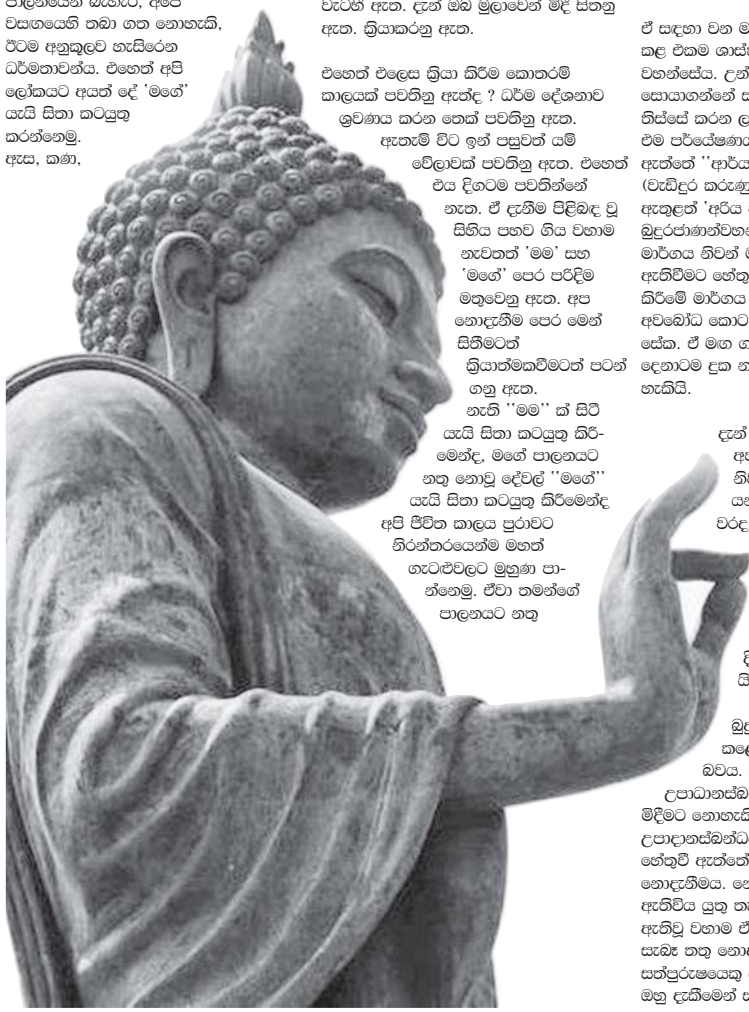




# විදුරඟනා

## පූජ්‍ය උඩුදුම්බර කාශ්‍යප ස්වාමීන්වහන්සේ

අපට බරපතල වැරදීමක් සිදුව ඇති බව අවබෝධ කොට ගත්තෙමු. 'මම' සහ 'මගේ' යැයි වැරදි දෘෂ්ටිකෝණයක් ඇති බව අපට දැනට පැහැදිලිය. 'මම' යැයි කියා ගත හැකි පුද්ගලයෙකු හෝ දෙයක් හෝ ලෝකයේ නැත. එහෙත් අපි 'මම' යැයි කෙනෙක් සිටිනවා යැයි සිතා සිටින්නෙමු. මගේ යැයි ගත හැකි යමක් ද ලෝකයේ නැත. ලෝකයේ ඇත්තේ ලෝකයට අයත් දේවල්ය. ඒ කිසිවක් අපට අවශ්‍ය ආකාරයෙන් හැසිරවීමට නොහැකිය. ඒවා ඊටම අනුකූල ආකාරයකින් හැසිරෙයි. ඒ සියල්ලේ දැකිය හැකි පොදු ලක්ෂණය වන්නේ ඇතිවීම, පැවතීම සහ නැතිවීමය. අපි මගේ යැයි සිතා සිටින රූප, වේදනා, සංඥා, සංකාර, විඤ්ඤාන යන අධිමතාවයන්ද අපේ පාලනයෙන් බැහැර. අපේ විසඟයෙහි තබා ගත නොහැකි, ඊටම අනුකූලව හැසිරෙන ධර්මතාවයන්ය. එහෙත් අපි ලෝකයට අයත් දේ 'මගේ' යැයි සිතා කටයුතු කරන්නෙමු. අප, කණ,



