

ධර්මය පිහිට කර ගෙන සුවසේ ජීවත් වන්න

අත්තදීප සූත්‍රය ඇසුරින්

(බුද්ධ ජයන්ති ත්‍රිපිටක ග්‍රන්ථ මාලා, සංයුක්ත නිකාය 3 - පිටු අංක 76 - 79)

ආත්ම විශ්වාසයෙන් යුතුව තමා පිහිට කර ගෙන, ධර්මය කෙරෙහි විශ්වාසයෙන් යුතුව ධර්මය පිහිට කර ගෙන අනෙකක් පිහිට නොකර ගෙන වාසය කළ යුතුය.

දුක හටගැනීම

මෙසේ වාසය කරන්නා විසින් ‘ශෝක, දුක, දොම්නස, විලාප කීම්, දැඩි සිත් තැවුල් කුමකින් උපදින්නේ ද? කුමකින් ඇති වන්නේ ද?’ යැයි මෙසේ ම විමසිය යුතුය.

උතුමන් නොදකින, උතුම් සද්ධර්මයෙහි අදක්ෂ, නොහික්මුණු, සද්ධර්මය නොදන්නා පෘථග්ජනයා, රූපය ආත්ම යැයි හෝ ආත්මය රූප ඇත්තෙකැයි හෝ ආත්මයෙහි රූපය පවතී යැයි හෝ රූපයෙහි ආත්මය පවතී යැයි හෝ දකියි. ඔහුගේ ඒ රූපය වෙනස් වෙයි, බිඳී යයි, අන් අයුරක් වෙයි. මෙසේ රූපය වෙනස් වන විට, බිඳී යන විට, අන් අයුරක් වන විට ඔහුට ශෝකය, දුක, දොම්නස, විලාප කීම්, දැඩි සිත් තැවුල් උපදියි.

වේදනාව ආත්ම යැයි හෝ ආත්මය වේදනා ඇත්තෙකැයි හෝ ආත්මයෙහි වේදනාව පවතී යැයි හෝ වේදනාවෙහි ආත්මය පවතී යැයි හෝ දකියි. මෙසේ වේදනාව මමය, මාගේ වේදනාව යැයි වරදවා ගනියි. ඔහුගේ ඒ වේදනාව වෙනස් වෙයි, බිඳී යයි, අන් අයුරක් වෙයි. මෙසේ වේදනාව වෙනස් වන විට, බිඳී යන විට, අන් අයුරක් වන විට ඔහුට ශෝකය, දුක, දොම්නස, විලාප කීම්, දැඩි සිත් තැවුල් උපදියි.

සංඥාව (හඳුනාගැනීම) ආත්ම යැයි හෝ ආත්මය සංඥා ඇත්තෙකැයි හෝ ආත්මයෙහි සංඥාව පවතී යැයි හෝ සංඥාවෙහි ආත්මය පවතී යැයි හෝ දකියි. ඔහුගේ ඒ සංඥාව වෙනස් වෙයි, බිඳී යයි, අන් අයුරක් වෙයි. මෙසේ සංඥාව වෙනස් වන විට, බිඳී යන විට, අන් අයුරක් වන විට ඔහුට ශෝකය, දුක, දොම්නස, විලාප කීම්, දැඩි සිත් තැවුල් උපදියි.

සංස්කාරය (චේතනාව) ආත්ම යැයි හෝ ආත්මය සංස්කාර ඇත්තෙකැයි හෝ ආත්මයෙහි සංස්කාරය පවතී යැයි හෝ සංස්කාරයෙහි ආත්මය පවතී යැයි හෝ දකියි. ඔහුගේ ඒ සංස්කාරය වෙනස් වෙයි, බිඳී යයි, අන් අයුරක් වෙයි. මෙසේ සංස්කාරය වෙනස් වන විට, බිඳී යන විට, අන් අයුරක් වන විට ඔහුට ශෝකය, දුක, දොම්නස, විලාප කීම, දැඩි සිත් තැවුල් උපදියි.

