

▲ **චුස්ස බුදුන්වහන්සේ-The Buddha Phussa:** ගෝතම බුදුන් වහන්සේ ට පෙර පහළවූ, චුස්ස බුදුන් වහන්සේ පිලිබඳ විස්තර පිණිස බලන්න:බුද්ධවංශ පාලි:18: චුස්ස බුදුන්වහන්සේ.

▲ **ඵාසුචිභාර-dwelling at ease:** ඵාසුචිභාර-පහසු විහරණය යනු කෙළෙස් වලින් තොරව වාසය කිරීමය. පහසු විහරණ ලෙසින් ධර්මයේ පෙන්වා ඇත්තේ සිව් ජානසමාපත්ති ලැබීම හා ආසව ඝෂය කර ලබන විමුක්ති සුවයය. බලන්න: පහසු විහරණය. සටහන: සංඝයාගේ පහසු විහරණය ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ: සෙසු අය කෙරහි මෙන්සිත ඇතිව කාය, වච්චි හා මනෝකර්ම කිරීම හා නිර්මල ශීලය (ආර්යකාන්තශීලය) සහිතව වාසය කිරීමය. මූලාශ්‍ර:අංගු.නි: (3): 5 නිපාත:5.2.5.4 , 5.3.1.5 ඵාසුචිභාර සූත්‍ර, පි.212,EAN:5: 94.4 dwelling at ease, p.272.

**බ කොටස:** බක-බජ-බඩ-බත-බද-බධ, බද, බන, බප, බබ,බම,බඹ,බය,බර-බල-බළ-බව-බහ

**බක**

▲ **බක බ්‍රහ්ම-Brhma Baka:** බලන්න බ්‍රහ්ම දෙවියෝ.

▲ **බක්කල තෙර-Bakkula Thera:** බලන්න: උපග්‍රන්ථය:1

**බජ**

▲ **බීජ උපමා-Simile of Seeds:** බලන්න: උප ග්‍රන්ථය:5

▲ **බොජ්ඣංග ධර්මතා-පාලි: බොජ්ඣංගා -factors of enlightenment:** බොජ්ඣංග-බෝධිඅංග යනු විමුක්තිය ලබාගැනීමට-බෝධිය වඩාගැනීමට ඉවහල්වන අංග 7ය- සජ්ත බොජ්ඣංගයන්ය. මේවා 37ක්වූ බෝධිපාක්ෂික ධර්මතාවලට ඇතුළත්වේ. විස්තර පිණිස බලන්න:

සංයු.නි: (5-1), මහාවග්ග: බොජ්ඣංග සංයුත්තය. සටහන්: \* බොජ්ඣංග යනු අවබෝධය ( සම්බෝධිය පිණිස) පිණිස ඇති ධර්මතාය. (They lead to enlightenment, bhikkhu, therefore they are called factors of enlightenment) බලන්න: සංයු.නි: (5-1) බොජ්ඣං සංයුත්ත: 2.3.1 බෝධාය සූත්‍රය, පි. 200, ESN: 46:Bojjhaṅgasamyutta: 21.1. To Enlightenment, p. 1755. \*\*Bojjhaṅga is a compound of bodhi + aṅga...The factors of the one being enlightened are enlightenment factors. බලන්න: ESN: note: 52: p. 2393. ශබ්දකෝෂ: පා.සිං.ශ: පි.402: “බොජ්ඣංග: බෝධියට අංගවන ධර්ම 7 ...”.පි. 485: “වොසසග්ගපරිණාමී: ත්‍යාගය පිලිබඳ මුහුකුරායාම”. B.D.S: p.75: “Bojjhanga: the 7 factors of enlightenment...”.

▼ **සම්මාසම්බුදු රජාණන් වහන්සේගේ පහළවීමෙන් සත්රුවනක් බදු සජ්ත බොජ්ඣංග පහළවේ.**

මූලාශ්‍රය:සංයු.නි: (5-1) මහාවග්ග: බොජ්ඣංගසංයුත්ත:2.5.2 වක්කවත්ති සූත්‍රය, පි.224.

▼ සප්ත බොජ්ඣංග වැඩිමට ශීලය පදනම්වේ: හික්ෂුව, ශීලයේ පිහිටා සප්ත බොජ්ඣංග බහුල කරගන්නේ, මහාබවට පත්කර ගන්නේ විපුල කරගන්නේ කෙසේද? ඒ හික්ෂුව, විවේකයේ පිහිටා, විරාගයේ පිහිටා, නිරෝධයේ පිහිටා, වොස්සග්ග පරිණාමීව, සතිසම් බොජ්ඣංග ආදීවු ....සප්ත බොජ්ඣංග ධර්මතා වඩාගනී. “කථංකථා භික්ඛවෙ, භික්ඛු සීලං නිසායා සීලෙ පතිට්ඨාය සත්තබොජ්ඣංගෙහ බහුලීකරොනෙතා මහත්තත්තං වෙපුලලත්තං පාපුණාති ධම්මෙසු: ඉධ භික්ඛවෙ, භික්ඛු සතිසමේබොබොජ්ඣංගිතං භාවෙති විවෙකනිසීතිතං විරාගනිසීතිතං නිරොධනිසීතිතං වොසසග්ගපරිණාමීං... ධම්මච්චය...” සටහන්: \* විවේකයේ පිහිටා (විවෙකනිසීතිතං): කාය විවේකය හා කාමවස්තූන් කෙරෙහි නොපිහිටි සිත පිහිටි කරගෙන (කෙලෙසුන් නැති). \*\* විරාගයේ පිහිටා (විරාගනිසීතිතං): ඇල්ම නැති- කිසිවකට බැඳීම නැති සිත පිහිටිකරගෙන \*\* නිරෝධයේ පිහිටා (නිරොධනිසීතිතං): සෑම දෙයකම අවසන් කිරීමට ඇති සිත පිහිටිකරගෙන. \*\* වොස්ග්ග පරිණාමීව (වොසසග්ගපරිණාමීං): අත්හැරීම පිලිබඳ මුහුකුරා ගිය සිත ඇතිව : සියල්ල දීලා දැමීමට දියුණුකරගත් සිත, නිවනට නැමුන සිත, භවයන්ට (කාම, රූප, අරූප භව) නො ඇලුන සිත ඇතිව, හික්ෂුව, සප්ත බොජ්ඣංග වඩාගනී. හිමාල කඳුවැටිය ආශ්‍රිතකරගෙන නාගයෝ ඔවුන්ගේ කය පෝෂණය කර, ගක්තිමත් කරගනී. ඉන්පසු ,අසල ඇති පොකුණුවලට පැමිණේ. එහිසිට සිට කුඩා දියපාරවලට ද, කුඩා නදී, මහා නදීවලට පිනා ගොස් අවසානයේදී මහා මුහුදට පැමිණ, එහිදී මහාබවට පත්වේ. එලෙසින්, ශීලය පදනම්කොට සප්තබොජ්ඣංග වඩාගත් හික්ෂුව අවසානයේදී මහාබවට- අරභත්චයට පැමිණේ. නාග උපමාව: බලන්න: උපග්‍රන්ථය:5 මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: ( 5-1 ): මහාවග්ග: බොජ්ඣංග සංයුත්ත: 2.1.1. හිමවන්ත සූත්‍රය, පි.168, ESN: 46: Bojjhaṅgasamyutta: 1.1.The Himalayas, p. 1730

▼ සප්ත බොජ්ඣංග පෝෂණය: කයේ පෝෂණය පිණිස ආහාර උපකාරීවන ලෙසින් සප්ත බොජ්ඣංග ද විවිධ ධර්මකරුණු උපකාරීකොටගෙන පෝෂණයට පත්වේ. 1 සතිසම්බොජ්ඣංගය: ඇතිකරගැනීමට හා විපුලකරගැනීමට උපකාරීවන ධර්මතා පිළිබඳව නිතර නිතර නුවණින් මෙනෙහිකිරීම, යෝනිසෝමනසිකාරය. සටහන: සෑම කටයුත්තක්ම සතිසම්පජානයෙන් කිරීම, අසිභියෙන් කටයුතු කරන අය ඇසුරු නොකිරීම, සිභිය ඇතිව කටයුතු කරන අය හා ආශ්‍රය, සතිය ඇතිකරගැනීම පිළිබඳව නිවැරදි අදිටනක් සිතේ දරා ගැනීම යන කරුණු 4 සතිය ඇතිකරගැනීමට අවශ්‍යතාවයන් ලෙසින් අටුවාව පෙන්වා ඇත. එසේම, සතර සති පටිඨානය, 37 ක්වූ බෝධිපාකාය ධර්ම ආදිය නිතර නුවණින් මෙනෙහිකිරීම. බලන්න: ESN: note 58 & 85, p. 2394, 2398. 2. ධම්මච්චයසම්බොජ්ඣංගය: කුසලඅකුසල ධර්ම, සාවද්‍ය නිරවද්‍ය ධර්ම, හීන ප්‍රණීත ධර්ම, දීප්තිමත් හා අඳුරු ධර්ම ගැන නිතර නිතර නුවණින් මෙනෙහි කිරීම. සටහන: අතිරේක කරුණු 7ක් අටුවාව දක්වයි: 1) ස්කන්ධ, ධාතු, ආයතන පිළිබඳ අර්ථ විමසීම

2) පුද්ගලික පිරිසිදුකම 3) ඉන්ද්‍රිය සංවරය 4) ගැඹුරු ධර්මතා ආවර්ජනය 5) අනුවණ මිනිසුන් ඇසුරු නොකිරීම 6) නුවණැති මිනිසුන් ඇසුරුකිරීම 7) ධම්මච්චය බොජ්ඣංගය ඇතිකරගැනීමට නිවැරදි අදිටනක් සිතේ දරා ගැනීම. බලන්න: ESN: note 59 & 86, p. 2394, 2398. 3 විරිය

**සම්බෝධය:** ධාතු 3ක් ඇතිකරගැනීම: ධර්මයේ යෙදීමට ආරම්භක විරිය ඇතිකරගැනීම-සිත අවදිකරගැනීම (ආරම්භකධාතු), ධර්මයේ යෙදීමට ඇති මැලිකම පහකරගැනීමට-ඉන් නික්මීමට ගන්න විරිය- උත්සාහය ඇතිකරගැනීම (නික්මීමධාතු), පටන්ගත් ධර්මකටයුත්ත වර්ධනය පිණිස තදින් වෙරගැනීම (පරාක්‍රමධාතු) . **සටහන:** අටුවාව අතිරේක කරුණු 11ක් පෙන්වා ඇත: 1) දුගතියේ-අපායේ ඇති බියකුරුව සිහිකිරීම 2) විරිය ඇතිකරගැනීමේ යහපත්ඵල සිහිකිරීම, 3) සියලු බුදුවරු අනුගමනය කළ මග තමාද අනුගමනය කරනබව සිහිකිරීම 4) වෙනත් අය විසින් තමාට දුන් දාන හා තෑගි ආදියට ගරුකිරීම පිණිස කටයුතු කළයුතු බව සිහිකිරීම 5-8) බුද්ධවංශයේ, බුදුන්වහන්සේගේ, ධර්මයේ හා සංඝයාගේ ශ්‍රේෂ්ඨබව සිහිකිරීම 9) අලසමිනිසුන් ආශ්‍රය නොකිරීම 10 ) ධර්මය පිළිබඳව විරියෙන් කටයුතු කරන අය ඇසුරුකිරීම 11) එම බෝධිය ඇතිකරගැනීමට නිවැරදි අදිටනක් සිතේ දරා ගැනීම **බලන්න:** ESN: note 60 & 87, p. 2395, 2398. **4 පිති සම්බෝධය:** සිතේ ප්‍රීතිය ඇතිකරන දහම කරුණු ගැන නිතර නිතර නුවණින් මෙනෙහිකිරීම. **සටහන:** අටුවාව අතිරේක කරුණු 11ක් පෙන්වා ඇත: 1-7) බුද්ධ, ධර්ම, සංග, ශිලය, ත්‍යාගශීලිබව, දෙවගුණ, නිවන- උපසමය ගැන අනුසතිභාවනාව 8) රළු (ඕලාරික-අශිෂ්ඨ) මිනිසුන් ඇසුරු නොකිරීම 9) ශිෂ්ඨ මිනිසුන් ඇසුරු කිරීම 10) සිත ප්‍රබෝධමත් කරන සුත්‍ර මෙනෙහිකිරීම 11) එම බෝධිය ඇතිකරගැනීමට නිවැරදි අදිටනක් සිතේ දරා ගැනීම **බලන්න:** ESN: note 88, p. 2398. **5 පස්සදි සම්බෝධය:** කාය පස්සදිය හා චිත්ත පස්සදිය පිළිබඳව නිතර නුවණින් බැලීම. වෙදනා, සංඥා, සංකාර ආදී ස්කන්ධයන් (නාමකාය) සංසුන්කරගැනීම, චිත්තපස්සදිය පිණිස විඥානය සංසුන්කරගැනීම. **සටහන:** අටුවාව අතිරේක කරුණු 7ක් පෙන්වා ඇත: 1) යහපත් පෝෂණය ගෙනදෙන ආහාර ගැනීම 2) හිතකර දේශගුණය ඇති තැනක වාසය 3) භාවනාව පිණිස කයට පහසු ඉරියව්ව භාවිතා කිරීම 4) මධ්‍යස්තව විරිය ඇතිකරගැනීම 5-7) කලබල කරණ මිනිසුන් මග හැරීම, ශාන්ත-නිසල මිනිසුන් ඇසුරුකිරීම, එම බෝධිය ඇතිකරගැනීමට නිවැරදි අදිටනක් සිතේ දරා ගැනීම. කයේ සැහැල්ලුව හා සිතේ සැහැල්ලුව ගැන නිතර නුවණින් මෙනෙහි කිරීම. **බලන්න:** ESN: note 61 & 89, p. 2395, 2398. **6 සමාධි සම්බෝධය:** සිත සමනයට පත් කරගැනීමෙන් හා සිත විසිරියාම නැතිකරගැනීම පිළිබඳව නුවණින් මෙනෙහි කිරීම. සමප්තිමිත්ත හා අබ්‍යාග්ග නිමිත්ත වඩාගැනීම. **සටහන්:** \* **සමප්තිමිත්ත (sign of serenity):** සිතේ ශාන්තබව හා එහිලා උපකාරිවු අරමුණ (පටිභාගනිමිත්ත හෝ එයටසමානවූ නිමිත්ත). \*\***අබ්‍යාග්ග නිමිත්ත (the sign of nondispersal) :** සිතවිසිරියාම වලක්වන නිමිත්ත -එකාලමිභන නිමිත්ත (එක අරමුණක් අල්වාගැනීම). \*\* අටුවාවට අනුව සමාධි සම්බෝධිය ඇතිකර ගැනීමට උපකාරිවන කරුණු 11 ක් : i පුද්ගලික පිරිසිදුව ii ඉන්ද්‍රිය සංවරය, iii භාවනා අරමුණ පිහිටුවා ගැනීමේ හැකියාව iv- vi නියම අවස්ථාවේ: විරිය ඇතිකරගැනීම, සිත හසුරුවා ගැනීම හා සිතේ ප්‍රීතිය ඇතිකරගැනීම vii නියම අවස්ථාවේ සිත උපේක්කාවට පත්කරගැනීම viii-x සිත එකභකරගැනීමට නොහැකි පුද්ගලයන් ආශ්‍රය නොකිරීම, සිත සමාධියට පත්කරගතහැකි පුද්ගලයන් ආශ්‍රය කිරීම, සිතේ සමාධිය ඇතිකරගැනීම පිණිස යහපත් අදිට්ඨානය ඇතිකරගැනීම xi ජාන හා විමුක්තිය පිළිබඳ

ආවර්ජනය. බලන්න: ESN: note 62 & 90, p. 2395, 2399. 7.  
 උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣංගය: සිත උපෙක්ඛාවට පත්කරණ දහම් කරුණු පිළිබඳව නුවණින් මෙනෙහි කිරීම. සටහන: අටුවාවට අනුව උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣංගය ඇතිකර ගැනීමට උපකාරවන අතිරේක කරුණු 5: i සියලු සත්ත්වයන් පිළිබඳව මධ්‍යස්තඛව ii සියලු සංස්කාර පිළිබඳව මධ්‍යස්තඛව iii අන්අය, තමාසතුය යන හැඟීමෙන් කටයුතු කරන පුද්ගලයන් ආශ්‍රය නොකිරීම iv මධ්‍යස්තඛ කටයුතු කරන පුද්ගලයන් ඇසුරුකිරීම v උපෙක්ඛාව සිතේ ඇතිකරගැනීම පිණිස නිවැරදිව අදිව්‍යාන කිරීම. බලන්න: ESN: note 91, p.2399. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (5-1): මහාවග්ග: බොජ්ඣංගසංයුත්ත : 2.1.2 කාය සුත්‍රය පි.168, 2.6.1 ආහාර සුත්‍රය, පි. 230, ESN:46: Bojjhaṅgasamyutta: 2.2. The Body, p. 1731, 51.1 Nutriment, p. 1788.

▼ කුසල ධර්ම වැඩීමෙන්, බොජ්ඣංග ධර්මතා විපූලබවට පත්වේ. අප්‍රමාදය හා යෝනිසෝමනසිකාරය නිසා ඇතිවන කුසලයන් හේතුකොටගෙන නිවරණ යටවී, සජ්ඣ බොජ්ඣංග ධර්මතා වැඩී, දියුණුවට පත්වේ. බලන්න: නිවරණ, යෝනිසෝමනසිකාරය. මූලාශ්‍ර:සංයු.නි: (5-1): මහාවග්ග: බොජ්ඣංග සංයුත්ත: 2.4.1 හා 2.4.2 කුසල සුත්‍රය හා 2.4.5 යෝනිසෝ සුත්‍රය හා 2.4.8 අනිවරණ සුත්‍රය, පි. 212, ESN:46: Bojjangasamyutta: 31.1 & 32.1 Wholesome & 35.5 Careful Attention & 38.8 Without Hindrances p.1766 .

▼ බොජ්ඣංග ධර්මතා ආධ්‍යාත්මික මග වර්ධනය පිණිස පවති බොජ්ඣංග ධර්මතා හත-සජ්ඣ බොජ්ඣංග, නුවණ නැමති ඇස ඇතිකරයි, ඥානය- අවබෝධය ඇතිකරයි, ප්‍රඥාව වඩයි, සිතේ සන්තාපය නැති කරයි, නිවන ලභාකර දෙයි: “...සත්ති මෙ භික්ඛවෙ, බොජ්ඣංගචගා චකක්ඛකරණා ඤාණකරණා පඤ්ඤාචුඤ්ඤියා අවිසාතපකතියා නිබ්බානසංවත්තනිකා...” ( These seven factors of enlightenment, bhikkhus, are makers of vision, makers of knowledge,promoting the growth of wisdom, free from vexation, leading towards Nibbāna). මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (5-1): මහාවග්ග: බොජ්ඣංග සංයුත්ත: 2.4.4 අනාවරණ සුත්‍රය හා 2.4.9 මහා රුක්ඛ සුත්‍රය, පි. 216, 1.4.10 නිවරණ සුත්‍රය, පි.222 , ESN: 46: Bojjangasamyutta: 34.4. Non-corruptions & 39.9 Trees, p.1769, 40.10 Hindrances, p.1775.

▼ බොජ්ඣංග ධර්මතා බුද්ධිය ඇතිකරයි: යහපත් ලෙසින් වඩන සජ්ඣ බොජ්ඣංග ධර්මතා බුද්ධිය,නොපිරිහීම පිණිස පවති. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (5-1 ක): මහාවග්ග: බොජ්ඣංග සංයුත්ත: 2.4.6 බුද්ධි සුත්‍රය, පි. 216 ESN:46: Bojjangasamyutta: 36.6 Growth, p.1771 .

▼ බොජ්ඣංග ධර්මතා වැඩීමට සුදුසු හා නුසුදුසු අවස්ථා: මේ පිළිබඳව යොදාගෙන ඇති උපමාව: ගින්නක් දැල්වීමට කටයුතු කරන ආකාරයය: බලන්න: උප ග්‍රන්ථය:5.

1 සිත සැහවුන, උදාසීනවූ අවස්ථාවේ (ලීනං චිත්තං -sluggish mind): 1) පස්සද්ධි, සමාධි, උපෙක්ඛා බොජ්ඣංග වැඩීමට සුදුසු නොවේ. උපමාව: යම්කිසි පුද්ගලයෙක් ගිනි දැල්වීම පිණිස, ශීතල සුළං ඇති තැනක, අමු දර ආදිය යොදා, වැලි දමමින් මද ගින්නක් දැල්වීමට තැත් කරත් ඔහුට ඒ

ගින්න දල්වා ගැනීමට හැකිනොවේ. 2) **ධම්මච්චය, චිරිය හා පීති** බොජ්ඣංග වැඩිමට සුදුසු වේ. **උපමාව:** යම්කිසි පුද්ගලයෙක් ගිනි දැල්වීම පිණිස, සුළං මුවාවූ තැනක, වියලි දර ආදිය යොදා, වැලි දමන්නේ නැතිව, මද ගින්නක් දැල්වීමට තැත් කරයි. ඔහුට ඒ ගින්න දල්වා ගැනීමට හැකිවේ. 2 **සිත නොසන්සුන්වූ අවස්ථාවේ (උඤ්ඤා චිත්තං- excited mind) 1) ධම්මච්චය, චිරිය හා පීති** බොජ්ඣංග වැඩිමට සුදුසු නොවේ. **උපමාව:** යම්කිසි පුද්ගලයෙක් මහා ගින්නක් නිවීමට කැමතිවේ, ඒ පිණිස ඔහු වියලි දර ආදියදමයි, එහෙත්, ඔහුට ඒ මහා ගින්න නිවා ගත නො හැකිවේ. 2) **පස්සද්ධි, සමාධි, උපේක්ඛා** බොජ්ඣංග වැඩිමට සුදුසු වේ. **උපමාව:** යම්කිසි පුද්ගලයෙක් මහා ගින්නක් නිවීමට කැමතිවේ, ඒ පිණිස ඔහු අමු දර ආදිය දමමින්, ශිතල සුළං ලබාදෙමින්, වැලි ඉසිමින් කටයුතු කරයි. ඔහුට ඒ මහා ගින්න නිවා දැමිය හැකිය. **සටහන:** \* බොජ්ඣංග ධර්මතා වැඩිමට සුදුසු තුසුදුසු අවස්ථා ගැන කරුණු පෙන්වීමට සමත් වන්නේ තථාගතයන් වහන්සේට හෝ උන්වහන්සේගෙන්, ධර්මය උගත් ශ්‍රාවකයෙක්හට පමණි.\*\* මේ සූත්‍රය අවසානයේදී බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා දුන්නේ **සති බොජ්ඣංග** ය වැඩීම, ඕනෑම අවස්ථාවකට උපකාරීවන බවය. **මූලාශ්‍ර:** සංයු.නි: (5-1): මහාවග්ග: බොජ්ඣංග සංයුත්ත: 2.6.3 අග්ගි සූත්‍රය, පි.244, ESN: Maggasamyutta: Bojjanga: 53.3 Fire, p. 1795.

▼ **සජ්ඣ බොජ්ඣංග නිවන් මගය- අසංඛත මගය:** මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: ( 4 ):සළායතනවග්ග: අසංඛතසංයුත්ත: 9.1.10 බොජ්ඣංග සූත්‍රය, පි. 662, ESN: 43: Asankatasamyutta:10.10, p. 1493.

**බඩ**

▲ **බුඩ්ධපබ්බත- Gone Forth in Old Age:** බුඩ්ධපබ්බත ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ වයසට යෑමෙන් පසුව පැවිදිවන පුද්ගලයාය. එවැනි අය කෙරෙහි මතු සඳහන් ගුණ දැකීම දුර්ලභය: 1) නිපුණබව- සියුම් කරුණු වටහා ගැනීමේ හැකියාව 2) නියම වාරිත්‍ර ඇතිබව-ආකල්ප සම්පන්න බව 3) බහුශ්‍රැතබව 4) ධර්මකමිකබව 5) විනයධරබව 6) පහසුවෙන් වැරදි නිවැරදි කරගැනීම-සුවච බව 7) උගත් ධර්මය පහසුවෙන් සිතේ දරා ගැනීමේ හැකියාව- සුගෘහීතග්‍රාහී 8) ධර්ම උපදේස ගරුසරු ලෙසින් භාර ගැනීම-ප්‍රදක්ෂිණාග්‍රාහී. **බලන්න:** අංගු.නි: (3) 5 නිපාත: නිවරණවග්ග: බුඩ්ධපබ්බත සූත්‍ර 2කි.

**බත**

▲ **බත් කැඳ: පාලි: යාගුයා- Rice Porridge:** බත් කැඳ වැලදීමේ ගුණ 5 ක් බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත: 1) සාගින්න නසයි 2) පිපාසය දුරුකරයි 3) වාතය අනුලෝම කරයි (වාතය පිටට යවයි- settles wind) 4) වස්නිය පිරිසිදු කරයි (cleans out the bladder) 5) ආමසයේ, නො පැසි (නොදිරවන ලද) ඇති ආහාර දිරවයි. **බලන්න:** කැඳ බත්දීම.

**මූලාශ්‍ර:** අංගු.නි: (3 ): 5 නිපාත: 5.5.1.7 යාගු සූත්‍රය, පි.424, EAN:5: 207.7 Rice Porridge p. 305.

▲ **බත්මත:** පාලි: **හත්තසමමදො - Bath matha:** බත්මත ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ, දිවා හෝජනයෙන් පසු ඇතිවන නිදිමත-අලස බවය. මෙය නිවරණයකි. **බලන්න:** ටීනමිද්ධය.

**බද**

▲ **බද්ධවෛරය- resentment:** සිතේ ඇති තරඟ දිගු කාලයක් පවත්වා ගැනීම බද්ධවෛරයය. අමනාපය ලෙසින්ද දක්වා ඇත, අකුසලයකි. **බලන්න:** අමනාප.

▲ **බෙදාදී වැළඳීම- Sharing one's own food:** තමන්ට ලැබෙන ආහාර, අන්‍යයන් සමග බෙදාගැනීම මින් අදහස් කරේ. මෙය දෙවියන් පවා අගයන පැරණි වාරික්‍රයකි. **බලන්න:** දානය.

▲ **බුද්ධ-Buddha:** බුද්ධ යනු සම්මා සම්බෝධිය ලැබූ උත්තමයාය. භාග්‍යවතුන්වහන්සේ “බුද්ධ” ලෙසින් හඳුන්වන්නේ, ජීවිතයේ යථා තත්වය අවබෝධ කරගත් නිසා හා ඒ අනුව (ජීවිතය නම්වූ සිහිනයෙන්) අවදිවූ නිසාය. අවිද්‍යා අඳුර පහකර, විද්‍යාව උදාකළ උත්තමයා නිසාය. කෙලෙස් නින්දෙන් අවදිවූ නිසාය. **බලන්න:** සම්මා සම්බුද්ධ සටහන්: \* **ධම්මපදය:** බුද්ධවග්ගයේ: බුද්ධ ගුණ විස්තරාත්මකව පෙන්වා ඇත.\*\* බුදුන් වහන්සේ “බුද්ධ” ලෙසින් හඳුන් වන උතුමන් දෙදෙනෙක් ගැන පවසා ඇත: “ මහණෙනි, මේ බුදුවරු දෙදෙනෙකි: තථාගත සම්මා සම්බුද්ධයන් වහන්සේ හා පසේබුදුන් වහන්සේය (පව්වේක බුද්ධ). **බලන්න:** අංගු.නි: (1) 2 නිපාත: 2.2.6.5 සූත්‍රය. \*\* **පටිසම්භීමග්ග ප්‍රකරනයට** අනුව බුද්ධ යන පදය මෙසේ විවරණය කර ඇත: “වතුසත්‍ය අවබෝධ කළ බැවින්; වතුසත්‍ය ලෝකසත්වයාට අවබෝධ කළ බැවින්; සියල්ල දත් බැවින්; සියල්ල දක්නා බැවින්; අන්‍යයන් විසින් අවබෝධ කරවිය යුත්තකු නොවන බැවින්; විවිධවූ ගුණයන්ගෙන් යුතු බැවින්; සියලු ආසාව ක්‍ෂය කළ බැවින්; උපකෙල්ම විරහිත බැවින්; ඒකාන්තයෙන්ම රාගය, දෝෂය,මෝහය දුරුකළ බැවින්; ඒකාන්තයෙන්ම නිකලෙස් බැවින්; ඒකායන මග ගිය බැවින්; එකලාව අනුත්තර සම්බෝධිය සාක්ෂාත් කළ බැවින්; අබුද්ධිය නැසූ බැවින් බුද්ධවේ”

▲ **බුද්ධ අනුසාසනා-Buddha anusasana:** සියලු බුදුවරුන්ගේ අනුසාසනය නම්: “සබ්බපාපස්ස අකරණං කුසලස්ස උපසම්පදා- සචිත්තපරියොදපනං එතං බුද්ධාන සාසනං”. සියලු අකුසල නොකිරීම, කුසල ධර්ම උපදවා ගැනීම, සිත පිරිසුදු කරගැනීම, මේ සියලු බුදුවරුන්ගේ අනුසාසනය වේ. **බලන්න:** ධම්මපදය:14: බුද්ධ වග්ග.

▲ **බුද්ධ අපදාන-Buddha apadana:** බුදුවරු කිනම් හේතුවකින් ලෝකයේ පහළ වෙත්ද යයි ආනන්ද තෙරුන් විසින් කල විමසීමකට අනුව බුද්ධ අපදානය, ගෝතම බුදුන් වහන්සේ වදාළ බව මෙහි විස්තරාත්මකව පෙන්වා ඇත. **බලන්න:** අපදාන පාලි 1: බුද්ධ අපදාන.

▲ **බුද්ධ ගයා- Buddha Gaya:** බුද්ධ ගයාව, බුදුන් වහන්සේ, සම්බෝධිය ලැබූ ස්ථානයය, උතුරු ඉන්දියාවේ පිහිටි මේ ස්ථානය බෞද්ධයන්ගේ පූජනීය භූමියකි. **බලන්න:** ශ්‍රද්ධාවෙන් දැකිය යුතු සිව් ස්ථාන.

▲ **බුද්ධත්වය- Enlightenment:** බුද්ධත්වය: සියළු කෙළෙස් පහකර සම්මා සම්බෝධිය ලැබීමය.

▲ **බුද්ධ අනුගාමික දිට්ඨි- Views of Buddhist followers:** බුදුන් වහන්සේ කෙරෙහි විස්වාසය ඇතිව, අනාථපින්ඩික සිටුවරයා අන්‍යඅගමිකයන්ට ප්‍රකාශ කල කරුණු මෙහි දැක්වේ **සටහන:** වස්ථියාමනිත ගහපති දැක්වූ කරුණු ගැන බලන්න: උපග්‍රන්ථය:3. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි:(6 ):10 නිපාත, 10.2.5.3. කිංදිට්ඨික සූත්‍රය, පි.360, EAN:10: 93-3 View, p. 534.

▲ **බුද්ධච්චරය- Robe of The Buddha:** බුද්ධ ච්චරය, බුදුන් වහන්සේගේ සිටුවරය. මෙය පුජනීය වස්තුවකි, පාරිභෝග වෛත්‍යයකි. බුදුන් වහන්සේ, තම ච්චරය, මහා කාශ්‍යප තෙරුන් සමග හුවමාරු කරගැනීම පිලිබඳ විස්තර පිණිස බලන්න: සංයු.නි: (2): නිදානවග්ග: කස්සප සංයුත්ත: 4.1.11 ච්චර සූත්‍රය,පි.352, ESN: 16: Kassapasamyutta: 11 The Robe, p. 821.

▲ **බුද්ධඥාන- Buddha Nana:** බුදුවරුන්ට පමණක් විශේෂවූ ඥාණ 6 කි. මේවා ෂට් අසාධාරණ ඥාන ලෙසින් හඳුන්වනු ලබන්නේ බුද්ධභාවයට සීමිතවූ විශිෂ්ඨ ඥාන වන නිසාය: ඉන්ද්‍රිය පරොපරියන්ත ඥාණය, ආසායානුසය ඥාණය, යමක පාටිභාරිය ඥානය, මහා කරුණා සමාපත්ති ඥානය, සබ්බඤ්ඤාත ඥාණය, අනාවරණ ඥාණය. **සටහන්:** විස්තර පිණිස බලන්න: \* පටිසම්භිදා1: මහාවග්ග ඤාණකථා \*\* සුවිසිමහා ගුණය: රේරුකානේ වන්දුච්චල මහානාහිමි. බලන්න: වේතෝපරිය ඥානය.

▲ **බුද්ධ දේශනා -Buddha's discourses:** බුදුන් වහන්සේ වදාළ ධර්මය බුද්ධ දේශනාය. ත්‍රිපිටකය පුරා දැකිය හැක්කේ උන්වහන්සේ මහා කරුණාවෙන් වදාළ දහමය. මෙහිදී පෙන්වා ඇත්තේ, අන්‍යඅගමික දිට්ඨි පිලිබඳ බුද්ධ දේශනාවය.බලන්න: දිට්ඨි. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (6):10 නිපාත, 10.2.5.5. උත්තිය සූත්‍රය,පි.374, EAN:10: 95-5 Uttiya, p.536.

▲ **බුද්ධ ධාතු- Buddha's Relics:** බුදුවරු පිරිනිවිඳිය පසුව, ශාරීරික ධාතු තැන්පත්කොට වෛත්‍ය සදා ඒවාට ගරු බුහුමන් කිරීම බෞද්ධයන්ගේ වාරිත්‍රයකි. බලන්න: වෛත්‍ය, මහාපරිනිබ්බාන සූත්‍රය. **සටහන්:** \* වර්තමානයේද බුද්ධ ධාතු තැන්පත් කළ පුජනීය ස්ථාන ආසියානු රටවල දැකිය හැකිය: ශ්‍රී ලංකාවේ දළදා මාළිගාවේ, දන්තධාතු තැන්පත් කොට ඇත, බුරුමයේ-මියන්මාරයේ, ස්වීතරගොන් වෛත්‍යයේ කේසධාතු තැන්පත් කොට ඇත. \*\* විස්තර පිණිස බලන්න: ධාතු වංශය. \*\* ටෙර ටෙරි අපදානයන්හි, අතීතයේ වැඩවිසූ බුදුවරුන්ගේ පිරිනිවන් ස්ථූපයන්ට පුද පුජ කිරීම් දක්වා ඇත. බලන්න: උපග්‍රන්ථය:1,2

▲ **බුද්ධ ධජය- Flag of The Buddha:** බුද්ධ ධජය - දහම් කොඩිය ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ බුදුන් වහන්සේ වදාළ ධර්මයය. බලන්න: සංයු.නි: (1): දේවතාසංයුත්ත:ධජග්ග සූත්‍රය.

▲ **බුද්ධ නාම- Titles of The Buddha:** බුදුන් වහන්සේට ගරුකිරීම පිණිස දෙවියන් සහිත ලෝකයා උන්වහන්සේ විවිධ ගරු නාම වලින් හඳුන්වා ඇත: බලන්න: උපග්‍රන්ථය:6

▲ **බුද්ධ භාසිතය- Speech of The Buddha:** බුද්ධ භාසිතය- බුද්ධ වචනය සත්‍යය, සුභාසිතය. එක් සමයක, සක්දෙවිඳු විසින් විමසනු ලැබූව, උත්තිය තෙරුන් මෙසේ වදාළහ: “එවමෙව බො දෙවනමීඤ, යං කිඤ්චි සුභාසිතං සබ්බං තං තස්ස භගවතො වචනං අරභතො සමමාසමබුද්ධස්ස, තතො උපාදායුපාදාය මයඤ්චඤ්ඤ ච භණාමාති”. “දේවේන්ද්‍රය, එලෙසින් යම් සුභාසිතයක් වේ නම් ඒ හැම බස, ඒ භාග්‍යවත් අරභත් සමමා සම්බුද්දරජාණන්වහන්සේ ගේ බුද්ධ වචන වේ. අප, ඒ බුද්ධ භාසිතය තුලින් ගෙන අපගේ දේශනා කරන්නෙමු” සටහන: බුදුන් වදාළ දේවදත්ත විපත්ති සූත්‍රය (අංග.නි:8 නිපාත), උත්තර තෙරුන් විසින්, හික්ෂුන්හට දේශනා කරනලදී. ඒ ගැන විස්තර දැනගත් සක්දෙවිඳු, එම දේශනාව, තෙරුන් ගේ ප්‍රතිභානයෙන් කළ දේශනාවක්ද? බුදුන් වහන්සේ වදාළ බසක්ද? යයි තෙරුන්ගෙන් විමසුව මෙහි දැක්වේ. මූලාග්‍ර: අංග.නි: (5 කාණ්ඩය): 8 නිපාත: උත්තරසූත්‍රය, පි.46, EAN :8: 8.8.Uththara , p 414.

▼ **බුද්ධ භාසිතය සත්‍ය බව** බුදුන් වහන්සේ මෙසේ පෙන්වා ඇත: “මහනාම, ඉදින් මම විවස ව නොහෙනසුලු නියතවු සම්බෝධිය පිහිට කොට ඇති සෝවාන්හ යි මේ මහා සල් රුකට පවසන්නේ නම් මේ මහා සල් රුකද සුභාසිතය හා දුර්භාසිතය දැන ගන්නේය...”. සටහන: සරකානි ශාක්‍යයන් මියගිය පසු ඔහු සෝතාපත්ත යයි බුදුන් වහන්සේ වදාළ අවස්ථාවේ, සමහර ශාක්‍යයන් ඒ පිලිබඳ සැක කිරීම, බුදුන් වහන්සේගේ ප්‍රකාශයට හේතුවිය. බලන්න: උප ග්‍රන්ථය:1.

▲ **බුද්ධ මාතාව-The Buddha’s Mother:** බුදුන් වහන්සේගේ මෑණියන්- බුද්ධ මාතාව, මහාමායාදේවියය. විස්තර පිණිස බලන්න: බුදුන් වහන්සේ, බු.නි: බුද්ධ වංශය-වරියා පිටකය, ආයුෂ, අල්ප ආයුෂ, බෝධිසත්ව.

▲ **බුද්ධ වංසය- Buddha Vamsa:** ලෝකයේ පහළවු සියලුම බුදුවරුන් හා උන්වහන්සේලාගේ ආර්ය ශ්‍රාවකයෝ බුද්ධ වංසය- පෙළපතට අයත්වේ. බලන්න: බුදුන් වහන්සේ, දස ආර්ය පුද්ගලයෝ, බු.නි: බුද්ධ වංශය හා වරියා පිටකය.

▲ **බුද්ධවිෂය - Subjects of The Buddha:** සාමාන්‍ය පුද්ගලයෙකුට සිතාගත නොහැකි කරුණු පිලිබඳ අවබෝධය ඇත්තේ බුදුවරුන්ට පමණි. ඒවා බුද්ධ විෂය ලෙසින් පෙන්වා ඇත. බලන්න: අවින්ත ධර්මතා. මූලාග්‍ර: අංග.නි: (2): 4 නිපාත: 4.2.3.7 අවින්තෙයියා සූත්‍රය, පි. 171, EAN:4: 77.7 Inconceivable Matters, p. 178.

▲ **බුද්ධ ශ්‍රාවකයෝ-Disciples of The Buddha:** සම්බෝධිය ලැබූ බුදුවරුන් කෙරහි භක්තිය ඇතිව, බුද්ධත්වය පිළිගෙන, ගිහිගෙය හැර පැවිදිවූ, හික්ෂු හික්ෂුණි සාමනේර සාමනනේරි සංඝයා, බුද්ධ ශ්‍රාවකයෝ ලෙසින් හඳුන්වා ඇත. ගෝතම බුදුන් වහන්සේගේ ශ්‍රාවක පිරිස ගැන විස්තර පිණිස බලන්න: උපග්‍රන්ථය:1,2,, බු.නි: ථෙර ථෙරි ගාථා, අපදාන.

▼ **එක් සමයක බ්‍රහ්ම දෙවියෙක්ගේ විමසීමකට පිළිතුරු ලෙස** මහාමුගලන් තෙරුන් මෙසේ වදාළහ: “ත්‍රිවිද්‍යා ඇති සෘදධිවිධ ඥානයට පැමිණි පරසිත දැනීමෙහි දක්ෂවූ, ක්‍ෂය කළ ආසව ඇති රහත්වූ, බුදුන්



වහන්සේගේ ශ්‍රාවකයෝ බොහෝය”. මූලාශ්‍රය: සංයු.නි: (1):  
බ්‍රහ්මසංයුත්ත:6.1.5 අපරාදිට්ඨිසුත්‍රය, පි. 286.

▲ බුද්ධසෝඝ ආචාරි-Venerable Buddhagosha: බුද්ධසෝඝ ආචාරීන් වහන්සේ (අටුවා ආචාරී) විසින් සූත්‍ර පිටකයේ අටුවා ග්‍රන්ථ සකස් කරන ලදී: දීඝ නිකායට- සුමංගල වීලාසිනි, මජ්ඣිම නිකායට - පපංචසුදෙසිනි, සංයුත්ත නිකායට - සාරඅර්ථ ප්‍රකාසිනි, අංගුත්තර නිකායට - මනෝරථසුරනි. උන්වහන්සේ විසින් සකස් කල විසුද්ධිමග බෞද්ධයන් අතර ප්‍රචලිත ග්‍රන්ථයකි. විස්තර පිණිස බලන්න: \* අංගු.නි: 1 කාණ්ඩය: සංඥාපනය. \*\* විස්තරාර්ථ සන්න සහිත විශුද්ධි මාර්ගය: ප්‍රස්තාවනාව. \*\* The Path of Purification: Translated from the Pali by Bhikkhgu Nanamoli: Introduction.

▲ බුද්ධිය- Buddhiya: බුද්ධිය ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ ධර්මය පිලිබඳව ඇති ප්‍රඥාවය, නුවණය. සත්ත බොජ්ඣංග යහපත් ලෙසින් දියුණු කරගැනීම බුද්ධිය පිණිස පවතී යයි බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත. බලන්න: සංයු.නි: (5-1) බොජ්ඣංගසංයුත්ත:නීවරණවග්ග: 2.4.6 බුද්ධි සුත්‍රය, පි.216.

▲ බුද්ධානුස්සති භාවනාව- Recollection of the qualities of The Buddha: බුද්ධානුස්සති භාවනාව යනු, නවබුදු ගුණ ආදීවූ, බුදුගුණ සිහිකර සිත එකඟකර සමාධිය වඩා ගැනීමය. එම භාවනාව නිවන පිණිස පවතී යයි බුදුන් වහන්සේ වදාළහ. බලන්න: භාවනා-අනුස්සති භාවනා.

▲ බුදුන් වහන්සේ- The Buddha: බුදුන් වහන්සේ ලෙසින් මෙහිදී දක්වා ඇත්තේ අපගේ ගෝතම බුදුන් වහන්සේය, උන්වහන්සේ පිලිබඳ විස්තර පිණිස බලන්න: උපග්‍රන්ථය:6.

▲ බුදු ගුණ- Qualities of The Buddha: බුදු ගුණ අනන්තය, අප්‍රමාණය. බුදු ගුණ පිලිබඳ නියත වශයෙන්ම අවබෝධය ඇත්තේ බුදු වරුන්ට පමණි. සාමාන්‍ය ලෝකයාට බුදු ගුණ නවයක් පිලිබඳ- නව අරභාදී බුදුගුණ අවබෝධයක් ඇත. බලන්න: බුදුන් වහන්සේ, ත්‍රිවිධ රත්නය, බුද්ධානුස්සති භාවනාව, බු.නි: බුද්ධවංශ හා චරියා පිටකය.

▲ බුදුපිළිම-Buddha statues: උද්දේසික වස්තු ලෙසින් හඳුන්වන්නේ බුදුහිමි සිහිපත් කිරීම සඳහා නෙලන ලද බුදුපිළිම වලටය.බුදුගුණ සිහිකර බුදු පිළිමයට නමස්කාර පූජා කිරීම බොදු වාරිත්‍රයකි. මේ වාරිත්‍රය ආරම්භ වුවේ බුදුන් වහන්සේ පිරිනිවන් පෑමෙන් කලකට පසුවය. සටහන්: විස්තර පිණිස බලන්න: \* ප්‍රතිපත්ති පූජා: කටුකුරුන්දේ ඤාණානන්ද හික්ෂු,පහන් කනුව දේශනා. \*\* විකිපීඩියා: බුදුපිළිම- <https://si.wikipedia.org/>

▲ බුදුන්ගේ ලේ සෙලවීම- Shedding the blood of The Buddha: බුදු වරුන්ගේ ලේ සෙලවීම මහා භයානක පාප කර්මයකි. බලන්න: ආනන්තරිය පාපකම්ම, කම්මවිපාක,දේවදත්ත හික්ෂුව.

▲ බුදුසසුන- Budusasuna: බුදුසසුන - බුද්ධ ශාසනය, බුදුන් වහන්සේ වදාළ ධම්ම විනය බුද්ධ ශාසනයය. ඒ දහම අනුගමනය කරන බුද්ධ ශ්‍රාවක පිරිස (හික්ෂු, හික්ෂුණි) හා ගිහි ශ්‍රාවක පිරිස (උපාසක, උපාසිකා)

බුදුසසුනේ පිරිවරය. තථාගතයන් වහන්සේ පහළවීම සමග බුදු සසුන අරම්භවේ, බැබළේ, ව්‍යාප්තවේ. බුදු සසුනේ හැර ආරිය අටමග හා සතර ශ්‍රමණයන් වෙත තැනක දැකිය නො හැකිය. බලන්න: තථාගතයන්වහන්සේ, ආරිය අටමග, සතර ශ්‍රමණ,නවඅංග සාසනය.මූලාශ්‍රය: බු.නි: උදාන පාලිය: 6.10 තථාගත උත්පාද සූත්‍රය, පි. 304.

**බධ**

▲ **බෝධිය-Bodhi:** ධර්මයේ බෝධිය ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ නිවන සාක්ෂාත් කරගැනීමේ ප්‍රඥාව ලැබීමය: ලෝකෝත්තර නුවණ- නිවන ලබාදෙන සතර මග ඵල ලැබීමය.බෝධිය ඇතිකරගැනීමට උපකාරීවන ධර්මතා බෝධි පාක්ෂික ධර්මතාය. සටහන්: \* බුදුන් වහන්සේ සම්බෝධිය ලබාගැනීම පිණිස වැඩසිටි බෝධිරුක ද බෝධිය ලෙසින් හඳුන්වයි.\*\* බු.නි: උදාන පාලියේ: බෝධි සූත්‍රයන්ට අනුව බෝධිය: පටිච්චසමුප්පාදය අවබෝධ කරගැනීමය.

▲ **බෝධිරාජ කුමාර-Prince Bodhi:** බලන්න: උප ග්‍රන්ථය:3

▲ **බෝධිසත්ත:** පාලි: බොධිසත්ත- bodhisatta: බෝධිසත්ත: බෝසත්, බෝසතුන්වහන්සේ බුදුකුරු, මහා පුරුෂ (Enlightenment Being, a being destined to Buddhahood, a future Buddha) ලෙසින්ද හඳුන්වයි. ධර්මයට අනුව පෙර භවයන්හි බුද්ධත්වය ප්‍රාර්ථනා කර, එම පැතුම ඉටුකරගැනීම පිණිස බලවත් පරිශ්‍රමයක් දරන මහා පුරුෂයෙක් හඳුන්වන්නේ බෝධිසත්ත ලෙසින්ය. සම්මා සම්බුද්ධත්වය සාක්ෂාත් කරගන්නා තෙක් එම උතුම් පුරුෂයා බෝසත් ලෙසින් හඳුන්වයි. එතුමා ලෝක සත්වයන් කෙරෙහි පතළ මහා කරුණා මයිත්‍රීය ඇතිව සම්මා සම්බුද්ධත්වය ලබාගැනීමට අනන්ත අප්‍රමාණ කල්ප ගණනක් විරියකරමින් පාරමිතා සම්පූර්ණ කරගන්නා බව ජාතකකථා වල සඳහන්වේ. බලන්න:බු.නි:ජාතක,බුද්ධ වංශපාලිය. සටහන්: \* අටුවාවට අනුව බෝධි යනු අවබෝධය-ඥානයය. එම අවබෝධය සම්පන්නවූ උතුමා බෝධිසත්වය, ප්‍රඥාවන්තය, මුණිවරයෙකි. බොහෝකාලයකට පෙර සම් බුදුවහන්සේ ගේ පාමුල, බුද්ධත්වය පැතු බෝසත්වරු සැමවිටම ප්‍රඥාවන්තව කටයතු කරන්නෝය. බලන්න: ESN: note 11, p, 937 \*\* බුද්ධත්වය පිණිස, බෝසත්වරු උතුම් පාරමිතා ධර්ම සම්පූර්ණ කරගනී. බලන්න: පාරමි, බු.නි: බුද්ධවංශ හා වරියා පිටකය.ශබ්දකෝෂ: B.D:p,35: “**Bodhisatta:** ‘Enlightenment being’, is a being destined to Buddhahood” P.T.S: p, 1117: "**bodhi-being,**" ...a being destined to attain fullest enlightenment or Buddhahship’.

▼ **ගෝතම බුදුන්වහන්සේ හා පෙරවැඩසිටි: විපස්සි, සිඛි, වෙස්සභු, කකුසඳ, කෝණාගමන, කාශ්‍යප බුදුවරුන්, බෝසත්ව ගතකළ කාලයේදී සම්බෝධිය ලබාගැනීම පිණිස කටයුතුකළ ආකාරය මේ සූත්‍රවල විස්තරාත්මකව දක්වා ඇත. බලන්න:අතීතබුදුවරු**

මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (2):අභිසමයසංයුත්ත-1.1.4 සිට 1.1.10 සූත්‍ර , පි. 30, 1.7.5 නගර සූත්‍රය, පි. 184, ESN: Abhisamayasamyutta- 4.4 to 10.10 Suttas p. 614, 65.5. The City, p. 701.

▼ **බෝධිසත්ව මවට අල්ප ආයුෂ ඇත. බලන්න:** අල්ප ආයුෂ, බුද්ධ-මාතාව. මූලාශ්‍රය: බු.නි: උදාන පාලිය: සෝණවග්ග: 5.2 අප්පායුක සූත්‍රය,පි.250.

▼ **වෙනත් මූලාශ්‍ර:1. බු.නි: බුද්ධවංශ-වරියා පිටකය:** දීපංකර සිට ගෝතම දක්වා වූ බුදුවරුන්ගේ බෝසත් ජීවිත විස්තරාත්මකව දක්වා ඇත. **2. සද්ධර්මාලංකාරය:** ශ්‍රී ලංකා ප්‍රාචීන භාෂාපකාර සමාගමේ සංස්කරණය-කල්ප ගණනාවක් මුළුල්ලේ බුද්ධත්වය ප්‍රාර්ථනා කළ බෝධිසත්වයන්ගේ පූර්ව චරිතාපදානය විස්තරවේ. **3. The Coming Buddha Metteyya by Sayagyi U Chit Tim, The Wheel No. 381/383: BPS, Kandy, 1992:** බෝධිසත්වයන් ගේ විවිධත්වය හා පාරමිතා සම්පූර්ණකරගැනීම, මෙමත්‍රිය බෝධිසත්ව පිලිබඳ විස්තර දක්වා ඇත. **4. The Birth-stories of the Ten Bodhisattas and the Dasabodhisattuppattikathā by Ven. H.Saddhatissa, PTS, 1975:** ගෞතම බුදුන් වහන්සේගෙන් පසුව පහළවන බෝසතුන් දසදෙනෙක් පිලිබඳ විස්තර සඳහන්වේ.

▼ **බෝධිසත්ව උපත පිලිබඳ විස්තර පිණිස බලන්න:** බුදුන් වහන්සේ.

