



‘මා හිවැන්න පැහැකිකම’ - හොඳ හැටිට ඉදිරියට යවු

60 වන කාණ්ඩය	බු.ව. 2561 පොසොන් මස පුරපසළොස්වක ද වස.ව. 2017 ජූනි 08 වන ද	02 වන කලබ
--------------	--	-----------

# පොසොන් උදාහ හිතියා



මිහින්නලා උදා ගිරෙන්  
උදම් දහම් සදින් පෙරු  
කැලුම් දිගන්නයේ වැදී  
පහන් කලා මෙ ලක් දනන්

වැව යි කෙන යි විහාරය යි  
මෙ ලක් පොළෝ තලේ බැදී  
සුසාමයේ සිහිල් පවන්  
හැමී සියල් සතන් නිවා

මහින්ද මා හිමින් තැනු  
උතුම් මෙ ධම්මදීපය යි  
රකිම්හ එක් සිතින් මෙ දිවි  
සුදම් සිරිත් වඩා හොදින්

ජනල



**පූජ්‍යපාද ගම්පහ පාසාදික ස්වාමීන් වහන්සේ විසින්**

පින්වත් පුතේ දුවේ,

අපේ භාග්‍යවත් සම්බුදුරජාණන් වහන්සේ පිළිබඳ ව අපේ හිතේ ඇති කර ගන්න පැහැදීමට තමයි ශ්‍රද්ධාව කියල කියන්නේ. ශ්‍රද්ධාව කියන එක ඉබේ ලැබෙන දෙයක් නෙවෙයි. අප විසින් බලවත් උත්සාහයකින් වීරියකින් සකස් කර ගත යුතු එකක්. අපේ බුදුරජාණන් වහන්සේ පිළිබඳ ව, බුදුරජාණන් වහන්සේ මහා කරුණාවෙන් අපට දේශනා කොට වදළ සද්ධර්මය පිළිබඳව මාර්ගඵල ලැබූ ශ්‍රාවක මහා සංසරත්තය පිළිබඳව අවබෝධයෙන් හිතන කොට තමයි නැති ශ්‍රද්ධාව උපදින්නේත්, තියෙන ශ්‍රද්ධාව වැඩි දියුණු වෙන්නේත්. ඒ නිසා අප නිතර නිතර මේ උතුම් තිසරණය පිළිබඳව හිතන්න කල්පනා කරන්න ඕනෑ.

පින්වත් පුතේ දුවේ,

අපේ බුදුරජාණන් වහන්සේ ගේ අසිරිමත් බුදු ගුණ පිළිබඳව අපි හිතන කොට කල්පනා කරන කොට අපේ ජීවිතයට එකතු වෙන පින් පුවි පිනක් නම් නෙමෙයි. මහා වීශාල පිනක්. ඒ වගේ මොහොතක හදිසියෙන් හරි අපි කළුරිය කළොත් ගිහින් උපදින්නේ දිව්‍ය ලෝකයකමයි.

අපිට ජීවත් වෙන්න තියෙන ඉඩකඩට වඩා මැරෙන්න තියෙන ඉඩකඩ ගොඩක් වැඩියි නේ. ඒ නිසා අපි හැම වෙලේ ම ඒ

කාරණාවන් සිහිපත් කරගෙනම ජීවත් වෙන එක තමයි ගොඩක් වටින්නෙ. මරණයත් එක්කම අපට මතක් වෙන්නෙ ඊළඟට ඉපදෙන තැන පිළිබඳවනෙ. සමහරක් අයට ඒ කාරණාව මතක් වෙනකොට නම් හිතට එන්නෙ භයක්මයි. "කොහේ ගිහින් ඉපදෙයි ද දන්නෙ නෑ. නිරයටවත් වැටෙයි ද දන්නෙ නෑ" කියල.

ඒ වුනත් පුතේ දුවේ, බුදු රජාණන් වහන්සේ පිළිබඳව නිතරම හිතන කල්පනා කරන කෙනෙකුට එහෙම බයක් ඇති වෙන්නෙ නෑ. ඒකට හේතුව තමයි ශුද්ධාව දියුණුවීම නිසා පින බලවත් වෙලා මරණ බය ජීවිතය තුළින් දුරස් වෙලා යෑම. ඒ වගේ ම මරණයෙන් පසුව සුගතියේ උපත ලබන බවට තිබෙන විශ්වාසය වැඩි දියුණු වීම. ඒ නිසා අපේ පින්වත් පුතාලා දුවලා නිතර නිතර බුදුරජාණන් වහන්සේ ගේ අසිරිමත් ගුණ කඳ සිහිකරන්නම ඕනෑ.

පින්වත් පුතේ දුවේ,

මරණය ගැන කථා කරපු නිසාම මරණය සම්බන්ධයෙන් ද අපේ බුදුරජාණන් වහන්සේ පිළිබඳ ව බලවත් වූ පැහැදීමක් ඇති කරගන්න පුළුවන් අසිරිමත් සිදුවීමක් සිහි කරල දෙන්නම්.

අපි කවුරුත් දන්නවනෙ අර අවාසනාවන්ත දේවදත්ත භාමුදුරුවෝ ගැන. ලාභ සන්කාරවලට කැදරකම ඇති කරගත්තු නිසාම උත් වහන්සේට තමන් ගේ ශාස්තෘන් වහන්සේ කවුද කියලත් අමතක වුණානෙ. ඒ නිසාම අපේ සම්බුදුරජාණන් වහන්සේව ඝාතනය කරල 'බුදු වෙනව' කියන ලාමක සිතිවිල්ලක් උපදවාගෙන ජීවිතයට මහා පව් ගොඩක් එකතු කර ගත්තනෙ.

