අංගුත්තර නිකායේ චතුක්ක නිපාතයේ

අපරිහානිය සූත්‍රය

දේශකයාණෝ

කම්මට්ඨානාචාර්ය

පූජ්‍ය උඩඊරියගම ධම්මජීව ස්වාමීන් වහන්සේ

අංගුත්තර නිකායේ චතුක්ක නිපාතයේ

අපරිහානිය සූත්‍රය

දේශකයාණෝ

කම්මට්ඨානාචාර්ය

පූජ්‍ය උඩඊරියගම ධම්මජීව ස්වාමීන් වහන්සේ

"සබ්බ දානං ධම්ම දානං ජිනාති"

(සියලු දානයන් පරදා ධර්ම දානය ජයගනී)

උතුම් ධර්මදානයක් ලෙස පිළිගන්වන්නේ බැතියෙනි.

Lithira

අපරිහානිය සූත්‍රය

කම්මට්ඨානාචාර්ය
පූජ්‍ය උඩර්රියගම
ධම්මජීව ස්වාමීන් වහන්සේ

ප්‍රථම මුද්‍රණය
ශ්‍රී. බු. ව. 2554 ව්‍ය. ව. 2010

මුද්‍රණය
ලිතිර
Lithira Printing Industries
306, ඇඹුල්දෙණිය හංදිය,
නුගේගොඩ.

0718152131
0114921309

© මීතිරිගල නිස්සරණ වනය සංරක්ෂණ මණ්ඩලය 2010

උපහාරයක් වේවා!

සම්බුද්ධ ශාසනය පිරිහෙමින් පැවතුන වකවානුවක දුෂ්කර වූ ප්‍රතිපදා මාර්ගයකට අවතීර්ණව ආරණ්‍යගතව ත්‍රිවිධ ශාසනය ආරක්ෂා කළා වූ අපවත් වී වදාළ ශ්‍රී කල්‍යාණී යෝගාශ්‍රම සංස්ථාවේ ප්‍රධානාචාර්ය මීතිරිගල නිස්සරණ වනයේ ප්‍රථම සේනාසනාධිපති කර්මස්ථානාචාර්ය මහෝපාධ්‍යාය අති පූජ්‍ය මාතර ශ්‍රී ඥානාරාම මාහිමිපාණන් වහන්සේ ඇතුළු ආරණ්‍යගතව අපවත්වී වදාළ ස්වාමීන් වහන්සේලාට ප්‍රාප්ති දාන පිණිසත්;

මීතිරිගල නිස්සරණ වනයට 43 වසරක් පිරෙන මේ මොහොතේ ආරණ්‍යවාසී ස්වාමීන් වහන්සේලා හා දායක කාරක සැමට චිර ජීවනය පිණිසත් හේතු වේවා !

පුණ්‍යානුමෝදනාව

"සබ්බ දානං ධම්ම දානං ජිනාති" යන සම්බුදු වදනට අනුව සියලු දානයන් අතරින් ශ්‍රේෂ්ඨ දානය ධර්ම දානයයි. අඩුම තරමින් බත් හැන්දක් වුවද දන්දීමට, සිල් පදයක් රැකීමට මොහොතක් සිහිය පිහිටුවීමට කෙනෙකු යොමුවන්නේ ධර්ම ශ්‍රවණය නිසාය. මෙම ධර්මදාන පින්කමට මුල් වූයේ ද අපගේ මීතිරිගල නිස්සරණ වනයේ ප්‍රධාන කම්මට්ඨානාචාර්ය පූජ්‍ය උඩඊරියගම ධම්මජීව ස්වාමීන් වහන්සේගේ ධර්ම දේශනයක් ශ්‍රවණයෙනි. මෙම අපරිහානිය ධර්ම ඇතුළත් පටිගත කළ දේශනය අසා ලේඛනගත කළේ මීතිරිගල ආරණ්‍ය පාරේ කුමුදු නිවසේ පදිංචි එස්. ඒ. එස්. සේනාධීර මහත්මාගේ දියණියන් විසිනි. මෙහි සෝදුපත් කියවීමෙන් අනුග්‍රහය දැක්වූයේ ආරණ්‍යවාසී පූජ්‍ය පාතේගම ධම්මසුමන ස්වාමීන් වහන්සේ හා මෙම කටයුත්ත සංවිධානය කළේ දංගල්ලේ ආනන්ද සරත් ජයකොඩි විසිනි. ඉතා අලංකාර ලෙස මුද්‍රණය කරදුන්නේ ඇඹුල්දෙණියේ ලිහිර මුද්‍රණාලයෙනි.

මෙම සියලු දෙනාගේ සම්‍යක් ප්‍රයත්නයෙන් එළිදක්වන මෙම කෘතිය කියවා බලන ගිහි පැවිදි හැමදෙනාගේ සත්පුරුෂ ගති වඩා වර්ධනය වේවා! මෙලොවත් පරමාදර්ශව ගත කොට ත්‍රිවිධ ශික්ෂාවන් වැඩීමෙන් මේ ගෞතම ශ්‍රී සම්බුද්ධ ශාසනයේ ලැබිය හැකි උතුම් සැනසීමට ළඟා වීමට ශක්තිය, බලය, ධෛර්යය මේ තුළින් ලැබේවා! මේ පින්කමේ බලයෙන් මීතිරිගල නිස්සරණ වන ආරණ්‍යවාසී මහා සංඝරත්නයට නිදුක් නිරෝගී චිර ජීවනය ලැබේවා!'යි ද උන්වහන්සේලාගේ මහඟු පැතුම් ඉටුවේවා!'යි ද, අපවත්වී වදාළ ස්වාමීන් වහන්සේලාට අමා මහ නිවන් සුව අත්වේවා!'යි ද පතමු. මීට වසර කිහිපයකට පෙර අභාවප්‍රාප්ත වූ පී. ජී. මහින්දපාල පියාණන්ටත්, පී. ජී. රන්ජන් කිත්සිරි සොහොයුරාටත්, අපගේ නැන්දනිය වූ වාලට් පෙරේරා මැණියන්ටත් මෙම උතුම් ධර්මදානමය කුසලය නිවන් අවබෝධ වීම පිණිස වේවා! ඩී. එම්. පී. බන්ධුවතී මැණියන්ටත්, ජී. ටී. සූරියආරච්චි පියාණන්ටත්, නිරෝගී චිර ජීවනයත් ආයුරාරෝග්‍ය සැප බල අභිවර්ධනය වී නිවනින් සැනසීම ලඟාකර ගැනීමට මෙම කුසලය උපනිශ්‍රය වේවා! සියලු ඥාති බන්ධු වර්ගයා මේ පින අනුමෝදන් වෙත්වා! නිවනින් සැණසීම ලබත්වා!

තෙරුවන් සරණයි!

ලාල් ශාන්ත කුමාර,

607/20, පිටිපන උතුර, හෝමාගම.

අපරිහානිය සූත්‍රය

නමො තස්ස භගවතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස///

"චතූහි භික්ඛවෙ ධම්මෙහි සමන්නාගතො භික්ඛු අභබ්බො පරිහානාය නිබ්බානස්සෙව සන්තිකෙ. කතමෙ හි චතූහි?

ඉධ භික්ඛවෙ භික්ඛු සීල සම්පන්නො හොති, ඉන්ද්‍රියෙසු ගුත්තද්වාරො හොති, භොජනෙ මත්තඤ්ඤු හොති, ජාගරියං අනුයුත්තො හොති'ති."

මූලාසනයේ වැඩ සිටින අප ලොකු ස්වාමීන් වහන්සේගෙන් අවසරයි. අනෙකුත් සියලුම යෝගාවචර සඟ පිරිසිගෙන් අවසර. අද මේ ධර්ම දේශනාවේ විශේෂයක් වශයෙන් සඳහන් කරන්නට තියෙන්නේ සමථ වශයෙන් හෝ විපස්සනා වශයෙන් හෝ නො බෙදිච්ච යෝගාවචර කියන නමට ගැලපෙන කොයි කවුරුත් විසින් නිරන්තරයෙන්ම අභින්නව මෙනෙහි කළ යුතු ධර්ම කොටසක් මෙහි අඩංගුව පැවතීමයි. විශේෂයෙන් අපවත් වී වදාළ මහෝපාධ්‍යායන් වහන්සේ වැනි මේ ථෙරවාදී ශාසනයේ මුල් බැසගත්තා වූ, නැත්නම් ථෙරවාදී ශාසනයේ කොඩියක්, ධජයක්, පතාකයක් වැනි කරුණු අත්දැකීම් ඒ වගේම ආදර්ශ පෙන්වමින් ගත කළ මහෝත්තමයන් වහන්සේලා නිතර පරිහරණය කරපු, නිතරම උපදෙස් දීපු කරුණු රාශියක් මේ සූත්‍රයේ සඳහන් වෙනවා.

තවත් විශේෂයෙන් මෙම සූත්‍රය ගැන සඳහන් කරනවා නම්, මූලික හැඳින්වීමක් වශයෙන් කරුණු කීපයක් පොදු වශයෙන් මතක් කරන්න පුළුවන්. අපි යෝගාවචරයන් වශයෙන් මතක් කරගන්න පුළුවන්. ඒ මොකක්ද? මෙහි කියවෙන කරුණු භාවනාවට, ශාසනයට නැත්නම් ශික්ෂාවට ගැතිවෙලා එහි යෙදිලා ඉතාම සාදරයෙන් නොරකින ඇත්තන්ට බොහෝම නීරසයි. මේ තියෙන කරුණු වල කිසිම ගැම්මක්, කිසිම කුතුහලයක් දනවන ගතියක් නැහැ. නමුත් යම් යෝගාවචරයෙක්

ඉතාමත්ම සාදරයෙන්, ඉතාමත්ම විස්තර ගරු කරමින්, ශාසන බ්‍රහ්මචර්යාවේ එහෙම නැත්නම් මේ ශීල ශික්ෂා, සමාධි ශික්ෂා, ප්‍රඥා ශික්ෂා යන මේ ත්‍රිවිධ ශික්ෂාවෙහි ගතකරනවා නම්, එහෙව් කෙනාට මේ ධර්මයෙහි විශේෂ මිහිරියාවක් පවතිනවා. විශේෂ රසවත් බවක් පවතිනවා. සාදර බවක් පවතිනවා. ඒ නිසා එක් එක්කෙනෙක් වශයෙන් අප අතට මේ සූත්‍රයේ සඳහන් වන කරුණු, හරියට හැඩ වෙන්න කැමති තරුණ කාන්තාවකට හෝ තරුණ පුරුෂයෙකුට ආදාසයක්, කණ්ණාඩියක් වගේ යෝගාවචර ජීවිතයට තමන්ගේ පැතිකඩ රූපය දැකගන්න පුළුවන් කාරණාවක් වශයෙන් සඳහන් කරන්න පුළුවන්.

තවත් එකක් වශයෙන් සඳහන් කරනවා නම්, ලෝකයේ විවිධ ශාසන පවතිනවා. සමහර ශාසන සම්‍යක් ශාසන, සමහර එව්වා මිථ්‍යා ශාසන. ඒ බොහෝ ශාසන වලත් ශාසනයක් එක්කම, නැතිනම් ධර්මයත්, එහෙම නැත්නම් ආගමික නිකායක් සමග ඒ ඒ නිකායට අදාළ හික්මීම් පවතිනවා. නමුත් මේ අතරතුර බණ අසන අය වශයෙන් විශේෂයෙන් හඳුන්වලා දෙන්න දෙයක් නැහැ. ශ්‍රේෂ්ඨ නැතත් විශේෂ තැනක් මේ අපි මේ ගත කරන සම්‍යක් සම්බුද්ධ ශාසනයේ පවතිනවා. ඒ නිසයි මේ පිරිසක් වශයෙන් පූර්ණ කාලීනව ජීවිත පරිත්‍යාගයෙන් මේ වගේ කටයුතු වල යෙදෙන්නේ. මේ අනුව බලනකොට කාරණානුකූලව කල්පනා කරන කෙනාට, න්‍යායානුකූලව කල්පනා කරන කෙනෙකුට උනත් අනෙකුත් නිකායාන්තර වෙනස්කම් සමග මේ ථේරවාදයේ කොහොමද මේ බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ගැඹුරු ශාසන පණිවුඩය මෙච්චර කාලයක් පැවතුනේ කියන රහස හොයලා බැලුවොත්, දැන් අවුරුදු 2500 ගාණකට වඩා තවමත් සජීව පැවතුනේ කොහොමද කියල හොයල බැලුවොත් අන්න ඒ ප්‍රශ්නෙට උත්තර ලබාදෙන්නෙත් මෙන්න මෙවැනි වූ විස්තර හික්මීම් ස්වරූපවලයි.

මේ හික්මෙන ස්වරූප මේ ථෙරවාද ශාසනයේ සජීවීව පැවතුනා. අනෙකුත් නිකායවල එවැනි හික්මීම්ධර්ම, පොත් පත් වලට එක්ව සීමාවෙලා තියෙනවා. එහෙම නැතිනම් වැඳුම් පිදුම් වලට සීමාවෙලා තියෙනවා. මේ නිසාත් මෙවැනි සූත්‍ර පාඨ වල සඳහන් දේවල් කියවීමේ දී පරිහරණය කිරීමේ දී එහි නොයෙදෙන්නාට එහෙම නැත්නම් ඒ පිළිබඳ ඇදහිල්ලෙන්

ශ්‍රද්ධාවෙන් කටයුතු නොකරන්නාට මෙහි නීරස බවක් පවතිනවා. මේ අනුව සමහර ඇත්තො පවසනවා දැන් ශාසනය පණ නැහැ කියලා. දැන් ශාසනය මැරිලයි කියලා. දැන් ශාසනයෙහි ප්‍රතිඵල, මාර්ග ඵල ලබන්න අපහසුයි කියලා. ඒ මොකද? මෙන්න මේ පුංචි කරුණු මරණ නිසා. මේ පුංචි කරුණු වලට පණ නොදෙන නිසා. මේ නිසා දැනටත් ශාසනයේ පණ දෙමින් ගත කරන මහෝත්තමයන් වහන්සේලා හරියට මහ කැලයක මැද ගත කරන දළ සහිත මහා හස්තිරාජයෝ වගේ.

