



## සිවුසක් හඳුනා ගනීමු

බුද්ධහමේ මූලික ඉගැන්වීමකි, වතුරාරය සත්‍යය. එය බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් ම මතු කර ගන්නා ලද දහමක් වන බැවින් සාමුක්කංසික දේශනාව යනුවෙන් ද හැඳින්වේයි. වතුරාරය සත්‍යය බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් පළමුවරට හඳුන්වා දෙන ලද්දේ උන්වහන්සේගේ මංගල ධරුම දේශනාව වන දම්සක් පැවතුම් සූත්‍රයෙනි. එම දේශනාවට සවන් දුන්නේ පස්වග නික්ෂුන් වහන්සේලා ය. ඒ බරණැස ඉසිපතනයේ දී ය. වෙනත් සූත්‍ර දේශනාවල ද වතුරාරය සත්‍යය සවිස්තර ව පැහැදිලි කොට ඇත.

1. දුක්ඛාරය සත්‍යය - දුක
2. දුක්ඛ සමුද්‍යාරය සත්‍යය - දුකට හේතුව
3. දුක්ඛ නිරෝධාරය සත්‍යය - දුක තැකි කිරීම
4. දුක්ඛ නිරෝධ ගාමිණී පැවිපදාරය සත්‍යය - දුක තැකි කිරීමේ මග යනු, එම සත්‍යය සතරයි.

මෙම සත්‍ය සතර “ආරය සත්‍යය” යන විශේෂ පදයකින් හැඳින්වෙන අතර, විශේෂ ලක්ෂණ තුනක් නිසා එ සේ නම් කෙරෙන බව ද තේරුම් ගත යුතු ය. එම විශේෂ ලක්ෂණ තුන නම්,

- |                      |  |
|----------------------|--|
| 1. තථ ලක්ෂණය         | - ඇති තතු ඇති හැටියෙන් ප්‍රකට වීම      |
| 2. අව්‍යාප්‍ය ලක්ෂණය | - වෙනස් නො වන ස්වභාවයෙන් යුත්ත වීම     |
| 3. අනැක්ස්සුව ලක්ෂණය | - වෙනස් ස්වභාවයකින් ප්‍රකට නොවීම යනුයි |

ආරය සත්‍ය සතර, පුද්ගලයා හා සංසාරය යන අංග දෙක සැලකිල්ලට ගනිමින් පුද්ගලයාගේ හෙවත් සත්ත්වයාගේ පැවැත්ම හා පැවැත්මේ තැවැත්ම අංග හතරකට බෙදා දක්වන සියුම් ඉගැන්වීමක් ලෙස ද හැඳින්විය හැකි ය. සත්‍ය සතරේ ස්වභාවය අනුව පවත්ති, පවත්තක, නිවත්ති, නිවත්තක යනුවෙන් හඳුන්වා දෙනු ලැබේ.

<b>පවත්ති</b>	පවත්ති නම් පවතින තත්ත්වයයි. එනම් දුක් සහගත බවයි. පුද්ගලයා යනුවෙන් අප විසින් හඳුන්වනු ලබන රුප, වේදනා, සයුරුයා, සංඛාර, වික්ෂණ යන ස්බන්ධ පංචකයේ හෙවත් දුකෙහි දිගින් දිගට පැවැත්මයි.
<b>පවත්තක</b>	මින් අදහස් කෙරෙන්නේ පංචස්බන්ධයේ පැවැත්මට ප්‍රධාන හේතුව වූ තණ්හාව පිළිබඳ ඉගැන්වීමයි. එය ඇතිතෙක් පුද්ගලයා සංසාරයේ රඳී පැවති සිටින බැවින් පවත්තක යනුවෙන් දුක්වේ. දුක දිගින් දිගට පවත්තන්නා යන තේරුමින් පවත්තක නම් වේ.
<b>නිවත්ති</b>	නැවැත්මයි. පුද්ගලයාගේ සාංසාරික පැවැත්මට ඉඩ නො දී එය නවත්වන බැවින් නිවත්ති යනුවෙන් දැක්වේ. මෙයින් දුක්වෙන්නේ නිරවාණයයි. දුක්ඩ නිරෝධයයි.
<b>නිවත්තක</b>	පැවැත්ම නැවැත්වීමේ පිළිවෙත මින් ඉගැන්වෙයි. එනම් නිරවාණ අවබෝධය සඳහා අනුගමනය කළ යුතු ක්‍රියා මාර්ගයයි. ආර්ය අෂ්ට්වාංගික මාර්ගය ලෙස ද මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව ලෙස ද මෙය හැඳින්වේ.

