



වඳිමු සැදැහෙන් උතුම් පුද බිම්

පහත දැක්වෙන්නේ අප බොහෝදෙනා යෙදෙන වාරිකා වර්ග කුනකි. එනම් වන්දනා වාරිකා, අධ්‍යාපන වාරිකා සහ විනෝද වාරිකා ය. මෙම වාරිකා අතර මූලික වෙනස්කම් දැකිය හැකි ය. වන්දනා ගමන් යාමට මුල් වන්නේ ශුද්ධාවයි. දැනුම ලබා ගැනීම අධ්‍යාපන වාරිකාවල අරමුණයි. විනෝද වාරිකා විනෝදාස්වාදය අරමුණු කොට ඇත. බෞද්ධාගමික සිද්ධස්ථාන වැද පුදා ගැනීම හා එම ස්ථාන පිළිබඳ ප්‍රසාදය උපදවා ගැනීම බුදු දහමට අනුව ශුද්ධාව වැඩි දියුණු වීමට ඉවහල් වන කරුණකි.

ධර්මාශෝක රජුගේ ධර්ම දූත සේවාවෙහි ප්‍රතිඵලයක් ලෙස දඹදිවින් බැහැර ප්‍රදේශවලට ද බුදු දහම ව්‍යාප්ත වී ගියේ ය. ඉන් පසුව එම රටවල වටිනා පූජනීය ස්ථාන ඉදි විය. ශ්‍රී ලංකාව තුළ බෞද්ධ රජදරුවන්ගේ අනුග්‍රහය යටතේ විවිධ පූජනීය ස්ථාන ඉදි වන්නේ මහින්දාගමනයේ දායාදයක් ලෙස ය. සංඝමිත්තාගමනයේ ප්‍රතිඵලයක් ලෙස ශ්‍රී මහා බෝධි ශාඛාවක් මහමෙව්නාවේ රෝපණය කෙරිණි. එසේ ම සර්වඥ ධාතු නිදන් කොට දිවයින පුරා වෙහෙර විහාර රැසක් ඉදි විය. අනුරාධපුරයේ ඉදි වූ ටූපාරාම දාගැබ, සමාධි බුද්ධ ප්‍රතිමාව ආදිය මුල් යුගයට අයත් වේ. බුදුරජාණන් වහන්සේ ජීවමාන කාලයේ දී ම මෙරට මහියංගණය, නාගදීපය, කැලණිය ඇතුළු ස්ථාන රැසක් සිරිපා පහසින් පාරිශුද්ධත්වයට පත් විය. එසේ පාරිශුද්ධත්වයට පත් දිවයින පුරා පිහිටි ස්ථාන දහසයක් සොළොස්මස්ථාන වශයෙන් ද, ඊට අමතර ව අනුරාධපුරයට පමණක් සීමා වූ පූජනීය ස්ථාන අටක් අටමස්ථාන වශයෙන් ද හැඳින්වේ.

බෞද්ධයන් මෙම ස්ථානවල වන්දනා වාරිකාවල යෙදෙන්නේ බලවත් ශුද්ධාවෙනි. සොළොස්මස්ථාන වන්දනාව, අටමස්ථාන වන්දනාව, ශ්‍රී පාද වන්දනාව, කතරගම වන්දනාව, වට වන්දනාව වශයෙන් මෙම වන්දනා ගමන් නම් කොට ඇත. බොදු දරුවන් වශයෙන් අපට මෙම පූජනීය ස්ථාන පිළිබඳ නිවැරදි අවබෝධයක් තිබීම ඉතා වැදගත් ය.

