

වරදින් මිදීම

පොකුණුවිට, ශ්‍රී විනයාලංකාරාමවාසී,
පූජ්‍ය කුකුල්පනේ සුදස්සී ස්වාමීන් වහන්සේ

ප්‍රණයානුමෝදනාව

2015 මාර්තු මස 07 වන දින අභාවප්‍රාප්ත වූ මාගේ පියාණන්ගේ 78 වන ජන්ම දිනය නිමිතිකොට ගෙන පූජ්‍ය කුකුල්පනේ සුදස්සී ස්වාමීන් වහන්සේ විසින් අප නිවසේදී පවත්වන්නට යෙදුණු ධර්ම දේශනයයි, මෙසේ ධර්ම පුස්තකයක් බවට පත්වන්නේ.

බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් වදාළා වූ ශ්‍රී සද්ධර්මය අප පිළිබඳ වූ කරුණාවෙන් දේශනා කරන්නා වූ ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්සේට මේ ශාසනික මෙහෙවර බොහෝ කාලයක් කරගෙන යන්නට කායික, මානසික, නිදුක් නිරෝගී භාවය හා චිර ජීවනය වේවා! ප්‍රාර්ථනීය බෝධියකින් අමා මහ නිවනින්ම සැනසීම වේවා!

අප විසින් කරන ලද සියලුම කුසල් උපනිශ්‍රය වීමෙන් මාගේ ආදරණීය පියාණන්ට ද උතුම් වූ නිර්වාණාවබෝධයම වේවා!

සුඡීවත්ව සිටින මාගේ ආදරණීය මෑණියන්ට කායික, මානසික, නිදුක්, නිරෝගී සුවපත් භාවය ලැබී මේ ජීවිතයේම චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය අවබෝධ කරන්නට ශක්තියත්, දෛර්යයත් ලැබේවා!

පටිගත කරනලද ධර්ම දේශනය මැනවින් ටයිප් කර දුන් වන්දනා ධර්මප්‍රිය මහත්මියටත් නන් අයුරින් උපකාර කළ සෑම දෙනාටත් මේ ගෞරවම බුද්ධ ශාසනය තුළදීම උතුම් ධර්මාවබෝධයම වේවා!

එම්. ඒ. කළණි සුභාෂිණී
109/5, මීරා පාර, ඉසදීන් නගරය,
මාතර

යොව පුබ්බෙ පමජ්ඣිත්වා
පච්චා සො නප්පමජ්ඣති
සො ඉමං ලෝකං පභාසෙති
අබ්භා මුත්තෝව වන්දිමා

බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා, මේ මනුෂ්‍ය ජීවිතය කියන්නේ ඕනම තැනකින්, ඕනම මොහොතක තමන්ට අවශ්‍ය දිශාවට මෙහෙයවන්නට, පරිවර්තනය කරන්නට, යහපත් අතකට නවන්නට පුළුවන් විදියේ සුවිශේෂ ආත්මභාවයක් කියන බව.

අවශේෂ සත්වයෙක් හැටියට උපන්නොත් ඒ ලබාගත්ත ආත්මභාවය අහෝසි වෙනතුරුම ඒකාකාරී විදියටයි ජීවිතය පවතින්නේ. මේ මනුෂ්‍ය ජීවිතයේ තියෙන විශේෂත්වය තමයි, තමන්ගේ දුබලකම් අඩුපාඩු වටහා ගත්තොත්, ඒ වටහාගන්න ඕනම තැනකින් ජීවිතේ පරිවර්තනය කරන්නට පුළුවන්. වෙනතකට යොමු කරන්නට පුළුවන්. ඒක හොඳ පැත්තටත් පුළුවන්, ඕන නම් නරක පැත්තටත් පුළුවන්.

බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ ගාථා ධර්මයෙන් අපට අවධාරණය කරන්නේ කෙනෙකුගේ ජීවිතය හොඳ පැත්තට පරිවර්තනය කිරීමේ හැකියාව ගැනයි. උන්වහන්සේ ඒ පිළිබඳව වටිනා උපමාවක් මේ ගාථා ධර්මයෙන් දේශනා කරනවා.

යමෙක් මුල් අවස්ථාවේ තමන්ගේ ජීවිතේ ප්‍රමාදීව කටයුතු කරලා - ප්‍රමාදීව කටයුතු කරනවා කියලා කියන්නේ, සිහියෙන් තොරව, හැඟීම් වලට වහල් වෙලා, කුසල් අකුසල් පිළිබඳව දුර දක්නා නුවණකින් තොරව, සිතේ ඇතිවන හැඟීම් මත කටයුතු

කරනවා. ඒවා කුසල් ද, අකුසල් ද, සදාචාරය ද, දුරාචාරය ද, යහපත ද, අයහපත ද කියලා විචාරයක් නැහැ.

යම් කිසි කෙනෙක් එසේ අවිචාරවත්ව ප්‍රමාදීව තමන්ගේ ජීවිතය ගත කරලා, යම් මොහොතක ජීවිතේ තමන් අතින් සිදුවුණු අඩුපාඩු, දුබලකම් තමන්ට වැටහෙනවා නම්, ඒ වැටහෙන ඕනම තැනකින් තමන්ගේ ජීවිතය යළි අවදි කරගන්න පුළුවන්. එහෙම අවදිකර ගත්තොත්, ඒ තැනැත්තාගේ ජීවිතය වළාකුලින් මිදුණු සඳක් වගේ යළිත් බැබළීමට පත්වෙනවා කියලා බුදුහාමුදුරුවෝ දේශනා කරනවා.

01. සිත ප්‍රභාෂ්වරයි.

මේ උපමාව අතිශයින්ම වටිනා උපමාවක්. ඒ මොකද සඳ වලාකුළින් වැසී යන කොට සඳේ ප්‍රභාව නැති වෙන්නේ නෑ. නමුත් ලෝකයට ඉන් ලැබෙන ආලෝකය නැති වෙනවා. සඳ වලාකුළින් වැසුණත් සඳ සඳමයි. එහි ප්‍රභාව එහෙමම පවතිනවා. හැබැයි ආලෝකය වලාකුළින් හරස් වුණාම ලෝකයට එය ප්‍රකට වෙන්නේ නෑ. නමුත් යම් අවස්ථාවක අර වලාකුළු ටික පහව ගියොත් නැවත වරක් සඳේ තිබුණ ප්‍රභාව ලෝකයට විහිදෙන්නට පටන් ගන්නවා.

බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා, මේ මනුෂ්‍ය ආත්ම භාවයත් හරියට සඳක් වගේ බොහොම ප්‍රභාමත් චිත්තයකිනුයි ආරම්භ වෙන්නේ.

‘පහස්සරමිදං හික්ඛවෙ චිත්තං’

“මහණෙනි, මේ මනුෂ්‍ය සිත ප්‍රභාෂ්වරයි.” ඇයි එහෙම දේශනා කරන්නේ, සෑම මනුෂ්‍යයෙක්ම කුසල් සිතකිනුයි උපදින්නේ. අකුසල් සිතකින් නොවෙයි. දිව්‍යලෝකේ උපදින්නේත්, මනුෂ්‍ය ලෝකේ උපදින්නේත්, මේ සුගතීන්හි උපදින්නේ කුසල් සිතකින්.

කුසල් සිත කියලා කියන්නේ අලෝභ, අද්වේශ, අමෝහ කියන කුසල මූලයන්ගෙන් යුක්ත වූ සිත. හැම කුසල් සිතක්ම අමෝහයෙන් යුක්ත නොවූවත් අලෝභ, අද්වේශ කියන කුසල මූලයන් දෙකෙන්වත් යුක්ත වෙනවා.

එතකොට ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ ඇති තැන සිත කිලිටි වෙනවා. අලෝභ, අද්වේශ, අමෝහ ඇති තැන සිත පවිත්‍ර වෙනවා. ප්‍රභාමත් වෙනවා. මේ කුසල මූලයන්ගෙන් ප්‍රභාෂ්වර වූ සිතකින්මයි සෑම මනුෂ්‍යයෙක්ම මේ මනුෂ්‍ය ලෝකේ ජන්ම ලාභය ලබන්නේ. එනිසා පිරිපුන් ප්‍රභාෂ්වර සඳක් වගේ.

‘තංව බො ආගන්තුකෙහි උපක්කිලේසෙහි උපක්කිලිට්ඨං’

නමුත් මේ ලෝකයේ ජීවත් වෙන කාලවකවානුව තුළ ඇසින්, කනින්, නාසයෙන්, දිවෙන්, කයෙන්, සිතෙන් ගන්නා ආරම්භයන් වැරදි විදියට මෙනෙහි කරලා, පරිහරණය කරලා, සිතැඟි වලට වහල් වෙලා, මිනිස්සු බොහෝ අකුසල් රැස්කර ගන්නවා.

අර ප්‍රභාෂ්වර බව ආවරණය වෙන විදියේ උපක්ලේශයන් ගෙන් මනස ආවරණය කරගන්නවා. හැබැයි එහෙම ආවරණය කරගත්තා කියලා නැවත පිරිසිදු කර ගන්නට බැරිකමක් නැහැ. අර මුලින් සඳහන් කළානේ, වලාකුළින් සඳ ආවරණය වුණත් සඳේ ප්‍රභාව නැතිවෙන්නේ නැහැ කියලා. ආලෝකය පිටට විහිදී යන ස්වභාවය තමයි ඇහිලී යන්නේ.

යම් අවස්ථාවක වලාකුළු බැහැර කරන්නට පුළුවන් නම් යළිත් එහි ප්‍රභාව මතු කරගන්නට පුළුවන්. අන්න ඒ වගේ ප්‍රභාෂ්වර සිතක් ඇතිව උපදින මිනිසුන්ගේ චිත්ත සන්තානය පසු කාලීනව විවිධ කරුණු නිසා, විවිධ දුබලකම් නිසා අදුරු වුණත්, යම් අවස්ථාවක ඒ දුබලකම තේරුම් අරගෙන, ඒ කීටට, ඒ අදුර තේරුම් අරගෙන එය බැහැර කරන්නට පුළුවන් නම්, යළි

ඒ තැනැත්තාට ප්‍රභාමත් වෙන්නට පුළුවන් බව බුදුහාමුදුරුවෝ දේශනා කළා.

02. නමුත් අඳුරේ ගිලීයන්න පුළුවන්.

වලාකුළින් සඳ වැසීලා තිබිලා යළි ප්‍රභාමත් වෙනකොට අපට පෙරටත් වඩා බලනවා වගේ පෙනෙන්නට පුළුවන්. ඒ මොකද අර සෑහෙන වෙලාවක් අක්කාරය පැවතිලානෙ දැන් මේ ආලෝකය පහළ වෙන්නෙ. අන්න ඒ වගේ යම් පුද්ගලයෙක් ජීවිතේ වැරදි, අඩුපාඩු සහිතව ජීවත් වෙලා ඒ දුබලකම තේරුම් අරගෙන ඉන් නැගී සිටිනවා නම් අවශේෂ මිනිසුන්ටත් වඩා ජීවිතය ගැන ගැඹුරු අවබෝධයකින් යුක්තව මනුෂ්‍යයෙකුගේ ප්‍රභාව අවදිකරන්නට පුළුවන් වෙනවා.

සඳ වලාකුළින් ආවරණය වෙලා, සඳ බැස යන තෙක්ම වලාකුළ බැහැර වුණේ නැතිනම් අක්කාරයේ ගිලිලම සියල්ල අහෝසි වෙනවා. එදා දවසේ ප්‍රභාව යළි අවදි වෙන්නෙ නැහැ. අන්න ඒ වගේ මනුෂ්‍ය ආත්ම භාවයත් බාහිර උපක්ලේශ ධර්මයන්ගෙන්, පාප ධර්මයන්ගෙන්, අසද්ධර්මයන්ගෙන්, දුබලකම් වලින් ආවරණය කරගෙන, මිය යන තෙක් ඒ තැනැත්තා තමන්ගේ දුබලකම වටහා ගන්නේ නැතිනම්, අවබෝධ කර ගන්නේ නැතිනම්, එය බැහැර කරන්නට වැයම් කරන්නේ නැති නම් අර වලාකුළින් වැසුණු සඳ අඳුරේම ගිලී බැස යන්නාක් මෙන් ඔහුට මේ මනුෂ්‍ය ආත්මභාවය පවතිනතාක් කල් මිනිසත් බව අවදි කර ගත නොහැකිව අඳුරෙහිම ගිලී යනවා කියල බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරන්නෙ.

ඒ නිසා යම්කිසි කෙනෙකුට මේ කරුණ නිවැරදිව තේරුම්ගෙන තමන්ගේ ජීවිතේ දුබලකම් දැකලා, හඳුනාගෙන සකස් කරගන්නට පුළුවන්නම්, ඒ ජීවිතය අර්ථ සම්පන්න ජීවිතයක් හැටියටයි බුදුහාමුදුරුවෝ දේශනා කළේ.

03. වැරදීම සහ වැරදි කිරීම

දැන් මෙහෙම කියන කොට කෙනෙකුට හිතෙන්න පුළුවන් "ඉතින් අපේ ජීවිත වල ලොකු අඩුපාඩු නැහැනෙ. අපි මහා අපරාධ කරලා නැහැනෙ. මම නම් භොරකම් කරන්නෙ නෑ. බොරු කියන්නෙ නෑ. ඒ වගේම මත්පැන් බොන්නෙ නෑ. කාමයෙහි වරදවා හැසිරෙන්නෙ නෑ." මෙහෙම සමහරුන්ට හිතෙන්නට පුළුවන්.

