

පුනානුමෝදනාව

ප්‍රධාන අනුශාසක අතිපූජ්‍යීය මිරිස්සේ ධම්මික ස්වාමීන් වහන්සේ ඇතුළු සියළුම ස්වාමීන් වහන්සේලාට කායික මානසික සුවයක් උතුම් වූ චතුරායඝී සත්‍ය ධර්මයන් අවබෝධ වේවායි ප්‍රාර්ථනා කරමු.

සලමන් සුමිත්‍රාරච්චි, ආරෝන් පන්නිපිටි ආරච්චි, අනුලාවතී සේරම්, රන්සොහාමි ලියනගේ යන ගුණධර දෙමාපියන් ඇතුළු අප නමින් මිය පරලොව ගිය සියළුම ඥාතීන්ට මෙම ධර්ම දානය කුසල් බලයෙන් උතුම් වූ චතුරායඝී සත්‍ය ධර්මය අවබෝධ වේවායි ප්‍රාර්ථනා කරමු.

අප පවුල් වල සියළු දෙනාගේත්, මෙම ධර්ම ග්‍රන්ථය පරිශීලනය කරන සෑමගේත්, පොත සකස්කර ගැනීමට දායක වූ ‘‘ප්‍රඥා ප්‍රභා’’ සංවිධානයේ සියලුම දෙනාගේත් කායික මානසික සුවය පිණිසත් උතුම් වූ චතුරායඝී සත්‍ය ධර්මය අවබෝධය පිණිසත් ප්‍රාර්ථනා කරමින් මෙම ධර්ම ග්‍රන්ථය ධර්ම දානයක් ලෙස පූජා කරනු ලබන්නේ,

ජයන්ත විජේරත්න
විනීතා විජේරත්න
ප්‍රහානී විජේරත්න
ප්‍රචීනා විජේරත්න සහ
කසුන් උඩුපෝරුව
යන දූ දරුවන් විසිනි.

නො 1282,
රජමල්වත්ත පාර,
බත්තරමුල්ල.

2015 උදවස් මස 24 වන දින

සකද්වේතනා

ඊ sඞ al uys&

පධම සකද්වේතනික සූත්‍රය
කර්ජකාය සූත්‍රය

ආචාර්ය පූජ්‍යීය
මිරිස්සේ ධම්මික ස්වාමීන් වහන්සේ

(ධර්ම දානය පිණිසයි.)

ඉන් අනතුරුව ඔබ හැම නමින් මියැදුණු සියලු ඥාති හිතමිත්‍රාදීන්ටත් පුණ්‍යානුමෝදනා සිදු කර, අප සියළු දෙනාටම මේ සෝර වූ සංසාර ගමනින් අත්මිදී ලබන ඒ අමා නිවන් සුවය පිණිසම අප්‍රතිහත වීර්යයෙන්, ධේර්යයෙන් කටයුතු කරන්නට අධිෂ්ඨානය පවත්වා ගන්නට පුළුවනි.

පටිම සඤ්චේතනික සූත්‍රය

නමෝ තස්ස භගවතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස
නමෝ තස්ස භගවතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස
නමෝ තස්ස භගවතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස

නාහං භික්ඛවෙ සඤ්චේතනිකානං කම්මානං කතානං
උපචිතානං අප්පට්ඨසංවිදිත්වා ව්‍යන්තිභාවං වදාමි

තඤ්ච ඛො දිට්ඨෙව ධම්මෙ උපපජ්ජෙවා අපරේවා
පරියායෙ. නත්චේවාහං භික්ඛවෙ සඤ්චේතනිකානං කම්මානං
කතානං උපචිතානං අප්පට්ඨසංවිදිත්වා දුක්ඛස්සන්ත කිරියං වදාමි.

තුණුරුවන් සතු අනන්ත අසිරිමත් වූ ගුණ බෙලෙන් පින්වතුන්ලා සියලු දෙනාටම ජීවිත ගමනේ හැම සැනසිල්ලක්, යහපතක්, අභිවාද්ධියක් වේවා. මේ දෙසුමත් පින්වතුන්ලා සියලු දෙනාටම ඉතා ඉක්මන් භවයකම, ඉතා ඉක්මන් අවස්ථාවකම දුක්ඛ, සමුදය, නිරෝධ, මාර්ග නම් වූ උතුම් වතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය අවබෝධය පිණිසම උපකාරක ධර්ම පෙළක්ම වේවායි මහත් වූ කරුණාවෙන් අධිෂ්ඨාන කරනවා. ප්‍රාර්ථනා කරනවා.

කාරුණික වූ පින්වතුනි,

දහම් ශ්‍රවණය කරන ඔබ සියලු දෙනාමත්, පළමු කොට තමන් ධර්ම අවබෝධය ලබාගෙන, පිළිවෙත් මාර්ගය ඔස්සේ තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ඒ මග අනුගමනය කරමින්,

අද මේ දේශනාව සඳහා ආශ්‍රය කරගන්නට බලාපොරොත්තු වන්නේ අංගුත්තර නිකායෙහි, දසක නිපාතයේ සඳහන් පටිම සඤ්චේතනික සූත්‍ර දේශනාවයි. මෙහි චේතනා කියන්නේ සිතුවිලි. එවිට සංචේතනා හෝ සංචේතනික වශයෙන් අදහස් කරන්නේ අපි මේ සිතුවිලි පවත්වා ගැනීම පිළිබඳවයි. සිතුවිලි හටගැනීම, සිතුවිලි පවත්වා ගැනීම, සිතුවිලි එකතු කර ගැනීම සිතුවිලි හා රඳා පැවතීම වැනි අදහස් රාශියක් මේ සූත්‍ර දේශනාවෙන් පෙන්වා දෙනවා.

'මනසයි' සියලු දෙයටම පූර්වාංගම වන්නේ යන අදහස පින්වතුන්ලාට මතක ඇති. එතනදී අදහස් කරන්නේ චිත්ත චෛතසික කියන අදහසයි. (සිත් හා සිතුවිලි) සිත සියල්ලටම පූර්වාංගම වෙනවා. සිතක් හටගන්නේ සිතුවිලි සමගිනි. සිත් නැතිවී යනවිටම සිතුවිලිත් නැති වී යනවා. සිතුවිල්ලකින් සිත බැහැර වෙනවා නම් එතනදී සිතක් අවසන් වෙනවා. එනිසා සිතක් හටගන්නේ සිතුවිලි සමගිනුයි. සිත් නැතිවී යනවිට සිතුවිලිත් නැතිවී යනවා. සිතුවිලි නැතිවන විට සිතත් නිරුද්ධ වෙනවා. මේ සූත්‍ර දේශනාවෙන් පැහැදිලි කරන්නේ මේ අපේ චිත්ත සන්තානයේ සකස් වෙන සිතුවිලි, කර්ම බවට පත්වී, මේ සසර ගමනෙ දුක් හෝ සැප ලබාදෙන ආකාරය පිළිබඳවයි.

එවිට මේ සංචේතනා, මේ සිතුවිලි අකුසල වෙන්නට පුළුවනි. තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ ඉහත අප මාතෘකා කළ ගාථා පාඨයෙන් පෙන්වා දෙනවා.

‘මහණෙනි, දූන දූන කළ, ඒවගේම වැඩු, කර්මයන්ගේ විපාක නොවිඳ, දුක් කෙළවර කිරීමක් මම නොකියමි.’

එතැන මම කියන්නේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ. මම දූන දූන කළ, වැඩු, වර්ධනය කළ කර්මයන්ගේ විපාකයක් නොවිඳ දුක් කෙළවර කිරීමක් දේශනා කරන්නේ නැහැ.

කර්මයක් බවට පත්වන්නේ චේතනාව සකස් වූ විටයි. දූනගෙන - එනම් චේතනාවකින් යුක්තව යමක් සිතුවොත්, කතා කළොත්, ක්‍රියා කළොත්, එය කර්මයක් බවට පත්වෙනවා.

‘චේතනාහං භික්ඛවේ කම්මං වදාමි
චේතයිත්වා කම්මං කරොති, කායෙන, වාචාය, මනසා’

යනුවෙන් ඒ බව විස්තර කොට තිබෙනවා.

දූන් අපි බිම අඩිය තබා ගමන් කරන විට අපි නොදූන, සිතුවිලි සකස් වන්නේ නැතිව, යම්විටෙක ප්‍රාණීන් මියැදෙන්නට පුළුවනි. නමුත් එහිදී වුවමනාවෙන්, නොසිතා, නොකළ නිසා අකුසල කර්මයක් රැස්වන්නේ නැහැ. එනිසයි සඳහන් කළේ දූන දූන, ඒවගේම වැඩු, යම් කර්මයක් වෙනවා නම් ඒවායේ විපාකය නොවිඳ දුක් කෙළවර කිරීමක් දේශනා කරන්නේ නැහැ කියා. ඒ විපාකය ලැබීම, මෙලොවදීම ‘දිට්ඨධම්ම වේදනීය’ වශයෙන් වෙන්න පුළුවන්. ඊළඟ භවයේදී ‘උප්පජ්ජ වේදනීය’ වශයෙන් වෙන්න පුළුවන්. ඒවගේම දෙවැනි භවයෙන් අනතුරුව ඕනෑම ජාතියක ඉපදීමකදී වෙන්න පුළුවන්. ‘අපරාපරිය’ කියා සඳහන් කළේ එයයි. අන්ත ඒ කුමන හෝ අවස්ථාවකදී කළ කර්මවලට වුවද විපාකයට මුහුණ දෙන්න සිද්ධ වෙනවා.

පින්වතුන්, දූන් අපි පැහැදිලි අදහසක් ඇති කරගැනීම අවශ්‍යයි. අපි අවබෝධයෙන් තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ සරණ යනවා. අවබෝධයෙන් සරණ ගොස්,

‘සීලෙ පතිට්ඨාය නරො ස පඤ්ඤො
විත්තං පඤ්ඤංච භාවයං....’
(ජටා සූත්‍රය)

ආදී වශයෙන් මනාව සීලයේ පිහිටා, සමථ, විදර්ශනා භාවනා ඔස්සේ ප්‍රඥාව දියුණු කරනවා.

පළමු පියවර වන්නේ, ‘මනාවූ කායික, වාචසික සංවරය’ නම් වූ සීලයේ පිහිටා සිටීමයි.

‘යථ සීලං තථ පඤ්ඤා
යථ පඤ්ඤා තථ සීලං’
(සෝණදණ්ඩ සූත්‍රය)

යම් තැනක මනාව සීලයක් එනම් කායික, වාචසික සංවරයක් තිබේ නම් ප්‍රඥාව ඇතිකර ගැනීම බොහොම පහසුයි. සමථයෙන් කරන්නේ සිතේ ඒකාග්‍රතාවයක්, එකඟභවක් ඇතිකොට දීමයි. විසුරුණු සිත් තිබෙන විට ඇසට රූප, කනට ශබ්ද... ආදී වශයෙන් මේ ඉන්ද්‍රියයන්ගෙන් ආරම්භ ගන්නා විට, සීලයේ පිහිටා නැති අයගේ සිත් ඉක්මණින් ඒ ආරම්භයන්ට හසුවී, ඒ කැමති අරමුණෙහි මගේ, මගේ, මම කැමතියි, මගේ ආත්මය, එනම් මගේ වසඟයේ පවතිනවා කියා බැඳෙනවා. (පිය රූපේ රූපේ සාරජ්ජති) ඒවා පිටුපස ගමන් කරනවා. ඒවායේ සතුටු වෙනවා. තමන්ගේ කරගන්න උත්සාහ කරනවා. නමුත් ඒ අරමුණු වෙනස් වන විට, දිරාගෙන යනවිට, හඬනවා, දුක් වෙනවා. ඒ එක පැත්තක්.

තවත් අතකින්, ඒ ඇස ආදී ඉන්ද්‍රියයන්ගෙන් රූප ආදී අරමුණු ගන්නා විට ඒවායේ අකමැත්ත ඇති නම් එතනදී සිදුවන්නේ කුමක්ද?

‘අප්පිය රූපෙ රූපෙ ව්‍යාපජ්ජති’

ඒ අකමැති අරමුණුවල ගැටෙනවා. තරඟ ගන්නවා, වෛර කරනවා, ක්‍රෝධය ඇති කර ගන්නවා. ඊර්ෂ්‍යා කරනවා. එවිට කායික, මානසික සංවරයක් නැති සිත් බොහොම පහසුවෙන් මේ දෙපැත්තටම එනම් ඇලීමට සහ ගැටීමට හසුවෙනවා. එනිසා පළමු වන පියවර සීලයෙහි පිහිටා සිටීමයි. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ, භික්ෂු, භික්ෂුණි, උපාසක, උපාසිකා නම් වූ අප සිවු පිරිසටම ආරාධනා කරනවා මේ උතුම් බුදු සසුනට ඇතුල් වෙනවා නම් අර මුලින් සඳහන් කළා වගේ අවබෝධයෙන්ම තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ සරණ යනවා නම්, පළමුවන පියවර සීලයේ පිහිටා සිටීමයි.

‘භික්ඛු සීලවා හෝභි’ - භික්ෂුව සිල්වත් වෙන්න.

ඒ ස්වාමීන් වහන්සේලාට ආරාධනා කළ සැටි. ඔබ අප සියළු දෙනාටමත් ඒවගෙයි. ඉන් අනතුරුව අපට පුළුවනි සිතේ එකඟ බවක් ඇති කරගෙන, අරමුණුවල ඇලෙන්නේ ගැටෙන්නේ නැතිව, සම්මුතිය තුළ මම, මගේ කියා පැවසුවත්, පරමාර්ථ වශයෙන් අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මයට යටත්කොට දකින්න. එවිට මේ කිසිදු ආරම්භණයක් පමණක් නොවෙයි ඇස, කණ ආදී මේ ඉන්ද්‍රියයන්, තවත් කෙටියෙන් සඳහන් කළොත් ධාතු, ස්කන්ධ, ආයතන නැත්නම් නාම - රූප ධර්ම, මේ සියල්ලම අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මයට යටත්කොට දකින්න. එවිට සිතේ එකඟ බවක් ඔස්සේ සමථය දියුණු වන විට සිත සන්සුන් වෙනවා. පහසුවෙන්ම විදර්ශනාවට සිත යොමුකර ගන්නට පුළුවන්. එකඟ වූ සිතින්, තමාගේම ශරීරය නැත්නම් මේ ස්කන්ධ පඤ්චකය එසේත් නැත්නම් නාම-රූප ධර්ම, අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත යන ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මයට යටත්කොට දැකගන්නට පහසුයි.

අවබෝධයෙන් යුතුවම බුදුරජාණන් වහන්සේ, ධර්ම රත්නය, ආර්ය සංඝ රත්නය යන තෙරුවන් සරණ යන බුද්ධ

ශ්‍රාවකයෙක් හෝ ශ්‍රාවිකාවක්, දැන් මේ චේතනා පවත්වන විට කර්ම රැස්වීම - සංස්කරණයන්ගේ රැස්වීම - පිළිබඳව මනා අවබෝධයක් ඇති කරගත යුතුයි. මේ ශරීරය පවතින නිසා ස්කන්ධ පඤ්චකය පවතිනවා. රූපය, වේදනා (විඳීම) සංඥා (හඳුනාගැනීම) සංස්කාර (කාය සංස්කාර, වචි සංස්කාර, චිත්ත සංස්කාර, කය, වචනය, සිත යන තිදොරින්ම කර්ම රැස්වීම. මේවා සිතුවිලි සංකල්ප) විඤ්ඤාණය වැඩෙන්නට පටන් ගන්නවා. විඤ්ඤාණය වැඩෙනවා කියන්නේ පුනර්භවය හඳුනවා, සකස් වෙනවා. භවය සකස් වෙනවා කියන්නේ දුක සකස් වෙනවා. දුක වැඩෙනවා කියන අදහසයි.