▲ **බෝධි පාක්ෂිකධම්ම-බොධිපකකික ධම්ම- bodhipakkhiya-dhamma:** මේවා නිවන සාක්ෂාත් කරගැනීමට අවශ්‍යවන ධර්මතාය, 37 කි (සත්තිස් බෝධි පාක්ෂික ධර්මතා). බෝධිය වැඩීම යනු ශිල, සමාධි, ප්‍රඥා සම්පූර්ණ කරගැනීමය. **සටහන:** සංයු.නි: (5-1) මහාවග්ග: බොජ්ඣංග සංයුත්ත, සතිපට්ඨාන සංයුත්ත, ඉන්ද්‍රිය සංයුත්ත, සතිපට්ඨාන සංයුත්ත, සම්මාපධාන සංයුත්ත, බල සංයුත්ත, ඉද්දිපාද සංයුත්ත යේ මේවා විස්තරාත්මකව දක්වා ඇත. **ශබ්දකෝෂ: පා.සි.ශ: පි.402 :** “**බොධිපකකික ධම්ම’ :** සර්වඥ ඥානයා ලැබීමට පක්ෂයෙහි වූ ධර්ම, බුද්ධත්වයට පක්ෂවූ ධර්ම” **B.D:** p. 72: “bodhi: to awaken, enlightenment... bodhipakkhiya-dhamma: as components of the state of enlightenment and contributory factors to its achievement are: 37 things pertaining to enlightenment”. **P.T.S:** p. 1117: “**Bodhi:** knowledge, enlightenment, the knowledge possessed by a Buddha, bodhipakkhiyā dhammā qualities or items constituting or contributing to Bodhi...”

▼ **බෝධි පාක්ෂික ධර්මතා 37:** 1) සතර සතිපට්ඨානාය 2) සතර සමායක් ප්‍රධාන විරිය 3) සතර සාද්ධිපාද 4) ආධ්‍යාත්මික පංච ඉන්ද්‍රිය 5) ආධ්‍යාත්මික පංච බල 6) සප්ත බොජ්ඣංග 7) ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය. සසුනේ බඹසර දිගුකලක් පැවතීම පිණිස, බොහෝ දෙනාගේ හිත සුව පිණිස මේ ධර්මයන් 37, සංඝයා එක්රැස්ව යහපත්ලෙසින් සප්ථායනා කිරීම සුදුසුය යි බුදුන් වහන්සේ වදාළහ. **සටහන:** මහාපරිනිබ්බාන සූත්‍රයේදී, බුදු සසුන දිගුකලක් පවත්වා ගැනීම පිණිස, 37 ක්වූ බෝධි පාක්ෂික ධර්මතා මැනවින් වර්ධනය කරගන්න යයි බුදුන් වහන්සේ තම ශ්‍රාවකයන්ට අවවාද කර ඇත. **මූලාශ්‍ර: දී.ස:නි: (3 ):** පාසාදික සූත්‍රය, පි.210, EDN:29, The delightful discourse, p.318,දී.ස: (2) මහාපරිනිබ්බාන සූත්‍රය, ඡෙදය 80, පි.126, EDN: Mahaparinibbana sutta, p.171.

▼ **බෝධි පාක්ෂික ධර්මතා නිවන් මගය- අසංඛත මගය:** මූලාශ්‍ර:සංයු.නි: (4): අසංඛත සංයුත්ත: 9.1.5- 11සූත්‍ර, පි. 662, ESN: Asankatasamyutta: p. 1493.

▼ **බෝධි පාක්ෂික ධර්මතා අතරින් ප්‍රඥාඉන්ද්‍රිය අග්‍රය.** දඹදිව හටගත් රුක් අතුරින් දඹරුක අග්‍රවේ, එලෙස බෝධි පාක්ෂික ධර්මතා අතුරින්, ප්‍රඥාඉන්ද්‍රිය අග්‍රය. **බලන්ත:** උපග්‍රන්ථය:5.මූලාශ්‍රය: සංයු.නි: (5-1): මහාවග්ග: ඉද්දිපාදසංයුත්ත:සම්බෝධිවග්ග: 4.7.7 රුක්ඛ සූත්‍ර 4 ක්, පි.442.

▼ **වෙනත් මූලාශ්‍ර: 1.** “පංචස්කන්ධයේ දුකින් මිදීමට, අපාය දුකින් මිදීමට, නිවන් සැපය ලැබීම සඳහා බුදුන්වහන්සේ විසින් ලෝකයාට දක්වා ඇති මාර්ගය බෝධිපාක්ෂික ධර්ම වැඩිමය. අතීතයෙහි යමෙක් නිවන් දුටුවේ නම් ඒ හැම දෙනා නිවන් දුටුවේ බෝධිපාක්ෂික ධර්ම වැඩිමෙන්ය. අනාගතයෙහි නිවන් දකිනවුන් එය සිදු කරගන්නේ බෝධිපාක්ෂික ධර්ම වැඩිමෙන්ය. එය හැර නිවනට තවත් මගක් නැත්තේය. තවද තමන් රකිනා ශීලයෙන් ගතයුතු උසස් ප්‍රයෝජනය ලැබීම සඳහා බෝධිපාක්ෂික ධර්ම වැඩිය යුතුවේ”. **බෝධිපාක්ෂික ධර්ම විස්තරය,** පි. 7, රේරුකානේ වන්දවිමල මහානාහිමි. **2. ආර්යාවංශ ධර්ම පුස්තක මාලා 1-4,** සම්පාදනය: මොරටුවේ සිරි සාසනවංශ තෙරුන්, 1948.

▲ **බෝධිරුක- Bodhi Tree:** බෝධිරුක (බෝධිය-බෝගස): බුදුවරු, සම්බෝධිය- නිවන ලබා ගැනීම පිණිස වැඩසිටි රුක්ය.අපගේ ගෝතම බුදුන්වහන්සේ පිට දුන් බෝධිය, ඉන්දියාවේ, බුද්ධගයාවේ, වර්තමාන කාලයේ ද දැකිය හැකිය. එහි ශාකාවකින් වැඩුන, ශ්‍රී මහා බෝධි රුක, ශ්‍රී ලංකාවේ, අනුරාධපුරයේ ස්ථාපිත කර ඇත.

▼ **බුදුන් වහන්සේ,** තමන් වහන්සේට පෙර වැඩසිටි බුදුවරු 6 නම හා තමන් වහන්සේ, සම්බුද්ධත්වය ලැබූ අවස්ථාවේ වැඩසිටි බෝධිරුක් ගැන විස්තර දක්වා ඇත: **වීපස්සි බුදුන් වහන්සේ:** පලොල් රුකමුල (foot of a trumpet-flower tree), **සිඛි බුදුන් වහන්සේ:** හෙළඅඹ- සුදුඅඹ රුකමුල (white-mango tree), **වෙස්සභු බුදුන් වහන්සේ:** සල් රුකමුල (sāl-tree), **කකුසන්ධ බුදුන් වහන්සේ:** මහරි රුකමුල (acacia-tree), **කොණාගමන බුදුන් වහන්සේ:** දිඹුල් රුකමුල (fig-tree), **කාශ්‍යප බුදුන් වහන්සේ:** නුග රුකමුල (banyan-tree), **ගෝතම බුදුන් වහන්සේ:**ඇසතු රුකමුල (assattha-tree). **බලන්ත:** EDN: note: 261, p. 421. **මූලාශ්‍ර:** දීඝ.නි: ( 2): 1: මහාපදාන සූත්‍රය, ඡේදය 9, පි. 18, EDN: 14 Mahâpadâna Sutta: The Great Discourse on the Lineage, p. 151.

**බද**

▲ **බිදියාම- Shattered:** බිදියාම ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ රූපය ක්‍රමයෙන් විනාශවී යාමය. **බලන්ත:** බජ්ජනීය.

▲ **බිදෙන සුළු- Subject to Shatter:** බිදෙන සුළු ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ පංච උපාදානස්කන්ධයේ ස්වාභාවයය.**බලන්ත:** පංච උපාදානස්කන්ධය.

**බන**

▲ **බන්ධන- bondage:** බන්ධන-බැඳීම යනු සසරට බැඳ තබන කෙලෙස්ය: කාමය, ක්‍රෝධය, මෝහය, මානය, දිට්ඨිය. **බලන්ත:සංයු.නි:** (1) දේවතාසංයුත්ත: කතිචින්ද සූත්‍රය. **සටහන්:\*** ලෝකයා රාගයෙන් බැඳී ඇත, එයට පදනම විතර්ක කිරීමය, තණ්හාව අවසන් කරගැනීමෙන් සියලු බැඳීම් සිඳී යන බව බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත. **බලන්ත:සංයු.නි:** (1) දේවතාසංයුත්ත:1.7.5 බන්ධන සූත්‍රය. **\*\* සංයු.නි (1) දේවතා සංයුත්ත:1.2.9** කුටිකා සූත්‍රය. මාපිය,බිරිඳ, දරුවන්, පරම්පරාව ආදී සියලු තණ්හා බැඳීවලින් මිදී ඇත. **\*\* ආසව නමැති බන්ධනයෙන් ලෝක සත්වයා බැඳී ඇත: සංයු.නි: (1) දේවතාසංයුත්ත: පිහිත සූත්‍රය. \*\*** ධන ධාන්‍ය අඹුදරුවන් ආදිය ගැන ඇති තණ්හාව නිසා ඇති කෙලෙස් බන්ධන මහා බරපතල බන්ධනවේ (හිරයට වැටීමට වඩා). එසේවුවත්, අතිතයෙහිට පුරාණ පඩිවරු ඒ බන්ධන බිඳ හිමවනට ගොස් තපස් දම් පිරුව බව බුදුන් වහන්සේ වදාළහ. **බලන්ත: සංයු.නි: (1): කෝසල සංයුත්ත:බන්ධනසූත්‍රය.\*\*** ඉච්ඡාව, ලෝකය බැඳගෙන ඇත. **බලන්ත: ඉච්ඡාව.**

▼ **ගිහි බන්ධන:** කාමලෝකයට ඇති බන්ධන ගිහි බන්ධනයන්ය. පුරිසබන්ධන හා ස්ත්‍රීබන්ධන ගිහි බැඳීමය, මේ තණ්හා බැඳීම් සසර දික් කරයි. පුරිසබන්ධනය යනු කාන්තවක් විසින් පුරුෂයෙක් ගේ සිත තමන් වෙත බැඳ ගැනීම ය. ස්ත්‍රීබන්ධනය යනු පුරුෂයෙක් විසින් කාන්තාව කගේ සිත තමන් වෙත බැඳ ගැනීම ය. එම බැඳීම ආකාර 5 කි: 1) රූපයෙන්2) සිතභාවෙන් 3) කතාවෙන් 4) ගීතයෙන් 5) හැඩිමෙන් 6) පෙනුමෙන් (ඇඳුම් පැළඳුම්) 7)තැගි දීමෙන් 8) පහසින්. **මූලාශ්‍ර:අංගු.නි: ( 5 ):8 නිපාත:බන්ධන සූත්‍ර 2කි, පි.102, EAN:8: Bondage suttas, p. 421.**

▼ **වෙනත් මූලාශ්‍ර :1.** “ඉතාම බලගතු බන්ධනය ලෙස දක්වා ඇත්තේ: ගිහි ජීවිතය සම්බන්ධ බන්ධනයන්ය- පහත් ලෝකය කරා ඇදගෙන යන බන්ධන. ගෘහබන්ධන ලිහිල්වගේ පෙනුනත් ඒවායෙන් මිදීම අපහසුය. වරක ලිහිල් කර දැමීමද නැවත නැවත ගිහිජීවිතය කරාම- කාමලෝකයටම ඇදගෙන එනි” **අබ්නික්මන: කටුකුරුන්දේ ඤාණානන්ද හික්ෂු, පහන්කනුව ධර්ම දේශනා.**

**බප**

▲ **බ්‍යාපන්න චිත්ත-Mind with Ill will:** බ්‍යාපන්න චිත්ත ලෙසින් දක්වා ඇත්තේ තරහ-ච්ඡාපාදය ඇති සිතය. එම සිත ඇතිවිට අකුසල කර්මය සකස්වවේ (කම්මපථ). **බලන්ත: ච්ඡාපාදය මූලාශ්‍රය:අංගු.නි: (2 ): 4 නිපාත:කම්මපථ වග්ග:4.7.9 බ්‍යාපන්න චිත්ත සූත්‍රය,පි. 513.**

**බබ**

▲ **බැබලීම-Shining :** ලෝකය හිරු විසින් දිවා කලද, සඳු විසින් රාත්‍රියේද බබලවති.සන්තාහ සන්තද්ධ වූ විට ඤාත්‍රියාද බැබලේ. එහෙත්, බුදුන් වහන්සේ ගේ තෙදින්, මුළු රැ හා දිවාකලම බැබලේ. **මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (2) නිදානවග්ග:හික්ඛුසංයුත්ත: 9.1.11 මහා කප්පින සූත්‍රය,පි.460.**

බම

▲ **බමුණා- Brahmin:** බමුණා-බ්‍රාහ්මණයා: බමුණු කුලයේ- බ්‍රාහ්මණ ගෝත්‍රයේ පුරුෂ පක්ෂයය. බැමිණිය- බ්‍රාහ්මණිය, එම කුලයට අයත් කාන්තාවය. බුදුන් වහන්සේ වැඩසිටි සමයේ ඉන්දියාවේ පැවති උසස් කුලයකි. **බලන්න:** බ්‍රාහ්මණ කුලය, ගෝත්‍රය.

▲ **බමුණු පව්වරොහණ උත්සවය- Paccorohanni Festival of Brahmins:** එක්සමයක බුදුන් වහන්සේ, ජාත්‍රසෝනි බමුණාගෙන්, බමුණු කුලයේ උත්සවයක්වූ පව්වරොහණය පිළිබඳව විමසුවිට ජාත්‍රසෝනි බමුණා මෙසේ පැවසුහ: “උපෝසත දිනයේදී (පුන්පොහෝදින), බමුණන්, හිස් සෝදා, අලුත් කොමු රෙදි පැළඳ (ලිනන්-හන වලින් කලරෙදි), බිම අමු ගොමතවරා, ඒ මත අමු හීතන (කුස-තණ) අතුරා එම මායිම හා ගිනිපුදන තැනේ මායිම අතර සයනය කරති. රාත්‍රී යේදී, ඔවුන් තුන්විටක් අවදිවී, ඇදිලිබැඳ, ගිනි දෙවියා ට මෙසේ නමස්කාර පුජා පවත්වති: ‘අපි පහත්වී, හවතුන්ට නමස්කාර කරමි! අපි පහත්වී, හවතුන්ට නමස්කාර කරමි!’. ඉන්පසු, බමුණෝ බොහෝ තෙල්, ගිතෙල් හා වෙඩිරු ගින්නට (ගිනිදෙවියනට-අග්නි) පුජා කරති. පසුදින උදයේ ඔවුන්, බොහෝ බමුණන්හට, අග්‍රවු රසැති ආහාරපාන වලින් සංග්‍රහ කරති’. මෙය පැරණි වාරිත්‍රයකි. එම විස්තරය ඇසූ බුදුන් වහන්සේ වදාළේ: ‘ආරියචිනයේ පව්වරොහණය’ වෙනස් බවය. **බලන්න:** ආරිය චිනයේ පව්වරොහණය. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි:(6): 10නිපාත: පව්වරොහණි වගග, 10.3.2.7. පඨම පව්වරොහණි සූත්‍රය, පි.452, EAN:10:II Paccorohanni 119-7, Paccorohaṇī -1, p.546.

▲ **බමුණන් පිරිසිදුවීම-Purification of Brahmin:** මෙය පැරණි වාරිත්‍රයකි. බුදුන් වහන්සේ ගේ විමසීමක් අනුව, තමන් බමුණන්ගේ පිරිසිදුවීමේ ක්‍රමයට කැමති බව චුන්දකම්මාර පුත්ත පවසා ඇත: “... දියපිරුන සෙම්බු රැගෙන, මල්දම් පැළඳගෙන, පුජනිය ගිණි දල්වන, දියේගිලි ස්නානය කරණ, බටහිරදිග බමුණන්ගේ මට රුවිය. ඒ බමුණෝ, පළමුව තමන්ගේ ගෝලයන්ට මෙසේ නියම කරති: අළුයම, යහනින් නැගිට බිම අතුගාදමන්න; නැතිනම්, අමුගොම ගෙන බිම පිරිමදින්න, එසේත් නැතිනම් තණකොළවලින් බිම පිරිමදින්න; එසේත් නැතිනම්, පුජනිය ගින්න දල්වන්න; එසේත් නැතිනම්, සුර්යවන්දනය කරන්න; එසේත් නැතිනම්, හවස්වරුව ඇතුලත්ව තුන්වරක් දියේ ගිලි ස්නානය කරන්න”. ඉන්පසුව බුදුන් වහන්සේ ‘ආරියචිනයේ පිරිසිදුබව’ පිළිබඳව වදාළහ. එම දේශනාව අසා සතුටට පත් වූන්ද, දිවිහිමියෙන් බුදුසසුනේ උපාසකයෙක් බවට පත්විය. **බලන්න:** ආරියචිනයේ පිරිසිදුබව. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි:(6 කාණ්ඩය):10නිපාත, ජාත්‍රසොණිවගග, 10.4.2.10, චුන්ද සූත්‍රය, පි.508, EAN:10:II, Jāṇussoṇī, 176.10, Cunda, p.553.

▲ **බමුණන්ගේ මළවුන් අනුස්මරණය -Brahmin’s way of remembering dead:** බුදුන් වහන්සේ කළ විමසීමක් අනුව ජාත්‍රසෝනි බමුණා, බමුණන් මළවුන් අනුස්මරණය පිළිවෙල පැවසුහ. මෙය පැරණි වාරිත්‍රයකි. “තමන්ගේ, මියගිය පවුලේ අය හා ඥාතින් අනුස්මරණය කිරීම පිණිස, බමුණෝ තැගිපුජා ගෙන මෙසේ පවසති: ‘ අපගේ, මියගිය පවුලේ අය හා නැදෑයන් මේ තැගි පුජා භුක්ති විඳිත්වා!’ එම පුදපුජා ඔවුන් භුක්ති විඳින්නේද? යයි බමුණා ඇසුවිට, බුදුන් වහන්සේ වදාළ පිළිතුරු

මෙහි දක්වා ඇත.සතුවට පත් ජානුසොණි බමුණා දිවිහිමියෙන් උපාසකයෙක් විය.බලන්ත: මලවුන් අනුස්මරණය කිරීම, EAN:note 2169, p. 684. මූලාශ්‍ර:අංග.නි: (6 ):10 නිපාත:10.4.2.11, ජානුස්සෝනි සූත්‍රය,පි.518, EAN:10: 177.11 Jānussoṇī,p.553.

▲**බිම්බිසාර රජ- King Bimbisara** : මගධයේ අධිපති බිම්බිසාර රජ-සේනිය බිම්බිසාර, බුදුන් වහන්සේගේ සෝතාපන්න ගිහි ශ්‍රාවකයෙකි, අජාසත් රජුගේ පියාය, ධාර්මික රජෙකි. මරණින් පසු වාතුර්මභාරාජික දෙව්ලොවෙහි ජනවසහ නම් දෙවියෙක්ව පහළව, බුදුන් වහන්සේ බැහැදකීමට පැමිණීම පිලිබඳ විස්තර මේ සූත්‍රයෙහි දක්වා ඇත. මේ රජතුමා විසින් පළමු අරණ්‍යවූ වෙළඳවනය- කලන්දක නිවාපය, බුදුන් වහන්සේ ප්‍රමුඛ සංඝයාට පිරිනමන ලදී. **බලන්ත:** වෙළඳවනය **සටහන:**බුදුන් වහන්සේ රජහග නුවරදී බිම්බිසාර රජ හා පිරිසට දහම් දේශනා කිරීම හා බිම්බිසාර රජතුමා සෝතාපන්නවීම පිලිබඳ විස්තර පිණිස **බලන්ත:** චිත.පි: මහාවග්ග පාලි: 1:මහාබන්ධක:74 බිම්බිසාර සමාගමක. **බලන්ත:**උපග්‍රන්ථය:3 මූලාශ්‍ර:දීස.නි: (2 ): 5 ජනවසහ සූත්‍රය, පි. 321, EDN: 18 Janavasabha Sutta, p. 209.

**බඹ**

▲ **බඹ-Bamba:** බුහිම ලෝකයේ වාසය කරන උසස් දෙවියෝ, බඹ ලෙසින් ද හඳුන්වති.

▲**බඹසර - Celibacy:** බඹසර - බුහිමවරියාව යනු කාම සේවනයෙන් වැලකී ආගමිකවූ උසස් ජීවිතයක් (holy life) ගෙනයාමය.බුදුසසුනේ බඹසර විසීම: ගිහිගෙයින් නික්ම, පැවිදිව, දුක කෙළවර කරගැනීමේ අරමුණ ඇතිව විරියෙන් යුතුව ආධ්‍යාත්මික ජීවිතය ගත කිරීමය.අරහත්වය ලැබීම බඹසර සම්පූර්ණ කරගැනීමය. **බලන්ත:** බුහිමවරියාව.

**බය**

▲**බය-Fear:** ලෝකයාට කායික අපදා හා මානසික අපදා නිසා බය (භය-හීනිය) ඇතිවේ. සූත්‍ර දේශනාවල විවිධවූ බය විස්තර කර ඇත:\* **සතර බය:** 1) ජාති, ජරා, ව්‍යාධි හා මරණ බය. 2) අග්නි බය (ගින්දර), උදකබය (ජලය), රාජබය, සොර බය (වෝර). \*\* **ආත්මානුවාද බය:** තමන් ත්‍රිවිධ දුසිරිතයේ හැසිරීම නිසා ඇතිවියහැකි ආදීනව පිලිබඳ බය. එලෙස බයපත් වන පුද්ගලයා, සුසිරිතය වඩා ගනී. \*\* **පරානුවාද බය:** තමන් ත්‍රිවිධ දුසිරිතයේ හැසිරීම නිසා ලෝකයාගෙන් අපවාද ලැබේය යන බය. එලෙස බයපත් වන පුද්ගලයා, සුසිරිතය වඩා ගනී. \*\* **දණ්ඩබය:** වැරදි කිරීම නිසා දඬුවම් ලැබේය යන බය. එලෙස බයපත් වන පුද්ගලයා, යහපත් ජීවිතයක් ඇති කර ගනී. **දුගතිබය:** අයහපත් කර්ම නිසා දුගතිගාමී වේ යන බය නිසා ඒ දේ නොකරයි.

4) **ජලය නිසා ඇතිවන බය:** රළ පහරට ගසාගෙන යාමේ බය, කිඹුලන් නිසා ඇතිවන බය, දියසුළි වලට හසුවීමේ බය, වන්ඩ මසුන් නිසා ඇති බය. **බලන්ත:** අංග.නි: (2) 4 නිපාත:කේසිවග්ග: බය සූත්‍ර 2කි, භයවග්ග:සූත්‍ර 2කි. \*\* **පස් බය ( පංච භය):** 1) ජීවිතවෘත්තිය - ජීවිතය ගෙනයාම පිලිබඳව 2) ගැරහුම් ලැබීමේ බය 3) පිරිස්මැදට යාමට ඇති

බිය 4) මරණ බිය 5) දුගතියේ- අපායේ යළි උපත ලැබීමේ බිය:  
බලන්න:අංගු.නි: (5) 9 නිපාත:සම්බෝධිවග්ග:බලසංග්‍රහ වන්ථු සූත්‍රය,

▼ **ධර්මය යහපත් ලෙසින් වඩාගත් පුද්ගලයාට බිය රහිතව වාසය කලහැකිබව ම.නි:භයභෙරව සූත්‍ර** යේ පෙන්වා ඇත.

▼ **බිය යන ශබ්දය කාමයන්ට ඇති නාමයක්ය යි බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත. බලන්න:** අංගු.නි: (5) 6 නිපාත: 6.1.1.3 භය සූත්‍රය.

▼ **සෝකාපන්න වීමෙන් පංච බියෙන් මිදිය හැකිවේ, බලන්න:**අංගු.නි:10 නිපාත: උපාලිවග්ග: භය සූත්‍රය.

**බර**

▲ **බර-Weight:** ධර්මයට අනුව බර ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ පංච උපාදානස්කන්ධය - මම යයි අල්වාගෙන - ඔසවාගෙන සිටීමය.  
බලන්න:භාරය

▲ **බරණැස්නුවර -Baranas Nuwara:** කාසි දේශයේ ගංගානම් නදියේ උතුරු ඉවුරේ පිහිටි ප්‍රධාන නුවරකි. බුදුන් වහන්සේගේ මංගල දේශනය: ධම්මචක්කප්පවත්තන සූත්‍රය දේශනා කළේ මෙහිදීය. වර්තමානයේ වරණාසි ලෙසින් හඳුන්වයි.බලන්න: උපග්‍රන්ථ:1,3.

▲ **බොරුකීම-False speech:** මෙය දස අකුසලයකි. බලන්න: මුසාවාදය

**බල**

▲ **බලය දීම- Giving power:** ආහාර දීම-දානය, කායික, මානසික බලයදීමය. බලන්න: දානය. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (1) : සගාථවග්ග: දේවතා සංයුත්ත: ආදිත්ත වර්ගය, කිංදද සූත්‍රය , පි. 82, ESN: 1: Devatha samyutta: 42.2 Giving what ? , p. 117.

▲ **බල ධර්ම-Bala dharma:** ධර්මයේ බල ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ නිවන සාක්ෂාත් කරගැනීමට උපකාරීවන ධර්මතාය. පංච බල ආදී. සටහන්: \* පංච බල යහපත් ලෙසින් වැඩිම නිවන සාක්ෂාත් කරගැනීමට මගය. බලන්න: සංයු.නි: අසංඛතසංයුත්ත:9.1.9 බල සූත්‍රය හා 9.2.30 පංචබල සූත්‍රය. \*\* සංයු.නි: (4) අසංඛතසංයුත්ත:සද්ධාබල සූත්‍රයේ දී : ශ්‍රද්ධාබලය ඇතිනම් කෙනෙකුට නිවන්මග ලැබිය හැකිබව පෙන්වා ඇත.\*\* සංයු.නි: (5-1) මග්ගසංයුත්ත:1.14.1 හා 1.14.2, 1.14.3, 1.14.4 බල සූත්‍ර: ශිලබලය, ආරියඅටමග වර්ධනයට හේතුවේ යයි පෙන්වා ඇත.

▲ **බල දෙක-Two powers:** ආධ්‍යාත්මික මාර්ගය වඩා ගැනීමට පිහිටවන බල 2ක් බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත: 1) **පටිසඛබාන බලය** - අවර්ජනාකිරීම (power of reflections).2) **භාවනා බලය** - වර්ධනය කිරීම (power of development). මේ බල සේඛ බලය ලෙසින් ද දක්වා ඇත. බලන්න: පටිසඛබාන බලය, භාවනා බලය.සේඛ බලය.

▲ **බල සතර- Four Powers:** ආධ්‍යාත්මික ජීවිතයට උපකාරවන, විවිධවූ සිව් බල: 1) විරියබලය ,සතිබලය ,සමාධිබලය, ප්‍රඥාබලය.2) ප්‍රඥාබලය, සමාධිබලය, අනවදානබලය,සංග්‍රාහබලය.3) පටිසංඛාන බලය,



භාවනාබලය, අනවදානබලය, සංග්‍රහබලය. මූලාශ්‍රය: අංග.නි: ( 2 ) 4 නිපාත: ඉන්ද්‍රියවග්ග:4.4.1.2-4.4.1.5 බලසූත්‍ර.

▼ විරියබලය, සතිබලය, සමාධිබලය, ප්‍රඥාබලය සිව්බල ලෙසින් මේ සූත්‍රයේ ද පෙන්වා ඇත. මූලාශ්‍රය: අංග.නි: ( 2 ) 4 නිපාත 4.6.8 බල සූත්‍රය, පි. 504, EAN:6: 261.8 Powers, p. 232.

▼ ප්‍රඥාබලය, විරියබලය, අනවච්ඡබලය, සංග්‍රහ බලය, බල සංග්‍රහ වන්ථු ලෙසින් පෙන්වා ඇත. මේ සතර බල ඇති පුද්ගලයා පස්බිය ඉක්මවා ඇත: 1) ආජිවිකබිය (ජීවිතවාන්තිය පිළිබඳව) 2) ගැරභුම් ලැබීමේ බිය (අසිලෝකභය) 3) පිරිස්මැද පසුබැමේ බිය (පරිසසාරජ්ජභය) 4) මරණ භය 5) දුගති- අපාය භය. බලන්ත: අංග.නි: 9 නිපාත: සම්බෝධි වග්ග: බලසංග්‍රහ වන්ථු සූත්‍රය.

▲ බල පහ-Five powers: බල පහ ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ: ශ්‍රද්ධාබලය, භීරිබලය, ඔතජ්ජබලය, විරිය බලය, ප්‍රඥා බලය. බලන්ත: අංග.නි: (3) 5 නිපාත: කිම්බිලවග්ග: 5.5.1.4 බල සූත්‍රය. සටහන්: \* තථාගත බල, සේඛ බල ලෙසින්ද මේ බල 5 පෙන්වා ඇත. මේ අතුරින් ප්‍රඥාබලය අග්‍රය. \*\* අංග.නි: (3) 5 නිපාත: බලවග්ග සූත්‍රයන්හි මේ පංච බල විස්තරාත්මකව පෙන්වා ඇත.

▲ බල අට- Eight powers: සාමාන්‍ය ලෝකයේ ඇති බල අට: 1) ප්‍රේමවන්ත: කඳුළු සෙලීම 2) කාන්තාවට: තරඟ ගැනීම 3) සොරාට: ආයුධය 4) රජතුමාට: රාජබලය 5) අනුවණ මිනිසාට: දොස්කීම 6) පණ්ඩිතයාට: විචාරකිරීම 7) උගතාට: ආවර්ජනය කිරීම 8) ශ්‍රමණ බ්‍රාහ්මණ යන්ට: ඉවසීම. සටහන: මේ බල අතරින් ඉවසීමේ බලය අග්‍රවේ. මූලාශ්‍රය: අංග.නි: ( 5 ) 8 නිපාත: 8.1.3.7 බල සූත්‍රය, පි. 146, EAN:6: 27.7 Powers, p. 426.

▲ බල අතුරින් අග්‍ර බලය-The greatest power: පංච බල අතුරින් ප්‍රඥාබලය අග්‍රය. උපමාව: කුටාගරයේ මුදුන- කුටය අග්‍රය, සියල්ල එක්වන්නේ එතැනයි. එලෙස, පංච බල එකතු කරන, ප්‍රඥාව අග්‍රවේ. බලන්ත: උපග්‍රන්ථය: 5, අංග.නි: (3) 5 නිපාත: බලවග්ග: 5.1.2.6 බලඅග්ග සූත්‍රය.

▼ ප්‍රඥා බලය මෙසේ දක්වා ඇත: කෙනක් අකුසල හා කුසල ධර්ම, සාවද්‍ය හා නිරවද්‍ය ධර්ම, කළු හා සුදු ධර්ම, සේවනය හා අසේවනය කලයුතු ධර්ම, ආරියබව ලබාදෙන හා නොදෙන ධර්ම යහපත් ලෙසින් දැකීම, අවබෝධ කිරීම ප්‍රඥා බලයයි. බලන්ත: අංග.නි: ( 5 ) 9 නිපාත: සම්බෝධිවග්ග: බලසංග්‍රහ වන්ථු සූත්‍රය.

▲ බල විවිධය-Variou powers: 1) අනවච්ඡ බලය- Anawajja balaya අනවච්ඡ -අනවදාන බලය: නිවැරදිවූ, කාය, වච්චි හා මනෝ කර්ම ඇතිව වාසය කිරීමයි. බලන්ත: අංග.නි: ( 5 ) 9 නිපාත: සම්බෝධිවග්ග: බලසංග්‍රහ වන්ථු සූත්‍රය. 2) ඥාන බල- Nana bala ඥානබල: තථාගත බල පභය: ශ්‍රද්ධා බලය, භීරිබලය, ඔතජ්ජ බලය, විරිය බලය, ප්‍රඥා බලය. බලන්ත: තථාගත. මූලාශ්‍රය: අංග.නි: (3) 5 නිපාත: බලවග්ග: තථාගතබල සූත්‍රය. 3) සේඛ බල-Sekha bala. උතුම් පුහුණුව ලබන භික්ෂුව සතු බල 5 ය: ශ්‍රද්ධා බලය, භීරිබලය, ඔතජ්ජ බලය, විරිය බලය, ප්‍රඥා බලය. බලන්ත: සේඛ,

අංගු.නි:9 නිපාත:සම්බෝධිවග්ග:බලසංග්‍රහ වන්ථු සූත්‍රය 5) සංග්‍රහ බලය- Sangrha balaya: සංග්‍රහ බලය: සතර සංග්‍රහ වන්ථු ලෙසින්ද පෙන්වා ඇත: දානය, ප්‍රිය වචනය, අර්ථවරියාව හා සමානාත්මතාව. දානය යනු ත්‍යාගශීලිඛවය. දාන අතුරින් ධර්ම දානය අග්‍රය. ප්‍රිය වචන: අනුන්ගේ සිත් පුබුදු කරන යහපත් වචනය. ධර්මය ඇසීමට කන් යොමුකරගත් කෙනෙකුට පුන පුනා දහම් දෙසන්නේ නම් එය එම ප්‍රිය වචනය අග්‍රවේ. අර්ථවරියාව: තමන්ගේ හා අනුන්ගේ අර්ථය පිණිස කටයුතු කිරීමය. කෙනෙක් ශ්‍රද්ධාවේ පිහිටුවීම, ශීලයෙහි පිහිටුවීම, ත්‍යාගශීලිඛවේ පිහිටුවීම, ප්‍රඥාවේ පිහිටුවීම අග්‍ර අර්ථවරියාවය. සමානාත්මතාවය:සමාන ගුණ ඇති අයට සමානවීමය. සමානාත්මතාවයේ අග්‍ර වන්නේ: සෝතාපන්න, සකදාගාමී, අනාගාමී, අරහත් යන ඒ ඒ ආරියන්ට සමාන වීමය. බලන්න:අංගු.නි: (5) 9 නිපාත:සම්බෝධිවග්ග:බලසංග්‍රහ වන්ථු සූත්‍රය.

▲ බාලයා හා පණ්ඩිතයා- පාලි:බාලා, පණ්ඩිතා - foolish man & wise man: බාලයා: අනුවණ මිනිසාය, අමන-මෝඛ-අඤාන ලෙසින්ද පෙන්වා ඇත. පණ්ඩිතයා: ප්‍රඥාවන්තයාය,ඤානවන්තයා, සුමේධ, කෝවිද, විධුර, නැණවත් ලෙසින්ද දක්වා ඇත. කෙනෙක්, බාලයෙක් වන්නේ ධර්මය නොදැනීම, නො පිළිපැදීම නිසාය. ධර්මය මැනවින් දන්නා, ධර්මානුකූලව කටයුතු කරණ පුද්ගලයා පණ්ඩිතයාය. සටහන: ධම්ම පදය: 5 බාලවග්ග හා 6 පණ්ඩිත වග්ග: බාල පණ්ඩිත ලක්ෂණ විස්තරාත්මකව දක්වා ඇත.

▼ බාලය හා පණ්ඩිතයා ගේ ලක්ෂණ: බාලයා: 1) බාලයා, අයහපත් සිතුවිලි සිතයි, අයහපත් දේ කරයි, අයහපත් වචන කතාකරයි, ඔහු, බාල, අසත්‍ය පුද්ගලයෙක් බව සත්පුරුෂයෝ දැනගනී 2) ඔහු මෙලොවදීම ත්‍රිවිධ දුක්විදියි: සභාවක සිටින බාලයාහට සෙසු අය පස්පව් පිලිබඳ කතා කරනවා ඇසේ, තමන් එවැනි ක්‍රියාවල යෙදෙන බව සිහිවන ඔහුට දුක්වේදනා ඇතිවේ, සොරකම් කිරීම නිසා රජතුමා විසින් මහා දඬුවම් දුන් සොරෙක් ඔහු දකියි, තමාද එවැනි ක්‍රියා කරනබව සිහිවන ඔහුට දුක්වේදනා ඇතිවේ, ඉඳගෙන හෝ ඇලවී විවේක ගන්නා බාලයාහට තමන් තුන්දොරින් කළ පව්කම් සිහිවී දුක දොම්නස ඇතිවේ. කර්මවිපාක ආදිය සිහිවීමෙන් යලි උපත පිලිබඳ බිය, සංතාපය ඇතිවේ. 3) බාලයා, ධර්මය අනුගමනය නොකර අකුසල් කළ නිසා මරණින් මතු දුගතියක- නිරිසන් ලෝකයේ යලි උපත ලබා බොහෝ දුක් විදී. දුගතියට පත් ඔහුට මිනිසත්බව ලැබීම ඉතා දුෂ්කරය.එයට හේතුව ධර්මය සමාදන්වීමට අවස්ථාව නොමැතිනිසාය. 4) දිගුකලක් දුගතියේ කල්ගතකර යම් අවස්තාවක, අනුවණ පුද්ගලයා මිනිස් ලෝකයේ උපත ලබාගනු ඇත. එහිදී ඔහු ඉතාදුගී, පහත් කුලයක ඉපදී බොහෝ දුක්පිඩාවිදී. ආභාරපාන, ඇඳුම්, වසස්ඨාන ආදිය සැපපහසුදේ පහසුවෙන් නොලැබේ, බොහෝලෙඩදුක් විදී, අන්ධබවට, අබ්බගාත බවට ආදී පිඩාවන්ට පත්වේ. ඔහු තුන්දොරින් අකුසල කර, මියගියපසු නැවත ද දුගතියේ උපදියි. පණ්ඩිත ලක්ෂණ: 1) පණ්ඩිතයා යහපත් සිතිවිලි සිතයි, යහපත කරයි, යහපත් වචන කතාකරයි. ඔහු නුවණැති සත්‍ය පුද්ගලයෙක් බව සත්පුරුෂයෝ දැනගනී 2) ඔහු මෙලොවදීම තුන්ආකාරයෙන් සුවය හා සොම්නස විදී: පණ්ඩිතයා සිටින සභාවක මිනිසුන් පස්පව් ගැන කතාකරයි, තමා එම අකුසල බැහැර කර ඇතිබව දන්නා ඔහුට ප්‍රීති පමෝදය ඇතිවේ, සොරකම් කිරීම නිසා රජතුමා විසින් මහා දඬුවම් දුන්

සොරෙක් ඔහු දකියි, තමා එවැනි ක්‍රියා බැහැරකර ඇතිබව බව සිහිවන ඔහුට ප්‍රීති පමෝදය ඇතිවේ, ඉඳගෙන හෝ ඇලවී විවේක ගන්නා පණ්ඩිතයාට තමන් තුන්දොරින් කළ යහපත් ක්‍රියා සිහිවී ප්‍රීතිය ඇතිවේ, යහපත් කුසල කර්මවිපාක නිසා මරණින් මතු සුගතියේ උපත ලැබෙනබව සිහිකරන ඔහු ප්‍රීතියට පත්වේ. 3) පණ්ඩිතයා මෙලොවදී සිදුකල යහපත් කුසල් කර්ම විපාක නිසා මරණින් මතු සුගතියේ- දේවලෝකවල යළි උපත ලබයි. 4) දීර්ඝකාලයක් දෙවිසැප විඳි නැවත මිනිස්ලෝකයට පැමිණෙන පණ්ඩිතයා, සියලු සැප සම්පත් ඇති, උසස් කුලයක යළි උපත ලබයි. එහිදීද යහපත් පුණ්‍යකර්ම සිදුකර නැවත සුගතියකම උපත ලබයි. මේ පිලිබඳ දක්වා ඇති උපමාව නම් කිසියම් සුදුකාරයෙක් ඔහුගේ පළමු ක්‍රීඩාවෙන් මහා සම්පත් ජයගෙන සතුටුව සැප විඳී. ඔහු ලබන එම සැපයට වඩා පණ්ඩිතයා, තුන්දොරින් යහපත් කර්ම සිදුකර ලබන සතුට අප්‍රමාණය. ජයගත් සුදුකාරයාගේ සතුට කුඩා ගල්කැටයක් වැනිය, පණ්ඩිතයා ගේ සැපය,සුවය හිමාල කඳුවැටිය මෙන් මහත්ය. බලන්ත: උපග්‍රන්ථය:5.මූලාශ්‍ර: ම.නි:(3): 3.3.9 බාල පණ්ඩිත සූත්‍රය, පි. 376, EMN: 129: Fool & Wise Men, p. 929, අංග.නි: (1): 3 නිපාත, බාල වග්ග සූත්‍ර, පි.234, EAN: 3: The Fool, p. 80.

▼ බාලයාට ඇති නුගුණ හා පණ්ඩිතයාට ඇති ගුණ: බාලයාට:කාය, වච්චි, මනෝ දුෂ්චරිත හා මිථ්‍යා දිට්ඨිය ඇත. දුගතිය හිමිය. පණ්ඩිතයාට: වච්චි, මනෝ සුවරිත හා සම්මා දිට්ඨිය ඇත. සුගතිය හිමිය. බලන්ත:අංග.නි: (2) 4 නිපාතය:සුවරිතවග්ග: බාල පණ්ඩිත සූත්‍ර 4කි.

▼ ලෝකයේ පණ්ඩිතයෝ දෙදෙනෙක් හා බාලයෝ දෙදෙනෙක් දැකිය හැකිය පණ්ඩිතයෝ: 1) තමන් අතින් යම් වරදක් සිදුවුවා නම් එය වරද බව ඔහු දකියි පිළිගනී. 2) වෙනත් කෙනෙක් වරදක් කර ඒ ගැන පපොච්චාරණය (වරද බව පිළිගැනීම) කරනවිට ධර්මයට අනුකූලව එය පිළිගනී. බාලයෝ: : 1) තමන් අතින් යම් වරදක් සිදුවුවා නම් එය වරද බව ඔහු නොදකියි නොපිළිගනී. 2) වෙනත් කෙනෙක් වරදක් කර ඒ ගැන පපොච්චාරණය (වරද බව පිළිගැනීම) කරනවිට එය ධර්මයට අනුකූලව නො පිළිගනී. මූලාශ්‍ර: අංග.නි: (1) : 2 නිපාත: බාලවග්ග සූත්‍ර, පි.154, EAN: 2: 21.1 Sutta, p. 60.

▼ බාල හා පණ්ඩිතයා නිසා සිදුවන යහපත හා අයහපත: යම් භයක්, උපද්‍රවයක්, විපතක් ඇතිවෙන්නේ බාලයා නිසාය. පණ්ඩිතයා ඇසුරින් ඒ දේ සිදුවන්නේ නැතය යයි බුදුන් වහන්සේ වදාළහ. උපමාව: පිදුරු සෙවිලි කල වහල ඇති ගෙයක් ගිනිගත්විට, අසල ඇති ශක්තිමත්ව සාදා ඇති වෙනත් ගේදොර පවා ගිනිබත්වේ. එලෙසින් බාලයන් හා ඇසුර හානි ගෙනෙදේ. පණ්ඩිතයන් ඇසුරු කිරීමෙන් විපත් සිදුනොවේ. බුදුන් වහන්සේ ගේ අවවාදය වුවේ, පණ්ඩිතයන් ලෙසින් හැසිරීමට හා විමසීමට පුරුදු පුහුණු විය යුතු බවය. කෙනෙක් පණ්ඩිතය, ධර්මය විමසන කෙනෙක්ය යයි පැවසීමට ඔහු සතු කුසලතා 4 ක් ඇත: 1) ධාතු කුසලතාවය 2) ආයතන කුසලතාවය 3) පටිච්ච සමුප්පාදය පිලිබඳ කුසලතාවය 4) ස්ථාන අස්ථාන දන්නා කුසලතාවය.

සටහන: අංග.නි: 3 නිපාතය: බාලවග්ග සූත්‍රයන්හි මෙයට සමාන විස්තර දක්වා ඇත. මූලාශ්‍ර: ම.නි: ( 3): 3.2.5 බහුධාතුක සූත්‍රය, පි.209, EMN: 115: The Many Kinds of Elements, p. 840.

▼ බාලයින් සතු අවගුණ හා පණ්ඩිතයන් සතු ගුණ: බාලයන්- අනුවන පුද්ගලයෝ : 1) තමන් වෙතට නොපැමිණි දේ -අදාළ නොවනදේ පිලිබඳ බර ඉසිලීම -වගකීම ගැනීම, තමන් වෙතට පැමිණි දේ -අදාළ දේ පිලිබඳ බර ඉසිලීම -වගකීම නො ගැනීම. 2) තමන්ට නොකැප දෙය කැපයයි ගැනීම, තමන්ට කැප දෙය නොකැපයයි ගැනීම 3) අනාපත්තිය ( නිවැරදි දේ) ගැන ආපත්ති (වැරදි) සංඥා ඇතිවීම, ආපත්තිය ගැන අනාපත්ති සංඥා ඇතිවීම. 4) අධර්මය, ධර්මය සේ ගැනීම, ධර්මය අධර්මය සේ ගැනීම.5) අවිනය, විනයය සේ ගැනීම, විනය අවිනය සේ ගැනීම. පණ්ඩිත:1) තමන් වෙතට නොපැමිණි දේ -අදාළ නොවනදේ පිලිබඳ බර ඉසිලීම නොගැනීම, තමන් වෙතට පැමිණි දේ -අදාළ දේ පිලිබඳ වගකීම ගැනීම. 2) තමන්ට නොකැප දෙය නොකැපයයි ගැනීම, තමන්ට කැප දෙය කැපයයි ගැනීම. 3) අනාපත්තිය, අනාපත්තියය යන සංඥා ඇතිවීම, ආපත්තිය ගැන ආපත්තිය යන සංඥා ඇතිවීම. 4) ධර්මය, ධර්මය සේ ගැනීම, අධර්මය අධර්මය සේ ගැනීම. 5) විනය, විනයය සේ ගැනීම, අවිනය අවිනය සේ ගැනීම. මූලාශ්‍රය: අංගු.නි: (1) 2 නිපාත: බාලවග්ග: සූත්‍ර, පි.200.

▲ බල්ලා -the dog: මේ උපමාවෙන් පෙන්වා ඇත්තේ, බල්ලා උගැටගසා ඇති කනුව වටේ කැරකෙන ලෙසින්, ආර්ය ධර්මය නොදත් ලෝකයා සසර වටේ කැරකෙන අන්දමය. බලන්න: ගද්දුලබද්ධ, උපග්‍රන්ථය:5. මූලාශ්‍ර:සංයු.නි: ( 3): බන්ධසංයුත්ත: 1.2.5.7 ගද්දුලබද්ධ සූත්‍රය, පි. 284, ESN: 22: Khandasamyutta: 99.7 The leash, p. 1090.

▲ බලිවද්ද -Baliwadda: බලිවද්ද යනු ගොනාගේ (හරකා-වාෂ්භ) හැසිරීමය,ආකාර 4කි: 1) තමන්ගේ ගොන් රැලට දරුණුව හැසිරේ, අන් ගොන් රැලට දරුණුව නො හැසිරේ. 2) තමන්ගේ ගොන් රැලට දරුණුව නො හැසිරේ, අන් ගොන් රැලට දරුණුව හැසිරේ. 3) තමන්ගේ ගොන් රැලටද, අන් ගොන් රැලටද දරුණුව හැසිරේ. 4) තමන්ගේ ගොන් රැලටද, අන් ගොන් රැලටද දරුණුව නො හැසිරේ. ගොනුන් ලෙසින් හැසිරෙන පුද්ගලයන් 4ක් මෙහි පෙන්වා ඇත. 1) තම පිරිසට දරුණුය, සෙසු අයට එසේ නැත. 2) අන්‍යයන්ට දරුණුය, තම පිරිසට එසේ නැත 3) සියලු දෙනාටම දරුණුය 4) සියලු දෙනාටම දරුණුනැත. උපග්‍රන්ථය:5 මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (2): 4 නිපාත:4.3.1.8 බලිවද්ද සූත්‍රය, පි.232, EAN:4: 108.8 Bullas, p. 187.

▲ බලුච්ඡය-Dog's duty: බුදුන් වහන්සේ වැඩසිටි සමයේ, අන්‍යආගමික නිකායන් හි සමහර පුද්ගලයන් දුකින් මිදීම පිණිස බලු චුත (බල්ලෙක් මෙන් හැසිරීම) තපස්කර්ම කර ඇත.මෙය දුගතිය ඇතිකරයි:බලන්න: අසුරනිකාය,කොරක්ඛත්තිය නිරුවත් තවුසා, සේනිය තවුසා. මූලාශ්‍ර: දීස.නි: (3 ): පාථික සූත්‍රය, 8 ඡෙදය, පි. 26 , EDN: 24 Pāṭika Sutta, section 1.7, p. 287,ම.නි: කුක්කුරවත්තික සූත්‍රය.

▲ බෙලුව ගම-Beluwa Village: විසාලා නුවර අසබඩ පිහිටි මෙ ගම්මානයේ බුදුන් වහන්සේ අවසාන වස්ස ගත කළහ. බලන්න: මහාපරිනිබ්බාන සූත්‍රය.

බල

▲**බිලාල-Cat:** බිලාල- බලලා උපමා කොටගෙන බුදුන් වහන්සේ සංඝයාට අවවාද කර ඇත. වේලාව ඉක්මවා (අකාලයේ) පවුල් අතර හැසිරීම නිසා ශිලය බිඳීයාම, ඇවතක් කරගැනීම, යලි ගිහිබවට පත්වීම ආදී අනතුරු ඇතිවේ. බලලෙක්, ගොදුරු සොයා යන්නේ මීයෙක් අල්වා ගෙන උෟ, නොසපා ගිලීම නිසා, මියා, උෟගේ අතුනුබහන් කැමෙන් ඒ බලලා මරණයට පත්වේ. එලෙස, අකාලයේ පවුල්- කුල සම්බන්ධය සංඝයා ගේ පරිහානිය ඇතිවේ. **බලන්න:** උපග්‍රන්ථය:5. මූලාශ්‍රය: සංයු.නි: (2) නිදානවග්ග: ඔපම්මසංයුත්ත:බිලාල සූත්‍රය.

▲**බිලි වැද්දා උපමාව- Simile of the fish hunter:** බිලිය-ඇම ලෙසින් මෙහිදී පෙන්වා ඇත්තේ සංඝයාට ලැබෙන ලාභ සත්කාර ආදියය. ඒවා නිසා සංඝයා පරිහාණියට පත්වෙන්නේ හරියට බිලි වැද්දා විලට දමන ඇමකට හසුවන මාලුවා එ ඇම ගිලීම නිසා විනාශයට පත්වෙන ලෙසය. මෙහිදී ‘බිලි වැද්දා’ ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ මාරයාය. **බලන්න:** උපග්‍රන්ථය:5 මූලාශ්‍රය:සංයු.නි:2:ලාභසත්කාර සංයුත්ත:දරුණුවග්ග: 5.1.2 බලිස සූත්‍රය, පි.366

▲**බිලි කටු සය - Six Hooks:** බිලි කටු සය ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ සලායතන මගින් අල්වා ගන්නා බාහිර අරමුණු වලට යටවීමය, එමගින් ලෝකසත්වයා විවිධ දුක් පීඩා විඳි. එය හරියට බිලිවැද්දා දමන ඇම ගිලගන්නා මාළුවෝ විනාශයට පත්වෙන ලෙසය. කාමලෝකයේ ඇම ගිලගන්නා මිනිසුන් මාරයාගේ ග්‍රහණයට අසවෙ, මාරයාට කැමති පරිදි ඔවුන්ව හැසිරවිය හැකිය. **බලන්න:** උපග්‍රන්ථය:5. මූලාශ්‍රය:සංයු.නි: (4) :වේදනාසංයුත්ත:සමුද්දවග්ග:1.18.3 බාලිසිකොපම සූත්‍රය, පි. 340.

