බුද්ධ ධර්මය

11 ශ්‍රේණිය

විෂය දැනුම අත්වැල

දෙහිඕවිට අධ්‍යාපන කලාපය

සැකසුම :- ඒ.වී.චමින්ද විජේකුමාර ආරියදාස මයා

හැඳින්වීම

තාක්ෂණික මෙවලම් භාවිතයට
පහසුකම් නොමැති එහෙත්
ඉගෙනීමට උනන්දුවක් ඇති දූවා
දරුවන්ට මෙන්ම දැනුම සොයා
යන දූවා දරුවන් හටත් 11
ශ්‍රේණිය පාසල් පෙළපොත
ඇසුරින් සකසන ලද මෙම **'විෂය
දැනුම අත්වැල'** නම් ග්‍රන්ථය
මහෝපකාරී වේවා..!

chamindavijeekumara@gmail.com

පටුන

	පාඩම	පටුන
01.	බුදු සිරිත අනුව යමු අභියෝග ජය ගනිමු	4 - 5
02.	බුදු ගුණ අනන්තය	5 - 10
03.	බුදු කුරු දම් පුරා - දිවිමග ගනිමු සපුරා	10 - 19
04.	සමාධිගත සිතක මහිම	19 - 24
05.	ආදර්ශවත් චරිත	24 - 26
06.	දිවිමගට එළිය දෙන දහම් පද	26 - 28
07.	සීලය හා භෞතික සංවර්ධනය	28 - 31
08.	දියුණුවේ හා පිරිහීමේ දොරටු	31 - 35
09.	බුදු දහමින් හෙළිවන සිතීමේ හා විමසීමේ නිදහස	35 - 37
10.	බෞද්ධ අනන්‍යතාව සුරකිමින් සහජීවනයෙන් ක්‍රියා කරමු	37 - 40
11.	පුද්ගල විෂමතා හා කර්මය	40 - 42
12.	සසර දුකත් දුකින් මිදීමත් උගන්වන බෞද්ධ හේතුඵල ධර්මය	42 - 46
13.	බුදු දහම පදනම් කරගත් ජීවන දැක්මක්	47 - 49
14.	පරිසර හිතකාමී වෙමු	50 - 51
15.	බුදු බණ ඇසුරෙන් නිරෝගී දිවියක්	51 - 54
16.	නිමල දහම රැකුණු අයුරු	54 - 56
17.	මහින්දාගමනයෙන් ශ්‍රී ලාංකික ජන ජීවිතය ඔපවත් වූ ආකාරය	57 - 61
18.	හෙළ බොදු කලාවේ අසිරිය	61 - 74
19.	බුදු සමයෙන් පෝෂණය වූ සිංහල සාහිත්‍යය	75 - 77
20.	දැහැමි ධනය ගෙනෙයි සැපය	78 - 79
21.	දැහැමිව උපයා දැහැමිව වැය කරමු	79 - 80
22.	පාලකයන්ට මග කියන බුදු දහම	80 - 82
23.	ලොව්තුරු සුවේ පදනම සම්මා දිට්ඨියයි	82 - 86

01 පාඩම

බුදු සිරිත අනුව යමු අභියෝග ජය ගනිමු

බුදු සිරිත අනුව යමු අභියෝග ජය ගනිමු

- ❖ අප සියලු දෙනාගේ ම ජීවිත අභියෝගවලින් පිරී ඇත.
- ❖ මිනිසාට උපතේ සිට මරණය දක්වා ම විවිධ වූ අභියෝගවලට මුහුණදීමට සිදු වේ.
- ❖ අභියෝග පොදු වුව ද මිනිසුන් ඒවාට මුහුණ දෙන ආකාරය විවිධ ය.
- ❖ සාර්ථක ලෙස අභියෝග ජය ගත් මිනිසුන් මානව ඉතිහාසයේ ඉතා විරලය.

අභියෝගවලට සාර්ථකව මුහුණ දුන් පරමාදර්ශී චරිතය

- අභියෝගවලට සාර්ථකව මුහුණ දුන් පරමාදර්ශී චරිතය වන්නේ තිලෝගුරු බුදුපියාණන් වහන්සේය.
- ලෞකික පෘථක්ජන ස්වභාවය ඉක්මවා, ලෝකෝත්තර තත්ත්වයක් වෙත ළඟා වීම තුළින් අභියෝග ජය ගැනීමේ එම පරමාදර්ශය ලොවට ලබා දී ඇත.

බුදුරජාණන් වහන්සේට මුහුණ දීමට සිදු වූ ප්‍රධානතම අභියෝගය

- දුක් සහිත වූ පඤ්චෝපාදනස්කන්ධය නැමති ගෘහය නිර්මාණය කරන අදෘශ්‍යමාන වූ බලවේගය හඳුනාගෙන එය නැති කිරීම.
- බුදුරදුන්හට තම දුෂ්කර අභියෝගය ජය ගැනීමට උපකාර වූයේ දිගු කලක් සසර ගමනේ තමන් ප්‍රගුණ කළ ආධ්‍යාත්මික ශක්තිය යි.
  තම ප්‍රධාන අභායෝගය ජයගත් බුදුන් වහන්සේගේ මුවින් පිට වූ උදාන වාක්‍යය

අනේකජාති සංසාරං - සන්ධාවිස්සං අනිබ්බිසං
ගහකාරකං ගවේසන්තෝ - දුක්ඛාජාති පුනප්පුනං
ගහකාරක දිට්ඨෝසි - පුන ගේහං න කාහසි
සබ්බා තේ ඵාසුකා භග්ගා - ගහකූටං විසංඛිතං
විසංඛාරගතං චිත්තං - තණ්හානං ඛයමජ්ඣගා

මම සසර දුකට මුල්වන පංචස්කන්ධය නමැති ගෙය තනන වඩුවා සොයා සසර නොයෙක් ජාතිවල ඇවිද්දෙමි. එහෙත් දක්නට නොලැබුණි. දැන් මම ඒ වඩුවා දිටිමි. යළි නුඹට මේ පංචස්කන්ධය නැමති ගෙය සෑදීමට හැකියාවක් නොමැත. ගෙයි පරාල බිඳ දැමුවෙමි. කැණිමඬල සුන් කළෙමි. තණ්හාව ක්ෂය කොට රහත් බවට පැමිණයෙමි.

බුද්ධත්වයට පත්වීම සඳහා බුදුන්වහන්සේට මුහුණ දීමට සිදු වූ අභියෝග

- දසමාර සේනාව පැරදවීම
- තණ්හා, රතී, රඟා යන මාර දූවරුන්ට මුහුණ දීම

chamindavijeekumara@gmail.com

- මෙම අභියෝගය ජය ගැනීමට බුදුරදුන්ට හැකි වූයේ පහත ගුණාංග නිසාය.
  - බුදුන් වහන්සේ ප්‍රගුණ කළ පාරමිතා ධර්මයන්ගේ බල මහිමය
  - උන්වහන්සේ තුළ පැවති උසස් මට්ටමේ මානසික දියුණුව

<u>පාසල් සිසුන් වන අපගේ ඉදිරි දියුණුවට අවහිර වන මාර බලවේග හා ඒවා පරාජය කිරීම</u>

✓ **මාර බලවේග**

- තරුණ මදය
- කුසගින්න
- කුසීතකම
- දඩබ්බර ගතිය
- ප්‍රචණ්ඩ සිතුවිලි
- කාමුක හැඟීම්
- ඊර්ෂ්‍යාව
- පළිගැනීම

✓ **ජය ගැනීමට අවශ්‍ය ගුණාංග**

- විමසුම්ශීලී බුද්ධිය
- අධිෂ්ඨානය
- ඉවසීම
- ආත්ම සංයමය
- නොපසුබස්නා උත්සාහය
- උපායශීලීබව

- බුදුරදුන් මුහුණ දුන් අභියෝග හා එම අභියෝග ඇසුරෙන් ගතහැකි ආදර්ශ
  - කළගුණ සැළකීම.
  - පරසරය අප රකින බැවින් අප විසින් ද පරිසරයට කාරුණික වී සමස්ත සත්ත්ව පැවැත්මට කාරුණික විය හැකි බව.
  - **බුද්ධත්වය අවබෝධකර ගැනීම සඳහා තමන් වහන්සේට සෙවණ දුන් බෝධීන් වහන්සේ දෙස සතියක් අසිපිය නොහෙලා බලා සිටීම.**

02 පාඩම

<u>බුදුගුණ අනන්තය</u>

<u>බුදුන්වහන්සේ තුළ පැවති උත්තරීතර ගුණ කිහිපයක්</u>

01. ගිලනුන්ට උපස්ථාන කිරීම
02. අසරණ සරණ ගුණය
03. පුරිසදම්ම සාරථී ගුණය
04. තාදී ගුණය

01. ගිලනුන්ට උපස්ථාන කිරීම

➢ ගිලනෙකු යනු...

කායික හා මානසික රෝගාබාධ වැලඳීම හෙවත් ව්‍යාධි දුක සසර සැරිසරන සියල්ලන්ට ම අත් විඳීමට සිදුවන අතර, එසේ රෝගී වූ තැනැත්තා ගිලනෙකු ලෙස හැඳින්වේ.

➢ බුදුරදුන් ගිලනුන්ට උපස්ථාන කළ අවස්ථා

- වණ වූ සිරුරක් ඇතිව සිටි පූතිගත්තතිස්ස තෙරුන්ගේ තුවාල සෝදා පිරිසිදු කිරීමෙන් කායික සුවය ද අනතුරුව ධර්මදේශනා කිරීමෙන් මානසික සුවය ද ඇති කිරීම.
- දරුණු උදරාබාධයකින් පෙළෙමින් මළමූත්‍ර ගොඩෙහිම වැතිර සිටි භික්ෂූන් වහන්සේ නමකට ආනන්ද හිමියන්ගේ ද සහය ඇතිව උපස්ථාන කිරීම.
- මහා කාශ්‍යප මහරහතන් වහන්සේ රෝගී වූ අවස්ථාවක උන්වහන්සේ වැඩ විසූ පිප්ඵලී ගුහාවට වැඩමකර සුවදුක් විමසා සත්ත බොජ්ඣංගය දේශනා කර රෝගය සුව කිරීම.
- මුගලන් මහරහතන් වහන්සේ අසනීප වූ අවස්ථාවක කලන්දක නිවාප නම් ස්ථානයට වැඩමකර සුවදුක් විමසා දහම් දෙසා උන්වහන්සේ සුවපත් කිරීම.

බුදුරදුන් ගිලාන උපස්ථානය බුද්ධ පූජාවක් බවට පත්කළ ආකාරය දැක්වෙන අනුශාසනාව

"මහණෙනි, ඔබට දැන් මවක නැත. පියෙකු නැත. එහෙයින් මෙබඳු අවස්ථාවක දී (රෝගී වූ) එකිනෙකා ඔවුනොවුන්ට උපකාරීව සහයෝගයෙන් ක්‍රියාකළ යුතුය. මගේ මේ අවවාදය පිළිපදින තැනැත්තා ගිලනුන්ට උපස්ථාන කැන්නේය. ගිලනුන්ට උපස්ථාන කරන්නා මට උපස්ථාන කරන්නේ ය"

බුදුන්වහන්සේ තුළ පැවති ගිලනුන්ට උපස්ථාන කිරීමේ ගුණයෙන් අපට ගත හැකි ආදර්ශ

- කුමන ආකාරයේ රෝගියෙකුට වුව ද නිරෝගී අයගේ සහාය අවශ්‍ය වන බව.
- රෝගී වූ තම ඥාතීන්ට පමණක් නොව හිතවතුන්ට. අසල්වැසියන්ට හා තමා නොහඳුනන අයට වුව ද සුළුවෙන් හෝ උපස්ථාන කිරීමට යොමුවිය යුතු බව.
- රෝගීන් කෙරෙහි අනුකම්පාවෙන් ක්‍රියා කළ යුතු බව.
- තමාට ශක්ති පමණින් රෝගීන්ගේ නිරෝගී බව ඇති කරලීමට සහාය විය යුතු බව.

02. අසරණ සරණ ගුණය

- භව කතරේ අතරමං ව සිටින සියලු දෙනා ද අසරණයෝ ය. ඒ අයට ධර්මාවබෝධය ලබා දීමට උන්වහන්සේ කටයුතු කරනු ලැබුවේ ද අසරණ සරණ ගුණය නිසාවෙනි. නමුත් විශේෂ අනුග්‍රහය ලැබිය යුතු පිරිස් ද බුදු නෙතට දර්ශනය විය. බුදුරදුන් ඒ අය වෙත වැඩමකර පිහිට වූ සේක.

- බුදුරදුන් දෛනික ව පැසුළුයම් කිස ආරම්භයේ දී මහා කරුණා සමාපත්තියට සමවැදී තමන් වහන්සේගේ පිහිට, අනුග්‍රහය ලැබිය යුත්තේ කාට ද යන්න විමසා බලයි.

- එසේ අසරණ වූ පිරිස් සොයාගෙන අවශ්‍ය අනුග්‍රහය ලබා දීමට වැඩම කිරීම **නිබද්ධ චාරිකා** යනුවෙන් හැඳින්වේ.

<u>බුදුරදුන්ගේ අසරණ සරණ ගුණය ප්‍රකටවන අවස්ථා</u>

- ✓ පියාගේ මරණින් පසු අනේක විධ දුක් ගැහැටවලට මුහුණ පාමින් සිටි සත් හැවිරිදි සෝපාකව ඉන් මුදවා සුසුන්ගත කිරීමෙන් මෙලොව පමණක් නොව පරලොව ද අසරන නොවන ලෙස පිහිට වීම.
- ✓ සැඩොල් කුලයක උපත ලැබීමෙන් අසරණභාවයට පත්ව සිටි සුනීතව ඉන් මුදවා සසුන් ගත කිරීමෙන් නිකසල වූ නිර්වාණාවබෝධය උදාකර ගැනීමට අවකාශය සලසා දීම.
- ✓ සොරුන් අතින් ගිලිහී වටී තිබූ කහවනු පොදියක් අහුලා ගැනීම නිසා කරදරයකට පත්වීමට ගිය ගොවියෙකු බේරා ගැනීම.
- ✓ දරුවන්ගේ නිසි සැලකිලි නොලැබීම නිසා ජීවිතයේ සැඳෑසමයේ අසරණව සිටි පියෙකුට දරුවන්ගෙන් නැවත සැලකිලි ලැබීමට සැලැස්වීම.
- ✓ සත් හැවිරිදි වියේදීම යක්ෂයෙකුට බිලිවීමට සිටි ආලවක කුමාරයාගේත් දීඝායු කුමාරයාගේත් ජීවිත බේරා ගැනීම.
- ✓ ස්වාමි දියණියගේ හිංසා පීඩා විඳදරා ගැනීමට නොහැකිව සියදිවි හානි කර ගැනීමට උත්සාහ ගත් රජ්ජුමාලාවගේ සිතෙහි ජීවත්වීමේ අයිතිය ඇති කිරීම.
- ✓ මට්ටකුණ්ඩලී, ඡත්තමානවක, පේෂකාර දියණිය, බාහියදාරුචීරිය යන අය කර්ම ශක්තිය මත ජීවිත අහිමි වී මිය යාමට පෙර ඔවුන්ගේ ජීවිත සැපවත් කර ගැනීමට පිහිට වීම.
- ✓ යුධ ජයග්‍රහණවල දී උදේනි රජතුමාට විශේෂ මෙහෙයක් කළ, වයස්ගත වීම නිසා නොසලකා හැර සිටි හද්‍රවතිකා ඇතින්නට පිහිට වීම.
- ✓ දරුවන් පිරිසකගේ වධ හිංසාවලට ලක් වී සිටි අසරණ ගැරඬියෙකුට පිහිට වීම.

<u>අසරණයන්ට පිහිට වීමේ ඇති වැදගත්කම</u>

- ✓ අසරණ අයට පිහිට වීමෙන් ඔවුන්ගේ සිත් මෙන් ම අපගේ සිත් ද සතුටු වේ.
- ✓ ඊළඟ භවය සැපවත් වීමට හේතුවන පින්කමක් වේ.
- ✓ අසරණයෙකුට උපකාර කළහැකිව තිබියදී එසේ කිරීම උතුම් මිනිස් ගුණයකි.

03. පුරිසදම්ම සාරථී ගුණය

- අරහං ආදී බුදුගුණ නවයෙහි හයවන බුදු ගුණයයි.
- මනුෂ්‍ය, තිරිසන්, යක්ෂ, දේව, බ්‍රහ්ම ආදී සියලු සත්ත්ව සමූහයා අතරින් නොහික්මුණු පිරිස් හික්මවා ගැනීම සඳහා බුදුරදුන් තුළ පැවැති මහා බලය යි.

- ➢ නොහික්මුණු පිරිස් හික්මවා ගැනීමට බුදුරදුන් භාවිත කළ ආධ්‍යාත්මික ගුණ
  - කරුණාව
  - මෛත්‍රිය
  - ඉවසීම
  - ප්‍රඥාව

බුදුරදුන්ගේ පුරිසදම්ම සාරථී ගුණය ප්‍රකට වන අවස්ථා කිහිපයක්

දමනය	
අංගුලිමාල දමනය	- නොදැමුණු පුරුෂයෙක්
ආලවක දමනය	යක්ෂයින්
සුචිරෝම දමනය (ඉදිකටු වැනි රෝමකූප ඇති)	යක්ෂයින්
ඛරරෝම දමනය (කරකැවී ගිය රෝමකූප ඇති)	යක්ෂයින්
නන්දොපනන්ද නාග රාජයා දමනය	නොදැමුණු තිරිසන්ගත සතුන්
නාලාගිරි දමනය	නොදැමුණු තිරිසන්ගත සතුන්
සච්චක දමනය	මිත්‍යාමතධාරී ජෛන ශ්‍රාවකයන්
උපාලි ගෘහපති දමනය	මිත්‍යාමතධාරී ජෛන ශ්‍රාවකයන්
උරුවේල කාශ්‍යප දමනය	තුන්බෑ ජටිලයන්
නදී කාශ්‍යප දමනය	තුන්බෑ ජටිලයන්
ගයා කාශ්‍යප දමනය	තුන්බෑ ජටිලයන්

බුදුරදුන්ගේ පුරිසදම්ම සාරථී ගුණය ප්‍රකට වන අවස්ථා

- සමස්ත කෝසල රාජ්‍යයම බිය ගන්වා සිටි අහිංසක හෙවත් අංගුලිමාල දමනය කරමින් සම්බුද්ධ ශාසනයේ රහත් උතුමෙකු බවට පත් කිරීම.
- අලව් නුවර මිනිසුන් දැඩි පීඩනයට ලක් කරමින් වාසය කළ ආලවක යක්ෂයා දමනය කර තෙරුවන් සරණ ගිය උපාසකයෙකු බවටපත් කිරීම.
- සුචිරෝම, කරරෝම වැනි යක්ෂයින් ද ඉහත අයුරින් දමනය කිරීම.
- නන්දෝපනන්ද නම් උග්‍ර විෂ සහිත බලවත් නාග රාජයා දමනය කිරීම.
- දේවදත්ත විසින් රා පොවා බුදුරදුන් විනාශ කරලීමේ අදහසින් එවන ලද නාලාගිරි හස්තිරාජයා දමනය කිරීම.
- තමා හා වාද කිරීමට සරිලන අයෙකු මෙතෙක් පහළ වී නැතැයි සිතා උඩඟුවෙන් ක්‍රියා කළ සච්චක නම් නිගන්ඨපුත්‍රයා බුදුරදුන් හා වාදයට පැමිණ පරාජය වීම.
- බුදුරදුන් දැඩි පීඩාවට ලක්කොට පරාජය කිරීමේ අරමුණින් උන්වහන්සේ හමුවට පැමිණි උපාලි ගෘහපති අවසානයේ බුද්ධ ශ්‍රාවකයෙක් බවට පත්වීම.
- බුදුරදුන් පරාජ කිරීමට බෝහෝ ක්‍රියාකාරකම් සිදුකළ දහසක් පමණ වූ ජටිල පිරිස් බුද්ධ ශාවකයන් බවට පත්වීම.

<u>බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් දමනය කරනු ලැබූ බොහෝ දෙනා පිළිබඳ තොරතුරු ඇතුළත් සාහිත්‍ය කෘති</u>

පුරිස දම්ම සාරථී ගුණය පදනම් කරගනිමින් පොලොන්නරු යුගයේ ගුරුළුගෝමී නම් පඬිවරයා විසින් රචිත අමාවතුර නම් ධර්ම ග්‍රන්ථයේ හතවැනි පරිච්ඡේදයේ ආරම්භයේ දක්වා ඇති පාඨයේ පුරිස දම්ම සාරථී ගුණය සනිදර්ශන ව මෙසේ තේරුම් ගතහැකිය

" මෙසේ බුදුහු දෙව්රම් වෙහෙර දහම් අමා වහරේ වස්සවමින් වැඩ වසනුවෝ තුන්ලෙව්හි සැරිසැරු උපාලි ගෘහපතීහු ඈ සිටිනුද් කූටදත්ත ඈ බමුණුද් අජාසත් ඈ රජුහුද් අඟුල්මල් ඈ සොරහුද් සභිය ඈ පරිබ්‍රාජකයනුද් සච්චක ඈ නිවටනුද් පාථික පුත්‍ර ඈ දීඝඹරයනුද් සච්ච බද්ධ ඈ ජටිලයනුද් පාවාරික ඈ තවුසනුද් ශාක්‍යපුත්‍ර ඈ මහණනුද් නන්දෝපනන්ද ඈ නාගරාජයනුද් නාලාගිරි ඈ ඇතුනුද් ආලවක ඈ යකුනුද් රාහු ඈ අසුරයනුද් සක්දෙව් ඈ දෙවියනුද් බක ඈ බමුණුද් දමා අමා මහ නිවන් පැමිණ වූහ."

(අමාවතුර සතර වැනි පරිච්ඡේදය)

ආමාවතුර ග්‍රන්ථයට පෙර ලියවුණු විද්‍යාචක්‍රවර්තී පඬිවරයාගේ "බුත්සරණ" නම් ග්‍රන්ථය තුළින් ද බුදුරදුන්ගේ පුරිස දම්ම සාරථී ගුණය ප්‍රකට වේ.

<u>බුදුරජාණන් වහන්සේගේ පුරිස දම්ම සාරථී ගුණය තුළින් ගත හැකි ආදර්ශ</u>

- නොහික්මුණු දරදඬු සත්ත්වයින් හික්මවා ගැනීමට දඬු මුගුරු, අවි ආයුධ හෝ සැඩ පරුෂ වචන භාවිත කිරීම අනවශ්‍ය බව.
- එම චරිත ලක්ෂණ ඇති පුද්ගලයින් සංවර වචන සහ උපක්‍රමශීලී ක්‍රමවේද මගින් සන්සුන් කරගත හැකි බව.

04. තාදී ගුණය

ලාභ, අලාභ, යස, අයස, නින්දා, ප්‍රශංසා, සැප, දුක ආදී වූ අටලෝ දහමින් කම්පා නොවී සැම විටම මධ්‍යස්ථව සියල්ල දරා ගැනීමේ ගුණය යි.

<u>බුදුරදුන්ගේ තාදී ගුණය ප්‍රකට වන අවස්ථා</u>

- ✓ කොසොල් මහ රජතුමාගෙන් ලැබුණු අසදෘස මහ දානයත් අශ්ව වෙළෙඳුන්ගේ ලැබුණු යව නැමැති කටුක ආහාරයත් සම සිතින් පිළිගැනීම.
- ✓ ජේතවනාරාමය, පූර්වාරාමය, වැනි සැප සම්පතින් ආඪ්‍ය ආරාමවල මෙන්ම රුක්මුල්, පර්වත, සොහොන් ආදී කටුක බිම්වල එක සේ වැඩ වාසය කිරීම.
- ✓ සුප්පිය නම් පරිබ්‍රාජකයා කළ දෝෂාරෝපණය හා නුගුණත්, බ්‍රහ්මදත්ත නම ඔහුගේ අන්තේවාසිකයා කළ ප්‍රශංසා හා සුගුණත් සම සිතින් විඳ දරා ගැනීම.
- ✓ චිංචාමානවිකාව බුදුරදුන්ට අපහාස කිරීම.
- ✓ මිත්‍යාදෘෂ්ටිකයින් සුන්දරී පරිබ්‍රාජිකාව මරා සඟවා බුදුරදුන්ට අපහාස කිරීම.
- ✓ මාගන්දියා බිසව දාමරිකයන් ලවා බුදුරදුන්ට අපහාස කිරීම.
- ✓ අක්කෝසක භාරද්වාජ බමුණා බුදුරදුන්ට නින්දා කිරීම.
- ✓ කසීභාරද්වාජ බමුණා බුදුරදුන්ට අපහාස කිරීම.
- ✓ කෝසල, බිම්බිසාර, අනේපිඬු, විශාඛා වැනි රජ සිටුවරු බුදුරදුන්ට ප්‍රශංසා කිරීම.
- ✓ සෝණදණ්ඩ, වංකී, පෝට්ඨපාද වැනි බ්‍රාහ්මණ පිරිවැජියන්බුදුරදුන්ට ප්‍රශංසා කිරීම.

බුදුරජාණන් වහන්සේගේ තාදී ගුණය තුළින් ගත හැකි ආදර්ශ

- නින්දා හා ප්‍රශංසා හමුවේ නොසැලී ඉදිරියටම ගමන් කිරීමට අදිටන් කිර ගැනීම.
- ලාභ අලාභ දෙක පොදු ධර්මතාවක් බැවින් එය සමසේ විඳදරා ගැනීමේ මානසික ශක්තිය ගොඩ නගා ගැනීම.
- සැප දුක් දෙකේදී ද නොසැලී ක්‍රියා කිරීමට හුරු පුරුදු විය යුතු වීම.
- ජයග්‍රහණයේදී ලැබෙන කීර්තියත්, පරාජයේදී ලැබෙන අපකීර්තියත් සම සිතින් විඳ ගැනීමට පුරුදු පුහුණු වීම.

පුහුණුවට

ලාභෝ අලාභෝ අයසෝ යසෝ ච

නින්දා පසංසා ච සුඛං ච දුක්ඛං

ඒතේ අනිච්චා මනුජේසු ධම්මා

අසස්සතා විපරිනාම ධම්මා

(ධම්මපදය)

ලාභ, අලාභ, යස, අයස, නින්දා, ප්‍රශංසා, සැප, දුක් යන මේ ධර්මයෝ අට දෙන මනුෂ්‍යයන් කෙරෙහි අනිත්‍ය ය, ස්ථිර නොවූයේ ය, විපරිනාම ස්වභාවයෙන් යුක්ත වූවෝ ය.

03 පාඩම

බුදුකුරු දම් පුරා දිවිමග ගනිමු සපුරා

පාරමිතා හෙවත් බුද්ධ කාරක ධර්ම

- සසර ගමනේ පරතෙර හෙවත් නිවන පසක් කරලී මෙමඟින් සිදුකෙරෙන බැවින් ද (පාර) උතුම් වූ බුද්ධත්වය අපේක්ෂාවෙන් සම්පූර්ණ වන ගුණධර්ම සමූහයක් මෙමඟින් සපිරෙන බැවින් ද ‘පාරමිතා’ යන නම භාවිත වේ.
- “බුද්ධකාරක ධර්ම”, “බෝසත් ගුණධර්ම ”, “පාරමී ධර්ම” ලෙසින් හඳුන්වන බුදුකුරු ධර්ම ප්‍රධාන කොටස් දහයකින් යුක්ත නිසා දස පාරමී ධර්ම වශයෙන් හඳුන්වයි.

දස පාරමිතා

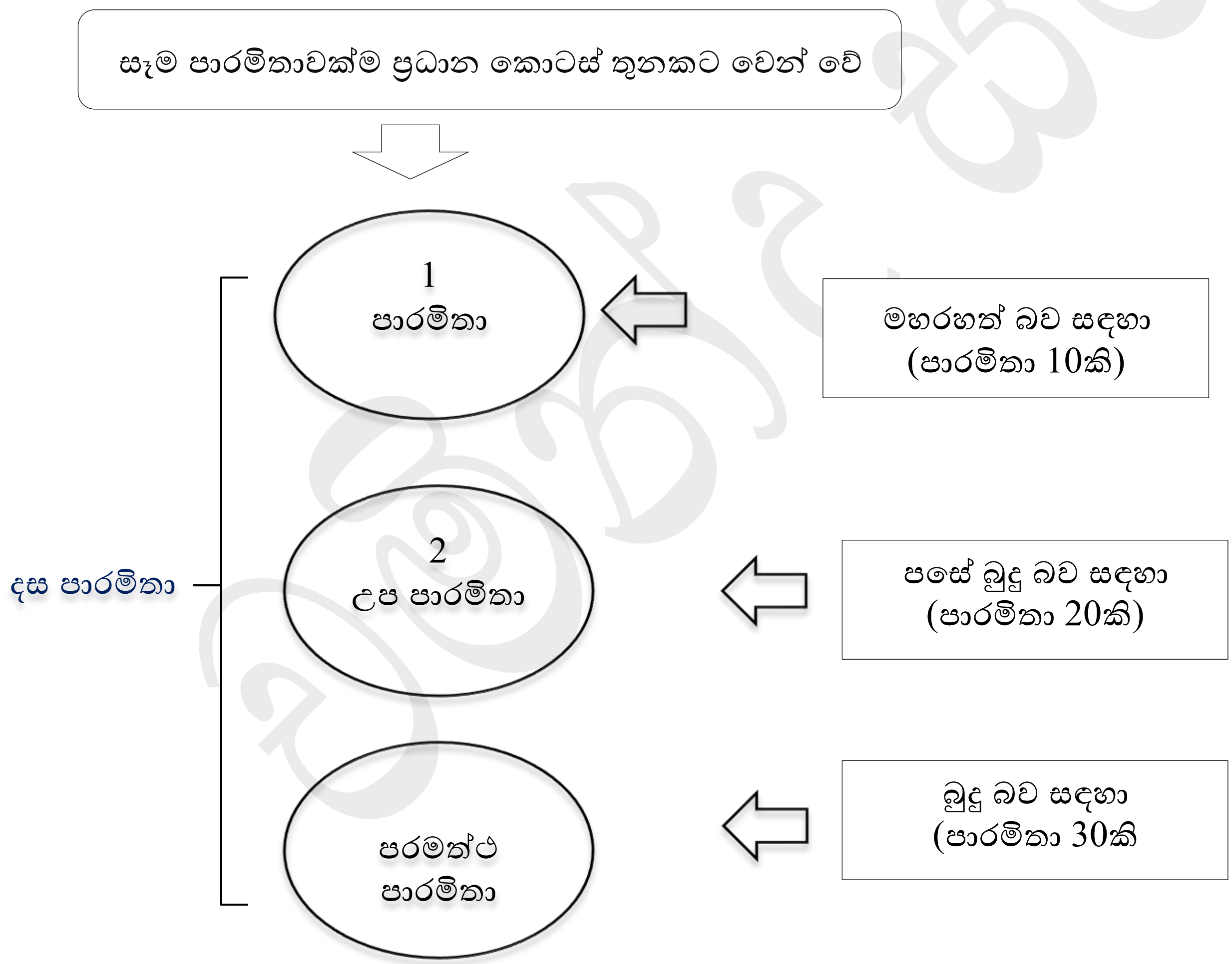
1. දාන පාරමිතාව
2. සීල පාරමිතාව
3. නෙක්ඛම්ම පාරමිතාව
4. ප්‍රඥා පාරමිතාව
5. වීර්ය පාරමිතාව
6. ක්ෂාන්ති පාරමිතාව
7. සත්‍ය පාරමිතාව
8. අධිෂ්ඨාන පාරමිතාව
9. මෛත්‍රී පාරමිතාව
10. උපේක්ෂා පාරමිතාව

➢ පාරමිතා ගුණධර්ම පුහුණු කරන්නෙකු ඒවා සම්පූර්ණ කළයුතු කරුණු පහ,

අත්හැරීම	1. තණ්හාවෙන් තොරව දාන සීලා දී ගුණධර්ම පිරීම
	2. මානයෙන් තොරව එම ගුණ ධර්ම පිරීම
	3. මිත්‍යා දෘෂ්ටියෙන් තොරව එම ගුනධර්ම පිරීම
ජීවිතයට එක් කිරීම	4. කරුණාවෙන් යුක්තව දාන සීලා දී ගුණධර්ම පිරීම
	5. උපාය කෞශල්‍යා ඥානයෙන් යුක්තව එම ගුණධර්ම පිරීම

❖ තුන්තරා බෝධිය

1. බුදු බව
2. පසේ බුදු බව
3. මහරහත් බව



chamindavijeekumara@gmail.com

දස පාරමිතා

දස පාරමිතා අතරින් දාන පාරමිතාව ත්‍රිවිධාකාර වන ආකාරය

- දාන පාරමිතාව
  බුදු බව පතා සියලු වස්තු දන් දීම

- දාන උප පාරමී
  බුදු බව පතා ශරීර කොටස් දන් දීම

- දාන පරමත්ථ පාරමී
  බුදු බව පතා ජීවිතයම දන් දීම

01. දාන පාරමිතාව

➢ දානය යනු,
තමන්ට අයත් දෙයක් පූජාවක් වශයෙන් හෝ අනුග්‍රහයක් වශයෙන් හෝ තම අයිතිය අත්හැර අපේක්ෂාවෙන් තොරව දීම යි.

