



‘මා නිවන්ත අභික්කම’ - නො නැවත ඉදිරියට යවු

56 වන කාණ්ඩය	බු.ව. 2557 ඉල් මස පුරසලෝස්වක ආ ක්‍රි.ව. 2013 නොවැම්බර මස 17 වන ආ	07 වන කලබ
---------------------	---	------------------

කලණමිතුරුව

ලොවේ සොඳුරු සුමිහිරි බව හැම	දින
මැවේ මගේ දිවි ළඟ ඔබ සිටි	තැන
නොවේ දුකක් ගැහැටක් තැවුලක්	දෙන
නිවේ පිපී සුවදින් සිත් මල්	වන

අරුණ ඔබ ය මා යන මග	දිගට
අඳුර වුව ද ඔබ වෙයි එහි	පිහිට
අකුරු කළ ද ඔබ නැති නම්	ගැහැට
අසිරි මිතුරු ඔබ සුමිතුරු	සැමට

මිනිසි රුකේ ගුණ මල් පල	ගන්වන
සුනිසි මිනිසියාවට නෝනැති	වන
වෙසෙසි ලෙසින් ලොවුතුරු මග	සරසන
දිවැසි මිතුර මා ළඟ නිවසනු	මැන

- අනඳ



බලාපොරොත්තුව

බම්බලපිටියේ සිරි වජිරාරාමය පිහිටුවා වදළ
අභිසුජ්ජ පැළැණේ සිරි වජිරඤ්ඤා මහානායක
මාහිමිපාණන් වහන්සේ විසිති

“ආසිංසෙට්ච පුරිසො
න නිබ්බන්දෙය්‍ය පණ්ඩිතෝ”

“උපායයෙහි දක්ෂ වූ පුරුෂ තෙමේ තමා අදහස් කරගත් අර්ථය සිදුවන තුරු ම තමාගේ බලාපොරොත්තුව අත් නොහරනේ ය. අතරතුර දී කොතරම් බාධා පැමිණුණත් නො කළකිරෙන්නේ ය” යනු සිලවජාතක පාළියෙහි වදළ බුද්ධ වචනයෙකි. මෙය සුළු උච්චේසක් මෙන් පෙනුණත් දෙලොව හැම වැඩ සැලැසීමට ඉෂ්ටමත්තයෙකි. ධෛර්යසම්පන්න වීරවරයන්ගේ ආදර්ශ පදයෙකි. “දියුණුවක් කැමති ළමයා පටන් මහල්ලා දක්වා සියල්ලන් විසින් ම, තම තමන් තෝරා ගත් අභිවෘද්ධි මාර්ගයක් පිළිබඳ බලාපොරොත්තුවක් ඇතිකර ගත යුතු ම ය.

ඒ වෘද්ධිමාර්ගයෙහි ගමන් කරන්නා වූ තැනැත්තේ තමා බලාපොරොත්තු වන අර්ථය සම්පූර්ණ ලෙස සිදුවන තුරු ම සැහිමකට නො පැමිණෙන්නේ ය. කොතරම් බාධාවන් පැමිණුණත් නොපසු බස්නේ ය. ඒ හැමට ම විශාරද වැ මූණපාමින් ඉදිරියට ම යන්නේ ය. යම් බලාපොරොත්තු වන අර්ථයකගේ ආරම්භය සහ සිද්ධිය අතරේ පැමිණෙන තාක්

බාධාවන් උඩුමහලට නඟිනා පඩිපෙළේ එක එක පඩිය මෙන් සලකන්නේ ය.

“බහු හි තත්ථ සම්බාධා - යන්ථ බාලෝ විසිදති”

යනුවෙන් වදළ ලෙස පසු බස්නා මෝඩයාට ම යම් කටයුත්තක දී බාධා බොහෝ වන බවත් නොපසු බස්නා චිරපුරුෂයාට නම් කිසිත් බාධාවක් නැති බවත් සිතන්නේ ය. අලස මුළුසන් බාධාවන් ලෙස සිතන නොයෙක් දේවල් හෙතෙම ලෝකස්වභාවයන් ලෙස සිතන්නේ ය. එවැන්නක් නැති වැ නිරුත්සාහයෙන් ම බලාපොරොත්තුව සිදු වී නම් ලෝකස්වභාවයට වෙනස් වූ ආශ්චර්ය සිද්ධියක් ලෙස සිතා හෙතෙම පුදුම වන්නේ ය. එවැනි බලාපොරොත්තුවක් ඇති තැනැත්තේ ඉතා දීර්ඝ කාලයක් මුළුල්ලේ වුවත් පමණ ඉක්මවා යුහුසුලුත් නො වෙමින් ඒ බලාපොරොත්තුවත් අත් නොහරිමින් එහි ම බැඳී කල් යල් බලා ක්‍රියා කරන්නේ ය. ගාමණි ජාතකයෙහි එක්සියක් සහෝදරයන්ගෙන් සර්ව කනිෂ්ඨ වූ (හැමට ම බාල අන්තිම මලඤ්ච) සංවර කුමාරයා යුහුසුලු නො වැ පණ්ඩිතයන් ගේ අවවාදයනට අනුකූල වැ කලින් ම බලාපොරොත්තුවෙන් ක්‍රියා කොට නවාතුවක් (99 දෙනෙක්) තමහට වැඩිමහලු කුමරුවන් පසු බා රාජ්‍යය දිනා ගෙන :

“අපි අතරමානානං - එලාසා’ව සමිජ්ඣකි”

යනුවෙන් - නිසි කලට මත්තෙන් පමණ ඉක්මවා ඉක්මන් නොවී බලාපොරොත්තුවෙන් කල් යල් දැන ක්‍රියා කරන්නන්ගේ යථාභිමතාර්ථය ඒකාන්තයෙන් සිදු වන්නේ ම යයි කී ප්‍රීති වාක්‍යය දියුණුවනු කැමැත්තේ ආදර්ශපදයක් කොට ගන්නේ ය. කේන්ද්‍රයෙන් දක්වන එලාඵල වත් නැකැත්යෝගබල වත් නො සිතා,

“අත්ථෝ අත්ථස්ස නක්ඛන්තං - කිං කරිස්සන්ති තාරකා”

යනුවෙන් වදළ ලෙස - අර්ථ වූ පුද්ගලයාට (ඕනෑකම ඇති තැනැත්තාට) නැකත නම් තමා බලාපොරොත්තු වන අර්ථය ම ය. අහසේ හැසිරෙන තාරකාවෝ කුමක් කෙරෙද්ද? යනු නිතර ම සිතන්නේ ය. දශාව නරක්වීම නිසා හෝ වන්දුග්‍රහණ සූර්යග්‍රහණ ග්‍රහ යුද්ධාදී යමක් නිසා හෝ තමාගේ බලාපොරොත්තු හැර දමා නිරූත්සාහ නො වන්නේ ය. තමා බලාපොරොත්තු වන දෙය පෙර යම් යම් අය විසින් නොකොට හැකි වූ බව අසාවක් වීරපුරුෂ තෙමේ ස්වකීය බලාපොරොත්තුව අත් නො හරනේ ය. මහලු පැරකුම්බා රජ මාවැලිගඟ අවුරා අමුණුබැම්මක් බඳින්නට යෝජනා කළ කල්හි අමාත්‍යයන් විසින් “ දේවයන් වහන්ස! එය පෙර බොහෝ රජුන් විසිනුත් නො කොටගත හැකි වූ අමාරු වැඩෙකි, එහි යොදන උත්සාහයන් වියදමත් නිරර්ථක ය”යි කීකලැ, “එම්බා ඇමැත්තෙනි, රාම කුමාරයාට වදුරන් ලවා මහ මුහුද අවුරා ගල් බැම්මක් දූම්මිය හැකි වී නම් මට නුඹලා වැනි බුද්ධි පෞරුෂ ඇති මිනිසුන් ලවා ගඟක් අවුරා අමුණු බැම්මක් නො දූම්මියැ හැකි ද ”යි අසා සැබෑ වීරයකු ලෙස ගර්ජනය කෙළේ ය.

