

<https://puredhamma.net/>

බුද්ධ ධර්මය

බුදු දහම යනු කුමක්ද?

<https://puredhamma.net/dhamma/what-is-buddha-dhamma/>

හැඳින්වීම

1. නිව්ටන් සොයාගත් චලිතය පිළිබඳ විද්‍යාත්මක නියම තුන මගින් ගුරුත්වාකර්ෂණය කුමක්දැයි පැහැදිලි කළ හැකිය. ඒවා පාසලේදී උගත හැකි නිසා නැවත සොයා ගැනීමට මහන්සිවීමට අවශ්‍ය නැත. අපට ඒවා ගුරුවරයෙකුගෙන් අසා උගත හැක. අපගේ ගුරුතුමාද මින් පෙර වෙනත් ගුරුතුමෙකුගෙන් ඒවා හදාරන්න ඇති. (මෙහිදී විද්‍යාව පසුබිම් කර ගත් නිදසුනක් ඉදිරිපත් කළත් බුද්ධ ධර්මය පිළිබඳ මෙම ලිපි පෙළ අවබෝධ කරගැනීමට විද්‍යාව දැනුම අවශ්‍ය වන්නේ නැත).

2. චලිතය පිළිබඳ විද්‍යාත්මක නියම ගැන යථා අවබෝධයක් නැත්තෙකු ගෙන් ඒවා හැඳුරීමෙන් ඒවා නිසි අයුරින් අධ්‍යයනය කළ නොහැකියි. සාපේක්ෂතා වාදය වැනි ගැඹුරු විෂයයක් සම්බන්ධයෙන් මෙය වඩාත් නිවැරදි වේ. සාපේක්ෂතා වාදය ගැන නිසි අවබෝධයක් නැත්තෙකුගෙන් ඒ ගැන උගනීමෙන් උගත හැකි දේ අල්පය.

3. මෙම ග්‍රන්ථය හදාරන ඔබට, බුද්ධ ධර්මය නම් පරම මහා ඒකාබද්ධ සිද්ධාන්තය (Ultimate Grand Unified Theory) බව වැටහෙනවා ඇති. එය සියල්ලක්ම පැහැදිලි කර දෙයි. පියවි ඇසට පෙනෙන දේ පමණක් නොව සජීවි ජීවිත් ඇති පියවි ඇසට නොපෙනෙන (මිනිස් හා සත්ත්ව ලෝක 2 හැර) වෙනත් ලෝක 29 ක් ගැන ද පහදා දෙයි.

බුද්ධ ධර්මය විමුක්තිය සපයන්නාවූ ආගමක් නොවේ. බුදුන් වහන්සේ දෙවියෙකු හෝ අනාගත වාක්‍ය කරුවෙකු හෝ පනිවුඩකරුවෙකු නොවේ. බුදුන්වහන්සේ, මුළු විශ්වයෙහිම ස්වභාවය යථා පරිදි දැකිය හැකි අයුරින් පරිපූර්ණව මනස පිරිසිදු / දියුණු කළ මිනිසෙකි. ජීවත්වීමේ ගැටලුව විමර්ශනය කර පූර්ණ විසඳුමක් සොයා ගත්

උන්වහන්සේ පරිපූර්ණ විද්‍යාඥයෙකි. සිත පිරිසිදු කර ගැනීම පිණිස උන්වහන්සේ නියම කළ මාර්ගය අනුගමනය කිරීමෙන් අපගේ විමුක්තිය අප විසින්ම ලබා කර ගත යුතු වේ.

4. මේ ලොව පවත්නා වඩාත් සංකීර්ණ න්‍යාය වන්නේ බුද්ධ ධර්මය යි. එය “පුබ්බේ අනු නුස්සේතු ධම්මේසු” යයි හඳුන්වයි. ඉන් අදහස් වන්නේ බුදුන් පහල වන තෙක්ම දහම (එනම් ස්වභාවදහම පිලිබඳ නියමයන්) මෙලොවට ආගන්තුකවූ බවයි. බුදුන් වහන්සේ ගේ පළමු ධර්ම දේශනාව වන ධම්ම චක්කප්පවත්තන සූත්‍රයෙහි බොහෝ තැන්හිදී මෙම පාඨය දක්නට ලැබීමෙන් එය මනාව තහවුරු වේ.

කෙසේ වෙතත්, වසර 2500 කට පෙර ගෞතම බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළාටු ඒ උතුම් බුදු දහම විවිධ ආකාරයේ වෙනස් වීම්වලට ලක් වී ඇත¹. බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළ දහම මේ යයි කිසිවෙකුටවත් නිමිකම් ඉදිරිපත් කළ නොහැක. එහෙයින් වඩාත් සුදුසු ක්‍රියා දාමය වන්නේ තමන් විසින්ම මෙම විවිධ පාර්ශවයන්ගේ ධර්මය හදාරා වඩාත් අර්ථ වත් ධර්ම පාර්ශවය තෝරා ගැනීමයි.

මෙය ඉතා අසීරු කාර්යයක් වුවද බුදුන් වහන්සේගේ මුල් දේශනාවන් වලට වඩාත් සමීප වන (නිකාය) පාර්ශවය තෝරාගැනීම අර්ථවත් වේ. මාගේ අරමුණ වන්නේ මා සොයාගත් බුදුන් වහන්සේගේ මුල් දේශනාවන් වලට වඩාත් සමීප ධර්ම පාර්ශවය ඔබට ඉදිරිපත් කිරීමයි. මෙය විමර්ශනාත්මකව හදාරා ඔබටත් එකඟ විය හැකිදැයි බලන්න.

මා තෝරාගත් බුදුන් වහන්සේගේ මුල් දේශනාවන් ඇත්තේ පාලි භාෂාවෙන් රචිත ත්‍රිපිටකයේ මිස සංස්කෘත භාෂාවෙන් රචිත සූත්‍රවල හෝ බුද්ධඝෝසගේ විශුද්ධිමග්ග යෙහි නොවේ. මහායානයේ මෙන්ම, අර්ථ කථා සඳහා විශුද්ධිමග්ග පදනම් කර ගත් වර්තමානයේ භාවිතාවන ටේරවාද දහමේත් අසංස්ථිතක, නොගැලපෙන තැන් මෙම ප්‍රකාශනයේ පැහැදිලිව සඳහන් කර ඇත්තෙමි¹.

බුදුන් වහන්සේගේ දේශනාවල මුඛ්‍ය අරමුණ වූ පනිවිඩය කුමක්දැයි මුලින්ම සොයා දැන ගැනීම අත්‍යවශ්‍ය වේ.

උන්වහන්සේ මේ ලොව දැක්වී යයි දේශනා කළේ ඇයි ? (“අනන්ත සහ දැක්වී - නියම අදහස”) කියවන්න. දැක්වී යනු වේදනා විදීම නොවන බව අවබෝධ කර ගත යුතු වේ. වේදනා විදීම දැක මිස දැක්වී නොවේ.

1. මේ වන විට ලෝකයේ ප්‍රධාන වශයෙන් ටේරවාද, මහායාන සහ වජ්‍රයාන වශයෙන් බුද්ධ ධර්මය පාර්ශවයන් තුනක් සේ පවතී. (විස්තර සඳහා ඓතිහාසික පසුබිම කියවන්න)

බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළේ අප ඝෘජුව අත්දකින්නාවූ මෙම ලෝකයෙන් ඔබ්බට ගියාට “ වඩාත් පුලුල් වූ ලෝකයක් ” යයි යමෙක් නොදන්නේ නම් මේ ලොව දැක්වී යයි යන්න අර්ථ රහිත යයි සිතන්නට හැකිය. එසේම බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළේ මූලාරම්භයක් නැති පුනර්භව ක්‍රියාදාමයක් ගැන බව යමෙක් නොදන්නේ නම් කම්ම නියම ද අර්ථ ශූන්‍යයයි සිතන්නට හැකිය.

“මුඛ්‍ය ධර්ම සංකල්ප” සහ මෙහි සඳහන් මූලික සංකල්ප අධ්‍යයනය නොකොට බුද්ධ ධර්මය අනුව ක්‍රියා කිරීමට ආරම්භයක් වත් ලබා ගත නොහැක.

විශේෂයෙන්ම “සද්‍යාවාරාත්මක දිවි පෙවකක් සහ මූලධර්ම” සහ අනෙක් කොටස් අවම වශයෙන් පරිලෝකනය කිරීම බෙහෙවින් ප්‍රයෝජනවත් වේ. ජීවිතය හා විශ්වය ගැන බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළ යථා දර්ශය මැනවින් අවබෝධ කර ගැනීමෙන් පමනක්ම ඇත්තෙන්ම නිවන් (නිබ්බාන) මගෙහි මුල් පියවරවූ සෝවාන් (සොනාපන්න) ඵලයට පත් විය හැක. ඒ ලෝක 31 කින් සමන්විත මේ සංසාරයෙහි සදාතනිකවූ නොනැසෙන සතුටක් සෙවීමෙහි ඵලරහිත බව මනාව දැකීමෙනි.

බුද්ධ ධර්මය ගැන සුළු හැඳින්වීමකින් පවා බොහෝ අය එහි අර්ථවත් බව දැක භාවනා මධ්‍යස්ථාන කරා ගොස් භාවනා වැඩසටහනකින් ධර්මය හදාරති. ආරම්භයක් වශයෙන් එසේ කිරීම සුදුසු වුවත්, භාවනා වැඩසටහනකින් පවත්නා ආතතියෙන් මිදී තාවකාලිකව ලබන සුවයට වඩා යමක් බුද්ධ ධර්මයෙහි අතැයි හැඟේ නම් බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළ යථා දර්ශය මැනවින් අවබෝධ කර ගැනීමට ඔබේ වටිනා කාලය යෙදවීම මැනවි.

බුද්ධ ධර්මය ගැන මින් පෙර අධ්‍යයනය කර නොමැති නම්, මෙහි එන දහම් කරුණු විමර්ශනය කරන අතර තුර “යහපත් දිවි පෙවන” සහ “සුගතියක පුනර්භවයක් කරා” යන පරිච්ඡේද මැනවින් අධ්‍යයනය කරන්න.

මෙම ප්‍රකාශනයේ අඩංගු දහම් කරුණු කෙටියෙන්

1. සංචාරයක් සඳහා පිටත්වීමට පෙර යමෙක් එම ගමනෙහි අරමුණ, ගමනාන්තය සහ එය ඵලදායී සංචාරයක්ද යන කරුණු දැන සිටිය යුතුය. පළමුව සමස්තයක් වශයෙන් බුද්ධ ධර්මය යනු කුමක්දැයි ඉවසීමෙන් යුතුව සොයා බලන්න. කරුණාකර මෙම කාර්යයේ යෙදීමට පෙර බුදුන් වහන්සේගේ මුඛ්‍ය පණිවිඩය අධ්‍යයනය කිරීමට වැඩි කාලයක් යොදවන්න. යමෙකු ගමන් ගන්නා වූ පෙදෙසෙහි හූ විෂමතා ගැන අවබෝධයක් නැත්නම් ගමනාන්තය කරා ළඟා වීම දුෂ්කරය.

බුද්ධ ධර්මය “මේ ලෝකයේ ” යථා ස්වභාවය විස්තර කරයි. එහෙත් “මේ ලෝකය” යන්නෙන් අදහස් වන්නේ මනුෂ්‍යයෙකු වශයෙන් ගත කරන අපගේ ජීවිතය පමණක්ම නොවේ. “මේ ලෝකය” පරිකල්පනය කළ නොහැකි තරම්ම සංකීර්ණය. විද්‍යාඥයින් අපගේ විශ්වය ගැන මේ වනතෙක්ම දන්නේ එහි සංයුතියෙන් 4% ක් පමණක් බව පිළි ගනී. “The 4 Percent Universe: Dark Matter, Dark Energy, and the Race to Discover the Rest of Reality”, by Richard Panek (2011) කියවන්න. “බුදු දහම සහ විද්‍යාව” යන කොටස අධ්‍යයනය කරන්න.

නොඉවසිලිමත් නොවී පහත සඳහන් කොටස් සෙමෙන් අධ්‍යයනය කරන්න. බුදු දහමේ සමස්තය අවබෝධ කර ගැනීමට දිගු කාලයක් අවශ්‍යය.

2. ඊලඟට සිතට නැගෙන ප්‍රශ්නය වන්නේ, මේ පර්යාලෝකය නිවරදිද යන්නයි. ඒ ගැන නිගමනයකට එන්නේ තමාසතු අත්දැකීම් පසුබිම් කර ගෙනය. මෙහිදී බුදු දහම විද්‍යාත්මක නියමයක් සේ සැලකීමෙන් වඩාත් සුදුසු අදහසක් ලබාගැනීමට පිලිවන. “බුදු දහම සහ විද්‍යාව” යන කොටස වැදගත්වන්නේ ඒ නිසාය. මා මෙහි අදහස් කරන්නේ

කුමක්දැයි ඔබට පැහැදිලි වන තෙක් “**බුදු දහම සහ විද්‍යාව**” යන කොටස වෙත නැවත නැවතත් ඔබේ අවධානය යොමුකරන්න.

පුනර්භව ක්‍රියාවලිය ගැන විශේෂ අවධානය යොමු කරන්න. බුදු දහමේ මූලික අදහස එයයි. බොහෝ දෙනෙක් පුනර්භවය පිළිගන්නද එහි භයානක බව නොදකී. එහෙත් නැවතත් මනුෂ්‍ය භවයක් ලැබීම අතිශයයෙන් දුර්ලභ බව ඔවුහු නොදනිති. “**මනුෂ්‍ය ලෝකයේ උත්පත්තිය ලැබීමේ අවස්ථාව (අහඹුව) බුදුන් වහන්සේ විස්තර කළ අන්දම**” කියවන්න. ජාති (උත්පත්තිය) සහ භව (යම් “ ලොවක” පැවැත්ම) යන දෙක එකිනෙකට වෙනස් බව අවබෝධ කර ගන්න. (**භව සහ ජාති - යම් “ ලොවක” පැවැත්ම හා එහි උපත සිදුවීම**) කියවන්න.

පසුව විස්තර කරන අන්දමට ලෝක 31 ක් ඇත (පවත්නා විවිධ ආකාරයේ සත්ත්ව පැවතුම් හව). අපට දක්නට හැක්කේ මිනිස් ලොව හා නිරිසන් ලොව පමණි. බොහෝ දෙනෙක් නැවත උත්පත්තිය ලබන්නේ අධික දුක් වේදනා සහිත මිනිස් ලොවට පහලින් ඇති ලෝක වලය. විද්‍යාඥයින් ගනනය කර ඇති අන්දමට ඕනෑම එක් මොහොතක මේ මිනිසිට ජීවත්වන කුහුඹුවන් සංඛ්‍යාව ට්‍රිලියන දහසකි, එනම් සංඛ්‍යා අනුසාරයෙන් $10^{15} = 1000,000,000,000,000,000$ කි. ඉන් අදහස් වන්නේ සෑම එක් මානවයෙකුටම කුහුඹුවන් මිලියනයක් මිනිසිට ජීවත්වන බවයි. බිලියන 7 ක් වන ලෝක ජන ගහනය හා සසඳා බලද්දී මෙම ග්‍රහ ලෝකයේ ජීවත් වන අනෙක් සජීවි විශේෂ සංඛ්‍යාව සංකල්පනය කළ නොහැකි තරමය.

අපගේ සිරුරෙහි පවා, ඉන්ද්‍රිය සංප්‍රජානනයෙන් යුත් සවේනනික සත්ත්වයින් අති විශාල සංඛ්‍යාවක් අප ධරා සිටී. “**මිනි පිට වන් මිනිස් ගහනය හා සමාන ජීවීන් සංඛ්‍යාවක් ඔබගේ සිරුරේද ඇත**” කොටස බලන්න.

මිනි පිට සත්ව ගහනය හා සැසඳුවිට මානව ගහනය සංඛ්‍යාත්මකව නොසැලකියයුතු මට්ටමේ සුලුතරයකි. සංඛ්‍යානාත්මකව, මෙය මානව උත්පත්තියක සංභාවිතාව පිළිබඳ මනා අවබෝධයක් ලබා දෙයි. නිරිසන් ලෝකයට පහතින් ඇති අනෙක් ලෝක (නිරය) තුනෙහිවූ අධි ගහන, මහස කෙලෙස් වලින් ආවරනය වී ඇති හෙයින් අපට නොපෙනේ. ඔබත් ජාන (ධ්‍යාන) ලබා **අනිඤ්ඤ** හැකියා වර්ධනය කරගත හොත් එම ලෝකවල සත්වයින් දැක ගැනීමට පිලිවන.

3. එහෙයින්, අපට නොපෙනෙන සත්ත්වයින් රාශියක් විශේෂයෙන් මනුෂ්‍ය ලෝකයට පහලින් ලෝකවල ඇත. “ සිහි ඇති බව - ධර්ම යථා දර්ශය ” කොටස බලන්න. බොහෝ සත්ත්වයින් මනුෂ්‍ය ලෝකයට පහලින්වූ ලෝකවල සිරවී ඇතැයි බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළ සේක. එමනිසා “ මේ ලෝකය දුක් වේදනාවන්ගෙන් පිරී පවතී ” අප එහෙයින් උද්යෝගිමත්ව අනලස්ව වෙහෙසී මෙම අනර්ථකාරී පුනර්භව ක්‍රියාදාමය නවතා නිර්වානය (නිබ්බාන) සාක්සාත් කර ගතයුතු යයි උන් වහන්සේ දේශනා කළ සේක.

මනුෂ්‍යය හවයක් ලැබීම අති දුර්ලභ සිද්ධියක් සේ බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළේ එහෙයෙනි. වරක් භික්ෂූන් අමතා බුදුන් වහන්සේ මෙසේ වදාළහ “ මේ ලෝක සත්වයෝ සියල්ලම මහපොලොවේ පරිමාව හා සමානයයි ගත්තොත් මානව ගහනය සමාන වන්නේ මහපට ඇඟිල්ලට ගතහැකි පස් බිඳකට පමණි ”. එසේම නිර්වානය සාක්සාත් කර ගත හැකි මහසක් ඇත්තේ මිනිසාට පමණි. එහෙයින් මේ ජීවිත කාලය තුලදීම නිර්වානය සාක්සාත් කර ගැනීමට හෝ අවම වශයෙන් සෝවාන් (සොනාපන්න අවස්ථාව) ඵලයට පැමිණීමටත් අප ලබා ඇති මේ උතුම් අවස්ථාවෙන් ප්‍රයෝජන නොගෙන ගිලිහී යාමට ඉඩ නොදිය යුතුය.

4.බුද්ධ ධර්මය සර්ව අශුභවාදී යයි සිතන අය බෝහෝය. බුදුන් වහන්සේ “මේ ලෝකයේ” පවත්නා දුක් වේදනා විඳීම අනාවරණය කළා පමණි. එය ලෝකයේ යථා ස්වභාවයයි. වඩාත් වැදගත් වන්නේ ශාන්තවූ සැපතක්වන නිරාමිස සුඛයක් ඇති බව උන් වහන්සේ පෙන්වා දීමයි. “මේ ලෝකයෙන්” ඔබ්බට නිර්වානය කරා යන්නෙකුට නිරාමිස සුඛය වින්දනය කළ හැක. “තෙවදුරුමි සතුට - නිරාමිස සුඛ යනු කුමක්ද? ” කොටස බලන්න.

අරිය අෂ්ටාංගික මග අනුගමනය ඇරඹීමත් සමගම ක්‍රමයෙන් නිරාමිස සුඛ වැඩෙන්න පටන් ගනී. එය නිවන් මගෙහි පළමු අදියර නැතහොත් නිවන් මගට පිලිපත් සෝවාන් (සොනාපන්න) පුද්ගලයෙකු තුළ නිරාමිස සුඛය විශාල ප්‍රමාණයකින් එකවර වැඩිවී යයි. තවත් අදියර තුනක් ඇති නිවන් මගෙහි අවසන් අදියර වන්නේ රහත් ඵලයයි. රහත් ඵලය එනම් නිවන අවබෝධ වීමෙන් එම පුද්ගලයා පූර්ණවශයෙන් “මේ ලෝකයෙන් ”

නිදහස්ව එනම් පුනර්භවයකින් තොර (නැවත ඉපදීමක් නැති) උතුම්වූ නිර්වානය සාක්සාත් කර ගනී.

නිවන මරණින් පසු ලබන්නක් නොව මෙම ජීවිතයේදීම අත්විඳිය හැකි ශාන්ත සුවයකි. කරුණාකර මා සමග මෙම විමර්ශනාත්මක ගමනට එක්වී ඔබම එය අත් විඳින්න. බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළ අයුරින් “ එහි පස්සිකො - පැමිණ ඔබම අත් විඳින්න”

5.පසු ගිය වසර 2500 ක් පුරා අවුල්කර විකෘත කර තිබූ, බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළ ජීවිතය හා විශ්වය පිළිබඳ සංකීර්ණ යථාර්ථය ගැන තොරතුරු බිඳක් ඔබ වෙත ගෙන ඒම මගේ අරමුණයි.

“අපගේ ලෝකය” අපගේ ඉන්ද්‍රියන් ගෙන් ග්‍රහණය කර ගන්නා ලෝකයට වඩා බෙහෙවින් සංකීර්ණය. “ **Grand Unified Theroy of Dhamma**” පරම මහා ඒකාබද්ධ සිද්ධාන්තය කියවන්න.

අපගේ ජීවිතවල අවසානය මේ ජීවිතයේ අවසානය නොවේ. “ **පුනර්භවයට සාක්ෂි**” කියවන්න.

පැවැත්මේ සත්‍ය ස්වභාවයේ පදනම ඉහත සඳහන් කරනු දෙකය. ඒවා විවේචනාත්මකව විමර්ශනයට ලක් කරන්න. මෙම සමස්ත යථාර්ථය හොඳින් ග්‍රහණය කර ගන්නා තෙක් බුදුන් වහන්සේගේ පණිවිඩය මැනවින් අවබෝධ කරගත නොහැක.

කර්මය (කම්ම), සදාචාරාත්මක බව, නිවන (නිබ්බාන) වැනි සංකල්ප පිළිබඳ පවත්නා බොහෝ ගැටළුද, “මම ජීවත් වන්නේ ඇයි ? හෝ “ලෝකය මේ අයුරින් පැවතීමට හේතු මොනවාද ? යන දුර්ශන විද්‍යාත්මක ප්‍රශ්න වලට පිළිතුරු මෙම සමස්ත යථාර්ථයෙන් ලබා ගත හැක. එය ජීවිතය හා විශ්වය ගැන බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළ පූර්ණ යථා දර්ශයකි. එහෙත් එය කොතෙක් දුරට අර්ථවත් දැයි නිගමනය කිරීම ඔබ විසින්ම කලයුත්තකි. බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා දුන් අයුරින් ඇත්තේ ඉහළ අභිප්‍රායයන් නිසා වඩාත් සැලකිල්ලෙන් මෙම සමස්ත යථාර්ථය විවේචනාත්මකව ඇගයීම අත්‍යවශ්‍යයයි.

බුදු දහමේ පදනම

<https://puredhamma.net/dhamma/foundation-of-dhamma/>

මුල් ලිපියෙන් ඔබ වෙත ගෙන ආවේ බුදු දහමේ අද්විතීය අංග වන බෝහෝ නිර්වචන වලට අනුව පවත්නා ආගමක් නොවන බව සහ බුදුන් වහන්සේ ගැලවුම් කරුවෙකුද නොවන බවයි.

1. බුදු දහම සහජීවනයෙන් පවත්නා පැතිකඩ දෙකකින් යුක්තය.

මෙම ධර්මය මෙතෙක් ලෝකය දැක ඇති ඒවාට වඩා වෙනස් යයි බුදුහු වදාළහ. බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළ “ ජීවිතය හා විශ්වය පිලිබඳ සංකීර්ණ යථාදර්ශය හෙවත් පර්යාලෝකය” අවබෝධ කර ගැනීම පිණිස සිතූමි පැතුමි රටාවේ පැහැදිලි වෙනසක් ඇතිවීම අවශ්‍යයයි. එහෙයින් බුදු දහමෙහි එන මුඛ්‍ය පණිවිඩය මනාව අවබෝධ කර ගැනීමට මෙතෙක් ඔබ දරාසිටි සියලු මනිමනාන්තර ඉවත දැමිය යුතුය.

කෙසේ වෙතත්, බුදුන් වහන්සේ මෙසේද වදාළ සේක, “ මාගේ ධර්මය ආරම්භයේදීද යහපත්ය, මැදදීද යහපත්ය, අවසානයේද යහපත්ය ”. බුද්ධ ධර්මයට ආධුනික වන අයෙකුට මෙන්ම එය මැනවින් හදාරා ඇත්තෙකුට වුවත් ප්‍රයෝජනවත් යමක් එහි වේ. ඒ නිසාම මෙම ප්‍රකාශනය කොටස් තුනකට බෙදා ඉදිරිපත් කරමි.

බෞද්ධ දර්ශනයේ එන පාලි පාඨ සමහර විට මුලු සූත්‍ර දේශනාවක්ම පවා මතුපිට අදහස මෙන්ම බොහෝ ගැඹුරින්ද විවිධ තලවල හුවා අර්ථ දැක්විය හැකියි. මෙම සාකච්ඡාව තව දුරටත් විකාශණය වෙද්දී ඒ සඳහා උචිත නිදසුන් ඔබ වෙත ගෙන එන්නෙමි. නිදසුනක් වශයෙන් පංච ශීලයේ සිල් පද පහටම මතුපිටින් දිස්වන අර්ථයට වඩා ගැඹුරු අර්ථයක් ඇත. මෙම ධර්මය හදාරද්දී කෙමෙන් මෙවන් ගැඹුරු අර්ථයන් දැකීමෙන් ඔබගේ සිත පිනවා ගොස් ප්‍රමෝදයට පත් වනු නොඅනුමානයයි.

2. බුදු දහම මූලික වශයෙන් තෙආකාරයකින් අනුගමනය කළ හැකියි.

අවම වශයෙන් යමෙකු තම දිවිපෙවන ගෙවන ආකාරය අනුව මෙම ජීවිත කාලයේදීම සතුට හෝ කනස්සල්ල අත්විඳියි (“සදාචාරාත්මක දිවි පෙවනක් සහ මූලධර්ම” කියවන්න). යමෙකුගේ ක්‍රියාවන් තමාටත් අන් අයටත් හානි දායක නම් ඔහු කනස්සල්ලෙන් දිවි ගෙවයි. යමෙක් සුඛෝපභෝගී දිවිපෙවනක් ගත කරන බව පෙනුනත් ඔහු ජීවත්වන්නේ කනස්සල්ලෙන් විය හැක. බොහෝ ධනවත්/ප්‍රසිද්ධ අය සිය දිවි හානි කර ගත් බව වාර්ථා වී ඇත.

ඊලඟ තලය, සදාචාරාත්මක දිවි පෙවනක් ගත කරමින් හොඳ කර්ම රැස්කර, යහපත් වූ ජීවිතයක් ලබා දෙන සුගතියක පුනර්භවයක් ලබයි. එසේ වුවත්, සිහි කටයුතු වැදගත් කරනනක් වන්නේ මෙම ජීවිතයේදී එක් නරක කර්මයක් වත් නොකලත්, පෙර භවයක නරක කර්ම බීජ හේතු කොටගෙන ඔබගේ ඊලඟ උත්පත්තිය දුගතියක ඇති විය හැකිය යන්නයි. “සුගතියක පුනර්භවයක් කරා” කියවන්න.

උසස්ම තලයේ දහම පිළිපැදීම වන්නේ සිතෙහිවූ සියලු කෙලෙස් ඉවත් කර කෙලෙස් නසා, යමෙකුගේ මනස සෑම දුක් වේදනාවකටම හේතු වන්නාවූ ශරීරයෙන් මිදීම පිණිස ක්‍රියා කිරීමයි. එමනිසා යමෙක්, හේතු කාරකයක් නිසා ඇති නොවන, සදාකාලික ශාන්ත සුවය වන නිවන සාක්සාත් කර ගැනීම පිණිස ක්‍රියා කරයි. “නිවන සොයා” කියවන්න.

3. මෙම ලිපි පෙළ සකස් කර ඇත්තේ ඉහත සඳහන් තලයයන් වලට අනුවය.

බොහෝ දෙනෙක් සදාචාරාත්මක දිවි පෙවනක ප්‍රතිලාභ සහජයෙන්ම දැනිති. එය එසේ විමට හේතු සහ එය වැඩි දියුණු කළ හැකි අන්දමද ධර්මය පහදා දෙයි.

යමෙක් සදාචාරාත්මක දිවි පෙවනක ප්‍රතිලාභ ලබන විට මරණින් මතු පුනර්භවයක් ගැන නිරායාසයෙන්ම සිත යොමුවේ. මරණින් මතු පුනර්භවයක පැවැත්ම ගැන සාකඡි සෙවීමටද පෙළඹේ. එය එසේ යයි තහවුරු වීමත් සමඟ මරණින් පසු යහපත් දිවිපෙවනක් සඳහා සුදුසු ක්‍රියා දාමයන් සහ ඒවා සාක්සාත් කර ගත හැකි මාර්ගද

සොයා ගත හැක. ඒ අප ජීවත්වන ලෝකය ගැන පැහැදිලි අවබෝධයක් ලබා ගැනීම මගිනි.

දෙවන අදියර සාක්සාත් කළ පසු සමහරෙකු තෙවන අදියර ගැනද විමසිලිමත් වේ. ඊලඟ හවසේදී උත්පත්තිය ලබන්නේ කුමන ස්ථානයක/ලෝකයක වුවත් එය එම ජීවිතයේ මරණින් පසු මතු භවය දැක් වේදනාවන් ගෙන් නිදහස් වන බවට කිසිම සහතිකයක් නොවේ. දැක්බ බවෙන් සදාකාලිකවම නිදහස් වන්නට නම් නිවන් අවබෝධ කළ යුතුමය. බුදුන් වහන්සේගේ පනිවිඩය එයයි.

4.කෙසේ වෙතත්, මින් පෙර බුද්ධ දර්මය ගැන කිසිවක් දැන අසා නැති කෙනෙකු පවා දෙවන තලයේ සිටින්නෙකු විය හැක. හෙතෙම තෙවන තලය අනුගමනයට සුදුසු මට්ටම සිටින්නෙක්ද විය හැක. අපගේ මෙම ජීවිතය මෙම උත්පත්තියෙන් ආරම්භවූවක් නොවේ. මේ සංසාර ගමනේ අනන්තවූ භව රාශියක් ගෙවා ඒ සෑම ජීවිතයකදීම අප උරුම කරගත් පරිචය ගති ලක්ෂණ අපට ඇත. ඔබ නොදැන සිටියත් මේ වන විට තෙවන අදියර සඳහා මහස දියුණු තලයක ඔබ සිටිනවා විය හැක. වඩාත් විමසිලිවත් වී ඔබට ගැලපෙන ආරම්භක අවධිය තෝරා ගන්න. “ මෙම මගෙහි පටන් ගත යුත්තේ කොතනින්ද” බලන්න. ඔබ ගැන නියමාකාරයෙන් දන්නේ ඔබ පමනි.

5.“ මේ ලොව” ඔබ සිටිනා තාක් “දැනුම” පරිපූර්ණ නොවන බව අවබෝධකර ගැනීම ඉතාමත් වැදගත් වේ. මෙම කල්පිතය ගැන සම්බන්ධ නොවුනත් සුප්‍රසිද්ධ භෞතික විද්‍යාඥයකුවන ඊඩ්වින් ෆෝන්මන්ගේ මෙම දුශ්‍යපටිය අන්තර්ජාලයෙන් නරඹන්න. ඒ සඳහා පහත සඳහන් සම්බන්ධතාව කොපිකර web browser යට (අලවන්න) paste කරන්න.

https://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=KLoNA9IMb6A&x-ytts=1422579428&x-yt-cl=85114404

ඊඩ්වින් ෆෝන්මන්ගේ අයිස් මත ලිස්සා වැටීම නිදසුන සලකා බලමු. මතුපිට අයිස් වලින් වැසුණ පෘෂ්ඨයකට පය තබන සුරා මතින් මත් වූවෙකු එය අයිස් නිසා ලිස්සන බව නොදනී. එසේම අනෙක් තලය වන්නේ සිතියෙන් යුත් පුද්ගලයෙකු පෘෂ්ඨය ලිස්සන සුලු බව දැන සිතිකල්පනාවෙන් පරිස්සමින් අඩිය තියයි. නමුත් අයිස් සහිත පෘෂ්ඨය

ලිස්සීමට හේතුව විමර්ශනය කරන්නෙකුට මූලික භෞතික විද්‍යා දැනුමක් අවශ්‍යය ය. දූෂිත නොවූ, සුරා මතින් තොර තැන්පත් මහසක් ඇත්තෙකුට අයිස් සහිත පෘෂ්ඨයක ගමන් කිරීමට ප්‍රවේශම් වීමට අයිස් සහිත පෘෂ්ඨය ලිස්සීමට හේතුව විමර්ශනය කිරීමක් අවශ්‍යය නොවේ. වඩාත් සංකීර්ණ අවස්ථාවන් වලදී “සාමාන්‍ය මහසක්” තව දුරටත් පිරිසිදු කිරීම අවශ්‍යය. බුද්ධි ධර්මය වැදගත් වන්නේ එවන් අවස්ථා වලදීය.

6. යහපත් දේ සහ අයහපත් දේ ගැන මනා සංවේදී බවක් මිනිසාට සහජයෙන්ම පැවතුනත් මිනිස් මහස බාධක (නිවරණ) පහකින් දූෂිත වී ඇත. (“සිත සන්සුන් කර ගැනීමේ මග -පංච නිවරණ” බලන්න).

ධර්ම නියමයන් අවබෝධ කරගත් විට එම අවබෝධයම මෙම බාධක සමහරක් ඉවත්කිරීමට ප්‍රමාණවත්ය. එසේම සදාචාරාත්මක දිවි පෙවතක තර්කානුකූල බව ධර්ම නියමයන්හි ස්වභාවයෙන්ම දක්නට ඇත. මූලික ධර්ම නියමයන් පිළිබඳ පිරිසිදු අවබෝධය ධර්මානුකූල දිවිපෙවතක් ගත කිරීමට අත්‍යාවශ්‍යයය.

ධර්ම නියමයන් ගැන අධ්‍යයනය කළ සදාචාරාත්මක දිවි පෙවතක් ගත කරන්නෙකු දෙවන තලය විමසා බැලීමට යොමුවේ. බුද්ධි ධර්මයේ ප්‍රධාන සිද්ධාන්තයක් වන මරණින් මතු පුනර්භවයක පැවැත්ම ගැන සාකඡි සෙවීමටද නිරායාසයෙන්ම සිත යොමුවේ.

මෙම භවයේ ජීවන රටාව ඊලඟ භවයේ ජීවන රටාවට බලපාන බව දැන තම ජීවිතය ගෙන යන්නෙකුට නිමක් නැති ඉපදීමේත් මරණයේත් අවසානයක් නැති මේ සංසාර ගමනේ භයානක බව වටහාගනී. බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළ උතුම් පනිවිඩය රැගත් තෙවන තලය විමර්ශනය කිරීමට ඉන් පෙලඹෙනු ඇත.

7.කිසිවෙකුට තවකෙනෙක් නිරාමිස සුබයෙන් යුත් ලෝකෝත්තර සුවය එනම් නිවන කරා ගෙන ගිය නොහැක.

“අත්තා හි අත්තනෝ නාටෝ, කෝහි නාටෝ පරෝසියා ? ”

තමාට පිහිට තමාමය, වෙන කවරෙක් තමාට පිහිට වේ ද? යයි බුදුහු වදාළහ. සෑම කෙනෙකුටම තමාගේම මනසක් ඇත. ඒ මනස පිරිසිදුකර ගත යුත්තේ මේ ජීවිතය සාමකාමී කර ගැනීම පිණිසද, ඊලඟ භවයේදී යහපත් දිවිපෙවනක් පිණිස හෝ නිවන් අවබෝධය පිණිසද වේ. මෙහිදී කලාපන මිත්‍රයින්ගෙන් ඔබට උදව් ලබා ගත හැක.

