15 වරදින් මිදෙමු

පාසල නිමා වී නිවසට පැමිණි මා ධම්මපදය කියවීමට උනන්දු වූයේ, "සුමේධ, වෙසක් සතියේ එළිදැක්වීමට නියමිත **දහම් ලිපි සරණිය** සඟරාවට හොඳ ලිපියක් ලියන්න'' යනුවෙන් අප විදුහලේ ධර්මාචාර්ය ස්වාමීන් වහන්සේ මා දැනුම්වත් කළ නිසා ය. කොතෙක් උත්සාහ කළ ද ඉදිරිපත් කරන ලිපියට සිත් ගන්නා මාතෘකාවක් සකස් කර ගැනීමට එක් වර ම මට නොහැකි වූයේ අසල නිවසේ ගුවන් විදුලි යන්ත්‍රයෙන් නිකුත් වූ කන් බිහිරි කරවන තරමේ අධික ශබ්දය නිසා ය. අන් අයට හිරිහැර නොවන අයුරින් හැසිරීමට පුරුදු විය යුතු ය යන්න බොහෝ අවස්ථාවල දී මා ඉගෙනගෙන තිබුණු අතර අධික ශබ්දය ද අන් අයට හිරිහැරයක් බව අසල්වැසි නිවැසියන්ට නොතේරීම පිළිබඳ මට ඇති වූයේ කනගාටුවකි. සිත එකලස් කොට ගෙන ධම්මපදයේ අනෙකුත් ගාථා ද හොඳින් කියවීමි. අවසානයේ ලිපිය සඳහා සිත් ගත් ධම්මපද ගාථා දෙකක් තෝරා ගතිමි. තමා උපමා කොට අන් අයට හිංසා නොකළ යුතු බව එම ගාථා දෙකෙහි ම සරල අදහස විය.

සබ්බේ තසන්ති දණ්ඩස්ස - සබ්බේ භායන්ති මච්චුනො
අත්තානං උපමං කත්වා - න හනෙය්‍ය න ඝාතයෙ

(ධම්මපදය- දණ්ඩ වග්ගය)

සියල්ලෝ දඬුවමින් තැති ගනිති. සියල්ලෝ ම මරණයට බිය වෙති.
එහෙයින් තමා උපමා කොට අනුන් නොමරන්න, නොමරවන්න.

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

(ධම්මපදය- දණ්ඩ වග්ගය)

සියල්ලෝ දඬුවමින් තැති ගනිති. සියල්ලෝ ම ජීවිතයට ප්‍රිය වෙති.
එහෙයින් තමා උපමා කොට අනුන් නොමරන්න, නොමරවන්න.

සංගරාවට ඇතුළු කිරීම සඳහා මෙම ගාථා දෙක මුල් කොට ගෙන ලිපිය ලිවීමට මම අදහස් කෙළෙමි. මගේ ලිපියේ මාතෘකාව ලෙස **හිංසනයෙන් වැළකීම** යොදා ගත්තෙමි.

මෙලොව ජීවත් වන අප සතුටින් සිටීමට කැමැති ය. අප මෙන් ම අන් අය ද එසේ ජීවත් වීමට කැමැති ය. කිසිදු අයෙක් තමාට හිංසා පීඩා කරනවාට කැමැති නොවේ. එසේ ම දුක් මහන්සියෙන් තමා උපයා ගත් දේ කිසිවෙකු විසින් සොරකම් කරනවාට අප අකැමැති ය. පොත් බෑගයේ ඇති ප්‍රිය කරන දෙයක් අන් අයෙකු ගන්නවාට අපි කිසි විටෙක කැමැති නො වෙමු. පංතියේ සිටින අනෙකුත් සිසුහු ද ඔවුන්ගේ දේ තවකෙකු සොරකම් කරනවාට කැමැති නොවෙති. අන් අයෙකු අප බොරුවෙන් රවටයි නම් හෝ අපට පරුස වචනයෙන් බැන වදියි නම් හෝ එමඟින් ඇති වන්නේ වේදනාවකි. අන් අයට ද එවැනි ක්‍රියා පීඩාකාරී වන බැවින් එවැනි ක්‍රියාවන්ගෙන් වැළකී සිටිය යුතු ය. මේ අයුරින්, හිංසනයක් වන කිසිදු ආකාරයේ ක්‍රියාවකට තමා අකැමැති සේ ම අන් අය ද අකැමැති බව සිතිය හැකි නම් අපෙන් සිදු වන බොහෝ වැරැදි අඩු කර ගත හැකි ය.

