

▼ මුහුදු තෙර වාසය කල යහපත් ඉසිවරු, අසුරයන්ගෙන් ඇතිවිය හැකි බිය නැතිකරගැනීම පිණිස, සම්භර අසුර රජු හමුවීම පිලිබඳ විස්තර මෙහි දක්වා ඇත. මූලාශ්‍රය: සංයු.නි: (1) සගාථවග්ග:සක්ඛසංයුත්ත:11.1.10 ඉසයෝ සමුද්‍රක සූත්‍රය, පි.430.

▼ ඉසිවරුන්ගේ ඉද්දි බලයෙන් දණ්ඩක ආදී වනයන් ඇතිවීම පිලිබඳව බලන්න: ම.නි: (2) උපාලි සූත්‍රය.

▼ අසිත දේවාල ඉසිවරයා ගේ ඉද්දි බල ගැන විස්තර පිණිස බලන්න: ම.නි: (2) අසේලයාන සූත්‍රය.

ඉෂ්

▲ ඉෂ්ඨධම්ම- Ishtadhamma: ඉෂ්ඨධම්ම ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ, ලබාගැනීමට කැමති දේය (things that are wished). ඒවා ලබාගැනීම පහසු නොවේ. මෙහි එවැනි කරුණු 10 ක් පෙන්වා ඇත. මානාවූ: ධනය (හෝග- Wealth) ,වර්ණ (රුමත්බව- Beauty) ,ආරෝග්‍ය, ශීලය, බ්‍රහ්ම වරියාව, කලනම්‍රයෝ, බහුශ්‍රැතබව, ප්‍රඥාව, යහපත් ගුණ දහම (Good qualities),ස්වර්ගය, මූලාශ්‍රය: අංගු.නි: (6) 10 නිපාත:10.2.8.3 ඉෂ්ඨධම්ම සූත්‍රය, පි.270,EAN:10: 73.3 Wished for, p.522.

උ කොටස: උක, උග, උඩ, උව, උජ, උට, උත, උද, උණ, උප, උභ, උර, උල, උස

උක

▲ උක්කන්ටක රෝගය- Ukkantaka rogayā : උක්කන්ටක රෝගය ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ සමේ ඇතිවන හොරි, කුෂ්ඨ රෝගයකි. උපමාව: සිවලා. එවැනි රෝගයට ලක්වූ සිගාලයාට- සිවලෙකුට (නරියාට) එක තැන සිටිය නොහැකිය. එලෙසින් ලාභසත්කාර ආදියට යටවූ භික්ෂුවට එක්තැන්වී දහම් මග වඩා ගැනීමට නොහැකිය. බලන්න: උපග්‍රන්ථය:5. මූලාශ්‍රය: සංයු.නි: (2) නිදාන්වග්ග: ලාභසත්කාර සංයුත්ත:5.1.8 සිගාල සූත්‍රය, පි.372.

▲ උකෙඛපනීයකම්ම- Ukekḥapaniya kamma : මෙය විනය කම්මයකි. වැරදිකල භික්ෂුවක් ඒ වැරද්දට පිළියම් කර ගන්නාතෙක්, සංඝයා විසින් බැහැර කිරීමේ විනයය. එනම්, ඇවත් නොදැක්මය. ඡන්ත කපිලවස්තු තෙර භික්ෂුවීම පිණිස, අරිට්ඨ භික්ෂුවගේ පවිටු ලාමක දිට්ඨිය අවසන්කරගැනීම පිණිස, මේ විනය පැනවීම බුදුන් වහන්සේ අනුමත කළහ. බලන්න: උපග්‍රන්ථ:1, 4. මූලාශ්‍රය:වින.පි: චූලවග්ග පාලිය I, ඇවැත් නොදැකීමේ උකෙඛපනීයකම්මය, පි.104.

උග

▲ උග්ගහ මෙණ්ඩක සිටුපුත්- Uggaha Medakasituputhra බලන්න: උපග්‍රන්ථය:3.

▲ උග්ග විසාලානුවර ගහපති-Ugga Householder of Visalapura බලන්න: උපග්‍රන්ථය: 3

▲ උග්ග හත්ථිගාම ගහපති- Ugga Householder of Hatthigāma බලන්න: උපග්‍රන්ථය: 3.

▲ උග්ගච්චකඤ්ඤ- Uggathithannu : උග්ගච්චකඤ්ඤ, උසස් ප්‍රඥාව ඇතිබව මින් අදහස් කරයි. දහම් ඇසූ කෙනෙහිම, වතුසත්‍ය අවබෝධ කරගැනීමේ හැකියාව ඇතිබවය. බලන්න: ප.සි.ශ,පි:163. සටහන: ඤාණික අභිඥා-බිජ්ජාභිඤ්ඤා ඇතිබව: උග්ගච්චකඤ්ඤය. බාහිය දාරුවිරිය

රහතුන්හට එම උසස් ප්‍රඥාව පැවති නිසා දහම ඇසු පමණින්ම අරහත්වය ලැබුබව පෙන්වා ඇත. බලන්න: බු.නි:උදාන පාලිය: බාහිය සූත්‍රය. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි:(1) 1නිපාත:එතදග්ග පාළියසූත්‍ර,පි.84, EAN:1:Foremost, p. 44.

උඩ

▲ **උඩභුකම- Pride** :උඩභුකම-අභංකාරය ලෙසින්ද පෙන්වා ඇත. මෙය අකුසලයකි. බලන්න: අභංකාර.

උච

▲ **උච්චාසයන මහාසයන- Ucchasayana Mahasayana** :උච්චාසයන (higher seats)යනු උස් ආසනයන්ය, මහාසයන යනු සැපපහසු ආසනයන්ය. උපෝසථ අටසිල් හා සාමණේර දසසිල් රකිනා අය එවැනි ආසන භාවිතයෙන් වැලකී සිටිති. බලන්න: ශිලය. සටහන: පා.සි.ශ: පි.164: “උස් ආසනය-වඩු රියනකින් උස් ආසනය. බොහෝ සැපපහසු ලෙස සකස් කල ඇද පුටු ආදිය”.

▲ **උච්චේද දිට්ඨිය- Ucheda-ditṭhi: Annihilation view** : මෙය, බුදුන් වහන්සේ වැඩසිටි සමයේ අන්‍යපරිබ්‍රාජකයන් දැරූ විවිධ මතයන්ගෙන් එකකි. උච්චේද වාදය ලෙසින්ද පෙන්වා ඇත.එනම්, මරණින් මතු නැවත ඉපදීමක් නැතැයි යන ඇදහීම (වාදය). උච්චේද දෘෂ්ටිකයා - ඒ අදහස දරන තැනැත්තාය. දිවි ඇතිතාක් සැපසේ ජීවත්විය යුතුය. නැවත මේ ශරීරයේ ඒමක් -පැමිණීමක් නැත ආදී අදහස් ඔවුන් දරයි. බලන්න: දිට්ඨි, අන්ත දිට්ඨි සතර. සටහන: අංගු.නි: (5) 8 නිපාත: වෙරඤ සූත්‍රයේ මේ ගැන විස්තරාත්මකව පෙන්වා ඇත.

▲ **උච්ඡඛ පඤ්ඤා- lap-like wisdom** :උච්ඡඛ පඤ්ඤා ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ මද ප්‍රඥාවය. මෙය ඔඩොක්කුවේ ප්‍රඥාව ලෙසින්ද පෙන්වා ඇත. දහම අසන කෙනෙක්, නැගීසිටිවිට ඇසු දහම අමතකවීම මින් අදහස් කෙරේ. බලන්න: පුද්ගලයෝ තිදෙනා, උපග්‍රන්ථය:5. මූලාශ්‍ර:අංගු.නි: (1): 3 නිපාත: 3.1.3.10 සූත්‍රය, පි. 277, EAN: 3: 30.10 sutta, p. 88.

▲ **උච්ඡින්ත භවනෙත්තති- Ucchintha bhavaneththi** :උච්ඡින්ත භවනෙත්තති ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ සංසාරය නැවත ඇති නොවන ලෙස සිදු දැමීමය. උසුන් මුල්කරනලද තල් ගසක් මෙන් සසර නිමා කිරීමය. උපමාව: තල්ගස, උපග්‍රන්ථය:5. සටහන: * තල්ගස සහමුලින්ම සිදු දැමුවිට, එය නැවත හටනොගනී. එලෙස හික්ෂුව සියලු අනුසය සිදු දැමා නිවන ලබා ගත යුතුවේ. ** අංගු.නි: (5) 8 නිපාත: වෙරඤ සූත්‍රයේදී, තමන්වහන්සේ එලෙසින් කෙළෙස් නිමා කර ඇතිබව බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (4):7 නිපාත: 7.1.2.1. අනුසය සූත්‍රය හා අනුසය පහාන සූත්‍රය, පි. 312, EAN:7: 11.1 and 12.2. Underlying tendencies, p. 371.

උජ

▲ **උජුපටිපන්න- Ujupatipanna** :උජුපටිපන්න යනු, සෘජු මගට- ආරිය අටමගට පැමිණිබවය. මෙය බුදුන් වහන්සේගේ ශ්‍රාවක සංඝයා සතු සංඝ ගුණයකි. බලන්න: සංඝගුණ.

උට

▲ **උට්ඨාන වීරිය- Uttanaviriya**: කෙළෙස් ප්‍රභීණය පිණිස බලවත් වීරිය කිරීම- අලසබව නැතිකර ගැනීමේ උත්සාහය, උට්ඨාන වීරියය. එම වීරිය ඇති තැනැත්තා උට්ඨාසිකය. බෝසතුන් උට්ඨාන වීරිය වඩා, බුද්ධත්වය ලැබුවෝහ: බලන්න: බු.නි: උදානපාලිය: බෝධිවග්ග සූත්‍ර, ප්‍රධන්වීරිය.

▲ උට්ඨාන සම්පත -Uttanasampatha: උට්ඨාන සම්පත, සතර සංග්‍රහ වස්තුවලින් එකකි. තමන් කරන රැකියාව හෝ ජීවිකාව පිලිබඳ නිපුණතාවයෙන් සමත්ව, උත්සහාවන්තව, පරික්ෂාකාරීව තීරණගැනීමේ හැකියාව, සංවිධානයට දක්ෂවය. බලන්න: සතර සංග්‍රහ වස්තු.

උත

▲ උත්තම ආචාරධර්ම -Uttama achara Dhamma :උත්තම ආචාර ධර්ම නම් ආධ්‍යාත්මික මග වඩාගැනීමට අවශ්‍ය කරුණුය. බලන්න: ආභිසමාවරික ධම්ම

▲ උත්තම ඥානය- Uttama nana: උත්තම ඥානය ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ අභිඥාවන්ය. බලන්න: අභිඥා.

▲ උත්තම-නිව හා උත්තම-උත්තම පුද්ගලයෝ- Uththama- niche & Uththama-uththama pudgala :උත්තම-නිව පුද්ගලයා (උත්තතොන්ත) නම්, උසස් කුලයක් ඉපදී, පහත් දේ- දුසිරිතය කරන තැනැත්තාය. මරණින්මතු ඔහු නිරයටයයි. උත්තම-උත්තමපුද්ගලයා (උත්තතුන්ත) උසස් කුලයක ඉපදී, උසස් ලෙස- සුවරිතය ඇති කටයුතු කරයි. ඔහු දෙව්ලොව උපත හිමිකර ගෙන ඇත. බලන්න: ඔතතොන්ත හා ඔතතුන්ත පුද්ගලයෝ මූලාශ්‍රය: අංග.නි: (2) 4 නිපාත: 4.2.4.6 ඔතතෝන්ත සූත්‍රය, පි.186.

▲ උත්තම පුරුෂයා: පාලි: උතමපුරිසො: supreme person බුදුන් වහන්සේ, ධම්මචිතයේ උත්තම පුරුෂයා මෙසේ පෙන්වා ඇත: “පඤ්චවිප්පභීනො භික්ඛවෙ භික්ඛු පඤ්චඛ සමන්තාගතො ඉමසම් ධම්මචිතයෙ කෙවලී වුසිතවා උතමපුරිසොති වුවවති” පංච අංග පහ කර ගත්, පංච අංග යන්ගෙන් සමන්චිතව, බඹසර පුරාගත් භික්ෂුව, ධම්ම චිතයේ (මේ සසුනේ) උතුම් පුද්ගලයාවේ: රහතන්වහන්සේය. (...a bhikkhu who has abandoned five factors and possesses five factors is called, in this Dhamma and discipline, a supreme person who is consummate and has completely lived the spiritual life). සටහන: පහකරගත් පංච අංග නම්: පංච නිවරණයන්ය. සමන්චිතවූ පංච අංග නම්: අසේඛ ශිලය, අසේඛ සමාධිය, අසේඛ ප්‍රඥාව, අසේඛ විමුක්තිය හා අසේඛ විමුක්ති ඥානදර්ශනය. මෙහිදී පෙන්වා ඇත්තේ රහතන්වහන්සේ ගේ ගුණයන්ය. බලන්න: නිවරණ, සේඛ හා අසේඛ. මූලාශ්‍ර: අංග.නි: (6):10 නිපාත: 10.1.2.2 පංචඅංග සූත්‍රය, පි.58,EAN:10: 12.2 Five Factors, p. 495.

▲ උත්තම දසපුද්ගලයෝ- Ten Superior persons :බුදුන් වහන්සේ උත්තම (ආර්ය) පුද්ගලයෝ දස දෙනෙක් පෙන්වා ඇත: “ දස ඉමෙ භික්ඛවෙ, පුග්ගලා ආභුනෙය්‍යා පාභුනෙය්‍යා දකඛිණෙය්‍යා අඤ්ජලී කරණියා අනුතරං පුඤ්ඤකෙඛිතං ලොකස්ස...” “ මහණෙනි, මේ පුද්ගලයන් දස දෙනා, ලෝකයාගෙන් තැඟි ලැබීමට, සත්කාර සංග්‍රහ ලැබීමට, පුද්පුජා-දක්ෂිණා ලැබීමට, ගෞරව නමස්කාර ලැබීමට සුදුසුය. ඔවුන්ට කරන පුද පුජා නිසා ලෝකයාට බොහෝ පින් ලැබේ”. එනම්: 1) තථාගත සම්මා සම්බුද්ධ 2) පසේ බුදුවරු 3) උභතෝභාගී රහතුන් 4) ප්‍රඥා විමුක්ති රහතුන් 5) කායසක්ඛි උතුමන් 6) දිට්ඨිප්‍රාප්ත උතුමන් 7) ශ්‍රද්ධා විමුක්ත උතුමන් 8) ධම්මානුසාරී උතුමන් 9) ශ්‍රද්ධානුසාරී උතුමන් 10) ගෝත්‍රභූ උතුමන්. බලන්න: ආභුනෙය්‍යා පාභුනෙය්‍යා ආදී ගුණ.

සටහන්: * ඉහත ගුණ ආර්ය සංඝයා සතු ගුණයන්ය .**බලන්ත:** සංඝගුණ.
** 3-9 දක්වා වූ ආර්යන් පිළිබඳ විස්තර පිණිස **බලන්ත:** සත්ආර්ය පුද්ගලයෝ. ** ගෝත්‍රභූ ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ බුද්ධවංශයට ඇතුළුවූ ආර්ය පුද්ගලයාය. **බලන්ත:** ගෝත්‍රභූ. මූලාශ්‍ර:අංගු.නි:(6):10 නිපාත: නාථ වග්ග, 10.1.2. ආහුණෙය්‍ය සූත්‍රය, පි.70, EAN: Protector: 16-6 Worthy of Gifts, p. 497.

▲ **උත්තම ප්‍රතිපදාව-Uttama prathipadawa :** උත්තම ප්‍රතිපදාව යනු ඇත්තේ ආර්යඅටමගය. **බලන්ත:**ආර්යඅටමග. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (1): 3 නිපාත: ආනන්දවග්ග: 3.2.3.1 සූත්‍රය, පි. 420, EAN:3: Ananda vaggga, 71.1. Channa, p. 117.

▲ **උත්තම මග-Uththama maga:** උත්තම මග, ආර්යඅටමගය. **බලන්ත:**ආර්යඅටමග.

▲ **උත්තරකුරු ප්‍රදේශය-Uttarakuru :**උත්තර කුරු ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ සක්විති රජ පාලනය කරන සතර දීප යන්ගෙන් උතුරේ පිහිටි ප්‍රදේශයය. **බලන්ත:** සක්විතිරජු. **සටහන:** ජම්බුද්වීපයට, උතුරින් පිහිටි දේශය, සමහරවිට මධ්‍යම ආසියාව වියහැකිය. **බලන්ත:** EAN:9:note 1884, p.672.

▼ **උත්තරකුරු වාසීන්-ජනයා කරුණු 3** කින් තවතිසා දෙවියන්ට හා දඹදිව වාසීන්ට වඩා ප්‍රබලයයි මෙහි දක්වා ඇත: 1) ආත්මාර්ථකාමී නොවීම හා අල්ලා නොගැනීම (without selfishness and possessiveness) 2) නියතවූ ආයුෂ තිබීම 3) විශේෂජීවන තත්වයක් තිබීම. **බලන්ත:** ජම්බුද්වීපය , තාවතිංස දේවලෝකය. මූලාශ්‍රය: අංගු.නි: (5) 9 නිපාත: 9.1.3.1 යාන සූත්‍රය, පි.462.

▲ **උත්තිය -උත්තර තෙර- Utthara Thera :****බලන්ත:** උපග්‍රන්ථය:1

▲ **උත්තරා උපාසිකාව- Utthara Upasika:** **බලන්ත:** උපග්‍රන්ථය:3

▲ **උත්තර දේවපුත්‍ර- Utthara Deva:** මේ දේවපුත්‍ර බුදුන් වහන්සේ බැහැදැක, ජීවිතය හා මරණය ගැන විමසූ බවමෙහි දැක්වේ. මූලාශ්‍රය: සංයු.නි: (1) සගාථවග්ග: දේවපුත්තසංයුත්ත: 2.2.9 උත්තර සූත්‍රය, පි.130.

