

# ආධ්‍යාත්මික සත්‍යක්‍රියාව

පොකුණුවිට, ශ්‍රී විනයාලංකාරාරාමවාසී,  
පූජ්‍ය කුකුල්පනේ සුදස්සී ස්වාමීන් වහන්සේ

සන්ජන සමාජ සංවර්ධන පදනමේ  
ප්‍රකාශනයකි

2564  
2020

පූජ්‍ය කුකුල්පනේ සුදස්සී ස්වාමීන් වහන්සේගේ  
වෙනත් ධර්ම ග්‍රන්ථ

- සිතේ සැබෑව
- බුද්ධ පූජාවේ යථාර්ථය
- සාංඝික දානයක් දෙන විට
- බුද්ධ ප්‍රතිමාව සහ බෞද්ධකම
- ද්වේෂය දුරුකරන්නේ කෙසේද?
- දානය පාරමිතාවක් වන්නට නම්
- නොනිමෙන මරණයේ නොනිමෙන අරුත්
- නැණැස වසන නීවරණ
- දැනගෙන පිදිය යුතු කඩින විවරය
- නිවනට මග සඳහා ස්තුප
- තෙසැත්තෑ බුද්ධ ඤාණ I සහ II
- ආකල්ප සම්පත්තිය
- අකුසල සමාපත්ති
- ලොවුතුරු සුව සඳහා ඉවසීම
- කර්මය අභිබවා යන මහේඛාකාශව
- බුදු ඔවදන
- පසුතැවීම
- වරදින් මිදීම
- අත්හැරීම
- අභය දානය
- මරණාසන්න මොහොතේ සිත සකසා ගැනීම
- ආධ්‍යාත්මික න්‍යාය
- ගිහි සැපය

මුද්‍රණය:

සිකුරු ප්‍රින්ටර්ස්,  
 144, වෙනිවැල්කොළ, පොල්ගස්ඕවිට.  
 ටෙලි.: 071 44483398  
 E-mail: sikurupoth@gmail.com

## ආධ්‍යාත්මික සත්‍යක්‍රියාව

මේ කුඩා ධර්ම ග්‍රන්ථයෙන් අපි පැහැදිලි කරන්නේ, සත්‍යක්‍රියාව ගැනයි. සත්‍යක්‍රියාව කියන්නේ මොකක්ද, එය නිවැරදිව සිදුකරන්නේ කොහොමද, ඒ සඳහා අවශ්‍ය සුදුසුකම් මොනවද කියලා බොහෝ දෙනා එතරම් ගැඹුරට හිතලා තියන බවක් පෙනෙන්නේ නැහැ. ඒ වගේම නිතර සාමාජයෙන් ඇහෙන වචනයක් තමයි සත්‍යග්‍රහය. බොහෝවිට සත්‍යග්‍රහය කියලා හඳුන්වන්නේ තම තමන්ගේ ඉල්ලීම් දිනා ගන්න හෝ යමකට තමන්ගේ විරෝධය දක්වන්න හෝ නොකා නොබි දින ගණන් එකතැනක රැඳී සිටිමින් අන් අයට බලපෑම් කිරීම. බොහෝ දෙනා ‘සත්‍යක්‍රියාව’ සහ ‘සත්‍යග්‍රහය’ යන වචන දෙක පටලවා ගන්නවා. නමුත් ඒ දෙක හාත්පසින්ම වෙනස් කරුණු දෙකක් බව අපි මූලිකව වටහා ගන්න ඕන.

සත්‍යක්‍රියාව කියන්නේ, යම් ආධ්‍යාත්මික ගුණයක් අවදිකරගෙන ලෝකයට යහපත කරන්න දරන උත්සාහයක්. එහිදී තමන් සතු ප්‍රතිපත්තිමය ගුණයක් අවංකව සත්‍යවාදීව සිහිපත් කරලා, ඒ සත්‍යය මත පිහිටලා යම් කෙනෙකුට යහපතක් කරන්න හෝ අයහපත වළක්වන්න මානසිකව යම් බලපෑමක් සිදුකිරීමයි වෙන්නේ. සත්‍යක්‍රියාව ප්‍රධාන වශයෙන් කරුණු දෙකක් සඳහා භාවිතයට ගන්නට පුළුවන්කම තියෙනවා. පළමුවෙනි කාරණය තමයි පුද්ගලයෙකුට, රටට, ශාසනයට හෝ සමස්ත ලෝකයට පැමිණෙන උවදුරු දුරු කරන්න සත්‍යක්‍රියාව යොදාගැනීම. දෙවෙනි කාරණය තමයි පුද්ගලයෙකුට හෝ සමස්තයට හෝ යම්කිසි යහපතක් සිදු කරන්න සත්‍යක්‍රියාව යොදාගැනීම. නමුත් ඒ උත්සාහය කොතෙක් දුරට සාර්ථක වෙනවද යන්න තීරණය වෙන්නේ, සත්‍යක්‍රියාව පිළිබඳව අපට තියන අවබෝධය, පළපුරුද්ද සහ අදාළ සාධක අනුවයි. ඒ නිසා සත්‍යක්‍රියාවක් කරන්නේ කොහොමද කියලා පැහැදිලි කරගැනීම අප හැම දෙනාටම ප්‍රයෝජනවත් වෙනවා.

### ආශීර්වාදය, ප්‍රාර්ථනාව සහ අධීෂ්ඨානය

පළමුව ආශීර්වාදය, ප්‍රාර්ථනාව, අධීෂ්ඨානය ආදී අපට නිතර ඇහෙන වචනවලට සාපේක්ෂව සත්‍යක්‍රියාව කියන වචනයේ අර්ථය වටහා ගැනීම අවශ්‍යයි. ආශීර්වාදය කියන්නේ මොකක්ද? ප්‍රාර්ථනාව කියන්නේ මොකක්ද? අධීෂ්ඨානය කියන්නේ මොකක්ද? සත්‍යක්‍රියාව කියන්නේ මොකක්ද? කියලා අපි මූලිකව පැහැදිලි කරගන්න ඕන.

ආශීර්වාදය කියන්නේ, තව කෙනෙකුට යහපතක් වේවා කියලා මෙෙත්‍රී සහගත සිතින් කරන සුභ ප්‍රාර්ථනාව. සමහරවිට වෙනත් කෙනෙකුගේ ගුණයක් සිහිකරලත් ආශීර්වාද කරන්න පුළුවන්. ඒ කියන්නේ, “බුදුරජාණන් වහන්සේගේ අනන්ත ගුණ බලයෙන් ඔබට යහපතක් වේවා, බුද්ධ ධම්ම සංඝ යන රත්නත්‍රයේ සුවිසි මහා ගුණ බලයෙන් ඔබට සෙතක් වේවා, ඔබට දෙවියන්ගේ පිහිට රැකවරණය ලැබේවා” ආදී වශයෙන්. මේ විදිහට යම් කෙනෙකුගේ සීලය හෝ ගුණය හෝ යම් විශේෂ ශක්තියක් හෝ සිහිකරලා, එයින් ඔබට යහපතක් වෙන්න කියලා ආශීර්වාද කරන්න පුළුවන්. එහි කියෙන්නේ ශුභ ප්‍රාර්ථනා කිරීමක්. හොඳ හිතින් අන් අයගේ යහපත අභිවාද්ධිය අපේක්ෂා කරන කෙනෙකුට එබඳු ආශීර්වාදයක් කරන්න පුළුවන්.

ඊළඟට ප්‍රාර්ථනාව. අනුන්ගේ ගුණයක් සිහි කරලා ප්‍රාර්ථනාවක් කරන්න බැහැ. තමන්සතු ශීලයක් හෝ ගුණයක් හෝ යම්කිසි කුසලයක් හෝ සිහිපත් කරලා, “මේ කුසලය මට මෙන්න මේ යහපත පිණිස හේතු වේවා” කියලා තමන් සතු යහපත් ශක්තිය අපේක්ෂිත ඉලක්කයක් සඵලවීමට මෙහෙයවීමයි ප්‍රාර්ථනාව කියන්නේ. මේ මනෝභාවයන් ඇති වෙනකොට සමහර කෙනෙකුට මේක ප්‍රාර්ථනාවක්ද, ආශීර්වාදයක්ද කියලා තෝරා බේරා ගැනීම දුෂ්කර වෙන්න පුළුවන්. ඒ නිසාමයි මේ කාරණා වෙන් වෙන්ව පැහැදිලි කරගත යුත්තේ. අපි සත්‍යක්‍රියාවක් කරද්දි මීට වඩා ගැඹුරු ස්ථාවර මනෝභාවයක් ඇති වෙන්න ඕන.

ඊළඟට අපි නිතර පාවිච්චි කරන වචනයක් තමයි අධිෂ්ඨානය. අධිෂ්ඨානය කියන්නේ, අර ආශීර්වාදයටත්, ප්‍රාර්ථනාවටත් වඩා ශක්තිමත් මනෝභාවයක්. අධිෂ්ඨානය කියන්නේ යම් කාර්යයක් සඵල වන තෙක් මම මෙසේ කටයුතු කරනවයි කියලා කායිකවත්, වාචසිකවත්, මානසිකවත් යම් ස්ථාවරයක නොසැලී පිහිටා සිටින්නට හැකි ශක්තියයි. එහෙම නැතිනම් යම්කිසි යහපතක් සිදුවීමට හෝ විපතක් වැළැක්වීමට අදාළ සාධක මානසිකව මෙහෙයවීමේ හැකියාවටත් අධිෂ්ඨානය කියලා කියනවා. උදාහරණයක් හැටියට ගත්තොත්, රහතන් වහන්සේ නමක් හෝ අභිඥා ලාභියෙක්, පවතින ගින්නක් නිවියන්නට අධිෂ්ඨානය කරනවා. එතකොට ඒ දැල්වෙමින් පවතින ගින්න හෙවත් තේජෝධාතුව අහෝසිවීමට මනස මෙහෙයවනවා. මනස මෙහෙයවලා ඊට අදාළ සාධක ගොඩනගනවා.

මහ බෝසනාණන් වහන්සේ බෝ මැඩ වැඩහිඳිමින්, “මාගේ ශරීරයේ ලේ මස් වියළෙනවා නම් වියළී යේවා, ඇට නහර සම්පමණක් ඉතුරු වෙනවා නම් ඉතුරු වේවා, සම්මා සම්බුද්ධත්වයට පැමිණ විනා මෙතැනින් නොනැගිටිමි” යනුවෙන් අධිෂ්ඨාන කළා. එහිදී තමන්වහන්සේ අපේක්ෂා කරන ඉලක්කය සඵල වනතෙක් මනසේ ශක්තිය පදනම් කොටගෙන අනෙක් සියලුම සාධක ඒ වෙනුවෙන් මෙහෙයවීමේ හැකියාව, අධිෂ්ඨානය බව පැහැදිලි වෙනව. කයට ඕන විදිහට හැසිරෙන්න කයට ඉඩ දෙන්නේ නෑ, අර තමන්ගේ අධිෂ්ඨානයට අනුවයි හසුරුවන්නේ. වචනය සහ සිතත් ඒ අධිෂ්ඨානයට අනුව හසුරුවා ගන්නවා.

**සසරටම බලපාන අධිෂ්ඨානය**

සැරියුත් මහරහතන් වහන්සේ පූර්ව ජන්මයක රජෙක් හැටියට මත්පැනට සහ මාංශයට ගිජු බවක් දක්වපු චරිතයක්. එක් දවසක් මත්පැන් පානය කරලා ආහාර අනුභව කරන්නට පැමිණියා. නමුත් මාංශ පිළියෙළ කරලා තිබුණේ නැහැ. දේවිය විසින් කුඩා අතදරුවා හුරතල් කරමින් රජුගේ කෝපය නිවන්නට එතැනට පැමිණියා. නමුත් මස් නැහැයි කිව්වම, ඇයි ද මස් නැත්තේ මේ තියෙන්නේ කියලා අර සුරතල් දරුවා බිරිඳගේ අතින් ගෙන ගෙල මිරිකලා අරක්කැමියට දෙනවා උයාගෙන එන්න කියලා. තමන්ගේ දරුවාගේ මාංශ අනුභව කරලා වෙරිමතින් වැටිලා නිදාගත්තා. පසුව වෙරි හිඳුනට පස්සේ තමන් කරපු අපරාධය පිළිබඳව මහත් වූ කම්පාවට පත්වෙලා දැඩි චිත්ත අධිෂ්ඨානයක් ඇතිකර ගන්නවා, නිවන් දකින භවය දක්වාම මම මත්පැන් පානය කරන්නේ නැහැ කියලා. එතැන් පටන් නිවන් දකින තෙක් සෑම භවයකම උන්වහන්සේගේ අධිෂ්ඨානය ඒ ආකාරයෙන්ම ක්‍රියාත්මක වුණා. වෙනත් වෙනත් ආත්මවල උපන්නා වුණත් ඒ උපදින උපදින ආත්මවල අර මනසින් ඇති කර ගත් දැඩි අධිෂ්ඨානය අනුව තමන්ගේ කයත් වචනයත් පරිසරයත් මනෝ භාවයනුත් සියල්ල හසුරුවා ගන්න උන්වහන්සේ සමත් වුණා. මේ භවයට සම්බන්ධ කාරණයක් වෙනුවෙන් වගේම මුළු සසරටම සම්බන්ධ කාරණයක් වෙනුවෙනුත් අධිෂ්ඨානයක් කරන්න පුළුවන්.

මහ බෝසනාණන් වහන්සේලා කවදා හෝ සියලු සත්ත්වයින්ට පිහිට වෙන්න, “මම ලොව්තුරා බුද්ධත්වයට පත් වෙනවා” කියන දැඩි අධිෂ්ඨානය ඇතිකරගන්නවා. එතකොට ඒ අධිෂ්ඨානය මත අනන්ත

සසර ගමනෙදී තමන්ගේ කය, වචනය, පරිසරය, තමන් ඇසුරු කරන පුද්ගලයන්, තමන්ගේ මනෝභාවයන්, ආධ්‍යාත්මික ශක්තිය මේ සියල්ලම මෙහෙයවනවා. ඒ මූලික අධිෂ්ඨානයට අනුව, උන්වහන්සේලා කුසල් කරලා ප්‍රාර්ථනාවකුත් කරලා තියනවා. ඒ ප්‍රාර්ථනාව තහවුරු වෙන්නේ, අධිෂ්ඨාන බලයත් එක්ක. එතකොට අධිෂ්ඨානය තියන තැන ආශීර්වාදයටත් එහා ගිය, ප්‍රාර්ථනාවටත් එහා ගිය දැඩි මානසික ශක්තියක් ක්‍රියාත්මක වෙනවා. ඒ මනසේ ශක්තිය මත අවශේෂ සියලුම සාධක මෙහෙයවන ගතියක් අධිෂ්ඨානයෙහි පවතිනවා. එනිසා අධිෂ්ඨානය වඩා ගැඹුරු අවස්ථාවක්.

**සත්‍යක්‍රියාව**

මේ කුඩා ධර්ම ග්‍රන්ථයෙන් කතා කරන්නේ සත්‍යක්‍රියාව පිළිබඳව. සත්‍යක්‍රියාව කියන්නේ, යම් ආධ්‍යාත්මික ගුණයක් සහිත මනෝභාවයක් අවදි කරගෙන යහපත් අරමුණක් ඉලක්ක කර අධිෂ්ඨානයකින් විකාශනය කිරීම සඳහා කරන කායික මානසික කැප කිරීමයි. සත්‍යක්‍රියාව ඒ මොහොතේම සඵල වෙනවා. ඒ මෙහොතේම ඵල දරනව කිව්වහම, ඒ කරන සත්‍යක්‍රියාව එවේලේම, සර්ව සම්පූර්ණ වෙනවයි කියන එකම නෙවෙයි. ඒ කාර්යය සපිරෙන්නට අවශ්‍ය පසුබිම එවේලේ සිටම ආරම්භ වෙනවා.

සත්‍යක්‍රියාවකදි විත්ත අධිෂ්ඨානය වගේම සත්‍යවාදී බව ප්‍රධාන වෙනවා. ඒ නිසා තමයි මෙය සත්‍යක්‍රියාව කියලා හඳුන්වන්නේ. තමන් ප්‍රතිපත්තිමය වශයෙන් පිහිටා සිටින යම් ගුණයක් සත්‍යවාදීව සිහි කරලා, ඒ සත්‍යය මත පිහිටලා තමයි විත්ත අධිෂ්ඨානය කරන්නේ. එතැන අධිෂ්ඨානය වගේම අදාළ පරමාර්ථය සාධනය වෙන්න මනස මෙහෙයවීමකුත් සිදු වෙනවා.