මෙම සත්‍ය සතර ආර්ය හෙවත් අරිය යන පදයෙන් විශේෂ කොට හැඳින්වෙයි. එහි අදහස උතුම් යන්නයි. ග්‍රේෂ්යයෝ නම් බුදු, පසේබුදු, මහරහත් වහන්සේලා ය. උන් වහන්සේලා එම උත්තම තත්ත්වයට ග්‍රේෂ්යන්වයට පත්වූයේ මේ සත්‍ය සතර වටහාගෙන ඒ අනුව කළ යුතු දේ කිරීමෙන් හා එයින් ලබා ගත හැකි ප්‍රතිඵල ද ලබා ගැනීමෙනි. එසේ ම මේ සත්‍ය සතර අවබෝධ කිරීම නිසා ආර්ය තත්ත්වයට හෙවත් අරහත් බවට පත්විය හැකි නිසා ද ආර්ය සත්‍ය නමින් හැඳින්වේ. ආර්ය වූ බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් සොයාගත් අනාවරණය කරගත් සත්‍ය යන අරුතෙන් ද ආර්ය සත්‍ය යැයි කියනු ලැබේ. මේවායේ සත්‍යහාවය කළින් කළට හෝ රටින් රටට හෝ වෙනස් නො වේ. එමෙන් ම මේවා සත්‍ය නො වේ යැයි කරුණු සහිත ව බැහැර කිරීමට කිසිවකුටත් නො හැකි ය. එබැවින් එය ආර්ය වූ ග්‍රේෂ්ය වූ සත්‍යයි.

සත්ත්වයා සසර සැරිසරන්නේ මෙම සත්‍ය සතර නොදැනීම නිසා බව බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් ම පෙන්වා දී තිබේ. එක් සත්‍යයක් පියවර තුනකින් සමන්විත වන අතර සත්‍ය හතර ම ගත්වීට ආකාර දොළසකින් යුතු ව සම්පූර්ණ වශයෙන් අවබෝධ කිරීමෙන් පසු තමන් වහන්සේ බුද්ධත්වයට පත්වූයේ යැයි ලොවට ප්‍රකාශ කළ බව බුදුරජාණන් වහන්සේ ම වදාලුහ.

ආර්ය සත්‍ය සතර පිළිබඳ පිරිවැටුම් තුන හෙවත් පියවර තුන මෙසේ ය.

1. සත්‍ය ක්‍රාණය - ඒ ඒ සත්‍ය තේරුම් ගැනීමේ නුවණ
2. කෘත්‍ය ක්‍රාණය - ඒ ඒ සත්‍ය පිළිබඳ ව කළ යුතු දේ දැනගැනීමේ නුවණ
3. කෘත ක්‍රාණය - ඒ ඒ සත්‍ය පිළිබඳ ව කළ යුතු දේ කළ බව දැනගැනීමේ නුවණ

මෙසේ එක් එක් සත්‍යය පියවර තුනකින් යුත්ත වන බැවින් තිපරිවටිය හෙවත් පිරිවැටුම් තුන වශයෙන් හැඳින්වේ. මෙම ක්‍රාණ තුන ඒ ඒ සත්‍යයට අනුරුදු වන පරිදි ආර්ය සත්‍ය හතරට ම අදාළ වේ.

