

## නිවන (නිබ්බාන)

නිවන - තේරුම් ගැනීමට අපහසුද?”

<https://puredhamma.net/key-dhamma-concepts-that-have-been-hidden/nibbana/>

1. අප දැක් වේදනා විඳින්නේ අපගේ මනසේ ඇති කෙලෙස් එනම් ලෝබ, ද්වේෂ සහ මෝහ මෙන්ම එම කෙලෙස් නිසා උපදින්නාවූ අනෙක් මානසික ගුණාත්මක ලක්ෂණ (වේතසික) නිසාය යයි බුදුන්වහන්සේ දේශනා කළසේක.

නිබ්බාන යන්නට සමාන පද රාශියක් ඇත, එසේම “නිවන” ( නිවීම) නිබ්බාන යන්නෙහි අදහසට වඩාත්ම සමාන පදයයි. නිවීම යනුවෙන්ද හඳුන්වන “නිවන” නිරාමිස සුඛ යන අර්ථයම දේ. ලෝබ, ද්වේෂ සහ මෝහ යෙන් මිඳීමත් සමග තම අභ්‍යන්තරය “සිසිල් ” වන බව තමාට දැනේ. නිබ්බාන (“නිබ්” + “බාන”, මෙහි බාන යනු බන්ධනය) යන්නෙන් අදහස් වන්නේ “භූමි තල 31 කින් සමන්විත මේ ලෝකයට” බැඳ තබන්නාවූ බන්ධන වලින් නිදහස් වීමයි. නිවන හෝ නිවීම වඩාත් උචිත වන්නේ නිවන් මගෙහිදීම කුමයෙන් සිසිල් වී නිවන අවබෝධ කිරීමත් සමග පූර්ණ සිසිල්වීමක් අත් විඳින නිසාය. “**නිවන් සුව රසවිඳිය හැක්කේ කෙසේද?**” කියවන්න.

සිසිල් වීම සඳහා දැවෙන්නේ කුමක්දැයි අප දැන ගත යුතුය: අපගේ සිත් අප නොදැනුවත්වම, ලෝබ, ද්වේෂ සහ මෝහ යෙන් නිරන්තරයෙන්ම දැවේ. මෙම දැවීම වඩාත් දරුණුව ඇත්තේ දුගති ලෝක හෝ අපාය වලය. එහෙයින් නිවනෙහි අගය වටහා ගැනීමට නම් යමෙකු පළමු අරිය සත්‍යය වන දුක්ඛ සත්‍යය මනාව අවබෝධ කළ යුතුය. බුදුන් වහන්සේ වදාළ, භූමි තල 31 න් යුත් “මේ ලෝකයේ ” පවත්නා දුක්ඛ වේදනා ගැන ගැඹුරු අර්ථ දැක්වීම් විවිධ මට්ටමෙන් මෙහි සමහර ලිපි වල ඉදිරිපත් කර ඇත.

අප විඳින්නාවූ දුක්ඛ වේදනාවන්, ඉන්ද්‍රියන් පිනවීමෙන් ලබන්නාවූ ඉතා කෙටිකාලීන සැපයකින් ආවරණය වී ඇත. සෝවාන් පුද්ගලයාට සාමාන්‍යය අයෙකුට වඩා දුක්ඛ වේදනා ගැන අවබෝධයක් ඇත. නිවන් මාර්ග ඵලයන්හි උසස් අවධියන්ට ප්‍රවේශ

විමන් සමග පළමු අරිය සත්‍යය වන දුක්ඛ සත්‍යය ගැන වඩා පැහැදිලි අවබෝධයක් ලබයි.

2.වැදගත් කරුණ වන්නේ, නිවන් සුව “මේ දැන්” වින්දනය කළ හැකිවීමයි. නිවන අත්විඳිය හැක්කේ කෙලෙස් දහය ( දස අකුසල්) අත්හැරීමෙනි. “**දස පාපක්‍රියා ( දස අකුසල් )**” කියවන්න. මේ සියල්ලම එක්වර අත් හළ යුතු නැත. යමෙක් ඉතා පහසුවෙන් අත්හැරිය හැකි සතුන් මැරීම, සොරකම, මුසා බස් දෙසීම ( ඕපාදූප, ප්‍රලාච්ඡ,අපවාද, පරිහව කිරීම), කාමයෙහි වරදවා හැසිරීම සහ මත්වීම ( සුරාව,මත්ද්‍රව්‍යය පමනක් නොව බලයෙන් හා ධනයෙන් මත්වීම) ආදිය මුලින්ම අත් හළ යුතුය. ඉතා පහසුවෙන් අත් හැරිය හැකි දේ මුලදී සති කිහිපයකට අත් හැර ඉන් ලැබෙන්නාවූ මනසේ පහසුව, අභ්‍යන්තර සාමය, නිවන අත්විඳින්න. මෙම මගෙහි යාමට ඇති ලොකුම අනුබලය එයයි.

මනුෂ්‍යයින් හා තිරිසන් සතුන් හා සම්බන්ධ ක්‍රියාවලදී ඒ දෙකොට්ඨාශයේ සාපේක්ෂ වැදගත්කම ගැන අවබෝධයක් තිබීම වැදගත්ය. එසේම මනුෂ්‍යයින් අතරද විවිධ මට්ටම් ඇත. නිදසුනක් වශයෙන් ගත්විට මනුෂ්‍යයන් සේ උත්පත්තිය ලැබීම අති දුෂ්කර ක්‍රියාවලියකි.එහෙයින් මනුෂ්‍යයෙකුගේ සිත රිදෙන ආකාරයේ යමක් පැවසීම (විශේෂයෙන් අරිය පුද්ගලයෙකු:සෝවාන් ආදී මාර්ග ඵල ලාභියෙකු) සත්ව ඝාතනයට ඇතිවන්නාවූ කර්ම විපාක මෙන් දහස් ගුණයකින් පමණ වැඩිය. “**විවිධ කර්ම වල ශක්ති මට්ටම ගණනය කරන්නේ කෙසේද?**” කියවන්න. අනෙක් වැදගත් සංකල්පය වන්නේ යමෙක් පෙර කර්ම ගැන කනස්සල්ලට පත් නොවිය යුතුය යන්නයි. කර්මයේ භූමිකාව පෙන්වා ඇත්තේ අතිශයෝක්තියෙන්ය.“**කම්ම යනු කුමක්ද? සියල්ල කම්ම මගින් තීරණය වේද?**” කියවන්න. නිවන අවබෝධ වන්නේ සියලු කර්ම ප්‍රභීණ කිරීමෙන් නොව, නමුත් ආසව හෝ ලෝබය ඉවත දැමීමෙනි.“ **නිවනට මග - ආසවයන්ගෙන් මිදීමයි**” කියවන්න.

ප්‍රධාන කරුණ වන්නේ එකම වැරද්ද නැවත නැවතත් නොකර සිටීමයි. මුලදී ආයාසයෙන් දස අකුසල් වලින් ඉවත්ව සිටීමෙන් පසුව ස්වයංක්‍රීයවම ඉවත්ව සිටිය හැක. එය ඇන්ජීම නතරවූ කාරයක් නල්ල කරන්නා වැනිය, මුලදී අපහසු වූවත් සසල වීම ආරම්භවූ පසු අපහසු නොවේ.

3. නිවන යනු මනසෙන් සියලුම ඉවත් කිරීම නොව, කෙලෙස් පමනක් ඉවත් කිරීමයි. නිවන රාගබ්‍යාය (ලෝබය අත්හැරීම), නිවන ද්වේෂබ්‍යාය ( ද්වේෂය අත්හැරීම), නිවන මෝහබ්‍යාය (අවිද්‍යාව අත්හැරීම): මෙම පද නිවන සඳහා යොදන සමාන පද වේ. එහෙයින් යමෙක් නිවන දකින්නේ රාග (ලෝබය), ද්වේෂ ( තරහ, ද්වේෂය), මෝහ (අවිද්‍යාව) යෙන් නිදහස්වූ චිත්තයකිනි. මෙම පිරිසිදු සිත භූමි තල 31 හි කිසිම තැනක පවත්නා රූප “ද්‍රව්‍යයමය පැවැත්ම”කින් පීඩා විඳීමට අකමැතිය. “ නිවන හා රූප” කියවන්න.

4. දුක්ඛ වේදනා. මනස, රූප ( ද්‍රව්‍යයමය අංගයක්) හා ඇසුරු වීමේ සෘජු ප්‍රතිඵලයකි : එම ද්‍රව්‍යයමය ශරීරය ඳිරීමට හා මරණයට භාජනය වේ. මනස, ලෝබ ද්වේෂ මෝහ යන් ගෙන් ඇලීම් බැඳීම් ඇති කර ගන්නා සිරුරක් ඇසුරු කරයි. භූමි තල 31 කින් යුත් “මේ ලෝකයේ ” ලෝබ ද්වේෂ මෝහ තුනම පවතින්නාවූ පහතම ලෝක පහ උපරිම දුක්ඛ වේදනා සහිත බව පැහැදිලිය. මෙම භූමි තල වල ශරීර සාමාන්‍යය යෙන් ස්ථා සිරුරු වන අතර රෝග ආබාද සහ දිරාපත්වීමට ලක් වේ. අධික දුක්ඛ වේදනා පවතින්නේ පහත්ම ලෝක සතරෙහිය. කෙසේවෙතත්, මනුෂ්‍යය ලෝක වාසීන් (පස්වැන්න) අද්විතීය වන්නේ කායික වේදනා, දිරාපත්වීම් සහ රෝග ආදියට ලක්වුවත් නිවන් අවබෝධ කළ හැකි නිසාය.

දේව ලෝක (භූමි තල 6-11) වල ද්වේෂය නැත ඒ නිසාම දුක්ඛ වේදනා ඇත්තේ සුලු වශයෙනි. දෙවියන්ගේ ශරීර ස්ථාවරයෙන් අඩුය එහෙයින් භෞතික අපහසුතා වලට ලක් නොවේ (එහෙත් මරණයට පත්වේ).

බ්‍රහ්ම ලෝකවල (භූමි තල 12-31) ලෝබ ද්වේෂ දෙකම නැත, දුක්ඛ වේදනා දේව ලෝකවලට වඩා අඩුය. ශරීර ඉතා සියුම් නිසා භෞතික අපහසුතා නැත.

නමුත් මෙම භූමි තල 31 හිම අවිද්‍යාව පවත්නා හෙයින් පූර්ණ පරම සුවය මෙම භූමි තල 31 තුළ නැත. යමෙක් දේව හෝ බ්‍රහ්ම ලෝක වල උපත ලැබුවත් අවසානයේ දුගතිවල ඉපදේ. යමෙකුගේ මරණයෙන් ( නිවන් අවබෝධ නොකලේ නම්) පසු මෙම භූමි තල 31 හි නැවත නැවත උත්පත්තිය ලබන්නේ නම් ජීවිතය දුක්ඛ වේදනාවන්ගෙන් තොර නොවේ, මෙය බුදුන් වහන්සේගේ වැදගත්ම පණිවිඩයයි. දුගතියක උත්පත්තිය ලැබුවහොත් සිතා ගැනීමට නොහැකි තරම් දැඩි දුක්ඛ වේදනා වලට ලක් වේ.

5. පිළිවෙලින්, ලෝක ද්වේෂ මෝහ ඉවත් කර දැමීමත් සමග දුක්ඛ වේදනාවන් අඩුවී යන අන්දම දක්නට පිළිවන. නිරාමිස සුඛ යනුවෙන් හඳුන්වන මෙම සතුට මෙම ජීවිත කාලයේදීම නිර්වානය තෙක්ම අත්විඳිය හැක. **තෙආකාර සැප-නිරාමිස සුඛ යනු කුමක්ද?** කියවන්න. මනුෂ්‍යය උත්පත්තියක අනුපම ලක්ෂණය මෙයයි.

6. යමෙකුගේ සිතිවිලි අරමුණකට ( *ආරම්භණා* ) යොමුවී, මනස “ සිතන්නට පටන් ගත් විට ”, **“දෘෂ්ටි වස්තුවක් ”** ගැන යයි සිතමු, මෙම සංසිද්ධිය ඇරඹෙන්නේ “හුදු පෙනීමක් ” වශයෙන් පමණි. ඒ වින්න අවධියයි. එහෙත්, එම වස්තුවට තමාගේ කැමැත්තක් /ඇල්මක් වේනම් තත්පරයකින් කොටසකටත් වඩා අඩු කාලයක් තුලදී මනස එම දැක්මට ලෝක ද්වේෂ මෝහ පදනම්ව කෙලෙස් එකතු කිරීම ඇරඹයි. එම වස්තුව වටා ගොඩ නැගෙන්නාවූ ලෝක ද්වේෂ මෝහයන්ගෙන් දූෂිතවූ කෙලෙස් සහිත සිතිවිලි සම්භාරයක් වර්ධනය වී තමන් එසේ දැනගැනීමටත් පෙර කෙලෙස් සහිත සිතිවිලි හෙවත් විඤ්ඤා අවධියට පත් වෙයි. මෙය පටිච්ච සමුප්පාද යෙහි විස්තර කර ඇත. **“පටිච්ච සමුප්පාද - පටි + ඉච්චා + සම + උප්පාද”** කියවන්න. විඤ්ඤා යනු රාග ද්වේෂ මෝහ යන්ගෙන් කෙලෙසුනාවූ චිත්තයයි. බුදුදහමට පමණක් සීමාවූ පටිච්ච සමුප්පාද ගැන සවිස්තර පැහැදිලි කිරීමක් සඳහා කියවන්න **“ පටිච්ච සමුප්පාද සරල භාෂාවෙන්”**.