**බව**

▲ **බාවරි බ්‍රාහ්මණ-Brahmin Bavari:** වේදමන්ත්‍රයේ නිපුණ මොහු, සැවැත්තුවර වැසියෙකි. විවේක සුවය පතා දක්ෂිණපථයට (දකුණු ඉන්දියාවට) පැමිණ ගෝදාවරි නදිය අසබඩ-අස්සක ප්‍රදේශයේ අසපුවක වාසය කල ඔහුට ප්‍රධාන ශිෂ්‍යයන් 16ක් සිටියහ. බුදුගුණ අසා, බුදුන් වහන්සේ සොයායන ලෙස ඔහු තම ශිෂ්‍යයන් පිටත් කරගැවීම,ධර්මය අසා ඔහුද, ශිෂ්‍යයන්ද බුදුන් සරණ යෑම මෙහි විස්තර කර ඇත.**බලන්න:** බු.නි.සුත්තනිපාත: පාරායනවග්ග:වස්තුගාථා: පි,326.

**බහ**

▲**බාහිතපාපී- Bahitapapai:** බාහිතපාපී : සියලු පාප බහාතැබූ බවය- ප්‍රභීණ කලබවය. බුදුන්,රහතුන්, බාහිතපාපිය. **බලන්න:** කකුධ දේවපුත්‍ර.

▲**බාහිය තෙර-Bahiya thera:**බලන්න: උපග්‍රන්ථය: 1

▲**බාහිය දාරුචීරිය රහතන්වහන්සේ- Arahant Bahiya darichariya**  
**බලන්න:** උපග්‍රන්ථය:1.

▲ **බාහිර අරමුණු- නිමිති-External things:** බාහිර අරමුණු: සලායතන මගින් අල්වා ගන්නා, පිටත ලෝකයේ වස්තූන්ය.**බලන්න:** බාහිර ආයතන.

▲ බාහිර ආකාශධාතුව- External Space element: පිටත ඇති ආකාසය, හිස් ඉඩකඩ බාහිර ආකාශ ධාතුවය. බලන්න: ආකාශ ධාතුවය.

▲ බාහිර ආයතන: පාලි:ඡ බාහිරානි ආයතනානි -external bases: බාහිර ආයතන 6කි: අභ්‍යන්තර ආයතන 6 න් අල්වා ගන්නා රූප ආදී බාහිර අරමුණුය. බාහිර ආයතන 6:1) රූපායතනය- form-base: ඇසට අරමුණුවන බාහිර ව ඇති රූප ආදිය 2) ශබ්දායතනය- the sound-base: කණට ඇසෙන විවිධ ශබ්ද 3) ගන්ධායතනය- the odor-base: නාසයට දැනෙන ගඳ සුවඳ 4) රසායතනය- the flavor-base: දිවට දැනෙන විවිධ රස 5) ස්පර්ශායතනය- the tangible-base: කයට දැනෙන විවිධ පහස 6) ධර්මායතනය - the mind-object-base: සිතේ ඇතිවන, දැනෙන විවිධ සිතුවිලි. බාහිර ආයතන පිළිබඳව මැනවින් දැනගැනීම සලායතන පිළිබඳ සම්පූර්ණ අවබෝධයට උපකාරීවේ: සටහන: බාහිර අරමුණු පිළිබඳ ඇති ඇල්ම නැතිකර ගැනීම (බහිද්ධානන්දික්ඛය) විමුක්තිය ලැබීමට හේතුවේ. එම අරමුණු පිළිබඳව අනිවිච්ච ලෙසින් බැලීම, යෝනිසෝ මනසිකාරයෙන් බැලීම එසේ ඇල්ම නැතිකර ගැනීමට උපකාරී කරුණුය. බලන්න: සලායතනසංයුත්ත: නන්දිබය වග්ග: බාහිර නන්දිබය අනිවිච්ච, බාහිර නන්දිබය යෝනිසෝ සූත්‍ර. මූලාශ්‍ර: ම.නි: (3): 3.4.7 සලායතන විභවග සූත්‍රය, පි. 474, EMN: 137- Saḷāyatanavibhanga Sutta- The Exposition of the Six-fold Base.

▼ සියලු බාහිර ආයතන අනිවිච්චය, දුක්ඛය, අනාත්මය යයි බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත. බලන්න:සංයු.නි: (4) වේදනාසංයුත්ත :අනිවිච්චග්ග, දේවදහ වග්ග.

▲ බාහිර දිවයි- External views: බාහිර දිවයි ලෙසින් මෙහිදී පෙන්වා ඇත්තේ අත්‍යආගමිකයන් දැරූ මතයන්ය. බලන්න: දිවයි -බුදුසසුනට බාහිර.

▲ බාහිර බන්ධන-External bonds: අග්‍රැතවත් පාතග්ජනයා පංචඋපාදානස්කන්ධය හා එමගින් අල්ලා ගන්නා අරමුණු ආදිය ආත්මයක් ලෙසින් ගැනීම, අභ්‍යන්තර හා බාහිර බන්ධනවේ. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (3): බන්ධසංයුත්ත: 1.3.2.5 බන්ධන සූත්‍රය, පි. 316, ESN: 22: Khandasamyutta:117.5 Bondage, p. 1101.

▲ බාහිර සංයෝජන ඇති පුද්ගලයා - Person with External fetters: සිල්වත්, ශාන්ත චිත්ත විමුක්තියට සිත යොමුකොට සිටින ආර්ය පුද්ගලයා මින් අදහස් කෙරේ.බලන්න: ආධ්‍යාත්ම සංයෝජන හා බාහිර සංයෝජන.

▲ බහු උපකාර ධර්ම:පාලි:බහුකාරො ධමමො-Dhamma that greatly helps (bahukāro): ආධ්‍යාත්මික ජීවිතය වර්ධනය කරගැනීම, නිවන පිණිස, බොහෝ ලෙසින් උපකාර වන ධර්මතා බහු උපකාර ධර්ම වේ: 1) කුසලයේ අප්‍රමාද වීම (අප්‍රමාදො කුසලෙසු ධමමසු) 2) සති සම්ප්‍රජනාය (සිහිය හා නුවණ- සති ප්‍රඥාව) 3) සත්පුරුෂ ආශ්‍රය 4) සද්ධර්ම ශ්‍රවණය 5) ධර්මානු ධර්ම ප්‍රතිපදාව. 6) සතර සම්පත්ති වක්‍ර: සුදුසු රටක විසීම, සත්පුරුෂ ආශ්‍රය, ශ්‍රද්ධාව ආදී ගුණ ධර්ම ඇතිබව, පෙර කළ පින් ඇතිබව.7) පංච ප්‍රාධානික අංග - ප්‍රධන් වීරිය වඩන හික්ෂුත් සතු

ගුණ අංග පහ- (පඤ්ච පධානියඛගානි). 8) සාරානීය ධර්ම සය - සිහිකටයුතු ධර්මතා (ඡ සාරානීයා ධම්මා). සටහන:අංග.නි: (2) 4 නිපාත: ආපත්තිය වග්ග:බහුකාර සුත්‍රයේදී,බුදුන් වහන්සේ, සතර දහම: සත්පුරුෂ සේවනය, සද්ධර්ම ශ්‍රවනය, නුවණින් මෙනහිකිරීම, ධම්මානුධම්ම ප්‍රතිපදාව, මිනිසුන්ට බොහෝ උපකාර ධර්ම බව පෙන්වා ඇත. බලන්න: සෝතාපන්න.මූලාශ්‍ර: දීඝ.නි : (3): 11 දසුන්තර සුත්‍රය, පි. 483, EDN: 34: Dasuttara Sutta: Expanding Decades, p. 384.

▼ ගිහි පැවිදි බහු උපකාර ධර්ම: ගිහියන්,සංඝයාට සිව්පසයෙන් උපස්ථාන කිරීම, සංඝයාට ආධ්‍යාත්මික මග වඩාගැනීමට බොහෝ උපකාරවේ. එලෙසින්, සංඝයා, ගිහියන්ට සද්ධර්මය දේශනා කිරීම, පිරිසිදු බඹසර පෙන්වා දීම මගින්, සසර දුකින් මිදීම පිණිස බොහෝ උපකාරවේ. බලන්න: බු.නි: ඉතිවුත්තක:4.1.8 බහුකාර සුත්‍රය. සටහන: \* යම් පුද්ගලයෙක්, වෙනත් කෙනකු, ත්‍රිවිධ රත්නයේ සරණය පිණිස කරන උපකාරය බහුඋපකාරයකි. බලන්න:අංග: (1) 3 නිපාත: 3.1.3.4 සුත්‍රය. \*\* ගුණ 5කින් යුත් සංඝයා ඔවුන් සිටිනා ආවාසයට උපකාරීවේ : සිල්වත්ය, බහුශ්‍රැතය, කැඩුම් බිඳුම් පිළිසකර කරති, ජේෂ්ඨ භික්ෂුන් පැමිණි කල, පින් කරගැනීමට ගිහියන්ට අවස්ථාව සලසති, ජාන කැමතිවිට ලබති. බලන්න: අංග: (3) 5 නිපාත: 5.5.4.4.බහුපකාර සුත්‍රය.

▲ බහුජනහිත-Bahujanahitha: බහුජනහිත- බෝහෝ ජනයාට උපකාරීවන බවය, අනුකම්පා සහගතව කටයුතු කරන බවය. සසර දුක නැතිකිරීමට, බොහෝ ජනයාට උපකාරීවන පුද්ගලයෝ තිදෙනෙකි: සම්මා සම්බුදුන්වහන්සේ, රහතන්වහන්සේ හා සේඛ භික්ෂුව.මූලාශ්‍රය: බු.නි: ඉතිවුත්තක:3.4.5 බහුජනහිත සුත්‍රය.

▲ බහුධාතු-Many Kinds of Elements: බහුධාතු යනු සියලුම ධාතූන් (හේතු ප්‍රත්‍ය යෙන් උපන්) හා අසංඛත ධාතුව නම්වූ නිවනය. විස්තර පිණිස බලන්න: සංයු.නි: (2) ධාතුසංයුත්තය, ම.නි:බහුධාතු සුත්‍රය.

▲ බහුල කම්ම- Bahula kamma: මේවා එදිනෙදා ජීවිතයේදී, බහුලව කරන කර්මය. යම් දෙයක් කුසල හෝ අකුසල බහුලව කර ඇතිනම්, එය පළමුව විපාක දේ.බලන්න: කම්ම විපාක, කටත්තා කර්ම.

▲ බහුලකරගතයුතු හා බහුල නොකරගතයුතු ධර්ම:පාලි: බහුලිකත්තබ්බඤ්ඤා - නබහුලි ත්තබ්බඤ්ඤා -the Dhamma to be cultivated and the Dhamma not to be cultivated: බහුලකරගතයුතු ධර්මය නම් කුසල් දහමය, අකුසල් දහම බහුල නොකරගතයුතු ධර්මයවේ. ආධ්‍යාත්මික ජීවිතයේදී වඩා ගැනීමට බහුල කරගතයුතු ධර්මය සම්මා දිට්ඨිය සහිත නිවැරදි මගය. බහුල නො කරගතයුත්තේ මිථ්‍යා දිට්ඨිය සහිත වැරදි මගය.

මූලාශ්‍ර: අංග.නි: (6):10 නිපාත:10.3.5.8 බහුලිකත්තබ්බ සුත්‍රය, පි. 478, EAN:10: Noble , p. 548.

▼ බහුලකරගතයුතු ධර්මය දස කුසලයය. බහුල නොකරගතයුතු ධර්මය දස අකුසලයය.: මූලාශ්‍ර: අංග.නි: ( 6): 10 නිපාත: 10.4.4.8. බහුලිකත්තබ්බ ධම්ම සුත්‍රය, පි. 540, EAN: 10: 196 Sutta, p.556.

▼ **බහුලකලසුතු ධර්මතා:** බහුලිකාත ධර්මතා 5 ක් මෙහි දක්වා ඇත. 1) අසුභය නුවණින් දැකීම 2) ආහාරයේ පිළිකුල් සංඥාව ඇතිවීම 3) අනභිරතී සංඥාව ඇතිවීම 4) සර්ව සංඛාරයන්හි අනිත්‍යය නුවණින් දැකීම 5) මරණ සංඥාව තමා තුළම ඇතිකර ගැනීම. ඒවා, ඒකාන්තයෙන්ම, නිබ්ද්දාව, විරාගය, නිරෝධය, උපසමය, අභිඥාව, සම්බෝධය, නිර්වානය පිණිස වේ. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (3): 5 නිපාත:5.2.2.9 නිබ්ද්දා සූත්‍රය, පි.154.

▲ **බහු වේදනා-Many kind of feelings:** විවිධාකාර වේදනා: 1) වේදනා දෙක:කායික හා මානසික 2) වේදනා තුන: දුක, සුඛ හා මැදිහත් වේදනා . 3) වේදනා පහ: කායික සොම්නස, මානසික සොම්නස,කායික වේදනා, මානසික වේදනා හා උපේක්ඛා වේදනාව. 4) වේදනා හය: සලායතන ස්පර්ශයෙන් ඇතිවෙන වේදනා 5) වේදනා දහඅට: මනෝ උපවිචාර වේදනා. බලන්ත: මනෝ උපවිචාර 6) වේදනා තිස්හය: ගිහි හා පැවිදි අය ට ඇතිවෙන: සොම්නස් වේදනා 6x2 , දොම්නස් වේදනා 6x2, උපේක්ඛා වේදනා 6x2. 7) වේදනා එකසිය අට: වේදනා 36, තුන් කාලය අනුව ගැනීම: අතීත වේදනා 36, අනාගත වේදනා 36, වර්තමාන වේදනා 36. විස්තර පිණිස බලන්ත: වේදනා, සලායතන, ම.නි: සලායතන විභංග සූත්‍රය. මූලාශ්‍ර: ම.නි: (2): 2.1.9 බහුවේදනීය සූත්‍රය, පි.116, EMN:59: The many kind of feelings, p.474.

▲ **බහුභානි-Bahubhani:** බහුභානි: බොහෝ කථාකරන අනුවන පුද්ගලයාය. ඔහු, බොරුකියයි, කේලාම් කියයි, රළුබස් කියයි, හිස්බස් කියයි, අකුසල ඇතිකරගන්නා ඔහු දුගතියේ යළි උපතක් ලබයි. බලන්ත: අංගු.නි: (3) 5 නිපාත:අකෝකාසකවග්ග:බහුභාණි සූත්‍රය.

▲ **බහුශ්‍රැත: පාලි: බහුසුසුතො -learned much:** බහුශ්‍රැත: දහම යහපත් ලෙසින් ඉගෙනගෙන ඒ පිලිබඳ හසල දැනුම ඇතිබවය.මේ ගුණය, හික්ෂුවක්, ‘තෙර’ බවට පත්වීමට අවශ්‍ය ගුණයන්ගෙන් එකකි. සේබ ප්‍රතිපදාව ඇති හික්ෂුන් මේ ගුණයෙන් සමන්විතය. බහුශ්‍රැතබව ලබාගැනීමට දුර්ලභ ධර්මතාවයකි. ඉගෙනගත් දේ නිතර සිහිනොකිරීම-ස්ප්පජනා නොකිරීම, බහුශ්‍රැතබවට ඇති බාධාවකි. බලන්ත: ඉෂ්ඨධම්ම. මූලාශ්‍රය: අංගු.නි: (6) 10 නිපාත:10.2.8.3 ඉෂ්ඨධම්ම සූත්‍රය, පි.270,EAN:10: 73.3 Wished for, p.522.

▼ **හික්ෂුව බහුශ්‍රැත වන ආකාරය:** මුල, මැද හා අග යහපත්වූ, අර්ථ හා පදමාලා මනාව ගලපා ඇති, බඹසර ජීවිතය සම්පූර්ණ කිරීමට පිහිටවන සද්ධර්මය: 1) ධර්මය බොහෝ ලෙසින් අසා ඇත 2) මැනවින් සිහියේ දරාගෙනසිටියි (සුතධරො -retained in mind) 3) කටපාඩම් කර සප්පායනා කරයි (වචසා පරිචිතා- recited verbally) 4) මනසින් විමසා බලයි (මනසානුපෙකඛිතා -investigated mentally) 4) විනිවිද සහිත නුවණින් (ප්‍රඥාවෙන්) ධර්මය දැක යහපත් දිට්ඨිය ඇතිකර ගෙන ඇත (දිට්ඨියා සුපට්ඨිච්ඤා - penetrated well by view).

“බහුසුසුතො හොති සුතධරො සුතසන්නිවයො යෙ තෙ ධම්මා ආදීකල්‍යාණා මජ්ඣෙකල්‍යාණා පරියොසානකල්‍යාණා සාක්ඛා සවාසඤ්ජනා කෙවලපරිපුණ්ණා පරිසුඤ්ඤා බ්‍රහ්මවරියං අභිවදන්ති. තථාරූපාසස ධම්මා බහුසුසුතා හොන්ති ධනා වචසා පරිචිතා



මනසානුපෙකතිතා දිට්ඨියා සුපට්ඨිවිඛා” . සටහන්: \* යහපත් දිට්ඨිය ඇතිකරගැනීම යනු නිවන අවබෝධ කරගැනීම පිණිස, විමුක්තිය පිණිස, තමන් ඇසූ ධර්මය කෙසේ උපකාර කරගතයුතුද යන්න නුවණින් වටහා ගැනීමය. දිට්ඨියා සුප්පට්ඨිවිඛා යන වැටහීම බහුශ්‍රැත බවේ උපරිම තැනයි. නිවන සාක්ෂාත් කරගැනීමට උපකාරිවන අංගයකි. \*\* මේ ගුණය සේධ ප්‍රතිපදාවේ යෙදීසිටින භික්ෂූන් සතු ගුණයකි. බලන්ත: සප්ත සද්ධර්ම ගුණ. \*\* ඒ සමාන විස්තරයක් මේ සූත්‍රයේද පෙන්වා ඇත.  
 බලන්ත: අංගු.නි: (2): 4 නිපාත: 4.4.4.6 බහුශ්‍රැත සූත්‍රය, පි.366. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (2 ): 4 නිපාත: 2 .1.4.7 සූත්‍රය, පි.169, EAN: 4 : 38.7 Sutta, p.62, ම.නි: (2): 2.1.3 : සේධ සූත්‍රය, පි. 44, MN 53: Sekha Sutta, p. 436

▼ කෙනෙක් බහුශ්‍රැත- ධර්මධර වන ආකාරය: බුදුන් වහන්සේ මෙසේ වදාළහ:“...මා විසින් සූත්‍ර, ගෙයා, වෙයාකරණ, ගාථා, උදාන, ඉතිවුත්තක, ජාතක, අබභූතධම්ම, වෙදල්ල ආදීවූ බොහෝ දහම් දෙසන ලදහ...සිව්පද ගාථාවක අරුත දැන පෙළ දැන ධර්මානුධර්මප්‍රතිපත්තව වෙසේද, ඒ පුද්ගලයා ‘බහුශ්‍රැත ධර්මධර’ යයි කියන්නට නිසිවේ” .  
 බලන්ත: අංගු.නි: 4 නිපාත:4.4.4.6 බහුශ්‍රැත සූත්‍රය.

▼ ධර්ම මාර්ගයේ ගමන් කරන පුද්ගලයාහට, බහුශ්‍රැත බව, ආරක්ෂාව ලබා දෙන -නාථ කරණ ධර්මයක්ය .බලන්ත: නාථ කරණ ධර්ම. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (6): 10 නිපාත: 10.1.2.7 ප්‍රථම නාථකරණ සූත්‍රය, පි.72, EAN, 10: 17-7 Protector I, p.497.

▼ බහුශ්‍රැතබව සේධප්‍රතිපදාවේ යෙදෙන ආර්ය ශ්‍රාවකයා සතු ගුණයකි, එසේම සප්ත සද්ධර්ම ගුණයකි. බලන්ත: සප්ත සද්ධර්මය, සේධ හා අසේධ. මූලාශ්‍ර: ම.නි. (2 ): 2.1.3 :සෙධ සූත්‍රය, පි. 44, MN 53: Sekha Sutta, p. 436.

▼ බහුශ්‍රැත පුද්ගලයන් දෙදෙනෙක් ලෝකයේ විද්‍යාමානවේ.  
 එක් පුද්ගලයෙක් ධර්මය බොහෝ ලෙසින් අසා ඇත. එහෙත්, එහි අර්ථ නොදන්නා නිසා ධර්මානුධර්මයට පිළිපත් කෙනෙක් නොවේ. ඔහු ශ්‍රැතයෙන් නුපත් බහුශ්‍රැතවේ. තවත් පුද්ගලයෙක් ධර්මය බොහෝසේ අසා ඇත, එසේම එහි අර්ථ දැන ධර්මානුකූලව වාසය කරයි. ඔහු අග්‍ර පුද්ගලයෙකි, දෙවියන්, බ්‍රහ්මයන් පවා පසසන බව මෙහි පෙන්වා ඇත. මූලාශ්‍රය: අංගු.නි: (2) 4 නිපාත:හණ්ඩාගමවග්ග: 4.1.1.6 අප්පස්සුත සූත්‍රය, පි.36.

▼ යම් පුද්ගලයෙක් ධර්මයේ බහුශ්‍රැත නම්, මරණින් මතු ඔහු භානියට පත්නොවේ, සුගතියක යළි උපත ලබාගැනීමට වාසනාව ඇත.

සටහන: සංයු.නි: (4) මතුගාමසංයුත්ත: බහුශ්‍රැත සූත්‍රය: බොහෝ ඇසූපිරි දහම් ඇති කාන්තාව, සුගතියේ යළි උපත ලබන බව පෙන්වා ඇත.  
 මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (6 ): 10 නිපාත: 10.2.3.5. මිගසාලා සූත්‍රය,පි.274, EAN: 10: 75.5. Migasala. p. 522, අංගු.නි: (2) : 4 නිපාත: 4.4.5.1. සොතානුධත සූත්‍රය, පි. 380, EAN:4: 191.1. Followed by ear, p. 212.

▼ **ධර්මයේ බහුශ්‍රැත බව** ලැබූ සංඝයා අතර ආනන්ද තෙරුන් අග්‍රවේ. බලන්න: අග්‍රතම සිව් පිරිස. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි:(1):1 නිපාත: එතදග්ග පාළිය, පි. 84, EAN: 1: XIV Foremost, p. 44

▲ **බ්‍රහ්මබව:** පාලි: බ්‍රහ්ම-Brahma-Great: බ්‍රහ්මබව නම: ශ්‍රේෂ්ඨබව, උදාර බව, ප්‍රමුඛබව ආදී ගුණයය. ලෝකයට අධිපති දෙවියා මහා බ්‍රහ්ම ලෙසින් පෙන්වා ඇත. ශ්‍රමණ ජීවිතය හැඳින්වීම පිණිස බ්‍රහ්ම යොදාගනී, රහතන්වහන්සේ ද උතුම් නිසා බ්‍රහ්ම ලෙසින් හඳුන්වයි. උසස් නිසා දෙමාපියන්ද බ්‍රහ්ම ලෙසින් පෙන්වා ඇත. රූප අරූප ලෝකවල දෙව්වරු බ්‍රහ්ම දෙව්වරුවේ (බඹ): **සටහන:** බ්‍රහ්මබව - ශ්‍රේෂ්ඨබව (Brahmin hood) ලබා දෙන්නේ ආර්ය අටමග බව බුදුන් වහන්සේ වදාළහ. බලන්න: ආර්යඅටමග.ශබ්දකෝෂ:පා.සි.ග: පි.403: “බ්‍රහ්ම :තපස, බුදුරජ, බ්‍රහ්මයා, ශ්‍රේෂ්ඨ, මව්පියවරු”.P.T.S: p.1416: “**Brahma: highest, best thing of all**’.

▲ **බ්‍රහ්මචක්‍රය- The Wheel of Brahmā:** බ්‍රහ්මචක්‍රය -උතුම් චක්‍රය ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ ධම්ම චක්‍රය ය-චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මයය. බලන්න: තථාගත. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (6): 10 නිපාත :10.1.3.1 සිංහනාද සූත්‍රය,පි. 90, EAN: 10: 21.1 The Lion, p. 499, දීස.නි: (3 ): 10 සංගීති සූත්‍රය, පි, 368, EDN: 33: Sangīti Sutta: The Chanting Together, p. 362.

▲ **බ්‍රහ්මචාරි:** පාලි: බ්‍රහ්මචාරි-Celibate: ගිහිගෙයින් නික්ම, කාම සේවනය හැරදමා, ආගමික ජීවිතයක් ගෙනයන පුද්ගලයා බ්‍රහ්මචාරිවේ. වෙනත් ආගමික බ්‍රහ්මචාරින් හා බුදුසසුනේ බ්‍රහ්මචාරින් අතර ඇති වෙනස පිළිබඳව බලන්න: බ්‍රහ්මචරියාව. සටහන: බුදුන් වහන්සේ ඇතුළු සංඝයා බ්‍රහ්මචාරින් බවත්, ඒ උතුමන්ට පිරිනමන දාන, උසස්ය, දෙවියෝ පවා සතුටුවෙති. බලන්න: දාන. මූලාශ්‍ර: වින.පි: මහාවග්ග 2: පි 70 හා දීස.නි: (2): මහාපරිනිර්වාන සූත්‍රය, පි.156, EDN : 16 Mahaparinibbana Sutta, p 175.

▲ **බ්‍රහ්මචරියාව-පාලි: බ්‍රහ්මචරියං -the holy life:** බ්‍රහ්මචරියාව, බඹසර විහරණය යනු ගිහිගෙයින් නික්මී, කාමසේවනය හැර දුක නැතිකර, නිවන ලබාගැනීම පිණිස ගතකරන ආධ්‍යාත්මික ජීවිතයය (holy life-spiritual life). මග බඹසර, මාර්ග බ්‍රහ්මචරියාව ලෙසින්ද හඳුන්වයි (බඹසර වාසය). ධර්ම මාර්ගයේ අවසාන ඉලක්කයවූ අරහත්වයට පත්වීම- නිවන සාක්ෂාත් කරගැනීම මගින් බඹසර වාසය සම්පූර්ණවේ. බුදුන් වහන්සේ වැඩසිටි සමයේ පැවති බොහෝ ආගමික නිකායන් අනුගමනය කළ පුද්ගලයෝ, ඔවුන්ගේ නිකායන්ට අනුව තමන් බ්‍රහ්මචාරි ජීවිතගත කරන බව පෙන්වා ඇත (බ්‍රහ්මචාරියාවාසය), එහෙත්, එම ප්‍රතිපදාව බුදුන් වහන්සේ ගේ ඉගැන්වීම් වලට වඩා වෙනස්ය.

**සටහන්:** \* අටුවාවට අනුව ආර්ය අටමගට අනුකූලව ආධ්‍යාත්මික ජීවිතය ගෙනයාම බ්‍රහ්මචරියාවය- බඹසර විසීමය.බලන්න: ESN: note 107,p. 952 and note 454, p.559. \*\* **බ්‍රහ්මචරිය ශබ්දයෙන් බ්‍රහ්ම** (ශ්‍රේෂ්ඨ - උතුම්) වූ ප්‍රතිපදාමාර්ගය, බ්‍රහ්ම වූ බුදුරජානන් වහන්සේගේ මාර්ගය යන අර්ථය ප්‍රකාශ වෙයි. එය මුල-මැද- අග යහපත්වූ සීලසමාධි ප්‍රඥා යන ත්‍රිවිධ ශික්ෂාවෙන් යුක්තවූ පූර්වභාග ප්‍රතිපදා යයිද, සීලවිසුද්ධි,

චිත්තවිසුද්ධි, දිට්ඨිවිසුද්ධි ආදී සජ්ඣ විශුද්ධියෙන් සැදුම් ලත් අනු පුර්ව ප්‍රතිපදා සංඛ්‍යාත ශාසන මාර්ග බ්‍රහ්මචරියාව යයි දත යුතුය. බලන්න: වින.පි:මහාවග්ග පාළි1: ප්‍රස්තාවනා පි.20. \*\* “ සුත්‍රවල නිතර දැක්වෙන පාඨයක් කමා: “ යසස්තංචාය කුලපුත්තා සම්මාදෙව අගාරසමා අනගාරියං පබ්බජනති තදනුත්තරං බ්‍රහ්මචරිය පරියොසානං දිට්ටෙව ධම්මේ සයං අභිඤ්ඤා සච්චිකත්වා උපසම්පජ්ජ විහාසී”: යම් කරුණක් සඳහා කුල පුත්‍රයෝ මැනවින් ගිහිගෙයින් නික්ම අනාගාරිකවූ ඒ පැවිද්දට ඇතුළු වෙත්ද, එම අර්ථය, එම අනුත්තරවූ බ්‍රහ්මචරිය පරියොසානාය එනම් බ්‍රහ්මචරිය අවසානය, දිටු දැමියෙහි දීම- මේ ජීවිතයේදීම - ස්වකිය අභිඤ්ඤාවෙන් සාක්ෂාත් කරගෙන- ප්‍රත්‍යක්ෂ කරගෙන- ඊට එළඹ වාසය කළා කියන එකයි ඒ පාඨයේ අදහස. මේ විදියට බ්‍රහ්මචරියාව අවසානවෙනකොට නිවන ලැබෙනවාය කීමට හේතුව කුමක්ද? මේ අරිය අට මග රිජු මගකි. දිසාව නිර්භයය. මග අවසන නිවනය. බලන්න: නිවනේ නිවීම දේශනා 2, කටුකුරුන්දේ ඤාණානන්ද හික්ෂුව.

▼ බ්‍රහ්මචරියාව ලෝකයේ ලබාගැනීමට දුර්ලභ ධර්මයකි. ඉන්ද්‍රිය අසංවරය, මෙයට ඇති බාධවකි. බලන්න: ඉෂ්ඨධම්ම.මූලාශ්‍රය: අංගු.නි: (6) 10 නිපාත:10.2.8.3 ඉෂ්ඨධම්ම සූත්‍රය, පි.270,EAN:10: 73.3 Wished for, p.522.

▼ බුදුන් වහන්සේ, බඹසර මෙසේ හඳුන්වා ඇත: “මහණෙනි, මේ බඹසර වනාහි ජනයා විස්මයට පත් කිරීමට, නැලවීමට, ලාභසත්කාර ආදිය... පිණිස නොවේ... බඹසර වනාහි සංවරය පිණිස, කෙලෙස ප්‍රහීණය පිනිස , රාගය විරාගය පිණිස, නිරෝධය පිණිස, නිවන පිණිසය.පෙර විසූ උතුම් ඉසිවරු ඒ මග අනුගමනය කළහ, බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇති පරිදි ඒ මග අනුගමනය කරන්නේ නම්, දුක කෙළෙවර කරගත හැකිවේ”. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (2) 4 නිපාත:උරුවෙලවග්ග: බ්‍රහ්මචරිය සූත්‍රය.

▼ මේ සූත්‍රයන්හි: බඹසර යනු අරිය අටමග බවත්, බඹසර ඵලය සෝතාපන්න- අරහත්වය ලැබීම, බඹසර විසීමේ අර්ථය-ලාභය නම් රාග දෝස මෝහ ක්‍ෂය කරගැනීම බව පෙන්වා ඇත.බලන්න: සංයු. නි: (5-1) මග්ගසංයුත්ත: පටිපත්තිවග්ග: බ්‍රහ්මචරිය සූත්‍ර 2 කි.

▼ බ්‍රහ්මචරියාව යනු කවරේද? බ්‍රහ්මචරියාවෙහි කෙළෙවර කවරේද? යයි හික්ෂුවක් ඇසූ පැණයකට බුදුන් වහන්සේ මෙසේ පිළිතුරු වදාළහ: “... අයමෙව බො හිකඛු, අරියො අට්ඨිඛිකො මග්ගො බ්‍රහ්මචරියං...යො බො හිකඛු රාගකඛයො දොසකඛයො මොහකඛයො ඉමං බ්‍රහ්මචරියං පරියොසානනති”. මේ අරිය අටමග බ්‍රහ්මචරියාවය, ...යම් රාගයක් දෝෂයක් මෝහයක් ක්‍ෂය කරගැනීම බ්‍රහ්මචරියාවේ අවසානය- කෙළෙවරයය.

(This Noble Eightfold Path, bhikkhu, is the holy life: destruction of lust, the destruction of hatred, the destruction of delusion: this is the final goal of the holy life). සටහන: කුක්කුටාරාම සූත්‍රයේ දී ආනන්ද තෙරුන්ද, ආරිය අටමග බ්‍රහ්මචරියාව යයි ප්‍රකාශ කොට ඇත. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (5-1): මග්ග සංයුත්තය: 1.1.6 හික්ඛු සූත්‍රය, පි 40 හා 1.2.9 කුක්කුටාරාම සූත්‍රය, පි. 54, ESN: 45:Maggasamyutta: 6.6. A certain bhikkhu, p. 609 & 19.9 The cock’s park p.1624.

▼ **බ්‍රහ්මචරියා** යනු මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව නම්වූ ආර්ය අටමග සම්පූර්ණ කරගැනීමය. “...සචං ධම්මො සංයමො බ්‍රහ්මචරියං මජ්ඣමිකා බ්‍රහ්මචරියං බ්‍රහ්මචරියං, සතුඤ්ඤානෙසු නමො කරොහි තමහං නරං ධම්මසාරීති බ්‍රුමීති...” -බමුණ, වාක් සත්‍යය ද, ධර්මයද, සංයමයද බ්‍රහ්මචරිය වේ. එනම් මැද ඇසුරු කළ (මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව) ශ්‍රේෂ්ඨ ප්‍රතිපදාවය ය. (ඒ ප්‍රතිපදාව සම්පූර්ණ කළ) සාප්‍ර වූ ඔවුන්ට (රහතුන්ට) නමස්කාර කරන්න. ඒ පුද්ගලයෝ ධර්මයේ හැසිරෙන්නෝය යයි මම පවසමි- සටහන්: \* බුදුන් වහන්සේ මේ අනුසාසනය වදාළේ සුන්දරිකභාරද්වාජ බමුණාටය. ඒ බස් අසා පැවිදිවූ ඔහු- සුන්දරික භාරද්වාජ තේරුන් ලෙසින්, පසුව අරහත්වයට පත්වූහ. \*\* බු.ජ.ත්‍රි.ට අනුව වාක්සත්‍ය නම්: සම්මා වාචාවය ය, ධර්මය නම්: සම්මා දිට්ඨිය, සම්මා සංකප්පය, සම්මා වායාමය, සම්මා සතිය හා සම්මා සමාධිය යය, සංයමය නම්: සම්මා කම්මන්ත හා සම්මා ආජීවය. එනම්, අර්ය අටමගය, මැදුම් පිළිවෙත බ්‍රහ්මචරියා යවේ. \*\* the attainment of Brahmā (බ්‍රහ්මචරියා ) the attainment of the best (setthapatti- ශ්‍රේෂ්ඨ ප්‍රතිපදාව) Based on the middle (majjhositā- මජ්ඣමිකා): avoiding the extremes of externalism and annihilationism. That is, based on the development of the middle way by avoiding all extremes such as sluggishness and restlessness, of which the pair eternalism and annihilationism is merely one instance...the upright ones (ujjubhūtesu- උඤ්ඤානෙසු): the arahants. බලන්න: ESN: note: 454, p. 559. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (1): බ්‍රහ්මචරියා සංයුත්ත: 7.1.9 සුන්දරික සූත්‍රය, පි.324, ESN:7: Brahmanasamyutta: 9.9 Sundarika, p.366.

▼ **බ්‍රහ්මචරියා ජීවිතය** එලදායිවූ, පරිපූර්ණවූ ජීවිතයක්ය: බ්‍රහ්මචරියා, කිසිම දෙයක් අඩුත් නැත, වැඩිත් නැත. යහපත් ලෙසින් දේශනා කර ඇත, සියලු අංගයන්ගෙන් පරිපූර්ණය. මනාකොට පවසා තිබේ. එහි බැහැර කිරීමට දෙයක් නොමැත, එසේම, පිටතින් ගැනීමට කිසිවක් නොමැත.ඒ බ්‍රහ්මචරියා දිගු කාලයක් පවත්වා ගැනීමට නම්, තථාගතයන්, විශේෂ නුවණින් අවබෝධ කර, දේශනා කරනලද ධර්මය, එනම්: සත්තිස් බෝධිපාක්ෂික ධර්මතා, සැමදෙනා එක්රැස්ව, අර්ථයට අනුකූලව, ව්‍යංජනයට අනුකූලව සජ්ජායනා කළයුතුවේ. එලෙස කටයුතු කිරීම බොහෝදෙනාට හිතසුව පිණිස, වැඩ පිණිස පවතින බව බුදුන් වහන්සේ වදාළහ. බලන්න: බෝධිපාක්ෂික ධර්මතා. මූලාශ්‍ර: දී.ස.නි: (3 ): 6.පාසාදික සූත්‍රය-(13), පි. 210, EDN: 29.The delightful discourse-(16), p. 318

▼ **මුළු බ්‍රහ්මචරියා ගෙනයාමට කලණ මිතුරු සේවනය අවශ්‍යමය ය.**

එක්සමයක, ආනන්ද තෙරුන් විසින්, කලණ මිතුරු සේවනය බ්‍රහ්මචරියා ජීවිතයේ හරි අඩක්ය යි පැවසූ විට බුදුන් වහන්සේ වදාළේ, එසේ නො පැවසිය යුතුවෙයි. කලණ මිතුරු සේවනය- මුළු බ්‍රහ්මචරියාම පිණිස පවතින බවය. “...මා හෙවං ආනන්ද...සකලමෙව හීදං ආනන්ද, බ්‍රහ්මචරියං යදීදං කලණාණමිත්තතා කලණාණසභායතා කලණාණසමපවචකතා...” (...Not so, Ānanda! This is the entire holy life, Ānanda, that is, good friendship, good companionship, good comradeship...). සටහන: සංයු. නි. සාරිපුත්‍ර සූත්‍රයේ දී සැරියුත් මහා

තෙරුන් විසින්: මුළු බලසර ජීවිතය පිණිස කලණ මිතුරු සේවනය අවශ්‍යබව පැවසූ විට බුදුන් වහන්සේ එම ප්‍රකාශය අනුමත කර ඇත. බලන්ත: කලන මිතුරු සේවනය. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (5-1): මග්ගසංයුත්ත: 1.1.2 උපඨඨ සූත්‍රය හා 1.1.3 සාරිපුත්‍ර සූත්‍රය, පි.32, ESN:45: Maggasamyutta: 2.2 Half the Holy life, p. 1604 & 3.3 Sariputta, p. 1604.

▼ බ්‍රහ්මචාරි ජීවිතය පිලිබඳ මූලධර්ම: තායන නම් දෙවියෙක් බ්‍රහ්මචාරි ජීවිතය ගැන පැවසූ ගාථා (තායන දේව ගාථා), ඉගෙනගන්නා ලෙස බුදුන් වහන්සේ සංඝයාට අනුසාසනා කර ඇත: එම ගාථා, ඉගෙනගන්න, මැනවින් දරාගන්න, සිහිපත් කරන්න ඒවා හික්ෂුවකට මහත් ලෙසින් ප්‍රයෝජනයවේ. එම ගාථාවල බ්‍රහ්මචාරි ජීවිතය පිලිබඳ මූලධර්ම ඇතුලත්වේ: එනම්,- බ්‍රාහ්මණය, පරාක්‍රම වීරිය ඇතිකරගෙන තණ්හාව නැමති ජල ප්‍රවාහය සිඳ දමන්න, කාමආශාව දුරු කරන්න. කාමයන් ප්‍රභීණ නොකර ජාන සමාපත්ති ලැබිය නොහැකිය (සමාධිය). කළයුතු දේ කිරීමට දන්තේ නම් (මාර්ගය සම්පූර්ණ කර ගැනීමට) මහා වීරිය (දළ පරාක්‍රමය) ඇතිව එය කරගත යුතුය. අලසලෙසින් (ලිහිල්ව) ගත කරන පැවිදි ජීවිතය නිසා බොහෝ කෙළෙස් (දුච්චි) ඇතිවේ. පසුව, පසුතැවිලි ඇති කරන, වැරදි ක්‍රියා නොකර සිටීම යහපත්ය. එහෙත්, පසුතැවිලි නොම ගෙනදෙන යහපත් ක්‍රියා කිරීම සුදුසුය. යම්ලෙසක, කුසතණපත වැරදි ලෙසින් අල්වා ගත්විට අත කැපී යයි. එලෙසින්, වැරදි ලෙසින් ගත කරණ මහණකම නිසා නිරයට යාමට සිදුවේ. යම් ලෙසකින් කර්මය ලිහිල්ව ගත්තේ නම් (වැරදි කර්ම කරයි නම්), කිලිටි-කෙළෙස් ඇති ක්‍රියා කරන්නේද, සැකකටයුතු (පිරිසිදුනැති) බලසර ජීවිතයක් ගත කරන්නේනම්, එමගින් මහා ඵලය (නිවන) නො ලැබේ: “ඡිඤ්ඤාං පරකකමම කාමෙ පනුද බ්‍රාහ්මණ, නඤ්ඤාං මුනි කාමෙ නෙකතන මුපපජ්ජති.කයිරා වෙ කයිරාථෙතං දළ්භමෙනං පරකකමෙ,සිච්චො හි පරිබ්බාපො හියොයා ආකිරතෙ රජනති. අකතං දුකකතං සෙයොයා යං කඤා නානුතප්පති. කුසො යථා දුග්ගහිතො හස්මෙවානුකතනති, සාමඤ්ඤං දුප්පරාමධං නිරයායුපකඩ්ඪති. යං කිඤ්ච සිච්චං කමම සබ්බකිලිධ්ඤ්ච යං වතං, සබ්බකර්සස බ්‍රහ්මචරියං න තං හොති මහඤ්ඤති. සටහන: විස්තර පිණිස බලන්ත: ESN: notes 153-155, p. 52. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (1 ): සගාථවග්ග: දේවපුත්‍රසංයුත්ත: 2.1.8 තායන සූත්‍රය, පි. 118, ESN:2: Devaputta-samyutta:8.8. Tāyana p. 176

▼ මාර්ග බ්‍රහ්මචරියාවේ අවසානය අර්භත්වය ය.බුදුන් වහන්සේ මෙසේ වදාළහ: යමක් පිණිස (දුකින් මිදීමට) කුලපුත්‍රයෝ මැනවින් ගිහිභිගෙදර හැර දමා පැවිදිබවට (පබ්බජාව) පත්වේද, ඔවුන් මගබලසර අවසානය නම් වූ අනුත්තර අර්භත්වව මේ ජීවිතයේදීම, තමන්ගේ විශිෂ්ඨ නුවණින් අවබෝධ කර වාසය කරති. “...යසු වස්සාය කුලපුත්තා සමමදෙව ආගාරස්මා අනගාරියං පබ්බජනති, තදනුකතරං බ්‍රහ්මචරිය පරියොසානං දිට්ඨෙව ධමෙම සයං අභිඤ්ඤා සවජ්ජකඤා උපසම්පජ්ජ විහරති ති”. (he is one who, by realizing it for himself with direct knowledge, in this very life enters and dwells in that unsurpassed goal of the holy life for the sake of which clansmen rightly go forth from the household life into homelessness) . සටහන්: \* බුදුන් වහන්සේ සුජාත තෙරුන් පිලිබඳව එම ප්‍රකාශය වදාළහ.\*\* බලසර වැස අවසන් කිරීම යනු මාර

සේනාව ජය ගැනීම, අන්තිම දේහය-කය දැරීම ය. බලන්න: අන්තිම දේහධාරී, මාර සේනාව. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (2 ): නිදානවගග: භික්ඛුසංයුත්ත: 9.1.5. සුජාත සුත්‍රය, පි.452, ESN: Nidanavagga: 21:Bhikkhusamyutta: 5. Sujata, p. 926.

▼ බලසර වාසය කරන පිළිවෙල: බුදුන් වහන්සේ මෙසේ වදාළහ: “මහණෙනි, ශික්‍ෂා අනුසස් කොට ඇති, ප්‍රඥාව උතුම් කොට ඇති, විමුක්තිය හරය කොට ඇති, සමෘතිය අධිපති කොට ඇති ඒ බලසර වසනු ලැබේ”. මූලාශ්‍ර:අංගු.නි: (2): 4 නිපාත: 4.5.5.3 සික්ඛාපද ආනිසංස සුත්‍රය, පි.490 හා බු.නි: ඉතිවුත්තක: 2.2.9 ශික්‍ෂා ආනිසංස සුත්‍රය,පි.398.

▼ බුදුන් වහන්සේ වෙත බලසර ජීවිතය ගතකිරීමේ අරමුණ කුමක්ද? බුදුන් වහන්සේ වෙත බලසර වසන්නේ ඇයි ද? යයි වෙනත් අය ඇසුවිට, දුක මනාව අවබෝධ කර ගැනීම පිණිස බුදුන් වහන්සේ වෙත බලසර ජීවිතය ගත කරන්නේ යයි පිළිතුරු දීම නිවැරදි ය යි බුදුන් වහන්සේ භික්ෂුන්හට වදාළහ. සටහන: ඒ දුක අවබෝධ කිරීමේ මග නම් අරිය අට මගය. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි (5-1), මග්ග සංයුත්තය, 1.1.5 කිමත්ථිය සුත්‍රය, පි.38, ESN:45: Maggasamyutta: 5.5. What purpose, p. 1608

▼ බුදුන් වහන්සේ වෙත බලසර වාසය කිරීමේ අරමුණ, සැරියුත් මහා තෙරුන් මෙසේ පෙන්වා ඇත: ඇවැත්නි,දුක පිරිසඳ දැනගැනීම පිණිස භාග්‍යවතුන් වහන්සේ වෙත බලසර වාසය කරමි...“දුකබසස බො ආවුසො පරිඤ්ඤාසං භගවති බුහමවරියං වුසසති ති. සටහන: දුක අවබෝධ කිරීමේ මග නම් අරිය අට මගය යි සැරියුත් මහා තෙරුන් ප්‍රකාශ කර ඇත. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි:(4 ): සලායතන වග්ග: ජම්බුබාදක සංයුත්ත:4.1.4 කිමත්ථිය සුත්‍රය, පි.502, ESN: IV: 38 Jambukhādakasamyutta: 4. For What Purpose? p. 1398.

▼ එක්සමයක, මහාලී ලිච්ඡවී, බුදුන් වහන්සේගෙන් මෙසේ විමසූහ: “...දේවරූප දැකීම හා දේව භඩ ඇසීම පිණිස ආදිවු සමාධි ලබාගැනීම පිණිස, බුදුන් වහන්සේ වෙත කෙනෙක් පැවිදි ජීවිතය ගත කරන්නේද?” බුදුන් වහන්සේ මෙසේ වදාළහ: එවැනි සමාධි පිණිස නොව, ඒවාට වඩා උසස්වූ, උතුමවූ ධර්මතා සාක්ෂාත් කර ගැනීම පිණිස, මා වෙත බලසර ජීවිතය ගත කරනි.එනම්: සෝතාපන්න, සකදාගාමී, අනාගාමී හා අරහත් මග එල සාක්ෂාත් කර ගැනීම පිණිසය, දුකින් මිදීම පිණිසය. ඒවා, ඒකාංග ආදී සමධිවලට වඩා උසස්ය, උතුම්ය. සටහන: එම උතුම් මග එල සාක්ෂාත් කිරීමේ මග හා ප්‍රතිපදාව ආරිය අටමග යයි බුදුන් වහන්සේ වදාළහ. මූලාශ්‍ර: දීස.නි: (1): 6 මහාලී සුත්‍රය, පි. 340, EDN: 6: Mahāli Sutta: About Mahāli- Heavenly Sights, Soul and Body, p. 118.

▼ බුදු සසුනේ බලසර විසීම පිළිබඳව වෙනත් ආගමිකයන් -අන්තොටු පිරිවැජ්ජියෝ (අඤ්ඤාතික්‍ෂීයා පරිබොජකා- the wanderers of other sects) ප්‍රශ්ණ කරණවිට මෙසේ පිළිතුරු දියයුතුය යයි බුදුන් වහන්සේ භික්ෂුන්ට අවවාද වදාරා ඇත: බලසර වාසයකිරීමේ අරමුණු: 1) රාගය දුරුකිරීම පිණිස -විරාගය පිණිසය (රාගවිරාගසං- the fading away of the lust) 2) සංයෝජන ප්‍රහාණය පිණිස (සංයොජනපහානසං--for the abandoning of the fetters) 3) අනුසය -නිදිගත් කෙලෙස් නැසීම පිණිස (අනුසය සමුඤ්ඤාතසං -uprooting of the underlying tendencies) 4)

සසර ගමන (අදන් මග) පිලිබඳ මනා අවබෝධය ලැබීම පිණිස (අධ්‍යානපරිඤ්ඤා - for the full understanding of the saṃsāra) 5) ආසව ක්‍රියාකිරීම -ආසවක්ඛය පිණිස (ආසවානං ඛයං -for the destruction of the taints) 6) විද්‍යාවිමුක්තිය පසක් කරගනු පිණිස - අරහත් මාර්ග දොනය හා ඵලය -(විජ්ජාවිමුක්තිඵල-සවච්චිකිරියායාති - for the realization of the fruit of true knowledge and liberation) 7) ඤාන අවබෝධය හා දර්ශනය පිණිස (ඤාණදක්‍ෂණානං - for the sake of knowledge and vision) .8) උපදාන රහිතව පිරිනිවීම පිණිස (අනුපදාපරිනිබ්බානං- for attaining final Nibbāna without clinging) . සටහන: එම කරුණු ඉටුකර ගැනීමේ පටිපදාව ආර්ය අට මගය යි බුදුන් වහන්සේ වදාළහ. මූලාශ්‍ර:සංයු.නි: (5-1): අඤ්ඤානිකීයා පෙය්‍යාලො සුත්‍ර: 1.5.1, 1.5.2, 1.5.3, 1.5.4, 1.5.5, 1.5.6, 1.5.7, 1.5.8, පි.71, ESN: V: Wanders of the other sects: 41.1 to 48.8 suttas, p. 1649.

▼ අංගුලිමාල තෙරුන්, ජාතිය අවසන් කිරීම, අරහත්වයට පත්වීම, බලසර වාසය නිමාකරගැනීම යයි බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා තිබේ: “...බිණා ජාති, වුසිතං බ්‍රහ්මචරියං, කතං කරණීයං, නාපරං ඉක්කමායාති අබ්බඤ්ඤාසී. අඤ්ඤතරො ව ඛො පනායසමා අබ්ගුලිමාලො අරහතං අහොසී”. ජාතිය නිමවිය, මගබලසර වාසය නිමවන ලදී, කළයුතු දේ කරනලදී, නැවත උපතකට පැමිණීමක් නැත. අංගුලිමාල තෙරුන් අරහත්වය ලැබූහ. (Birth is destroyed, the holy life has been lived, what had to be done has been done, there is no more coming to any state of being). මූලාශ්‍ර: ම.නි: (2 ): 2.4.6. අංගුලිමාල සූත්‍රය, පි. 532, EMN: 86 Angulimāla Sutta, p.643.

▼ බ්‍රහ්මචරියාව යනු, ලාභ සත්කාර කිරීම් ප්‍රශංසා අනුසස්... ශිලසම්පත්තිය අනුසස්... සමාධි සමාපත්ති අනුසස්... ඤාණ දර්ශනය අනුසස් සඳහා නොවේ. බලසර විසීමේ සාරය-හරය නම් කුපිතවීම නොමැති- නිසලවූ විත්ත විමුක්තිය (අකුප්පා වෙනෝ විමුක්ති) ලැබීම පිණිසය. එනම්, අරහත්වය පිණිසය. එය බලසර විසීමේ නිමාව බව බුදුන් වහන්සේ වදාළහ: “...ඉති ඛො භික්ඛවෙ නයිදං බ්‍රහ්මචරියං ලාභසකකාරසිලොකානිසංසං, න සීලසමපදානිසංසං, න සමාධිසමපදානිසංසං න ඤාණදක්‍ෂණානිසංසං. යාව ඛො අයං භික්ඛවෙ අකුප්පා වෙනොවිමුක්ති, එතදක්ඛිදං භික්ඛවෙබ්‍රහ්මචරියං එතං සාරං. එතං පරියොසානනති” (this unshakeable deliverance of mind that is the goal of this holy life, its heartwood, and its end). මූලාශ්‍ර: ම.නි: (1 ):1.3.9.මහාසාරෝපම සූත්‍රය, පි.482, EMN: 29-The Greater Discourse on the Simile of the Heartwood, p.271.