#### **දුක්ඛ්‍යාර්ය සත්‍යය**

1. සත්‍ය ක්‍රාණය - ජාති , ජරා, ව්‍යාධි, මරණ ආදිය දුක් වන බව අවබෝධ කිරීමේ නුවණ
2. කෘත්‍ය ක්‍රාණය - ජාති ආදි දුක් මැනවින් අවබෝධ කළ යුතු බව දැන ගැනීමේ නුවණ
3. කෘත ක්‍රාණය - ජාති ආදි දුක් මැනවින් අවබෝධ කළ බව වටහා ගැනීමේ නුවණ

#### **දුක්ඛ සමුද්‍යාර්ය සත්‍යය**

1. සත්‍ය ක්‍රාණය - දුකට හේතුව තෘප්ත්‍යාව බව වටහා ගැනීමේ නුවණ
2. කෘත්‍ය ක්‍රාණය - තෘප්ත්‍යාව නැති කළ යුතු බව වටහා ගැනීමේ නුවණ
3. කෘත ක්‍රාණය - තෘප්ත්‍යාව නැති කළ බව වටහා ගැනීමේ නුවණ

#### **දුක්ඛ නිරෝධ්‍යාර්ය සත්‍යය**

1. සත්‍ය ක්‍රාණය - දුකෙන් මිදිම නිවන යයි වටහා ගන්නා නුවණ
2. කෘත්‍ය ක්‍රාණය - නිවන අවබෝධ කර ගත යුතු බව වටහා ගන්නා නුවණ
3. කෘත ක්‍රාණය - නිවන අවබෝධ කළේ යයි වටහා ගන්නා නුවණ

#### **දුක්ඛ නිරෝධ ගැමිනි ප්‍රතිපථාර්ය සත්‍යය**

1. සත්‍ය ක්‍රාණය - නිවන් මග තම් මැදුම් පිළිවෙත යයි වටහා ගන්නා නුවණ
2. කෘත්‍ය ක්‍රාණය - මැදුම් පිළිවෙත වැඩිය යුත්තක් යැයි වටහා ගන්නා නුවණ
3. කෘත ක්‍රාණය - මැදුම් පිළිවෙත වඩන ලද්දේ යැයි වටහා ගන්නා නුවණ

සැම ආරය සත්‍යයක් ම තිපරිවට නම් වූ පියවර තුනකින් වැඩි වූ විට ආකාර දොලයක් වන බව මෙයින් පැහැදිලි වේ. වතුරාරය සත්‍යය මේ දොලාස් ආකාරයෙන් ම මනා ව අවබෝධ කර ගන්නා තෙක් පුද්ගලයා සසර ගමන් කරයි. මැදුම් පිළිවෙතින් තේඛාව නැතිකොට නිරවාණ අවබෝධය ලද විට සසර දුක නැති වී යයි. තිපරිවට කර වූ මෙම වතුරාරය සත්‍යය තමන්ට පැහැදිලි වනතුරු තමන් වහන්සේ අනුත්තර වූ සම්මා සම්බෝධියට පත් වී යැයි ප්‍රකාශ නො කළ බව ද එම තත්ත්වය පැහැදිලි වූ පසු ව ම “මම අනුත්තර වූ සම්ඟක් සම්බෝධිය අවබෝධ කළමි” හි ප්‍රතිඵා කළ බව ද බුදුරජාණන් වහන්සේ ම වදාරා ඇතේ.

එක ම දෙය සිවි දෙනෘකුට සිවි ආකාරයකින් තේරුම් කළ හැකි ය. ඔවුහු තමන්ට වැටහෙන තරමට, තම තමන් දකින හැටියට, සත්‍ය සේ සිතති. එසේ සත්‍ය යැයි තම තමන් සිතතා ආකාරයට ඔවුහු පවසති.

