

සබ්බාසව සූත්‍රය

(ම.නි. I, 18-28 පිටු)

සියලු කෙලෙස් (ආසුව) ප්‍රභීණ කිරීමේ මාර්ගය පියවර හතක් යටතේ විස්තර කෙරෙන සබ්බාසව සූත්‍රය භාග්‍යවතුන් වහන්සේ සැවැත් නුවර දෙවරම් වෙහෙරෙහි වැඩ වෙසෙන සමයක දේශනා කරන ලද්දකි. සියලු ආශ්‍රව සංවර කරන ක්‍රමය පැහැදිලි කිරීම ආරම්භ කරමින් බුදුරජාණන් වහන්සේ එය මැනවින් අසන ලෙස පළමුව සඳහන් කරති.

‘සබ්බාසවසංවරපරියායං වො භික්ඛවෙ දෙසිස්සාමි, නං සුණාථ, සාධුකං මනසිකරොථ, භාසිස්සාමි’.

මෙහි දී බුදුරජාණන් වහන්සේ පළමුව යෝනියෝ මනසිකාරයෙහි වැදගත්කම අවධාරණය කරති. සියලු කෙලෙස් ප්‍රභීණ කළ හැක්කේ යෝනියෝ මනසිකාරයන් අයෝනියෝ මනසිකාරයන් මැනවින් දන්නා මැනවින් දක්නා තැනැත්තාට බව ප්‍රකාශ කරති. යෝනියෝ මනසිකාරය යනු අකුසල් සිතිවිලි ඇති නොවන ලෙසත් කුසල් සිතිවිලි වැඩිදියුණු වන ලෙසත් නුවණින් මෙනෙහි කොට යමක් පිළිබඳව සිතන ආකාරයයි. ආයෝනියෝ මනසිකාරය යනු අකුසල් සිතිවිලි වැඩිදියුණු වන ලෙසත් කුසල් සිතිවිලි යටපත් වන ලෙසත් අනුවණින් මෙනෙහි කොට යමක් පිළිබඳව සිතන ආකාරයයි. ඒ අනුව, නිතර දියුණු කළ යුතු, පුද්ගලයාගේ ආධ්‍යාත්මික දියුණු සඳහා බෙහෙවින් උපකාරී වන, ඉතා උසස් ගුණාංගයක් ලෙස ‘යෝනියෝ මනසිකාරය’ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ බොහෝ සූත්‍රයන්හි දී ඇගයීමට ලක් කොට තිබේ. අප ආධ්‍යාත්මික ගමන් මගෙහි කෙතෙක් දුර යනවා ද යන්න තීරණය කෙරෙන ප්‍රධාන සාධකයක් ලෙස යෝනියෝ මනසිකාරය හැඳින්විය හැකි ය.

ඉන්පසු ආසුව ප්‍රභීණ කරන ආකාරය අනුපිළිවෙලින් දේශනා කරති. ආසුව යනු තම අතීත අද්දකීම් අවිද්‍යාව සමග මුසු වී පවත්නා අකුසල සිතිවිලි ය. මෙම අකුසල සිතිවිලි, ආසව, ඕස, යෝග, ගන්ථ, නිවරණ, ප්‍රපඤ්ච ආදී නම්වලින් හඳුන්වා තිබේ. මෙබඳු ආසුව ප්‍රධාන වශයෙන් කොටස් හතරක් බුදුදහමින් විස්තර වේ. ඒවා නම් කාමාසුව, භවාසුව, දෘෂ්ටි ආසුව, අවිද්‍යාසුව වශයෙනි. මෙම ආසුව දුරු කළ යුතු ක්‍රම හතක් සබ්බාසව සූත්‍රයෙහි පැහැදිලි කර තිබේ. ඒවා නම්,