සෞඛ්‍ය සේවාවන් පිළිබඳ තොරතුරු

සිද්ධස්ථානය	පිහිටීම	ආගමික වැදගත්කම
මහියංගණය	ඌව පළාත බදුල්ල දිස්ත්‍රික්කය	බුදුරදුන් විසින් බුද්ධත්වයෙන් නව වන මස යක්ෂයින් දමනය කිරීම
නාගදීපය	ඌතුරු පළාත යාපනය දිස්ත්‍රික්කය	බුද්ධත්වයෙන් පස්වන වර්ෂයෙහි බක් පොහොය දිනක මැණික් පුවුව වෙනුවෙන් අරගල කළ චූලෝදර මහෝදර නාග ගෝත්‍රිකයන් දමනය
කැලණිය	බස්නාහිර පළාත ගම්පහ දිස්ත්‍රික්කය	බුද්ධත්වයෙන් අටවෙනි වසරේ වෙසක් පොහොය දින මණිඅක්ඛික නා රජු සිදු කළ ආරාධනයකට අනුව කැලණියට වැඩම කිරීම
ශ්‍රී පාදස්ථානය	සබරගමුව පළාත රත්නපුර දිස්ත්‍රික්කය	වම් සිරිපා ලකුණ පිහිටුවීම
දිවාගුහාව	සබරගමුව පළාත රත්නපුර දිස්ත්‍රික්කය	සිරිපා සලකුණ පිහිටුවා බුදුරදුන් දිවා කාලයෙහි විවේක සුවයෙන් ගත කිරීම
දීඝවාපිය	නැගෙනහිර පළාත අම්පාර දිස්ත්‍රික්කය	බුදුරජාණන් වහන්සේ තෙවන වර ලක් දිවට වැඩම කළ අවස්ථාවේ සමවත් සුවයෙන් වැඩ සිටීම
මුතියංගණය	ඌව පළාත බදුල්ල දිස්ත්‍රික්කය	බුදුරජාණන් වහන්සේ නිරෝධ සමාපත්තියෙන් වැඩ සිටීම
තිස්සමහාරාමය	දකුණු පළාත හම්බන්තොට දිස්ත්‍රික්කය	බුදුරදුන්ගේ වම් දළදාව නිදන් කොට තිබීම
ශ්‍රී මහා බෝධිය	ඌතුරුමැද පළාත අනුරාධපුර දිස්ත්‍රික්කය	දඹදිව පිහිටි ශ්‍රී මහා බෝධියේ දකුණු ශාඛාව රෝපණය කොට තිබීම
මිරිසවැටිය	ඌතුරුමැද පළාත අනුරාධපුර දිස්ත්‍රික්කය	සර්වඥ ධාතු වැඩි ප්‍රමාණයක් නිදන් කොට තිබීම
රුවන්මැලිසෑය	ඌතුරුමැද පළාත අනුරාධපුර දිස්ත්‍රික්කය	සර්වඥ ධාතු නිදන් කොට තිබීම
ථූපාරාමය	ඌතුරුමැද පළාත අනුරාධපුර දිස්ත්‍රික්කය	බුදුරදුන්ගේ දකුණු අකු ධාතුව නිදන් කොට තිබීම
අභයගිරිය	ඌතුරුමැද පළාත අනුරාධපුර දිස්ත්‍රික්කය	සර්වඥ ධාතු නිදන් කොට තිබීම
ජේතවනය	ඌතුරුමැද පළාත අනුරාධපුර දිස්ත්‍රික්කය	බුදුරජාණන් වහන්සේ සමවත් සුවයෙන් වැඩ සිටීම

මිහින්නලයේ සේල වෛත්‍යය	උතුරුමැද පළාත අනුරාධපුර දිස්ත්‍රික්කය	බුදුරදුන්ගේ උග්‍රණ රෝම ධාතු ව්‍යාපාර කිරීම
කතරගම කිරි වෙහෙර	උග්‍ර පළාත මොනරාගල දිස්ත්‍රික්කය	බුදුරදුන් සමවත් සුවයෙන් වැඩ සිටි රන් ආසනය නිදන් කිරීම හා උන් වහන්සේගේ කේශ ධාතු තැන්පත් කිරීම

අනුරාධපුර අටමස්ථාන

- | | |
|---------------------|---------------|
| 1. රුවන්මැලි මහාසෑය | 5. අභයගිරිය |
| 2. ශ්‍රී මහා බෝධිය | 6. ජේතවනය |
| 3. ථූපාරාමය | 7. ලංකාරාමය |
| 4. මිරිසවැටිය | 8. ලෝවාමහාපාය |

මේ අනුව සොළොස්මස්ථානවලට ඇතුළත් ස්ථානවලින් හයක් ම අටමස්ථානවලට ද අයත් වේ. සොළොස්මස්ථානයට ඇතුළත් නොවන ලංකාරාමය හා ලෝවාමහාපාය ද හික්ෂුන් වහන්සේලා වැඩ සිටි අනුරාධපුර පූජා භූමියෙහි පිහිටි ඉපැරණි ස්ථාන දෙකක් වේ. මෙම ස්ථාන පිළිබඳ විමසා බැලීමේ දී පෙනී යන වැදගත් කාරණය වන්නේ බුදුරදුන්ගේ ශාරීරික, පාරිභෝගික, උද්දේසික යන ත්‍රිවිධ වෛත්‍යය ම ඊට ඇතුළත් බවයි. අතීතයේ දී බහුල වශයෙන් මෙම ස්ථාන සියල්ල ම ආවරණය වන පරිදි වන්දනා කිරීමට මෙරට ජනතාව හුරු පුරුදු ව සිටියහ. වැඩි ම දින ගණනක් ගත කරමින් බෞද්ධයින් විසින් සිදු කරන ලද මෙම වන්දනාව වට වන්දනාව වශයෙන් සැලකෙයි.