▼ බලසර වාසය කිරීම දුක නිමා කරගැනීම පිණිස බව බාලපණ්ඩිත සූත්‍රයේ පෙන්වා ඇත. අනුවණ පුද්ගලයා (බාලයා) දුක නැතිකර ගැනීම පිණිස බලසර වාසය නොකළ නිසා මරණයෙන් පසු ඔහු යළි උපතකට පැමිණේ. එහෙත් නුවණැති (පණ්ඩිතයා) උතුම් පුද්ගලයා දුක අවසන් කිරීමේ අරමුණ ඇතිව බලසර වාසය කළ නිසා ඔහුට යළි උපතක් නොවේ. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි:(2 ):නිදානවගග-1.2.9 බාල පණ්ඩිත සූත්‍රය, පි.

60, ESN: 22: Nidanavagga: 19.9- The wise man and the fool, p. 635

▼ **බඹසර විසීම යනු** අරිය අටමග සම්පූර්ණ කරගැනීමය.බඹසර ජීවිතය නිසා ලැබෙන ඵලය යනු සෝතාපන්න, සකදාගාමී, අනාගාමී හා අරහත් ඵල ලැබීමය, බඹසර විසීමේ අර්ථයනම් රාග දෝස හා මෝහ යන අකුසල් සහමුලින්ම ප්‍රභිණය කිරීමය. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (5-1): මග්ගසංයුත්ත: 1.1.6, භික්ඛු සූත්‍රය, පි. 40 හා පටිපත්තිවග්ග: බ්‍රහ්මවරිය සූත්‍ර 1.4.9 -1.4.10 සූත්‍ර, පි. 69, ESN: 45: Maggasamyutta: 6.6. A Certain Bhikkhu, p. 1609 & IV: Practice: 39.9 -40.10 suttas, p.1647.

▼ **බ්‍රහ්මවරියා වාසය** (මග බඹසර-ශාසනබ්‍රහ්මවරියාව) ජනයාගේ පැසසුම් පිණිස නොවේ යයි මෙහි දක්වා ඇත. බ්‍රහ්මවරියා වාසය, කෙළෙස් ප්‍රභිණය පිණිසය. මූලාශ්‍රය: බු.නි:ඉතිවුත්තක:ජනකුහන සූත්‍ර 2කි, පි.384.

▼ **දිගුකලක් කිස්සේ ශීලය** ඇතිව, සමාධිය ඇතිව, නිවන අරමුණකොට යහපත් ලෙසින් බඹසර වාසය කරන පැවිද්දන්ට සක් දෙවිදුන් පවා නමස්කාර කරනබව මෙහි පෙන්වා තිබේ. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (1 ): සක්කසංයුත්ත: සක්කනමස්සාන සූත්‍රය, පි. 44, ESN: 11: Sakkasamyutta: 18.8 Sakk’s Worship, p. 485.

▼ **වෙනත් සූත්‍ර මූලාශ්‍ර: 1. ම.නි.27: චූළභත්ථීපදෝපම සූත්‍රය:** බඹසර වැස නිමකිරීම අරහත්වය බව දක්වා ඇත. **2. ම.නි.28: මහාභත්ථී පදෝපම සූත්‍රය:** තථාගතයන් වහන්සේ, පරම සම්පූර්ණ හා පරම පිරිසුදු බ්‍රහ්මවරියා ජීවිතය ප්‍රකාශකළ බව සඳහන් වේ. **3. ම.නි.34 චූළ ගෝපාලක සූත්‍රය:** පිරිසුදු බඹසර ජීවිතය අවසන් කළ රහතන්වහන්සේ මාර ප්‍රවාහය තරණය කර සුවසේ එතෙරට (නිවනට) පැමිණිබව දක්වා ඇත. **4. ම.නි. 24: රථවීනික සූත්‍රය:** බුදුන් වහන්සේ අසල බඹසර ජීවිතය ගතකිරීමේ අභිප්‍රාය, නිවන සාක්ෂාත් කරගැනීම පිණිස බව පෙන්වා ඇත.

▲ **බ්‍රහ්මජාලය-The Supreme Net: බ්‍රහ්මජාලය:** මහා දැල ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ බුදුන් වහන්සේගේ ධර්මයට පටහැනි විවිධ දිවිඨි හා මත වලට හසුවී සසර දික් කරගැනීමය. එවැනි මිථ්‍යාදිවිඨි සහගත දැල් 64ක් ගැන මේ සූත්‍රයේ විස්තරාත්මකව පෙන්වා ඇත. බලන්න: දීස.නි: බ්‍රහ්මජාල සූත්‍රය.

▲ **බ්‍රහ්මදේව තෙර -Brahmadeva Thera:බලන්න:** උපග්‍රන්ථය:1.

▲ **බ්‍රහ්මදණ්ඩනය-Brhmadandanaya:** බ්‍රහ්මදණ්ඩනය විනය නීතියකි. අකිකරු සංඝයා කීකරු කරගැනීම පිණිස පනවා ඇත. එම දණ්ඩනය ලැබූ භික්ෂුව සමග සෙසු සංඝයා කථා බහේ නොයෙදේ. **සටහන්:\*** මහා පරිනිබ්බාන සූත්‍රයේ: වන්න තෙරුන්හට බ්‍රහ්මදණ්ඩනය පැනවීම දක්වා ඇත. **\*\*** වින.පි: මහාවග්ග පාලි1: ප්‍රස්තාවනාව: වන්න තෙරුන්හට බ්‍රහ්මදණ්ඩනය පැනවීම විස්තර කර ඇත. බලන්න: උපග්‍රන්ථය:1.

▲ **බ්‍රහ්මවරිය පංචම ශිබපද- Brahmacariyapañcamāni sikkhāpadāni** බ්‍රහ්මවරිය පංචම ශිබපද ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ, මාර්ගඵල ලත් ගිහියෙක්, පංච ශීලයේ 3 නි ශිබ පදය ( කාමේසු මිච්චාචාරා) වෙනුවට



බුන්මවාරිව (කම්සැප හැර) වාසය කිරීමට සමාදන්වීමය. උග්ග විසාලා නුවර ගහපති හා උග්ග හන්ථිගාම ගහපති මේ ශිලය සමාදන්වූ ගිහි උපාසකයන්ය. බලන්ත: EAN:note: 1678, උපග්‍රන්ථය:ගිහි ශ්‍රාවකයෝ, අෂ්ඨ ආශ්වරිය අද්භූත ධම්ම. මූලාශ්‍ර:අංගු.නි: (5): 8 නිපාත:ගපතිවග්ග: 8.1.3.1 හා 8.1.3.2 සූත්‍ර, පි.122, EAN:8: 21.1. & 22.2 suttas, p. 423.

▲ බුන්මවාරියෝගධ- Grounded upon the holy life: බුන්මවාරියෝගධ ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ, බුන්මවාරි ජීවිතයේ පදනම ලබා ඇතිබවය, එනම් සෝතාපත්තබව ලැබූබවය. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (5-2): මහාවග්ග: සෝතාපත්තසංයුත්ත: 11.1.2 බුන්මවාරියෝගධ සූත්‍රය, පි. 164, ESN:55:Sothapatthisamyutta: 2.2 Grounded,p.2184.

▲ බුන්මයානය -Brhmayaanaya: බුන්මයානය යනු උත්තම යානය. බුන්මයානය- ශ්‍රේෂ්ඨ යානය ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ ආරිය අටමගය. ඒ මග යානාවක් කරගත්විට, නිවනට පැමිණිය හැකිය. බලන්ත: ආරියඅටමග. මූලාශ්‍ර: සංනි: (5-1):මහාවග්ග:මග්ගසංයුත්ත:1.1.4 බ්‍රාහ්මණ සූත්‍රය, පි. 36, ESN: 45: Maggasamyutta: 4.4 The Brahmin, p. 1606.

▲ බුන්මරාජයෝ: පාලි: බ්‍රහ්මරාජෝ- Great gods: බුන්ම රාජයෝ ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ උසස් බුන්ම ලෝකවල වාසය කර දෙවියන්ය. ඔවුන් දේවලෝක වෙනත් දේවලෝකවල දෙවියනට වඩා අනුභාව සම්පන්නය. බුද්ධ ධර්මය පිළිගත් සමහර බුන්ම රාජයෝ කලින් කලට කාමාවචර දේවලෝක වලට පැමිණ ධර්මය දේශනා කරන බව සූත්‍ර දේශනා වල පෙන්වා ඇත. සටහන: මහා බුන්ම රාජයා,දහසක් ලෝකධාතුවට (thousand fold world system) අධිපතිය, අග්‍රය. බලන්ත:අංගු.නි:10 නිපාත:10.1.3.9 . ප්‍රථම කොසල සූත්‍රය.

▼ සූත්‍ර දේශනාවල දක්වා ඇති බුන්මරාජයන් ගැන විස්තර:

1. සහම්පති බුන්මරාජ- Brahma Shampathi: සහම්පති බුන්ම, බුන්ම ලෝකයේ වැඩසිටින, බුදුන් වහන්සේ අනුගමනය කරන උතුම් බුන්මරාජයෙකි. බුදුන් වහන්සේ බැහැදැක, සහම්පති බුන්මරාජ තමන් ධර්මයේ අනුගාමිකයෙක් බව මෙසේ දක්වා ඇත:

“වහන්ස, පෙර මම කසුප් සම්මාසම්බුදුන් කෙරෙහි බඹසර කෙළෙමි. එහිදී මා ‘සහක මහණ’ ලෙසින් හඳුන්වා ඇත. එහිදී මම පසිඳුරන් වැඩු බැවින් බහුල කල බැවින් කාමජන්දය දුරු කොට, සෝහන ගති ඇති බඹලොව උපත ලැබුවෙමි. එහි, මා ‘සහම්පති බඹ’ යයි හඳුන්වයි”. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (5-1): මහාවග්ග: බොජ්ඣංගසංයුත්ත:3.2.8 බුන්මසූත්‍රය, පි.328.

▼ සහම්පති බුන්මරාජ බුදුන් වහන්සේ බැහැදැකීම: වින.පි.මෙසේ දක්වා ඇත:

“සම්මා සම්බෝධිය ලැබූ බුදුන් වහන්සේට, උන්වහන්සේ අවබෝධ කරගත වතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය, පංච කාමයෙන් ඇලුන පාට්ඨන ලෝකයාට අවබෝධ කිරීම දුෂ්කර යන කල්පනාව පහළවූහ. එම අවස්ථාවේදී, එම සිතුවිල්ල දත් සහම්පති බුන්ම රාජයා, බුදුන් වහන්සේ වෙත පැමිණ ධර්මය දහම අවබෝධ කරගත හැකි ලෝක

සත්කියන් ගේ යහපත පිණිස ධර්මය දේශනා කරන්න යයි පැවසූහ. බුදුන් වහන්සේ, සහම්පති බ්‍රහ්ම රාජයාගේ ඇරයුම පිළිගත්හ”. සටහන්: \* සංයු.නි: (1) සගාථවග්ග: බ්‍රහ්මසංයුත්ත: 6.1.1. ආයාචනා සූත්‍රයේද: සහම්පති බ්‍රහ්ම රාජයා දහම් දෙසීමට ආයාචනා කළ විස්තරය දක්වා ඇත. \*\* බුදුන් වහන්සේගේ පරිනිබ්බාන යෙන් පසු සහම්පති බ්‍රහ්ම රාජයා වදාළ ගාථා විස්තර පිණිස බලන්න: මහාපරිනිර්වාණ සූත්‍රය. මූලාශ්‍රය: චිත.පි: මහාවග්ග: අජපාල කතා: 4: සහම්පති බ්‍රහ්ම, පි. 89.

▼ සංයු.නි: (5-1) බොජ්ඣංගසංයුත්ත: කෝකාලික වග්ග යේ, බුදුන් වහන්සේ, සම්බෝධිය ලබා, අජපාලනුගරුක අසල වැඩවසනවිට, සහම්පති බ්‍රහ්ම රාජයා, උන්වහන්සේ බැහැදැකීම පිලිබදව සූත්‍ර කිහිපයකම විස්තර කර ඇත. බලන්න: ගාරව සූත්‍රය,

▼ අංගු.නි: 10 නිපාක: 10.2.4.9 කෝකාලික සූත්‍රයේ මෙසේ දක්වා ඇත: “ විශිෂ්ටවූ රූපාලංකාරයෙන් යුත් සහම්පති බ්‍රහ්මරාජයා, මැදියම් රැයේදී ජේතවනාරාමය ඒකාලෝක කරමින්, පැමිණ, භාග්‍යවතුන් වහන්සේ කරා එළඹ, බුදුහිමිට වැද එකත්පස්ව සිට මෙසේ පැවසූහ: ‘වහන්ස, කොකාලික මහණ මළේය; සැරියුත් මුගලන් උතුමන් හට අපහාස කළ ඔහු පදුම නිරයේ උපත ලැබීය”. බලන්න: කෝකාලික භික්ෂුව.

▼ සංයු.නි: (1) බ්‍රහ්ම සංයුත්ත: බ්‍රහ්මදේව සූත්‍රයේදී, සහම්පති බ්‍රහ්මරාජයා, බ්‍රහ්ම හෝම කරන බැමිණියකට, ඇයගේ පුත්‍රයා වූ බ්‍රහ්මදේව රහතුන්ගේ ගුණ පවසා ඇය ධර්මයේ ස්ථාපිත කිරීම පිලිබද විස්තර මෙහි දක්වා ඇත. බලන්න: උපග්‍රන්ථය: බුද්ධ ශ්‍රාවකයෝ. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (1) සගාථවග්ග: බ්‍රහ්මසංයුත්ත: 6.1.3 බ්‍රහ්මදේව සූත්‍රය, පි.280, ESN:6: Brhmasamyutta:3.3 Brhmadeva, p.328.

▼ සංයු.නි: (1) බ්‍රහ්ම සංයුත්ත: දේවදත්ත සූත්‍රයේ, සහම්පති බ්‍රහ්මරාජයා, බුදුන් වහන්සේ බැහැදැක, දේවදත්ත භික්ෂුව, පරිභානියට පත්වීම ගැන පවසා ඇත.

2. සනං කුමාර බ්‍රහ්මරාජ- Brahma Sanankumaara: සනං කුමාර බ්‍රහ්මරාජයා, සක්දෙවිඳු හා තව්නිසා දෙවිලෝකයේ දෙවියන්ට ධර්මය දේශනා කල බව මේ සූත්‍රයේ විස්තරව දක්වා ඇත. සටහන්: සනංකුමාර යන්තෙහි තේරුම සදාකල්හිම තරුණබවය. මෙතුමා උසස් බ්‍රහ්ම රාජයෙකි. අටුවාවට අනුව, මිනිස්ලොවදී ජාන සමාපත්ති ලබා, මියයෑමෙන් පසු මේ උතුමා බ්‍රහ්ම ලෝකයේ පහලවුහ. මිනිස්ලෝකයේදී ඔහු දැරූ රූපසම්පත්තිය, බ්‍රහ්මලෝකයේදී ද එතුමාට හිමිවූබව දැක්වේ. බලන්න: EMN: note 566, p. 1117. මූලාශ්‍ර: දීස.නි: (2) 5. ජනවසහ සූත්‍රය, පි. 322, EDN: 18 Janavasabha Sutta, p. 209.

▼ අංගු.නි: 11 නිපාක: 11.1.10, මොරනිවාප සූත්‍රයේ: බ්‍රහ්ම සනංකුමාර, බුදුන් වහන්සේ ගේ ශ්‍රේෂ්ඨබව දක්වා ඇත.

▼ සංයු.නි: (1) බ්‍රහ්මසංයුත්ත: පරිනිබ්බාන වග්ග: සනංකුමාර බ්‍රහ්ම, බුදුන් වහන්සේ බැහැදැකීමට පැමිණීම විස්තර කර ඇත.

3. තුදු බ්‍රහ්මරාජයා- Brahma Thudu: බ්‍රහ්ම තුදු, පව්චේක බ්‍රහ්මරාජයෙකි (තනිව හැසිරෙන). අටුවාවට අනුව ඔහු, කොකාලික භික්ෂුවගේ උපාධ්‍යාය ය. අනාගාමී ව මනුලොචින් වූතව බ්‍රහ්මලෝකයේ පහළවුහ.

කොකාලික භික්ෂුව, අගසව්දෙනමට ආර්ය උපවාදය කලබව ඇසූ බ්‍රහ්ම තුදු, කොකාලිකට සිදුවිය හැකි හානිය දැක, මනුලොවට පැමිණ, ඔහුට එසේ නොකරන ලෙසට අවවාද කිරීම පිලිබඳ විස්තරය මේ සූත්‍රයේ පෙන්වා ඇත. බලන්ත: EAN:note 2112, p. 682. සටහන: සංයු.නි: (1) තුදුබ්‍රහ්ම සූත්‍රයේ මේ සමාන විස්තරයක් දක්වා ඇත. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (6): 10: නිපාත, 10.2.4.9. කොකාලික සූත්‍රය, පි.331, EAN, 10: 89.9. Kokalika, p. 530.

**4. බක බ්‍රහ්ම රාජයා- Brahma Baka:** බක බ්‍රහ්ම රාජයා, බ්‍රහ්මස්ථානය නිත්‍ය යන වැරදි දිවියේ දැරීම හා බුදුන් වහන්සේ ඔහු කෙරෙහි අනුකම්පාවෙන්, බඹ ලොවට පැමිණ කරුණු දක්වා ඔහුගේ මතය නිදොස් කිරීම පිලිබඳ විස්තර මේ සූත්‍රවල පෙන්වා ඇත. බලන්ත: සංයු.නි: (1) බ්‍රහ්මසංයුත්ත: බකබ්‍රහ්ම සූත්‍රය, ම.නි: බ්‍රහ්මනිමන්තනික සූත්‍රය. සටහන: බුදුන් වහන්සේ පෙර භවයකදී, බකබ්‍රහ්මගේ ‘කප්ප’ නම් අතවැසියාව සිටිබව මේ සූත්‍රයන්හි දක්වා ඇත.

**5. සටිකාර බ්‍රහ්ම- Brahma Ghaṭikāra:** කස්සප බුදුන් වහන්සේ වැඩසිටි සමයේ, උන්වහන්සේගේ ප්‍රධාන දායකයා ලෙසින් දක්වා ඇත්තේ සටිකාර නම් වළං සාදන්තෙක්ය. ඒ ගිහි ජීවිතයේදී, සටිකාර ගේ මිතුරාවුවේ, ජෝතිපාල නම් බ්‍රාහ්මණයාය. (ගෝතම බුදුන් වහන්සේ). අනාගාමීවූ ඔහු, මරණින් මතු සටිකාර බ්‍රහ්ම ලෙසින් අවිභ බ්‍රහ්ම ලෝකයේ පහළවුහ. බලන්ත: \* ම.නි: සටිකාර සූත්‍රය. \*\* බ්‍රහ්මලෝකයේ සිට බුදුන් වහන්සේ බැහැදැකීමට පැමිණ විස්තරය: සංයු.නි: (1) දේවතාසංයුත්ත: සටිකාර සූත්‍රයේ විස්තරාත්මකව දක්වා ඇත.

**6. පච්චේක බ්‍රහ්ම සුබ්‍රහ්ම හා සුද්ධාවාස:** සුබ්‍රහ්ම හා සුද්ධාවාස යන පච්චේක බ්‍රහ්මයන් බුදුන් වහන්සේගේ අනුගාමිකයන්ය. බලන්ත: සංයු.නි: (1) බ්‍රහ්මසංයුත්ත: පමාදසූත්‍රය.

▲ **බ්‍රහ්මඤ්ඤ-Brhmancha:** බ්‍රහ්මඤ්ඤ ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ ශ්‍රේෂ්ඨබවය-ශ්‍රේෂ්ඨත්වය- උතුම්බවය. ශ්‍රේෂ්ඨබව යනු අරියආටමගය, ශ්‍රේෂ්ඨබවලැබීමේ ඵලය සිව්මග සිව්ඵල ලබීමය, කෙළෙස් මුල් ක්‍ෂය කිරීමය. එහෙත්, ලෝකයේ ශ්‍රේෂ්ඨත්වය ලැබුවෝ ස්වල්පය. බලන්ත: සංයු.නි: (5-1) මග්ගසංයුත්ත: පටිපත්තිවග්ග: බ්‍රහ්මඤ්ඤ සූත්‍ර 2 හා සච්චසංයුත්ත: 12.7.9 බ්‍රහ්මඤ්ඤ සූත්‍රය.

▲ **බ්‍රහ්ම විහාර:** පාලි: බ්‍රහ්මවිහාර- brahma-vihārā -sublime states/divine abodes: බ්‍රහ්මවිහාර යනු උත්තරිතරවූ, ශ්‍රේෂ්ඨවූ, අප්‍රමාණවූ, මහග්ගත්වූ සිතක් ඇතිව වාසය කිරීමය. බ්‍රහ්මවිහරණය උතුම්ලෙසින් සලකන්නේ, උතුම් සිතක් ඇතිව වාසය කිරීමෙන් තමන්ට මෙන්ම සියලු ලෝක සත්ත්වයන්ට සැනසීම හා ශාන්තිය ලබා දීමට හැකියාව ඇති නිසාය. බලන්ත: මෙත්තා සූත්‍රය.

**බ්‍රහ්ම විහාර සතරකි:** 1) මෛත්‍රිය-loving-kindness - අන්‍යයන්ගේ සුභසාධනය හා සැපත පිලිබඳව කෙනෙක්තුළ ඇති කැමැත්ත 2) කරුණාව- compassion or pity: දයාව, අනුන්ගේ දුක පිලිබඳව සිතේ ඇති සහකම්පනය-අනුකම්පාව 3) මුදිතාව-altruistic joy- gladness at other’s success - අන්‍යයන් තුළ ඇති යහපත් ගුණ පිලිබඳව හා ඔවුන්ගේ

සමාද්ධිය පිළිබඳව සිතේ ඇති සතුටුව 4) උපෙක්ඛාව-equanimity, even-mindedness- අන්‍යන් පිළිබඳව වෙනස්කමක් හෝ නොසැලකිල්ලක් නොමැතිව සිතේ ඇති අපක්ෂපාති, මධස්ථ ආකල්පය. බලන්ත: EMN. Note 95, p.1072. සටහන්:අංගු.නි: (6) 11 නිපාත: 11.2.6, අට්ඨකනාගර සූත්‍රයේ: බ්‍රහ්මවිහාර වැඩිම නිවනට මගක් ය යි පෙන්වා ඇත. \*\* අංගු.නි: (6) 10 නිපාත: 10.5.1.9. කරජකාය සූත්‍රය: සතර බ්‍රහ්ම විහාර පරිපූර්ණත්වයට පත්කරගැනීමෙන් උපෙක්ඛා සහගත වේතෝවිමුක්ති ඇතිකරගත් ආර්ය ශ්‍රාවකයාට -අනාගමීඛව හෙතුකොටගෙන මෙලොව විඳීමට ඇති කර්ම වලින් නිදහස් විය හැකියයි පෙන්වා ඇත. සටහන: මෙත්තා, කරුණා, මුදිතා, උපෙක්කා යන සතර බ්‍රහ්ම විහරණ , හදවත තුළ ඇතිකරගතයුතු අසීමිත, අපරිමිත ගුණධර්මයන්ය. කෙනෙකුට මේ විහරණ තුළින් ආධ්‍යාත්මික ශක්තිය, සිතේ සාමය හා සමාදානය ඇතිවේ. බලන්ත: හිතක මහිම 1, කටුකුරුන්දේ ඤාණානන්ද හික්ෂුව, පහන්කනුව ධර්ම දේශනා. ශබ්දකෝෂ: පා.සි.ශ: පි.387: “බ්‍රහ්මවිහාර: මෙත්තා කරුණා, මුදිතා, උපෙක්කා යන උත්තම ධර්ම සතරින් යුක්තව විසීම, මහා බ්‍රහ්මහට මේ ධර්ම නොසිඳී පවතී”.B.D: p.78: “brahma-vihāra: the 4 sublime state- divine abodes - 4 boundless states (appamaññā)...” P.T.S: p. 1122: “...brahma vihāra: sublime or divine state of mind, blissful meditation. There are 4 such "divine states," viz. mettā, karuṇā, muditā, upekkhā

▼ බ්‍රහ්මවිහරණය මගින් උතුම් මහඵල ලබාගැනීමේ ක්‍රම විධිය:

“මෙතකඤ්ච සබ්බලොකසමීං - මානසං භාවයෙ අපරිමාණං  
උද්ධං අධො ව තිරියං ව - අසම්බාධං අවෙරං අසපතතං”

උඩ, යට හා සිව් දිසාවේ සිටින සියලු ලෝක සත්ත්වයන් කෙරෙහි, කිසිම බාධාවකින් තොරව, වෛරවේතනා නැතිව, සතුරු බැවින් තොරව, අප්‍රමාණවූ මෙත්තාසහගත සිත වඩාගන්න.

“තිට්ඨං වරං නිසිනෙනා වා - සයානො වා යාවතසුඤ්ඤා විගතමිද්ධො  
ඵතං සතිං අධිට්ඨෙය්‍යා - බ්‍රහ්මමෙතං විහාරං ඉධමාහු”

හිඳගෙන සිටිනවිට හෝ සිටගෙන සිටිනවිට හෝ ඇවිදිනවිට හෝ සයනය කරණවිට මෙත්තා සහගත සිත ඇතිව වාසය කිරීමට අදිටන් කරගන්නේ නම්, ඒ තාක්කල් පහවූ අලසබව ඇතිව, උතුම් බ්‍රහ්මවිහරණයෙන් වාසය කළ හැකිවේ.

“දිට්ඨිං ව අනුපගමම සීලවා- දසුනෙනා සමපනෙනා

කාමෙසු විනෙය්‍යා ගෙධං - න හි ජාතු ගඛහසෙය්‍යාං පුනරෙතී ති”

සම්මාදිට්ඨියට පැමිණ, ශීලසම්පන්නව, දිට්ඨිසම්පන්නව, කාමයට ඇති ගිජුබව දුරුකර (බ්‍රහ්මවිහරණයෙන්) වාසය කරනවිට, ඒකාන්තයෙන්ම නැවත මව් ගැබකට නො පැමිණෙන්නේය. සටහන්: \* දිට්ඨියට පැමිණීම යනු ආත්ම දෘෂ්ඨිය හැරදැමීම- සෝතාපන්න බව ලැබීම \*\* ශීල සම්පන්න- ලෝකෝත්තර ශීලය- සේබ ශීලය තිබීම \*\* දිට්ඨිසම්පන්න- බුදුන් වහන්සේ ගේ බුද්ධත්වය ස්ථිරවම පිළිගැනීම-සෝතාපන්න

වීමෙන්. \*\* නැවත මව් ගැබකට නොපැමිණීම- අනාගාමීව සුද්ධාවාසයක පහළවීම. බලන්න: දිවයිසම්පන්න, සෝතාපන්න, අනාගාමී. මූලාශ්‍රය: බු.නි: බුද්ධක පාඨ: 9: මෙත්තා සූත්‍රය, පි. 47.

▼ බ්‍රහ්මචිහාර වැඩීමෙන් බ්‍රහ්ම ලෝකයේ උපත ලබා ගත හැකිය. බ්‍රහ්මලෝකයේ උපත ලබාගැනීමේ පටිපදාව බුදුන් වහන්සේ මෙසේ පෙන්වා ඇත: 1) නීවරණ පහකර සතුටු සිතින් සමාධිය ලබාගත් මහණ මෙත්තා සහගත සිත ඇතිව, සියලුම දිසාවන්හි (සතරදිසාව හා උඩ, යට) සිටින සියලු ලෝක සත්වයන් තමා හා සමාන කර සලකමින් ඔවුන් කෙරෙහි විපුලවූ, මහත්වූ, අප්‍රමාණවූ, අවෛරය සහගතවූ මෛත්‍රිය පතුරුවමින් වාසය කරයි. එම මෛත්‍රී වෛතෝ විමුක්තිය (වායාපාදයෙන් මිදීම- liberation of the heart through loving-kindness) නිසා ඔහුගේ කාමාවචර ලෝකය හා බැඳුණ කර්ම ඉතිරිනොමැතිව ගෙවීයයි. 2)... කරුණා සහගත සිත ඇතිව, සියලුම දිසාවන්හි (සතරදිසාව හා උඩ, යට) සිටින සියලු ලෝක සත්වයන් තමා හා සමාන කර සලකමින් ඔවුන් කෙරෙහි විපුලවූ, මහත්වූ, අප්‍රමාණවූ, අවෛරය සහගතවූ කරුණාව පතුරුවමින් වාසය කරයි. එම කරුණා වෛතෝවිමුක්තිය (liberation of the heart through compassion- හිංසාකාරී බැවින් මිදීම) නිසා ඔහුගේ කාමාවචර ලෝකය හා බැඳුණ කර්ම ඉතිරිනොමැතිව ගෙවීයයි. 3) ... මුදිතා සහගත සිත ඇතිව, සියලුම දිසාවන්හි (සතරදිසාව හා උඩ, යට) සිටින සියලු ලෝක සත්වයන් තමා හා සමාන කර සලකමින් ඔවුන් කෙරෙහි විපුලවූ, මහත්වූ, අප්‍රමාණවූ, අවෛරය සහගතවූ මුදිතාව පතුරුවමින් වාසය කරයි. එම මුදිතා වෛතෝවිමුක්තිය (liberation of the heart through sympathetic joy - ඉරිසියාව, අරතිය ආදී කෙළෙස් පහවේ) එමනිසා ඔහුගේ කාමාවචර ලෝකය හා බැඳුණ කර්ම ඉතිරිනොමැතිව ගෙවීයයි. 4) ... උපේක්ඛා සහගත සිත ඇතිව, සියලුම දිසාවන්හි (සතරදිසාව හා උඩ, යට) සිටින සියලු ලෝක සත්වයන් තමා හා සමාන කර සලකමින් ඔවුන් කෙරෙහි විපුලවූ, මහත්වූ, අප්‍රමාණවූ, අවෛරය සහගතවූ උපේක්ඛාව පතුරුවමින් වාසය කරයි. එම උපේක්ඛා වෛතෝවිමුක්තිය (liberation of the heart through equanimity - මධ්‍යස්තඛව ඇතිවේ, පටිසය නැතිවේ) නිසා ඔහු ගේ කාමාවචර ලෝකය හා බැඳුණ කර්ම ඉතිරිනොමැතිව ගෙවීයයි.

සටහන්: \* ම.නි. වත්ථුපම සූත්‍රයේ බ්‍රහ්මචිහරණ ගැන විස්තර දක්වා ඇත. බලන්න: ම.නි (1)1.1.7 වත්ථුපම සූත්‍රය, පි. 102,EMN:7 Vatthūpama Sutta-The Simile of the Cloth, p.103. මූලාශ්‍ර: දිස.නි: (1 ): 13 තේවිජ්ජා සූත්‍රය, පි. 610, EDN: 13 Tevijja Sutta: The Threefold Knowledge -The Way to Brahma, p.142.

▼ සතර බ්‍රහ්ම චිහාර නිස්සරණිය ධාතුන්ය. (elements of escape) මෙත්තා කරුණා මුදිතා හා උපේක්ඛා වෛතෝවිමුක්ති, නිසසරණ ධාතු ලෙසින් බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත. එම විමුක්තියන් සාක්ෂාත් කරගැනීම පිණිස භාවනා අරමුණ: මෙත්තා හෝ කරුණා ආදීවශයෙන් සිතේ වඩාගතයුතුය; පුන පුනා බහුල කරගත යුතුය, යානාවක් කරගතයුතුය, පදනමක් කරගතයුතුය, ඉෂ්ටකරගත යුතුය, තහවුරුකරගත යුතුය, මනාව ප්‍රගුණ කළ යුතුය. බලන්න: නිස්සරණිය ධාතු. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: ( 4 ): 6 නිපාතය: 6.1.2.3 නිස්සාරණිය සූත්‍රය, පි. 40, EAN:6: 13.3 Escape, p. 321.

▼ සතර බ්‍රහ්මචිහාර මගින් සිත විමුක්තියට පත් කරගැනීම: මේ පිළිබඳව අන්‍යආගමිකයන් ප්‍රශ්න කරනවිට මෙසේ කටයුතු කරන්න යයි, බුදුන් වහන්සේ සංඝයාට උපදෙස් වදාළහ. ඔවුන් ගෙන් මෙලෙස ප්‍රශ්න කළයුතුය: 1) සතර බ්‍රහ්ම චිහාර (මත්තා, කරුණා, මුදිතා, උපේක්ඛා වේතෝවිමුක්තිය) කුමන ආකාරයට වැඩිය යුතුද- එහි ගතිය කුමක්ද? 2) කුමක් උතුම් කොට ඇත්තේද? 3) කුමන ඵලයක්- අනුසස් ඇත්තේද? 4) කුමක් කෙළවර කොට - අවසන්කර ඇත්තේද?

“කිංගතිකා හොති කිංපරමා හොති කිම්පලා කිංපරියොසනා?”

( Bhikkhus, when wanderers of other sects speak thus, they should be asked: ‘Friends, how is the liberation of the mind by lovingkindness... compassion... altruistic joy... equanimity developed? What does it have as its destination, its culmination, its fruit, its final goal). සතර බ්‍රහ්ම චිහාර වැඩීම: මේ සසුනේ මහණ, විවේකයසහිත, විරාගයසහිත, නිරෝධයසහිත වොස්සග්ගයපරිණාම කොට ඇති (නිවන අරමුණු කොට) සත් සම් බොජ්ඣංග ධර්ම වඩයි.

1) ඉහත ආකාරයෙන් මත්තා වේතෝ විමුක්තිය වඩාගැනීමෙන් ලැබෙන උතුම් බව, ඵලය හා අවසානය.

උතුම් බව ලැබීම: සුභ හෝ අසුභ නිමිති පිළිබඳව පස් ආකාරයකින් කටයුතු කිරීමට හැකියාව ලැබීම. 1. සුභ දෙයක, අසුභය - පිළිකුල්බව බලමින් වාසය කිරීමට - May I dwell perceiving the repulsive in the un-repulsive 2. අසුභ දෙයක, සුභය - බලමින් වාසය කිරීමට- May I dwell perceiving the un-repulsive in the repulsive. 3. සුභ හා අසුභ දේ පිළිබඳව අසුභය බලමින් වාසය කිරීමට- May I dwell perceiving the repulsive in the un-repulsive and in the repulsive 4. සුභ හා අසුභ දේ පිළිබඳව සුභය බලමින් වාසය කිරීමට - May I dwell perceiving the un-repulsive in the repulsive and in the un-repulsive 5. සුභ අසුභ දෙකම මග හරිමින්, උපේක්ඛා සහගතව, සති සම්ප්‍රජන්‍යය ඇතිව වාසය කිරීමට- Avoiding both the un-repulsive and the repulsive, may I dwell equanimously, mindful and clearly comprehending.

“ සො සචෙ ආකඛබ්බති අප්පටිකක්‍රලෙ පටිකක්‍රලසඤ්ඤි විහරෙය්‍යන්ති පටිකක්‍රලසඤ්ඤි තස් විහරති. සචෙ ආකඛබ්බති පටිකක්‍රලෙ අප්පටිකක්‍රලසඤ්ඤි විහරෙය්‍යන්ති අප්පටිකක්‍රලසඤ්ඤි තස් විහරති. සචෙ ආකඛබ්බති අප්පටිකක්‍රලෙ ච පටිකක්‍රලෙ ච පටිකක්‍රලසඤ්ඤි විහරෙය්‍යන්ති පටිකක්‍රලසඤ්ඤි තස් විහරති. සචෙ ආකඛබ්බති පටිකක්‍රලෙ ච අප්පටිකක්‍රලෙ ච අප්පටිකක්‍රලසඤ්ඤි විහරෙය්‍යන්ති අප්පටිකක්‍රලසඤ්ඤි තස් විහරති. සචෙ ආකඛබ්බති පටිකක්‍රලෙ ච අප්පටිකක්‍රලෙ ච පටිකක්‍රලසඤ්ඤි විහරෙය්‍යන්ති පටිකක්‍රලසඤ්ඤි තස් විහරති. සචෙ ආකඛබ්බති අප්පටිකක්‍රලඤ්ච පටිකක්‍රලඤ්ච තදුභයං අභිනිවජ්ජෙඤ්ච උපෙබ්බකො විහරෙය්‍යං සතො සම්පජානොති උපෙබ්බකො තස් විහරති සතො සම්පජානො.

එහි ඵලය: සුභවිමෝක්‍ෂයක් ලැබීම- he enters and dwells in the deliverance of the beautiful.

“ සුභපරමාභං භික්ඛවෙ, මෙත්තා වෙතොවිමුක්තිං වදාමි”

එහි අවසානය: ප්‍රඥාවන්ත භික්ෂුව උතුම් විමුක්තිය නො ලැබුවහොත් (අරහත්වය) ‘සුභය’ කෙළවර කොට ඇත. (Bhikkhus, the liberation of mind by lovingkindness has the beautiful as its culmination, I say, for a wise bhikkhu here who has not penetrated to a superior liberation)

සටහන: මෙත්තා වේතෝ විමුක්තිය ඇතිව වාසය කරන භික්ෂුවට සුභවර්ණ කසිනයක් -නිල් පැහැය ආදීවූ (beautiful color kasina) අරමුණු කොට ජාන සමාපත්තිය ලබා සුභ විමොක්ෂය ලබාගත හැකිය බලන්න: සිංහල විසුද්ධි මාර්ගය, 3 පරිච්ඡේදය.

එහි අවසානය: ප්‍රඥාසම්පන්න භික්ෂුව, අරහත්වයට පත් නොවීනම්, මෙත්තා වේතෝවිමුක්තිය ‘සුභය’ කෙළවර කොට ඇත.

2 ) ඉහත දැක්වූ මෙත්තා වේතෝ විමුක්තිය වඩන ආකාරයෙන් කරුණා වේතෝ විමුක්තිය වඩා ගත යුතුය:

උතුම්බව ලැබීම: සුභ හෝ අසුභ නිමිති පිලිබඳව පස් ආකාරයකින් කටයුතු කිරීමට හැකියාව ලැබීම (ඉහත දක්වා ඇති පරිදි)

එහි ඵලය: ආකාසානඤ්චායතනයට පැමිණ වාසය කිරීම.

සටහන: කරුණා වේතෝ විමුක්තිය ඇතිව වාසය කරන භික්ෂුව, රූපයේ ආදීනව මෙනෙහිකර ඉන් නිදහස්වීම පිණිස ආකාසානඤ්චායතනය සංඥාව වඩා, රූපලෝකයෙන් නිදහස්වේ. බලන්න: සිංහල විසුද්ධි මාර්ගය, 3 පරිච්ඡේදය.

එහි අවසානය: ප්‍රඥාසම්පන්න භික්ෂුව, අරහත්වයට පත් නොවීනම්, කරුණා වේතෝවිමුක්තිය, ආකාසානඤ්චායතනය කෙළවර කොට ඇත.

3) ඉහත දැක්වූ මෙත්තා වේතෝ විමුක්තිය වඩන ආකාරයෙන් මුදිතා වේතෝ විමුක්තිය වඩා ගත යුතුය.

උතුම්බව ලැබීම: සුභ හෝ අසුභ නිමිති පිලිබඳව පස් ආකාරයකින් කටයුතු කිරීමට හැකියාව ලැබීම (ඉහත දක්වා ඇති පරිදි)

එහි ඵලය: විඤ්ඤානඤ්චායතනයට පැමිණ වාසය කිරීම

සටහන: මුදිතා වේතෝ විමුක්තිය ඇතිව වාසය කරන භික්ෂුවට පහසුවෙන්ම විඤ්ඤානඤ්චායතන සංඥාව වඩාගත හැකිය. බලන්න: සිංහල විසුද්ධි මාර්ගය, 3 පරිච්ඡේදය.

එහි අවසානය: ප්‍රඥාසම්පන්න භික්ෂුව, අරහත්වයට පත් නොවීනම්, මුදිතා වේතෝ විමුක්තිය,විඤ්ඤානඤ්චායතනය කෙළවර කොට ඇත.

4 ) ඉහත දැක්වූ මෙත්තා වේතෝ විමුක්තිය වඩන ආකාරයෙන් උපේක්ඛා වේතෝ විමුක්තිය වඩා ගත යුතුය.

උතුම්බව ලැබීම: සුභ හෝ අසුභ නිමිති පිලිබඳව පස් ආකාරයකින් කටයුතු කිරීමට හැකියාව ලැබීම (ඉහත දක්වා ඇති පරිදි)

එහි ඵලය: ආකිඤ්චඤ්ඤායතනයට පැමිණ වාසය කිරීම

සටහන: උපේක්ඛා වේතෝ විමුක්තිය ඇතිව වාසය කරන භික්ෂුවට, සියලු සුඛ දුක වේදනා වලින් සිත මුදාගැනීමට හැකියාව ඇත. එමනිසා ඔහුට පිලිබදව ආකිඤ්චඤ්ඤායතන සංඥාව වඩාගත හැකිය. බලන්න: සිංහල විසුද්ධි මාර්ගය, 3 පරිච්ඡේදය.

එහි අවසානය: ප්‍රඥාසම්පන්න භික්ෂුව, අරහත්වයට පත් නොවීනම්, උපේක්ඛා වේතෝ විමුක්තිය, ආකිඤ්චඤ්ඤායතනය කෙළවර කොට ඇත.

සටහන: ඉහත විමුක්ති 4 පිලිබදව යහපත් ලෙසින් පිළිතුරු දීමට හැකි වන්නේ තථාගතයන් වහන්සේට හෝ උන්වහන්සේගෙන් ධර්මය උගත් ශ්‍රවකයෙක් හට පමණි. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (5-1): බොජ්ඣංග සංයුත්ත: 2.6.4 මෙත්තා සූත්‍රය, පි.246 , ESN: Maggasamyutta: Bojjanga: 54.4 Accompanied by Lovingkindness p. 1797.

▼ වෙනත් මූලාශ්‍ර: 1. “The Four Sublime States” by Nanamoli Thera, Wheel 6, BPS, 1958: ‘...brhma-vihara, a tern which may be rendered as excellent, lofty or sublime states of mind or alternatively, as Brahma-like, god-like, or divine abodes’ (සටහන: මෙහි සතර බ්‍රහ්මවිහාර විස්තරාත්මකව දක්වා ඇත). 2. The Practice of Loving-kindness’-as taught by the Buddha in the Pali Canon: p.4, Compiled and translated from the Pali by Nanamoli Thera, The Wheel-Selections, Vol.1, BPS, 1981. 3. පැරැණිසිංහල පොත්: සද්ධර්මාලංකාරය, පි. 52, ‘...කිරි බින්දුවක් දොවන වේලාව වැනි සුළු වේලාවක් තුලදී වුවද සියලු සතුන් කෙරෙහි මෙන් සිත් පතුරුවා මෙත්තා භාවනාව කරන්නේ නම් අපමන යහපත් විපාක ලැබේ’: 4. හිතක මහිම 1, කටුකුරුන්දේ ඤාණානන්ද භික්ෂු, පහන්කනුව ධර්ම දේශනා, පි.9, 2006: ‘...සිව්බඹ විහරණය යනු හදවතක් තුළ අසීමිත අපරිමිත ලෙසේ මුදාහළ යුතු ගුණ ධර්ම පෙළකි. පුළුල්ව වඩාගත් කල, සමාජය කෙෂ්ත්‍රයට අධ්‍යාත්මික ශක්තිය, සමාදානය උදාකර දෙයි...මෙත්තා, කරුණා, මුදිතා, උපෙක්කා යන සතර බඹ විහරණ , හදවත තුල ඇතිකරගතයුතු අසීමිත, අපරිමිත ගුනධර්මයන්ය. කෙනෙකුට මේ විහරණ තුලින් ආධ්‍යාත්මික ශක්තිය, සිතේ සාමය හා සමාදානය ඇතිවේ”.

▲ බ්‍රහ්මලෝක: පාලි: බ්‍රහ්මලෝක-Brahmaloka- higher worlds: උසස් බ්‍රහ්ම දෙව්වරුන් වසන රූප ලෝක හා අරූප ලෝක බ්‍රහ්මලෝක ලෙසින් හඳුන්වති. (rūpa-loka -world of form/ fine-material world, arūpa-loka-formless/ immaterial world). සුත්‍රදේශනාවන්ට අනුව රූප ලෝක හා අරූප ලෝකවල පහළවන්නේ, මේ ලෝකයේදී උසස් ජාන හා සමාපත්ති ලැබූ උතුම් පුද්ගලයන්ය. ශබ්දකෝෂ: පා.සි.ශ: පි.387: “බ්‍රහ්මයන්ගේ ලෝකය, බඹලොව”.B.D: p. 78: “brahma-loka: brahma-world, is a name for the fine-material and immaterial world". P.T.S: p. 1121: “brahma god, a happy & blameless celestial being, an inhabitant of the higher heavens -brahma-loka; in which to be reborn is a reward of great merit’



▼ **බ්‍රහ්ම ලෝකවල පහළවීමේ පටිපදාව:** බ්‍රහ්ම දෙව්වරු, බ්‍රහ්ම ලෝක හා එම ලෝකවලට යන පිළිවෙළද, එම පටිපදාව ( බ්‍රහ්මවිහාර) පුරුදුපුහුණු කළ කෙනෙක්, බ්‍රහ්මලොව පහළවන්නේ නම් ඒ ගැන දන්නා බව බුදුන් වහන්සේ වදාරා ඇත:

“ ... කථාගතස්ස බ්‍රහ්මලොකෙ වා බ්‍රහ්මලොකගාමිනීයා වා පටිපාදාය පුට්ඨස්ස දකායිතතතං වා චිකායිතතතං වා, බ්‍රහ්මනඤ්චාහං ... පජානාමි බ්‍රහ්මලොකඤ්ච බ්‍රහ්මලොකගාමිනීඤ්ච පටිපදං. යථාපටිපනෙනා බ්‍රහ්මලොකං උපපනෙනා, තඤ්චපජානාමි’ ති”

බලන්න: බ්‍රහ්මවිහාර.මූලාශ්‍ර: දීඝ.නි: (1):13 තේවිජ්ජා සූත්‍රය, ඡේදය: 40, පි. 610, EDN: 13 Tevijja Sutta: The Threefold Knowledge -The Way to Brahma, p.142.

▼ **සත්කයන් යළි උපත ලබන වාසස්ථාන 31 න් අවසාන ස්ථාන 20** බ්‍රහ්ම ලෝකවේ. **සටහන: බලන්න:** The thirty-one abodes, EDN:p. 32, සත්කාවාස, විඤාන ස්ථාන. **රූපලෝක:** එම බ්‍රහ්ම ලෝක අතුරින් පළමු 16 රූප බ්‍රහ්ම ලෝකවේ- රූපාවචර බ්‍රහ්මලෝක. සිව්ජාන සාක්ෂාත් කරගැනීමෙන් රූප ලෝකයන්හි පහළවීමට හැකිවේ. **සටහන්:** \* පළමු රූප ලෝක:1-3 ප්‍රථමධ්‍යාන භූමි ලෙසින්ද 4,5, 6 යන බ්‍රහ්ම ලෝක තුන ද්විතීයධ්‍යාන භූමි ලෙසින් ද 7.8.හා 9. තෘතීයධ්‍යාන භූමි ලෙසින් ද හඳුන්වයි. රූපාවචර චතුර්ථධ්‍යානය - සතරවෙනි ජානය උපදවා නොපිරිහී කලුරිය කර උපත ලබන බ්‍රහ්මල 10,11 චතුර්ථධ්‍යාන භූමි ලෙසින් හඳුන්වයි. 12-16 අනාගාමී උතුමන් පහළවන සුද්දාවාස බ්‍රහ්ම ලොව පහ පිහිටා ඇත: ඒවා පංච සුද්දාවාස ලෙසින් හඳුන්වයි. \*\* පූරිසගති සූත්‍රයේ අනාගාමී උතුමන් පංච ඔරමභාගීය සංයෝජන පහකර අනාගාමීව, සුද්දාවාසයන්හි පහළවනබව දක්වා ඇත. **බලන්න:** අංගු.නි: (4) 7 නිපාතය, පූරිසගති සූත්‍රය, පි. 402, EAN:7: 55.2. Destinations of persons, p. 387.

**රූප බ්‍රහ්ම ලෝක:**

1) **බ්‍රහ්ම පරිසජ්ජා - බ්‍රහ්මපාරිසද්දා (Retinue of Brahma) :** මහා බ්‍රහ්මරාජයාට පරිවාරකම් කරණ බ්‍රහ්ම දෙවියන් මේ ලෝකයේ වැඩ වසති (මහාබ්‍රහ්මානං පාරිසජ්ජා පරිවාරකාති බ්‍රහ්මපාරිසජ්ජා: විහඩගපුකරණය) ප්‍රථම ජානය වඩාගත් පුද්ගලයන්, මෙලොවින් වුනවු පසු පහළවන්නේ මේ බ්‍රහ්මලොවෙහිය, ඔවුන්ගේ ආයුෂ අසංඛ්‍ය කල්පයකින් 1/3 කි.

2) **බ්‍රහ්ම පුරෝහිත (Ministers of Brahma) :** මහාබ්‍රහ්මයන්ගේ පුරෝහිත භාවයෙහි සිටියා වූ බ්‍රහ්මයෝ බ්‍රහ්මපුරෝහිත ලෙසින් හඳුන්වයි. මේ බ්‍රහ්ම ලොව පහළ වන්නේද, මේ ලොවදීම පළමු ජාන සම්පත් ලැබූ අයය, ඔවුන්ගේ ආයුෂ අසංඛ්‍යකල්පයකින් අඩකි(1/2)

3) **මහා බ්‍රහ්ම (Great Brahmās)**

මේ බ්‍රහ්ම ලොව පහළවන අය, වර්ණයෙන් හා දීර්ඝ ආයුෂ ඇතිහෙයින් මහා බ්‍රහ්මයන් ලෙසින් හඳුන්වයි. ඔවුන් මෙලොවදී ප්‍රථම ජාන සම්පත් යහපත් ලෙසින්ම වඩා ඇත, ඔවුන්ගේ ආයුෂ අසංඛ්‍ය කල්පයකි. මේ බ්‍රහ්ම

ලොව වසන මහාබ්‍රහ්මයන් සහස්සබ්‍රහ්ම- සක්වල දහසකට අධිපති,  
ද්විසහස්සබ්‍රහ්ම- සක්වල දෙදහසකට අධිපති ආදී වශයෙන් විවිධවේ.

4) පරිත්තආභා (Devas of Limited Radiance): මෙහි වෙසෙන බ්‍රහ්ම දෙව්වරුන්ට අල්ප ආලෝකයක් ඇති නිසා පරිත්තආභා ලෙසින් ඔවුන් හඳුන්වති (පරිත්තා ආභා එතේසන්ති පරිත්තආභා).දෙවන ජාන සමාපත්ති ලබා මෙහි පහළවන ඔවුන්ගේ ආයුෂ මහා කල්ප දෙකකි.

5) අප්පමානආභා දේව(Devas of Unbounded Radiance): මෙහි වෙසෙන බ්‍රහ්ම දෙව්වරු අප්‍රමාණ ආලෝකය ඇති අයවේ. දෙවන ජාන සමාපත්ති ලබා මෙහි පහළවන ඔවුන්ගේ ආයුෂ මහා කල්ප හතරකි.