සිත පිරිසිදු කිරීමෙහි ඇති වැදගත් කම

<https://puredhamma.net/dhamma/the-importance-of-purifying-the-mind-2/>

ඕනෑම අවස්ථාවක් විශ්ලේෂණය කිරීමේදී සැමවිටම එහි සන්දර්භය අනුවම කළ යුතු වේ. නැවතත් ආචාර්ය ආචාර්ය ආචාර්ය ගේ දුශ්‍රයපටය නරඹන්න.

අයිස් නට්ටුවකින් වැසුණ පෘෂ්ඨය ගැන ආචාර්ය ආචාර්යගේ විමර්ශනයට වඩා ගැඹුරින් බැලීම සුදුසුය. එවන් අවස්ථාවක සිදුවන සෑම පියවරක්ම ගැන එයට හේතුව කුමක්දැයි, කුඩා දුර්වල නිරායාසයෙන්ම අසන්නාවූ ප්‍රශ්න වැලක නිමාවක් නැති බව ඔහු පෙන්වා දුන්නා. “මිමි නැන්දා රෝහලට ගෙන ගියේ ඇයි ?” යන්නට ලැබෙන පිළිතුර වන්නේ “ඇ ඇයිස් මත වැටුණා” යන්නයි: ඊලඟට “ඇ ඇයිස් මත වැටුණේ ඇයි ?” : “ඇයිස් ලිස්සන නිසා”: “සිමෙන්ති පොලොවක් වගේ නෙමෙයි- ඇයිස් ලිස්සන්නේ ඇයි ?” මේ දක්වා සෑම පිළිතුරක්ම තේරුම් ගැනීමට ඒදිනෙදා අත්දැකීම් ප්‍රමාණවත්, නමුත් අවසාන ප්‍රශ්නයට ,භෞතික විද්‍යාව නොදන්නා අයෙකුට සැහීමට පත්විය හැකි පිළිතුරක් දීම අපහසුය. ඇයිස් අනෙක් බොහෝ ඝනද්‍රව්‍ය මෙන් නොව, එයටම ආවේනික විශේෂ ලක්ෂණයක් වන්නේ ජලය මිදී ඇයිස් සෑදෙන විට එහි පරිමාව (ප්‍රසාරනය වෙනවා) වැඩි වේ. එහෙයින් මිමි නැන්දා ඇයිස් මත පා තැබූවිට ඇගේ බර නිසා ඇයිස් මත ඇති වූ පීඩනය හේතු කොට ඇයිස් සංකෝචනය (හැකිලියාම) වීමෙන් ඇගේ සපත්තුවත් ඊට යටින් වූ ඇයිස් නට්ටුවත් අතර නැවතත් තුනී ජලය ස්තරයක් සෑදීමෙන් ඇ ජලය මත ලිස්සා වැටේ. අනෙක් ඝන ද්‍රව්‍ය පීඩනය යෙදූවිට වඩාත් ඝන වන හෙයින් මෙවන් හේතුවකින් ලිස්සායාමක් සිදුවන්නේ නැත.

අයිස් මත ලිස්සා වැටීයාම වලක්වා ගැනීමට මෙම භෞතික විද්‍යා දැනුම අවශ්‍යය වන්නේ නැත. ඒ සඳහා අවශ්‍යවන්නේ අයිස් ලිස්සන සුලු බව දැනසිටීම හා පරිස්සම් වීමයි.

මිමි නැන්දා කැලඹුන සිතකින් සිටියා විය හැක. ඒ නිසා පාර මතුපිට තුනී අයිස් ස්තරයක් සෑදී ඇති බව සිතියට නොගෙන හදිසියෙන් පාරට බැස්සා විය හැක. ඈ සුරා මතින් සිටියා නම් එහි ප්‍රතිඵලය වන්නේද මෙවැන්නකි. ඈ ශාන්ත සැහැල්ලු මනසකින් සිටියානම් මීට වඩා ප්‍රවේසම් වනවා ඇති.

කැලඹුන සිතක් අධික ලෝභය (තන්හාව) හා ද්වේෂය (නුරස්නාව) නිසාද ඇතිවේ. බොහෝ දෙනෙකුට මෙය අවබෝධ වන්නේ නැත. වැරදි තීරන ගත් අවස්ථාවන් ගැන ආපසු සිතා බැලුවහොත් ලෝභය සහ ද්වේෂයෙන් ව්‍යාකූලවූ මනසකින් ඒ තීරන ගත් බව සිතියට නැගෙනවා ඇති. උනුසුම් වාද විවාද වලට සම්බන්ධ වීම අනර්ථ කාරී විය හැක්කේ එහෙයිනි. ප්‍රවන්ඪත්වයෙන් විශරූ වැටුන මොහොතක මිනීමැරුම් පවා සිදු වේ.

අපගේ සිත පිරිසිදු කර ගැනීමෙන් “මේ ලෝකයේ ” යථා ස්වභාවය අවබෝධකර ගැනීමට හැකි බව බුදුහු වදාළ සේක. අපගේ සිත ආවරණය කරන්නාවූ බාධක පහක් ඇත. (“සිත සන්සුන් කර ගැනීමේ මග -පංච නිවර්ත” බලන්න). මෙම නිවර්ත අපගේ සිතෙහි එක් රැස් වී ඇත්තේ අනන්තවූ ජන්මයන් පුරා අප වර්ධනය කර ගත් නරක ගති හා පුරුදු නිසාය. “ආකර්ෂණය , පුරුදු (ගති) සහ දැඩි ආශාවන් (ආසව) පිලිබඳ න්‍යාය ” බලන්න.

අප සෑම කෙනෙකුටම එකිනෙකට වෙනස් පුරුදු සමූහයක් ඇත. එහෙත් අප මන් ද්‍රව්‍යය භාවිතයෙන්, සිත ව්‍යාකූල කර ගනිමින් (ආවේගශීලී වීමෙන් හෝ අධික ලෝභයෙන්), එම පුරුදු වඩාත් නරක තත්ත්වයන් කරා ගෙන නොගොස් අපට “මේ ලෝකයේ ” එම පදනම සහිතව වුවත් දිවි පෙවන ගෙන ගිය හැක.

සාමාන්‍යයෙන් අප සියලුදෙනාම කරන්නේ මෙම මූලික මට්ටමේ මනසකින් ජීවිතය ගෙන යාමයි. එය අපට “මේ ලෝකයේ ” යථා ස්වභාවය දැකීම වලක්වා ලයි. අප රැල්ලට අසු වී ගියත් එම තත්ත්වය අපට අපගේ ජීවිත යහපත් කර ගැනීමට හිතකරදැයි විමසා බැලීමට අප නොවෙහෙසෙයි. අප මෙතෙක් දැරූ ජීවිත ප්‍රයත්නයන් අපතේ ගොස් ඇති බව පවා නොදැන අවසානයේ මරනයට පත්වේ.

මෙහි අසුන්දරම තත්ත්වය වන්නේ මේ ජීවිත කථාව මරනයෙන් අවසන් නොවී, මේ සියල්ල ඒ අයුරින්ම නැවතත් කරන්නාවූ තවත් අවධියකට සංක්‍රමනය වීමයි (පුනර්භවය).

මේ එකාකාර රටාවකින් යුත් දිවි පෙවත්, නොගිනිය හැකි ජීවිත (භව) රාශියකදී අප පසු කර ඇත. බොහොමයක් එම ජන්මයන් අප දැන් ගත කරන්නාවූ මේ මිනිස් භවයට වඩා කරදරකාරී අප්‍රසන්න ඒවාය.

සහජයෙන්ම සතුට සැපයිය නොහැකි “ලෝකයක ” සැපත සොයා කරන්නාවූ අරගලය එල රහිත බව දුටු විට ඕනෑම කෙනෙකුගේ අරමුණ වන්නේ බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළ අරිය අෂ්ටාංගික මාර්ගය අනුගමනය කර “මේ ලෝකයෙන්” ඉවත් වී සදාතන සැපත වන නිවන් අවබෝධ කර ගැනීමයි.

මෙය බුදුන් වහන්සේ දුන් වැදගත්ම පනිවිඩයයි.

පංචනිවර්ණ ඉවන් කර ගැනීමට අපගේ සිත පිරිසිදු කිරීමේ ක්‍රියා දාමය ආරම්භ කළ පසු ඉහත සඳහන් ප්‍රකාශනයේ සත්‍යතාවය දැකීමට (“මේ ලෝකයේ” යථා ස්වභාවය) හැකිවේ. (“සිත සන්සුන් කර ගැනීමේ මඤ්ච නිවර්ණ ” බලන්න). එසේ කිරීමට බුදුන්වහන්සේ “මේ ලෝකය” යනුවෙන් අදහස් කළ පුලුල් අර්ථය අවබෝධ කර ගත යුතුය. බුදුන්වහන්සේගේ “ ජීවිතය හා විශ්වය පිළිබඳ සංකීර්ණ යථාදර්ශය හෙවත් පර්යාලෝකය” ගැන අවබෝධයකින් තොරව බොහෝ දෙනෙක් ධර්මය ප්‍රගුණ කිරීමෙහි යෙදේ. ධර්මය භාවිතයේ අරමුණ හරිහැටි නොදැන ධර්මයෙහි හැසිරිය නොහැක.

අරමුණ තෙවදුරුම වේ.

- i. මේ ජීවිතයේදී සිත සාමකාමී අවධියකට පත් කර ගැනීම.

ii. දිගු කාලීනව මතු භවයන්හිදී පවා යහපත් දිවි පෙවකක් තහවුරු කරගැනීම.

iii. අසංතෘප්තියෙන් පිරී ගිය මෙම පුනරුත්ථත්ති චක්‍රයෙන් ගිලිහී සදාකාලික ශාන්ත සුවය හිවන සාක්සාත් කර ගැනීම.

අරමුණ ඉහත තුනෙන් එකක් නම් (විශේෂයෙන් (ii) සහ (iii) නම් යමෙක් බුදුන්වහන්සේගේ “ ජීවිතය හා විශ්වය පිළිබඳ සංකීර්ණ යථාදර්ශය හෙවත් පර්යාලෝකය” හොඳින් දැන සිටිය යුතුය. එයයි බුද්ධ ධර්මය.

“ජීවිතය හා විශ්වය පිළිබඳ සංකීර්ණ යථාදර්ශය හෙවත් පර්යාලෝකය” බුදුන් වහන්සේ දේශනා කර වසර 2500 කට වඩා වැඩිය. ගෙවී ගිය මේ කාලය තුළ මෙම උතුම් න්‍යාය බොහෝ විකෘත කිරීම්වලට ලක් වී ඇත. මාගේ අරමුණ වන්නේ ජීවිතය හා විශ්වය පිළිබඳ සංකීර්ණ යථාදර්ශය හෙවත් පර්යාලෝකය වෙරවාද දහමට අනුව වඩාත් අර්ථවත්ව මෙන්ම තර්කානුකූලව ඉදිරිපත් කිරීමයි.

ජීවිතය හා විශ්වය පිළිබඳ සංකීර්ණ යථාදර්ශය හෙවත් පර්යාලෝකය නූතන සමාජ රටාවට අනුකූලවන අයුරින් කල්පිතයක් හෝ න්‍යායක් ලෙස මෙහි ඉදිරිපත් කරමි. මෙම ප්‍රකාශනය පුරා එම න්‍යාය පිළිගත් විද්‍යාත්මක සම්මතයන්ට අනුකූල වන්නේ දැයි පරීක්ෂාවට භාජනය කර බලමු. ඒ විද්‍යාඥයකු වශයෙන් මට හුරු පුරුදු ක්‍රමයයි. විශේෂයෙන්ම අතීතයේදී බොහෝ දෙනෙක් එම තීරණයට එලඹියේ අරිය මග අනුගමනය කර වැඩි දියුණු කළ අත් දැකීම් මතය. අරිය මග අනුගමන යෙහි ප්‍රගතියත් සමග මෙම අත් දැකීම් ඉන්ද්‍රිය අත්දැකීම් අභිබවා යයි. ඉන්ද්‍රිය අත්දැකීම් මත පදනම්වූ අනුභූතිවාදය (එනම් විද්‍යාත්මක පෙරලියේ මුල් අවධියේ පෝන් ලොක් සහ අනෙක අය ප්‍රවර්ධනය කළ දර්ශණ විද්‍යාත්මක මතවාදය) සහ පිරිසිදු මනසක අතිශයින් වර්ධනය වූ අත්දැකීම් අතර ඉතා වැදගත් වෙනසක් දක්නට ලැබේ.

පුළුල් ලෝක දර්ශණය අවබෝධ වීමත් සමග, අපගේ ගැටළුකාරී පැවැත්මට පිලියම තව තවත් අගක් මුලක් නැති වනුයක සෑම පියවරක් පාසාම “එයට හේතුව කුමක්දැයි ” සොයා යාම නොවන බව වැටහෙනු ඇති. මේ සියල්ලක්ම අධ්‍යයනය පිණිස මේ ජීවිත කාලය ප්‍රමාණවත් නොවේ. අවශ්‍ය වන්නේ සිත පිරිසිදු කර ගැනීම පමණයි. එවිට බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළ මග අනුගමනය කරන්නෙකුට තමාගේ අත්දැකීම් තුලින් එය

මනාව විමසා බැලිය හැක. ගැටළුකාරී පැවැත්මට බුදුන් වහන්සේ අනාවරණය කළ පිලියම “මේ ලෝකයේ ” යථා ස්වභාවය අවබෝධ කර ගැනීම බව ලුහුඬින් දැක්විය හැක. විද්‍යාව සොයාගන්නා බොහෝ තොරතුරු වලට වඩා මෙය බෙහෙවින් සංකීර්ණය.

අප කොතැනක උත්පත්තිය ලැබුවත්, සදාකාලික සතුටක් “මේ ලෝකය” තුළ හමු නොවනු ඇත. එයට හේතුව වන්නේ “මේ ලෝකය” ස්වභාවයෙන්ම, නිරන්තරයෙන්ම වෙනස්වන සුළු නිසාය.

“මේ ලෝකයෙහි ” ඇති සෑම දෙයක්ම නිරන්තරයෙන්ම වෙනස්වේ. එහෙත් පංචනිවර්ණයන්ගෙන් ආවරණය වූ මනසකට ඒ බව නොපෙනේ.

“මේ ලෝකයේ ” සියලු තනු සොයා යන අනෙක් ප්‍රවේශය විද්‍යාත්මක ප්‍රවේශයයි. බුදුන් වහන්සේට සම කාලීන වූ පුරාතන ග්‍රීක වරුන් මෙම විද්‍යාත්මක ප්‍රවේශයේ ආරම්භකයින් වේ. නමුත් ඔවුන් සිත හෝ මනස ගැන නොව භෞතික ලෝකය ගැන පමණක් අවධානය යොමු කළහ.

එහෙයින් “මේ ලෝකයේ ” යථා ස්වභාවය අවබෝධ කර ගැනීමට ප්‍රවේශ දෙකක් ඇත. බුදුන් වහන්සේ මූලමනින්ම මනස පදනම් කර ගත් ක්‍රියා දාමයක් භාවිතා කළ සේක , විද්‍යාව භෞතික පදාර්ථ (රූප) පදනම් කර ගත් ක්‍රියා දාමයක් භාවිතා කරයි.

දැනට බොහෝ විද්‍යාඥයින් මනස ක්‍රියා කරන ආකාරය මොලයේ ක්‍රියාකාරීත්වයට අනුව අවබෝධ කර ගැනීමට වෙහෙසෙයි. මොලයේ ක්‍රියාකාරීත්වය විචක්ෂණශීලී සංකීර්ණ කම්පියුටරයක් හා සම කර අධ්‍යයනය කරයි. බුද්ධ ධර්මය, විද්‍යාවේ භෞතික පදාර්ථ (රූප) දෘෂ්ටියට මූලමනින්ම අනුරූපී (පසුව සාකච්ඡා කෙරේ) වේ. නමුත්, සිත පදාර්ථ (රූප) වලට පෙර හට ගනී (මනෝ පුබ්බංගමා ධම්මා :සිත සිතිවිලි වලට පෙරටු වේ) යයි බුදුහු වදාළහ. පදාර්ථ (රූප) ද්විතීයයි.

බුද්ධ ධර්මයෙහි එන “ජීවිතය හා විශ්වය පිළිබඳ සංකීර්ණ යථාදර්ශය හෙවත් පර්යාලෝකය” විමසා බැලීමේදී පැවැත්ම පිළිබඳ ගැටළුව ලෝකයේ නිරන්තරයෙන්ම වෙනස්වන සුළු ස්වභාවය අවබෝධ කිරීමට පමණක් සුළු කොට ඇති බව වැටහෙනු ඇත. එක් එක් කොටස ගැඹුරු විශ්ලේෂණයකට භාජනය කිරීමක් සිදුනොවේ. මේ

ලෝකයේ සෑම සංඝටකයක්ම අස්ථිරය, වෙනස් වන සුලුය එහෙයින් කිසිවෙකුටවත් මෙලොව කිසිම දෙයක් නම කැමත්තට කැමති ආකාරයෙන් වැඩි කලක් පවත්වා ගත නොහැක.

මෙයයි යමෙක් ප්‍රත්‍යක්ෂ කළ යුත්තේ, හුදෙක් කියවීමම පමණක් නොවේ, ඇත්තෙන්ම අවබෝධ කර ගැනීමයි. මෙම සරල කාර්යය ලොකු විර්යයක් අවශ්‍ය වන්නාවූ ඉතා අපහසු ක්‍රියාවකි. නමුත් මුලින්ම මෙම “ජීවිතය හා විශ්වය පිළිබඳ සංකීර්ණ යථාදර්ශය හෙවත් පර්යාලෝකය” හොඳින් කියවා අධ්‍යයනය කරන්න.

එසේම, යමෙකුට ඕනෑම දෙයකට හේතු වන්නාවූ දේ පිළිබඳ ගැඹුරින් ප්‍රශ්න කරමින් විශ්ලේෂණය කළ හැක නිදසුන් වශයෙන් රසායන බන්ධන වල ස්වභාවය, ඉලෙක්ට්‍රෝන සහ ප්‍රෝටෝන, ප්‍රෝටෝන වල සංඝටක යනාදිය ගැන.මෙම ක්‍රියාදාමය විද්‍යාවේ අද පවත්නා විශිෂ්ට දියුනුවට හේතුවූ බවද සත්‍යයකි,එහෙත් මෙම ලෝකයේ ගැටළුකාරී පැවැත්මට හේතුව සොයා ගැනීමට විද්‍යාව අපොහොසත් වී ඇත. මේ මොහොත වන විට විද්‍යාව මෙම ක්‍රියාදාමයේ අවසන් සීමාවට පැමිණ ඇත. ඒ සියලුම පදාර්ථ (රූප) ශක්තිය (energy) පමණක්ම බව තහවුරු කර ඇති හෙයිනි. තාක්ෂණික දියුනුවත් සමග එන වාසි එසේ අපට විහරනය කළ හැක්කේ සංසාර චක්‍රයේ සුලු මොහොතක් (වසර 100 පමණ) පමණය. බුද්ධ ධර්මයෙන් ලැබෙන්නේ දිගු කාලීන විසඳුමකි.

යමෙකුගේ පැවැත්ම විමසා බැලීමේදී පදාර්ථ (රූප) වල ලක්ෂණ ගැඹුරින් විමසා බැලීමෙන් එලක් නොවන බව බුදුන් වහන්සේ වසර 2500 පෙර වදාළහ. අප අවබෝධ කර ගත යුත්තේ අප කුමන වස්තුවක් හෝ තත්ත්වයක් ලබා ගන්නත් ඒවා අස්ථිර සදාකාලික නොවන දේවල් බවය.

යමෙකු සත්‍යවශයෙන්ම පැවැත්මේ ලක්ෂණ තුන (“අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ථ - සත්‍ය අදහස” බලන්න) අවබෝධ කර ගත් පසු, එනම් මෙම හව පැවැත්මේ අසතුටුදායක අසංතෘප්ත බව අවබෝධ කර ගත් පසු වස්තුව , ධනය රැස් කිරීම වෙනුවට නිවන කරා යොමු වේ. මේ සඳහා අවශ්‍යය වන්නේ තමාගේ සිත පිරිසිදු කිරීම පමණි. විස්තර වශයෙන් බාහිර රූප (පදාර්ථ) ලෝකය විමර්ෂනය කිරීමක් අනවශ්‍යය.

බුද්ධ ධර්මය ගැඹුරින් අධ්‍යයනය කරන්නෙකුට “මේ ලෝකයේ” පැවැත්මේ පදනම වන්නේ ශක්තිය යි පැහැදිලි වේ. කෙසේ වෙතත් “ජීවිතය හා විශ්වය පිළිබඳ සංකීර්ණ යථාදර්ශය හෙවත් පර්යාලෝකය” හෝ “මේ ලෝකය” ගැන බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළ පුළුල් දර්ශනයේ යථාර්ථවාදී තර්කානුකූල බව විමසා බලමු.

බුද්ධ ධර්මයෙහි පරම මහා ඒකාබද්ධ සිද්ධාන්තය

The Grand Unified Theory of Dhamma

<https://puredhamma.net/dhamma/the-grand-unified-theory-of-dhamma/>

1.බුද්ධ ධර්මයට අනුව “මේ ලෝකයේ” පවත්නා සෑම වස්තුවක්ම (සජීවි, සහ අජීවි) පරම සංරචක සතරකට එනම් පරමන්ත ධර්ම සතරට බෙදා වෙන් කළ හැක. එනම්:

- * සිතිවිලි (චිත්ත)
- * සිතිවිලි වල ගුණාත්මය හෝ මානසික සාධක (චේතසික)
- * පදාර්ථ (රූප) matter
- * නිවහ (නිබ්බාන)

මේ එක් එක් කරුණ ගැන විස්තරාත්මක හැඳින්වීමක් වගු සහ සාරාංශ කොටසේ සහ අභිධර්මය (අභිධම්ම) යටතේ පසුව විස්තර කෙරේ. “අභිධර්මය - හැඳින්වීම ” බලන්න.

“මේ ලෝකයේ ” පවත්නා සියලුම දූෂ ඉහත සඳහන් පළමු කරුණු තුන ඇසුරින් විස්තර කළ හැකිය. ඒ සියල්ලක්ම යම් හේතුවක් නිසා (හේතු ප්‍රත්‍යයෙන්) ඇතිවූ දේවල්ය. හේතු කාරකයක් නොවිනම් මේවා ජනිත වන්නේ නැත. එය බුද්ධ ධර්මයේ එන හේතු ඵල වාදය (පටිච්ච සමුප්පාදය) වේ. විවිධාකාර හේතු ඇත. නමුත් මූලික හේතු සයකි. ඒ අසීමිත ආශාව (ලෝභ), තරඟ (ද්වේෂය), අවිද්‍යාව (අවිජ්ජා - මෝහ “මේ ලෝකයේ ” යථා ස්වභාවය එනම් අනිච්ච, දුක්ඛ, අනන්ත යන ත්‍රි ලක්ඛණය නොදැනීම), ලෝභ හැතිකම (අලෝභ), අද්වේෂ සහ අමෝහ වේ. මේ සියලුම හේතු ඉවත්කලවිට ප්‍රතිඵලය නිවහයි. නිවහ හේතුවක ඵලයක් නොවන හෙයින් නිවහ සදාකාලිකයි.

ලෝභ, ද්වේෂ සහ මෝහ හෙවත් “ සං ” වලින් මිදීමට මහා වීර්යයක් අවශ්‍යය. “ සං යනු කුමක්ද ? ” කියවන්න. ලෝභ, ද්වේෂ සහ මෝහ යන් ගෙන් මිදීමත් සමගම අනෙක් හේතු කාරක තුනෙන් නිරායාසයෙන්ම ඉවත් වේ. අරිය අෂ්ටාංගික මාර්ගයේ දක්වන පරිදි මෙය නිවනට මග විවෘත වීමයි.

2. චින්ත (සිතිවිලි) ඉපදී ඉතා ඉක්මනින්ම ක්‍ෂය වී යයි: සෑම තත්පරයකටම සිතිවිලි මිලියන දහසක් (ලක්ෂ දස දහසක්) ඉපදී ක්‍ෂය වී යයි. කෙසේවෙතත්, එවන් ක්‍රියාකාරී සිතිවිලි “ක්ෂණික පිපිරීමක් ” හෝ චින්ත වීථි සේ සාපේක්ෂ වශයෙන් ඇතිවන්නේ කලාතුරකිනි. සෑම සිතිවිල්ලකම වේනසික ගැබ් වී ඇත. සිතිවිලි වර්ග 89 ක්ද වේනසික වර්ග 52 ක්ද වේ. එහෙයින් මනෝ ලෝකය අතිශයින් සංකීර්ණය. මනස ගැන හැඳින්වීමක් සඳහා “විඥාණය -දහම් සංකල්පනාවක්” සහ “මනස හා විඥාණය ” බලන්න.

3. පදාර්ථ (රූප) ඒකක 28 කින් සෑදී ඇත. සත්‍යය වශයෙන්ම මූලික ඒකක වන්නේ ඉන් 4ක් පමණි. “මේ ලෝකයේ” පදාර්ථ සකස් වී ඇති, වෙනත් කුඩා කොටස් වලට බෙදිය නොහැකි ඉතා කුඩාම ඒකකය වන්නේ “ශුද්ධාෂ්ටක”වේ. “ රූප - ජනන යාන්ත්‍රණය”බලන්න. මෙම “ශුද්ධාෂ්ටක” වල ආයු කාලය ඉතා දීර්ගය, එය “ මහා කල්පයක්” (විශ්වයේ වයස) ය. විශ්වයේ ඇති ඕනෑම ප්‍රත්‍යක්ෂ (ස්පර්ශයෙන් දැන ගත හැකි) වස්තුවක් සෑදී ඇත්තේ ශුද්ධාෂ්ටක වලිනි. එසේ සකස් වී ඇති සංයුක්ත දේ සංකත සේ හැඳින්වේ.“මේ ලෝකයේ” ඇති සෑම සංකතයක්ම වෙනස්වන සුලුය. සෑම සංකතයකටම (පදාර්ථ හෙවත් රූප කලාප) තත්පරයකට වඩා අඩු හෝ වසර බිලියන ගනනක් දීර්ඝ (නිදසුනක් වශයෙන් තරුවක ආයුෂ) ආයු කාලයක් ඇත.

4. “උදයාවය” එනම් සංකත (ශුද්ධාෂ්ටක වලින් සමන්විත) ඉපදීම සහ නිරුද්ධ වීමෙන් අදහස් වන්නේ ඒවා නිරන්තරයෙන්ම වෙනස්වන සුලු බවයි. බොහෝ දෙනෙක් මෙයම “අනිච්ච”යයි සාවද්‍ය ලෙස අර්ථ කථනය කරති. එසේ වීමට හේතු වී තිබෙන්නේ “අනිච්ච” යන්නට අනිත්‍ය යන සංස්කෘත වචනය වරදවා යොදා ගැනීමෙනි. ශුද්ධාෂ්ටක රූප කලාප වලට දීර්ඝ ආයු කාලයක් ඇත. අපට ප්‍රත්‍යක්ෂ කළ හැකි කාලපරිමානයක

ජරාවට හා මරනයට පත්වන්නේ සංයුක්ත රූප වන මිනිස්, සත්ව, ශාක ආදියයි. එහෙත් රන් දණ්ඩක් දිරිස කාලයකට දිරාපත් වී කෂය වන්නේ නැත.

“ඕනෑම වස්තුවක් (රූප කලාප) පවතින්නේ චිත්තකෂණ 17 පමණද? ” කියවන්න.

5. සෑම සංකතයකම දක්නට ලැබෙන “උදයාවය” ස්වභාවයේ අවසන් ප්‍රතිඵලය බුදුන් වහන්සේ සංකප්පිතව දැක්වූයේ “මේ ලෝකයේ ” ත්‍රි ලක්ෂණය “ **අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ථ**” වශයෙනි. එහෙත් **අනිච්ච** යනු අනිත්‍ය හෝ අස්ථිර බව නොවේ, අනත්ථ යනු අනාත්මද නොවේ. **“අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ථ - සාවද්‍ය අර්ථ නිරූපනය”** බලන්න.

(i). “මේ ලෝකයේ” කිසි දෙයකින් එකාකාරව සතුව පවත්වාගත යාම කළ නොහැක.

(ii). එහෙයින් අප සිත් තැවුලට හා වේදනාවට පත් වේ.

(iii). එම නිසා අපට කිසිවක් කර කියා ගත නොහැකි අපගේ පාලනයෙන් තොර මෙම තත්ත්වය නිසා අනාථ බවට පත්වේ. මේ තත්ත්වය පවතින්නේ මෙම ජීවිතයේ පමණක් නොව ලෝක (භූමි තල) 31 කින් යුත් මෙම “පුලුල් ලෝකයේ” ආරම්භයක් නැති මෙම අනන්තවූ පුනරුත්පත්ති ක්‍රියාවලියේ පුරාම පවත්නා ලක්ෂණයකි.

රන් දණ්ඩක්, අපගේ ජීවිත කාලය හා සැසඳීමේදී සදාකාලික බවක් පෙන්වයි. එසේවුවද අප සෑහීමට පත්වන අයුරින් එය පවත්වා ගත නොහැක. ඒ අපගේ මරනයත් සමග සියල්ල මෙහි දමා යන්නට වන හෙයිනි. ඒ සංකතවල, අප දකින්නාවූ උදයාවය නිසාය. **“අනිච්ච හි මූලික හේතුව- සංකතයක පැවැත්මේ පියවර පහ ”** බලන්න.

6. “මේ ලෝකයේ” කිසිවක් සදාකාලික නොවේ (“නාම ගොත්ත හැරුණු විට”). සෑම දෙයක්ම නිරන්තරයෙන්ම වෙනස් වේ. මේ මූලික හේතුව නිසා “මේ ලෝකයේ” කිසිවක් අපගේ අපේක්ෂාවන්ට අනුරූපවම පවත්වා ගත නොහැක්කේය. **“නාප ගති විද්‍යාව පිළිබඳ දෙවන නියමය අනිච්චා න්‍යායේ කොටසකි”** කියවන්න. සමහර දේ අනෙක් දේවල් වලට වඩා දිගු කලක් පවතී, එහෙත් සෑම දෙයක්ම සදාකාලික නොවේ. සෑම දෙයක්ම හේතු ප්‍රත්‍යයෙන් උපදී. හේතුව ඉවත් කළ විට ඉපදීමක් නැත. “මේ ලෝකයේ”

නාම ගෞරවන හැර, අන් සෑම දෙයක්ම හේතු ප්‍රත්‍යයෙන්ම උපදී. නාම ගෞරවන යනු ජීවනධාරාවක සදාකාලික වාර්තා සටහන් සේ සැලකිය හැක. “අඛණ්ඩ මතක සටහන් ගැන මෑතකදී වාර්තා වූ සාක්ෂි (HSAM)” කියවන්න. අතිශය බල ඇත්තෙකු තමන්ගේ පෙර භවයන් ගැන දැකීමෙන් එසේය. සමහර ළමුන්ට තමාගේ පෙර භවයන් ගැන කිවහැක්කේ මේ අයුරිනි. එම වාර්තා සටහන් සදාකාලිකය.

චින්ත, චේතසික සහ රූප වලින් සමන්විත මෙම ලෝකය අතිශයින් සංකීර්ණය. සතියින් ලෝක (භූමි තල) 31 ක උත්පත්තිය ලබයි. මෙම ලෝක 31 අතුරින් අපට දක්නට හැක්කේ මිනිස් හා තිරසන් ලෝක දෙක පමණි. ජෛව ගෝලයේ විවිධාකාර ජීව පදාර්ථ සකස් වී ඇත්තේ ජාන මගින් රැගෙන යන ජෛව තොරතුරු මගිනි. එම ජාන විවිධාකාරය. එහෙත් එම විවිධත්වය සකස් වී ඇත්තේ හෂ්ම 4 කින් යුත් DNA අනු වලිනි. එසේම සියලු පරිගනක සංකේත සඳහා යොදාගන්නේ 0 සහ 1 පමණි. චින්ත 89 කින් හා චේතසික 52 යුත් මහස කෙතරම් සංකීර්ණ දැයි සිතා බලන්න.

8. චින්ත, චේතසික සහ රූප මෙන් නොව නිවන (නිබ්බාන) ප්‍රත්‍යයෙන් හට ගන්නේ නැත, නැතහොත් නිර්වාණය ප්‍රත්‍යයෙන් පන්න නොවේ. සියලු හේතු වලින් මිදීමෙන් නිවන සාක්ෂාත් කර ගත හැක එහෙයින් නිවන සදාකාලික වේ.

නිවන අදියර සතරකින් අවබෝධ වේ. ඒ නිවන් මගට පිලිපන් යන අර්ථයෙන් සොචාපන්න (සෝවාන්), එක් වරක් පමණක් ආපසු මිනිස් ලොවට එන සකදාගාමි , ආපසු නොඑන අනාගාමි සහ අරහන්න් (අරහන්) ය. මේ සෑම අදියරකදීම සමහර භවයන්හි උත්පත්තියට හේතු වන (ගති) ඉවත් කෙරේ. “ගති භව සහ ජාති” බලන්න. නිදසුනක් වශයෙන්: සොතාපන්න අවධියේදී නිරයේ ඉපදීමට හේතු වන්නාවූ ද්වේශ සහගත ගති, ප්‍රේත භව ලැබීමට හේතු වන ලෝභ ගති ආදිය ඉවත් වේ. අරහන්න් ඵලය සමග සියලුම හේතු (සහ සියලුම ගති) නිරුද්ධ වේ. කෙසේවෙතත්, රහතන් වහන්සේ නමක් පිරිනිවන් පානා තෙක් සාමාන්‍ය මිනිසෙකු සේ ජීවත් වේ. පිරිනිවන් පෑ පසු “මේ ලෝකයේ” කුමන භූමි තලයකවත්, භවයකවත් නැවත ඉපදීමක් නැත. මෙය විස්තරාත්මකව පසුව සාකච්ඡා කෙරේ. ඊලඟ පරිච්ඡේදයෙන් බුදුන් වහන්සේ “මේ ලෝකය” යනුවෙන් අදහස් කළේ කුමක්දැයි විමසා බලමු.

අපගේ ලෝක දෙක : භෞතික සහ නාම ලෝක

<https://puredhamma.net/dhamma/our-two-worlds-material-and-mental/>

1. බුද්ධ ධර්මයෙහි සඳහන් වන රූප යන්ත්‍ර “පදාර්ථ” යනුවෙන් පරිවර්තනය කළ නොහැක. අපගේ මනසට ඉතා සියුම් රූප (අපගේ සිතිවිලිවල අඩංගු ශක්තිය හෝ මනෝරූප) නිර්මාණය කළ හැක : මනෝ තලයේ හෙවත් මනෝ ලෝකයේ ඇති මනෝ රූප පවත්නා බව අනාවරණය කර ගැනීමට මනසට හැකියාව ඇත.

බුද්ධ ධර්මයෙහි එම ඉතා සියුම් රූප හඳුන්වන්නේ “ධර්ම” යනු වෙනි (එසේම, බුද්ධ ධර්ම යන අදහසින් “ධර්ම” යන පදය වෙනත් අර්ථයෙන් ද භාවිතා කෙරේ. එය “අනිදස්සනන්, අප්පටිගාන් ” සේ හැඳින්වේ, ඉන් අදහස් වන්නේ අපගේ භෞතික ඉන්ද්‍රියන් පහට ඒවා නොපෙනෙන බව නැතහොත් ගෝචර නොවන බවයි. “ ධර්ම යනු මොහවාද - ගැඹුරු විශ්ලේෂණයක් ” කියවන්න .