සූත්‍ර දේශනාව පැහැදිලි කිරීමට පසුබිමක්, ආරම්භයක්, මේ කාලය තුළ ස්වාමීන් වහන්සේ ඔබට පැහැදිලි කළේ. මේනිසා අපේ චේතනා, මේ සඤ්චේතනික සූත්‍රයේ පැහැදිලි කරන ආකාරයට සිත් හා සිතුවිලි කුසල් මාර්ගයට ළංකර ගන්නොත්, අපි සංසාරෙ පටන් රැගෙන ආ අකුසල කර්ම ශක්තීන් හිස් කරන්නටත්, බැහැර කරන්නටත්, මේ ජීවිතය පවත්වන විට සසර ගමන දීර්ඝ කිරීමට හේතුවන අකුසල කර්ම බැහැර කරන්නටත් පුළුවන්කම ලැබෙනවා. එනිසා මෙතනදී සතිය, සිහිය අවශ්‍යයි. මේ සිහිය කියා කියන්නේ සතර සතිපට්ඨානයෙන් යුක්ත වූ සිහියටයි.

තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ සූත්‍ර දේශනාවේදී පැහැදිලි කළා, ‘මහණෙනි, දැන දැන කළ, වැඩු කර්මයන්ගේ විපාකය නොවිඳ, දුක් කෙළවර කිරීමක් දේශනා කරන්නේ නැහැ’ කියා. අපිත් අවබෝධයෙන්ම තෙරුවන් සරණ ගිය විට, නැත්නම් තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේගේ පිළිවෙත් මඟ යන පොරොන්දුව අප තුළ ඇතිකර ගත් විටයි, දුක නැති කිරීම, දුකෙන් නිදහස්වීම, නිවන කියන තැනට එන්නේ. දුක් කෙළවර කිරීමට නම් දැන දැන කළ වැඩු ඒ කර්මයන්ගේ විපාකයන් විඳලයි අපට ඒ

ටික කරන්න වෙන්නේ. එසේ නම් නිවන් මගට කැමති, නිවන - නිවීම - කෙලෙස් වලින් සංසිදීම කැමති හැම කෙනෙක්ම තමා කළා වූ ඒ කර්මයන්ගේ විපාකය විඳගෙන යා යුතුමයි.

අපි අකුසල කර්ම සිදු කරන්න, කරන්න සතර අපායේ වැටී භවය තව දීර්ඝ වෙනවා. යම් විටෙක මේ දුකින් නිදහස්වීමක් පිළිබඳව අපි හිතුවත්, එසේ නැත්නම් නිවනට පත්වීමට අදහස ඇතිවුණත් අපේ ගමන දීර්ඝ වීමක් තිබෙනවා. මේ දුක කෙළවර කරන්න නම් කළ ඒවායේ විදීමක් කරන්න වෙනවා. ඒනිසා හඬන්න අකමැති හැම කෙනෙක්ම යහපත් වූ කුසල කර්ම කළ යුතුමයි. සියලු ශෝක, පරිදේව, දුක්ඛ දොමනස්සයන්ගෙන් නිදහස්වීමට නම් දූත දූත මේ අකුසල කර්ම නොකළ යුතුයි. දූත දූත කුසල කර්ම සිද්ධ කළ යුතුයි. කුසල කර්ම වලින් අපේ සංසාරගත කර්ම දෝෂ අඩු කරනවා, හීන කරනවා, ගලවා දමනවා, රාගාදී අනුසය ධර්ම බැහැර කරන්න හේතුවක් වෙනවා.

කුසල කර්ම කිරීමට යොමු වන විට (සිත, කය, වචනය යන තිදොරින්) ඒ කුසල කර්මයන්ගෙන් සසර දික් වන්නේ නැහැ. දුකට මාර්ගය සාදා දෙන්නේ නැහැ. තිබෙන අකුසල කර්මත් හිස් කර, සංසිදීමක් ඇති කරනවා. සරලව සඳහන් කළොත් කුසල කර්මයක් කියන දානය ගැන සිතා බලන්න. දානය යනු දීමක් වුවත් පරමාර්ථ ධර්ම අදහස නම් 'අත්හැරීමයි'. දානයකින් සිදුවන්නේ තෘෂ්ණාව නැති කිරීමක්. මෙහි දානයෙන් කුසලයක් රැස්වෙනවා කියුවත් අවබෝධයෙන් දානය සිදුකරන විට අත්හැරීමයි සිදුවන්නේ. තෘෂ්ණාව නැතිකර සක්කාය දිට්ඨිය බැහැර වීමට හේතුවක් සකස් වෙනවා. ආත්ම සංඥාව ගන්නේ නැහැ. පහසුවෙන්ම ඇසත්, රුවත්, වක්ඛු විඤ්ඤාණයත්, ස්පර්ශයත්, විදීම ආදී වශයෙන් සියල්ල මගේ නොවෙයි, මම නොවෙමි, මගේ ආත්මය නොවේ කියන පරමාර්ථ ධර්ම අවබෝධයට එනවිට අත්හැරීම සිදුවෙනවා. එහිදී අන් විවානුපස්සනාව, විරාගානුපස්සනාව,

නිරෝධානුපස්සනාව, අවසානයේ පටිනිශ්ශානුපස්සනාව කියන තැනට එන්න පුළුවන්. එහිදී සකස් වන්නේ නිවනයයි. මේනිසා අවබෝධයෙන් අකුසල කර්ම බැහැර වෙනවා. කුසල කර්මයන්ට ලංවෙනවා. ඉන් අදහස් කරන්නේ දුකින් නිදහස්වීමයි.

ඔබ සියලු දෙනාටම තරමක් හෝ අපේ මේ මඟ පිළිබඳව දැන් අවබෝධයක් ලැබුණා. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කරනවා මේ කර්මවල මහත්වූ, අප්‍රමාන වූ දුකක් ගෙන දෙන අකුසල කර්ම 10 ක් තිබෙනවා. ඒවා ප්‍රධාන වශයෙන් කොටස් තුනකට බෙදා තිබෙනවා.

- ★ කයෙන් සිදුවන අකුසල කර්ම තුනයි.
- ★ වචනයෙන් සිදුවන අකුසල කර්ම හතරයි.
- ★ මනසින් (සිතීන්) සිදුවන අකුසල කර්ම තුනයි.

මේ සියල්ලම අපට දුක් විපාක ගෙන දෙනවා.

කර්මය මහත්වූ දුකක්, විපාකයක් ලෙසයි අපට මුහුණපාන්නට සිදුවන්නේ. අපි ටික වේලාවක් අඩලා කඳුළු පිසදාගෙන එය අමතක කරනවා කියන අදහස නොවෙයි නැත්නම්, මගේ අතින් වැරද්දක් වුණා, සමාවෙන්න, කියන අදහස නොවෙයි. මගේ අතින් වැරද්දක් වුණා. මම ඒකට වන්දියක්, මුදලක් ගෙවන්නම්, මාව නිදහස් කරන්න කියන අදහස නොවෙයි.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කරනවා,

**'කායස්ස හෙදා පරං මරණා අපායං
දුග්ගතිං විනිපාතං නිරයං උප්පජ්ජන්ති'**

මේ සත්ත්වයෝ කය බිඳී, ස්කන්ධ පඤ්චකය විසිරී බහුල ලෙස දුක් දෙන අපායක, දුග්ගතියක උපදින්නට සිද්ධ වෙනවා කියා.

නිරය, තිරිසන්, ප්‍රේත, අසුර ආදී වශයෙන් සාමාන්‍යයෙන් සතර අපායක් දක්වනවා. නමුත් හතරක්ම නොවෙයි නිරයේ පමණක් කොටස් එකසිය තිස් හයක් (136) දක්වා තිබෙනවා. එහි ඉපදුනොත් මේ සූත්‍ර දේශනාවේ සඳහන් කරනවා වගේ කර්ම විපාකය ගෙවා මිසක්, නොගෙවා ගැලවීමක් නැහැ. කෙනෙක් මිය ගිය පසු චාරිත්‍රානුකූලව, මෙවැනි රටවල සංස්කෘතියට අනුව සත් දවසෙන්, තුන් මාසෙන්, අවුරුද්දෙන් ආදී වශයෙන් පින්කම් (දානාදී) සිදුකොට පින්දෙනවා. එහෙත් 'පරදත්තූපඡ්චි' ප්‍රේත විෂයෙහි ඉපදුනොත් පමණයි පින් අනුමෝදන් වීමට පුළුවන්. මේ සතර අපායේ, මුලින් කියූ නරකයේ කොටස් එකසිය තිස් හයේ ඉපදුනොත් විපාකය ගෙවා මිස ගැලවීමක් නැහැ.

ජීවිත්ව සිටින ඥාතීන්, අහස උසට දන් පිරිනමා පින් අනුමෝදන් කළත් ඒ නිරයේ ඉපදුණු සත්ත්වයන්ට විපාකය ගෙවා මිස නිදහස්වීමක් නැහැ. පින් අනුමෝදන් වෙන්නට බැහැ. එනිසයි භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කරන්නේ, දුකින් නිදහස් වෙන්නට අපට අදහස තිබෙනවා නම් මේ අකුසල කර්ම සිදුකිරීම (රැස්කිරීම) ගැන සැලකිලිමත්ව සිටින ලෙස. එනම් සතර සති පටිඨානයේම සිහිය පිහිටුවා ගැනීමයි.

සතර සතිපට්ඨානයේ පාඨයක් මතක් කළොත්,

'ආතාපි සම්පජානො සතිමා
විනෙය්‍ය ලෝකේ අභිඡ්ඤා දොමනස්ස.....'

කෙලෙස් තැවීමේ පරික්ෂාකාරී නුවනින් හා මනාවූ සිහිනුවණින් යුතුව මේ සත්ත්ව, සංස්කාර ලෝකයේ දැඩි ආසාවන්, (අභිඡ්ඤා) දොම්නස, පටිසය බැහැර කරන්නේය.

ඒ සතර සතිපට්ඨානයෙන් එනම් කය පිළිබඳව, විදීම පිළිබඳව, සිත පිළිබඳව, ධර්මතා (ආරම්මණ) පිළිබඳව සිහිය

පවත්වාගෙන කටයුතු කිරීමේනුයි පාපකර්ම (අකුසලයන්ගෙන්) වලින් මිදෙන්න පුළුවන් කම ලැබෙන්නේ. අකුසල කර්ම, කාය කර්ම, වචී කර්ම, මනා: කර්ම ලෙස ප්‍රධාන කොටස් තුනකට බෙදෙනවා. මේ අකුසල කර්ම පිළිබඳව මඳක් කෙටියෙන් සලකා බලමු.

කයින් සිදුවන අකුසල කර්ම තුනක් (3) තිබෙනවා.

1. ප්‍රාණසාතය
2. අදත්තාදානය
3. කාම මිථ්‍යාවාරය

මේ අකුසල කර්මවල විපාකය ගෙවා එය දුකින් නිදහස්වීමක් නැත.

බුදුරජාණන් වහන්සේ සරණ යන හැම ශ්‍රාවක ශ්‍රාවිකාවක්ම සතර සතිපට්ඨානයෙහි පිහිට වඩා, සැලකිලිමත් විය යුත්තේ ඇයි? මේ අකුසල කර්ම නොකරන්න ඕනකම ඇතිවුවහොත් සැනසිල්ල ලබන්නයි, නිදහස් වෙන්නයි. නමුත් ඒ මාර්ගය අපහසු වන්නේ අපේ අතීත ජීවිතයේ වැඩිපුර අකුසල කර්ම කර තිබෙනම් ඒවා ගෙවා මිස, ඕනකම තිබුණත් එයින් මිදීමට, සංසිදීමට එන්න අපහසුයි. සමහර ඇත්තෝ ඉන්ද්‍රියයන් හොඳින් තිබෙන ළමා, තරුණ, මධ්‍යම වයසෙදී තරමක්වත් නිරෝගීව සිටිනවා. රෝගී වුවත් බේත් හේත් වලින් සුවයක් ලබන්න පුළුවනි. නමුත් මහළු වයසට පත් වූ විට, දිරාගෙන යනවිට නැගී සිටින එක, බේත් හේත් වලින් පවා අපහසු කාර්යයක්. මෙන්න මේ වගේ පුළුවන් කාලයේදී කුසල කර්ම නොකොට, අකුසල කර්ම කර, මහළු කාලයේදී කුසලයට යොමු වෙනවා. නිදසුනක් ගතහොත් දරුවන්ගෙන් නිදහස් වුණා කියන තැනදී, තමා මහළුයි කියන තැනදී, අකමැති වුණත් මරණයටයි ළං වන්නේ කියන තැනදී දුකින් නිදහස් වෙන්න කියා ධර්මයට ළංවීමට සිතන්නේ මෙහි ගැටළුවක් තිබෙනවා.

තමා ළමා, තරුණ, මධ්‍යම කාලයේදී ප්‍රාණඝාත, සොරකම්, කාම මිථ්‍යාවාරවල යෙදී සිටියා නම් ඒවායේ විපාක ගෙවන්නේ නැතිව සැනසිල්ලක් ලබන්නේ කෙසේද? කෙසේ හෝ මේ අවස්ථාවලදීවත් ධර්මයට ළංවීම හොඳයි. ඒ කාලය තුළ හෝ අකුසල කර්ම රැස් කිරීමෙන් බැහැර වෙන්නට පුළුවනි. නමුත් කළ අකුසල්වල විපාකය ගෙවා මිස ගැලවීමක් නැහැ. මේ නිසයි භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කරන්නේ සතර සතිපට්ඨානයේදී,

‘..... ආනාපී සම්පජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා දොමනස්සං.....’ කියා.

- | | |
|---------------------------|--|
| ආනාපී සම්පජානො | - කෙලෙස් තවන වීර්යයෙන් යුක්තව හා මනාව සිහි නුවණින් යුතුව |
| සතිමා | - සතිමන්ත, මනා ලෙස සිහිය පවත්වන කෙනෙක් වන්න. |
| අභිජ්ඣා දොමනස්සං විනෙය්‍ය | - දැඩි ආශාවන් හා දොම්නස සංසිඳුවන්නේය. |

මේ සංස්කාර ලෝකයෙහි අපි අජ්ඣන්ත, බහිද්ධ වශයෙන් අරමුණු ගැනීමයි ජීවත්වෙනවා කියන්නේ. අජ්ඣන්ත නම් තම ආධ්‍යාත්මයයි. බහිද්ධ නම් රූප, ශබ්ද ආදී ලෙස බාහිරින් සකස්වන අරමුණයි.

මේ සත්ත්ව සංස්කාර ලෝකයෙහි දැඩි ආශාවන් හා දොම්නස සංසිඳුවීමට කෙලෙස් තවන වීර්යයෙන් යුතුව කුසල් කරන්න. අකුසල් නොකරන්න. මනාව සිහිය පිහිටුවන සතිමන්ත කෙනෙක් වන්න.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මෙසේ දේශනා කරනවා. ‘මහණෙනි, කෙසේ නම් අකුසල සඤ්චේතනා ඇති දුක් උපදවන

දුක් විපාක ඇති කයින් සිදුකරන කර්ම සංඛ්‍යාත, තමාට විපත්කරන ත්‍රිවිධ ආකාරයක් වේද?

01. ඉධ භික්ඛවෙ ඒකච්චො පාණාතිපාති හෝති, ලුද්දෝ ලෝභිතපාණි හතපහතෙ නිවිට්ඨෝ අදයාපන්නෝ සබ්බපාණභුතේසු.

‘මහණෙනි, මෙලොව ඇතමෙක් රුදුරු කර්ම ඇත්තේ ලේ ගැවුනු අත් ඇත්තේ කැපුම් කෙටුම් නැසුම්වලින් යුතු වූයේ සියලු ප්‍රාණින්, භූතයන් කෙරේ දයාවක් නැතිව ප්‍රාණඝාත කරන්නේ වෙයි.’

02. අදින්තාදායි හෝති යං තං පරස්ස පරචිත්තපකරණං ගාමගතං වා අරඤ්ඤගතං වා අදින්තං ඵෙය්‍ය සංඛ්‍යාතං අදාතා හෝති.

‘නුදුන් දෑ ගන්නා සුළු වෙයි. ගමෙහි හෝ කැළයෙහි හෝ අන් අයගේ වස්තුවක් වේ නම් සොර සිතින් ඒ නුදුන් දෑ ගන්නේ වෙයි.’

03. කාමෙසුම්ච්ඡාචාරී හෝති යා තා මාතුරක්ඛිතා පිතුරක්ඛිතා මාතෘපිතුරක්ඛිතා භාතුරක්ඛිතා හගිනිරක්ඛිතා ඤාතිරක්ඛිතා ගොත්තරක්ඛිතා ධම්මරක්ඛිතා සස්සාමිකා සපරිදණ්ඩා අන්තමසො මාලා ගුලපරික්ඛිත්තාපි තථාරූපාසු වාරිත්තං ආපජ්ජතා හෝති.