1. අන්තී භික්ඛවෙ ආසවා දස්සනා පහානබ්බා (මහණෙනි දර්ශනයෙන් (දැක්මෙන්) දුරු කළ යුතු ආසුව ඇත.)
2. අන්තී භික්ඛවෙ ආසවා සංවරා පහානබ්බා (මහණෙනි සංවරයෙන් දුරු කළ යුතු ආසුව ඇත.)
3. අන්තී භික්ඛවෙ ආසවා පටිසේචනා පහානබ්බා (මහණෙනි නුවණින් මෙනෙහි කිරීමෙන් දුරු කළ යුතු ආසුව ඇත.)
4. අන්තී භික්ඛවෙ ආසවා අධිවාසනා පහානබ්බා (මහණෙනි ඉවසීමෙන් දුරු කළ යුතු ආසුව ඇත.)
5. අන්තී භික්ඛවෙ ආසවා පරිවජ්ජනා පහානබ්බා (මහණෙනි දුරුකිරීමෙන් දුරු කළ යුතු ආසුව ඇත.)
6. අන්තී භික්ඛවෙ ආසවා විනොදනා පහානබ්බා (මහණෙනි බැහැර කිරීමෙන් දුරු කළ යුතු ආසුව ඇත.)
7. අන්තී භික්ඛවෙ ආසවා භාවනා පහානබ්බා (මහණෙනි භාවනා වැඩීම වශයෙන් දුරු කළ යුතු ආසුව ඇත.)

ඉහත සඳහන් ක්‍රම හත මස්සේ තම දැක්ම වෙනස් කර ගැනීමේ පටන් භාවනා වඩා සියලු කෙලෙසුන්ගෙන් මිඳීම දක්වා වූ ආධ්‍යාත්මික ගමන් මග විස්තර කොට තිබේ. මෙකී පියවර හත දැන ගත් පමණට අපගේ දෛනික ජීවිතයෙහි ක්‍රියාකාරීත්වය මැනවින් කළමනාකරණය කොට වඩාත් අර්ථවත් ලෙසත් වඩාත් නිවැරදි ලෙසත් නිවන් මගෙහි ඉදිරිය බලා පියවර එසවීමට හැකි වනු ඇත.

1. දර්ශනයෙන් දුරු කළ යුතු ආසුව (දස්සනෙන පහාතබ්බ) :-

බුදුදහමෙහි දැක්වෙන දුකින් නිදහස් වීමේ මාවතෙහි ආරම්භක පියවර ලෙස දැක්වෙන්නේ මනා දැක්ම හෙවත් සම්මා දිට්ඨියයි. එනම් කර්මය හා කර්මඵල පිළිබඳ විශ්වාසයන් පටිච්චසමුප්පාදය පදනම් කොටගත් අනිත්‍යතාව විස්තර වන චතුරාර්ය සත්‍ය දේශනාව පිළිබඳවත් මනා දැක්මක් ඇති කර ගැනීමයි. සම්මා දිට්ඨිය ඇති කර ගත් පමණට ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයෙහි සෙසු අංග දියුණු කර ගැනීමේ හැකියාව ඇත.

මෙම පියවර ආරම්භ කරමින් බුදුරදුන් දක්වන්නේ ආර්ය ධර්මයෙහි අදක්ෂ අග්‍රැතවත් පෘථග්ජනයා අයෝනිසෝ මනසිකාරය හේතුවෙන් මෙනෙහි කළ යුතු ධර්ම නොදන්නා අතර මෙනෙහි නොකළ යුතු ධර්ම ද නොදනී. මෙලෙස මෙනෙහි කළ යුතු ධර්ම නොදැනීම නිසාත් මෙනෙහි නොකළ යුතු ධර්ම නොදැනීම නිසාත් ඔහුට නූපන් කාමාසුව, භවාසුව, අවිද්‍යාසුව උපදින අතර උපන් කාමාසුවාදිය වැසිදියුණු වේ. ඊට හේතුව මෙනෙහි කළ යුතු හා නොකළ යුතු ධර්මතා පිළිබඳව පවත්නා අයෝනිසෝ මනසිකාරයයි, නොදැනීමයි. අයෝනිසෝ මනසිකාරයෙන් යුතු මෙබඳු තත්ත්වයක් මත ඔහු තම ජීවිතය පිළිබඳ (අතීත, වර්තමාන, අනාගත යන) තුන් කාලය අරභයා වැරදි දෘෂ්ටිවල පිහිටා ප්‍රශ්න ඇති කර ගනී. ඒවා නම්,

- මම අතීතයෙහි වූයෙමි ද?
- අතීතයෙහි නොවූයෙමි ද?
- අතීතයෙහි කවරකු වූයෙමි ද?
- අතීතයෙහි කෙසේ වූයෙමි ද?
- අතීතයෙහි කවරෙක් ව සිට කවරෙක් වූයෙමි ද?
- මම අනාගතයෙහි වෙමි ද?
- අනාගතයෙහි නොවෙමි ද?
- අනාගතයෙහි කවරෙක් වෙමි ද?
- අනාගතයෙහි කෙසේ වෙමි ද?
- අනාගතයෙහි කවරෙක් ව සිට කවරෙක් වෙමි ද?
- මම වර්තමානයෙහි වෙමි ද?
- වර්තමානයෙහි නොවෙමි ද?
- කවරෙක් වෙමි ද?
- කෙසේ වෙමි ද?
- මේ සත්ත්ව තෙමේ කොතැනක සිට ආයේ ද කොතැනට යන්නේ ද?