නාසය, දිව, ශරීරය, මනස යන ආයතනයන්ගෙන් අරමුණු ගෙන අපි බාහිර ලෝකය හඳුනාගන්නෙමු. ඒ හඳුනාගැනීම සිදුවන්නේ අප සතු දැනුම අනුවය. අප සතුව තිවැරදි දැකීමක් ඇති විට ලෝකය තිවැරදිව හඳුනාගන්නෙමු. අපගේ දැනීම තිවැරදි නොවූ තැන අප ලෝකය හඳුනාගන්නේ තිවැරදි ලෙස නොවේ. ලෝකය යථා පරිද්දෙන් හඳුනාගැනීමේ ශක්‍යතාවක් ස්වාභාවයෙන්ම සත්ත්වයන්ට හිමිවී නැත. ඔබත් මාත් ඇතුළත්ව ලොව වෙසෙන සියලු සත්ත්වයෝ ලෝකය

හඳුනාගන්නේ තමන්ට පෙනෙන, ඇසෙන, දැනෙන, සිතෙන ආකාරයටය. අපගේ මේ ක්‍රියාකාරිත්වයට හේතුවී ඇත්තේ ඒ දේවල් පිළිබඳ සැබෑ තත්ත්වය නොදැනීමය. සැබෑ තත්ත්වය දැනගත් කළ අපගේ මේ ක්‍රියාකාරිත්වය වෙනස් වෙයි. මේ ධර්ම දේශනාව නිසා දැන් ඔබට 'මම' සහ 'මගේ' නැත මෙනෙක් වූ නොදැනීම පහව ගොස් අලුත් දැනුමක් ලැබී ඇත. එබැවින් මෙතෙක් කල් ඔබ පසුබිමේ මුලාවක බව වැරදිව ඇත. දැන් ඔබ මුලාවෙන් මිදී සිටිනු ඇත. ක්‍රියාකාරී නු ඇත.

එහෙත් එලෙස ක්‍රියා කිරීම කොතරම් කාලයක් පවතිනු ඇතද ? ධර්ම දේශනාව ශ්‍රවණය කරන තෙක් පවතිනු ඇත. ඇතැම් විට ඉන් පසුවත් යම් වේලාවක් පවතිනු ඇත. එහෙත් එය දිගටම පවතින්නේ නැත. ඒ දැනීම පිළිබඳ වූ සිතිය පහව ගිය වහාම නැවතත් 'මම' සහ 'මගේ' පෙර පරිදීම මතුවෙනු ඇත. අප නොදැනීම පෙර මෙන් සිතීමටත් ක්‍රියාත්මකවීමටත් පටන් ගනු ඇත. නැති 'මම' ක් සිටි යැයි සිතා කටයුතු කිරීමෙන්ද, මගේ පාලනයට නතු නොවූ දේවල් 'මගේ' යැයි සිතා කටයුතු කිරීමෙන්ද අපි ජීවිත කාලය පුරාවට නිරන්තරයෙන්ම මනත් ගැටළුවලට මුහුණ පාන්නෙමු. ඒවා තමන්ගේ පාලනයට නතු

කරගැනීමට දරන උත්සාහය තුළ අපි මනත් වෙහෙසට, දුකට, තැවීමට, දැවීමට පත්වන්නෙමු. පස්පව්, දස අකුසල්වල යෙදෙන්නෙමු. අපගේ මේ දෘෂ්ටිකෝණය වරද තිවැරදි කරගැනීමට හැකි නම් අපි තවදුරටත් නැති 'මම' ක් මගේ හෝ 'මගේ' කියාගත් දේවල් මගේ හෝ නැසෙන්නට යන්නේ නැත. ඒ හේතුවෙන් දුකට, තැවීමට, දැවීමට පත්වන්නට අපට සිදුවන්නේද නැත. ඒවා වෙනුවෙන් පස් පව් දස අකුසල් කිරීමටද අප යොමුවන්නේ නැත. ලෝකයට අයත් දේවල් ලෝක ස්වාභාවය අනුව පවතින්නට හැර අපි බැසගෙන

