# ද්වේශය දුරුකරන්නේ කෙසේද?

පොකුණුවිට ශ්‍රී විනයාලංකාරාරාම වාසී

පූජ්‍ය කුකුල්පනේ සුදස්සී ස්වාමීන් වහන්සේ

# ද්වේශය
## දුරුකරන්නේ කෙසේද
(ආඝාත පටිවිනය සූත්‍රය ඇසුරිණි)

ධර්ම දානය පිණිසයි

# හැඳින්වීම

කෝපය, ද්වේශය, තරහව, කේන්තියාම ආදී වශයෙන් හඳුන්වන කිලිටි වූ මනෝභාවය සියළු දෙනාම අත් දැක ඇතුවාට සැක නැත. සමාජයේ එදිනෙදා කටයුතු වලදී බොහෝ අනවශ්‍ය ගැටුම් මතු කරන්නට මෙම මනෝභාවය හේතුවන බවද බොහෝ දෙනා හඳුනාගෙන ඇත. එහෙත් ඒ පිළිබඳව සොයා බලන්නට පෙළඹෙන්නේ ඉතා සුළු පිරිසක් පමණි. ඒ අතරිනුදු නිවැරදිව කාරණය වටහාගෙන සැහැල්ලුවෙන් දෛනික ජීවිතය ගතකරන්නේ කලාතුරකින් කෙනෙකි. ඔබත් ඊට උත්සාහ කරන ටික දෙනා අතර කෙනෙක් නම්, මෙම දේශනාව ඔබට ඒ සඳහා මගපෙන්වනු ඇත.

ද්වේශයේ ස්වභාවය, එය හට ගැනීමේ හේතු, එය මැඩලීමට බාධක වන කරුණු සහ එය දුරු කර ගැනීමට මගපෙන්වන පියවර ගණනාවක් විස්තර කරමින් කර ඇති මෙම දේශනාව, සැරියුත් මහ රහතන් වහන්සේ විසින් දේශිත ආඝාත පටිවිනය (අංගු. පඤ්චක. නි.) සූත්‍රය ඇසුරින් කරන ලද්දකි.

පටිගත කර ඇති මෙම දේශනාව බොහෝ වාර ගණනක් අසා, තමන්ගේ දෛනික ජීවිතය සැහැල්ලුවෙන් පවත්වන්නට ඉන් ලැබුණු සහාය අගය කරමින්, එම පටිගතකළ දහම් කරුණු අසන්නට ඉඩ නොලැබෙන බොහෝ ධර්ම කාමීන්ටත් ධර්ම දානය ලබාදීමේ සත්පුරුෂ හැඟීම පෙරදැරි කරගෙන, තමන්ගේ වටිනා කාලය කැප කරමින් එම දේශනාව පිටපත් කිරීම සහ මුද්‍රණ ද්වාරයෙන් එළිදක්වීම සඳහා අවශ්‍ය සියළු කටයුතු ඉතා ගෞරවයෙන් සිදුකළ මොරටුව විශ්ව විද්‍යාලයේ තාක්ෂණ ආයතනයේ විදුලි හා විද්‍යුත් අංශයේ කථිකාචාරිනී කමලා ගමගේ මෙනවියටත්, පිටු සැකසීම සහ චිත්තාකර්ෂණීය ලෙස පිටකවරය නිර්මාණය කර දුන් රූ-මායා ග්‍රැෆික්ස් ආයතනයේ සාලිය ජයකොඩි පුතණුවන්ටත්, ඉතා උසස් ලෙස මුද්‍රණ කටයුතු කරදුන් සිකුරු ප්‍රකාශක ගිහාන් අනුරංග ජයවර්ධන පුතණුවන්ටත් ඒ සඳහා දයකත්වය දැරූ සැමටත් ධර්මාවබෝධය පිණිස මේ පින හේතු වේවායි මෙත් සිතින් ප්‍රාර්ථනා කරමු.

**කුකුල්පනේ සුදස්සී ස්ථවිර**

2006. 05. 01 දින

පොකුණුවිට,

ශ්‍රී විනයාලංකාරාරාමයේ දීය.

නමෝතස්ස භගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස

ශ්‍රද්ධාවන්ත පින්වතුනි,

අද ධර්ම දේශනාව සඳහා මාතෘකා කරන්නට යෙදුනේ අංගුත්තර නිකායේ පඤ්චක නිපාතයේ ආඝාත වර්ගයේ සඳහන් වෙන දෙවෙනි ආඝාත පටි විනය සූත්‍රයයි. මේ සූත්‍රය මුල්කරගෙන අද ධර්ම දේශනාවක් කරන හැටියට පසුගිය පොහෝ දිනයේ අප වෙත කරන ලද ආරාධනාවක් නිසාත්, ඒ සූත්‍රයෙන් විග්‍රහ වෙන ධර්ම කාරනා මේ පින්වතුන්ගේ ජීවිත වල එදිනෙදා කටයුතු කිරීමේ දී අතිශයින්ම වැදගත් වන නිසාත්, එය මුල් කරගෙන අද ධර්ම දේශනාව පවත්වන්නට අපි අදහස් කළා.

සැරියුත් මහරහතන් වහන්සේ එක්තරා අවස්ථාවක දී භික්ෂූන් අමතලා මේ සූත්‍රය දේශනා කරන්නට යෙදුනා. උන් වහන්සේ දේශනා කරනවා "පංචිමේ ආවුසො ආඝාත පටි විනයා"

මහණෙනි, මේ ආඝාත පටි විනය කරුණු පහක් තියෙනවා.

මොකක්ද ආඝාත කියන්නෙ? මොකක්ද පටි විනය කියන්නෙ?

ආඝාතයයි කියලා කියන්නෙ ද්වේශය. පටි විනය කියලා කියන්නෙ දුරු කිරීම. ද්වේශය දුරු කරන ක්‍රම බොහොමයක් තියෙනවා. ඒ අතරින් කාටත් පහසු සරල ක්‍රම පහක් පිළිබඳවයි මේ සූත්‍රයෙන් විස්තර වෙන්නෙ. සැරියුත් හාමුදුරුවො මෙහිදී පැහැදිලි කරන්නේ කොහොමද කොයි කොයි ආකාරයෙන්ද කොයි කොයි පුද්ගලයන් පිළිබඳව ද අපි මේ ද්වේශය දුරු කරගත යුත්තේ කියලා. ඊට පෙරාතුව අපි සවිස්තරව දැනගත්තොත් හොඳයි කියලා මම අදහස් කරනවා අපිට කොයි ආකාරයෙන් ද මේ ද්වේශය හට ගන්නේ.

## කරුණු දහයක් නිසා ද්වේශය ඇතිවෙනවා

බුදුරජානන් වහන්සේ ආඝාත වස්තු කියන සූත්‍රයෙ දේශනා කරනවා කරුණු දහයක් නිසා අපට ද්වේශය හට ගන්නවා. ඒක අමුතු දෙයක් නෙමෙයිනෙ, අපේ ජීවිතවල අපි හැමදෙනාටම බොහොම හුරු පුරුදු දෙයක් තමයි තරහව, ද්වේශය, නැත්තං

ක්‍රෝධය, වහා  කිපෙන සුළු බව. මේ කිපෙන සුළු බව එහෙම නැත්තං ද්වේශය එහෙම නැත්තං ක්‍රෝධය එහෙම නැත්තං පටිඝය, මේ කොයිකෙන් කිවුවත් එකම ධර්මතාවයක් තමයි අරමුණු වෙන්නේ, අරමුණෙහි ගැටෙන ස්වභාවයයි. ඇසින් කනෙන් නාසයෙන් දිවෙන් කයෙන් මනසින් කියන මේ ඉන්ද්‍රියන් ගෙන් ගන්නා අරමුණු සමග මනස ගැටෙනවා, එය ප්‍රතික්ෂෙප කරනවා. ඒ ස්වභාවය තමයි ද්වේශය ආදි නම් වලින් හැඳින්වෙන්නේ.

මෙය උපදින අවස්ථා දහයක් පිළිබඳව, උපදින හේතු දහයක් පිළිබඳව ආඝාත වස්තු සූත්‍රයේදි බුදුහාමුදුරුවො පැහැදිලි කරනවා. ඒ හේතු තමයි, එක් පුද්ගලයෙක් අරමුණු කරගෙන, මේ පුද්ගලයා මට පෙරත් ද්වේශ කළා, එහෙම නැත්නම් පෙරත් මට වරද කළා - දැනුත් වරද කරනවා - අනාගතයේ වරද කරයි කියලා තමා මුල් කරගෙන තුන් ආකාරයකින් ද්වේශය උපදවා ගන්නවා.

- මේ පුද්ගලයා මගේ මිතුරන්ට පෙරත් නපුර කළා
- දැනුත් නපුර කරනවා
- අනාගතයටත් නපුර කරාවි කියලා තමන්ගේ මිතුරන් සම්බන්ධ කරගෙන තුන් ආකාරයකට ද්වේශය උපදවා ගන්නවා.
- මේ පුද්ගලයා මගේ සතුරන්ට පෙරත් හිත පක්ෂපාතීව කටයුතු කළා
- දැනුත් හිත පක්ෂපාතීව කටයුතු කරනවා
- අනාගතයටත් හිත පක්ෂපාතීව කටයුතු කරාවි කියලා තමන්ගේ සතුරන් සම්බන්ධ කරගෙන තුන් ආකාරයකින් ද්වේශය උපදවා ගන්නවා.
- එතකොට නව ආකාරයයි.
- අනිත් එක තමයි අස්ථාන ක්‍රෝධය. අස්ථාන ක්‍රෝධය කියලා කියන්නේ ක්‍රෝධය ඉපද විය යුතු නැති තැන්වල ක්‍රෝධය ඉපද වීමයි.

දැන් අපි මේ කරුණු දහය පිළිබඳව කෙටියෙන් විස්තර කරගන්නට උත්සාහ කරමු. යම්කිසි පුද්ගලයෙක් අරගෙන මේ පුද්ගලයා මට පෙර මේ මේ විදියේ නපුරු කම් කරලා තියෙනවා

කියලා හිතනවා. ඔය ද්වේශය උපදින එක් ආකාරයක්. මොහු මට දැනුත් මේ විදියට වරද කරනවා නපුරුකම් කරනවා. මේ ද්වේශය උපදින තවත් ආකාරයක්. මොහු අනාගතයටත් මට මේ විදියට නපුර කරාවි. මේ ද්වේශය උපදින තවත් ආකාරයක්.

පින්වතුනි මේවා මේ වචන වලින් මෙහෙම කිව්වා වුණාට ඒ කියන ලද වචන වලට අනුකූලවම හිතලා ඔහොම ද්වේශය ඇතිවන සිරිතක් නැහැ. පින්වතුන්ට කවදාවත් මතක නැතිව ඇති පින්වතුන් කිසිම පුද්ගලයෙක් පිළිබඳව ඔය විදියෙන් හිතුවා. මතක තියෙනවද? ඔහොම හිතල ද්වේශය ඇතිකර ගත්තව මතකයක් නැතිව ඇති. මේ වචන වලින් මෙහෙම කියන්නෙ පින්වතුනි, මේ විදියෙ එක්තරා හැඟීමක් අපේ අභ්‍යන්තරයේ තැන්පත් වෙනවා.

## අප්‍රසන්න බවක් !

අල්ලපු ගෙදර මනුෂ්‍යයා පෙර දවසක මට දොස් කිව්වා. මෙන්න මේ කාරණය තමන්ගේ හිතේ තැන්පත් වෙනවා. තැන්පත් වුණාට පස්සේ මේ කාරණා හිතේ තැන්පත් වෙලා තියෙන තාක් කල් ඔහු දකින දකින වාරයක් පාසා තමන්ගේ හිතේ මොකක්ද ඇතිවෙන්නෙ? අප්‍රසන්න භාවයක්. මේ අර මුලින් කියාපු පළවෙනි ක්‍රමයට ද්වේශය හටගැනීම. එවේලේට කිසිම හැඟීමක් ඇතිවෙන්නේ නෑ. මොහු මට පෙර මෙහෙම බැන්නා, මොහු මට පෙර ද්වේශ කළා, ඒ මොකුත් මතුවෙලා එන්නේ නෑ. නමුත් දකිනකොටම එක්තරා අප්‍රසන්න බවක් ඇති වෙනවා. ඒ අප්‍රසන්න බව ඇතිවීමේ මූලික සාධකය මොකක්ද? පෙර දවසක මොහු මට දොස් කිව්වා කියන සංඥාව, ඒ සංකල්පනාව අභ්‍යන්තරයේ උපාදානය වෙලා තියෙනවා. ඒ උපාදානය අභ්‍යන්තරයේ පවතින තාක් කල් නැවත නැවතත් ඔහු දකින ඔහුගේ කට හඬ ඇසෙන ඔහු සිහිකරන ඔහු ගැන කතා කරන මේ සෑම මොහොතකම තමන්ගේ මනස ඔහුගේ නම සමග පවා ගැටෙනවා. අපි හිතමු කොළේක ලියලා තිබුණයි කියලා ඔහුගේ නම. මේ කොළේ ලියලා තියෙන අකුරු ටික දකිනකොටත් අපේ සිතට මොකද වෙන්නෙ? අපේ සිත ගැටෙනවා. ඇයි? මේ අර කියන අහවල් පුද්ගලයා කියලා අපේ මනස සෑහින්ම අර පුද්ගලයාව අරමුණු කරනවා. රූපයෙන් ඔහු අරමුණු කරනවා කටහඬින් ඔහුව අරමුණු කරනවා ඒ වගේම හැසිරීම් ආකාරයෙන් අරමුණු කරනවා තමන්ට බැන්න හැටි අරමුණු කරනවා.

මේ සියලුම චිත්ත රූපයන් මනසේ මවා ගෙන අර අකුරු ටික දිහා බලාගෙන අපි මනසින් ගැටෙනවා. කෙනෙක් ඔහු පිළිබඳව කතා කරනවා අහලා මේ කතා කරන දේ තමන්ගේ කනට වැටෙන කොටම අර මුලින් ඔහු අපට කළ අපහාසය උපහාසය සිහිකරගෙන එයින් චිත්ත රූප මවා ගෙන අපි ඔහු සමග ගැටෙනවා මනසින්. මෙන්න මේ විදිහටයි මොහු අතීතයේ මට නපුර කළා කියලා අපි මිනිසුන් සමග ගැටෙන්නෙ. ඊ ළගට මොහු දැනුත් මට නපුර කරනවා කියලා අපි ඒ ඒ මොහොතේ දීත් ගැටෙනවා. ඒ ඒ මොහොතේ දීත් අපි කල්පනා කරනවා මොහු දැනුත් මට මේ විදියේ විරුද්ධකම් කරනවා. එදත් මට මෙහෙම කළා. දැනුත් ඔහු මා සමග හිතවත් කමක් නෑ. මේ විදියෙන් ද්වේශය උපදවා ගන්නවා. ඊලගට මේ කරුණු දෙක අනුසාරයෙන් අපි එක්තරා සංකල්පනාවක් ගොඩ නගා ගන්නවා අනිවාර්යයෙන් මේ මනුෂ්‍යයා අනිත් දවසෙත් මොකද කරන්නෙ, මට දොස් කියනවා. මේ මනුෂ්‍යයා අනිවාර්යයෙන් ඊලග දවසෙත් මට විරුද්ධව කටයුතු කරනවා. මේ විදියෙන් අපි එක්තරා සංකල්පනාවක් ගොඩ නගා ගන්නවා. මේ තුන් වෙනි අවස්ථාව.