➢ පූජා බුද්ධියෙන් දෙන දානය යනු,
තමන්ට වඩා උසස් සීලාදී ගුණධර්ම වලින් යුක්ත අයට පරිත්‍යාග කිරීම යි.

➢ අනුග්‍රහ බුද්ධියෙන් දෙන දානය යනු,
කෙනෙකුගේ අසරණකම ගැන සිතා එහුට උපකාරයක් වශයෙන් කරුණාවෙන් අනුකම්පාවෙන් යමක් පරිත්‍යාග කිරීම යි.

➢ දාන පාරමිතාව යනු..
තණ්හාවෙන් මානයෙන් හා මිත්‍යා දෘෂ්ටියෙන් තොරව කරුණාවෙන් හා ප්‍රඥාවෙන් යුතුව දානය දීමයි.

➢ බෝසත්වරු දාන පාරමිතාව පූරණය කරන ත්‍රිවිධ ආකාරය,
1. දාන පාරමී වශයෙන් තමන්ගේ භෞතික සියලු වස්තු දන්දීම.
2. දාන උපපාරමී වශයෙන් තමන්ගේ ශරීර අවයව දන් දීම.
3. දාන පරමත්ථ පාරමී වශයෙන් තම ශරීරය දන් දීම.

➢ අප මහා බෝසතාණන් දාන පාරමිතාව පූරණය කළ ආකාරය දැක්වෙන ජාතක කථා
- වෙස්සන්තර ජාතකය
- සිවි ජාතකය
- සස ජාතකය

➢ දන්දෙන (පරිත්‍යාලශීලී) තැනැත්තෙකු ලෙස ජීවත් වීමෙන් ලැබෙන ප්‍රතිඵල,
- ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ ආදී අකුසල සිතිවිලි යටපත් වීම.
- එකිනෙකා පිළිබඳ ව මෙත් සිතිවිලි ඇති වීම.
- අසරණ වූ අයට පරිත්‍යාග කිරීම තුළින් ඔවුන්ට යහපතක් වීම, තමාට පිනක් ලැබීම.
- බෙදා හදාගෙන සමඟියෙන් ක්‍රියා කිරීමට හුරු වීම.
- සිසුන් ලෙස අවශ්‍ය දේ හුවමාරු කරගනිමින් සමඟියෙන් සතුටින් අධ්‍යාපන කටයුතු වල නිරත වීම.

02. සීල පාරමිතාව

- සීලය යනු...
  කය වචනය දෙකෙහි සංවරය සීලය යි.

- කායික සීල සංවරය යනු...
  ප්‍රාණඝාතය, අදත්තාදානය, කාමමිථ්‍යාචාරය යන අකුසලයන්ගෙන් වැළකීමයි.

- වාචසික සීල සංවරය යනු...
  බොරු කීම, කේලාම් කීම, පරුෂ වචන කීම, හිස් වචන කීම යන වචනයෙන් සිදු කරන අකුසලයන්ගෙන් වැළකීම.

- සීල පාරමිතාව යනු..
  තණ්හාවෙන් මානයෙන් හා මිත්‍යා දෘෂ්ටියෙන් තොරව කරුණාවෙන් හා ප්‍රඥාවෙන් යුතුව සීලය ආරක්ෂා කිරීම යි.

- බෝසත්වරු සීල පාරමිතාව පූරණය කරන ත්‍රිවිධ ආකාරය,
  1. තමන්ගේ බාහිර වස්තු විනාශ වුව ද සීලය කඩ නොකිරීම. (සීල පාරමී)
  2. තම ශරීර අවයව විනාශ වුව ද සීලය කඩ නොකිරීම. (සීල උපපාරමී)
  3. තම ජීවිතය විනාශ වුව ද සීලය කඩ නොකිරීම. (සීල පරමත්ථ පාරමී)

- අප මහා බෝසතාණන් සීල පාරමිතාව පූරණය කළ ආකාරය දැක්වෙන ජාතක කථා,
  - සීල විමංස ජාතකය
  - සංඛපාල ජාතකය
  - මාතුපෝසක ජාතකය

- සිල්වත් තැනැත්තෙකු තුළ දැකිය හැකි ලක්ෂණ
  - පවින් වැළකීම.
  - අනුන්ගේ ජීවිත ආරක්ෂා කිරීම.
  - දේපළ ආරක්ෂා කිරීම.
  - අනුන්ගේ ජීවිත වලට හා දේපල වලට ගරු කිරීම.
  - වැරදි කාමයෙහි නොයෙදීම.
  - අනුන් නොරැවටීම.
  - කේලමින්, හිස් වචන වලින්, රළු වචනයෙන් අනුන්ට පීඩා නොකිරීම.
  - මද්‍යසාර බාවිතයෙන් වැළකීම.

- සිල්වත් තැනැත්තෙකු ලෙස ජීවත් වීමෙන් ලැබෙන ප්‍රතිඵල
  - සමාජය තුළ බියෙන් සැකෙන් තොරව ජීවත් වීමට හැකි වීම.
  - සමගියෙන් සහයෝගයෙන් ජීවත් වීමට හැකි වීම.
  - කලයාණ මිත්‍ර ඇසුර ලබා ගැනීමට හැකි වීම.

03. නෙක්ඛම්ම පාරමිතාව

- නෙක්ඛම්ම පාරමිතාව යනු..
  තණ්හාවෙන් මානයෙන් හා මිත්‍යා දෘෂ්ටියෙන් තොරව කරුණාවෙන් හා ප්‍රඥාවෙන් යුතුව පංච කාම සම්පත්තියෙන් ඉවත් වීම යි.

- බෝසත්වරු නෙක්ඛම්ම පාරමිතාව පූරණය කරන ත්‍රිවිධ ආකාරය
  1. තමන්ගේ බාහිර වස්තු අඹුදරුවන් අත් හැරීම (නෙක්ඛම්ම පාරමී)
  2. තම ශරීර අවයව නැති වුවත් කාමයන්ගෙන් වෙන් වී සිටීම (නෙක්ඛම්ම උපපාරමී)
  3. තම ජීවිතයට හානි වුව ද කම්සැප නොවිඳීම (නෙක්ඛම්ම පරමත්ථ පාරමී)

- **අප මහා බෝසතාණන් නෙක්ඛම්ම පාරමිතාව පූරණය කළ ආකාරය දැක්වෙන ජාතක කථා**
  - මඛාදේව ජාතකය
  - මහා ජනක ජාතකය
  - මහා සුතසෝම ජාතකය

- **නෙක්ඛම්ම පාරමිතාව තුළින් අපගේ ජීවිතයට එක්කර ගත හැකි දේ,**
  - මානසික සමබරතාවෙන් කටයුතු කිරීමේ හැකියාව.
  - සැහැල්ලු මනසකින් යුක්තව කටයුතු කිරීමට හැකි වීම.
  - සෞඛ්‍ය සම්පන්නව හා සදාචාර සම්පන්නව දෛනික කටයුතු කිරීමේ හැකියාව.

04. <u>ප්‍රඥා පාරමිතාව</u>

- ප්‍රඥාව යනු..
  ජීවිතය හා ලෝකය පිළබඳව ඇති තතු හෙවත් යථා තත්ත්වය වටහා ගැනීමයි.

- ප්‍රඥාව කොටස් දෙකකි
  1. ලෞකික ප්‍රඥාව
     එදිනෙදා කටයුතුවල දී අවශ්‍ය වන ප්රඥාව යි.
  2. ලෝකෝත්තර ප්‍රඥාව
     සෝවාන් ආදී මාර්ගඵල ලබා ගැනීමට අවශ්‍ය කරන ප්‍රඥාව යි.

- ප්‍රඥාව දියුණු කර ගන්නා ක්‍රම 3කි.
  1. චින්තාමය ප්‍රඥාව - සිතීමෙන් නුවණ දියුණු කර ගැනීම.
  2. සුතමය ප්‍රඥාව - සවන් දීමෙන්, පොතපත කියවීමෙන් නුවණ දියුණු කර ගැනීම.
  3. භාවනාමය ප්‍රඥාව - භාවනාවෙන් නුවණ දියුණු කර ගැනීම.

- ප්‍රඥා පාරමිතාව යනු..
  තණ්හාවෙන් මානයෙන් හා මිත්‍යා දෘෂ්ටියෙන් තොරව කරුණාවෙන් හා ප්‍රඥාවෙන් යුතුව ප්‍රඥාව දඅයුණු කර ගැනීම.

- බෝසත්වරු ප්‍රඥා පාරමිතාව පූරණය කරන ත්‍රිවිධ ආකාරය
  1. සියලු භෞතික වස්තු කෙරෙහි බැඳීම් නැතිව ප්‍රඥාව දියුණු කිරීම. (ප්‍රඥා පාරමී)
  2. තම ශරීරාංග ගැන නොසලකා ප්‍රඥාව දියුණු කිරීම. (ප්‍රඥා උපපාරමී)
  3. තම ජීවිතයට ගැන නොසලකා ප්‍රඥාව දියුණු කිරීම. (ප්‍රඥා පරමත්ථ පාරමී)

- අප මහා බෝසතාණන් ප්‍රඥා පාරමිතාව පූරණය කළ ආකාරය දැක්වෙන ජාතක කථා,
  - උම්මග්ග ජාතකය
- ප්‍රඥා පාරමිතාවේ ආදර්ශය අපට උපකාරී වන අවස්ථා,
  - අධ්‍යාපන කටයුතු සාර්ථක කර ගැනීමට.
  - සමාජගත ජීවිතයේ කටයුතු සාර්ථක කර ගැනීම.

05. වීර්ය පාරමිතාව

- වීර්ය යනු..

  උතුම් බලාපොරොත්තුවක් ඉටු වෙන තුරු නොපසුබට උත්සාහයෙන් කටයුතු කිරීම වීර්යය යි.
- වීර්ය පාරමිතාව යනු..

  තණ්හාවෙන් මානයෙන් හා මිත්‍යා දෘෂ්ටියෙන් තොරව කරුණාවෙන් හා ප්‍රඥාවෙන් යුතුව තමන්ගේත් අනුන්ගේත් ද අභිවෘද්ධිය සඳහා ගන්නා වූ බලවත් උත්සාහය වීර්ය පාරමිතාව යි.
- තෙවදෑරුම් වීර්යය,
  - ආරම්භක ධාතු - යම් කාර්යයක් ආරම්භ කිරීමේ දී ඇතිකරගත යුතු වීර්යය
  - නික්කම ධාතු - ඉදිරිපත් වීමේ දී ඇතිකරගත යුතු වීර්යය
  - පරක්කම ධාතු - නිරත වීමේ දී ඇතිකරගත යුතු වීර්යය
- බෝසත්වරු වීර්ය පාරමිතාව පූරණය කරන ත්‍රිවිධ ආකාරය,
  1. බාහිර වස්තුවලට ආශාවෙන් වීර්ය අත් නොහැරීම. (වීර්ය පාරමී)
  2. තම ශරීරාංගවලට ආශාවෙන් වීර්ය අත් නොහැරීම. (වීර්ය උපපාරමී)
  3. තම ජීවිතයට ආශාවෙන් වීර්ය අත් නොහැරීම. (වීර්ය පරමත්ථ පාරමී)
- අප මහා බෝසතාණන් වීර්ය පාරමිතාව පූරණය කළ ආකාරය දැක්වෙන ජාතක කථා,
  - වණ්ණුපත ජාතකය
  - පංචායුධ ජාතකය
  - මහා සීලව රාජ ජාතකය
- සමාජගත ජීවිතයට වීර්ය පාරමිතාවෙන් ගතහැකි ආදර්ශ
  - යම් අරමුණක් පෙරදැරිව ඒ අරමුණ සාර්ථක කරගන්නා තුරු නොපසුබට උත්සාහයෙන් වීර්යයයෙන් කටයුතු කිරීමට අවශ්‍ය වේ.
  - යමක් ආරම්භ කිරීමේ දී, ඉදිරිපත් වීමේ දී හා නිරත වීමේ දී වීර්යය ඇති කර ගැනීමෙන් සාර්ථකත්වයට පැමිණිය හැකි වීම
- ශිෂ්‍ය ජීවිතයේ දී වීර්යවන්ත භාවය ඉවහල් වන අවස්ථා
  - තරග විභාග ආදියෙන් ජය ගැනීමට.
  - ක්‍රීඩා ජය ග්‍රහණ ලබා ගැනීමේ දී.
  - පාසලේ දී විවිධ ක්‍රියාකාකම් වලට සහභාගී වීමේ දී.

06. ක්ෂාන්ති පාරමිතාව

➢ ක්ෂාන්තිය යනු..
බාහිර පුද්ගලයන්ගේ අදහස් වලින් හා පරිසරයෙන් වන දුෂ්කරතා, මානසික හා කායික පීඩා ආදිය ඉවසීම යි.

➢ ක්ෂාන්ති පාරමිතාව යනු..
තණ්හාවෙන් මානයෙන් හා මිථ්‍යා දෘෂ්ටියෙන් තොරව කරුණාවෙන් හා ප්‍රඥාවෙන් යුතුව ඉවසීම ප්‍රගුණ කිරීමයි.

➢ බෝසත්වරු ක්ෂාන්ති පාරමිතාව පූරණය කරන ත්‍රිවිධ ආකාරය,
1. සියලු බාහිර වස්තුවලට වන හානි නොසලකා ඉවසීම (ක්ෂාන්ති පාරමී)
2. තම ශරීර අවයව වලට වන හානි නොසලකා ඉවසීම (ක්ෂාන්ති උපපාරමී)
3. තම ජීවිතය විනාශයට වන හානි නොසලකා ඉවසීම (ක්ෂාන්ති පරමත්ථ පාරමී)

➢ අප මහා බෝසතාණන් ක්ෂාන්ති පාරමිතාව පූරණය කළ ආකාරය දැක්වෙන ජාතක කථා,
- ක්ෂාන්තිවාදී ජාතකය
- සීලව රාජ ජාතකය
- මහා කපි ජාතකය

➢ සමාජගත ජීවිතයට ක්ෂාන්ති පාරමිතාවෙන් ගතහැකි ආදර්ශ,
- පුද්ගලයෙකුට තම ජීවිතයේ විවිධ අවස්ථාවල දී ලාභ-අලාභ ආදී අෂ්ටලෝක ධර්මයට මුහුණ දෙයි. මෙහි දී අකම්පිතව, ඉවසීමෙන් ක්‍රියා කිරීමෙන් සාර්ථක ජීවිතයක් ගොඩනගා ගත හැකිය.
- ඇනුම්, බැනුම්, වදහිංසා, දුෂ්කරතා, අවහිරතා සියල්ල ඉවසීම ජීවිතය ජයග්‍රහණයට හේතුවේ.
- ඉවසීම දියුණු කරගත් සමාජය සාමකාමී, සංවරශීලී, ගෞරවනීය සමාජයක් බවට පත් වේ.

07. සත්‍ය පාරමිතාව

➢ සත්‍ය යනු..
'බොරුවට ආයුෂ නැත'යන ගැමි වහරෙහි එන කියමනට අනුව බොරු කීම සෑම සමාජයක් ම ප්‍රතික්ෂේප කරයි. වචනයෙන් වන වැරදි වලින් වෙන් ව ඇත්ත කථා කිරීම යි.

➢ සත්‍ය පාරමිතාව යනු..
තණ්හාවෙන් මානයෙන් හා මිථ්‍යා දෘෂ්ටියෙන් තොරව කරුණාවෙන් හා ප්‍රඥාවෙන් යුතුව සත්‍යවාදී භාවය ප්‍රගුණ කිරීම යි.

➢ බෝසත්වරු සත්‍ය පාරමිතාව පූරණය කරන ත්‍රිවිධ ආකාරය,
1. බාහිර වස්තු විනාශ වී ගිය ද සත්‍ය ප්‍රකාශ කිරීම (සත්‍ය පාරමී)
2. තම ශරීර අවයව විනාශ වී ගිය ද සත්‍ය ප්‍රකාශ කිරීම (සත්‍ය උපපාරමී)
3. තම ජීවිතය විනාශ වී ගිය ද සත්‍ය ප්‍රකාශ කිරීම (සත්‍ය පරමත්ථ පාරමී)

- අප මහා බෝසතාණන් සත්‍ය පාරමිතාව පූරණය කළ ආකාරය දැක්වෙන ජාතක කථා,
    - වට්ටක ජාතකය
    - සුතසෝම ජාතකය
    - කණ්හ දීපායන ජාතකය

- සමාජගත ජීවිතයට සත්‍ය පාරමිතාවෙන් ගතහැකි ආදර්ශ,
    - තමා පිළිබඳ හොඳ විශ්වාසයක් ඇති වීම
    - ගරු සැලකිලි හා සමාජ පිලිගැනීම ලැබීම
    - අවංක කෙනෙකු ලෙස කීර්තිය පැතිරීම

08. <u>අධිෂ්ඨාන පාරමිතාව</u>

- අධිෂ්ඨානය යනු..
  යහපත් අභිමතාර්ථයක් මුදුන්පත් කර ගැනීමට ගත් තීරණය වෙනස් නොකොට ඒ අයුරින් ම පවත්වා ගැනීම අධිෂ්ඨානය යි.

- අධිෂ්ඨාන පාරමිතාව යනු..
  තණ්හාවෙන් මානයෙන් හා මිත්‍යා දෘෂ්ටියෙන් තොරව කරුණාවෙන් හා ප්‍රඥාවෙන් යුතුව අධිෂ්ඨානය ප්‍රගුණ කිරීම යි.

- බෝසත්වරු අධිෂ්ඨාන පාරමිතාව පූරණය කරන ත්‍රිවිධ ආකාරය,
    1. බාහිර වස්තු විනාශ වී ගිය ද අධිෂ්ඨානශීලී වීම (අධිෂ්ඨාන පාරමී)
    2. තම ශරීර අවයව විනාශ වී ගිය ද අධිෂ්ඨානශීලී වීම (අධිෂ්ඨාන උපපාරමී)
    3. තම ජීවිතය විනාශ වී ගිය ද අධිෂ්ඨානශීලී වීම (අධිෂ්ඨාන පරමත්ථ පාරමී)

- අප මහා බෝසතාණන් අධිෂ්ඨාන පාරමිතාව පූරණය කළ ආකාරය දැක්වෙන ජාතක කථා,
    - තේමිය ජාතකය
    - සිවි ජාතකය
    - සීලවපාල ජාතකය

- සමාජගත ජීවිතයට අධිෂ්ඨාන පාරමිතාවෙන් ගතහැකි ආදර්ශ,
    - ළමා වියේ සිට ම සෑම යහපත් කාර්යයකදී ම මෙම අධිෂ්ඨානශීලී ගුණය උපයෝගී කරගත යුතුය
    - ‘මට මෙය කළ හැකියි, මම මෙය කරන්නෙමියි’ යන තිරසාර අධිෂ්ඨානය තමා තුළ හැම විටම තිබිය යුතුය
    - ජීවිතයේ හැම අභියෝගයක්ම සාර්ථකව ජයගත හැකි වන්නේ අධිෂ්ඨානය තුළිනි

09. <u>මෛත්‍රී පාරමිතාව</u>

- මෛත්‍රිය යනු..
  කිසිවෙකු කෙරෙහි වෛරයක්, ද්වේෂයක් ඇති නොකොට “ සියලු සත්ත්වයෝ සුවපත් වෙත්වා”යි සිතා කටයුතු කිරීමයි.

- මෛත්‍රී පාරමිතාව යනු..
  තණ්හාවෙන් මානයෙන් හා මිත්‍යා දෘෂ්ටියෙන් තොරව කරුණාවෙන් හා ප්‍රඥාවෙන් යුතුව මෛත්‍රිය පැතිර වීමයි.

- ➢ බෝසත්වරු මෛත්‍රී පාරමිතාව පූරණය කරන ත්‍රිවිධ ආකාරය,
    1. බාහිර වස්තු විනාශ වී ගිය ද මෛත්‍රිය වැඩීම (මෛත්‍රී පාරමී)
    2. තම ශරීර අවයව විනාශ වී ගිය ද මෛත්‍රිය වැඩීම (මෛත්‍රී උපපාරමී)
    3. තම ජීවිතය විනාශ වී ගිය ද මෛත්‍රිය වැඩීම (මෛත්‍රීපරමත්ථ පාරමී)

- ➢ අප මහා බෝසතාණන් මෛත්‍රී පාරමිතාව පූරණය කළ ආකාරය දැක්වෙන ජාතක කථා,
    - මහා කපි ජාතකය
    - මස මානවක ජාතකය

- ➢ තම ජීවිතයට මෛත්‍රී පාරමිතාවෙන් ගතහැකි ආදර්ශ.
    - සතුරු බියෙන් තොරව හිත මිතුරන් සමග මනා සබඳතා ගොඩනගා ගැනීමට හැකි වේ.
    - සුවසේ නිදයි, සුවසේ පුබුදියි, පාපී සිහින නොදකියි.
    - මිනිසුන්ට මෙන් ම නොමිනිසුන්ට ද ප්‍රිය වේ.
    - දේව රැකවරණය ලැබේ.
    - ගින්නෙන්, වස විෂ ආදියෙන් අනතුරු නොවේ.
    - සිත සමාධිගත වේ, පෙනුම පැහැපත් වේ.
    - සිහි මුලාවකින් තොරව මිය යයි, මරණින් පසු බඹ ලොව උපදී යි.

10. <u>උපේක්ෂා පාරමිතාව</u>

- ➢ උපේක්ෂාව යනු..
  මැදහත් බවයි. එනම්, කිසියම් පුද්ගලයෙකු හෝ වස්තුවක් හෝ සිද්ධියක් සමග විශේෂ ඇල්මක් හෝ පිළිකුලක් හෝ ඇති කර නොගෙන සම සිතින් ක්‍රියා කිරීම යි.
- ➢ උපේක්ෂා පාරමිතාව යනු..
    1. බාහිර වස්තු විනාශ වී ගිය ද මැදහත්ව කටයුතු කිරීම (උපේක්ෂා පාරමී)
    2. තම ශරීර අවයව විනාශ වී ගිය ද මැදහත්ව කටයුතු කිරීම (උපේක්ෂා උපපාරමී)
    3. තම ජීවිතය විනාශ වී ගිය ද මැදහත්ව කටයුතු කිරීම (උපේක්ෂා පරමත්ථ පාරමී)
- ➢ අප මහා බෝසතාණන් උපේක්ෂා පාරමිතාව පූරණය කළ ආකාරය දැක්වෙන ජාතක කථා,
    - ලෝමහංස ජාතකය
    - මහා කපි ජාතකය
- ➢ තම ජීවිතයට උපේක්ෂා පාරමිතාවෙන් ගතහැකි ආදර්ශ.
    - තමාට හිතවත් අහිතවත් සැමට එක ම සිතින් ක්‍රියා කිරීම කළයුතු බව.
    - කෙනෙකුගේ අඩුපාඩු, ගැටලු, නරක ක්‍රියා ඉවසා දරා ගනිමින් හොඳ ගති ලක්ෂණ දෙස අවධානයෙන් බලමින් මැදිහත් සිතින් ක්‍රියා කළ යුතු බව.
    - සැපේ දී ජයග්‍රහණයේ දී උඩඟු නොවිය යුතු බව.
    - සමාජයේ සියලු දෙනා සමඟ එකට සහයෝගයෙන් ක්‍රියා කිරීම.
    - ජීවිතයේ ගැටලු, දුක්, වේදනා අවම කර ගැනීමට මෙම උපේක්ෂා ගුණය තුළින් හැකි වේ.

<u>දස පාරමිතා පිරීමේ ඇති වැදගත්කම</u>

- ✓ පුද්ගලයා තුළ මනා සංවර්ධනයක් ඇති වීම.
- ✓ ඔහුගෙන් බලවත් පරාර්ථ සේවයක් සිදුවීම.
- ✓ අපේ ජීවිත වඩාත් වටින ජීවිත බවට පත්කර ගැනීමට හැකි වීම.
- ✓ බෝධි සත්ව ආදර්ශ ඇති සමාජයක් බිහිකිරීමට හැකි වීම.
- ✓ නිවන් අවබෝධ කර ගැනීමට හැකි වීම.

04 පාඩම (පළමු කොටස)

සමාධිගත සිතක මහිම

භාවනාව

- ➢ භාවනාව යනු....
  කුසල් සිත් වැඩීමයි.

  “භාවේති කුසල ධම්මේ ආසේවති වඩ්ඪේති ඒතායාති භාවනා”
  (කුසල් දහම් වැඩිදියුණු කරන මානසික අභ්‍යාසය භාවනාවයි)

- ➢ බුදු දහමෙහි ඉගැන්වෙන භාවනාවෙහි පරමාර්ථය වන්නේ,
  යහපත් අරමුණක හෙවත් කුසල් අරමුණක සිත එකඟ කර ගැනීමයි.

- ➢ බුදු දහමෙහි ඉගැන්වෙන ප්‍රධාන භාවනා ක්‍රම
  1. සමථ භාවනාව
  2. විදර්ශනා භාවනාව

සමථ භාවනාව

චිත්තං සමේතීති සමථෝ
(සිත සන්සුන් කරන්නේ සමථය යි)

- ➢ සමථ භාවනාව තුළින් පඤ්ච නීවරණ යටපත් වේ.

- ➢ නීවරණ යනු,
  සිත කිළිටි කරන, කුසල් සිත් වලට බාධා කරන සිතිවිලි

- ➢ නීවරණ පහකි (පංච නීවරණ)
  1. කාමච්ඡන්ද
  2. ව්‍යාපාද
  3. ථීන මිද්ධ
  4. උද්ධච්ච කුක්කුච්ච
  5. විචිකිච්චාව

01. කාමච්ඡන්දය

- ▪ කාම වස්තු කෙරෙහි ආශාව සිතෙහි බහුලව පැවතිමයි. මේ නිසා යහපත් සිතිවිලි හෝ උගත් දෙය මතකයට නගා ගැනීමට අපහසුය.
- ▪ ණය කරුවෙකු ණය හිමියාට ඇති බැඳීම මෙන් කාමය නිසා සසරට බැඳී සිටින බව සාමඤ්ඤඵල සූත්‍රයෙහි දේශනා කර ඇත.

උපමාව :- ජලයට යම් වර්ණයක් එක් කළ විට ඒ තුළ කිසිවක් නොපෙනේ.

02. වයාපාදය

- සිතෙහි පවතින තරහව යි. එවිට යහපත් සිතිවිලි හෝ උගත් දෙය මතකයට නගා ගත නොහැකි වේ. පිත අධික ව ඇත්තා ආහාරයෙහි රසය නොදන්නා සේ තරහව සිතෙහි ඇති තැනැත්තා සමාධියෙහි වටිනාකම නොදනී.
- මෙය දුරු කිරීමට මෛත්‍රිය ප්‍රගුණ කළ යුතුය.

උපමාව :- රත් වී බුබුළු නගින ජලයෙහි යමක් දැකිය නොහැකිය.

03. ථීන මිද්ධ

- සිතෙහි කයෙහි නිදිමත ගතිය, උදාසීන කම යි. පාඩම් කළ දෑ මතකයට නග ගත නොහැකිවේ.
- පමණ දැන ආහාර ගැනීම; ශරීරයේ ඉරියව් වෙනස් කරමින් අලුත් අලුත් ක්‍රියාවන් හී නිරත වීමෙන්; ආරම්භක ධාතු, නික්කම ධාතු, පරක්කම ධාතු යන අවස්ථා තුනට අනුව වීර්යය වැඩීමෙන් ථීනමිද්ධය දුරුකළ හැකිය.

උපමාව :- ජලයෙහි පාසි ඇත්නම් එහි කිසිවක් නොපෙනේ.

04. උද්ධච්ච කුක්කුච්ච

- උද්ධච්චය යනු- සිතේ පවතින නොසන්සුන්කම, චංචල ගතිය, විසිරෙන ගතිය, අරමුණක නොපවතින ගතිය යි.
- කුක්කුච්ච යනු- කළ නොකළ වැරදි දේ පිළිබඳ ව තැවෙන ලතවෙන ස්වභාවය යි.
- සිතේ සමාධිය ගොඩනැංවිය යුතු බව දැඩි ව සිහි කරන්නේ නම් උද්දච්ච කුක්කුච්චය පාලනය කරගත හැකිය.

උපමාව :- ජලය කැළඹී ඇත්නම් එහි කිසිවක් නොපෙනේ

05. විචිකිච්චාව

- මෙහි සාමාන්‍ය අදහස සැකය යි. එහෙත් සෑම දෙයක් පිළිබඳව ම ඇතිවන සැකය, කුතුහලය පිළිබඳ ව මෙහි දී අදහස් නොවේ.
- මේ නිසා නිශ්චිත තීරණයක සිටිය නොහැකිවේ. වනයේ අතරමං වූවෙකු හා සමානයි.

උපමාව :- බොර ජලයෙහි කිසිවක් පැහැදිලිව නොපෙනේ

1. බුදුරදුන් පිළිබඳ ව සැක ඇති වීම.
2. ධර්මය පිළිබඳ ව සැක ඇති වීම.
3. සංඝයා පිළිබඳ ව සැක ඇති වීම.
4. සීල, සමාධි, ප්‍රඥා යන ත්‍රිශික්ෂා පිළිබඳ ව සැක ඇති වීම.
5. පෙර භවය පිළිබඳ ව සැක ඇති වීම.
6. අනාගත භවය පිළිබඳ ව සැක ඇති වීම.
7. පෙර- අනාගත භව දෙක ම පිළිබඳ ව සැක ඇති වීම.
8. පටිච්චසමුප්පාද ධර්මය පිළිබඳ ව සැක ඇති වීම.

- සමථ භාවනාව හැඳින්වෙන වෙනත් නම්..
  - ✓ චිත්ත භාවනාව (සිත දියුණු කරන නිසා)
  - ✓ සමාධි භාවනාව (සිත සමාධිගත කෙරෙන නිසා)

- සමථ භාවනාව සඳහා යොමු වීමේ දී මුලින්ම අවශ්‍ය වන්නේ..,
    - සිල්වත් විය යුතුයි,
      එහි දී ආර්ය අෂ්ඨාංගික මාර්ගයේ හික්මිය යුතුයි.
        - සම්මා වාචා
        - සම්මා කම්මන්ත
        - සම්මා ආජීව

- සීලයෙන් යුතුව සමථ භාවනාව සඳහා යොමුවන පුද්ගලයෙකු තුළ මෙම ගුණාංග තිබිය යුතුයි.
    - ඉන්ද්‍රිය සංවරය (ඇස, කන, නාසය, දිව, ශරීරය, මනස යන ඉන්ද්‍රියන් සංවර කර ගැනීම)
    - සති සම්පජඤ්ඤය (හිඳීම, සිටීම, ඇවිදීම ආදී සියලු ක්‍රියාවන්හී අවබෝධයෙන් යුක්ත වීම)
    - සන්තුට්ඨිතා (ලද දෙයින් සතුටු වීම)

- සමථ භාවනාව වඩන පුද්ගලයෙකු අනුගමනය කළ යුතු ඉතා වැදගත් කරුණ,
    - ආචාර්යවරයෙකුගෙන් උපදෙස් ලබා ගැනීම.
      (මෙහි දී භාවනා යෝගියාගේ චරිතයට අනුව සුදුසු කර්මස්ථානයක් එම ආචාර්ය වරයා ලබාදෙයි.)

- පුද්ගල චරිත වර්ග හය.
    1. රාග චරිත - ආශාව අධික චරිත
    2. දෝස චරිත - ද්වේෂය අධික චරිත
    3. මෝහ චරිත - මුළාව, මෝඩකම අධික චරිත
    4. සද්ධා චරිත - ශ්‍රද්ධාව මූලික වූ චරිත
    5. බුද්ධි චරිත - බුද්ධිය මූලික වූ චරිත
    6. විතක්ක චරිත - තර්කානුකූලව විමසුම් සිතින් කටයුතු කරන චරිත

- සමථ භාවනා සඳහා යොදා ගත හැකි කර්මස්ථාන හෙවත් කමටහන් 40කි.
    - දස කසිණ - 10
    - දස අසුභ - 10
    - දස අනුස්සති - 10
    - චතු අප්පමඤ්ඤා - 04
    - ආහාරේ පටික්කූල සඤ්ඤා - 01
    - චතු ධාතු වවත්ථාන - 01
    - සතර ආරුප්ප - 04

- පුද්ගලයෙකුගේ චරිත ස්වභාවය තීරණය කිරීමේ දී ඒ සඳහා පාදක කරගත හැකි කරුණු,
    - ඔහු සිතන පතන ආකාරය.
    - ඔහුගේ රුචි අරුචිකම්.
    - ඔහුගේ ඇවතුම් පැවතුම්.