සත්‍යක්‍රියාවෙන් කරුණු දෙකක් සිද්ධ කරන්න පුළුවන්. විපත් වැළැක්වීම සහ යහපත සිදුකිරීම. තමන් බලාපොරොත්තු වෙන්නේ විපතක් වැළැක්වීමට නම්, ඒ සඳහා කොහොමද ශක්තිය මෙහෙයවන්නේ, යහපතක් කිරීමට නම්, ඒ සඳහා කොහොමද ශක්තිය මෙහෙයවන්නේ කියන මේ කාරණය විශේෂයෙන් වැදගත් වෙනවා. යම්කිසි කෙනෙකුට සත්‍යක්‍රියාවේ පරමාර්ථය හරියට හඳුනාගෙන තමන් සතු ප්‍රතිපත්තිමය ශක්තිය අවදි කරලා සත්‍යක්‍රියාවක් කරන්න නම්, යම් කලක් ටිකෙන් ටික පුහුණු කරන්න වෙනවා. එක්වරම අපට සත්‍යක්‍රියාවෙන් මහා

ලොකු දෙයක් වෙනස් කරන්න පුළුවන් කමක් නෑ. ඒ කුමක් නිසාද? මානසික සාධක සහ බාහිර සාධක අදාළ කාරණයට මෙහෙයවන්නට නම්, ප්‍රධාන වශයෙන් මානසික විශ්වාසයක් ගොඩ නැගෙන්න ඕන. ඒ සඳහා අත්දැකීම් අවශ්‍යයි.

**න්‍යාය සහ පුහුණුව**

එක් ආචාර්ය වරයෙක් තමන්ගේ ශිෂ්‍යයන්ට ජීවිතාරක්‍ෂක අභ්‍යාස පුහුණු කරනවා. ඔහු උස තාප්පයක් පෙන්නලා ඒ තාප්පයට උඩින් පනින්න කය හසුරුවා ගන්නේ කොහොමද, මනස හසුරුවා ගන්නේ කොහොමද කියලා, ඊට අදාළ තාක්‍ෂණික කරුණු පැහැදිලි කරලා දුන්නා. අවශ්‍ය සියල්ලම පැහැදිලි කරලා ශිෂ්‍යයන්ගෙන් අහනවා දැන් ඒක කරන හැටි තේරුනාද, මොකක් ගැටළුවක් නැතිද කියලා. ශිෂ්‍යයන්ට මොකක් ගැටළුවක් නැහැ, හැම දෙයක්ම හොඳින් වටහාගෙන. ඊට පස්සෙ ගුරුවරයා කියනවා එහෙනම් දැන් සියලු දෙනාම මේ තාප්පට ඉහළින් එහා පැත්තට පනින්න කියලා. දැන් මෙතෙක් කියාදුන් කාරණා හරියට වැටහුණා නම්, කිසි ගැටළුවක් නැති නම්, මේ අයට පුළුවන් වෙන්න ඕනනෙ තාප්පෙන් එහාට පනින්න. එතකොට අර ශිෂ්‍යයෝ මුණෙන් මුණ බලනවා, කොහොමද එහෙම කරන්නෙ කියලා.

එහිදී ගුරුවරයා පැහැදිලි කරලා දෙනවා, යම් කිසිවක සිද්ධාන්තය ඉගෙනගත් පමණින් ප්‍රායෝගිකව ක්‍රියාත්මක කළ නොහැකි බව. ඒ සිද්ධාන්ත සහ තාක්‍ෂණික ක්‍රම අනුගමනය කරමින් ගත සිත පුහුණු කළයුතු බව. ඒ වගේ තමයි නුහුරු නුපුරුදු ඉලක්කයක් වෙත මනස මෙහෙයවීම. පළමුව ඒ පිළිබඳව ඉගෙන ගන්න ඕන. දෙවනුව ටිකෙන් ටික එය පුහුණු කරන්න ඕන. මුලදි මනස විකෂිප්ත වෙනවා, උදාසීන වෙනවා, තමන්ගේ හැකියාව අවතක්සේරු කරනවා. මොකද? තමන්ට ඒ සඳහා ඇති ශක්තිය හඳුනාගෙන නැති නිසා. මට මේ මේ හැකියාවන් තියෙනවා, මට මෙය කරන්න පුළුවන් කියලා යම්කිසි කෙනෙකුට පැහැදිලි විශ්වාසයක් ඇති වෙන්නට ඕන. ඒ විශ්වාසය තහවුරු වෙන්නෙ අත්දැකීම් තුළින්.

ඒ වගේ කිසිදාක සත්‍යක්‍රියාවක් කරලා නැති කෙනෙකුට ලෝකෙටම පොදු ව්‍යාසනයක් දුරු වෙන්න කියලා තනිවම සත්‍යක්‍රියාවක් කරන්න පුළුවන් කමක් නැහැ. ඒ නිසයි සත්පත සමාජ සංවර්ධන පදනම විසින් වසර ගණනාවක් මුළුල්ලේ මහජනතාව දැනුවත් කරමින් සත්‍යක්‍රියාවන්

කරන්න මගපෙන්වීම් කරන්නේ. රට වෙනුවෙන්, ලෝකය වෙනුවෙන් හෝ සාසනය වෙනුවෙන් කරන පොදු සත්‍යක්‍රියාවකදී, නිවැරදිව මනස පුහුණු කරලා තියෙන, සාංසාරික වශයෙන් හොඳ පළපුරුද්දක් ඇති පිරිසකගේ සහයෝගය අවශ්‍යයි. එවැනි අය සත්‍යක්‍රියාවක් කරන වෙලාවට තමනුත් නිවසේ ඉඳලා හෝ තමන්ගේ මානසික ශක්තිය යොමු කිරීම සුදුසුයි. එහෙම කරන කොට ඒ පොදු සත්‍යක්‍රියාවට තමන්ගේ ශක්තියත් මුසු වෙනවා. තමන් ආධුනික වුණත්, තමන්ගේ ශක්තිය දුර්වල වුණත්, අර ප්‍රබලයන් කරන සත්‍යක්‍රියාවට සුළු හෝ දායකත්වයක් ලබා දෙන්න පුළුවන්. එයින් තමන්ට ලොකු සතුටක් ඇති වෙනවා. ඒ වගේම යම්කිසි හුරුවක් ඇති වෙනවා. ඒ වගේම දෛනික ජීවිතයේ යහපත් අරමුණු වෙනුවෙන්, අපි හිතමු දරුවෙකුගේ යහපත වෙනුවෙන් එහෙම නැතිනම් වෙනත් කෙනෙකුගේ යහපත වෙනුවෙන්, තමන්ගේ ජීවිතයේ තියෙන යහපත් ගුණයක් සිහි කරලා එබඳු සත්‍යක්‍රියා කරන්න විටින් විට උත්සාහ කරන්න ඕන. එහෙම තමයි, ඒ පිළිබඳ මානසික විශ්වාසය ටිකෙන් ටික ගොඩ නැගෙන්නේ.

**මානුෂීය ආකල්පය අවශ්‍යයි**

සත්‍යක්‍රියාවක් ප්‍රතිඵලදායක විදිහට කරන්න නම් මානුෂීය ආකල්පය විශේෂයෙන් අවශ්‍ය වෙනවා. ඒ කියන්නේ “මම විතරක් නෙවෙයි අනෙක් අයත් හොඳින් ඉන්න ඕන, අන් අයගේ යහපත වෙනුවෙන් මගේ ශක්ති ප්‍රමාණයෙන් මා කැප වෙන්න ඕන” කියන මේ මානුෂීය ආකල්පය අප තුළ අවදිවෙන ප්‍රමාණයටයි අපට සත්‍යක්‍රියාවක් සාර්ථකව සිද්ධ කරන්න පුළුවන් වෙන්නේ. සත්‍යක්‍රියාවෙදී අපි කරන්නෙම අනුන්ට පැමිණෙන විපත් වැළැක්වීම හෝ යහපත සිදු කිරීමයි. ඒක හරියට කරන්න නම් අවංකව අනුන් සුවපත් කිරීමේ ආකල්පය තමන් තුළ අවදි වෙන්න ඕන. අද බොහෝ දෙනා “සියලු සත්ත්වයෝ සුවපත් වෙත්වා, නිදුක් වෙත්වා” කියලා හිතුවාට ඒ සියලු දෙනා සුවපත් කිරීමේ සැබෑ ආකල්පයක් වැඩි දෙනෙකුගේ සිත් සතන් තුළ අවංකව මතු වෙන්නේ නැහැ.

අද බොහෝ දෙනා මෙන් වැඩිම සිද්ධි කරන්නෙත් තමන්ගේ ප්‍රතිලාභය සඳහා, වංචනිකව. ඒ කියන්නේ මට කාගෙන් හරි කරදරයක් සිදු වෙනවා නම්, ඒ මට සිද්ධි වෙන කරදරය වළක්වා ගන්න කළයුතු හොඳම දේ තමයි මෙන්වැඩිම කියලා හිතනවා. එතකොට “ඔහු සුවපත් වේවා, නිදුක් වේවා” කියලා හිතන්නේ, මට වෙන ප්‍රශ්නය වළක්වා



ගන්න. අන්න ඒ විදිහට වංචනික මනෝභාවයන් තමයි, අද බොහෝ දෙනා පුරුදු පුහුණු කරන්නේ. යම්කිසි කෙනෙක් අවංක උත්සාහයක යෙදුණා චුණත් එහිදී නිවැරදිව මෙහි මනෝභාවය මතුකර ගන්නවා වෙනුවට වචනවල හෝ වාක්‍යවල එල්ලගෙන එය මෙනෙහි කිරීමයි සිදුවෙන්නේ. ඒ වචන නැවත නැවත සිහි කරනකොට යම් විත්ත ඒකාග්‍රතාවයක් ගොඩ නැගෙනවා විනා සැබැවින්ම අනිත් අය සුවපත් කිරීමේ මානසිකත්වය තමන් තුළ අවංකවම තියෙනවද කියලා විමසා බැලිය යුතුයි.

මේක අපට තේරුම් ගන්න බුදුරජාණන් වහන්සේ උපමාවක් දේශනා කරනවා.

“මාතා යථා නියං පුත්තං - ආයුසා ඒකපුත්තමනුරක්ඛෙ  
ඒවම්පි සබ්බ භුතේසු - මානසං භාවයෙ අපරිමාණං”

අම්මා කෙනෙකු තම එකම දරුවාගේ යහපත අභිවෘද්ධිය සහ ආරක්‍ෂාව වෙනුවෙන් කැප වෙන්නේ යම් සේ ද? සියලු සත්වයන් කෙරෙහි එබඳු ආකල්පයකින් සිතන්න පුළුවන් නම් තමයි අපට සැබෑවටම මෙන් වඩන්න පුළුවන් වෙන්නේ. ඒ වගේම අනුන්ගේ යහපත සඳහා නිවැරදිව සත්‍යක්‍රියාවක් කරන්න පුළුවන් වෙන්නේ.

ඒ කියන්නේ දරුවෙකුට සෙත් ප්‍රාර්ථනා කරන්න, ආශීර්වාද කරන්න හෝ ඔහු වෙනුවෙන් යහපත් අධිෂ්ඨානයක් කරන්න, සත්‍යක්‍රියාවක් කරන්න පුළුවන් වෙන්නේ, ඒ දරුවගේ යහපත ප්‍රාර්ථනා කරන කෙනෙකුට පමණයි. දරුවන් කිහිප දෙනෙකුගේ යහපත වෙනුවෙන් එබඳු සත්‍යක්‍රියාවක් කරන්න හැකි වෙන්නේ, ඒ දරුවන් හැම දෙනාගෙම අභිවෘද්ධිය යහපත අපේක්‍ෂා කරන කෙනෙකුට පමණයි. එහෙම නැති කෙනෙකුට ඒක කරන්න බැහැ. ඒ මානුෂීය ආකල්පයෙන් තොරව සත්‍යක්‍රියාවක් කරනවා නම් ඒක සිතුවිල්ලක් විතරයි. මානසික හෝ ආධ්‍යාත්මික ශක්තිය විහිදෙන්නේ නෑ.

එනිසා සත්‍යක්‍රියාවක් සාර්ථකව සිදු කිරීමට අවශ්‍ය මූලිකම සුදුසුකම මානුෂීය ආකල්පයයි. ඒ කියන්නේ, “මා පමණක් නෙවෙයි, අනිත් අයත් හොඳින් ඉන්න ඕන, ඒ සියලු දෙනාගේම යහපත වෙනුවෙන් මම කැප වෙන්න ඕන” කියන මේ ආකල්පය වර්ධනය කර ගැනීමයි. ඉතින් ඒක දවසකින් දෙකකින් මාසෙකින් හමාරකින් කරන්න පුළුවන් වැඩක්

නෙවෙයි. දිගු කලක් පුහුණු වෙන්න ඕන. ඉතින් මේ ලැබිල තියෙන ජීවිතයේ ටිකෙන් ටික ඒ මනෝභාවය පුරුදු කර ගත්තොත් තමයි, අපට සාර්ථකව ලෝකයේ යහපත වෙනුවෙන් අපේ මානසික ශක්තිය සහ ආධ්‍යාත්මික ශක්තිය මෙහෙයවන්න පුළුවන් වෙන්නේ.

ලෝකය වෙනුවෙන්, සාසනය වෙනුවෙන් කරන පොදු සත්‍යක්‍රියාවකදී පවා බොහෝ දෙනා විමසනවා “හාමුදුරුවනේ, මේ සත්‍යක්‍රියාව කරන වෙලාවේ අපේ ළමයා ගැනත් හිතලා සත්‍යක්‍රියාව කළාට කමක් නැද්ද? මගේ මේ අසනීප සුව වෙන්න කියලා ඒත් එක්කම ප්‍රාර්ථනා කළාට කමක් නැද්ද?” කියලා. දැන් අපි හැමෝම මේ ලෝකෙට පැමිණෙන විපත් වැළැක්වීම සඳහා සත්‍යක්‍රියාවක් කරන්න සියලු දෙනා දැනුවත් කරලා එකම වෙලාවක ක්‍රියාත්මක වෙන්න උත්සාහ කරන අතරේ ඒ අය කල්පනා කරන්නේ, “මේ හැමෝම එකතු වෙලා සත්‍යක්‍රියා කරන වෙලාවේ, ඒ සියලුදෙනාගේ ශක්තිය මුසුවෙන වෙලාවේ මගේ වැඩෙත් කරගන්න පුළුවන් වේවි” කියලා. දැන් එතකොට මොකක්ද එතන මතු වෙන්නේ? අනුන් සුවපත් කිරීම වෙනුවට මේකෙන් මගේ වැඩේ කර ගන්න පුළුවන්ද කියන ආත්ම තෘෂ්ණාව. ආත්ම තෘෂ්ණාවෙන් අපට ලෝකෙට යහපත කරන්න බැහැ. අද අපි මේ සත්‍යක්‍රියාවත් කරන්න කියලා කොපමණ සමාජය දැනුවත් කළත්, හුගක් දෙනෙකු ඒවා කරන්න පෙළඹෙන්නේ නැත්තේ ඇයි? එහෙම ලෝකය සුවපත් කිරීමේ හෝ අනුන්ට පිහිටවීමේ අවංක අදහස් මිනිසුන් තුළ අවදි කරගෙන නැහැ.

**අනුකම්පාව සහ කරුණාව**

අපි දකිනවා තව කෙනෙකුට කරදරයක් වුණාම තමන්ට හැකි පමණින් උදව් කරන්න මිනිස්සු ඉදිරිපත් වෙනවා. ඒ අතින් ලංකාවේ ඉන්න මිනිස්සු අන් අයට වඩා ඉදිරියෙන් ඉන්නවා. නමුත් එහිදී අනුන්ගේ දුක පිළිබඳව තමන් කම්පාවට පත්වන ගතිය හෙවත් අනුකම්පාවයි බොහෝ දෙනෙකු තුළ මතුවෙන්නේ. ඒක පොදු මිනිස් ගතියක්. අනුකම්පාව නිසා බාහිර උදව් උපකාර කරන්න යම් පෙළඹීමක් ඇති වුණාට එයින් සිත දුබල කරනවා. සත්‍යක්‍රියාවකදී මානසික ශක්තිය සහ ආධ්‍යාත්මික ශක්තිය අවදි කරගතයුතු වෙනවා. එහිදී අනුකම්පාව බාධාවක් පමණයි. සත්‍යක්‍රියාවකදී ප්‍රයෝජනවත් වෙන්නේ, කරුණාව සහ මෛත්‍රිය අවදි කර ගැනීමයි. කරුණාව කියන්නේ, අනුන්ගේ දුක් දුරු කිරීමට උනන්දු වන ගතිය. නමුත් එහිදී තමන්ගේ මනස කම්පාවට

පත්කරගන්නේ නැහැ. මෙම ක්‍රියා කියන්නේ අනුන්ගේ යහපත, සුවය වෙනුවෙන් උනන්දු වෙන ගතිය.