## අපේම සිතුවිලි සමඟයි ගැටෙන්නෙ

අතීතයේ සිදුවූ දේ අරමුණු කරගෙන ද්වේශය උපදවා ගන්නවා. වර්තමානයේ කෙරෙමින් පවතින දේ අරමුණු කරගෙන ද්වේශය පවත්වා ගන්නවා. මේ දෙකම පදනම් කරගෙන අනාගතයටත් එසේ ඇතිවේවි කියන සංකල්පනාව ඇති කර ගන්නවා. මේ සංකල්පනාව සිතුවිල්ලක් පමණයි. එහෙම දෙයක් සිදුවෙලා තියෙනවද? නැහැ. අපි හිතනවා සිදුවේවිය කියලා. අපි සිදුවේවිය කියලා සිතින් අරමුණු කරගන්නා මේ සිතුවිල්ල පදනම් කරගෙන අපිම ගැටෙනවා. එහෙම නම් මොකක්ද මේ ගැටීම පින්වතුනි? සිතුවිලිත් එක්කලා ගැටීම නේද? දැන් අපි මේ තුන් වෙනි අවස්ථාවේ ගැටෙන්නේ පුද්ගලයත් එක්කද? පුද්ගලයත් එක්කද ගැටෙන්නේ? අපේම සිතුවිල්ලත් එක්ක අපි ගැටෙනවා. එහෙම නම් ඔය විදියටම තමයි වර්තමානයේ සහ අතීතයේත් අපි ගැටෙන්නේ. අපිට අතීතයේ මෙහෙම කළාය කියලා අපි ගැටෙන ගැටුම ඇතිකරගන්නේ පුද්ගලයා සමග නෙවෙයි. අපේ සිතේ ඔහු අරමුණු කරගෙන ඇතිවෙන සිතුවිල්ලත් එක්කලයි අපි ගැටෙන්නේ. වර්තමානයේ අපි ඔහු අරමුණු කරගෙන ඇතිකරගන්නා සිතුවිල්ලත් එක්කයි අපි ගැටෙන්නේ. එහෙමනම් මේ සියලුම ගැටළු

පවතින්නේ අපි සිතින් අරමුණු කරන ආකාරය අනුව විනා එහෙම දෙයක් මේ ලෝකයේ ඇත්තේ නෑ. එහෙම නොසිතනවා නම් එහෙම තත්වයක් මේ ලෝකයේ ඇතිවෙන්නේ නෑ. ඒ නිසා ඒ පුද්ගලයා අරමුණු කර කරා ඒ පුද්ගලයා සමග ගැටෙනසුළු ස්වභාවයේ සිතුවිලි උපද්දවා ගන්න තාක්කල් අපේ මනසේ ද්වේශය හට ගන්නවා.

## මානසික ලෝකයක්!

ඒ නිසා බුදුහාමුදුරුවො දේශනාකරනවා එක් අවසථාවකදී, මේ ලෝකය වනාහි මානසික නිර්මාණයක්ය, එය සිතුවිලි වලින් හට ගන්නවාය කියලා. එය සිතුවිලි නිසා රැඳී පවතිනවා කියලා. යම් තාක් කල් සිතයිද අරමුණු කරයිද අරමුණු රඳවා පවත්වා ගනීද, ඒ තාක් කල් ලෝකයට බැස ගැනීම වේ. උපාදානය වේ. පැවැත්මට හේතු වේ. මේ මුළු ලෝකයම බුදුහාමුදුරුවො ඔය වචන ටිකෙන් පැහැදිලි කළා.

මේ ලෝකය සිතුවිලි නිසා හට ගත්තා කියලා කීවොත් පින්වතුන් එකඟද ඒකට? මේ ලෝකය සිතුවිලි වලින් හටගෙන තියෙන්නෙ කිව්වොත් පින්වතුන් ඒකට එකඟද? එහෙනම් මේ ගොඩනැගිලි හැදුනෙ කොහොමද? මේ යාන වාහන හැදුනෙ කොහොමද? කොහොමද මේවා හැදුනෙ සිතුවිලිවලින්?

මිනිසුන් සිතුවා මෙසේ කළයුතුයි කියලා, ඔවුන් එසේ කළා. ඒ නිසා දැන් තියනවා. එසේ නොසිතුවානම්? එහෙම දෙයක් නෑ. අපි හිතමු මේ වත්තේ මල් පැල හදලා තියනවා. ඔය මල් පැල ඔය විදියට සිටුවිය යුතුයි කියලා යමෙක් හිතුවා. හිටෙව්වා, දැන් තියනවා. එසේ නොසිතුවානම් එහෙම මල් වවාපු වත්තක් නෑ.

මේ පංසල මෙතන හදන්නට මේ ඉඩම් කොටස පූජා කළ යුතුයි කියලා අතීතයේ හටපු පින්වතුන් පිරිසක් හිතුවා. ඒ හිතුව නිසා පූජා කළා. ඒ නිසා දැන් පංසලක් තියනවා. ඔවුන් එසේ නොසිතුවානම් අද මෙතන පංසලක් තියනවාද? මෙහෙම පංසලක් අද නෑ.

## පළමුව සිතින්, දෙවනුව ගතින්

එහෙමනම් මේ මුළු ලෝකයම මේ මුළු විශ්වයම මේ හැම දෙයක්ම අපි හිතින් නිර්මාණය කරනවා. පළමුව හිතින් නිර්මාණය

කරනවා. දෙවනුව වචනයෙන් හා කයින් නිර්මාණය කරනවා. පළමුවෙන් මනසේ ඇතිවන චිත්ත රූපය දෙවනුව කයින් ක්‍රියාවට නැගෙනවා. බලන්න පින්තූරයක් අරගෙන - චිත්‍රයක් අරගෙන. ඒ චිත්‍රයෙ සායම් වලින් වර්ණවත් කරලා තියෙන්නේ මොනවද? චිත්‍ර ශිල්පියාගේ සිතුවිලි. අපි ඒකට කියනවා චිත්‍රයක් කියලා. තව හොඳ මූර්ති ශිල්පියෙකුට ඒ සිතුවිලි ධාරාව ඇතිවුණොත් එයා මොකද කරන්නේ? එයා සිමෙන්තියෙන් හරි හුණු බදාමෙන් හරි ගල්වලින් හරි අර සිතුවිලි භෞතික තත්වයෙන් කැටයම් කරනවා. දැන් මොකද වෙලා තියෙන්නෙ. මේ හුණු බදාමය තුළ මේ ගල්කැට තුළ මොනවද තියෙන්නෙ? මිනිසාගේ සිතුවිලි. එහෙමනම් ඒ නිර්මාණය කුමක්ද? සිතුවිලිවල නිර්මාණයක්. ඒ නිසා බුදුහාමුදුරුවෝ දේශනාකරනවා මේ ලෝකය සිතිවිලි නිසා හට ගත්තා කියලා. මේ මුළු විශ්වයම ඔය විදියයි පින්වතුනි. සිතිවිලි නිසා රැඳී පවතිනවා. ඒ සිතිවිලි වලින් හට ගත්ත ලෝකය සිතිවිලි නිසාමයි අපි පවත්වන්නේ. ඒවා හැදූ පමණින්ම ඒවා පවතින්නෙ නෑ විනාශ වෙනවා. අපට ඒවා පවත්වන්නට ඕනෑ කමක් ඇතිවෙනවා. ඕනෑ කම මත අපි නඩත්තු කරමින් නැවත නැවත ඒවා අරමුණු කරමින් අපේ මනසේ ඒ සඤ්ඤාවන් පවත්වනවා. ඒ නිසා අපි ඒ තුළ ජීවත් වෙනවා.

## ස්වභාවික ලෝකයෙන් පෞද්ගලික ලෝකයට

මෙහෙම කියනකොට පින්වතුන්ට හිතෙන්න පුළුවන්, එහෙමනම් මේ අහස පොළොව, ගස්වැල් ආදී ස්වාභාවික දේත් කවුරුහරි සිතුවිලිවලින් නිර්මාණය කරපුවද? එහෙනම් දෙවියන් වහන්සේ විසින් මැව්වා කියන එක ඇත්තද කියලා. එහෙම එකක් නෙමෙයි මෙතන කියන්නේ. පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ කියන භූත රූපයන් ඇසුරු කරගෙන හේතුඵල කියන ස්වභාවික සිද්ධාන්තය මත ගොඩනැගුණු භෞතික ලෝකයක් තියනවා. ඒක අපි හදපු එකක් නෙමෙයි. ඒක ඍතු නියාම, බීජ නියාම කියන හේතුඵල දහමට අනුව ස්වභාවිකව නිර්මාණය වූ දෙයක්. අපි මේ කතාකරන්නේ ඒ ස්වාභාවික ලෝකය පසිඳුරන්ගෙන් ග්‍රහණය කර ගනිමින් නිර්මාණය කරගන්නා තම තමන්ගේ ලෝකය ගැනයි.

දැන් හිතලා බලන්න මෙහෙම තව ටිකක් ඒක පැහැදිලි කරගන්න. ඔන්න පොල් ගහක් තියනවා කියලා හිතන්න. මේ පොල් ගහ දකිනවා භාවනා කරන භික්ෂූන් වහන්සේ නමක්. ලී ඉරන එහෙම නැත්නං පොල් පරාල පලන මනුෂ්‍යයෙකුත් දකිනවා.

ඊළඟට පොඩි දරුවෙකුත් දකිනවා. ඊළඟට මත් පැන් බොන්න පුරුදු වෙච්ච මනුෂ්‍යයෙකුත් දකිනවා. දැන් ඔන්න හතර දෙනෙක් මේ පොල් ගහ දකිනවා.

භික්ෂූන් වහන්සේ පොල් ගහ සම්බන්ධව කුමක් හිතයිද? මේ ගහ හේතුඵලයන්ගෙන් හැදුනා. විදර්ශනානුකූලව උන් වහන්සේ හිතාවි, පොල් ගෙඩියකින් පැලයක් ඇතිවුණා, දැන් පොල් ගහක් හැදුනා, එයින් පොල් ඵලම ඇති කරනවා. මේ ලෝකයේ මේ ස්වභාවය මෙහෙම චක්‍රාකාරව පවතිනවා. උන් වහන්සේ ඒ පොල් ගහ විදර්ශනාවට නගාවි. ඒ උන් වහන්සේගේ ලෝකය උන් වහන්සේ පොල් ගහ තුළින් නිර්මාණය කළා. මේ පොල් ගහ පඨවි ආපෝ තේජෝ වායෝ ආදී ඒවායින් සකස් වෙලා තියනවා, උන් වහන්සේ ඒ විදියට දකීවි.

ඊළඟට පොල් ලී පලන මනුෂ්‍යයා කොහොම දකීද පොල් ගහ? මේකෙන් හොඳ පරාල කීපයක් ගන්න පුළුවන්. හොඳ යටලී කීපයක් මේකෙන් ඉරා ගන්න පුළුවන්. ඒ පොල් ගහ තුළින් ඔහු නිර්මාණය කරගත්තු ලෝකයයි. කුඩා දරුවා හිතාවි මේකෙ හොඳ කුරුම්බා ඉත්තක් තියනවා කඩා ගත්තොත් දවස් දෙක තුනක් මට බොන්න පුළුවන් කියලා. ඒ ඔහුගේ ලෝකය. අර මත්පැනට ඇබ්බැහි වෙච්ච මනුෂ්‍යයා හිතාවි මේකෙ හොඳ පොල් මල් කීපයක් සකසලා තියා ගත්තොත් තලාගෙන රා ටිකක් පෙරා ගත්තහම මට සල්ලි වියදම් කරන්නේ නැතිවම බොන්න පුළුවන්. මේ ඔහුගේ ලෝකයයි.

දැන් මේ ලෝකයේ මේ ස්වභාවිකව හටගත්තු එක් වස්තුවක් පදනම් කරගෙන - ඒ වස්තුව තියන හැටියටම එතන තියනවා- නමුත් එසේ පවතින එක් වස්තුවක් අරමුණු කරගෙන හතර දෙනෙක් හතර ආකාරයට තමන්ගේ ලෝකය නිර්මාණය කරගත්තා. මෙන්න මේකයි සිතුවිලි වලින් මේ ලෝකය නිර්මාණය කරනවය කියන්නේ.

සිතුවිලි හතර ආකාරයකින් උපදවා ගත්තා. ඔහු හිතන ආකාරයටයි ඔහුගේ ලෝකය නිර්මාණය කර ගත්තේ.

ඉතින් ඒ හතර දෙනාගෙන් ඉක්මනින් ක්‍රියාත්මක වෙච්ච කෙනා අර පොල් ගහ උපකාර කරගෙන ඔහුගේ ලෝකය කායිකවත් නිර්මාණය කර ගන්නවා. ඒ ඔක්කොටම ඉස්සෙල්ලා අර පොල් ලී පලන මනුෂ්‍යයා ඉස්සර වුණොත් පොල් ගහ කපලා ඊට පස්සේ ගහක් තිබුණ තැනක්වත් හොයන්න නැතිවේවි. මේ ඔහුගේ

ලෝකයේ මානසික සිතුවිල්ල ක්‍රියාවට නැගීමෙන් ලෝකයේ ස්වාභාවික පැවැත්ම විනාශ වුණා. දැන් පවතින්නේ සිතුවිලි වලින් ගොඩ නැගුණ නිර්මාණයක්. ඊට පස්සේ ඔහු ඇඳක් පුටුවක් මේසයක් හදාවී. තවත් නිර්මාණයක් කරාවී. මේ ඔහුගෙ සිතවිලි වල නිර්මාණයයි.

මෙන්න මේ විදියෙන් මේ මුළු විශ්වයම පින්වතුනි බුදුහාමුදුරුවෝ දේශනා කරනවා, මේ හැම දෙයක්ම සිතිවිලි වල නිර්මාණයක්. ඒ සිතිවිලි නිසා තමයි පවතින්නේ. යම් තාක් කල් සිතයිද අරමුණු කරයිද අරමුණු රඳවා පවත්වා ගනීද, ඒ තාක් කල් ලෝකයට බැසගැනීම වේ. අපට ද්වේශ කරපු අපට බැණ වැදුනු අපට නපුර කරපු පුද්ගලයා පිළිබඳව යම්තාක් කල් සිතයිද යම්තාක් කල් අරමුණු කරයිද යම්තාක් කල් අරමුණු රඳවා පවත්වා ගනීද ඒ තාක් කල් අපි ජීවත් වෙන්නේ කොහේද? ද්වේශය තුළයි. ඒ තාක් කල් ද්වේශය තුළයි අපි ජීවත් වෙන්නේ.