- භාවනාවට පිවිසෙන තැනැත්තා ඉටුකර ගත යුතු පූර්ව අවශ්‍යතා.
  - කල්‍යාණ මිත්‍ර ආශ්‍රය (කුසලයට මග පෙන්වන, යහපතට යොමු කරන මිතුරන් ඇසුර)
  - සිල්වත් වීම (කය වචන දෙකෙහි සංවර බව)
  - ධර්ම ශ්‍රවණය (නිතර නිතර ධර්මය ඇසීම)
  - වීර්යය (උත්සාහයෙන්, කැපවීමෙන් ක්‍රියා කිරීම)
  - ප්‍රඥාව (විනිවිද දකින නුවණ)

- සමථ භාවනාව සඳහා යොදා ගත හැකි ඉරියව්.
  - i. සිටි ඉරියව්ව
  - ii. සක්මන් ඉරියව්ව
  - iii. හිඳි ඉරියව්ව
  - iv. වැතිරීමේ ඉරියව්ව

<u>සමථ භාවනාව වැඩීමෙන් ලබාගත හැකි උසස්ම ඵල</u>

- පඤ්ච අභිඥා අෂ්ටසමාපත්ති
  - ✓ පඤ්ච අභිඥා
    1. ඉද්ධිවිධ ඥානය (සෘද්ධි ප්‍රාතිහාර්ය පෑමේ නුවණ)
    2. දිබ්බසෝත ඥානය (පියවි කනට නොඇසෙන ශබ්ද ඇසීමේ නුවණ)
    3. පරචිත්ත විජානන ඥානය (අන්‍ය සිත් කීමේ නුවණ)
    4. පුබ්බේ නිවාසානුස්සති ඥානය (පෙර විසූ භවයන්දැන ගැනීමේ නුවණ)
    5. දිබ්බ චක්ඛු ඥානය (පියවි ඇසට නොපෙනෙන රූප දැකීමේ නුවණ)

  - ✓ <u>අෂ්ටසමාපත්ති</u>

රූපාවචර ධ්‍යාන	අරූපාවචර ධ්‍යාන
1. ප්‍රථම රූප ධ්‍යානය	5.ආකාසනඤ්චායතනය
2. ද්විතීය රූප ධ්‍යානය	6.විඤ්ඤාණඤ්චායතනය
3. තෘතීය රූප ධ්‍යානය	7.ආකිඤ්චඤ්ඤායතනය
4. චතුර්ථ රූප ධ්‍යානය	7.නේවසඤ්ඤා නාසඤ්ඤායතනය

- දෛනික ජීවිතයට සමථ භාවනාවෙන් ලැබිය හැකි ප්‍රයෝජන.
  - ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ ආදී කෙලෙස් සිතුවිලි පාලනය වේ.
  - ධාරණ ශක්තිය වැඩිවේ.
  - පොත පත පාඩම් කිරීමේ දී වෙනදාට වඩා පහසුවක් දැනේ.
  - සිතෙහි තෘප්තිමත් ස්වභාවයක් ඇතිවේ.
  - අසහනය නැති වී ප්‍රසන්න පෙනුමක් ඇතිවේ.
  - කායික රෝග පීඩා අඩු වීමෙන් නිරෝගීවේ.
  - සිත විසිර යාමට නොදී එකඟ කර ගැනීමට උපකාරීවේ.

- සමථ භාවනාව බුදුරජාණන් වහන්සේ ලොව පහළ වීමට පෙර පටන් භාරතයේ පැවති බවට සාක්ෂි,
  - කාලදේවල හෙවත් අසිත තවුසා උසස් ධ්‍යානලාභියෙකු වීම.
  - ආලාරකාලාම තවුසා සප්ත සමාපත්තිලාභියෙකු වීම.
  - උද්දකරාමපුත්ත තවුසා අෂ්ට සමාපත්තිලාභියෙකු වීම.

04 පාඩම

විදසුන් වඩන්නෝ ඇති තතු දකින්නෝ

➢ විදර්ශනා යන්නෙහි අදහස
"විසේසේන පස්සතීති විපස්සනා"
(විශේෂ වශයෙන් බලයි, දකියි යනු විදර්ශනාවයි)

යථාර්ථය මනා නුවණින් විශේෂයෙන් දැකීමයි. එනම් ඇත්ත ඇති සැටියෙන් දැකීමයි

➢ විදර්ශනා භාවනා හඳුන්වන වෙනත් නම්,
- ත්‍රිලක්ෂණ භාවනාව :-
  ත්‍රිලක්ෂණය මෙනෙහි කිරීමට උගන්වන බැවින් මෙම නමින් හඳුන්වයි
- ප්‍රඥා භාවනාව :-
  ඇත්ත ඇති සැටියෙන් දකින නුවණ ලබාදෙන බැවින් මෙම නමින් හඳුන්වයි

සමථ භාවනාවෙන් යටපත් කරන කෙලෙස් මුලිනුපුටා දමන අතර නිවන් අවබෝධය සඳහා උපකාරීවේ.

➢ ලෝකය හා ජීවිතය පිළිබඳ අපට ඇතිකරගත හැකි අවබෝධය ආකාර දෙකකි.
1. සම්මුති සත්‍යාවබෝධය
2. පරමාර්ථ සත්‍යාවබෝධය

01. සම්මුති සත්‍යය

➢ සම්මුති සත්‍යය යනු ...
සාමාන්‍ය ලෝක ව්‍යවහාරය යි. එය යථාර්ථය නොවේ.අපි බොහෝ විට එයින් නොමගට යන්නෙමු. මුලාවට පත්වන්නෙමු.

02. පරමාර්ථ සත්‍යය

➢ පරමාර්ථ සත්‍යය යනු ...
යම් වස්තුවක් පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ ආදී වශයෙන් බෙදා දැක්වීමෙන් පසු තවදුරටත් බෙදා දැක්විය නොහැකි තත්ත්වය අවබෝධය යි. එය යථාර්ථය යි.

➢ විදර්ශනාව වැඩීමේ දී ස්කන්ධ ධර්මයන් අනුව ත්‍රිලක්ෂණය මෙනෙහි කළ යුතුය.
ස්කන්ධ යනු...
- සමූහය, රාශිය යන තේරුම් වේ.
- ලෝකය යනු ද සත්ත්වයා යනු ද ස්කන්ධ සමූහයක් පමණි.

➢ බුදුරදුන් දේශනා කරඇති පරිදි ස්කන්ධ පහකි.
- <u>රූප</u>
  i. රූප ස්කන්ධය - (ඇස, කන, නාසය, දිව, ශරීරය ආදී භෞතික සැකැස්ම)
- <u>නාම</u>
  ii. වේදනා ස්කන්ධය - (වින්දනය, විඳීම)
  iii. සඤ්ඤා ස්කන්ධය - (හැඳිනීම, සිත් තුළ උපදින සටහන්, නිමිති)
  iv. සංඛාර ස්කන්ධය - (චේතනා, රැස් කිරීම්)
  v. විඤ්ඤාණ ස්කන්ධය - (අරමුණු දැන ගැනීම)

- විදර්ශනාවට අනුව හෙවත් ත්‍රිලක්ෂණයට අනුව ලෝකය දෙස බැලීමෙන්,
    - අනිත්‍ය වූ ස්කන්ධ ආදී ධර්ම අනිත්‍ය බව ද දුක් සහිත වූ එම ධර්ම දුක් සහිත බව ද, අනාත්ම වූ එම ධර්ම අනාත්ම බව ද අසුභ වූ එම ධර්ම අසුභ බව ද දැකිගත හැකිය.
    - ලෝකයා විසින් සත්ත්වයා යනුවෙන් කියනු ලබන ස්කන්ධ ධර්මයන්ගේ සවභාවය අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම යන ත්‍රිලක්ෂණයට අනුව බැලීම තුළින් යථාර්ථය හෙවත් පරමාර්ථ සත්‍යාවබෝධය ලැබේ.

- ස්කන්ධ ධර්මයන් ත්‍රිලක්ෂණයට අනුව මෙනෙහි කළ යුතු අයුරු,
    - ✓ රූපය අනිත්‍ය ය. නිත්‍ය, ස්ථිර සදාකාලික නොවන්නේය. නැසෙන සුලු ය.
    - ✓ රූපය අනිත්‍ය වන බැවින් දුක් සහිතය, එහි සැපතක්, සුවයක් නැත.දුක ම උපදවන සුලුය.
    - ✓ රූපය දුක් සහිත වන බැවින් අනාත්මය. මගේ ය, මම ය, මගේ ආත්මය යයි සැලකිය නොහැකිය. ආත්මය යනුවෙන් දෙයක් නැත.

- විදර්ශණාවෙන් යුත් (ත්‍රිලක්ෂණයට අනුව බලන) පුද්ගලයෙකු තුළ දැකිය හැකි ලක්ෂණ,
    - චාම්, අවම බලාපොරොත්තු ඇති (අල්පේච්ඡ) ජීවිතයක් ගත කරයි.
    - අසීමිත ආශාවන්ගෙන් (මහිච්ඡතාවයෙන්) තොරවෙයි.
    - ලද පමණින් සතුටු වෙයි.
    - පහසුවෙන් පෝෂණය කළ හැක්කෙකු වෙයි.
    - බොහෝ වැඩ කටයුතු වලින් තොර වෙයි. විවේකී වෙයි.
    - කවර සම්පතක වුව ද ගිජු වීමෙන් අරුතක් නැතැයි දකියි.
    - අටලෝ දහමින් නොසැලෙයි.
    - අන්තගාමී හෝ අන්තවාදී නොවේ.
    - මානයෙන් තොරවෙයි.

05 පාඩම

ආදර්ශවත් චරිත

අතිපූජ්‍ය රේරුකානේ චන්දවිමල මහනාහිමිපාණන් වහන්සේ

- සම්බුදු සසුන රැක ගැනීමට මෑත යුගයේ ක්‍රියාකළ ශ්‍රේෂ්ඨ යතිවරයෙකි.
- රුබෙල් ගුණවර්ධන නමින් 1897 ජූලි 19 දින උපත ලැබීය.
- බුරුම ජාතික විනයාලංකාර හිමියන් යටතේ 1906 ජනවාරි 08 දින පැවිදි දිවියට පත් වූහ.
- 1908 ජනවාරි 27 දින බුරුම රටට වැඩම කළහ.
- බුරුමයේදී බුරුම භාෂාව හොඳින් ඉගෙන ගත් අතර සූත්‍ර, විනය හා අභිධර්මය ඉතා හොඳින් ප්‍රගුණ කළහ.
- 1917 ඔක්තෝබර් 26 වෙනි දින බුරුම රටේ ධම්මිකාරාම සීමාවේදී අධිසීල සංඛ්‍යාත උපසම්පදාව ලබා ගත්හ.
- උපසම්පදාව ලබා ටික කලෙකින් ලංකාවට වැඩම කර දෙමටගොඩ මහා විශුද්ධාරාම පන්සලේ වැඩ සිටි අතර එහිදී සිංහල භාෂාව ඉගෙන ගත්හ.
- රේරුකානේ මහ නාහිමියන් විසින් රචනා කරන ලද ග්‍රන්ථ සංඛ්‍යාව විසිපහකටත් වැඩිය.

- ථේරවාදී පිළිගැනීම්වලට එකඟව මෙන්ම මතභේදයකට තුඩු නොදෙන ආකාරයට සෑම ග්‍රන්ථයක්ම රචනා කර ඇත.
- උන්වහන්සේ ග්‍රන්ථ රචනා කර ඇත්තේ පන්සල් අධ්‍යාපනය ලැබීමෙන් හා භාවනා කිරීමෙන් ලැබූ දැනුමෙනි.
- උන්වහන්සේගේ හැකියාව අගයා විශ්ව විද්‍යාල හා වෙනත් ආයතන මගින් සම්මාන උපාදි රැසක් පිරිනමා ඇත.
- කෙතරම් ගරුනාම, උගත්කම් තිබුණද උන්වහන්සේ ඉතා චාම් අල්පේච්ඡ ජීවිතයක් ගත කළහ.
- උන්වහන්සේ 1997 ජූලි 04 දින සිහියෙන් යුතුව අපවත් වූහ.

- **රේරුකානේ චන්දවිමල හිමියන් විසින් රචිත ග්‍රන්ථ,**
    - පොහොය දිනය
    - ධර්ම විනිශ්චය
    - බෞද්ධයාගේ අත්පොත
    - පාරමිතා ප්‍රකරණය
    - අභිධර්ම මාර්ගය

- **රේරුකානේ චන්දවිමල හිමියන් ලැබූ උපාධි හා ගෞරව නාම,**
    - ප්‍රාචීන භාෂෝපකාර සමාගම විසින් දෙනු ලබන ‘‘සම්මාන පණ්ඩිත’’ උපාධිය.
    - විද්‍යාලංකාර විශ්ව විදයාලය මගින් ‘‘අභිධර්මය පිළිබඳ මහාචාර්යපදවිය’’ හා ‘‘සාහිත්‍ය චක්‍රවර්තී උපාධිය’’. (1963)
    - අනුරාධපුර බුද්ධශ්‍රාවක භික්ෂු විශ්ව විද්‍යාලය මගින් ‘‘ප්‍රවචන විශාරද සම්මාන උපාධිය’’.
    - ශ්‍රී ලංකා ශ්වෙජින් නිකායේ මහානායක පදවිය. (1970)
    - අමරපුර මහා සංඝසභාව මගින් අමරපුර මහා මහෝපාධ්‍යාය ශාසන ශෝභන යන ගෞරව නාමය. (1995)

ශ්‍රීමත් අනගාරික ධර්මපාලතුමා

- දොන් ඩේවිඩ් හේවාවිතාරණ නමින් 1864 සැප්තැම්බර් 17 වන දින උපත ලැබීය.
- සිංහල නම් ගම් සිරිත් විරිත් ආදිය පවා බැහැර කර කටයුතු කරන දූර්භාග්‍ය සමයක මෙතුමා උපත ලද බව එතුමාට යෙදූ නමින් ම පැහැදිලි වේ.
- දොන් ඩේවිඩ් හේවාවිතාරණට අධ්‍යාපනය ලැබීමට සිදු වූයේ ක්‍රිස්තියානි ධර්මය උගන්වන විද්‍යාලවල ය.
- එහෙත් මාපියන්ගේ ගුණවත්කම නිසාම විහාරස්ථානයට ගොස් පොහෝ දිනවල අෂ්ටාංග සීලය සමාදන් වීමට අමකත නොකළ හෙයින් පන්සල් ඇසුර ඔහුගේ ජීවිතය වෙනස් කිරීමට මුල පිරීය.
- මේ අතර ලංකාවට පැමිණි ඕල්කට්තුමාගේ දේශනා අසා ප්‍රසාදය ඇති කරගත් ඩේවිඩ් තරුණයා එතුමා සමග වැඩ කටයුතු කිරීමට තීරණය කළේය.
- ඒ අනුව ඕල්කට්තුමා සමග රටේ තැනින් තැනට යමින් එතුමා ඉංග්‍රීසි භාෂාවෙන් කළ දේශනා සිංහල භාෂාවට පරිවර්තනය කළේය.
- මේ කටයුතුවලදී ඩේවිඩ් යන විදේශීය නම ඉවත් කොට අනගාරික ධර්මපාල යන බෞද්ධ නම භාවිතා කළේය.

- අපේ බෞද්ධ දරුවන්ට මිෂනාරි අධ්‍යාපනය වෙනුවට බෞද්ධ අධ්‍යාපනයක් ලබා දිය යුතුය යන අරමුණ ඇතිව කටයුතු කළ ඕල්කට් තුමා, ධර්මපාලතුමා ඇතුළු පිරිස රටේ විවිධ ප්‍රදේශවල රථයකින් ගමන් කරමින් රථයේම රෑ නිදා ගනිමින් රටේ ජනතාව දැනුවත් කිරීමට අපමණ කැපවීමකින් කටයුතු කළේය.
- ගවමස් කෑමට හා සුරාපානයට සපුරා විරුද්ධ වූ ධර්මපාලතුමාගේ දේශනා ඉතා දැඩි ස්වරයක් ගත්තේය.
- බෞද්ධ දරුවන්ට නිසි අධ්‍යාපනයක් ලබා දීම සඳහා ඕල්කට්තුමා සමග එක්ව ඉරිදා පාසල් ආරම්භ කළේය.
- ඒ අනුව පරම විඥානාර්ථ සමාගම මගින් කලක් ගත වන විට ආරම්භ කළ පාසල් සංඛ්‍යාව 50 ඉක්මවීය.
- **"සිංහලයිනි නැගිටිවූ, බුද්ධගයාව බේරාගනිව්"** යනුවෙන් සිංහලයන් අවදි කරගෙන ලෝක බෞද්ධයන්ගේ ද සහාය ඇතිව බොහෝ වෙහෙසක් දරා දඹදිව සිද්ධස්ථාන බෞද්ධයන්ට ලබා ගැනීමට නීතිමය කටයුතු කිරීමට ද එතුමාට හැකි විය.
- මෙතුමාගේ මූලිකත්වයෙන් ලොව පුරා බෞද්ධ මධ්‍යස්ථාන රැසක් ඉදිකළ අතර එමගින් ලෝකයේ සිටින බෞද්ධයන්ට ධර්මය බෙදා දීමට හැකිවිය.
- පසුව සිරි දේවමිත්ත ධර්මපාල නමින් පැවිදි භූමියට පත් ධර්මපාලතුමා 1933 ජනවාරි 16 දින උපසම්පදාව ද ලබා ගත්තේය.
- 1933 අප්‍රේල් 29 වනදා **සම්බුදු සසුන බේරාගැනීමට තමන් විසිපස් වතාවක් මේ දඹදිව ඉපදේවා** යන පැතුම ඇතිව උන්වහන්සේ සිහි නුවණින් යුතුව අපවත් වූහ.

➢ ධර්මපාලතුමාගේ මූලිකත්වයෙන් ලොව පුරා ඉදි කළ බෞද්ධ මධ්‍යස්ථාන,
  - එංගලන්ත ලන්ඩන් බෞද්ධ මධ්‍යස්ථානය
  - කල්කටාවේ ධර්මරාජිකා මහා විහාරය
  - බරණැස මූලගන්ධකුටි මහා විහාරය
  - බුද්ධගයාවේ හා මදුරාසියේ බෞද්ධ විශ්‍රාම ශාලා

06 පාඩම

දිවි මගට එළිය දෙන දහම් පද

➢ **ධම්ම පදය**
  - බුදුන් වහන්සේ පන්සාලිස් වසක් මුළුල්ලේ දේශනා කොට වදාළ ධර්මයෙහි සාරය ධම්ම පදය යි.
  - ධම්ම පදය බෞද්ධ ලෝකයාගේ මුදුන් මල්කඩ ලෙස සැලකෙන හස්ථසාර ග්‍රන්ථය යි.
  - එය බෞද්ධයාගේ අත්පොත ය.
  - ධම්ම පදය සූත්‍ර පිටකයේ ඛුද්දක නිකායට අයත් ය.
  - මෙහි වග්ග 26කි. ගාථා 423කි. නිදාන කතා 299කි.
  - ධම්ම පදය තුළින් ලබාදෙන ජීවිතාදර්ශ අතීත, වර්තමාන, අනාගත යන කාලත්‍රයයට ම අදාළ වේ.

<u>ධම්ම පද ගාථා, අර්ථ හා උපදේශ</u>

➢ **ගාථාව**

අක්කොච්ඡි මං අවධි මං
අජිනි මං අහාසි මේ
යේ තං න උපනයිහන්ති
වේරං තේසූපසම්මති
(ධම්ම පදය, යමක වග්ගය, 3

අර්ථය

අසවලා මට බැන්නේය, මට පහර දුන්නේය, මං පැරදවූයේය, මා සතු දේ පැහැර ගත්තේය, යනුවෙන් යම් අය නැවත නැවතත් සිතමින් ක්‍රෝධ නොබඳිත් නම් ඔවුන්ගේ වෛරය සන්සිදේ.

උපදේශය

අන් අයගෙන් තමාට සිදු වූ අවැඩ පිළිබඳ නැවත මෙනෙහි නොකරන්නාගේ වෛරය සන්සිදේ.

- **ගාථාව**

නතං කම්මං කතං සාධු
යං කත්වා අනුතප්පති
යස්ස අස්සුම්බෝ රෝදං
විපාකං පටිසේවති
(ධම්ම පදය, බාල වග්ගය,8 ගාථාව)

අර්ථය

යමක් කිරීමෙන් පසුතැවෙන්නට සිදු වේද, යමක විපාකය කඳුළු පිරි මුහුණින් යුතුව අඬමින් විඳින්නට සිදුවේද එබඳු දේ නොකිරීම යහපත් ය.

උපදේශය

සිහි කළවිට පසුතැවිල්ලට හේතුවන ක්‍රියාවලින් වැළකිය යුතු ය.

- **ගාථාව**

අත්තනාව කතං පාපං
අත්තනා සංකිලිස්සති
අත්තනා අකතං පාපං
අත්තනාව විසුජ්ඣති
සුද්ධි අසුද්ධි පච්චත්තං
නාඤ්ඤමඤ්ඤෝ විසෝධයේ

අර්ථය

යමෙකු පව් කළොත් එයින් ඔහුම කෙලෙසෙන්නේය, යමෙකු පව් නොකළොත් එයින් ඔහුම පිරිසිදු වන්නේය, පිරිසිදුකම හා අපිරිසිදුකම පවතින්නේ තමා කෙරෙහිමය. එක් අයෙකුට තවත් අයෙකු පිරිසිදු කළ නොහැකි ය.

උපදේශය

ආධ්‍යාත්මික වශයෙන් පිරිසිදුකම හෝ අපිරිසිදුකම හෝ පවතින්නේ තමා තුළම ය.

- **ගාථාව**

සුකරානි අසාධූනී
අත්තනෝ අහිතානිච
යංවේ හිතං ච සාධුංච
තං වේ පරම දුක්කරං

අර්ථය

තමාට අහිත වූ අයහපත් දේ කිරීම ඉතා පහසුය. යම් දෙයක් තමාට වැඩදායක ද යහපත පිණිස හෝ පවතීද එවැනි දේ කිරීම ඉතා අපහසුය.

උපදේශය

තමාට හා අන් අයට ප්‍රතිඵල ලබාදෙන ක්‍රියා සිදු කිරිම ඉතා දුෂ්කරය.

- **ගාථාව**

  අචරිත්වා බ්‍රහ්මචරියං
  අලද්ධා යොබ්බනේ ධනං
  සෙන්ති චාපාතිඛීණාව
  පුරාණානි අනුත්ථුනං
  (ධම්ම පදය, ජරා වග්ගය,11 ගාථාව)

අර්ථය

ඇතැම් අය තරුණ වයසේ ලබාගතහැකි ධනය හෝ වෙනත් ප්‍රතිලාභයක් හෝ නොලැබ බඹසර නොහැසිර මහලු වූ පසු පෙර කරන ලද යම් යම් දේ සිහි කරමින් දුන්නෙන් මිදී ගොස් වඅටුණු ර්තල මෙන් ශෝකයෙන් සුසුම් ලමින් සිටිති.

උපදේශය

සුදුසු කාලයේ දී නිවැරදිව අප්‍රමාදීව කටයුතු නොකිරිම පසුකාලයේ දී පසුතැවිල්ලට හේතු වේ.

- **ගාථාව**

  උට්ඨානවතෝ සතිමතෝ
  සුචිකම්මස්ස නිසම්මකාරිනෝ
  සඤ්ඤතස්සච ධම්මජීවිනෝ
  අප්පමත්තස්ස යසෝභිවඩ්ඪති

අර්ථය

උත්සාහයෙන්ද, නිවැරදි සිහියෙන්ද යුතු නිදොස් දේ විමසා බලා කරන තැන්පත් දැහැමි දිවි පැවතුම් ඇති නොපමා වූ පුද්ගලයාගේ කීර්තිය මනාව වැඩේ.

උපදේශය

උත්සාහය, නිවැරදි සිහිය, විමසා බලා කටයුතු කිරීම, තැන්පත් බව, දැහැමි දිවි පෙවෙත, අප්‍රමාදී බව, පුද්ගලයෙකුගේ දියුණුවට හේතුවන කරුණු ය.

ධම්ම පදය තුළින් ඔබට........

- ධම්මපද ගාථාවන් හා එහි අර්ථය මනාව තේරුම්ගෙන කුඩ කළ සිට ම ක්‍රියා කිරීමට ඔබ සිතට ගත යුතුය.
- අධ්‍යාපනය ලැබීමේ දී මෙන් ම සමාජ ජීවිතයේ දී මෙම උපදෙස් අනුගමනය කිරීමෙන් ජීවිතයේ සාර්ථකත්වය උදාකරගත හැක වේ.

07 පාඩම
සීලය හා භෞතික සංවර්ධනය

"දුක්ඛෙ ලෝකෝ පතිට්ඨිතො"

- මේ ලෝකය දුක මත පවතින බව බුදු දහමෙහි විස්තර වේ. පුද්ගලයාට මුහුණ දීමට සිදුවන,
  - ජාති - ඉපදීම
  - ජරා - දිරාපත් වීම
  - ව්‍යාධි - ලෙඩ වීම

- මරණ - මරණයට පත් වීම
- ප්පිය විප්පයෝග - ප්‍රියයන්ගෙන් වෙන් වීම
- අප්පිය සම්පයෝග - අප්‍රිය අය හා එක් වීම
- ඉච්ඡිත අලාභ - අපේක්ෂිත දේ නොලැබීම

- ජාති, ජරා, ව්‍යාධි ආදී දුකින් මිදීමේ මාර්ගය මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව හෙවත් මැදුම් පිළිවෙතයි. මෙය අංග අටකින් යුක්ත බැවින් අරි අටඟි මග ලෙස ද දැක් වේ.
- මෙම මැදුම් පිලිවෙත සීල, සමාධි, ප්‍රඥා වශයෙන් කොටස් තුනකට බෙදෙන අතර, ඒවා නිවන් මගෙහි ප්‍රධාන පියවර තුනයි.
- සීලය යනු ‘‘කයින් වචනයෙන් සංවර වීමයි’’.
- සීලය සපුරාගෙන සමාධියට ද, සමාධියෙන් ප්‍රඥාවට ද ගමන්කිරීම නිවන් අවබෝධ කර ගැනීමේ පියවරයි.
- සීලයෙන් තොරව සමාධියක් ද, සමාධියෙන් තොරව ප්‍රඥාවක් ද, ප්‍රඥාවෙන් තොරව නිවන ද ලැබිය නොහැකිය.

<u>නිවන් මගෙහි යායුතු පිළිවෙල</u>

<u>ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය ත්‍රිශික්ෂාවට අනුව</u>

- සීල
    - සම්මා වාචා - බොරු, කේළම්, පරුෂ වචන, හිස් වචන කීමෙන් වැළකීම
    - සම්මා කම්මන්ත - සතුන් මැරීම, සොරකම් කිරීම, වැරදි කාම සේවනය යනාදියෙන් වැළකීම
    - සම්මා ආජීව - ආයුධ, සත්ත්ව, වසවිෂ, මත්ද්‍රව්‍ය, මස් මාංශ වෙළෙඳාම යන වෙළෙඳාම් වලින් වැළකීම
- සමාධි
    - සම්මා වායාම - නූපන් කුසල් උපද වීම, නූපන් අකුසල් නූපද වීම, උපන් කුසල් දියුණු කිරීම, උපන් අකුසල් නැති කිරීම.
    - සම්මා සති - කාය, වේදනා, චිත්ත, ධම්ම යන අරමුණු තුළ සිත මනා ලෙස පැවැත්වීම.
    - සම්මා සමාධි - ප්‍රථම, ද්විතීය, තෘතීය, චතුත්ථ යන ධ්‍යානයන්හී සිතෙහි එකඟ බව.
- ප්‍රඥ
    - සම්මා දිට්ඨි - චතුරාර්ය සත්‍ය පිළිබඳ සම්මා දිට්ඨිය.
    - සම්මා සංකප්ප - නෙක්කම්ම, අව්‍යාපාද, අවිහිංසා යන සංකල්පනා ඇති කරගැනීම.
- බුදුරජාණන් වහන්සේගේ බොහෝ දේශනාවල සීලයට මුල් තැනක් දී ඇත.
    - සීලය බෞද්ධ ශික්ෂණයේ පදනමය.
    - ත්‍රිවිධ ශික්ෂාවකින් යුක්ත වූ නිවන් මගෙහි පළමු ශික්ෂාව සීලය යි.
    - සදාචාරාත්මක දිළිඳු බව දුරුකරන, සාරවත් බව ඇති කරන, ආර්ය ධන සත අතුරෙන් සීලය ද එකකි.
    - සසර සැප ගෙන එන පින්කම් (දස පුණ්‍ය ක්‍රියා) අතර ද සීලය ඇතුළත් කර ඇත.
    - රජුන් විසින් යහපත් පාලනයක් උදෙසා අනුගමනය කළ යුතු රාජධර්ම (දසරාජ ධර්ම) අතර ද සීලය ඇතුළත් වේ.
    - එසේම සීලය බෝසත්වරුන් විසින් බුදුබව ලබා ගැනීම පිණිස පුරනු ලබන පාරමිතාවක් ද වේ.

- ශික්ෂා පද සංඛ්‍යාව අනුව සීලයෙහි ප්‍රභේද හඳුනා ගනිමු.
    1. පංච සීලය
    2. උපෝසථ අෂ්ටාංග සීලය
    3. ආජීව අෂ්ටමක සීලය
    4. දස සීලය

පංච සීලය හැඳින්වෙන වෙනත් නම්

- ගේහසිත සීලය
- නිත්‍ය සීලය

- සීල ශික්ෂාවෙහි මූලික භාවිතය වන පංච සීලයෙහි සමාජමය ඵලදායකත්වය.
    - පුද්ගලයාගේ අප්‍රසන්න සැකමුසු බව දුරලමින් ජීවිතාරක්ෂාව පිළිබඳ සහතිකයක් ලබා දීම.
    - පුද්ගලයාගේ දේපළ අයිතියට අනවශ්‍ය හා අසාධාරණ බලපෑම් කිරීමෙන් වැළකීම.
    - පවුල් ජීවිතයේ නිදහසට ගරු කර, ශිෂ්ටත්වය ආරක්ෂා කිරීම
    - අනුන් විසින් තමන් රැවටීමෙන් තොරව අන්‍යෝන්‍යය විශ්වාසයෙන් ජීවත් වීමේ අයිතිය තහවුරු වේ.
    - ඖෂධ හා උත්තේජන ද්‍රව්‍ය මෙන්ම ද්‍රාවණ ආදිය මගින් මනස විකෘති කරගන්නාවුන්ගේ හිරිහැරවලින් මිදී ජීවත් වීමේ අයිතිය ආරක්ෂා වේ.

- **උපෝසත අෂ්ටාංග සීලය**

නිති පන්සිල් රකින ගිහියාට පොහොය අටසිල් රැකීමට මග පෙන්වන්නේ උපෝසථ අෂ්ටාංග සීලය යි.

මෙමගින් ප්‍රාණඝාත, අදත්තාදාන, මුසාවාද, සුරාමේරය යනාදී නොකළ යුත්ත නොකිරීම සේම අබ්‍රහ්මචරියාව හැරපියා බ්‍රහ්මචරියාව රැක්මට ද විකාල භෝජනයෙන් වැළකීමටත් නැටුම්, ගැයුම් කිරීමෙන් හා මල් සුවඳ ආදිය දැරීමෙන්ද විවිධ සැරසිල්ලෙන්ද වැළකීමටත්, උස් අසුන් මත අසුන් නොදැරීමටත් ඉගැන්වේ.

- **ආජීව අෂ්ටමක සීලය**

මෙම සීලය ප්‍රාණඝාත, අදත්තාදාන, කාමමිථ්‍යාචාර, මුසාවාදා, පිසුණුවාචා, ඵරුසාවාචා, සම්පප්ඵලාපා යන දස අකුසලයෙහි එන කය හා වචනය සංවර කරන පිළිවෙත් සතෙන් හා මිච්ඡා ආජීව සැර සම්‍යක් ආජීවයෙන්ද යුක්ත වීමට උගන්වනු ලැබේ.

- **දස සීලය**
    - මෙහිදී නච්ච ගීත වාදිතයෙන් වෙන්වීම හා මල් සුවඳ ආදියෙන් වෙන් වීම ද ශික්ෂාපද දෙකක් ලෙස ගැනේ.
    - දසවැන්න ජාතරූප රජත පටිග්ගහණ නම් වූ රන්, රිදී, මසු, කහවණු ආදී මූල්‍ය සම්පත් භාවිතයෙන් වැළකීමට ද එක්කොට ඇත.

- **සිල්වත් ජීවිතයක් තුළින් දෙලොව දියුණුව සලසා ගත හැකිය.**
  - පුද්ගලයා හා සමාජය ඉතා සාමකාමී, සන්සුන්, සාධාරණ, යුක්තිගරුක, එකිනෙකාට ගරු කරන, වඩ වඩාත් නිවැරදි දේ කරන දැහැමි සමාජයක් බවට පත් වේ.
  - සිල්වත් සමාජය ඉතා සාමකාමී,සංවරශීලී වූවක් බැවින් එකිනෙකා පරයා නැඟී සිටීමට ඔවුනට අවශ්‍ය නැත. ඒ නිසා සොරකම,දූරාචාරය, දූෂණය,වංචාව යහ සමාජය තුළ නැත.
  - මිනිසුන්ට කෙතරම් වටිනා ගේ දොර, ඉඩකඩම්, යාන වාහන, මිල මුදල්, තනතුරු, නම්බුනාම තිබුණත් ඔවුන් ළඟ ගුණ ධර්ම, සීලාචාරකම නැතිනම් ඔවුන් අසතුටෙන් ජීවත් වේ. එබැවින් සීලාචාර සමාජය සතුටින් කල් ගෙවයි.
  - බුදු දහම අවධාරණය කරන්නේ සිල්වත්කම සමඟ ම භෞතික සියල්ල සම්පාදනය කළ යුතු බවයි.