7. රාග ද්වේෂ මෝහ යන්ගෙන් මිදුනාවූ මනසෙයි පහළ වන වින්න ආවරණය කරන්නාවූ කෙලෙස් නොමැති නිසා දිප්තිමත් වින්න හෙවත් *පඛාස්වර* ( ප්‍රභාස්වර ) වින්න උපදී. මේ අවස්ථාවේදී, එම පිරිසිදු විත්තය **“නිවහ දැකී ”** යයි දහමේ **දැක්වේ.** යමෙක් එම විත්ත යෙන් නිවහ සාක්සාත් කළ පසු විත්ත ස්වභාවය **“සාමාන්‍යය තත්ත්වයට ”** පත්වේ, පවත්නා දිවි පෙවන ආරම්භ කිරීමට හේතුවූ කම්ම බීජවල කර්ම ශක්තිය වැයවී අවසන් වන තෙක්, සාමාන්‍යය දිවි පෙවතක් (හමුත් රාග ද්වේෂ මෝහ සහිත ක්‍රියා වන්ගෙන් තොර) ගතකරයි. මරණයේදී එනම් පිරිනිවීමේදී ( *පරිනිබ්බාන* ) අරහත් පුද්ගලයෙකුගේ මනස තවත් කම්ම බීජයක් ( තව බොහෝ කම්ම බීජ ඉතිරිව ඇතත්) අල්වා ( *උපාදාන* ) නොගන්නා නිසා තව දුරටත් පුනර්භවයක් නැත. මරණයට හා දිරීමට පත්වන්නාවූ **“ශරීරයෙන් ”** මනස නිදහස් වේ. එය **නිබ්බාන** හෙවත් **“ පූර්ණ නිවහ ”** හෝ **“ පූර්ණ සිසිල්වීම ”** යි.

8. අප නැවත නැවත ඉපදීමේ පුනරුත්පත්ති ක්‍රියාදාමයට මූලික හේතු වන්නේ අවිද්‍යාව ( අවිජ්ජා) සහ තන්හාව ( නන්හා) යි. තන්හාවේ මුල් ස්වරූපය ලෝබයයි, හෙවත් දැඩි ආශාවයි, එයට යමෙක් බාධාවක් වනවිට ඉතා පහසුවෙන් ද්වේෂය ( ප්‍රබල වෛරය) කට හැරේ. එවිට මෙම අවිද්‍යාව ( අවිජ්ජා) සහ තන්හාව ( නන්හා) යන හේතු දෙක ඇත්තෙන්ම ලෝබ, ද්වේෂ සහ මෝහ යන හේතු තුනක් බවට පත්වේ.

ද්වේෂය උපදින්නේ ලෝබය හේතු කොට ගෙන වුවත් ද්වේෂය නරකම විපාක ලබා දෙයි. ඒ දුක්ඛ වේදනා උපරිමව පවත්නා නිරසේ (අපායේ) උත්පත්තිය ලබා දීමවේ. ද්වේෂයේ මූලාරම්භය වන්නේ ලෝබය පදනම්වු “සෝමහස්ස සහගත, දිට්ඨි සම්පයුත්ත චිත්ත” සතරක්ය.

සෝවාන් ඵලයට පත්වීමත් සමග දිට්ඨි ඉවත ලීම නිසා ලෝබය මත පදනම්ව උපදනා චිත්ත සතර හටගැනීම නවතී. ඒ නිසා එම අවධියේදී ලෝබ සහ ද්වේෂ, රාග සහ පටිග බවට පත්වේ. සකදාගාමි සහ අනාගාමි ඵල වලදී මේවා අනුක්‍රමිකව ඉවත් කෙරේ. නිවන් මගෙහි එක් එක් අදියරයන්හිදී ක්‍රම ක්‍රමයෙන් අඩු වී යන අවිද්‍යාව ( අවිජ්ජා) සහ මූලික ඉවත් වන්නේ අරහත් ඵලයට පැමිණීමෙන් පසුය.

මහස රාග, ද්වේෂ, මෝහ වලින් මුක්තවූ විට චිත්තද ඒවායෙන් තොර ( ශුන්‍යය ) වේ. එය චිත්තයක ( සිතිවිල්ලක) පිරිසිදු අවස්ථාවයි එනම් අනිදස්සන විඤ්ඤා ( කෙලෙස් වලින් තොර හෝ පඤ (බුද්ධිමත්කම) වේ. මහායාන බුද්ධාගමෙහි ආරම්භකයන්ට “නිවන සංකල්පය” යථා පරිදි අවබෝධ කරගත නොහැකිවූ නිසා නිවන ගැන ශුන්‍යයතා වැනි සාවද්‍ය අර්ථ කථන ඉදිරිපත් කර ඇත. “ශුන්‍යතා හෝ සන්නතා (හිස්බව) යනු කුමක්ද?” කියවන්න.

9. රාග, ද්වේෂ, මෝහ යන්ගෙන් තොර චිත්තය යම් සිතිවිලි වස්තුවක් (අරමුණ) වටා චක්‍රාකාරව සිතිවිලි ගොඩනගමින් භ්‍රමනය වීම නවතා දමයි. මෙම සිතිවිලි ගොඩනැගීම සංසාර ගමනට ඉන්ධන සපයයි. මෙම ක්‍රියාවලිය නවතා දැමීම “සංසාර රියේ රෝද ඉවත් කිරීම” සේ සැලකේ. වාහනය යන්නට සිංහල හා පාලි පදය “රිය” යන්න ය. රිය නවතාලීම “අරිය”ය. සංසාරික ගමනේ යන වාහනයේ රෝද ඉවත් කල අය “අරිය” වේ. එහෙයින් දැනට භාවිතයේ උතුම් පුද්ගලයා ( නිවන් අවබෝධ කළ හෝ එම මගට

පිළිපත් නැතැන්නා) සඳහා යොදාගන්නා පදය ආර්යය නොව අරිය විය යුතුය. එහෙයින් අරිය යන්න ආර්ය වංශය හා සම්බන්ධයක් නැති බව වැටහෙනවා ඇති.

10. නිවන් මගෙහි පළමු අදියරට වත් පැමිණි අය අරිය හෝ උතුම් පුද්ගල ගණයට අයත් වේ. එනම් සෝවාන් පුද්ගලයා අරිය හෝ උතුම් පුද්ගලයෙකි. එසේ වන්නේ මනසේ කිඳාබැස ඇති ලෝබය හෙවත් ආසව මතු භවයන්හි ඇතුළුව සදාකාලිකවම ඉවත් කර ඇති නිසාය. නිවන සාක්සාත් කළ විට සියලු ආසව ඉවත් වේ. එමනිසා “ආසවබ්‍යයා” නිවනට තවත් නමකි. අවම සමාජ තත්ත්වයන්හි සහ නිව කුල යයි සම්මතයෙන් හැඳින්වූ පුද්ගලයින් පවා බුදුන් දවස අරිය හෝ උතුම් පුද්ගලයින් බවට පත්වූහ.

11. නිවන සාක්සාත් කළ අයෙකුගේ මනස, භූමි තල 31 කින් යුත් “මේ ලෝකයේ ” පවත්නා කිසිම දෙයකට ඇල්මක් ( තන්හාවක්) නොදක්වයි. මෙම ජීවිතයේ අවසාන විත්තයට ( මරණය සිදුවන මොහොතේ උපදින වුනි විත්තය ) කිසිවක් අල්වා ගැනීමක් ( උපාදාන) සිදුනොවන හෙයින් “මේ ලෝකය” තුල නව පුනර්භවයක් සිදුවන්නේද නැත. මනස සම්පූර්ණයෙන්ම නිදහස්ය. එහෙයින් අරහත් පුද්ගලයෙක් භූමි තල 31 කින් යුත් “මේ ලෝකයේ ” පුනර්භවයක් ලබන්නේ නැත. (“[The Grand Unified Theory of Dhamma](#)” කියවන්න) එනම් පිරිනිවන් පාන සේක. ඉන් අදහස් වන්නේ අරහත් පුද්ගලයා භූමි තල 31 කින් යුත් “මේ ලෝකයේ ” ඉවත්ව ගිය බවයි. දුක්ඛ වේදනා සදාකාලිකවම නවතී. මනස ස්ථිරවම පිරිසිදු වෙයි, මනස ස්ථිරවම සණ හෝ සියුම්වූ ඕනෑම ආකාරයක සිරුරක් හා නොබැඳී ගැලවී ගොස්ය. එහෙයින් නිවන යනු කුමක්දැයි පැහැදිලිය. එය මේ ලෝකික ලෝකයේ නැවත නැවත මැරී මැරී ඉපදීමේ ක්‍රියාවලිය නවතා දැමීමයි. එහෙත් අවබෝධ කර ගැනීමට අපහසු වන්නේ පුනරුත්පත්ති ක්‍රියාවලිය නවතා දැමීමෙන් සියලු දුක්ඛ වේදනා වන්ගෙන් මිදෙන්නේ කෙසේද යන්නයි.

“ කෙතරම් දුෂ්කරතාවයන්ට මුහුණ දන්නත් සෑම සත්ත්වයෙක්ම ජීවත් වීමට කැමතිය. මෙය මනුෂ්‍යයෙකුට හෝ කුඩා පනුවකුට වුවද පොදුය. ඕනෑම සජීවී සත්ත්වයෙකුට සුවිශේෂ වස්තුව වන්නේ තම ජීවිතයයි. බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළ උතුම් ධර්මය අවබෝධ වීමත් සමග මෙම නිමක් නැති පුනරුත්පත්ති

ක්‍රියාවලියේ රැඳී සිටීමේ ඇති භයංකාර බව දකින්නට පටන් ගනී. නිවන ගැන වෙනත් විශ්ලේෂණ සඳහා කියවන්න **“නිරෝධ සහ වය - සංකල්ප දෙකක්” සහ “ වටිනා වස්තූන් අත්හැරීම සහ නොවටිනා දේ ගැන ආසාව හීනවීම අතර වෙනස”**.

## නිවන පසක් කරගැනීමේ අදියර සතර

<https://puredhamma.net/dhamma/what-is-buddha-dhamma/the-four-stages-in-attaining-nibbana/>

1. ඉහත සඳහන් කළ භූමි තල 31, පවත්නා ඉන්ද්‍රිය සහ දුක්ඛ වේදනා මට්ටම අනුව ප්‍රධාන කොටස් තුනකට බෙදා ඇත.

පහතම භූමි තල 11 “කාමලෝක” වේ, මේවායේ ඉන්ද්‍රියන් පහම ඇත; කාම යනු පසඳුරන් පිහවීමෙහි යෙදුන යන්නයි.

ඊළඟ භූමි තල 16 ( භූමි තල 12 27 ) යෙහි සත්ත්වයින්ට ඇත්තේ ( දුර්ගුණ සහ ශ්‍රවණ) දැකීම සහ ඇසීම සඳහා භෞතික ඉන්ද්‍රියන් දෙකක් පමණි. සැහැල්ලු සිරුරු ඇති මෙම ලෝක රූප ලෝක සේ හැඳින්වේ. රූප ලෝකවල ප්‍රධාන වශයෙන්ම ඇත්තේ මනුෂ්‍යයින්ට ලබා ගත හැකි ප්‍රථම ධ්‍යාන සතර වන ලෞකික ධ්‍යාන වලට අනුරූපී ධ්‍යාන සුඛය ය. රූප ලෝකවල පවතින්නේ සාපේක්ෂ වශයෙන් සුලු දුක්ඛ වේදනාවේ.

උසස්ම භූමි තල සතර ( භූමි තල 28-31) ඉහල අරූප ධ්‍යාණ සිත් වලට අනුරූපී වේ, මෙම ධ්‍යාන 5-8 තෙක් මනුෂ්‍යය ලෝකයේදී ලබා ගත හැකිය .මෙම ලෝකවල ප්‍රධාන වශයෙන්ම ඇත්තේ ධ්‍යාණ සුඛ හා ප්‍රමෝදය වන අතර දුක්ඛ වේදනා ඉතාම අඩුය. මෙම ලෝකවල සත්ත්වයින් ඉතා සියුම් ශරීර ඇති, භෞතික ඉන්ද්‍රියන් ගෙන් තොර, මනස පමණක් ඇත්තෝ වන හෙයින් පොදුවේ අරූප ලෝක සේ හඳුන්වයි.

2. රජප ලෝක වාසීන්ගේ ආයු කාලය ඉතා දිගය, අරජප ලෝකවල ආයු කාලය රජපලෝකවලටත් වඩා වැඩිය. උසස්ම අරජප ලෝකයේ ආයු කාලය මහා කල්ප 84,000 වන අතර අපගේ අවබෝධයෙන් එපිටවූ ප්‍රමාණයකි.

පුරාණ යෝගීන් එවැනි ලෝක නිවන යයි සාවද්‍යව සිතා ගන්නේ එහෙයිනි. එහෙත් ගිහි ගෙය අත්හළ සිද්ධාර්ථ ගෝතම බෝධිසත්වයින් මාස කිහිපයක් වැනි සුළු කාලයකදී මෙම ලෝක පවා අනිත්‍යය පැවැත්මක් ඇති සදාකාලික සුවයක් නොවන බව අවබෝධ කළහ.එසේම මෙය දීර්ඝ කාලයක් වුවද,එය අනන්ත අප්‍රමාණවූ සංසාරික කාල පරිමාණය හා සැසඳීමේදී සැලකියයුතු තරම් කාලයක් නොවේ. “සංසාරික කාලපරිමාණය” සහ “ අනන්තය - කෙතරම් විශාලද?” කියවන්න.