භෞතික ඉන්ද්‍රියන් පහෙන් අනාවරණය කළ හැකි රූප සකස් වී ඇත්තේ බුද්ධ ධර්මයෙහි සඳහන් වන පදාර්ථ වල කුඩාම ඒකකය වන ශුද්ධාෂ්ඨක වලිනි. (ශුද්ධාෂ්ඨක යක් නවීන විද්‍යාවේ සඳහන් වන පරමානුවකින් මිලියනයකින් පංගුවකටත් වඩා කුඩාය). රූප වර්ග 28 මෙම “සත්‍රා රූප” වලින් සමන්විත වේ. “ රූප (ද්‍රව්‍යමය ආකාර)” සහ “පදාර්ථ වල ආරම්භය - ශුද්ධාෂ්ඨක” කියවන්න.

ඇත්ත වශයෙන්ම, සියුම් රූප (ධර්ම) අනෙක් රූප වලින් වෙන් කර හඳුනා ගැනීම පිණිස සාමාන්‍යයෙන් රූප සේ හඳුන්වන්නේ නැත, ඒවා හඳුන්වන්නේ මනෝ රූප වශයෙනි. මනෝ රූප ග්‍රහණය කළ හැක්කේ මන ඉන්ද්‍රිය හෝ ධර්මායනන මගින් පමණි “ අනිදස්සනං , අප්පටිගාං , ධර්මායනන පරියපඤ්ඤා රූපං”, එසේ හෙයින් ඒවා නාම රූප වශයෙන්ද හැඳින්විය හැක.

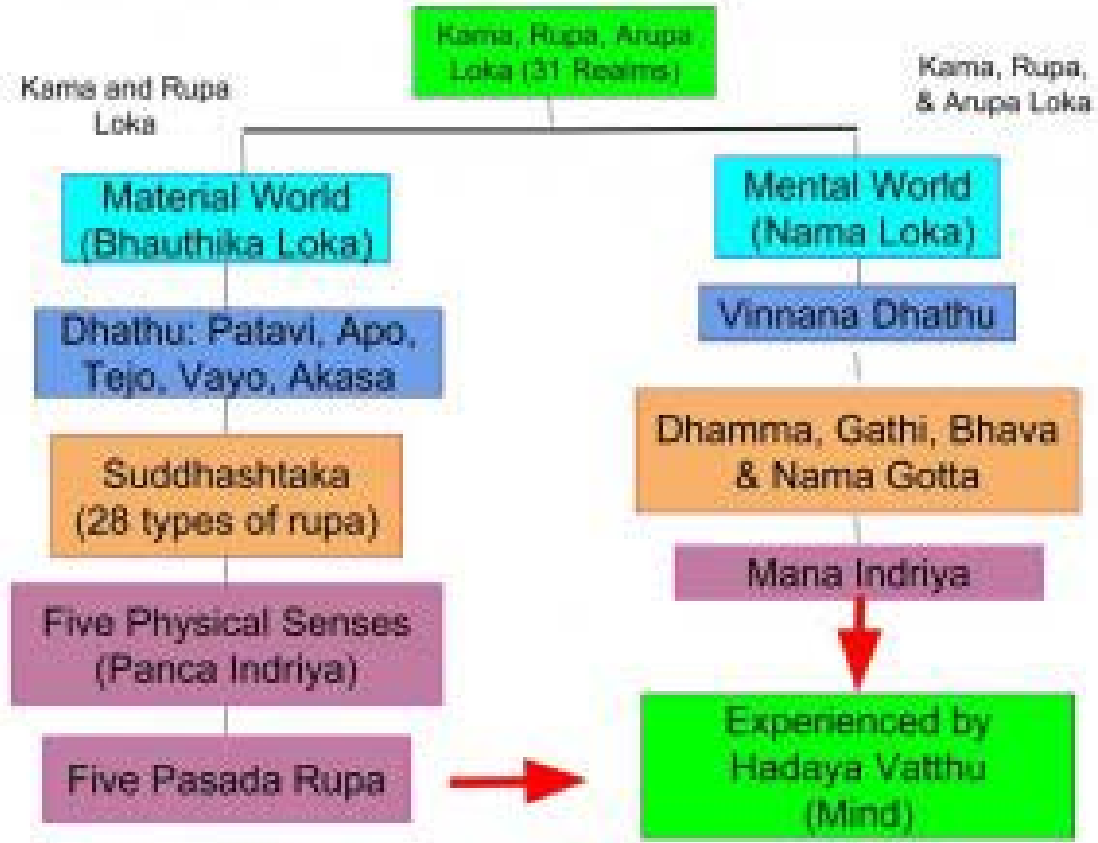
2. නාම රූප අවම වශයෙන් දෙආකරයකින් පවතින බව දැන ගැනීම වැදගත් වේ.
නාම රූප සාමාන්‍යයෙන් පවත්නා විට නාම යන්න යොදන්නේ මානෝ ගුණාංග වලට වන අතර රූප ද්‍රව්‍යමය වස්තූන් සඳහා යොදා ගනී. එනම් නාම රූප මනස සහ පදාර්ථ නියෝජනය කරයි.

එහෙත් මෙතැන්හිදී අප සාකච්ඡා කරන නාම රූප වන්නේ අපගේ මනසේ නැගෙන දෘෂ්‍යයන් ගැනය. මේවා ශුද්ධාෂ්ඨක අවධියට නොපැමිණි ඉතා සියුම් රූප වේ. එහෙයින් ඒවා පංච ඉන්ද්‍රියන්ට ගෝචර වන රූප වලට වෙනස්ය.

3. අපගේ “මිනිස් ලොව” ලෝක වර්ග දෙකකින් සමන්විත වේ. පංච ඉන්ද්‍රියන්ගෙන් අත් විඳින්නාවූ ද්‍රව්‍යමය ලෝකය (සජීවි සත්ත්වයින් සහ නිෂ්ක්‍රීය වස්තු, ශබ්ද, ගඳ සුවඳ, රස සහ කාය පහස) සහ මනසින් අත් විඳින්නාවූ මනෝ ලෝකය (ස්මෘතිය සහ සංකල්ප වැනි ධර්ම).

මෙම ලෝක දෙක එක්ව ගත කරයි; භූමි තල 31 ම මනෝ ලෝකය හවුලේ පරිහරණය කරයි. මනෝ ලෝකය සියලු සජීවි සත්වයින් එකට සම්බන්ධ කරන්නාවූ සියුම් ව්‍යුහයක් බඳුය (ෆැබ්‍රික්). ද්‍රව්‍යමය ලෝකයේ බොහොමයක් අපට දැක ගත හැකි වූ වත් මනෝ ලෝකය අපට නොපෙනේ. අපට නොපෙනෙන එහෙත් පවත්නා බව දන්නා දේ බොහෝය. නිදසුනක් වශයෙන් අපට නොපෙනෙන නමුත් අප අවට ගුවන් විදුලි හා රූපවාහිනී (Radio and TV) තරංග පවත්නා බව අපි දනිමු. මනෝ ලෝකයද එසේමය.

අරූප ලෝක භූමි තල සතරෙහි අරූප බ්‍රහ්ම යින්ගේ හදය වත්තු හැරුණු විට ශුද්ධාෂ්ඨක වලින් සෑදුනාවූ පදාර්ථ නැත. අරූප ලෝක සත්වයින් අත් විඳින්නේ නාම ධර්ම පමණි. ඔවුන්ට එකද භෞතික ඉන්ද්‍රියක් වත් නැත ඇත්තේ මනස (හදය වත්තු) පමණි.



එහෙයින් භෞතික ලෝකයට ලගා විය හැක්කේ නාම ලෝකයේ සහ රූප ලෝකයේ සැවැසිනිට පමණි.

4. ඉහත රූපසටහනෙහි දැක්වෙන ප්‍රධානතම කරුණු ගැන කෙටියෙන් විමසා බලමු. “මේ ලෝකයේ ” සෑම දෙයක්ම සකස් වී ඇත්තේ පඨවි ,ආපෝ,තේපෝ, වායෝ,ආකාශ සහ විඤ්ඤාණ යන 6 මගිනි. ඉන් පහක් භෞතික ලෝකය සකස් කරන අතර විඤ්ඤාණ ධාතුව “මනෝ ලෝකය” නියෝජනය කරයි.

එසේවුවත් ආකාශ යනු හුදු “නිසි අවකාශයක් ” ම නොවන බව දැන යුතුය. මෙය පසුව සාකච්ඡා කෙරේ.

භෞතික ලෝකය ගොඩනගන්නාවූ මූලික ඒකකය ශුද්ධාෂ්ඨකය. මෑතක් වන තුරුම විද්‍යාඥයින් විශ්වාස කලේ මූලික තැනුම් ඒකකය පරමානුව බවයි. එහෙත් එම පරමානුවක පවා ව්‍යුහය ඇති බව නවතම මතය වේ. ඕනෑම මූලික පදාර්ථවකට වඩා ශුද්ධාෂ්ඨක සියුම්ය.

ශුද්ධාෂ්ඨක නිර්මාණය කිරීමට අවශ්‍යය මනෝමය පුරෝගාමි වන ධර්ම, ගති, සහ භව පවතින්නේ නාම ලෝකයේ (හෙවත් මනෝ තලයේ) වේ. අපගේ ගති පාදක කර ජවන විත්ත මගින් අප ශුද්ධාෂ්ඨක නිර්මාණය කරයි. “පදාර්ථ වල ආරම්භය - ශුද්ධාෂ්ඨක” කියවන්න.

5. භෞතික ලෝකය අත් දකින්නේ ඇස්, කන්, දිව, භාසය සහ කය යන පංච ඉන්ද්‍රියන් ගෙනි. එම සංඥා (ඉන්ද්‍රිය ආදාන) අපගේ භෞතික රූපය හා ආශ්‍රිත ගන්ධබ්බයා හෙවත් මනෝමය කයෙහි පිහිටා ඇති පසාද රූප පහට සම්ප්‍රේෂණය කරයි. “ ගන්ධබ්බයා (මනෝමය කය) ” කියවන්න.

මොළයෙහි පවන්නා මන ඉන්ද්‍රියට මනෝ ලෝකය ගෝචර වේ. “මනස සහ කය අතර සම්බන්ධකය වන්නේ මොළයයි ” කියවන්න.

භෞතික ලෝකය හා පංච ඉන්ද්‍රියයන් ඇති කර ගන්නා සම්බන්ධතා (එස්ස contact) සහ මන ඉන්ද්‍රිය මනෝලෝකය හා ඇති කර ගන්නා සම්බන්ධතා (එස්ස contact) මත හදුය වන්නු (ගන්ධබ්බයා හෙවත් මනෝමය කයෙහි පිහිටා ඇති) යෙහි අපගේ සිතිවිලි උපදී. “ඕනෑම වස්තුවක් (රූප කලාප) පවතින්නේ විත්තකෂණ 17 පමනද?” කියවන්න.

මෙතෙක් ඉදිරිපත් කලේ ඉහත රූපය ගැන කෙටි විස්තරයකි. දී ඇති සම්බන්ධක (web link) ඔස්සේ වෙබ් අඩවිය හා සම්බන්ධ වී වැඩි විස්තර ලබා ගන්න. මේ සියල්ලෙහි අදහස පැහැදිලි නැතත් ඒ ගැන ලත නොවන්න, ඒවායේ අදහස අවබෝධ කර ගැනීමට තව දුරටත් සැලකිල්ලෙන් අධ්‍යයනය කිරීම අත්‍යාවශ්‍යය.

6. අපගේ මනුෂ්‍ය ලෝකයේ රූප දෙවර්ගයක් පවතින බව අවබෝධ කර ගැනීම වැදගත්ය.

★ පංච ඉන්ද්‍රියන්ට ගෝචර වන්නාවූ, භෞතික ලෝකයේ, අතට දැනෙන නැතහොත් ප්‍රත්‍යක්ෂ කළ හැකි (ස්පෘශ්‍ය tangible) පද්‍යාර්ථ.

★ අද්‍රෘශ්‍යමාන, ස්පර්ශයෙන් ප්‍රත්‍යක්ෂ කළ නොහැකි (අනිද්‍රස්සන, අප්පටිගාන intangible) සිතිවිලි, සංකල්ප, සැලසුම්, ස්මෘති (ඒ ඒ සිද්ධියට අදාල අයුරින්, ධර්ම, මනෝරූප, ගති, නව,නාම ගෝත්‍ර වශයෙන් කාණ්ඩවලට බෙදා වෙන් කළ හැකි). මේවා අත් විඳින්නේ මොළයෙහි පවත්නා මන ඉන්ද්‍රිය මගිනි.

දෙආකාරයේම රූප අවසානයේදී අනාවරණය කර අත් විඳින්නේ මනස (නදය වන්නු) මගිනි. නදය වන්නු පිහිටා ඇත්තේ මොළයේ නොව ගන්ධබ්බයාගේ කයේය. එය භෞතික ශරීරයේ, භෞතික භාදය පෙදෙස ආශ්‍රිතව පිහිටා ඇත. “ගන්ධබ්බයා (මනෝමය කය) ” කියවන්න.

මෙම “පාඨුල චිත්‍රය” අවබෝධ කර ගැනීමට යම් තරමක ව්‍යයමක් අවශ්‍යය විය හැක. ලෝකය සංකීර්ණය, මෙම සංකීර්ණ බව රඳා පවත්නේ මනසෙහිය. මනස පිහිටා ඇත්තේ මොළයෙහි නොව ගන්ධබ්බයාගේ සියුම් කයෙහිය (මනෝමය කය).

7. අපගේ නාම ලෝකයේ හෙවත් මනෝ ලෝකයේ තවත් අංගයකි සිහින ලෝකය.

සිහිනයකදී මිහිසුන් සහ ද්‍රව්‍යමය වස්තු අපට පෙනේ. එහෙත් ඒවා පිහිටා ඇති තැන් පැවසිය නොහැක. ඒවාට භෞතික වශයෙන් පිහිටි ස්ථානයක් නැත, ඒවා පවතින්නේ මනෝ ලෝකයේ හෙවත් මනෝ තලයේය. අප එම සිහින දකින්නේ අපගේ භෞතික ඇස්වලින් නොව නමුත් මන ඉන්ද්‍රියෙන්ය.

නින්දේදී පංච ඉන්ද්‍රියන් ක්‍රියාත්මක නොවේ. එහෙත් මොළයෙහිවූ මන ඉන්ද්‍රිය ක්‍රියාත්මකව පවතී. නින්දේදී අපගේ මොළය ක්‍රියාත්මකව පවතින බව විද්‍යාඥයින් තහවුරු කර ඇත.

අරූප ලෝකවල අත්විඳින්නේද එවැනි සිහිනයක් දකින ආකාරයක සංසිද්ධියක් යයි පැවසේ. එසේම අරූප ලෝක වාසීන්ට භාවනා කිරීමේ හැකියාව ඇත. කෙසේවෙතත්, අරූප ලෝකවලදී අරිය පුද්ගලයෙකුගෙන් දහම් අසා නිලක්ඛණ (අනිච්ච,දුක්ඛ, අනත්ථ) අවබෝධ කර ගත නොහැකි නිසා යමෙකුට නිවන් මගෙහි සෝවාන් ඵලයට

පත්විය නොහැක (කාම ලෝක සහ රූප ලෝකවලදී ඇස් සහ කන් භාවිතයෙන් මෙය ලබා ගත හැක). එහෙත් යමෙක් අරූප ලෝකයේ උත්පත්තිය ලැබීමට පෙර සොනාපන්න අවධියට පත්ව සිටියේ නම් අරූප ලෝක වලදී භාවනා කර නිවන් මගෙහි උසස් අවස්ථා සාක්සාත් කර ගත හැක.

8. අපගේ ඉන්ද්‍රිය අත්දැකීම් දෙස බැලීමට වෙනත් ආකාරයක් ද ඇත. සජීවී සත්‍වයින් “මේ ලෝකය” ට බැඳී ඇත්තේ “මේ ලෝකයෙන් ” සැප ලබා ගැනීමේ අපේක්ෂා වෙන්ය. මෙම සැප ලබාගන්නේ රූප සමග එස්ස ඇති කර ගැනීමෙනි. රූප විවිධ ඝන්ථවයන් ඇතිව පවතී.

කායික සුඛ ලබා ගන්නේ වඩාත් ප්‍රබල වූ එස්ස යන් (ස්පර්ශ) මගිනි. ඉන් අනතුරුව එන්නේ රස,ගඳ සුවඳ, දෘෂ්ටිය,ශබ්ද අනුපිලිවෙලින් ඝන්ථවයෙන් අඩු වෙන ලෙසය.

වඩාත් සෞම්‍ය ස්පර්ශය ලැබෙන්නේ ධම්ම ඔස්සේය. මෙය අපගේ මනෝ ලෝකයයි. කල්පනා කිරීම, අනාගත සැලසුම් සකස් කිරීම, අතීතයේ සිදුවීම් නැවත සිහියට නගා ගැනීම් ආදිය සිදුකරයි. අප නිතරම මෙවන් දේ වල යෙදී සිටී, එසේම එය ඕනෑම තැනකදී සිදු කළ හැක. වෙනත් ආකාරයකින් මෙයම පවසතොත්; අප මනෝ ,වච්චි, සහ කාය සංඛාර වල යෙදී සිටී.

එහෙයින් මන ඉන්ද්‍රිය මගින් මනෝ ලෝකයේ ධම්ම හා ස්පර්ශ විම (එස්ස) අපගේ ඉන්ද්‍රිය අත්දැකීම් වල සැලකිය යුතු කොටසක් වේ. එය මනෝ තලයේ හෙවත් මනෝ ලෝකයේ මනෝ රූප (ධම්ම, ගති, හව සහ නාමගොත්ත) හා සම්බන්ධ වේ.

9. ඉන්ද්‍රිය එස්ස (ස්පර්ශ) සජීවී සත්‍වයෙකු අත් විඳින්නාවූ මෙන්ම සතුට හුක්නි විඳින්නාවූ (හෝ දුක් විඳින්නාවූ) ආකාරය ප්‍රධාන හුම් තල කාණ්ඩ තුනෙහි එනම් කාම ලෝක, රූප ලෝක සහ අරූප ලෝක වල එකිනෙකට වෙනස් වේ.

අති රළු හෝ “ඕලාරික ” ඉන්ද්‍රිය එස්ස (ස්පර්ශ) ඇත්තේ කාම ලෝකවල පමණි. ඒවා වඩාත්ම රළු වන්නේ නිරයේදීය (පහතම හුම් තලය), සාමාන්‍යයෙන් එම රළු ස්වභාවය මනුෂ්‍ය ලෝකය තෙක් එනම් පස්වන හුම් තලය තෙක් එන විට ක්‍රමයෙන් අඩු වී යයි. දේව හුම් තල 6 සැලකිය යුතු ප්‍රමාණයකින් මනුෂ්‍ය ලෝකයට වඩා සෞම්‍යය.

දේව කය ගන්ධබ්බයෙකුගේ මෙන් ඉතා සියුම් වන හෙයින් සාමාන්‍ය මනුෂ්‍යයෙකුට ඒවා දැක ගත නොහැක.

අති රළු හෝ “මිලාරික ” ඉන්ද්‍රිය එස්ස (ස්පර්ශ ,රස, ගණ්ධ) රූප ලෝක වල නැත. රූප ලෝක 16 යෙහි බ්‍රහ්මයින්ට ඇත්තේ මනසට අමතරව දෘෂ්ටි හා ශබ්ද එස්ස (contact) පමණි .

අරූප ලෝක 4 හි අරූපී බ්‍රහ්මයින්ට ඇත්තේ මනස පමණක්ය. ඔවුනට ගෝචර වන්නේ මනසින් අත්දැකිය හැකි ශුද්ධාඡ්ඨක අවධියට වඩා අඩු වඩාත් සියුම් රූප වන ධම්ම පමණක්ය.

රූපී සහ අරූපී ලෝකවල බ්‍රහ්මයින් එම ලෝකවල උත්පත්තිය ලැබීමට පෙර කාම ලෝකවල පවත්නා “කාම ආස්වාද” යන්ගේ ඇති අන්තරායකර උපද්‍රවය (අවම වශයෙන් කාවකාලිකව හෝ) දැක ඇත. ඔවුන් රළු හෝ “මිලාරික ” ඉන්ද්‍රිය එස්ස (ස්පර්ශ ,රස, ගණ්ධ) යිනට වඩා ධ්‍යාණ සුඛ යෙන් ප්‍රමෝඨයට පත්ව ඒවා අගය කර ඇත. ස්පර්ශ ,රස, ගණ්ධ ඔස්සේ ලබන්නවූ රළු ඉන්ද්‍රිය සන්තර්පනයට ඇති තන්හාව අවම වශයෙන් තාවකාලිකව හෝ අත්හැර ඇත.

10. අපට “සෞම්‍යය” සහ “රළු” ඉන්ද්‍රිය එස්ස (contact) ගැන පහත දැක්වෙන නිදසුනෙන් යම් අදහසක් ලබා ගත හැක. තම මුහුපුරා සිනහවෙමින් හටමින් විනෝදවන අයුරු නරඹන ආච්චි අම්මා (අත්තම්මා) කෙනෙක් ගැන උපකල්පනය කරන්න.

මුලදී ඇ තම මුහුපුරා විනෝදවන අයුරු ඇත සිට නරඹා සතුටට පත්වන්න ඇති.

ඉන්පසු ඇ දරුවා වැළඳ ගනී. ඇත සිට නරඹා සෑහීමට පත් නොවන ඇට දරුවා ස්පර්ශ කිරීමට අවශ්‍යය වේ.

දරුවා ඔබ නොබ දැගලමින් තව දුරටත් විනෝදයට පත්වේ නම්, ආච්චි අම්මා දරුවාව සිප වැළඳ ගනී. සමහර අවස්ථාවලදී දරුවා ඉතා තදින් තුරුලු කර ගන්නවා ඇත. ඉන් නොදැනුවත්වම දරුවා වේදනාවෙන් හඬන්න පටන් ගනී.

මෙම අවසාන සිදුවීම ඉන්ද්‍රිය සන්නිවේදනයට ඇති සීමාන්තික තත්භාව වේදනාවට හේතුවන අයුරු සඳහා මනා නිදසුනක් වේ. ඇත්ත වශයෙන්ම **ඕලාරික ඉන්ද්‍රිය සන්නිවේදනයෙන් ලබන්නාවූ සතුටට ඇති තත්භාව** නිසා වඩාත් දුක්ඛ වේදනාවට පත් වේ.

එහෙත් රූපී සහ අරූපී ලෝකවල පවා දුක්ඛ වේදනා ඇත. අරූපී බ්‍රහ්ම මට්ටමේ බැඳීම් ඇත්තේ වඩාත් සෞම්‍යය වූ රූප වන ධර්ම නිසා ගෙන දෙන සතුටට වුවද, එහිදී එම පැවැත්ම අත්හැර නැවතත් මනුෂ්‍ය ලෝකයට පැමිණීමට සිදුවන හෙයින් හටගන්නා නොවැලැක්විය හැකි වේදනාව ඇත.

11. එහෙයින් නියත දුක්ඛ වේදනා මට්ටම හා ඉන්ද්‍රිය එස්ස (contact) යෙහි රළු බව හෝ ඝනත්වය අතර සම්ප සබඳතාවයක් වේ.

කායික වේදනා, කැක්කම්, ඊදිම් සහ රෝගාබාධ ඇත්තේ ඝන භෞතික ශරීර ඇති පහත් භූමිතල 5 හි (මනුෂ්‍ය ලෝකයද ඇතුළුව) පමණි. උසස් භූමිතල වල මේවා ඇති නොවේ. කාය සම්භාහන, ලිංගික සේවනය, රස ආහාර ගැනීම, සුවඳ ආග්‍රාණය වැනි රළු පහසින් ලබන්නාවූ සුඛ වින්දනය සඳහා මනුෂ්‍යයින්ට පවා ලැබෙන ආදිනව මේවාය.

කාම ලෝකයේ ඉන්න මානවයින් වන අප සම්ප හා රළු ඉන්ද්‍රිය සන්නිවේදනයෙන් සතුට ලබා ගැනීමට ආශා කරන්නෝ වේ. ඊට අමතරව බොහෝ විට හුදු ඉන්ද්‍රිය සන්නිවේදනයෙන් ප්‍රාමෝදයට පත්වීමෙන් සෑහීමට පත් නොවී එම ඉන්ද්‍රිය සන්නිවේදනය දෙන්නාවූ වස්තූන් තමන් සතු කර ගැනීමට ආශා කරයි. නිදසුනක් වශයෙන් සමහරු තම නිවාඩුව ගත කිරීමට නිවාඩු නිවෙස් කුලියට ගැනීමෙන් සෑහීමට පත්නොවී ඒවා අයිති කර ගැනීමට කැමතිය. මෙම, ප්‍රීතිදායක වස්තූන් තමන් සතු කර ගැනීමේ නැඹුරුව උසස් භූමිතල වල අඩුය. බ්‍රහ්ම ලෝක වල විශේෂයෙන් අරූපී බ්‍රහ්ම ලෝක වල අත්කර ගත හැකි භෞතික වස්තූන් හිගය.

12. යමෙක් නිවන් මගෙහි උසස් අවධියනට පත්වීමත් සමග රළු ඉන්ද්‍රිය සන්නිවේදනයෙන් සතුට ලබා ගැනීමට ඇති ආශාව අඩු වනවා මෙන්ම එම මූලාශ්‍ර තමන් සතු කර ගැනීමට ඇති ආශාවද අඩු වී යයි.

සෞභාෂණ පුද්ගලයා කාම ආස්වාද වල ආදිහව දුටුවා පමනි; හෙතෙම තවමත් ඒවායෙන් ප්‍රමෝදයට පත්වේ.

සකදාගාමී පුද්ගලයා තවමත් කාම ආස්වාදයෙන් ප්‍රමෝදයට පත්වේ, එහෙත් එම සතුට ලබා දෙන වස්තු අයිති කර ගැනීමේ ආශාවක් නැත. සුවදායක කුලී ගෙයක ජීවත් වීමෙන් සෑහීමට පත්වේ, සුඛෝපභෝගී නිවසක් අයිති කර ගැනීමේ ආශාවක් නැත. ඇත්තවශයෙන්ම සකදාගාමී පුද්ගලයා යමක් අයිති කර ගැනීමේ පීඩාව පැහැදිලිව දැනී.

අනාගාමී පුද්ගලයාට කාම ආස්වාද යෙන් ප්‍රමෝදයට පත්වීමේ විශේෂ උචමනාවක් නැත. හෙතෙම ආහාර ගන්නේ කුස ගිනි නිවා ගැනීම පිණිස පමනි (එහෙත් ප්‍රතිභ ආහාර ප්‍රධානය කළහොත් ආහාරයට ගනී). ඕනෑම ඉන්ද්‍රිය සන්නර්පනයකින් සතුට ලබා ගැනීම පිණිස කිසිවිටකවත් (බුද්ධ) ධර්ම සුඛ අභිබවා ප්‍රමුඛත්වයක් නොදේ. හෙතෙම ධ්‍යාන සුඛයට කැමැත්ත දැක්වයි එහෙයින් මරණින් පසු අනාගාමී වහන්සේලාට වෙන් කර ඇති (ශුද්ධාවාස) රූප භූමිතල වල උත්පත්තිය ලබයි.

අරහතුන්වහන්සේට ධ්‍යාන සුඛ සඳහාවත් ආශාවක් නැත, පරිනිර්වානයෙන් පසු මෙම භූමිතල 31 හි කොතනකවත් නූපදී.

අපගේ චක්‍රාවාටයේ අපට දැකිය හැක්කේ භූමිතල දෙකක් පමණක් වුවත් වාසයට සුදුසු සෑම චක්‍රාවාටයකම භූමිතල 31 පවතී.

භූමි තල 31

බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළ “ ජීවිතය හා විශ්වය පිලිබඳ සංකීර්ණ යථාදුර්ගය හෙවත් පර්යාලෝකය” පෘථිවියේ ජීවත්වන්නාවූ සත්වයින් ගැන පමණක්ම නොවේ. අපගේ සෞර ග්‍රහ මණ්ඩලය විශ්වයේ ඇති අනන්ත අප්‍රමාණ සූර්ය ග්‍රහ මණ්ඩල වලින් එකක් පමනි. ඒ සෑම සවේනනික ජීවීන් සහිත සූර්ය ග්‍රහ මණ්ඩලයකම (විද්‍යාඥයින් මෙතෙක් ඒවා සොයාගත නැතත්) ජීවය පවත්නා භූමි තල 31 ඇත. පහත දැක්වෙන අයුරින් අපට දැක ගත හැක්කේ මෙම භූමි තල වලින් දෙකක් පමනි. ඒ අප ජීවත්වන

මනුෂ්‍ය ලෝකයන් තිරිසන් ලෝකයන් යන දෙකය. වර්තමානයේ විද්‍යාව පෙන්වා දෙනවාට වඩා අපගේ ලෝකය බොහෝ සෙයින් සංකීර්ණය. විශ්වයේ ස්කන්ධයෙන් 95% ක්ම කුමන පදාර්ථ හේතූකොට ගෙනදැයි ගනනය කිරීමට විද්‍යාව අපොහොසත්ය. එය අඳුරු (ගුප්ත -අදිසි) පදාර්ථ හා අඳුරු (ගුප්ත) ශක්තිය සේ දැන් නම් කර ඇත. “ The 4 Percent Universe “ by Richard Panek (2011) කියවන්න නැතහොත් dark energy and dark matter ගැන Google ගවේෂණයක් කරන්න. බුදුන් වහන්සේ ලෝකෝත්තර බුද්ධියෙන් “මේ ලෝකය” මැනවින් දුටු සේක. “මිනිස් මහසේ බලය - හැඳින්වීම ” කියවන්න. සච්චියන්ගේ පැවැත්මේ යථා ස්වභාවය බුදුන් වහන්සේ දුටු සේක. බුදු දහම සහ විද්‍යාව යටතේ එන “ගොඩෙල්ගේ අසම්පූර්ණතාවය පිළිබඳ සාධනය ” කියවන්න.

ඕනෑම භූමි තලයක ජීවත්වන්නෙකු මැරුණ ක්ෂණයකින් අනෙක් භූමි තල 31 න් ඕනෑම ලෝකයක උත්පත්තිය ලබයි. ක්ෂණයකින් ඇතිවන මේ සංසිද්ධියේ යාන්ත්‍රණය ගැන විද්‍යාත්මක සාක්ෂි ක්වොන්ටම් යාන්ත්‍ර විද්‍යාවෙන් දැන් හෙලිවෙමින් පවතී. “ ක්වොන්ටම් ජාලය - අපි සැවොම එකට සම්බන්ධයි” කියවන්න. බුදුන් වහන්සේ බොහෝ සූත්‍ර දේශනාවල විවිධ ලෝක ගැන සඳහන් කර ඇත. පහසු සාරාංශයක් <http://www.accesstoinsight.org/ptf/dhamma/sagga/loka.html>

Thirty one Planes of Existence වල දක්වා ඇත. ඒ පිළිබඳ දීර්ඝ විස්තරයක් මෙහි ඉදිරිපත් නොකරමි. මෙම භූමි තල පැවැත්ම හා නිවන පිළිබඳ දෘශ්‍ය (සිතීන් මවාගත්) නිදසුනක් මගින් සරල පැහැදිලි කිරීමක් පහත දැක්වේ.

කුඩා ගෝලයක් මැදිකර එම ගෝලය වටා ඇති ගෝලාකාර ආවරණ 31 සහිත ගෝලයක් සිතීන් මවා ගන්න. එම විශාල ගෝලයේ මුලු පරිමාවම මධ්‍යයේ වූ ගෝලයෙන් හා එය වටා ඇති ආවරණ වලින් පිරී ඇතැයි උපකල්පනය කරන්න. මේ අනුව සකස්වූ ගෝලය වටා වූ කොටස් 31 භූමි තල 31 නියෝජනය කරයි. මෙය අනාත්වික දෘශ්‍ය (සිතීන් මවාගත්) නිදසුනක් පමණක්වේ. යථාර්ථය බෙහෙවින් වෙනස්ය. මෙම නිදසුනේ වෙනත් තල දෙකක් සේ ගත්තත් මනුෂ්‍ය හා තිරිසන් ලෝක දෙක පවත්නේ සමකාලීනවූ එකම තලයකය. එසේම අවකාශය සහ කාලය ඇත්තවශයෙන්ම අසීමිතය.

1. ඇතුළත කොටස් 11 භෞතික ඉන්ද්‍රියයන් පහෙන්ම සමන්විත කාමලෝක නියෝජනය කරයි. අභ්‍යන්තරයේම (ඇතුළතම) ඇති ගෝලය නොනවතින දුක් වේදනා ඇති නිරය (අපාය) නියෝජනය කරයි. නිරයට පිටතින් ඇති අනෙක් තල දෙක මනුෂ්‍ය ලෝකයට වඩා දුක් වේදනා ඇත්තාවූ හුම් තල වේ. මනුෂ්‍ය ලෝකය 5වන හුම් තලයයි. ලෝහ, ද්වේෂ සහ මෝහ යන තුනම පවත්නා අවසන් හුම් තල මනුෂ්‍ය ලෝකය යි. එහෙත් මෙහි අසාමාන්‍ය තාවය වන්නේ ලෝහ, ද්වේශ සහ මෝහ යන තුනම නිරුද්ධ කර නිවන සාක්සාත් කළහැක්කේ මනුෂ්‍යයින්ට පමණක් වීමයි. සයවැන්නේ සිට 11 තෙක් දේව ලෝක නියෝජනය වේ. (දේව යන්න බොහෝ දෙනෙක් “ සර්ව බල ධාරී දෙවියන් සේ සාවද්‍යයේ පරිවර්තනය කර ඇත ”) දේව ලෝක වාසීන්ට මිනිස් ස්වභාව ඇති මස් ලේ සහිත ඝණා ශරීර නැත. එහෙයින් ඔවුන් නිරෝගීය. එසේම ලෝහ තණ්හා සිතිවිලි ඇතිවන්නේද නැත.

2. ඉතිරි කොටස් 16 මනසට අමතරව ඇස් සහ කන් පමණක් ඇති සත්වයින් සිටින හුම් තලයන් වේ. මේ හුම් තල වාසීන්ගේ සිරුරු දේව ශරීරවලට වඩා ඝණත්වයෙන් අඩු ඉතා සියුම් ශරීර ඇත්තෝ වෙති. මේවා හඳුන් වන්නේ රූප ලෝක යනුවෙනි.

3. පිටතින්ම ඇති හුම් තල 4 අරූප ලෝක වේ. භෞතික ඉන්ද්‍රියන්ගෙන් තොර අති සුක්ෂ්ම සිරුරු සහිත අරූප ලෝක වාසීන්ට ඇත්තේ මනස පමණක්ය.

4. රූප හා අරූපලෝක වාසීන් ධ්‍යානයෙන් පසුවන්නෝය. ඔවුන්ට ලෝහය හෝ ද්වේෂය නැතත් අවිද්‍යාව හෙවත් මෝහය ඇත. සංසාර චක්‍රයේ අප සැරිසරද්දී අපගේ උත්පත්තිය ඇතිවන්නාවූ “අපගේ ලෝකය” හුම් තලයන් 31 ඇති විශ්වයේ ඕනෑම ගැලැක්සියක වන්නාවූ ඕනෑම සක්වලක සිදුවිය හැක. අනන්තවූ සංසාර ගමනේදී අපගේ පෘථිවිය අයත්වන සක්වලෙහි සාමාන්‍යයෙන් වසර බිලියනයක් වැනි දීර්ඝ කාලයක් ගෙවා වෙනත් ගැලැක්සියක සක්වලක ප්‍රතිසංධිය ලබන්නට හැකිය. විශ්වයේ ගැලැක්සි බිලියන ගනනක් ඇති බව මේ වන විට විද්‍යාඥයින්, තහවුරු කර ඇත.

මෙතෙක් තහවුරු කර නැතත් නවතම සොයාගැනීමක් වන රැහැන් න්‍යාය (String Theory) ට අනුව අප ජීවත්වන පෘථිවිය ආශ්‍රිත මේ ලෝකය වතුර්මාන (ත්‍රිමාන + කාල මානය) නොව 11-මාන ලෝකයක් බව ප්‍රකාශිතයි. “අනෙක් මාන යන්ති (dimensions)

කුමක් සිදුවේද?” consciousness dependence on number of dimensions සංජානනය මට්ටම මාන සංඛ්‍යාව මත රැඳේ, කියවන්න.