- සීලයෙන් තොර ව ලබන සම්පත්, සැපත, සතුට කිසිඳු වටිනාකමක් නැති බව.

කාලා රස මුසු භෝජන කර පෙම්
ගාලා සුවඳැති සඳුනුත් මනරම්
ලාලා අබරණ නිසි ලෙස සැරසුම්
පාලා ගිය වැනි බහු රූ කෝලම්

(ලෝවැඩ සඟරාව - වීදාගම මෛත්‍රීය මහා ස්වාමීන්ද්‍රයන් වහන්සේ)

රසවත් ආහාර පාන ගෙන, සුවඳ විලවුන් තවරාගෙන, ආභරණ ආදියෙන් සැරසී ඉතා සැපසේ ගත කරන ජීවිතයට සිල්වත්කම නොමැති නම් එම ජීවිතය බහු රූ කෝළමක් පෙන්වා ගියාක් මෙනි.

පුහුණුවට

- සුජීවං අහිරිකේන
  කාක සූරේන ධංසිනා
  පක්ඛන්දිනා පගබ්භේන
  සංකිලිට්ඨේන ජීවිතං

(ධම්මපදය, මල වග්ගය)

කවුඩෙකු මෙන් ගසා කෑමෙහි ශූර වූ, එබඳු හැකියාවන් ඇති (පවෙහි) ලජ්ජා නැති, අනුන්ගේ ගුණ මකන, ගෙන් ගෙට දුවන කිලිටි දිවි පැවතුම් ඇති තැනැත්තාට ජීවත් වීම ඉතා ලෙහෙසි ය.

08 පාඩම

දියුණුවේ හා පිරිහීමේ දොරටු

- පුද්ගලයාගේ දෙලොව දියුණුවට හේතුවන කරුණු ඇතුළත් සූත්‍ර දේශනා,
  - ව්‍යග්ඝපජ්ජ සූත්‍රය
  - මහා මංගල සූත්‍රය
  - පරාභව සූත්‍රය

- **<u>ව්‍යග්ඝපජ්ජ සූත්‍රය</u>**

  සදහම් චාරිකාවේ යෙදුනු බුදුරදුන් 'කක්කරපත්ත' නම් කෝලිය ගමට වැඩම කළ එක් දිනක දී දීඝජාණු නම් කෝලිය පුත්‍රයා මුණගැසුණි. එහි දී දීඝජාණු කෝලිය පුත්‍රයා බුදුරදුන්ට මෙසේ කියා සිටියේ ය.

  "ස්වාමීනි, ගිහියන් වශයෙන් අපි පස්කම් සුව විඳිමින්, සුවඳ විලවුන් පරිහරණය කරමින්, අඹු දරුවන් පෝෂණය කරමින් රන් රිදී මසු කහවනු පරිහරණය කරමින් ජීවත් වන්නෙමු. අපගේ මෙලොව හා පරලොව යහපත පිණිස සුදුසු දහමක් දේශනා කරන සේක්වා" යනුවෙනි.

- ව්‍යග්ඝපජ්ජ සූත්‍රයේ සඳහන් මෙලොව හිත සුව පිණිස හේතුවන කරුණු 04කි.
  1. උට්ඨාන සම්පදා
  2. ආරක්ඛ සම්පදා
  3. කල්‍යාණ මිත්තතා
  4. සමජීවිකතා

බුදුරදුන් දීඝජාණු කෝලිය පුත්‍රයා හට පුද්ගලයාට මෙලොව යහපතට හේතුවන කරුණ 4ක් හා පරලොව යහපත සලසා ගත හැකි කරුණු 4ක් ද වශයෙන් ව්‍යග්ඝපජ්ජ සූත්‍රය දේශනා කරණු ලැබීම. පරලොව යහපත සලසා ගත යුතු කරුණු හතර. සද්ධා, සීල, චාග, ප්‍රඥා

1. උට්ඨාන සම්පදා

"ඉධ, ව්‍යග්ඝපජ්ජ, කුලපුත්තස්ස බෝගා හොන්ති උට්ඨාන වීරියාධිගතා, බාහාබල පරිචිතා, සේදා වක්කිත්තා, ධම්මිකා, ධම්ම ලද්ධා"

තමන් කරන කවර හෝ රැකියාව උත්සාහයෙන්, දැතේ මහන්සියෙන් දහදිය හෙළා, ධාර්මිකව, ධාර්මික ක්‍රියා අනුගමනයෙන් කිරීමෙන් කළ යුතු බව මෙයින් අවධාරණය කරයි.

- ව්‍යග්ඝපජ්ජ සූත්‍රයෙහි සඳහන් ධාර්මික රැකියා අංග 06
  1. කෘෂි කර්මාන්තය
  2. වෙළෙඳාම
  3. ගවයන් රැකබලා ගැනීම
  4. දුනු ශිල්පය හෙවත් ආරක්ෂක සේවාව
  5. රාජ්‍ය සේවය
  6. වෙනත් ශිල්ප කර්මාන්ත

2. ආරක්ඛ සම්පදා

ධාර්මිකව උපයා ගත් ලෞකික ධනය විනාශ වී යාමට ඉඩ නොදී මැනවින් ආරක්ෂා කර ගැනීම යි.

1. රජයට අයත් වීම.
2. සොරුන් විසින් පැහැර ගනු ලැබීම.
3. ගින්නෙන් හෝ ජලයෙන් විනාශයට පත් වීම.
4. තමා ප්‍රිය නොකරන අයට අයත් විම.

3. කල්‍යාණ මිත්තතා

- යහපත් මිතුරන් ඇසුරු කිරීම යි.
- මෙහිදී වඩා සැලකිලිමත් විය යුත්තේ මිතුරාගේ ගතිගුණ කෙරෙහි යත
- කල්‍යාණ මිතුරන් ඇසුරු කිරීම තුළින් අපේක්ෂා කරගත යුතු ප්‍රමුඛතම කරුණ ඔවුන් සතු සද්ධා, සීල, ත්‍යාග, ප්‍රඥා යන ගුණ ධර්ම තම ජීවිතයට ළංකර ගැනීම යි.

4. සමජීවිකතා

තමාගේ ආදායම හා වියදම හොඳින් දැන ආදායමට වඩා වියදම වැඩි නොකොට නොහොත් අය - වැය මනාව තුලනය කර ගැනීම සමජීවිකතාව යි.

1. ආහාරපාන, ඇඳුම් පැළඳුම් සඳහා.
2. ව්‍යාපාර දියුණුව සඳහා.
3. කරදරයක දී , විපතකදී භාවිතයට තැන්පත් කිරීමට.

➢ <u>**මහා මංගල සූත්‍රය**</u>

'මංගල කාරණ මොනවා දැ' යි නොදැන ඇති වූ ගැටලුව දෙවියන් විසින් බුදුරදුන් වෙත ඉදිරිපත් කළ අතර, බුදුරදුන් දෙවියන් උදෙසා මහා මංගල සූත්‍රය දේශනා කරනු ලැබීය. මෙහි මංගල කරුණු 38ක් දක්වා ඇති අතර, ඉන් වැඩි ප්‍රමාණයකින් මෙලොව යහපත පිළිබඳ ව අවධානය යොමු කර ඇත.

<u>**මහා මංගල සූත්‍රයේ සඳහන් පුද්ගලයාගේ දියුණුවට අදාළ කරුණු 38**</u>

1. අනුවණයින් ඇසුරු නොකිරීම
2. නුවණැත්තන් ඇසුරු කිරීම
3. පිදිය යුත්තන් පිදීම
4. සුදුසු ප්‍රදේශයක වාසය කිරීම
5. පෙර කරන ලද පිං ඇති බව
6. සීලාදී ගුණ ධර්මයන්හි පිහිටීම
7. බොහෝ ඇසූ පිරූ තැන් ඇති බව
8. ශිල්ප ශාස්ත්‍රයෙහි ප්‍රගුණ බව
9. විනය ගරුක බව
10. ප්‍රිය මනාප වචන කතා කිරීම
11. මවුපියන්ට උපස්ථාන කිරීම
12. දරුවන්ට සංග්‍රහ කිරීම
13. භාර්යාවට සංග්‍රහ කිරීම
14. නිවැරදි කාය කර්මයන්හි යෙදීම
15. දන් දීම
16. ධර්මානුකූලව හැසිරීම
17. ඥාතීන්ට සංග්‍රහ කිරීම
18. නිවැරදි ජීවන වෘත්තීන්හි යෙදීම
19. පාපයෙහි නොඇලීම
20. මදයට හා ප්‍රමාදයට හේතුවන මත්ද්‍රව්‍ය පානය නොකිරීම
21. කුසල කර්මයන්හි අප්‍රමාද වීම
22. තෙරුවන්, මවුපියන් හා වැඩිහිටියන් කෙරෙහි ගෞරව කිරීම

23. යටහත් පැවතුම් ඇතිව සිටීම
24. ලද දෙයින් සතුටු වීම
25. කළ ගුණ දන්නා බව
26. සුදුසු කාලයේ ධර්ම ශ්‍රවණය කිරීම
27. ඉවසීම
28. උත්තමයන්ගේ අවවාද පිළිගැනීම
29. ශ්‍රමණයන් වහන්සේලා දැකීම
30. සුදුසු කල්හි ධර්ම සාකච්ඡා පැවැත්වීම
31. තපස
32. බ්‍රහ්ම චරියාව
33. ආර්ය සත්‍යය දැකීම
34. නිවන පසක් කිරීම
35. ලෝක ධර්මයන්ගෙන් ගැටෙන විට කම්පා නොවීම
36. ශෝක රහිත බව
37. කෙලෙස් නැති බව
38. නිර්භය වීම

➢ <u>**පරාභව සූත්‍රය**</u>

'පුද්ගලයාගේ පිරිහීමට හෙතුවන කරුණු මොනවාදැ'යි දෙවියන් විසින් බුදුරදුන්ගෙන් විමසූ අවස්ථාවේ බුදුරදුන් පිරිහීමට හේතුවන කරුණු ඇතුළත් මෙම පරාභව සූත්‍රය දේශනාකර වදාළේය. 'පරාභව' යන්නෙන් 'පිරිහීම' යන අදහස ලබාදෙයි.

<u>**පරාභව සූත්‍රයේ සඳහන් පුද්ගලයාගේ පිරිහීමට හේතුවන කරුණු,**</u>

- ධර්මයට අකමැති වීම.
- අසත්පුරුෂයන් ප්‍රිය වීම, සත්පුරුෂයන් ප්‍රිය නොකිරීම, අසත්පුරුෂ ධර්මයට ප්‍රිය කිරීම.
- නිතරම නිදන සුලු බව, කතාවෙන්ම දවස ගෙවීම, උත්සාහයෙන් තොර වීම, අලසකම, ක්‍රෝධ කරන බව.
- මහලු වියට පත් මවුපියන්ට හැකියාව තිබියදීත් නොසැලකීම.
- බමුණන්, පැවිද්දන් හෝ වෙනත් තවුසන් බොරුවෙන් රැවටීම.
- බොහෝ ධනය. ආහාර පාන තිබියදීත් ඒවා හුදෙකලාව භුක්ති විඳිම.
- ජාතිය, ධනය, ගෝත්‍රය පිළිබඳ මානයෙන් උදම් වී ස්වකීය ඥාතීන් පහත් කොට සිතීම.
- ස්ත්‍රීන් කෙරෙහි, සුරාව කෙරෙහි, දූ කෙළියෙහි ලොල්ව ලත් ධනය විනාශ කිරීම.
- ස්වකීය භාර්යාවගෙන් තෘප්තිමත් නොවී වෛශාවන් හා පරඅඹුවන් කරා යාම.
- ඉක්ම ගිය යොවුන් බව ඇති මිනිසෙකු ළාබාල තරුණියක සරණපාවාගෙන ඇය කෙරෙහි ඊර්ෂ්‍යාවන් නොනිදා ඇය රැක ගැනීමට වෙහෙසීම.
- රසයෙහි ගිජු වූ නාස්තිකාර ස්ත්‍රියක හෝ පුරුෂයෙකු ආධිපත්‍යයෙහි තැබීම.
- ක්ෂත්‍රිය කුලයෙහි ඉපදුණු ධනයෙන් හීන මහත් වූ වස්තු තෘෂ්ණාවෙන් යුක්ත අයෙකු රජකම පැතීම.

- වාග්ඝපජ්ජ, මහා මංගල, පරාභව යන සූත්‍රයන්හී කරුණු සංක්ෂිප්තව විමසා බැලීමේ දී පුද්ගලයෙකු තම මෙලොව ජීවිතය සාර්ථකව ගත කිරීමේ අවධානය යොමු කල යුතු කරුණු,
  - අලස බවින් තොර ව උත්සාහවත් වීම.
  - නරක මිතුරන්ගෙන් තොර ව හොඳ මිතුරන් ඇසුරු කිරීම.
  - නිවැරදි වූ කර්මාන්තවල නියැළෙමින් ධනය උපයා ගැනීම.
  - අරපිරිමැස්මෙන් ධනය පරිහරණය කිරීම.
  - මව්පියන්ට සැලකීම, සමාජ යුතුකම් කිරීම.
  - ආගම දහමට යොමු වී ක්‍රියා කිරීම.

09 පාඩම
බුදුදහමින් හෙළිවන සිතීමේ හා විමසීමේ නිදහස

- ලොව පහළ වූ ආගම් අතර සිතීමේ හා විමසීමේ නිදහස ලබා දී ඇති ප්‍රධානතම ආගමක් ලෙස බුදුදහම දැක්විය හැකිය.
- ධර්ම රත්නයේ ගුණ හයෙන් එකක් වන "ඒහිපස්සිකෝ" යන ගුණයෙන් ද හෙළිවන්නේ පැමිණ විමසා බලා අවබෝධ කරගත යුතු දහමක් බව යි.
- කේසපුත්ත නියම් ගමට බුදුරදුන් වැඩම කළ අවස්ථාවේ එහි වාසය කරන කාලාමයන් බුදුරදුන් හමුවේ ප්‍රකාශ කර සිටියේ "අප නියම් ගමට වැඩම කරන සෑම ශ්‍රමණයන් වහන්සේ නමක් ම තම තමන්ගේ දේශනාව ම සත්‍ය බව ප්‍රකාශ කරමින් එම දහම පිළිගන්නා ලෙස ආයාචනා කරයි. ඇතැම් ශ්‍රමණයන් වහන්සේලා අන්‍ය දේශනාවන් හෙළා දකිමින්, ගරහමින් තමාගේ මතය ම තහවුරු කිරීමට උත්සුක වෙයි. එබැවින් කිනම් ශ්‍රමණයන් වහනසේගේ දහමක් පිළිගත යුතු ද, කවරෙකුගේ දහමක් සත්‍ය වන්නේ?" යනුවෙනි.
- මෙහි දී බුදුරදුන්, "කාලාම වැසියනි, ඔබලාට මතු වී ඇත්තේ ඉතා සාධාරණ වූ සැකයක්, විමතියක් ය. විමසිය යුතු ම කරුණක්ම යි ඔබලා මේ විමසා සිටින්නේ. යම් කිසි ධර්මයක් පිළිගන්නා විට පිළිපැදිය යුතු කාරණා මා පෙන්වා දෙන්නම්" යනුවෙනි.
- බුදුදහමෙහි සිතීමේ හා විමසීමේ නිදහස ප්‍රකට වන කාලාම සූත්‍රය.
  - මෙම සූත්‍රයෙහි යම් කරුණක් නොපිළිගත යුත්තේ කවර කරුණු අනුව ද පිළිගත යුත්තේ කවර කරුණු අනුව ද යන්න පෙන්වා දෙයි.
  - ඒ අනුව එකහෙළා නොපිළිගත යුතු කරුණු 10ක් පෙන්වා දී තිබේ.
  - එසේම යමක් පිළිගැනීමේදී කරුණු 4ක් යටතේ නිදහස් ව සිතා විමසා ක්‍රියා කළ යුතු බවද පෙන්වා දෙනු ලැබේ.

<u>කාලාම සූත්‍රය අනුව එකහෙළා නොපිළිගත යුතු යැයි පෙන්වා දී ඇති කරුණු 10</u>

1. ආරංචි මාත්‍රයෙන් යම් ධර්මයක්
2. පරම්පරාවෙන් පැවත එන නිසා යම් ධර්මයක්
3. මෙය මෙසේ වී යැයි කටකතා මගින් යම් ධර්මයක්
4. අපගේ ඉගැන්වීම සමග ගැළපේ යැයි කියා යම් ධර්මයක්
5. මෙය තර්කානුකූල යැයි කියා හෝ යම් ධර්මයක්
6. න්‍යායානුකූල යැයි කියා යම් ධර්මයක්
7. මතුපිට ස්වරූපය අනුව යම් ධර්මයක්

8. තම දෘෂ්ටිය අනුව සැසඳෙන්නේ යැයි කියා යම් ධර්මයක්
9. සුදුසු බව පෙනේ යැයි කියා යම් ධර්මයක්
10. මේ ශ්‍රමණයා අපගේ ගුරුවරයා යැයි කියා යම් ධර්මයක්

➢ යම් ධර්මයක් පිළිගැනීමේදී නිදහස්ව සිතා විමසා ක්‍රියා කළ යුතු බවට කාලාම සූත්‍රයෙහි සඳහන් නිර්ණායක 04.

1. කුසල් ද අකුසල් ද?
2. නිරවද්‍ය ද සාවද්‍ය ද?
3. නුවණැත්තවුන් විසින් ගරහන ලද්දේ ද? පසසන ලද්දේ ද?
4. පිරිපුන් කොට සමාදන් කොට ගත් තැනැත්තාගේ අහිත පිණිස, දුක් පිණිස වේද? හිතසුව පිණිස වේද?

➢ යම් ධර්මයක් පිළිගැනීම හෝ ප්‍රතික්ෂේප කළ යුතු අයුරු කාලාම සූත්‍රයෙහි ම දැක්වෙන නිදසුනකින් තවදුරටත් පැහැදිලි කර ගනිමු.

- ලෝභය
- ද්වේෂය
- මෝහය

  මෙම අකුසල මූල හෙවත් නරක ක්‍රියා වලට මුල්වන සිතිවිලි පුද්ගලයාට අහිතකර වේ.

ලෝභය, ද්වේෂය, මෝහය මුල්කරගෙන කරන ක්‍රියා තමාටත්, අනුන්ටත් අහිතකර, අවැඩදායක වේ. එබඳු ක්‍රියාවන් නුවණැත්තන්ගේ ද ගර්හාවට ලක් වේ. එබැවින් එබඳු ක්‍රියාවන්ගෙන් වැළකිය යුතු වේ.

<u>හැම විටම බුද්ධමත්ව විමසා බලා නිවැරදි වූ ධර්ම මාර්ගය තෝරා ගැනීමට පුද්ගලයා වෙහෙසිය යුතුය.</u>

- අකුසලයන්ගෙන් ඈත් වීමට
- කුසලයට ළං වීමට,
- අකුසලය නරක විපාක දෙන බවත්,
- කුසලය හොඳ විපාක දෙන බවත්,
- නිවැරදි වූ කුසල ක්‍රියා නුවණැත්තන්ගේ ද ප්‍රශංසාවට ලක්වන බවත්,
- වැරදි වූ අකුසල ක්‍රියා නුවණැත්තන්ගේ ගර්හාවට, පිළිකුලට හේතුවන බවත්, මැනවින් වටහා ගෙන කුසලයක් ම, නිවැරදි දෙයක් ම නුවණැතියන්ගේ ද ගෞරවයට, ප්‍රශංසාවට ලක්වන ක්‍රියාවක් ම කිරීමට සිතට ගත යුතු බවත් බුදුරදුන් කාලාම සූත්‍රය තුළ පෙන්වා දී ඇත.

<u>පාසල් සිසුන් වන ඔබට සිතීමේ හා විමසීමේ ඇති වැදගත්කම</u>

✓ අනුකරණය තුළින් විවිධ දේ ග්‍රහණය කරගනිමින් වැරදි ක්‍රියාවන් නිවැරදි ක්‍රියාවන් ලෙස ගෙන කටයුතු නොකිරීමට.
✓ බුද්ධිමත් ව සිතා, විමසා බලා වැරදි නිවැරදි ක්‍රියා හඳුනා ගැනීමට.
✓ වැරදි ක්‍රියාවන්ගෙන් ඈත් ව නිවැරදි ක්‍රියාවන් කිරීමට.
✓ සිතා, විමසා නිවැරදි දේ ඵලදායක දේ හඳුනා ගැනීමට.

උදා:-විවිධ තාක්ෂණික මෙවලම් භාවිතයේ දී.

chamindavijeekumara@gmail.com

කාලාම සූත්‍රය තුළින් මතුකර දී ඇති නිදහස් චින්තන ක්‍රමය ආගමික නිදහස, ස්වාධීනත්වය මෙන් ම සමාජීය, ආර්ථික ආදී සෑම ක්ෂේත්‍රයක ම නිදහස හා ස්වාධීනත්වය ගොඩනංවන ඉතා උසස් පිළිවෙතකි.

<u>පුහුණුවට</u>

"වීමංසකේන භික්ඛවේ භික්ඛුනා පරස්ස චේතෝ පරියායං අජානන්තේන, තථාගතේ සමන්නේසනා කාතබ්බා, සම්මා සම්බුද්ධෝ වා නෝ වා ඉති විඤ්ඤාණාය"

(වීමංසක සූත්‍රය - මජ්ජිම නිකාය)

"මහණෙනි, අන්‍ය සිත් නොදන්නා විමසන සුළු භික්ෂුව විසින් සම්මා සම්බුද්ධ වේ ද, නොවේ දැ'යි තථාගතයන් වහන්සේ වුව ද විමසා බැලිය යුතු වෙයි"

10 පාඩම
බෞද්ධ අනන්‍යතාව සුරකිමින් සහජීවනයෙන් ක්‍රියා කරමු

- ප්‍රාග් මහින්ද යුගයේ මෙරට පැවති ඇදහිලි හා ආගමික විශ්වාස
    - වෘක්ෂ දේවතා වන්දනය
    - ගිනි දෙවියන් පිදීම
    - මළවුන් ඇදහීම
    - ගල්පර්වත වලට වන්දනාමාන කිරීම
    - යක්ෂ වන්දනාව
- මහින්දාගමයෙන් පසු මෙරට ජනතාව නැඹුරු වූ ආමිස හා ප්‍රතිපත්ති පූජා
    - දේව වන්දනය වෙනුවට - දෙවියන්ට පින් දීම
    - ගිනි දෙවියන් පිදීම වෙනුවට - බුදුරදුන් පිදීම
    - වෘක්ෂ වන්දනය වෙනුවට - බෝධි වන්දනය
    - මළවුන් පිදීම වෙනුවට - මළවුන්ට පිං දීම
    - පර්වත වන්දනය වෙනුවට - චෛත්‍ය වන්දනය

දිගු කලක් නිරර්ථක ආගමික මතිමතාන්තර ඔස්සේ ගොඩනැගුණු අවිචාරවත් සංස්කෘතික පදනම ක්‍රමයෙන් දෙදරා ගොස් නවමු හා අර්ථවත් සංකෘතියක් ක්‍රමයෙන් බිහි විය.

- බෞද්ධ සංස්කෘතියෙන් පෝෂණය ලැබූ ශ්‍රී ලාංකික සමාජය තුළ සිදුවූ කැපී පෙනෙන වෙනස්කම්.
    - "ගමයි, පන්සලයි, වැවයි, දාගැබයි, නිල්වන් කෙත්යායයි" යනා දී නව සංකල්පනාවන් ඔස්සේ ලක්දිව බෞද්ධ ආගමික සංස්කෘතික පිබිදීම ඇති විය.
    - සිංහලකම, බෞද්ධකම දෙකක් නොව එකක් ලෙස ස්ථාපිත වෙමින් ගොඩනැගුණු නව සංස්කෘතිය තුළ සෙසු සියලු ආගමික මතිමතාන්තර ඔස්සේ ගොඩ නැගුණු විවිධ ඇදහිලි විශ්වාස මත පදනම් ව ක්‍රියා කළ සියලු දෙනා එක ම සංස්කෘතික රාමුවක් තුළ ගොඩනැගෙන්නට විය.

<u>බෞද්ධ සංස්කෘතියෙන් පෝෂණය ලැබූ ශ්‍රී ලාංකික සමාජය තුළ සිදුවූ කැපී පෙනෙන වෙනස්කම්</u>

- බුදු දහම ලැබීමත් සමඟ ගොඩනැගුණු නව සංස්කෘතිය තුළ,
  - දේශපාලනික
  - ආර්ථික
  - සාමාජික
  - අධ්‍යාපනික

ආදී සෑම ක්ෂේත්‍රයක ම පිබිදීමක් ඇති විය.

<u>බෞද්ධ සංස්කෘතියෙන් පෝෂණය ලැබූ ශ්‍රී ලාංකික සමාජය තුළ සිදුවූ කැපී පෙනෙන වෙනස්කම්</u>

- රාජ්‍ය අනුග්‍රහය ඇති ව බෞද්ධ වෙහෙර විහාර ඉදි විය.
- බෞද්ධ ආචාර ධර්ම ඔස්සේ රජු ක්‍රියාත්මක විය.
- රජ්‍ය අනුග්‍රහය ඇති ව වැව් අමුණු ඉදි වූ අතර ඒ හරහා කෘෂිකර්මාන්තය දියුණු විය එමගින් රටේ ආර්ථිකය ශක්තිමත් විය.
- ලංකාවේ රාජ්‍ය ආගම බුද්ධාගම වීමත්, රජු බෞද්ධයකු වීමත් විය යුතුය යන සම්මතය ඇතිවීම.

- සාමාජික වශයෙන්
  - මව්පිය දූ දරු සම්බන්ධය
  - ගුරු සිසු සම්බන්ධය
  - ස්වාමි භාර්යා සම්බන්ධය
  - සේව්‍ය සේවක සම්බන්ධය
  - ගිහි පැවැදි සම්බන්ධය

  තුළින් සමාජීය අන්‍යෝන්‍ය බැඳීමක් ගොඩනැගෙන්නට විය.

  - සත්ත්ව හිංසාව ඉවත්ව අවිහංසාව සමාජය තුළ ස්ථාපිත විය
  - සොරකම, වංචාව, දූෂණය ඉවත් වී පරිත්‍යාගය, බෙදාහදා ගැනීමේ හුරුව සමාජය තුළ තහවුරු විය.

- සිඟාලෝවාද සූත්‍රය හෙවත් ගිහි විනය වශයෙන් බුදු දහමේ ඉගැන්වෙන සූත්‍ර දේශනා නිවැරදි අවබෝධයත් සමගම ලක්වැසියාට සතර සංග්‍රහ වස්තු වැනි ආචාර ධර්ම පද්ධති ලැබුණි.
  - සතර සංග්‍රහ වස්තු
    - දානය
    - ප්‍රිය වචනය
    - අර්ථචර්යාව
    - සමානාත්මතාව

- මෙමඟින් තව තවත් අන්‍යෝන්‍ය වශයෙන් බැඳීම , ලෙන්ගතුකම ගොඩ නැගුණි.

- ජාති, කුල, ආගම්, ගෝත්‍ර ආදී සියලු භේද භින්නතා ඉවත් ව සමානාත්මතා ගුණය ක්‍රමයෙන් වර්ධනය විය.

- සිව් බඹ විහරණ
    - මෛත්තා
    - කරුණා
    - මුදිතා
    - උපේක්ෂා

- ➢ එකිනෙකා අතර මිත්‍රත්වය, එකිනෙකා කෙරෙහි කාරුණික ව ක්‍රියා කිරීමේ පුරුදු ගොඩනැගුණි.
- ➢ අන්‍යයන්ගේ දියුණුවට උදව් කිරීමට ඔවුන්ගේ දියුණුවේ දී සතුටු වීමට හුරු විය.
- ➢ මුහුණ දීමට සිදුවන සැප, දුක් ආදී සියල්ලක්ම දරා ගැනීමට හුරු විය.
- ➢ පුද්ගලයා භෞතික දියුනුව මෙන් ම ආධයාත්මික දියුණුව ගැන ද සිත්නනට පුරුදු විය.
- ➢ ආගමික සිතුම් පැතුම් ඔස්සේ ම සෑම කාර්යයක් ම ඉටුකර ගැනීමට බොහෝ දෙනෙක් කල්පනා කිරීමේ ප්‍රතිඵලයක් ලෙස සමාජය තුළ යහපත් ප්‍රතිපල රාශියක් ඇති විය.
    - අන්‍යෝන්‍ය ගැටුම් ඇති නොවීම.
    - සමඟිය, එක්සත් බව ගොඩනැංවීම.
    - සුහදතාව වර්ධනය වීම.
    - ජාති, කුල, ආගම්, භේද දුරු වීම.
    - පංචසීල ප්‍රතිපදාවට අනුගත වීමෙන් සිල්වත්, ගුණවත් මෙන් ම ආදර්ශමත් මිනිසුන්ගෙන් සමාජය සැකසෙන්නට විය.

- ➢ බෞද්ධ ආගමික වශයෙන් විශේෂ වැදගත්කමකින් යුක්ත වූ අවස්ථාවල දී ආගමික භේදයකින් තොරව සැවොම එක් ව ක්‍රියා කිරීම.
    - වෙසක්
    - පොසොන්
    - ඇසළ
        - තොරණ ඉදිකිරීම
        - දන්සල් පැවැත්වීම
        - බෞද්ධ පෙරහැර පැවැත්වීම
        - ගිලානෝපස්ථානය
        - අසරණයින්ට පිහිට වීම

<u>මිනිසුන් අතර සාමය, සමානාත්මතාව, සහජීවනය තහවුරු කෙරෙන බෞද්ධ ඉගැන්වීම්</u>

- ✓ වාසෙට්ඨ සූත්‍රයේ දී වෙනත් සත්ත්ව වර්ග අතර ජීව විද්‍යාත්මක වෙනස්කම් දැක්වීමට බොහෝ සාධක ඇතත් මිනිසා පිළිබඳව එබඳු වෙනස්කම් දැක්විය නොහැකි බව පෙන්වා දීම.
- ✓ සිඟාලෝවාද සූත්‍රයේ දී ඉගැන්වෙන සතර සංග්‍රහ වස්තු තුළින් සියලු සත්ත්වයින් පිළිබඳව සමානාත්මතාවෙන් ක්‍රියා කළ යුතු ආකාරය පෙන්වා දීම.
- ✓ සමාජයේ එක් කොටසකට පමණක් නොව සියලු දෙනා කෙරෙහිම සතර බ්‍රහ්ම විහරණය පැතිරවිය යුතු බව පෙන්වා දීම තුළින් සහජීවන ප්‍රතිපත්තියේ අගය තහවුරු කිරීම.
- ✓ බෞද්ධ පංචසීල ප්‍රතිපත්තිය තුළින්ද අන්‍ය ජීවිතවල අගය පෙන්වා දීමෙන් සමාජ සහජීවනය හා සමානාත්මතාව තහවුරු කිරීම.

<u>ආගමික සහජීවනය ගොඩනැගෙන උසස් ක්‍රියාකාරකම්</u>

- වෙසක් පොහොයට අන්‍ය ආගමිකයෝ වෙසක් පහන් කූඩු තැනීම.
- තොරණ ඉදිකිරීමට අන්‍යාගමිකයින් සහාය වීම.
- අන්‍යාගමිකයන්ගේ ද ආධාර උපකාරයෙන් දන්සැල් දීම.
- බෞද්ධයන්ද අන්‍යාගමිකයන්ගේ උත්සව වලට සහභාගී වීම.
- තම පන්සලේ ධර්ම ශාලාව අන්‍යාගමිකයන්ගේ සමාජ සේවා රැස්වීම් ආදිය සඳහා ලබා දීම.
- එක් ආගමික කණ්ඩායමක කටයුතුවලට තවත් ආගමික කණ්ඩායමක කොටස් විසින් බාධා නොකිරීම.

11 පාඩම

පුද්ගල විසමතා සහ කර්මය

- කර්මය යනු....

"චේතනාහං භික්ඛවේ කම්මං වදාමි, චේතයිත්වා කම්මං කරෝති කායේන වාචාය මනසා"

('මහණෙනි, මම චේතනාව ම කර්මය යැයි කියමි. සිතින් සිතා, කයින් වචනයෙන් සිතින් කර්ම සිදුකරයි')

- බුදු දහම අනුව මිනිසුන්ගේ සචේතනික ක්‍රියාවන් ක්‍රියාත්මක වන (කර්ම රැස්වන) දොරටු තුනකි.

1. සිත - චේතනා
2. කය - දැත්, දෙපා ආදී කායික අඟ පසඟ
3. වචනය - කතාබහ

යම් ක්රියාවක් කර්මයක් බවට පත් වන්නේ චේතනාව මුල් කරගෙන තිදොරින් කරනු ලබන ක්‍රියා තුළිනි.