මෙහි අදහස් කරන්නෙ එබඳු ලෝක සම්මත වූ බරපතල වැරදි පිළිබඳව පමණක් නොවෙයි. ජීවිතේ තමන්ට වරදින ඉතා සියුම් තැන්පවා පරීක්ෂාවෙන් හඳුනාගන්නට පුළුවන් නම්, ඒ සෑම දුබලකමක්ම ජීවිතයට අත්දැකීමක් කරගෙන නැගී සිටින්නට මනුෂ්‍යා තුළ හැකියාව තිබෙන බවයි මේ ගාථාවෙන් අවධාරණය කරන්නෙ.

වැරදීමක් කියලා කියන්නේ තවත් පැත්තකින් බලන කොට අත්දැකීමක්. හැබැයි ඒ වැරදීම අත්දැකීමක් වෙන්නේ එය ප්‍රඥාවෙන් වටහා ගත්තොත් පමණයි. නමුත් දැන දැන වැරදි කරන පුද්ගලයා ඒක අත්දැකීමක් නොකර ගන්න පුළුවන්. වැරදීම සහ වැරදි කිරීම යන දෙකේ මොකක්ද වෙනස ?

වැරදි කරනවා කියලා කියන්නේ වැරද්ද බව දැන දැනත් ඒ පිළිබඳව ලැජ්ජා, භය නැතුව ඒ අපරාධයට, පාපයට, දුර්වලකමට අත පොවන එකයි. ඒ තැනැත්තා ඉන් නැගී සිටීමට වැයම් කරන්නේ නෑ. වරදිනවා කියලා කියන්නෙ නොදැනුවත්කම නිසා, නොපෙනීම නිසා, අත්දැකීම් අඩු කම නිසා, අවිචාරවත් බව නිසා, එහෙම නැතිනම් මග පෙන්වන්නට කෙනෙක් නැති කම නිසා, සාංසාරික හුරුවක් නැති නිසා අපි ඕනම කෙනෙකුට වරදින්නට පුළුවන්. වරදින්නෙ නැති කෙනෙක් නෑ. මනුෂ්‍යයින් හැටියට ගිහි, පැවිදි, ස්ත්‍රී, පුරුෂ අපි ඕනම කෙනෙක් අතින් වැරදීම් සිද්ධ

වෙන්නට පුළුවන්. විශේෂයෙන් නිවන් දකින්නට යන මේ ගමන පිළිබඳව - බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා;

‘පත්තයානො දිසං අගතපුබ්බං’

පෙර නොගියවිරු දිශාවකටයි අපි මේ යන්නේ. නිවන කියලා කියන්නේ අපි පෙර නොගියවිරු දිශාවක්. මීට කලින් ගිහින් තියෙනවා නම් ආයෙ නිවන් දකින්න දෙයක් නැහැනේ. කල් ඇතුළුව ඒ දිශාවට ගිහින් නැති නිසා, ඒ ධර්මතාවය අවබෝධ කරලා නැති නිසා අපට ඒ සඳහා වැයම් කරන්නට සිද්ධ වෙන්නේ.

එහෙම නම් පෙර නොගිය විරු දිශාවක්. ඒ නොගිය විරු දිශාවට යනකොට වරදින්නට, පැටලෙන්නට, මං මූලා වෙන්නට ඇති ඉඩකඩ වැඩියි. හැබැයි ඒ වරදින, පැටලෙන මං මූලාවෙන තරමටම ඒ තැනැත්තා වරද තේරුම් ගෙන නිවැරදි කර ගත්තොත්, ඔහු නිවැරදිව මග හඳුනා ගන්නට දක්ෂ වෙනවා. එපමණක් නොවෙයි, අන් අයට මග පෙන්වන්නටත් දක්ෂ වෙනවා.

හිතලා බලන්නකො, අනුන්ගේ වාහනේක කොතරම් ගමන් ගියත් තමන්ට පාරවල් මතක හිටිනවාද ? රියදුරෙක් ඉන්නවා. ඒ රියදුරා කැඳවාගෙන යනවා අවශ්‍ය තැනට. එතනින් බිහිනවා. වසර ගණනාවක් ගියත් සමහර විට හැරෙන්නේ කොතනින්ද, හැරෙන්නේ නැත්තේ කොතනින්ද කියලා මතක නැතිවෙන්න පුළුවන්. නමුත් කාගෙවත් මග පෙන්වීමක් නැතිව තමන්ටම හොයාගෙන යන්න වුණු දවසට පෙර ගිහිල්ලා තියෙන සුපුරුදු පාරක් වරදිනවා. හැරෙන්න ඕන නැති තැන් වලින් හැරෙනවා. හැරෙන තැන මග හරවලා යනවා. මෙහෙම වරක්, දෙකක්, සිද්ධ වෙනකොට ඊට පස්සේ අපට කාගෙවත් උපකාරයක් නැතිව ඒ මග යන්නට පුළුවන්. ඒ විතරක් නෙවෙයි ඉන්න ඕනම තැනක ඉඳලා අහවල් තැනට යන්නේ මෙහෙමයි කියලා තව කෙනෙකුට මග පෙන්වන්නක් පුළුවන්.

ඒ වගේ තමයි ජීවිතය. අපි නොගිය විරු දිශාවකට යනකොට අපි අතින් වැරදි, අඩුපාඩු, දුබලකම් සිද්ධ වෙනවා. ඒ දුබලකම්, දුබලකම් හැටියට දකින්න පුළුවන් නම්, වරද වරද හැටියට දකින්න පුළුවන් නම් එපමණකින්ම ඒ තැනැත්තාට එය අත්දැකීමක් බවට පමුණුවාගෙන නැගී සිටින්නට පුළුවන්කම තියෙනවා. ඒ නිසයි බුදුහාමුදුරුවෝ දේශනා කරන්නේ; “යො බාලො මඤ්ඤති බාලාං පණ්ඩිතො වාපි නෙතසො” යම් නුවණ මද පුද්ගලයෙක් ඒ තමන්ගේ දුර්වලකම තේරුම් ගන්නවා නම් එයම ඤාණවන්ත බවක් කියන බව.

04. අපටත් වැරදිලා තියනවා.

නමුත් අපි වැඩි දෙනෙකුට සිද්ධ වෙන්නේ ජීවිතයේ යම් යම් දුර්වලකම්, අඩු පාඩු සිදුවෙන කොට අපි මනසින් කඩා වැටෙනවා. ‘මට මේක කරන්න බැහැ. මට මේ මග යන්න බැහැ. මට මේ සඳහා ශක්තියක් නැහැ’ කියලා අපි යම් කිසි ප්‍රමාණයකින් හීනමානයක් ඇති කර ගන්නවා තමන් පිළිබඳව. ඒ හීනමානය ඇති වීම ලෞකික ජීවිතයේ අභිවෘද්ධියට පමණක් නොවෙයි, නිවන් මගටත් බාධාවක් වෙනවා.

අපේ ජීවිතය පිළිබඳව කල්පනා කරලා බලනකොට; මට මතකයි පැවිදි වුණු මුල් අවදියේ සමහර වරිත කතා කියවනකොට, අතීතයේ වැඩ සිටි ශ්‍රේෂ්ඨ භික්ෂූන් වහන්සේලාගේ කථා ප්‍රවෘත්ති කියවන කොට, ලෝකයේ දක්ෂ මිනිසුන් පිළිබඳව අහනකොට, හැමවිටම මට මා පිළිබඳව හීනමානයක් ඇතිවෙන්නට පටන් ගත්තා. ‘ඒ අය නම් මෙහෙම කරලා තියෙනවා, මෙහෙම කරලා තියෙනවා, ඉතින් අපි කවුද, අපි කොහොමද එහෙම කරන්නේ, අපිට නම් කවදාවත් එහෙම කරන්න බැහැ’ කියන විදියේ අදහසක් මා පිළිබඳව මට ඇතිවන්නට පටන් ගත්තා.

විශේෂයෙන් ශීලය පිළිබඳව සිතනකොට උන්වහන්සේලා කැපවීමෙන් සිල් රැකලා තියෙනවා. අපේ ශීලය මොකක්ද, අපි

මොනවද රකින ශීලය කියලා පසුකැවීම් ඇති වෙනවා. මෙහෙම සිතන්න සිතන්න මේ දහම් මගෙහි ඉදිරියට යාමක් නොවෙයි සිද්ධ වෙන්නේ උදාසීන වෙමින් තව තවත් කඩා වැටීමයි.

මානසික වශයෙන් උදාසීන භාවයකට පත් වුණොත්, හීන මානයක් ඇති වුණොත්, කඩා වැටුණොත් එබඳු මිනිසුන්ට අභිවාද්ධියකට යන්නට අවශ්‍ය ආත්ම ශක්තිය, ධර්මය අවදි වෙන්නේ නෑ. ඒ නිසා අපි ටිකක් හිතලා බලන්න ඕන, දුර්වලකම් එහෙම තිබුණා වුණත් අපි ළඟ යහපත් ගුණාංග සහ, හැකියාවන් තියෙනවා. ඒ යහපත් පැත්ත සිතා බලන කොට අපට ඇත්තටම අවදි කරන්නට පුළුවන් බොහෝ යහපත් දේ අපි ළඟ තියෙනවා.

මේ ස්වභාවය, මේ සිද්ධාන්තය අපි තේරුම් ගත්තොත් ජීවිතේ හැම කාර්යයකදීම අපට ජයග්‍රහණය කරන්නට ඉදිරියට යන්නට පුළුවන් සාධක අපි ළඟ තියෙනවා කියලා අපටම පෙනෙනවා.

භාවනා කරන්නට ආරම්භ කළ මුල් අවදියේදී - භාවනාව කියලා අපි ගොඩාක් දෙනා හිතාගෙන ඉන්නේ හොඳට එක තැනක වාඩිවෙලා හෙලවෙන්නේ නැතිව සිත එකඟ කරගෙන එකම අරමුණක, වෙනසක් වෙන්නේ නැතිව සිත පවත්වන්නට පුළුවන් නම්, ඒක තමයි භාවනාවේ උසස්ම තත්වය කියලෙන. ගොඩාක් දෙනෙක් භාවනාව ගැන හිතාගෙන ඉන්නේ එහෙමයි.

මමත් එක්තරා කාලයක් භාවනාව කියන්නේ එහෙම එකක් කියලා හිතාගෙන හිටියා. හැබැයි මුල් අවදියේදී භාවනා කරන්න වාඩිවුණු කිසිම දවසක මට එක විදියට පැයක් ගත කරන්නට නොහැකි වුණා ඒ වගේම එක විනාඩි කිහිපයක් එක අරමුණක මනස පවත්වාගෙන ඉන්නට බැරි වුණා. එහෙම වෙන කොට හැම විටම මට මා ගැන ලොකු හීනමානයක් ඇති වෙන්නට පටන් ගත්තා. මට නම් කවදාවත් භාවනා කරන්න ලැබෙන්නේ නෑ. මේක නම් කවදාවත් හරියන වැඩක් නෙවෙයි කියලා.

අඩු තරමින් හරියට එක තැනක වාඩිවෙලාවත් ඉන්න බැරිව මම කොහොමද භාවනා කරන්නේ. අනිත් උපාසක අම්මලා, උපාසක මහත්වරු, මේ වයස්ගත අය දිනා බැලුවම පිළිම තිබ්බා වගේ හොඳට ඉන්නවා. මට එහෙම ඉන්න බැහැ. එහෙත් මෙහෙත් කකියන්න පටන් ගන්නවා, නලියන්න පටන් ගන්නවා. හිරිවැටෙන්න පටන් ගන්නවා.

මෙවිට මේ වයසක අය මෙහෙම භාවනා කරද්දී තරුණ මට වාඩිවෙලා ඉන්නත් බැරි නම් මම කොහොමද භාවනා කරන්නේ. ඒ අයගේ කය පවතින ආකාරය දිනා බැලුවම හිතත් හරියට ඉද්ද ගැහුවා වගේ තියෙනවා කියලයි බැලූ බැල්මට පෙනෙන්නේ. ඇතුළේ මොකක් වෙනවද කියලා අපිට පේන්නේ නැහැනේ. ඒ නිසා මට හිතෙන්නේ ඒ අය නම් හොඳට විත්ත ඒකාග්‍රතාවයෙන් භාවනා කරනවා. මට තමයි බැරි, එහෙමයි මට හිතුවේ.

මේ හීනමානය නිසා මේ කඩා වැටීම නිසා කොතරම් මානසික වික්ෂිප්ත භාවයකට පත් වුණාද කියනවා නම්, භාවනාව සිහිවෙන කොටමත් මට මගේ ගැන අමනාපයක් ඇති වෙන, මට මගේ ගැන තරහක් ඇති වෙන තරමට එක්තරා කාලයක මගේ මනස දුබල වුණා. ඒ දිනවල භාවනාව කියලා මතක් වෙන කොට මට ලොකු දුකක්, ඇති වුණා මගේ නොහැකියාව පිළිබඳව.

