

මහ රහතුන් වැඩි මග ඔස්සේ

ඔබ දුක් උදෙසා දුක් විඳිනවා එහෙත් අප....



ආරණ්‍යවාසී හික්ෂුව ඇතුළු පැවැත්වෙලින් මෙන්ම දසුනෙන්ද ශාන්තය. එහෙත් ආරණ්‍යවාසී හික්ෂු සමාජය සිටින්නේ ගිහි සමාජයට දුරින්. පහසුකම් අවම, වන සතුන් ගහන වනයේ උන්වහන්සේලා සිත් අලවා වාසය කරති. ඇතැම්විට මේ වර්ගවලට ජීවිතයක්. මේ ස්වාමීන්වහන්සේලා ගිහිනගේ දුකට කටයුතු වලට දායක වීම අල්ප වැඩිත් සමහරක් ගිහි ජීවිතය මේ වර්ගවලට විවේචනය කරන්නා වූ අවස්ථාද අසා ඇත්තෙමි. මෙය නොහඳුන්වන්නේ ඒ නොදන්නාකමින් පාපයන් රැස්කරති. මෙම ආරණ්‍යවාසී දිවි පෙවෙත සහ එහි හර පද්ධතිය ගැන ලොවට විවෘත වුවහොත් එය නොදන්නාකමින් පවී රැස්කරන ගිහිනට මෙන්ම මෙම ආරණ්‍ය සම්ප්රදායේ සැබෑ හරය සොයනා පැවිදි උතුමන්ටද සරණක් වනු ඇත. ඒ වෙනුවෙන් මම පසු සිවුරු දරන, පිණිසපාතයේ වඩින, වනයේ සරන, බාහිර ක්රියාවෙන් මෙන්ම ආධිකාරයෙන්ද සැබෑ බුදුපුත්තකුගේ අදහස් පැහැදිලි. ආරණ්‍ය වාසය ගැන කිසිවක් නොදන්නා අයකුගේ මානසිකත්වයකට ආරෝපණය වී ජීවිතය කිහිපයක් මතුකළෙමි. ඒවාට ගාමිහිරි පිළිතුරු සැපයූ උන්වහන්සේ අලි,කොටි, වලසුන් වෙසෙන වනමැදක වන අරහත් භූමියක ගල් කුටියක විවේකීව වැඩවාසය කරති. විවේකය අතිශයින් අගයකරන ඒ බුදුධපුත්රයාණෝ එම විවේකයට බාධා නොවීම පිණිස සිය අනන්තයා ව හෝ වැඩවෙසෙන වන අරණ ගැන මෙහි සඳහන්කරනු ඇතැයි බව මම දනිමි. එනිසා ඒ කිසිවක් සඳහන් නොකර මේ සාකච්ඡාව පමණක් ඉදිරිපත් කරමි.

මම - ස්වාමීන් වහන්ස, ඇයි ඔබ වහන්සේලා හික්ෂුන් වහන්සේලා ලෙසින් මෙලෙස කැලෑ තුළම ජීවත් වන්නට තීරණය කළේ?

හික්ෂුව - අපේ ඉලක්කය කරා යන්නට එය පහසුවක් වන නිසා

මම - ඒත් මේ ජීවිතය හරි දුෂ්කරයි හේද?

හික්ෂුව - දුෂ්කර කියන වචනය ඔබ අර්ථ දැක්වන විදිහට නම් එහෙම වෙන්න ඇති

මම - ඔබ වහන්සේ එහෙම පවසන්නේ දැන් ඔබට දුක පත්තිශං වෙලා.. ඒ කියන්නේ දුක හුරුවෙලා තිසාද?

හික්ෂුල - දුක හුරුවෙලා නිසා නෙමෙයි. දුක අවබෝධ කරගන්න උත්සාහ කරන නිසා

මම - ඒත් යථාර්ථය දුක විඳිනවා කියන එකමයි...?

හික්ෂුල - හොඳයි මම ඔබගෙන් මෙහෙම ඇහුවොත්.....

ඵරමාදායද දුක? අඵරමාදායද දුක?

මම - ඵරමාදායයි

හික්ෂුල - හා... එහෙනම් ඔබ ඔය ඔබේ කාලය සහ අනිකුත් දේවල් ඉතා මහන්සිවෙලා සැලසුම් කරන්නේ මොකටද? කාලයට සාපේක්ෂව අඵරමාදී වන්න හේද? ලෞකික දේවල් පහසුවෙන් රැස්කරගන්න හේද? ඒත් ඒ සැලසුම්වලින් ඔබ රැස්කරන්නේ ලෝකයේ පැවැත්මට අදාළ දේම හේද? ලෝකයේ නැවැත්මට නැත්නම් ජාති, ජරා, විශාධි, මරණ පිරැණු මේ ලෝකයෙන් ඇත් වෙන්න ඔබ සැලසුම් සකස්කරනවද? මේ කෝර කටුක සංඝාරයෙන් ඇත් වෙන්න හේද අඵරමාදී විශ යුත්තේ. ඔරලෝසුවට අනුව ඔබගේ අඵරමාදාය ඇත්තටම ඵරමාදායක් උදෙසාම හේද? ඔය මහන්සිවෙලා පෙර සැලසුම් හදාගන්නේ තව තවත් දුකම රැස්කරන්න හේද? ඒ කියන්නේ ඔබ දුක විඳින්න සැලසුම් හදනවා. ඒත් අපි එහෙමද? අඵරමාදාය උදෙසාම කැපවීම නිසා කාලයවත්, වෙන දෙයක් ගැනවත් කිසිම සැලැස්මක් අපට අදාළ වන්නේ නැහැ. ඒ නිසාම ඔබට සාපේක්ෂව අප දිවිය සැහැල්ලුයි. අපට දුක අඩුයි. ඇත්තටම එහෙම බලද්දි අපට දුකක් ඇත්තෙම නෑ. හැබැයි මෙහෙම දෙයක් තියෙනවා. අපට යම් යම් පහසුකම් අවම තමයි. ලැබුණු දෙයකින් සතුටු වෙන්න වෙනවා. එක වෙලකින් ඉන්නත් වෙනවා. පිණ්ඩපාතය වඩින්නත් වෙනවා. ඒක පීඩාවක්. හැබැයි ඒ කිසිවක් සඳහා ඔබ තරම් නම් මහන්සිවෙන්නෙ නැහැ. ඔබ ඉගෙනගන්න ඕනි. රස්සාවල කරන්න ඕනි. අඹු දරුවන් පෝෂණය කරන්න ඕනි. ඒත් ඒ ඉවරයක් නැති සටහෙදි ඔබට වැඩිපුරම රැස්වෙන්නේ අකුසල්ම හේද? ඒ සටහේ ඉවරයක් තියෙනවද? ඒකෙ කෙළවර අවිනිශ්චිතයි. ඒත් අපි එහෙම නෙමෙයි. මේක අපි දැනගෙන යන ගමනක්. ඒකේ අවසානයක් තියෙනවා. එය සැබෑ අවසානයක් කරා යන ගමනක්. අපි එය අනිවිඳිමිනුයි මේ ගමන යන්නේ . අත් දුකිමිනුයි යන්නේ. දුකක් හෝ අපහසුවක් නිසා අපට වැඩෙන්නේ කුසල් නම්. දීර්ඝ කාලීනව බලද්දි ඒ කුසලයන් දුකෙන් සදහටම මිදෙන්න අපට හේතුවක් වෙනවා නම් ඒක සැපයක් නෙමෙයිද?

එහෙනම් යථාර්ථය ඔබ දුක උදෙසා දුක විඳිනවා. අපි ලොව වඩාත් ශරේෂ්ඨ සැපය උදෙසා සැප විඳිනවා.

මම - පඩු පොවපු සිවුරු පොරවන, පිණ්ඩපාතයේ වඩන ස්වාමීන් වහන්සේලා නගරයේත් වැඩ ඉන්නවා. උන්වහන්සේලා තමන්ද ආරණ්‍යවාසී භික්ෂූන් ලෙසින් හඳුන්වාගන්නවා. ඒ කියන්නේ ආරණ්‍යවාසී භික්ෂු සම්ප්රදායට නගරය බාධාවක් නොවෙන බවද?

භික්ෂුව - වඩා වැදගත් වන්නේ කැලේ සිටිමින් ආරණ්‍යවාසී ලේඛලය ගසාගැනීමටත් ගමේ හිඳිමින් ග්රාමවාසී ලේඛලය ගසා ගැනීමටත් නෙමෙයි. ඒ දෙකම අයිති දුකටයි. භික්ෂුව කියන්නේ සසර බිය දැකිමින් ඉන් ඵතෙරවන්නට උත්සහ කරන කෙනෙක්. කොහේ හෝ භික්ෂුවක් සිටිනවා නම් ඒ භික්ෂුවගේ අරමුණ සසරින් නිදහස්වීමම වියයුතුයි. ඒ නිසා උන්වහන්සේ විසින් අනුගමනය කළ යුත්තේ දුකින් නිදහස්වීමේ මාර්ගය හෙවත් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයයි. ඉතින් ඒකට කැලේම විය යුතු නැහැ. ඇත්තටම ආරණ්‍ය සම්ප්රදාය කියන්නේ භික්ෂු ජර්නිපදාවකටයි. පඩු ගහපු සිවුරු පෙරවීමත්, පිණ්ඩපාතය වැඩීමත් භික්ෂු සම්ප්රදායේ අංග දෙකක් මිස සැබෑ භික්ෂු ජර්නිපදාවේ හරය නෙමෙයි. භික්ෂුවක් නගරයේ සිටියත් ඒ ජර්නිපදාව තුළ නම් වැඩ ඉන්නේ, ආරණ්‍යවාසී භික්ෂුවක් ලෙසින් උන්වහන්සේව හැඳින්වීම වරදක් නැහැනේ? ලේඛලය ඒ තරම් වැදගත් නැහැ.

ඒත් අමතක කරන්න ඵපා බුද්ධ දේශනාව. නගරයේ පළිබෝධ වැඩි නිසයි Zපිංවත් මහණෙනි, ඔය තියෙන්නේ වන සෙනසුන්, ගස් මුල්, ශුන්සාගාර...

ඉතින් අජරමාදි වෙන්නZ කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළේ. ඉතින් උන්වහන්සේ පවා අනුදැන වදාළේ නිවන් මග යැමේදි හුදෙකලා වනසෙනසුන් පරිහරණය කරන්න කියලා හේතුවක් නිසාමයි. බුදු කෙනෙකු අහේතුකව දෙයක් දේශනා කරන්නේ නැහැ. ඒ වගේම බුදු භාමුදුරුවෝ ඇතුළු සියලු මහ රහතන් වහන්සේලා සිය ඉලක්කයන් සපුරාගත්තේත් හුදෙකලා වන සෙනසුන් ඇසුරුකරලයි.ඵහෙම බැලූඅවහම බුදුභාමුදුරුවෝත් ආරණ්‍යවාසී. සැරියුත් භාමුදුරුවෝත් ඵහෙමයි. මහා කාශ්‍යප මහරහතන් වහන්සේත් ඵහෙමයි. තමන්ගේ කාර්යය සපුරාගත්තට පසුව තවදුරටත් වනවාසීව සිටීමට ඵකල බහුතරයක් ස්වාමීන් වහන්සේලාට අවශ්‍ය වුණේ නැහැ. ඵකටත් හේතුවක් තියෙනවා. පුරපු පාරමී අනුව අනෙකුත් සත්වයන්ටත් සසර දුකින් ඵතෙරවීමට අවශ්‍ය මාර්ගය පෙන්වාදීම උන්වහන්සේලාගේ මූලිකත්වයෙන් සිදුවිය යුතුව තිබු දෙයක් වුණා. ජර්නිපදාව වඩන කෙනෙකුට නගරය බාධාවක් වුණාට ජර්නිපදාව සම්පුර්ණ කරගත්තු කෙනෙකුට නගරය බාධාවක් වෙන්න බැහේ.

මම - ස්වාමීන් වහන්ස ඈත්තටම මොකද්ද මේ හුදෙකලා ආරණ්‍යවාසී ජීවිතයක තියෙන වෙනස, නැතිනම් වටිනාකම

භික්ෂුව - සරලයි. හරිම නිදහස්. භාහිර බලපෑම් නැ. ඒ වගේම කාමයන් අඩුයි. හරිම සුවදායකයි. අල්පේච්ඡතාව නිසා බලාපොරොත්තුව අඩයි. ඵකම ඉලක්කය නිවන නිසා ඵක සපුරාගැනීමට ඵ සියලුම පහසුවක්.

මම - ස්වාමීන් වහන්ස. ආරණ්‍යවාසී භික්ෂුව කැලඟට ඇලීම. ගරාමවාසී භික්ෂුව නගරයට ඇලීම. ඉතින් ඒ දෙකම එකයි හේද?

භික්ෂුව - ඇලීම කියන වචනාර්ථයෙන් ගත්තහම දෙකම එකයි. ඒත් ඒකෙ අදහස නිර්වචනය කිරීමේදී එහෙම නැහැ. එතැනදී එය දෙවිදිහක්.

"රමණීයාති අරකද්දාණි....." කියල ඉතා සුන්දර ගාථාවක් බුදුහාමුදුරුවෝ දේශනා කළා. ඒකෙ තේරුම තමයි ස්වභාවයෙන්ම රමණීය වූ වනසෙනසුන් කෙරෙහි කාමයන්ගෙන් වසඟවූ සාමාන්‍ය ජනයා කිසිසේත්ම ඇලෙන්නේ නැහැ. ඒත් කාමයන් නොසොයන චිත්තරාශී මුනිවරුන් ඒ වනසෙනසුන්වලට ඉතා ඇලුම් කරනවා කියන එකයි. ඒකෙන් පෙනෙනවා ආරණ්‍යවාසී භික්ෂුව කැලඟට ඇලීම, නගරයේ කාමයන්ට ඇලීමට වඩා හැම අතින්ම ශේරණ්‍ය බව. තේර තේරී ගාථා එහෙම හොඳින් කියවලා බලන්න... එතකොමට මේ ගැන හොඳින්ම තේරුම්ගියි.

තවටිකක් කියනවානම්, කාමයන් හොයාගෙන කවුරුවත් කැලේට යන්නේ නැහැ. ඒවායින් නිදහස් වෙන්නයි කැලේට යන්නේ. එතකොට අරමුණත් පිරිසිදුයි. හුදෙකලා විවේකයට කැමති පිරිස්, සෑම අතින්ම ජීවිකාරී, අපිරිසිදු, සෝමාකරී නගරයේ විශේෂයෙන් මේ වගේ කාලයක ඉන්න භිතන්තෙවත් නැහැ. ඒකයි ඇත්ත.

මම - ඔබ වහන්සේලා මරණයක මතක වස්තර පුජාවට, මතක බණට, දායකයාට සෙත් පතන බෝධිපුජාවකට සහභාගිවන්නේ නැහැ. ඇත්තෙන්ම මෙතැනදී කෙනෙකුට හිතෙන්න පුළුවන් ආරණ්‍යවාසී භික්ෂුව හුදු ආත්මාර්ථයක් උදෙසා උත්සහවත් වන කෙනෙකු හැටියට. මේ ගැන ඔබවහන්සේගේ අදහස?

භික්ෂුව - ඔය දෙවිදිහකට පිළිතුරුදෙන්න පුළුවන්. සාමාන්‍ය ලෝකයා පරාර්ථය අර්ථ දක්වන්නේ අන්යයන්ට අර්ථයක් නැතිනම් යහපතක් සැලසීම සඳහා කැපවීම කියන අර්ථයෙන්. ඒත් ඇත්තටම එතැනදී සිදුවන්නේ අනුන්ව තව තවත් දුක තුළටම ගාල් කිරීමට, දුකේ සිටින තමනුත් දුක්විඳීමයි. නැතිනම් අනුන්ගේ දුකේ කොටස්කාරයෙක් වීමයි. ඒක කොහොමද අර්ථවත් දෙයක් වෙන්නේ. ඒ වගේම සාමාන්‍ය ලෝකයා ආත්මාර්ථය අර්ථදක්වන්නේ තමා උදෙසා රැස්කිරීම කියන නිර්වචනයේ පිහිටලයි. ඒත් ලෝකයේ කවුද තමා දෙසම බලමින් තමා තුළින් සකස්වෙලා තියෙන මුළුමහත් ලෝකයම හෙවත් දුක අතහැරීමට, එනම් රැස්කිරීම වෙනුවට අතහැරීමට, ආත්මාර්ථය කියා කියන්නේ. ඒක සාමාන්‍ය කෙලෙසබරිත ලෝකයාට හිතාගන්නවත් බැරි දෙයක්. සංසිද්ධියක්. ඒ තුළින් කරන්නේ ලොව අතිශයින්ම විස්මිත හෙළිදරව්ව නිසා අදටත් අපරමාන දෙවි මිනිසුන් මේ සංසාරයෙන් සඳහටම නිදහස් වෙනවා. ඒ නිසා මේ පරතිපදාව කිසිසේත්ම ආත්මාර්ථකාමයක් නෙමෙයි. ස්වාර්ථය තුළින් වඩා අර්ථවත් වූ පරාර්ථයක් නිර්මාණය කිරීම කියලයි සැබැවින්ම එයට කිව යුත්තේ.

අතින් විදිහට බැලුවොත් ඇත්තෙන්ම නිවන කියන්නේ ආත්මාර්ථයක්මයි. තමා උදෙසා රැස්කිරීමක් මෙතැනදිත්

වෙනවා. හැබැයි ඒ ඔබ සියලු දෙනා රැස්කරන කාමයන් නොවෙයි. ඒවා අස්කිරීම තුළින් රැස්වන කුසල්වලට, නැතිනම් පාරම් වලට නිවන්මගේ යන හික්මුණ ඇත්තටම ලෝභයි. එනිසා තමයි වෙස්සන්තර රජතුමා බුදුබව පතාගෙන දරුවන් දන්නේ. දරුවන් දෙදෙනා දන් දී මුළුමහත් ලෝකයේම දරුවන් ගලවාගැනීමට උත්සන්නයේට හැකිවුණේ ඒ ආත්මාර්ථය මුළුකරගත් නිසයි. බුදුවරු ලොව පහළුවන්හේත් පළමුව තමාට එම ස්වාර්ථය ලබාගෙන මුළුමහත් ලෝකයටම එය ලබාදීමටයි. ඒ අනුව පළමුව එය ආත්මාර්ථයකමයි. නමුත් පසුව ලොව ශරේෂ්ඨම පරාර්ථය වන්නේත් ඒ ආත්මාර්ථයයි. අපි හිතන්නේ කවුරුන්හරි වැලපෙද්දී ඔවුන් සමග වැලපීම පරාර්ථය ලෙසයි. ඒක කොයි තරම් මුළාවකද?

මම - අපි දැක්කා ආරණ්‍ය හික්මුණවහන්සේලා පාතර කළකිරීම, සිවුරු මැසීම, පඩු සකසා ගැනීම, ඒ වගේම පාවහන්වත් නොමැතිව පිණිඩපාතයේ වැඩීම වැනි ඉතා දුෂ්කර සහ වෙහෙසකර කාර්යයන්වල යෙදෙන විදිහ. ඇත්තෙන්ම අද මේ සියලු දේ දායකයන් වෙතින් ඉතා පහසුවෙන් ලබාගැනීමට අවස්ථාව තිබියදීත් එවැනි දුෂ්කර ජර්නිපදාවක යෙදීම අත්යවශ්‍යමද? ඒක අනවශ්‍ය පීඩාවක් නෙමෙයිද?

හික්මුණ - බුද්ධකාරක කෘත්‍ය සහ ශරමණකාරක කෘත්‍යය ලෙස සෑම කාලයකම සියලු බුදුවරුන්, පසේ බදුවරුන් මෙන්ම රහතන් වහන්සේලා විසින් අනුගමනය කරනු ලබන ක්රමවේදයක් තිබෙනවා. ඒ සඳහා ආර්ය ජර්නිපදාව කියලා පොදුවේ කියනවා. ආර්ය කියන්නේ උසස්, උත්තම කියන අර්ථයෙන් . දෙව් බඹුන්ටත් වඩා උසස් වූ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ යම් ක්රමවේදයක් අනුගමනය කළේනම්, යම් ක්රමවේදයක් තම ශරාවක පිරිස උදෙසා අනුදාන වදාළේ නම් ඒ ක්රමවේදය ඒකාන්තයෙන්ම ලෝකයේ නිවැරදිම පිරිසිදුම සහ ශරේෂ්ඨම ක්රමවේදයයි. එමගින් භාග්‍යවතුන් වහන්සේ තම ශරාවක පිරිස අත්‍ය වූ සියලු ශරමණ, බිරාඡමණ, කෂන්ථීය මෙන්ම දේව, බිරඡම සහ මාර පිරිසෙන් වෙන්කොට හඳුනාගත හැකි පරිදි සියලු පිරිස අභිබවා යන ලොව උත්කෘෂ්ටම පිරිස බවට පත්කරනු ලැබුවේ එම ආර්ය ජර්නිපදාව මගිනි. බුදු, පසේබුදු සහ මහරහත් යන තුන් පිරිස විසින්ම අබණ්ඩව පවත්වාගෙන ආ එම ජර්නිපදාව කොතරම් වෙහෙසක් වුවත් ඒ ජර්නිපදාව රැකිය යුතු වන්නේ එය ලොව ආශ්චර්යමත්ම පෞරුෂයක් ගොඩනගාගැනීම සඳහා හේතුවන උත්තම හෙවත් ආර්ය ජර්නිපදාව නිසයි. නැතිව ආරණ්‍ය ජර්නිපදාව නෙමෙයි. යම් ශරාවකයකුට තම ශරාවකත්වය සහ සාර්ථකත්වය පිළිබඳ යම් අභිමානයක් ඇත්නම් ඒ ආර්ය ජර්නිපදාවේ උත්වහන්සේ බැසගන්නේ නිවන ඔහුගේ ඉලක්කය නිසයි. දුෂ්කර වුවත් මේවා වැඩිමෙන් නූපත් කුසල් ඉපදීමත්, ඉපදුණු කුසලයන්ගේ වර්ධනය මෙන්ම බෝධි පාක්ෂික සියලු ධර්මනා වැඩි දියුණුවීමත් හේතුවෙනවා. ඒ සියල්ලම නිවන්මගට උපකාරවන බැවින් ආර්ය ජර්නිපදාව කියලා කියනවා.

මම - ස්වාමීන්වහන්ස, ඔබ වහන්සේ කිව්වා පිණිඩපාතයේ කිරීම, පඩු සිවුරු දැරීම ආරණ්‍ය සම්පර්දායේ අංග පමණයි කියලා. එහෙනම් ඔබවහන්සේට හිතෙන හැටියට ආරණ්‍යයොසී හික්මුණක් මොනවිදිගේ කෙනෙක් විය යුතුද?

හික්ෂුව - මට හිතෙන හැටි නෙමෙයි. සැබෑ ආරණ්‍යවාසී හික්ෂුව මොනවිදියේ කෙනෙක් විය යුතුද කියලා ඉලක්කයටම උත්තරදීම නියතවම අප සාරිපුත්ත මහරහතන් වහන්සේ. සුන්ර පිටකයට අයත් මCබ්ම නිකායේ දෙවැනි කොටසේ තිබෙන ගුලිස්සානි කියන සුන්රයෙන් ලස්සනට එය පැහැදිලි කරලා දෙනවා. ගුලිස්සානි කියන හික්ෂුව උදෙසා දේශනාකරල තිබෙන මෙම සුන්රයෙන් සංඝයා වහන්සේලා අතර වෙසෙන ආරණ්‍යවාසී හික්ෂුවක තුළ තිබෙන ලක්ෂණ 17 ක් විස්තර කෙරෙනවා.

එකී ලක්ෂණයන්ගෙන් තොරව වෙසෙන ආරණ්‍යවාසී හික්ෂුවට ආරණ්‍යවාසීව සිටීමෙන් වන ඵලය කුමක්දැයි, අන්යයන්ගෙන් ගැරහීමටත් අපහාස විදීමටත් සිදුවන හිසා උන්වහන්සේලාට එම දෝෂයන්ගෙන් දුරුවීම පිණිසයි මේ සුන්රය දේශනා කර තිබෙන්නේ. ඒ අනුව ආරණ්‍යවාසී හික්ෂුව මොන විදියේ කෙනෙක්ද කියලා හරියටම අදහසක් ගන්න පුළුවන්. එහි සඳහන් ආකාරය ආරණ්‍යවාසී හික්ෂුව මේ කියන්නාවූ කාරණාවලින් සම්පූර්ණ වීම හෝ ඒ සඳහා උත්සහවත් වන අයෙක් විය යුතුවේ.

1. බිරිඳමවාටින් වහන්සේලා තමන් සමග සිටින අනෙක් ස්වාමීන්වහන්සේලා ගැන ඉතාම ගෞරවයෙන්, යටහත්පහත් ඇවැතුම් පැවැතුම්වලින් යුතු අයකු වීම
2. වැඩිහිටි හික්ෂුන් වහන්සේලා කෙරෙහි නිසි ගෞරවයෙන් උන්වහන්සේලාට ආසන පහසුකම් සලසාදීමත්, නවක හික්ෂුන්ගේ ආසනයන් උදුරාගැනීමෙන් වැළකුණු හික්ෂුවක් වීම
3. ඉතා උදෑසනින් ගමට පිණිස පාහරය පිණිස වැඩිමත් ඉතා දුරව වී ගමට නොයෑම පිණිස පරවේශම්වන්නකු වීම
4. උදේ කාලයේදී හෝ දහවල ආරාධනාවකින් තොරව ගිහි ගෙවල්වලට ගොස් අන්යයන් හා කාලය ගතකිරීමෙන් හෙවත් විකාල වර්සාවෙන් වැළකිය යුතු වීම
5. උඩගු හෝ වපල හික්ෂුවක් නොවිය යුතුය
6. වාචාල, විසුළු වචන වලින් වැළකුණු අයකුවීම
7. කිකරු කල්යාණ මිත්රයන් ඇති අයකු වීම
8. ඉන්ද්‍රිය සංවරයෙන් යුක්ත වීම
9. හෝජනයෙහි පමණ දන්නා අයකු වීම
10. නිතදුට වහල්වන්නකු නොවීම
11. කුසිතයකු නොවී ඇරඹූ වීරය ඇත්තෙකු වීම
12. මුළුව සිහියෙන් යුක්ත නොවීම
13. සමාහිත සිත් ඇත්තකු වීම
14. වත් පිළිවෙත් පිරිමේදී දක්ෂ පරිඥාවකින් යුතු හික්ෂුවක් වීම
15. සත්විසි බොධිපාර්ශවික ධර්ම සහ පරතිමෝක්ෂ සංවර ශිලය පිළිබඳ යමක් වීමකු කල ඒ ධර්මයන් නොලෙස විශර්භ කියීමට හැකි දැනුමකින් සන්නද්ධව සිටීම.
16. රූප ඇරූප සමාපත්ති ඉක්මවාගිය විමෝක්ෂය උදෙසා කටයුතු කරන්නකු වීම
17. උතුම් මාර්ගපිල අවබෝධයන්ගෙන් යුක්ත හික්ෂුවක් වීම යන කරුණුයි.

මෙම සාකච්ඡාවෙන් ගම්‍ය වන්නේ කුමක්ද? අප විසින් බාහිර නිරීක්ෂණය කිරීමට සහ හැඳින්වීමට යෙදෙන සියලුම අභිභාවයන්නාවූ සැබෑ ආරණ්‍ය සම්පරදාය ක්රියාත්මක වන්නේ හික්ෂු පරිච්ඡාදවේ ආධිපාත්විකත්වය හා ඒකාබද්ධව බවයි. වත්මන් ආරණ්‍ය සම්පරදාය සැරියුත් - මුගලන් මහ රහතන්වහන්සේලා වැඩි මගෙහි කැඩපතයි. එය වසර 2600ක පුරා නිරූපද්රිතය. පුප්භියය. එය මුළුමනින් ලෝකයට අත්වූ ලාභයකි. අප තිලෝගුරු බුදුපියාණන්ගේ මුඛය පරමාර්ථ වූයේ සුන්දර, ජනප්රිය ආරණ්‍ය පරිච්ඡාදවක් තුළ තම ශ්රාවකයන් රදවාතැබීම නොව, ඒ භාග්‍යවත් වූ ආර්ය පරිච්ඡාදව තුළ තම ශ්රාවකයන්ගේ විමුක්තිය සාක්ෂාත් කරවන්නට සැලසීමයි. එබැවින් සැබෑ ආරණ්‍යවාසී

හික්ෂු ජර්නලයේ හර පද්ධතිය විනිශ්චය කරගැනීමට නොහැකිව වනවාසී හික්ෂු සම්මතයේ පවතින හුදු වර්ගාර්ථයන් හා බැඳී සංස්කෘතිය බවට පත්වූ ලක්ෂණ කිහිපයක්, ආධිපත්යය වඩවා ගැනීම පිණිස ජරායෝගිකව යෙදෙන්නේ කෙසේද යන්න මැනවින් පැහැදිලි විය. එය ගිහි පැවිදි දෙපාර්ශවයටම එකසේ වටිනා යැයි සිතමි. ඒ උදෙසා මේ උතුම් දහම් කරුණු දානයක් කර දුන් ඒ පිංවත් හික්ෂුන්වහන්සේගේ ඉලක්කයට මෙම කුසලය ජවයක්ම වේවා. නිවන් පිණිසම පාරමී වේවා.

ඔබත් සොබාදහමත් අතර පරතරයක් නොතබන්න

මේ සොර, කටුක, හඟනක සංසාරයේ හිඟ දැක, මේ ආත්මභාවයේම සසර දුකින් එතෙර වීමට අධිෂ්ඨාන කරමින්,
වීරය වඩමින්,

නිවන් මග පුරන, 'දුක්ඡ',

හිඟි පැවිදි උතුමන්ට පමණක් මේ අහිංසක විශයාමය

උපකාරයක්ම වේවා!

ශක්තියක්ම වේවා!

මාර්ගයක්ම වේවා!

තම තමන්ට වැටහෙන ජරමාණයට තම තමන්ගේ ජීවිත වලට ගලපාගනින්නවා!

අර්ථ හෝ විශාකරණ වැරදි ඇතොත් ඔබ නොකළ වරදකට ඔබ නොගැටේවා!

අනුන්ටද අනුකම්පා කෙරේවා!

වැරදි නැතොත් නිවැරදි දෙය නිවැරදි ලෙස දකිවා!

මෙහි සටහන් හැම අර්ථයක් තුළින්ම ඔබ සැමට යහපතක් වේවා!

තමා තමාටම පිහිටකොට ගනින්නවා..

යැයි උන්වහන්සේ ඒ පොත් පෙළ ඇරඹුමේ මුඟ ඇත්තාහ.

මේ මුළු ලෝක ධාතුව තුළම, වචනයේ පටිසමාප්ත අර්ථයෙන්ම නිදහස තිබෙන්නේ කොතැනද කියා ඇසුවොත්
දෙවරක් නොසිතා එම ජරණයට දිය හැකි පිළිතුර අරහත් උත්තමයකු තුළ බවයි.

රහතන් වහන්සේ යනු නිදහසේ ජරනිබිම්බයයි. රහතන් වහන්සේගේ සිත සුදු පිරුවටයක් සේය. එහි ඉඳිකටු තුඩක
තරම්වත් කිළටක් නොමැත. රහතන් වහන්සේ වර්තමානය තුළ සිටිමින් එම සුදු පිරුවටයේ විතර ඇදී. ඒවා ඒ
මොහොතේම මැකී යයි. නැවත ඇදීයි. නැවත මැකී යයි.

රහතන් වහන්සේ අදින විතර රැස් කර ගන්නේවත් ගොඩගසා ගන්නේවත් නොමැත. රහතන් වහන්සේ වර්තමානය

තුළ අදින විතර සදහා පාවිච්චි කරන්නේ නිකෙලෙස් තීන්තය. එහි ඝන භාවයක්, ගොරොසු භාවයක්, ඇලීමක්, ගැටීමක්, උපේක්ෂාවක් නොමැත. එවා නිවුණු තීන්තය. එහෙයින් උන්වහන්සේගේ ඇතිවෙමින් නැතිවෙන සිත නමැති පිරුවටය සැමවිටම නොකිලිටියි. කොතැනකදීවත් සත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් නොදකින ඒ සිත නිරතුරුව අනිත්යය දැක මැකී යන රූපම අදියි. එහෙයින් උන්වහන්සේලාගේ ජීවිත සැහැල්ලුය. සරලය. පැහැදිලිය. විවෘතය. එය නිදහසේ ජරනිබිම්බයයි. ගිහි පැවිදි නිවන් මග වඩනා ඔබද මමද සොයා යන්නේ ඔන්න ඔය ස්වභාවයේ නිදහසයි.

ජීවිතයේ සියලු බැඳීම් හිස්කළ තැන, එතැන නිදහසයි. පැවිදිවීම සදහා ගිහි ගෙදරින් ඔබ ඉවත් වන්නේ, එතෙක් තමා රැස්කළ අයිති කොටගත් සියලු ලෞකික සම්පත් අයිත් කොට දමාය. ඔබ එසේ සියලුම අයිත්කොට දමා පැමිණෙන්නේ ඇයි? අයිත්කොට පැමිණි සියලුම අතහැරීම සදහාය.

හොඳින් සිතන්න. අයිත් කිරීමත්, අතහැරීමත් අභසයි පොළොවයි මෙන් පරතරය ඇති දෙයකි. පැවිදි වීමෙන් පසු ඔබ කළ යුත්තේ අයිත් කළ දේවල අතහැරීමට පුරුදු වීමය. පුරුදු කිරීමය. මොනවද ඔය අයිත්කොට පැමිණි දේවල.

මාපියන්, ශ්‍රේණි, විශාපාර, ඉඩකඩම්, සමාජත්වය, කොටින්ම ඔබ මේ ඉන්ද්‍රියයන් හයට ඇලෙන දේවල අයිත්කොට දමා පැමිණ ඇත්තේ, ඒ සියලුම අතහැරීම සදහා ය. දැන් අරමුණ පැහැදිලිය.

එසේ නම් ඔබ සොයා යා යුත්තේ අතහැරීම පුහුණුවීමට සුදුසු රැස්කිරීම නොකරන ස්ථානයකි. මොනවා රැස් නොකරන ස්ථානයකද? කෙළෙස් රැස් නොකරන ස්ථානයකි. සුවසේ සිත වැඩෙන ස්ථානයකි. එවැනි ආරණ්‍යයක්, ශුන්යාගාරයක් නොමැති නම් නිවන් මග වඩන ගුරුවරයකුගේ ඇසුර ලබා ගනිමින් හුදකලා කුටියකට ඔබ යා යුතුය. ආරණ්‍ය තෘෂ්ණාව, ගෝල තෘෂ්ණාව, චිත්ත තෘෂ්ණාව, දිවිය බිරිඳම තෘෂ්ණාව, බෝධිසත්ව තෘෂ්ණාව යන තෘෂ්ණාවන්ට කොටුපුණු ස්ථාන මගහරින්න. ඉහත ස්වභාවයන් ශාසනය රැකීමට, සුගතිගාමී නැවත උපතක් ලැබීමට ඔබට උපකාර වනවා විනා, මේ ආත්ම භාවයේ දී නිවන් දැකීම උදෙසා ඔබට උපකාරී නොවේ. ඉහත ස්වභාවයන් ඔබ ස්පර්ශ කිරීමෙන් නිවන් මග හව මගක් බවට පත්වීමට පුළුවන. රැල්ල හමන දිශාවට ගසාගෙන යෑම, තවමත් ඔබගේ ස්වභාවය වීමට පුළුවන. ඔබ ගිහි ගෙදර හැර ආවේ ජනප්‍රිය රැල්ල සමග ගසාගෙන යෑමට නොව උඩුගංඛලා පිහිනා යෑමය. ඔබ අදක්ෂ චුළුගොත් සඟරික සිවිපසය, දෙස් විදෙස් ගිහි පැවිදි සම්බන්ධතා, ගුරු ගෝල බැඳීම්වල අත්අඩංගුවට පැමිණීමට ඔබට සිදුවනු ඇත. ඔබ කිසිවක් අල්ලා නොගන්න. අල්ලාගෙන ඇති සියලුම කර්මානුකූලව අතහැරීමට පුරුදු කරන්න. ඔබ වයසින්. ජීවිතාවබෝධයෙන් පරිපූර්ණ පුද්ගලයෙක් ලෙස අරමුණක් ඇතිව ශාසනයට පැමිණි කෙනෙක් බව සිතන්න. එහෙත් තමා ගැන අධි තක්සේරුවකට නොඑන්න වගබලාගන්න.

සාමගෞරව ශීලය, උපසම්පදා ශීලය, ඉක්මවා ගිය ශීලයක් මේ ශාසනය තුළ තිබෙන බව දකින්න. එම ශීලය තව

කෙනකුත් ගෙන් ලැබිය හැකි දෙයක් නොව, තමා විසින්ම ධර්ම විනය දෙක වැඩිමෙන් තමා තමාම පිහිටකොට ලබාගත යුත්තක් බව සිහි තබා ගන්න.

විනය යනු සුවසේ නිවන් මග තරණය කිරීමට ඇති මෙවලමක් මිස, තමාගේ දැන දෙපා ස්ව කැමැත්තෙන් බැඳ ගන්නා වරපටක් හෝ තමන්ගේ නිදහස මරා ගන්නා පෝරකයක් නොවේ. ඉහළ අහසට ගුවන් යානයකින් යන ගුවන් හටයෙක් නිරූපද්විතව බිමට පතිත වීමට පැරණියක උපයෝගී කරගන්නා සේ, විනය ඔබ සුවසේ නිවන් මග තරණය කිරීමට යොදා ගන්න. ගුවන් හටයා තම දෙපා පොළොවේ ස්පර්ශ වන සැණින් පැරණිය අතහැර දමනු ඇත. විනය යනු අවබෝධය ලබමින් නිවැරදි වෙමින් අතහැර දෙයක් මිස බදාගන්නා දෙයක් නොවේ. වැරදි අතහැරීමට විනය බදා ගැනීම තුළ රැස්වන්නේ තණ්හාවයි. තණ්හාව ඔබ රැගෙන යන්නේ නිවීම දෙසට නොව හවය කරාය. විනය තුළ මා ඇතැයිද, මා තුළ විනය ඇතැයිද ගර්භණය කර නොගැනීමට අප වගබලාගත යුතුය.

විනය යනු සතිය සහ සිහියයි. ධර්මය යනු ස්වභාවධර්මයයි. ධර්මයේ ස්වභාවය අනිත්යයයි. අනිත්යය දෙස සතියෙන් සහ සිහියෙන් බැලීම ධර්ම විනය දෙක තුළ ජීවත්වීමයි. විනය අත්යවශ්‍යය. ඒ නැවත නැවත වැරදි කිරීමට නොවේ. වැරදි කිරීමේ ස්වභාවයෙන් යුත් පෘථග්ජන සිත අවබෝධයෙන් හඳුනාගෙන වැරදි අතහැරීමටය. විනය වෙනුවෙන් කැපවීම ඔබගේ දුර්වලතාවකි. විනය සමගින් ගැටෙමින් නොසිට ඔබගේ දුර්වලකම් සතියෙන් හෙවත් සිහියෙන් යුතුව මගහරවා ගන්න. විනය ගැන ලියවුණු පොත් සියයක් ඇතොත් ඒ පොත් සියයම එක මත එක තබා, පොත් සියයටම උඩින් "වේදනාං භික්ඛවේ කම්මන් වදාම්" යන බුදු බණ පදය තබන්න.

නමුත් ඔබට ඔබ වශ්වාස නැතිනම් ඔබ අදක්ෂ නම්, මාන්තය, උද්ධව්ව භාවය, මාර්ග ඵල උම්මාදයෙන් පෙළෙන්නේ නම් ගුරුවරයා සහ විනය තුළ භික්ෂීම අත්යවශ්‍ය බව සිතන්න. එසේ නොවුණහොත් ඔබ මංමුලා වනු ඇත. ඔබේ හැකියාවන් ගැන අධි තක්සේරුවකට නොඑන්න. තීරණ ගැනීමේදී බුද්ධිමත් වන්න. ඔබ මන්දගාමී නොවන්න. ශිෂ්‍රගාමීද නොවන්න. කාලසටහන්, පෙර සුදානම්, සැලසුම්වලින් හිස්වන්න. කිසිම ආයාසයක් නොකරන්න. ඉරහඳු, මහපොළොව, සාගරය ආයාසයකින් තොරව ඒවායේ ස්වභාවයෙන් හැසිරෙන්නා සේ ඔබ ඔබේ ස්වභාවය තුළම නිවන් මග වඩන්න. ස්වභාව ධර්මයේම කොටසක් වන්න. ස්වභාව ධර්මයත් ඔබත් අතර පරතරයක් නොතබන්න. බැසයන සඳුත්, නැග එන ඉරත් ඔබ ඔබේ සිතිවිලි සමග සසඳන්න. නිදහස සොයා උඩුගං බලා යන සෙබළෙක් වන්න. බුදු ගුණ මෙනෙහි කිරීම නවතා ඔබ පැවිදි වූයේ ඇයිද යන්න නිරතුරුව මෙනෙහි කරන්න. එසේ මෙනෙහි කරනා වාරයක් පාසා ඔබ දකින්නේ බුදුරජාණන් වහන්සේව බව අත්දැකීමෙන් දකින්න.

නිහතමානිව ඔබේ දුර්වලතා දකින්න. නිහතමානිකම යනු භීතමානය නොවේ. භික්ෂුව යනු මෙලොව සිටින ජවසම්පන්නව ඉලක්කය කරා හඹායන පුද්ගලයාම විය යුතුය. ඔහුට ඉක්මවීමට සමතෙක් මේ තුන් ලෝකයේවත්

නැත. මහ වනයේ තනිවම සරණ ඇතකු සේ ඔබ සොයන නිදහස ඔබම සොයා ගා යුතුය. ඔබ යන මේ ගමනේදී රාත්රිය, දහවල, වැස්ස, ශීත, කුසගින්න නොදැනෙනු ඇත. මේ කිසිවකට ඔබව පාලනය කිරීමට නොහැකිය. මෙලොව සිටින ජවසම්පන්නම පුද්ගලයා සේ ඔබ කෙලෙස් මාරයාව හඹා යනු ඇත. ඔබ සොයන නිදහස සාක්ෂාත් කරගත යුතුව ඇත්තේ ඔබ විසින්මය. එය දෙවියකුට බිරිඟමයකුට කළ නොහැකිකි. ඔහුට හැකියාව ඇත්තේ ඔබට සාධුකාර දීමය. ඔබ ඉදිරියේ ඔවුන් දෙවැනිය. මේ මුළු විශ්වයම සියුම්කොට ඔබේ දෝතට ගෙන, ඔබ මේ ලෝකයෙන් එතෙර වූ මුණිවරයෙක් වන්න. ඔබට එය හැකි වන්නේ එක්කෝ මරණය, එක්කෝ නිවීම යන බරපතල තීරණය ගැනීමට සමත් වුවහොත් පමණකි. එවිට ඔබ සොයන නිදහස අර්ථවත් කරගත හැකිය.