- සචේතනික ක්‍රියාවන් සිදු කෙරෙන ආකාරය අනුව කර්මය තුන් ආකාර වේ.

1. කාය කම්ම (කයින් සිදුවන සචේතනික ක්‍රියා)
2. වචී කම්ම (වචනයෙන් සිදුවන සචේතනික ක්‍රියා)
3. මනෝ කම්ම (මනසින් සිදුවන සචේතනික ක්‍රියා)

- තිදොරින් කරන කර්මයේ ප්‍රධාන කොටස් දෙකකි.

1. අකුසල කර්ම
2. කුසල කර්ම

1. අකුසල කර්ම

- සසර දුක් උපදවන, නරක අවැඩ දායක සචේතනික ක්‍රියා අකුසල කර්ම වේ.
- එම සචේතනික ක්‍රියා දස වැදැරුම් වන අතර ඒවා දස අකුසල කර්ම නමින් හැඳින්වේ.

දස අකුසල කර්ම තිදොරට අනුව සිදු වන අයුරු

- **කාය කම්ම**
    - ප්‍රාණඝාතය
    - අදත්තානය
    - කාමමිත්‍යාචාරය
- **වචී කම්ම**
    - මුසාවාදය
    - පිසුනා වාචා
    - පරුසා වාචා
    - සම්ප්‍රපලාප
- **මනෝ කම්ම**
    - අභිධ්‍යාව
    - ව්‍යාපාදය
    - මිතයාදෘෂ්ටිය

- කුසල මූල :- අලෝභය
අද්වේශය
අමෝහය
- අකුසල මූල :- ලෝභය
ද්වේශය
මෝහය

චුල්ලකම්මවිභංග සූත්‍රයට අනුව කර්ම විග්‍රහය

බුදුරජාණන් වහන්සේ ජේතවනාරායෙහි වැඩවසන විට උන් වහන්සේ හමුවට එන තෝදෙය්‍ය පුත්‍ර සුභ නම් තරුණයා මෙලොව දක්නට ඇති පුද්ගල විසමතා 14ක් පිළිබඳව කරුණු දක්වා එසේ වීමට හේතුව කුමක් දැයි විමසීය.

තෝදෙය්‍ය පුත්‍ර සුභ නම් තරුණයා බුදුරදුන්ගෙන් විමසූ පුද්ගල විසමතා 14කි.

1. අඩු ආයුෂ ඇති අය (අප්පායුකා)
2. දීර්ඝායුෂ ඇති අය (දීඝායුකා)
3. බොහෝ ආබාධ ඇති අය (බහු ආබාධා)
4. අල්ප ආබාධ ඇති අය (අප්පාබාදා)
5. අවලස්සන අය (දුබ්බණ්ණා)
6. ලස්සන අය (වණ්නවන්තා)
7. යසස් නැති අය (අප්පේසක්ඛා)
8. යසස් ඇති අය (මහේසක්ඛා)
9. අල්පභෝග ඇති අය (අප්ප භෝගා)
10. මහත් වූ භෝග ඇති අය (මහා භෝගා)
11. පහත් යැයි සම්මත අය (නීච කුලීනා)
12. උසස් යැයි සම්මත අය (උච්චා කුලීනා)
13. නුවණින් අඩු අය (දුප්පඤ්ඤා)
14. නුවණින් යුත් අය (පඤ්ඤාවන්තා)

<u>බුදුරදුන් පුද්ගල විසමතාවට කර්මය හේතුවන බව මෙසේ දේශනා කළ සේක.</u>

"මානවකය, සත්ත්වයෝ කර්මය ස්වකීය කොට ඇත්තාහ. කර්මය දායාද කොට ඇත්තාහ. කර්මය කරණ කොට ඇත්තාහ. කර්මය නෑදෑකොට ඇත්තාහ. කර්මය පිළිසරණ කොට ඇත්තාහ. කර්මය නිසා මේ පුද්ගලයන්ගේ හීන බව හා උසස් බව ඇති වේ."

(චූල්ලකම්මවිභංග සූත්‍රය)

<u>පුද්ගලයා විසින් සිදු කරන කර්ම සහ එවායෙහි විපාක</u>

	අප විසින් සිදුකරනු ලබන ක්‍රියාව	ඒ අනුව ලැබෙන ප්‍රතිඵලය
01	ප්‍රාණඝාතය කරන්නා	අඩු වයසින් මිය යයි
02	ප්‍රාණඝාතය නොකරන්නා	දීර්ඝායුෂ විඳී
03	සත්ත්ව හිංසාව සිදුකරන්නා	බොහෝ ආබාධ සහිතව උපදී
04	සත්ත්ව හිංසාව සිදු නොකරන්නා	ආබාධ රහිතව උපදී
05	ද්වේෂයෙන් කටයුතු කරන්නා	දුර්වර්ණව උපදී
06	ද්වේෂයෙන් තොරව කටයුතු කරන්නා	වර්ණවත්ව උපදී
07	අන් සැපතට ඊර්ෂ්‍යා කරන්නා	අල්පේශාක්‍ය ව උපදී
08	අන් සැපතට ඊර්ෂ්‍යා නොකරන්නා	මහේශාක්‍ය ව උපදී
09	තමා සතු කිසිවක් අන අයට නොදී භුක්ති විඳින්නා	අල්පභෝගී ව උපදී
10	තමා සතු කිසිවක් අන අයට දෙන තැනැත්තා	මහාභෝගී ව උපදී
11	ගරු කළ යුත්තන්ට ගරු නොකරන, පිදිය යුත්තන් නොපුදන අධික මානයෙන් යුත් තැනැත්තා	පහත් යැයි සම්මත කුලවල උපදී
12	ගරු කළ යුත්තන්ට ගරු කරන, පිදිය යුත්තන් පුදන අධික මානයෙන් තොර වූ තැනැත්තා	උසස් යැයි සම්මත කුලවල උපදී
13	කුසල් මොනවා ද, අකුසල් මොනවා ද, සත්‍ය. අසත්‍ය කුමක් දැ යි (ධර්මය) පිළිබඳව විමසුමක් නොකරන්නා	ප්‍රඥාව අඩු ව උපදී
14	කුසල් මොනවා ද, අකුසල් මොනවා ද, සත්‍ය. අසත්‍ය කුමක් දැ යි (ධර්මය) පිළිබඳව විමසීම් කරන්නා	ප්‍රඥාවන්ත වී උපදී

12 පාඩම
සසර දුකත්, දුකින් මිදීමත් උගන්වන බෞද්ධ හේතුඵල ධර්මය

<u>පටිච්ච සමුප්පාද න්‍යාය හැඳින ගනිමු.</u>

❖ බුදු දහමේ මූලික හරය පටිච්ච සමුප්පාදය යි..

➢ බුදු දහමේ මූලික හරය නම් පටිච්ච සමුප්පාද ධර්මය යි.

➢ 'පටිච්චසමුප්පාදය' යන යෙදුම තුළින් සහේතුක බව, හේතු සහිත බව, අහේතුක නොවන බව කියවෙයි.

- බුදු දහමට අනුව අහේතුකව ලොව කිසිවක් හට නොගනී; නොපවතී; සෑම දෙයක්ම හේතුවක් ඇතිව ම හටගනී. එසේම හේතුව තිබෙනතාක් ඵලය ද පවතී.

"හේතුප්පටිච්ච සම්භූතං - හේතු භංගා නිරුජ්ඣති"

- බුදුරදුන් පෙන්වා දෙන්නේ සත්ත්වයා සහ ලෝකය හේතු ප්‍රත්‍යයන්ගෙන් හටගෙන ඇති බවයි. ඒ නිසා බුදු දහම අදේවවාදී හේතුඵලවාදී දහමකි. (ආත්ම වාදය, නිර්මාණ වාදය , අහේතුක වාදය මෙයින් බැහැර කෙරේ)
- බුදු දහම හැර ලෝකයේ සියලු ආගමික ඉගැනිවීම්වල නිත්‍ය වූ ආත්මයක් හෙවත් 'මම' යනුවෙන් කෙනෙකු ඇතැයි කියවෙන සිද්ධාන්තය පටිච්චසමුප්පාදය තුළින් බැහැර කෙරේ.
- බෞද්ධ සිද්ධාන්ත විවරණය කොට තහවුරු කිරීම පටිච්චසමුප්පාද මගින් සිදු වී තිබේ.

  උදා :- කර්මය, විපාකය, සංසාරය, පුනර්භවය යනාදිය යි.
- "යෝ පටිච්චසමුප්පාදං පස්සති සෝ ධම්මං පස්සති"
  (යමෙක් පටිච්චසමුප්පාදය නුවණැසින් දකී ද හෙතෙම ධර්මය නුවණැසින් දකී)
- "යෝ ධම්මං පස්සති සෝ පටිච්චසමුප්පාදං පස්සති"
  (යමෙක් ධර්මය නුවණැසින් දකී ද හෙතෙම පටිච්චසමුප්පාදය නුවණැසින් දකී)
- උපතිස්ස පරිබ්‍රාජකතුමා අස්සජි මහරහතන් වහන්සේගෙන් 'ඔබ වහන්සේගේ ශාස්තෘවරයා විසින් දේශනා කරන දහම කුමක් දැ'යි විමසූ විට අන්වහන්සේ දේශනා කළේ මතන් වහනසේගේ ගුරුවරයා බවත්, දේශනා කරන දහම පටිච්චසමුප්පාදය බවත් ය.

  යේ ධම්මා හේතුප්පභවා
  තේසං හේතුං තථාගතෝ ආහ
  තේසං ච යෝ නිරෝධෝ
  එවං වාදී මහාසමනෝ

  "හේතු ප්‍රත්‍ය ඇති කල ඇති වන්නා වූ ධර්මයෝ හේතු ප්‍රත්‍ය නැති කල වෙත් යන දහම බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් දේශනා කරනු ලැබේ"

<u>01 අවස්ථාව</u>

ඉමස්මිං සති ඉදං හෝති

මෙය ඇති කල්හි මෙය වෙයි

ඉමස්ස උප්පාදා ඉදං උපපජ්ජති

මෙය ඉපදීමෙන් මෙය උපදී

<u>02 අවස්ථාව</u>

ඉමස්මිං අසති ඉදං න හෝති

මෙය නැති කල්හි මෙය නොවේ

ඉමස්ස නිරෝධා ඉදං නිරුජ්ඣති

මෙය නැති වී යාමෙන් මෙය නැතිව යයි

<u>පටිච්ච සමුප්පාද න්‍යායේ ආකාර දෙකකි.</u>

1. අනුලෝම පටිච්ච සමුප්පාදය
2. පටිලෝම පටිච්ච සමුප්පාදය

1. අනුලෝම පටිච්ච සමුප්පාදය

- **"මෙය ඇති කල මෙය ඇත, මෙය උපන් කල මෙය උප දී"** යන සිද්ධාන්තය අනුලෝම පටිච්චසමුප්පාදය යිත
- මෙයින් **" හේතුව ඇති කල ඵලය ඇත"** යන සත්‍යය හෙළිදරව් කෙරේ.

2. පටිලෝම පටිච්ච සමුප්පාදය

- **"මෙය නැති කල මෙය නැත, මෙය නැතිව යාමෙන් මෙය නැති වෙයි"** යන සිද්ධාන්තය පටිලෝම පටිච්චසමුප්පාදය යි.
- මෙයින් **"හේතුව නැති කල ඵලය නැත"** යන සත්‍යය හෙළිදරවු කෙරේ.

<u>සසර දුක ඇතිවන ආකාරය පිලිබඳ ව අනුලෝම පටිච්ච සමුප්පාදය අනුව දක්වා ඇත්තේ මෙසේ ය</u>

- අවිජ්ජා පච්චයා සංඛාරා
  අවිද්‍යාව නිසා කුසලා කුසල කර්ම රැස් කරයි.
- සංඛාර පච්චයා විඤ්ඤාණං
  කුසලා කුසල කර්ම නිසා ප්‍රතිසන්ධි සිත පහළ වේ.
- විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං
  ප්‍රතිසන්ධි සිත නිසා නාම රූප පහළ වේ.
- නාමරූප පච්චයා සළායතනං
  නාම රූප නිසා - ඇස්, කන්ආදී ආයතන හය පහළ වේ.
- සළායතන පච්චයා ඵස්සෝ
  ඇස, කන,නාසය, දිව, ශරීරය, සහ සිත නිසා ස්පර්ශය පහළ වේ.
- ඵස්ස පච්චයා වේදනා
  ස්පර්ශය නිසා විඳීම් පහළ වේ.
- වේදනා පච්චයා තණ්හා
  විඳීම් නිසා තණ්හාව (ආශාව) පහළ වේ.
- තණ්හා පච්චයා උපාදානං
  තණ්හාව නිසා සිතින් උපාදානය (ඇඩිව අල්ලා ගනී) ඇති වේ.
- උපාදාන පච්චයා භවෝ
  උපාදානය නිසා භවය ඇති වේ.
- භව පච්චයා ජාති
  භවය නිසා (ජාති) උපතඇති වේ.
- ජාති පච්චයා ජරා, මරණ, ශෝක,පරිදේව, දුක්ඛ දෝමනස්ස
  (ජාති) උපත නිසා ජරා, මරණ ආදිය ඇති වේ.

<u>සසර දුක නැතිවන ආකාරය පිළිබඳ ව පටිලෝම පටිච්ච සමුප්පාදය අනුව දක්වා ඇත්තේ මෙසේ ය.</u>

- අවිද්‍යාව සම්පූර්ණයෙන් නැති කිරීමෙන් කුසලාකුසල කර්ම රැස් නොවේ.
  අවිජ්ජායත්වේව අසේස විරාග නිරෝධා සංඛාර නිරෝධෝ
- කුසලාකුසල කර්ම රැස් නොකිරීමෙන් ප්‍රතිසන්ධි සිත පහළ නොවේ.
  සංඛාර නිරෝධා විඤ්ඤාණ නිරෝධෝ
- ප්‍රතිසන්ධි සිත ඇති නොවීමෙන් නාම රූප පහළ නොවේ.
  විඤ්ඤාණ නිරෝධා නාම රූප නිරෝධෝ
- නාම රූප පහළ නොවීමෙන් සළායතන පහළ නොවේ.
  නාම රූප නිරෝධා සළායතන නිරෝධෝ
- සළායතන පහළ නොවීමෙන් ස්පර්ශය ඇති නොවේ.
  සළායතන නිරෝධා ඵස්ස නිරෝධෝ
- ස්පර්ශය නැති වීමෙන් වේදනා පහළ නොවේ.
  ඵස්ස නිරෝධා වේදනා නිරෝධො
- වේදනා නොමැති වීමෙන් තන්හාව පහළ නොවේ.
  වේදනා නිරෝධා තණ්හා නිරෝධෝ
- තණ්හාව පහළ නොවීමෙන් දැඩි ව සිතින් අල්ලා ගැනීම ඇති නොවේ.
  තණ්හා නිරෝධා උපාදාන නිරෝධෝ
- දැඩි ව අල්ලා ගැනීම නැති ව යාමෙන් භවය පහළ නොවේ.
  උපාදාන නිරෝධා භව නිරෝධෝ
- භවය පහළ නොවීමෙන් උපත සිදු නොවේ.
  භව නිරෝධා ජාති නිරෝධෝ
- උපත සිදු නොවීමෙන් ජරා මරණ සෝක පරිදේව පහළ නොවේ.
  ජාති නිරෝධා ජරා මරණං සෝක පරිදේව දුක්ඛ දෝමනස්ස උපායාස නිරුජ්ඣන්ති

<u>පටිච්ච සමුප්පාද න්‍යායට අනුව සමාජ ගැටලු නැතිවන ආකාරය (පටිලෝම පටිච්චසමුප්පාදය)</u>

<u>01.චක්කවත්ති සීහනාද සූත්‍රය</u>

- දුප්පතුන්ට ධනය ලැබීමෙන් - දිළිඳුකම නැති වේ.
- දිළිඳුකම නැතිවීමෙන් - සොරකම නැති වේ.
- සොරකම නැතිවීමෙන් - අවි ආයුධ අවශ්‍ය නොවේ.
- අවි ආයුධ නැතිවීමෙන් - ප්‍රාණඝාතය නැති වේ.
- ප්‍රාණඝාතය නැති වීමෙන් - බොරුව, කේළම,පරුෂ වචන නැති වේ.
- බොරුව, කේළම,පරුෂ වචන නැති වීමෙන් - මිත්‍යා දෘෂ්ටිය නැති වේ.
- මිත්‍යා දෘෂ්ටිය නැති නිසා - මව්පියන්ට, වැඩිහිටියන්ට, ආගම දහමට, සලකයි.

<u>පටිච්ච සමුප්පාද න්‍යායට අනුව සමාජ ගැටලු ඇතිවන ආකාරය (අනුලෝම පටිච්චසමුප්පාදය)</u>

02. මහා නිදාන සූත්‍රය

- වේදනාව නිසා - තණ්හාව ඇති වේ.
- තණ්හාව නිසා - රූපා දී අරමුණු සොය යි.
- රූපා දී අරමුණු නිසා - ලැබීම සිදු වේ.
- ලැබීම නිසා - හොඳ නරක විනිශ්වය කරයි.
- හොඳ නරක විනිශ්වය නිසා - ඡන්ද රාගය ඇති වේ.
- ඡන්ද රාගය නිසා - මමත්වය ඇති වේ.
- මමත්වය නිසා - මසුරුකම ඇති වේ.
- මසුරුකම නිසා ආරක්ෂාව කිරීම් ඇති වේ.

<u>පටිච්ච සමුප්පාද න්‍යායට අනුව සමාජ ගැටලු ඇතිවන ආකාරය (අනුලෝම පටිච්චසමුප්පාදය)</u>

03. අග්ගිවච්ඡගොත්ත සූත්‍රය

"දැවෙන ගින්න දැල් වේ යයි පෙනේ ද?
"එසේ ය දැල් වේ යයි පෙනේ"

"කුමක් නිසා ගින්න දැල්වේ ද?"
"වියළි ගොම, පරඬලා ආදිය නිසා ගින්න දැල් වේ"

<u>ශිෂ්‍ය ජීවිතයක සාර්ථක, අසාර්ථක භාවය තීරණය වන්නේ ඒ ඒ ශිෂ්‍යයන්ගේ ඇවතුම් පැවතුම්, චර්යාවන් හා සමස්ත ක්‍රියාකරකම්වල ස්වභාවය අනුවය.</u>

- **විභාගය අසමත් වීම**
  - ✓ දිනපතා පාසලට නොපැමිනීම.
  - ✓ පාඩම් අතපසු වීම.
  - ✓ විෂය කරුණු අවබෝධය අඩු වීම.
  - ✓ සාර්ථකව පිළිතුරු ලිවීමට නොහැකි වීම.
  - ✓ විභාගය අසමත් වීම.
  - ✓ පූර්ණ පෞරුෂයකින් යුතු ශිෂ්‍යයෙකු බිහි නොවීම.

- **විභාගය සමත් වීම**
  - ✓ දිනපතා පාසලට පැමිනීම.
  - ✓ පාඩම් අතපසු නොවීම.
  - ✓ විෂය කරුණු අවබෝධය වැඩි වීම.
  - ✓ සාර්ථකව පිළිතුරු ලිවීමට හැකි වීම.
  - ✓ විභාගය සමත් වීම.
  - ✓ පූර්ණ පෞරුෂයකින් යුතු ශිෂ්‍යයෙකු බිහි වීම.

13 පාඩම

බුදුදහම පදනම් කරගත් ජීවන දැක්මක්

- බුදුදහමේ මූලික ඉගැන්වීම් කිහිපයක්..

1. පටිච්චසමුප්පාදය (හේතුඵල දහම)
2. සිව්සස් හෙවත් චතුරාර්ය සත්‍යය
3. ත්‍රිලක්ෂණය
4. කර්මය හා පුනර්භවය

බුදු දහම ඇසුරෙන් යථාර්ථය අවබෝධකර ගැනීමෙන් සාර්ථක ජීවන දැක්මක් ඇති කර ගැනිමට මෙම මෙම මූලික ඉගැන්වීම් මනාව තේරුම් ගත යුතුය.

1. <u>පටිච්චසමුප්පාදය (හේතුඵල දහම)</u>

- බුදුදහම අනුව සත්ත්වයා ඇතුළු මේ ලෝකයේ පවතින භෞතික- අභෞතික, ජීවී- අජීවී සෑම දෙයක් ම 'සංස්කාර' ලෙස හඳුන්වයි.
- සියලු සංස්කාර හටගෙන ඇත්තේ හේතු ප්‍රත්‍ය මූලික වීමෙනි.
- හේතු ප්‍රත්‍ය අනුව හටගත් සංස්කාර හේතු ප්‍රත්‍ය මත ම පැවත එම හේතු ප්‍රත්‍ය නැති වී යන විට විනාශ ව යන බව පටිච්ච සමුප්පාද ධර්මයෙන් ඉගැන්වේ.

- හේතු ප්‍රත්‍ය නිසා හටගත් ලොව සියලු දේවල් වල පොදු ලක්ෂණ තුනකි.
  - ✓ උප්පාද - හටගැනිම
  - ✓ ඨිති - පැවතීම
  - ✓ භංග - විනාශ වීම

"ඉමස්මිං සති ඉදං හෝති"
(මෙය ඇති කල්හී මෙය වෙයි)

"ඉමස්මිං අසති ඉදං න හෝති"
(මෙය නැති කල්හී මෙය නොවේ)

මෙම දේශනාව අනුව හේතු ඵල සම්බන්ධය මත ලොව සියල්ලෙහි ඇතිවීම, පැවතීම හා විනාශය සිදුවන ආකාරය පැහැදිලි වෙයි.

<u>සත්ත්වයා සසර ගමන් කරන්නේ හේතුඵල සම්බන්ධය මත බව....</u>

- සත්ත්වයා සසර ගමන් කරන්නේ ද පටිච්ච සමුප්පන්නව ය. අවිද්‍යාව නිසා සංස්කාර හටගනී, සංස්කාර නිසා විඤ්ඤාණය හට ගනී........... යනා දී වශයෙනි.
  - ✓ ජරාවට පත්වීම
  - ✓ ලෙඩවීම
  - ✓ මරණයට පත්වීම
  - ✓ සෝක, පරිදේවයන්ට ලක්වීම

  ජාති, ආගම්, කුල, ගෝත්‍ර ආදී කිසිඳු භේදයකින් ද ධනවත්කම, දුප්පත්කම, උගත්කම, නූගත්කම, ආදී කිසිදු භේදයකින් තොර ව මෙම තත්ත්වයන්ට මුහුණදීමට සිදු වේ.

- ශිෂ්‍ය ජීවිතය, සමාජ ජීවිතය ගත කිරීමේ දී පැන නගින විවිධ ගැටලු, ප්‍රශ්න නිරාකරණයට හා සාමකාමී ජීවිතයක් ගත කිරීමට හේතු ඵල න්‍යාය උපයෝගී ගත හැකි ය. ගැටලුවක් ඇති වූ විගස එයට හේතු වූ කරුණු සොයා එම හේතු නැති කිරීමට කටයුතු කළ හැකි ය.

පටිච්චසමුප්පාදය පිළිබඳ අවබෝධය අපගේ ජීවිතය ඔපවත් කර ගැනීමට වැදගත් වන ආකාරය

- සංසාරිකව අපට මුහුණ දීමට සිදුවන අනේක විධි දුක් පීඩාවන්ට වග උත්තරකරුවා වන්නේ අපම බවත් ඒ සඳහා ක්‍රියාත්මක වන බාහිර බලවේගයක් හෝ කරවන්නෙක් හෝ නොමැති බවත් අවබෝධ කර ගත හැකි වීම.
- දෛනිකව අපට මුහුණ දිමට සිදුවන ගැටලු නිවැරදිව හඳුනා ගැනීමට ද එම ගැටලු විසඳා ගැනීමට ද හේතුඵල දහම අපට උපකාර වේ.

2. සිව්සස් හෙවත් චතුරාර්ය සත්‍යය

- චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය පිළිබඳ ව වැටහීමක් ලැබීම ද ජීවිතයේ සාර්ථක භාවයට මහත් සේ උපකාරී වේ.

1. දුක
2. දුකට හේතුව (තෘෂ්ණාව)
3. දුක නැති කිරීම (තෘෂ්ණාව නැති කිරීම)
4. දුක නැති කිරීමේ මග (මැදුම් පිළිවෙත)

චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය පිළිබඳ ව වැටහීමක් ලැබීම ද ජීවිතයේ සාර්ථක භාවයට මහත් සේ උපකාරී වේ.

- සාමාන්‍ය දුක, විපරිනාම දුක, සංස්කාර දුක වශයෙන් අප වටා දුක විවිධාකාරයෙන් එකතු වේ.
- මෙම දුක සිතට දැනෙන්නේ සිත තුළ රාගය, බැඳීම, ආශාව ඇති නිසාවෙනි.
- සිත තුළ ඇති ආශාව ක්‍රමයෙන් පාලනය කර ගැනීමෙන් දුක ද තුනී කරගත හැකි ය.
- අටලෝ දහමින් අකම්පිතව ජීවත් වීමට චතුරාර්ය සත්‍ය වැටහීම ප්‍රයෝජනවත් ය.

චතුරාර්ය සත්‍ය පිළිබඳ අවබෝධය අපගේ ජීවිතය ඔපවත් කර ගැනීමට වැදගත් වන ආකාරය

- උපතේ පටන් ජීවිත කාලය පුරාම අප මුහුණ දෙන විවිධාකාර දුක් දොම්නස්වල ස්වභභවයත්, තෘෂ්ණාව ඊට ප්‍රධාන හේතුව බවත් ප්‍රත්‍යක්ෂ කර ගත හැකි වීම.
- දුකින් මිදීමේ මාර්ගය හෙවත් මැදුම් පිළිවෙත ගැන අවබෝධයක් ඇති කර ගැනීමෙන් ජීවත් විය යුතු ආකාරය පිළිබඳ දැක්මක් ඇති කරගත හැකිවීම.
- දුක සැප විඳදරා ගැනීමේ සමබර මානසිකත්වයක් ගොඩනගා ගැනීමට හැකියාව ලැබීම නිසා සැනසිලිදායක ජීවිතයක් ගත කිරීමට හැකි විම.

03. ත්‍රිලක්ෂණය

ත්‍රිලක්ෂණය පිළිබඳ අවබෝධය අපගේ ජීවිතය ඔපවත් කර ගැනීමට වැදගත් වන ආකාරය

- අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම යන ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මය තුළින් ඉගැන්වෙන්නේ ද ලොව පවතින යථාර්තය යි.
- අනිත්‍ය පිළිබඳව අවබෝධ කර ගැනීමෙන් සැම සැපක් සේම දුක ද ඒකාකාරී ව නොපවතින බව තෙරුම් ගත හැකිය.
- ලොව නිත්‍ය, සුභ, සුඛ වශයෙන් සදාතනික ශක්තියක් ලොව නැති බව අවබෝධය තුළින් එදිනෙදා ජීවිතයේ ගැටළු, ප්‍රශ්න දෙස උපේක්ෂාවෙන් බැලිය හැකිය.
- 'ආත්ම' වශයෙන් ගත හැකි කිසිවක් නොමැති බව තෙරුම් ගැනීමෙන් තමා වසඟයෙහි තමාවත් නැති බව තෙරුම් ගනී.
- ජීවිතය පිළිබඳ අසීමිත අපේක්ෂාවන් ඉවත ලා , ඉතා සරල ගුණවත්, ජීවන ප්‍රතිපදාවකට පුදුගලයා යොමු වේ.

04. කර්මය හා පුනර්භවය

- ✓ පුද්ගලයාගේ සිත හා සිතුවිලි මූලික ව සිතින් , කයෙන්, වචනයෙන් කරන ක්‍රියා කර්ම වහයෙන් සැලකේ.
- ✓ හොඳ සිතිවිලි මූලිකව කරන ක්‍රියා කුසල කර්ම වන අතර ඒ තුළින් සසර සැප විපාක ලැබේ.
- ✓ නරක සිතිවිලි මූලිකව කරන ක්‍රියා අකුසල කර්ම වන අතර ඒ තුළින් සසර දුක් විපාක ලැබේ.

කර්මය හා පුනර්භවය පිළිබඳ අවබෝධය අපගේ ජීවිතය ඔපවත් කර ගැනීමට වැදගත් වන ආකාරය

- අපගේ ජීවිතය ඇතුළු සියලු සත්ත්ව ජීවිත මෙලොවින් අවසන් නොවන බව තේරුම් ගැනීමට හැකි වීම.
- ඒ අනුව අපට තිදොරින් සිදු කරනු ලබන කටයුතු පිළිබඳ දැඩි සැලකිල්ලක් දක්වමින් නිවැරදි ජීවිතයක් ගත කිරීමට හැකියාව ලැබීම.
- අකුසල කර්ම රැස් කිරීම තුළින් ජීවිතයේ දුක, පීඩාව, පසුතැවීම වැඩිවන බව තේරුම් ගැනීම.
- අකුසල කර්ම රැස් කිරීම තුළින් ජීවිතයේ දුක, පීඩාව, පසුතැවීම වැඩිවන බව තේරුම් ගැනීම.
- කුසල කර්ම රැස් කිරීම තුළින් ජීවිතයට සතුට, සැප, සැනසුම ලැබෙන බව තේරුම් ගැනීම.

14 පාඩම
පරිසර හිතකාමී වෙමු

- ✓ අප අවට ඇති වටපිටාව පරිසරය ලෙස සරලව හැඳින්විය හැකිය.
- ✓ පරිසරය කොටස් දෙකකට බෙදා දැක්විය හැකිය.

1. ජීව පරිසරය
2. අ ජීව පරිසරය

- ➢ **ජීව පරිසරය**
  මිනිසා, සතා සිවුපාවා මෙන්ම නොමැරුණු ගස්වැල් ආදිය ද ජීවී පරිසරයට අයත්ය.

- ➢ **අජීව පරිසරය**
  අජීව පරිසරය හිරු, සඳු, අහස, මහපොළොව, අව්ව, වැස්ස, සුළඟ ආදී පණ නැති වස්තූන්ගෙන් සමන්විත ය.

<u>පරිසරය හා බුදුදහම</u>

- ➢ පහත සඳහන් ප්‍රධාන පාරිසරික සාධක තුන පිළිබඳ ව බුදුදහම දක්වන ආකල්පය මෙහි දී අපි සාකච්ඡා කරමු.
  - ජලය
  - වාතය
  - තුරුලතා

<u>බුදුන් වහන්සේ ජලය පරිහරණය කිරීම පිළිබඳව පෙන්වා දී ඇති කරුණු...</u>

- පරිහරණය කරන ජලයට කෙළ ගැසීම, මල මුත්‍ර කිරීම, වමනය කිරීම ආදිය නොකළ යුතුය.
- ජලය පානය කිරීමේදී පෙරා පානය කළ යුතු අතර ඒ සඳහා පෙරහන්කඩයක් නිර්දේශ කරන ලදී.
- ජලයට කැලි කසල දැමීම හෝ අපවිත්‍ර දෑ දැමීම නොකළ යුතුය.
- ඉඳුල්, හප, ඇට ආදිය දැමීම නොකළ යුතුය.
- ජලය සම්පතක් ලෙස අරපිරිමැස්මෙන් පරිහරණය කළ යුතුය.

<u>වාතය දූෂණය වන ආකාරය</u>

- කර්මාන්ත ශාලාවල පිටවන දුම් මගින්.
- රථවාහන මගින් පිටවන දුම් නිසා.
- කැලෑ ගිනි දැල්වීම නිසා.
- අපද්‍රව්‍ය ගිනි දැල්වීම නිසා.
- පරිසරයට මුදා හරින කැලි කසල නිසා.

<u>වෘක්ෂලතා අපගේ ජීවිතයට වැදගත් වන ආකාරය...</u>

- ✓ අපට අවශ්‍ය ආහාර ලබා ගැනීමට.
- ✓ අප පරිහරණය කරන බොහෝ බඩු බාහිරාදිය නිපදවීම සඳහා අවශය දැව ලබා ගැනීමට.

- ✓ අප පරිසරයට මුදා හරින කාබන්ඩයොක්සයිඩ් වායුව ලබාගෙන අපට ජීවත් වීමට අවශ්‍ය ඔක්සිජන් වායුව ලබා ගැනීමට.
- ✓ අපට අවශ්‍ය සෙවණ ලබා ගැනීමට.

<u>පරිසරය (තුරුලතා) හා බුදුන් වහන්සේ අතර පැවති අවියෝජනීය සබඳතා පැහැදිලි වන අවස්ථා</u>

- ○ බුදුන්වහන්සේ සිදුහත් කුමාරයා ලෙසින් සල්මල් උයනක උපත ලැබීම.
- ○ ඇසතු බෝ රුකක් යට දී බුද්ධත්වයට පත් වීම.
- ○ උපවත්තන නම් සල් උයනක පිරිනිවන් පෑම.
- ○ පරිසරය ඇසුරු කරමින් බොහෝ ධර්ම දේශනා පැවැත්වීම.

