිතර වෙනස්වන ස්වභාවයට පත් වේනම් එය මගේය, මම වෙමි, මගේ ආත්මය සදාකාලිකයි කියලා සිතන්න පුළුවනිද?”**

**“නොහැකිය ස්වාමීනි”**

“ඒ වාගේම යමක් වෙනස් වෙනවා නම්, උක් පිණිස හේතු වෙනවා නම්, නිරන්තරයෙන් වෙනස්වන ස්වභාවයක් (ධීතස්ස අඤ්ඤතත්තං) දැක්වීමට තියෙනවා නම්, එය මගේ කියන දැඩිව අල්ලා ගැනීමකින් තොරව සෙය්ස් මානසක් හෝ සද්දස මානසක් හෝ හීන මානසක් ඇති වෙනවද?”

“නැත ස්වාමීනි, නොවන්නේමය” යි (ස්වාමීන් වහන්සේලා පිළිතුරු දෙනවා)

ඔබට මෙනෙහි තරමක් පැහැදිලි කළ යුතුයි. ඇස අනිත්‍යයි. අනිත්‍ය නිසා උක් පිණිස හේතු වෙනවා. ඇසේ නිරන්තර වෙනස්වීමක් තියෙනවා. මේ වෙනස්වෙන, උක් පිණිස හේතුවන, නිරන්තර වෙනස්වීමකට පත්වන ඇස දැඩිව අල්ලා ගත්තේ නැත්නම් මානසක් ඇති වෙනවද? මානසක් ඇති වෙන්නේ නෑ. දැඩිව අල්ලා ගන්න නිසයි මම ශ්‍රේෂ්ඨයි හෝ ඉහළ කියලා, මම සමානයි හෝ සද්දසයි කියලා මම හීනයි හෝ පහත් යයි කියලා හැරගන්නේ. වෙනස්වන ඇස, උක් පිණිස හේතුවන ඇස, නිරන්තර වෙනස්වීමකට පත්වන ඇස, මගේ කියලා දැඩිව අල්ලා ගත්තොත්, මම වෙමි, මගේ ආත්මයයි, සදාකාලිකයි කියලා. මේක තමයි මගේ ඇහැ. මේ රූපය මගේ. මේක නැතුව බැහැ. මේක ම තමයි මගේ ජීවිතය. සදාකාලිකයි. කියලා හිතන ස්වභාවය නිසයි මානස ඇතිවෙන්නේ. එහෙම හිතන්නේ නැත්නම් මානසක් ඇතිවෙන්නේ නෑ. ඇස මගේ කියලා, මම වෙමි කියලා, මගේ ආත්මය කියලා දැඩිව අල්ලා නොගන්නේ නම් සෙය්ස්මාන හෝ සද්දසමාන හෝ හීනමාන ඇතිවෙන්නේ නැහැ. එහෙම නම් මේ වෙනස් වෙන උක් පිණිස හේතුවන, නිරන්තර වෙනස්වීමකට පත්වන ඇස දැඩිව අල්ලා ගන්නා නිසයි. මේ මානසක් ඇතිවෙන්නේ.

මේ විදියට කණ පිළිබඳව, නාසය පිළිබඳව, දූව පිළිබඳව, ශරීරය පිළිබඳව, මනස පිළිබඳව බුදුරජාණන් වහන්සේ පැහැදිලි කොට දේශනා කරනවා. කණ නිත්‍යද? අනිත්‍යද? අනිත්‍යයි. යමක් අනිත්‍ය නම් සැප පිණිසවේද උක් පිණිසවේද? උක් පිණිස වෙයි. එහෙම නම් යමක් අනිත්‍ය නම්, උක් පිණිස හේතු වෙනවා නම්, එය නිරන්තර වෙනස්වීමකට පත්වෙනවා නම් එය මගේ යයි දැඩිව අල්ලා නොගන්නේ නම් මේ තුන් ආකාරයෙන් සඳහන් කළ මානසක් ඇති වෙනවද? නොවන්නේමය.