මෙහෙම කාලයක් ගතවෙන කොට මට එක්තරා ගුරුවරයෙක් මුණගැහුණා. උන් වහන්සේ සීමාන්තිකව නීති පනවමින් භාවනා කරන්නට යොමු කළා. එතැනට යොමු වෙලා දැඩි උත්සාහයෙන් වීර්යයෙන් ක්‍රියා කරන්න පටන් ගත්තා. මම හිතුවා ඒ මග හරියාවි කියලා. නමුත් එහෙම කරන්න පටන් ගත්තේ දුර්වලකම් වටහා ගෙන නෙවෙයිනේ. වෙන කෙනෙක් කියන ක්‍රමයට බලහත්කාරයෙන් හික්මෙන්න ගිහිල්ලා භාවනාව කියන එක මට තිත්ත වුණා.

05. එයම අත්දැකීමක් කරගන්න.

මූලදී භාවනාව ගැන සිහි කරන කොට මට මා ගැන ලොකු දුකක්, අනුකම්පාවක් ඇති වෙන්නේ. මේ ගුරුවරයාගේ දැඩි හික්මවීමත් එක්කලා පසු කලෙකදී භාවනාව සිහිවෙන කොටම ඇඟ කිලිපොලා යන තරමට එය මනසින් ප්‍රතිකෂෙප වුණා.

මේ කාරණා දෙකෙන්ම හෙම්බත් වෙලා අවසාන ප්‍රතිඵලය වුණේ සම්පූර්ණයෙන් භාවනාව අත්හැර දමන එක. නමුත් භාවනා කරන්න ඕන, ගුණ දහම් වඩන්න ඕන කියන අදහස මගේ මනසින් ගිලිහිලා ගියේ නැහැ. භාවනාව ගැන සිහිපත් වෙනකොට මට බයක් ඇති වුණා මං කොහොමද භාවනා කරන්නේ, මට මේක කරන්න හයිය නෑ නේද කියලා.

ඊට පස්සේ භාවනාව පිළිබඳ අවශ්‍යතාවය තියෙන නිසා මම ටිකෙන් ටික හොයන්න පටන් ගත්තා, ඇයි මට භාවනා කරන්න බැරි ? මෙහෙම සොයන්න බලන්න පටන් ගන්න කොට තමයි, කය ඒ විදියට හෙම්බත් වෙන්නේ සිත වික්ෂිප්ත වෙන්නේ මේ මේ හේතු නිසයි කියලා හරියට හඳුනා ගන්න පුළුවන් වුණේ. එයම තමයි භාවනාවට ප්‍රවේශ වෙන්නට ලොකුම අත්දැකීම බවට පත් වුණේ.

ඒ නිසා අදටත් අපි භාවනාව පිළිබඳව තව කෙනෙකුට උපදෙස් දෙනවා නම් ඒ අප විසින්ම අත්දැකපු කාරණා ටික කියා දෙන කොට බොහෝ දෙනා කියන්නේ “හාමුදුරුවනේ, මෙතෙක් කල් භාවනා කළා අපි මේ ටික දූන ගෙන හිටියේ නැහැනේ. අපට මේ ටික කවුරුත් කියා දුන්නේ නැහැනේ. ඇත්තටම වටිනාවානේ ඒ ටික භාවනා කරන්න මුලින්ම දූනගෙන හිටියා නම්. අපි ගොඩාක් පටලැවිලානේ තියෙන්නේ.” කියලා.

එහෙම හුඟක් දෙනා ප්‍රකාශ කරන්නේ අපේ අමුතු විශේෂත්වයක් නිසා නෙවෙයි. යම් තැනක වැරදුණා නම්, යම්

තැනක පැටලුණා නම්, යම් තැනක දුබල වුණා නම් එහෙම වුණේ කොහොමද කියලා අපට ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂා කරලා බලන්නට පුළුවන් නම් එයම තමයි ජීවිතේ පරිපූර්ණත්වයට, ඉදිරි ගමනට අපට අත්දැකීමක් වෙන්නේ. අත්වාරුවක් වෙන්නේ. එසේ වරදින්නේ නැතිව අත්දැකීම් ලැබූ කිසිවෙක් මේ ලෝකේ ඇත්තේ නැහැ.

06. පසුතැවීම හොඳ ගුණයක් නොවෙයි.

වරදින්නේ නැතිව ගමනක් නිමා කරපු, සාර්ථකත්වයට පත්වුණු කවුරුවත් මේ ලෝකේ නැහැ. ඒ නිසා වැරදීම් දුබලවීම් පිළිබඳව අපි කණගාටු වෙන්නට අවශ්‍ය නැහැ. හැබැයි වැරදි වලට, දුර්වලකම් වලට දූන දූන යොමු වුණොත් නම් ඒ පිළිබඳව අපට කණගාටු වෙන්නට වෙනවා. එතන තියෙන්නේ අත්දැකීම් අඩු බව නෙවෙයි. නුවණින් විමසා නොබැලීම සහ වෙනත් මනෝ භාවයන් ගෙන් අපේ මනස ආකූල ව්‍යාකූල කර ගැනීමේ දෝෂයයි.

හැබැයි ඒ පිළිබඳව වුණත් කණගාටු වෙලා තැවිලා අපට කළ හැකි දෙයක් නැහැ. ඒ පිළිබඳව පසුව හරි සිහි නුවණින් තේරුම් ගත්තොත් අපට නැගී සිටින්නට පුළුවන් පසුතැවීමෙන් තොරව. බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරන්නේ පසුතැවීම කියන්නේම අකුසලයක්. ඒක කුසලයක් නෙවෙයි. නමුත් අපිට කුසලයක් වගේ පෙනෙන්න පුළුවන්. යමෙක් කරපු වැරදි පිළිබඳව තැවෙන කොට අපි සාමාන්‍යයෙන් දකින්නේ,

“ඒ මනුස්සයා වැරදි කළාට දැන්නම් හරියට ඒ ගැන දුක් වෙනවා. හරියට තැවෙනවා.”

දැන් මේ තැවෙනවා කියන එක ලොකු ගුණයක් වගේ තමයි අපට පෙනෙන්නේ. ඒ නිසා අපි අතින් සිදුවුණු වැරදි අඩුපාඩු පිළිබඳවත් අපි බොහෝ කොට පසුතැවෙන්නට පටන් ගන්නවා. ඒක අපේ මනසේ ඇතිවෙන එක්තරා මූලාවක්. පසුතැවීම

කියන එක මොනම ආකාරයකින්වත් කුසලයක් නෙවෙයි. ඒක අකුසලයක්මයි. ඇයි? ද්වේශ මූලික සිත් පරම්පරාවක් මයි එහිදී හටගන්නේ.

07. නොසලකා හැරීමත් අනුවණකමක්!

එහෙම නම් පසුතැවෙන්නේ නැතිව කාරණය අමතක කරන එකද අපි කළ යුත්තේ? වරද අමතක කළොත් ඒ මනුස්සයා ඒ වරදින් නිදහස් වෙන්නෙත් නැහැ. දැන් සමහරු කියනවානෙ, “ඕවා ගණන් ගන්න එපා. මම නම් ඕවා ගණන් ගන්නෙ නැහැ සහ පහකටවත්. මේ ලෝකෙ මිනිස්සු වැරදි කරන හැටියට අපි මොනවද කරන්නෙ? මේ ලෝකෙ මිනිස්සු මහා අපරාධ කරද්දී අපි මේ වගේ පොඩි දෙයක් කළහම ඕක ඔය තරම් මහමෙරක් වගේ හිතන්න දෙයක්ද? මිනිස්සු අතින් වැරදි වෙනවානෙ. මනුෂ්‍යයෝ කියන්නෙ වැරදි සිද්ධ වෙන පිරිසක්නෙ. ඕවා ඔව්වර ගණන් ගන්න දෙයක් නෑ. මම නම් ඕවා හිතන්නෙ නෑ.”

එහෙම කියලා සමහරු ඒවා අමතක කරලා දානවා. ඒක අතිශයින් භයානකයි. ඇයි? වරද වරද හැටියට නොදකින තැනැත්තා ප්‍රඥාව අවදිකර ගන්නෙ නෑ. අත්දකීම් ලබන්නෙ නෑ. ජීවිතය ගොඩ නගා ගන්නට වෑයම් කරන්නෙ නෑ. හැමදාමත් ඒ වරදෙහිම ගිලෙමින් විනාශ වෙනවා.

සමහර වෙලාවට වෙනත් ආගම් වල අය සතෙක් මැරුවයි කියලා ඒ අයට ලොකු පසුතැවීමක් ඇතිවෙන්නෙ නෑ. “දෙවියන් වහන්සේ සත්තු මවලා තියෙන්නේ අපටයි. අපි මරාගෙන කනවා. අපි දෙවියන් වහන්සේටත් පූජා කරනවා. එතකොට දෙවියෝ අපව ආරක්‍ෂා කරනවා.” ඒ විදිහට ඒ අය සිතනවා.

ඉතින් එහෙම හිතන කොට කම්පාවක් නෑ. ඒ නිසා ඒ අය හැමදාමත් සතුන් මරමින් සතුටින් ඉන්නවා. හැබැයි අපි අතින්

සතෙක් මැරුණොත් - හිතලා මරන්න ඕන නෑ වැරදීමකින් හරි මැරුණොත් - අපිට මහා පසුතැවීමක් ඇති වෙනවා. අර වගේ සිය දහස් ගුණයක අකුසලයක් අපි කර ගන්නවා පසුතැවීම නිසා.

දැන් ඒ අතින් බලන කොට අන්‍යාගමිකයන් බෞද්ධයා තරම්, පසුතැවීමෙන් පවි කරගන්නෙ නැහැ. පසුතැවීමෙන් පවි කරගන්නෙ නැති වුණාට ඔවුන් පාපයෙන් නිදහස් වෙන්නේ නැහැ. ගැලවෙන්නේ නැහැ, එය වරදක් බව නොදකින නිසා.

කුසල් අකුසල්, පින් පවි ගැන දන්නා තැනැත්තා, තමන් අතින් වරදක් සිදුවුණාම එක්තරා ප්‍රමාණයකට පසු තැවෙනවා. පසුතැවීම හොඳ නැතත්. ඒ පසු තැවීමෙන් ඇති වෙන පීඩාව, අපහසුතාව නිසා ඒ තැනැත්තා කොහොම හරි මේකෙන් ගැලවෙන්නට ඕන කියලා කල්පනා කරනවා. ඒක නම් හොඳ දෙයක්.

08. කුසලය අකුසලයටත් අකුසලය කුසලයටත් ප්‍රත්‍යා විය හැකියි

ඒ නිසා පසුතැවීම හොඳ නැති වුණාට ඒ පසුතැවීම පදනම් කොට ගෙන ඒ වරදින් නිදහස් වෙන්නට සිතනවා නම් ඒක ඥානවන්ත ක්‍රියාවක්. බුදුරජාණන් වහන්සේ අපට දේශනා කරනවා සමහර අවස්ථාවල අකුසල කුසල ධර්ම උපදවන්නට ආසන්න හේතුව වශයෙන් හේතු වෙනවා. සමහර අවස්ථාවල කුසලය අකුසල් උපදවන්නට ආසන්න හේතුව වශයෙන් හේතු වෙනවා. කුසල ධර්ම කොහොමද අකුසල ධර්ම උපදවන්නට හේතු වෙන්නෙ?

අපි හුඟක් පින්කම් කරනකොට, දන් දෙන කොට, බණ භාවනා කරන කොට, සිල් ගන්න කොට අපි තුළ එක්තරා මාන්‍යයක් ඇති වෙන්න පුළුවන්, “අපි තමයි ගුණ දහම් වඩන්නෙ, අපි නම් හොඳට සම්මා දිට්ඨිය ඇති කරගෙනයි ඉන්නෙ. අපි නම් ආර්ය මාර්ගයේ ගමන් කරනවා. අතින් අය මොනවද මේ

කරන්නේ” කියලා අන් අය හෙලා දකින, තමන් හුවා දක්වන යම්කිසි සෙයාමානයක් මනසෙ ඇති වෙන්න පුළුවන්. ඒක කුසලයක්ද? ඒක කුසලයක් නෙවෙයි.

නමුත් දැන් මේ අකුසලය මනසේ හටගත්තේ කුමක් නිසාද? කැපවීමෙන් කුසල් දහම් වැඩු නිසා. කුසල් කිරීම මතම පුද්ගලයාගේ මනසට යම් අවස්ථාවක මේ විදිහට මානයක් ඇති වෙන්න පුළුවන්. ඒක කුසලයේ දෝෂයක් නෙවෙයි, අනුවණ කමේ දෝෂයයි එතන මතුවෙන්නේ. කුසලය දොස් සහිත නැහැ. කුසල් කිරීම හොඳයි. නමුත් ඒ කුසල් කිරීමත් එක්කලා අපි හැමවිටම සිහි බුද්ධියෙන් ඉන්නේ නැහැනේ. අපි හැම විටම ප්‍රඥාවෙන් කටයුතු කරන්නේ නැහැනේ.

අර කළ කුසල් පිළිබඳව තරමක් අවිචාරවත්ව සිතන විට, මමත්වයෙන් සිතන විට, ඒ අනුවණකම මුල් කොට ගෙන යම් යම් දුර්වල කෙලෙස් ධර්ම හටගන්නට පුළුවන්. ඒ වගේම තමයි වරදක් සිද්ධ වුණාය කියලා දැකලා පසුතැවෙන එක හොඳක් නෙවෙයි. ඒක අකුසලයක්. නමුත් පසු තැවෙන අතරතුරේ ඒ තැනැත්තාට ප්‍රඥාව ඉපදුණොත් ඒ තැනැත්තා මේ පසුතැවීමේ වේදනාවෙන් පීඩාවෙන් නිදහස් වෙන්නට මඟක් සොයනවා. ඒ නිසාම ඒ තැනැත්තා වරදින් නැගී සිටින්නටත් පුළුවන්.