- ➢ දේවතාවෙක් ඇසූ ප්‍රශ්නයකට පිළිතුරු වශයෙන් බුදු රදුන් දේශනා කළ වනරෝප සූත්‍රයේ සඳහන් වන දිවා - රාත්‍රී පින් වැඩෙන ක්‍රියා.
    - මල්, පලතුරු උයන් වැවීම.
    - ස්වභාවික වනාන්තර වැවීම.
    - ඒ දඬු, පාලම් තැනීම.
    - පන්සල්, පොකුණු තැනීම.

<u>බුදුන්වහන්සේ පරිසරයේ ඇති වැදගත්කම පෙන්වා දුන් අවස්ථා...</u>

- ✓ බුද්ධත්වය ලබා දෙවන සතියේ දී ජය ශ්‍රී මහා බෝධීන් වහන්සේ දෙස සතියක් ඇසිපිය නොහෙලා බලා සිටීම.
- ✓ උපසපන් භික්ෂූන් වහන්සේලාට තණකොළ ගස පවා ආරක්ෂා කරන ලෙසට උපදෙස් ලබාදීම.

15 පාඩම

බුදුබණ ඇසුරෙන් නිරෝගී දිවියක්

නිරෝගිකම හා බුදු දහම

- ➢ ''නිරෝගිකම පරම උත්තම ලාභය'' යැයි බුදුන් වහන්සේ වදාළහ.
- ➢ සසර ජීවත් වන අපට කොතෙක් දේ ලැබුණ ද වඩා උතුම් අගන ලැබීම නම් නිරෝගීකමයි.
- ➢ කායික රෝල වලින් තොරව කෙනෙකුට දවසක් හෝ ඊට වැඩි ගණනක් ජීවත් විය හැකි නමුදු මානසික රෝග වලින් මොහොතක් හෝ ජීවත් වන්නේ රහතුන් වහන්සේ පමණක් බව බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළහ.
- ➢ සසර කායික හා මානසික වශයෙන් නිරෝගීව ජීවත් වීම උදෙසා ප්‍රයෝජනවත් වන උපදේශ රාශියක් බුදු දහමේ අන්තර්ගත වේ.
- ➢ බුදු දහමෙහි පරම අපේක්ෂාව සියලු කායික හා මානසික රෝග නැවත නූපදනා පරිදි අති උතුම් විමුක්ති භාවය ලබා දීමයි.

කායික හා මානසික දියුණුව සලසන බෞද්ධ ප්‍රතිපත්ති

1. **පඤ්ච සීල ප්‍රතිපත්තිය.**
   - පඤ්ච සීලයෙහි එන තෙවන හා පස්වන ශික්ෂාවන් කායික හා මානසික නිරෝගීභාවය පිණිසම වේ.
   - ඒ අනුව කාම මිත්‍යාචාරය අනේකාකාර වූ රෝගාබාධයන්ට මූලික කරුණක් වී ඇත.
   - මත් දියර හා මත් ද්‍රව්‍යාදිය භාවිතය ද එලෙසින්ම අනේකවිධ මාරාන්තික වූ රෝගාබධ උපදවන බව ප්‍රකට ය.

2. **සමාධිය හෙවත් භාවනාව.**
   - සමාධිය හෙවත් භාවනාව මානසික දියුණුව සලසන බෞද්ධ ප්‍රතිඥාවයි.
   - මෙමගින් සිත කුසලාරම්මණයන්හි එකඟකොට පවිත්‍ර කොට වැඩි දියුණු කරයි.
   - එමඟින් මානසික මෙන්ම කායික නිරෝගිකමද ඇති කරයි.

3. **නිසි පරිසර පද්ධතියක් තුළ ජීවත් වීම.**
   - කායික හා මානසික නිරෝගිභාවය සඳහා නිසි පරිසර පද්ධතියක් තුළ ජීවත්වීම ද අවශ්‍ය බවබුදු දහමේ සඳහන්ය.
   - අදැහැමි පරිසරය විසින් සිත මෙන්ම කය ද ලෙඩ කරන බව බුද්ධ චරිතයෙහි පෙන්වා දී තිබේ.
   - පරිසර පද්ධතිය පවිත්‍රව තබා ගැනීමට බුදු දහමෙහි බොහෝ උපදෙස් දී තිබේ
   - එහිදී නිල් තණකොළ හා ජලය දූෂණය නොකිරීම එක් උපදෙසකි.
   - ජලයෙහි මලමුත්‍ර පහකිරීම හා කෙළ ගැසීම ද වරදක් බව පෙන්වා දී ඇත.
   - එසේම සෙනසුන්වත පැනවීම තුළින්ද පැහැදිලි වන්නේ නිරෝගිව ජීවත් වීම සඳහා හිතකර පරිසරයක ඇති අවශ්‍යතාවයි.

4. **පිරිසිදු ජලය පානය කිරීම.**
   - නිරෝගිකම සඳහා පිරිසිදු ජලය පානය කිරීම ද අත්‍යවශ්‍යය.
   - බුදුන් වහන්සේ පානය සඳහා ගන්නා ජලය පෙරහන්කඩකින් පෙරා පරිහරණය කරන ලෙස භික්ෂූන් වහන්සේලාට උපදෙස් දී ඇත.
   - එහි වටිනාකම පෙරහන්කඩ අටපිරිකරට ඇතුළත් කිරීමෙන් මනාව පැහැදිලි වේ.

5. **සුදුසු වේලාවට, සුදුසු ප්‍රමාණයට යෝග්‍ය ආහාර ගැනීම.**
   - කුසගින්න ලොව පවත්නා බලවත්ම රෝගය බව ‘‘ජිගච්ඡා පරමා රෝගා’’ යනුවෙන් බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළහ.
   - එහෙත් එම රෝගී තත්ත්වය සමනය කරගත යුත්තේ වෙනත් රෝගාබාධවලට ඉඩකඩ නොසලසාය.
   - ‘‘ආහාරෙ මත්තඤ්ඤුතා’’ හෙවත් ආහාරයෙහි ප්‍රමාණය දැන අනුභව කිරිම නිසා යහපත් ප්‍රතිඵල ලැබෙන බව භද්දාලි සූත්‍රයෙහි දැක්වේ.

6. **සක්මන් මළුව**
   - සක්මන් මළුව, භාවනා කිරීමේ ඉරියව්වක් සේම කායික ව්‍යායාමයක් ලෙසද සැලකිය හැකිය.
   - බුදුන් වහන්සේ භික්ෂූන් වහන්සේලාගේ කායික නිරෝගීතාවය සඳහා ජීවක වෛද්‍යවරයාගේ ඉල්ලීම පරිදි ‘‘සක්මන් මළුව’’ අනුමත කර තිබේ.

බුදුන් වහන්සේ වෛද්‍යවරයෙකුට උපමා කිරීමට හේතුව...

- බෞද්ධ දේශනාව අනුව චිකිත්සක වෛද්‍යවරු වාතය, පිත හා සෙම් කිපීමෙන් හට ගන්නා රෝගාබාධයන් සමනය පිණිස විරේචනාදී පිළියම් කරති.
- බුදුන් වහන්සේ රාගය, ද්වේශය හා මෝහය කිපීමෙන් හටගන්නා රෝගාබාධ සමනය කරනු පිණිස පිළියම් උගන්වති.
- ඒ අනුව බුදුන් වහන්සේ වෛද්‍යවරයෙකුට උපමා කෙරේ. (වෙජ්ජුපමෝ ජිනවරෝ)

<u>පරිසරය පවිත්‍රව තබා ගැනීම සඳහා භික්ෂූන් වහන්සේලා නොකළ යුතු දේ...</u>

- නිල් තණකොළ මත මළ මුත්‍ර බැහැර කිරීම.
- කුණු රොඩු දැමීම.
- ඉඳුල්, හප, ඇට ආදිය දැමීම.

<u>චුල්ලවග්ග පාලියෙහි වත්තක්ඛන්ධකයෙහි විස්තර කර ඇති පරිදි භික්ෂූන් වහන්සේලා සෙනසුන් පවත්වාගෙන යා යුතු ආකාරය...</u>

- තමන් වෙසෙන විහාරයේ කැලි කසල වේ නම් ඒ සියල්ල ඉවත්කොට ශුද්ධ පවිත්‍ර කිරීම.
- පළමුකොට පාත්‍රා සිවුරු පසෙකින් තබා ආරාමය පිරිසිදු කිරීම.
- ඇඳ ඇතිරිලි, පුටු ඇතිරිලි ඉවත් කොට ලී බඩු ක්‍රමයෙන් ඉවතට ගෙන පිරිසිදු කර නැවත තිබූ පරිදි ක්‍රමානුකූලව තැන්පත් කිරීම.
- මකුළු දැල් ඇත්නම් පළමුව ඉහළ සිට පහළට ඉවත් කිරීම.
- ජනෙල් පිස දැමීම.
- බිම පවිත්‍ර කිරීම.

<u>භද්දාලි සූත්‍රයෙහි සඳහන්, ආහාරයෙහි ප්‍රමාණය දැන අනුභව කිරීම නිසා ලැබෙන යහපත් ප්‍රතිඵල</u>

- රෝගාබාධ අඩු බව
- නිදුක් බව
- සැහැල්ලු පැවැත්ම
- කායබලය
- සුව පහසු පැවැත්ම

මානසික රෝගවලින් වැළකීම සඳහා මනස සංවර කර ගැනීමෙහි ඇති වැදගත්කම දැක්වෙන ධම්මපද ගාථාව හා අර්ථය

- වාරිජෝව ථලෙ ඛිත්තෝ
ඕකමෝකත උබ්බතෝ
පරිප්ඵන්දතිදං චිත්තං
මාරධෙය්‍යං පහාතවේ

(ජලයෙන් ගොඩට ගෙන බිම තැබූ මත්ස්‍යයෙකු මෙන් මෙම සිත (ක්ලේශ ධර්ම හේතුවෙන්) සැලෙයි. එබැවින් එම ක්ලේශ ධර්ම දුරුලිය යුතුය)

පුහුණුවට

- මනුජස්ස සදා සතිමතෝ
  මත්තං ජානතෝ ලද්ධ භෝජනේ
  තන්දු තස්ස භවන්ති වේදනා
  සනිකං ජීරති ආයු පාලයං

- චත්තාරෝ පංච ආලෝපේ
  අභුත්වා උදකං පිමේ
  අලං ඵාසු විහාරාය
  පහිතත්තස්ස භික්ඛුනෝ

16 පාඩම
නිමල දහම රකුණු අයුරු

පළමු ධර්ම සංගායනාව

- **හේතු** :- දෙව්දත් තෙරුන්ගේ පංච වස්තුව, ඡබ්බග්ගිය භික්ෂූන්ගේ අවිනීත ක්‍රියා, කොසැඹෑ නුවර, ධම්මධර විනයධර භේදය.
- **ආසන්න හේතු** :- සුභද්‍ර භික්ෂුවගේ අභද්‍ර වචනය සහ විසිරී පැවති ධර්‍ම විනය එක්රැස් කොට තැබීමේ අවශ්‍යතාව.
- **කාලය** :- බුද්ධ පරිනිර්වාණයෙන් තෙමසකට පසු.
- **ස්ථානය** :- රජගහනුවර වේභාර පර්වතය පාමුල සප්ත පර්ණි ගුහාවේදී.
- **දායකත්වය** :- මගධයේ අජාසත් රජු.
- **නායකත්වය** :- මහා කාශ්‍යප මාහිමි.
- **ගත වූ කාලය** :- මාස 07 **පිරිස** :- රහතුන් 500
- **දේශකත්වය** :- ධර්‍මය - ආනන්ද හිමි විනය - උපාලි හිමි
- **ප්‍රතිඵල** :- විසිරී පැවති ධර්‍ම විනය එක්රැස් කිරීම, ධර්‍ම විනය කොටස් වලට බෙදා සකස් කිරීම, ධර්‍ම විනය පවත්වා ගෙන යාම සඳහා විවිධ තෙරවරුන්ට පැවරීම හා එමඟින් භාණක පරම්පරා ඇතිවීම, දේශනා කිරීම් වශයෙන් ප්‍රචාරය කිරීම, දුර්මතධාරීන් යටපත් වීම, බුදුන් පැනවූ විනය නීති කිසිවක් ඉවත් නොකොට එලෙසම රැකිය යුතු යැයි සම්මුතියකට එළඹීම.
- **පළමු සංගීතියෙන් පසු සිදුවීම්** :- ආනන්ද හිමියන්ට චෝදනා 05 ක් එල්ල කිරීම ඒවා නම්,
  1. බුදුරදුන්ගෙන් ඛුද්දානුඛුද්දක ශික්ෂාපද මොනවාදැයි අසා දැන නොගැනීම.
  2. බුදුරදුන්ට කල්පයක් ජීවත් වීමට ආරාධනා නොකිරීම.
  3. ස්ත්‍රීන්ට පැවිද්ද ලබා දීමට උත්සාහවත් වීම.
  4. බුදුරදුන්ගේ වැසි සළුව කාන්තාවන්ට පයින් පාගාගෙන මැසීමට ඉඩදීම.
  5. බුදු සිරුර පළමුව ස්ත්‍රීන්ට වැඳීමට සැලැස්වීමෙන් කිලිටි කිරීම.
  - ඡන්න තෙරුන්ට බ්‍රහ්මදණ්ඩය පැනවීම.

වෙනත් කරුණු

- ආනන්ද හිමි රහත් වූයේ කායගතාසති භාවනාව වැඩීමෙනි. (සතර ඉරියව්වෙන් තොර)
- විනය පිටකය කට පාඩම් කර ආරක්ෂා කිරීමට පැවරුණේ උපාලි හිමි ඇතුළු පිරිසටය.
- සූත්‍ර පිටකය දී.නි. ආනන්ද හිමි ඇතුළු ශිෂ්‍ය පිරිසට, ම.නි සැරියුත් හිමි ඇතුළු ශිෂ්‍ය පිරිසට, ස.නි. මහා කාශ්‍යප හිමියන් ඇතුළු ශිෂ්‍ය පිරිසට, අ.නි. අනුරුද්ධ හිමියන් ඇතුළු ශිෂ්‍ය පිරිසට, ඛු.නි. කිසිවක් භාර නොගත් භික්ෂු පිරිසට.
- අභිධර්මය පිළිබඳ ප්‍රශ්න විසඳන ලද්දේ ද අනඳ හිමියන්මය.
- එය භාරව ආරක්ෂා කිරීමට සැරියුත් හිමියන්ගේ ශිෂ්‍ය ආභිධම්මිකයන්ට පැවරිණි.
- සංගායනාව **පංචසතිකා** නමින් හැඳින්වේ.

දෙවන ධර්ම සංගායනාව

- **හේතු** :- වජ්ජි භික්ෂූන්ගේ දස අකැප වස්තුව, සංඝයා අතර විවිධ දුර්මත ඇතිවීම.
- **කාලය** :- බුද්ධ පරිනිර්වාණයෙන් වර්ෂ 100 කට පසු.
- **ස්ථානය** :- විශාලා මහනුවර වාලුකාරාමයේදී.
- **දායකත්වය** :- කාලාසෝක රජු. **නායකත්වය** :- සබ්බකාමී මහරහතන්වහන්සේ.
- **ගත වූ කාලය** :- මාස 08 **පිරිස** :- රහතුන් 700
- **සහභාගී වූ ප්‍රධාන අය** :- යස,රේවත,වාසභගාමී,සාල්හ, ඛුජ්ජසෝභිත ආදී තෙරවරු
- **ප්‍රතිඵල** :- දස වස්තුව අකැපයයි පිළිගැනීම, සංගායනාවේදී නෙරපුණු වජ්ජි භික්ෂූන් මහා සංගීති නමින් වෙනම සංගායනාවක් පවත්වා මහා සාංඝික නමින් නව නිකායක් පිහිටුවා ගැනීම, නිකාය භේදයේ ආරම්භය, අභිධර්මය වෙනම පිටකයක් ලෙස සකස් වීම.
- **දස අකැප වස්තු** :- සිංගිලෝණ, ද්වංගුල, ගාමාන්තර, ආවාස, අනුමති. ආචිණ්ණ, අමථිත, ජලෝගි පාන, අදසක නිසීදන, ජාතරූපරජත පටිග්ගහණ.
- **වෙනත් කරුණු** :-
    - කාලාසෝක රජු මිථ්‍යා අදහස් වලින් මුදවා ගත්තේ නන්දා මෙහෙණිය විසිනි.
    - මතභේද ඇති වුවහොත් විසඳා ගැනීම සඳහා අට දෙනෙක්ගෙන් යුත් මණ්ඩලයක් පිහිටුවන ලදී.
    - දස අකැප වස්තුව ප්‍රශ්න කිරීමේ දී එයට පිළිතුරු දුන්නේ රේවත තෙරණුවෝය.
    - මහා සාංඝික ප්‍රභේද : ගෝකුලිකය, ඒකබ්බෝහාරිකය. පඤ්ඤත්ති වාදිය, බාහුලිකය. චේතියවාදය.
    - ථෙරවාදී ප්‍රභේද : මහිංසාසක, ධම්මෝත්තරිය, සබ්බත්ථිවාදිය, භද්‍රයානිකය, කස්සපීය, වජ්ජි පුත්තකය. සම්මිතීය, ධම්ම ගුත්තිකය, ඡන්නාගාරිකය, සංකන්තිකය, සුත්තවාදිය.
    - රේවත හිමි වැඩ සිටියේ සෝරෙය්‍ය නුවරය.
    - සම්මාදම් කළ වජ්ජිපුත්තක භික්ෂූන්ට එය විනය විරෝධී බව පෙන්වා දුන්නේ යස තෙරුන්ය.
    - ධර්මය ආරක්ෂා කළ යුතුය යන මතය ඉදිරිපත් කළේ ද රේවත තෙරුන්ය.
    - මෙම සංගායනාව **සත්තසතිකා** නමින් හැඳින්වේ.

තෙවන ධර්ම සංගායනාව

- **හේතු** :- භික්ෂු ශාසනය නිකාය 18 කට කැඩී යාම, ලාභ අපේක්ෂාවෙන් පැවිදි වූ තීර්ථකයන් නිසා සසුන අවුල් වී පෙහොය පවාරණ ආදී විනය කටයුතු පිරිහී යාම, අධර්මවාදීන් සසුනට ඇතුළු වීම, බුදු දහම පිළිබඳ විවිධ මත ඉදිරිපත් වීම, ප්‍රබල රාජ්‍ය පාලකයෙකුගේ සහාය හා ආරක්ෂාව නොමැති වීම.
- **කාලය** :- බු.ව.236 දී
- **ස්ථානය** :- පැළලුප් නුවර අසෝකාරාමය
- **දායකත්වය** :- ධම්සෝක අධිරාජ්‍යයා **නායකත්වය** :- මොග්ගලීපුත්ත තිස්ස මහරහතන්වහන්සේ
- **ගත වූ කාලය** :- මාස 09 **පිරිස** :- රහතුන් 1000
- **ප්‍රතිඵල** :- දුසිල් මහණුන් 60,000 ක් නෙරපා හැර සසුන පිරිසිදු කිරීම, ධම්දූත ව්‍යාපාරය ඇරඹීම, මොග්ගලීපුත්ත තිස්ස තෙරුන් කථාවත්ථුප්පකරණය සම්පූර්ණ කොට ලියා දැක්වීම. ශාසනික විනයකර්ම ඇරඹීම, අභිධර්මපිටකය සම්පූර්ණ වීම, ත්‍රිපිටකය සම්පූර්ණ වීම.
- **වෙනත් කරුණු** :- මෙම සංගායනාව **සාහස්සසතිකා** නමින් හැඳින්වේ.

  ධර්මාශෝක රජු පහදවා ගනු ලැබුයේ නිග්‍රෝධ සාමණේරයන්වහන්සේ විසිනි.

  බුදු දහම ප්‍රචාරය කළ රටවල් 09 මෙසේයි.

කාශ්මීර ගාන්ධාර දේශය	-	මජ්ඣන්තික හිමි ඇතුළු පිරිස - ආසිවිසෝපම සූත්‍රය
මහිස මණ්ඩලය	-	මහාදේව හිමි ඇතුළු පිරිස - දේවදූත සූත්‍රය
වනවාසී දේශය	-	රක්ඛිත හිමි ඇතුළු පිරිස - අනමතග්ග සූත්‍රය
අපරන්ත දේශය	-	යෝනක ධම්මරක්ඛිත හිමි ඇතුළු පිරිස - අග්ගික්ඛන්ධෝපම සූත්‍රය
මහා රාෂ්ට්‍රය	-	මහා ධම්මරක්ඛිත හිමි ඇතුළු පිරිස - මහා නාරද ජාතකය
යෝනක දේශය	-	මහා රක්ඛිත හිමි ඇතුළු පිරිස - කාලාම සූත්‍රය
හිමවන්ත ප්‍රදේශය	-	මජ්ඣිම හිමි ඇතුළු පිරිස - දම්සක් පැවතුම් සූත්‍රය
ස්වර්ණ භූමිය	-	සෝණ සහ උත්තර යන තෙරවරුන් ඇතුළු පිරිස - බ්‍රහ්මජාල සූත්‍රය
තම්බපණ්ණි දීපය	-	මිහිඳු මහ රහතන් වහන්සේ ඇතුළු පිරිස - චුල්ලහත්ථිපදෝපම සූත්‍රය

සිව්වන ධර්ම සංගායනාව

- **හේතු** :- විවිධ නිකායික මත බහුල වීමෙන් භික්ෂූන් ධර්මය විනය විවිධ අයුරින් විවරණය කිරීම නිසා සසුන පිරිහීම
- **කාලය** :- ක්‍රි.ව. 1 සියවස (බු.ව.600 දී)
- **ස්ථානය** :- කාෂ්මීරයේ කුණ්ඩලවන විහාරයේදී
- **දායකත්වය** :- කණිෂ්ක අධිරාජ්‍යයා **නායකත්වය** :- වසුමිත්‍ර හිමියන් හා අශ්වඝොෂ හිමියන්
- **ගත වූ කාලය** :- මාස 04 **පිරිස** :- පන්සියයක් භික්ෂූන්
- **සහභාගී වූ ප්‍රධාන අය** :- වසුමිත්‍ර, අශ්වඝෝෂ, නාගර්ජුන ආදි තෙරවරුන්
- **ප්‍රතිඵල** :- සූත්‍ර පිටකයට ශ්ලෝක දස ලක්ෂයකින් යුත් උපදේශ ශාස්ත්‍ර නම් විභාෂාවක් ද අභිධර්ම පිටකයට අභිධර්ම විභාෂාවක් සංස්කෘත භාෂාවෙන් ලිවීම, සර්වාස්තිවාදීන්ගේ වෛභාෂික ධර්මය තහවුරු වීම, එම ධර්මය තඹඩු වල ලියා නිධන්කොට කාෂ්මීරයේ පුරුෂපුරයේ ස්ථූපයක් කරවීම, ධර්මය ග්‍රන්ථවල ලිවීම හා ධර්ම දේශනය සඳහා සංස්කෘතික භාෂාව උපයෝගි කර ගැනීම, ඉන්දියාවෙන් පිටත මධ්‍ය ආසියාතික රටවල හා ඈත පෙරදිග චීනයේ පවා ධර්ම ප්‍රචාරක කටයුතු ඇරඹීම.
- **වෙනත් කරුණු**

  මෙතුමා දෙවැනි අසෝක නමින් ප්‍රසිද්ධ විය.
  මෙතුමා කුෂාණ වංශයේ දෙවැනි පාලකයා විය.
  පුරුෂ පුරය (වර්තමානයේ පෙෂාවෝර්) පාලන මධ්‍යස්ථානය විය.
  මෙතුමා පාර්ශ්ව තෙරුන්ගේ මඟ පෙන්වීම යටතේ හෝ ගොපළු වෙස් ගත් දේවතාවෙකු බුදුරදුන් ප්‍රකාශ කළ අනාවැකියක් දැක්වීමෙන් බෞද්ධයෙකු වූ බවට මත දෙකක් පවතී.
  මෙතුමාගේ කටයුතු අතර ධර්ම සංගායනාව හා ධර්ම දේශනා ව්‍යාපාරය ප්‍රධාන තැනක් ගනී.
  ධර්මය පිළිබඳව රජුට ඇති වූ සැකය විමසුවේ පාර්ශව තෙරුන්ගෙනි.

පස්වන ධර්ම සංගායනාව

- **හේතු** :- විදේශ ආක්‍රමණ හා බැමිනිතියා සාගතය නිසා ධර්මධර, විනයධර තෙරුවන් අභාවයට යාමෙන් ධර්ම විනය අභාවයට යාම, ජාත්‍යන්තර සම්බන්ධතා ඔස්සේ විවිධ නිකායික

  මතිමතාන්තර ලක්දිවට පැමිණීමෙන් ථෙරවාදී ධර්ම විනය දූෂණය වීමේ තර්ජනයකට මුහුණ දීම.
- **කාලය** :- ක්‍රි.ව. 1 සියවස
- **ස්ථානය** :- ලංකාවේ මාතලේ අලුවිහාරයේදී
- **දායකත්වය** :- මාතුල නැමති ප්‍රදේශාදිපති හිමියන්
- **ප්‍රතිඵල** :- පාලි ත්‍රිපිටකය ග්‍රන්ථාරූඪ කිරීම, ථෙරවාදී ත්‍රිපිටකය චිරස්ථායී වීම, අභාවයට යමින් තිබූ ධර්ම විනය ආරක්ෂා වීම, ධර්මයේ පාරිශුද්ධිය ආරක්ෂා කර ගැනීම

17 පාඩම
මහින්දාගමනයෙන් ශ්‍රී ලාංකික ජන ජීවිතය ඔපවත් වූ ආකාරය

- මහින්දාගමනය සිදු වූ කාලය
  - සම්බුද්ධ පරිණිර්වාණයෙන් 236 වන වර්ෂයේදී.
  - එනම්,ලක්දිව දෙවනපෑතිස් රජතුමාගේ පළමු රාජ්‍ය වර්ෂයේ හෙවත් දඹදිව (ඉන්දියාවේ) ධර්මාශෝක අධිරාජ්‍යයාගේ රාජ්‍ය කාලයෙහි.
- මහින්දාගමනය තුළින් ලක්දිව ජන ජීවිතය නිවැරදි ගසන් මගකට අවතීර්ණ වූවා මෙන් ම සෑම අංශයක ම පිබිදීමක් ඇති විය.
  - ආගමික අංශය
  - සමාජමය අංශය
  - දේශපාලනික අංශය
  - අධ්‍යාපනික අංශය
  - ආර්ථික අංශය

<u>ආගමික අංශය</u>

- මහා අරිට්ඨ කුමරු හා තවත් කුමාරවරු 500ක් පැවිදි කරමින් ලක්දිව භික්ෂු සමාජය ඇති වීම.

දුමින්දාගමනය

- සංඝමිත්තා මහ රහත් මෙහෙණින් වහන්සේගේ සම්ප්‍රාප්තිය හා එමගින් මෙරට විවිධ අංශවලට බෞද්ධ බලපෑමක් වූ ශ්‍රී මහා බෝධීන් වහන්සේ වැඩමවා රෝපණය කිරීම.
- බෝධීන් වහන්සේගේ ආරක්ෂාව සඳහා පැමිණි අටළොස් කුලයක ජනයාගෙන් මෙරට කලා ශිල්ප පෝෂණයට විශාල මෙහෙවරක් සිදු වීම.
- අනුලා බිසව ප්‍රධාන රාජකීය කාන්තාවන්ට පැවිද්ද ලබා දෙමින් ලක්දිව භික්ෂුණී සමාජය ආරම්භ වීම.

- පැවති ඇදහිලිවලට නව අර්ථකථන සපයමින් වැඳුම් පිදුම් කිරීමේ ක්‍රමවේදයක් හඳුන්වා දුනි.
  - දේව වන්දනය ඇදහීම වෙනුවට - දෙවියන්ට පින් දීම.
  - ගිනි දෙවියන් පිදීම වෙනුවට - බුදුරදුන් පිදීම.
  - වෘක්ෂ වන්දනය වෙනුවට - බෝධි වන්දනය.
  - මළවුන් පිදිම වෙනුවට - මළවුන්ට පිං දීම.
  - පර්වත වන්දනය වෙනුවට - චෛත්‍ය වන්දනය.

- ලක්දිව මුල්ම විහාරය වන මහා විහාරය මුල්කරගනිමින් ලංකාව පුරා වෙහෙර විහාර ඉදිවෙමින් අගමික ප්‍රබෝධයක් දිනෙන් දින වර්ධනය විය.

මහින්දාගමනය නිසා ලක් වැසියාට උරුම වූ දායාද

- රාජ්‍ය අනුග්‍රහය ඇතිව බෙහෝ වෙහෙර විහාර ඉදි වූ අතර ථූපාරාමය එසේ ඉදි වූ ලක්දිව මුල්ම ස්තූපය යි.
- ශ්‍රී මහා බෝධීන් වහන්සේ මහමෙවුනා උයනේ රෝපණය කිරීමත් සමග නව බෝධි සංස්කෘතියක් බිහි විය.
- 'බෝධි' යන වචනය ඇතුළත් කරමින් නම් ගම් භාවිතයට පවා බොහෝ අය යොමුවිය.
- ශාරීරික (දාගැබ)
- පාරිභෝගික (බෝධීන් වහන්සේ)
- උද්දේශික (පිළිම වහන්සේ)

ත්‍රිවිධ චෛත්‍ය මුල්කරගෙන ආගමික ගොඩනැගිලි ඉදිවෙත්දී බෞද්ධ කලා ශිල්ප අංශ ගණනාවකින් සංවර්ධනය විය.

මහින්දාගමනයෙන් පසු ලක්දිව ගොඩ නැගුණු බෞද්ධ කලා ශිල්ප

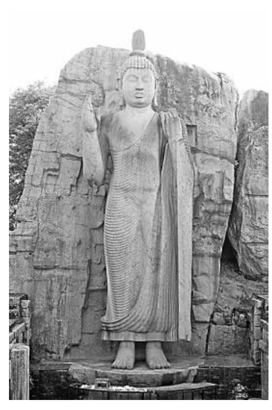
✓ ගෘහ නිර්මාණ ශිල්පය (දාගැබ්, විහාර ගෙවල්, චෛතියසර)

මහින්දාගමනයෙන් පසු ලක් දිව ඉදි වූ මුල්ම ස්තූපය වූ ථූපාරාමය

පොළොන්නරුව වටදාගෙය

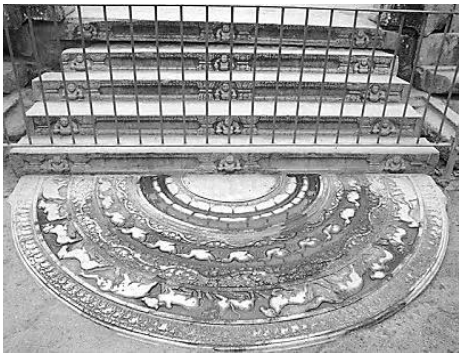
✓ මූර්ති ශිල්පය (බුද්ධ ප්‍රතිමා, බෝධිසත්ත්ව ප්‍රතිමා)

අනුරාධපුර සමාධි පිළිමය



අවුකන හිටි පිළිමය

✓ කැටයම් ශිල්පය (සඳකඩපහණ, මුරගල)



අනුරාධපුර බිසෝ මාලිගය අසල ඇති සඳකඩ පහණ

අභයගිරියට අයත් රත්න ප්‍රාසාදය අසල ඇති මුරගල

✓ චිත්‍ර ශිල්පය (ජාතක කතා, බුදු සිරිත සිතුවමට නැගීම)

වෙස්සගිරිය, හිඳගල ආදී ස්ථානවල ඇති බෞද්ධ චිත්‍ර

<u>මහින්දාගමනයෙන් පසු ලක්දිව ගොඩ නැගුණු බෞද්ධ සමාජය</u>

මෙලෙස ඇති වූ ආගමික ප්‍රබෝධයත් සමඟ ලක් වැසියා

- දන්දීම
- සිල් රැකීම
- භාවනා කිරීම

ආදී දස පුණ්‍ය ක්‍රියාවල නිරත වෙමින් පංච සීලය ආරක්ෂා කරමින්, දස කුසල් වඩමින්ඉතා දැහැමි ජීවන රටාවකට හුරුවිය.

<u>සමාජමය අංශය</u>

✓ ආගමික වශයෙන් ඇති වූ ප්‍රබෝධය නිසාම ලක්වැසියාට ම ආවේණික වූ බෞද්ධ සාරධර්ම රැසකින් පෝෂණය වන්නට විය.
  - අන්‍යෝන්‍ය සමගිය, එකමුතුව.
  - වැඩිහිටියන්ට ගරු කිරීම.
  - පරාර්ථ සේවය.
  - ගිලණුන්ට උපස්ථාන කිරීම.

- සාමූහික බෞද්ධ උත්සව වල නිරත වීම.
- සත්තව හිංසාව, සොරකම, කාමයේ වරදවා හැසිරීම යනාදී දුසිරිත්වලින් ඉවත් වීම.
- සරල චාම් ගති පැවතුම්වලින් යුතු ව ක්‍රියා කිරීම.
- මව්පිය උපස්ථානය.
- එකිනෙකාට ගෞරව කිරීම.
- ශ්‍රමණ ශ්‍රාවක ශ්‍රාවිකාවන්ට වැඳීම, පිදීම.
- අසරණයන්ට පිහිට වීම.
- ආගන්තුක සත්කාරය.

