සදහම් අසා පිළිවෙත් පුරා
වෙසක් දිනය සමරමු.

වෙසක් පුන් පොහෝ දිනය බෞද්ධ ලෝකයට වැදගත් ම දිනයයි. එය හුදෙක් බෞද්ධයන්ට පමණක් නොව බුද්ධිය, ගුණය, යහපත, මානසික සැනසුම අගයන නුවණැති සත්පුරුෂ හැම දෙනාගේ ම පූජනීය දිනය වනු ඇත. සසර අනාදිමත් කාලයක් ලෝසතුන් කෙරෙහි අපමණ කරුණාවෙන් අසීමිත කැපවීමකින් දනාදි පාරමිතා සම්පූර්ණ කොට ලොව පහළ වූ

1. සිද්ධාර්ථ බෝසතුන්ගේ උපත
2. සිදුහත් තාපසතුමාගේ සම්බුද්ධත්වය
3. ගෞතම සම්මා සම්බුදුරජාණන් වහන්සේගේ පරිනිර්වාණය

යන ත්‍රිවිධ මංගල්‍යය සිදු වූ වෙසක් දිනය ලොව සැවොම 'වෙසක් ඩේ' (Vesak Day) නමින් තම තමන්ට හැකි උපරිම අයුරින් සමරති. බුදුසිරිතේ මෙම වැදගත් සිදුවීම් තුන මංගල්‍ය වශයෙන් සැලකෙන්නේ ඒවා බුදුරජාණන් වහන්සේගේ මංගල්‍ය නිසා ය. අතිශය දීර්ඝ කාලයක් සසර සැරිසරා පාරමිතා සපිරූ සිදුහත් කුමරුගේ උපත මංගල්‍යයක් වන්නේ සසර අවසන් උපත නිසා ය. තුන් ලොවට උත්තම වූ පුරුෂයාගේ පහළවීම ලෝවැසි සැමට ද එය මංගල්‍යයකි. තම චිත්ත සන්තානගත ලෝභාදි සකලවිධ ක්ලේශයන් දුරුකොට මානසික පාරිශුද්ධත්වයෙන් උපරිමයට පැමිණීම නිමිත්තෙන් සම්බුද්ධත්වය භාග්‍යවතුන් වහන්සේට මංගල්‍යයකි. එමගින් ලොවට සිදුවූ අනල්ප වූ මෙහෙය හේතුවෙන් එම සම්බුද්ධත්වය ලෝකයට ද මංගල්‍යයකි. ස්කන්ධ පංචක නමැති මහා දුක් ගොඩ බහා තබා (භාරනික්ඛේප) එය නැවත නූපදින පරිදි අනුපාදිසේස පරිනිර්වාණයට පත්වීම බුදුරජාණන් වහන්සේට මංගල කරුණකි. නික්ලේශී උතුමන්ට එය ධර්ම සංවේගයට කරුණක් වන අතර කෙලෙස් සහිත සත්ත්වයන්ට එය දුකට සංවේගයට හේතුවකි.

මෙයින් වසර 2642කට පෙර (එනම් ක්‍රි.පූ. 623 දී) දඹදිව ලුම්බිනියේදී (වත්මන් නේපාලයේ) උපත ලද සිදුහත් කුමරා මීට වසර 2607කට පමණ පෙර වයස අවුරුදු 35දී දඹදිව බුද්ධගයාවේදී සම්බුද්ධත්වයට පත්විය. අනතුරුව පුරා අවුරුදු 45ක විශිෂ්ඨ ලෝක ශාසනික සේවාවකින් පසු වයස අවුරුදු 80දී එනම් මීට වසර 2562කට පෙර තථාගතයන් වහන්සේ සියලු සංස්කාරයන්ගේ අනිත්‍ය බව පසක් කරමින් අප්‍රමාදීව පිළිවෙත් පුරන ලෙස (හන්දදනි භික්ඛවේ, ආමයන්තයාමි වො, වයධම්මා සංඛාරා අප්පමාදේන සම්පාදේථ) අවසන් වරට ද ලොවට දේශනා කොට කුසිනාරා නුවර උපවත්තන සල් උයනේදී අනුපාදිසේස නිර්වාණ ධාතුවෙන් පරිනිර්වාණයට පත් වූහ. සම්බුද්ධත්වය දක්වා බෝසතුන්ගේ අපරිමිත කැපවීමත් බුදුරජාණන් වහන්සේගේ මහාකරුණාවත් සුවිශද ප්‍රඥාවත් ශ්‍රේෂ්ඨ අභිනිෂ්ක්‍රමණයත් තුන් ලොවට සිදු කළ සුවිශේෂී ශාසනික මෙහෙවරත් සත්පුරුෂ ලෝකයාගේ සඳ ගෞරවයට පාත්‍ර වනු ඇත.

බෝසත් උතුමකු ලොව පහළ වන්නේ උතුම් පැතුමකින් යුතුවයි.

බුද්ධෝ'හං බෝධයිස්සාමි මුත්තෝහං මෝචයේ පරේ,

තිණ්ණෝහං තාරයිස්සාමි සංසාරෝසා මහබ්භයා.

මම සම්බුද්ධත්වයට පත් ව අන් අයට ද අවබෝධය ලබා දෙන්නෙමි.

මම දුකින් මිදී අන් අය ද දුකින් මුදවන්නෙමි.

මහත් බිය ගෙනදෙන සසර සැඩපහරින් මම එතෙර වී අන් අය එතෙර කරවන්නෙමි.

'සුඛෝ බුද්ධානං උප්පාදෝ' යනුවෙන් දැක්වෙන පරිදි බුදු උපත ලොවට සැපතකි, ශාන්තියකි. බුදුවරයකුගේ පහළවීම අතිශය දීර්ඝ කාලයකට වරක් සිදු වන්නකි (දුල්ලභෝ බුද්ධුප්පාදෝ ලෝකස්මිං). බුදුවරයකු දැකීම, බුද්ධශාසනයක් මුණගැසීම පමණක් නොව 'බුද්ධ' යන වචනය ඇසීම පවා ඉතා දුර්ලභ කරුණකි. බුදුවරයකු ලොව පහළවීම දුර්ලභ කරුණක් වන්නේ බුදුපදවියට පත්වීමට සම්පූර්ණ කළ යුතු බුද්ධකාරක ධර්මයන්හි පවත්නා අපහසුතාව නිසයි. බුදුබව ලබනු සඳහා දනාදි පාරමිතා දහය 'පාරමී', 'උපපාරමී', 'පරමත්ථ පාරමී' වශයෙන් සාරාසංඛ්‍ය කල්ප ලක්ෂයකට අධික කාලයක් අතිශය උත්කෘෂ්ට ලෙස ජීවිත පරිත්‍යාගයෙන් සම්පූර්ණ කළ යුතු වේ. එම කාලය තුළ බෝසතුන් වහන්සේ පරිත්‍යාග කරන ලද ඇස්වල ප්‍රමාණය අහසෙහි තාරකාවලට වඩා අධික ය. තම සිරුරෙහි මස් දන් දුන් ප්‍රමාණය මහපොළොවෙහි පස්වලට වඩා අධික ය. සිරුරෙහි ලේ දන් දුන් ප්‍රමාණය මහසයුරෙහි ජලයට වඩා අධික ය. ඔටුණු පලන් හිස් දන් දුන් ප්‍රමාණය එකතු කළහොත් මහාමේරු පර්වතයට වඩා අධික ය. මෙබඳු අසීමිත පරිත්‍යාගයක් කරන ලද්දේ හුදෙක් තමා සසරින් එතෙර වීමේ අදහසින් පමණක් නොව ලෝවැසි අන් අය ද සසර කතරින් එතෙර කරවීමේ මහාකරුණාධ්‍යාශයෙනි. උන්වහන්සේට පමණක් නිවන් දැකීමේ අදහසක් පැවැතියා නම් රහත් බෝධියෙන් එදා දීපංකර පාදමූලයේ දී නිවන් දැක සසර නිම කළ හැකි ව තිබිණ. ඉහත සඳහන් පරිත්‍යාගයන් උන්වහන්සේට කිරීමට සිදු වූයේ ලෝ සතුන් වෙත මහා කරුණාවෙන් සම්බුද්ධත්වයෙන් නිවන් දැකීමේ අභිලාශයෙන් ක්‍රියා කිරීම හේතුවෙනි. පරාර්ථචර්යාව උදෙසා මෙබඳු පරිත්‍යාගයක් සිදුකළ වෙනත් කිසිදු සත්ත්වයකු මේ විශ්වයෙහි නොමැත. මෙබඳු පරිත්‍යාගයක ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන් ලොව පහළවන බුදුවරයකුගේ ශාසනය ලොව පවතින්නේ ඉතා ම සීමිත කාලයකි. ඊට වඩා දීර්ඝ කාල පවතින්නේ අබුද්ධෝත්පාද කාල වශයෙනි. එනම් නිවන් මග ප්‍රකාශිත දහමක් ඇසීමට නොලැබෙන බුද්ධ, ධම්ම, සංඝ යන තෙරුවන නොපවතින කාලයන් ය.