අනුන්ට පැමිණෙන දුකෙහිදී තමන් කම්පනයට පත් වුණොත් තමනුත් මානසිකව දුර්වල වෙනවා. එසේ නොවී තමන් හොඳ මානසික ස්ථාවරයක හිඳිමින් අනෙක් කෙනා දුකින් මුදවා ගන්නේ කොහොමද කියලා උපායශීලී වීමයි අවශ්‍ය. ඒ සඳහා තමන් තුළ හොඳ ආත්ම විශ්වාසයක් තියෙන්න ඕන. ඒ වගේම මානසික ශක්තිය සහ ආධ්‍යාත්මික ශක්තියත්, අවදි කරගත් කරුණා මෙම ක්‍රියාවේ අවශ්‍යයි. එහෙම වුණොත් තමයි සැබැවින්ම අනෙත් අයට පිහිටවෙන්න පුළුවන් වෙන්නේ.

අනුකම්පාවෙනුත් අනුන්ට යම් උපකාරයක් කළ හැකියි. නමුත් ඒ මනෝභාවය බොහෝම තාවකාලිකයි. 2004 වසරේ සුනාමි විපතීන් විශාල පිරිසක් එකවර ජීවිතක්‍ෂයට පත් වුණා. එතකොට සියලු දෙනාම කම්පනයට පත්වෙලා ඉදිරිපත් වෙනවා සහන සලස්වන්න, උපකාර කරන්න. නමුත් “උදේ හවස දකින කුකුළගෙ කරමලේ සුදුපාටට පේනවා” කියන්න වගේ, ටික දවසක් යනකොට මේක සාමාන්‍යකරණය වෙනවා. එතකොට මැරෙන එක, මළමිනී, මිනිසුන්ගෙ දුක් පීඩා ආදිය නිතරම දැකලා ඒවා සාමාන්‍යකරණය වෙනවා. ඊට පස්සෙ මිනිස්සු අනුන්ට උදව් කරන්න දැනෙන ගතිය ගොඩක් අඩු වෙනවා. ඊට පස්සෙ ටිකෙන් ටික තම තමන්ගේ ලාභ ප්‍රයෝජන සඳහා ඒ උවදුර පාවිච්චි කරන්නේ කොහොමද කියලා තමයි, බොහෝ දෙනා කල්පනා කරන්නේ. මේ විදිහට අනුකම්පාව වැඩි කලක් පවතින දෙයක් නෙවෙයි. ක්‍ෂණිකව ඇතිවෙන කම්පනයත් එක්ක මිනිස්සු වහා ක්‍රියාත්මක වෙනවා. නමුත් දීර්ඝකාලීනව අන් අයගේ යහපත වෙනුවෙන් ක්‍රියාත්මක වෙන්න නම්, කරුණාව මෙම ක්‍රියා වැනි උසස් මනෝභාවයන් දියුණු කර ගන්න ඕන.

**තමන් වෙනුවෙන් බැහැ**

ඒ වගේම ලෝකෙට යහපත කිරීම සඳහා කරන පොදු සත්‍යක්‍රියාවකදී තමන්ගෙ පුද්ගලික අරමුණු ඒකට සම්බන්ධ කරගැනීම සුදුසු නැහැ. පොදුවේ සියලු දෙනාගේ යහපත වෙනුවෙන් කරන සත්‍යක්‍රියාවකදී අවංකවම අනුන්ගේ යහපත වෙනුවෙන් ඒක හරියට කරන්න. පසුව තමන්ට අවශ්‍යනම්, ඒ සත්‍යක්‍රියාව සිහි කරලා තමන්ගේ ප්‍රාර්ථනා සඵලවීමට වෙනම අධීෂ්ඨානයක් කළ හැකියි. “මම ලෝකයේ

යහපත වෙනුවෙන් අවංකව සත්‍යක්‍රියාවක් කළා, ඒ කුසල බලයෙන් මේ යහපත සිද්ධ වෙන්න” කියලා තමන්ගේ ප්‍රාර්ථනාව සිහි කරලා යම් අධිෂ්ඨානයක් කරන්න පුළුවන්.

තමන් වෙනුවෙන් සත්‍යක්‍රියාවක් කිරීම පහසු නෑ. ඒ මොකද, තමන් ගැන හිතනකොට, අපට නොදැනුවත්වම තෘෂ්ණාවක් මතු වෙනවා. තමන් වෙනුවෙන් යම් ප්‍රාර්ථනාවක් හෝ අධිෂ්ඨානයක් කරන්න පුළුවන්. මම මෙබඳු කුසලයක් කරලා තියෙනවා, ඒ කුසල බලයෙන් මේ රෝගය සුවපත් වෙලා මට සහනය සැලසෙන්න කියලා ප්‍රාර්ථනාවක් කරන්න පුළුවන්. ඒ වගේම ආශීර්වාදයත් තමන් වෙනුවෙන් තමන්ම සිදු කිරීම එතරම් ඵලදායක නැහැ. අත් අයගෙන් ආශීර්වාදයක් ලැබීමයි සුදුසු.

ලෝකයේ පොදු යහපත වෙනුවෙන් සත්‍යක්‍රියාවක් කරනකොට වෙනම තමන් ගැන හිතන්න අවශ්‍ය නැහැ, මොකද තමනුත් ලෝකයට ඇතුළත් නිසා. වෙනම තමන් ගැන හිතන්න ගිහින් තෘෂ්ණාවෙන් මනස දුබල වුණාම සත්‍යක්‍රියාවේ ඵලය තමන්ටත් නැහැ, අනුන්ටත් නැහැ. අවංකව ලෝකය සුවපත් කරන්න හිතනකොට ඒ සිතුවිල්ලෙන් තමනුත් සුවපත් වෙනවා. ඒක ධර්මතාවක්. එනිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා;

“අත්තානං රක්ඛන්තො පරං රක්ඛති - පරං රක්ඛන්තො අත්තානං රක්ඛති.” යනුවෙන්.

යම්කිසි කෙනෙක් තමන් රැක ගන්නවා නම්, ඒ තැනැත්තා අනුන් රැක්කා වෙනවා. යම්කිසි කෙනෙක් අනුන් රකිනවා නම්, ඒ තැනැත්තා තමන් රැක ගන්නා වෙනවා. කොහොමද අනුන් රකිනවා නම් තමන් රැක්කා වෙන්නේ? කොහොමද තමන් රකිනවා නම් අනුන් රැක්කා වෙන්නේ?

**අනුන් රැකීම සහ තමන් රැකගැනීම**

අනුන් රකින්නට ඕන කියන අවංක මනෝභාවය තුළ තියෙන්නෙ කරුණාව සහ මෛත්‍රියයි. ඒ මානුෂීය හැඟීම තමන් තුළ ඇති වෙනකොට ඒ මානසික සහ ආධ්‍යාත්මික ශක්තියම තමන්ගේ ජීවිතය සුරක්ෂිත කරන මහා පවුරක් වෙනවා. අපි කුසල් අකුසල් පිළිබඳව ඕන තරම් අහලා තියනවානෙ. අනුන් නසන්නට සිතන සිතුවිල්ලම තමයි, උපනුපත් භවයන්හි තමන්ගේ අකල් මරණයට හේතු වෙන්නේ. ඒ

තමයි වැපුරු දෙයෙහි අස්වැන්න. ඒ වගේම අනුන් රකින්නට ඕන කියලා අවංකව සිතනවා නම්, ඒ අනුන් රකින්න හිතන සිතුවිල්ලම තමයි මෙලොවත් පරලොවත් තමන්ට ආරක්‍ෂාව සලසන්නේ. ඒ නිසා අනුන් වෙනුවෙන් සත්‍යක්‍රියා කරන අවස්ථාවේ මගෙ වැඩෙත් කර ගන්න ඕන කියන පටු අදහසේ පැටලෙන්න එපා. එයින් ආත්මාර්ථය පරාර්ථය දෙකම අහුරනවා.

ඒ වගේම බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා, “අත්තානං රක්ඛන්තො පරං රක්ඛති” තමන් රැකගන්නා තැනැත්තා අනුන් රකිනවා කියලා. දැන් අනුන් රකින කොට තමන් රැකෙනවා කියන එක පැහැදිලියි. තමන් රැකගන්නා තැනැත්තා කොහොමද අනුන් රකින්නේ? මේක හුඟාක් දෙනෙක් වරදවා තේරුම් ගන්නේ. “ඉස්සෙල්ලා මට දේවල් හදාගෙන ඉන්න ඕන. මට කරගෙන ඉන්න ඕන. ඊට පස්සෙ තමයි අනුන්ට කරන්න ඕන.” එහෙම හිතනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරන්නේ ඒක නෙවෙයි. තමන් වරදින් වළක්වා ගන්නකොට තමන් පාපයෙන්, අකුසලයෙන්, දුර්ගුණයෙන් වළක්වා ගන්නකොට තමාව රැකගන්නා වෙනවා, ඒ ප්‍රතිපත්තිමය ගුණය නිසාම, ඒ ශීලය නිසාම තමන්ගෙන් ලෝකෙට වෙන්න තියන හානි වළකිනවා. එතකොට ලෝකය රැකෙනවා.

කොරෝනා වසංගතය පැතිරෙනකොට ප්‍රධානම සෞඛ්‍ය උපදේශය වුණේ, සමාජ දුරස්ථ භාවය තියාගන්න කියන එක. ඒ කියන්නේ තමන් පුළුවන් තරම් අනිත් අයගෙන් ඇත් වෙලා ඉන්න එක. ඊළඟට රෝගය වැළඳී ඇති කියලා සැක හිතෙන සියලු දෙනා නිරෝධායනයට ලක් කලා. ඒ කියන්නේ සමාජයෙන් ඇත් කරලා හුදකලා කලා. ලංකාවේ අපට මේක අරුම පුදුම දෙයක් නෙවෙයි. නිරෝධායනය කියන වචනය අපට අලුත් වුණාට අතීතයේ ඉඳලා සිංහලයින් යම්කිසි වසංගතයක් හෝ වසංගතයක් නොවුණත් ඕනෑම බෝවෙන රෝගයක් හැදූණම, ඒ ගෙදර වෙන් කරලා ගොක් රැනක් ඇඳලා, කොහොඹ අතු ටිකක් එල්ලලා ඒ නිවැසියන් අනිත් අයත් එක්ක මුහු වෙන්තේ නැතිව වෙන් කරලා තියෙනවා. ඊට පස්සේ ඒ රෝගී වුණ තැනැත්තා සුවපත් කරන්න කටයුතු කරනවා. නිවසේ අය ඔහුට උපස්ථාන කරන අතරේ, මේ රෝගය බෝ නොවෙන්න හැකිතාක් පරිස්සමින් කටයුතු කරනවා. මේක තමයි, නිරෝධායන ක්‍රියාවලිය කියලා වර්තමානයේ අළුත් වචනයකින් හඳුන්වන්නේ.

නමුත් වර්තමානයේ බොහෝ දෙනා මේ ගැන එතරම් සැලකිලිමත් වන බවක් පෙනෙන්නේ නැහැ. කුමක් නිසාද? රැකෙන ඕන තැන තමන්ව රැක ගන්න තරම් හැඟීමක් වෙන නැහැ. තමන් රැක ගන්න ප්‍රවේශම් වෙන්නේ නැති කෙනා රට පුරාම රෝගය වසුරනවා. විදේශ රටවලටත් ගිහිත් ලෝකෙටම වසුරනවා. එතකොට තමන් රැකගන්නවා නම්, තමන් ප්‍රවේශම් වෙන්න ඕන තැන ප්‍රවේශම් වෙනවා නම්, නොකළ යුතු දේ නොකරනවා නම්, කළයුතු දේ කරනවා නම් ඒක තමයි සිලය. ඒක තමයි සංවරය. ඒ හැඟීම ඇතිබව තමයි ගුණය. එතකොට ඒ සිලය, සංවරය, ගුණය තමන් තුළ ගොඩ නගා ගත්තොත්, තමන්ගෙන් ලෝකෙට සිද්ධ වෙන්න තියෙන විපත් වළකිනවා. ලෝකයම ආරක්‍ෂා වෙනවා. ඒ නිසයි සිල් රකින තැනැත්තාගෙන් ලොවට යහපතක් වෙන බව, තමන් රැකගන්නා තැනැත්තා ලෝකයම ආරක්‍ෂා කරන බව බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළේ.

බාහිර කරුණු පිළිබඳව පමණක් නෙවෙයි මානසික සහ ආධ්‍යාත්මික කරුණු පිළිබඳවත් මේ ධර්ම න්‍යාය එලෙසමයි. නොකළ යුතුවද නොකර සිටින්නට පුළුවන් නම්, කළයුතු දේ කරන්නට පුළුවන්නම්, තැන නොතැන හඳුනාගෙන කායිකවත් වාචසිකවත් මානසිකවත් සංවරව හැසිරෙන්න පුළුවන්නම්, ඒ තමන් සුරක්‍ෂිත කරගන්නා තැනැත්තා ලෝකයට හානි නොකොට ලෝකය සුරකින කෙනෙක් වෙනවා. අනුන් රකින්න ඕන කියන යහපත් මනෝභාවය අවදි කරගන්න කොට අනුනුන් රැකෙනවා, තමනුත් රැකෙනවා. සත්‍යක්‍රියාවක් කිරීමේදී විශේෂයෙන් මේ කාරණය වැදගත් වෙනවා. තමන්ගේ ජීවිතයේ එවැනි ගුණාංග ඇති කෙනෙකුට තමයි, සත්‍යක්‍රියාවක් නිවැරදිව සිදු කරන්න පුළුවන් වෙන්නේ.

**කරුණාව සහ ප්‍රඥාව**

ඊළගට මෙහිදී විශේෂයෙන් කිවයුතු කරුණක් තියෙනවා. ඒ මොකක්ද? සත්‍යක්‍රියාවකින් විපත් වළක්වනවාය, යහපත සිදු කරනවාය කිව්වහම ලෝකෙ සිද්ධ වෙන හැම විපතක්ම සත්‍යක්‍රියාවකින් වළක්වනවා කියන එක නෙවෙයි. එහෙම වුණොත් ඉතින් ලෝක ධර්මතා සියල්ලක් සත්‍යක්‍රියාවෙන් වෙනස් කරන්න පුළුවන් වගේ අදහසක්නෙ කියවෙන්නේ. එහෙම එකක් නෙවෙයි. ලෝකයේ සියලු සංස්කාරයන් අනිත්‍ය දුක්ඛ අනාත්ම යන ධර්මතාවන්ට යටත්. අනිත්‍ය

නොවන කිසිවක් ලෝකෙ ඇත්තේ නැහැ. සියලු සංස්කාරයන් අනිත්‍ය වුණාට ලෝකය එකවරම අහෝසි නොවී පවතින්නේ ඒ අහෝසි වන සංස්කාර හේතුප්‍රත්‍යයන්ගෙන් නැවත නැවත හටගන්න නිසා. අපි සත්‍යක්‍රියාවෙන් කරන්නේ, පවත්වා ගතහැකි අර්ථසම්පන්න දේවල් පවත්වා ගැනීමටත්, වැළැක්විය හැකි අනර්ථකාරී දේවල් වැළැක්වීමටත් යම් මානසික බලපෑමක් කිරීමයි.