<u>දේශපාලන අංශය</u>

- බුදු දහම ලැබීමත් සමඟ රජුගේ උපදේශකයා වූයේ බෞද්ධ භික්ෂූන් වහන්සේය.
- පංච සීල ප්‍රතිපදාව, දසරාජ ධර්ම, දස රාජ ධර්ම, දස සක්විතිවත්, සතර සංග්‍රහ වස්තු යනා දී බෞද්ධ ආචාර ධර්ම අනුව රජු රාජ්‍ය පාලනයට යොමු විය.
- රජු විසින් වෙහෙර විහාර ඉදිකරමින් භික්ෂූන් වහන්සේට අනුග්‍රහ දැක් වූ අතර ඉතා ගඹුරු සබඳතාවක් රාජ්‍ය හා භික්ෂූන් වහන්සේ අතර ඇති විය.
- රජුන් පත් කිරීම, රජුන් රාජ්‍යයෙන් නෙරපීම දක්වා එය පසු කාලයේ වර්ධනය විය.

<u>අධ්‍යාපනික අංශය</u>

- භාරතීය බ්‍රාහ්මී අක්ෂරද ආදර්ශයට ගනිමින් මිහිඳු හිමියන්ගේ අනුශාසනා පරිදි සිංහල අක්ෂර මාලාව සකස් ව ප්‍රචලිත වීම.
- ජාතකට්ඨකථා, ධම්මපදට්ඨකථා ආදී බෞද්ධ මූලාශ්‍රය පාදක කොට ගනිමින් ද වෙනත් මූලාශ්‍රය ද රැසක් පාදක කොටගෙන ගනිමින් ද අනුරාධපුර යුගයේ පටන්ම වටිනා ගද්‍ය පද්‍ය සාහිත්‍ය කෘති සිංහල මෙන්ම පාලි භාෂාවන්ගෙන් නිර්මාණය විය.
- ත්‍රිපිටකය සඳහා සිංහල අටුවා ග්‍රන්ථ සම්පාදනය විය.
  මහා අටුවා, කුරුන්දි අටුවා, මහා පච්චරී අටුවා

<u>ආර්ථික අංශය</u>

- කෘෂිකර්මාතය
- වෙළෙඳාම
- රාජ්‍ය පාලනය
- ගව පාලනය
- වෙනත් කර්මාන්ත

යන ධන උපායන මාර්ග ඉතා දැහැමිව සිදු කිරීමට බුදු දහම ඇසුරෙන් උපදෙස් ලැබුණි.

- දහඩිය මහන්සියෙන්, දැතේ දෙපයේ වීර්යයෙන් ඉතා ධාර්මිකව කෘෂිකර්මාන්තයෙහි යෙදුන ජනයා තම අස්වැන්නේ පළමු භාගය තුණුරුවන්ට පූජා කළේය.
- අවංක රාජ්‍ය සේවය නිසා රාජ්‍ය තන්ත්‍රය හා රට තුළ දියුණුවක් ඇති විය.

මහින්දාගමනය තුළින් ලක්දිව ජන ජීවිතය නිවැරදි ගසන් මගකට අවතීර්ණ වූවා මෙන් ම සෑම අංශයක ම පිබිදීමක් ඇති විය

○ මහින්දාගමනය ශ්‍රී ලංකා ඉතිහාසයේ ඉතා සුවිශේෂී සිදුවීමක් පමණක් නොව ලාංකික අනන්‍යතාව, ගෞරවය, ප්‍රෞඩත්වය සුරක්ෂිත කරන ලද නව යුගයක උදාව සටහන් කළ ඉතා අනර්ඝ උත්තරීතර කඩයිමකි.

18 පාඩම
හෙළ බොදු කලාවේ අසිරිය

- දුමින්දාගමනයත් සමග මෙරට ඇති වූ බෞද්ධ කලා ශිල්ප
  - චිත්‍ර
  - මූර්ති
  - කැටයම්
  - ගෘහ නිර්මාණ
  - බෞද්ධ සාහිත්‍යය
  - නැටුම්, ගැයුම්, වැයුම්

<u>මූර්ති කලාව</u>

බුද්ධ ප්‍රතිමා වහන්සේ, බෝධිසත්ත්ව ප්‍රතිමා වහන්සේ ආදී විවිධ ප්‍රතිමා නිර්මාණ මූර්ති කලාවට අයත් වේ. මේ අතුරින් බුද්ධ ප්‍රතිමා වහන්සේ නිර්මාණය කිරීම බෞද්ධ මූර්ති කලාව තුළ බහුල වශයෙන් සිදු කෙරේ.

- **බුද්ධ ප්‍රතිමාව**

- **<u>බුද්ධ ප්‍රතිමාවේ ආරම්භය</u>**

  - සාහිත්‍යගත තොරතුරුවලට අනුව බුද්ධ ප්‍රතිමාවේ ආර්මභය බුද්ධ කාලය දක්වා ම ඈතට දිව යයි.
  - පුරා විද්‍යාඥයින්ගේ මතය අනුව ක්‍රිස්තු වර්ෂ පළමු සියවස තෙක් බුද්ධ ප්‍රතිමාවක් නිර්මාණය වී නොමැත.
  - ඇතැම් උගතුන්ගේ මතය අනුව එස් වීමට හේතු වී ඇත්තේ බුදුරදුන් රූපකාරයෙන් දැක්වීමට පැරණි කලාකරුවන් දැක් වූ අකමැත්තයි.
  - මුල් අවස්ථාවේ බුදුරදුන් වෙනුවට වන්දනාමාන කර ඇත්තේ බෝධිය, වජ්‍රාසනය, පද්මය, සිරි පතුල, ධර්ම චක්‍රය, හා ස්තූපය යන පූජනීය වස්තූන්ට ය.
  - විද්වතුන්ගේ මතයට අනුව පළමු වරට බුද්ධ ප්‍රතිමාවක් නිර්මාණය වී ඇත්තේ කණිෂ්ක රාජ්‍ය යුගයේදී ය.

බුදු පිළිම වර්ග

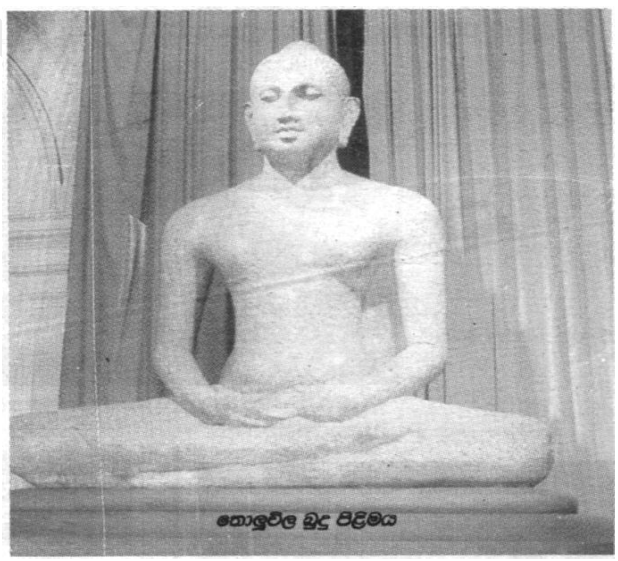
✓ හිටි පිළිම

අවුකන බුදු පිළිමය

මාලිගාවිල බුදු පිළිමය

✓ හිඳි පිළිම

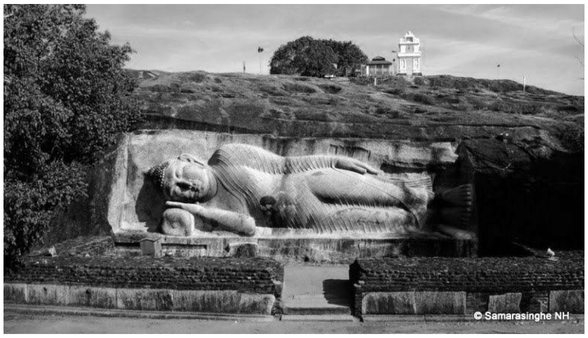
අනුරාධපුර සමාධි පිළිමය



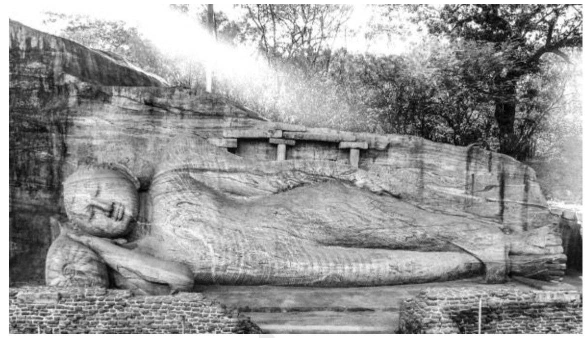
තොලුවිල සමාධි පිළිමය

chamindavijeekumara@gmail.com

✓ සැතපෙන පිළිම/ ඕත් පිළිම



තන්තිරිමලේ පිළිමය



පොළොන්නරු ගල් විහාරයේ සැතපෙන පිළිම

✓ චංකමන පිළිම

තිවංක චංකමන ප්‍රතිමාවක්

තිවංක ප්‍රතිමා ගෘහය

❖ ප්‍රතිමා නිර්මාණය කර ඇති ආකාර දෙකකි...

1. ආබද්ධ පිළිම
2. අනාබද්ධ පිළිම

1. ආබද්ධ පිළිම

පිළිමයට පිටුපසින් ගලක් හෝ වෙනත් බාහිර ආධාරයක් ඇතිව නිමවා ඇති පිළිමයි.
උදා :-

අවුකන බුදු පිළිමය

2. අනාබද්ධ පිළිම

පිළිමයට පිටුපසින් ගලක් හෝ වෙනත් බාහිර ආධාරයක් නොමැතිව නිමවා ඇති පිළිමයි.
උදා:-

මාලිගාවිල බුදු පිළිමය

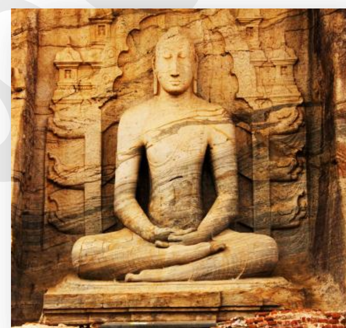
බුද්ධ ප්‍රතිමා නිර්මාණයේ දී යොදාගෙන ඇති මාධ්‍ය

- කළුගල්
- ලෝහ
- ඇත්දත්
- බදාම
- කිරිගරුඬ
- ලී

බුදු පිළිමවල දැකිය හැකි මුද්‍රා

බුද්ධ ප්‍රතිමා නිර්මාණයේ දී ප්‍රධාන මුද්‍රා හයක් යොදාගෙන ඇත. මෙම මුද්‍රා මගින් අර්ථ ගැන්වෙන්නේ එක් එක් සන්නිවේදන ක්‍රමයන් ය.

1. ධ්‍යාන මුද්‍රාව
2. අභය මුද්‍රාව
3. විතර්ක මුද්‍රාව
4. ධර්ම චක්‍ර මුද්‍රාව
5. භූමි ස්පර්ශ මුද්‍රාව
6. වරද මුද්‍රාව



1. ධ්‍යාන මුද්‍රාව

- ✓ මෙම මුද්‍රාව හිඳි පිළිමවල බොහෝ විට දක්නට ඇත.
- ✓ වම් අත්ල මත දකුණු අත්ල තිබීමෙන් මෙම මුද්‍රාව අර්ථවත් කෙරේ.
- ✓ බොහෝ සමාධි පිළිමවල මෙය දැකිය හැකිය.
- ✓ භාවනානුයෝගී සමාධි ගත ඉරියව්ව මින් සංකේතවත් කෙරේ.

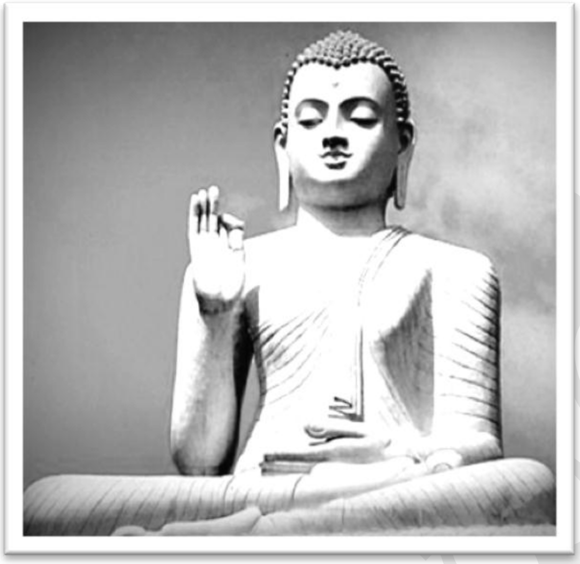
2. අභය මුද්‍රාව

- ➢ දකුණු අත උඩට නමා ඇඟිලි සම්පූර්ණයෙන් ම දිග හැර අත්ල ඉදිරියට සිටින සේ නිරූපිතයි.
- ➢ අවුකන ප්‍රතිභාව හා ගල් විහාර ප්‍රතිමාව මෙයට නිදසුන් වේ.
- ➢ විද්වත් මතයට අනුව ලෝක සත්ත්වයාට උරුම වී ඇති සසර බිය දුරු කිරීම මින් පිළිබිඹු කෙරේ.

අවුකන බුදු පිළිමය

3. විතර්ක මුද්‍රාව

- දකුණු අත උඩට නමා දබර ඇඟිල්ල මාපට ඇඟිල්ලේ තුඩු මත තබා කවයක් ලෙස ඇඟිලි දෙක සකසා තිබීම මෙහි විශේෂ ලක්ෂණයකි.
- බුදුරදුන් ගැටලු විසඳීමට යොමු වීම මින් සංකේතවත් කෙරේ.



4. ධර්ම චක්‍ර මුද්‍රාව

- ✓ මේ සඳහා අත් දෙකම භාවිතා කෙරේ.
- ✓ ධර්මය පැහැදිලි කිරීම මෙයින් පෙන්නුම් කෙරේ.
- ✓ පළමුව දකුණු අත්ල පිටතට හරවා පපුවේ මට්ටමට ගෙන එම අතේ මහපට ඇඟිලි තුඩ හා දබර ඇඟිලි තුඩ කවයක් සේ එකතු කර පසු ව වම් අත්ල පපුව ප්‍ර දේශයට හරවා එහි ඇඟිල්ලක් දකුණු අතේ එකතුව ඇති ඇඟිලි තුඩු දෙකම ස්පර්ශ වීම මෙම මුද්‍රාවේ ස්වභාවයකි.

5. භූමි ස්පර්ශ මුද්‍රාව

- හිඳි පිළිමවලට පමණක් ආවේණික මුද්‍රාවකි.
- පිළිමයේ දකුණු දණ හිසට උඩින් තම දකුණු අත්ල ඇතුළට සිටින සේ ඇඟිලි දිග හැර පහතට සිටින ආකාරයට මූර්තිමත් කෙරේ.
- වම් අත භාවනානුයෝගී ඉරියව්වෙන් තබා ඇත.
- බුදුරදුන් මාර පරාජයේදී පොළොව සාක්ෂි දැරීම මෙයින් සංකේතවත් කෙරේ.

6. වරද මුද්‍රාව

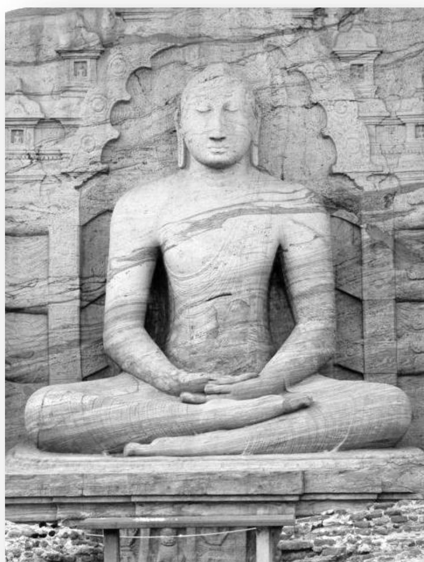
- ✓ බොහෝ විට හිඳි පිළිමවල දැකිය හැකි මුද්‍රාවකි.
- ✓ දකුනු අත පහත් කොට අත්ල උඩු අතට හරවා ඇඟිලි දිගහැර ඇත.
- ✓ වරදානය මින් සංකේතවත් කෙරේ.

ආසන

- ප්‍රතිමා නිර්මාණයේ දී විවිධ මුද්‍රා මෙන් ම ආසන ද භාවිතා කර ඇත. ආසන වැඩ හිඳින පිළිමවලට විශේෂයෙන්ම ආවේණික වේ. ඒ අනුව ප්‍රධාන ආසන වර්ග තුනකි...
    - වීරාසනය
    - භද්‍රාසනය
    - පද්මාසනය

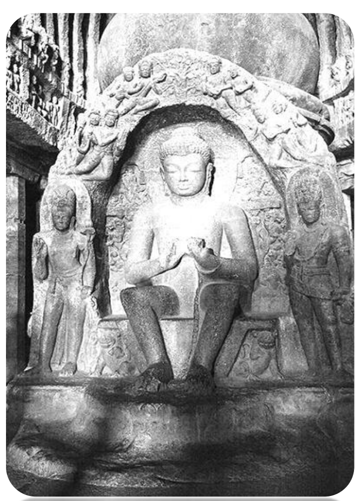
✓ **වීරාසනය**

වම් පාදය දකුණු පාදය යටින් හා දකුණු පාදය වම් පාදයට උඩින් පිහිටන ලෙස තබා හිඳ ගැනීමේ ඉරියව්ව යි.



✓ **භද්‍රාසනය**

- යහපත් වූ සුව වූ ආසනය භද්‍රාසනය යි.
- මදක් උස් වූ ආසනයක හිඳ කලවා දෙපසට විහිදුවා පාද පහළින් ඇති පද්මයක් වැනි පීඨයක් මත තබාගෙන සිටීමයි.



✓ **පද්මාසනය**

- පද්මයක ආකාරයට හිඳගෙන සිටීමයි.
- දණහිස් නමා පතුල් උඩ අතට සිටින සේ වම් පතුල දකුණු කලවා මත ද දකුණු පතුල වම් කලවා මත ද තබාගෙන සිටින ඉරියව්ව යි.

<u>ප්‍රතිමාඝර</u>

- ප්‍රතිමා වන්දනය ජනප්‍රිය වීමත් සමග ඒ සඳහා ඉදි වූ ගෘහය ප්‍රතිමාඝරය යි
- පැරණිම ප්‍රතිමාඝර වර්ග තුනකට බෙදා දැක්විය හැකිය.
  - ගන්ධකුටි
  - ප්‍රාසාද
  - ගෙඩිගේ

❖ ගන්ධකුටි

- බුදුන් වහන්සේ වැඩ විසූ කුටිය මෙනමින් හැඳින්වේ.
- මෙය සරල ප්‍රතිමාඝර විශේෂයකි.
- කිරිබත් වෙහෙර, තොලුවිල, පන්කුළිය යන ස්ථානවල මෙබඳු ප්‍රතිමාඝර පැවති බව සැලකේ.

❖ ප්‍රාසාද

- තරමක් විශාල මහල් සහිත ගොඩනැගිල්ලකි.
- මිගාර මාතු පාසාද සංකල්පය අනුව යමින් මෙය නිර්මාණය කරන්නට ඇතැයි සැලකේ.
- රත්න පාසාද ගොඩනැගිල්ල, බිසෝ මාලිගා ගොඩනැගිල්ල යන ස්ථාන වලින් මීට ආකෘති හමු වේ.

රත්න පාසාද ගොඩනැගිල්ල

බිසෝ මාලිගා ගොඩනැගිල්ල

❖ ගෙඩිගේ

- ප්‍රමාණයෙන් විශාල වූ පිළිම ගෙවල් විශේෂයකි.
- වහලය පවා ගඩොලින් නිමවා ඇත.
- අනුරාධපුර යුගයේ අවසාන භාගයේ පටන් මෙබඳු පිළිම ගෙවල් නිර්මාණය කිරීම සිදු වී ඇත.
- පොළොන්නරුවේ ථූපාරාමය පිළිම ගෙය, තිවංක පිළිමගෙය, ලංකාතිලක පිළිම ගෙය හා ප්‍රසිද්ධ නාලන්දා ගෙඩිගෙය මීට නිදසුන්ය.

නාලන්දා ගෙඩිගෙය

චිත්‍ර කලාව

- බුද්ධ චරිතය, බෝසත් සිරිත, ශාසන ඉතිහාසයේ සිදුවීම් පදනම් කරගෙන විහාර ගෙවල් ආශ්‍රිත ව බොහෝ සිතුවම් නිර්මාණය කිරීම අනුරාධපුර යුගයේ සිට ම සිදුවිය.
- මෙය ඉතා උසස් ධර්ම සන්නිවේදන මාධ්‍යයක් ලෙස ජනප්‍රිය විය.

සන්නිවේදන මාධ්‍යයක් ලෙස විහාර සිතුවම් කලාව යොදාගත් අවස්ථා

- බුද්ධ චරිතය පිළිබඳව ජනතාවට කරුණු ඉගැන්වීමට.
- බුද්ධ ධර්මය පිළිබඳව ජනතාවට කරුණු ඉගැන්වීමට.
- ශාසන ඉතිහාසය පිළිබඳව ජනතාවට කරුණු ඉගැන්වීමට.

මහනුවර යුගයේ චිත්‍ර කලාව

මහනුවර යුගයේ සිතුවම් නිමැවුණ ස්ථාන කිහිපයක් ඇසුරෙන් වටහා ගැනීම අසීරු නොවේ.

- දෙගල් දොරුව විහාරය
- මැදවල විහාරය
- රන්ගිරි දඹුළු විහාරය
- කුරුණෑගලට සමීප ව ඇති රිදී විහාරය,
- බඹරගල විහාරය
- කැලණියේ පැරණි විහාර මන්දිරය

යන ස්ථානවල ඇති සිතුවම් තවමත් ආරක්ෂිත ව පවතින බැවින් මේ වෙනස හඳුනා ගැනීම පහසු ය

- මේ යුගයේ සිටි චිත්‍ර ශිල්පීන් අතර දෙවරගම්පොළ සිල්වත් තැන, **හිරියාලෙ නයිදෙ, දේවේන්ද්‍ර මූලාචාරියා** යන අය විශේෂයි
- **රතු, සුදු, කහ, කළු** යන වර්ණ වැඩි වශයෙනුත් **නිල් සහ කොළ** පාට අඩුවෙනුත් යොදාගෙන ඇත. කහ සහ සුදු පාටින් ඇඳි සිතුවම් රතු පසුබිමක දක්නට ලැබේ.
- **අඛණ්ඩ කථන ක්‍රමයට** සිතුවම් ඇඳීම මේ යුගයේ ජනප්‍රිය වී ඇත. එනම් කිසි යම් කතා පුවතක එක් චිත්‍ර රාමුවක් නොව ඒ හා සම්බන්ධ සිදුවීම් පෙළක් නිරූපණය කිරීමය

දෙගල් දොරුව විහාරය

මැදවල විහාරය

රන්ගිරි දඹුළු විහාරය

- <u>අඛණ්ඩ කථන</u>

- **අඛණ්ඩ කථන ක්‍රමයට සිතුවම් ඇඳීම මේ යුගයේ ජනප්‍රිය වී ඇත.**
- **එනම් කිසි යම් කතා පුවතක එක් චිත්‍ර රාමුවක් නොව ඒ හා සම්බන්ධ සිදුවීම් පෙළක් නිරූපණය කිරීමය**

නූතන යුගයේ චිත්‍ර කලාව

- දහනව වන සියවසේ අවසාන භාගයේ හා විසි වන සියවසේ ආරම්භක වකවානුවේ සිට මෙරට චිත්‍ර කලාවේ නව පරිච්ඡේදයක් ඇරඹිණි.
- එයට බල පෑ ප්‍රධාන හේතුව වන්නේ මෙරට දීර්ඝ කාලයක් අධිරාජ්‍යවාදීන්ට යටත්වීම නිසා පැවැති දේශීය සිතුවම් කලාව අභාවයට යෑමයි
- නූතන යුගය ආරම්භයේ බෞද්ධ චිත්‍ර නිරූපණයට යොමු වූ **රිචඩ් හෙන්රිකස්, එම්. සාර්ලිස්**
- **රිචඩ් හෙන්රිකස්** විසින් **ග්‍රෑන්ඩ්පාස්හි ජයතිලකාරාමයේ** අඳින ලද සිතුවම්වලින් ද ජිනරාජවංශය නම් ග්‍රන්ථයට අඳින ලද බෞද්ධ සිතුවම්වලින් ද මේ ලක්ෂණය පිළිබිඹු වේ.
- එමෙන් ම මෙතුමාගේ ගෝලයකු ලෙස සැලකෙන **එම්. සාර්ලිස් ශිල්පියා** විසින් අඳින ලද සිතුවම් විහාර රැසක දක්නට ලැබේ.

ඒ අතර

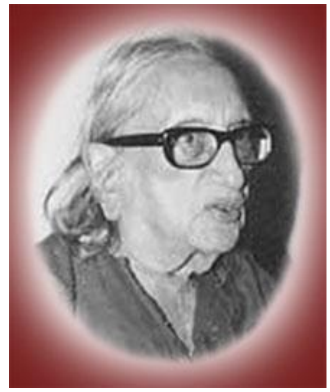
- **කොළඹ මාළිගාකන්ද විහාරය**
- **අශෝකාරාමය**
- **ඉසිපතනාරාමය**
- **වේළුවනාරාමය**
- **පොතුපිටියේ පූජාරාමය**

ප්‍රධාන ය.

සෝලියස් මෙන්දිස් මහතා

- 1930 දශකයේ බෞද්ධ සිතුවම් කලාවට පිවිසි ඔහුගේ විශිෂ්ට ගණයේ නිර්මාණ දැකගත හැකිවන්නේ කැලණි විහාරයේ අලුත් විහාර මන්දිරයෙනි.
- මොහුට අවශ්‍ය මූලික මග පෙන්වීම එකල සිටි එම්. මෙමෝනිස් සිල්වා මහතාගෙන් ලැබී ඇත.
- සෝලියස් මෙන්දිස් මහතාගේ සෙසු නිර්මාණ දැකිය හැකි ස්ථාන ලෙස
  - මාවිල සුමන කුසුමාරාමය,
  - රණස්ගල්ල විහාරය
  - මැද්දෙපොල විහාරය වැදගත් වේ.

ජෝර්ජ් කීට් මහතා



- නූතන චිත්‍ර කලා විෂයයෙහි තවත් ප්‍රබල නිර්මාණකරුවෙකු ලෙස ජෝර්ජ් කීට් මහතා සැලකේ.
- ඔහු විසින් බොරැල්ලේ ගෝතමී විහාරයේ අඳිනු ලැබ ඇති සිතුවම්වලින් ලාංකේය විහාර සිතුවම් කලාවේ සාම්ප්‍රදායික ආකෘතිය වෙනස් කිරීමට උත්සාහ ගෙන ඇත.
- මේ සිතුවම් තුළින් බුද්ධාලම්භන ප්‍රීතියට වඩා ශෘංගාරය ඉස්මතු කෙරෙන බව ඇතමකුගේ මතය වේ.

බොරැල්ලේ ගෝතමී විහාරය

ඇල්බට් ධර්මසිරි මහතා

- ඇල්බට් ධර්මසිරි මහතා විසින් සේදවත්තේ වෙහෙරගොඩැල්ල විහාරයේ අඳින ලද සිතුවම් ද නූතන යුගයේ සිතුවම් කලාවේ විශිෂ්ටත්වය පෙන්නුම් කරන්නකි.

සෝමබන්දු විද්‍යාපති මහතා

- **බෙල්ලන්විල රජමහා විහාරයේ** මෑත භාගයේ ඉදිකෙරුණු විහාර මන්දිරයේ සිතුවම් අඳිනු ලැබුවේ සෝමබන්දු විද්‍යාපති මහතා විසිනි.
- ඔහු සෝලියස් මෙන්ඩිස් මහතාගේ චිත්‍ර කලාවට නව මුහුණුවරක් ලබාදුන් අයෙකු ලෙස සැලකේ.

සමස්තයක් ලෙස ගත් කල චිත්‍ර, මූර්ති, කැටයම් ආදී වශයෙන් ගැනෙන අපේ බෞද්ධ කලා ශිල්ප තුළින් අරමුණු රැසක් සාධනය වේ. ඒ අතර,

1. බෞද්ධ සාරධර්ම ජනතාව අතරට රැගෙන යන ප්‍රබල මාධ්‍යයක් වීම
2. පොදුජන මනසට ධාර්මික විනෝදාස්වාදයක් ලබා දීම
3. හෙළ සංස්කෘතියේ ප්‍රෞඪත්වය ලොවට හෙළිකිරීම
4. දිගු ඉතිහාසයකට උරුමකම් කියන ජාතියක් ලෙසට ලාංකිකයන් පත්වීම
5. දෙස් විදෙස් සංචාරක ක්ෂේත්‍රයේ අභිවෘද්ධියට හේතු වීම

පුරාවස්තු මංකොල්ලය, නිදන් හෑරීම, අන්තවාදීන් අතර ඇති වන යුදමය ගැටුම් ආදිය කලා ශිල්ප විනාශ වීමේ ප්‍රබල තර්ජන වේ. මෙයට අමතර ව ඓතිහාසික ස්ථාන නැරඹීමට ගිය පසු ඇතැම් අය සිදු කරන නොහික්මුණු ක්‍රියා, එබඳු ස්ථානවල පවත්නා උපදෙස් නොපිළිපැද ක්‍රියාකිරීම ද මේවා විනාශ වීමට හේතු වේ.

19 පාඩම
බුදු සමයෙන් පෝෂණය වූ සිංහල සාහිත්‍යය

❖ **බුදු සමයෙන් පෝෂණය වූ සිංහල සාහිත්‍යය යුග**
- දඹදෙණි සාහිත්‍ය යුගය
- කුරුණෑගල සාහිත්‍ය යුගය
- ගම්පොළ සාහිත්‍ය යුගය
- කෝට්ටේ සාහිත්‍ය යුගය
- මහනුවර සාහිත්‍ය යුගය

කුරුණෑගල සාහිත්‍ය යුගය

- සිංහල සාහිත්‍ය ඉතිහාසයේ දඹදෙණි යුගයෙන් පසු ව එළඹෙන්නේ කුරුණෑගල යුගය යි. අවුරුදු 54ක කාලයක් (ක්‍රි.ව 1292- 1347) පමණ කාලය මේ යුගයට අයත් වේ. කුරුණෑගල රාජධානිය ආරම්භ කළේ දෙවන බුවනෙකබා (1292- 1302) රජ ය. ඉක්බිති රාජ්‍යයට පත් වූයේ සිවු වන පරාක්‍රමබාහු (1302 – 1326) රජතුමා ය. එතුමාගෙන් පසු තෙවන බුවනෙකබාහු හා පස් වන විජයබාහු යන රජවරු පිළිවෙළින් සිහසුනට පත් වූහ. මේ රජවරුන්ගේ ඇවෑමෙන් කුරුණෑගල සාහිත්‍ය යුගය අවසන් වෙයි.
- කුරුණෑගල සාහිතය යුගයේ විසූ ලේඛකයන් අතර විල්ගම්මුල තෙරිඳු, වීරසිංහ ප්‍රතිරාජ, සකල විද්‍යාචක්‍රවර්තී පරාක්‍රම පණ්ඩිත, දෙව්රද දම්පසඟිනා යන ගිහි පැවිදි පඬිවරු වෙති. ගද්‍ය ග්‍රන්ථ රචනය මේ යුගයේ විශේෂතාවකි. සිංහල පතපොත ලිවීම, මෙකල ද පැවති අතර වංස කථා නමින් හැඳින්වුණ ග්‍රන්ථ විශේෂයක් ද බිහි වී ඇත. වෘත්ත ගන්ධි නැමති ගද්‍ය ශෛලියකින් ග්‍රන්ථ රචනා කිරීම ද මේ යුගයේ දී ආරම්භ විය.

✓ කුරුණෑගල සාහිත්‍ය යුගයේ දී බිහි වූ ග්‍රන්ථ

➢ **පන්සිය පනස් ජාතක පොත් වහන්සේ,**
- පාලි ජාතකට්ඨකථාව සිංහලයට නැඟීමෙන් රචිත කෘතියකි.
- මෙය රචනා කර ඇත්තේ සිව්වැනි පරාක්‍රමබාහු රජුගේ ආරාධනාවෙන් කතෘ මණ්ඩලයක් විසිනි.
- බුදුන් වහන්සේ පාරමීදම් පුරන සමයේ හෙවත් බෝධිසත්ව අවධියේ දී උපන් ආත්මභාව පිළිබඳ මෙහි විස්තර වේ.
- ධර්ම දේශනා ශෛලිය උපයෝගී කර ගනිමින් රචිත ය.
- කතා වස්තු 547ක් අන්තර්ගත වේ.

