



උත්සාහයෙන් විරූයෙන් ජීවිතය ජයගන්නට වෙර දරනා පින්වත්ත දු පුතුන් උදෙසා...

ශ්‍රී බුද්ධ වර්ෂ 2559
ව්‍යවහාරික වර්ෂ 2015
නොවැම්බර්, දෙසැම්බර්, ජනවාරි
සිව්වන කලාපය

Find us on Facebook www.facebook.com/ShradhaTV

Web : www.shradha.lk

Email : info@shradha.lk

YouTube www.youtube.com/ShradhaTV

ඇයි?

මේ තරම් වෙනසක්



ඇතුළු පිටු

අපි අවබෝධයෙන් ම ශ්‍රී සද්ධිරම්ය සහ ආර්ය මිත්‍ය සංසර්ගය සරණ සමු !

සාද... සාද... තෙරුවන් හමදින්නයි !

සෙනෙතෙබර ආමන්ත්‍රණය

සර්වසව්‍ය වාසම් සිරමං ක්‍රමවේද 8ක්





— ❦ —

මහා කාරුණික වූ ප්‍රඥාවෙන් අශ්‍රේෂ්ඨවර වූ සියලු දෙව් මිහිසුන් හට
විමුක්තියේ මාර්ගය විවර කළ ශ්‍රීමත් සුගත තථාගත ගෞතම සම්මා
සම්බුදු රජාණන් වහන්සේට අපගේ නමස්කාරය වේවා !

— ❦ —



මහමෙව්නාව භාවනා අසපු සංචිතයේ ත්, ශ්‍රද්ධා රූපවාහිනියේ ත්
ශ්‍රද්ධා ගුවන් විදුලියේ ත්, නිර්මාතෘවර, ප්‍රධාන අනුශාසක
අතිපූජනීය කිරිඳිගොඩ ඤාණානන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ.



**ශ්‍රද්ධා අධ්‍යාපන ශිෂ්‍යත්ව පුණ්‍ය ව්‍යාපෘතිය සඳහා සෙනෙසින්
අවවාද අනුශාසනා කරමින් අපහට නිරතුරු මග පෙන්වන
අපගේ ගුරුදේවෝත්තම කලාණ මිත්‍ර පින්වත් ලොකු ස්වාමීන්
වහන්සේට අපගේ නමස්කාරය වේවා !**

ශ්‍රද්ධා මාධ්‍ය ජාලය.
369, හේවාගම, කඩුවෙල.
දුරකථන : 0112 571 471
ෆැක්ස් : 0112 548 400
ඊ මේල් : info@shraddha.lk
වෙබ් : www.shraddha.lk



අනේක උක් කමිකටොලු මෑද
 උපයාගත් මුදල් තුටු සිතින් ම
 ජීවිතය ජයගනීනට වෙර දරන
 දෑයේ දුවා දරුවන්ට
 මහත් සෙනෙහසින් දැයාද කරන
 දෑයාබර කපකරු මා පියවරෙන් සියලු දෙනා ද
 අනේක උක් කමිකටොලු මෑද
 ගුණයෙන් හුවණින් පිරිපුන් අනාගතයකට
 පෙරමං තනන ශ්‍රද්ධා අධ්‍යාපන ශිෂ්‍යත්වලාභී
 පින්වත් දරුවන් සියලු දෙනා ද
 නිදුක් වෙත්වා ! නිරෝගී වෙත්වා ! සුවපත් වෙත්වා !
 මේ දුර්ලභව ලද මිනිස් ජීවිතය
 නිමවන්නට මත්තෙන් ඉතා සුවසේම
 උතුම් චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය අවබෝධ කොට
 මේ උක්ඛිත සසර ගමනින්
 නිදහස් වීමේ වාසනාව ලබන්නවා!

අළුදෙනියේ සුබෝධි ස්වාමීන් වහන්සේ.
ව්‍යවහාරික වර්ෂ 2016 ක් වූ ජනවාරි මස 07 වැනි දින දීය.

නමෝ බුද්ධියා !!!

ආදරණීය දුවේ/පුත්,

වසරක් ගෙවිලා ගිහින් අලුත් වසරක් උදාවෙලා. එක පන්තියක හිටපු දුවලා පුතාලා අලුත් පන්තියක යි අලුතින් ඉගෙන ගන්න සුදනම් වෙන්නේ. තවත් විදියකට කියනවා නම් අපි මනුෂ්‍ය ලෝකේ ඉන්න ආයුෂයෙන් තවත් අවුරුද්දක් ගෙවිලා ගියා. කාලය අපිටත් හොරා ම දවසින් දවස ගෙවී යනවා. ඒ නිසා, අපේ ජීවිතේ මේ දක්වා ම ගතවුනේ හිස් විදියට ද නැති නම්, අර්ථාන්විතව ද කියලා අපි හොඳින් හිතලා බලන්න ඕන.

මේ ලිපිය කියවන අතරේ පසුගිය වර්ෂය දෙස මොහොතක් හැරිලා බලන්න. පසුගිය වර්ෂයේ ඔබ කළ කී දේ ගැන හොඳින් සිහි කරන්න. හිස් කොළයක් අතට අරගෙන ඒකේ එක පැත්තක කරපු යහපත් දේවලුත් අහිත් පැත්තේ තමන් අතින් සිදුවුණු අයහපත් දේවලුත් ලියන්න.

දැන් හොඳින් කල්පනා කරන්න පසුගිය වසරේ ඔබේ ජීවිතය ගෙවුනේ කොයි විදියටද.. වැඩිපුර තියෙන්නේ කරපු හොඳ දේවල් නම් ඔබට සතුටු වෙන්න පුළුවන්. නමුත් වැඩිපුර තියෙන්නේ නරක දේවල් නම් ඒ ගැන දෙවරක් හිතන්න අපට සිදුවෙනවා.

ආදරණීය දුවේ/පුත්,

ඔබ මේ මොහොතේ හිත මෙහෙයවා කරන දේ තමයි කෙදිනක හෝ ඔබේ අනාගතේ බවට පත්වෙලා ඔබ කරා එන්නේ. කරන යහපත්

දේ වලට යහපත් විපාක ලැබෙනවා. කරන අයහපත් දේ වලට අයහපත් විපාක ලැබෙනවා. ඒ සියල්ල තීරණය වෙන්නේ නොපෙනෙන අත්තුන බලවේගයක් මත නොවෙයි. ඉඬේ ත් නොවෙයි. අපි මේ මොහොතේ සිත මෙහෙයවා කරන දේ මතයි. ඒ නිසා ඔබ හිතන ක්‍රමය යහපත් අයුරින් වෙනස් කර ගන්න පුළුවනි නම් ඔබේ අනාගතයත් ඒ අයුරින් ම ඉතා යහපත් වකක් වේවි.

ඔබේ ජීවිතයේ කිලිටි බව හෝ පිරිසිදු බව තීරණය වෙන්නේ ඔබ මතම යි. ඒ ගැන බුදු රජාණන් වහන්සේ ධම්ම පදයේ දී මේ ලස්සන ගාථා රත්නය වදාළා.

අත්තනාව කතං පාපං - අත්තනා සංකිලිස්සති
අත්තනා අකතං පාපං - අත්තනාව විසුජ්ඣති
සුද්ධි අසුද්ධි පච්චතං - නාඤ්ඤේඤ්ඤාං විසෝධයේ.

තමා විසින් කරපු පාපයෙන් ම යි තමා කිලුටු වෙන්නේ. තමා විසින් පව් නො කිරීමෙන් ම යි තමා පිරිසිදු වෙන්නේ. පිරිසිදු වීමත්, කිලුටු වීමත් යන දෙක තමන් ම බලාගත යුතු දෙයක්. තවත් කෙනෙකුට තවත් කෙනෙක් ව පිරිසිදු කරන්නට බෑ.

(ධම්ම පදය - අත්ත වග්ගය)

අලුත් වර්ෂයක් ආරම්භ වන මේ දවස් වල හොඳින් හිතලා බලලා මේ වර්ෂය සැලසුම් කර ගන්න. කලින් වසරේදී තමන් අතින් සිදු වුන අඩුපාඩු වැරදි ආදිය මේ වසරේ දී සිදු නොවීම පිණිස ව්‍යයම් කරන්න. ඒ වගේම අලුතින් හොඳ ගුණධර්ම දියුණු කරගන්නත්, අධ්‍යාපන කටයුතු පසුගිය වසරට වඩා හොඳින් සිදු කරන්නත්, උතුම් ධර්මය ඉගෙනගෙන පුරුදු කරන්නත් අධීෂ්ඨාන කරගන්න. දුවලා පුතාලා වෙනුවෙන් දෙමාපියන්, ගුරුවරුන්, භාරකරුවන්, කැපකරු මව් පියවරුන් කොතරම් නම් වෙනසනවා ද.. ඒ අයගේ බලාපොරොත්තු හිස් දෙයක් බවට පත්වෙන්න

ඉඩදෙන්න වීජා. ඔබ වෙනුවෙන් කැපවෙන සියලු දෙනාගෙම හිතට සතුටක් ඇති වන අන්දමට ජීවිතය ජය ගන්නවා කියලා සිතේ දැඩි අදිටනක් ඇති කරගන්න.

සමහර කැපකරු මව් පියවරු කුලී වැඩ කරලයි දුවලා පුතාලට සල්ලි වචන්නේ. සමහර කැපකරු මව් පියවරු තමන්ට ලැබෙන පුංචි විශ්‍රාම වැටුපෙන් කොටසක් ඔයාලා වෙනුවෙන් වෙන් කරනවා. ඒ නිසා වියාලා වචන මුදල් ඔබේ අධ්‍යාපනය උදෙසාම අර්ථාන්විතව යොදවන්න. චතකොට ඒ අයගේ ආශීර්වාදය ත් නිබඳව ම ඔබ කෙරෙහි පිහිටනවා. කළගුණ සිහිකරන ගුණවත් දරුවන් හැටියට කැපකරු මව් පියන් වෙත පින් අනුමෝදන් කරලා ලස්සන ලියුමක් ලියලා වචන්නන් අමතක කරන්න වීජා. මෙවර මේ පුංචි පොත් පිංචියේ උතුම් සදහම් ගුණත්, මහා සඟ රුවෙන් ගුණත් ඇතුළත් කොටසක් තියෙනවා. ඒ සදහම් ගුණත්, සඟ ගුණත් මතක තියාගෙන නිරතුරුවම සිහි කරන්න. ඒ වගේම අපගේ ගුරු දේවෝත්තම පින්වත් ලොකු ස්වාමීන් වහන්සේ විසින් බුදු ගුණ දම් ගුණ සඟ ගුණ ඇසුරින් හදුනා ලස්සන කවි මේ පොත් පිංචියේ ඇතුළත් වෙනවා. ඒවා සවස බුදුන් වඳිද්දි නිතර සජීකර්මයනා කරන්න.

මිනිසුන් අතර ඉපදුනු අපේ වෙනස්කම් තීරණය වෙලා තියෙන හැටි ගැනත් ලස්සන ලිපියක් මේ පොත් පිංචියේ අඩංගු වෙනවා. ඒ විතරක් නොවෙයි, වර්තමාන අධ්‍යාපන විශේෂඥයින් විසින් සනාථ කළ සාර්ථක ඉගෙනීමක් සඳහා උපකාර වන ක්‍රමවේදයන් කිහිපයක් ගැන විස්තර ඇතුළත් ලිපියක් බොහෝම අර්ථවත්. ඒ නිසා මේ පොත් පිංචි අවසන් වන තුරු හොඳින් කියවන්න. ඔබේ ජීවිතයේ මෙලොව පරලොව දියුණුවට විය බොහෝ උපකාර වේවි. ඒ වගේම දුවලා පුතාලට අලුත් පණිවිඩයකුත් තියෙනවා. ශ්‍රද්ධා රූපවාහිනිය පසුගිය දෙසැම්බර් 31 වැනිදා සිට බස්නාහිර පළාතේ සාමාන්‍ය විකාශන කටයුතු ආරම්භ කළා. බස්නාහිර පළාතේ සියලු දෙනාට දැන් ඕනෑම රූපවාහිනී යන්ත්‍රයකින් පහසුවෙන් ම ශ්‍රද්ධා රූපවාහිනිය නරඹන්න පුළුවන්. ඔබත් ඉන්නේ බස්නාහිර පළාතේ

නම් නිවසේ රූපවාහිනිය සුසර (tune) කිරීමෙන් දැන් ශ්‍රද්ධා නැරඹිය හැකියි. මේ පණිවිඩය ඔබේ අසල් වැසියන්ටත් කියන්න අමතක කරන්න එපා.