ගිහිවන

"මේ භෝර, කටුක, හයානක සංසාරයේ ගිය දැක, මේ ආත්මභාවයේම සසර දුකින් එතෙර වීමට අධිෂ්ඨාන කරමින්, වීර්ග වඩමින්, නිවන් මග පුරන, "දුකෂ", ගිහි පැවිදි උතුමන්ට පමණක් මේ අහිංසක වියඟාමය උපකාරයක්ම වේවා ා ශක්තියක්ම වේවා! මාර්ගයක්ම වේවා! තම තමන්ට වැටහෙන ජරමාණයට තම තමන්ගේ ජීවිත වලට ගලපාගනිත්වා!

අර්ථ භෝ වියාකරණ වැරදි ඇතොත් ඔබ නොකළ වරදකට ඔබ නොගැටේවා! අනුනටද අනුකම්පා කෙරේවා! වැරදි නැතොත් නිවැරදි දෙය නිවැරදි ලෙස දකිවා!

මෙහි සටහන් හැම අර්ථයක් තුළින්ම ඔබ සැමට යහපතක් වේවා! තමා තමාටම පිහිටකොට ගනිත්වා.." යැයි උන්වහන්සේ ඒ පොත් පෙළ ඇරඹුමේ ලියා ඇත්තාහ.

පැවිදිව නිවන් මග වැඩීමට බලාපොරොත්තුවන ඔබ ගිහිව සිටින කාලයේදී ගිහිවන සම්පූර්ණ කිරීම පැවිදිව නිවන් මග වැඩීමට පහසුය. ඔබ ගිහිවන සම්පූර්ණ කර නොමැති නම් නිවීමේ අරමුණ සඳහා පැවිදිවීමට ඉක්මන් නොවන්න. ගිහිවනේ තිඹිරිගෙය ගමේ පන්සලය. පන්සලේ ස්වාමීන් වහන්සේලාගේ ස්වභාවයන් විවිධ වුවද ඒවා ඔබට අදාළ නොවන බව සිතන්න. අනිත්ය ස්වභාවය නිසා විවිධත්වයක් ඇතිවීම ස්වභාවිකය. අප පුදුම විය යුත්තේ එසේ නොවුණහොත්ය. අනුන්ගේ වැරැදි ඔබ අතහරින්න. ඔබ ඔබේ අරමුණ කරා යන්න. පන්සලේදී හැමෝගේම සේවකයා, දාසයා ඔබ වන්න. නිදහසේ ජනතාවට වදින්න පුදන්න සිල් පිරිසට සිව්පසය සපයන්න ඔබ මැදිහත් වන්න. අනුන්ගේ පැමිණීම දායකත්වය ඔබ නොසොයන්න. ඔබේ අරමුණ උදෙසා වෙහෙසවී සියල්ල කරන්න. හැමෝගේම සිත් තුළ ඇතිවන කරුණාව මෙතරිගෙන් ඔබ ඔබේ ආධිපාත්මික ශක්තිය ලෝකයට හොරෙන් ශක්තිමත් කරන්න. ඔබ සිදුකරන සැම කිරිගාවකට අනිත්යය දකින්න. ඔබ මැදිහත්ව කළ ද එහි මුල් තැන අන් අයට දෙන්න. අත්හැරීම පුරුදු කරන්න. සැලොම සතුටු කර ඒ පිනෙන් ඔබ ශක්තිමත් වන්න. දායකයන් උදෙසා බෝධිපුෂ්ප, පෙරහැර, කඩින පිංකම්, දානමාන සංවිධානය කොට ඔබ ඒවායේ අනිත්ය පමණක් දකිමින් ආධිපාත්මික වශයෙන් ශක්තිමත් වන්න. අනුන්ගේ කුස පුරවා ඔබ නිරාහාරව ඉන්න. ඒ බව අන් අයට නොහඟවන්න. වයෝවෘද්ධ ස්වාමීන්වහන්සේලා සිටී නම් උන්වහන්සේලාට උපස්ථාන කර උන්වහන්සේලාගේ ආශිර්වාදයෙන් ඔබ ශක්තිමත් වන්න.

සමාජසේවයට කැපවී අනුන් සතුටුකොට අනුනට සේවයක් කොට ඔවුන්ගේ ආශිර්වාදයෙන් ඔබ ශක්තිමත් වන්න. ලාභය කීර්තිය ජර්ධනත්වය නොව, තම ඉලක්කය නිවන් මගය කිසි අරමුණ සිහිකරන්න. ලෝකයට කොතෙක් මහත්සිවී වැඩ කළද පොඩ්ඩ වැරදුන විට ලැබෙන්නේ ගල්මුල් දොස් පරොස් බව ඔබ දකින්න. විවේචන, අසත්පුරුෂකම්, නොසලකාහැරීම්, ලෝකයේ ස්වභාවය බව දකින්න. අප පුදුමවිය යුත්තේ ඒවා නොමැති නම් බව සිතන්න. අනුනට සේවය කරමින් අනුන්ව සතුටු කරමින්, ගුණ අගුණ අසමින් අනිත්යය දකින්න. ලෝකයේ ස්වභාවය මෙනෙහි කරමින් ලෝකයෙන් ගත හැකි සියල්ලෙන් ඔබේ ආධිපාත්මය සංවර්ධනය කරගන්න.

රෝගීන්ට උපස්ථාන කිරීමට මැලි නොවන්න. රෝගියෙක් යනු දේවදූතයෙක් බව දකින්න. රෝගියාගේ කයේ

ස්වභාවය, ඔහු විඳින වේදනාවේ ස්වභාවය, රෝගයේ ස්වභාවය ඔබට ද පොදු බව සිතන්න. ඔබේ ස්වභාවයද එයම බව දකින්න. ඔහුට උපස්ථාන කර ඔහුගේ ආශිර්වාදයෙන් ඔබ ශක්තිමත් වන්න. ඔබ මාස දෙක තුනකට වරක් මග රෝහලට, ළමා රෝලට, පිළිකා රෝහලට ලොවුන් බලන මුතුවෙන් යන්න. අසාධය රෝගීන් සිටින චාට්ටුවල ඇවිදින්න. ඔබ රෝගීන්ගේ දුක බෙදාගැනීමට නොයන්න. වේදනාවෙන් ලතෝනි දෙමින් ඔබට ඇසෙන හඬ ඔබේම හඬ බව අවබෝධ කරගන්න. පිළිකා රෝහලේ හිසකෙස් ගැලවී ගිය. පියයුරු ඉවත් කළ රෝගී පිංචතුන් ඔබ කමටහන් කරගන්න. හින්දි සිනමාවේ සුරූපීම් ශිල්පිනියාටද ශිල්පිතාටද මෙම ස්වභාවය පොදු බව දකින්න. ඔබේ සිතට නිතර රාග සිත් ඇතිවේ නම් ඔබ කාන්තා රෝහලකට ගැබිණි චාට්ටුවට ලොවුන් බලන වේලාවට යන්න. දරු ජර්මනියට සුදානම් වූ සහෝදර මව්වරුන්ගේ වේදනාත්මක හැසිරීම් රටා ඒ අයගේ ස්වභාවය මනුෂ්‍යත්වයෙන් සහෝදරත්වයෙන් දකින්න. එය ඔබගේ රාග සිත මරා දමනු ඇත. පාරිභෝගික විසිතුරු ලෝකයේ ඔබ මුළු කරන රස නහර පිනායන පාරිභෝගික දුර්විය පිරිගත් සුපිරි වෙළෙඳ සංකීර්ණවල සෑම ආහාරයකම මේ කය පෝෂණය කිරීම සඳහා යන්න දකින්න. එහිම රාක්කයක ඇති විසිතුරු දවටනයක බහාලු සනීපාරක්ෂක තුවා ඇත්තේ කුමන අපදුර්වියක සඳහා දැයි නුවනින් දකින්න. මලු පුරවා කරත්තය තල්ලුකොට උපරුවට බඩු ගෙනගියද අප සැවොම පෝෂණය කරන්නේ අපවිත්ර ශරීරයක් බව දකින්න. හැමදෙයකම කමටහන් කරගැනීමට ඔබ දක්ෂවන්න.

ඔබ බසයක යනවා නම් ඔබ වාඩිගත් අසුන සුදුසු ඕනෑම අයකු වෙනුවෙන් දීමට මැලි නොවන්න. ඔබ කතරගමට යෑමට කොළඹින් බසයක නැග පානදුරට ළංවෙද්දී, ඔබගේ අසුන් සුදුසු යමෙකුට ලබාදීමට අවශ්‍යවුවහොත් ඔබ එය පරිත්සාග කරන්න. තව යෑමට ඇති දුර ගැන නොසිතන්න. ඔබේ සැප අත් අයගේ වුවමනාව උදෙසා කැපකරන්න. අත් අය ඔබට අවදානාවෙන් සිනාසුනිද එය නොතකන්න. සේවය ලැබුණු කෙනාගේ ආශිර්වාදයෙන් ඔබ ශක්තිමත් වන්න. ඔබේ නිවන් මග උදෙසා ලෝකයාගෙන් ගත හැකි ශක්තිය ඔබ උපකරමගිලිව නිදහසේ ලබාගන්න. අනුන්ව ආමසයෙහි යොදවමින් ඔබ ජර්නිපත්තිය වඩන්න. ලෝකය මුළුකොට ඔබ ලෝකයෙන් එතෙරවීමට මග හදාගන්න. නිවන් මග සොයාගැනීම ලෝකයේ ඇති ආත්මාර්ථකාමීම් කිරීතාව බව සිතන්න. සියල්ලන් අත්හැර, සියල්ලන්ම කමටහන් කොටගෙන ඔබ ලෝකයෙන් එතෙර වන්න.

ඔබ සුවසේ ලෝකයෙන් එතෙර වීමට දක්ෂ වුවහොත්, ලෝකයාගේම යහපත උදෙසා ලෝකයාගේම පරාර්ථය උදෙසා ඔබට මහන්සි විය හැකිය. පරාර්ථය උදෙසා වර්තමානයේ ඔබ ආත්මාර්ථකාමී වන්න.

ඉහත කිරීතාකාරකම් තුළින් ඔබ ලබන සතුට ආරක්ෂක දෙවියන්ටද අනුමෝදන් කරන්න. ඔබ යන ගමනේදී බාධක මගහැර ආරක්ෂාව සලසාගැනීමට නොපෙනෙන බලවේගද සතුටුකොට, ඒ අයගේ ආශිර්වාදයෙන් ඔබ ශක්තිමත් වන්න. අත්හල යුතු දේවල් අත්හැරීමට උත්සාහ ගන්න. අත්හල යුතු දේවල් අත්හැරීමට අවශ්‍ය වේලාව පැමිණෙනතෙක් ජර්මාද කරන්න. ඉක්මන් නොවන්න වගබලාගන්න. ඔබ හැමවිටම ඔබේ සිතේ අවිචාරවත් බව විචාරයට ලක්කරන්න. සිත විමසන්න. ඔබේ සිතට ඉහළින් ඇති ජර්මාවේ ඇසින් නිරතුරුවම සිත සමග

පිළිසඳුරේ යෙදෙන. ඇතිවෙමින් නැතිවෙන සිත ප්රදෝවී ග්රහණයට ගැනීමට සිදුම් ලෙස පුහුණු කරන්න.

ඔබ තවමත් ගිහි පිංවතෙකි. ඔබේ ඉන්ද්රියන් කැමති හැමදෙයක්ම අත්දැකීමෙන් රස විඳි බලා එහි අනිත්යය දකින්න. ඔබට ඒ නිදහස තවම ඇත. අත්නොවිඳි, අත්නොදැක අනිත්යය දකින්නට යෑමෙන් ඔබට ඉදිරියේදී ප්රශ්න මතු වීමට හේතුවිය හැකිය. ඔබ වැඩියෙන් ආශා කරන, කැමති දෙයක් වෙතොත්, නැවත නැවත ඒ දෙය රසවිඳි ඒ කැමැත්තෙන් මිදෙන්න. කැමති දෙය අත්දකිමින් අත්විඳිමින්, අවබෝධය ලබමින්, අනිත්යය දකිමින්, අත්හැරීමට පුරුදුවෙමින් "ගිහිවත" සම්පූර්ණ කොට නිවන් මග වඩන්නට සසුන්කෙතට පියනගන්න.

ගිහි ජීවිතය තුළ ඔබ සිත පමණක් පැවිදිකරගන්න. ඔබ පුරුදුකරන්න, අවම සම්පත් සමග හුදෙකලාව ගත කරන්න. ඔබ පරීක්ෂාකර බලන්න පාවහන් නොදා ඔබට ගල් බොරළු මත ඇවිදිය හැකිද කියා. ඇඳුම් කට්ටල දෙකකින් ජීවත් වන්නට පුළුවන්ද කියා. ආහාර වේල දෙකක් ඔබට ප්රමාණවත්ද කියා. ඔබ කැමතිම, ආශා කරනම රුචියක් ඔබට අතහැරින්න පුළුවන්ද කියා. පොතීන්, හේදොර අතහැර ජීවත් වීමට හැකිද කියා. ඔබ ඉදිරියට එන ඕනෑම අභියෝගයකට මුහුණදීමට ශක්තිය තිබෙනවාද කියා. පිළිතුර "ඔව්" නම් පැවිදිදුට දැන් ඔබ සැබෑම සුදුස්සෙක්. ඉහත අත්දැකීම් ගැලපෙන්නේ ජීවිතයේ තරුණ වයසේ සහ ඉන් ඔබ්බට ගොස් ජීවිතාවබෝධයෙන් මේ ආත්මභාවයේදීම නිවන උදෙසා වීර්යය වඩන අධිෂ්ඨානසහගතව නිවන් මග වැඩීමට හැකි පිංවතුන්ට පමණක් බව හොඳින් සිහියේ තබාගන්න. ශාසනය ආරක්ෂා කරගැනීමට, මනුෂ්‍ය, දිවිය, බිරිඟ, සුගති ප්රාරථනා කරන, රට පාතිය ආගම ආරක්ෂාකිරීමට බලාපොරොත්තුව පැවිදි වන පිංවතුන්ට ඉහත ප්රතිපදාව අවශ්‍ය නොවන බව සලකන්න. මන්ද, එම උතුමන් දුකේ සිටිමින් දුකම ප්රාරථනා කරන, නොදැනුවත්භාවය නිසා ඉහත අරමුණු තුළ සැප ඇතැයි කියනා බලාපොරොත්තුව තබාගෙන සිටින නිසාය. එවැනි උතුමන් ආරක්ෂාකරදෙන සම්බුද්ධ ශාසනය ප්රයෝජනයට ගනිමින්, දක්ෂයා ලෝකයෙන් එතෙරවීමට උත්සාහවන්න විශ් යුතුය. ඔබ ලෝකයෙන් එතෙරවීමට දක්ෂ චූචභොත් එය ශාසනය ආරක්ෂා කරන ශෞරවනීය ස්වාමීන්වහන්සේලාටද මහත්පිල මහානිශංස කුසලයක් වනවා ඒකාන්තය.

ඔබ මාර්ගවල නැතිවන්න...

මේ ජීවිතය තුළදීම නිවීම සාක්ෂාත් කරගැනීම සඳහා වෙහෙසෙන හික්මුණකට නිදහස් පරිසරය අත්ගවයියය. නිදහසට එක අර්ථයක් දිය නොහැක. ලෞකික. ලෝකෝත්තර චරිතවලට අනුව නිදහසේ අර්ථය වෙනස් වෙයි. කෙනෙක් විශ්වවිද්‍යාල අධ්‍යාපනය, ගුරු පත්වීම්, රජයේ රැකියාව, දේශපාලනය නිදහස ලෙස දකියි. මේ කිසිත් වරදක් නොවේ. ඒ තම තමන්ගේ දෘෂ්ටිකෝණය. එහෙත් ඒ ලොව්තුරා නිර්වාණ ජර්නිපදාව නොවේ. මෙහි සඳහන් කරුණු අදාළ වන්නේ ශාසනයේ හික්මෙන ළමා තරුණ හික්මුණ වහන්සේලා හට නොව, ජීවිතාවබෝධයෙන් ලෞකික සම්පත් දුක බව දැක, මේ සියලුම තුළින් රැස්වන්නේ දුකම බව දැක, ගිහිබැඳීමෙන් වළකීමේ පරිසමාප්ත අර්ථයෙන්ම මිදී මේ ජීවිතයේදීම නිවීම සාක්ෂාත් කරගැනීමට ජර්නිපදාවේ යෙදෙන වීරයවන්තයන්ටය. මෙවැනි සත් පුරුෂයන් විශාල පිරිසක් මේ ශාසනයේ සිටින බව සත්යයකි. ඒ මග යන්න ඔබ රැවින්නම් ඔබටද මග විවෘතය. ලොව්තුරා බුදුරජාණන් වහන්සේ ඔබට නිවැරදි මග කියාදී ඇත. නිදහස අර්ථවත් වීමට ඔබ මෙසේ සිතිය යුතුය. මා පැවිදි වූයේ අනුන්ට බණ කීමට, පිරිත් කීමට, පන්සල් ආරාණය පාලනය කිරීමට, නායක හිමිනමකගේ ඊළඟ උරුමකාරකා වීමට නොව, දිවිය බිරිඳම සංඥා වැඩිවීමට නොව මේ ආත්මයේදීම නිවන් මග පරිපූර්ණ කරගැනීමට බව සිතීමට ඔබට ශක්තිය තිබිය යුතුය. ලොව්තුරා බුදු වදනට අනුව නිදහස යනු මෙසේ සිතන්නට හැකිවීමයි. මාර්ගයේ ධර්මය අනුව නිදහස යනු මීට විරුද්ධය සිතීමයි.

බුදු පුතකු ලෙස මුලින්ම ඔබට නිවීම ඇත්තේ බුදුරජාණන් වහන්සේ ළඟවත්, පිරිත් පොතේ, තරිපිටකයේ හෝ නොව තමා තුළම බව සිතිය යුතුය. ඉහත කිසිවක් තුළ නිවීම නොමැත. දැනුම, ආදර්ශ, මාර්ගය ඉහත කරුණු කාරණා තුළ ඇත. ඒ ගැන තර්කයක් නොමැත. ඔබ ධර්මය ඉගෙනීමට පොතපතට යොමු වුවහොත් ඊළඟට සිදුවන්නේ දැනුම, පණ්ඩිතභාවය වැඩිවී ධර්ම දේශනා, ධර්ම සාකච්ඡා පැවැත්වීමට යෑමය. එසේ නොමැති නම් මිහිරි ස්වරයෙන් බුදුමැදුරට, බෝ මළුවට කොටුවී පුජාවන් පැවැත්වීමටය. ගිහි දායකයෝ මේවාට ඉතා ජරියයි. හික්මුණවහන්සේටද ලැබෙන ලකුණු, ජනජරියභාවය, සැලකිලි ඉහළය. දෙපාර්ශවයටම වැඩෙන්නේ ලෞකික කෙලෙස් ධර්මයන්ය. ඒවා සංසාරික සැප පිණිස හේතුවේ. අවසානයේ සියලු දේ අතහැර පැවිදිවූ භාමුදුරුවෝ දායක පිංචතුන් සතුටු කරන රුකඩයකි.

මෙහිදී ඔබ දක්ෂ විය යුතුයි සියලුම අතහැරීමට. හැබැයි ඔබට වඩා දක්ෂ මාර්ගය වැඩු කල්ගණා මිත්රයන් ඔබ ආශරය කළ යුතුය. ඔබ එය මගහරින්න එපා, ඔබ ශක්තිමත් තැනකට එනතුරාවට, නිරතුරුවම ඔබ ඉදිරියේ ලොව්තුරා බුදුරජාණන් වහන්සේ වැඩ සිටින බව, සැරිසුත් මහෝත්තමයන්, මුගලන් මහෝත්තමයන් ඔබ ඉදිරියේ

වැඩ සිටින බව, ඔබට අවවාද දෙන බව ඔබ සිතන්න, දැනින්න, මීට වඩා ආරක්ෂාවක් අවශ්‍ය නැ ඔබට.මෙම ගමනේදී, ඔබට හැමෝම කියවී රැස්කරන්න කියලා. මොනවද? දැනුම, ගාථා පිරිත්, සුන්ර, අභිධර්ම, බණ... මේ සියලුම ඔබ අතහැරින්න, ඔබ සැඟවුණවත්. හැම බරකින්ම නිදහස්වන්න උත්සාහ ගන්න. නිවීම කියන්නේ මෙහෙයුමක. මේ මෙහෙයුමට ඔබට අවශ්‍ය වන්නේ තුන් සිවුරත්, පාත්රයත්, හුදෙකලා වන කුටියත් පමණයි. ඔබ ශීලයෙන් සමාධියෙන් පටිපුරුණ බවට පත්ව ඇති බව ඔබට විශ්වාසනම්, ඔබගේ ශීලය ගැන ඔබට කුකුසක් නොමැතිනම්, වනයේ හුදෙකලා කුටියක් තෝරාගැනීමට ඔබ සුදුස්සෙක. ඔබගේ ශීලය ගැන ඔබට විශ්වාසයක් නොමැතිනම් වනයේ කුටියක හුදෙකලා වීමට ඉක්මන් නොවිය යුතුය. ඔබ ශක්තිමත් නොවීම මාරයට ගොදුරකි. වනයේදී ගල්කුටියේදී අමනුෂ්‍යයන් ඔබව වහලෙක්, රෝගියෙක්, මානසික ලෙඩෙක් කරනු ඇත. ඔබ පසුබට නොවන්න. මගවැඩු කල්ගාණ මිත්රයකුට කෙටි කමටහන් කිහිපයකින් ඔබව ශක්තිමත් කිරීමට හැකියාව ඇත. මෙහිදී ශීලය යනු ඔබ සාමයෝරද, උපසම්පදාද, මොන නායක ස්වාමීන්වහන්සේගේ ගෝලයෙක්ද, යන්න නොව, ඔබ නිවැරදි බවට ඔබ තුළ ඇති විශ්වාසය පමණි. ලොවිතුරා ධර්මය කෙරෙහි, ඔබ කෙරෙහි ඔබ විශ්වාසය තබන්න. අවශ්‍ය වේලාවට කල්ගාණ මිත්රයකුගෙන්, ගුරුවරයකුගෙන් අවශ්‍ය උපදෙස් ලබාගන්න.

තමාගේ ආරක්ෂාවට අවශ්‍යම මොහොතේදී පමණක් භාවිතයට තෙරුවන් වදින ගාථා තුනක්, කරණියමෙන් සුන්රයත්, කන්ද පිරිතත් ඔබ අර්ථ වශයෙන් දැන සිටියොත්, එය හොඳටම ජරණාවන්ය. ඉතිරි සියලුම ඔබ අතහැරින්න, අතහැරීමේ ජරණාවන්ට ඔබට නිවන් මග වැඩීම පහසුකරගත හැක. අන් සියලුම ඔබ අතහැරීමට දක්ෂ වූයේ නම් පමණක්, ඔබ දැන් නිවන් මෙහෙයුමට සුදානම්ය.

හැබැයි මේ වන විට ඔබ ළඟ පාවිච්චියට මුහුණ බලන කණ්ණාඩියක්, උණුවතුර බෝතලයක්, ශීතලට පොරොවන පෙරොනසක්, මේ වගේ දේවල් තිබුණොත් ඔබ තවම සුදානම් නොමැති බවයි පෙනෙන්නේ. මොකද මේ සියලුම තුළ තිබෙන්නේ "මගේ කයේ සැප" පිළිබඳ චේතනාවයි. සියලුම අතහැරින්න. එතෙක් ඔබ සුදානම් නොමැත. මුහුණ බලන කණ්ණාඩිය අතහැරීමට බැරි කෙනකුට කය අතහැරීමට කීම විහිළවකි. අනිවාර්යයෙන්ම ඔබට හැකිය. ඔබ නැවත නැවත බුදු සම්පූර්ණ සිතින් මවාගන්න. ඔබේ හදවතට වඩම්මවාගන්න. නිරතුරුව ඔබ උන්වහන්සේගේ සෙවණෙහි සිටින බව දැකින්න. ඔබ හිමිදිරියේ පිණිසපාතය වඩින විට ඔබ ඉදිරියෙන් බුදු සම්පූර්ණ වඩිනා බව දැකින්න. සැරියුත්, මුගලන්, ආනන්ද මහෝත්තමයන් වහන්සේලා සිතින් මවාගෙන ඒ උතුමන් සමඟ සිතින් ජීවත්වන්න.

උන්වහන්සේලා සමඟ හදවතින් මුමුණන්න. උන්වහන්සේලාගේ ඇවැතුම් පැවැතුම් ඔබේ ජීවිතයට එකකරගන්න.

උන්වහන්සේලා නිවන් අවබෝධ කරගැනීමට ගත් වෙර වීරිය මනසින් දකින්න. වක්කුපාල මහරහතන් වහන්සේගේ උත්සාහය සිහිත් මවාගන්න. ඉහත උපකරම භාවිතකොට ඔබ නිවන් මෙහෙයුමට සිත පුරුදු කරගන්න. මාර බැමි එකිනෙක කඩාදමමින්ද, අත්හළයුතු දේවල් අත්හරිමින්ද ඔබ සුදානම් වන්න. හැබැයි ඔබ ලෝකයා ඉදිරියේ රහතන් වහන්සේ කෙනකු ලෙස හැසිරෙන්න එපා. එවිට ඔබ වැටෙන්නේ මාරයාගේ මල්ලටය. ස්වභාවධර්මයත් ඔබත් දෙකක් නොව එකක් බවට පරිවර්තනය කරගන්න දක්ෂවන්න, ඔබ ඉදිරියේ තිබෙනා රූස්ස ගසත් ඔබේ කයත් සංසන්දනය කොට බලන්න. දෙකම ධාතුන්ගේ විවිධත්වය පමණක් බව දකින්න.

ඔබ නැවතත් හිතන්න, ඔබ තවම මග වැඩීමට සුදානම් වන හික්ෂුවක් පමණයි. ඔබ හැකිතාක් විවේකීව සිටින්න. දිනකට මෙව්වර වේලා භාවනා කළ යුතුයි, රාත්රි නිදිවරා භාවනා කළ යුතුයි යන සිහිවිලි අනිත්ය වශයෙන් දැක අයින් කරන්න. ඔබ අධිෂ්ඨානයක් ඇතිකරගන්න. මා ජරාර්ථනා කරන්නේ, වීරිය වඩන්නේ මාගේ අවසන් හුස්ම මේ කයෙන් පිටවන මොහොතේ කිසිම ඇලීමක්, බැඳීමක්, ගැටීමක් නැතිව පිටකිරීමට පමණක් බව සිහිකරන්න. මොන හේතුවක් නිසාවත් සෝවාන්, සකෘදාගාමී, අනාගාමී, අරහත් මාර්ග පිල ගැන නොසිතන්න. ඒවා කෙළෙස් ධර්මයන් බව සිතන්න. මාර්ගපිල වලට ඇති ආශාව අතහරින්න. ඔබ මාර්ග පිල තණ්හාවෙන් අනාගාමී වීමට ගියහොත් ඔබේ වටිනා ජීවිතය අනාගන්තා බව සිතන්න. විවේකීව සිතන්න. නිදිමතනම් නිදාගන්න. සරළව, පහසුව, නිදහස්ව සිටින්න. ඔබ මේ ආකාරයේ ජරනිපදාවක යෙදෙන බව කිසිවෙකුට නොහඟවන්න. ඉන්ද්‍රියයන් හයට එස්ස වන සෑම රූපයක්ම අනිත්ය වශයෙන් දකිමින්, සිතත්, කයත්, පරිසරයත් සමග නොගැටී සිතන්න.

ඔබ නිරතුරුවම සිතන්න, ඔබ මේ සටන් කරන්නේ මාරයා සමඟ බව. ඔබට අවශ්‍ය සෑම වේලාවකම මාරයා වරට්ටන්න. බිය ගන්වන්න. තැනි ගන්වන්න. ඔබට මුලින් කීවනේ අරිහත් උතුමන් සමඟ මනසින් ජීවත්වන්නටය කියලා. ඒ මාරයා වරට්ටවන්න කරන දේවල්. දැන් ඔබ මාරයා වැනි ගන්වන්න. ඒ අරිහත් උතුමන්ද අනිත්ය බව දකින්න. ඒ උතුමන්ගේ පිරිනිවීම මනසින් දකින්න. එම ධාතුන් වහන්සේලාගෙන් ගොඩනැගුණු ස්ථූපයන් දකින්න. ඒ ද චිනාශ වන බව මනසින් දකින්න.

දැන් නැවතත් ඔබ මාරයා වරට්ටන්න. රුවන්වැලි මහාසෑය, කිරිවෙහෙර මහාසෑය, ජයසිරිමා බෝ සම්¹ණන්, දන්ත ධාතුන් වහන්සේ සිහිත් මවාගෙන සාධුකාර දෙන්න. දැන් නැවත මාරයා වැනිගන්වන්න. ඉහත වන්දනීය පූජනීය වස්තූන්ද කාලගුණික, දේශගුණික, යුදමය හේතූන් නිසා චිනාශ වී යනවා දකින්න. මේ සියල්ලේම අනිත්ය බව දකිමින් ඔබේ ආධිපත්යය මාරයා මත ටිකෙන් ටික පටවන්න.

ලෝක ධාතුවේ භෞමික අභිමතය ඔබ මනසින් දැක මාරුකර කමිසා කරවන්න. තැනියන්වන්න. දැන් ඔබේ රාජකාරිය මෙයම විය යුතුය. සාරාසාධීය කල්ප ලක්ෂ ගණනාවක සිට ඔබ මුළු කරමින්ද, සතර අපායට, මනුෂ්‍ය, දිවිය ලෝකවලට ගාල් කරමින්ද, ඔබ කෙරෙහි ආධිපත්‍යය පැතිරූ මාරුකර වික වික ටිලවන්න.

බොක්සිත තරගයකදී ජර්නමල්ලවකට සෙමින් සෙමින් පහරදෙමින්ද, උපකරමගිලිව පහරදෙමින්ද ජර්නමල්ලවකා හෙමිබන්කොට අවසාන මරු පහර කිහිපයකින් ඔහු බිම දමන්නා සේ, ඔබද මාරුකර උපකරමගිලිව රච්චන්න. ඔබේ ඉන්ද්‍රියයන්ට ගොවර වන සෑම රූපයකම අභිමතය වශයෙන් දකින්න. දකින රූප මගහරින්න ඒවා. රූප බලෙන් සොයා යන්නත් ඒවා. ඔබ වේගවත් ද මන්දගාමීද නොවන්න. ඔබේ ස්වභාවය තුළම ඔබ කටයුතු කරන්න. දැන් මොන මාර්ගඵලයකද ඉන්නේ, තව කොච්චර කල් යයිද? මට පුළුවන් වෙයිද?.....

මේ මාර සිත් ඇතිවන මොහොතේම අභිමතය වශයෙන් දැක පරාජය කරන්න. ගැටෙන්න ඒවා. රූපයක් දුටු සැණින් ඒය අභිමතය වශයෙන් දකින්න. නැවත නැවත ඒම රූපයට ඇලීමක් ඔබ තුළ ඇතිවන්නේ ඒම රූපය විනිවිද දකින්නට උත්සාහගන්න. ඒහෙම කළොත් ඔබේ ජර්නමල්ල ඉක්මන් වේවි. අදාළ රූපය සුරැජීස කන්නා රුවක් කියා සිතන්න. ඔබ ඇය මව්කුසේ සිටිනවා දකින්න. ඉස්ගෙඩියෙක්a ලෙසින් පටන්ගෙන, නව මාසයක් බැලුම් බෝලයක් වැනි මව්කුසේ විඳි අනන්ත වේදනා, මර ප්‍රතෝනි දිගෙන ලෝකයට බිහිවන, මළ මුත්රා ගොඩේ දඟලන ප්‍රදරු වයස.....

ප්‍රමා, තරුණ, මධ්‍යම, මහලු වශයෙන් ඒම රූපය දකින්න. ඔබ දුටු ලස්සන රූපය ඇටසැකිල්ලක් කර දකින්න. ඒම ඇටසැකිල්ල බඩවැල්, නහර, මස් ඵලලාගෙන සිටින ස්වභාවය දකින්න. ඔහුගේ හෝ ඇයගේ රූපය මනසින් නිරූවන්නකොට සම්, මස්, නහර විනිවිද ගොස්, සම නමැති උරයට පුරවා ඇති ජරාගොඩ දකින්න.

ලස්සන තිබුණේ සුරැජී ඇය තුළ හෝ ඔහු තුළ නොව, තමාගේ අවිද්‍යාවෙන් පිරුණු අභිමතය වන සිත තුළ බව සිහිනුවණින් දකින්න.

පංච උපාදානස්කන්ධය, සජ්ත බොජ්ධය, පටිච්ච සමුප්පාදය, සතර සතිපට්ඨානය ධර්මතාවන් ගිරවුත් මෙන් කටපාඩම් කරන දේවල් නොව, ඔබ, රූපයේ අභිමතය බව දකිමින්, ජරප්‍රාචාරන් තීවිරර වන විට ඔබ ලබන අවබෝධය තුළ නොදැනුවත්වම ඔබට වැඩෙන්නේ ඉහත ධර්මතාවන් බව සිතන්න.

ඔබ තම සිටින්නේ පුහුණු මට්ටමකය. තම තරගය පටන් ගත්තේ නැත. තම ඔබ තරගයට මුහුණ දීමට ඇඟ උණුසුම් කරනවාය. ශක්තිමත්ව උණුසුම් වන තරමට තරගයට ජවය ලැබේ. මෙය මුළු ලෝක ධාතුව තුළම තම ආධිපත්යය පතුරුවාගෙන සිටින මාරයාට එරෙහිව කරන සටනකි. තරගයකි. තරගයෙන් ඔබ දිනුවොත් ඔබ ලෝකයෙන් එතෙරට යන කෙනෙකය. ඔබ මේ යෙදී සිටින්නේ ලොව්තුරා බුදුරජාණන් වහන්සේලා, පසේබුදුරජාණන් වහන්සේලා, අට්ඨක උතුමන් උත්තමාවියන් තරගකොට ජයගත් තරගයකටය. මේ තරගයෙන් රාහුල, සෝපාක, නිශ්ඨරාච්චන්ද්‍ර වැනි දරුවන්ද ජයගෙන ඇත. පටාලාරා, ඉසිදාසී වැනි කාන්තාවන්ද ජයගෙන ඇත. පුහුණුව සාර්ථක නම් ජයග්‍රහණය සිටීරය.

ඔබ සරළ වන්න. සැහැල්ලු වන්න. නිදහස්ව සිටින්න. අවශ්‍ය වේලාවේදී පැන් පහසු වන්න. පොරවන සිවුර දහඩිය ගඳ නම් සෝදාගන්න. කුටිය මිදුල පිරිසිදුව තබාගන්න. අනිත්ය දකිනවා කියා අපිරිසිදුකම ළඟට නොගන්න. අනිත්ය දකිනවා කියා ඔබ අපිරිසිදුකම ළඟට ගන්නේ නම් ඔබ දකින්නේ මුස්පේත්තු අනිත්යයකි. එය මාර බලයකි. ඔබ එය පරාජය කරන්න. ඔබ මධ්‍යස්ථ වන්න. අසුභය දැකීමට නම් සාපේක්ෂව ලස්සන සහ පිරිසිදු බව නිබ්බස යුතුය. ඒ ලස්සනට නොඇලීමට ලස්සන ඔබේ කර නොගැනීමට ඔබ ශක්තිමත් විය යුතුය. මේ ලෝකයේ සියලුම ලස්සන රූප ඔබේ කමටහත් විය යුතුය. හින්දි සිතමාවේ සුරූපීම් නිලියත් වැදිරියක්, ඇටසැකිලිලක් සේ දැකීමට ඔබට හැකි විය යුතුය. ඒ අවස්ථාව ඔබට ලැබුණේ ඇය සුරූපී වූ නිසාය. ලස්සන නොමැති ලොවක ඔබට අසුභය වැඩිය නොහැක. අවලස්සන බවට යමක් පත්වන්නේ ලස්සන තිබුණහොත්ය. මන්ද ලස්සන අනිත්ය වී අවලස්සන ඇතිවන බැවිනි. මේවා ලෝකයේ ස්වභාවයන්ය.

ඔබ මෙසේ අවංකව, වීර්යවන්තව ජර්නිපදාවේ යෙදී සිටින විට ලොව්තුරා බුදුරජාණන් වහන්සේ ඔබේ හදවතට වඩිවී. මොකද දැන් ඔබේ හදවත හැබෑ බුදුකුටියක් නිසා. උත්වහන්සේ ඔබට කියාදෙනු ඇත. ඊළඟට ගතයුතු මග සංඥා වශයෙන් ඔබට වැටහෙනු ඇත. මෙවිට ඔබ සද්ධන්ත හස්තිරාජයෙකු සේ වීර්යයෙන් නැඟී සිටීවී. ඇයි දන්නවද? ඔබට ජර්නියක්ෂ වශයෙන් වැටහෙනවා ලොව්තුරා බුදුරජාණන් වහන්සේ ඔබ ළඟ වැඩසිටින බව. ඔබට කමටහත් දෙන බව ඔබට වැටහේවී. මෙහිදී ලොව්තුරා බුදුරජාණන් වහන්සේ සහ නිවන් මග යනු දෙකක් නොව එකක් බව ඔබට වැටහේවී. නිවන් මග වඩන්න. බුදු සම්භාවන දකින්න.

මේ විශ්වාසය තුළ ජයග්‍රහණයේ දොරටුව ඇත. ඔබගේ උත්සාහයෙන් එය විවෘත කරගන්න. ඔබ දොරටුව විවෘත කර ගතහොත් ලෝකය තුළ ඔබ නිවෙනු ඇත. එවිට දැස් පියාගත් සැණින් මුළු ලෝකයම නිරැද්ධ කර දැකීමට ඔබට හැකිය. ඔබට මේ ගමනේදී බුදුසම්පූර්ණ අධික සංඥාවෙන් දැකීමට සිදු වනු ඇත. එයට ඔබ ශක්තිමත්

වනතුරු කලබල නොවන්න. තවමත් ඔබට උත්වහන්සේගේ මග පෙන්වීම අවශ්‍යයි. එතෙක් ඔබ බුදුරජාණන් වහන්සේ මනසින් ඔබේ ආරක්ෂකයා වශයෙන් වැඩමවා ගන්න දක්ෂ වන්න. නිසි වේලාව පැමිණි විට ඔබගේ ශාස්තෘත්වහන්සේද අතහැරීමට ඔබට අනිවාර්යයෙන්ම සිදු වේවි. මන්ද උත්වහන්සේ තුළද සත්වයෙක පුද්ගලයෙක් නොවන බව ඔබට අවබෝධ වන නිසාය.

අන්තිමය වීම අගනේය...

මේ ආත්මභවයේදීම නිවන් අවබෝධ කර ගැනීමේ අධිෂ්ඨාන ජයගැනීමට විර්ගයෙන් පෙරට යන "හික්ෂුචට" වන යනු කප්පකකි. වන යනුවෙන් හඳුන්වන්නේ ආරණ්‍යය තෘෂ්ණාවෙන් "ආරණ්‍යය මගේ, මම ආරණ්‍යයේ" යන මන්තවයෙන් කුටි හඳුනා කානු කපන, ගොඩනැගිලි තනන, මල් වචන දෙවල් නොවේ. හික්ෂුච ජර්නිපත්ති ගරුක නම් එම කටයුතු ගිහි දායකයන් විසින් සපුරා දෙනු ඇත. එසේ නොවන්නේ නම් හික්ෂුචගේ යුතුකම ලද දෙයින් සතුටු වීම සහ ගිහි පිංවතුන් යුතුකම් මගහරින්නේ නම්, එසේ කමටහනක්, ලෝක ස්වභාවයක් යැයි ගෙන ලෝකයෙන් මිදී යෑමය. හික්ෂුචට උපරිම මට්ටමින් යැපීමට අවශ්‍ය තුන් සිවුරන් පාත්රයන් කුටි පහසුකමක් පමණි. නිවන් මගේ සීමාවද මේ අවමය තුළ ගොනු වී පවතී. හමමගේ සීමාව මීට වඩා විශාල වශයෙන් පුළුල්ය.

තමා විසින් කළ යුතු වත් රාශියක් ආරණ්‍යය තුළ ඇත. මිදුල් ඇමදීම, කුටි පිරිසිදු කිරීම, දාන ශාලාවේ කටයුතුකරකම්, රෝගි හික්ෂුචට උපස්ථානය කිරීම, බුදු මැදුරේ පුජා කටයුතු, වැඩිහිටි හික්ෂුචට ආගන්තුක හික්ෂුචට උපස්ථාන කිරීම යන මේවා හික්ෂුච අභිවාර්ගයෙන්ම කළ යුතුය. ආරණ්‍යයේ පැවැත්මත් පිරිසිදු භාවයත්, තමා තුළ මාන්යය වැනි කෙලෙස දුරු කර ගැනීමටත් වන අතිශයින්ම උපකාර වේ. මාන්යය, අහංකාරකම උඩගු බව ඇති කිසිවකුට භාවනාවෙන් ජර්නිපීල ලැබිය නොහැකිය. එවැනි අය මග වැඩු කල්ගාණ මිත්රයකු ගුරුවරයකු දෙන නිවැරැදි උපදෙසට වඩා, ඉහළින් යෑමටත්, නිතරම තමා ගුරුවරයා වීමටත්, සිතනු ඇත. අනුන්ට සවන්දීමට කැමති නොවනු ඇත. නිවීම සඳහා යන ගමනේදී උස්, පහත්, දුප්පත්, පෝසත්, ලොකු, කුඩා ඕනෑම දෙයක ඉගෙනීමට යමක් ඇති නම් එය ඉගෙන ගැනීමට අපි දක්ෂ විය යුතුය. මාන්යය ඇති තැනැත්තාට මෙය කළ නොහැකිය. මේ සියල්ලටම බෙහෙව වනය.

ඔබ වැසිකිළිය පිරිසිදු කරන විට ඔබ පිරිසිදු කරන්නේ වැසිකිළිය බව නොසිතිය යුතුය. ඔබ සිතිය යුත්තේ ඔබ පිරිසිදු කරන්නේ ඔබගේ සිත බවයි. ඔබ මිදුල් ඇමදීමේදී, මිදුල් අමදින බව ඔබ නොසිතිය යුතුය. ඔබ සිතිය යුත්තේ ඔබ අමදින්නේ ඔබගේ සිතේ ඇති කුණු බවයි. නිවන් මගට සිත පිරිසිදු කරගත යුත්තේ මෙසේය. මාරයාගේ ස්වභාවය ඔබට ලකුණු සහ හොඳ නම ලබාදීමට ඔබට පෙළඹවීමය. ඔබ ලකුණු දිය යුත්තේ මාරයාට නොව ඔබගේ නිවන් මගටය.

