

ශ්‍රී. බු. ව. 2553 නවවී මස කලාපය, රා. ව. 2010 ක් වූ ජනවාරි 29 වන දින

මාතර, ශ්‍රී සුදර්ශ ලහ පිරිවෙත්ති නියෝජ්‍ය පරිවෙනාධිපති දෙවිනුවර, කපුගම,  
සුබ්ලාභාලාධිපති  
ඥාන්තූපති පුජ්‍යපාද කපුගම සුගතසාර ස්වාමීන්වහන්සේ විසිනි

**නමෝ තස්‍ය නඟවතො අරහතො සමමා සමබුද්ධස්ස !!!**

### **දෙ අපේ මොගෙන දෙලොව ජයගනිමු.**

(අංගුත්තර නිකායේ නික නිපාතයේ පුද්ගල වර්ගයේ 09 වන සූත්‍රය අපසුරිනි.)

ධර්මකාමී පින්වතුනි,

අද ශ්‍රී බුද්ධ වර්ෂ 2553 වැන්නේ දුරත දුර පුර පසළොස්වක පොහෝ දිනයයි. බුදුරජාණන් වහන්සේ පළමු වස්සාන සමය බරණැස් ඉස්පතන විහාරයේ ගතකොට පළමු රහත් හැට නම වහන්සේලාට අවවාද දී උපදේශනා බලා වැඩ කොට ජ්‍යෙෂ්ඨ සභෝදර නාපසයින් නිදෙනා දමනය කළේ අද වැනි පුරපෝ දිනකයි. එවන්ම මුක්ති මහියංගනයට වැඩ වීමද සුමන සමන් දිව්‍ය රාජ්‍යයට කේශධාතු පරිනාම කිරීමද අද වැනි දිනෙක සිදුවීම සිහිපත් කෙරේ.

අද සද්ධර්ම පුජ්‍යයෙන් හඳුන්වා දෙනුයේ බලාපොරොත්තු වන්නේ අප සිත් සතන් තුළ අනන්ත කාමයක් සසර ගමනට මග සකස් කරමින් තව තවත් දුකෙහි නිරත වීමට හේතු පාදක වන්නාවූ පෙර අපසුරිත හටගන්නා වූ ආශ්‍රව දුර කිරීම සඳහා පෙන්වා දුන් වැඩ පිළිවෙල පිළිබඳ සාමාන්‍ය අවබෝධයක් ඇතිකරදීමටයි. මෙම ධර්ම පර්ඨාය හත අඩංගු වන්නේ සූත්‍ර පිටකයේ මජ්ඣිම නිකායේ මුලපණ්ණාසකයේ සම්බාසව සූත්‍රයේය.

මාතෘකාව ඉතා ගැඹුරු මාතෘකාව කී. නමුත් මෙයින් පැහැදිලි කලහැකි ආකාරයට පෙන්වා දුන්නත් ධර්මයට උන්නදුව අතිකර ගෙන සැසඳ දුක් දුරු කිරීම සඳහා උපාය යොග්‍ය ධර්මානුකූල නවතවත් මේ කරුණු ගැන ගැඹුරින් විමසිය යුතුය.

බුදුරජාණන් වහන්සේ සැවැත්නුවර ජේතවනාරාමයේ වැඩ වසද්දී එක්තරා දවසක නිකුත් වහන්සේලා අමතා මහණෙනි, මම අද නුඹලාට සියලු ආශ්‍රව ක්‍ෂයකරන ප්‍රතිපදාව දේශනා කරනව හොඳින් සවිච්ඡේදන ඩින. ඒ අනුව සිහිකරන්න ඩින. යනුවෙන්ද අවවාද කරමින් සම්බාසව නැවැත් මෙම සූත්‍රය දේශනා කොට වදාළහ.

උන් වහන්සේ ආරම්භයේදීම සිහිපත්කරනව කරුණු දෙකක් ඒ ගැන පළමුවෙන් තේරුම් ගැනීම වටිනව. මහණෙනි, යෝනියෝ මනසිකාර්යන්, අයෝනියෝ මනසිකාර්යන් යන දෙක දන්නා කෙනා සහ දකින්නා ආශ්‍රව ක්‍ෂය කරන්නෝය. එය නොදන්නේද නොදකින්නේද එබඳු පුද්ගලයෙකුට ආශ්‍රව ක්‍ෂය වෙනැයි මම නොකියමි.