එසේ එය පටන් ගෙන නොබෝ කලෙකින් නිම්වා එයින් ගත් මහාජලප්‍රවාහය සැතැපුම් පණස් හතක් (57ක්) පමණ දික් වැ කැණැවූ මහ ඇළකින් නොයෙක් සිය ගණන් වැව්වලට බෙදමින් එයින් මුළුරට ගොවිතැන් කැරැවී ය. එමෙන් ම මේ රජතුමා වළගම්අබා රජු දවසැ පටන් අවුරුදු එක්දස දෙසිය ගණනක් මුළුල්ලේ වෙන රජුන් බොහෝ උත්සාහ කොටත් සමඟි කැරැවියැ නොහී පැවැත්තා වූ නිකායත්‍රය හේදය ඉවැසිල්ලෙන් වැයම් කොට යහපත් උපායයෙන් සමඟි කැරැවී ය.

“ලොකෙ උස්සාහවන්තානං - ජනානං කිම’සාධියං.”

මේ ලෝකයෙහි නො පසු බස්නා උත්සාහය ඇති තැනැත්තන් විසින් සිද්ධ කොට ගතැ නොහෙන දේ කුමක් ද? සියල්ල ම පිළිවනැ යි සිංහනාද කෙළේ ය.

අවරදිග රටවල් ගැන සිතතොත් කුඩා ළමයා පටන් කවුරුනුන් දන්නා ඇල්ප්‍රඩ් රජුගේ කථාව නිදර්ශන මාත්‍රයෙකි. එතුමා හයවරක් ම යුද්ධයෙන් පැරැදීත් බලාපොරොත්තුව අත් නොහැර අන්තයේ දී මකුළුවාගේ දෑල බැඳීම ආදර්ශයට ගෙන හත්වන වර සටනින් ජය ගත්තේ ය.

මේ ආදිය නුවණින් මෙනෙහි කොට මතු දියුණුවක් කැමැති වන්නා වූ සියල්ලන් විසින් ම ඉතා කුඩා කාලයෙහි සිට ම යම් උදර වූ අර්ථයක් පිළිබඳ බලාපොරොත්තුවක් ඇති කර ගත යුතු ය. කොතෙක් කල් ගියත්, කොතෙක් බාධා පැමුණුණත් එය අත් නො හැරිය යුත්තේ ය. තමන් ගේ මතු බලාපොරොත්තුවට වුවමනා සුදුසුකම්වලින් දිනෙන් දින සම්පූර්ණ වන්නටත් මෝරන්නටත් සිතිය යුතු ම ය. ඒ බලාපොරොත්තුවට බාධක විය හැකි වූ යම් යම් කැළැල් ස්වකීය වර්තයෙහි නො වැද්ද දියැ යුතු ය. බලාපොරොත්තු වූ ප්‍රමාණයෙන් භාගයකින් පමණ සතුටු වී නො නැවැතැ සම්පූර්ණයෙන් ම අභිමතාර්ථසිද්ධිය වනතුරු උත්සාහ දැරියැ යුතු ම ය. අප ගේ ස්වෘතී වූ තථාගතයන් වහන්සේ බුදු වන්නට බලාපොරොත්තුවක් ඇති කර ගත්තේ මෙයින් විසි අසංඛ්‍ය කල්පලක්ෂයකටත් පෙර ය. එහෙත් එද ම හෝ ඊට දෙතුන් හවයකට පසු හෝ බුදු නො වූහ. නව අසංඛ්‍යයක් කල් මුළුල්ලේ ඒ බලාපොරොත්තුව සිත තුළම තබාගෙන මනාප්‍රණීධි (කටිත් ප්‍රකාශ නො කොට සිතින් ම පැතීම) වශයෙන් වඩමින් ඊට සුදුසු වන්නට පිළියෙළ වූ සේක. කටිත් ප්‍රකාශ කරන්නට තරම් මුහුකළ (මේරු) සුදුසුකම ඇති වූ තැනැ පටන් සත් අසංඛ්‍යයක් කල් මුළුල්ලේ පිළියෙළ වූ සේක.

මෙසේ සොළොස් (16) අසංඛ්‍යයක් මුළුල්ලේ පිළියෙළ වූ උතුමාණෝ “සුමේධ” පණ්ඩිත ව උපන් ආත්ම භවයෙහි දී මොහොතකින් රහත් වෙතත් පුළුවන් තරම් සුදුසු වැ සිටිසේක. එවැනි උදර පුරුෂයෙක් වැ ම ප්‍රථම නියත විවරණය ලබා එතැනැ පටන් සතර අසංඛ්‍ය කල්ප ලක්ෂයක් කල් මුළුල්ලේ කායප්‍රණධි වශයෙන් දශපාරමී සංඛ්‍යාත පොදුලොවට වැඩ පසස්නා ක්‍රියාවන්හි යෙදුණු සේක. මේ විසි අසංඛ්‍ය කල්පලක්ෂය මුළුල්ලේ උන් වහන්සේට ක්‍රිවිධප්‍රණධීන් ගේ වශයෙන් පෙරුම්පිරීමට අනන්ත වශයෙන් බාධාවන් පැමිණි නමුත් කිසි කලෙකත් බලාපොරොත්තුව අත් නොහළ සේක. උත්සාහය ශීරීල (ලිහිල් -බුරුල්) නොකළ සේක. සුමේධ පණ්ඩිත කාලයේ දී ම වුව මනා නම් මොහොතකින් සියලු කෙලෙසුන් නසා මහරහත් වහන්සේ නමක් වෙතත් පිළිවන් වැ සිටියත් එසේ භාගයකින් සැහීමට පැමිණෙන්නට නො සිතා, මුල් බලාපොරොත්තුව සම්පූර්ණ වනතුරු ම සාරාසංඛ්‍ය කල්ප ලක්ෂයක් මුළුල්ලේ දුක් ගෙන බුදු වන්නට ම උපන් සිද්ධාර්ථ ගෞතම ජාතියෙහි දී පවා මහබිනික්මනැ පටන් පිරිනිවන් පෑම දක්වා ම නොයෙක් බාධා, පැමුණුණත් ඒ එකකුත් නො තකා මහෝත්සාහයෙන් බුදු වැ පන්සාලිස් (45) අවුරුද්දක් ඇතුළතැ සියලු බුදුකිස (බුදු කෙනෙකුත් විසින් කටයුතු වූ සියල්ල) නිමවා සර්වප්‍රකාරයෙන් සම්පූර්ණ වූ බලාපොරොත්තු ඇති වැ ම පිරිනිවන් පෑ වදළ සේක.

