



බුදු දහම පදනම් කරගත් ජීවන දැක්මක්

බුදු දහම මානව වර්ගයාට ම ලැබී ඇති අනගිතම දායාදයකි. වරින් වර කාලයේ වැලිතලාවෙන් යට වී යන ලෝක යථාර්ථය නැවත අනාවරණය කොට ලෝකයාගේ යහපත වෙනුවෙන් ඉදිරිපත් කරන්නේ ලොව්තුරා බුදුවරයෙකි. එම යථා ස්වභාවය හෙළි කෙරෙන බුදු දහමේ මූලික ඉගැන්වීම් කිහිපයක් ඇත. මෙම ඉගැන්වීම් මැනවින් හදාරා ඒ අනුව කටයුතු කිරීමෙන් ඕනෑ ම අයකුගේ ජීවිතය ආලෝකවත් කර ගත හැකි ය. ජීවිතය හා ලෝකය පිළිබඳ සැබෑ ස්වභාවයත් ජීවිතය පවත්වා ගත යුතු ආකාරයත් මෙම ඉගැන්වීම් මගින් පෙන්වා දෙයි. පටිච්චසමුප්පාදය, චතුරාර්ය සත්‍යය, කර්මය හා පුනර්භවය බුදු දහමේ මූලික ඉගැන්වීම් කීපයකි. මෙම එක් එක් ඉගැන්වීම් වෙන් වෙන් ව දැන හැඳින එමගින් ජීවිතය ඔපවත් කර ගත හැකි ආකාරය විමසා බලමු.

ඇති වීම (උප්පාද) පැවතීම (ධීනි) නැති වීම (භංග) වශයෙන් පවත්නා ලෝකය හේතු ප්‍රත්‍ය වශයෙන් එකිනෙකට සාපේක්ෂව පවත්නා ආකාරය හේතුවල දහමින් මනා ලෙස පැහැදිලි කොට ඇත.

“ඉමස්මිං සති ඉදං හෝති - ඉමස්මිං අසති ඉදං න හෝති” මෙය ඇති කල්හි මෙය වේ. මෙය නැති කල්හි මෙය නොවේ, යන්න හේතුවල ධර්මතාවෙන් ඉගැන්වෙන මූලික හරයයි. අස්සජී මහරහතන් වහන්සේ උපතිස්ස පරිබ්‍රාජකයාට බුදුරජාණන් වහන්සේ හඳුන්වා දෙන්නේ හේතුවල සබඳතාව පෙන්වා දෙන ශාස්තෘවරයකු ලෙසිනි. මෙලොව උපන් සියලු දෙනාට ම ජාති, ආගම්, කුල, දේශසීමා කුමක් වුව ද ලෙඩ වීම, ජරාවට යෑම, මරණයට පත් වීම යනාදී ස්වභාවයන් පොදු ගැටලු ය. මෙම ගැටලුවලට පිළිතුරු සෙවීම අතිශය දුෂ්කර ය. සත්ත්වයාට මුහුණ දීමට සිදු වන විවිධාකාරයේ දුක් කම්කටොලුවලට හේතු සාධක හේතුවල දහම මගින් පෙන්වා දෙයි. ජාති, ජරා, මරණ දුක්වලට හේතු වන්නේ භවයක් තුළ ඉපදීමයි. සත්ත්වයා භවගාමී ව සසර සැරිසරන්නේ භවයට ඇති බැඳීම නිසා ය. භවයට බැඳෙන්නේ පංචස්ඛන්ධය කෙරෙහි හට ගන්නා තණ්හාව නිසා ය. ඇස, කන, නාසය ආදී ඉන්ද්‍රියයන් හා රූප, ශබ්ද, ගන්ධ ආදී අරමුණු මුණ ගැසීමෙන් වේදනාව හට ගනී. ඇස, කන ආදී ඉන්ද්‍රියයන් රූප, ශබ්ද ආදී අරමුණු හා ගැටීමෙන් ස්පර්ශය උපදී. ස්පර්ශයට හේතු වන්නේ චක්ඛු, සෝභ ආදී ආයතන හයයි. එම ආයතන හට ගැනීමට හේතු වන්නේ විඤ්ඤාණයයි. විඤ්ඤාණය ද තනිව හටගෙන පවත්නා, ස්වාධීන වූවක් නොවේ. හේතු

ප්‍රත්‍ය සමුදයක් නිසා විඤ්ඤාණය මෙන්ම සත්ත්වයාගේ සසාංසාරික පැවැත්ම සිදුවෙයි. පුද්ගලයන් විසින් කරනු ලබන කුසලාකුසලකම්ද සත්ත්වයාගේ පැවැත්මට මූලික ව ම බලපාන හේතුවකි. කුසල හෝ අකුසල කර්ම අප විසින් දිගින් දිගට ම සිදු කරනු ලබන්නේ අවිද්‍යාව හෙවත් චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය අවබෝධ කොට නොගන්නා නිසා ය. මේ අනුව සාංසාරික ව අපට මුහුණ දීමට සිදු වන අනේක විධ දුක් පීඩාවන්ට වගඋත්තරකරුවා වන්නේ අප ම ය. එසේ ම ඒ සඳහා ක්‍රියාත්මක වන බාහිර බලවේගයක් හෝ කරවන්නෙක් හෝ නොමැති බවත් මෙම ඉගැන්වීම මගින් ප්‍රත්‍යක්ෂ වන කරුණකි.