මෙබඳු දුර්ලභ සම්බුද්ධෝත්පාද කාලයක පරිපූර්ණ මිනිසත් සිරුරක් ලබා ධර්මය ඇසීමට හැකි පෙදෙසක සම්‍යක් දෘෂ්ටිකව මනා බුද්ධියක් සහිතව උපත ලැබීම සසර කරන ලද මහත් පුණ්‍ය මහිමයක හා ප්‍රාර්ථනාවක උතුම් ආනිසංසයකි. බුද්ධ, ධම්ම, සංඝ යන තෙරුවන කෙරෙහි ශ්‍රද්ධා ප්‍රතිලාභය ලොව ඇති උතුම් ම ලාභයයි. එම ප්‍රතිලාභය ලද නුවණැත්තාගේ ජීවිතයේ ප්‍රධාන කාර්යයක් විය යුත්තේ තම දෙසවණින් අසන උතුම් ම දෙය ශ්‍රවණය කිරීමයි. එනම් සවණානුත්තරිය නම් වූ බුදුරදුන්ගේ උතුම් සද්ධර්මය ශ්‍රවණය කිරීමයි. මෙබඳු සමයක ලොව පවතින උතුම් ම සේවය වන්නේ තෙරුවන වෙත කරන සේවයයි.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ වසර 45ක විශිෂ්ඨ ශාසනික සේවයක් නිම කොට පිරිනිවන් පෑ මොහොතේ සිට ශ්‍රී සද්ධර්මය තම ජීවිතයට සම්බන්ධ කර ගනිමින් එම දහම මතු ලෝකයාගේ යහපත උදෙසා ඉතිරි කර එය පරපුරෙන් පරපුරට දායාද කිරීම උදෙසා කැපවූයේ මහා සංඝ රත්නයයි. බුදුරදුන් පිරිනිවන් පා තෙමසකට පසුව රැස්වූ පන්සියයක් පමණ මහ රහතන් වහන්සේලා ධර්ම විනය සංගායනා කොට එය භාණක ක්‍රමයට ඉදිරියට පවත්වාගෙන යාම සඳහා ස්ථාවර පදනමක් දැමූහ. එතැන් පටන් තවත් වසර සියයක් යන තුරු දහම රැකගෙන ආ අතර බුද්ධ පරිනිර්වාණයෙන් වසර 100ක් ගත වීමේ දී දෙවන ධර්ම සංගායනාව ද සිදු කොට තවදුරටත් ධර්මය ආරක්ෂා කර ගැනීමට ක්‍රියා කළහ. අනතුරුව තවත් වසර 136ක්, එනම් බුද්ධවර්ෂ 236 දක්වා ධර්මය පවත්වාගෙන අවුත් අශෝක රාජ සමයෙහි දී තෙවනවරට ද ධර්ම විනය සංගායනා කොට ශාසන චිරස්ථිතිය උදෙසා ප්‍රදේශ නවයකට ධර්ම ප්‍රචාරය ද සිදු කරන ලදි. එහි ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන් ශ්‍රී ලංකාවට සම්බුදු සසුන උරුම වූ අතර එතැන් පටන් තවත් වසර 200ක් පමණ ධර්ම විනය කටපාඩමින් රැකගෙන අවුත් බුද්ධවර්ෂ 440දී වලගම්බා රාජසමයෙහි සමස්ත බුද්ධවචනය ම ග්‍රන්ථාරූඪ කොට නිර්මල බුද්ධවචනය වඩාත් ස්ථාවර කරන ලදි. වර්තමානයේ ලොව ථේරවාදී මුල් බුදුසමය ඒ ලෙසින් ම සුරක්ෂිත වී ඇතිනම් එහි වැඩි ගෞරවය හිමි වන්නේ ලාංකික භික්ෂූන් වහන්සේලාටයි. ථේරවාද, මහායාන, තන්ත්‍රයාන යන සියලු බෞද්ධ සම්ප්‍රදයයන් නියෝජනය කරන සියලු බෞද්ධ භික්ෂූන් වහන්සේලා මෙය අවිවාදයෙන් පිළිගන්නා කරුණක් වන අතර සම්බුදු සසුනෙහි විශේෂ කාර්යභාරයක් සිදුවන අවස්ථාවක ශ්‍රී ලංකාවට එහි මූලිකත්වය නිතැතින් ම හිමි වන්නේ එහි ප්‍රතිඵලයක් වශයෙනි. දැනට බෞද්ධ ලෝකයා ම ඒකමතිකව බෞද්ධ සංකේතය වශයෙන් ව්‍යවහාර කරන බෞද්ධ කොඩිය ශ්‍රී ලංකාවේ දී නිර්මාණය කරන ලද්දකි. සම්බුදු තෙමඟුල් දිනය හැඳින්වීමට ව්‍යවහාර කෙරන 'වෙසක් ඩේ' යන්නෙහි 'වෙසක්' යන වචනය සිංහල

භාෂාවෙන් ලෝක ව්‍යවහාරයට එක් වූ වචනයකි. ඒ අනුව බුදුදහම වෙනුවෙන් ශ්‍රී ලංකාවෙන් ඉදිරිපත් කෙරුණු 'වෙසක්' සහ 'බෞද්ධ කොඩිය' යන අංග දෙක ම ලොව සියලු බෞද්ධ ජනතාව මහත් ගෞරවයෙන් ඒකමතිකව පිළිගෙන ව්‍යවහාර කරති. මෙය සම්බුදු සසුනෙහි චිරස්ථිතිය හා කැපවීම වෙනුවෙන් ශ්‍රී ලංකාව සිදුකළ අමිල මෙහෙවරට ලෝක මට්ටමෙන් කරන ලද ඉහළ ම ගෞරවයක් වශයෙන් සඳහන් කළ හැකි ය.

බුද්ධ, ධම්ම යන දෙරුවන සජීවී කරන අපට නිතර මුණ ගැසෙන රත්නය නම් 'සංඝ රත්නයයි'. සංඝරත්නය ලොවින් තුරන් වීම බුද්ධ හා ධම්ම යන දෙරුවන ලොවට අහිමිවීමේ පෙර ලකුණයි. ඉන්දුනීසියාව, ඇෆ්ගනිස්ථානය, ජාවා සුමාත්‍රා, ඉරානය, ඉරාකය, පකිස්ථානය ආදි රටවල් මීට නිදසුන් සපයයි. අතීතයේ පටන් ලංකාවේ වැඩ සිටි මව්පියන් සම්බුදු සසුනෙහි සුරක්ෂිතභාවය උදෙසාත් තමන්ගේ සුගතිය හා විමුක්තිය උදෙසාත් තම දරුවන් සසුනට දන්දීම අනිවාර්ය අංගයක් කොට පැවැතුණි. දරුවන් හදන මව්පියවරු තමන්ට ලැබෙන පින්වත් ම බුද්ධිමත් ම වාසනාවන්ත ම දරුවා බුදුසසුනට පූජා කළහ. ලංකාව ධර්මද්වීපයක් වීමටත් සම්බුදු සසුන සුරක්ෂිත වීමටත් එය ලෝකයේ තවදුරටත් ව්‍යාප්ත වීමටත් ලාංකික මව්පියන්ගේ මෙම කැපවීම බෙහෙවින් උපස්ථම්භ විය.

බුදුරජාණන් වහන්සේ සම්බුද්ධත්වය උදෙසා සිදුකළ අසීමිත කැපවීම වෙනුවෙන් උන් වහන්සේට කළ හැකි උසස් ම කෘතවේදීත්වය වන්නේ එම දහම ශ්‍රවණය කිරීමත් තමාට හැකි උපරිම අයුරින් ජීවිත පරිත්‍යාගයෙන් එම දහම තම ජීවිතයට සම්බන්ධ කර ගැනීමත් ය. එය සම්බුදු සසුනෙහි චිරස්ථිතිය උදෙසා මහසඟ රුවන දැඩි පරිත්‍යාගයෙන් සිදු කළ මෙහෙවරට කරන ප්‍රත්‍යුපකාරයක් ද වනු ඇත. ධර්මය ජීවිතයට සම්බන්ධ කර ගැනීමේ දී ප්‍රඥාව වැඩීමට හේතුවන කරුණු හතරක් පිළිබඳව සඳහන් වේ. සතර සෝතාපත්ති අංග හෙවත් 'පඤ්ඤාවුඩ්ඪි' ධර්ම නමින් හැඳින්වෙන එම කරුණු හතර නම්,

1. කල්‍යාණ මිත්‍ර ආශ්‍රය
2. සද්ධර්මශ්‍රවණය
3. යෝනිසෝ මනසිකාරය
4. ධර්මානුධර්ම ප්‍රතිපත්තිය

ධර්ම මාර්ගය ඉදිරියට යාමේ දී සැබෑ සද්ධර්මය දේශනා කරන කලණ මිතුරන්ගේ ඇසුරත් ඔවුන් වෙතින් ධර්මය ශ්‍රවණය කිරීමත් ඇසූ දහම අනුව අකුසල් දුරුවන ලෙසත් කුසල් වැඩෙන ලෙසත් තම චින්තනය (යොනිසෝ මනසිකාරය) මෙහෙයවීමත් සීල, සමාධි, පඤ්ඤා ඔස්සේ දහම් මගෙහි ඉදිරියට යාමත් අවශ්‍ය කෙරේ. දහම් මගෙහි අතිශය වැදගත් කරුණක් ලෙස යෝනිසෝ මනසිකාරය බුදුරජාණන් වහන්සේ විශේෂයෙන් අවධාරණය කරන ලද්දකි.