මේ ශාසනයේ කටයුතු කරන ඇත්තෝ ඒ තමන්ගේ ගුණ චරිත, ඒ තමන්ගේ ශාසනික ජීවය හෝ ඔප් නංවන්නේ මෙන්න මේ ධර්ම වලට තැනදීම නිසා. ඒ නිසා ශාසනයේ දියුණුව පතන, ඉදිරියට බලාපොරොත්තු වන, පරිහානියක් බලාපොරොත්තු නොවන, නිවනට ළංවෙන්න කැමති, සෑම සියලු කෙනෙක් ම නිතරම පරිහරණය කළ යුතු වටිනා ධර්ම මේ ධර්ම. ඒ ධර්ම වශයෙන් විශේෂ කැපී පේන ගතියක්, උනන්දු කරන ගතියක්, එහෙම නැත්නම් උත්සුක කරන ගතියක් නැහැ. අපි යම්තාක් ඒ ධර්ම ඉතා සියුම් ධර්ම වශයෙන් තේරුම් අරගෙන, ඒ ධර්ම අප විසින්, යෝගාවචර පිරිස විසින්, යම්තාක් රකිනවාද? ඒ යෝගාවචරයා ධර්මයෙහි ආරක්ෂාවට ලක්වෙනවා. යම්තාක් අපි මේ ධර්මය ආරක්ෂා කරනවාද? ඒ තාක් අපිට ධර්ම ආරක්ෂාව ලැබෙනවා. ඒ නිසා මූලික හැඳින්වීමක් වශයෙන් මේ ඉදිරිපත් කරන්න යෙදුනේ මේ සූත්‍රයේ අඩංගු කරුණු එක එකක් සවිස්තර විස්තර කිරීමට පෙරාතුවයි.

මේ සූත්‍රය අංගුත්තර නිකායේ චතුක්ක නිපාතයේ සංග්‍රහ වන සූත්‍රයක්. නම වශයෙන් සඳහන් කරලා තියෙන්නේ අපරිහානිය සූත්‍රය කියලා. පරිහානිය කියන වචනය සාමාන්‍ය සිංහලයෙහි භාවිතා වෙනවා. පිරිහීම, පරාභවය කියන වචනයත් (මේක පාලි වචනයක්) සඳහන් වෙනවා. පිරිහීම කියන කොට අපට වැටහෙනව. ඒ පිරිහීම අද ශාසනය ගැන කථා කරනකොට බොහෝ විට රැව් පිළිරැව් දෙන වචනයක්. ශාසනය පිරිනෙවා, සංඝයා වශයෙන් පිරිහෙනවා, සීලය වශයෙන් පිරිහෙනවා, කියන වචනයක්. නමුත් බුදුරජාණන් වහන්සේ වැනි සියල්ල දක්නා වූත්, සියල්ල දන්නා වූත්, ඒ සර්වඥතා ඥානයට මේ පිරිහීම කියන වචනය අළුත් දෙයක් නොවෙයි. මොකද? බුදුරජාණන්

වහන්සේගේ ශ්‍රී මුඛ දේශනාවෙහිම සඳහන් වෙනවා තමන් වහන්සේගේ සම්‍යක් අධිෂ්ඨානයක් වශයෙන් මේ ශාසනය 5000 ක් කල් පවතිනවා. නමුත් ඉදිරියට එනකොට එනකොට එහි යම් යම් ගුණ අතින් පිරිහීමක් සිද්ධ වෙලා ක්‍රමයෙන් දියවී යන තත්ත්වයට පත්වෙනවා. එවැනි පිරිහීමක්, දියවී යාමක් වීමට ඉඩ නොතබා තමන්ගේ ජීවිත පරිත්‍යාගයෙන් කටයුතු කරන යම් යෝගාවචර පිරිසක් නැත්නම් විනෙය්‍යය ජනතාවක් මේ ශාසනයේ මතු මත්තේ පහළ වෙනවා නම්, අන්න එවැනි ජනතාවට අත්වැලක් වශයෙන්, උපදේශයක් වශයෙන් තමයි මේ අපරිහාණිය ධර්ම මතු කරලා පෙන්නලා තියෙන්නේ.

මේ අපරිහානීය ධර්මවලත්, මේ අපරිහානිය සූත්‍රයේ සඳහන් කරන්නේ පූර්ණ කාලීනව යෝගාවචර ජීවිත ගත කරන, එයටම එයටම ගත වෙච්ච පිරිසක් වශයෙන්. ඒ නිසා මෙතැනදි අපට ගන්න තියෙන්නේ මේ ශාසනය කියන බාහිර ශාසනය, අභ්‍යන්තර ශාසනය කියලා දෙකට බෙදලා ගත්තොත් මේ අපරිහානිය සූත්‍රය කියලා මෙතැන සඳහන් කරන්නේ අභ්‍යන්තර ශාසනය පිළිබඳවයි. වෙන විධියකට කියනවා නම්, මේ බණ කියන බණ අහන අපට එක එක්කෙනෙක් වශයෙන් පෞද්ගලිකව සලකා බැලිය යුතු කරුණක්. මේ කියන කරුණු සම්බන්ධයෙන් අපි සමූහය මනින්න බෑ. සමූහයේ එක එක්කෙනා මේ කරුණු එක එකක් තමන් වශයෙන් හොඳට අහලා දැනගෙන එහි පිහිටලා එහි යෙදෙනවා නම්, එනම් සමූහයේ ගුණත් පෙනේවි. තම තමන්ගේ ගුණත් පෙනේවි. ඒ නිසා මෙතැනදි හොඳට පැහැදිළි කරගන්න ඕනේ මොකක්ද, මේ බාහිර ශාසනය කියන්නේ? මොකක්ද, මේ අභ්‍යන්තර ශාසනය කියන්නේ? බාහිර ශාසනය වශයෙන් නම ආගම පවතිනවා. ඒ ආගමානුකූලව අපට දකින්න පුළුවන් ඒ ආගමික ස්ථාන, ආගමික පූද පූජා, සංස්කෘතික ලක්ෂණ, සමාජ ධර්ම මේ සියල්ලක්ම බාහිර ශාසනයකට අපට ගණන් ගන්න පුළුවන්. එහෙම බලන කොට ලෝකයේ මෙච්චර බෞද්ධ රටවල් තියෙනවය, මේ රටේ මෙච්චර ප්‍රමාණයක් බෞද්ධයෝය, ආදී වශයෙන් සංඛ්‍යා ලේඛණ වලින් අපි මනින්නේ, අපි කිරන්නේ, අපි ගලපන්නේ මේ බාහිර ශාසනය.

නමුත් පූර්ණ කාලීනව භාවනා කරන යෝගාවචරයෙක්, නැත්නම් තමන්ගේ ජීවිතය ධර්මයටම, ආගමටම, ශාසනයටම කැප කළ පුද්ගලයෙක් වශයෙන් මේ බාහිර ශාසනය නොසලකනවා නොවෙයි. එහෙම නැත්නම් මේ බාහිර ශාසනය පැත්තකට කරනවා නොවෙයි. බාහිර ශාසනයට ඉස්සරහින් අභ්‍යන්තර ශාසනයට ප්‍රමුඛතාවය දීලා තැන්පත් කරනවා, මොකක්ද? පූර්ණ කාලීනව භාවනා කරන පිරිසක් විසින් අගය කරන, ඉදිරියෙන් තබාගන්නා, ප්‍රමුඛතාවය දෙන අභ්‍යන්තර ශාසනය, ඒ කියන්නේ ශීල ශාසනය. ඒ කියන්නේ සමාධි ශාසනය. ඒ කියන්නේ ප්‍රඥා ශාසනය. එහෙම නැත්නම් ශීල ශික්ෂාවයි. සමාධි ශික්ෂාවයි. ප්‍රඥා ශික්ෂාවයි. මේක ඒ ගුණ වඩන, ඒ ගුණ සන්තානය තුළ පමණක් මනින්න පුළුවන්, දැක ගන්න පුළුවන් දේවල්. මෙන්න මේ විධියේ අභ්‍යන්තර ශාසනය වැඩුනොත් තමයි බාහිර ශාසනයේ ස්ථාවරභාවයක් පවතින්නේ. එහෙම නැතිව දැනට අපිට ඔය පෙනෙන, දැනට අපිට ඔය ඇහෙන, සාකච්ඡා වෙන, බාහිර ශාසනයේ මොනතරම් ලොකු වෙනස්කම් ඇති වුනත්, දියුණු වුනත්, තහවුරු වුනත්, ස්ථිර වුනත්, විනාශ වුනත්, පැතිරිලා ගියත් ඒ වෙනසෙ ලොකු වෙනසක් නැහැ. ලොකු වෙනසක් පවතින්නේ මේ අභ්‍යන්තර ශාසනයේ.

යම් එකම පුද්ගලයෙක් හෝ වේවා, අදට වඩා ගැඹුරු ශීලයකට හිත නමාගෙන ජීවත් වෙනවා නම්, සමාධියකට හිත නමාගෙන ජීවත් වෙනවා නම්, ප්‍රඥාවකට හිත නමාගෙන ජීවත් වෙනවා නම්, ඒ බාහිර ශාසනය ගින්නෙන්, ජලයෙන්, සොර සතුරන්ගෙන්, රජුන්ගෙන්, වාතයෙන් කැළඹෙනවා. නමුත් මේ අභ්‍යන්තර ශාසනය නොසැලෙනතාක් කල් බුද්ධ අධිෂ්ඨානය පවතිනවා. ඒ නිසා මෙවැනි භාවනා කරන පිරිසකට මේ අපරිහානිය සූත්‍රයේ ඇති වටිනාකම මේ තරම් විස්තර කරන කොට ඒක තමන් වශයෙන් විග්‍රහ කරගන්න පුළුවන් වේය කියලා මං බලාපොරොත්තු වෙනවා. ඊට පස්සේ අපි මේ සූත්‍රයේ සඳහන් වෙන කරුණු එකිනෙකක් සලකා බලමු.

අපි මේ දැනටමත් තම තමන් වශයෙන් අත් දැකලා තියෙන යම් යම් භාවනා අත්දැකීම් තියෙනවා. ඒ වගේම මූලධර්ම දැනුම තියෙනවා.

ඒ අනුව බලනකොට බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් පරිහානියට පත්වෙන්නේ නැහැ, මේ නිවන දිහාට ළංවෙනවා, මෙන්න මේ ධර්ම හතර රැක්කොත් කියන අපි සාමාන්‍ය සිංහලට නඟා ගත්තොත් එවැනි අදහසක් දෙන කරුණු හතරේ මුළින්ම සඳහන් කරන්නේ **සීල සම්පන්නො හොති.** යම් යෝගාවචරයෙක් මෙවැනි නිවනට ළංවීම පිණිස නැත්නම් මේ සම්‍යක් ශාසනයේ සත්පුරුෂ ධර්මයන්හි නොපිරිහීම පිණිස කටයුතු කරනවා නම්, එවැනි පුද්ගලයෙක් ප්‍රධාන වශයෙන් ම සිල්වන්තයෙක් වෙන්න ඕනේ. මේක පිළිබඳව විස්තර ඉදිරිපත් කරනකොට ඉදිරිපත් කරන්නේ බුද්ධ ශාසනයේ මේ අපි පවත්වන ප්‍රතිපත්ති පූජාව අනුපූර්ව ප්‍රතිපදාවක්. ඒක පටන් අරගන්නේ හැකි තැනින්, තියෙන තැනින්. කවදාකවත් නැති දෙයක් බලලා, නොහැකි දෙයක් බලලා, ඒ දේ නැති නිසා, මේ දේ නොහැකි නිසා, මට පටන් ගන්න බෑ කියන එකක් මේ ශාසනයේ නැහැ. මේ ශාසනයේ තියෙන්නේ ඇති හැකි තැනින් පටන් ගන්න. ඒ පටන් අරගෙන අනුපූර්ව ශික්ෂාවෙන්, ශික්ෂාව දියුණු කරනවා. අනුපූර්ව ක්‍රියාවෙන් තමන්ගේ යෝගාවචර ක්‍රියා දියුණු කරනවා. අනුපූර්ව ප්‍රතිපදාවෙන් ක්‍රම ක්‍රමයෙන් ක්‍රම ක්‍රමයෙන් ප්‍රතිපදාව ගැඹුරකට විස්තාරභාවයකට පත් කරනවා. මෙන්න මේ විධියේ ශික්ෂාවේ, ක්‍රියාවේ, ප්‍රතිපදාවේ වැඩපිළිවෙලට කියනවා අනුපූර්ව ප්‍රතිපදාව කියලා. මෙන්න මේ අනුපූර්ව ප්‍රතිපදාව නොදැනීම තමයි යෝගාවචර ජීවිත කඩාකප්පල්කාරී වෙන්න ප්‍රධාන වශයෙන් ම හේතු වෙන්නේ. මේ නිසා **සතං ධම්මං** = සත්පුරුෂ ධර්මය නම් **න ජරං උපෙති** = කවදාවත් ජරාවට යන්නේ නැහැ. කවදාකවත් දිරාවට යන්නේ නැහැ. ඒ මොකද? සත් පුරුෂයා මේ බුදු බණ අමතක කරන්නේ නැහැ. දෙන පුංචි උපදේශය නමුත් අමතක කරන්නේ නැති නිසා දවසින් දවස, දවසින් දවස අබ පියල්ලෙන් අබ පියල්ල තරම හෝ දියුණුවට පත්වෙනවා.