පින්වත් පුතේ දුවේ,

අපේ සම්බුදුරජාණන් වහන්සේව ඝාතනය කරන්න සිදු කළ අවසන් උපක්‍රමය තමයි ගලක් පෙරළීම. මේ සිදුවීම ආරංචි වුණ ගොඩක් ස්වාමීන් වහන්සේලා දුකට සංවේගයට පත්වෙලා බුදු රජාණන් වහන්සේට ආයෙමත් නම් කරදරයක් සිද්ධ වෙන්න ඉඩ තියන්නෙ නෑ කියල එක් රැස් වෙලා රාත්‍රිය එළිවෙනතුරු අවදියෙන්

ඉන්න තීරණය කළා. නිදිමත නිසා සමහරක් ස්වාමීන් වහන්සේලා සකමන් කළා. තවත් පිරිසක් ශබ්ද නගා ධර්මය සප්තධායනා කළා. මේ ශබ්දය ඇසුණ අපේ සම්බුදුරජාණන් වහන්සේ ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේගෙන් ඒ පිළිබඳ ඇසෙන සෝභාව ගැන විමසා සිටියා. ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ සියලු තොරතුරු බුදුරජාණන් වහන්සේට පැවසූ විට ඒ ස්වාමීන් වහන්සේලා එක් රැස් කරගෙන එන ලෙස දන්වා සිටියා.

පින්වත් පුතේ දුවේ,

ඒ එක් රැස් වෙච්ච ස්වාමීන් වහන්සේලාට අපේ භාග්‍යවත් සම්බුදු රජාණන් වහන්සේ සියලුම සම්බුදුරජාණන් වහන්සේලාට පමණක් සාධාරණ වූ විස්මිත කරුණක් හෙළිදරව් කළා.

එනම්, මේ ලෝකයේ කිසිම කිසි කෙනෙකුට සම්බුදුරජාණන් වහන්සේ නමක් කිසිම උපක්‍රමයකින් ඝාතනය කළ නොහැකි බවත්, කිසිවෙකු ගේ උපක්‍රමයකින් තොරවම සම්බුදුරජාණන් වහන්සේලා පිරිනිවන්පාන බවත් ය.

බලන්නකෝ, පින්වත් පුතේ දුවේ අපේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ගේ සම්බුදු ගුණ බල මගිමය. මේ ලෝකයේ වෙන කාට ද එහෙම ප්‍රකාශයක් කරන්න පුළුවන් ? කිසිම කිසි කෙනෙකුට බැහැනෙ.

මේ ලෝකයේ ආගමික ශාස්තෘවරු කී දෙනෙක් නම් දඬුවම් විඳල පහර කාලා ජීවිතක්‍ෂයට පත් වුණා ද. සමහරක් ආගමික ශාස්තෘවරු මරණයට පත්වෙන මොහොතෙ දී තමන් මේ ලෝකයට එව්වා ය මැව්වා ය කියල විශ්වාස කරගෙන හිටපු මැවුම්කාරයාගෙන් “ අනේ දෙවියනේ, ඇයි මාව අතහැරියේ” කියල පවසමින් හඬමින් වැලපෙමින් මරණයට පත්වුණු බවත් අපි අහල තියෙනවනෙ නේද?

ඒ විදිහට බලනකොට අපේ සම්බුදුරජාණන් වහන්සේ ම තමයි මේ ලෝකයේ ශ්‍රේෂ්ඨතම ශාස්තෘන් වහන්සේ. කිසිම කිසි කෙනෙකු ගේ උපක්‍රමයකින් ඝාතනය කරන්න බැරි, මරණ බය නිසා කිසිම කිසි කෙනෙකු ගෙන් කිසිම ආරක්‍ෂාවක් බලාපොරොත්තු නොවූ ශාස්තෘන්

වහන්සේ නමක් අපේ ජීවිතයට මුණගැසීම පවා මොන තරම් නම් දුර්ලභ සිදුවීමක් ද? අපි මොන තරම් නම් වාසනාවන්ත පිරිසක් ද? මේ වගේ පිනක්, මේ වගේ වාසනාවක් මේ ලෝකේ කියෙන් කී දෙනෙකුට ද ලැබිල තියෙන්නේ. ඒ නිසා අපි මේ ගෞතම බුද්ධ ශාසනය තුළ ශ්‍රද්ධාව නම් දියුණු කරගන්න ම ඕනෑ.

පින්වත් පුතේ දුවේ,

මේ වගේ අනන්ත ගුණයෙන් බලයෙන් පිරුණු අපේ සම්බුදුරජාණන් වහන්සේ ගේ ගුණ කඳ හිත්පිත් නැති මහ පොළොවට, කළු ගලකට, ගලන දිය පහරකට නො දැනුණොත් තමයි පුදුමය.