‘කාමයන්හි මිථ්‍යාවාර ඇත්තේ වෙයි. මව විසින් රකින්නිය, පියා විසින් රකින්නිය, මව්පියන් විසින් රකින්නිය, සොහොයුරා විසින් රකින්නිය, සොහොයුරිය විසින් රකින්නිය, ඤාතීන් විසින් රකින්නිය, ගෝත්‍රය විසින් රකින්නිය, දහම විසින් රකින්නිය, ස්වාමියා විසින් රකින්නිය,

ආරක්ෂාවක් තබා රකින්නිය යටත් පිරිසෙන් මල් මාලාවක් පළඳවා අනාගතයේ විවාහය පිණිස පොරොන්දු කළ ආදී එබඳු කාන්තාවන් කෙරෙහි හැසිරීමට පැමිණියේ වෙයි.’

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ නැවතත් මෙසේ දේශනා කරති. අකුසල සඤ්චේතනා ඇති දුක් උපදවන දුක් විපාක ඇති වාග් කර්ම තමාට විපත් ගෙනදෙන්නේ සතර ආකාර වෙයි.

04. ඉඬ හික්බවේ එකච්චෝ මුසාවාදි හෝති.....

‘මේ ලෝකයෙහි ඇතැමෙක් බොරු කියන්නේ වෙයි. සභාවකට ගියේ ද පිරිසක් වෙතට ගියේද නැයන් මැදට ගියේද බොහෝම පිරිසක් සිටින ස්ථානයකට ගියේද රාජ පිරිසක් මැදට ගියේද, අසන විට මෙසේ කියයි. යමක් දන්නේදැයි අසන විට නොදන්නේ දනිමිසි බොරු කියයි. දන්නේ නොදන්නේ යයි කියයි. නොදක්කේ දකිමිසි කියයි. දකින්නේ නොදකිමිසි කියයි. මෙසේ තමා නිසා හෝ අනුන් නිසා හෝ ලාභ ප්‍රයෝජනයක් නිසා හෝ දූන දූන බොරු කියන්නේ වෙයි.’

05. පිසුනාවාවො හොති....

‘මෙතැනින් අසා මොවුන්ගේ හේදය පිණිස එතැන කියන්නේ වෙයි. එතැනින් අසා ඔවුන්ගේ හේදය පිණිස මොවුන්ට කියන්නේ වෙයි. මෙසේ සමගිව සිටින අය හේද කරන්නේ හේදවීමට අනුබල දෙන්නේ, මිනිසුන් හේද කිරීමෙහි සිත් ඇතිව, එසේ හේද කරමින්, හේද කිරීමෙන් සතුටු වෙමින්, හේද කරන වචන කියන්නේ වෙයි.’

06. එරුෂාවාවො හොති....

‘එරුෂ වචන ඇත්තේ වෙයි. පිළිල ඇති කර්කශ වූ අනුන්ට

දොස් ඇති, කෝප කරන, ක්‍රෝධයට සමීපව සිතේ සමාධිය පිණිස නොපවත්නා යම් වචන වේද එබඳු වචන කියන්නේ වෙයි.’

07. සම්ඵප්පලාහි හෝති. අකාලවාදි අභුතවාදි අනඝ්ඵවාදි අධම්මවාදි අවිනයවාදි අනිධානවතිං වාවං භාසිතා හෝති අකාලේන අනපදේසං අපරියන්තවතිං අනඝ්ඵසංහිතං.

‘අකාලවාදී, අභුතවාදී අනර්ථවාදී අධර්මවාදී අවිනයවාදී හිස්වචන කියන්නේ වෙයි. නොකල්හි කරුණු රහිතව සීමාවක් නැතිව සන්සුන් සිත්වලට දුරීමට නුසුදුසු වචන කියන්නේ වෙයි.’

මිළඟට භාග්‍යවතුන් වහන්සේ අකුසල සඤ්චේතනා ඇති දුක් උපදවන දුක් විපාක ඇති තමාටම විපත් කරන ත්‍රිවිධ ආකාර මනෝ කර්ම දේසනා කරති.

08. ඉඬ හික්බවේ එකච්චෝ අභිජ්ඣාලු හෝති....

‘මෙලොව ඇතැමෙක් විෂම ලෝභයෙන් (අභිජ්ඣා) යුතු වෙයි. අන් අයට අයත් වස්තූන්ද තමාට අයිතිකර ගැනීමට සිතන්නේ වෙයි. ඒ මෙසේයි. අන්සතු යමක් වේ නම් එයට මා සතු වන්නේ නම් මැනවැයි’ යනුවෙනි.

09. ව්‍යාපන්තචිත්තෝ හෝති...

‘තරභවට පත් සිත් ඇත්තේ වෙයි. දුෂ්‍ය වූ සිතෙහි හටගත් සිතුවිලි ඇත්තේ වෙයි. මේ සත්හු (මිනිස්සු) නැසෙත්වා බැඳෙත්වා, සිඳෙත්වා හෝ විනාශ වෙත්වායි ආදී ලෙසිනි.’

10. මිච්ඡාදිට්ඨිකො හෝති විපරිතදස්සනො, නඝ්ඵ දින්නං, නඝ්ඵ සිට්ඨං, නඝ්ඵ හුතං, නඝ්ඵ සුකට දුක්කටානං කම්මානං එලං

විපාකො, නන්දී අයං ලෝකෝ, නන්දී පරො ලෝකෝ, නන්දී මාතා, නන්දී පිතා, නන්දී සත්තා ඕපපාතිකා, නන්දී ලෝකේ සමණ්ණාන්මණා සම්මග්ගතා සම්මා පටිපන්නා යෙ ඉමඤ්ච ලෝකං පරඤ්ච ලෝකං සයං අභිඤ්ඤා සවිජ්ජන්වා පවේදෙන්තිති.

'මිථ්‍යාදෘෂ්ඨී චූයේ විපරිත දූක්මක් ඇත්තේ වෙයි. ඒ මෙසේයි. දානයෙහි විපාක නැත. යාග හෙවත් පරිත්‍යාගයේ විපාක නැත. ප්‍රජාවන්හි හෙවත් සිරිත්විරිත්වල විපාක නැත. හොඳ නරක කර්මයන්ගේ ඵලයෙක් විපාකයක් නැත. මෙලොවක් නැත. පරලොවක් නැත. මවු කියා විශේෂයෙන් සැලකිය යුතු අයෙක් නැත. පියා කියා විශේෂයෙන් සැලකිය යුතු අයෙක් නැත. ඕපපාතික සත්වයෝ නැත. යම් කෙනෙක් මෙලොව සහ පරලොව තමන් විසින් විශේෂයෙන් දැන ප්‍රත්‍යක්ෂ කොට ප්‍රකාශ කෙරෙත්ද එබඳු සමාග්ගත යහපත් ප්‍රතිපදාවෙහි යුත් මහණ බමුණෝ නැත.'

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කරන්නේ මේ ත්‍රිවිධ කාය කර්ම, චතුර්විධ වාග් කර්ම, ත්‍රිවිධ මනාකර්ම, තමාට විපත් ගෙන දෙන අකුසල සඤ්චේතනා හේතුවෙන් සත්වයෝ (විශේෂයෙන් මනුෂ්‍යයන්) ධාතු, ස්කන්ධ ආයතනයන්ගේ විසිරීමෙන් අනතුරුව, එනම් මරණින් පසු බලවත් ලෙස දුක් දෙන නිරය සංඛ්‍යාත අපායෙහි උපදින බවය. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ උපමාවක් දේශනා කරති. යම්සේ හතරැස් පසැටක් (දාදු කැටයක් බඳු) උඩට දමන්නේ යම් යම් පැත්තකින් මනාවම පිහිටයි. එසේම තිදොරින් දස අකුසල් කොට, සඤ්චේතනා හේතුවෙන් තමාට විපත් සහිත දුක්දෙන, බලවත් ලෙස දුක්විඳීමට සිදුවන නිරය සංඛ්‍යාත අපායෙහි උපදින බවය.

මහණෙනි, දැන දැන කළ, රැස් කළ කර්මයන්ගේ නොවිඳ දුක්

කෙළවර කිරීමක් නොකියමි. එය මෙලොවදී විය හැකිය. බවයේදී විය හැකිය. පසු වෙනත් බවයකදී විය හැකිය.

මිලඟට භාග්‍යවතුන් වහන්සේ, කුසල සඤ්චේතනා පිළිබඳව දේශනා කරති. මෙහි කුසල සඤ්චේතනා නිසා සැප උපදවන, සැප විපාක ඇති කාය කර්ම ත්‍රිවිධ වෙයි. කුසල සඤ්චේතනා ඇති සැප උපදවන, සැප විපාක ඇති වාක් කර්ම සතර ආකාර වෙයි. කුසල සඤ්චේතනා ඇති සැප උපදවන, සැප විපාක ඇති මනාකර්ම ත්‍රිවිධ වෙයි. අප විසින් ඉහත සඳහන් කළ සඤ්චේතනා සහිත දුක් උපදවන, දුක් විපාක ඇති දස අකුසල කර්ම තිදොරින් නොකොට හැරීම ම කුසල සඤ්චේතනා බවට පත්වෙයි. එම සඤ්චේතනා සහිත දස කුසල කර්ම සිදුකිරීම යනුවෙන් අදහස් කරන්නේ සීලයෙහි පිහිටන, කුසල චිත්තයෙහි සමන්තාගත සම්මා සමාධියට බැසගත් ගිහි හෝ පැවිදි හෝ වේවා ශ්‍රාවකයෙක් ශ්‍රාවිකාවක් බවට පත්වන බවය.

එම ත්‍රිවිධ කායකර්ම සහිත කුසල සඤ්චේතනා හේතුවෙන්ද චතුර්විධ වාක්කර්ම සහිත කුසල සඤ්චේතනා හේතුවෙන්ද ත්‍රිවිධ මනාකර්ම සහිත කුසල සඤ්චේතනා හේතුවෙන්ද සත්වයෝ (විශේෂයෙන් මනුෂ්‍යයෝ) ධාතු ස්කන්ධ ආයතනයන්ගේ විසිරීමෙන් අනතුරුව මරණින් මතු සුගති සංඛ්‍යාත ස්වර්ග ලෝකයෙහි උපදින බවය. මෙහිදී පළමු උපමාවම දක්වමින් යම්සේ හතරැස් පසැටක් උඩ දමන්නේද යම් යම් පැත්තකින් මනාවම බිම පිහිටාද, එමෙන්ම කාය, වාග්, මනෝ කර්ම සංඛ්‍යාත කුසල සඤ්චේතනා හේතුවෙන් සත්වයෝ මරණින් මතු ස්වර්ග ලෝක සංඛ්‍යාත සුගතියෙහි උපදිති.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ විසින් දේශනා කළ මෙම අකුසල සහ කුසල සඤ්චේතනා මෙන්ම ඵල විපාක පිළිබඳව අපි විවරණය කොට බලමු.

පාපකාරී - පවුකාර ජීවිතයක් ගත කළා නම් ඒ පුද්ගලයාට ගැලවෙන එක ලෙහෙසි වන්නේ නැහැ. අතීතය ගැන මතක් වන විට හැඬු කඳුලිනුයි දැස පියා ගන්නට වෙන්නේ. මේ සම්මත ලෝකයේ කොපමණ එවැනි අය සිටිනවද? අතීතය ගැන කොපමණ දුක් වෙනවද? ඒ අහිංසක අයට කළ විපත්, ඊෂීයා, නපුරුකම් මතක්වන විට අප්‍රමාණ දුක්ඛ දොමනස්ස හිතට එනවා. එනිසයි පින්වතුන් හැම කෙනෙකුටම මහත් වූ කරුණාවෙන් මේවා පෙන්වා දෙන්නේ. ළමා, තරුණ, මධ්‍යම කියන සෑම වයසකදීම ප්‍රාණසාතය, සොරකම, කාම මිථ්‍යාවාරය යන අකුසල් වලින් වළකින්න. හැකිතාක් දුරට සිහිය පිහිටුවාගෙන කටයුතු කරන්න. නැත්නම් දූන දූන කළ, සංවේතනික වශයෙන් සකස් වූ මේ අකුසල කර්මවලට විපාකය ගෙවන්නම වෙනවා. දුකින් නිදහස්වීමක් ඇත්තේම නැහැ. මිල මුදල්, ධනය, තනතුරු තිබෙනවා. මට ඥාතීන් සිටිනවා, විෂය දනුමක් තිබෙනවා යනුවෙන් සිතාගෙන සිටින්නට පුළුවනි. උඩට ගත් ආශ්වාසය ප්‍රශ්වාස කර, යළිත් ආශ්වාස කිරීමට පෙර 'මැරුණා' කියන තැනට එනවිට ඒ සිතාගෙන සිටි සියල්ලම අවසන්. සවිඤ්ඤාණක, අවිඤ්ඤාණක සියලුම වස්තූන්ගේ සම්බන්ධතාවය එහිදී අවසන්. එහිදී, සංවේතනික වශයෙන් වැඩු අකුසල කර්ම බලවත් වුණොත් බහුල ලෙස දුක් දෙන අපායෙ උපදින්නයි වෙන්නේ. කුසල කර්ම කළොත් සුගතිය උරුම වී පහසුවෙන්ම දුකින් නිදහස්වීමට පුළුවන්. අශ්‍රැතවත් ලෝකයේ වැඩි පිරිසක් කරන්නේ සතර අපායගාමී වන අකුසල්ම බව පැහැදිලියි.

පාප කාය කර්ම පිළිබඳව සිහිපත් කොට ඉවත් කරමු. ප්‍රාණසාතය. පාලි වචන කිහිපයක් සඳහන් කළොත් - ලුද්දෝ, ලෝහිතපාණී, හත පහතෙ නිව්ඨයො, ලජ්ජිඅදයාපන්නො, සබ්බ පාණභූතෙසු -

ලුද්දෝ - රෝද (රුදුරු), නපුරු, කෲර පුද්ගලයෙක්. යම් කෙනෙක් මෙසේ කියාවි. 'ඔහොම හිටියට මහ නපුරු මිනිහෙක්. සංසාර ගමනෙ මොකක්දෝ පිනකට මනුෂ්‍යයෙක් වෙලා. දැන, දෙපය හොඳට ලැබුණත් ඒ අය ළඟට වත් යන්න එපා.' එම ජීවිතය පවුකාර ජීවිතයක් බව අපේ හිත්වලට දැනෙනවා. යම් පුද්ගලයෙක් පිළිබඳව ඊෂීයාවෙන් නම් එවැනි දෙයක් පවසන්නේ, බොහෝ පිරිසකට දැනෙනවා, එම පුද්ගලයා නිවැරදි, සත්පුරුෂ කෙනෙක් මිස නපුරු කෙනෙක් නොවේ කියා. පවුකම් කරන පාපී පුද්ගලයාගේ ස්වභාවය බොහෝ දෙනෙක් හඳුනාගන්නවා.

ලෝහිතපාණී - අතේ ලේ ගැවුණු, පැහැදිලිවම අත් අයට කරදර කළ, කරන කෙනෙක්.

හත පහතෙ නිව්ඨයො - මනුෂ්‍යයන් කපා, කොටා, ගේදොර පුළුස්සා, මිනිස්සුන්ට මහ විපත් කළ කෙනෙකි.

ලජ්ජි අදයාපන්නො සබ්බ පාණ භූතෙසු - සත්ත්වයන් ප්‍රාණීන් කෙරෙහි කිසිදු දයාවක් නැති පුද්ගලයෙකි.

වර්තමාන පරිසරය තුළ යම් පුද්ගලයන් මොන විදියට එසේ ජීවත් වෙනවද?

ඇසෙන් රූපයක් අරමුණු වෙන විට, ඇසි පිය හෙළන මොහොතකදී පවා එය රූප කලාපයක් ලෙස හඳුන්වනවා. එවැනි එක් අවස්ථාවකදී චිත්තක්ෂණ 17 සකස් වෙනවා. අභිධර්ම කතාවේ පැහැදිලි කරනවා ඒ එක චිත්තක්ෂණයකදී උප්පාද, ධීති, භංග කියා අවස්ථා තුනක් දක්වනවා. භටඅරගෙන, බිඳී වෙනස් වී නැතිවී යනවා. එවිට ඇසි පිය හෙළන වෙලාවකදී $17 \times 3 = 51$ ලෙස කොතරම් වේගයෙන් මේ චිත්තක්ෂණ රැස් වෙනවාද? මේ සියල්ලම කර්ම සංවේතනයයි. කෙනෙක් තවත් කෙනෙකුට කරදර කරන්නට ඇසිපිය හෙළන වෙලාවත් වගේ කොපමණ වේලාවක්

ගන්නවාද? ඒ කාලය තුළ මොනතරම් පාපී සිතුවිලි සමුදායක් ඒ පුද්ගලයා තුළ ඇති වෙනවද?