## සැප හෝ දුක සිතුවිල්ල මත

ඔහු මට බැන්නා කියන මේ සිතුවිලි ධාරාව මනසේ පවත්වන තාක් කල් අපි ගැටි ගැටී මහත් වද වේදනා විඳිමින් ද්වේශය නැමැති ලෝකය තුළ ජීවත් වෙනවා. මේ සිතිවිල්ල බැහැර කළොත් මොනම හරි ක්‍රමයකින් - අපි හිතමු භාවනා කරන්න මොකවත් දන්නැති කෙනෙක් කියලා. එයා මෙහෙම ද්වේශ කර කර ඉන්න කොට මෙයාට ප්‍රියමනාප ආරංචියක් ඇවිත් කියනවා. අන්න ඊයෙ ගත්තු ලොතරැයි ටිකට් එක ඇදිල, රු 5000 ක් ඇදිල තියනවයි කියලා කියනවා. මේක කිව්ව හැටියෙ අර මනුෂ්‍යයගෙ සිතුවිලි ධාරාවට මොකද වෙන්නෙ? වහාම වෙනස් වෙනවා. දැන් ඔහුට ද්වේශය පවතිනවද? නෑ. නමුත් එදා නපුර කරපු පුද්ගලයා දැනට නැද්ද? ඉන්නවා. මේ පුද්ගලයත් ඉන්නවා, ඒ පුද්ගලයත් ඉන්නවා. නමුත් ද්වේශය නෑ. මොකක්ද ඇතිවෙච්ච තත්වය? සිතුවිල්ල නැතිව ගියා. සිතුවිල්ල නැතිවීම තුළ ද්වේශය නැමැති ලෝකය සම්පූර්ණයෙන් බිඳ හෙළුනා. සාමයෙන් පිරි ලෝකයක්, සතුටෙන් පිරි ලෝකයක් ඔහුගේ හදවතේ උදාවුණා. මේක ඇතිවුනේ කොහොමද? ඔහු අලුතෙන් ගත්ත අරමුණ ප්‍රසන්නයි. ප්‍රසන්න අරමුණ තුළ ඔහු ප්‍රසන්නව ජීවත් වෙනවා. ඔහුගේ මනසත් ප්‍රසන්නයි ඒ වෙලාවට ඔහුගේ මුහුණත් ප්‍රසන්නයි. කායික ස්වභාවයත් ප්‍රසන්නයි. කතා කරන අයට ඔහු ඉතා

කාරුණිකයි. කතා කරන අයට බොහොම හිතවත්. මේ සියලුම තත්වයන් ඇතිවුනේ ඔහුගේ හිතේ මෙතෙක් තිබුණ සිතුවිල්ල බැහැර කරපු නිසා. එහෙනම් මෙතෙක් මොකක්ද වුනේ? අරදේ අරමුණු කරමින් අපි ඒ දේ මනසේ පවත්වා ගත්තා. ඒ පවත්වා ගැනීමේ වරද හැර වෙන මොකවත් එතන තිබිලා නෑ.

## රහතන් වහන්සේ

ඒ නිසා බුදුහාමුදුරුවො දේශනා කරනවා යම් තාක් කල් සිතයිද යම් තාක් කල් අරමුණු කරයිද ඒ අරමුණ මනසේ රඳවා පවත්වා ගනීද ඒතාක් කල් තමයි අපි මේ ලෝකයට බැහැගෙන ඉන්නේ. රහත් වෙනවාය කියලා කියන්නේ මේ ලෝකය සම්බන්ධව එවන් සිතුවිලි නැවත ගොඩ නගන්නේ නැති තත්වයට මනස සකස් කරගැනීමයි. උන්වහන්සේලාත් මේ ලෝකය තුළ ජීවත් වෙනවා. සිතුවිලි නැගෙනවා. නමුත් අරමුණු අභ්‍යන්තරයට ග්‍රහණය කරගන්නේ නෑ. ඒ නැති නිසා උන්වහන්සේලා ලෝකය තුළ නිදහස්. ලෝකයට බැස ගැනීමක් නෑ. අල්ලා ගැනීමක් උපාදානයක් නෑ. රහතන්වහන්සේ නමක් හා පෘතග්ජනයෙක් අතර තියෙන වෙනස මේ සිතුවිලි ගොඩ නැගීමේ ඇති වන වෙනස් කම. ඇයි උන්වහන්සේලා සිතුවිලි ගොඩ නගන්නේ නැත්තේ? උන්වහන්සේලා මේ ලෝකය සමග බැඳිල නැති නිසා. තණ්හාව දුරු කරලා තියෙනවා. ඒ නිසා එය කෙසේ පැවතුනත් උන්වහන්සේලාට ගැටළුවක් නෑ. ඒ නිසා අමුතුවෙන් හිතන්නට දෙයක් නෑ. අමුතුවෙන් බඳාගන්නට ග්‍රහණය කරගන්නට හෝ ගැටෙන්නට දෙයක් නෑ.

ඇයි අපි ගැටෙන්නේ? අල්ලා ගෙන තියන නිසා. අපි යමක් අල්ලාගෙන තියනවා. මොකක්ද අල්ලාගෙන තියන්නෙ? ''මම'' එහෙමනම් ඒ මම කියන අල්ලාගත් කෙනාට ප්‍රතිවිරුද්ධව යන හැම දෙයක් සමගම අපි ගැටෙනවා. රහතන් වහන්සෙලා මම කියලා අල්ලාගෙන නැති නිසා උන්වහන්සේලාට ගැටෙන්න දෙයක් නෑ. එහෙමනම් උන්වහන්සේලා හා අපි අතර තියෙන වෙනස මොකක්ද? මේ හිතන ආකාරයේ වෙනසයි. වෙන මොකවත් නෑ හිතන ආකාරයේ වෙනස.

ඒ නිසා පින්වතුනි මේ ද්වේශය අපි ඔය විදියෙන් පැහැදිලි කරගන්න ඕන. ද්වේශය පමණක් නෙමෙයි සියලුම සිතුවිලි ඔය ආකාරයයි. සියලුම චේතනාවන් ඔය ආකාරයයි. මෙන්න මේ

විදියෙන් අපි පැහැදිලිව හඳුනා ගන්නට ඕන මේ සිතුවිල්ලක් තුළින් ලෝකයක් ගොඩ නගන හැටි. මේ ද්වේශය නැමැති සිතුවිල්ල තුළින් ගැටුම් කාරී ලෝකයක් බිහි කරන්නට හේතු වන හේතු සාධක දහයක් තමයි බුදුහාමුදුරුවො අර ආඝාත වස්තු සූත්‍රයේ පැහැදිලි කරලා තියෙන්නේ.

## අස්ථාන ක්‍රෝධය

මා අරමුණු කරගෙන අතීත වර්තමාන අනාගත කියලා තුන් ආකාරයකින් ගොඩ නගනවා. මගේ මිතුරා අරමුණු කරගෙන තුන් ආකාරයකින් අතීත වර්තමාන අනාගත කියලා ගොඩ නගනවා. මගේ සතුරා අරමුණු කරගෙන තුන් ආකාරයකින් අතීත වර්තමාන අනාගත කියලා ගොඩ නගනවා. නව ආකාරයයි. දහවන එක තමයි අස්ථාන ක්‍රෝධය. අස්ථාන ක්‍රෝධය කියලා කියන්නේ, අපි අහක බලාගෙන යනකොට කකුල හැප්පෙනවා ගලක. මොකද කියන්නේ, දන්න හොඳම සිංහල භාෂාවෙ වචන කියලා බැනලා යනවා. කාටද බනින්නෙ? කා සමගද ද්වේශ කළේ, කා සමගද ගැටුනෙ. මගේ වරද නිසා මම අහක බලා ගෙන ගිය නිසා කකුල ගලේ හැපුනා. ඒ ද්වේශ කළ යුතු දෙයක් නෙමෙයි. නමුත් මා තුළ ද්වේශය හට ගත්තා. ඇයි? අස්ථානයේ මම කිපුනා.

නොකඩවා වැස්ස වහිනවා. ඒ ඍතු විපර්යාසයයි. ඒක අපිට නවත්වන්න බෑ, නියාම ධර්මයක්. අපි බනිනවා, ගුල්ලො ගහලද දන්නේ නෑ වැක්කෙරෙන්න ගත්තහම නොකැඩීම වැක්කෙරෙනවා කියලා. ඉතින් මිනිස්සු තැවෙනවා. පායන්න ගත්තහමත් ඒ විදිහයි. අපට නවත්වන්න පුළුවන් දේවල්ද? ලෝකස්වභාවයට, ඍතු නියාමයට, කර්ම නියාමයට අනුකූලව ජීවත් වෙන්නට, ඒවායේ නොගැටී ජීවත් වෙන්නට අපේ මනස සකස් කර ගන්නවා මිසක් මේ ස්වභාව ධර්මය නවත්වන්න අපිට පුළුවන්ද? බුදුහාමුදුරුවොත් ලෝකය පවතින හැටි වටහා ගත්තා මිසක් එය නවත්වන්නට ගියේ නෑ. උන්වහන්සේටවත් බෑ කර්ම නියමය ආදිය නවත්වන්න. උන්වහන්සේට නවත්වන්න පුළුවන්නම් මේ සියලු සත්වයෝම මේ සසරින් එතෙර කරවන්නට උන්වහන්සේට තිබුණනෙ. මේ මනුෂ්‍යයා සම්බන්ධව ක්‍රියාත්මක වන මේ කර්ම නියාමය, මේ ස්වභාව ධර්මය, සම්පූර්ණයෙන්

නවත්වලා මේ මිනිස්සු ටික ඔක්කොම, මගේ සාසනයේ මගේ ශ්‍රාවකයො ඔක්කොම ටික මං නිවන් දක්වනවා කියලා බුදුහාමුදුරුවන්ට කරන්න තිබුණනෙ. බැහැ එහෙම කරන්න. ඇයි? මේ ඇතැම් ලෝක ධර්මතාවයන් වෙනස් කරන්නට බුදුහාමුදුරුවන්ට වත් බෑ. එහෙම වෙනස් කළ නොහැකියි. තථාගතයන් වහන්සේටවත් වෙනස් කළ නොහැකි එබඳු ලෝක ධර්මතාවයන් සමග අපි මනසින් ගැටෙනවා. නොගැටිය යුතු දෙයෙහි අපි ගැටෙනවා. අන්න ද්වේශය ඉපදුනා. එතකොට අපි දැන් ඔය පැහැදිලි කළේ ද්වේශය ඉපදෙන්නට හේතුවන කරුණු.

මට මොහු පෙර මේ විදියෙන් නපුර කළා කියන ඒ අරමුණ සිතේ පවත්වන තාක් කල් ගැටෙනවා. මට මොහු දැනුත් මෙහෙම කරනවා කියලා ඒ අරමුණ පවත්වන තාක් කල් ගැටෙනවා. අනාගතයටත් මෙසේ කරාවි කියලා අලුතෙන්ම ගොඩනගා ගත්තු සිතුවිලි ධාරාවක් ඔස්සේ අපේ මනස සමගම අපි ගැටෙනවා. අපි හිතන්නට පුරුදු වුණානම් එදා මොහු මෙහෙම කළාට අද මෙහෙම කළාට අනිද්දවසෙ නම් මෙහෙම කරන එකක් නැහැ කියලා, අපිට ද්වේශය උපදිනවද? උපදින්නේ නෑ. නමුත් අර කරුණු දෙක ඇසුරු කරගෙන අපේ මනස එක්තරා පෙළඹීමක් ඇතිකර ගන්නවා හෙටත් මොහු මට මේ දේ කරාවි කියලා හිතන්නට. ඒ සිතුවිල්ල තුළ අපි වික්ෂිප්ත භාවයට පත්වෙනවා. ඊලඟට මොහු මගේ සතුරාට පෙරත් උදව් කළා, ඔහුට දැනුත් උදව් කරනවා, අනාගතයටත් ඔහුගේ පැත්තම ගනීවි. මගේ මිතුරාට මොහු පෙරත් විරුද්ධ වුණා, දැනුත් විරුද්ධයි, අනාගතයටත් ඔහුට විරුද්ධ වේවි. මෙන්න මේ කියන ආකාරයෙන් අපට පුද්ගලයන් සම්බන්ධව ද්වේශය ඇතිවෙනවා. මෙන්න මේ විදියට ඇතිවෙන්නාවූ ද්වේශය තමයි මේ ආඝාත පටි විනය සූත්‍රයේ ආඝාත කියලා කිව්වේ.

## ද්වේශය දුරු කරන ක්‍රම

මේ සූත්‍රයේදී සැරියුත් හාමුදුරුවො දැන් මේ විග්‍රහ කරන්නට උත්සාහ කරන්නෙ මොකක්ද? මෙසේ උපදින්නාවූ ද්වේශය කොහොමද අපි නැති කරන්නේ, කොහොමද අපි ප්‍රහාණය කරන්නේ කියලා.

"පංචිමේ ආවුසො ආඝාථ පටි විනයා"

ඇවැත්නි, - මෙතන භික්ෂූන්ට සැරියුත් හාමුදුරුවො දේශනා කරන නිසා ඇවැත්නි කියන වචනෙ යොදලා තියනවා නමුත් අපි හැමෝටම පොදුයි. සැරියුත් හාමුදුරුවො පැහැදිලි කරනවා, ඇවැත්නි භික්ෂුවකට ඇතිවුනාවූ ද්වේශය නැති කරන ක්‍රම පහක් තියනවා. ''කථමෙ පඤ්ච" මොනවද ඒ පහ?

ඇවැත්නි, මේ ලෝකෙ ඇතැම් පුද්ගලයන් ඉන්නවා ''අපරිසුද්ධ කාය සමාචාරෝ" කායික ක්‍රියාවන් කිසිම කෙනෙකුට ප්‍රසන්න නෑ, පළමුව හඳුන්වන පුද්ගලයාගේ කායික ක්‍රියාවන් වලින් අනිත් අයට හිංසා පීඩා සිද්ද වෙනවා කරදර සිද්ද වෙනවා. නමුත් ''පරිසුද්ධ වචී සමාචාරෝ" ඔහු වචනයෙන්නම් අතිශයින්ම ප්‍රසන්න කෙනෙක්. කතාබහ කිරීමේදී ඕනෑම කෙනෙකුගේ සිත් ගන්නා සුළුයි. කතා කිරීමේදී අනිත් අයට හොඳ නරක කියා දෙනවා. අනිත් අයට දැනමුතුකම් දෙනවා. නමුත් ක්‍රියා කරන්න ගියහම එයින් අනෙක් අයට වෙන්නේ බොහෝ විට අපහසු තාවයක්. මෙන්න මේ විදියේ පුද්ගලයන් සමාජයේ ජීවත් වෙනවා. ''ඒවරූපේ ආවුසො පුග්ගලෙ ආඝාතො පටිවිනෙතබ්බො" මහණෙනි, මෙවන් පුද්ගලයන් කෙරෙහි අපි ද්වේශය දුරු කළ යුතුයි.

පින්වතුනි, මේ සමාජයේ ඇතැම් අය ඉන්නවානෙ ඒ විදියට කතා බහ කරන කොට ඒ ඒ හිතවත් කම් අනුව බොහෝම ප්‍රසන්න ස්වභාවයක් බොහෝම සිත්ඇදගන්නා සුළු ස්වභාවයක් තියනවා. නමුත් ක්‍රියා කිරීමේ දී අනිත් අය ගැන එච්චර තැකීමක් කරන්නේ නෑ. ආවට ගියාට තමයි කටයුතු කරන්නේ. මම මේ කරන ක්‍රියාවෙන් අනිත් අයට වරදක් වෙයිද කියලා හිතන්නේ නෑ. නිකං වෙලාවට අනිත් අයට නිකරුනේ හිංසා කරනවා. නිතරම පීඩා කරනවා. නිකං ලඟින් ගියත් කෙනෙකුට ටොක්කක් ඇනගෙන යනවා. එහෙම නැත්තං සතෙකුට පයින් ගහගෙන යනවා එහෙම නැත්තං ගල් කැටයකින් ගහගෙන යනවා. එහෙම නැත්තං මොකක් හරි අකරතැබ්බයක් වෙලා තියෙද්දි සිනහ උපදවන්නට දෙයක් කරනවා.