පින්වත් දුවලා පුතාලගේ ජීවිතය වාසනාවන්ත වේවා කියලා අපි මෙන් සිතින් සෙත් පතනවා. තුනුරුවෙන් අනන්ත ගුණානුභාව බලයෙන් පින්වත් දුවලා පුතාලාට නිදක් නිරෝගී සුවපත් භාවය දීර්ඝායු සම්පත් සැලසේවා. අධ්‍යාපන කටයුතු සාර්ථක කරගෙන ජීවිතය ජයගන්නටත් මේ ගෞතම බුදු සසුනේම ඉතා සුවසේ ම උතුම් චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය අවබෝධ කරගන්නටත් සියළු ශක්තිය වාසනාව උදාවේවා.

මෙයට,
ගෞතම බුදු සසුන තුළ
මෙන් සිතින්,
අළුදෙණියේ සුබෝධී ස්වාමීන් වහන්සේ.
ශ්‍රද්ධා රූපවාහිනිය - ශ්‍රද්ධා ගුවන් විදුලිය.

පටුන

01. අපි අවබෝධයෙන් ම ශ්‍රී සද්ධර්මය සහ ආර්ය මහා සංඝරත්නය සරණ යමු	12
02. සාදු... සාදු... තෙරුවන් නමදින්නයි	24
03. සෙනෙහෙබර ආමන්ත්‍රණය	31
04. ඇයි මේ තරම් වෙනසක් ?	34
05. සාර්ථකව පාඩම් කිරීමට ක්‍රමවේද 8 ක්	44





අපි අවබෝධයෙන් ම
ශ්‍රී සද්ධර්මය සහ
ආර්ය මහා සංඝරත්නය
සරණ යමු !

පූජ්‍යපාද කිරිඳිගොඩ ඤාණානන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ විසින් රචිත
“සැදැහැවතුන්ගේ වන්දනා” පොත ඇසුරිනි.

ධම්මානුස්සති

තෙරුවන් සරණ ගිය සැදැහැවත් ශ්‍රාවකයා වන්දනා කරන්නේ තම ශාස්තෘන් වහන්සේට පමණක් නොවේ. ඔහු තුළ බලවත් ශ්‍රද්ධා ගෞරවයක් ශ්‍රී සද්ධර්මය ගැනත් තිබේ. හේ නොයෙක් අයුරින් තමන් සරණ ගිය ශ්‍රී සද්ධර්මයේ ගුණ මෙනෙහි කරයි. ඒ සදහම් ගුණයන්ට වන්දනා කරයි.

දක්ෂ මෑණික් කරුවෙක් මහාර්ඝ මාණික්‍යයන් තෝරා ගන්නා සේ හේ බුදුන් වදාළ ශ්‍රී සද්ධර්මය මනා කොට තෝරා ගැනීමේ දක්ෂ වෙයි. එය ඔහුගේ සැබෑම ශ්‍රද්ධාවයි.

සිරි සදහම් ගුණ මෙසේ සිහි කරන්න. මිහිරි හඬින් කියන්න.

**ස්වාක්ධාතෝ භගවතා ධම්මෝ,
සන්දිට්ඨිකෝ, අකාලිකෝ, චිහි පස්සිකෝ,
ඕපනයිකෝ, පච්චත්තං වේදිතබ්බෝ විඤ්ඤුහි'හි.**

දැන් අර්ථ වශයෙන් කියන්න.

“ස්වාක්ධාතෝ භගවතා ධම්මෝ”

මාගේ ස්වාමී වූ බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් ඉතා ම යහපත් ලෙස ශ්‍රී සද්ධර්මය දේශනා කරන ලදී. එම ශ්‍රී සද්ධර්මයේ ආරම්භය වූ සීලය ත් ඉතාම යහපත් (**ආදි කලාණං**) ය. එහි මැද කොටස නම් වූ සමාධිය ත් ඉතාම යහපත් (**මජ්ඣේ කලාණං**) ය. එහි අවසාන කොටස නම් වූ ප්‍රඥාව ත් ඉතාම යහපත් කොට (**පර්යෝසාන කලාණං**) දක්වන ලද්දේ ය. අර්ථ සහිත ව (සාත්ථං) පෙන්නා දෙන ලද්දේ ය. පැහැදිලි වචන වලින් (**සධ්‍යඤ්ජනං**) පෙන්නා දෙන ලද්දේ

ය. අතිශයින් ම පරපූර්ණ වූ පාරිශුද්ධ වූ නිකෙලෙස් ජීවිතය (**කේවල පරපුර්ණං පරිසුද්ධං බ්‍රහ්මචරියං**) පෙන්වා දෙන ලද්දේය.

එම නිසා භාග්‍යවතුන් වහන්සේ විසින් වදාරණ ලද ශ්‍රී සද්ධර්මය ඉතා යහපත් කොට වදාළ හෙයින් **“ස්වාක්ධාත”** වන සේක.

මෙසේ **“ස්වාක්ධාත”** වූ ශ්‍රී සද්ධර්මය මම සරණ යමි.

මෙසේ **“ස්වාක්ධාත”** වූ ශ්‍රී සද්ධර්මයට මාගේ නමස්කාරය වේවා.

සාදු! සාදු!! සාදු!!!

“සන්දිට්ඨිකෝ හගචතා ධම්මෝ”

මාගේ ස්වාමී වූ බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් මහාකරුණාවෙන් වදාරණ ලද ශ්‍රී සද්ධර්මය මේ ජීවිතය තුළ දී ම අවබෝධ කළ හැකි වන සේක. ඒ ශ්‍රී සද්ධර්මය, සීල, සමාධි, ප්‍රඥා වශයෙන් දියුණු කළ හැකි සේක. ඒ ශ්‍රී සද්ධර්මය සෝවාන් මාර්ග - ඵල, සකදගාමී මාර්ග - ඵල, අනාගාමී මාර්ග ඵල, අරහත් මාර්ගඵල වශයෙන් අවබෝධ කර ගත හැකි වන සේක.

ඒ ශ්‍රී සද්ධර්මය චතුරාර්ය සත්‍යය ධර්මය වශයෙන් මේ ජීවිතයේ දී ම අවබෝධ කළ හැකි වන සේක.

මෙසේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ විසින් දේශනා කොට වදාළ ශ්‍රී සද්ධර්මය මේ ජීවිතයේ දී ම අවබෝධ කළ හැකි නිසා **“සන්දිට්ඨික”** වන සේක.

මේ **“සන්දිට්ඨික”** වන ශ්‍රී සද්ධර්මය මම සරණ යමි.

මේ “සන්දිට්ඨික” වන ශ්‍රී සද්ධර්මයට මාගේ නමස්කාරය වේවා.
සාදු! සාදු!! සාදු!!!

“අකාලිකෝ හගචතා ධම්මෝ”

මාගේ ස්වාමී වූ බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් දේශනා කරන ලද ශ්‍රී සද්ධර්මය ඕනෑම කාලයක දී ඒ ආකාරයෙන් ම අවබෝධ කළ හැකි වන සේක.

ඒ ධර්මයේ සඳහන් වන සීල, සමාධි, ප්‍රඥා හෝ මාර්ග - ඵල හෝ චතුරාර්ය සත්‍යයාදී ධර්මයන් සදුකාලික සත්‍යයක් වශයෙන් පවතින නිසා ඕනෑම කාලයකට අවබෝධ කළ හැකි වන සේක.

මෙසේ අතීත, අනාගත, වර්තමාන හේදයකින් තොරව භාග්‍යවතුන් වහන්සේ විසින් වදාරණ ලද ශ්‍රී සද්ධර්මය අවබෝධ කළ හැකි නිසා “අකාලික” වන සේක.

මෙසේ “අකාලික” වන ශ්‍රී සද්ධර්මය මම සරණ යමි.

මෙසේ “අකාලික” වන ශ්‍රී සද්ධර්මයට මාගේ නමස්කාරය වේවා.

සාදු! සාදු!! සාදු!!!

“චනිපස්සිකෝ හගචතා ධම්මෝ”

මාගේ ස්වාමී වූ බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් දේශනා කරන ලද ශ්‍රී සද්ධර්මය ඇවිත් බලන්නැ යි දක්වාලන, දෙවි - මිනිසුන් අතරට විවෘත භාවයට පත් වූ සේක.

රහස් බණ, රහස් උපදෙස්, සැඟවී කතා බස් කිරීම් නොමැති මේ ශ්‍රී සද්ධර්මය හිරුමඬල දක්වන්නා සේ සඳුමඬල දක්වන්නා සේ හඬ නගා පෙන්වා දිය හැකි සේක.

මෙසේ පැමිණ නුවණින් විමසා බලන්නැයි දෙවි - මිනිස් ලෝකයා හමුවේ විවෘත ව තබන ලද නිසා, භාග්‍යවතුන් වහන්සේ විසින් වදාරන ලද ශ්‍රී සද්ධර්මය **“විහිපස්සික”** වන සේක.

මෙසේ **“විහිපස්සික”** වන ශ්‍රී සද්ධර්මය මම සරණ යමි.

මෙසේ **“විහිපස්සික”** වන ශ්‍රී සද්ධර්මයට මාගේ නමස්කාරය වේවා.

සාදු! සාදු!! සාදු!!!

“ඕපහයිකෝ හඟවතා ධම්මෝ”

මාගේ ස්වාමී වූ බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් වදාරණ ලද ශ්‍රී සද්ධර්මය මනා කොට ශ්‍රවණය කිරීමෙන් ද, මනාකොට ධාරණය කර ගැනීමෙන් ද, වචනයෙන් පුරුදු පුහුණු කිරීමෙන් ද, නුවණින් මෙනෙහි කිරීමෙන් ද, ධර්මානුධර්ම ප්‍රතිපත්තියේ යෙදීමෙන් ද තම තමන් ගේ ජීවිත තුළට පමුණුවා ගත යුතු හෙයින් **“ඕපහයික”** වන සේක.

මේ **“ඕපහයික”** වන ශ්‍රී සද්ධර්මය මම සරණ යමි.

මේ **“ඕපහයික”** වන ශ්‍රී සද්ධර්මයට මාගේ නමස්කාරය වේවා.

සාදු! සාදු!! සාදු!!!

“පච්චත්තං චේදිතඛ්ඛෝ විඤ්ඤුහි භගවතා ධම්මෝ”

මාගේ ස්වාමී වූ බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් වදාරණ ලද ශ්‍රී සද්ධර්මය වනාහී ඕනෑම ජාතියක, ඕනෑම ගෝත්‍රයක, ඕනෑම කුලයක, කපටි නැති, මායා නැති, අවංක ගති ඇති ප්‍රඥාවන්තයින් හට තම තම නැණ පමණින් වෙන් වෙන් වශයෙන් අවබෝධ කළ හැකි නිසා **“පච්චත්තං චේදිතඛ්ඛෝ විඤ්ඤුහි”** වන සේක.

මෙසේ **“පච්චත්තං චේදිතඛ්ඛෝ විඤ්ඤුහි”** වන ශ්‍රී සද්ධර්මය මම සරණ යමි.

මෙසේ **“පච්චත්තං චේදිතඛ්ඛෝ විඤ්ඤුහි”** වන ශ්‍රී සද්ධර්මයට මාගේ නමස්කාරය වේවා.

සාදු! සාදු!! සාදු!!!

සංඝානුස්සති

තෙරුවන් සරණ ගිය සැදැහැවත් ශ්‍රාවකයාගේ විශේෂත්වය නම් බුදුරජාණන් වහන්සේ ගේ ශ්‍රාවක සංඝරත්නයේ ත් ගුණ මෙහෙති කිරීමේ හැකියාවයි. ශ්‍රාවක සංඝරත්නය යනු කචිරුන් දැයි පළමුවෙන් මනාකොට වටහා ගෙන සිටිය යුතුය. එසේ වටහා ගෙන ගුණ වශයෙන් සිහිකරන විට තමන් ට ඒ ගුණධර්ම ඇති කර ගැනීමේ කැමැත්ත ඇතිවේ.