ධර්මානුකූලව බැලූ විට, පෙර සංසාර ගමනේ යම් පිනක් නිසා මොහු මනුෂ්‍යයකු වුණත්, දැන් සංවේතනික වශයෙන් කරන මේ අකුසල කර්මවලින් ඔහුට ගැලවීමක් නැති බව ජේතවා.

මේ ධර්ම දේශනය ශ්‍රවණය කරන ඔබ හැම කෙනෙක්ම තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ කෙරෙහි මහත් වූ ශ්‍රද්ධා ගෞරවය ඇති කරගෙන ධර්ම මාර්ගයට ළංවෙන්න. ප්‍රාණඝාතයෙන් වළකින්න.

කෙනෙකුට විපතක් කරන්න සැලසුම් කරන අවස්ථාවේ සිට කර අවසන් වන තුරු මොනතරම් නරක සිතුවිලි සමුදායක් රැස්වෙනවද? යම් විටෙක එවැනි වැරදි සිදුවී ඇත්නම්, මම මින්පසු කාටවත් කරදර කරන්නේ නැහැ. අනුන්ගෙනුත් දොස් ඇහුවා. දැන් තමා මට වැරද්ද වැටහුණේ කියා ධර්මයට නැඹුරු වුනොත් හොඳයි. එසේ නොමැති වුනොත් මහත්සේ දුක් විදින්නට සිදුවෙනවා.

ලෝවැඩ සඟරාවේ සඳහන් කවි පෙළ සිහිපත් කොට බලන්න.

**කරන කලට පවු මිරිය මී සේ
විදින කලට දුක් දැඩි වෙයි ගිනි සේ**

වර්තමාන පරිසරයේ යම් පිරිසක් බොහෝ සේ අනුන්ට කරදර කරන තත්වයට පත්වෙලා. අපි වැඩියෙන් මේ ධර්මයට යොමු විය යුතුයි. බුදුරජාණන් වහන්සේ සරණ යනවා කියන්නේ ඒකයි. ඒ අදහස දැනගන්නට ඕන.

ඊළඟට සොරකම් කරන අය ගැන සිතා බලන්න. ගමේ

වෙන්න පුළුවනි. (මේ සූත්‍ර දේශනාවේ අදහසයි.) ආරණ්‍යයක, කැලයක වෙන්න පුළුවනි. අන් සතු දෙයක් ගන්නවා නම් ඒ අවස්ථාවේදී මනෝ සංවේතනික වශයෙන් සකස් වෙනවා. එය කිරීමට පෙර සැලසුම් කරනවා, උපක්‍රම භාවිතා කරනවා, අල්ලනවා, ගන්නවා, එතැනින් ඉවත් කර ගන්නවා. මේ ආදී වශයෙන් සොරකමට අදාළ සිතුවිලි සමුදායම අකුසල් රැස් කිරීමකුයි.

ඔබ වෙළඳ සැලකට හෝ ගොස් බඩුවක් ගත්විට, ඔබට ලැබුණු භාණ්ඩය හෝ නැවත ලැබුණු මුදල ඔබට අයත් නැති දෙයක් නම් (වැරදීමකින් වුවත්) ඒ දේ දැන දැන නම් ගන්න එපා.

ඔබේ පාදාන්තයේ පටන් හිස් මුදුන දක්වා ගලපා බලන්න. දවසට කී වතාවක් මෙයට කවා, පොවා, නාවා, පිරිසිදු කළත් හැබෑවටම මෙහි අයිතියක් තිබේද? ඔඵවේ තිබෙන කෙස් ගසක්, රෝම කුපයක්වත් අයිති නැති අප, මේ ස්වල්ප වූ දෙයක් සොර සිතින් ගන්නේ ඇයි? අන් කෙනෙකුගෙන්, ඔහු නොදනුවත්ව ලැබුණු දෙයක් නම් ඒවා ගැනීමත් සොරකමට අයත්. මමවත් මට හිමි නැති ලොව තුළ අන් සතු දේ මිටි මොලවා ගත්තොත් එයින් ලැබෙන්නේ මොන සැපක්ද? ඒවා අකුසල කර්ම බවට පත්වී, සිය, කෝටි, ප්‍රකෝටි තරමට දුක් විදින්න වෙයි. තුන් ලෝකයට ශාන්තිය උදා කළ තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ අසිරිමත් වූ මෙම දහම ගැන නුවණින් මෙනෙහි කරන්න.

මීළඟට කාම මිථ්‍යාවාරය. කයෙන් සිදුවන අකුසල කර්මයක්. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කරනවා.

මාතු රක්ඛිතා, පිතු රක්ඛිතා, මාතු පිතු රක්ඛිතා, භාතු රක්ඛිතා, හගිනි රක්ඛිතා, ගොත්ත රක්ඛිතා, ධම්ම රක්ඛිතා, ඥාති රක්ඛිතා, සස්වාමිකා සපිරිදණ්ඩා..... ආදී වශයෙන්.

මෙහිදී සඳහන් කරන්නේ කාන්තාව පිළිබඳවයි. යම්කිසි පිරිමියෙක්, අම්මා විසින් රකින ලද, පියා විසින්, අම්මා අප්පච්චි දෙදෙනා විසින්, සොහොයුරා විසින්, සොහොයුරිය විසින්, ඥාතීන් විසින් ගෝත්‍රය විසින්, ස්වාමියා විසින් රකින ලද, බුදුරජාණන් වහන්සේගේ කාලයේ නම් කුඩා කාලයේම මල් මාලාවක් දමා, අනාගතයේ වැඩිවියට පත්වූ විට විවාහ කරගන්නා බවට පොරොන්දුවක් දී තිබෙන ආදී කාන්තාවක් සමග කාමමිථ්‍යාවාරයේ (වරදවා ඉන්ද්‍රියයන් සතුටු කිරීමේ) යෙදෙනවා නම්,

**කායස්ස භේදා පරංමරණා අපායං
දුග්ගතිං විනිපාතං නිරයං උප්පජ්ජන්ති**

බොහෝ සේ දුක් දෙන විපාකය ගෙවීමේ කෙළවරක් දැකිය නොහැකි නිරයේ ඉපදී අප්‍රමාණ දුක් විඳීමට සිදුවේ.

මේ දහම් කතාව, තරුණ වයසේ පටන් ළමා වයස ඉක්මවා යන අවුරුදු 12, 13, 14 පටන් හැම කෙනෙකුටම ඇහෙන්න ඕන. තරුණ දූලා පුතාලා විවාහ ජීවිතයට පත් වන තුරු කුමර බ්‍රහ්මචරියාව, කුමාරි බ්‍රහ්මචරියාව රකින්න ඕන. නුසුදුසු කාලයේදී, ඉන්ද්‍රියයන් වරදවා පිනවන්නට යාමෙන් බරපතල විපාකයක් සිදුවෙන්නට පුළුවනි. විවාහයට පත් වූ අය, මව විසින් රකින ලද, පියා විසින් රකින ලද ආදී වශයෙන් ඉහත සඳහන් කළ අය හා සමග කාමයෙහි වරදවා හැසිරෙන්නට උත්සාහ කළොත් එය අකුසල් රැස්කිරීමක්. වර්තමාන පරිසරය තුළ හැම හිතකටම දූනෙන්න ඕන, විවාහයට පෙර හැකිතාක් දුරට පිරිසිදු වූ ජීවිතයක් ගතකරන්න. විවාහයෙන් පසුවත් පිරිසිදු විවාහ ජීවිතයක් පවත්වා ගැනීම අවශ්‍යයි. නින්දට යන විට මම නිවැරදි කෙනෙක් කියා සිතට දූනෙන්න ඕන.

ඔබට ලෙඩක් දුකක් ඇතිවූ වෙලාවකදී, 'මම නිවැරදි

කෙනෙක්මි. ඒ සත්‍ය වචනයේ බලයෙන් මම සුවපත් වෙමිවා' කියා අධිෂ්ඨානයක් ඇතිකර ගන්නට පුළුවනිද? එය බලවත් වූ ආශීර්වාදයක්. බොහෝ දෙනෙකුට කොපමණ තෙරුවන් ගුණ සජ්ඣායනා කර සෙත් පැතුවත් ඒ පිහිට ලැබීමට අපහසු වන්නේ, ඒ පුද්ගලයාට කරන කියන ලද පවුකම් සමග අතීතය ගැන මතක් වන නිසයි. එවිට ඒ ආශීර්වාදය ලබාගන්න ඉතා අපහසුයි. සිංහ තෙල් රඳන්නේ රත්‍රන් භාජනවල පමණයි කියා තිබෙනවා නේ. පවුකාර පුද්ගලයාට මේ ආශීර්වාදය ලබා දුන්නත් එය නොරඳන්නේ ඒනිසා බව ධර්මානුකූලව මෙනෙහි කරන්න.

වචනයෙන් සිදුවන අකුසල කර්ම හතරක් තිබෙනවා. බොරුකීම, කේලාමි කීම, ඵරුස වචන කීම, හිස් වචන කතා කිරීම.

සූත්‍ර දේශනාවේ බොහොමයක් ධර්ම කරුණු විස්තර සහිතව දක්වා තිබෙනවා. මේ කරුණු හතර සරල ලෙස හැඟුනත් එසේ නොවෙයි. බොරු කීම, යම් පිරිසක් මැදට, සභාවකට, ඥාතීන් මැදට, රජතුමා ඉදිරියට (එදා ආකාරයට) ගොස්,

'දුටුවාදැයි ඇසුවිට දුටුවත් නැහැ කියනවා. නොදැක්කේ දැයි ඇසුවිට නොදැක්කත් දුටු බව පවසනවා. ඒවගේම අසන ලද දේ නොඅසන ලද බව පවසනවා. නොඅසන ලද දේ ඇසූ බව පවසනවා.'

මේ ආකාරයට මිනිස්සු මොනතරම් බොරු කියනවාද?

රාහුල ස්වාමීන් වහන්සේට බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළේ 'දූන දූන නම් බොරු කියන්න එපා. එවැනි පුද්ගලයා හිස් කළයක් වගෙයි. මුනින් අතට හරවන ලද කළයක් වගෙයි. වතුර ස්වල්පයක් තිබෙන කළයක් වගෙයි.' බොරු කියන මනුෂ්‍යයෝ මොනතරම් උගත්කම් තිබුණත්, මොනතරම් තනතුරු තිබුණත්, මොන කුල ගෝත්‍රයේ සිටියත් හිස් අයයි. ධර්මයේ කියන

ආකාරයට 'මෝස පුරුෂයෙක්' හෝ 'මෝස කාන්තාවක්'මය.'

කේලාම් කීම - කෙනෙක් බිඳවන අදහසින් කේලාම් කියා මනුෂ්‍යයෝ මොනතරම් විපත් කරනවද?

'ධම්මී වා කතා අරියො තුණ්හි භාවො'

කතා කළ යුතු නම් යහපත් වූ ධර්මානුකූල දෙයක් කියන්න. නැත්නම් ආර්ය නිශ්ශබ්දතාවයේ සිටින්න. මෙහි නිශ්ශබ්දව සිටිනවා කියන්නේ නිදාගැනීම හෝ වැරදි දේවල් ගැන සිත සිතා සිටීම නොවේ. කාමය වැඩෙන, අතීත රසවත් දේ පිළිබඳව මෙනෙහි කර කර සිටීම නොවේ. තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ගුණ බුද්ධානුස්සති භාවනාවක් වගේ සිතනවිට, මෙනෙහි කරනවිට අපේ සිත් මොනතරම් සුවපත් වෙනවද? නින්දේදී පවා බියක් වේදනාවක් දැනුණුවිට බුදුගුණ මෙනෙහි වන විට මොනතරම් සුවපත් වෙනවද? ජීවිතයේ දුක්ඛ දොමනස්ස බුදුරජාණන් වහන්සේගේ බුදු ගුණ මෙනෙහි කරන විට සුවපත් වෙනවා. සුනාමී අවස්ථාවේදී බොහෝ පිරිසක් විනාශ වුණා. බුදුරජාණන් වහන්සේ හා ධර්මය ගැන මෙනෙහි කරලයි අපේ සිත් සුවපත් වුණේ. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කළා මේ ලෝකයේ සෑම දෙයක්ම අනිත්‍යයි, වෙනස් වෙනවා කියා. එනිසා අපි හිත හදාගෙන ධර්මයට ළංවුණා. එනිසා බොරු කියන්නේ නැහැ. කේලාම් කියන්නේ නැහැ. අන් අයගේ සිත් රිඳවන වචන කියන්නේ නැහැ. හිස් වචන, එනම් අධම්මවාදී, අභූතවාදී, අවිනයවාදී (විනයට, හික්මීමට ගැලපෙන්නේ නැති) වචන කතා කරන්නේ නැහැ. කතා කරන වචන වලින් සිත් සුවපත් වෙන්නට ඕන. ඒ වචනයෙන් සිදුවන අකුසල් හතරයි සඳහන් කළේ.

අපට ලැබී තිබෙන මුඛයෙන් මේ අකුසල් හතර සිදු නොකොට බුදු ගුණ කියන්න. කල්පයකින් පමණ අමාරුවෙන් ලැබුණු මේ උතුම් මනුෂ්‍ය ජීවිතයෙන් කතා කරන්න බැරි

මනුෂ්‍යයෝ ලක්ෂ ගණනින් ලෝකයේ සිටිනවා. උපතින්ම කතා කරන්න බැරි, උපතින්ම කණ ඇසෙන්නේ නැති ඒ හැම සුවපත් වේවා. මනසිනුත් සුවපත් වේවා. ඔබටයි මටයි දැසක් ලැබී, කතා කරන්න පුළුවන්කම ලැබී, කන් ඇසෙද්දී වචනයෙන් සිදුවන මේ අකුසල් හතර කරන්න එපා. මේවා කළොත් සතර අපායේ ඉපදී මොනතරම් දුකක් විඳින්න සිදුවේවිද? බුදුගුණ කියමු. බුදුගුණ නිසා සැනසෙමු. එසේ නැත්නම් නිශ්ශබ්දව සිටින්න. ධර්මයට ළං වෙන මනසක් සහිතව සංවේතනා සියල්ලම කුසල් මාර්ගයට යොමු කරන්න.

ඊළඟට සිතීන් සිදුවන අකුසල් තුන, එනම් **අහිජ්ඣා, ව්‍යාපාද, මිච්ඡාදිට්ඨි.**

අහිජ්ඣා (විෂම වූ ලෝභය) :-

අන් සතු දේවල් මට ලැබෙන්න. දකින දකින, අහන අහන සෑම දෙයක්ම මටත් තිබුණා නම් හොඳයි. ඒවා මට ලැබේවා. මට ලැබේවා කියන ප්‍රාර්ථනයයි. සමහර ඇත්තන්ට අතේ තිබෙන බත් පත ආහාරයට ගන්න හිතෙන්නේ නැහැ. නැති දේවල් ගැන සිතා දුක් වෙනවා. සමහර අයට බත් කෑවත් රසක් දෙනෙන්නේ නැහැ. නැති දේවල් ගැන හිත හිතා දුක්වෙනවා. තමන්ට ජීවත් වන්නට නිවහනක් තිබුණත් අන් අයට තිබෙන දේ ගැන හිත හිතා දුක්වෙනවා. ඊළඟට එය ඊර්ෂ්‍යාවක් බවට පත්වෙනවා. විෂම වූ ලෝභය කිවුවේ එයයි. ධර්ම කතාව අසා, එය නරකයි කියා බැහැර කරන්න.

