කිසිවක නොඇලෙන මෛත්‍රිය

සාකච්ඡා කළේ ධම්මික හේවාවසම්

මේ නොවැම්බර් මාසයේ එන ඉල් පුන් පෝය වස්සාන සෘතුවේ අවසාන පෝයයි. ශාසන ඉතිහාසයෙහි සිහිකටයුතු සිද්ධීන් කිහිපයකටම මුල්වන මේ පෝය බෞද්ධ අපට ඉතාමත් වැදගත් පෝයක්.

මෛත්‍රී බෝධිසත්වයන් විවරණ ලබාගැනීම, මුල් ධර්මදූත පිරිස වන හැට නමක් ධර්ම ප්‍රචාරය සඳහා ගමන් ආරම්භ කිරීම, අග්‍ර ශ්‍රාවක සැරියුත් මහ රහතන් වහන්සේගේ පිරිනි වීම ආදී සිදුවීම් කිහිපයක්ම මේ ඉල් පුන් පොහොය දිනයේ සිදුවුණි. ඒ වගේම චීවර මාසයේ අන්තිම පෝය අදයි. අදින් පසු කඨින පින්කම් එළැඹෙන වර්ෂය තෙක් නොමැත.

මෙවැනි උතුම් පොහොය දිනයක් බුදුරජාණන් වහන්සේ වදාළ බ්‍රහ්ම විහරණ ගුණධර්ම සතරේ මුලටම එන -මෛත්‍රී බ්‍රහ්ම විහරණය" පිළිබඳව අවබෝධයක් ලබාගෙන එකී ගුණය සිතෙහි රෝපණය කරගෙන ජීවත්වීමට උත්සාහ දැරීම ඉතා හොඳ ගුණාංගයකි.

බුද්ධ ධර්මයෙහි -බ්‍රහ්ම විහරණ" සතරක් තිබේ. මෙත්තා, කරුණා, මුදිතා, උපේක්ඛා ඒ සතරයි. මෙතනදී බ්‍රහ්ම යන්නෙහි තේරුම විදියට සලකන්නේ උතුම් හෙවත් ශ්‍රේෂ්ඨ යන්නයි. විහරණ නම් කල් ගෙවීම හෙවත් පැවැත්මයි. ඒ නිසා සතර බ්‍රහ්ම විහරණ යන්නෙන් අදහස් කරන්නේ උතුම් පැවැතුම් හෙවත් කල් ගෙවීම් සතරක් බව මූලික වශයෙන් තේරුම් ගත යුතුයි.

මෙත්තා - මෛත්‍රී යන්නෙන් අදහස් කරන්නේ හැම දෙනා කෙරෙහිම මෘදු මොළොක් බවත් හොඳ හිතක් පෑමයි. වෛර, ක්‍රෝධ නොකරන බවයි. හිත අව ලස්සන, පළිගැනීමට - නුරුස්සන ගතියට හාත්පසින්ම විරුද්ධ බවයි. අනුන්ගේ දුකේදී සත්පුරුෂයන්ගේ සිත උණුවන, කම්පාවන, සැලෙන ගතිය කරුණාවයි.

අනුන්ගේ සැපතට ඊර්ෂ්‍යා නොකර සතුටුවන බව මුදිතාවයි. ඇලීම, ගැටීම, බය, මෝහ යන සතරෙහි අගතියට නොගොස් මධ්‍යස්ථව බැලීම හෙවත් තරාදියක් මෙන් මැදිහත් වීම උපේක්ෂාවයි.

කවර ජාතියක හෝ කවර රටක, කවර ආගමක ඕනෑම අයෙක් මේ සතර බ්‍රහ්ම විහරණය පුරුදු පුහුණු කරගතහොත් ඔහුගේ පැවැත්ම උතුම්ය, උසස්ය, පිරිසිදුය.

බ්‍රහ්ම විහරණයන් අතර මුල් ගුණධර්මය මෛත්‍රියයි.

-මෛත්‍රිය" යන වචනය අපගේ කනට හොඳින් පුරුදු යහපත් වචනයකි. නිතර නිතර ධර්ම දේශනා තුළින්, ගුවන් විදුලියෙන්, රූපවාහිනියෙන් ඇසුණත් මෙකී -මෛත්‍රිය" පුරුදු පුහුණු කරගැනීම අප සිතන තරම් පහසු කටයුත්තක් නොවේ.

හොඳ අම්මා කෙනකු තමන්ගේ එකම ආදරණීය දරුවාට දක්වන මොළොක් ගතිය ගැන බොහෝ දෙනා දනිති. හොඳ අම්මා කෙනකුගේ සිතෙහි කිසිවිටෙක තම දරුවා කෙරෙහි තද ගතියක්, රළු බවක්, ක්‍රෝධයක් ඇතිවන්නේ නැත. ඇය නිතරම දරුවාට හොඳින් යහපත් සෙතක් ප්‍රාර්ථනා කරන්නීය. මෛත්‍රිය කරනවා යන්නෙහි අදහස එයයි.