දවසක් අපේ සම්බුදුරජාණන් වහන්සේ ස්වාමීන් වහන්සේලා සමඟ වාරිකාවේ වඩින කොට පුණ කියන බමුණු ගමට ආසන්න වෙනකොට මේ ගමේ බමුණන්ට මේ සිද්ධිය දැනගන්න ලැබුණා. බුදුරජාණන් වහන්සේ ඒ ගමටත් හිඤ්ඤන් වහන්සේලා සමඟ වැඩියොත් ගමේ මිනිස්සු දන්පැන් පිරිනමාවි. බණක් අසාවි. එවිට ගම් වැසියන් බුදුරජාණන් වහන්සේ පිළිබඳවත්, හිඤ්ඤන් වහන්සේලා පිළිබඳවත් පැහැදේවි කියල හිතපු ගමේ ප්‍රධාන බමුණන් තීරණයකට පැමිණියා. "ගමට වඩින බුදුරජාණන් වහන්සේටවත්, හිඤ්ඤන් වහන්සේලාටවත් කිසිම ආකාරයකින් දන්පැන් නොදිය යුතු ය. විමසන කිසිම දේකට ද පිළිතුරු නොදිය යුතු ය. පරිහරණය කළ හැකි සියලුම ජල ස්ථානයන් තාවකාලිකව වසා දැමිය යුතු ය. සියලුම ගම් වැසියන් දොරගුළු දා නිවෙස් තුළට ම වී සිටිය යුතු ය. මේ තීරණ කඩ කරන සෑමට දඩුවම් ද ලබා දිය යුතු ය." කියා.

අපේ සම්බුදුරජාණන් වහන්සේ හිඤ්ඤන් වහන්සේලාත් සමඟ මේ ගම තුළට වඩින වෙලාවේ දනයවත් පැන් ටිකක්වත් පිරිනමන්න කවුරුත් ම හිටියේ නෑ. බුදුරජාණන් වහන්සේ පිපාසය සංසිඳුවා ගැනීමට ලිඳකින් හෝ පැන් ටිකක් රැගෙන එන ලෙස ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේට කී විට පාත්‍රයක් අරගෙන ලිඳක් ළඟට ගියාම දැක්කා ලිඳෙන් වතුර ගන්න බැරි වෙන්න කොළ අතු වලින් ලිඳ වහලා තියෙනවා. වෙන ලිඳක් හොයා ගෙන ගියත් ඒ ලිඳත් වතුර ගන්න බැරි

වෙන්න ම වහල. හැම ලීඳක් ම බමුණන් වසා දමා ඇතිබව තේරුම් ගත් ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ බොහොම කණගාටුවෙන් හිස් පාත්තරෙන් අරගෙන ආපහු ගිහින් අපේ සම්බුදුරජාණන් වහන්සේට මේ බව දැනුම් දුන්නා.

පින්වත් පුතේ දුවේ,

අපේ බුදුරජාණන් වහන්සේ පිපාසය සංසිද්ධවා ගැනීමට පැන් ටිකක් රැගෙන එන ලෙස නැවතත් ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේට සිහිපත් කළා. ආයෙමත් පාත්තරෙන් අරගෙන වහල තියෙන ලීඳ ළඟට ගිය ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේව විස්මයට පත් කරවමින් ලීඳ පතුලෙන් ලොකු ජල කඳක් මතු වෙලා වහල තිබ්බ කොළ අතු ඔක්කොම ගහගෙන ගිහින් ලීඳ මතු වෙලා තිබුණා.

“මගේ ශාස්තෘන් වහන්සේ ගේ අසිරිමත් සම්බුදු ගුණ හින්පින් තියෙන මිනිසුන්ට තේරුණේ නැති වුණාට හින්පින් නැති මේ මහ පොළොවට, දිය උල්පතකට පවා දැනෙනවනේ.” කියල හිතමින් බුදුරජාණන් වහන්සේ පිළිබඳව ඇති කර ගත්තු බලවත් පැහැදීමකින්, බලවත් සතුටකින් පෙරා ගත්තු පැත් පාත්තරයත් බුදුරජාණන් වහන්සේට පූජා කරල මේ සිදු වූ අපූරු සිදුවීමත් බුදුරජාණන් වහන්සේට ප්‍රකාශ කළා.

බලන්නකො පින්වත් පුතේ දුවේ, අපි සරණ ගිය, අපිට ම පිහිට වෙන්න මේ ලෝකයට ඉතාම කලාතුරකින් පහළ වෙන සම්බුදුරජාණන් වහන්සේ ගේ බුදු ගුණ බල මහිමය! අසිරිමත් සම්බුදු ගුණ බලයටත් අපගේ භාග්‍යවත් සම්බුදුරජාණන් වහන්සේටත් මාගේ නමස්කාරය වේවා! කියල හැම වෙලේම සිතීන් සිත සිතා අපි අපේ සම්බුදුරජාණන් වහන්සේට නමස්කාර කරමු.

පින්වත් පුතාලා දුවලා හැමෝටම අපේ බුදුරජාණන් වහන්සේ පිළිබඳව තව තවත් ශ්‍රද්ධාව දියුණු කර ගැනීමට මිලඟ හඳ පිරෙන පෝය දවසෙදීත් මුණගැසෙමු.

එතෙක් පින්වත් පුතාලා දුවලා හැමෝට ම තෙරුවන් සරණයි.