මේ පරමෝක්කාෂ්ට වූ මහාචාර්ය වර්තය ආදර්ශයට ගෙනැ උතුම් බලාපොරොත්තුවක් ඇති වැ, එය සම්පූර්ණ වන තුරු ම අත් නොහැරීමෙනුත්, ඉවසිල්ලෙනුත් උනන්දුවෙනුත් ක්‍රියා කොට උභයලෝකාර්ථ සිද්ධිය කර ගන්නා ලෙස සියලු භවන්නට සිහිපත් කරවමිභ.



බුදු පියාණන් වහන්සේ ඉගැන්වූ කැමෙහි බිමෙහි ශීලාවාර ශික්ෂා

පූජ්‍ය බුද්ධිංගල ආනන්ද හිමිපාණන් විසින්

දැනුමින් උපයාගත් ආහාර හොඳ සිහියෙන්, සංවරයෙන්, සැලකිලිමත්ව කන්න. අහක දමන තරමට කන නොකන සෑමදේම බෙද ගන්න එපා. කෑමට බැරි තරම් බෙදනකල් බලාසිටින්න එපා.

නොසැලකිලිමත් බව පෙන්වන අයුරු අඟ පසඟ හසුරුවමින් කන්න එපා

බතට සැහෙන පරිදි පමණක් ව්‍යංජන බෙද ගන්න.

ආහාර ගන්නා පිඟානේ හෝ භාජනයේ ගැටිය ඉක්මවා යන සේ ආහාර බෙද ගන්න එපා.

වට පිට බලමින් කන්න එපා.

ආහාර බෙදගත් පසු පිඟානේ තැනින් තැන නොව එක් කොනක පටන් කෑම කෑමට පුරුදුවන්න. පිඟාන මුදුනෙන් ආහාර අනා කන්නට පුරුදු වන්න එපා.

ඔබ වඩාත් ප්‍රියකරන ව්‍යංජන දුටුවිට අන් අයට නොලැබෙනසේ පමණට වඩා බෙද ගන්න එපා.

කවුරුන් හෝ ඔබට ආහාර බෙදන විට බකින් ව්‍යංජන වසා කෑදරව හොර සිතින් තවත් බෙදනතුරු සිටීම නරක සිරිතකි.

කැ කෝ ගසමින් ආහාර ඉල්ල ඉල්ලා කැම කන්න එපා.

අවමන් කිරීමේ අදහසින් අනුන්ගේ කැම පිගන් දෙස බල බලා කන්න එපා.

විශාල බත් පිඬු අතට ගෙන මහත්සේ කට ඇර කැමෙන් වලකින්න. සාමාන්‍ය ප්‍රමාණයට කට ඇර කුඩා බත් පිඬු සකසා කන්න.

බත් පිඬු කට ළඟට ගෙන එන්නට කලින් කට ඇරගෙන ඉන්න එපා.

කැම කන විට සම්පූර්ණ අත හෝ ඇඟිලි කට තුළට රිංගවන්න එපා.

ආහාර කට තුළ තිබිය දී කතා කරන්න එපා.

ආහාර කට තුළට විසිකරමින් කැම කන්න එපා

අනාගත් බත් පිඬු කට ළඟට ගත්පසු එය කැවිලි, පළතුරු කනසේ කඩ කඩා කන්න එපා.

වඳුරන් බොහෝ විට කන්නේ ආහාර හක්කේ පුරවා ගෙන ය. එසේ හක්කේ ආහාර රඳවාගෙන කැම කන්න එපා.

බත් ඇට සහ ව්‍යංජන පිඟාන අවට වැටීමට සලස්වමින් කන්න එපා.

කැම කද්දී තම අත ගස ගසා කැම කන්න එපා.

ආහාර ගනිද්දී දිව එළියට ඇද ඇද කන්න එපා.

වච්ච වච්ච යන හඬ නගමින් තලු ගස ගසා කන්න එපා.

වතුර බොද්දී, එමෙන් ම කිරි, කැඳ, සුප් යනාදිය කන බොන අවස්ථාවන්හි දී ඒවා සුරු සුරු හඬ නැගෙන අයුරු උර උරා කන්න බොන්න එපා.

ආහාර ගන්නා අවස්ථාවේදීත් ඉන් පසුවත් අත සේදීමට පෙර සමහරු අත සහ ඇඟිලි ලෙවකති. මෙය ඉතා අශෝභන, අප්‍රිය දර්ශනයකි. එසේ කරන්න එපා.

ඇඟිලිවලින් පිඟාන හෝ භාජනය සුර සුරා කරන්න එපා. සමහරු ඇඟිලිවලින් භාජනයට ගස ගසා කෑම කති. එසේ කිරීමෙන් වළකින්න.

කෑම කද්දී කටින් කටට දිවෙන් තොල් ලෙවකමින් කරන්න එපා.

ඉඳුල් තැවැරුණ අතින් වෙනත් ආහාර භාජන, පැන් භාජන සහ ආහාර බෙදන හැඳි, උපකරණ යනාදිය අල්ලන්න එපා.

කෑම භාජන සේදූ වතුර ගේ අවට විසිකරන්න එපා. එසේ කිරීමෙන් මැසි, මදුරු බෝවෙනවා. දුගඳ හමනවා.

ආහාර ගන්නා මේසය උඩ හෝ ඒ අවට වතුර ඉහිරීමෙන්, බත් ව්‍යංජන ඉහිරීමෙන් වළකින්න. එමෙන් ම කටු, ලෙලි සහ රොඩු අවට විසිකර ආහාර ගන්නා තැන අපවිත්‍ර කරන්න එපා.

පමණට වඩා කෑම කරන්න එපා. එසේ කෑම කෑවොත් ඔබ අලස වී, උදසින වී, නිදිමත හා වෙනත් අසනීප සෑදී පරිහානියට ගෙන යයි.

හැඳි පිහි, ගැරුප්පු යනාදිය පාවිච්චිකර ආහාර ගැනීමේ දී ඒවා එකිනෙකට ගැටී හඬ ඇති නොවන සේ එම උපකරණ පාවිච්චි කරන්න.

ආහාර ගනිද්දී කැරීම, සොටු සිරිම් කරන්න එපා. කෑම කද්දී සමහරු නාසයේ සහ කන් ඇඟිල්ල ගසා ඒවා සුද්ද කරති. මෙය ඉතා අශෝභන ය. අනුන්, එම ගති පිළිකුල් කරති.