ආධ්‍යාත්මික ශාස්තෘවරයකු මෙන් ම එබඳු උතුමකුගේ දහමක් ලොවට අවශ්‍ය වීමටත් එම දහම බැබලීමටත් හේතුවන ප්‍රධාන කරුණු තුනක් පිළිබඳව ධර්මයෙහි සඳහන් වේ (තයොධම්ම සුත්ත, අං.නි.).

එනම්,

1. ජරා
2. මරණ
3. ජාති

ජීවත් වන සැවොම හැම මොහොතක් පාසා ම වේගයෙන් ජරාවට පත් වෙමින් සිටිති. ශරීර ශක්තිය ක්‍රමයෙන් දුර්වල වෙමින් පවතී. අප මේ ගමන් කරමින් සිටින්නේ හැරමිටිය සොයා යන ගමනකි. මෙය උපන් හැම කෙනෙකුට අත්වන අනිවාර්ය ධර්මතාවකි. ධර්මයෙහි හැසිරීමට හේතුවන මූලික කරුණක් වන්නේ මෙලෙස ජරාවට පත්වීම නිසයි. ඒ අතර අප සැවොම සුසාන භූමිය කරා යන ගමනකි. ඒ අනුව මරණයට පත්වීම ද දහමෙහි හැසිරීමට හේතුවන තවත් කරුණකි.

උපන් හැම සත්ත්වයකු ම මොහොතක් පාසා වේගයෙන් මරණය කරා සමීප වෙමින් සිටී. බොහෝ දෙනා ජීවිතයේ බරපතල අභියෝග දෙකක් සේ මහලුබව හා මරණය සලකති. බුදුදහමෙහි ද ඒවා ජීවිත අභියෝග සේ සලකන අතර ඒ දෙකට ම වඩා බරපතල අභියෝගය සේ සලකන්නේ මරණින් මතු නැවත ඉපදීමත් එසේ ඉපදීමේ දී අපාගත වීමට ඇති ඉඩ අවකාශයත් ය. පබ්බතූපම සූත්‍රයේ (සං.නි.) දැක්වෙන පරිදි සතර දිශාවන්ගෙන් ඒ ඒ දිශාවන්හි ඇති සියලු දෑ විනාශ කරමින් තමන් වෙත වේගයෙන් පැමිණෙන මහා පර්වත හතරක් සේ ජරා, ව්‍යාධි, මරණ, ජාති යන අභියෝග හතර වේගයෙන් තමන් වෙත පැමිණෙමින් සිටී. මෙම අභියෝගයන්ට ධර්මයෙන් හැර ආර්ථිකය, අධ්‍යාපනය, ඥාති, පිරිවර ආදි කිසිදු බාහිර දෙයකින් සැබෑ පිළිසරණක් ලබා ගත නොහැක. මෙබඳු තත්ත්වයක් මත බුදුරජාණන් වහන්සේ නිතර තම ශ්‍රාවකයන් උනන්දු කරමින් දේශනා කළේ,

'අත්තදීපා භික්ඛවේ විහරථ අත්තසරණා න අඤ්ඤසරණා'

තමා තමාට පහනක් කොට වාසය කරන්න, අන් සරණක් නොමැත.

'ධම්මදීපා භික්ඛවේ විහරථ ධම්මසරණා න අඤ්ඤසරණා'

ධර්මය පහනක් කොට වාසය කරන්න අන් සරණක් නොමැත.

තම සිතෙහි ආධ්‍යාත්මික ශක්තිය කෙරෙහි විශ්වාසය තබා අප්‍රමාදීව දහමෙහි හැසිරෙන (*අප්පමාදේන සම්මාදේථ*) ලෙස භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මෙමගින් අපට උපදෙස් දෙති. තමා තමාට සැබෑ ලෙස ම ආදරය කරන්නේ නම් තම සිත උපරිම ලෙස කුසලයෙහි පවත්වා ගැනීමට හේතු වන අයුරින් සතර සතිපට්ඨානයෙහි හැසිරෙන ලෙස භාග්‍යවතුන් වහන්සේ කරුණාවෙන් ලොවට අනුශාසනා කරති.

බුදුරජාණන් වහන්සේ ලොව ඉමහත් කරුණාවෙන් ධර්මය දේශනා කළේ ලෝවැසි සත්ත්වයන් අපා දුකින් මුදවා නිවන් මගෙහි යෙදවීමටයි. ඒ අනුව උන් වහන්සේ ස්වර්ග මාර්ගය (සග්ග මග්ග) හා මෝක්ෂ මාර්ගය (මොක්ඛ මග්ග) යන මාවත් දෙක ලොවට පෙන්වා දුන්හ. ස්වර්ග මාර්ගය යනු අපාගත නොවී දෙව් මිනිස් ලෝකයන්හි ඉපදීමට හේතුවන අයුරින් පෙන්වා දුන් මාවතයි. සුගතිගාමීවීමේ මාවත ලෙස භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කළේ දාන, සීල, භාවනා යන ත්‍රිවිධ පුණ්‍ය ක්‍රියාවන් ය. පිරිසිදු සිතින් යුතුව නිතර පරිත්‍යාගශීලීත්වයෙන් කායික වාචසික සංවරයෙන් මෛත්‍රිය, බුදුගුණ ආදි භාවනාවකින් සිත වඩමින් කල් ගත කිරීම මෙලොව ජීවිතය සතුටින් ගත කිරීමටත් (ඉධ නන්දති), ජීවිතය අවසානයේ සතුටින් කල් ගත කිරීමටත් (*පුඤ්ඤං සුඛං ජීවිතසංඛයම්හි*), පරලොව සුගතිගාමීව සතුටට පත්වීමටත් බෙහෙවින් හේතු වනු ඇත (භීයො නන්දති සුග්ගතිං ගතෝ). මේ අතර බුද්ධ, ධම්ම, සංඝ යන තෙරුවනෙහි ගුණ දැන ඒ කෙරෙහි ප්‍රසාදය ගෞරවය ශ්‍රද්ධාව වැඩෙන අයුරින් කල් ගත කිරීම ද සුගතිගාමී වීමට බෙහෙවින් උපකාරවත් වනු ඇත. තෙරුවන කෙරෙහි ඇති කර ගත් ශ්‍රද්ධා මාත්‍රය පවා පරලොව සුගතිගාමීවීමට හේතුවන බව බුදුදහමෙහි සඳහන් වේ. තෙරුවන වෙත නොවෙස්වන පැහැදීමක් ඇති කර ගැනීම මහා පුණ්‍ය ගංගාවක් බව අභිසන්ද සූත්‍රයෙහි පැහැදිලිව දැක්වේ. තව ද පංචශීලයෙන් යුතුව වාසය කිරීම ද මෙලොව යහපතට මෙන් ම පරලොව සුගතියට හේතු වනු ඇත. පරලොව දුගතිගාමී නොවන ලෙස තම සිත මැනැවින් සුරක්ෂිත කර ගැනීම යමකුට ලැබිය හැකි උසස් ම ආරක්ෂාවයි, රැකවරණයයි, රක්ෂණයයි.