# මං ආසයි....

**කොළඹ ලුවිබ්නි විද්‍යාලයේ විශ්‍රාමික ආචාර්යාණී  
ශ්‍රියානි විත්‍රා ජයලත් මහාත්මනිය විසින්**

- මං ආසයි ගඟක් වෙලා  
කෙත්වතු සරු කර ගලන්න
- මං ආසයි සුළඟ වෙලා  
ගත සිත සිසිලෙන් වෙළන්න
- මං ආසයි වැස්ස වෙලා  
වියළි පොළොව තෙමාලන්න
- මං ආසයි මිහිකත වී  
මුළු ලොව ඩර දරා ගන්න
- මං ආසයි හිරු සඳු වී  
මුළු ලෝකෙ ම ඩබුළුවන්න
- මං ආසයි තරු මල් වී  
මුළු අහස ම සරසවන්න
- මං ආසයි සයුරක් වී  
මහ ජල කඳ දරාගන්න
- මං ආසයි රකක් වෙලා  
මල්, ගෙඩි, කොළ ලබා දෙන්න
- මං ආසයි පහනක් වී  
බුදු කුටියට විලිය දෙන්න
- මං ආසයි මලක් වෙලා  
බුදු පාමුල පරව යන්න
- මං ආසයි ගුණ නැණවත්  
හොඳ බොදු දරුවෙක් ම වෙන්න
- මං ආසයි හැමදාමත්  
බුදු බණ පද අසා ඉන්න



# සඳහම් සුවයෙහි සහසම් මවුබිම

සිරි වර්භාභාම දැනම් නායලේ ධර්මාචාර්යාණි  
අනුලා ජ්‍යෙෂ්ඨලක මහාත්මනිය විසින්

සවිලෝ සතුන් සනසන අදිටනින් මීට වසර 2600 කට පෙර දඹදිව බුද්ධගයා බෝමැඩ පහළ වූ ගෞතම බුදුන් වහන්සේ තමන් වහන්සේ ලද සැනසුමෙහි උදාන වාක්‍යය ප්‍රකාශ කළේ සසර මෙතෙක් කල් තමන් ව බැඳ තබා ගෙන සිටි තණ්හාවට ආමන්ත්‍රණය කරමින් ය.

“අනේක ජාති සංසාරං - සන්ධාවිස්සං අනිබ්බිසං  
ගහකාරකං ගවේසන්තෝ - දුක්ඛා ජාති පුනප්පුනං  
ගහකාරක දිට්ඨෝසි - පුන ගෙහං න කාහසි  
සබ්බා තෙ ඵාසුකා භග්ගා - ගහකුටං විසංඛිතං  
විසංඛාරගතං චිත්තං - තණ්හානං බයමජ්ඣගා”

“සසර නමැති ගෙය හදන වඩුවා නොදැක භව ගමන තුළ නොයෙක් ජාතිවල නැවත නැවත ඉපදෙමින් ගමන් කළෙමි. එමඬා වඩුව, මම ඔබ දුටුවෙමි. නැවත ගෙය සැදීමට ඉඩ නො තබමි. ඔබ ගේ නිවසෙහි සියලු පරාල මම බිඳ දැමුවෙමි. එහි කැණිමඩල (සියලු පරාල එකතුවී තිබෙන ස්ථානය) සුණු විසුණු කරන ලදි. මම, මාගේ සිතෙහි පැවති සියලු තෘෂ්ණාව සිඳ බිඳ දමා නිවනට පැමිණියෙමි.”

ඉන් අනතුරුව මෙලොවදී ම නිවන් සුව (නිරෝධ සමාපත්ති සුවය) විඳිමින් සත් සතිය ගත කළ සේක.



පයමං බෝධි පල්ලංකං - දුතියං ව අනිම්මිසං  
 තතියං වංකමනං සෙට්ඨං - චතුත්ථං රතනාසරං  
 පංචමං අප්පාලං ව - මුච්චන්දේන ඡට්ඨමං

සත්තමං රාජායතනං - වන්දේ තං මුනි සේවිතං යන ගාථාවට අනුව පළමු සතිය බෝමැඩ වජ්‍රාසනය මත ම සමවත් සුවයෙන් වැඩ හිඳ, දෙවන සතිය බෝ මැඩට ඊශාන දෙසින් සිටගෙන කළගුණ සලකනු වස් බෝධීන් වහන්සේ දෙස ඇසිපිය නො හෙළා බලා සිටියහ. තුන්වන සතිය තවත් බුදු රුවක් මවා ගෙන රුවන් සක්මනෙහි යෙදෙමින් සමාධි සුවය විඳගත්හ. හතර වන සතියෙහි රුවන් ගෙයක් මවා එහි වැඩහිඳ අභිධර්මය මෙතෙහි කරමින් සමවත් සුවය විඳි අතර එහි දී නීල, පීත, ලෝහිත, ඕදාත, මාංජ්‍යාශ්ඨ, ප්‍රභාශ්වර වන සවනක් සන බුදුරැස් විහිදෙන්නට විය. පස්වන සතිය ගත කළේ අප්පාල නුග රුක මුලදී ය. එහිදී සිදු වූ විශේෂ සිදුවීම නම් තණ්හා, රකි, රගා යන මාර දූවරුන් පරාජය කිරීම ය. හය වන සතිය මුච්චන්ද විල අසල වැඩ හිඳ සමවත් සුවය විඳින අතරේ මහා වර්ෂාවක් ඇද හැලෙන්නට විය. විලට අරක්ගත් මුච්චන්ද නම් නාගරාජයා පැමිණ බුදුරජාණන් වහන්සේ වට කර දරණ ගසා පෙණ ගොබය පුම්බාගෙන නොතෙමෙන ලෙස ආරක්‍ෂා කිරීම අසිරිමත් සිදුවීමකි. සත්වන සතිය රාජායතන නම් වූ කිරිපලු නුගරුක මූල සමවත් සුවයෙන් ගත කළ සේක. සාරාසංඛ්‍යා කල්ප ලක්‍ෂයක් පෙරුම් දම් පුරා රැස් කළ කුසල් ඇති මහා පුරුෂෝත්තමයෙකු ගේ අවසන් භවය පිළිගැනීමට සොබා දහමේ අසිරිමත් දේ සිදු වන බව විමතියට කරුණක් නොවන බව නුවණින් විමසා වටහා ගනිමු.