සිටින වැරදි දෘෂ්ටිය ඉවත් කරගැනීම කෙරෙහි සිත යොමුකරන්නට අපට හැකි වන්නේය. දැනුම මඳකමින් 'අසත්පුරුෂයා' සත් පුරුෂයා යැයි ගැනීමේ සිට ස්වාභාවයට හෙවත් කලින් තිදසුන් ලෙස දැක්වූ ඝණය යන්ත්‍රයේ 'වයර් මාරුව' ට පිලිබද්ධ යොදාගැනීම කෙරෙහි සිත යොමුකරන්නට අපට හැකි වන්නේය. එසේ කරගත හොත් අපට ලෝකය සමග අද පවතින ගැටීම පහකරගත හැකිය. දුක නිවාගත හැකිය. සිත සන්සිදුවා ගත හැකිය.

ඒ සඳහා වන මාර්ගයක් ලෝකයට දේශනා කළ එකම ශාස්ත්‍රාචාර්යයානෝ බුදු රජාණන්වහන්සේය. උන්වහන්සේ එම මාර්ගය සොයාගන්නේ සංසාරයේ දීර්ඝ කාලයක් තිස්සේ කරන ලද පර්යේෂණයකින් පසුවය. එම පර්යේෂණය උන්වහන්සේ පිසිනම හඳුන්වා ඇත්තේ "ආර්ය පර්යේෂණය" යනුවෙනි. (වැඩිදුර කරුණු අධ්‍යයනය සඳහා සූත්‍ර පිටකයේ ඇතුළත් 'අර්ය පර්යේෂණ' සූත්‍රය කියවන්න) බුදුරජාණන්වහන්සේ ලොවට හෙළිකළ ඒ මාර්ගය නිවන් මගය. උන්වහන්සේ දුක, දුක ඇතිවීමට හේතුව, දුක නැති කිරීම, දුක නැති කිරීමේ මාර්ගය ලෙස වතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය අවබෝධ කොට ගෙන ලෝකයට දේශනා කළ සේක. ඒ මග ගමන් කිරීමෙන් ඔබ අප සියලු දෙනාටම දුක නැති කොට සැපතට පත්විය හැකිය.

දැන් අපි විමසා බැලිය යුත්තේ අපගේ සන්තාන ගත මේ වැරදි තිවැරදි කරගන්නේ කෙසේද යන්න පිළිබඳවය. සන්තානගත වරද නම් ලෝකයට අයත් ධර්මතාවන් 'මම' සහ 'මගේ' යැයි වැරදි දෘෂ්ටියකින් ගෙන තිබීමය. දුක ඇතිකරන දේ සැප ලෙස ගෙන තිබීමය. එනම් සත්ත්වයා දිවිදිය සහ සංඥා විපල්ලයාසය යි.

බුදු රජාණන්වහන්සේ දේශනා කළේ පංච උපාදානස්ඛන්ධය දුක බවය. එහෙත් අපට දැනෙන්නේ පංච උපාදානස්ඛන්ධය සැපයක් ලෙසටය. එයින් මිදීමට නොහැකිව ඇත්තේ එබැවිනි. පංච උපාදානස්ඛන්ධය සැපයක් වශයෙන් ගැනීමට හේතුවී ඇත්තේ එහි සැබෑ තත්ත්වය නොදැනීමය. නොදැනීම හේතුවෙන් දුක ඇතිවිය යුතු නැගෙන සැප සෑදේ. දැනීම ඇතිවූ වහාම ඒ සැපය පහවී එහිම දුක උපදී. සැබෑ තතු නොදන්නා අසත්පුරුෂයෙකු සත්පුරුෂයෙකු යැයි සිතා ඇසුරු කරන විට මනු දැකීමෙන් සතුටක් ඇතිවේ. සැබෑ තතු

දැන මනු අසත් පුරුෂයෙකු බව තනවුරු වූ විට මනු දැකීමෙන් දුක උපදී. මේ අවස්ථා දෙකේදීම නිමිත්ත වන පුද්ගලයා එකමය. එම පුද්ගලයා දුකින් ඇස එකමය. එසේ තිබියදී මනු දැකීමෙන් අවස්ථා දෙකකදී උපදින හැරීම එකිනෙකට සපුරා වෙනස්ය. එයට හේතුවන්නේ දැනීමය. සත්‍ය වශයෙන් දුක ඇතිවිය යුතු දේ දැකීමේ සත්‍ය නොදැනීම නිසා සැප ඇතිවේ. මෙලෙස සිදුවන සංඥාවේ වෙනස්වීමට සංඥා විපල්ලයාසය යැයි කියයි.