සුගතිගාමී මාවත ලොව කලින් කල පහළ වන සත්පුරුෂ උතුමන් ලොවට පෙන්වා දෙන අනුශාසනයකි. එහෙත් විමුක්තිගාමී මාවත නිවැරදිව ලොවට දේශනා කරන්නේ සම්මා සම්බුදු උතුමකු පමණි. සසර භවයෙන් භවයට සැරිසැරීමට හේතුවත් එම සසර ගමන නවතාලන ඍජු මාවතත් තථාගතයන් වහන්සේ නමක් විසින් ලොවට අනාවරණය කර දෙන මහඟු උපදේශයකි. එම අනුශාසනය චතුරාර්ය සත්‍යය නමින් හැඳින්වේ. එනම් දුක, දුකට හේතුව, දුක නැති කිරීම හා දුක නැති කිරීමේ මාවත නම් වූ අංග හතරයි. මේ අංග හතරින් එකක් මැනැවින් දුටුවහොත් සෙසු අංග තුන ද අවබෝධ වනු ඇත. මෙහි ලා විශේෂයෙන් දුක යනු කුමක්ද යන්න මනාව තේරුම් ගැනීම බෙහෙවින් වැදගත් වේ. ඉපදීම, මහලුබව, ලෙඩවීම, මරණය, ප්‍රියයන්ගෙන් වෙන්වීම, අප්‍රියයන් හා

එක්වීම, කැමැති දෑ නොලැබීම යන කරුණු දුක වශයෙන් සඳහන් කරන භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ඒ සියල්ල කැටි කොට 'සංඛිත්තේන පංචුපාදනක්ඛන්ධා දුක්ඛා' යනුවෙන් පංචුපාදනස්කන්ධය දුක වශයෙන් සුවිශේෂී කරුණක් ලොවට පෙන්වා දෙති. එනම් අප ඇස්, කන් ආදි ඉන්ද්‍රිය ඔස්සේ රූප, ශබ්දදී අරමුණු විෂයයෙහි කිසියම් දැනුමක්, අද්දැකීමක් ලැබීමේ දී රූප, වේදනා, සඤ්ඤා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන ස්කන්ධ පංචකයේ හටගැනීම හා නිරුද්ධවීම නොදැනීමෙන් හටගන්නා මූලාවයි, එනම් අවිද්‍යාවයි. මෙම ස්කන්ධ පංචකයේ යථා ස්වභාවය නම් එය පෙර නොතිබී හටගෙන ඉතිරි නැතිව නිරුද්ධ වීමයි. මේ බව නොදන්නා ලෝකයා නිරුද්ධ වූ ස්කන්ධ පංචකය තවදුරටත් පවත්නා දෙයක් සේ නිත්‍ය, සැප, ආත්ම වශයෙන් ගැනීම නිසා ඊට ආශා කොට එහි සිත නිමග්න වීම නිසා දුක හටගනී. දුක්ඛ සත්‍යය නම් වූ මේ පංච උපාදනස්කන්ධයේ ස්වභාවය මනාව තේරුම් ගත් පමණට දුක්ඛ සමුදය නම් වූ තෘෂ්ණාව දුරු වනු ඇත. අවිද්‍යා පාදක මෙම තෘෂ්ණාව දුරුවූ පමණට දුක්ඛ නිරෝධය නම් වූ නිවන සාක්ෂාත් වී ස්කන්ධ පංචකය නම් වූ දුකින් නිදහස්වීමේ අවස්ථාව උදාවේ. ඒ සඳහා මාවත නම් වූ දුක්ඛ නිරෝධ ගාමිනී මාවත වශයෙන් දක්වා ඇත්තේ සම්මා දිට්ඨිය පෙරටු කොට ගත් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයයි. චතුරාර්ය සත්‍යය අවබෝධයට පාදක වන මූලික අවබෝධය ලැබෙන්නේ රූපාදී ස්කන්ධ පංචකයේ හටගැනීම නිරුද්ධවීම පෙන්වා දෙන පටිච්චසමුප්පාදය පිළිබඳ අවබෝධය තුළිනි. එනම් ඇස, කන, නාසය, දිව, ශරීරය, මනස යන ඉන්ද්‍රිය හය ඔස්සේ රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ඵොට්ඨබ්බ, ධර්ම යන අරමුණු පිළිබඳ කිසියම් අද්දැකීමක් ලැබීමේ දී රූප, වේදනා, සඤ්ඤා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන ස්කන්ධ පංචකය පෙර නොතිබී හටගෙන ඉතිරි නැතිව නිරුද්ධ වන බව (අහුත්‍වා සම්භූතං හුත්‍වා න භවිස්සති) පිළිබඳ අවබෝධයයි. හේතු ඇති විට ස්කන්ධ පංචකය හටගන්නා (අස්මිං සති ඉදං හොති) බවත් හේතු නැතිවීමෙන් ස්කන්ධ පංචකය ඉතිරි නැතිව ම නිරුද්ධ වන (අස්මිං අසති ඉදං න හොති) බවත් පිළිබඳ අවබෝධය මෙමගින් ලැබේ. තවද හේතූන්ගේ පහළවීමෙන් ස්කන්ධ පංචකය හටගන්නා බවත් (ඉමස්ස උප්පාද ඉදං උප්පජ්ජති), හේතු නැති වීමෙන් ස්කන්ධ පංචකය නිරෝධ වන බවත් (ඉමස්ස නිරෝධා ඉදං නිරුජ්ඣති) මෙමගින් ප්‍රත්‍යක්ෂ වේ. යමෙකු අනිත්‍යතාව පිළිබඳ මෙම ලෝක යථාර්ථය නොදැක වසර සියයක් ජීවත් වෙනවාට වඩා මෙම දර්ශනයෙන් යුතුව එක දවසක් ජීවත්වීම උතුම් බවත් ආනිසංසදායී බවත් භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කළහ. කෙතරම් ප්‍රඥාවන්ත වුව ද මෙම අනුශාසනය ලොව කිසිදු කෙනෙකුට බුදුවරයකුගේ හෝ බුද්ධශ්‍රාවකයකුගේ හෝ මග පෙන්වීමක් නැතිව තමාගේම ඥානයෙන් අවබෝධ කර ගැනීමට නුපුළුවන. බුදුරදුන්ට පමණක් ප්‍රඥාවෙන් දෙවැනි වූ සැරියුත් (උපතිස්ස) මාහිමියන්ට පවා මෙය අස්සජි මහරහතන් වහන්සේගෙන් අසා දැන ගැනීමට සිදුවිය. මෙම අනුශාසනය ඇසීමට ලැබීමත් එසේ ඇසීමේ දී නුවණ මෙහෙයවා එය තේරුම් ගැනීමත් මහත් වූ කුශලයක ඉෂ්ට විපාකයකි. එය තම බුද්ධිය උරගා බලන ලක්ෂණයක් වශයෙන් ද හැඳින්විය හැකිය.

ලොව වෙසෙන කිසියම් නුවණැති කෙනෙකුට තමාගේ විශේෂ ඥානයෙන් යමක් අවබෝධ කළ හැකි නම් අවබෝධ කළ යුතු නම් ඒ උතුම් ම ප්‍රධානතම දෙය වශයෙන් දක්වා ඇත්තේ රූපාදි ස්කන්ධ පංචකයේ හටගැනීම හා නිරෝධය (උදය - වය) පිළිබඳ ඥානයයි (අභිඤ්ඤා සුත්ත, අං.නි. චතුක්ක නිපාත). මැනැවින් දුක් දුරුකරලීමට හේතුවන ස්කන්ධ පංචකයේ හටගැනීම හා නිරෝධය පිළිබඳ ප්‍රඥාවෙන් යුක්තව වාසය කිරීම මහා පුණ්‍ය ගංගාවක් කුසල ගංගාවක් වශයෙන් අභිසන්ද සූත්‍රයෙහි සඳහන් වේ. යමකු තමාගේ විශේෂී ඥානයෙන් ස්කන්ධ පංචකයේ සමුදය හා නිරෝධය දුටුවහොත් ඉන්පසු තම නුවණින් අවිද්‍යාව හා භවතණ්හාව දුරු කිරීමට සමත් වේ. ඒ සඳහා සමථ විදර්ශනා යන අංග දෙක තම විශේෂ ඥානයෙන් වැඩීමට ද ඔහු දක්ෂ වනු ඇත. එහි ප්‍රතිඵල වශයෙන් විද්‍යා හා විමුක්ති යන අංග දෙක තම විශේෂ ඥානයෙන් සාක්ෂාත් කිරීමට ද හැකියාව ලැබෙනු ඇත.

බුදුරජාණන් වහන්සේ අප වෙත දේශනා කළේ දුකින් නිදහස්වීමේ මාවතයි. එනම් සිතෙහි ජනිත ලෝභ, ද්වේෂ, මෝහ දුරු කරන ආකාරයයි. අප සිත්හි කෙතෙක් දුරට දුක දුරු වූවා ද සිත කෙතෙක් දුරට මානසික සුවයෙන් පසුවනවා ද යන්න තීරණය කෙරෙන ප්‍රධාන සාධකය වන්නේ ලෝභාදි අකුසල විතර්ක දුරු වූ ප්‍රමාණයයි. ඒ සඳහා එක් අතකින් අප සිත්හි මෛත්‍රිය දියුණු විය යුතු අතර අනෙක් අතින් ප්‍රඥාව වර්ධනය විය යුතු ය. මානසික සුවයක් කරා පිය නගන ගමන්