(කෙටි කතාව)

මලන සුවඳ

සිරි වජිරාරාමවාසී
පූජ්‍ය පීඨපත සාසනරතන හිමිපාණන් විසිනි

බෝසත් දුවේ, පුතේ, ඔබත් මමත් වටිනාකියන මනුෂ්‍ය ජීවිතයක් ලබාගන්න වාසනාවන්ත වුණා. ඒ ලැබුණු මිනිසන් දිවිය තව තවත් භාග්‍යවන්ත කරගන්න බුදු සමිඳුගේ ධර්මයන් අපිට ලැබිලා තියෙනවා. ලොවට අග්‍ර වූ උතුම් බුදු සමිඳුගේ උතුම් අවවාද පිළිපැද පුංචි රාහුල හාමුදුරුවෝ වගේ ජීවිතය ලස්සන කරගන්න.

කිසි විටෙකත් පව් සිදු නො කරන්න. සෑම විට ම කුසල් දහම් වඩන්න. පුංචි කාලයේ දී ම සිත දමනය කරගන්න උත්සාහ කරන්න. එමෙන් ම මේ කතා පෙළ අවධානයෙන් යුතුව ම කියවන්න. ඒ විදියට මෙය කියවන කොට පොඩි හාමුදුරුවෝ සමිතට කියා දෙන අවවාදන් පුංචි ඔයාලටත් දකින්නට ලැබෙයි. ඉතින් ඒ අවවාද අනුශාසනා පුංචි ඔබේ ජීවිතයටත් එකතු කරගන්න.

සමිත පුතාට මතක ද, සත්වයෝ එකිනෙකා ඇත කොටා ගන්නා. දඩු මුගුරු අරගෙන රණ්ඩු කළා. ඇයි පුතේ මේ ලෝකේ මේ වගේ දෙයක් සිදු වුණේ?

අවසරයි අපෙ හාමුදුරුවනේ, මේ ලෝකේ මිනිසුන් සොරකම් කරන්න පුරුදු වුණා. මේ ක්‍රියාවේ අවසන් ඵලය තමයි ඔවුනොවුන් දඩු මුගුරු අරගෙන ඇත කොට ගැනීම.

බොහෝම හොඳයි. හොඳට කතාව අහගෙන ඉඳල කියෙන හැඩයි.

සමීන පුතේ, මෙන්න මේ ආකාරයේ විවිධ හේතූන් නිසා වෙන විපත වලක්වන්න බුදු සමිඳු ඔබලාට සිල් පද පහක් රකින්න කියල මෙත් සිතින් අවවාද කළා. සිල් පද පහයි රකින්න තියෙන්නෙ අමාරු නැහැ.

හැම සත්වයෙක් ම ජීවත්වීමේ ආසාවෙන් ඉන්නේ. තමන්ට ලැබුණ ජීවිතයට බෙහෙවින් ම කැමති යි. ඒ නිසා කිසිම සතෙකුට හිංසා පීඩා නොකර සැමට ම නිදහසේ ජීවත්වීමේ අයිතිය ලබා දෙන්න කියලයි පළමු සික පදයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළේ.

තම තමන් සතුව තිබෙන පුංචි වූ දෙය හරි ආරක්ෂා කරගන්න තමයි සත්වයෝ කැමැති. අපේ දෙයක් නැති වුණා ම අපට මහා දුකක් දුනෙනවා. ඒ දුකට තමයි අනෙක් සියලු සත්වයන්ටත් තමන්ගේ දේ නැති වුණා ම ඇති වෙන්නේ. ඒ නිසා බුදු සමිඳු නොදුන් දෙය හොරෙන් ගන්න එපා කියල දේශනා කළා.

පුහුදුන් කම නිසා මිනිසුන් කාමයන්ට ගොඩක් ම කැමතියි. මේ කාමයන් පරිභෝග කළාට ඒවා වැරදි විදිහට පරිභෝජනය කරලා දුකට පත් වෙන්න එපා කියලා තෙවනුව බුදු සමිඳු දේශනා කරනවා.

හොඳට නරකට දෙකට ම ඇති කටින් වචන පිටකරනවා. බොරු කියලා වචනය වැරදි විදිහට පාවිච්චි කරන්නත් එපා කියල බුදු භාමුදුරුවෝ සිව්වෙනුව අපට දේශනා කළා.

මත් වුණොත් ප්‍රමාද වෙනවා. ප්‍රමාද වුණොත් මාරයාගේ බන්ධකයට ලෙහෙසියෙන් ම අහුවෙන නිසා, මදයට ප්‍රමාදයට හේතුවන රහමෙර පානය කරන්න එපා කියලා අප කෙරෙහි නිකෙලෙස් සෙනෙහසකින් බුදු සමිඳු අපට අවවාද කළා.

සමීකට ඔය සිල් පද පහ රකින එක අපහසු ද?

නෑ අපෙ හාමුදුරුවනේ

බලන්න පුතේ, බුදු සමීදු අප කෙරෙහි කොයිතරම් අනුකම්පාවෙන් ද මේ කරුණු දේශනා කරල තියෙන්නේ. මේ පන්සිල් පද පහ රකින්න කිසිවක් වියදම් වෙන්නේ නැහැ නේ ද? තමන් තුළ මේ ගුණ වැඩෙනවා . තමන් මුළු ලොවට ම පරාර්ථකාමී කෙනෙක් බවට පත් වෙනවා. හැම අයෙක් ළඟ මේ ගුණ වැඩෙනවා නම් මුළු ලෝකය කොතරම් ලස්සන වෙයි ද?

පුතා හොඳට මතක තියා ගන්න එකිනෙකා තමන්ගේ ජීවිත තුළ මේ පන්සිල් පද රකිමින් වාසය කිරීමෙන් එක් එක් මිනිසා යහපත් වෙනවා. මිනිසා හැදුණා, යහපත් වුණා කියන්නේ රටක් හැදෙනවා. රටවල් යහපත් වීමේ අවසාන ප්‍රතිඵලය වශයෙන් මුළු ලෝකය ම සුන්දර වෙයි. යහපත් වෙයි.

මේ කාරණාව දුටු අපේ මඩිහේ මහ නා සමීදු අනාගතය දුටු ඉසිවරයාණන් වහන්සේ කෙනෙකු වගේ මෙහෙම කීව්වා. "මිනිසා නො හද රට හදන්න බැහැ. මිනිසාත් හද ගෙන රටක් හද ගනිමු"

අපි හැමදෙනාම එක්ව ප්‍රාර්ථනා කරමු මහ නා සමීදු පැතු ඒ උතුම් දේශය නිර්මාණය වීම වැඩි ඇතක නොවේවා කියා. පන්සිල් රකින සමාජයක් බිහිවේවා. එතුළින් රටක් මුළු ලොවමක් සොඳුරු වේවා .

සාදු සාදු අපෙ හාමුදුරුවනේ.. දෙහොත් මුදුනතින් මමත් එය පතනවා.

අපි සූත්‍ර දේශනාවේ අවසානයටත් දැක් ටික ටික ළං වෙනවා.

ඉතින් රණ්ඩු කළ කෝලාහල සිදු කරන මිනිසුන්ගේ කුරිරු ක්‍රියා පරිසරයටත් දෙනුණා. පරිසරයත් මේ නිසා ම දවසින් දවස රළු වුණා. සොබා දහමේ වටිනා සම්පත් සිඳි යන්නට පටන් ගත්තා.