අන්න ඒ දියුණුවට පත් වෙන්න අවශ්‍ය කරන ධර්ම හතරෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ ප්‍රථමයෙන්ම විශේෂයෙන්ම මේ සූත්‍රයේ සඳහන් කරන්නේ **සීල සම්පන්නො හොති.** මේ සීලය පටිසම්භිදා මාර්ගයේ සඳහන් කරන්නේ **සුතවාන සංවරෙ පඤ්ඤා සීලමයෙ ඤාණං.** අපි උපදින කොට ඒ කන ඇහෙන්නේ නැති, ඇහැ පෙන්නේ නැති තත්ත්වයක ඉඳලා

යම්කිසි ලෝක ප්‍රඥප්තියකට අනුව ඇහැ පෙනීම, කන ඇසීම, රස දැනීම ආදී දේවල් පටන් අරගෙන යන කාලයේ, මුල් කාලයේ ශීලයක අදාළ භාවයක් ඇත්තේ නැහැ. මුලින්ම පවතින්නේ අපේ ජීවිත පැවැත්වීමයි. ඊට පස්සේ මේ දෙය හොඳය, මේ දෙය නරකය ආදී වශයෙන් අපි ගුරු දෙමව්පියන්ගෙන් හොඳ නරක තේරුම් අරගෙන, ඒ හොඳ කිරීමේ සහ නරක නොකිරීමේ කටයුතු කරගෙන යනකොට, කිසිම කෙනෙකකුට මහ බෝසතාණන් වහන්සේ වැනි නැත්නම් පාරමිතා ධර්ම ඇති කෙනෙකුට හැර තමන් වශයෙන්ම හොඳ මේකය, තමන් වශයෙන්ම නරකය මේකය කියලා තේරුම් අරගන්න ශක්තියක් ඇත්තේ නැහැ. ඒ නිසයි ලෝකය මේ තරම්ම අන්ධකාර ස්වරූපයකට, වියවුල් ස්වරූපයකට පත්වෙලා තියෙන්නේ. එහෙම නැති උනාට හැම කෙනෙක් ම පිළිඅරගන්නවා මට පුළුවන්, මට තේරෙනවා, මට හොඳ නරක දැනෙනවා කියලා පටන් අරගන්නවා. මේ නිසා ලෝකයේ වාද විවාද බහුල වෙලා තියෙනවා. මතවාද බහුල වෙලා තියෙනවා. නමුත් බුදු ඇහැට, ඒ කියන්නේ සියල්ල දක්නා, සියල්ල දන්නා සර්වඥතා ඥානයට වැටහෙනවා කවමදාකවත් ගුණ ජීවිතයක් අනුන්ට ඇහුම්කන්දීමෙන් තොරව පටන් ගන්න බැහැ. ශ්‍රැතමය ඥානයෙන් තොරව පටන් ගන්න බැහැ. ඒ නිසා අපි ළඟ යටහත් පහත් කමක්, මෘදු මොළොක් භාවයක් මුලින්ම පවතින්න ඕනේ. ඇහුම්කන්දීමක් සුවචභාවයක් පවතින්නට ඕනේ.

මෙන්න මේ විධියට ඇහුම්කන් දෙන කොට අපට සත්පුරුෂ ධර්මත් ඇහෙනවා. අසත්පුරුෂ ධර්මත් ඇහෙනවා. පාරමිතා ශක්තිය ඇති නිවන දිහාවට හිත යොමු කරපු කෙනාට නම් මේ අනුව මේ සත්පුරුෂයා, මේ අසත්පුරුෂයා, මේ සත්පුරුෂ ධර්මය, මේ අසත්පුරුෂ ධර්මය කියලා තේරුම් අරගන්න පුළුවන්. බොහෝ දෙනාට ඇහෙන්නෙත් අසත්පුරුෂ ධර්ම, බොහෝ දෙනා රුචිකත්වයෙන් ගරු කරන්නෙත් අසත්පුරුෂ ධර්ම. මේ නිසයි මේ ලෝකයේ වියවුල පවතින්නේ. නමුත් මේ සූත්‍රය අනුව බුදුරජාණන් වහන්සේ අමතන්නේ ඒ අසත්පුරුෂයෝවත් ඒ අසත්පුරුෂ ධර්ම දේශනා කරන ඇත්තෝවත් නෙවෙයි. සත් පුරුෂ ධර්මය හොයන, සත්පුරුෂයන් ඇසුරු කිරීමට බලාපොරොත්තුවෙන ඇත්තන්ව. ඒ ඇත්තො නමුත් ඇහුම්කන් දෙනවා. සත්පුරුෂයෙකුට

ඇහුම්කන්දීලා ඒ ශ්‍රැතමය වශයෙන් ලැබෙන ඥානයෙන් පිළිගන්න ඕනේ. ඒක ගැලපෙන බව තමන් තේරුම් ගන්න ඕනේ. තේරුම් ගත්තොත් ඒ ධර්මානුකූල හැසිරීම සිද්ධ වෙනවා. ඒ නිසා **සුතවාන** = අසා සංවරයෙ ඤාණං. ඒ අනුව හැසිරීමේ ඥානයට සඳහන් කරනවා ශීලය කියලා. මේ වාගේ පූර්ණ කාලීන භාවනා කරන, එහෙම නැත්නම් දශ සිල් වශයෙන්, සාමනේර වශයෙන්, නැත්නම් උපසම්පදා වශයෙන් සිල් රකින ඇත්තන්ට මේ පිළිබඳව ගොඩක් සවිස්තර අවශ්‍ය නැහැ. මොකද? මේ වන විටත් මේ අනුව හිත ගත යෙදූ කාලය බොහෝමයි. නමුත් ප්‍රායෝගික පැත්ත සලකලා බැලුවොත් එහෙම නැත්නම් ආදීනව, ආනිසංස, නිස්සරණ පැති තුන අනුව සලකලා බැලුවොත්, **අවිප්පටිසාරත්ථානි ඛො ආනන්ද කුසලානි සීලානි.** මේ කුසල ශීලය සත්පුරුෂයන් විසින් හොඳයයි සම්මත කරගන්නා ලද මේ සම්‍යක් ශීලයේ ආනිසංස මෙකයි කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා. නුවණ ඇත්තන්ට නුවණින් සලකා ගන්න අවිප්පටිසාරත්ථාය, විපිළිසර බව නැතිවීම සඳහා; ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේට, බුදුරජාණන් වහන්සේ සඳහන් කරනවා කෙටියෙන්, "**අවිප්පටිසාරත්ථානි ඛො ආනන්ද කුසලානි සීලානි**". ඒ නිසා අපි තේරුම් අරගන්න ඕනේ මේ විපිළිසරය කියන හිත නිතරම කැළඹෙන, චංචල ස්වරූපය මානසික රෝගයක්. සමහරුන්ට ඒක නිතර බහුලව පවතිනවා. සමහරුන්ට මධ්‍යස්ථ වශයෙන් පවතිනවා. සමහරුන්ට සුළු වශයෙන් පවතිනවා. සෑම කෙනාටම නම් පවතිනවා,

පෘථග්ජන වශයෙන්. මෙන්න මේ විපිළිසර බව පවතිනතාක් කල් ඒ හිතේ සමාධියක් හිටින්නේ නැහැ. ඒ හිතේ ප්‍රඥාවක් වැඩෙන්නේ නැහැ. හරියට දිය කඩකට හුළං වදිනතාක් කල්, කැළි කැබිලිති වැටෙන තාක් කල් ඒ දියකඩ මූණත කඩවෙලා පවතිනවා. චංචලව පවතිනවා. රැළිගතිව පවතිනවා. ඒ පවතින තාක් කල් කවදාකවත් ඒ දියකඩේ එගොඩ ඉවුරේ ඡායාව වැටෙන්නේ නැහැ. අන්න ඒ වගේ තමයි මේ හිත විපිළිසරව පවතින තාක් කල්, වික්ෂිප්තව පවතින තාක් කල් ඒ හිතේ යථා ස්වරූපය දකගන්නත් බැහැ. ඒ හිතට ලෝකයේ යථා ස්වරූපය දකගන්න බැහැ. මේ නිසා මෙවැනි ගැඹුරු ධර්ම වලට යන්න නම් හිත, හිත වශයෙන් තැන්පත්වෙන්න ඕනේ. විපිළිසර බවින් තොර වෙන්න ඕනේ. මේකට

ප්‍රතිපක්‍ෂ ධර්මය එහෙම නැත්නම් විපිළිසරභාවයේ විරුද්ධාර්ථය වශයෙන් දක්වන්නේ ප්‍රමුදිතභාවය. ප්‍රමෝදය. හිත එක අරමුණක තබාගෙන තමන් කරන දෙය පිළිබඳ ආත්ම විශ්වාසයෙන් යුක්තව එහි බැසගෙන සිටින කොට එනවා ප්‍රමෝදය. මේ ප්‍රමෝදය ශ්‍රමණ ඵලයක්. ශ්‍රමණයෙකුට අයිතිවාසිකමක්. ශ්‍රමණ ජීවිතයේ ලැබෙන ඵලයක්. ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ සඳහන් කරන්නේ මේ ශ්‍රමණ පුද්ගලයාට රකින රකින ශීලයක් පාසා හිත ප්‍රමෝදභාවයට පත්කරනවා. **ප්‍රමුදිතස්ස පීති ජායති.** මෙන්න මේ ප්‍රමුදිත වූ සිතින් කටයුතු කරන කොට, ශීලය හෝ වේවා, සමාධිය හෝ වේවා, ප්‍රඥාව හෝ වේවා, **පීති ජායති. ප්‍රීති මනස්සකායො පස්සම්භති.** යම් සිතක මේ ප්‍රීතිය නිතර ආශ්‍රය කරනවානම්, එවැනි සිතක් සහිත කයත් ප්‍රසාදයට පත් වෙනවා. **පස්සද්ධ කායො සුඛංවෙදියති** එවැනි ප්‍රසාද ජනක සිතක ඇති කෙනාට නිතරෝම චෛතසික සුඛය. මෙන්න මේ චෛතසික සුඛයයි සමාධියට පත්වෙන්නේ. **සුඛිනො චිත්තං සමාධියති** ඒ නිසා ශීලය පිළිබඳව යම්කිසි කෙනෙකුට ප්‍රායෝගිකව වැටහීමක් නැත්නම් තේරුම් අරගන්න තියෙන්නේ යමක් කිරීම නිසා කෙනෙකුගේ හිත විපිළිසරභාවයට පත්වෙනවා නම්, ඒ දේ නොකට යුතුයි. ඒ දේ සමාජයටත් ගැලපෙන්නේ නැහැ. ඒ දෙය ප්‍රඥාවට ගැලපෙන්නේත් නැහැ. මේ නිසා සාමාන්‍ය තේරෙන භාෂාවෙන් කියනවා නම්, නොකළ යුත්ත නොකිරීමට කියනවා ශීලය කියලා. කළ යුත්ත කිරීමත් නොකළ යුත්ත නොකිරීමත් කියන මේ දෙක, පලු දෙකම එකතු කරපුවාම ඒකට කියනවා **කම්මස්සකථා ඤාණ සම්මා දිට්ඨිය** කියලා. හොඳ දේ කෙරුවොත් හොඳ ප්‍රතිඵල ලැබෙනවා, නරක දේ කළොත් නරක ප්‍රතිඵල ලැබෙනවා, කියන මූලික ඥානය, මූලික සම්‍යක් දෘෂ්ඨිය. ඒ අනුව නම් එයින් ප්‍රතිඵල ලබාගන්නට කැමති පණ්ඩිත ඇත්තෙක් නම් කළ යුත්ත කරන්නට ඕනේ. නොකළ යුත්ත නොකරන්නට ඕනේ. මේ ශාසනයේ කළ යුත්ත කිරීමට අපි තනි වචනයක් කියනවා දානය කියලා. නොකළ යුත්ත නොකිරීමේ තනි වචනයට කියනවා ශීලය කියලා. භාවනා කරන යෝගාවචරයාට මේ ශීලය කියන වචනය දන් දෙන ඇත්තන්ට වැටහෙනවට වැඩිය බොහොම ගැඹුරින් වැටහෙනවා. ගැඹුරින් වැටහෙන්න අවස්ථා රාශියක් දවස පුරා මතුවෙනවා. ඒ

කොහොමද? තමන් පර්යංක වශයෙන්, සක්මන වශයෙන්, වත්පිළිවෙත් වශයෙන්, පිණ්ඩපාත චාරිකා වශයෙන්, පැන් පහසු කිරීමේ, සේදීම් කටයුතු කරන වාරයක් පාසා සෑම පුංචි කටයුත්තක් විෂයෙහිම සතිමත්ව ගත කරනවා නම්, යෝගාවචරයාගේ මුළු දවසේම සිදුවන දේවල් අනුව දැනගන්න පුළුවන් මේ මේ කටයුතු නිසා, මේ මේ පුද්ගලයන් ආශ්‍රය නිසා, මේ මේ ස්ථාන නිසා, මගේ සිත කැලඹුනා. මගේ හිත වික්ෂිප්තභාවයට පත් වුනා. මේ දැනගැනීම සතිබලයක්. මේ දැනගැනීම යෝගාවචරයා අතින් සිදුවෙන්නේ නැතිව ඒක සබ්‍රහ්මචාරීන් වහන්සේලා අතින් බලාපොරොත්තු වෙනවා නම්, ගුරුවරු අතින් බලාපොරොත්තු වෙනවා නම්, රටේ පොලීසියෙන්, එහෙම නැත්නම් හමුදාවෙන්, නීතියෙන් බලාපොරොත්තු වෙනවා නම්, මහා අවුලක්, මහා වියවුලක්, ශාසන විලෝපනයක් සිද්ධ වෙනවා.

එම නිසා මෙම ධර්ම දේශනා වලින් බලාපොරොත්තු වෙන්නේ තමා වශයෙන් තමන් දැනගෙන රැකිය යුතු මේ කරුණු කලින්ම අහලා ඒ අනුව හැසිරීම. ඒ නිසා භාවනා කරන යෝගාවචරයාගේ සීලය ඉතාමත්ම සියුම්. ඒක හරියට හුණු පිරියම් කරපු බිත්තිය වගේ. ඉතාම පුංචි කළු ලපයක් වුනත් ඇති වුනොත් බොහොම කැපිලා පේනවා. නමුත් කටුමැටි බිත්තියක් නම් ඒකට කළු ලපයක් ඇති වුනාට පේන්නේ නැහැ. ඒ වාගේ තමයි මේ අඹු දරුවන් රකින ගෘහයේ සිට කටයුතු කරන කාර්ය බහුල පුද්ගලයන්ගේ කටයුතු. ඒ ඇත්තන්ට සිල් පදයක් කැඩුනය කියලා, පොඩි දෙයක් උනයි කියලා, කොහොමටත් කැලඹිච්ච හිතේ කැලඹිල්ල වෙනසක් නැහැ. නමුත් සිල්වන්තයාට අනෙකුත් ධර්ම වලින් සෑහෙන ප්‍රමාණයට හිත තැන්පත්වෙලා තියෙන නිසා හොඳට කිරලා මැනලා දැනගන්න පුළුවන්, සාපේක්ෂව දැක බලාගන්න පුළුවන් තමන්ගේ කටයුතු වල මේ මේ කටයුතු කරන කොට ශීලය හෝ හිතේ විපිළිසර භාවය වැඩිවෙනවා, මේ මේ දේවල් කරනකොට අඩුවෙනවය කියලා. මේ නිසා මෙතැනදී ශීලයෙන් එහාට යනකොට කරුණු කාරණා කියාදීමේ වගකීම ශාස්තෘන් වහන්සේ නමකට පත් වුනාට ඒ අනුව හැසිරීම සම ප්‍රතිඵල ලබාගැනීම ආදීනව, ආනිසංස භුක්ති විඳීම යෝගාවචරයාටම පැවරෙනවා. මේ නිසා ඥානය මුසුවෙන්න පටන් අරගන්නවා.