මේ විදිහේ අය සමාජයේ ඉන්නවා. නමුත් මොවුන් සමග කතා බහ කරලා බැලුවොත් කතාබහෙන් නම් බොහොම වටිනා මිනිස්සු. බොහොම හොඳ අය. අපි හිතමු සමහරවිට කතා කරලා බලනකොට ඒ මනුෂ්‍යයාගේ අභ්‍යන්තරයේ බොහොම හොඳයි. නමුත් ඒ තැනැත්තා අනිත් අයට අතිශයින්ම පීඩා කාරී ආකාරයට මොනවා හරි නරක වෙලඳාමක් කරනවා. කසිප්පු වෙලඳාම්

කරනවා, එහෙම නැත්නං තව මොනවාහරි සූදු ක්‍රීඩාවක් කරනවා. එහෙම නැත්නං හවසට බීගෙන ඇවිල්ල ඔක්කෝටම බනිනවා ගහනවා දරුමල්ලන්ට තරවටු කරනවා එහෙම නැත්නං බඩු මුට්ටු පොළවේ ගහනවා. එහෙමත් නැත්නං හොඳ නරක කිසිම සැලකිලිමත් බවක් නැතිව එහෙ මෙහෙ ඔක්කොම ඇදලා පැදලා දාලා කිසිම පිළිවෙලක් නැතිව කටයුතු කරනවා.

මේවා සම්බන්ධව අපේ මනසේ ද්වේශය උපදින්නේ නැද්ද? ද්වේශය උපදිනවා. මම ඔය කව්වේ අපේ සාමාන්‍යයෙන් එදිනෙදා ගෙවල්වල සිදුවෙන සිදුවීම්. මෙහෙම හිතලා අපි තීරණය කරන්න ඕන මේ පළවෙනියට දේශනා කරන පුද්ගලයා වගේ තමයි අහවලා, ඔහු කතා කරන්නට ගියහම බොහොම හොඳයි. බොහොම හිතෙෂීයි. බොහොම හොඳ පුද්ගලයෙක්. නමුත් කටයුතු කිරීමේදී බොහොම අවුල් සහගතයි. මේ අවුල් සහගත කටයුතු පිළිබඳව අපේ මනස නිරන්තරයෙන් ගැටෙනවා. ඔහු කොච්චර කතාවට හොඳ වුනත් ඔහු කරන්නේ කසිප්පු වෙළඳාමයි කියලා අපි නිරන්තරයෙන් මනසින් ගැටෙනවා. ඔහු කොච්චර හොඳ වුනත් ඔහු ලඟින් යනකොට එහෙන් මෙහෙන් ඇනගෙන සත්තුන්ට හිංසා කරගෙන යනවා. කරන්නේ වංචනික ක්‍රියාවන්, කරන්නෙ අනිත් අයට පීඩාවන්, මේ විදියට අපේ මනස ගැටෙනවා. මේ විදියට ඒ පුද්ගලයා කෙරෙහි ද්වේශය උපදිනවා.

## පංසුකූලික භික්ෂුවක් සේ

සැරියුත් හාමුදුරුවො දේශනා කරනවා, මහණෙනි ඔහු පිළිබඳව අපි ද්වේශය හළ යුතුයි. කෙසේද ද්වේශය හරින්නේ? උන්වහන්සේ උපමාවක් දේශනා කරනවා,

පාංශුකූලික චීවරධාරී භික්ෂූන් වහන්සේ නමක් මාර්ගයේ වඩිනවා. පාංශුකූලික චීවරයයි කියලා කියන්නේ තව කෙනෙක් අතින් ගෙනල්ලා පූජා නොකළ, ඉවත දමන ලද හෝ කසල ගොඩවල් වල තියන හෝ අපවිත්‍ර වෙච්ච හෝ කොහේ හරි තියන අයිති කාරයෙක් නැති වස්ත්‍රයක් ලබාගෙන, එය කපලා මහලා සිවුරු හදාගෙ පොරවන එක්තරා ධූතාංගයක් තියනවා. ඒකට කියනවා පාංශුකූලික ධූතාංගය කියලා. ඒ වගේම බුදුහාමුදුරුවො දේශනා කළා භික්ෂූන් වහන්සේලා නිරන්තරයෙන් එවන් සිවුරින් ජීවත් වෙන්නට උත්සාහ කරන්නට ඕන කියලා. ඒ

විදිහේ ජීවන චර්යාවක් ඇති භික්ෂූන් වහන්සේ නමක් වඩිනකොට තියනවා ඉවත දාපු රෙදි කෑල්ලක් පාර අයිනෙ. මේ හාමුදුරුවන්ගේ සිවුරත් හොඳටෝම දිරලා ගිහිල්ලා. දැන් උන්වහන්සේ මොකද කරන්නේ, අර රෙදි කෑල්ල පොඩ්ඩක් කකුලෙන්ම දිගෑරල බලනවා. එක කකුලකින් පාගගෙන අනිත් කකුලෙන්ම පොඩ්ඩක් එහාට මෙහාට දිගෑරල බලනවා මේක මට සිවුරකට ගන්න පුළුවන් විදිහේ රෙදි කෑල්ලක්ද කියලා.

දැන් අද කාලෙ මේ වගේ ඒවා පින්වතුන්ට දකින්න නෑ. රෙදි සුලබයි. දායකයො ශ්‍රද්ධාවෙන් අරගෙන පූජා කරනවා. ඒ නිසා හාමුදුරුවරුන්ට එහෙම රෙදි කෑලි හොය හොය, ඉන්නට ඕන කමක් නෑ සිවුරු ගෙනත් පූජා කරන නිසා. ඉස්සර කාලේ හාමුදුරුවරු වැඩිහරියක් ඒ විදියටයි කළේ. එතකොට මේ හාමුදුරුවො එක කකුලකින් අර රෙදි කෑල්ල පාගාගෙන අනෙක් කකුලෙන් පොඩ්ඩක් ඇත් කරලා දිගෑරලා බලනවා මට ගන්නට පුළුවන් තරම් දෙයක් මේකෙ තියනවද කියලා, නොදිරූ කොටස් මේකෙ තියනවද කියලා. එතකොට උන්වහන්සේ දැක්කොත් වේයොකාපු දිරාපත්වෙච්ච ඒවා අතර එක කොටසක් තියනවා කෑල්ලක් කපා ගන්න පුළුවන් මට්ටමට, උන්වහන්සේ මොකද කරන්නේ, පාත්වෙලා අර රෙදි කෑල්ල අතින් අරගෙන අර ඉරිලා ගිය දිරලා ගිය කොටස් පැත්තකට විසි කරලා සෝදලා පවිත්‍ර කරලා ගන්නට පුළුවන් රෙදි කෑල්ල අරගෙන උන්වහන්සේ තමන්වහන්සේ වඩින තැනට වඩිනවා.

## හොඳ දේ පමණක් ගන්න

සැරියුත් හාමුදුරුවො දේශනා කරනවා මහණෙනි, අන්න ඒ භික්ෂුවගේ ප්‍රතිපදාව යම්සේද, අන්න ඒ වගේ අර මුලින් කියන ලද පුද්ගලයා කෙරෙහි හට ගන්නා වූ ද්වේශය අපි දුරු කළ යුතුයි. ඒ කෙසේද? ඒ භික්ෂූන්වහන්සේ අර රෙදි කෑල්ල - මේක වේයො කාලා තිබුණයි කියලා වේයො කාපුවත් එක්කලා ගැටුනද? නැහැ. මේක කවුරුවත් වමනෙ කරපුවා මලපහ කරපුවා පිහලා දාලා තියන ජරාගොඩක් කියලා ඒවත් එක්කලා ගැටුනද? නැහැ. ඒවා එක අතකින් අරගෙන අනිත් අතින් නුසුදුසු කොටස ඉරලා ඉවත් කර සුදුසු කොටස ගත්තා. අරගෙන උන්වහන්සේ සතුටින් සැහැල්ලුවෙන් තමන් වහන්සේ යන ගමන ගියා.

අන්න ඒ වගේ අර පුද්ගලයා පිළිබඳව මෙන්න මේ විදිහෙන් කල්පනා කළයුතුයි කියලා උන්වහන්සේ පැහැදිලි කරනවා. කොහොමද? මහණෙනි, ඒ පුද්ගලයාගේ යම්කිසි අයහපත් කායික පැවතුම් රටාවක් තියනවනම්, නුඹලා ඒවා ගැන නොසිතිය යුතුයි. ඒවා ගැන සිහි නොකළ යුතුයි. යම්කිසි යහපත් වාචික හැසිරීමක් තියනවනම් නුඹලා නිරන්තරයෙන් ඒ ගැන සිහිකළ යුතුයි. ඒ ගැන කල්පනා කළ යුතුයි. මෙන්න මේ විදියට නුසුදුසු අවගුණය සිහිනොකොර බැහැර කරලා සුදුසු යහපත් ගති ගුණය නැවත නැවත සිහි කරලා පළමු පුද්ගලයා කෙරෙහි ඇතිවෙන්නාවූ ද්වේශය දුරු කළ යුතුයි.

## නරක දේ සමග පොරබැදීම

බලන්න මොන තරම් විද්‍යානුකූලව, මොන තරම් ධර්මානුකූලව මේ කරුණු පැහැදිලි කරනවද කියලා. ඇයි ඒ? මම මුලින්ම කිව්වනෙ ද්වේශය හටගෙන අපේ සිත අපවිත්‍ර වෙලා කිලිටි වෙලා අපේ ඔලුව ගිනි ගන්නට තරම් ප්‍රශ්ණ ගොඩක මැදිවෙන්නේ මොනවා නිසාද? සිතුවිලි නිසා. ඉතින් සැරියුත් හාමුදුරුවෝ දේශනා කරනවා ඔබ ඒ සිතුවිල්ල බැහැර කරන්න. ඔබට ඒ සිතුවිල්ල හටගන්නේ නරක ක්‍රියාවන් අරමුණු කරගෙන නම් ඒවා ගැන නොසිතා ඉන්න. ඒවා අමතක කර හරින්න. අමතක කරනවා කියලා කියන්නේ මොකක්ද? ඒක ගැන නැවත නැවත හිත හිතා ඉන්න එකද? අපි අමතක කරනවා කියලා කරන්න උත්සාහ කරන්නෙ ඒකයි. මේක හිතලා ඉවරයක් කරන්නට ඕන කියලා අපි ඒක ගැනම හිතනවා. අන්තිමට මහා පඹ ගාලක පැටලිලා ඔළුව ගිනි ගන්න අරගෙන ඔක්කොම එපා වෙලා තමයි නවතින්නේ. ඊට පස්සෙ කව්රුවත් කතා කළත් කේන්තියි, කව්රුවත් බැලුවත් කේන්තියි, කන්න කතා කළත් කේන්තියි. තේ ටික ගෙනාවත් කේන්තියි.

## අනෙක් අයගෙ වැරැද්දට අපි ඇයි දුක් විඳින්නෙ

මෙන්න මේ විදියටයි අපේ මනස ක්‍රියාත්මක වෙන්නෙ. ඇයි? ඒ කන්න බොන්න දෙන අය ද්වේශ කළයුතු අය නෙමෙයි. නමුත් අපේ මනසේ තියෙන්නෙ ද්වේශ සහගත අරමුණක්. කා සම්බන්ධව ඇතිවුණත් සිතුවිල්ල ද්වේශයයි. ඒ නිසා අපි ඉන්නේ

අසහනයෙන්. ඇයි අපි අසහනකාරී තත්වයක් ඇතිකරගන්නේ වෙනත් පුද්ගලයෙක් නිසා. ඒ නිසා සැරියුත් හාමුදුරුවො දේශනා කරනවා අනුන්ගෙ, පැත්තකින් ඉන්න අයගෙ, ඒ විදියේ කුණු ගොඩවල් අරගෙන අපේ මනස අපවිත්‍ර කරගන්නට ඕන නෑ. අපි එය සිහි නොකරන දෙයක් හැටියට බැහැර කරලා ඔහු තුළ වටිනා ප්‍රසන්න යහපත් ගුණාංගයක් තියනවානම් ඒ ගැන නැවත නැවත හිතන්න.

පින්වතුනි, භාවනා කරනවා කියන්නෙ මේකයි. බුද්ධානුස්සතිය වඩනවා කියන්නෙ මොකක්ද? මේ ලෝකයේ විසිරිලා තියෙන වික්ෂිප්තවූ අපේ සිතුවිලි ධාරාවන් බැහැර කරලා බුදුහාමුදුරුවන්ගේ උත්තරීතර ගුණයක් නැවත නැවත සිහි කරලා අපේ මනස ඒ තුළ සමාධි ගත කරනවා. එතකොට මොකක්ද ඇතිවෙන්නෙ. හිත ප්‍රසන්නයි කය ප්‍රසන්නයි මනස සැහැල්ලුයි අපි සතුටින් ජීවත් වෙනවා. මෛත්‍රී වඩනවයි කියන්නේ මොකක්ද? ඒත් ඒ වගෙයි. මේ බොහෝ භාවනා ක්‍රම තුළින් කරන්නේ අර නුසුදුසු අරමුණු බැහැර කරලා සුදුසු අරමුණු නැවත නැවත මනසට දීලා මනස සන්සුන් කිරීමයි. අන්න ඊට පස්සේ ලෝකයේ යථාර්ථය විනිවිද දකින්න පුළුවන්.

ඒ නිසා පළමුවෙන් උත්සාහ කරන්න ඕන අර පුද්ගලයාගේ නපුරු ක්‍රියාවන් සිහි නොකර තමන්ගෙ මනස සන්සුන් කරගන්න. ඒවා මතක් වෙනවානම් වෙන දෙයක් ගැන හිතන්නට ඕන. ඒක මතක් වෙනවනම්, එහෙම කළා වුණාට ඔහු මට මෙහෙම අහවල් තැනදි ප්‍රසංසා කළා. ඔහුගේ හැසිරීම මෙහෙම වුණාට එදා කතා කරන කොට ඔහු මා ගැන බොහොම ප්‍රසාදයෙන් කතා කළා. ඔහු මට බොහොම හිතවත්ව කතා කළානෙ මට අහවල් පුද්ගලයා බැන වදින කොට ඒ පුද්ගලයා මැදිහත් වෙලා එහෙම කෙනෙක් නෙමෙයි කියලා මාව බේර ගත්තනෙ, මෙතෙන්දි මට සන්තෝශයෙන් කතා කරලා ගියානෙ, මේ විදිහෙන් ඔහුගේ වචනයේ තිබුණ යම් හොඳක්, වාචිකව තිබ්ච්ච යම් යහපත් බවක් අපි නැවත නැවත හිතන්නට පුරුදු වෙන්නට ඕන. අර ද්වේශය මතුවෙලා එන වාරයක් පාසා ඒක යට කරලා අර යහපත් අරමුණ නැවත නැවත මතු කරන්නට ඕන. මේ විදියට කීපවතාවක් මේ උත්සාහය තුළ නිරත වෙන කොට අර ද්වේශ සහගත, ද්වේශය උපදින්නට සුදුසු ඔහුගේ නපුරු ගතිගුණය නැමැති අරමුණ යටපත් වෙලා ගිහිල්ලා ඔහුගේ යහපත් ගතිගුණය නැමැති මෛත්‍රියට

සුදුසු අරමුණ අපේ මනසේ වර්ධනය වෙන්නට පටන් ගන්නවා. මෙන්න මේ විදියට ඔහු කෙරෙහි ඇති ද්වේශය දුරු කට යුතුයි කියලා සැරියුත් හාමුදුරුවෝ දේශනා කළා.