6. මේ ආරම්භයකින් තොර අනන්තවූ සංසාරයේ, අප සැම දෙනාම ඇතුළුව ඕනෑම සවේනනික සජීවී සත්වයෙක් සියලුම භූමි තලයන්හි දිවි ගෙවා ඇත. අප නිරයේ (අපායේ) මෙන්ම අනෙක් උසස් භූමි තල (අනාගාමී පුද්ගලයන්ට පමණක් වෙන්වූ රූපලෝක වල ශුද්ධාවාස පහ හැර) සියල්ලකම පාහේ දිවි ගෙවා ඇත. වරක් බුදුන්වහන්සේ බිම යන කුහුඹුරුලක් හිඤ්ඤාට පෙන්වා මේ සෑම කුහුඹුවෙක්ම බුන්ම ලෝක වල දිවි ගෙවා ඇතැයි පැවසූහ. සංසාරය පැහැදිලිව දක්නට හැකි මූලාරම්භයක් නැති දීර්ඝ චක්‍රයකි.

7. මිනිස් ලොවට ඉහලින් ඇති භූමි තල වල වේදනා විඳිම් සාපේක්ෂ වශයෙන් ඉතාමත් සුලභ, එයද නොවැලක්විය හැකි මරණය හේතු කොට ගෙනය. කෙසේවෙතත්, අවම වශයෙන් සෝවාන් (සොනාපන්න) ඵලයටවත් නොපැමිණි පුද්ගලයෙකු උසස්ම භූමි තලයේ සිට යම් අවස්ථාවක අපාගත විය හැක. බොහෝවිට නිරයෙන් ගැලවෙන්නේ අනාදිමත් කාලයක් දුක් විඳීමෙන් පසුවයි. අප සෑම දෙනෙක්ම බොහෝ වාර ගනනක් මේ අයුරින් ගත කර ඇත. විවිධ භූමි තල වල උත්පත්තිය ලැබීම කම්ම බීජ (කර්ම බීජ) නිසා සිදුවේ. “සංකාර, කම්ම, කම්ම බීජ, කම්ම විපාක” කියවන්න.

8. සෑම සජීවී සත්වයෙක්ම එක් භූමි තලයක සිට තවත් භූමි තලයක් කරා යයි, එහෙත් වැඩි කාලයක් ගත කරන්නේ පහත්ම භූමි තල සතරෙහිය, ඒ මෙම භූමි තල සතරට වැටෙන්නෙකුට පහසුවෙන් ඉන් ගැලවීමට අපහසු හෙයිනි. මේ සසර සැරිසැරීමේ ඇති හයානක බව මැනවින් සිතා අප පත්ව ඇත්තාවූ අනාථ භාවය (අනන්ථ) ගැන යහමින් අවබෝධ කර ගැනීම ඉතා වැදගත්ය.

9. පහතම දුගති භූමි තලයේ සිට ඉහලට එන විට වේදනා විඳිම් ක්‍රමයෙන් අඩුවේ. එසේම 11 වන භූමි තලය තෙක් ලෞකික සැප සම්පත් වැඩිවූවත් රූප හා අරූප ලෝක වල දක්නට ඇත්තේ ඉන්ද්‍රියන් මගින් ලබන්නාවූ සැප නොව ධ්‍යාන සම්වැදීමෙන් ලබන්නාවූ සැපනය. “තෙආකාර සැප-නිරාමිස සුඛ යනු කුමක්ද?” බලන්න.

10. මව් කුසක පිළිසිඳ දරුවන් බිහි කිරීමෙන් සත්වයෙකුගේ උපත සිදුවන්නේ මිනිස් ලොව සහ තිරිසන් ලෝකයේ පමණකි. අන් සෑම භූමි තලයකම ඇත්තේ ඕපපාතිකව පහළ වීමක්ය. ඒ පෙර භවයේ මරණයත් සමගම විත්තකෂණයකින් සම්පූර්ණ වැඩුණ සිරුරක් පුනර්භවයේ භූමි තලයේ පහළ වීමයි. එහෙයින් මනෝ පුබ්බංගමා ධම්මා මනෝ සෙට්ඨා මනෝමයායයි බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළේ. මූලික හේතුව, පදාර්ථ (රූප) නොව මනස ය. අභිධර්ම කොටසේ සඳහන් කර ඇති පරිදි තිරිසන් හා මිනිසුන් යන දෙවර්ගයම පවා භව ආරම්භ කරන්නේ ගන්ධබ්බයෙක් වශයෙන් ඕපපාතිකවය. **“මනෝමය කය”** බලන්න. ඝණ ශරීරය වැඩීම ආරම්භ කරන්නේ ගර්භාසයකට ඇතුළුවාට පසුවය.

11. රහත්ඵලය ලද අයෙක් හෝ නිවන සාක්සාත් කළ අයෙක් මෙම භූමි තල 31 හි නැවත උපදින්නේ නැත. එහෙයින් නිවන තේරුම් ගැනීමට අපහසු දෙයක් නොවේ. විවිධ කෝණ වලින් ඒ දෙස බැලිය හැක. **“නිවන - තේරුම් ගැනීමට අපහසුද?”** සහ **“නිවන හා සම්බන්ධව රූප යනු මොනවාද?”** කියවන්න.

අප සාකච්ඡා කරන ආකෘතියෙහි නිවන අනුරූප වන්නේ භූමි තල 31 න් ඔබ්බට යාමයි. මේ භූමි තල 31 තුළ නැවත ඉපදීමක් නැත.

සදාකාලික සැපත හෝ නිරාමිස සුඛ ඇති තැන නිවනයයි.

නිවන් අවබෝධ කරගත් අරහන් පුද්ගලයා සාමාන්‍ය මිනිසෙක්මය එහෙත් ලෞකික වස්තූන් කෙරෙහි ආශාවක් හෝ බැඳීමක් නැත. එහෙත් ඔහු උත්පත්තිය ලැබූ කර්ම බීජ වල කර්ම විපාක ගෙවීමට ඇත. එම කර්ම ශක්තිය පරිභෝජනයෙන් පසු පිරිනිවීම සිදුවේ, නමුත් වෙන කිසිම උත්පත්තියක් කැමැත්තෙන් අල්වා (උපාදාන) නොගන්නා හෙයින් පුනර්භවයක් නැත.

12. භූමි තල 31 ක අප සිරවී සිටින්නේ ඇයි? ඒ **“මේ ලෝකය”** තුළ ලබා ගත හැකි සැපතක් වේ යයි අප ප්‍රත්‍යක්ෂ කරන හෙයින්. පහත දැගති භූමි තල සතරෙහි අනන්තවූ දුක් වේදනා ඇති බව අප නොදන්නා නිසාය. නමාගේ දිවි පෙවෙන දෙස පමණක් බලා බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළ දුක කොහේදැයි අසන්නෝ බොහෝය. බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළේ මෙලොව පමණක් නොව පහත දැගති භූමි තල සතරෙහිදු අනන්තවූ ඒ

සැඟවුන දුක් වේදනාවන් ගැනය. ගැටලුව වන්නේ මෙම භූමි තල සතරට වැටෙන්නෙකුට පහසුවෙන් ඉන් ගැලවීමට ඇති අපහසු තාවයයි. ඒ එම භූමි තල වල සන්නිව ලෝකයද ඇතුලුව සත්වයින් ජීවත්වන්නේ රොබෝවරුන් මෙන් වීමත් , ඔවුනට මිනිසාට මෙන් දියුණු මනසක් නැති නිසාත්ය.

කිසිවෙකු හෝ බාහිර බලවේගයක් විසින් හෝ අප “මේ ලෝකයේ” භූමි තල 31 තුල රඳවා ගන නැත. එසේ රැඳී ඇත්තේ, අප ඉන්ද්‍රියන්ගෙන් ලබන්නාවූ සුඛයෙන් සැහීමට පත්වීම, දීර්ඝ කාලීන වශයෙන් ඇති දුක් විදීම නොදැක්ම (මහලු වියට යත්ම මේ ජීවිතයේදී පවා මුහුණ පාන්නාවූ දුක් ගැහැට) නිසා බුවල්ලෙකු තම ගොදුර අඬු අටෙන්ම අල්වා සිටින්නා සේ මේ ලෝකයේ ඇති සෑම දෙයක්ම උපාදානය (එල්බ ගෙන) කර සිටිනා හෙයින්ය. එසේම “මේ ලෝකයෙන්” ගැලවීමෙන් වඩාත් උතුම් සැපයක් වන නිර්වාන සුඛ ලද හැකි බව අපගේ නොදැනුවත්කමද නවත් හේතුවක් වේ. “ තෙආකාර සැප-නිරාමිස සුඛ යනු කුමක්ද?” බලන්න. (එසේම, බුදුන් වහන්සේ පහළ වන තෙක්ම කිසිවෙක් “මේ ලෝකයේ” භූමි තල 31 සහ පහත භූමි තල 4 හි ඇති අනන්තවූ දුක් වේදනා ගැන නොදන්න).

13. අපට නිර්වාන සැපත අත්විඳිය (රසවිඳිය) හැකිද? එසේය, සෝවාන් ඵලයට පැමිණීමට පෙර වුවද වැඩිවී යන කොටස් වශයෙන් රස විඳිය හැක. “ නිවන් සුව රසවිඳිය හැක්කේ කෙසේද?” කියවන්න. එය ලෞකික සම්පත් අත්හැරීමේ සුවය එනම් නිරාමිස සුඛය වේ. නිවන් මාර්ග ඵල සතරේ අදියරෙන් අදියරට එනම් සෝවාන්, සකදාගාමි, අනගාමි සහ අරහත් ඵල අතර නිරාමිස සුඛ මට්ටම විශාල ප්‍රමාණයකින් ක්ෂණිකව වැඩි වේ. එහෙයින් නිවන් මගෙහි ඉන්න අයෙකුට මෙම භවයෙහිදීම නිවන් අවබෝධ කරනා තෙක්ම විවිධ මට්ටම්වල නිරාමිස සුඛ අත් විඳිය හැක.

14. සියලු භූමි තල 31ම පවතින්නේ අපගේ සෞර ග්‍රහ මංචලය (චක්‍රාවාටය) තුල පෘථිවිය ආශ්‍රිතවය. සජීවී සවේනනික සත්වයන් සහිත ඵවැනි චක්‍රාවාට රාශියක් ඇත. මේවා පවතින්නේ කුඩා,මධ්‍යම හා විශාල “ලෝක පද්ධති ” ගැලැක්සි සමූහ වශයෙනි (ගැලැක්සි,ගැලැක්සි සමූහ සහ සුපිරි සමූහ ?). එනමුත් මේ එකක්වත් සදාකාලික නොවේ. ඒවා හටගන කාලයකට පසු විනාශ වී යයි. පසු ගිය වසර 100 ක කාලයේදී, එක් ගැලැක්සියක චක්‍රාවාට බිලියනයක් පමණ පවත්නා බවත් ඵවැනි ගැලැක්සි බිලියනයක් පමණ විශ්වයෙහි ඇති බවත් විද්‍යාඥයින් තහවුරු කර ඇත. සැලකිය යුතු

අනෙක් ප්‍රධානතම සාධක වන්නේ අපගේ මූලක් නැති සසර ගමනේදී මේ සියලුම භූමි තල වල අප උත්පත්තිය ලබා ඇති බවත්, පහත් දුගති තල වල වඩාත් ගත කර ඇති බවත්, සංසාරයේ ආරම්භය බුදුවරයෙකුටවත් නොපෙනෙන අති දීර්ඝ කාලයකට පෙර බවත්ය.

බුද්ධ ධර්මය: සංජානනය කළ නොහැකිබව සහ ස්ව සංගතතාව

<https://puredhamma.net/dhamma/buddha-dhamma-non-perceivability-and-self-consistency/>

1. ඉන්ද්‍රියයන් සයට විෂය වන සංජානනය කළ හැකි දෑ මගින් බුද්ධ ධර්මය විශ්ලේෂණය කර අර්ථ දැක්වීමට බොහෝ අය උත්සාහ කරති.

බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළ දහම “**ලෝකය මින් පෙර නොඇසූ දහමක්**” යයි බුදුහු වදාළහ. එහෙත් බොහෝ දෙනෙක් බුදු දහමේ මූලධර්ම සම්ප්‍රදායානුකූල සංකල්ප මගින් පහදා දීමට වෙර දරති. නාගර්ජුන සහ අනෙක් මහායාන ආරම්භකයින් ශූන්‍යතා හෝ භික්ෂ්‍යව යන සංකල්ප භාවිතයෙන් නිවන යන්නෙහි අර්ථ දැක්වූ කල සිටම එවැනි මතයා මත ඵලිදැක්වී ඇත. “**සද්ධර්ම පුණ්ඩරිකා සූත්‍ර - නාහිගත විශ්ලේෂනයක්**” සහ “**ශූන්‍යයතා හෝ සුන්හතා (භික්ෂ්‍යව) යනු කුමක්ද?**” කියවන්න. ටේරවාද බුදු දහමටද එම ඉරහම ම අත්විය. නාගර්ජුන මෙන්ම, බුදු දහම වැලඳ ගැනීමට පෙර වෛදික බ්‍රාහ්මණයකු වූ, සෝවාන් ඵලයටවත් නොපැමිණි බුද්ධඝෝස ඔහුගේ වෛදික සංකල්පයන්ට අනුව බුදු දහම වෙනස් කර විකෘති කළේය.

“**ටේරවාද : වැදගත් සංකල්ප වල නූතන අර්ථදැක්වීම් වල ඇති ගැටළු**” කියවන්න. බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළ *ආනාපාන නාවනාව* වෙනුවට වෛදික ප්‍රානශාම ශ්වසන නාවනාව ආදේශ කළේය.

නාගර්ජුණ, බුද්ධඝෝස ආදීන් හිතා මතා කළ විකෘති කිරීම් නොවිය හැකියි, එහෙත් වෛදික සංකල්ප පදනමෙහි සිටම බුද්ධ ධර්මය ඔවුහු අවබෝධකර ගත් පරිදි විස්තර කළා විය හැක. අදත් සමහර ප්‍රකාශනවල ධර්මය ලෞකික සංකල්ප මත පදනම්ව විස්තර කර ඇත.

මේ නිසාම, නූතනයේදී බුදු දහම ගැන පළවන බොහෝ පොත් පත් වලට අනුව බුද්ධ ධර්මය හා අනෙක් ආගම් අතර වැඩි වෙනසක් දක්නට නැති තරම්ය. සෑම පොතකම උගන්වන්නේ සදාචාරවත් ජීවිතයක් ගත කරන අන්දමය. බොහෝ විට *අනිච්ච, දුක්ඛ, අනන්ට්, පටිච්ච සමුප්පාද, අනාපානසති, සතිපට්ඨාන* වැනි මූල ධර්ම ගැන කිසිදු සාකච්ඡාවක් නොකරන තරම්ය, යම් පැහැදිලි කිරීමක් සඳහන් වුවත් එයද නිවැරදි නොවේ. මෙම කරුණාම, නියම බුද්ධ ධර්මය පිළිබඳ යම් අදහසක් දැන ගැනීම හෝ “නිවැරදි මාර්ගයට” ප්‍රවේශ වීමට ඇති ප්‍රධාන බාධක වී ඇතැයි මට සිතේ.

“මාගේ ධර්මය ලෝකය මින් පෙර නොඇසූ දහමක් ” යයි බුදුන් වහන්සේ වදාළේ ඇයි දැයි අප මෙහෙති කළ යුතුය. එම දහම “සම්ප්‍රදායානුකූල රාමුව” තුළ සිට අවබෝධ කළ නොහැක්කකි, සාමාන්‍යය මනුෂ්‍යයෙකුගේ කෙලෙස් පිරි මනසට නොවලභා ප්‍රත්‍යක්ෂ කළ නොහැක්කකි.

2. “සංජානනය කළ හැකි ” හෝ “අවබෝධ කළ හැකි ” යනුවෙන් මා අදහස් කළේ කුමක්දැයි පළමුවෙන්ම මා පැහැදිලි කර දෙන්නමි. අපගේ ඉන්ද්‍රියයන් සයට විෂයව අනාවරණය කර ගත හැක්කේ මෙම “ලෝකයෙන් ” බිංදු මාත්‍රයක් පමණි.

- මූලික වශයෙන් නූතන විද්‍යාවට අනාවරණය කරගත හැකි වී ඇත්තේ අප විශ්වයේ ස්කන්ධයෙන් 4% ක් පමණි. “The 4 Percent Universe: Dark Matter, Dark Energy, and the Race to Discover the Rest of Reality”, by Richard Panek (2011) පොත කියවන්න.

මෙතෙක් නූතන විද්‍යාව (හෝ දර්ශන විද්‍යාව) මගින් “අනාවරණය” කර නොගත් බොහෝ දෑ මෙම විශ්වයේ සැඟවී ඇත. මනස ගැන සැලකිය යුතු කිසිවක් අනාවරණය කර ගෙන නැත. එහෙයින්, බුද්ධ ධර්මයෙහි අගය තක්සේරු කිරීමට විශ්වයෙන් බිංදු මාත්‍රයක තොරතුරු වලින් සමන්විත නූතන විද්‍යාව යොදා ගැනීම, අන්ධයෙකු අලියෙකුගේ එක් කකුලක් පමණක් අත ගා අලියෙකුගේ ස්වරූපය අනුමාන කිරීමක් වැනිය. **“සාවද්‍ය දිට්ඨිය කුමක්දැයි තීරනය කරන්නේ කෙසේද?”** කියවන්න.

ලිඳෙහි ඉන්නා මැඩියෙකු පුළුල් ලෝකය ගැන කිසිවක් නොදනී. එසේම විද්‍යාඥයින් ඇතුළුව සාමාන්‍යය මනුෂ්‍යයින්ද සීමිත ඉන්ද්‍රියන් සයෙන් ලැබෙන්නාවූ දත්ත

අනුසාරයෙන් යථාර්තය අවබෝධ කර ගැනීමේ ගැටළුවට මුහුණ දී ඇත. එහෙයින් විද්‍යාත්මක න්‍යායයක් කිසිදුක සර්ව සම්පූර්ණ නොවන බව ගනිතඥයකු වන කර්ට් ගොඩෙල් තහවුරු කර ඇත. “ගොඩෙල්ගේ අසම්පූර්ණතාවය පිළිබඳ සාධ්‍යය” කියවන්න.

3. බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළ ධර්මය තහවුරු කළ හැකි එකම මග එය නූතන විද්‍යාවට අනුකූල වේදැයි නිගමනය කිරීමෙන්යයි බොහෝ දෙනෙකුගේ විශ්වාසයයි. කෙසේවෙතත් එය අලියෙකුගේ කකුලක් අත ගා දැනගත් අන්ධයෙකුගෙන් අලියෙකුගේ ස්වරූපය අසන්නා වැනිය හැතහොත් ලිං මැඩියෙකුගෙන් ලිඳෙන් බැහර ලෝකය කෙබඳුදැයි අසන්නා වැනිය.

ඉහත විස්තරය කළේ නවීන විද්‍යාව පරිභාසාත්මකව සැලකීමට නොවේ, ශත වර්ෂ කීපයකට පෙර ගැන සිතා බලමු. අදට වසර 400 කට පෙර, “විද්‍යාව” විශ්වාස කළේ විශ්වය පෘථිවි කේන්ද්‍රීය බවයි. එනම්, පෘථිවිය විශ්වයේ මැද පිහිටා ඇති බවත් තරු එය වටා ඈත අභ්‍යාවකාශයේ ස්වර්ගමය ගෝලයක ගිලී පවත්නා බවත්ය.

http://en.wikipedia.org/wiki/Geocentric_model වෙබ් අඩවිය බලන්න. එවකට, “විද්‍යාව” පමනක් නොව බොහෝ ආගම් පවා මෙම ආකෘතියට අනුව සකස් විය. බෝහෝ ආගම් දැනුදු එම කල්පිතයෙහි එල්බ ගෙන සිටියි (ඉහත සඳහන් විකිපීඩියා ලිපිය කියවන්න).

4. එනමුත් වසර 2500 කට පෙර බුදුන් වහන්සේ පැහැදිලිව දේශනා කළේ අපගේ සූර්ය ග්‍රහ මණ්ඩලය “චක්කාවාට” හෝ “චක්‍රාවාට”යක් එනම් සූර්ය ග්‍රහ මණ්ඩලයක් බවය. එපමනක් නොව, ගිණිය නොහැකි තරම් එවැනි චක්‍රාවාට විශ්වයේ ඇති බවත් ඒවයේ විස්තර සෙවීමට යාම කාලය නාස්ති කිරීමක් බවත් බුදුහු වදාළහ.

මෑත කාලයේදී විශේෂයෙන් 20 වන ශත වර්ෂය ආරම්භයේදී, බුදුන් වහන්සේ දේශනා කරන ලද පර්යාලෝකයේ සමහර කොටස් “ නැවත සොයා ගත ඇත”. ඒ විශ්වය මන්දාකිණි (Galaxies) බිලියනයකින් සමන්විත වන බවත් ඒ සෑම මන්දාකිණියකම සූර්ය ග්‍රහ මණ්ඩල බිලියනයක් පමණ පවතින බවත්ය. එහෙත් 19 ශත වර්ෂයේ ජීවත් වන්නෙකු, එවැනි අදහසකට විද්‍යාවෙන් සාක්ෂි නැතැයි, මෙම දේශනය පරිභාසයට

ලක්කල හැක. බුද්ධ ධර්මයේ සඳහන් එම කොටස් ඒ කාලයේදී “විද්‍යා” දැනුමට පරිකල්පනය කළ නොහැක.

එසේම බුද්ධ ධර්මයේ බොහෝ අංශයන් අදටත් “විද්‍යා” වට පහළා දිය නොහැක. එහෙත් කාලයාගේ ඇවෑමෙන් “විද්‍යා” ත්මක සංකල්ප හා දත්ත විකාශනය වීමත් සමග බුද්ධ ධර්මයේ බොහෝ අංශයන් තහවුරු කර ගත හැකිය.

5.යමෙක් බුද්ධ ධර්මය, විද්‍යාවෙන් සම්පූර්ණයෙන්ම තහවුරු කරණා තෙක් සිටී නම් හෙතෙමද වසර පන්සියයකට පෙර ජීවත්වූ විශ්වය පෘථිවි කේන්ද්‍රීය යි තරයේ එල්බගෙන බුද්ධ ධර්මය අසාමාන්‍යය හෝ අද්භූත යයි ඉවත දැමූ අයෙක් මෙන්ම අනුවනයෙක් වේ.

බුදුන් වහන්සේ දේශනා කරන ලද පර්යාලෝකයේ බොහෝ කොටස් තහවුරු කරගතහැකි සේ විද්‍යාව සැලකියයුතු දියුනුවක් ලබා ඇති අවධියක අප ජීවත් වීම වාසනාවකි. බොහෝ පුළුල් විශ්වයක් එළිදැරවී කරගැනීමට නූතන දුරදුක්නය හේතුවුවා සේම නවීන අන්වීක්ෂය සොයාගැනීමෙන් මින් පෙර හුදු ක්ෂුද්‍රජීවීන් රාශියක් ඇති “ක්ෂුද්‍රජීවී ලෝකයක්” සොයාගැනීමට හැකිවිය. එක් මනුෂ්‍යය ශරීරයක එවන් ක්ෂුද්‍රජීවීන් බිලියනයක් පමණ ඇත.” පොළවේ ජනගහනය හා සමාන ප්‍රාතීන් සංඛ්‍යාවක් ඔබගේ ශරීරයේ ජීවත් වේ” කියවන්න.

6. විද්‍යාව අනුමත කරන්නේ විද්‍යාත්මක උපකරණ මගින් මිණිය හැකි සංසිද්ධි පමණි. එවැනි විද්‍යාත්මක උපකරණ මූලික වශයෙන් අපගේ ඉන්ද්‍රියන් සයෙහි හැකියාවන් වැඩිදියුනු කිරීමක් සේ හැඳින්විය හැක.“නාක්ෂණය භාවිතයෙන් ” සම්ප්‍රජානනය (විඤනය) ” ප්‍රසාරණය කිරීම” කියවන්න. අපට ප්‍රපිටර් ග්‍රහලෝකයේ වන්දුයන් පියවි ඇසින් දැකිය නොහැකිවුවද දුරදුක්නයක ආධාරයෙන් නැරඹිය හැක. එසේම අපගේ ශරීරයේ සිටින්නාවූ ක්ෂුද්‍රජීවීන් පියවි ඇසින් දැකිය නොහැකිවුවද අන්වීක්ෂයක ආධාරයෙන් නැරඹිය හැක. බොහොමයන් අතරින් තෝරාගත් නිදර්ශන දෙකකි ඉහත දැක්වූයේ.

7. විශ්වයේ පවත්නා සියලුම ශක්ති වර්ග ගබඩා කර ඇත්තේ කක්ෂීය චලන (භ්‍රමන) චල බව අභිධර්මයෙහි සඳහන් වේ. නිදසුනක් වශයෙන් සූර්ය ග්‍රහ මණ්ඩල (චක්කාවාට) යනු තරුවක් වටා භ්‍රමනය වන ග්‍රහලෝක. එම චක්‍රාවාට එක්වී ගැලැක්සි

හෙවත් මන්දාකිණියක් සෑදේ. ඒ මන්දාකිණි තැටියක හෝ පෙන්නක හැඩයට වක්‍රාකාරව වලනය වේ.

http://en.wikipedia.org/wiki/Retrograde_and_prograde_motion#Formation_of_celestial_systems වෙබ් අඩවිය බලන්න.

පරමානුවක් යනු ප්‍රෝටෝන සහ නියුට්‍රෝන වලින් සෑදී ඇති කුඩා න්‍යෂ්ටිය වටා භ්‍රමනය වන ඉලෙක්ට්‍රෝන බව විද්‍යාඥයින් සොයාගෙන ඇත. එහෙත් බුදුන් වහන්සේ මේ සියල්ලමත් ඊටත් වැඩි විස්තරත් වසර 2500 කට පෙර දේශනා කළ සේක (මෙම විද්‍යාත්මක පද භාවිතා කර නොවේ).බුද්ධ දේශනාවට අනුව පදාර්ථ වල කුඩාම කොටස පරමානුව නොව “ශුද්ධාෂ්ටක” වේ. එය පරමානුවකට වඩා බෙහෙවින් කුඩාය අත්තේන්ම එය “ආසන්න වශයෙන් ශක්තිය පමණක්ම ”වේ. විද්‍යාඥයින් දැන් දැන ගනිමින් සිටින්නේ මෙම තත්ත්වයයි. ඔවුහු මෑතකදී Higgs Boson අංශුව පවත්නා බවට සාක්ෂි (නිග්ස් බොසෝන් යනු අංශු භෞතික විද්‍යාවේ සම්මත අංශු ආකෘතියේ ප්‍රාථමික අංශුවකි) සොයා ගත්හ. එය මෙතෙක් සොයාගත් කුඩාම ස්කන්ධ ඒකකය වශයෙන් හැඳින්වේ. කෙසේවෙතත්, “ශුද්ධාෂ්ටක” ඊටත් වඩා කුඩාය. බුදු දහමට අනුව ශුද්ධාෂ්ටකවල විවිධ වලන රටා නිසා (භ්‍රමන) “කාය දශක”, “භව දශක” ආදී අනෙක් පදාර්ථ ඒකක උපදී. පසුව අභිධර්මය යටතේ මෙය වඩාත් විස්තර කෙරේ.

8. නූතන විද්‍යාත්මක දැනුමෙන් පහදා දිය නොහැකි යමක් අසන්නට ලැබුනවිට එය ගුප්ත හෝ අද්භූත දෙයක් සේ සලකයි. එහෙත් කිසි හරයක් හැති “අසත්‍ය න්‍යායයන් ” කොතෙකුත් ඇතත් බුද්ධ ධර්මයෙහි එන සෑම දෙයක්ම ලෝකයේ පවත්නා දැනුම හා සමානුයෝග බව පෙන්වා දිය හැක.

විසිවන ශතවර්ෂයට පෙර මරණයට පත්වූවෙකු අපට නැවත චරිතමානයට ගෙන ආ හැකි නම්, මේ මොහොතේ වෙනත් රටක සිදුවන යමක් අපට දැක ගත හැකියයි ඔහු විශ්වාස නොකරනු ඇත. අප රූපවාහිනී යන්ත්‍රය ක්‍රියාත්මක කර එවැනි සිද්ධියක් දැක ගැනීමට සැලැස්වූවන් බෙහෙවින් පුදුමයට පත්ව, එය මායාවක් හෝ ඉන්ද්‍රජාලයන් සේ අවිශ්වාසයෙන් බැහැර කරනු ඇත. එහෙත්, රූප සහ ශබ්ද ගුවන් විදුලි තරංග

වලට හරවා බොහෝ අතට සංප්‍රේෂණය කර තරංග නැවත සුදුසු අනුරූපී සංඛ්‍යාතයට සුසර කරණ ලද රූපවාහිනී රිසිවරයකින් ලබාගත හැක. කම්ම විපාක (රැස්කර ගත් ශක්තිය) දෙන්නේත්, අත ස්ථානයක පුනර්භවය ඇතිකරන්නේත් මේ ආකරයටමය. අපට එය “දැකිය” හෝ සංජානනය කළ නොහැකිවුවත්, සුදුසු තත්වයන් ඇති විටකදී එම ශක්තිය ප්‍රකාශ වීම සිදු වේ. “අනන්තර සමනන්තර පව්වයා” කියවන්න. මෙම සංකල්ප මැනවින් අවබෝධ කර ගැනීමට කල් ගත විය හැක, නැවත නැවත කියවීමෙන් මනා අවබෝධයක් ලැබෙනු ඇත.

9. විද්‍යාත්මක න්‍යායක සත්‍යතාව ඔප්පුකිරීම සඳහා යොදාගන්නා ප්‍රධාන ක්‍රම දෙකක් ඇත. උල්ලංඝනය කළ නොහැකි මූලික සිද්ධාන්ත කිහිපයක් වේ. එසේම යෝජිත න්‍යාය අනෙක් පිළිගත් විද්‍යාත්මක න්‍යායන්ට අනුකූලතාවය දැක්විය යුතුය.

දැනට පිළිගත් විද්‍යාත්මක න්‍යාය අලුතින් සොයාගත් සංසිද්ධියට අනුකූලතාවයක් නොදක්වන්නේ නම් එම විද්‍යාත්මක න්‍යාය ඉවත දමා නව න්‍යාය පිළිගනී.

මෙතෙක් වාර්තා කළ විද්‍යාත්මක සොයා ගැනීම් ත්‍රිපිටකයේ සඳහන් වන පිරිසිදු බුද්ධ ධර්මයට (අසංස්ථිත) ප්‍රතිවිරුද්ධ නොවේ. එවැනි අවස්ථාවක් කිසිවෙකුට සොයා ගත හැකි නම් මා වෙත එය දන්වන්නේ නම් අගය කරමි. කෙසේවෙතත්, මෙතෙක් නූතන විද්‍යාවෙන් තහවුරු නොකළ බොහෝ දේ බුද්ධ ධර්මයෙහි ඇත. නව විද්‍යාත්මක සොයාගැනීම් සමග බුද්ධ ධර්මයෙහි බොහෝ දේ තහවුරු කරමින් පවතී.

බුද්ධ ධර්මය ස්වසංස්ථිතිකයි, එහෙයින් මාගේ මෙම ප්‍රකාශනයේ සෑම පරිච්ඡේදයක්ම එකිනෙකට සංස්ථිතික වේ.

එහෙයින්, “ විද්‍යාවේ නව සොයාගැනීම් ” වලට දක්වන අනුකූලතාවය සහ නිලක්ඛන (ත්‍රිලක්ෂණ), සතර අරිය සත්‍යය, අරිය අෂ්ටාංගික මාර්ගය, පටිච්ච සමුප්පාද යන බුද්ධ ධර්මයේ පදනම වන මූලික සංකල්ප තුල ඇති ස්වසංස්ථිතික බව යන ක්‍රම දෙක බුද්ධ ධර්මය තහවුරු කළ හැකි මාර්ග වේ. මෙහිදී “ විද්‍යාවේ නව සොයාගැනීම් ” යන්නෙන් අදහස් කරන්නේ විද්‍යාවේ එන පැහැදිලි කිරීම් නොවේ. වරින් වර වෙනස් වන එම පැහැදිලි කිරීම් සාධාරණ සේ සැලකිය නොහැක (නිදසුනක් වශයෙන් පෘථිවි කේන්ද්‍රීය ආකෘතිය වෙනස් කිරීමට සිදුවිය). අභ්‍යවකාශයේ ජීවින් සිටින බවට විද්‍යාව සාක්ෂි සොයා ගතහොත්, එය බුද්ධ ධර්මය හා සංස්ථිතික වේ. එහෙත් ජීවිතයේ සම්භවය ගැන විද්‍යාවේ මතය නිවැරදි නොවේ.

10. මෙම කරුණු වලින් ගමය වන දූෂ ගැන මෙහෙහි කළ යුතුවේ. පරම්පරා බොහොමයක විද්‍යාඥයින් දහස් ගනනකගේ පරිශ්‍රමයෙන් පසුවද යාන්තමින් අවබෝධ කරගැනීමේ මූලාරම්භයේ පවත්නා පදාර්ථ සංසිද්ධි ගැන වසර 2500 කට පෙර ජීවත්වූ මනුෂ්‍යයකු මෙතරම් විස්තරාත්මකව පැහැදිලි කරන්නේ කෙසේද?

තම මනස පිරිසිදු කරගැනීමෙන්, බුදුන් වහන්සේ “සාමාන්‍යය මානව හැකියාවන් ” අභිබවා ගිය බව ඉන් මනාව පැහැදිලි වේ. එහෙයින් **ගොඩෙල්ගේ අසම්පූර්ණතාවය පිළිබඳ සාධනය බුද්ධ ධර්මයට අදාල නොවේ. එහෙයින් බුදුන් වහන්සේගේ ධර්මය සාමාන්‍යය මනුෂ්‍යයින් වශයෙන් අප යොදාගන්නා සම්මතයන්ට නතුනොවන බව පෙනේ. පුනර්භවය සහ කම්ම විපාක වැනි සංකල්ප අද්භූත දේ සේ පෙනේ. එම සංකල්පවල සත්‍යය දැකිය හැක්කේ සම්මත විද්‍යාත්මක ක්‍රමය යොදා ගැනීමෙන් පමණි.**

11.බුදුන් වහන්සේ මෙහි සඳහන් කළ සියල්ල සහ තව බොහෝ දේ අවබෝධ කලේ මනස පිරිසිදු කර ගැනීමෙනි. එසේම විද්‍යාව මෙතෙක් **මිනිස් මනසේ බලය** හඳුනාගත නැත.

මනුෂ්‍යයාට බුදු වරයෙකුගේ මට්ටමට සිත පිරිසිදු කර ගත හැක්කේ කල්ප ගනනාවකට එක් වරක් පමණක් වුවද, විද්‍යාවට හසු නොවුණු යථා ස්වභාවය පිළිබඳ සියලු කරුණු අවබෝධ කරගැනීමට තරම් අපට සිත පිරිසිදු කර ගත හැක. **සාමාන්‍යය ප්‍රමාණයකට සිත පිරිසිදු කර ගත් පසු ඉන් ලැබෙන්නාවූ සහනය සහ සුභ සාධනය හා සංසන්ධනය කිරීමේදී සියලු ද්‍රව්‍යමය සංවර්ධනය (එවන් දියුණුව මගින් ලබන්නාවූ ඉන්ද්‍රිය සංතර්පනය) නොවැදගත් බව පැහැදිලි වේ.**

12. නිදසුනක් වශයෙන් මිහිපිට ඇති අනර්ගම ආහාර භුක්ති විඳීමෙන් පවා සැප වින්දනයක් ලැබිය හැක්කේ එම ආහාර අනුභව කරද්දී පමණි, ධ්‍යාන සුඛ වඩාත් දිගු කාලීනය. ධ්‍යානයකට සම වැදී එම සහනය සහ ධ්‍යාන සුඛ පැය ගනනක වින්දනයක් ලැබිය හැක. සෝවාන් ඵලයට පත් වීමෙන් ලබන්නාවූ මූලික තලයේ **“සිසිල් වීම”** හෝ **“නිබ්බාන”** හෝ **“නිවීම”** හෝ **“නිවන”** සදාකාලිකය. ඉතා කෙටි කාලීනවූ ඉන්ද්‍රිය සංතර්පනයෙන් ලබන්නාවූ සැප වින්දනය එය හා කිසිසේත් සංසන්ධනය කළ නොහැකිය.