ඉන් අදහස් කරන්නේ මගේ කියල දැඩිව අල්ලා නොගන්නේ නම් මානසක් ඇති නොවන බවයි. එහෙම නම් ඇස වගේම කණත් මගේ මගේ කියා දැඩිව අල්ලා ගැනීම නිසයි මේ මානස ඇතිවෙන්නේ. පැහැදිලියි නේද?

ඇහෙන්න මේ රූපය බලලා, මේ ඇස මගේ ඒ ඇසට හමුවුණු රූපයට මම කැමති නම් එය මගේ එය මා සතුයි. එයයි මා බලාපොරොත්තු වෙන්නේ. ඉට්ඨා කන්තා, මනාපා, පියරූපා, කාමුපසංහිතා රජනීයා (තමන් කැමති ඉටු වඩන, මන වඩන, පිය රූපයක්, කාමයන් වඩන, සිත සතුටට පත් කරවන) ඒ රූපය අල්ලා ගන්නා. ඒක මගේ එයයි මෙනෙහි දැඩිව අල්ලා ගන්නවා යයි සඳහන් කළේ. ඇස වගේම දැන් රූපයත් දැඩිව අල්ලා ගන්නා. ඒ රූප අල්ලාගන්නාම කුමක්ද වන්නේ? මානස ඇතිවෙනවා. එක්කෝ ඒ රූපය නිසා මානසක් ඇතිකර ගන්නවා. අනිත් රූපවලට වඩා මගේ රූපය ඉහළයි. මම අල්ලගන්න රූපය ඉහළයි. තමා කෙරේ (අජ්ඣත්ත) හෝ බාහිර හෝ (බහිද්ධාවා) මගේ දුරුවෝ අනිත් දුරුවන්ට වඩා, පවුලෙ ඇත්තෝ - අනිත් අයට වඩා, මගෙ ගේ දොර, ධන ධාන්‍ය අනෙක් අයට තියනවට වඩා, මගේ ඇඳුම්, පැළඳුම් බාහිර පෙනුම අනෙක් අයට වඩා මෙයයි සෙය්ස්මාන, තමන් ඉහළ කොට මම ශ්‍රේෂ්ඨයි කියල අල්ලා ගන්නවා. මේ මානස කොයිතරම් භායානකද?

එකට වාඩිවෙලා සිටින්න බැර වෙයි. කතා කරන්න බැරවෙයි. ආහාර ටිකක් ගන්න බැර වෙයි. මම ඒ අයට ගැලපෙන්නේ නෑ. මම ඒ අයට වඩා උසස්. උසස් කෙනෙකුට එකට වාඩිවෙන්න බෑ. එක විදියට හැසිරෙන්න බෑ. එක විදියේ ආහාර ගන්න බෑ. එක විදියට ළංවෙලා කතා කරන්න ගැලපෙන්නේ නෑ. තමා ශ්‍රේෂ්ඨයි කියලා, ඉහළයි කියලා හිතන කොට මේ මානස එක්ක, කෙලෙස් විසින් කොයිතරම් දුරස්වීමක් අපට ඇති කරනවද කියලා පැහැදිලියි නේද? සසර ගමනෙ අපව අනිත් අතට අරගෙන යනවා. දීර්ඝ සංසාර ගමනේ අපව අතට තල්ලු කරල දානවා. ඇස නිසා හටගත් මේ මානස නිසා.

කණ නිසාත් ඒ වගේමයි. මගේ හඬ අජ්ඣත්ත වශයෙන් හිතනවා. බාහිරව අල්ල ගන්න හඬ ගැනෙන්නිතනවා. ඔය ආකාරයට කණ ගැනත් දේශනා කළා.

වෙනස්වන, උක් පිණිස හේතුවන, නිරන්තර වෙනස්වීමක් තිබෙන මේ කණ දැඩිව අල්ලා නොගතහොත් සෙය්ස් හෝ සද්දස හෝ හීන මානසක් ඇති නොවන්නේමය. එසේනම් අල්ලා ගත්තොත් තමයි මේ මාන ඇති වෙන්නේ. ඉන් අදහස් කරන්නේ අල්ලා ගන්න කියලද? අල්ලා ගන්න එපා කියලද? අල්ලා ගන්න එපා කියලයි. මගේ කියලා මම වෙමි කියලා, මාගේ

ආත්මය කියලා අල්ලගන්න එපා යනුවෙනුයි මේ අනුශාසනා කරන්නේ. එය මානසන්ට හේතු වෙනවා.

