



සූර්යා උණුසුම් කාලයේ ස්වාමිනිදාස්වනන්සේ

යම් විපතක් කරදරයක් වූ විට බුදු දහම මනක් වෙත ස්වාභාවයක් අප තුළ තිබේ. ඒ එරෙහි අවස්ථාවල අපට ඇතිවන දුක නිවා ගැනීමටය. එහෙත් කෙළේ ධර්ම සමග ගැටෙමින් ජීවත්වන විට අපට බුදු දහම අමතක වන ස්වාභාවයක් පවතී. ඒ එරෙහි අවස්ථාවල දුක පිළිබඳ අදහසක්ද, දුක නිවා ගැනීමේ අවශ්‍යතාවක්ද අප තුළින් දනාතැනෙන හෙයිනි. එබැවින් සැබෑ ලෙසම බුදු දහම අපට අවශ්‍ය වන්නේ කුමක් සඳහාද යන්න විමසා අවබෝධයක් ලබාගැනීම ප්‍රයෝජනවත්ය. බුදු දහම දුක පිළිබඳවම කතා කරන්නක් ලෙස වැරදි අවබෝධයක් බොහෝ දෙනෙකු තුළ පවතී. දුක පිළිබඳවම සිත සිතා, කතා කර කර සිටිනවාට වඩා ජීවත්වන විට කාලය තුළ හැකි පමණ සතුටින් සිටීම වඩා සුදුසු බවට ඔවුහු යෝජනා කරති. ජීවත්වන විට කාලයේ සතුටින් ඉන්නට එසා යැයි බුදු රජාණන්වහන්සේ කියා විටෙකට දේශනා කොට නොමැත. උන්වහන්සේ දේශනා කළේ දුකට හේතුවන ඇතුළත්ත වැරදිමක් අප තුළ ඇති බැවින් එම වැරදිම නිවැරදි කරගෙන සතුටින් ජීවත්වන ලෙසටය. අපට වැරදි ඇත්තේ අප විසින් ලෝකය හඳුනාගනු බව නොදැනීමයි. අපි ලෝකය හඳුනාගෙන ඇත්තේ කෙසේද? ඔබත් මමත් දන්නා හඳුනා, සබඳතා පවත්වන ලෝකය විවිධාකාරයෙන් කොටස්වලට බෙදා දක්විය හැකිය. චරිත කළ හැකිය. අපි සිතින් ලෝකය බෙදා වෙන්කරගෙන ඇති එක් ආකාරයක් අනුව ලෝකය තුළ දුක්වන ලැබෙන සියල්ල ප්‍රධාන කොටස් තුනක් යටතේ වර්ග කළ හැකිය. ඒ,

1. මට අසිති හෙවත් "මගේ" දේවල්,
2. මට අසිති නැති හෙවත් "මගේ නොවන" දේවල් සහ
3. ඒ කොටස් දෙකෙන් බැහැර "මම" වශයෙනි.



මේවා එකිනෙකින් වෙන්වී නොවේ. එනම් "මගේ" හොඳට වැටෙන දෙයක් ඒ හා සමගම "මගේ නොවන" හොඳට නොවැටේ. "මම" හොඳට වැටෙන දෙයක් ඒ සමගම "මගේ" හොඳට හෝ "මගේ" නොවන හොඳට නොවැටේ.

මේ හොඳවල් අතරින් අපට වැඩියෙන්ම දුක ඇති කරවන්නේ "මගේ" හොඳ විසිනි. ඒ හා සමානව මෙන් "මගේ" හොඳට අයත් දේවලින්ද දුක ඇති කරවන හමුත් "මගේ නොවන" දේවලින් දුක ඇති වන්නේ නැති කරමිනි. ඇති වෙතොත් ඉතා කලාතුරකින් බොහෝ අල්ප වශයෙනි.

දැන් මේ ලැයිස්තුවල ඇතුළත් දේ පිළිබඳ වෙන් වෙන් වශයෙන් විමසා බලමු. අපි ලෝකය වර්ග කොට ගෙන සිටින ආකාරයේ පදනම කවරක්ද? එය නිවැරදිද? යන්න විමසා බලමු.