යමෙකුට සතරවන ධ්‍යානයට සම වැදිය හැකිනම්, තමාගේ පෙර ජාති උත්පත්තියන් බලා ගත හැකි අභිඥා ශක්තිය ලබා ගත හැක. එමගින් පුනර්භවය සත්‍යය බව වටහා ගැනීමට පිළිවන. ඒ අවස්ථාවන්හිදී අනෙක් භූමි තල වල සත්‍වයින්ද දැකිය හැකි නිසා ඔවුන්ගේ පැවැත්මද සත්‍යය යයි තහවුරු කළ හැක.

එහෙයින්, බුදුන් වහන්සේට මෙන් අප කිසිවෙකුට මෙම ලෝකයේ යථාර්ථය පූර්ණවශයෙන් අත්විඳිය නොහැකිවුවත් මහස පිරිසිදු කරගැනීමෙන් බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළ පුලුල් ලෝකයේ සමහර අංග අවබෝධ කර ගත හැක. එසේම පෙර භවයන්හි අප කෙතෙක් දුක්ඛ වේදනා විඳින්නට ඇත්දැයි දැක ගත හැක. මනුෂ්‍යය ලෝකයේ කෙතරම් කෘර දුක් වින්දන් එය කිසිසේත් අපා දුකට සම කළ නොහැකියි.

අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ථ අවබෝධ කරගැනීමෙන් ලබන්නාවූ ලෝකෝත්තර සම්මා දිට්ඨිය සදාචාරාත්මක දිවි පෙවෙතක් ගත කරන අන්දම හෝ ලෞකික සම්මා දිට්ඨියට වඩා උතුම්ය. **“මහා චන්තාරිසක සූත්‍රය”** කියවන්න.

සංසාර චක්‍රයේ කාල පරිමානය

<https://puredhamma.net/dhamma/the-samsaric-time-scale-and-other-factors/>

1. බුදුන් වහන්සේගේ ධර්මය අවබෝධ කර ගැනීමට පරිකල්පනය කළ නොහැකි සංසාර චක්‍රයේ අති දීර්ඝ කාලපරිමානය (පුනරුත්පත්ති ක්‍රියා දාමය) පිළිබඳව තේරුම් ගැනීම අවශ්‍යය. ජීවිතයේ ආරම්භය ගැන ප්‍රත්‍යක්ෂයෙන් දැන ගත නොහැකියයි බුදුහු වදාළහ. එය සෑම විටම පැවතුන බවත් යමෙකු නිවන් දක්නා තෙක්ම සසර පවත්නා බවත් දේශනා කළ සේක.
2. සමහර සංස්කෘති සහ ආගම් වල පවත්නා ලෝකය මැවූ දෙයක්ය යන සම්මතය නිසා බොහෝ දෙනෙකුට මෙය තේරුම් ගැනීමට අපහසු කල්පිතයකි. ලෝකය මැවීම

වැනි ප්‍රථම හේතුවක් තිබුණා නම් සෑම දෙයක්ම ආරම්භ වූ කාලයක් තිබිය යුතුය. ලෝකය මැවූ දෙයක් නොවේ නම් පැහැදිලි ආරම්භයක් තිබිය නොහැක.

සූර්යයාගේ වයස අවුරුදු මිලියන 40කට වඩා වැඩි බව සුපිරි ගනයේ විද්‍යාඥයකු වන කෙල්වින් 1900 දී ගනනය කළා. පරිමාණයක ව්‍යුහය ගැන එවකට නොදැන සිටි හෙයින් එය ගනනය කළේ ගුරුත්වාකර්ෂණ සංකෝචණ පදනම් කරගෙනය. ඒ අපගේ විශ්වය ගැන දැනුම එක් වක්‍රාවාටයකට පමණක් සීමා වී තිබුණු අවධියකි.

3. බුදුන් වහන්සේ දේශණා කළ අනන්තවූ සංසාරය පිළිබඳ දේශනා ගැන සැක දුරු වූයේ 1900 ආරම්භවූ කොන්ටම් න්‍යාය සහ සාපේක්ෂතා වාදය නිසාය. 1898 දී විකිරණශීලීතාවය සහ අයින්ස්ටයින් 1905 පහදා දුන් ප්‍රකාශ විද්යුතය (Photo electric) නිසා එලිදැක්වූ පරමානුවක ව්‍යුහය කොන්ටම් න්‍යාය මගින් පහදා දීමත් සමග පරමානුක සම්මිශ්‍රණයෙන් සූර්ය ශක්තිය නිපදවීමේ යථාර්ථය පැහැදිලි වූවා. එමනිසා 1956 වන විට වක්‍රාවාටයේ වයස වසර බිලියන 4 කට වැඩි බව ප්‍රකාශ වූවා. එහෙත් වසර බිලියනයක් යනු “ආරම්භයක් නැති” යන අදහසම නොවේ.

4. වසර 1929 වන විට එඩ්වින් හබල් බොහෝ දුරින් ඇති ගැලැක්සි එකිනෙකින් හා අපගේ ගැලැක්සියෙන්ද ඈතට යන බවත් අපගේ ගැලැක්සිය අනෙක් බොහෝ ගැලැක්සි අතරින් එකක් පමණක් බවත් සනාථ කළා. අපට දැකිය හැකි විශ්වයේ බිලියන ගනනක් ගැලැක්සි ඇති බවත් ඒවා එකිනෙකින් දුරස් වෙමින් මේ විශ්වය ප්‍රසාරණය වන බව දැන් තහවුරු කර ඇත. වසර 1960 දී පසුබිම් සුක්ෂ්ම තරංග (microwave) විකිරණය සොයා ගැනීමෙන් පසු අපගේ විශ්වයේ ආරම්භය වසර බිලියන 14 කට පෙර මහා පිපිරීමත් සමග ඇති වූවායයි පිළිගැනේ.

5. මහා පිපිරීම (big bang) ගැන වඩාත් පිළිගත් මතය වන්නේ ඇලන් ගත් ගේ “Inflationary Theory” ප්‍රසාරණ නියමය යි. (Inflationary Universe By Alan Guth 1997) කියවන්න. මෙම නියමය අනුව එක මහා පිපිරීමක් විය හැකි නම් එවන් මහා පිපිරීමේ තව බොහෝ ගනනක් සිදුවිය හැකියි. අපගේ විශ්වයේ අඩංගු මුලු ශක්තිය එකතුව වෙනස් නොවන්නාවූ ශූන්‍යයකි. (ශූන්‍යය ශක්ති විශ්වය කල්පිතය යෝජනා කරන්නේ විශ්වයේ අඩංගු මුලු ශක්තියේ එකතුව ශූන්‍යයක් බවයි. (රූප (පදාර්ථ) වශයෙන් ඇති ධන ශක්තිය ගුරුත්වාකර්ෂණය නිසා ඇති ඊන ශක්තියට එකිනෙකට

අහෝසි වී එකතුව ශුන්‍යයක් වේ-පරිවර්තක). විශ්වයක් බිහිවීමට එහි මුලු ශක්තිය එකතුව වෙනස් නොවන්නාවූ ශුන්‍යයක් නම් ගත් ගේ ග්‍රන්ථයේ (247 -248 යන පිටු) දක්වා ඇති පරිදි “විශ්වය යනු අන්‍යයන්වූ (ultimate free lunch) නොමිලේ ලැබෙන කෂමවේලයි” (ශක්තිය වැය නොකොට ලබා ගන්නා උපරිම අගයක් ඇති සම්පත - යන අර්ථයෙන්). එනිසා ඉන් අදහස් වන්නේ ප්‍රසාරණ නියමයට අනුව බොහෝ විශ්වයන් පැවැතිය හැකි බවයි.

6.විශ්ව විද්‍යාවට අදාල ක්වොන්ටම් යාන්ත්‍ර විද්‍යාවෙහි එන න්‍යායයන් කිහිපයක් දැන් විමර්ශනයට ලක්වී ඇත. සෑම සංසිද්ධියකටම අනුරූපීව විශ්වයක් ඇතැයි යන න්‍යායක් වේ. එසේ නම් අනන්තවූ සාමාන්තර විශ්වයන් රාශියක් වේ. David Deutsch (2011) ගේ “අනන්තයේ ආරම්භය” (The beginning of infinity) කියවා බලන්න. මේ සෑම න්‍යායකින්ම දක් වන්නේ සෑම විටම පැවතුනාවූ බොහෝ විශ්වයන් සංඛ්‍යාවක් වන බවයි.

7. මෙතෙක් “සැක නැතිව පිළිගත් මතයක් ” නොවුවත්, විශ්වය ගැන ඕනෑම පැහැදිලි කිරීමකින් පවසන්නේ විශ්වයයන් රාශියක් පැවතිය හැකි බවයි නැතහොත් සෑම කාලයකදීම ජීවය පවත්නා විශ්වයයන් රාශියක් පැවතිය හැකි බවයි (නිදසුනක්: අරූප ලෝක සහ රූප ලෝක වල උසස් භූමි තල වල ජීවය පවත්වා ගැනීමට ප්‍රත්‍යක්ෂව සංජානනය කළ හැකි පදාර්ථ (රූප) අඩංගු “ රූප ලෝක” අවශ්‍ය නොවේ).

8. මේ ජීවිත කාලය සංසාරයේ දිගු කාල පරිමානය හා සැසඳීමේදී ඇස පිය හෙලන ක්ෂණයක් තරම් වත් නොවන බව පෙනේවා දීමට අනන්තවූ සංසාරය පිළිබඳ බුදුන් වහන්සේ දේශණා කළ උපමාවකින් මෙම ලිපිය අවසන් කිරීමට කැමැත්තෙමි. සංසාරයේ අනන්තවූ දීර්ඝ බව හික්ෂුන්ට අවබෝධ කර දීමට කාලය මනින ඒකකයක් සේ බුදුහු මහා කල්පය (කල්පය යනු වසර මිලියන දහසක කාලයයි) යොදා ගන්න.

මහා කල්පය කෙතරම් දැයි පැහැදිලි කර දීමට බුදුන් වහන්සේගේ දේශණාවට අනුව මහා කල්පයක්, යොදුනක් දිග,යොදුනක් උස ඝණ කලුගල් කන්දක් වසර 100කට වරක් සේද රෙදි පටකින් මැදීමෙන් පමනක්, ක්ෂය කර දැමීමට (ගෙවී යාමට) ගතවන කාලයට වඩා දීර්ඝ කාලයක් බවයි. වර්තමානයේ මෙවන් දීර්ඝ කාලයක් සඳහා එනම්

විශ්වයේ ආයු කාලය (මහා පිපිරීමේ සිට විශ්වයේ අවසානය වන “මහා ක්ෂය වීම ” තෙක් කාල සීමාව සඳහා විද්‍යාඥයින් භාවිතා කරන්නේද (aeon) කල්පය යන්නයි.

9. සෑම වසර 100 යකටම වරක් සේද රෙදි කඩකින් මැදීමෙන් එක්වරකට ඉවත්වන ද්‍රව්‍යයේ ස්කන්ධය මම ගනනය කළෙමි.ඝනත්වය ඝන මීටරයකට කිලෝ ග්රෑම් 2515 වන ග්‍රැහයිට් කලුගල් සතපුම් 7 ක් වන ඝනයක (උස සැ 7 ,පළල සැ 7 සහ දිග සැ 7) ස්කන්ධය කිලෝ ග්රෑම් මිලියන 3.5 කි. අපගේ විශ්වයේ ආයු කාලය වසර බිලියන 30 ක් යයි උපකල්පනය කළ හොත් එක්වරක් මැදීමෙන් ඉවත්වන ද්‍රව්‍යයේ ස්කන්ධය ග්රෑම් 12 කි. මෙය සාධාරණ ප්‍රමාණයක් සේ පෙනේ. එම නිසා බුද්ධ ධර්මයෙහි එන මහා කල්පය ආසන්න වශයෙන් විද්‍යාඥයින් භාවිතා කරන්නාවූ ඊඔන් (aeon) හා සමාන අගයක් ගනී (විශ්වයේ උපකල්පිත ආයු කාලය වසර බිලියන 30 ක්).

10.අනන්තවූ සසරෙහි දිග හා සැසඳීමේදී මහා කල්පය එතරම් දිගු කලක් නොවේ. අනන්තය යන්නෙහි යථා අර්ථය අවබෝධ කර ගැනීම අපහසුය. “ අනන්තය - එය කෙතරම් විශාලද ?” බලන්න

දිනක්, කොපමන මහා කල්ප ගනනක් මේ වන විට ගෙවී ගොස් ඇත්දැයි හිඤ්ඤා බුදුන් වහන්සේගෙන් ඇසූහ. ආයුෂ කාලය වසර 100 ක් වන හිඤ්ඤාන් 4 දෙනෙක් දිනකට මහා කල්ප ලක්ෂය බැගින් ස්මරණය කලත් වසර 100 ගෙවී ඔවුහු මරණයට පත්වන විට පවා එම මුලු ගෙවී ගිය මහා කල්ප ගනන අවසානයක් දැකිව නොහැක. මේ සංසාරය ආරම්භයක් දැකිය නොහැකි තරම් ය. බුදුන් වහන්සේ ගෙනහැර දැක්වූ තවත් උපමාවක් වනුයේ මේ අනන්තවූ දීර්ඝ සංසාරයේදී මෙලොව සෑම සතුවයෙකුම යමෙකුගේ මව හෝ පියා හෝ ලග නෑදෑයෙකුව සිට ඇති බවයි. අනන්තය ගැන මහා අවබෝධයක් ලබා ගැනීමට David Deutsch (2011) ගේ “අනන්තයේ ආරම්භය” (The beginning of infinity) යන රසවත් ග්‍රන්ථය කියවන්න .

පුනරුත්පත්තිය සත්‍ය බවට සාධක

<https://puredhamma.net/dhamma/evidence-for-rebirth/>

පෙර සිට පවත්නා සංකල්ප වලින් තොරව පවත්නා සාක්ෂි සාධාරණව විමර්ශනය කළ යුතු වේ. මෙහි සඳහන් තොරතුරු “භෞතික වාදයෙන්” එනම් විද්‍යාත්මක නිෂ්ක්‍රීය පදාර්ථ වලින් බිහි වේ යයි යන සංකල්පයෙන්, සාධාරණ ලෙස ඒත්තු ගත හැකි අයුරින් පැහැදිලි කළ නොහැක.

පුනරුත්පත්ති තොරතුරු

වර්ජීනියා සරසවියේ අභාවප්‍රාප්ත මහාචාර්ය ඉයන් ස්ටීවන්සන් පුනරුත්පත්ති වාර්තා වල සත්‍ය අසත්‍යභාවය විමසා බැලීමට වසර 20 ක් පුරා දීර්ඝ කාලයක් කළ පර්යේෂණ මහාචාර්ය ජිම් ටකර් විසින් තව දුරටත් කර ගත යනු ලබයි. මෙම මහාචාර්ය වරු දෙදෙනා පුනරුත්පත්තිය ගැන ග්‍රන්ථ රාශියක් ප්‍රකාශයට පත් කර ඇත. මහාචාර්ය ඉයන් ස්ටීවන්සන්ගේ “Twenty Cases Suggestive of Reincarnation” ඉතා උසස් ගතයේ ග්‍රන්ථයකි. පසුකලකදී ජීවිතයේ පශ්චාත් භාගයේදී මහාචාර්ය ඉයන් ස්ටීවන්සන් බෞද්ධයෙකු වූයේ සමහරවිට මෙම පර්යේෂණ අත්දැකීම් නිසා විය හැක. ප්‍රන්සිස් ස්ටෝර් ගේ “ Rebirth as Doctrine and Experience” 2003, පළමුවන මුද්‍රණය 1975 කියවන්න. මෙම පොතට හැඳින්වීමක් ලියමින් ඉයන් ස්ටීවන්සන් ඒ බව පවසා ඇත. පහත සඳහන් වෙබ් අඩවි වලට ගොස් මෙම මහාචාර්ය දෙපලගේ පර්යේෂණ නරඹන්න.

https://www.youtube.com/watch?v=Uk7biSOzr1k&x-yt-cl=85114404&x-yttts=1422579428&feature=player_embedded

මෙම විඩියෝ පටයෙහි සඳහන් බ්‍රෑස් සහ ඇන්ඩ්‍රියා ලෙනිනර් (Bruce and Andrea Leininger) ගේ පුතාගේ පෙර භවය ගැන විස්තරාත්මක පොතකි “Soul Survivor:

The Reincarnation of a World War II Fighter Pilot”. මෙම තොරතුරු ඇතුළත් ABC විඩියෝ පටය සඳහා යන්න පහත සඳහන් වෙබ් අඩවියට.

https://www.youtube.com/watch?v=Uk7biSOzr1k&x-yt-cl=85114404&x-ytts=1422579428&feature=player_embedded

පහත දැක්වෙන්නේ සිවිල් යුධ ජෙනරල් කෙනෙකුගේ පුනරුත්ථන කථාවයි.

https://www.youtube.com/watch?v=aQHp9bGVDB8&x-yt-cl=85114404&x-ytts=1422579428&feature=player_embedded

පහත දැක්වෙන විඩියෝ පටය පෙන්වෙන්නේ තුන් අවුරුදු කුඩා දරුවෙකු සුභ සම්බන්ධය කරන අයුරයි. මෙසේ සුභ කට පාඩමෙන් සම්බන්ධය කිරීමට තුන් අවුරුදු කුඩා දරුවෙකුට හැකි වූයේ කෙසේද?

https://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&x-ytts=1422579428&v=jGHDpgBc9Dk&x-yt-cl=85114404

ළමා ප්‍රවිඥයෝ

තවත් වැදගත් සාක්ෂියකි ළමා ප්‍රවිඥයෝ. “60 minutes Report ” හි ප්‍රචාරය වූ ජේක් බාර්නට් ගේ මේ කථාව අන්තර්ජාලයට ගොස් නරඹන්න

https://www.youtube.com/watch?v=g91IQsS2spA&x-yt-cl=85114404&x-ytts=1422579428&feature=player_embedded

1. පුනරුත්ථන සනාථ කිරීමට සෘජු සාක්ෂි නැතැයි බොහෝ දෙනෙක් පැවසුවත් එය එසේ නොවේ. එකම පුනරුත්ථන තොරතුරක් හෝ සත්‍යයයි යමෙකුට වැටහේ නම් එතැන් සිට ඒවා වෙනත් ආකාරයකින් පහදා දිය නොහැක. කාලයෙන් හා භූගෝලීය පිහිටීමෙන් වෙනස් ස්ථාන දෙකක ජීවත්වූ ජීවිත දෙකක් අතර සම්බන්ධයක් වේ නම් නවීන විද්‍යාවෙන් එය පැහැදිලි කළ නොහැක. එනම් ඒ දෙදෙනාගේ DNA අතර ඇති සම්බන්ධයක් ගොඩනැගිය නොහැක එනම්, හුදු භෞතික වාදයෙන් පමණක් එය පැහැදිලි කළ නොහැක.

මෑතකදී ප්‍රකාශයට පත්වූ විද්‍යාත්මක සොයාගැනීම් අනුව වෙනත් තැන්වල පවත්නා පදාර්ථ මූලික මට්ටමෙහිදී එකට පටලවී ඇතැයි පැවසේ. “ ක්වොන්ටම් ජාලය - අපි සැවොම එකට සම්බන්ධයි” කියවන්න. එසේම සජීවී සන්නිවේදන එන භෞතික ශරීරයක සිට තවත් ශරීරයකට යයි, “හැවන උපදින්නේ කවුද? - ජීවිත ධාරා සංකල්පය” කියවන්න.

2. යමෙකුගේ බොහෝ පෙර ජීවිත මතක් කළ හැකි මාර්ගයක් ඇත.එය කළ හැක්කේ සතරවන ධ්‍යානය ලබාගෙන පසිඳුරන්ට ඔබ්බෙන්වූ අනිත්දිය ශක්තිය වර්ධනය කර ගැනීමෙනි. “මිනිස් මනසේ බලය - අනාර්ය හෝ ලෞකික ධ්‍යාන” කියවන්න.

3. යමෙක් අරහත් භාවයට පත්වූවිට සමහර අනිත්දිය ශක්තිය පහල වේ. පෙර ජීවිත දක්නා නුවන, පුබ්බේතිවාසානුස්සති ඥානය ඉන් එකකි.

4. එසේම මෙම පුනරුත්පත්ති සංකල්පනාවෙන් මෙලොව ජීවිතයේ විෂමතා සහ අසාමාන්‍යතා සියල්ලම පැහැදිලි කළහැකිය. “ ජීවිතයේ විප්‍රකාර සහ උසස් පුනර්භවයක් ලද හැකි මග ” කියවන්න.

පහත සඳහන් ප්‍රවිඥයන් ගේ උපන් පැහැදිලි කළ හැක්කේ කෙසේද? ලතින් හා ග්‍රීක භාෂාවන් සිව් හැවිරිදි පෙරමි බෙන්තමිට ලිවීමට හා කියවීමට ඇති හැකියාව , වයස අවුරුදු තුනේදී ග්‍රීක භාෂාව කියවීමටත් වයස හයේදී රෝමයේ ඉතිහාසය රචනා කිරීමටත් නිඛු දක්‍ෂකම හෝ බාබින්ටන් මැකෝලේ ඔහුගේ වයස හයේදී ලෝක ඉතිහාස සංග්‍රහයක් රචනා කිරීම හෝ බිනෝවන් සන් අවුරුදු කළ ප්‍රසිද්ධ වේදිකාවේ සංගීත ප්‍රසංග පැවැත්වීම හෝ මොසාට් සිව් හැවිරිදි වීමටත් පෙර සංගීත නිර්මාණය කිරීම හෝ තුන්හැවිරිදි වෝල්ටෙයා ලා ෆොන්ටේන් ගේ අද්භූත කතා (සම්භාව්‍ය ප්‍රංශ සාහිත්‍යය කෘති 12 අද්භූත කතා) කියවීම.

බොහෝවිට නූගත් දෙමව්පියන්ට දාව උපන් මේ ප්‍රවිඥයන් සහ අසාමාන්‍යය බුද්ධිප්‍රතිභාවයෙන් යුත් අය, මෙම අසාමාන්‍යය හැකියාවන් දැක්වූයේ පෙර භවයේ ලත් පසුබිම මත වීමට අනන්තව සම්භාවිතාවයක් ඇතිබව පෙනේ.

විකිපීඩියාහි අඩංගු ළමා ප්‍රවිඥයෝ ලයිස්තුව https://en.wikipedia.org/wiki/Child_prodigy

බලන්න.

මෝහන නිදා ක්‍රමයෙන් රෝග සුව කිරීම

මෝහන නිදා ක්‍රමයෙන් රෝග සුව කිරීම අනාවප්‍රාප්ත ආචාර්ය ඊඩ්වි ෆෙන්මන් නමින් විසින්ම අත්දැකීමෙන් ප්‍රත්‍යක්ෂ කරගන්නා තෙක්ම අවිශ්වාසයෙන් බැහැර කළ කෙනෙකි. අවස්ථා දෙකකදී ම යථා පරිදි කරන්නාවූ මෝහන නිදා ක්‍රමයෙන් රෝග සුව කළ හැකි බව ඔහු නිගමනය කළේය. “Surely You’re Joking, Mr. Feynman!”

(1985), pp. 66-68. කියවන්න. මෝහන නිදා ක්‍රමයෙන් රෝග සුව කිරීම

පුනරුත්පත්තිය තහවුරු කිරීමට සාධක රාශියක් සපයයි. මෝහනයට ලක්කල බොහෝ අය පෙර හවයන් ගැන මතක තොරතුරු සපයා ඇත. ඒවා බොහොමයක සත්‍ය අසත්‍ය තාවය තහවුරු කිරීම පහසු නොවේ. පෙර හවකදී ඇතිවූ බිය වැද්දීම් නිසා මෙම හවයේදී අස්ථාන භීතියට පත්වන්නන් ඇත. එවැනි අස්ථාන භීතියකට හේතුව කුමක්දැයි ඔවුන් දැන නොසිටියත් මෝහනයට ලක්කල බොහෝ අය සුවයට පත්වේ.

https://www.youtube.com/watch?x-yt-cl=85114404&v=hMfsjXiZGis&x-yts=1422579428&feature=player_embedded

ඉහත සඳහන් අඩවියේ ඇති වාර්තා චිත්‍ර පටය එවැනි අවස්ථා තුනක් ඉදිරිපත් කරයි, මෙම විකිත්සා ක්‍රමයේ විශ්වාශනීය බවට ඔවුහු සහතික වෙත්. පුනරුත්පත්ති තොරතුරු, ප්‍රවිඥයින් ගේ උපත් සහ මෝහන නිදා ක්‍රමයෙන් රෝග සුව කිරීම ගැන බොහෝ youtube චිත්‍ර පට ඇත.

වැඩි විස්තර සඳහා පහත සඳහන් පොත් වඩාත් සුදුසුය.

“Many Lives, Many Masters”, by Brian Weiss (1988).

“Many Mansions: The Edgar Cayce Story on Reincarnation”, by Gina Cerminara (1988).

“Children’s Past Lives: How Past Life Memories Affect Your Child” by Carol Bowman (1998)

“Return to Life: Extraordinary Cases of Children Who Remember Past Lives”, Jim B. Tucker (2013).

සිරුරෙන් බැහැර අත්දැකීම් (OBE) සහ මරණාසන්න අත්දැකීම් (NDE)

සිරුරෙන් බැහැර අත්දැකීම් (OBE) සහ මරණාසන්න අත්දැකීම් (NDE) ගැන දිනෙන් දින වැඩි වන වාර්තා පුනරුත්පත්තිය පමණක් නොව මනෝමය කය කල්පිතයද සනාථ කරයි, “මනෝමය කය සහ භෞතික ශරීරය” කියවන්න.

මේවා ගැන youtube චිත්‍ර පට රාශියක් ඇත. වැඩි විස්තර සඳහා පහත සඳහන් ග්‍රන්ථ කියවන්න.

“Consciousness Beyond Life”, by Pim van Lommel (2010) gives detailed accounts of case studies by a renowned cardiologist.

“Brain Wars” by Mario Beauregard (2012) is a book by scientist on NDE, OBE, and the mind-body problem in general.

“Dying to be Me: My Journey from Cancer, to Near Death, to True Healing”, by Anita Moorjani (2012)

කෙටි විමසුමක්

1. මෙහි එන සමහර අදහස් වල නොගැලපීමක් ඇතැයි සමහරුන්ට දැනෙනවා විය හැක. මනුෂ්‍ය භවයක් ලැබීම ඉතා දුර්ලභ දෙයක් යැයි බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළ බව බොහෝ තැන්හි මම සඳහන් කර ඇත්තෙමි. එසේවුවත් ඉහත සඳහන් පුනරුත්පත්ති කථා වලට අනුව බොහෝ අය නැවත නැවතත් මනුෂ්‍ය ලෝකයේ උපත ලැබූ බව කියවේ. මනුෂ්‍ය භවයක් ලැබීම ඉතා දුර්ලභ දෙයක් නම් එසේ සිදුවිය හැකිද?.

2. මෙහි අදහස් වල නොගැලපීමක් නැත. මූලික ගැටළුව ඇත්තේ සිද්ධි හා වචන වැරදි ලෙස වටහා ගැනීමකි. “නව” හෝ දිවි පැවැත්ම “ජාති” හෝ උපත හා සමාන නොවේ. (හවයක් ලැබීම සහ එම හවයේ උත්පත්තිය ලැබීම දෙකකි). “පටිච්ච සමුප්පාද - පටි + ඉච්චා + සම + උප්පාද” කියවන්න. සජීවී සත්වයෙකු එම හව පැවැත්ම සඳහා වූ කර්ම ශක්තිය මූලමනින්ම වැයකර අවසන් කළ පසු ඊලඟ හව පැවැත්මක් සඳහා ප්‍රබල කර්ම ශක්තියත් උපාදාන (අල්වා) කර ගනී. එම හව පැවැත්ම සඳහා වූ කර්ම ශක්තිය (විභවය) ප්‍රහල නම් කර්ම ශක්තිය මූලමනින්ම වැයකර අවසන් වන තෙක් සත්වයා බොහෝ වාර ගනනක් එම හවයේම උත්පත්තිය ලබයි (සමහර දිවි පැවැත්මයන්හි ආයු කාලය සීමා සහිතය උදාහරන: මනුෂ්‍ය උපරිම ආයු කාලය වසර 120 ක් වන අතර සුනඛ ආයු කාලය වසර 20 ක් වේ).

3. යමෙක් උසස් පුණ්‍ය කර්මයක් කර ඇත්නම්, මේ සංසාර චක්‍රයේ යම් අවස්ථාවක එම උසස් පුණ්‍ය කර්මයේ “කම්ම බීජ” (“ සංකාර, කම්ම, කම්ම බීජ, කම්ම විපාක” කියවන්න) අල්වාගෙන හවයක් ලැබුවහොත් බොහෝ වාර ගනනක් එම හවයේ, (දිවි පැවැත්මේ) උත්පත්තිය ලැබීමට එම ශක්තිය ප්‍රමාණවත් වේ.

එවැනි අවස්ථාවක, කර්ම බීජයක කර්ම ශක්තිය මූලමනින්ම වැයකර අවසන් වීමට පෙර භෞතික මරණය සිදුවූ හොත් , මනෝමය කය (ගන්ධබ්බයා සේද හදුන්වයි) මළ සිරුර අතහැර ගොස් සුදුසු ගර්භයක් ලැබෙන තෙක් කල් ගෙවයි, “මනෝමය කය සහ භෞතික ශරීරය” කියවන්න. මෙවැනි අවස්ථාවක ගන්ධබ්බයා තුවාල කැලැල්, සැලකිය යුතු තුවාල සහ උපන් ලප ද ඇතුළුව ඊලඟ හවයේ භෞතික ස්වරූපයට සමානරූපීවේ.

එවන් අවස්ථාවක පුනරුත්පත්තියේදී නව භෞතික ශරීරය පෙර හවයේ සිරුරට සමාන රූපී වේ. බොහෝ පුනර්භව සිද්ධීන් වල භෞතික ස්වරූපයට සමානරූපීවූ බව තහවුරු කොට ඇත.

4. පටිච්ච සමුප්පාදයට අනුව “උපාදාන පච්චයා හවෝ” එනම් අල්වා ගැනීම හෝ දැඩි ආශාව (උපාදාන) දිවි පැවැත්මට එනම් හවය ඇතිවීමට හේතුකාරක වේ. නිදසුනක් සේ සුනඛ යෙකුගේ පැවැත්ම. එහෙයින් යම් හවයක් අල්වා ගත් පසු “හව පච්චයා ජාතී” හි ඊලඟ පියවර වන්නේ කර්ම බීජයක කර්ම ශක්තිය මූලමනින්ම වැයකර

අවසන් වන තුරුම සුනඛයෙකුසේ උත්පත්තිය ලැබීමයි.” හව සහ ජාති - පැවැත්මේ ස්වභාවය සහ එහි උපන සිදුවීමයි” කියවන්න.

5. වෙනත් අයුරකින් කිවහොත් මරණය සිදුවන අවස්ථාවේ එම හවයේ කර්ම බීජයක කර්ම ශක්තිය මුලුමනින්ම වැයකර අවසන් වී ඇත්නම් එම මරණ මොහොතේදී නව හවයක් අල්ලාගැනීම (උපාදානය) නිසා ඇතිවන ප්‍රතිඵලය වන්නේ බෙහෙවින් වෙනස් ආකාරයක ගන්ධඛිඛයෙකු බිහි වීමයි. නිදසුනක් වශයෙන් ගතහොත් මරණ මොහොත වන විට මනුෂ්‍යයෙක් මිනිස් හවය සඳහා වූ කර්ම බීජයක කර්ම ශක්තිය මුලුමනින්ම වැයකර අවසන් වී නම් සහ අලියෙක් සේ උත්පත්තියට අදාල කර්ම බීජයක කර්ම ශක්තිය උපාදාන කළහොත් ප්‍රතිඵලය වන්නේ අලියෙකු ගේ හවය සඳහා ගන්ධඛිඛයෙකු බිහි වීමයි. එම ගන්ධඛිඛයා අලියෙකුගේ ගර්භාසයේ පිළිසිඳ ගනී.

6. මෙම සංකල්ප එකවරම අවබෝධ කරගැනීම මුලදී අපහසු විය හැක. එම නිසා මෙහි කියවීමට නිර්දේශ කර ඇති කොටස් මැනවින් අධ්‍යයනය කරන්න.

මිනිස් මනසේ බලය

<https://puredhamma.net/dhamma/power-of-the-human-mind/>

හැඳින්වීම

ගෞතම බුදුන් වහන්සේ අතිශයින් බුද්ධිමත් මහා කරුණාවෙන් පිරි මනුෂ්‍යයෙකු සේ බොහෝ දෙනා දනිති. මෙහිදී මම ඔබට විස්තරාත්මකව ඉදිරිපත් කරන්නේ තේරුම්ගත නොහැකි තරම්වූ මිනිස් මනසේ ඇති සංකීර්ණ බව සහ බුදුවරයෙකු එම සංකීර්ණ මනසේ ක්‍රියාකාරීත්වය උපරිමයටම මුදුන් පමුණුවා ගන්නේ කෙසේද යන්නයි.

“ගොඩෙල්ගේ අසමීජුර්ණතාවය පිළිබඳ සාධ්‍යය ” යෙහි මා පෙන්වා දුන් පරිදි සාමාන්‍ය මිනිස් මනස ක්‍රියා කරන්නේ සාමාන්‍ය මිනිසෙකුගේ සංවේදිතා ගෝලය තුලය. ඒ නිසාම, අපගේ ලෝකය ගැන පූර්ණ න්‍යායක් සැපයීමට අවශ්‍යයෙන්ම හැකියාවක් නැත. එසේ

නමුත් බුද්ධ (සර්වඥ) මනස අපගේ සංවේදිතා ගෝලයේ සීමා ඉක්මවා යන හෙයින් (ලෝකෝත්තර වන හෙයින්) “මේ ලෝකයේ” සමස්ත පැවැත්ම මනාව වටහා ගනී. මෙහිදී, මනස පිරිසිදු කිරීමෙන් උසස් තලයක් කරා මිනිස් මනස වර්ධනය වීම සහ බුදුන් වහන්සේ මෙම ක්‍රියාවලියේ කුටප්‍රාප්තිය සේ සලකන්නේ ඇයි දැයි පරිච්ඡේද කිහිපයකින් ක්‍රමවත්ව ඉදිරිපත් කරමි. කෙතරම් බුද්ධිමත් වුවත් වෙන කිසිම මිනිසෙකුට ආසන්න වශයෙන්වත් සර්වඥ මනසක පවත්නා ස්වභාවය හා මට්ටමට ලගාවිය නොහැකි ඇයි දැයි මෙම පරිච්ඡේද වලින් පසුව ඔබට වැටහෙනු ඇත.

2. බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළ භූමි තල 31 හි පැවැත්ම “ **Grand Unified Theory of Dhamma**” පරම මහා ඒකාබද්ධ සිද්ධාන්තය හි දී, සාකච්ඡා කළෙමු. ඉන් 5 වන භූමි තලය මනුෂ්‍ය ලෝකයයි (අපගේ දැනුමෙහි පදනම ඒ තුලවූ සංවේදී අත්දැකීම් වලට සීමා වේ, ගොඩෙල්ගේ අසම්පූර්ණතාවය පිළිබඳ සාධාරණ ඒ තුලින් ලබා ගන්නා ඕනෑම ව්‍යුත්පන්නයකටද යෙදිය හැක), මනුෂ්‍ය ලෝකයට පහලින් තවත් භූමි තල 4 ක් ඇත. භූමි තල 31 කින් අපට දැකිය හැක්කේ මනුෂ්‍ය ලෝකය සහ නිරිසන් ලෝකය පමණි (නිරිසන් ලෝකය පහතින්වූ අපාය යන්ගෙන් එකකි). එහෙත්, ඉහළ භූමි තලයන්හි සත්‍වයින් ප්‍රබෝධමත් වන්නාවූ සිතිවිලි වලට මෙන්ම ලෝකෝත්තර සිතිවිලි වලටද අපට ප්‍රවේශ විය හැක.

එක් එක් භූමි තල වල ඇති වින්ත සංඛ්‍යාව මෙතැන්හිදී අවශ්‍ය නොවේ, වැදගත් වන්නේ සමස්ත විත්‍ය පැහැදිලිව දැකීමයි.

3. භූමි තල 31 හිම අත්දැකිය හැකි සිතිවිලි (වින්ත) සංඛ්‍යාව 89 කි (හෝ භාවිතා කරන පද්ධතිය අනුව 121). “සිතිවිලි (වින්ත) වර්ග 89 හෝ 121” කියවන්න.

කාමලෝක, රූපලෝක සහ අරූපලෝක යන ප්‍රධාන ලෝක තුනෙහි වින්ත විවිධ වර්ග වීම පොදු සංසිද්ධියකි. ලෝක තුනෙහි වින්ත 89 න් බොහොමයක් පැවතියහැකි වුවද යම් ලෝකයක බොහෝවිට පවතින්නේ වින්ත උපකුලකයකි (එක්තරා විශේෂිත වින්ත සංඛ්‍යාවක් පමණි)

නිදසුනක් වශයෙන්: කාමලෝකවල ප්‍රධාන වශයෙන් දක්නට ඇත්තේ වින්ත 54 ක් පමණි. භූමි තල 1 සිට 11 දක්වා කාමලෝක වේ. ඉන් 6-11 දක්වා දේවලෝකය. මුල් 11 වන භූමි තලවල සත්‍වයින්ට ඉහිය හයම (ඇස්, කන්, නාසා, දිව, සිරුර (සම) සහ

මනස යන සය) පදනම්වූ සංවේදී තාවයක් ඇත, දේවලෝකවල ඉහළියයන් පිහිටීමෙන් ලබන්නාවූ සැපය මනුෂ්‍ය ලෝකයට වඩා වැඩිය.

4. මෙම සිතිවිලි 89 න් 12 ක් පාපී හෝ අකුසල චිත්ත වන අතර ඒවා දක්නට ලැබෙන්නේ කාමලෝකවල පමණි; **“අකුසල චිත්ත සහ අකුසල විපාක චිත්ත”** කියවන්න.

රූපලෝක සහ අරූපලෝක වන උසස් භූමි තල 20 හි බොහෝවිට දක්නට ලැබෙන්නේ ධ්‍යාන සිත් පමණි. ඒවායේ අකුසල චිත්ත උපදින්නේ නැත.

යමෙකුට අනුමාන කළහැකි අයුරින්ම පහත් භූමි තල වල සත්‍වයින්ගේ සිතෙහි වැඩිවශයෙන්ම මෙන්ම බොහෝවිට දරා සිටින්නේ අකුසල චිත්තයන්ය. පහත්ම භූමි තලය වන නිරයේ (අපායේ) සත්‍වයින් එහි ඇති දරුණු දුක් වේදනා නිසා බොහෝවිට අන්දකින්ම ද්වේෂය පදනම්වූ අකුසල චිත්ත දෙකකි.

5. රූපලෝක සහ අරූපලෝක වල චිත්ත පමණක් නොව භූමි තල 31 අභිබවා යන ලෝකෝත්තර චිත්ත 8 ටද මිනිස් මනසට ප්‍රවේශ විය හැකි නිසා මනුස්ස ලෝකය අද්විතීය වේ. ලෝකෝත්තර චිත්ත 8 වන්නේ නිවන් අදියර 4 වන සෝවාන්, සකදාගාමි, අනාගාමි සහ අරහත් යන මාර්ග චිත්ත 4 (මග්ග) න් අනුරූපි මාර්ගචල චිත්ත 4න්ය. එසේනම් මනුෂ්‍ය මනසකට සියලුම චිත්ත 89 ටම ප්‍රවේශ විය හැකි අනුපම හැකියාවක් ඇත.

එසේම, අධික ජවන බලයක් (ආවේග) සහිත බොහෝ ප්‍රබල චිත්ත වලට ප්‍රවේශ විය හැක්කේද මිනිස් මනසටය. **“ චිත්තයක ජවන බලය - මානසික ශක්තියේ මූල”** කියවන්න (අරමුණු දැනීම පිළිබඳව සහ ක්‍රියාකිරීම පිළිබඳවද අධික වේගයක් ඇති සිත් ජවන සිත්ය) .

මිනිස් මනසෙහි ශක්තියට පාදක වන්නේ මෙයයි. මනුෂ්‍යයකුට පහත්ම භූමි තලයේ (නිරයේ) මනෝ විභිතිය (ස්ථාවරවූ ආකල්ප - Mindset) මෙන්ම උතුම්වූ බුදුන් වහන්සේගේ මනෝ විභිතිය කරාද සිත වර්ධනය කරගත හැක.

6. රූපලෝක සහ අරූපලෝක වල චිත්ත ඉතා පහසුවෙන් ධ්‍යාන සිත් අනුව වර්ග කළ හැක. ඒ භාවනා මගින් ලබා ගන්නා ධ්‍යාන අවස්ථාවන්මය (ධ්‍යාන සිත්). මනුෂ්‍යයකුට

ධ්‍යාන අට්ටම ප්‍රවේශ විය හැක, ඉන් පහල ධ්‍යාන 4 රූපලෝකවලට අනුරූපීවන අතර ඉහළ ධ්‍යාන 4 අරූපලෝක 4ට අනුරූපී වේ.

සෑම ධ්‍යාන අවස්ථාවක්ම වින්ත වර්ග 3 කට අනුරූපී වේ, ඒ යහපත් (සෝභන) වින්ත සහ අනුරූපී විපාක (ප්‍රථිපල) වින්ත යන දෙක, එම සෝභන ධ්‍යාන සිත් අරහත් පුද්ගලයෙකු අත්දකින විට ඒවා ක්‍රියා වින්ත (ක්‍රියාකාරී) සේ හඳුන්වන්නේ ඒවායෙන් විපාක (ප්‍රථිපල) වින්ත ඇතිනොවන නිසාය.

7. රූපලෝක භූමි තල 16 හි සක්‍රියව ඇත්තේ සංවේදී ඉන්ද්‍රිය 2ක් (ඇස් සහ කන්) පමණකි. මේ සත්‍වයින්ට ඇත්තේ ඉතා සියුම් (ඝනත්වයෙන් අඩු) ශරීර වේ. විනක්ක,විචාර,ප්‍රිති,සුඛ සහ ඒකාග්‍රතා යන ධ්‍යාන සාධක 5 ට අනුරූපීව වින්ත වර්ග 15 ක් වේ. “මිනිස් මනසේ බලය - අනාර්ය හෝ ලෝකික ධ්‍යාන” කියවන්න. මේවා ප්‍රාථමික ධ්‍යාන සෝඛන වින්ත පහ, අනුරූපී විපාක වින්ත පහ සහ ක්‍රියා වින්ත පහ වශයෙන් 15 කි.(අවසාන වින්ත පහ උපදින්නේ මෙම ධ්‍යාන සිත් වලට ප්‍රවේශ වන අරහත් පුද්ගලයින්ට පමණකි).

භූමි තල 28-31 අරූප ලෝකවල සත්‍වයින්ට ඇත්තේ අති සියුම් ශරීර සහ සිත පමණක්ය. භෞතික ඉන්ද්‍රියන්ගෙන් තොරය. ධ්‍යාන සිත් 12 කි. මේවා උසස් (5 සිට 8 තෙක්) සෝඛන ධ්‍යාන සිත් සතර, එම අනුරූපී විපාක වින්ත සතර සහ ක්‍රියා වින්ත සතර වශයෙනි. එම සෝභන ධ්‍යාන සිත් අරහත් පුද්ගලයෙකු අත්දකින විට ඒවා ක්‍රියා වින්ත (ක්‍රියාකාරී) සේ හඳුන්වන්නේ ඒවායෙන් විපාක (ප්‍රථිපල) වින්ත ඇතිනොවන නිසාය.

8. රූප ලෝක සහ අරූප ලෝක පොදුවේ බ්‍රහ්මලෝක සේ හැඳින්වේ, ඒවා උසස්ම භූමි තල 19 යයි. බ්‍රහ්මලෝකවල උත්පත්තිව ලැබූ අයට ලෝඛ සහ ද්වේෂ නැතත් අක්‍රිය අවිද්‍යාව හෙවත් මෝහය එම සත්‍වයින්ගේ කම්මබීජ වල ඇත. “සංකාර, කම්ම, කම්ම බීජ, කම්ම විපාක” කියවන්න.

දේව ලෝකවල (කාමලෝකයට අයත් වේ) සත්‍වයින්ට ද්වේෂ මූලික වින්ත නැති නමුත් සංවේදී ඉඳුරන් පිහවීමේ යෙදෙන නිසා ලෝහ මූලික වින්ත පිහිටයි.

සමන භාවනා මගින් මනුෂ්‍යයින්ට මෙම ධ්‍යාන සිත් වලට ප්‍රවේශ විය හැක, මෙම ලෞකික හෙවත් අනාර්ය ධ්‍යාන සිත්හි පිහිටීමට බෞද්ධයෙකු විම අවශ්‍යය නොවේ. මෙම අනාර්ය ධ්‍යාන තත්ත්වයන් බෙහෙවින් නාවකාලිකය. ධ්‍යාන අවධියේ සිටින භවනා යෝගීවරයෙකු එම ධ්‍යානයෙන් පහසුවෙන් මුදවාලිය හැක. නිතර ප්‍රගුන නොකළ හොත් එම හැකියාවන් නැතිවී යයි. එසේම මරණින් මතු මිනිස් ලොව උත්පත්තිය ලැබුවද එම ධ්‍යානවලට ප්‍රවේශ වීමේ හැකියාවක්ද නැත. එසේවුවත් මරණය සිදුවන අවස්ථාවේ අනාර්ය ධ්‍යානගත වී සිටියානම් ඊලඟ උත්පත්තිය සිදුවන්නේ අනුරූප, රූප හෝ අරූපලෝකයකය. අනාර්ය ධ්‍යාන සිත් මගින් උසස්ම අරූපලෝකයක උපත ලබන්නෙක් වුවද අවසානයේදී දුගතියක (අපායක) උපත ලබන්නෙක් විය හැක.

අර්ය ධ්‍යාන වඩාත් ස්ථිරය, බාහිර බාධාවන්ගෙන් ඒවාට බලපෑමක් නැත. සෝවාන් පුද්ගලයෙකු ලබාගන්නා අර්ය ධ්‍යාන මතු භවයන්හි පවා සදාකාලිකවේ.

මිනිස් මනසේ බලය - අනාර්ය හෝ ලෞකික ධ්‍යාන

1. කාමලෝක වලට අයත්වන සිත් (කාමාවචර චිත්ත) එතරම් බලවත් නැති විත්ත 54 කි. ඒවා සතුව ඇත්තේ සිතිවිලි අරමුණ (පාලි:අරමිමන, සිංහළ: අරමුණ) අල්වාගැනීමට ප්‍රමාණවත්වන තරම් ශක්ති ප්‍රමාණයක් පමණි.

සිතිවිල්ලක බලය ලැබෙන්නේ ජවන යෙනි. අභිධර්ම අනුසාරයෙන් පැහැදිලි කිරීමක් සඳහා “**චිත්තයක ජවන බලය - මානසික ශක්තියේ මූල**” කියවන්න.

රූපලෝක සහ අරූපලෝක වලට අයත් ධ්‍යාන සිත් වැඩි බලයක් සහිතය.එසේම අරමුණ තරයේ අල්වා ගැනීමේ හැකියාවක්ද ඇත. එහෙයින් සිව්වන ධ්‍යාන අවස්ථාවට පත් අයෙකුට සාමාන්‍ය මනුෂ්‍යයෙකුගේ හැකියාවන් අභිබවා දුර ඇති වස්තුවක් අධිමානසික බලයෙන් වලනය කිරීමට (Telekinetic), ඇත දුර ඇති දේ ඇසීමට හා දැකීමට හැකියාව (දිබ්බ චක්ඛු, දිබ්බ සෝන) ඇත. “ජවන” යන පාලි පදයේ මූල දෙආකාරය, ඒ “ සමාධිගත වෙනවා” සහ “ දවා ඉවත් කරනවා” යන්නයි. සමාධිගත වීමට මනස ආවරනය කර ඇති බාධක පහ (පංච නිවරණ) දවා ඉවත්කළ යුතු හෙයින්

එම මූලයන් අතර ඇති සම්බන්ධය පැහැදිලිය. “සිත සන්සුන් කිරීමේ මග - පංච නිවර්ණ (බාධක පහ)” කියවන්න.

2. අනාර්ය හෙවත් ලෝකික ධ්‍යාන ගත වන්නේ පංච නිවර්ණ යටපත් කිරීමෙනි. එසේ ධ්‍යාන ගත වන්නේ ආයාසයෙන් සිත එක අරමුණකට නාභි ගත කර (එක් තැන් හෝ කේන්ද්‍ර ගත කොට) පංච නිවර්ණ මතුපිටට ඒම වලක්වා ගැනීමෙනි. එක් මොහොතකදී ඇත්තේ එක වින්තයක් (සිතිවිල්ලක්) පමණක් නිසා (එක් තත්පරයකට වින්ත බිලියනයක් ඉපදුනත්), මනස එක අරමුණක් කරා නාභි ගත කිරීමෙන්, පංචනිවර්ණ ඇත් කර තබා ගැනීමෙන් යමෙකුට පංචනිවර්ණයන්ගෙන් දූෂිත නොවුණ මනසක ශාන්ත ප්‍රසන්න භාවය වින්දනය කළ හැක. මෙය සමත භාවනා ක්‍රමයයි.

3. එහෙයින් ලෝකික ධ්‍යාන ලබා ගැනීම හුදු යාන්ත්‍රික ක්‍රමයකි. බොහෝවිට නින්දා හක්තිකයින් මෙම ක්‍රමය භාවිතා කරයි. බෞද්ධයින් විපස්සනා භාවනාවට (සැඟවුණ ඇත්ත දැකීමේ භාවනාව) පිවිසීමට පෙර සමත භාවනාව මගින් සිත සන්සුන් කර ගනී. බුද්ධි කාලයට පෙර පවා බොහෝ නින්දා යෝගීවරුන් උසස් අනාර්ය ධ්‍යාන ලබා සිටී බව ප්‍රකටය. අනෙක් ආගම් හක්තිකයන් පවා මෙවන් ධ්‍යාන අවස්ථාවලට පත්වූබවට බොහෝ වාර්තා ඇත. (නිදසුනක් වශයෙන් “Interior Castle” by the Christian nun St. Teresa of Avila; edited by E. Allison Peers,1946, හි සඳහන් “ ප්‍රාසාද හත” මෙවන් ධ්‍යාන අවස්ථාවන්ට සමරූපී වේ.

එසේවුවත් මෙවැනි අනාර්ය ධ්‍යාන සදාකාලික නොවේ, ඒවා සදාචාරාත්මක පැවැත්ම බිඳීයාමෙන් හෝ කෙලෙස් සිතිවිලි (අනුසය) පහලවීමෙන්, මොහොතකින් නැතිවී යයි.

4. සමත භාවනා ක්‍රම බොහෝය. ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස - ශ්වසන භාවනාව (නාස්පුඩු අග හුස්ම වැටීමට හෝ උදරය හැකිලීම හා පිම්බීමට සිත නාභි ගත කිරීම) සහ “කසින” භාවනාව (යම් වස්තුවක් නිදසුනක් සේ වර්ණවත් තැටියක් සිත නාභි ගත කිරීමට යොදා ගැනීම) ජනප්‍රිය ක්‍රම වේ. එම වස්තුව මත සිත එක අරමුණකට නාභි ගත කරගැනීමෙන් (එක් තැන් හෝ කේන්ද්‍ර ගත කොට) ආයාසයෙන් පංච නිවර්ණ යටපත් කිරීමෙන් මනස කෙමෙන් උසස් නොකැලඹුණ නිසංසල අවධියකට වර්ධනය වේ. යමෙක් අවම වශයෙන් පස් පවෙත්වත් වැලකී ඇත්නම් (සතුන් මැරීම, සොරකම, කාමයෙහි වරදවා හැසිරීම, බොරුකීම සහ මත් පැන් හා මත් ද්‍රව්‍ය භාවිතය ආදියෙන් වැලකී

සිටීම) සමඟ භාවනාවෙන් ඉතා පහසුවෙන් ධ්‍යාන ගත වියහැක. එසේ වන්නේ පංචශීලය රකින්නෙකුගේ ලෝඛ සහ ද්වේෂ සහගත සිතිවිලි ඇත්තේ ඉතා අඩු මට්ටමක නිසාය. යමෙකු දස පාපක්‍රියා (දස අකුසල) වෙන් තොර නම් සමඟ භාවනාවෙන් වඩාත් පහසුවෙන් සිත සන්සුන් කර ධ්‍යාන ගත වියහැක. “ දස දුරාවාර - දස අකුසල් ” කියවන්න.

5. රූපලෝක චිත්ත පහට අනුරූපීචු , ධ්‍යාන පහ, පංචනිවරණයනට එනම් කාමච්ඡන්ද , ව්‍යාපාද, ඵ්‍ය මිද්ධ, උද්ධච්ච කුක්කුච්ච, විචිකිච්ඡා වට සම්බන්ධය. ප්‍රථම ධ්‍යානය ලබා ගැනීමට පංචනිවරණ යටපත් කළ යුතුවේ. මෙය සිදුකරන්නේ පංචනිවරණ වලට ප්‍රතිවිරුද්ධ සෝඛන (සම්ප්‍රජානනයෙහි ප්‍රසන්න ගුණාත්මය) මානසික සාධක පහ (සෝඛන චේතසික) ගොඩනගා ගැනීමෙනි.

චිත්තක, නිදිමන ගතිය සහ අලසකම (ඵ්‍ය මිද්ධ) නිසා ඇතිවන බාධක වලක්වයි (නිෂේධනය), යමෙකු තම මනස එක් අරමුණක් (ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස යයි සිතමු) කරා යොමු කිරීමට පුහුණු කරන්නේ මෙසේය.චිත්තක යන පාලි පදය සාමාන්‍යයෙන් පරිවර්තනය කරන්නේ “ මුලින්ම අරමුණ කරා යාම” ,එහෙත් එය බිඳී ඇත්තේ “ තර්ක”යන්නෙනි, එනම් බොහෝ අරමුණ අතර පෙරට හා පස්සට ගැවසෙමින් චිත්ත චේතසික යන් එක අරමුණට පමුණුවීම (ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස හෝ කසින අරමුණක රැඳීම) විතර්ක හෝ චිත්තක වේ. අරමුණෙහි යෙදුණ සිත පවත්වාගෙන යාම (චිචාර) නැතහොත් මනස එම අරමුණෙහිම එකදිගට පිහිටුවා ගැනීම හෝ එම අරමුණෙහි සමාධිගතවීම චිචාර ය. චිචාර පදයෙහි අර්ථය “වි+චාර ” සංවලනය නැවැත්වීමයි. චිත්තක සහ චිචාර මිමැස්සෙකු මලක් කරා පියාසර කර මල වටා භ්‍රමනය වෙමින් රොන් උරා ගැනීමට සම කර ඇත.

චිචාර ,විචිකිච්ඡා නිවරණය තාවකාලිකව යටපත් කරයි. මනස අරමුණෙහි ගිලියාමත් සමග වෛර හා තරහ සිතිවිලි යටපත්වී උද්‍යෝගය සහ මානසික සුවය (ජිනි හෝ ප්‍රීතිය) උපදී. ධ්‍යාන සාධකයක් වන ජිනි හෝ ප්‍රීති මගින් නිවරණයක් වන වෛර හා තරහ සිතිවිලි (ව්‍යාපාද) මැඩපවත්වයි. මෙම සතුට වඩාත් පිලිබිඹුවන්නේ මුහුණෙනි. භෞතික සුවය (සුඛ) නිසා සිරුර සැහැල්ලු වේ. මෙම ධ්‍යාන සාධක “උද්ධච්ච කුක්කුච්ච” එනම්, අරමුණක මැනවින් නොපිහිටන සිතේ සැලෙන ස්වභාවය සහ

පසුතැවෙන ස්වභාවයට, ප්‍රතිවිරුද්ධව ක්‍රියා කරයි. එහෙයින් මනස පූර්ණවශයෙන්ම අරමුණෙහි ගිලී ඒකාග්‍රතාවයට (ඒකාග්‍රතාව) පත්වේ. සියලු රූපලෝක ධ්‍යාන අවස්ථාවන්හි ඇති වන මූලික ධ්‍යාන සාධකය මෙය වන අතර සමාධි ගත වීමේ හරයද එයයි. මෙම එකගතාවය කායික ආශ්වාදය සඳහා ඇති ආශාව (කාමච්ඡන්ද) තාවකාලිකව නිෂේධනය කරයි.

ධ්‍යාන සාධක පහම ඇතිව, පංචනිවර්ණ තාවකාලිකව යටපත්වූ අවස්ථාව ප්‍රථම ධ්‍යාන ගත වීම සේ සැලකේ. (අනෙක් අතට සම්බන්ධයෙන් යුක්ත වන විචාර විචාර ප්‍රති සුඛ ඒකාග්‍රතා යන ධර්ම පස ප්‍රථම ධ්‍යානයයි- අභිධර්ම මාර්ගය, රේරුකානේ වන්දවීමල නිම).

6. දළ ධ්‍යාන සාධක ක්‍රමයෙන් ඉවත් කිරීමෙන් හා මානසික ඒකාග්‍රතාවය දීර්ඝව පවත්වා ගැනීම මගින් සියුම් ධ්‍යාන සාධක පිරිසිදු කිරීමෙන් උසස් ධ්‍යාන පහලවේ. අභිධර්මයෙහි සඳහන් පරිදි ධ්‍යාන අවස්ථා පහක් ඇත. අවසාන ධ්‍යාන සතර අත්කරගැනීමට එක් එක් පියවරෙහිදී ධ්‍යාන සාධක එකින් එක අත් හැරිය යුතු වේ. එහෙයින් මේ ක්‍රමයේදී ද්විතීය ධ්‍යානය විතක්ක අත්හැරීමෙන් ලබාගැනීමට හැකිය. එහෙත් සූත්‍රවල බුදුන්වහන්සේ පැහැදිලිව පහදා දෙන්නේ ධ්‍යාන සතර ආකාර බවත් විතක්ක විචාර දෙක අත්හැරීමෙන් ද්විතීය ධ්‍යානයට ලඟාවන බවත්ය. වෙනස පවතින්නේ ද්විතීය ධ්‍යානයේය. ධ්‍යාන වඩන්නෙකුට මෙහි එතරම් ප්‍රායෝගික වැදගත්කමක් නැත. යථාර්ථය වන්නේ විතක්ක විචාර දෙක ඉවත්වන පියවර දෙකෙහි වෙනසක් නොදැනෙන තරම් ඒවා එකවර ඉවත්ව යාමයි. ඒ නිසාම සූත්‍ර වලදී විතක්ක විචාර දෙක ඉවත්වීම එක් ධ්‍යානයකට හේතුවන බව දැක්වූවා විය හැක.

ලෞකික ධ්‍යාන හදිසියේ බිඳවැටීමේ ප්‍රවණතාව

අනාර්ය ධ්‍යාන අර්ය ධ්‍යාන මෙන් ස්ථායී නොවේ බාහිර උත්තේජක නිසා ඇතිවන පෙලඹවීම් (අනුසය) හේතුවෙන් යෝගීන්ගේ ධ්‍යාන බිඳවැටිය හැක. නිදසුනක් වශයෙන් සිත් ඇදගන්නා රූපශ්‍රීයෙන් යුත් ස්ත්‍රී රුවක් දැකීම, ආකර්ශනීය කට හඬක් ඇසීම වැනි දේ. “ගති (වර්තය), අනුසය (පෙලඹවීම්), සහ ආසව (දැඩි ආශාව)” කියවන්න.

වරක් අභිඥා බලයෙන් සෘජුවියෙන් අහසින් යන යෝගී වරයෙකු නාරිලනා පුෂ්පයක් දැක ධ්‍යානය බිඳී පොළවට පතිතවීම සහ ලදකගේ මිහිරි ගී හඬක් ඇසී එවැනිම ඉරනමකට පත්වූ තවත් යෝගී වරයෙකු ගැන ඇති ජනප්‍රිය පැරණි කතා පුවත් මෙහි සඳහන් කරනු වටී. එසේ වුවත් අරිය ධ්‍යාන ලාභීන්ගේ ධ්‍යාන බලය එවැනි බාහිර උත්තේජක නිසා බිඳවැටෙන්නේ නැත. **“මිනිස් මනසේ බලය - අරිය ධ්‍යාන”** සහ **“සජ්ඣ බොජ්ඣංග වර්ධනය මගින් අරිය ධ්‍යාන වැඩීම”** කියවන්න. අරිය ධ්‍යාන අරමුණ ලෞකික වස්තුවක් නොව නිවන වන හෙයින් යෝගියා ආසව අඩුකරගෙන නැතත් අරිය ධ්‍යානලාභියෙකුගේ මනසෙහි පෙලඹවීම් (අනුසය) ඇතිවන්නේ නැත.

1. මෙම ලෞකික ධ්‍යාන ගත විය හැකි බොහෝ අය අදහස් සිටී. එසේ වුවත් එවන් ලෞකික ධ්‍යාන පස්වැන්නවත් ඉන් ඉහළ ධ්‍යානයක් වත් ලබාගැනීම එතරම් හොඳ අදහසක් නොවේ. යමෙක් එවන් අරූප ධ්‍යානයක යෙදී සිටියදී මරණයට පත්වුවහොත් ඊලඟ උත්පත්තිය ලබන්නේ අරූප ලෝකයේය. අරූප ලෝකවල ඇස් කන් නොමැති හෙයින් එහිදී ධර්මය උගනීම කළ නොහැක. එහෙයින් සෝවාන් ඵලයට පැමිණිය නොහැක. එහෙයින් එවන් පුද්ගලයෙකු අනාදිමත් කාලයක් එහි ගතකොට නැවත මිනිස් ලොවට ආපසු පැමිණි විට සියල්ල නැවතත් මුල සිටම උගෙන ප්‍රගුණ කළයුතු වේ. මිනිස් ලොවේදී නැවතත් අපාය ගාමී කර්ම රැස් කිරීමෙන් අපාගත විය හැක. එසේ හෙයින් ධ්‍යාන ලාභී විමට වෙහෙසෙනවාට වඩා සෝවාන් ඵලය අරමුණු කිරීම ප්‍රයෝජනවත් වේ. සෝවාන් පුද්ගලයෙකු කිසිදුක අපාගත වන්නේ නැත.

2. මෙම ලෞකික ධ්‍යාන ගත වීමේ අනෙක් හයානක තත්ත්වය වන්නේ, ධ්‍යාන ගත විමටත් පෙර යමෙකු කැමතිවන්නාවූ විවිධ වස්තු (ආගමික රූප, ආගමික සංකේත, වර්ණාවන් ආලෝක ආදිය)පෙනීමට පටන් ගැනීමයි. බොහෝදෙනෙකු මෙම තත්ත්වය වරදවා තේරුම් ගන්නේ හවනාවේ දියුණු අවධියකට පත්වූවායි යන විශ්වාසයෙනි. සමහර බෞද්ධයින් නිවනට හෝ ඊට ආසන්න දියුණු තත්ත්වයකට පත්වූ බවට විශ්වාස කරයි. එවැනි මායාවන් සමග රැඳී සිටීම හානිදායකය. එවන් ආලෝක හෝ චිත්ත රූප දිස්වුවහොත් ඒවා මුලුමනින්ම නොසලකා හරින්න. මමද එවැනි දෑ දුටුවෙමි, එහෙත් එම මායාවන් සමග ගැටීමට පෙර යහපත් ගුරු උපදේශ පැතු වෙමි.

3. සමහර දුර්ලභ අවස්ථාවන් වලදී පහත් භූත සත්වයින් ඔවුන් දේව හෝ බුන්ම යයි භාවනායෝගීන් නොමග යැවීමට උත්සාහ ගනී. එවැනි මායාවන් සමග රැඳී සිටීම හානිදායකය.

පසිඳුරන්ට ඔබ්බෙන් වූ අතින්දිය සංජානනය (හැඳිනගැනීම) සහ බලය (අභිඥා)

1. සතරවන ධ්‍යානය ලබා එය ප්‍රගුණ කළ විට පසිඳුරන්ට ඔබ්බෙන් වූ අතින්දිය සංජානනය (හැඳිනගැනීම) සහ බලය (අභිඥා) වර්ධනය වීම ඇරඹේ. මේ සඳහා සැලකියයුතු වෙහෙසක් දැරීමට සිදුවේ. වර්තමානයේ මෙවන් හැකියාවන් ඇති කිසිවකු ගැන මෙතෙක් වාර්තාවී නැත. කෙසේවෙතත් අරහත් ඵල ලාභියෙකුට පෙර හවයන් දැකීමේ හැකියාව ඇතුළුව පහත සඳහන් සියලුම අතින්දිය සංජානනය (හැඳිනගැනීම) සහ බල (අභිඥා) හැකියාවන් පිහටයි.

* සිතේ බලයෙන් Psychokinensis (සෘද්ධි විධි අභිඥා) නොපෙනී සිටීම, අහසින් යාම, ජල මත ඇවිදීම, පොළවෙහි ගිලීම සහ නොයෙක් දේ මැවීම ආදිය;

අෂ්‍ර පුර ඇති දේ ඇසීමට ඇති හැකියාව (දිබ්බ සෝත);

අෂ්‍ර පුර ඇති දේ සහ පියවි ඇසට නොපෙනෙන පරලොව සත්වයින් දැකීමට ඇති හැකියාව (දිබ්බ චක්ඛු);

අන් අයගේ මානසික තත්ත්වය, සිතිවිලි ක්‍රියාදාමය දැනගැනීමේ හැකියාව “වේතෝපරිය ඥාණය”;

තමාගේ පෙරහවයන් දැකීමේ හැකියාව (ප්‍රබ්බේතිවාසානුස්සති ඥාණය)

2. මහා කල්පයකින් එනම් දළ වශයෙන් වසර මිලියන 15,000 කින් අඩක් තෙක් තම පෙර හවයන් දැක ගැනීමට අභිඥා බලය දියුණු කරගැනීමට යෝගීවරයෙකුට හැකිය. එවන් බලයක් ඇති පුරාණ යෝගීන් එම කාලය පුරාම මහාබුන්ම සිටි බව දැකීමෙන්,

ලෝකය මැවිවේ මහාබ්‍රහ්ම යයි සාවද්‍ය තීරණවලට එලඹීය. අසංඥා භූමි තලයේ උපන් යෝගීන් සිතිවිලි වලින් තොර ලී කඳක් සේ මහා කල්ප 500 ක කාලයක් දිවී ගෙවයි. එම කාලය ගෙවීගිය පසු සාමාන්‍යයෙන් මනුෂ්‍ය ලෝකයේ පුනර්භවය ලබයි, ධ්‍යාන වැඩීමේ සංසාරක පුරුද්ද (ගති) නිසා නැවතත් අභිඥා බල වර්ධනය කර ගැනීමට හැකිවේ. එවිට අභිඥා බලයෙන් පෙර භවයන් දැකිනාවිට ඔවුනට දැකිය හැක්කේ මහා කල්පයකින් අඩක් පමණක් වන හෙයින් මොනයම් පෙරභවයක් හෝ නොපෙනේ. මහා කල්පයකින් අඩක් යනු ඔවුන් අසංඥා භූමි තලයේ ගත කළ කාලයෙන් දහසකින් එකක් පමණි. මේ නිසා ඔවුහු පෙර භවයක් නොතිබුනාවූ “නව” සත්වයින් යයි සාවද්‍ය නිගමනයන්ට පැමිණේ.

සම්මා සම්බුද්ධවූ බුදුන් වහන්සේට ඇසිපිය හෙලන කෂණයෙන් මහා කල්ප දහසක් පෙරභවයන් දැකිය හැක. පැහැදිලිව දැකිය හැකි ජීවිත ආරම්භයක් නැතැයි බුදුන් වහන්සේ දේශනා කලේ එහෙයිනි. අරිය ධ්‍යාන බෙහෙවින් බලවත් හෙයින් අභිඥා බලය ඇති අරහත් පුද්ගලයින්ට මහාකල්ප බොහෝ ගනනක් පෙර භවයන් දැකිය හැක.

3. වැඩි විස්තර සඳහා කියවන්න *The Manuals of Dhamma*”, by Ven. Ledi Sayadaw (2006), p. 105.
“*Abhidhammattha Sangaha – Comprehensive Manual of Abhidhamma*” by Bhikkhu Bodhi(1999), p. 344.

4. මේ ආකාර සෘජු අවබෝධයන් සියල්ල ලෞකික වනහෙයින් සතරවන ධ්‍යානයේ ප්‍රවීණතාවය මත රැඳේ. භික්ෂූන් මෙවන් ලෞකික බලය යෙදීමේ කාර්යයන්හි සහ වර්ධනයේ නියැලීම බුදුන්වහන්සේ අනුදැන වදාලේ නැත. එසේම, එවන් “සෘද්ධි විධි අභිඥා” ලාමක කාර්යයන් සේ දක්වා ප්‍රසිද්ධ ස්ථානවල ප්‍රදර්ශනය කිරීම භික්ෂූන්ට තහනම් කළ සේක. ඒ මෙවන් අනාර්ය බල සියල්ලක්ම තාවකාලික වන නිසාය. එසේම යමෙක් අවිද්‍යාව දුරුනොකොට ලෝබ සහ ද්වේෂ හුදෙක් යටපත්කලත් ඒවාට ඔහුම මොහොතක නැවත මතුවී මෙම බලයයන් බිඳ දැමීමට හැකිය.

බුදුන්වහන්සේ ජීවමානව වැඩවසන සමයේ යසෝධරා දේවියගේ සොහොයුරු දේවදත්ත මේ සඳහා සුදුසුම නිදර්ශනයයි. දේවදත්ත මහණ දැමි පුරා ලෞකික ධ්‍යාන

වඩා ඉහත සඳහන් කළ සාද්ධි විධි අනිඥා බල ලබාගන්න. බොහෝ ප්‍රාතිහාර්ය පෙත්වීමට හැකියාවක් ලද දේවත්ත වරක් අපාසන් කුමරු තමාවෙත නම්මා ගැනීමේ අදහසින් අපාසන් කුමරුගේ සිරියහන් ගබඩාවේ සාද්ධි විධි අනිඥා බලයෙන් පෙනී සිටියා. එහෙත් දේවදත්ත බුදුන්වහන්සේට විරුද්ධව ගොස් හිංසා කිරීම නිසා සියලු බල ගිලිහී (අවිච්චි මහනිරයේ) අපාගත වුවා. මනසේ බලය කෙතෙක්දැයි මෙතෙක් සඳහන් කළ ධර්ම කරුණු ඇසුරින් ඔබට වැටහෙනවා ඇත. මෙම ලෞකික ධ්‍යාන නිසාම මිනිසෙකුට උසස් භූමි තල වල උත්පත්තිය ලද හැක. එසේම අසාමාන්‍ය බලයයන්ද ලබා ගත හැකිය. එහෙත් මෙම ලෞකික ධ්‍යාන, බලයෙන් අරිය ධ්‍යාන හා සමකළ නොහැක.