ඔබ සිතිය යුත්තේ වැසිකිළිය කිසිවෙක් නොසොදා ඇත්තේ, මිදුල් කිසිවෙක් අතු නොගා ඇත්තේ ඔබේම යහපත සඳහා බවයි. ඔබ ඒ අවස්ථාවෙන් ජර්නිපත්ත ගත යුතුය. මෙවැනි වත් ඔබ මගහරින විට, ඔබේ සිත කුණු අශුවී

වැනි කෙලෙස්වලින් දිනපතා පිරෙන බව වටහාගත යුතුය. කුණුවලින් පිරිණු සිත මාරයාට හොඳ නොවන්නකි. සැමවිටම ස්ථානයේ සිටින වැඩිපුරම පඩිකකම් සොදන හික්මුව වීමට ඔබ මැලි නොවිය යුතුය.

නිවන් මගේ හික්මෙන හික්මුව සැම විටම නිහතමානිකමේ උපරිමේ සිටිය යුතුයි. කෙනෙක් ඔබගේ හිසටය අත සේදුවද එය ඔහුගේ ස්වභාවය යැයි සිතා ඔබ ඔබේ ස්වභාවය තුළ නොගැටී සිටිය යුතුය. ඔබ හැමෝටම පසු පසින් සිටීමටත්, දහසක් දේ ඔබ දන්නවා වුවද, කිසිත් නොදන්නෙක් සේ පිරිස ඉදිරියේ හැසිරිය යුතුය. ඔබ ගොඵවෙක් නොවේ. අහන දෙයට පිළිතුරු දෙන අයෙක් විය යුතුය. මෙසේ ඔබ හැමෝටම පසුපසින් යෑමට කිසිම පැකිලීමක් දැක්විය යුතු නැත. පසු පසින් යන්නට සැම විටම ඉදිරියෙන් යන අය දෙස බලා යෑමත් ඉගෙනගත හැකිය. ඉදිරියෙන් යන සියල්ලන්ගේම ගුණ අගුණ, හැසිරීමේ අංග වලනයේ ස්වරූපය, විවිධත්වය නිරීක්ෂණය කළ හැකිකේ පසුපසින් යන්නටය. ඒ අයගේ හොඳ ද, නරකද ඔබ බැහැර කළ යුතුය. සියල්ලන් තුළ ඇත්තේ සතර මහා ධාතූන්ගේ විවිධත්වයක් පමණක් බව දැකිය යුතුය. තමා අන්තිමයා වීමෙන් ලද අවස්ථාවෙන් ඔබ ජරණෝපනය ගන්න. තමා අන්තිමයා වීමෙන් තමන්ට අන් හැමෝම දකින්නට ලැබීමත්, ඉදිරියෙන් යන අයට තමා ව දකින්නට නොලැබීමත්, ඔබ ලැබූ භාග්‍යයක් බව දකින්න. ඔබ අභිංසක ලෙස මෙම ලෝක ධාතුව තුළ මනුෂ්‍යයෙකුට යා හැකි ශරේෂ්ඨම ගමන යන විට වැඩිහිටි ස්වාමීන්වහන්සේලා ඔබගෙන් අසා වි "ආයුෂ්මතූන් මහණ වුණාට මොකුත්ම දන්නෙ නැහැනේ. සිවුරු හැරලා යන්න හිතාගෙනද ඉන්නේ" වැනි ජරණය. මෙවැනි අවස්ථාවලදී ඔබ නොදන්නා බව හඟවන්න. ඔබ දන්නා බව කියන්න හිතාමත් ඒ වැඩෙන්නේ මාන්නයමය. ඒ ජරකාශය කරන්නේ මාරයාය. ඔබ කලබල නොවන්න. ඒ හිමිවරු කියන දෙයට නිහතමානිව සවන් දෙන්න. ඔබ මේ සියලු කිරිගාකාරකම් ඔබට අයිති දේවල් නොවන නිසා අතහැරින්න. අනුන්ගේ දේවල් ඔබ ඔබේ කර නොගන්න. ඔබගේ මේ අත්හැරීමේ කිරිගාව දැනගත යුත්තේ ඔබම පමණකි. දෙවැන්නෙන් එය දැනගතහොත්, ඒ කිරිගාත්මක වූයේ මාරයාය. නිවීම ඔබ තනිවම යා යුතු ගමනකි. අවසානයේ ඔබද ඔබට අතහැරෙනු ඇත. ඔබද ඔබට අතහැරෙන මොහොත හවගමන නිමා වන මොහොතයි. මේ ජයග්‍රහණයට මග වියදම් දෙන්නේ "වන" බව දෙවරක් නොසිතාම ඔබ දැනගත යුතුය. මග වියදම යනු නිහතමානිකමයි. නිහතමානිකමේ උපරිමය මමත්වයේ නිවීමයි.

බුලත් කෙල බැඳුණ පඩිකකම, මුත්රා කහට බැඳුන වැසිකිලියක, මකුළුදැල් බැඳුන දාන ශාලාවක, නිවීම සඳහා අවශ්‍ය කළමනා ඇති තැන් බව අමතක නොකරන්න. මමත්වයේ නිවීම සැබවින්ම ඔබට අත්දැකිය හැකිකේ නිහතමානිකමේ උපරිමයට ඔබ පැමිණි කල්හිමය.

මාර්ගාගේ පළඳනාව

තෙත් කලාපීය පරිසරයක වැසි දිනවල කුඩාලේනගෙන් ගහන ආරණ්‍යයක පිණිස පාන ශාලාවට දානය සඳහා වැඩිමට කිලෝමීටර දෙකක පමණ දුරක් තිබිණි.

සායන මග ගල බොරලු, කඳු බෑවුම්, කුණකටුවා, තෙල් කරවලයා වැනි සර්පයින් සහිත මගකි. පාවහන් නොපළඳින හික්මුණකගෙන් පාවහන් පළඳින හික්මුණක් මෙසේ විමසීය

'ඔබ වහන්සේ පාවහන් නොදා වඩිනකොට කකුල් තුවාලවෙන්නේ ගල් ඇහෙන්නේ නැතිද?'

'ඇත්තෙන්ම නැහැ'

උන්වහන්සේ පිලිතුරු දුන්න.

'ඒ කොහොමද?' පාවහන් පළඳින හික්මුණ පෙරළා විමසීය

'මම මෙතරිය කරනවා. මුලින්ම දූෂ දිශාවටම. ඊට පස්සේ මේ කැලයේ ගස්, ගල්, මුල්, කටු මේ හැම දෙයටම මෙතරිය කරනවා. මේ පාරේ හමුවන සෑම ගලක්ම, මුලක්ම, කටුවක්ම, අත්තක්ම සුවපත් වේවා කියලා, සුවසේ වැඩේවා කියලා මම මෙතරියෙන් සිතනවා. ඒ හැමදෙයටම මා ගරු කරනවා. එවිට ඔබට දැනෙයි සමහර ගල්, මුල්, කටු කකුලේ වැදී වේදනා නොදී ඉවතට යනවා' යැයි ඒ පාවහන් නොපළඳින හික්මුණ වහන්සේ ජර්නිඋත්තර දුන්න.

සැබැවින්ම මෙය ආශ්චර්යයක් නොවේ. ගල්, මුල්, කටුවලට ඔබ මෙතරි කරන නිසා ඒවා මතට ඔබ කකුල තබන්නේද හරිම පරිසමෙන්. ඒවාට හානියක් වේද කියන අදහසින්. මේ නිසා ඔබේ සිහිය හොඳින් වැඩෙනවා. පාද දෙකත් හොඳින් පරිස්සම් වෙනවා. මේ දුෂකර මග පාවහන් නොමැතිව වඩින විටදීත්.....

මෙවැනි දුෂකර හික්මුණ වර්ගවත් නිවන් මගට, ඔබගේ ජර්නිඋච්ච ශක්තිමත් වීමට හුඟක් ජර්නෙජනවත් වෙනවා. ඔබ මෙහිදී උපකරමගිලි විය යුතුය. එසේ නොවුණහොත් මාර්ගා ඔබේ දෙපාවලට මිරිවැඩි සහලක් පළඳනවාමයි. එවිට ඔබ මගෙන් අසාවි මිරිවැඩි සහලක් පැළඳීම හික්මුණකට කැපැයී හේද කියලා.

ඔව්. සත්තකිත්ත කැපයි. මිරිවැඩි සගලක පැළඳීම හික්මුවකට කැප බවට විනයයන් අවසර ලැබුණු දිනයේ පටන් හික්මුණ්ගේ මිරිවැඩි සගල පාවිච්චිය වැඩිවිය. එහෙත් අරිහත් උතුමන් අඩුවිය.

මන්ද, ගලක කුලක කටුවක ඇතෙහ වට, මඩ ගොඩක, කසල ගොඩක, රොඹු ගොඩක පැහැනකොට යටි පතුළට දැනෙන එහි ස්වභාවය, සෙරෙප්පු දමන ඔබට නොදැනෙන නිසාය. සිනිදු යටිපතුළ සෙරෙප්පුවේ පහසු ලබද්දී, ඔබ විඳින්නේ සැප තෘෂ්ණාවත්, දෙපා ආරක්ෂාකාරී නිසා ගමනේ වේගයත් පමණි. වේගය තුළ ඇත්තේද තණභාවයි. ඔබ වේගවත් වන්නේද, වඩා ඉක්මනින් යමක් සපර්ශ කිරීමටය. අයිතිකර ගැනීමටය. තණභාව තුළින් ගොඩනැගෙන්නේ බවය මිස අන් කුමක්ද?

දරුණු සතුන් ජීවත්වන කැලයක හුදෙකලාව සිටියද, මෙතරී ශක්තියෙන් පරිපූර්ණ නම් ඔබට සතුන් මුණනොගැසෙනු ඇත. මෙය ආශ්චර්යයක් නොවේ. හේතුපිල ධර්මයකය. හේතුව මෙතරීයයි. එහෙත් ඔබ වඩාත් දක්ෂයෙක් වන්නේ සතුන් ඉඳිරියට ගොස් ආරක්ෂක ගාථා හෝ මෙතරීය වඩා සතුන් ඉවත්කර ගැනීම නොවේ. මෙතරී බලයෙන් සතුන් මගහරවා ගැනීමයි. ඔබ වනයට ආවේ සතුන් ඔබට දමනය වනවාදැයි පරීක්ෂණය කිරීමටවත්, ආරක්ෂක ගාථාවල ශක්තිය බැලීමටවත් නොවේ. මේවා කිරීමේදී ඔබට කෙලෙස් උපදී. ඔබට චිරත්වකවත් ආරෝපණය වේ.

'මම' අතහැරීමට වනයට පැමිණි ඔබ, 'මම' ගැන 'චිරකථා' නිතර කියනු ඇත. මෙය නිවන් මගට අඩකොටයකි.

වර්තමානයේ නිවන්මග ජයගන්නන් හිගවීමට මේවාද හේතූන්ය. අපි කැලයට යන්නේ ඇත් ගොවිවත් වීමටවත්, නයි නටන්නන් වීමටවත් නොවේ. ලෝකය මත අපව නටවන මාරයා නැටවීමටය. මාරයා ලෝකය තුළ ඔබව චිර වර්තයක් කිරීමට උත්සාහ කළොත් එම මාර සිත් පැරදවීමට ඔබ දක්ෂ විය යුතුය. ලෝකය මැද චිරයෙක්, වර්තයක් වීම නොව චිරත්වයත්, වර්තයත්, ලෝකයත් අතහැරීමට පුහුණුවීම ඔබේ කාර්යය විය යුතුය. එසේ නොවුණහොත් කැලයත්, හුදෙකලාවත් ඔබට තවත් නගරයකම වනු ඇත. වරද ඇත්තේ කැලයේවත්, හුදෙකලාවේවත්. නගරයේවත් නොව ඔබ තුළමය. ඔබ ඔබව අතහරින්න. එවිට ඔබට ඉහත සියලුම අතහැරෙනු ඇත. සෑම නිවන්මග වඩන්නෙකම තමා තමාට මෙතරීය කරගතයුතුව ඇත. එය කළ හැක්කේ මේ ශෝර කටුක හඟනක සංසාර දුක දැක තමා සසරින් එතෙරටම වෙර වැඩීමෙන්ය. මෙය තමා තමාට කරගතහැකි උත්තරීතරම මෙතරීයයි. තමා සසරින් එතෙර වුවහොත් මේ උත්තරීතර මෙතරීය මුළු ලෝකයටම පැතිරවිය හැකිය. එහෙත්

ඔබද අසරණයෙක්මය. ඔබ සසර නැවත මැරෙන, ඉපදෙන, ලොඩවෙන, වයසට යන ස්වභාවයේ සිටිමින් අනූනට මෙතරි කිරීමට යෑම බුද්ධිගෝචර නොවේ.

ලෝකයට මෙතරිය කරන්නට යෑම පසෙක තබා, ඔබ මුලින්ම ඔබට මෙතරිය කරගන්න. එය කළහැක්කේ ලෝකය තුළ තමාගේ අසරණභාවය, අනාච්ඡාවය තේරුම්ගැනීමෙන් පමණක්මය.

භාලමැස්සාගෙන් කමටහනක්

නියමිත වේලාවට දායක පිරිස දානය දාන ශාලාවේ මේසය මත තබා ඇත. එළවළු හතරක්, බතක්, පළතුරු, කැවිලි ඊට අයත්ය. දායකයන් ඉවත්ව ගිය පසු ඔබට මෙහෙම හඬක් ඇසෙනු ඇත.

"සැරට මොකුත් නැහැ. භාලමැස්සා ටිකක් බඳිමු ද?"

කප්පිය කුටියේ විනසානුකූලව පාවිච්චිකිරීමට විශලී ආහාර ඇත.

ඔබ සාමනේර නිසාම භාලමැස්සන් සුද්ද කිරීම ඔබට පැවරෙනු ඇත. ඔබ එයට නොගැටෙන්න. මගහැර නොයන්න. අභියෝගයට මුහුණදෙන්න. සමහර විට ඔබ මස් මාංශ නොවළඳුන කෙනෙක් වෙන්න පුළුවන්. ඒ ගැන නොසිතන්න. ඔබ ඔළුව කඩන කඩන භාලමැස්සා සංසාරයේ ඔබේ මව, පියා, ඥාතියා, දරුවා ව සිටින්නට ඇතැයි සිතන්න. මේ භාලමැස්සා සංසාරයේ සක්විති රජවද, දෙවියෙක්ව ද, ජරේතයෙක්ව ද ඉන්නට ඇතැයි ඔබ දකින්න. ඔබේ ම කල්යාණ මිත්රයාට සිටින්නට ඇතැයිද ඔබ දකින්න. සෑම මනුෂ්‍යයෙකුටම, සෑම සත්වයෙකුටම මෙය ගලපා බලන්න. මේ භාලමැස්සා සංසාරයේ පැවිදිව ඉන්නට ඇතැයි ද සිතන්න. පැවිදිව සිටියත් නැවත භාලමැස්සෙක් ඉගේ කෙසේද යන්නත්, ඇයිද යන්නත් සිතන්න. මේ භාලමැස්සා සංසාරයේ තම කුසින් රහනත් වහන්සේලාවද බිහිකොට ඇතැයි සිතන්න ඔබ දක්ෂ වන්න.

ඔබ ලබන මේ අවබෝධය නිසා, භාලමැස්සාටද ඔබ හදවතින් පිංදෙන්න. බලන්න ඔබ භාලමැස්සෙක්ගෙන් ලැබුව කමටහනක ගැඹුර.

හොඳයි, ඔබ මට භාලමැස්සා අතගාන්න බැහැ. මම නිර්මාණය කියලා ගැටුණා නම්, ආරණ්‍යය හැර ගියා නම් ඔබට මේ කමටහන ලැබෙනවාද?

ඔබ දැනම ඉක්මන්වෙන්න අවශ්‍ය නැහැ. භාලමැස්සා තුළ සත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් ඉන්නවාද කියලා දකින්න. මුලින්ම ලැබුණ කමටහන ජරණෝජනයට ගන්න. සංසාරයේ ගැඹුර දකින්න. සංසාරය ගැන බිය ඇතිකරගන්න. ඒ වැඩීම තුළ ඔබේ ජරඥාව තර්විර වන විට ඔබට අවබෝධය ලැබේවි. භාලමැස්සා තුළ සත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් නොමැත, එහි ඇත්තේ අනිත්‍ය භාවයට පත්වන ධාතු කොටස් පමණක්ම බව ඔබට මෙලෙස වැටහෙන්නේ නැතිනම් ඔබ

ඉවසන්න. ඔබට ප්රඥාව වැඩෙන විට මෙම ධර්මතාවය අවබෝධවේවි.

ඔබ මෙවන් අවබෝධයක් ලබමින් පසුවනවිට භාලමැස්සො බැඳුම රසබලන අය ලබන්නේ රස තෘෂ්ණාව පමණක් බව සිතන්න. වර්තමානයේ ගිහි චුච්ඤ, පැවිඳි චුච්ඤ ඔහු නැවත සසර භාලමැස්සෙක් වීමේ ඉඩකට එසේම විවෘතව පවතින බව දකින්න ඔබ දක්ෂ වෙන්න.

සසර නැවත මවිකුසක්, බිත්තරයක් තුළට නොයන්නට ඔබ දක්ෂ වන්න. එසේ නොවුණහොත් යම් දවසක මෙම භාලමැස්සාම මිනිසකුව ඉපිද, ඔබ භාලමැස්සෙකුව ඉපිද ඔබවද මෙපරිද්දෙන් බැඳුමට ගනු ඇත. පෙර බවයක මේ භාලමැස්සා පැවිඳිව කළ ක්රියාව වර්තමානයේදී ඔබ නොකරන්න. ඔබ නිර්මාණශීලී උදම් ඇතිමෙන්, ඔහු මාංශශීලී පිළිකුල් කිරීමෙන්, දිව ඉල්ලන ඉල්ලන රස දීමෙන් රැස්වෙන්නේ තන්හාවයි. ඔබ කළ යුත්තේ රස ඉල්ලා ඇතිවූ සිත අතිතය බව දැකීම පමණක්මය.

මාර ජර්නලය

ලොව්තුරා බුදුරජාණන් වහන්සේ නිවන් මග වඩන්නා මධ්‍යම ජර්නලය තුළ හික්මිය යුතු යැයි අවධාරණය කළහ. තුන් සිව්වර්ෂ පාත්රයන් පමණක් දරමින් රැක්කමුල, ශුන්යාගාර, ආරණ්‍යගතව සසර දුකින් එතෙරවීමට අතීතයේ හික්මුන් කැපවිය. බුදුරජාණන් වහන්සේ මධ්‍යම ජර්නලය ලෙස, සසරින් එතෙරවීමට වෙරවඩන හික්මුට දැක්වූයේ ඔහු සීමාවය. කැමති කෙනෙකුට තම තමන්ගේ කෙලෙස් වල දිග පළල අනුව මධ්‍යම ජර්නලය අර්ථ දැක්විය හැකිය. ශාසනය තුළ ඊට අවශ්‍ය නිදහස ඔහු තරම් ඇත. විවේචනය කිරීමේ නිදහසද ඇත. එහි කිසිදු වරදක් නොමැත. එහෙත් සසර දුකින් එතෙර වීමේ ජර්නලය අනපේක්ෂිතය. පාත්රය දරන පිණ්ඩපාතික හික්මුට අවශ්‍ය රේසරය, සවන් කැටය පවා ගිහි දායකයාගෙන් විනයානුකූලව ලබාගත හැකි කර්මය පැහැදිලිවම ජර්නලයේ සඳහන්ව ඇත. බුදුරජාණන් වහන්සේ අර්ථ දක්වන ලද ජර්නලය ලැබිය හැකි මධ්‍යම ජර්නලය ඇත්තේ එතැනයි. හික්මුට පිණ්ඩපාතයෙන් ලද දෙයින් සතුටුවීම, යැපීම මධ්‍යම ජර්නලයයි.

කප්පිය කූටියේ විශ්ලී ආහාර තබාගෙන තිබෙන ස්වාභාවික දාහයට මිරිසට, තෙලට, බැඳුමට මොකුත් නැතිනම් හදාගැනීම මධ්‍යම ජර්නලයට අදාළ නොවේ. නමුත් විනයෙන් ඊට පුර්ණ නිදහස ඇත. එම නිදහස උපරිම වශයෙන් ජර්නලයට ගෙන කටයුතු කිරීමේ වරදක්ද නොමැත.

මම නැවතත් කියමි.

විනය ඇත්තේ අදක්ෂයාටය. දක්ෂයා ලද දෙයින් සතුටුවෙයි. නිවන් මග වැඩීමට බලාපොරොත්තුවන හික්මුට ගොඩගසන්නෙක් හෝ රැස්කරන්නෙක් නොව කුසගිහි සැහීමට පත්වූ කල ඉතිරිය අතහැරින්තෙකි. හෙට දවසක් ඔහුට නැත. ඔහු ජීවත්වන්නේ වර්තමානයේය.

වර්තමානයේ මෙම අර්ථය භාසයක් වීමටද පුළුවන. විවේචනය කිරීමටද පුළුවන. වර්තමානයේ පමණක් නොව, බුදුරජාණන් වහන්සේ ජීවත්ව සිටියදීද මෙම අර්ථයට විවේචන එල්ල විය. ඉතින් අද ගැන කුමන කතාද?

එහෙත් මෙම මොහොතේදී ඉහත මග වඩන බුදු පුතුන්, මෙම මග වැඩීමට උත්සහ ගන්නා, වීරිය වඩන, සරණාක්-මගක් සොයනා බුදු පුතුන් විශාල පිරිසක් මේ දෙරණ මත වැඩසිටින බව අවිවාදයෙන් පිළිගත යුතුව ඇත. උන්වහන්සේලා තමන් වැඩ සිටින කලයේ යැපෙන්නේ පාංශකුල සිවුරෙන්, පිණ්ඩපාතයෙන් යැයි ජර්නලයේ ජර්නලය

කරමින් යන zමාධ්‍යකරුවන්Z නොවේ. උන්වහන්සේලා ඉහත අවමයද පරිහණය කරනුයේ බදාගැනීමට නොව අතහැරීමට නොහැකි නිසාය. තම නිවන් අරමුණ ජයගන්නාතුරු කය ආරක්ෂා කරගත යුතු නිසාය. හික්ෂුව ජරත්තාවේකෂයෙන් වැළඳිය යුත්තේ දායකයා පුජාකරන ආහාරයයි. එම ආහාර රස ගුණ මදියැයි සිතා, රස තෘෂ්ණාවෙන් තමන් හෝ කැපකරු ලවා, කටට රසට හදාගත් දෙය ජරත්තාවේකෂාකොට වැළඳීම මධ්‍යම ජරතිපදාව නොවේ. එහෙත් එය විනයට එකඟව කළ හැකි බව මමද පිළිගනිමි. යමෙක් එසේ කරනවානම් එය විවේචනයද නොකරමි. මේවා ලෝකයේ පවතින ස්වභාවයන්ය. එහෙයින් අප නොගැටිය යුතුය.

නිවන උදෙසාම කැපවන්නා කප්පිය කුටිය, ගැස්ලප, උණුවතුර බෝතලය වැනි සංඥාවලින් මිදිය යුතුය. මේවා ඔබේ රස තෘෂ්ණාව අවධි කරන මාරයෝය. මධ්‍යම ජරතිපදාවත්, කාමසුඛල්ලිකානු මගත් අතරමැදද අන්තයක් ඇත. එය මධ්‍යම ජරතිපදාව හෝ කාමසුඛල්ලිකානු මග නොවේ. මධ්‍යම සහ කාමසුඛල්ලිකානු දෙකේම එකතුවකි. දෙකේම මුසුවකි. එය හරියටම ඇලීමත් ගැටීමත් මැද තිබෙන උපේක්ෂාව මෙනි. උපේක්ෂාව තුළ ඇලීමත් ගැටීමත් දෙකම තිබේ. ඉහත අවස්ථාවේදී මධ්‍යම ජරතිපදාව ඉක්මවා ගිය තත්වයකුත්, කාමසුඛල්ලිකානු මග ස්පර්ශ කරන ස්වභාවයකුත් ඇත. අපි මෙයට මාර ජරතිපදාව යැයි කියමු. මධ්‍යම ජරතිපදාව යැයි දකිමින් මාර ජරතිපදාවක හික්මමින් අපි නිවන් මග සොයන්නෙමු. එළඳෙන පැටවා සමග සිටියත් ඔබ කිරි දොවන්නේ පැටවාගෙන් නම් ඔබට කිරි නොලැබෙනු ඇත. එය එළඳෙන හෝ පැටවාගේ වරද නොවේ. ඔබගේ වරදය. එහෙත් ඔබ ඉදිරියේ එළඳෙන්න තන බුරුල්ලක් දෙකම ඇත.

විනය නමැති කඹයෙන් ඔබ එළඳෙන දිගේලි කරමින් සිටියාට එලක් නොමැත. එළඳෙනගේ ගොම, මුත්රා එකතු කරාටද වැඩක් නොමැත. ඔබ එළඳෙනගෙන් පස්ගෝ රස ලබාගැනීමට දක්ෂ විය යුතුය. ඔබ දක්ෂයෙක් වන්නේ එය අවබෝධ කර ගැනීමෙන්ය. ඊට මග සැලැ මධ්‍යම ජරතිපදාවයි.

තුන් සිවුරන් පාත්රයන් දරමින් ආරණ්‍ය, ශුන්යාගාර, රුක්ඛමුලගතව තම ජරතිපදාව වැඩීමට ඔබ කැපවුවහොත් අර්ථවත් මධ්‍යම ජරතිපදාවක් ඇත්තේ එතැනයි. හොදට හිතන්න. දිව බොරු කීවද, ඔබේ හදවත බොරු නොකියනු ඇත. එය ඔබට දැකිය හැක්කේ ජරඥාවෙන් පමණකි.

ලෝකයේ බරින් නිදහස්වීමට ජරපම, ඔබ ඔබේ බරින් නිදහස්වන්න. ඔබේ බරින් ඔබ නිදහස් වූ විට, ඔබ මෙතෙක් දුරා සිටියේ ලෝකයේ බරම බව ඔබට තේරුම් යනවා ඇත. තමාට අයිති නොමැති ලෝකයේ බර, අවිද්‍යාව නිසා දුරාගෙන සිටින පෘථිවිභව සත්වයාගේ මෝහයේ දිග පළල ඔබට අවබෝධ වනුයේ ඔබ ලෝකයෙන් නිදහස්වූ විටදීය.

ඔබ සැබෑ ලෙසම මධ්‍යම ජාතිපදාවේ හික්මෙමින් නිවන් මග තරණය කළොත් මුළු විශ්වයම සිඳුම් කොට ඔබේ දෝතට ගත හැකිය. එවිට ඔබට මෙහෙම දැනේ. මා ලෝකය ජයගත්තාය කියලා.

ලෝකය ජයගැනීමේ ශක්තිය ඔබ සැමගේ අධිකාරය තුළ සැඟවී ඇත. ඔබ කළ යුත්තේ එය මතුකර ගැනීම පමණක්මය. මෙම ජීවිතයේදී ඔබ එය මතුකර ගැනීමට උකටලී මුළුමනින් තම කල්ප ගණනාවක් ඔබට දුක් විඳීමට සිදුවනු ඇත.

කුසගින්නද ආශිර්වාදයකි

නිවන් මග වඩනා හික්මුවක් වනගතව වාසය කරන විට, පීණ්ඩපාතය ලබාගැනීමේ දුෂ්කරතාවන්ට මුහුණදීමට සිදුවීම ස්වභාවිකය. එවැනි අවස්ථාවකදී කුසගින්නද ඔබේ නිවන් මගට ආශිර්වාදයක් කරගත යුතුය.

එහෙත් මෙහිදී ඔබ කුසගින්නේ සිටිනා වග දැනගතයුත්තේ ඔබ පමණමය. එක දිගට වේලක්, දෙකක්, තුනක් ආහාර නොලැබීම ඔබට පුදුම අවබෝධයක් ලබාගැනීමට අවස්ථාව සලසාදෙයි. ඔබ කුසගින්නේ සිටින බව, සිටි බව ලෝකයා දැනගතයුතු නැත. සාක්ෂිකාරයාද, විත්තිකාරයාද ඔබම විය යුතුය. මන්ද ඔබ මේ පහරදෙන්නේ ඇසට නොපෙනෙන මාරයාටය. හට්ටු ඉලක්කයටම පහරදුන්නොත් පරාජය වන්නේ මාරයාය. ඔබ මෙවර මාරයාට වඩා දක්ෂ විය යුතුය. මොකද සසර මෙතෙක් ඔබට වඩා දක්ෂවී ඇත්තේ මාරයාය.

සමහර විට කුසගින්නේ අසිරිය ඔබ මෙතෙක් විඳි නැතුව ඇත. ඔබ දන්නේ 'කුසගිනි වෙනවා, ආහාරගන්නවා' පමණක් විය හැක. ඔය වකරය අපගේ දිනවර්තාවේම කොටසකි. මුළු මහත් සත්ව ජර්ජාවගේම ස්වභාවයයි. නිවන් මග වඩනා හික්මුව සමස්ත සත්ව ජර්ජාවට වඩා වෙනස් සත්වයෙකි. වෙනත් අරමුණක් අධිෂ්ඨානයක් කරා යන සත්වයෙකි.

ගුරු-හදු- තාරකා ජයෙද්විෂ්ඨය විද්වතව, හදුහන, හස්ත රේඛා බලා ලෝකයේ සිටින දක්ෂම ජෝතිර්වේදියා ඔබට කියවන්නේ 'තව වසර 50ක් ඔබට ආයුෂ්චියෙනවා' කියලා. ඔබට දීර්ඝායුෂ්චියෙනවා කියා. ඔබ දින කිහිපයක් ආහාර නොමැතිව ගුන්න. ඔබව මැරෙන්නාමය.

ඇයි දන්නවාද? මේ කයට ආහාර නොදී කුසගින්නේ තැබුවහම හොඳට අවබෝධවෙනවා මේ කය ආහාර නිසාමයි පවතින්නේ කියලා. මේ කයට ආහාර නොදුන්නොත් ජීවන රේඛාව කොපමණ දිගට තිබුණත් ඔබ මිය යනවාමය. මේ ඔබ මහත් උපාරවෙන් සරසාගෙන, මගේ කියා දරාගෙන සිටින කය. ආහාරයක් නොදුන්නොත් මැරෙන කයක්, මෙය පිළිගනු වන ආහාරයට අයිති කයක්. ආහාර නොදුන්නොත් මැරෙන කයක්, ඔබට අයිති, ඔබට පාලනය කිරීමට හැකි දෙයක් නොවේ.

ඔබ ජර්ජාවෙන් බැලුවොත් හදුහන, ජයෙද්විෂ්ඨය, හස්තරේඛා, නාඩි වාක්ය ඔබට මාරයා සසර දික්කර ගැනීමට අවමුණු මාර උගුලක් බව. මේ උගුලට ඔබ හසුවී නිවන් මගට අවතීර්ණ වන එක කල්දමනවා. මම දන්න

ඉතාමත් ගුණවත් සත්පුරුෂ නායක හිමිනමක් ඉන්නවා, ඉහළ රැකියාවක් හොඳ සමාජ තත්ත්වයක් තරුණවියෙකු අතහැරලා පැවිදිවෙලා. මුළුත් නිවීම අරමුණු කරගෙන දැඩි චිර්යයකින් කටයුතු කරපු උන්වහන්සේට ජයෙද්නිර්වේදියක් ප්රකාශකර තිබෙනවා, ඔබ වහන්සේ නිවන් අවබෝධ කරගන්නේ තව වසර 10ක පසුව කියලා. දැන් උන්වහන්සේ තමන්ට පාරමී මදිය කියලා ආමිසය පැත්ත දැඩිව වඩනවා. නිවන් මගෙන් පිටට ගිහිල්ලා.

ශරද්ධාවෙන් සියලුම අතහැරලා, දුෂ්කරම ආරණ්යයක බඩ ඉරිඟු කරල වළඳලා අරඹපු ගමන අද මාරයා නවත්වලා.

මාරයා ඔබට හඳුනන, හසන රේඛා, නාඩි වාක්ය හරහා දෙන අනාගත වාක්ය ඔබ ඉරාදුමන්න. අවබෝධ කරගන්නා මේ කය ආහාරය නිසාමය පවතින්නේ...ජයග්රහණය, උත්සහයත්, චිර්යයත් නිසාමයි සිදුවන්නෙ කියා.

ශරීරයේ ධාතු කොටස් අතරින්, වාගේ ධාතුව ඉතාමත්ම හොඳින් පැහැදිලිව ඔබට අවබෝධ වන්නේ කය කුසගින්නේ තැබීමෙන්ය. කය නිරාහාරව තැබුවොත් ඔබට දැනෙවි ආමාශය, උගුරු දණ්ඩ, මළමාර්ගය හරහා මොනතරම් වේගයෙන් වාගේ ධාතුව ක්රීයාත්මක වෙනවාද කියලා. කය තුළ ආහාර නැති විට වාගේ ධාතුව සිත්සේ කය ආකර්මණය කරනවා. වාතය කුපිත වෙලා දැනගන්නවා. ඔබ කළයුත්තේ සතියෙන් ඒ දෙස බලා සිටීමමයි.

මේ අවස්ථාවේදී මාරයා ඔබට කියවී, 'ඔබ මැරෙන්නද යන්නේ, ගැස්ට්රයිටිස් හදාගන්නද යන්නේ. හැදුනොත් හැමදාම දුක තමයි. කලන්තය හැදුනොත්?.....'

මේ කිසිවකට ඔබ යටත් වෙන්න එපා. මොකද මෙසේ ඔබට කියන්නේ මාරයාමය. මාරයා යනු කෙළෙස්බරිත, කාම සැපයටම ලොල්ලු, ඇති වෙමින් නැති වන ඔබේ සිතය.

ඔබ එවිට මෙසේ සිතන්න. මම නිවන් මග වඩන හික්මුවක, මේ කුණු කය මට අයත් දෙයක් නොවේ යැයි අවබෝධයෙන් අතහැරීම මගවඩන හික්මුවක. මේ කය මළත් මගේ අධිෂ්ඨානය අත්නොහරිනවාය කියලා. එවිට ඔබ මාරයාට එලව එලවා පහරදෙන හික්මුවක වෙනවාය. මෙසේ සිතමින් මාරයාට පහරදෙමින් වාගෝ ධාතුව තව තවත් අවබෝධයෙන් දකිමින් එහි අනිත්ය බව වඩනකොට, මාරයා බියට පත්වෙවි මේ හික්මුව මාරයාට අහිමිවේවිද කියලා. එහෙම හිතලා මාරයා හික්මුවට වාටුවක දමාමී 'ඔබ මේ විදිහට නොකා ඉඳලා මළොත් නිවන් දකින්නනම්

ලැබෙන එකක් නෑ' කියලා.

බලන්න කපටි මාරයා නිවන ගැනත් කතා කරනවා. නිවන ගැන අනුකම්පාවත් කරනවා. ඔබේ අරමුණ ගැන, මාරයාගේ ස්වභාවය ගැන ඔබ සිහියෙන්, සතියෙන් නොසිටියොත් මෙවර ඔබ මාරයාට කොටුවනවාමයි.

මොකද "මළොත් නිවන් දකින්න බැරිවෙයි කියලා කියපු නිසා." මාරයා මෙසේ කීවත් ඔබ සිතන්නේ, ඔබ කෙරෙහි අනුකම්පාවෙන් ඔබේ සිතේ හටගත් සිතිවිල්ලක් කියලා. නිවන් මග වඩන ඔබ දක්ෂ වෙන නිසා. මේ මාර උපකරණවලට වැට බදින්න. නමුත් බහුතරය මෙතැනදී පරදිනවා. මොකද 'නිවන්' කියන වචනය මාරයා පාවිච්චිකළ නිසා. මාරයා කපටිකමටයි ඔය 'නිවන බැරිවෙයි' කියන වචන පාවිච්චි කරන්නේ.

හැබැයි ඔබ මෙතැනදී දක්ෂ චූළභෝත්, මේ කය, මේ වේදනාව මගේ නොවෙයි කියලා, මේ වාගේ ධාතුවද මගේ නොවෙයි කියලා දකින්න. ඉනුත් ඔබ්බට ගිහිල්ලා මාරයා ඔබට කියූ නිවනද මට අයිති දෙයක් නොවන බව දකින්න. නිවනට ඇති ආශාවද අයිත් කරන්න. ඔබට වැඩෙන ජරඥාව තුළ ඔබ නවතින්නේ නිවන් මගේ උපරිම දුරක් ගිහිල්ලා. හැබැයි උත්සහය, චීර්ය තිබෙන්න ඔබේ නිවීම උදෙසා මේ කය අතහැරීමට.

දැන් ඔබට තේරුනාද 'කුසගින්න ආශිර්වාදයක්' කියලා කීවේ ඇයිද කියලා. ඔබ එකවේලක් හෝ නිරාහාරව සිටිය යුත්තේ ඒ තුළින් අවබෝධාත්මක ජරඥාව වර්ධනය කරගැනීම සඳහා මිස හුදු ශිල්පත් බව සංකේතවත් කිරීමට නොවේ. මන්ද ශීලයද, ආහාරයද ඔබව සසරටම කැන්දාගෙන යන මාර බලවේග නිසාය.

සැබෑ ජර්තකාවේකතාව යනු...

ආහාර වේලක් ඔබ මොන තරාතිරමකින් පුජාකළත්, එය පිළිගන්නා අයට මෙන්ම පුජාකරන්නාටද ලැබෙන්නේ මෙලොව පරලොව වශයෙන් අනිත්යයට පත්වෙන ආශුභ, වර්ණ, සැප සහ බලයයි.

ජර්තකාව වඩවාගැනීමට ඉහත සියල්ලම සහයෝග වන්නේය.

එහෙයින් අප වෙහෙසිය යුත්තේ එක වේලද, දෙකද, නැතිනම් මාංශද නිර්මාංශද, පලතුරුද නැතිනම් බත් විශංජනද කිසි දෘෂ්ඨිගත වීමට නොව, ආහාර මොන ස්වභාවයෙන් ගත්තද ඉන් පෝෂණය වන්නේ නිරතුරුවම වයසට යන ලෙඩවෙන, මැරෙන කයක් බව අවබෝධකර ගැනීමටය. ඔබ ගන්නා ආහාරයම ඔබව කඩවා හරි දිනයක රෝගියෙක් බවටද පත්කර ඔබව මරාදමනු ඇත. රෝගී බවට පත්වීමේ සියයට සියයකම හේතුව ආහාර වල අඩු වැඩි බවයි.

ඔබට හැකිනම් ඔබේ පාත්රයට පුජා කරන බත්, විශංජන, පලතුරු, කැවිලි එම ස්වභාවයෙන් නොදැක පාත්රයේ ඇත්තේ අසුවි, මුත්රා, සෙම්, සොටු දහඩිය ලෙස දකින්න. ඔබ වළඳන තැඹිලි, වතුර කෝප්පය මුත්රා කෝප්පයක් ලෙස දකින්න. වළඳන සුදුළු විශංජනය ශරීරයෙන් පිටවන වාතයක් සේ දකින්න. වළඳන කිරි කෝප්පය ශරීරයෙන් ඉවත දමන සෙම ගුලියක් සේ දකින්න. ඒ ඔබ දකින්නේ වෙනසක් නොව එම ආහාරයේ යථාස්වභාවයයි. ඇත්ත ඇති සැටියෙන්මයි. සැබෑ ජර්තකාවේකතාවද එයයි. එසේ නොමැතිව ඇති පදම් කැමති කැමැති දේ වළඳා රාත්රී බුද්ධ වන්දනාවේ යෙදී ජර්තකාවේකතා ගාථා කීම නොවේ.

ඔබ ජර්තකාවේකතාව වැනි උතුම් ඉගැන්වීම් වලට විකට ඇඳුම් අන්දවන්නන් නොවිය යුතුය. මන්ද ඔබ අන්දවන්නේ ඔබටම නිසාය. ඔබේ රෑව් ඇරවිකම්, දිග පළල, වර්ණ ස්වරූපයන්ට අනුවම ඔබ මසාගන්නා ඇඳුම්වලට සරිලන වර්ත ඔබට මතු සසරදී ලැබෙනු ඇත. එය ඔබේම තෝරාගැනීමයි. සජ්ජායනා කිරීමෙන් හෝ ජර්තකාවේකතාව ලැබෙන දෙයක් නොමැත. යමක් ලැබිය හැක්කේ කිරිඟාත්මකභාවය තුළින්මය.

ඔබ අදිටන් කරගන්න. දිවිය ලෝක වල දිවිය භෝජන, මනුෂ්‍ය ලෝකවල රාජ භෝජන, ජරේත ලෝක වල සෙම සොටු, තිරිසන් ලෝකවල තණකොළ පුත්තකකු, නිරයේ ගිහදර ආදිය මහපොළොවේ පස් වලට ජර්තකාවේකතාව රසබලා ඇති මම තවදුරටත්, රසයට "දිවට" ලොල නොවේය යන සැබෑම ජර්තකාවේකතාවට.

එසේ නොකොට අපි අභිංසක දායකයාගේ දානය, මාරයාගේ පොෂණය සඳහා යොදවන්නේ නම් අපි අපටම ණයකාරයන් වනු ඇත. අපිට එම ණයෙන් නිදහස් විය හැක්කේ රසය හෝ ගුණය පසුපස යෑමෙන් නොව, ආහාරයේ සහ ආහාරයෙන් පොෂණය වන කයේ ස්වභාවය පසුපස යෑමෙන්ය. කප්පිය කුටියේ, විදුරු අල්මාරියේ මෝලට්ටි මිලක්, පෝෂයදායී කිරිපිටි, ජාත්‍යන්තර නම් වලින් එන කෝපි වර්ග, එළවළු ශීශ්ටි සාරයෙන් තැනූ පානවර්ග ආදී බොතල් තිබුණද උගුරෙන් පහළට හේ හැන්දක ඵරමානයක් ගිලගැනීමට බැරි දවසක් අපට එළඹෙනු ඇත. ඔබ අද මේ යථාර්ථය අවබෝධ නොකරගත හොත් එදාට ඔබට මේ බොතල් දෙස බලා කෙළ ගිලිමින් මිය යෑමට සිදුවනු ඇත. කෙළ ගිලෙන්ගේ තෘෂ්ණාව නිසාය.

රස සොයන, රස ඉල්ලන හිත අනිත්යවශයෙන් දැකීමට ඔබ දක්ෂ චුළුහොත් කිසිදාක ඔබට අමුතුවෙන් ආහාරය ඵරතයාවේකෂා කිරීමට අවශ්‍ය නොවනු ඇත.

ඔබ කැමතිම ආහාරයක් නිතර නිතර ඔබට වැළඳීමට කැමැත්ත එන්නේ නම්, එම ආහාරය පිළිබඳ කසළ ගොඩක්, මළ මුත්රා වශයෙන් දැකින. ඔබට අයිති නැති කැමැත්ත ඔබේ කරගැනීමට යෑම හේතුවෙන් සසර ඔබ විඳි දුක් කන්දරාවන්, වර්තමානයේ විඳින, අනාගතයේ විඳීමට සිදුවන දුක් ගොඩත් මෙතෙහි කරන්න. ඔබට අයිතියක් නැති ආගන්තුක සිතක් නිසා මෙතරම් දුක් කන්දරාවක් විඳින, පෘතග්ජන භාවයෙන් මිඳි බුද්ධෝත්පාද කාලයක ලැබූ මනුෂ්‍ය ජීවිතයෙන් උපරිම ඵරයෝජන ගන්න.

