මෙලොව පරලොව දුක් දුරු කර නිවන වෙතට ම මැදුම් පිළිවෙතින්

උපෝසථය සහ මෛත්‍රිය

මජ්ඣිමා පටිපදා

වෙබ් අඩවිය: **www.majjimapatipada.org**

නොමිලේ බෙදාහැරීම සඳහා පමණි

පූර්විකාව

- දුකෙන් මිදෙනු පිණිස මග හෙළි කළ, භාග්‍යවත් වූ අරහත් වූ ගෞතම සම්මා සම්බුදු රජාණන් වහන්සේට නමස්කාර වේවා!

- මැනවින් දේශනා කරන ලද ඒ භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ ධර්මයට නමස්කාර වේවා!

- නිවන් මගට පිළිපන් අට පිරිසක් වූ ඒ භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ ශ්‍රාවක සංඝයාට නමස්කාර වේවා!

බුදු රජාණන් වහන්සේගේ අවවාදයට අනුව පසළොස්වක, අමාවක, පුර අටවක සහ අව අටවක යන පොහෝ දිනවල සිල් සමාදන් වීම, උපාසක උපාසිකාවන් තමාගේ මෙලොව සහ පරලොව යහපත වෙනුවෙන් කළ යුතු වෙයි. රහතන් වහන්සේලා අනුකරණය කර, මහත්ඵල මහානිසංස වූ අංග අටකින් හෝ නමයකින් යුතු උපෝසථය වසනු ලැබෙයි.

මෙසේ උපෝසථය කළ යුතු නිවැරදි පිළිවෙළ සියල්ල දන්නා වූ දක්නා වූ ගෞතම බුදු රජාණන් වහන්සේ විසින් දේශනා කරන ලද සේක. කාලයත් සමඟ එම බුද්ධ භාෂිතය සහ නිර්වාණ ප්‍රතිපදාව වෙනස් වීම්වලට ලක්වී ඇත.

උපාසක උපාසිකාවන්ට දුගතියෙන් මිදී සුගතිගාමී වීම පිණිස, සුදුසු කාලයෙහි නිවන් අවබෝධ කිරීම පිණිස ඉවහල් වන්නා වූ මේ උපෝසථය සමාදන් වීම වරදවා ගැනීම මහත් අවාසනාවක් වෙයි.

ත්‍රිපිටකයේ ඇතුළත් වන බුද්ධ භාෂිතය ඇසුරින් එම වරදවා ගැනීම් මතු කර නිවැරදි ලෙස පොහෝ දින උපෝසථය සමාදන් වීමට මඟ පෙන්වීම පිණිස මෙම ග්‍රන්ථය උපකාර වේතැයි අපේක්ෂා කරමු.

තෙරුවන් සරණයි.

බඹරගල අභයවංශ හිමි

මැදිරොද බුද්ධවංශ හිමි

පළමු මුද්‍රණය - 2018 මැයි
දෙවන මුද්‍රණය - 2018 සැප්තැම්බර්
ISBN 978-955-35599-1-3

සද්ධර්මය විවෘත වූයේ බබළයි.

වැසුණෝ නොබබළයි.

- ගෞතම බුදු රජාණන් වහන්සේ

මෙම පොතෙන් කරුණු උපුටා ගැනීම හෝ පිටපත් කිරීම හෝ නැවත මුද්‍රණය කර බෙදාහැරීම සඳහා කිසිවෙකුගෙන් ලිඛිත ව හෝ වාචික ව අවසර ගැනීම අවශ්‍ය නොවෙයි.

පොහෝ දින සිල් සමාදන් වීමට උපදෙස් සහ එහි ආනිසංස

සියල්ල දන්නා වූ දක්නා වූ බුදු රජාණන් වහන්සේ විසින් පසළොස්වක, අමාවක, පුර අටවක සහ අව අටවක යන පොහොය දින සතරෙහි ම සිල් (උපෝසථ) සමාදන් විය යුතු බවට අවවාද කළ සේක.

පොහෝ දින සමාදන් වන උපෝසථ දෙකකි.

කවර උපෝසථ දෙකක් ද යත්;

- අෂ්ටාංග උපෝසථය
- නවාංග උපෝසථය

බුදු රජාණන් වහන්සේ අනුදැන වදාළ අයුරින්, අවවාද කළ අයුරින් කෙලෙස් තවන වීර්යයෙන් නිවනට මෙහෙය වූ සිත් ඇති ව වාසය කිරීම පිණිස අෂ්ටාංග සහ නවාංග උපෝසථ සමාදන් වීම මහත්ඵල මහානිසංස වෙයි.

කෙසේ මහත්ඵල මහානිසංස වේ ද යත්;

- පොහෝ දින උපෝසථ සමාදන් වී මේ ජීවිතයේ දී ම තමන් සරණ ගිය ශාස්තෘන් වහන්සේගේ අවවාදය අනුව හික්මෙන උපාසකයෙක් හෝ උපාසිකාවක් යැයි මහත් සතුටක් ලබන්නේය.

- දුසිල්වතුන්ගේ සිල් නැති කර ගැනීමේ දොස් පසකි.
    1. සිල් නැති කර ගත් දුසිල්වත් පුද්ගලයා ප්‍රමාදය හේතුවෙන් මහත් වස්තු පිරිහීමකට පත්වෙයි.
    2. සිල් නැති දුසිල්වතුන් කෙරෙහි පහත්, නීච, අපකීර්ති රාවයක් පැතිරෙයි.
    3. සිල් නැති දුසිල්වත් පුද්ගලයා, රජ පිරිසක් හෝ බමුණු පිරිසක් හෝ ගෘහපති පිරිසක් වෙතට බියෙන්, අදක්ෂ ව, පහතට හරවා ගත් මුහුණ ඇති ව එළඹෙයි.
    4. සිල් නැති දුසිල්වත් පුද්ගලයා සිහි මුළා වී කළුරිය කරයි.

5. සිල් නැති දුසිල්වත් පුද්ගලයා කය බිඳී මිය ගොස් සැප නැති, දුක් ඇති, නපුරු වූ නිරයේ උපදියි.

(බුද්ධ ජයන්ති ත්‍රිපිටක ග්‍රන්ථ මාලා, ඛුද්දක නිකාය 1 පාටලිගාමිය සූත්‍රය - පිටු අංක 302 - 305)

තමන් සිල් රකින නිසා මේ දෝෂයන් තමන්ට හිමි නොවන බව දැක මහත් සතුටක් විඳියි.

- භික්ෂුවකට හෝ භික්ෂුණියකට මෙන් සෑම දිනක ම රහතන් වහන්සේලා අනුකරණය කර වාසය කළ නොහැකි වුවත් මාසයකට දින සතරක්වත් රහතන් වහන්සේලා අනුකරණය කර රහත් වීමට පුරුදු වීම පිණිස උපෝසථ කරන බැවින් මහත් සතුටක් විඳියි.
- සිල්වත් පුද්ගලයා සිල් රකින බැවින් රජ පිරිසක් හෝ බමුණු පිරිසක් හෝ ගෘහපති පිරිසක් වෙතට භය නොමැති ව, දක්ෂ ව, තෙදැති ව එළඹෙයි.
- සිල්වත් පුද්ගලයා කෙරෙහි යහපත් කීර්ති රාවයක් පැතිරෙයි.

- සිල්වත් පුද්ගලයා මනා සිහි ඇති ව ම කලුරිය කරන බව සහ කය බිඳී මිය ගොස් දුක් නැති, සැප ඇති, දීර්ඝායුෂයෙන් යුත් දෙව්ලොව උපදින බව දැන මහත් සතුටක් විඳියි.

- සෝවාන්, සකදාගාමි සහ අනාගාමි මාර්ග ඵල ලැබීම පිණිස උපෝසථ විසීම හේතු වෙයි. මෙසේ සතර අපායෙන් සදහට ම මිදුණු බව හෝ මිදෙන බව දැක මහත් සතුටක් විඳියි.

- එසේ මාර්ග ඵල ලැබුණු තැනැත්තා නියතයෙන් ම සියලු දුකෙන් අත්මිදීම නම් වූ නිර්වාණයට නිසි කල පැමිණෙන බව දැක මහත් ම සතුටක් අත්විඳියි.

සියවස් ලක්ෂ ගණන් සැප විඳීමට අපායෙන් මිදීමට සහ මාර්ගඵල ලැබීමට අෂ්ටාංග උපෝසථයෙහි වෙසෙන්න

සක්‍ය සූත්‍රය ඇසුරින්

(බුද්ධ ජයන්ති ත්‍රිපිටක ග්‍රන්ථ මාලා, අඞ්ගුත්තර නිකාය 6 - පිටු අංක 148 - 155)

එක් කලෙක භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ශාක්‍යයන්ගේ කපිලවස්තුවෙහි නිග්‍රෝධාරාමයේ වැඩ වසන සේක. උපෝසථ පොහෝ දින බුදු රජාණන් වහන්සේ හමු වීමට බොහෝ ශාක්‍යයන් පැමිණ වැඳ එකත් පසෙක සිටි කල, භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මෙසේ ඇසූ සේක.

"ශාක්‍යයෙනි, නුඹලා අෂ්ටාංගික උපෝසථයෙහි වෙසෙන්නෙහු ද?"

"අපි සමහර දිනෙක උපෝසථ වසන්නෙමු, සමහර දිනෙක උපෝසථ නොවසන්නෙමු" යි ශාක්‍යයෝ පැවසූහ.