තල් අත්ත උඩ කුරුල්ලේක් සිටියේ ය. උඩ  
ඉගිලි ගියේ ය. සිවු දෙනෙක් මේ ගැන හතර විධිහකට  
දුක අදහස් ප්‍රකාශ කළහ.

1. කුරුල්ලා ඉගිලුණේ ය. තල් අත්ත සෙලවුණේ ය.
2. තල් අත්ත සෙලවුණේ ය. කුරුල්ලා ඉගිලුණේ ය.
3. තල් අත්ත ද සෙලවුණේ ය. කුරුල්ලා ද ඉගිලුණේ ය.
4. තල් අත්ත සෙලවුණේ ද නැත. කුරුල්ලා ඉගිලුණේ ද නැත.

මේ හතර ම බැඳු බැල්මට විය හැකියි. මේ හැම එකක් ම තරකානුකූල ද විය හැකි ය. ඒත් සතර ම සත්‍ය විය නො හැකි ය. සත්‍යය එකකි. ඒ ගැන වාද කරමින් සත්‍යය සෙවිය නො හැකි ය. දැකිය නො හැකි ය. එසේ නම් සත්‍ය දකින්නේ කෙසේ ද? තම තමන්ගේ නුවණීනි. වතුරාරය සත්‍යය, බුදුරුදුන් දන දුක පහළ කළ සත්‍යයකි. එයින් කියවෙන්නේ ඇති තතු ය. එබැවින් එහි වාදයක් නැත. සසර සැපයැයි කාටවත් කිව නො හැකි ය. ඒ අනුව එක ම සත්‍යය වතුරාරය සත්‍යයයි. වතුරාරය සත්‍ය යනු දුක මුළු කොටගත් එක ම සත්‍යයයි.

වතුරාරය සත්‍යය ඉහත කි දොලාස් ආකාරයෙන් ම මැනවින් අවබෝධ කර ගන්නා තුරු පුද්ගලයා සසර ගමන් කරයි. අපමණ දුක්වලට බඳුන් වෙයි. බුදුරජාණන් වහන්සේ එක් අවස්ථාවක දී මෙසේ වදාලහ.

“මහණෙනි, වතුරාරය සත්‍යය අවබෝධ තොකිරීම නිසා මම ද ඔබ ද දිගු කළක් සසර සැරිසැරුවෙමු.”

බුදුරජාණන් වහන්සේ පන්සාලිස් වසක් පුරා දේශනා කරන ලද්දේ මෙම වතුරාරය සත්‍ය ධර්මය ම ය. උන් වහන්සේ විසින් දේශනා කරන ලද සමස්ත ධර්මයෙහි ම සාරය වතුරාරය සත්‍යයයි. ලොකික දියුණුව සඳහා දේශනා කරන ලද දහම් කරුණු පවා මෙම වතුරාරය සත්‍යයෙහි ඇතුළත් කළ හැකි ය. සියලු ම කුසල ධර්මයන් වතුරාරය සත්‍යයෙහි සංග්‍රහ වී ඇති බව වරක් සැරියුත් මහ රහතන් වහන්සේ විසින් ද පෙන්වා දී ඇත.

“අැවැත්ති, මේ මිහි පිට හැසිරෙන කවර හෝ සතකුගේ පාද සටහනක් වුව ද ඇතාගේ පාද සටහනට ඇතුළත් කළ හැකි වන්නාක් මෙන් සියලු ම කුසල ධර්මයන් වතුරාරය සත්‍යය තුළ සංග්‍රහ වී ඇත.”

දම්සක් පැවැත්වීම නම් වතුරාරය සත්‍ය දේශනා කිරීම ම බව බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් ම සව්ච්චා සූත්‍රයේ දී වදාරා ඇත. ඔම්මෙක්ක පවත්තන හෙවත් දම්සක් පැවැත්වීම යනු ධර්මය වකාකාරයෙන් දේශනා කිරීමයි. එම වකාරය නිර්මාණය වන්නේ මිට පෙර සඳහන් කළ තිපරිවට්ට හා ද්වාද්සාකාරය අනුව ය.