මේ වෙනස්කම් දිහා අවධානයෙන් බලා සිටි නුවණැති මිනිසුන් පිරිසක් අතර මෙවැනි කතා බහක් ඇති වුණා.

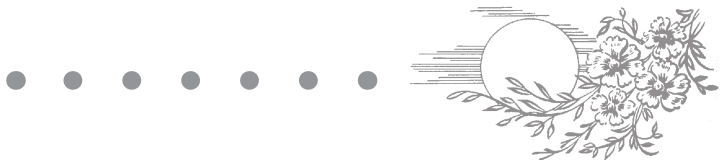
අපි ඉස්සර කොතරම් සතුටින්, සමඟියෙන් සාමයෙන් ජීවත් වුනා ද?

එහෙත් ඒ තිබුණ සතුට සමඟිය, සාමය අද කොහි ද? දැන් අප අතර දවසින් දවස ම වැඩෙන්නේ අසමඟිය යි. අවිශ්වාසය ම යි. දූෂණ භීෂණ එන්න එන්න ම වැඩි වෙනවා.

අපි දැන් විශාල ප්‍රශ්නයකට මැදි වෙලා නේද? මොකක් ද මේ ප්‍රශ්නයට ගත හැකි හොඳම විසඳුම.

දැන්නම් ඉතින් කරන්න ඉතිරිවෙලා තියෙන්නේ එකම එක දෙයයි.

(ලබන කලාපයට)



අත්‍යයේ වැරැදි දැකීම්, වැරැදි කල්පනා, වැරැදි වචන, වැරැදි කටයුතු, වැරැදි දිවි පැවැත්ම, වැරැදි ව්‍යයම්, වැරැදි සිහිය හා වැරැදි සිත එකඟ කිරීම් ඇත්තේ වෙති. බොද්ධ වූ අපි නිවැරැදි කල්පනා, නිවැරැදි වචන, නිවැරැදි කටයුතු, නිවැරැදි දිවි පැවැත්ම, නිවැරැදි ව්‍යයම්, නිවැරැදි සිහිය හා නිවැරැදි සිත එකඟ කිරීම් ඇත්තෝ වන්නෙමු. අත්‍යයේ වැරැදි ඤාණයෙන් යුක්තවුවෝ වෙති. බොද්ධ අපි නිවැරැදි ඤාණයෙන් යුක්තවුවෝ වෙමු. අත්‍යයේ මිදීම වැරැදි ලෙස ඇත්තේ වෙති. බොද්ධ වූ අපි නිවැරැදි මිදීමෙන් යුක්ත වන්නෝ වෙමු.

(මජ්ඣිම නිකාය, සල්ලේඛ සුත්‍රයේ සංඝපිටන පරිවර්තනයෙනි.)



මී උගුල - ජීවිත ජවනිකාවකි

“මුතු සියා” විසිති

ගම්බද ගොවි යුවලක් කුඹුරක් අස්වැද්දීමට අමතර ව සත්ත්වපාලනයේ ද යෙදුණෙන් කිකිළියක උරකු සහ ගවයකු ද ඇති කළහ. ඒ ගබඩා කළ කාමරයක් ද තිබුණෙන් මේ නිවසට මියෙක් ද ඇබ්බැහි වී සිටියේ ය.

දිනක් ඒ මියා බිත්තියේ ගලකින් එළියට ඇවිත් එබිකම් පානවිට ගොවියා සහ ඔහුගේ බිරිද කිසියම් පාර්සලයක් දිගහරිනු දුටුවේ ය.

“මොනවද කන බොන දෙයක් වත් ද? උඟ විපරම් කළේ ය.

නැත. එය මියන් අල්ලන කුඩුවකි. ඒ බව දුටු විට උඟ බියෙන් තැති ගත්තේ ය. ඔහු ගොවිපොළට දුව ගොස් සෙස්සනට මෙසේ අනතුරු ඇඟවී ය.

“මියන් අල්ලන උගුලක් ! අන්න මියන් අල්ලන උගුලක් !”

“ඉතින් මොකෝ? උඹට ඕක ලොකු වුණාට අපට ගණනක් නැහැ”යි කිකිළිය පැටවුන් සමඟ පොළොව පහුරු ගාමින් කෙකර ගැවා ය.

“අපට ඕවාට කලබල වන්නට අවශ්‍ය නැහැ” කිකිළිය කීවා ය.

එ විට මීයා පිහිට පතා උඟුරා වෙත දිව්වේ ය.

“උඟුරු අයිසේ ! උඟුරු අයිසේ !! අප ව බේරා ගන්න.
අන්න ගොවිරාළ මීයන් අල්ලන උගුලක් ගෙනැල්ලා”

උඟුරාට මීයා ගැන අනුකම්පාවක් ඇති වුවත් උඟු මෙසේ කීවේ ය.

“බොහෝම කාණගාටුයි මට බොහෝම කණගාටුයි මී පැටියෝ ! ඒත් මා මොනවා කරන්න ද? මට කරන්න පුළුවන් දෙයියන්ට කියන්න පමණයි. ඒක මම අනිවාර්යයෙන් ම කරනවා ”

ඊ ළඟට මීයා පිහිට පතා ගව දෙන වෙත දිව්වේ ය.

“අනේ කිරි දෙන අක්කේ අපව බේරා ගන්න. අන්න ගොවිරාළ මීයන් අල්ලන උගුලක් ගෙනැල්ලා”

“වාවු! මී පැටවෝ, බොහෝම කණගාටු යි. ඒත් අපට ඕවට කලබල වන්නට අවශ්‍ය නැහැ. අපේ ඇඟේ ගැවෙනවට යැ?”

මීයා දුකෙන් තැවෙමින් කළකිරි ආපසු මීගුලට ආවේ තනිව ම සටනට මුහුණ දෙන්නට සිතා ගෙන ය.

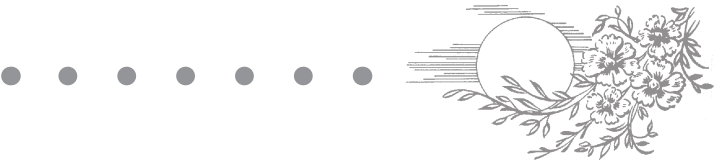
එද මහ රැ සතෙකු මී උගුලට අසු වන්නා වාගේ සද්දයක් ඇසිණ. ගොවි බිරිද අහු වී ඇති සතා මොකාදැයි බලන්නට අඳුරේ ම එතැනට දිව ගියා ය. ඇයට උඟු නො පෙනුණ ද උගුලට අසුව තුබුණේ විසකුරු සතෙකු ගෙ වලිගයකි. උඟු ඇය ගේ කකුල සපා කවා ය.

ගොවිරාළ ඇය රෝහලට ගෙන ගොස් ප්‍රතිකාර ලබාගෙන පැමිණි නමුත් උණෙන් පෙළුණු හෙයින් සුපුරුදු ලෙස නැවුම් කුකුළු සුප් සාද දෙන්නට සිදු විය. ගොවියා පිහියක් රැගෙන කුකුළු කොටුවට ගොස් ඒ සඳහා අවශ්‍ය ප්‍රධාන ම ද්‍රව්‍යය ඉතා පහසුවෙන් ලබා ගත්තේ ය.