අප බොහෝ විට මෙබඳු ප්‍රශ්න නගන්නේ අතීතයේ පටන් පැවැත එන නොවෙනස්වන සත්වයකු ඇත යන ශාශ්වත දෘෂ්ටිය මත පිහිටා ය. එසේත් නැතිනම් සත්ත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් නැත යන උච්ඡේද දෘෂ්ටිය මත පිහිටා ය. එම නිසා මෙම ප්‍රශ්න නැගෙන්නේ ම වැරදි දෘෂ්ටි මත සිටගෙනයි. එම ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු දීම ද තවදුරටත් එම වැරදි දෘෂ්ටි තහවුරු කිරීමකි. එබැවින් බුදුසමය මෙබඳු ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු දීමෙන් වැළකී සිටී. පටිච්චසමුප්පාදය මත පිහිටා අනිත්‍යතාව විස්තර කරන දහමක් වශයෙන් බුදුසමය 'ඇත හා නැත' යන අන්ත දෙක ම බැහැර කරයි. ඊට හේතුව හේතු ඇති වන විට (අස්මිං සනි ඉදං නොනි) කිසියම් අත්දැකීමක් හටගන්නා නිසා 'නැත' යන උච්ඡේද දෘෂ්ටියෙන් බැහැර වේ. හේතු නිරුද්ධ වීමත් සමග අත්දැකීම නිරුද්ධ වන හෙයින් (අස්මිං අසනි ඉදං න නොනි) 'ඇත' යන ශාශ්වත දෘෂ්ටියෙන් ද බැහැර වේ.

බුදුදහමෙහි කරුණු විග්‍රහ කරන්නේ සම්මුති සත්‍යය හා පරමාර්ථ සත්‍යය යන පදනම් දෙක මත පිහිටා ය. සම්මුති සත්‍යයට අනුව සත්ත්වයන් යළි යළි ඉපදෙන බව පැවැසේ. කුසල් දහම්, පින්කම් කරන

ලෙස බුදුසමය නිතර අවධාරණය කරන්නේ සම්මුති වශයෙන් සසර උපදින සත්ත්වයකු ගැන සලකා ය. එහි දී සසර උපදින භවයෙන් භවය පිළිසිඳ ගන්නා සත්ත්වයකු ගැන සාකච්ඡා කරයි. එහෙත් පරමාර්ථ සත්‍යයට අනුව හැම මොහොතක ම අනිත්‍යතාවට පත්වන ස්කන්ධ පංචකයක් තුළ සත්ත්වයකු පුද්ගලයකු නොපනවයි. ඊට අනුව යළි යළිත් එක ම පුද්ගලයකු ප්‍රතිසන්ධි ගන්නවා ය යන අදහස් අර්ථ විරහිත වුවකි. මරණින් මතු තබා ජීවත් වන කාලය තුළ පවා එක් මොහොතක සිට ඊළඟ මොහොතට යන සත්ත්වයකු නොපනවන බුදුසමය පරමාර්ථ සත්‍යයට අනුව මරණින් මතු සසරට යන සත්ත්වයකු නොපනවයි. මෙය ඉතා ම බුද්ධිමත් ව ඉවසීමෙන් තේරුම් ගත යුතු ගැඹුරු තැනකි. එසේ නොවුන හොත් දෘෂ්ටිවලට පටලවී දහම වරදවා ගනී. එය අවදනම් වුවකි.

ඉහත දැක්වූ පරිදි තුන්කාලය පිළිබඳව හටගන්නා වැරදි ආකල්ප හේතුවෙන් පහත සඳහන් දෘෂ්ටි අතුරින් එකකට හෝ කිහිපයට වැටේ.