▲ **උත්තර මානවක- Utthara Manawaka :** මොහු, කජන්ගලා නියම් ගමේ පාරාගරිය බ්‍රාහ්මණයා ගේ සිසුවෙකි. බුදුන් වහන්සේ, කජන්ගලා නියම් ගමේ, මුබෙලූ වනයේ වැඩ වසන සමයේ බුදුන් වහන්සේ බැහැදැකීමට පැමිණ ඇත. බුදුන් වහන්සේ, ඔහුගෙන් පාරාගරිය බ්‍රාහ්මණයාගේ ඉන්ද්‍රිය භාවනාව පිළිබඳ විමසූහ. ඒ ක්‍රමය, ආර්ය චිත්තයේ ඉන්ද්‍රිය භාවනාවට වඩා වෙනස් බව පෙන්වීමට බුදුන් වහන්සේ මේ සූත්‍රය වදාළහ. මූලාශ්‍රය: ම.නි: (3) 3.5.10 ඉන්ද්‍රිය භාවනා සූත්‍රය, පි.632.

▲ **උත්තරී මනුස්සධම්ම- superhuman distinction :**උත්තරී මනුස්සධම්ම- උත්තරීය මනුස්ස ධම්ම, ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ ආර්යභාවය ලබාදෙන ධම්මතාය: සතරමග සතරඵල: සෝතාපන්න- අරහත්වයලබාගැනීමට ඉවහල් වන ධර්මතාය. කරුණු 6 ක් පහකරගත් විට ආර්යබවට සමත් ඥානදර්ශන විශේෂය පසක් කරගැනීමට හැකිවේ: “ ඉමෙ බො භික්ඛවෙ ජ ධමෙම පභාය භබ්බො උත්තරීමනුස්ස ධමමො අලමරියඤාණ දස්සනවිසෙසං සවජ්ඣාකාතුන්ති”. 1) සිහි මූලාව- මුට්ඨසච්චං- Muddle-mindedness 2) විමසුම් නුවණ නැතිබව- අසම්ප්‍රජන්‍යය -අසම්පජඤඤං - lack of clear comprehension 3) ඉන්ද්‍රිය

දොර වසා නොතිබීම - ඉන්ද්‍රියෙහි අගුණආරතං- not guarding the doors of the sense faculties 4) හෝෂනයේ පමණ නොදන්නා බව- හෝෂන අමනසකඤ්ඤතං- lack of moderation in eating 5) දෙපිටකාවටු බව- වංචාසහගත බව-කුහනං- duplicity 6) වාටුකථාව- ඉච්චාකථාව-ලපනං- flattery. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (4): 6 නිපාත: අරහත්වග්ග: 6.2.3.3

උත්තරිමනුස්සධම්ම සූත්‍රය, පි.254, EAN:6: 77.3 Superior, p.360.

▲ උත්තරිතර මනුෂ්‍යයා -super human : උත්තරිතර මනුෂ්‍ය (උතුම් මිනිසා) යනු මනුෂ්‍යත්වය -මිනිස්බව ඉක්මවූ පුද්ගලයාය. අතිමානුෂික- අධිමානුෂික- බව ලබාගත් පුද්ගලයා- උතුමාය. එනම්, සියලු කෙළෙස්වලින් මිදී, නිවන සාක්ෂාත් කරගත් ආරිය පුද්ගලයාය. ඔහු විමුක්තිය හා විමුක්ති ඥානදර්ශනය පසක් කර ඇත. සටහන: අටුවාවට අනුව දස කුසලයන් යනු මිනිස් ධර්මයන්ය- මනුෂ්‍ය ශීලයය. එම ශීලය මානව දියුණු කරගත් පුද්ගලයා මිනිස් ධර්මයන්ට වඩා උසස්ධර්මතා වන ජාන, විපස්සනා ඥාන, මග ඵල ආදිය ක්‍රමයෙන් සාක්ෂාත්කරගෙන උතුම් ආරියබව ලබාගැනීමට අවශ්‍ය ඥාණදර්ශනය අවබෝධ කරගනී- නිවන් සුවය ලබාගනී. බලන්න: EAN: note:44, p. 582. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි.(1) 1 නිපාත: ශුක වගග, 1.5.5. සූත්‍රය, පි.54, EAN:1: A spike, p.38.

▲ උතුම්- Nob: උතුම් ලෙසින් දක්වන්නේ ආරිය බවය. බලන්න: ආරිය.

▲ උතුම් අස්වැසිල්ල -supreme consolation: උතුම් අස්වැසිල්ල ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ සියලු දුක නිමකර අරහත්වය ලැබීමය. බලන්න: අස්වැසිල්ල.

▲ උතුම් ගුරුවරයා-The Noble Teacher: ලෝකයේ පහලවූ සියලුම ගුරුවරුන් (ශාස්තෘන්- ආචාර්යන්) අතුරින් බුදුන් වහන්සේ උතුම් ගුරුවරයාය. තමන්වහන්සේ අනුගමනය කරන පැවිදි, ගිහි භවතුන්ට මෙන්ම, අවස්ථානුකූලව දෙවි දේවතාවන්ටද, අන්‍යආගමික පිරිසටද, ඔවුන්ගේ සුවය, සහ යහපත පිණිස ධර්මය දේශනා කර ඇත, අවවාද අනුසාසනා කර ඇත, ධර්ම කරුණු සත්‍ය ලෙසින්ම පැහැදිලි කර ඇත. මුළු ත්‍රිපිටකය පුරා දැකිය හැක්කේ, බුදුන් වහන්සේ, මහා ප්‍රඥාවෙන්, මහා කරුණාවෙන්, මහා අවබෝධයකින් යුතුව අවලව, නිර්භයව, ලෝක සම්මත ගුරුවරයා ලෙසින් ධර්මය- සත්‍ය, සමස්ත ලෝකයාගේ හිත පිණිස සුව පිණිස දේශනා කර ඇති ආකාරයය. බලන්න: උපග්‍රන්ථය: 6

▼ නිවන් මග දේශනා කළ බුදුන් වහන්සේ මෙසේ වදාළහ: “මහණෙනි, ඔබට නිවන හා නිවන්මග පෙන්වා දුන්නෙමි, ශ්‍රාවකයන් ගේ හිතසුවය කැමති, ඔවුන් කෙරේ අනුකම්පාව ඇති ගුරුවරයෙක් විසින් කලයුතු දේ මා විසින් ඔබට කර ඇත. මේ අවට රුක්මුල්, හිස්කුටි ඇත, පසුවට පසුතැවිලි නොවීම පිණිස අප්‍රමාද නොවී භාවනා කරන්න. මෙය අපගේ අනුසාසනය ය”. “ ඉති බො භික්ඛවෙ දෙසිතං වො මයා අසඬබතං දෙසිතො අසඬබතගාමී මග්ගො. යං භික්ඛවෙ සඤ්චාරා කරණියං සාවකානං හිතෙසිතා අනුකම්පකොන අනුකම්පං උපාදාය, කතං වො තං මයා එතානි භික්ඛවෙ රුක්ඛමූලානි එතානි සුඤ්ඤාගාරානි, ක්‍රියාපට්ඨිතවෙ, මා පමාදඤ්ඤ, මා පච්ඡා විප්පට්ඨාරිතො අනුච්ඤ්ඤ, අයං බො අමහාකං අනුසාසනි”. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (4): සලායතනවග්ග: අසංඛන සංයුත්ත, 9.1.1 සූත්‍ර, පි. 659, ESN: 43: Asankatasamyutta: p. 1493.

▲ උතුම්දේ -Noble things : ලෝකයේ ඇති උතුම් දේ ගැන දෙවියෙක් විමසුවිට, බුදුන් වහන්සේ මෙසේ වදාළහ: 1) ජරාවට (වයසට යෑම) පත්වෙන කෙනාට ශීලය උතුම්ය. 2) මනා ලෙසින් පිහිටුවා ගත් විට

ශ්‍රද්ධාව උතුම්‍ය 3) අනගිරුවන් ලෙසින් පුද්ගලයෙකුට උතුම් වන්නේ ප්‍රඥාවය. 4) සොරුන් හට පැහැර ගත නොහැකි උතුම් දේ පිනය. මූලාශ්‍රය: සංයු.නි: (1) සගාථවග්ග: දේවතාසංයුත්ත: ජරාවග්ග: ජරාසුත්‍රය, අප්පරා සුත්‍රය, පි. 92.

▲ උතුම් නුවණ- Highest knowledge: සතර මග සතර ඵල ලැබීමේ නුවණ උතුම් නුවණය. බලන්න: අඤ්ඤා.

▲ උතුම් පුද්ගල-Noble person :ආරිය මගට පිළිපත් පුද්ගලයා උතුම් පුද්ගලයාය. බලන්න: අසේඛ. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (4) සළායතන වග්ග: ජම්බුබාදක සංයුත්ත: 4.1.5 අස්සාස සුත්‍රය හා 4.1.6 පරමස්සාය සුත්‍රය, පි. 504 , ESN: Salayatanasamyutta: IV: 38 Jambukhāḍaka -saṃyutta: 5 Consolation & Supreme Consolation, p. 1400.

▲ උතුම් සිතිවිලි- great reflections: අධ්‍යාත්මික මාර්ගය සාක්ෂාත් කරගැනීම සඳහා පුද්ගලයකු තුළ තිබිය යුතු උතුම් සිතිවිලි- මහා පුරුෂ විතක්ක ලෙසින් පෙන්වා ඇත. මේවා 8කි. 1) අවශ්‍යතා අල්පබව- fewness of wishes 2) සන්තුෂ්ටිය- contentment 3) හුදකලාවාසය (විවේකය) ප්‍රියකිරීම-resort to solitude 4) උත්සාහය ඇතිබව - energetic 5) පිහිටුවා ගත් සතිය ඇතිබව- established mindfulness 6) සිතේ එකඟබව-සමාධිය- focused mind 7) ප්‍රඥාවන්තබව - wise 8) නිවන්සුවය ප්‍රියකිරීම delight in nibbāna. සටහන: බුදුන් වහන්සේගේ උපදෙස් අනුව එම කරුණු 8 ආවර්ජනා කර සිව්පන සම්පත් ලබා, අනුරුද්ධ තෙරුන් අරභත්වයට පත්විය. බලන්න: උපග්‍රන්ථය:1. මූලාශ්‍ර:අංගු.නි: (5): 8 නිපාත: 8.1.3.10 අනුරුද්ධ සුත්‍රය, පි. 156, EAN: 8: 30.10 Anuruddha, p. 428.

▲ උතුම් සැපය- Highest Bliss :උතුම් සැපය සසර දුක නිමකර නිවන ලබාගැනීමය. බුදුන් වහන්සේ මෙසේ වදාළහ: “සුඛො විවෙකො කුට්ඨස්ස සුකධම්මස්ස පස්සතො අධ්‍යාපජ්ජං සුඛං ලොකෙ පාණභුතෙසු සංයමො සුඛා විරාගතා ලොකෙ කාමානං සමතික්කමො අසම්මානස්ස යො විනයො එතං වෙ පරමං සුඛන්ති”. “නිවන නම්වූ උපධි විවේකය (උපධි හැරදැමීම) සැපවේ. වතුර්මාර්ග ඥානය ලැබීමේ සතුට ඇති, ප්‍රකට වූ දහම් ඇති, ඒ උපධි විවේකය නුවණ නමැති ඇසින් දකිනා අයට නොකිසිම සැපවේ. ලෝක සතුන් කෙරෙහි හිංසා නොකිරීම -අවිහිංසාව සැප වේ. ලෝකයට නො ඇලීම, වස්තු කාම කෙළෙස් ඉක්මවීම සැපවේ. අසම්මානයේ වැනසීමක් වේද මෙය ඒකාන්තයෙන්ම උතුම්වූ සැපය වේ (අරභත්වය ලැබීම). මූලාශ්‍රය:වින.පි: මහාවග්ග පාලි (1 කාණ්ඩය) මහාබන්ධකය: මුවලින්ද කතා, පි.86.

▲ උතුම් සෙවීම-Noble search තමන් සෙවීම- තමා ගැන සොයා බැලීම උතුම් සෙවීම යයි බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත.සටහන්: *මේ උපදේශය වදාළේ හද්දවග්ගිය කුමාරවරු (පසුව තෙරුන්) 30 දෙනාටය. බලන්න: උපග්‍රන්ථය:1 ** ම.නි ආරිය පරියේෂණ සුත්‍රයේ: ගිහිගෙය හැර ආධ්‍යාත්මික ජීවිතය-බ්‍රහ්මචාරී බව සොයා යෑම උතුම්-ආරිය සෙවීම යයි දක්වාඇත.මූලාශ්‍ර:වින.පි :මහවග්ගපාලිය1:හද්දවග්ගියකුමාරවරු,පි. 127.

▲ උතුපරිණාම- Change of seasons : උතුපරිණාමය යනු දේශගුණය වෙස්වීම- සෘතු වෙනස්වීමය. සෘතු වෙනස්වීම නිසා ඇතිවන ආබාධ- උතුපරිණාම අබාධ ලෙසින් පෙන්වා ඇත. මෙය කයේ ආදීනවයක්ය. සටහන:ගිරිමානන්ද සුත්‍රයේ,ආදීනවසංඥා යටතේ මේ පිලිබඳ දක්වා ඇත.

▲ උත්ථාන සංඥාව: පාලි: උධ්ධානසංඥාං- wake-up sign :උත්ථාන සංඥාව යනු, නිදාගැනීමට පෙර, අවදිවන වේලාව සිතේ සටහන් කරගැනීමය. බුදුන් වහන්සේ සයනය කිරීමට පෙර උත්ථාන සංඥාව සිතේ සටහන් කරගෙන නින්දට යන්නේය. නිදිවැරීමේ යෙදෙන ආර්ය ශ්‍රාවකයා ද නිදාගැනීමට පෙර මේ සංඥාව සිහිකර නින්දට යයි, නියමිත වේලාවට අවදිවේ. බලන්ත: ජාගරානු සතිය. මූලාශ්‍ර:ම.නි: (2): 2.1.3 :සේඛ සූත්‍රය, පි. 44, MN 53: Sekha Sutta, p. 436.

▲ උත්පාදයිතව්‍ය ධර්ම : පාලි: ධමමො උප්පාදෙතබ්බො- Dhamma to be aroused: ආධ්‍යාත්මික වර්ධනය පිණිස උපදවා ගතයුතු ධර්මතා උත්පාදයිතව්‍ය ධර්මවේ. උත්පාදයිතව්‍ය ධර්ම: 1) අකුප්ප ඥානය- අකුප්ප ඥානං -Unshakeable knowledge බලන්ත: අකුප්ප ඥානය, අකුප්ප ධර්මතා. 2) බය ඤාණං -කෂය නුවණ- Knowledge of the destruction of defilements: ආසවක්බය හෙවත් සියලු කෙළෙස් නසන නුවණ බලන්ත: බය ඤාණං, ආසුව හා ආසුව කෂය කිරීම. 3) අනුප්පාදෙ ඤාණං- කෙළෙස් නැවත ඇති නොවන බව දන්නා නුවණ Knowledge of that destructed defilements would not arise again) බලන්ත: අනුප්පාදෙ ඤාණං. 4) තුන් කාල පිලිබඳ ඥාණයෝ: අතීත ඥාණය, වර්තමාන ඥාණය හා අනාගත ඥාණය (තුන් කාලය පිලිබඳ අවබෝධය) බලන්ත: තුන් කාල පිලිබඳ ඥාණයෝ 5) සතර ඥාණයෝ (වත්තාරි ඤාණානි): ධම්මේඥානය (ධමම ඤාණං) අත්වයේඥානය (අනවයෙ ඤාණං) පර්යයයෙහි ඥානය (පරියෙ ඤාණං) සම්මුතිසෙහි ඥානය (සම්මුතියා ඤාණං) 6) පංචඥාණ සම්මාසමාධිය: ඥාන 5 ක් සහිතව ලබන සම්මා සමාධිය .බලන්ත: පංචඥාණ සම්මාසමාධිය, අනුත්පාදයිතව්‍ය ධම්ම, අනුප්පාද ඥානය, අක්කුප්ප ඥානය. මූලාශ්‍ර: දී.ස.නි : (3): 11 දසුත්තර සූත්‍රය, පි. 483, EDN: 34: Dasuttara Sutta: Expanding Decades, p. 384.

▼ උත්පාදයිතව්‍ය ධර්ම නම් දස කුසලයය. බලන්ත: දසකුසල. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි:(6):10 නිපාත 4.අරියමගග වග්ග: 10.4.4.5.උත්පාදෙතබ්බ ධම්ම සූත්‍රය.පි. 538, EAN: 10: IV Noble Path, 193,p.556.

▲ උත්පත්ති විධි- modes of generation :ලෝක සත්ත්වයෝ උත්පත්ති ලබන විධි 4 (යෝනි) ක් බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත: 1) අත්ඛජ- බිත්තරයකින් හෝ කබල්ලක් බිඳගෙන උපත ලැබීම: සර්පයන්, පක්ෂීන් (from the egg or a shell) 2) ජලා භුජ- මවකගේ ගැබයෙන්-කුසයේ- වැදැමහ බිඳ උපත ලැබීම: මිනිසුන්, නිරිසන්සතුන් (from the mother’s womb) 3) සංසේදිත - තෙතමනය නිසා-, කුණුවීගිය මළකඳන්, සතුන්, කුණුවී ගිය ආහාර, දුගඳ නිසා උපත ලැබීම: පනුවන් ආදී (from moisture) 4) ඕපපාතික -ස්වයංජාත- නිරායාසයෙන්ම නිරයේ-අපායේ හෝ දෙව්ලොව යළිඋපත- ඉපදීම, (Spontaneous rebirth in hell or heaven). මූලාශ්‍ර: ම.නි: (1): 1.2.2 මහාසීහනාද සූත්‍රය, ඡේදය.32, පි. 184, EMN: 12: The Greater Discourse on the Lion’s Roar, para. 32, p. 160.

▲ උත්සහාය- Energetic: උත්සහාය- වෙරදැරීම, ආධ්‍යාත්මික මග වඩාගැනීමට අවශ්‍ය ගුණයකි. බලන්ත: උතුම් සිතිවිලි, විරිය.