එපමණකින් ම රෝගය සුව නො වූයෙන් අසල් වැසියෝ සහ නැදෑයෝ ඇය ගේ සුවදුක් විමසන්නට දවස පුරා ම පැමිණෙන්නට පටන් ගත්හ. ඔවුනට කන්න දෙන්න උඟුරා ද මරන්නට ගොවියාට සිදු විය.

එහෙත් අවාසනාවකට බිරිඳ ගේ රෝගය සුව නොවී ඇය අවසන් ගමන් ගියා ය. ඇය ගේ මළගමට බොහෝ දෙනෙක් පැමිණියහ. ඔවුනට මළබත සකසන්නට ගොවිපොළෙහි ඉතිරි ව සිටි ගවයා ද මස් කෙරිණි.

මීයා තම ගුලේ සිට ඉතාමත් දුකෙන් මේ සියලු දේ බලා ගෙන සිටියේ ය. උඟු කලිනුත් අසරණ ය. දැනුත් අසරණ ය.



පාට සුවඳ එක වගේ
තිබෙන රෝස මල වගේ
කීකරු වන පොඬිත්තන්ට
පුළුවනි ලොව බබලවන්ට

මවු පියන්ට ගුරුවරුන්ට
ගුණවත් වැඩි මහල්ලන්ට
කීකරු වන පොඬිත්තන්ට
පුළුවනි ලොව බබලවන්ට

එස්. මහින්ද හිමි



අපි ප්‍රිය වචන කතා කරමු

සිරි වජිරාරාම සාසන සාවිකා සමිතියේ ගරු ලේඛිකා
පුෂ්පා ජයවර්ධන මහත්මනිය විසිනි

මේ ලෝකයේ ජීවත්වන සත්වයන් අතුරෙන් පැහැදිලිවම කතා කිරීමේ භාග්‍යය හිමිවී ඇත්තේ මනුෂ්‍යයාට ය. එහෙත් බොහෝ දෙනා කතා කිරීමේ දී අප්‍රිය, අමනාප, ගොරෝසු වචනම කතා කරති. “සණ්භං සබ්ල සම්භාසං ” යනුවෙන් මටසිලිටි ප්‍රිය වචන කතා කිරීම සත්පුරුෂයන්ගේ ලක්ෂණයක් බව බුදුන් වහන්සේ වදාළ සේක.

දරුවන්ට ද දෙමාපියන්ට ද යහළු මිත්‍රාදීන්ට ද සහෝදර සහෝදරියන්ට ද පමණක් නොව සතුන්ට ද ප්‍රිය වචනයන් කතා කිරීමට අප පුරුදු විය යුතු ය. හොඳින් කතා කිරීමට කිසිදු වියදමක් වැය වන්නේ ද නැත. හොඳින් කතා කිරීමට නොහැකි නම් නිශ්ශබ්දව සිටීම වඩාත් අගනේ ය. වැරදි කතා බහ නිසා නොයෙකුත් අවුල් වියවුල් ඇති වේ. නිතර අමිහිරි වචන කතා කරන තැනැත්තා සමාජය තුළ පිරිහීමට ලක් වේ. දකින්නට අකමැති අප්‍රසන්න දසුනක් වෙයි.

තමන් වෙතට එන අය සමඟ හොඳින් කතා කර පිළිගැනීම උසස් බෞද්ධ චාරිත්‍රයකි. බුදු පියාණන් වහන්සේ තමන් වෙතට එන අමුත්තන් මද සිනා පෙරදැරිව පිළිගත්තා පමණක් නොව

තමන් වහන්සේ අමුත්තන්ට පළමුව කතා කළ සේක. කරුණා මෙෙත්‍රියෙන් කතා කරන තැනැත්තා සමාජය තුළ ප්‍රිය මනාප අයෙක් වෙයි. කටහඬ පවා මිහිරි වෙයි.

ඒ සඳහා මෑත කාලයේ අපට ගත හැකි උතුම් ආදර්ශය මඩිහේ පඤ්ඤසීහ මහා නාහිමියන් වහන්සේ ය. දුවේ පුතේ, උන්වහන්සේ ගේ හඬ ඉතාමත් මිහිරි ය. කිසි දිනක සැර පරුෂ වචන භාවිත නො කළ සේක. ඒ හඬ අසන්නා ගේ සිත් නිවෙයි. බෝසත් උතුමන්ගේ කතා විලාසය එය යි.

දුවේ පුතේ, අනුන්ගේ සිත් රිඳවන කතා කිසි විටකත් කතා කරන්නට එපා. අනුන් පහත් කොට කතා කිරීම, අනුන් හෙළා දැකීම තමන්ට අවැඩ පිණිස ම හේතුවක් වෙයි. එයින් සතුරන් ඇති වෙයි. නරක, නපුරු වචන කතා කරන්නා අන් අයගේ සුව පහසුව, සතුට නැති කරන්නෙක් වෙයි. පුංචි ඔබ කිසි විටකත් එවැනි අයකු වන්නට එපා.

කතා කිරීමට හැකි එකම සත්වයා වීමේ භාග්‍යය ලැබූ අපි ප්‍රිය වචනම කතා කිරීමට පුරුදු වෙමු. “මහා පුඤ්ඤ නාම මනාප කථා භොන්ති ” මහා පින් ඇති මිනිස්සු නම් ප්‍රිය මනාප කතා ඇත්තෝ ය. ඔබත් එවැනි උතුම් ගුණයක් පුරුදු කිරීමට අදම අදිටන් කර ගන්න. එවිට ඔබ මේ ලෝකය සුවඳවත් කරන සුන්දර මලක් වේවි. ඔබේ සුවඳ දසන පැතිරේවි !



“සිංහලයිනි, මත් පැන් පානය කිරීම අත්හැර දමා ජාතිය වර්ධනය කිරීමට ඒරය කරව්”

- ශ්‍රීමත් අනගාරික ධර්මපාලතුමා



සෑම කෙනෙකුට ම ගරුකරන්න

මයිකල් ආන්ජලෝ මහතා විසින්

ශීලාවාර සමාජයක් කියන්නේ මිනිස්සු මිනිස්සුන්ට ගෞරව කරන සමාජයක්. එකේ විවාදයක් නෑ. මේ ගෞරවය කියන වචනෙ ඇතුළෙ බොහෝ දේ අන්තර්ගතවෙලා තියනවා.

ගෞරව කරනව කියන්නේ ඒ අයගේ අදහස්වලට ඉඩදීම හා ගරු කිරීම, ඒ අයගේ මානුෂීය අයිතිවාසිකම් රැකදීම, දක්ෂතා ඇගයීම, ඒ අයට උදව්කිරීම, සෙනෙහසින් ක්‍රියාකිරීම වගේ දේවල්.