ව්‍යාපාදය (තරභව) :-

ඔවුන් වැනසේවා, ඔවුන්ට විපතක්ම වේවා, ඔවුන්ගේ ශරීරයේ අංග කැඩියේවා ආදී ලෙස විවිධ ආකාරයෙන්, තරභවට පත් මනුෂ්‍යයෝ මොනතරම් දේ පවසනවද? සමහර අය පළිගහනවා කියනවා. සමහර අය පවුල පිටින්ම නැසී, විශැකී විනාශවෙන්න කියනවා. ධර්ම කතාව තේරුම් ගන්නටයි මෙය

සඳහන් කරන්නේ. ඒ වචන අයිත් කරලම දාන්න. එවැනි ව්‍යාපාදයක්, තරඟවක් ගත්තොත් තමාටමයි අහිතක් වන්නේ. ඔබ කීදෙනෙකුට මතක් කරන්න පුළුවන්ද අවුරුදු 100 ට වඩා ජීවත් වුණු දහ දෙනෙක්වත්. එය ඉතා අමාරුයි. අවුරුදු 100 දීර්ඝායුෂ තිබෙනවා කිවුවත් වැඩි පිරිසක් අතරමග මියාදෙනවා. එවැනි කෙටි කාලයක් තුළ තරඟවෙන්, අකුසල චේතනා රැස් කරමින්, අතීත සංසාරෙන් මේවා රැස් කරගෙන ඇවිත්, මේ ගෞතම බුදු සපුණත් මුණ ගැසී, නැවත නැවතත් මේ දේම සිද්ධ කරනවා නම් මොන විපතක් සිද්ධ වෙන්න පුළුවන්ද?

මිච්ඡාදිට්ඨි (මිසදිටු බව) :-

‘දස වත්ථුක මිච්ඡා දිට්ඨි. න්‍යටී දින්නං, න්‍යටී යිට්ඨං, න්‍යටී හුතං, න්‍යටී සුකං දුක්කටානං කම්මානං ඵලං විපාකො, න්‍යටී අයං ලොකො, න්‍යටී පරො ලොකො, න්‍යටී මාතා, න්‍යටී පිතා, න්‍යටී සත්තා ඕපපාතිකා....’

ආදී වශයෙන් දානයේ විපාක නැහැ. සිරිත් විරිත්වල විපාක නැහැ. වැඩිහිටියන්ට ගරු කිරීම් ආදියේ විපාක නැහැ. හොඳ නරක කර්මවල විපාක නැහැ. මෙලොවක් නැහැ. පරලොවක් නැහැ. අම්මා කියා විශේෂයෙන් සලකන්න ඕන නැහැ. පියා කියා විශේෂයෙන් උපස්ථාන කරන්න ඕන නැහැ. ඕපපාතික සත්ත්වයෝ නැහැ. මොලොව පරලොව මැනවින් දැනගෙන ස්වයං ඥානයෙන් මේ ධර්මය දැනගෙන දේශනා කරන ශ්‍රවණ බ්‍රහ්මණයෝ නැහැ. යන මේ අදහස් දස වස්තුක මිථ්‍යාදෘෂ්ඨියයි.

ඇතැම් අය සිතනවා මෙලොවක් පරලොවක් නැහැ. කවුද දන්නේ මොනවා වෙනවද කියලා. හොඳින් බැරි නම් නරකින් හෝ මිල මුදල් ටිකක් හම්බ කර ගත්තොත් මේ ලෝකෙම දිව්‍ය ලෝකෙ තමා. ඒවා නැති වුනොත් අපාය. ඒ මිච්ඡාදිට්ඨියයි. ඒ සිතීම මොනතරම් බරපතලද. අද හැදී වැඩෙන පුංචි දරුවන්ට ඔය

කතාව ඉගැන්වීමක් ලෙස ගියොත් ඔබට මහපාරෙ ඇදුමක්වත් ඇඳගෙන යන්නට බැරිවෙයි. ඒකත් උදුරාගනියි. අන්ධ ලෙස මේවා විශ්වාස කරන්න කියනවා නොවෙයි. ‘ඒහි පස්සික’ ඒ උතුම් ශ්‍රී සද්ධර්මයට ගලපා බලන්න. විමසා බලන්න. සූත්‍ර ධර්ම දහ අට දහසකට (18000) ආසන්නව තිබෙන මේ ශ්‍රී සද්ධර්මය කියවා බලන්න, අසා බලන්න, ගලපා බලන්න. එසේ නැතිව කර්මයක් නැහැ, විපාකයක් නැහැ, හොඳ නරක නැහැ, මැරුණට පස්සේ මොනවා වෙනවද කවුද දන්නේ, ආදී ලෙස මිථ්‍යා දෘෂ්ඨිය ඔබටත් තිබුණොත් පරලොව සංසාර ගමන වශයෙන් දුක් විඳින්න වෙනවා. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කළේ මොලොවදී, ඊළඟ භවයේදී එසේ නැත්නම් සංසාර ගමනෙ කොතනකදී හෝ විපාක ගෙවන්න සිදුවන බවයි.

ධම්ම පදයේ සඳහන් උතුම් ගාථා රත්නයක් තිබෙනවා.

‘තං ච කම්මං කතං සාධු
යං කත්වා නානු තප්පති
යස්ස පතීනො සුමනො
විපාකං පටිසෙවති’

යම් ක්‍රියාවක් කොට පසු තැවිල්ලට පත් නොවේද, යම් ක්‍රියාවක් කර එහි විපාකය ප්‍රීතියෙන් හා සතුටින් යුක්තව විඳින්නේද එවැනි දේ කිරීම යහපත.

නමුත් නොකළ යුතු දේත් බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වා දුන්නා.

න තං කම්මං කතං සාධු
යං කත්වා අනුතප්පති
යස්ස අස්සුමුඛො රොදං
විපාකං පටිසෙවති’

යම් ක්‍රියාවක් කර, ඒ ක්‍රියාව අනුව පසුතැවිලි වෙනවා නම්, එහි විපාක ලැබෙන විට, මතක් වන විට කඳුළු පිරි දැසින් යුතුව එහි විපාකය විඳින්න සිදුවෙනවා නම් එවැනි දෑ නොකළ යුතුයි. (නතං කම්මං කතං සාධු)

පින්වතුනි, මේ අවබෝධයට ගෙනෙන්නේ ඔබ විපාක නොදන, දන දන සංසාර ගමනේ කර්ම රැස් කරන්න ඇති. නමුත් දහම් මගට පිළිපත් ශ්‍රාවක ශ්‍රාවිකාවො බවට පත්වන විට අපට අවබෝධය තිබෙනවා. අතීත සංසාර ගමන මතකයට නොපැමිණියත් අපට ධර්ම මාර්ගය තුළ යම් අනුමානයකින් හිතාගන්න පුළුවනි. තෘෂ්ණාව තිබෙන නිසයි මේ සංසාරයෙහි ගමන් කරන්නේ. එසේනම් අකුසල් කර්ම රැස් කර තිබෙනවා. අනුසය ධර්ම පවතින නිසා අප ඒවා බැහැර කරන්න උත්සාහ කළ යුතුයි. අප විසින් සිදු කරන ලද කර්ම මේ ජීවිතයේදීම ගෙවන්න සිදුවෙනවා.

සීල, සමාධි, ප්‍රඥා මාර්ගය බලවත් කරගතහොත් මේ සංසාර ගමනේ පටන් පැවත එන අනුසය ධර්ම හෝ අප නොදනුවත්වම යම් අකුසල මාර්ගයක් වේ නම් අප ඒවා විඳිනවා. නමුත් එහි බලය, ශක්තිය, අඩු කරන්න පුළුවනි. සීල, සමාධි, ප්‍රඥා ගුණයන් බලවත් කරන විට අකුසල හෝ පාප කර්ම පැමිණියත් ඒවාට විපාක දෙන්නේ බලය හීනවෙලයි. ඒ වගේම ධර්ම මාර්ගයේ සිත සකස් කරගෙන තිබුණම අපේ හිත සුවපත්ව තබන්න පුළුවනි.

ගත ලෙඩ වුණත් සිත ගිලන් කර නොගන්නොත් අපට මනස සංතෘෂ්ඨියෙන් සැනසිල්ලෙන් පවත්වා ගන්න පුළුවනි. තවත් සරල අදහසක් සඳහන් කළොත් ජීවත්වෙන්න මහා මන්දිරයක් නැති වුණත්, අතු පැළක, තනි කාමරයක ගහක් යට සිටියත් සන්තෘෂ්ඨියෙන්, සැනසිල්ලෙන් සිටින්න පුළුවනි. හටගත්

හැම දෙයක්ම නැතිවෙන ලෝකයක, සීලයේ පිහිටා සමාධිය දියුණු කරගෙන සමාස් ප්‍රඥාව ලබන්න උත්සාහ දරන්න.

මේ හැම දෙයක්ම අනිත්‍යය බව මෙනෙහි කරන විට මේ ලෝකික ලෝකයේ ඇලීම, ගැටීම, සංසිදෙනවා. මේ ධර්ම මාර්ගයට ළඟවන විට, සම්මුතිය තුළ මම මගේ යනුවෙන් කටයුතු කළත්, දරුවො - දෙමව්පියො, ස්වාමි - භාය්‍යා වශයෙන් ළඟවී කටයුතු කළත්, මේ හටගත් හැම දෙයක්ම නැතිවෙලා යන අවබෝධය තියෙනවානේ. සම්මුතියේ මේ කථා කරන මමවත් මට උවමනා ආකාරයට පවත්වා ගන්න අපහසුයි කියන අවබෝධයක් තියෙනවානේ. එසේ නම් මොනතරම් අපි අපේ යයි කිවුවත් ඒ කිසිවක් පරමාර්ථ වශයෙන් දකින කොට අපට අයත් වෙන්නේ නැහැ. මම වෙන්නේ නැහැ. ධාතු, ස්කන්ධ, ආයතනයන්ගෙන්, මේ කය හට ගත්තා සේම විසිරී ගිහිත්, කායස්ස භේදා පරං මරණං, කය බිඳී, ධාතු, ස්කන්ධ ආයතනයන් විසිරී මියැදුණා යැයි කියනවා.

අවසන් වශයෙන් නිදසුනක් දක්වන්නම්. හතරැස් ලෙස, මනාව සකස් කළ මැණික් කැටයක් උඩට දූම්මොත්, මොන පැත්තට වැටුණත් හොඳින් පිහිටනවා. ඒ හතර පැත්තම එකම ආකාරයට සමානව කපා තිබෙන නිසායි. එම නිදසුනෙන් දක්වන්නේ පැහැදිලිවම මේ පුද්ගලයෝ අපායේ උපදින බවයි.

නමුත් මේ අකුසල සංවේතනා සිතුවිලි වලින් වැළකී, කුසල කර්ම කළොත්, මේ කය බිඳී යන විට අර්හත් බෝධියට පත්වී නැත්නම් සුගතිගාමී වෙනවා.

ඔබ සියළු දෙනාම දන්නා කරුණු වුවත්, පරමාර්ථ වශයෙන්, නිවන අරමුණු කරගෙන, මේ ධර්මය මෙනෙහි කරන්න. බොහෝ දෙනෙකුට මේ දැනුම තිබෙනවා. දැනුම තිබුණොත් එය අවබෝධයට නොගෙන යම් මනුෂ්‍යයෝ පාපකාරී ජීවිතවලට

යොමු වෙනවද? සම්මතයේ කියනවා බාහිරව යහපත් අය, හොඳ අය, දැනුම තිබෙන අය, තනතුරු තිබෙන අය කියා. ඒ වුවත් පරමාර්ථ වශයෙන් විදර්ශනාවෙන් බැලුවොත් මේ අය නොදැන හෝ රහසේ වැරදි කරන අපායගාමී පුද්ගලයෝ නොවේද කියා වටහාගැනීමට පුළුවනි. එනමුත් කුසල ධර්ම සිදුකරමින් ගුණ දහමින් පිරිපුන්ව ජීවිත ගතකරන විශාල පිරිසක්ද අප අතර සිටීම මහත් සැනසිල්ලකි.

ඔබත් මමත් පළමුව අධිෂ්ඨාන කරගෙන, මේ අකුසලයන්ගෙන් වළකීමු. කල්‍යාණවන්තව, අනෙක් අයටත් නිවන අරමුණු කරවා, තෙරුවන් කෙරෙහි ශ්‍රද්ධා ගුණය ඇති කර, අපත් තවදුරටත් ධර්මයට ළංවී, ලද උතුම් මනුෂ්‍ය ජීවිතයෙන් උතුම්ම ඵල නෙලාගන්නට උත්සාහ කරමු. එම ආරාධනාව හා සමගින් හැමටම උතුම් චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය අවබෝධයෙන් අමා නිවන් පිණිසම මේ ගෞතම බුදු සසුනේම වැඩ වඩන්නට සැනසේවා යි ප්‍රාර්ථනා කරමින්, අධිෂ්ඨාන කරමින් සූත්‍ර දේශනාව අවසන් කරනවා. ඔබ හැම දෙනාටම උතුම් තුනුරුවන් සරණයි.

සාධු ! සාධු ! සාධු !

කර්ප්කාය සූත්‍රය

නමෝ තස්ස භගවතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස
නමෝ තස්ස භගවතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස
නමෝ තස්ස භගවතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස

ඒවං භාවිතා බො භික්ඛවෙ මෙත්තා චේතොවිමුත්ති
අනාගාමිකාය සංවත්තති, ඉධ පඤ්ඤාය භික්ඛුනො
උත්තරිං විමුත්තිං අප්පට්ඨිජ්ඣතො

‘මහණෙනි, මෙසේ වඩනාලද මෙහි විත්ත විමුක්තිය මතුයෙහි අර්හත්ව විමුක්තිය අවබෝධ නොකරන්නා වූ ප්‍රඥා ඇති මහණහට මෙලොවදීම අනාගාමී බව පිණිස හේතු වෙයි.’

කාරුණික වූ පින්වතුනි,

උතුම් බුදුරුවන, සදහම් රුවන, ආයථි මහ සඟරුවන, තුනුරුවන් සතු අනන්ත අසිරිමත් වූ ගුණ බෙලෙන් පින්වතුන් සියළු දෙනාටම ජීවිත ගමනේ දැහැමි පිළිවෙත් මගක සියළු කායික මානසික සුව සොම්නස් සැලසී, කිසිවිටෙකත් දුක් කරදර කම්කටොළු බාධක නොම වී උතුම් වූ ධර්මාවබෝධය පිණිසම මේ දේශනාවත් උපකාරක ධර්ම පෙළක්ම වේවායි පළමුකොට මහත් වූ කරුණාවෙන් අධිෂ්ඨාන කරනවා. ප්‍රාර්ථනා කරනවා.

ඔබ අප සියළු දෙනාම ලබාගත් මේ මනුෂ්‍ය ජීවිතය ඉතාම

දුර්ලභ අවස්ථාවක්, ඉතාම වටිනා අවස්ථාවක්. මේ දීර්ඝ වූ සංසාර ගමනේ සියළුම සත්ත්වයෝ වැඩිපුරම උපත ලබා තිබෙන්නේ, කල් ගතකර තිබෙන්නේ සතර අපායන්හි බව භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කර තිබෙනවා. එසේ දුක් විඳි මොන තරම් අපහසුවෙන්ද මේ මනුෂ්‍ය ජීවිතය ලබාගත්තේ. ඒ මනුෂ්‍ය ජීවිතය ලැබීමත් සමග මේ උතුම් ශ්‍රී සද්ධර්මය ශ්‍රවණය කරන්න පුළුවන් හික්ෂු - හික්ෂුණී, උපාසක - උපාසිකා නම් වූ සිවු පිරිස වැඩ වසන, ජීවත් වන කලාණ මිත්‍ර සම්පත්තිය ලං කරගන්න පුළුවන් පරිසරයක් අපට මුණගැසී තිබෙනවා. ඒ ප්‍රත්‍යයන්න දේශය මේ භූමියයි. අපගේ දෙමව්පියන්ගේ පටන් අපට කලාණ මිත්‍ර සම්පත්තිය ලැබී තිබෙනවා. පවින් වළක්වා, යහපතෙහි පිහිටුවා, මේ ආදී වශයෙන් මේ උතුම් දහමට අප කැඳවාගෙන පැමිණුණා. අප විසින් කළ යුතු වන්නේ සමායක් දෘෂ්ඨිය ඇති කරගෙන සමායක් ප්‍රඥාව පහළ කර ගැනීමයි. ඒනිසා දුර්ලභව ලබාගත් මනුෂ්‍ය ජීවිතයත්, ඉතාම අපහසුවෙන් අපට මුණගැසුණු මේ ගෞතම බුදු සසුනෙහි ප්‍රයෝජන ගැනීමට සිත්හි දරාගෙන අපි සියලු දෙනාම ධර්මයට ලංවෙමු.