“ශාක්‍යයෙනි, නුඹලා ශෝකය ඇති වේ යැයි බියෙන් යුතු ව, මරණ බියෙන් යුතු ව ජීවත් වෙමින් සමහර දිනෙක උපෝසථ වසන්නේ නම්, සමහර දිනෙක උපෝසථ නොවසන්නේ නම් එය නුඹලාට මහත් අලාභයක් ම ය, නපුරු ලැබීමක් ම ය.

ශාක්‍යයෙනි, යම් වීරියවන්ත දක්ෂ පුද්ගලයෙක් දිනකට කහවණු දහස බැගින් රැකියාවකින් උපයා ගෙන වියදම් නොකර වසර සියයක් ම ඒ කහවණු එකතු කර ගතහොත් මහා ධනවතෙක් වේ ද?”

“එසේය ස්වාමීනි”.

“ශාක්‍යයෙනි, ඒ ධනවතා ඒ භෝග හේතුවෙන්, ඒ ධනය හේතුවෙන් එක රැයක් හෝ එක දවාලක් හෝ එක රැයක භාගයක් හෝ එක දවාලක භාගයක් කිසි ම දුකක් නැති ව සම්පූර්ණයෙන් ම සැප පමණක් විඳින්නේ ද?”

“ස්වාමීනි, එසේ නොවේමය”.

“එයට හේතුව කුමක් ද?”

"ස්වාමීනි, කාමයන් අනිත්‍යය, තුච්ඡය, බොරුවක්ය, වංචාකාරීය, මුළා කරනසුලුය".

"ශාක්‍යයෙනි, මෙ සස්නෙහි මාගේ ශ්‍රාවකයෙක් දස අවුරුද්දක් මා විසින් අවවාද කළ පරිදි ම කෙලෙස් තවන වීර්යයෙන් නිවනට මෙහෙය වූ සිත් ඇති ව වාසය කරනුයේ සියවසක් ද, සියවස් සියයක් ද, සියවස් දහසක් ද, සියවස් ලක්ෂයක් ද ඒකාන්තයෙන් ම සැප පමණක් විඳිමින් වාසය කරන්නේය. හෙතෙම සකදාගාමි හෝ අනාගාමි හෝ ස්ථිර වශයෙන් සෝවාන් වන්නේය.

ශාක්‍යයෙනි, දස අවුරුද්දක් තිබේවා, මෙ සස්නෙහි මාගේ ශ්‍රාවකයෙක් එක් අවුරුද්දක් මා විසින් අවවාද කළ පරිදි ම කෙලෙස් තවන වීර්යයෙන් නිවනට මෙහෙය වූ සිත් ඇති ව වාසය කරනුයේ සියවසක් ද, සියවස් සියයක් ද, සියවස් දහසක් ද, සියවස් ලක්ෂයක් ද ඒකාන්තයෙන් ම සැප පමණක් විඳිමින් වාසය කරන්නේය. හෙතෙම සකදාගාමි හෝ අනාගාමි හෝ ස්ථිර වශයෙන් සෝවාන් වන්නේය.

ශාක්‍යයෙනි, එක් අවුරුද්දක් තිබේවා, මෙ සස්නෙහි මාගේ ශ්‍රාවකයෙක් අඩ මසක් මා විසින් අවවාද කළ පරිදි ම කෙලෙස් තවන වීර්‍යයෙන් නිවනට මෙහෙය වූ සිත් ඇති ව වාසය කරනුයේ සියවසක් ද, සියවස් සියයක් ද, සියවස් දහසක් ද, සියවස් ලක්ෂයක් ද ඒකාන්තයෙන් ම සැප පමණක් විඳිමින් වාසය කරන්නේය. හෙතෙම සකදාගාමි හෝ අනාගාමි හෝ ස්ථිර වශයෙන් සෝවාන් වන්නේය.

ශාක්‍යයෙනි, එක් අඩ මසක් තිබේවා, මෙ සස්නෙහි මාගේ ශ්‍රාවකයෙක් එක රෑ දවාලක් මා විසින් අවවාද කළ පරිදි ම කෙලෙස් තවන වීර්‍යයෙන් නිවනට මෙහෙය වූ සිත් ඇති ව වාසය කරනුයේ සියවසක් ද, සියවස් සියයක් ද, සියවස් දහසක් ද, සියවස් ලක්ෂයක් ද ඒකාන්තයෙන් ම සැප පමණක් විඳිමින් වාසය කරන්නේය. හෙතෙම සකදාගාමි හෝ අනාගාමි හෝ ස්ථිර වශයෙන් සෝවාන් වන්නේය.

ශාක්‍යයෙනි, නුඹලා ශෝකයට පත් වීමට බියෙන් යුතු ව, මරණ බියෙන් යුතු ව ජීවත් වෙමින් සමහර දිනෙක උපෝසථ වසන්නේ නම්, සමහර දිනෙක

උපෝසථ නොවසන්නේ නම් එය නුඹලාට මහත් අලාභයක්මය, නපුරු ලැබීමක්මය".

"ස්වාමීනි, අද පටන් අපි අෂ්ටාංග උපෝසථය වසන්නෙමු" යි ශාක්‍යයෝ පැවසූහ.

මේ ගෞතම බුදු රජාණන් වහන්සේ විසින් තම ඥාතීන්ට කළ යුතුකම වෙයි.

දුකට අකමැති, සැපට කැමති බුදු රජාණන් වහන්සේගේ ශ්‍රාවක උපාසක උපාසිකාවන් විසින් සෑම පොහොය දිනක ම (පසළොස්වක, අමාවක, පුර අටවක සහ අව අටවක) උපෝසථය කළ යුතු නොවේ ද?

සියවස් ගණන්, සියවස් සිය ගණන්, සියවස් දහස් ගණන්, සියවස් ලක්ෂ ගණන් කිසි ම දුකක් නොමැති ව සැප විඳීමට කැමති නම්, සතර අපායෙන් සදහට ම මිදීමට කැමති නම්, සකදාගාමි හෝ අනාගාමි හෝ ස්ථිර වශයෙන් සෝවාන් වීමට කැමති නම් සතර පොහොයට ම **බුදු රජාණන්**

වහන්සේ විසින් අවවාද කළ පරිදි ම කෙලෙස් තවන වීර්යයෙන් නිවනට මෙහෙය වූ සිත් ඇති ව වාසය කරමින් උපෝසථය සමාදන් වීම සුදුසු වෙයි.

බුදු රජාණන් වහන්සේ විසින් නිවැරදි ව අෂ්ටාංග උපෝසථය සමාදන් වන අන්දම විශාඛාවට මනා ව විස්තර කළ සේක. එය පහත විස්තර කෙරෙනු ඇත.

අෂ්ටාංග උපෝසථය සමාදන් වීම
බුදු රජාණන් වහන්සේ විශාඛාවට දෙසූ දෙසුම ඇසුරින්
(බුද්ධ ජයන්ති ත්‍රිපිටක ග්‍රන්ථ මාලා, අඞ්ගුත්තර නිකාය 1 - පිටු අංක 366 - 381)

එක් කලෙක භාග්‍යවතුන් වහන්සේ සැවැත් නුවර මිගාරමාතු ප්‍රාසාදය නැමති පූර්වාරාමයේ වැඩ වසන සේක. විශාඛා උපාසිකාව පොහෝ දින භාග්‍යවතුන් වහන්සේ වෙත පැමිණ වැඳ එකත් පස් ව වාඩි වූවාය.

''විශාඛාවනි, මේ මහ දවල් කොහි සිට එන ගමන් ද?'' යැයි භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ඇසූ සේක.

''භාග්‍යවතුන් වහන්ස, මම අද පෙහෙවස් සමාදන් වීමි''.

''විශාඛාවනි, උපෝසථ තුනකි.

1. ගෝපාල උපෝසථය

2. නිගණ්ඨ උපෝසථය

3. ආර්ය උපෝසථය

1. ගෝපාල උපෝසථය කෙසේ වේ ද?

ගොපල්ලෝ (ගවයින් බලන්නෝ) සවස් වූ විට අයිතිකරුවන් වෙත ගවයින් බාර දී මෙසේ සිතති. 'අද ගවයින් මේ මේ තැන්වල තණ කොළ කෑවා, වතුර බීවා. හෙට මේ මේ තැන්වල ගවයින්ට තණ කොළ කන්න දෙනවා, වතුර බොන්න දෙනවා'.

එසේ ම ඇතැම් කෙනෙක් සිල් සමාදන් වී 'අද මේ මේ ජාතියේ ආහාර, කැවිලි කෑවා. හෙට මේ මේ ජාතියේ ආහාර, කැවිලි කනවා' යි ලෝභ සහගත ව, දැඩි ලෝභී සිතින් දවස ගෙවයි.

මේ උපෝසථය මහත්ඵල නොවෙයි. මහානිසංස නොවෙයි. මහත් බැබළීමට හේතු නොවෙයි. මහත් පැතිරීමට හේතු නොවෙයි.

2. නිගණ්ඨ උපෝසථය කෙසේ වේ ද?

නිගණ්ඨ නම් මහණ පිරිසක් සිටිති. ඔවුහු ශ්‍රාවකයන් මෙසේ සමාදන් කරවති. 'පුරුෂය, මෙහි එන්න. සතර දිශාවේ යොදුන් සියයක් දුර යම් ප්‍රාණීන් ඉන්නවා නම්, ඒ අය පිළිබඳව දඬු මුගුරු පැත්තකින් තබන්න'. මෙසේ සමහර ප්‍රාණීන් කෙරෙහි දයාව, අනුකම්පාව පිණිස හික්මවති. සමහර ප්‍රාණීන් කෙරෙහි අනුකම්පා විරහිත භාවයට හික්මවති. එසේ ම සියලු ඇඳුම් ගලවා නිර්වස්ත්‍ර ව මෙසේ කියව යැයි සමාදන් කරවති.