සඟ ගුණ මෙසේ සිහි කරන්න. මිහිරි හඬින් කියන්න.

සුපට්ඨන්තෝ භගවතෝ සාවක සංඝෝ
උජුපට්ඨන්තෝ භගවතෝ සාවක සංඝෝ

ඤායපටිපත්තෝ භගවතෝ සාවක සංඝෝ
 සාමීචී පටිපත්තෝ භගවතෝ සාවක සංඝෝ
 යද්දිදං,
 චත්තාරි පුරිස යුගාහි, අට්ඨි පුරිස පුග්ගලා
 ඵස භගවතෝ සාවක සංඝෝ,
 ආභුණොයෙත්ථි, පාභුණොයෙත්ථි, දුක්ඛිණොයෙත්ථි,
 අඤ්ජලිකරණීයෝ,
 අනුත්තරං පුඤ්ඤාත්ඛෙත්තං ලෝකස්සා' ති.

අර්ථ වශයෙන් මෙතෙහි කරමු.

“සුපටිපත්තෝ භගවතෝ සාවක සංඝෝ”

මාගේ ස්වාමී වූ බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ශ්‍රාවක සංඝ රත්නය රාග - ද්වේෂ - මෝහ දුරු කර ගැනීම පිණිස සීල, සමාධි, ප්‍රඥා සංඛ්‍යාත ත්‍රිවිධ ශික්ෂාවෙහි හික්මෙන වැඩ පිලිවෙලකට පිලිපත් හෙයින් “සුපටිපත්ත” වන සේක.

මෙසේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ “සුපටිපත්ත” වූ ශ්‍රාවක සංඝ රත්නය මම සරණ යමි.

මෙසේ “සුපටිපත්ත” වූ ශ්‍රාවක සංඝරත්නය මාගේ නමස්කාරය වේවා.

සාදු! සාදු!! සාදු!!!

“උපුපටිපත්තෝ භගවතෝ සාවක සංඝෝ”

මාගේ ස්වාමී වූ බුදුරජාණන් වහන්සේ ගේ ශ්‍රාවක සංඝ රත්නය ඍජු මාර්ගය නම් වූ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයේ ගමන්

කිරීමට පිළිපත් හෙයින් **“උජුපටිපන්න”** වන සේක.

මෙසේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ගේ **“උජුපටිපන්න”** වූ ශ්‍රාවක සංඝ රත්නය මම සරණ යමි.

මෙසේ **“උජුපටිපන්න”** වූ ශ්‍රාවක සංඝරත්නය ට මාගේ නමස්කාරය වේවා.

සාදු! සාදු!! සාදු!!!

“ඤායපටිපන්නෝ භගවතෝ සාවක සංඝෝ”

මාගේ ස්වාමී වූ බුදුරජාණන් වහන්සේ ගේ ශ්‍රාවක සංඝ රත්නය චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මයන් අවබෝධකර ගැනීමට පිළිපත් හෙයින් **“ඤායපටිපන්න”** වන සේක.

මෙසේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ **“ඤායපටිපන්න”** වූ ශ්‍රාවක සංඝ රත්නය මම සරණ යමි.

මෙසේ **“ඤායපටිපන්න”** වූ ශ්‍රාවක සංඝරත්නය ට මාගේ නමස්කාරය වේවා.

සාදු! සාදු!! සාදු!!!

“සාමීච්චපටිපන්නෝ භගවතෝ සාවක සංඝෝ”

මාගේ ස්වාමී වූ බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ශ්‍රාවක සංඝ රත්නය මහත් වූ ධර්ම ගෞරවයකින් යුක්තව ඒ ශ්‍රී සද්ධර්මය ම ලෝකයෙහි පතුරුවා හරින හෙයින් **“සාමීච්චපටිපන්න”** වන සේක.

මෙසේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ “සාමීච්චරිපන්න” වූ ශ්‍රාවක සංඝ රත්නය මම සරණ යමි.

මෙසේ “සාමීච්චරිපන්න” වූ ශ්‍රාවක සංඝරත්නය ට මාගේ නමස්කාරය වේවා.

සාදු! සාදු!! සාදු!!!

“යද්දිං චත්තාරි පුරිසයුගාහි. අට්ඨි පුරිසපුග්ගලා ඒස භගවතෝ සාවක සංඝෝ”

මාගේ ස්වාමී වූ බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ශ්‍රාවක සංඝ රත්නය, සෝවාන් මාර්ග-ඵල ලාභී, සකදගාමී මාර්ග-ඵල ලාභී, අනාගාමී මාර්ග-ඵල ලාභී, අරහත් මාර්ග-ඵල ලාභී, වශයෙන් ගත් කල උතුම් ශ්‍රාවක යුගල සතරක් වන්නාහු ය.

වෙන් වෙන් වශයෙන් ගත් කල සෝවාන් ඵලය සාක්ෂාත් කිරීමට පිළිපත් ශ්‍රාවකයා ය. සෝවාන් වූ ශ්‍රාවකයා ය. සකදගාමී ඵලය සාක්ෂාත් කිරීමට පිළිපත් ශ්‍රාවකයා ය. සකදගාමී වූ ශ්‍රාවකයා ය. අනාගාමී ඵලය සාක්ෂාත් කිරීමට පිළිපත් ශ්‍රාවකයා ය. අනාගාමී වූ ශ්‍රාවකයා ය. අරහත් ඵලය සාක්ෂාත් කිරීමට පිළිපත් ශ්‍රාවකයා ය. අරහත් වූ ශ්‍රාවකයා ය යනුවෙන් උතුම් ශ්‍රාවක සංඝරත්නය යුගල වශයෙන් සතරක් ද පුද්ගල වශයෙන් අටක් ද වන සේක.

මෙසේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ යුගල වශයෙන් සතරක් වූ, පුද්ගලයින් වශයෙන් අටක් වූ, උතුම් ශ්‍රාවක සංඝරත්නය මම සරණ යමි.

මෙසේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ යුගල වශයෙන් සතරක් වූ,

පුද්ගලයින් වශයෙන් අටක් වූ, උතුම් ශ්‍රාවක සංඝරත්නය ට මාගේ නමස්කාරය වේවා.

සාදු! සාදු!! සාදු!!!

“ආනුෂෝයෙත් හගචතෝ සාවක සංඝෝ”

මාගේ ස්වාමී වූ බුදුරජාණන් වහන්සේ ගේ ශ්‍රාවක වූ මාර්ගචල ලාභී උතුම් සංඝරත්නය පුදු පූජා ලැබීමට සුදුසු වන සේක. දුර සිට හෝ වීචර, පිණ්ඩපාත, සේනාසන, ගිලන්පස ආදිය පිළියෙල කොට පූජා කිරීමට සුදුසු හෙයින් **“ආනුෂෝයස්”** වන සේක.

මෙසේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ **“ආනුෂෝයස්”** වූ ශ්‍රාවක සංඝරත්නය මම සරණ යමි.

මෙසේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ **“ආනුෂෝයස්”** වූ ශ්‍රාවක සංඝරත්නය ට මාගේ නමස්කාරය වේවා.

සාදු! සාදු!! සාදු!!!

“පානුෂෝයෙත් හගචතෝ සාවක සංඝෝ”

මාගේ ස්වාමී වූ බුදුරජාණන් වහන්සේ ගේ ශ්‍රාවක වූ මාර්ගචල ලාභී උතුම් සංඝරත්නය, ආගන්තුකයින් වශයෙන් වැඩිම කළ කල්හි පවා සිව් පසයෙන් උපස්ථාන කිරීමට සුදුසු වන හෙයින් **පානුෂෝයස්** වන සේක.

මෙසේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ **“පානුෂෝයස්”** වූ ශ්‍රාවක සංඝරත්නය මම සරණ යමි.

මෙසේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ “පාත්‍රණය” වූ ශ්‍රාවක සංඝරත්නයට මාගේ නමස්කාරය වේවා.

සාදු! සාදු!! සාදු!!!

“දක්ඛිණියෝ භගවතෝ සාවක සංඝෝ”

මාගේ ස්වාමී වූ බුදුරජාණන් වහන්සේ ගේ ශ්‍රාවක වූ මාර්ගචල ලාභී උතුම් සංඝරත්නය, මෙලොව - පර ලොවපිත් සලකා ගෙන සිව්පසයෙන් පුජා ලැබීමට සුදුසු වන හෙයින් “දක්ඛිණිය” වන සේක.

මෙසේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ “දක්ඛිණිය” වූ ශ්‍රාවක සංඝරත්නය මම සරණ යමි.

මෙසේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ “දක්ඛිණිය” වූ ශ්‍රාවක සංඝරත්නයට මාගේ නමස්කාරය වේවා.

සාදු! සාදු!! සාදු!!!

“අඤ්ඡලිකරණීයෝ භගවතෝ සාවක සංඝෝ”

මාගේ ස්වාමී වූ බුදුරජාණන් වහන්සේ ගේ ශ්‍රාවක වූ මාර්ග චල ලාභී උතුම් සංඝරත්නය දෙවි - මිනිස් ලෝකයා ගේ වන්දනා මානයට ගෞරවාභිවාදනයට සුදුසු වන හෙයින් අඤ්ඡලිකරණීය වන සේක.

මෙසේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ “අඤ්ඡලිකරණීය” වූ ශ්‍රාවක සංඝරත්නය මම සරණ යමි.

මෙසේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ “අකද්ද්වලිකරණිය” වූ ශ්‍රාවක සංඝරත්නය ට මාගේ නමස්කාරය වේවා!

සාදු! සාදු!! සාදු!!!

“අනුත්තරං පුඤ්ඤාත්ඛේතං ලෝකස්සා හි භගවතෝ සාවක සංඝෝ”

මාගේ ස්වාමී වූ ධුදුරුජාණන් වහන්සේ ගේ ශ්‍රාවක සංඝරත්නය දෙව් - මිනිස් ලෝකයා හට පින් රැස්කර ගැනීම පිණිස හේතු වූ අනුත්තර වූ පිංකෙත වන සේක.

මෙසේ දෙව් - මිනිස් ලෝකයා ගේ අනුත්තර පිංකෙත වූ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ගේ ශ්‍රාවක සංඝරත්නය මම සරණ යමි.

මෙසේ දෙව් - මිනිස් ලෝකයා ගේ අනුත්තර පිංකෙත වූ, භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ගේ ශ්‍රාවක සංඝරත්නයට මාගේ නමස්කාරය වේවා.

සාදු! සාදු!! සාදු!!!



සාදු... සාදු...
තෙරුවන් නමදින්නයි

උතුම් තිසරණය අපි කවියෙන් සජීකායනය කරමු.

අසිරිමත් බුදු ගුණ - කවියෙන් සිහි කිරීම

1. “අරහං” ගුණය

හඬන වැළපෙන සැලෙන සිතේ දුක නැතිවුණා
හදන සසරක ගමන කෙලෙස් මුල් වැනසුනා
නිවන සැනසුම රැඳුන ලොවක යළි නොම රැඳුන
“අරහං” ය මගේ බුදු පියාණන් වහන්සේ
සාදු! සාදු! වඳිම් වී බුදුන් වහන්සේ !

2. “සම්මා සම්බුද්ධ” ගුණය

අසා නැති අමා සුව සිතාගත හැකි වුණා
පතා ගෙන ආ විලස ලොවේ තතු වැටහුනා
ලබා සම්බුදු නුවණ අමා සදහම් දෙසන
“සම්බුදු” ය මගේ බුදු පියාණන් වහන්සේ
සාදු! සාදු! වඳිම් වී බුදුන් වහන්සේ !