සියලු කෙලෙසුන් ප්‍රහීණ කරනවාත් සමඟ පහළ වූ ඤාණය පිළිබඳව දම්සක් පැවතුම් සූත්‍රයෙහි බුදු වදනින් ම සඳහන් කර ඇත්තේ, වක්ඛුං උදපාදි (දහම් ඇස පහළ විය), ඤාණං උදපාදි (ඤාණය පහළ විය), පඤ්ඤා උදපාදි (ප්‍රඥාව පහළ විය), විජ්ජා උදපාදි (විද්‍යාව පහළ විය), ආලෝකෝ උදපාදි (ආලෝකය පහළ විය) ආදී වශයෙනි.

මෙසේ ලෝභ, දෝස, මෝහ අකුසල් මුල් සහමුලින් ම ඉවත් කර සම්මා සම්බුදු පදවිය ලැබීමෙන් ඇති වූ නික්ලේශී මනසට දැනුණ නිවන් සුවය නිරාමිස ය, ප්‍රීතිදයක ය, සුවදයක ය, ශාන්ත ය, ප්‍රණීත ය, සුන්දර ය, අමාන ය, ආදී වශයෙන් විස්තර කෙරෙන්නේ පුහුදුන් සත්වයා සලායතන හරහා ලබන අරමුණු ඔස්සේ විදින ආමිස සුවයට ඉඳුරා ම වෙනස් වූ උතුම් මානසික ආධ්‍යාත්මික සුවයක් නිසා ය. ආමිසයෙන් වෙන්වීමේ සුවය වූ දුක, ශෝකය, වැලපීම, සන්තාපය හෝ සතුට, සොම්නස, උද්දාමය වැනි විදීමක් නැත. එබැවින් එය අවේදයිත සැපයකි.

එතැන් පටන් පන්සාළිස් වසක් තුළ දිනපතා අලුයම මහා කරුණා සමාපත්තියට සමවැදී ලෝකය දෙස බැලූ බව සඳහන් වේ. නොයෙක් ස්ථානවලදී සමාධි සුවයෙන් ගත කළ බව ද සඳහන් වේ. බුදුරජාණන් වහන්සේ ලක්දිවට වැඩම කර සොළොස්මස්ථානවලදී ස්වල්ප වේලාව බැගින් සමාධි සුවයෙන් වැඩ හිඳ පූජනීයත්වයට පත්කළ බව ඉතිහාසයෙහි සඳහන් වේ.

එපමණක් නොව නිරෝධ සමාපත්තියට සමවැදුණු කල්හි සතියක් පුරා එකම ඉරියව්වෙන් ආශ්වාස ප්‍රශ්වාසයෙන් තොරව වැඩ සිටින බව ද බණ පොතෙහි සඳහන් වේ. නිරෝධ සමාපත්තියට සමවැදී සිටීමෙහි දී නික්ලේශී මනසට සලායතනවලින් කිසිම අරමුණක් නොගැනීම නිසා ශරීර අභ්‍යන්තර පරිවෘත්තීය ක්‍රියාවලිය ද නතර වේ. එවිට ආශ්වාස ප්‍රශ්වාසය ද අවශ්‍ය නොවේ. අවදියෙන් පවතින සිතට දැනෙන සුවය නිවීම හා සැනසීම වේ. එනම් නිවන් සුවය වේ. මේ අනුව තණ්හාව ඤය කළ බුදුරජාණන් වහන්සේට මෙන්ම රහතන් වහන්සේට ද මේ අයුරින් ම සමාධි සුවය හා නිරෝධ සමාපත්ති සුවය අත්දැකිය හැක.

එසේ නම් තණ්හාව ඤය කළ කෙලෙස් ප්‍රතීණ කළ උතුමන් පිරිනිවන් පානා තෙක් ගත කරන ජීවිතය පුරා ලබන නිරාමිස සැපය නිවන් සුවය ලෙස වටහා ගත හැකි ය. බාහිර අරමුණුවලින් වියුක්ත ව ඒ නිරාමිස සැපය සමග හුදෙකලා වී නිසල ව කාලය ගත කිරීම

සමාධි සුවය අත්විඳීම ලෙස ද අපට වටහා ගත හැකි ය. සමාධි සුවය තුළ ද විවිධ තල පසු කරමින් ගැඹුරු අවධීන් කරා ගමන් කරන බව සඳහන් වේ. ප්‍රථම ධ්‍යානය, ද්විතීය ධ්‍යානය, තෘතීය ධ්‍යානය, චතුර්ථ ධ්‍යානය, ආකාසානඤ්චායතනය විඤ්ඤාණඤ්චායතනය, නේවසඤ්ඤා නාසඤ්ඤායතනය ආදී වශයෙන් ඒවා හඳුන්වා ඇත. නිවන් අවබෝධය පිණිස ප්‍රගුණ කළයුතු ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ග යෙහි අවසාන අදියරෙහි දැක්වෙන්නේ සම්මා සමාධි ය යි. සම්මා සමාධිය ඇතිවීම සඳහා සම්මා සතිය වැඩිය යුතුයි. සම්මා සතිය යනු නිවැරදි ව සිහිය පිහිටුවා ගැනීමයි. ඒ සඳහා තමන්ගේ ම කය හා මනස දෙස සිහිය පිහිටුවා ගැනීමේ ආකාර 4 ක් දේශනා කර ඇත. ඒ සතර සතිපට්ඨානය යි.