'මම කිසි තැනක, කිසිවකුට කරදරකාරයෙක් නොවෙමි. මගේ ඇතුළත හා පිටත කිසි තැනක හෝ කිසි දෙයකින් කරදරයක් මට නැත'.

එසේ වුව ද ඔහුගේ දෙමාපියෝ ඔහු තමාගේ පුතු ලෙසින් හඳුනති. ඔහු ද මාගේ දෙමාපියන් යැයි හඳුනයි. අඹු දරුවෝ ස්වාමියා, තාත්තා යනුවෙන් හඳුනති. ඔහුත් තමන්ගේ අඹු දරුවන් යැයි දනියි. සේවක සේවිකාවෝ අපගේ ස්වාමියා යැයි හඳුනති. ඔහු ද මේ මාගේ සේවක සේවිකාවන් යැයි හඳුනයි.

ඉතින් සත්‍යයේ සමාදන් කළ යුතු ව තිබිය දී අසත්‍යයේ සමාදන් කරවති. මෙය ඔහුගේ මුසාවාද යැයි කියමි. සියල්ල අත්හැරියා කියූ ඔහු පසු දින, නැවත ඒවා (ඇඳුම්, ඥාති, භව භෝග, සේවක සේවිකාවන්) අයිතිකරුවන්ගෙන් නිසි ලෙස නැවත ලබා නොගෙන පරිහරණය කරයි. ඒ ඔහුගේ හොරකම යැයි කියමි.

විශාඛාවනි, මේ නිගණ්ඨ උපෝසථය මහත්ඵල නොවෙයි. මහානිසංස නොවෙයි. මහත් බැබළීමට හේතු නොවෙයි. මහත් පැතිරීමට හේතු නොවෙයි.

3. විශාඛාවනි, ආර්ය උපෝසථය කෙසේ වේ ද?

කිලිටි වූ සිත පිරිසිදු කිරීම උපාය යෙදීමෙන් සිදු වෙයි. ඒ සිත පිළිවෙළින් පිරිසිදු කිරීම කෙසේ වේ ද යත්, ආර්ය ශ්‍රාවකයා තමාගේ ශාස්තෘන් වහන්සේ ගැන මෙසේ සිහි කරයි.

'මාගේ ශාස්තෘන් වහන්සේ, සාරාසංඛ්‍ය කල්ප ලක්ෂයකට පෙර, අප වෙනුවෙන්, අපේ දුක නැති කිරීම උදෙසා තමන්ගේ නිවන අතහැර, එදා

දීපංකර බුදු රජාණන් වහන්සේ හමුවේ නියත විවරණ ගත් සේක. පාරමී පිරූ ඒ බෝසතාණෝ, අවසාන භවයේ සියල්ල අතහැර ගිහි ගෙයින් නික්ම පැවිදි වූ සේක.

බෝ මැඩ දී මනා ලෙස තමා විසින් ම පෙර නොඇසූ විරූ චතුරාර්ය සත්‍යය මැනවින් අවබෝධ කොට එහි සියල්ල දත් (සර්වඥ) බවට සහ බල ඥානයෙහි වශී භාවයට පැමිණි සේක. එනම් **සම්මා සම්බුද්ධ** වන සේක.

අතීත, වර්තමාන හා අනාගත තුන් කාලයේ සියලු දත යුතු දේ ආවරණයක් නැති ව ම දැනගත් සේක.

දෙවියන්, බ්‍රහ්මයන්, මරුන්, බමුණන් හා පැවිද්දන් සහිත ලෝකයේ ඒ සියල්ලන් අභිබවා විශිෂ්ට නුවණකිනුත්, මනා පිරිසිදු හැසිරීමකිනුත් යුක්ත වූ සේක (**විජ්ජාචරණ සම්පන්නො**). සියලු කෙලෙස් නැසූ සේක (**සුගත**).

අපාය, මිනිස්, දිව්‍ය ලෝක මැනවින් දැන එහි සත්‍ය ස්වභාවය ස්කන්ධ, ධාතු, ආයතන, ඉන්ද්‍රිය, ප්‍රත්‍ය ආදී වශයෙන් පනවා ලෝක නිරෝධ ගාමිනී

ප්‍රතිපදාව (දුක්ඛ නිරෝධ ගාමිනී ප්‍රතිපදාව) ලොවට මැනවින් හෙළි කළ සේක (**ලොකවිදූ**).

හික්මවීමට අපහසු ප්‍රචණ්ඩ අංගුලිමාල, ආලවක යක්ෂයා, නාළාගිරි ඇතා ආදීන් මනා ලෙස හික්මවන ලද සේක (**අනුත්තරො පුරිසදම්මසාරථී**).

මාගේ ඒ භාග්‍යවත් වූ බුදු රජාණන් වහන්සේ සියලු දෙව් මිනිසුන්ට ශාස්තෘන් වන සේක' (**සත්තා දේව මනුස්සානං බුද්ධො භගවාති**).

මෙසේ බුදු රජාණන් වහන්සේ ගැන සිහි කරන විට ආර්ය ශ්‍රාවකයාගේ සිත පහදියි. ප්‍රීතිය උපදියි. සිතේ යම් කෙලෙස් ඇත්නම් ඒවා පහ ව යයි.

ඒ කෙසේ ද යත් කිලිටි අපිරිසිදු හිස වතුරත්, හිස පිරිසිදු කිරීමට යොදන ද්‍රව්‍යයත් යොදා උත්සාහයෙන් පිරිසිදු කර ගන්නාක් මෙනි.

මෙසේ බුදු රජාණන් වහන්සේ ගැන සිහි කරන විට ඔහුගේ සිත පහදියි. පිරිසිදු වෙයි. සිතේ යම් කිලිටි ඇත්නම් ක්‍රමක්‍රමයෙන් පහ ව යයි

මේ ආර්ය ශ්‍රාවකයා බ්‍රහ්ම උපෝසථය සමාදන් ව වෙසේ යැයි ද, බ්‍රහ්මයා සමඟ වෙසේ යැයි ද කියනු ලැබෙයි. මෙසේ කිලිටි සිතේ පිරිසිදු බව උපක්‍රමයෙන් වෙයි. [**බුද්ධානුස්සතිය**]

මෙසේ කිලිටි සිත පිරිසිදු කර ගැනීම සඳහා ආර්ය ශ්‍රාවකයා ශාස්තෘන් වහන්සේ විසින් දේශනා කරන ලද ධර්මය සිහි කරයි. ඒ කෙසේ ද යත්;

භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ සද්ධර්මය රාග, ද්වේෂ හා මෝහ ප්‍රහාණය පිණිස මනා කොට දේශනා කර ඇත (**ස්වක්ඛාත**).

මේ ජීවිතයේ දී ම ප්‍රතිඵල ලැබිය හැකිය. තමා විසින් ම දැකිය හැකිය (**සන්දිට්ඨික**).

සෑම කල්හිම මේ අයුරින් ම සිදු වෙයි, කාලයකට අයිති නොවෙයි, කල් නොයවා විපාක දෙයි (**අකාලික**).

ඇවිත් බලන්න යැයි කීමට සුදුසුය (**ඒහිපස්සික**).

තමා තුළට පමුණුවා ගත යුතුය (**ඔපනයික**).

නුවණැත්තන් විසින් තම තමන්ගේ ම නැණ පමණින් අවබෝධ කර ගත යුතුය (**පච්චත්තං වෙදිතබ්බො විඤ්ඤූහිති**).

මෙසේ ධර්ම උපෝසථය හා ධර්මය සමඟ වෙසෙන ආර්ය ශ්‍රාවකයාගේ සිත පහදියි. ප්‍රීතිය උපදියි. සිතේ යම් අකුසල් ඇත්නම් ඒවා පහ ව යයි. ඒ කෙසේ ද යත් යමෙකුගේ කිලිටි වූ ශරීරය පිරිසිදු කරන ද්‍රව්‍ය සහ ජලය යොදා පිරිසිදු කරන්නාක් මෙනි.

මෙසේ ධර්මය සිහි කරන ආර්ය ශ්‍රාවකයාගේ සිතේ අකුසල් ඇත්නම් ඒවා පහ ව යයි. සිත පිරිසිදු වෙයි. [**ධම්මානුස්සතිය**]

එසේ ම සිතේ පිරිසිදු බව සඳහා ආර්ය ශ්‍රාවකයා සංඝ රත්නය සිහි කරයි.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ ශ්‍රාවක භික්ෂු පිරිස රාග, ද්වේෂ හා මෝහ ප්‍රහාණය පිණිස මනා ව බැස ගත්

(**සුපටිපන්න**), ඇද නැති (**උජුපටිපන්න**), අවංක, නිවැරදි වූ සත්‍ය මාර්ගයේ (**ඤායපටිපන්න**) නිවැරදි ව ගමන් කරති (**සාමීචිපටිපන්න**).

පුරුෂ යුගළ හතරක් හා පුද්ගලයන් අට දෙනෙක් වෙති. එනම් සෝවාන් මාර්ග සහ ඵල, සකදාගාමි මාර්ග සහ ඵල, අනාගාමි මාර්ග සහ ඵල, අරහත් මාර්ග සහ ඵල වශයෙනි (**අට්ඨපුරිසපුග්ගලා**).