අතීතයේ පටන් මෙරට බෞද්ධ ජනතාව වන්දනා ගමන් යෑම ඉතා සැලසුම් සහගත ව දැඩි ඕනෑකමකින් යුතුව සිදු කොට ඇත. එහි දී එකිනෙකා අතර ඉතා සුහද එකමුතුකමක් පැවති අතර වන්දනා ගමන් බිමන්වල දී අන්‍යෝන්‍ය සහයෝගය කැපී පෙනෙන ලක්ෂණයක් විය. අතීතයේ වන්දනා වාරිකා සිදුවූයේ පා ගමනිනි. ඉන් පසු ගැල්වලින් ද පසුව ලොරි රථ හා බස්රථවලින් ද වන්දනා ගමන් සිදු විය. අතීතයේ තිබූ දුෂ්කර ම ගමන් දෙක වූයේ ශ්‍රීපාද වන්දනාව හා කතරගම වන්දනාවයි. ගමනාගමන කටයුතු දුෂ්කර වකවානුවල දී වන්දනා කටයුතු සඳහා ගත කිරීමට සිදු වන දින ගණන අවිනිශ්චිත විය. ගමනෙහි දුෂ්කරතාව නිසා ඇති වන ජීවිත අවදානම සලකා සිය දේපොළ ඉඩකඩම් පවා ඇතැම් අවස්ථාවල සමීප ශෝකීන්ට පවරා වන්දනාවෙහි යෙදුණු පිරිස් සිටියහ. පැරැන්නෝ සෑම වර්ෂයක ම පූජනීය ස්ථාන වන්දනය නොවරදවා කළ යුත්තක් ලෙස සැලකූහ. එම ගමන් බිමන්වල දී ගායනය සඳහා තෝරා ගත්තේ ද තෙරුවන් ගුණ කියැවෙන කවි හා සීපද ය. එසේ භාවිත කළ කවිපොතක් වශයෙන් තුන් සරණය හැඳින්විය හැකි ය. පහත දැක්වෙන්නේ එයට අයත් කවියකි.

බුද්ධිමය සරණේ සිරස	දරාගෙන
ධම්මය සරණේ සිත	පහදාගෙන
සංඝය සරණේ සිවුරු	දරාගෙන
ඉඤ්ඤයි තුන් සරණේ	අදහාගෙන

මෙවැනි කවි මගින් පාච්ච, කාන්තිය, විඩාව දුරු කර ගත හැකි විය. මෙම ගායනාවලින් ශ්‍රද්ධාව ජනනය වන්නේ නිරායාසයෙනි.

සිද්ධස්ථාන වන්දනාව හා බැඳුණු පුද සිරිත්

වන්දනා ගමන් යෑමේ දී පැරැන්නෝ සාමූහික වශයෙන් එහි නිරත වූහ. එම සමූහය හඳුන්වන ලද්දේ වන්දනා නඩය යනුවෙනි. එහි ප්‍රධානියා නඬේ ගුරා ය. වන්දනා ගමන් යෑමේ දී වාමි, සරල, විනීත අයුරින් සැරසීම සිරිතක් විය. සකසුරුවම සුරැකෙන අයුරු කටයුතු කිරීමත් සංවර ඇඳුමින් සැරසී එම ගමන් යාමත් සිදු කළහ. එසේ ම පැරැන්නෝ ආහාර ගැනීම විනීත ව සිදු කළ අතර පොදු ස්ථාන අපවිත්‍ර නොකළහ. වැසිකිළි කැසිකිළි පරිහරණයෙන් පසු එම ස්ථාන නිසි පරිදි පිරිසිදු කර යෑමට ද ඔවුහු අමතක නොකළහ.

මෙසේ වන්දනා ගමන් යෑමේ දී පළමු ව ඒ පිළිබඳ නිසි දැනුමක් ලබා ගැනීම ඉතා වැදගත් වේ. තම මූලික අවශ්‍යතා සපුරා ගැනීම සඳහා පමණක් උවමනා දැ ගමන් මලුවල අඩංගු විය යුතු ය.