මේ වගේම ගලපා බලන්න නාසය පිළිබඳවත් නාසය හිතයද? අනිත්‍යද? අනිත්‍යයි. යමක් අනිත්‍ය නම් සැප පිණිස පවතිනවද? දුක් පිණිස පවතිනවද? දුක් පිණිස පවති. යමක් නිරන්තර වෙනස්වීමකට පත්වෙනවා නම් එය දැඩිව අල්ලා නොගතහොත් ත්‍රිවිධමාන ඇති වෙනවද? ඇති නොවන්නේමය. මේ විදියට දිව පිළිබඳවත්, ශරීරය පිළිබඳවත්, මනස පිළිබඳවත් සිතා බලන්න. මේ ආකාරයටයි පඤ්ච (ඉඤ්ඤ හය) පිළිබඳවම අනුශාසනා කරන්නේ. එනම් ඇස, කණ, නාසය, දිව, ශරීරය, මනස යන මේ ඉඤ්ඤ හය පිළිබඳව ගලපා බලන්න යයි බුදුරජාණන් වහන්සේ අනුශාසනා කරන්නේ.

මේ වෙනස්වන, දුක් පිණිස හේතු වන, නිරන්තර වෙනස්වීමකට පත්වෙන ඇස, කණ, නාසය, දිව, ශරීරය, මන නම් වූ ඉඤ්ඤයන් දැඩි සේ අල්ලා නොගන්නොත් මේ ත්‍රිවිධ මානසන් ඇතිවන්නේ නැහැ. ඒවා තදින් අල්ලා ගැනීම නිසයි මේ සෙය්‍ය, සද්දිස, හීන නම් වූ මානසන් ඇතිවන්නේ.

මේ පිළිබඳව අවබෝධයක් ඇති කරගන්න. මෙහෙම අනුශාසනා කරන බුදුරජාණන් වහන්සේ මනා කරුණාවෙන් යුතුව අපට අනුශාසනා කරනවා. “එවං එස්සං භික්ඛවෙ සුතවා අරියසාවකො” මෙහෙම දකින අස් දෙකෙන් නොවෙයි ප්‍රධාන කොට දකින්නේ. සීලයේ පිහිටලා, සමාධිය වඩා ප්‍රඥාවෙන් දැකීමයි මෙහිදී අනුශාසනා කරන්නේ.

**එවං එස්සං භික්ඛවෙ සුතවා අරියසාවකො**

මහණෙනි, මේ අයුරින් දකින ශ්‍රැතවත් ආර්ය ශ්‍රාවකයා

- වකඛුසමිංපි නිබ්බිඤ්ඤි (ඇසෙහි කලකිරෙනවා)
- සෝතසමිංපි නිබ්බිඤ්ඤි (කණෙහි කලකිරෙනවා)
- ඝාණාසමිංපි නිබ්බිඤ්ඤි (නාසයෙහි කලකිරෙනවා)
- ඵච්චාසමිංපි නිබ්බිඤ්ඤි (දිවෙහි කලකිරෙනවා)
- කායසමිංපි නිබ්බිඤ්ඤි (කයෙහි කලකිරෙනවා)
- මනසමිංපි නිබ්බිඤ්ඤි (මනසෙහි කලකිරෙනවා)
- විරාගාය විමුච්චති - කලකිරුණේ නොඇලෙයි, නොඇලුණේ මිදුනේ වෙයි.

**විමුත්තස්මිං විමුත්තමිති කදාණං හොති** - මිදුනේ මිදුණා යයි කදාණයක් (නුවණක්) පහළ කර ගන්නවා.

කලකිරුණා නම් ඇලෙන්න නෑ. නොඇලුණා නම් මිදීමක් ඇති වෙනවා. මිදුනේ මිදුණා යයි නුවණ පහළ කර ගන්නවා.