උදි

▲ **උද්‍යාන-Parks** :යම් කෙනෙක්, අන්‍යයන්ගේ යහපත පිණිස උයන්වතු කරන්නේ නම් එය පුණ්‍ය ක්‍රියාවකි, සුගතියට මග පාදයි. මූලාශ්‍රය: සංයු.නි: (1): සගාථවග්ග: දේවතාසංයුත්ත: 1.5.7 වනරෝප සූත්‍රය, පි.86.

▲ **උද්දක රාමපුත්‍ර නවුසා- Ascetic Uddaka Ramputhra** :සිද්ධාර්ථ නවුසා, (බෝධිසත්ව) ගේ දෙවන ගුරුවරයා වුවේ මේ නවුසාය. ඔහුගේ ඉගැන්වීම මගින් දුක කෙළවර කිරීම අවබෝධ කරගත නොහැකි බව වටහාගත් බෝසතුන් ඔහු හැර යාම, සම්බෝධිය ලබා තමන් වහන්සේ අවබෝධ කරගත් දහම මේ නවුසාට ඉගැන්වීමට තීරණය කළද, ඔහු ඒ අවස්ථාවේ මරණයට පත්වී සිටි නිසා උතුම් දහම අවබෝධ කරගැනීමට වාසනාව නොමැතිවීම මෙහි විස්තර කර ඇත. බලන්න: ම.නි: බෝධිරාජ කුමාර සූත්‍රය හා ආර්යපර්යේෂණ සූත්‍රය, උපග්‍රන්ථය:6

▲ **උදයත්තගාමිණී ප්‍රඥාව: පාලි: උදයබ්බයානුපස්සනෙ ඤාණං- Knowledge of arising and passing away** :උදයත්තගාමිණී ප්‍රඥාව - උදයබ්බ ඤාණය (සමුදය-වය නුවන)ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ හේතුප්‍රත්‍යයෙන් හටගත් ස්කන්ධ ධර්මයන්ගේ ඇතිවීම හා නැතිවීම දැකීමෙහි ප්‍රඥාව. එම අවබෝධය, ආර්ය ශ්‍රාවකයෙක් තුළ ඇති ප්‍රඥා බලයකි- ඔහුට සමුදය හා වය ධර්මතා ගැන මනා අවබෝධය ඇත. මේ නුවණ නිබ්ද්දාව ඇතිකිරීමට, නිවන ලබා ගැනීමට උපකාරීවේ. බලන්න: ප්‍රඥාව, සේඛ හා අසේඛ. ශබ්දකෝෂ: පා.සිං.ශ: පි: 175: “උදයබ්බයඤාණං උදයව්‍යය ඥානය (සමුදය වය), යථා භූත ඥාන දර්ශනය: ‘යථාභූත ඤාණ දස්සන්ති තරුණ විපස්සනා, උදයබ්බයඤාණස්සෙතං අධිවචනං’”. සටහන්: * සංයු.නි: (5-2) සෝතාපන්තසංයුත්ත:11.2.2 බ්‍රාහ්මණ සූත්‍රයේදී බුදුන් වහන්සේ, ‘උදයගාමිණී පටිපදාව’ විස්තර කර ඇත. බලන්න: බ්‍රාහ්මණ උදයගාමිණී පටිපදාව.** විස්තරපිණිස බලන්න:බු.නි: පටිසම්භිදා: ඥාණකථා:6උදයබ්බඥානය,පි. 126.

▼ **උදයත්තගාමිණී ප්‍රඥාව, සේඛ බල පහෙන් එකක් වන ප්‍රඥාබලය- නිබ්ද්දාව ඇතිකරන, දුක මුළුමනින්ම නැතිකරණ - ප්‍රඥාව යයි බුදුන් වහන්සේ වදාළහ:** “ ඉධ භික්ඛවෙ අරියසාවකො පඤ්ඤවා හොති: උදයත්තගාමිණීයා පඤ්ඤාය සමන්තාගතො ආරියාය නිබ්බධිකාය සමමාදුක්ඛකයගාමිණීයා...” (Here, a noble disciple is wise; he possesses the wisdom that discerns arising and passing away, which is noble and penetrative and leads to the complete destruction of suffering). සටහන: අටුවාවට අනුව, පංච උපාදාන ස්කන්ධය ඇතිවීම හා නැතිවීම-සමුදය, වය- පිලිබඳ ඇති නියුණු ප්‍රඥාව උදයත්තගාමිණී ප්‍රඥාව ය. මෙය මාර්ග ඥාණය හා විදර්ශනා ඥාණයය. බලන්න: EAN: Note: 977, p. 631. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (3): 5 නිපාත: 5.1.1.2. සේඛබලවිතථන සූත්‍රය, පි. 24, EAN:5: The Trainee’s Powers-2.2.In Detail, p. 238.

▼ **හේතු ප්‍රත්‍යයෙන් ඇතිවූ ස්කන්ධ ධර්මයන්ගේ විපරිණාමය දැකීමෙහි ප්‍රඥාව උදය වය දර්ශන ඥානයවේ:** “පච්චුප්පන්නානං ධම්මානං විපරිනාමා නුපස්සනෙ පඤ්ඤා උදයබ්බයානුපස්සනෙ ඤාණං” මූලාශ්‍ර:බු.නි: පටිසම්භිදා මග 1: මහාවග්ග: මාතෘකා, පි. 24.

▲ **උදයමානවක පුත්‍ර-Udaya manawakaputhra:** උදයමානවක පුත්‍ර, බාවෙරි බ්‍රහ්මණයාගේ ශිෂ්‍යයෙකි. බුදුන් වහන්සේ වෙතින් දහම අසා පැහැදී බුදු සරන ගියහ, පසුව සසුනේ පැවිදිවිය බලන්න: අවසාන ඥානය,

උපග්‍රන්ථය:1: උදය මානවක තෙර. මූලාශ්‍රය: බු.නි: සුත්තනිපාතය: පරායන වග්ග: උදය මානවක ගාථා: 1110-1111, පි. 360.

▲ උදාන- Happy utterings :උදාන ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ බුදුන් වහන්සේ දහම් කරුණු ගැන සිතා, පලකළ උතුම් වාක්‍යයන්ය. බලන්න: බු.නි: උදානපාලි.

▲ උදාසී තෙර-Udayi Thera: බලන්න: උපග්‍රන්ථය:1

▲ උද්දව්වය- restlessness: උද්ධම්භාගීය සංයෝජනයකි, නීවරණ ධර්මයකි . උද්දව්වය ප්‍රභිණය පිණිස සමථය වැඩිය යුතුය. අරහත්වය ලබාගැනීමට පහකලයුතු කරුණකි. බලන්න: අරහත්වය මූලාශ්‍රය: අංගු.නි: (4) 6 නිපාත: 6.1.10 උද්දව්ව සූත්‍රය, පි.286.

▼ උද්දව්වය නැතිකරගැනීමට: අශ්‍රද්ධාව, අවදඤ්ඤතාවය (un-charitableness) හා කුසිතබව නැතිකරගත යුතුය. ආරබ්ධ විරිය ඇති සුද්ගලයාට, උද්දව්වය පහකර ගත හැකිය. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (6):10 නිපාත: 10.2.3.6 තයොධම්ම සූත්‍රය,පි.284, EAN:10: Tens,76-6.Incapable, p. 524.

▲ උද්ධම්භාගීය සංයෝජන- the higher fetters: සසරට බැඳුණ බව සංයෝජන 10න් ඉහළ සංයෝජන 5 උද්ධම්භාගීය සංයෝජනවේ. මේ සංයෝජන නිසා ලෝක සත්ත්වයා රූප ධාතුවට හා අරූප ධාතුවට බැඳේ. අරහත්බව ලබාගැනීමෙන් මේ සංයෝජන 5 ප්‍රභිණයවේ. බලන්න: සංයෝජන, අනාගාමී, ආධ්‍යාත්මික පංචඉන්ද්‍රිය, අවිද්‍යාව, ශ්‍රැතවත් ආරිය ශ්‍රාවක හා අශ්‍රැතවත් පාතග්ජන. ශබ්දකෝෂ: පා.සි.ශ: පි.178: “උඛංභාගීය සංයෝජන: උඛයයි කියන ලද රූප අරූප භවයන්හි උපදවන සංයෝජන පහ”. B.D: p. 300: “uddhambhāgiya-samyojana: ...they tie to the higher worlds, i.e. the fine-material and immaterial words”.

▼ උද්ධම්භාගීය සංයෝජන 5 කි. රූපරාග- lust for form, අරූප රාග- lust for the formless, මාන- conceit, උද්දව්ව restlessness, අවිජ්ජා- ignorance. මේ සංයෝජන පහකරගත්විට, අනාගමීබව ලබා කාම ලෝකයට වඩා උසස්වූ සුද්ධාවාස යන්හි පහළවීමට වාසනාව ඇත. උද්ධම්භාගීය සංයෝජන අවබෝධකරගැනීමට, වැනසීමට හා පහකිරීමට නම් සතර ඉද්දිපාදයන් මනාව වැඩිය යුතුය යි බුදුන් වහන්සේ වදාළහ. මූලාශ්‍ර:සං.නි:(5-2): ඉද්දිපාදසංයුත්ත: උද්ධම්භාගීය සූත්‍රය, පි. 84, ESN: 51: Iddipadasamyutta: 86.10 Higher Fetters , p. 2108, අංගු.නි: (6):10 නිපාත: 10.1.2.3 සංයෝජන සූත්‍රය, පි.60, EAN: 10: 13.3. Fetters, p. 496.

▼ උද්ධම්භාගීය සංයෝජන ප්‍රභිණය:මේ සංයෝජන අවබෝධ කිරීමට, ඒවා ඤාණ කරගැනීමට අරිය අටමග වැඩිය යුතුය. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (5-1) :මභාවග්ග: මග්ගසංයුත්ත: ඔසවග්ග: 1.16 උද්ධම්භාගීය සංයෝජන සූත්‍රය,පි. 166,ESN: 45: Maggasamyutta: 180.10 Higher Fetters, p. 1727.

▲ උද්ධුමානක සංඥාව:පාලි: උඤ්ඤාමානකසංඤා -perception of a bloated corpse :මළමිණිය දිරා යන ආකාරය (ඉදිම්) පෙන්වන සංඥාව. සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ මේ ගැන විස්තරාත්මකව පෙන්වා ඇත. උද්ධුමානක

සංඥා භාවනාව : ඉදිමුණ මලකඳක් අරමුණුකොට භවනාකිරීම මගින් විදසුන් නුවණ වැඩේ. සතර සති පටිඨානයේ කායානුපස්සනාවට අයත්වේ. බලන්න: භාවනා. ශබ්දකෝෂ: පා.සිංග: පි. 179: “උඤ්ඛාතතත: ඉදිමුණ මලසිරුර, උඤ්ඛාතකසකඤ්ඤා: ඉදිමිගිය මාත ශරීරයක් අරමුණු කරගෙන වඩන භාවනාව”.

▲ උදේන-උදේනි රජ-King Udena:බලන්න: උපග්‍රන්ථය:3

උණ

▲ උණබටගස්- Bamboo trees: උණගසේ එලය නිසා ඒ ගස විනාශයට පත්වේ, එසේ ලාභ ආදිය නිසා සංඝයා විනාශයට පත්වන අන්දම මෙහි දක්වා ඇත. බලන්න: උපග්‍රන්ථය:5. මූලාශ්‍රය:සංයු.නි:2: නිදානවග්ග: ලාභසන්කාර සංයුත්ත: සංඝභේදවග්ග:5.4.5 අත්තවධ සූත්‍රය, පි.388.

▲ උණ්ණාභ බ්‍රාහ්මණ-Brahmin Uṇṇābha බලන්න: උපග්‍රන්ථය: 3

▲ උණු අළු නිරය - Hell of Hot Embers: මේ නිරය, කුක්කුල නිරය ලෙසින් ද හඳුන්වයි. කර්ම විපාක නිසා මෙහි පහළවේ. උණු අළුවලින් පිවිටි මහා දුක් වේදනා ඇතිකරන නිරයකි. බලන්න: නිරය.

උප

▲ උපක තෙර-Upaka Thera: බලන්න: උපග්‍රන්ථය:1

▲ උපකෙළෙස: පාලි: උපකකිලෙසො-imperfections of the mind/Defilements: උපකෙළෙස ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ, සිත කෙලෙසන- කිලිටුකරන ධර්මතාවන්ටය (විතකසු උපකකිලෙසො). මේ කරුණුනිසා අකුසල් ඇතිවේ, සමාධිය ලබාගැනීම අපහසුවේ, ආධ්‍යාත්මික වර්ධනය දුබලවේ, දුගතියක යලි උපතට හේතුවේ.බලන්න: සල්ලේඛ පරියාය, අබ්ජ්ජාව, අමනාප.

▼ උපකෙළෙස ප්‍රභීණය, ජාන සමාපත්ති ලබාගැනීමට උපකාරීවේ.

“...භික්ෂුව සිතට උපක්ලේශවූ ප්‍රඥාව දුබල කරණ පංච නිවරණ දුරුකොට ප්‍රථම ජානය ඇතිව වෙසෙයි” සටහන: මෙහිදී සිත කෙලෙසන ධර්මතා ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ පංච නිවරණයන්ය. මූලාශ්‍ර:ම.නි: (2): 2.1.1 කන්දරක සූත්‍රය පි. 18, EMN: 51: Kandaraka Sutta, p. 425.

▼ සිත කිලිටුවූ කල්හි දුගතිය කැමතිවිය යුතුය යයි බුදුන් වහන්සේ වදාළහ. “ එව මෙව බො භික්ඛවෙ වීතෙක සඬකිලිට්ඨෙද්දු දුග්ගති පාටිකඬබා”. මේ සූත්‍රයේ උපකෙළෙස් 16 ක් පෙන්වා ඇත: 1) අබ්ජ්ජාව-විෂම ලෝභය (අභිජ්ඣාච්ඡම ලොභො- Covetousness and unrighteous greed) 2) ව්‍යාපාදය (බ්‍යාපාදො - ill will) 3) ක්‍රෝධය (කොධො -anger) 4) අමනාපබව-උපනාභ (උපනාභො- resentment) 5) මකුබව-ගුණමකු බව (මකෙඛා -contempt) 6) පලාසය -අනාදරබව- ගරුනැතිබව (පලාසො- insolence) 7) ඉරිසියාව -ඊර්ෂ්‍යාව(ඉසො- envy) 8) මසුරුබව- තණ්හාව (මච්ඡිරියං- avarice) 9) ධවට්ඨම-මුලාකිරීම (මායා -deceit) 10) කපටිබව-වංචාව (සායෙය්‍යං -fraud) 11) මුරණ්ඩුබව (ඵම්භො- obstinacy) 12) සාරම්භය- අනුන් පරදවාලීමට කටයුතු කිරීම- එකට එක කිරීම (සාරම්භො-rivalry) 13) මානය (මානො- conceit) 14) අධි මානය - අභංකාරය-උඩඟුබව (අතිමානො-arrogance) 15) මදය- මත්වීම (මදො- intoxication) 16) ප්‍රමාදය (පමාදො-negligence). මූලාශ්‍ර: ම.නි: (1):1.1.7 වන්ථුපම සූත්‍රය, පි. 101, EMN: 7: The Simile of the Cloth, p. 102.

▼ ගුණ හා බ්‍රාහ්මණයන්ගේ සිත් කිලිටි කරන උපකෙලෙස් 4 ක් බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත: 1) සුරාමේරය භාවිතය 2) මෙවුන්දම් සේවනය 3) රන් රිදී මුදල් ආදිය පිළිගැනීම 4) මිථ්‍යා ජීවිතය පවත්වා ගැනීම. ඔවුන්ගේ කෙලෙස් නිසා, පුනර්භවය නැවත නැවත ඇතිවේ. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (2): 4 නිපාත: 4.1.5.10 උපකෙලෙස් සූත්‍රය, පි. 124, EAN:4: 50.10 Defilements, p. 168.

▼ සමාධියට අහිතකර උපකෙලෙස- Factors of Corruptions: not conducive to Samadhi: විචිකිච්චාව, අමනසිකාරය (සමාධි නිමිත්තට සිත යොමුනොකරීම), ජීනමිද්ධය, හිය ඇතිවීම, අධික ප්‍රීතිය ඇතිවීම, උනන්දුව නැතිවීම, අධික විරිය, විරිය අඩුවීම, දැඩි ආසාව (සමාධිය ඇති කර ගැනීමට), විවිධ සංඥා ඇතිවීම, රූප පිලිබඳ අධික සමාධිය ඇතිකරගැනීම ආදී කරුණු සමාධියට අහිතකර උපකිලේස යයි බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත. කෙලෙස් තවන විරිය ඇතිව එම කරුණු පහකර ගැනීමෙන් සමාධිය, ජාන සමාපත්ති යහපත් ලෙසින් වඩා ගත හැකිවේ. සටහන්: * මේ සූත්‍රය දේශනා කර ඇත්තේ අනුරුද්ධ, නන්දිය හා කිම්බිල තෙරුන්ටය. ** බුදුන් වහන්සේ, බෝසතුන් ලෙසින් උපකිලේස හැර දමා සමාධිය වඩා විමුක්තිය සාක්ෂාත් කර ගැනීම මෙහිදී විස්තර කර ඇත. මූලාශ්‍ර: ම.නි: (3): 3.3.8 උපකිලේස සූත්‍රය, පි. 359, EMN: 128: Upakkilesa Sutta, Imperfections, p. 920.

▼ ආධ්‍යාත්මික මග අවුරන උපකිලේස- Defilements that obstruct the spiritual path: 1) සුරාමේරය පානය කිරීම 2) මෙමුද්‍රන සේවනය 3) රන් රිදී (මුදල්) ආදිය පරිහරණය 4) මිථ්‍යා ආජීවය. මේ උපකිලෙස (ශික්ෂාපද කැඩීම) නිසා මහණබමුණන් ගේ ගුණ කිලිටි වන බව බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි : (2): 4 නිපාත: 4.1.5.10 උපකිලේස සූත්‍රය, පි. 124, EAN: 4: 50.10. Defilements, p. 168.