6) ආහස්සර (Devas of Streaming Radiance): මෙහි වෙසෙන බ්‍රහ්ම දෙව්වරුගේ කයෙන් ගිනිදැල් වැනි විශාල දීප්තිමත් ආලෝකධරා නිකුත්වේ. දෙවැනි ජාන සමාපත්තිය යහපත් ලෙසින් ලැබූ ඔවුන් ගේ ආයුෂ මහාකල්ප අටකි.

සටහන්: \* යම්කලක ලෝක විනාශය සිදුවනවිට, බොහෝ සත්ත්‍වයෝ ආහස්සර බඹලොව උපත ලබන බව බුදුන් වහන්සේ වදාළහ. එමනිසා ඒ දේවලෝකය අග්‍ර යයි දක්වා ඇත. බලන්ත: කල්ප. \*\* ආහස්සර දෙවියන් දෙවන ජාන සමාපත්ති ලබා එම දේවලෝකයේ පහලව ඇත. බලන්ත: විඥාන ස්ථාන. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (6 ): 10 නිපාත: 10.1.3.9.ප්‍රථම කොසල සූත්‍රය,පි.134, EAN-10: The Great Chapter, 29.9 Kosala-1, p. 505, අංගු.නි (6) 10-නිපාත- 3මහා වග්ග, 10.1.3.9. ප්‍රථම කෝසල සූත්‍රය,පි. 134 , EAN-10: The Great Chapter, 29.9 Kosala-1, p. 505 \*\* බ්‍රහ්ම ලෝකවල දීර්ඝ ආයුෂ ගැන බලන්ත: කල්පය.

7) පරිත්තසුභා (Devas of Limited Glory) : තෙවෙනි ජාන සමාපත්තිය මෙලොව ලැබූ අය මේ බ්‍රහ්ම ලෝකයේ පහළවේ. අල්පවූ, එකඟ සහිත නිශ්චල ආලෝකයක් ඇති නිසා ඔවුන් පරිත්තසුභ යයි හඳුන්වයි (පරිත්තා සුභා එතේසන්ති පරිත්තසුභා) ආයුෂ මහා කල්ප 16 කි.

8) අප්පමානසුභා (Devas of unbounded Glory): තෙවෙනි ජාන සමාපත්තිය ලැබීම නිසා මේ බඹ ලොව පහලවූ මොවුන් අප්‍රමාණවූ, එකඟ සහිත නිශ්චල ආලෝක දරති, ආයුෂ මහා කල්ප 32 කි.

9) සුභකින්තා (Devas of Refulgent Glory): තෙවෙනි ජාන සමාපත්තිය යහපත්ලෙස ලැබූ මේ බ්‍රහ්ම දෙව්වරුන් ඉතා පැහැපත් රන් මෙන් දිලිසෙන ආලෝක ඇත, සුභවූ, රන්පැහැති ආලෝක ඇතිනිසා සුභ කින්තා ලෙසින් හඳුන්වයි, ආයුෂ මහා කල්ප 64 කි.

සටහන: කල්පවිනාශයක් ජලයෙන් සිදුවන විට ජල මට්ටම, මේ දෙව්ලොකය තෙක් උසට පැතිරේ. බලන්ත: කල්ප.

10) වෙහස්ඵලා (Vehapphalā deva- devas of great fruit): සිව් ජාන ලබා මහත්වූ යහපත් ඵල විපාක ඇතිනිසා, මේ බඹ ලොව දෙවියන් වෙහස්ඵල- විපුලවූ ඵල දරණ ලෙසින් හඳුන්වති (විපුලා ඵලා එතේසන්ති වෙහස්ඵලා). ආයුෂ මහා කල්ප 500 කි. සටහන: කල්පවිනාශයක් සුළහින් සිදුවන විට ඒ සුළං, මේ දෙව්ලොකය තෙක් පැතිරේ.බලන්ත: කල්ප.

**11) අසංඥසත්තා (Unconscious beings):** සංඥා විරහිත වූ සත්ත්වයන්ගේ උත්පත්තිය සිදුවන බඹ ලෝකය අසංඥ සත්වය ලෙසින් හඳුන්වයි. කසිණ භාවනා මගින් ජාන සමාපත්ති උපදවා, සිත නිසා කෙළෙස් ඇතිවෙන බවත්, සිත නොමැතිබව යහපත්ය යයි සිතා, සිතේ දොස් දැක භාවනා වඩා මේ බ්‍රහ්ම ලෝකයේ පහළවේ. රූපස්කන්ධය පමණක් පහළ වන බැවින් මෙම අසංඥ තලය ‘එක වෝකාර භවය’ ලෙස ද හැඳින්වේ. ආයුෂ මහා කල්ප 500 කි.

**12) අවිහා (Devas not Falling Away):** මෙලොව අනාගමීව සිට, වුතවීමෙන් පසු මේ බඹ ලොව පහළවේ. කාමරාග, පටිස නොමැති නිසා මේ බ්‍රහ්ම ලෝක සුද්ධාවාස ලෙසින් හඳුන්වයි. තමන් ලැබූ උතුම් ආධ්‍යාත්මික සම්පත්තියෙන් නොපිරිහෙන නිසා, මේ උතුමන් අවිහා බ්‍රහ්මදෙවියන් ලෙසින් නම්කර ඇත (අත්තනෝ සම්පත්තියා න භායන්ති න විහායන්තිති අවිහා ). සද්ධාඉන්ද්‍රිය අධික ආර්ය උතුමන් මෙහි පහළවේ. මහාකල්ප 1000 ක් ආයුෂ වේ.

**13) අතප්පා (Untroubled devas):** මේ බ්‍රහ්ම ලෝකයද අනාගාමී උතුමන් පහළවන සුද්ධාවාසයකි. කසිම ආකාරයකින් අනුන් නොතවන බැවින්- කරදරපීඩා නොදෙන නිසා, මේ බ්‍රහ්ම දෙවිවරු අතප්ප ලෙසින් හඳුන්වයි (න කඤ්චි සත්තං තප්පන්තිති අතප්පා). සති ඉන්ද්‍රිය අධික ආර්ය උතුමන් මෙහි පහළවේ, ආයුෂ මහාකල්ප 2000ක් වේ.

**14) සුදස්සා (Beautiful or Clearly Visible devas):** සුද්ධාවාසයකි. සොඳුරු වූ, දැකුම්කළු වූ, විශිෂ්ට රූප ඇති, ප්‍රසාදය ගෙනදෙන අර්ථයෙන් මේ බඹ ලොව වැසියන් සුදස්ස බ්‍රහ්ම ලෙසින් හඳුන්වති (සුන්දරා දස්සනා අභිරූපා පාසාදිකාති සුදස්සා). වීර්ය ඉන්ද්‍රිය අධික ආර්ය උතුමන් මෙහි පහළවේ. මෙහි මහාකල්ප 4000 ක් ආයුෂ වේ.

**15) සුදස්සි දේව ලෝකය (Clear-Sighted devas):** සුද්ධාවාසයකි. යහපත් ලෙසින් අවබෝධ කර ඇති බැවින් හා සොඳුරු දැකුමක් ඇති නිසා මේ බ්‍රහ්ම දෙවිවරු සුදස්සි ලෙසින් හඳුන්වති (සුචුද්‍ර පස්සන්ති සුන්දර මේතේසං වා දස්සනන්ති සුදස්සි). සමාධි ඉන්ද්‍රිය අධික ආර්ය උතුමන් මෙහි පහළවේ. මහාකල්ප 8000 ක් ආයුෂ වේ.

**16) අකනිට්ඨා - අකනිටා බඹලොව (Peerless devas):** සුද්ධාවාසයකි. සියලු ගුණ ධර්ම හා භව සම්පත්ති යෙන් ජේෂ්ඨවන නිසා, ඔවුන්ට පහළ කනිෂ්ඨයන් එහි නොමැතිනිසා මේ බ්‍රහ්ම ලෝකය අකනිට්ඨා ලෙසින් හඳුන්වයි. ජීවිතය නමැති දියපාරේ ඉහලට ගිය- උදංසොත - අකනිට්ඨාගාමී වේ. ප්‍රඥා ඉන්ද්‍රිය අධික ආර්ය උතුමන් මෙහි පහළවේ. මහා කල්ප 16000 ක් ආයුෂ වේ. **සටහන:** මේ සූත්‍රයේදී අනාගාමී උතුමන් අකණිටා බඹලොව පහළවන බව දක්වා ඇත. **බලන්න:** අංගු.නි (6) 10 නිපාතය, 10.2.2.3 නිට්ඨංඛිගත සූත්‍රය, පි. 244, EAN:10:64.4 Unwavering, p. 519.

අවසාන බ්‍රහ්ම ලෝක 4 අරූප බ්‍රහ්ම ලෝකවේ.

සූත්‍ර දේශනාවලට අනුව අරූප බ්‍රහ්ම ලෝක යනු රූපයක් නැති (අරූපි), සිත පමණක් ඇති බ්‍රහ්ම දෙවිවරු සිටින උසස්තම ලෝකයන්ය. අරූප

සමාපත්ති වර්ධනය කරගත් පුද්ගලයෝ, මරණින් මතු මේ බ්‍රහ්මලෝකවල පහළවේ. අරූප බ්‍රහ්ම ලෝක, අරූපභවය-අරූපධාතුව, අරූපලෝක ලෙසින්ද හඳුන්වයි.

සටහන්: \* අරූපකායික: රූපය නොමැති සිත පමණක් ඇති. අරූපාවචර සිත යනු අරූප ලෝකවල ප්‍රතිසන්ධි (යළි උපත) වශයෙන් හැසිරෙන සිතය. යළි උපතට හේතුවන විඤානයය .මේ බ්‍රහ්මලෝකවල රූපස්කන්ධ පහළ නොවන අතර නාමස්කන්ධ පමණක් පහළ වේ. එසේ නාමස්කන්ධ සතර පමණක් පහළ වන බැවින් මෙම අරූප භූමි: ‘වතුචෝකාර භව’ ලෙස ද හැඳින්වේ. අරූපසඤ්ඤා යනු අරූපය කෙරෙහි පවත්නා සංඥාවය, එනම් අරූප ලෝකයේ පහළවීම පිණිස ඇතිවෙන සංඥාවය. අරූප ලෝකයන්හි පහළවීම පිණිස දියුණු කරගන්නා සමාපත්ති- අරූප සමාධි- අරූපඡාන ලෙසින් හඳුන්වයි. \*\* ම.නි. සල්ලෙඛ සූත්‍රයේදී, බුදුන් වහන්සේ අරූපසමාපත්ති ලබාගැනීම පිළිබඳව විස්තර කර තිබේ. එම සමාපත්ති ලබන පුද්ගලයන් ආර්ය චිත්තයේ ‘ශාන්තචිතරනය’ ලබන අයවේ (සනතා එතෙ විහාරා අරියසස චිත්තය- peaceful abiding in the Noble One’s Discipline). ම.නි (1) සල්ලෙඛ සූත්‍රය, පි. 112, EMN :8 - Effacement, P. 108.

**අරූප බ්‍රහ්ම ලෝක 4:**

**17) ආකාසානඤ්ඤාභවයතනය (Ākāśānañcāyatana- Sphere of Infinity of Space):** ආකාසානඤ්ඤාභවයතන සමාපත්තිය උපදවා නොපිරිහුණු ධ්‍යානයෙන් යුත් පුද්ගලයා ඒ ආකාසානඤ්ඤාභවයතන විපාක චිත්තයෙන් මෙහි ප්‍රතිසන්ධි ගනී. අනන්ත වූ ආකාශප්‍රඥප්තිය අරමුණු කොට ‘අනන්තො ආකාසො’ යනුවෙන් පරිකර්ම කර ආකාසානඤ්ඤාභවයතනය උපදවයි. මහාකල්ප 20,000 ක් ආයුෂ වේ.

සටහන: මේ අරූප ලෝකය, පස්වෙනි විඤාන ස්ථානයවේ. බලන්න: විඤාණ ස්ථාන.

**18) විඤ්ඤානඤ්ඤාභවයතනය (Viññāṇañcāyatana-Sphere of Infinity of Consciousness):** ආකාසානඤ්ඤාභවයතන චිත්තයේ අනන්ත බව අරමුණු කොට ‘අනන්තං විඤ්ඤාණං’ යැයි පරිකර්ම කිරීමෙන් විඤ්ඤාණඤ්ඤාභවයතනය උපදවන අතර ඒ විඤ්ඤාණඤ්ඤාභවයතන සමාපත්තියෙන් නොපිරිහුණු පුද්ගලයා ඒ විපාක සිතෙන් මෙහි උපදී. මහාකල්ප 40,000 ක් ආයුෂ වේ.

සටහන: මේ අරූපලෝකය හයවෙනි විඤාන ස්ථානයය. බලන්න: විඤාණ ස්ථාන.

**19) ආකිඤ්චඤ්ඤාභවයතනය (Ākiñcaññāyatana- Sphere of Nothingness ) :** කිසිවක් නොමැති බව හෙවත් නාස්තිප්‍රඥප්තිය අරමුණු කර ‘නසී කිඤ්චී’ යැයි වැඩීමෙන් ආකිඤ්චඤ්ඤාභවයතනය උපදවන අතර ඉන් නොපිරිහී කල්පරිය කර මෙහි උපත ලබයි. මහාකල්ප 60,000 ක් ආයුෂ වේ.

සටහන්: \*මේ අරූප ලෝකය හත්වෙනි විඤාන ස්ථානයය. බලන්න: විඤාණ ස්ථාන. \*\* මේ අරූප ආයතනයේ සංඥාව අග්‍රවේ. බලන්න: අග්‍ර දේ-අනිච්චබව.

**20) නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය (Nevasaññānāsaññāyatana-Sphere of Neither- Perception-Nor-Non- Perception):**

ආකිඤ්චඤ්ඤායතන ධ්‍යාන විත්තයේ ශාන්ත ස්වභාවය සහමුලින්ම මැඩ පවත්වාගෙන මෙය “ශාන්තය, මෙය උතුම්ය” (සන්තමේතං

පණිතමේතං’) යයි හවනා සමාපත්තිය වැඩීමෙන් නේවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන සමාපත්තිය ලබයි. එම සමාපත්තිය ඇතිව සමවැදිය හැකි කලුරිය කර නේවසඤ්ඤා නාසඤ්ඤායතනයේ උපත ලබයි. මෙහි ආයුෂ මහාකල්ප 84,000 ක් වේ.

**සටහන:** \* නේවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන සමාපත්තිය, ආකිඤ්චඤ්ඤායතන සමාපාත්තියට වඩා විශිෂ්ඨ හා උසස්ය ය:

“...සබ්බසො ආකිඤ්චඤ්ඤායතනං සමතිකකමම ‘සන්තමේතං, පණිතමේතං’නති-නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනං උපසම්පජ්ජ විහරති”

**සටහන්:** \* අරූපසමාපත්ති පිලිබඳ විස්තර පිණිස බලන්න අංග.නි.(6)10 නිපාත, 10.2.5.9. උපාලි සූත්‍රය, පි.390, EAN:10: V,99.9 Upaali, p. 538 :අංග.නි: (6) 11-නිපාත, 11.2.6, අට්ඨකනාගර සූත්‍රය, පි.674, EAN: 11: II Recollection, 16.6 Dasama, p.573

▼ වෙනත් මූලාශ්‍ර: 1. ලෝවැඩ සඟරාවේ මෙසේ දක්වා ඇත:

සිත මිස කය නැති බඹ ලොව සතරකි

සිත නැතිවම කය ඇති බඹ තලයකි

මෙද සත පින් කොට උපදින පෙදෙසකි

එහි උපනත් කුසලක් නොම කල හැකි

සිත ඇති, රූපයක් නැති බ්‍රහ්ම ලෝක 4 ක්වේ. රූපය ඇති එක් අසඤ්ඤ බ්‍රහ්මලෝකයක්වේ. තමන් කල පිං අනුව මේ ලෝකවල ඉපදුන ද එහිදී පුණ්‍යක්‍රියා කළ නොහැකිවේ. ලෝවැඩ සඟරාව: විද්‍යාගම මෙමුනිය හිමි (www.thirvak.org)

2. “බ්‍රහ්මයෝ වනාහි කාමලෝකයේ දෙවියන්, මිනිසුන් මෙන් පස්කම් සැප යෙහි ඇලුන කොටසක් නොවේ. බුදුවරුන්ගේ ධර්මය අසා දැන භාවනා යෝගීව වාසය කරති. ඔවුන්ගේ නුවණ තියුණුය, එනිසා ධර්මය වහා අවබෝධ කල හැකිවේ මගඵල ලබා නිවන අවබෝධ කරගැනීමට සමත්ය”. බෝධිපාක්ෂික ධර්ම විස්තරය, සම්පාදක: රේරුකානෝ වන්දවිමල මහනාහිමි, පි.36 3. ‘ලෝකවිදු – කිස් එක් තලය දැනගනිමු’: බ්‍රහ්ම ලෝක ගැන විස්තරාත්මකව පෙන්වා ඇත: මහාවිහාරය-අන්තර්ජාල ලිපිය <https://mahaviharaya.lk/article/29325#>

▲ බ්‍රහ්මලෝක සංචාරය-Travel to Brhmaloka: මේ සූත්‍රයේදී බුදුන් වහන්සේ හා මහා මුගලන්, මහා කාශ්‍යප, මහාකප්පින, අනුරුද්ධ ආදීවූ ශ්‍රාවක සංඝයා, බ්‍රහ්මලෝකයකට පැමිණීම, එහි තේජෝධාතු සමාපත්තියෙන් වැඩසිටීම දක්වා ඇත. යම්කිසි බ්‍රහ්මදෙවියකුට ඇතිවූ ලාමක දිට්ඨියක් පහ කිරීම පිණිස එසේ පැමිණි ඇත. බුදුන් වහන්සේ බඹලොව ප්‍රභාව මැඩ, බබළවමින් වැඩසිටිබව දැක ඒ බ්‍රහ්මදෙවියාගේ

ලාමක දිට්ඨිය පහවිය. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (1) සඟාඨවග්ග: බ්‍රහ්මසංයුත්ත:6.1.5 අපරාදිට්ඨි සූත්‍රය, පි.286.

▲ **බ්‍රාහ්මණ- A Brahmin:** ධර්මයට අනුව බ්‍රාහ්මණ ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ අරහත්වයට පත්වූ උත්තමයාය. ධර්මතා 7 ක් බැහැර කළ හෙයින් කකෙනෙක් බ්‍රාහ්මණ බවට පත්වෙන බව බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත: සක්කාය දිට්ඨිය, විචිකිචිඡාව, සීලබ්බතපරාමාසය, රාගය, දෝෂය, මෝහය හා මානසය. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: ( 4 ): 7 නිපාත: 7.2.4.3. බ්‍රාහ්මණ ධම්ම සූත්‍රය, පි. 510, EAN:7: 87.3 A Brahmin, p. 406.

සටහන්: \* බුදුන් වහන්සේ, ‘මම බ්‍රාහ්මණයෙක්මි’ යයි පවසා ඇත. බලන්න: බු.නි:ඉතිවුත්තක: 4.1.1. බ්‍රාහ්මණ සූත්‍රය. \*\* ධම්මපද: බ්‍රාහ්මණවග්ගය: . බ්‍රාහ්මණ ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ අරහත්වය ලැබූ උතුමන්ය. \*\* උදාන පාලියේ: බුදුන් වහන්සේ, සැරියුත්මහා තෙරුන් හා එක්ව පැමිණි අනෙකුත් මහා තෙරුන් දැක මෙසේ වදාළහ:

“මහණෙනි, මේ බ්‍රාහ්මණයෝ එකි”. ඉන්පසුව බුදුන් වහන්සේ ඒ ගැන උදානයක් පළකළහ:

“ යම් කෙනෙක් ලාමක අකුසල් දහම් දුරුකොට, සැම විටම, සතියෙන් හැසිරෙන්නේ ද, සියලු සංයෝජන දුරුකර, සිව්සස් මනාව අවබෝධ කල ඔවුන් ඒකාන්තයෙන්ම ලෝකයෙහි බ්‍රාහ්මණයෝවෙත්”. බලන්න: බු.නි” උදානපාලිය: 1:5, තෙර සූත්‍රය.\*\* බුදුන් වහන්සේ වැඩසිටි සමයේ පැවති උසස් කුලයක උපත ලබන පුද්ගලයන් බ්‍රාහ්මණ ලෙසින් හඳුන්වා ඇත. බලන්න:සංයු.නි: (1) බ්‍රාහ්මණ සංයුත්ත, බමුණා.

▼ **බුදුන් වහන්සේ මෙසේ වදාළහ:**

“...මම උපතින් කිසිවෙක් ‘බ්‍රාහ්මණ’ යයි නොකියමි. රාග ආදී සියලු ග්‍රහණ හැරදැමූ පුද්ගලයා, ‘බ්‍රාහ්මණ’ යයි මම කියමි”

සටහන්: \* බ්‍රාහ්මණයෙක් ලෙසින් හැඳින්වීමට හේතු කරුණු මෙහි විස්තර කර ඇත. \*\* බු.නි:සුත්තනිපාත :මහාවග්ග:3-9 වාසෙට්ඨ සූත්‍රයේ මේ සමාන විස්තරයක් දක්වා ඇත. මූලාශ්‍රය: ම.නි: (2): බ්‍රාහ්මණවග්ග: 2.5.8 වාසෙට්ඨ සූත්‍රය, පි.716.

▲ **බ්‍රාහ්මණයන්ට අවවාද- Advice to Brhamins:** වයස්ගතවූ බමුණන් බුදුන් වහන්සේ බැහැදැක ඔවුන්ගේ හිත සුව පිණිස අවවාද අනුසාසනා කරන්න යයි පවසා සිටියෝය. මේ වග්ගයේ සූත්‍රයන්හි, බුදුන් වහන්සේ ඔවුන්ට ධර්මයෙන් කළ අනුසාසනා විස්තරාත්මකව දක්වා ඇත.බලන්න:අංගු.නි: (1) 3 නිපාත: බ්‍රාහ්මණවග්ග සූත්‍ර.

▲ **බ්‍රාහ්මණ උදයගාමිණි පටිපදාව- Brahamin’s udaya gamini patipadawa:** බ්‍රාහ්මණ උදය ගාමිණි පටිපදාව ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ, අවදිව නැගෙනහිර-පෙරදිග බලා ගමන් කිරීමය. එම ගමනේදී, බාධා ඇති තැන් මගහැර ගමන් කළයුතුය. එම ව්‍රතය සම්පූර්ණ කිරීමෙන්, මරණින් මතු සුභතියේ උපත ලබා ගැනීමට හැකිවේ යයි බ්‍රාහ්මණයෝ සිතයි.

බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත්තේ එම පටිපදාව බමුණන්ගේ බාල ගමනක් බවය. එහෙත්, කෙනෙක්, බුදුසසුනේ ‘උදයගාමිණි පටිපදාව’ අනුගමනය කරන්නේ නම්, ඔහු ඒකාන්තයෙන්ම නිවන ලබාගනී. එම

පටිපදාව: ත්‍රිවිධ රත්නය කෙරේ ඇති ප්‍රසාදය, ආර්ය කාන්ත ශිලයෙන් යුතුවීම. විස්තර පිණිස බලන්න:සංයු.නි: (5-2) සෝතාපන්නසංයුත්ත:11.2.2 බ්‍රාහ්මණ සූත්‍රය.

▲ බ්‍රාහ්මණ ධර්මය- Brahmana dhamma: බ්‍රාහ්මණ ධර්මය- බමුණු දහම ලෙසින් බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත්තේ පෙරවිසූ බ්‍රාහ්මණයන් ගේ යහපත් හැසිරීමය. ඔවුන් ශිලය ඇති, ඉන්ද්‍රිය සංවරය, පංච කාමය හැරදමා වාසය කල පැරණි ඉසිවරුය.ඔවුනට ධන සම්පත්, ගවසම්පත් ආදීවූ සම්පත් නොවීය.රටවැසියෝ ඔවුන්ට බොහෝ පුජා සත්කාර කලෝය. යාග හෝම කරනවිට සත්වයන් නො මැරහුහ. පසුව, ඔවුන් ගේ යහපත් ක්‍රියා වෙනස්වීය. එමනිසා, පැරණි බ්‍රාහ්මණ ධර්මය දැන් නොපවති ය යි බුදුන් වහන්සේ දක්වා ඇත. සටහන්: විස්තර පිණිස බලන්න: බු.නි.සුත්තනිපාත:චූළවග්ග: බ්‍රාහ්මණ ධර්මික සූත්‍රය.

▲ බ්‍රාහ්මණ ස්වභාවය-Nature of Brahamins: එක් සමයක ජානුස්සෝති බ්‍රාහ්මණයා විසින් විමසානු ලැබූව බුදුන් වහන්සේ බ්‍රාහ්මණයන් ගැන මෙසේ පවසා ඇත:

“ඔවුන්ගේ අභිප්‍රාය (අරමුණ-aim) නම් ධනයය (හෝග-Wealth).ඔවුන්ගේ සෙවීම (ගවේශනය-quest) ප්‍රඥාවයය, ඔවුන්ට ඇති ආධරය (support) වේද මන්ත්‍ර. ඔවුන්ගේ කැමැත්ත යාග හෝම පුජාය, ඔවුන්ගේ අවසාන ඉලක්කය බ්‍රහ්මලෝකයය.”. මූලාශ්‍රය: අංගු.නි: (4): 6 නිපාත:ධම්මිකවග්ග: 6.1.5.10 බත්තිය සූත්‍රය, පි.154.

▲ බෙහෙත්-Medicine: බෙහෙත්-අවුසද-හේසජ්ජ පිළිබඳව බුදුන් වහන්සේ මෙසේ දක්වා ඇත: “...යමක් බෙහෙතක් වන්නේද, ලෝකයා විසින් බෙහෙත යයි සම්මත කරණ ලද්දේද, අහරකිසක් සපයන්නේද, දළ ආහාරයක් සේ නො පෙනෙන්නේද එබඳු බෙහෙතක් මම හික්ෂුන්ට අනුදන්වමි...”

සටහන: බුදුන් වහන්සේ බෙහෙත් 5 ක් අනුමත කර ඇත: ගිතෙල්, වෙඬරු, තලතෙල්. මීපැණි, උක්සකුරු. විස්තර පිණිස බලන්න: මහාවග්ග පාලිය 2: 6 හේසජ්ජ ඛන්ධකය.

▲ බෙහෙත් කැද-Beheth kanda: බෙහෙත් බත් කැද දීමේ ආනිසංස 10ක් බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත: 1) කැද දෙන්නා ආයුෂ දෙයි 2) වර්ණය දෙයි 3) සැපය දෙයි 4) බලය දෙයි 5) නුවණ දෙයි 6) පානය කළ කැද බඩගිනි නසයි 7) පිපාසාව දුරු කරයි 8) වාතය අනුලෝම කරයි 9) වස්තිය පිරිසිදු කරයි 10) නොපැසි ඉතිරිවූ (කුසේ) අහාර පැසවයි. කැද බුදුන් වහන්සේ වර්ණනා කල බෙහෙතකි. මිනිස් සම්පත් හෝ දෙවි සම්පත් ලබනු කැමැත්තා නිති කැද දන්දීම සුදුසුය. බලන්න: බත් කැද. මූලාශ්‍ර: වී.න:පි:මහා වග්ග 2, පි. 56.

**හ:හක-හග-හජ-හත-හද-හණ-හම-හය-හර-හල-හව-හස-හහ**

**හක**

▲ හික්ඛක බ්‍රාහ්මණ -Brahamin Bhikkhaka:බලන්න: උපග්‍රන්ථය:3

▲**හික්ඛු -හික්ඛුණි-Monks & Nuns:**බුද්ධ සාසනයේ උපසම්පදාව ලැබූ පැවිදි ශ්‍රාවක සංඝයා, හික්ඛු, හික්ඛුණි වේ. බුදුන් වහන්සේ මෙසේ වදාළහ:

“මහණෙනි, සත් කරුණු බුන් (බිඳදැමූ) හෙයින් හික්ඛු නම්වේ”

සත්කරුණු:සක්කාය දිට්ඨිය, විචිකිච්ඡාව, සීලබ්බතපරාමාස, රාගය, ද්වේශය, මෝහය, මානය. බලන්ත:අංග.නි: (4) 7 නිපාත: සමනවග්ග: හික්ඛුධම්ම සූත්‍රය.

සටහන: බුදු සසුනේ, හික්ඛු හික්ඛුණියන් වඩාගතයුතු ගුණ ධර්ම පිළිබඳව,බු.නි: ධම්ම පදය: හික්ඛුචග්ගයේ විස්තරාත්මකව දක්වා ඇත.

සටහන්: \* ආහාරයෙහි පමණ නොදන්නා හා ඉන්ද්‍රිය අසංවරය යන අකුසල ඇති හික්ඛුව, දිවා රැ කායික මානසික දුක් වේදනා වලින් දැවේ, මරණින් මතු දුගතිගාමීවේ. එම අගුණ නොමැති හික්ඛුව, සැමවිටම සුවය හා සැපය ඇතිව සිටී, ඔහු සුගතිගාමිය. බලන්ත:බු.නි: ඉතිවුත්තක: හික්ඛු සූත්‍ර:පි.376, \*\* බුදුසසුනේ වැඩසිටි හික්ඛු හික්ඛුණි සංඝ විස්තර පිණිස බලන්ත:උපගුන්ථය:1,2, බු.නි:පෙර පෙරි ගාථා, අපදාන

7: 20.10 The Mendicant, p. 388.

▲ **හික්ඛු හික්ඛුණි -අග්‍ර:** බුදුන් වහන්සේ වැඩසිටි සමයේ විසූ අග්‍රතම හික්ඛුන්- හික්ඛුණියන් ගැන විස්තර මෙ සූත්‍රයේ දක්වා ඇත. බලන්ත:උපගුන්ථය:1,2 මූලාග්‍ර: අංග.නි: (1) 1 නිපාත: එතදග්ග පාළිය සූත්‍ර, පි. 84, EAN:1:Foremost, p. 44.

▲ **හික්ඛු හික්ඛුණි අපරිහානිය හා පරිහානිය ධර්ම- Dhamma for Bhikkhus :Non-Falling off & Falling off**

හික්ඛුන්ගේ අපරිහානිය ඇතිවීම පිලිබඳ ධර්මතා-සජ්ඣ අපරිහානිය ධර්ම මෙහිදී පෙන්වා ඇත. එම ධර්මතා ඇතිවිට හික්ඛු අපරිහානිය සිදුනොවේ. එම ධර්මතා නොමැතිවිට පරිහානිය අපේක්ෂා කලයුතුවේ.

පළමු වර්ගය: 1) හික්ඛු සමුභය නිතර රැස්වීම 2) නිතරම සමගියෙන් කටයුතු කිරීම 3) කලින් පනවන ලද නීතිරීති ආදිය වෙනස් නොකිරීම 4) ජේෂ්ඨතම පැවිදි ස්ථවිර හික්ඛුන්හට ගරු බුහුමන් කිරීම 5) යළි උපතට හේතුවෙන තණ්හාවේ වසභයට නො යෑම 6) ආරණ්‍ය වන සෙසුන් හි විසීමට ප්‍රියබව 7) තමන් හා වෙසන, ආගන්තුකව පැමිණෙන සියලු සබ්බන්තසාරින් කෙරේ ප්‍රියශීලී බව ඇතිව වාසය කිරීම.

දෙවන වර්ගය: 1) වැඩකටයුතු පිලිබඳ දැඩි ඇල්ම නොමැතිබව 2) කථාබහේ යෙදීමට දැඩි ඇල්ම නොමැතිබව 3) වැඩි කාලයක් නිදාගැනීමට දැඩි ඇල්ම නොමැතිබව 4) සෙසු සංඝයා සේවනය කිරීමට දැඩි ඇල්ම නොමැතිබව 5) ලාමක ආශාවන් නොමැතිබව 6) පාප මිත්‍ර සේවනය නැතිබව 7) ආධාත්මික මාර්ගයේ යම් වර්ධනයක් ලබා ඉන් සැහීමට පත්නොවී දිගටම කටයුතු කිරීම.

තෙවන වර්ගය: 1) ශ්‍රද්ධාව යහපත් ලෙසින් පවත්වාගැනීම 2) හා 3) හිරි හා ඔතජ්ජය තිබීම 4) බහුශ්‍රැතබව 5) චීරිය තිබීම 6) සිහියෙන් කටයුතු කිරීම 7) ප්‍රඥාව තිබීම.



සිව්වෙනි වර්ගය: සජ්න බොජ්ඣංග ධර්මතා යහපත් ලෙසින් වඩාගැනීම.

පස්වෙනි වර්ගය: 1) අනිච්ච සංඥාව වැඩීම 2) අනාත්ම සංඥාව වැඩීම 3) අසුභ සංඥාව වැඩීම 4) ආදීනව සංඥාව වැඩීම 5) ප්‍රභාණ සංඥාව වැඩීම 6) විරාග සංඥාව වැඩීම 7) නිරෝධ සංඥාව වැඩීම.

සටහන: මහා පරිනිබ්බාන සූත්‍රයේදී ද බුදුන් වහන්සේ එම අවවාද සංසයාට වදාළහ. බලන්න: අංගු.නි: (4) 7 නිපාත: වජ්ජිසත්තක වග්ග:භික්ඛු අපරිභාණිය සූත්‍ර 5 කි.

▲ භික්ඛු භික්ඛුණි පිලිබඳ මිනුම් දණ්ඩ: බුදුන් වහන්සේ මෙසේ වදාළහ:

“සැදැහැනි මහණ මෙලෙස පැතිය යුතුය ‘ සැරියුත් මුගලන් මහා රහතුන් යම්බඳු වේද, මමද එසේ වේවා!’ මෙය, මගේ භික්ෂු ශ්‍රාවකයන් පිණිස ඇති සම්මත මිණුම් දණ්ඩය වේ”.

“සැදැහැනි මෙහණ මෙලෙස පැතිය යුතුය ‘ බේමා හා උප්පලවන්තා තෙරණියන් යම්බඳු වේද, මමද එසේ වේවා!’ මෙය, මගේ භික්ෂුනී ශ්‍රාවිකාවන් පිණිස ඇති සම්මත මිණුම් දණ්ඩය වේ”

සටහන: අටුවාවට අනුව: කෙනෙක් රන් හෝ රිදී වල බර මැනීම පිණිස තරාදියක් භාවිතා කරයි. එලෙස, බුදුන් වහන්සේ තමාගේ ශ්‍රාවකයන් මණින තුලාව වුවේ අගසව්වන්ය. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (1) 2 නිපාතය: 2.3.12.1 සූත්‍ර, පි. 208, 2) EAN: 2: 130.1 Suttas, p.70.

▲ භික්ඛු භික්ඛුණි යනු කවරේද?: බුදුන් වහන්සේ මෙසේ වදාළහ:

“ සිභා යන පමණකින්ම භික්ෂු (භික්ෂක-Mendicant) නොවේ, දුර්ගන්ධය වූ අකුසල සමාදන්ව සිටින තාක් භික්ෂු නම් නොවේ. මේ සසුනේ කෙනෙක් පින ද පවද බැහැර කොට විසූ බඹසර ඇත්තේ, ඒ බව නුවණින් දැන ලොවේ හැසිරේද, හෙතම ඒකාන්තයෙන්ම භික්ෂු යයි කියනු ලැබේ”. ( But one here who leads the holy life, Having expelled merit and evil, Who fares in the world with comprehension: He is truly called a bhikkhu). මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (1) සභාඵවග්ග: බ්‍රාහ්මණසංයුත්ත:7.2.10 භික්ඛක සූත්‍රය, පි. 352, ESN:

▲ භික්ඛු භික්ඛුණි විභරණ- States of Bhikkhus: ධර්මය යහපත් ලෙසින් ප්‍රගුණ කල භික්ඛු භික්ඛුණි, සතර විභරණ සහිතව වාසය කරන බව බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත: 1) දිව්‍යවිභාර සහිතවීම (දෙවියන් ලෙසින් වාසය කිරීම): සිව්ජාන සමාපත්ති ලබා වාසය කිරීම 2) බ්‍රහ්මවිභාර සහිතවීම: සිව් බ්‍රහ්මවිභාර සමාපත්ති ලබා වාසය කිරීම 3) ශාන්ත විභරණය (නිශ්චලප්‍රාප්ත-imperturbable state): සතර අරුප සමාපත්ති ඇතිව වාසය කිරීම 4) ආර්යබව සහිතවීම- (ආර්යභාවප්‍රාප්ත): වතු සත්‍ය යහපත් ලෙසින් අවබෝධ කර වාසය කිරීම. බලන්න: අංගු.නි: (2) 4 නිපාත: බ්‍රාහ්මණවග්ග: භික්ඛුසංගථොමන සූත්‍රය.

▲භික්ඛු ඕවාද -Advice to Bhikkhus: භික්ඛු සංසයා, වැඩිහිටි සංසයා වෙතින් නිතර අවවාද අනුසාසනා ලැබිය යුතුය යි බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත. සංසයාට ඕවාද දෙසන භික්ඛුන් අතුරින් මහා කප්පින තෙර අග්‍රය. බලන්න: උපග්‍රන්ථය:1

▲**භික්ඛුමිත්‍ර-Friends for Bhikkhus:** කරුණු 5 ක් ඇති භික්ෂුව සමග මිත්‍රසේවනය සුදුසුවේ: 1) කර්මාන්ත නොකරවන 2) අධිකරණ කටයුතු නැති 3) ධර්මය උගන්වන උගත් භික්ෂුන්හට ගරු කරන 4) අනවශ්‍ය දීර්ඝ වාරිකා වල නොයෙදෙන 5) ධර්මය කතා කරන්නට, සමාදන් කරන්නට, සතුටු කරන්නට හැකිබව.එම ගුණ නැති භික්ෂුව, මිත්‍රයෙක් ලෙසින් සේවනය කිරීම නුසුදුසු වේ. මූලාශ්‍රය: අංගු.නි: (3) 5 නිපාත: තිකණ්ඩවග්ග: භික්ඛුමිත්ත සූත්‍රය.

▲**භික්ඛුණියන්ට ඕවාද -Advice to Bhikkhunis:** භික්ෂුණියන්ට ඕවාද දෙන භික්ෂුව තුළ ගුණ 8 ක් තිබිය යුතුය: 1)සිල්වත්බව 2) බහුශ්‍රැතබව 3) උභය පාතිමෝක්ෂය (භික්ෂු භික්ෂුණි) පිලිබඳ මනා අවබෝධය 4) ධර්ම කමිකබව 5) ධර්මය දේශනා කර, අසා සිටින භික්ෂුණියන් සතුටට පත් කිරීමේ හැකියාව 6) බොහෝ භික්ෂුණියන්ට ප්‍රියමානප, මන වඩන ස්වභාවය තිබීම 7) බුදුසසුනේ පැවිදි ජීවිතය ගතකරන කිසිම මෙහෙණියකට, කිසිවිටක කායික ආපදාවක් නො කල කෙනෙක් වීම 8) ජේෂ්ඨබවින් වසර 20 ක් හෝ ඊට වැඩි වස් ගණනක් ඇති භික්ෂුවක් වීම. සටහන: බුදුන් වහන්සේ වැඩසිටි සමයේ, භික්ඛුණියන්හට ඕවාද දීමේ අග්‍රබව දැරුවේ නන්දක තෙරය. මූලාශ්‍රය: අංගු.නි: (5) 8 නිපාත: ගෝතමී වග්ග: භික්ඛුනොවාදක සූත්‍රය.

▲ **භික්ඛුණි සංඝ ස්ථාපනය- Establishment of Bhikkhunis:** මහා ප්‍රජාපති ගෝතමීය ගිහිකල, කපිලවස්තු නුවර, නිග්‍රෝධාරෝධාරාමයේදී, බුදුන් වහන්සේගෙන් කාන්තාවට (මාගමට) පැවිදිවීමට ආයාචනා කිරීම හා බුදුන් වහන්සේ එම ඉල්ලීම අනුමත නොකිරීම මෙහි දක්වා ඇත. ඉන්පසුව, එ උත්තමිය, කෙස්ලු ගා කසාවස්ත්‍ර පොරවගෙන, 500ක් පමණ පිරිවර කාන්තවන් සමග විසාලා නුවර, කුටාගාර ශාලාවට පැමිණීම, කරුණු දැනගත් ආනන්ද තෙරුන් එතුමියට දයාව දක්වා, බුදුන් වහන්සේ වෙත පැමිණීම, පලමුව එම ඉල්ලීමට අනුග්‍රහය නො දැක්වූහ, පසුව, ගෝතමීය අෂ්ඨගරු ධම්ම පිළිගන්නේ නම් එය එතුමියගේ උපසම්පදාව බව වදාළාහ. එම ආවචද හා අනුසස්නාව පරිදි බුදු සසුනේ ප්‍රථමවරට භික්ඛුණි සංඝයා ස්ථාපිතවූහ. මහා ප්‍රජාපති ගෝතමීය ගෝතම බුදුසසුනේ පලමු භික්ඛුනිය වුවාය, එතුමිය සමග පැමිණි කාන්තා පිරිසද, පැවිදිව මෙහෙණ සස්න ව්‍යාපත කළාය. බලන්න: උපග්‍රන්ථය2. මූලාශ්‍ර:අංගු.නි: (5) : 8 නිපාත: ගෝතමීවග්ග: 8.2.6.1 ගෝතමී සූත්‍රය, පි.242, EAN: 8: 51.1. Gothami, p.438.

**හග**

▲ **හගිනි- Sister:** හගිනි යනු සහෝදරියය. මෙහිදී බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත්තේ, දීර්ඝවූ සසරේ තමන්ට, සොහොයුරිය නොවූ කෙනෙක් දැකීම සුලබ නොවන බවය. මූලාශ්‍රය: සංයු.නි: (2) නිදානවග්ග: අනමතග්ගසංයුත්ත:3.2.6 හාතු සූත්‍රය, පි. 314

▲**හංගානුපස්සනා ඤාණය-Bhnaganupassana Nana:** රූපස්කන්ධ ආලම්බන ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කොට, සිත ඉපදී බිඳී යාම පිලිබඳ විදසුන් නුවණ හංගානුපස්සනා ඤාණය වේ. මූලාශ්‍රය: බු.නි:පටිසම්භිදා1: ඤාණකථා: 7 හංගානුපස්සනා ඤාණය, පි.130.

▲**භාග්‍යවතුන් වහන්සේ-The Blessed one:** බුදුන් වහන්සේ හඳුන්වන උතුම් පදයකි. භාග්‍යවත්- වාසනාවන්ත බව, සියලු දුකින් මිදී වාසනාවන්තවූ නිසා භාග්‍යවතුන් වහන්සේ යයි කියති: **බලන්ත:** බුදුගුණ, බුදුන් වහන්සේ, තථාගත.

▲ **භෝග සම්පත්-Wealth:** භෝග සම්පත් ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ, ගිහියන් සතු ධන සම්පත් ආදියය.එම සම්පත් ඇතිවීම නිසා කෙනෙකුට ආදීනව-අන්තරා ඇතිවේ: ධන සම්පත් 1. ගින්නෙන්, 2. ජලයෙන් විනාශවීය හැකිය, 3. රජවරුන්ට පවරා ගත හැකිය, 4. සොරුන් විසින් සොරකම් කරනු ලැබේ, තම මරණයෙන් පසු, 5. අප්‍රිය නැදැයන්ට හිමිවිය හැකිය. භෝග සම්පත් ඇතිවීම නිසා **ආනිසංස** ද ඇත: ධන සම්පත් ඇතිවීම තමන්ට 1. සුව පහසු ජීවිතයක් ලැබිය හැක, 2. දෙමාපියන් 3. අඹු දරුවන් සුව පත් කලහැකිය 4. මිත්‍රයන් සුවපත් කලහැකිය, 5. උතුම් පුද්ගලයන්ට දන් දීමට හැකිවීමෙන් යහපත් කර්ම විපාක ඇතිකර ගත හැකිවේ. **මූලාශ්‍රය:** අංගු.නි: (3) 5 නිපාත:දීඝවාට්ඨකවග්ග:භෝග සූත්‍රය.

▼**ධනය භෝගයක් ලෙසින් මෙහි පෙන්වා ඇත, එය ලබා ගැනීම පහසුනොවේ, එනිසා එය ඉෂ්ඨධම්මයකි. බලන්ත:** ඉෂ්ඨධම්ම. **මූලාශ්‍රය:** අංගු.නි: (6) 10 නිපාත:10.2.8.3 ඉෂ්ඨධම්ම සූත්‍රය, පි.270,EAN:10: 73.3 Wished for, p.522.

**හජ**

▲ **හජිතබ්බ-Bhajithabba:** හජිතබ්බ (හජනය කිරීම) යනු සේවනය කිරීමය. ධර්ම මාර්ගයේ ගමන් කරනවිට සේවනය කලයුතු පුද්ගලයා වන්නේ, සම්මාදිට්ඨිය මුල් කරගත් අංග 10 කින් යුක්ත නිවැරදි මග ගත් පුද්ගලයාය. මිථ්‍යාදිට්ඨිය ඇති වැරදි මග ගත් පුද්ගලයා සේවනය නොකළ යුතුය.

**මූලාශ්‍ර:**අංගු.නි: (6 ): 10 නිපාත:10.4.1 හජිතබ්බ සූත්‍රය, පි. 480, EAN:10: Persons: 156.2 sutta, p.549.

▲ **භෝජන පිරිනැමීම- Offering food:** භෝජන පිරිනැමීම ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ, උතුම් පුද්ගලයන් ඇතුළු ලෝකයාට ආහාර පාන ආදිය පිරිනැමීමය. **බලන්ත:** දානය. යහපත් ලෙසින් භෝජන පිරිනමන පුද්ගලයාට පස් ආකාරයකින් සුවය සැපය මෙලොවදී හා පරලොවදී විදීමට හැකිවේ: 1. යහපත් ආයුෂ ලැබීම 2. ශරීරය වර්ණවත් වීම 3. ප්‍රීතියෙන් ජීවිතය ගත කිරීමට හැකිවීම 4. කායික ශක්තිය ලැබීම 5. ප්‍රඥාව ලැබීම. භෝජන ලබාගන්නා පුද්ගලයාට ද: මෙලොවදී පස් ආකාරයකින් සුවය සැපය ලැබේ. 1. ආයුෂ ලැබීම 2. වර්ණය ලැබීම 3. සතුට ලැබීම 4. කායික ශක්තිය ඇතිවීම 5. ප්‍රඥාව වඩා ගැනීමට හැකිවීම. **මූලාශ්‍රය:** අංගු.නි: (3) 5 නිපාත: සුමනාවග්ග: භෝජන සූත්‍රය.

▲**භෝජනයේ මාත්‍රවීම- පාලි: භොජනෙ මත්තඤ්ඤු භොති -moderate in eating:** ධර්මයට අනුව භෝජනයෙහි මාත්‍රවීම: පමණ දැන සිහියෙන් යුතුව ආහාර ගැනීමය- සංසයා ,ආහාර වැළඳීමේදී නුවණින් සලකා බලමින් අහාර අනුභව කිරීමය:

“ අප අහාර අනුභව කරන්නේ :විනෝදය පිණිස නොවේ; මත්වීම පිණිස නොවේ, රූපවත් වීමට හා දැකුම්කළු වීමට නොවේ; ආධ්‍යාත්මික

ජීවිතය මැනවින් ගෙනයාම පිණිස කය පවත්වා ගැනීමට හා අපහසුතා විඳි ගැනීම පිණිසය(අහාර නොවැළඳීම නිසාවූ ) පැරණි වේදනා නැසීමට හා අලුත් වේදනා ඇති නොවීමට සුවපත්වීමට නිදොස් ජීවිතයක් සැනසිලිදායක ලෙසින් ගතකිරීම පිණිසය”

“...පටිසඛඛා යොනිසො ආහාරං ආහාරිස්සාම: ‘නෙව දව්‍යය න මදාය න මණ්ඩනාය න විභුසනාය, යාවදෙව ඉමස්ස කායස්ස ධීනියා යාපනාය විනිංසුපරතියා බ්‍රහ්මචරියානුග්ගහාය. ඉති පුරාණඤ්ච වෙදනං පටිහඛඛාමී නවඤ්ච වෙදනං න උප්පාදෙස්සාමී. යාත්‍රා ච මෙ භවිස්සති අනවජ්ජතා ච එසුචිභාරොවා ති”

(We will be moderate in eating. Reflecting wisely, we will take food neither for amusement nor for intoxication nor for the sake of physical beauty and attractiveness, but only for the endurance and continuance of this body, for ending discomfort, and for assisting the holy life, considering: Thus I shall terminate old feelings without arousing new feelings and I shall be healthy and blameless and shall live in comfort)

සටහන්: \*හෝජනයෙහි මාත්‍රවීම, ධර්ම පුහුණුවේ එක් අංගයකි, එසේම ශ්‍රමණ ගුණාංගයකි . \*\* හෝජනයෙහි මාත්‍රවීම, අපණ්ණක පටිපදාවට - ආසව ක්‍ෂය කරගැනීම පිණිස කටයුතු කිරීමට එළඹීමය යි බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත. බලන්ත: අපණ්ණක ධර්මය හා පටිපදාව, සේඛ හා අසේඛ, ශ්‍රමණ. මූලාශ්‍ර: ම.නි: (1 ):1.4.9. මහාඅස්සපුර සූත්‍රය, පි. 652 , EMN:39: The greater discourse at Assapura , p. 344, ම.නි. (2 ): 2.1.3 සේඛ සූත්‍රය,පි. 44, MN 53: Sekha Sutta, p. 436, අංගු.නි: (1): 3 නිපාත: 3.1.2.6 සූත්‍රය, පි. 252, EAN:3: 16.6 The Unmistaken, p. 83, සංයු.නි: (4): සලායතනවග්ග: වේදනාසංයුත්ත: ආසිවිසවග්ග: 1.19.2 රජුපම සූත්‍රය, පි.370.

▼ හෝජනයෙහි මාත්‍රවීම පිළිබඳ උපමාව: කිසියම් පුද්ගලයෙක් තමන්ට ඇති තුවාලයක් සුවකිරීම පිණිස බෙහෙත් තෙල් ආදිය ගල්වයි, එසේ නැත්නම් බර ඇදගෙන යන කරත්තය පහසුවෙන් ගෙනයාම පිණිස පුද්ගලයෙක් එහි අකුරෙහි තෙල් ගල්වයි. එලෙස, හික්ෂුව නුවණින් සලකා, කයේ පැවැත්ම පිණිස, බ්‍රහ්මචාරී ජීවිතය පහසුවෙන් ගෙනයාම පිණිස පමණ දැන, ආහාර අනුභව කරයි. බලන්ත:උපග්ගත්ථය:5. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: ( 4 ) සලායතනවග්ග: 1.19.2 රජුපම සූත්‍රය, පි.369, ESN: Salayatanasamyutta: 239.2 The Simile of the Chariot, p.1315.

▼ බුදුන් වහන්සේ හෝජනයෙහි මාත්‍රවීම පිළිබඳව යහපත් ලෙසින් වදාරා ඇත. ඒ ධර්මතාවය සංඝයා එක්ව, ධර්මයේ විරස්ථිතිය පිණිස සජ්ජායනා කිරීම සුදුසු ය යි සැරියුත් මහා තෙරුන් සංඝයාට උපදෙස් දී ඇත. මූලාශ්‍ර: දිස.නි: (3):10 සංගීති සූත්‍රය, පි. 372 , EDN: 33 Sangāti Sutta: The Chanting Together, p. 362.

▼ එක්සමයක පසේනදී කෝසල රජු, මහත් ලෙසින් අහාර ගෙන අසහනයට පත්ව සිටිනු දැක බුදුන් වහන්සේ මේ අවවාදය වදාළහ:

“හැම කල්හිම සිහිය ඇතිව, ලද බෝජුන්හි පමණ දන්නා ඒ මිනිසාගේ දුක් වේදනා තුනිවේ. වැළඳු ආහාර සෙමෙන් දිරවයි, ආයුෂ රැකේ”.