ඊළඟට සැරියුත් හාමුදුරුවෝ දෙවැනි පුද්ගලයා පිළිබඳව දේශනා කරනවා,

''ඉධ පනාවුසො එකච්චො පුග්ගලො අපරිසුද්ධ වචීසමාචාරො හොති පරිසුද්ධ කායසමාචාරො"

මහණෙනි, තවත් සමහර පුද්ගලයො ඉන්නවා කායික ක්‍රියාවන් නම් බොහොම හොඳයි. නමුත් වචනය බොහෝම අප්‍රසන්නයි කතා කරන්න හිතෙන්නෙ නෑ. කතා කළොත් බැනලා කතා කරන්නෙ. එහෙම නැත්තං කතාකළොත් අනිත් අයගෙ වල් පල් මොනවා හරි කියන්නෙ, අනිත් අයගෙ අවගුණයක් කියන්නෙ, තව කෙනෙකුගෙ කේලමක් කියන්නෙ, දූර්ගුණයක්මයි කියන්නෙ. කතාකළොත් බොරුවක් කියන්නෙ, තව කෙනෙක් රවටන මොනවා හරි කියන්නෙ. මේවිදිහේ දේවල් මයි වචනයේ තියෙන්නෙ. නමුත් ඔහුගේ කායික වශයෙන් කිසිකෙනෙකුට හිංසාවක් නෑ. කිසිම කෙනෙකුට පීඩාවක් නෑ. අනිත් අයට රිදවීමක් කායික වශයෙන් ඔහු කරන්නේ නෑ, සතුන්ට හිංසා පීඩා කරන්නේ නෑ, මනුෂ්‍යයින් තලා පෙලන්නේ නෑ. නමුත් වචනයෙන් නම් පිහියෙන් ඇන්නා වගේ ජාති කියනවා. එහෙම මිනිස්සු ඉන්නවා නේද සමාජයේ? මේ බොහෝම එකට ඉන්නවා හොඳට, නමුත් කියන වචන සමහර වෙලාවට පිහියෙන් අනිනවාට වඩා බර පතලයි. කිසිම හිතක් පපුවක් නැති විදියට කියනවා. ඒවා ගැන හිතන්නේ නෑ. ඒ විදිහට වචනයෙන් අපේ මනස අතිශයින්ම දූර්වල තත්වයට පත්කරන්න පුළුවන්.

## පිරිසිදු වතුර වෙන්කර ගන්න

මහණෙනි, මෙවන් පුද්ගලයන් සම්බන්ධවත් අපේ මනසේ ඇතිවන ද්වේශය අපි දුරු කළ යුතුයි. සැරියුත් හාමුදුරුවෝ දේශනා කරනවා එහෙම අය කෙරෙහි අපි කොහොමද ද්වේශය දුරු කරගන්නේ? උන්වහන්සේ උපමාවක් දේශනා කරනවා, ග්‍රීෂ්ම කාලෙ අව්වෙ දැවිලා පිච්චිලා බොහෝම වෙහෙසට පත්වෙච්ච අතිශයින්ම විඩාවට පත්වෙච්ච එක මනුෂ්‍යයෙක් පාර දිගේ යනවා.

බොහෝම වේලාවකින් ඔහුට බොන්නට වතුර ටිකක් නෑ අතිශයින් පිපාසිතයි. ක්ලාන්ත වෙන්නට ආසන්නයි. දහඩිය වැගිරෙනවා. අව් රශ්මියෙන් දැවිලා පිච්චිලා. මෙහෙම එන පුද්ගලයෙකුට හමුවෙනවා මාර්ගය ආසන්නයේ තියන වතුර වලක්. මේ වතුර වල දිය සෙවෙල් වලින් වැහිලා අනෙකුත් කොලරොඩු වලින් වැහිලා. නමුත් අර පුද්ගලයාගේ පිඩාව කොතෙක්ද කියනවානම් ඔහු ඒ කිසිදෙයක් නොබලා මෙතනට ඇවිත් දැකින්ම අර කොලරොඩු ඒ දිය සෙවෙල ඉවත් කරලා හොඳ වතුර ටිකක් අරගෙන බීලා මූණ හෝද ගෙන පිඩාව සංසිඳවාගෙන නැවත ඔහුගේ ගමන ආරම්භ කරනවා.

මහණෙනි, අන්න ඒ වගේ අර කියන ලද පුද්ගලයා කෙරෙහිත් ද්වේශය දුරු කළ යුතුයි කියලා සැරියුත් හාමුදුරුවෝ දේශනා කළා. බලන්න මේ උපමාව කොයි තරම් ගැලපෙනවද කියලා? අර කායිකව නුසුදුසු ක්‍රියාවන් තිබිච්ච කෙනාට උපමා කළේ සැරියුත් හාමුදුරුවෝ, ඉරලා කඩලා අයින් කරන්න පුළුවන් විදිහේ දෙයක්. ඒක කෙලින්ම එතනින් ඉරලා අයින් කරපුවහම ඉවරයි. ඉතිරි ටික පිරිසිදුයි. නමුත් දියසෙවෙල් ආදිය සම්පූර්ණයෙන් ඉවත් කරන්න පුළුවන්ද? අතේ පැටලි පැටලී එනවා. කොච්චර අයින් කළත් ආයෙ යටින් මතුවෙනවා ආයෙ පැටලිලා එනවා.

වාචික අසංවරය පිළිබඳව සැරියුත් හාමුදුරුවෝ දේශනා කළේ ඒ විදිහටයි. ඇයි දෙන්නෙක් බැන ගන්න තැන්වලට ගිහිල්ලා පොඩ්ඩක් අහගෙන ඉන්න බලන්න. එක්කෙනෙක් සංසිඳෙන්න හැදුවත් අනෙක් එක්කෙනා සංසිඳෙන්න දෙන්නේ නෑ. ගහ ගන්න එක නවත්වන්න පුළුවන්. ගහ ගන්න එක නවත්වන්න පුළුවන් වුණාට බැන ගන්න එක නවත්වන්න පුළුවන් ද? ඇයි අර දියසෙවෙල් වගේ අයින් කරන්න අයින් කරන්න පැටලි පැටලී එනවා. විශේෂයෙන්ම කාන්තාවන් අතර එහෙම ඇතිවුණයින් පස්සේ පොඩ්ඩක් ඇහුම් කන් දීලා බලන්න. කාන්තාවෝ විතරක් නෙමෙයි කවුරුත් ඒ වගේ තමයි.

## කට නොරැකුනොත්...

ඉතින් මේ විදිහට සැරියුත් හාමුදුරුවෝ බොහෝම ගැලපෙන උපමාවක් තමයි එතනදි දේශනා කළේ. මේ ලෝකයේ ඇතැම් පර්යෙෂකයන්ගේ සංගණනයන්ට අනුව හෙළි වෙලා තියෙනවා

ලෝකයේ නඩු හබ වලින් සියයට 75 කට වැඩිය ඇතිවෙලා තියෙන්නේ මොනවා නිසාද? වචන නිසා. වචන නිසා සියයට 75 කට වැඩිය නඩු හබ ඇතිවෙලා තියෙන්නේ. ගැහුවට වැඩිය බරපතලයි අපට වචනෙකින් අපහාස කරන එක. එහෙම නේද? දැන් අද කාලෙ පත්තරයක් එහෙම අරන් බලපුවහම තියෙන්නෙ අහවල් පත්තරේට මේ විදිහේ නිවේදනයක් දාලා මගේ කීර්ති නාමයට හානි කළා, කෝටි දෙකක් වන්දි ඉල්ලලා පත්තරේට නඩුවක් දානවා. ඉතින් ඒ මැති ඇමතිවරු වෙළඳ ව්‍යාපාරිකයො. ඒ ගොල්ලන්ට සල්ලි තියන නිසා කෝටි ගණන් ඉල්ල ගන්නවා. අපේ ගම් ගෙවල් වල අම්මලා, ගම් ගෙවල් වල මිනිස්සු මොකද කරන්නේ? ඒ ගොල්ලන්ට කෝටියෙන් ඇති වැඩක් නෑ, තමනුත් දන්න සුද්ද සිංහලෙන් කියාගෙන ඊට පස්සෙ යනවා වැට ලඟට. අර මනුෂ්‍යයත් එහා පැත්තෙන් එනවා. අන්තිමට මිනීමැරුමක් දක්වා දීර්ඝ වෙන්නට තරම් මේක දුරදිග යනවා.

ඒ නිසා සැරියුත් හාමුදුරුවො දේශනා කරනවා මෙතනදි, ඒ විදිහේ වාචසික අසමාචාරයන් ඇති, වචනයේ සංවරබවක් නැති වචනය අසංවර පුද්ගලයන්ගේ ඒ විදිහේ ක්‍රියාදාමයන් පිළිබඳව කොහොමද අපි ද්වේශය දුරු කරන්නේ, අර වතුර වලේ දියසෙවෙල් කොලරොඩු ඉවත් කරන්නා වගේ අමාරුවෙන් හරි ඒ ටික ඉවත් කරලා හොඳ දේ විතරක් ගන්න. අර කායික විෂමාචාරයන් පිළිබඳව මනසින් ඉවත් කර ගත්තු තරම් ලේසියෙන් මේක ඉවත් කරන්න පුළුවන්ද? බෑ. දියසෙවෙල් වගේ නැවත නැවත කැලති කැලති එනවා. නමුත් කෙසේ හෝ ඉවත් කරන්න ඕන. උත්සාහයෙන් ඉවත් කරන්න ඕන. ඇයි අර මනුෂ්‍යයා මග එන්නේ බොහොම කලන්තෙ හැදෙන්නට ආසන්න වෙලා. බොහොම පීඩාවට පත්වෙලා. වතුර ටිකක් හම්බ වුනේ නැත්නං ඔහුට තව දුර යන්නට බෑ. ඔහුගේ අවශ්‍යතාවය නිසා කෙසේ හෝ අර දිය සෙවෙල් ටික ඉවත් කරලා වතුර ටික බොනවා. ඇයි තමන් යන ගමන යා යුතු නිසා.

## ජීවන ගමනේ අරමුණ

ඒ නිසා පින්වතුනි අපටත් යන්නට ගමනක් තියනවා. මොකක්ද අපි යන ගමන? නිවන නැමැති අරමුණක් ඇති කරගෙන අපි මේ යනවා. මේ යන ගමනේ අපිට හොඳ අරමුණු නොලැබුණොත් අපිව විනාශ වෙනවා. ඒ නිසා අර නපුරු අරමුණු අරගෙන අපේ මනස වික්ෂිප්ත කරගෙන අපි තව තවත් සසර

ඇලෙන්නට ඕන නෑ. එවන් පුද්ගලයන්ගේ වාචසික විෂමාචාරයන් වාචසික නපුරු කම් අපි අර දියසෙවෙල් ඉවත් කරන්නා වගේ අමාරුවෙන් හරි බැහැර කරලා ඔහුගේ යම් කායික යහපත් බවක් තියනව නම් ඒක විතරක් නැවත නැවත සිහියට ගන්න ඕන. එහෙම නැවත නැවත සිහිපත් කරලා ඒ ද්වේශය උපදින අරමුණ බැහැර කරලා මෛත්‍රිය උපදින යහපත් අරමුණු නැවත නැවත හිතට නගා ගෙන හිතේ හට ගත්තාවූ ද්වේශය සම්පූර්ණයෙන්ම බැහැර කරන්න කියලා සැරියුත් හාමුදුරුවෝ දේශනා කරනවා.

## සැනෙකින් ඉවත් කරන්න

පින්වතුන් මේක මුලින්මයි කළ යුත්තේ. හට ගත් අවස්ථාවේමයි. හට ගත් දිනයේමයි කළ යුත්තේ. දවසක් දෙකක් ප්‍රමාද වුනොත් ශක්ති සම්පන්න වෙනවා වැඩියි. මම මෙතෙක් නොහිතලා තිබ්බ්ච එක්තරා කාරණයක් අපේ දොස්තර මහත්තයා දවසක් අපි කතා කරන කොට මා සමඟ කිව්වා. සිද්ධාර්ථ කුමාරයා රාහුල කුමාරයා ඉපදිච්ච දවසෙම ඇයි ගෙදරින් නික්මුනේ? ඇයි නික්මුනේ එදාම? තව ටික ටික හිටියනං පින්වතුනි දකින්න දකින්න ඇල්ම වැඩිවෙනවා. මේ නැවත නැවත ඇතිවෙන ඇල්ම නවත්වන එක ලේසි නෑ. මේක කඩන එක ලේසි නෑ. ඒ නිසා ඇති වෙච්ච තැනම විනාශ කළොත් පහසුවෙන් ජය ගත හැකියි.

ඒ නිසා ඒ සියලු ක්ලේශ ධර්මයන් පිළිබඳව ඒ විදිහයි, ඒ ඇති වෙච්ච මොහොතේම නැති කරන්නට ඕන. එය ඇති වෙච්ච මොහොතේ බැරි නම් පැය කිහිපයක් ඇතළත නැති කරන්නට ඕන. පැය කිහිපයක් ඇතුළත බැරිනම් පසුවදා එලිවෙන්නට පෙරවත්, නිදා ගන්නට ලෑස්ති වෙලාවත් මේ පිළිබඳව සිහියෙන් කල්පනා කරලා ඒ අරමුණ මනසෙන් බැහැර කරන්න ඕන. එහෙම නැති වුනොත් පහුවදා අවදි වෙන්නේ අර වගේ සිය දහස් ගුණයක ද්වේශ සහගත සිතුවිලි මතු කරගෙන.

ඒ නිසා පින්වතුන් අර විදිහේ පුද්ගලයකුගේ වාචසික විෂමාචාරයක් - තමන්ට බැන්නා තමන්ට කේලමක් කිව්වා දෝෂාරෝපනය කළා අපහාස කළා තමන්ට අව කැපෙන වචනයක් කිව්වා, මෙ විදිහේ යමක් තමන්ගේ දෙසවනට වැටුණානම් කෙනෙක් ඇවිදින් කිව්වා නම්, ඔහු සමග යම් කිසි ද්වේශයක් හට ගත්තානම් එවේලේම හෝ එදා දවස ඇතුළත හෝ අඩුම තරමින් උපරිම උත්සාහයක් දරලා ඒ පිළිබඳව අමතක කරලා දාලා ඔහුගේ යහපත් ගුණයක් සිහිපත් කරලා මනස සන්සුන්

කරගන්න ඕන. එහෙම කරගත්තොත් පසුවදා සාමකාමී මනසින් අපට අව්දි වෙන්න පුළුවන්. ගැටළුවක් ඇතිවෙන්නේ නෑ. තව වරක් දෙකක් ඕනනං ඒක මතුවෙලා එයි අපේ පෘතග්ජන ස්වභාවය නිසා. ඒ ඒ වෙලාවෙත් ඒකම කරන්නට ඕන. නපුරු ගුණය යට කරලා යහ ගුණය මතු කර ගන්න ඕන. මෙන්න මේ විදිහෙන් එවන් පුද්ගලයා සම්බන්ධවත් අපේ මනසේ ඇතිවෙන ද්වේශය දුරු කටයුතුයි කියලා සැරියුත් හාමුදුරුවො පැහැදිලි කරනවා.

තුන් වෙනි පුද්ගලයා සම්බන්ධව සඳහන් කරනවා ''ඉධ පනාවුසො එකච්චො පුග්ගලො අපරිසුද්ධ කායසමාචාරො හොති අපරිසුද්ධ වචී සමාචාරො ....."