ආශ්‍රව (ආසව) යනු, අති දීඝී කාලයක් සත්ව සන්නාතයේ පැවතීමෙන් පලවන කෙළෙස් වගී හතර කි.

01. කාමාසව, 02. භවාසව, 03. දිට්ඨාසව, 04. අච්ඡේදාසව යනු එම හතර වර්ගය යි. මෙය දේශීය චේද්‍ය විද්‍යාවේ නිෂ්පාදනය කරන ආසව නම් වූ බෙහෙත මෙන් කලක් පදම් කිරීමෙන් සකස් කරන බෙහෙත් මෙනි.

කාමාසව යනු කාම වස්තූන් කෙරෙහි අතිවන තණ්හාවයි. භවාසව යනු රූප අරූප භවයන්හි උත්පත්තිය කෙරෙහි අති අල්ල හෙවත් භව තණ්හාවයි. දිට්ඨාසව යනු විවිධ වර්ගවූ අදහස් දැරීමයි.

එම අදහස් ඔස්සේ ක්‍රියාකිරීමට අති තණ්හාවයි. අච්ඡේදාසව යනු නොදන්නා කමින් (ලොව අතිතත්වය එලෙසින් නොදන්නාකම) මුලාවීම හෙවත් ලෝකය හා බැඳීමයි. මේ සතර අතන්තකාලයක් අප සිත් සතන්තල පවතින්නේ පලකොට පෙරලන ලද මන්දව්‍යයක් මෙනි. එයින් මන්වූ විට එම මතය කාලසීමාවක් පවතින නමුත් ඉහතකී ආසව යන්ගෙන් මන්වීම අරු , කණ , නාසය , දිව , ශරීරය, මනස යන අවමුණු හය දූෂණය කරමින් එම දොරටු හයෙන් ගලන බැවින් ආසව යයි ව්‍යවහාර මෙනි.

රූපාදි සකඤ්ච පරම්පරාව නොසිදී දිගින් දිගට පවතිමින් අපි සැසඳ ගමන් කරනවා යනුවෙන් කියන්නේද ඉහත කී මේ ධර්ම සතර හෙවත් ආශ්‍රව සතර නිසාය. බුදුරජාණන් වහන්සේ

මෙම සූත්‍රයේ ආරම්භයේදී පෙන්වා දෙනු ලබන නුවණින් දන්නා සහ නුවණින් දකින්නාට මෙම ආශ්‍රව ක්‍ෂය වීම සිදු වන බව ද තව දුරටත් උත්වහන්සේ එයම පැහැදිලි කරනව. යෝනියෝ මනසිකාර්ය භාවත් නුවණින් මෙතෙහි කරන්නාට නූපත් ආශ්‍රව (නූපත් කෙළෙස්) නූපදිනව, උපත් ආශ්‍රව ප්‍රහීණ වෙනව. අයෝනියෝ මනසිකාර්ය භාවත් නුවණින් මෙතෙහි කරන්නාට ඒ නිසාම උපත් ආශ්‍රව (උපත් කෙළෙස්) වැඩි දියුණු වී නූපත් ආශ්‍රව උපදිනව පමණක් නොව සසර ද නොසිඳී පවතින බව පෙන්වා දෙනව.

මේ සඳහා වැඩි විලිවෙලක් ආකාර හතකින් බුදුරජාණන්වහන්සේ පෙන්වා දෙනවා. ඉහත කී අවදානමට නොවැටීමට යෝනියෝ මනසිකාර්ය පවත්වාගත යුතු අරමුණු භාවත් ආකාර 07 මෙසේය.