3. සමන භාවණා වෙන් අනුරූප ධ්‍යාණ වලට සම වැදීමෙන් මනුෂ්‍යයින්ට රජපාවචර සහ අරජපාවචර ධ්‍යාණ සුඛ වින්දනය කළ හැක. එසේම,අනුරූප ධ්‍යාණ වර්ධනය කර ගැනීමෙන් හා මරණය සිදුවන අවස්ථාවේදී එම ධ්‍යාණ වලට සම වැදීමෙන් රජප ලෝක සහ අරජප ලෝක වල උපත ලද හැක. මා දන්නා තරම්න් බොහෝ හින්දු ආගමිකයින්ගේ අරමුණද එයයි.

4. බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා දුන්නේ උසස්තම ධ්‍යාණ සිත් පවා අස්ථිර බවයි,එම ක්‍රම ශක්තිය වැය වූ පසු භූමි තල 31න් ඕනෑම තලයක පුනර්භවය සිදුවිය හැකි බවයි. ඇත්ත වශයෙන්ම යමෙකු අවම වශයෙන් සොවාන් ඵලයට වත් පත් වී නොමැති නම් සසර ගමනේ යම් අවස්ථාවක දුගතියක උත්පත්තිය ලැබීම වැලැක්විය නොහැකිය.

බොහෝ සත්වයින් තවමත් පුනරුත්පත්ති ක්‍රියාවලියේ සිටින නිසා ( සංසාර) එනම් අප සැම උසස් අරජප ලෝක මෙන්ම දුගති ලෝක ( නිරය) වලද ඉපදී ඇති බව බුදුන් වහන්සේ වදාළ සේක. මේ සංසාරය එතරම්ම දීර්ඝ වේ.

5. ඇත්තෙන්ම දුක්ඛ වේදනා පවතින්නේ කාමලෝකවල බව මෙම සාකච්ඡාවෙන් පැහැදිලි වේ. එහෙත් ගැටළුව වන්නේ සත්වයින් ආරම්භයක් නොපෙනෙන, තම සංසාර ගමනේ වැඩිකාලයක් ගත කරන්නේ කාමලෝක වල විමයි. මෙම සංසිද්ධිය පැහැදිලි කර දීමට උපමාවක් ගෙනහැර දක්වන බුදුන් වහන්සේ මෙසේ වදාළ සේක. කෙටි හෝ දුර ගමනක් යාමට අප ගෙදරින් බැහැර ගියත් සැමවිටම නැවතත් ආපසු ගෙදර එම



අපගේ ස්වභාවයයි. බොහෝ සත්‍යයන්ගේ ගෞරව මෙන් පවත්නා නිවහන වන්නේ දුගති ලෝක සතර ( සතර අපාය යන්) වේ.

**කාමලෝකවල දුක්ඛ වේදනා**

කාමලෝකවල පවත්නා දුක්ඛ වේදනා, කෙනෙක්දැයි ගැඹුර නොදැකිය හැකි තරම් උපරිමව නිරයේද, සාපේක්ෂ වශයෙන් ඉතා සුළු වෙන් දේව ලෝකවලද ඇත. එසේම ඉන්ද්‍රියන් පිනවීමෙන් ලබන්නාවූ උපරිම සුඛ වේදනා ඇත්තේද කාමලෝක වන ඉහල භූමි තල හය (6) හෙවත් දේව ලෝකවලය.

දේව ලෝකවලට පහතින්වූ මනුෂ්‍ය ලෝකයෙහි දුක්ඛ වේදනා සහ සුඛ වේදනා සම සමව දක්නට ලැබේ. මනුෂ්‍ය ලෝකයට පහලින් පවත්නා ප්‍රේත ලෝකය, අසුර, නිරිසන් සහ නිරයයන්හි පිළිවෙලින් දුක්ඛ වේදනා වැඩි වන අයුරින් පවතී.

2. පහතින්ම ඇති භූමි තල 4 අපාය ( නිරය) යයි හඳුන්වයි. “මේ ලෝකයේ ” සිටින සත්‍යයන් අතුරෙන් 99% ක්ම මෙම භූමි තල 4 හි සිරවී ඇත. ගැටළුව වන්නේ එම අපායවල වන්ට වෙනත් භූමි තලයක උත්පත්තිය ලබා ගැනීම පහසු නොවීමයි. එසේ වන්නේ මෙම භූමි තලවලදී ස්වභාවයෙන්ම තම පැවැත්ම සඳහා අපුන්නාහි සංකාර හෙවත් පාපිපිට ක්‍රියාවන්හි යෙදීමට සිදුවීමයි. “සංකාර, කම්ම, කම්ම බීජ, කම්ම විපාක” කියවන්න. නිදසුනක් වශයෙන් නිරිසන් ලෝකයේ බොහෝ සතුන්ට දිවි රැකගැනීමට හා තම ප්‍රවර්තනය සඳහාත් අනෙක් සතුන් ඝාතනය කිරීමට සිදුවේ. නිරන්තරයෙන්ම පවත්නා අධික දුක්ඛ වේදනා හේතුවෙන් නිරයේ ඇතිවන සෑම සිතිවිල්ලක්ම පාහේ ද්වේෂ සහගත සිතිවිලිය.

නිරිසන් සතුන්ගේ චිත්ත යන්ගේ ජවන ප්‍රබලත්වයෙන් හීන බව අනිධිමම විශ්ලේෂණයේදී අපට දැකිය හැක. එහෙයින් සතුන්ගේ එම ක්‍රියාවල කර්ම ශක්තිය මනුෂ්‍යයින්ගේ සමාන ක්‍රියාවල කර්ම ශක්තියට වඩා සාපේක්ෂ වශයෙන් බෙහෙවින් අඩුය. ඉදිරියේදී මෙම වැදගත් කොටස තව දුරටත් විමසා බලමු.

3. පෙර භවයන්හි ඉහළ රූප ලෝකවල අප උත්පත්තිය ලබා ඇතුවා මෙන්ම අපායවලද සිටින්නට ඇති බවට වඩාත් ඉහළ සම්භාවිතවයක් ඇත. වාසනාවකට එම පෙර භවයන් අපට මතක නැත.

එහෙත් සමහර භූමි තල වල විශේෂයෙන් ප්‍රේත ලෝක වල සතවැන්නට තම පෙර භවයන් මතක ඇති නිසාම ඔවුන්ගේ දුක්ඛ වේදනාද අධිකය.

**අප දැන්ම උත්සාහ කළ යුත්තේ ඇයි ?**

1.දුක්ඛ වේදනා සියල්ලම වාගේ පවතින්නේ පස්වන භූමි තලය වන මනුෂ්‍යය ලෝකයට පහලින් ඇති භූමි තල සතරෙහි බව ඉහතින් දැක්වූ විමර්ශනයෙන් පැහැදිලි වනවා ඇති. මනුෂ්‍යය ලෝකයට ඉහලින් ඇති භූමි තල එනම් කාමලෝක හි ඉහලම භූමි තලය වන දේව ලෝක සිට ඉහලට පවත්නා භූමි තලවල සාපේක්ෂ වශයෙන් දුක්ඛ වේදනා පවතින්නේ අල්ප වශයෙනි.

2. දුක්ඛ වේදනා අධිකව පවතින්නේ පහළ භූමි තල 4 හි වුවද එම දැනුම වාසී සතවැන්න සිටින්නේ ඒ ගැන කිසිවක් කළ නොහැකි අනාථ බවකින්ය. ඔවුන්ගේ සීමිත මනස දුක්ඛ වේදනා වලට හේතු වන්නාවූ දේ දැනගැනීමට අපොහොසත්ය.

දුක්ඛ වේදනා නිසැකවම අවබෝධ කර ගැනීමටත් නිවන් මග සොයා උනන්දුවීමටත් දුක්ඛ වේදනා විඳීම අවශ්‍යයයි බොහෝ දෙනෙක් වැරදි විශ්වාසයක සිටී. එහෙත් යමෙක් දුක්ඛ වේදනා විඳීමට ලක්ව ඇති විට (උදා: යමෙක් බොහෝ වියපත්වූ කළ) බුද්ධි ධර්මයෙහි එන ගැඹුරු ධර්ම සංකල්ප විමර්ශනය කර අවබෝධ කර ගැනීමට පහසු නොවේ.

දුක්ඛ වේදනා ගැන අරිය සත්‍යය විඳීමෙන් ( වේදනා) නොව ප්‍රඥාවෙන් ( පඤ්ඤා දැකිය යුතුය. ඒ ජීවිතය හා විශ්වය පිලිබඳ සංකීර්ණ යථාදර්ශය හෙවත් පර්යාලෝකය සහ ත්‍රිලක්ඛණ වන අනිච්ච, දුක්ඛ, අනන්ත අවබෝධ කරගැනීමෙනි.

3.මනුෂ්‍යය ලෝකයට ඉහලින් ඇති,දේව ලෝක වලින් ආරම්භ වන භූමි තල 26 හි දුක්ඛ වේදනා විඳීමක් නැති තරමය. මේ අනෙක් අන්තයයි, දුක්ඛ වේදනා ගැන සැලකිලිමත් වීමට කිසිම අනුබලයක් නැත.එහි ඇති එකම දුක්ඛ වේදනාව වන්නේ ආයු කාලය ගෙවී යාමට අවසන්වන බව දැනීමෙන් ඇතිවන බියෙන් සිත කලබල වීම පමණක්ය.

4. එහෙයින් දුක්ඛ වේදනාවන් වලට බඳුන් නොවූවත් අවම වශයෙන් දුක්ඛ වේදනාවලට නිරාවරණය වීමක් ඇති වන්නේ මනුෂ්‍යය ලෝකයේදීය. එසේම මිනිස්

මහස, භූමි තල 31 න් යුත් “මේ ලෝකයේ ”යථාර්ථය එනම් එහි මූලික ලක්ෂණය වන ත්‍රිලක්ඛණ අවබෝධ කරගැනීමට වඩාත් සුදුසු වේ. “අනිච්ච, දුක්ඛ, අනන්ත” කියවන්න. නිවන පසක් කර ගැනීමට මිනිසුන්ට ලැබී ඇති මේ අගනා අවස්ථාව පැහැර නොහරින්න යයි බුදුන් වහන්සේ දේශනා කලේ ඒ නිසාය.

### නිවන පසක් කරගැනීමේ අදියර සතර

1. නිවනෙහි පළමු අදියරට ප්‍රවේශ වන්නේ මෙම පැවැත්මේ යථා තත්ත්වය එනම් එහි ඇති අනිච්ච, දුක්ඛ, අනන්ත බව “දැකීමෙනි” ( කියවීමෙන් පමණක්ම නොව එහි යථාර්ථය නිසි පරිදි අල්වා ගැනීමෙනි).

එහෙයින්, භූමි තල 31 න් යුත් “මේ ලෝකයේ ”යථාර්ථය එනම් පැවැත්මේ යථා ස්වභාවය, නිමක් නැති පුනර්භවයන් හරහා (සංසාර) අරමුණක් නැති සංසාර ගමන, පුනර්භවයට හේතු යනාදිය යමෙක්, මුලදී මෙවන් ප්‍රකාශනයකින් හෝ කලාපන මිත්‍රයෙක්ගෙන් උගනීම අවශ්‍යය.

අවබෝධ කළයුතු වැදගත් කරුණු වන්නේ ත්‍රිලක්ඛණ, චතුරාර්ය සත්‍යය සහ අරිය අෂ්ටාංගික මාර්ගය ය. මෙම ධර්මය සොයා ගත හැකිවන්නේ බුදුවරයෙකුට පමණි. එහෙයින් මෙම පාරිශුද්ධවූ ධර්මයට නිරාවරණය වීම වැදගත් වන්නේ එහෙයිනි.

2. මුල් අදියරේදී ( සෝවාන් හෙවත් සොනාපන්න හෝ නිවන් මගට පිලිපන්) බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළාවූ ජීවිතය හා විශ්වය පිලිබඳ සංකීර්ණ යථාදර්ශය හෙවත් පර්යාලෝකයෙහි සත්‍යතාවය තරමක් දුරට අවබෝධ කර ගනී. මෙය සැලකිය යුතු තරම් සම්මා දිට්ඨි යට ( යහපත් දැකීම තුලින් කෙලෙස් ප්‍රහීණ කිරීම) එලඹීමක් සේ සැලකේ. එවන් පුද්ගලයෙකු පැවැත්මේ “යථා ස්වභාවය” අවබෝධ කර ගනී: පැවැත්මේ ත්‍රිලක්ඛණය ( අනිච්ච, දුක්ඛ, අනන්ත) සහ එහි නිරවද්‍යය අදහස සහ වැදගත්කම.

3. සමස්තයක් වශයෙන් ගත් කල භූමි තල 31න් ඕනෑම ලෝකයක දිවි ගෙවීමෙහි එලදායි බවක් හෝ වැදගැම්මක් නැති බව සාක්ෂ්‍යාත්කරණය, යමෙක් යහපත් දිවිපෙවනක් පවත්වා ගැනීමට පොලඹවයි. එසේම දුගතියේ උත්පත්තියට හේතු

වන්නාවූ ක්‍රියාවන් කිරීම නිසිසාර හෝ ප්‍රයෝජනවත් නොවන දෙයක් බව නම මනස තීරණය කරයි.

මෙම සාක්ෂ්‍යාත්කරණය සොනාපන්න එල වින්න ( සෝවාන් අදියර සාක්සාත් කිරීමේ සිතිවිලි මොහොතක්) හටගැනීමට හේතු වේ. මෙම තත්වයට පත්වූ පසු නැවතත් කිසි දාක දුගතියක උත්පත්තිය ලබන්නේ නැත ( සදාකාලිකවම අපා දුකෙන් ගැලවේ). මෙසේ සිදුවන්නේ කෙලෙසදැයි **අකුසල වින්න - සෝවාන් පුද්ගලයෙකු අපායගාමී සිතිවිලි මගහරින්නේ කෙසේද?** යන්නෙහි පහදා දී ඇත.