එනිසා බුදු රජාණන්වහන්සේ පංච උපාදානස්ඛන්ධය දුක යැයි කීවද, ඒ පිළිබඳ යථාර්ථ දැනීම නොමැති අපට දැනෙන්නේ පංච උපාදානස්ඛන්ධය සැප ලෙසටය. එනිසා අපි අපට දැනෙන දේ මග වස්ථාසය තබා අපි දුක සැප හඳුනාගනියි. මෙය පංච උපාදානස්ඛන්ධය පිළිබඳ අප තුළ ඇති වැරදි දෘෂ්ටියයි. සත්ත්වයා දිවිදියයි. දුක නැති කිරීමට බලාපොරොත්තුවන අප මුලින්ම කළ යුත්තේ මෙම සත්ත්වයා දිවිදිය සහ සංඥා විපල්ලයාසය නැති කරගැනීමය. මේ වැරදි තිවැරදි කරගැනීමට නම් පළමුව අපට වැරදීමක් සිදුව ඇති බව අපි අවබෝධ කරගත යුතුය. එය අවබෝධ කරගැනීමට නම් ඒ සඳහා වන දැනුමක් අප සතුවිය යුතුය. ඒ දැනුම අප තුළ ඉබේ ඇතිවන්නේ නැත. දැනුම ලබාගැනීම සඳහා කටයුතු කළ යුතුය. ඒ සඳහා



### ශ්‍රීලාල් සෙනෙවිරත්න

මුලිකවම ධර්මය ශ්‍රවණය කළ යුතුය. ධර්ම ශ්‍රවණය කළ විට දැනුම ලැබේ. දැනුම ලද පළමුම අපගේ සන්තාන ගත වරද තිවැරදි වන්නේ නැත. එසේ වන්නේ නම් බුද්ධ ධර්මය පිළිබඳ ආචාර්ය, මහාචාර්ය, රාජකීය පන්සිටින ආදී මට්ටම්වලින් දැනුම ලබා සිටින සියල්ලන්ගේ සන්තානගත වරද තිවැරදි වී තිබිය යුතුය. එය එසේ නොවන බව අපි දනිමු.

ධර්ම ශ්‍රවණයෙන් ලබාගත් දැනුම අපි නිරන්තරයෙන්ම සිතියේ තබාගත යුතුය. ඒ අනුව කටයුතු කළ යුතුය. නිතර නිතර ප්‍රත්‍යාවේශනා කරමින් ලබාගත් ධර්ම දැනුම අනුවම තම ක්‍රියාකාරිත්වය පවතින්නේදැයි විමසිය යුතුය. එහිදී මතුවන යම් යම් ගැටළු පිළිබඳ ගැනීමට කලහන මිත්‍රයන් ඇසුරු කළ යුතුය. එලෙස දිනින් දිනටම කටයුතු කළහොත් එහි ප්‍රතිපලය ලෙස නිතරම දැනුම පිළිබඳ සිතිය සිටින පිටිටින්නේය. ඒ සඳහා බුදු රජාණන්වහන්සේ සතර සතිපට්ඨානය දේශනා කොට තිබේ. සති පට්ඨානය යනු සිතිය පිහිටුවා ගැනීමයි. සතර සති පට්ඨානය යනු සතර ආකාරයට සිතිය පිහිටුවාගෙන කටයුතු කිරීමයි. අපි ඒදිනෙදා ජීවිත ගත කරන විට ප්‍රධාන ඉරියව් හතරක් පවත්වන්නෙමු. ඉඳහන සිටීම, නැඟිට සිටීම, ඇවිදීම සහ නිදාගැනීම එම ඉරියව් වේ. සිතිය පිහිටුවාගෙන එම ඉරියව් හතරෙහිදී කටයුතු කරන ආකාරය සතර සතිපට්ඨානයෙන් බුදු රජාණන්වහන්සේ ලොවට දේශනා කොට තිබේ.