පසුතැවෙන්නේ නැතිවම අපට වරදින් නැගී සිටින්නට පුළුවන් නම් තමයි හොඳ. නමුත් එහෙම බැරිනම් පසුතැවිලා යම් ප්‍රමාණයකින් පීඩා විදින කොට හරි අපට ප්‍රඥාව අවදි වෙනවා නම් ඒකවත් හොඳයි කියලා කියන්නට වෙනවා.

09. යළිත් ප්‍රභාව අවදි කළ හැකියි

සමහර අවස්ථාවල අපට කළ වරද සිහිවෙනවා. නමුත් ඒ සමඟ සිහිය සහ නුවණ අවදි නොවුණොත් ඒ සිහිපත් වුණු

කාරණයම නැවත නැවත උපාදාන කරගෙන ඒකම භක්ති විදිනවා. ඒ නිසා යමක් ස්මරණය වන විට, යමක් සිහිපත් වන විට ඒ සමඟ සතිය සහ ප්‍රඥාවත් අවදි කරගන්න ඕන. එතකොට තමයි ඒ තැනැත්තාට එය අත්දැකීමක් වශයෙන් ජීවිතය ගොඩ නගා ගන්නට උපකාර කරන්නට පුළුවන් වෙන්නේ.

බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා; යම් කෙනෙකුට මේ විදියට ජීවිතේ දුර්වල තැන් හරියට දකින්නට පුළුවන් නම්, තමන්ට වැරදුන තැන් හරියට දකින්නට පුළුවන් නම් එයම අත්දැකීමක් කරගෙන ඕනම මොහොතක ජීවිතය වෙනස් කර ගන්නට පුළුවන්.

වලාකුළින් සඳ වැසුණාම, වලාකුළ මේ මොහොතේ ඉවත් කළ නොහැකියි කියලා එකක් නැහැ, ඕනම මොහොතක ඒ වලාකුළ ඉවත් වෙන්න පුළුවන්, ඊට සුදුසු සාධක ගොඩ නැගුණොත් හැබැයි වලාකුළ ඉවත් වේවා, ඉවත් වේවා කියලා හිතුවට ඉවත් වෙන්නේ නැහැ. ඒ වලාකුළින් සඳ වැසුනේ කෙසේද, ඒ හේතු වෙනස් වුණොත් වලාකුළ බැහැර වී යළි ප්‍රභාව අවදි වෙනවා.

එහෙනම් ජීවිතේ දුර්වලකම් දකිනකොට, සිහිපත් වෙන කොට ඒකෙන් පශ්චාත්තාපයට පත්වීම නෙවෙයි අවශ්‍ය වෙන්නේ. කුමක් නිසාද මා අතින් මේ වරද සිදුවුණේ, කුමක් නිසාද මා වරදට පෙළඹුනේ කියලා සිතලා බලලා නැවතත් එසේ නොවන්නට චිත්ත අධීෂ්ඨානයන් ඇති කර ගෙන රැකෙන්නට උනන්දු වීමයි.

එහෙම කරන්නට පුළුවන් නම් ප්‍රබල කාරණයක් වුණත්, බරපතල දුර්වලකමක් වුණත් අභිබවා යන්නට පුළුවන් බව බුදුහාමුදුරුවෝ දේශනා කරනවා. ලෝණ එල සුත්‍රයේදී තථාගතයන් වහන්සේ දේශනා කරන්නේ මේ සිද්ධාන්තයයි. කම් අභිබවා යන්නට පුළුවන් . දුර්වලකම් අභිබවා යන්නට පුළුවන්. බරපතලම දුර්වල කමක් වුණත් ඒ සියල්ල අභිබවා යන්න පුළුවන්. එහෙම අභිබවා යා නොහැකි කිසිම දුර්වලකමක් මනුෂ්‍ය ජීවිතයක නැහැ.

10. යටකළ නොහැකි කර්ම පහයි තියෙන්නෙ.

නමුත් අපට නැවත ප්‍රශ්නයක් ඇති වෙනවා. දුර්වලකම අභිබවා යන්නට හැකි වුණාට කර්මය? ඒ සිද්ධකර ගත්ත අකුසලය? කොහොමද අභිබවා යන්නෙ? එහෙම හිතනකොට ආපහු අපි කඩාවැටෙනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා කර්මයක් අභිබවා යා හැකියි. අභිබවා යා නොහැකි පාප කර්ම තියෙන්නෙ පහක් පමණයි.

1. මාතෘ ඝාතනය
2. පීතෘ ඝාතනය
3. අරහන්ත ඝාතනය
4. ලෝභිකුප්පාදය
5. සංඝ හේදය

මේ ජීවිතේ මේ වෙනකොට ආනන්තර්‍ය පාපකර්ම කර ගෙන නැති නම් සසරේ කරපු එකම ආනන්තර්‍ය පාපකර්මයක්වත් අප සතුව නැහැ කියලා අපට සතුටු වෙන්න පුළුවන්. ඇයි ඒ? පෙර භවයේ මිය යන කොට අප සතුව ආනන්තර්‍ය පාපකර්ම තිබුණා නම්, මේ භවයේ අපි මනුලොව කෙසේ වත් උපදින්නෙ නෑ. අනිච්චයෙන් නිරයෙ උපදින්නේ. එහෙනම් මේ භවයේ මනු ලොව ඉපදුණා කියන එකේ අර්ථය, පෙර භවයේ මිය යන කොට අප සතුව කිසිදු ආනන්තර්‍ය පාප කර්මයක් ඉතිරි වෙලා නැති බවයි.

ආනන්තර්‍ය පාපකර්මයේ අවශේෂ විපාක ඉතිරි වෙලා තියෙන්නට පුළුවන්. ආනන්තර්‍ය කියන්නෙ යම් කර්මයක උපපජ්ජවේදනීය වශයෙන් දෙවන භවයේ විපාක දෙන කොටසනෙ. මුගලන් හාමුදුරුවන්ට මාතෘ ඝාතන, පීතෘ ඝාතන අකුසල කර්මය දෙවන භවයේ නිරයෙ ඉපදිලා දුක්ඛ විපාක

ලබන්නට හේතු වුණා. ඒක තමයි ආනන්තර්‍ය කර්මය. ඒ විපාකය විඳලා එතැනින් නැවත මනු ලොවට ආවට පස්සෙ ආනන්තර්‍ය විපාකය අවසානයයි. ඉන් අනතුරුව තියෙන්නෙ අපරාපරිය වේදනීය කර්ම කොටස. ඒ කියන්නෙ නිවන් දකිනතුරු යළි යළි ඉස්මතු වෙලා විපාක දෙන්නට අවස්ථාවක් ලැබුණොත් විපාක දෙන කොටස.

හැම කර්මයකම දිට්ඨධම්මවේදනීය කොටසක් තියෙනවා, උපපජ්ජවේදනීය කොටසක් තියෙනවා. අපරාපරියවේදනීය කොටසක් තියෙනවා. අහෝසි වෙන කොටසක් තියෙනවා. දිට්ඨධම්මවේදනීය කොටස ඒ ජීවිතයේදීම විපාක දෙනවා. උපපජ්ජවේදනීය කොටස දෙවන භවයේ විපාක දෙනවා. ඒ කොටස බලවත් වුණාම තමයි අපි ඒකට ආනන්තර්‍ය කර්මයයි කියලා කියන්නෙ.

බලවත් වෙනවා කියන්නේ අනිච්චයෙන්ම, නොවැරදීම ඊළඟ භවයේ විපාකත්වයට පැමිණෙනවා කියන එක. එතකොට ආනන්තර්‍ය පාපකර්මය දෙවන භවයේ විපාක දුන්නහම සියල්ල අවසානයයි කියන එක නෙවෙයි. අර උපපජ්ජවේදනීය කොටස පමණයි අවසාන වෙන්නෙ. නමුත් අපරාපරියවේදනීය කොටස නිවන් දකිනතෙක් අවස්ථාවක් ලැබුණොත් මතු වෙන්නට පුළුවන්.

නමුත් ඒවා පිළිබඳව අපට ලොකු ගැටලුවක් ඇති කර ගන්නට අවශ්‍යතාවයක් නැහැ. උත්සාහ කළොත් ඒ කර්ම යටපත් කරන්නට පුළුවන් නිසා යටපත් කරන්නට නොහැකි වෙන්නෙ ආනන්තර්‍ය පාප කර්ම විතරයි. ඒ නිසා මේ වන විට අප සතුව ආනන්තර්‍ය පාප කම් නැහැ කියලා අපට සතුටු වෙන්න පුළුවන් නම් අනිත් ඕනම පාපකර්මක්, ඕනම දුර්වලකමක්, පිළිබඳව අපට ප්‍රතිකර්ම කරන්නට පුළුවන්, ඒවා යටපත් කරන්නට.

11. කම් විපාක දෙන්නෙ මතු වුණොත් පමණයි.

බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා; කර්ම විපාක දෙන්නේ කරපු කරපු හැටියට නෙවෙයි. මතුවෙන, මතුවෙන විදියටයි කියන බව. මේක හරිම වැදගත් කාරණයක්. හොඳට මතක තියා ගන්න.

පව්කම් හෝ පින්කම් හෝ කළ කළ පමණට විපාක දෙන්නේ නැහැ. මතුවෙන මතුවෙන විදියටයි විපාක දෙන්නෙ. මතුවුණොත් විපාක දෙනවා. නැතිනම් නැහැ. අපි මෙව්වර කුසල් කරගෙන තියෙනවා, අව්වර කුසල් කරගෙන තියෙනවා කියලා හිතුවට වැඩක් නැහැ, ඒවා මතු වුණේ නැතිනම්. ඒ නිසානෙ කියන්නේ පාතර්ජන පුද්ගලයාට ගති නියත නෑ කියලා. අපි මේ ජීවිතේ බොහෝ කුසල් කරගෙන තියෙන්න පුළුවන්. හැබැයි මරණාසන්න මොහොතේ මතු වුණේ නැතිනම් විපාක දෙන්නෙ නැහැ. වෙන ආත්මයක දී මතුවෙලා විපාක දෙන්න පුළුවන්.

ධර්මාශෝක රජතුමා අසුභාරදහසක් වෙහෙර විහාර හැඳුවා. තමන්ගෙ දරුවෝ දෙන්නා ශාසනට පූජා කලා. මහා පින්කම් කර ගත්තා. නමුත් මරණාසන්න මොහොතෙ මතුවුණේ ද්වේශ සිතක් නිසා ඒ කුසල් විපාකත්වයට පැමිණෙන්න විදියක් නැහැ.

එහෙනම් කරපු කරපු හැටියට නෙවෙයි කර්ම විපාක දෙන්නෙ. මතුවෙන මතුවෙන හැටියටයි. අකුසල කර්මත් එහෙමයි. බුදුරජාණන් වහන්සේ වැඩ සිටි සමයේ එක්තරා තරුණයෙක් තමන්ට ජීවනෝපායක් නොමැතිව අන්තිමට අලංකාර කනතුරුට බැඳුණා, රජයේ නිලලත් මනුෂ්‍ය ඝාතකයා හැටියට. අවුරුදු පනහක්ම මේ තනතුරේ සේවය කලා. සේවය කරලා නිදහස ලැබුණා. ඇත්තටම නිදහස දුන්නෙ ඔහුට තව දුරටත් එක කඩු පහරින් බෙල්ල කපන්න බැහැ. දෙතුන් වතාවක් කොටන්න ඕන. ගතේ ශක්තිය නෑ දැන්, වයස් ගත වෙලා.

ඒ නිසා රජුරුවෝ තීරණය කලා දැන් මොහු විශ්‍රාම යවන්න ඕන, වෙන කෙනෙක් මේ තනතුරට පත් කරන්න. දැන් ඔහු විශ්‍රාම අරන් ගෙදර ගියා. අවුරුදු පනහකට පස්සෙ තමයි ගෙදර ආවෙ. අද කාලෙ වගේ නෙවෙයි, රජවරු ළඟ ඒ වගේ බරපතල සේවයකට ගියා නම් එතනම තමයි. ඉතින් අවුරුදු පනහකට පස්සේ ගෙදර ඇවිත් ඇඟ පත සෝදා ගෙන කෑම කන්නට සූදානම් වෙනකොට සැරියුත් මහ රහතන් වහන්සේ නිරෝධ සමාපත්තියෙන් නැගිටලා ලෝකයේ අසරණ මිනිසුන් දිහා බලනවා.

නිරෝධ සමාපත්තියෙන් නැගිටපු කෙනෙකුට දැන් වේලක් දුන්නොත් එදාම විපාක ලැබෙන මහා පින්කමක්. මේ අනගි අවස්ථාව කාට හිමිකර දුන්නොත් හොඳයිද කියලා උන්වහන්සේ ටිකක් ආවර්ජනා කරලා බැලුවා. බලනකොට මේ අසරණයව දක්කා. ඔහු අවුරුදු පනහක් මනුෂ්‍ය ඝාතන කර්ම කරගෙන අද විශ්‍රාම ගිහින් ගෙදර ඇවිත් තියෙනවා. ආයුෂ්‍යත් අවසානයයි. අද හවස් වෙනකොට මිය යනවා. කෙලින්ම උපදින්නෙ නිරයෙ.