ඒ භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ ශ්‍රාවක භික්ෂු පිරිස වෙත, දුර සිට හෝ පැමිණ පූජාවන් සිදු කිරීමට සුදුසුය (**ආහුණෙය්‍ය**).

ආගන්තුක සත්කාරයට සුදුසුය (**පාහුණෙය්‍ය**).

මතු විපාක ලබා ගැනීම සඳහා දෙන දානය පිළිගැන්වීමට සුදුසුය (**දක්ඛිණෙය්‍ය**).

දොහොත් මුදුන් තබා වැඳීමට සුදුසුය (**අඤ්ජලිකරණීය**).

ලොවට ඉතා ම උතුම් පින් කෙත වෙයි (**අනුත්තරං පුඤ්ඤක්ඛෙත්තං ලොකස්සාති**).

මෙසේ සිහි කරන ආර්ය ශ්‍රාවකයාගේ සිත පහදියි. ප්‍රීතිය හා සතුට උපදියි. සිතේ කෙලෙස් හා අකුසල් පහ ව යයි.

ඒ කෙසේ ද යත් කිලිටි වූ වස්ත්‍ර පිරිසිදු කරන ද්‍රව්‍ය සහ ජලය යොදා පිරිසිදු කරන්නාක් මෙනි. සංඝයාගේ ගුණ සිහි කරන ඔහුගේ සිත පහදියි.

සිතේ යම් අකුසල් ඇත්නම් ඒවා පහ ව යයි. මෙසේ ආර්ය ශ්‍රාවකයා සංඝ උපෝසථය කරන්නේ යැයි ද සංඝයා සමඟ වෙසෙන්නේ යැයි ද කියයි. [**සංඝානුස්සතිය**]

එසේ ම විශාඛාවනි, සිත පිරිසිදු කර ගැනීම සඳහා මේ ශාසනයේ ආර්ය ශ්‍රාවකයා තමාගේ සීලය සිහි කරයි.

නොකැඩුණු, තැනින් තැන සිදුරු නොවූ, කැලැල් රහිත, ඒකාකාරී වූ, පිරිසිදු වූ, නුවණැත්තන් විසින් ප්‍රශංසා කරන, සිතින් දැඩි ලෙස නොගත්, සමාධිය පිණිස පවතින තමාගේ සීලය සිහි කරයි. එවිට

ඔහුගේ සිත පහදියි. ප්‍රීතිය සහ සතුට උපදියි. සිතේ ඇති අකුසල් දුරු වෙයි. ඒ කෙසේ ද යත් මුහුණ බලන කිලිටි කන්නාඩිය වතුර සහ පිරිසිදු කරන ද්‍රව්‍ය යොදා පිරිසිදු කරන්නාක් මෙනි.

මෙසේ තමාගේ සීලය සිහි කරන ආර්ය ශ්‍රාවකයාගේ සිතේ අකුසල් ඇත්නම් ඒවා පහ ව යයි. සිත පිරිසිදු වෙයි. [**සීලානුස්සතිය**]

එසේ ම විශාඛාවනි, පෙහෙවස් රකින්නා වූ ආර්ය ශ්‍රාවකයා දෙවියන් සිහි කරයි.

චතුර්මහාරාජික, තව්තිසා, යාම, තුසිත, නිම්මානරති හා පරනිම්මිතවසවත්තියේ වාසය කරන දෙවියෝ සිටිති. බ්‍රහ්ම ලෝකයේ වසන බ්‍රහ්මයෝ ද සිටිති. ඉන් මත්තෙහි වසන දෙවියෝ ද සිටිති.

- තුනුරුවන් කෙරෙහි යම් බඳු ශ්‍රද්ධාවකින් යුක්ත ව මෙලොවින් චුත වී දෙව් ලොව උපදින්නේ ද, තුනුරුවන් කෙරෙහි එබඳු ශ්‍රද්ධාවක් මට ද ඇත.

- යම් බඳු සීලයකින් යුක්ත ව මෙලොවින් චුත වී දෙව් ලොව උපදින්නේ ද, එවැනි සීලයක් මට ද ඇත.

- යම් බඳු දහම් දැනුමකින් යුක්ත ව මෙලොවින් චුත වී දෙව් ලොව උපදින්නේ ද, එවැනි දහම් දැනුමක් මට ද ඇත.

- යම් බඳු පරිත්‍යාගයකින් (දන් දීමකින්) යුක්ත ව මෙලොවින් චුත වී දෙව් ලොව උපදින්නේ ද, එවැනි පරිත්‍යාගයක් මට ද ඇත.

- යම් බඳු වූ නුවණකින් (සම්මා දෘෂ්ටියකින්) යුක්ත ව මෙලොවින් චුත වී දෙව් ලොව උපදින්නේ ද, එවැනි නුවණක් මට ද ඇත.

මෙසේ තමාගේ සහ දෙවියන්ගේ ශ්‍රද්ධාව, සීලය, දහම් දැනුම, පරිත්‍යාගය හා නුවණ ගැන සිහි කරන විට ඔහුගේ සිත පහදියි. සතුටට පත් වෙයි අකුසල් දුරු වී සිත පිරිසිදු වෙයි.

ඒ කෙසේ ද යත් කිලිටි වූ රන් ආභරණ උපාය යොදා පිරිසිදු කරන්නාක් මෙනි.

මෙසේ දෙවියන් සහ තමන් ගැන සිහි කරන ආර්ය ශ්‍රාවකයාගේ සිතේ අකුසල් ඇත්නම් ඒවා පහ ව යයි. සිත පිරිසිදු වෙයි. [**දේවතානුස්සතිය**]

විශාඛාවනි, ආර්ය ශ්‍රාවකයා මෙසේ නුවණින් සිතා බලයි.

1. රහතන් වහන්සේලා දිවිහිම්යෙන් සතුන් මැරීමෙන් වැළකී, පවට ලජ්ජා ඇති ව, සියලු සතුන් කෙරෙහි හිතානුකම්පී ව ජීවත් වන සේක.

   මම ද මේ දිවා රෑ සතුන් මැරීමෙන් වැළකී, පවට ලජ්ජා ඇති ව, සියලු සතුන් කෙරෙහි හිතානුකම්පී ව ජීවත් වෙමි. රහතන් වහන්සේලා අනුකරණය (අනුව කිරීම) කරමි. මම පෙහෙවස් සමාදන් වීමි.

2. රහතන් වහන්සේලා දිවිහිම්යෙන් සොරකමින් වැළකී දුන් දෙයක් පමණක් පිළිගන්නා සේක. ලැබුණු දෙයකින් පමණක් සතුටු වී වාසය කරන සේක.

   මම ද මේ දිවා රෑ සොරකමින් වැළකී දුන් දෙයක් පමණක් පිළිගෙන ලැබුණු දෙයකින් පමණක්

සතුටු වී ජීවත් වෙමි. මෙසේ රහතන් වහන්සේලා අනුකරණය කරමි. මම පෙහෙවස් සමාදන් වීමි.

3. රහතන් වහන්සේලා දිවිහිමියෙන් මෝඩ ගැමියන්ගේ ධර්මයක් වූ මෛථුන සේවනයෙන් වැළකී වසන සේක.

   මම ද මේ දිවා රෑ ගැමි ධර්මයක් වූ මෛථුන සේවනයෙන් වැළකී ජීවත් වෙමි. මෙසේ රහතන් වහන්සේලා අනුකරණය කරමි. මම පෙහෙවස් සමාදන් වීමි.

4. රහතන් වහන්සේලා දිවිහිමියෙන් බොරු නොකියන සේක. වාද නොකරන සේක. සත්‍ය, ස්ථිර, ඇදහිය යුතු කතා කරන සේක.

   මම ද අද මේ දිවා රෑ මෙසේ සත්‍යවාදී ව, බොරු නොකියා, වාද නොකර ජීවත් වෙමි. මෙසේ රහතන් වහන්සේලා අනුකරණය කරමි. මම පෙහෙවස් සමාදන් වීමි.

5. රහතන් වහන්සේලා දිවිහිමියෙන් මත් වීමටත්, ප්‍රමාදයටත් හේතු වන මත්පැන් පානයෙන් තොර ව ජීවත් වන සේක.

මම ද මේ දිවා රෑ මත් වීමටත්, ප්‍රමාදයටත් හේතු වන මත්පැන් පානයෙන් තොර ව ජීවත් වෙමි. මෙසේ මම රහතන් වහන්සේලා අනුකරණාය කරමි. මම පෙහෙවස් සමාදන් වීමි.

6. රහතන් වහන්සේලා දිවිහිමියෙන් එක් වේලක් වළඳා විකාල භෝජනයෙන් වැළකී ජීවත් වන සේක.

මම ද අද මේ දිවා රෑ උදයෙහි එක වේලක් වළඳා විකාල භෝජනයෙන් වැළකී ජීවත් වෙමි. මෙසේ මම රහතන් වහන්සේලා අනුකරණාය කරමි. මම පෙහෙවස් සමාදන් වීමි.

7. රහතන් වහන්සේලා දිවිහිමියෙන් නැටුම්, ගැයුම්, වැයුම්, විසුළු දසුන්, කෝලම්, කලබල ආදිය බැලීමෙන්, මල්, සුවඳ විලවුන් භාවිතයෙන්, ආභරණා පැළඳීමෙන් හා සැරසීමෙන් වැළකී වසන සේක.