හේතුවල දහම අප දෛනික ව මුහුණ දෙන ගැටලු නිවැරදි ව හඳුනා ගැනීමට ද එම ගැටලු විසඳා ගැනීමට ද උපකාරවත් වේ. අපගේ පාලනයක් ඇති ව හෝ නැති ව සිදු වන ඕනෑ ම සංසිද්ධියක් තුළ මෙම හේතුවල දහම ක්‍රියාත්මක වේ. නිදසුනක් ලෙස පංතියේ සිටින දක්ෂ ශිෂ්‍යයකු හා ඉගෙනුමට පසුබට ශිෂ්‍යයකු ගෙන වෙන් වෙන් ව ඒ සඳහා හේතු සාධක විමසා බැලුවහොත් කරුණු රැසක් අනාවරණය කර ගත හැකි ය. ඉගෙනුම කෙරෙහි කැපවීම, උත්සාහය, දෙමාපිය වැඩිහිටි අවධානය ලැබීම හා බුද්ධි මට්ටම වැඩි වීම ආදී සාධක වශයෙන් කරුණු රැසක් ඔහුට දක්ෂ ශිෂ්‍යයකු වීමට බලපා තිබිය හැකි ය. ඉගෙනුමට පසුබට ශිෂ්‍යයා පිළිබඳ හේතු සාධක විමසා බැලුවහොත් අඩු කැපවීම, කුසිතකම, වැඩිහිටි අවධානය නොමැති වීම, උෟත බුද්ධි මට්ටම වැනි සාධක රැසක් පසුබටතාවට ඉවහල් වී ඇති බව පෙනී යයි. ප්‍රතිඵලය දෙස බලා හැඟුම්බර ව පටු තීරණ ගැනීම වෙනුවට හේතු සාධක බලා බුද්ධිමත් ව නිවැරදි තීරණ ගැනීමට මෙමගින් හැකියාව ලැබේ.

බුදුදහමේ ඉතා ම වැදගත් ඉගැන්වීමක් වන චතුරාර්ය සත්‍යය පිළිබඳ නිවැරදි අවබෝධයක් ලබා ගැනීම ද අපගේ ඵදිනෙදා ජීවිතය ඔපවත් කර ගැනීමට වැදගත් වේ. උපතේ පටන් ජීවිත කාලය පුරා අප මුහුණ දෙන විවිධාකාර දුක් දොම්නස්වල ස්වභාවයන්, තෘෂ්ණාව ඊට ප්‍රධාන හේතුව බවත් එමගින් ප්‍රත්‍යක්ෂ වේ. දුකින් මිදීමේ මාර්ගය හෙවත් මැදුම් පිළිවෙත ගැන අවබෝධයක් ඇති කර ගැනීමෙන් ජීවත් විය යුතු ආකාරය පිළිබඳ දැක්මක් පුද්ගලයා තුළ ඇති වේ.

ලාභ, අලාභ, යස, අයස, නින්දා, ප්‍රශංසා, සුඛ, දුක්ඛ යන අට ලෝ දහමට මුහුණ දීමට සිදු වන්නේ ලෝක ස්වභාවය අනුව බව අපට පසක් වන විට දුක සැප විඳදරා ගැනීමේ සමබර මානසිකත්වයක් ගොඩනගා ගැනීමට හැකියාව ලැබේ. සැපතේ දී අනවශ්‍ය උද්දාමයට පත් වීම ද, දුකේ දී දැඩි කම්පනයට පත් වීම ද නුසුදුසු බව වටහා ගත්විට පුද්ගලයා අසීමිත ආශාවන් පසුපස හඹා නොයයි. ඔහු තමා අවට සිටින්නවුන් හා දුක සැප බෙදා ගැනීමට හුරුවේ. එවන් පුද්ගලයා ලද දෙයින් සතුටට පත් වීමට හුරුවන නිසා සැනසිලිදායක ජීවිතයක් ගත කරයි.