සෑම විත්තක්ෂණයක් - විත්තක්ෂණයක් පාසාම අපේ සිත පරමාර්ථ ධර්ම වශයෙන් පිහිටුවා ගන්නට පුළුවනි. එනම් විදසුන් නුවණින් පවත්වා ගන්නට පුළුවනි. සතර සතිපට්ඨානයට අනුව කය, විදීම, සිත හා සිතුවිලි, ආරම්භණ මෙන්ම, මේ සතර ආකාරයෙන් කෙලෙස් තවන වියරියෙන්, මනාව විමසුම් සහිත පරීක්ෂාකාරී නුවණින් යුක්තව කටයුතු කළොත් මේ සත්ත්ව සංකාර ලෝකයෙහි දැඩි ඇලීම් ආශාවන් සහ දොම්නස් එනම් රාගය හා පටිසය සංසිදුවාගෙන, බැහැර කරගෙන, නිවන් මගට පිළිපත් ආයරී ශ්‍රාවකයෙක්, ශ්‍රාවිකාවක් බවට පත්වන්නට පුළුවනි. ඒනිසා ඔබ අප හැම දෙනාමත් ඒ මගට ලංවෙමු.

ජීවිතයේ පුරුදු කරන ලද දාන, සීල, භාවනා සහ සීල,

සමාධි, ප්‍රඥා ත්‍රිශික්ෂා මාර්ගය මේ දේශනාව ඔස්සේත් අපි වැඩිදියුණු කර ගනිමු.

පින්වතුනි, ඒ සඳහා මග පෙන්වන්නට අප විසින් ආශ්‍රය කරගනු ලබන සූත්‍ර දේශනාව නම් අංගුත්තර නිකායේ දසක නිපාතයේ සඳහන් 'කර්මකාය' සූත්‍ර දේශනාවයි.

මෙය ඔබ මම මේ දරාගෙන සිටින ධාතු, ස්කන්ධ, ආයතනයන්ගෙන් සමන්වාගත මේ පුඤ්ජය මුල් කර ගෙන පෙන්වා දෙනු ලබන සූත්‍ර දේශනාවකි. ධාතු යයි සඳහන් කළේ සතර මහා ධාතූන්ය.

- ★ පඨවි (තද ගතිය)
- ★ ආපො (වැගිරෙන ස්වභාවය)
- ★ තෙජො (උෂ්ණය)
- ★ වායො (සුළඟ) නම් වූ

මේ හතරින් නිර්මාණය වූ එකතු වූ පුඤ්ජයයි ශරීරය, කය, මම යනුවෙන් සම්මුතියේ අප හඳුන්වන්නේ. ඒ වගේම ස්කන්ධ පඤ්චකය, රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණයි. රූප යනු ධාතු කොටස් වලින් සමන්විත කොටසයි. වේදනා (විදීම) සැප, දුක්, මධ්‍යස්ථ බවයි. සංඥා හඳුනාගැනීමයි. සංඛාර - රැස් කිරීමයි. (කයෙන්, වචනයෙන්, සිතීන්) ඒ වගේම විඤ්ඤාණය අරමුණ තීරණය කිරීමයි. මේ ස්කන්ධ පඤ්චකම නැවතත් නාමරූප ධර්ම යනුවෙන් බෙදා වෙන් කර ගන්නවා.

මිලඟට ආයතන වශයෙන් හැඳින්වූයේ වක්ඛු, සෝත, සාණ, ජීවිතා, කාය, මන (ඇස, කණ, නාසය, දිව, ශරීරය, මනස) යන හයයි. සංකෂ්පයක් ලෙසින් සඳහන් කළොත් මේ ධාතු, ස්කන්ධ, ආයතනයන් ගෙන් සමන්විත වූ මේ පුඤ්ජයටයි (එකතුව ගොඩ) අප සම්මුතියෙහි මම යනුවෙන් හඳුන්වන්නේ. ඒ වගේම බාහිර ආරම්භණයන්ගෙන් ඔබ යනුවෙන් හඳුන්වන්නේත්

එයමයි. එය අප්‍රකාශිත - බහිද්ධ වශයෙන් විදසුන් නුවණින් පරීක්ෂා කොට බලන්නට ආරාධනා කරනවා..

අප්‍රකාශිත නම් තමා තුළින්ම මේ ධාතු ස්කන්ධ ආයතනයන් අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත නම් වූ ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මයට යටත් කොට දකිමින් අවබෝධයට ගන්නවා. නැවත නැවතත් මෙනෙහි කරනවා.

මේ විදසුන් නුවණ කුමක් වෙනුවෙන්ද?

සසර ගමනේ පැවැත්මට හේතුවන දුක උපදවන, කර්ම රැස් කරන, රාග - දෝෂ - මෝහ මුළුමණින්ම බැහැර කරවන තෙක් ඒ අවබෝධයට පැමිණීමටයි. බහිද්ධ යනුවෙන් සඳහන් කළේ බාහිර අරමුණු සමගිනුයි නිතර ජීවත් වන්නේ. දෙමව්පියෝ බොහෝ විට සඳහන් කරන්නේ, දුවේ, පුතේ නුඹලා වෙනුවෙන් අපි ජීවත් වන්නේ. ස්වාමියා - බිරිඳ, සොයුරු - සොයුරියන්, බාහිර ධන ධාන්‍ය, ගේ දොර, ඉඩකඩම් වතුපිටි ආදී වශයෙන් මේ හැම ආරම්භණයක්ම බහිද්ධ ආරම්භණයි. මේ සියල්ල සවේනනික වුනත්, අවේනනික වුනත්, ඒ හැම අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත නම් වූ ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මයට යටත් කොට දකිනවා. අවබෝධයෙන් දුක විදසුන් නුවණින් බලනවා.

එවිට 'යංකිංචි සමුදය ධම්මං සබ්බංතං නිරෝධ ධම්මං' යමක් හටගන්නා සුඵද, ඒ හැම නැසෙන සුඵය යනුවෙන් අවබෝධ වෙන්න පටන් ගන්නවා. අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මය කෙරෙහි වඩ වඩාත් අවබෝධයට පත් වෙනවා. උදයව්‍යය, භංග ඤාණය, භයතු පටිඨාන ආදී වශයෙන් නව මහා විදර්ශනාව පටන් ගෙන දියුණු වී ගෙන යන්නේ මේ අනුවයි. අපට පැහැදිලියි, ඔබත් අපත්, සියළු දෙනාමත් මේ සූත්‍ර දේශනාව දේශනා කරන්නේ, ශ්‍රවණය කරන්නේ රාග, ද්වේශ, මෝහ බැහැර කරන්නයි.

මේ කර්මකාය, නැත්නම් අප සඳහන් කළ ධාතු, ස්කන්ධ, ආයතනයන්ගෙන් සමන්විත ශරීරය මුල් කරගෙන මම, මගේය මම වෙමි යයි පවසමින් සක්කාය දිට්ඨිය පෙළ ගස්සාගෙන, සවියක් කරගෙන ආත්ම සංඥාවෙන් අරමුණු අරගෙන කර්ම රැස් කරනවා. භව චක්‍රය සකස් කරනවා. එයින් සිදුවන්නේ වැඩිපුරම සතර අපායේ ඉපදී දුක් විදින්න සිදුවීමයි. මේ ශරීරය මුල් කරගෙන සිදුකළ පාපයන් වෙත්නම් ඒවා අනුසය වශයෙන් අප සමග පැමිණ තිබෙනවා. අනුසය වශයෙන් සඳහන් කළේ බලවත් ලෙස යටපත්ව පවතින ක්ලේෂ ධර්මයි.

මේවා ප්‍රධාන වශයෙන් කොටස් හතයි.

- ★ රාගානුසය
- ★ මානානුසය
- ★ පටිසානුසය
- ★ දිට්ඨානුසය යනුවෙනි.
- ★ අවිජ්ජානුසය
- ★ විචිකිච්ඡානුසය
- ★ භවරාගානුසය

දැන් මේ ධර්ම කථාවේදී විදර්ශනා නුවණින් දකිමින් මේ අනුසය වශයෙන් සඳහන් කළ බලවත් වූ කෙලෙස් ධර්ම ටික ටික ඉවත් කරන්නට ගලවන්නට උත්සාහ දරන්න ඕන. මෙතෙක් සඳහන් කළා සේ අප්‍රකාශිත ලෙස පාදාන්තයේ පටන් හිස් මුදුන දක්වාම තමා කෙරෙන් දකිමින්, ධාතු, ස්කන්ධ ආයතනයන්ට බෙදාගෙන මැනවින් හඳුනාගෙන, ඒ සියල්ල අනිත්‍යාදී වශයෙන් දකිනවා. බාහිරින් ගන්නා අරමුණුත්, සවිඤ්ඤාණක හෝ අවිඤ්ඤාණක වස්තූන්ද අනිත්‍යාදී ලක්ෂණ, එසේ නැත්නම් අනිත්‍ය දුක්ඛ අනත්ත ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මයට යටත් කොට දකිනවා. විදසුන් මාර්ගයේ ගමන් කිරීම ආරම්භ කරන්නේ මේ ලෙසිනුයි.

මේ 'කර්මකාය' සූත්‍ර දේශනාවේදී තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ මෙසේ දේශනා කරනවා.

'මහණෙනි, මම දැන දැන රැස්කළ කර්මයන්ගේ නොවිඳ දුක් අවසන් කිරීමක් නොකියමි. එය මේ ජීවිතයෙහිම විය හැකියි. දෙවන ජන්මයේදී විය හැකියි. ඊළඟ ජන්මයක විය හැකියි. මහණෙනි, මම දැන දැන කළ, රැස් කළ කර්මයන්ගේ විපාක නොවිඳ දුක් කෙළවර කිරීමක් නොකියමි.'

නැවතත්, භාග්‍යවතුන් වහන්සේ අප කෙරෙහි මහත් වූ කරුණාවෙන් මෙසේ දේශනා කරනවා. ඒ මේ ආර්ය ශ්‍රාවකයා පහවූ විෂම වූ ලෝභ ඇත්තේ, පහ වූ ව්‍යාපාද හෙවත් තරභ ඇත්තේ මුළු නොවූයේ සමාසක් ප්‍රඥා ඇතියේ, එළඹ සිටි සිහි ඇතියේ මෙන්තා සහගත සිතින් එක් දිශාවකට පතුරුවා වාසය කරයි. දෙවන දිශාවටද තෙවන දිශාවටද සිවුවන දිශාවටද, එමෙන්ම උඩ යට මැද නම් වූ හැමතන්හි සර්ව ආත්ම භාවයෙන් හැමතාක් ලොව මහත් වූ මහද්ගත වූ අප්‍රමාණ අවෙර, තරභ නැති මෙන්තා සහගත සිතින් පතුරුවා වෙසෙයි.

මෙසේ පුරුදු කරන ලද ශ්‍රාවකයා හෝ ශ්‍රාවිකාව මෙසේ දැනියි. පෙර මාගේ සිත අභාවිත වූයේ කුඩායි. දැන් මාගේ සිත සුභාවිත (මනාකොට වඩා ඇත්තේ) වූයේ අප්‍රමාණ වෙයි. යම් ආකාරයක කරන ලද කර්මයක් වේ නම්, එය එහි ඉතිරි නොවෙයි. එය එහි නොසිටියි. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ, හික්ෂුන් වහන්සේලාගේ මෙසේ ප්‍රශ්න කරනවා. මහණෙනි, ඒ කුමක් නිසා දැයි සිතන්නේද? ළදරු කාලයේ පටන් ඉදින් ඒ මේ කුමර මෙමිත්‍රී විත්ත විමුක්තිය වඩන්නේ නම්, පාප කර්මයක් කෙරේද? හික්ෂුන් වහන්සේලා පිළිතුරු දෙන්නේ, භාග්‍යවතුන් වහන්සේ එය එසේ නොවේමය, කියාය.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ නැවතත් මෙසේ ප්‍රශ්න කරති. දුක්, පාප කර්ම නොකරන්නහු ස්පර්ශ කෙරේද? එනම් පාප කර්ම නොකරන්නහුට දුක් ලැබේද යන්නය. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ, එසේ නොවේමයි. දුක්, පවි නොකරනහු කෙසේ නම් ස්පර්ශ කරන්නේද?

මහණෙනි, ස්ත්‍රියක විසින් වේවායි, පුරුෂයකු විසින් වේවයි මේ මෙමිත්‍රී විත්ත විමුක්තිය වැඩිය යුතුමයි. ස්ත්‍රියගේ වේවයි පුරුෂයාගේ වේවයි මේ කර්මය (මවුපියන් නිසා හටගත් කය) පරලොව ගෙනයා හැකි නොවේමැයි. මහණෙනි, මේ මිනිස් තෙම විත්තක්ෂණාන්තරයක් ඇත්තෙකි. හෙතෙම මෙසේ දැනියි. මෙලොවදී, මා විසින් පෙර මේ ශරීරයෙන් යම්කිසි පවිකමක් කරන ලද නම් ඒ හැම මෙලොවදීම වින්ද යුතු වෙයි. එය තමා අනුව යන්නක් නොවන්නේය.

'මහණෙනි, මෙසේ වඩනා ලද මෙමිත්‍රී විත්ත විමුක්තිය, මතුයෙහි අර්භත්ව විමුක්තිය නොලබන ප්‍රඥා ඇති මහණහට මෙලොවදීම අනාගාමිඛව පිණිස හේතුවෙයි.

මේ ආකාරයෙන්ම කරුණා සහගත සිතින් එක් දිශාවකට පතුරුවා වාසය කරයි. දෙවන දිශාවද එසේය. තෙවන දිශාවද එසේය. සිවුවන දිශාවද එසේය. මෙසේ උඩ යට සරස හැමතන්හි සර්වාත්මභාවයෙන් හැමතාක් ලොව විපුල මහද්ගත අප්‍රමාණ අවෙර තරභ නැති කරුණා සහගත සිතින් පතුරුවා වාසය කරයි.

මුදිතා (අන් අයගේ දියුණුව දැක සතුටුවීම) සහගත සිතින් එක් දිශාවකට පතුරුවා වෙසෙයි. දෙවන දිශාවද එසේය. තෙවන දිශාවද එසේය. සිවුවන දිශාවද එසේය. මෙසේ උඩ යට සරස හැමතන්හි සර්වාත්මභාවයෙන් හැමතාක් ලොව විපුල අප්‍රමාණ අවෙර තරභ නැති මුදිතා සහගත සිතින් පතුරුවා වාසය කරයි.

උපේක්ෂා (මධ්‍යස්ථ බව) සහගත සිතින් එක් දිශාවකට පතුරුවා වෙසෙයි. දෙවන දිශාවද එසේය. තෙවන දිශාවද එසේය. සිවුවන දිශාවද එසේය. මෙසේ උඩ යට සරස හැමතන්හි සර්වාත්මභාවයෙන් හැමතාක් ලොව විපුල මහද්ගත අප්‍රමාණ අවෙර තරභ නැති උපේක්ෂා සහගත සිතින් පතුරුවා වාසය කරයි.

මෙසේ මෙන්තා, කරුණා, මුදිතා, උපේක්ඛා ගුණ සහගත සිතින් සෑම දිශාවන්හි පතුරුවා වෙසෙන ශ්‍රාවකයා හෝ ශ්‍රාවිකාව මෙසේ දැනී. 'පෙර වනාහි මාගේ සිත අභාවිත වූයේ (මෙසේ නොවන ලද්දේ) කුඩා විය දැන් වනාහි මාගේ සිත සුභාවිත (මනාකොට මෙසේ වඩනා ලද්දේ) වූයේ අප්‍රමාණ වෙයි. මා විසින් යම් කර්මයක් ප්‍රමාණ කරන ලදද ඒ කර්මය මෙහි ඉතිරි නොවෙයි. එය එහි නොසිටන්නේය.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මෙසේ ප්‍රශ්න කරති. 'මහණෙනි, කුමක් හඟවුද? ළදරු කල පටන් මෙම කුමර කරුණා විත්ත විමුක්තිය.... මුදිතා විත්ත විමුක්තිය.... උපේක්ඛා විත්ත විමුක්තිය වඩන්නේ නම් පව් කරන්නේදැයි' යනුවෙනි.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ, එය එසේ නොවේමය.