මම ද මේ දිවා රෑ නැටුම්, ගැයුම්, වැයුම්, විසුළු දසුන්, කෝලම්, කලබල ආදිය බැලීමෙන්, මල්, සුවඳ විලවුන් භාවිතයෙන්, ආභරණා පැළඳීමෙන්

හා සැරසීමෙන් වැළකී ජීවත් වෙමි. මෙසේ මම රහතන් වහන්සේලා අනුකරණය කරමි. මම පෙහෙවස් සමාදන් වීමි.

8. රහතන් වහන්සේලා දිවිහිමියෙන් වටිනා උස් ආසන, මහා ආසන හැර දමා, ඇඳක හෝ පැදුරක හෝ තණ ඇතිරියක සැතපෙන සේක.

   මම ද මේ දිවා රෑ වටිනා උස් ආසන, මහා ආසන හැර දමා, ඇඳක හෝ පැදුරක හෝ තණ ඇතිරියක සැතපී ජීවත් වෙමි. මෙසේ මම රහතන් වහන්සේලා අනුකරණය කරමි. මම පෙහෙවස් සමාදන් වීමි.

විශාඛාවනි, මෙසේ ආර්ය උපෝසථය වෙයි.

විශාඛාවනි, මෙසේ සමාදන් වූ ආර්ය උපෝසථය මහත්ඵල මහානිසංස වෙයි. කෙසේ මහත්ඵල මහානිසංස වේ ද යත්; යම් කෙනෙක් අංග, මගධ, කාසි, කෝසල, වජ්ජි, මල්ල, චේති, වංග, කුරු, පංචාල, මච්ච, සූරසේන, අස්සක, අවන්ති, ගන්ධාර, කාම්බෝජ යන සොළොස් මහා ජනපදවල (දඹදිව රාජධානි) ආධිපත්‍යය ඇති

රජෙක් වේ නම්, ඔහුගේ රාජ්‍යය මේ ආර්ය උපෝසථයෙන් දහසයෙන් කොටසක්වත් නොවටියි.

ඒ කවර හෙයින් ද යත් දිව්‍ය සැප මිනිස් රජකමට වඩා ඉතා වැඩි බැවිනි.

විශාඛාවනි,

1. චතුර්මහාරාජික දෙව්ලොව ආයුෂ, මෙලොව වසරවලින් ලක්ෂ අනූවකි (9,000,000). කෙනෙක් මේ අට කරුණකින් යුත් පෙහෙවස් සමාදන් වී චතුර්මහාරාජික දෙවියන් අතර උපදියි. මේ කරුණ නිසා මිනිස් ලොව රජකමට වඩා දිව්‍ය සැපය බොහෝ ප්‍රණීත යැයි කියන ලදි.

2. තව්තිසා දෙව්ලොව ආයුෂ, මෙලොව වසරවලින් තුන්කෝටි හැටලක්ෂයකි (36,000,000). කෙනෙක් මෙසේ පෙහෙවස් සමාදන් වී තව්තිසා දෙවියන් අතර උපදියි. මේ කරුණ නිසා මිනිස් ලොව රජකමට වඩා දිව්‍ය සැපය බොහෝ ප්‍රණීත යැයි කියන ලදි.

3. යාම දෙව්ලොව ආයුෂ, මෙලොව වසරවලින් දාහතරකෝටි හතලිස්ලක්ෂයකි (144,000,000). යම් කෙනෙක් මෙසේ පෙහෙවස් සමාදන් වී යාම දෙවියන් අතර උපදියි. මේ කරුණ නිසා මිනිස් ලොව රජකමට වඩා දිව්‍ය සැපය බොහෝ ප්‍රණීත යැයි කියන ලදි.

4. තුසිත දෙව්ලොව ආයුෂ, මෙලොව වසරවලින් පනස්හත්කෝටි හැටලක්ෂයකි (576,000,000). යම් කෙනෙක් මෙසේ පෙහෙවස් සමාදන් වී තුසිත දෙවියන් අතර උපදියි. මේ කරුණ නිසා මිනිස් ලොව රජකමට වඩා දිව්‍ය සැපය බොහෝ ප්‍රණීත යැයි කියන ලදි.

5. නිම්මාණරති දෙව්ලොව ආයුෂ, මෙලොව වසරවලින් දෙසියතිස්කෝටි හතලිස්ලක්ෂයකි (2,304,000,000). යම් කෙනෙක් මෙසේ පෙහෙවස් සමාදන් වී නිම්මාණරති දෙවියන් අතර උපදියි. මේ කරුණ නිසා මිනිස් ලොව රජකමට වඩා දිව්‍ය සැපය බොහෝ ප්‍රණීත යැයි කියන ලදි.

6. පරනිම්මිතවසවත්ති දෙව්ලොව ආයුෂ, මෙලොව වසරවලින් නමසියවිසිඑක්කෝටි හැටලක්ෂයකි (9,216,000,000). යම් කෙනෙක් මෙසේ පෙහෙවස් සමාදන් වී පරනිම්මිතවසවත්ති දෙවියන් අතර උපදියි. මේ කරුණ නිසා මිනිස් ලොව රජකමට වඩා දිව්‍ය සැපය බොහෝ ප්‍රණීත යැයි කියන ලදි’’.

නව අංගයකින් යුතු පොහෝ දින සිල් සමාදන් වීම

නවඞ්ගුපෝසථ සූත්‍රය ඇසුරින්

(බුද්ධ ජයන්ති ත්‍රිපිටක ග්‍රන්ථ මාලා, අඞ්ගුත්තර නිකාය 5 - පිටු අංක 428 - 431)

මහණෙනි, නව අංගයකින් යුතු ව පොහෝ දින සිල් සමාදන් වීම මහත්ඵල මහානිසංස වෙයි. මහත් බැබළීම් ඇත්තේ වෙයි (මහත් යසස් ලැබීම පිණිස හේතු වෙයි). මහත් පැතිරීම් ඇත්තේ වෙයි.

කෙසේ වසන ලද නවාංග උපෝසථය මහත්ඵල, මහානිසංස, මහත් බැබළීම්, මහත් පැතිරීම් ඇත්තේ ද යත්;

මහණෙනි, මේ සසුනෙහි ආර්ය ශ්‍රාවකයා මෙසේ තමා සමාදන් වූ ශික්ෂා පද මෙනෙහි කරයි.

1. රහතන් වහන්සේලා දිවිහිම්යෙන් සතුන් මැරීමෙන් වැළකී, පවට ලජ්ජා ඇති ව, සියලු සතුන් කෙරෙහි හිතානුකම්පී ව ජීවත් වන සේක.

මම ද මේ දිවා රෑ සතුන් මැරීමෙන් වැළකී, පවට ලජ්ජා ඇති ව, සියලු සතුන් කෙරෙහි හිතානුකම්පී ව ජීවත් වෙමි. මම මෙසේ රහතන් වහන්සේලා අනුකරණය කරමි. මම පෙහෙවස් සමාදන් වීමි.

2. රහතන් වහන්සේලා දිවිහිමියෙන් සොරකමින් වැළකී දුන් දෙයක් පමණක් පිළිගන්නා සේක. ලැබුණු දෙයකින් පමණක් සතුටු වී වාසය කරන සේක.

මම ද මේ දිවා රෑ සොරකමින් වැළකී දුන් දෙයක් පමණක් පිළිගෙන ලැබුණු දෙයකින් පමණක් සතුටු වී ජීවත් වෙමි. මම මෙසේ රහතන් වහන්සේලා අනුකරණය කරමි. මම පෙහෙවස් සමාදන් වීමි.

3. රහතන් වහන්සේලා දිවිහිමියෙන් ගැමි ධර්මයක් වූ මෛථුන සේවනයෙන් වැළකී වසන සේක.

මම ද මේ දිවා රෑ ගැමි ධර්මයක් වූ මෛථුන සේවනයෙන් වැළකී ජීවත් වෙමි. මම මෙසේ

රහතන් වහන්සේලා අනුකරණය කරමි. මම පෙහෙවස් සමාදන් වීමි.

4. රහතන් වහන්සේලා දිවිහිමියෙන් බොරු නොකියන සේක. වාද නොකරන සේක. සත්‍ය, ස්ථිර, ඇදහිය යුතු කතා කරන සේක.

මම ද අද මේ දිවා රෑ මෙසේ සත්‍යවාදී ව, බොරු නොකියා, වාද නොකර ජීවත් වෙමි. මම මෙසේ රහතන් වහන්සේලා අනුකරණය කරමි. මම පෙහෙවස් සමාදන් වීමි.

5. රහතන් වහන්සේලා දිවිහිමියෙන් මත් වීමටත්, ප්‍රමාදයටත් හේතු වන මත්පැන් පානයෙන් තොර ව ජීවත් වන සේක.

මම ද මේ දිවා රෑ මත් වීමටත්, ප්‍රමාදයටත් හේතු වන මත්පැන් පානයෙන් තොර ව ජීවත් වෙමි. මම මෙසේ රහතන් වහන්සේලා අනුකරණය කරමි. මම පෙහෙවස් සමාදන් වීමි.

6. රහතන් වහන්සේලා දිවිහිමියෙන් එක් වේලක් වළඳා විකාල භෝජනයෙන් වැළකී ජීවත් වන සේක.

මම ද අද මේ දිවා රෑ එක වේලක් වළඳා විකාල භෝජනයෙන් වැළකී ජීවත් වෙමි. මම මෙසේ රහතන් වහන්සේලා අනුකරණය කරමි. මම පෙහෙවස් සමාදන් වීමි.