කර්මය හා පුනර්භවය පිළිබඳ ඉගැන්වීමෙන් අපගේ ජීවිතය ඇතුළු සියලු සත්ත්ව ජීවිත මෙලොවින් අවසන් නොවන බව තේරුම් ගත හැකි ය. ඇතැමෙක් කර්ම ඵල විශ්වාස නොකරන බැවින් බරපතල පාපකර්ම සිදු කර ගනිති. ඇතැමෙක් සියල්ල පෙර කර්මයට ම භාර දෙති. මෙම ක්‍රියා දෙවර්ගය ම පුද්ගලයාට ඉතා හානිකර අයුරින් බලපායි.

අප විසින් කරනු ලබන කුසලාකුසල කර්මවලට අනුව සසර දිගු ගමනක් ඇති බවත්, කර්ම සිදු වන්නේ අප විසින් සිදු කරනු ලබන විවිධ ක්‍රියා අනුව බවත් එනිසා අප තිදොරින් සිදු කරනු ලබන කටයුතු පිළිබඳ දැඩි සැලකිල්ලක් දැක්විය යුතු බවත් මේ පිළිබඳ හැදෑරීමෙන් පසක් වේ. එසේ ම සාංසාරික ගමන නතර කිරීම සඳහා කෙලෙස් ප්‍රහීන කළ යුතු බවත් පැහැදිලි වේ. අප මෙලොව කරන කර්ම පරලොවට බලපාන බැවින් අකුසලයෙන් මිදී කුසලයෙහි නිරත විය යුතු ය. කුසල කර්ම සිදු කර ගැනීමෙන් සුගතියෙහි ද අකුසල කර්ම කිරීමෙන් දුගතියෙහි ද උපත ලබන බව වටහා ගැනීම නිසා නිවැරදි ජීවිතයක් ගත කිරීමට හැකියාව අපට ලැබේ. කර්මයක් සිදු වීම සඳහා චේතනාව අනිවාර්යයෙන් බලපානු ලබයි. අචේතනිකව සිදු වන ක්‍රියා කර්ම ලෙස නොසැලකෙයි. මෙහිසා දෛනික ජීවිතය ගත කිරීමට බාධාවක් නොමැති බව පැහැදිලි වේ. කර්මය පිළිබඳ බෞද්ධ ඉගැන්වීමෙන් පෙන්වා දෙන තවත් වැදගත් කරුණක් නම් සියල්ල පෙර කර්මයට භාරදිය නොහැකි බවයි. කර්ම ශක්තීන් අපගේ ජීවිතයට බලපෑව ද සියල්ල අතීත කර්මයට භාරදී උදාසීන ව කල් ගත කිරීමට බුදුදහම නූගන්වයි.

සාරාංශය

චතුරාර්ය සත්‍ය, පටිච්ච සමුප්පාදය, කර්මය හා පුනර්භවය බුදුදහමේ මූලික ඉගැන්වීම් ලෙස සැලකේ. හේතුඵල දහම හා චතුරාර්ය සත්‍යයට අනුව ලොව පවත්නා සියලු සංසිද්ධීන් එකිනෙක හා බැඳී ඇති ආකාරය පෙන්වා දෙයි. බුදුදහමේ මූලික ඉගැන්වීම් මැනවින් හදාරා ජීවිතයට එකතු කර ගැනීම ඉතා වැදගත් ය. කර්මය හා පුනර්භවයක් ඇති බැවින් දෙලොව සුබසිද්ධිය සලසන යහපත් ක්‍රියාවල නිරත විය යුතු ය. මෙම ඉගැන්වීම් සියලු ආකාරයේ දුක් නැති කර ගැනීමට පිටිවහලක් කර ගත හැකි ය. ජීවිතයේ අපට මුහුණ දීමට සිදු වන ඕනෑ ම ක්‍රියාවලියක දී බුද්ධිමත් ව කටයුතු කිරීමටත් ලෝකස්වභාවය තේරුම් ගැනීමටත් මෙමගින් හැකියාව ලැබේ.

ක්‍රියාකාරකම

1. පහත දැක්වෙන මාතෘකා අනුව එම ඉගැන්වීම් ඔබේ ජීවිතය ඔපවත් කර ගැනීමට යොදා ගත හැකි ආකාරය පිළිබඳ කෙටි සටහන් ලියන්න.
චතුරාර්ය සත්‍යය
පටිච්චසමුප්පාදය
කර්මය හා පුනර්භවය
2. ඔබ තෝරා ගත් ගැටලුවක් විසඳීමට පටිච්චසමුප්පාද න්‍යාය යොදා ගත හැකි ආකාරය පෙන්වා දෙන්න.

පැවරුම

බුදුදහමේ මූලික ඉගැන්වීම් මගින් ජීවිතය ඔපවත් කර ගත හැකි ආකාරය පිළිබඳ පුවත්පතකට ලිපියක් සකස් කරන්න.