මහණෙනි, තවත් අය ඉන්නවා මෙන්න මෙහෙම, ඔවුන්ගේ කායික හැසිරීනුත් විෂමාචාරයි. වාචසික හැසිරීනුත් විෂමාචාරයි. වචනයේ ගන්න දේකුත් නෑ. කායික ක්‍රියාවන් වල ගන්න දේකුත් නෑ. කළොත් කරන්නේ අනිත් අයට හිත ගැටෙන නපුර ඇතිවන මේ විදිහේ දෙයක් මයි. නමුත් ඔහු විටින් විට අවවාදයක් කළාම, ධර්මශ්‍රවණය කළාම ඔහුගේ මනස ප්‍රසන්න තත්වයට පත්වෙනවා. බොහොම ශ්‍රද්ධාව උපදවා ගන්නවා. ශ්‍රද්ධාව උපදවා ගෙන බොහොම හිතෙෂී බවක් දක්වනවා. ඇතැම් අවසථාවල විටින් විට හොඳ අවවාදයක් කළාම, හොඳ ධර්මයක් ශ්‍රවණය කළාම, පන්සල් ගිහිල්ලා ආපුවහම, එහෙම නැත්නම් පොහොය දවසට සිල්ගන්න ගිය දවසට, මේ වගේ විටින් විට හරි ඔහු යම්කිසි ප්‍රසන්න සිතුවිලි උපද්දවන ස්වභාවයක් පෙන්නුම් කරනවා. ශ්‍රද්ධාව උපදින ඒ වගේම සිතේ එක්තරා තැන්පත් බවක් තියන, ඒ කියන්නේ සමාධිය වැඩෙන ස්වභාවයක්, ඊලඟට ලෝකයේ යම් යම් කරුණු ගැන බුද්ධිමත්ව නුවණින් කල්පනා කරන ස්වභාවයක්, මේ සමථ විදර්ශනාවන් වඩන්නට යෝග්‍ය මානසික මට්ටමක් විටින් විට ඔහුගේ ඇතිවෙන බව පැහැදිලිව පේනවා. එහෙමනම් එවන් පුද්ගලයා පිළිබඳවත් උපදින්නාවූ ද්වේශය දුරුකට යුතුයි කියලා සැරියුත් හාමුදුරුවො දේශනා කළා.

## ප්‍රවේශමෙන් ගන්න

එහිදී උපමාවක් දේශනා කරනවා උන්වහන්සේ මහණෙනි අර මුලින් කිව්වා වගේම බොහෝම ග්‍රීෂ්ම කාලෙක දීර්ග ගමනක් යන්නට තියෙන පුද්ගලයෙක් අතිශයින් පිඩාවට පත්වෙලා ක්ලාන්ත

වෙලා එනවා. මෙහෙම එනකොට අහල පහලක වතුර ටිකක් නෑ බොන්නට. ඔහු දකිනවා ගෝ කුරක, ඒ කියන්නේ හරකෙක් අඩිය තියපු තැන වල හැදෙනවනෙ, ටිකක් පොලවේ එරෙන තැන්වල එහෙම හැදිච්ච වලක වතුර ටිකක් තියනවා. එක උගුරක් දෙකක් විතර මේ ගව කුරක හැදිච්ච වලක එකතු වෙලා තියනවා. අර අතිශයින් පිපාසයට පත්වෙච්ච පුද්ගලයා දකිනවා මේ වතුර ඩිංගක් මේ ගෝ කුරක එකතු වෙලා තියනවා. ඔහු මොකද කල්පනා කරන්නෙ, මම මේක අතින් ගන්නට ගියොත් බොන්න දෙයක් ඉතුරු වෙනවද? නෑ කැලැත්තිලා විනාශ වෙනවා. මේක කොළේකින් ගන්න ගියොත් මට බොන්න පුළුවන්ද? බොර වෙලා මඩ වෙලා කැලැත්තිලා යනවා. ඒ නිසා අතින් ගන්නත් බෑ. කොලෙන් ගන්නත් බෑ. ආයෙ වතුර ඩිංගක් කොයි වෙලාවකින් ලැබෙයිද දන්නෙත් නෑ. එහෙනම් මොකද කරන්න ඇත්තේ, මම දන ගහගෙන කටින්ම බිව්වොත් නම් බොන්න පුළුවන් කියලා ඔහු කල්පනා කරලා දෑත සහ දෙදන බිම ඇනගෙන, ධර්මයේ සඳහන් වෙන්නේ ගවයෙක් බොන්නා සේ කට තියලා අර වතුර ටික ඇදලා අරගෙන බොනවා. මෙහෙම බීලා ඔහුගේ අතිශයින් තිබිච්ච පිපාසය සන්සිඳවාගෙන ඔහුගේ ගමන පිටත් වෙනවා.

මහණෙනි, අන්න ඒ වගේ අර පුද්ගලයා සම්බන්ධව තිබුණ ද්වේශය සංසිඳවා ගත යුතුයි. ඔහුගේ කායික සමාචාරයන්ගෙත් පැහැදෙන්නට දෙයක් නෑ නිරන්තරයෙන් ගැටෙන ස්වභාවයක්. වචනයේත් කිසිම පැහැදීමට ගන්නට දෙයක් නෑ. එහෙම නමුත් ඔහුගේ මනස විටින් විට හරි ශ්‍රද්ධාවෙන් පිරිලා ගුණයට නැඹුරුවෙන ස්වභාවයක් පවතිනවනෙ. ඔබට ඔහු පිළිබඳව ද්වේශය හට ගන්නා හැම මොහොතකම ඔහුගේ කායික විෂමාචාරයන් අමතක කරන්න. ඔහුගේ වාචසික විෂමාචාරයන් අමතක කරන්න. අනේ මොහු විටින් විට හෝ මේ කොතෙක් අයහපත් ගතිගුණ තිබුණත්, විටින් විට හෝ ඔහුගේ මනස සංවර කර ගන්නවා. විටින් විට හෝ ඔහුගේ මනසේ ප්‍රඥාව ඇතිකරගන්නවා. ඒ නිසා එපමණකින්වත් මොහුට යහපතක් වෙනවාය කියලා ඔහු පිළිබඳව මෛත්‍රී සිතුවිලි උපදවා ගත යුතුයි. හරියට අර කිසිම පහසු කමක් නැතුව අර පුද්ගලයා කටින්ම අර වතුර ඩිංග උරලා බොහොම අපහසුවෙන් බොන්නා වගේ, එතනදි පිළිකුල ගැන හිතන්නේ නෑ. අපහසුව ගැන හිතන්නේ නෑ. සුදුසු නුසුදුසු බව ගැන හිතන්නේ නෑ. තමන්ගේ පිපාසය සංසිඳුවාගෙන තමන් යන ගමන යන්නට පමණයි එතනදි බලා පොරොත්තු වෙන්නේ.

ඒ නිසා ඒ දැඩි අවශ්‍යතාවය නිසා බාහිර දුෂ්කරතාවයන් සියල්ල අමතක කරලා අවශ්‍ය දේ ග්‍රහනය කරගන්නා වගේ, අර විදියේ කායික අයහපත් හැසිරීම් සහ වාචසික අයහපත් හැසිරීම් යන දෙකෙන්ම යුක්ත පුද්ගලයාගේ වුණත් ඒ සියල්ල බැහැර කරලා අනේ මොහුට  මේ විදිහේ යහපත් සිතුවිල්ලක්වත් හට ගන්නවානේ කියලා, අම්මා තාත්තා කෙරෙහි හිතවත්ව කටයුතු කරනවා, මොහු විටින් විටවත් භික්ෂූන් වහන්සේලා කෙරෙහි ගෞරවයෙන් දත් පැන් දෙනවනෙ, භික්ෂූන් වහන්සේලා කෙරෙහි දන නවලා වඳිනවානෙ, මොහු විටින් විටවත් පංසලට ගිහිල්ලා මලක් පහනක් පූජා කරන වානෙ. එපමණක්වත් හිතලා ඔහු පිළිබඳව මෛත්‍රිය උපදවා ගන්නවා.

ඊලඟට හතරවෙනි පුද්ගලයා සැරියුත් හාමුදුරුවො දේශනා කරනවා, ''ඉධ පනාවුසෝ එකච්චො පුග්ගලො අපරිසුද්ධ කායසමාචාරො හොති අපරිසුද්ධ වචී සමාචාරො, නච ලභති කාලෙන කාලං චේතසො විවරං චේතසො පසාදං." මහණෙනි තවත් පුද්ගලයෙක් ඉන්නවා කායික සමාචාරයන් වල ගන්නට දේකුත් නෑ. ඒ කියන්නේ කායික පැවැත්මේ අනෙක් අයට හිතවත් බවක් කොහොමවත් නෑ. නිරන්තරයෙන් අනිත් අයට පීඩාව. වාචසික හැසිරීමේ අනෙක් අයට හිතවත් බවක් කොහොමවත් නෑ. අර මුලින් කියපු පුද්ගලයා වගේ විටින් විටවත් මේ පුද්ගලයාගේ මනස ශ්‍රද්ධා දී ගුණයක් ඇතිවෙන්නෙත් නෑ. මොකවත්ම නෑ. කායිකවත් විෂමාචාරයි, වාචසිකවත් විෂමාචාරයි මානසිකවත් විෂමාචාරයි. මහණෙනි, එවන් පුද්ගලයන් සම්බන්ධවත් අප ද්වේශය දුරු කළ යුතුයි කියලා සැරියුත් හාමුදුරුවො දේශනා කරනවා.

## රෝගීන්ට අනුකම්පා කරන්න

කොහොමද අපි එවන් පුද්ගලයන සම්බන්ධව ද්වේශය දුරු කරන්නෙ. උන්වහන්සේ උපමාවක් දේශනා කරනවා, මහණෙනි අතිශයින් රෝගී වෙච්ච දැඩි රෝග පීඩාවන් වලින් පෙලෙන පුද්ගලයෙක් දීඝවූ මාර්ගයක ගමනක් යනවා. ඔහු දැන් මාර්ගයේ අඩක් ගෙවලා තව ගෙවූ තරම් ප්‍රමාණයක් ඉදිරියට යන්නට තියනවා. පෙනෙන තෙක් මානයක ගම්මානයක් ගෙයක් දොරක් නෑ. තව බොහෝ දුරක් යන්නට තියනවා. ඔහුගේ රෝගයට සුදුසු ආහාරයක් නෑ. ඔහුගේ රෝගයට සුදුසු බෙහෙතක් නෑ. මග පෙන්වන්නට පුද්ගලයෙක් නෑ. මේ මොකවත් නැතුව අතිශයින් පීඩාවට පත්

වෙලා ඉබාගාතේ දැඩි වෙහෙසින් ගිලන්ව යන පුද්ගලයෙක් කෙරෙහි දයාවම ඉපදිය යුතුයි. ඇයි? අනේ මේ මනුෂ්‍යයාට හොඳ කෑම ටිකක් හම්බ වුණොත්, මේ මනුෂ්‍යයාට බෙහෙත් ටිකක් හම්බ වුණොත්, බොන්න වතුර ටිකක් හම්බ වුණොත්, හොඳ මාර්ගෝපදේශකයෙක් හම්බ වුණොත් මේ මනුෂ්‍යයා කායිකව මානසිකව සුවපත් වෙලා කෙටි මගකින් ඔහුට අවශ්‍ය ගමන නිමා කරනවා. ඒ නිසා මොහුට මේ උපකාරය මට කළ හැකිනම් හොඳයි කියලා තමන්ට පුළුවන් තරමින් ඔහු කෙරෙහි දයාවම ඉපදිය යුතුයි, අනුකම්පාවම ඉපදිය යුතුයි.

මහණෙනි, අන්න ඒ වගේ අර පුද්ගලයා කෙරෙහි දයාව අනුකම්පාව ඉපදිය යුතුයි. ද්වේශය යටපත් කළ යුතුයි. ඒ කොහොමද? කායික ක්‍රියාවන් දූෂ්‍යයි වාචසික හැසිරීම් දූෂ්‍යයි මානසික හැසිරීම් දූෂ්‍යයි, කය වචන හිත කියන තුන් දොරින් ම ඔහු සිදුකරන්නේ අකුසල්. එවන් පුද්ගලයා කෙරෙහි, අහෝ මේ පුද්ගලයා අහෝ මේ මනුෂ්‍යයා මේ කායික විෂම බව නිසා මේ කායික අකුසලයන් නිසා මේ වාචසික අකුසලයන් නිසා මේ මානසික අකුසලයන් නිසා මොහු ඒකාන්තයෙන්ම මතු කොහෙද යන්නේ? අපා ගත වෙනවා. අනේ ඒ පුද්ගලයා එසේ අපා ගත නොවේවා. මොහුට බණ පදයක් කියලා දෙන්න කෙනෙක් ඉන්නවානම්, මොහුට මේ ද්වේශයේ නපුර කියා දෙන්න කෙනෙක් ඉන්නවානම්, මොහුට මේ මනුෂ්‍ය කමේ වටිනාකම කියා දෙන්න කෙනෙක් ඉන්නවානම්, මොහු මේ තත්වයෙන් මිදෙනවා. අනේ ඔහුට ඒ ඒ දේවල් කියා දීලා ඔහුව ඒ තත්වයෙන් මුදවාගන්නට පුළුවන්නම් කොයි තරම් වටිනවද? එක් පුද්ගලයෙක් සසර අතරමං නොවී ඔහු බේරෙනවා නේද කියලා එවන් පුද්ගලයා කෙරෙහි අනුකම්පාව ඉපදිය යුතුයි. එවන් පුද්ගලයා කෙරෙහි කරුණාව ඉපදිය යුතුයි.

මෙතන මේ භික්ෂූන්ටනෙ දේශනා කරන්නෙ. ඒ නිසා අර මාර්ගයට පිළිපන් පුද්ගලයාගේ රෝගී තත්වයට අවශ්‍ය ආහාර පාන නැතුවා වගේ තමයි මේ ජීවිතයේ - මනුෂ්‍ය කමේ හෝ මහණ කමේ නියම පල විපාක ඔහු ලබලා නෑ. මනුෂ්‍ය කමේ හෝ මහණ කමේ යහපත් බව ඔහු දැකලා නෑ. ඒ දැකලා නැති නිසා කායිකව හෝ මානසිකව අකුසල කම් කරන්න පෙළඹෙනවා. මනුෂ්‍ය කමේ වටිනාකම තෙරිලා නෑ. ඊලඟට අර බේත් හේත් ටික නැතුවා වගේ තමයි ඔහුට මේ සසර බේරාගෙන යාමට අවශ්‍ය උපදෙස්, ඒ කියන්නෙ ධර්මය ලැබිලා නෑ. සත්පුරුෂ

සේවනය සද්ධර්ම ශ්‍රවනය ඔහුට ලැබිලා නෑ. ඊලඟට අර තැනැත්තාට කෙටි මාර්ගය කියා දීමට මාර්ගෝපදේශකයෙක් නැතුවා වගේ තමයි මොහුට උපදෙස් දෙන්නට බුදුකෙනෙක් හෝ බුද්ධශ්‍රාවකයෙක් හෝ දැන උගත් ගිහියෙක් හෝ ලැබිලා නෑ. ඉන්නට පුළුවන්, ඔහුට ලැබිලා නෑ. අර ඔහුට ගෙවා ගෙන යන්නට තියන මග ගෙයක් දොරක් ගම්මානයක් පේනතෙක් මානයක නැතුවා වගේ තමයි ඔහු කොහේට ගියත් සසර ඉමක් කොනක් පේන්න නෑ. බැලූ බැලූ අත සතර අපායම මිස ඔහුට මේ සසර ගොඩවීමක් පේන්න නෑ. ඒ නිසා අහෝ මේ පුද්ගලයා සසර අතරමං නොවේවා, මට පුළුවන්නං ඔහුව මේ ජීවිතයේ යංතං අපායෙන් ගොඩ දාන්නට, ඒක මහා කුසල කර්මයක්. ඒ නිසා මම මොහු කෙරෙහි ද්වේශය නොඉපදිය යුතුයි. මොහුට හැකි උපකාරයක් කරලා මොහු මෙතනින් ගලවා ගතයුතුයි කියලා අනුකම්පාව ඒ පුද්ගලයා කෙරෙහි ඉපදිය යුතුයි කියලා සැරියුත් හාමුදුරුවො දේශනා කරනවා.