හරසුන් ක්‍රියාවන්ගෙන් මිදී අතීත සිරිත් විරිත් ආදර්ශයට ගනිමින් අර්ථවත් අයුරින් වන්දනා ගමන්වල නිරත විය යුතු ය. වන්දනා ගමන් හා බැඳුණු වත් පිළිවෙත් රැසක් ද ඇත. අපගේ මුතුන් මිත්තන් වන්දනා ගමන්වල දී අනුගමනය කළ සිරිත් විරිත් පිළිබඳ දැනුවත් වීම මෙහිදී ඉතා වැදගත් ය. පහත දක්වෙන්නේ එවැනි සිරිත් විරිත් කිහිපයකි.

- වන්දනා ගමන පිටත් වීමට පෙර සහභාගි වන සියලු දෙනා ගමේ පන්සලට හෝ ළඟ ම පිහිටි සිද්ධස්ථානයකට හෝ ගොස් තෙරුවන් වැඳපුදා ගැනීම හා බාරහාර වීම
- වන්දනා ගමනෙහි නිරත වන කාලය තුළ නිර්මාංස ජීවිතයක් ගත කිරීම
- සංවර ඇඳුමින් සැරසීම
- වන්දනා කවි පමණක් ගායනා කිරීම
- වන්දනයට පෙර ස්නානය කොට පිරිසිදු වීම
- පූජා භූමිවලට ඇතුළු වීමේ දී සුදු ඇඳුමින් සැරසී සිටීම
- කට වරද්දා ගැනීම යනුවෙන් ද හැඳින්වෙන නොගැළපෙන වදන් පරිහරණය නොකිරීම
- පූජා ද්‍රව්‍ය පඬුරු ආදිය පිරිසිදු කොට රැගෙන යාම
- පැමිණෙන හා පිටත් වන වේලාවන් නොපැවසීම

- සාමූහිකත්වයට මුල් තැන දීම
- වැඩිහිටියන්ට ගරු කිරීම
- ගමනක දී ප්‍රධාන වැඩිහිටියකු පත් කර ගැනීම හා ඔහු 'නඩි ගුරු' යනුවෙන් හැඳින්වීම
- කල්තබා ගත හැකි දේශීය ආහාර පාන සකස් කර ගෙන යෑම
- වෙහෙස දුරු කර ගැනීමට අම්බලම භාවිතය හා පැන් පහස නිවා ගැනීමට පිංකාලිය භාවිතයට ගැනීම

ශ්‍රී පාද වන්දනාව

සාම්ප්‍රදායික ව පැවත එන වත්පිළිවෙත් අතුරින් ශ්‍රී පාද වන්දනාව හා බැඳුණු වත් පිළිවෙත් බොහෝ දුරට ආරක්ෂා වී පවතී. ශ්‍රී පාද වන්දනය සඳහා කවර මාර්ගයකින් ගමන් කළ ද ඉතා දුෂ්කර ලෙස දිගු දුරක් පා ගමනින් ම යා යුතු වීම මීට මූලික හේතුවක් බව පෙනී යයි.

මෙරට දහස් සංඛ්‍යාත බැතිමත්හු මහත් ශ්‍රද්ධාවෙන් වැද පුදා ගැනීමට උනන්දු වන ස්ථානයක් ලෙස ශ්‍රී පාදස්ථානය සැලකිය හැකි ය. ශ්‍රී පාද ලාංඡනය මත නළල තබා වන්දනාමාන කිරීමට ලැබීම තමන්ගේ භාග්‍යයක් ලෙස බෞද්ධයෝ කල්පනා කරති. ජනවාරි මස සිට මැයි මස දක්වා කාල වකවානුව මේ සඳහා යොදා ගැනේ. ශ්‍රී පාද වන්දනය පැරණි වන්දනාමාන සම්ප්‍රදායයන් රැසක් හෙළිදරවු කරන කැටපතක් වැනි ය.

වර්තමානය වන විට සාම්ප්‍රදායික ව පැවති වන්දනා ගමන්වල බොහෝ වෙනස්කම් දක්නට ලැබේ. ඒ අතර වන්දනා ගමන් හුදු විනෝදය සඳහා ම පමණක් සිදු කරනු දක්නට ඇත. එහෙත් එම ගමන් හුදු විනෝද ගමන් විනා වන්දනා ගමන් නොවේ. මෙසේ කටයුතු කරන පිරිස් රටේ සංස්කෘතියට සිදු කරන්නේ අවමානයකි. සාම්ප්‍රදායික සිරිත් විරිත් භාසායට ලක් කිරීම හෝ නොසලකා හැරීම හෝ කිසි විටෙක සිදු නොකළ යුතු ය. එය මෙරට ජන සංස්කෘතියට සිදු කරන හානියකි. ඇතැමුන් වන්දනා ගමන් යන මුඩාවෙන් සිදු කරන නොමනා කටයුතුවලින් සියලු බෞද්ධයින්ට සිදු වන්නේ මහත් අනර්ථයකි. වර්තමානයේ වන්දනාමාන කිරීමේ දී බොදු දරුවන් සිහි තබා ගත යුතු වැදගත් කරුණු රැසක් ඇත. එයින් කිහිපයක් පහත දැක්වේ.