3. “විජීජා වරණ සම්පන්න” ගුණය

සිතන විට සැනසිලා නිවන තුළ නැවතිලා
වඩින විට හිඳින විට සිත සමාහිත වෙලා
හිරු මඬල සේ දිලෙන වරණ විජීජා නුවන
“නැණවත්” ය මගේ බුදු පියාණන් වහන්සේ
සාදු! සාදු! වඳිම් වී බුදුන් වහන්සේ !

4. “සුගත” ගුණය

සොඳුරු ගමනක් වඩින සුපිපි සියපත් මැවෙන
දකින විට සිත් නිවෙන ලොවට සිසිලස සදන
ඒ නිවන් මග වඩින සුගත බුදු ගුණ දරන
සුන්දරයි! මගේ බුදු පියාණන් වහන්සේ
සාදු! සාදු! වඳිම් ඒ බුදුන් වහන්සේ !

5. “ලෝකවිදු” ගුණය

නොදැන තම තම ලෝක විඳින කරදර නේක
සිඳිනු බැර දුක සෝක ලෝ සතුන් දුටු සේක
ලෝක දුක හඳුනගෙන ලෝකයෙන් විතෙර වුණ
“ලෝකවිදු” මගේ බුදු පියාණන් වහන්සේ
සාදු! සාදු! වඳිම් ඒ බුදුන් වහන්සේ !

6. “අනුත්තර පුරිසදම්ම සාරථී” ගුණය

අකීකරු දෙව් මිනිස් හා නොයෙක් සැඩ පිරිස්
සම්ඳු සෙවණට පැමිණ සද දමනය වුණා
අනුත්තර පුරිස දම් සාරථී ගුණෙන් යුතු
“තෙදවත්” ය මගේ බුදු පියාණන් වහන්සේ
සාදු! සාදු! වඳිම් ඒ බුදුන් වහන්සේ !

7. “සත්ථා දේව මනුස්සානං” ගුණය

ලොවේ හව දුක නිවන විවේකය ඇති කරන
දෙව් මිනිස් සතුන් වෙත අමා සුව පතුරුවන
නමින් “සත්ථා දේව මනුස්සානං” සේක
කාරුණික මගේ බුදු පියාණන් වහන්සේ
සාදු! සාදු! වඳිම් ඒ බුදුන් වහන්සේ !

8. “බුද්ධ” ගුණය

රකින්නට ගුණ දහමී කරන්නට සිත පහන්
නිවන්නට හව ගිමන් දෙසු සදහමී නිවන්
බුද්ධ යන ගුණෙන් යුතු මහා නුවණකින් යුතු
“නැණවත්” ය මගේ බුදු පියාණන් වහන්සේ
සාදු! සාදු! වඳිමී ඒ බුදුන් වහන්සේ !

9. “හගවා” ගුණය

කාරුණික හදින් යුතු සීල ගුණ කදින් යුතු
සමාහිත සිතින් යුතු මහා නුවණකින් යුතු
සියලු බුදු ගුණ දරන නිවන් සුවය ම සදන
“හගවත්” ය මගේ බුදු පියාණන් වහන්සේ
සාදු! සාදු! වඳිමී ඒ බුදුන් වහන්සේ !

අපින් සිති කරමු ඒ සිරි සදහම් ගුණ

1. “ස්වාක්ඛාත” ගුණය

ජීවිතයේ දුක දුරලන අමා නිවන් සුව සලසන
පැහැදිලි ලෙස පිරිසිදු ලෙස දෙසු සේක සිරි සදහම්
ඉතා හොඳින් දෙසු නිසා ස්වාක්ඛාත වෙයි සදහම්
සාදු! සාදු! මම නමදිමී ඒ සම්බුදු සිරි සදහම්!

2. “සන්දිට්ඨික” ගුණය

ඒ සම්බුදු දහමී අසා මැනැවින් සිත තුළ රඳවා
පුරුදු කළොත් ඒ සදහම් මතුවෙයි ලොච්තුරු ගුණදම්
අදත් පිහිට ලැබෙන නිසා සන්දිට්ඨික වේ සදහම්
සාදු! සාදු! මම නමදිමී ඒ සම්බුදු සිරි සදහම්!

3. “අකාලික” ගුණය

ඉස්සර වාගේ ම දැනුත් දැන් වාගේ ම හෙට දවසෙත්
හැමදක ම හැම තැනක ම දකින්නට පුළුවනි සදහම්
කාලයකට අයිති නොමැති අකාලිකයි ඒ සදහම්
සාදු! සාදු! මම නමදිම් ඒ සම්බුදු සිරි සදහම්!

4. “ඒහි පස්සික” ගුණය

වළාකුළින් තොරව දිලෙන හිරු සඳු විලසින් බබළන
ඒ සදහම්, නැණාවතුන ට පුළුවනි විමසා බලන්නට
රහස් බණක් නැත්තේම ය ඒහි පස්සිකයි සදහම්
සාදු! සාදු! මම නමදිම් ඒ සම්බුදු සිරි සදහම්!

5. “ඕපහයික” ගුණය

තමා තුළ ම ඇති කරගෙන සිල් සමාධි හා ණුවන ද
සියලු දැකිනි හිදහස් වුන අමා නිවන් සුව ලැබගෙන
තමා තුළින් දකින නිසා ඕපහයික වේ සදහම්
සාදු! සාදු! මම නමදිම් ඒ සම්බුදු සිරි සදහම්!

6. “පච්චත්තං වේදිතබ්බෝ විඤ්ඤුහි” ගුණය

තම තමන්ගේ නැණ පමණින් නිවන් මඟට බැස ගනිමින්
පුළුවනි සසරින් මිදෙන්නට නුවණැත්තන් හට මෙ ලොවේ
පච්චත්තං වේදිතබ්බෝ විඤ්ඤුහි වේ සදහම්
සාදු! සාදු! මම නමදිම් ඒ සම්බුදු සිරි සදහම්!

මෙසේ සග ගුණ සිහි කරමු

1. “සුපට්ඨන්ත” ගුණය

රාග ද්වේෂ මෝහ නසන අමා නිවන් සුවය ලබන දහමට විනයට අනුව ම තම දිවි මග පුරුදු කරන බුදු සසුනට ඇතුළු වෙලා සුපට්ඨන්ත ගුණ දරනා සාදු ! සාදු ! මම නමදිමි ඒ සම්බුදු ශ්‍රාවකයින් !

2. “උජුපට්ඨන්ත” ගුණය

ඇදෙක් නොමැති මගින් යුතුව උතුම් අංග අටක් ඇතිව සිල් සමාධි නුවණ ඇතිව ඒ සෘජු මාවතේ වඩින බුදු සසුනට ඇතුළු වෙලා උජුපට්ඨන්තව සිටිනා සාදු ! සාදු ! මම නමදිමි ඒ සම්බුදු ශ්‍රාවකයින් !

3. “ඤාපට්ඨන්ත” ගුණය

ලෝකේ ඇති තතු දැකීමින් ලෝක දුකට නොම ඇලෙමින් ලෝකෙන් නිදහස් වෙන්නට තම නුවණ ම හුරු කරමින් බුදු සසුනට ඇතුළු වෙලා ඤාපට්ඨන්තව සිටිනා සාදු ! සාදු ! මම නමදිමි ඒ සම්බුදු ශ්‍රාවකයින් !

4. “සාමීච්චිපට්ඨන්ත” ගුණය

සැදැහැ සිතින් දරා සිටින ඒ සම්බුදු සිරි සදහම් හැම දෙනාට දයා සිතින් කියා දෙමින් සිත් සතුවින් බුදු සසුනට ඇතුළු වෙලා සාමීච්චි පට්ඨන්තව සිටිනා සාදු ! සාදු ! මම නමදිමි ඒ සම්බුදු ශ්‍රාවකයින් !

සතර මග ද සතර ඵල ද ලබා සියලු දුකින් මිදුණා
 සම්බුදු ශ්‍රාවක උතුමන් යුගල සතරකින් යුතු වේ.
 වෙන් වෙන් වශයෙන් ගත් විට අට දෙනෙක් ය ඒ උතුමන්
 සාදු ! සාදු ! මම නමදිමි ඒ සම්බුදු ශ්‍රාවකයින් !

දන්පැන් පිදුමට සුදුසුය ආහුණේය ගුණ යුතුම ය.
 ආගන්තුක දන් සුදුසුය පාහුණේය ගුණ යුතුම ය.
 පින් සලකා දීම හොඳය දක්ඛිණේය ගුණ යුතුම ය.
 වැදුම් පිදුම් කළ යුතුම ය අඤ්ජලිකරණීය ගුණ ය.

පින් අස්වනු නෙළාගන්ට ලොවේ සිටින පිංවතුන්ට
 ලොවට උතුම් පිං කෙතමය ඒ සම්බුදු ශ්‍රාවකයින්
 බුදු සසුනට ඇතුළු වෙලා වඩින අමා නිවන බලා
 සාදු ! සාදු ! මම නමදිමි ඒ සම්බුදු ශ්‍රාවකයින් !



සෙනෙහෙබර ආමන්තූණය

ආදරණීය අම්මේ... නානිතේ...

දරුවන්ගේ සිත් සතුවිත් පිරි ඇත. ඒ ඔවුන්ට සෙනෙහෙවත්ත වූ තවත් අයෙක් මුණගැසුණු නිසාය. මේ දුවා දරුවන් යම් දිනෙක දී යම් තැනක සිටි ද ගුණයෙන් හුවණින් වැඩි සිටි ද, වදා ද ඔවුන් ඔබව මහත් සෙනෙහසකින් සිහි කරනු ඇති. ආදරණීය දෙමාපියනි, ඒ පිහ සසර කෙළවර කර ගැනීමට උපකාරයක් ම වේවා!

මේ අකුරු වී ඇත්තේ තවත් සෙනෙහෙවත්ත හැඳීමකි.

නමෝ බුද්ධාය!

පින්වත් සෙනෙහෙවර කැපකරු දෙමාපියනි.

මෙවර එවා කිබු දැනම පොතෙහි කරණු කියවා බලීමේදී මා හට සිතුවේ මා අතින් මෙතෙක් ඔබට ලියවුණු ලිපි අසාර්ථක ද යන්නයි. නමුදු එය හඳුනාගෙන ක්‍රමවත්ව ඔබව ආමන්ත්‍රණය කරන බවට මගේ කැපකරු දෙමාපියන්ට මා පොරොන්දු වෙමි.

මා වෙනුවෙන් මගේ කැපකරු දෙමාපියන් ලබා දෙන මෙම මාසික ශිෂ්‍යාධාර මුදල මා හට ඉතා වටී. අධ්‍යාපනය නම් ජීවන කඩඉම සම්පූර්ණ කරනවා මෙන්ම ගුණදැනමින් පෝෂණය කර ජීවිතය පිය නගන්නට දැවෙනු ලඟ සිටින උතුම් දෙමාපිය දෙපල මා ලඟ නොමැත. ඔවුන්ගේ අවවාද නොලැබීමට වරම් නොමැති වුවද මා අතින් මෙතෙක් වන තුරු කිසිදු වරදක් වී නොමැත. ඉතා අනිසෙක. දැන. ගුණවත් දැවෙනු ලෙස පවුල තුළ. පාසල තුළ. මා ජීවත් වන ගම තුළ මෙන්ම සමාජය තුළ බැබළෙන ද මගේ නුවණ හා ගුණය වර්ධනය කිරීමට මා හට දැන් මාගේ කැපකරු දෙමාපියන් සිටී. අම්මා කෙනෙකුත් හා පියාණන් කෙනෙකුත් නොමැති මට මෙම වරම ලබාදුන්නේ ඔබයි කැපකරු දෙමාපියනි. මෙසේ දෙමාපියන් නොමැති වීමට මා පින් නොකළද මා කැපකරු දෙමාපියන් ලැබීමට මා වාසනාවත්ත වී ඇත. එසේ හෙයින් ඔබයි මගේ සැබෑ දෙමාපියන්. මා එසේ ආමන්ත්‍රණය කළාට ඔබ මා සමග අමනාප නොවන බව මා දනිමි. මට ගොඩක් ආසයි මගේ කැපකරු දෙමාපියන් මා දැන් දෙකෙන් දැනගන්නට. නමුත් තව අවුරුදු දෙකක් මට ඉවසන්න වෙනවා.