මගෙහි ප්‍රධාන සලකුණක් සේ මෛත්‍රිය වර්ධනය වීම දැක්විය හැකි ය. කරණීය මෙත්ත සූත්‍රයෙහි නිවන් මග විස්තර කිරීමේ දී මෛත්‍රී වැඩීම මූලික කරුණක් වශයෙන් දක්වා තිබේ. මෛත්‍රී වැඩූ පමණට සිතෙහි ඇති ද්වේෂය තරහව දුරුවී සැලකිය යුතු මානසික සුවයක් ලබා ගත හැකි වේ. මෙහි ප්‍රතිඵල වශයෙන් යමෙක් දුටු සැණින් ඔහු තමාගේ එක ම පුතා යන හැඟීමෙන් සෙනෙහසින් සහ මෙත් සිතින් දැකීමට හුරු වේ. මෙය උසස් මානසික දියුණුවකි. මෛත්‍රිය ඇති පමණට කරුණාව, මුදිතාව, උපේක්ෂාව යන සෙසු බ්‍රහ්ම විහරණ ද නිරායාසයෙන් සිතෙහි වර්ධනය වේ. එක් අතකින් මෛත්‍රිය වැඩෙන අතර අනෙක් අතින් ප්‍රඥාව ද දියුණු විය යුතු වේ. එනම් කර්මය හා කර්මඵල අදහන නුවණ (කම්මස්සකතා සම්මාදිට්ඨිය) හා චතුරාර්ය සත්‍ය අවබෝධයෙන් යුතු (ආර්ය සම්මා දිට්ඨියයි) නුවණයි. ප්‍රඥාවෙහි මුල් පියවර නම් තමා විසින් සිදු කරන කුසලාකුසල කර්මයන්ට අනුව විපාක ලැබෙන බව පිළිබඳ නුවණයි. එනම් තම සිත අපිරිසිදුව කය, වචන, සිත යන තිදෙරින් කරන කර්මයන්ට අනුරූපව දුක් විපාක ලැබෙන බවත් සිත පිරිසිදුව කය, වචන, සිත යන තිදෙරින් කරන ක්‍රියාවන්ට අනුරූපව සැප විපාක ලැබෙන බවත් දක්නා නුවණයි. මෙම අවබෝධය ලද පමණට අකුසලයෙන් මිදී හැකිතාක් කුසල් රැස් කර ගනිමින් තම මෙලොව පරලොව ජීවිත සඵල කර ගැනීමට යුහුසුලුව ක්‍රියා කරයි. චතුසච්ච සම්මා දිට්ඨිය යනු හේතුඵල දහම නොහොත් පටිච්චසමුප්පාද නුවණයි. එනම් ඇස්, කන්, නාසාදි ඉන්ද්‍රියයන්ට රූප, ශබ්ද, ගන්ධාදි අරමුණු ස්පර්ශ වීමේදී පංචුපාදනස්කන්ධ හටගන්නා බවත් එය පෙර නොතිබී හටගෙන ඉතිරි නැතිව නිරුද්ධ වන බවත් පිළිබඳ අවබෝධයයි. මෙම අවබෝධය ලද පමණට මානසික දුක් පීඩාවලින් නිදහස්වීමට අවකාශ සැලසේ. මෙම අවබෝධය මුලදී සුතමය ඥාණය වශයෙන් ඇසීමෙන් ලබාගෙන පසුව එය යෝනිසෝ මනසිකාරයෙහි යෙදීම් වශයෙන් නිතර සිතමින් චින්තාමය ඥාණය දියුණු කර ගනිමින් සමථ විදර්ශනා භාවනා වඩමින් එය තවදුරටත් ස්ථාවර කර ගැනීමට භාවනාමය ඥාණය දියුණු කර ගත යුතුව ඇත. මෙහි ලා විශේෂයෙන් සතර සතිපට්ඨානයෙහි නියැළීම බුදුරජාණන් වහන්සේ බෙහෙවින් අවධාරණය කොට ඇත. හේතුඵල දහම පිළිබඳ අවබෝධයෙන් යුතුව සතර සතිපට්ඨානයෙහි නිරතුරුව යෙදීමෙන් කෙලෙසුන්ගෙන් නිදහස් වෙමින් නිවන් මාවතෙහි ඉදිරිය බලා පියවර නැඟීමට හැකියාව ලැබෙනු ඇත. 'ඇත' (ශාශ්වත), 'නැත' (උච්ඡේද) යන දෘෂ්ටීන්ට නොපැමිණ අනිත්‍යතාව පිළිබඳ මනා නුවණින් යුතුව යමෙකු සතිපට්ඨානය තුළ වාසය කිරීම බුදුරජාණන් වහන්සේ නමැති පියාගේ භූමියෙහි (පිතෘ විෂයයෙහි) වාසය කිරීමක් වශයෙන් දක්වා තිබේ. මෙලෙස පිතෘ විෂය නම් වූ සතිපට්ඨානයෙහි වාසය කළ පමණට මාරයාගෙන් මිදී මනා රැකවරණයක් සලසා ගත හැකි වේ. යම්තාක් සතිපට්ඨානය තුළ වාසය කරයි ද ඒතාක් මාරයාට තමා නොපෙනෙන අතර තමාට මාරයා දර්ශනය වේ. යම් විටෙක සතිපට්ඨානයෙන් වෙන් ව නිත්‍ය, සුභ, සැප, ආත්ම සංඥාවෙහි සිටී ද එවිට වාසය කරන්නේ මාරයාගේ භූමිය (මාර විෂය) තුළයි. එවිට තමාට මාරයා නොපෙනෙන අතර මාරයාට තමාව දර්ශනය වේ. එවිට මාරයාට කැමැති දෙයක් කිරීමේ හැකියාව පවතී. සතිපට්ඨානය භාවිත කිරීමේ දී කාය, වේදනා, චිත්ත, ධම්ම යන සතර තැන්හි තම සිහිය පිහිටුවා ගනිමින් තම කය හා සිත (නැතහොත් නාම රූප) අවබෝධය ලබමින් ඒවායෙහි හටගැනීම් (සමුදය) නිරුද්ධ (වය) වීම් දැකීම් සංඛ්‍යාත උදයව්‍යයගාමී ඥාණය දියුණු කිරීමට සමත් වුවහොත් තමා නිරතුරුව කෙලෙසුන්ගෙන් දුරු වෙමින් දුකින් නිදහස් වෙමින් නිවන් මගෙහි ඉදිරියට ගමන් කරනු ඇත.

චතුරාර්ය සත්‍යය

සතර සතිපට්ඨානය නම් වූ ඒකායන නිවන් මගෙහි ආරම්භයෙහි දීම චතුරාර්ය සත්‍යය පිළිබඳ නිවැරදි දැනුමක් ඇති කර ගැනීම බෙහෙවින් වැදගත් වේ. මෙහි දී දුක හා දුක්ඛ ආර්ය සත්‍යය අතර වෙනස පැහැදිලිව හඳුනා ගත යුතුය. **දුක යනු ඉපදීම, මහලුබව, ලෙඩවීම, මරණය ආදි වශයෙන් දැක්වෙන කායික වූ ද මානසික වූ ද දුක් සමුදායයි. දුක්ඛ සත්‍යය යනු** ඊට වඩා ගැඹුරු අවබෝධයකි. එනම් **ඇස, කන ආදි ඉන්ද්‍රිය ඔස්සේ රූප, ශබ්දාදි අරමුණු ස්පර්ශ වීමේ දී බාහිර ද්‍රව්‍ය හා පුද්ගලයන් ඇත යැයි අවිද්‍යා සහගතව ගන්නා ස්වභාවයයි.** ඇසින් රූපයක් දකින විට කිසියම් දෙයක් හෝ පුද්ගලයෙක් බාහිර ඇත යැයි ඒ තුළ සිත බැස ගත හොත් ජරා, මරණාදි දුක් සමුදාය

තමා වැළඳ ගත්තේ වෙයි. සමුදය යනු බාහිර පුද්ගලයන්ට හා ද්‍රව්‍යයන්ට ඇති ආශාවයි. සමුදය ආර්ය සත්‍යය යනු තමා ජීවත් කරවන්නට තම ආධ්‍යාත්මයට ඇති ඇල්මයි. එනම් නිකාන්ති තණ්හාවයි, නන්දිරාගයයි. බාහිර පුද්ගලයන්ට හා ද්‍රව්‍යයන්ට ආශා කරන්නේත් ද්වේෂ කරන්නේත් මෙලෙස තම අභ්‍යයන්තරයෙහි තමා ජීවත් කරවන්නට තමාට සැප ලබා ගන්නට ඇති ආශාව හේතුවෙනි. අවිද්‍යා පාදකව තම අභ්‍යන්තරයට ආශාව ඇති විට තමා කැමැති දෙයට ඇලෙන අතර තමා අකැමැති දෙය හා ගැටෙයි. නිරෝධය යනු බාහිර දේවලට ඇති ආශාව නැති කිරීමයි. නිරෝධ ආර්ය සත්‍යය යනු තමාගේ නිකාන්ති තෘෂ්ණාව හෙවත් නන්දි රාගය දුරු කරලීමයි. මෙලෙස නන්දි රාගය දුරු කළ හැක්කේ ඊට අදළ දර්ශනයකිනි. එනම් සම්මාදිට්ඨිය පෙරටු කොටගත් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයෙනි. එනම් බාහිර රූප, ශබ්දදියක් ඇස, කන ආදි ඉන්ද්‍රිය වෙත පතිත වන විට ම එහි හටගන්නා ආකාරය පිළිබඳ මනා වැටහීමකින් යුතුව සිටීමෙනි. ඇස, කන ආදි අභ්‍යන්තර ආයතනත්, රූප, ශබ්දදි බාහිර අරමුණුත්, චක්ඛු විඤ්ඤාණ, සෝත විඤ්ඤාණ ආදි දන ගැනීමුත් පෙර නොතිබී හටගෙන ඉතිරි නැතිව නිරුද්ධ වන බව පිළිබඳ යෝනිසෝ මනසිකාරයෙන් පසුවීමෙනි. එවිට බාහිර අරමුණු විෂයයෙහි සිත පතිත නොවන අතර අභ්‍යන්තර සිත තුළ ද තමා පිහිටා නොසිටී. සම්පූර්ණයෙන් ම ප්‍රඥාවෙන් ක්‍රියා කරන්නෙක් බවට පත් වෙයි.