▼ උපකෙලෙස පහකර ගැනීම ඉර්දි පිණිසවේ-Abandonment of defilements for spiritual powers: උපකිලේස දුරු කරගැනීමෙන් විවිධ ඉර්දි බලලබාගත හැකිවේ යයි බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත. සටහන්: * මෙහිදී, දුරුකර ගතයුතු උපකිලේස ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ පංච නිවරණයන්ය. ** ලබාගත හැකි අභිඥා හා විවිධ ඉර්දි පිළිබඳව මෙහිදී විස්තර කර තිබේ. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි : (3): 5 නිපාත: 5.1.3.3. උපකිලේස සූත්‍රය, පි.50 , EAN: 5 : 23.3 . Defilements, p. 242.

▼ අනාපානසතිය පිණිස පහකලයුතු උපකෙලෙස- Defilements to be abandoned for Breath meditation : අනාපානසතිය වඩන විට වලකා ගතයුතු 18 ක් උපකිලෙස හා ඒ සඳහා යොදාගත යුතු ඥාන පිළිබඳ විස්තර මෙහි දක්වා ඇත. මූලාශ්‍රය: බු.නි: පටිසම්භිදා මග 1 : ආනාපානසති කථා: උපකිලේස ඥාන, පි. 332.

▼ පංච නිවරණ උපකෙලෙසයකි- Five hindrances corrupts the mind යම්සේ අපිරිසුදු රන්, (ස්වර්ණ) මැනවින් භාවිතා කිරීමට නොහැකිසේ, පංච නිවරණ යෙන් කිලිටු සිත, මුදු නැත, කර්මණ්‍ය නැත, ප්‍රභාවත් නැත, බිඳෙන සුළුය, සමාධියට හිතකර නැත, ආසව ක්‍ෂය කිරීම (ආසවක්ඛය) පිණිස නොවන බව බුදුන් වහන්සේ වදාළහ: බලන්ත:උපග්‍රන්ථය:5. “ එවමෙව බො හිකබ්වෙ පඤ්චමෙ චිත්තස්ස උපකකිලෙසා යෙහි උපකකිලෙසෙහි උපකකිලිට්ඨං චිත්තං න වෙව මුදු හොති න ව කමමනියං න ව පහස්සරං පහඛගු ව, න ව සමමාසමාධියති ආසවානං බයාය...”

(So too, bhikkhus, there are these five corruptions of the mind, corrupted by which the mind is neither malleable nor wieldy nor radiant but brittle and not rightly concentrated for the destruction of the taints). මූලාශ්‍ර:සංයු.නි: (5-1): මහාවග්ග: බොජ්ඣංගසංයුත්ත: 2.4.3 කිලේස සූත්‍රය, පි.214, ESN: The Great Book: Bojjhaṅga saṃyutta : 33.3 Corruptions,p.1768.

▲ උපසාතාක කර්මය- Upagathaka karma: කර්ම විපාක ඵල දෙන ආකාරයකි. බලන්න: කර්ම.

▲ උපතිස්ස-Upatissa: සැරියුත් තෙරුන්ගේ ගිහිනම උපතිස්ස ය. බලන්න: අග්‍ර ශ්‍රවකයෝ.

▲ උපාදධායයා:පාලි: උපජ්ඣායං- Upaddhya: උපාදධායයා - උප්පජ්ජා (උපදෙස් දෙන ගුරුවරයා) යනු සංඝයාහට, පබ්බභාව (සාමණේර) හා උපසම්පදාව යන කරුණු දෙකේදීම ප්‍රධානවන හික්ෂුව/හික්ෂුණිය. සසුන යහපත් ලෙසින් පවත්වා ගැනීමට එම ජේෂ්ඨ හික්ෂුන් උපකාරීවේ යයි බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත.“මහණෙනි, උපාදධායයකු අනුදනිමි ... උපාදධාය තෙමේ සද්ධිවිහාරිකයා කෙරෙහි “මේ තෙමේ මගේ පුතුය” යි සිත උපදවන්නේය. සද්ධිවිහාරික තෙමේ උපාදධායයා කෙරෙහි :“ මේ තෙමේ මගේ පියා’ යි සිත උපදවන්නේය” සටහන: උපාදධායයා පත්කිරීම, වගකීම් ආදිය මෙහි විස්තරාත්මකව පෙන්වා ඇත.මූලාශ්‍ර: චිත:පි: මහාවග්ග පාලිය 1: පි. 172.

▲ උපධි (පාලි): අත්කරගැනීම්: Upadhi- acquisitions: උපධි යනු අත්කරගැනීම්- ප්‍රතිග්‍රහනය කරගැනීමය. සසර බැඳ තබන උපධි 4 කි:1) ස්කන්ධ උපධි: පංච උපාදානස්කන්ධය අල්වා ගැනීම 2) කෙළෙස් උපධි- කෙළෙස් වලට යටවීම 3) අභිසංඛාර උපධි: සය ආයතන වලින් අල්වා ගන්නා අරමුණු පිලිබඳ චේතනා පහළ කරමින් ඒවාට යටවීම 4) කාම ගුණ උපධි: පංච කාම වස්තූන් අල්වා ගැනීම. සියළු උපධි ජාති ජරා මරණ ස්වභාවයෙන් යුක්තය; ඒවා නිසා සිත කෙළසේ, ඒවා නිසා දුක ඇතිවේ. උපධි -අල්ලාගත් දේට බැඳුන සත්කියන් සසරේ සැරිසරයි. එහෙයින්, සියලු උපධි හැර දැමීම නිවන ලෙසින් පෙන්වා ඇත.

බලන්න:සුඛ. සටහන්: * බලන්න: EMN: Note: 674: p. 1271 ** Upadhi: The root meaning is foundation, basis, ground (In the commentaries various kinds of *upadhi* are enumerated, among them the five aggregates, objects of sensual pleasure, defilements, and kamma බලන්න: EMN: Note: 299, p. 1093. ** උපධි විවේකය- උපධි නොමැතිවීම නිවන හඳුන්වන පදයකි. මූලාශ්‍රය:බු.නි: සුත්තනිපාත: ද්වයනානුපස්සනා සූත්‍රය, පි. 244.

▼ සියළු උපධි කෙළෙස් හා දුක ඇතිකරයි. සාමාන්‍ය ලෝක සත්කියා තමාගේ යයි අල්වාගෙන තබාගන්නා, රැස්කරගන්නා උපධි ලෙසින් බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත්තේ අඹුදරුවන්, සේවකයන්, ගවසම්පත් ආදී හිලෑ කරගත් සතුන්, රන් රිදී මුදල් ආදී ධන සම්පත් හා වස්තූන්ය. සියළු උපධි ජාති ජරා මරණ ස්වභාවයෙන් යුක්තය. මේවාට බැඳීමෙන් සිත කෙළසේ, දුක ඇතිවේ”. “කිඤ්ච හිකබ්බෙ ජාතිධම්මං වදෙථ? පුත්තභරියං... දාසිදාසං... අපේළකා... ජාතරූපරජතං ... ධම්මාහෙනෙ හිකබ්බෙ උපධියො...” මූලාශ්‍ර: ම.නි: (1): 1.3.6 ආරියපරියෙසන සූත්‍රය,

පි. 414, EMN:26: Ariyapariyesanā Sutta- The Noble Search, p. 242.

▼ උපධි නැතිවීම සතුට ඇතිකරයි: දෙවිකෙනක් බුදුන් වහන්සේට මෙසේ පැවසූහ: “පුතුන් ඇති අය පුතුන් නිසා සතුටුවේ, ගවහිමියා ගවසම්පතීන් සතුටුවේ. මේ කාම උපධි මිනිසුන්හට ප්‍රීතිය ගෙනෙදේ. උපධි නැතිවීම ඔවුන් අසතුටුවේ” බුදුන් වහන්සේ මෙසේ පිළිතුරු වදාළහ: “පුතුන් ඇතිඅය පුතුන් නිසා ශෝක කරයි, ගවහිමියා, ගවසම්පත නිසා ශෝක කරයි. මේ කාම උපධි මිනිසුන්ට ශෝක ඇතිකරයි. යමෙක්හට උපධි නැත්නම් හෙතෙම ශෝක නො කරයි”. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (1): සගාථවග්ග: දේවතාසංයුත්ත: 1.2.2 නන්දනි සුත්‍රය, පි. 38, ESN: 1: Devatasamyutta: 12.2 Delight, p. 71.

▼ උපධි හැර දැමීම නිවනය:සියලු සංස්ඛාර යන්ගේ සංසිද්ධි, සියලු අල්වාගැනීම් (උපධි) පහකිරීම, තණ්හාව ක්‍ෂයකර ගැනීම මගින් ඇතිවන විරාගය නිවන යයි බුදුන් වහන්සේ වදාළහ. “සබ්බ සම්ඛාරසමථො සබ්බුපධිපටිනිස්සග්ගො, තණ්හකඛයො විරාගො නිබ්බානනති” මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (6): 10 නිපාත: 10.2.1.10 ගිරිමානන්ද සුත්‍රය, පි. 221, EAN: 10: 60.10. Girimānanda, p. 516.

▼ බුදුන් වහන්සේ, උපධි වලට යටවී කටයුතු කරණ හා උපධි හැර දැමීමට කටයුතු කරන පුද්ගලයන් ගේ ස්වාභවය පෙන්වා ඇත. එම පුද්ගලයන් 4 දෙනා අතුරින් යම් කෙනෙක්: “දුකේ මූල උපධිබව අවබෝධ කර, ඒවා අතහැර දමා, විනාශ කර දමා, උපධි වලින් මිදේ”. ඒ පුද්ගලයා සියලු උපධි වලින් මිදී ඇතිබව (අරහත්ය) බුදුන් වහන්සේ වදාළහ: ඔහු විසංයුක්තය:සංයෝජන වලින් මිදීඇත. (...such a person I called unfettered). මූලාශ්‍ර: ම.නි: (2): 2.2.6 ලටුකිකොපම සුත්‍රය, පි. 206, EMN: 66 The simile of the Quail, p. 551.

▲ උපනාහ-Anger: උපනාහ, ක්‍රෝධය, බද්ධ වෛරය ලෙසින්ද පෙන්වා ඇත. අකුසලයකි, දුගතියට මගකි. අරහත්වය ලබාගැනීම පිණිස පහකර ගතයුතුය. බලන්න:අරහත්වය, අමනාපය, සල්ලේඛ පරියාය, අකුසල ප්‍රභීණය. මූලාශ්‍ර:අංගු.නි. (6)10: 10.1.3.4. මහා චූන්ද සුත්‍රය, කාය සුත්‍රය, පි. 100.

▲ උපපැවිදි - Upapavidi: උපපැවිදි ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ පැවිදිබව හැර ගිහිබවට පත්වීමය (සිවිරුහැරීම). එය ධර්ම මාර්ගයේ පහතට ඇදී යාමකි. ඔවුන් ජීවත්වුවත් මළ අය ලෙසින් සලකයි. සටහන: පැවිදිව, නැවත ගිහිගෙයට පැමිණි පුතු ගැන සානුගේ මව වැළපීම මෙහි විස්තර කර ඇත.බලන්න: සංයු.නි: (1) සගාථවග්ග: යක්ඛසංයුත්ත: සානු සුත්‍රය.

▲ උපපිඩක කර්මය - Upapidaka karma:කර්ම විපාක ඵල දෙන ආකාරයකි. බලන්න: කර්ම.

▲ උපවනය- Upavāṇa: උපවනය යනු සංඝයා වාසය කරන ආරාමයය. බලන්න:ආරාමය.

▲ උපවාන තෙර- Upavāṇa Thera:බලන්න: උපග්‍රන්ථය:1

▲ උපසමාය: පාලි: උපසමො -upasama -Peace: උපසමාය ලෙසින් ධර්මයේ පෙන්වා ඇත්තේ, කෙළෙස් සංසිද්ධි- නිවීම නිසා සිත නිසල බවට, සාමකාමී බවට පත්වීමය. උපසමය, නිවන හඳුන්වන පදයකි. උපසමානුසති භාවනාව ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ නිවනේ ගුණ ආචර්ජනය කරමින් භාවනාව වඩා ගැනීමය බලන්න: නිවන, භාවනාව.

සටහන: අටුවාවට අනුව උපසමය (ශාන්තිය) යනු සියලු කෙළෙස් මුදාහැරීමය. බලන්ත: EAN: note: 160, p. 588. ශබ්දකෝෂ: පා.සි.ශ: පි.184,196: “උපසම: ‘සංසිදීම, කෙළෙසුන් ගෙන් සංසිදීම, ‘උපසමය අභිඤ්ඤාය සමෙධාධාය නිබ්බාණාය සංවත්තති’, උපසමානුසසති: කෙළෙසුන් සංසිදීවීම පිණිස උපදනා සිතිය”. B.D: p. 344: “**upasamānussati:** ‘recollection of the peace of Nibbāna’. P.T.S: p. 358: “calm, quiet, appeasement, allaying, assuagement, tranquillizing” (in freq. phrase upasamāya abhiḍḍāya sambodhāya nibbānāya saṃvattati; see nibbāna”.

▼ බුද්ධානුස්සති ආදීවූ අනුසති භාවනා බහුල කරගැනීමෙන්, උපසමය ඇතිවේ-කෙළෙස් සන්සිදේ. මූලාශ්‍ර: අංග.නි: (1): 1 නිපාතය: එකධම්ම පාලිය, පි.100, EAN:1: XVI: One Thing, p. 47.

▼ සතර ඉද්දිපාද වර්ධනය කරගැනීමෙන් උපසමය ඇතිවේ: මානව වැඩුණ, බහුල කල ඉද්දිපාද නිසා උපසමය ඇතිවේ .බලන්ත: ඉද්දිපාද. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (5-2) මභාවග්ග: ඉද්දිපාද සංයුත්ත: 7.1.4 නිබ්බදා සුත්‍රය, පි. 28,ESN: 48: Iddhipādasamyutta: 4.4 Revulsion, p. 2060.

▲ උපසම්පදාව- Full Ordination-higher ordination: උපසම්පදාව යනු, සාමණේර ජීවිතය යහපත් ලෙසින් ගතකර, ආධ්‍යාත්මික ජීවිතයේ උසස් පුහුණුව සාක්ෂාත් කරගැනීමට හික්ෂු, හික්ෂුණියන් තබන ඉදිරි පියවරය. එය විනය කර්මයකි. උපසම්පදාව ලැබීමට අපේක්ෂා කරන සාමණේර/සාමණේරි වරුන්ට ඒ පිණිස අවශ්‍ය සුදුසුකම් තිබිය යුතුය, ඔවුන් උපසම්පදා කරන වැඩිහිටි ආචාර්යවරයා/ ආචාර්යවරියට ද ඒ පිණිස සුදුසුකම් තිබිය යුතුය. මේ කරුණු ඇතුලත් වන්නේ විනයටය. බුදුන් වහන්සේ වැඩසිටි සමයේ පැවති උපසම්පදා ක්‍රමය පිලිබඳ විස්තර පිණිස බලන්ත: විනය පිටකය, මභාවග්ග පාලිය1: 156,162,පි.239. සටහන: උපසම්පදා ශීලය ගැන බලන්ත: ශීලය. ශබ්දකෝෂ: පා.සි.ශ: පි.196: “උපසම්පදා: අධිසීල සික්ඛාවෙහි පිහිටීම”.

▼ වෙනත් මූලාශ්‍ර: 1. “උපසම්පදා කිරීම යනු පුද්ගලයකු බුදුරජාණන් වහන්සේගේ උසස් ශ්‍රාවක පිරිස වන හික්ෂු පිරිසට ඇතුළු කිරීම වශයෙන් සාමණේරයන් උසස් කිරීමය...” උපසම්පදා ශීලය:පි.1: රේරුකානේ වන්දවීමල මහනාහිමි, 2008. 2. “සසර දුක නුවණින් වටහාගත් සත් පුරුෂයා, ඉන් මිදීමේ මාර්ගය ලෙස, උතුම් බුදු සසුනෙහි පැවිදි බවට පත්වේ. . එතැන් පටන් සාමණේර දස ශීලයෙහි හික්මෙන ඒ පැවිද්දා, ප්‍රාතිමොක්ඛ සංවර ශීලය, ඉන්ද්‍රිය සංවර ශීලය, ප්‍රත්‍ය සන්තශ්‍රීත ශීලය, ආජීව පාරිශුද්ධ ශීලය යන සතර සංවර සිල් ගුණ දහම් වලින් යුක්ත උත්තම උපසම්පදාවට පත්වී අධිශීලයෙහි පිහිටයි. බුදුසරණ: අන්තර්ජාල ලිපිය: “සසුන් කෙත ඔපවත් කරන උපසම්පදා විනය කර්මය: තම්මැන්නාවේ ධම්මරතන හිමි, 2010, ජූලි, <http://www.budusarana.lk/budusarana/2010/07/11/tmp.asp?ID=fea02>

▲ උපස්තම්භක කර්මය- Upasthambaka karma: කර්ම විපාක එල දෙන විධියකි.බලන්ත: කර්ම.

▲ උපස්ථායක- Upasthayaka: උපස්ථායක ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ සංඝයාට උපස්ථාන කරන පුද්ගලයන්ය. බුදුන් වහන්සේට උපස්ථායක

කළ සංඝයා පිළිබඳව බලන්න: උපග්‍රන්ථය: 1 . සංඝයාට උපස්ථායකයන් පත්කිරීම ගැන විනය පිටකයේ විස්තර දක්වා ඇත. බලන්න: සංඝයා. ගිහි උපස්ථායකයන් පිළිබඳව බලන්න: අග්‍රන්තම උපාසකයෝ- උපාසිකාවෝ.