මේ කාරණය නිවැරදිව තේරුම් නොගෙන සමහරු සත්‍යක්‍රියාව ගැන පුහු තර්ක ඉදිරිපත් කරනවා. "සියල්ල අනිත්‍යයි, මෙහි බුදුහාමුදුරුවෝ බුදුවන්න නම් මේ සාසනයත් යම් දිනෙක අහෝසි වෙන්න ඕන, මනුෂ්‍ය වර්ගයා පිරිහිලා විනාශ වීම හා බුදුසසුන විනාශවීම ලෝක ධර්මතාවක්, අපි කොහොමද සත්‍යක්‍රියාවකින් ලෝක ධර්මතා වෙනස් කරන්නේ, බුදුහාමුදුරුවෝත් නොකළ දේවල් අපි කරන්න දඟලන්න මොකටද, සසරේ සෝර භයංකර බව අපි තේරුම් ගත යුතුයි, ලෝකෙ රකින්න දඟලන එක නෙවෙයි අපි කළයුත්තේ, ඉක්මනින් සසර දුකින් එතෙර වෙන්න ක්‍රියා කරන එකයි" ආදී වශයෙන් තර්ක විතර්ක කරමින් ධර්මය හිලව්වට තියාගෙන තමන්ගේ උදාසීන බව, තමන්ගේ පටු බව වගේම කරුණාව මෙහි අඩු බව ප්‍රදර්ශනය කරනවා.

සියල්ල රකින්න බැහැ කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ උකටලී වුණේ නැහැ. තථාගතයන් වහන්සේ සියල්ලෙහි අනිත්‍ය බව අවබෝධ කරගෙන ලොවට දේශනා කළා. නමුත් ශාක්‍ය වංශය විනාශ කරන්න විඩුඪිත කුමාරයා සේනාව අරගෙන යනකොට මහමග වැඩ ඉදිමින් පළමුවත්, දෙවනුවත් එය වැළැක්වුවා. තුන්වෙනි වතාවේ වළක්වන්න බැරි නිසා උන්වහන්සේ නිහඬ වුණා. එතකොට මේ විනාශය හැමදාම වළක්වන්න බැරි බව උන්වහන්සේ කලින් නොදැක්කා නොවෙයි, නමුත් ඒ අවසන් අවස්ථාව වනතෙක් උන්වහන්සේ එය වළක්වන්න ඉදිරිපත් වුණා. සාංසාරික අකුලල කර්මයක් හේතුවෙන් ශාක්‍යයන්ගේ විනාශය සිදුවෙන බව දැනගෙනත්, සියලු සංස්කාරයන්ගේ අනිත්‍ය බව අවබෝධ කරගෙනත්, බුදුරජාණන් වහන්සේ ඒ විනාශය වළක්වන්න ක්‍රියාත්මක වුණේ ඇයිද? මහා කරුණාව සහ මහා ප්‍රඥාව නිසයි.

අපට ධර්මාවබෝධය සඳහා ප්‍රඥව තියෙන්නත් ඕන. ලෝකය රකින්න කරුණාව මෙහි තියෙන්නත් ඕන. ඒ වගේම නොකළයුතු

දේ නොකර සිටීමට සහ කළයුතු දේ කිරීමට විරියය තියෙන්නන් ඕන. මේ සියලු ගුණ සමච්ච පවත්වා ගන්න ඕන. නිවැරදිව ප්‍රඥාව අවදි වෙනවා නම්, කරුණාව මෙමක්‍රිය සහ විරියය ගිලිහෙන්න විදිහක් නැහැ. කරුණාව මෙමක්‍රිය සහ විරියය නැති පුද්ගලයා තුළ ඒ උදාසීන බවම ප්‍රඥාව වගේ මතුවෙනවා. ජනවහරේ තියනවනේ කම්මැලියාට දිවැස් තියනවා කියලා. ඒ වගේ තමන්ගෙ උදාසීන බවම මහා ප්‍රඥාවක් වගේ හිතාගෙන ඉන්නවා. අන් අයටත් ඒ විදිහට උපදෙස් දෙනවා.

**අනිත්‍යය සහ විපරිණාමය**

ධර්මයේ කොටසක් පමණක් දැනගෙන ඒකෙන් දෘෂ්ටියක් හදාගන්නේ නැතිව ධර්ම කාරණා නිවැරදිව තේරුම් ගැනීමත් සත්‍යක්‍රියාවකදී ප්‍රයෝජනවත් වෙනවා. සියලු සංස්කාරයන් ඝෂණයක් පාසා බිඳී යනවා. එය අනිත්‍ය ධර්මය ලෙස හඳුන්වනවා. බිඳෙන බිඳෙන මොහොතක් පාසා යළි යළි හේතුප්‍රත්‍යයන්ගෙන් හටගන්නවා. එවිට අධිශ්ච්ච පරම්පරාවක් ලෙසයි, සංස්කාර ධර්ම ක්‍රියාත්මක වෙන්නේ. මිනිසෙක් සතෙක් ගසක් ආදී වශයෙන් අපට පෙනෙන්නේ එම සංස්කාර පරම්පරාවයි. මිනිසා වයසට යන බව, ගස දිරාපත් වෙන බව අපට පෙනෙනවා. ඒ අනිත්‍යය නොවෙයි, පරම්පරාවේ වෙනස්වීම නම් වූ විපරිණාමයයි. ඝෂණයක් පාසා සංස්කාර බිඳීයාම හෙවත් අනිත්‍යය කාටවත් වළක්වන්න බැහැ. නමුත් එහි පරම්පරාව වෙනස් වීම නිසා සිදුවන විපරිණාමය ඉක්මන් කිරීමට හෝ කලක් ප්‍රමාද කරගැනීමට හෝ හැකියාව තියනවා. එය තමයි පුද්ගලයෙකුගේ හෝ ද්‍රව්‍යයක ආයුකාලය ලෙස හැඳින්වෙන්නේ. සමහර පුද්ගලයන්ට සහ ද්‍රව්‍යයන්ට කලක් පැවතීමට හේතුසාධක තිබියදී වෙනත් හේතුවකින් විනාශ වෙන්න පුළුවන්. එවැනි අවස්ථා ධර්මයේ හඳුන්වන්නේ අකල් මරණ, අකල් විපත් වශයෙන්. අපට ඒ බාහිරින් එන බාධක වළක්වා ගතහැකි වුවහොත් එම පුද්ගලයන් සහ ද්‍රව්‍ය අකාලයේ විනාශ නොවී රැකගන්න පුළුවන්. සත්‍යක්‍රියාවෙන් අපි කරන්නේ, අන්න ඒ අකල් මරණ සහ අකල් විපත් වැළැක්වීම පමණයි. එහෙම නැතිව ලෝක ධර්මතා වෙනස් කිරීම නෙවෙයි. ලෝකයට යහපත පිණිස පවතින දේවල් අකාලයේ විනාශ නොවී නඩත්තු කරගතහැකි අවස්ථාවලදී, බෝසතාණන් වහන්සේලා ආතුළු සත්පුරුෂයෝ ඒ සඳහා උත්සාහ කලා. බුදුරජාණන් වහන්සේත් එබඳු අවස්ථාවලදී, ලෝකයේ යහපත වෙනුවෙන් ක්‍රියාත්මක වුණා.



බුදුරජාණන් වහන්සේ රෝගී වුණු අවස්ථාවක ජීවක වෛද්‍යවරයා දුන් ඖෂධ උන්වහන්සේ පාවිච්චි කලා. “සියල්ලක්ම අනිත්‍යයි, සියල්ලක්ම අසාරයි, මම ඒ හැම දෙයක්ම අවබෝධ කරගෙන ඉන්නේ, තවත් මට පවත්වන්න දෙයක් නැහැ” කියලා උන්වහන්සේ ඖෂධ ප්‍රතික්‍ෂේප කළේ නැහැ. බුදුරජාණන් වහන්සේ ලෝකයේ යථාර්ථය අවබෝධ කර ගත්තා. ඒ යථාර්ථය ලොවට කියා දෙන්නට නම් උන්වහන්සේ ජීවත් වෙන්න ඕන. මේ කාරණය විශේෂයෙන් මෙහිදී පැහැදිලි කළේ සමහර කෙනෙක් මහා ධර්මධරයින් වගේ පෙන්වමින් මෙබඳු යහපත් ක්‍රියා හෙළාදකින්නට උත්සාහ කරන නිසයි.

ලෝකයේ දේවල් අනිත්‍ය බව අපි තේරුම් ගන්න ඕන. නමුත් සියලු දෙනාගේ යහපත පිණිස අකල් විපත් වළක්වලා දේවල් රැකගන්න වැයම් කිරීම වරදක් නොවෙයි. උත්සාහ කරලත් රැකගත නොහැකිව විනාශ වෙනවා නම් කරන්න දෙයක් නෑ. අපි හිතමු අප උත්සාහ කළත් කිසිදු විපතක් වළක්වන්න නොහැකි වුණා කියලා. නමුත් අපේ මනසේ අත් අය ආරක්‍ෂා කරන්න, ජීවත් කරවන්න කරුණා මෙමක්‍රිය ඇති කරගැනීම වරදක්ද? ඒකෙන් තමන්ගෙ මනසෙ නිවන් දකින්න අවශ්‍ය ගුණ වැඩෙනවා. එය තමන්ටත් ලෝකයටත් යහපතක්. මෙමක්‍රිය නිවන් දැකීමට අවශ්‍ය පාරමිතාවක්. එය වැඩෙන්න “නිදුක්වෙත්වා, නිරෝගිවෙත්වා, සුවපත්වෙත්වා” කියලා සිතීමෙන් නෙවෙයි, අත් අයගේ නිදුක්බව නිරෝගිබව සුවපත්බව සඳහා අත්‍යවශ්‍ය මොහොතේ උනන්දු වීමෙන්.

**ප්‍රයෝග සම්පත්තිය**

අනුන් රැකීමට, ලෝකය රැකීමට අප දරන ප්‍රයත්නය කොපමණ ඵල දරනවද කියලා තීරණය වෙන්නේ විවිධ සාධක මත. ඒ මනුෂ්‍යයින්ට ජීවත්වීම සඳහා තියන කුසල බලය සහ ආයු කාලය එහිදී ප්‍රධාන වෙනවා. බුදුහාමුදුරුවෝ දේශනා කරනවා, “සත්වයින් කර්මය නිමවෙලා මරණයට පත් වෙනවා, ආයුෂ නිමවෙලා මරණයට පත් වෙනවා, දෙකම නිම වෙලත් මරණයට පත් වෙනවා, ආයුෂයි කර්මයයි තිබියදීත් අමතර අකුසල කර්ම මතුවෙලා හෝ හදිසි විපත්වලින් හෝ ජීවිතය විනාශ වෙන්න පුළුවන්” බව. අන්න ඒ හතරවෙනි අවස්ථාව අපට උපක්‍රමශීලීව වළක්වා ගන්න පුළුවන්.

බුදුරජාණන් වහන්සේ එය හඳුන්වනවා ප්‍රයෝග සම්පත්තිය කියලා. ප්‍රයෝග සම්පත්තියයි කියන්නේ සිතුවිලි, වචන, ක්‍රියා සහ පාරිසරික සාධක යහපත පිණිස හසුරුවා ගැනීම. එයින් කෙනෙකුට හැකියාව තියෙනවා, සිද්ධ වෙන්නට යන විනාශයක්, විපතක් වළක්වාගන්නට. සියල්ලෙහි අනිත්‍ය බව දේශනා කළ බුදුරජාණන් වහන්සේමයි දුක් විපත් වැළැක්වීමට ප්‍රයෝග සම්පත්තියෙහි ඇති වටිනාකම දේශනා කළේ. ඒ නිසා අපි තේරුම් ගන්නට ඕන, යමක් විනාශ වෙන්න පුළුවන්. නමුත් විනාශ වීමේ සාධක මොනවද, රකින්නට පුළුවන් අවස්ථාව කුමක්ද කියලා නිවැරදිව වටහාගෙන රැකිය හැකි තැන රැකගන්නට කරුණා මෙමනියෙන් උත්සාහවත් වීම උසස් සත්පුරුෂ ධර්මයක්, එය තමන්ටත් ලෝකයටත් යහපත පිණිස හේතුවන කාරණයක් බව.

ඊළඟට එක්තරා රහත් මෙහෙණින් වහන්සේ නමක් යයි කියා ගන්නා කෙනෙකු කරන ප්‍රකාශයක් අපට අහන්න ලැබුණා. “ලෝකය අනිත්‍යයි, නමුත් මේක නිත්‍යවේවා බොහෝ කල් පවතීවා කියන මිථ්‍යා දෘෂ්ටියෙ පිහිටලා ඇතැම් පිරිසක් ලෝකය පවත්වන්න කටයුතු කරනවා” කියලා එතුමිය කියනවා. ලෝකය නිත්‍යයි කියලා වැරදි දෘෂ්ටියක් ගෙන ක්‍රියා කිරීම වෙනම කාරණයක්. ලෝකයේ අනිත්‍යබව, නැසෙනසුළු බව වටහාගෙන පිරිනිවන්පාන තෙක් ලෝකය පැවැත්වීම වෙනම කාරණයක්. තමන්ගෙ දරුවට, බිරිදට, සැමියම හෝ මව්පියන්ට අසනීපයක් හැදුණම “සියල්ලම අනිත්‍යයි, කොහොමත් මැරෙන එකතෙ” කියලා මැරෙන්න ඉඩහරින්නෙ නැහැනෙ. එහෙම කරනවා නම් ඒක මනුෂ්‍යකම නෙවෙයි. ඒ වගේම ඒක ධර්මාවබෝධයවත් අර්භන්වයවත් නෙවෙයි. ගුණය සහ නුවණ නැති බව පමණයි.

**පඤ්ච නියාම ධර්ම**

ඒ නිසා මේ දහම් කරුණු පටලවා ගන්නේ නැතිව, ඒවා තමන්ට ඕන විදිහට විග්‍රහ කරන්න යන්නේ නැතිව, අපි මධ්‍යස්ථව නුවණින් තේරුම් ගන්න ඕන ලෝක ධර්මතාවන් ක්‍රියාත්මක වෙන ආකාරය සහ ඒවා වෙනස් කළහැකි ආකාරය. ලෝකය තුළ හේතුවල වශයෙන් ක්‍රියාත්මක වෙන නියාම ධර්ම පහක් තියෙනවා. ඒ නියාම ධර්ම පහ අතරින් ධර්ම නියාමය පමණයි අපට වෙනස් කළ නොහැක්කේ. අන්‍ය නියාම ධර්මවල අදාළ හේතු වෙනස් කිරීමෙන් එහි ඵලය

වෙනසකට භාජනය කරන්න පුළුවන්. ධම්ම නියාමය අන් අයට තබා බුදුහාමුදුරුවන්ටවත් වෙනස් කරන්න බැහැ.

එවැනි ධර්මතා බොහෝ තියනවා. උදාහරණයක් හැටියට; යම්කිසි කෙනෙක් ආනන්තර්‍ය පාප කර්මයක් කර ගත්තොත් ඒ තැනැත්තා නිරයේ උපදින එක ඔහුට නවත්වන්නත් බැහැ. බුදුහාමුදුරුවන්ට නවත්වන්නත් බැහැ. ඒ වගේම යම්කිසි කෙනෙකු සෝවාන් ඵලයට පත්වුණොත් ඔහු සුගතියේ උපදිනවා. ඔහු සතර අපායේ නූපදින බව ඔහුට වෙනස් කරන්නත් බැහැ. වෙන කෙනෙකුට වෙනස් කරන්නත් බැහැ. ඊළඟට බුදුකෙනෙක් පහළ වන විට ලෝකයේ ඇතිවන යම් යම් වෙනස්කම්, බුද්ධ චරිතය පිළිබඳව ඇතිවෙන වෙනස් කම්, මේවා අනිවාර්ය ධර්මතා. ඊට අදාළ හේතු සැකසෙනකොටම එහි ඵලය නිශ්චිතයි. එබඳු දේවල් අපට වෙනස් කරන්න බැහැ.