4. මෙම අදියරේදී, සෝවාන් පුද්ගලයා පළමු අරිය සත්‍යය වන දුක්ඛ සත්‍යය සාක්සාත් කර අරිය අජ්ඣාංගික මග අනුව ක්‍රියාකිරීමට උදෙසාගිමත් වේ. මේ අවස්ථාවේදීත් යම් තරමක් ලෝඛ සහ ද්වේෂ රාග සහ පටිස වශයෙන් ඉතිරිව ඇතත් ඊලඟ අදියර වන සකදාගාමී ( සකදාගාමී) එල වින්න පහලවීමෙන් ඔහුගේ ලෝඛ සහ ද්වේෂ සිතිවිලි වල ශක්තීන්ගෙන් බොහොමයක් හීණා වී යයි.

සකදාගාමී මුලුමනින්ම කාමලෝක වලින් ගිලිහීගොස් නැතිමුත් ඊලඟ පුනර්භවය දේවලෝකවල මිස මනුෂ්‍යලෝකයේ නොවේ.

දේව ලෝකවල මෙන්ම සකදාගාමී නැවත උත්පත්තිය ලැබියහැකිවූ බ්‍රහ්මලෝක වල ශරීර රෝගාබාධ වලට ගොදුරු නොවේ. එහෙයින් සකදාගාමීහු “සදාකාලිකවම” නිරෝගී යයි පැවසේ.

5. තෙවන අදියර වන අනාගාමී ( ආපසු මනුෂ්‍යලෝකයට නොඑන) එලයට පත්වූවන්ගේ මනසට කාමලෝකවල ඉපදීමට ඇති ආශාව නැතිවීයයි. කාමලෝකවල පවත්නා ලෝඛ සහ ද්වේෂ සහගත සිතිවිලි ජනිත කිරීමේ හැකියාවක් ඔවුන්ට නැත ( අනාගාමීහු ජීවිතය කාලය ගෙවී යන තුරු සතුටින් සහ සාමයෙන් යයි පැවසේ). එසේම ඔහු අනාගාමී පුද්ගලයන් සඳහා පමනක්ම වන, බ්‍රහ්මලෝකයක් වන ශුද්ධාවාසයේ එක් වරක් පමනක් නැවත උපදී.

6. මෙම අදියර තුන පුරා *අවිජ්ජා* හෝ (අවිද්‍යාව) මෝහය ක්‍රමයෙන් ප්‍රහීණ වේ. එහෙත් එය පූර්ණ ප්‍රහීණයකට ලක් වන්නේ අරහත් එලයට පත්වූ පසුය. අරහත් භාවයට පත් වීමත් සමග මනස මුලුමනින්ම පිරිසිදු ( පාරිශුද්ධ) එනම් අනිදස්සන විඤ්ඤා හෝ පඤ්ඤා (ප්‍රඤ්ඤා) බවට පත්වේ. එම මනසට “භූමි තල 31 න් යුත් මේ ලෝකයේ

” කිසිවක් ලබා ගැනීමේ ආශාවක් ජනිත කරවීමේ හැකියාවක් නැත. එහෙයින් නැවත ඉපදීමක් නැත. පරිපූර්ණ සැපත වන නිරාමිස සුඛ යෙහි කුටප්‍රාප්තයට එලඹේ. “නිවන” සහ “නිවනට මග ආසව ඉවත් කිරීම” කියවන්න.

සද්‍යාවාරවත් දිවිපෙවතක් ගත කලත් දුගතියක උත්පත්තිය ලැබීම වලක්වා ගත නොහැක්කේ ඇයි?

**රූප යනු කුමක්ද?**  
**( නිවන හා සම්බන්ධයෙන් විමසා බැලීමක්)**

<https://puredhamma.net/dhamma/what-is-buddha-dhamma/what-are-rupa-relation-to-nibbana/>

1. බුද්ධ ධර්මයේ එන පරිදි “භූමි තල 31 න් යුත් මේ ලෝකයෙහි ” පවත්නා සියල්ලම ප්‍රභේද ( කාණ්ඩ) දෙකකට වෙන් කල හැක: ඒ මනස හෝ මනෝ ( සිත, නාම) සහ රූප ( ද්‍රව්‍යමය ආකාරය) ය.

මනස යනු වින්න (= සිතිවිලි) සහ සිතිවිලි වල පවත්නා මානසික ලක්ෂණ හෙවත් චේතසික (වෛතසික).

අන් සෑම දෙයක්ම රූප ( ද්‍රව්‍යමය ආකාරය) වේ.

2. අපි දැන් රූප යනු මොනවාදැයි බලමු. බොහෝ දෙනෙක් සිතන්නේ රූප යනු ශරීරය හෝ ද්‍රව්‍යමය ආකාර කියාය. රූප යන පාලි පදයට වඩාත් උචිත පරිවර්තනය වන්නේ භෞතික ද්‍රව්‍යය හෝ “පදාර්ථ සහ ශක්තිය” යන්නයි. ඉහත දැක්වූ ආකාරයට “ භූමි තල 31 න් යුත් මේ ලෝකයෙහි පවත්නා ” වින්න සහ චේතසික නොවන්නාවූ සෑම දෙයක්ම රූප වේ.

අපගේ ඉන්ද්‍රියන් පහෙන් අත්දකින්නාවූ රූප පස් ආකාරයකි.

ඇසෙන් (වක්ඛ) වින්න රූප (දෘශ්‍යමාන ඕනෑම දෙයක්) අත්විඳි, කහෙන් (සෝභ) ශබ්ද (සද්ද) අත්විඳි, නාසයෙන් (සාන) ගඳ සුවඳ (ගන්ධ) අත්විඳි, දිවෙන් (පිත්ඵා) රසය (රස) අත්විඳි,කයෙන් ( කාය) ස්පර්ශ ( පොට්ටබ්බ) අත්විඳි.

3. නාසයට ඇතුළුවන ඉතා කුඩා ද්‍රව්‍යමය අංශු නිසා ගඳ සුවඳ දැනේ, රසයද එසේම දිවෙහි ස්පර්ශ වන ආහාර සහ බීම නිසා දැනේ. ස්පර්ශය යනු භෞතික ද්‍රව්‍යය හෝ පදාර්ථ එකට ගැටීමයි.

ඕනෑම දෘශ්‍යමාන වස්තුවක් දැක බලා ගැනීමට ආලෝකය අවශ්‍යය. ආලෝකය නැත්නම් අපට කිසිම දෙයක් නොපෙනේ. එහෙයින් “පෙනීම/දැකීම ” සඳහා පදාර්ථ සහ ශක්තිය අවශ්‍යය. ශබ්දයටද එසේමය. එහෙයින් වන්න රූප ( වර්ණ රූප) ඇත්තෙන්ම “පදාර්ථ සහ ශක්තිය”, ඉතා ගැඹුරින් සැලකූ විට ශක්තිය පමණි. විසිවන ශත වර්ෂයේ ආරම්භයේදී පදාර්ථ යනු ශක්තියමයයි විද්‍යාව තහවුරු කර ඇත. එම සම්බන්ධය අයින්ස්ටයින්ගේ ප්‍රසිද්ධ සමීකරණය වන  $E = mc^2$  පෙන්වා දෙයි.

“වක්බූව පටිච්චා රූපෙකා උප්පාදති වක්ඛු විඤ්ඡනං” ආලෝකය ඇස ඉන්ද්‍රියයේ ගැටීමෙන් දෘෂ්ටි සංවේදනය ( පෙනීම) ලබා දෙයි. රූප, සද්ද,ගන්ධ,රස, සහ පොට්ටබ්බ ( පංච ඉන්ද්‍රිය) යන්නී රූප යනු ඇත්තෙන්ම වන්න රූප ( වස්තුවක ) නොහොත් ආලෝකය වේ නැතහොත් ආලෝකය මගින් රැගෙන යන වස්තුවක ඡායාව හෝ ප්‍රතිබිම්භය වේ.

4. රූප වල ඝනත්වය, මුළුමනින්ම වාගේ ශුද්ධ ශක්තිය පමණක් වන ආලෝකය හෝ photons අවධියේ සිට අපගේ පියවි ඇසට පෙනෙන්නාවූ ඝන වස්තුවක තත්ත්වයට වෙනස් විය හැක. එය අදියර තුනකින් දක්නට හැක. “ගති” අවධියේදී එය ශක්තියම වැනිය, “භූත”අවධියේදී තරමක් ඝන බවක් දැක්වූවද මිනිස් ඇසට නොපෙනේ (මිනිස් ඇසට නොපෙනෙන සමහර සත්වයින්ට පාලියෙන් හෝ සිංහලෙන් භූත යයි කියන්නේ එහෙයිනි), රූප මිනිස් ඇසට පෙනෙන්නේ “ධාතු” අවධියේදී පමණය. **“පදාර්ථ වල ආරම්භය - ශුද්ධාජ්ටක”** කියවන්න.

අරභතූන් පිරිනිවීමේදී මහස, ධාතු භූත හෝ ගති අතරින් එකම ආකාරයක රූපයකට වත් බැඳෙන්නේ නැත.

5. යමෙක් “භූමි තල 31” න් ඕනෑම ලෝකයක උත්පත්තිය ලබන විට මහස ද්‍රව්‍යමය ශරීරයකට බැඳ තබන්නේ විඤ්ඡායයි ( කෙලෙස් පිරි චිත්ත).සත්වයෙකුගේ මහසේ පිරිසිදු බව වැඩිවෙත්ම හෙතෙම ඝන ශරීර සහිත සත්වයින් උපදින්නාවූ දුගති වල සිට සැහැල්ලු ශරීර සහිත සත්වයින් උපදින්නාවූ ඉහළ භූමි තල වල උත්පත්තිය ලබයි.

\* පහත් භූමි තලයන්හි ( මනුෂ්‍යය ලෝකය හෝ ඊට පහල භූමි තල) , මහස

සාමාන්‍යයෙන්, මිනිස් ඇසට පෙනෙන ඝන ශරීරයකට බැඳී ඇත. ඒ ඝන ධාතු ආකාරයයි.

\* දේව ලෝක වල ( භූමි තල 6 - 11), මහස ද්වේෂ වලින් තොර නිසා බෙහෙවින් පිරිසිදුය, ශරීර සියුම්ය. භූමි තල 6 - 11 දක්වා ශරීර සෑදී ඇත්තේ තවමත් “ධාතු” ආකාරයේ පවත්නා නමුත් ඝණ බවින් අඩු රූප වලිනි.

\* රූප ලෝකවල හා අරූප ලෝකවල මහස ද්වේෂයෙන් හා ලෝබයෙන් තොර නිසා වඩාත් පිරිසිදුය, රූප ලෝකවල ( භූමි තල 12 - 27 ), ශරීර දේව ශරීර වලට වඩා ඝණ බවින් අඩුය, ඒවා “භූත ” ආකාරවේ.

\* අරූප ලෝකවල ( භූමි තල 28 - 31 ), “භූත ” ආකාරයෙන් වත් රූප නැත. එහෙත් සතර මහා භූතයෝ තවමත් එම සතරයින්ගේ “ගති ” ආශ්‍රිතව පවත්නා හෙයින් ( දිග නිකායේ කේවට්ට සූත්‍රය) ඔවුන්ගේ රූප හා ශක්තිය අතර වෙනසක් දැකිය නොහැකි තරම්ය.

\* මහස පාරිශුද්ධ වූ විට විඤ්ඤාය “අනිදුස්සන විඤ්ඤාය ” බවට පත්වේ. එය අරහත් පුද්ගලයාගේ විඤ්ඤායයි. එය පඤ්ඤා යනුවෙන්ද හැඳින්වේ. මෙහිදී මහස “ගති ” ආශ්‍රිතව පවත්නා සුක්ෂම රූප සමගවත් බැඳීමක් නැත. මහස රූප වලින් මුලුමනින්ම ඉවත් වී ඇත. මහස පාරිශුද්ධ නිදහස් තත්ත්වයට පත්වේ. යමෙක් අරහත් ඵලයට ඵලඹියද පෙර තිබූ ඝණ සිරුර සමග මරනය තෙක් ජීවත් වේ. පිරිනිවීමෙන් පසු මහස රූප වලින් සම්පූර්ණයෙන් නිදහස් වේ.

6. එහෙයින් නිවන් අවබෝධ කිරීම යනු ජරාවට පත්වන්නාවූත්, පුනරුත්පත්තියට හේතු වීමෙන් දුක්ඛ වේදනාවන්ට භාජනය වන්නාවූත් භෞතික ශරීරයකින් පීඩාවට පත්වීම ප්‍රතික්ෂේප කරන්නාවූ පාරිශුද්ධ මහසක් කරා ඵලඹීමයි.

7. භූමි තල 31 තුල යමෙක්, ඝණ සිරුරක් සහිතව ( කාම ලෝක), සියුම් පදාර්ථ සිරුරක් සහිතව (රූප ලෝක), “ගති” ස්වරූපයෙන් පවත්නා ශේෂ මාත්‍රයක් තරම් පදාර්ථ (අරූප ලෝක) වල උපදී. භූමි තල 31 තුල ඕනෑම තලයක මහස, භෞතික

ශරීරයකින් නිදහස් වීමෙන් නිවන සාක්ෂාත් කරයි. මෙය නිවන තේරුම් කළ හැකි වෙනත් ආකාරයකි.