- |                   |                  |
|-------------------|------------------|
| 1. කායානුපස්සනා   | 2. වේදනානුපස්සනා |
| 3. චිත්තානුපස්සනා | 4. ධම්මානුපස්සනා |

1. කය අනුව සිහිය පිහිටුවා ගැනීම
2. ආයතන 6න් ගන්නා අරමුණු අනුව ඇති වන විඳීම කෙරෙහි සිහිය පිහිටුවා ගැනීම
3. සිතෙහි ස්වභාවය විමසමින් ඒ මත සිහිය පිහිටුවා ගැනීම
4. සිය අධ්‍යාත්මය හා ගලපමින් සිතෙහි මතු වන පංච නිවරණ ධර්ම හඳුනා ගනිමින් ඒවා යටපත් කර බෝධිපාක්ෂික ධර්ම දියුණු කිරීම කෙරෙහි සිහිය පිහිටුවා ගැනීම

මෙසේ සිහි නුවණ දියුණු වන විට සිත සමාධිමත් වේ. සමාධිමත් වූ සිහින් ලොව සියලු සංස්කාර ධර්මයන් ගේ අනිත්‍ය, දුක්ඛ සහ අනාත්ම ස්වභාවය විමසා බැලීම විදර්ශනා භාවනාවයි. විදර්ශනා භාවනා කිරීමේදී යථාභූත ඤාණය පහළ වේ. ඒ සඳහා සිතෙහි පංච නිවරණ යටපත් වී තිබිය යුතුයි. පංච නිවරණ යනු කාමච්ඡන්ද, ව්‍යාපාද, ඵ්‍යග්ච්ඡන්ද, උද්ධච්චකක්කුච්ච, විචිකිච්ඡා යන මේවා ය. එනම් ආශා කරන දේ සිහිවීම, තරහ මතු වීම, අලසකම හා නිදීමත ඇතිවීම, නොසන්සුන්කම හා පසුතැවීම ඇතිවීම, සැකය මතු වීම

ආදිය යි. මෙම තත්වයන් මග හරවා ගැනීම සඳහා සමථ භාවනා ක්‍රම මඟින් සිත දියුණු කරගත යුතුයි. භාවනා කිරීම සඳහා ඉන්ද්‍රිය සංවරය තිබිය යුතුයි. ඒ සඳහා ශීලයක පිහිටා සිටිය යුතුයි. පංච සීලය, ආජීව අට්ඨමක සීලය, උපෝසථ අෂ්ටාංග සීලය (අටසිල්), ගහට්ඨ දස සීලය ආදී වශයෙන් ගිහි පිරිසට උචිත පරිදි සුදුසු සීලයක් සමාදන් විය හැකි ය. සමාදන් වූ සීලය නැවත නැවත ආවර්ජනා කිරීමෙන් පවත්වා ගෙන යෑමට විරිය කළ යුතුයි. ඒ සඳහා ද සිහි නුවණ අවශ්‍යයි.

අද අපට බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ධර්මය අසන්නට කියවන්නට ලැබී ඇත්තේ එදා පටන් ඒ ධර්මය අසා පිළිවෙත් පුරා මගඵල ලබා නිවන් සුවය ලද ආර්ය මහා සංඝ රත්නය විසින් දේශනා කිරීම හා ග්‍රන්ථාරූඪ කිරීම නිසා ය. අදත් සරල බසින් දහම් පොත පත ලියමින් දේශනා කරමින් අපට මඟ පෙන්වන්නේ මහ සඟරුවන විසිනි. එබැවින් ආර්ය මහා සංඝ රත්නය කෙරෙහි පැහැද ශ්‍රද්ධාව ඇති කර ගත යුතු වේ. මෙසේ තෙරුවන් කෙරෙහි ශ්‍රද්ධාව ඇති වූ තැන් පටන් නිවන කරා යන ගමන ඇරඹේ.

භාවනා කිරීම යනු සිත වැඩීමයි. රහත්ඵලය ලබන විට සිත වැඩී අවසන් ය. ප්‍රඥාව පහළ වී ඇත. එබැවින් බුදුරජාණන් වහන්සේ හෝ රහතන් වහන්සේ සිත වැඩීම සඳහා භාවනානුයෝගී ව වාසය කරන්නේ නැත. ඒ වෙනුවට සමාධි සුවයෙන් වාසය කරයි. නිවන් සුවය අත් විඳියි.

බුද්ධත්වය හෝ රහත් ඵලය යනු නිවන් මගෙහි අවසන් ඵලය යි. නිවන් අරමුණු කරගෙන පිළිවෙත් පුරන පුද්ගලයාට හමුවන මාර්ග හතරක් සහ ඵල හතරක් ඇත.

1. සෝවාන් මාර්ගය - සෝවාන් ඵලය
2. සකාදාගාමී මාර්ගය - සකාදාගාමී ඵලය
3. අනාගාමී මාර්ගය - අනාගාමී ඵලය
4. අරහත් මාර්ගය - අරහත් ඵලය

සෝවාන් මාර්ගයට පිවිසෙන්නේ කල්‍යාණ මිත්‍ර ආශ්‍රය ලැබී සද්ධර්ම ශ්‍රවණය කොට ශ්‍රද්ධාව ඇති වූ තැන පටන් ය. ශ්‍රද්ධාවන්තයා ධර්මය නුවණින් විමසීම අරඹයි. ජීවිතය දුක් සහිත බව හඳුනා ගනී. දුකට හේතුව තණ්හාව බව තමන් තුළින්ම දැක වටහා ගනී. තණ්හාව ක්‍ෂය කිරීම සැපයක් බව තම අත්දැකීම් තුළින් වටහා ගනී. බුද්ධාදී ආර්යයන් වහන්සේලා ඒ සඳහා ගමන් කළ මාර්ගයේ තමන්ටද යා හැකි බවට දැඩි ආත්ම විශ්වාසයක් ඇති කර ගනී.