මේ නිසා සාමඤ්ඤ ඵල කියන්නේ ශ්‍රමණ භාවයේ ඵල ලබාගැනීමේ වගකීම මෙතැන් පටන්ම යෝගාවචරයාට ක්‍රම ක්‍රමයෙන් ක්‍රම ක්‍රමයෙන් වැඩිවෙන්න පටන් අරගන්නවා. මේ තමයි ශීල සංවරය නිසා යෝග ජීවිතයකට ආදීනව වශයෙන් ආනිසංස වශයෙන් කරගන්න පුළුවන් සංවිධාන.

මේක තවත් පැත්තකින්, නැත්නම් මේකටම ශක්තියක් දීමක් වශයෙන් තව පැත්තකින් විග්‍රහ කරනවා නම්, අපි මේතාක් කල් පවත්වපු ධර්ම දේශනා අනුවත්, එහෙම නැත්නම් බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් නිතරම තමන්ගේ උපදෙස් අනුව කටයුතු කරමින් සැපවත් වීමට කැමති භික්ෂු, භික්ෂුණී, උපාසක, උපාසිකා ඇත්තන්ට නිතරෝම මෙනෙහි කළ මේ අප්‍රමාදය අනුව කල්පනා කරලා බැලුවත්, සිහිය සතිය පිහිටීම අනුව කල්පනා කරලා බැලුවත්, ඒ අප්‍රමාදයේ අවස්ථා තුනකට කඩලා ගත්තොත් ඉතාම ගොරෝසු අමතක කිරීම්, ඉතාම ගොරෝසු ප්‍රමාද, මධ්‍යස්ථ ප්‍රමාණයේ අමතක කිරීම් නැත්නම් මධ්‍යස්ථ ප්‍රමාණයේ සිහි නැතුව වැඩ මධ්‍යස්ථ ප්‍රමාණයේ ප්‍රමාද, ඉතාමත්ම සියුම් අමතක කිරීම්, ඉතාම සියුම් අසිහිය, ආදී වශයෙන් මේ අප්‍රමාදය, ඕලාරිකය, මධ්‍යස්ථය, සියුම් වශයෙන් ගත්තොත් ශීලය කියලා කියන්නේ ඉතාම ඕලාරික අප්‍රමාදයක්. අශීලය කියලා කියන්නේ, එහෙම නැත්නම් විපිළිසරකම කියලා කියන්නේ, ඕලාරික මට්ටමේ කෙලෙස් දුශ්චරිත. මේ නිසා මේක සඳහන් කරනවා කායික, වාචසික දුෂ්චරිත කියලා. කාය දුෂ්චරිත, වචී දුෂ්චරිත මේවා ඊට එහායින් තියෙන්නා වූ සියුම් ධර්ම වලට වඩා ඉතාමත්ම ගොරෝසුයි. විශේෂ කාරණය තියෙන්නේ අනුන්ට පේනවා. මේ ශීලය කියන ධර්මයේදී තියෙන වෙනස තමයි යම්කිසි කෙනෙක් සතෙක් මරණවා නම්, සොරකමක් කරනවා නම්, කාමයෙහි වරදවා හැසිරෙනවා නම්, වගේ එහෙම නැත්නම් බොරු කියනවා, කේලාම් කියනවා, පරුෂ වචන කියනවා, හිස් වචන කථා කරනවා, ආජීව අෂ්ඨමක ශීලය වශයෙන් නම්, ආජීවය වරදිනවා නම්, එහි තියෙන ගොරෝසු කම කොච්චරද කියනවා නම්, මේ අභ්‍යන්තර ශාසනය වැඩීමට ප්‍රතිඥා දී කටයුතු කරන පුද්ගලයා තමන්ගේ සන්තානය ඉක්මවලා විතික්‍රමණය කරලා සමාජ ධර්මයක් වශයෙන් තමන්ට අනුන්ට දුක්දෙන වියවුලක් ඇති කරනවා.

ඒකට කියනවා දුස්ශීලය කියලා. ඒ ශීලය නිසා තමන්ට විතරක් නෙවෙයි හිතේ කැලඹීම ඇති වෙන්නේ. තමන්ට විතරක් නෙවෙයි අප්‍රමාදය පහළ වෙන්නේ. ඇසූ දුටු ඇත්තන්ටත් පහළ වෙනවා. මේ නිසා ශීලය කියන්නේ විශේෂයෙන්ම පිරිසිදු වෙච්ච අවස්ථාවක්. නිදර්ශනයක් වශයෙන් තේරුම් අරගන්න කාරණාවක් කියනවා නම්, අපි දන්නවා අද නවීන විද්‍යාවේ මේ ශරීරය පිළියම් කරන ක්‍රම, විශේෂයෙන්ම බටහිර වෛද්‍ය ක්‍රමයේ තියෙන වැදගත් අවස්ථාවක් තමයි මේ ශල්‍යකර්ම. ශල්‍යකර්ම නිසා තමයි මේ ආයුර්වේද වෛද්‍ය ක්‍රමය ඉක්මවලා බටහිර වෛද්‍ය ක්‍රමය දියුණු උනේ. ඒ මොකද ඒ ඇත්තෝ මේ ශල්‍ය කර්මය කරන්නේ ඉතාම පිරිසිදු පරිසරයක, ජීවානුහරණය කරපු පරිසරයක. මේ ජීවානුහරණය කිරීම, විෂබීජ දුරු කිරීම සඳහා විවිධ රසායනික ද්‍රව්‍ය, විවිධ ක්‍රම, පිළිබඳ පර්යේෂණ කරන නිසා ඒ ඇත්තෝ තුවාලයක් විවෘත කරන්නට පෙර විශේෂයෙන් ජීවානුහරණයක් කරනවා. ඊට අමතරව විශේෂ ශල්‍යකර්ම කරනවා නම්, ඒ සඳහා ශල්‍යාගාර හදාගෙන තියෙනවා. උපකරණ ජීවානුහරණය කරලා, වාතාශ්‍රය ජීවානුහරණය කරලා, ඇතුල්වෙන ඇත්තො ඔක්කොම පුළුවන් තරම් ජීවානුහරණය කරලා, ඒ තුළ ලෙඩාගෙ ශරීරය විවෘත කරලා, බෙහෙත් ගල්වලා, අනවශ්‍ය කොටස් අයින් කරලා මසාගන්නවා. මසාගෙන ජීවානුහරණය කරලා සාමාන්‍ය ලෝකෙට පත්කරනවා. බොහොම වේගෙන් සුව වෙනවා. මෙවැනි ශල්‍යකර්ම කරනකොට අපි දන්නවා, හදවතේ ශල්‍යකර්මයක් එහෙම නැත්නම් මොලේ ශල්‍යකර්මයක් කරන වෙලාවක නම් සාමාන්‍ය ජීවානුහරණයකින් කරන්න බැහැ. ඒ සඳහා ශල්‍යකර්ම යම්කිසි රටවල් වල කරන්නත් බැහැ. විශේෂයෙන් දුර බැහැර රටවල් වලට ගිහිල්ලා, විශේෂයෙන්ම ජීවානුහරණය කරපු ඒ ශල්‍යාගාර වල විශේෂඥ වෛද්‍යවරු අතින් කරගන්න ඕනේ. ඉතිං එහෙම කළ යුතු හදවතේ සැත්කමක් එහෙම නැත්නම් මොලේ සැත්කමක් යම්කිසි කෙනෙක් කුස්සියක කරන්න ගියොත් කොහොම හිටියිද? එහෙම නැත්නම් වැසිකිළියක කරන්න ගියොත් කොහොම හිටියිද? අපිට හිතන්න පුළුවන් කොච්චර භයානක තත්ත්වයකට ද විවෘත වෙන්නේ කියලා. අන්න එහෙම තමයි මේ යෝගාවචරයා කියලා තියෙන්නේ මේ කයේ වැඩ පිළිවෙලක් කරන

කෙනෙක් නෙවෙයි. ඊට වඩා හාත්පසින්ම සියුම් හිතේ වැඩ පිළිවෙලක් කරන්නේ. ඒ හිතේ වැඩ පිළිවෙලක් කරන කෙනා හාත්පස දූවිලි සහිත නම්, හාත්පස විෂබීජ සහිත නම්, කෙලෙස් සහිත නම්, කෙලෙස් සහිත ඇත්තෝ ආශ්‍රය කරනවා නම්, කෙලෙස් සහිත කායික වාචසික කටයුතු කරනවා නම්, එවැනි පුද්ගලයාගේ ශල්‍යකර්මය කොතැනින් කෙළවර වෙයිද කියලා හිතාගන්න බැහැ. මේ නිසා යෝගාවචරයා තමන්ගේ ශක්ති ප්‍රමාණයෙන් මේ කෙලෙස් කියන විෂබීජ දුරු කරගැනීමෙන්, කායික වාචසික දුෂ්චරිතයන් දුරුකර ගැනීමෙන්, වීතික්කම කෙලෙස් දුරුකරගැනීමේ කටයුත්ත ගැඹුරෙන් සලකන්න ඕනේ. ඒක නිසා තමයි **"සීල සම්පන්නො හොති"** කියලා කියන්නේ පිරිසිදුභාවය.

මීගාවට බුදුරජාණන් වහන්සේ සඳහන් කරන්නේ **"ඉන්ද්‍රියෙසු ගුත්තද්වාරො හොති"** අපි මෙතුවක් කල් මේ විස්තර කරපු ක්‍රමයේ හැටියට අප්‍රමාදී, ගොරෝසු නැත්නම් කාටත් වැටහෙන ඕලාරික මට්ටම වශයෙන් මේ ශීලයේ සඳහන් කරනවා මීගාවට මධ්‍යස්ථ අප්‍රමාදය සඳහන් වෙන්නේ ඉන්ද්‍රිය සංවරය වශයෙන්.

ඒ ඉන්ද්‍රිය සංවරයෙත් ශීලයෙත් ඇති වෙනස නම් මේ යෝගාවචර පිරිස වගේ තමන් වශයෙන්ම තමන් විසින්ම වැඳළා ඉල්ලා ගත්ත සීල පද්ධතියක්, සීල සංවර පද්ධතියක් අනුව හික්මෙන කෙනෙකුට නම් ඇස් බෝල කරකව කරකව එහෙ මෙහෙ බලන එක හොඳ නැහැ. එන එන ශබ්ද අනුව කන යොමු කරමින්, තැන් තැන් වලට යමින් පණිවුඩ හුවමාරු කරන එක හොඳ නැහැ. අහන එක හොඳ නැහැ. රස භේදය අනුව යමින් රස සොයා යාම හොඳ නැහැ. සුවඳ දේවල් සොයමින් ගඳ දේවල් ප්‍රතික්ෂේප කරමින් නාසය පිනවන්න හදන එක හොඳ නැහැ. සුව පහසු යාන වාහන, ඒ වාගේම ගෙවල් දොරවල් වල තියෙන ඇඳ, පුටු, මේස, කය සැපපවීම හොඳ නැහැ. හිතට එන හොඳ නරක භේදයෙන් තොරව සෑම සිතුවිල්ලක්ම රස විඳීම හොඳ නැහැ. ඒ මොකද? තමන් ඉල්ලාගෙන රකින මේ වැදගත් ශීලය නිසා. නමුත් අඹු දරුවන් රකින ගිහිගේ කටයුතු කරන ඇත්තන්ට නම් මේකේ ඇති දෝෂයක් නැහැ. ඒක ඒ ඇත්තන්ගේ ශීලය නැත්නම් පංච ශීලය නැත්නම් ගෘහාශ්‍රිත ශීලය අනුව බලන කොට වැරැද්දකට වැටෙන්නේ නැහැ. ඒ ඇත්තෝ

කරන වැඩේ මානව අයිතිවාසිකමක් යටතේ කරන්නේ. සාධාරණ නීතිය යටතේ කෙරෙන්නේ. තමන්ගේ පුද්ගලික නිදහස අනුව කටයුතු කරන්නේ. ඒ එකක්වත් විලෝපනයකට පත්වන්නේ නැහැ ඇහැ සංවර කරගත්තේ නැහැ කියලා, කන සංවර කරගත්තේ නැහැ කියලා. නමුත් යෝගාවචරයාට නම් සංවර නොකරගන්න මුල් අවස්ථාවෙහිම බාධා කරනවා. මොකද? සිත විපිළිසර කරනවා. නමුත් දෙපාර්ශවයටම තිබෙන ආදීනවයක් තියෙනවා. ප්‍රකට ආදීනවයක් තියෙනවා. ඒ මොකක්ද? මේ ඇහැ පිනවීම දිගේ, කන පිනවීම දිගේ, ආදී වශයෙන් ඇත්තා වූ මේ ඉන්ද්‍රිය ද්වාර හය දිගේ යන කෙනා පටන්ගන්නේ නම් අහිංසකව තමයි. සාධාරණව තමයි. මම ඉදිරියට ඉදිරිපත් වෙච්ච රූපය ලස්සන වශයෙන්, අංග ප්‍රත්‍යංග වශයෙන්, ව්‍යංජන අනුව්‍යංජන වශයෙන්, බැලුවට කාටවක්වත් හානියක් නැහැ. ඒක සාධාරණයි. ඒක් කාටවක්වත් බාධා නැහැ කියලා තමයි පටන් අරගන්නේ.