ඒ අවවාදය පිළිගත් රජතුමා සුවයට පත්ව බුදුගුණ මෙසේ පවසා ඇත:

“ඒ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මෙලොව හා පරලොව අභිවාද්ධිය පිණිස මට අනුකම්පා කළසේක”. මූලාශ්‍රය: සංයු.නි (1) සගාඨවග්ග: කෝසලසංයුත්ත: 3.2.3 ද්‍රෝනපාක සූත්‍රය, පි.178.

▲ **භෝජනයෙහි මාත්‍රනොවීම: පාලි: භෝජනෙ අමනකඤ්ඤු භොති- non-restraint in eating:** ධර්මයට අනුව භෝජනයෙහි මාත්‍රනොවීම - පමණ නොදැන අසිහියෙන් යුතුව ආහාර ගැනීම-යනු ශ්‍රාවක සංඝයා විසින් ආහාර වැළඳීමේදී සිහි නුවණින් සලකා නො බලමින් අහාර අනුභව කිරීමය. භෝජනයෙහි මාත්‍රනොවීම ධර්ම මාර්ගයට බාධාවකි. බුදුන් වහන්සේ භෝජනයෙහි මාත්‍රනොවීම පිළිබඳව යහපත් ලෙසින් වදාරා ඇත. ඒ ධර්මතාවය සංඝයා එක්ව, ධර්මයේ විරස්ථිතිය පිණිස සජ්ජායනා කිරීම සුදුසු ය යි සැරියුත් මහා තෙරුන් සංඝයාට උපදෙස් දී ඇත. මූලාශ්‍ර: දී.ස.නි: (3):10 සංගිති සූත්‍රය, පි. 372 , EDN: 33 Sangīti Sutta: The Chanting Together, p. 362.

**හත**

▲ **භත්තාදක-Bhaththadaka:** භත්තාදක ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ බොහෝ බත් කෑමය. බොහෝ බත් කන රාජ ඇතාට අගුණ ඇත. ඒ පිළිබඳ උපමාව යොදාගෙන, බුදුන් වහන්සේ බොහෝ බත් වළඳන සංඝයා ට ඇතිවෙන අයහපත් ගුණ පෙන්වා ඇත: ඔහු ඉඩකඩ අවුරුවයි, ඇඳ පුටු ආදිය බර නිසා කැඩේ, ආහාර සලාක ලබාගැනීමට යුහුසුළුවේ, නමින් පමණක් මහණ යයි හඳුන්වයි. බලන්න: උප ග්‍රන්ථය: 5.මූලාශ්‍රය: අංගු.නි: (3) 5 නිපාත:රාජ වග්ග: භත්තාදක සූත්‍රය.

▲ **භත්තුද්දේශික-an assigner of meals:** ආහර සලාක පත්‍ර බෙදා දෙන මහණ භත්තුද්දේශිකය. බුදුන් වහන්සේ වැඩසිටි සමයේ, සංඝ සමුභයක් භත්තුද්දේශික මහණ කෙනෙක් පත් කරගෙන සිටී. ඔහු, ආශාව නිසා, තරභ නිසා, මෝහය නිසා, බිය නිසා නියමිත කාර්ය අයහපත් ලෙසින් කරන්නේ නම්, ඔහු දුගතියට නැමුණ කෙනෙකි. එහෙත්, තම කාර්ය වගකීම සහිතව, යහපත් ලෙසින් කරන්නේ නම් ඔහු සුගතිගාමීය. බලන්න:අංගු.නි: (2) 4 නිපාත: භත්තුද්දේශික සූත්‍රය. සටහන: අංගු.නි:5 නිපාත: භත්තුද්දේශික සූත්‍ර 3 කි: එවැනි මහණ කෙනෙක් පත් කරනවිට සැලකිය යුතු සුදුසුකම් එහි දක්වා ඇත: ඔහු සතර අගතියට නොයන කෙනකු විය යුතුය, කවර සලාකයක් නියමිතද, කවර සලාකයක් නියමිත නොවේද යන්න දැනසිටීම. එම සුදුසුකම් ඇත්තේ නම් ඔහු ඒ කාර්යෙන් බැහැර නොකල යුතුය.

▲ **භාතු- Brother:** භාතු-බැයා යනු සහෝදරයාය. මෙහිදී බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත්තේ, දීර්ඝවූ සසරේ තමන්ට, සොහොයුරු නොවූ කෙනක් දැකීම සුලබ නොවන බවය. මූලාශ්‍රය: සංයු.නි: (2) නිදානවග්ග: අනමතග්ගසංයුත්ත:3.2.6 භාතු සූත්‍රය, පි. 314

▲ භෞතික ආහාර- physical food: මෙය සතරආකාර ආහාරයන් - සිව්පෝෂණය ගෙන් එකකි, කබලිංක ආහාර ලෙසින්ද පෙන්වා ඇත. බලන්න: ආහාර.

▲ භෞතික ඇස- physical eye: කයට අයත්, මස් ඇස, භෞතික ඇස ලෙසින් පෙන්වා ඇත. බලන්න: වක්බු තුන.

හද

▲ හද්ද උපාසක- Badda Upasaka: බලන්න:උපග්‍රන්ථය:3

▲ හද්ද කච්චිවනා (යශෝධරාව) තෙරණිය -Baddakacchana Thereni: බලන්න:උපග්‍රන්ථය:2

▲ හද්ද තෙර- Badda Thera: බලන්න:උපග්‍රන්ථය:1

▲ හද්දිය තෙර- Baddiya Thera: බලන්න:උපග්‍රන්ථය:1

▲ හද්දජී තෙර- Baddaji Thera: බලන්න:උපග්‍රන්ථය:1

▲ හද්දිය කාලිගොධායපුත්ත තෙර - Bhaddiya Kaligodha Thera: බලන්න: උපග්‍රන්ථය:1

▲ හද්දිය තෙර-පස්වග -Baddiya Thera-Pasvaga: බලන්න: උපග්‍රන්ථය:1.

▲ හද්දදේව තෙර- Baddadeva Thera: බලන්න: උපග්‍රන්ථය:1

▲ හද්දවග්ගිය කුමාර තෙරුන්-Baddavaggiya Theras: බලන්න: උපග්‍රන්ථය:1

▲ හද්දිය ලිච්චවී-Baddiya Lichchavi: උපග්‍රන්ථය:3

▲ හද්දේකරත්ත- One fortunate night: හද්දේකරත්ත යනු හදුඩු- වසනාවන්ත- උතුම් රාත්‍රියක්- රැස්කගත කිරීමය. ආධ්‍යාත්මික ජීවිතයේදී, එවැනි රැස් ගත කරන්නේ කෙසේද යයි බුදුන් වහන්සේ මෙහිදී පෙන්වා ඇත. සටහන:ආනන්ද, මහා කච්චායන හා ලෝමසංඝික තෙරුන් මේ පිලිබඳව දේශනා කළ සූත්‍ර: බලන්න: ආනන්ද හද්දේකරත්ත, මහාකච්චායන හද්දේකරත්ත, ලෝමසංඝික හද්දේකරත්ත සූත්‍ර. මූලාශ්‍රය:ම.නි: (3) 3.4.1 හද්දේකරත්ත සූත්‍රය, පි.414.

▲ හදුක ගාමිණී- Bhdraka Gamini: උපග්‍රන්ථය:3

▲ හදු අජාතිය අශ්වයා- an excellent thoroughbred: හදු අජාතිය අශ්වයා යනු රජෙක් සතු උතුම් අශ්වයාය. ඌ කීකරුය, බොහෝ ගුණ ඇත. උතුම් මහණ එවැනි අශ්වයෙක් බඳුය යි බුදුන් වහන්සේ වදාළහ. බලන්න: අශ්වයන් බඳු පුද්ගලයෝ.

▲ හදුකල්පය : පාලි: හදුකපප -fortunate aeon: බුදුවරු එක නමකට වඩා පහළවන කාලසීමාව, හදුකල්පය (වාසනාවන්ත කල්පය) ලෙසින් හඳුන්වයි. වර්තමාන කාලය හදුකල්පය ලෙසින් හඳුන්වන්නේ බුදුවරු පස්නමක් පහළවන කාලපරිච්ඡේදයක් නිසාය. කකුසද, කොණාගමන,

කාශ්‍යප හා ගෝතම බුදුන්වහන්සේලා සිව්නමක්(සිව්බුදුවරු) පහළවූහ. මතු පහලවන මෙම ක්‍රියා බුදුන්වහන්සේ පහළවන්නේ ද මේ හදුකල්පයේය. බලන්න: අතීත බුදුවරු, අනාගත බුදුන්වහන්සේ.

සටහන: සද්ධර්මාලංකාරයට අනුව: “...යම් කල්පයක පස්දෙනකුන් වහන්සේ උපදනා සේක්විනම් ඒ කල්පය බොහෝදෙනාට අභිවාධිය කරනහෙයින් හදුකල්පය නම් වේ”. මූලාශ්‍ර: දීඝ.නි (2 ): 1.මහාපදාන සූත්‍රය, පි. 18, EDN: 14 Mahâpadâna Sutta, p. 150.

▲ හදාකපිලානි තෙරණිය- Badra kapilaani theraniya: බලන්න: උපග්‍රන්ථය:2

▲ හදා කුණ්ඩලකේසි තෙරණිය- Bhdra kundala kesi theraniya: බලන්න: උපග්‍රන්ථය:2

▲ හදා දේවිය- Queen Badra: මෙතුමිය, පාටලීපුත්‍ර නුවර මුණ්ඩක රජුගේ බිසවය. ඇයගේ මරණය නිසා රජතුමා බලවත් කම්පාවකට පත්විය. නාරද තෙරුන් දෙසූ දහම ඇසීමෙන් පසු, රජතුමා ශෝකයෙන් මිදුනේය. බලන්න: ශෝකය හැරදීමේ පිළිවෙල.

▲ හදාලී තෙර- Badrali Thera: බලන්න: උපග්‍රන්ථය:1

▲ හදාවුධ තෙර-Bhadravuda Thera: බලන්න: උපග්‍රන්ථය:1,3

▲ හදුමග- excellent way: ධර්මයේ හදුමග- උත්තම මග ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ ආර්යඅටමගය. බලන්න: ආර්යඅටමග.

▲ හදුමරණය-Fortunate death: හදුමරණය යනු යහපත් මරණයය. මේ සූත්‍රයේදී, සැරියුත් තෙරුන් යහපත් මරණයක් ලාබාගන්නා අන්දම පෙන්වා ඇත: 1) කර්මාරාමය නොමැති බව- වැඩකටයුතු කිරීමට, මහත් ආශාවක් නොමැතිවීම 2) කලාවේ නො ඇලුන බව (භාෂ්‍යාරාමය නැත) 3) නින්දේ නො ඇලුන බව (නින්දාරාමය නැත) 4-5) පිරිස සමග සිටීමේ නො ඇලුන බව -සංඝයා හා ගිහියන් (සංඝාරාමය) 6) තණ්හා මාන දිට්ඨිය න කෙළෙස් ප්‍රපංච කිරීමේ නො ඇලුන බව (නිපපංච) කෙනෙක්, එම කරුණුවල ඇලී වාසය කරන්නේනම් ඔහුගේ මරණය අවාසනාවන්ත එකකි. මූලාශ්‍රය: අංගු.නි: (4) 6 නිපාත:සාරාණියවග්ග: හද්දක සූත්‍රය.

▲ හදු ශීලය- Fortunate virtue: හදු ශීලය යනු, යහපත් ශීලයක් ඇතිව වාසය කිරීමය. එවැනි ශීලයක් ඇති පුද්ගලයා සුගතිගාමීවේ. මූලාශ්‍රය: බු.නි: ඉතිවුත්තක: 3.1.6 හද්දක ශීල සූත්‍රය.

▲ හිදුර-Bhidura: හිදුර යනු බිදෙනසුළු බවය. කුමක් බිදෙනසුළුද?

“ මේ කය බිදෙනසුළුය, සිත බිදෙනසුළුය” යි බුදුන් වහන්සේ වදාළහ. ඒ බව දැන, උපධිත්තී බිය දැක, මරණය ඉක්මවා ගියවිට අර්භත්වය ලබයි. බලන්න: බිදෙන සුළු. මූලාශ්‍රය: බු.නි: ඉතිවුත්තක: 3.3.8 හිදුර සූත්‍රය, පි.438.

හණ

▲ **භණ්ඩන-Quarrel:** භණ්ඩන යනු කළහ කරගැනීමය. ආධ්‍යාත්මික මග වඩා ගැනීම පිණිස මහණ දහම් පුරන භවතුන් කළහ කරගැනීම යහපත් නැතය යි බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත. **බලන්න:** වාදවිවාද මූලාශ්‍රය:අංගු.නි: (6) 10 නිපාත:අක්කෝසවග්ග: භණ්ඩන සූත්‍රය.

▲ **භණ්ඩුකර්මය-Bhandukarmaya:** භණ්ඩුකර්මය යනු, ගිහියෙක්, මහණ වීමට පෙර සංඝයා විසින් කරණ කෙස් බැමය, විනය කර්මයකි. **මූලාශ්‍රය:** වින.පි:මහාවග්ග පාලිය1: 30.පි.266.

▲ **භණ්ඩු භික්ෂුව- Bhikkhu Bhanduka:** බලන්න: උපග්‍රන්ථය:1

**භම**

▲ **භූමිවාල- Earthquake:** භූමිවාල යනු භූමිය වලනය වීම- භූමි කම්පාවය. බුදුන් වහන්සේ, විසාලනුවර, වාපාල වෙනියේදී ආයු සංඛාර අතහැර, තෙමසකින් පිරිනිවීමට අදිෂ්ඨාන කළ අවස්ථාවේ ඇතිවූ භූමි කම්පාව පිලිබඳව මේ සූත්‍රයේ විස්තර කර ඇත. **සටහන්:** දිස.නි:මහා පරිනිබ්බාන සූත්‍රයේ ද එම විස්තරය දක්වා ඇත. **මූලාශ්‍රය:**අංගු.නි: (5) 8 නිපාත: භූමිවාල සූත්‍රය.

▲ **භූමිනානත්ත ඤාණය- Bhuminanatha nana:** සතර භූමි: කාමාවචර භූමිය, රූපාවචර භූමිය, අරූපාවචර භූමිය, අපරියාපන්න භූමිය පිලිබඳ පිරිසිඳ දැනීමේ නුවණ භූමිනානත්ත ඤාණයය. **මූලාශ්‍රය:**බු.නි:පටිසම්භිදා: ඤාණකථා: 18 භූමිනානත්ත ඤාණය, පි. 182.

**භය**

▲ **භය-Fear:** භය-හීනිය ලෙසින්ද පෙන්වා ඇත. **බලන්න:** බිය. ධර්මයට අනුව ලෝකයාට හීනිය-බිය ඇතිවන්නේ පරලොව ගැන (යළි උපත) සිහිවීම නිසාය. බුදුන් වහන්සේ මෙසේ වදාළහ: “වාවං මනඤ්ච පණ්ඩාය සමමා කායෙන පාපානි අකුබ්බමානො, බවහනනපානං සරමාවසනො සඤ්ඤා මුදු සංචිභාගී වදඤ්ඤා, එතෙසු ධමමසු ධීතො වතුසු ධමම ධීතො පරලොකං න භායෙති”. වචනයද සිතද මනා කොට පිහිටුවා, කයින් පව නොකරණ, බොහෝ ආහාරපාන ඇති ගෙදර වසන, සැදැහැවත්, මෘදුගුණ ඇති, බෙදාදී වළදනසුලු, දානයට ඇලුන, වතුසත්‍යයෙහි පිහිටි පුද්ගලයා, ධර්මයෙහි පිට්ටා ඇත. ඔහුට පරලොව බිය නැත. **සටහන:** බෝසතුන් ලෙසින් බිය තැනිගැනීම නැතිකර ගැනීම පිලිබඳව, බුදුන් වහන්සේ මෙහිදී විස්තර දක්වා ඇත. **බලන්න:** ම.නි: (1) භයභෙරව සූත්‍රය. **මූලාශ්‍රය:** සගාථවග්ග: දේවතාසංයුත්ත:1.8.5 භීත සූත්‍රය.

▼ **ලෝකවාසීන්ට ඇති මහාභය, ජාතිජරාමරණ දුක බව මෙහි පෙන්වා ඇත. මූලාශ්‍රය:** බු.නි.සුත්තනිපාත: පාරායනවග්ග:වස්තුගාථා: පි,326, 5-1 අජිතමානවක, පි.336.

▼ **ලෝකවාසීන්ට ඇති භය හා වෛර:** භය 5 ක් හා වෛර 5 ක් ප්‍රභිණය නොකිරීම නිසා කෙනෙක් දුස්සිලවේ, නිරය ගාමිණිය. ඒවා පහ කරගත් පුද්ගලයා සුසිල්වත්ය. භය 5 හා වෛර 5 ලෙසින් මෙහි දක්වා ඇත්තේ පස්පවය. පස්පව හැර පංච ශීලය රැකීම සුගතිගාමී වේ. **මූලාශ්‍රය:** අංගු.නි: (3): 5 නිපාත: උපාසකවග්ග: 5.4.3.4 වෙර සූත්‍රය, පි.354.



හර

▲ **හාරය-burden:** හාරය ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ යම් බරක් උසුලාගැනීමය. පංච උපාදානස්කන්ධය හාරය යයි බුදුන් වහන්සේ වදාළහ. එම බර දරන්නා ‘හාරහාර’ (carrier of the burden) ය, පංච උපාදානස්කන්ධය දරන පුද්ගලයාය. පංච උපාදානස්කන්ධය පිලිබඳ ඇති ත්‍රිවිධ තණ්හාව ‘හාරාදාන’ ය. රූප ආදී අරමුණු පිලිබඳ ඇති ඇල්ම, නන්දිය. ඒ තණ්හාව සහමුලින්ම අවසන් කිරීම ‘හාරනික්බෙප’ ය වේ. බලන්න:බර. බුදුන් වහන්සේ මෙසේ දක්වා ඇත:

“පංච උපාදානස්කන්ධය ඒකාන්තයෙන්ම බරකි, උසුලා ගෙන යායුතුය, හාරයේ ග්‍රහණයට (හාරාදාන) පත්වූ තැනැත්තාට දුක ඇතිවේ. එම බර ඉවතලා, අන් බරක් නො ගෙන, අවිද්‍යා මුල් සහිත තණ්හාව මුලින්ම උදුරා දැමූ ඔහු හාරනික්බෙප ය- පිරිනිවීය-රහතත්වහන්සේ ය”

සටහන:අටුවාවට අනුව කය පවත්වා ගැනීම බරකි. බලන්න: ESN:note:36,p.1175. මූලාශ්‍ර:සංයු.නි: (3): බන්ධසංයුත්ත: හාරවග්ග:1.1.3.1 හාර සූත්‍රය, පි.74, ESN: 22: Khandasamyutta: 22.1 Burden, p.1021.

▲ **භූරි ප්‍රඥාව:** පාලි: භූරිපඤ්ඤා- breadth of wisdom: ධර්මය පිලිබඳ පුළුල් අවබෝධය තිබීම -බොහෝ නුවණ තිබීම භූරි ප්‍රඥාවය. බුදුන් වහන්සේ ‘භූරිපඤ්ඤ’ ලෙසින් හඳුන්වයි. බලන්න:බුද්ධතාම

▼ **භූරි ප්‍රඥාව යනු කුමක්ද?** රාගය ද්වේශය මෝහය ක්‍රෝධය... ආදීවූ සියලු කෙලෙස්, සියලු දුශ්චරිත, සියලු අභිසංස්කාර, සියලු භවගාමී කර්ම, අභිභවනය කළබවය. සියලු කෙලෙස් ආදිය මැඩීමේ නුවණය. මූලාශ්‍රය: බු.නි: පටිසම්භිදා 2 : ප්‍රඥාවග්ග: 3.1 ප්‍රඥා කථා, පි.182.

▼ **සතර ධර්මය:** ඇති පුද්ගලයාට (සෝතාපන්න) භූරි ප්‍රඥාව ඇතිවේ. “...ඉමෙ බො භික්ඛවෙ, චක්ඛාරො ධම්මා භාවිතා බහුලිකතා භූරිපඤ්ඤාතාය සංචත්තනති” (these four things, when developed and cultivated lead to the breadth of wisdom).බලන්න: ප්‍රඥාව, සතර ධර්මය. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (5-2): මහාවග්ග: සෝතාපන්න සංයුත්ත:11.7.6 භූරි ප්‍රඥා සූත්‍රය, පි. 280, ESN: Sotapatthisamyutta: 62.1 Greatness of Wisdom p. 2262

▼ **කායගතා සතිය වැඩීමෙන්, විපූල කරගැනීමෙන් භූරි ප්‍රඥාව ඇතිවේ** (Mindfulness directed to the body...when developed and cultivated, leads to the breadth of wisdom). මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (1): 1 නිපාත: කායගතාසති වග්ග සූත්‍ර, පි. 125 EAN:1: Mindfulness Directed to the Body, p.52.

▼ **වෙනත් මූලාශ්‍ර:1.** “රාගාදී කෙලෙසුන් ද භවගාමීකමී ද විනාශ කිරීමෙහි පැවැති දැනීම භූරිපඤ්ඤා නම් වේ”<https://pitaka.lk/dhammapada/ss/katha-28.html>

හල

▲ හල්ලුක උපාසක-Balluka upasaka: බලන්න: උපග්‍රන්ථය:3

▲ හල්ලික ගහපති- Householder Ballika:බලන්න: උපග්‍රන්ථය:3

භව

▲ භවය: පාලි: භවො- existence: ධර්මයට අනුව භවය යනු පැවැත්මය, කාම හෝ රූප හෝ අරූප (sense-sphere being, fine-material being, and immaterial being) යන භව තුනෙන් එකක උපත ලැබීමය.

කෙළෙස් ප්‍රභීණ නොකළ නිසා සසරට නැවත පැමිණීමට අවස්ථාව ඇතිකිරීමය. භවය නැතිවීම- භව නිරෝධය නම්වූ නිවන ලැබීමය.

බලන්න: පටිච්චසමුප්පාදය, පුනර්භවය, කර්මය. සටහන්: \* කාම භවය, රූප භවය හා අරූප භවය යන භව 3 -තුන්භවය ප්‍රභීණ කිරීම පිණිස, අධිශීල, අධිචිත්ත, අධිප්‍රඥා යන ශික්‍ෂා වල හික්මීය යුතුවේ. බලන්න:

අංගු.නි; (1) ආනිසංසවග්ග: භව සූත්‍රය. \*\* භව තුන පිලිබඳ විස්තර පිණිස

බලන්න: EMN: Introduction, p. 46 : ... ‘being should be understood both the actual planes of rebirth and the types of kamma that generate rebirth into those planes. බලන්න: EMN: note: 124, p. 1075. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (2): නිදාන වග්ග: 1.1.2 විභවග සූත්‍රය, පි.24, ESN: Nidanavagga: 2.2 Analysis of Dependent Origination, p.610

▼ භවය පටිච්චසමුප්පාදයේ 10 නි පුරුකය.: උපාදාන නිසා භවය භටගනී, උපාදාන නිරෝධ වීමෙන් භව නිරෝධයවේ:

“...උපදාන පච්චයා භවො...”

“...උපදාන නිරොධා භව නිරොධො..”: කාම භවය, රූප භවය, අරූප භවය (sense-sphere existence, form-sphere existence, formless-sphere existence) අවබෝධ කරගැනීමට හා ඉන් නිදහස්වීමට අරියආදාන යහපත්ලෙසින් අවබෝධ කරගත යුතුවේ.

මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (2): නිදානවග්ග: පටිච්චසමුප්පාද සූත්‍රය, පි.24, 1.1.2 විභවග සූත්‍රය, පි.24, ESN: 11:Nidanavagga: 1.1. Dependent Origination, p. 610, 2.2 Analysis of Dependent Origination, p.610, සංයු.නි: (5-1): මග්ගසංයුත්ත: 1.15 භව සූත්‍රය, පි.154, ESN: 45: Maggasamyutta: 164.4 Existence, p. 1709, සංයු.නි: (4 ): සලායනන වග්ග: ජමබ්බාදක සංයුත්ත: 4.1.13 භවසූත්‍රය, පි. 510 , ESN: IV: 38 Jambukhādakasamyutta: 913 Existence, p. 1407.

▼ බුදුන් වහන්සේ භවය වර්ණනා නොකළහ

“...ස්වල්පයක් වුවත්: අශුවී දුගඳය...මුත්‍රා දුගඳය... කෙළ දුගඳය ... සැරව දුගඳය... ලේ දුගඳය , එලෙස, ස්වල්ප කාලයක්, අසුර සලන කාලයක් පමණක්වත්, මම භවය වර්ණනා නොකරමි”.

සටහන: බුද්ධ දේශනාවල, වර්ණනා කරන්නේ, භවය බිඳ, සසර වටය නවතා, නිවන සාක්ෂාත් කරගැනීමය. මූලාශ්‍රය: අංගු.නි: (1): 1 නිපාත, 1.16.3.13- 17 සූත්‍ර, පි. 108- 110.

▼ **භවය කෙසේ ඇතිවේද?: කර්මවිපාක ඵලනිසා**  
කාමධාතුව...රූපධාතුව...අරූපධාතුව යන මේ තුන්ලෝකයේ භව පැවැත්ම ඇතිවේ. ඒ පිළිබඳව බුදුන් වහන්සේ මෙසේ පෙන්වා ඇත:

“මෝභයෙන් (නුවණැස) වැසුන, තණ්හාවෙන් බැඳුන සත්ත්වයන්ගේ විඥානය තුන්ලෝකයෙන් එකක පිහිටයි. ඔවුන් සිදුකල කර්ම අනුව යළි උපත ලබන ස්ථානය කර්මකෙණ්ත්‍රය ය (මේ තුන්භවය), විඥානය බිජයය. එම බිජය, කෙණ්ත්‍රයේ-බිමේ පිහිටා වැඩීමට උපකාරීවන ජලය තණ්හාවය. එලෙස කර්මවිපාකයන්ට අනුකූලව විඥානය සුදුසු තැනක ස්ථාපිත වීම භව පැවැත්මය. එලෙසින්, යළිඋපත ඇතිවේ. කෙනෙක් ගේ කාර්මික වේතනා හා අපේක්ෂා උසස් නම් උසස් භවයක් ඇතිවේ, ඒවා පහත්නම් පහත් භවයක් ඇතිවේ. බලන්න: කම්ම. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (1): 3 නිපාතය: ආනන්දවග්ග: 3.2.3.6 හා 3.2.3.7 සූත්‍ර, පි. 432, EAN:3: 76.6 Existence, p. 119.

▼ **භවය යහපත් ලෙසින් අවබෝධ කරගැනීමට සම්මා දිට්ඨිය අවශ්‍යවේ**  
මූලාශ්‍ර: ම.නි: (1): 1.1.9 සම්මා දිට්ඨි සූත්‍රය, පි. 130, EMN: 9: Sammādiṭṭhi Sutta- Right View, p. 121

▼ **කාම, රූප හා අරූප භවයන් අවසන් කරගැනීම පිණිස ශික්ෂා 3 කින් හික්මිය යුතුවේ.** එනම්: අධිශීල පුහුණුව, අධිවිත්ත පුහුණුව, අධි ප්‍රඥා පුහුණුව. හික්මුව, භව 3 හැරදමා (ඒවාට ඇති ඇල්ම), ත්‍රිවිධ ශික්ෂාව සම්පූර්ණ කරගත්විට ඔහු දුක අවසන් කරගත් කෙනෙකි යයි බුදුන් වහන්සේ වදාළහ. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: ( 4 ): 6 නිපාත: 6.2.5.10. භව සූත්‍රය, පි. 276 , EAN: 6: 105.10 . Existence, p. 364.

▼ **වෙනත් මූලාශ්‍ර: 1.** “භවය ලෙසින් දක්වන්නේ ඉපදීමක්-ජාතියක් ඇතිවීමය. පටිච්චසමුප්පාදයට අනුව- උපාදාන හේතුකොටගෙන භවය ඇතිවේ, භවය හේතුකොටගෙන ජාතිය ඇතිවේ. ජාතිය යනු දුකය. ධර්මයට අනුව භව තුනක් වේ: කාම භවය (මිනිස්ලොව, දෙව්ලොව [6 කි] , සතර අපාය); රූප භවය (රූපාවචර බ්‍රහ්ම ලෝක [16 කි]; අරූප භවය (අරූපාවචර බ්‍රහ්ම ලෝක [4කි] , භවය ඇතිවන්නේ තණ්හාව නිසාය (ත්‍රිවිධ තණ්හාව) . භවය ඇති තාක් දුක පවතී. සංසාර ගමන භව ගමනය”. බුදුසරණ අන්තර්ජාල කලාපය: 2014 ජූලි12, 2017, දෙසැම්බර් 17.

▲ **භව ආසුව- Bava asrava:** මෙය සිත කෙලෙසන ආසුවයකි, භව පැවැත්ම පිළිබඳ තණ්හාවය. බලන්න: ආසුව හා ආසුව ක්ෂය කිරීම.

▲ **භව ඔසය- the flood of existence:** භවඔසය, සසර ඇදගෙනයන ජල ප්‍රවාහ 4 න් එකකි. බලන්න: ඔස.

▲ **භව තණ්හාව :** පාලි: භවතණ්හා- craving for becoming: සසර පවත්වාගෙන යෑමට ඇති ආසාවය, තුන් ලෝකයෙන් එක් ලෝකයක (කාම, රූප හා අරූප) යළි උපත ලබාගැනීමට ඇති තදබල කැමැත්ත භව තණ්හාවය ය. භව තණ්හාව, ආධ්‍යාත්මික වර්ධනය පිණිස පහකරගත යුතු ධර්මතාවයකි. බලන්න: තණ්හාව. මූලාශ්‍ර:දීස.නි : (3): 11 දසුත්තර සූත්‍රය, පි. 483, EDN: 34: Dasuttara Sutta: Expanding Decades, p. 384.

▼ **භවතණ්භාව පෝෂණයවීම:** භවතණ්භාව පටන්ගත් මුල්තැනක් දැකිය නොහැකිය. එමනිසා, භවතණ්භාව මෙවකට පෙර නොවිය, ඉන්පසු භවතණ්භාව පහළවී යයි කිවනොහැකිය. එසේවුවද, භවතණ්භාව ඇතිවීමට හේතු ඇත. එමගින් භවතණ්භාව පෝෂණය වේ යයි බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත. **භවතණ්භාව පෝෂණයවන අන්දම:**

1. භවතණ්භාව, අවිද්‍යාව නිසා පෝෂණයවේ
  2. අවිද්‍යාව, පංචනිවරණ ධර්ම නිසා පෝෂණයවේ.
  3. පංචනිවරණ ධර්ම, ත්‍රිවිධ දුශ්චරිත නිසා පෝෂණය වේ.
  4. ත්‍රිවිධ දුශ්චරිතය, ඉන්ද්‍රිය අසංවරය නිසා පෝෂණයවේ.
  5. ඉන්ද්‍රිය අසංවරය, අසතිය හා අසම්ප්‍රජන්‍යය නිසා පෝෂණය වේ.
  6. අසතිය හා අසම්ප්‍රජන්‍යය, අයෝනිසෝමනසිකාරය නිසා පෝෂණය වේ.
  7. අයෝනිසෝ මනසිකාරය, අග්‍රද්ධාව නිසා පෝෂණය වේ
  8. අග්‍රද්ධාව, අසද්ධර්ම ශ්‍රවනය, නිසා පෝෂණය වේ.
  9. අසද්ධර්ම ශ්‍රවනය, අසත්පුරුෂ ආශ්‍රය නිසා පෝෂණය වේ.
- මූලාශ්‍ර: අංග.නි:(6):10 නිපාත: යමක වග්ග: 10.2.2.2. තණ්හා සූත්‍රය, පි.238, EAN:10: 62.2 Craving, p.518.

▲ **භව දිට්ඨිය හා විභව දිට්ඨිය:** පාලි: භවදිට්ඨි, විභවදිට්ඨි- Belief in continued existence and belief in non-existence (bhava-ditthi ca vibhava-ditthi ca.): භව දිට්ඨිය ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ, සත්කයාගේ අඛණ්ඩ පැවැත්මක් පිලිබඳ (eternal personality) සමහර මිනිසුන් තුළ ඇති විස්වාසය ය. මෙය සස්සතවාදය ලෙසින්ද දක්වා ඇත. විභව දිට්ඨිය යනු, මරණින් පසු පුද්ගලයා- නැතිවීයාමය, හංග වීමය. මෙය උච්ඡේද දිට්ඨිය ලෙසින් ද හඳුන්වයි.

▼ **බුදුන් වහන්සේ භව දිට්ඨිය හා විභව දිට්ඨිය පිලිබඳව යහපත් ලෙසින් වදාරා ඇත.** ඒ ධර්මතා සංඝයා එක්ව, ධර්මයේ චිරස්ථිතිය පිණිස සප්ඨයනා කිරීම සුදුසු ය යි සැරියුත් මහා තෙරුන් සංඝයාට උපදෙස් දී ඇත. මූලාශ්‍ර: දීඝ.නි: (3):10 සංගීති සූත්‍රය, පි. 372 , EDN: 33 Sangīti Sutta: The Chanting Together, p. 362.

▲ **භව නිරෝධය-Bava nirodha :** භව නිරෝධය යනු සියලු කෙළස් නැතිකර නිවන සාක්ෂාත් කරගැනීමය, අරහත්වය ලැබීමය. ඒ බව පිළිගන්නේ බුදුන් වහන්සේගේ ධර්මය විශ්වාසකරන පිරිසය. බුදුන් වහන්සේ වැඩසිටි සමයේ භව නිරෝධය -නිවන පිළිනොගත් පිරිසක්විය. බලන්න: දීඝ.නි: ශ්‍රමණඵල සූත්‍රය.

▲ **භවනෙත්තිය-conduit to existence:** භවනෙත්තිය ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ භවය සකස්කිරීමට යෝග්‍ය තත්වය, සාධකයන්ය. බුදුන් වහන්සේ මෙසේ වදාළහ:

“රූපෙ බො...වෙදනාය යො... සඤ්ඤා යො... සඛ්ඛාරෙසු..විඤ්ඤාණෙ යො ජන්දො යො රාගො යා නාඤ්ඤි යා තණ්හා යෙ උපසුපාදානා වෙතසො අධිධානාභිනිවෙසානුසයා අයං වූච්චි භවනෙත්ති...” රූප, වේදනා, සංඤා, සංඛාර, විඤාන (පංච උපාදානස්කන්ධය) කෙරහි ඇති ආශාව, රාගය, නන්දිය, තණ්හාව, එයට බැසගැනීම-බැඳීම, උපාදාන, සිත ස්ථාවර කරගැනීම, පිළිපැදීම, අනුසය, භවනෙත්තිය ය. ඒවායේ නිරෝධය ‘භවනෙත්ති නිරෝධය’ වේ. සටහන: මේ සූත්‍රය දේශනා කර ඇත්තේ රාධ තෙරුන්ටය. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (3

) : බන්ධවග්ග: රාධසංයුත්ත: 2.1.3 භවනෙන්ති සුත්‍රය, පි.372, ESN: radhasamyutta: 3.3 The conduit to existence, p.1120.

▲ භව යොගය: පාලි: භවයොගො- the bond of existence: භව යොගය යනු ලෝක සත්ත්වයා සසරට බැඳ තබන බැම්මකි, කෙලෙස් බැඳීම් 4 න් එකකි. බලන්න: සතර යොග.

▲ භවරාග අනුසය -underlying tendency to lust for existence: භවරාගය ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ, සසර දිගින් දිගට පවත්වා ගැනීමට ඇති ආශාවය, මෙය අනුසයකි. අනාගාමී උතුමන් අරභත්වය ලබනවිට මේ අනුසය පහකරගනී. බලන්න: අනාගාමී, අනුසය.

▲ භව සංයෝජන-Bava sanyojana: භවය- පැවැත්ම අල්ලා ගැනීම සංයෝජනයකි- සසරට බැඳතබන කෙලෙස්ය. බලන්න: සංයෝජන.

▲ භාවනාව- meditation: භාවනාව ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ යම් අරමුණක සිත එකඟ කර ගැනීම මගින් සිතේ සමාධිය ඇති කර ගැනීමය. භාවනාව යනු වැඩීමය. ආනාපානසති භාවනාවෙන් කෙරෙන්නේ සිහිය වඩා ගැනීමය. මෙත්තා භාවනාවෙන් සිතේ මෙමන්ත්‍රය වැඩේ. අසුභ භාවනාවෙන් විරාගය වැඩේ. අනිත්‍ය භාවනාව වැඩීමෙන් යථා භූත ඥානය වැඩේ. එලෙස සිත බොහෝ වෙලාවක් එකම අරමුණක රඳවා ගැනීමෙන් සිත එකග්ගතාවයට පැමිණේ. භාවනාව, සමාධියට සමවැදීම ලෙසින්ද පෙන්වා ඇත. ආධ්‍යාත්මික ජීවිතය වර්ධනය කරගැනීම පිණිස පුහුණුකරගතයුතු මූලික කරුණු 3 න් එකකි (ශීල සමාධි ප්‍රඥා). සුත්‍ර දේශනාවන්ට අනුව භාවනා කිරීමේ අරමුණ සිතේ එකඟ බව ඇති කරගැනීමෙන් ලබන සමාධි සමාපත්ති තුලින් විදසුන් නුවණ වඩා සසර දුකින් මිදීමට කටයුතු කිරීමය. බලන්න: සමථ හා විපස්සනා, සමාධිය. ශබ්දකෝෂ: පා.සිං.ග: පි.408: ‘භාවනාව: වැඩීම, රාග දෝස මෝහ සිතුවිලි මර්දනය කරගැනීම, යම් ධර්මයක් නැවත නැවත මෙනෙහිකිරීම’.

**B.D:** p. 31: “**Bhāvanā: Mental Development**”. සටහන්: \* භාවනාව පිණිස යොදාගන්නා අරමුණු කමටහන ලෙසින් පෙන්වා ඇත. විසුද්ධිමාර්ගයේ: කමටහන් 40 ක් පෙන්වා ඇත: 1-10 දසකසිණ, 11-20 දසඅසුභය 21-30 දසඅනුසති: (බුද්ධ, ධම්ම, සංඝ, ශීල, දාන, දේව, මරණ, කායානුසති, ආනාපානසති, උපසමානු සති) 31-34 සතර බ්‍රහ්ම විහාර, 35-38 අරුප ධ්‍යාන 39 ආභාරයේ පතිකුළු සංඥාව 40 ධාතු මනසිකාරය. \*\* භාවනා ක්‍රම පිළිබඳව විස්තරාත්මක කරුණු ගැන බලන්න: 1) සිංහල විසුද්ධිමග, 3 පරිච්ඡේදය 2) සතිපට්ඨාන භාවනා ක්‍රමය: රේරුකානේ වන්දවිමල මහානාහිමි, 2009 3) විදර්ශනා භවනා ක්‍රමය: රේරුකානේ වන්දවිමල මහානාහිමි, 2006 4) **The Basic Method of Meditation** by Ajahn Brahmavamso 5) **Mediations** by Thanissaro Bhikkhu: Metta Forest Monastery 6) **Buddhist Meditation – In Theory and Practice** by Paravahera Vajirañāna Mahathera (P.hd Thesis: Cambridge University U.K.) 7) සමසතලිස් භාවනා:නාඋයනේ අරියධම්ම තෙර 8) The Seven stages of purification by Ven. Matara Sri Nanarama, BPS 1983, 9) Meditation a way of awakening by

Ajahn Sucitto, Amaravati publication, 2011 10) සක්මන් භාවනාව ගැන බලන්න: සක්මන් භාවනාවේ ආනිසංස.

▼ භාවනාව ආරම්භ කිරීමේ පිළිවෙල: බුදුන් වහන්සේ මෙසේ දක්වා ඇත:

“...පිඩු සිභා පෙරලා පැමිණෙන හික්ෂුව දිවාච්ඡරණය පිණිස හුදකලා තැනකට යයි. ඔහු පංච නිවරණ සිතෙන් පහකරගනී. නිවරණ පහවූ සිත පිරිසිදුවේ. ඔහුට ප්‍රමෝදය ඇතිවේ. ප්‍රමෝදමත් සිත ප්‍රීතියට පත්වේ. සිතේ ප්‍රීතිය ඇතිවූවිට, කාය සුඛයට- පස්සදිය ඇතිවී සිත ශාන්ත බවට පත්වේ. සිත සුවයට පත්වූ විට සමාධිය ඇතිවේ. බලන්න: දීස.නි: කෙවඩ්ඩ සූත්‍රය. සටහන්: \* භාවනාව සඳහා සුදානම් වන යෝගියකු තුළ පළමුවෙන්ම තිබිය යුතු ආකල්ප 3 ලෙසින් මිත්‍රශීලිබව (goodwill), සහකම්පනය - කරුණාව (empathy) හා අතහැරීම (letting go) . පළමු ආකල්ප දෙක ඇතිවිට සිතේ යම් තරහක්, පරුෂ බවක් ඇත්නම් ඒවා සමනයවේ, සිත ආලෝකමත්වේ. අතහැරීම මගින්- අතීතය හා අනාගතය ගැන ඇති අල්ලාගැනීම් - නිදහස හා ඉඩකඩ ඇතිවේ. එමගින් සිතට පහසුවක්-සුවයක් දැනේ. බලන්න: Meditation a way of awakening by Ajahn Sucitto , \*\* සිතේ සමාධිය ඇතිකරගැනීමට හැමවිටම, කරන කියන සිතන සැමදේ ගැනම සිහියෙන් හා නුවනින් - සති සම්ප ජානයෙන් කටයුතු කිරීම අවශ්‍යවේ. එවිට සිත අරමුණේ පිහිටුවා ගැනීමට පහසුවේ. බලන්න: සජ්ඣ විසුද්ධිය: පුජ්‍ය මාතර ශ්‍රී ඥානාරාම හිමි.

▲ භාවනා විවිධ -Various Meditations

1 අනුසති භාවනා - Anusathibhavana: බුද්ධානු සතිය, ධම්මානු සතිය, සංඝානු සතිය, ශීලානු සතිය, වාගානු සතිය, දේවාතානු සතිය, කලණ මිතුරුගුණ සිහිකිරීම, උපසමානුසතිය ආදී විවිධ භාවනා ක්‍රම සූත්‍ර දේශනාවල පෙන්වා ඇත. අනුසතිභාවනාව කරන පිළිවෙල: අනුසති ධර්මතා වැඩීම පිණිස පළමුව පංච ධර්මයන්හි පිහිටා වාසය කළයුතුවේ: එනම්: ශ්‍රද්ධාව, චීරිය, සතිය, සමාධිය හා ප්‍රඥාව.

භාවනාවේ ප්‍රතිඵල: අනුසති භාවනා වඩන විට සිත කෙළෙස්වලින් මිදී සමනයවේ- සමාධිය ලබයි. පාතග්ජන ලෝකයා සමග සමසිත් ඇතිව, නිදුකින් වාසය කිරීමට හැකියාව ලැබේ, නිවන් මග සාක්ෂාත්වේ. අනුසති භාවනා වලින් එක භාවනාවක් හෝ වැඩිමෙන්, බහුල කරගැනීමෙන් : සසරට කලකිරේ, සසරට නොඇලේ, කෙළෙස් ප්‍රභිණයවේ, විරාගය ඇතිවේ, නිවන පිණිස පවතිය යි බුදුන්වහන්සේ පෙන්වා ඇත. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (6 ): 11නිපාත,අනුසති වගග,11.2.1 හා 11.2.2. මහානාම සූත්‍ර, පි.645-654, 11.2.3 නන්දිය සූත්‍රය,පි.658, EAN: 11: Recollection, 11.1 & 12.1 Mahanama , p.570, 13.3. Nandiya, p.571, අංගු.නි: (1) 16- එකධම්මපාලිය, පි. 100, EAN:1:One thing, p. 47.

▼ අනුසති භාවනා නිවන පිණිස පවතී. “එක ධර්මයක් භාවනා දී වගයෙන් වඩන ලද්දේනම් බහුල වගයෙන් කරණ ලද්දේ නම්, (එය) ඒකාන්තයෙන්ම :නිබ්ද්දාය (Disenchantment)-සසර කලකිරීම,නොඇලීම පිණිස,විරාගය (Dispassion) -සසර වටය නිමකිරීම පිණිස නැතිනම් කෙළෙස් නිවාදැමීම පිණිස, රාගය ප්‍රභිණය පිණිස, නිරෝධය- (cessation)-රාගය නිමා කිරීම කිරීම පිණිස, සසර නිමාකිරීම

පිණිස, උපසමාය (peace) සියලු කෙලෙස් සංහිදීම පිණිස, අභිඤ්ඤාය (direct knowledge) ත්‍රිලක්ෂණය පිලිබඳ තමන් ලබාගන්නා විශේෂ දැනුම පිණිස, සම්බෝධාය (enlightenment) - චතු සත්‍ය අවබෝධය-සම්බෝධය පිණිස, නිබ්බානය - නිවන අවබෝධය පිණිස වේ”. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (1 ) 1 නිපාත: 16 එකධම්මපාළිය සූත්‍ර, පි. 99, EAN:1 suttas, p 46.

1) බුද්ධානුස්සතිය භාවනාව - Recollection of the qualities of The Buddha: බුද්ධානුස්සතිය භාවනාව- බුදුගුණ ආවර්ජනය: පළමුව පංච ධර්මයෙහි පිහිටා : ග්‍රද්ධාව, වීරිය, සතිය, සමාධිය හා ප්‍රඥාව, අනතුරුව, ‘ඉතිපිසො භගවා අරහං...’ ආදී වූ බුදුගුණ 9 ය සිහිපත් කරමින් සිත එකඟ කරගැනීම. එසේ බුදුගුණ සිහිකරනවිට, රාග දෝස හා මෝහ යන අකුසල සිතෙන් පහවේ, බුදුගුණ අරමුණු කොටගත් සිත සෘජුවට පත්වේ, සෘජු සිතට තථාගත ගුණ පිලිබඳ අර්ථයන් වැටහී (අර්ථවේදී) ප්‍රමෝදය ඇතිවේ, ධර්මය පිලිබඳ ප්‍රමෝදය ඇතිවේ (ධම්මවේදී). එවිට, ධර්මය පිලිබඳව ප්‍රීතිය ඇතිවේ. ප්‍රීතිය නිසා කය නිසලබවට පත්වේ- සංසුන්වේ. කය නිසලවූවිට සුවය ඇතිවේ. සුවපත්වූ සිතේ සමාධිය ඇතිවේ. එලෙසින්, අරියශ්‍රාවකයා, කෙලෙස්බර ලෝකයේ විසම ජනයා අතර සම සිතින් (කෙලෙස්රහිතව) වෙසෙයි, දුකටපත්වූ ජනයා අතර සුවයෙන් වෙසෙයි. ධර්ම ප්‍රවාහයට ඇතුළුවූ ඔහු බුද්ධානුස්සතිය වඩාගනී:

“යසම් මහානාම සමයෙ අරියසාවකො තථාගතං අනුසුරති නොවසු තසම් සමයෙ නරාගපරියුට්ඨිතං චිත්තං හොති, නමොහපරියුට්ඨිතං චිත්තං හොති. උජුගතමෙවසු තසම් සමයෙ චිත්තං හොති. තථාගතං ආරබ්භ උජුගතචිත්තොනො පන මහානාම අරියසාවකො ලහති අක්ඛේදං ලහති ධම්මවේදං, ලහති ධම්මුපසංහිතං පාමොජ්ජං පමුදිතසු පීති ජායති, පීතමනසු කායො පසුඛහති, පසුඛකායො සුඛං වෙදියති, සුඛිනො චිත්තං සමාධියති. අයං වූච්චති මහානාම අරියසාවකො විසමගතය පජාය සමසුතො චිහරති, සබ්‍යාපජ්ඣාය පජාය අබ්‍යාපජ්ඣා චිහරති, ධම්මසොතසමානො බුද්ධානුසුතිං භාවෙති”

සටහන: කය ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ නාමකාය හා රූප කයය. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (6): 11 නිපාත: අනුසුති වග්ග, : 11.2.1 හා 11.2.2. මහානාම සූත්‍ර, පි.645-654, 11.2.3 නන්දිය සූත්‍රය, පි.658, EAN: 11: Recollection, 11.1 & 12.1 Mahanama, p.570, 13.3. Nandiya, p.571.

▼ බුද්ධානුස්සතිය බහුල කරගැනීම නිවන පිණිස පවතී:

“එක ධම්මො භික්ඛවෙ, භාවිතො බහුලීකතො එකන්ත නිබ්බිදාය විරාගය නිරොධාය උපසමාය අභිඤ්ඤාය සමෙබ්බාය නිබ්බාණාය සංවත්තති. කතමො එකධම්මො: බුද්ධානුසුති ...”. බුද්ධානුස්සතිය භාවනාව, දියුණුකර, බහුල කරගන්නේ නම්, එය එකාන්තනම සසරට කළකිරීම පිණිස-නිබ්ද්දාව, කෙලෙස් වලට නොඇලීම- විරාගය පිණිස, රාගදී කෙලෙස් නැවතීම- නිරෝධය පිණිස, සියලු කෙලෙස් සංසිදුවා ගැනීම පිණිස- උපසමාය, ත්‍රිවිධ ඥාන ගැන විශේෂයෙන්ම අවබෝධකරගැනීම පිණිස- අභිඤ්ඤාය, චතුසත්‍ය අවබෝධය පිණිස - සම්බෝධය පිණිස, නිවන සාක්ෂාත් කරගැනීම පිණිස පවතී. සටහන්: \*

අටුවාවට අනුව බුද්ධානුස්සතිය වැඩිම නිසා කරුණු 2ක් ඉෂ්ඨවේ: 1) සිතේ ප්‍රමෝදය ඇතිවීම 2) විදර්ශනා නුවණ ඇතිවීම. බලන්න: ESN: note 161, p. 588. \*\* මේ විහරණය සෝතාපන්න ආරිය ශ්‍රාවකයා, නිරතුරුව යෙදී සිටින විහරණයකි. බලන්න: අංගු.නි: (4) 6 නිපාත: ආහුනෙය්‍යාවග්ග:6.1.1.10 මහානාම සූත්‍රය, පි.32. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (1): 1 නිපාත : එකධම්ම පාලිය, පි.100, EAN:1: XVI: One Thing, p. 47.

2) ධම්මානුස්සති භාවනාව - Recollection of the qualities of The Dhamma: ධම්මානුස්සති භාවනාව- ධම්ම ගුණ ආවර්ජනය:යනු ධර්ම ගුණ මෙනහිකර සිත එකඟ කර සමාධිය ඇති කර ගැනීමය. පළමුව පංච ධර්මයෙහි පිහිටා (ශ්‍රද්ධාව, චීරිය, සතිය, සමාධිය හා ප්‍රඥාව).

‘සවාකබානො භගවතා ධමෙමා...’ ආදී වූ දහම් ගුණ සිහිපත් කරමින් සිත එකඟ කරගැනීම. එසේ දහම්ගුණ සිහිකරනවිට, රාග දෝස හා මෝහ යන අකුසල සිතෙන් පහවේ, දහම්ගුණ අරමුණු කොටගත් සිත සෘජුබවට පත්වේ...සටහන් \* : විස්තර පිණිස බලන්න: බුද්ධානුස්සතිය භාවනාව. එලෙසින්, අරියශ්‍රාවකයා, කෙලෙස්බර ලෝකයේ විසම ජනයා අතර සම සිතින් (කෙලෙස්රහිතව) වෙසෙයි, දුකටපත්වූ ජනයා අතර සුවයෙන් වෙසෙයි. ධර්ම ප්‍රවාහයට ඇතුල්වූ ඔහු ධම්මානුස්සතිය වඩයි. බලන්න: ධම්මගුණ. \* \* ධම්මානුස්සතිය නිවන පිණිස පවතී. \*\* මේ විහරණය සෝතාපන්න ආරිය ශ්‍රාවකයා, නිරතුරුව යෙදී සිටින විහරණයකි. බලන්න: අංගු.නි: (4) 6 නිපාත:ආහුනෙය්‍යාවග්ග:6.1.1.10 මහානාම සූත්‍රය, පි.32. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (6 ): 11 නිපාත: අනුසතිවගග: 11.2.1 හා 11.2.2.මහානාම සූත්‍ර, 11.2.2, පි.645-654, 11.2.3 නන්දිය සූත්‍රය,පි.658, EAN: 11: Elevens: Recollection, 11.1 Mahanama, 12.1 Mahanama (2), p.570, 13.3. Nandiya, p.571.