ආහාරයේ සුවඳ, ගිලෙන කෙළ, ඇතිවෙන සිත, දැනෙන රස අනිත්ය බවම සිතන්න. දායක පිංචතුන් පුජා කරන ඵරමානය, සශ්‍රීක බව, විවිධත්වය ඔබ ඔබේ කර නොගන්න. පරිභෝජනයේදී ඔබ නිතරම ඔබේ සීමාව තුළ නවතින්න. කුසෙන් අඩක් ආහාරද, කොටසක් ජලයද, කොටසක් හිස්වද තැබීම ඔබේ සීමාව කරගන්න. ඔබේ සීමාව තීරණය කරගැනීමට ශාස්තෘන්වහන්සේගේ ඉගැන්වීම්වලට මිස දායක පිංචතුන්ගේ කැමැත්තට ඉඩනොදෙන්න. මෙහි අදහස් වලංගුවන්නේ මේ ආත්මභාවයේදීම නිවීම උදෙසා මග වඩන සත්පුරුෂයන්ට පමණක් බව හොඳින් සිහියේ තබාගන්න. කැමැති පිංචත් උතුමන් කැමැති ආකාරයෙන් වළඳන්න. එහෙත් සසරින් නිදහස්වීම බොහෝ දුර වීමට පුළුවන් බව සිහියෙන් යුතුව දැකින.

පරණ පුරුදු

අපි හැමෝම පැවිදි වෙන්නේ මේ සසර දුකින් මිදීම අරමුණු කරගෙන. එහෙම පැවිදිවෙලා ආරණ්‍යගතව කුටි හඳුන්න, පාරවල් හඳුන්න වගේ සංවර්ධන වැඩට යොමුවීම අභාග්‍යයකි.

ගිහිගෙදර ගෙවල් දොරවල් අතහැරලා පැවිදිවෙන්නේ අතිතයේ කළ දේවල් නැවත කරන්නට නොවේ. ගිහි කාලේ බාහුන්නැගේ පැවිදි වෙලා බාස් වැඩේ කරනවා. ලේඛක මහතා පැවිදිවෙලා පොත්ලියනවා, අරක්කැමියා පැවිදිවෙලා මුළුතැන්ගෙයි දානය හඳුනවා.....

මෙය නොවිය යුතු දෙයක්.

අපි සිතන්න ඕනේ අපි පැවිදි වුණේ එවැනි සංවර්ධන වැඩ කිරීමට නොව සිත සංවර්ධනය කිරීමටය කියා. ඇයි සිත සංවර්ධනය කරන්නේ, සිත කෙළෙස් වලින් ගරා වැටී ඇති නිසා. එහෙයින් නිවන් මගේ හික්මෙන ඔබ කළයුත්තේ ගොඩනැගීම නොව, කඩාදැමීමය.

සියලු කෙළෙස් කඩා දැමූ කල අප ගමන් කරන්නේ නිවීම දෙසටය. ගිහි ජීවිතය පුරාවට අපි කළේ ගොඩනැගීමයි.

පවුල, ධනය, සම්පත්, සමාජ තත්ත්වය අපි ගොඩනැගූ කෙළෙස් කන්දයි. අපි කළයුත්තේ එම බර එකිනෙක බිම තැබීමයි. එම බර බිම තබා ආරණ්‍ය සංවර්ධන බර ඔබ කරට ගන්නේ නම්, එයද කෙළෙස් කන්දක්මය. අපි කළ යුත්තේ "කැහි ගැනියදී, සොටු ගැහැනිය ගැනීම" නොව මේ දෙදෙනාම අතහැරීමය.

එසේ නොකළහොත් කැහි සහ සොටු වලින් ඔබව සංසාරික ජීනස් රෝගියෙක් කරනු ඇත.

'ශාසනය රකින්න, ආරණ්‍ය දියුණු කරන්න'... මේවා මාරයාගේ ලස්සන අයිසිං තැවරු කේක් ගෙඩිය. ඔබ දුක්භ විය යුත්තේ අයිසිං තවරා ඇත්තේ කේක් ගෙඩියකට නොව ලෝදිය හැළියකට බව අවබෝධකර ගැනීමටය.

සංසාරය පුරාවට අපි ආරක්ෂා කළ ශාසන වල, අපි හැදෑ, පුජාකළ කුටිවල, ආරණ්‍ය වල මහරහතන් වහන්සේලා ලක්ෂ ගණනින් වැඩ සිටින්නට ඇත. සුනිතලා, පටාචාරලා සෝපාක ලා වැනි අන්ත අසරණ අඩියක සිට පැමිණ, අරහත්වය ලබාගත් උතුමන්ද වැඩ සිටින්නට ඇත. එහෙත් අපි තවමත් කුටි, ආරණ්‍ය, ගල්වැටි බඳිමින්

සිටින්නෙමු. ඔය ගඩොලින් ගඩොල බැඳෙන්නේ ආරණ්‍ය සංවර්ධනය නොව දැකය. නිවීමේ මග යනු ගඩොලින් ගඩොල ගලවා ඉවත් කිරීමයි. මේ දැක අපි ඊළඟ පරම්පරාවන්ටද උරුමකොට දෙන්නෙමු. ගිහි පිංවතුන්වද මේ කඹයේම දිගේලි කරමු.

වනය තිබෙන්නේ එළිකරන්නටවත්, ලස්සන කරන්නට වත් නොවේ. වනය ස්වභාවයෙන්ම පියකරය. අප කළයුතේ අපේ හඳුවත් ධර්මයෙන් ලස්සන කිරීමයි. අපේ හඳුවත් අපිරිසිදු නම් වනය ලස්සන කරන්නට අපිට සිදුවේ. එහෙත් ඔබ කැමති ආරණ්‍ය සංවර්ධනයට නම් ඔබ එම වනයේම මතු ආත්මයේදී රුක් දෙවියෙක් ,ආරණ්‍ය සුරකින දෙවියෙක් වීමට පුළුවන. එය ඔබ කැමති දෙයම නිසා සතුවත් භාරගතයුතුය. ලෝකයේ ස්වභාවය විවිධය. ස්වභාවය විවිධත්වයට පත්වන්නේ අනිත්ය භාවය නිසාය. එහෙයින් විවිධත්වය ලෙස අප දකින්නේ අනිත්යයි. එය අවබෝධ කරගැනීම ධර්මය, අනිත්යය අවබෝධ කරගැනීමය.

ආරණ්‍යයක්, ශුන්යභාරයක් තුළට නිවන් මග වඩන්නෙක් යා යුත්තේ පරිසරයේ ස්වභාවය අවබෝධ කරගැනීමට මිස තම තමන්ගේ උවමනා එපාකම් වලට අනුව පරිසරයේ ස්වභාවය වෙනස් කිරීමට නොවේ. එසේ කිරීමෙන් ඔබ ධර්මය අවබෝධකිරීම මගභාර, ධර්මයේ කොටස්කරුවෙක් වෙනවා ඇත. අසනීපයට බෙහෙත් ගැනීමට රෝහලට ගිය රෝගියා කළ යුත්තේ රෝගයට බෙහෙත් ගැනීමයි.

ඔහු එය පසෙක තබා රෝගීන්ට උපස්ථාන කිරීමට යන්නේ නම්, ඔහුගේ රෝගය ඔහුව පිළිගනු ඇත. අවාසනාව වනුයේ වෛද්‍යවරයාත්, ඖෂධත් රෝහලත් තුනම තිබියදී ඔහු රෝගයෙන් මිය යාමයි. අපි කළ යුත්තේ බැළුම්බෝලයක් වත් මිනිස් දුවකගේ, තිරිසන් දුවකගේ, ජරේන දුවකගේ ගර්භාෂ කුටියකට නැවත ගාල් කිරීමට නොව මේ කසල ගොඩේ නැවත ගාල් නොවීමට වගබලාගැනීමයි. එහෙත් ඔබ පත්වන්නේ ගර්භාෂ කුටියක් නම් නොවරදුවාම ඔබට එය ලැබෙනු ඇත.

ඇගේ කඳුළු ලග සිත නැවතුණි නම්...

නිවන් මග වඩනා හික්මුවකට ගෙපිළිවෙළින් පිඩුසිඟාලැඹීම, තම නිවන් මග ශක්තිමත් කරගැනීමට උපකාරවන්නකි. පිණ්ඩපාත වඩින විට හික්මුවට ගමක එක ගෙදරක සිට තව ගෙදරකට ඇත්තේ නොපෙනෙන දුරකි. ගෙවල්වල නිවැසියන් ගොවිතැන් කටයුතුවලය. දුප්පත්කම, ශර්ද්ධාව, ශිඛාවරකම, දන්දීමේ කැමැත්ත ඔවුන් තුළ ඇත. දිනක් පිණ්ඩපාතය සඳහා ගොවි ගෙදරක් ඉදිරිපිට වැඩ සිටින විට, කාන්තාවක් පැමිණියාය. ඇය තරුණයා. කුඩා දරුවකු ද ඇය පසුපස දුව ආවේය. ඇය එක් දරු මවක විය හැකිය. ඇය දෝතට රැගෙන පැමිණියේ සිති බෝතලයකි. එය ද අඩක් හිස්ව තිබිණි. ඇය සිති හැඳි දෙකක් පාත්රයට පුජා කළාය. එකපාරටම ඇය ඉකිගසා හැඬුවාය. "හාමුදුරුවනේ, මේ දරුවාගේ තාත්තා හම්බ කරන සේසතම බොන්න විසඳුම් කරනවා. ගෙදර මොකුත්ම නැහැ පුජා කරන්න, බොහෝ බැහැපත් ස්වරයෙන් කියූ ඇය ඉකිගැසීය. ඇයට පිං අනුමෝදන් කර හික්මුව ඉවතට වැඩම කළහ.

කාන්තාවකගේ කඳුළු, ඉකිබිඳුම, විරහ වේදනාව, පුරුෂයාගේ නොසලකාහැරීම, එක්දරු මවක් ඉල්ලන කරුණාව, මේ සියල්ල මාරයා ඔබට දෙන ආහාරය. එක්දරු මවක ලෙස ඔබ ඉදිරියේ හඬාදැවුණේ මාරයාමය. ඔබට සිතුවණාත් 'අනේ පව්. ඇයට ආහාර නැති නිසා දරුවාට කිරිත් නැහැ. පාත්රයෙන් යමක් දරුවාට දෙන්න ඕනේ. හෙට බිස්කට් මොනවහරි ගෙනත් දෙන්න ඕනෙ....'

මේ ආකාරයෙන් ඔබ ඇගේ දුකට අනුකම්පා කරන්න ගියොත්, ඒ ඔබ අනුකම්පා කරන්නේ මාරයාටය. අනාගතයේදී මාරයා ඔබට ගිහිගෙදරක් තුළ එක්දරු මවකගේ දුකකු කරනු ඇත.

හැබැයි ඔබ දක්ෂයෙක් නම් මෙසේ සිතනු ඇත. මා ඉදිරිපිට හඬන ඇය සංසාරය පුරාවට මනුෂ්‍ය, දේව, ජරේත, තිරිසන් දුවක් ලෙස ඉපිද හඬමින්ද, විරහවෙන්ද, පුරුෂයා නොසලකා හැරීමෙන්ද හඬාදැවී මේ බුද්ධෝත්පාද කාලයේදීද කඳුළුම උරුම කරගත් මිනිස් දුවක් බවයි. ඇය සොයන්නේ අනුකම්පාවයි. කරුණාවයි. ඔබ සොයන්නේ නිවීමයි. අනුකම්පාව, කරුණාව ඉල්ලීම යනු යමක් එකතුකරගැනීමයි. නිවන් මග වැඹීම යනු අතහැරීමයි. ඔබ ඇයගේ කඳුළු, දුක අතහැරිය යුතුය. කඳුළු, ඉකිබිඳුමේ ස්වභාවය ලෙසත්, දරුවා මවකගේ ස්වභාවය ලෙසත් ඔබ දැකිය යුතුය.

සියලු දෙය අතහැර, ගිහිගෙදරින් ඉවත්ව යමක් නිවන් මග වැඹීමට පැවිදි වෙන්නේ ලෝකයට අනුකම්පා කරන්න

නොවේ. අනුන්ගේ දුක නිවීමට නොවේ. තමා තුළ දුක නිවා ගැනීමටය. මේ ගමන ඔබ යන විට මෙහෙරිය, කරුණාව ද අනුකම්පාව ද අත්හැරිය යුතු අවස්ථා පැමිණෙනවාය. ලෝකයාට මෙහෙරිය, කරුණාව දුක්වමින් ඔබට මේ ජීවිතය තුළ නිවන් අවබෝධය ලැබීමට නොහැකිය. ඔබ තවම ලෝකය තුළ මැරෙන, ලොබවෙන, වයසට යන අසරණ භාවයෙන් මිදී නොමැත. මුලින් ඔබ මේ අසරණභාවයෙන් මිදෙන්න. සසර සැප තියෙනවාය කියන මුළුවා පසුපස දුවන, තව පාරමී මදිය කියලා විශ්වාස කරන, රුවි ලෝක ජරාචර්ණා කරන පින්වතුන්ට නම් තව තව මෙහෙරිය, කරුණාව වැනි ගුණධර්ම වැඩිය යුතුය. ඒ පිළිබඳ කිසිදු තර්කයක් නොමැත. හැකි උපරිමයෙන් එම ගුණධර්මයන් වැඩිය යුතුය. බලන්න, සත්වයා මාරයාගේ සිත දවන්න කොතරම් අකැමැතිද කියලා. එයාගේ තුරුලම පතනවා. මාරයාගේ තුරුළු තමයි හවය. මාරයාගේ තුරුලේ උණුසුමේ තල මරමින් සතුටු වෙමින්, ඉතිහසමින් හඬමින් කල්ප සියස් කෝටි ගණනක් ඇවිදුපු ඔබ අදත් මාරයා අතදිගුකොට පෙන්නන සසරට ලොල් වෙනවා. මෙහෙරි බුදු සම්මුතියේ ශාසනය තෙක් නිවීම කල් දමනවා. තවත් කල්ප ගණනාවක්, ආත්ම දස දහස් ගණනක් මැරී මැරී ඉපිදෙමින් යම් හෙයකින් මනුෂ්‍යයෙකුට ඔබ මෙහෙරි බුදු සම්මුතියේ ශාසනය ඇති වූ කල ඉපදුණහොත්, එදාටද අද වගේම මාරයා ඔබට ඊළඟට බුදු වන බුදු සම්මුතියේ ශාසනය ඇඟිල්ල දිගුකොට පෙන්වාපී. ඔබ එයත් පිළිගනිවි. ඒ ආකාරයෙන් සම්මා සම්බුද්ධ ශාසන ලක්ෂ ගණනාවක් පසුකොට මාරයා ඔබව රැගෙනවිත් තිබෙන්නේ. ඒ නිසාම මාරයාගේ උණුසුම ඔබේ ශරීරයේ උණුසුම කරගෙන සංසාරයක් පුරාවට ඔබට දුක් සාගරයක් උරුමකොට දුන් මාරයාගෙන් නිදහස් වීමට නම් ඔබ කිසිවක් ජීවිතයට එකතුකරගතයුතු නැත. ඔබ කළ යුත්තේ සියල්ල අතහැරීමයි. බලන්න ඔබ එකතු කිරීම කියන අමාරුදේ කරමින් අතහැරීම කියන ලෙහෙසි දෙය මගහරිනවා. එකතු කිරීමය යනු මාරයාගේ ධර්මයයි. අතහැරීම යනු ලොවිතුරා ධර්මයයි. ඔබ මාර පුතෙක් වෙන්නද කැමැති? බුදු පුතෙක් වෙන්නද කැමැති?

ඔබ කරන්නේ එකතුකිරීම, රැස්කිරීම ගොඩගසා ගැනීම නම් ඔබ මාරපුත්රයෙක්මය. මරණින් පසු පෘථග්ජන ගිහි - පැවිදි පින්වතුන් පාංශකුලයේදී තරගයට දේශන පවත්වා, බැනර් ඔසවා ඔබව නිවන් දක්වනු ඇත. පෘථග්ජන ගිහි - පැවිදි පින්වතුන්ගේ අසුචි මල් මාලා පළඳවාගෙන ඔබට සිදුවන්නේ තව උපතක් කරා යෑමටය. එය සතර අපාය වීමටද හැකිය. දිවිය, මනුෂ්‍ය ලෝක වීමටද හැකිය. එහෙත් ඒ සියල්ලම ඇත්තේ දුකමය.

පින්බපාතය වැඩීම නිවන් මග වැඩීමට අවශ්‍ය කලමනා සොයාගෙන ගමනක් කරගැනීමට ඔබ දක්ෂ විය යුතුය. ඔබ සොයා යන්නේ ආහාර පමණක් නම් මාරයා ඔබට ආශිර්වාද කරනු ඇත. මන්ද ඔබ ආහාර සොයා යන්නේ මාරයාගේ පැවැත්ම පිණිස බැවිනි. දානය පුජා කළ දායකයාට මෙහෙරි කිරීමට අප කාටත් හැකිය. ඔබ කළ යුත්තේ සැවොම කරන දෙය නොවේ. අන් අයට කළ නොහැකි දෙයයි. හැමෝටම කළ නොහැක්කේ හොදින් කෙනාට

මෙහිදී කියවීමට. පිණිස පාඨකයාගේ මනස දැක්වීමට මෙහිදී සමාධිපත පවත්වා ගත හැකිය. සමස්ත ආකාර පමණක් සොයා පිණිස පාඨකයා වඩාත් නම් ඔහු තුළ ඉතිරිවන්නේ කුසගින්න නොව, හව ගින්නය. හවගින්න නිවාගතහොත් සියලු ගිනි නිවී යනු ඇත. මෙතෙක් අප කර ඇත්තේ ගින්නට පිදුරු දමාගැනීමය. පිදුරු සපයන්නේ මාරයා ඉවදි ගින්නෙන් දැවෙන්නේ ඔබය. ගින්නේ ස්වභාවය ඇවිලීමය. පිදුරුවල ස්වභාවය ඇවිලීමට උපකාරී වීමය. මාරයාගේ ස්වභාවය මේ දෙක එකතු කිරීමය. ඔබේ ස්වභාවය විය යුත්තේ හව ගින්නට කෙලෙස් පිදුරු නොදමා, මාරයාට නොපෙනෙන්නට ගින්න නිවාදැමීමය.

ඔබ වන්න පිරිත් පොත

ශ්‍රී - පැවිදි කාහට වුවද, තමන්ගේ ජීවිතය ආරක්ෂා කර ගැනීමට, අපල උපදරව, ලෙඩ රෝග අමනුෂ්‍ය දෝෂවලින් මිදීමට පිරිත් ගැන වශාල විශ්වාසයක් තිබෙනවා. ඒ විශ්වාසය නිවැරදිය. ජර්නිපලදායකය. නමුත් පිරිතේ සැබෑ ශක්තිය, සැබෑ ජර්නිපලය තිබෙන්නේ සජ්ජායනය හෝ ශරවණය කිරීම තුළ නොවේ. වර්තමාන සමාජය තුළ පිරිතේ යෙදීම ඉහත කරුණු දෙකට සීමා වන බවක් පෙනෙන්නට තිබේ. පිරිතේ අර්ථය ජීවිතය තුළින් කිරිගාතමක කිරීමේ හුරුව, පුරුද්ද, දැනුම සමාජයෙන් ඇතවෙමින් ඇත. පිරිතේ සැබෑ ශක්තිය ඇත්තේ එහි අර්ථය, ජීවිතය තුළින් කිරිගාතමක කිරීමෙන්ය. අයෙක් හික්ෂුවගෙන් ඇසුවා "ඇයි ඔබ වහන්සේ පිරිත් කටපාඩමේ නොදන්නේ, පිරිත් පොතක් භාවිත නොකරන්නේ" කියලා. හික්ෂුව දන්න පිළිතුර තමා "ඔබ හික්ෂුවගේ සිත, කය, වචනය කිරිගාතමක වන ස්වරූපය දකින්න. ඒ ඔබ දකින්නේ පිරිවනා පොත්වහන්සේය" කියලා. පිරිත් කටපාඩම් නොකළාට, අනුන්ට දේශනා කරන්නට නොගියාට, පිරිතේ සැබෑ හරය ජීවිතයට එකතු කරගෙන සිටිනවා පිරිත් පොතක් වගේම. ඔබත් දක්ෂවන්න ජීවිතය පිරිත් පොතක් කරගන්න. එවිට ඔබ පුජනීය වේවි.

"ආදරණීය" බරපොදිය බිම තබන්න

සමහර දෙමාපියන් ඉන්නවා, ඒ අය දු දරුවන්ගේ වගකීම් වලින් නිදහස් වෙලා කුසල දහම් වඩමින් ජීවත් වෙනවා. ඒ අය නිවන ගැනත් කථා කරනවා. දිවිය බිරිඟම ලෝක ගැනත් බලාපොරොත්තු තබා සිටිනවා. මේ අය මොන පිංකම කරන්නේත්, දවස ගතකරන්නේත් දෙදෙනාට දෙදෙනා ගොඩාක් ළෙන්ගතු බැඳීමකින්. සිදුහත් කුමාරයා ධර්මය සොයාගෙන ගියේ යශෝදරාව අතහැර දමාය. ඇය පමණක් නොව, රාහුලයන්ද අතහැර දමාය. මේ අය ගැන බැඳීමෙන් නිවීමක් හෝ බිරිඟම ලෝකයක් ගැන සිතිය නොහැකිය. යශෝදරාවන්ටද නිවීම අවබෝධකොට ගන්නට සිදුහත් කුමාරන්ද, රාහුලයන්ද අත්හැරිය යුතු විය. එකට බැඳීමකින් නිවීම අවබෝධ කරගත නොහැක. සහකරුවන් සමග නිවීම උදෙසා යා නොහැක. ඇය හෝ ඔහුද, ඔබ අත්හැරිය යුතුය. අත්හැරිය විට, ඔබේ මග නිරවුල්ය. ඔබේ තනියට, පාළුවට ඔබ ළඟ සිටින්නේ ඔහු හෝ ඇය පමණක් වුවද, ඒ කෙනා යනු ලෝකයමය. මුළු ලෝකයටම ඔබව තබා බඳින වරපටයි.

ඔබ දක්ෂ නම්, ඔබේ තනියට ඔබ ළඟම සිටින කෙනා ඔබෙන් අතහැර ඔබ ධර්මය අවබෝධ කරගෙන, අවම වශයෙන් සතර අපායෙන් මිදුණ සත්වයෙක් බවට හෝ පත්වී, ඇයට හෝ ඔහුට පිහිටවෙන්න....

නිවන් මග ඔබට තරණය කළ හැක්කේ ඔබ සරල, පහසු, සැහැල්ලු වන තරමටය. ඔබ ඔබේම කරගෙන

ඔසවාගෙන යන්නේ ඔහු හෝ ඇය කියන බර පොදිය චුළු බර යනු බරකමය. ලෝකයේ බරෙන් මිදීමට පෙරාතුව ඔබ ඔබේ බරෙන් මිදිය යුතුව ඇත. ඔබේ සහකරු හෝ සහකාරිය ඔබේ පිහිට, සරණ යැයි ඔය සිත නිරතුරුව සිතුවද නිවන් මගට ඇය හෝ ඔහු මහා කළුගල් පර්වතයකි. අතින් අල්ලාගෙන දෙදෙනා ආදර්ශමත් යුවලක් ලෙස කුසල් මගේ සතුවිත් ගමන් කළද, කවදාහරි දවසක දැය පියවෙන මොහොතේ, එය අත අතහැරීමට ඔබට නොහැකි වුවහොත් එය මහා අවාසනාවක් වනු ඇත.

සැබෑ සිහියෙන් උපතා විනය වේ මැයි අගනා

ශෛතම සම්බුද්ධ ශාසනය ඇතිවෙලා, අතීතයේ දඹදිවි තලයේ තරුණ, මධ්‍යම, වැඩිහිටි වයස්වල බලකාර, නිලකාර, සාමාන්‍ය, දුගි දුප්පත් පවුල්වල දරුවන් පැවිදි භාවයට පත්වී ශාසනතලය ඒකාලෝක කළේ ශාසනය තුළ කිසිදු විනයක් පනවා නොතිබියදීය.

වසර 20 ක් පුරාවට අනන්ත අපරමාණ පිරිසක් නිවී සැනසුනේ විනය පැනවීමකින් තොරවය. ඒ උන්වහන්සේලා තුළ සිහිය, සතිය, නිවීම කෙරෙහි ඇති වීර්යය නිසාය. එහෙත් කාලීනව බිහිවූ සතිය, සිහිය දුරුවල හික්මුත්වහන්සේලා නිසා විනය පැනවීමට ලොවිතුරා බුදුරජාණන් වහන්සේට සිදුවිය.

විනය පැනවූයේ සතියෙන්, සිහියෙන් තොරව තම අරමුණ, ජර්නිපදාව අමතකවූ ස්වාමීන්වහන්සේලාට සතිය, සිහිය ඇතිකිරීමටය. ඒ තුළින් අනාගත ශාසන පැවැත්ම උදෙසාය. සමාධිය, ජර්ජාව තබා අවම වශයෙන් ශීලය තුළුවන් හික්මීමට අසමත්වූ හික්මුත් නිසා විනය පැනවීමට සිදුවූ බව විනය කාරණා විමර්ශනය කිරීමේදී වැටහේ. එහෙයින් විනය කවුරු උදෙසාද යන්න පැහැදිලිය. එහෙත් ඔබ තුළ නිවීම උදෙසා අවංකභාවය, වීර්යය අධිෂ්ඨානය ඇති නම් මුල් වසර 20 තුළදී ශාසනයේ හික්මුත් වහන්සේලා හික්මුණේ යම්සේද එලෙස හික්මීමට වර්තමානයේදී හික්මුවට කිසිදු බාධාවක් නොමැත. නිවීමේ සැබෑ මග ඇත්තේ තමා තමා නිති පනවාගැනීමකින් තොරව ස්වභාවික සිත, කය, වචනය හික්මවා ගැනීම තුළය. සිහිය සතිය පවත්වාගනිමින් සැබෑ මධ්‍යම ජර්නිපදාව තුළ ඔබ හික්මෙන්නේ නම් ශාසනය ආරම්භවී මුල් වසර 20 තුළදී මෙන් ඔබටද සැබෑම බුදුමග යන බුදුපුතෙක් විය හැක. ඔබ විනය ගැන ගැටෙමින් ජීවත්වන්නේ නම් එයට හේතුව ඔබේ ශීලය ශක්තිමත් භාවයක් නැතැයි ඔබ තුළ ඇති සැකය නිසාය. ඔබ විනය දැඩි ලෙස රකින්නේ යැයි විනයට ඇලෙමින් ජීවත්වන්නේ නම් එයද කෙළෙස් ධර්මයකි. මෙහිදී මාන්‍යය ඇතිවීම ස්වභාවිකය. නිරතුරුවම තමා තුළින් වරදක් සිදුවූණාය යන සිතිවිල්ලද, තමා නිවැරදි වූණාය යන සිතිවිල්ලද යන දෙකම තුළ ඇත්තේ ඇලීම සහ ගැටීමය. මෙය නිවන් මග අතරමං කරන සිඳුම් ස්ථානයකි. ශීලයෙන් ශක්තිමත්ව සමාධිය ඇතිකර ගනිමින් ඔබ අනිත්‍ය වශයෙන් සියල්ල දකිමින් ජර්ජාව වඩවාගන්න. එවිට ඔබට ඉබේම ඔබ තුළින්ම විනය රැකේවී. ශීලයෙන් පිරිහෙමින් විනයේ සරණ නොයන්න. නැවත නැවත වැරදි කරමින් නිවැරදි වීම ශාසනය රැකීමේ ජර්නිපදාව විය හැකිය. එහෙත් එය සැබෑ නිවන් මග නොවේ. මොනසම් හෝ ආකාරයකින් සම්මා සම්බුද්ධ ශාසනය රැකීම අති ශරේෂ්ඨ පුණ්‍ය කාර්යයකි. ඒ ගැන තර්කයක් නොමැත. නිවන් මගේ හික්මෙන්නාට ඔහු අවංක නම් සතිය, සිහිය තුළින් විනය ස්වභාවිකව ඇතිවෙනවා මිස එය ආයාසයක් ගෙන ඇතිකරගන්නක් නොවේ.

විනය, සතිය, සිහිය යනු තුන් නිවුන් දරුවන් සේය. සතිය සිහිය ඔබ ළඟ තිබෙන්නේ නම් ඒ ඔබ ළඟ තිබෙන්නේ විනයයි. සතිය සිහිය ඔබෙන් ගිලිහී ගිය විට විනයද ඔබෙන් ගිලිහී යනු ඇත. ඔබට හොඳ උදාහරණයක් කියන්නම්. හික්ෂුවකට හිසකෙස් සහ රැවිලි වෙන් වශයෙන් බැම විනයට පටහැනි නැහැ. සතිදෙකකට මාසයකට වරක් හිසකෙස් බානවා. දින දෙක තුනකට වරක් රැවිලි බානවා. නමුත් ඔබ විනය, භෞතපත අතහැරපු එක හික්ෂුවක් ඉන්නවා. උන්වහන්සේ හිස රැවිලි සතියකට වරක් එකමගී බාන්නේ. වෙන් වශයෙන් බාන්නේ නැහැ. සතියක් රැවිලි වඩාගෙන ඉන්න එක කෙනෙකුට ප්රශ්නයක්. නමුත් අදාළ හික්ෂුවට එය ප්රශ්නයක් නොවේ. මන්ද උන්වහන්සේ හික්ෂුවෙන් ශාසනයේ විනය පැනවීමට පෙර තිබූ ශාසන වර්ගාවේ නිසා. එම හික්ෂුව වහන්සේ දැඩිව කියනවා මගේ අමාමැණී සම්මා සම්බුදුරජාණන් වහන්සේ ජීවමානව සිටියදී කිසිම දවසක හිස රැවිලි වෙන් වශයෙන් දින දෙකකදී නොකැපූ බව. මෙන්න මේ ප්රතිපදාවේ නමා සැබෑ නිවන් මග හික්ෂිය යුත්තේ. ඔබේ රැවිලි ඔබට ප්රශ්නයක් වන්නේ ඔබ කණ්ණාඩියකින් මුහුණ බලනවා නම් පමණයි. ඔබ කණ්ණාඩිය අතහරින්න. එවිට රැවිලිත් ඔබට අතහැරේවී. විනයකින් තොරවම ඔබත් හික්ෂේවී. මේ සියල්ලටම සතිය සහ සිහිය මෙන්ම අවංක බවද අවශ්‍යමයි.

පොඩි භාමුදුරුවන්ට ස්ථාවර අනාගතයක්

ශෛරවනීය නායක ස්වාමීන්වහන්සේ තමක ශාසනයේ දරුවෙකු කළ විට ඒ සාමනේර පොඩි භාමුදුරුවන්ට, සාමනේර ලිඟපදිංචිය ලබාදෙනත් කලින් ලබාදෙනේ ඉතිරි කිරීමේ බැංකු පොතක්.

මෙම කිරිඟව දැන හුඟක් ජනජරියයි. නායක ස්වාමීන්වහන්සේත්, පොඩි භාමුදුරුවෝත්, දායක පිරිසත්, දෙමව්පියන්හුත් පොඩි භාමුදුරුවන්ගේ ඉතිරි කිරීමේ බැංකු පොත ගැන හරිම සතුටයි. පොඩි භාමුදුරුවන්ට පිරිකරට ලැබෙන ලිඟුම් කවර දැන නිකරුනේ විශදම් කරන්නේ නැහැ. පොඩි භාමුදුරුවන්ට ස්ථාවර අනාගතයක්.....

පුංචි කාලෙම ඉතිරි කිරීම පුරුදු කළහම පොඩි භාමුදුරුවන්ට අතහැරීම අමතක වෙනවා. අතහැරීම අමතක වුණ පුංචි භාමුදුරුවෝ තරුණ වියට පත්වුණහම, හඬට ඉතිරි කිරීම සදහා සිවිරු හැරයනවා.

පුංචි භාමුදුරුවෝ වැරැදි නැහැ.

පුංචි කාලෙ ඉඳලා උගන්වපු දෙය පොඩි භාමුදුරුවෝ කිරිඟත්මක කරනවා. නිරයේ බැංකුව, නිරිසත් ලෝකයේ බැංකුව, ජරේත ලෝකේ බැංකු වල හොඳ පොලියක් ගෙවනවා.

අවසානයේ සියල්ලන්ම එකතුවී සිවිරු හැරයම ගැන තරුණ ස්වාමීන්වහන්සේලාට දොස් කියනවා.

ඔබට ලිපියක් මගහැරුණේද?

මේ අවසානයක් නොවේ. එය ජවාධික ඇරඹුමක්මය.

මෙම ලිපි මාලාව කියවූ ඔබ විසින් අපට දෙනු ලැබූ දුරකථන ඇමතුම් ගණන, යොමු කරනු ලැබූ ලිපි ගණන, අන්තර්ජාලයෙන් එවන ලද (ඊ-මේල්) කන්දරාව, ජරමාණ කර දැක්විය නොහැකි තරම්ය.

විමුක්තිය උදෙසා වන මාර්ගය සෘජුව සඳහන් වන තැන, එය සැබැවින්ම 'යහ මග' යැයි තෝරා ගැනීමට හැකි මෙතරම් පිරිසක් මේ බිමෙහි ඉපිද සිටින වග අපට දැනුණේ මහත් වූ සතුටක්ද සමගය.

තමනුත්, නිවන් මගත් යන්න දෙකක් නොව එකක් කරගත් අපේ කාලයේ 'වීරයකු'වූ බුදු පුතකුගේ නිර්මල චිත්ත සන්තානයේ ඉපිද, දහමට අනුව ගැළපුණු අදහස් මාලාවක මහිමය දහම් පිපාසයෙන් පෙළුණු ජාතියක් අවදි කිරීමට තරම් ජව සම්පන්න වූ බවක් අපට හැඟුණේ.

මෙම ලිපි මාලාවේ බොහෝ තැන් පැවිදි පාර්ශ්වයට කරන්නා වූ ආමන්තරණයක් ලෙසින් මතුපිටින් පෙනුණද, ඒ ගලපා ගැනීම ගිහි දිවියක වූව සසර ගිහි නිවන සිසිල් පැන් දහරක් වූ බව නිසැකය. ගිහි පැවිදි හේදයකින් තොරව ඔබේ සදහම් සිත සරු කළා නියතය.

මේ මාර්ගෝපදේශනයෙන් ඔබ දහම දකිද්දී මේ සටහන් තැබූ බුදු පුතා කවිරුන්දැයි දැනගැනීමට ඔබ තුළ උපදින කැමැත්ත ඉතා අහිංසක අශාවක් බව ඉඳුරාම දනිමු. ඒ හේතුවෙන් මේ සටහන් තැබූ ස්වාමීන්වහන්සේ කවරෙක්දැයි, උන්වහන්සේ වැඩ සිටිනුයේ කොහිදැයි අපෙන් ඇසූ පිරිසද බොහෝය. එහෙත් උන්වහන්සේ හුදෙකලාව ජරියකරන නිසාම, සමාජයේ ජරසිද්ධ වර්තයක් බවට පත්ව සංකීර්ණ වනවා වෙනුවට, අජරසිද්ධියේ සරළ දිවියක් ගතකරමින් පිළිවෙත් පිරීම පහසු බව කියා ඇති නිසාම මේ ලිපි මාලාව ඔබට ඉදිරිපත් කරන අප පවා උන්වහන්සේ වැඩ සිටින ඉසව්වක් ගැන සෙවීම යුතු නොවේ යැයි සිතමු. එබැවින් මින් මතු ඔබ විසින් ඒ පැනය අප වෙත ඉදිරිපත් නොකරනු ඇතැයිද සිතමු. මන්ද මේ බුද්ධ පුත්රයානෝ අප වෙනුවෙන් සිය යුතුකම් මැනවින් ඉටුකර ඇති බැවිනි. දැන් අපට ඉතිරිව ඇත්තේ ඒ අදහස් පිහිට කරගනිමින් මේ සසර ජයගැනීමය. සතර අපායෙන් මිදීමය. මෙය අවසානයක් නොව, ජවාධික ආරම්භයක් ලෙසින් සටහන ඇරඹුමේ සදහන් කළේ එනිසාය.

මේ සමග පළවන්නේ උන්වහන්සේගේ වචන වලින්ම 'නිවනට මග' ලෙසින් මාතෘකා කර ඇති පළමු සටහන් පොතෙහි අවසන් සටහනය. එහෙත් මෙතැනින් මෙම ලිපි මාලාව අවසන් නොවේ.

'අතහැරීම' නමින් උන්වහන්සේ නම් කර ඇති මෙම සටහන් මාලාවේ දෙවැන්න ලබන සතියේ සිට මේ අකාරයෙන්ම පළවනු ඇත. 'නිවනට මග' හෙවත් පළමු කොටසින් ඔබ ලද ජවය තවදුරටත් වර්ධනය කරගැනීමට එය ඔබට මගෝපකාරී වනු ඇත. 'අතහැරීම' කොටසෙහි ලිපි තරමක් දීර්ඝය. දහම් හරයෙන් නොනිත්යය. එයද ඔබගේ දහම් දිවිය සරුවෙන් සරුවට පත්කරනු ඇති වග නිසැකය. අපි ඔබට ආරාධනා කරමු. මහ රහතාන් වැඩි මගේ තවත් පියවරක් තබන්නට ලබන සතියේ සිට....

බුදුන්ගෙන්ම කමටහන් ලබාගන්න

"අතහැරීම" - 1 කොටස

සම්බුද්ධ ශාසනයක් මුහුණතේ නිබන්ධන මෙවැනි දුර්ලභ අවස්ථාවක, ගිහි පැවිදි අපි වඩාත් උත්සහගත්තේ ශාසනය ආරක්ෂා කරගැනීමට සහ ශාසනයේ බර කරගසා ගැනීමටය.

පිරිත, ධර්ම දේශනා, දානමය පිංකම්, විහාර නඩත්තුව, සංවර්ධනය, දහම් පාසල, ආගමික උත්සව, සමාජ සේවා, සමාජ සේවා කටයුතු නිසා දවසේ නිදි නොලබා අවිවේකයෙන් සිටින විට ඔබට දැනෙන වෙහෙස ඔබ දකින්නේ ශාසනයේ බර කරගසා ගැනීම නිසා ඇතිවෙන වෙහෙසක් ලෙසය. මෙය වැරදි අර්ථකථනයකි.

සම්බුද්ධ ශාසනය යනු ඔබට බරක් දැනෙන දෙයක් විය නොහැක. එය ඔබව බරෙන් නිදහස් කරන, සැනසීමේ ලබාදෙන දෙයකි. අපි අදිටන් කරගතයුත්තේ ශාසනයේ බර දැරීමට නොව, ශාසනයේ සැහැල්ලුව දැරීමටය. ශාසන ජර්නලයේ යෙදෙන විට ඔබට වෙහෙසක් බරක් දැනේ නම් ඔබ, ඔබ ඉදිරියේම ජර්නලයේ ජර්නලයක් තබාගත යුතුය. මග නොමග ගැන සිතීමට ඔබ නිහතමානී විය යුතුය. එහෙත් ඔබ සොයන්නේ ඔබේ ජීවිතයට සැපයක් නම්, සතුටක් නම්, ඔබට වෙහෙස මෙන්ම බර දැනෙනු ඇත. මන්ද ඔබ නැති යමක් සොයන නිසාය. අපි බෞද්ධයන් විය යුත්තේද, පැවිදි විය යුත්තේද ශාසනයේ සැහැල්ලුව දැරීම සඳහාය. ශාසන ජර්නලයේ යෙදීමේදී අපට බරක්, වෙහෙසක් දැනේනම් එය අපට අවශ්‍ය නොමැත.

ගිහි පැවිදි අප නිවැරදි ලෙස ආමිස ජර්නලයේ යෙදෙන විට, ලොව්තුරු බුදුසම්පන්න මහේශාකය ලිලාවෙන් ආමිසයෙන් පුජා පවත්වන විට, එහි ආනිසංඝ වශයෙන් පුජා පවත්වන්නාට සිවිපසය ගලාගෙන එන්නේය. එය ආශ්චර්යයක් නොවේ. බුදු බලය, සම්මා සම්බුදුරජානන් වහන්සේ කෙරෙහි ඔබ තුළ ඇති ශරණභාව ඔබට ලැබෙන දිට්ඨධර්මවේදනීය කුසල විපාකයකි. මෙම සෞභාග්‍යය සමාජයේ අපට නිතර දකින්න පුළුවන්. නමුත් කුසල විපාකයක් වශයෙන් සෞභාග්‍යය ලැබෙනවිට අප පටලවා ගන්නවා. ඔබට මේ සෞභාග්‍යයේ විපාකය ලැබෙන්නේ, ලොව්තුරු බුදු සම්පන්න කෙරෙහි තව තවත් ශරණභාව වඩවාගෙන උත්සහයෙන් දේශනා කළ ශීල සමාධි ජර්නල මාර්ගයේ ඉදිරියටම විශ්වාසයෙන් වඩින්න. සෞභාග්‍යය තුළින් ඔබට විශ්වාසයක් ලබාදෙන්නේ මේ දෙය කළොත් මේ දෙය ලැබෙනවා කීම පිණිසයි. එවිට ඔබ දක්ෂ විය යුතුයි. ආමිසයෙන් ජර්නලයට නැඹුරු වෙන්න. නමුත් අප

සෞභාග්‍යය බදාගැනීමට ආම්සය තුළ සිරවෙනවා. එවිට තව තවත් සිවිපසය ගලාගෙන එනවා. අවසානයේ එම සිවිපසය විසින් අපව ගරහනයකට ගන්නවා. එවිට ඔබ ශිල, සමාධි, ජරඥා නිවන් මගේ ඉදිරියට නොයා, ඔබ සැපයි කියා සිතූ තැන නොතැන ගන්නවා. පදිංචි වෙනවා. මෙහි වැරැද්දක් ඔබට පෙනෙන්නේ නැහැ. ඔබ දැන් සෞභාග්‍යය ලැබීමෙන් මත්වෙලා. ඔබට දුර පෙනෙන්නේ නැහැ. ඔබ දකින්නේ ළඟ පමණයි. ඇත තිබෙන ජරඥා මාර්ගය ඔබට පෙනෙන්නේ නැහැ. මොකද ඔබ පසුපසටයි ගමන් කරන්නේ. අලෝකයට පිටුපාමින්, අදුරේ අතපතගාමින් අපි මොනවද මේ සොයන්නේ. නැති සතුටක්, සෞභාග්‍යයක් සොයන්නවා. ඔබ සොයමින් යන සතුට, සෞභාග්‍යයේ මිම්ම, සිමාව, සැහීම, නොසැහීම තිබෙන්නේ ඔබ ළඟමය. මේවායේ තීරකයා, විනිශ්චයකරුවා ඔබේ ඇති වෙමින් නැතිවන සිතමය. එහෙත් ඔබ ලෝකය තුළ කිසිදු හමුනොවන සතුට සොයන්නවා. සැප සොයන්නවා.