8. බුද්ධ ධර්මයේ දක්වන ඕනෑම දෙයක් හෝ සංකල්පයක් විවිධ කෝණ වලින් විමසා බැලිය හැක. ඒ සෑම අවස්ථාවකදීම ඒවායේ අරමුණ හා අර්ථය නොවෙනස්ව අවලව (සමානුයෝගව) පවතී. එය පූර්ණ පර්යාලෝකයකි නැතහොත් ජීවිතය හා විශ්වය පිළිබඳ සංකීර්ණ යථාදර්ශයකි. අප භූමි තල 31 ආදිය ගැන කරදර විය යුතු නැතැයි සමහරු සිතත්, එහෙත් ලෝකය බොහෝ සෙයින් සංකීර්ණය. විද්‍යාඥයින් මේ වන විට මෙම සංකීර්ණතාවය අගය කිරීම ආරම්භ කළා පමණි.

විශ්මිත දේ වන්නේ බුදුන් වහන්සේ මේ සියල්ල ප්‍රත්‍යක්ෂ කළේ තම මනසින් විමත් ඒ සියල්ල තර්කානුකූලව, ලෙහෙසියෙන් අවබෝධ කළ හැකි අයුරින් දේශනාකිරීමට හැකි වීමයි.

9. ඉහත සඳහන් කරුණු නැවත කියවා මෙහෙති කිරීම ප්‍රයෝජනවත් වෙනු ඇත. දැනට අවබෝධ කරගැනීමට අපහසු වුවත් අනෙක් පරිච්ඡේද වලින් ඉදිරිපත් කරන සංකල්ප අධ්‍යයනය කිරීමෙන් පසු වඩාත් පැහැදිලි අවබෝධයක් ලැබෙනු ඇත. මෙම ප්‍රකාශනයෙහි එන සෑම දෙයක්ම පාහේ එකිනෙකට සම්බන්ධවන නිසා මුලු ප්‍රකාශනයම අධ්‍යයනය කිරීමෙන් හිඳුස් පුරවා ගත හැක.

### නිරාමිස සුඛ

<https://puredhamma.net/dhamma/what-is-buddha-dhamma/niramisa-sukha-happiness-arising-from-dissociating-from-the-31-realms/>

1. බුදුන් වහන්සේ වදාළ ධර්මයේ මෙතෙන් යටපත්ව තිබූ, ඉතා වැදගත් දර්ශනයක් වන්නේ නිරාමිස සුඛ සංකල්පයයි. ඉන්ද්‍රියන් පිනවීම අත්හැරීම, ද්වේෂය ඉවත දැමීම, ධර්මය හදාරා අවිද්‍යාව දුරුකර ගැනීම සතුටකි සැපයකි. එය නිරාමිස සුඛ සේ හැඳින්වේ. මෙය බොහෝ දෙනෙක් අවබෝධ කර නොගන්නා දහම් සංකල්පයකි.



2.වින්දනය කළ හැකි ආමිස සුබයක් නැතැයි බුදුන් වහන්සේ වදාළ බවට අද පවත්නා නොමග ගිය සංජානනයට ප්‍රතිවිරුද්ධ අදහසකි උන් වහන්සේ වදාළේ. මෙම ලෝකයට ජනයා ඇලී සිටින්නාවූ එකම හේතුව ඉන්ද්‍රියන් පිනවීමේ සැපය නොහොත් ආමිස සුබය ලබාගත හැකි වීමයි.

බුදුන් වහන්සේ දේශනා කලේ, ඉන්ද්‍රියන් පිනවීමෙන් ලැබෙන එවැනි සැපය වහා වෙනස්වන සුළු වූ නාවකාලික දෙයක් බවයි. මහා වස්තු සම්භාරයකට හිමිකම් ඇතුව මුලු ජීවිත කාලයම සුබෝපහෝගී දිවියක් ගත කලත් ඊලඟ භවයේදී හෝ මතු භවයකදී ඇතිවන දුක්ඛ වේදනා වැලැක්විය නොහැකියි. නියම දුක්ඛ වේදනා පවතින්නේ සතර අපාය වලය. නිරාමිස සුබ ඇත්තේ දුක්ඛ වේදනා නැති තැනයි. මෙය ජීවිත කාලය පුරාම තිබූ නිදන්ගත නිසර්දයක් සුව වී ලබන්නාවූ සැහැල්ලුවක් මෙහි. එක් අතකින් අපි සැවොම අපට නොදැනුවත්වම පාදකවූ නිදන්ගත නිසර්දයක් සමග ජීවත් වන්නෝ වෙමු. අප එයට හුරුවී ඇති තරම කෙතරම්දයත් නිසර්දයක් ඇති බව වත් ඊට වඩා හොඳ තත්ත්වයන් ඇති බව වත් නොදන්නෙහිය. යමෙක් එය දැනගන්නේ නිරාමිස සුබය හේතු කොටගෙන ප්‍රහීනවූ ක්ලමථය ( මානසික ආතතිය - stress) නිසා ඇතිවූ සුවය වින්දනය කරන විටය. එය නිවනෙහි උසස් අදියරයන් කරා ඵලඹීමට දිරිමත් කරන උත්පාදකයක් වේ.

3. නිරාමිස සුබය, ආමිස සුබ හෝ ඉන්ද්‍රිය සංතර්පනයෙන් ලබාගන්නා සුවයට වඩා ගුණාත්මයෙන් වෙනස්ය. එය ධ්‍යාන සුබයටත් වඩා ගුණාත්මයෙන් වෙනස්ය.ධ්‍යාන සුබය ඉන්ද්‍රිය සංතර්පනයෙන් ලබාගන්නා සුවයට වඩා උසස්ය ( භාවනා යෝගීන් එය මැනවින් දනී), නිරාමිස සුබය ගුණාත්මයෙන් ඊටත් වඩා උසස්ය.

ආමිස සුබ හා ධ්‍යාන සුබ වහා වෙනස්වන සුලුය, සදාකාලික නොවේ.

අරිය අජ්ඣාංගික මාර්ගයට පිලිපත් මොහොතේ සිට නිරාමිස සුබය වැඩිවී ගොස් අරහත්ඵලයට පැමිණීමත් සමග එය සදාකාලික බවට පත්වේ. නවද මෙම අරහත් ඵලය දක්වා යන ප්‍රගතිය මෙම ජීවිත කාලයේදීම අත්විඳිය හැක්කකි.

4.නිරාමිස සුබ ද්‍රව්‍යයමය සියල්ල අත්හැරීමෙන් පමනක් හෝ සියල්ල අත්හැර දමා වන ගත වීමෙන්ද ලබාගත නොහැකිය. මෙය බොහෝ දෙනෙකු දරන්නාවූ වැරදි මතයකි.

කිසිවෙකුගේ ජීවන රටාව අත්හරින්න යයි බුදුන් වහන්සේ අවවාද කලේ නැත. ගිහි ජීවිත ගත කරද්දීම සෝවාන් ඵලයට මෙන්ම අනාගාමි ඵලයටද පත් ධනවත් සිටුවරු සහ රජවරු බුදුන් දවස සිටියහ. ද්‍රව්‍යයමය සියල්ල අත්හැරීම හිතකර නොවේ. දාන පරිත්‍යාග කරන් තමාට හා තම පවුලේ අයගේ යැපීම පිණිස අවශ්‍ය තරම් ඇතිබවට සහතික අත්‍යාවශ්‍යය. යමෙකුගේ වගකීම් ඉෂ්ට කිරීම දන් දීම තරම්ම වැදගත් වේ.

5. ලෝකික ද්‍රව්‍යයමය සියල්ල අත්හැරීම කළ යුත්තේ “මේ ලෝකයේ” යථාර්ථය ගැන සත්‍යය අවබෝධයෙන් විය යුතුය. සියලු ලෝකික සම්පත් අතහැර හික්ෂු දිවියට ඇතුල්වූයේ ලෝකික සම්පත් කෙරෙහි දැක්වූ ආශාව නිෂ්චල බව අවබෝධ කර ගැනීමෙනි.

6. යමක් වැලඳගැනීමට පෙර ඉන් ලැබෙන ප්‍රයෝජනා මෙන්ම සුවය අත්විඳ දැකීම මනසේ ස්වභාවයයි. යමක් ඉන්ද්‍රියන් පිනවීමෙන් ලබන සුවය ආයාසයෙන් අත්හැරීමට මනසට බල කලත් එය පවත්වාගැනීමට නුපුළුවන. අවිද්‍යාවෙන් යුතුව එසේකිරීමට පෙළඹෙන බොහෝ අය අසාර්ථකව, අසතුටෙන් එම ප්‍රයත්නය අත්හරී. ආමිස සුඛ හෝ ඉන්ද්‍රිය සංතර්පනයෙන් ලබාගන්නා සුවයට වඩා හොඳ විකල්පයක්, උසස් සුඛයක් ඇතැයි මනස “දැකිය” යුතුය. නිවන් මගෙයි ගමන අරඹා සදාචාරවත් දිවිපෙවතක් පටන් ගැනීමත් සමග ක්‍රමයෙන් නිරාමිස සුඛ පහළවේ.

7. මෙම සංසිද්ධිය පහදා දීමට බුදුන් වහන්සේ උපමාවක් ගෙනහැර දැක්වූ සේක. අතිතයේදී නව රටවල් සොයා මුහුදු ගිය දේශ ගවේශකයින් කුඩු කළ පක්ෂීන්ද රැගෙන ගියා. ඔවුන් අතරමංවූ විටකදී හෝ දූපතකට හෝ ආසන්නදැයි දැනගැනීමට අවශ්‍යයවූවිට පක්ෂියෙකු මුදා හරී. අවට ගොඩබිමක් නොමැතිනම් පක්ෂියා ආපසු යාත්‍රාවටම පියාඹා එයි. මනසද එසේමය. දැනට වින්දනය කරන්නාවූ ආමිස සුඛයට වඩා අළුත් දෙයක් වන නිරාමිස සුඛ යහපත් නොවේ නම් එය අල්වා නොගනී.

8. ආරම්භයේදී , නිරාමිස සුඛ සැලකිය යුතු තරම් මට්ටමකට පත්වීමට කාලයක් ගත වේ. විරාන් කාලයක් කෙලෙස් පිරි මනසින් සිටි අපට “පිරිසිදු වීමට” කාලයක් අවශ්‍යය.

එයද නව තාක්ෂණයක් හඳුන්වා දීම වැනිය. මූලදී අපහසුවුවත් බොහෝ වෙහෙස දරා ජනතාවට ඇති ඵලප්‍රයෝජන ගැන දැනුවත් වන තුරු පවත්වාගෙන ගිය හොත් තාක්ෂණය භාවිතය ප්‍රවලිතවී ස්ථාවර වේ.

[http://en.wikipedia.org/wiki/Technology\\_life\\_cycle](http://en.wikipedia.org/wiki/Technology_life_cycle)

එහෙත් නව තාක්ෂණය මෙන් නොව, නිරාමිස සුඛ වැඩෙන්නට පටන් ගත් පසු විශේෂයෙන් සෝවාන් ඵලයට පත් වීමෙන් පසු එය යලි කිසිදාක අඩුවන්නේ නැත. සෝවාන් ඵලයට පත් වීමෙන් පසු හා සකදාගාමි, අනාගාමි ඵලයන් සමග එය විශාල ප්‍රමාණයකින් හදිසියේ වැඩිවී අරහත් ඵලයට පැමිණීමත් සමග එය පරිපූර්ණවී සදාකාලික බවට පත්වේ. කෙසේවෙතත්, අරහත් පුද්ගලයින්ට පවා පෙර කර්ම විපාක නිසා ඇතිවන දුක් වේදනාවන් අත්විඳීමට සිදුවේ.

### පළමු අරිය සත්‍යය විස්තර කරන්නේ දුක්ඛ වේදනා පමණක්ද?

<https://puredhamma.net/key-dhamma-concepts-that-have-been-hidden/does-the-first-noble-truth-describe-only-suffering/>

බුද්ධ ධර්මය විස්තර කරන්නේ ස්වභාව ධර්මයේ න්‍යායන්ය. බොහෝ දෙනෙක් සිතන්නේ දුක්ඛ සච්ච ( පළමු අරිය සත්‍යය) යෙන් පවසන්නේ සියල්ල දුක්ඛ වේදනා යනුයි. එය සත්‍යයක් නොවේ; විද්‍යාමානවන සැප හා සුවය සමගම සැඟවී ඇති දුක්ඛ වේදනා ගැන අන්තයටම ප්‍රමාද වන තෙක්ම මිනිසා නොදැනුවත් කරයි . වැදගත් වන්නේ සැඟවී ඇති දුක්ඛ වේදනා දැක ගත හැකි පරිදි ප්‍රඥාව දියුණු කිරීමයි. එසේම, දුක්ඛ සච්ච ( පළමු අරිය සත්‍යය) අවබෝධ කර ගැනීමට, යමෙකු එය විමර්ශනාත්මකව සොයා බැලීමට දිරිගැන්වුවත්, දුක්ඛ වේදනා අත්විඳීම අනවශ්‍යය. **දුක්ඛ වේදනා අත්විඳීම ( දැනීම හෝ වේදනා) සහ එයට හේතු වන්නේ කුමක්දැයි අවබෝධ කර ගැනීමේ හැකියාව (පඤ්ඤා හෝ බුද්ධිය) අතර වෙනසක් ඇත.**

සෑම තැනකම ප්‍රීතිය පවත්නා කාලයන් පවතින බව පැහැදිලිය. මේ සෑම දෙයක්ම දුක්ඛ වේදනා බව දැනේ නම් සෑම කෙනෙක්ම නිවන සොයන්නෙකු වෙනවා

නොඅනුමානයි. එහෙත් යථාර්තය එසේ නොවේ. මිනිසුන්ට මේ ලෝකයේ පවත්නා නියම දුක්ඛ වේදනා දැකගැනීම අපහසුය.