7. රහතන් වහන්සේලා දිවිහිමියෙන් නැටුම්, ගැයුම්, වැයුම්, විසුළු දසුන්, කෝලම්, කලබල ආදිය බැලීමෙන්, මල්, සුවඳ විලවුන් භාවිතයෙන්, ආභරණ පැළඳීමෙන් හා සැරසීමෙන් වැළකී වසන සේක.

මම ද මේ දිවා රෑ නැටුම්, ගැයුම්, වැයුම්, විසුළු දසුන්, කෝලම්, කලබල ආදිය බැලීමෙන්, මල්, සුවඳ විලවුන් භාවිතයෙන්, ආභරණ පැළඳීමෙන් හා සැරසීමෙන් වැළකී ජීවත් වෙමි. මම මෙසේ රහතන් වහන්සේලා අනුකරණ කරමි. මම පෙහෙවස් සමාදන් වීමි.

8. රහතන් වහන්සේලා දිවිහිමියෙන් වටිනා උස් ආසන, මහා ආසන හැර දමා, ඇඳක හෝ පැදුරක හෝ තණ ඇතිරියක සැතපෙන සේක.

මම ද මේ දිවා රෑ වටිනා උස් ආසන, මහා ආසන හැර දමා, ඇඳක හෝ පැදුරක හෝ තණ ඇතිරියක සැතපී ජීවත් වෙමි. මම මෙසේ රහතන් වහන්සේලා අනුකරණය කරමි. මම පෙහෙවස් සමාදන් වීමි.

9. මහණෙනි, මේ සසුනෙහි ආර්ය ශ්‍රාවකයා මෛත්‍රී සහගත සිත එක් දිශාවකට පතුරවා වාසය කරයි. ඒ අයුරින් ම දෙවැනි වූ ද, තෙවැනි වූ ද, සිව්වැනි වූ ද දිශාවන්ට මෛත්‍රී සහගත සිත පතුරුවා වාසය කරයි.

මෙසේ උඩ, යට, සරස (හරහා) සැම තැන්හි සියලු සත්වයන්ට, සියලු ලෝකයාට මහත් වූ මහද්ගත වූ අප්‍රමාණ වූ අවෛරී වූ ව්‍යාපාද රහිත වූ මෙත් සහගත සිත පතුරුවා වාසය කරයි.

මෙසේ අංග නමයකින් යුත් පොහෝ දින සිල් සමාදන් වීම මහත්ඵල වෙයි. මහානිසංස වෙයි. මහත් බැබළීම් ඇත්තේ වෙයි. මහත් පැතිරීම් ඇත්තේ වෙයි.

මෙසේ මෛත්‍රිය වැඩීම වසරවලින් ආයුෂ ගණනය කිරීමට අපහසු තරම් දීර්ඝායුෂ ඇති රූපාවචර ලෝකයන්හි (බ්‍රහ්ම ලෝක ආදියෙහි) ඉපදීම පිණිස හේතු වෙයි.

පසුවදන

උපෝසථ සමාදන් වීම පිණිස පළමු ව චතුරාර්ය සත්‍ය සහ පටිච්චසමුප්පාදය ආදී ධර්ම පිළිබඳ සංඝරත්නයෙන් ධර්ම ශ්‍රවණය සහ ධර්ම සාකච්ඡා කර ක්‍රම ක්‍රමයෙන් අවබෝධය ලබා ගත යුතුය.

බුදු රජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ දුකෙන් මිදෙන මග මනා ව තේරුම් ගැනීමට නිරතුරු ව උත්සාහ කරන්න.

දුකෙන් මිදෙන මග, එනම් නිවනට මග නොදැන උපෝසථ දිනයෙහි කෙලෙස් තවන වීර්යයෙන් නිවනට මෙහෙය වූ සිත් ඇති ව වාසය කිරීම කළ හැකි ද?

බුදු රජාණන් වහන්සේ සම්මා සම්බුද්ධ වූයේ දුකෙන් මිදෙන මග තනි ව ම සොයා ගෙන, සියල්ල අවබෝධ කළ බැවින් නොවේ ද?

ධර්මය ස්වක්ඛාත වන්නේත් දුකෙන් මිදෙන මග මනා ව දේශනා කර ඇති නිසා නොවේ ද?

සංඝයා වහන්සේලා සුපටිපන්න වන්නේත් දුකෙන් මිදෙන මගෙහි මනා ව ගමන් කරන නිසා නොවේ ද?

දුකෙන් මිදෙන මග පිළිබඳව නොදැන උපෝසථ කර බුදු රජාණන් වහන්සේ විසින් අනුදැන වදාළ අයුරින්, අවවාද කළ අයුරින් කෙලෙස් තවන වීර්යයෙන්, නිවනට මෙහෙය වූ සිත් ඇති ව බුද්ධානුස්සතිය, ධම්මානුස්සතිය සහ සංඝානුස්සතිය වැඩිය හැකි ද?

'දැනගෙන ගියොත් කතරගම නොදැන ගියොත් අතරමග' නොවේ ද?

බුද්ධ ශාසනයක් පවතින මෙකල මග වරදවා ගන්නේ නම් එය මහත් අවාසනාවක් නොවේ ද?

දුකෙන් මිදෙන මග තමන්ට ම මනා ව වැටහෙන තුරු සුපටිපන්න වූ, එනම් දුකෙන් මිදෙන මගෙහි ගමන් කරන, ඒ මග දන්නා වූ, ආර්ය සංඝරත්නයෙන් නැවත නැවත ධර්මය ශ්‍රවණය කරන්න. ආර්ය සංඝරත්නය සමඟ නැවත නැවත ධර්ම සාකච්ඡා කරන්න.

පොහෝ දිනවල උපෝසථ සමාදන් වී තනි ව ම අල්ප ශබ්ද, නිශ්ශබ්ද තැනක එනම් හිස් ගෙයක හෝ හිස් කාමරයක හෝ ගහක් යට දවස පුරා අනුස්සති භාවනා වඩන්න.

ධර්ම ශ්‍රවණයට සහ ධර්ම සාකච්ඡා කිරීමට ආර්ය සංඝරත්නය හමු වීම කරන්න.

බුදු රජාණන් වහන්සේ විසින් අනුදැන වදාළ අයුරින් නිවැරදි ලෙස උපෝසථ සමාදන් වීම මහත්ඵල මහානිසංස වෙයි.

මිනිස් ලොව ආයුෂ වසර හැත්තෑ පහක් හෝ එයට මදක් අඩු හෝ වැඩි ප්‍රමාණයක් වෙයි. ඉහත සඳහන් කාමාවචර දිව්‍ය ලෝකයන්හි ආයුෂ සහ වසරවලින් කිව නොහැකි තරම් දීර්ඝායුෂ ජීවිත ඇති රූපාවචර දිව්‍ය ලෝකයන්හි ආයුෂ සමඟ මිනිස් ලොව ආයුෂ සංසන්දනය කර බලන්න.

ඔබට මෙහි දී මාර්ග ඵල ලැබීමට නොහැකි වුවහොත් ඒ දීර්ඝායුෂ කාමාවචර හෝ රූපාවචර දිව්‍ය ලෝකයන්හි ඉපදී එහි සිටින මාර්ග ඵල ලාභී ශ්‍රාවක ශ්‍රාවිකාවන්ගෙන් ධර්මය අසා ගෞතම බුදු

සසුනේ ම නිවන් දැකීමට ද අවස්ථාව මැනවින් පවතියි. ජීවමාන බුදු රජාණන් වහන්සේගෙන් ම ධර්මය අසා දැනගත් ඒ ශ්‍රාවක ශ්‍රාවිකාවන් නිවැරදි ව ධර්මය දේශනා කරනු ඇත.

- තුනුරුවන් සරණ ගොස්, දන් දී, පන්සිල් රැක, පොහෝ දින සතරේ ම පෙහෙවස් සමාදන් වී අනුස්සති සහ මෛත්‍රී භාවනා වඩා ඒ දීර්ඝායුෂ දිව්‍ය ලෝකයන්හි ඕපපාතික ව ඉපදී සැප විඳිනවා ද?
- නැතහොත් සැප අඩු ම සුගති ලොව වන මිනිස් ලොවට පැමිණ, මව් කුසක දස මාසයක් දුක් විඳ, වසර හැත්තෑ පහක් හෝ එයට මදක් අඩුවෙන් හෝ වැඩියෙන් ජීවත් වනවා ද?
- නොඑසේ නම් සතර අපායේ ඉපදී දුක් විඳිනවා ද?

තීරණය ඔබ සතුය.

අද පොහොය දිනවල සිල් සමාදන් වී සිදු කරන බුද්ධ දේශනාවට පටහැනි ක්‍රියා සමහරක්

- උදයේ සිල් සමාදන් වී හවසට පවාරණය වීම.

  බුදු රජාණන් වහන්සේ මෙසේ කිසි විටෙක අනුදැන වදාරා නැත. පොහෝ දින උදෑසන සිල් අධිෂ්ඨාන කර, පසු දින උදෑසන තෙක් එම සීලය ආරක්ෂා කළ යුතු වෙයි.

- උදේ හා දහවල් ලෙස දෙවරක් දානය වැළඳීම.