මිනිස් මනසේ බලය - අරිය ධ්‍යාන

1. මනස එක අරමුණක් (චිත්තක්ක) කරා නාභි ගත කර එම ඒකාග්‍රතාවයේ දුරා සිටීමෙන් (විචාර) අනාර්ය ලෞකික ධ්‍යාන පහළවේ. ශ්වසනය, කසින හෝ ඕනෑම ආගමක සංකේතයක් අරමුණ වශයෙන් යොදාගත හැකියි.
2. අනාර්ය ධ්‍යාන ලබා ගැනීමට මනස ලෞකික අරමුණක් (චිත්තක්ක) කරා නාභි ගත කිරීමෙන් පංචනිවරණ යටපත් කළද අරිය ධ්‍යාන ලබා ගන්නේ නිවන අරමුණු කර භාවනා කිරීමෙනි. නිවන “ මේ ලෝකයෙන් ” ඔබ්බට යන හෙයින් ලෝකෝත්තර වන නිසා අරමුණ යනුවෙන් අදහස් කළේ ඔබ අත් විඳි මනස “ සංසුන් ” විමක් හෝ නිවීමක් සිහි කැඳවා එම අත්දැකීම නැවතත් විඳීමයි. යමෙක් අනිච්ච, දුක්ඛ ,අනත්ථ නිලක්ඛණ අවබෝධ කළ විට ප්‍රත්‍යක්ෂව සංසුන් විමක් අත් විඳියි. නිදසුනක් වශයෙන්, “ සංසුන් ” විමෙන් පසු පෙර මෙන් සුලුදෙයකට පවා ක්ෂණිකව කෝපයට පත් නොවන බව දැනීම හෝ අධික ලෝබ සිහිවිලි පෙර මෙන් නූපදිනා බව ආදිය. එවැන්නක් ස්මරණය කිරීම අරිය ධ්‍යාන වර්ධනය කිරීමට ඉවහල් වේ. පහත අංක 4 හි දැක්වෙන “ කමටහන්” කියවන්න.
3. වැදගත් වන්නේ භූමි තල 31 න් යුත් “මේ ලෝකයේ” අනිච්ච, දුක්ඛ ,අනත්ථ යන ත්‍රිලක්ෂණය අවබෝධ කිරීමෙන් ප්‍රත්‍යක්ෂව සංසුන් විමක් අත් විඳීමයි. යමෙක් සැබෑ ජීවිතයේ අවස්ථාවක් විශ්ලේෂණය කර සදාකාලිකව සැපක් මේ ජීවිත කාලයේදී හෝ

මෙම භූමි තල 31 හි කොතනකවත් නැති බව අවබෝධ කරයි. “අනිච්ච, දුක්ඛ, අනන්ත” සහ “ අනිච්ච, දුක්ඛ, අනන්ත යන්තෙහි නිවැරදි අර්ථ දැක්වීම වැදගත් වන්නේ ඇයි” කියවන්න. මෙය නිබ්බාන නිරාමිස සුඛ ඇති කරයි.(“තෙවදුරුමේ සතුට - නිරාමිස සුඛ යනු කුමක්ද?” කියවන්න). දීර්ඝ කාලීන “ සංසුන් ” විමක් හෝ නිවීමක් ඇතිකරයි. මෙම නිවීමට, “ සංසුන් ” විමට ගතවන කාලය ඒ ඒ පුද්ගලයා අනුව වෙනස් වේ.

4. යමෙක් සිහිපත් කල හැකි “ නිවීමක් අත්විඳ ඇත්නම් එය ධ්‍යාන වැඩීම පිණිස කමටහනක් සේ යොදා ගත හැක. නිසංසල ස්ථානයක වාඩිවී පහත සඳහන්වන කමටහන සජීකර්මයනා කරන්න.

*“ඒතං සන්තං ඒතං පනිතං,යදිදං සබ්බ සංකාර සමනො, සබ්භුපටි පටිනිස්සග්ගෝ
නන්තාක්කායෝ, විරාගෝ,නිරෝධෝ නිබ්බානං නි”*

මෙහි අදහස: සියලු සංකාර ඉවත දැමීම, බැඳීම් කඩා බිඳ දැමීම, තන්හාව සහ වෛරය ඉවත දැමීම ශාන්තවූත් නිසලවූත් නිවනයි.

කෙසේවෙතත්, මෙම ක්‍රමයෙන් වඩාත් විපුල ප්‍රයෝජන ලබා ගැනීමට නම් අනිච්ච, දුක්ඛ, අනන්ත ගැන නියම අවබෝධයක් සහ නිවීමක් අත්විඳි නිබ්ම අවශ්‍යයමය. එවිට පුරුදු කළාවූ ධ්‍යානයකට සැනකින් ඇතුලුවිය හැක.

5. සමන භාවනා ක්‍රම වන ලෞකික සහ අරිය භාවනා අතර ඇති වෙනස වන්නේ භාවනා අරමුනෙහි ඇති වෙනසයි. අසංඥා ධ්‍යාන අරිය භාවනා වලින් මගහැරෙන්නේද මේ නිසාය. ලෞකික භවනා වලදී ඕනෑම අරමුනක් නාහි ගත කළහැකි වුවත් අරිය භාවනාවේදී එකම අරමුන නිවනයි. එහෙයින් අනාර්ය සමන භවනාවේදී විතක්ක,විචාර අරිය භාවනාවේදී සචිතක්ක,සචිචාර වශයෙන් “ස” නිපාතය යොදා දක්වන නිවන අරමුන අවධාරණය කරයි.

“ඒතං සාන්තං ඒතං පනිතං” අවබෝධයෙන් තොරව සජීකර්මයනා කිරීම එසේම ශබ්දනගා කියවීමද අනවශ්‍යයය. මෙහි අදහස ගැන මනා අවබෝධයෙන් සිතින් පමනක් සජීකර්මයනා කළ විට නිරාමිස සුඛ වින්දණය කළ හැක. යමෙකුට ආරම්භයේදී ඕනෑම අනාර්ය සමන භාවනාවකින් (ආනාපාන භවනාව පහසුවෙන් කළ හැකිය) පටන් ගෙන සංසුන් බව සහ නිරාමිස සුඛ හි මුල් අවධිය වින්දණය කිරීමත් සමග අනිච්ච,

දුක්ඛ ,අනත්ථ මෙහෙති කර තමා සංසුන්වූ අවස්ථාවට සිත යොමුකරමින් ස්ථිරවම අරිය භාවනා ක්‍රමයට මාරු වන්න.

6. පසඳුරන් පිනවීමෙන් ලබන්නාවූ ඕනෑම ආමිස සැපයක් නිරාමිස සුඛ හා සම කළ නොහැක. නිරාමිස සුඛ නිදහස් සහනය දැනීමක් සේය. නිරාමිස සුඛ යමෙකු තද නිසරදයකින් පෙලීමෙන් මිදුන විට ලැබෙන්නාවූ සහනය, සංසුන් බව සහ මනසට ලැබෙන්නාවූ සාමය මෙන්ය.

යමෙකු නිරාමිස සුඛ වින්දනය කරන්නාවූ තරමටම ඇතුලතින් මෙන්ම පිටතින්ද ඔහු සංසුන් වේ. **අකුසල චිත්ත - සෝවාන් පුද්ගලයෙකු අපායගාමි සිතිවිලි මගහරින්නේ කෙසේද?** යන මැයෙන් සෝවාන්වූ පමනින්ම යමෙක් අපායගාමි සිතිවිලි වර්ග පහෙන් මිදෙන්නේ කෙසේදැයි විස්තර කර ඇත. එහිදී, “විච්චිව්වා” එවන් නරක කර්ම වලට හේතුවන්නේ කෙසේද? විච්චිව්වා සහ සාවද්‍ය දෘෂ්ටි නිසා ඉපදෙන ලෝබය මුල් කර හටගන්නා සිත් සතරද නිලකෂණය (අනිච්ච, දුක්ඛ ,අනත්ථ) මෙහෙති කිරීමෙන් ඉවත් කළහැකි අන්දම ද පහදා දුන්නෙමි.

7. අනිච්ච, දුක්ඛ ,අනත්ථ ගැන මෙහෙති කරමින් භාවනා කළ විට ස්වයංක්‍රීයවම නිවරණ අඩුවීම ඇරඹේ. එය නිවරණ යටපත් කිරීමක් නොව ප්‍රහීන කිරීමක්ය. සෝවාන් ඵලයට පත්වන විට ධ්‍යාන සාධක සවිතක්ක,සච්චාර,ප්‍රීති ,සුඛ,ඒකාග්‍රතා සහිතව ඉතා පහසුවෙන් මුල්ම අරිය ධ්‍යානය ගත වීමට සුදුසු මට්ටමටම පංචනිවරණ හීන වේ. ඉහත සඳහන් කළ පරිදි විච්චිව්වා නිවරණය සෝවාන් ඵලයට පත්වීමත් සමග ඉවත් වේ. උසස් නිවන් අදියර කරා ලංවෙත්ම අනෙක් නිවරණ සතර, පියවරෙන් පියවර ඉවත් වේ. සෝවාන් ඵලයේ සිට උසස් අදියර කරා ලෝකෝත්තර දියුනුවත් සමග සියලු ධ්‍යාන සාධක අවශ්‍යයතා පරිපූර්ණ වේ: කාමච්ඡන්ද, ව්‍යාපාද යන නිවරණ දෙක සෝවාන් ඵලයට පැමිණීමත් සමග කාමරාග සහ පටිස මට්ටමට අඩුවේ. සකදාගාමි ඵලයට පැමිණීමත් සමග ඒවා තවදුරටත් අඩුවී අනාගාමි අවධියේදී මුලුමනින්ම ඉවත් වී රූප රාග සහ අරූප රාග පමනක් පවතී. එහෙයින් බැඳීම් ඉතිරිවී ඇත්තේ රූප ලෝක සහ අරූප ලෝක සඳහා පමනක් වේ.

අනෙක් අතට,ඵනමිද්ධ නිවරණය, සවිතක්ක මගින් ඉතා පහසුවෙන් අභිබවා යා හැක, ඒ මනස නිවන වෙත (අනිච්ච, දුක්ඛ ,අනත්ථ) යොමු වීමෙනි. එවිට අලස බව සහ

නිදිමන ස්වභාවය පැවතිය නොහැක, යමෙක් ක්‍රියාශීලී වේ. සෝවාන් ඵල ලාභීන් සිටින්නේ අනිච්ච, දුක්ඛ ,අනත්ථ අවබෝධකර ගැනීමේ මූලික අවස්ථාවේය (නිවන් ධාරාවට ඇතුළුවන අවස්ථාව), නිවන් මගෙහි ඉදිරියට සකඳාගාමි අනාගාමි ඵල ලබද්දී මෙම අවබෝධය ක්‍රමයෙන් වර්ධනය වී අරහත් ඵලයට පැමිනීමත් සමග එය පූර්ණ අවබෝධයක් බවට පත්වේ.

උද්ධච්ච නිවරණයද කෙමෙන් ඉවත් වී අරහත් ඵලයට ලගාවූ විට සම්පූර්ණයෙන්ම ඉවත්වේ.

එහෙයින් ධ්‍යානවලට නොපැමිණද අරහත්හු නිරායාසයෙන්ම පංචනිවරණයන්ගෙන් තොරය. නිවන් මගෙහි ඉහලටයත්ම ධ්‍යානවලට සම වැදීම පහසුවේ.

8.සාරාංශය: අනාර්ය ධ්‍යානවලට වඩා අර්ය ධ්‍යාන ස්ථිරය. පංචනිවරණ වලින් සමහරක් ස්ථිරවම ඉවත් කර ඇති නිසාත් විචිකිච්චා මූලමනින්ම ඉවත් කර ඇති නිසාත් සෝවාන් ඵලයට පත්වූ අයෙකුට මතු භවයන්හි ද ඉතා පහසුවෙන් ප්‍රථම ධ්‍යානයට ඵලඹිය හැක. පුහුණු කළාට පසු කැමති පරිදි, සෝසා සහිත පරිසරයකදී වුවද, අර්ය ධ්‍යාන (විශේෂයෙන් දෙවන හෝ ඊට ඉහළ ධ්‍යාන) වලට ඵලඹිය හැක.

අර්ය ධ්‍යාන ගත වූ විට අනුසය නිසා හෝ ලෝභ හෝ ද්වේෂ සහගත සිතිවිලි නිසා හෝ අර්ය ධ්‍යානයකට බාධා කළ නොහැක. ආයාසයෙන් එවන් සිතිවිලි වලට මනස යොමු කලත් මනස ඒවා ප්‍රතිකෂේප කරයි. “සප්ත බොජ්ජංග වැඩීමෙන් අර්ය ධ්‍යාන වර්ධනය” කියවන්න.

ප්‍රාථමික ධ්‍යානගතව ඕනෑම දෙයක් ගැන සිතන්නට හැකිය. පිරිසිදු ප්‍රභාස්වර මනසකට විපස්සනා භාවනා (අනිච්ච, දුක්ඛ ,අනත්ථ ගැන හෝ ඕනෑම ධර්ම සංකල්පයක් මෙහෙහි කිරීම)පහසුවෙන් කළ හැක.

භූමි තල 31 ට අයත් රූපාවචර සහ අරූපාවචර කුසල් වලට හේතු වන්නාවූ ධ්‍යාන ලෝකික ධ්‍යාන වේ. නිවන් සුවය පරම සැපනය. එසේම, අරහත් භාවයට පත් ප්‍රබුද්ධයන් පමණක් සමච්චින්නාවූ නිරෝධ සමාපත්තියෙන් ලබන්නාවූ සැපන ධ්‍යාන සැපවලට වඩා බෙහෙවින් උසස් අසමසම සැපයකි. නිරෝධ සමාපත්තියට සම වැදී දින සතක් නොකඩවා නිවන් සුවය වින්දනය කළ හැකිය. එහෙයින් වඩාත් වැදගත්

වන්නේ තමාගේ මනස පිරිසිදු කර ගැනීමවේ. “මනස පිරිසිදු කිරීමෙහි ඇති වැදගත්කම” කියවන්න.

පින් දීම (පත්තිදාන) - එය කෙසේ සිදුවේද?

<https://puredhamma.net/dhamma/transfer-of-merits-pattidana-how-does-it-happen/>

1. තමා රැස් කළ පින් නව කෙනෙකුට දිය හැකියයි සමහර බෞද්ධයින්ට පවා එතරම් පැහැදිලි විශ්වාසයක් නැත. එය විද්‍යාත්මක බවක් පෙනෙන්නේද නැත. එහෙත් බුද්ධ ධර්මය ඇත්තේ විද්‍යාවට වඩා බොහෝ ඉදිරියෙන් බවට මෙය නවත් හොඳ නිදසුනකි. යොදාගන්නා වචන සමුදාය වෙනස් වුවත් “ ශක්තිය (මානසික ශක්තිය) තැනකින් තැනකට මාරු කිරීමේ (සම්ප්‍රේෂණය)” යාන්ත්‍රණය ධර්මයේ විස්තර කර ඇත. යහපත් ක්‍රියාවක ශක්තිය පමණක් නොව, “මානසික ශක්තියෙහි” විවිධ ආකාර එසේ තැනකින් තැනකට මාරු (සම්ප්‍රේෂණය) කළ හැක. එහි මූල ධර්මය මෙසේ විග්‍රහ කළ හැක. යමෙකු සතුව දැල්වූ පොල්තෙල් පහනක් ඇත්නම්, අන් අය සතු නොදැල්වූ තෙල් පහන් දල්වා ගැනීමට වෙනත් ක්‍රමයක් නොමැති නම් දැල්වූ පහනේ දැල්ලෙන් අනෙක් පහන් දල්වා ගැනීමට සහාය වීම යහපත් ක්‍රියාවක් නොවේද?

2. “ප්‍රත්‍ය අනුමෝදනා” යන්න නිවැරදි පදය නොවේ. “පින් දීම” නොහොත් මානසික ශක්තිය සම්ප්‍රේෂණය නිරවද්‍ය ප්‍රකාශය වේ, අනුමෝදනා යනු පින් ලබන මනස පින් ලැබීමෙන් සතුටට පත්වීමයි (“අනු” + “මෝදනා”). පින් දෙන්නා “පච්චයා” හෙවත් උපකාරී හේතු ප්‍රදානය (“දාන”) කරයි. (සාමාන්‍ය පොදු වහරේ භාවිතා වන්නේ “ ප්‍රත්‍යය” යන්නයි. සංස්කාර ධර්මයන් ඇතිකරවන හේතූන්ට ප්‍රත්‍යය කියයි. එම සංස්කෘත පදය මෙතැන්හිදී නොගැලපේ, වඩාත් සුදුසු පදය වන්නේ “පච්චයා” යන පාලි පදය වේ). “පත්තිදාන” යන්නෙහි “පත්ති” යන පදය “පච්චයා” නියෝජනය කරයි. සෘජුවම දෙනවිටක දී හැර, යමෙක් පින් අපේක්ෂා කරන්නාවූ මෙන්ම ලබාගන්නා මනසකින් නොසිටිනම් පින් දෙන්නාට, අපේක්ෂිත ලබන්නාටම පින් ලැබීමට සැලැස්විය නොහැක. පින් ලබන්නා පින් අනුමෝදන් වන අතර පින් ලබන මනස පින් ලැබීමෙන් සතුටට පත්වෙයි.

3. දීම හා ලබාගැනීම විවිධ ආකාරයෙන් සිදුකළ හැක: සෘජු ආකාරයෙන් දීම/ලබා ගැනීම යමෙක් මුදල් හෝ ද්‍රව්‍යයමය දෙයක් දීමේදී සිදුවේ, එනම් දෙන අයගෙන් ඉවත්කර ලබන්නාට සම්පූර්ණයෙන්ම මාරුකිරීමයි. ගුරුවරයෙක් පන්තියකට උගැන්වීමේදී සෑම සිසුවෙකුටම එකම ආකාරයෙන් ඉගැන්වුවත් ,යම් සිසුවෙක් කෙනෙක් දුරට ගුරුවරයා ඉගැන්වූ දෙය අවබෝධ කර ගත්තේ දැයි තීරණය වන්නේ සිසුවාගේ ග්‍රහණය කරගැනීමේ හැකියාව මතයි. එයද, ගුවන් විදුලිය හෝ රූපවාහිනී ප්‍රචාරයක් ග්‍රහණය කරගැනීමේ හැකියාව විකාශනය ග්‍රහණය කරන්නාවූ උපකරණයේ ගුණාත්මය සහ නියමිත සංඛ්‍යාතයට සුසර කරණය මත රඳා පවතින්නා හා සමානය.

පින් සම්ප්‍රේෂණය එම මොහොතේම හෝ කාලයකට පසුව සිදු විය හැක, එසේ වන්නේ එම “මානසික ශක්තිය” රැඳී ඇත්තේ “නාම ලෝක” යෙහි නිසාත් ඕනෑම අවස්ථාවක එය ලබා ගත හැකි නිසාත්ය. “මතකය (ස්මෘතිය), මොළය,මනස, නාම ලෝක, කම්ම හව, කම්ම විපාක ” කියවන්න.

4. ප්‍රදානය කල හා ලබාගත් ප්‍රමාණය සමාන වන්නේ “සෘජු ප්‍රදානයකදී” පමණි. එසේම අනෙක් “චක්‍ර ප්‍රදානයකදී” ලබාගන්නා ප්‍රමාණය තීරණය වන්නේ ලබන්නා මතය. බොහෝවිට අතක සිටින අයෙකුට පින් දීමකදී (පන්තිදාන) සිදුවන්නේද සමාන ක්‍රියාවලියකි.

සෑම අභිප්‍රායකම ක්‍රම ශක්තිය ඇත. බුදුන්වහන්සේ දේශනා කළ “චේතනානං භික්කවේ කම්මං වදාමි” එහි සිංහල අදහස: මහණෙනි, චේතනාව (අභිප්‍රාය) ක්‍රමය වේ යයි මම වදාරමි. මේ ලෝකයේ සෑම දෙයකටම මූලික වන්නාවූ විභව්‍යතා ශක්තිය වන්නේ ක්‍රමයයි. බොහෝ දෙනෙක් මිනිස් මනසේ බලය අවතක්සේරු කරති. අවම වශයෙන් අනාර්ය ධ්‍යාන ගැනවත් අත්දැකීමක් ඇත්නම් මනසේ බලය ගැන සුලු සංවේදී බවක් හෝ තිබිය හැක. “මිනිස් මනසේ බලය - හැඳින්වීම” කියවන්න.

සෘජු ප්‍රදානය “දාන” ද චක්‍ර ප්‍රදානය “පන්තිදාන” ද වේ. දාන සහ පන්තිදාන දස පුත්‍ර ක්‍රියාවන් ගෙන් දෙකකි. “දස කුසල් සහ දස පුත්‍රක්‍රියා” කියවන්න.

5. එවන් එක් යාන්ත්‍රණයකි , අනන්තර ප්‍රත්‍යය සහ සමනන්තර ප්‍රත්‍යය හෙවත් අනන්තර- සමනන්තර පච්චයා; “අනන්තර සමනන්තර පච්චයා” කියවන්න. මෙය කම්ම නියම (“කර්ම නියම” වශයෙන්ද හැඳින්වේ) පාලනය කරන්නාවූ සමස්ත නියමය වේ. ඒ නිසා “කම්ම නියම”කර්මය සම්බන්ධව ඇති සමස්ත නියමය වේ (ගුරුත්වාකර්මය පිළිබඳ නියමය වැනිය).

6. මා කරන ලද මේ පුණ්‍යකර්මයෙන් ලබන්නාවූ පින් අසවලාට ලැබේවායි අවංකවම පැවසීමෙන් හෝ සියලු සත්ත්වයෝ අපා දුකෙන් මිඳෙන්නා හෝ ඒ සමාන ප්‍රකාශයක් කර මෙම ත්‍රි භාවනාවේ යෙදීමෙන් කරන්නේ නමාගේ අභිප්‍රාය විකාශණය කිරීමයි. එසේවුවත්, යමෙක් එවන් පින් දීමක් කළත් අපේක්ෂිත ග්‍රාහකයාගේ මනෝ විභිතිය (mind set) පින් දෙන්නාගේ මනෝ විභිතියට නොගැලපේනම් අපේක්ෂිත ප්‍රයෝජන නොලැබේ. එයද ගුවන් විදුලි හෝ රූපවාහිනී විකාශණයක් ග්‍රහණය කිරීමට ග්‍රාහක උපකරණය නියම සංඛ්‍යාතයට සුසංගත කර නොමැත්තා සේය. මෙය “අනන්තර සමනන්තර පච්චයා” යටතේ පහදා දී ඇත. මෙහිදී පාලි පද භාවිතා කර ඇත්තේ පරිවර්තනයේදී මුල් අදහසට වන්නාවූ භාෂිත වලක්වා ගැනීම පිණිසයි. පටිච්ච සමුප්පාද සාකච්ඡාවේදී මෙන් පාලි පද භාවිතයෙන් වඩාත් පැහැදිලි අදහසක් ඉදිරිපත්කළ හැකි හෙයිනි.

7. පින් දීම වඩාත් කාර්යක්ෂම වන්නේ දෙන්නා හා ලබන්නා දෙපලම අනෙකාගේ අභිප්‍රාය ගැන නියම අවබෝධයෙන් සිටිනම් පමණි. නිදසුනක් වශයෙන් ආසියාතික රටවල් වල මලගිය ශ්‍රේණිට පින් පැමිණවීම අභිචාර්ය සංස්කෘතික අංගයකි. මහා සංඝයා කෙරෙහි දානමානාදී පින්කම් කර මලගිය ශ්‍රේණිට පන්තිදාන පූජා කරයි. මල ගිය අය පින් ලබාගත හැකි භව අවස්ථාවක වෙන්නම් (ගන්ධබ්බ අවධියක) ගන්ධබ්බයා තද ආශාවෙන් පින් අපේක්ෂාවෙන් බලා සිටී.

8. පන්ති දාන මෙන්ම කුසල දානද ධර්ම දානද කළ හැක. “ සබ්බ දානං ධම්ම දානං ජිනාති” හෝ සියලු දාන අතරින් ධම්ම දානය උතුම්ය යයි බුදුහු වදාළ සේක. බුදුන්වහන්සේ ධර්ම දේශනා කළවිට එය අසා සිටි අය විවිධ තරාතිරම්වල ධම්ම හෝ කුසල් ලාභීන් වේ. සමහරෙක් අරහත් ඵලයට පැමිණි අතර සමහරෙක් සෝවාන් ඵලයට පැමිණියහ. නිවන්මගට පිලිපන් නොවූවත් සමහරු කුසල් රැස් කළෝය. කුසල (“කු” හෝ “කුහු” හෝ “කිලිට්”+ “සල” හෝ “හලනවා” හෝ ඉවත් කිරීම, එනම් මනසින්

අපිරිසිදු දෑ ඉවත් කිරීම) යනු ප්‍රඥාව, අලෝඛ, ද්වේෂ නොමැතිකම අවශෝෂණය කිරීම සහ ලෝඛ, ද්වේෂ සහ මෝහය-මූලාව ඉවත දැමීමයි. එවැනි දේශනාවකදී ප්‍රධාන වශයෙන්ම මෝහය ඉවත් කිරීම සහ එම මෝහය ඉවත් කිරීමේ මට්ටම (සහ ප්‍රඥාව පහල වීම), හේතුකොට ගෙන ලෝඛය සහ ද්වේෂය අත්හැරීම සිදුවේ.

9. එවන් අවස්ථාවක යමෙක් ලබා ගන්නා පින් ප්‍රමාණය තීරණය වන්නේ පුද්ගලයාගේ බුද්ධි මට්ටම සහ මනසේ ස්වභාවය මතය. කෙසේ වෙතත්, එම බුද්ධි මට්ටම වර්තමාන සම්මතයන්ට අනුකූලව අධ්‍යාපන මට්ටම “ පොත පතේ දැනුම ” අනුව ප්‍රමාණාත්මක අගයක් වශයෙන් දැක්විය නොහැක. නිදසුනක් වශයෙන් බුද්ධි මට්ටම යමෙකුගේ අධ්‍යාපන සහතික හා සම්බන්ධයක් නැත. මෙය පහදා ගැනීමට බෞද්ධ ඉතිහාසයෙන් නිදර්ශනයක් ඉදිරිපත් කිරීම පහසුය. අනඳ තෙරුන් වහන්සේ, ගිහිකල රාජ කුමාරයෙකු වූ උගත්, අති විශිෂ්ට මතක ශක්තියකින් යුත් බුද්ධ ශ්‍රාවකයෙක් විය. සම්පූර්ණ සූත්‍ර පිටකයම කට පාඩමෙන් දැන සිටියහ. බුදුන් වහන්සේ ඉතා ලගිණිම ඇසුර කලත් අරහත් භාවය ලැබුවේ බුදුන් වහන්සේ පිරිනිවන් පෑවාටද පසුවය. නිව කුලයක උපත ලද සුනිත අසූචි බාල්දියක් රැගෙන යද්දී බුදුන් වහන්සේට මුහුණපසුන අයෙකි. සුනිතට ධර්මය අවබෝධ කර අරහත් ඵලයට පැමිණිය හැකි බැව් සම්බුද්ධ ඥාණයෙන් දුටු බුදුන් වහන්සේ බෞද්ධ භික්ෂුවක් සේ පැවිදි කළහ. සුනිත තෙරුන්වහන්සේ දින සතක් තුල අරහත් භාවයට පත්වූ සේක.

10. ව්‍යාකූල ඇවිස්සුන මනසකින් යුත් අයෙකුට ධර්මය අවබෝධ නොවුවත් එම පුද්ගලයාටම මනස සන්සුන් නොකැලඹුන අවස්ථාවක ධර්මය අවබෝධ කළ හැක. එය පංච නිවර්ණ ක්‍රියාත්මක අවධියක් යයි කීමට සම කළ හැක. “සිත සන්සුන් කිරීමේ මග - පංච නිවර්ණ (බාධක පහ)” කියවන්න. එහෙයින් ධර්මය (කියවීම හෝ ශ්‍රවණය) හදාරන විට සුදුසු මනෝ විභිතියකින් (mind set) යුක්ත විය යුතුය.

එම නිසා මෙම දහම් කොටස් කියවන විටදී ඔබගේ මනස නිසංසල ග්‍රාහී අවධියක ඇති විටකදී කියවන්න.

ආසියාතික රටවල් වල පන්සලේ බුදු පිළිමවහන්සේට හෝ බෝධියට මල් පහන් පූජා කර වන්දනාමාන කර ධර්මය ශ්‍රවණය කිරීමට පෙර සිත සන්සුන් කර ගන්නේ ඒ නිසාය.

11. එහෙයින් මෙම ක්‍රියාදාමයන් වඩාත් සක්‍රීයව පවත්වා ගැනීමට **අනන්තර හා සමනන්තර** ප්‍රශස්ථව පවත්වා ගත යුතු වේ. එසේම යමෙක් සත්‍යය දහමක් අධ්‍යයනය නොකරන්නේ නම් අනන්තර යහපත් නොවේ, එනිසාම ඔහුගේ කාලය අපතේ යවයි. කෙසේවෙතත්, ධර්මය යහපත් වුවත්, සමනන්තර යහපත් නොවේ නම් එනම් අසන්නාගේ මනසෙහි ග්‍රාහිබව යහපත් නොවේ නම් ඔහුගේ කාලය අපතේ යයි. පහත දැක්වෙන නිදසුන මෙම අදහස මැනවින් පැහැදිලි කරයි. අනන්තර යනු බිජයක් නම් මනසේ පවත්නා තත්ත්වය එම බිජය රෝපනය සඳහා යොදාගන්නා බිම මෙහි. එම වගා බිමෙහි තෙතමනය, අවශ්‍යය පෝෂණ ද්‍රව්‍යය සහ ආලෝකයට නිරාවරණය වී නැත්නම් බිජය රෝපනය නොවේ. ඒ අයුරින්ම පින් ලබන්නා ගේ (ධර්මය අධ්‍යයනය කරන්නාගේ) මනෝ විනිතිය යහපත් ග්‍රාහී තත්ත්වයෙන් පැවතිය යුතුය. අනෙක් අතට, දෙන්නා විසින් (ධර්ම දේශක හෝ පින් දෙන්නා) ප්‍රබල ශක්‍ය (රෝපනය විය හැක) බිජු දිය යුතු වේ.වඩාත් ප්‍රයෝජනවත් ප්‍රථිඵල අත්වන්නේ **අනන්තර හා සමනන්තර** ප්‍රශස්ථව ගැලපෙන අයුරින් පවත්වා ගැනීමෙනි.

12. එදිනෙදා දිනවර්ෂාවේදී පවා “අනුමෝදනා” කළ හැකි අවස්ථා ඇත. කුස ගින්නෙන් පීඩා විඳින්නන්ට ආහාර දීමේ ව්‍යාපෘතියක් X නැමැත්තා ආරම්භ කලායයි සිතන්න. බොහෝ අසරන අය ඉන් ප්‍රතිලාභ ලැබීය. Y එය දැකීමෙන් සතුටට පත්වී X ට ස්තූති කලායයි සිතන්න. Y ගෙන් ඒ සඳහා සම්පත් දායකත්වයක් සිදුනොවුවත් එය දැක සතුටට පත්වීම “පින්” සේ සැලකේ. එය Y ට යහපත් කම්ම විපාක ගෙන එයි. එසේම X ගෙන් පින් කිසිවක් ඉවත් වන්නේද නැත. ශූන්‍යයකින් යමක් ඇතිවිය නොහැක, එසේනම්, මෙවන් “පින්” ඇතිවන්නේ කෙසේද? පින් යනු සන්ක්‍රියාව දැක සතුටට පත්වීමෙන් ලබන්නාවූ මානසික ශක්තිය යි. එය මිනිසා සතු මානසික ශක්තියේ එක් කොටසක් වන ජවන ශක්තිය වේ. **“මිනිස් මනසේ බලය”** කියවන්න. පාපක්‍රියා වන්ගේ ප්‍රතිඵල පවා මේ ආකාරයට සම්ප්‍රේෂණය කළ හැක. X නැමැත්තා Y ට පහරදෙන්නේ නම් Z නැමැත්තා ඒ දැක සතුටට පත්වී Y ට පහරදීමට X නැමැත්තාව උනන්දු කිරී

මෙන් පහර දීමෙන් Y මරනයට පත්වී නම්, X පමනක් නොවේ Z ටද අයහපත් ක්‍රම විපාක අත්වේ.

මෙම මූලධර්මයම සමාජීය නෛතික ක්‍රියාවලදීද ක්‍රියාත්මක වේ. මිනීමැරුම කඳි වැරදිකරුට සහායවූ අයටද නීත්‍යානුකූලව දඬුවම් ලැබේ. එහෙයින් අපගේ යහපත් හෝ අයහපත් හැඟීම් යහපත් හෝ අයහපත් ක්‍රම විපාක රැස් කිරීමට හේතුපාදක වේ.

පළමු අරිය සත්‍යය වේදනාද ? වේදනා පිළිබඳ මිත්‍යා මත

<https://puredhamma.net/dhamma/first-noble-truth-is-suffering-myths-about-suffering/>

පළමු අරිය සත්‍යයෙන් පැවසෙන්නේ වේදනාවේ, විශේෂයෙන් දුක් විඳීමේ පැවැත්ම යයි බොහෝ දෙනෙක් විශ්වාස කරති. මෙම පවතින්නාවූ වේදනාව පෘථුල හා සංකීර්ණ භාවනා ක්‍රම මගින් ඉවත් කර ගත හැකියයි මතයක්ද ඇත.

1. “මාගේ ධර්මය මේ ලෝකයේ මෙතෙක් දැන සිටියේ නැත. එය මින් පෙර කිසිවෙකු අසා නැති දහමකි” යයි බුදුන් වහන්සේ වදාළ සේක. එහෙයින් බුදුන් වදාළ වේදනාව/දුක්ඛ යන්නෙන් උන්වහන්සේ අදහස් කළ දේ මැනවින් විමසා බලා එහි ඇති නව තාවය කුමක්දැයි සොයා බලමු.

අප අවට වේදනාව/දුක්ඛ පවතින බව දැනීමෙහි ඇති අලුත් බව කුමක්ද? වයසට යාම, රෝගී වීම, දුප්පත්කමත් සමග වේදනාව/දුක්ඛ පවතින බව සැමෝම දනී. පවත්නා වේදනාව/දුක්ඛ, භාවනා කිරීමෙන් ඉවත් කළ හැකිද? යමෙක් රෝගීවූවිට භවනා කිරීමෙන් එය සුව කළ හැකිද? එසේම යමෙක් වයස්ගත වීමත් සමග දැනෙන්නාවූ ඊදිම් කැක්කුම් යන වේදනා භාවනා කර සදාකාලිකවම ඉවත් කළ හැකිද? භාවනාවෙන් සමහර දේ පාලනය කළ හැකි වුවත් එවන් අර්බුද හෝ අවසාන ප්‍රථිඵලය වෙනස් කිරීමට නොහැක.

2. පවත්නා දුක් වේදනා ඉවත් කරගත හැකිදැයි පළමුවෙන්ම සොයා බලමු. යමෙක් වයස්ගත වීමත් සමග දැනෙන්නාවූ ඊදිම් කැක්කුම් යන වේදනා ඔෞෂධ භාවිතා කර සමනය කරනවා හැර ඉවත් කළ නොහැක. පිළිකා අර්බුද අවස්ථාවකදී ඒවා භාවනා කිරීමෙන් සුව කළ නොහැක. ඒවා නූතන ඔෞෂධ හා තාක්ෂණ ක්‍රම භාවිතාවෙන් සුව කළ හැක. **බුදුන් වහන්සේ** පවා වයස් ගත වීමත් සමග සමහර රෝගාබාධ වලට ලක්වූ සේක. *වේදනා (දැනීම්) දෙආකාර වේ: කර්ම විපාක සහ සංකාර (ඉන්ද්‍රියන් පිනවීමට ඇති ඇල්ම) නිසා ඇතිවන වේදනා වශයෙනි. අරහත් පුද්ගලයෙකු පිරිනිවීම තෙක්ම දෙවැන්න (සංකාර) ඉවත් කරගත ඇත. “වේදනා (දැනීම්) දෙආකාරයකින් ඇතිවේ” කියවන්න.*

වේදනාවට පත්ව එය විදිමින් හවනා කර ඒකාග්‍රතාවයකට පත්වීම අසීරුය. අවධානය වෙනතකට යොමුකරන්නාවූ වේදනාවකින් පෙලෙද්දී ධ්‍යානලාභියෙකුට පවා ධ්‍යානයට සම වැදීම අසීරුය. බෞද්ධ භාවනාවේ අරමුණ වන්නේ මේ ලෝකයේ යථා ස්වභාවය ගැන විමර්ශනය කර වේදනාවට හේතුව සොයා ගැනීමයි. හේතු දන්නේ නම් මතු ඇතිවන වේදනා නවතාගත හැක.