**බිණ ජාති වුසිතං බුන්මචරියං කතං කරණියං නාපරං ඉපච්චතායාති පජානාති**

කෙලෙස් නැති බුන්මචාර්යාවේ හැසිරුණා. කෙලෙස් නැති කිරීම පිණිස වෙන කළ යුතු කාර්යයක් නැති බව නුවණින් දැන ගන්නවා. (පජානාති)

ඇසෙහි කලකිරෙනවා, කණෙහි කලකිරෙනවා. නාසයෙහි කලකිරෙනවා. දිවෙහි කලකිරෙනවා. කයෙහි කලකිරෙනවා. මනසෙහි කලකිරෙනවා. කලකිරුණේ නොඇලුනේ වෙයි. නොඇලුනේ මිදුනේ වෙයි. මිදුණේ මිදුණු බව දැන ගන්නේ වෙයි. එසේ දැන ගන්නේ කෙළෙස් මුළුමනින්ම බැහැර කොට බුන්මචාර්යාවේ හැසිරුණු නිසයි. ඒ වෙනුවෙන් කළ යුතු තවත් ක්‍රියාවක් හෝ කාර්යයක් නැතැයි නුවණින් දැනගන්නවා. (පජානාති)

තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනාව නිමාවට පත්කරනවා. ස්වාමීන් වහන්සේලා සාදු සාදු යි ඒ උතුම් වූ ධර්ම ප්‍රීතියෙන් ලද රසය, සුවය විඳිමින් අධිෂ්ඨාන කරනවා. අනුමෝදන් කරනවා.

පින්වත් හැම දෙනාටම මෙලොව ජීවිතයේ සියලු කායික, මානසික සුවයන් නොඅඩුව සැලසිලා, දක්ඛ - සමුදය - නිරෝධ මාර්ග නම් වූ උතුම් චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය අවබෝධයෙන් නිර්වාණාවබෝධයම වේවා! මේ නිසා සෙය්‍ය, සද්දිස, හීන නම් වූ ත්‍රිවිධ මානසන් මුල් කොට ගෙන ඒ මානසන් බැහැර කිරීම පිණිස ඇස, කණ, නාසය, දිව, ශරීරය, මනස නම් වූ මේ ඉඤ්ඤයන් හයෙහි කලකිරීමෙන්, නො ඇලීමෙන්, මිදීමෙන් ලබන උතුම් ධර්මාවබෝධය පිණිසම හේතු වේවා! මේ දේශනා කළ උතුම් සූත්‍ර දේශනාවෙන් ස්වාමීන් වහන්සේටත්, පින්වත් කලයාණ මිත්‍ර වූ ඔබ හැමටත්, උතුම් වූ ඒ චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය අවබෝධ වේවායි ස්වාමීන් වහන්සේ මහත් වූ කරුණාවෙන් අධිෂ්ඨාන කරනවා.

සාදු ! සාදු ! සාදු !



[www.buddhismforyou.org](http://www.buddhismforyou.org)

## පුණ්‍යානුමෝදනාව

පරලෝ සැපත් එස්.පී. රණසිංහ පියාණන්ට මෙම ධර්ම දානමය කුසල් බලයෙන් උතුම් වූ චතුරායඝී සත්‍යය අවබෝධ වේවායි ප්‍රාර්ථනා කිරීමත්,

ධර්ම දානමය පිංකම සඳහා අනුමැතිය ලබාදුන් ආචාර්ය මිරිස්සේ ධම්මික ස්වාමීන් වහන්සේ ඇතුළු ආරාමයේ වැඩ වසන සියලුම ස්වාමීන් වහන්සේලාට මෙම ධර්ම දානමය කුසලයෙන් උතුම් වූ චතුරායඝී සත්‍ය අවබෝධ වේවායි ප්‍රාර්ථනා කිරීමත්,

මෙම සඳහම් ග්‍රන්ථය කියවන ඔබ අප සැමට සසර දුක් කෙළවර නිවන් අවබෝධය ලැබේවායි ප්‍රාර්ථනා කරමින් එස්. රණසිංහ මෂණියන් ඇතුළු දූ දරු පිරිස මෙම ධර්ම දානමය පිංකමක් ලෙස පූජා කරමු.