ඔබට ලැබීමටත්, අතහැරීමටත් දෙකටම මග කියන්නේ ලොවිතුරා බුදුරජාණන් වහන්සේ කෙරෙහි ඇති ශරද්ධාවයි. ඔබ මෙහිදී දක්ෂ වෙන්න අවශ්‍යයි. කුමකටද? ලැබීම අතහැර ඔබට සිවිපසය ලාභසත්කාර ලබාදීමට මහ පෙත්වූ ලොවතුරා බුදු සම්පූර්ණ දැකීමට. ලොවතුරා බුදුසම්පූර්ණ උන්වහන්සේව දකින්නට, ඔබට අවස්ථාව සලසාදී තිබියදී, ඔබ නැති සතුටක් සොයමින්, නිදීමරා වෙහෙසෙනවා. විඩාවෙන් අවිච්ඡේදයෙන් සිටින ඔබ ඔබෙන් අසන්න, මේ මොහොතේ ඔබ සොයන්නේ එම නැති සතුටට නේද? කියලා.

සියලුම මනුෂ්‍යයන් විසි හතර පැයේම වෙහෙසෙන්නේ කුමක් සඳහාද? ඔවුන් ඒ වෙහෙසෙන්නේ අයිති කරගැනීම සඳහාය. වැඩිකර ගැනීම සඳහාය. මොනවා අයිතිකර ගැනීම සඳහාද?

සැප, සතුට, වගකීම, නායකත්වය වැඩිකර ගැනීමටය. අයිතිකර ගැනීමටය. මිනිසා පමණක් නොව, තිරිසන් සතාද අරගල කරන්නේ, වෙහෙසෙන්නේ, සැරිසරන්නේ සැප සෙවීම සඳහාය. දෙවියෝද දිවිය ලෝකවල බැසගෙන දිවිය සැප, දිවිය ඕජාව විදින්නේ සැපයට ඇති කැමැත්ත නිසාය. සැපය නිත්ය යැයි ගෙන සැප පසුපසම හඹායෑම නිසා ඔවුන් නිරතුරුවම රැස්කරන්නේද තත්භාවමය. තත්භාව තුළින් ජනිතවන්නේද අකුසලයක්මය. සත්වයින්ට සැප සෙවීම සඳහා යන මේ අසාර්ථක ගමනේදී තමන් නොදැනුවත්වම සතර අපායට වැටී අනන්ත දුක් විඳිමින් සැරි සැරීමට සිදුවනු ඇත. බරහිම ලෝකවල ජීවත්වන මිත්ය දෘශ්ඨික, තෙරුවන් සරණ නොගිය බරහිමයෝද නැවත සතර අපායට වැටී දුක්විඳීමේ ස්වභාවය ඇත. බරහිමලෝක වල සිටින

සමීයක්දෘෂ්ඨික බිරහ්මයන් හැර අන් සියලු සත්වයන්ට සැපය සොයායන ගමනේදී අත්වනුයේ එකම ඉරණමකි.

දිවිය සැප කෙටිය. සතර අපායේ දුක ඉතා දීර්ඝය. දිවිය ලෝකයේ දෙවියන් නිරතුරුවම අනන්ත කාම සම්පත් විදිමින්, එම කාම සම්පත් වලට තව තවත් ලොල් වෙමින්, අධික ආශාවෙන් කාමය පසුපස හඹායෑම නිසාත්, නිරතුරුව තන්හාව වැඩිම නිසාත් අකුසල රැස්කර ගනී. මේ හේතුවෙන් දිවිය සැප ඉක්මනින් පිරිහී යයි. දෙවියන් නැවත සතර අපායට වැටීමේ ඉඩකට ඉතාම වැඩිය. එහෙයින් දිවිය සැප කෙටිය. සතර අපායේ ජීවත්වන සත්ත්වයා, ඔහු විදින දුක නිසාම නිරතුරුව වෛරය, ක්රෝධය සහිතව ජීවත් වේ. එතුළින් සෑම මොහොතකම එම සත්වයන් රැස්කරන්නේ අකුසලයක්මය. මේ හේතුවෙන් අකුසල වැඩිවී, මේ සත්වයා දුකෙන් දුකටම පත්වේ. සතර අපායේ කොටස්කරුවන් බවටම පත්වේ. බිරහ්ම ලෝකයේ ජීවත්වන බිරහ්මයාද තමා විදින සමාධි සැපය අනිත්ය යැයි දකින මොහොතේම අරිහත්වයට පත්වීමට හැකියාව තිබියදී, සමාධි සැපය අනිත්ය යැයි දකිමින් එහි සතුට සොයන නිසා, අරිහත්වයට තමා විසින්ම දොරගුළු දමාගනී.

බිරහ්ම ලෝකයේ, බිරහ්ම තලවල මිත්යදෘෂ්ඨික බිරහ්මයන්ද ඇත. ඒ මිනිස් ජීවිත වලදී ශීලය, සමාධිය උපරිම මට්ටමින් වැඩිම නිසා බිරහ්ම සැප ලබයි. නමුත් සම්මා සම්බුද්ධ ශාසනය තුළ තෙරුවන් සරණ නොගිය පිරිසකි. බෞද්ධයින් නොවේ. මේ බිරහ්මයන් ජරඤ්ච වඩවාගෙන නොමැත. ඔවුන් සිටින්නේ අවිද්‍යාව තුළය. එවැනි බිරහ්මයන් නැවත සතර අපායට වැටේ. එහෙත් ශීලය, සමාධිය උපරිම මට්ටමින් වැඩිමේ ආනිසංස නිසා ඒ අයට කල්ප ගණන් බිරහ්ම සැප ලැබිය හැකිය. කවදාහෝ දවසක තෙරුවන් මුණගැසී, තෙරුවන් සරණ ගොස්, ජරඤ්ච වැඩී, සෝවාන් ඵලයට පත්ව, බිරහ්ම ලෝකය තුළම නිවීමේ මහට පත්වීමට මේ අයට හැකියාව ඇත. එතෙක් ඔවුන්ද නැති සතුටක් ලෝකය තුළ සොයන පිරිසක්මය. ඒ අය මිනිස් ජීවිතවලදී අතහැරීම පුරුදුකොට ඇත. එහෙත් ඔවුන් අතහැරීම පුරුදුකොට ඇත්තේ ජරඤ්ච නිසා නොව සමාධි සැපයට ඇති ලොල්වීම, තෘෂ්ණාව නිසාය. සියලුම සැප අතහැරියත් සමාධි සැපය නිත්ය බවට ඇති විශ්වාසය නිසාය.

සැප සොයන සියලු සත්වයෝ මේ යන්නේ කිසිදා තෘප්තිමත් නොවන ගමනකය. ඔබේ කුටිය

දෙස බලන්න. එහි සුවපහසු පුටු,මේස, ඇඳ, ඇතිරිලි, පාපිස්නා, පලස්, රේඩියෝ, ආහාර පාන, කිරිපිටි, බෙහෙත් තිබෙනවාද? මේ සියල්ල තිබෙන්නේ තමන්ගේ ආත්ම ගරුත්වය, සැප සඳහාය.ඒ කියන්නේ නිරතුරුවම ඔබ සිටින්නේ දෙවැනියෙක් සමඟමයි. හුදෙකලාව නම් නොවේ. ඔබම සිතන්න, තුන් සිවුරක් පාත්රයක් කියන සීමාවෙන් කොච්චර දුරස්වද ඔබ ඉන්නේ. එපමණටම තත්භාව ඔබේ හුදෙකලාව මකන හිතවතා වෙලා.

සක්විති රජ පදවියද, රාජ රාජ මහාමාත්‍ය පදවිද සංසාරයේ ලබා ඇති අපි , එම රජශ්‍රීය තළමරමින් රසවිද ඇති අපි. වර්තමානයේදී අනවබෝධය නිසා නොවිඳපු රස, සැප සොයමින් තරගයක යෙදී සිටිමු. සංසාරයේ ඔබ සක්විති රජ පදවිය ලද මොහොතේදීද එම සක්විති රජ පදවියෙන් චූතවන මොහොතේදීද, ඔබ එම සැපයෙන් සැහීමකට පත්නොවුණි. ඒ නිසාම තත්භාවෙන් ගැටෙමින් ඔබ නැවත නැවත සසර සැප සොයන ගමනටම වැටුණි. මේ ඔබ යන්නේ එම මාර්ගයේය. මේ මාර්ගයට ඔබව දැමීමේ අත් කිසිවෙකු නොව, අවිද්‍යාවෙන් පිරි ඔබේ සිතමය. කැදර, ගුණමකු, අවිචාරවත්, පංචකාමය සොයාගෙන අයාලේ යන ඔබගේ ඇති වෙමින් නැතිවෙන සිතමය. මේ කැදරකම නිසාම ඔබව රැගෙන පැමිණි දුර තව රැගෙන යෑමට නියමිත දුර, ඉලක්කම් වලින් ජරකාශ කළ නොහැක. ඔබ කවරුන් වුවද ඔබ මේ වෙහෙසෙන්නේ සැප සෙවීම සඳහා නොවේද? ඔබ මේ පුවත්පත අතට ගත්තේද ඔය සිත ඔබට අණ කළ නිසා නේද? ඒ සිත දැන් තිබෙනවාද? එය අනිත්‍ය වී ගොසිනි. ඒ සිත ඔබට අයිති දෙයක් නොවෙයි නේද? ඔබට ආගන්තුකයෙක් නේද? එහෙත් අතීතයේ යම් මොහොතක එම සිත නිත්‍ය යැයි සිතා, ඔබේ යැයි සිතා, සිත ක්රියාත්මක කළා නේද? ඒ තුළින් ඔබ කුසලයක් හෝ අකුසලයක් රැස් කළා නේද? මේ දෙකම ඔබට රැගෙන යන්නේ බවයට නේද? එසේ නම් අනිත්‍ය වශයෙන් නොදකින සෑම සිතක්ම ඔබව සංසාරයට රැගෙන යනවා නේද?

ඔබ නිවන් අරමුණ කරා යන නිවීමේ මෙහෙයුමේ, යම් සන්ධිස්ථානයකදී ඔබගේ ඉදිරියට ලොචතුරා බුදු සමීඳුන් වඩිනවා. එය ස්ථිරයි. නියතයි. එහෙම උන්වහන්සේ වැඩම කරලා ඔබට නිවන් මහේ ඉතිරි දුර සම්පූර්ණ කරන්න කමටහනක් දෙනවා. එය දෙන්නේ ලොචතුරා බුදුරජාණන් වහන්සේමයි. උන්වහන්සේ ඔබට දෙන කමටහන තමයි ඇතිවුණ සිත අනිත්‍යයි කියලා දකින්න කියන කමටහන. ශාස්තෘන් වහන්සේ දෙන කමටහනක් නිසා එය දැඩි ලෙස ඔබට දැනෙනවා. අවබෝධ වෙනවා. ඒ මොහොතේම ඔබ ලොචතුරා බුදුරජාණන් වහන්සේව

දැකපු සිත අනිත්ය වශයෙන් දකිනවා. උන්වහන්සේගේ රූපකාය, උන්වහන්සේගේ කමටහන, මේ සියල්ල අනිත්ය වශයෙන් දකිනවා. ඔබට වැඩෙන ජරඤාව තුළ එය එසේ වනවාමයි. මෙහිදී ඔබ ලොචතුරා බුදුරජාණන් වහන්සේ කියලා දකින්නේ ඔබ තුළ වැඩෙන ජරඤාවයි. ජරඤාවත් ලොචතුරා බුදුරජාණන් වහන්සේත් කියන්නේ දෙකක් නොව එකක් යන්න ඔබට මෙහිදී හොඳින් අවබෝධ වනවා. අපි හිතන්නේ නැහැ බුදුරජාණන් වහන්සේත් ජරඤාවත් කියන්නේ එකක් බව. එහෙත් ඔබ නිවීමේ මෙහෙයුමේ ක්රියාත්මක භාවයට පත්වීමේදී ඔබට මේ යථාර්ථය අවබෝධ වනවා. අද ලොචතුරා බුදුරජාණන් වහන්සේ වැඩසිටිනවානම් ඔබට දෙන කමටහනත් ඔය කමටහනම විය යුතුය. ඇතිවුණ සිත අනිත්ය වශයෙන් දකින්න එය තන්හාවෙන් තෙත්කොට ක්රියාත්මක භාවයට පත්වීමට ඉඩ නොදෙන්න. ඔබ මෙතෙක් කළේද, කරමින් සිටින්නේද ඇතිවන සිත තන්හාවෙන් තෙත්කර ක්රියාත්මකභාවයට පත්කිරීමය.

බලන්න ඔබ මොනතරම් වාසනාවන්තද කියලා. ලොචතුරා බුදුරජාණන් වහන්සේ පිරිණිවී වසර දෙදහස් හයසියයක් ඉක්මගියද, ඔබ දක්ෂ නම් ඔබට පුළුවන් උන්වහන්සේගෙන් කමටහන් ලබාගන්න. උන්වහන්සේව දකින්න. උන්වහන්සේගෙන් ආරක්ෂාව ලබාගන්න. උන්වහන්සේ සැනසුණු ධර්ම මාර්ගයේ සැනසීම ලබාගන්න.

අසුභාරදහසක් පහන්ද, මල්ද, හඳුන්කුරුද, පිරිකරද පූජාකර ඔබ දකින්නේ දිවිය, මනුෂ්‍ය සශ්රීක සංඤාවන්මය.

එම සංඤා භවගාමීය. එහෙත් ඔබ එම සිත අනිත්ය වශයෙන් දැකීමෙන් ඔබ දකින්නේ ධර්මයයි. ඔබ දකින්නේ ලෝකයේ සැබෑ ස්වභාවයයි. හැබැයි ඔබ තුළ තවම එම ශක්තිය මෝදුවී නැති නම්, ඔබ කළ යුත්තේ ඉහත පිංකම්වල යෙදෙමින්, ඔබ තුළ ඉහත ශක්තිය වර්ධනය කර ගැනීමය. එහෙත් ඔබ එකතැන පල්වෙන, එකතැන පදිංචිවෙන බෞද්ධයෙක් නොවිය යුතුය. අත්විඳිමින්, අත්දකිමින්, අවබෝධය කරා යන බෞද්ධයෙක් විය යුතුය. පෘථග්ජන සත්වයා කල්මැරීමට ඉතාමත් ජරියය. අතීතය පුරාවට කළේද කල් මැරීමය. බහුතරයක් බෞද්ධයෝ වර්තමානයේදී මෙමන්රී බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ශාසනයේදී උන්වහන්සේගෙන් ධර්මය අසා, නිවන් දැකීමට බලාපොරොත්තු වෙති. ජරාර්ථනා කරති. ඔබ ගිහි හෝ පැවිදි වුවද මෙසේ ජරාර්ථනා කිරීමේදී ඔබ දකින්නේ මෙමන්රී බුදුන් නොව, අවිද්‍යාවයි. ඔබ ජරාර්ථනා කරන්නේ

අවිද්‍යාවයි. නමුත් මෙමන්රි බුදුන්ගේ ශාසනයේදී උන්වහන්සේගෙන් ධර්මය අසා නිවන් දකින්න යැයි ඔබට අණකරන ඔබේ සිත අනිත්ය බව දැකීමෙන් ඔබ දකින්නේ මෙමන්රි බුදුරජාණන් වහන්සේමයි. උන්වහන්සේ දේශනා කරන ධර්මයමයි. බලන්න ධර්මයේ ආශ්චර්යය. අද මේ මොහොතේදී ඔබට පුළුවන් මෙමන්රි බුදුසම්ප්‍රදාන විසින් දේශනා කරන ධර්මය දකින්න. අත්විඳින්න. එහෙත් ඔබ තුළ ඇති අවිද්‍යාව නිසා, ඔබ දුක් විඳිමින් කල්ප ගණනක් සසර ඇතට යන්න යනවා. අවිද්‍යාව විසින් සත්වයාව මොනතරම් මූලාකරනවාද බලන්න. මෙමන්රි බුදුසම්ප්‍රදානවත්, උන්වහන්සේ දේශනාකරන ධර්මයත් මේ මොහොතේ දකින්න අවස්ථාව තිබියදී, හවයට කැදර අපේ සිත, අපිව දුකටම ඇදගෙන යනවා. මෙමන්රි බුදුසම්ප්‍රදානව පෙන්වනම් කියා අපිට අවිද්‍යාව පෙන්වනවා.

ඔබ දක්ෂවෙන් නිරතුරුවම ඇතිවන සිත අනිත්ය වශයෙන් දකින්න. සිත ඔබට අයත් දෙයක් නොවන බව දකින්න. ඔබට ආගන්තුකයෙක් බව දකින්න. සිත ඔබේ දුක් දෙන මිතුරා බව දකින්න. ඔබ මෙසේ දකිද්දී ඔබ තුළ වැඩෙන්නේ සතර සතිපට්ඨානයයි. ඔබ අවබෝධ කරන්නේ පංචපදානස්කන්ධයයි. පටිච්චසමුප්පාදයයි. සප්ත බොජ්ජංග ධර්මථාවයනුයි. ඔබ මේ කිසිවක් සොයා යා යුතු නැත. හැදෑරිය යුතුද නැත. ඇතිවන සිත අනිත්ය වශයෙන් දැකීමේදී ඉහත ධර්මතාවන් ඔබ තුළ අයාසයෙන් තොරව වැඩෙනු ඇත. ඔබට අවබෝධවනු ඇත. සිතේ අනිත්යභාවය නොදකින්නා, මේ ධර්මථාවන් සොයාගෙන කමටහන් පංති දේශනා පසුපස යා යුතුය. ඔහු මේ සොයන්නේ තමා තුළ තිබෙන දෙයකි. සියල්ල සෙවීම අතහැර ඔබ මේ සතර මහා ධාතුන්ගෙන් සකස්වුණ, දෙතිස් කුණපය ක්රියාත්මකභාවයට පත්කරන, ඇතිවී නැතිවී යන සිත ගැන පමණක් සොයන්න. දකින්න. ඒ ඔබ සොයන්නේද, දකින්නේද ධර්මයයි.

ඔබට කතරගමට යෑමට අවශ්යනම් ඔබ කළ යුත්තේ බස් නැවතුමට ගොස් කතරගම බසයකට ගොඩවී, ටිකට්පතක් ලබාගැනීමය. එවිට බසය ඔබව කතරගමට රැගෙනයනු ඇත. කතරගමට යන ගමනේදී ඔබ වටපිටාව හොඳින් නිරීක්ෂණය කරමින් ගියහොත් ඔබට කළුතර බෝ සම්ප්‍රදානද, ගාල්ල වරායද, හම්බන්තොට ලුණු ලේවායද, තිස්ස මහසෑ සම්ප්‍රදානද දැකිය හැකිය. ඔබ බස් රථයට ගොඩ නොවී බස් නැවතුමේ සිටින අයගෙන්, එහෙත් නැතිනම් මාර්ග සිතියමකින් කළුතර බෝ සම්ප්‍රදාන ගැන, ලුණු ලේවාය, වරාය, මුහුදු ගැන විස්තර තොරතුරු ඒවායේ ස්වභාවය ඇසීමට ගියහොත්, සෙවීමට ගියහොත් ඔබට බසය වැරදී අතරමං වීමට

සිදුවනු ඇත. මෙපරිද්දෙන් ඔබ සිත දෙස බලාසිටින්න. එවිට සතර සතිපට්ඨානයද පටිච්චසමුප්පාය, පංචඋපාදානස්කන්ධය, සජ්ඣ බොජ්ජංග ධර්මයන් පෙනෙනු ඇත. දකිනු ඇත. අවබෝධය ලබනු ඇත.

මේවා සොයා ටියුෂන් නොයා යුතුය.

සිත දෙස බලන්න. සිත යනු අනිත්යයයි. ලෝකයයි. සුන්දරත්වයයි. අසුන්දර බවයි. සැපයි. දුකයි. මෙමත්රයයි. ක්රෝධයයි. භවයයි. නිවීමයි. කොටින්ම සිත යනු ලෝකයේ නිර්මාණකරුවායි.

සිත යනු දුක් ගොඩකි. එහෙත් ඔහු ඔබගේ පරම මිතුරාය. ඔබට සැනසිලිබස් තෙපලන සුරතලාය. හරි මග වසා වැරදි මඟ පෙන්වන වංචාකරුවාය. එසේම ඔබගේ ගැලවුම්කරුවාය. එනිසා අවබෝධයෙන් සිත හඳුනාගන්න. සිත ඔබේ කලණ මිතුරා කරගන්න. එය කළ හැක්කේ සිත අතහැරීමෙන්ය. සිත අතහැරීමේදී ලෝකයද ඔබට මඟහැරෙනු ඇත.

සැප අනිත්ය වන බව දුක දන්නා නිසා, සැප අසලම දුක ගැවසෙමින් සිටියි. සැපය දන්නා දෙයත්, දුක දන්නා දෙයත් ඔබ නොදන්නේ සැපත් දුකත් දෙකම ඇති කළේ ඔබට ආගන්තුක, ඔබට අයිති නැති සිතක් නිසාය. ඔබ සිත ගැන දන්නේ නැහැ. සිත ගැන බලන්නේ නැහැ. දිනපතා කණ්ණාඩි මේසය ළඟට ගිහින් හිස, රැවල, ඇස, කන, දිව, දත්, මුහුණ, කුරුළු, සම බලනවා. අඩුපාඩු තිබුණොත් විටමින් බොනවා. ක්රීම් ගානවා. මා තුළ මා බලනවා. ලස්සන කරනවා. නමුත් සිත ගැන බලන්නේ නැහැ. ඔබ, සැප සෙයාන සිත, ලස්සන සොයන සිතදෙස ජ්රඤාවේ කැඩපතින් බලන්න. ඔබ දකින්නේ ඔබව නොව, මහා වේගයක් පමණක්ය.

රිකන්ඩ්ෂන් කරනු වෙනුවට අවබෝධයෙන් දැකීමු මේ කය

ඔබ රටේ තොටේ සංචාරය කළොත් ඔබට හැමතැනකම දකින්න ලැබෙන දෙයක් තමයි රූපලාවන්ය ආයතන. අතීතයේ අපි ගමක නගරයක ඇති බාබර් සාප්පුවක් මිස මෙවැනි ආයතන දැක නැහැ. රූපය වර්ණවත් කරන රූපලාවන්ය ආයතන, ගුවන් විදුලි ආයතනවල, රූපවාහිනී සේවාවල රූපලාවන්ය වැඩසටහන් ඔබගේ රූපය වර්ණවත් කිරීම සඳහා, ජර්නාල්වර කිරීම සඳහා මොනතරම් වැඩසටහන් කරනවාද. මේවා මෙහෙයවන හැඩකාර පිංචන් නෝනාමහත්වරුන් මොනතරම් ආත්ම අභිමානයකින්ද මේ රූපයට උරුම ජාති, ජරා, වියාධි, මරණ ආදිය මුදවපු කිරිවලින්, යෝගට් වලින්, පිපිඤ්ඤා, කැරට්, බිත්තර සුදු මදවලින්, කිරීම, ජෙල්, ඩයි වර්ගවලින් පරාජයට පත්කරන්න උත්සහගන්නේ. ශරීරයේ දෙතිස් කුණපයම ලස්සන කරන්න, රැළිවැටීම නවත්වන්න, කාන්තිමත් කරන්න, ඇති රෝම නැති කරන්න, නැති රෝම ඇති කරන්න, සුදු කෙස් කළු කරන්න, කළු කෙස් නා නා වර්ණ ගන්වන්න.....

බලන්නකෝ, ආශ්චර්යමත් කිරියාන්විතයක් මේක.

මේ කිරියාන්විතයේ රූපයේ හැඩගන්වලා, ඔපවත් කරලා, මෝස්තර විලාසිතා, විසිතුරු මාල, වළලු, මුදු පළන්දලා මේ කය අංග සම්පූර්ණ කරලා ගත්තහම මොන තරම් හැඩද. මෙවැනි හැඩකාර පිංචන් නෝනා මහත්වරුන් වයස් හේදයකින් තොරව වර්තමානයේ වැහි වැහැලා. මේ අය "රිකන්ඩ්ෂන්" කරපු තම කය දරාගෙන මහත් අභිමානයෙන් යුතුව කාලය ගත කළත් ඔබ දන්නවාද ඒ අය මොනතරම් බියකින්ද ජීවත්වෙන්නේ කියලා. තමා කෘත්රීමව සකස්කරගත් ශරීර ස්වභාවය, හැඩය, වර්ණය අහිමිවේය කියලා. මේ අහිමිවීම වැළැක්වීම සඳහා මොනතරම් මේ අය දුක්විඳිනවාද, මහන්සි ගන්නවාද.. ඒ වෙහෙස නේද දිනෙන් දින ඉහළ යන රූපවාහිනී රූපලාවන්ය වැඩසටහන්, රූපලාවන්යාගාර, විලාසිතා, ඇඳුම් මාලිගා, විසිතුරු පළඳනා යන ක්ෂේත්ර වල දැවැන්ත වර්ධනය. මේ පිබිදීමට හේතුව ලෝකයා තුළ රූපයටත්, එහි හැඩය, වර්ණය, කාන්තිය, රිද්මය, ලාලිත්යය අහිමි වේය, අඩුවේය කියන බිය නිසාම ඇති වූවකි.

වයස් හේදයකින් තොරව ලෝකයා එහි ගිලනුන් බවට පත්වී ඇත. ඔවුන් මේ සොයන්නේ නැති දෙයකි. අනිත්ය බවට පත්වන දෙයකි, එහෙයින් ඔවුනට හිමි දුකම පමණකි. රූපලාවන්යාගාර, රූපලාවන්ය වැඩසටහන්, මුදවපු කිරි පිපිඤ්ඤා, කැරට්, බිත්තර සුදුමද මේ දුකේ, අවිද්‍යාවේ

සංචිතයන්ය. සිහිවටනයන්ය.

යමෙක් මේවායේ සේවාව සොයාගෙන යන්නේ නම් හේ අසරණයෙකි. දුකෙන් මිදීම පිණිස දුක ඇති කළ මාරයාම සොයායෑමකි. ජාති, ජරා, වියාධි මරණ දුක නැතිකරගැනීම පිණිස ජාති, ජරා, වියාධි මරණ දුකම සොයායෑමකි. රූපයේ ආශ්වාදය පමණක්ම කලාකරන අවිද්‍යාවේ හඬවල් ඔබව මේ ගාල් කරන්නේ දුකෙන් දුකටමය. දුකෙන් නිවීමට, සැනසීමට නොවේ. ඔබට මේ ජීවිතයේ නිවීම, සැනසීම අවශ්‍ය නම් ඔබ මේ අවිද්‍යාවේ හඬට සවන් නොදිය යුතුයි. එහි වහලෙක් ගොදුරක් නොවිය යුතුව. ධර්ම මාර්ගයේ ගමන් කරන පිංවත් මහත්ම මහත්මීන්, අනන්ත අප්රමානව ඔබට මුණගැසී ඇත. ඒ අය ශරීරය අස්වාභාවික ලෙස හැඩනොගැන්වූ, ස්වභාවය විකෘති කරනොගත් උදවියයි. සුදුවත් දරාගෙන, බොහොම සංවර ජ්රසන්න, ශාන්ත ස්වභාවයෙන් සමාජයේ ජීවත් වෙනවා. මේ අය දැකපුවහම කෙනෙකුට හිතෙන්න පුළුවන් දිවිය ලෝකයේ දිවිය දිවියාංගනාවනුත් මේ වගේම ඇතිය කියලා. ඔවුන් ඒ තරමටම ජ්රසන්න සුන්දර නිසා. ඒ අයගේ රූපලාවන්ය තමයි බුදු ගුණ භාවනාව, මෙමත්රී භාවනාව, දාන ශීල ජ්රතිපදාව. රූපය කියන්නේ මරණයක්. රූපය කියන්නේ වියාධියක්, රූපය කියන්නේ ඉපදීමක්. එහෙම දෙයකට මෝස්තර හැඩතල, රිද්ම දමනවා කියන්නේ මරණයකට, ඉපදීමකට, වියාධියකට මෝස්තර, හැඩතල, රිද්ම දැමීමක්. බලන්න අපි මොනතරම් අදක්ෂද? හැබැයි ඉතින් මේ ගැන පුදුම වෙන්න දෙයක් නැහැ. අවුරුදු 80ක් ජීවත් වෙලා ගෙදර ආත්තම්මා මිය ගියහම ගෙදර සාලය මැද්දේ තිබෙන ඇගේ මිනී පෙට්ටිය වටේට පාට පාට විදුලි බුබුලු වැල් දමනවා. අත්තම්මාගේ ඉදුණු අවපැහැගැනුණු කොණ්ඩය, රැලි වැටුණු අතපය, ඉදුමුණු මුහුණ ලයිට් එළියට ලස්සනට පේනවා. ගෙදර අය කියනවා, ආච්චි මැරුණත් මුහුණ හරි ලස්සනයි. මුහුණේ සිනා රැල්ලක් තිබෙනවා කියලා. බලන්න අපි ජාති, ජරා, වියාධි, මරණ ආශ්වාදය කරන හැටි.

සුදු වෙන හිසකෙස්වලට වර්ණ දානවා කියන්නේ,

රැලි වැටෙන සමට, ඇහි බැමට, නියපොත්තට රූප ලාවන්ය කරනවා කියන්නේ මරණයකට, වියාධියකට සාත්තු කරනවා කිරීමක්. ඔබ හිතලා බලන්න, පතිකුළයට යන පිංවත් මනාලියක් පෙරවරු 10 ට පෝරුවට නගින්න තිබෙනවා නම්, රූපලාවන්ය ශිල්පියා ඇයව හැඩකරන්න ගන්නේ, ඒ කියන්නේ ඇයගේ ජාති, ජරා, වියාධි, මරණ වහන්න, සභවන්න, යටගහන්න

පටන්ගන්නේ පාන්දර තුනේ හතරේ පටන්. ඒ විතරක් නොවෙයි. පතිනියගේ ශරීරය නිවේනනට, ජරසන්න වේනන, කාන්තිමත් වේනන අවශ්‍ය උපදෙස් පිළිපැදීම ඊට මාසයට පමණ පෙර සිටයි ඇය ආරම්භ කරන්නේ. මොකක්ද මේ උත්සහය. ජාති, ජරා, වියාධි, මරණ නොපෙන්වීමේ උත්සහයයි. හැබැයි මෙතනදී මනාලියට මෙමන්රිය වැඩීම ගැනත් කියලා දෙනවා. සිත සන්සුන්ව තබාගන්න...

බලන්නකො රූපයේ ආදීනවය සමහින් ආශ්වාදය තළ මරමින් වමාරන මාරයා මෙතැනදී මෙමන්රිය ගැනත් කියලා දෙනවා.

මහල් ගෙදර අමුත්තෝ මැද්දේ දහවල් කාලය ලංවෙද්දී වෙහෙස, තෙහෙට්ටුව, අවිචේකය, දහඩිය කළුළු හේතුවෙන් මනාලියගේ සහවපු ජාති, ජරා, වියාධි මරණ පවුඩර් දියවෙලා නැවත පෙනෙන්නට පටන් ගන්නවා. නැවත දහවල් කැමෙන් පස්සේ රූපලාවන්ය ශිල්පියා මනමාලියගේ ජාති, ජරා, වියාධි මරණ පවුඩර් ක්රීම්වලින් වසාදමනවා. හැබැයි ඉතින් පිංවත් මනාලිය මනාල මහත්මයාගේ නිවසට ගියහම, යට ගැසු ජාති, ජරා, වියාධි, මරණ ඔක්කොම ජේන්න ගන්නවා. මේවා දැකලා මනමාලයා, මනමාලිය කම්පා වෙනවද? නැහැ. ගෙදර ගෙනාපු ජාති, ජරා, වියාධි, මරණ කොටම ගන්නවා. මා තුළ ඇය ඉන්නවා, ඇය තුළ මා ඉන්නවා කියා සිතා Zඅපි ලුණුයි බතුයි කාල හරි ජීවත්වෙමුZ යි ගිවිස ගන්නවා. ඒ කියන්නේ මේ දුක අපි සැපයක්ම කරගමුයි කියන එකයි. "මගේ ජාති, ජරා, වියාධි, මරණ ඔබ ගන්න. ඔබේ ජාති, ජරා, වියාධි, මරණ මට දෙන්න." කියෙන දුක මදිවට අනුන්ගේ දුකත් තමාගේ කරගන්නවා. විවාහය නාමයෙන් සිද්දවුනේ එක සැපයක් උදෙසා දුක් ගොඩක් අයිතිකර ගැනීමකි. ඒ කියන්නේ ඇත්තටම ඒ ගෙනාවේ මනාලියක් නොවෙයි. දුකක්. දුකට අයිති දෙයක්.

මේ සියලු දුක් කන්දරාව කුමක් නිසාද හටගන්නේ. රූපය මගේ කරගැනීම නිසා. මොකක්ද රූපය කියන්නේ. ඔබ පිංවත් ස්වාමීන්වහන්සේ නමක්වේවා, පිංවත් පුරුෂයෙක්, ස්ත්රියක් වේවා ඔබේ කය. උදාහරණයට ගන්න. කුමක් නිසාද මේ කය පවතින්නේ. ආභාරය නිසාමයි. ජලය, බෙහෙත් නිසාමයි. කුමකින්ද මේ කය සැදී පවතින්නේ. පයවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ කියන සතර මහා ධාතුන්ගේ තද ස්වභාවය, වැගිරෙන ස්වභාවය, උණුසුම් ස්වභාවය, වායු ස්වභාවය. ඉහත ස්වභාවයේ ධාතුන් හතරකින් තමයි මේ කය නිර්මාණය වී තිබෙන්නේ. මේ ධාතුන් වෙන්

වෙන් වශයෙන් ශරීරයේ කොතැනකවත් නැහැ. මේක පයවිය, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ කියලා වෙන් වෙන් වශයෙන් ගන්න බැහැ. ඔබට උදාහරණයක් කියන්නම්. ඔබගේ ශරීරයේ තැනකින් මස් කැබැල්ලක් කඩලා ගත්තොත් එම මස් කැබැල්ල තුළ පයවි, ආපෝ තේජෝ වායෝ ධාතුන් සියල්ලම තිබෙනවා. එහි තද ගතිය පයවි ධාතුව. එහි තිබෙන රුධිරය ආපෝ ධාතුව. එහි තිබෙන උණුසුම තේජෝ ධාතුව, පීඩනය තිබෙනවා, එමනිසා රුධිරය ගලනවා, ඒ වායෝ ධාතුව.

ඒ කියන්නේ මස් කැබැල්ල තුළ ධාතු කොටස් හතරම තිබෙනවා. නමුත් අප සාමාන්ය වියවහාරයේදී මස් කැබැල්ලට කියන්නේ පයවි ධාතුව කියලයි. නමුත් දැන් ඔබට වැටහෙනවා ඇති මස් කැබැල්ල තුළ පයවි ධාතුව පමණක් නොව, එකිනෙකට මුහුදුණු අනෙකුත් ධාතු කොටස් තුනත් තිබුණු බව.

ඔබ මුත්රා කෝප්පයක් ගන්න. අපි සාමාන්ය වියවහාරයේදී මුත්රා කියන්නේ ආපෝ ධාතුවට, නමුත් මුත්රා වල සියුම් කුඩු ස්වභාවයක් තිබෙනවා. ඒ තමයි පයවිය. උණුසුම් ස්වභාවයක් තිබෙනවා. ඒ තමයි තේජෝ ධාතුව. වැගිරෙන ස්වභාවයක් තිබෙනවා. ඒ තමයි ආපෝ ධාතුව, පෙන බුබුලු නගින ස්වභාවයක් තිබෙනවා. ඒ වායෝ ධාතුව. මේ කියන්නේ මුත්රා වල ධාතු කොටස් හතරම අන්තර්ගතව තිබුණ බවයි. අධියාත්මික හෝ හාහිර යම් රූපයක් වෙතොත් සෑම රූපයක්ම ස්වභාවය ඉහත පරිදිමය. නමුත් මෙහිදී කපාකරන්නේ අධියාත්මික රූපය ගැනය. ඔබගේ කය ගැනය. දැන් ඔබට පැහැදිලිය. කය යනු රූපයකි. රූපය සෑදී තිබුණේ පයවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ ධාතූන්ගෙනි. මේ ධාතු කොටස් හතර නිතරම වෙනස්වෙමින් පවතින්නකි. රූපය අනිත්යභාවය වශයෙන් අපි දකින්නේ මේ වෙනස්වීමයි. ජාති, ජරා, වියාධි, මරණ වශයෙන් දකින්නේ මේ වෙනස්වීමයි. ලෝකයේ වේගවත්ම ක්රියාවලිය රූපය අනිත්යභාවයට පත්වන වේගයයි. ලෝකය තාක්ෂණික වශයෙන් මොන තරම් දියුණු වුවද, රූපය අනිත්යභාවයට පත්වන වේගය දැකීම පිණිස ජායාරූපයකට ගැනීමට සිතීම පවා මෝඩකමකි. මන්ද ලෝකයේ ජරවේගකාරීම දෙය රූපය අනිත්යභාවයට පත්වන වේගය නිසාය. එය මේ මස් ඇහැට දැකිය නොහැකිය. ජරඥාවේ ඇසින් පමණක් දැකිය හැක්කකි. ඒ වේගය යමෙක් ජරඥාවෙන් දකීද, හේ තම කයද වේගයෙන් අනිත්යභාවයට පත්වන රූපයක් සේ දකියි. අවබෝධයෙන්ම කලකිරේ. රූපයෙන් නිදහස් වේ.

රූපයේ අනිත්‍යභාවය අවබෝධකරගත් භික්ෂුවට තම ජරඥාවේ ඇසින් මහා ගල්කුළක් එක මොහොතකින් අනිත්‍යයෙන් සියුම්භාවයට පත්කොට සුළගේ පාවී යන වායෝ ධාතුවක් බවට දැකිය හැකිය. මහා සද්ධන්තන ගල්කුළක් සුළඟ පාවී යන දුමක් සේ දකිමින් ඒ අවබෝධය ලැබුවේ රූපයේ අනිත්‍යභාවයට පත්වන වේගයේ ජරවේගයයි. මේ අනිත්‍යයේ ජරවේගය දකින්නා රූපයට ඇති කැමැත්තෙන් මිදී නිස්සරණය ලැබීම ඒකාන්තය.

ඉහත අකාරයෙන් සතර මහා ධාතූන් අනිත්‍යභාවයට පත්වන විට, එකිනෙක සම්බන්ධව පවතින සතර මහා ධාතූන් අතර සියුම් අවකාශධාතුවක් සකස්වේ. මේ අවකාශ ධාතුව දැකිය හැක්කේ ජර+ඥාවෙන් පමණක්මය. මස් ඇසට මේ අවකාශ ධාතුව නොපෙනේ. සාමාන්‍යයෙන් අවකාශ ධාතුව වශයෙන් හඳුන්වනුයේ කන් සිදුර, නාස් සිදුර, නාභිය වැනි අවකාශයන්ය. එහෙත් එය ජරාචම්ක දැනීමකි. සැබෑ ඇතිවී නැති වී යන අවකාශ ධාතුව නිර්මාණය වන්නේ එකමවිට පවතින්නාවූ සතර මහා ධාතූන්ගේ ජරවේගයෙන් ඇතිවීම නැතිවීම වන විට ඇතිවන භිඩැසය. එම අවකාශය කවදාහරි අපි ජරඥාවේ ඇසින්ම දැකිය යුත්තකි.

ඔබට සරළ උදාහරණයක් පෙන්වන්නම්. ඔබ මේසයක් ළඟට යන්න. මේස ලැල්ලට අඩියක් පමණ උඩින් ඔබේ අත්ල තබාගන්න. එක ඇඟිල්ලක් දික් කරන්න. දැන් එම ඇඟිල්ල වේගයෙන් මේස ලැල්ලට ගැටීමට සලස්වමින් ඉහළට ගන්න. ඉතා වේගයෙන් මෙය කරන්න. ඔබට පෙනේවි හැම මොහොතකට ඔබේ ඇඟිල්ල මේස ලැල්ලේ වදිනබව. නමුත් ඇඟිල්ල ඉහළට යනවිට මේස ලැල්ලේ වදින්නේ නැහැ. වේගවත් බව නිසා ඔබට මෙය දකින්නට බැහැ. අවකාශ ධාතුවක් ඔය වගේමයි. සතරමහා ධාතූන්ගේ වේගවත් ඇතිවීම, නැතිවීම නිසා ඇතිවන අවකාශය මස් ඇහැට පෙනෙන්නේ නැහැ. දැන් ඔබට පැහැදිලියි පයවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ කියන ධාතූන් හතරත්, එම ධාතූන්ගේ වේගවත් වෙනස්වීමත් නිසා හටගන්නා අවකාශ ධාතුවත්.

එහෙම නම් ඔබ මමය, මගේය කියලා හැඩකරන, ලස්සන කරන ඔබ කය අයිති කාටද? ඔබටද? නැහැ. එහි සැබෑ අයිතිකරු තමයි ස්වභාවධර්මය. කොහොමද මේ කය අයිති ස්වභාවධර්මයට යැයි කියන්නේ. මේ කයත්, ස්වභාවධර්මයේම කොටසක් නිසා මේ කය හැදිලා තිබෙන, පයවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ ධාතූන්ගෙන්මයි ස්වභාවධර්මය හැදිලා තිබෙන්නේ.

ඒ කියන්නේ ඉර, හඳ, තරු, වලාකුලු, මහපොළොව, ගස් වැල්, දෙවියා, බිරහ්මයා, නිරිසතා....
මේ සියල්ල හැදිලා තිබෙන්නේ හතරමහා ධාතුන්ගෙන්මයි. දැන් ඔබට වැටහෙනවා
ස්වභාවධර්මය හැදිලා තිබෙන්නේ සතරමහා ධාතුන්ගෙන් කියලා. මේ ස්වභාවධර්මයේ සැබෑම
අයිතිකාරයා තමයි අනිත්යය. දැන් මෙන්න මේ විදිහට ඔබ ඔබේ කය අයිති ස්වභාවධර්මයට
කියලා ඔබට ඔප්පුකරගන්න.