නමුත් මේ බැලීමෙහි පවතින්නා වූ මෝහ ජනක ස්වරූපය නිසා තණ්හා, දිට්ඨි, උපාදාන වශයෙන්, කටයුතු කරන මේ ධර්ම, සජීවී ධර්ම කොටසක්. මේ තෘෂ්ණාවේ තිබෙන්නේ කවදාකවත් ලද පමණින් සතුටුවන ස්වරූපයක් නොවෙයි. ඒ දකින රූපය හොඳ නම් ළංවෙන්න හිතෙනවා. මගේ කරගන්න හිතෙනවා. නැවත නැවත ආශ්‍රය කරන්න දීර්ඝ වශයෙන් ආශ්‍රය කරන්න හිතිලා ඉබේම උපාදානය දිහාවට දෘඩ ග්‍රහණය දිහාවට එය වැඩෙන ස්වරූපයක් තියෙනවා. නෙත්තියක් පවතිනවා. මේ නෙත්තිය නිසා පුද්ගලයා මුලින්ම පැවතිච්ච මෝහය නිසා මෝහය අනුව මේ නෙත්තිය වැඩෙනවා. අංකුරය දිගට වැඩිලා අවසානයේ දී සාධාරණව හෝ වේවා, අසාධාරණව හෝ වේවා, තමන්ට දුක් වී හෝ වේවා, අනුන්ට දුක් දී හෝ වේවා, මේ රූපය ළංකර ගැනීමට කයින් පවා දුශ්චරිත කරන්න ඉඩ තියෙනවා. වචනයෙන් පවා දුශ්චරිත කරන්න ඉඩ තියෙනවා. ඒ නිසා මේ ඉන්ද්‍රිය සංවරය මුල් ස්වරූපය සාධාරණයි. නීත්‍යානුකූලයි. පෞද්ගලික නිදහසට ඉඩ තිබෙනවා. නමුත් දිගේ එහාට යනකොට කොතැනකදී තමන්ගේ ගුණ විනාශ වෙයිද, පිරිහෙයිද, කියන්න බැහැ. කොච්චර නම් නරක දුශ්චරිත කටයුතු ඒකට කරයිද කියන්න බැහැ. මේ අතර මැද තියෙන්නේ මත් කොට ගෙනියන ස්වරූපයක්.

මේ නිසා යෝගාවචර ජීවිතයට විනාශකාරී බවක් ඇතිවෙනවා. ගිහි ඇත්තො වුනත් අනවශ්‍ය ප්‍රමාණ ඉක්මවලා කරන්න ගියාම සාමාන්‍ය දුෂ්චරිත වලට වැටිලා ගුණවත් නැණවතුන්ගේ බැණුමට ලක්වෙනවා. පොලීසි වලින් නීති වලින් හිරේ විලංගුවේ වැටෙන්න පටන්න අරගන්නවා. අවසානේ අපායගාමී කර්මපථ රැස්කරන තත්වයට පත්වෙනවා. යෝගාවචරයාට ඒ භයානක කම තියෙනවා. මේ නිසා යෝගාවචරයා යන සාමාන්‍ය ප්‍රමාණයට ශීලයෙන් තමාගේ ගුණ ජීවිතය රැකගත්තාට පස්සේ සතිය පිහිටුවීම මාර්ගයෙන් නිතරම දවස පුරාම සතිමත් වෙන කොට මේ ඉන්ද්‍රිය සංවරය ළංකර ගත්තේ නැත්නම් නියම අවස්ථාවේදි නියම වේලාවේදී ඒ යෝගාවචර ජීවිතය බොහෝමත්ම කම්කටොළු සහිත ජීවිතයක් වෙනවා. ඒ යෝගාවචරයා විතරක් නෙවෙයි, ඒ සබ්‍රහ්මචාරීන් වහන්සේලාටත් වෙහෙස කරනවා. ගුරුවරුන්ටත් වෙහෙස කරනවා. ස්ථානයටත් වෙහෙස කරනවා. නමුත් හොඳට මතක තියාගන්න තියෙන්නේ අනුන් ගැන මනින කොට, අනුන් ගැන කල්පනා කරන කොට, යම් කිසි ප්‍රමාණයක භාවනාව දියුණු නැති කෙනාට කවදාකවත් බැහැ ඉන්ද්‍රිය සංවරය ඇති කරගන්න. ඒක හොඳට තේරුම් අරගන්න ඕනේ.

ඒක නිසා යම්කිසි කෙනෙකුට, තමන්ට වැටහෙනවා නම් පර්යංකයට ගිහිල්ලාත් විනාඩියකින් දෙකකින්, විනාඩි පහකින් දහයකින් නැත්නම් පැය භාගයකින් සමාධිය ඇතිවෙනවා. ඒ ඇතිවෙන සමාධිය දූන් වෙනදාට කලින් ඇතිවෙනවා. ඒ සමාධිය නිසා හිත හොඳට ගත හොඳට තැන්පත් වෙනවා දකිනවා නම් හොඳයි අන්න ඒ වගේ තමන්ට ආදර්ශයක් වශයෙනුයි මේ ඉන්ද්‍රිය සංවරය ළංකර ගන්න ඕනේ. එහෙම නැත්නම් සෑම යෝගාවචරයෙක්ම මේ විදිහ විය යුතුයි, මෙහෙම විය යුතුයි, කියා අපි අනුන් මනින්න ගන්න උපමානයක් නොවෙයි මේ ඉන්ද්‍රිය සංවරය. අර විධියට සමාධිය තමන් තුල බෝ වෙන, ඒ වගේම සති සම්පජඤ්ඤ වැඩෙන ස්වරූපයක් දකිනවා නම් යෝගාවචරයන් හැකිතාක් ශක්තියෙන් ඉන්ද්‍රිය සංවරය දියුණු කරන්න ඕනේ. ඒක මුළදී හොඳටෝම තේරුම් අරගෙන කරගන්න ඕනේ. ධර්මයක් වශයෙන් අහලා තියෙන්න ඕනේ. කෘත්‍රිමව තමයි මේක ළංවෙන්නේ. රඟපෑමකින් තමයි අපි මේක ජීවිතයට ළංකර ගන්නේ මුලින් මුලින්. නමුත් මතක තියාගන්න ඕනේ මේ රඟපෑම හැමදාම කරන්න බැහැ.

ඒ රඟපෑම තාත්විකභාවයට පත්වෙන්නට නම් දවසින් දවස දවසින් දවස ශීලය වැඩීමක් තියෙන්න ඕනේ. සමාධිය වැඩීමක් තියෙන්න ඕනේ. ප්‍රඥාවේ වැඩීමක් තියෙන්න ඕනේ. එහෙම නම් මුලින් තමන් රහතන් වහන්සේ නමක් විදියට ඉඳුරන් සංවර කිරීම පවත්වාගෙන යනකොට ක්‍රම ක්‍රමයෙන් ක්‍රම ක්‍රමයෙන් ඉඳුරන් සංවරවීමත් ස්වභාවික වෙනවා. සති සම්පජඤ්ඤයත් වැඩෙනවා. අවසානයේ තමන් බලාපොරොත්තු වන්නා වූ ඒ රහත් මාර්ගයටම මේ ඉඳුරන් සංවරය විසින් පත් කරනවා. මේ නිසා තේරුම් ගන්න ඕනේ මේක තමන් වශයෙන් මනින්න පුළුවන්, තමන් වශයෙන් අවවාද කරගන්න පුළුවන්, තමන් වශයෙන් නිග්‍රහ කරගන්න පුළුවන්. ඒ මිසක්, මේ කරුණු ඇහෙන්න ඇහෙන්න අනුන් මනින්න යන්න එපා. ඒ මොකද? කාටත් පුළුවන් අර මුලින් කරන කෘත්‍රිම වැඩ පිළිවෙල කරගෙන යන්න. නමුත් ඒක යා දෙන්නේ නැහැ. ශීලයෙන්, සමාධියෙන්, ප්‍රඥාවෙන් අනුග්‍රහය ලැබෙන්නේ නැති නම් තමන් පටන් අරගත්ත ඉඳුරන් වශයෙන් සංවර කරගන්න පටන් ගත්ත ක්‍රමය දිගට යන්නේ නැහැ.

මේ නිසාඒ සත් පුරුෂ ධර්මයක් වශයෙන් අනෙකුත් ශීල, සමාධි, ප්‍රඥා වැඩීමට කටයුතු කරන්නේ නැතිව හැසිරීම් මාත්‍ර වශයෙන් පමණක් ඉන්ද්‍රිය සංවරයට යන කෙනා අවසානයේ විහිළු කරන්නෙක් බවට පත් වෙනවා. ඒ තත්ත්වයට පත්වීම නෙවෙයි මේ උපදෙස් මාලාවේ බලාපොරොත්තු වෙන්නේ. තමන් ශීලයේ පිහිටලා ගත්තා වූ මූල කර්මස්ථානය දියුණු කරගෙන යන වෙලාවේදී සමාධි ප්‍රඥා වල යම් යම් විදියේ දියුණුවක් ඇති වෙනවා නම් එයට අනුග්‍රහ දක්විය යුතුයි. ඒ අන්ග්‍රහයේ පළවෙනි කාරණාව තමයි ශීලය. ඊගාවට ඇත්තාවූ සියුම් කාරණාව තමයි මේ ඉන්ද්‍රිය සංවරය. ඉන්ද්‍රිය සංවරය පිළිබඳව අපේ මේ ථේරවාද පරම්පරාවේ මුල් උතුමන් වහන්සේලා දීලා තියෙන ආදර්ශ දිහා බලන කොට කොච්චර නම් විස්තර අපට ඉදිරිපත් කරලා තියෙනවාද කියලා වැටහෙනවා. ඇස් ඇත්තේ නමුත් අන්ධයෙකු සේ කටයුතු කරන්නයි කියලා උපදෙස් දීලා තියෙනවා. ඒ මොකද, ඒ ඇස් තිබුණට තමන්ගේ තියෙන ඇහැ පුළුවන් තරම් කරකව කරකවා මොනරෙකු සේ එහෙ මෙහෙ බලමින්, පියාඋකුසෙකුසේ ලෝකයේ විස්තර අනුව්‍යංජන

ව්‍යංජන බලමින්, කටයුතු කළොත් අපට ඒ පින්කර ලබාගත්තා වූ ඇහැම ගුණධර්ම ජීවිතය කාබාසීනියා කරනවා. විනාශ කරනවා.

ඒ නිසා ඇස් ඇත්තේ නමුත් අන්ධයෙකු සේ කටයුතු කරන්න. කන් ඇත්තේ නමුත් බිහිරෙකු සේ කටයුතු කරන්න. බල ඇත්තේ නමුත් දුබලයෙකු සේ කටයුතු කරන්න. ඥානය ඇත්තේ නමුත් මෝඩයෙකුසේ කටයුතු කරන්න. වෙන මොකවත්ම කරලා බේරෙන්න බැරිනම් මලකඳක් සේ මිනියක් සේ ඉඳිමින් තමන් ගුණ ජීවිත රැකගනන් වෙයි කියලා. මේ දෙන උපදෙස් සාමූහික උපදෙස් නෙවෙයි. මේ වැදගත් එහෙම නැත්නම් අභිඥා බල සහිතව පාරමිතා සහිතව බොහෝම ඉක්මනටම තමන්ගේ පරමාර්ථ ඉෂ්ට කරගත්තා වූ මහරහතන් වහන්සේලා සේ අනෙකුත් තමන්ගේ සහෝදර සබ්‍රහ්මචාරීන් වහන්සේලා ඉතාම කරුණාවෙන්, ඉතාම ප්‍රඥාවෙන්, දෙන ගැඹුරු ධර්ම. නමුත් මේක ශීල, සමාධි, ප්‍රඥා දියුණුවකින් තොරව කරන්න බැහැ. ඒ නිසා ඉන්ද්‍රියයන්ගේ ගුප්ත ස්වරූපය, වසා තැබූ ස්වරූපය, යෝගාවචරයන්ගේ ජීවිතය, යෝග ජීවිතය වර්ධනයත් සමගම දකබලා ගන්න පුළුවන් ස්වරූපයක්. ඉස්සර වෙලා මේව කෘත්‍රිමව කරන කොට තමන්ට නුහුරු භාවයක් ඇතිවෙනවා. එහෙම නමුත් යෝග ජීවිතයේ දියුණුවක් ඇතිවෙනවා නම්, යෝග ජීවිතයේ වර්ධනයක් සිදුවෙනවා නම්, තමන්ට වැටහෙනවා මේක පුරුද්දක් වශයෙන් සිද්ධ වෙන බව. මේකට ප්‍රධානම වශයෙන් හේතුවෙන ධර්මය තමයි සතිමාත්‍රය. කරන කියන අනු කුඩා සෑම කටයුත්තකදීම සතියෙන් කටයුතු කරනකොට නම් මුලදී ඒ සතිය පිහිටුවීමක් කෘත්‍රිම භාවයක් ඇතිවෙනවා. යාන්ත්‍රික ස්වරූපයක් වැටහෙනවා. නමුත් යා දෙන, ඒ කියන්නේ පාරමිතා ශක්තිය ඇති ඒ සතිය පිහිටුවීමට ඉතාම ගෞරවයෙන් කටයුතු කරන කෙනාට ඉබේම පිහිටලා අවසානයේදී බොහෝම ලස්සනට **"සිනිද්ධා තෙල ධාරාව අහොසි ඉරියාපථො"** කියලා හේ පාසාදික තෙරුන් වහන්සේගේ ථේර ගාථාවල සඳහන් කරනවා. එවැනි ඉන්ද්‍රිය සංවරය ඇතිකරගත් තැනැත්තන්ගේ ඉරියව් පැවැත්වීම සිනිඳු තෙල් ධාරාවක් සේ එම තෙල් ධාරාවේ කවදාවත් කඩ කඩවීම් ඇත්තේ නැහැ. ඉතාමත්ම සිනිඳුව ගමන් කරනවා. අන්න ඒ වගේ තමයි ඉරියාපථ වල එක ඉරියව්වක ඉඳලා අනෙක් ඉරියව්වකට මාරුවෙන කොට කලබල නැහැ. ඉතාමත්ම

ශාන්ත සුන්දර ස්වරූපයක් ඇතිවෙනවා. මේක එකවර එන දෙයක් නොවෙයි. මෙය ක්‍රමානුකූලව දියුණු කරගත යුතුයි. මෙය කළින් අහලා තියෙන්න ඕනේ. ඊගාවට ඒ අහපු දේ ආනිශංස වටහා ගන්නට, වටහා ගත්තොත් නම් ඒ වැනි කෙනාට කුසලඡන්දයක් පහළ වෙනවා. මේක මම කළ යුතුයි, මේක මම අත්හදා බැලිය යුතුයි කියලා. අන්න එහෙම අත්හදා බැලුවත් දුෂ්කර කටයුත්තක්. සමහරුන්ට හරි යනවා, සමහරුන්ට හරියන්නේ නැහැ. ඒ අනුව අපට දැන් තේරුම් ගන්න පුළුවන් මේක කණ්නාඩියක් ආදාසයක් බවට පත්වෙනවා. අපේ ජීවිතේ. ක්‍රම ක්‍රමයෙන් මේ ඉන්ද්‍රිය සංවරය අප ළඟට ළංවෙනවද කියලා දැනගන්නවා.