ඒවා නම්

1. මාගේ ආත්මය ඇතැයි සත්‍ය වශයෙන් ස්ථිර වශයෙන් ඔහුට (ශාශ්වත) දෘෂ්ටිය උපදී.
2. මාගේ ආත්මය නැතැයි සත්‍ය වශයෙන් ස්ථිර වශයෙන් ඔහුට (උච්ඡේද) දෘෂ්ටිය උපදී.
3. (ආත්මයක් සහිත වූ) තමා විසින් ම තමා හැඳින ගනිමි යන දෘෂ්ටිය උපදී.
4. (ආත්මයක් සහිත වූ) තමා විසින් ම අනාත්මය හැඳින ගනිමි යන දෘෂ්ටිය උපදී.
5. අනාත්ම වූ මම ම ආත්මය හැඳින ගනිමි යන දෘෂ්ටිය උපදී.
6. මාගේ ආත්මය යැයි කියන යම්බඳු වූ මෙතෙම සුවදුක් විඳ ගනුයේ ඒ ඒ තැන කුසලාකුසල විඳ ගනී ද මා සතු ඒ මේ ආත්මය නිත්‍ය ය, ස්ථිර ය, සදකල් ය, නොවෙනස්වන ස්වභාව ඇත්තේ ය, ශාශ්වත මෙන් නොවෙනස් ව සිටියේ ය.

'යමෙකුට මෙබඳු වූ දෘෂ්ටි ඇත්තේ ද මෙය දෘෂ්ටිගත යයි ද, දෘෂ්ටි ගහන යයි ද, දෘෂ්ටි කාන්තාර යයි ද, දෘෂ්ටි විශුක යයි ද, දෘෂ්ටි සංයෝජන යයි ද කියනු ලැබේ. මෙබඳු දෘෂ්ටියෙන් යුත් අග්‍රැතවත් පාඨශ්ඡන්‍යා ජාතියෙන්, ජරාවෙන්, මරණයෙන්, ශෝකයෙන්, වැළපීම්වලින්, කායික-මානසික දුකින් දැඩි ආයාසයෙන් නොමිඳේ. සියලු සසර දුකින් නොමිඳේ යයි' යනුවෙන් භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කරති.

මෙහි දී බුදුරජාණන් වහන්සේ ශ්‍රැතවත් ආර්ය ශ්‍රාවකයාගේ ස්වභාවය විස්තර කරමින් 'ආර්යයන් දක්නා සුලු වූ ආර්ය ධර්මයෙහි මැනැවින් හික්මුණු, සත්පුරුෂයන් දක්නා සුලු, සත්පුරුෂ ධර්මයෙහි දක්ෂ, සත්පුරුෂ ධර්මයෙහි මැනැවින් හික්මුණු ශ්‍රැතවත් ආර්ය ශ්‍රාවකයා මෙතෙහි කළ යුතු ධර්ම දැනී. මෙතෙහි නොකළ යුතු ධර්ම දැනී. හෙතෙම මෙතෙහි කළ යුතු ධර්ම දන්නේ මෙතෙහි නොකළ යුතු ධර්ම දන්නේ, යම් ධර්මයක් මෙතෙහි නොකළ යුතු නම් එය මෙතෙහි නොකරයි. යම් ධර්මයක් මෙතෙහි කළ යුතු නම් එය මෙතෙහි කරයි.' යනුවෙන් දක්වති. යම් ධර්මයක් මෙතෙහි කිරීමේ දී නූපන් කාමාසුව, භවාසුව, අවිද්‍යාසුව උපදී ද උපන් ආශ්‍රව වැඩේ ද එවැනි ධර්ම මෙතෙහි නොකළ යුතු ය. යම් ධර්මයක් මෙතෙහි කිරීමේ දී නූපන් කාමාසුව, භවාසුව, අවිද්‍යාසුව නූපදී ද උපන් ආසුව ප්‍රහීණ වේ ද එබඳු ධර්ම මෙතෙහි කළ යුතු ය.

