



## වළකිමු වරදින් උපමා කොට තමන්

බුදුරජාණන් වහන්සේ එක් අවස්ථාවක හික්ෂුන් වහන්සේලා පිරිසක් ද සමග කෙසොල් ජනපදයේ වාරිකා කරන අතර එහි වේළුවාර නම් බමුණු ගමට ද වැඩම කළහ. වේළුවාර ග්‍රාමවාසී බ්‍රාහ්මණ ගෘහපතිවරු “ගෘහස්ථ කුලයෙන් නික්ම පැවිදි වූ ගෞතම බුදුරජාණන් වහන්සේ ප්‍රමුඛ හික්ෂුන් වහන්සේලා අපේ ගමට වැඩම කර ඇතැ”යි යන පුවත ඇසූහ. එසේ ම බුදුරජාණන් වහන්සේ අරහත්, සම්මා සම්බුද්ධ යනාදී ගුණ නවයකින් සමන්විතයහ, යන කීර්තිරාවය ද ඔවුන්ගේ පැතිර තිබිණි. තව ද උන් වහන්සේ මේ ලෝකයෙහි දක යුතු සියල්ල දැන සිටින බවත් ඒ සියල්ල මුල, මැද, අග මනාකොට දේශනා කරන බවත්, එබඳු ආර්ය උතුමන් වහන්සේලා දැකීම පවා යහපතක් වන බවත් වටහාගත් ඔවුහු බුදුරජාණන් වහන්සේ කරා පැමිණ එකත්පස් ව සිටියහ. පසු ව උන් වහන්සේට මෙසේ සැල කළහ.

“ස්වාමීනි, අපි අඹු දරුවන් පෝෂණය කරමින් විවිධ බැඳීම් සහිත ව වාසය කරමු. සුවඳ සඳුන් ගල්වාගෙන සිටිමු. මල් ගඳ විලවුන් දරමු. රන් රිදී පැළඳගෙන වාසය කරමු. මෙසේ කාමභෝගී ජීවිත ගත කරන අපි මරණින් පසු සුගතියට පැමිණීමේ ප්‍රාර්ථනා ඇත්තෝ වෙමු. එබඳු අපට ඔබ වහන්සේ ධර්මය දේශනා කරන සේක්වා”

මෙයට පිළිතුරු දුන් බුදුරජාණන් වහන්සේ “ගෘහපතියෙනි, තමා කෙරෙහි විමසා බලා වටහා ගත යුතු අත්තුපනායික ධර්මය මම නුඹලාට දේශනා කරමි. එය මනා ලෙස අසා මෙනෙහි කරන්නැ”යි වදාළහ. මෙහි දී බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ කරුණු ඇතුළත් සූත්‍රය හැඳින්වෙන්නේ වේළුවාර සූත්‍රය නමිනි.

තමන් ආදර්ශයට ගෙන අනුන්ට හානියක් නොකිරීම හා යහපතක්ම සිදු කිරීම අර්ථවත් කරමින් මෙම වේළුමේ ආරම්භයේ ක්‍රිකෝට්ටි පාරිශුද්ධ කාය වාග් සමාචාරයක් උගන්වා තිබේ. එනම් පළමු කොට තමන් ගැන සිතා නොහොත් තමා උපමාවට ගෙන ඒ අනුව අනුන් කෙරෙහි පිළිපැදිය යුතු ධර්ම ක්‍රමයකි. මෙය අත්තුපනායික ධර්මය ලෙස හැඳින්වේ. පළමු ව ප්‍රාණඝාතයෙන් වැළකීමට අදාළ ව ක්‍රිකෝට්ටික පාරිශුද්ධිය ඇති කරගත යුතු අයුරු විමසා බලමු.



1. තමන් මරනු ලබනවාට තමා අකැමැතිවාක් මෙන් අන් අය ද මැරෙන්නට අකැමැති බව සිතා එයින් වැළකීම.
2. අන්‍යයන් ද එයින් වැළැක්වීම.
3. ප්‍රාණඝාතයෙන් වැළකීමේ ගුණ වර්ණනා කිරීම.