ඊගාවට කාරණාව වශයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ සූත්‍රයේ සඳහන් කරන්නේ, "භොජනෙ මත්තඤ්ඤුතාය" නමත් ගන්නා ආහාරයේ පමණ දැන ගැනීම. මේ කාරණාව අර කලින් සඳහන් කළ ධර්ම වලට ගැලපෙනවා. ගිහියන් වශයෙන් නම් මේකේ අවශ්‍යතාවයක් ඇත්තේ නැහැ. මේක පිළිබඳ වැඩි කල්පනා කරන්න දෙයක් නැහැ. ඒ ඇත්තෝ භෝජන සංග්‍රහ මාර්ගයෙන් තමයි තමන්ගේ ජීවිතය පවත්වන්නේ. නමුත් යෝගාවචර ජීවිතයාගේ එහෙම භෝජනය කියලා කියන්නේ කෙළි සෙල්ලම් පිණිස කරන දෙයක් නෙවෙයි. නිතරෝම ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කරමින්, නිතරෝම ධාතු වශයෙන් පිළිකුල් වශයෙන්, මෙනෙහි කරමින් පාවිච්චි කළ යුත්තක්. ඒ මොකද ශ්‍රද්ධාවෙන් දෙන දේ වැළඳීම එක පැත්තක්. අනික් එක තමයි රස කියන දේට අහුවෙලා රස තෘෂ්ණාව දිගේ ගිහිල්ලා බොහෝ විට මේ ඉඳුරන් සංවරය අපි බාධා කරගන්නවා. ඒ වාගේම ශීලය අපි බාධා කරගන්නවා. ඒ මොකද සත්වයා කියලා කියන්නේ මූලික වශයෙන්ම ආහාරයෙන් යැපෙන සතෙක්, යැපෙන තත්වයක්. ඒ තත්වය නිසා ආහාර ගවේෂණය කියලා කියන්නේ ජීවිතයම වෙනවා. බාලවර්ගයේ සතුන්ට නමුත් මේ මනුස්සයාගේත් ඒ තත්වයට පත්වුනේ මනුස්සයා බාලවර්ගයාට වැටුණ හින්දා. නමුත් ඒ මනුස්සයා තේරුම් අරගත්තොත් මේ ආහාර මාර්ගයෙන් කය සැතපීමයි කය වර්ධනය පමණක් නෙවෙයි, ඊට වඩා ආධ්‍යාත්මික පක්ෂයක් මේ මනුෂ්‍යයාට තියෙනවා, ඒකට තැන දියයුතුයි කියලා, එහෙම නම් මේ සම්පූර්ණ ආහාර සන්තුෂ්ටිය රස ගෙධයම පරමාර්ථ කරගෙන යන්න බැහැ. ඒ

සඳහා ප්‍රමාණ දැනගන්න ඕනේ. ඒ ප්‍රමාණ දැනගත්තා වූ එය ගරුකරන්නා වූ ඒ ඇත්තාට විශාල වශයෙන් ආහාරයේ ඇත්තා වූ මේ සංවරය නිසා කාලය වශයෙන්, කාය විවේකය වශයෙන්, චිත්ත විවේකයට තුඩු දෙනවා. මේක නොදන්නා ඇත්තෝ මේ කයම ඉස්සර කරගෙන, නැත්නම් කයවර්ධනයම ඉස්සර කරවන අනෙකුත් සත්වයන් සමග වෙන විධියකට කියනවා නම්, විශේෂයෙන් කියනවා නම් තිරිසන් සතුන් සමග එක විධියකටම සටනකට පෙළඹෙනවා. ඒ පෙළඹිලා තමන්ගේ වටිනා කාලය, තමන්ගේ හිතේ විවේකය බාධා කරගන්නවා. ඒ වාගේම කල්පනා කරන්න ඕනේ මේ භෝජනයේ මත්තඤ්ඤුතාවේදී පමණට වඩා ආහාර පිළිබඳ දැඩි පාලනයකට පත් වුනොත් මේ අපේ කය ක්ෂයවීමකට පත්වෙනවා. ශක්තිය නැති තත්වයට පත්වෙනවා. බ්‍රහ්මචරියට අනුග්‍රහය දක්වන්න බැරිවෙනවා.

මේ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ විවිධ අවස්ථාවල විවිධාකාර සූත්‍ර මාර්ගයෙන් ගෙනහැර දක්වනවා මේක හරියට කඹේ ඇවිදින්නා වාගේ වැඩක්, ඉතාමත් සමබරතාවයෙන් පැවතිය යුතු දෙයක්. මේ නිසාම කිසිම කෙනෙකුට උපාධියක් දෙන්න බැහැ මෙයා මෙන්න මේක හරි, මෙයා මේක වැරදියි කියලා. මොකද අපි ආහාර ගන්න වේල් දවසකට වාරයක් දෙවාරයක් වෙන්න පුළුවන්. ගිලන්පස ගන්න වාර අනුව තවත් වැඩිවෙනවා. මේ සෑම අවස්ථාවකදීම ඒ මොහොතේ තීන්දු වන ධර්මයක් මේ නිසා මේ ධර්මයේ පවතින්නා වූ එහෙම නැත්නම් මේ ආහාරයේ පමණ දැනගැනීම කියන එකේ පවතින්නා වූ සියුම් භාවය කොච්චරද කියනවා නම් මේක සම්මා සම්බුදුරජාණන් වහන්සේගේ චරණ ධර්මයක් විධියට අයත් වෙනවා. සර්වඥතා ඥානයටම අහුවෙන සියුම් භාවයක් මෙහි තියෙනවා. ඒ නිසා යෝගාවචර වශයෙන් කටයුතු කරන කොට වරදින අවස්ථාවල් අනන්තයි. ඒ නිසා තමයි විශේෂයෙන් කාලයට විවේකයට ඇති අවශ්‍යතාවය. ඒ වාගේම තමයි තමන්ගේ ශරීරයේ සෞඛ්‍ය මට්ටම සමබර කරගැනීම. සේ සෑම දෙයක්ම බලපානවා සක්මනට. මේ සෑම දෙයක්ම බලපානවා පර්යංකයට. මේ සෑම දෙයක්ම බලපානවා සමාධියට. මේ නිසා යෝගාවචරයා ආහාර ගැනීමේදී සෑම ආහාර වේලක්ම ඒ ප්‍රමාණය දැනගැනීම විෂයෙහි අධීක්ෂණයක්

මතුවෙනවා. ඒ අවස්ථාවේ තමන්ගේ හැසිරීමෙන්ම ඒක තීන්දු කරගතයුතු තත්වයක් ඇති කරගන්නවා.

මේ සම්බන්ධව මට තියෙන පෞද්ගලික අත්දැකීමක් තමයි, ඒ අපි අර බුරුමයේ ඉන්න කාලේ සමහර වේලාවල් වලදීඒ පුංචි ස්ථාන අක්කරයකට අක්කර එකහමාරකට වැඩි බොහොම ටිකක් ලොකුයි, ඒ ස්ථානය ගොඩනැගිලි වලින්මයි පිරිලා තියෙන්නේ. පන්සියයක් දෙනා මේ විශේෂයෙන්ම මේ ග්‍රීෂ්ම ඍතුවේ පොඩි ළමයි, අවුරුදු 08 ත් 18 ත් අතර මැද ස්ත්‍රී පුරුෂ දෙපාර්ශවයේ දෙසිය පනහ, දෙසිය පනහ වශයෙන් පැවිදි කරනවා. ඊට අමතරව කාරක සංඝයා ඉන්නවා. ඊට අමතරව ආගන්තුක වශයෙන් පැමිණෙන ගුරුමණ්ඩලයක් පවතිනවා. කැපකාරයෝ පවතිනවා. අපි කෑමගන්න දානශාලාව ඒ 600 කට 700 කට වශයෙන් බලනවා නම් පුංචියි. නමුත් සෑහෙන්න ලොකුයි. සාමාන්‍ය ප්‍රමාණයෙන් බලනවා. එක වෙලාවකට 300 දෙනෙක් ඇතුල් කරනවා. 300 දෙනෙක් ඇතුල් කරලා විනාඩි 20 ක් ඇතුළත ඒ 300 දෙනාගේම ආහාර කෘත්‍යය හමාර කරනවා. හමර කරලා තව විනාඩි 10 ක් ඇතුළත නැත්නම් විනාඩි 15 ක් ඇතුළත තව 300 කට දාන ශාලාව සකස් කරනවා. ඒ සඳහා සෑහෙන ප්‍රමාණයක් කාරක සංඝයා අවශ්‍ය කරනවා. සෑහෙන ප්‍රමාණයක් කඩිසර කාරකයෝ එහෙම නැත්නම් කැපකාරක ඇත්තෝ ස්ත්‍රී පුරුෂ දෙපාර්ශ්වයම අවශ්‍ය කරනවා. අර පැවිදිවෙන ඇත්තන්ගේ දෙමව්පියොත් සමහර වෙලාවට ඇවිල්ලා උදව් කරනවා. මේ නිසා දානශාලාවේ ඒ වෙලාවේ සම්පූර්ණ කඩිසරභාවයක් පවතිනවා. මෙන්න මේ වේලාවේ ප්‍රධානම ඔවාදාචාර්යන් වහන්සේ දානශාලාවේමයි ගතකරන්නේ. කිසිම කෙනෙක් හදිසි කලබලභාවයක් වෙන්න බැහැ. අතන ඉන්න කෙනෙකුට මෙතැන ඉන්න කෙනා හයියෙන් කථා කරන්න බැහැ. සෑම කෙනෙක්ම යන්ත්‍රානුසාරයෙන් මෙන් කටයුතු කරන්න ඕන. බිම එක බත් ඇටයක් වත් තියෙන්න බැහැ. ඊගාවට දානශාලාව ලෑස්ති කරනකොට, විශේෂ කාරණාවක් වශයෙන් මං සඳහන් කරන්නට හදන්නේ ඒ 300 දෙනාටම එකම ඉඳුල් භාජනයක්වත් තියන්න බැහැ. කිසිම කෙනෙකුට බෙදන්න දෙන්නෙත් නැහැ. ඉස්සරහ දානේ භාජන බෙදලා තියෙනවා. තමන්ගේ පාත්‍රය ඇරගෙන යනවා. තමන්ට අවශ්‍ය

ප්‍රමාණයට බෙදාගෙන වළඳපුවා ඉවරකරලා පාත්‍රය ඇරගෙන යන්න ඕනේ. හෝදන්න දෙන්නෙත් නැහැ පාත්‍රය. ඉඳුල් දාන්න තැනක් දෙන්නේත් නැහැ. ඒ නිසා ගත්ත ප්‍රමාණය වළඳනවා. මේ රට බොහෝම දුප්පත් රටක්. ඒ අවස්ථාවට දානේ දෙන්න එසේ මෙසේ කෙනෙකුට බැහැ, පන්සියයකට හයසියයකට දෙන දානය. ඒ නිසා එකම කඳුලක්වත් විසිකරන්නේ නැතිව පාවිච්චි කරන්න අර අවුරුදු 08 (පැවිදි) දරුවන්ට කාරක සංඝයා උගන්වලා තියෙනවා. ඉගැන්වුවේ නැත්නම් ඕවාදාචාරිය ස්වාමීන් වහන්සේ දඬුවම් කරන්නේ කාරක සංඝයාට. කාරක සංඝයා විෂයෙහි තමයි බලාගන්නේ. නමුත් දවස් දෙකකට තුනකට සැරයක් කාරක සංඝයා රැස්කරලා මතක් කරලා දෙනවා. මේ කටයුතු වලදී මෛත්‍රියෙන්මයි. මේ කටයුතු වලදී කරුණාවමයි. එහෙම නැත්නම් මේ කටයුතු වලදී ප්‍රඥාවමයි. මෙන්න මේ විධියට අපි ආහාරය පිළිබඳව පවතින්න ඕනේ කියලා ඒ පොඩි දරුවන්ට පුහුණු කළ යුතු දේ පිළිබඳව ඒ කාරක සංඝයාට කරන පුහුණුවේදී හොඳට වැටහෙනවා.