## ඔබටත් පුළුවන්ද?

පින්වතුනි, අපට මේ සමාජයේ කටයුතු කරනකොට ඒ විදියේ පුද්ගලයන් ඕනෑ තරම් හමු වෙනවා. අපේ ධම්මානන්ද හාමුදුරුවො, අපි මේ පහුගිය දවස් වලත් කතා වුණා, උන් වහන්සේ ඇතැම් අවස්ථා වල පුද්ගලයන්ගේ කොතෙකුත් අඩු පාඩු තිබුණත්, මේ මෑතකදිත් එවන් සිදුවීමක් සම්බන්ධව උන්වහන්සේ කියාපු දෙයක් තමයි "එතනදී මට ඕන නම් තිබුණා සම්පූර්ණයෙන්ම ඒ මනුෂ්‍යයා ප්‍රතික්ෂේප කරන්න. නමුත් මම එතනදී කල්පනා කළේ මම ප්‍රතික්ෂේප කළොත් ඔහු නැසෙනවා. ඔහු විනාශ වෙනවා. ඔහු නැවත අකුශලයට බර වෙනවා. ඔහු නැවත පාප ධර්ම වලට යොමු වෙනවා. ඔහු නැවත දරුණු වෙනවා. ඒ නිසා ඔහුට එවන් අභාග්‍යයක් උදා නොවේවා, මට ඇතිවෙච්ච මානසික පීඩාව මම යටපත් කරගන්නවා ඔහුට එවන් තත්ත්වයක් නොවේවා. ඒ නිසා ඔහුට ද්වේශ කරලා ඈත් කරන්නේ නැතිව ඔහුට මගේ ඇසුර තව තවත් ලබා දෙන්නට ඕනෑ කියලා ඔහු රඳවා ගත්තා මගේ ඇසුරේ" ඒ නිසා ඒ බව තේරුම් ගත්තු ඒ පුද්ගලයාත් නැවත නැවතත් යහපත් තත්වයට පත්වෙනවා. ඒ පුද්ගලයා නැවත නැවතත් සුචරිතයට යොමු වෙනවා.

උන්වහන්සේගේ ඉවසීම දකින ඒ තැනැත්තාත් නැවත නැවත තමනුත් ඉවසන්නට පුරුදු වෙනවා. මේ හාමුදුරුවෝ මගේ වචන

මගේ ක්‍රියා මේ තරම් ඉවසුවානම් මමත් ඉවසන්නට පුරුදු වෙන්න ඕන කියලා ඔහු තව තවත් සැකසෙනවා. බලන්න පුද්ගලයෙක් මේ සසරින් ගලවා ගන්නට අපට මොන තරම් කුසලයකට දායක වෙන්න පුළුවන්ද? ඒ වෙලාවෙ අපි ආවේග කාරීව ද්වේශ සහගතව ඒ පුද්ගලයාගෙන් පලි ගන්නට කියලා තමන්ගේ බලය පාවිච්චි කලානම් අර මනුෂ්‍යයා මුළු සසරම අතරමං වෙනවා. ඒක මහා පාප කර්මයක්. ඒක මහා පාප කර්මයක් විතරක් නෙමෙයි අපට නිරන්තරයෙන් මනසට වද දෙන පීඩාවක් වෙනවා මා නිසයි ඔහු වරදට පත් වෙලා තියෙන්නෙ අද කියලා.

අද කාලෙ බන්ධනාගාර වල ඉන්න ඒ විදිහට වැරදි කරන මිනිස්සුන්ට, ඔවුන් කරන වරද පෙන්වා දීලා සුචරිතයට යොමු කරන්න කෙනෙක් නෑ. ඔහු කරන වරදට දඩුවම් කරනවා. ඒ වගේම ඔවුන්ට තවත් අසාධාරණයක් කරනවා. මේ විදිහට ඔවුන්ගේ මනස ප්‍රකෝප කලහම ඔවුන් එළියට එනකම් ඉන්නවා ඒකෙන් පලි ගන්න. නැවත නැවතත් ඔවුන් දරුණු වෙනවා. මේ වීදියේ තත්වයක් සමාජය තුළ උද්ගත වෙනවා.

ඒ නිසා සැරියුත් හාමුදුරුවො දේශනා කරනවා අප කළ යුත්තේ ඔහුගේ කායික ක්‍රියාවන් අන් අයට පීඩාවක් නම් වාචසික ක්‍රියා අපට රිදුම් දෙනවානම් ඔහුගේ මානසික ක්‍රියා අපට රිදුම් දෙනවානම් එවන් අය කෙරේ අනුකම්පා කරන්න. ඔහුගේ කිසිම ඥාතීත්වයක් අවශ්‍ය නෑ, අනේ මේ මනුෂ්‍යයෙක්නෙ. තිරිසන් සතෙක් අසරණ තත්වයට පත්වෙලා ඉන්නවානම් අපි උගට කන්න ටිකක් දීලා සලකනවානෙ. ඒ තත්වයෙන් මනුෂ්‍යයෙක් ඊට වඩා වටිනවනෙ.

## රිදවීම දුබලකමක්!

මේ විදිහට පින්වතුන් සසර පිළිබඳව, සසරක භයානක කම පිළිබඳව කල්පනා කරන කොට යම් මනුෂ්‍යයෙක් සසරේ අතරමං නොවී බේරා ගන්නට පුළුවන්නම් ඒක මහා භාග්‍යයක්. මහා කුසල කර්මයක්. ආවේග කාරී හැඟීම් වලට යටපත් වෙලා බලය පාවිච්චි කරලා අනෙක් පුද්ගලයාට රිදවන්නේ නැතිව, උඹ මෙහෙම කලානම් මමත් මෙහෙම කරනවා, උඹ එදා මට බැන්න නම් මම උඹට ගහනවා උඹ ගැහුවනම් මම උඹට ගහනවා ඇට කටු ටික පොඩි වෙන්න. එහෙම හිතන්නට තරකයි. පින්වතුනි එහෙම තමන්ට යමක් කරන්නට බැරිනම් ද්වේශයේ ස්වභාවය තමයි ඔහුට

තපුරක් වුණාය කියලා ආරංචි වෙච්ච හැටියේ අපි සතුටු වෙනවා, ආ ඔය මට කරපුවට තමයි පල දීලා තියෙන්නෙ. ඒ වෙලාවට මුකුත් කරන්නෙ කියන්නෙ නෑ. ඒ වේලාවට අපි, කොහොම හරි බේරෙනවා. නමුත් අන්තිමට මොකක් හරි වුණහම, ආ ඔය මට කරපුව පල දීලා තියෙන්නෙ කියලා කියනවා. ඒ මොකක්ද? ඒකත් ද්වේශයම තමයි පිත්වතුනි. යටපත් වෙලා තිබ්බ්ච ද්වේශය සඳුසු අවස්ථාවේදී මතුවෙලා එනවා. එහෙම මතුවෙන්නෙ නැහැ කවදාවත් උපන් අවස්ථාවේදීම මේ ද්වේශය නැති කළානම්.

ඒ නිසා එවන් තත්වයක් කවදාක හෝ අපේ මනසේ පුද්ගලයකු පිළිබඳව ඉස්මතු වෙලා එනවානම් අපි කල්පනා කරලා බලන්නට ඕන මොහු පිළිබඳව මෙහෙම සතුටු වුනේ ඇයි මම? මෙහෙම සතුටු වෙන්නට තරම් කුරිරු මනසක් මට ඇතිවුනේ කොහොමද? ඔහු පිළිබඳව මම තපුරු සිතුවිල්ලක් කවම දාක හෝ අභ්‍යන්තරයේ තැන්පත් කරගෙන තියනවා, එය මතු වෙලා එන නිසා තමයි ඔහුගේ වැටීම ඔහුගේ පිරිහීම බලාපොරොත්තු වෙන්නෙ. ඒ නිසා එවන් තත්වයක් ඇති නොවේවා, ඔවුන්ට යහපතක් වේවා කියන මේ සිතුවිල්ල උපද්දවන්නට අපි උත්සාහ කළ යුතුයි.

ඊළඟට පස්වෙනි පුද්ගලයා සැරියුත් හාමුදුරුවො දේශනා කරනවා ''ඉධ පනාවුසෝ එකච්චො පුග්ගලො පරිසුද්ධ කායසමාචාරො හොති පරිසුද්ධ වචී සමාචාරො, ලභතිච කාලෙන කාලං චේතසො විවරං චේතසො පසාදං."

මහණෙනි, තවත් ඇතැම් පුද්ගලයෙක් ඉන්නවා ඔහුගේ කායික හැසිරීම් යහපත්, වාචසික හැසිරීම් යහපත් මානසික හැසිරීම් යහපත්. කයින් කුසල් කරනවා වචනයෙන් කුසල් කරනවා සිතින් කුසල් කරනවා. වටිනා මනුෂ්‍යයෙක්. ඔහු සම්බන්ධව යම්කිසි කාරණයක් නිසා ද්වේශයක් උපදිනවා. එවන් මොහොතක ඔබට කැමති ඕනම එකක් සිහි කරන්න, ඔහුගේ කායික යහපත් බව සිහි කරන්න ඔහුගේ වචනයේ යහපත් බව හෝ සිහි කරන්න ඔහුගේ මානසික ගුණාංග තුළ යහපත් බව හෝ සිහි කරන්න. මේ කවරක් හෝ, යහපත් කායික වාචසික මානසික කවරක් හෝ සිහිකරලා ඔහු කෙරේ උපන්නාවූ ද්වේශය දුරු කරන්න. උන්වහන්සේ උපමාවක් දේශනා කරනවා අර විදිහේ ග්‍රීස්ම කාලයේ පීඩාවට පත්වෙලා පිපාසිතව එන මනුෂ්‍යයෙක් සිසිල් ජලයෙන් පිරිච්ච පිරිසදු විලක් ළඟට ඇවිල්ලා මේ විල දැකලා ප්‍රසාදයට පත්වෙලා ඒකට බැහැලා වතුර බීලා නාලා සැනසීමට පත් වෙලා ඒ ආසන්නයේ රුක්

සෙවනේ සැතපී ඉන්නා වාගේ ඔබට ඒ යහපත් පුද්ගලයාගේ කායික යහපත් බව ගැන කැමතිනම් හිතන්න. ඔහුගේ වාචසික යහපත් බව ගැන කැමතිනම් හිතන්න. මානසික යහපත් බව ගැන කැමතිනම් හිතන්න. මේ කොයිකක් හෝ හිතලා අර උපන්නාවූ ද්වේශය මගහරින්න. එය මගහරවාගෙන මානසික සැනසිල්ල ඇතිකර ගන්න කියලා.

## දූෂිත මනසින් බැලුවොත්

යම් පුද්ගලයෙක් කුසල කර්මයන් කරනවා. වාචසිකවත් අනෙක් අයට හිංසාවක් පීඩාවක් කෙරෙන්නේ නෑ. මානසිකවත් ඔහුගෙන් කාටවත් නපුරක් වෙන්නේ නෑ. නමුත් කෙනෙක් කරන හොඳ වැඩක් වුණත් අපේ සිතුවිලි අනුව අපිට නරකක් වෙනවනෙ සමහර වෙලාවට. අපි හිතමු සමාජයේ පොදු වැඩ කරන්න යොමු වුණයින් පස්සේ, අපිත් එක්කලා ඒ පුද්ගලයා තරහ නැතත්, දැන් අර මුලින් අපි කිව්වනෙ ද්වේශය උපදින්නට හේතු කිහිපයක්, එයින් එකක් තමයි මොහු මාගේ සතුරාට පක්ෂපාත වුණා කියලා සිතීම. ඔහු පක්ෂපාත වුනේ මට විරුද්ධ කමකට නෙමෙයි. මානුෂික හැඟීමෙන් ඔහු යහපත් ක්‍රියාවක් හැටියට මගේ සතුරාට පක්ෂපාත වුණා. මගේ සතුරාට පක්ෂපාත වුණා කියලා මොහු කෙරෙහි ද්වේශයක් ඇති වුණා. එතකොට ඔහුගේ කායිකව අයහපත් බවක් නෑ. කායික ක්‍රියාවන්ගේ අයහපත් බවක් හෝ මානසික අයහපත් බවක් හෝ වාචසික අයහපත් බවක් හෝ නෑ. ඔහු මට රිදවන්නත් නෙමෙයි ඔහුට උදව් කළේ. ඔහු දුකට පත් වෙලා නිසා ඔහුට උදව් කළා. නමුත් මගේ විරුද්ධ කාරයා නිසා ඔහුට උදව් කළාය කියලා අර පුද්ගලයා කෙරෙහි මට ද්වේශය ඇති වුණා. තමාම මනසින් නොයෙකුත් සිතුවිලි ඇතිකරගන්නවා. මං ඒකනෙ කිව්වෙ සිතුවිලි ගොඩක් පමණයි. ද්වේශය උපදින්නෙත් සිතුවිලි අනුව. මම හිතන හිතන හැටියෙන් මට ද්වේශය උපදිනවා. මම නපුරු නපුරු විදිහට හිතනවද ඒ ඒ විදිහට ද්වේශය උපදිනවා. මම වැරදි වැරදි විදිහට හිතනවද ඒ ඒ තරමට ද්වේශය උපදිනවා.

අපි හිතමු එක්තරා සලාක ක්‍රමයකට බෙදන දෙයක් මගේ මිත්‍රයෙකුට නැති වෙනවා. ඔහුට ඒක ලැබිය යුතු නැහැ, නමුත් අතිශයින්ම මේ පුද්ගලයා මට මිත්‍රයි. ඊට පස්සෙ මම ද්වේශය උපදවා ගන්නවා මගේ මිතුරාට දුන්නේ නෑ කියලා. ඔහු ලැබිය යුත්තෙක් නෙමෙයි, නමුත් මගෙ මිත්‍රයා නිසා මා සිතනවා ලැබිය

යුතුයි කියලා. ඒ නිසා මම නුඹුන් කෙනා ගැන ද්වේශය උපදවා ගන්නවා. එය ද්වේශය ඉපදිය යුත්තක් නෙමෙයි. මෙන්න මේ විදිහට අයථාකාරයෙන් සිතීම නිසා අයථා විදිහට කල්පනා කරන්නට පුරුදු වීම නිසා සර්වසම්පූර්ණ යහපත් පුද්ගලයන් පිළිබඳව පවා ද්වේශය උපදිනවා. බුදුහාමුදුරුවො කෙරෙහි මාගන්දියා වෛර බැඳගත්තේ ඇයි? බුදුහාමුදුරුවො කායික සමාචාරයන්ගෙන් පරිශුද්ධයි. වචී සමාචාරයන්ගෙන් පරිශුද්ධයි. මානසික සමාචාරයන්ගෙන් පරිශුද්ධයි. නමුත් ඇය හිතුවා මොහු මට ස්වාමියා විය යුතුයි කියලා. එසේ වුනේ නෑ, ඒ නිසා ද්වේශ කළා. ඇයගේ විෂමාචාර සිතුවිලි රටාවතුළින්ම ඇය ද්වේශය උපදවා ගත්තා. ඒ බුදුහාමදුරුවන්ගේ වැරැද්දක් නෙමෙයි. දේවදත්ත හාමුදුරුවොත් ඒ විදිහයි. ඔහුගෙම විෂමාචාරයන් නිසා ඔහුම ද්වේශ සහගත සිතුවිලි උපදවාගෙන ඔහුම වෛර බැඳගත්තා. ඒ ඔහුගේ වරද මිසක් බුදුහාමුදුරුවන්ගේ වරද නොවෙයි.