මෙම පිළිවෙත් තුනෙන් යුක්ත වීම ප්‍රාණඝාතයෙන් වැළකීම සම්පූර්ණ වීම සඳහා අවශ්‍ය ය. වරදින් මිදීම සඳහා මෙම ක්‍රමය ඉතා වැදගත් බව වටහාගැනීම අපට අපහසු නොවේ.

ප්‍රාණඝාතයෙන් වැළකීම සම්බන්ධයෙන් වූ මෙම අත්කූපනායික ධර්මය බුදුරදුන් වෙතත් අවස්ථාවල ද දේශනා කර ඇත. ධර්ම පදයේ එය සඳහන් වනුයේ මෙසේ ය.

සබ්බේ තසන්ති දණ්ඩස්ස  
සබ්බේසං ජීවිතං පියං  
අත්තානං උපමං කත්වා  
න හනෙය්‍ය න ඝාතයෙ

සියල්ලෝ දඬුවමට බිය වෙති. සියල්ලන්ට ම ජීවිතය ප්‍රිය ය. මෙසේ අනුන් තමා මෙන් සලකා අනුන්ට හිංසා පීඩා නො කළ යුතු ය. අනුන් ඝාතනය නො කළ යුතු ය. ඝාතනය නොකරවිය යුතු ය.

### අදත්තාදානයෙන් හෙවත් නුදුන් දේ ගැනීමෙන් වැළකීම

අපට අයත් සුළු දෙයක් හෝ අන්‍යයෙකු සොරකම් කරනවාට හෝ බලෙන් ගන්නවාට අප කැමැති නැත. යමෙකු එසේ කළ හොත් අපට දුකක් වේදනාවක් ඇති වේ. සෙසු අයත් එසේ තම තමන් සතු දෑ පැහැර ගන්නවාට කැමැති නැත. අපට අප්‍රිය අමනාප දෙය අනුන්ටත් අප්‍රිය අමනාප වේ. එබැවින් අප,

1. සොරකමින් වැළකිය යුතු ය.
2. අන්‍යයන් ද එයින් වැළැක්විය යුතු ය.
3. සොරකමින් වැළකීමේ ගුණ වර්ණනා කළ යුතු ය.

## කාම මිථ්‍යාවාරයෙන් වැළකීම

ස්වකීය ස්වාමියා, බිරිඳ, පරස්ත්‍රීන්, පරපුරුෂයන් ඇසුරු කිරීම කෙරෙහි කිසිවෙක් කැමැති නොවේ. සෙස්සන් ද එසේ ම ය. එසේ කිරීම ලෝක සහායවයට හා බෞද්ධ ඉගැන්වීම්වලට සපුරා ම පටහැනි ය. එලෙස කල්පනා කොට,

1. වැරදි කාම සේවනයෙන් වැළැකීම
2. අන්‍යයන් ද එයින් වළකාලීම
3. එමගින් සිදුවන හයානක ප්‍රතිඵල හා එයින් වැළකීමේ ආනිශංස අන්‍යයන්ට වටහා දීම  
අත්තුපනායික ධර්මයට අයත් ය.

## බොරු කීමෙන් වැළකීම

බොරුවෙන් රවටනු ලැබීමට තමන් මෙන් ම අන්‍යයෝ ද කිසි සේත් රුචි නො කරති. එබැවින්

1. බොරු කීමෙන් වැළකීම
2. අන්‍යයන් ද එයින් වළකවාලීම
3. එහි අනුසස් පැවසීම  
තුළින් වාග් සංවරය පිරිසිදු කරගත යුතු ය.

තමා උපමා කොට අනුන් ගැන ද සිතා

- කේලාම් කීම
- නපුරු වචන කතා කිරීම
- නිශ්ඵල වචන (ඕපාදූප) කතා කිරීම යන තුන් ආකාර වූ වාග් විසමාවාරය ගැන ද පෙර සේ ම ත්‍රිකෝටි පාරිශුද්ධිය ඇති කරගත යුතු ය.