මෙලෙස මෙතෙහි නොකළ යුතු ධර්ම මෙතෙහි නොකිරීමෙන්, මෙතෙහි කළ යුතු ධර්ම මෙතෙහි කිරීමෙන් නූපන් ආසුව නූපදී. උපන් ආසුව ප්‍රහීණ වේ. ඒ අතර මේ දුක යැයි ද මේ දුක්ඛ සමුදය යැයි ද මේ දුක්ඛ නිරෝධය යැයි ද මේ දුක්ඛ නිරෝධගාමිනී පටිපදාව යැයි ද නුවණින් මෙතෙහි කරයි. මෙසේ නුවණින් මෙතෙහි කරන ඔහුගේ සක්කායදිට්ඨි, විචිකිච්ඡා, සීලබ්බත පරාමාස යන ත්‍රිවිධ සංයෝජන ප්‍රහීණ වේ. මෙම සංයෝජන තුන දර්ශනයෙන් ප්‍රහීණ කළ යුතු ආසුව යනුවෙන් දැක්වේ. දර්ශනය ලබා ගැනීමේ ප්‍රතිඵලය වනුයේ මෙම ත්‍රිවිධ සංයෝජන ප්‍රහීණ කිරීමයි.

2. සංවරයෙන් දුරු කළ යුතු ආසුව (සංවරා පහාතබ්බ) :-

දර්ශනයෙන් පහ කළ යුතු (ත්‍රිවිධ සංයෝජන) ආසුව පැහැදිලි කළ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ඉන්පසු සංවරයෙන් පහ කළ යුතු ආසුව මොනවා දැයි දේශනා කරති. කිසියම් තැනැත්තෙක් නුවණින් මෙනෙහි කොට වක්ඛු ඉන්ද්‍රිය සංවරයෙන් යුතු ව වෙසේ ද වක්ඛු ඉන්ද්‍රිය සංවරයෙන් තොරව වෙසෙන තැනැත්තාට එන මානසික පීඩා පරිදහ එබඳු සංවරශීලී තැනැත්තා කරා නොපැමිණේ. සෝත ඉන්ද්‍රිය, ඝාන ඉන්ද්‍රිය, ජීව්හා ඉන්ද්‍රිය, කාය ඉන්ද්‍රිය, මනෝ ඉන්ද්‍රිය යන සෙසු ඉන්ද්‍රියයන් පිළිබඳ තත්ත්වය ද මෙබඳු ම ය.

අප ලෝකය පිළිබඳ කිසියම් ආශ්වාදයක් හෝ පීඩාවක් වශයෙන් කිසියම් අත්දැකීමක් ලබනවා නම් එය සිදු වන්නේ ඇසින් රූප දැකීමෙන්, කනින් ශබ්ද ඇසීමෙන්, නාසයෙන් ගඳ සුවඳ දැනීමෙන්, දිවෙන් රස විඳීමෙන්, ශරීරයෙන් පහස ලැබීමෙන්, මනසින් සිතිවිලි අරමුණු කිරීම් වශයෙනි. මෙම ඉන්ද්‍රිය හයෙන් තොරව කිසිදු අත්දැකීමක් නොලැබේ. මෙහි දී ඇස්, කන් ආදී ඉන්ද්‍රියවලට සුභ අරමුණු පැමිණෙන විට සතුටට, සොම්නසට පත්වන අතර අසුභ, අකැමැති අරමුණු පැමිණෙන විට දුකට, සන්තාපයට පත්වේ. අයෝනිසෝ මනසිකාරය නිසා හටගන්නා මේ අවස්ථා දෙක ම මානසික සහනය, ඒකාග්‍රතාව නැතිවීමට හේතුවන අතර එහි අවසාන ප්‍රතිඵලය දුක සහ අතෘප්තිය බවයි. මෙබඳු තත්ත්වයක් ඇතිවීම වැළැක්වීම සඳහා ඉඳුරන් සංවර කර ගැනීමේ වැදගත්කම බුදුදහමින් අවධාරණය කෙරේ.