නමුත් චිත්ත නියාම, කම්ම නියාම, බීජ නියාම, සෘතු නියාම වශයෙන් දක්වන අවශේෂ නියාම ධර්ම. අපට ඒ ධර්මතා වෙනස් කරන්න බැරි වුණාට හේතුඵල ක්‍රියාකාරීත්වය උස් පහත් කරන්න පුළුවන්. උදාහරණයක් විදිහට ගත්තොත් සෘතු නියාමය කියන්නේ ශීතෝෂ්ණවල බලපෑමෙන් ඇතිවන වෙනස්කම්. ශීතෝෂ්ණවලින් ඇතිවෙන වෙනස්කම අපට අවශ්‍යනම් පවතින ශීතෝෂ්ණ තත්වය පාලනය කරලා යම් වෙනසක් ඇතිකරන්න පුළුවන්. දැන් උණුසුමට ඵල දරන ඒවා සීත කාලෙ ඵල දරන්නේ නැහැ. නමුත් එහි හේතුඵල ක්‍රියාකාරීත්වය වටහාගතහොත් සීත කාලෙන් ඇතැම් තැන්වල උණුසුම ජනිත කරලා ඵල දරන තත්වයට පත් කරන්න පුළුවන්. ඒ වගේම සීත කාලෙ ඵල දරන ඒවා උණුසුමේ ඵල දරන්නේ නැහැ. නමුත් සමහර තැන්වල සීතල ඇති කරලා ඒවා ඵල දරන තත්වයට පත් කරනවා. ඒ වගේම යම් යම් රෝගාබාධ තේජෝ ගුණය නිසාද මතුවෙන්නේ, සීත ගුණය නිසාද මතුවෙන්නේ කියලා හඳුනා ගත්තහම ප්‍රතිකාර කරලා ඒක වළක්වන්න පුළුවන්. මේ විදිහට සෘතු නියාමය කොයි විදිහටද ක්‍රියාත්මක වෙන්නේ කියලා හඳුනා ගත්තහම උපාය කොශල්‍යයෙන් ඒවා වෙනස් කරන්න පුළුවන්.

ඊළඟට කම්ම නියාමය. යම් කිසි අකුසල කර්මයක් තමන් අතින් සිද්ධ වෙනවා. දැන් සිදු වෙලා ඉවරයි. නොවුණා කරන්න බැහැ.

නමුත් බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා, ඊට ප්‍රති විරුද්ධ කුසල කර්ම බහුලව සිද්ධ කිරීමෙන් අර අකුසලයේ විපාකය මතුනොවී යට කරගන්න හෝ අඩු කරගන්න පුළුවන් බව. හරියට ලුණු කැටයක් දිය කළ භාජනයකට නැවත නැවත වතුර එකතු කරලා ලුණු රස අඩුකර ගන්නවා වගේ අපට උපක්‍රමශීලීව එහි විපාකය අඩු කරන්න පුළුවන්.

ඊළඟට බීජ නියාමය. ඒ කියන්නේ පොල් ගෙඩියෙන් පොල් පැලයක් හැදෙනවා, අඹ ඇටයෙන් අඹ පැලයක් හැදෙනවා කියන මේ ප්‍රවේණි ගුණ හෙවත් ජානමය සම්බන්ධය. මේක ලෝකෙ හරියටම ක්‍රියාත්මක වෙනවා. නමුත් එහි හේතුවල ක්‍රියාකාරීත්වය හරියට හඳුනා ගත්තහම ඒ අදාළ ජාන වෙනස් කරලා දෙමුහුං කිරීම, පලදාව වැඩිකිරීම වැනි යම් යම් වෙනස්කම් කරන්න පුළුවන්.

ඊළඟට චිත්ත නියාමය. යම්කිසි කෙනෙකුට අකුසල් සිතක් ඇති වුනහම දුක්ඛ විපාකයක් තමයි ඇති කරන්නේ. නමුත් චිත්ත නියාමයන් නිවැරදිව තේරුම් ගත්තොත් තමන් අතින් සිදුවුණු අකුසලයම පදනම් කොටගෙන දැඩි චිත්ත අධීෂ්ඨානයක් ඇති කරගෙන නිවන් දකින තෙක් අකුසලයෙන් වළකින්නට අපට ඒ අකුසලයම පාදක කර ගන්න පුළුවන්කම තියෙනවා. මෙන්න මේ විදිහට ධම්ම නියාමය හැරුණු කොට චිත්ත නියාම, කම්ම නියාම, බීජ නියාම, සෘතු නියාම, කියන නියාම ධර්ම හතරම ක්‍රියාත්මක වෙන හේතුවල රටාව හරියට හඳුනාගෙන යහපතක් වන අයුරින් සංශෝධනය කරගැනීම වරදක් නෙවෙයි. දැන් සෘතු නියාම, බීජ නියාම ආදිය අද ලෝකෙ බොහෝ දෙනා වෙනස් කරලා තියෙන්නේ, සොබා දහම විකෘති වෙන ආකාරයට. තමන්ටත් අනුන්ටත් හානි වෙන ආකාරයට. ආර්ථික ප්‍රතිලාභ අපේක්‍ෂාවෙන් හෝ තමන්ගේ සිතැඟි සම්පූර්ණ කරගැනීමේ අභිලාෂයෙන් හෝ ලෝකයට අනර්ථකාරී සංශෝධනයන් කිරීම සුදුසු නැහැ. නමුත් තමන්ටත් ලෝකයටත් යහපතක් වන විදිහේ සංශෝධනයන් සිදුකිරීම බුදුරජාණන් වහන්සේ ප්‍රතිකෂෙප කරලා නැහැ. ඒ සඳහා තමයි චීර්යය, ප්‍රයෝග සම්පත්තිය වැනි කරුණු දේශනා කළේ.

**කෙලෙස් නැසූ පසු සත්‍යක්‍රියා කරන්නේ නැහැ**

ඊළඟට තවත් සමහර කෙනෙකු මතු කරන ප්‍රශ්නයක් තමයි බුදුරජාණන් වහන්සේ කොතැනකදී හෝ සත්‍යක්‍රියා කරලා නැහැ නේද කියලා. ඒක ඇත්ත. බුදුරජාණන් වහන්සේට අමුතුවෙන්

සත්‍යක්‍රියා කරන්න අවශ්‍යතාවක් නැහැ. "මගෙ ළග මෙන්න මේ ගුණය තියෙනවා, මේ ප්‍රතිපත්තිය මම පුරලා තියෙනවා, ඒ සත්‍ය බලයෙන් මෙහෙම වෙන්න" කියලා බුදුවරු හෝ රහතන් වහන්සේලා අමුතුවෙන් සත්‍යක්‍රියා කරන්නෙ නැහැ. උන්වහන්සේලා කෙලෙස් නැසුවට පසුව ලෝකය පවත්වා ගැනීම සඳහා අමුතු උත්සාහයක් ගන්නෙ නැහැ. විපත හෝ සැපත එන හැටියට පිළිගන්නවා. නමුත් බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින්ම ආයු සංස්කාරය අත්හරින තෙක් උන්වහන්සේගේ ජීවිතයට විපතක් කරන්න බැහැ. විපතක් වෙන්නෙත් නැහැ. ඒක ධර්මතාවක්. අන් අයට පැමිණෙන විපත් වළක්වා ගැනීමටත් කරුණාවෙන් මගපෙන්වනවා. ආශීර්වාද කරනවා. නමුත් සත්‍යක්‍රියා කරන්නෙ නැහැ. දීඝායු කුමාරයාට පැමිණි අකල් විපත වළක්වලා දීර්ඝායුෂ ලබන්න මගපෙන්වුවා. ආශීර්වාද කළා. ඒ වගේම විශාලා මහනුවර තුන්බිය දුරු කරන්න ආශීර්වාද කළා. උන්වහන්සේගේ ආශීර්වාද මාත්‍රයෙන්ම ලෝකයට යහපත සිද්ධ වුණා. බුදුවුණාට පසුව ඇතිවෙන්නෙ සුවිශේෂ තත්වයක්. ඒ නිසා පෘථග්ජන පුද්ගලයන් සමග බුදුවරයෙකු සංසන්දනය කිරීම සුදුසු නැහැ.

බුදුරජාණන් වහන්සේ සත්‍යක්‍රියා නොකළත් අන් අයට සත්‍යක්‍රියා කරන්න මගපෙන්වූ අවස්ථා තියනවා. අංගුලිමාල හාමුදුරුවෝ පිඬුසිඟා වඩිද්දී, මවක් දරු ප්‍රසූතියට ආසන්නව වේදනාවෙන් කැගසන හඬ ඇහිලා ඒ මවගේ පීඩාව දුරුකළහැකි ක්‍රමයක් ගැන බුදුරජාණන් වහන්සේගෙන් විමසනවා. තමන් පැවිදි වූ තැන් පටන් සතුන් නොමැරූ බව සිහි කරලා සත්‍යක්‍රියාවක් කළහැකි බව උන්වහන්සේ සිහිපත් කරනවා. ඒ අනුව අංගුලිමාල හාමුදුරුවෝ කරනලද සත්‍යක්‍රියාව තමයි. අංගුලිමාල පිරිත හැටියට අදටත් භාවිත කරන්නෙ. නමුත් අංගුලිමාල හාමුදුරුවෝත් ඒ සත්‍යක්‍රියාව කරන්නෙ අර්භත්වයට පත්වීමට පෙරයි. කෙලෙස් නැසුවට පසුව රහතන් වහන්සේලාත් සත්‍යක්‍රියා කරන්නෙ නැහැ.

සම්මා සම්බුදුවරු බුද්ධත්වයට පත් වෙන තෙක් බෝසත් අවදියේදී තමන්ගෙන් අනුන්ගෙන් යහපත වෙනුවෙන් ක්‍රියා කළේ කොහොමද කියලා තේරුම් ගැනීම අපට ප්‍රයෝජනවත් වෙනවා. බෝසත් අවදියේදී උන්වහන්සේ විවිධ අවස්ථාවල සත්‍යක්‍රියා කරලා තියනවා. එවැනි අවස්ථා බොහොමයක් ජාතක කතාවල සඳහන් වෙනවා. ඉන් පසුකාලීනවත් එබඳු අවස්ථා හමුවෙනවා.

ගෞතම බුදුරජාණන් වහන්සේගෙන් පසු කාලීනව තමයි, අපට සිරිසඟබෝ රජු වැනි බෝසත්වරු හමුවෙන්නේ. එකුමා රාජ්‍යත්වයට පත්වෙනකොට වර්ෂාව නැතිව රටවැසියා පීඩා විඳිනවා. එකුමන් රුවන්වැලි සෑ මළුවෙ සැතපිලා තමන්ගේ සීලය, ප්‍රතිපදාව සහ පාරමිතා ගුණ සිහිපත් කරලා සත්‍යක්‍රියා කරනවා; “වර්ෂාව ඇතිවෙනතෙක් මම මේ මළුවෙන් නැගිටින්නේ නැහැ” කියලා. ඒ වෙලාවේ මුළු ලක්දෙරණම තෙක් කරමින් මහා වර්ෂාවක් ඇද හැලුණා. ඒ කුමක් නිසාද? තමන්ගේ ප්‍රතිපත්තිමය ගුණය සිහි කරලා කරන ලද සත්‍යක්‍රියාව නිසා.

ඊළඟට රත්තාක්‍ෂී උවදුරේදීත් සිරිසඟබෝ රජතුමා සත්‍යක්‍රියා කරනවා. රත්තාක්‍ෂී යක්‍ෂයා කියලා කිව්වට එය, වර්තමානයේ මේ කොරෝනා වසංගතය වගේ යම්කිසි බරපතල රෝගී තත්වයක්. දැන් ඩොංගු රෝගය නිසා ශරීරයේ අභ්‍යන්තරයෙන්, පිටතත් තැන් තැන්වල පුපුරලා ලේ ගැලීම් සිද්ධ වෙනවා. ඒ වගේ මේ රෝගය වැළඳුණු අයගේ ඇස් රතු වෙලා, ලේ ගලන්න පටන්ගෙන, උණ රෝගය උත්සන්න වෙලා මරණයට පත්වෙනවා. මිනිස්සු තැන තැන මැරීලා වැටෙනවා. මේ තත්වය පාලනය කරන්න තමයි, සිරිසඟබෝ රජතුමා රුවන්වැලි සෑ මළුවෙහිදී තමන්ගේ සීලය ගුණය සිහි කරලා දෙවැනිවර සත්‍යක්‍රියාව සිද්ධ කරන්නේ. මේ වගේ විවිධ බෝසත් චරිතවල අපට පෙනෙනවා, තමන්ගේ ප්‍රතිපත්තිය සිහිකරලා සත්‍යක්‍රියා කරලා ලෝකය සුවපත් කළ ආකාරය.

**සත්‍යක්‍රියා කළ යුත්තේ බෝසත්වරු පමණද?**

මෙහෙම කියනකොටත් තව සමහරු මෙහෙම හිතන්න පුළුවන්. “ඒ බෝසත්වරුනෙ එහෙම කළේ, අපි ඉතින් බෝසත්වරු නෙවෙයිනෙ. අපට එපමණ ශක්තියක් නැහැනෙ. අනිත් එක අපි බුදුවෙන්න යනව නෙවෙයිනෙ. බුදුවෙන අයනම් අනිත් අය රැකගෙන පිරිවර හදාගෙන ගියාට කමක් නැහැ. අපට එහෙම බුදු වෙන අදහසක් නැහැනෙ. අනුන් ගැන බල බලා ඉන්න එක නෙවෙයි මට ඉක්මනට නිවන් දැක ගන්නයි ඕන” කියලා සමහරු බොහොම පටු විඳිනට හිතනවා. බුදුවෙන්න යන කෙනෙක් පිරිවර හදන්න ඕන කියන කාරණය වෙනම දෙයක්. ඒ වගේම බුදුවෙන කෙනා මහා කරුණාව ප්‍රගුණ කරනවා කියන එක වෙනම කාරණයක්. සම්මා සම්බුදු වෙන්න උත්සාහයක් නැතත්, අප සියලු දෙනාමත් කෙලෙස් නසන්නයි උත්සාහ කරන්නෙ. එයත් බුද්ධත්වයක් තමයි.

බුද්ධත්වය හැටියට හඳුන්වන්නේ නිවන් අවබෝධ කිරීමයි. නිවන් අවබෝධ කරන ක්‍රම තුනක් තියනවා. සම්මා සම්බුද්ධත්වයෙන් හෝ පව්චේක බුද්ධත්වයෙන් හෝ ශ්‍රාවක බුද්ධත්වයෙන්. එතකොට ශ්‍රාවකයෙක් හැටියට ඒ අවබෝධය ලබන්න ප්‍රඥාව පමණක් දියුණු කරන්න බැහැ. ඒ සඳහා කරුණාව මෙමතිය වැනි මනුෂ්‍ය ධර්ම දියුණු කරගන්නත් ඕන. කරුණාව මෙමතිය දියුණු කරගන්න නම් ඒවා පුහුණු කරන්න ඕන. කරුණාව පුහුණු කරන්න පුළුවන් වෙන්නේ සුඛිත මුදිත අවස්ථාවක නෙවෙයි, අන් අය දුකට පත්වුණු අවස්ථාවක ඒ අය දුකින් මුදවා ගන්න තමන්ට කොපමණ කැප කිරීම් කරන්න පුළුවන්ද, ඒ කාරණය මතයි තමන්ගේ කරුණාව වැඩෙන්නේ. ඉතින් එබඳු අවස්ථාවක කරුණාව පුහුණු කරන්නේ නැතිනම්, ඒ තැනැත්තාට කරුණාව පුහුණු කරන්න වෙනත් අවස්ථාවක් ඇත්තේ නැහැ.

අන් අයගේ සුවය යහපත වෙනුවෙන් උනන්දුවීම මෙමතියයි. ඒක හැම විටම පුහුණු කරන්න පුළුවන්. අනෙක් අයට යහපතක් වෙනකොට අවංකව සතුටුවෙන බව මුදිතාවයි. මේ සියලු ගුණ අවදි වෙන්නේ අර මුලින්ම සඳහන් කළ මනුෂ්‍ය ධර්මය මතයි. "මා පමණක් නොවෙයි අන් අයත් හොඳින් ඉන්න ඕන, මගේ ශක්ති ප්‍රමාණයෙන් අන් අයගේ යහපත වෙනුවෙන් කැපවෙන්න ඕන" කියන මේ ආකල්පය යම් යම් පමණට වර්ධනය වෙතුවද ඒ ඒ ප්‍රමාණයට තමයි, අපේ මානසික ශක්තිය විහිදුවන්නට පුළුවන් වෙන්නේ. මහබෝසත්වරයෙකු කියන්නේ මේ ආකල්පය උපරිම තලයට දියුණු කළ කෙනෙක්. අනුන්ගේ යහපත වෙනුවෙන් තමන්ගේ ජීවිතය පමණක් නොවෙයි, සසර ගමනම කැප කළ කෙනෙක්. මහ බෝසත්වරු සත්‍යක්‍රියා කරන්නේ, ලෝකය වෙනුවෙන් කරන ඒ අසීමිත කැපකිරීම සාක්ෂි කරගෙන, අවසන් ප්‍රාර්ථනාව සිහි කරලයි. එනිසයි මහබෝසත්වරයෙකු කරන සත්‍යක්‍රියාව වඩා බලවත් වන්නේ. අපටත් ඒ අන් අය රැකීමේ, අන් අයට යහපත සිදුකිරීමේ ආකල්පය දියුණු කරගන්නා තරමට සහ අවසන් ප්‍රාර්ථනාව නිවැරදිව හඳුනාගෙන එය සිහි කරගන්නා තරමට, වඩා බලවත් සත්‍යක්‍රියාවක් කරන්න පුළුවන්. නමුත් බොහෝ දෙනෙකු නිවන් දකින ක්‍රමය ගැන හෝ අවසන් ප්‍රාර්ථනාවක් ගැන පැහැදිලිව හිතලා තියෙන බවක් පෙනෙන්නේ නැහැ. සමහරුන්ට එහෙම පැතුමක් තිබුණා වුණත්, මේ හවයේ ඒ පැතුම සිහි කර නොගැනීම නිසා පටු ආකල්පවල හිරවෙලා මානසිකව පිරිහෙනවා.