ඔබ මෙහෙම සිතන්න. මේ හාමුදුරුවෝ අපවත්වෙනවා. හාමුදුරුවෝ අපවත්වුණහම දායකයෝ
මොකද කරන්නේ. හාමුදුරුවන්ගේ සිරුර ආදාහනය කරනවා. ගිණිතියනවා. හාමුදුරුවන්ගේ සිරුර
ගිනිගන්නකොට එම ගිනි දළුවලට ඔබ හාමුදුරුවෝ කියලා කියන්නේ නෑ. ඔබ කියන්නේ
තේජෝ ධාතුව කියලා. මේ හාමුදුරුවන්ගේ සිරුර බුර බුරා ගිනිගනිද්දී, මේ ගින්න ඇවිලෙන්නේ
ශරීරයේ තිබෙන තෙල් වලට. සම මතුපිටට තෙල් උනමින් ගිනිගන්නා විට එම තෙල් වලට
ඔබ හාමුදුරුවෝ කියලා කියන්නේ නෑහැ. ඔබ කියන්නේ ආපෝ ධාතුව කියලා. මේ
හාමුදුරුවන්ගේ සිරුර දැවී අහසට නගින දුමට "හාමුදුරුවෝ" කියන්නේ නෑහැ. ඔබ එම දුමට
කියන්නේ වායෝ ධාතුව කියලා. හාමුදුරුවන්ගේ සිරුර දැවිලා ඉතිරිවන අළු වලට, ඇට
කැබැලිවලට ඔබ හාමුදුරුවෝ කියලා කියන්නේ නෑහැ. ඔබ කියන්නේ පඨවි ධාතුව කියලා.
ඔන්න එහෙමනම් දකින්න හාමුදුරුවෝ දරාගෙන සිටි කය අයිති කාටද, එම ශරීරය අවසානයේදී
එකතු වුනේ කොහොටද? ස්වභාවධර්මයටමයි. පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ ස්වභාවයටමයි.
එහෙමනම් හාමුදුරුවන් හැටියටත් ගින්න, තෙල්, දුම, ඇටකටු, අළු වශයෙන් අපි දකින්නෙන්
අනිත්යභාවයමයි. සතරමහා ධාතුවේ විවිධත්වයයි. ඔබේ ජීවිතයට මෙය ගලපාගෙන අවබෝධය
ලබන්න බලන්න. ස්වභාව ධර්මයට අයිති දෙය, අනිත්යයට අයිති දෙය, ගින්නට, දුමට,
අළුවලට, තෙලට අයිති දෙය මගේ කරගෙන, අපේ කරගෙන ස්වාමියා, බිරිඳ කරගෙන, අම්මා,
තාත්තා කරගෙන දුක්විදිනා අවාසනාවන්තයෝ අපි. මෙහි වඩා පුදුම විය යුත්තේ මෙය නොවේ.
මේ කය මගේ කරගෙන, මේ කය නිසා මොනතරම් අකුසල් අපි රැස්කරගන්නවාද. මේ කයට
ආත්මගරුත්වය ලබාදෙන්න, මුල්තැන දෙන්න, කැපී පෙනෙන්න, සැප දෙන්න, සිත කය වචනය
කියන තුන්දොරින් මොන තරම් අකුසල් රැස්කරගෙන සතර අපායට වැටුනාද? ඒ වැටුනේ
තමාට අයිති නැති ස්වභාවධර්මයට, අනිත්යයට අයිති දෙයක් මගේ කරගැනීම නිසා නේද.

මේ කථාවේ මුලින් සඳහන් කළ පිංවත් මනාලියත්, මනාලයන් රූපලාවන්ය සොයා යන පිංවත් පිරිසත් ජාති, ජරා, වියාධි, මරණ වලින් මිදීමට යෝගට, බිත්තර සුදුමද, මුදවපු කිරි, පිපිඤ්ඤා, කරට සරණ යන පිංවතුන් හිතනන උත්සහගන්න තමන් මේ සරසන්නේ, සැප දෙන්නේ, සැප දෙන්නේ තමාට අයිති නැති ගින්දරට, දුමට, අලුවලට, තෙල්වලට අයිති දෙයක්මය කියලා. ඒ නිසා ඔබ දක්ෂ වෙන්න ඔය කය රැකගැනීම, පෝෂණය කිරීම උදෙසා අකුසල් සිදු නොකරගන්න. ඇයි ඔබ ගින්දරට, තෙලට, දුම්වලට, අලු වලට අයත් දෙයක් මගේ කරගැනීමට නිසා අපාගතවෙන්නේ. ඉහත ස්වභාවය නිතර මෙනෙහිකර අවබෝධය ලබාගැනීමට උත්සහගන්න. දැන් ඔබ දන්නවා ඔබ ඔය මගේ කරගෙන පෝෂණය කරන්නේ, මුහුණ සෝදවන්නේ, නාවන්නේ, ඇඟ සෝදවන්නේ, බෙහෙත් දෙන්නේ, නායකයා, ඇමැති, සභාපති, ලේකම්, උතුම් මහනායක, උතුම් අනුනායක පදවි ලබාදෙන්නේ ගින්දරට, දුමට, තෙලට, අලුවලට අයිති දෙයකටය. එහෙමනම් ඔබ ඔය ඔබේ ඇස, කන, නාසය, දිව, හිසකෙස්, නිය, දත්, සම, මස් කියලා දැක්කෙත් ගින්දර, දුම, තෙල්, අලු හැටියට දැක්කෙත් එකිනෙකට වෙනස් ධාතු වල වෙනස්වීමයි. අනිත්යභාවයයි. ඔතනින් ඔය අනිත්ය ක්රියාවලිය නවතින්නේ නැහැ. සතර මහා ධාතූන්ගෙන්, ඒ කියන්නේ නිය, දත්, මස්, සම් වශයෙන් තිබූ ස්වභාවය අනිත්ය භාවයට පත්වී ගින්දර, දුම, අළු, තෙල් බවට පත්වූවාසේම මේ ගින්දර, දුමද, තෙල්ද, අලුද ජාති ජරා වියාධි මරණවලට පත්වීම නිසා අනිත්යභාවයට පත්වනවා. මන්ද ඒවාත් සතර මහාධාතූන්ගෙන් සෑදි රූපයක් නිසා.

ඔබගේ ඔය කය ගින්දර, දුම, අළු, තෙල් බවට පත්වූවා සේම ගින්දර ගින්දර ස්වභාවයෙන්ම, දුම දුම ස්වභාවයෙන්ම, තෙල් තෙල් ස්වභාවයෙන්ම, අළු අළු ස්වභාවයෙන්ම පවතින්නේ නැහැ. රූපයේ අනිත්යභාවය නිසා ඒවාත් වෙනස්වෙනවා. මේවා ජලවාශ්ප බවට, සුළඟ බවට, වලාකුලු බවට, වැස්ස, පින්න, වලාකුලු, අළු දුට්ඨි, ජලය බවට, ගස් කොළන් මේවායින් යෑපෙන පෝෂණය වන මත්ස්යයින් සත්වයින් බවට පත්වෙනවා. එහෙමනම් ඉහත ස්වභාවයට පත්වූයේ ඔබේ කයම නේද? ඔබ රූපලාවන්ය කළ යෝගට, බිත්තර සුදුමද, පිපිඤ්ඤා, පවුඩර්, ක්රීමවලින් වෛවර්ණ කරපු ඔබගේම ශරීරය නේද? ඔබ මහ පාථේ ගමන්කරන විට ඔබට ඉතා දුගඳහමන කසලගොඩක් හමුවුනාය හිතන්න. ඔබ කසල ගොඩ කියන්නේ මොකද්ද? කවදාහරි අතීතයේ දවසක මනුශ්‍යයෙක්, නැතිනම් තවත් සත්වයෙක්, මගේ කියලා දරාගෙන සිටපු කයක්මයි. ඒ ධාතූන්ගේ වෙනස්වීමමයි. ඒ ශරීරයට අතීතයේ එම පුද්ගලයා රූපලාවන්ය කරන්න

ඇති. රන්, රිදී, පළඳවන්න ඇති.

ඔබ ඔය මහා සාගරය දෙස බලන්න. ඔය මහා සාගරයේ තිබෙන සෑම ජල ඛනිදුවක්ම සත්වයාගේ නෙතින් ගලාගිය කඳුළු, රුධිරය, දහදිය. මේ ශරීරය ගිනිගනිද්දී ඇතිවූ දුම ජල වාෂ්ප බවට පත්වී ඒවායින් වලාකුළු සෑදී ඇතිවූ වැස්ස. මහා සාගරයේ හැම දියබිඳක්ම මීට පෙර මනුෂ්‍ය ශරීරයක්මයි. අපි මුහුදු වතුර වශයෙන් දකින්නේ සතර මහා ධාතුවේ විවිධත්වය, රූපයේ අනිත්‍යය. ලෝකයේ සුරූපී ම ශිල්පියා හෝ ශිල්පිනිය, ඒ සුරූපීභාවය තිබියදීම මියගියහොත්, ඒ සිරුර පුව්වාදැමුවහොත්, එම කයත් ඔය වැස්සටම, ඔය ජලයටම, ඔය පසටම, ඔය වාතයටම, ඒවායින් වැඩෙන ගහකොළ, සතා සිව්පාවටම එකතුවෙනවා. එහෙමනම් මේ කයේ වෙනස්වීමේ ස්වභාවයෙන්ම නේද වැස්ස, හිරුඑලිය, ජලය, වාතය.... කොටින්ම මේ ස්වභාවධර්මය හැදිලා තිබෙන්නේ.

ඔබේ ලේ නෑකම නිසා ඔබ අම්මා, තාත්තා, නංගී, මල්ලී, මාමා, නැන්දා, ආච්චි සීයා වශයෙන් හඳුන්වනවා වගේම වැස්ස, ජලය මහපොළොව, ගහකොළ ඔබේ ලේ ඥාතීන්මයි. ඇයි ඒවාත් අනිත්‍යයේ ඔබේ කයින්, මසින්,ලෙයින්, ගින්නෙන්, දුමෙන්, අලුවලින් ඇතිවූ නිසා. බලන්නකො මනුෂ්‍ය කය. ඒ කියන්නේ ඇස, කන, නාසය, ශරීරය කියන ධාතු ස්වභාවය වෙනස්වී වලාකුලු, ජලය, පස්, මහා සාගර, ගහකොළ, කැලිකසල බවට පත්වුණා. එම ස්වභාවයන් නැවත නැවතත් වෙනස්වෙමින් ආරම්භයක්, අවසානයක් නොපෙනෙන වක්රයක් සේ ඇදීගෙන යනවා. එසේනම් වැස්ස, වලාකුලු, ගින්නදර, මහපොළොව ඔබට අයිති නැහැ වගේම, ඔබේ අම්මා, තාත්තා, සහෝදරයා, ඥාතියා, දරුවා, ඔබට අයිතිද? මේ සියල්ල සතර මහා ධාතූන්ගේ විවිධත්වයි. මෙ විවිධත්වය ඇතිවූයේ අනිත්‍යභාවය නිසාමයි. එහෙමනම් මේ කය අයිති සතර මහා ධාතූන්ටයි. සතර මහාධාතූන් අයිත් ස්වභාවධර්මයටයි. ස්වභාවධර්මය අයිති අනිත්‍යයටයි.

අනිත්‍යවූ දෙයක් කුමක් නිසා ඔබ ඔබේ කරගන්නද. ඉහත ස්වභාවය අවබෝධයෙන් වඩන්න, දකින්න, එවිට ඔබට අවබෝධයෙන් කලකිරීම්. මේ රූපය ගැන කලකිරීම් නිසා රූපය ඔබට අනහරේවී. අනහරීම් තුළ ඔබ ලබන්නේ නිදහස්වීමයි. ලෝකයේ උතුම්ම ආර්ය නිදහසයි.

කය දුවවා වැඩක් වේද සිත නතර කරනු බැරිනම්

ලොව්තුරු බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා කරුණු හතරක් නොදැනීම අවිද්‍යාවය කියලා. මේ කරුණු හතර තමයි දුක, දුක ඇතිවීමට හේතුව, දුක නැතිකිරීම, දුක නැතිකිරීමේ මාර්ගය. මෙන්ම මේ වතුරාර්ය සත්‍යය නොදැනීම නිසා සත්වයා ජාති, ජරා, වියාධි, මරණවලට අයත් මේ කය නිරෝගීභාවයට පත්කිරීම උදෙසා අප්රමාණ වෙහෙසක් ගන්නවා. රටපුරා තිබෙන ක්රීඩාංගණ, කායවර්ධන මධ්‍යස්ථාන, ජනමාධ්‍යවල, ක්රීඩාගාර, මහපාරේ දෙපස ඇති තණතීරුවල පිංචන් නෝනා මහත්වරුන් දුවනවා, ඇවිදිනවා, වියායාම කරනවා ඔබ දකිනවා ඇති. කුමක් සඳහාද?

ජාති, ජරා, වියාධි, මරණ වලක්වාගන්න. ලෝකයේ වේගයෙන්ම දුවන සතා තමයි වීටා. මේ සතුනුත් ළමා කාලයේදී මියයනවා, තරුණ කාලයේදී මියයනවා, මධ්‍යම වයසේදීත් මියයනවා. ජාති ජරා වියාධි මරණ වලට නිරතුරුවම පත්වෙනවා. ලෝකයේ වැඩිම වියායාම කරන සතා තමයි වදුරා. එයා හැම නිමේශයකම අත්තෙන් අත්තට, ගහෙන් ගහට පනිමින් මහා වියායාමයක යෙදෙනවා. ඒ වදුරොත් ළමා කාලයේදී, තරුණ කාලයේදී, මධ්‍යම වයසේදී මැරෙනවා. නිරතුරුවම ජාති, ජරා, වියාධි, මරණ වලට ලක්වෙනවා. මේ නිසා දිවීම තුළින්වත්, වියායාම තුළින්වත් ජාති, ජරා, වියාධි, මරණ වලක්වාගන්න බැහැ නේද? අපේ මේ දිවීම නතරකළ දවසටයි අපි ජාති, ජරා, වියාධි, මරණ වලින් අත්මිදෙන්නේ. කාගේ දිවීමද? රූපයට තත්භාවෙන් දුවන සිත, උපාදානයෙන් අල්ලාගන්නා සිත දිවීමෙන් නතරකළහොත් එතැනයි දුකේ කෙළවර.

මේ දිවීම තුළ, වියායාම තුළ කුමක්ද සැඟවිලා තියෙන්නේ. අවිද්‍යාවේ වේගයයි. ඔබ මේ දුවන්නේ තව තවත් අවිද්‍යාව දෙසටයි. ලෝකය දෙසටයි. දුක දෙසටයි. ඔබ මේ නිරෝගී කරන්න හදන්නේ ලෙඩට උරුම කයක්. ඔබ ඔය මස්පිඩු වලින් පුරවන්න හදන්නේ ලෙඩට උරුම රැළිවැටෙන කයක්. දිවීමෙන්, වියායාමය මඟින් ජාති, ජරා, වියාධි, මරණ වලින් මේ කය මුදාගත්ත ලෝකයේ යමෙක් සිටියාද? සිටිනවාද? නැහැමයි. මේ කය ජාති, ජරා, වියාධි, මරණ වලට තෝතැන්නක්මයි කියලා දැකලා, රූපයට ඇති ඡන්දරාගයෙන් මිදුන තැනැත්තන්මයි දුකෙන් අත්මිදුණේ. නමුත් පෘතග්ජන සත්වයා රූපයේ ආදිනවය, ආදිනවයක් හැටියට නොදකින නිසා ඔහු ජාති, ජරා, වියාධි, මරණ හමුවේ කම්පා වෙනවා. සලිත වෙනවා. බිය වෙනවා. මට ලස්සන අභිමිවෙයි, මගේ ලස්සන නැතිවෙයි, මගේ නිරෝගීකම නැතිවෙයි කියලා. ශරීරය කෙට්ටු කෙනා, ශරීරය මහත්කරගෙන සතුටු වෙනවා. ශරීරය මහතකෙනා ශරීරය කෙට්ටු

කරගෙන සතුටු වෙනවා. ගරීරයේ මේදය වැඩි කෙනා, මේදය අඩුකරගෙන සතුටු වෙන්න හදනවා. විටමින් උනතාව හෙවත් ඒවා අඩුකෙනා විටමින් පාවිච්චි කරලා සතුටු වෙන්න හදනවා. මේ සියල්ල තුළ තිබෙන්නේ කුමක්ද?

වැඩිදෙය අඩුකර ගන්නවා. අඩුදෙය වැඩිකර ගන්නවා. කෙනෙක් අඩුදෙය උපාදාන කරනකොට, තව කෙනෙක් වැඩිදෙය උපාදානය කරගන්නවා. කොතැනද මෙහි සීමාව, කවුද මේ සීමාව තීරණය කරන්නේ. තීරකයා තමයි පෘතග්ජන සිත. අඩුවැඩි කරගනිමින් මරණය කියන සීමා ඉරට අපි සේන්ද්‍රවෙලා, අපි ඒ සීමා ඉර පසුකරන්නේ අතෘප්තියෙන්. මොකද ඉහත ස්වභාවයන්ට අප පත්වන්නේ මැරෙයි කියලා හිතලා නොවෙයි. මා තුළ නිරෝගීබව තිබෙනවාය, නිරෝගීබව තුළ මා ඉන්නවාය කියලා ඇති කරගත් උපාදානය නිසා, ඒ උපාදානය කරගත් දෙය බිඳවැටීමෙන් ඇතිවන අතෘප්තිය, මරණ භය, ගැටීම.....

මෙන්න මේ ගැටීමේදී ඔබේ පිහිටට ඔය වියායාමවත්, ගරීර ශක්තියවත්, විටමින් සිරස්වත් ඔබේ පිහිටට එන්නේ නැහැ. ඉහත සියල්ල ඔබට උරුමකර දුන්නේ දුකක්මයි. නමුත් ඔබ ජීවිත කාලය තුළදී පුරුදු පුහුණු කළේ කාය ශක්තියේ, වියායාමයේ, නිත්යභාවය නම් ඔබේ මරණ මොහොතේදී එම සංඥාවන් ඔබට ඇතිවුනොත්, අවසාන කැමැත්ත - උපාදානය ඉහත ස්වභාවයන්ට ඇලීගියා නම්, ඔබේ මිලහ උපත වීටාවෙකුගේ හෝ වැදිරියකුගේ කුසේ වීමටද පුළුවන්. මන්ද ඔබේ කැමැත්ත පරිදිම, ඔබ උපාදානය කරගත් පරිදිම සුවසේ දිවීමටත්, සුවසේ වියායාම කිරීමටත් ඔබට ලැබෙන නිසාය.

හික්ෂුවක් සමාධියෙන් පසුවන එක්තරා අවස්ථාවකදී මෙන්න මෙහෙම දර්ශනයක් දැක්කා. ආකාශය තුළ, ඒ කියන්නේ මහපොළොවේ සිට මීටර 200 ක් පමණ ඉහළ විසි දෙනෙකුගේ පමණ කණ්ඩායමක්, වැල්පාලම් ඔන්විල්ලා වැනි උපකරණ මත ජිම්නාස්ටික් වැනි ක්රීඩාවක නිරතවෙනවා. මේ අය කිසිම බියක් නොමැතිව මීටර 200 ක් පමණ ඉහළ සිට බොහොම රිද්මයානුකූලව බීමට පතිත වෙනවා. නැවත ඉහළට යනවා. මහා අන්තරාකාරී ක්රීඩාවක් ඉතාමත් සුවසේ නොබියව කරනවා. ආකාශයේ දැමූ ලණු පාලමක් වැනි දෙයක් මත පිනුම්, කරණම් ගසනවා. මේ අය ජරේත ලෝකයට සම්බන්ධ පිරිසක් නොවේ. මනුෂ්‍ය ස්වභාවයේ හොඳ අහ පසහ සහිත සුදු පැහැති දිග සහ කොට කලිසම් වගේම ටී-ෂර්ට් වලින් සැරසී සිටි

පිරිසක්. හික්ෂුව හඳුනාගත්තේ මේ අය දේව ස්වභාවයේ පිරිසක් හැටියටයි. ඒ අය පෙර මනුෂ්‍ය ජීවිතයේදී උපාදානය කරගත් ක්‍රීඩාව, වියායාමය මෙතැනදීත් උපාදානය කරගෙන. ඒවාට කැමති පිරිස ඒකරාශී වෙලා. හැබැයි මේ අය සශ්‍රීක දේව පිරිසක් නොවෙයි. ප්‍රේම ලෝකයට වඩා ටිකක් ඉහළ ස්වභාවයේ දේව කොට්ඨාශයක්. මේ අය තුළ ආලෝකමත් බව, ප්‍රභාශ්වර බව තිබුණේ නැහැ. ගුප්ත ස්වභාවය ඒ අයගේ ස්වරූපයේ තිබුණා. ඔබ යමක් උපාදාන කරගතකොත් එය මතුභවයටත් ඔබ අරගෙන යන හැටි පැහැදිලියි නේද? හේතුඵල ධර්මයන්ට අනුව විග්‍රහ කිරීමක් පමණයි හික්ෂුව මෙහි සඳහන් කළේ. ඔබ වෙනදා වගේම දුටුන්, වියායාම කරන්න මගේ කය, මගේ ශක්තිය, මගේ නිරෝගීකම මගේ ලස්සන, පෞරුශත්වය, හැඩය නිත්යයි කියන දෘශ්ටිත් යට නොවී. ඉහත සියල්ල ඔබේ වසභයේ පත්වාගැනීමට නොහැකිය යන අවබෝධය තුළ සිටිමින්...

නමුත් මෙය කරන්න ලේසි නැහැ. ඔබේ ඔය මාර සිත නිරතුරුවම මේවායේ නිත්යභාවය පැත්තටම ඔබව රැගෙන යනවා. අතීතයේ තිබූ මිත්යාදෘශ්ටික ශීල වෘත්තයන්ගෙන් එකක් තමයි ශරීරයට දුක් දීමෙන් සැප ලබාගැනීම කියන දෘශ්ටිය. නිගන්දයන් වැනි පිරිස් ආසන ප්‍රතික්ෂේප කොට, උල් සහිත ස්ථානවල ඇවිදීමින්, නිදාගනිමින් ශරීරයට දුක් දුන්නා. කුමක් උදෙසාද? සැප උදෙසා. අතීත කර්ම ගෙවීම උදෙසා. වර්තමානයේ ඔය දුටු වියායාම කරන අය දෙස බලපුවහම කෙනෙකුට සිතෙන්න පුළුවන් අතීතයේ නිගන්ද දෘශ්ටියේ නව ප්‍රවේශයක්ද මේ කියලත්. මොකද මේ අයත් අනාගත සැප උදෙසායි මේ දුක් විඳින්නේ. ඔබ මේ දෙතිස් කුණපය කුමන සංඥාවකින් නිත්යභාවයෙන් අල්ලාගත්තද ඒ තුළින් ඔබ විඳින්නේ දුකක්මය. ඔබ කොතරම් මහත්සිව් ශරීරයේ මස්පිඩු, පෙනුම ලස්සන කරගත්තද ඔබට සෙම්ප්‍රතිශ්ශාවක්, උණක්, අසනීපයක් හැඳුනාගොත් සතියක් වියායාමයෙන් තොරවූ විට ශරීරය නැවතත් 'පොල් වීමට' පටන් ගනී. හැඩය වෙනස්වී යයි. මොනතරම් දුටුලා, වියායාම කරලා, නිරෝගීව තබාගත්තද හදිසියේ මහල් ගෙදරකට, උත්සවයකට, උත්සව කාලය පැමිණියහම ඔන්න නැවතත් සිනි, පිෂ්ඨය, මේදය වැඩිවෙලාය. ඔබ ජාති, ජරා, වියාධි, මරණ මොන පැත්තෙන් යටගැහුවද ඒවා දිය යට ඇති රබර් බෝලයක් මෙන් ග්‍රහණයෙන් මිදුණු සැනින් නැවත මතු වී එයි.

මේවාට ප්‍රතිකාර කියන පිංවත් වෛද්‍යවරුන්, වියායාම කරවන මහත්වරුන් ඔබතුමන්ලාට වෛද්‍ය උපදෙස්, වියායාම උපදෙස් දේවී. ඒ මහත්වරුන් ඔබලාට උපදෙස් දෙන්නේ ඔවුන්ගේ

කයන් ඉහත ස්වභාවයේම තිබියදීමය. ඔවුන්ද ඉහත ස්වභාවයෙන් මිදී නැත. ඔවුනට අසනීපයක් වුවහොත් ඔවුන්ද තවත් වෛද්‍යවරයකු වෙතට ගොස් ජරනිකාර ගත යුතුය. එහෙත් මේ අසනීපයට හොඳම ජරනිකාරය වදාළ උත්තමයා තමයි ලොවතුරා බුදුරජාණන් වහන්සේ. මුලින්ම උන්වහන්සේ අනුනට බෙහෙත් කියන්නට පෙර තමන් ජාති, ජරා, වියාධි, මරණ වලින් මිදුනාහ. උන්වහන්සේ තම ශරාවකයන්ට අනුදැන වදාලේ තුන් සිවුරන්, පාත්රයන්, උපරිමය ආහාර වේල් දෙකකින් යැපීමත්ය. උන්වහන්සේගේ ශරී මුඛයෙන් නිතරම දේශනාකළ වදනක් වූයේ දිනකට එක් වේලක් පමණක් වැළඳීම ශරීරයට පුදුමාකාර සැහැල්ලුවක් දනවන බවයි. ඔබ දිව සංවර කරගන්න. රසයට ඇති කැමැත්තෙන් මිදෙන්න. ආහාරයේ අශුභය වඩන්න. එවිට ආයාසයකින් තොරවම ඔබේ කය යම් ජරමාණයකට නිරෝගී වේවි. ජරසන්න වේවි. හැඩවේවි. රසයට ඇති ගිජුභාවය ඔබ අතහැරියොත් ඔබට යම් පමණකට රෝගීබව මගහැරේවි. අතහැරීම තුළ ඇති සැහැල්ලු සුවය අත්විඳීමට ඔබට හැකිවේවි.

ජරඥාවන්ත පුද්ගලයා උත්සහගන්න ඕනේ දීර්ඝ කාලයක් ආයුෂ විඳින්න නොවේ. හැකිතාක් ඉක්මනින් මේ ජාති, ජරා, වියාධි, මරණවලින් මිදීමටය. නැවත උපතකින් මිදීමටය. එය අර්ථවත් කරගන්න බැරිනම් සසර කෙටිකර ගැනීමටය. මේ දෙකෙන් කොයික කරගන්නත් මා තුළ නිත්යවූ නිරෝගීබව, ලස්සන, හැඩය තිබෙනවාය කියන අවිද්‍යාවෙන් මිදෙන්න ඕනේ.

හැබැයි සමහරු මෙන්න මෙහෙමත් ජරකාශ කරනවා. තමන් වියායාම කළත් අනිත්යය වඩමින් තමයි කරන්නේ කියලා. හැබැයි ඉතින් මේ ධර්මයත් මාර ධර්මයක්ම තමයි. හරියට දිවියලෝක, මනුෂ්‍ය ලෝක සැප කෙළවර නිවන් ජරාර්ථනා කරන්න කියලා කියන මාර ධර්මය වගේ. දිවිය ලෝක, මනුෂ්‍ය ලෝක සැප කෙළවර නිවන ගැන විශ්වාසයක් තියන්න බෑ. මෙය ස්වභාවයන් දෙකක්. දිවියලෝක, මනුෂ්‍ය ලෝක කියන්නේ අල්ලා ගැනීමක්. නිවීම කියන්නේ අතහැරීමක්. අල්ලා ගැනීමක් කෙළවර අතහැරීමක් ගැන විශ්වාසය තැබීම නොවිය හැක්කක්. සංසාරය පුරාවට කල්ප කෝටි ගණනක් අපිව මේ දුර ගමන ඇවිද්දුවේ ඔය මාර වදන් අපි අපේ කරගත් නිසා.

මේ දෙකෙන් එක ස්වභාවයකට අපි එන්න ඕනේ. එක්කෝ අල්ලා ගැනීම, එක්කෝ අතහැරීම.

පෘතග්ජනයා පුදුමාකාර කැදරකමකිනුයි තමන් කැමති දෙය උපාදානය කරගන්නේ. මනුෂ්‍යයා

ජීවිතයේදී මුලින්ම උපාදානය කරගන්නේ මොකක්ද? තම මෑතියන්ගේ ගර්භාෂයයි. මවකුසයේ ගර්භාෂයේ ඇතිවන ජරනිසන්ධි චිත්තය ළදරුවෙක් වශයෙන් කලල රූපය අල්ලාගෙන වැඩීමේදී මේ ළදරුවා ගර්භාෂය මගේය කියලා අල්ලා ගන්නවා. මේ ගර්භාෂය තුළ දරුවා මොනතරම් දුකක්ද විදින්නේ. බැලුම් බෝලයක් වගේ ආවරණයකට මැදිවෙලා, අතපය වකුටු කරගෙන සැරව, රුධිරය, මේදය, අසුචි, මුත්රා, බොකු බඩවැල්, වමනය, දිරවූ නොදිරවූ ආහාර.... මොනතරම් ජරා ගොඩක් මැද්දේද. මෑණියන්ගේ කුස තුළ ක්රියාත්මක වන වායෝ ධාතුවට හෙවත් වාතයට, තේජෝ ධාතුවට හෙවත් රස්නයට, ආපෝ ධාතුව හෙවත් දියර වර්ගවලින් පීඩනයට ලක්වෙමින්. මේ දරුවා වැඩෙන්නේ. මෙවැනි අවිචාරවත් පරිසරයක් මැද මේ දරුවා ගර්භාෂයේ වැඩුණත් ඔහු අකමැත්තෙන් නෙවෙයි ගර්භාෂය තුළ සිටින්නේ. ඔහු දුකක් හැටියට හිතලා නෙවෙයි ගර්භාෂය තුළ සිටින්නේ. මේ දරුවා ගර්භාෂය මගේ කියලා අල්ලාගෙනයි මෙහි පදිංචිවෙලා සිටින්නේ. තන්හාව නිසා හටගත් උපාදානයේ බලවත් බව නිසා බැසගත් තැන මගේ කියලා අල්ලා ගන්නවා. මගේ කරගන්නවා. සැපයක්ම හැටියට දකිනවා. මේ විදිහට නව මාසයක් ඇවෑමෙන් මේ දරුවා ලෝකයට බිහිකරන්න මොන තරම් වෙහෙසක් ගන්න වෙනවද? අම්මා, දරුවාව මේ උපාදානයෙන් ගලවාගන්න මොනතරම් අභිංසක වේදනාවක් විදිනවාද? මොන තරම් තටමන්න ඕනිද? ශක්තියක් වැයකරන්න ඕනෙද? ඇයි මේ අම්මා මෙතරම් දුකක් විදින්නේ? දරුවා තමා උපාදානය කරගත්, මගේ කරගත් ගර්භාෂය අතහැරීමට ඇති අකමැත්ත නිසා. එය මගේ කර අල්ලාගෙන සිටින නිසා. මගේ තැනින් මිදීමට ඇති අකමැත්ත නිසා. අවසානයේදී මවත් දරුවත් අතර සටනක් තමයි සිද්ධවෙන්නේ. දරුවා ගර්භාෂය අල්ලාගෙන සිටීමට ජරයන්න දරනවා. මව දරුවාව එලියට ගන්න ජරයන්නය දරනවා. දරුවා තුළ ගර්භාෂ කුටියට ඇති උපාදානයත්, මවට දරුවා දැකීමට, අයිතිකර ගැනීමට ඇති උපාදානයත් අතර සටනින් ශක්තිය වැඩි මව දිනනවා. මවට මේ ශක්තිය නොමැතිනම් වෛද්‍යවරයා සැත්කමකින් බලහත්කාරයෙන් දරුවා එලියට ගන්නවා. දරුවා මවකුස ගර්භාෂ කුටිය උපාදාන කරගෙන එහි රැඳෙන්නට හදනවා. අම්මා 'මගේ දරුවාය' යන උපාදානයෙන් දරුවාව දෝතට ගන්න අයිති කරගන්න හදනවා. වෛද්‍යවරයා තම වෘත්තීය උපාදාන කරගෙන දරුවා සැත්කමකින් එලියට ගන්නවා. හෙදිය තම වෘත්තීය උපාදානය කරගෙන දරුවා උපද්‍රව රහිතව ලෝකයට ගන්නට උපකාර කරනවා. මේ සතර දෙනා තුළම ක්රියාත්මකවන්නේ උපාදානයමයි. තම තමන් කැමැත්තෙන් අල්ලාගත් දෙය තමයි මේ සැපයක් හැටියට දකින්නේ.

දරුවා මේ විදිහට ලෝකයට බිහිවෙනකොට බෙරිහන් දිගෙන, හඬාගෙන තමයි බිහිවෙන්නේ. මොකක්ද මේ කැගැසීම, හැරීම. මගේ තැන, නව මාසයක් මා පදිංචිවී සිටි තැන මට අහිමිවුණාය, අහිමි කළාය යන වේදනාවෙන්, බයෙන්, අසරණ භාවයෙන් තමයි ඔය කැගහන්නේ. තමාගේ අකැමැත්තෙන් අම්මා සහ වෛද්‍යවරයා එකතුවී උදුරාගත් නිසා තමයි ඔය කැගසන්නේ. විරෝධය දක්වන්නේ. මගේ තැන අහිමිවුණාය කියලා දරුවා කැගහනකොට ඒ හඬ අහලා අම්මාට සතුටුසිතා පහළ වෙනවා. සතුටු කඳුළු සලනවා. මට දරුවා ලැබුණා කියලා.

අහිමිවීම නිසා දුකක්, ලැබීම තුළ සතුටක් තමයි දෙදෙනාම විඳින්නේ. හැබැයි මේ විදීමේ ස්වභාවයන් මොහොතකින් අනිත්යභාවයට පත්වෙනවා. මේ දරුවා ගර්භාෂයේ උපාදානයෙන් මිදිලා ලෝකයට බිහිවුණාට පස්සේ මොකද වෙන්නේ. අම්මාගේ උණුසුම, අම්මාගේ පියයුරු උපාදානය කරගන්නවා. ඔන්න දැන් හිටපු තැනට වඩා මෙනෙ සැප හැටියට දරුවා අල්ලා ගන්නවා. මව් උණුසුමත්, පියයුරුත් මගේ තැන හැටියට උපාදානය කරගෙන ඒ දෙක මගේ කියලා ආශ්වාදය කරනවා. ඔන්න දැන් මවගේ උණුසුමෙන්, මවගේ පියයුරුවලින් දරුවා ඉවත් කරන්න හැදුවොත් දරුවා කැගසනවා. විරෝධය දක්වනවා. මෙන්න බලන්න දැන් මව් උණුසුමත්, පියයුරුත් උපාදාන කරගන්න ස්වභාවය. ගර්භාෂයේ විදීම අනිත්යභාවයට පත්වුණා. තවත් විදීමක් අල්ලා ගත්තා. මේ විදීමේ ස්වභාවය අනිත්යභාවයට පත්වෙමින් ක්රමයෙන් තාත්තාව, නොටිල්ල, ළදරු පාසල, පාසල, විශ්වවිද්‍යාලය, රැකියාව, නිවස, බිරිඳ, දරුවා, මුණුපුරා ආදී වශයෙන් එකක් අතහැරෙද්දී තව රූපයක් සැපයී කියලා ක්රමානුකූලව මගේ කරගන්නවා.

ආචාර වෙඩිමුර නැති යුද වීරයා වන්න

වර්තමානයේදී ඔබ සුබෝපහෝගී නිවසක නවීන ගෘහ භාණ්ඩ තබාගෙන සුසිනිඳු ඇඳ ඇතිරිලි, සිනිඳු ඇඳුම් ආයින්තම් පරිභණය කරගෙන ජීවත්වුණත්, ලක්ෂ ගණන් වටිනා වාහන, රන් රිදී පාවිච්චි කර ඔය කය කලඑළි කළත්, අතීතයේ දවසක අපි හැමෝම සැරව, රුධිරය, මේදය, අසුචි, මුත්ර, බොකු බඩවැල්, වමනය, දිරවූ, නොදිරවූ ආහාර වැනි ජරාගොඩක් මැද, බැඳුම් බෝලයක් වැනි ආචරණයක් මැද වකුටුච්චි, අප්රසන්න අමිහිරි ගර්භාෂ කුටියක් මගේ කොටගෙන එයට ඇලී, ඉන් මිදීමට අකමැතිව වාසය කරපු කෙනෙක්මයි. මෙවැනි ගර්භාෂ කෝටි කීයක් අතීතයේදී අපි අපේ කරගෙන ඇතිද? අවාසනාව මෙය නොවේ. මෙතරම් ගර්භාෂවලට රිංගාගෙන මහා දුකක්, කැමැත්තෙන් වින්ද අපි වර්තමානයේදීද උත්සහ කරන්නේ ඔබේ ගර්භාෂයෙන් එවැනි දුක් විඳින සත්වයෙක් උපද්දවා ගැනීමටය. ඔය කැමැත්ත ඔබ තුළ තිබෙන තාක්කල් ගර්භාෂය මගේ කරගත් දරුවන් ද, දරුවන් මගේ කරගත් මවුවරුන්, පියවරුන්ද විම මිස සසරින් මිදෙන්න නම් බැහැ.

ඔබේ මවුකුසින් දරුවකු ලෝකයට බිහිවුණ සැනින්, ඔබත් ඔබේ ස්වාමීපුරුෂයාත් මුළින්ම මොකද කරන්නේ. නමක් හදනවා, වාසගම, මුලකුරු සමග උප්පැන්න සහතිකය සමගම... ඇයි මේ උප්පැන්න සහතිකය? බයයි මේ දරුවා අහිමි වේය කියලා. වෙන කෙනෙක් අයිතිකරගනීය කියලා. ඒ නිසා රජයේ පොතේ නීත්යනුකූලව ලියාපදිංචි කරනවා. ප්රශ්නයක් වුණොත් උසාවියට ගිහින්හරි අයිතිකර ගන්නවා කියලා. නමුත් ඔබ සිතන්නේ නැහැ මේ දරුවා කොහේ සිටද ආවේ කියලා. සමහර විට ගිය ජීවිතයේදී මේ දරුවා අන්ය ආගමක, අන්ය ජාතියක වෙන්න පුළුවන්, යාවකයෙක් වශයෙන් ජීවත්වුණ කෙනෙක් වෙන්නත් පුළුවන්. කුල වශයෙන් සමාජයේ පිඩනයට පත්වුණ කෙනෙක් වෙන්නත් පුළුවන්. තිරිසන් සතෙක් වෙන්නත් පුළුවන්. ප්රේතයෙක් වෙන්නත් පුළුවන්, යක්ෂයෙක් වෙන්නත් පුළුවන්. දෙවියෙක් වෙන්නත් පුළුවන්. බ්රහ්මයෙක් වෙන්නත් පුළුවන්. මෙසේ සිටි සත්වයෙක් එතැනින් වුතව මව්කුසේ ප්රතිසන්ධිය ඇතිවූවා වෙන්න පුළුවන්. මේ දරුවා පෙර ආත්ම හවයේ ඔබේම අම්මා, තාත්තා, ඥාතියෙක් වෙන්නත් පුළුවන්. ඒත් ඔබ දන්නේ නැහැ ඔබ මේ නළුවන්ගේ පෙර ආත්මයක ඔබේ අම්මා, තාත්තා, එහෙම නැතිනම් අන්ය ආගමක, අන්ය ජාතියක කෙනෙක්, ප්රේතයෙක්, දෙවියෙක්... කියන සම්මුතියෙන් හැඳින්වුණ සත්වයෙක්ය කියලා. මේ තමයි උපාදානයේ බලවත් බව. නිර්ලජ්ජිත බව. උපාදානයේ සෙළුව, තන්හාවේ දුහුල් සළුවෙන් අපි වසාගන්නවා.

ඔබ මෙහෙම සිතන්න. ඔබ යුද කාලයේ ක්රියාන්විතයේ සේවය කරන හමුදා නිලධාරියෙක් කියලා. ඔබ රට, ජාතිය, ආගම, රැකියාව නාමයෙන් යුද්ධ කරනවා. ඔබේ අතින් මිනිසුන් මැරෙනවා. අපි හිතමු ඒ මිය යන මිනිසුන් ද්රවිඩ ජාතික නොමඟ ගිය අය කියලා. ඔබට ඒ අය කෙරෙහි අනුකම්පාවක් ඇතිවෙනවා, වේදනාවක් ඇතිවෙනවා. ඒ අයගේ දෙමාපියන් ඥාතියන් කෙරෙහි දුකක් ඇතිවෙනවා. මෙවැනි සිත් පරම්පරාවක් ඔබ තුළ ඇතිවෙමින් නැතිවෙන මොහොතක ඔබද යුද බිමේදී මියයනවා. මෙවැනි මියයෑමකදී ඔබ නැවත අම්මා කෙනෙකුගේ කුසේ පිළිසිදු ගැනීමට ඉඩකඩ ඕනෑතරම් තියෙනවා. ඒ ආකාරයකට ඔබ තුළ ඇති වූ උපාදානය නිසා, ඔබ ද්රවිඩ මවකගේ කුසේ ජරනිසන්ධිය ලබනවා. දරුවකු ලෙස ලෝකයට බිහිවෙනවා. ඔබ දැන් අලුත් සම්මුතිය තුළ අභිශේක ලබන්නේ යාපනයේ ද්රවිඩ පවුලක ද්රවිඩ නමක්, වාසගමක් සහිත ද්රවිඩ දරුවෙක් ලෙසයි. එම දරුවා යාපනයේ ලොකු මහන්වි දසවැනි වියට පැමිණියහම ද්රවිඩ කණ්ඩායමේ ළමා සොල්දාදුවෙක් වශයෙන් රාජ්‍ය හමුදාවට එරෙහිව සටන් වදිනවා. බලන්න මොනතරම් මුළාවක්ද? වසර 11ක කාලයක් තුළ සිංහල හමුදා නිලධාරියෙක් වශයෙනුත්, ද්රවිඩ සොල්දාදුවෙක් ලෙසත් භූමිකා දෙකකට පණ දුන්නා. මේ භූමිකාව මෙතැනින් නවතින්නේ නැහැ. නැවත නැවත උපාදානයක් නිසාම භවය කරා යනවා. ඔබ වර්තමාන ජීවිතයේදී මහත් අභිමානයෙන් යුතුව මම සිංහල බෞද්ධයෙක් කියලා උදම් ඇනුවද ඔබ පෙර ආතමයේ අන්ය අගමක, අන්ය ජාතියක වෙන්න පුළුවන්. මේ ජීවිතයෙන් පසු නැවත ඔබ අන්ය ආගමක, අන්ය ජාතියක වන මවුකුසක උප්පත්තිය ලබන්න පුළුවන්. නමුත් අපි අල්ලාගත් දේ තුළ 'මම' ඉන්නවාය කියලා දකිනවා. දැන් ඔබට පැහැදිලිවෙන්න ඕනේ කල්ප සියක් කෝටි ගණනක ඇත පටන් අපි මැරෙමින් ඉපදෙමින් පැමිණීමේ ගමනේදී ඔබ මේ ලෝකයේ හැම මනුෂ්‍යයෙකුට, දෙවියෙකුට, තිරිසන් සතෙකුටම, ජරේතයෙකුටම, තිරිසනෙකුටම, බිරහ්මයෙකුටම ලේ ඥාතියෙක් වී සිටිය බව. සම්මුතිය තුළ වෙන් වශයෙන් හඳුනාගන්නත් සියලුදෙනාම ඔබේ ලේ ඥාතීන්මයි. නමුත් ලෝකය තවමත් වර්ගවාදීව යුද්ධ කරනවා. ඒ අය දන්නේ නැහැ යුද්ධය තිබෙන්නේ යුද බිමේ නොවේ කියලා. ඒත් ඒ අය හිතනවා යුද්ධය තිබෙන්නේ යුද බිමේය කියලා. නමුත් යුද්ධය තිබෙන්නේ, යුද්ධයේ මූල බීජයන් හටගන්නේ අවිද්යා සහගත මනුෂ්‍ය සිතේ. සිතේ තමයි යුද්ධය හටගන්නේ. කුමක් නිසාද? තත්භාව නිසා හටගන්නා උපාදානය හේතුවෙන්. ඒක නිසා කවුරුහරි හිතනවානම් ලෝකයේ යුද්ධය නතර කළ හැකිය කියලා, එය මිත්යාවක්මයි. යුද්ධ නතර කරන්න බැහැ. ඉවරකරන්නත් බැහැ. හැබැයි

තාවකාලිකව වැඩි බලයෙන් යටපත් කර තබන්න පුළුවන්. එයත් තාවකාලිකයි. යුද්ධය නතර කළ හැක්කේ මිනිසුන් මැරීමෙන්, දෘෂ්ටි මැරීමෙන් නොවේ, මිනිසා තුළ අවිද්‍යාව මරාදැමීමෙන් පමණක්මයි. අවිද්‍යාව මියගිය තැන උපදින්නේ විද්‍යාවයි. ඒ කියන්නේ ජරඤාවයි. ජරඤාව යනු ලෝකයේ විශාලම යුද්ධයෙන් ලබනා ජයග්‍රහණයයි. ඒ ජයග්‍රහණයේ ජය ලබන්නා සවුදිය පිරිමි, රාත්රි හෝජන සංග්‍රහයන්, ජාතික කොඩි එසවීම්, රතිඤ්ඤා පත්තුකිරීම්, ආචාර වෙඩිමුර නොමැත. ඇයි? ඒ ඔහු යුද්ධය අවසන් කළ කෙනෙකි. ඔහු නැවත රූපයක් මගේ කරගෙන එයට ඇලීමට හෝ ගැටීමට නොයයි. රූපයක් උදෙසා යුද්ධ නොකරයි. රණ්ඩු නොකරයි. ඔහු අවබෝධයෙන් හඳුනනවා රූපයක් යනු අනිත්‍යයක්ය කියලා. ඔහු යුද්ධ භූමිය පමණක් නොවේ. යුද ආයුධ, යුද ආයුධ කර්මාන්ත ශාලා සේම යුද සේනාවද සුණුවිසුණුකොට දමා අවසන්ය. ඔහු මේ සියල්ල විනාශකොට දැමුවේ ආයුධ පාවිච්චි කර නොවේ. සතිය සිහිය නැමැති ආයුධය පමණක් පාවිච්චි කිරීමෙනි. ඔහු මේ ජයග්‍රහණය ලබාගන්නේ තව තව මායිම් අල්ලාගැනීමෙන් නොව, අතහැරීමෙන්ය. දැන් ඔබට වැටහෙන්න ඕනේ ගෙදර යුද්ධයත්, ගමේ යුද්ධයත්, රටේ යුද්ධයත් හටගන්නේ කුමක් හෝ උපාදානය කරගත් නිසාය කියලා. උපාදානය කරගත් දෙය අතහරින්න. එවිට යුද්ධය නවතිනවා. ඒත් ඔබ එයට කැමති නැහැ. මොකද ඔබ උපාදානය කරගත් දෙය මගේය, එය නිත්‍යය කියලා දකින නිසා. ඔබ උපාදානය කරගත් දෙය රට වෙන්න පුළුවන්, ජාතිය, ආගම, ආත්මගරුත්වය, රැකියාව, තමාගේ පැවැත්ම, නායකත්වය, මේ අනිත්‍යවූ ධර්මතාවයන් තමයි ඔබේ සකස්වීමට හේතූන් වෙන්නේ.