සමාජය මවක්. පියෙක් නැති දරුවකු ගැන එම දරුවාද ගමන් කරන්නේ කම දෙමාපියන් ගමන් කරන වැරදි මාර්ගයේම යයි විශ්වාස කරයි. නමුත් මා කිසිදු වැරදි නොකරමි. එම මතය වෙනස් කරන කදිම නිදසුනක් ලෙස මම මා කුලින් ම දකිමි. මා ගම කුල වැඩිහිටියන් පවසන්නේ මා වැනි දරුවකු ලැබීමට මගේ දෙමාපියන් පින් කර නොමැති බවයි. එහෙත් කවදා හෝ මගේ දෙමාපියන් දැස් දෙකෙන් ම බලා ගැනීමට මට මහත් ආසාවක් ඇත. මට කවදා හරි ළඟදීම දවසක එයාලා මුණ ගැසෙන කුරු මා මග බලනවා. නමුත් මෙවර දැනම පණිවුඩය කියවීමේදී මා සිත කුල ඇති වූයේ මා කැපකරු මාපියන් වෙත ඉමහත් ආදරයකි. ඔබ පමණයි මාගේ දෙමාපියන් සෑමදාම. ඔබේ බලාපොරොත්තු එලෙසින්ම ඉටු කරන්නට මා ඉතා වෙහෙසී කැපවෙමි. මා මෙසේ මගේ කැපකරු මාපියන් දිකිමි.

මාගේ කැපකරු මාපියන් මෙම මසට ලබා දුන් ආධාර මුදල මා අරපිරිමැස්මෙන් වියදම් කළේ පහත පරිදිනි. බස් ගාස්තු සඳහා මාසයකට රු. 200ක් ද පංති ගාස්තු වශයෙන් ගණිතය හා I.C.T. පන්ති වලට රු. 400ක් වියදම් කළෙමි. එමෙන්ම ඇසල පොතෝ ද සිල් සමාදන් විමේදී පිරිකර සඳහා රු. 75ක් ද නිවසේ කටයුතු වලට රු. 50ක් ලබා දුන් අතර ඉතිරි මුදලින් මෙවර විභාගය සඳහා පෙනී සිටින ළමුන් සඳහා අප පන්සලේ පැවැත් වූ ආශීර්වාද පහන් පූජාව අවස්ථාවේ පිරිකරක් ලබා ගත්තෙමි. මා මෙවර පාසලේ වාර අවසාන විභාගයෙන් පංතියේ පළමුවැනියා වූයෙමි. මාගේ එකම බලාපොරොත්තුව මෙවර මා මුහුණ දෙන අ.පො.ස. (සා.පෙ.) විභාගය ඉහළින්ම සමත් වීමටයි. ඒ සඳහා ඔබේ ආශීර්වාදය ලබා දෙන්න. මා කැපකරු මාපියන් නිදුක් නිරෝගී සෞභාග්‍යමත් පින්වත් ජීවිතයක් ද නිවන අවබෝධය ද අත්පත් වේවා!

මෙයට,
 විශ්වාසී කිකරු දියණිය,
 තක්ෂිලා.





ඇයි?

මේ තරම් වෙනසක්

නමෝ බුද්ධාය!

පින්වත් දුවේ පුතේ,

ඔයාලගේ අතින් හිටවපු මල් පැළ ගැන මතක ද? තමන්ගේ අතින් හිටවපු මල් පැළයක් ලොකු මහත් වෙලා හැදිලා වැඩිලා මල් පිපුණු හැටි මතක ද? ඔයාලා බොහෝ දෙනෙකුට එහෙම සිදුවීම් මතක ඇති. ඒ නැතත්, ඔයාලා හැම කෙනෙක්ගේ ගෙදර ම මල් පිපෙන ගස් කිහිපයක්වත් ඇති. ඔන්න ගෙදර වටපිටාව මතක් කරගෙන උත්තර දෙන්න ඕනේ ප්‍රශ්නයක් අපි ඔයාලගෙන් අහන්නයි හදන්නේ...

“ඒ මල් ගස්වල පිපුණේ මොන මල් ද?”

දුවේ, පුතේ, හිටවලා තිබුණො දැස්පෙනියා ගහක් නම් පිපුණේ දැස්පෙනියා මල් නේ ද... රෝස ගස්වල රෝස මල්... අරලිය ගස්වල අරලිය මල්... වතුසුද්ද ගස්වල වතුසුද්ද මල්... පිච්ච වැල්වල පිච්ච මල්... කවදවත් අරලිය ගහක රෝස මල් පිපෙන්නේ නෑ නේ ද? ඒ ඒ ගස්වල පිපෙන්නේ ඒ ඒ මල් ම තමයි. ඔන්න ඔය විදිහෙම අදහසක් තියෙන කථාවක් අපේ ජනවහරේ තියෙනවා. දුවලා, පුතාලා මේ කථාව අහලත් තියෙනවා. ඒ තමයි දුවේ පුතේ, ‘වපුරන හැටියටයි අස්වැන්න ලැබෙන්නේ’ කියන ජනවහර. උඳු වැපිරුවොත් උඳුත්, තල වැපිරුවොත් තලත් ලැබෙනවා. උඳු වපුරලා තල අස්වැන්නට ගන්න බැහැ.

මේ ජනවහර අපට ලැබුණේ දුවේ පුතේ ජනප්‍රවාදයකින් එහෙම නෙමෙයි. ඇතැට පවා පෙනෙන මේ ඇත්ත, ඒ කිව්වේ වපුරපු හැටියට ම අස්වනු සකස් වෙන ස්වභාවය ගැන ලෝකයට මැනවින් පැහැදිලි කර දුන්නේ තුන් ලෝකය ම විනිවිද දැකපු අනාවරණ ප්‍රඥ,

ඇති, දසබලධාරී සම්මා සම්බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින්. 'යා දිසං වපතේ ඛිපං - තාදිසං හරතේ ඵලං' යන බුද්ධ වචනයෙන් තමයි මුළු මහත් ලෝකයට ම 'වපුරන හැටියට අස්වනු ලැබෙනවා' කියන කාරණය පෙන්වා දුන්නේ. අද අපි දුවලා පුතාලට කියලා දෙන්නේ ඒ සම්මා සම්බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ කර්ම විපාක ස්වභාවය හෙළිදරව් කරමින් දේශනා කොට වදාළ බොහෝ ම ලස්සන, ඒ වගේ ම බොහෝ ම අසිරිමත් සූත්‍ර දේශනාවක්. මේ දේශනාවේ නම 'චුල්ල කම්ම විභංග සූත්‍රය' - කර්මය බෙදා වෙන් කොට දැක්වීම පිළිබඳ ව වදාළ කුඩා දෙසුම. මේ දේශනාව අන්තර්ගත වෙන්නේ සූත්‍ර පිටකයට අයත් මජ්ඣිම නිකාය කියන උතුම් දහම් ග්‍රන්ථයේ තුන්වන කොටසේ. ඒ කිව්වේ උපරි පණ්ණාසකයේ.

බුදුරජුන්ට බුරා පැන්න බල පැටියෙක්

මේ දේශනාව ලෝකයට අසන්නට ලැබුණේ තෝදෙය්‍ය නම් වූ බ්‍රාහ්මණයාගේ පුතා වුණ 'සුභ' නම් වූ තරුණයා ඇසූ ප්‍රශ්නයක් නිසයි. මේ දේශනාව අහලා තමයි සුභ තරුණයා තෙරුවන් සරණ ගියේ. මේ සිදුවීමට කලින් හරි අපුරු දෙයක් සිදු වුණා. ඒ වෙනකොට තෝදෙය්‍ය බ්‍රාහ්මණයා මිය ගිහිනි. ඔහු ජීවතුන් අතර සිටිද්දී බොහෝ සෙයින් නිග්‍රහ කළ කෙනෙක්, අවමන් කළ කෙනෙක්. ඔහුගේ මරණයෙන් ටික කලකට පස්සේ ඒ බ්‍රාහ්මණ නිවසට පිණ්ඩපාතය වැඩම කළ සම්බුදුරජාණන් වහන්සේට නිවසේ සිටි පුංචි බලු පැටියෙක් හෝ නවත්වා ම බුරා පැන්නා. මේ වෙලාවේ සම්බුදුරජාණන් වහන්සේ බලු පැටියාට මෙහෙම කිව්වා.

"තෝදෙය්‍ය, ඔබ ඒ කාලෙන් මට නිග්‍රහ කළා. දැනුත් එය ම කරනවා නේ ද?"

බුදුරජාණන් වහන්සේ තමන්ව අඳුනාගත්ත බව දැකපු බලු පැටියා ලැජ්ජාවෙන් පසෙකට වුණා. නමුත්, මේ කථාව අහගෙන

හිටපු සුභ තරුණයා මේ බලු පැටියා වෙලා ඉපදිලා ඉන්නේ තමන්ගේ මිය ගිය පියා බව පිළිගන්න කැමති වුණේ ම නැහැ. අවසානයේ බුදුරජාණන් වහන්සේගේ අවවාදය අනුව බලු පැටවාට කිරිබතක් කවලා, සතපවලා, මුදු මොළොක් වචනයෙන් කවා කරලා, පෙර පීචිතයේ දී කාටත් හොර රහසේ තෝදෙය්‍ය බ්‍රාහ්මණයා සඟවපු ධනය සුභ තරුණයා විසින් සොයා ගත්තා. ඒ සිද්ධිය වුණාට පස්සෙ දවසක තමයි සුභ තරුණයා බුදුරජාණන් වහන්සේ ගාවට ඇවිත් මෙන්න මෙහෙම ප්‍රශ්නයක් ඇහුවේ.

ඇයි මේ තරම් වෙනසක්?

“ස්වාමීනි, මේ මිනිස් ලෝකයේ ඉපදුණු මිනිසුන් අතරේ සමහරුන් උසස්. සමහරුන් හීනයි. සමහර අයට දීර්ඝායුෂ තියෙනවා. සමහරු අඩු වයසින් මැරෙනවා. බොහෝ ආබාධ තියෙන අයත් ඉන්නවා. අඩුවෙන් ආබාධ තියෙන උදවියත් ඉන්නවා. ලස්සන අය ඉන්නවා. විරෑපී අයත් ඉන්නවා. ආනුභාව අඩු අය ඉන්නවා. මහේශාකාශ අයත් ඉන්නවා. සැප සම්පත් අඩු අය ඉන්නවා. බොහෝ සැප සම්පත් තියෙන අයත් ඉන්නවා. හිච කුලවල උපන් අය ඉන්නවා. උසස් කුලවල උපන් අය ඉන්නවා. උසස් කුලවල අයත් ඉන්නවා. නුවණැති උදවිය දැකින්න ලැබෙනවා. මෝඩ උදවියත් දැකින්න ලැබෙනවා. මේ විදිනට මේ මිනිස්සු වෙලා ඉපදුණ අය අතරේ උසස් ස්වභාවයනුත්, හීන ස්වභාවයනුත් දැකින්න ලැබෙනවා. මේකට හේතුව මොකක්ද?”

බලන්න දුවේ පුතේ, අදත් මේ වෙනස්කම් මේ විදිනට ම මනුස්ස ලෝකේ දැකින්න ලැබෙනවා හේ ද? ඇත්තටම ඇයි මේ තරම් වෙනසක්...?

ව්‍යුහයට හැරීමට ලැබෙන අස්වනු

ඒ වෙනස්කම්වලට හේතුව සම්බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ ආකාරයට පෙන්වා වදාළා.

“පින්වත් සුභ, සත්වයෝ ඉන්නේ කර්මය තමන්ගේ දෙය කරගෙන. කර්මය දයාදය කරගෙන. කර්මය උත්පත්ති ස්ථානය කරගෙන, ශුභකියා කරගෙන, පිළිසරණ කරගෙන... මේ හීන, උසස් දේවල්වලට සත්වයන්ව බෙදන්නේ කර්මය යි.”

මේ කාරණය කෙටියෙන් කිව්වට සුභ තරුණයාට තේරුම් ගියේ නැහැ. ඒ හිසා මෙය විස්තර වශයෙන් කියා දෙන්න කියලා ඔහු සම්බුදුරජාණන් වහන්සේගෙන් ඉල්ලා සිටියා. අන්න ඒ විස්තරේ තමයි අද අපි ඔයාලටත් කියලා දෙන්නේ.