මෛත්‍රී කිරීම පුරුදු පුහුණු කිරීම අපහසු - අමාරු දෙයක් ලෙස වැටහුණත් දිනපතා ටිකෙන් ටික පුරුදු පුහුණු වුවහොත් එය ඉතා පහසු කටයුත්තකි. එමෙන්ම මෛත්‍රිය වැඩීම තුළින් අපගේ සිත් තුළ ඇති දැඩි ගතිය, තද ගතිය, ඉක්මනින් කිපෙන ගතිය අඩුවී සන්සුන් මනසක් ඇතිවේ.

මෛත්‍රිය පුරුදු කිරීමේදී අසවල් අයට පමණක් මෛත්‍රී කරනවා යැයි වෙන්කර ගැනීමක්, උස් පහත්, උගත් නුගත්, දුප්පත් පොහොසත් ආදි කිසිදු භේදයක් තිබිය නොහැකිය. මේ මගේ මිතුරාය, මේ මගේ සතුරාය කියා වෙනසක්ද පැවැතිය නොහැක. එමෙන්ම පුද්ගල භේද, ජාති භේද, පළාත් භේද, ආගම් භේද නොතකා කවුරුත් මෙලොව ජීවත්වන සත්ත්වයෝය යන හැඟීමෙන් පමණක් පුරුදු පුහුණු කිරීමෙන් මෛත්‍රිය සර්ව සම්පූර්ණ මෛත්‍රී ගුණයක් බවට පත්වේ.

ප්‍රියමනාප දෙයින් වෙන්වූ විට දුකක් දැනෙන්නේ බැඳීමක් හෝ ඇල්මක් තිබීම නිසා වුවත් නෙළුම් පතෙහි දිය නොරැඳෙන්නා මෙන් මෛත්‍රිය කිසිවක නොඇලෙයි.

මෛත්‍රිය ප්‍රේමය මෙන් උණුසුම් ගුණයක් නොවේ. ප්‍රේමයට ඇති කැලඹෙන ඉක්මන් ස්වභාවය නොඉවසනසුළු බව, මෛත්‍රියට නැත. මෛත්‍රිය හැමවිටම සිසිල්ය, ශාන්තය, ප්‍රණීතය එබැවින් හොඳින් මෙත් වඩන්නාද සිහිල් වෙයි, ශාන්ත වෙයි, ප්‍රියමනාප වෙයි, සැපසේ නිදයි, සැප-සේ නින්දෙන් අවදිවෙයි, නපුරු සිහින නොදකියි, කිසිදු අවස්ථාවක කිසිදු කරුණක් නිසා සිත නරක් වී නොසන්සුන් ගති සිතෙහි මතු වුවත් බොහෝ ඉක්මනින් ඒවා සංසිඳෙයි. ක්‍රෝධ සිතුවිලි සිත තුළ පැසව පැසවා තබාගන්නේ නැත.

මෛත්‍රිය පුරුදු පුහුණු කිරීමේදී කිසිදු ආකාරයක භේදයක් තබා නොගැනීම නිසාත් පොදුවේ සෑම තැනදීම පුරුදු පුහුණු කරගත හැකි ගුණයක් නිසාත් මෛත්‍රියට - අප්පමඤ්ඤ" (අප්‍රමාණ) යමද භාවිත කරනු ලබයි. එහි නිවැරදි අදහස නම් ප්‍රමාණයක් නොමැති බවයි.

මෙත්තා සූත්‍ර දේශනාවේ සඳහන් වන ආකාරයට ස්ත්‍රී පුරුෂ භේදයක් නොකොට දස දිසාවටම හැම සත්ත්වයන් වෙතම මෘදු මොළොක් සිතක් ඇති කිරීමය. සීමා භේදය හෙවත් හැම සත්ත්වයන්ම වෙන්කර තබන සිතුවිල්ල නැති විට සුවපත් වෙත්වා ආදී වශයෙන් හොඳ හිත පතුරුවන විට මෛත්‍රිය අප්‍රමාණ ගුණයක් වේ.

ජීවිතයක වටිනාකම විනාශ කරන මූලිකම ධර්මතාවය තරහවයි. කෙනෙක් තරහව දුරු කිරීමට උත්සාහ කළද ඉතා සියුම් ලෙස හෝ තරහව දුරු කිරීමට උත්සාහ කළද ඉතා සියුම් ලෙස හෝ තරහව මිනිස් හදවත තුළට රිංගාගන්නේය. මෙසේ රිංගාගන්නා තරහව තුරන් කිරීමට අප නිතරම සිත සමඟ තර්ක කළ යුතුය. සිතට හොඳ නරක කියා දිය යුතුයි. එසේ අප සිතේ ඇති වන්නා වූ තරහව ඉවත්කර ගැනීමට නම් ඒ සඳහා මෛත්‍රිය පුරුදු කර තිබිය යුතුමය. මෛත්‍රිය පුරුදු පුහුණු කිරීමේදී අප විසින් සිතට ගතයුතු ප්‍රධාන කරුණක් තිබේ. එනම් අපට මෛත්‍රිය වැඩීමට තැනක්, වේලාවක් නොමැති බවයි. තම රටේදී මෙන්ම පිටරටවලදීත්, තම ගමේදී මෙන්ම පිට ගම්වලදීත් කවර වේලාවකදී වුවද පුරුදු පුහුණු කළ හැකි හෙයින් හැකි සෑම අවස්ථාවකදීම මෛත්‍රිය වැඩීම තුළින් සැමට යහපත සලසාගත හැකිය.