අනේ මේ බුදුරජාණන් වහන්සේ දුප්පත් රටවල් කියලා වෙනසක් කෙරුවේ නැහැ. පුංචි දරුවෝ කියලා වෙනසක් කෙරුවේ නැහැ. හැම හම්බවෙන දෙයක්ම ශ්‍රද්ධාවෙන් යුක්තව කොච්චර ගෞරවයකින් සලකන්නට පුරුදු කරනවාද? එහෙම සලකනවා නම් කොච්චර මේ දායකයන්ට පින් සිද්ධ වෙනවාද? ඒ වාගේම භාවනා කරන කෙනාට ඒ සම්පූර්ණ ආහාර ගන්න වේල, ආහාර ගන්නා අවස්ථාව, සම්පූර්ණ සතිමත් වන්නට ඕනේ. කඹේ ඇවිදින්නා වාගේ වැඩක්. මේක පිළිබඳව බුදුරජාණන් වහන්සේ දීලා තියෙන උපමාව මේ පුත්‍ර මාංශ උපමාව අහන කොට ඇඟ කිළිපොලනවා. ඒ තරමේ කටයුත්තක් මේ ආහාර වැළඳීම. ආහාර පිළිගැනීම. ආහාර පිළිබඳව සතිමත්වීම කියන එක. මේකම කෙටියෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ දීලා තියෙන උපදේශය තමයි පිඬක් පිඬක් පාසා ප්‍රත්‍යවේක්ෂාවෙන් කටයුතු කරන්න ඕනේ කියන එක. නමුත් ඒ කටයුත්ත ඉතාමත්ම - මුළු ජීවිතය පුරාම, දවස පුරාම, පැතිරිච්ච කටයුත්තක්. ඒ නිසා කෙනෙකුට ඒ පාරගූ භාවයට නැත්නම් ප්‍රවීණ භාවයට යාගන්න බොහෝම කල් යනවා. අද ඉතාම ප්‍රවීණව කටයුතු කලත් ඊගාව වේලේදී වරදින්න ඉඩ තියෙනවා. මේ නිසයි මේ

වගේ ධර්ම හැමදාම අපි ඉස්සරහින් තියෙන කන්නාඩියක් වගෙයි. එහෙම නැත්නම් ආදාසයක් වගෙයි. උදව් උපකාර කරනවා. තමන්ට අදට වැඩිය හෙට තමාගේ වැඩ පිළිවෙල දියුණු භාවයක් තියෙනවා. මහණකමේ එහෙම නැත්නම් සාමණේරකමේ, එහෙමත් නැත්නම් සිල්වන්තකමේ, උපාසකකමේ. යාදෙන ගතියක් මුල් බසින ගතියක් පවතිනවා. මේ එකිනෙකක් වශයෙන් මේ කරුණු පර්යංකයේ දී සමාධියට තුඩුදීම පවා දකගන්න පුළුවන්. මෙන්න මේ විධියට යනවා නම් අන්න අපිට කියන්න පුළුවන් මේකට ථේරවාදය කියලා. ඒ ථේරවාදය කියලා කියන්නේ ස්ථවිර කියලා කියන්නේ ස්ථිවිරයන් වහන්සේලාගේ වාදයක්. ස්ථවිර කියලා කියන්නේ තහවුරු වෙච්ච ඇතත්තන්ගේ වාදයක්. තහවුරු වෙන්න නම් පවතින සම්මතය හැටියට උපසම්පදා වෙලා අවුරුදු 20ක් උපසම්පදාව නොකඩවා පවතින්න ඕනේ. අන්න උන්වහන්සේලාට තමයි තේරෙන්නේ මේකේදී කොහොමද සීලය, කොහොමද ඉන්ද්‍රිය සංවරය, කොහොමද භෝජනයේ මත්තඤ්ඤුතාවය, කොහොමද ජාගරියානුයෝගය කියලා. ඒ නිසා ආධුනික ඇත්තෝ හැමවෙලාවේම මතක තියාගන්න ඕනේ අපට රුචි අරුචිකම් තියෙනවා. අපට කැමති අකමැතිකම් තියෙනවා. ඒවා පුංචි නොවෙයි. ඒවා නොසලකා හැරිය යුතු නොවෙයි. නමුත් අපට මේ තෙරුන් වහන්සේගේ ආශ්‍රය, වැඩිහිටියන්ගේ ආශ්‍රය, හැමදාම ලැබෙන්නේ නැහැ. ලැබිච්ච අවස්ථාවේදී අපේ මතිමතාන්තර ඉදිරිපත් කරන්න ගත්තොත් ඒ ථෙරවාදී ආචාර්යවරු කවදාවත් මුනින් නවලා තියෙන කළ වලට වතුර වත්කරන්න යන්නෙත් නැහැ. ඒ නිසා ඒ වටිනා ගුණධර්ම, ඒ වටිනා ධර්ම අහක යනවා. ඒ මොකද? ආධුනිකයන්, නවකයන් තමන්ගේ මතය ඉස්සර කරනවා. තමන්ගේ රුචි අරුචිකම් ඉස්සර කරනවා. වාදය ඉස්සර කරනවා. මේ නිසා තෙරුන් වහන්සේලා නිශ්ශබ්ද වෙනවා. ඒ නිසා ආධුනික කාලයේදී අපි පුළුවන් තරම් අපේ මතිමතාන්තර පොඩ්ඩක් බැහැර කරලා, මොකද? ඒක කොහොම කලත් අපි ළඟ තියනදේ. නමුත් මේ ලද අවස්ථාවේදී, පුහුණුවෙන අවස්ථාවේදී, හිත මෘදු වෙච්ච අවස්ථාවේදී, මේ වටිනා ථේර ගති ථේරවාදය රකින ගති, අපිට ළංකර ගන්න නම් අපි මෙතුවක් කල් පුරුදු කරන, අපේ මේ ගිහි ගති, ගිහි ප්‍රඥාව, ගිහි දනුම, ගිහි වාද, පුළුවන් තරම් අයින් කරලා මේ තෙරුන් වහන්සේලා සේ ගුණ ළංවෙන්න අරින්න ඕනේ. ඒකට මේ

භෝජනේ මත්තඤ්ඤුතාවය බොහෝම ප්‍රසිද්ධ කාරණයක්. අශෝක රජතුමා වාගේ මිථ්‍යා දෘෂ්ටික රජවරු එදා බමුණන්ටත්, භික්ෂූන් වහන්සේලාටත් සමව භොජුන් දන්දීමේදී මහ විශාල වෙනසක් දැක්කා. එතැනදී බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරපු බණක් අහලා නෙවෙයි, මේ තෙරුන් වහන්සේලාගේ ඇවතුම් පැවතුම් දිහා බලලා තේරුම් අරගත්තා මේ හැදිච්ච මිනිසුන් සභ්‍යත්ව ගත මිනිස්සු කියලා. ඒ මොකද? සත්වයාගේ සත්ව ස්වරූපය මතුවන්නේ කෑම කන වේලාවේදී. නැත්නම් කාම කෘත්‍ය කරන වේලාවේ. කාම කෘත්‍යයෙන් බැහැරව ගතකරන සත්වයන්ගේ යථා ස්වරූපය මතුවන්නේ කෑම කනකොට. රිලවාගේ රිලා ගතිය මතුවෙනවා. කපුටාගේ කපුටු ගතිය මතුවෙනවා. ඒ වාගේ මනුෂ්‍යයා කොච්ච හැදිලාද, කොච්චර සභ්‍යත්වගත වෙලා තියෙනවද? කියලා දැනගන්න පුළුවන් වෙන්නේ එදාට කෑම කන විධියට. මොකද? ඕනේම කෙනෙකුට වාද කරන්න පුළුවන්. සෑම සතෙක්ම යැපෙන්නේ ආහාරය නිසයි. ඒ විවේකව ගන්න ඕනේ. රුචි අරුචිව ගන්න ඕනේ කියලා. මේක කවුරුත් වාද කරන්න ඕනේ නැහැ. නමුත් දකින කෙනාට පැත්තකට වෙලා ඉඳලා මේ තර්ක මේ රුචි අරුචි කම් කොහොම උනත් සමූහයක් වශයෙන් ආහාර නාස්ති නොකොට පවතින ආර්ථිකයට හරි කමක් නැහැ ගැලපෙන ආහාර මේකය මේක නොවේය කියලා වැටහෙනවා. අපි විශේෂයෙන්ම යෝගාවචර පිරිස අන්න එවැනි නිරීක්ෂකයන්ගේ දෝෂාරෝපණයට පවා ලක් නොවී ආරක්ෂා කරන ආරක්ෂක ධර්ම දේශනාව තමයි බුදුරජාණන් වහන්සේගේ මේ ආහාරයේ මත්තඤ්ඤුතාවය පිළිබඳ ප්‍රශ්නය. එහෙම නැත්නම් මේ ප්‍රත්‍යවේක්ෂාවෙන් යුක්තව වළඳින්නට ඕනේ. ඒ වාගේම වෛද්‍ය විද්‍යාව හොඳටම පිළිගත්ත කාරණාව තමයි ආහාර ගැනීමේදී ඉතාමත්ම හෙමිහිට හැකිතාක් දුරට මුඛයේදී ආහාර හොඳට අඹරලා හොඳට ඒ කෙළ සමග මිශ්‍ර වෙලා බඩට යනවානම්, පල්ලෙහාට යනවානම්, දිරවීම හොඳයි. විපස්සනාවට මේක උපදේශයක් වශයෙන් දෙනවා. ආදර්ශයක් වශයෙන් දෙනවා. අරමුණක් ඇහැට වැටුණාට පස්සේ සතිමත්ව ඒ අරමුණ නාමරූප වශයෙන් බෙදලා, හේතු ඵල වශයෙන් බෙදලා, තේරුම් ගත්තොත් ඒ අරමුණු කවදාවත් රාග රෝග ඇති කරන්නේ නැහැ. ද්වේෂ රෝග ඇති කරන්නේ නැහැ.

මෝහ රෝග ඇති කරන්නේ නැහැ. ඇහෙන දේ පිළිබඳව සතිමත්ව ශබ්දය නාම රූප වශයෙන් හේතුඵල වශයෙන් හොඳටම කනේදීම බෙදලා තේරුම් ගත්තොත් ඒකෙන් රාග දෝෂ මෝහ ඇති කරන්නේ නැහැ. ඒ වාගේම තමයි මුඛයට වැටිච්ච ආහාර ටික හොඳට අඹරලා විවේකීව, හොඳට කෙළ සමග මිශ්‍ර කරලා ගත්තොත් හරියට සතියට අරමුණක් යට කරගත්තා වගේ. ඒ සතියට යට වෙච්ච අරමුණේ ලොකු ආරක්ෂාවක් තියෙනවා යෝගාවචර ජීවිතේ. ඒ වගේ තමයි හපලා නැත්නම් විකලා වළඳන ආහාරය ශරීරයට ගොඩක් හොඳ ඕජාව දෙනවා. මේක බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරන්නේ විනය ධර්ම පැත්තෙන්. නැත්නම් ධර්ම විනය පැත්තෙන්. ප්‍රත්‍යවේක්ෂාවෙන් යුක්තව වළඳන්න, එතකොට ක්‍රම ක්‍රමයෙන් ක්‍රම ක්‍රමයෙන් ජීවිතය මේ ආහාරයේ මත්තඤ්ඤුතාවය දිහාවට යනවා. මේකත් හඳුන්වා දීමක් කරන්න පුළුවන්. නමුත් තමන්ගේ ජීවිත ආදර්ශයෙන්ම දවසින් දවස දියුණු කළ යුතු කාරණයක්.

අවසාන කාරණාව ජාගරියානු යෝගය. 'ජාගරිය' කියලා කියන්නේ නිදිවැරීම පිළිබඳව කරන්නා වූ යෙදුමක්. නිදි බහුල, නිදිභාවය, නිදිමතභාවය, බහුලීකරණය කිරීම ඒ මේ ජීවිතයේ ඉන්ද්‍රිය සංවරය නැත්නම් ඉරියාපථ පිළිබඳව, නුපුහුණුභාවය පිළිබඳව ලකුණක්. යම් කිසි කෙනෙකුට ඉඳීමය, සිටීමය, ඇවිදීමය නිදීමය කියන්නා වූ මේ ප්‍රධාන ඉරියාපථ සතර එහෙම නැත්නම් සම්පජඤ්ඤ වශයෙන් පෙන්වන කොට 'අලෝකිතේ විලෝකිතේ' ඉදිරිපිට බැලීමේදී, පැත්ත බැලීමේදී, ඉදිරියට යාමේදී, පස්සට යාමේදී ආදී වශයෙන් ඇත්තා වූ අනු කුඩා සෑම ඉරියාපථයක්ම අසංවරව, අසතිමත්ව ගතකරනවා නම් ලොකු ශක්තියක් විනාශ වෙනවා. ලොකු වෙහෙසක් පවතිනවා. විශේෂම කාරණාව අද ලෝකයේ පෙන්වා දෙන්න හදන්නේ සමබර භාවය නැතිව යනවා. අසංවරව කරන වැඩ වලදී තමන්ගේ කය එක පැත්තක වෙහෙසවෙලා නමුත් යන්ත්‍රයක් විධියට ඒ වෙහෙසිච්ච පැත්තම වෙහෙස වෙමින්ම දිගට කරගෙන යනවා. සතියෙන් හෝ සම්පජඤ්ඤයෙන් මතක් කරලා දෙන්න අවධිමත් වෙන්න. අසතිමත්ව අසම්පජඤ්ඤ කාර්ය වල දිගින් දිගටම ඒ විධියටම මේ යන්ත්‍රය වැඩ කරන කොට එක පැත්තක් ගෙවීම වැඩි වෙනවා. එතකොට ඒ ගෙවිච්ච ප්‍රමාණය නැවත වැඩෙන්න

දිග විශ්‍රාමයක් අවශ්‍ය වෙනවා. ඒ දිග විශ්‍රාමය තමයි තද නින්ද වශයෙන් ගැනෙන්නේ. ඒ නිසා අපි නායක ස්වාමීන් වහන්සේ හම්බ වෙන්න ගිහිව ආපු කාලෙදි මතක් කරපු දෙයක් තමයි මේ සතියෙන් යුක්තව එදිනෙදා කටයුතු වල සම රසව නැත්නම් සෑම කටයුත්තකදීම සම රසය මතු කරගන්නා විදියට නැවතිල්ලේ කටයුතු කරන කෙනාට ඒ ඉරියව්වේම විශ්‍රාමය ලැබෙනවා. ඒකට වෙනමම විශ්‍රාම ගන්න කියලා වේලාවක් අවශ්‍ය කරන්නේ නැහැ. කරන සෑම දෙයක්ම ශරීරය යන්ත්‍රයට ගැලපෙන සමබර විධියට කටයුතු සිද්ධ වෙනවා. අන්න එතකොට **"සිනිද්ධා තෙල ධාරාව අභොසි ඉරියාපථො"**. එවැනි හොඳ විශ්‍රාම වෙමින් කටයුතු කරන කෙනාගේ දිහාව බලන්නත් ප්‍රසාදයි. බොහෝම ප්‍රසාදජනකයි මොන විධියේ කටයුත්තක් කළත්. මෙන්න මේක මේ විධියේ විශ්‍රාමයක් සම්පූර්ණ වෙනමම ගත නොකර නැත්නම් තදබල නින්දකට අවශ්‍යතාවයක් නොදී දවස පුරාම මේ ශරීරයේ වැඩගන්න වේලාවේදී සමබරව කටයුතු කරන්නේ නැත්නම් **ජාගරියානු යෝගය** බොහෝම දුෂ්කර වෙනවා. මේ නිසා යෝගාවචර ජීවිතය මුළින් පටන් ගන්න කොට, ඊට පස්සේ අවුරුද්දක් යනකොට, දෙකක් යනකොට, තුනක් යනකොට වශයෙන් තමන්ගේ මේ ඉරියව්වල මේරිච්ච කමක් තියෙන්න ඕනේ. වඩා වර්ධනයක් සිද්ධ වෙන්න ඕනේ. ඒ නිසා මේ **ජාගරියානු යෝගය** කියලා කියන්නේ රාත්‍රී කාලයට විතරක් බලපාන ශික්ෂාපදයක් නොවෙයි. නින්ද වෙලාවට නොවෙයි. බුදුරජාණන් වහන්සේ විස්තර කරනවා මෙම දවල් කාලයේ සක්මනේ පර්යංකයේ ඉරියව් පවත්වන්න. ඒ ඉරියව් පවත්වන අවස්ථාවක් පාසා සති සම්පජඤ්ඤය. ඒ වාගේම රාත්‍රියේ මුල් කාලයේ මේ විධියට ඉරියව් පවත්වනවා. මධ්‍යම යාමයේ සිංහසෙය්‍යාවෙන් සැතපෙනවා. පශ්චිම යාමයේ නැවතත් සක්මනේ ඉරියව්, සක්මනේ පර්යංක වශයෙන් මේ කෙලෙස් ධර්ම දුරුකිරීමේ කටයුත්තේ යෙදෙනවා. මේ දේ තේරුම් ගත්තේ නැති වෙච්චාම බොහෝ දෙනා බොහෝ කාර්යභාර පවරාගන්නවා. නා නා ප්‍රකාර දේවල් මම කළ යුතුයි, මගෙන් විය යුතුයි කියලා පවරගෙන ඒ අනුව කාර්යශීලි වෙන්න උත්සාහ කරනවා. එහෙම නැත්නම් කාර්මන්තශීලී සමාජශීලී ස්වරූපයට පත්වෙනවා. ඒ සෑම කටයුත්තකදීම ලාමක වශයෙන් නැත්නම් සාමාන්‍ය අඩු ලංසුවෙන් සිද්ධවෙන කුසල්