මොකද අනිවාර්යෙන් මැරෙන මොහොතේ සිහිපත් වෙන්නෙ අර කරපු පාපකර්ම ටික. ඒ නිසා සැරියුත් හාමුදුරුවන්ට කල්පනා වුණා මොහු මේ අපරාධයට පෙළඹුණේ දුෂ්ඨකම නිසා නොවෙයි. ජීවත් වෙන්නට ක්‍රමයක් නැතිකම නිසා. ඒ නිසා මේ අසරණයාට පිහිට වෙන්නට ඕන කියලා සැරියුත් හාමුදුරුවෝ ඒ නිවසට වැඩම කලා. අර මනුස්සයා බත්පත අරගෙන අනුභව කරන්න සූදානම් වෙනකොටම, සැරියුත් හාමුදුරුවෝ පාත්තරෙන් අරගෙන එතන වැඩ සිටියා.

“ස්වාමීනී, වසර පනහක්ම දනක් දෙන්නට අවස්ථාවක් ලැබුණෙ නෑ. ඔබ වහන්සේ වැඩම කළ එක මහා භාග්‍යයක්.” කියලා අර බත් පත සැරියුත් හාමුදුරුවන්ට පූජා කලා. සැරියුත් හාමුදුරුවෝ ඔහුට පෙනෙන්නටම දානෙ ටික වළඳලා

අනුමෝදනාව කරනවා. හැබැයි අනුමෝදනාව කරන කොට ඒක අහගෙන ඉන්නට තරම් මානසික සන්සුන් බවක් මොහුට නැහැ. මතක් වෙන්නෙම අර මරපු හැටි, කොටපු හැටි, ලේ ගලපු හැටි, අදෝනා නගපු හැටි, ගෙවල් දොරවල්, දරුවෝ සිහි කරමින් කෑ ගහපු හැටි, බියෙන් වෙවුලපු හැටි, අවුරුදු පනහක අත්දැකීම් සුළු පටු දෙයක් නෙවෙයි. ඉතින් කොහොමද අමතක කරන්නෙ.

එතනදී සැරියුත් හාමුදුරුවෝ අහනවා, “ඔබ අනුශාසනාව ශ්‍රවණය කරගෙනද ඉන්නෙ. එහෙම නැතිනම් ඔබේ මනස වෙනතකද තියෙන්නෙ.”

“ස්වාමීනී, මං කොහොමද බණ අහන්නෙ. මට සිහි වෙන්නෙම වසර පනහක් කරපු අකුසල කර්ම”

එතනදී සැරියුත් හාමුදුරුවෝ පුංචි උපක්‍රමයක් යොදනවා. කුසල් අකුසල් පිළිබඳව, කර්මය පිළිබඳව ඔහු එතරම් දැන උගත් කෙනෙක් නෙවෙයි. ඒ නිසා ඒ නොදන්නා බවම සාධකය හැටියට යොදා ගෙන මොහුගේ මනස වෙනතකට යොමු කළා. සමහර වෙලාවට දන්නෙ නැති එකක් හොඳට හිටින්න පුළුවන්. එනිසයි ඉහත සඳහන් කළේ සමහර වෙලාවට අකුසලයක් කුසලයට උදව් වෙන්න පුළුවන් බව. කුසලයක් අකුසලයට උදව් වෙන්න පුළුවන්. ඒක තීරණය වෙන්නෙ මනස හසුරුවන ස්වභාවය මතයි.

එතකොට දැන් මේ තැනැත්තා කුසල් අකුසල් පිළිබඳව ලොකු පරිණත භාවයක් නැති කෙනෙක් නිසා සැරියුත් හාමුදුරුවෝ අහනවා, “ඔබම හිතලද මනුෂ්‍ය ඝාතනය කළේ?”

“නෑ ස්වාමීනී, මම හිතලා කරපු දෙයක් නෙවෙයි, රජ්ජුරුවෝ කියපු නිසයි මං මැරුවෙ.” ඊට පස්සෙ සැරියුත් හාමුදුරුවෝ දෙවෙනි ප්‍රශ්නෙ අහනවා,

“වෙන කෙනෙක් කියලා මැරුවහම ඔබට පව් සිද්ධ වෙනවද?”

මේ මනුස්සයට පින් පව් පිළිබඳව ලොකු පරිණත බවක් නැති නිසා මේ සැරියුත් හාමුදුරුවෝ අහන විදියෙන්, අහන ස්වරයෙන්, ඔහු හිතා ගත්තා ‘ආ, රජ්ජුරුවෝ කියලනෙ මම මැරුවෙ, එහෙනම් මට පාපයක් නෑ.’ කියලා හිත හදාගත්තා. එහෙම හිත හදාගත්ත නිසා ‘දැන් මං ඒකට වැරදි කරුවෙක් නෙවෙයි.’ කියන සිතුවිල්ලක් එක්කම අර අවුරුදු පනහක් මුළුල්ලේ කරපු පාප කර්මය ගැන පශ්චාත්තාපයක් නැතිව භුක්තානුමෝදනාව ගැන අවධානය යොමු කරන්න පුළුවන් වුණා.

ඒ ගැන අවධානය යොමු කරගෙන, හිත පහදවා ගත්තා දුන් දානය ගැන. එදා හවස් වෙන කොට ඔහුගේ ආයුෂ අවසානයයි. ඔහු මිය ගියා. මියයන මොහොතෙත් සිහිපත් වුණේ සැරියුත් හාමුදුරුවන්ට දුන් දානය. ඔහු දෙව්ලොව දේවාත්ම භාවයක් ලැබුවා. එතකොට අර අවුරුදු පනහක් කරපු මනුෂ්‍ය ඝාතන කර්ම? කවදා හරි ඒවා විපාක දෙයි. නමුත් කරපු කරපු හැටියට නෙවෙයි. සසර ගමනේ කුසල් අකුසල් විපාක දෙන්නේ මතුවෙන මතුවෙන හැටියටයි. දෙපැත්තම ඔය විදියයි. ඒ නිසා අපට ආනන්තරිය පාප කර්මයක් හැරුණුකොට අවශේෂ දුර්වලකම්, අවශේෂ අඩුපාඩු, අවශේෂ පව්කම් අපි අතින් සිදුවුණා වුණත් ඒවා යටපත් කර නැගී සිටින්නට පුළුවන්.

12. ප්‍රතිවිරුද්ධ කුසලකර්ම කිරීම

එහෙම නම් තමන් අතින් වරදක් වුණා, පව්කමක් වුණා කියලා දැනෙනවා නම් වෙච්ච වැරද්ද හඳුනා ගෙන ඒ වරදට පෙළඹුනේ කොහොමද කියලා හේතු සාධක හඳුනාගෙන, මම නැවත එබඳු වරදක් කරන්නේ නැහැ කියලා අධිෂ්ඨාන පූර්වකව නැගී සිටීමයි පළවෙනි පියවර.

ඊළඟට අපට ඇතිවෙන ප්‍රශ්නය තමයි කර්මය කවදාහරි මගේ පසුපසින් එනවනෙ කියන ප්‍රශ්නය. පින් පවි විශ්වාස කරන අපට ඒක අමතක කරන්න පුළුවන් දෙයක් නෙවෙයි.

ඒකටත් බුදු දහමේ පිළියම් තියෙනවා. ඒ සඳහා එක් පිළියමක් නෙවෙයි. පිළියම් ගණනාවක් තථාගතයන් වහන්සේ පෙන්වා දෙනවා.

ඒ සඳහා අංගුත්තර නිකායෙ තික නිපාතයෙ ලෝණ ඵල සුත්‍රයේ කියැවෙන උපමාවෙන් බුදුහාමුදුරුවෝ දේශනා කරනවා බඳුනකට ලුණු කැටයක් දැම්මහම ටික වෙලාවකින් ඒක දියවෙනවා. දැන් දියවෙලා ඉවර වුණාම. ලුණු කැටය අයින් කරන්න බැහැ. දැන් මොකක්ද කරන්න පුළුවන්. අපට පුළුවන් තව වතුර ටිකක් මේකට එකතු කරන්න. වතුර ටිකක් එකතු කරන කොට අර ලුණුවල කර්කශ භාවය අඩු වෙනවා. තවතවත් බොහෝ ප්‍රමාණයක් වතුර එකතු කළොත් ලුණු රස නොදනෙන මට්ටමට තනුක කරන්න පුළුවන්. ඊට පස්සෙ බොන්න වුනත් පුළුවන්. දැන් ඇත්තටම ඒකෙ ලුණු නැද්ද? අර ලුණු ටික එහෙමම තියෙනවා. ඉතින් තිබුණට මොකද ඒකෙන් බාධාවක් නැතිනම්.

මේ සසර කර්ම සියල්ලම ලිහලා, ශුද්ධ කරලා නිවන් දැකින කෙනෙක් නෑ. හැම කෙනෙක්ම නිවන් දැකින්නෙ, කෙලෙස් නසන්නෙ, භව ගමන නිමා කරන්නෙ, සසරෙ කළ කුසල් අකුසල් පොදිය එහෙමම තියෙද්දී. ඒක කරපින්නා ගෙන දඟලලා හරියන්නෙ නෑ. ඒවා එහෙමම තියෙද්දී, අපට ලිහෙන්නට පුළුවන් ක්‍රමයකුයි අපි බලන්න ඕන.

මොකද ඒ කුසලාකුසල කර්ම සියල්ලම විඳලා විඳලා විපාක දීලා අවසාන වෙනකම් බලා ගෙන හිටියොත් කිසිදාක භව ගමන නිම කරන්නට අවස්ථාවක් ලැබෙන්නෙ නෑ. කළ කුසල් අකුසල් දෙකම එහෙමම තිබියදී මතු කුසල් අකුසල් ජනිත කරන හේතු නැසීමේනුයි සියලු උතුමන් මේ භව ගමන නිමා කළේ.

ඒ නිසා අපට පුළුවන් නම් දැඩි ජීඩාවක් ඇති නොවන විදියට ඒ අකුසල කර්මය යටපත් කර ගන්නට - නොකර ඉදීම තමයි හොඳම ප්‍රතිකර්මය - නමුත් දැන් කරලා ඉවර නම් නොකළා කරන්නට බැහැනෙ. දැන් කරන්නට පුළුවන් එක් ප්‍රතිකර්මයක් තමයි, ඒ කර්ම ශක්තිය යටපත් වෙන ආකාරයට ඊට ප්‍රතිවිරුද්ධ කුසල් දහම් සම්පාදනය කිරීම.

අපිට රෝගී නොවී රැකෙන්න පුළුවන් නම් වඩාම හොඳයි. නමුත් යම් රෝගයක් වැළඳුණොත් හැකි ඉක්මනින් සුව කරගන්න එක හොඳයි. සම්පූර්ණයෙන් සුව කරන්න බැරිනම් උත්සන්න නොවී සමනය කරගැනීමවත් කළ යුතුයි.

ඒ වගේ සසර කර්ම සියල්ලම ලිහලා දන්නට අපිට පුළුවන් කමක් නැතත්, ඒවායින් බරපතල ජීඩාවක් ඇති නොවන ආකාරයට ප්‍රතිකර්මයක් කරන්නට පුළුවන් නම්, එපමණකින් සමනය කරගෙන මේ භව ගමන පවත්වන්නට පුළුවන්.

ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා කර්ම කරපු කරපු විදිහට විපාක දෙන්නෙ නෑ. මතුවෙන මතුවෙන ආකාරයටයි විපාක දෙන්නෙ. ඒ නිසා මතුවීමේ කර්කශ බව අඩු කරන්න, ඊට ප්‍රතිවිරුද්ධව කුසල කර්ම ජනිත කරන්නට පුළුවන්කම තියෙනවා. ප්‍රතිවිරුද්ධ කුසල කර්ම කීව්වෙ,

- ප්‍රාණඝාතය කළා නම්; සත්ව ජීවිත ආරක්‍ෂා කිරීම, අභය දානය දීම.
- සොරකම් කළා නම්; අත්‍යාවශ්‍ය මොහොතේ අන් අයගේ දිවි පවත්වන්නට සහාය දීම.
- අන් අයගේ පවුල් ජීවිත කඩා කප්පල් කළා නම්; අන් අයගේ පවුල් ජීවිත සුරක්‍ෂිත කරන්නට සහාය වීම.

- බොරු කිව්වා නම්; සත්‍යවාදීව සත්‍ය රකින්නට වැයම් කිරීම.
- සිල්වතුන්ට ගුණවතුන්ට නිග්‍රහ කළා නම්; සිල්වතුන්ගේ ගුණවතුන්ගේ ගුණ අගයන්නට උනන්දු වීම.
- වැඩිහිටියන්ට නිග්‍රහ කළා නම්; හැකි අවස්ථාවන්හිදී වැඩිහිටියන්ට ගරු බුහුමන් දැක්වීම. ඒ කෙනාටම බුහුමන් කරන්නට බැරිවෙන්න පුළුවන්. එහෙම බැරි වුණොත් ඒ පිළිබඳව සිහිපත් කරලා, වෙනත් වැඩිහිටියන්ට හෝ ගරුබුහුමන් කළ යුතුයි. ජීවත්ව ඉන්නවා නම් සමාව ගන්නට පුළුවන්. ජීවත්ව නැති නම් ඒ තැනැත්තා සිහි කරලා හරි සමාව අරගෙන ඉන් පසුව ඊට ප්‍රතිවිරුද්ධ කුසල කර්ම කර ගන්න පුළුවන්.