- 01. අතී නිකමවේ ආසවා දැසැසනා පහාතමබ්බා (මහණෙනි, දැඩිතයෙන් පහකළ යුතු ආශ්‍රව නිබේනව)
- 02. අතී ආසවා සංවරා පහාතමබ්බා (සංවරයෙන් පහකළ යුතු ආශ්‍රව නිබේනවා)
- 03. අතී ආසවා පටිසෙවනා පහාතමබ්බා (ප්‍රත්‍යවේක්‍ෂාවෙන් දුරකළ යුතු ආශ්‍රව නිබේනව)
- 04. අතී ආසවා අධිවාසනා පහා තමබ්බා (ඉවසීමෙන් දුරකළ යුතු ආශ්‍රව නිබේනවා)
- 05. අතී ආසවා ජර්වජ්ජනා පහා තමබ්බා ( බැහැරවීමෙන් දුරකළ යුතු ආශ්‍රව නිබේනවා)
- 06. අතී ආසවා විතෝදනා පහා තමබ්බා (වීර්යයෙන් දුර කළ යුතු ආශ්‍රව නිබේනවා)
- 07. අතී ආසවා භාවනා පහා තමබ්බා ති. (භාවනාවෙන් දුරකළ යුතු ආශ්‍රව නිබේනව)

මේ බුදුරජාණන් වහන්සේ කෙළෙස් (ආශ්‍රව) දුරකිරීම භාවත් නිවන් දැකීම සඳහා අපිට කියාදුන් වැඩි විලිවෙලයි. අපි අහල නිබේනනෙ කෙළෙස් දුරකරන්න භාවනා කළ යුතුයි කියලයි. භාවනාවෙන් යෝනියෝ මනසිකාර්ය අපි කරදීමට උපදෙස් දෙන්නේ 07 වෙනි කාරණය ලෙසටයි. භාවනාවෙන්ම නිවන් දකින්න හැකිනම් උත්වහන්සේ ඉහත කී කරුණු 06 දේශනා කරන්නේ තැහැර. ඒ ඒ කාරණයෙන් දුර කළ යුතු ආශ්‍රව ඒ ඒ කාරණයෙන්ම දුර කළ යුතු නිසා දැඩිතයෙන් දුර කළ යුත්ත දැඩිතයෙන්ම දුරකිරීමටත් භාවනාවෙන් දුර කළ යුත්ත භාවනාවෙන්ම දුර කළ යුතු බවත්ය. එයින් පළමුවෙන්ම දැඩිතයෙන් කෙළෙස් දුරකිරීම දුක විලිබඳ නිවැරදි පියවරයි. එයින් තුන් සංයෝජයෝ ප්‍රහීණ වන බව පෙන්වා දෙනව.

නිවන් මග බුදුරජාණන් වහන්සේ අංග අටකින් දේශනා කර ඇත. එහි සම්මා දිට්ඨිය පළමු මාර්ගාංගයයි. එම මාර්ගාංගයේ ගමන් කිරීමට විලිපත් පුද්ගලයා සත් පුරුෂ ආශ්‍රය ඇති කර ගනී. ඒ තුළින් දුක හඳුනාගන්නව. දුක ඇති වීමේ හේතුව දැනුවත් ලබා ගන්නවා. දුක ඇති කිරීමට හැකිබව වටහාගන්නවා, දුක ඇතිකිරීමේ මාර්ගය මෙයැයි හඳුනාගන්නවා. මේතුළින් දැඩිතය ඇතිකර ගන්නවා. එයින් දිට්ඨාසව දුර කෙරෙනව.

ලෝකයේ ඇති හැම දුකක්ම ගැටලුවක්ම නිරාකරණය කරගැනීමට මේ ධර්මානුකූල බලපෑම වේ. උදාහරණයක් ලෙස චිත්තයේදී ද මේ ධර්මානුකූල බලපෑම වේ. ධර්මයෙන් දිලිසු කෙතෙක් දැක්වෙන්නේද නිසිවින්ම බව අවබෝධ කරනවා. එම අනුකූලතාවයේ භාවිතය වීමට හේතුව. මුදල් උපයෝගීත්වයට දිලිසුබව තැනීමට හැකිවීම තේරුම්ගන්නවා. මුදල් උපයෝගී කෙරෙහිද