- පූජනීය හා පෞරාණික වශයෙන් වැදගත් වන ස්ථානවල නම් ගම් සටහන් නොකිරීම
- අන් අයට කරදර වන පරිදි කැකෝ ගැසීමෙන් වැළකීම
- නුසුදුසු ආහාර පාන භාවිත කිරීමෙන් වැළකීම
- නොගැලපෙන වදන් භාවිතයෙන් වැළකීම
- නුසුදුසු ගීත ගායනයෙන් හා වාදනයෙන් වැළකීම
- පූජනීය ස්ථානවල පෞරාණිකත්වයට හා ගෞරවයට හානිවන කිසිවක් නොකිරීම

අර්ථාන්විත වන්දනයේ ප්‍රයෝජන

අර්ථවත් අයුරින් සැලසුම් සහගතව වන්දනාමානවල යෙදෙන විට සැලසෙන ප්‍රයෝජන රැසකි. මෙම කාලය තුළ පංචශීලය ආරක්ෂා වේ. සහයෝගය, සාමූහිකත්වය වර්ධනය වේ. අන් අයට උදවු කිරීමට අවස්ථාව සැලසේ. සුවපහසු ස්ථානයකට ගොස් විනෝදයෙන් කාලය ගත කිරීමට වඩා ආගමික ස්ථාන දැක පහන් සංවේගය ජනිත කර ගැනීම මෙලොව ජීවිතයට මෙන් ම පරලොව ජීවිතයට ද අතිශය වැදගත් වෙයි. වන්දනා ගමන් යෑම තුළ කණ්ඩායමක් ලෙස වැඩ කිරීමේ කුසලතාව ප්‍රගුණ වනු ඇත. සිද්ධස්ථාන වන්දනයෙන් ශ්‍රද්ධාව වැඩි දියුණු වන්නේ නිරායාසයෙනි. නොදුටු දේවල් සියැසින් දැක ඒ පිළිබඳ මනා දැනුම්වත් භාවයක් ද ඇති කර ගත හැකි ය. පොදුවේ ගත් විට අකුසල සිත් යටපත් වී කුසල සිත් පහළ වේ. පින් සිතුවිලි වැඩි දියුණු වේ.

සාරාංශය

වන්දනා ගමන්වලට දිගු ඉතිහාසයක් ඇත. බුදු දහම මෙරටට ලැබීමත් සමග දිවයින පුරා වෙහෙර විහාර රැසක් ඉදි විය. ඒවා අතර අටමස්ථාන හා සොළොස්මස්ථාන ප්‍රධාන වේ. පැරැන්නන්ගේ වන්දනාමාන හා බැඳුණු සිරිත් විරිත් රැසක් ඇත. ශ්‍රීපාද වන්දනාව, කතරගම වන්දනය බෞද්ධයින් අතර වඩාත් සිත් ගත් ඒවා ය. වන්දනයේ දී අසංවර වර්යාවන්ගෙන් වැළකී, අර්ථාන්විත ව කටයුතු කිරීම ඉතා වැදගත් ය. අර්ථාන්විත වන්දනා ගමන්වලින් පුද්ගල සංවර්ධනය මෙන් ම සමාජ සංවර්ධනය ද සැලසේ.

ක්‍රියාකාරකම

1. වන්දනා ගමන්වල දී අනුගමනය කළ යුතු සිරිත් විරිත් ලැයිස්තුවක් පිළියෙල කරන්න.
2. සොළොස්මස්ථාන හා අටමස්ථාන නම් කරන්න.
3. වන්දනාකරුවන් සඳහා යෝග්‍ය උපදෙස් පත්‍රිකාවක් සකස් කරන්න.

පැවරුම

- ලංකා සිතියමක අටමස්ථාන හා සොළොස්මස්ථාන ලකුණු කරන්න.

ප්‍රභූණුවට

මහියංගණං නාගදීපං කල්‍යාණං පදලාංඡනං
දිවා ගුහං දීඝවාපී චේතියංච මුතියංගණං
තිස්සමහා විහාරංච බෝධිං මරිචචට්ටියං
සොණ්ණමාලී මහා චේතීං ථූපාරාම භයාගිරිං
ජේතවනං සේල චේතීං තථා කාවරගාමකං
ඒතේ සෝළසධානානී අහං වන්දාමි සබ්බදා