හැබැයි මේ ගෞරව කරනවා කියන්නේ බයවෙනව කියන අදහස නෙමේ. ගෞරව කරනව කියන්නේ එක දෙයක්. කෙනෙකුට බයවෙනවා කියන්නේ ඊට හාත්පසින් ම වෙනස් දෙයක්.

ශීලාවාර සමාජයක මිනිස්සු මිනිසුන්ට බයවෙන්න අවශ්‍ය නෑ. කිසිකෙනෙක් තවත් කෙනෙකුට බයකරන්න උත්සාහ කරන්නෙත් නෑ. බය වෙන්නෙත් නෑ.

යම් පුද්ගලයෙක් හෝ පිරිසක් තවත් කෙනෙකුට බිය වද්දනවා නම්, කාට හරි බයෙන් යමෙක් ජීවත් වෙනවා නම් ඒ සමාජය සම්පූර්ණයෙන් ම මිනිසත් බව සුරකින ශීලාවාර සමාජ ඒකකයක් කියලා කියන්න බෑ.

මිනිස්සු බයවෙන්න ඕන කිරිසනුන්ට සහ විනාශකාරී ස්වාභාවික බලවේගයන්ට විතරයි. සුළි සුළං අකුණු සර වගේ ස්වාභාවික බලවේගවලට හිතක් පපුවක් නැත. ඒ වගේ ම තිරිසනෙක් කියන්නේ බුද්ධිමත්ව මොළේ පාවිච්චිකරල විනයගරුක ලෙස ජීවත්වෙන්න පුළුවන් ජීවියෙක් නෙමේ. අපි තිරිසනුන්ට බයවෙන්නේ උන්ගෙන් මොන අනතුරක් කොයි වෙලේ සිද්ධ වෙයි ද දන්නේ නැති හින්දා.

ඒත් උසස් බුද්ධි මට්ටමක් තියන මනුෂ්‍යයා ඒ බුද්ධිය හරියට මෙහෙයවල කටයුතු කරනවා නම් කවුරුත් කාටවත් බයවෙන්න හේතුවක් නෑ.

බුද්ධිමත් මිනිසෙක් කියන්නේ මිනිසත් බවේ උතුම්කම, වටිනාකම වගේම ගෞරවයත්විත බව හොඳින් අවබෝධ කරගත් කෙනෙක්. හේතුවලවාදය අනුව අපි කරන කියන කොයි දේ නමුත් අපට ම ආපීට කැරකිලා එන බව හොඳින් අවබෝධ කරගත්තු කෙනෙක්.

අන්න එවැනි උසස් මානසිකත්වයක් ඇති මිනිසුන් වෙසෙන සමාජයක කවුරුත් කාටවත් බයවෙන්න හේතුවක් නෑ. හැමෝම එකිනෙකාට ගෞරව කරනව මිසක්.

හැබැයි අපේ රටේ බොහෝ දෙනෙක් මේ ගරු කිරීම කරන්නේ හරි බයකින්. ගරු කරනව කියල දෙකට තුනට නැමෙන්න, බැගෑපත්වෙන්න කිසිම අවශ්‍යතාවක් නෑ.

ඒත් අපේ රටේ බොහෝ දෙනෙක් අනුන්ට ආචාර කරනව කියන අදහස පිළිබිඹු කරන්නේ දෙකට තුනට නැමිල තමන්ව ඉතාම පහත් තත්ත්වයකට දගෙන.

මේක විශාල වැරද්දක්. ගරුත්වය තියෙන්නේ හිතේ. ඒත් කෙනෙකුට කෙලින් කතා කළා කියල. කෙළින්ම ඇස් දෙක දිහා බලාගෙන කෙලින් අදහස් ප්‍රකාශ කළා කියල. ඒ ගෞරවය ලබන පුද්ගලයාගේ ගරුත්වයට අඩුවක් වෙන්නේ නෑ.

ඒත් සමහරු තමන් ගැනම හිතන්නේ අඩු තක්සේරුවකට. තමන් පහත් කෙනෙක් පල්ලැහැ මට්ටමක කෙනෙක් කියල හිතනවා. සමහර වෙලාවට මුනිච්ඡාවට බොරු යටහත් පහත්භාවයක් පෙන්නනවා. ගරු කරනු ලබන පුද්ගලයාගේ වර්ණනාවක් කරනවා. කෙලින් බලන්නේ නෑ. වෙනත් දිසාවක් බලාගෙන කතාකරන්නේ. කෙලින් කොන්ද සෘජුව තියාගත ශක්තිමත් විදිහට අතට අත දෙන්නේ නෑ. අතට අත දෙන්න තරම් තමා සුදුස්සෙක් නෙමේ කියල හිතනවා.

කෙනෙක් උසස් නිලයක් දරූ පලියට, බලය තිබුණු පලියට කිසිවෙක් ඒ පුද්ගලයාට දෙවි කෙනෙකුට වගේ වදින්න අවශ්‍ය නෑ. තමන් නුසුදුස්සෙක් පහත් කෙනෙක් කියල පිළිබිඹුවෙන විදිහට ක්‍රියා කරන්නත් අවශ්‍ය නෑ.

බොහෝ දෙනෙක් උසස් තිලතල තියන අයට ප්‍රසිද්ධ අයට එහෙම ගරුත්වය පෙන්නන්නේ තමන්ව අන්තිම පහත් තත්ත්වයකට තක්සේරු කරගෙන. ආත්ම අභිමානයක් ඇත්තෙම නැති විදිහට තමයි සමහරු අනිත් ලොකකන්ට ගරුසරු දක්වන්නේ.

කෙනෙක් අපිට වඩා බොහෝ කඩවසම් වෙන්න පුළුවන්. උපාධි හෝ උසස් අධ්‍යාපනය පිළිබිඹු කරන අකුරු වැලක් නමට අගින් තියෙන්න පුළුවන්. අපිට වඩා උසස් නිලතලයක් දරන අධික ධනවත් කෙනෙක් වෙන්න පුළුවන්.

ඒත් ඒ කිසිම ලොකු කමක් අපිට වැඩක් නෑ. ඒ කිසිවෙක් හමුවේ අපි බයාදු ගතියකින් ක්‍රියාකරන්න කියල නීතියක් නෑ

මිනිස්කම ඉදිරියේ අපි හැම කෙනෙක් ම එක සමානයයි. කිසිම උසස් පහත් බේදයක් නෑ. හැම කෙනෙකුට ම බඩගිනි එන්නේ එක විදිහට. කෑම දිරවන්නේ එක විදිහට. මැරුණට පස්සේ වැළලුවම දිරාපත්වෙන්නේ පස්වෙන්නේ එකම විදිහට.

එහෙම නම් ජීවත්වෙන කාලේදී කිසිම කෙනෙක් අනිකාට වඩා උසස් වෙන්නෙවත් පහත් වෙන්නෙවත් නෑ. හැම කෙනෙක්ම සමානයි. හැම කෙනෙක්ම අනිත් අයට ගරු කළ යුතු වුණාට එහෙම ගරු කළ යුත්තේ මේ අපි සේරම එක සමානයි කියන සත්‍යය හිතේ රඳවාගෙන.