මහණෙනි, දුක විසින් පව්කම් නොකරන්නාහු ස්පර්ශ කරන්නේද? (එනම් දුක ගෙන දෙන්නේද?)

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ, දුක පාපකර්ම නොකරන්නාහු කෙසේ නම් ස්පර්ශ කරන්නේද? නොහැකිමය.

මහණෙනි, ස්ත්‍රියක විසින් වේවයි, පුරුෂයකු විසින් වේවයි මේ කරුණා සහගත වේතෝ විමුක්තිය වැඩිය යුතුය. මේ මුදිතා සහගත වේතෝ විමුක්තිය වැඩිය යුතුය. උපේක්ඛා සහගත වේතෝ විමුක්තිය වැඩිය යුතුය. මහණෙනි, ස්ත්‍රියගේ හෝ පුරුෂයාගේ මේ කය පරලොව ගෙන යා හැකි නොවේ. මහණෙනි, මේ මිනිස් තෙම විත්තකෂණාන්තරයක් ඇත්තෙකි. හෙතෙම මෙසේ දැනී. මා විසින් මේ ලෝකයෙහි පෙර මේ කයෙන් යම් පාප කර්මයක් කරන ලදද ඒ හැම මෙලොවදීම වින්ද යුතු වෙයි. එය අනුව යාමක් නොවන්නේය. 'මහණෙනි, මෙසේ වඩනා ලද කරුණා විත්ත විමුක්තිය, මුදිතා විත්ත විමුක්තිය, උපේක්ඛා විත්ත විමුක්තිය මතුයෙහි අර්භත්ව විත්ත විමුක්තිය නොලැබුවේ නම්,

එය ප්‍රඥා භික්ෂුහුගේ මෙලොවදීම අනාගාමී බව පිණිස හේතු වෙයි.

මෙම උතුම් දේසනාවේ ඔබට වඩාත් අවබෝධය පිණිස, ධර්ම විචරණයක් ලෙස නැවත පැහැදිලි කරන්නෙමි.

අප අපේ දහම් දැනුම අවබෝධ කරගැනීමට සමථ විදර්ශනා භාවනා ඔස්සේ පිලිපත් ආයාඝී ශ්‍රාවකයෙක් ලෙසින් සකස් වෙනවා. ඒ මාර්ගයට උදව් පිණිස දස පාරමිතා, දස පුණ්‍ය ක්‍රියා, සතර සංග්‍රහ වස්තු, මේ ආදී ලෙසින් අප මාර්ගය සකස් කර ගන්නවා.

මීළඟට භාවනා මාර්ගයට ළංවන විට සජ්ත විගුද්ධිය, ඒ වගේම සජ්ත බොජ්ඣංග ධර්ම යන මේවා කෙරෙහි සිහිය පිහිටුවා ගන්න. කෙටියෙන් (සංක්ෂිප්තව) සඳහන් කළොත්, සත්තිස් බෝධි පාක්ෂික ධර්මයන් කෙරෙහි සිහිය පිහිටුවා ගන්නවා.

සත්තිස් බෝධි පාක්ෂික ධර්ම යනු,

සතර සතිපට්ඨානය	(4)
සතර සමාස් පදන් වීයාඝී	(4)
සතර සාද්ධිපාද	(4)
පඤ්ච ඉන්ද්‍රිය	(5)
පඤ්ච බල	(5)
සජ්ත බොජ්ඣංග ධර්ම	(7)
ආයාඝී අෂ්ඨාංගික මාර්ගය	(8)
	<u>(37)</u>

මේවා එකින් එක විමසා බලමින් කුසල් මගට අවතීර්ණ වෙනවා.

මේනිසා පින්වතුනි, මෙමත්‍රී සහගත සිත පිළිබඳව මේ ධර්මය තුළින් දකින්නේ කෙලෙසින්ද යන්න භාග්‍යවතුන්

වහන්සේ මෙසේ සඳහන් කරනවා. විෂම වූ ලෝභය බැහැර කරගෙන, ව්‍යාපාදය (තරහව) බැහැර කරගෙන, එක් දිශාවක් අරමුණු කරගෙන මෙෙත්‍රී පතුරනවා. ඔබ සියළු දෙනාටම මෙෙත්‍රීය පිළිබඳව අදහසක් තිබෙන නිසා මෙෙත්‍රීය පිළිබඳව දීර්ඝව සඳහන් නොකර සරල අදහසක් පමණක් සඳහන් කරන්න කැමතියි.

**අහං අවෙරො හොමි
අබ්‍යාපජ්ජො හොමි
අනීසො හොමි
සුඛී අත්තානං පරිහරාමි**

මම වෙර නැත්තෙක් වෙමිවා
තරහ නැත්තෙක් වෙමිවා
දුක් පීඩා නැත්තෙක් වෙමිවා
සුවසේ වෙසෙමිවා

මුළු ශරීරයටම දූනෙන ආකාරයට පාදාන්තයේ පටන් හිස් මුදුන දක්වාම මනාකොට සිහිය පිහිටුවාගෙන සර්ව ආත්මභාවයෙන්ම මෙෙත්‍රීය වඩන්න. මේ සූත්‍ර දේශනාවේ සිංහල අදහස එයයි.

බුදුරජාණන් වහන්සේ ගේ ධර්මයට අනුව, ස්ථිරව පවත්නා සත්ත්වයෙක්, පුද්ගලයෙක්, ආත්මයක් පිළිබඳව සඳහන් කරන්නේ නැහැ. නමුත් මේ සම්මුතිය තුළ පැහැදිලි කරන්නේ, සර්ව ආත්මභාවයෙන් සිහිය පිහිටුවන කොට පාදාන්තයේ පටන් හිස් මුදුන දක්වාම මනාකොට දූනෙනවා සේ, අවබෝධයෙන්ම ඔබ මෙෙත්‍රීයට අනුගත වෙනවා. එසේ අනුගත වී තමා, තමාට දක්වන හිතවත්ත භාවය තේරුම් අරගෙන 'මම වෙර නැත්තෙක් වෙමි, තරහ නැත්තෙක් වෙමි, දුක් පීඩා නැත්තෙක් වෙමි, සුවසේ වෙසෙන්නෙමි' මේ ආකාරයට මෙෙත්‍රීය දක්වනවා. මුළු සර්වාංගයටම මනාකොට සිහිය පිහිටුවන, විට ආශ්වාසය, ප්‍රශ්වාසය මුළු ශරීරය පුරාම ගමන් කරනවා සේ, රුධිරය මුළු

ශරීරය පුරාම ගමන් කරනවා සේ, තේජෝ ධාතුව මුළු ශරීරය පුරාවටම දූනෙනවා වගේ, ඔබේ හිතට එයට මනාකොට දූනෙනවා.

මේ මනාකොට ඔබට දැනුණු මෙත්තා සහගත සිතින් ඔබ දන්නා ආකාරයට දෙමව්පියෝ, හිතවත්ත අය, මැදහත් අය, අහිතවත්ත අය හා සියළුම සත්ත්වයෝ කෙරෙහි එලෙසින් සුවපත් වේවා යනුවෙන් මෙත්තා සහගත සිත පතුරුවනවා. කිසිදු බෙදීමකින් තොරව, මගේද, මගේ නොවේද, මගේ රටේද, මගේ රටේ නොවේද ආදී වෙනසකින් තොරව හැමටම තමා තමාට දක්වන හිතවත්ත භාවය වගේ එයට අනුගතවී සර්ව ආත්ම භාවයෙන් මෙත්තා සහගත සිත පතුර වන්නට පුළුවන්කම ලැබෙනවා.

මේ සූත්‍ර දේශනාවේ සඳහන් කරන්නේ පළමුව එක් දිසාවක් වෙනුවෙනි. එය අපි හිතමු නැගෙනහිර දිශාව ලෙසින්, ඒ වගේම බටහිර දිශාව ලෙසින්. ඒ වගේම උතුර, දකුණ මේ ආදී වශයෙන් සතර දිශාව, ඊළඟට උඩ, යට යන සය ආකාරයෙන් දක්වන දිශාවන් වෙනුවෙන් තමා තමාට දක්වන මෙත්තා සහගත සිත, මෙෙත්‍රීභාවය, හිතවත්ත භාවය, ඒ විදියටම පතුරුවනවා. මගේද, මගේ නොවේද, මට ප්‍රයෝජනයක් තිබෙනවද, නැතිද අපට හිතවත්ත අයද අහිතවත්ත අයද පෙනුම තිබෙන අයද, නැති අයද, අපේ ධර්මයට අයත් අයද, එසේ නැති අයද, මේ ආකාරයට කිසිදු වෙනසක් නොමැතිව මෙෙත්‍රීය පතුරුවනවා.

සම්මුතියෙහි මම, මට මොනතරම් හිතවත්තද? ලෙඩක් දුකක් හැදෙනවාට කැමති නැහැ. දැන දෙපය රිදුනොත්, වැඩ කරගන්නට බැරිවුණොත්, මොනතරම් විපතක් වෙනවද? අඩුම තරමින් හිසේ වේදනාවක්, කුසේ වේදනාවක්, දතේ වේදනාවක් ඇති වුණොත් මොනතරම් දුකක් දූනෙනවාද? එසේ බලවත්

වේදනාවක් ඇතිවුණොත් මනුෂ්‍යයෝ මොනතරම් කැරලි හඬනවාද?

හිස මත තිබෙන බරක් නම් පැත්තකින් තියන්න පුළුවනි. කාට හෝ ඉවත් කරන්න යයි කියන්න පුළුවනි. නමුත් යකඩයේම හටගන්නා මල වගේ, ගසේ හටගන්නා පිළිලය වගේ මේ ශරීරයේම හටගන්නා දුක් කරදර නිසා කපනවා පුළුස්සනවා වගේ වේදනා දැනෙන කොට මොනතරම් දුකක්ද? ඔබ, ඔබට හිතවත්තා යයි කියා දැනෙනවාද?

ඇසට රූප, කණට ශබ්ද ආදී වශයෙන් අපේ සිතට බාහිර අරමුණු පවා අනිෂ්ඨ අරමුණක් නොවී ඉෂ්ඨ අරමුණක් වන්න පුළුවනි නම්, ඉෂ්ඨ අරමුණෙහි නොඇලී විදර්ශනාවෙන් දැක ගැනීම අවශ්‍යයි. නැත්නම් තණ්හා, මද මාන, දෘෂ්ඨියට හසුවෙනවා. ඒ වගේම අනිෂ්ඨ අරමුණ පටිඝයක් කරගන්නේ නැතිව ඉෂ්ඨ අරමුණෙහිම තබාගන්න උත්සාහ දරනවා.

ඔබ ධර්ම ශ්‍රවණය කරනවා, ස්වාමීන් වහන්සේට ඔබ ඉෂ්ඨ අරමුණක් වගේම ස්වාමීන් වහන්සේට ඔබත්, ඉෂ්ඨ අරමුණකි. එය යහපත් වූ අරමුණක් නේ. මේ මනාව සන්සුන් වූ විහාර පරිසරය අප කාටත් ඉෂ්ඨ අරමුණකි.

අපට නෙත ගැටෙන හැම අරමුණක්ම ඉෂ්ඨ අරමුණක් ලෙසින් දකින්න පුළුවනි නම්, මේ මගේ අම්මා වගේමයි, මේ මගේ තාත්තා (අප්පච්චි) වගේමයි, සහෝදරියක්, දුවෙක්, පුතෙක් වගේමයි. බාහිර පෙනුමෙහි වෙනසක් නොමැතිව මුළු ලෝකයා කෙරෙහිම දකින්න පුළුවනි නම් එය සැනසිල්ලක්. ඒ වගේ ඉහත සඳහන් කළ ලෙසින් සය දිශාවටම මෙහි සහගත සිත ඇතිකර ගන්නට පහසු වෙනවා.

දැඩි ආශාවන් ගෙන් තොරව, ව්‍යාපාදයෙන් (පටිඝයෙන්)

තොරව මනස සකස් වෙනවා. සතර සතිපට්ඨාන සූත්‍රයෙහි දක්වන, සත්ත්වයන්ට පිරිසදවීම පිණිස, සෝක පරිදේව දුක් දොම්නස් බැහැර කර හැඩිම් වැළපීම් බැහැර කර නුවණ පහළ කරගෙන, නිවන් අරමුණ කිරීම පිණිස උපකාරක ධර්ම බවට පත්වෙනවා.

විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෝමනස්සං - මේ සංස්කාර ලෝකයේ දැඩි ආශාවන්, දොම්නස්, දුරු කරන්නේය. සංසිදුවන්නේය යන අදහසයි. මෙහිදී මෙමත්‍රිය වුවත් විදර්ශනාව ඔස්සේ සකස් වෙන්නේ. අභිජ්ඣා, දෝමනස්ස වලින් බැහැරව දැඩි ආශාවන්, පටිඝයක්, තරහවක් නැතිව අපේ සිත සංසිදී තමා කෙරෙහිවත්, බාහිර අරමුණු කෙරෙහිවත් ඇලෙන්නේ නැහැ. ගැටෙන්නේ නැහැ. රූප්වුණු දේවල් හලනවා, අත් හරිනවා. එය පටිනිස්සග්ගයයි.

**සුසුබං වත ජීවාම
වෙරිනෙසු අවෙරිනො
වෙරිනෙසු මනුස්සෙසු
විහාරාම අවෙරිනො**

වෛරී, තරහව හටගන්න, ඇවිලෙන, හඬන, වැළපෙන, පස් පච්චි කරන දොඩමළුවන මනුෂ්‍යයින් අතර අවෛරීව, මම මෙමත්‍රී සහගත සිතින් වාසය කරනවා යනුවෙන් සර්ව ආත්ම භාවයෙන් හැම අරමුණකම මුළු ශරීරයටම දැනෙන්නට ඕනේ.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කරන්නේ, මේ කර්මකාය එනම් ධාතු ස්කන්ධ, ආයතනයන්ගෙන් සමන්තාගත ශරීරය දිරාගෙන යනවා. ලෙඩවලට උරුමයි. මරණයෙන් කෙළවර වන (සමුච්ඡේද මරණය, සම්මුති මරණය) මේ කයේ ස්වභාවය මුල් කරගෙන මෙමත්‍රීයට අනුගත වෙලා දකිනවා. මේ විදියට දකින කොට, භාග්‍යවතුන් වහන්සේ පෙන්වා දෙනවා, පෙරදී හිත

වැඩුණේ බොහොම (පරිත්ත) අඩු වෙනුයි. දැන් අප්‍රමාණ ලෙස වැඩෙනවා.

මෙම ක්‍රියා හොඳින් පුරුදු වුණේ නැති නම් ඉක්මණින් තරහා යනවා. හිත හොඳින් තබාගන්නට පුළුවන් ටික වේලාවයි. සමහර ඇත්තෝ කියන්නේ 'ළගින් ගියත් වැරදියි, බැලුවත් වැරදියි' කියලා. සමහර වෙලාවට දෙමව්පියෝ, දරුවෝ කෙරෙහි පවා තරහ ඇතිවෙන්න පුළුවනි. යම් විටෙක තුනුරුවන් කෙරෙහි වෙන්වත් පුළුවනි, ගැටෙන්න පුළුවනි. හේතුව නම් මේ හිත මෙම ක්‍රියාවට හුරු පුරුදු නැහැ. එය පරිත්තයි. අල්පයි. නමුත් තමන්ට දැනෙන්න පටන් ගන්නවා. ස්වභාවික හිතක් වෙන විට, නිතර නිතර පුරුදු කරන ලද හිතක් වන විට, පින්වතුනි අප්‍රමාණ ලෙස මෙම ක්‍රියා වැඩෙන්න පටන් ගන්නවා.

යම් කෙනෙක් ගහන්නට හැදුවත්, යම් කෙනෙක් බැන්නත්, ඉදිරියටම ඇවිත් දොස් කිව්වත් තමන් වැරදි නම් තමන්ට නිවැරදි වෙන්නට පුළුවනි. තමන්ගේ ජීවිතය ආරක්ෂා කර ගන්නවා. හැබැයි ගැටෙන්න යන්නේ නැහැ. තදින් ඇලෙන්න, උපාදානය කර ගන්න යන්නේ නැහැ.