මොහයම් දුක්ඛ වේදනාවක් වුවත් එය සැඟවී පවතී. මනුෂ්‍යය ලෝකයේ දුක්ඛ වේදනා සහ ප්‍රීතිය මිශ්‍රව පවතී, එහෙයින් මේ දෙකම දැකගත හැකිය. මනුෂ්‍යය ලෝකයට ඉහලින් ඇති භූමි තල වල දුක්ඛ වේදනාවන් සාපේක්ෂ වශයෙන් අඩු නිසා දේව ලෝක වාසීන්ට නිවහ ගැන සිතීමට පවා අපහසුය. කෙසේවෙතත් මෙම දේව බ්‍රහ්ම ආදීන් අවසානයේ පහත් භූමි තල වන දුගතියේ උපත ලබා දුක්ඛ වේදනාවන් වලට යටත් වේ.

ඇත්තෙන්ම දුක්ඛ වේදනා විඳින්නෝ දුගති (සතර අපා) වාසී සත්වයින්ය. එහෙත් ඔවුන්ට දුක්ඛ සච්ච ගැන අදහසක් වත් නැත. දුක්ඛ සච්ච (දුක්ඛ සත්‍යය) ගැන යම් අවබෝධයක් හෝ ඇතිවන්නේ සෝවාන් ඵලයට පැමිණි විටය. මනුෂ්‍යය ලෝකයේ අපි දුක්ඛ වේදනා මෙන්ම සුඛ වේදනාද අත්විඳියි; සමහරුන් අන් අයට වඩා සැප විඳියි ( ඒ කර්ම විපාක නිසාය). අප මේ මොහොතේ දුක්ඛ වේදනා අත්විඳිමින් නොසිටියත් ලෝකයේ පවත්නා දුක්ඛ වේදනා අපට දැක බලා ගත හැකි නිසා දැකීමට මෙන්ම පිරික්සා බැලීමේ ( ඒ ගැන පරීක්ෂණ කර බැලීම) හැකියාවද අපට ඇත. සියල්ලන්ටම වයස්ගත වීමත් සමග ජරාවට පත්වීම, මරණය වැලැක්විය නොහැක. බුදුන් වහන්සේ *ධම්ම චක්ක පවත්තන* ( දුම් සක් පැවතුම්) සූත්‍ර දේශනාවේ දුක්ඛ වේදනා පිළිබඳ පළමු අරිය සත්‍යය පැහැදිලි කලේ කෙසේදැයි බලමු.

ඉදුම් කො පන නික්කවෙ දුක්ඛම් අරියසච්චම්:

ජාතී'පි දුක්ඛ, ජරා'පි දුක්ඛ, ව්‍යාධි'පි දුක්ඛ, මරණං'පි දුක්ඛ, අප්පියෙහි සම්පයොගො දුක්ඛො, පියෙහි විප්පයොගො දුක්ඛො, යංපිච්චම් න ලහාති තම්පි දුක්ඛං, සංකිත්තෙන පංචුපාදානක්කන්ධි දුක්ඛ.

### දුක්ඛ ගැන අරිය සත්‍යය කුමක්ද?

1. පළමු කොටසෙහි දැක්වෙන්නේ “ජාතී’පි දුක්ඛ, ජරා’පි දුක්ඛ, ව්‍යාධි’පි දුක්ඛ, මරණං’පි දුක්ඛ.....” බොහෝ දෙනෙකු මෙය පරිවර්තනය කරන්නේ “ ඉපදීම දුකකි, වයස් ගතවීම දුකකි, රෝගීවීම දුකකි, මරණය දුකකි ” සේ සාවද්‍යයවය.

පවුලකට දරුවකු උපන් විට ( දරු සම්පතකට) කවුරුන් දුක් වේද? අප ආදරය කරන්නන්ගේ උත්පත්තිය සහ උපන් දින සමරු උත්සව පවත්වන්නේ නැද්ද? එහෙයින් “ජාතීපි දුක්ඛ” ඉපදීම දුකක් යයි අර්ථ දැක්වීම සාවද්‍යය.

A නම් පුද්ගලයා මහලු වීම, ලෙඩ වීම හෝ මරණයට පත්වීම A ගේ හිතවතුන්ට සහ පවුලේ අයට දුක්ඛ වේදනා ගෙන දෙයි, එහෙත් A ගේ සතුරන්ට එය ප්‍රීතියට හේතු විය හැකියි. එමනිසා එවන් පදගත අර්ථ කථනයක් සාධාරණ නිවරදු අර්ථ කථනයක් සේ සැලකිය නොහැක.

සූත්‍ර යනු බුදුන් වහන්සේගේ දීර්ඝ දේශනා පහසු සජීකර්මයන් හා ධර්ම ප්‍රචාරය පිණිස සංකමිප්තව සුවිශේෂව සංස්කරණය කරන ලද නිරවුල් ප්‍රකාශන බව සිහි තබා ගත යුතු අනෙක් වැදගත් කරුණකි. පැය ගනනක් පුරා දේශනය කරන ලද ධර්මය සංකමිප්තව (පිටු කිහිපයකට) සැකැසූ දෙයකි “සූත්‍ර” . “සූත්‍ර හැඳින්වීම ” කියවන්න.

2. “ජාතී පි දුක්ඛ” යනු ජාති අපි දුක්ඛ යන්න සන්ධි කර සකසා ඇති පාඨයකි. අනෙක් ජරා’පි දුක්ඛ, මරණං’පි දුක්ඛ.....” යන දෙකෙහි “පි” ප්‍රත්‍යයක් සේ සලකා ඇත. ඉවසිල්ලෙන් යුතුව ප්‍රවේශමෙන් කියවන්න. (බලන්ගොඩ ආනන්ද මෛත්‍රෙය මහානායක ස්වාමීන් වහන්සේ විසින් සම්පාදිත සරල පාලි ශික්ෂකය කියවන්න).

පාලියෙන් “පි” හෝ සිංහලෙන් “ප්‍රිය” යනු කැමැති යන්නයි, පාලියෙන් “අපි” හෝ සිංහලෙන් “අප්‍රිය” යනු අකැමැති යන්නයි. එහෙයින් “ජාතී අපි දුක්ඛ” යනු යමක් අප්‍රිය කරන්නාවූ දෙයක උපතක් දුකට හේතු වේ යන්නයි. “ජරා’පි දුක්ඛ ”, යනු ප්‍රිය කරන්නාවූ දෙයක් ජරාවට (දිරා පත්වීම) පත්වීම දුකට හේතු වේ යන්නයි. “මරණං’පි දුක්ඛ.” යනු ප්‍රිය කරන්නාවූ දෙයක/කෙනෙකුගේ මරණය දුකට හේතු වේ යන්නයි.

පුර්වාපරයද සත්‍යය:යමෙක් ප්‍රිය කරන්නාවූ දෙයක උපතක් සතුටට හේතු වේ. අප්‍රිය කරන්නාවූ දෙයක් ජරාවට (දිරා පත්වීම) පත්වීම ප්‍රීතියට හේතු වේ. අප්‍රිය කරන්නාවූ දෙයක/කෙනෙකුගේ මරණය ප්‍රීතියට හේතු වේ. *මබ කැමැති ඕනෑම නිදසුනක් ගෙන මෙහි සත්‍යතාවය අත්විඳින්න. සතුරෙකුගේ ධන සම්පත් විනාශ වීමක ප්‍රවෘත්තියක් බොහෝ දෙනෙකුගේ සතුටට හේතුවේ. යුධ අවස්ථාවන් වලදී සතුරු සේනා වන්ගේ මරණයට ප්‍රීතිවන අය තම සේනාවන්ගේ මරණයට කම්පාවේ.*

3. ඊලඟ ගාථාවෙන් “පි” සහ “අපි” ගැන **බුදුන් වහන්සේ** තව දුරටත් සවිස්තරව පැහැදිලි කළේ මෙසේය. *“පියෙහි විජ්ජයොගො දුක්ඛො, අපිපියෙහි සම්පයොගො දුක්ඛො”* යනු “ නිතවතෙකුගේ වියෝව ශෝකය ගෙනේ, එසේම නුරුස්නා අයගේ ඇසුරුදු ශෝකය ගෙනේ ”( “පිය” යන්න “පි” යට සමානවන අතර “අපිය” යන්න “අපි”යට සමානය). මෙහි සත්‍යබව අපි සැම දෙනාම කෙලින්ම අත් විඳ ඇත්තෙමු. යමෙක් ගුවන් අනතුරකින් මරනයට පත්වූවිට ඔහුගේ පවුලේ අයට එය අති මහත් දුක්ඛ වේදනාවක් වේ,දුර නෑදෑ නිතවතුන්ට දුක්ඛ වේදනාව දැනෙන්නේ ඊට අඩු මට්ටමකින්ය, සාමාන්‍යයෙන් ඔහු අසා දන්නා අයට එය සුලු කම්පාවක් වුවද, ඔහු හා කිසිම සම්බන්ධයක් නැති රටේ අත කෙළවරෙහි අයෙකුට එය සාමාන්‍යය ප්‍රවෘත්තියක් පමණි. එසේම මේවායේ පුර්වාපරයද සත්‍යය. “නුරුස්නා අයෙකුගේ වියෝව ප්‍රීතිය ගෙනේ, එසේම සෙනෙහෙවන්තයකුගේ ඇසුර සතුට ගෙනේ ”.

4. ඊලඟ පාඨය *“යංපිච්චමි න ලහාති නමිපි දුක්ඛං”* . , මෙහි එන “ඉච්චා” අපට මින් පෙරදී **“අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ථ”** සහ **“පට්චිච සමුප්පාද ( පටි + ඉච්චා + සම + උප්පාද )”** හි හමුවූ පදයමය. “ලහාති” යනු ලැබෙන යන අදහසත් “න ලහාති” යනු නොලැබෙන යන අදහසත්ය. එනම් “ තමන් කැමැති දේ නොලැබීමෙන් දුකට පත් වේ” යන්නයි. මෙහි පුර්වාපරයද සත්‍යය. එනම් “ තමන් කැමැති දේ ලැබීමෙන් ප්‍රීතියට පත් වේ” යන්නයි.

5. “මේ ලෝකයේ ” ඇත්තේ දුක්ඛ වේදනා පමනක්මයයි කිසිවිටකවත් බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළේ නැත. සමහර කාලයන්හි “විද්‍යාමාන වන්නාවූ ප්‍රීතිය” නියම දුක්ඛ වේදනා සඟවයි. සමාජය ඒ තුල ඇති දුක්ඛ වේදනා සැඟවීමට නිරතුරුවම වෙර දුරයි. අප නිතර කරන්නේද සෑම විටම වඩාත් ප්‍රීතිමත් දෘෂ්ටි කෝණයකින් බැලීමට වෙර

දැරීමය. එහෙයින්, “මේ ලෝකයේ ” දුක්ඛ වේදනා මෙන්ම සුඛ වේදනාද ඇත. වැදගත් වන්නේ මේ “විද්‍යාමාන වන්නාවූ ජීවිතය” තුළ සැඟවී ඇති දුක්ඛ වේදනා දැකීමය.

ඇමක් ගිලින මන්සයෙකු, දුකින්නේ මාළු බාන්නා හෝ බිලි පින්න හෝ කොකුව නොව රසවත් කෂමක කොටසක් පමණි. එම සැඟවී ඇති දුක්ඛ වේදනා ( බිලි කොකුව) සහිත මූල විත්‍රයම දැකීමේ හැකියාවක් මාළුවාට නැත. ඒ ආකාරයටම, විද්‍යාමාන වන්නාවූ ජීවිත ජනක ඉන්ද්‍රිය සංතර්පනය තුළ සැඟවී ඇති දුක්ඛ වේදනා බුදුන් ලෝකයට පහල වී අනාවරණය කර දෙන තෙක්, මනුෂ්‍යයින්ට නොපෙනේ.

රූපවාහිනියෙන් අප දකින්නේ රූපශ්‍රීයෙන් අගතන්නපත් ජනප්‍රිය චරිත, එහෙත් ඔවුන් වයස් ගතවත්ම සිදුවන දේ බලන්න පහත සඳහන් වෙබ් අඩවියට යන්න:

[http://www.ranker.com/crowdranked-list/18-celebrities-who\\_ve-aged-horribly?format=SLIDESHOW&page=1.](http://www.ranker.com/crowdranked-list/18-celebrities-who_ve-aged-horribly?format=SLIDESHOW&page=1)

වයසට යත්ම අප සෑම දෙනෙක්ම එවන් වැලැක්විය නොහැකි වෙනස්කම් වලට ගොදුරු වන බව අවබෝධකර ගත යුතුය. කෙතරම් වෙර දැරුවත් දිගු කාලීන වශයෙන් අප තෘප්තිමත්වන අයුරින් කිසිවක් ඒ ආකාරයෙන්ම පවත්වාගත නොහැකිය.

එසේම, භූමි තල 31 කින් යුත් “ මේ පුළුල් ලෝකයේ ” දුක්ඛ වේදනා මෙන්ම සුඛ වේදනා ත් ඇත. මනුෂ්‍යය ලෝකයට ඉහලින් ඇති භූමි තල වල වඩාත්ම ඇත්තේ සුඛ වේදනාය. පහත් දුගති සතරෙහි විශේෂයෙන්ම පහත්ම නිරයෙහි, පරිකල්පනය කළ නොහැකි තරම් දුක්ඛ වේදනා ඇත. නිරිසන් ලෝකයේ පවත්නා සමහර දුක්ඛ වේදනා අපට දැක ගැනීමට පිලිවන, එහෙත් බොහෝවිට රූපවාහිනී වැඩසටහන් විකාශන වල හුවා දක්වන්නේ වනසත්‍වයින්ගේ සෞන්දර්යය හා සුන්දරත්වය පමණි. නිරිසන් ලෝකයේ, ගෘහස්ත භීලූ සතුන් අතර හෙවුවත් වන සතුන්, කෙතරම් දුක්ඛ වේදනා විඳින්නේ දැයි නොසිතන්නෙමු.