අප හැම කෙනෙක් ළඟම මමත්වය, සක්කාය දිට්ඨිය තියනවා. නමුත් සිහි නුවණ අවදි කරගත්තොත් ඒ දුබලකම්වලට වහල් නොවී ක්‍රියා කරන්න පුළුවන්. දියවැඩියාව තිබුණයි කියලා ඒකෙන්ම මැරෙන්නෙ නැතිව අවශ්‍ය නම් පාලනය කර ගන්න පුළුවන්. ඒ වගේ තමන් ළඟ තියෙන දුර්වලකමට වහල්වෙලා ඒකෙන්ම වැනසෙනවා වෙනුවට උත්සාහ කළොත් නැගී සිටින්න පුළුවන්. සෝවාන් ආදි මාර්ගඵලවලට පැමිණෙන්නට නම් සක්කාය දිට්ඨිය, මමත්වය, ආත්ම තෘෂ්ණාව දුරුකරන්න ඕන. ඒ සඳහා 'මා පමණක් නෙවෙයි අන් අයත් හොඳින් ඉන්න ඕන' කියන මේ මානුෂීය ආකල්පය වැදගත් වෙනවා.

**සත්‍යක්‍රියාව සඳහා පියවර සතරක්**

නිවන් අවබෝධය සඳහා විදර්ශනා නුවණ ප්‍රධාන වෙනවා. නමුත් ලොකයේ යහපැවැත්මට ගුණය අවශ්‍යයි. නුවණ අවදිවෙන තරමට ලෝකය අවබෝධ කරගන්න පුළුවන්. ගුණය අවදිවෙන තරමට තමන්ටත් ලෝකයටත් යහපතක් සිද්ධ කරන්න පුළුවන්. සත්‍යක්‍රියාවක් කරන්න මේ දෙකම අවශ්‍යයි. තාප්පෙන් පනින විදිහ කියාදන්නහම වැටහෙනවා වගේ සත්‍යක්‍රියාව ගැන කියන ධර්ම කාරණා වැටහෙන්න පුළුවන්. නමුත් සාර්ථකව සත්‍යක්‍රියාවක් සිදුකරන්න නම්, මානසික හා ආධ්‍යාත්මික පුහුණුව අවශ්‍යයි. සත්‍යක්‍රියාවක් නිවැරදිව සිද්ධ කරන්න අවම වශයෙන් පියවර හතරක් හරියට වටහා ගන්න ඕන.

පළවෙනි පියවර - සත්‍යක්‍රියාවෙ පරමාර්ථය හඳුනා ගැනීම. ඒ කියන්නෙ සත්‍යක්‍රියාවෙන් අපි වෙනස් කරන්න යන්නෙ කුමක්ද කියලා හරියට තේරුම් ගන්න ඕනෙ. අපි කිව්වනෙ සත්‍යක්‍රියාවෙන් වැඩ දෙකක් කරන්න පුළුවන්. විපත් වැළැක්වීම හෝ යහපත සිදුකිරීම. අප උත්සාහ කරන්නෙ කෙබඳු විපතක් වැළැක්වීමටද, කෙබඳු යහපතක් සිදු කිරීමටද කියලා ඒ කරන්න යන දේ පිළිබඳව නිවැරදිව වටහාගැනීම. දෙවැනි පියවර - තමන්සතු යම්කිසි ආධ්‍යාත්මික ගුණයක් සිහි කරගැනීම. තුන්වැනි පියවර - ඒ ආධ්‍යාත්මික ගුණය සත්‍යවාදීව යළි යළි සිහිපත් කරමින් මානසික ශක්තිය අවදි කරගැනීම. හතරවැනි පියවර - අදාළ ඉලක්කය වෙත මානසික ශක්තිය මෙහෙයවමින් මානසික බලපෑමක් සිද්ධකිරීම.

මෙන්න මේ පියවර හතර නිවැරදිව හඳුනාගෙන ශක්තිමත්ව ක්‍රියාත්මක වෙන්න පුළුවන්නම්, එවිටයි සත්‍යක්‍රියාවක් සාර්ථකව සිදු කරන්න පුළුවන්කම තියෙන්නෙ.



**පරමාර්ථය හෙවත් ඉලක්කය හඳුනාගැනීම**

එහි පළමු පියවර තමයි පරමාර්ථය හඳුනා ගැනීම. අපි සිහිපත් කළා, තමන්ගේ පෞද්ගලික අවශ්‍යතා සම්බන්ධව සත්‍යක්‍රියා කිරීම සාර්ථක නැහැ කියලා. මොකද පෘථග්ජන සිතක් තුළ ස්වභාවයෙන්ම පවතින මමත්වය සහ තෘෂ්ණාව නිසා ඒ ශක්තිය අවදි කරන්න දුෂ්කරයි. එනිසා සත්‍යක්‍රියාව යොදාගතහැකි වන්නේ පරමාර්ථය සඳහා පමණයි. අපට අවංකව අනුන් රකින අදහස මතුකරගන්න පුළුවන් නම්, තමන් රැකෙන්න ඒ කුසල බලය හේතු වෙනවා. නමුත් ඉන් තමන්ට ලැබෙන ප්‍රතිලාභය බලාගෙන වංචනිකව කරලා හරියන්නේ නැහැ. එතකොට අර තමන්ට වෙන කරදරය වළක්වා ගන්න අනුන් සුවපත් වේවා කියලා මෙත් වඩන්න හිතුවා වගේ වංචනික තැනකටයි යන්නේ. අපේ මනස බොහොම පරිස්සමින් හසුරුවා ගන්න ඕන. ගුණය නම් ගුණය. ඒක වංචනිකව ගොඩ නගන්න පුළුවන් කමක් නැහැ. ඒ නිසා ලෝකයට සිද්ධ වෙන විපත් වළක්වන්න, ලෝකය සුවපත් කරන්න අවංක අදහසක් අපට තියෙන්න ඕන. ඒක පුහුණු කරන්න ඕන ටිකෙන් ටික. දරුවන් සම්බන්ධව, මව්පියන් සම්බන්ධව, තමන්ගේ පවුලේ අය සම්බන්ධව, අසල් වැසියන් සම්බන්ධව, රෝගීන් සම්බන්ධව. මෙහෙම ටික ටික උත්සාහයක් කරලා බලන්න ඕන. එහිදී මනස හසුරුවන්නේ කොහොමද කියලා ඉගෙනගන්න ඕන, පුහුණුකරන්න ඕන. ඒ තුළින් තමන්ගේ මනස ගැනත්, සත්‍යක්‍රියාව ගැනත් විශ්වාසයක් ඇතිවෙනවා. මේක කරන්න පුළුවන්. මේක මෙන්න මෙහෙම කළොත් සාර්ථක වෙනවා කියන ප්‍රායෝගික විශ්වාසය විශේෂයෙන් වැදගත් වෙනවා.

නමුත්, තමන් කරන සත්‍යක්‍රියාව ගැන අධිතක්සේරුවකට නොයන්නත් ප්‍රවේශම් වෙන්න ඕන. ඒ මොකද, තමන් කළ සත්‍යක්‍රියාව සාර්ථකවුණා කියලා දැනුනහම සමහරු උද්දාමයට පත්වෙනවා. ඉන්පසුව, කළහැකි දෙයක්ද, නොහැකි දෙයක්ද, සුදුසු අවස්ථාවද, නැතිද කියලා විචාරයක් නැතිව සත්‍යක්‍රියා කරන්න ගිහින් අමාරුවේ වැටෙනවා. අපි මුලින්ම සිහිපත් කළා සත්‍යක්‍රියාවෙන් ලෝකේ සිදුවෙන හැමදෙයක්ම වෙනස් කරන්න බැහැ කියන බව. ජීවත්වීම සඳහා ආයුෂ සහ කර්මශක්තිය තියන කෙනෙකුට පැමිණෙන අකල් විපතක් වැළැක්විය හැකියි. නමුත් ඒක කොතෙක් දුරට සාර්ථක වෙනවද කියලා

තීරණය වෙන්නේ පැමිණෙන විපතෙහි බරපතලකම සහ සත්‍යක්‍රියා කරන කෙනාගේ ශක්තිය මත. උදාහරණයක් ගත්තොත්, සැඩපහරක ගසාගෙන යන දරුවෙකු ගොඩගන්න නම්, ඒ සැඩපහරට ඔරොත්තු දීමේ ශක්තිය අප සතුව තිබිය යුතුයි. එහෙම නැතිව සැඩපහරට පැත්තොත් දරුවා පමණක් නෙවෙයි අපේ ජීවිතයත් අනතුරේ. එනිසා සත්‍යක්‍රියාවෙන් යම් විපතක් වළක්වන්න උත්සාහ කරනවා නම්, ඒ විපතෙහි ප්‍රමාණය සහ තමන්ගේ ප්‍රමාණය ගැන පැහැදිලි වැටහීමක් තිබිය යුතුයි.

**අවතක්සේරුව සහ අධිතක්සේරුව**

තමන් තනිව කරන සත්‍යක්‍රියාවකදී විශේෂයෙන් මේ ගැන සැලකිලිමත් වීම අවශ්‍යයි. ඒ පිළිබඳව තමන්ට තනිව තීරණය කළ නොහැකි නම් ආධ්‍යාත්මික ශක්තිය හැසිරවීම සහ සත්‍යක්‍රියාව ගැන පළපුරුද්ද ඇති ගුරුවරයෙකුගේ උපදෙස් ඇතිව ක්‍රියා කිරීම, පුහුණු වීම සුදුසුයි. රට, ජාතිය, සම්බුද්ධ ශාසනය හෝ සමස්ත ලෝකය අරමුණු කරමින් යම් සත්‍යක්‍රියාවක් සිදු කරනවා නම් ඊට ඔරොත්තු දෙන ශක්තියක් අවශ්‍යයි. එබඳු ශක්තියක් තනි පුද්ගලයෙකු සතුව තියනවා නම්, විවරණ ලැබූ මහබෝසත්වරයෙකු වැනි සුවිශේෂ කෙනෙකු සතුව පමණයි. එවැනි සත්පුරුෂයන් මූලික වෙලා සිදුකරන සත්‍යක්‍රියාවකදී අපටත් පුළුවන් සම්බන්ධ වෙන්න. එක් එක් අයගේ ශක්තිය අඩුවැඩි වුණත්, එකට එකතු වෙනකොට ප්‍රබල ශක්තියක් ගොඩනැගෙනවා. එක තැනකට එකතු නොවුණත්, අප සිටින තැනක ඉඳලා එකම වෙලාවක එකම අරමුණක් වෙනුවෙන් සත්‍යක්‍රියා කරන්න පුළුවන්.

මහ ගිනිකඳකට වෙන වෙනම දියබිඳු ඉහලා නිවන්න බැරි වුණොට ඒ ජලබිඳු එකට එකතු කරලා ජලකඳක් ලෙස පතිත කළොත් මහ ගිනිකඳක් වුණත් නිවන්න පුළුවන්. අන්න ඒ සිද්ධාන්තය අනුගමනය කරමින් තමයි, සත්ඡන සමාජ සංවර්ධන පදනම විසින් රට වෙනුවෙන්, ලෝකය වෙනුවෙන් සහ ශාසනය වෙනුවෙන් කරන සත්‍යක්‍රියා සැලසුම් කරන්නේ. එකම වෙලාවක ලෝකේ ඕනෑම තැනක සිටින කෙනෙකුට ඊට සම්බන්ධ වෙන්න අවස්ථාව සලසලා දෙන්නේ. එයින් ප්‍රයෝජන කිහිපයක් සැලසෙනවා. හැම දෙනාටම පොදු යහපත පිළිබඳ හැඟීමක් වර්ධනය කරගන්න අවස්ථාව ලැබෙනවා. ශක්තිය අඩුවැඩි හේදයකින් තොරව සෑම දෙනාටම සත්‍යක්‍රියාවකට දායකවීමේ

කුසලය හිමි වෙනවා. ඒ තුළින් වැඩි දෙනෙකුට සත්‍යක්‍රියාව පිළිබඳ අත්දැකීමක් ලැබෙනවා. සියලුදෙනාගේ සහයෝගයෙන් ලෝකය සහ ශාසනය රැකෙනවා.

සත්‍යක්‍රියාව ගැන හෝ තමන් ගැන අවතක්සේරු කරන අයට වගේම අධිතක්සේරු කරන අයටත් සත්‍යක්‍රියාවෙන් සාර්ථක ප්‍රතිඵල ලබන්න අපහසුයි. එනිසා සත්‍යක්‍රියාව ගැනත්, තමන්ගේ ශක්තිය සහ තමන් සත්‍යක්‍රියාවෙන් බලපෑම් කරන්න යන කාරණයේ බරපතලකම ගැනත්, නිවැරදි වැටහීමක් ඇතිකරගැනීම සඳහා මේ පළමුවෙනි පියවර නිරවුල්ව තේරුම් ගැනීම අත්‍යවශ්‍යයි.

**ගුණයක් හෝ ප්‍රතිපදාවක් අවශ්‍යයි**

ඊළඟට දෙවැනි පියවර වන්නේ තමා සතු යම්කිසි ආධ්‍යාත්මික ගුණයක්, තමන් සතු ප්‍රතිපදාවක් සිහි කරගැනීම. ඒ කියන්නේ එහෙම දෙයක් තමන් සතුව තියෙන්න ඕන. බොහෝවිට අපි දකිනවා ඇතැම් ස්වාමීන් වහන්සේලා පවා උපදෙස් දෙන්නේ, “බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ මේ ගුණ වලින් යුක්තයි, මෙසේ පාරමිතා පිරු බව සත්‍යයි, ඒ සත්‍යානුභාව බලයෙන් මේ විපත් වැළකේවා” කියලා සත්‍යක්‍රියා කරන හැටියටයි. බුදුහාමුදුරුවෝ ළඟ තියෙන ගුණවලින් අපට සත්‍යක්‍රියා කරන්න පුළුවන්කමක් නැහැ. බුදුහාමුදුරුවන්ගේ ගුණය සිහි කරලා ආශීර්වාදයක් කරන්න පුළුවන්. එනිසයි මුලින්ම ඒ වචන ටික ගැන අපි පැහැදිලි කළේ.

සත්‍යක්‍රියාවක් කරන්න නම් තමන් විසින් අත්දුටු, තමන්ගේ ජීවිතයේ ප්‍රායෝගිකව පුරුදු පුහුණු කළ යම්කිසි සද්ගුණයක් හෝ සද්ප්‍රතිපදාවක් තිබිය යුතුයි. ඒක සත්‍යක්‍රියාවකදී අවශ්‍යම කරුණක්. මොකද, සත්‍යක්‍රියාවක් කරන්නේ සත්‍යය මත පිහිටලා. අප සිහිකරන කාරණය පිළිබඳව සැකයක් නැතිව, විශ්වාසයෙන්, සත්‍යවාදීව, සිහිකරන්න හැකිවෙන්න ඕන. උදාහරණයක් හැටියට ගත්තොත්, අපි හිතමු, මම මෙපමණ කාලයක් පන්සිල් ආරක්‍ෂා කළා කියලා සිහිකරනවා. එහිදී ඒ පන්සිල් රැක්කා කියන කාරණය කාලසීමාවක් සහිතව සිහිකිරීමයි සුදුසු. මොකද, හිඤ්ඤත් වහන්සේලා හැටියට අපටත් කියන්න බැහැනේ, “මගේ ජීවිත කාලෙම මම පන්සිල් රැකලා තියෙනවා” කියලා. මහණුවෙත තෙක් අපි අතින් පොඩි පොඩි සතුන් මැරලා තියනවා. ඒක අපි අවංකවම පිළිගන්න ඕන. එහෙම නම් කවදා

ඉඳලද මම පංච සීලය ආරක්‍ෂා කළේ? ඒ වගේම සිල්පද පහම හරියට රැක්කද? එහෙම නැතිනම් සිල්පද කීපයක් පමණක් හරියට රැක්කද? ඒවා හරියටම වෙන් කරගන්න ඕන. මොකද, සත්‍යවාදී බව මෙතැනදී විශේෂයෙන් වැදගත් වන නිසා.