සතුන් හෝ මරන්නේ - වැඩි ආයුෂ ලබන්නේ

කෙනෙක් සතුන් මැරීමෙන් වැළකිලා ඉන්නවා නම්, අවි ආයුධ අත් හැරලා ඉන්නවා නම්, සතුන් ගැන දයාවෙන් ඉන්නවා නම් ඒ කර්මය හිසා ඒ කෙනා මරණින් පස්සේ දෙව්ලොව උපදිනවා. දෙව්ලොව ඉපදෙන්නෙ නැතිව, ආයෙමත් මනුස්ස ලෝකෙට චිනවා නම් ඒ හිසා ම දීර්ඝායුෂ ලබනවා. කෙනෙක් සතුන් මරණවා නම්, රුදුරු නම්, ලේ වැකුණු අත් ඇති, දයා නැති ඒ කෙනා මරණින් මත්තේ නිරයේ උපදිනවා. නිරයේ ඉපදෙන්නේ නැතිව ආයෙමත් මනුස්ස ලෝකෙට ආවොත් ඒ කෙනාගේ ආයුෂ අඩුයි.

හිංසා හෝ කරන්නේ - අල්පාධාධ වන්නේ

යම් කෙනෙක් ගල්වලින් හරි, දඬු මුගුරුවලින් හරි, අවි ආයුධවලින් හරි සතුන්ට හිංසා කරන්නෙ නැති නම් අන්න ඒ කර්මය

නිසා ඒ කෙනා මරණින් පස්සේ සුගතියේ උපදිනවා. ආයෙමත් මනුස්ස ලෝකෙට එනවා නම් ඔය වැඩපිලිවෙළ නිසා ආධාධ අඩු කෙනෙක් වෙනවා. යම් කෙනෙක් ගල්වලින් හරි, දඬු මුගුරුවලින් හරි, අවි ආයුධවලින් හරි සතුන්ට හිංසා කරනවා නම් අන්න ඒ කර්මය නිසා ඒ කෙනා මරණින් පස්සේ නිරයේ උපදිනවා. ආයෙමත් මනුස්ස ලෝකෙට එනවා නම් ඔය වැඩපිලිවෙළ නිසා බොහෝ ආධාධ ඇති කෙනෙක් වෙනවා.

කිසිවකට නො කිපෙන්නේ - රුවෙන් අගපත් වන්නේ

යම් කෙනෙක් ක්‍රෝධ නො කරනවා නම්, වැඩිපුර තරහෙන් ඉන්නේ නැති නම්, ලොකු දේකටවත් කිපෙන්නේ නැතිව, තරහ ගන්නෙ නැතිව, දැඩි බවට පත්වෙන්නෙ නැතිව ඉන්නවා නම්, තරහ - ද්වේෂය - අසතුට පළ කරන්නේ නැති නම් ඒ කෙනා මේ කර්මය නිසා මරණින් මත්තේ දෙව්ලොව උපදිනවා. ආයෙමත් මනුස්ස ලෝකෙට එනවා නම් දුටුවන් පහදින ලස්සන රූපයක් ලබනවා.

යම් කෙනෙක් ක්‍රෝධ කරනවා නම්, වැඩිපුර තරහෙන් ඉන්නවා නම්, පොඩි දෙයටත් ගොඩක් කිපෙනවා නම්, තරහා ඇති කර ගන්නවා නම්, දැඩි බවට පත් වෙනවා නම්, තරහ - ද්වේෂය - අසතුට පළ කරනවා නම් මේ කර්මය නිසා ඒ කෙනා මරණයෙන් පස්සේ නිරයේ උපදිනවා. ආයෙමත් මනුස්ස ලෝකෙට එනවා නම් අවලස්සන වෙනවා.

ඊර්ෂ්‍යා නො කරන්නේ - ආනුභාවය ලබන්නේ

යම් කෙනෙක් ඊර්ෂ්‍යා කරන්නේ නැති නම්, අනුන්ගේ ලාභ සත්කාරවලට, ගරු නම්බුවට ඊර්ෂ්‍යා බැඳ ගන්නේ නැති නම්, ද්වේෂය ඇති කර ගන්නේ නැති නම් අන්න ඒ කෙනා ඒ කර්මය නිසා

මරණින් මත්තේ දෙවිලොව උපදිනවා. ආයෙමත් මනුෂ්‍ය ලෝකෙට ආවොත් ඔය කර්මය නිසා මනානුභාවසම්පන්න, මනේශාකෘත කෙනෙක් වෙනවා.

යම් කෙනෙක් ඊර්ෂ්‍යා කරනවා නම්, අනුන්ගේ ලාභ සන්කාරවලට, ගරු නම්බුවට ඊර්ෂ්‍යා බැඳ ගන්නවා නම්, ද්වේෂය ඇති කර ගන්නවා නම් අන්න ඒ කෙනා මරණින් මත්තේ නිරයේ උපදිනවා. ආයෙමත් මනුෂ්‍ය ලෝකෙට ආවොත් ඔය කර්මය නිසා කිසිම ආනුභාවයක් නැති කෙනෙක් වෙනවා.

දන් පැන් පුදන්නේ - හෝග සම්පත් බොහෝ ලබන්නේ

යම් කෙනෙක් දන් දෙනවා නම්, ශ්‍රමණ බ්‍රාහ්මණයන්ට ආහාර පාන, වස්ත්‍ර, යාන, මල්, සුවඳ, ආලේපන, සයනාසන, ආවාස, තෙල්, පහන් පූජා කර ගන්නවා නම් ඒ කර්මය නිසා ඒ කෙනා මරණින් මත්තේ දෙවිලොව උපදිනවා. ආයෙමත් මනුස්ස ලෝකෙට ආවොත් බොහෝ හෝග සම්පත් ලබනවා.

යම් කෙනෙක් දන් දෙන්නේ නැති නම්, ශ්‍රමණ බ්‍රාහ්මණයන්ට ආහාර පාන, වස්ත්‍ර, යාන, මල්, සුවඳ, ආලේපන, සයනාසන, ආවාස, තෙල්, පහන් පූජා කර ගන්නෙ නැති නම් ඒ කර්මය නිසා ඒ කෙනා මරණින් මත්තේ නිරයේ උපදිනවා. ආයෙමත් මනුස්ස ලෝකෙට ආවොත් හෝග සම්පත් අල්පව තමයි ලබන්නේ.

නිහතමානි වන්නේ - කුලවත්ව උපදින්නේ

යම් කෙනෙක් දැඩි නැති නම්, අධික මාන්තයකින් යුතු නැති නම්, වැඳිය යුත්තන් වඳිනවා නම්, අසුනෙන් නැගිට ගරු කළ යුතු අයට ගරු කරනවා නම්, අසුන් දිය යුතු අයට අසුන් දෙනවා නම්,

පිදිය යුතු - සත්කාර ලැබිය යුතු - බුහුමන් ලැබිය යුතු අය පුදනවා නම්, සත්කාර කරනවා නම්, බුහුමන් දක්වනවා නම් ඒ කෙනා ඒ කර්මය නිසා මරණින් මත්තේ දෙව්ලොව උපදිනවා. ආයෙමත් මනුස්ස ජීවිතයකට පත් වෙනවා නම් ඒ කර්මය නිසා උසස් කුලයක උපදිනවා.

යම් කෙනෙක් දැඩි නම්, අධික මාන්නයකින් යුතු නම්, වැඳිය යුත්තන් වඳින්ගේ නැති නම්, අසුනෙන් නැගිට ගරු කළ යුතු අයට ගරු කරන්නේ නැති නම්, අසුන් දිය යුතු අයට අසුන් දෙන්නේ නැති නම්, පිදිය යුතු - සත්කාර ලැබිය යුතු - බුහුමන් ලැබිය යුතු අයට පුදන්නේ, සත්කාර කරන්නේ, බුහුමන් දක්වන්නේ නැති නම් ඒ කෙනා ඒ කර්මය නිසා මරණින් මත්තේ නිරයේ උපදිනවා. ආයෙමත් මනුස්ස ජීවිතයකට පත් වෙනවා නම් ඒ කර්මය නිසා හීන කුලයක ම උපදිනවා.

කුසල් අකුසල් සොයන්නේ - නුවණැතියෙකු ම වන්නේ

යම් කෙනෙක් ශ්‍රමණ බමුණන් ළඟට ගිහින් කුසල් - අකුසල්, වැරදි දේ - නිවැරදි දේ, ඇසුරු කළ යුතු දේ - නො කළ යුතු දේ, බොහෝ කාලයක් හිතසුව පිණිස පවතින දේ - බොහෝ කාලයක් අහිත පිණිස, දුක පිණිස පවතින දේ විමසනවා නම් ඔය කර්මය නිසා ඒ කෙනා මරණින් මත්තේ දෙව්ලොව උපදිනවා. ආයෙමත් මනුස්ස ලෝකෙට ආවොත් මහා නුවණැත්තෙක් වෙනවා.

යම් කෙනෙක් ශ්‍රමණ බමුණන් ළඟට ගිහින් කුසල් - අකුසල්, වැරදි දේ - නිවැරදි දේ, ඇසුරු කළ යුතු දේ - නො කළ යුතු දේ, බොහෝ කාලයක් හිතසුව පිණිස පවතින දේ - බොහෝ කාලයක් අහිත පිණිස, දුක පිණිස පවතින දේ විමසන්නේ නැති නම් ඔය කර්මය නිසා ඒ කෙනා මරණින් මත්තේ නිරයේ උපදිනවා. ආයෙමත්

මනුෂ්‍ය ලෝකයට ආවේණික නුවණ අඩු කෙරෙත් වෙනවා.

අසිරිමත් ම ය ඒ සම්බුදු නුවණ

ඔන්හ ඔය විදිහට මනුෂ්‍ය ලෝකයේ මිනිසුන් අතර එක එක ආකාරයේ වෙනස්කම් ඇති වෙන්න හේතු පාදක වන කර්ම ස්වභාවය සම්බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වා දුන්නට පස්සේ සුභ තරුණයාට ලොකු සතුටක් දැනුණා. කවදවත් අසා හැකි මේ අසිරිමත් හෙළිදරව්ව ඇසීමෙන් පැහැදිලි සිත් ඇතිව සුභ තරුණයා උතුම් තිසරණ සරණයේ පිහිටියා.

පින්වත් දුවේ පුතේ, සම්බුදුරජාණන් වහන්සේ යම් දෙයක් කීවා නම් ඒ දේ ඒ ආකාරයට ම යි වෙන්නේ. වෙන ආකාරයකින් නම් වෙන්නේ නැහැ. උන්වහන්සේ යම් දෙයක් සසර යහපත පිණිස පවතින බව දේශනා කළා නම් ඒ දේ එහෙම නෙවෙයි කියන්න මේ ලෝකයේ කිසි ම කෙනෙකුට බැහැ. ඒ වගේ ම යම් දෙයක් සසර අයහපත පිණිස පවතින බව දේශනා කළා නම් එය අයහපත පිණිස පවතින්නේ නැහැ කියන්නත් කිසි ම කෙනෙකුට බැහැ. මේ කාරණා දෙක සම්බුදුරජාණන් වහන්සේගේ විශාරද ඤාණයන්ටයි අයිති. ඒ වගේ ම දස බලයන්ටත් අයිතියි.