ධර්මයෙහි සඳහන් වන පරිදි ශ්‍රද්ධා, ශීල, ශ්‍රැත, ත්‍යාග, ප්‍රඥා යන ධර්මයන් දියුණු කර ගතහොත් ඊළඟ භවය සුගතිගාමී වෙයි. සෝවාන් මාර්ගයට පිළිපත් පුද්ගලයා මෙම ගුණ ධර්ම දියුණු කරගනී. ඒ සමඟ ම ආධ්‍යාත්මික වශයෙන් සුවයක් විඳී. නිරාමිස සැපයක් විඳී. ප්‍රඥාව වැඩෙත් ම ඇතිවන අවබෝධය තුළ විදර්ශනා භාවනාවට වඩාත් ම නැඹුරු වෙයි. එමගින් සසර ගමනට හේතුවන සක්කාය දිට්ඨිය නැති කරගැනීමට විරිය කරයි. යළි කිසිදාක සතර අපා දුකකට නොවැටෙන රැකවරණයක් ඇති සෝවාන් ඵලයට පත්වීමට විරිය කරයි. සෝවාන් ඵලයට පත් වූ පුද්ගලයා ගේ සසර ගමන භව භතකට සීමා වන බව ධර්මයෙහි සඳහන් වේ. එවැනි පුද්ගලයෙකු තුළ සක්කාය දිට්ඨියක් නැත. එනම් මමත්වය හෙවත් මම ය මගේ ය යන දෘෂ්ටිය බැහැර කර ඇත. විවිකිච්ඡාව හෙවත් බුද්ධාදී අට කෙරෙහි සැකය නැත. විමුක්තිය උදෙසා ශීලවූත සමාදන් වීමක් නැත. මෙසේ සංයෝජන 3 ක් නැති කර දමයි. මෙවැනි තත්ත්වයට හෙවත් සෝවාන් ඵලයට පත් වූ ගිහි පැවිදි උතුමන් පිළිබඳ බොහෝ තොරතුරු ශාසන ඉතිහාසයෙහි සඳහන් වේ.

වයස අවුරුදු 7 දී සෝවාන් ඵලයට පත් වූ විශාඛා සිටු දියණිය (අග්‍ර උපස්ථායිකාව) අනෙපිඬු සිටුතුමා (අග්‍ර උපස්ථායක) බිම්බිසාර රජතුමා වැනි ප්‍රධානීන් මෙන් ම බුද්ධජ්‍යෙෂ්ඨයන් නම් දාසිය, පෙස්සක නම් ඇත් ගොවිවා වැනි සාමාන්‍ය මිනිසුන් ද මාර්ගඵල ලාභීන් ලෙස සිටි බව ඊට නිදසුන් වේ. එපමණක් නොව උදේනි රජ බිසව සාමාවතිය ඇතුළු 500 ක් කාන්තාවන් අති බිහිසුණු මරණයකට නොබියව මුහුණ දී දෙවිලොව උපන්නේ සෝවාන් ඵලයට පත් වී

සිටි බැවිනි. එදා රජගහ නුවර කෝටි 7 ක ජනගහණයෙන් කෝටි 5 ක්ම මාර්ගඵල ලාභීන් ලෙස ජීවත් වූ බව ද සඳහන් වේ. එපමණක් නොව අද දක්වා දිව්‍ය සෑප විදිමින් සුමනා, විශාබා, බන්ධුල මල්ලිකා, අනේපිඬු සිටුතුමා, බිම්බිසාර රජතුමා ඇතුළු බොහෝ දෙනා මාර්ගඵල ලාභීන් ලෙස දිව්‍ය ලෝකවල ජීවත් වන බව ද සඳහන් වේ. එදා මෙදා තුර පිළිවෙත් පුරා මගඵල ලබා සුගතිගාමී වූ සෑම පින්වතෙකු ම දෙවිලොව, බඹලොව හෝ මිනිස් ලොව උපත ලබන්නට ඇත. ඒ සියලු දෙනා ම ආධ්‍යාත්මික වශයෙන් සුවසේ වාසය කරති. කාම හෝගී ජීවිත ගත කළ ද සෝවාන් ඵලයට පත් පුද්ගලයා ඉහත කී පරිදි දස සංයෝජන අතුරින් තුනක් ප්‍රභාණය කර ඇති බැවින් විදින සුවය, පුහුදුන් මිනිසකු ගේ ආධ්‍යාත්මික හා සසඳන කල ඉතා ඉහළ ය. එය නිවන් මග ගමන් කරන්නෙකුට පමණක් ලද හැකි සුන්දර අත්දැකීමකි. එය නිවන් සුවය නො වන්නේද?

මෙතැන් බලන කල කල්‍යාණ මිත්‍ර ඇසුරින් සද්ධර්ම ශ්‍රවණය කොට උපදින ශ්‍රද්ධාවෙන් ආරම්භ වී ධම්මානුධම්ම පටිපදාව තුළින් ප්‍රඥාව වඩන සියලුම පුද්ගලයින් ආර්ය මාර්ගයෙහි හෙවත් නිවන් මගෙහි ගමන් කරන්නෝ වෙති. ලක්දිව බුදු සසුන පැතිරී ගියා යන්නෙහි අදහස ලෝකෝත්තර සෑපය උතුම් යැයි දැන නිවන් මග ගමන් කරන ජන සමාජයක් බිහි වූ බවයි.