සතර සතිපට්ඨානය

බුදුරජාණන් වහන්සේ පුරා වසර 45ක් ලෝසතුන් වෙත දේශනා කළ සද්ධර්මය නිවන ඉලක්ක කොට වූවකි. මුහුදු ජලය කොතැනින් ගත්ත ද එහි ඇත්තේ එක ම ලුණු රසයයි. එමෙන් ම තථාගත දේශිත සමස්ත බුද්ධවචනය තුළ ම අන්තර්ගත ව ඇත්තේ නිවන් හෙවත් විමුක්ති රසයයි. ඒ අතර ද මහාසතිපට්ඨාන සූත්‍රය සුවිශේෂී අනුශාසනාවකි. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ 'සත්ත්වයන්ගේ පිරිසිදු බව පිණිස, ශෝක පරිද්‍රවයන්ගේ ඉක්මවීම පිණිස, දුක්දෙම්නස් නිම කිරීම පිණිස, ඥානය ලැබීම පිණිස, නිර්වාණාවබෝධය සාක්ෂාත් කිරීම පිණිස' දේශනා කළ ඒකායන මාවත මෙම සූත්‍රයෙන් විස්තර වේ. උන් වහන්සේ විවිධ අවස්ථාවන්හි නිවන් මග පහද දෙමින් දේශනා කළ කරුණු රැසක් මෙම එක ම මහාසතිපට්ඨාන සූත්‍රයෙහි අන්තර්ගත ව ඇත. ඒ අතර ස්කන්ධ, ධාතු, වේදනා, විඤ්ඤාණ, ආනාපානසති, කායගතාසති, නීවරණ, ආයතන, චතුරාර්ය සත්‍යය, බොජ්ඣංග, ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය, නිර්වාණය ආදි ඉගැන්වීම් සෘජු ව ම දක්වෙන අතර ත්‍රිලක්ෂණය, කර්මය, සංසාරය, හේතුඵලදහම ආදිය වක්‍ර ව දක්වේ. සතර සතිපට්ඨානය වැඩූ පමණට සතර සෘද්ධිපාද, සතර සම්‍යක් ප්‍රධාන වීර්ය, පංච ඉන්ද්‍රිය, පංච බල, සත්ත බොජ්ඣංග, ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ය ආදි සෙසු බෝධි පාක්ෂික ධර්ම සම්පූර්ණත්වයට පත්ව විද්‍යා විමුක්ති දක්වා ම සිත දියුණුවට පත්වේ.

සත්ත්වයාගේ සමස්ත ජීවිත පැවැත්ම වෙත ම අවධානය යොමු කරවා එහි යථාර්ථය අවබෝධ කරවා ඊට ඇති ඇල්ම දුරුකොට සසරගත දුකින් සත්ත්වයා මුදවාලීමේ කරුණාධ්‍යාශයෙන් භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මේ සූත්‍රය දේශනා කොට ඇත. සමස්ත සූත්‍රයෙන් ම අවධානය යොමු කරවන්නේ සිහිය මැනැවින් පිහිටුවීමට අවශ්‍ය මගපෙන්වීම ලබා දීමටයි. සත්ත්වයාගේ සිත හා කය (නැතහොත් නාමරූප, ස්කන්ධ, ධාතු, ආයතන ආදි) වශයෙන් දක්වෙන සමස්ත අද්දැකීම් සමුදය පිළිබඳ ව ම පරිපූර්ණ වශයෙන් මනා සතිමත් බවක් ඇති කරලීම සඳහා මෙමගින් අනුශාසනා කෙරේ.

ජීවිතයේ සනාතන රැකවරණය උදෙසා...

බුදුරදුන් වෙත පැවිදි වූ ශ්‍රාවකයන්ගේ පිතෘවිෂය (පියාගේ වපසරිය) ලෙස දක්වා ඇත්තේ සතර සතිපට්ඨානයයි (ගොචරෙ භික්ඛවෙ, චරථ සකෙ පෙත්තිකෙ විසයෙ). තම ශ්‍රාවකයන්ට සතර සතිපට්ඨානය නමැති සිය පියාගේ විෂයයෙහි හැසිරෙන ලෙසත් එසේ හැසිරීමෙන් අනතුරකින් තොරව ධර්මමාර්ගයෙහි ගමන් කළ හැකි බවත් බුදුරදුන්ගේ අනුශාසනයයි. සසර කතරෙහි ගමන් කරන අසරණ සත්ත්වයන්ට ලැබෙන ක්ෂේම භූමිය වන්නේ සතර සතිපට්ඨානයයි. විශේෂයෙන්

අලුතින් පැවිදි ව සසුන්වන් නවක පැවිද්දන් මෙම සතර සතිපට්ඨානයෙහි හික්මවන ලෙස භාග්‍යවතුන් වහන්සේ භික්ෂූන් වහන්සේට අනුශාසනා කළහ. සම්බුදු සසුන විෂයයෙහි ශ්‍රද්ධා බීජය ජනිත වී තම ශීලයත් ප්‍රඥාවත් වැඩිදියුණු වීමට මෙම දහම් මග බෙහෙවින් උපකාරීවීම මීට හේතුවයි. තවද කිසියම් භික්ෂුවක් තමා තමාට ම ප්‍රදීපයක් (නොහොත් දිවයිනක්) සරණක් කොට විසීමට කැමැති නම් නම් කළ යුත්තේ මෙම සතර සතිපට්ඨානය වැඩීම බව සඳහන් වේ. යමෙකුට සැබෑ රැකවරණයක් සැලසෙන්නේ සතිපට්ඨානය වැඩීමෙනි. සත්ත්වයාගේ ඇස, කන ආදි පංච ඉන්ද්‍රියයන්ට රැකවරණය සිතයි. හුදෙක් සිතක් තිබූ පමණින් එයට ආරක්ෂාවක් නොමැත. සිතට රැකවරණය ලෙස දක්වා ඇත්තේ සතිය හෙවත් සතිමත් බවයි. එම සිහියට රැකවරණයක් ලැබෙන්නේ කෙලෙසුන්ගෙන් සිත මුදවා ගැනීම නම් වූ විමුක්තිය තුළිනි. විමුක්තිය නිවන පිළිසරණ කොට පවතී. එමනිසා සතිපට්ඨානය වැඩීම රාග, ද්වේෂ, මෝහ දුරුකිරීම සඳහා වූ අසංඛත මාර්ගය ලෙස විස්තර වේ (සතිපට්ඨාන සුත්ත, සං.නි. සළායතන වග්ග)

නිවන් මග විවරණය කෙරෙන සූත්‍ර ධර්ම අතර මහාසතිපට්ඨාන සූත්‍රයට ප්‍රධාන තැනක් හිමි වේ. සම්පූර්ණ නිවන් මග සවිස්තරාත්මක ව එහි සඳහන් ව ඇත. බුදුදහමෙහි ප්‍රධාන ඉගැන්වීම් රැසකට මහාසතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ ඇතුළත් කරුණු සම්බන්ධ ව පවතී. සංසාරගත සත්ත්වයා අනාදිමත් කාලයක් තිස්සේ අපමණ දුක් රැසක් විඳිමින් සසර සැරිසරන්නේ ලෝකය පිළිබඳ වැරදි ආකල්ප හතරක් නිසාවෙනි. මෙය 'සතර විපල්ලාස' නමින් හැඳින්වේ.