  එය බුද්ධ දේශනාවට නොගැළපෙයි. රහතන් වහන්සේලා දිවිහිමියෙන් එක වේලක් වළඳා විකාල භෝජනයෙන් වැළකී ජීවත් වන සේක. පෙහෙවස් සමාදන් වී රහතන් වහන්සේලා අනුකරණය කිරීම කළ යුතු වෙයි. එනම් උපෝසථ සමාදන් වන උපාසක උපාසිකාවන් එක වේලක් ආහාර ගෙන විකාල භෝජනයෙන් වැළකිය යුතුය. එක වරක දී අවශ්‍ය ප්‍රමාණයට ආහාර අනුභව කළ නොහැකි අයෙක් සිටිත් නම්

පිළිගත් ආහාරයෙන් කොටසක් තබා ගෙන මධ්‍යාහ්නයට පෙර පරිභෝජනය කළ හැකිය.

- උපෝසථ සමාදන් වී බුද්ධ වන්දනා, බෝධි වන්දනා, චෛත්‍ය වන්දනා ආදිය කරමින් කල් ගෙවීම හෝ බුද්ධ පූජා, බෝධි පූජා, චෛත්‍ය පූජා කරමින් සහ පිරිත් කියමින් දවස ගත කිරීම.

  උපෝසථ සමාදන් වී මෛත්‍රිය හෝ අනුස්සති භාවනා වැඩීම වෙනුවට මෙවැනි ක්‍රියා සිදු කරන්නේ මෝහයෙන් මුළා වී හෝ බුදු රජාණන් වහන්සේ කෙරෙහි ශ්‍රද්ධාව වැඩී නැති බැවිනි. එසේ වුවත් එය ඉක්මවා ශාස්තෘන් වහන්සේගේ අවවාදය අනුව හික්මීමට උත්සාහ කිරීම කළ යුතුය.

- උපෝසථ සමාදන් වී බොදු බැති ගී ඇසීම, පෙරහැරවල නැටුම් බැලීම, ගැයුම් සහ වැයුම් ඇසීම, ඔළු බක්කන් නැටීම ආදී විසුළු දසුන් බැලීම ආදියෙන් තමා සමාදන් වූ උපෝසථ සීලය බිඳෙන බැවින් එවැනි දෙයින් වැළකිය යුතු වෙයි.

- විවේක සහිත වූ නිශ්ශබ්ද පරිසරයක ඇති හිස් ගෙයක (ශූන්‍යාගාරයක) හෝ ගසක් යට වැනි ස්ථානයක අනුස්සති භාවනා වැඩීම හෝ මෙත් වැඩීම වෙනුවට පන්සල්, ආරණ්‍යවල බොහෝ පිරිස් එකතු වී ඝෝෂාකාරී ලෙස දවස ගෙවීම.

මෙය භික්ෂු භික්ෂුණීන් වහන්සේලාට ද රාග, ද්වේෂ හා මෝහ වැඩි වීම පිණිස පවතිනු ඇත.

උපාසක උපාසිකාවන්ට ද පිරිස අතර සිටින විට රාග, ද්වේෂ හා මෝහ වැඩෙනු ඇත.

එනම් භික්ෂු භික්ෂුණී, උපාසක උපාසිකා යන සිව්වනක් පිරිසට ම අගතියක් ම සිදු වනු ඇත.

ධර්මය ඇසීම සඳහා, ධර්ම සාකච්ඡා සඳහා, සුදුසු කාලයෙහි පන්සල්, ආරණ්‍ය ආදියට ගොස් භික්ෂු භික්ෂුණීන් හමු වීම කළ යුතුය. එය නොකළ යුතු යැයි මෙයින් අදහස් නොවෙයි.

සුදුසු කාලයෙහි භික්ෂු භික්ෂුණීන් හමු වීම, ඇප උපස්ථාන කිරීම, ධර්මය ඇසීම, ධර්මය

සාකච්ඡා කිරීම ආදිය උපාසක උපාසිකාවන්ගේ කුසලය වැඩීම පිණිස හේතු වෙයි.

උපාසක උපාසිකාවන් පොහොය දිනවල සිල් සමාදන් වීම පන්සල්වල, ආරණ්‍යවල සිදු කළ යුතු නම්, තම ශ්‍රාවක ශ්‍රාවිකාවන්ට මහත් අනුකම්පාවක් දක්වන, සියල්ල දන්නා වූ දක්නා වූ බුදු රජාණන් වහන්සේ විසින් එසේ දේශනා කරනු ඇත.

භික්ෂු, භික්ෂුණී, උපාසක, උපාසිකා යන සිව්වනක් පිරිසට ම අයහපතක් ම වන බැවින් එසේ දේශනා නොකරන්නට ඇත.

යමෙක් උපාසක උපාසිකාවන් පොහොය දිනවල සිල් සමාදන් වීම පන්සල්වල, ආරණ්‍යවල ම සිදු කළ යුතු යැයි පවසත් නම් එය බුදු රජාණන් වහන්සේ විසින් නොපැනවූ දේ පැනවීමක් වනු ඇත. බුදු රජාණන් වහන්සේ විසින් නොපැනවූ දේ පැනවීම අධර්මවාදී ක්‍රියාවකි.

(බුද්ධ ජයන්ති ත්‍රිපිටක ග්‍රන්ථ මාලා, විනය පිටකය, මහාවග්ගපාළි 2, කොසම්බක්ඛන්ධකය, අධර්මවාදී භික්ෂුව - පිටු අංක 842 -895)

- සිල් ගත් දිනවල පස්වරුවේ සුප්, කැඳ, කිරි සහිත පාන, පළතුරු ආදිය ආහාරයට ගැනීම.

  මෙයින් විකාල භෝජන ශික්ෂා පදය බිඳෙයි.

  උපෝසථ දින සිට පසුදා අරුණ නැගෙන තුරු පෙරා ගත් පළතුරු යුෂ මුසු පාන ද, ගිලන්පස ලෙස කරුණක් ඇති විට හකුරු, මී පැණි, බටර්, එළගි තෙල් ආදිය ද පරිභෝජනය කිරීම කැප වෙයි.

- සිල් සමාදන් වී හුදකලා ව, විවේක ව සිටිය යුතු වුවත් පිරිස සමඟ එකතු වී නිසරු, තිරශ්චීන කතා කරමින් කාලය ගෙවීම.

  මෙය අකුසල් වැඩීම පිණිස පවතියි.

- උපෝසථ සමාදන් වී පන්සල් සහ ආරණ්‍යයන්හි දායක සභා රැස්වීම්, කුලඟන සමිති ආදී රැස්වීම් පැවැත්වීම.

ලෝකයෙන් එතෙර වීම, එනම් ලෝකෝත්තර වීම පිණිස ඇති එක ම දිනයේත් ලෝකයේ කටයුතු කළහොත් උපෝසථයේ පරමාර්ථ බිඳී යයි. ඒ උපෝසථය මහත්ඵල මහානිසංස නොවෙයි.

- ධර්ම දේශනා කළ පසු පිරිකර ලෙස හෝ වෙනත් හේතු මත භික්ෂු භික්ෂුණීන්ට මිල මුදල් දීම.

බුදු රජාණන් වහන්සේගේ අඟදාව බිඳීම පිණිස උපකාර කර, බුද්ධානුස්සතිය වැඩීමට හැකි වේ ද?

මනා ව කියන ලද එනම් ස්වක්ඛාත වන බුදු රජාණන් වහන්සේගේ ධර්මයට අනුව අධිශීලය බිඳීමට හේතු වන දේ සිදු කර, ධම්මානුස්සතිය වැඩීමට හැකි වේ ද?

භික්ෂු භික්ෂුණීන්ට කිසි ම හේතුවකට පිළිගැනීමට අවසර නොදුන් මිල මුදල් දී ඔවුන්ගේ සීලය බිඳීම සිදු කර, සංඝානුස්සතිය වැඩීමට හැකි වේ ද?

මිල මුදල් පිළිගෙන සිල් නැති කර ගත් විට, එනම් දුසිල්වත් වූ විට භික්ෂු භික්ෂුණීන් සුපටිපන්න වේ ද? උජුපටිපන්න වේ ද? ඤායපටිපන්න වේ ද? සාමීචිපටිපන්න වේ ද?

එසේ නොමැති ඔවුන් සෝවාන් මාර්ග සහ ඵල, සකදාගාමි මාර්ග සහ ඵල, අනාගාමි මාර්ග සහ ඵල, අරහත් මාර්ග සහ ඵල වශයෙන් වන අට පිරිසට අයත් වේ ද?

එසේ නොමැති ඔවුන් ආහුණෙය්‍ය වේ ද? පාහුණෙය්‍ය වේ ද? දක්ඛිණෙය්‍ය වේ ද? අඤ්ජලිකරණීය වේ ද? අනුත්තරං පුඤ්ඤක්ඛෙත්තං ලොකස්සාති වේ ද?

සංඝරත්නය සරණ ගියේ නම් ඒ සංඝරත්නය අකුසලයට යොමු කර සතර අපායට ඇද දැමීම සුදුසු නොවෙයි.

එසේ අසත්පුරුෂකම් කිරීම රාග, ද්වේෂ සහ මෝහ ප්‍රහාණයට නොව වැඩීමට ම හේතු වන බැවින් මෙවැනි දෙයින් වැළකිය යුතුය.

පොහොය දින පෙහෙවස් සමාදන් වීම සඳහා භික්ෂුවක හෝ භික්ෂුණියක ලවා සරණාගමනය සහ සිල් පද කියවා ගැනීම අවශ්‍ය නැත.

මෙසේ කළ යුතු යැයි බුදු රජාණන් වහන්සේ අනුදැන වදාරා ද නැත.