එම නිසා ඔබ මොන තරාතිරමක හිටියත් කිසිම විටක ඔබව පහත්කරල හිතන්න එපා. ඔබ කාටවත් දෙවැන්නෙකු විය යුතු නෑ. මේ ලෝකේ ඕනෑම ලොක්කෙක් එක්ක කරට කර ඉන්න පුළුවන් පෞරුෂයක් ඔබටත් තියෙනවා. ඒක නැති කරන්න කාටවත් බෑ. ඒ තත්ත්වය නැති කරගෙන මානසිකව පල්ලැහැ තත්ත්වයකට ඔබව පත්කරගන්න පුළුවන් ඔබටම විතරමයි.

ඒ ටික හොඳින් තේරුම් ගන්න. ඉහළට හුස්ම ගන්න. පපුව ඉදිරියට දන්න. කාට හරි අතට අත දෙද්දි තදින් අත ග්‍රහණය කරල සුබ පතන්න. මැරිවිච මාළුවෙක් දෙනව වගේ සීතල වෙච්ච අතක් දීල බායාදු ගතියෙන් අතට අත දෙන්න අවශ්‍ය නෑ. කෙලින් ඇස් දෙක දිහා බලල ඕනම ලොක්කෙකුට කතා කරන්න.

කිසිම මිනිහෙකුට අනවශ්‍ය ප්‍රමාණයට මානසිකව ඔසවා තබන්න එපා. ප්‍රතිමාවක් වගේ.

අනිත් අයව මානසිකව උස තැනක තියල ඔබ ඔබවම පහත් කරගන්න එපා. කිසිම කෙනෙක් අබියස ඔබ නිවට නියාළු පුද්ගලයෙකු වෙන්න අවශ්‍යතාවක් ඇත්තෙම නෑ.

ඔබ කවුරුහරි ඉදිරියේ මානසික හිඟන්නෙක් වෙනවා නම් නිවට දුර්වලයෙකු වෙනව නම් ඒ ඔබේම මනසින් ඔබ ඇතිකරගන්න තත්ත්වයක්.

වරදවා තේරුම් ගන්නනෙපා. උඩගුවෙන් උද්දව්වකමින් "මම තමයි කෙරුමා - හැමෝම මට යටත්" කියන මෝඩ

සිතිවිල්ලෙන් වැඩ කරන්න කියනවා නෙවෙයි. උඩඟුව මෝඩකමේ අතින් පැත්ත. උඩඟුව විනාශයේ මුල කියනවනේ. ඒත් ආත්ම අභිමානය කියන්නේ පුහුමානය හෝ උඩඟුව හෝ නොවෙයි.

මිනිසුන් වශයෙන් අපි හැමෝටම උසස් උත්තරීතර පෞරුෂයක් ගොඩනගාගන්න අවස්ථාව වගේම අයිතියකුත් කියනවා. ශීලාවාර සමාජයක් තුළ ප්‍රායෝගිකව ඒ දේ සිදුවීමට ඉඩකඩ තිබිය යුතුයි.

හැම මිනිසෙකුටම ගරු කරන්න. ඒ මිනිසත් බව නිසා මිසක් වෙන කිසිම දේකින් කෙනෙක් උසස් කෙනෙක් වෙන නිසා නෙමේ.

හැම කෙනෙකුගෙම දක්ෂතා අගය කරන්න. හොඳ දේට හොඳයි කියන්න. සමාජයක පැවැත්ම වෙනුවෙන් දී ඇති නිලතල ඇත්නම් ඒවලට ගරුකරන්න.

ඒත් ඔබ ඔබව කිසිම විටක පහත් මට්ටමකට දගන්න කිසිම අවශ්‍යතාවක් නෑ.

ශීලාවාර සමාජයක ජීවත්වෙන නියම බුද්ධිමත් උගත් කෙනෙක් කවමදවත් අනුන්ගේ කර උඩින් ගිහින් ප්‍රශංසා ජනප්‍රියත්වය හිඟාකන්නේ නෑ. එහෙම කරනවා නම් ඔහු /ඇය සැබෑ බුද්ධිමතෙකු නෙමේ. මානසික හිඟන්නෙක් මිසක්.

එවැනි මානසික උග්‍රතාවලින් පෙළෙන අය නිසා සමාජයේ සමහර අයට තමන්ගේ මිනිස්කම රැකගෙන ජීවත්වීමට දුෂ්කර තත්ත්වයක් එන්නත් බැරිකමක් නෑ.

කෙසේ වෙතත් කිසිම කෙනෙකු අභියස ඔබ දෙවැන්නෙකු විය යුතු නෑ.

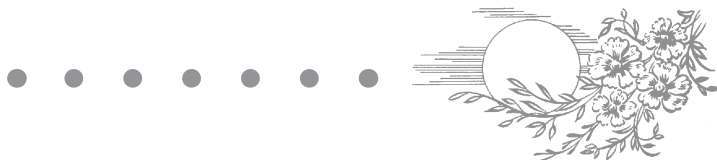
ආත්ම විශ්වාසයෙන් හිතන්න. කතාකරන්න. ආත්ම විශ්වාසයෙන් අභිමානයෙන් ක්‍රියාකරන්න.

අහංකාර වෙන්න එපා. හැමෝට ම ගරු කරන්න. ඒත් අනුන්ට ගරුකිරීමේ දී ඔබට මානසිකව දෙකට තුනට නැමෙන පාංකඩයක් වෙන්න ඕන නෑ.

මිනිසෙකු විදිහට උපත ලද ඔබට උත්තරීතර මිනිසෙකු ලෙස අභිමානයෙන් ජීවත්වීමේ අයිතිය උපතින්ම උරුමයි. ඒ අයිතිය ගැන හිතන්න.

කාටවත් නොදෙවෙනි ඒත් හැමෝටම නිසි ගෞරවය දෙන අභිමානවත් පෞරුෂයක් ඇති පුද්ගලයෙකු ලෙස ජීවත් වෙන්න. ඒක ඔබට කළ හැකි යි ! ස්ථීවම !

(ඉරිදි ලක්බිම 2013 -03-24 රිද්ම අභිරේකයෙනි)



පුරාතන සිංහලයන්ට ස්වභාවයෙන් පුරුදුවී තිබූහ සමයක් පුරි පත්ති සියල්ල ම පාහේ අතුරුදන් වී සිංහලිකයෝ යයි ගිණිය නොහැකි තැනට පැමිණ සිටින තරුණ තරුණියෝ දැනට ඉතා බොහෝ ය. පහන්සිලෙහි ආශාකිරීමෙන් ජීවිතක්ෂයට පැමිණෙන පල ගැටියාමෙන් නොයෙක් “පැණිවලට” ආශා කිරීමෙන් වී අනුව ක්‍රියා කරන වර්තමාන සිංහල වර්ගයා ස්වජාත්‍යාගමාලයෙන් හා පුතිපත්තිය ගුණාධර්මයෙහුත් කිය නොහැකි තරම් ඉතා මහත් විනාශ මුඛයට පත් ව සිටිති.

- ශ්‍රීමත් අනගාරික ධර්මපාලතුමා