▲ උපසේන වංගනාථපුත්ත තෙර- Upasena Vaṅgantaṭṭa Thera බලන්න: උපග්‍රන්ථය: 1

▲ උපභව්වපරිනිබ්බාසි (පාලි) - attainer of nibbāna upon landing: අනාගාමී උතුමන් අරභත්වය- පරිනිබ්බානස ලබන ආකාර 5 න් එකකි. ඔරම්භාගිය සංයෝජන පහකරගත් ආර්ය උතුමා, සුද්දාවාසයේ පහළවූ සැනසෙත් අර්භත්වයට පත්ව පරිනිබ්බානසට පත්වීම, එම අවස්ථාව උපභව්වපරිනිබ්බසි ලෙසින් දක්වා ඇත. මේ පිළිබඳ දක්වා ඇති උපමාව: ගිනිපුපුර උපමාව: දවස මුළුල්ලේ ගින්නෙන් රත්වුණ යකඩගුලියක්, තළනවිට, ගිනිපුපුරක් මතු වී, ඉහලට ගොස්, නැවත පොළොවට පහත්වී, පොළව ස්පර්ශ කළ සැනසෙත් නිවියන ලෙසින්, ඒ උතුමා පරිනිබ්බානස ලබයි. බලන්න: අනාගාමී, උපග්‍රන්ථය: 5. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (4): 7 නිපාතය: 7.2.1.2. පුරිසගති සූත්‍රය, පි. 402, EAN: 7 : 55.2 Destinations of Persons, p. 387.

▲ උපාදාන හා උපාදානීය ධර්ම: පාලි: උපාදානං, උපාදානීයා ධම්මා- clinging & things that can be clung to: ධර්මයට අනුව උපාදාන කිරීම යනු, සලායතන මගින් අල්ලා ගන්නා බාහිර අරමුණු කෙරේ ආශාව ඇතිකර - තණ්හාව ඇතිකර (ඡන්දරාගය සහිතව) ඒවා තමන්ගේ දෙයක් ලෙසින් අල්ලා ගැනීමය. උපාදානීය ධර්මතා නම් බාහිර ලෝකයේ ඇති ඒ ඒ අරමුණුය. ධර්මයේ උපාදාන 4 ක් පෙන්වා ඇත: 1) කාම උපාදාන (sensuous clinging): යනු සිතේ කාම රාගය ඇතිකරන අරමුණුය. 2) දිට්ඨි උපාදාන (clinging to views): යනු ලෝකයේ ඇති මත වාද අල්ලා ගැනීමය 3) සීලබ්බත උපාදාන (clinging to mere rules & rituals): යනු, සසුනට බාහිරවූ ඇදහීම්, ව්‍යුහ සමාදන්ව එමගින් නිවන ලබා ගත හැකිය යන පිළිගැනීමය. 4) අත්තවාදී උපාදාන (clinging to the personality belief): යනු ආත්මයක් ඇතැයි සැලකීම- සක්කායදිට්ඨියය. බලන්න: අත්තවාදී උපාදාන. සට්ඨන්ත: සලායතන නිසා උපාදාන සකස්වන අන්දම සංයු.නි: (4) වේදනාසංයුත්ත : යොගකබ්බේවග්ග: 1.11.7 උපාදාන සූත්‍රයේ විස්තර කර ඇත.

▼ බඹසර විසීමේ අරමුණ වන්නේ උපාදාන රහිතව පිරිනිවන්පෑම බව මෙහි පෙන්වා ඇත. ඒ සඳහා ඇති ක්‍රම වේදය නම් අරිය අටමග වර්ධනය කරගැනීමය. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (5-1): මහාවග්ග: මග්ගසංයුත්ත: 1.5.8. අනුපාදා සූත්‍රය, පි. 76, ESN: Maggasamyutta: V: Nibbāna without clinging, p. 1651.

▼ බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා වදාළේ: රූපය, වේදනාව, සංඥාව, සංඛාර, විඤාන-පංච උපාදානස්කන්ධය, උපාදානීය ධර්මතා බවය. ඒ ඒ ධර්මතා පිළිබඳව පුද්ගලයෙක් තුල ඇතිවන කැමත්ත-තණ්හාව, උපාදානස ය. “ රූපං භිකඛවෙ, උපාදානීය ධම්මො...වේදනා... සඤ්ඤා... සඛබාරා... විඤ්ඤාණං උපාදානීය ධම්මො. යො තඤ්ඤ ඡඤ්ඤරාගො තං තඤ්ඤ උපාදානං...” (And what, bhikkhus, are the things that can be clung to, and what is the clinging? Form, bhikkhus, is a thing that can be clung to; the desire and lust for it is the clinging there. Feeling ...

Perception ... Volitional formations ... Consciousness is a thing that can be clung to; the desire and lust for it is the clinging there) මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (3): ඛන්ධවග්ග: 1.3.2.9 උපාදානීය සූත්‍රය, පි.320, ESN: 22: Khandasamyutta: 121.9 Things That Can Be Clung To, p. 1103,

▼ උපාදාන අවබෝධය පිණිස සම්මා දිට්ඨිය අවශ්‍යවේ: මූලාශ්‍ර:ම.නි: (1): 1.1.9 සම්මා දිට්ඨි සූත්‍රය, පි. 130, EMN: 9: Sammādiṭṭhi Sutta- Right View, p. 121.

▼ උපාදාන පටිච්චසමුප්පාදයේ 9 නි පුරුකය. තණ්හාව නිසා උපාදාන හටගනී, තණ්හාව නිරෝධ වීමෙන් උපාදාන නිරෝධවේ: “...තණ්හා පව්වයා උපදාන...” “...තණ්හා නිරෝධා උපදාන නිරෝධො” උපාදාන නිසා හව්පැවැත්ම ඇතිවේ. බලන්න: පටිච්චසමුප්පාදය. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (2) නිදානවග්ග: 1.1.1. පටිච්චසමුප්පාද සූත්‍රය, හා 1.1.2 විභවග සූත්‍රය, පි.24, ESN:12: Nidanasamyutta: 1.1. Dependent Origination & 2.2 Analysis of Dependent Origination, p.610, සංයු.නි (5-1) :මග්ගසංයුත්ත: ඔසවග්ග: 1-16 උපාදාන සූත්‍රය, පි. 160, ESN: 45: Maggasamyutta: 173-3 Clinging, p. 1720, සංයු.නි : (4) සළායතන වග්ග: ජම්බුබාදක සංයුත්ත: 4.1.12 උපාදාන සූත්‍රය, පි. 508 , ESN: 38 : Jambukhādakasamyutta: 12 Clinging, p. 1407.

▼ උපාදාන ඇතිවීමට හේතුව (ප්‍රත්‍ය) ස්පර්ශයය. එයපිරිසිදු (පරිඤ්ඤා) දැන ගත යුතු ධර්මයකි. බලන්න: ස්පර්ශය, පරිඤ්ඤා ධර්ම. මූලාශ්‍ර: දීඝ.නි : (3): 11 දසුත්තර සූත්‍රය, පි. 483, EDN: 34: Dasuttara Sutta: Expanding Decades, p. 384.

▲ උපාදානස්කන්ධය -groups of clinging: උපාදානස්කන්ධය ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ පංච උපාදානස්කන්ධයය. බලන්න: පංච උපාදානස්කන්ධය.

▲ උපාය කුසලය-Upayakuslaya: අධිගමය ලබාගැනීමට අවශ්‍ය කරුණකි, කුසල් ඇතිකරගැනීමට දක්ෂතාවයය. බලන්න: අධිගමය.

▲ උපාරම්භ චිත්ත: පාලි: උපාරම්භචිත්තං -mind bent on criticism ධර්මයට අනුව උපාරම්භ චිත්ත යනු අනුන්ගේ දොස් දැකීමට පුරුදුවූ සිතය. මෙය අකුසලයකි, ධර්ම මාර්ගයට අවහිරයකි. බලන්න: සල්ලේඛපරියාය.

▼ උපාරම්භ චිත්තය නැති කර ගැනීමට: දුසිරිතය, උද්දච්චය, අසංවරය-ඉන්ද්‍රිය, යන අකුසල පහ කර ගත යුතුවේ. බලන්න: අසම්ප්‍රප්‍රත්‍යාය. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (6):10 නිපාතය: 10.2.3.6 තයොධම්ම සූත්‍රය,පි.284, EAN:10: Tens,76-6.Incapable, p. 524.

▲ උපාලි මහා තෙර- Upāli Maha Thera:බලන්න: උපග්‍රන්ථය:1

▲ උපාලිගහපති- Upāli householder: බලන්න: උපග්‍රන්ථය:3

▲ උපාසක හා උපාසිකා- Upasaka & Upasika :බුදුන් වහන්සේ වැඩසිටි සමයේ මෙන්ම, වර්තමානයේදී, උන්වහන්සේ අනුගමනය කරන- ධර්මය

පිළිපදින, ගිහි පුරුෂ හා ස්ත්‍රීන්, උපාසක හා උපාසිකා ලෙසින් දක්වා ඇත. ඔවුන් නීති පංච ශීලය ආරක්ෂා කරති. උපෝසථ පොහෝදින යන්හි අටසිල් සමාදන් වේ. බුදුන් වහන්සේගේ සිව් පිරිසට ඇතුළත්වේ.

බලන්ත: උපග්‍රන්ථය: 3. **සටහන:** බුදුන් වහන්සේගේ අග්‍ර උපාසක හා උපාසිකා, පළමුව සරණගිය අය ගැන විස්තරය පිණිස **බලන්ත:** අග්‍ර උපාසක- උපාසිකා.

▼ **උපාසක හා උපාසිකා ගුණ:** 1) ගිහියෙක්, තෙරුවන් සරණ ගිය දින සිට උපාසක/උපසිකා බවට පත්වේ 2) පංච ශීලය ආරක්ෂා කරගැනීමෙන් ඔහු ශීලසම්පන්නවේ 3) තමාගේ හා අනුන්ගේ ශුභ සාධනය පිණිස කටයුතු කරයි: ශ්‍රද්ධාව ඇතිව, සෙසු අය ශ්‍රද්ධාවේ පිහිටුවීම; ශීලසම්පන්නව සෙසු අය ශීලසම්පන්න කිරීම, දානශීලිව, සෙසු අය දානශීලි කිරීම, සංඝයා දැකීමට කැමැත්ත, සෙසු අය තුළ සංඝයා දැකීමට කැමැත්ත ඇතිකිරීම, ධර්මය ඇසීමට කැමැත්ත, සෙසු අය තුළ ධර්මය ඇසීමට කැමැත්ත ඇතිකිරීම, ඇසූ ධර්මයේ සිතේ ධරා ගැනීම, සෙසු අය තුළ ඇසූ ධර්මය ධරා ගැනීමට කැමැත්ත ඇතිකිරීම, දැරූ ධර්මයේ අරුත් විමසීමට කැමැත්ත, සෙසු අය තුළ දැරූ ධර්මයේ අරුත් විමසීමට කැමැත්ත ඇතිකිරීම, අරුත් අවබෝධ කර, ධර්මානුකූලව පුහුණුවීම, සෙසු අයටද ධර්මානුකූලව පුහුණුවීමට කැමැත්ත ඇතිකිරීම. **සටහන:** මේ සූත්‍රයේ ගිහි උපාසක බවට පත්වීමට අවශ්‍ය ගුණ පෙන්වා ඇත:

1) තෙරුවන් සරණ යාම 2) ශීලසම්පන්න වීම (පංච ශීලය රැකීම) 3) ශ්‍රද්ධා සම්පන්නවීම 4) ත්‍යාග සම්පන්න වීම 5) ප්‍රඥාසම්පන්නවීම.

බලන්ත: සංයු.නි: (5-2) සෝතාපත්තිසංයුත්ත : පුඤ්ඤාභිසන්දවග්ග: 11.4.7 මහානාම සූත්‍රය. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (5): 8 නිපාත: 8.1.3.5 මහානාම සූත්‍රය හා 8.1.3.6 ජීවක සූත්‍රය, පි.142, EAN:8: 25.5 Mahānāma & 26.6 Jivaka, p. 426.

▲ **උප්පට්ඨනසිකාරය- off-track attention:** මෙය අයෝනිසෝ මනසිකාරය හඳුන්වන විදියකි. **බලන්ත:** අයෝනිසෝමනසිකාරය

▲ **උප්පාදේතබ්බ ධම්ම හා න උප්පාදේතබ්බ ධම්ම- Dhamma to be aroused & Dhamma not to be aroused:** කුසල ධර්මය උප්පාදේතබ්බ ධම්මය එනම් දස කුසලයය. දසඅකුසලය, නඋප්පාදේතබ්බ ධම්මයය. **බලන්ත:** උත්පාදයිතවා ධර්ම. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (6):10 නිපාත: අරියවග්ග: 10.3.5.5. උප්පදේතබ්බ සූත්‍රය, පි. 476.

▲ **උප්පජ්ජවේදනීය කර්ම -Uppachchavedeniya kamma:** උපපජ්ජවේදනීය කර්මය, කර්ම විපාක දෙන අවස්ථාව පෙන්වන කර්මයකි. **බලන්ත:** කර්ම, අහෝසිකර්ම.

▲ **උප්පලවන්තා තෙරණිය- Uppalavanna Therni:** බලන්ත: උපග්‍රන්ථය: 2

▲ **උපෙක්ඛාව: පාලි: උපෙකකා -equanimity, even-mindedness:** ධර්මයට අනුව උපෙක්ඛාව යනු අන්‍යන් පිලිබඳව වෙනස්කමක් හෝ නොසැලකිල්ලක් නොමැතිව සිතේ ඇති අපක්ෂපාති, මධස්ථ ආකල්පයය. බ්‍රහ්මචිහාරයන්ගෙන් එකකි, භාවනා අරමුණකි, නිරාමිෂ වේදනාවකි, සජ්ත බොජ්ඣංග ධර්මතා වලින් 7න් එකකි. සිව්වෙනි ජානය නිසා ලබන උපේක්ෂා සුඛය- උපේක්ෂාලම්භන සුඛය අග්‍රය. **බලන්ත:** බ්‍රහ්මචිහාර, වේදනා, අදුකම සුඛ වේදනා, සුඛය.ශබ්දකෝෂ: පා.සිං.ශ: පි. 198: “උපෙකකා: බැලීම, පරීක්ෂණය, මධ්‍යස්ථතාවය”.

B.D: p. 187: “Upekkhā: equanimity... is one of the 4 sublime abodes- brahma-vihāra and of the Factors of Enlightenment - bojjhanga” .

▼ උපෙක්ඛාව වඩා ගැනීමෙන් රාගය පහ කර ගැනීමට හැකිවේ. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (4): 6 නිපාත: 6.1.2.3 නිස්සාරණිය සූත්‍රය, පි. 40, EAN:6: 13.3 Escape, p. 321.

▲ උපෙක්ඛා වේතෝවිමුක්තිය: පාලි: උපෙක්ඛා වේතෝවිමුක්ති- liberation of the mind by equanimity: උපෙක්ඛා වේතෝ විමුක්තිය ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ, උපෙක්ඛා භාවනාව වර්ධනය කර ගැනීමෙන් සිතේ ඇති පක්ෂපාතිත්වය (personal bias) නැතිකර ගැනීමය, මධ්‍යස්තව කටයුතු කිරීමට ඇති හැකියාවය. මෙය සතර බ්‍රහ්මවිහරණ වලින් එකකි. මේ විමුක්තිය උපෙක්ඛා නිස්සාරණිය ධාතුව ලෙසින්ද පෙන්වා ඇත.

▼ උපෙක්ඛා වේතෝ විමුක්තිය රාගය පහ කර ගැනීම පිණිසවේ. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (4): 6 නිපාත: 6.1.2.3 නිස්සාරණිය සූත්‍රය, පි. 40, EAN:6: 13.3 Escape, p. 321.

▲ උපෝසථ- uposatha : උපෝසථය යනු අටවක හා පාලෝස්වක පොහෝදින සංඝයා රැස්වී පාතිමොක්ඛ- පාමොක් සජ්ජායනා කිරීමය, මෙය විනය රීතියකි .එම දිනයේ සංඝයාට, ධර්මය සාකච්ඡා කිරීමට බුදුන් වහන්සේ අවසර දී ඇත. උපෝසථය ඇතිකිරීම පිලිබඳ විස්තර පිණිස බලන්න: වින.පි.මභාවග්ග 1: උපෝසතධන්ධය, පි.326.

▲ උපෝසථ අටශීලය පාලි: අටධීඛගසමන්තාගතං සීල උපොසථ ශීලං - eight uposatha precepts: අට අංගයෙන් යුතු පෙහෙවස් ශීලය, පොහොය දින සමාදන්වන අටසීල්, උපෝසථ ශීලය ලෙසින් පෙන්වා ඇත. බලන්න: ශීලය, අටසීල්.

උභ

▲ උභතෝභාග විමුක්තිය: පාලි: උභතොභාග විමුක්තො ubhato-bhāga-vimmutta -both ways of liberation: ධර්මයට අනුව උභතොභාග විමුක්තිය යනු ආකාර දෙකකින්ම විමුක්තිය ලබා ගැනීමය-: වේතෝ විමුක්තිය හා ප්‍රඥාවිමුක්තිය ලැබීමය - අරහත්වය ලැබූ ආර්ය පුද්ගලයාය (liberation by heart- liberation by wisdom). බලන්න: සත් ආර්ය පුද්ගලයෝ, අෂ්ඨවිමොක්ඛ. ශබ්දකෝෂ: පා.සි.ග: පි. 202: “උභතොභාග විමුක්ත: අරූප සමාපත්ති යෙන් රූප කයෙන්ද, මාර්ගයෙන් නාම කයින්ද යන දෙකින් මිදුන තැනැත්තා”. B.D: p. 338: “the both-ways-liberated one: is the name of one class of noble disciples...”.

P.T.S: p. 1138: “free in both ways: ... free both by insight and by the intellectual discipline of the 8 stages of Deliverance...”.