3) සංඝානුස්සති භාවනාව - Recollection of the qualities of The Sangha: සංඝානුස්සති භාවනාව: සංඝ ගුණ ආවර්ජනය: සංඝානුස්සති භාවනාව යනු සංඝ ගුණ සිහිපත්කර සිත එකඟ කර ගැනීමය. පළමුව පංච ධර්මයෙහි පිහිටා:

‘සුපටිපනෙනා භගවතා සාවකසඬෙසා...’ ආදී වූ සභ ගුණ සිහිපත් කරමින් සිත එකඟ කරගැනීම. එසේ සභගුණ සිහිකරනවිට, රාග දෝස හා මෝහ යන අකුසල සිතෙන් පහවේ, සභගුණ අරමුණු කොටගත් සිත සෘජුබවට පත්වේ... (බලන්න: බුද්ධානුස්සතිය) එලෙසින්, අරියශ්‍රාවකයා, කෙලෙස්බර ලෝකයේ විසම ජනයා අතර සම සිතින් (කෙලෙස්රහිතව) වෙසෙයි, දුකටපත්වූ ජනයා අතර සුවයෙන් වෙසෙයි. ධර්ම ප්‍රවාහයට ඇතුල්වූ ඔහු සංඝානුස්සතිය වඩයි. සටහන්: \* සංඝානුස්සතිය නිවන පිණිස පවතී.\*\* මේ විහරණය සෝතාපන්න ආරිය ශ්‍රාවකයා, නිරතුරුව යෙදී සිටින විහරණයකි. බලන්න: අංගු.නි: (4) 6 නිපාත: ආහුනෙය්‍ය වග්ග:6.1.1.10 මහානාම සූත්‍රය, පි.32. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (6 ): 11 නිපාත: අනුසතිවගග: 11.2.1 හා 11.2.2.මහානාම සූත්‍ර, 11.2.2, පි.645-654, 11.2.3 නන්දිය සූත්‍රය,පි.658, EAN: 11: Elevens: Recollection, 11.1 Mahanama, 12.1 Mahanama (2), p.570, 13.3. Nandiya, p.571.



4) ශිලානුස්සති භාවනාව- Recollection of the qualities of Virtue:

ශිලානුස්සති භාවනාව- ශිල ගුණ ආවර්ජනය: තමා අනුමොදන්ව - සමාදන්ව රැකගන්නා ශිලය සිහිකරමින් සිත එකඟ කර ගැනීමය. බලන්න: ශිලය.

පංච ධර්මයෙහි පිහිටා, තමාගේ සිල්වත්ඛව- සිල්ගුණ සිහිපත් කිරීම:

“මා රකින සිකපද කැඩිනැත, නිකැළැල්ය, නිදොස්ය, කෙලෙස් පැල්ලම්රහිතය, තණ්හාවෙන් මිදීඇත, බැඳීම් රහිතය, බුද්ධාදී...නුවණැතියන් ප්‍රසංසා කරන ශිලයක් මම අනුගමනය කරමි. එම ශිලය සමාධිය පිණිස පවති...” එසේ තමාගේ සිල්ගුණ සිහිකරනවිට, රාග දෝස හා මෝහ යන අකුසල සිතෙන් පහවේ, සිල්වත්ඛව අරමුණු කොටගත් සිත සෘජුවට පත්වේ... විස්තර පිණිස බලන්න:

බුද්ධානුස්සතිය. එලෙසින්, අරියශ්‍රාවකයා, කෙලෙස්බර ලෝකයේ විසම ජනයා අතර සම සිතින් (කෙලෙස්රහිතව) වෙසෙයි, දුකටපත්වූ ජනයා අතර සුවයෙන් වෙසෙයි. ධර්ම ප්‍රවාහයට ඇතුල්වූ ඔහු ශිලානුස්සතිය වඩයි. සටහන්: \* ශිලානුස්සතිය නිවන පිණිස පවතී.\*\* මේ විභරණය සෝතාපත්ත ආරිය ශ්‍රාවකයා, නිරතුරුව යෙදී සිටින විභරණයකි.

බලන්න: අංගු.නි: (4) 6 නිපාත: ආභුනෙය්‍ය වග්ග:6.1.1.10 මහානාම සූත්‍රය, පි.32. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (6 ): 11 නිපාත: අනුසතිවග්ග: 11.2.1 හා 11.2.2.මහානාම සූත්‍ර, 11.2.2, පි.645-654, 11.2.3 නන්දිය සූත්‍රය,පි.658, EAN: 11: Elevens: Recollection, 11.1 Mahanama, 12.1 Mahanama (2), p.570, 13.3. Nandiya, p.571.

5) ත්‍යාගානුස්සති භාවනාව - Recollection of the qualities of

Generosity: ත්‍යාගානුස්සති භාවනාව- ත්‍යාග ගුණ ආවර්ජනය: ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ තමන් සතු ත්‍යාගශීලි ගුණ සිහිකර සිත එකඟකර ගැනීමය. පළමුව පංච ධර්මයෙහි පිහිටා, තමාගේ දානශීලි බව-මසුරුකම නැතිබව ආදී ගුණ සිහිපත් කරගත යුතුවේ:

“ මසුරුකමින් මැඩී සිටින ජනයා අතර, මසුරුමල නොමැති සිතින් වාසයකිරීමට ලැබීම මගේ වාසනාවය, මට ලාභයකි. ලෝභය නිසා කැළලි නොවූ සිතින් දන්දීමට මට හැකිය. දුගී මගී යාවක අදින්ට නිදහසේ දීමට කැමති ත්‍යාගශීලි සිතෙන්, මම වාසය කරමි...” එසේ තමාගේ දානශීලි බව සිහිකරනවිට, රාග දෝස හා මෝහ යන අකුසල සිතෙන් පහවේ, ත්‍යාගශීලි බව අරමුණු කොටගත් සිත සෘජුවට පත්වේ... විස්තර පිණිස බලන්න: බුද්ධානුස්සතිය .එලෙසින්, අරියශ්‍රාවකයා, කෙලෙස්බර ලෝකයේ විසම ජනයා අතර සම සිතින් (කෙලෙස්රහිතව) වෙසෙයි, දුකටපත්වූ ජනයා අතර සුවයෙන් වෙසෙයි. ධර්ම ප්‍රවාහයට ඇතුල්වූ ඔහු ත්‍යාගානුස්සතිය වඩයි. සටහන්: \*

ත්‍යාගානුස්සතිය නිවන පිණිස පවතී.\*\* මේ විභරණය සෝතාපත්ත ආරිය ශ්‍රාවකයා, නිරතුරුව යෙදී සිටින විභරණයකි. බලන්න: අංගු.නි: (4) 6 නිපාත:ආභුනෙය්‍යවග්ග:6.1.1.10 මහානාම සූත්‍රය, පි.32. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (6 ): 11 නිපාත: අනුසතිවග්ග: 11.2.1 හා 11.2.2.මහානාම සූත්‍ර, 11.2.2, පි.645-654, 11.2.3 නන්දිය සූත්‍රය,පි.658, EAN: 11: Elevens: Recollection, 11.1 Mahanama, 12.1 Mahanama (2), p.570, 13.3. Nandiya, p.571.

6) දේවතානුස්සති භාවනාව-Recollection of the qualities of Deva’s: දේවතානුස්සති භාවනාව- දේවගුණ ආවර්ජනය: ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ දෙවියන් සතු යහපත් ධර්ම ගුණ සිහිකර සිත සමාධියට පත් කර ගැනීමය. පළමුව පංච ධර්මයෙහි පිහිටා, දෙවියන්ගේ ගුණ සිහිපත් කරගතයුතුය:

“ දේවලෝකවල පහළවූ එම දෙවියෝ මෙලොවදී ශ්‍රද්ධාසම්පන්නව... සිල්වත්ව... දහම්නුවණ ඇතිව... දානශීලීව...ප්‍රඥාව ඇතිව වාසය කළ හෙයින් දේවලෝකයන්හි යළි උපත ලැබූහ. මටද එබඳු ශ්‍රද්ධාවක්... ශීලයක්... දහම්නුවණක්... දානශීලීබවක්...ප්‍රඥාවක් තිබේ” එසේ දේවගුණ හා තමාසතු එබඳු ගුණ සිහිකරනවිට, රාග දෝස හා මෝහ යන අක්‍රම සිතෙන් පහවේ, දේවගුණ අරමුණු කොටගත් සිත සෘජුවට පත්වේ... විස්තර පිණිස: බලන්න: බුද්ධානුස්සතිය. එලෙසින්, අරියශ්‍රාවකයා, කෙලෙස්බර ලෝකයේ විසම ජනයා අතර සම සිතින් (කෙලෙස්රහිතව) වෙසෙයි, දුකටපත්වූ ජනයා අතර සුවයෙන් වෙසෙයි. ධර්ම ප්‍රවාහයට ඇතුල්වූ ඔහු දේවානුස්සතිය වඩයි. සටහන්: \* දේවතානුස්සතිය නිවන පිණිස පවතී.\*\* මේ විභරණය සෝතාපන්න ආර්ය ශ්‍රාවකයා, නිරතුරුව යෙදී සිටින විභරණයකි. බලන්න: අංගු.නි: (4) 6 නිපාත:ආහුනෙයාවග්ග:6.1.1.10 මහානාම සූත්‍රය, පි.32. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (6 ): 11 නිපාත: අනුසතිවග්ග: 11.2.1 හා 11.2.2.මහානාම සූත්‍ර, 11.2.2, පි.645-654, 11.2.3 නන්දිය සූත්‍රය,පි.658, EAN: 11: Elevens: Recollection, 11.1 Mahanama, 12.1 Mahanama (2), p.570, 13.3. Nandiya, p.571.

7) මනෝමයකය ඇති දෙවියන් පිලිබඳ අනුස්සති භාවනාව- Recollection of the qualities of Deva’s of mind-made body: මනෝමයකය ඇති දෙවියන් පිලිබඳ අනුස්සති භාවනාව: මෙහිදී, ඒ දෙවියන්ගේ ගුණ සිහිකර සිත සමාධියට පත් කර ගනී.

“කබලිංකාර ආහර ගන්නා දෙවියන්ගේ සංගතියෙන්, ඉක්මවා ගොස් මනෝමය කය ඇතිව පහළවූ දෙවියෝ ඇත: එම දෙවියෝ අධ්‍යාත්මිකව කලයුතු කිසිවක් ඇතය හෝ අභවරකළ ආධ්‍යාත්මික කටයුතු වැඩිකරගතයුතුය යයි හෝ නොමදකී (විමුක්තිය ලැබූ හික්ෂුන් මෙන්). එම දෙවියන් ගේ ගුණ තමාගේ ආධ්‍යාත්මික සතියේ ස්ථාපිත කරගත යුතුය” යයි බුදුන් වහන්සේ වදාළහ. සටහන්: \* අටුවාවට අනුව එම දෙවියෝ අරහත්මගඵල ලබා ඇත. See: EAN: note 2217, p. 686. මූලාශ්‍ර:අංගු.නි: (6 ): 11 නිපාතය: අනුසති වග්ග: 11.2.3 නන්දිය සූත්‍රය,පි.658, EAN: 11: II Recollection, 13.3. Nandiya, p.571.

8) කල්‍යාණ මිත්‍රගුණ අනුස්සතිය- recollection of the qualities of good friends: කල්‍යාණ මිත්‍රයන්ගේ ගුණ සිහිකිරීම: මේ ආකාරයෙන් අනුස්සතිය වඩාගනී:

“මාගේ කල්‍යාණ මිත්‍රරෝ මා කෙරහි අනුකම්පා සහගතය; ඔවුන් මගේ යහපත පතති, මට අවවාද කරති; මට උපදෙස් දෙති. එවැනි මිත්‍රයන් සිටීම ඒකාන්තයෙන්ම මට ලාභයකි, වාසනාවන්ත ලැබීමකි” මූලාශ්‍ර:අංගු.නි: (6): 11 නිපාතය: අනුසති වග්ග: 11.2.3 නන්දිය සූත්‍රය,පි.658, EAN: 11: II Recollection, 13.3. Nandiya, p.571.

▲ උත්තම පුරුෂයාගේ භාවනාව- The meditation of the Noble man මේ සසුනේ උතුම් පුරුෂයෙක්, පංචනිවරණ මැඩ, බාහිර අරමුණු ඉවතලා භාවනාව වඩන අන්දම ගැන බුදුන් වහන්සේ මේ සූත්‍රයේදී විස්තරාත්මකව පෙන්වා ඇත. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (6 ):11නිපාත: 1 නිසසය වගග,11.1.9. සන්ධ සූත්‍රය,පි.636, EAN:11:I Dependence, 9.9 Sandha, p.568.

▲ උපසමානුස්සති භාවනාව- Meditation on Recollection of peace-upasamānussati: උපසමානුස්සති භාවනාව ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ නිවන අරමුණුකොට, කෙළෙස් සන්සිඳුවා ගැනීමය. නිවනේ ගුණ - ශාන්තබව ආවර්ජනය කිරීම මගින් සිත එකඟ කර ගැනීමය. සටහන්: \* අංගු.නි: (1) ඡාන වග්ගයේ නිවන අරමුණු කොට ඇති භාවනාව ගැන විස්තර ඇත \*\* බලන්න: සිංහල විසුද්ධිමග: උපසමානුස්සති භාවනාව: 8 පරිච්ඡේදය.

▼ උපසමානුස්සතිය භාවනාවක් ලෙසින්දියුණු කර බහුල කරගන්නේ නම්, එය එකාන්තනම සසරට කළකිරීම පිණිස-නිබ්ද්දාව,කෙළෙස් වලට නොඇලීම- විරාගය පිණිස, රාගදි කෙළෙස් නැවතීම- නිරෝධය පිණිස, සියලු කෙළෙස් සංසිඳුවා ගැනීම පිණිස- උපසමාය, ත්‍රිවිධ ඥාන ගැන විශේෂයෙන්ම අවබෝධකරගැනීම පිණිස- අභිඤ්ඤාය, චතුසත්‍ය අවබෝධය පිණිස -සමෙබ්බාය, නිවන සාක්ෂාත් කරගැනීම පිණිස පවතී. බලන්න: EAN: note 163, p. 589) මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (1): 1 නිපාතය: ඒකධම්ම පාලිය, පි.100, EAN:1: XVI: One Thing, p. 47.

▼ උපසමානුස්සති භාවනාව වැඩීම පිණිස නිවෙතේ ගුණ සිහිකිරීම බුදුන් වහන්සේ නිවන විවිධ පද වලින් හඳුන්වා ඇත: අසංඛත, සච්ච ආදී ලෙසින්. එම ගුණ/ගුණයන් සිහිකරගනිමින් සිත එකඟ කර ගැනීම මින් අදහස් කරයි. සටහන: \* නිවනේ ගුණ සිහිපත් කරනවිට පංච නිවරණ යටපත්වේ, සිත රාග දෝස මෝහයෙන් පිඩාවට පත් නොවේ, ශාන්තවේ, එම අවස්ථාවේ උපසමාය- උපසමානුස්සතිය ඇතිවේ. \*\* නිවන් හඳුන්වන පද හා ගාථා සිහිපත් කිරීමද කලහැකිවේ. බලන්න: නිවන හඳුන්වන පද.

මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (4 ): සලායතනවග්ග: අසංඛත සංයුත්ත, පි. 681, ESN: Salayatanasamyutta: Asankatasamyutta: p. 1512.

▲ කායගතාසති භාවනාව- Kayagathasathi meditation: කායගතා සති භාවනාව ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ සතරසති පට්ඨානයේ දක්වා ඇති කායානුපස්සනාවය. 1) ආනාපානසතිය 2) කයේ ඉරියව් සතර පිලිබඳ සතිය-ඉරියාපථ භාවනාව 3) කයේ හැසිරීම- සති සම්ප්‍රජන්‍යය භාවනාව 4) කයේ අසුභය (කොටස් 32) පිලිබඳ භාවනාව 5) කයේ ධාතු 4 පිලිබඳ සතිය - ධාතුමනසිකාරය 6) මළසිරුරක් ක්‍රමයෙන් දිරා යාම මෙතෙහිකරමින් වඩන සතිය (9 ආකාරවූ දිරායාම) - නවසිවථිකා භාවනාව, ආදී කරුණු පිලිබඳව සිත පිහිටුවා ගෙන භාවනාව වඩාගැනීමය. බලන්න: කායගතා සතිය, කායගතාසතියේ ප්‍රතිලාභ, සතිපට්ඨාන සූත්‍රය.

▼ කායගතා සති භාවනාව වැඩීමෙන් ලැබෙන අනුසස් 10කි: 1) අරතිය (අධිකුසලයේ නොඇලීම) හා පස්කම් සැපයට ඇති ඇල්ම ජයගැනීමට හැකිවීම 2) බියට පත්වීම හා තැති ගැනීම ජයගැනීමට හැකිවීම 3) ශිත

උෂ්ණ සාගින්න පිපාසය මැසීමදුරු හා සර්පයන්ගෙන් ඇතිවන උවදුරු, අවිරස්තිය, සුලං, අප්‍රිය වචන, බොහෝ පීඩාගෙනදෙන කායික වේදනා ආදිය දරාගැනීමේ හැකියාව 4) තමා පතන ආකරයට සිව්ජාන මේ හවයේදීම ලබාගැනීමට හැකිවීම 5) ඉද්ධිවිධ ආදී අතිසමාන බල ලබාගැනීමට හැකිවීම 6) දිවකන් (දිබ්බසෝත) ලැබීමට හැකිවීම 7) අනුන්ගේ සිත් දැනගැනීමට හැකිවීම 8) පෙරජාති සිහිකිරීමේ හැකියාව 9) දිවැස් ලැබීමේ හැකියාව 10) මේ හවයේදීම, වේතෝවිමුක්තිය හා ප්‍රඥාවිමුක්තිය ලබා නිවන සාක්ෂාත්කර ගැනීමට හැකිවීම. මූලාශ්‍ර: ම.නි: (3 ): 3.2.9. කායගතාසති සූත්‍රය, පි. 254, EMN:119 Kāyagatāsati Sutta-Mindfulness of the Body, p.870, සංයු.නි: (4 ): සලායතනවග්ග: අසංඛත සංයුත්ත: 9.1.1.කායගතාසති සූත්‍රය, පි. 660, ESN: Asankatasamyutta: 1.1 Mindfulness directed to the body, p. 1495.

▼ කායගතාසති භාවනාව වැඩිමෙන් නිවන සාක්ෂාත්වේ, එම භාවනාව සිදුනොකරන අය ධර්මයේ පිරිහුණ අයවේ. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි : (1) : 1 නිපාතය: අමත වග්ග සූත්‍ර 1.16.8-සිට, පි. 130, EAN:1: Deathless, p.53.

▼ කායගතාසති භාවනාව දියුණු කර බහුල කරගන්නේ නම්, එය එකාන්තනම සසරට කළකිරීම පිණිස-නිබ්ද්දාව,කෙළෙස් වලට නොඇලීම- විරාගය පිණිස, රාගදි කෙළෙස් නැවතීම- නිරෝධය පිණිස, සියලු කෙළෙස් සංසිදුවා ගැනීම පිණිස- උපසමාය, ත්‍රිවිධ ඥාන ගැන විශේෂයෙන්ම අවබෝධකරගැනීම පිණිස- අභිඤ්ඤාය, චතුසත්‍ය අවබෝධය පිණිස -සම්බෝධාය, නිවන සාක්ෂාත් කරගැනීම පිණිස පවතී. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (1) 1 නිපාතය: එකධම්ම පාලිය සූත්‍ර, පි.100, EAN:1: XVI: One Thing, p. 47.

▲ නවසීවථිකා භාවනාව- Contemplation of a corpse in 9 stages: නවසීවථිකා යනු, මළකඳ දිරා යාමේ අවස්ථා 9 ගැන ආවර්ජනය කිරීමය. මෙය අසුභය මෙනෙහිකිරීම ( මළකඳක අසුභය බැලීම) ලෙසින්ද පෙන්වා ඇත. මළකඳ ක්‍රමයෙන් කුණුවී දිරා යන අවස්ථා දකිමින් තමාගේ කයද ඒ ස්වභාවයට පත්වනබව මෙනෙහිකර සිහිය පවත්වා ගැනීම මගින් සිත එකභවේ. පංච උපාදානස්කන්ධයට ඇති ඇල්ම නැති කරගැනීමට, විරාගය ඇතිකරගැනීමට, යථාබව අවබෝධ කරගැනීමට මේ භාවනාව උපකාරවේ. අවස්ථා 9 : 1) දෙතුන් දවසක් වූ මළකඳක, ඉදිමිඟිය, නිල්වඟිය, සැරව ගලන සවභාවය බැලීම2) කපුටන්, නරියන් ආදී විවිධ සතුන් විසින් කාදමා ඇති පණුවන් පිරිගිය මළකඳක සවභාවය බැලීම 3) මස් ලේ සහිත නහරවලින් බැඳුන ඇටසැකිල්ලේ ස්වභාවය බැලීම 4) මස් රහිත ලේ තැවරුණ, නහරවලින් බැඳුන ඇටසැකිල්ලේ ස්වභාවය බැලීම 5) මස් ලේ රහිත නහරවලින් බැඳුන ඇටසැකිල්ලේ ස්වභාවය බැලීම 6) පාඇට, කෙණ්ඩා, හිස්කබල ආදීවූ ඇට කැඩී සැමතැන විසිරිගිය අටසැකිල්ලේ ස්වභාවය බැලීම 7) බෙලිකටු මෙන් සුදු-දුඹුරු පැහැගත්, සුන්බුන්ව ගිය ඇට කටු ආදියේ ස්වභාවය බැලීම 8) ඇටකටු ගොඩගැසී ඇති ස්වභාවය බැලීම 9) වසරක් පරණව ගිය ඇට සුන්බුන්වී, වැලි හා පස්බවට පත්වී ඇති ස්වභාවය බැලීම . විස්තර පිණිස බලන්න: සංයු.නි: (5-1): මහාවග්ග: බොජ්ඣංග සංයුත්තය: ආනාපාන වග්ගය සූත්‍ර: පි.270, ESN: Bojjhaṅgasamyutta:In and out Breathing: p. 1809.

▲ දස අසුභසංඥා භාවනාව- Contemplation of foulness of a corpse: මළකඳක දස අසුභයන් ආවර්ජනය කිරීම: 1) උද්ධුමාතක සංඥා භාවනාව (meditation on bloated corpse)- ඉදිමිඟිය මළකඳ. 2) විනිලක සංඥා භාවනාව (meditation on livid corpse ) නිල්වූ මළකඳ- සිරුර නිල් පැහැගැනීම. 3) විපුබ්බක සංඥා භාවනාව -නවදොරින් ඕපස් ගලන සතුන් කන මල සිරුර 4) විවර්දක සංඥා භාවනාව (meditation on fissured corpse)- විවරවූ-බිඳිගිය මළකඳ (කඳ මැදින් වෙන්ව ගිය) . 5) වික්ඛායිතක සංඥා භාවනාව - සතුන් කඩා කෑම නිසා අවයව විසිරී ගිය මල සිරුර 6) වික්ඛිත්තක සංඥා භාවනාව -අවයව සිඳි බිඳී ගිය මල සිරුර 7) හත්වික්ඛිත්තක සංඥා භාවනාව - කැබලි වී ගිය මල සිරුර 8) ලෝහිතක සංඥා භාවනාව -ලේගලා ගිය මල සිරුර 9) පුළුවක සංඥා භාවනාව (meditation on worm-infested corpse) පණුවන් පිරිගිය මළකඳ- නව දොර පනුවන් වැගිරෙන සිරුර අරමුණු කර භාවනාව වැඩීම. 10) අවධීක සංඥා භාවනාව: ඇට විසිරී ඇති මල සිරුර. භාවනා ක්‍රමය: කෙළෙස් තවන වීරිය ඇතිව, පංච නීවරණ සංසිදුවා, මනා නුවණ ඇතිව, එළඹී සිහියෙන් යුතුව මැරිගිය සිරුර බලමින් මෙසේ අවර්ජනා කරයි:

‘මගේ සිරුරද මෙබඳු සවභාවය ඇත්තේය, මේවැනි ස්වභාවයට පත්වේ’ යයි නුවණින් මෙනෙහිකළයුතුවේ. නැවත නැවත මෙනෙහිකළයුතුවේ. කයේ අනිත්‍ය බව, කය දුකක බව, මමය මාගේ කියා-ආත්මයක් ලෙසින් ගතයුතු කිසිවක් නැතිබව-අනාත්ම නුවණින් සිහිකළ යුතුය. භාවනාවේ එල: කයට ඇති තණ්හාව සිඳී යාම, විරාගය ඇතිවීම යථාභූත ඥාණය පහළවීම. මූලාශ්‍ර: දී.ස.නි: (2 ): 9 මහාසතිපට්ඨාන සූත්‍රය, පි. 452, EDN: 22 Mahāsatiṭṭhāna Sutta: The Greater Discourse on the Foundations of Mindfulness, p.246, ම.නි: (1 ): 1.1.10 සතිපට්ඨාන සූත්‍රය, පි.154, EMN: 10: Satipaṭṭhāna Sutta The Foundations of Mindfulness, p. 139.

▲ අවධීක සංඥා භාවනාව - meditation on a skeleton

ඇටසැකිල්ල ආවර්ජනය කිරීම: මෙහිදී සිදු කරන්නේ ඇටසැකිල්ල අරමුණුකොට සිත සමාධිගත කරගැනීමය, තමාගේ කයද මේ තත්වයට පත්වෙන බව මෙනහිකිරීම. මේ භාවනාව පංච උපාදානස්කන්ධයට ඇති ඇල්ම නැතිකර ගැනීමට, රාගය තුනී කරගැනීමට පිහිටුවේ. බලන්න: සංඥා.

▼ අවධීක සංඥා භාවනාව වඩන අන්දම: හික්ෂුව විවේකය... විරාගය...නිරෝධය ඇසුරු කර (විවේකනිසිසිතං විරාගනිසිසිතං නිරොධනිසිසිතං වොසසග්ගපරිණාමීං), නිවනට සිත නැඹුරුකර, ඇට සැකිල්ල අරමුණු කොටගෙන බොජ්ඣංග ධර්මතා 7 ගැනම පිලිවෙලින් භාවනාව කරයි. එලෙස භාවනාව වැඩීමෙන් ලැබෙන එල: 1) මහාඑල මහා ආනිසංස ඇතිවේ මාර්ග එල ලබාගැනීමට 2) එල දෙකක් : මේ හවයේදීම සියලු උපාදාන හැර අරහත්බවට පත්වේ. යම් උපාදානයක් ඉතිරිව ඇත්තේ නම් අනාගාමී බව 3 ) මහා වැඩ පිණිස පවතී- බොජ්ඣංග ධර්මතා 7 වැඩි දියුණුවේ 4) යොගක්ඛෙමය (යොගකෙකමාය-Security from bondage) සසර බැමි ගලවා ගැනීම පිණිස පවතී 5) මහා සංවේගය පිණිස පවතී- වහා සසර දුකින් මිදීමට

නිවන ලබාගැනීමට, බලවත් උනන්දුවක් ඇතිවේ 6) පහසු විභරණය- මේ දිවියේදීම, කෙළෙස් මැඩගෙන වාසය කිරීමට හැකිවේ. සටහන: විස්තර පිණිස බලන්න : සිංහල විසුද්ධිමාර්ගය, 6 පරිච්ඡේදය. මූලාශ්‍ර: සංයු.නි: (5-1):මහාවග්ග: බොජ්ඣංග සංයුත්තය: ආනාපාන වග්ගය: 2.7.1 අට්ඨක සූත්‍ර 6, පි. 268, ESN: Bojjhaṅgasamyutta:In and out Breathing: 57.1 The Skeleton, (6 suttas), p. 1807.

▲ මරණ සති භාවනාව - mindfulness of death meditation: මරණ සති භාවනාව - මරනාණුසති- මරණය ආවර්ජනා කිරීම: තම මරණය ඕනෑම වෙලාවක සිදුවිය හැකිබව සිහිකරමින්, අනිත්‍ය බව මෙනෙහිකරමින් සිත එකඟ කරගැනීම මරණ සතිභාවනාවය. සසර කළකිරීම පිණිස, නිවන ලංකර ගැනීම පිණිස උපකාරීවන භාවනාවකි.බලන්න: මරණය. සටහන: මරණසති භාවනාව පිලිබඳ විස්තර පිණිස බලන්න: සිංහල විසුද්ධිමග, 8 පරිච්ඡේදය.

▼ මරණසති භාවනාව නිවන පිණිසවේ: මරණ සතිය, භාවනාවක් ලෙසින් දියුණු කර බහුල කරගන්නේ නම්, එය එකාන්තයෙන්ම සසරට කළකිරීම පිණිස-නිබ්ද්දාව, කෙළෙස් වලට නොඇලීම- විරාගය පිණිස, රාගදි කෙළෙස් නැවතීම- නිරෝධය පිණිස, සියලු කෙළෙස් සංසිදුවා ගැනීම පිණිස- උපසමාය, ත්‍රිවිධ ඥාන ගැන විශේෂයෙන්ම අවබෝධකරගැනීම පිණිස- අභිඤ්ඤාය, චතුසත්‍ය අවබෝධය පිණිස - සම්බෝධය - නිවන සාක්ෂාත් කරගැනීම පිණිස පවතී.

“එකධමෙමා භික්ඛවෙ භාවිතො බහුලීකතො එකන්ත නිබ්බදාය විරාගය නිරොධාය උපසමාය අභිඤ්ඤාය සමෙබ්බාධාය නිබ්බාණාය සංවත්තති: කතමො එකධමෙමා : මරණසති”. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (1 ): 1 නිපාත: ඒකධම්ම පාලිය සූත්‍ර: 1.16.1.1.සූත්‍ර, පි.100, EAN:1:One Thing, p. 47.

▼ මරණසති භාවනාව මහත්ඵල මහා ආනිසංස ගෙනදේ:

මරණසති භාවනාව විපුල කරගැනීම අමතය-නිවන ලැබීමය, නිවන පරිපූර්ණ කරගැනීමය යි බුදුන් වහන්සේ වදාළහ:

“මරණසති භික්ඛවෙ භාවිතා බහුලීකතා මහජ්ජලා හොති මහානිසංසා අමනොගධා අමත පරියොසනා...”

මරණසති භාවනාව වඩන අන්දම: 1) මා ගන්නා හුස්ම, පිටවීමට යන කාලය තරම් කාලයක් මට ජීවත්වීමට ලැබේවා හෝ මා හුස්ම පිට කළ පසු නැවත හුස්මක් ඇතුල්වීමට යන කාලය තරම් කාලයක් මට ජීවත්වීමට ලැබේවා, එතරම් කාලය තුළ මට, භාග්‍යවතුන්වහන්සේගේ ධර්මයට සිත යොමුකිරීමට හැකියාව ලැබේවා! එවිට මට ඉටු කරගතයුතුදේ ඉටුකරගැනීමට හැකිවේ. 2) රාත්‍රීකාලය පැමිණිවිට මෙසේ අවර්ජනා කළයුතුය: බොහෝ කරුණු නිසා මගේ මරණය සිදුවිය හැකිය: “සතෙක් සර්පයෙක් නිසා, මගේ පය හැපී බිම වැටීම නිසා , මා ගත් ආහරය එකඟ නොවීමනිසා, වාත, පිත, සෙම ආබාධයක් නිසා මගේ මරණය සිදුවිය හැකිය. එසේ අවර්ජනා කර, මෙලෙසින් සිතා බැලිය යුතුය: ප්‍රභිණය නොකළ අකුසල ධර්මතා මා සතුව තිබේද?, මේ රාත්‍රියේදී මගේ මරණය සිදුවන්නේ නම් එය මට බාධාවකි. එමනිසා මම ප්‍රභිණය

නොකළ අකුසල පහ කර ගැනීම පිණිස අසාමාන්‍ය අභිලාසයක් ඇතිව, විරිය ඇතිව, උනන්දුව ඇතිව, බලවත් උද්යෝගය ඇතිව, වෙහෙස නොසලකා, සතිය සම්ප්‍රජන්‍යය ඇතිව කටයුතු කලයුතුය. උපමාව: තමාගේ හිස ගිනිගත් විට හෝ තමාගේ ඇඳුම් වලට ගිනි ඇවූලූන විට වහා වහා ඒ ගින්න නිමා දමන කෙනෙක් මෙන් තමාගේ අකුසල නැතිකර ගැනීමට වහා කටයුතු කලයුතුය. ප්‍රභීණය කිරීමට කිසිම අකුසලයක් නොමැති නම් ඒ පුද්ගලයා ඒ රාත්‍රියේ ඔහුගේ මරණය සිදුවිය හැකිනම්, තමාගේ කුසල්ගැන සිතා ප්‍රීතියට හා ප්‍රමෝදයට පැමිණ වාසය කලයුතුය. ඔහු දිවා රෑ කුසල් පිළිබඳව හික්ම ප්‍රීතියෙන් වාසය කිරීමට පුහුණුවිය යුතුය. එසේ කටයුතු කරණ හික්මුව අප්‍රමාදය සහිතව වාසය කරයි, ඔහු සියලු ආසවයන් ප්‍රභීණය කරගැනීම පිණිස උනන්දුවෙන් මරණසතිය පුරුදු පුහුණු කරයි. එලෙස මරණසති භාවනාව වැඩිය යුතුය යි බුදුන් වහන්සේ අවවාද වදාළහ. බලන්න: උපග්‍රන්ථය: 5 සටහන: අංග.නි: 8: මරණ සති සූත්‍රයේදී: බුදුන් වහන්සේ මෙසේ වදාළහ:

“අපි අප්‍රමාදව වාසය කරමු, ආසව ක්‍ෂය කිරීම පිණිස තික්ෂණව මරණ සතිය වඩමු. මෙසේ ඔබ හික්මිය යුතුය”. මූලාග්‍ර: අංග.නි : ( 4 ) : 6 නිපාතය: 6.1.2.9 ප්‍රථම හා ද්‍රුතිය මරණසති සූත්‍ර, පි. 60, ESN:6: Mindfulness of Death 1 & 2, p. 324, අංග.නි : ( 5 ): 8 නිපාතය: 8.2.8.3 හා 8.2.8.4 මරණසති සූත්‍ර, පි. 324, ESN: 8: 73.3 & 74.4 Mindfulness of Death, p. 449.

▲ ධාතුමනසිකාර භාවනාව -Meditation on Elements: ධාතු ලක්ෂණ මෙනෙහි කොට එහි යථාබව අවබෝධය කරගැනීම තුලින් ඒවා කෙරහි නො ඇලීමට සිත පිහිටුවා ගැනීම, ධාතු මනසිකාරයය.

▼ බුදුන් වහන්සේ රාහුල තෙරුන්හට ධාතු 5 ක් ගැන: පඨවි, ආපො, තෙජෝ, වායෝ, අවකාශ ධාතූන් පිළිබඳ, ආවර්ජනා කලයුතු අන්දම මෙසේ පෙන්වා ඇත: 1) පඨවි ධාතුව මෙනෙහිකිරීම- (reflection of the earth element ). පඨවි ධාතුව ආකර 2කි. අභ්‍යන්තර හා බාහිර. මහාභූතයන් නිසා හටගත් කයේ කෙස් ලොම් නිය දත්... ආදීවූ තද-සන කොටස් ඇත, ඒවා නිසා සකස්වූ රූපය අභ්‍යන්තර පඨවි ධාතුවය. බාහිර පඨවි ධාතුව නම් මේ පොලවේ ඇති තදවූ සනවූ සවභාවයය. ඒ දෙකම, එකම දෙයකි.

‘අභ්‍යන්තර හෝ බාහිර හෝ පඨවි ධාතු මම නොවේ, මගේ නොවේ, මගේ ආත්මය නොවේ යයි , පඨවි ධාතුවේ යථාබව, යහපත් තුවණින් දැකියයුතුය. එලෙස දකිනවිට පඨවිධාතුව පිළිබඳ කළකිරීම ඇතිවේ, එයට ඇති ඇලීම සිතෙන් පහවේ’.

“නෙතං මම, නෙසොහමසම්, න මෙසො අත්තා’ති. එවමෙතං යථාභූතං සම්පසඤ්ඤාය දධ්වබ්බං. එවමෙතං යථාභූතං සම්පසඤ්ඤාය දිඤ්ඤා පඨවිධාතූයා නිබ්බිඤ්ඤති. පඨවිධාතූයා චිත්තං චිරාපෙති”

සටහන: අභ්‍යන්තර පඨවි ධාතුව නම් පංච උපාදානස්කන්ධ යේ රූපය සකස්වී ඇති කොටස් 32 ය. බලන්න: සතර මහා භූතයෝ.

2 ) ආපො ධාතුව මෙනෙහිකිරීම- (reflection of the water element ): ආපොධාතුව ආකර 2කි. අභ්‍යන්තර හා බාහිර. කයේ ලේ, සොටු, සෙම,

සැරව....ආදී දියරු-ගලන ස්වාභාවය අභ්‍යන්තර ආපො ධාතුවය. බාහිර ආපොධාතුව නම් මේ පිටත ඇති ජලය, දියරු බවය. ඒ දෙකම, එකම දෙයකි.

“අභ්‍යන්තර හෝ බාහිර හෝ ආපො ධාතුව මම නොවේ, මගේ නොවේ, මගේ ආත්මය නොවේ යයි ආපො ධාතුවේ යථාබව, යහපත් නුවණින් දැකියයුතුය. එලෙස දකිනවිට ආපො ධාතුව පිලිබඳ කළකිරීම ඇතිවේ, එයට ඇති ඇලීම සිතෙන් පහවේ”.

**3 ) තේජෝ ධාතුව මෙනෙහිකිරීම- (reflection of the fire element )**  
තේජෝධාතුව ආකර 2කි. අභ්‍යන්තර හා බාහිර. මහලුබව ඇතිකරණ, ආහාර දිරවීම ආදිය කරණ, කයේ ඇති රස්නිය- උෂ්ණය, අභ්‍යන්තර තෙජෝ ධාතුවය. පිටත ඇති උණුසුම් ස්වභාවය බාහිර තේජෝ ධාතුවය. ඒ දෙකම, එකම දෙයකි. “අභ්‍යන්තර හෝ බාහිර හෝ තේජෝ ධාතුව මම නොවේ, මගේ නොවේ, මගේ ආත්මය නොවේ යයි තේජෝ ධාතුවේ යථාබව, යහපත් නුවණින් දැකියයුතුය. එලෙස දකිනවිට තේජෝ ධාතුව පිලිබඳ කළකිරීම ඇතිවේ, එයට ඇති ඇලීම සිතෙන් පහවේ”

**4 ) වායෝ ධාතුව මෙනෙහිකිරීම- (reflection of the wind element ):**  
වායෝ ධාතුව ආකර 2කි. අභ්‍යන්තර හා බාහිර. හුස්ම ඉහළ පහළ ගමන් කිරීම, බඩවැල් වල ඇති වායුව- සෙලවීම... ආදිය, කයතුළ ඇති වාතය, අභ්‍යන්තර වායෝ ධාතුවය. පිටත ඇති සෙලවීම්, සුළං ආදිය බාහිර වායෝ ධාතුවය. ඒ දෙකම, එකම දෙයකි.

“අභ්‍යන්තර හෝ බාහිර හෝ වායෝ ධාතුව මම නොවේ, මගේ නොවේ, මගේ ආත්මය නොවේ යයි වායෝ ධාතුවේ යථාබව, යහපත් නුවණින් දැකියයුතුය. එලෙස දකිනවිට වායෝ ධාතුව පිලිබඳ කළකිරීම ඇතිවේ, එයට ඇති ඇලීම සිතෙන් පහවේ”.

**5) ආකාශ ධාතුව මෙනෙහිකිරීම (reflection of the space element )**

ආකාශ ධාතුව ආකර 2කි. අභ්‍යන්තර හා බාහිර. කෙනෙක්ගේ කයේ ඇති ඉඩඅවකාශය අභ්‍යන්තර ආකාශ ධාතුවය: කන්සිදුරු, නාස් සිදුරු,කට, ගුඩය, මුත්‍රාපිටකරන ස්ථාන ආදිය. පිටත ඇති ආකාශය, හිස් ඉඩකඩ ආදිය බාහිර ආකාශ ධාතුවය. ඒ දෙකම, එකම දෙයකි.

“අභ්‍යන්තර හෝ බාහිර හෝ ආකාශ ධාතුව මම නොවේ, මගේ නොවේ, මගේ ආත්මය නොවේ යයි ආකාශ ධාතුවේ යථාබව, යහපත් නුවණින් දැකියයුතුය. එලෙස දකිනවිට ආකාශ ධාතුව පිලිබඳ කළකිරීම ඇතිවේ, එයට ඇති ඇලීම සිතෙන් පහවේ”.

**6) සියලු ධාතු පිලිබඳ මධ්‍යස්තව මෙනෙහිකිරීම:** සියලු ධාතු පිලිබඳ සිත මධස්ථබවට පත්කර ගෙන මෙනෙහි කිරීමෙන් සිතට ප්‍රියගෙනදෙන හෝ අප්‍රිය ගෙනදෙන දේ පිලිබඳ ඇතිවන සිතුවිලි පහවී සිත මධස්ථස්වභාවයට පත්වේ යයි බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත:

“පෘතුචිය ට දමන සුදුසු හෝ නුසුදුසු ඕනෑම දෙයක් හෝ එයට කරන ඕනෑම ක්‍රියාවක් පිලිබඳව පෘතුචිය: ප්‍රතික්ෂේප නොකරයි, අවමානයට පත්නොවේ, උකටලීනොවේ. එලෙස ජලය...ගින්න.. සුළඟ...ආකාශය...ද. : ප්‍රතික්ෂේප නොකරයි, අවමානයට පත්නොවේ,



උකටලීනොවේ. එලෙස ධාතු වල ඇති මධස්ථස්වභාවය, තමන් හා සමකොට මෙනෙහිකිරීමෙන්, ප්‍රසන්න හෝ අප්‍රසන්න දේ නිසා සිත කම්පානොවේ. සිත මධ්‍යස්තඛවට උඡේක්ඛාවට පත්වේ.”. මූලාශ්‍ර: ම.නි: (2): 2.2.2 මහාරාහුලෝවාද සූත්‍රය, පි. 158, EMN: 62: Mahārāhulovāda Sutta: The Greater Discourse of Advice to Rāhula, p. 494.

▲ ආනාපානසති භාවනාව - Ānāpāna-sati Meditation: සමාධිය වඩා ගැනීම පිණිස බහුල ලෙසින් කරන භවානා ක්‍රමයකි. ආනාපානසති භාවනාව පිලිබඳ ක්‍රම විධිය ආනාපානසති සූත්‍රය, මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍ර හා ගිරිමානන්ද සූත්‍රයේ පෙන්වා ඇත. වැඩි විස්තර පිණිස බලන්න: සිංහල විසුද්ධිමග, පරිච්ඡේදය 8. මූලාශ්‍ර: ම.නි: (3 ): 3.2.8 ආනාපානසති සූත්‍රය, පි. 240, EMN:118: Ānāpānasati Sutta- Mindfulness of Breathing, p. 861, අංග.නි: (6): 10 නිපාත, සවිත්ත වග්ග, 10.2.1.10. ගිරිමානන්ද සූත්‍රය, පි.222, EAN:10: 60.10. Girimananda, p. 516, දීඝ.නි: (2): 9 මහාසතිපට්ඨාන සූත්‍රය, පි. 451, EDN:22 Mahāsatiṭṭhāna Sutta: The Greater Discourse on the Foundations of Mindfulness, p. 246.

▼ ආනාපානසති භාවනාව නිවන පිණිසය

“එකධමෙමා භිකඛවෙ භාවිතො බහුලීකතො එකන්ත නිබ්බිදාය විරාගය නිරොධාය උපසමාය අභිඤ්ඤාය සමෙබ්බාධාය නිබ්බාණාය සංවත්තති: කතමො එකධමෙමො ආනාපානසසසති”

ආනාපාන සතිය, භාවනාවක් ලෙසින් දියුණු කර බහුල කරගන්නේ නම්, එය එකාන්තයෙන්ම සසරට කළකිරීම පිණිස-නිබ්බදාව,කෙළෙස් වලට නොඇලීම- විරාගය පිණිස, රාගදී කෙළෙස් නැවතීම- නිරෝධය පිණිස, සියලු කෙළෙස් සංසිදුවා ගැනීම පිණිස- උපසමාය, ත්‍රිවිධ ඥාන ගැන විශේෂයෙන්ම අවබෝධකරගැනීම පිණිස- අභිඤ්ඤාය, චතුසත්‍ය අවබෝධය පිණිස -සම්බෝධාය, නිවන සාක්ෂාත් කරගැනීම පිණිස පවතී. මූලාශ්‍ර: අංග.නි:(1):1 නිපාත: ඒකධම්ම පාලිය සූත්‍ර, පි.100, EAN:1: XVI: One Thing, p. 47.

▼ ආනාපානසති භාවනාව මහත් ඵල මහා ආනිසංස ගෙනදේ: මේ භාවනාව යහපත් ලෙසින් දියුණු කරගත්විට අවසාන හුස්ම ගැනීම හා පිටකිරීම (මරණය) පිලිබඳව අවබෝධය ලැබේ. සටහන: ආනාපානසති භාවනාව පිලිබඳ ක්‍රමවේදය මේ සූත්‍රයේ විස්තරාත්මකව දක්වා ඇත. මූලාශ්‍ර: ම.නි: (2 ):2.2.2 මහාරාහුලෝවාද සූත්‍රය, පි. 158. E MN: 62: Mahārāhulovāda Sutta: The Greater Discourse of Advice to Rāhula, p. 494.

▲ සතර බ්‍රහ්මවිහාර භාවනා- Meditation on Four Sublime states: සතර බ්‍රහ්ම විහාර භාවනාව ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ මෙත්තාව, කරුණාව, මුදිතාව හා උඡේක්ඛාව අරමුණු කොට සිත සමථයට පත්කර ගැනීමය. සටහන්: භාවනා ක්‍රම විධිය පිණිස බලන්න: \* බ්‍රහ්මවිහාර. \*\* සිංහල විසුද්ධිමග-9 නි පරිච්ඡේදය.

▼ සතර බ්‍රහ්ම විහාර භාවනාව කරන අන්දම : මෙම ශ්‍රී භාවනාව, කරුණා භාවනාව, මුදිතා භාවනාව, උපේක්ඛා භාවනාව:

මෙත්තා සහගත සිත හෝ කරුණා සහගත සිත හෝ මුදිතා සහගත සිත හෝ උපේක්ඛා සහගත සිත හෝ පිහුටුවා ගත් යෝගියා, එම සිත: එක් දිශාවක් වෙත පතුරුවා වාසය කරයි; එසේම, දෙවෙනි දිශාවටද, තෙවෙනි දිශාවටද, සිව්වැනි දිශාවටද, උඩ දිශාවටද, යට දිශාවටද , සියලු තැනටම මෙත්තා... කරුණා... මුදිතා... උපේක්ඛා සහගත සිතින්, සියලු දෙනා තමන් හා සමකොටගෙන, ලොව ඇති සියලු සතුන් වෙත, විශාලලෙසින්, මහත්ගතව , අප්‍රමාණවූ අවෙරයෙන්, අව්‍යාපාදයෙන් යුත් මෙම ශ්‍රී සගත... කරුණා... මුදිතා... උපේක්ඛා සිතපතුරුවා වාසය කරයි.

එලෙස...භාවනාව වැඩුණු පසු ඔහු මෙසේ නුවණින් සිතයි: මේ මෙත්තා...කරුණා... මුදිතා ... උපේක්ඛා... වෙතො විමුක්තිය උපදවන ලද්දේ වේතනා පදනම් කරගෙනය. වේතනා මගින් ඇතිවූ ඕනෑම දෙයක් අතිවිවය,නිරුද්ධවන ස්වභාවයෙන් යුතුය. ඒ පිලිබඳ ඔහුගේ සිතේ ස්ථාවරයක් ඇතිවේ නම් ඔහු ආසව ඤය කරගනී- අරහත්වය ලබයි. එහෙත්, ධර්මයට ඇති ආලය හා ධර්මය නිසා ඇති සතුට (lust for the Dhamma-love for the Dhamma) නිසා ඔහුට ආසව ඤය කරගැනීමට නොහැකිවුවොත්, ඔහු ඕරම්භාග සංයෝජන 5, සහමුලින්ම නැතිකොට අනාගාමී බව ලබා මෙලොව හැර,එලොව ඕපපාතිකව ඉපද එහිදී නිවන සාක්ෂාත් කරගනී. සටහන:ධර්ම රාගය හා ධර්ම ආලය යන මේ දෙපදයෙන් අදහස් කරන්නේ සමථ හා විදර්ශනාව ගැන ඇති කැමැත්ත හා සතුට බව අටුවාව දක්වයි. ඒ තත්වය නැතිකර ගත හැකිනම් අරහත් ඵලය සාක්ෂාත් කරගත හැකිය. බලන්න: EAN: note: 2226, p. 687. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (6)11නිපාත: අනුසති වග්ග: 11.2.6 අවධානනාගර සූත්‍රය, පි.674, EAN: 11: Recollection: 16.6 Dasama, p.573, ම.නි: (2 ) : 2.1.2 අවධානනාගර සූත්‍රය, පි.36, EMN: 52: Atthakanāgara Sutta, p. 431.

▼ සතර බ්‍රහ්මවිහාර භාවනාව වැඩීමේ යහපත් විපාක

මෙම ශ්‍රීය භාවනාව වැඩීම නිසා සිතේ ඇතිවන තරහ- ව්‍යාපාදය නැතිවේ; කරුණා භාවනාව වැඩීම නිසා සිතේ ඇතිවන භීංසාකිරීම්, කාර ක්‍රියා ආදිය නැතිවේ; මුදිතා භාවනාව වැඩීම නිසා සිතේ ඇතිවන අරතිය (කුසල්කිරීමට ඇති මැලිකම) නැතිවේ; උපේක්ඛා භාවනාව වැඩීම නිසා සිතේ ඇතිවන අකමැත්ත, පිළිකුළ නැතිවේ, සිත මධ්‍යස්ත බවට පත්වේ. මූලාශ්‍ර: ම.නි: (2 ) : 2.2.2 මහාරාහුලෝවාද සූත්‍රය, පි. 158. EMN: 62: Mahārāhulovāda Sutta: The Greater Discourse of Advice to Rāhula, p. 494.