එහෙම අවංකව සිහිපත් කරගත්තොත් අපට ඒකෙන් ලොකු දෙයක් කරන්න පුළුවන්. පවතින ගුණය සුළුද, මහත්ද කියන කාරණයට වඩා අවංක බව, සත්‍යවාදී බව මෙහිදී ප්‍රධාන වෙනවා. ගුණයේ අඩුවැඩි බව වෙනම කාරණයක්. තියන දේ අවංකව සත්‍යවාදීව සිහිපත්කිරීම වෙනම කාරණයක්. ඒ නිසා තමන්ට අවංකව සිහිකළ හැකි ගුණයක් තමන් සොයා ගන්න ඕන. "මම කැපී පිත්තමක් කළා, සතෙකුගෙ ජීවිතය නිදහස් කළා" ආදී වගයෙන් සිදුවීම් පමණක් සිහිකරලා ප්‍රමාණවත් නැහැ. සත්‍යක්‍රියාවෙදී වැදගත් වෙන්නේ කැපී පිත්තම සිදුකළා කියන එක නෙවෙයි, එහි පරමාර්ථය කුමක්ද, කවර අදහසින්ද ඒ පිත්තම කළේ කියන එකයි. විවිධ මානසිකත්වයෙන් පිංකම් කරන්න පුළුවන්නේ, තෘෂ්ණාවෙන් කරන්න පුළුවන්. එහෙම නැතිනම් තමන්ටත් පිත්තම කරන්න හයිය තියනවා කියලා පෙන්න්න කරන්න පුළුවන්. අනිත් අය කරපු නිසා මාත් කරන්න ඕන කියලා කරන්න පුළුවන්. අනාගතේ වක්‍රවර්ති රාජ්‍ය සම්පත්, සක්දෙව් සම්පත් ලැබීමේ අපේක්‍ෂාවෙන් කරන්න පුළුවන්. මෙහෙම විවිධ මනෝභාවයන්ගෙන් පිංකම් කරන්න පුළුවන්.

ඒ නිසා කැපී පිත්තමක් කළා කියන එක නෙවෙයි වැදගත් වෙන්නේ. මම මොන අදහසක පිහිටලාද කැපී පිත්තම කළේ? ඒකයි වැදගත් වෙන්නේ. මවුපියන්ට සැලකුවා නම් මොන අදහසින්ද මව්පියන්ට සැලකුවේ. ගවයෙක් නිදහස් කළා නම් මොන අදහසක පිහිටලාද ගවයා නිදහස් කළේ. අන්න එතැනයි වැදගත් වෙන්නේ. මොකද, අපි සත්‍යක්‍රියාවෙදී මනසන මෙහෙයවන්නේ. මනස මෙහෙයවන කොට අවංකව ඒ මනෝභාවය අවදි කරගන්න පුළුවන් වෙන්න ඕන. තමන් පිත්තම කළේ කවර අදහසකින්ද, කවර පරමාර්ථයකින්ද කියලා පැහැදිලි නැතිනම් නැවත පිත්තම කරද්දී හෝ ඒ ගැන සැලකිලිමත් වෙන්න ඕන. ඒක සත්‍යක්‍රියාව සදහා පමණක් නෙවෙයි, තමන් කරන කුසලය, 'ඥානසම්ප්‍රයුක්ත කුසලයක්', 'ත්‍රිශේතුක කුසලයක්' වෙන්න නම් ඒ අවබෝධය අත්‍යවශ්‍යයි. ඒ වගේම ජීවිතයේ තමන්ට සතුටු වියහැකි යම් ප්‍රතිපත්තියක් පුහුණු කරගැනීම ඉතාම

වැදගත්. සත්‍යක්‍රියාවට වගේම මරණාසන්න මොහොතටත්, සසරටත්, නිවනටත් ඒක ප්‍රයෝජනවත් වෙනවා.

**ආත්ම විශ්වාසය**

මේ වෙනකොට වසර ගණනාවක පටන් සත්ජන ආධ්‍යාත්මික බලමුළුව තුළින් අපි මහජනතාව දැනුවත් කරලා, අවංකව පංච සීල ප්‍රතිපත්තියෙහි පිහිටන කණ්ඩායමක් සකසමින් සිටිනවා. ඒ සඳහා මුලින්ම එක මාසයක් හරියට පන්සිල් රකිනවා කියලා අධිෂ්ඨාන කරගන්න. පුංචි දිනපොතක් හරි කැලැන්ඩරයක් හරි තියාගෙන නින්දට යන්න කලින්, “අද දවසේ මම අවංකව පන්සිල් රැක්කද” කියලා විමසලා බලලා තමන්ට කිසිදු සැකයක් නැතිනම්, හරිලකුණක් යොදන්න. සැකයක් ඇතිවෙනවා නම් කතිර ලකුණක් යොදන්න. එතකොට පංචසීල ප්‍රතිපදාව තුළ තමන් අවංකව රැකුණද නැද්ද යන්න දින වශයෙන් තමන්ට සටහන් කරගන්න පුළුවන්. මාසෙ අවසාන වෙනකොට තමන් අවංකව කී දවසක් පන්සිල් රැක්කද කියන එක ගැන තමන්ට පැහැදිලි සටහනක් තියෙනවා. සත්‍යක්‍රියාවකදී තමන්ගේ ප්‍රතිපදාව පිළිබඳව සැකයකින් තොරව සිහිකරන්න ඒක විශේෂයෙන් වැදගත් වෙනවා. එහෙම නොවුණොත් මනස ව්‍යාකූල වෙනවා. තමන් සිහිකරන ප්‍රතිපදාව හෝ ගුණය තමන්ට නිශ්චිත නැති වුණොත් ඒ තැනැත්තාට සත්‍යක්‍රියාවක් සඳහා මනස මෙහෙයවන්න හැකියාවක් නැහැ.

ඒ වගේම තමන් ළඟ කිසිම ගුණයක් හෝ ශක්තියක් නැහැ කියලා උදාසීන වෙන්න එපා. සමහර ගණිකාවෝ සත්‍යක්‍රියා කරලා තියෙනවා. ගණිකාවක් කියන්නේ බොහොම දුර්වල චරිතයක්. නමුත් එබඳු කෙනෙකුටත් සිහි කරන්න ගුණයක් තිබුණා නම්, අපේ ජීවිතවල යම් ගුණයක් සොයාගන්න බැරිවෙන්න විදිහක් නැහැනෙ. කෙනෙකුගේ ජීවිතය එක පැත්තකින් දුර්වල වුණාට ඒ පුද්ගලයාගේ කිසිම ගුණයක් නැහැ කියලා කියන්න බැහැ. අම්බපාලි වැනි ගණිකාවෝ බුදුරජාණන් වහන්සේගෙන් දහම් අහලා රහත් වුණා.

ඒ නිසා තමන්ගේ ජීවිතය ගැන කල්පනා කරලා බලනකොට දුබලකම් දහසක් තියෙන්න පුළුවන්. ඒ දහසක් දුබලකම් අතර එක යහපත් ගුණයක් තමන්ට මතු කර ගන්න පුළුවන් නම් ඒ සඳහා උත්සාහ කරන්න. සත්‍යක්‍රියාවට පමණක් නෙවෙයි, තමන්ට ආත්ම විශ්වාසයක්,

ආත්ම ශක්තියක් ඇති කර ගන්නත් ඒ කාරණය විශේෂයෙන් වැදගත් වෙනවා. ඒ තුළින් තමන්ගේ යහගුණ ටිකෙන් ටික වර්ධනය කර ගන්න ධෛර්යයක් ලැබෙනවා.

අප පැවිදි වුණු මුල් කාලෙ දහම් පොත පත කියවනකොට බරපතල විදිහේ හීන මානයක් ඇතිවෙන්න පටන්ගත්තා, පෙර උතුමන් සිල් ආරක්‍ෂා කළ ආකාරය, ගුණ දහම් වැඩූ ආකාරය ගැන කියවනකොට. “අපි කවදා මෙහෙම කරන්නද, අපට නම් එතැනට ළංවෙන්නවත් බැරි වේවි, අප ළඟ කොපමණ දුර්වලකම් තියනවද” කියලා. එහෙම හිතෙනකොට මනස දුර්වල වෙනවා. මට මා ගැනම නොසතුටක් ඇතිවෙනවා. ආත්ම ශක්තිය, සතුට නැති වෙනවා. නමුත් ටික ටික ධර්මය ඉගෙන ගන්න කොට සාංසාරික හුරුවත් එක්ක ටිකෙන් ටික අපි කල්පනා කරන්න පටන් ගත්තා, “ඒ දුර්වලකම් තිබුණට මගෙ ළඟ මෙන්ම මේ ගුණය තියෙනවා, මෙබඳු ගුණයකුත් තියනවා, මගෙ ළඟ හොඳ ගතිගුණත් ගොඩක් තියෙනවා, ඉතින් ඒ හොඳ ගතිගුණ දියුණු කර ගත්තොත් ඇයි මට මේ අඩු පාඩු හදා ගන්න බැරි” කියලා. අන්න එහෙම හිතනකොට ලොකු ආත්ම විශ්වාසයක්, ආත්ම ශක්තියක් ගොඩ නැගෙනවා. ප්‍රතිපත්තිමය වශයෙන් ස්ථාවරයකට එන්න අපේ මනසේ හොඳ පසුබිමක් හැදෙනවා. ඒ නිසා මේ කියන කාරණා හුදෙක් සත්‍යක්‍රියාවකට පමණක් නෙවෙයි, හොඳ පිරිපුන් පෞරුෂයක් ඇතිව, ආත්ම විශ්වාසයෙන් යුක්තව, ලබාගත් මනුෂ්‍ය ජීවිතය අර්ථවත් කර ගන්න විශේෂයෙන්ම වැදගත් වෙනවා.

**සත්‍යවාදී බව තුළින් මානසික ශක්තිය**

ඊළඟට තුන්වැනි කාරණය තමයි, සත්‍යවාදීව තමන්ගෙ ගුණය හෝ ප්‍රතිපදාව නැවත නැවත සිහි කරලා මනස අවදි කරගැනීම. ඒ කියන්නේ සත්‍යවාදීව අපේ මානසික ශක්තිය අවදි කරගත්තොත් තමයි, අදාළ කාරණයට අපේ මනස මෙහෙයවන්න පුළුවන් වෙන්නේ. එතැනදී සත්‍යවාදී බව විශේෂයෙන් වැදගත් වෙනවා. එනිසයි අපි සිහිපත් කළේ පංච සීලය ගැන සිහිකරනවා නම්, අවංකව සිහිකළහැකි කොටස පමණක් වෙත් කරගන්න ඕන. කවදා ඉඳන් කවදා තෙක් ද, මොන මොන සිල්පදද කියලා හරියට වෙත් කර ගන්න ඕන. එහෙම වෙත්කර ගත්තොත් පමණයි සත්‍යවාදීව, අවංකව සිහිකරන්න පුළුවන් වෙන්නේ.

අපි මුලින් සඳහන් කළානේ අංගුලිමාල හාමුදුරුවෝ ගැන. උන්වහන්සේ ගිහිකාලේ දහස් ගණන් මනුෂ්‍ය ඝාතන කරපු කෙනෙක්. දැන දැන සතුන් මැරුවේ නැහැ කියලා සත්‍යක්‍රියා කරන්න බුදුහාමුදුරුවෝ උපදෙස් දෙනකොට අංගුලිමාල හාමුදුරුවෝ අහනවා, “ස්වාමීනී, මම කොහොමද එහෙම සත්‍යක්‍රියා කරන්නේ? මම මේ ජීවිතයේම මනුෂ්‍යයෝ කීදෙනෙක් මරලා තියෙනවාද?” කියලා. එතකොට බුදුහාමුදුරුවෝ සිහිපත් කරනවා; “එහෙම නෙවෙයි අංගුලිමාල, ඔබ පැවිදිවුණු දවසේ ඉඳලා දැන දැන සතුන් මැරුවේ නැහැ කියලා සිහි කළ හැකිනම්, එය සිහි කරලා සත්‍යක්‍රියා කරන්න” යනුවෙන්.

මේක ඉතාම වැදගත් අවස්ථාවක්. සර්වසම්පූණයෙන් පාපයෙන් හෝ වරදින් වැළකුණු මිනිසුන් අපට හොයන්න බැරිවෙන්න පුළුවන්. නමුත් අපි යම් කාලෙක ඉඳලා යම් වරදක් තේරුම්ගෙන වැළකුණාද? යම් දිනෙක ඉඳලා අපි යම් ප්‍රතිපත්තියක පිහිටියාද? යම් අවස්ථාවක අවබෝධයෙන් යම් කුසලයක හෝ ප්‍රතිපත්තියක පිහිටියාද? අන්න ඒ කාරණය අවංකව සිහිකරන්න පුළුවන් නම්, ලෝකයට ලොකු යහපතක් කළ හැකියි. අංගුලිමාල හාමුදුරුවෝ තමන් මහණවුණු දවසේ ඉඳලා දැන දැන සතුන් මැරුවේ නැහැ කියන කාරණය සිහිකරලා තමයි අර මැණියන්ටත් දරුවාටත් යහපත පිණිස සත්‍යක්‍රියා කරන්නේ. ඒ මවටත්, දරුවාටත් පමණක් නෙවෙයි වසර 2500 ක් ගතවෙලත් අදටත් මව්වරුන්ට සහ දරුවන්ට සෙත සලසන සත්‍යක්‍රියාවක් තමයි, ඒ අංගුලිමාල පිරින. ඒ නිසා සත්‍යවාදී බව, අවංක බව මේ කාරණයේදී අවශ්‍යයි. සත්‍යවාදීව තමන් සතු ගුණය යළි යළි සිහිපත් කරලා මානසික ශක්තිය අවදිකරගැනීම තුන්වෙනි පියවරයි.

**මානසික ශක්තිය මෙහෙයවීම**

හතරවැනි පියවර තමයි, අදාළ ඉලක්කය වෙත ඒ මානසික ශක්තිය මෙහෙයවීම. ඒ කියන්නේ “මා සතුව මෙන්න මේ ගුණය පවතිනවා, එය සත්‍යයි, ඒ සත්‍ය බලයෙන්, ඒ කුසල බලයෙන් මෙන්න මේ විපත වළකින්නට ඕන”. ඒක ප්‍රාර්ථනාවක් නෙවෙයි. බලාපොරොත්තුවක් නෙවෙයි. ආශීර්වාදයක් නෙවෙයි. ඒ සියල්ල සංකලනය වූ දැඩි චිත්ත අභියානියක්. ඒ පිළිබඳව අදාළ සියලු සාධක සක්‍රිය වෙන්නේ ඒ මානසික ශක්තියත් එක්ක.