➢ **සිංහල බෝධි වංශය,**
- පාලි බෝධි වංශයෙහි සිංහල පරිවර්තනයකි.
- විල්ගම්මුල නාහිමියන් විසින් රචනා කර ඇත.
- බෝධි සත්ත්වයන් වහන්සේ බුද්ධත්වය ලබා ගැනීමේ දී සෙවණ දුන් ජය ශ්‍රී මහා බෝධීන් වහන්සේගේ ඉතිහාසය මින් විස්තර කෙරේ.
- ආනන්ද බෝධිය, ජය ශ්‍රී මහා බෝධිය ලක්දිවට වැඩමවීම, අෂ්ටඵල රුහ බෝධී හා දෙතිස්ඵල රුහ බෝධි රෝපණය ආදී විස්තර ද මෙහි අන්තර්ගතය.

- **ථූපවංශය,**
  - විද්‍යා චක්‍රවර්තී පරාක්‍රම පණ්ඩිත නම් තැනැත්තෙකු විසින් රචිත ය
  - රුවන්වැලි මහා සෑ රදුන්ගේ විස්තරය මෙහි දැක්වේ.
  - ශාසන ඉතිහාසය පිළිබඳ තොරතුරු ද ඇතුළත් ය.
  - ධාතු වර්ණනා හා එදා සමාජීය තොරතුරු මෙන්ම රුවන්වැලි සෑය නිර්මාණය සඳහා අමුද්‍රව්‍ය සැපයූ අයුරු, එය ගොඩනැගූ අයුරු ආදී බොහෝ තොරතුරු මෙහි අන්තර්ගතය.

<u>ගම්පොළ සාහිත්‍ය යුගය</u>

- සිංහල සන්දේශ කාව්‍ය කෘති මුල් වරට හමු වන්නේ මේ යුගයේ දීය.
- ඒ අතර ගම්පොළ පස්වන බුවනෙකබාහු රාජ්‍ය සමයේ රචනා වූ මයුර සන්දේශය වැදගත් කෘතියකි. මෙය ගම්පොළ සිට දෙවිනුවර උපුල්වන් දෙවියන් වෙත මොණරෙකු අත යැවෙන පණිවිඩයකි.
- තිසර සන්දේශය මේ යුගයේ රචිත තවත් සන්දේශ කාව්‍යකි. මෙය දැදිගම විසූ පරාක්‍රමබාහු රජුට උපුල්වන් දෙවිඳුන්ගේ ආශිර්වාදය ප්‍රාර්ථනා කළ බව දැන්වීමට රචනා කරන ලද්දකි.
- නිකාය සංග්‍රහය හෙවත් ශාසනාවතාරය මෙම යුගයේ රචිත ගද්‍ය ග්‍රන්ථයක් වන අතර ද්විතීය ධර්මකීර්ති නාහිමිපාණන් විසින් එය රචිතය. මෙමගින් ලක්දිව ඉතිහාසයත්, බුද්ධ ශාසනයේ ඉතිහාසයත් විස්තර කෙරේ.
- මෙම යුගයේ රචිත එළු අත්තනගලු වංශය පාලි අත්තනගලු වංශය සිංහලයට නැගීමෙන් රචනා කරන ලද්දකි.
- සද්ධර්මාලංකාරයද මෙම යුගයට අයත්ය. මෙය රචනා කර ඇත්තේ දේවරක්ෂිත ජයබාහු හෙවත් ද්විතීය ධර්මකීර්ති මාහිමියන්ය. මෙහි රසවාහිණිය ඇතුළු පාලි මූලාශ්‍රවල එන කතා සිංහලෙන් දක්වා ඇත.
- මෙම යුගයේ රචිත සද්ධර්මාමෘත මංජුසයේ බුද්ධ ධර්මයෙහි ඇතුළත් ඇතැම් ඉගැන්වීම් කථා වස්තු මගින් පැහැදිලි කෙරේ. මෙහි කතෘ අවිනිශ්චිතයි.
- මෙම යුගයේ රචිත බාලාවතාර සන්නය ජයබාහු ධර්මකීර්ති යන අය රචනා කර ඇත. මෙය බාලාවතාරය නැමති පාලි ව්‍යාකරණ ග්‍රන්ථයට ලියන ලද සන්නයකි.

<u>කෝට්ටේ සාහිත්‍ය යුගය</u>

- සිංහල සාහිත්‍ය යුගයේ ස්වර්ණමය යුගයයි.
- ෂඩ්භාෂා පරමේෂ්වර තොටගමුවේ ශ්‍රී රාහුල හිමි මේ යුගයේ ග්‍රන්ථකරණයේ නියැළුණු යතිවරයාණන් කෙනෙකි.
- බුද්ධිප්පසාදිනිය, පංචිකාප්‍රදීපය, කාව්‍යශේඛරය, පරෙවි සන්දේශය, සැළලිහිණි සන්දේශය යන ග්‍රන්ථ ෂඩ්භාෂා පරමේෂ්වර තොටගමුවේ ශ්‍රී රාහුල හිමියන් විසින් රචිත ග්‍රන්ථ අතරට අතරට අයත් වේ.
- වීදාගම මෛත්‍රීය නාහිමිපාණන් වහන්සේ ද මෙම යුගයේ සිටි වියත් යතිවරයන් වහන්සේ නමකි.
- උන් වහන්සේ රචිත ලෝවැඩ සඟරාව මුල්ම කවි බණ පොත ලෙස හඳුන්වා දිය හැකිය. බුදුගුණ අලංකාරයද උන් වහන්සේ විසින් රචිත කෘතියකි.

කෝට්ටේ සාහිත්‍ය යුගයේදී මෙරට සාහිත්‍යට එක් වූ අනෙකුත් කෘති හා රචිත කතුවරුන්

- කෝකිල සන්දේශය - දෙවිනුවර ඉරුගල් තිලක පිරුවන්පති හිමි
  (ආර්යචක්‍රවර්ති පරාජය කිරීම සඳහා දෙවිනුවර උපුල්වන් දෙවියන්ගෙන් ආශිර්වාදය ප්‍රාර්ථනා කිරීම)
- ගිරා සන්දේශය - කතෘ අවිනිශ්චිතයි
  (සවන පැරකුම්බා රජුත් ලංකා බුද්ධ ශාසනයත් ආරක්ෂා කරන ලෙස ඉල්ලිම)
- හංස සන්දේශය - කතෘ අවිනිශ්චිතයි
  (ගිරා සංදේශයට පිළිතුරු වශයෙන් ලියන ලද්දකි. viවන පැරකුම්බා රජතුමන් සතුරු කරදර වලින් ආරක්ෂා කර දෙන ලෙස උපුල්වන්,කඳකුමරු,සමන්,විභීෂණ යන දෙවිවරුන්ගෙන් ඉල්ලා සිටින්නැයි වනරතන හිමියන් වෙත හංසයා දූත කාර්යයෙහි යොදවා කෙරෙන ඉල්ලීමකි)
- දහම්ගැට මාලාව - ධර්මසේන හිමි
  (තේරවිලි මගින් බුද්ධ ධර්මය පැහැදිලි කිරීම)
- චූලබෝධිවංශය - කතෘ අවිනිශ්චිතයි
  (දෙවන පැතිස් රාජ්‍ය සමයෙහි ලංකාවට වැඩම කරවන ලද ශ්‍රී මහා බෝධි ශාඛාව පිළිබඳ විස්තර කෙටියෙන්)
- පැරකුම්බා සිරිත - කතෘ අවිනිශ්චිතයි
  (කෝට්ටේ සිරි පැරකුම්බා රජුගේ පරපුර හා එතුමාගේ විවිධ ගුණ)
- ගුත්තිල කාව්‍යය - වැත්තෑවේ හිමියන්
  (ගුත්තිල ජාතකය ඇසුරින් ලියන ලද්දකි)

මහනුවර සාහිත්‍ය යුගය

- ලංකාවේ භික්ෂු අධ්‍යාපනය ක්‍රමයෙන් පිරිහීමට ලක් වූ යුගයකි.
- පෘතුගීසී, ලන්දේසී හා ඉංග්‍රීසි ජාතිකයින් යටතේ මිෂනාරි පාසල් අධ්‍යාපනය ආරම්භ කිරීම ඊට හේතු විය.
- මේ යුගයේදී එතෙක් එකක්ව පැවති සිංහල බෞද්ධ සාහිත්‍යය වෙනස් වන්නට විය.
- ඒ අනුව බෞද්ධ තේමා පදනම් කරගෙන රචනා වූ ග්‍රන්ථ වෙනුවට විවිධ තේමා ඔස්සේ ග්‍රන්ථ රචනා වන්නට විය.

පන්සල, පිරිවෙන මුල් කරගත් වර්තමාන බෞද්ධ අධ්‍යාපන ක්‍රමයේ ආරම්භයට බලපෑ සාධක

- හික්කඩුවේ ශ්‍රී සුමංගල හිමියන්ගේ ප්‍රමුඛත්වයෙන් කොළඹ මාළිගාකන්දේ විද්‍යෝදය පිරිවෙන ආරම්භ කිරීම.
- රත්මලානේ ධර්මාලෝක හිමියන්ගේ ප්‍රමුඛත්වයෙන් කැළණියේ පැලියගොඩ විද්‍යාලංකාර පිරිවෙන ආරම්භ කිරීම.

20 පාඩම
දැහැමි ධනය ගෙනෙයි සැපය

❖ දැහැමි ජීවනෝපාය මාර්ග සඳහා උපදෙස් සපයන බෞද්ධ සූත්‍ර ධර්ම

- සිඟාලෝවාද සූත්‍රය
- ව්‍යග්ඝපජ්ජ සූත්‍රය
- අනණ සූත්‍රය
- මංගල සූත්‍රය
- පත්තකම්ම සූත්‍රය

❖ බුදු සමය විසින් අනුදත් නිවැරදි කර්මාන්ත කිහිපයක්

- කෘෂි කර්මාන්තය (කසි)
- වෙළෙඳාම (වණිජ්ජා)
- ගවයින් රැක බලා ගැනීම (ගෝ රක්ඛ)
- රාජ්‍ය සේවය (රාජ පෝරිස)
- අනෙකුත් ශිල්ප කර්මාන්ත (සිප්පඤ්ඤතර)

❖ බුදු දහමේ දැක්වෙන අධාර්මික වෙළෙඳ ක්‍රම

- හොරට කිරීම (තුලා කූට)
- හොරට මැනීම (මාන කූට)
- බාල දේ අගය කර විකිණීම (කංස කූට)

<u>බුදුන් වහන්සේ විසින් පෙන්වා දී ඇති නොකළ යුතු වෙළඳාම්</u>

✓ අවි ආයුධ වෙළඳාම
✓ සත්ත්ව වෙළඳාම
✓ මස් වෙළඳාම
✓ විෂ වෙළඳාම
✓ මත් ද්‍රව්‍ය වෙළඳාම

<u>බුදු දහමේ (අනණ සූත්‍රයේ) සඳහන් චතුර්විධ සුඛ (සැප)</u>

1. අත්ථි සුඛ
2. භෝග සුඛ
3. අනණ සුඛ
4. අනවජ්ජ සුඛ

1. **අත්ථි සුඛ**
    - උත්සාහයෙන් හා දැතේ ශක්තියෙන් දහඩිය වගුරවමින් ධාර්මිකව උපයා සපයා ගත් ධනයක් තමන්ට ඇතැයි කියා යම් කෙනෙක් ලබන සතුට අත්ථි සුඛයයි.
2. **භෝග සුඛ**
    - උට්ඨාන වීර්යයෙන් දැතේ මහන්සියෙන් දහඩිය වගුරුවා ධාර්මිකව සපයා ගත් ධනය පරිභෝග කිරීමෙන් ලබන සැපය භෝග සුඛය යි.
    - මෙම ධනය තමාගේ මෙන්ම අන්‍යයන්ගේ ද සුව පහසුව ඇතිවන ආකාරයට පරිහරණය කිරීම කළ යුතුය.
    - තවද මෙලොව ජීවිතය පමණක් නොව පරලොව ජීවිතය ද සැපවත් කර ගැනීමට අවශ්‍ය පින් දහම් කිරීමට ධනය වැය කළ යුතු වේ.
3. **අනණ සුඛ**
    - තමන් කිසිදු අයෙකුට කිසිම ආකාරයේ ණයක් නැතැයි කියා සිතා ලබන සතුට අණන සුඛය යි.
4. **අනවජ්ජ සුඛ**
    - නිවැරදි වූ කාය කර්මයෙන්, වචී කර්මයෙන්, මනෝ කර්මයෙන් යුතුව ක්‍රියා කිරීමෙන් ආර්ය ශ්‍රාවකයා සැපයට පැමිණෙයි, සොම්නසට පැමිණෙයි නම් එය අනවජ්ජ සුඛය යි

<u>අධාර්මිකව ධනය නොඉපවිය යුතු බව බුදු දහමේ දැක්වෙන අවස්ථාවක්</u>

- න අත්ත හේතු න පරස්ස හේතු
  න පුත්ත මිච්ඡේන ධනං න රට්ඨං
  න ඉච්ඡෙය්‍ය අධම්මේන සමිද්ධි මත්තනෝ
  ස සීලවා පඤ්ඤවා ධම්මිකෝ සියා

තමාගේ අභිවෘද්ධිය ගැන සිතා හෝ අනුන්ගේ අභිවෘද්ධිය ගැන සිතා හෝ තම අඹු දරුවන්ගේ අභිවෘද්ධිය ගැන සිතා හෝ රට වැසියන්ගේ අභිවෘද්ධිය ගැන සිතා හෝ අධාර්මිකව ධනය ඉපැයීමට නොපෙළඹෙන්න.

21 පාඩම
දැහැමි ව උපයා දැහැමි ව වැය කරමු

- පත්තකම්ම සූත්‍රය
    - අනේපිඬු මහ සිටුතුමාට බුදුන් වහන්සේ විසින් දේශනා කරන ලද්දකි.
    - ධනය පරිහරණය කිරීමට අදාළ කළමනාකරණය මෙම සූත්‍රයේ දැක්වේ.
- පත්තකම්ම යනු...
    - සුදුසු ක්‍රියාව හෙවත් කළ යුත්තයි.
    - පහත දැක්වෙන සිව් ආකාර වූ ප්‍රාප්ත කර්ම (පත්තකම්ම) ක්‍රියාවට නැගීම නුවණැති සැබෑ ගිහි බෞද්ධයකුගේ වගකීමයි.

බෞද්ධයෙකු විසින් තම උත්සාහයෙන්, ශක්තියෙන් හා දැහැමින් උපයා ගත් ධනය පරිභෝග කළ යුතු ආකාර 04

01. තමාගේ සැපත සතුට සඳහා මෙන්ම තමා වටාහා සිටින අන් අයගේ ද සැපත සතුට සඳහා.
02. ගින්නෙන්, ජලයෙන්, අදැහැමි රජ දරුවන්ගෙන්, සොරුන්ගෙන් හා තමා ප්‍රිය නොකරන පුද්ගලයන්ගෙන් ආරක්ෂා කර ගැනීම මගින්.
03. පංචබලි නම් වූ යුතුකම් පහ ඉටු කිරීම සඳහා.
04. මහණ බමුණන්ට දන් දීම, පූජා පැවැත්වීම සඳහා.

ගිහි බෞද්ධයෙකුගේ ධන පරිහරණය

- ආත්මාර්ථය හා පරාර්ථය වෙනුවෙන්.
- විවිධ උවදුරුවලින් ආරක්ෂා කර ගැනීම.
- පංච බලි නම් වූ යුතුකම් ඉටු කිරීම.
- පැවිදි උතුමන්ට දානාදියෙන් සංග්‍රහ කිරීම.

පත්තකම්ම සූත්‍රයේ සඳහන් පංචබලි

1. ඥාතිබලි - උපයාගත් ධනයෙන් ඥාතීන්ට සැලකීම.
2. අතිථිබලි - ආගන්තුක සත්කාරය.
3. පුබ්බපේතබලි - මියගිය ඥාතීන්ට යුතුකම් ඉටු කිරීම.
4. රාජබලි - රට වැසියන් වශයෙන් රජයට යුතුකම් ඉටු කිරීම.
5. දේවතාබලි - දෙවියන්ට පින් දීම/ ආගමික කටයුතු කිරීම.

22 පාඩම
පාලකයන්ට මග කියන බුදු දහම

බුදු දහමෙහි දැක්වෙන රාජ්‍ය පාලනයට අදාළ ඉගැන්වීම්

- දස සක්විතිවත්
- සප්ත අපරිහානීය ධර්ම
- සතර සංග්‍රහ වස්තු
- සතර අගතියෙන් තොර වීම
- දස රාජ ධර්ම
- පංචසීල ප්‍රතිපත්තිය
- සිව් බඹ විහරණ

දස රාජ ධර්ම

1. දානය

- රට වැසියාගේ ආර්ථික සුරක්ෂිතතාව තහවුරු කරලීම සඳහා අවශ්‍ය ප්‍රාග්ධනය ලබා දීම දේශපාලය ක්ෂේත්‍රයේ දී "දානය" යන්නෙන් අදහස් කෙරේ.

- කෘෂි කර්මය, වෙළෙඳාම ආදී ජීවන වෘත්තියක් ආරම්භ කොට ක්‍රියාත්මක කරගෙන යෑමට අවශ්‍ය පහසුකම් පාලකයා විසින් ලබා දිය යුතු අතර එම සුභ සාධක සේවා දානයට අයත් වේ.

2. සීලය
- පාලිතයෝ නිතරම පාලකයා අනුකරණයට යොමු වෙති.
- එබැවින් නායකයා අන් අයට ආදර්ශයක් වෙමින් සිල්වත්ව ක්‍රියා කළ යුතුය.

3. පරිත්‍යාගය
- පාලකයා රට වැසියන්ගේ යහපත සඳහා තම කාලය, ශ්‍රමය, ධනය, සුව පහසුව යනාදිය කැප කිරීමයි.

4. ඍජු බව
- හිතවත්කම්, ඥාති සම්බන්දතා ආදී බාධක හා බලපෑම්වලට යොමු නොවී සතර අගතියෙන් තොරව යුක්තිය හා සාධාරණත්වය වෙනුවෙන් අවශ්‍ය කටයුතු කිරීමයි.

5. මෘදු බව
- ජනතාව ආර්ථික හා සාමාජික වශයෙන් විවිධ අවස්ථාවලදී මුහුණ පාන ගැටලුවලට කාරුණික හැඟීමෙන් යුක්තව විසඳුම් ලබා දීමයි.

6. තපස
- පසිඳුරන් පිනවීමට ගිජු නොවී රට හා වැසියා වෙනුවෙන් ක්‍රියා කිරීමයි.

7. අක්‍රෝධය
- සියලු රට වැසියන් තම දරුවන් ලෙස සිතා ක්‍රෝධ චේතනාවෙන් තොරව කටයුතු කිරීමයි.

8. අවිහිංසාව
- සියලුම හිංසාකාරී ක්‍රියාවලින් තොරව මිනිසා ඇතුළු සෑම ජන කොට්ඨාසයක්ම පාලනය කිරීමයි.

9. ඉවසීම
- දුර දිග සිතා බලා ඉවසිලිවන්තව කටයුතු කිරීමයි.
- ක්ෂණික තීරණවලට එළඹීම නායකත්වයේ පිරිහීම කඩිනම් කරයි.

10. විරුද්ධ නොවීම
- විවිධ අදහස් හා මතවාද දරන පිරිස් සමග මධ්‍යස්ථව හා ගැටුමෙන් තොරව කටයුතු කිරීමයි.

<u>**පංචසීල ප්‍රතිපත්තිය රාජ්‍ය පාලන මූලධර්මයක් වන ආකාරය**</u>

1. බියෙන් සැකෙන් තොරව නිදහසේ තම ජීවිතය පවත්වාගෙන යෑමට සෑම අයෙකුටම අවස්ථාව ලබා දිම මගින්.
2. මහජනයාගේ දේපළ සුරක්ෂිත කිරීම මගින්.
3. සදාචාර සම්පන්න ජීවිතයක් ගත කිරීම මගින්.
4. ජනතාව බොරුවෙන් මුළා නොකර සත්‍යවාදීව කටයුතු කිරීම මගින්.
5. මත් ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් තොරව නිරවුල් වූ මනසකින් යුතුව කටයුතු කිරීම මගින්.

සිව් බඹ විහරණ

1. මෙත්තා
2. කරුණා
3. මුදිතා
4. උපේක්ඛා

සිව් බඹ විහරණ දේශපාලන මූලධර්මයක් වන අයුරු…

1. මෙත්තා
- සෑම පාලකයෙකුටම තම මිතුරෙකු සම්බන්ධව පවත්නා හිතවත්කමට සමාන හිතවත්කමක් තම රටවැසියන් කෙරෙහිද සියලු සත්ත්වයන් කෙරෙහිද දැක්වීම යි.

2. කරුණා
- සියලු රට වැසියන් තම දරුවන් ලෙස සලකා ඔවුන්ට සිදුවන විපත් කරදර අවස්ථාවන්හිදී සහනයක් වන ලෙස ක්‍රියා කිරීමයි.

3. මුදිතා
- තම ජනතාවගේ දියුණුව හා සතුට දැක අවංකවම ඒ ගැන සිතා සතුටට පත් වීමේ ගුණයයි.

4. උපේක්ඛා
- ජනතාවගෙන් තමන්ට ලැබෙන කීර්ති ප්‍රශංසා පමණක් නොව නින්දා අපහාස ද උපේක්ෂාවෙන් යුතුව විඳ දරා ගැනීම යි.

පුහුණුවට

- **දානං සීලං පරිච්චාගං - අජ්ජවං මජ්ජවං තපං**
  අක්කෝධං අවිහිංසඤ්ච - ඛන්තිඤ්ච අවිරෝධනං

23 පාඩම

ලොව්තුරු සුවේ පදනම සම්මා දිට්ඨියයි

ආර්ය මාර්ගය

- චතුරාර්ය සත්‍යයෙහි ‘ආර්ය’ යන පදයෙන් ගම්‍ය වන්නේ උතුම්, ශ්‍රේෂ්ඨ යන අරුත්ය.
- උතුම්, ශ්‍රේෂ්ඨත්වය කරා යන මාර්ගය ආර්ය මාර්ගය ලෙස හැඳින්වේ.
- චතුරාර්ය සත්‍යයෙහි සිව්වැනි කරුණ තුළින් අවධාරණය කරන්නේ මෙම ආර්ය මාර්ගය පිළිබඳව යි.
- දුක්ඛ නිරෝධ ගාමිණී පටිපදා ආර්ය සත්‍යය නමින් හැඳින්වන මෙම ආර්ය සත්‍ය අංග අටකින් යුක්ත නිසා ‘අරි අටඟි මඟ, ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය’ යනුවෙන් හැඳින් වෙයි.
- අන්තගාමී පිළිවෙත් වලින් බැහැරව මධ්‍යස්ථ වූ මාර්ගය ඔස්සේ නිවනට ගමන් කළ යුතු නිසා ‘මැදුම් පිළිවෙත, මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව, මජ්ඣිමා පටිපදා’ යන පද වලින් මෙය හඳුන්වයි.

ආර්ය මාර්ගය ත්‍රිවිධ ශික්ෂාවට අනුව බෙදී යන ආකාරය...

1. අධි ශීල (සීල)
2. අධි චිත්ත (සමාධි)
3. අධි ප්‍රඥා (ප්‍රඥා)

ආර්ය මාර්ගය ත්‍රිවිධ ශික්ෂාවට අනුව බෙදී යන ආකාරය...

1. සම්මා දිට්ඨි 2. සම්මා සංකප්ප	අධි ප්‍රඥා (ප්‍රඥා)
3. සම්මා වාචා 4. සම්මා කම්මන්ත 5. සම්මා ආජීව	අධි ශීල (සීල)
6. සම්මා වායාම 7. සම්මා සති 8. සම්මා සමාධි	අධි චිත්ත (සමාධි)

1. සම්මා දිට්ඨි

- ආර්ය මාර්ගය ආරම්භ වන්නේ සම්මා දිට්ඨියෙනි.
- සම්මා දිට්ඨිය යනු නිවැරදි ව දැකීම යි.
- කළයුතු, නොකළයුතු වඩාත් වැඩදායක, අවැඩ දායක ආදී සියල්ල නිවැරදි ව වටහගෙන තෝරාගෙන ක්‍රියා කිරීමේ හැකියාව මූලිකව ම ආර්ය ශ්‍රාවකයා සතුව තිබිය යුතුය.
- මිත්‍යා දෘෂ්ටියක් ඇති වුවහොත් පුද්ගලයා නිවැරදි මාර්ගය ප්‍රත්‍යක්ෂ කරගත නොහැකිව අසරණභාවයට පත් වේ.

✓ සච්චවිභංග සූත්‍රයෙහි සම්මා දිට්ඨිය දක්වා ඇති ආකාරය...

- දුක්ඛ ඥානය (දුක පිළිබඳ වැටහීම)
- දුක්ඛ සමුදය ඥානය (දුකට හේතුව පිළිබඳ වැටහීම)
- දුක්ඛ නිරෝධය ඥානය (දුක නැති කිරීම පිළිබඳ වැටහීම)
- දුක්ඛ නිරෝධ ගාමිණී පටිපදාව ඥානය (අරි අටඟි මග පිළිබඳ වැටහීම)

✓ අට්ඨකතාවල සම්මා දිට්ඨිය දක්වා ඇති ආකාර 05කි.

1. කම්මස්සකතා සම්මා දිට්ඨිය
   - තමන් කරන කටයුතුවල විපාක තමන්ට ලැබෙන බව දැක්ම.
2. ධ්‍යාන සම්මා දිට්ඨිය
   - ලෞකික ධ්‍යාන ලැබීමෙන් පසු සිල්වත් වීමෙන් සහ සිත පිරිසිදු කර ගැනීමෙන් ඇතිවන ප්‍රතිඵල පිළබඳ දැක්ම.
3. විදර්ශනා සම්මා දිට්ඨිය
   - ලොව සියලු දේ අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම වශයෙන් දැක්ම.
4. මාර්ග සම්මා දිට්ඨිය
   - සෝවාන් ආදී මාර්ග සිත්වල පහළවන චතුරාර්ය සත්‍යය අවබෝධ කරගැනීමේ දැක්ම.
5. ඵල සම්මා දිට්ඨිය
   - සෝවාන් ආදී ඵල සිත්වල පහළවන චතුරාර්ය සත්‍යය අවබෝධ කරගැනීමේ දැක්ම.

ඉහත දක්වන ලද 01-03 කොටස් ලෞකික සම්මා දිට්ඨියට අයත්වන අතර සෙසු කොටස් ලෝකෝත්තර සම්මා දිට්ඨියට අයත් වේ.

2. සම්මා සංකප්ප

- සම්මා දිට්ඨිය තුළින් නිවැරදි දැක්මක් ගොඩනගා ගැනීම තුළින් නිවැරදි සංකල්පනාවන් ගොඩනැගේ.

සම්මා සංකප්ප

නෙක්කම්ම සංකප්ප
(ගිහි සැප අත්හාරීමේ කල්පනාව)

අවිහිංසා සංකප්ප
(කිසිම සත්ත්වයෙකුට හිංසා පීඩා නොකිරීමේ කල්පනාව)

අව්‍යාපාද සංකප්ප
(තරහ, ද්වේෂ, වෛර, ක්‍රෝධ සිතිවිලි ඉවත් කිරීමේ කල්පනාව)

3. සම්මා වාචා

- සම්මා සංකල්පනාවන් තුළින් ප්‍රඥාව වර්ධනය වූ පුද්ගලයා ඉන්ද්‍රිය සංවරයෙන් යුක්ත වේ. ඔහුගේ කය වචනය දෙක සංවර වේ.
  - ✓ වාචසික සංවරය
    - බොරු කීමෙන් වැළකී සත්‍ය වචන කතා කරයි.
    - කේලාම් කීමෙන් වැළකී අන්‍යයන් සමඟි කැවන වචන කතා කරයි.
    - පරුෂ වචන කීමෙන් වැළකී අන්‍යයන් සමඟි කරවන වචන කතා කරයි.
    - හිස් වචන කීමෙන් වැළකී අර්ථවත් වචන කතා කරයි.

4. සම්මා කම්මන්ත

- සම්මා සංකල්පනාවන් තුළින් ප්‍රඥාව වර්ධනය වූ පුද්ගලයා ඉන්ද්‍රිය සංවරයෙන් යුක්ත වේ. ඔහුගේ කය වචනය දෙක සංවර වේ.
  - ✓ කායික සංවරය
    - සත්ත්ව හිංසනයෙන් වැළකී සතුනට ආදරය කරුණාව දක්වයි.
    - සොරකමින් වැළකී තමාට අයිති ලැබුණු දේ පමණක් ගනියි.
    - වැරදි කම සේවනයෙන් වැළකී බඹසර ව හැසිරෙයි.

මෙගින් පුද්ගල සන්ථාන ගතව පවතින රාග, ද්වේෂ, මෝහ ආදී කෙලෙස් සිතිවිලි පාලනය වෙයි

5. සම්මා ආජීව

❖ සම්මා කම්මන්තය තුළින් කය වචනය සංවර වූ පුද්ගලයා නිවැරදි දිවිපැවැත්මකට යොමු වේ. මෙය සම්මා ආජීවය යි.
❖ භික්ෂූන් වහන්සේ චීවර, පිණ්ඩපාත, සේනාසන, ගිලන්පස වන සිව්පසය ලබා ගැනීමේ දී සිල්වත්ව පසුවිය යුතුය.

- ✓ **භික්ෂුව**
    - ඉන්ද්‍රිය සංවරය සීලය
    - ආජීව පාරිශුද්ධ සීලය
    - ප්‍රාතිමෝක්ෂ සංවර සීලය
    - ප්‍රත්‍ය සන්නිශ්‍රිත සීලය

❖ ගිහි තැනැත්තෙකු ද ලෞකික ජීවිතය ගත කිරීමේ දී යහපත් ක්‍රියා කළ යුතු අතර වෙළෙඳාමක් කිරීමේ දී පහත වෙළෙඳාම් වලින් වැළකිය යුතුය.

- ✓ **නොකළ යුතු වෙළෙඳාම්**
    - ○ අවි ආයුධ වෙළෙඳාම
    - ○ වස විෂ වෙළෙඳාම
    - ○ මත්ද්‍රව්‍ය වෙළෙඳාම
    - ○ සත්ත්ව වෙළෙඳාම
    - ○ මස් මාංශ වෙළෙඳාම

6. සම්මා වායාම

❖ සම්මා ආජීවය තුළින් සිල්වත් වීම අධිසීලයෙහි පිහිටීමකි. මෙයින් අධි චිත්තයට පදනම සැකසේ.

- ✓ සම්මා වායාම යනු සතර සම්‍යක්ප්‍රධාන වීර්යයෙන් යුක්තව ක්‍රියා කිරීමයි.
    1. නූපන් අකුසල් නූපද වීමට යොමු වේ.
    2. උපන් අකුසල් නැති කිරීමට යොමු වේ.
    3. නූපන් කුසල් උපදවා ගැනීමට යොමු වේ.
    4. උපන් කුසල් වැඩිදියුණු කිරීමට යොමු වේ.

7. සම්මා සති

❖ සම්මා වායාමය තුළින් සිත කුසලය තුළ ම රඳවා ගැනීමට හැකියාව ලැබේ. එමගින් යහපත් සිහිය හෙවත් සිතෙහි මනා එකඟතාවයක් ඇති වේ. සම්මා සතිය යනු එය යි.

❖ මෙම සතර සතිපට්ඨානය ප්‍රධාන සමසතලිස් කර්මස්ථානයන්හී පිහිටා චිත්ත භාවනාව වඩා සිත එකඟ කරගනී.

- ✓ කායානුපස්සනාව (කය අනුව බැලීම)
- ✓ වේදනානුපස්සනාව (විඳීම අනුව බැලීම)
- ✓ චිත්තානුපස්සනාව (සිත අනුව බැලීම)
- ✓ ධම්මානුපස්සනාව (ධර්මය අනුව බැලීම)

8. සම්මා සමාධි

❖ චිත්ත භාවනාව වැඩීම තුළින් සිත එකඟ වීමෙන් පංච නීවරණ යටපත් වේ.

<u>පංච නීවරණ</u>

1. කාමච්ඡන්දය
2. ව්‍යාපාදය
3. ථීනමිද්දය
4. උද්දච්චකුක්කුච්ච
5. විචිකිච්ඡා

- මෙසේ පංච නීවරණ යටපත් වී ප්‍රථම ධ්‍යානය ආදී ධ්‍යාන හා අභිඥා ලබා චිත්ත සමාධිය ඇති වේ. ඒ තුළින් සම්මා ඥානය දියුණු කරලීමෙන් සම්මා විමුක්තිය හෙවත් නිර්වාණයට ලඟා විය හැක.

- මෙසේ ආර්ය මාර්ගය යහපත් දැකීමෙන් ආරම්භ ව නිවැරදි ව කළයුතු දේ දැන සම්මා විමුක්තිය දක්වා මෙහෙයවා ක්‍රියාත්මක කිරීමට බුදු දහමේ මග පෙන්වා ඇත.

තෙරුවන් සරණයි..!