"මම", "මගේ" සහ "මගේ නොවන" යන හොඳවල් අතරින් අපට වැඩියෙන්ම සිහි බලවත් ආකාර (තණ්හාව) උපදින ලැයිස්තුව "මම"ට අයත් බව විවේචි බුද්ධියෙන් විමසා බලන විට අවබෝධ කරගත හැකිය. "මම" යැයි ඉතා දැඩිව සිතින් ගත් "මමෙක්" අප කා තුළත් සිටිති. "මම දන්නවා කරන්න ඕනේ දේ", "මම කොතොරුවටත් ඕනට කැමති නෑ", "මම ආදර්ශ මයාට විතරමයි", "මම තවත් ඉවසන්නේ නෑ"... මේ ආදී වශයෙන් අපි එදිනෙදා කතා ව්‍යවහාරයේදී "මම" පිළිබඳ කතා කරනු කොතෙකුත් අසන්නට ලැබීමෙන් එකී "මම" කොතරම් හදබල ලෙස අපි සිත තුළ කිපා බස සිටින්නේද යන්න වටහා ගැනීම අපහසු නොවේ. මේ ආකාරයෙන් අපි "මම", "මම", "මම" යැයි කියන්නේ කාටදැයි සොයා විමසා බලමු.

මේ පෘථු තලයට කියවෙතැන් "මම" යැයි

මම, කෝ ? කොහේද මම ?

කියන්නේ නැත. එය අයත් වන්නේ "මගේ" හොඳටය. එකී ඇති ලංකාව නමැති රටටද කියවෙතැන් "මම" යැයි කියන්නේ නැත. එය අයත් වන්නේ ද "මගේ" හොඳටය. ලංකාව "මගේ" රටය. ලංකාවේ තම නමින් ජීවත්වන මම හෝ නගරයටද කියවෙතැන් "මම" යැයි කියන්නේ නැත. "මගේ" මම යැයි කියනි. එසේ නම් එය අයත් වන්නේ "මම" හොඳට නොව "මගේ" හොඳටය. ඒ ගමේ හෝ නගරයේ ඇති තම නමින්ම ගිම් නිවැසවලටද කියවෙතැන් "මම" යැයි හොඳියනි. ඒවාට කියන්නේ "මගේ" කියනුය. "මගේ නිවෙස", "මගේ බඩ මුට්ටු". හෙවත් මට අසිති දේවල් කියනුය. නිවෙසේ සිටින පවුලේ සාමාජිකයන්ටද කියවෙතැන් "මම" යැයි කියන්නේ නැත. ඔවුන් අයත් වන්නේද "මගේ" හොඳටය. "මගේ අම්මා", "මගේ තාත්තා", "මගේ අයියා", "මගේ නැති", "මගේ නෑදෑයා" ආදී වශයෙනි. "මම" යැයි අපි දැඩිව ගෙන සිටින දෘෂ්ටියට බාහිර ලෝකයේ පවතින මේ කියවීමක් හෝ අයත් නොවන බව මේ ආකාරයෙන් විමසා බලන විට පැහැදිලිය.

එසේ නම් "මම" යැයි කියන්නේ කාටද? කුමකටද? "මම" ට අයත් වන්නේ මොනවාද? බඩයක් පමණ වන ස්වකීය ශරීරයට අයත්වන දේවල්ද? දැන් ඒ ගැන විමසා බලමු. කතා ව්‍යවහාරයේදී නිතරම පහත දැක්වෙන ආකාරයේ ප්‍රකාශ අපට අසන්නට ලැබේ. "මගේ මලුව", "මගේ මුහුණ", "මගේ අත", "මගේ කකුල්", "මගේ දිව".