ඒවා නම් :-

1. අසුභෙ සුභසඤ්ඤා (අසුභ දෑ සුභ වශයෙන් හඳුනා ගෙන සිටීම)
2. දුක්ඛෙ සුඛසඤ්ඤා (දුක් දෑ සැප වශයෙන් හඳුනා ගෙන සිටීම)
3. අනිච්චෙ නිච්චසඤ්ඤා (අනිත්‍ය දෑ නිත්‍ය වශයෙන් හඳුනා ගෙන සිටීම)
4. අනත්තෙ අත්තසඤ්ඤා (අනාත්ම දෑ ආත්ම වශයෙන් හඳුනා ගෙන සිටීම)

හුදෙක් යමක් අසුභ හෝ දුක් හෝ අනිත්‍ය හෝ අනාත්ම හෝ වූ පමණින් සත්ත්ව සන්තානයට දුක හට නොගනී. දුක හටගන්නේ අසුභ දේ සුභ ලෙසත් දුක් දේ සැප ලෙසත් අනිත්‍ය දේ නිත්‍ය ලෙසත් අනාත්ම දේ ආත්ම ලෙසත් වශයෙන් පවත්නා වැරදි චින්තනය නිසයි. මහාසතිපට්ඨාන සූත්‍රයෙහි සඳහන් සතර සතිපට්ඨානයෙන් ඉහත දැක්වූ සතර විපල්ලාස දුරුවීමට මග පෙන්වයි. කායානුපස්සනාවෙන් 'අසුභෙ සුභසඤ්ඤාව' ද වේදනානුපස්සනාවෙන් 'දුක්ඛෙ සුඛසඤ්ඤාව' ද චිත්තානුපස්සනාවෙන් 'අනිච්චෙ නිච්චසඤ්ඤාව' ද ධම්මානුපස්සනාවෙන් 'අනත්තෙ අත්තසඤ්ඤාව' ද දුරුවීමට අනුශාසනා කෙරේ. මෙලෙස සතර සතිපට්ඨානය වැඩීමෙන් සතර විපල්ලාස දුරුවන අතර, සතර ආහාරය පිරිසිඳ දැනීමට ද අවකාශ සැලසේ. කායානුපස්සනාව වැඩීමෙන් 'කබලිඞ්කාර ආහාරය' පිරිසිඳ දැනීමටත් වේදනානුපස්සනාව වැඩීමෙන් 'ඵස්ස ආහාරය' පිරිසිඳ දැනීමටත් චිත්තානුපස්සාව වැඩීමෙන් 'විඤ්ඤාණ ආහාරය' පිරිසිඳ දැනීමටත් ධම්මානුපස්සනාව වැඩීමෙන් 'මනෝසඤ්චේතනා ආහාරය' පිරිසිඳ දැනීමටත් හැකියාව ලැබේ.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දුක පිළිබඳ විග්‍රහ කරමින් ජාති, ජරා, මරණාදි දුක් දක්වා ඒ සියල්ලට ම පදනම ලෙස දැක්වූයේ උපාදානස්කන්ධ පංචකයයි (සංඛිත්තේන පඤ්චුපාදනක්ඛන්ධා දුක්ඛා). සතර සතිපට්ඨානය වැඩීම ස්කන්ධපංචකය පිරිසිඳ දැන ඊට ඇති ඇල්ම දුරුකර දුකින් නිදහස් වීමට හේතු වේ. ඒ අනුව කායානුපස්සනාව වැඩීමෙන් රූපස්කන්ධය පිරිසිඳ දැනීමටත් වේදනානුපස්සනාව වැඩීමෙන් වේදනාස්කන්ධය පිරිසිඳ දැනීමටත් චිත්තානුපස්සනාව වැඩීමෙන් විඤ්ඤාණස්කන්ධය පිරිසිඳ දැනීමටත් ධම්මානුපස්සනාව වැඩීමෙන් සඤ්ඤා, සංඛාර යන ස්කන්ධ පිරිසිඳ දැනීමටත් අවකාශ සැලසේ. තවද සමස්ත බුද්ධවචනය නාමරූප පිරිසිඳ දැන ඒ කෙරෙහි පවත්නා ඇල්ම දුරුකිරීමට මග පෙන්වන දහමකි. කායානුපස්සනාවෙන් රූප ද සෙසු අනුපස්සනා තුනෙන් නාම ද පිරිසිඳ දැනීමට මග පෙන්වයි. මෙලෙස සතර සතිපට්ඨාන වැඩීම සම්මුති වශයෙන් සත්ත්වයා යනුවෙන් ව්‍යවහාර කෙරෙන සියල්ල වටහා ගැනීමටත් තෘෂ්ණා, දෘෂ්ටි, මාන වශයෙන් ඒ පිළිබඳව පවත්නා සියලු ආශ්‍රව දුරු කිරීමටත් මාවත වේ. සතර සතිපට්ඨානය වැඩීම සමස්ත බුද්ධවචනය අනුගමනය කිරීමක් වන අතර එය සම්මා දිට්ඨිය පෙරටු කොටගත් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයේ සම්මා සතිය තුළින් ප්‍රකට වන්නකි.

ලොව වෙසෙන ඕනෑම පුද්ගලයකුගේ උසස් අභිලාස කිහිපයක් මෙහි සඳහන් ව ඇත. මෙකී ප්‍රතිඵල සාක්ෂාත් කරගනු වස් ආරම්භයේදී ම තමා තුළ ඇති කර ගත යුතු ලක්ෂණ කිහිපයක් සූත්‍රයෙහි දැක්වේ. එනම් කෙලෙස් තවන වීර්යයෙන්, නුවණින් සිහියෙන් යුතු ව ලෝකය හෙවත් පඤ්චස්කන්ධය පිළිබඳ ව දැඩි ලෝභය හා දොම්නස දුරු කොට ('...*ආතාපී සම්පජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා දොමනස්සං....*') සතිපට්ඨානයෙහි යෙදිය යුතු බව බුදුරජාණන් වහන්සේ අනුශාසනා කරති. සිතෙහි දැඩි ලෝභය හා දොම්නස භාවනාවට බාධාවකි. එබැවින් ලෝභය හැකිතාක් අවම කොට දොම්නස් සිතිවිලිවලින් තොර ව ධර්මානුකූල ප්‍රීතියක් සහිත ව භාවනාවට සූදානම් වීම අවශ්‍ය කෙරේ. සතිපට්ඨානය වැඩීමට අපේක්ෂා කරන්නකු විසින් මෙම කරුණු පිළිබඳ ව මුල දී ම දැනුවත් ව එය අනුගමනය කළ යුතු ය.

තවද සතර සතිපට්ඨානය වැඩිමේ දී කුසල දහම්හි ආරම්භයේ දී පාරිශුද්ධත්වය ඇති කර ගත යුතු බව සඳහන් ව ඇත. මෙහි කුසල දහම්හි ආරම්භය වශයෙන් දක්වා ඇත්තේ සීලයෙන් පිරිසිදු බවට පත් ව දෘෂ්ටිය ඍජු කර ගැනීමයි. (... *ආදිමෙව විසොධෙහි කුසලෙසු ධම්මෙසු. කො ච ආදි කුසලානං ධම්මානංඃ සීලං ච සුවිසුද්ධං, දිට්ඨි ච උජුකා.* භික්ඛු සුත්ත, සං.නි.5-1, 262 පිට). ඒ අනුව පංචශීලය ආදි ශීලයක මැනැවින් පිහිටා ශාශ්වත, උච්ඡේද යන අන්තද්වයෙන් තොර ව දර්ශන සම්පත්තියෙන් යුතු ව සතර සතිපට්ඨානය භාවිත කළ යුතු ව ඇත.

විභංග සූත්‍රයෙහි (සං.නි.5 (1), 326 පිට) දැක්වෙන පරිදි මෙහි දී සතිපට්ඨානය, සතිපට්ඨාන භාවනාව හා සතිපට්ඨානගාමිනී පටිපදව යන ප්‍රභේද තුන ම තේරුම් ගැනීම අවශ්‍ය වේ. එය සතර සතිපට්ඨානය වැඩීමේ මූලික පදනම වේ. සතර සතිපට්ඨානය නිසිලෙස වැඩෙන්නේත් එමගින් අපේක්ෂිත අරමුණු සපුරා දුකින් නිදහස්වීමට අවස්ථාව ලැබෙන්නේත් මෙම අවබෝධය මතයි.