කවුරුන් හෝ කේලාම් කියා හිතවතුන් ගුරුවරුන් හෝ වැඩිහිටියන් අප කෙරෙහි බිඳවනු ලැබීමට අපි කිසිසේත් ම රුචි නො කරමු. අප හඳවත් රිඳවන රළු පරුෂ වචන කවුරුන් කීවත් අපි ඒවා ඇසීමට අප්‍රිය කරමු. දෙමවුපිය සහෝදර සහෝදරියන් සමග නිවසේ සතුටින් කල් ගෙවන අවස්ථාවක අසල්වැසියෙකු රළු පරුෂ වචන කතා කළහොත් එම ශබ්දය

අපට කෙතරම් අම්හිරි ද? අප ද එලෙස ක්‍රියා කළහොත් අන් අය ද අප සේ ම කෙතරම් අපහසුතාවට පත් වේ ද? එබැවින් අප කිසිදාක එසේ හැසිරීම නුසුදුසු බව අමුතුවෙන් කිව යුතු නොවේ. මනා හැදියාවෙන් යුත් අය,

1. නපුරු රළු පරුෂ වචන කතා නොකරති.
2. එසේ කතා කරන අය ද එයින් වළක්වා ගැනීමට උත්සාහ දරති.
3. සුභාෂිත වචන භාවිත කිරීමේ අනුසස් පවසති.

ඇතැම්හු කෙළවරක් නැති ව මෙලොවටත්, පරලොවටත්, තමාටත්, අනුන්ටත් පලක් නොමැති නිශ්ඵල වචන (ඕපාදූප) කතා කරති. එහෙත් ශිෂ්ට සම්පන්න වූවෝ කිසි දාක එසේ නො කරති; එලෙස ක්‍රියා කරන්නන් එයින් වළක්වාලීමට උත්සාහ දරති; එහි ආදීනවත් එයින් වැළකීමේ ආනිශංසත් වටහා දීමට තරම් කාරුණික වෙති.

මෙම අත්තුපනායික ධර්ම පර්යාය අත්තාධිපති, ලෝකාධිපති හා ධම්මාධිපති යන අධිපති ධර්ම අනුව ද උගන්වා තිබේ. මෙහි අධිපති යන්නෙන් දක්වනුයේ පාපයෙන්, පහත් ක්‍රියාවලින් වැළකීම සඳහා උපකාර කර ගන්නා ක්‍රම තුනකි. අත්තාධිපති ක්‍රමයේ දී තමා මුල්කරගෙන සිත සදාචාරයෙහි පිහිටුවීම සිදුවෙයි. හික්ෂුන් වහන්සේ නමක් “මා පැවිදි වූයේ වීචර, පිණ්ඩපාත, සේනාසන, ගිලාන ප්‍රත්‍යය ආදිය නිසා හෝ මතු භවයක සැප පතා හෝ නොව ජාති, ජරා, ව්‍යාධි, මරණ සෝක, පරිදේව ආදියෙන් මිදීම පතා ම යැ” යි පාපයෙන් වැළකී කුසල් දහම් හි සිත එකඟ කරගෙන බුන්ම වරියාවෙහි නිරත වීම සිදු කළ යුතු ය. එය අත්තාධිපති නම් වෙයි.

හික්ෂුන් වහන්සේ නමක් වීචර පිණ්ඩපාත යනාදී ප්‍රත්‍යයන් හෝ වෙනත් සැපතක් නොපතා විමුක්තිය ම අරමුණු කරගෙන පැවිදි ව වනගත ව බඹසර පුරන අතර “මා කාම සිතිවිලි, ද්වේෂ සිතිවිලි හෝ හිංසාකාරී සිතිවිලිවලින් යුක්ත වුවහොත් දිවැස්, දිවකන් ආදිය ඇති ශ්‍රමණ-බ්‍රාහ්මණ උතුමන්ට එය දැනෙන්නට ඉඩ ඇත. එසේ ම දෙවි දේවතාවන්ට වුව ද මාගේ සිතිවිලි දැනගත හැකි ය. එසේ වුවහොත් ඔවුන් මා හෙළා දකිනු ඇතැ” යි යනුවෙන් සිතා ආත්ම දමනය ඇතිකරගෙන ක්‍රියා කරයි නම් එය ලෝකාධිපති නම් වෙයි.