එසේ කුසල කර්ම කරන කොට ඒ කුසල කර්ම රැස්වෙන රැස්වෙන ප්‍රමාණයන් එක්ක පූර්ව අකුසල කර්මයේ විපාක දුර්වල වෙනවා. මේ එක ප්‍රතිකර්මයක්.

13. ප්‍රාර්ථනාවේ බලය!

ඊළඟට දෙවන ප්‍රතිකර්මය තමයි යම් යම් ප්‍රාර්ථනා ඇති කර ගැනීම. ඒ තුළින් අපට කර්ම යටපත් කරන්නට පුළුවන්. ප්‍රාර්ථනා ඇති කර ගන්නවා කියන එකක් විශේෂ කාරණයක්. දැන් සමහරු කල්පනා කරනවා, 'මම නම් එහෙම අමතර ප්‍රාර්ථනා කරන්නෙ නෑ. මම නිවන් දකින්නට විතරයි ප්‍රාර්ථනා ඇති කර ගන්නෙ. වෙන කිසිවක් ප්‍රාර්ථනා කරන්නෙ නෑ'

ඒක අපිට ලස්සන කතාවක් වගේ ජේනවා. හැබැයි නිවනට අමතරව තවත් බොහෝ ප්‍රාර්ථනා අපි ඇති කර ගන්නට ඕන.

උදාහරණයක් හැටියට ගත්තොත්; සීවලී හාමුදුරුවෝ සසර ගමනෙ දාන පාරමිතාව පිරුවා. උන්වහන්සේගේ දාන

පාරමිතා බලය නිසා උන්වහන්සේට බොහෝ ප්‍රත්‍ය ලාභ ලැබුණා. බුදුහාමුදුරුවෝත් සසර ගමනේ දාන පාරමිතාව පිරුවා. උන්වහන්සේගේ දාන පාරමිතා බලයෙන් උන්වහන්සේට බොහෝ ප්‍රත්‍ය ලාභ ලැබුණා. නමුත් බුදුහාමුදුරුවන්ට ඇතැම් අවස්ථාවල දත් පැන් අහිමි වුණා. දොළොස් වෙනි වස් කාලෙ තුන් මාසයක් මුළුල්ලේම උන්වහන්සේට යව වළඳන්න සිද්ධ වුණා. නමුත් සීවලී හාමුදුරුවන්ට කවදාවත් එහෙම වෙලා නෑ.

එහෙම නම් දාන පාරමිතාවෙන් වඩා උසස් වෙන්නෙ සීවලී හාමුදුරුවෝද? බුදුහාමුදුරුවෝද?

සීවලී හාමුදුරුවන්ගේ දාන පාරමිතාව බුදුහාමුදුරුවන්ගේ දාන පාරමිතාවට අසලකින්නවත් කියන්න බෑ. මොකද බුදුහාමුදුරුවන්ගේ දාන පාරමිතාව මහ බෝසත්වරුන්ගේ පාරමිතාවක්. මහ බෝසත් දාන පාරමිතාව,

- පාරමී
- උප පාරමී
- පරමඝ්‍රාහ පාරමී කියන තුන් ආකාරයෙන්ම සම්පූර්ණ කරනවා.

මොකක්ද පරමඝ්‍රාහ පාරමී කියන්නෙ? ජීවිත පරිත්‍යාගයෙන් ක්‍රියා කිරීම. අඹු, දරු, ඇස්, ඉස්, මස්, ලේ තමන්ගේ මුළු ජීවිතයම පවා පරිත්‍යාග කරමින් කියන බෝසත් වරයෙකු දාන පාරමිතාව පුරන්නේ. සීවලී හාමුදුරුවෝ එහෙම පාරමිතාවක් පිරුවෙ නෑ. ශ්‍රාවකයෙකුට එහෙම පාරමිතාවක් අවශ්‍ය වෙන්නෙත් නෑ.

ඒ නිසා මහ බෝසතාණන් වහන්සේගේ, බුදුහාමුදුරුවන්ගේ දාන පාරමිතාවත් එක්ක සන්සන්දනය කරන කොට සීවලී හාමුදුරුවන්ගේ දාන පාරමිතාව මහමෙර ඉදිරියෙ ගල් කැටයක් වගේ කියලයි කියන්න වෙන්නෙ.

නමුත් එක දෙයක් තියෙනවා; සීවලී හාමුදුරුවන්ගේ දාන පාරමිතාව අල්ප වුණත් උන්වහන්සේ ඒ දාන පාරමිතාව කුලින් පැතුමක් ඇති කර ගත්තා, 'මම අවසන් භවයේ ප්‍රත්‍යලාභීන් අතර අග තැන්පත් වෙමිවා' කියලා.

ඒ නිසා ඒ ප්‍රාර්ථනාව කුලින් උන්වහන්සේට නොලැබෙන්නට තියෙන සියලුම අකුසල කර්ම යටපත් කරන්න හැකිවුණා. සීවලී හාමුදුරුවන්ට නොලැබීමේ අකුසලේ ඕන තරම් තියෙන්න ඇති.

උපදිනකොටම අවුරුදු හතකුත් මාස හතකුත් දින හතක් මුළුල්ලේ මව් කුසේ හිරවෙලා හිටියේ කුසල කර්මයක් නිසා නෙවෙයිනෙ. පෙර භවයක රජ වෙලා ඉන්න කොට වෙනත් රාජ්‍යයක් වටකරලා කන්න බොන්න නොදී හිරකර තැබීමේ කර්මය. ඉතින් ඒ කර්මය එහෙම විපාක දුන්නා නම් ආහාර පාන අහිමි වෙන්න ඒ කර්මය බලපාන්නෙ නැද්ද? බලපාන්න විදියක් නෑ, අර ප්‍රාර්ථනාව විසින් ඒ සියල්ල යටපත් කළා.

එහෙම නම් තමන් සතුව යම් යම් දුර්වල අකුසල කර්ම තිබුණා වුණත්, ඒ කර්ම යටපත් කරන්නට සුදුසු ප්‍රබල කුසල් කරලා හොඳ ප්‍රාර්ථනා ඇති කර ගන්නට පුළුවන්. කර්ම යටපත් වෙන්නට විශේෂයෙන් කඩිනම් චිවර පූජාවන් වැනි පිංකම් වඩා සුදුසුයි.

කඩිනම් චිවර පූජාව ආනන්තර්‍ය පාප කර්ම හැරුණු කොට අන් සියලු පාපකර්ම මැඩපවත්වන්න, යටපත්කරන්න පුළුවන් ප්‍රබලම කුසලයක්.

14. නමුත් ප්‍රඥාමූලික විය යුතුයි.

ඒ නිසා තමන්ගේ ජීවිතේ ගැන ආවර්ජනා කරලා බලන්න ඕන; මගේ ජීවිතේ ගුණ දහම් වඩමින් නිවන් දකින්න යන ගමනේදී

මට මොනවාද තියෙන බාධක. මට මොනවාද තියෙන ගැටළු. මේවා ටිකක් කල්පනා කරලා බලන්න.

මවගෙන් බාධා එනවාද, පියාගෙන් බාධා එනවාද, සැමියාගෙන් බාධා එනවාද, බිරිඳගෙන් දරුවන්ගෙන් බාධා එනවාද. ආර්ථිකයෙන්, නිරෝගිකමින්, මිත්‍රයින්ගෙන් - කාගෙ න්ද මොන පැත්තෙන්ද බාධක එන්නෙ. මේවා හොඳට අධ්‍යයනය කරන්න. අධ්‍යයනය කරලා ඒ දුර්වලකම් ඊළඟ භවයේ යටපත් කර ගන්නට සුදුසු කුසල් කරලා ප්‍රාර්ථනා ඇති කර ගන්න.

මේ ප්‍රාර්ථනා ප්‍රඥා මූලිකව කරන්නත් පුළුවන්, තෘෂ්ණා මූලිකව කරන්නත් පුළුවන්. මොකක්ද ඒ දෙකේ වෙනස? දෙගොල්ලොම කරන්නෙ ප්‍රාර්ථනාව තමයි. නමුත් ප්‍රඥා මූලිකව ප්‍රාර්ථනා කරනවා කියන එකේ තේරුම; මෙන්න මේ යහපත් අර්ථය සපුරා ගන්නට මේ යහපත් ඉලක්කය සපුරා ගන්නට මේ සාධකය අවශ්‍යයි. ඒ නිසා මෙය සම්පාදනය කරනවා කියන අර්ථයෙන් අපිට යම් යම් ප්‍රාර්ථනා ඇති කර ගන්නට පුළුවන් නම්, ඒ ප්‍රාර්ථනාව ප්‍රඥා මූලික ප්‍රාර්ථනාවක්.

එහෙම පරමාර්ථ ගැන නිතව්වක් නැතිව. ඉලක්කයක් නැතිව. 'අරගොල්ලන්ට ලැබිල තියනවා වගේ මටත් ඊළඟ ආත්මයේ ලැබේවා' කියලා ප්‍රාර්ථනා කරනව නම් එතන තියෙන්නෙ හැගීම් වලට වහල් වුණු තෘෂ්ණා මූලික ප්‍රාර්ථනාවක්. ඒවා ලබන්නෙ මොකටද කියල තමන්වත් දන්නෙ නැහැ. එහෙම ප්‍රාර්ථනා කිරීම අතිශයින්ම භයානකයි. කුමක් නිසාද? තෘෂ්ණා මූලිකව කරන ප්‍රාර්ථනාව වුණත් සඵල වෙන්නට සුදුසු කම ශක්තියක් තිබුණොත් එය සඵල වෙනවා. නමුත් පැතුම් ඇති කරන්නේ තෘෂ්ණාවෙන් නිසා, ඒ සම්පත් ලැබුණත් විනාශයට පැමිණෙන්නට එයම හේතුව වෙන්න පුළුවන්. ලැබුණු පමණට සම්පතීන් යහපතක් වෙන්නෙ

නැහැ. පරිහරණය කරන ස්වභාවය මත, ප්‍රඥාව සහ ගුණය මතයි ඒවා උස් පහත් වෙන්නේ. දෝලනය වෙන්නේ.

15. කලාණ මිත්‍ර ප්‍රාර්ථනාව

ඒ නිසා යම් කිසි කෙනෙකු කරන ප්‍රාර්ථනාව ඥාන සම්ප්‍රයුක්තව කරනවා නම් එය වරදක් නොවෙයි. ඥාන සම්ප්‍රයුක්තව ප්‍රඥාවෙන් ප්‍රාර්ථනා කරනවා කිව්වහම නිවන විතරක් නෙවෙයි. සමහරු කියනවානේ “පව් කම් කරලා ප්‍රාර්ථනා කරනවයැ, ඔය අපුරුවට දුක්ඛ විපාක ලබන්නේ. ඒ වගේ පිං කම් කරලා ප්‍රාර්ථනා නොකළත් ඒවයිත් සැප විපාක කෙහොමත් ලැබෙනවනේ. අමුතුවෙන් පතන්න දෙයක් නෑනේ” එහෙම කියනවා.

ඒකෙ යම් සත්‍යතාවයක් තියනවා. නමුත් යම් අඩුවකුත් තියෙනවා. මොකක්ද අඩුව? බුදුහාමුදුරුවෝ දේශනා කරනවා, කරපු කරපු විදියට නෙවෙයි කර්ම විපාක දෙන්නේ. මතුවෙන මතුවෙන හැටියටයි. ඒ නිසා කොතරම් කුසල කර්ම කළා වුණත් ඒවා මතුවෙන්න ඉඩක් නැතුව අකුසල කර්ම වලින් හරස් වුණොත්, කුසල් කරපු පමණට විපාක ලැබෙන්නේ නැහැ.

අපට ඒ පිළිබඳව ඕන තරම් ශාසන ඉතිහාසයේ උදාහරණ තියෙනවා. මහා ධන සිටු පුත්‍රයාට ඒ හවයේ රහත් වෙන්න තිබුණා. බුදුහාමුදුරුවෝ දේශනා කරනවනේ රහත් වෙන්න පුළුවන්කම තිබුණා කියලා. ඒත් රහත් වුණේ නැහැනේ. ඇයි ඒ? ඒ ශක්තිය අවදි කරගන්නට පුළුවන් වුණේ නැහැ. සාධක තිබුණා. නමුත් අවදි වුණේ නැහැ. බාධකවලින් එය යටපත් වුණා.

අජාසත් රජ්ජුරුවෝ බුදුරජාණන් වහන්සේ ගෙන් ධර්මය ශ්‍රවණය කරලා නැගිටලා යනකොට බුදුහාමුදුරුවෝ දේශනා

කරනවා. “මහණෙනි, මේ නැනැත්තා දෙවිදත් තෙරුන් වැනි පාප මිත්‍රයකුගේ ඇසුර ලබලා ජීනා ඝාතනය නොකර ගන්නා නම්, අද මෙතැනින් නැගිටලා යන්නේ සෝවාන් වෙලා.”

නමුත් ඒ සෝවාන් ඵලය කල්ප කාලාන්තරයක් පසුකර ගත්තේ ඇයි? කළ අකුසලය හරස් වුණා. කුසල ශක්තිය යටපත් වුණා. ඒ නිසා කරපු කරපු පමණට කුසල් හෝ අකුසල් මතුවෙනවයි කියලා අපට නිගමනය කරන්න බෑ.