අරහත් සම්බුද්ධ වූ තථාගතයන් වහන්සේ විසින් බරණැස ඉසිපතනයේ මිගදායේ දී ගුමණයකු, බමුණකු, දෙවියකු, මාරයකු, බුහ්මයකු හෝ ලොව වෙන කිසිවකු විසින් තො පැවැත්විය හැකි ධර්මවකාරය පවත්වන ලදි කියන ලද්දේ මෙම සත්‍යය දේශනා ව පිළිබඳව ය.



වතුරාරය සත්‍ය දේශනාවට ඇතුළත් ආරය අෂ්වාංගික මාරගය පෙර විසි බුද්ධරයන් වහන්සේලා විසින් ද අනුගමනය කරන ලද්දකි. තමන් වහන්සේ විසින් කරන ලද්දේ එය අනාවරණය කර ගැනීමක් බව බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් වරක් පෙන්වා දී ඇත.

“මහණෙනි, මහවනයෙහි හැසිරෙන මිනිසේක් පෙර විසු මිනිසුන් ගමන් කළ පැරණී මගක් හෝ මාවතක් දකින්නේ ද මහු ඒ අනුව යයි. ඒ අනුව යමින් ඔහු පෙර මිනිසුන් විසු ආරාම වන හා පොකුණු සහිත රමණීය පැරණී නුවරක් පැරණී ජනපදයක් දකින්නේ ය. එසේ ම මම ද පෙර විසු බුදුවරුන් ගමන් ගත් පැරණී මග, පැරණී මාවත දුටුවෙමි. මහණෙනි, පෙරවිසු සම්බුදුවරුන් ගමන් ගත් පැරණී මග, පැරණී මාවත කුමක් ද එය මේ ආර්ය අෂ්ට්‍රාංගික මාර්ගයයි. මමද එය අනුගමනය කළෙමි.”

වතුරාර්ය සත්‍ය දේශනාවේ ප්‍රධාන ම මාතෘකාව දුකු ය. එය විශ්‍රාජිත ඇත්තේ හේතු එල කුමයකට ය. දුකු පමණක් නො ව ලොව කවර ගැටලුවක් වුව ද මේ කුමයට විශ්‍රාජිත කළ හැකි ය. විසඳිය හැකි ය.

- |                  |                  |
|------------------|------------------|
| 1. ගැටලුව        | (දුකු)           |
| 2. ගැටලුවට හේතුව | (දුකුව හේතුව)    |
| 3. විසඳුම        | (දුකු නිවීම)     |
| 4. විසඳුම් මග    | (දුකු නිවීමේ මග) |

පළමු ව ගැටලුවේ නියම ස්වභාවය තේරුම් ගත යුතු ය. දෙවනු ව එම ගැටලුව පැන නැගීමට හේතු වූ කරුණ වටහා ගත යුතු ය. එහි හේතු ඉවත් වුවහොත් ගැටලුව විසඳෙන බව අවබෝධ කරගෙන විධිමත් හා බුද්ධිමත් ක්‍රියා මාර්ගයක් තුළින් එම හේතු ඉවත් කර ගැනීමෙන් ම ගැටලුවෙන් නිදහස් විය හැකි ය. රෝගීයකු නිදසුනක් වශයෙන් ගෙන මෙය පැහැදිලි කර ගනිමු. පළමු ව රෝගයක් ඇති බව තීරණය කෙරේ. දෙවනු ව වෛද්‍යවරයා රෝගයේ නියම ස්වභාවය තේරුම්ගෙන එම රෝගය ඇති වීමට හේතු වූ කරුණු දෙවනු ව තීරණය කරයි. රෝගය සුව කළ හැකි බව හා ඒ සඳහා රෝග නිදානයට පිළියම් කළ යුතු බව තෙවනු ව නිගමනය කරන වෛද්‍යවරයා ඒ සඳහා සුදුසු ප්‍රතිකාර කුමය සිවිවනු ව නියම කරයි. මෙම ක්‍රියා පිළිවෙළ තුළින්,

රෝගය

රෝග හේතුව

රෝග සුවය හා

ඡාෂධ හාවිතය

යන සතර පැහැදිලි කෙරයි.