▼ මෙත්තාව වැඩීමෙන් සිත විමුක්තියට පත්වේ: මෙත්තා භාවනාව දියුණු කරගැනීම පිණිස ඇතිකරගත යුතු ගුණ: 1) සිතේ නිතියෙන් මෙත්තාව සේවනය-ආශ්‍රය කළයුතුය (ආසෙවිතාය- pursued) 2) සිතේ වඩාගත යුතුය(භාවිතාය-developed 3) බොහෝලෙසින් සේවනය කළ යුතුය(බහුලිකතාය- cultivated) 4) වාහනයක් සේ භාවිතා කළ යුතුය- ඕනෑම අවස්ථාවකට පිහිටවීමට (යානිකතාය- made a vehicle) 5) සිතේ පදනමක් කරගතයුතුය(වත්පුකතාය- made a basis) 6) දිගටම කරගෙන යා යුතුය( අනුට්ඨිතාය-carried out) 7) සිතේ ප්‍රගුණ කළයුතුය(පරිවිතාය-

consolidated) 8) සිතේ මනාව තබාගෙන කටයුතු කළයුතුය (සුසමාරදධාය- properly undertaken). එලෙසින් මෙන්තාව වඩන පුද්ගලයාට ලැබෙන අනුසස් 11 කි: මෙන්තා ආනිසංස: 1) සුවසේ නින්දට යයි 2) සුවසේ නැගී සිටී 3) ලාමක සිහින නොදකින්නේය 4) මිනිසුන්හට ප්‍රියවේ 5) නො මිනිසුන්හට ප්‍රියවේ 6) දෙවියෝ ඔහු රකිති 7) ගින්නෙන්, වසවිෂ යෙන්, ආවුද වලින් ඔහුට අනතුරු සිදු නොවේ 8) සිත ඉක්මනින්ම සමාධියට පත් කරගත හැකිය 9) ඔහුගේ මුහුණ පැහැපත් වේ 10) මූලා සිතින් මරණයට පත්නොවේ 11) මේ දිවියේදී මගඵල නොලැබුනොත්, මතු දිවියේදී බ්‍රහ්මලෝකයේ උපත ලබයි. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි:(6 ):11නිපාත:අනුසති වග්ග,11.2.5,මෙන්තානිසංස සූත්‍රය පි.672, EAN:11: II Recollection, 15.5 Loving Kindness, p.573.

▲ සතර සතිපට්ඨාන භාවනාව- Sathipattaana Bhawana: සතර සතිපට්ඨාන භාවනාව: කායානුපස්සනාව, වේදනානුපස්සනාව, චිත්තානුපස්සනාව, ධම්මානුපස්සනාවපස්සනාව. භාවනාව වැඩිම පිලිබඳව බුදුන් වහන්සේ මෙසේ පෙන්වා ඇත:

“...මෙහි මහණ, කයෙහි කය අනුව... වේදනාවේ වේදනා අනුව...සිතේ සිත අනුව...ධර්මතාවෙහි ධර්මතා අනුව දක්නා සුලුව කෙලෙස් තවන වැර ඇතිව මනා දැනුම් ඇතිව සිහි ඇතිව ලෝකය පිලිබඳ දැඩි ලෝභ හා දැඩි දොම්නස දුරු කොට වෙසේ”. බලන්ත:සංයු.නි: සතිපට්ඨානසංයුත්ත: භාවනා සූත්‍රය. සටහන: විස්තර පිණිස බලන්ත: දීස.නි: හා ම.නි: සතිපට්ඨාන සූත්‍ර.

▲ ඉද්දිපාද භාවනාව- Meditation on four spiritual base: ඉද්දිපාද භාවනාව (සාද්ධිපාද) මෙසේ දක්වා ඇත. ඉද්දිපාද භාවනා 4කි: ඡන්දසමාධිපධාන සංඛාර සමන්තාගත, වීරිය සමාධිපධාන සංඛාර සමන්තාගත, චිත්ත සමාධිපධාන සංඛාර සමන්තාගත, විමංසා සමාධිපධාන සංඛාර සමන්තාගත ඉද්දි පාද භාවනා.

‘ ඉද්දිපාද භාවනාගාමීනි ප්‍රතිපත්තිය’ යනු ආර්ය අටමග වැඩිමය.

බලන්ත: සංයු.නි: (5-2) ඉද්දිපාදසංයුත්ත:භාවනා සූත්‍රය.

▲ සිව් ජාන භාවනාව - Four Jhana meditaion: සිව්ජාන-සතර ජාන යනු, රූපජාන සමාපත්තිය. බලන්ත: ජාන

1) ප්‍රථම ජානය: මේ සසුනේ මහණ කාමයන්ගෙන් වෙන්ව, අකුසල යන්ගෙන් වෙන්ව, විතක්ක විචාර සහිත, විවේකයෙන් උපන් ප්‍රීතිය හා සුඛය ඇති,පළමු ජානයට සමවදි. පළමු ජානයට සමවැදුන ඔහු මෙසේ නුවණින් සිතයි: මේ පළමු ජානය, උපදවන ලද්දේ චේතනා පදනම් කරගෙනය. චේතනා මගින් ඇතිවූ ඕනෑම දෙයක් අනිච්චය,නිරුද්ධවන ස්වභාවයෙන් යුතුය. ඒ ගැන ඔහුගේ සිතේ ස්ථාවරයක් ඇතිවේ නම් ඔහු ආසව ක්‍ෂය කරගනී. එහෙත්, ධර්මයට ඇති ආලය හා ධර්මය නිසා ඇති සතුට (lust for the Dhamma-love for the Dhamma) නිසා ඔහුට ආසව ක්‍ෂය කරගැනීමට නොහැකිවුවොත්, ඔහු ඕරම්භාග සංයෝජන 5, සහමුලින්ම නැතිකොට අනාගාමී බව ලබා මෙලොව හැර, එලොව, ඕපපාතික ව ඉපද එහිදී නිවන ලබා පිරිනිවන් පායි.

**2) දෙවන ජානය:** මේ සසුනේ මහණ, ප්‍රීතිය යටපත් කර, ආධ්‍යාත්මයේ සම්ප්‍රසාදනය (ශාන්තබව) ඇති, විත්තයේ එකඟ බව ඇති, අවිතර්ක අවිචාරවූ සමාධියෙන් උපන් ප්‍රීති-සුඛ ඇති දෙවෙනි ජානයට පැමිණ වාසය කරයි. දෙවන ජානයට සමවැදුණු ඔහු මෙසේ නුවණින් සිතයි: මේ දෙවන ජානය, උපදවන ලද්දේ වේතනා පදනම් කරගෙනය. වේතනා මගින් ඇතිවූ ඕනෑම දෙයක් අනිච්චය,නිරුද්ධවන ස්වභාවයෙන් යුතුය. ඒ ගැන ඔහුගේ සිතේ ස්ථාවරයක් ඇතිවේ නම් ඔහු ආසව ක්‍ෂය කරගනී. එහෙත්, ධර්මයට ඇති ආලය හා ධර්මය නිසා ඇති සතුට නිසා ඔහුට ආසව ක්‍ෂය කරගැනීමට නොහැකිවුවොත්, ඔහු ඕරම්භාග සංයෝජන 5 සහමුලින්ම නැතිකොට අනාගාමී බව ලබා මෙලොව හැර, එලොව ඕපපාතික ව ඉපද එහිදී නිවන ලබා පිරිනිවන් පායි.

**3) තෙවෙනි ජානය:**මේ සසුනේ මහණ, පහවී ගිය ප්‍රීතිය ඇතිව, විරාගය හා උපෙක්කා ව ඇතිව සති සම්පජානය ඇතිව, කාය සුඛයෙන් වාසය කරයි. තෙවන ජානයට සමවැදුණු ඔහු මෙසේ නුවණින් සිතයි: මේ තෙවන ජානය, උපදවන ලද්දේ වේතනා පදනම් කරගෙනය. වේතනා මගින් ඇතිවූ ඕනෑම දෙයක් අනිච්චය,නිරුද්ධවන ස්වභාවයෙන් යුතුය. ඒ ගැන ඔහුගේ සිතේ ස්ථාවරයක් ඇතිවේ නම් ඔහු ආසව ක්‍ෂය කරගනී. එහෙත්, ධර්මයට ඇති ආලය හා ධර්මය නිසා ඇති සතුට නිසා ඔහුට ආසව ක්‍ෂය කරගැනීමට නොහැකිවුවොත්, ඔහු ඕරම්භාග සංයෝජන 5 සහමුලින්ම නැතිකොට අනාගාමී බව ලබා මෙලොව හැර, එලොව ඕපපාතික ව ඉපද එහිදී නිවන ලබා පිරිනිවන් පායි.

**4) සිව්වෙනි ජානය:** මේ සසුනේ මහණ, සුඛ වේදනාවන්ද දුක් වේදනාවන්ද පහ කර, පෙර දී අතුරුදහන් වූ සොම්නස හා දොම්නස සහිතව, ඔහු දුකත් නැති, සුඛයත් නැති සිව්වෙනි ජානයට පැමිණ, උපක්කාව නිසා ඇතිවූ පිරිසුදු සිතීන් වාසය කරයි. සතරවෙනි ජානයට සමවැදුණු ඔහු මෙසේ නුවණින් සිතයි: මේ සිව්වෙනි ජානය, උපදවන ලද්දේ වේතනා පදනම් කරගෙනය. වේතනා මගින් ඇතිවූ ඕනෑම දෙයක් අනිච්චය,නිරුද්ධවන ස්වභාවයෙන් යුතුය. ඒ ගැන ඔහුගේ සිතේ ස්ථාවරයක් ඇතිවේ නම් ඔහු ආසව ක්‍ෂය කරගනී. එහෙත්, ධර්මයට ඇති ආලය හා ධර්මය නිසා ඇති සතුට නිසා ඔහුට ආසව ක්‍ෂය කරගැනීමට නොහැකිවුවොත්, ඔහු ඕරම්භාග සංයෝජන 5 සහමුලින්ම නැතිකොට අනාගාමී බව ලබා මෙලොව හැර, එලොව ඕපපාතික ව ඉපද එහිදී නිවන ලබා පිරිනිවන් පායි. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (6 ):11නිපාත: 2 අනුසති වගග,11.2.6, අට්ඨකතාගර සූත්‍රය, පි.674, EAN:11: II Recollection, 16.6 Dasama,p.573.

▲ **කසිණ භාවනා - meditation on kasina:** දස කසිණ අරමුණුකර වඩාගන්නා සමාධිය කසිණ භාවනාවය. කසිණ භාවනාව යහපත් ලෙසින් වඩා ගැනීමෙන් රූප ජාන හා අරූප සමාපත්ති ලබාගත හැකිය. **බලන්න:** කසිණ, අභිභායතන. **සටහන්:** \* කසිණ භාවනාව යනු යම් ධාතුවක් හෝ වර්ණයක් කමටහන් කර සමාධිය ලබාගැනීමය. උදා: ආපෝ ධාතුව පිලිබඳ කසිණ භාවනාවට ජලබදුනක් හෝ විලක් අරමුණු කරගැනීම. **බලන්න:** EAN: note 1995, p. 677. \*\* සිංහල විගුද්ධිමාර්ගයේ 4 හා 5 පරිච්ඡේද වල කසිණ භාවනා ක්‍රම විධිය විස්තර කර ඇත. මූලාශ්‍ර:අංගු.නි: (6 ):10 නිපාත: 10.1.3.5. කසිණ සූත්‍රය,පි.112, EAN: 10: 25-5 Kasinas, p. 502.

▲ දස සංඥා භාවනා- Meditation on 10 perceptions: ගිරිමානන්ද සූත්‍රයේ දී, බුදුන් වහන්සේ දස සංඥා භාවනා වඩන ආකාරය විස්තර කර ඇත. දසසංඥා: අනිච්ච සංඥාව, අනාත්ම සංඥාව, අසුභ සංඥාව, ආදීනව සංඥාව, පහාන සංඥාව, විරාග සංඥාව, නිරෝධ සංඥාව, සබ්බලෝකේ අනභිරතී සංඥාව, සබ්බසංඛාරයෙහි අනිච්ච සංඥාව හා ආනාපාන සතිය. සටහන: දසසංඥා ශ්‍රවණය කිරීමෙන්, ගිරිමානන්ද තෙරුන්ගේ අසනීපය සන්සිඳී යනබව බුදුන් වහන්සේ, ආනන්ද තෙරුන්ට වදාළහ. භාවනාව පිණිස පිළියෙලවීම: වනයට, ගසක් මුලට හෝ හිස් කුටියකට (වැනි සුදුසු ස්ථානයක) භාවනා කිරීමට පැමිණි හික්ෂුව, කැමති පරිදි, සංඥා පිළිබඳව නුවණින් ආවර්ජනය කරයි.

1) අනිච්ච සංඥා භාවනාව: හික්ෂුව මෙසේ නුවණින් මෙනෙහි කරයි:

“රූපය අනිත්‍යයය, වේදනා අනිත්‍යයය, සංඥා අනිත්‍යයය, සංස්ඛාර අනිත්‍යයය, විඤාන අනිත්‍යයය. එලෙස, පංච උපාදාන ස්කන්ධයෙහි අනිත්‍යබව මෙනෙහි කරමින් වාසය කරයි”.

“...හික්ෂු අරඤ්ඤගතොවා... ඉතිපට්ඨසංචිකකති: ‘රූපං අනිච්චං, වේදනා අනිච්චා, සඤ්ඤා අනිච්චා, සබ්බාරා අනිච්චා, විඤ්ඤාණං අනිච්චන්ති’. ඉති ඉමෙසු පඤ්චසුපාදානකඛන්ධෙසු අනිච්චානුපසස්සි විහරති...” (having gone to the forest, to the foot of a tree, or to an empty hut, a bhikkhu reflects thus: ‘Form is impermanent, feeling is impermanent, perception is impermanent, volitional activities are impermanent, consciousness is impermanent’, Thus he dwells contemplating impermanence in these five aggregates subject to clinging. This is called the perception of impermanence”.

2) අනත්ත සංඥා භාවනාව: හික්ෂුව මෙසේ නුවණින් මෙනෙහි කරයි:

“ ඇස අනාත්මය, රූප අනාත්මය, කණ අනාත්මය, ශබ්ද අනාත්මය, නාසය අනාත්මය, ගඳසුවඳ අනාත්මය, දිව අනාත්මය, රස අනාත්මය, කය අනාත්මය, කයට දැනෙන පහස අනාත්මය, සිත අනාත්මය, සිතට දැනෙන ධර්මතා-සිතුවිලි අනාත්මය. එලෙස, සයවැදැරුම් අභ්‍යන්තර හා බාහිර ආයතන පිළිබඳ අනාත්ම ස්වභාවය මෙනෙහි කරමින් වාසය කිරීම අනත්ත සංඥාව වැඩීමය:

“...හික්ෂු අරඤ්ඤගතොවා... ඉතිපට්ඨසඤ්චිකකති: ‘චක්ඛුං අනත්තා, රූපා අනත්තා, සොතං අනත්තා, සඤ්ඤා අනත්තා, සානං අනත්තා, ගඤ්ඤා අනත්තා, ජීවහා අනත්තා, රසා අනත්තා, කායො අනත්තා, ඵොට්ඨබ්බා අනත්තා, මනො අනත්තා, ධම්මා අනත්තා’ති. ඉති ඉමෙසු ජස්ස අජ්ඣත්තික බාහිරෙසු ආයතනෙසු අනත්තානුපසස්සි විහරති”. (having gone to the forest... a bhikkhu reflects thus: ‘The eye is non-self, forms are non-self; the ear is non-self, sounds are non-self; the nose is non-self, odors are non-self; the tongue is non-self, tastes are non-self; the body is non-self, tactile objects are non-self; the mind is non-self, mental phenomena are non-self.’ Thus he dwells contemplating non-self in these six internal and external sense bases. This is called the perception of non-self). බලන්න:අනත්ත ලක්ඛණ සූත්‍රය.

3) අසුභ සංඥා භාවනාව: හික්ෂුව මෙසේ නුවණින් මෙනෙහි කරයි:

“පා තලින් උඩ, කෙස්මතුයෙන් යට සමින් ආවරනයවූ කයේ ඇති නානා ප්‍රකාර අප්‍රවිත බව (කුණු-අශුචි- impurities) ආදී කයේ කොටස් වල අප්‍රියබව මෙනෙහි කරයි: ‘මේ කයේ: හිස කෙස් ඇත; රෝමකුපයන් ඇත; නියපොතු ඇත, දත් ඇත; හම ඇත, මස් ඇත; නහර ඇත, ඇට ඇත; ඇටමිදුළු ඇත; වකුගඩුවක් ඇත; හදවතක් ඇත; අක්මාවක් ඇත (liver); දලඹුවක ඇත (pleura); බඩදිවක් ඇත (spleen); පෙනහැල්ලක් ඇත; අතුනු ඇත(බඩවැල්-intestines); අතුනුබහන් ඇත (කුඩා බඩවැල්-mesentery); බඩක් ඇත (උදරය-stomach); අසුචි ඇත (excrement); පිත ඇත (bile); සෙම ඇත (phlegm); සැරව ඇත (pus); ලේ ඇත; දහඩිය ඇත (sweat); මේදය ඇත (fat); කඳුළු ඇත tears); වුරුණුතෙල් ඇත(grease); කෙළ ඇත (saliva); හොටු ඇත (snot); සඳමිදුළු ඇත (oil of the joints); මුත්‍රා ඇත’’. මේ අසුභ සංඥා භාවනාවය.

සටහන:අසුභ භාවනාව වැඩිමෙන් සිතේ ඇති රාගය- කාමය ප්‍රතිණය වේ. බලන්න: ම.නි: මහාරාහුලෝවාද සූත්‍රය.

4) ආදීනව සංඥා භාවනාව: හික්ෂුව මෙසේ නුවණින් මෙනෙහි කරයි:

“ බොහෝ දුක් වේදනා ඇති මේ කයේ බොහෝ ආදීනව ඇත. කය විවිධ ලෙඩ රෝගවලට ලක්වේ: එනම්: ඇස්රෝග, කණේ රෝග, නාසයේ රෝග, දිවේ රෝග හා කයේ රෝග. හිසේ රෝග, බාහිර කණේ ඇතිවන රෝග, මුඛයේ රෝග, දත් රෝග, කැස්ස, ඇදුම, පීනස, දාහය, උණ, බඩේ රිදුම්, කලාන්තය, අතීසාරය, වලිප්පුව, කොළරාව, ලාදුරු, ගඩු, කඩුවේගන්, ක්‍ෂයරෝගය, අපස්මාරය, දද, කැසීම, කොරල, පැපොල, හොරි, රක්තපාතය, දියවැඩියාව, අර්ශස්, පිළිකා, ඔඩු සහිත වන, පිත සෙම වාත කිපීම නිසා ඇතිවන රෝග, සන්තිපාතය, කාලගුණ විපර්යාස නිසා ඇතිවන රෝග, විෂමවාර නිසා ඇතිවන ලෙඩ, පහරදීම් නිසා ඇතිවන රෝග, කම්ම විපාක රෝග, ශීතය, උණුසුම, බඩගින්න, පිපාසය, මල හා මුත්‍රා පහකිරීමේ රෝග. එලෙසින්, කයට ඇති ආදීනව මෙනෙහි කරමින් වාසය කරයි:

“...හික්ෂු අරඤ්ඤගතොවා... ඉතිපට්ඨසංචිකඛති: ‘බහු දුකෙතා බො අයං කායො බහු ආදීනවො, ඉති ඉමසමීං කායෙ විවිධා ආබාධා උප්පජ්ජන්ති, සෙය්‍යාදීද: වකඛුරොගො සොතරොගො ඝානරොගො ජීවහාරොගො කායරොගො සීසරොගො කණුණරොගො මුඛරොගො දන්තරොගො කාසො සාසො පිනාසො ඩහො ජරො කුවරොගො මුවරො පකඛඤ්ඤා සුලා විසුචිකා කුට්ඨං ගණොධා කිලාසො සොසො අපමාරො දඤ්ඤ කණු කච්ඡු රබසා චිතවරීකා ලොහිතපිත්තං මධුමෙහො අංසා පිළකා හගඤ්ඤා පිත්තසමුට්ඨානා ආබාධා සෙමහසමුට්ඨානා ආබාධා වාතසමුට්ඨානා ආබාධා සන්තිපාතිකා ආබාධා උතුපරිණාමජා ආබාධා විසමපරිහාරජා ආබාධා ඔපකකම්කා ආබාධා කම්මවිපාකජා ආබාධා සීතං උණං ජීසවජා පිපාසා උච්චාරො පසාඨාවො’ ති ඉති ඉමසමීං කායෙ ආදීනවානුපසසි විහරති”

5) ප්‍රභාණසංඥා භාවනාව: මේ සසුනේ මහණ තමාට ඇතිවූ කාම, ව්‍යාපාද, විහිංසා සිතුවිලි, අකුසල සහගත පාපික තත්වයන් ඇතිවූවිට,

ඒවා ඉවසන්නේ (රුස්සන්නේ නැත) නැත, ඒවා දුරු කරයි, පහකර දමයි, අවසන්කර දමයි, වනසා දමයි. එය පහන සංඥාව ය:

“ ... හිකුටු උප්පන්නං කාමචිතකකං ... ව්‍යාපාදචිතකකං... විභීංසාචිතකකං... උප්පනනුප්පනෙන පාපකෙ අකුසලෙ ධමම නාධිවාසෙති පජ්භති චීනොදෙති ඛ්‍යන්තිකරොති අනභාවංගමෙති...” (Here, a bhikkhu does not tolerate an arisen sensual thought ... thought of ill will... thought of harming... bad unwholesome states whenever they arise, he abandons them, dispels them, terminates them, and obliterates them. This is called the perception of abandoning).

6) විරාග සංඥා භාවනාව: විරාගය පිලිබඳ භාවනාව වඩන්නේ සසර පිලිබඳව නො ඇල්ම අතිකර ගැනීමටය. බලන්න: විරාගය.

හික්ෂුව මෙසේ නුවණින් මෙනෙහි කරයි:

“මෙය ශාන්තය, මෙය ප්‍රණීතය, එනම්, සියලු සංස්ඛාර යන්ත්‍රේ සංසිදීම, සියලු අල්වාගැනීම් (උපධි) පහකිරීම, තණ්හාව ක්‍ෂයකර ගැනීම මගින් ඇතිවන විරාගය (නො ඇල්ම) නම්වූ නිවනය”. එසේ විරාග සංඥාව වඩාගනී.

“...හිකුටු අරඤ්ඤගතොවා... ඉතිපට්ඨිසංචිකකති: ‘එතං සන්තං එතං පණිතං යදීදං සබ්බ සඛබ්බාරසමථො සබ්බුපධිපට්ඨිසංගහො, තණ්හකකියො විරාගො නිබ්බානන්ති’”. (Here, having gone to the forest, to the root of a tree, or to an empty hut, a bhikkhu reflects thus: ‘This is peaceful, this is sublime, that is, the stilling of all activities, the relinquishment of all acquisitions, the destruction of craving, dispassion, nibbāna’. This is called the perception of dispassion).

7) නිරෝධසංඥා භාවනාව:

නිරෝධ සංඥා භාවනාවේ අරමුණ තණ්හාව දුරලා විමුක්තිය ලැබීමය. බලන්න: නිරෝධය

හික්ෂුව මෙසේ නුවණින් මෙනෙහි කරයි:

‘ මෙය ශාන්තය, මෙය ප්‍රණීතය, එනම්, සියලු සංස්ඛාර යන්ත්‍රේ සංසිදීම, සියලු අල්වාගැනීම් (උපාදාන) පහකිරීම, තණ්හාව ක්‍ෂයකර ගැනීම මගින් ඇතිවන නිරෝධය (නිවීම) නම්වූ නිවන’. එලෙසින් නිරෝධ සංඥාව වඩයි:

“...හිකුටු අරඤ්ඤගතොවා... ඉතිපට්ඨිසංචිකකති: ‘එතං සන්තං එතං පණිතං යදීදං සබ්බ සඛබ්බාරසමථො සබ්බුපධිපට්ඨිසංගහො, තණ්හකකියො නිරොධො නිබ්බානන්ති’ අයං වූච්චති විරාගසඤ්ඤා” (Here, having gone to the forest, to the root of a tree, or to an empty hut, a bhikkhu reflects thus: ‘This is peaceful, this is sublime, that is, the stilling of all activities, the relinquishment of all acquisitions, the destruction of craving, cessation, nibbāna’. This is called the perception of cessation).

8) සබ්බලෝකේ අනභිරතී සංඥා භාවනාව: භික්ෂුව මෙසේ නුවණින් මෙනෙහි කරයි:

“... ලෝකයේ ඇති සුබආස්වාදය ගෙනදෙන අරමුණු, එනම්, 1. බැඳීම් (engagement)-තණ්හා, මාන දිට්ඨි නිසා ඇතිවෙන බැඳීම් 2. අල්ලාගැනීම් (clinging)- උපාදාන: කාම උපාදාන ආදීවූ. 3. සිතින් සකස්කරගන්නා මත ආදිය (mental standpoints)- ශාශ්වත වාද, උචෙෂ්ඨ වාද ආදීවූ. 3. විශ්වාසයන්- පිළිපැදීම් (adherences) 4. ලෝකය ගැන ඇති අනුසය ධර්මතා(underlying tendencies) ආදිය ගැන ඇල්මක් ඇතිකර ගැනීම නොමනාය”. එසේ නුවණින් බලා, ඒවායේ නො එල්ලී, ඒවා පහකර ගනියි. එය සබ්බ ලෝකේ අනභිරත සංඥා භාවනාවය.

“ ... භික්ඛු යෙ ලොකෙ උපසුපාදානා වෙතසො අධිධානාභිනිවෙසානුසයා, තෙ පජ්ඣනො වීරමති න උපාදියනොතා. අයං චූචචි සබ්බලොකෙ අනභිරත සංඥා” ( Here, a bhikkhu refrains from any engagement and clinging, mental standpoints, adherences, and underlying tendencies in regard to the world, abandoning them without clinging to them. This is called the perception of non-delight in the entire world)

9 ) සබ්බලෝකේ අනභිරතී සංඥා භාවනාව: මෙහිදී භික්ෂුව සියලු සකස්වූ ධර්මතාවල අනිච්චබව දකිමින්: ඒවා, ප්‍රතික්ෂේප කරයි, ඒවාට නින්දාකරයි, ඒවා පිළිකුල් කරයි. එය සබ්බ සංඛාරෙ අනිච්ච සංඥා භාවනාවය.

10) ආනාපානසති සංඥාව වැඩීම බලන්න: ආනාපානසති භාවනාව. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: ( 6 ): 10 නිපාත: 10.2.1.10 ගිරිමානන්ද සූත්‍රය, පි. 221, EAN: 10: 60.10. Girimānanda, p. 516.

▲ අරූප භාවනා- Meditation on immaterial

අරූප ආයතන 3ක් මෙනෙහි කරගනිමින් ලබන සමාපත්ති භාවනාවය. මේවා ශාන්ත විභරණ ලෙසින්ද දක්වා ඇත.

1) ආකාසානඤ්චායතන සමාපත්තිය- base of the infinity of space:: මේ සසුනේ මහණ, රූපසංඥා සහමුලින්ම මැඩ පවත්වාගෙන (සමතික්‍රමණයෙන්), ප්‍රතිස සංඥා පහවීමෙන්, නානත්ව සංඥා මෙනෙහි නොකර ‘ ආකාශය අන්තය’ යයි අවබෝධකර ආකාසානඤ්චායතනයට පැමිණ එහි වාසය කරයි. එම සමාපත්තියට සමවැදුණු ඔහු මෙසේ නුවණින් සිතයි: මේ සමාපත්තිය, උපදවන ලද්දේ වේතනා පදනම් කරගෙනය. වේතනා මගින් ඇතිවූ ඕනෑම දෙයක් අනිච්චය, නිරුද්ධවන ස්වභාවයෙන් යුතුය . ඒ ගැන ඔහුගේ සිතේ ස්ථාවරයක් ඇතිවේ නම් ඔහු ආසව ඤය කරගනී.එහෙත්, ධර්මයට ඇති ආලය හා ධර්මය නිසා ඇති සතුව නිසා ඔහුට ආසව ඤය කරගැනීමට නොහැකිවුවොත්, ඔහු ඕරම්භාග සංයෝජන 5 සහමුලින්ම නැතිකොට අනාගාමී බව ලබා මෙලොව හැර, එලොව ඕපපාතිකව ඉපද එහිදී නිවන ලබා පිරිනිවන් පායි. සටහන: ආකාසානඤ්චායතන සමාපත්තිය, සතරවෙනි ජාන සුවයට වඩා විශිෂ්ඨ හා උසස්ය. බලන්න: අංගු.නි: (6) 10 නිපාත, උපාලි වගග - 2, 10.2.5.9. උපාලි සූත්‍රය.



**2) විඤ්ඤානඤ්ඤායතන සමාපත්තිය- base of infinity of consciousness:** මේ සසුනේ මහණ, ආකාසානඤ්ඤායතනය සහමුලින්ම මැඩ පවත්වාගෙන, ‘විඤාණය අන්තය’ යයි අවබෝධකර විඤ්ඤානඤ්ඤායතනයට පැමිණ එහි වාසය කරයි. එම සමාපත්තියට සමවැද්දුණු ඔහු මෙසේ නුවණින් සිතයි: මේ සමාපත්තිය, උපදවන ලද්දේ චේතනා පදනම් කරගෙනය. චේතනා මගින් ඇතිවූ ඕනෑම දෙයක් අනිච්චය, නිරුද්ධවන ස්වභාවයෙන් යුතුය .ඒ ගැන ඔහුගේ සිතේ ස්ථාවරයක් ඇතිවේ නම් ඔහු ආසව ඤය කරගනී. එහෙත්, ධර්මයට ඇති ආලය හා ධර්මය නිසා ඇති සතුට නිසා ඔහුට ආසව ඤය කරගැනීමට නොහැකිවුවොත්, ඔහු ඕරම්භාග සංයෝජන 5 සහමුලින්ම නැතිකොට අනාගාමී බව ලබා මෙලොව හැර, එලොව ඕපපාතික ව ඉපද එහිදී නිවන ලබා පිරිනිවන් පායි. **සටහන:** මේ සමාපත්තිය, ආකාසානඤ්ඤායතන සමාපත්තියට වඩා විශිෂ්ඨ හා උසස්ය. යයි බුදුන්වහන්සේ ප්‍රකාශකළහ. **බලන්න:** අංගු.නි: 10-නිපාත, උපාලි වගග -2, 10.2.5.9. උපාලි සූත්‍රය.

**3) ආකිඤ්ඤායතනය සමාපත්තිය- base of nothingness:** මේ සසුනේ මහණ, විඤ්ඤානඤ්ඤායතනය සහමුලින්ම මැඩ පවත්වාගෙන, “කිසිවක් නැත” යයි අවබෝධකර ආකිඤ්ඤායතනයට පැමිණ එහි වාසය කරයි. එම සමාපත්තියට සමවැද්දුණු ඔහු මෙසේ නුවණින් සිතයි: මේ සමාපත්තිය, උපදවන ලද්දේ චේතනා පදනම් කරගෙනය. චේතනා මගින් ඇතිවූ ඕනෑම දෙයක් අනිච්චය, නිරුද්ධවන ස්වභාවයෙන් යුතුය . ඒ ගැන ඔහුගේ සිතේ ස්ථාවරයක් ඇතිවේ නම් ඔහු ආසව ඤය කරගනී. එහෙත්, ධර්මයට ඇති ආලය හා ධර්මය නිසා ඇති සතුට නිසා ඔහුට ආසව ඤය කරගැනීමට නොහැකිවුවොත්, ඔහු ඕරම්භාග සංයෝජන 5, සහමුලින්ම නැතිකොට අනාගාමී බව ලබා මෙලොව හැර, එලොව ඕපපාතික ව ඉපද එහිදී නිවන ලබා පිරිනිවන් පායි.

**සටහන:** මේ සමාපත්තිය, විඤ්ඤානඤ්ඤායතන සමාපත්තියට වඩා විශිෂ්ඨ හා උසස්ය. **බලන්න:** අංගු.නි: 10-නිපාත, උපාලි වගග -2, 10.2.5.9. උපාලි සූත්‍රය. **මූලාශ්‍ර:** අංගු.නි:(6 ):11 නිපාත: 2 අනුසත් වගග,11.2.6, අවිච්ඡාදනාගර සූත්‍රය, පි.674, EAN:11: II Recollection, 16.6 Dasama,p.573.

**▲ ආහාරයෙහි පටිකුල සංඥා භාවනාව- Reflection on the loathsomeness of food:** ආහාරයෙහි පටිකුල සංඥා භාවනාව ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ, තමන් ගන්නා ආහාරය ක්‍රමයෙන් කය තුල විවිධ ස්වභාවයන්ට පත්වීම මෙනෙහි කිරීමකි, භාවනා අරමුණකි **බලන්න:** සංඥා.

**▲ ඉන්ද්‍රිය භාවනාව - Indriya bhawanawa:** ආර්යවිනයේ, ඉන්ද්‍රිය භාවනාව අනුත්තර බව බුදුන් වහන්සේ වදාළහ.

**භාවනාව වඩන ආකාරය:** ඇස, කණ නාසය, දිව, කය හා මනස යන අභ්‍යන්තර ආයතන බාහිර අරමුණු ස්පර්ශ කරනවිට, ඒ පිලිබඳ ඇතිවූ කැමැත්ත හෝ අකමැත්ත හෝ කැමැත්ත අකමැත්ත ය දෙක ගැන මෙනෙහි කර ඒවා, සකස්වූ, ඕලාරික වූ හේතු ප්‍රත්‍යා නිසා ඇතිවූ බව අවබෝධකර උපේක්ඛාව ඇතිකරගතයුතුය. **සටහන:** මේ සූත්‍රයේ, ඉන්ද්‍රිය භාවනාව වඩන ආකාරය විස්තරාත්මකව පෙන්වා ඇත. **බලන්න:** ම.නි. ඉන්ද්‍රිය භාවනා සූත්‍රය.

▲**භාවනා වර්ධනය-Development in meditation:** භාවනාවේ වර්ධනය-භාවනාව වැඩිම පිණිස, ඕනෑකමින්, උත්සාහයෙන් කටයුතු කළයුතුවේ. 37ක්වූ බෝධිපාකාය ධර්මතා දියණු කරගැනීමට උත්සාහ කළ යුතුය. එමගින් භාවනාවේ වර්ධනය ඇතිවේ. මේ පිලිබඳව බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇති උපමාව: බිජු රකින කිකිළිය, එම කටයුත්ත නිසි ලෙස නොකර, ‘අතේ මගේ පැටව්, කටුව බිඳ සුවසේ එළියට එක්වා’ යයි පතයි. ඒ බිත්තර මැනවින් නො රැකි බැවින් ඇයගේ පැතුම ඉටු නොවේ. එලෙසින්, මහණ, ධර්මතා වර්ධනය නොකර ‘මගේ භාවනාව මගින් ආසව බිඳී විමුක්තිය ඇතිවේවා’ යයි පැතු වද එය එසේ නොවේ. වෙනත් බිජු රකින කිකිළිය, එම කටයුත්ත නිසිලෙස කර තමාගේ පැටව් සුවසේ පැමිණේවා යයි පතනවා නම් එය එසේ සිදුවේ. එලෙස, ධර්මතා යහපත් ලෙසින් දියුණු කරගන්නා මහණ ගේ භාවනාව හොදින් සිදුවේ, ඔහුගේ ආසව අනුක්‍රමයෙන් බිඳී, අවසානයේදී විමුක්තිය ලබා ගැනීමට ඔහු සමත්වේ. ඒ පිලිබඳ බුදුන් වහන්සේ දක්වා ඇති උපමා: වඩුවා උපමාව: 1) වඩුවෙක්, වැඩ කිරීම නිසා ඔහුගේ වැය ගෙවියයි, එහෙත්, අද මෙපමණක් ගෙවී ගියාය යන වැටහීම ඔහුට නැත. එලෙස, භාවනාව වඩා ගන්නා භික්ෂුවට, දිනෙන් දිනට කෙතක් දුරට ආසව ප්‍රභීණය වුවාද යන අවබෝධ නැත. එහෙත්, ආසාව ක්‍ෂය වූ විට, ඒ පිලිබඳ නුවණ ඇතිවේ.

2) නැවක් සයමසක් පමණ කාලයක් ජලයේ රැඳී සිටීම එය බැඳ ඇති කඹ දිරා යයි. පසුව ගොඩබිමට ගත් ඒ නැව, ශිත කාලය තුළ එහි රැඳීසිටීම නිසා, එය බැඳ ඇති කඹ, වැසි සුළං නිසා දිරා වැටී යයි. එලෙස, භික්ෂුව, උත්සාහය ඇතිව ධර්මතා දියුණු කර භාවනාව වඩනවිට, ඔහුගේ කෙළෙස්මල දිරා වැටේ. බලන්න: උප ග්‍රන්ථය:5

සටහන්: \* මේ උපමාව ආර්ය අටමග බහුල කරන භික්ෂුවගේ සංයෝජන ගෙවීයාම පිණිස යොදාගෙන ඇත. බලන්න: : අංග.නි: (4) 7  
 නිපාත:මහාවග්ග:7.2.2.7 භාවනානුයුත්ත සූත්‍රය, පි.482. \*\* භාවනාව වැඩිම පිණිස ටීනමිද්ධය පහ කර ගැනීම අවශ්‍යය. බලන්න: ටීනමිද්ධය, උපග්‍රන්ථය: මූලාශ්‍රය: අංග.නි: (4) 7  
 නිපාත:මහාවග්ග:7.2.2.7 භාවනානුයුත්ත සූත්‍රය,පි.482.

▲**භාවනාවේ නිපුණබව-skillfulness in meditation:** භාවනාවේ නිපුණබව පිලිබඳ ලක්ෂණ දෙකක් බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා ඇත: 1) භාවනාවට ඇතුල්වීමේ දක්ෂබව (සමාපත්ති කුසලතා-entering meditative attainment): භාවනා අරමුණේ පිහිටා සිත එකඟ කරගෙන සමාපත්තිය ඇතිකරගැනීමේ හැකියාව. 2) භාවනාව අවසානයේදී නික්මීමට ඇති කුශලතාවය- පිටතට ඒම (සමාපත්ති වූවිභානකුසලතා-skillfulness in emerging form a meditative attainment)- කලින් නියමකළ වේලාවකදී භාවනාවෙන් නැගීසිටීම. මූලාශ්‍ර:අංග.නි: (1 ):2  
 නිපාත: සමාපත්ති වග්ග සූත්‍ර, පි. 221, EAN: 2:163,1 suttas, p. 73.

▲ **භාවනාමය බලය:** පාලි: භාවනා බලං- the power of development: ධර්මයේ භාවනාමය බලය ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ උසස් පුහුණුවේ යේදී සිටින සේබ භික්ෂූන් සතු බලය ය. සේබ බලය ලෙසින්ද හඳුන්වයි, එය සමාධිය වර්ධනය කරගැනීමෙන් ලබන බලයවේ. බලන්න: සේබ හා අසේබ.

1. භාවනාමය බලය බුදුන් වහන්සේ ආකාර 3 කින් පෙන්වා ඇත:

1) “මහණෙනි, භාවනාමය බලය කවරේද: එය ‘සේබ බලය’ යයි. සේබ බලයේ පිහිටා, භික්ෂුව රාග දෝස හා මෝහ ආදී කෙළෙස් පහ කරගනී, කිසිම අක්‍රමයක් නොකරයි, අයහපත්- නරක දේ පසුපස නො යයි. එය භාවනාමය බලය වේ”.

2) මේ සසුනේ මහණ, ශීලයේ පිහිටා, විවේකය සහිතව (කාය හා චිත්ත), විරාගය ඇතිව (නිවරණපහකර), නිරෝධය ඇතිව, පරිණතවූ අත්හැරීම සහිතව (වොසග්ගය- නිවනට යොමුවූ සිත ඇතිව), සති සම්බොජ්ඣංග...ආදීවශයෙන් සප්තබොජ්ඣංග ධර්මතා වඩාගනී. එය භාවනාමය බලය වේ”. බලන්න: බොජ්ඣංග ධර්මතා.

( a bhikkhu develops the 7 enlightenment factors ( mindfulness..) that is based upon seclusion, dispassion, and cessation, maturing in release. This is called the power of development)

3) මේ සසුනේ මහණ නිවරණ පහකර පලමු ජානය - සිව්වෙනි ආදී වශයෙන්, ජාන සමාපත්ති 4 ලබාගනී. මෙය භාවනා බලයකි. බලන්න: ජාන. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (1):2 නිපාත: 2.1.2.1, 2.1.2.2. හා 2.1.2.3 සූත්‍ර, පි.142. EAN: 2: Sutta 11.1, 12.2., 13.3, p. 57.

▼ බුදුන් වහන්සේ භාවනා බලය පිළිබඳව යහපත් ලෙසින් වදාරා ඇත. ඒ ධර්මතා සංඝයා එක්ව, ධර්මයේ විරස්ථිතිය පිණිස සප්ථායනා කිරීම සුදුසු ය යි සැරියුත් මහා තෙරුන් සංඝයාට උපදෙස් දී ඇත. මූලාශ්‍ර: දිස.නි: (3 ):10 සංගීති සූත්‍රය, පි. 372, EDN: 33 Sangīti Sutta: The Chanting Together, p. 362

▲භාවනාමය ප්‍රඥාව- Bhavanamaya Panna

භාවනාමය ප්‍රඥාව: භාවනා අරමුණක් මගින් සිත සමාධියට පත්කර ගැනීමෙන් ඇතිවන දහම් නුවණය.මෙය සමාධි භාවනාමය ඥානය ලෙසින්ද දක්වා ඇත. සමාධිය තුලින් ලබන නුවණ, විමුක්තිය ලබාගැනීමට හේතුභූතවේ.

“ ශීලයෙන් යුතුව සිත එකඟ කර ගැනීමෙන් ඇතිවන ප්‍රඥාව” සමාධි භාවනාමය ඥානය වේ”. මෙය ත්‍රිවිධ ප්‍රඥාවලින් එකකි. බලන්න: ත්‍රිවිධ ප්‍රඥා. මූලාශ්‍රය: බු,නි:පටිසම්භිදා 1: ඥානකථා:3 සමාධි භාවනාමය ඥානය, පි.112.

▼ ධර්ම මාර්ගයේදී ලැබෙන පස් ආකාර නුවණ අතුරින්, භාවනා ප්‍රඥාව එක් නුවණකි. බලන්න:ඤාණපඤචකය.

▲ භාවනාවාදය: (පාලි): භාවනාවාදං declaration of development: මෙය, අරහත්වයට පත්වූ භික්ෂුවක් ඒ බව ප්‍රකාශ කරණ එක් ආකාරයක්ය. බලන්න: රහතත්වහන්සේ. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (6 ):10 නිපාත: මහා වග්ග: 10.1.3.4. මහාවුත්ථ සූත්‍රය,පි. 106. EAN: 10: The Great Chapter: 24.4. Cunda, p. 501.

▲භාවනාරාම-Bhavanarama: භාවනාරාම යනු භාවනාවට ඇල්ම ඇතිබවය. මෙය ජීවිතය සුව සතුට ඇතිව ගෙනයාමට හේතුවේ.බලන්න: සුබ සෝමනස්ස.

▲ **භාවනිය**- esteem: භාවනිය යනු, උතුම්බව, ගරු සැලකිලි ලැබීමට සුදුසුබවය. බලන්න: අභාවනිය හා භාවනිය.

▲ **භාවෙනබ්බ ධම්ම හා නභාවෙ තබ්බ ධම්ම**: පාලි: භාවෙනබ්බො - නභාවෙනබ්බො- Dhamma to be developed and Dhamma not to be developed: අධ්‍යාත්මික ජීවිතය වර්ධනය කරගැනීම පිණිස දියුණු කර ගත යුතු ධර්මතා භාවෙනබ්බ ධර්මයන්ය (භාවයිතවා) . අධ්‍යාත්මික ජීවිතයේදී වඩා නොගත යුතු ධර්ම, නභාවෙ තබ්බ ධර්මවේ.

▼ **භාවෙනබ්බ ධර්ම (භාවෙනබ්බො) වර්ධනය කරගතයුතු ධර්මය**, දසකුසලයය. නභාවෙ තබ්බ ධර්මය -වර්ධනය නොකරගතයුතු ධර්මය, දසඅකුසලයය .බලන්න: දසකුසල හා දසඅකුසල. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (6) :10 නිපාතය:10.4.4.7. භාවෙනබ්බ ධර්ම සූත්‍රය, පි. 540, EAN: 10: 194, p. 556.

▼ **භාවෙනබ්බ ධර්ම: 1) සුඛ වේදනාව සහිතවූ කාය ගතා සතිය** ( කාය ගතාසති සාතසහගතා) සටහන: සුඛ වේදනාව සහිතවූ කාය ගතා සති භාවනා ලෙසින් පෙන්වා ඇත්තේ: ආනාපාන සතිය, සතර ඉරියව් පිලිබඳ සතිය පිහිටුවා ගැනීම (වතු ඉරියාපට් ), සති සම්ප්‍රජන්‍යය , කයේ අසුභය, දස අසුභය. නවසීවථිකා භාවනාව, වතුධාතුවවත්ථාන භාවනාව (සතර ධාතු) ආදියේ සිහිය උපදවා ගැනීම. බලන්න: භාවනා- කායගතා සති භාවනාව, **2) සමට හා විපස්සනාව (Calm and insight) 3) තුන් සමාධිය**: i විතක්ක හා විචාර ඇති 1 නි ජානය (සවිතකකසව්චාරො සමාධි) ii විතක්ක නොමැති විචාර ඇති 2 නි ජානය (අවිතකකසව්චාරො සමාධි) iii විතක්ක හා විචාර නොමැති 3 නි ජානය (අවිතකක විචාරො සමාධි) බලන්න: ජාන, තුන් සමාධිය **4) සතර සති පට්ඨානය** .බලන්න: සතර සති පට්ඨානය) **5) පංච අංගීක සම්මා සමාධිය** - පඤ්චඛගිකො සමමාසමාධි.බලන්න: පංච අංගීක සම්මා සමාධිය) **6) අනුසති භාවනා** 6: බුද්ධානුස්සතිය, ධම්මානුස්සතිය, සංඝානුස්සතිය, ශිලානුස්සතිය, ත්‍යාගානුස්සතිය, දේවතානුස්සතිය.බලන්න: භාවනා. මූලාශ්‍ර: දීඝ.නි : (3): 11 දසුත්තර සූත්‍රය, පි. 483, EDN: 34: Dasuttara Sutta: Expanding Decades, p. 384.

▼ **භාවෙනබ්බ ධම්ම** ලෙසින් මෙහි පෙන්වා ඇත්තේ සම්මා දිට්ඨිය ඇතුලත් නිවැරදි මගය. න භාවෙනබ්බ ධම්ම (න භාවයිතවා ධම්ම-භාවිතා නොකලයුතු) නම් මිථ්‍යා දිට්ඨිය මුල් කරගත් වැරදි මගය. මූලාශ්‍ර: අංගු.නි: (6) :10 නිපාත: අරියවග්ග: 10.3.5.7.භාවෙනබ්බ සූත්‍රය,පි. 476.

හස

▲ **භිසක්ක** -Master of knowledge: භිසක්ක-ශාස්ත්‍රයේ අධිපති. මෙය තථාගතයන් වහන්සේ හඳුන්වන ගරු පදයකි. බලන්න: තථාගතයන් වහන්සේ, බුද්ධ නාම.

හහ

▲ **භිහියෝස තෙර**- Bhiyosa Thera: මේ තෙරුන්, කොනාගමන බුදුන් වහන්සේගේ අගසව් දෙනමගෙන් එක් නමකි. මූලාශ්‍රය:සංයු.නි: (2) :

නිදානවග්ග:අනමතග්ගසංයුත්ත: දුග්ගතවග්ග: 3.2.10 වෙසුල්ල පබ්බත සූත්‍රය, පි.314.

**ම කොටස: මක,මබ,මග,මස,මච,මඤ,මට,මත,මථ,මද, මධ,මන,මණ,මම,මය,මර,මල,මළ,මච,මස,මහ**

**මක**

▲ **මක්ඛලිගෝසාල-Makkali Ghosala:** බුදුන් වහන්සේ වැඩසිටි සමයේ විසූ අන්‍යආගමික නායකයෙකි. අන්‍ය ආගමික වාද අතුරින් ඔහුගේ වාදය ඉතාම නරක එකක් බව දක්වා ඇත: ඔහු මෙසේ පවසයි: “කර්මයක් නැත, ක්‍රියාවක් නැත, විරියක් නැත”. ඒ පිලිබඳ උපමාව- කේසකම්බලි පොරෝනය : කේසකම්බලි නම් පොරෝනය, සියලු වස්තු අතුරින් නරකම වස්තුවේ. එය ශිතකාලයේ ශිතය ගෙනදේ, උෂ්ණ කාලයේ උෂ්ණය ගෙනදේ , දුගඳය, දුරුවර්ණය. එලෙසින් මක්ඛලිගෝසාල ගේ ඉගැන්වීම් සෑම කාලයකම අයහපත්ය.**බලන්න: උපග්‍රන්ථය:5 මූලාශ්‍රය:අංගු.නි: (1) 3 නිපාත: 3.3.4.5 සූත්‍රය, පි.554.**

▼ **සියලු සම්මා සම්බුදුවරු කර්මය ඇතිබව, ක්‍රියාව ඇතිබව, විරිය ඇතිබව දේශනා කරති.** එහෙත්,මක්ඛලි, අනුවණ පුරුෂයා ඒ සත්‍ය පිළිනොගනී. ඔහුගේ වාදය බොහෝ මිනිසුන්ට අහිත පිණිස, දුක පිණිස, විනාශය පිණිස වේ. ඒ පිලිබඳ උපමාව: මසුන් අල්වන කෙමිණ නිසා බොහෝ මසුන්ගේ විනාශය සිදුවේ, එලෙස, ඔහුගේ වාදය නිසා බොහෝ පිරිස විපතට පත්වේ. **බලන්න: උපග්‍රන්ථය:5 මූලාශ්‍රය:අංගු.නි (1) :3 නිපාත: 3.3.4.5 සූත්‍රය, පි.554.**

▲ **මකුබව: පාලි: මකෙකා -contempt:** මකුබව (මක්ඛය) යනු අනුන්ගේ ගුණ මකන ස්වභාවය (ගුණමකුබව ), අනුන්ට අවමන් කිරීම, හෙලාදැකීම, නිග්‍රහ කිරීමය, මෙය අකුසලයකි, සිත කෙළෙසන ධර්මයකි, දුගතිය ඇතිකරයි. **බලන්න: උප කෙළෙස, දසඅකුසල.**

▼ **බුදුන් වහන්සේ මෙසේ වදාළහ: “මහණෙනි, එක් කෙළස් ධර්මයක්...මකුබව පහකරගත්තේ නම්, මම ඔබට අනාගාමී භාවය පිණිස කැපවෙමි”.** මූලාශ්‍රය: බු.නි:ඉතිවුත්තක:1.1.5 මක්ඛ සූත්‍රය, පි.348.

▼ **ආධ්‍යාත්මික මාර්ගය වඩා ගැනීම පිණිස මකුබව විශිෂ්ඨ ඥාණයෙන් අවබෝධ කර, එය දුරුකර ගතයුතුය.** එය දුක නැතිකර ගැනීමය.විදර්ශනා නුවණින්, සමාස්ප්‍රඥාව ඇතිකර මකුබව පහ කරගත් අය නැවත මේ ලෝකයට පෙරළා නො එති. **මූලාශ්‍රය: බු.නි:ඉතිවුත්තක: 1.2.3 මක්ඛපරිඤ්ඤා සූත්‍රය, පි.358.**

▼ **වෙනත් මූලාශ්‍ර: 1. Per Bhikkhu Bodhi: Contempt is the devaluation of benefits conferred on one by others. See: EMN note 87,p. 1179.2. “මාපියන්, නෑදෑයන්, මිතුරන් ආදීන් කළ උපකාර නිසා දියුණුව, මගේ විරියෙන්ම දියුණුවවා මිස මට කවුරුත් කළ දෙයක් නැතයයි ගුණ අවලංගු කරණ ස්වභාවය මක්ඛ නම්වේ. මෙය ද්වේෂයේම ආකාර විශේෂයකි. අසත්පුරුෂ ලක්ෂණයකි. එහි විපාක ලෙසින් ඇතැම් අය මෙලොවදීම නපුරු රෝග වැළඳී බොහෝ දුක්විඳිති”.** කෙලෙස් එක්දහස් පන්සියය, පි. 82, රේරුකානේ වන්දවිමල මහානාහිමි, 2008.