> *'සතිපට්ඨානඤ්ච වො භික්ඛවේ, දේසිස්සාමි සතිපට්ඨානභාවනඤ්ච සතිපට්ඨානභාවනාගාමිනිඤ්ච පටිපදං.'*

සතිපට්ඨානය ඃ-

'සති' යනු සිහියයි. 'පට්ඨාන' යනු නිවැරදි ලෙස පිහිටුවා ගැනීමයි. ඒ අනුව 'සතිපට්ඨාන' යනු අපගේ අවධානය හෙවත් සිහිය නිවැරදි ලෙස පිහිටුවා ගත යුතු ආකාරය පිළිබඳ විස්තර වන අනුශාසනයයි. මෙම සිහිය අපගේ සමස්ත ජීවිතය කෙරෙහි ම යොමු කරලීම මෙහිදී සිදු වේ. ඒ අනුව කය (කාය), වේදනා (වේදනා), සිත (චිත්ත), සිතිවිලි (ධම්ම) යන ස්ථාන හතරෙහි සිහිය හා නුවණ දියුණු කරලීම අවශ්‍ය කෙරේ. කෙටියෙන් ගතහොත් අපගේ කය හා සිත පිළිබඳ අවධානය පවත්වා ගැනීමයි. නිතර විසිරී පවත්නා සිත වර්තමානය තුළ පවත්වා ගනිමින් තම ජීවිත අද්දැකීම් දෙස සිහිය හා නුවණ භාවිත කිරීම මෙහිදී සිදු වේ. බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් දේශිත නිවී සැනැහෙන මාවතෙහි වැඩිය යුතු ගුණාංග අතර සතිපට්ඨානයට හිමි වන්නේ සුවිශේෂී ස්ථානයකි. සතිසම්පජඤ්ඤ, සතර සතිපට්ඨාන, සති ඉන්ද්‍රිය, සති බල, සති සම්බොජ්ඣංග, සම්මා සති ආදි මූලික ඉගැන්වීම් රැසක ප්‍රධාන කරුණක් ලෙස සතිය විස්තර කොට ඇත්තේ එබැවිනි. අප කෙතෙක් දුර කෙලෙස් දුරලමින් මානසික සුවය ලබා ගැනීමෙහි නිරත වී සිටිනවා ද යන්න තීරණය කෙරෙන ප්‍රධාන සාධකයක් වන්නේ සතිපට්ඨානය කෙතෙක් දුරට වඩනවා ද යන කරුණයි.

සතිපට්ඨාන භාවනාව ඃ-

ඉහත දැක්වූ පරිදි තම කය, වේදනා, සිත හා සිතිවිලි අනුව සිහිය පිහිටුවා ගැනීමෙන් අනතුරුව ඒවායේ හටගැනීම (සමුදයධම්මානුපස්සී විහරති) හා එහි නිරෝධය (වයධම්මානුපස්සී විහරති) වෙන වෙනමත් හටැනීම හා නිරෝධය එකටත් (සමුදයවයධම්මානුපස්සී විහරති) නුවණින් මෙනෙහි කරමින් වාසය කිරීම සතිපට්ඨාන භාවනාවයි. එනම් පටිච්චසමුප්පාද අවබෝධය මත

පිහිටා අනිත්‍යතාව නුවණින් මෙනෙහි කරමින් ත්‍රිලක්ෂණය (අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනත්ත) ප්‍රකට කර ගැනීමයි. මෙහි දී ස්කන්ධ, ධාතු, ආයතන වශයෙන් තම ජීවිතය පිළිබඳ සමස්ත අද්දැකීම්හි පවත්නා සැබෑ තත්ත්වය නුවණින් මෙනෙහි කෙරේ.

සතිපට්ඨානභාවනාගාමිනී පටිපදව :-

සතිපට්ඨානභාවනාගාමිනී පටිපදව ලෙස මෙහි දක්වා ඇත්තේ සම්මාදිට්ඨිය පෙරටු කොටගත් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයයි. මෙහි දී විශේෂයෙන් දුකෙහි හටගැනීම හා නිරෝධය පිළිබඳ අවබෝධයෙන් යුතු සම්මාදිට්ඨිය පිළිබඳ පැහැදිලි අවබෝධයක් තිබීම අවශ්‍ය කෙරේ. එනම් ඇස, කන, නාසාදි ඉන්ද්‍රියවලට රූප, ශබ්ද, ගන්ධාදිය පතිත වීමේ දී ඒ පිළිබඳ අනවබෝධයෙන් (අවිද්‍යාවෙන්) සිටි විට රූප, වේදනා, සඤ්ඤා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන පංචුපාදනාස්කන්ධය ගොඩනැගී දුක හටගන්නා බවත්, ප්‍රඥාවෙන් (විද්‍යාවෙන්) යුතුව එය දුටුව හොත් පංචුපාදනස්කන්ධය ගොඩනොනැඟී දුකින් නිදහස් වන බවත් පිළිබඳ අවබෝධයයි. එවිට පංචස්කන්ධය පමණක් ඇති එහි අවබෝධය පමණක් ලැබෙන අතර පංචුපාදනස්කන්ධ නමැති දුක හට නොනගී. කලණ මිතුරු ඇසුර හා සද්ධර්මශ්‍රවණය තුළින් මෙම අවබෝධය ලද පමණට සම්මා සංකප්ප ආදි සෙසු අංග සම්පූර්ණ කරමින් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයේ ඉදිරියට ගමන් කරනු ඇත. මේ අනුව හේතුඵල දහම හෙවත් පටිච්චසමුප්පාදය පදනම් කොටගත් චතුරාර්ය සත්‍යය පිළිබඳ ශ්‍රැතමය ඥාණය සතිපට්ඨානය ආරම්භයේදී ම ඇති කර ගැනීම බෙහෙවින් වැදගත් වේ.

සතර සතිපට්ඨානය ඔස්සේ ධර්ම මාර්ගයේ ඉදිරියට යාමේදී කරණීය මෙත්ත සූත්‍රයේ ඇතුළත් කරුණු නිරතුරුව සිහියේ තබා ගනිමින් ඒවා අනුගමනය කිරීමට ද අවශ්‍ය කෙරේ. ඒ අනුව දක්ෂබව, ඍජුබව, වඩාත් ඍජු බව, සුවචබව, මුදුබව, අනතිමානීබව, ලද දෙයින් සතුටුවීම, පහසුවෙන් පෝෂණය කළ හැකි බව, කටයුතු අල්පබව, සැහැල්ලු ගති ඇතිබව, සන්සුන් ඉඳුරන් ඇතිබව, නුවණැතිබව, දඩබ්බර නැතිබව, කුලයන්හි නොඇලුණු බව, නුවණැත්තන් දෙස් නගන සුළු හෝ වරදක් නොකර සිටීම යන ලක්ෂණයන්ගෙන් යුතු ව නිතර මෙත් සහගත සිතින් සිල්වත්ව අනිත්‍යතාව දක්නා නුවණින් වාසය කිරීම අවශ්‍ය කෙරේ.

බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ගුණ සිහිපත් කරමින් සම්බුදු තෙමඟුල සමරන අද වැනි වෙසක් දිනෙක වඩ වඩාත් ධර්මය ශ්‍රවණය කරමින් එම දහම් මගෙහි අප්‍රමාදීව හැසිරීමට අදිටන් කර ගත යුතු ය. තමා දහමින් කෙතරම් දුරට ප්‍රතිඵල නෙලා ගත්තේ ද යන්න තීරණය කෙරෙන ප්‍රධාන සාධකයක් නම් තමා කෙතෙක් දුරට දුකින් නිදහස් වූවා ද යන කරුණයි. එහි දී තමා තුළ ලෝභ, ද්වේෂ, මෝහ යන අකුසල මූල අඩු විය යුතු ය. තවද පරිත්‍යාගශීලීත්වය, මෛත්‍රිය, ප්‍රඥාව දිනෙන් දින දියුණු වේ. එහි දී නිතර සිහියෙන් හා නුවණින් කල්ගත කිරීම ද තමා ගේ ආධ්‍යාත්මික දියුණුව මැන බලන සාධක වේ. හැම මොහොතෙහි ම තම කය හා සිත පිළිබඳ සිහිය නුවණ පවත්වා ගනිමින් අනිත්‍යතාව දකිමින් වාසය කිරීම ජීවිතයේ ප්‍රධාන පරමාර්ථය කර ගත යුතුය. දහමෙහි හැසිරීමෙන් තම මානසික සුවය දියුණු වීමත් සමග තමාට නිරතුරුව බුද්ධ, ධම්ම, සංඝ යන තෙරුවනෙහි ගුණ සිහිපත් වෙමින් නිතර තෙරුවන් ඇසුරු කරමින් ජීවත් වීමට හුරු වේ. එවිට තමා දිනපතා වැඩිපුර ම සිහිපත් වන්නේ තෙරුවනයි. මෙලෙස තමා දහමින් ප්‍රයෝජන ගන්නා අතර මතු පරපුරට ද මෙම උතුම් දහම උරුම කර දීම තම වගකීමක් කොට සැලකිය යුතු ය. තමා සම්බුදු සසුනෙහි අවසාන පුද්ගලයා නොවීමට තථාගත දහම් මතු පරපුරට උරුම කරදීම අවශ්‍ය කෙරේ. සම්බුද්ධ පරිනිර්වාණයෙන් වසර 2561 සමරන මෙම වෙසක් පුන් පොහෝද සදහම් අසා පිළිවෙත් පුරා බුදුපියාණන් වහන්සේට ප්‍රතිපත්ති පූජාවෙන් බුහුමන් දක්වමු.

UD11

ඔබ සැමට තෙරුවන් සරණයි !

බු.ව. 2562 වෙසක් පුන් පොහෝ දින

(ව්‍ය.ව.2018 මැයි මස 5 වැනිද)

පැසදිනාහි ලොස් ඇන්ජලිස් බෞද්ධ විහාරස්ථානයේ සීල සමාදනය

(05.05.2018)