හොඳ දේ වපුරන්න - හොඳ අස්වනු හෙළන්න

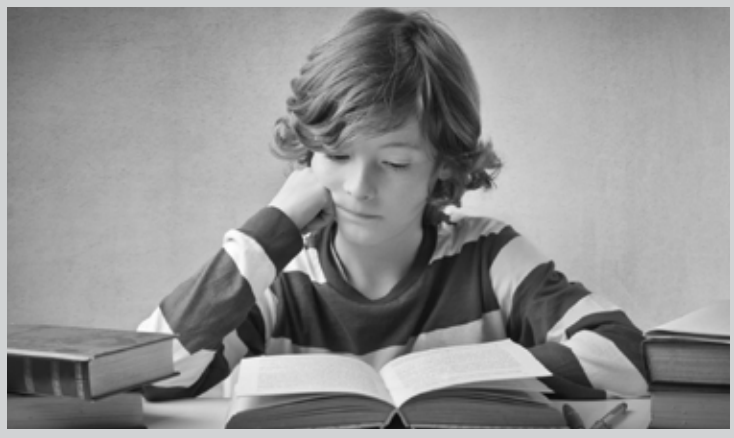
දීර්ඝායුෂ ලබන්න කැමති නම්, අල්පාධාධ වෙන්න කැමති නම්, ලස්සන වෙන්න කැමති නම්, මහානුභාවසම්පන්න වෙන්න කැමති නම්, මහත් හෝග සම්පත් ලබන්න කැමති නම්, උසස් කුලයක උපදින්න කැමති නම්, නුවණැත්තෙක් වෙන්න කැමති නම් කරන්න ඕනේ මොනව ද කියලා ඔන්හ අපි ඔබට කියා දුන්නා, බොහොම ආදරෙන්. සම්බුදුරජාණන් වහන්සේගේ අවබෝධය විශ්වාස කරලා ඕයාලා කටයුතු කළොත් ඔයාලට යහපතක් ම යි වෙන්නේ.

දුවට, පුතාට සිල් පද ආරක්ෂා කර ගන්න පුළුවන් නම් මේ ආකාරයට හොඳ කර්ම රැස් කරන චික හරි ම පහසු, ඒ වගේ ම හරි ම මිහිරි දෙයක් වෙනවා. මේ කාරණා හොඳින් මතක තියා ගන්න. හිතර සිහිපත් කරන්න. බුද්ධි ශාසනයක ගුණධර්ම දියුණු කරන පින්වත් දුවක් වෙලා, පින්වත් පුතෙක් වෙලා ඔයාලා යහපත ම ඇති කර ගන්න.

විපුරපු හොඳ දෙයකින් ඔයාලට හොඳ අස්වනු නෙළන්න පුළුවන් වෙන බව දකින්න ලැබුණොත්, ඒක අපිටත් අප්‍රමාණ සතුටක්...!

උතුම් තිසරණ සරණින් ඔයාලට සියලු යහපත වේවා!

තෙරුවන් සරණයි!!!



සාර්විකව පාඩම් කිරීමට
ක්‍රමවේද 8 ක්

සාර්ථකව පාඩම් කිරීමට ක්‍රමවේද 8 ක්

මේ පාඩම් කිරීමේ ක්‍රමවේදයන්, සාර්ථකව පාඩම් මතක තබාගැනීම සම්බන්ධයෙන් ඇමරිකාවේ විශ්වවිද්‍යාල කිහිපයක කළ පර්යේෂණ වලට අනුව විලක්ෂිණ නිගමන කිහිපයක්. නමුත් බුදු දහමෙන් සුපෝෂිත බෞද්ධ රටක් වන අපේ රටට භාග්‍යවතුන් වහන්සේ වදාළ උතුම් ශ්‍රී සද්ධර්මයෙන් මේ සෑම දෙයකටම අදාලව කරුණු මුණගැසේ.

බුදු පියාණන් වහන්සේ වදාළ සංගාරව සූත්‍රයේදී ඉතා ලස්සන උපමා ආශ්‍රයෙන් පාඩම් මතක නොසිටීමට හේතු වශයෙන් උන් වහන්සේ පෙන්වා දෙන්නේ පංච නිවරණයි. සැබැවින්ම අද අපට පාඩම් මතක තබාගැනීමට ඇති ක්‍රමවේද ගැන කතා කිරීමට සිදු වී තිබෙන්නේ අපේ සිත මේ පංච නිවරණ වලට යටවීම නිසාම නොවේද? මේ නිසා හිසේ රුදාවට ක්ෂණික බෙහෙත් පෙත්තක් ගන්නා ලෙසට මේ ක්‍රමවේදයන් අනුගමනය කළත්, රෝග මූලය දන්නා අපට රෝග නිවාරණය කරගන්නටත් ඇත්නම් වඩාත් යහපත් වේ. ඒ නිසා නිවරණ යටපත් කිරීම සඳහා දිනපතා භාවනාවක් පුරුදු කිරීම ඉතා ප්‍රයෝජනවත් වනු ඇත.

සාර්ථකව පාඩම් කිරීමට ක්‍රමවේද 8ක්

උගත් පාඩම පැය 24ක් ඇතුළත නැවත ආවර්ථනය කිරීමෙන් අමතක වීම 80% කින් අඩු කරගත හැකිවේ.

භෞත බලගෙන පාඩම නැවත නැවත කියවීම වෙනුවට දැන සියලුම මතකයෙන් කිවහැකි තාක් කාරණා කටින් කීමෙන් දිගු කාලීන මතකයේ ස්ථාපනය කරගත හැක.

ප්‍රකෘතින්මණ ප්‍රශ්න පත්‍ර වලට පිළිතුරු ලිවීමෙන් මතකයේ රැඳීම 50%කින් වැඩි වන බව භෞතයාගෙන ඇත.

පාඩම් කරන විට 3 ි හතර පමණක් ම අවධානය යොමුකරන්න. වැඩි කිහිපයක් වැඩටත් කිරීමට යාමෙන් මනේ අවධානය බෙදී යාම නිසා පාඩම් කිරීමේ ප්‍රතිඵලය අඩුවේ.

විස්තරාත්මකව මතක තබා ගැනීමට උත්සාහ කිරීම වෙනුවට කාරණා අතර සම්බන්ධතාවයක් ගොඩනඟා ගැනීමට උත්සාහ කිරීමෙන් අඩු කාලයක් තුළ වැඩි ප්‍රමාණයක් මතක තබාගත හැකිවේ.

පාඩම අතරතුර අවටින් ගාස්තිය සංකීර්තයන් (කිඳු හොඹේ) ඇඳෙන්නට සැලැස්වීමෙන් මොළයේ හොට්ස් වල ක්‍රියාකාරීත්වය වැඩිවේ.

Leitner ක්‍රමය අනුව පත්‍ර (flash cards) තාවකාලික කරන්න. වැඩිපුර අසීරු flash cards නැවත නැවත හැරීයා කරන්න.

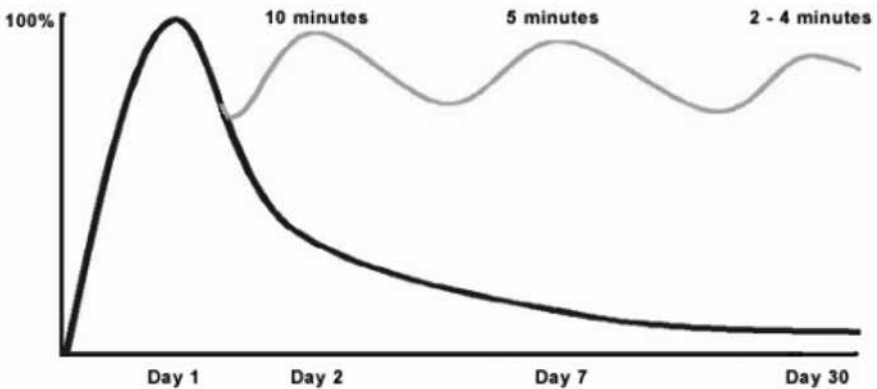
පාඩම් කිරීම ආරම්භ කිරීමට පෙර පුළු ආර්ථක ව්‍යාකරණ නිරත වීමෙන් සිනේ අවදානම් බව වැඩිවන අතර වැඩි කාලයක් අපහසුවකින් තොරව පාඩම් කිරීමට අවශ්‍ය ක්‍රියාකීම් බව අවබෝධ වේ.



1. අමතක වීම නැති කර ගනිමු.

අලුතින් ඉගෙනගන්නා පාඩමක් වී දවසේදී ම නැත්නම් පැය 24 ක් ඇතුළත නැවත ආවර්ජනය කිරීමෙන් අමතක වීම 80% කින් අඩුවෙන බව පර්යේෂණයකින් සොයාගෙන තිබේ. ඉන්පසු සතියකින් නැවත ආවර්ජනය කරන විට විනාඩි 5 කින් විය 100% ක්ම මතකයේ රැඳෙයි.

අමතක වීමේ වක්රය



යම් විෂය කරුණක් ගැන 0% අවබෝධයකින් පන්තියට යන ඔබ පාඩම අවසානයේ විය 100% ක්ම දැනියි. එනම් ඉගෙන ගෙන ඇත. නමුත් නැවත පාඩම් නොකලොත් දෙවන දවස වන විටම ඒ උගත් දෙයින් 50-80% ක් පමණ මතකයෙන් මැකී යයි. අපගේ මොළය නිරතුරුවම තොරතුරු ගබඩා කරයි. පෘථිවියේ වට ඇසුණු දේ, තමා අසල සිටි කෙනා ඇඳගෙන සිටි දේ ආදිය තාවකාලිකව අපේ මොළයේ ගබඩා වුවත්, නැවත මතක් නොකිරීම නිසාත්, තමාට වැදගත් නොවන නිසාත් ඒ සියල්ල මතකයෙන් මැකී යයි. චලෙසින්ම

උගත් පාඩම ද නැවත ආවර්ජනය නොකිරීම හේතුවෙන් මැකී යයි. ඉගෙනීමෙන් දින 7 ක් යන විට මතකය තවත් අඩුවන අතර දින 30 ක් ගතවන විට පළමු පැයේ තිබුණු මතකයෙන් 2%-3% ක් පමණක් මතකයේ ඉතිරි වෙයි. මෙ නිසාම දින 30 ක් ගත වූ පසු නැවත මුල සිටම අලුත් දෙයක් මෙන් පාඩම් කළ යුතු වෙයි.

මේ වකුයට අනුව උගත් දෙය පැය 24 ක් ඇතුළත විනාඩි 10 ක් වැයකොට ආවර්ජන කිරීමෙන් පාඩම 100% ක්ම මතකයට නගා ගත හැකිය. නැවත දින 7 කින් විනාඩි 5 ක් වැයකොට ආවර්ජනය කිරීමෙන්, ඉන්පසු දින 30 කින් පාඩම මතක් කිරීමට අවශ්‍ය වන්නේ විනාඩි 2-4 ක් වැනි කෙටි කාලයකි.

2. අවසන් මොහොතේ කටපාඩම් කිරීම නවත්වමු.

උගත් සැණින් පාඩම් කිරීම වඩාත් සාර්ථක බව ඔබ දැන් දන්නවා. නමුත් සෑම දිනකම එසේ පාඩම් කිරීමට ඔබට වෙලාවක් නොලැබුණොත්? පර්යේෂකයන් පවසන්නේ ඉගෙනගැනීමත් විභාගයත් අතර කාලයෙන් 10% ක් වන විටවත් පාඩම් කිරීමෙන් සාර්ථක ප්‍රතිඵල ලබාගත හැකි බවයි.



උදාහරණයක් ලෙස ඔබ සඳුදා උගත් පාඩමට අදාළ විභාගය හරියටම සතියකින් පැවැත්වේ නම් සාර්ථක ප්‍රතිඵල අපේක්ෂා කරන ඔබ අඩු තරම්ත් බදාදා වත් එම පාඩම පාඩම් කළ යුතුයි.

3. ක්‍රියාශීලී ලෙස මතකයේ රඳවා ගනිමු.



පොත බලාගෙන පාඩම නැවත නැවත කියවීම වෙනුවට දූෂ පියාගෙන මතකයෙන් කිවහැකි තාක් කරුණු කටින් කීමෙන් දිගු කාලීන මතකයේ ස්ථාපනය කරගත හැකි බවද මෑත කාලයේ කරන ලද පර්යේෂණයකින් සොයාගෙන ඇත.

4. මුද්‍රිත/ලිඛිත මාධ්‍යයෙන් ඇති දේ කියවීම වඩාත් සාර්ථකයි.