ඉන්ද්‍රිය සංවරය සඳහා නිතර සිහියෙන් සිටීම අවශ්‍ය කෙරේ. ඇසට රූප එළඹෙන විට, කණට ශබ්ද පැමිණෙන විට ආදී වශයෙන් අරමුණු ඉන්ද්‍රිය කරා ළඟාවීමේ දී මනා සතිමත් බවක් තිබිය යුතු ය. නිදසුනක් වශයෙන් කිසියම් ස්ථානයක ඇති ආරක්ෂක ගේට්ටුවක සිටින මුරකරුවෙක් එම ස්ථානයට ඇතුළුවන අය පිළිබඳ මනා අවධානයෙන් සිටින්නාක් මෙන් ඇස්, කන් ආදී ඉඳුරන් ළඟ සතිය නමැති මුරකරු රඳවා සිටිය යුතු ය. බුදුදහමේ සඳහන් පරිදි ඇස්, කන් ආදී ඉන්ද්‍රිය මගින් රූප, ශබ්දදිය ගැනීම වරදක් නොවන අතර හානිය වන්නේ එම අරමුණුවලින් රාග, ද්වේශාදී සිතිවිලි ඇති වීමෙනි. එසේ නොවීමට අප වග බලා ගත යුතු ය. 'න නෙ කාමා යානි චිත්තා ලොකෙ' යනුවෙන් දැක්වෙන පරිදි ලොව පවත්නා විසිතුරු දෑ කාමයන් නොවන අතර 'සංකප්පරාගො පුරිසස්ස කාමො' පුද්ගල සන්තානයෙහි ජනිත වන රාගාදී හැඟීම් කාමයන් වන බව දක්වා තිබේ.

ඉන්ද්‍රිය සංවරය පිළිබඳව බුදුදහමෙහි ප්‍රසංශාවට පත් ස්වාමීන් වහන්සේ වශයෙන් සැලකෙන්නේ නන්ද මාහිමියන් ය. උන් වහන්සේගේ ඉන්ද්‍රිය සංවරය පිළිබඳව දැක්වෙන්නේ කිසියම් දිශාවක් දෙස බැලීමේදී රාග, ද්වේශාදී අකුසල විතර්කයක් ඇති වුවහොත් එම දෙසින් වෙනත් දිශාවකට තම නෙත යොමු කිරීමට ප්‍රථම එම දිශාවෙහි දී ම ක්ෂණිකව එම අකුසල විතර්කය දුරු කරන බවයි. ශබ්දදී සෙසු අරමුණු පිළිබඳව ද නන්ද මාහිමියන් වහන්සේගේ දක්ෂතාව මෙබඳු ය. ඉන් ගම‍්‍ය වන්නේ ඇස්, කන් ආදී ඉන්ද්‍රියවලට රූප, ශබ්දදී අරමුණු විෂයෙහි අකුසල විතර්ක හටගෙන ඒවා ක්‍රියාත්මක වීමට කිසිදු ආකාරයක අවස්ථාවක් ලබා නොදීමට තරම් අප දක්ෂ විය යුතු ය යන්නයි. එවිට රූප, ශබ්දදී බාහිර අරමුණු ඇස්, කන් ආදී ඉන්ද්‍රිය තුළින් තම සිතට ඇතුළු වී තම ආධ්‍යාත්මික ගුණ රුවන් පැහැර ගෙන යාමට අවස්ථාවක් නොලැබේ.

අප මනුෂ්‍යයන් වශයෙන් මෙබඳු බුද්ධෝත්පාද කාලයක උපත ලබා සිටින්නේ සසර අනාදීමත් කාලයක් තුළ පුරන ලද මහත් ගුණදහම් සමුදයක ආනිසංස වශයෙනි. එම ගුණදහම් තවදුරටත් රැක ගැනීමට ඉන්ද්‍රිය සංවරය බෙහෙවින් උපකාරවත් වේ. ඒ අතර ඉන්ද්‍රිය සංවර කර ගත් පමණට කායික මානසික වශයෙන් උපදින ක්ලේශ පරිදහ හට නොගනී. අප සැමගේ ඒකායන අභිලාශය මානසික සුවතාවයයි. ඒ සඳහා ඉන්ද්‍රිය සංවරය බෙහෙවින් උපකාරවත් වේ. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මෙම සබ්බාසව සූත්‍රයෙහි දී දේශනා කරන්නේ ඇස්, කන්, නාසාදී ඉන්ද්‍රිය සංවරය ද ආසුව ක්ෂය කිරීමේ මාර්ගයක් වශයෙනි.