බුදු දහම දුක පිළිබඳවම කතා කරන්නාවූ, සෘණාත්මක චින්තනය ප්‍රචර්ධනය කරන දහමක් යැයි "උගත්", "බුද්ධිමත්" යැයි ලෝක සම්මතයෙන් පිළිගත් ඇතැම් පිරිසකගේ අදහස වී තිබේ. එහෙත් "දුක" සෑම කල්හිම ලෝකය තුළ පවත්නා වූ ස්වාභාවයක් බවත්, බුදු දහම ඒ දුක නැති කරගෙන සදාකාලික සැපතට පත් වන මාර්ගය පෙන්වා දෙන මාර්ගෝපදේශනයක් බවත් පූජ්‍ය උඩුදුම්බර කාශ්‍යප ස්වාමිනිවහන්සේ පහදා දෙති. දුක ඇති වන්නේ තණ්හාව නිසා බවත්, තණ්හාව දුරු කර ගත හැකි නම් දුක දුරුවන බවත් බුද්ධි දේශනාව වන බැවින් "තණ්හාව" බැරසාගෙන ඇත්තේ කොතැනකද යන්න පැහැදිලි කරගැනීමත්, බුදු දහමට අනුව තණ්හාව නැති කරගන්නා වැඩපිළිවෙළ පහදා දීමත් උන්වහන්සේගේ මේ දේශනාවේ අරමුණයි. මේ, ඕස්ට්‍රේලියාවේ වාර්ෂික භාවනා පුහුණු වැඩසටහනේදී එහිමයන් පැවැත්වූ ප්‍රථම ධර්ම දේශනාවේ මුල් කොටසේ ලේඛනගත සටහනයි.

"මගේ හදවත", "මගේ අක්මාව" ආදී වශයෙනි. මුළු ශරීරයම ගත්තද අපි ඒ ගැන කතා කරන්නේද, අපට ශරීරය දැනගන්නේද, මේ ආකාරයෙනි. එනම් "මගේ" ආකාරයෙනි. "මම" ලෙසින් නොවේ. අපට යමක් දැනගන්නේ අපගේ දෘෂ්ටියට අනුවය. ඒ අනුව ශරීරයද "මම" ට අයත් නොවන බව දැන් පැහැදිලිය. අයත් වන්නේ "මගේ" හොඳටය. මේ අනුව බලන විට පෙනී යන්නේ බාහිර ලෝකයේ පවතින රූපී ධර්ම (ඇසින් දැකගත හැකි/අතින් ඇඳලිය හැකි හෙතෙම කඳුවල, ස්වකීය ශරීරය සතුටු පවත්නා රූපී ධර්ම සියල්ලද ඇතුළත් වන්නේ "මගේ" හොඳට බවය.

රූපී ධර්ම කියවීමක් තුළ "මම" නොමැති නම් "මම" සිටින්නේ කොහේද? "මම" ට අයත් නොවනවාද? අරුපී ධර්ම කියවීමක් හෝ නිඛේතම ඒවාද? ඒ පිළිබඳ විමසා බලමු.

අරුපී ධර්ම කවරේද? අරුපී ධර්ම සියල්ල වේදනා, සංඥා, සංකාර සහ විඤ්ඤාන වශයෙන් හඳුනාගත හැකිය. එසේ නම් "මම" සොයන්නට වන්නේ මේ අරුපී ධර්ම සතර තුළිනි.

නොව ඉබේ සිදුවන්නකි. එය එසේ සිදුවන්නේ කියවීම හේතුවක ප්‍රතිපලයක් ලෙසටය. නිදසුනකින් මෙය වඩාත් පැහැදිලි කරගත හැකිය.

වසර හතරක් හෝ ඊටත් වැඩි කාලයක් වේදනා විද්‍යාව හැදෑරූ වේදනා ශිෂ්‍යයෙක් රෝගියෙකු පරික්ෂා කරද්දී රෝගියාගේ ප්‍රකාශ කළ වේදනා වාර්තා අනුව රෝගියාට ඇති රෝගය මේ යැයි අදහසක් (හෙවත් සංඥාවක්) වේදනා ශිෂ්‍යා හෝ වේදනාවරයාගේ සිත තුළ සකස් වේ. වේදනාවරයෙකු නොවන කෙනෙක් තුළ මේ ආකාරයට සංඥාවක් සකස් නොවේ. වේදනාවරයා තුළ මේ ආකාරයෙන් රෝග විනිශ්චය කිරීමේ සංඥාවක් හටගන්නේ ඔහු ඊට ප්‍රථම ලබාගත ඇති වේදනා විද්‍යාත්මක අධ්‍යයනය හෙවත් දැනීම නිසාය. වේදනාවරයෙකු නොවන අයෙකු තුළ එලෙස සංඥා හට නොගන්නේ ඔහු තුළ එරෙහි පූර්ව දැනීමක් නොමැති නිසාය.