6. ඉහත අංක 4 සහ 5 හි සාකච්ඡා කළ ගාථා විස්තර කළේ *අනිච්ච* ගැනයි. “ දිගු කාලීන වශයෙන් අප තෘප්තිමත්වන අයුරින් කිසිවක් ඒ ආකාරයෙන්ම පවත්වාගත නොහැකිය එහෙයින් එය දුක්ඛ වේදනාවනට හේතු වේ”; මෙය, “ *අනිච්ච, දුක්ඛ, අනන්ත-සාවද්‍ය අර්ථ නිරූපනය*” යෙහි සඳහන් කළ “... යාදු නිච්චම් තං දුක්ඛං ” වේ.

“දුක්බො අනාර්යො අනත්ථ සන්තිනො ” යයි සූත්‍ර යේ පසු භාගයේ සඳහන් වේ. යමෙක් ඒ නිසා අනත්ථ හෝ අසරණ හෝ අනාථ බවට පත්වේ. එනම්. “අනිච්ච,දුක්ඛ, අනත්ථ-සාවද්‍ය අර්ථ නිරූපනය” යෙහි සඳහන් කළ “ තං දුක්ඛම් ත දු නත්තා ” ය.

බුදුන් වහන්සේ ධම්ම චක්ඛ පචන්තන ( දුම් සක් පැවතුම්) සූත්‍ර දේශනාවට පසුව දේශනා කළ දෙවන සූත්‍රය වන අනත්ත ලක්ඛන සූත්‍රයෙහි මෙම සංකල්ප තව දුරටත් විස්තර තර ඇත.

එහෙයින් “අනිච්ච,දුක්ඛ, අනත්ථ” යන ප්‍රාමිහක දුර්ගතය තමන් විසින්ම අවබෝධකර ගත හැක්කේ බුදුවරයෙකුට පමණි. එහෙයින් එය ධම්ම චක්ඛ පචන්තන ( දුම් සක් පැවතුම්) සූත්‍ර දේශනාවේ ආරම්භයේදී සඳහන් කල පරිදි “පුබ්බේ අනනුස්සුතේසු ධම්මේසු ” වේ.

7.හුම් තල 31 කින් යුත් “ මේ ලෝකය”ගැන පුළුල් චිත්‍රය , පුනරුත්පත්ති ක්‍රියාදාමය, කම්ම නියම, අතිශයෙන් වැදගත්වූ පටිච්ච සමුප්පාදය ආදිය අවබෝධ කරගැනීම අත්‍යවශ්‍යය වන්නේ එහෙයිනි. අවිද්‍යාව නිසා බොහෝ සත්වයින් පහල ලෝක සතරෙහි හිරවී ඇති බව ඉන් අපට වැටහේ.

බිලියන 7 පමණ වන ජනගහනයක් ලෝකයේ ඇත, අප සෑම කෙනෙකුගේම සිරුරෙහි මිලියන ගනනක් ( බරින් කිලෝ ග්‍රෑම් 2 ක් පමණ) ප්‍රානීන් ජීවත් වේ.” පොළවේ ජනගහනය හි සමාන ප්‍රානීන් සංඛ්‍යාවක් ඔබගේ ශරීරයේ ජීවත් වේ” කියවන්න. එක් නිවසක මිනිසුන් 4ක් හෝ 5 ක් වේ, නමුත් ඔබේ නිවසේ සහ අංගනයේ කොපමණ ප්‍රානීන් ජීවත් වේද? මිලියන ගනනක් හෝ බිලියනයක් පමණ? පස් හැන්දක (කුඩා) දහස් ගනන් ප්‍රානීන් ඇත.

8. අවසානයේ, අන්තිම ප්‍රතිඵලය වන්නේ, අතරතුර ශ්‍රීතිය පවත්නා කාලයන් පැවතියත් යම් යම් දේට දක්වන්නාවූ අධි ආශාව නිසා ( උපාදාන) ජනිතවන දුක්ඛ වේදනාවන්ය. “සංකිත්තෙන පංචුපාදානක්කන්ධා දුක්ඛා” එය අවසන් පාඨයයි. මෙහි “ සංකිත්තේන” (“සං” + “කිත්තා” හෝ “කෘත්‍යය” හෝ “ක්‍රියා”) යන්නෙන් අදහස් වන්නේ ලෝභ ද්වේෂ සහ මෝහ යන කෙලෙස් මගින් “සං” රැස් කිරීමේ ක්‍රියා වලිය යන්නයි. “සං යනු කුමක්ද ? සංසාර යන්නෙහි අදහස”කියවන්න. එමනිසා මිනිසා රූප ,වේදනා,



සංඥා, සංකාර,විඤ්ඤා ( පංචක්කන්ධ) යන්ට දැඩිව ආශා කිරීමෙන්, සං රැස් කරමින් “ මේ ලෝකය”ට බැඳේ. ඉන් අනිවාර්යයෙන්ම සංසාරික කාල පරිමානයෙන් බොහෝ දීර්ඝ කාලයක් පුරා දුක්ඛ වේදනාවන්ට ලක් වේ.

භූමි තල 31 කින් යුත් “ මේ ලෝකයේ ” අප රැඳී සිටින්නේ යම් කෙනෙකු හෝ යම් දෙයක් අපට බලපෑම් කරන නිසා නොව, බුවල්ලෙකු අඩු අටෙන්ම තම ගොදුර අල්වා ගන සිටින්නා සේ අප “ මේ ලෝකයේ ” වස්තු අල්වා ගන ( පංචුපාදානක්කන්ධ = පංච උපාදානක්කන්ධ = පඤ්ච උපාදානස්කන්ධ = අප අල්වා ගන්නා ගොඩවල් පහ ). එසේ කරන්නේ “ මේ ලෝකයේ ” නියම යථා ලක්ෂණ තුන වන “*අනිච්ච,දුක්ඛ, අනන්ත*” ගැන හෙදැනුවත්කම නිසාය.

*එහෙයින්* “ මේ ලෝකයේ ” යම් යම් දේට දුක්චන්තාවු අධි ආශාව හේතු කොට ගෙන ඒවා අත්කරගැනීමට කරන්නාවු “සං” නිසා *දුක්ඛ ( තැවීම් හෝ වේදනා)* හටගනී. මෙය “සංකිත්තේන පංචුපාදානක්කන්ධා ” යන පාඨයෙන් සංකෛපිතව දක්වා ඇත. එහෙයින් “ සංකිත්තේන පංචුපාදානක්කන්ධ ”යෙන් දුක්ඛ හටගන්නේ කෙසේද යන සත්‍යය දක්වා ඇත්තේ “සංකිත්තේන පංචුපාදානක්කන්ධා දුක්ඛා” යනුවෙනි. මෙම සත්‍යය ( *දුක්ඛ සච්ච*) සාක්ෂ්‍යාත් කරගන්නේ “*අනිච්ච,දුක්ඛ, අනන්ත*” අවබෝධවීමෙන් වැඩෙන බුද්ධිය ( පඤ්ඤා හෝ පුඤ්ඤා)මගිනි. මෙය පැහැදිලිව අවබෝධවන තුරු මෙම කොටස නැවත නැවත කියවන්න. මෙය “පුබ්බේ අනනුස්සුතේසු ධම්මේසු ” වේ, නැතහොත් බුදුවරයෙකුට පමණක් සොයා ගතහැකි දහම් පනිවිඩයයි.

*එහෙයින්* “ මේ ලෝකයේ ” යම් යම් දේට දුක්චන්තාවු අධි ආශාව හේතු කොට ගෙන ඒවා අත්කරගැනීමට කරන්නාවු “සං” නිසා *දුක්ඛ ( තැවීම් හෝ වේදනා)* හටගනී. අප එයම කරන්නේ “ මේ ලෝකයේ ” සැමදෙයකම සැඟවී පවත්නා දුක්ඛ අප නොදකින හෙයින්ය. මාළුවා බිලි කොකුවේ අමුනා ඇති “රසවත් පනුවා” ගේ සැඟවී එන අනතුර නොදකින්නේ යම් සේද “ විද්‍යාමාන සැප”යන් තුලවූ දුක්ඛ වේදනා අපට නොපෙන්. දුක්ඛ වේදනා, සියලු ඉන්ද්‍රිය සංතර්පනයන් තුල සැඟවී ඇත, එහෙත් එය අප අපබෝධ කරගන්නේ අදියර කිහිපයකිනි. සෝවාන් ඵලයට පත්වූවට කැමැත්තෙන්ම අත්හරින්නේ අධික ලෝභය හා අධික ද්වේෂය පමනි; සියලු ආශාවන් ප්‍රතිඥා වන්නේ අරහත් ඵලයට පත්වූ පසුය.

මේ ලෝකයේ ” නියම ගති ලක්ෂණ සාක්ෂ්‍යාත්කරණය, නිසා අල්වාගැනීම් (උපාදාන) අත්හැර දමයි , එය භූමි තල 31 කින් යුත් “ මේ ලෝකය ” න් ගැලවී යාමට හේතු වේ . එය නිර්වානයයි. සංකිත්තෙන නැති විට පංචුපාදානක්කන්ධ (පඤ්ච උපාදානස්කන්ධ) පඤ්චස්කන්ධ බවට පත්වේ ( එනම්, ලෝකය පෙර පරිදීම පැවතුනත් අල්වා ගැනීමක් නැත).

මෙම ධර්ම කොටස් අවබෝධ කරගැනීමේ යම් අපහසුවක් ඇතොත් ඒ ගැන කම්පාවට පත් නොවී අනෙක් කොටස් කියවීමෙන් පසු නැවතත් මෙම කොටස කියවා අවබෝධය තහවුරු කර ගන්න.

එහෙත් මෙම ආශාව, උපාදාන ආයාශයෙන් අත්හැර දැමිය නොහැකි බව අවබෝධ කර ගැනීම වැදගත් වේ. “අනිච්ච,දුක්ඛ, අනන්ත” අවබෝධවීමෙන් වැඩෙන ( පඤ, හෝ ප්‍රඤ) බුද්ධියෙන්, මනස එහි ආදිනව, ප්‍රයෝජන දැක ගැනීම අවශ්‍යයයි. අනන්ත සහ දුක්ඛ - නියම අදහස) කියවන්න. අවබෝධ කළ යුතු අනෙක් වැදගත් සංකල්පය වන්නේ සියලු ලෞකික වස්තූන් කෙරෙහි ඇත අධික ආශාව අත්හැරීමේ ප්‍රයෝජනයයි. තෙආකාර සැප-නිරාමිස සුඛ යනු කුමක්ද? කියවන්න.

### නිරෝධ සහ වය - සංකල්ප දෙකකි

<https://puredhamma.net/key-dhamma-concepts-that-have-been-hidden/nirodha-and-vaya-two-different-concepts/>

1. අරහත් භාවයට පත්වීම යනු සිතිවිලි ඇතිවීම “නතර කිරීම” යයි විශ්වාස කරණ සමහර “බෞද්ධ” කණ්ඩායම් කිහිපයක් මම දැනිමි. එනම්, බුදුන් වහන්සේ වසර 45 ක් පුරා මිනිසුන්ට සිතිවිලි නවතා දමන අන්දම ඉගැන්වුවායයි විශ්වාස කරන මෙම කණ්ඩායම් , නිවන ගැන අර්ථ දැක්වීම, මහායාන බෞද්ධයින්ටත් වඩා සාවද්‍ය වේ. අප ගැඹුරු නින්දේ පසුවන විට හෝ සිහිසුන්වූ විටක සිතිවිලි ජනනය කරන්නේ නැත. ඉන් අදහස් වන්නේ එවන් අවස්ථාවන් වලදී අප අරහත් භාවයට පත්වූ වා යන්නද? බුදුන් වහන්සේ උපදෙස් දුන්නේ පාප සිතිවිලි නවතා දමා යහපත් සිතිවිලි ජනිත කිරීම

දිරි ගන්වන ලෙසයි. ඒ මනස පිරිසිදු කරගන්නා ක්‍රමයයි. නිවරදි ආනාපාන භාවනා වේදි සිදුවන්නේ මෙයයි. **“අනාපාන යනු කුමක්ද?”** කියවන්න.

යථාර්තය වන්නේ අරහත් වහන්සේගේ සිතිවිලි, කෙලෙස් වලින් තොර නිසා පිරිසිදුය ( නිර්මලය). ස්මෘතියද ( සිහි කල්පනාව) වැඩිවේ. සියලු සිතිවිලි නවතා දැමීමෙන් සංජානනය මෙන්ම සිහියද නැතිවේ.

2.නිවන ( නිබ්බාන) ගැන බොහෝ දුර්මන ඇති වන්නේ බුදුන් වහන්සේ භාවිතා කළ සමහර පාලි පදවල නියම අර්ථය නොදැනීම නිසාය. මහායාන පුරාමිහකයින් ශූන්‍යයතා (හිස් බව) සංකල්පය විකෘති කළේ නිර්වාන සංකල්පය අවබෝධ කර ගැනීමට අසමත්වූ හෙයිනි. **“ශූන්‍යතා හෝ සුන්නතා (හිස්බව) යනු කුමක්ද?”** කියවන්න.