3. නුවණින් මෙනෙහි කිරීමෙන් දුරු කළ යුතු ආසුව (පටිසේවනා පහාතබ්බා) :-

ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කිරීම් හෙවත් නුවණින් මෙනෙහි කොට පරිහරණය කිරීම් වශයෙන් දුරුකළ යුතු කෙලෙස් මෙම පියවරේ දී සඳහන් කොට ඇත. ඒ අනුව සිවුරු නොහොත් වස්ත්‍ර, පිණ්ඩපාත නොහොත් ආහාරපාන, ආවාස නොහොත් නිවාස සහ බෙහෙත් යන කෙනෙකුගේ ජීවිතයට උවමනා කරන මූලික අවශ්‍යතා සතර (සිව්වස) පරිහරණයේ දී කෙලෙස් ඇති නොවන පරිදි පරිහරණය කිරීමේ අවශ්‍යතාව මෙමගින් අවධාරණය කොට තිබේ. වස්ත්‍ර, ආහාර, නිවාස ආදිය පරිහරණයේ දී ආඩම්බරය, මදය, මානය ආදී ක්ලේශ ධර්ම ඇති නොවන පරිදි මනා සිහියෙන් ඒවා පරිහරණය කිරීමේ වැදගත්කම මෙම පියවරේ දී දේශනා කොට ඇත.

4. ඉවසීමෙන් දුරු කළ යුතු ආසුව (අධිවාසනා පහාතබ්බා)

ඉවසීමෙන් ප්‍රහීණ කළ යුතු ආශ්‍රව ලෙස සඳහන් ව ඇත්තේ ශීතල, උණුසුම, බඩගින්න, පිපාසය, මැසීමදුරු සුළං, අවුව, නපුරු වදන් ආදිය නුවණින් මෙනෙහි කොට ඉවසීමයි. යමකු කෙලෙස් තවන මාවතෙහි කටයුතු කිරීමේ දී එදිනෙදා ජීවිතයෙහි මුහුණපාන ඉහත සඳහන් කායික හා මානසික පීඩාවලට සිත දුර්වල කරගත හොත් තම ආධ්‍යාත්මික දියුණුවට එය ඉමහත් බාධාවකි. ඒවා ඉවසීමට පුරුදු වූ පමණට එය ම තම ජීවිතයට ශක්තියක් කර ගනිමින් තවදුරටත් තම මානසික දියුණුව වර්ධනය කර ගැනීමට ඒ සඳහා කැපවීමට අවස්ථාව උදාවේ.

5. දුරුකිරීමෙන් ප්‍රහීණ කළ යුතු ආසුව (පරිවජ්ජනා පහාතබ්බා)

මෙහි දැක්වෙන්නේ නුවණින් සලකා නපුරු ඇතුන්, අසුන්, ගොනුන්, බල්ලන්, සර්පයන් ආදිය සහිත ස්ථාන දුරු කිරීමයි. තව ද කිසියම් අගෝවර, නුසුදුසු සෙනසුනක විසීමේ දී හැසිරීමේ දී පාප මිත්‍රයන් වෙත් නම් එබඳු නුසුදුසු සෙනසුන්, පාප මිත්‍රයන් නුවණින් සලකා බැහැර කළ යුතු ය. යම් සේ එබඳු සතුන්, සෙනසුන්, පුද්ගලයන් බැහැර නොකරන්නහුට යම්බඳු වෙහෙසක්, දූවිලි සහිත ක්ලේශයක් උපදී ද මෙසේ දුරුකරන්නහුට එබඳු වෙහෙස හා දූවිලි සහිත ආසුව නූපදී. එම නිසා ඉහත දැක්වූ සතුන්, ස්ථාන, සෙනසුන්, පාප පුද්ගලයන් නුවණින් සලකා දුරුකළ යුතු බව භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කරති.

6. බැහැර කිරීමෙන් දුරු කළ යුතු ආසුව (විනොදනා පහාතබ්බා)

මෙහි දී බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරන්නේ දෝෂ සැලකීම් සහිතව චීරයයෙන් පහ කළ යුතු ආශ්‍රවයන් පිළිබඳව ය. උපන් කාමචිතර්ක, ව්‍යාපාද චිතර්ක, විහිංසා චිතර්ක නුවණින් සලකා දුරු කිරීමට, බැහැර කිරීමට, විනාශ කිරීමට, නැවත නූපදින තත්ත්වයට පත් කිරීමට කටයුතු කළ යුතු බව බුදුරජාණන් වහන්සේ මෙහි දී අනුශාසනා කරති. එබඳු අකුසල චිතර්ක ඇත්තන්ට ඇතිවන මානසික දුක්පීඩා අසහනය මෙලෙස නුවණින් සලකා කාමාදී චිතර්ක දුරුකරන පුද්ගලයාට හටනොගන්නා බව සඳහන් ව ඇත.