ඒ විදිහේ ශක්තියක් මෙහෙයවන්න නම්, ඒ ශක්තිය අවදි කරගන්න අවශ්‍යයි. එනිසයි මේ පියවර හතර පැහැදිලි කළේ. මේ සමස්ත ක්‍රියාවලිය උදාහරණයකින් කියනවා නම් හරියටම, දුන්නක ඊතලයක් තියලා දුනුදිය ඇදලා අදාළ ඉලක්කයට ඊතලය විදින්නා වගේ. විදින්නෙ කොතැනටද කියලා ඉලක්කය හරියට හඳුනා ගන්න ඕන. නැතිනම් ඊතලය කොහේ යයිද කියන්න දන්නේ නැහැ. ඒ වගේ තමයි, මූලිකව අපි හඳුනා ගන්න ඕන වෙනස් කරන්න යන්නේ මොකක්ද කියලා. ඊළඟට දුන්න සහ දුනුදිය වගේ තමයි, අපේ ගත සිත. දුනුදිය ඇදලා වේගය අරගෙන ඊතලය අදාළ තැනට මෙහෙයවනවා වගේ තමයි, නැවත නැවත සත්‍යවාදීව තමන්ගේ ගුණය හෝ ප්‍රතිපත්තිය සිහිපත් කරලා අවශ්‍ය මානසික ශක්තිය අවදිකර ගැනීම. ඉන් පසුව නොසැලී අදාළ ඉලක්කය වෙත ඊතලය මුදාහරිනවා වගේ සත්‍යය මත ස්ථාවරව පිහිටලා අදාළ ඉලක්කය වෙත මානසික ශක්තිය මුදාහරිනවා. ඒ විදිහටයි සත්‍යක්‍රියාවකදී අපේ ගත සිත හැසිරවිය යුත්තේ.

ඊතලය දුන්නෙන් මුදාහරිද්දී ගැස්සුණොත්, සෙලවුණොත් ඉලක්කය වරදිනවා. ඒ වගේ සත්‍යක්‍රියාවක් කරනකොට, “මම පන්සිල් රැක්ක බව සත්‍යයි” කියලා සිහිකරන කොට පොඩි පොඩි සැකසංකා මතු වෙලා මනස සැලුණොත්, අදාළ කාර්යය සිද්ධ වෙන්නේ නැහැ. ඒ නිසා හොඳ පැහැදිලි මානසික ස්ථාවරයක් තියෙන්න ඕන. උදාහරණයක් හැටියට; යම්කිසි කෙනෙක් පිස්තෝලයක් ගෙනත් වෙඩිතියනවා කියලා කිව්වොත්, “මා ළඟ මෙන්න මේ සත්‍ය පවතිනවා, එනිසා මේ වෙඩි උණ්ඩය මට වදින්නෙ නැහැ” කියලා හිතන්න තරම් ලොකු මානසික ශක්තියක් අපට අවදි කරගන්න පුළුවන්. කිසිවෙකු එවැනි දේ අත්හදා බලන්න නොයා යුතුයි. නමුත් හරියට මනස පුහුණු කරගන්නොත් එවැනි බරපතල අභියෝගෙකදී වුණත් නොසැලී ඉන්න පුළුවන්. අන්න ඒ මානසික ශක්තිය තමයි, අපට උදව් වෙන්නේ, ලෝකයට පැමිණෙන විපත වළක්වන්න හෝ යහපත සිද්ධ කරන්න.

**සියලුදෙනාටම අවස්ථාවක්**

සත්පත සමාජ සංවර්ධන පදනම විසින් සිදු කරන සත්‍යක්‍රියාවන්හිදී අපි එකම වෙලාවක් නියම කරගෙන හැම දෙනාටම ආරාධනා කරනවා, ඒ වෙලාවට තමන් ඉන්න තැනක ඉඳලා එකම අරමුණක් ඇතිව සත්‍යක්‍රියා



කරන්න කියලා. එහෙම කරන්නෙ ප්‍රයෝජන කිහිපයක් සලකාගෙන බව අපි ඉහතදී කෙටියෙන් සඳහන් කළා. පොදුවේ රටක් වෙනුවෙන්, ලෝකයක් වෙනුවෙන්, ශාසනයක් වෙනුවෙන් සත්‍යක්‍රියාවක් කිරීම එක්කෙනෙකුට දෙන්නෙකුට තනියෙන් කරන්න පුළුවන් කාර්යයක් නෙවෙයි. මනස වැඩුණු මහ බෝසත්වරු වැනි අය ලෝකය රකින්න, සසුන රකින්න කලින්කලට මනුලොව ජනිත වෙනවා. අදත් රටේ සහ ලෝකයේ එබඳු උතුමන් කලාතුරකින් ඉන්නවා. නමුත් ඒ අයට වුණත් ඒ ශක්තිය මෙහෙයවන්නට නම් ඊට සුදුසු පසුබිමක් තියෙන්න ඕන. සියලු දෙනාගේම මානසික ප්‍රතිවිරෝධතාවක් ඇති තැනක ඒ ශක්තිය මෙහෙයවන්න පහසු නැහැ.

ඒ නිසා මහ බෝසත්වරයෙකුට වුණත් ඒ ශක්තිය පහසුවෙන් මෙහෙයවන්න නම් සුදුසු පසුබිමක් තියෙන්න ඕන. ඒ නිසා සිය ගණනක්, දහස් ගණනක්, ලක්ෂ ගණනක්, දසලක්ෂ ගණනක් දෙනා එකම මනෝභාවයකින් එකම අරමුණක ඉන්නට සැලැස්විය හැකිනම්, ඒ අයගේ මානසික ශක්තිය මෙහෙයවන්න ඒක හොඳ පසුබිමක් වෙනවා. එතකොට බාධකයකින් තොරව අදාළ ඉලක්කය වෙත ඒ ශක්තිය මෙහෙයවන්න පහසුයි.

දෙවැනි කාරණය තමයි, වෙන් වෙන්ව ගත්තහම අප ළඟ අවශ්‍ය තරම් ශක්තිය නොතිබුණත්, ඒ මහා කාර්යයට ස්වල්පමාත්‍රයකින් හෝ දායකවෙන්න අපටත් අවස්ථාව ලැබෙනවා. අපි හිතමු මහ බෝසත් වරයෙකුගේ ශක්තිය මහා අරටුවක් වගේ නම්, පුංචි පුංචි කෝටු කැලි එකතු කරලා ඒ අරටුව වටා තියලා මිටියක් බැන්දහම අමතර ශක්තියක් එකතු වෙනවා. එක ලී කෝටුවක් කඩන්න පුළුවන් වුණොට ලී කෝටු ගොඩක් එකතු කරලා දර මිටියක් බැන්දොත් ඒක කඩන්න අපහසුයි. අන්න ඒ වගේ ශක්තිය අඩුවැඩි සියලු දෙනාට අපි ආරාධනා කරනවා ඒ අවස්ථාව ප්‍රයෝජනයට ගන්න. කුසලයක් සිද්ධ කර ගන්න. ඒකෙන් ඒ අයටත් අවස්ථාවක් ලැබෙනවා තමන්ගේ මානසික ශක්තිය අවදි කරගන්න. ඒ නිසා එය හැමෝටම හොඳ අවස්ථාවක්. තනිව කරන්න බැරි පොදු යහපතක් සිද්ධ කරන්න යම් පිරිසක් ක්‍රියාත්මක වෙනකොට අපටත් පුළුවන් සුළු හෝ දායකත්වයක් ලබාදෙන්න. සත්ජන ආධ්‍යාත්මික බලමුළුවට සම්බන්ධ ලංකාවේ වගේම ලෝකය පුරාම සිටින ජනතාව, සිංහල බෞද්ධයෝ පමණක් නෙවෙයි, අන්‍ය

ජාතිකයෝ පවා පොදුකටයුතුවලදී සම්බන්ධ වෙනවා. එතකොට ලෝකය පුරා ලක්ෂ ගණනක් දෙනා එහිදී එක්ව ක්‍රියාත්මක වෙනවා.

සත්පන සමාජ සංවර්ධන පදනම විසින් දීර්ඝ කාලයක පටන් එබඳු සත්‍යක්‍රියාවන් සිද්ධ කරලා අත්දැකීම් ඇති නිසයි අත්‍යවශ්‍ය අවස්ථාවන්හිදී සත්‍යක්‍රියාවන් සංවිධානය කරන්න මූලිකත්වය ගෙන කටයුතු කරන්නේ. ආසන්න වශයෙන්ම ඔබට මතක ඇති, 2019 දෙසැම්බර් මාසේ ඕස්ට්‍රේලියාවේ ඇතිවුණු ලැව් ගින්න. ඒක දින ගණනාවක් මුළුල්ලේ අඛණ්ඩව ව්‍යාප්තවුණා. 2020 ජනවාරි 10 වෙනිදා අපි ලෝකේ අතින් රටවලින් දැනුවත් කරලා, ඒ අයත් සම්බන්ධ කරගෙන පැයක් 'වන්ද පිරිත' සජ්ඣායනා කරලා සත්‍යක්‍රියා කලා. අපට ඉතාම සාර්ථක ප්‍රතිඵල ලබන්න හැකිවුණා ඒ සත්‍යක්‍රියාව කළ දවසෙම ඒ නගරවලට වර්ෂාව ඇතිවෙලා තිබුණා. අනුක්‍රමයෙන් ඒ ලැව්ගින්න සමනයවුණා. මේ විදිහට අපට බොහෝ දෙනාගේ ජීවිත ආරක්ෂා කරන්න තමන් සතු සීලය, ගුණය, ප්‍රතිපදාව, ආධ්‍යාත්මික ශක්තිය පරිහරණය කරන්න පුළුවන්.

ඒ තමන් සතු ශක්තිය සත්‍යවාදීව සිහි කරලා, ඒ මානසික ශක්තිය අදාළ යහපත සඳහා මෙහෙයවන ක්‍රියා පිළිවෙත තමයි, සත්‍යක්‍රියාව නමින් බෞද්ධ ඉතිහාසය තුළ හැඳින්වෙන්නේ. මහ බෝසත්වරු වගේම තවත් බොහෝ සත්පුරුෂයෝ ලෝකයේ යහපත වෙනුවෙන් සත්‍යක්‍රියාව භාවිත කරලා තියෙනවා. අනුන් රකින්නට සිතන සිතුවිල්ලම තමන් රැකෙන්නට හේතුවක් වෙනවා. කළයුත්ත නොකළයුත්ත තෝරාගෙන තමන් සුරක්ෂිත කරගන්න පුළුවන් නම්, එයම ලෝකය රකින්නට හේතුවක් වෙනවා.

ඒ වගේම අනුන් රකින්න. කරුණා මෙෙත්‍රියෙන් කටයුතු කරන්න. ඒ සඳහා තමන් තුළ සද්භාවය අවදි කර ගන්න. මෙත් සිත අවදිකර ගන්න. ඒ අනුන් රකින්නට සිතන සිතුවිල්ල මෙලොව පමණක් නෙවෙයි, නිවන් දකින තෙක් අනන්ත සසරේ තමනුත් සුරක්ෂිත වෙන්න හේතුවෙන ප්‍රබල ආරක්ෂාවක්, රැකවරණයක් වෙනවා. ඒ නිසා තමනුත් අනුනුත් සුරක්ෂිත කරන මේ ආධ්‍යාත්මික ආරක්ෂණ ජාලයට එක්වෙන හැටියට ඔබ සියලු දෙනාට මෙත් සිතින් ආරාධනා කරනවා.

**සත්ඡන සමාජ සංවර්ධන පදනම විසින් ආධ්‍යාත්මික සත්‍යක්‍රියාවන් සිදුකොට සාර්ථක ප්‍රතිඵල ලැබූ අවස්ථා කිහිපයක්...**

■ 2004 වසරේ මැද භාගයේ නියඟය දුරුකොට වර්ෂාව ඇතිකිරීම සඳහා වන්ද පිරින සජ්ඣායනා කොට සත්‍යක්‍රියා කිරීම.

■ වසර 30 ක් මුළුල්ලේ පැවති යුදබිය නිමවේවායි අධිෂ්ඨාන කරමින් බුදුරදුන්ගේ පාදස්පර්ශය ලැබූ අනුරාධපුර රුවන්වැලි මහසෑයට, කතරගම කිරිවෙහෙරට, මහියංගන සෑයට, කැළණි විහාරයට සහ මහනුවර දළදා මාළිගාවට, හොරණ සත්ඡන මධ්‍යස්ථානයේ සිට පා ගමනින් ගොස් සත්‍යක්‍රියා කිරීම. (2000 - 2004 දක්වා)

■ යුදබිය දුරු වී රට ජාතිය සහ සම්බුදු සසුන සුරැකේවායි අධිෂ්ඨාන කරමින් 2007 වසරේ සිට 2009 වසර දක්වා සොළොස්මස්ථානවල රාත්‍රී පහන් වනතුරු පිරිත් සජ්ඣායනා කොට සත්‍යක්‍රියා කිරීම.

■ 2008 සහ 2009 වසරවලදී, ලක් දෙරණේ සුරක්‍ෂාව තහවුරු කරනු පිණිස බෝධි අංකුර වැඩමවා තුන් මසක් පුරා පිරිත් කොට, ලංකාවේ අට කොණ සහ රටමැද රෝපණය කර සත්‍යක්‍රියා කිරීම.

■ ජීනීවා මානවහිමිකම් කවුන්සිලයෙන් සිදුකරනලද අනිසි බලපෑම් යටපත් කරනු පිණිස 2013 වසරේ සොළොස්මස්ථානයන්හිම කණ්ඩායම් දහසයක් යොදවා එකම දිනෙක රාත්‍රී පහන් වනතුරු පිරිත් සජ්ඣායනා කොට සත්‍යක්‍රියා කිරීම.

■ 2018 වසරේදී, රටට සහ සම්බුදු සසුනට දේශීයව හා විදේශීයව පැමිණි උවදුරු දුරු කිරීමේ අධිෂ්ඨානය ඇතිව, මාසයක් පුරා මත්ස්‍ය මාංශාදියෙන් වැලකී, පඤ්චශීල ප්‍රතිපදාව ආරක්‍ෂා කළ දහස් ගණනක ජනතාව සහ හික්කුන් වහන්සේලා කණ්ඩායම් දහසයක් සොළොස්මස්ථානවලට ගොස් රාත්‍රී පහන් වනතුරු පිරිත් සජ්ඣායනා කරමින් සත්‍යක්‍රියාමය ආලෝක පූජාවක් පැවැත්වීම.

■ රටට සහ සම්බුදු සසුනට හිතැති නායකත්වයක් ගොඩනැගීමේ අධිෂ්ඨානය ඇතිව 2019 වසරේ රුවන්වැලි මහසෑය, මියුගුණුසෑය, සහ කිරිවෙහෙරෙහි අභිෂේක බුද්ධාභිවන්දනා මහාපූජා පවත්වා සත්‍යක්‍රියා කිරීම.

- සම්බුදු සසුනට අභ්‍යන්තරයෙන් හා බාහිරින් පැමිණෙන උවදුරු දුරුවී සම්බුදු සසුනත් ලක් දෙරණත් සුරක්ෂිත වේවා යන අධිෂ්ඨානය ඇතිව සිදුකරන ශතාධික කඨින පිංකම් මාලාව, 2014 වසරේ විහාරස්ථාන 110 ක ද, 2015 වසරේ විහාරස්ථාන 130 ක ද, 2016 වසරේ විහාරස්ථාන 150 ක ද, 2017 වසරේ විහාරස්ථාන 175 ක ද, 2018 වසරේ විහාරස්ථාන 120 ක ද, 2019 වසරේ විහාරස්ථාන 110 ක ද සංවර්ධන කටයුතු සිදුකොට එකම දිනෙක එකම වේලාවක කඨින චීවර පූජා කොට, එකම වේලාවකදී ඉහත සත්‍යක්‍රියාව සිදු කරන ලදී.

- 2020 ජනවාරි මස 10 දින ඕස්ට්‍රේලියාවේ ලැව්ගිනි සමනය කිරීම සඳහා පිරිත් දේශනා පවත්වා සත්‍යක්‍රියා කිරීම.

- කොරෝනා වසංගතයෙන් මිනිස් ජීවිත විනාශවීම අවම කරනු පිණිස 2020 මාර්තු 26 සිට මැයි 26 දක්වා පුරා මාස දෙකක් පිරිත් සජ්ඣායනා කරමින් සත්‍යක්‍රියා කිරීම.

- රටට සහ සම්බුදු සසුනට පැමිණෙන උවදුරු දුරු වී සම්බුදු සසුනත්, ලක්දෙරණත් සුරක්ෂිත වේවා යන අධිෂ්ඨානය ඇතිව 1987 සිට සෑම වසරකම වෙසක් පොහෝ දිනට පසු දින උදෑසන අග්‍රසසා පූජා පවත්වා සත්‍යක්‍රියා කිරීම.

- ලොවට පැමිණෙන ස්වභාවික විපත් අවම කිරීමේ අධිෂ්ඨානය ඇතිව 2008 වසරේ සිට සෑම වසරකම දුරුතු පොහෝ දින සත්‍යක්‍රියාවක් සිදුකිරීම.