තව ද හික්ෂුන් වහන්සේ නමකට මෙසේ සිතීමට ඉඩ ඇත. “බුදුරදුන් වදාළ ධර්මය ස්වාක්ඛාත ගුණයෙන් යුත් ඉගැන්වීමකි. මා හා සමාන ව සිල් රකින සබ්බමචාරීහු බොහෝ දෙනෙක් එහි හැසිරෙති. එබැවින් මා ද වීර්යය වඩා ගත සිත හික්මවාගෙන අකුසලින් දුරු ව කුසලයෙහි යෙදී විමුක්තිය ලද යුතු යැ” යි, සිතා ශාසනික බුන්ම වරියාවෙහි හැසිරෙන්නේ නම් එය ධම්මාධිපති නම් වෙයි.

සරල ව ගත් විට මෙම ක්‍රියාව මා වැනියකුට සුදුසුද නුසුදුසු ද යි සිතා බැලීම අත්තාධිපති ක්‍රමයයි. මෙය ලෝක සම්මතයට, සමාජයේ යහපත් අදහස්වලට ගැළපේද නැද්දැයි සිතා බැලීම ලෝකාධිපති ක්‍රමයයි. ගිහි පැවිදි හේදයකින් තොරව අනුගමනය කළ හැකි මෙහි අත්තාධිපති ක්‍රමය අත්තුපනායික ධර්මය හා සැසඳෙන්නකි.

මෙම අත්තුපනායික ධර්ම පර්යාය කුඩා ළමයෙකුට වුව ද යම් කිසි වැරැදි ක්‍රියාවක බැරැරුම්කම අවබෝධ කරදීමට ඉතා පහසු ධර්ම මාර්ගයකි. සමාජයේ ජීවත් වන ඕනෑ ම පුද්ගලයෙකුට තර්ක බුද්ධියෙන් තොර ව මනසට වැඩි වෙහෙසක් නොදී ඕනෑ ම ක්‍රියාවක හොඳ-නරක තෝරා බේරා ගැනීමට මහෝපකාරී වෙයි. එසේ ම සමාජයේ ඇතැමුන් අතර පවත්නා ආත්මාර්ථකාමී අදහස් තුරන්කොට පරානුකම්පාව වර්ධනය කිරීමටත් මෙමගින් කෙරෙන මග පෙන්වීම ඉතා ඉහළ ය.



**සාරාංශය**

පළමු ව තමන් ගැන සිතා ඒ අනුව ම අනුන් ගැනත් සිතා අනුගමනය කළ යුතු ධර්ම ක්‍රමයක් වේඵද්වාර සූත්‍රයේ අත්තුපනායික ධර්ම පර්යාය තුළින් ඉගැන්වේ. එය ත්‍රිකෝටික පාරිශුද්ධ ක්‍රමයකට මෙහි ඉතා සරල ව විස්තර කෙරේ. යම් ක්‍රියාවක වැරැදි සහගත බව තමාට ම අවබෝධ කරගැනීමට මෙම ධර්ම ක්‍රමය අපට ඉතා පහසු මගක් සපයයි. එසේ ම ආත්මාර්ථකාමී හැඟීම් දුරුකොට පරාර්ථ වර්යාවෙහිලා කැපවීමට ද මෙමගින් මනා මග පෙන්වීමක් කරයි.



### ක්‍රියාකාරකම

1. අත්තුපනායික ධර්ම පර්යාය හඳුන්වා දෙමින් පුවත් පතක ළමා පිටුවට ලියන ලිපියක සාරාංශය වාක්‍ය කිහිපයකින් ඉදිරිපත් කරන්න.
2. අත්තුපනායික ධර්මය එදිනෙදා ජීවිතයේ දී භාවිත කළ හැකි අයුරු ලියා දක්වන්න.
3. අත්තාධිපති, ලෝකාධිපති, ධම්මාධිපති යන වචන තුනට කෙටි සටහන් ලියන්න.



### පැවරුම

ආජීව අෂ්ටමක සීලය හා වේළුද්වාර සූත්‍රයේ දැක්වෙන සීල ප්‍රතිපදාවේ වෙනස පෙන්වා දෙන්න.