එනිසයි මේ සසර ගමන සංස්කරණය කරගෙන, සකසා ගෙන යා හැකි වන්නේ. එනිසයි බුදුහාමුදුරුවෝ දේශනා කරන්නේ වළාකුළින් මිදුණු සඳක් වගේ ඕනම මොහොතක අපට නැගී සිටින්නට පුළුවන් බව. ඕනම මොහොතක සිත අඳුරු වෙන්නත් පුළුවන් - ඒ අවස්ථාවත් තියෙනවා. නමුත් ඒ වගේම අඳුරු වෙන්නේ කොහොමද කියලා තේරුම් ගත්තොත් ඕනම මොහොතක පිරිසිදු වෙන්නටත්, නැගී සිටින්නටත් අවකාශය තියෙනවා.

16. තමන් කැපු වලවල්

ඒ නිසා පෙර හවවල හෝ මේ ජීවිතයේ හෝ අපි අතින් සිද්ධ වූ යම් යම් අකුසල කර්ම පිළිබඳව අපට තැති ගැන්මක් බියක් ඇති වෙනවා නම්, ඒවා යටපත් කර ගන්නට දෙවෙනි ක්‍රමය තමයි, හොඳ ශක්තිමත් ප්‍රාර්ථනා ඇති කර ගැනීම.

නමුත් ද්වේශ මූලිකව හෝ තෘෂ්ණා මූලිකව හෝ නෙවෙයි. තමන්ට මේ හවයේ ලැබීල ඉන්න බිරිඳ සුදුසු නැති නම්, හොඳ සත්පුරුෂ කාන්තාවක් නොවෙයි නම්, කුසලයට දහමට සහාය දෙන්නේ නැතිනම්, සසර ගමනේ තමන් සමඟ එකට යා හැකි, කුසලයට දහමට සහාය වෙන, නිවන් මගට උපකාර වෙන සත්පුරුෂ බිරිඳක් ලබන්නට නුවණින්, මැදහත් සිතින්

ප්‍රාර්ථනා ඇතිකර ගැනීම සුදුසුයි. තමන්ට මේ ජීවිතයේ ලැබිලා ඉන්න සැමියා සුදුසු කෙනෙක් නොවෙයි නම් අඬ දබර වෙලා, ගැටිලා, පව් කරගෙන, සසර අගාධයට වැටෙන එක නෙවෙයි, සසර ගමනේ තමන්ට ගුණ දහම් වඩන්න සහාය වෙන සත්පුරුෂ කලාණ මිත්‍ර සැමියෙක් ලබන්නට ප්‍රාර්ථනා කරගන්න ඕන. තමන්ට මේ ජීවිතයේ ලැබිල ඉන්න දරුවෝ එබඳු අය නොවෙයි නම් සුදුසු දරුවන් ලබන්නට, එබඳු මව්පියෝ ලැබිලා නැතිනම් සුදුසු මව්පියන් ලබන්නට, දැන් ලැබිලා ඉන්න ඥාති ගණයාගෙන් තමන්ට ගුණ දහම් වඩන්න විවිධ බාධක මතුවෙනවා නම්, එසේ නොකරන සත් පුරුෂ කලාණ මිත්‍ර ඥාතීන් ලබන්නට පැතුම් ඇති කර ගැනීම වටිනාවා. ඒ අය සමඟ හැපිලා, ගැටිලා පව් සිද්ධ කර ගෙන සසරේ තමන් අගාධයට වැටෙන එක නෙවෙයි කළ යුත්තේ, අපට ඒවා ලිහාගෙන යන්නට පුළුවන්.

ඒ අයත් එක්ක ගැටිලා වැඩක් නෑ, අපේ කම් ශක්තිය භුක්ති විඳින්නයි අපට කවුරුහරි ලැබෙන්නේ. ඉතින් ඒකට අතින් මනුස්සයා මොනවා කරන්නද? අපි නිසා ඒ මනුස්සයන් අමාරුවක වැටිලා. අන් අය තල්ලු කළත්, වැටිලා තියෙන්නේ තමන්ම කැපු වලට. ඒක අපි තේරුම් ගන්නේ නෑ.

දැන් මුගලන් හාමුදුරුවන්ට හොරු තැල්වා. හොරු කර්මයක් කරගත්තා තමයි. නමුත් ඒ හොරුන්ට එහෙම කරන්න වුණේ කුමක් නිසාද? මුගලන් හාමුදුරුවන්ගේ කමිය නිසා. ඉතින් උන්වහන්සේ ඒ කර්මය කරගෙන ආවේ නැතිනම් අර මිනිසුන් අමාරුවේ වැටෙන්නේ නෑනේ. උන්වහන්සේ රහත් වෙලා නිසා උන්වහන්සේ එතනින් නිදහස්. නමුත් අපි තවම රහත් වෙලා නැති නිසා එබඳු තැන්වලදී නැවතත් අපි අකුසල් රැස්කර ගන්නවා.

අපි මේ කාරණය, මේ සිද්ධාන්තය දැඩිව සිතේ ධාරණය කරගන්න ඕන. බිරිඳගෙන් ප්‍රශ්න ආවත්, සැමියාගෙන් ප්‍රශ්න ආවත්, දරුවාගෙන් ප්‍රශ්න ආවත්, අම්මා තාත්තාගෙන් ප්‍රශ්න

ආවත්, ඥාතියාගෙන්, අසල්වැසියන්ගෙන් ප්‍රශ්න ආවත්, සතා සිවුපාවා ගෙන් ප්‍රශ්න ආවත්, ප්‍රශ්න එන්නේ තමන්ට නම් ප්‍රධාන දෝෂය තියෙන්නේ තමන් සතුවයි. අන් අය බාහිරින් සහාය වෙලා පමණයි.

අනිකා අසත්පුරුෂයෙක් වෙන්න පුළුවන්. අනිකා මොන තරම් අසත්පුරුෂයෙක් වුණත් ඒ අසත්පුරුෂ කමට භාජනය වෙන්න තරම් දුර්වල කර්ම ශක්තියක් මා සතුව නැතිනම් මට එයින් ප්‍රශ්නයක් අති වෙන්නේ නැහැ. ඒවාට ඕන තරම් උදාහරණ බෞද්ධ සාහිත්‍යයේ තිබෙනවා.

17. ප්‍රාර්ථනාවෙන් ශක්තිය තහවුරු වෙනවා.

අනුරුද්ධ කුමාරයා පෙර භවයක ‘නැහැ’ කියන වචනයෙන් පීඩා විඳින්නට අවකාශය නොලැබේවා කියලා පැතුම් ඇතිකර ගත්තා. අවසාන ආත්ම භවයේදී, පුංචි කාලේ ක්‍රීඩා කරනකොට කැවුම් ඔට්ටුවට අල්ලලා ක්‍රීඩා කරනවා. පැරදුනාම ගෙදරට කෙනෙක් යවනවා කැවුම් ගේන්න කියලා. තියෙන තියෙන ඔක්කොම ඉවර වුණාට පස්සේ අම්මා කියනවා,

“කැවුම් ඉවරයි. කැවුම් නෑ” නැහැ කිව්වට එහෙම එකක අර්ථයක් ඔථවට වැටිල නෑ.

“එහෙනම් ඒ නැති ඒවා ගේන්න. නැති කැවුම් ගේන්න” කියලා කිව්වා.

අම්මා කල්පනා කරනවා, නලවලා දරුවෝ හැඳුවම නැත කියන එකේ අර්ථයවත් දන්නේ නෑ. ඒ නිසා නෑ කියන එක තෝරලා දෙන්න මේක හොඳ වෙලාව කියලා හිතලා හිස් රන් බඳුනක් අරගෙන තවත් බඳුනකින් වහලා,

“ ඕක ගෙනිහින් දෙන්න. ඕවා තමයි නැති කැවුම්” කියලා යැව්වා.

එතකොට ඇරල බැලුවාම ජේනවානේ, නෑ කියන්නේ මේකයි කියලා. නමුත් එහෙම පීඩා විඳින්නට ඔහුට සුදුසු කමක් නෑ. ඇයි ඒ ? ඔහු නැත යන අර්ථයෙන් පීඩා නොවිඳින්නට සසර පැතුම් ඇති කරගෙන තියනවා.

දැන් මේ අම්මා තමයි උත්සාහ කරන්නේ මේ තත්වය අත්දකින්න සලස්වන්න. නමුත් අම්මටවත් දෙවියෙකුට මාරයෙකුටවත් ඒක වෙනස් කරන්න බැහැ. ඒකයි කුසල ක්‍රියාවක් කරලා ප්‍රාර්ථනාවක් ඇතිකර ගැනීමේ බලය.

ඒ නිසා අපේ ජීවිතේ කොතනක හරි වැරදුණා නම්, දුබල තැන් තිබෙනවා නම්, දැන දැන සිද්ධ වෙච්ච වැරදි හෝ වේවා ඒ හැම තැනක්ම පරිස්සමින් ආවර්ජනා කරලා මෙලොවදී සකසා ගන්නට පුළුවන් තැන් මෙලොවදී සකසා ගන්නට ඕන. මතු සසර ගමනේදී සකසා ගන්නට පුළුවන් තැන් එසේ සකසා ගන්නට සුදුසු කුසල් දහම් කරලා ශක්තිමත් ප්‍රාර්ථනාවන් ඇති කර ගන්නට ඕන.

18. ආශීර්වාදය!

ඊළඟට තුන්වෙනි ක්‍රමය තමයි කර්ම යටපත් කර ගන්නට සිල්වතුන්ගේ, ගුණවතුන්ගේ, මව්පියන්ගේ, ගුරුවරුන්ගේ ආශීර්වාදය ලැබීම. එහිදී විශේෂයෙන්ම සිල්වත්, ගුණවත් හික්ෂුන් වහන්සේලාගේ ආශීර්වාදය, සෝවාන් ආදී ඵලලාභී උතුමන්ගේ ආශීර්වාදය, රහතන් වහන්සේලාගේ හෝ පසේ බුදුවරුන්ගේ හෝ සම්මා සම්බුදුවරුන්ගේ ආශීර්වාදය ලැබීම. කම් යටපත් කරන්න බෙහෙවින් උපකාර වෙනවා.

අද කාලේ අපට සම්මා සම්බුදුවරු, පසේ බුදුවරු, හොයා ගන්නට නැහැ. රහතන් වහන්සේලා ඉන්න පුළුවන් හොයා ගන්න අපහසුයි.

එතකොට ඵලලාභීන් අසවල් අසවල් අය කියලා අපට හඳුනා ගන්නට ක්‍රමයක් නැහැ. නමුත් අපට පුළුවන් යම් ප්‍රමාණයකින් සිල්වත්, ගුණවත්, උතුමන් හඳුනා ගන්න, මව්පියෝ හඳුනා ගන්න, ගුරුවරු හඳුනා ගන්න, සත්පුරුෂයෝ හඳුනා ගන්න. එබඳු උතුමන්ගේ ආශීර්වාදය අපට බෙහෙවින් උපකාර වෙනවා කර්මය යට පත් කර ගන්නට.

දීඝායු කුමාරයාගේ කතා ප්‍රවෘත්තිය අහලා ඇතිනේ. දීඝායු කුමාරයා දින හතකින් මිය යන්නට සිටියේ. ආයු තියෙනවා. නමුත් සසරේ කරන ලද උපච්ඡේදක කර්මයක් - උපච්ඡේදක කර්මයක් කියන්නේ ජීවිත අකාලයේ අහෝසි කරන්නට හේතුවෙන බරපතල කර්මයක්.

එබඳු බරපතල කර්මයක් ඉස්මතු වෙනවා තව දින හතකින්. ඒ කර්ම ශක්තිය ඉස්මතු වෙනකොට, ඔහුගේ ජීවිතය අහෝසි කරන්නට වෙසමුණි රජුගෙන් වරම් ගත් එක්තරා යක්ෂයකුත් සුදානම් වෙලා ඉන්නවා.

මේ අවස්ථාවෙන් ගොඩ එන්නට පුළුවන් වුණේ බුදුරජාණන් වහන්සේගේ මග පෙනීමෙන් නැවුම් මණ්ඩපයක් තනලා, ඒ මණ්ඩපයේ මේ දරුවා වඩා හිඳුවලා, මහා සංඝරත්නය වැඩමවාගෙන හත් දවසක් අඛණ්ඩව පිරිත් සප්ඝායනා කිරීමෙන් බුද්ධ, ධම්ම, සංඝ යන රත්නත්‍රයේ ආශීර්වාද බලයෙන්, අර කර්ම ශක්තිය යටපත් වුණා. අර යක්ෂ උවදුරක් යට පත් වුණා. අවුරුදු එකසිය විස්සක් ආයු වින්දනය කරන්නට භාග්‍ය ලැබුවා.

ඒ නිසා රත්නත්‍රයේ ආශීර්වාදය, මව්පියන්ගේ ආශීර්වාදය, ගුරුවරුන්ගේ ආශීර්වාදය, සත්පුරුෂ ගුණවතුන්ගේ ආශීර්වාදය අපේ ජීවිතයේ මේ ලෝක වශයෙන් අඩුපාඩු සකස් කර ගන්නත්, සාංසාරික වශයෙන් මතු වෙන යම් යම් අකුසල කර්ම විපාක මැඩපවත්වා ගන්නටත් අපට විශේෂයෙන් උපකාර වෙනවා.