යන්න අවබෝධය ඇතිකරගෙන ඒ සඳහා උත්තරවන්නවා . දුකකි සත්‍ය, සමුදය සත්‍ය, නිරෝධ සත්‍ය, මාර්ග සත්‍ය වශයෙන් ආශ්‍රිත ක්‍රියා කිරීමටද මෙම භාවිතය සත්‍ය නිවැරදි යුතුය. ඒනුම සීම , සමාධි, පුරුදුව ගොඩනගන්නවා. ආශ්‍රිත ක්‍රියා කිරීමට වෙනත් න්‍යායක් භාවිතාකිරීම ආශ්‍රිතවත් පුද්ගලයාගේ ස්වභාවයයි. ශ්‍රීතවත් ආයුරු ශ්‍රාවකයා දර්ශනය තේරුම්ගෙන ඒනුමින් දුක තැනීම කරනවා. (දැක්වෙන පහතබලා)

මේ ලිපියට ආශ්‍රිත ක්‍රියා කිරීම සඳහා මෙම සුත්‍රයෙන් පෙන්වා දෙනුයේ සංවර්ධන උපයෝගී කරගැනීමටයි.

වකු, සෝන, කාණ, ජීවිතා, කාය, මන (ඇස, කන, නාසය, දිව, ශරීරය, මනස) යන මේ ඉන්ද්‍රිය ධර්ම හය නුවණින් දැකීමේ මෙතෙහි කරවීමේ රැකවීමේ සංවර්ධනයයි. මෙයින් ඇස ප්‍රධාන වෙයි. ඇසෙන් ගන්නාලද අවමණ සුමු සුමු වශයෙන් නිවැරදි ගැනීම් ආදී වශයෙන් ආයතන හයටම විහිදී ඇතිවීම් නිවැරදි ගන්නවා. ඒවා අතහැර සන්නාහගතව පවත්වනවා. තවත් තවත් සකන්ධ පරිපූරකවක් ලෙසින් පල්ලවේ නියතවා. ඒවා ආශ්‍රිත ගැටලුවක් ධර්මයේ දැක්වෙනුයේ. දැක්වෙන පහත දැක්වූ සුමුගින් ආරක්‍ෂා කිරීමට කටයුතු වන්නා සේ සිතේ වංචල බව වටහාගත් කල ඊට පිලියම වන්නේ වකු ආදී දොරටු සය වැසීමට නුවණින් දැකීමේ උත්සාහ ගැනීමයි.

ලෝකයේ ඇතිවන සියලු යුධ ගැටුම් ආදී සියල්ලටම භාවිතය මේ සංවර්ධන හඳුනා නොගැනීමයි. කුඩා ඒකකය වන පවුලේ සාමාජික පිරිස අතරේ භාවිතය ඒවා ආයතනයේ භාවිතය ඇතිවන ගැටලු පල්ලවන ආශ්‍රිත බවට පත්කර නොගෙන තමන්ගේ දුර්වලකම හඳුනාගෙන සුදුසු විකල්ප ක්‍රියාමාර්ගයක අවමණක සිත පිහිටුවා සිතේ සමඵයක් ඇතිකර ගැනීමෙන් ආයතන හය නිසා උපදින ආශ්‍රිත දුර්වලතාවය ඉන්ද්‍රිය සංවර්ධන ඇතිකරගනී. (සංවර්ධන පහතබලා)

සිතක පල්ලවන ආසව දුර්වල කරන තෙවෙනි මග ප්‍රත්‍යාවේකාවයි. එනම් නුවණින් මෙතෙහි කිරීමයි. ගිහි භාවිතය පැවිදි භාවිතය ජීවිතය පැවරීමට අවශ්‍ය සිව් පස් ඇදුම් ආහාර ගෙවල් දොරටු, සෞඛ්‍ය සඳහා අවශ්‍ය මෙතෙහි ආදිය ගැනෙනවා. බුදුරජාණන්වහන්සේ තම නිකුත් ශ්‍රාවකයන්වහන්සේලාට විශේෂයෙන් නුවණින් මෙතෙහි කර පරිහරණය අනුමත කර වදාලේ මේ නිසාය. වාක්‍ය වශයෙන් හැකි තරම් කියනවාට වඩා නුවණින් මෙතෙහි කිරීම. ආහාර