▼ උභතොභාග විමුක්තිය උසස්ම විමුක්තියය: බුදුන් වහන්සේ මෙසේ වදාළහ: යම්කලෙක හික්ෂුවක්, අෂ්ටවිමොක්කයන් අනුලෝම වශයෙන් සමවදී ද, ප්‍රතිලෝම වශයෙන් සමවදීද. අනුලෝම ප්‍රතිලෝම වශයෙන් සමවදීද, කැමති තැනක, කැමති සමවක, කැමති තාක් කල් සමවැදීමත්, එයින් නැගී සිටීම කරයිද, ආශ්‍රවයන්ක්ෂය කිරීමෙන් අනාශ්‍රව වූ විත්ත විමුක්තිය (ඵල සමාධිය) ද, ප්‍රඥා විමුක්තිය (ඵල ඥානය) ද මේ අත්බවෙහිම, තමාගේ විශේෂ නුවණින් දැන පසක් කොට සපයා වෙසේද, ඒ හික්ෂුව උභතෝභාගවිමුක්තිය ලබාඇත: අරූප සමාපත්තියෙන්

රූපකාය කෙරෙන්නද, මාර්ගයෙන් නාමකාය කෙරෙන්නද යයි දෙපසින්ම මිදුනේ වේ. මේ උභතෝභාගවිමුක්තිය උත්තරීතරය, ප්‍රණීතය, මෙයට වඩා උසස් විමුක්තියක් නැත: “යතො බො ආනන්ද, භික්ඛු ඉමෙ අධ්‍ය විමොකකෙ අනුලොමමපි සමාපජ්ජති පටිලොමමපි සමාපජ්ජති, අනුලොමමපි... පටිලොමමපි සමාපජ්ජති, යතීච්ඡකං යදිච්ඡකං යාවදිච්ඡකං සමාපජ්ජති පි වුට්ඨාති පි, ආසවානඤ්ච බයා අනාසවං වෙතොවිමුක්තිං පඤ්ඤාවිමුක්තිං දීට්ඨව ධමෙම සයං අභිඤ්ඤා සවජීකත්වා උපසම්පජ්ජ විහරති, අයං වූච්චතානන්ද, භික්ඛු උභතොභාග විමුක්තො. ඉමාය ව ආනන්ද උභතොභාගවිමුක්තියා අඤ්ඤා උභතොභාගවිමුක්ති උක්තරිතරාවා පණිකර වා නතීති” (Ananda, when once a monk attains these eight liberations in forward order, in reverse order, and in forward-and-reverse order, entering them and emerging from them as and when, and for as long as he wishes, and has gained by his own super-knowledge here and now both the destruction of the corruptions and the uncorrupted liberation of heart and liberation by wisdom, that monk is called ‘both-ways liberated’ and, Ananda, there is no other way of “both-ways-liberation” that is more excellent or perfect than this). සටහන: ‘liberation of the heart and by wisdom.බලන්න: EDN: note: 361, p. 327. මූලාශ්‍ර: දී.ස.නි: (2): 2 මහානිදාන සූත්‍රය, පි. 95, EDN: 15: The Great Discourse on Origination, p. 166.

▼ උභතෝභාග විමුක්තිය ලැබූ රහතන්වහන්සේ උතුම් පුද්ගලයන් සත් දෙනාට ඇතුළත්ය: මූලාශ්‍ර: දී.ස.නි: (3): 5 සම්පසාදනිය සූත්‍රය-ෂ්ඨදස-8, පි. 182 EDN: 28: Sampasādanīya Sutta: section 8- Serene Faith, p.313.

▼ උභතෝභාග විමුක්තිය ලැබූ උතුමා නිවන පිණිස කටයුතු නිමාකර ඇත: “මහණෙනි, මේ සසුනේ ඇතැම් පුද්ගලයෙක්, රූප සමාපත්තීන් ඉක්මවා අරූපවූ යම් ශාන්ත විමුක්තියක් වේද, එය නාමකයෙන් ස්පර්ශය කර වාසය කරයි. ඔහු ප්‍රඤාවෙන් ද ආර්යසත්‍ය දැක, ආසව ක්‍ෂයකර ඇත. ඒ පුද්ගලයා උභතෝභාග විමුක්තිය ලබා ඇත. එම මහණහට, ‘අප්‍රමාදයෙන් කටයුතු කරන්න යයි’ මම නො කියමි. එයට හේතුව නම්, ඔහු අප්‍රමාදයෙන් කළයුතු දේ කර ඇති නිසාය. (ඒ උතුමා රහතන් වහන්සේය)”. “ කතමොව භික්ඛවෙ පුග්ගලො උභතොභාග විමුක්තො: ඉධ භික්ඛවෙ එකවො පුග්ගලො යෙ තෙ සන්තා විමොකනා අතිකකමම රූපෙ අරූප්පා තෙ කායෙන එසසිත්වා විහරති, පඤ්ඤාය වස්ස දිස්වා ආසවා පරික්ඛිණා හොනති, අයං වූච්චති භික්ඛවෙ පුග්ගලො උභතොභාග විමුක්තො. ඉමස්ස බො අහං භික්ඛවෙ භික්ඛුනො න අප්පමාදෙන කරණියනති වදාමි. තං කිස්ස හෙතු: කතං තස්ස අප්පමාදෙන අභබ්බො සො පමජ්ජිතං”: මූලාශ්‍ර:ම.නි: (2): 2.2.10 කීටාගිරි සූත්‍රය, පි. 252, EMN: 70: Kīṭāgiri Sutta- para:15, p. 536.

▲ උභයලෝක අර්ථ සිද්ධිය- Ubayaloka artha siddhi: උභයලෝක අර්ථ සිද්ධිය ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ මෙලොව හා පරලොව යහපත පිණිස යහපත් කම්ම සිදුකිරීමය- කුසලධම්ම පිලිබඳ සිහිය පවත්වා ගැනීමය. මෙය පණ්ඩිතයන් සතු ගුණයකි. බලන්න: මෙලොව හා පරලොව: මූලාශ්‍රය: ධු.නි: ඉතිවුත්තක: 1.3.3. උභෝඅර්ථ සූත්‍රය, පි. 370.

උර

▲ උරුවෙලකස්සප තෙර -Uruvelakassapa Thera: බලන්න:

උපග්‍රන්ථය:1

උල

▲ උල-Spike: වැරදිලෙසින් තබන ලද උලක් නිසා විපත් ඇතිවේ, එලෙස අවිද්‍යාව නිසා අයහපත ඇතිවෙන අන්දම මෙහි දක්වා ඇත.

බලන්න: අවිද්‍යාව, යවනන්ඩුව උපමාව: උපග්‍රන්ථය:5 මූලාශ්‍ර:සංයු.නි: (5-1): මහාවග්ග: මග්ගසංයුත්ත:1.1.9 සුක සුත්‍රය, පි.44, ESN: 45: Maggasamyutta: 9.9. The Spike, p. 1613.

උස

▲ උසස්ඥානය- Higher knowledge :උසස් ඥානය ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ අභිඥාවය. බලන්න: අභිඥා.

සා කොටස: සාජ,සාද

සාජ

▲ සාජ්‍යඛව: පාලි: අජ්ජවංකඛ -Straightforwardness: ආධ්‍යාත්මික මාර්ගය වඩා ගැනීම පිණිස සාජ්‍ය ඛව (වක් නොවනබව- මාර්ගයේ ඇද නොවී ගමන් කරන බව) ප්‍රතිපත්ති ගරුකබව, අවංක බව අවශ්‍ය අංගයකි. සටහන: උජ්ජපටිපන්නෝ- සාජ්‍යව සිටීම සංඝගුණයකි.

▼ ආධ්‍යාත්මික ජීවිතය සම්පූර්ණ කරගෙන, නිවන ලබා ගැනීමට කැමති පුද්ගලයන් දියුණු කරගත යුතු යහපත් ගුණ අතරට සාජ්‍ය ඛව- සාජ්‍යව වාසය කිරීම, දිවි ඇතිතෙක් මනාව සාජ්‍ය බවින් යුතුව සිටීම (උජ්ජව) වැදගත් යයි බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත. එය නිවන පිණිස ඇතිකර ගතයුතු ගුණයකි. “කරණියමඤ්ඤාසලෙන- යත්ත සත්තං පදං අභිසමෙච්ච- සකෙකා උජ්ජ ව සුජ්ජ ව- සුවචො වසුස මුදු අනතිමානී” මූලාශ්‍ර: බු.නි : මෙත්තා සුත්‍රය, පි. 47.

▼ බුදුන් වහන්සේ සාජ්‍ය ව වාසය කිරීම පිළිබඳව යහපත් ලෙසින් වදාරා ඇත. ඒ ධර්මය සංඝයා එක්ව, ධර්මයේ චිරස්ථිති පිණිස සජ්ජායනා කිරීම සුදුසු යයි සැරියුත් මහා තෙරුන් සංඝයාට උපදෙස් දී ඇත. මූලාශ්‍ර: දිස.නි: (3):10 සංගිති සුත්‍රය, පි. 372 , EDN: 33 Sangiti Sutta: The Chanting Together, p. 362.

සාද

▲ සාද්ධි-Super normal powers : අසමාන්‍ය බල: බලන්න: ඉද්දි, ඉද්දිබල, සතර ඉද්දිපාද.

එ කොටස : එක,එජ,එත,එද,එන,එණ,එල,එස,එහ

එක

▲ එකග්ගත- Ekaggata : සිත සමාධි අරමුණේ යහපත් ලෙස පිහිටුවා ගැනීම එකග්ගතය. බලන්න: සමාධි.

▲ එකධර්මය: පාලි:එකො ධමමා- eko dhammo: සසුන දිගුකලක් පවත්වා ගැනීම පිණිස, බොහෝදෙනාට වැඩ පිණිස මේ එක ධර්මය යහපත් ලෙස අවබෝධ කර ගත යුතුවේ, එක්ව සජ්ජායනා කලයුතුවේ. “සියලු සත්ත්වයෝ:ආහාරයෙන් යැපේ, සියලු සත්ත්වයෝ සංඛාර හේතුකොට සිටී”. “සබ්බ සත්තා ආහාරට්ඨිතිකා, සබ්බ සත්තා සඛාරට්ඨිතිකා”(All beings are maintained by nutriment &

conditions). මූලාශ්‍ර: දීඝ.නි: (3): 10 සංගීති සූත්‍රය, පි. 368, EDN: EDN: 33: Sangīti Sutta: The Chanting Together, p. 362. සටහන්: * සංයු.නි: (5-1) බොජ්ඣංගසංයුත්ත:3:උදායිවග්ගයේ: 2.3.9 එකධම්ම සූත්‍රයේදී බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත්තේ, සංයෝජන පහ කිරීම පිණිස, සජ්න බොජ්ඣංග වර්ධනය බඳු වෙන එකම ධර්මයක් තමන්වහන්සේ නොදකින බවය. ** සංයු.නි: (5-2) ආනාපාන සංයුත්තය: ඒකධම්ම වග්ග: 10.1.1. එකධම්ම සූත්‍රයේදී, ආනාපාන සතිය නම්වූ එක ධර්මය යහපත් ලෙසින් වර්ධනය කරගන්නේ නම්, මහත් ඵල,මහා ආනිසංස ලැබෙන බව බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත.

▼ **භාවනාව පිණිස වැඩිය යුතු ඒක ධම්ම:** එක ධර්මයක් යහපත් ලෙසින් භාවනාවක් ලෙසින් වඩන්නේ නම්, එය සසර කලකිරීම පිණිස, නිවන පිණිස පවතී යයි බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත: බුද්ධානුස්සතිය, ධම්මානුස්සතිය, සංඝානුස්සතිය, ශිලානුස්සතිය, ත්‍යාගානුස්සතිය, දේවතානුස්සතිය, ආනාපානස්සතිය, මරණානුස්සතිය, කායගතාස්සතිය, උපසමානුස්සතිය. බලන්න: භාවනා. මූලාශ්‍රය: අංගු.නි: (1) නිපාත: ඒකධම්මපාලිය සූත්‍ර, පි.100.

▲ **එකලා විහරණය-Living in solitude:** එකලා විහරණය ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ, ධර්ම මාර්ගය වඩා ගැනීම පිණිස හුදකලාව වාසය කිරීමය. බලන්න: හුදකලාවිචේකය, ඒකවිහාරි.

▲ **එකාරකෙඛා: පාලි: එක් ආරක්ෂකයා- a single guard:** ධර්මයට අනුව එකාරකෙඛා යනු එක ආරක්ෂකයකු ඇතිව ධර්ම මාර්ගයේ ගමන් කිරීමය. එක් ආරක්ෂකයා, රැකවලා ලෙසින් බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත්තේ සිහිය-සතිය ඇති බවය (a mind guarded by mindfulness). සිතට ඇති ආරක්ෂකයා නම් සිහිය ය. ආර්යෝ, සිහියෙන් යුතුව, සිත ආරක්ෂාකරගෙන සිටී. බලන්න: ආර්ය වාසස්ථාන, සිහිය.

▼ **භික්ෂුව ගේ සිත රකින,** එකම ආරක්ෂකයා නම් සිහිය ය. සිහිය-සතිය හා සම්ප්‍රජන්‍යය ඇතිව භික්ෂුව ආරක්ෂා සහිතව සිටී: “කථංඤ්ච භික්ඛවෙ, භික්ඛු එකාරකෙඛා හොති: ඉධ භික්ඛවෙ භික්ඛු සතාරකෙඛන වෙනසො සමන්තාගතො හොති” (how does a bhikkhu have a single guard? Here, a bhikkhu possesses a mind guarded by mindfulness) මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (6):10 නිපාත: 10.1.2.9 පඨමාරියවාස සූත්‍රය,10.1.2.10 හා දෙවෙනි අරියවාස සූත්‍රය,පි.82-84, EAN:10:19.9 & 20.10 Abodes of the Noble Ones, p. 498-499.

▲ **ඒක ධර්ම ප්‍රශ්නය - A question about one:** එක් ධර්මයක් දැකීමෙන් දුක කෙළවර කරගත හැකි බව බුදුන් වහන්සේ වදාළහ. කවර එක් ධර්මයක්ද? : "සියලු සත්ත්වයෝ, අභාරනිසා පෝෂණයවේ" බලන්න: මහා දස ධර්ම ප්‍රශ්න. සටහන: බුදුන් වහන්සේ සෝපාක සාමණේර යන්ගෙන් ඇසූ පළමු ප්‍රශ්නය “එක නාමය කුමක්ද? (එකං නාම කිං?). පිළිතුර: “සියලු සත්වයෝ ආභාරයෙන් පෝෂණය වේ”.බලන්න:කුමාර ප්‍රශ්ණය. මූලාශ්‍රය:බු.නි:බුද්දකපාඨපාළි:4 කුමාරපඤ්ඤා,පි. 31.

▲ **ඒකබීජ: පාලි: ඒකබීජසස- one- seeder :** සෝතාපත්තවූ පුද්ගලයෙක් එම ජීවිතයේදී නිවන සාක්ෂාත් නොකර ගත්තේ නම්, ඔහු ආකාර තුනකට මෙලොවට යළි පැමිණ අරභත්වය ලබයි. පළමු ආකාරය, ඒකබීජසසය ය: සෝතාපත්ත බව ලබා, උපරිම උපත් එකකින් පසු දුක කෙළවර කරගන්නා පුද්ගලයාය. බලන්න: සෝතාපත්ත. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි : (5-1): මහාවග්ග:ඉන්ද්‍රිය සංයුත්තය: 4.3.4 ඒක බීජී සූත්‍රය, පි.

394, ESN: 48: Indriyasamyutta: 24.4 One-Seeder, p. 1951.

▲ ඒකවිහාරී- alone dweller: ඒකවිහාරී යනු තනිව හැසිරීම- එකලාව වසන සුඵලව, හුදකලාව වාසය කිරීම, එනම් තණ්හාව නොමැතිව සිටීම. මෙය ඒකවරියා ලෙසින්ද දක්වා ඇත. බලන්න: එකලාව වාසය, හුදකලා විවේකය.

▼ බුදුන් වහන්සේ මෙසේ වදාළහ: “ මිගජාල, ඇසින් දකින රූප, කණෙන් අසන ශබ්ද, නාසයෙන් ...ගඳ, දිවෙන් රස..., කයෙන් පහස... සිතීන් සිතිවිලි ආදිය (සය ආයතන මගින් ස්පර්ශ කරන බාහිර අරමුණු) ගැන සතුටුනොවන භික්ෂුව ඒකවිහාරී වේ. එවැනි, මහණ, ප්‍රජාව සහිත ගමේ කෙලවර ඇති සෙනසුණේ විසුවද ඔහු ඒකවිහාරිය. ඒ කවර හෙයින්ද යත්: දෙවැන්නා වූ තණ්හාව ඔහු පහකොට ඇති නිසාය”.

සටහන: මෙ දේශනය වදාළේ මිගජාල තෙරුන්ටය. බලන්න: උපග්‍රන්ථය:1. මූලාශ්‍ර:සංයු.නි: (4): සලායතන සංයුත්ත, මිගජාල සූත්‍ර 1 හා 2 , පි 106, ESN: 35: Salayathanasamyutta, 63.1 & 64. 2 Migajaala, p. 1237.

▲ ඒක වෝකාර භවය- eka-vokāra-bhava: සංඥා විරහිත වූ සත්කයන්ගේ උත්පත්තිය සිදුවන රූප බඹ ලෝකය, ඒක වෝකාර භවය වේ. බලන්න: අසංඥසත්ත, ධුමමලෝක.

▲ එකම පුත්‍රයා හා එකම දියණිය- Only son & only daughter සැදැහැවත් උපාසිකාවකට එකම පුත්‍රයෙක් ඇත්නම් ඔහු, ගිහිගෙයි වාසය කරන්නේනම්, ඒ එකම පුත්‍රා චිත්ත ගෘහපති (මවණිකාසණ්ඩයේ), හත්ථ ආලවක රාජ කුමාර බඳු, බුදුන් වහන්සේගේ අග්‍ර උපාසකයන් ලෙසින් ජීවත්වෙවා යයි පැතීම හෝ ඔහු සසුනේ පැවිදි වූව හොත්, සැරියුත් මුගලන් අගසව් දෙනාම බඳු වේවායි පැතීම යහපත්වේ. එවැනි උපාසිකාවකට එකම දියණියක් සිටි නම් ඇය, කුප්පුත්තරා උපාසිකාව, උත්තරා නන්ද මාතාව-වේචකන්ටකි නන්දමාතාව බඳු බුදුන් වහන්සේගේ අග්‍ර උපාසිකාවන් ලෙසින් ජීවත්වෙවා යයි පැතීම හෝ ඇය සසුනේ පැවිදි වූව හොත්, බේමා,උප්පලවන්නා යන අග්‍ර ශ්‍රාවිකා භික්ෂුණියන් බඳු වේවායි පැතීම යහපත්වේ යයි බුදුන් වහන්සේ වදාළහ. බලන්න:උපග්‍රන්ථය:1,2,3. මූලාශ්‍ර:සංයු.නි: (2): නිදානවග්ග: ලාභසත්කාර සංයුත්ත: 3.3.3. එකපුත්ත සූත්‍රය හා 5.3.4 එකධිතු සූත්‍රය, පි.380, ESN:17: Labasakkarasamyutta: 23.3. Only son & 24.4 Only daughter, p. 848.