අන් අයට අයහපතක් වන ක්‍රියාවන්ගෙන් වැළකී සිටීමට මෙන් ම අන් අයට යහපතක් වන කටයුතුවල නිරත වීමට ද අප උත්සාහ කළ යුතු ය. ඉගෙනීමට දක්ෂ, එහෙත් දිළිඳු හා අසරණ බවට පත් වී සිටින සිසුන්ට උදවු කිරීම, ලෙඩ දුක්වලට හා විවිධ හිංසනයන්ට ගොදුරු වූවන් ඉන් මුදා ගැනීම, එවැනි ක්‍රියාවලට නිදසුන් ය. තමා ගැන සිතා අන් අයට අවැඩ පිණිස හේතු වන ක්‍රියාවන්ගෙන් වැළකී, වැඩ පිණිස හේතු වන ක්‍රියාවන්හි නිරත වීම, බුදු දහමේ **අත්තූපනායික ධර්ම පරියාය** ලෙසින් හැඳින්වේ. මෙම ඉගැන්වීම තුළින් අපට ඉතා පහසුවෙන් හොඳ නරක තීරණය කර ගැනීමේ හැකියාව තිබේ.

ඇතැම් පුද්ගලයෝ පස් පව් කරමින් ඊට ම ඇලී ගැලී තමාට අවැඩ පිණිස ම හේතු වන කටයුතුවල යෙදෙති. ඔවුන් වඩා අගය කරන්නේ හොඳ දේට වඩා නරක දේ ය. එවැනි අවස්ථාවල දී වැරැදි ක්‍රියාවන්ට අනුබල දෙන්නන්ගේ සිත් අසතුටට පත් වුව ද අප සිදු කළ යුතු වන්නේ, ඔවුන්ට වැඩ පිණිස ම හේතු වන නිවැරැදි ක්‍රියා පමණි. මෙනිසා තමාට හා අනුන්ට වැඩ පිණිස ම හේතු වන වඩා යහපත්, හොඳ දේ පමණක් සිදු කිරීමට අප සැලකිලිමත් විය යුතු ය. වරදට යොමු වූවන්ගේ සිත් සතුටු කිරීමේ අදහසින් වරදට අනුබල දීම හෝ වරදෙහි නිරත වීම නොකළ යුතු ය. උදාහරණයක් ලෙස වැඩිහිටියකු

ඉගෙනුමට අකැමැති දරුවකුට පෙරැත්ත කොට ඉගැන්වීම එම දරුවාට හිංසනයක් ලෙස පෙනී ගිය ද අවසානයේ එය ඔහුට වැඩ පිණිස ම හේතු වන යහපත් ක්‍රියාවකි.

මිනිසුන් පමණක් නොව අනෙකුත් සියලු සත්ත්වයෝ ද හිංසාවට බිය වෙති. කුරුල්ලන්, සාවුන්, බල්ලන්, බළලුන් වැනි සතුන් අප දුටු විට පලා යන්නේ හිංසාවට ඇති බිය නිසා ය. ආදරයෙන් රැක බලා ගන්නා සතුන් අපට ළෙන්ගතු ව සිටින්නේ ද ඊට ඇති කැමැත්ත නිසා ය. එනිසා අප නිතර කටයුතු කළ යුත්තේ තමා මෙන් ම සියලු සත්ත්වයෝ ද නිදුක් වෙත්වා, නීරෝගි වෙත්වා, සුවපත් වෙත්වා, යන මෛත්‍රී සහගත සිතිවිල්ලෙනි.

සාරාංශය

- ★ සියලු දෙනා දඬුවමට අකැමැති නිසා තමා උපමා කොට ගෙන අන් අයට හිරිහැර කිරීමෙන් වැළකිය යුතු ය.
- ★ තමා උපමා කොට ගෙන අන් අයට වැඩ පිණිස හේතු වන ක්‍රියා සිදු කළ යුතු ය.
- ★ මෙම ඉගැන්වීම අත්තූපනායික ධර්ම පරියාය ලෙසින් බුදු දහමේ ඉගැන්වේ.
- ★ අන් අය කැමැති වුව ද අවැඩට හේතු වන වැරැදි ක්‍රියාවන්ට අනුබල නොදිය යුතු ය.

ක්‍රියාකාරකම

1. අත්තූපනායික ධර්ම පරියාය යනු කුමක්දැයි පැහැදිලි කරමින් ඡේදයක් ලියන්න.
2. මෙහි දැක්වෙන ධම්ම පද ගාථා දෙක අභ්‍යාස පොතෙහි නිවැරැදි ව ලියන්න.
3. එම ගාථා දෙකෙහි සරල අදහස ලියන්න.

පැවරුම

1. මෙහි දැක්වෙන ධම්මපද ගාථා දෙක නිවැරැදි උච්චාරණයෙන් යුතු ව තාලයට සජ්ඣායනා කරන්න.