මේ ආකාරයට වේදනාවරයා තුළ ඇතිවන සංඥාවටත් වේදනාවරයාම කියන්නේ තමන්ගේ දැනුම කියනුය. අනෙකක් වශයෙනිද අපි කවුරුත් කතා කරන්නේ "මගේ දැනුම" කියනුය. එසේ නම් සංඥා අයත් වන්නේද "මම"ට නොව "මගේ" හොඳටය.

මිලුගට "සංකාර" පිළිබඳ සලකා බලමු. සංකාර යනුවෙන් හදුන්වන්නේ සිත තුළ සකස් වන තරල, ඊර්ෂ්‍යාව, මානය, ඔසුරුකම, ආදරය ආදී වශයෙන් වන වින්ත ස්වාභාවයන්ය. එලෙස සිදුවන සකස්වීම රූපය හෝ වේදනාව හෝ සංඥාව හෝ නොවන බව පැහැදිලිය. එසේ නම් මෙලෙස ඇතිවන වින්ත ස්වාභාවයන් "මම" ද ? මේවාට අප මම කියා කියනවාද ? නැත. "මගේ ආරුරු", "මගේ වේදනාව", "මායාගේ ඊර්ෂ්‍යාව" ආදී වශයෙන් මේ සංකාර පිළිබඳ කතා කරනවා අපට අසන්නට ලැබීමෙන් පැහැදිලි වන්නේ සංකාර "මගේ" හොඳට බවය. සංකාරද "මම" නොවන බවය.

දැන් ඉතිරි වන්නේ "විඤ්ඤානය" යි. විඤ්ඤානය - වක්ඛු විඤ්ඤානය, කේත විඤ්ඤානය, ඝාත විඤ්ඤානය ආදී වශයෙන් කොටස් හයකට බෙදේ. වක්ඛු විඤ්ඤානය යනු ඇසේ ඇතිවන පෙනීමේ දැනීමයි. කේත විඤ්ඤානය යනු කන් ඇතිවන ඇසීමේ දැනීමයි. ඝාත විඤ්ඤානය යනු නාසයේ ඇතිවන දැනීමයි. පීචිතා විඤ්ඤානය යනු දිවයින ඇතිවන දැනීමයි. මහේ විඤ්ඤානය යනු සිහි ඇතිවන ඊර්ෂ්‍යා, කතකම, ඔසුරුකම ආදී වන සිතෙහි දැනීමයි. මේ ආකාරයෙන් සය වැදෑරුම් විඤ්ඤානයම ඒ ඒ ආයතනයන්හි ඇතිවන දැනීමට පමණක්ම සීමාවේ. මේ විඤ්ඤාන පිළිබඳ අප කතා කරන්නේ කෙසේද ? "මගේ පෙනීමේ දැනීම", "මගේ ඇසීමේ දැනීම" ආදී වශයෙන් කතා කිරීමෙන් පෙනී යන්නේ මේවාද "මම" හොඳට නොවැටෙන බවත් "මගේ" හොඳට වැටෙන බවත්ය. බුදුරජාණන්වහන්සේ ලෝකයම බෙදා දුන්වන ලද්දේ රූප, වේදනා, සංඥා, සංකාර, විඤ්ඤාන වශයෙනි. මේ පහට අයත් නොවන කියවීමක් ලෝකයේ නොමැත.

එසේ නම් "මම", "මම", "මම" යැයි අපි නිතරතරයෙන්ම කියන, සිතාගෙන සිටින ඒ "මම" කෝ ? "මම ලස්සනයි", "මම උගත්", "මම කැමැති කෑම", "මම දරන තනතුර" ආදී වශයෙන් නිරන්තරයෙන්ම අපි කතා කරන "මම" කෝ ? මම සිටින්නේ කොතැනද ? බාහිර ලෝකයේ යම් තැනකද ? අපි ඒ පිළිබඳ මුලින් විමසුවමු. බාහිර ලෝකයේ සියලු දේවල් අයත් වූයේ "මගේ" හොඳටය. එකී කියන කෙනෙක් හෝ අපට "මම" හමුවූයේ නැත. දෙවනුව