7. භාවනා වැඩීම වශයෙන් දුරු කළ යුතු ආසුව (භාවනා පහාතබ්බා)

භාවනාවෙන් ප්‍රහීණ කළ යුතු ආසුව වශයෙන් මෙම සූත්‍රයෙහි දක්වා ඇත්තේ සත්ත බොජ්ඣංග වැඩීමයි. දර්ශනයෙන් ප්‍රහීණ කළ යුතු ආසුව ප්‍රහීණ කළ ශ්‍රැතවත් ආර්ය ශ්‍රාවකයා සංවරාදී සෙසු ක්‍රම

අනුගමනය කොට අවසාන වශයෙන් බොජ්‍යාංග ධර්ම වැඩීමේ අවශ්‍යතාව මෙමගින් අවධාරණය කොට ඇත. ඒ අනුව සති, ධම්මවිජය, විරිය, ජීති, පස්සද්ධි, සමාධි, උපෙක්ඛා යන අංග හත බෝධි අංග හෙවත් නිවන් දැකීමේ අංග වශයෙන් ප්‍රගුණ කළ යුතු ව තිබේ. මෙකී බොජ්‍යාංග වැඩිදියුණු වන්නේ සතර සතිපට්ඨානය නමැති භූමිය තුළ කටයුතු කිරීමෙන් බව සූත්‍ර ධර්ම අධ්‍යයනයේ දී පෙනී යයි. නිදසුනක් වශයෙන් අංගුත්තර නිකායෙහි දසක නිපාතයෙහි සඳහන් අවිජ්ජා සූත්‍රයෙහි විස්තර වන පරිදි සත්ත බොජ්‍යාංග සම්පූර්ණ වීමට සතර සතිපට්ඨානය, ත්‍රිවිධ සුවර්තය, ඉන්ද්‍රිය සංවරය, සති සම්පජ්ඤ්ඤය, යෝනිසෝ මනසිකාරය, ශ්‍රද්ධාව, සද්ධර්මශ්‍රවණය හා කල්‍යාණමිත්‍ර ආශ්‍රය යන සෙසු අංග සම්පූර්ණ කිරීමේ අවශ්‍යතාව දක්වා තිබේ. ඒ කරුණු සම්පූර්ණ කර ගනිමින් නිතර සතර සතිපට්ඨානය නමැති පිය උරුමයෙහි සැරිසරන විට සති ආදී බොජ්‍යාංග ධර්ම වැඩීම සිදු වේ.

ඉහත හැම අංගයක් ම සම්පූර්ණ කිරීමේ දී එය නුවණින් සලකා (යෝනිසෝ මනසිකාරයෙන් යුතුව) සිදු කළ යුතු බව අවධාරණය කර තිබේ. එසේ නොවූහොත් කෙලෙස් ප්‍රභීණ කරමින් නිවන් මගට නිසි ලෙස යොමු වීමට අවකාශ නොලැබෙනු ඇත.

අප සැම ලබා ඇති මෙම දුර්ලභ බුද්ධෝත්පාදය, සද්ධර්මය යන කරුණුවලින් උපරිම ඵල නෙලමින් ලැබූ උතුම් මිනිස් දිවියෙන් උපරිම ප්‍රතිඵල ලැබීමට සබ්බාසව සූත්‍රයෙහි දැක්වෙන පියවර හත බෙහෙවින් උපකාරවත් වේ. හැකිතාක් ධර්මශ්‍රවණය කරමින් සම්මා දිට්ඨිය දියුණු කර ගනිමින් ධර්ම මාර්ගයෙහි ඉදිරියට ගමන් කිරීමට උත්සාහවත් වෙමු. ඒ සඳහා ඔබ සැමට තෙරුවන් සරණින් නිදුක් නිරෝගී සුව දිගාසිරි සම්පත් ලැබේවා'යි ඉත සිතින් පතමි.

පැසදිනාහි ලොස් ඇන්ජලිස් බෞද්ධ විහාරස්ථානයෙහි
ස්වාමීන් වහන්සේලා විසින් මෙහෙයවනු ලබන

ධර්මචාරිකා වැඩසටහන

දයකත්වය

අජන්ත ශ්‍රීරම්‍ය මහත්මා සහ වික්‍රානි මහත්මිය ඇතුළු දරුවන් විසිනි.

04/28/2018 ශනි දින (බු.ව. 2561)