ලොවතුරා බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා තන්හාව නිසාය උපාදානය සකස් වෙන්නේ කියලා. මේ උපාදානය තමයි ඔබව ජාති, ජරා, වියාධි මරණ කරා රැගෙන යන්නේ. ඒ නිසා ඔබ ඔය දිවීම, වියායාම කිරීම, ශරීරය හැදීම මොහොතකට නතර කරලා, එහෙම නැතිනම් ඒවා කරන ගමන් විවේකීව සිතන්න මොකක්ද මේ කය..... මස්, නහර, ඇට, රුධිරය, අසුචි, මුත්රා, බොකු බඩවැල්, සෙම්, සොටු... මෙහි හදන්න දෙයක් තිබෙනවාද? මේවායේ මොනවා හදන්නද? ජරාවක්මයි. පිළිකුලක්මයි තිබෙන්නේ. මෙය හදන්න නොවේ තිබෙන්නේ, අතහරින්නයි. ඔබ උදේට කටේ තිබෙන කුණුකෙළ මගේ නොවේ කියලා ඉවතට දමනවා. ඇසේ තිබෙන කබ, ශරීරයේ පිරුණු අසුචි, මුත්රා මගේ නොවේ කියලා ඉවතට දමනවා. ශරීරයේ පිරුණු වාතය මගේ නොවේය කියලා එලියට දමනවා. ශරීරයේ පිටවන දහදිය මගේ නොවේය කියලා පිසදමනවා. අන්න ඒ වගේ ඔබ තුළ තිබෙන්නාවූ, 'මා තුළ සත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් ඉන්නවාය.

ඔහු නිරෝගී කරන්න ඕනෑය. ඔහුගේ මස්පිඩු ක්රමවත් කරන්න ඕනෑය' කියන අවිද්යා සහගත සිත ඔබ ඔබේ නොවේය කියලා ඉවතට දමන්න. මා තුළ 'මම' සිටියි. මා තුළ ආත්මයක් තිබේය යන දෘෂ්ටිකෝණය මිඳෙන්න. ඔබට ලැජ්ජා නැතිද, හිරිකිතයක් අපුලක් නැතිද මළ කුණකට, මළ කඳකට අතීතයේ ජර්නලයකු, නිරිසනකු, නිරිසන් සතකු ඔබ ඔබේ කරගන්න. 'මම' කියලා හඳුන්වාගන්න. ඔබට ලැජ්ජයි නේද?

තාමත් ඔබට ලැජ්ජාවක් නොදැනෙන්නේ නම් ඔබ මේ සටහන නැවත නැවත කියවන්න. මේ ඔබ කියවන්නේ ඔබේ රූපයෙන් නිදහස්වීමේ මාර්ගයයි. නිවීමේ මාර්ගයයි. මේ ගැන සිතලා සතුටු නොවී, ඇති වූ සතුටත් අනිත්ය බවම දකින්න. ඇතිවූ, නැතිවගිය සිත අනිත්ය වශයෙන් දැක නිවීමේ මගට අවතීර්ණ වන්න.

කයේ ස්වභාවය හොඳින් දකින්න. ඔබ දැකලා තිබෙනවාද ලස්සන කුකුලෙක්ව. නා නා වර්ණ පිහාටු වලින් කුකුලා අලංකාරයි. දකින්න ජර්නල උපදවන රූපයක් එයාට තිබෙනවා. මේ ලස්සන කුකුලාව මස් කඩයට ගෙනහින් පිහාටු සේරම ගලවලා, සුද්ද කරලා, යකඩ කොක්කක, එහෙත් නැතිනම් වීදුරු ශීතකරණයක විකිණීම සඳහා තබා තිබෙනවා ඔබ දැකලා ඇති. උගේ දැන් තිබෙන්නේ සම පමණයි. ලස්සන පිහාටු නැහැ.

දැන් ඔබ ඔබේ කය දෙස බලන්න. ඔබ හුදෙකලාව මනසින් හෝ හැබැහින් ඔබේ කය නිරුවත් කරන්න. කැඩපතක් ඉදිරියේ සිට දකිනවා සේ ඔබේ කය දෙස බලන්න. අර කුකුල් මස් කඩ එල්ලලා තිබෙන හමගහපු කුකුලාගේ කයත් ඔබේ කයත් අතර වෙනසක් තිබෙනවාද? ඔබේ කයත් හමගහපු කුකුලෙක් වගේමයි. ඔබ මමත්වයෙන් පිරුණු ඔබේ සිත ලැජ්ජාවට පත්කරන්න. සිත අපහසුවට පත්කරන්න. මාන්තය බිඳ දමන්න. කුකුලාව ලස්සන කළේ උගේ ලස්සන පිහාටු වගේම ඔබවත් ලස්සන කරලා පෙන්වන්නේ ඔබේ ඇඳුම් පැළඳුම්, ආභරණ, සුවඳ විලවුන්. අර කුකුල් කය බාහිර දේ විසින් අලංකාර කරනවා. ඔබ යථාර්ථයෙන් ඇත් කරනවා. අවිද්යාවෙන් අන්ධ කරනවා මේ වෙළෙඳපොළ කියන්නේ අවිද්යාව විකුණන තැනට. වෙළෙඳපොළේ මුදලාලිලා අවිද්යාව පැකට් කරලා, බෝතල් කරලා, පෙට්ටි කරලා, ලස්සන ලේබල් අලවලා, රූපවාහිනී දැන්වීම් දමලා, ලොකු බෝඩ් ජර්දර්ශනය කරලා, විදුලි බුබුලු දමලා අලෙවි කරනවා. මේ මිනිස්සු උදේ ඉඳලා රැ වෙනකම් කර්මාන්තශාලා වල, වැඩබිම් වල රැකියා කරන්නේ මේ

අවිද්‍යාව මිලදී ගන්න සල්ලි සොයන්නයි. එක පැත්තකින් ඔවුන්ට අවිද්‍යාව නිෂ්පාදනය කරනවා. තව පැත්තකින් ඔවුන් අවිද්‍යාව මිලදී ගන්නවා. සමාජයේ ඇති නැති ස්වභාවය මත මේ නිෂ්පාදනයේ සහ මිලදී ගැනීමේ ගුණාත්මකභාවයන් අඩුවැඩි වෙනවා. ලෝකය භාණ්ඩ සහ සේවා අංශයෙන් දියුණු වෙනවා කියන්නේ අවිද්‍යා දියුණු වෙනවා කියන එකයි. අවිද්‍යා නිෂ්පාදනය සහ මිලදී ගැනීම ඉහළ යනවා කියන එකයි.

ඔබ දැන් නිව් සැතසිල්ලේ සිතන්න ඔබත් අවිද්‍යාවේ දාසයෙක්ද? පිංවත් ඔබ ශරීරයේ නිරෝගීබවට, දිවීමට, වියායාම කිරීමට වැයකරන කාලය මේ කය අවබෝධ කරගැනීමට වැයකරන්න. ඔබට අයිති නැති ආගන්තුක සිත, ඔබේ යටතට ගන්න. සතිය සිහිය උපද්දවාගන්න. දුවන්න, වියායාම කරන්න කියන සිත ඔබ අතහරින්න. එවිට දිවීම, වියායාම ඔබට අතහැරේවි. දිව සංවරව තබාගෙන නිරෝගී වන්න. නිරෝගී ශරීරයක් ඇති අයෙක් වන්න, එහි අනිත්‍යය දකිමින්ම.

නිරෝගී කය ලෝකයට ප්රදර්ශනය කිරීමට නොව, සසර ගමනින් එතෙරවීම සඳහා ප්රයෝජනයට ගන්න. නිවීමේ දොරටුවට පිවිසීමට ඔබේ නිරෝගී කය වාහනයක් කරගන්න. ඔබ නැවත වේගයෙන් දුවන විටාවෙක්, සිරුරට බොහෝ වියායාම් දෙන වඳුරෙක්, වියායාම් සරඹ ආදිය උපාදානය කිරීමෙන් ඉපැදුණු අහසේ පිම්නාස්ටික් කරනා ප්රේතයෙක් නොවීමට වගබලාගන්න.

බරොයිලර් ජීවිතය

අවිද්‍යාව තමයි ලෝකයේ ක්රියාකාරීත්වය. ක්රියාකාරීත්වය කියන්නේ පැවැත්ම, විකාශනය, විනාශය, ඉපැදීම කියන ගලායෑම. වෙනත් වචන වලින් ජරකාශ වුවද මෙහි අර්ථය ජාති, ජරා, වියාධි, මරණමය. ලෝකයේ ක්රියාකාරීත්වය අවිද්‍යාව නම්, ලෝකය දියුණු වෙනවාය කියන්නේ අවිද්‍යාවේ දියුණුවයි. අවිද්‍යාවේ දියුණුව මනින මිනුම්දණ්ඩ වනුයේ වත්පොහොසත්කම්, ලබාගත් දැනුම, උපාධි, දරන තනතුරු. කොටින්ම අයිතිකරගත් දේවල් වල ජරගතිය, විශාලත්වය, ජරමාණය අනුව දියුණුවේ ස්වභාවය තීරණය වෙයි. දේශපාලනඥයකු මනින මිනුම්දණ්ඩ ඔහු ලබාගන්නා මනාප ජන්ද සංඛ්‍යාවයි. වෛද්‍යවරයා මනින මිනුම් දණ්ඩ ඔහු වෙත ගලාඑන රෝගීන් සංඛ්‍යාවයි. පාතාල නායකයා මනින මිනුම් දණ්ඩ ඔහු සතු පිරිවර, ආයුධ ජරමාණය සහ ඔහු කරන විනාශයේ ජරමාණයයි. බුද්ධිමතා මනින මිනුම් දණ්ඩ ඔහු ලබාගත් උපාධි සහතික ජරමාණයයි. තමා කැමැතිදෙය දැඩි තෘෂ්ණාවකින් අල්ලාගෙන අල්ලාගත් ක්ෂේත්රය තුළ ශක්තිමත්භාවයෙන් සියල්ල උපාදානය කරගන්නා පුද්ගලයා යනු දියුණු පුද්ගලයාය. මේ දියුණුව කියන තැනට පැමිණීමට තමයි හැමෝගේම උත්සාහය. වැඩි වැඩියෙන් අයිති කරගන්න. වැඩි වැඩියෙන් අයිති කරගැනීමට යන ගමනේදී හැමෝටම එකම ස්ථානයකට එන්න බැහැ. පුද්ගල ශක්තිමත්භාවය මත, පෙර සංසාරික කුසල් අකුසල් මත අයිති කරගැනීමේ විවිධත්වයන් පවතිනවා. සමාජය තුළ තිබෙන තරගකාරීත්වය වශයෙන් අප දකින්නේ තමා අයිතිකරගත් දෙය තව වැඩි කරගැනීමට දරන ජරයත්නයයි. අයිති නොකරගත් දෙය අයිති කරගැනීමට යෑමයි. මේ තරගය සඳහා ඔබ අවතීර්ණ වූ විට ඔබට ගොඩාක් අකුසල් සිද්ධි වෙනවා. සමහරවිට ඔබ කර්මාන්තශාලාවක්, වියාපාරයක්, ගොවිපළක් කරන පිංවතෙක් වෙන්න පුළුවන්. ඔබ වැඩි ලාභයක් ලබන්න අවශ්‍ය නම්, තව කෙනෙක්ව ඔබ සීමා කරන්න ඕනේ. ඔබ තව කෙනකුගේ දෙයක් ලැබීමක් සීමාකිරීමෙනුයි, කප්පාදු කිරීමෙනුයි ඔබට වැඩි දෙයක් ලබාගත හැක්කේ. ඒ තුළින් ඔබට අවිද්‍යාවේ මිනුම් දඩු වලින් දියුණුයි කියන ජය කණුවට එන්න පුළුවන්. හික්ෂුවට අවශ්‍ය වන්නේ පිංවත් ඔබ ඔබේ දියුණුව සඳහා අනික් පුද්ගලයාගේ අයිතිය සීමාකිරීමට යාම තුළ ඔබ අයිතිකරගන්නා අකුසල්වල ජරමාණය ගැන ඔබගේ අවධානය යොමුකිරීමය. එසේ නොමැතිව ඔබට ආර්ථික විද්‍යාව ගැන කියාදීමට නොවේ. හික්ෂුව දන්නා එකම ආර්ථික විද්‍යාව අඩුකිරීමය. අඩුකිරීම තුළින් නැති කිරීමය.

එකතු කිරීම තුළින් රැස්කිරීමත්, රැස්කිරීම තුළින් විනාශයත් ධර්මයේ අර්ථය නොවේ. ලෝකයේ අර්ථය යනු දුකයි. දුක හැර වෙන අර්ථයක් ලෝකයේ නැහැ. ඇයි ලෝකය දුක? තම වසභයේ පවත්වාගතහැකි කිසිවක් ලෝකය තුළ නොමැති නිසා.

අවිද්‍යාව විසින් ඔබට පෙන්වන ලෝකයේ දියුණුව යන මිනුම් දඩු අත්කරගැනීම සඳහා ඔබ යන ගමනේදී සේවකයාගේ, පාක්ෂිකයාගේ නිදහස, වැටුප, අයිතීන් සීමා කිරීමට යෑම නිසා ඔබ නොදැනුවත්වම අයිති කරගන්නා අකුසල් ලෝකය දියුණුවෙන්න දියුණුවෙන්න ජරමාණාත්මකව ඉහළ යයි. ඒවායේ කර්ම විපාකයන් ගෙවීමේ අවසානවද එයට සාපේක්ෂව ඉහළ යයි. ඔබ නිරිසන් ලෝකය දෙස බලන්න. කිසිම සතකු, පක්ෂියකු, මාළුවකු මුළු රූප පුරා සුවසේ නිදාගැනීමක් නැත. ඔබ නිවසේ රාත්රියට සුවසේ නිදාගෙන අලුයම අවදි වේ. මෙවැනි නින්දක් ලබාගැනීමට නිරිසන් ලෝකයේ සත්වයන්ට වාසනාව නොමැත. එම සතුන් ගසක කොළයක්, අත්තක් වැටුණද වෙනත් සතකුගේ ශබ්දයක් ඇසුණද නිගැස්සී බියෙන් ඇහැරේ. සුවසේ නිදන්නට මේ සත්වයන්ට නොහැක්කේ කර්ම විපාකයක් නිසා විය යුතුය. කළ කර්මය විය යුත්තේ අනුන්ගේ නිදහස සීමාකිරීමයි. අනුන්ව බියගැන්වීමයි. තමාගේ බලයෙන් අනුන්ව මැඩපවත්වා තැබීමයි. කොටින්ම නිදහස පැහැරගැනීමයි. එහි විපාකයන් ලෙස මිනිස් ජීවිතයෙන් වූතව නිරිසන් ආත්මයේ ඉපිද එම කර්ම විපාකයන් ගෙවයි. ලෝකයේ ජීවත්වන සත්වයා අකුසල් දෙසටමය. තමාට රැස්කරගැනීම සඳහා අනුන්ගෙන් උදුරාගැනීමටය. මේ උදුරාගැනීම කරන්නේ බොහෝම නම්බුකාර කර්මයටය. ලාභය, ගුණාත්මකභාවය, අතිකාල, ආයතනයේ දියුණුව වැනි ලස්සන වදන්, ලේබල මෙයට අලවා ඇත. සමාජයේ වෙළෙඳපොළේ පැවැත්ම උදෙසා ඉහත දේවල් අත්යවශ්‍යය. ඒ පිළිබඳව තර්කයක් නොමැත. මේවා නැති කළ නොහැකි ලෝක ස්වභාවයන්ය. එහෙත් මෙහි කපාකරන්නේ අවිචාරයෙන් මේවා අයිති කරගැනීම සම්බන්ධවය. මේවා අවිචාරවත්ව අයිති කරගැනීමට යෑම නිසා මනුෂ්‍යයා අතින් රැස්වන අකුසල් ජරමාණයන්, අකුසල් රැස්කිරීම වැඩිවන්න, වැඩිවන්න අකුසල් විපාකදීමේ ස්වභාවයද වැඩිවනවා. මේ සත්ව ජරණවගේ අකුසල් විපාකදීමේ ස්වභාවයේ තියුණුව ඔබට ලෝකය දෙස බලා වටහාගන්න. අතිතයේ කුකුළෙක් අවුරුද්දක් ජීවත්වුණාට පස්සේ තමයි එම සතාව මසට මැරුවේ. එයා අවුරුද්දක් ජීවිතය වින්දා. ඊට පස්සේ මේ කුකුළාගේ ජීවත්වීමේ අයිතිය කර්මානුකූලව කුකුළාට අහිමිවුණා. මාසෙන් මාසය ජීවත්වීමේ අයිතිය බිරොයිලර් කුකුළාට අයිතිවෙමින් දැන් බිරොයිලර් කුකුළෙක්ව මාස දෙකකටත් අඩු කලකින් මසට මරණවා. මාස

දෙකකටත් අඩු කාලයයි ජීවත්වීමට අයිතිය ලැබෙන්නේ. ඇයි මේ? සත්වයාගේ කර්මය විපාකදීමේ වේගය එන්න එන්න වැඩිවෙනවා.

අතීතයේ වසරකට එක වතාවක් බෙල්ල කපාගෙන මැරුණු කුකුළෙක් වර්තමානයේ වසරකට හය වතාවක් බෙල්ල කපාගෙන මැරෙනවා. ඒ කියන්නේ කර්ම විපාක විදිනවා. ලෝකය අවිද්‍යාවෙන් දියුණුවට යනකොට මේ බිරොයිලර් කකුලා සති දෙකකින් මරා මසට ගන්න තාක්ෂණයක් ඇතිවේවි. ලෝකය එය තාක්ෂණයේ, සත්ව නිෂ්පාදන ක්ෂේත්‍රයේ දියුණුවක් ආශ්වර්‍යයක් ලෙස දකිවි. මෙම තාක්ෂණය සොයාගත් විද්‍යාඥයන්ට උපාධි සහතික පිරිනමාවි. හැබැයි ඉතින් කකුලන්ගේ පැත්තෙන් කර්ම විපාක දීමේ වේගයයි පෙනෙන්නේ. කුකුලා වැඩි වාරගණනක් මැරම් කන වාරයක් පාසාම කුකුලාව මැරීමට හවුල්වන මිනිසාද රැස්කරන ජරාණසාන අකුසල් ජරමාණය වෙගවත් වෙනවා. ඔන්න දැන් ඔබ බලන්න මෙතන දියුණුභාවයට පත්වුනේ කුමක්ද? අවිද්‍යාවයි. සත්වයාගේ දුකයි. කුකුලා මරණ වාර ගණන වැඩි වෙනවා. මිනිසාගේ ජරාණසාන අකුසල් ජරමාණයත් වැඩිවෙනවා.

සත්ව ලෝකයේ බිරොයිලර් කුකුලෙක් වෙලා ඉපදෙන්නේත්, මසට හදන සතකු ලෙස ඉපදෙන්නේත් කර්ම විපාකයක් නිසාමයි. අපි මොනතරම් අනුකම්පා කරලා මෙත්රිය නිසා කුකුල් මස් නොකෑවත් බිරොයිලර් කකුලාගේ අකුසල් විදීමේ ස්වභාවය නවත්වන්න අපට බැහැ. මස් කඩේ මස් සඳහා කුඩුකරලා තිබෙන බිරොයිලර් කුකුලෙක් 'අනේ මේ සතා මරන්න දෙන්න හොඳ නෑ' කියලා සත්ව කරුණාව ඇතිකරගෙන මුදල් ගෙවා එම සතා ගෙදර ගෙනවිත් හැදුවොත් සතා ටික දවසක් ජීවත්වෙලා මැරිලා යනවා. මැරිලා ගිහින් නැවතත් බිත්තරයක් තුළම උපත ලබාවි, බිරොයිලර් කෙනෙක් වෙලාම. ඔබ ඒ සතාව මරණයෙන් බේරුවා කියලා ඒ සතාගේ කර්ම විපාකයෙන් බේරාගන්න බැහැ. සතර අපායේම ඉපදෙමින්, ජීවත්වීමේ කාලය සීමාකරගනිමින්, මැරුම්කමින් විපාකයන් ගෙවනවා.

ඔබ හිතන්න ඔය කුකුළු ගොවිපළවල, කුකුල්මස් නොගයට මරණ කඩවල, බිරොයිලර් සතුන් මරන මිනිස්සු ඉන්නවා. මේ එක මනුස්සයෙක් දවසකට සතුන් 500 ක් විතර බෙල්ල කපා මරාදමනවා. මෙහෙම බලනකොට ඒ මනුස්සයා ජීවිතකාලය තුළ මොනතරම් නම් සතුන් මරන්න ඇතිද? සමහර අන්ය ආගම් වල මිනිසුන් සිටිනවා, ඒ අය දිනපතා ආහාර සඳහා

කුකුල්ල මරණවා. අනුන් මරන මස ඒ අය පාවිච්චිකරන්නේ නැහැ. මේ විදිහට බලනකොට දිනකට බිරොයිලර් 25,000ක් මරණවා කියලා හිතමුකෝ. ඒ හැම සතෙක්ම මරන්නේ මනුෂ්‍යයෙක්. එහෙම නම් මේ කර්ම විපාකය නිසා මේ මනුෂ්‍යයෙක් මැරිලා ගිහින් දිවියලෝකේ උපදිනවාද? නැහැ. බිත්තරයක් ඇතුළේමයි උපදින්නේ. ඇයි? කුකුල් සංඥාව කැමති නිසා. කර්මය විපාක දීමට අවශ්‍ය නිසා. ගෙවන්නට තිබෙන අකුසල් ජරමාණය වැඩි වෙන්න වැඩි වෙන්න, විපාක දීමේ අවස්ථාවක් වැඩිකරනවා. මේ විපාක දීමේ වැඩිභාවය තමයි වර්තමානයේ මේ සත්ව ලෝකයේ අඩු ආයුෂින් මස් පිණිස සකස්වීමේ තාක්ෂණය ඉදිරියට යන්නේ. හැකි තරම් රසායනිකයන්, ආහාර, බෙහෙත් පොවලා ඉක්මනට ලොකුකරලා ඉක්මනට මරනවා. නැවත උපදින්න. අතීතයේ කරපු මහා අකුසල් කඳු ගෙවීමට අවස්ථාව උදාකරගන්න. ඔබ බිරොයිලර් කුකුලෙක් කියන්නේ අතීතයේ කුකුල් මරන්නෙක්මයි. ඔය පෘෂ්ඨිමත් එළුවෙක්, ඌරෙක් හරක් නාමිබෙක් කියන්නේ පෙර ආත්මභාව වල හරක් මරන්නෙක්මයි. ඔවුන් එම මිනිස් ජීවිත වලදීa එළුවන්, ඌරන්, හරකුන් දහස් ගණනින් මැරූ අය. ඔබ මරණයට කැපවූ සතෙක් නිදහස් කළා කියලා එම සතා මරණයෙන් මුදවන්න, එම අකුසල් කන්දෙන් මුදවන්න බෑ. ඔවුන් ඒවා ගෙවිය යුතුමයි. ඔබ කළ යුත්තේ සතුන් මරණයෙන් මුදවාගැනීමට යැම නොවේ. හැකිතාක් ඉක්මනින් මේ විෂම ලෝක ස්වභාවය හඳුනාගෙන නැවත ඔබ කුකුලෙක්, එළුවෙක්, ඌරෙක්, හරකෙක් නොවන්නටය. ඒ කියන්නේ සතර අපායෙන් මිදුණු කෙනෙක් බවට පත්වීමට උත්සහකිරීමය.

දිනකට බිරොයිලර් විසිපන්දහස් ගණනින් මරපු මිනිසුන්මයි එය නැවත බිරොයිලර් කුකුලන් වෙලා උපදින්නේ. ඒ උපදින්නේ මැරුම්කන්නමයි. නිදහසේ මියයන්න නොවේ. නිදහසේ ගේ මිදුලක ඇහිදගෙන කන්න නොවේ. නිදහසේ හිරු එළියේ, සුළඟේ පහස විදින්න නොවේ. නිදහසේ තම වර්ගයා සමග සතුටුවෙන්න නොවේ. මේ සත්වයන් කළ කර්මයන් ඔය ගෙවන්නේ. අපේ මෙමන්රියට කරුණාවට ඒ කර්මයෙන් ඒ අයව මුදවන්න. ආහාර තාක්ෂණයේ දියුණුවෙන් නිපදවන සෑම සොසේප්ස් එකක් පාසාම මීටි බෝල් එකක් පාසාම සකස්කළ, සකස් නොකළ මස් කැබැල්ලක් පාසාම එම සතුන් මරාදරමු මිනිසුන්ට නැවත කල්ප ගණන් තිරිසන් ලෝකයේ ඉපද සොසේප්ස්, මීටිබෝල්ස් වෙන්න සිදුවෙනවා.

ඔය මසට ඇතිකරන සතුන් ගැන ඔබ හොඳින් නිරීක්ෂණය කරන්න. ඒ සතුන් මරුම්කන තුරුම

සීමිත ඉඩ ප්‍රමාණයකයි ජීවත්වෙන්නේ. ඒ සතුන්ට ඇවිදීමේ ඉඩකට සීමාකරලයි තිබෙන්නේ. ශක්තිය කැලරි වැයවන නිසා මස් බර අඩුවේය කියලා. දැන් අලුත්ම බිරොයිලර් කුකුළන් ඇතිකිරීමේ තාක්ෂණය තමයි විශාල කුඩුවල රාක්ක පෙට්ටි තනා, එම කුඩා පෙට්ටියේ කුකුළා ඇති කිරීම. කුකුළාගේ ප්‍රමාණයට තැනූ එම පෙට්ටියේ එම සතාගේ හිස එළියට දැමීමට ප්‍රමාණවත් කවුළුවක් තිබෙනවා. මසට ගන්නාතුරු ඒ කුකුළා ජීවත්වෙන්නේ එම පෙට්ටිය ඇතුළේ. පෙට්ටියේ ඇති කුඩා කවුළුව ඉදිරියේ ජලය සහ ආහාර පටියක් තිබෙනවා. පෙට්ටියේ කුඩා කවුළුවෙන් හොට එළියට දමලා, ජලය සහ ආහාර අරගෙන පෙට්ටිය සැපය කරගෙන එයා එහි ජීවත්වෙනවා. මේ ක්‍රමයෙන් මස් බර වැඩිවෙනවලු. මෙම සතා කුඩුවේ සිටියත්, මෙම පෙට්ටියේ සිටියත් මාස එකහමාරෙන් මරා මස් කරනවා. එහෙත් මේ ක්‍රමය යටතේ මේ සතාට එම කෙටි කාලය තුළ ඇවිදීමේ නිදහසක් නැතිවෙලයි මැරුම්කන්න වෙන්නේ. ලෝකයා මේවා හඳුන්වන්නේ තාක්ෂණයේ නව සොයාගැනීම් දියුණු වශයෙන්. මිනිසාට සත්තු මරන්න කියලා යොමුකරන්නෙන් අවිද්‍යාසහගත සිතමයි. එම අකුසල් නිසා මරණින් මතු නිරිසන් ලෝකයේ ඉපදුනහම එම නිරිසන් සතාව ඉක්මනටම ශරීර බර වැඩි කරලා මසට ගන්න ක්‍රමය කියලා දෙන්නෙන් අවිද්‍යා සහගත සිතමයි. ලෝකය දියුණුවෙනකොට සත්වයාගේ අකුසල් ප්‍රමාණය වැඩි වෙනවා. ආයුෂ අඩු වෙනවා. මියයෑමේ වේගය, ඉපදීමේ වේගය වැඩිවෙනවා. නිරිසන් සත්වයකුගේ ඉපදීමේ වාර ගණන වැඩිවෙනවා කියන්නේ එම සතුන් හිස කපාගන්නා වාර ගණන වැඩි වෙනවාය කියන එකයි.

එක්තරා උරු ගොවිපලක මස් පිණිස විශාල වීන උරන් ඇතිකරන්නේ අඩි හතරේ දිග පළල, භාග බිත්ති බැඳුණු කුඩා කුට්ටිලයි. එම සතුන්ගේ ලෝකය තමයි අර කුඩා කුටිය. ඒ සතුන්ට ඇවිදින්න දෙන්නේ නැහැ. මස් බර අඩුවෙනවාය කියලා. ආහාර ජලය ඖෂධ දෙනවා පමණයි. සමහර උරන් ශරීර බර වැඩි නිසා පැත්ත වැටිලයි ඉන්නේ. මස් බර වැඩි නිසා පැත්ත වැටිලා ඉන්න කුකුළෙක්, උරෙක්, එළුවක්, හරකෙක් දැක්කහම එම සතාගේ අයිතිකරු මොනතරම් සතුටක් ලබනවද. මොකක්ද මේ ලබන සතුට, මතු ආත්ම දහස් ගණනක තමාත් නිරිසන් සතකුට ඉපිද මේ දුක සහතික කරගැනීමේ අවිද්‍යාවේ සතුටයි. මෙ මෝඩ සල්ලිකාර මනුෂ්‍යයාගේ ඇස් අවිද්‍යාවෙන් වහලයි තියෙන්නේ. එයා දකින්නේ වැඩි යමක් අයිතිකරගැනීමේ අවිද්‍යාවේ සිහිනය පමණයි. ඒ සිහින සුන්දර තරමටම, එම සිහිනයෙන් බැංකු ගිණුමේ ඉලක්කම් ගණන වැඩිවන තරමටම, එහි විපාකයන් භයානකය. අවිද්‍යාවෙන් දැස් අන්ධ වුණු

මේ සල්ලිකාර මහත්තයා මොහොතක්වත් සිතන්නේ නැහැ මේ මස් බර වැඩි නිසා පැත්ත
වැටිලා ඉන්න තිඳිසන් සතා අතීතයේදී ඔහුටත් වඩා සල්ලිකාර මහත්තයෙක්ය කියලා.

බරොයිලර් ජීවිතය II

සෑම තරාකිරීමකම පාලකයන් වෙත කරුණාවෙනි!

බරොයිලර් කුකුළන් සිය දවස් හතළිස් පහක ජීවිත කාලය තුළ කුඩා කුඩුවකට කොටුවී සිටින නිසි වයස් වැඩුණු පසු හිස ගසාදැමීමට ලක්වීමේදී අදාළ සත්වයන් කර්ම විපාක දෙකක් ගෙවනවා. එකක් ජරාණසාත අකුසලය. ඒ හේතුවෙන් හිස ගැසුම් කනවා. අනික් අකුසලය තමන්ගේ දියුණුව උදෙසා අනුන්ගේ ජීවිතය සීමාකිරීමයි. එහි විපාක හැටියට නිරිසන් ලෝකයේ ඉපදුණද, සෙසු නිරිසන් සතුන්ට මෙන් ඇවිදීමේ නිදහසක් නැතිව, කුඩා පෙට්ටියක, කුඩා කුඩුවක ජීවිතය ගෙවනවා මැරම් කන තුරුම....

මෙන්න මේ දෙවැනි ස්වභාවය ගැන ඔබ ජරවේශම් වෙන්න ඕනේ. බෞද්ධ ජනතාව සත්ව ඝාතනය කරනවා හුඟාක් අඩුයි. නමුත් මෙහි දෙවැනිව සඳහන් කළ අනුන්ගේ නිදහස සීමාකිරීමේ අකුසලය නම් බෞද්ධ ජනතාව අතින් බොහෝවිට සිද්ධ වෙනවා. බොහෝම ධනවත්, ගොඩක් පින්දහම් කරන අයගෙනුත්, සාමාන්ය අයගෙනුත් වියාපාර, වැවිලි, කර්මාන්තශාලා හිමියන් අතිනුත් මේ අකුසලය සිදුවීමට හුඟාක් ඉඩකඩ තිබෙනවා. එවිට අවශ්‍ය නැහැ, තම ගෙදර සේවය කරන මෙහෙකාර දරුවා නිසා ඔබට මේ අකුසලය සිදුවෙන්න පුළුවන්. නිදහස සීමා කිරීම, වැටුප් අඩුවෙන් දීම, සීමාවකින් තොරව වැඩ ගැනීම මොනම ආකාරයට හෝ සුරාකෑම බොහෝම හයානක දෙයක්. ලෝකය දියුණුවෙන තරමටම මෙම අකුසලය දෝර්ගලා යමින් මිනිසා අතින් සිදුවෙනවා. මේ අකුසලය නිසා එහි විපාකයක් හැටියට සත්වයාගේ නිදහස සීමා වෙනවා. කුඩු ජීවිතයකට සත්වයා යොමුවෙනවා. ගමේ, නගරයේ අඩියෙන් අඩිය ගෙවල් තැනීම නිසා මිනිසාගේ නිදහස සීමාවෙලා. එදා මනුෂ්‍යයාට තිබුණ ඇවිදීමේ, සෙල්ලම් කිරීමේ නිදහස අද ගෙදරදොරේ නැහැ. පෙට්ටියේ කුකුළා වගේ අපිත් කොටුවෙලා, කුඩුවෙලා. ලොකු ගෙදරක් හදාගන්නවා. ලොකු තාප්පයක්, ලොකු ගේට්ටුවක් දමාගන්නවා. ගේ ඇතුළේ මැද මිදුලක් හදා ගන්නවා. ඕක තමයි වර්තමානයේ මිදුල, එළිමහන. අපේ මියගිය ආච්චිලා, සීයලා, ඔය වර්තමානයේ නිවසේ මැද මිදුල දැක්කොත් සිනාසේවි. මොකද ඒ සා විශාල ගෙමිදුල් ඒ කාලවල ගෙදරකට තිබුණා. වර්තමාන ලෝකය සකස්වෙන්නෙ සත්වයාගේ කර්ම විපාක ගෙවීමට සුදුසු ස්වභාවයෙන්මයි.

වර්තමානයේ බොහොම ගරු ගාම්භීර, නම්බුකාර නිවාස සංකල්පය තමයි තට්ටු විසිපහේ තිහේ තට්ටු නිවාස ක්රමය. මේ දැවැන්ත නිවාස සංකීර්ණ අහස උසට විරාජමානව වැජඹෙන්නේ හරිම සාඩම්හරයෙන්. එහෙත් අප මේ දකින්නේ අවිද්‍යාවේ බියකරු සතුරාවමයි. මේ සතුරා අහස උසට නැගී සිට ලෝකයාට කියන්නේ, 'ඔබත් මෙතැනට, මේ උසට එන්න' කියා. ඔබත් ඔබේ තනි තට්ටුව තට්ටු දෙකට උස්කරගන්න කියලා. අවිද්‍යාවේ ගඬොලින්, ඔබේ ලෝකය විශාල කරගන්න, උස්කරගන්න කියා. අවිද්‍යාවේ මාරයා ඔබට දෙන පණිවුඩයට ලෝකයාගේ ජ්රනිවාරය පැහැදිලියි. දැන් හැමෝගේම ආශාව, තරගය කොන්ක්රීට් වනාන්තර ඉදිකර ඒවා මගේ කරගැනීමයි.

මේ අතිදැවැන්ත නිවාස සංකීර්ණවල ජීවත්වන පිංචන් මහත්වරු අධිසුබෝපහෝගී ජීවිත ගතකරන, බොහොම ධනවත් අයයි. පෙර සංසාරයේ කරපු මහා කුසල් විපාකයක් නිසාමයි මෙවැනි විශාල නිවාස වල සුබෝපහෝගී ජීවිත ලැබෙන්නේ. ඒ ගැන තර්කයක් නැහැ. නමුත් මේ කුසල් විපාකය යටින් සියුම් අකුසල් විපාකයක් ක්රියාත්මක වෙනවා. අර පෙට්ටිය තුළ වැඩෙන බිරොයිලර් කුකුළාටත් ඇති තරම් කෑම, ජලය, බෙහෙත් ලැබෙනවා. නමුත් ඒ සතාගේ නිදහස සීමාවෙලා. දැන් ඔබ දෙස ඔබ අවංකව බලන්න. ඔබට තේරෙන්නේ නැතිද ඔබ මොන තරම් සුබෝපහෝගී ජීවිතයක් ගතකළත් ඔබේ නිදහස සීමාවෙලා කියලා. ඔබේ ආවිච්චා, සියලා ගතකළ නිදහස් ලෝකයට අනුව ඔබේ ජීවිත සීමාවෙලා නේද තිබෙන්නේ? නිදහස් ලෝකය හමුවේ ඔබ පෙට්ටියක් තුළ ජීවත්වන සතෙක් වගේ නේද?

ඔබ උඩුමහල් තලයේ සිට ජනේලය හැර පරිසරය දෙස බලනකොට මට පෙනෙන්නේ කුකුළා පෙට්ටියේ කුඩා කවුළුවෙන් හිස එළියට දමා ලෝකය දෙස බලනවා වගෙයි. ඔබට නිදහස් ලෝකය ස්පර්ශ කරන්න නම්, නිදහසේ හුස්ම ගන්න නම් ඔබ සතිඅන්තයේ නුවරඑළියට, ගමකට, අඩුම වශයෙන් විවේකීව ක්රීඩාංගණයකටවත් යා යුතුයි. නැවතත් කියමි, ඔබතුමන්ලා සැබෑම සසර පින්කළ පිරිසක්මය. ඒ පින් නිසාමය ඔබට සශ්රීක භාවය. එහෙත් පෙර ආත්මවල ඔබ, තමන් යටතේ සිටි සේවකයන්ගේ නිදහස සීමාකර තබා වැඩි ජ්රනිලාභ අත්කරගැනීමට යෑම නිසා මෙම අකුසලය ඔබ සිදුකොට ඇත. එමනිසා මේ ජීවිතයේදී ඔබ යටතේ, ඔබගෙන් යෑපෙන පිරිස් වලට සාධාරණව සලකන්න. ඔබ හම්බකරන මිල මුදල් වලින් නොමසුරුව දාන, මාන, පිංකම් කරනවා වගේම නොපෙනෙන පැත්ත ගැනත් අවධානය ඇතිකරගන්න. එසේ නොවුණහොත් ඔබ කරනා පිංකම් නිසා මතු සසර කෝටිගණන් වටිනා නිවාස භාග්යය

ලැබුණද, එය අර රාක්ක පෙට්ටියේ බිරොයිලර් කුකුළාගේ ජීවිතය වගේ සීමාවෙලානම් එය අවාසනාවකි.

මේ ලෝකය යමින් පවතින්නේ යායුතු ගමනකි. ලෝකය කවදත් ගියේ මුළාව දෙසටය. අපි කිසිවකුට සටන්කොට ලෝකය නිවැරදි කළ නොහැක. නිවැරදිකිරීමට ස්ථිරවූ , නිත්යවූ දෙයක් ලෝකය තුළ නොමැත, ස්ථිර නොවන දෙයක් යමෙක් කෙසේ වෙතස් කරන්නද, එය ස්වභාවයෙන්ම වෙනස්වෙමින් පවතී. සනභාවයත්, දියර ස්වභාවයත්, උණුසුම් ස්වභාවයත්, වායු ස්වභාවයත් පදමට මුසුව හතරෙන් එකකට සිදුවා නිර්මාණය වූ ලෝකයක්, රූපයක් ලෝකය ලෙස අල්වාදීම අවිද්‍යාවේ ස්වභාවයයි.