ආදී සිටුපසය කුමකටද? කුමක් බැක ගන්නද? කුමක් සඳහා ද ? ආහාර ආදී ප්‍රත්‍ය තොලලුනොත් මේ ජීවිතයට ශරීරයට කුමක් වේද ? යනුවෙන් ත්‍රි ලක්ෂණයට අනුව සිතීමෙන් පංචකාමය වීසින් පාලනය කරන බව වැටහෙනවා. ගෙදර තුළ ආයතනයේ, රටතුළ පාර්ලිමේන්තුවේ, ලෝකයේ ආදී වශයෙන් මහාගැහිම අදීම බෙදීම් අතිකර්මාන්ත ලෝභ, දුටුවීම, මෝහ ගතිය හිසාය. බෙදීමට ධීඤ්ඤාව අනුප්‍රාප්තව සීමාවා දැක්වෙන සමපන්නා ..... බෙදීම යනාදී වශයෙන් කී ගෙයින් දෘෂ්ඨියට නොපැමිණි ප්‍රථම මාර්ග ඥාණයෙන් දැක්වෙන සම්පන්න වීම වස්තු කාම, කෙලෙස කාම විනාශ කිරීමයි.

මෙහිදී මමය මාගේය යන ආත්මීය ගැහිම් ඉවත්කර ගැනීමට නුවණින් මෙතෙහි කිරීමෙන් ආශ්‍රව දුරකරගත යුතුය. (පටිසේචනා පහාතබ්බා).

මිලිගට මෙම සුත්‍රයෙන් උගන්වන කෙලෙස් ප්‍රහාණ උපක්‍රමය ඉවසීමෙන් දුරකිරීම යි. අපේ ජීවිත වටා විවිධ උපද්‍රව අවි අමෝචා ගත් වදකයින්ගේ පවතිනව. අපේ සුවපහසුවට හිසන සුළඟ, අවිච්ච, වැරැද්ද, සාපිපාසාව, හිතදා, අපහාස දුෂ්කර කටුක අත්දැකීම් අතිවෙනව. විඳින්නට වෙනව. මේ සියල්ල ඉවසිය යුතුයි. උපාදානස්කන්ධ පහ මමය, මාගේය, කරගෙන ඉන්නා හිසා මට සැප ඩින දුක වීපා යන ගැහිමෙන් හැම වටපිටාවක්ම හදනවා. අතිනුනොත් සැප, තැනිනුනත් දුක, මේ දෙකම කාටද ?, මම ගෙවත් මමත්වය මන ඉවසීම තැනිවෙනව වියම හේතුකරගෙන ආශ්‍රව කඳුගහ ගන්නව. ඒ ආශ්‍රව හිසා සීමය ගුණය පිරිහී නිරයගාමී වෙනව. මදුරු තුඩින්වන හානිය ඉවසීමෙන් දුරකිරීමට නොහැකි පුද්ගලයා නිරා දුකට ගොදුරු වෙනවා. වීහිදී වේදනා හඬව හඬවා විදීමට වෙනවා.

සමාප්තව පිලිබෙදීම් අත කොටා ගැනීම් කුල මළ නම්ගම් කියාගැනීම් හටගන්නේ මේ ඉවසීම තැනිකමයි. මේ සඳහා නුවණින් දැක හේතු ප්‍රත්‍යයෙන් හටගත් දුක ගැන සිතා ආශ්‍රව ක්ෂයකල යුතුයි. (අධිචාසනා පහා තබ්බා)