උපාසක උපාසිකාවන්ට තමන් විසින් ම සමාදන් වන සිල් පද එදින අරුණ නැගෙන මොහොතේ සිට පසු දින අරුණ නැගෙන තෙක් රකින බවට තම සිතින් ම අධිෂ්ඨාන කළ හැකිය.

අවම වශයෙන් එක රෑ දවාලක්වත් බුදු රජාණන් වහන්සේ විසින් අවවාද කළ පරිදි ම කෙලෙස් තවන වීර්යයෙන් නිවනට මෙහෙය වූ සිත් ඇති ව වාසය කර සියවසක් ද, සියවස් සියයක් ද, සියවස් දහසක් ද, සියවස් ලක්ෂයක් ද ඒකාන්තයෙන් ම සැප පමණක් විඳිමින් වාසය කර සුදුසු කල නිවනට පැමිණෙනවා ද?

එසේ නැතහොත් තමන්ගේ කැමැත්තට අනුව අත්තනෝමතික ව හෝ මග වරදවා ගත් මිථ්‍යා දෘෂ්ටික පැවිද්දෙකුගේ හෝ ගිහියෙකුගේ මිථ්‍යා

දෘෂ්ටි දරා ගෙන සම්මා සම්බුදු රජාණන් වහන්සේගේ අවවාදය අතහැර දුගතිගාමී වනවා ද?

නුවණින් විමසා බලා තීරණය කරන්න.

මෛත්‍රී භාවනාව වැඩීම
මෙත්තාකථා ඇසුරින්
(බුද්ධ ජයන්ති ත්‍රිපිටක ග්‍රන්ථ මාලා, ඛුද්දක නිකාය, පටිසම්භිදාමග්ගප්පකරණ 2 - පිටු අංක 64 - 81)

මෙලොව සහ පරලොව දුක් දුරු කිරීම පිණිස මෛත්‍රී චේතෝ විමුක්තිය (මෛත්‍රී භාවනාව) වැඩීම මහත්ඵල මහානිසංස වෙයි.

ක්‍රෝධය, ද්වේෂය, තරහා, අකමැති ස්වභාවය ආදිය දුරු කිරීම පිණිස මෛත්‍රී චේතෝ විමුක්තිය වැඩිය යුතු වෙයි.

මෛත්‍රී චේතෝ විමුක්තිය යනු;

සියලු සත්වයන්ගේ පීඩා දුරු වී පීඩා රහිතයෝ වීමෙන්, සියලු සත්වයන්ගේ හිරිහැර දුරු වී හිරිහැර රහිතයෝ වීමෙන්, සියලු සත්වයන්ගේ සිත් තැවුල් දුරු වී සිත් තැවුල් රහිතයෝ වීමෙන්, සියලු සත්වයන්ගේ හිංසා දුරු වී හිංසා රහිතයෝ වීමෙන්, සියලු සත්වයෝ වෛර නැත්තෝ වෙත්වා, වෛරීහු නොවෙත්වා, සුවපත් වෙත්වා, දුකට පත්

නොවෙත්වා, සැපවත් ආත්මභාව ඇත්තෝ වෙත්වා, දුකට පත් ආත්මභාව නැත්තෝ වෙත්වා' යි මේ අයුරින් මෛත්‍රිය වඩා නම් එය **'මෛත්‍රිය'** නම් වෙයි.

ඒ ධර්මය සිතා නම් එය **'චේතෝ'** නම් වෙයි.

සියලු ව්‍යාපාදයන්ගෙන් මිදෙනුයි **'විමුක්ති'** නම් වෙයි.

මෙසේ මෛත්‍රී චේතෝ විමුක්තිය වෙයි.

මෛත්‍රී චේතෝ විමුක්තිය වැඩීමේ ආනිසංස එකොළහක් වෙයි.

1) සුව සේ නිදයි.

2) සුව සේ පුබුදියි.

3) පවිටු සිහින නොදකියි.

4) මිනිසුන් හට ප්‍රිය වෙයි.

5) අමනුෂ්‍යයන් හට ප්‍රිය වෙයි.

6) දෙවියෝ රකිති.

7) ගින්දර, විෂ හෝ ආයුධ නොවදියි.

8) සිත වහා සමාධිමත් වෙයි.

9) මුහුණේ වර්ණය පැහැපත් වෙයි.

10) සිහි මුළා නොවී කලුරිය කරයි.

11) වඩා උසස් අවබෝධයකට යා නොහැකි වුවහොත් බ්‍රහ්ම ලෝකයේ උපදින්නේ වෙයි.

එම මෛත්‍රියෙහි උදය වය බැලීමෙන් සියලු දුකෙන් මිදී නිර්වාණය ද සාක්ෂාත් කළ හැකි වෙයි.

මෛත්‍රී භාවනාව වඩනා ආකාර බොහොමයක් පවතින අතර සීමා රහිත ව පතුරවන මෛත්‍රිය සහ දිශා වශයෙන් පතුරවන මෛත්‍රිය පිළිබඳ පහත විස්තර කරනු ලැබෙයි.

සීමා රහිත ව පතුරවන මෛත්‍රිය

මේ සස්නෙහි ශ්‍රැතවත් ආර්ය ශ්‍රාවකයා,

සියලු සත්වයෝ වෛර නැත්තෝ වෙත්වා!

සියලු සත්වයෝ භය නැත්තෝ වෙත්වා!

සියලු සත්වයෝ සුවපත් වෙත්වා!

යැයි පුන පුනා වඩයි.

කෙළවරක් නොපෙනෙන මේ දිගු සසරේ මව නොවූ, පියා නොවූ, සහෝදර සහෝදරියන් නොවූ, දුවා දරුවන් නොවූ කෙනෙක් හෝ සතෙක් සොයා ගැනීම ඉතා අපහසු වෙයි.

එසේ නම් මෙලොව සියලු සත්වයන් පෙර භවයක මව් වී ලේ කිරි කර පොවන්නට ඇත. පියා වී හදා වඩා ගන්නට ඇත. සහෝදර සහෝදරියන් වී උදව් කරන්නට, උගන්වන්නට ඇත. දුවා දරුවන් වී වයසට ගිය විට කවන්නට, පොවන්නට, රැක බලා ගන්නට, කැත කුණු අතගාන්නට ඇත.

අනන්ත සසරේ මෙපමණ උපකාර කළ සියලු සතුන්ට යහපතක් පැතීම වඩා හොඳ ක්‍රියාවක් නොවේ ද? මෙසේ සිතීමෙන් මෛත්‍රී හැඟීමක් (නිමිත්තක්) පහසුවෙන් සිතෙහි ඇති කර ගත හැකි වෙයි.

මෙසේ තමන්ට ප්‍රිය වූ මනාප වූ එක් පුද්ගලයෙකු දැක ඔහු කෙරෙහි මෙත් වඩන්නේ යම් සේ ද එපරිද්දෙන් සියලු සත්වයන් කෙරෙහි මෛත්‍රී හැඟීමෙන් මෙත් සිත වැඩිය යුතු වෙයි.

ඒ කෙසේ ද යත්;

සියලු සත්වයෝ වෛර නැත්තෝ වෙත්වා!

සියලු සත්වයෝ භය නැත්තෝ වෙත්වා!

සියලු සත්වයෝ සුවපත් වෙත්වා!

ඒ නිමිත්ත පුරුදු කරයි. වඩයි. බහුල ව වඩයි. හොඳින් පුරුදු කරයි. මනා සේ පුහුණු කරයි. නොනවත්වා පුහුණු කරයි. නැවත නැවත වඩවයි. ඉතා හොඳින් නිවැරදි ව නිශ්චය කරයි.

දිශා වශයෙන් පතුරවන මෛත්‍රී භාවනාව වඩනා ආකාරය

මේ සස්නෙහි ශ්‍රැතවත් ආර්ය ශ්‍රාවකයා, තමන්ට ප්‍රිය වූ මනාප වූ යම් පුද්ගලයෙකු දැක ඔහු කෙරෙහි මෙත් සහගත වන්නේ යම් සේ ද, එසේ ම එක් දිශාවක සිටිනා සියලු සත්වයන් කෙරෙහි මෛත්‍රිය වඩයි.

ඒ නිමිත්ත පුරුදු කරයි. වඩයි. බහුල ව වඩයි. හොඳින් පුරුදු කරයි. මනා සේ පුහුණු කරයි. නොනවත්වා පුහුණු කරයි. නැවත නැවත වඩවයි. ඉතා හොඳින් නිවැරදි ව නිශ්චය කරයි.

මෙසේ එක් දිශාවක සිටිනා සියලු සත්වයන් කෙරෙහි මහත් වූ මහත් බවට පැමිණියා වූ අප්‍රමාණ වූ වෛර රහිත වූ ද්වේෂ රහිත වූ මෛත්‍රිය උපයා ගෙන මෛත්‍රී සහගත සිතින් වාසය කරයි.

මේ අයුරින් නැගෙනහිර දිශාවෙහි ද, බටහිර දිශාවෙහි ද, උතුරු දිශාවෙහි ද, දකුණු දිශාවෙහි ද, උඩ දිශාවෙහි ද, යට දිශාවෙහි ද, අනුදිශාවන්හි

ද සියලු සත්වයන් කෙරෙහි මහත් වූ මහත් බවට පැමිණියා වූ අප්‍රමාණ වූ වෛර රහිත වූ ද්වේෂ රහිත වූ මෛත්‍රිය උපයා ගෙන මෛත්‍රී සහගත සිතින් වාසය කරයි.