සිද්ධවෙන්නේ නැහැ කියලා කියන්න බැහැ. කුසල් සිද්ධවෙනවා. ඒ චේතනාවත් හොඳයි. නැත්නම් කරුණා චේතනාවත් හොඳයි. ප්‍රශ්නය තියෙන්නේ ප්‍රඥාවේ අඩුපාඩු. අපිට ලැබිලා තියෙන මේ වටිනා අවස්ථාව නැත්නම් මේ පූර්ණ කාලීන යෝගාවචරයන් වශයෙන් උපදෙස් සහිතව ස්ථානයක් ලැබිලා කරගෙන යන වෙලාවේ හැමදාම හැමතැනදීම තියෙන දෙයක් තමයි මේ අනවශ්‍ය අතිරේක වැඩ පටවා ගැනීම. ඒ අවස්ථාව උපරිම වශයෙන්, උතුම් වශයෙන්, සියුම් වශයෙන්, ප්‍රණීත වශයෙන්, පාවිච්චි කිරීමේ තම තමන්ගේ දේ, ලැබෙන සියුම්ම දේ දිහාවට හිත යොදනවා නම් ඒ යෝගාවචරයා මේ **අභබ්බො පරිහාණය** පිරිහීමට අභව්‍ය පුද්ගලයෙක් බවට පත්වෙනවා. **නිබ්බානසෙසව සන්තිකෙ.** ඒ මොහොතේම නිවෙනවා. ඒ හැම මොහොතක්ම ශාන්ත සුන්දර භාවයක් අත්දකිනවා. මෙතන මේ දේශනා කරපු සෑම කාරණාවක්ම ගත්තාම ඒ ශාන්ත සීතල භාවයක්, කිපෙන සුලු, එහෙම නැත්නම් කුප්පන සුලු, නැත්නම් උනන්දුව වැඩිකරන සුලු, චලනය වන සුලු, හිත විපිලිසරවන සුලුභාවයත්, දෙක අතර සියුම් ඉරක් ඇඳලා පෙන්වනවා. ඒ නිසා මේ ජාගරියානු යෝගයේදී යෝගාවචරයාගේ ඉඳුරන් සංවරය පිළිබඳව විශේෂයෙන්ම ඉරියව් පිළිබඳව, සමබර භාවය පිළිබඳව විස්තර වෙනවා. මේ ගැන සඳහන් කරනකොට නොකියාම බැරි කොටසක් තමයි යෝගාවචරයා මේ දේ, ඒ කියන්නේ ඉරියව් පැවැත්වීමේදී විශේෂයෙන්ම අවශ්‍යකරන සක්මනේ වැදගත්කම. බොහෝ යෝගාවචරයන්ට මේ යෝගකරණය, යෝග ජීවිතය අසාර්ථක වෙන්න ප්‍රධාන කාරණාවක් ලෙස ඉදිරිපත් කරන්න පුළුවන් සක්මන තේරුම් ගන්නේ නැතිකම. සක්මන වෙනුවට විවිධ වැඩ කරන්න කැමතියි. නමුත් සක්මනේම ගත කරනවානම් එක තැනම එහාට මෙහාට යන එක යෝගාවචරයා බොහෝවිට ප්‍රඥාව කියලා හිතාගෙන ලෞකික ප්‍රඥාවෙන් පුරුද්දෙන් කල්පනා කරනවා නම් හොඳයි. මේක කාලය නාස්තිකිරීමක්. භාවනාව කියන්නේ නම් බද්ධ පර්යංකයෙන් ඉඳගෙන කඳ ඍජුව තියාගෙන පුළුවන් තරම් වෙලා ඉන්න එකයි. ඒ නිසා මේ සක්මන කාලය නාස්තිකිරීමක් ය කියලා අඩු තක්සේරුවට පත් කරන නිසා ඒ ගමන යෝග ජීවිතය වැඩිදුර නොගොහින් ජරා දිරාවට පත්වෙනවා.

ඒ නිසා මේ ජාගරියානු යෝගය වැනි දේවල් අනුව යෝගාවචරයා දවසින් දවස පිරිහෙන්නට පටන් අරගන්නවා. ලෙඩ රෝග බහුල වෙනවා. ශරීරයේ ඇත්තා වූ විෂම භාවය දියුණු වෙන්නට පටන් ඇරගන්නවා. සක්මන පිළිබඳව මේ වාගේ මේ ලැබී තිබෙන කෙටි කාලය තුල විස්තර හුඟාක් ඉදිරිපත් කරන්න අමාරුයි. නමුත් එක ආනිසංසයක් තියෙන්නේ. **අද්ධානක්ඛමො හොති** = දුර දිග යන වැඩ පිළිවෙලක ඉවසා ගන්න පුළුවන් ස්වරූපය නැත්නම් ඉවසීමෙන් යුක්තව අවසානය දක්වා දූරගමනක් යන්න අවශ්‍ය කෙනෙක් ඉන්නවා නම් සක්මන පුරුදු කරන්න. ඉතිං මේ නිවන් ගමන අර්හත් මාර්ග ඥානය දක්වාම යන මේ ගමන බොහෝම දුර දිග යන ගමනක්. ඒ ගමනේ දී මුල් අවස්ථාවන් වල මේ ලැබෙන සීල සම්පන්න භාවය ඉන්ද්‍රියන්ගේ ගුප්ත ස්වරූපය ආහාරයේ මත්තඤ්ඤුතාවය ජාගරියානු යෝගය වගේ ඒ මූලික උපමාන පුංචි කරලා සලකලා නීරස කරලා සලකලා සාදරයෙන් පිළිගන්නා භාවයෙන් ඈත් කරලා සලකලා කටයතු කලොත් ලොකු ලොකු අතු අල්ලන්න උත්සාහ කරනවා නම්, වහ වහා ප්‍රතිඵල ලබාගන්න උත්සාහ කරනවා නම්, සද්ධර්මයෙන් ඈත් වෙනවා. සත්පුරුෂ ධර්මයන්ගෙන් ඈත්වෙන නිසා බොහෝම ඉක්මනට ජරා දිරාවට පත්වෙනවා. මේ නිසා මෙවැනි ධර්ම නිතර නිතර මෙනෙහි කළ යුතුයි. ඒ මොකද? මේ අපි සැම සියලු දෙනාටම මේවායින් ගන්න තියෙන ආදර්ශ තියෙනවා. ඒ ආදර්ශ නිතර මෙනෙහි නොකළොත් සාමාන්‍යයෙන් එහි ඇති වටිනාකම දුර්වල වෙලා යන්න පටන්ගන්නවා. නොදැනී යන්න පටන්ගන්නවා. දියාරු භාවයට පත්වෙනවා. නිතර නිතර මතක් කොට තමන්ට වැටහෙනවා. අපේ ගුණ ජීවිතවලදී කොයි කොයි අවස්ථාවලත් මේ එක එක ධර්ම සම්බන්ධ වෙනවද? ඒ ඒ පුංචි තැන් ආදී අතුරු සිදුරු වහලා හිරකරලා තියාගත්තොත් අපි විශාල බැම්මකින් විශාල ජලකඳක් රැස්කර ගන්න සූර පුරුෂයෙක් බවට පත්වෙනවා වගේ. එහෙම නැතුව මේ පුංචි පුංචි දේවල් අතෑරලා මහ මහා දේවල් කරන්න ගියාට කවදාකවත් ඒකේ මුල් බැසගැනීමක් වෙන්නෑ. ඒ නිසා මේක ථේරවාද ක්‍රමයට යන්න නම් පුංචි පුංචි උනත් ඒ දෙන උපදෙස් ඉතාම ගෞරවයෙන් පිළිගන්න ඕනේ. ඒක තර්කයට, වාදයට, රුචියට එහෙම නැත්නම් විවිධ ගුරුමත, මම දන්නා දේ මෙහෙමයි. මගේ ගුරුන්නාන්සේ කිව්වේ මෙහෙමයි කියලා බැහැර කරන්න පටන්ගත්තොත් මේ සියුම් ධර්ම වලට තනියෙන්

හිටගන්න බැහැ. ඒ තතියම හිටගන්න බැරි නිසා ඒ ධර්ම අසරණ වෙනවා. ධර්මය අසරණ වෙනකොට යෝගාවචරයා අසරණ වෙනවා. ඒ නිසා යෝගාවචරයා තේරුම් ගන්න ඕනේ සරණය පිණිස පවතින්නේ මේ සියුම් ධර්ම කොටස්. මේ ධර්ම කොටස් වලට අපි පන දෙනවා නම්, ගෞරව කරලා සලකනවා නම්, දවසින් දවස දවසින් දවස ඒ ධර්ම කොටස් අපව ආරක්ෂා කරනවා. අපි ඒ ධර්ම කොටස් ආරක්ෂා කරන කොට ධර්මයේ හැසිරෙන්නා වූ අපි ධර්මයේ හැසිරෙන ධර්මයෙන්ම ආරක්ෂාවෙන පිරිසක් බවට පත්වෙනවා. ඒ නිසා මේ ධර්ම හතර පිලිබඳව බුදුරජාණන් වහන්සේ කෙටි හැඳින්වීමක් කරන්නේ. මේ ධර්ම හතර දවසින් දවස මෙනෙහි කරමින් ඉදිරිය බලන කෙනා පිරිහීමට අභව්‍ය නැත්නම් නුසුදුස්සෙක් බවට පත්වෙනවා, දියුණුවට පත්වෙනවා, නිවනට ළංවෙනවා, කියන එකයි. ඒ නිසා මෙතුවක් කල් මේ ධර්ම දේශනාවට ගෞරවයෙන් ආසා සිටි මේ ඔබ සැම සියලු දෙනාම මේ කියන්නා වූ ධර්මයට බැඳීගත් පිරිසක් පිරිහීමට අභව්‍ය වෙන්න බොහෝම කැමතියි. **නිබ්බානස්ස සන්තිකෙ** මේ කියන නිවන ආසන්නයට යන්න කැමති ඇත්තෝ. ඒ නිසා අපිට මේ ධර්ම කොටස් නැවත නැවතත් අපි ළඟ දැනටමත් ඇත්තා වූ මේ භාවනා අත්දැකීම් සමග ගලපමින් දැනටමත් අපි ළඟ ඇත්තා වූ මේ න්‍යාය මූල ධර්ම කොටස් සමග ගලපමින් ඉදිරියටත් මේ ධර්ම වලින් අපිට ලොකු තියුණුභාවයක්, සියුම් භාවයක්, අත්දැකීම් වලට ලැබේවා. ඒ වගේම අපගේ ගුණ ජීවිතයේ අපටම අතට ලැබුණු කණ්ණාඩියක් වගේ ආදාසයක් සේ අපේ ගුණ ප්‍රතිබිම්බය මෙහි වැටී ගනිත්වා. කියන කල්පනාවෙන් සාදරයෙන් මේ ධර්ම ඉදිරිපත් කරන්න ඕනේ. එහෙම ඉදිරිපත් කරගන්නවා නම් ඒ නිවන් මගට අවශ්‍ය කරන්නා වූ ශ්‍රද්ධාවය, වීර්යය, සතියය, සමාධියය, ප්‍රඥාවය ආදී ඉන්ද්‍රිය ධර්ම දියුණු තියුණු භාවයට පත් වෙනවා. මේ ධර්ම දේශනාවෙන් අපි බලාපොරොත්තු වෙන්නෙත් එවැනි ඉන්ද්‍රිය ධර්ම දියුණු කරගැනීමේ බලාපොරොත්තුවයි. සම්පූර්ණ කාය ජීවිත නිරපේක්ෂ ව්‍යාපාරයක යෙදී සිටින මේ පිරිසට මේ ධර්මදේශනා මාර්ගයෙනුත් ඒ ශ්‍රද්ධාව, වීර්යය, සතිය, සමාධිය, ප්‍රඥාව ආදී ඉන්ද්‍රිය ධර්ම තව තවත් වඩා දියුණු වේවා, කියන මෛත්‍රී කල්පනාවෙන් කරුණා සහගත ප්‍රාර්ථනාවෙන්. අපට නියමිත ධර්ම දේශනාව මෙතැනින් හමාර කරනවා.

ආකාසට්ඨා ච භුම්මට්ඨා - දෙවා නාගා මහිද්ධිකා

Lithira

306, ඇඹුල්දෙණිය හංදිය, නුගේගොඩ.

0718152131/0114921309