විඥාණය (දැනගැනීම) ආත්ම යැයි හෝ ආත්මය විඥාණය ඇත්තෙකැයි හෝ ආත්මයෙහි විඥාණය පවතී යැයි හෝ විඥාණයෙහි ආත්මය පවතී යැයි හෝ දකියි. ඔහුගේ ඒ විඥාණය වෙනස් වෙයි, බිඳී යයි, අන් අයුරක් වෙයි. මෙසේ විඥාණය වෙනස් වන විට, බිඳී යන විට, අන් අයුරක් වන විට ඔහුට ශෝකය, දුක, දොම්නස, විලාප කීම, දැඩි සිත් තැවුල් උපදියි.

දුක නැති වීම

එසේ ම,

රූපයෙහි අනිත්‍ය බව, නොආලෝක බව, නිරෝධ වන බව, වෙනස් වනසුලු බව දැනගෙන හැම රූපයක් ම අනිත්‍යය, දුකය, වෙනස්වනසුලු යැයි ඇති සැටියෙන් මනා නුවණින් දකින්නාහට යම් ශෝක, දුක, දොම්නස්, විලාප කීම, දැඩි සිත් තැවුල් ඇත් ද ඒවා ප්‍රභීත වෙයි. ඒ රූප ප්‍රභාණයෙන් තැති නොගනියි. තැති නොගන්නේ සුවසේ ජීවත් වෙයි.

වේදනාවෙහි අනිත්‍ය බව, නොආලෝක බව, නිරෝධ වන බව, වෙනස් වනසුලු බව දැනගෙන හැම වේදනාවක් ම අනිත්‍යය, දුකය, වෙනස්වනසුලු යැයි ඇති සැටියෙන් මනා නුවණින් දකින්නාහට යම් ශෝක, දුක, දොම්නස්, විලාප කීම, දැඩි සිත් තැවුල් ඇත් ද ඒවා ප්‍රභීත වෙයි. ඒ වේදනාවන් ප්‍රභාණයෙන් තැති නොගනියි. තැති නොගන්නේ සුවසේ ජීවත් වෙයි.

එසේ ම සංඥාවෙහි අනිත්‍ය බව, නොආලෝක බව, නිරෝධ වන බව, වෙනස් වනසුලු බව දැනගෙන හැම සංඥාවක් ම අනිත්‍යය, දුකය, වෙනස්වනසුලු යැයි ඇති සැටියෙන් මනා නුවණින් දකින්නාහට යම් ශෝක, දුක, දොම්නස්, විලාප කීම, දැඩි සිත් තැවුල් ඇත් ද ඒවා ප්‍රභීත

වෙයි. ඒ සංඥා ප්‍රභාණයෙන් තැති නොගනියි. තැති නොගන්නේ සුවසේ ජීවත් වෙයි.

එසේ ම සංස්කාරයෙහි අනිත්‍ය බව, නොඇලෙන බව, නිරෝධ වන බව, වෙනස් වනසුලු බව දැනගෙන හැම සංස්කාරයක් ම අනිත්‍යය, දුකය, වෙනස්වනසුලු යැයි ඇති සැටියෙන් මනා නුවණින් දකින්නාහට යම් ශෝක, දුක, දොම්නස්, විලාප කීම්, දැඩි සිත් තැවුල් ඇත් ද ඒවා ප්‍රහීන වෙයි. ඒ සංස්කාර ප්‍රභාණයෙන් තැති නොගනියි. තැති නොගන්නේ සුවසේ ජීවත් වෙයි.

එසේ ම විඥානයෙහි අනිත්‍ය බව, නොඇලෙන බව, නිරෝධ වන බව, වෙනස් වනසුලු බව දැනගෙන හැම විඥානයක් ම අනිත්‍යය, දුකය, වෙනස්වනසුලු යැයි ඇති සැටියෙන් මනා නුවණින් දකින්නාහට යම් ශෝක, දුක, දොම්නස්, විලාප කීම්, දැඩි සිත් තැවුල් ඇත් ද ඒවා ප්‍රහීන වෙයි. ඒ විඥාන ප්‍රභාණයෙන් තැති නොගනියි. තැති නොගන්නේ සුවසේ ජීවත් වෙයි.