බූද්ධරජාණන් වහන්සේ ද සංසාර දුක් තමැති රෝගයට වෙදාහවරයෙකි. ලෝච්චිඛ සගරා කතුවර වීදාගම මාහිමියන් ද බූද්ධග්‍රෑණ වර්ණනා කරමින් සත්හට වන බව දුක්ට වෙදාණන් යයි දක්වා ඇත්තේ එ බැවිනි.

බොදු පිළිවෙතෙහි මූලික අරමුණ වූ නිර්වාණයට පත් විය හැක්කේ වතුරාරය සත්‍යය අවබෝධයෙනි. ඒ හැරුණු විට වතුරාරය සත්‍යය ඉගෙනීම තුළින් ලොකික වශයෙන් ලද හැකි ප්‍රයෝගන රසක් ද වෙයි. ඉන් කිපයකි මේ.

1. ජීවිතයේ දී මූහුණ පැමට සිදුවන විවිධ ආකාරයේ දුක් පිඩා දරා ගැනීමේ හැකියාව ඇති වීම
2. අනුන්ගේ දුක් දුක් හැකි පමණින් පිහිට වීමට පෙළඳවීමක් ඇති වීම
3. දුක් කරදරවලින් නිදහස් වීමට ගත යුතු ක්‍රියාමාර්ග සෞයා බැලීම හා ක්‍රියාවට නැගීම
4. නැවත නැවත දුක්ට හාජන වන ක්‍රියාවන්ගෙන් හැකිතාක් ඇත් වී ක්‍රියා කිරීමේ ආකල්පය ගොඩනගා ගැනීම
5. වතුරාරය සත්‍යය තුළින් ඉගෙන්වන විධි කුමය ගැටලු විසඳා ගැනීමට උපයෝගී කර ගත හැකි වීම

## සාර්ථකය

ආර්ය සත්‍ය සතර එ නමින් හැඳින්වීමට හේතුව, ආර්ය සත්‍යයෙහි ප්‍රධාන ලක්ෂණ තුන, වතුරාර්ය සත්‍යය පිළිබඳ තිපරිවටට, ද්වාද්‍යාකාරය, වතුරාර්ය සත්‍යයෙහි විශේෂත්වය, වතුරාර්ය සත්‍යය තුළින් මතුවන විධිතුමය ඕනෑම ගැටලුවක් විසඳීම සඳහා ඉවහල් කරගත හැකි බව, වතුරාර්ය සත්‍යය තුළින් පෙන්වා දෙන දුක පිළිබඳ ඉගෙනුමෙහි ඇති ප්‍රායෝගික අගය මෙම පාඨමෙහි සාකච්ඡා වී ඇත.

### ත්‍රියාකාරකම

1. ආර්ය සත්‍ය යන්නෙහි අරුත් දක්වන්න.
2. ඔබ අන්‍යයන්ගේ දුක දුක පිහිට වූ අවස්ථා දෙකක් සටහන් කරන්න.
3. ගැටලුවක් විසඳා ගැනීම පිණිස පළමු ව කළ යුත්තේ කුමක් දැයි පැහැදිලි කරන්න.

### භාවිතය

ඉපදීම ආදී දුක් කියැවෙන ධර්ම පායය ද්‍රීසක් පැවතුම් සූත්‍රයෙන් සොයා එහි පද්‍යාර්ථ ලියා දක්වන්න.