3.මොනසමි වෙනසකටවත් භාජනය නොකර අවබෝධ කර ගත යුතු ඉතා වැදගත් වචන රාශියක් බුද්ධ ධර්මයෙහි ඇත. බොහොමයක් දුර්මන ඇතිවන්නේ එම ඉතා වැදගත් වචන සාවද්‍යව අර්ථදැක්වීම නිසා හෝ වැරදි සහගත පරිවර්තන නිසාය. බුදුන් වහන්සේ ධර්මය දේශනා කළේ මාගධී භාෂාවෙනි. එම දහම වාචික සම්ප්‍රේෂණයට සුදුසු පරිදි සකස් කළේ පාලි භාෂාවෙනි ( පාලි යනු පෙළ ගැසීමය). බොහෝ විට ගැටළු මතු වූයේ සංස්කෘත භාෂාවට පරිවර්තනය කරනු ලද වචන මුල් වචන සේ ගෙන විග්‍රහ කිරීම නිසාය.

4. එවන් වචන තුනකි **අනිච්ච,දුක්ඛ, අනන්ත**, **“අනිච්ච,දුක්ඛ, අනන්ත - සාවද්‍ය අර්ථ නිරූපනය”** කියවන්න. **නිරෝධ, බ්‍යා සහ වය**, එවැනි නවත් වචන තුනකි. මෙම වචන තුන බැලූ බැල්මට සමාන නමුත් වෙනස් අර්ථ ඇති වචන වේ. මෙම වචන වල සම්භවය සොයා බලමු.

**නිරෝධ** සඳි ඇත්තේ “නිර්” + “උදය”, සන්ධි වීමෙනි. “නිර්” යනු නැවතීම ය, “උදය” යනු උදාවය. එසේනම් නිරෝධ යන්නෙහි අදහස යමක් උදාවීම නවතා දැමීමය. බුද්ධ ධර්මයට අනුව ඕනෑම දෙයක් සිදුවන්නේ එක හේතුවක් හෝ බොහෝ හේතු නිසාය. එහෙයින් යමක් සිදුවීම නවතා දැමීමට අවශ්‍යය නම්, එය හට ගැනීමට හේතු වන්නාවූ සියලු හේතු නවතා දැමීම අවශ්‍යය.

සංකාර හරහා ඕනෑම දෙයක් හටගැනීමට හේතු සාධක වන්නේ “සං” ය. “සං යනු කුමක්ද ? සංසාර යන්නෙහි අදහස ?” කියවන්න. කෙසේවෙතත්, උදාවෙන ( පැනනගින) ඕනෑම දෙයක් ක්ෂය ( දිරාපත්වන) වීමේ ස්වභාව ධර්ම නියමයට යටත්වේ, එය “ඛ්‍යා” ය.

“සං” සහ “ඛ්‍යා” සෑම විටම එකට පවතී. “සං යනු කුමක්ද ? සංසාර යන්නෙහි අදහස ” පහදා දුන් පරිදි පාලි හෝ සිංහල භාෂාවෙන් සංඛ්‍යා යනු අංක වේ, “සං” යනු එකතු කිරීම ( හෝ වැඩිකිරීම) ගොඩනැගීම හෝ උදාවීමට දායක වේ, “ඛ්‍යා” යනු අඩුකිරීම හෝ බෙදීම එහෙයින් දිරායාමට හෝ ක්ෂය වීමට හේතු වේ. මෙසේ උදාවීමට සහ ක්ෂය වීමට ලක්වන දෑ සංකත සේ හැඳින්වේ. මේ ලෝකයේ සියල්ලක්ම සංකතය.

5. මේ ලෝකයේ හටගන්නා සෑම දෙයක්ම ( සංකත) උදාවීමට පටන් ගත් මොහොතේ සිටම ක්ෂය වීමට (“ඛ්‍යා”) පටන් ගනී. නිදසුනක් වශයෙන් ළදරුවෙක් උත්පත්තිය ලත් දින සිට මාස කීපයක් ගිය තැන, එම ළදරුවාගේ සිරුරේ පවත්නා සෑම සෛලයක්ම මරණයට පත්වේ. එහෙත් මරණයට පත්වන සෛල සංඛ්‍යාවට වඩා වැඩි සංඛ්‍යාවක් උපදී. එම ළදරුවා විසි වයස් පිරුණු තරුණයෙක් සේ වැඩෙන තෙක් දෙන ලද කාල ඒකකයක් තුළ මරණයට පත්වන සෛල සංඛ්‍යාවට වඩා වැඩි සංඛ්‍යාවක් උපදී. එතැන් පටන් වයස 40ක් පමණ වන තුරු සියල්ල සමතුලිතව පවතී. ඉන්පසු “ඛ්‍යා” ක්‍රියාවලිය ඉස්මතු වී එම පුද්ගලයා සෙමෙන් දුර්වල වීම අරඹයි. අවසානයේදී එම පුද්ගලයා මරණයට පත්වේ නැතහොත් විනාශයට පත්වේ මෙය “වය” සේ හැඳින්වේ.

උදාවීමට පටන් ගත් පසු සංකත නවතාලිය නොහැක, එය එහි ස්වාභාවික වර්ධන ක්‍රියාවලිය ක්‍රියාත්මක කර දෘශ්‍යමාන වශයෙන් ස්ථායී අවධියකට පැමිණේ, එහෙත් එය එක මොහොතකටවත් නිශ්චල නොවේ. අවසානයේදී එය විනාශයට පත්වේ. යමෙක් සිය දිවි හානි කර ගැනීමෙන් මෙම ජීවිතය මරණයට පත්වුවත්, මුලුමනින්ම ගෙවී නොගොස් ඉතිරිව ඇති ශක්තිය වහා නව ජීවිතයක් අරඹයි. එහෙයින් යමෙකුට කළ හැක්කේ යමක් උදාවීම නැවැත්වීමයි. සංකත ඇතිවීමට දායක වන්නාවූ හේතු ඉවත්කිරීමෙන් සංකත නවතාලීමට “නිරෝධ ” යයි කියනු ලැබේ.

6. “සං” නිසා හටගන්නා අනිවාර්යයෙන් දිරාපත්වන (ඛ්‍යා) එසේම අවසානයේදී විනාශ වන (වය) මේ ලෝකයේ පවත්නා ඕනෑම දෙයක් සංකත සේ හැඳින්වේ. ඕනෑම සජීවී

පුද්ගලයෙකු, “සං” නිසා උපදිනා සංකත යක් වේ. අප මේ ලෝකයේ යථා ස්වභාවය අවබෝධ කර නොගැනීම නැතහොත් අවිද්‍යාව ( අවිජ්ජා) නිසා “තන්හා” වෙන් යුතුව ලෝකයේ පවත්නා වස්තුවලට ඇලී වෙලී සිට “සං” රැස් කරගන්නේ සංකාර මගිනි.”

**තන්හා - ලෝභය, ද්වේෂය සහ අවිද්‍යාව මගින් අප ඇලෙන්නේ කෙසේද? ”**

කියවන්න. අපගේ මනසින් ක්‍රමයෙන් ලෝභ, ද්වේෂ(තර්භ) සහ මෝහ ( මූලාව) ඉවත්කරගැනීම මගින් තන්හා සහ අවිද්‍යාව අත්හැරීමෙන් වඩාත් පැහැදිලිව දැකීමට හැකියාව ලැබේ. එයද කෙලෙස් ( ආසව) ඉවත් කිරීමට යොදාගන්නා “ඛ්‍යා” ක්‍රියාවලියකි. **නිබ්බාන** සහ **“නිවහන මග - ආසව ඉවත් කිරීම”** කියවන්න. සියලු ආසවයන්ගෙන් තොරව මනස පවිත්‍ර වූ විට එය සංකාර කිසිවක් නොකරයි. එ නිසා සංකත කිසිවක් හටගන්නේද නැත. එම අවස්ථාවේදී ඕනෑම උදාවීමක් නිරෝධ කර නිවහ සාක්ෂ්‍යාත් කර ගනී.

7. ත්‍රිපිටකයෙන් ප්‍රසිද්ධ ගාථා කිහිපයක් ගෙන ඒවායේ අදහස නිරායාසයෙන් පැහැදිලිවන අයුරු විමසා බලමු.

තෙවන අරිය සත්‍යය “දුක්ඛ නිරෝධ සත්‍ය” ( *දුක්ඛ නිරෝධ සච්ච*) යයි, එනම්, දුක්ඛ වේදනා උදාවීම වැලැක්විය හැක. බොහෝ අය පවත්නා දුක්ඛ වේදනා වැලැක්විය හැකියයි “*දුක්ඛ නිරෝධ සච්ච*” යන්නට වැරදි අර්ථ කථන දී ඇත. අපගේ පවත්නා ජීවිතය මින් පෙර ඇතිවූ හේතු නිසා උදාවූ සංකත වේ. මෙම ජීවිතය හා සම්බන්ධ දුක්ඛ වේදනා වැලැක්විය නොහැක, ඒවායේ ස්වභාවික ගමන් මග මරණය තෙක්ම ගොස් සම්පූර්ණ කළයුතුය. අරහත් වහන්සේ නමක් හෝ බුදුන් වහන්සේ වුවද පෙර කර්ම නිසා උදාවූ විපාක හේතු කොට දුක්ඛ වේදනා වින්දනය කළ යුතු වන්නේය. නමුත් අරහත් වහන්සේ මතු අනාගතයේදී දුක්ඛ වේදනා උදාවීම වලක්වා ඇත.මෙය නිරෝධ යන්නෙහි වෙනත් අදහසකින්ද පෙන්වා දෙයි:නිරෝධ = “නි” + “රෝද”, මෙහිදී රෝද යනු සක හෝ රෝද වන හෙයින් නිරෝධ යනු සංසාර චක්‍රයේ ( පුනරුත්පත්ති ක්‍රියාවලිය) රෝද ඉවත් කිරීමයි. වයස් ගත වීම, රෝගී වීම සහ මරණයට යන භෞතික ශරීරයක් ඇති පුනරුත්පත්තියක් නැත. එහෙයින් නිවහ යනු මතු දිනක දුක්ඛ වේදනා ඇති කරන්නාවූ හේතු ඉවත් කිරීමයි.

8. ඒ නිසා නිවහ දෙආකාරය: **“සචුපදිසේස නිබ්බාන”** සහ **“අනුපදිසේස නිබ්බාන ”**.

යමෙක් නිවන් අවබෝධ කළ විට, තවමත් භූමි තල 31 න් යුත් “මේ ලෝකයේ ”ම ජීවත්වන හෙයින් “අනුපදිසේස නිබ්බාන” යයි සැලකේ. ස්වාභාවික දිරාපත්වීමට භාජනය වන්නාවූ ශරීරයක් එම පුද්ගලයා සතුය. එහෙත් එක් වරකට දින 7 ක කාලයක් නිරෝධ සමාපත්තියට සම වැදී නිබ්බාන සුඛ වින්දනය කළ හැක. එසේම එම පුද්ගලයා මරණයට පත්වූ පසු පුනර්භවයක් නැත, එනම් නිවන පරිපූර්ණ වේ. එය “අනුපදිසේස නිබ්බාන ” ය. සදාකාලිකවම දුක්ඛ වේදනා වෙන් නිදහස් වේ.

9. නිසැකවම නොවුනත් අවසාන වශයෙන්, භූමි තල 31 න් යුත් මේ ලෝකයේ සියල්ලම සංකත හෙවත් සංකාර වේ. නිසැකවම, සියල්ල එනම් සංකත (හෙවත් සංකාර) සහ නාම ගොත්ත “ධම්ම” සේ හඳුන්වයි. නාම ගොත්ත යනු සෑම සත්වයෙකුගේම “මනෝ ලෝකයේ” සටහන් වී ඇති සත්‍යය වශයෙන්ම ස්ථිරවූ සියලුම සිදුවීම් වල වාර්තාවන්ය. “ ධම්ම සහ සංකාර ( සංකත) අතර වෙනස” කියවන්න. “වය ධම්මා සංකාරා, අප්පමාදේන සංපාදේන” එනම් “ විනාශයට පත්වන ස්වභාවය ඇති සියලු ධම්ම, සංකාර වේ, එහෙයින් අනලස්ව උත්සාහවන්නවී “සං” (“සං”+“පා”“දේන”) හඳුනාගන්න”යයි බුදුහු වදාළේ එහෙයිනි.

ආරම්භයක් කිවනොහැකි කාලයක සිට, පැරණි සංකත විනාශවීයත්ම නව සංකත ගොඩනගා ගත්තෙමු. සෑම ජීවිත කාලයක් තුලදීම මෙන්ම මරණයේදීත් ගිනිය නොහැකි වාර ගනනක් මේ අයුරින්ම කටයුතු කර ඇත. ගනන් කළ නොහැකි වාර ගනනක් අප බුන්ම, දේව, සහ මනුෂ්‍යය ලෝකවල ඉපදී ඇත.එහෙත් වඩා වැඩි කාලයක් ගත කර ඇත්තේ දුගති වලය. බුදුන් වහන්සේගේ අන්තිම අවවාදය වූයේ අනන්තවූ දුක්ඛ වේදනාවන්ගෙන් පිරි හරයක් නැති පුනරන්තර්ගි ක්‍රියාවලිය නවතා දමා සදාකාලික නිර්මල සැපයක්වූ නිරාමිස සුඛය පිණිස නිවන සාක්සාත් කරගන්න යන්නයි.

නිබ්බාන, හේතුවක් නිසා උදාවන්නක් නොවේ, එය උදාවන හේතුවක් නැති හෙයින් අසංකතය ( “අ” + “සංකත” හෝ “සංකත නොවේ”නැතහොත් “නත්තවාරෝපිත නොවේ”) . නිවන සාක්සාත් කරගත හැක්කේ හේතු නිසා ඇතිවන්නාවූ දේවලට ඇති හේතු ඉවත් කර දැමීමෙනි. එනම්,සංකත නිරෝධය ස්වයංක්‍රීයව නිවන සාක්සාත් කරයි.