මිනිසා මේ හති දමාගෙන, බුල්බෝසර් දමාගෙන විකන් ගුන්යා, සත්ව කුර රෝගය යැයි කියමින් සතුන් ලක්ෂ ගණනින් මරා දමන්නේද මස්, බිත්තර, කිරි, වොකලට, විනාශ කරන්නේද රූපය ජාති, ජරා, වියාධි, මරණවලට ලක්වීම මිනිසාට වෙනස්කළ නොහැකි නිසාය. එය ස්වභාවයෙන් පීඩා විදිය යුතුය. ඔය සතුන් ලක්ෂ ගණනින් විනාශකරන මිනිසුන් අතින් සිදුවන අකුසල කර්මයන් ඊළඟ ජීවිතයේදී ගෙවීමට පරිසර ලෝකය තුළ නිර්මාණය විය යුතුය. මරණ බියෙන්, වෛරයෙන්, ක්රෝධයෙන් මියයන සතුන්ද, එම අකුසල් නිසා නැවත කර්ම ගෙවීමට අවශ්ය ලෙස ලෝකය නිර්මාණය විය යුතුය. නිර්මාපකයා අවිද්‍යාවයි. අවිද්‍යාව උරාගේ මස් උරාගේ පිටේ තබා කපනවා සේය. හේතුඵල ධර්මයන්ට අනුව මැරෙන්නටද, මරන්නටද ඔහුගේ කර්ම විපාකයන් විදීමට අවශ්ය මාරාන්තික රෝග, මාරාන්තික යුද්ධ නිර්මාණය කරයි. මේ මාරාන්තික යුද්ධ, මාරාන්තික රෝග නිර්මාණය කරන්නේද අවිද්‍යාසහගත සිත විසින්මය. මාරාන්තික යුද්ධ, මාරාන්තික රෝග යනු අභමිඛයන් නොවේ. දේව කෝපයන් නොවේ. හේතුඵල ධර්මයන්ය. මේවා ලෝකය අවිද්‍යාවෙන් දියුණුවන්න දියුණුවන්න, සත්වයා රැස්කරන්නාවූ අකුසල් විපාකදීමට සකස්වන්නා වූ ලෝකධර්මතාවයන්ය. එහිදී යුද්ධයක් යනු, මාරාන්තික රෝග යනු අතීතයේ ඔබ කළ කර්මවිපාකයන්ගේ කැඩපතක්මය. ඔබ ඒ කැඩපත දෙස අවිද්‍යාවෙන් තොරව බැලුවොත් ඔබ දකින්නේ පෙර ආත්මභවවල ඔබ කළ අකුසල්වල ස්වභාවයන්ය. දැන් ඔබට වැටහෙනවාද ලෝකය මේ වන විට ගමන් කරන්නේ මොන දිශාවටද කියලා. ඔබ විසින් ඇතිකළ හේතූන්ට විපාකයන් සකස්වීමට සුදුසු ස්වභාවය දෙසට, පරිසරයක් දෙසට.

සෑම සත්වයෙක් තුළින්ම රැස්වෙන්නේ තනතුරුගාමික විත්ත පරම්පරාවක් නම් තරගකාරීත්වය, අයිතිකරගැනීම නමැති අවිද්‍යාවේ ශබ්දකෝෂය නම් එබඳු මේ නොදැනුවත්වම ඇදී යන්නේ බිරොයිලර් කුකුළකුගේ තත්ත්වයට පත්කරන දිශාවටමය. ඒ තරමටම මිනිසා ජාති, ජරා, වියාධි, මරණ වලට වේගයෙන් ලක්වෙනවාය, ගොදුරුවෙනවාය. තාප්ප, ගේට්ටු දැමූ කුඩුවලට කොටුවෙනවාය. රෝග බිය, මරණ බිය, ජල බිය, යුද බිය වැඩිවෙනවාය. උපතත් මරණයත් අතර කාලපරතරය කෙටිවෙනවාය. නැවත ඉපදීම, මරණය වේගවත් වනවාය. මේ වේගය කියන්නේ දුකයි. හේතුව ඔබ අවිද්‍යාවෙන් තෙත්කළ සිත ඔබව අකුසලයේ යෙදවීමයි. එලය ඉපැදීම, මරණය වේගවත්වී දුක පසුපස තරගකාරීව හඹායෑඹයි. මේ ස්වභාවය ඔබම නිර්මාණය කරගත් දෙයක්.

මේ ස්වභාවයන් ගැන හිතලා ඔබ බිය ඇතිකරගන්න. ඇයි මෙහෙම වෙන්නේ? ජාති, ජරා, වියාධි, මරණ තිබෙන්නේ විඳවන්නටද, අවබෝධ කරන්නටද?

මේ බුද්ධෝපන්නි කාලයක, ඔබ මේ උතුම් මනුෂ්‍යත්වයක් ලැබ උපත ලැබුවේ නැවත සතර අපායේ වැටෙන්නද? ඔබේ අම්මට, තාත්තාට, ඔබේ බිරිඳට, දරුවාට ඔබව බේරන්න බැහැ මේ මහා දුකෙන්.

ඒ නිසා ඔබ දක්ෂවෙන්න. සියල්ලම, සියල්ලන්වම පෝෂණය කරන ගමන් ඔබ කරන වියාපාරය, විවාහ ජීවිතය, දෙමාපියන් පෝෂණය කරන ගමන් එම බැඳීම්වලට බාධාවක් නොවන ලෙස මේ දුකෙන් ගැලවෙන්න. ඔබ පැවිදිවෙන්නම අවශ්‍ය නැහැ. ඔබ කය මහණ නොකරාට කමක් නැහැ. සිත මහණ කරගන්න. පැවිදි කරගන්න. එසේ නොවුණහොත් ඔබත්, ඔබගේ යෑයි අල්ලාගත් සියල්ලෝමත් සතර අපායට, දුකට වැටෙවී. බිරොයිලර් කෙනෙක් වෙවී. මහා ගමනක්, මහා දුකක්, මහා විනාශයක් වළක්වාගැනීමට ඔබ කළ යුත්තේ විසිරුණු, සලිත වුණු ඔබ සිතේ ස්වභාවය බොහෝම නිවිසැනසිල්ලේ අවබෝධකරගැනීමයි. කලබලවෙන්න, ඉක්මන්වෙන්න, යමක් අල්ලාගන්න උත්සාහගන්න එපා. අල්ලාගත් දේවල් අනිත්ය දකිමින් පරිහරණය කරන්න. ඔබ බිරිඳ සමඟ නිදන සයනයේ සිටියදීත් ජීවිතය විඳින්න. එහෙත් ඒ විඳීම අනිත්යබව දකින්න. නැවත නැවතත්, නැවත නැවතත්, නැවත නැවතත් එකම දේ සිදුවෙන්නේ

රියේ දවසේ සිදුවූදෙය අනිත්ය නිසා බවද දකින්න. මෙම සටහන තැබුවේ පැවිදි උතුමන් සඳහා නොව ගිහි පිංවතුන් සඳහාය. ඒ නිසා ඔබ ගිහි ජීවිතයේ බැඳීම් සමඟ ජීවත්වෙමින්, දුවා දරුවන්, වියාපාර, රැකී රක්ෂා නඩත්තු කරමින් නිරතුරුව තෙරුවන් කෙරෙහි ශ්රද්ධාවත්, ආර්යකාන්ත ශීලයක් ලෙස ශීලය ආරක්ෂා කිරීමත්, ඒ කියන්නේ තමා අතින් නොදැනුවත්ව හෝ සිල්පදයක් කැඩුණහොත් ඒ වහාම එම වැරද්ද නිවැරදි කරගැනීම. ඒ ආකාරයෙන් අවංකව ශීලයක් ආරක්ෂා කිරීමත්, ඔබ ඇසුරුකරන, ඔබට අයිති සෑම දෙයක්ම අනිත්ය වශයෙන් දකිමින්, මගේ ආච්චි, සීයා, අම්මා, තාත්තා රැස්කරපු, හම්බකරපු හැම දෙයක්ම නියලයි මැරුණේ. කිසිවක් අරගෙන ගියේ නැහැ. ඒ වගේම මේ කිසිවක් මට අයිති නැහැ. මම මේ සියල්ල දාලමයි මියයන්නේ. මේ වගේ ජීවිතයේ අනිත්යය දකින්න. අතීතයේ මියගිය ඔබේ පරම්පරාවේ වැඩිහිටියන් සමඟ ඔබේ ජීවිතය සංසන්දනය කරන්න. මෙම සටහනේ තිබෙන බිරොයිලර් කුකුළා, උෟරා, එළුවා, හරකා ගැන නිතර මෙනෙහි කරන්න. ඔබ එවැනි සතෙක් වුවොත් ඔබ විඳින දුක මෙනෙහි කරන්න. අතීත සංසාරයේ ඔබ එවැනි සතුන්වී හිස් ගැසුම්කෑ ස්වභාවය, වේදනාව, මරණඛිය මනසින් දකින්න. මේ විඳිනට මාස 3 ක් ඔබ ඔබේ සිත පුරුදු පුහුණු කරන්න. ඔබේ ජීවිතය සංකීර්ණවෙන් මිදේවි. ඔබට දැනේවි ජීවිතයේ අවබෝධ කරගැනීම පිණිස ගොඩක් දේවල් නොමැතිබව. ජීවිතය මහා ගොඩක් ලෙස දැනුණද ඔබට අවබෝධ කරගැනීමට ඇත්තේ එකක් පමණක් බව ඔබට දැනේවි. සිත වේවා, කය වේවා ඒ අනිත්යය පමණක්මයි. මේ අවබෝධය, ලෝකයේ අවබෝධය ලැබීමට ඇති දුෂ්කරම ස්වභාවය වුවද, ඔබ තුළ හේතු සහිතව ලෝකය දුකය යන දැක්ම ඇතිකරගතහොත්, ඔබට මේ දුක අවබෝධ කරගැනීම දුෂ්කර කාර්යයක් නොවනු ඇත. ඔබත් මේ මනුෂ්‍ය ජීවිතයේදී ඔය ආකාරයෙන් ගිහි ජීවිත ගතකරමින්, කම් සැප අත්විඳිමින්, සතර අපායෙන් මිදී නැවත බිරොයිලර් කුකුළෙක්, මසට මරණ සතෙක් වීමේ වේදනාත්මක අනතුරෙන් ගැලවෙන්න. සතර අපායෙන් මිදෙන්න.

ඉහත සටහන හික්ෂුව හේතුඵල අනුව දකිමින් සටහන් කළා පමණි. එබැවින් වඩාත් වටින්නේ දොස් පරොස් සෙවීම නොව, එවැනි ස්වභාවයක් ලෝකයේ තිබේය යන්න හඳුනාගනිමින් අවබෝධය ලැබීමය. මන්ද මෙහි සඳහන් පෙට්ටියේ ජීවත්වන, බිරොයිලර් සතෙක් අතිවිඳින නිදහසේ ස්වභාවයත්, වර්තමාන සුබෝපහෝගී නිවාස සංකල්පයන් නිසා මිනිසා අත්විඳින නිදහසේ ස්වභාවයත් එකට සංසන්දනය කිරීම කෙනකුට ප්රශ්නයක් වීමට පුළුවන. ඔබ කෙලෙස්වලින් ගොරෝසු වූ සිතකින් නොව, නිකෙලෙස්, කෙලෙස් වලින් තුනීවූ සිතකින්,

සියුම්ව මේ කරුණ දකින්න උත්සාහ ගන්න. පෙර මහා කුසල් සිදුකරගත්තත්, තමන් තුළින් සිදුවූ සියුම් අකුසල් විපාකයක්මයි මෙයට හේතුව විය යුතුව තිබෙන්නේ.

සමහර පිංවත් පිරිස ලක්ෂ ගණන් වියදම් කරමින්, මහා දාන පිංකම්, ශීල පිංකම් කරනවා. නමුත් ඒ අය තම සේවකයන්ට, අඩුවැටුප්, නිදහස සීමාකිරීම් කරනවා. මේ හේතුවෙන් ඒ අය පිංකම් කිරීමේ ආනිසංගය නිසා සශ්ඨික ජීවිතත්, අනුන්ගේ නිදහස සීමාකිරීම් පාපයට තමාටද මතු සසර, සීමාවන් තුළට කොටුවූ ජීවිත ගෙවන්න සිදුවීම මෙහි කර්ම විපාකයක් වෙන්න පුළුවන්. හික්ෂුව මෙහි කරන සටහන සියයට සියයක් නිවැරදි නොවන්නට පුළුවන්. එහෙත් ඔබ එය සියයට සියයක්ම වැරදි යැයි වටහාගතහොත් එය ඔබේ අවාසනාවක් වනු ඇත.

හැකිතරම් දානමාන පිංකම් කරනවා වගේම ඔබේ සේවකයන්ටද ස්වාමියකු ලෙස ඔබ නිරතුරුවම අවංක වෙන්න. ඔබ ලබන සතුවින් යම් ජරමාණයක් හෝ ඔබේ සේවකයාද ලබනවා දකින ඔබ අවංකව කැමැති වෙන්න. ඔබේ දක්ෂභාවයෙන් ඔබගේ සේවකයාවද ඔබ යහපතේ යොදවන්න. වෛරය, ක්රෝධය, සුරාකෑම වැනි ස්වභාවයන්ගෙන් තුනීවූ සිත කුසල් වැඩීමට සශ්ඨික පොළොවක් බව නිතරම සිතන්න. වැඩෙන කුසල් නිරතුරුවම නිවීම උදෙසා උත්තම පාරමිධර්මයක් වේවායි දකිමින් නිවීමේ මහම ශක්තිමත් කිරීමට උත්සහවත් වෙන්න. ව්යාපාරික ඔබේ ශබ්දකෝෂයේ ලාභය යන වචනය වෙනුවට බෙදාදීම, නිවීම යන වචන ඔබ භාවිතයට ගන්න. එය ඔබ සංසාරයක් පුරාවට නොලැබූ වර්තමාන ජීවිතයේ ලැබූ ලොකුම ලාභය වනු ඇත. එම ලාභය ඔබට නැවත ජාති, ජරා, මරණ, ව්යාධිවලින් ඔබට කළ අලාභය අවසන් කරනු ඇත.

සයුරු සැපෙහි වේ මේ සා දෝසා

සතර අපාය කියන වචනය ඇසෙනවිට, එහි තත්ත්වය විදින දුක අසන විෂ මනුෂ්‍යයා තුළ හටගන්නේ බියක්, තැනිගැනීමක්. මේ තැනිගැනීම, බිය නිසාම සමහරු සතර අපාය කියන වචනය තම මතක කෝෂයෙන් අයිත් කර දමනවා. එය තහනම් වචනයක් හැටියට. ඇස් වලට පෙනී පෙනී තිරිසන් ලෝකයේ සත්වයෝ දුක් විදිනවා දකිනකොටත්, මනුෂ්‍යයෝ සිතනවා, Zඅපි තිරිසන් ලෝකයේ උපත නොලබනවාZ කියලා. මනුෂ්‍යයාට එහෙම හිතන්න පුරුදු කළහම මේ සිත නැමැති පාප මිත්රයාට, මිත්ර දෝෂයාට හරිම ලේසියි ඔබව, තිරිසන් ලෝකයේ උපතට අවශ්‍ය හේතූන් ඔබ තුළින් සකස් කරන්න. තිරිසන් ලෝකයේ නිසරු උපතකට අවශ්‍ය ගැලපෙන, අකුසල් වලින් සරු ජීවිතයක් මෙලොවදී ඔබට ලබාදෙන්න. සතර අපායෙන් අපේ ඇසට පෙනෙන ලෝකය තමයි තිරිසන් ලෝකය. සතර අපායට අයත් ජරේත, අසුර සහ නිරය දැකීමට නොහැකි වුවත් ඔබට නිරය ගැන, ජරේත ලෝකය ගැන දැනීමක් තිබෙනවා. එහෙත් ඔබට මේ ජරකාශ කරන්නට යන්නේ එතරම් සඳහනක් නොවන සතර අපායට අයත් අසුර ලෝකය ගැනයි.

ඒ අසුර ලෝකයට අපේ අවධානය අඩුයි. එහෙත් ජරේත ලෝකයට සාපේක්ෂව අසුර ලෝකය විශාලත්වයෙන් වැඩි විය යුතුය. ලෝකයේ භූමි ජරමාණයෙන් හතරෙන් තුනක් වසාගෙන පැතිර තිබෙන මහා සාගරය ආශ්‍රිතව තමයි අසුර ලෝකය ස්ථානගතවෙලා තිබෙන්නේ. මේ මහා සාගරය තමයි අසුරයන්ගේ නිජබිම. සත්වයෙක් මේ අසුර ලෝකයේ උපතක් ලබන්නේ ඇයි? මහා සාගරයට තිබෙන කැමැත්ත, ඡන්ද රාගය, උපාදානය නිසා මරණයෙන් මතු අසුර ලෝකයේ උපත ලබා මහා සාගරයට බැසගන්නවා.

ඔබ දන්නවා, ශ්‍රී ලංකාවේ මුහුදුකරය කියලා රට වටේ ජරදේශය හඳුන්වනවා. ලෝකයේ අනිකුත් රටවල මුහුදු ආශ්‍රිත ජරදේශ ඔබ මීට ගලපාගන්න. මෙන්න මේ ලෝකයේ මුහුදු ආශ්‍රිතව වෙසෙන ජනයා මුහුදු තමන්ගේ ජීවිතය කරගෙනයි ජීවත් වන්නේ. ඒ අය නිවසින් එළියට බැස්සත්, ජනේලයෙන් එළිය බැලුවත් ඔවුන් දකින්නේ, පෙනෙන්නේ මුහුදයි. මුහුදේ සෝශාව, සුළඟ, මුහුදු රළ මේ අය වැසිකිළියට යන්නෙත් මුහුදට, සෙල්ලම් කරන්නේ, විනෝද වෙන්නේ මුහුදු වෙරළේ. නැතිනම් මහ මුහුදේ. ඒ අයගේ ජීවිතයම මහ මුහුදයි. මේ මුහුදු ආශ්‍රිත මිනිස්සු යැපෙන්නේ ධීවර කර්මාන්තයෙන්. අපේ රටේ පමණක් නොවේ මුළු

ලෝකයේම සමහරු උදේ ඉඳන් රාත්රි වනතුරු, බිලි පිති දමාගෙන මාළු අල්ලනවා. තවත් සමහරු ජීවිතය ගැනත් නොසිතා මුහුදු මගේ කරගෙන, මගේ ආත්මය කරගෙන කුඩා තෙප්පමකින් මහ මුහුදේ මාළු දැල් එලනවා. තවත් සමහරු සවස තම බෝට්ටු වලින් මුහුදු ගියහම ආපසු ගොඩබිමට පැමිණෙන්නේ පසුදා අලුයම. තවත් සමහරු බහුදින ධීවර යාන්රා වලින් මුහුදු ගියහම ආපසු පැමිණෙන්නේ සති, මාස ගණනාවකින්. තවත් සමහරු නැව් වලින් මුහුදු ගිහින් මසුන් අල්ලා ටින් වලට අසුරා තවත් මාස ගණනක ගමනක යෙදෙනවා. ඒ තමයි පුළුල්ම තාක්ෂණය.

මේ හැම ධීවර කාර්මික මහත්මයෙක්ම මහ මුහුදු උපාදානය කරගත් අයයි. මේ අයගේ ජීවිතයත් මහ මුහුදයි. බිරිඳත් දරුවනුත් මහ මුහුදයි. සතුටත් බලාපොරොත්තුවත් මහ මුහුදයි. සාගරය ඔවුන්ගේ ආත්මයයි. මේ ආත්මය තුළින් තමන්ට සැප ලැබෙයැයි ඔවුන් බලාපොරොත්තු වෙනවා. මේ ආකාරයෙන් ඔවුන් මහා සාගරය උපාදාන කරගෙන ගොඩබිමට රැගෙන පැමිණෙන්නේ ජරාණසානයේ අස්වැන්නයි. ජරාණසානයේ අස්වැන්න යනු ඔවුන් ගොඩබිමට ගෙනෙන මරා දැමූ මසුන් ටොන් ගණනයි. කුඩා මසුන් පමණක් නොවේ. කැස්බෑවුන්, විශාල මෝරුන්, තල්මසුන්, මුහුදු කුඩුල්ලන්, පොකිරිස්සන්... මේවා තමයි මුහුදු උපාදානය කරගත් මිනිසුන්ගේ ජරාණසානයේ අස්වැන්න.

ලෝකයේ තවත් පිරිසක් සිටිනවා, ඒ අය මහා සාගරය උපාදානය කරගන්නේ වෙනත් සංඥාවකින්. ඒ අය විනෝදය උදෙසා, සතුට උදෙසා, විවේකය උදෙසා, ක්රීඩාව උදෙසා, අධ්යාපනය උදෙසා මහා සාගරය උපාදානය කරගන්නවා. අපි මේ අයට කියනවා දෙස්, විදෙස් සංචාරකයන් කියලා. සුන්දර මුහුදු වෙරළ තිබෙන රටවල ඉතාමත් දියුණු ආකාරයෙන් පැතිරුණු ව්යාපාරයක් මේක. සංචාරකයන් සැතපුම් දස දහස් ගණනක් දුර කතර ගෙවාගෙන රට රටවල සංචාරයට යනවා. මාලදිවයින කියන රටට වසරකට ලක්ෂ ගණනක සංචාරකයන් පිරිසක් පැමිණෙනවා. කුමකටද? මහා සාගරය උපාදානය කරගන්න. අපේ රටත් එහෙමමයි. ලෝකයේ කොහෙ පිහිටියත් සංචරක හෝටලයක මහා සාගරයට මුහුණදාසු කාමර ගොඩබිමට මුහුණදාසු කාමර වලට වඩා මිලෙන් අධිකයි. මෙය සංචාරකයන් මුහුදු උපාදානය කරපු නිසා ඇතිවූවක්. මේ අය මුහුදේ නාමින්, කිම්දෙමින්, ඔරු බෝට්ටු පදිමින්, නොයෙකුත් ජල ක්රීඩා කරමින් මහා සාගරය තුළ සතුට සොයනවා. වෙරළේ මහා අවුකාශ්යකයේ හිරු එළිය තපිනවා. මුහුද ඒ

අයගේ ජීවිතයේ කොටසක් වගේ. ලුණු වතුර, ලවන ස්වභාවය ඒ අය ස්පර්ශ කරන්නේ දැඩි කැමැත්තකින්. තත්භාවකින්. අපේ රටේ සුන්දර සංචාරක මුහුදු තීරයේදී මේ ස්වභාවය ඔබට දකින්න පුළුවන්. ඒ අයගේ ජීවිතයම මහ මුහුදයි. ඒ අයගේ ආහාරය මහ මුහුදයි. ඒ අයගේ ඇස ඉල්ලන්නේ මුහුදේ සුන්දරත්වයයි. කන ඉල්ලන්නේ රළ පෙරළෙන සෝෂාවයි. නාසය ඉල්ලන්නේ පිලි ගදයි. දිව ඉල්ලන්නේ මුහුදු ආහාරයන්ගේ රසයයි. ශරීරය ඉල්ලන්නේ මුහුදු ජලයේ ලවන ස්වභාවයයි. මනස ඉල්ලන්නේ ඉහත සියල්ල තව මදි, තව මදි කියන ඉල්ලීමයි. කය නැමැති ගුහාවේ සැඟවී සිටින සිත නැමැති ඔබගේ පාප මිත්රයා ඔබව මේ මුළු කරන්නේ මුහුදු මගේ ආත්මයයි. සැපයයි. ලෝකයයි කියාය.

තව පිරිසක් ලෝකයේ සිටිනවා. ඒ අය මහ මුහුදේ විශාල මහී සහ භාණ්ඩ ජරාවාහන නැව්වල සේවකයන් සහ සංචාරකයන්. නැව් වලට සංඥා ලබාදෙන ජරදීපාගාර සේවකයන්. තවත් බටහිර රටවල පිරිසක් සිටිනවා ඔවුන් සිය රැකියාවෙන් විශ්රාම ලබන විට හිමිවන සියලු දීමනා එකතුකර කුඩා රුවල් නැවක් මිලටගෙන රටින් රටට තොටින් තොටට යාත්රා කරමින් ජීවිතයේ ඉතිරි කාලය ගෙවා දමනවා. මේ සියලු ආකාර වල අය ගොඩබිමකට පය නොතබා එක දිගට මාස ගණන් යාත්රාකිරීම තුළයි ජීවත්වන්නේ. ඔවුන් විනෝද වෙනවා, සතුටු වෙනවා. හොඳට කනවා, හොඳට බොනවා, තමා සිටින්නේ මහා සාගරය මැද සිර කුටියකයි කියලා ඒ අයට තේරෙන්නේ නැහැ. මහ මුහුදු කෙරෙහි තිබෙන තත්භාවේ ස්වභාවය නිසා මේ සිර කුටිය ඒ අය දකින්නේ සිහින මාලිගාවක් හැටියට. අපි හරියටම නොදන්නා නමුත් අහලා තිබෙන විදිහට මේ අය නැව ගිලුනත් බැන් වූත් ගහනවලු සැපයි, සැපයි කියලා. මහා සාගරයේ මැරුණත් සැපයි කියන සංඥාවෙන්. මේ අයගේ ජීවිතය කියන්නේ මත්වීම, ඉන්ද්රියන් පිනවීම පමණමයි. මේ අය මුහුදු මගේ කරගෙන, මුහුදු ආත්මය කරගෙන, ඒ ආත්මය තුළ සැප ඇතැයි සොයනවා.

ලෝකයේ තවත් පිරිසක් සිටිනවා. ඒ අය තමයි කිමිදුම්කරුවන්. ගවේශකයන්. ඒ අයත් මුහුදු තුළ සැප සොයනවා. සම්පත් සොයනවා. ඔක්සිජන් ටැංකියක් කරේ එල්ලාගෙන එහි බර දරාගෙන, ගැඹුරු බියකරු මුහුදේ කිමිදෙමින්, ඒවා සැප හැටියට දකිමින් මුහුදේ සැඟවුණු අසිරිය, ධනය, නොපෙනෙන ලෝකය සොයනවා. මේ අයට මුහුදේ ලවන ස්වභාවය, මුහුදු ගැඹුරේ භියකරු ස්වභාවය බොහොම සුළු දෙයක්. මොකද මහ මුහුදු කෙරෙහි තබන්නා වූ

උපාදානය ඊට වඩා බලවත් නිසා. මේ පිරිසත් මුහුදු ආත්මය කොට දකිමින් එහි සැප සොයන පිරිසක්මයි. මහා මුහුදු ආශ්ච්ච වෙසෙන කෝටි ජරකෝටි ගණනක් මත්ස්යයන්, කැස්බෑවන්, ලිහිණියන් වැනි පක්ෂීන්... මේ අයත් මුහුදු උපාදානය කරගත් පිරිසක්මයි. මේ අය තම පංචෝන්ද්රය පිනවන්නේ මහා මුහුදෙන් ලබාගන්නා ආහාරයෙන්. ඒ අයගේ ජීවිතය මහ මුහුදයි. මේ සෑම සතකුම මහ මුහුද තුළ සැප සොයනවා. මහ මුහුද මගේය කියලා දකිනවා. මහ මුහුද මගේ ආත්මය හැටියට දකිනවා.

ඉහත සටහන් කරපු ආකාරයෙන් ධීවර කර්මාන්තය නිසා අධ්යාපනික, ගවේෂණාත්මක සහ ජීවත්වීම උදෙසා මුහුදු උපාදානය කරගත් මනුෂ්යන් වගේම තිරිසන් සතුන්ගත් ගණනින් මහා විශාල සංඛ්යාවක්. මෙන්න මේ මුහුදු උපාදානය කරගත්, මුහුදු මගේ කරගත්, මුහුදු තුළ සැප සොයන ඉහත සත්වයන් කවදා හරි දවසක මැරෙන මොහොතේ, තමා ජීවත් වන කාලයේදී තත්භාවෙන් බැඳී සිටි මහා සාගරය කෙරෙහි කැමැත්තක්, උපාදානයක්, ඡන්දරාගයක්, මතුපිට නම් ඔහු අසුර ලෝකයේ ඉපදීමට ඇති ඉඩ ඉතාමත් වැඩියි. මේ වගේ සාගරය උපාදානය කර ජීවත්වෙලා අසුර ලෝකයට බැසගත්තට පස්සේ එම අසුරයන්ට පුළුවන් මහා සාගරය මගේ කරගෙන ජීවත්වෙන්න. සාගරය කළඹන්න, පිහිනන්න, කිමිදෙන්න. ඒ ඔහු අපේක්ෂා කළ කැමැත්ත අල්ලාගැනීම නිසා ඒ අසුරයන් අසුර ජීවිතය දුකක් කොට දකින්නේ නැහැ. මොකද එයා පෙර මනුෂ්ය ජීවිතයේදීත් මුහුදු, ජලය, එහි ලවන ස්වභාවය, හිරු රශ්මිය, මුහුදු සුළඟ, බියකරු බව දුකක් හැටියට දැක්කේ නැහැ. උතුම් මනුෂ්ය ජීවිතයක් ලැබී තිබේද්දීත් ඉහත කරුණු සැපක් කර ගන්න කෙනා අසුර ලෝකය කියන සතර අපායට වැටුණහම එම ස්වභාවය දුකක් හැටියට දකියිද? නැහැ. ඔහු ලැබූ මහා සැපක් හැටියටයි එය දකින්නේ.

පුංචි දරුවෙක් තමන්ගේ මුත්තා අසුර සමග සෙල්ලම් කරනවා වගේ, අසුරයෝත් මහා සාගරයේ සෑම දුක්ඛ දෝමනස්සයක්ම මහා සැපයක්a කොටගෙන ජරිතවෙනවා. මහා සාගරයේ ආධිපත්යය පතුරුවනවා. මහා සාගරයේ අයිතිය, ජරදේශ වෙනුවෙන් ගැටෙනවා. සටන්කරනවා. මනුෂ්යයෝ මේ මුහුදු ජරදේශය අපේ, වෙන අයට මෙහි මසුන් අල්ලන්න බැහැ. මේ වෙරළ අපේ හෝටලයේ. වෙන අයට මෙහි එන්න බැහැ වැනි අසුර සංඥාවල බැසගෙන සිටින නිසා අසුර ලෝකයේදී ඒ දේවල් වඩා පුළුල්ව සිද්ධවෙනවා.

ඔබ හිතන්න කිමිදුම්කරුවකු යම් සේද මහ මුහුද තුළ ක්රියා කරන්නේ කියලා. ඔහු දිය මතුපිටත් පිහිනනවා. දිය යටත් කිමිදෙනවා. ගැඹුරු දියෙන් කිමිදෙනවා. මෙන්න මේ කිමිදුම්කරුවා වගේ අසුරයාත් මහසයුරේ කිමිදෙමින් පංචකාමය විඳිනවා. මුහුද වෙනුවෙන් තම වර්ගය සමඟ සටන් වදිනවා. මුහුදේ සැප සොයනවා. එය තමයි අසුර ලෝකයේ ස්වභාවය. මාළුවෙක් යම් සේද මුහුද දිය සැපැයි කියමින් එහි වාසය කරන්නේ පිහිනමින්, කිමිදෙමින්, හැඩතල මවමින්, සතුටු වෙමින්.... මාළුවාට එය සැපයක් වුවද එය නිරිසන් ලෝකයයි. තව කුඩා මාළු සිය දහස A ගනනින් ආහාරයට ගනිමින් තව කර්ම රැස්කරන එකයි. මාළුවා කරන්නේ අවසානයේදී කාගේ හරි දැලකට අසුවෙලා ජීවිතය පූජාකරනව. අසුරයන් තෘෂ්ණාවෙන් මහ සාගරය අල්ලාගෙන මුහුද බෙදාගැනීමට අයිතිකරගැනීමට වෛරය, ක්රෝධය, තණ්හාව වඩමින් අවසානයේ විනාශවෙලා තව තව දුකින් දුකට වැටෙනවා.

හික්ෂුවක් සමාධියෙන් පසුවනවිට මහා සාගරයේ මුහුදු ජලය මත කිමිදෙමින්, සතුටු වන සත්වයන් කිහිපදෙනෙක් දුටුවා. හික්ෂුව මේ අය හඳුනාගනු ලැබුවේ අසුරයන් හැටියටයි. හැබැයි මේ අසුරයන් කිහිපදෙනා බොහොම තේජාන්විත, පිරුණු මනුෂ්‍ය ස්වභාවයේ ශරීරයක් සහිත බොහොම ශක්තිමත් පිරිසක්. මේ අය තනිකරම කිරි පැහැයෙන් යුක්තයි. මනුෂ්‍ය හිසට වඩා ලොකු හිසක් ඔවුනට තිබුණා. මේ අසුරයන් ඉතා ප්රීතියෙන් ජලයේ කිමිදෙමින්, ජලය මතුපිටට එමින් විනෝද වුණා. මේ සියල්ලෙන් පෙනෙන්නේ හික්ෂුවට දර්ශනය වූ අසුරයන් කිහිපදෙනා අසුර නායකයන් බවයි. මොකද ඒ අය අසුර ලෝකයේ ජීවත්වුණත් දුක් විඳින බවක් පෙනුණේ නැහැ. ඒ අයගේ සියුම් කයේ පිරුණු ස්වභාවයේ විරූපි බවක් පෙනුණේ නැහැ.

සමහර විට මේ දෙය වෙන්වේ මෙන්න මේ විඳිහට කියලා හික්ෂුව අනුමාන කරනවා. ඒත් නිවැරදිවම කියන්න නම් දන්නේ නහැ.

ඔය මුහුදට ආසා කරන කෝටිපති වියාපාරිකයන්, සංචාරකයන් ඉන්නවා. මේ අය ගොඩාක් සමාජ සේවය, දාන මාන වැනි ක්රියාවල යෙදෙනවා. මේවා තුළින් ඔවුන් තුළ කුසල් වැඩෙනවා. නමුත් මේ කෝටිපතියන් මැරෙන මොහොතේ ඔවුන් තුළ ඇතිවන්නේ ඉහත සමාජ සේවා, අනුනට කළ උපකාර පිළිබඳ මතකය නොවෙයි. සාගරය කෙරෙහි උපාදානයක්. අනේ මට නැවත මුහුදු සැප අහිමිවෙය කියා බියක්. ඒ සැපය කෙරෙහි ආශාවක්.

අනෙක මේ සමහරක් කෝට්ටියන්, සංචාරකයන් මිත්‍යාදාෂ්ටිකයන් වීම නිසා, පිං පව් පිළිබඳ විශ්වාසයක් නොමැති නිසා දානයේ ආනිශාස පරලොවදී ලැබෙනුයේ විශ්වාසයක් නොමැති නිසා ඒ අයට මේවා මතක් වෙන්නේ නැහැ. මතකයට එන්නේ තමන් කරපු, තමන් කැමති වූ දෙය පිළිබඳ අල්ලාගැනීමක්. මේ හේතුව නිසා මේ අය මරණින් මතු තමන් කැමති වූ මහ මුහුදේම අසුරයෙක් ලෙස උපත ලබන්න බොහෝ ඉඩක් තිබෙනවා. මෙන්න මේ අය අසුර ලෝකයට ලෝකයේදී හික්ෂුවට දර්ශනය වූ පරිදි තේජාන්විත පෞරුෂත්වයෙන් යුත් අසුර නායකයන්, ජරාදේශීය නායකයන් වශයෙන් උපත ලබන්න ඉඩ තිබෙනවා.

ඔබ මෙහෙම සිතන්න, එක ධීවර මුදලාලි කෙනෙක් ඉන්නවා ඔහු අදහන්නේ කිරිස්තියානි ආගම. එහෙම නැතිනම් මුස්ලිම් ආගම. ඒ ගැන කිසිම ගැටලුවක් නැහැ. ඒ එම මහත්වරුන්ගේ නිදහසයි. එවැනි ආගම් භක්තිකයෙක්ට ධීවර කර්මාන්තය ජර්නික්ෂේප කර්මාන්තයක් වෙන්නේ නැහැ කියලා හික්ෂුවක් හිතනවා. වැරදි නම් සමාවෙන්න ඕනේ. නමුත් බුදු දහම පැත්තෙන් ධීවර කර්මාන්තය ජර්නික්ෂේප කර්මාන්තයක්. අපි මෙහෙම හිතමු. ඔය ධීවර මුදලාලිට ටරොලර් යාත්රා දහයක් තිබෙනවා කියලා. දිනපතා හොඳින් කාලගුණය පවතිනකොට මේ යාත්රා දියඹට ගොස් විශාල මාළු අස්වැන්නක් ගොඩබිමට ගෙනෙනවා. මේ අස්වැන්න තමයි බෞද්ධ ජනතාවත් ආහාරයට ගන්නේ. ස්වාමීන්වහන්සේලාට පූජා කළොත් වළඳන්නේ. ඉහත එක යාත්රාවකින් මාළු දහස් ගණන් මරලා ගොඩට ගෙනෙන්නේ. එතකොට දිනකට යාත්රා දහයකින් මොන තරම් මාළු කන්දරාවක් මරා දමනවාද? එතකොට මේ මුදලාලිලා ජීවිත කාලය තුළ මොන තරම් මාළු කන්දරාවක් මරා දැමීමට හවුල් වෙනවාද? මේ මුදලාලි උදයට මුඛහුදුවෙලට ඇවිත් සතුටුවෙන්නේ මාළු අස්වැන්න දැකලා. බලලා. අස්වැන්න වැඩිවෙන්න වැඩිවෙන්න මුදලාලිගේ, සේවකයන්ගේ, සතුට සිනහව බලාපොරොත්තු වැඩිවෙනවා. සමහරදාට මැරුණු මාළුන්ගේ කුස තුළ ලෝකයට බිහි නොවූ නමුත් ජීවී පැටවුනුන් කෝට්ටි ගණනක් ඉන්න පුළුවන්. මෙම මාළු පැටවුන් මැරෙනවා. මෙවැනි පිරිස් ජීවිත කාලයක් පුරාවට රැස්කරගන්නා අකුසල් ජරමාණය ඉලක්කම් වලින් ජරකාශ කරන්න බැහැ. මෙවැනි අකුසල් නිසාත් බොහෝම දුර්වල, විරූපි අසුරයන් වශයෙන් වගේම මුහුදු පතුළේ ගල් ප්‍රේතයන් වශයෙන්ද ඉපැදීමේ ජරවණතාව ඉතාමත් වැඩිය. මුහුදු පතුළේ සිටින මේ ගල් ප්‍රේතයන් ගලක්, කොරල් පරයක්, මුහුදු ශාකයක් වශයෙනුයි සිටිනුයේ. මේ ප්‍රේතයන් පහළ වෙන්නේ ගල

තුළයි, කොරල් පරය තුළයි. විශාල මුහුදු ශාක නිධි තුළයි. මේවා තමන්ගේ නිවාස කරගෙන, හවන කරගෙන මේ අය ජීවත්වෙනවා. තමා තන්හාවෙන් අල්ලාගත් මුහුදු මුරකරන්නේ, බලාගන්නේ ZමගේZ සංඥාවෙන් අයිතියේ තබාගෙන සිටින්නේ මේ නිවස තුළ සිටයි. මේ ගල් ප්ලේට්ස් දිනකට දෙතුන්වරක් හිස ගලෙන් මතුකොට මුහුදේ වටපිටාව හොඳින්, තෘෂ්ණාවෙන් නිරීක්ෂණය කරනවා. කවුරු හරි ඇවිත්ද, වෙනත් කෙනෙක් අයිති කරගෙනද කියලා. මුහුදු පතුලේ ඇති ධන නිධාන, ගිළුනු නැව්, මත්ස්ය සම්පත බලලා නැවත එයා ගල්වෙනවා. මිනිස්සු මේ ධන නිධාන ගන්න එහෙම නැතිනම්, නිරීක්ෂණය කරන්න මුහුදු පතුලට ගියොත්, ඔන්න මේ අය පීඩා කරනවා. බය කරනවා. මේවාට තමයි මිනිස්සු හොල්මන් කියන්නේ. මේ හේතුවෙන් නිසා වෛරය, ක්ලෝරෝෆයිට්, තෘෂ්ණාව තව තව වැඩි වෙනවා. මේ සත්වයන් තවත් දුකෙන් දුකටම යනවා. අසුර ලෝකයෙන් ප්ලේට් ලෝකයට, ප්ලේට් ලෝකයෙන් නිරයට වැටී කල්ප ගණන් දුක් විඳිනවා.

දැන් ඔබ සිතන්න, ඔබත් මහා සාගරය ජීවිකාව උදෙසා, විනෝදය උදෙසා, අල්ලාගත් තෘෂ්ණාවෙන් උපාදානය කරගත් අයෙක් නම් මහා සාගරයේ ප්ලේට්ස් අස්වැන්න ගොඩබිමට ගෙනෙන අයෙක් නම්, සතර අපායට අයත්වන අසුර ලෝකයේ ස්වභාවයත්, අසුර ලෝකයේ ප්ලේට්ස් අයෙක් අවශ්‍ය කරන හේතුව ගැනත් අවධානය යොමු කරන්න. අසුර ලෝකයේ ප්ලේට්ස් අයෙක් ලැබුවොත් ඔබට කල්ප ගණනාවකින් ගොඩ ඒමට නොහැකි බව දකින්න. ලවන රසයට ඇති අනවශ්‍ය ආසාවන්ගෙන් මිදෙන්න. බියකරු මහ මුහුදට ඇති තෘෂ්ණාවෙන් මිදෙන්න. එසේ නොවුණහොත් ඔබම, ඔබ කැමති වූ පරිදිම කල්ප ගණනක් ලුණු රසයත්, ලවන ජලයත්, පිළි ගඳත්, ගැඹුරු නොගැඹුරු සයුරත්, එහි ඇති ධන නිධානත් ඔබේ කරගෙන ජීවත් වෙන්න පුළුවන්. ඔබට අයිති නැති, ඔබගේ වසභයේ පවත්වාගැනීමට නොහැකි දෙයක් ඔබට දුක පිණිසම හේතුවන දෙයක් අවිද්‍යාව නිසා ඔබේ කරගෙන, සැපයක් කරගෙන දුක් විඳින්න ඔබට සිදුවේවි. මහා සාගරයට කැමති වන හැම මොහොතකම ඔබ අසුර ලෝකයට යෑමට මහ එළිපෙහෙළි කරගන්නවා වීම නොවැලැක්විය හැකි කරුණකි. මහා සාගරයට ඇති කැමැත්තෙන්, තෘෂ්ණාවෙන් මිදී අසුර ලෝකයට යන මාර්ගය ඔබ වසා දමන්න. ලැබූ මනුෂ්‍ය ජීවිතය සතර අපායෙන් මුදාගෙන ඔබත් ලොව්තුරු සුවය අත්විඳින්න.

මහා සාගරයේ ඇති බියකරු බව බියකරු බවක්ම ලෙසින් දකින්න. මහා සාගරයේ ඇති පාළුව,

සෙවණක් නොමැති හිරු රශ්මිය, ලවන ස්වභාවය, පිළිකුලක් සේම දකින්න. ඒවා ඔබේ කරනොගන්න. මහා සාගරය සන්වයාට අකුසලයේ අස්වැන්න පමණක්ම උරුමකොට දෙන ඒ අකුසල් හේතුවෙන් අසුර ලෝකයේ දුකම උරුම කරදෙන මාර සාගරයක් බවට දකින්න ඔබ දක්ෂවෙන්න. මහා සාගරයට ඇති කැමැත්තෙන් මිදී අසුර ලෝකයෙන් මිදෙන්න.