විවිධ භාවනා ක්‍රම මගින් එදනෙදා පීඩනයේදී මතු වන්නාවූ ආතතියයන් ඉවත් කර ගත හැකිය. ඒවා **බුදුන් වහන්සේට** පෙර පවා ඉන්ද්‍රියාවේ පැවති හෙයින් ආනාපාන භාවනා හෝ කසින හවනා මගින් සිත සැහැල්ලු කර ගැනීම හෙලි කිරීම පිණිසනම් බුදුවරයෙකුගේ පහල වීම අවශ්‍යය නොවේ. එවන් සමන භාවනාවක් හිසරදයකට ඇස්ප්‍රීන් පෙත්තක් ගැනීම හා සම කළ හැක. යමෙකුට තාවකාලික සමනය වීමක් ලද හැකි වුවත් එය තාවකාලිකවේ. **බුදුන් වහන්සේ** ගැටලුවට සොයා දුන් විසඳුම වඩාත් දිගු කාලීනයි, ඉන් සදාකාලිකවූ *නිරාමිස සුඛ* යක් ලැබේ.

3. එසේ නම් “වේදනා/දුක්ඛ පිලිබඳ මින් පෙර නොඇසූ **බුදුන් වහන්සේ** හෙලිකලාවූ සත්‍යය කුමක්ද? “. කෙටියෙන් එය: **ඉන්ද්‍රියන් පිනවීමෙන් ලබන්නාවූ සැපය තුල සැඟවී ඇති වේදනාව/දුක්ඛ; මතු භවයන්හිදී උපදින්නාවූ වේදනා/දුක්ඛ වේ.** මෙම අලුත් අදහසෙහි අර්ථය සරලව අවබෝධ කර ගැනීමට නිදසුනක් විමසා බලමු. බිලි බෑමට යොදාගන්නා ඇම ගිලින මාළුවෙක් එම ක්‍රියාවේ සැඟවී ඇති වේදනාව/දුක්ඛ නොදකී. එහෙත් ගොඩ සිට ඒ දෙස බලන අපට මුලු සිද්ධියම පැහැදිලිවන නිසා ඇම ගිලින

මාළුවාට වන්නේ කුමක්දැයි පෙනේ. එසේ වුවත් දියෙහි ඉන්නා මාළුවා සමස්තයක් වශයෙන් මුලු සිද්ධියම නොදකින නිසා ඇම හා සැඟවී ඇති වේදනාව/දුක්ඛ නොදකී. මාළුවා දකින්නේ රසවත් කෂමක් පමණි. ඒ අයුරින්ම අප භූමි තල 31 කින් සමන්විත වඩාත් පුළුල් (වේදනා/දුක්ඛ පිරි දුගති සතර ඇතුළුව) “ මේ ලෝකය ” ගැන නොදන්නේනම් , එසේම පෙර භවයන්හිදී මෙම ලෝකවල ඉපිද අප සිතා ගැනීමට නොහැකි තරම් වේදනා/දුක්ඛ විඳ ඇතිබව නොදන්නේ නම් අප සිත යොමුකරන්නේ අපගේ ඉන්ද්‍රියන් සයට පහසුවෙන් ගෝචර වන දේට පමණි.

4. මෙම සැඟවුණ සත්‍යය දැකීම ඇත්තවශයෙන්ම පහසු දෙයක් නොවේ. එක් පරිච්ඡේදයකින් සියල්ල පහදා දීම පහසු නොවුවත් මුඛ්‍ය අදහස ඉදිරිපත් කිරීම මෙහි අරමුණයි. මේවා ගැන විචාර බුද්ධියෙන් සිතා බැලීමට කාලය ගත කිරීම අගනේය. **බුදුන් වහන්සේ සම්බුද්ධත්වයට පැමිණීමත් සමග අවබෝධ කරගන්නාවූ මෙම ගැඹුරු ධර්මය මිනිසුන්ට පහදා දීමට නොහැකි වේ යයි උන් වහන්සේ එම ධර්මය දේශනාකිරීමට මැලි වූ බව බෞද්ධ ඉතිහාසය සඳහන් කරයි.** සියල්ල සිදුවන්නේ හේතු එකක් හෝ රාශියක් හේතු කොට ගෙනය. භෞතික විද්‍යාවේ ප්‍රසිද්ධ වචනය පිළිබඳ , තුන්වන නියමය සඳහන් කරන්නේ සෑම ක්‍රියාවකටම ප්‍රතික්‍රියාවක් ඇති බවයි; පළමු නියමය පවසන්නේ යම් වස්තුවකට බලයක් යෙදුවේ නැත්නම් එහි පවතින තත්ත්වය වෙනස් නොවේ යන්නයි. මෙම හේතු ඵල න්‍යාය යාන්ත්‍රික වස්තුවක් මත ක්‍රියාකරන ආකාරය දැක ගැනීම පහසුය. යමක් පවතින තැනකින් වෙනත් ස්ථානයකට ගෙනයා හැක්කේ එය තල්ලු කිරීමෙන් හෝ ඇදීමෙනි. ගලක් උඩට විසි කළ විට ගුරුත්වාකර්ෂණය ඒ මත ක්‍රියා කර පහතට අදින නිසා එය පොළවට පතිත වේ. වඩාත් පැහැදිලිව දැක්නට ඇති සැප කරා අප ඇදී යයි. එහෙත් එම සැපය අප ලබන්නේ අයහපත් පාපක්‍රියා මගින් නම් එම පාපක්‍රියාවල ආදිනව අපට නොපෙනේ. උඩට විසිකල ගලක් නැවත පොළවට වැටෙන අයුරු දැරුවත් මත් දුව්‍යය බෙදාහරින්නෙකු විනෝදයෙන් ගතකරන ජීවිතය දැරුවත් ඔහුගේ අයහපත් ක්‍රියාවේ අයහපත් ආදිනව අපට නොපෙනේ.

5. “ මනෝ ක්‍රියාවල හේතුව හා ඵලය ” පැහැදිලිව නොදැකීම ප්‍රධානතම ගැටලුවයි. මනෝ ක්‍රියාවල ඵලය දැක්නට ලැබෙන්නේ ප්‍රමාද විය, එසේම එම ප්‍රමාදය කෙතෙක්දැයි

පෙර නිගමනය කිරීමක්ද කළ නොහැක. ද්‍රව්‍යමය වස්තූන්ගේ (වස්තුවක්, වාහනයක් , රොකට්ටුවක් වලනය කිරීම ආදිය) හැසිරීම හා ක්‍රියාවන් පහසුවෙන් පූර්ව නිගමනය කළ හැක. භෞතික විද්‍යාවේ දියුනුවට හේතුවද මෙයයි. අදාළ නියමයන් දැන ගත් පසු (ගුරුත්වාකර්ෂණය පිළිබඳ නියම, චලිතය පිළිබඳ නියම, විද්‍යුත් චුම්බකත්වය පිළිබඳ නියම, න්‍යෂ්ටි බලය, ක්වොන්ටම් යාන්ත්‍ර විද්‍යාව ආදිය) ද්‍රව්‍යමය වස්තූන් පාලනය කිරීමේ පූර්ණ බලය ඇත. නමුත් මනස ක්‍රියා කරන්නේ ඊට බොහෝ වෙනස් අන්දමිනි. සිත් දෙකක් එකම ආකාරයෙන් කිසිවිටකවත් ක්‍රියා නොකරයි. දෙන ලද තත්ත්වයන් අනුව එක් එක් මනස එක් එක් ආකාරයෙන් ක්‍රියා කිරීමට තීරණය කරයි. එහෙත් භෞතික වස්තූන් එසේ නොවේ. දෙන ලද තත්ත්වයන් අනුව ඒවායේ ක්‍රියාකාරීත්වය කෙසේදැයි නිශ්චිත පූර්ව නිගමනයන්ට පැමිණිය හැක. සමහර ක්‍රියාවන්වල (කම්ම) එලවිපාක මෙම හවයේදීම දක්නට නොලැබුනත් ඒවායේ විපාක එල දෙන්නේ මතු හවයන්හිදීය.

මෙම ජීවිතයේදී පවා මානසික සංසිද්ධි සංකීර්ණ වේ: ඒ නිසාම ආර්ථික විද්‍යාව “ නියම විද්‍යාව ” ක් සේ නොසලකයි. යම් ලාභ ලබාගැනීමේ අරමුනෙන් තර්කානුකූල නොවන ආකාරයෙන් මිනිසුන් ක්‍රියාකිරීම ඊට හේතු වේ. මොනම ආර්ථික විද්‍යාත්මක නියමයකටවත් අනුව කොටස් වෙළඳපොල (Stock market) හැසිරෙන විලාසය ගැන නිශ්චිත පූර්ව නිගමනයන්ට පැමිණිය නොහැක.

6. යාන්ත්‍රික පද්ධතියක පමාවක් ඇතිවන්නේ නම් ඒ ගැන නිශ්චිත පූර්ව නිගමනයකට පැමිණිය හැක. සියලුම යාන්ත්‍රික කොටස් නියම ආකාරයෙන් ක්‍රියා කරයි නම් එවන් යන්ත්‍රයක් නියමිත වේලාවකට පසු ක්‍රියාත්මක වන අයුරින් සකස් කළ හැක. මනස එසේ නොවේ. යම් ආකාරයකට ක්‍රියාකළ පසු එහි ප්‍රතිඵල දැක ගැනීමට හැකිවන්නේ මතු හවයන් කිහිපයකට පසුව විය හැක. මෙය අවබෝධ කර ගත යුතු වැදගත් කරුණකි. එහෙත් හේතුව සහ එහි ඵලය ස්වභාව ධර්මයේ මූලික සිද්ධාන්තයයි. යමක් කළවිට එය ප්‍රතිඵල එකක් හෝ ඊට වැඩි ගනනක් ලබා දෙයි. මනස සම්බන්ධ හේතු වලදී අනුරූප ඵලය ඇතිවීමට කලක් ගත විය හැක. සමහර විට හව බොහෝ ගනනක් විය හැක. එමනිසා මනස ආශිත ක්‍රියාව සහ එහි ප්‍රතික්‍රියාව සඳහා පුනර්භවය අවශ්‍යය වේ. එය එවෙලේම දක්නට නොහැකි එසේම ඉතා අත්‍යවශ්‍යයවූ, මින් පෙර නොඇසූ බුදුන් වහන්සේ හෙලිකලාවූ සත්‍යයයේ කොටසකි. මෙම මනස සම්බන්ධ “හේතුව

සහ ඵලය ” ඔද්ධ ධර්මයේ සඳහන් කම්ම සහ කම්මවිපාක වල මූල ධර්මයයි. එනමුත් හින්දු ආගමේ මෙන් කම්ම නියතිවාදී නොවේ, එනම් සියලු කම්ම, විපාක දිය යුතුය යන්නයි. කියවන්න “කම්ම යනු කුමක්ද? සියල්ල කම්ම මගින් තීරණය වේද?”. අරහත් පුද්ගලයෙකුගේ පිරිනිවන් පසු එතෙක් විපාක නුදුන් කම්ම විපාක අහෝසි වේ.

7. අප ගත කරන මනුෂ්‍ය ජීවිතය පෙර භවයන්හි කළ යහපත් ක්‍රියාවන්ගේ ප්‍රතිඵලයකි. කුහුඹුවෙකුගේ හෝ සුනඛයෙකුගේ ජීවිතය පෙරභවයන්හිදී එම සචේතනික සත්ත්වයාගේ ක්‍රියාවන්හි ප්‍රතිඵලයකි. අපට මේ ජීවිතයේදී මුහුණ දීමට සිදුවන්නේ පෙර භවයන්හිදී කළ දේවල් වල ඵලවිපාක (කම්ම විපාක) සහ මෙම ජීවිතයේදී කරන්නාවූ ක්‍රියාවන්ගේ ඵලවිපාක වල එකතුවකි. තිරිසන් සතුන්ගේ මූල ජීවිතයම කම්ම විපාකවල සෘජු ඵලයකි. මෙම සංසිද්ධියේදී මිනිසා හා තිරිසන් සතුන් අතර වෙනස වන්නේ තිරිසන් සතෙකුට එම සතාට සිදුවන සෑම දෙයක්ම එම සතාගේ පාලනයෙන් තොර වීමයි. නමුත් මිනිසාගේ උපත විශේෂ දෙයකි. අපට උසස් තලයේ මනසක් ඇති නිසා අනාගතය වඩාත් විශිෂ්ට ප්‍රතිඵල සහිත වන අයුරින් යම් තරමක් දුරට වෙනස් කළ හැකිය.

8. අපට වෙනස් කළ හැක්කේ සහ නොහැක්කේ කුමක්ද?
අප උත්පත්තිය ලබන්නේ “ඒ ජීවිතයටම” අන්තර්ගතවූ කම්ම විපාක සමගිනි. නිරන්තරයෙන්ම නොවූවත් බොහෝවිට වැළඳෙන අසාධ්‍ය රෝග (පිළිකා වැනි) කම්ම විපාක නිසා ඇති වේ. බොහෝ කම්ම විපාක සහිතවත් බවෙන් ක්‍රියා කිරීමෙන් වලක්වා ගත හැක, එනම් වඩාත් සුදුසු ජීවන රටාවක් නිර්මාණ කර ගැනීමෙන් සහ පෙර පරිස්සම් වීමෙන් ආදියෙන්ය. එහෙත් අප වයස් ගත වීම, ජරාවට යාම සහ අවසානයේදී මරණයට පත්වීම මොන යම් දෙයක් කිරීමෙන්වත් නැවත්විය හැකි මගක් නැත. අපගේ ජීවිතයම පෙර ක්‍රියාවක ප්‍රතිඵලයකි. අපට වෙනස් කළ හැක්කේ මතු භවයන්ට හේතු සාධක වන දේ පමණි.
භාවනා මගින් පෙරකළ කම්ම නිසා කම්ම ඛිප් ගතවූ වේදනා දුක්ඛ වලින් මිදීමට නොහැකිවුවත් , සුදුසු භාවනා මගින් තාවකාලික සුවයක් ලද හැකිය, එසේම මතු වේදනා හා දුක්ඛ වලින් සදාකාලිකවම මිදීමට පුළුවන.

9. දෙවන අරිය සත්‍යයෙන් විස්තර වන්නේ අප විමර්ශනය කළ යුතු හේතු ගැනයි. දුක්ඛ පැවැත්මට මූලික හේතු වන්නේ ලෝබ,ද්වේෂ සහ මෝහයයි (අවිද්‍යාව/මුලාව). ලෝබ,ද්වේෂ සහ මෝහය ප්‍රතීණ කළ හැක්කේ ත්‍රිලක්ෂණය අවබෝධ කර ගැනීමෙන් හා අයහපත් (හරක) සංසාරික පුරුදු ඉවත් කර ගැනීමෙනි. “ පුරුදු, අරමුණු, චරිත ලක්ෂණ (ගති)” සිට “නිවහට මගේ ආසව ඉවත් කිරීම” තෙක් පිළිවෙලින් කියවන්න.

10. තෙවන අරිය සත්‍ය පවසන්නේ දුක්ඛ /වේදනා ඇතිවන හේතු ක්‍රමානුකූලව ඉවත් කිරීමෙන් ලැබෙන්නාවූ ප්‍රතිඵල ගැනයි. මෙම මාර්ගයට පිළිපත් මොහොතේ සිටම නිරාමිස සුඛ වැඩෙන්නට පටන්ගනී. එය අවධි සතරකින් ස්ථිරව වැඩවේ, සෝවාන් ඵලයෙන් ආරම්භවී අරහත් ඵලයට ලගාවීමෙන් උපරිමයට පත්වෙයි. “තෙආකාර සැප-නිරාමිස සුඛ යනු කුමක්ද?” කියවන්න.

11. සිව්වන අරිය සත්‍යය පවසන්නේ නිරාමිස සුඛ ලබාගැනීමේ මාර්ගය සහ නිවහෙහි විවිධ අධියර ගැනයි. නිරාමිස සුඛය ඇරඹෙන්නේ යමෙකු යහපත් දිවිපෙවතක් ඇරඹීමත් සමගය. “ දස පාපක්‍රියා (දස අකුසල්)” කියවන්න. අයහපත් හැසිරීමට මුල් වන්නේ ලෝබ,ද්වේෂ සහ මෝහය වේ.

මෝහය (අවිද්‍යාව) සෝවාන් ඵලයට පත්වන තරමටම අඩුකල හැක්කේ භූමි තල 31 න් යුත් “මේ ලෝකයේ ” ගති ලක්ෂණය වන ත්‍රිලක්ෂණය එනම් අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ථ අවබෝධ කර ගැනීමෙනි. එය එතරම්ම බලවත්ය. “අනිච්ච,දුක්ඛ, අනත්ථ- සාවද්‍ය අර්ථ නිරූපනය” සහ අදාල අනෙක් පරිච්ඡේද කියවන්න. යමෙකු සෝවාන් ඵලයට පත්වූ පසු නිවන් මගෙහි ඉදිරියට යන අන්දම ඔහුට සොයා ගත හැක.

12. මම ඉහත කෙටියෙන් සඳහන් කළ අරිය සත්‍යය විස්තර කළ හැකි ආකාර බොහෝය. විවිධ අයට නොයෙක් කෝණ වලින් බලා ධර්මය අවබෝධ කර ගත හැක. එහෙයින් මම “බුදු දහම සහ විද්‍යාව”, “බුදු දහම සහ දර්ශණ විද්‍යාව” සහ වඩාත් ගැඹුරට හදාරන්නට කැමති අයට අභිධර්මයද පහදා දෙන්නට අදහස් කළෙමි. මාගේ අරමුණ බොහෝ දෙනෙකුට ප්‍රයෝජනවත් වන පරිදි වඩාත් “පෘතුල දර්ශණයක් ” ඔබට ඉදිරිපත් කිරීමයි. මෙම ව්‍යායාමයේදී බුද්ධ ධර්මයෙහි සැලකියයුතු තරම් කොටසක් වත් ඔබවෙත ඉදිරිපත් කළ නොහැකි වුවත් අරහත් බව ලබාගැනීමට වුවද බුද්ධ ධර්මයෙහි අඩංගු සියල්ලම අවබෝධ කළ යුතු වන්නේ නැත. යමෙකුට නිවන් මගෙහි අවධි සතරම

අවබෝධ කර ගැනීමට අවශ්‍යය වන්නේ අනිච්ච, දුක්ඛ, අනන්තී ගැඹුරෙන් ගැඹුරට අවබෝධ කර ගැනීමයි. එසේ සිදුවන්නේ, ගැඹුරු අවබෝධයන් සමග ඔබගේ මනස ඔබව නිරායාසයෙන්ම යහමගට යොමු කරන නිසාය. විවිධ සිරස්තල යටතේ ධර්මය ඉදිරිපත් කිරීමට අදහස් කලේ බුද්ධ ධර්මය ස්වභාව ධර්මයේ පරිපූර්ණ විස්තරයක් බවද පහදා දීම පිණිසය.

විනය - ස්වභාව ධර්මය සැමවිටම සමතුලිතය

<https://puredhamma.net/dhamma/vinaya-the-nature-likes-to-be-in-equilibrium/>

අවසන් තීරක වන්නේ ස්වභාව ධර්මයයි. අපරාධකරුවෙකුට දකෂ නීතිඥයකු මගින් නීතියෙන් ගැලවීමට හැකි වුවත් ස්වභාව ධර්මයේ අධිකරණයෙන් දෙන දඬුවමෙන් ගැලවිය නොහැක. එසේම අප යම් යහපත් දෙයක් කළේ නම් අප පුර්වභා කලත් නොකලත් ඊට උචිත විපාක ලබාදේ. ක්‍රියාවන් (කම්ම) සහ එහි ප්‍රච්චලයන් (කම්මවිපාක) අතර ඇති කාල ප්‍රමාදය හේතුවෙන් බොහෝ දෙනෙකුට මෙය වැටහෙන්නේ නැත.

1. අප කුසල් හෝ අකුසල් ක්‍රියාවක් කරන විට එය කරන්නේ අනිප්‍රායක් (චේතනාවක්) ඇතිවය, එහි යම් ශක්තියක් ගැබ්ව ඇත. එයට කම්ම ශක්තිය (කර්ම ශක්තිය) යයි කියනු ලැබේ. එසේම එම ක්‍රියාව ආශ්‍රිතව ගොඩ නැගෙන ශක්තිය වැය වන තෙක් හෝ යම් ආකාරයකින් අඩුවනතෙක් විශ්වයේ රැඳී පවතී (මෙය ක්වොන්ටම් ජාලය හා සම්බන්ධයි) **“ක්වොන්ටම් ජාලය - අපි සැවොම එකට සම්බන්ධය”** කියවන්න. එය ඇත්තෙන්ම භෞතික විද්‍යාවේ ශක්තිය සංරක්ෂණයෙහි මූල ධර්මයම වේ. එහෙයින් සජීවී පුද්ගලයෙකුට හෝ “සමස්තයක් වශයෙන් මුලු ලෝකයටම” අප නයගැති විය හැක. බුද්ධත්වයේ සිට වසර 20 ක් යන තෙක් බුද්ධ ශාසනයේ විනය නීති පනවා තිබුණේ නැත. බුද්ධ ධර්මයේ ව්‍යාප්තියත් සමග බැතිමතුන්ගේ දානමානාදියෙන් යැපෙන සුවපහසු ජීවන රටාවක් සොයා ප්‍රතිපත්ති රහිත පුද්ගලයින් ශාසනයට ඇතුලුවන්නට විය. බුදුන් වහන්සේ ඔවුනට වරද පෙන්වා ඉන් “නය ගැති” වීමේ ප්‍රතිවිපාක පෙන්වාදී අවවාද කළසේක. එවැන්නන් පාලනය කිරීමට විනය නීති (“වි” + “නය”) මාලාවක් පිහිටවූ සේක.

2. ශක්ති සමතුලිත බවක් නැති විටක, ස්වභාව ධර්මය එය සමතුලිත කිරීමට පියවර ගනී. ඕනෑම පුද්ගලයෙකුගේ (සම්ප්‍රදායක අදහසට අනුව), එනම්, ජීවන ධාරාවක (නිරපේක්ෂ අදහස), විශාල අසමතුලිතතා මූලිකව ගෙවා දමයි. එහෙයින් මරණය සිදුවන මොහොතේ (පරිසරයේ) ප්‍රතිසන්ධිය ඇතිවන විට, වැඩිම අසමතුලිත බව ඇති කම්ම බීජය ක්‍රියාත්මක වී අනුරූපී භවයේ උත්පත්තිය අරඹා එහි අඩංගු කර්ම ශක්තිය නිදහස් කරයි. “ **භව සහ ජාති - යම් “ ලොවක” පැවැත්ම හා එහි උපත සිදුවීම**” කියවන්න. එහෙයින්, ඊලඟ භවය තීරනය වන්නේ මෙම භවයේ අවසානයේ පවත්නා විශාලතම කම්ම බීජය මගිනි (මෙය වඩාත් සංකීර්ණ සංසිද්ධියක් ඉතා සරලව ඉදිරිපත් කිරීමකි).

ජීවිත කාලය තුළදී (පවුන්ති විපාක , ප්‍රවෘත්ති විපාක), කම්ම බීජ නිදහස් කිරීමේදී හෝ කම්ම විපාකයේදී අඩංගු ශක්ති ප්‍රමාණයට අමතරව ඒ වන විට පවත්නා තත්වයන්ගේ බලපෑම මත ක්‍රියාත්මක වේ. එහෙයින්, සතිමත් බවෙන් හෝ යෝනියෝ මනසිකාර යෙහිදුනුව ක්‍රියා කිරීමෙන් බොහෝ අයහපත් කර්ම විපාක වලක්වා ගත හැක. “**කම්ම (කර්ම) යනු කුමක්ද? සෑම දෙයක්ම තීරනය වන්නේ කර්මයෙන්ද?**” කියවන්න. ප්‍රතිසන්ධි සහ ප්‍රවෘත්ති විපාක යන දෙකෙහිදීම පවත්නා තත්වයන්හි ගැලපීම වැදගත් කාර්යයක් සිදු කරයි. “**අනන්තර සමනන්තර පච්චයා**” කියවන්න. නිදසුනක් වශයෙන් පරිසරය බෙහෙවින් විශලි සහගතවූ විට බීජයක් රෝපනය වන්නේ නැත. එය තෙතමනය සහිත පොළවෙහි ආලෝකය සහ ජලය පවතිනම් රෝපනය වේ.

3. නැවතත් සමතුලිතතාවය ගැන සිත් යොමු කළහොත්, ගලක් පොළව මතු පිට ඇති විටදී සමතුලිතව පවතී. එය ඔසවා අහසට විසිකළ විට එය ඉහලට යන්නේ අප එයට යම් ශක්තියක් ලබා දුන් නිසාය. එහෙත් දැන් එය සමතුලිතතාවයක නොපවතී, පොළව මතු පිටවූ එහි සමතුලිත ස්ථානය සොයා එය පොළවට පතිත වේ. කර්ම ශක්තිය මෙම සංසිද්ධියට වෙනස් වන්නේ කර්ම ශක්තිය නිදහස් වීම පිණිස සුදුසු වාතාවරණයක් ලැබෙන තෙක් ප්‍රමාදවී වුවද සිදුවිය හැක. “**සංකාර, කම්ම, කම්ම බීජ, කම්ම විපාක**”, සහ “**පට්ච්ච සමුප්පාද**” කියවන්න. එහෙයින් කර්ම ශක්තිය පිටකිරීම බොහෝ සෙයින් බීජයක් රෝපනය වීමට සමානය, සුදුසු වාතාවරණයක් ඵලඹෙන තෙක් ප්‍රමාද වීමක් (කල් ගත වීමක්) දක්නට ලැබේ. පසට යට කළ බීජයක් රෝපනය වී ශාකයක් සේ

වැඩිමෙන් බීජයෙහි සිරවී (අඩංගුව) තිබූ ශක්තිය පිටකරයි. සියලුම ශක්ති ප්‍රමාණය වැය වූ පසු ශාකය මරණයට පත්වේ. ශාකයේ ජීවිත කාලය තුළදී වෙනත් බීජ හට නොගත්තේ නම් මුල් බීජයේ එකම “ප්‍රතිඵලය” වන්නේ එම ශාකය පමණි.

4. අනේක වාරයක් පෙර හවයන්හි ගතකළ ජීවිත වලදී නොගිණිය හැකි ප්‍රමාණයක් යහපත් සහ අයහපත් කර්ම ශක්ති (කුඩා) පොදි හෝ කම්ම බීජ අප එක් රැස් කර ගත ඇත. එසේම මෙම ජීවිතයේදී පවා තව තවත් කුඩා මෙන්ම විශාල කර්ම ශක්ති (කුඩා) පොදි රැස්කරමින් සිටින්නෙමු (මහා කල්ප 91 ට පෙර රැස්කළ ඒවායේ කර්ම ශක්තිය ක්ෂයවී ගොස්ය, මේ ලෝකයේ පවත්නා සියල්ලක්ම වාගේ කර්ම ශක්තියද අස්ථිරය). කුඩා කම්ම බීජ ඕනෑම හවයකදී විපාක දෙන අතර මහා කම්ම බීජ එනම් කම්ම පට, චුනි - ප්‍රතිසන්ධි මොහොතේදී මතු “භවය” තීරණය කරයි.

ඉන් අදහස් වන්නේ නැවත ඉපදීම නැවැත්වීමට එනම් නිවන සාක්සාත් කර ගැනීමට සියලු කම්ම බීජ ඉවත් කළ යුතු බවද ? නැත. නව භවය අල්වා ගන්නේ පටිච්ච සමුප්පාද වක්‍රයේ, “උපාදාන පච්චයා භවෝ” පියවරෙහිදීය. “අකුසල මූල - පටිච්ච සමුප්පාද” කියවන්න. යමෙක් අවිද්‍යාවෙන් මිදී, ලෝකයේ යථා ස්වභාවය අවබෝධ කරගත්තේ නම් “නන්හා” (අධික ලෝභය) ප්‍රතිණ වේ. එවිට “ නන්හා පච්චයා උපාදාන ” පියවරෙහිදී උපාදාන නූපදී. එහෙයින් “භවයක්” මෙන්ම “ජාති” හෝ උත්පත්තියක්ද නැත. කෙසේවෙතත්, අවිද්‍යාව (මෝහය) ඉවත් කිරීමට මනස පිරිසිදු කළ යුතුවේ. ඒ සඳහා අප “මේලෝකයේ” යථා ස්වභාවය එනම් “ අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ථ ” අවබෝධ කරගත යුතු වේ. අපගේ මනස අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ථ අවබෝධ කරගැනීමෙන් වලක්වන්නේ පංචනිවරණයන්ගෙන් (කාමච්ඡන්ද, ව්‍යාපාද, ථීන මිද්ධ, උද්ධච්ච කුක්කුච්ච, විචිකිච්ඡා) මනස ආවරණය වී ඇති හෙයිනි. මේ සඳහා අයහපත් කම්ම බීජ ඉවත් කිරීම සහ යහපත් කම්ම බීජ රැස්කිරීම වැදගත් වේ.

5. අප යහපත් (පුණ්‍යය) හෝ අයහපත් (පාපක්‍රියා) ක්‍රියාවක නිරතවූ සෑමවිටකදීම එම ක්‍රියාවට අරමුණු සිතිවිල්ලේ “ජවන බලය” අඩංගු කම්ම බීජයක් ජනනය කරයි. “චිත්තයක ජවන බලය - මානසික ශක්තියේ මූල” කියවන්න. යහපත් (පුණ්‍යය) ක්‍රියාවක් ආශ්‍රිත කර්ම ශක්තිය යමෙකුගේ “ගිණුමක” ජීවිතයේ සැප වින්දනයට හේතුවන ධන අතිරික්තයක් සේද අයහපත් දේ ගෙවිය යුතු ණය එනම් ගිණුම්

වාර්තාවේ ඊන තීරුවේදී ඇත. යමෙක් තවත් සවේනනික සන්නිවේදන කටු හානිකරවූ පාපක්‍රියාවක් කළේ නම් හෙතෙම එම ණය ගෙවා දමන තෙක් එම සවේනනික සන්නිවේදන ණය ගැනිය. “කම්ම ,ණය සහ භාවණාව” කියවන්න.

6. ස්වභාව ධර්මය සියල්ල සමබරව රඳවා ගැනීමට උත්සාහ කරයි : මෙම සමබරතාවය රඳවා ගැනීමට යහපත් කම්ම යහපත් විපාකද අයහපත් කම්ම අයහපත් ඵලවිපාකද ලබා දේ. යහපත් කම්ම බීජ රෝපනය වීමට අවශ්‍යය සාධක සකස් කිරීමෙන්ද අයහපත් කම්ම බීජ රෝපනය වීම වැලක් වීමෙන්ද අවස්ථා දෙකෙහිදීම වාසිය අපවේන යොමු කර ගත හැක. “ කම්ම (කර්ම) යනු කුමක්ද? සෑම දෙයක්ම තීරනය වන්නේ කර්මයෙන්ද? ” කියවන්න. හොඳ පුරුදු වර්ධනය කර ගැනීම සහ නරක පුරුදු වලින් ඉවත් වීම මෙම ක්‍රියා දාමය හා සැසඳේ. “ පුරුදු, අරමුණු, වර්ත ලක්ෂණ (ගති) ” සහ සංසාරික පුරුදු සහ ආසව ” කියවන්න. මේවා එකිනෙකට මනාව ගැලපෙන අයුරු විමසා බලන්න.

7. යහපත් ක්‍රියා නිසා යහපත් පුනර්භවයක් ලබාදෙන හෝ අයහපත් ක්‍රියා නිසා අයහපත් පුනර්භවයක් ලබාදෙන්නාවූ යහපත් හෝ අයහපත් ක්‍රියා මගින් “ සමතුලිත බව වෙනස් කරන හෙයින් ” අප මෙම පුනරුත්පත්ති චක්‍රයට හෝ සංසාර චක්‍රයට බැඳී ඇත. පින් පවි දෙකම සසර ගමන දික් කරයි. දුක්ඛ/වේදනා උපරිමව පවත්නාවූද, යහපත් ක්‍රියාවන් සඳහා කිසිම අවස්ථාවක් නැති දුගතියක (අපා-නිරය) උත්පත්තිය ලැබීම වලක්වා ගැනීමට යහපත් පුණ්‍යය ක්‍රියාවල නිරත වීම අවශ්‍යය. එහෙයින් නිවන් දැකීමට තෙක් පුණ්‍ය ක්‍රියා වල යෙදීම අවශ්‍යය වේ. යමෙකු ප්‍රතිඵල අපේක්ෂා කලත් නැතත් යහපත් ක්‍රියාවන්ට (පුණ්‍ය ක්‍රියා) යහපත් ප්‍රතිඵල ලැබේ, එනම් ස්වභාව ධර්මය කෘත ගුණ දක්වයි. කෙසේවෙතත්, යහපත් ක්‍රියාවක් කර නිවන හැර වෙන යමක් අපේක්ෂා කරන්නම්, එම ක්‍රියාව ලෝඛ සිතින් කළ දෙයක් වේ. එසේ හෙයින් එම පුණ්‍ය ක්‍රියාව සමගම අකුසලයක්ද සිදුවේ. පුනර්භවයකට හේතු වන්නාවූ කර්ම ඵල ඇත්තාවූ පුණ්‍යය හෝ පාප ක්‍රියා නොකරන්නෝ අරහත්හු පමණකි. අරහත් පුද්ගලයින් කරන්නේ අඩු මට්ටමේ සංකාර හෝ “ක්‍රියා” වන්(ඇවිදීම සහ කථාව වැනි) වේ, ඒවා ස්වභාව ධර්මය හා සමතුලිතය.

8. යමෙක් “සමබරතාවයෙන් බැහැරට” ගිය විට ලෝබය සහ ද්වේෂය වැඩිවී කරන්නාවූ අයහපත් ක්‍රියාවන් නිසා ණයගැති වේ. අනෙක් අතට මනස සමාධිගතවූ විට මනස සමතුලිත බවට ආසන්නය එහෙයින් ලෝබය සහ ද්වේෂය පාලනයට නතුව ඇත. යමෙක් රූපාවචර සහ අරූපාවචර ධ්‍යාණ වලට සම වදිනම් මනස සමතුලිත බවට වඩාත් ආසන්නවේ. අරහත් ඵලයට ලඟාවීමත් සමග සමාධිය පරිපූර්ණ බවට පත්වේ. එහෙයින්, භාවනාවෙන් යහපත් ප්‍රථිඵල ලබනු කැමති නම් පාපක්‍රියාවලින් වැලකී සිටිය යුතුය. පිරිසිදු මනස ඉතා පහසුවෙන් සමාධියට පැමිණේ. **“භාවනාවේ මූලධර්ම ”** කියවන්න. යමෙක් ණයගැති වන්නේ ලෝබය, ද්වේෂය සහ අවිද්‍යාව හේතු කොටගෙනය. අවිද්‍යාව යනු **අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ථ යන** ත්‍රිලක්ෂණය නොදැනීමයි. එමනිසා ලෝබ විනය, ද්වේෂ විනය සහ මෝහ විනය (අවිද්‍යාව) පවතී.