සැරියුත් මහා රහතන් වහන්සේට එක්තරා බමුණෙක් පිටුපසින් පැමිණ මීට මොලවා පහරක් ගැහුවා. ටික දුරක් වඩිනා තුරු බලාගෙන සිටි බමුණා නැවත ගොස් කියනවා 'මට සමාවෙන්න ස්වාමිනි' ඇයි සමාව ඉල්ලන්නේ? ඔබ වහන්සේට මම ගැහුවා. ඔබ මට ගැහුවද? පින්වතුනේ ඒ කුමක්ද වුණේ? උන්වහන්සේගේ සිතේ ඇලීමක් ගැටීමක් නැහැ. තණ්හක්බය - තණ්හාව ක්‍ෂය කරලා. එවිට ගතට වැදුණත් සිතට වදින්නේ නැහැ.

පින්වතුනේ, තෘෂ්ණාව තිබෙන මනුෂ්‍යයින්ට, නුපුරුදු හිතක් ඇති මනුෂ්‍යයින්ට ගතට නොවැදුණත් හිතට වදිනවානේ. ඒ නිසානේ බැල්ම කෙරෙහි පවා ගැටෙන්නේ. 'ඒ මගේ දෙසමයි

බලාගෙන සිටින්නේ. මට බණිනවා ඇති. මට දොස් කියනවා ඇති.' මොනතරම් පටිස වේදනාවක් ඔළුවේ තියාගෙන, හිතේ තියාගෙන මොන තරම් දුක් විදිනවද? තරහා ගන්නවාද? නින්දා යන්නේ නෑ. මේ මෙම ක්‍රියා පුරුදු කර නැති සිතයි. ඒ සිත පරිත්තයි. අල්පයි. හොඳට වැඩිලා නැහැ. කේන්ති ගන්නවා. මෙම ක්‍රියා අඩුයි.

මෙම ක්‍රියා පුරුදු කෙනෙකුට හිත හොඳට වැඩුණාම එය ඒ අයටම හොඳින් දැනෙනවා. තමා කෙරෙහිවත්, ලෙඩදුකක් ඉදිරියෙන්වත් ගැටෙන්නේ නැහැ. බෙහෙත් හේත් කරනවා. වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර කරනවා. නමුත් විදර්ශනාවෙන් දකින කොට භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කළා නොවේද 'නේතං මම', මම මගේ නොවෙයි කියලා. 'නෙසො හමස්මි' මම නොවෙමි. 'නමෙසෝ අත්තා' - මගේ ආත්මය නොවෙයි. මේ ආකාරයට වැටහෙන්න පටන් ගන්නවා. ඔබට වැටහෙනවද, පින්වතුනි, මේ කය පරමාර්ථ වශයෙන් දකින විට තමාට අයිති නෑ කියලා. සිත වඩ වඩාත් වඩන කොට ඒ බව හොඳින් වැටහෙන්න පටන් ගන්නවා.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මිලඟට සඳහන් කරනවා, පුංචි කාලේ එනම් කුමර කුමරි කාලයේ සිට මෙම ක්‍රියා සහගත සිත ඉහත විස්තර කළා සේ මනා ලෙස වැඩුණා නම් පවි සිදුවෙන්න පුළුවන් කම තිබුණාද? නැහැ. එහෙම වෙන්නේ නැහැ. අවබෝධයෙන් යුක්තව මනාකොට මෙම ක්‍රියා වැඩෙන විට පස් පවි වලට යොමුවන්නේ නැහැ.

ප්‍රාණියෙක් නැති කරන්නේ කොහොමද? කෙනෙකුට කරදර කරන්නේ කොහොමද? යම් කෙනෙකුගේ දෙයක් සොරකම් කරන්නේ, ඉන්ද්‍රියයන් වරදවා සතුටු කරන්නේ, බොරු කියන්නේ, කොහොමද? මෙම ක්‍රියා සහගත සිතක් ඇතිවන විට එය කරන්න පුළුවනිද?

කවුරු හෝ මට කරදර කරනවා නම්, මගේ දේවල් සොරකම් කරනවා නම්, ඉන්ද්‍රියයන් වරදවා සතුටු කරනවා නම් අඩු තරමේ වචනයකින් හෝ මට කරදර කරනවා නම්, මට රචනාවා නම්, මාව රචිතව හදනවා නම් කැමතිද පින්වතුනි? මෙත්තා සහගතව, සිත සකස් වෙනවා නම් පාපයට ලංවෙන්නේ නැහැ. කුඩා කළ සිටම සකස් වුණා නම් සංසාරයේ රැගෙන ආ දේවල් අත්හරින්න මොන තරම් පුළුවන් කම තිබුණද? මේ ජීවිතයේ සකස්වන පාප කර්ම සහ අනුසය ධර්ම බැහැර වෙන්න ඉඩ තිබුණානේ.

පින්වතුනි, දුකට පුළුවන්ද පව් නොකරන අය ආශ්‍රය කරන්න. නැත්නම් ස්පර්ශ කරන්න. ඉන් අදහස් කළේ, පව් නොකරන අයට දුක් දෙන්න පුළුවන්ද? පව් නොකරන අයට දුක් ලැබෙනවද? සංසාර ගත දෝෂ නිසා යම් යම් විපාක ලබන්න පුළුවනි. දැන දැන කර්ම රැස් කළොත් පාප කර්ම සිදු කළොත් නැවත නැවතත් අකුසල් රැස් කළොත් එහි විපාකය විදින්න වෙනවා. ඒනිසා යම් විටෙක යම් යම් දෝෂවලට මුහුණ දෙන්න පුළුවනි. නමුත් මේ ජීවිතයේ මෙත්තා සහගත සිතින් කටයුතු කිරීම නිසා, එමෙන්ම අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මයට යටත් කර දකින්නට තරම් මේ මනස පුරුදු කළ නිසා, පව් රැස් වෙන්නේ නැහැ. එවිට දුකට ලංවෙන්නේ නැහැ. දුක් ලැබෙන්නේ නැහැ.

සංසාර ගමනේ කරන ලද අකුසලයක විපාක මේ ජීවිතයේ පල දන්නත් මේ අවබෝධය පවත්වන නිසා ඔබ කියාවි ඒ දුක් සතුටින් පිළිගන්නවා කියලා. එය ජීවිතයේ යථාර්ථය දැකගන්නට උපකාර කර ගනිවි. සමහර ඇත්තෝ සරල සිංහල වචනයෙන් සඳහන් කළේ, 'පැමිණි දුක් පැණි රසයි' යනුවෙනි.

බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ධර්මයට ලංවූ රහතන් වහන්සේලා පවා මේ කය දරා සිටිනවා නම් එහි අනිෂ්ඨ අරමුණ

දකිනවා. සම්මා සම්බුදුරජාණන් වහන්සේ ගේ පවා මේ ධාතු ස්කන්ධ, ආයතනයන්ගෙන් සමන්තාගත වූ මේ කය ලෙඩ වෙනවා, දිරාගෙන යනවා.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කළේ,

පරිපක්ඛො වයො මයිනං
 පරිත්තං මම ජීවිතං
 පභාය වො ගමිස්සාමි
 කතං මෙ සරණමත්තනා

'ආනන්ද මම දැන් හොඳටම මහළුයි. දිරාගෙන ගිය කරත්තයක් වගේ තව ටික කාලයකින් නුඹලා අත්හැර මම යන්න යනවා. තමා තමාට සරණක් කොටගන්න.'

මේ කය දරාගෙන සිටිනවා නම් එයට මුහුණ පාන්න වෙනවා. එවිට ලෙඩ වන විට, දුක් වෙන කොට, අවබෝධයෙන් යුතු සිත හඬන්නේ නැහැ. වැළපෙන්නේ නැහැ.

සෝචනි, පරිදේවනි, කිලමනි, උරත්තාලිං කන්දනි, සම්මෝහං අපජ්ජනි.

ශෝක කරනවා, වැළපෙනවා, ළයෙහි අත් ගසා ගන්නවා, ක්ලාන්ත වෙනවා, මුළාවට පත් වෙනවා. ඒ ස්වභාවයට පත් නොවී අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මයට යටත් කර, පාදාන්තයේ පටන් හිස් මුදුන දක්වාම ගලපා බලන්න පුළුවනි. මෙය ටිකෙන් ටික සකස් වෙන්නට ඕන. එවිට දුකට, පව් රැස් නොකරන අයට ලං වෙන්න බැහැ. දුක, කායික වශයෙන් දැනෙයි. එය අනිෂ්ඨ අරමුණක් ලෙසින් තේරුම් ගන්නට - දුක දුකක් ලෙස හුලක් ලෙස අපේ සිතට ඇතුළු කරගන්නේ නැහැ.

සමහර ඇත්තෝ සඳහන් කරන්නේ 'මම දන්නේ නැහැ මට මොනවා වෙලාද කියලා. මොනවා කළත් හරියන්නේ නැහැ. මම මොන තරම් පින්කම් කරනවාද? මට දෑන් හැම දෙයක්ම එපාවෙලා.' මෙසේ අදහස් කරන්නේ ධර්ම සංවේගයෙන් නොවේ. පටිසයකිනි. මේ අවස්ථාවට එන්න හොඳ නැහැ.

හටගත් හැමදෙයක්ම නැති වන බව සාමුක්කංසන දේශනාවෙහි භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කළා නොවේද? ඒ අවබෝධය මට දෑන් තිබෙන නිසා අතපය සොලවන්න බැරිව උඩුකුරුව සයනය කළත්, මම අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනත්ත යන ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මය, අවබෝධයට ගෙනෙන විට එය දුකක් ලෙසින් දැනෙන්නේ නැහැ. මගේ හිත සංසිදෙන බව දැනෙනවා.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කළා පින්වතුනි, යම්වූද, ස්ත්‍රියක් වුවත්, පුරුෂයෙක් වුවත් මෙම ත්‍රී විත්ත විමුක්තිය වැඩිය යුතුමයි කියලා. එනම් මෙත්තා සහගත විමුක්තිය, ඇලීම් ගැටීම් වලින් නිදහස් වීමයි. එයට හේතුව තමයි පින්වතුනේ, අප මේ ලබාගත්ත ශරීර කුඩුව, මරණය හා සමගින් අරගෙන යනවාද?

**සබ්බං පහාය ගංතබ්බං
සබ්බං නික්ඛිප්ප ගමීනං**

මේ ශරීරයත් මගේ - මගේ යයි අල්ලාගත් සවිඤ්ඤාණක, අවිඤ්ඤාණක හැම වස්තුවක්ම මෙලොව දාලයි යන්න වෙන්නේ. එසේ නම් මේ ශරීරය කවා, පොවා, නහවා, පිරිසිදු කරමින්, ළමා තරුණ කාලයේ හැඩ බැලූ, ඇඳුමෙන් පැළඳුමෙන් සරසවා, රසයි, රසයි කියමින් දිවට කොපමණ රස දෙන්න ඇද්ද? ඇස් දෙකෙන් කොපමණ රූප බලන්න ඇත්ද? මේ ඉන්ද්‍රියන් හයෙන් මොනතරම් සතුටු කරන්න ඇතිද? ඒ වුනත් අමතක කරන්න එපා, මේ කය දාලා යන්න වෙනවා. මේ නිසා වරදින් ඉන්ද්‍රියන් පිනවන්න එපා.

අපට මොහොතක් මොහොතක් පාසා සිතුවිලි සකස් කරගන්න පුළුවනි. විත්තක්ෂණාන්තරයක් තිබෙනවා. බණ (ක්ෂණ) සම්පත්තිය යනු දුර්ලභව ලැබුණු මේ මනුෂ්‍ය ජීවිතයයි. එහි හැම සිතුවිල්ලක් ඔස්සේම නුවණින්, සිහි නුවණින් යුතුව අපට දකින්න පුළුවනි. මෙතෙක් ඇති කර ගත් අවබෝධය හැම සිතක්, සිතුවිල්ලක් ඔස්සේම මෙනෙහි කරන්න. හැකිතාක් දුරට සතර සතිපට්ඨානයෙන් පුරුදු කරන ලද සිතින්, මෙම ත්‍රියෙන් සකස් කරන ලද මනසින්, හැම විත්තක්ෂණයක් ඔස්සේම දැඩි ආශාවෙන් තොරව, පටිසයෙන් තොරව විදර්ශනාවට යොමුවන්න. ඔබේ සිත සුවපත් වෙනවා. ඒ ආකාරයට දියුණු කරගෙන ගියොත්, හික්ෂුවක්, හික්ෂුණියක්, උපාසක කෙනෙක්, උපාසිකාවක්, අරහත් බෝධියට පත් වන්නට නොහැකි වුණොත්, භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කරනවා, අනාගාමී බවට පත්වෙන්න පුළුවනි. බලන්න, මොනතරම් දුර ගමනක් මෙම ත්‍රියෙන් ආරම්භ කර, අවබෝධයෙන්, විදර්ශනාවෙන්, අපට යන්න පුළුවනිද?

මේ ආකාරයට මෙම ත්‍රියෙන් පමණක් නොව කරුණාවෙන්, එනම් අනුන්ගේ දුක ඉදිරියේ හදවතේ ඇතිවන උණුවන ගතිය, නම් වූ ගුණයද මේ සය ආකාරයටම සියළු දිශාවන්ට පවත්වන්න පුරුදු විය යුතුය.

ඒ වගේම මුදිතාව - අනුන්ගේ දියුණුව දැක ඇතිවන සතුට, නිරාමිසව ඇතිවන සතුට, ප්‍රීතිය ඒ ආකාරයටම පවත්වන්න ඕන. එනම් මුදිතාව සියලු දිශාවන්හි පැතිරවීමයි.

මීළඟට උපේක්ඛා - උපේක්ෂාව, සැප දුක් දෙකම මධ්‍යස්ථව දරා ගැනීමයි. සොම්නස්, දොම්නස් දෙකම බැහැර කිරීමයි. මේ සියල්ල ම අත් හැරීමයි. ඉහත සඳහන් කළ මෙම ත්‍රිය සේම සියලු දිසාවන්හි පැතිරවීමයි.

මේ ආකාරයට මෙත්තා, කරුණා, මුදිතා, උපේක්ඛා යන

සතර බ්‍රහ්ම විහරණය, මනසේ පහළ කරගන්න පුළුවනි. මේ ගුණාංග හතරම ආරම්භ කොට එයට අනුගත වී කටයුතු කළොත් අවිද්‍යා, ව්‍යාපාද බැහැරව යන විට අපේ හිත මනාව පුරුදු වී අනාගාමී තත්වයට විදර්ශනාවෙන් රැගෙන යන්න පුළුවන් බව භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කළා.

ගැඹුරු වූ අදහස් පෙළක් ඉතාම සරලව දේශනා කළේ ඔබ සියළු දෙනාගේම, ජීවිත වලට මෙම ක්‍රියා අවබෝධයන් පුරුදු කර ගැනීමටයි. එය එතැනින් දියුණු කර විදර්ශනාව දක්වා දියුණු කළොත් ඔබට වැටහෙනවා මේ අවිද්‍යා, ව්‍යාපාද සංසිදෙන විට තමන්ගේ සිත සුවපත් වෙන බව. 'මම සුවපත්ය' යන අදහසින් මේ මෙත්තා, කරුණා, මුදිතා, උපේක්ඛා යන කරුණු හතරම එකසේ පතුරුවන්න හිත පුරුදු කරන්න.

මේ උතුම් ගෞතම බුදු සසුනේදීම ඒ උත්තම වූ චතුරායඝී සත්‍යය ධර්මාවබෝධයෙන් අමා නිවන් සුව පිණිසම පින්වත් වූ ඔබ සියළු දෙනාටම උපකාරක ධර්ම පෙළක් ම වේවායි මහත් වූ කරුණාවෙන් අධිෂ්ඨාන කරනවා. ප්‍රාර්ථනා කරනවා.

සාධු ! සාධු ! සාධු !

ආචාර්ය සුපනීය මිරිස්සේ ධම්මික ස්වාමීන් වහන්සේ විසින් ගුවන් විදුලිය ඔස්සේ ප්‍රචාරය කරන ලද ධර්ම දේශනාවන් ඇසුරෙන් සකස් කරන ලද ධර්ම ග්‍රන්ථයකි.

“ප්‍රඥා ප්‍රභා”
සිරි සුදස්සනාරාම සදහම් සෙනසුන
පන්නිපිටිය පාර,
බත්තරමුල්ල.
web : www.buddhismforyou.org

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