## සිතුවිල්ලක් පමණයි

මේ විදිහට ලෝකයේ සර්වසම්පූර්ණ පුද්ගලයන්ට වුණත් ලෝකයෙන් නිදහස් වෙන්නට බෑ අනිත් අයගේ ද්වේශයට ලක් නොවී. එවන් පුද්ගලයන් කෙරෙහි පවා අපට ද්වේශය උපදින්නට පුළුවන්. ඒ නිසා දැන් ඔතනදි පැහැදිලිවම පින්වතුන් තේරුම් ගන්නවා එහෙමනම් ද්වේශයට හේතුව වෙලා තියෙන්නේ වස්තුව හෝ පුද්ගලයා නොවෙයි නේද? පුද්ගලයානම් ද්වේශයට හේතුව වෙන්න, කොහොමද සර්වසම්පූර්ණ පරිශුද්ධ පුද්ගලයෙක් ගැන ද්වේශය ඇති වෙන්නේ? ඇති වෙන්න විදිහක් නෑ. එහෙමනම් ද්වේශයට මුල් වෙලා තියෙන්නෙ පුද්ගලයා නෙවෙයි සිතුවිල්ල. ඒ පුද්ගලයා සම්බන්ධව වැරදි විදිහට ඇතිකරගත්තු සිතුවිල්ල පමණයි ද්වේශයට මුල් වෙලා තියෙන්නෙ. ඒ සිතුවිල්ල තියන තාක් කල් ද්වේශය පවතිනවා. සිතුවිල්ල බැහැර කළොත් ද්වේශය අවසන්. තමන් විසින්ම ඇති කර ගන්නවා තමා තුළින්ම උපදිනවා ද්වේශය.

රහතන් වහන්සේ නමකට කවදාවත් තරහා කාරයෙක් නෑ. ඇයි ඒ? උන්වහන්සේට ගහන බනින අය ඉන්නට පුළුවන්. මුගලන් හාමුදුරුවන්ට පල් හොරු පන්සීයක් තැළුවා. නමුත් ඒ එක්කෙනෙක්වත් උන්වහන්සේගේ වෛරක්කාරයෝ වුනේ නෑ. ඇයි? උන්වහන්සේ ඒ අය කෙරෙහි ද්වේශයක් උපදවා ගත්තේ නැති නිසා. අපට කවුරු හරි පොඩ්ඩක් අව කැපෙන වචනයක්

කිව්වොත් ඒ මනුෂ්‍යයා පරම්පරා ගානකට අපේ වෛරක්කාරයෙක්. ඇයි? අපි පස්සෙන් එලව එලවා ඒ මනුෂ්‍යයාට ද්වේශ කරනවා. එහෙම නම් ඒ සිතිවිලි ඇතිකර ගන්නා ආකාරයෙ වෙනස් බව පමණයි තියෙන වෙනස. අපි විසින් ම ඇති කර ගන්නා සිතුවිලි රටාවක් තුළ අපි පීඩාවට පත්වෙනවා. අපේ මනස තුළින්ම ගොඩ නැගෙන්නාවූ ද්වේශ සහගත සිතුවිල්ල තුළ අපි අසහනයට පත් වෙනවා. අපේ මූණ කළු කර ගන්නවා අපේ මනස අවුල් කර ගන්නවා දවසේ වැඩ කටයුතු අවුල් කර ගන්නවා සමීපව ඇසුරුකරන ස්වාමි පුරුෂයා භාර්‍යාව දරුවන් සමග අපි වියවුල් ඇති කර ගන්නවා. ද්වේශය ඇති වුනේ වෙන කවුරුහරි පුද්ගලයෙක් අරමුණු කරගෙනයි, ගෙදර සුහදව ඉන්න සන්තෝෂයෙන් ඉන්න තමන්ගේම පවුලේ අය සමගත් ඊට පස්සෙ ආරාවුල් ඇති කර ගන්නවා. ඇයි? ඒ අය කෙරෙහි තරහක් නෑ. නමුත් කා කෙරෙහි ඇති වුණත් තරහව ඇති වෙලා තියෙන්නෙ හිතේනෙ. එහෙමනම් හිතේ ඇති වෙච්ච තරහට සියලුම පුද්ගලයන් වස්තු වෙන්නට පුළුවන්. එතනදි වරද කරන පුද්ගලයාය නොකරන පුද්ගලයාය කියලා භේදයක් නෑ. වරද වෙලා තියෙන්නෙ තමන්ගේ අභ්‍යන්තරයේ නම් ඒ තුළින් දකින හැම දෙයක්ම වැරදියි.

## පාට කණ්නාඩි!

අපි පාට කරපු කණ්නාඩියක් දාගෙන බැලුවොත්, නිල්පාට කරපු කණ්නාඩියක් දාගෙන බැලුවොත් අපිට මුළුලෝකෙම පේන හැම මිනිහම පේන්නෙ නිල් පාට අය හැටියට. නමුත් හැමෝම නිල්පාටද? නෑ. රතුපාට කණ්නාඩියක් දාගෙන බැලුවොත් හැමෝම පේන්නෙ රතු පාට අය හැටියට. වෙනස වෙලා තියෙන්නෙ තමන්ගෙ ඇහේ. එතනයි වරද. ලෝකයේ නෙමෙයි. ඒ නිසා පැහැදිලිව තේරුම් ගන්නට ඕන මේ ද්වේශය කියලා කියන්නෙ අපි අපේම අභ්‍යන්තරයේ ගොඩ නගාගත්තු මානසික සංකල්පනාවක් නිසා ඇතිවන ගැටුමක්. ඒ මානසික සංකල්පනාව තුළ හිර වෙලා ඒක නැවත නැවත වර්ධනය කර කර ඒක නැවත නැවත පෝෂණය කර කර ඇයි අපි අසහනයට පත් වෙන්නෙ. මේ ක්ලේශ ධර්මයන් කලවම් වෙලයි එකට එන්නෙ. එහෙම වෙනකොට තවත් ප්‍රබලයි. එකක් දුරු කරන්නට හැදුවට හරියන්නේ නෑ අනික් එක මතු වෙලා එනවා. එතකොට මූලාව මතු වෙලා

එනවා. ඊට පස්සෙ ඇල්ම මතු වෙලා එනවා, ද්වේශය දුරු කරන්න හැදුවොත් එතකොට මට අහවල් දේ නැති වෙලා යනවා ඒ නිසා මේක නවත්වලා හරි යන්නේ නෑ දිගටම මේ සටන පවත්වාගෙන යන්න ඕන, එහෙම අභ්‍යන්තරය අපිත් එක්කලා තර්ක කරනවා. මෙහෙම තර්ක කරන කොට එක ක්ලේශයක් නැති කරන්න හදනවා අනෙක් ක්ලේශය මතු වෙලා එනවා. ඒ මොකද? සමාජය තුළ ජීවත් වෙන්නට, අපට අවශ්‍ය දේවල් ගොඩ නගා ගන්නට අපි තුළ ක්ලේශයන් තියනවානෙ. ඒ ඒ ඇලුම් කරන දේවල්වලට බාධා පැමිනේව් යයි හැඟෙන සෑම අරමුණක් පිළිබඳවම අපි ගැටෙනවා. නිතරම ගැටෙනවා.

## අපේ මනස පහැපත් නම්...

ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළා ආඝාත වස්තු සූත්‍රයේදී අර දස ආකාරයට, ඒ අරමුණු දහයක් නිසා අපේ මනසේ ද්වේශය හට ගන්නවා. සැරියුත් හාමුදුරුවෝ මේ සූත්‍රයේදී දේශනා කරනවා එසේ කවර අරමුණක් හෝ අරගෙන අපේ මනසේ හටගන්නා ද්වේශය කොයි විදියෙන් හිතලද අපි දුරු කර ගන්නේ කියලා. ද්වේශය දුරු කරන ක්‍රම අතරින් ඉතාම සරල ක්‍රමයක් මේ සූත්‍රයේ දක්වලා තියෙන්නෙ, එහෙම මනස පවිත්‍ර කර ගත්තාට පස්සෙ කිසිම ද්වේශයට ලක්වූ පුද්ගලයෙක් ලෝකයේ නෑ. කිසිම වෛරී පුද්ගලයෙක් මේ ලෝකයේ නෑ. කරණීය මෙත්ත සූත්‍රයේ කියන්නෙ මේ මෛත්‍රිය මුළු ලෝකයේම පැතිරිය යුතුයි. ''අසම්බාදං අවේරං අසපත්තං'' අසම්බාදං කියන්නේ මේ මෛත්‍රිය පතුරවනකොට ඒකට කිසිම සම්බාදයක් නෑ. හරි විදිහට මිත්‍රත්වය, හරි විදිහට සත්ත්වයන් කෙරෙහි හිතවත් බව අපේ හිතේ ඇතිවෙලා තියනවානම් මේ සිතුවිල්ල ලෝකයේ හැම තැනම පැතිරෙව්වත් මේකට බාදකයක් නෑ. ඇයි? බාධාවන දේ අපි නිදහස් කරලා. අපේ මනසේ ද්වේශය තිබුණොත්නෙ බාධකය ඇතිවෙන්නෙ. අපේ මනසේ ද්වේශය ඉවත් කළාට පස්සෙ මේ මෛත්‍රී සිතුවිල්ල මුළු ලෝකය පුරා විසිරෙව්වත් ඒකට බාදකයක් නෑ. ''අවේරං'' වෛරී පුද්ගලයෙක් නෑ. ''අසපත්තං'' ඒකට හතුරෙක් නෑ. එකම හතුරා එකම බාදකය එකම බැරිකම තමයි මොකක්ද, අපේ සිතේ පවතින ද්වේශය. ඒ නිසා තේරුම් ගන්නට ඕන අපට මෛත්‍රිය පතුරවන්නට බැරිනම් ඒ බැරි වීමට එකම හේතුව අල්ලපු ගෙදර

මනුෂ්‍යයා හෝ ඒලඟ ගෙදර මනුෂ්‍යයා හෝ නෙමෙයි. ඔවුන් අරමුණු කරකරා වැරදි ආකාරයෙන් අපේ සිතට ගොඩ නගා ගත්තු එක්තරා සංකල්පනාවක් පමණයි. ඒ නිසා අපට අවශ්‍ය නම් එය දුරු කළ හැකියි. සම්පූර්ණයෙන්ම නැති කළ හැකියි. ඒ සඳහා අපි උත්සාහ කළ යුතුයි.

ඒ නිසා දැන් කල්පනා කරන්න අපි පැයකටත් වැඩිය ඒ පිළිබඳව ධර්ම දේශනා කළා. පින්වතුන් ඒ කාරණය පිළිබඳව පුළුල් විදිහට වටහා ගන්නට තව තවත් ඒ ගැන කල්පනා කරන්නට ඕන. එදිනෙදා ජීවිතයේ හමුවෙන මූණ ගැහෙන එවන් අරමුණු සම්බන්ධව එවන් පුද්ගලයන් සම්බන්ධව මේ උපමාවලට අනුයුක්ත කරමින් මේ උපමාවලට සංසන්දනය කරමින් කල්පනා කරන්න ඕන. මේ පුද්ගලයා පිළිබඳව මම මෙසේ සිතලා මේ ද්වේශ සිතුවිල්ල බැහැර කර ගත යුතුයි. මේ මේ විදිහෙන් හිතලා අපේ මනස සකස් කර ගන්නට ඕන.

අපි මුලාවෙන් සිතන නිසානෙ සියලුම අපහසුතාවයන් ඇතිවෙන්නෙ. නුවණින් කල්පනා කරන්න පටන් ගත්තාට පස්සෙ ඒ තත්වයෙන් නිදහස් වෙනවා. ඒ නිසා හැම දෙනාම බුද්ධිමත් විදිහට කල්පනා කරමින්, මේ සිතුවිලි වල පටලැවීමක් පමණයි මේ ලෝකය කියලා කියන්නෙ, මේ මුළු ලෝකයම සිතුවිලි වල ගොඩ නැගීමක් පමණයි. ඒ නිසා සාමකාමී ලෝකයක් බිහි කරගන්නට මට අවශ්‍යනම් එය මට කළ හැකියි. ආකූල ව්‍යාකූල ගැටුම් සහිත ලෝකයක් බිහි කර ගන්නට අවශ්‍යනම් ඒත් මට කළ හැකියි. මේ දෙකෙන් කුමක්ද මම කරන්නෙ? මේ දෙකෙන් අපි හැම දෙනාම කැමති සන්තෝෂයෙන් සතුටින් ඉන්න සමාජයක් බිහිකර ගන්නනෙ. ඒ සමාජය බාහිරයෙන් නෙමෙයි බිහිකර ගත යුත්තේ අභ්‍යන්තරයෙන්මයි. ඒ බාහිර සියළු දේ සම්බන්ධව උපේක්ෂාවෙන් මැදහත් බවින් ඔය කියන ලද ආකාරයෙන් ද්වේශය දුරු කරමින් මෛත්‍රිය උපදවා ගන්නට උත්සාහ කළාම, අපට සියළු සත්ත්වයන් ගැනම එක හා සමාන තත්වයෙන් හිතන්නට පුළුවන් මානසික මට්ටමක් ඇති කරගන්න පුළුවන්. ඒ විදිහට මනස වර්ධනය කර ගෙන මේ ජීවිතයේ වඩ වඩාත් කුසල් දහම් රැ ස් කරගෙන අපි හැම දෙනාම බලාපොරොත්තුවන ආකාරයට ඉක්මනින්ම නිර්වාන ධර්මය සාක්ෂාත් කරගන්නට වාසනා ශක්තිය ලැබේවා කියලා ප්‍රාර්ථනා කර ගන්න.

# මෙත් සිත
## හඳුනා ගනිමු, මතුකරමු, වඩවමු, පතුරවමු.

**ද්වේශය....** සිත තවන ධර්මයකි
සිත කිලිටි කරන්නකි
සිත වික්ෂිප්ත කරන්නකි
නුවණ නැති කරන්නකි
ප්‍රතිපත්තියට බාධා පමුණුවන්නකි
ධර්ම මාර්ගය වනසන්නකි

**ද්වේශය පැවැත්වීම...** ගිනි අඟුරු ගිලින්නාක් වැනිය
දැළිපිහියක මුවතක් ලෙව කෑමක් වැනිය
සර්පයකු ඇඟ වැළඳ ගැනීමක් වැනිය

**ඉවසීම....** සියලු ගුණයන්ට මූලයකි
ගුණ වැඩෙන සරු බිමකි
ක්‍රෝධ ගින්න නිවන සිසිල් ජලයකි
උතුම් බෝධි සම්භාරයකි
කුසල ධර්මයන්ට මවු කෙනෙකි
සැපත ළඟා කරන්නෙකි
විපත දුරු කරන්නෙකි
ආත්මාර්ථය පරාර්ථය ඇති කරන්නෙකි

මම වෛර නොකරමි.
මම නපුරු සිත් ඇති නොකරමි.
සතුරු, මිතුරු, මැදහත් යන සියල්ලන්ගේම යහපත කැමති සත්පුරුෂයෙක් වෙමි.
මම අයහපත් සිතුවිලි දුරුකොට නිදුක්වෙමි.
මම යහපත් සිතුවිලි වඩවා සුවපත් වෙමි.

සියලු සත්ත්වයෝ වෛර නොකෙරෙත්වා
නපුරු සිත් ඇති නොකෙරෙත්වා
එකෙක් තවකෙකුට නපුරක් නොකෙරේවා
එකෙක් තවකෙකු පහත් කොට නොසිතාවා
සියල්ලෝම සියල්ලන්ගේම යහපත කැමැත්තෝ වෙත්වා
නිදුක් වෙත්වා සුවපත් වෙත්වා