මිහිඳු හිමියන් ලංකාවට වැඩීමත් සමඟ අප ලද වටිනාම දායාදය නම් මෙසේ ප්‍රඥාව වඩන ජන සමාජයක් බිහි කිරීමයි. රටෙහි ඇති ස්වාභාවික සම්පත් නිසිලෙස පරිහරණය කර රට සංවර්ධනය කිරීමට ප්‍රඥාවන්ත මානව සම්පතක් අවශ්‍යයි. සමෘද්ධිමත් අතීතයක් පිළිබඳ ව අද අප අභිමානයෙන් කතා කරන්නේ මානව සම්පත් සංවර්ධනය යන්න අදට වඩා අර්ථවත් ලෙස එදා ක්‍රියාත්මක වූ නිසයි.

අද අප මුහුණ පා ඇති සංවර්ධන යුගයේ විශිෂ්ට ප්‍රතිඵල ලබන්නට නම් විශිෂ්ට වූ කාර්යක්ෂමතාවක් පෙන්නවන මානව

සම්පතක් අත්‍යවශ්‍ය ය. ඒ සඳහා මානව සම්පත සංවර්ධනය කළ යුතුයි.

මානව සම්පත් සංවර්ධනයේ නාමයෙන් විවිධ ක්‍ෂේත්‍රවල පුහුණු වැඩසටහන් හා ව්‍යාපෘති ක්‍රියාත්මක කෙරේ. විදේශ ශිෂ්‍යත්ව පිරිනැමේ. ඒ සඳහා විවිධ තේමාවන් ඔස්සේ විශාල වශයෙන් විදේශ ණය ආධාර ලබා ගනී.

එසේ පුහුණු වන්නන් විසින් පුහුණුකරුවන් ලෙස සෙසු කණ්ඩායම් ද පුහුණු කරනු ලබයි. එහෙත් අපේක්‍ෂිත ප්‍රතිඵල ලැබී නැත. අකාර්යක්‍ෂමතාව එසේම පවතී.

හේතුව කුමක්ද ? සියල්ල සිදුවන්නේ ආත්මාර්ථය උදෙසා ය. පරාර්ථකාමී බව තුරන් වී ඇත. ලෝභය දේවේෂය මෝභය යන අකුසල් මුල් තදින් බැසගත් හදවත් ඇති ජන සමාජයකින් සැබෑ කාර්යක්‍ෂමතාවක් අපේක්‍ෂා කළ නොහැකි ය. බොහෝවිට කාර්යක්‍ෂමතාව පෙන්වන්නේ ද කිසියම් ලාභයක් අපේක්‍ෂාවෙනි.

එබැවින් කීර්ති, ප්‍රශංසා, ත්‍යාග, සහතික, සම්මාන, කුසලාන ප්‍රදානය කරමින් තරගකාරී ලෙස කාර්යක්‍ෂමතාව ඉහළ දැමීමට ක්‍රමෝපායයන් යොදන බව පෙනේ. එහෙත් ඒ තුළ ද වැඩෙන්නේ ඊර්ෂ්‍යාව වෛරය පළිගැනීම වැනි දුර්ගුණ හෙවත් අකුසල් මුල් ම ය. එබැවින් ඒ කාර්යක්‍ෂමතාව තාවකාලික ය. පටු ආත්මාර්ථකාමී අදහස් මුදුන් පමුණුවා ගැනීම උදෙසා අවැඩ කරන්නට සමාජය පෙළඹී ඇති බවට නිදසුන් කොතෙකුත් ඇත. එවන් අක්‍රමිකතා ඉවසා දරාගෙන බොහෝ දෙනා අසතුටින් ජීවත්වන බව නොරහසකි.

නිවීමෙන් සැනසීම ලබන්නට කැමති හෙවත් නිර්වාණගාමී දැහැමි ජන සමාජයක් එක්රැස් වන විත්ත බල වේගය අති ශ්‍රේෂ්ඨ ය. රට සංවර්ධනය කිරීම සඳහා එය ප්‍රයෝජනයට ගත යුතු ය. නිවට සතුරු බල මැඩගෙන නිවැරදි ඉලක්කය කරා වේගයෙන් ගමන් කිරීම අසීරු නොවනු ඇත.



# පොසොන් සඳික් පාසාල

සමන්වලී පද්මකුමාර තැන්නදා

පොහොය සමඟ පැමිණ රැඳෙන  
 විවේකයට සැඟවී යන  
 දිළි දිළි රන් පැහැය ගෙනෙන  
 අන්ත බලන් සඳික් පිපුණ

බෝසත් හිමි ඉපදුණ දා  
 බෝසත් හිමි බුදු වූ දා  
 දහම් දෙසා හික්මුණු දා  
 වෙසක් සඳින් බැබළුණ දා

ඒ සදහම් රැගෙන පැමිණ  
 බුදු දහමින් ලක බැබළුණ  
 පොසොන් මසයි මේ විලඹෙන  
 නැහැවෙනු මැන සඳ කිරණින

පොසොන් මිහිර පෙන්නාලා  
 මිහිඳු තෙරුන් පා පුදලා  
 සඟමින් තෙරණිය පතලා  
 පොසොන් සඳින් ලොව බබළා