▲ එක පුද්ගලයෙක් පහළවීමේ අසිරිය-Wonders of one person arising එක පුද්ගලයෙක් - තථාගත අරහත් සම්මා සම්බුදුන්වහන්සේ ලෝකයේ පහළවීමේ අසිරිමත්ය. දෙව මිනිසුන්ගේ හිත සුවය පිණිසය, පහළවීම දුර්ලභය, පහළවීම ආශ්චර්යමත් දෙයකි, කාලක්‍රියාව බොහෝදෙනාට දුක සංවේගය පිණිස පවතී, ලෝකයේ අසමසම...අද්විතීය... ඒ එක් පුද්ගලයෙක් ගේ පහළවීම නිසා ඇතිවූ අසිරිමත්, උතුම් දේ ගැන මේ වග්ගයේ විස්තරාත්මකව පෙන්වා ඇත. මූලාශ්‍ර:අංගු.නි: (1): 1 නිපාත: 13 එකපුග්ගල වග්ගයේ සූත්‍ර, පි. 80, EAN:1: XIII: One person, p. 43.

▲ එක රසය- One taste: ධර්මයේ ඇත්තේ එක රසයකි. එනම් විමුක්ති රසය යි බුදුන් වහන්සේ වදාළහ. මූලාශ්‍ර:අංගු.නි: 8 නිපාත: 8.1.2.9 පහාරාද සූත්‍රය, පි.103, EAN:8:19.9 Pahārāda,p.421.

▲ එකලාව හැසිරීම- Ekalawahasirima: දහමට අනුව, තන්හාව පහකර හැසිරීමය, බුදුන් වහන්සේ එකලාව හැසිරේ යයි දෙවියන් යන් මෙහිද

පවසා ඇත. බලන්න: ඒකවිහාරි. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (1): සගාඨවග්ග: දේවනාසංයුත්ත:1.3.10 එණිඡංග සුත්‍රය, පි.58.

▲ ඒකායන මග- Ekayana maga: ධර්මයේ ඒකායන මග ආර්ය අටමගය. ඒ මාර්ගයට පිලිපත්විට, ගෙනයන්නේ එක අතකටය- දුකින් මිදීමටය, නිවන ලැබීමටය. බලන්න: ආර්ය අටමග.

▲ එකාසනිකයෝ- who observe the one-session practice ධුතාංග පුහුණුව ලෙසින් එක් වේලක් (අභාර එක්වේල) ගෙන වාසය කරන සංඝයා එකාසනිකයෝ ලෙසින් පෙන්වා ඇත.බලන්න:අංගු.නි: (3) 5 නිපාත: ආරඤ්ඤකවග්ග: 5.4.4.9 එකාසනිකසුත්‍රය, පි.380.

එජ

▲ එජා-Eja: එජා ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ තණ්හාවය. බලන්න: තණ්හාව. මූලාශ්‍රය: සංයු.නි (4) සලායතනසංයුත්ත: 1.9.7 එජාසුත්‍රය, පි.167.

එත

▲ එතෙර හා මෙතෙර: පාලි: ඔරිමං තීර, පාරිමං තීර- far shore and near shore : ධර්මයේ එතෙර ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ නිවනය, දුක කෙලවරවීමය, මෙතෙර යනු සසරය, දුක විඳීමය. බලන්න: අපාර හා පාර, ඔරිමකීරය හා පාරිමකීරය.

▼ මැනවින් වැඩු සතර ඉද්දිපාද සසරින් එතෙරවීමට උපකාරිවේ. සතර ඉද්දිපාද කෙනෙක් වඩන ලද්දේනම්, බහුල කර ඇත්නම්, මෙතෙරින් එතෙරට යාම පිණිස පවතී යයි බුදුන් වහන්සේ වදාළහ. බලන්න: ඉද්දිපාද. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (5-2):මභාවග්ග: ඉද්ධිපාද සංයුත්ත: 7.1.1. අපාර සුත්‍රය, පි. 26, EDN: 51: Iddhipāda-samyutta:1.1 From the Near Shore, p.2057.

▼ මාරයාගේ විෂයට අයත් නොවන එතර-පරතෙර-අමතමග-නිවන ගැන විමසන ජනයාට එම සත්‍යමග තමන්වහන්සේ (කිසිම අල්වාගැනීමක් නැතිව) පෙන්වා දෙනබව බුදුන් වහන්සේ වදාළහ: “අමච්චුධෙය්‍යං පුප්පනි යෙ ජනා පාර ගාමීනො, තෙසාහං පුඨෙයා අකකාමී යං සචං තං නිරුපධිනති”. සටහන: අමච්චුධෙය්‍යං- මාරවිෂයය. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (1): සගාඨවග්ග:මාරසංයුත්ත: 4.3.4 සත්තවස්ස සුත්‍රය, පි. 248, ESN: 4: Marasamyutta: 24.4 Seven Years of Pursuit, p. 295.

▼ බුදුන්වහන්සේ එතෙර හා මෙතෙර මෙසේ දක්වා ඇත: 1) ප්‍රාණසාතය මෙතෙරය, ඉන් වැලකීම එතෙරය. 2) සොරකම මෙතෙරය, ඉන් වැලකීම එතෙරය. 3) කාමයෙහි වරදවා හැසිරීම මෙතෙරය, ඉන් වැලකීම එතෙරය.4) බොරුකීම මෙතෙරය, ඉන්වැලකීම එතෙරය. 5) කේලාමිකීම මෙතෙරය, ඉන් වැලකීම එතෙරය. 6) පරුෂවචනකීම මෙතෙරය, ඉන්වැලකීම එතෙරය.7)නිෂ්ඵලකතාමෙතෙරය, ඉන් වැලකීම එතෙරය. 8) දැඩිආසාව මෙතෙරය, ඉන් වැලකීම එතෙරය. 9) ක්‍රෝධය- තරහ මෙතෙරය, ඉන් වැලකීම එතෙරය.10) මීථ්‍යාදිට්ඨිය මෙතෙරය, ඉන් වැලකීම එතෙරය.දසකුසලය එතෙරය, දස අකුසලය මෙතෙරය. මූලාශ්‍ර:අංගු.නි: (6): 10 නිපාත:10.4.2.3 සංගාරව සුත්‍රය, පි.488, EAN:10: 169.3, Saṅgāra, p.550.

එද

▲ එදිරිය හා එදිරිය නැතිබව- hostility & non-hostility: අනුන් කෙරහි එදිරිය ඇතිව සිටීම අකුසලයකි, දුගතිය ඇතිකරයි. එදිරිය නැතිබව

විමුක්තිය ලබා ගැනීමට උපකාරීවන ධර්මයකි, කුසලයකි. බලන්න: අනවදාන ධර්ම හා සාවදාන ධර්ම, සල්ලේඛපරියාය.

▲ ඒදඬු පාලම්-Bridges: දිය පහරවලින් එතරවීම පිණිස සදා ඇති ගස් කඳ එදඬුය, ඊට වඩා ක්‍රමවත්ව සකස් කර ඇත්තේ පාලමය. යම් කෙනෙක්, අන්‍යයන්ගේ යහපත පිණිස එදඬු පාලම් සාදා දෙන්නේනම් නම් එය පුණ්‍ය ක්‍රියාවකි, සුගතියට මග පාදයි. මූලාශ්‍රය: සංයු.නි: (1): සගාඵවග්ග: දේවනාසංයුත්ත: 1.5.7 වනරෝප සූත්‍රය, පි.86.

එන

▲ එන්දිත- palpitation: එන්දිත ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ සිත සැලීමය-සලිතවීමය. බුදුන් වහන්සේ මෙසේ වදාළහ: “මහණෙනි, ‘මම වෙමි’ යි යන එන්දිතයකි. ‘මේ මම වෙමි’ යි ... ‘මම වන්නෙමි’ යි... ‘මම නොවන්නෙමි’ යි... ‘රූප ඇත්තෙක් වන්නෙමි’ යි... ‘රූප නැත්තෙක් වන්නෙමි’ යි... ‘සංඥා ඇත්තෙක් වන්නෙමි’ යි... ‘සංඥා නැත්තෙක් වන්නෙමි’ යි... ‘නොම සංඥා ඇත්තෙකුත් සංඥා නැත්තෙකුත් වන්නෙමි’ යි ... යන මෙය එන්දිතයකි ... එන්දිතය රෝගයකි...ගඩුවකි... හුලකි... ඒ නිසා මෙහි ලා එන්දිතා රහිත සිතින් යුතුව වාසය කරන්නෙමු යයි ඔබ විසින් හික්මිය යුතුය.” මූලාශ්‍රය: සංයු.නි: (4) සළායතනවග්ග: වේදනාසංයුත්ත: ආසිච්චවග්ග:1.19.11 යවකලාපී සූත්‍රය, පි.410, ESN: 36: Vedanasamyutta:248.11 The Sheaf of Barley, p.1327.

එණ

▲ එණිමුවා- Eni muwa: මෙහිදී බුදුන් වහන්සේගේ රූපය වර්ණනා කරණ දෙවියන්, උන්වහන්සේගේ කෙණ්ඩා එණිමුවකුගේ කෙණ්ඩා වලට සම කර ඇත. මූලාශ්‍රය: සංයු.නි: (1): සගාඵවග්ග: දේවනා සංයුත්ත:1.3.10 එණිපංග සූත්‍රය, පි.58.

එළ

▲ එළකිරි -the Cow milk: සමාධි සම්පත් ලබාගැනීමේ අග්‍ර බව මෙහිදී පෙන්වා ඇත. එළදෙනට වඩා කිරිද, කිරිවලට වඩා දිහිද, එයට වඩා වෙඛරුද, එයට වඩාගිතෙල් ද එයට වඩා මණ්ඩය ද අග්‍රයයි කියයි. එලෙස, ධ්‍යාන පුද්ගලයෙක් ගේ සමාධියද, එයට වඩා සමාධි කුසලයද, එයට වඩා සමාධි සමාපත්ති කුසලයද අග්‍රවේ. බලන්න: සමාධිය. උපග්‍රන්ථය:5. මූලාශ්‍රය: සංයු.නි: (3): ඛන්ධකවග්ග: ජානසංයුත්ත:13.1.1. සමාපත්ති කුසල සූත්‍රය, පි.566, ESN: 34 Jhānasamyutta: 1 Attainment in relation to Concentration, p.1163.

▲ එළදෙන -the Cow: හම ගැසූ එළදෙන ආරක්ෂිත තැනක් සොයායන ලෙසින්, ස්පර්ශ ආයතන යන්ට යට නොවී සිටීම සුවයක් බව මෙහි පෙන්වා ඇත. බලන්න: ස්පර්ශ ආහාර, උපග්‍රන්ථය:5 මූලාශ්‍ර :සංයු.නි: (2): නිදානවග්ග: අභිසමය සංයුත්ත: 1.7.3 පුත්තමංස සූත්‍රය, පි. 174, ESN: 13 : Abhisamyasamyutta: 63.3 Son’s Flesh, p. 697.

එස

▲ එසිකාස්ඵම්භය-Eskiasthmbaya: පුරාණ ඉන්දියාවේ, නගරයකට ඇතුළුවන ස්ථානයේ ඉදිකර ඇති ශක්තිමත් කුළුන එසිකාස්ඵම්භයය. බලන්න: ඉන්ද්‍රකීලය.

▲ ඒසුකාරී බ්‍රාහ්මණ- Esukari Brahmin:බලන්න: උපග්‍රන්ථය:3

එහ

▲ එහිපස්සිකෝ-Ehipassiko: ධම්ම ගුණයකි: ධර්මය “ඒව බලව යයි කීමට සුදුසු බවය”. ධර්මය විවෘතය, ඕනෑම කෙනෙකුට ධර්මය විමසා බැලිය හැකිය. බලන්න: ධම්ම ගුණ.

▲ එහි භික්ඛු- Ehi bhikkhu: එහි භික්ඛු “ඒව මහණ” යන්න බුද්ධ වචනයය. බුදුන් වහන්සේ වැඩසිටි සමයේ සමහර සංඝයා මහණකම ලබා ඇත්තේ ඒ අයුරින්ය. බුදුන් වහන්සේ එසේ වදාළවිට ඒ භික්ෂුවට සාධියෙන් ලැබෙන පාත්‍ර සිවුරු ඇතිව, ශ්‍රමණබව ලැබේ, උපසම්පදාව ලැබේ. සටහන: එම උපසම්පදාවට හේතුවී ඇත්තේ පෙර කරනලද යහපත් කම්මයන්ය. ශබ්දකෝෂ: පා.සි.ශ: පි. 217: “එහි භික්ඛු- එලෙස පැවිදිවූ භික්ෂුව, එහි භික්ඛුනි- එලෙස පැවිදිවූ භික්ෂුණිය. එහි භික්ඛු විවරය- සෘද්ධියෙන් උපන් විවරය. එහි භික්ඛු උපසම්පදාව යනු අට වැදෑරුම් උපසම්පදා වලින් එකකි.

▼ අගසව්දෙනම එහි භික්ඛු බවින් පැවිදිවීම : “...ඉක්බිති සැරියුත් මුලලත් දෙදෙනා භාග්‍යවතුන් වහන්සේ වෙතට පැමිණියහ. පැමිණ භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ පාමුල්හි හිසින් වැටී ‘ස්වාමීනි, අපි භාග්‍යවතුන් වහන්සේ වෙත පැවිදිබව ලබන්නෙමු, උපසම්පදාව ලබන්නෙමු’ යි දැන්වූහ” ‘එවූ, මහණෙනි, ධර්මය හොඳින් දේශනා කරණ ලද්දේය. හොඳින් දුක් කෙළවර කරනු පිණිස බ්‍රහ්මචරියාවේ හැසිරෙවූ’ යි භාග්‍යවතුන් වහන්සේ වදාළ සේක. ඒ ම ඒ ආයුෂ්මත්වරුන්ට උපසම්පදාව වී ය”. සටහන්:* මහා කප්පිත තෙරුන් හා ඔහුගේ රජපිරිස, අගබ්බසව ඇතුළු කාන්තාවන්, එහි භික්ඛු භාවයෙන්, බුදුන් වහන්සේ වෙතින් පැවිද්ද ලැබූහ. EAN: note no. 112, p. 586, ESN: note: 400, p.991. මූලාශ්‍ර: චිත.පි: මහවග්ග පාලිය 1, ඡෙදය 21, පි. 166.

මී කොටස: ඔක, ඔස, ඔඩ, ඔත, ඔද, ඔන, ඔප, ඔහ, ඔම, ඔර, ඔල, ඔව, ඔස

ඔක

▲ ඔකය- House : ඔකය යනු නිවසය-පදිංචිතැනය. මෙහිදී ඔකය ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ ලෝකයා පදිංචිසිටින තැන හෙවත් පංච උපාදානස්කන්ධය. ගෙදර හැසිරෙන්නා - පංච උපාදානස්කන්ධ තමාගේ යයි අල්වාගෙන සිටින තැනැත්තා, ඔකසාරිය. බලන්න: අනිකේතසාරි. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (3): බන්ධසංයුත්ත: භාලිද්දිකානි සූත්‍රය, පි. 42, ESN: 22: Kahandasamytta, 3.3 Haliddkani, p. 1011.

▲ ඔකාසාධිගමා- gateways to the bliss: අධිගම සුවය ලබාදෙන මග. බලන්න: අවකාශාධිගම මාර්ග.

ඔස

▲ ඔසය හා ඔස තරණය: පාලි: ඔස, ඔසතිණණ- flood & crosser of the flood: ධර්මයේ ඔසය ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ ජල ප්‍රවාහ සතරක් - සැඩදිය පහර 4 ක් : කාම හව දිට්ඨි අවිජ්ජා - ඇති සසරටය. (චතුර්විධ ඔස- මහා ඔස ලෙසින්ද හඳුන්වයි) එම ජල කඳ 4 ට හසු වූ මිනිසුන් ඉන් එතරවීමට මග නොදැන දිගින් දිගටම සසරේ පාවී යති. එම සතර ප්‍රවාහයන් මැඩ පවත්වා, එතරවූ සුද්ගලයා රහතන්වහන්සේය, ‘ඔසතිණණන’ යයි කියනු ලැබේ. ශබ්දකෝෂ : පා.සි.ශ: පි. 221: “ඔස: මහා සැඩපහර, චතුර්විධ ඔසය”. B.D: p.112: “Ogha: Floods is a name for the 4 cankers-āsava...” P.T.S: p. ‘Ogha: a flood of

water; usually as mahogha a great flood: the flood of ignorance and vain desires which sweep a man down, away from the security of emancipation...'

▼ **ඔසය තරණය කරණ අන්දම:** එක්සමයක දේවතාවක්, ‘හික්ෂුව ඔසයතරණය කරන්නේ කෙසේද’ ය යි බුදුන් වහන්සේ ගෙන් විමසූහ. බුදුන් වහන්සේ මෙසේ වදාළහ: “පඤ්ච ඡන්දො ජනෙ පඤ්ච චුක්ඛරි භාවයෙ, පඤ්ච සඛගාතිගො ‘හික්ඛු ඔසතිණණා’ ති චුවවතිති”. 5 ක් සිද දමා (පංච ඕරම්භාගිය සංයෝජන), 5 ක් ප්‍රභිණය කර (පංච උද්දම්භාගිය සංයෝජන), 5 ක් වඩා ගැනීමෙන් (පංච ඉන්ද්‍රියන්: සද්ධා, චිරිය, සති, සමාධි, ප්‍රඥා:අධ්‍යාත්මික ඉන්ද්‍රිය) හා බැමි 5 ක් කඩා දැමීමෙන් (රාග, දෝස, මෝහ-අවිජ්ජා, මාන, දිට්ඨි යන ආසවයන්) සසර ඔසය තරණය කලහැකිබවය. ඔසය ඉක්මවූ මහණ ‘ඔසතිණණ’ ලෙසින් හඳුන්වයි. සටහන: මේ පිලිබඳ අටුවාව දක්වා ඇති විස්තර පිණිස බලන්න: ESN: note: 12, p. 500. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි:(1): සගාථවග්ග:1.1.5 කතිඡන්ද සුත්‍රය, පි.32, ESN: 1: Devataha samyutta: 5.5 How many one must cut?, p. 63.