19. නිවන තෙක් බලපාන චිත්ත අධිෂ්ඨානය!

ඊළඟට හතරවෙනි ක්‍රමය තමයි දැඩි චිත්ත අධිෂ්ඨානයක් ඇති කර ගැනීම. හැකි නම් කියවලා බලන්න ධර්මදේවජ කියලා ජාතක කතාවක් තියනවා ජාතක පොතේ, ඒ ජාතක කථාවේ සදහන් වෙනවා “ජත්තපානී” කියලා එක්තරා වර්තයක්. ඒ තැනැත්තා සසර ගමනේ තමන් අතින් සිදුවුණු යම් යම් අඩුපාඩු වලින් ඇතිවුණු කම්පනය නිසා දැඩිව චිත්ත අධිෂ්ඨානයන් ඇති කරගෙන තියෙනවා. “ මම සසර ගමනේ කිසිදාක මේ වරද කරන්නේ නෑ” කියලා.

පෙර භවයක රජෙක් හැටියට ඉඳලා මත්පැන් බීම, මස් ඉල්ලනවා. මස් නෑ. මස් නැති නිසා උරණ වේවි කියලා රාජ නමුත් මහේෂ්ඨකාව දරුවා ගෙනිනින් දෙනවා අතට, දරුවාගේ මුහුණ දක්කට පස්සේ කෝපය අඩුවේවි කියලා.

‘මස් නැතිනම් මේ තියෙන්නේ මස්’ කියලා අර දරුවාගේ ගෙල සිඳලා දුන්නා මස් කරලා උයාගෙන එන්නට කියලා. අනුභව කරලා සියල්ල අවසානයේ වෙරි හිඳුනට පස්සේ ‘කෝ දරුවා’ කියලා ඇහුවම තමයි දැනගත්තේ තමන් අනුභව කරලා තියෙන්නේ දරුවාගේ මාංශ බව. පියෙක් හැටියට ඒ ඇතිවුණු කම්පනය නිසා ‘මේ වරද මා අතින් සිදුවුණේ ඇයි ? ගත සිත විකෘති කරන මත්පැන් නිසයි. ඒ නිසා නිවන් දකින තෙක් කිසිම ආත්ම භවයක මතින් මාගේ ගත සිත විකෘති කරගන්නේ නෑ’ කියලා කර ගත්ත අධිෂ්ඨානය නිසා ඉන්පසු කිසිම ආත්ම භවයක ඒ තැනැත්තා මත් පැන් නොබී සිටින්නට සමත් වෙනවා.

තවත් එක් භවයක කුපිත වෙලා කරගන්නට ගිය මහා අකුසල කම්පයක්, නිසා ඔහු අධිෂ්ඨාන කර ගන්නවා නැවත කිසිදාක මම කුපිත වෙන්නේ නෑ. ඉතින් මේ අධිෂ්ඨාන නිකම් මතුපිටින් ඇති කරගත්තට ප්‍රමාණවත් වෙන්නේ නෑ. හරියට හදවතට දූනෙන විදියට අධිෂ්ඨාන කර ගත්තොත් ඉතාම ප්‍රබලයි.

අධිෂ්ඨානය කියන්නේ මොකද්ද? එය ප්‍රාර්ථනාවට වඩා වෙනස්. ප්‍රාර්ථනාව කියන්නේ “මෙය මෙසේ වේවා” කියලා ඇති කරගන්න යම් කිසි මානසික අපේක්ෂාවක් හැබැයි යම් කුසලයක් සිද්ධ කරලා ඒ කුසල බලයෙන් ‘මෙසේ වෙන්නට’ කියලා යම් කිසි ප්‍රාර්ථනාවක් කළොත් පමණයි ඉටු වෙන්නේ. නැතිනම් නිකම්ම අපේක්ෂාවක් පමණයි.

නමුත් අධිෂ්ඨානය කියන්නේ එහෙම අපේක්ෂාවක් නවෙයි. අධිෂ්ඨානය කියන්නේ චිත්ත බලයක් ගොඩනගනවා, එය එසේ සිදුවන හැටියට. දැන් අපිට අධිෂ්ඨානය තෝර ගන්නට හොඳම කාරණයක් තමයි ‘හෙට උදේ දෙකට මම අවදි වෙනවා’ කියලා බෙල් එක නොතියා නිදාගත්තොත් අවදි වෙන්න බැරිද ? පුළුවන්. හරියට දෙක වෙන කොට අපි අවදි වෙනවා. ඒ ඔරලෝසුවක් පෙනිලා වත්, තට්ටු කරලවත්, කෑගහලවත් නෙවෙයි. අපේ මනස ක්‍රියාත්මක වෙනවා. මනස හරියට ඒ වෙලාවට සක්‍රිය විමේ යම් බලයක් අපි මනසට කාවද්දෙනවා. ඒ කාවද්දෙන බලය නිසි වෙලාවට නිසි ආකාරයට ක්‍රියාත්මක වෙනවා. අන්න ඒක තමයි චිත්ත අධිෂ්ඨානය කියන්නේ. විශේෂයෙන් සත්‍යක්‍රියා කරන කොට ඔන්න ඔය චිත්ත අධිෂ්ඨානය. තමයි සත්‍යවාදීව මතු කරලා ගන්නේ. එතකොට අධිෂ්ඨාන පාරමිතාව කියලා කියන්නේ, කරන්නට අවශ්‍ය දේ අනිවාර්යයෙන් සඵල වෙන මට්ටමට සිතේ බලය අවදි කරනවා. ඒක පැතුමක් නෙවෙයි.

ප්‍රාර්ථනාව වෙනයි, බලාපොරොත්තුව වෙනයි, චිත්ත අධිෂ්ඨානය වෙනයි, ආශීර්වාදය වෙනයි. මේවායේ එකිනෙකට පුංචි පුංචි වෙනස්කම් තියෙනවා. එතකොට අපට කුසල් දහම් කරල ප්‍රාර්ථනාවක් හැටියටත් අකුසල කර්ම යටකර ගන්නට පුළුවන්. චිත්ත අධිෂ්ඨානයක් හැටියට මේ භවයේ පමණක් නෙවෙයි සසර ගමනේදීත් එබඳු අකුසල ධර්ම යටකර ගන්නට අපිට ශක්තිය තියනවා.

20. ඉන්න තැනින් පටන් ගන්න.

එතකොට අපි පැහැදිලි කළේ ජීවිතේ අපි ඕනම කෙනෙකු අතින් වැරදි සිදු වෙන්නට පුළුවන්. ඒ සිද්ධ වෙන හැම වරදක්ම ප්‍රත්‍යාවේක්ෂා කරලා බැලිය යුතුයි. මොකක්ද ප්‍රත්‍යාවේක්ෂා කරනවා කියන්නේ ? ආපසු හැරිලා හේතු එල වශයෙන් විමසා බලනවා. කොහොමද එහෙම වුණේ ? මොකක්ද ඒකට හේතුව ? එහෙම කළ නිසා මොකක්ද ඇති වුණු ප්‍රතිඵලය ? කොතරම් ලොකු හානියක් ද සිද්ධ වුණේ.

මේවා එකින් එක අධ්‍යයනය කරලා බලලා "මා අතින් මෙසේ සිද්ධ වුණේ මේ මේ දුබල හේතු නිසයි. නැවත එසේ නොවෙන්නට මම ප්‍රවේශම් වෙනවා" කියලා අපි යම් යම් පමණින්, උත්සාහ කළ යුතුයි. අපට එක පාරටම සම්පූර්ණයෙන්ම ප්‍රශ්න විසඳන්න බැහැ. අපි ලග තියන දුර්වල කම් ටිකෙන් ටික හඳුනාගෙන අපිට ඉදිරියට යන්න පුළුවන්නම්, මුලදී යම් ප්‍රමාණයකින් වාර ගණන අපිට අඩු කරගන්න පුළුවන්. පසුව ගතවන කාලය ටික ටික අඩුකර ගන්නට පුළුවන්.

එහෙම තමයි අපේ සංවර්ධනය සිද්ධ වෙන්නේ. මෙතෙක් අපි අවිචාරවත්ව කුපිත වුණා නම් ඒ අවස්ථා ගණන පුළුවන් තරම් අවම කරගෙන, ඒ කෝපය මනසේ පවතින කාලය හැකිතාක් අවම කරගෙන සිහි කල්පනාවෙන් රැකෙන්න උත්සාහ කළ යුතුයි. එහෙම ටිකෙන් ටික පුහුණු වෙන කොට තමයි වඩාත් පරිපූර්ණ තත්වයකට අපිට යන්නට පුළුවන් වෙන්නේ.

එහෙම නම් අපි ඉන්න තැන ඉඳලා අනුක්‍රමයෙන් වැරදි සකස් කරගන්නට කුමක් කළ යුතුද? වලාකුළින් මිදුණු සඳක් වගේ කෙනෙකුට ජීවිතයේ ඕනෑම මොහොතක වරදින් මිදී දැඩිව ප්‍රතිපත්ති මාර්ගයෙහි පිහිටා ක්‍රියා කිරීම තමයි කරගන්නට පුළුවන් හොඳම දේ. එසේ කටයුතු කරද්දී පින් පවි විශ්වාස කරන

මනුෂ්‍යයින් හැටියට අපට දෙවැනි ප්‍රශ්නයක් මතුවෙනවා. වරද හදාගත්තා වුණාට කළ වරදේ කර්ම විපාකයට මොකද වෙන්නේ, ඒක මා වෙත පැමිණෙනවා නේද කියලා යලිත් අපේ මනස කඩා වැටෙන්නට පුළුවන්.

ඒ දෙවනි ප්‍රශ්නය විසඳා ගන්නට උපක්‍රම ගණනාවක් අපි පැහැදිලි කළා.

- පළවෙනි ක්‍රමය තමයි; ඒ කර්මයට විරුද්ධ කුසල කර්මයක් සිද්ධ කරලා ලුණු මිශ්‍ර බඳුනට වතුර මිශ්‍ර කරලා ලුණු රස තනුක කර ගත්තා වගේ කර්මයේ කර්මය භාවය අවම කර ගන්නට පුළුවන්.
- දෙවෙනි කර්මය තමයි; සීවලී හාමුදුරුවෝ සතුව බුදුරජාණන් වහන්සේ තරම් මහා පාරමී ශක්තියක් නොතිබුණත් නොලැබෙන්නට හේතුවන සියලු කර්ම යටපත් කරලා ලාභීන් අතර අග්‍ර වෙන්නට ශක්තිය ලැබුවා වගේ හොඳ පින්කම් කරලා හොඳ ප්‍රාර්ථනා ඇති කර ගැනීම.
- තුන්වෙනි ක්‍රමය තමයි; උතුමන්ගේ ආශීර්වාද ලැබීම මවිපියන්ගේ, ගුරුවරුන්ගේ, වැඩිහිටියන්ගේ, සිල්වතුන්ගේ ආශීර්වාද ලබන්න පුළුවන් නම්, ඒ ආශීර්වාදය මත පිහිටලා අපේ දුබලකම් හදාගෙන අකුසල කර්ම යට කර ගන්නට පුළුවන්.
- හතරවෙනි ක්‍රමය තමයි; වරදෙන් නිදහස් වෙන්නටත්, කර්ම ශක්තිය අභිබවා යන්නටත්, දැඩි චිත්ත අධිෂ්ඨානයක් ඇති කරගන්නට පුළුවන්.

මෙසේ පළවෙනි පියවර තමයි සිත සකස් කරගෙන වරදින් නැගී සිටීම. දෙවන පියවර තමයි ඒ වරද නිසා යම් කර්මයක් කර

ගත්තා නම් ඒ කර්මය යටපත් කරන්නට අපට කුමක් කළ හැකිද යන්න. මේ ප්‍රතිකර්ම දෙක හරියට හඳුනා ගෙන පුරුදු පුහුණු කරන්නට පුළුවන් නම්; හැම දවසකම, හැම මොහොතකම ජීවිතේ දුර්වලකම් දකිමින් පසුතැවිලා, කඩා වැටිලා, උදාසීන වෙනවා වෙනුවට අපේ ජීවිත දවසින් දවස අර්ථවත්ව අවදි කරගෙන මනුෂ්‍යත්වය පරිපූර්ණ කරන්නට අපට හැකියාව තිබෙනවා.

අන්න ඒ නිසයි, බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරන්නේ යමෙක් මුල් කාලයේ සිහිය ප්‍රඥාව අවදි කර නෙගැනීම නිසා දුබල කම් ඇතිව ජීවත් වුණත්, පසුව ඒ දුර්වලකම් හරි හැටියට දූකලා ඉන් නැගී සිටින්නට පුළුවන් නම් වලාකුළින් මිදුණු සඳක් වගේ ඒ මනුෂ්‍ය ජීවිතය ප්‍රභාමත් වෙනවා කියලා.

ඉතින් මේ කාරණා සිහියේ පවත්වා ගෙන ජීවිතය ගැන ආපසු ආවර්ජනා කරලා බලලා තම තමන්ට වැරදුණු තැන්, පැටලුණු තැන් අත්දැකීම් බවට පමුණුවා ගෙන ජීවිතය ශක්තිමත් කරගන්නට, මනුෂ්‍යත්වය වර්ධනය කරගන්නට මේ දහම් කරුණු හැම දෙනාටම මාහෝපකාරී වේවා.