අපට අපගේ මරණය පිළිබඳ අනාවැකි කීමට නොහැක. නොසිතන වෙලාවක මොනයම් හෝ ක්‍රමයකින් කුමන හෝ ස්ථානයකදී එය සිදුවීම කිසිවකුට වැළැක්විය නොහැක. එබැවින් සියලු සත්ත්වයෝ වහ වහා මෛත්‍රිය වැඩීමට පෙළඹීම තම තමන්ගේ සිතින් ගත්තා වූ ප්‍රයෝජනයක් ලෙසද හැඳින්විය හැකිය.

එබැවින් ගෙවන හැම තප්පරයක් තුළම අප එදිනෙදා සමාජය හා ගැටෙන සෑම ස්ථානයකදීම තරහව, ක්‍රෝධය, ඊර්ෂ්‍යාව නමැති සිතුවිලි දුරලමින් මෛත්‍රීසහගත සිතින් ජීවත්වීමට පුරුදු පුහුණු වීම තුළින් මේ සංසාර ගමනේදී අපට මුහුණපාන්නට සිදුවන බොහෝ ප්‍රශ්න වලින් මිදී නිවැරදි අර්ථවත් ජීවිතයක් ගතකරන්නට හැකිවන්නේය. එවන් වූ මෛත්‍රී සිතුවිලි සිතපුරා රඳවාගන්නට අවශ්‍ය චිත්ත ශක්තිය ඔබ සැමට නොඅඩුව ලැබේවා !

Australia Sri Lanka Catholic Association
Easter Program 2012

Celebrant – Rev (Dr) Fr Raveen Perera, Director, Philosophate, National Seminary, Ampitiya, Kandy, Sri Lanka

Date	Time	Event	Venue	Contact Person
30/03/12 Friday	7.00 pm	-Holy Mass by His Lordship **Bishop Peter Elliott. (Co-celebrants:** Rev Fr Albert Yogarajah and Rev Fr Raveen Perera) - Worshipping followed by Discussion - Organised by Kithudana Pubuduwa	St Kevin's Church, 120 Hallam Road, Hampton Park, Melway 96F10 .	Suresh/Geetha 97634649/0410453818
01/04/12 Sunday	6.00 pm	Palm Sunday Holy Mass and Recital of Pasan Hymns Choir- Eroica Singers	St Leonard's Church, 349 Springvale Road, Glen Waverley, Melway 71C4	Nirmalal 98084139/0411646944
04/04/11 Wednesday	12.30 pm	Discussion with Seniors (Lunch provided)	7 Harold Keys Dr, Narre Warren, Melway 110B7	Suresh/Geetha 97634649/0410453818
04/04/11	7.30 pm	Holy Mass	Our Lady's Church, 171 Creigieburn Road West, Creigeiburn, Melway 386K9	Roshan 93051699/0433175170
05/04/11 Thursday	7.30 pm	Holy Thursday Mass followed by Holy hour	Assisi Centre, 230 Rosanna Road, Rosanna, Melway 20C12	Callistus 94024384/0425879546
06/04/11 Friday	3.00 pm	Way of the Cross and Good Friday Service	Norval Lodge, Halls Gap, Grampians, Melway 926D1	Senake 98014356/0413772569
07/04/11 Saturday	6.30 pm	Easter Vigil mass	Norval Lodge, Halls Gap, Grampians, Melway 926D1	Senake 98014356/0413772569
08/04/11 Sunday	7.00PM	Holy Mass	Norval Lodge, Halls Gap, Grampians, Melway 926D1	Senake 98014356/0413772569
10 /04/12 Tuesday	7.00 pm	Holy Mass	St James the Apostle Church, 330 Derrimut Road, Hoppers Crossing North, Melway 202F8	Shiran 93948335/0413081344
13/04/11 Friday	7 .00 pm	Holy Mass and farewell to Rev Father	Resurrection Catholic Church 51 Gum Rd, Kings Park Melway 13E11	Indu 93611785/0403282208 Jayantha 9363 0689/0402732566

මෙවර පළ නොවන බව කරුණාවෙන් සළකන්න

Chemistry-VCE/IB

Individual and group

Priyantha Liyanage

0407664546