▼ **බුදුන් වහන්සේ ඔසය තරණය කළ අන්දම:** දෙවියෙක් ඇසූ පැණයකට පිලිතුරු ලෙසින්, ඔසය තරණය කළ අන්දම බුදුන් වහන්සේ මෙසේ පෙන්වා ඇත: “අප්පතිධං බ්වාහං ආචුසො අනායුහං ඔසමතරිනති... යදා ස්වාහං ආචුසො සන්තිධාමි. තදාසු සංසිදාමි. යදා ස්වාහං ආචුසො ආයුහාමි තදාසු නිබ්බුණාමි...” ‘මම නොනැවතී- විරාමයක් නොගත, මහා වෙහෙසට පත්නොවී සසර තරණය කෙළෙමි, නැවතුනේනම් මා ගිලියනු ඇත, දැඩිවෙහෙසට පත්වූයේනම් මා පාවියනු ඇත, එලෙස මම ඔසය තරණය කෙළෙමි’. සටහන: අටුවාවට අනුව: මෙහිදී නොනැවතීම (Not halting) ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ කෙළෙස්වලට හසුනොවී නිවනබලා යාමය; පිහිනීම නැවතුවහොත් ජලෙයේ (සසරේ) ගිලියයි. මහා වෙහෙසට පත්නොවීම යනු කෙළෙස්වල නො පිහිටා සිටීමය; කෙළෙස් පිහිටුවාගත්විට ඉන් මිදීම පහසුනොවේ, කෙළෙස් නිසා වෙහෙසට පත්වූවිට පිහිනීමට නොහැකිව සැඩ දියේ (සසරේ) පාවී යයි. ඒ සැම අන්තයන්ම හැර මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව අනුගමනය කර බුදුන් වහන්සේ සසර තරණය කළහ. බලන්න: ESN: notes 2 & 3, p. 498. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (1): සගාථවග්ග: දේවතාසංයුත්ත: 1.1.1 ඔසතරණ සුත්‍රය, පි. 28, ESN:1: Devatāsamyutta:1.1 Crossing the Flood, p. 59.

▲ **ඔස සතර-The 4 floods:** ඔස සතරකි: කාමඔසය, භවඔසය, දිට්ඨිඔසය හා අවිජ්ජාඔසය (the flood of sensuality, of existence, of views, of ignorance). එම ඔස-සැඩ දිය, මිනිසුන් සසර ජල ප්‍රවාහයේ ගිල්වා දමයි. ඔස 4 අවබෝධය කරගනීමට, සහමුලින් නැතිකරගැනීම පිණිස ආර්ය අටමග සම්පූර්ණ කරගතයුතු වේ. සටහන: අටුවාවට අනුව: **කාමඔසය:** පංචකාමයන්ට ඇති ආසාව හා බැඳීම. **භවඔසය:** රූප හා අරූප භවයන්ට ඇති ඇලීම හා ජාන වලට ඇති බැඳීමය. **දිට්ඨිඔසය:** මත හා දිට්ඨිවලට ඇති බැඳීම. **අවිජ්ජාඔසය:** මෝහය- වතුසත්‍ය නොම දැනීමය. බලන්න: ESN: note 1, p. 498. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි : (5-1): මග්ගසංයුත්ත: ඔස වග්ග: 1.16 ඔස සුත්‍රය, පි.160 , ESN: 45: Maggasamyutta: 171-1 Floods, p. 1718, සංයු.නි: (4): සළායතන වග්ග: ජම්බුබාදක සංයුත්ත: 4.1.11 ඔස සුත්‍රය, පි. 508 , ESN: IV: 38 Jambukhādaka samyutta:11 Floods, p.

1406.

▼ ආධ්‍යාත්මික වර්ධනය පිණිස සිව් ඔසය පහ කර ගත යුතුය. බලන්ත: පහතබබ ධර්ම. මූලාශ්‍ර: දීස.නි : (3): 11 දසුන්තර සූත්‍රය, පි. 483, EDN: 34: Dasuttara Sutta: Expanding Decades, p. 384.

ඔඩ

▲ ඔඩොක්කුවේ ප්‍රඥාව උපමාව-Simile of the lap-like wisdom දහම අසන පුද්ගලයෙක් එය අවබෝධ කරගන්නා ආකාරය පෙන්වීම පිණිස මෙ උපමාව යොදාගෙන ඇත. මොවුන් වාසිවී සිටිනා තෙක් දහම අසති, එහෙත් නැගිට ගත්විට දහම් කරුණු අමතකවේ. එය හරියට වාසිවී සිටින කෙනෙක් ඔඩොක්කුවේ කෑම තියාගෙන සිටිනා ලෙසය. ඔහු නැගීසිටින විට එ කෑම බිමට වැටේ. එලෙසින් දහම් කරුණු සිහියෙන් පිටවී යයි. බලන්ත: උච්ඡඩ පඤ්ඤා, උපගන්ථය:5. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (1): 3 නිපාත: 3.1.3.10 සූත්‍රය, පි. 277, EAN: 3: 30.10 sutta, p. 88.

ඔන

▲ ඔත්තප්ප: පාලි: ඔත්තප්ප- moral fear: ඔත්තප්ප යනු අකුසල් කිරීමට ඇති භයය. මෙය කුසලයකි. බලන්ත: හිරි හා ඔත්තප්ප.

ඔද

▲ ඔදාතකසිණය- Odathakasina: සුදුකසිණයය, භාවනා අරමුණකි. බලන්ත: කසිණ.

ඔන

▲ ඔනතොනත හා ඔනතුන්නත පුද්ගලයෝ - Onathonatha & Onathunnatha Persons: ඔනතෝනත යනු නිව- පහත් බවය. උපතින් ඉතා පහත් කුලයක ඉපදී, දුස්සිසල වූ පුද්ගලයා මෙසේ හඳුන්වයි. ඔහු ඒකාන්තයෙන්ම නිරයේ උපත ලබයි. එහෙත්, ඔනතුන්නත පුද්ගලයා එසේ නොවේ. ඔහු පහත් කුලයක උපත ලැබුවද, සුවර්තය ඇත. එනිසා මරණින් මතු දෙව්ලොව ඉපදීමට වාසනාව ඇත. බලන්ත: උත්තම නිව පුද්ගල හා උත්තම- උත්තම පුද්ගල. මූලාශ්‍රය: අංගු.නි: (2) 4 නිපාත: 4.2.4.6 ඔනතෝනත සූත්‍රය, පි.186.

ඔප

▲ ඔපනයික-Opanaika: ධර්මගුණයකි. බලන්ත: ධර්මගුණ.
▲ ඔපපාතික -Spontaneous birth: ඔපපාතික යනු සත්කයන් උපත ලබන විධියකි. ස්වයංජාත (දෙමාපියන්ගේ ආධරය නොමැතිව) ලෙසින්ද හඳුන්වයි. දෙව්ලොව දෙවියන් හා නිරයේ සත්කයන් යළි උපත ලබන්නේ මේ ආකාරයටය. බලන්ත: උත්පත්ති විධි.

ඔහ

▲ ඔහා-Bright lights: ඔහා යනු දීප්තිමත් ආලෝකයය. බලන්ත: අහා

ඔම

▲ ඔමානය- Omana: ඔමානය- හීනමානය, ආධ්‍යාත්මික මග වඩා ගැනීමට බාධාවකි. බලන්ත: ත්‍රිවිධමාන.

ඔර

▲ ඔරිමකීරය හා පාරිමකීරය: පාලි: ඔරිමං කීරං, පාරිමං කීරං -far shore and near shore: ඔරිමකීරය ලෙසින් බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත්තේ සම්මා දිට්ඨිය පෙරටුකටගත් මගය- නිවනය. පාරිමකීරය නම් මිථ්‍යා දිට්ඨිය ඇති වැරදි මගය, එනම් සසරය, දුකය. බලන්ත: එතෙර හා

මෙතෙර. මූලාශ්‍ර: අංග.නි: (6):10 නිපාත: 10.3.2.5. සඛගාරව සූත්‍රය, පි.448 හා 10.3.2.6. ඔරිමතිර සූත්‍රය, පි.450, EAN: 10: 117-5 Saṅgārava, p.546 & 118-6 Near, p.546.

▲ **ඔරම්භාගීය සංයෝජන:** පාලි: **ඔරම්භාගීයසංයෝජන** -The five lower fetters: සංයෝජන 10යේ පහළ සංයෝජන 5 ඔරම්භාගීය සංයෝජන ලෙසින් හඳුන්වයි. මේවා කාමලෝකයට බැඳ තබන කෙළෙස්ය. බලන්න: සංයෝජන. ශබ්දකෝෂ: පා.සි.ශ: පි.210: “ඔරම්භාගීය සංයෝජන: පහත් භවය භාජනය කරණ සංයෝජන”.**B.D:** p.300: “**orambhāya- saṃyojana:** lower fetters...they tie to the sensuous world’.

▼ **ඔරම්භාගීය සංයෝජන 5 කි:** සකකායදිට්ඨිය, විචිකිච්චාව, සීලබ්බතපරාමාසය, කාමවන්දය, ව්‍යාපාදය, ඔරම්භාගීය සංයෝජන වේ. (Identity view, doubt, the distorted grasp of rules and vows, sensual desire, ill will) **සටහන:** පහළ සංයෝජන ලෙසින් හඳුන්වන මේවා, සත්ත්වයා කාමලෝකයට බැඳ තබනි. 1-3 සංයෝජන පහකිරීමෙන් සෝතාපන්න හෝ සකදාගාමී මගඵල ලැබේ, සියල්ල ප්‍රතිණය කළවිට අනාගාමීවේ. බලන්න: අනාගාමී. මූලාශ්‍ර:අංග.නි: (6): 10 නිපාත: 10.1.2.3 සංයෝජන සූත්‍රය,පි.60, EAN:10: 13.3. Fetters, p. 496, දිස.නි: (3): 10 සංගීති සූත්‍රය- ඡේදය 10, පි. 380 , EDN: 33 Sangīti Sutta: The Chanting Together-section 10 , p. 366.

▼ **ඔරම්භාගීය සංයෝජන ප්‍රතිණය කිරීම:** ආර්ය අටමග සම්පූර්ණයෙන්ම වර්ධනය කරගැනීමෙන් මේ සංයෝජන 5 ගැන මනා අවබෝධය ලබා ඒවා පහකර ගැනීමට හැකිබව බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (5-1 කාණ්ඩය): මග්ගසංයුත්ත: ඔස වග්ග, 1.16 ඔරම්භාගීය සංයෝජන සූත්‍රය, පි. 164, ESN: 45: Maggasamyutta: 179.9 Lower Fetters, p. 1726.

ඔල

▲ **ඕලාරික- Olarika :** ඕලාරික යනු තද ගොරෝසු බවය. සංයු.නි: අනත්ත ලක්ඛණ සූත්‍රයේදී බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත්තේ රූප වේදනා ආදී වූ පංච උපාදානස්කන්ධයම ඕලාරික, සියුම්, හීන ප්‍රණීත ආදී වූ විවිධ ස්වරූප ඇතිබවය: “ යං කිඤ්චි රූපං අතිතානාගතපච්චුප්පනනං... ඔලාරිකංවා සුබුමං වා...”.

ඔව

▲ **ඕවාද- Advice:** ඕවාද-අවවාද අනුසාසනා ආධ්‍යාත්මික වර්ධනය පිනිස අවශ්‍ය කරුණකි. ජේෂ්ඨ සංඝයාගෙන් අවවාද අනුසාසනා නිතර නිතර ලබාගැනීම සුදුසු බව බුදුන් වහන්සේ වදාළහ. බලන්න: විනය පිටකය.

▼ **අවවාද අනුසාසනා කරන,** අනුන් පාපයෙන් වළකන, පුද්ගලයා සත්පුරුෂයන්ට ප්‍රියවේ, අසත්පුරුෂයන්ට අප්‍රියවේ: “ඔවදෙය්‍යානුසාසෙය්‍ය අසබ්භා ව නිවාරයෙ- සතං හි සො පියො හොති අසතං හොති අප්පියො”. මූලාශ්‍ර: චූ.නි: ධම්මපදපාලි: 6 පණ්ඩිතවග්ග, ගාථාව 77.

▼ **බුදුන් වහන්සේ** වැඩසිටි කාලයේම, සමහර සංඝයා අවවාද ඇසීමට හිත යොදන්නේ නැතිබව, ප්‍රිය නොකරන බව, කීකරු නොමැතිබව මහා කාශ්‍යප තෙරුන්, බුදුන් වහන්සේට පවසා ඇත. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (2):

නිදානවග්ග:කස්සපසංයුත්ත: ඔවාද සූත්‍ර 3 කි, පි. 332, ESN:16: Kassapasamyutta: Ekhortation 3 suttas, p. 813.

▼ භික්ෂුණි සංඝයාහට ඔවාද දෙන භික්ෂුන් අතුරින් නන්දක තෙරුන් අග්‍රය. එතුමන්, භික්ෂුණි සංඝයාට ඔවාද දීම පිලිබඳ විස්තර මෙහි දැක්වේ. බලන්න: ම.නි: (3) නන්දඔවාද සූත්‍රය.

ඔස

▲ ඔසග්ග: පාලි: වොසග්ග- Osagga :ඔසග්ග (වොසග්ගය) යනු අතහැර දැමීම, කාම ලෝකය අතහැර නිවන අරමුණුකර භාවනාව වඩාගැනීමය. නිවනට නැමීමය. බොජ්ඣංග ධර්ම වඩා ගැනීම පිණිස, භාවනාව වර්ධනය පිණිස කාමලෝකය හැරදැමූ නිවනට නැමුණු සිත (වොසග්ගපරිනාමී) අවශ්‍ය බව සූත්‍රදේශනාවල පෙන්වා ඇත. බලන්න: සංයු.නි. අසංඛතසංයුත්තය.

▼ බුදුන් වහන්සේ මෙසේ වදාළහ: “මහණෙනි නිවන් මග නම්: මෙහි මහණ විවේකය ඇසුරු කළ විරාගය ඇසුරු කළ නිරෝධය ඇසුරු කළ නිවනට නැමුණු සම්මා සමාධිය වඩයි, මේ නිවන් මගය”. “ඉධ භික්ඛවෙ, භික්ඛු සම්මාසමාධිං භාවෙති විවෙකනිස්සිතං විරාගනිස්සිතං නිරොධනිස්සිතං වොසග්ගපරිණාමිං, අයං චූචති භික්ඛවෙ අසඬතගාමි මග්ගො”. මූලාග්‍ර: සංයු.නි: (4): සළායතනවග්ග: අසංඛතසංයුත්ත: 9.2.4 සම්මාසමාධි සූත්‍රය, පි. 682, ESN: 43: Asankathasamyutta: 12.1 The unconditioned, p. 1507.

ක ඔකාටසි:කක,කච,කට,කද,කඩ,කඩ,කත,කධ,කන, කණ, කප,කබ,කම,කය,කර,කල,කළ,කඵ,කච,කස,කෂ, කෂ,කහ

කක

▲ කකචුපම -The simile of the Saw :දෙපත් කැපෙන කැත්ත උපමාව යොදාගත්තේ, අනුන් කෙරහි තරඟයෙන් (ක්‍රෝධය ඇතිව) වාසය නොකිරීමේ යහපත්බව පෙන්වා දීම පිණිසය. සොරුන් පිරිසක්, තමන්ගේ දෙපය, දෙපත් කියතකින් කපන විට වුවද, ඔවුන් කෙරේ හිත අනුකම්පාව ඇතිව, මෙන්තා සහගත සිත ඇතිව වාසය කළයුතු ය, එම අවවාදය නිතර සිහි කළයුතුය. එවැනි භික්ෂීම නොමැති තැනත්තා, බුදුන් වහන්සේගේ, අවවාද අනුසාසන පිළිගන්නා කෙනෙක් නොවේ. බලන්න:උපග්‍රන්ථය:5 සටහන: මෝලියඵග්ගණ භික්ෂුවට අවවාද කිරීම පිණිස මේ සූත්‍රය දේශනාකරන ලදී. මූලාග්‍ර: ම.නි: (1): 1.3.1 කකචුපම සූත්‍රය,පි.328, EMN:21: Kakacūpama Sutta-The Simile of the Saw, p. 209.

▲ කක්කට තෙර- Kakkāṭa Thera: බලන්න:උපග්‍රන්ථය:1

▲ කකුධ දේවපුත්‍ර-Kakudha Deva : බුදුන්වහන්සේ සාකේත නුවර, අඳුන්වනයේ මීගදායේ වැඩවසන සමයේ මේ දේවපුත්‍ර, උන්වහන්සේ බැහැදැකීමට පැමිණ, මෙසේ පවසා ඇත: “ලොව තණ්භාව තරණය කළ, ඇලුම් නැති, දුක්නැති, පිරිනිවී, පාප බහා තැබූ (බාහිතපාපී) මහණකෙනෙක්, ඒකාන්තයෙන්ම කලකින් දකිමි”.

මූලාග්‍රය: සංයු.නි:(1) සභාඵවග්ග: දේවපුත්තසංයුත්ත: 2.2.8 කකුධ සූත්‍රය, පි.128.

▲ කකුසද බුදුන්- The Buddha Kakusanda :කකුසද බුදුන් වහන්සේ, ගෝතම බුදුන් වහන්සේට පෙර වැඩසිටි සම්මා සම්බුදුවරයෙකි. මූලාග්‍ර: බු.නි:බුද්ධචංඝ පාලි: 22: කකුසද බුදුන් වහන්සේ, පි. 235.