ආශ්‍රව දුරකරන 05 වෙනි මග බැහැර වීමෙන් දුරකිරීමයි. මෙයින් අදහස් කරනුයේ සීමයයි. අපේ සාමන්‍ය ජීවිතයේදී අපිට විරුද්ධව වන යම්කිසි අනතුරක් අත්වේ විය මග හැරීම අපේ ස්වභාවයයි. වසේ කරන්නේ නුවණින් විමසා බැලූ කෙනෙකු පමණයි. අප්‍රිය, අමනාප, තපුරු, අහිතකර යම් අනතුරක් මගහැර යන්නේ යම්සේද අපේ හිත කෙලෙසෙන හේතූන් අතිතැනින් බැහැරවිය යුතුයි. අනතුරු දායක තත්වයෙන් මිදිය යුතුයි. මෙසේ සිතීමෙන් බොහෝ සමාප්ත අර්බුද තැනිකරගත හැකියි. හිටත් මග පරිහරණය කරන හැම කෙනෙකුම නුවණින් මෙතෙහි කොට අනතුරින් මිදීමට බැහැරවීම සීමයෙන් කල යුතුයි. විනය පිටකය දේශනා කළේ මේ හිසාය. (පරිවජ්ජනා පහා තබ්බා)

මිලිග ආශ්‍රව ක්ෂය කිරීමේ නිර්දේශය වන්නේ , වියඳුයෙන් දුරකළ යුතු සිතෙහි හටගන්නා කාම, ව්‍යාපාද, විහිංසා විතර්කයන් හඳුනාගෙන ඒවා දුරු කළ යුතුයි. නොඉවසීම,

දුරු කිරීම, බැහැර කිරීම, විනාශ කිරීම, තැවන ඇති නොවීමට කටයුතු කිරීම ආශ්‍රීත දුරුකිරීමේ ප්‍රභාණ සැකැස්ම වශයෙන් වචන පහකින් ගිණිමානද සුත්‍රයේදී පැහැදිලි කරනව. මේ සඳහා නොකමම අවපාපද අවිහිංසා සංකපප ඇතිකරගත යුතුයි. සාමාන්‍ය ජන ජීවිතයේදී ද ඇතිවන අර්බුද ගැටලු කුමන තරාතිරමක වුවද අධ්‍යාපනය හදාරණ ශිෂ්‍යයෙකුට වුවද මේ ජයගැනීමේ මගයි. චිත්තයෙන් ආශ්‍රීත හෙවත් කෙළෙස් දුරුකිරීමයි . (විනෝදනා පහාතබ්බා)

සබ්බාසව සුත්‍රයේදී යෝනියෝ මනසිකාර්ය දියුණුකොට ආශ්‍රීත ක්‍ෂය කිරීම සඳහා දේශනා කොට වදාල හත්වෙනි කාරණය වන්නේ භාවනායි. විසි පැනිරි අවුල් වී ඇත්තා වු සිත එක අර්බුදක පවත්වා පිහිටුවා අවබෝධ අංග හත වැඩීමයි. තවත් විදියකින් කියනවනම් දැවිලි සහිත වෙහෙස සහිත පල් වු ආශ්‍රීතයන් ප්‍රහීණ කොට දකින (දිට්ඨ) අහන (සුත) දැනෙන (මුත) දැනගන්නා (විකැස්සන) වු ධර්මතාවයන් එයින්ම අවසන් කිරීමේ ඉතුරු කර නොගෙන පල් කිරීමට නොදාන තත්වයට සිත පමුණුවා ගැනීමයි. සමච්චිද්ඵ්ඨනා භාවනාවයි. (භාවනා පහාතබ්බා)

කළබලවු සිත් නිසා මුලු මහත් මිනිස් සංහතියම දැවෙන තැවෙන තත්වයට පත්වී ඇති බැවින් භාවනාවෙන් එම කළබලවු සිත් සංවර කර සමාජගත බොහෝ අවුල් ඒ ඒ පුද්ගලයාට විසඟන හැකි මෙම ආකාර හත සියලු ආශ්‍රීතයන් දුරුකොට දැස සංයෝජන ධර්මයන් සහිත මනාකොට මාතය දුරු කිරීමෙන් සියලු දුක් නිමාකළේය යනුවෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශණා කිරීම අවසන් කරනවිට සවන් යොමා සිටි තිකුණු වහන්සේලා වඩාත් සතුටට පත්වී අනුමෝදන්ව පිළිගන්නා යනුවෙන් ප්‍රකාශ කළ බව සුත්‍රයේ දැක්වේ.

[www.lakruhunu.com](http://www.lakruhunu.com)