පොතකින් කියවීමට සාපේක්ෂව ipad එකෙන් කියවීම 6.2% කින් ද, kindle එකෙන් කියවීම 10.7% කින් ද, කියවීමේ වේගය අඩු කරන බව සොයාගෙන තිබේ. ඊට අමතරව පරිඝණක තිරයකින් කියවන දෙය මතක තබා ගැනීම සඳහා සාමාන්‍යයෙන් පොතකින් කියවනවාට වඩා වැඩි වාර ගණනක් කියවීමට සිදුවන බවද සොයාගෙන තිබේ. (ipad සහ kindle යනු කියවීම (සඳහා භාවිතා කරන ඉලෙක්ට්‍රොනික මෙවලම් වේ.)



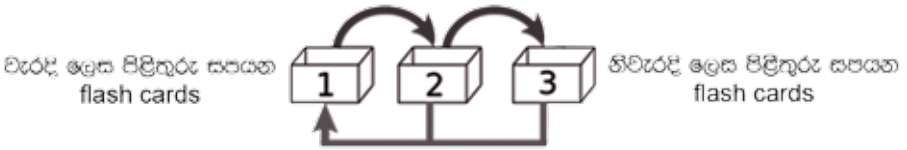
5. i. Leitner ක්‍රමය භාවිතා කිරීම.

Leitner ගේ හැඳූර්ම් මංජුසාව භාවිතා කිරීම මගින් අප පාඩම් කරන කරුණු වඩාත් සාර්ථක ලෙස ආවර්ජනය කිරීම සිදුකරනු ලැබේ. මෙහිදී අප පාඩම් කරන විවිධ විෂය පථයන් ඔස්සේ ස්වයං ලිඛිත ප්‍රශ්නාවලියක් නිර්මාණය කොට එය කාඩ්පතක සටහන් කිරීම සිදුකරනු ලැබේ. මෙම කාඩ්පත් flash cards ලෙස හඳුන්වමු. මෙම කාඩ්පත් වල අන්තර්ගත ප්‍රශ්න වලට ඉතා නිවැරදිව පිළිතුරු දෙමින් විශය කරුණු ආවර්ජනය කළ හැකි නම් අදාල විශය පථය ඔස්සේ විභාගයන්ට මුහුණ දීමට හැකිය.

නමුත් සෑම ප්‍රශ්නයකටම සාර්ථක ආකාරයෙන් පිළිතුරු සැපයීම කිසිසේත් අපේක්ෂා කළ නොහැකි දෙයකි. මේ නිසා මංජුසා තුනකට flash cards වර්ගීකරණය කරනු ලැබේ.

ii. මංජුසා තුනේ ක්‍රමය

උදාහරණයක් ලෙස Leitner ගේ හැඳූර්ම් මංජුසා තුන 1,2,3 ලෙස ඇතැයි සිතමු. මෙහි මංජුසා 1 හි ඇත්තේ ඔබ වැඩිපුර වරද්දෙන ප්‍රශ්නයයි. මංජුසා 3 හි ඇත්තේ ඔබ නිවැරදිව පිළිතුරු දෙන ඔබට වඩාත් නිසැක ප්‍රශ්නයයි. ඒ අනුව මංජුසා 1 හි ප්‍රශ්න සැමදා ආවර්ජනය කරයි. මංජුසා 2 හි ප්‍රශ්න දින 3 කට වරකුත්, මංජුසා 3 හි කරුණු දින 5 කට වරකුත් ආවර්ජනය කරයි. දැන් මංජුසා 1 හි කාඩ්පතක් ගෙන එයට නිවැරදිව පිළිතුරු දුන්නොත් එම කාඩ්පත මංජුසා 2 දක්වා උසස් කෙරෙයි. මංජුසා 2 හි කාඩ්පතක් ගෙන එයටත් නිවැරදිව පිළිතුරු දුන්නොත් මංජුසා 3 දක්වා උසස් කෙරෙයි. නමුත් මංජුසා 2 හි හෝ 3 හි ප්‍රශ්නයක් වැරැද්දුවොත් මංජුසා 1 දක්වා පහත දැමීමක් සිදුවෙයි. ඒ අනුව තමන් නිවැරදිව පිළිතුරු දීමෙහි දුර්වල ප්‍රශ්න වැඩි වාර ගණනක් පිරික්සීමට ලක්වෙයි. මේ ක්‍රමයේ ඇති වාසිය වන්නේ පාඩම් කිරීමට ගතවන කාලය අඩු වීමයි.



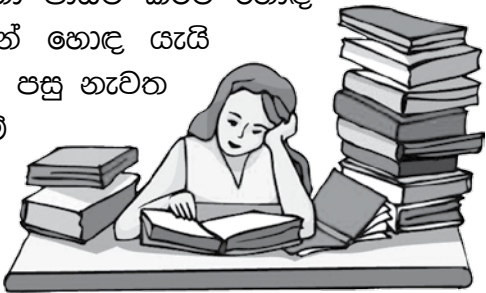
- මංප්‍රසා 1 හි ඇත්තේ ඔබ වැඩිපුර වරද්දෙන ප්‍රශ්නයයි.
- මංප්‍රසා 3 හි ඇත්තේ ඔබ නිවැරදිව පිළිතුරු දෙන ඔබට වඩාත් නිසැක ප්‍රශ්නයයි.
- මංප්‍රසා 1 හි ප්‍රශ්න සැමදා ආවර්ජනය කරන්න.
- මංප්‍රසා 2 හි ප්‍රශ්න දින 3 කට වරක් ආවර්ජනය කරන්න.
- මංප්‍රසා 3 හි කරුණු දින 5 කට වරක් ආවර්ජනය කරන්න.

iii. ඔබගේ සාර්ථකත්වය ඔබම ඇගයීමට ලක් කරන්න.

- මංප්‍රසා 1 හි කාඩ්පතක් ගෙන වියට නිවැරදිව පිළිතුරු සැපයිය හැකිනම් විය මංප්‍රසා 2 දක්වා උසස් කරන්න.
- මංප්‍රසා 2 හි කාඩ්පතක් ගෙන වියටත් නිවැරදිව පිළිතුරු සැපයිය හැකිනම් විය මංප්‍රසා 3 දක්වා උසස් කරන්න.
- මංප්‍රසා 2 හි හෝ 3 හි ප්‍රශ්නයක් වැරද්දුවොත් මංප්‍රසා 1 දක්වා පහත දැමීමක් සිදුකරන්න.

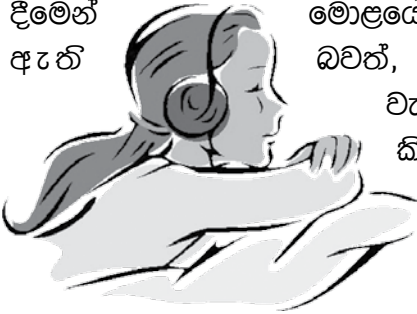
6. ඕනෑවට වඩා පාඩම් නොකරන්න.

චකස්වත් නොවරදා සියලුම පත්වලට පිළිතුරු දීමට හැකි වූ පසුත් පාඩම් කරනවා නම් විය ඕනෑවට වඩා පාඩම් කිරීමකි. ස්වල්ප වශයෙන් හෝ පාඩම් කිරීම හොඳ නම් වැඩිපුර කිරීම වැඩියෙන් හොඳ යැයි පෙනුණත් එක්තරා මට්ටමකින් පසු නැවත නැවත පාඩම් කිරීමෙන් පාඩම් සිටීමේ හැකියාව අඩුවන බව පර්යේෂකයින් විසින් සොයාගෙන ඇත.



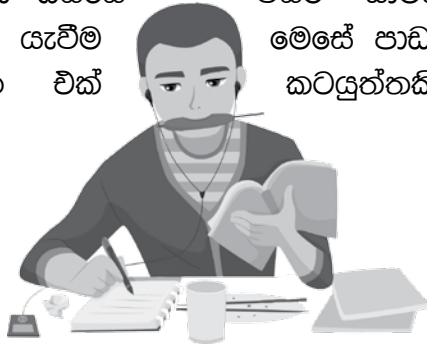
7. ශාස්ත්‍රීය සංගීතයට සවන් දෙන්න.

මෙය සෝෂාකාරී සංගීතය හෝ වචන සහිත සිංදු නොවන බව අවධාරණයෙන් කිව යුතුයි. පර්යේෂණයකින් පෙනී ගොස් ඇත්තේ 18 වන සියවසේ ශාස්ත්‍රීය සංගීතයට සවන් දීමෙන් මොළයේ කොටස් වල ක්‍රියාකාරීත්වය වැඩි වී ඇති බවත්, අවධානය යොමුකිරීමේ හැකියාව වැඩි වී ඇති බවත්ය. තවද පාඩම් කිරීම වදයක් වන තනට පත් නොකර ගැනීමටද සංගීතය උදවු වන බව පැවසේ.



8. කාර්යයන් කිහිපයක් එකවර කිරීම නවත්වන්න.

මෙය එක ගලෙන් කුරුල්ලන් දෙන්නෙක් ඇල්ලීම වැනි දෙයක් ලෙස පෙනුණත් ඇත්තෙන්ම කටයුතු කිහිපයක් ඔස්සේ අවධානය යොමුකිරීම පාඩම් කිරීමේ දී, දැඩි ලෙස සාර්ථකත්වය අඩු කිරීමට හේතු වෙයි. එයට හේතුව පාඩම කෙරෙහිම චිල්ල කළ හැකි අවධානය විවිධ පැතිකඩ ඔස්සේ විසිර යාමයි. දුරකථන ඔස්සේ කෙටි පණිවිඩ යැවීම මෙසේ පාඩම කෙරෙහි අවධානය කැඩෙන එක් කටයුත්තකි.



9. විවේක ගන්න.

මෙය අවසන් මොහොත තෙක් පාඩම් නොකිරීමේ පාඩුවයි. විසේ කළ විට මානසික ආතතිය වැඩි වන අතර ඒ නිසාවෙන් පාඩම් මතක තිබීමේ හැකියාව අඩාල කරයි. පැය දෙක තුනක මානසික ආතතිය පවා මතකය ගබඩා කිරීමට බාධා ඇතිකරන හෝමෝනයක් නිකුත් කිරීමට හේතු වන බව පර්යේෂකයන් පෙන්වා දී තිබේ. එනිසා පාඩම් වාර අතරතුර කෙටි විවේක ලබාගැනීමත්, දිගු ලෙස ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස කිහිපයක් ගැනීමත් මෙම පීඩනය අඩු කර ගැනීමට හේතුවෙයි. නමුත් මෙය පුද්ගලයාගෙන් පුද්ගලයාට වෙනස් වෙයි.



10. නොඳින් නිදාගන්න.

පාඩම් කිරීමෙන් පසු වෙනත් කටයුත්තක නිරත වීමට වඩා පාඩම් කිරීමෙන් පසු නිදාගැනීමෙන් මතක තබාගැනීමේ හැකියාව වැඩි වී ඇති බවද පෙන්වා දී තිබේ. පාඩම් කිරීම ඔස්සේ එකඟ වී ඇති සිත නොයෙක් බාහිර රූප, ශබ්ද, ගඳ සුවඳ, රස, පහස, අරමුණු හරහා විසිර යනවාට වඩා නින්දෙන් ලැබෙන විවේකයෙන් මතකය ගබඩා කරගැනීමට උදව්වක් ලැබේ.



11. පුනරීක්ෂණ ප්‍රශ්න වලට පිළිතුරු සපයන්න.

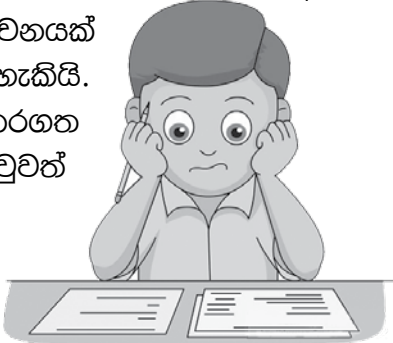
තමාට මුහුණ දීමට ඇති විභාගය, ප්‍රශ්න පත්‍රය සාදන ගුරුවරයා අනුව වෙනස් වන බව පැහැදිලි සත්‍යයක් වුව ද සියලු ගුරුවරුන් ප්‍රශ්න නිර්මාණය කරන්නේ විෂය නිර්දේශයකට අනුවයි. මේ නිසා පසුගිය ප්‍රශ්න වලට පිළිතුරු ලිවීම විභාගයකට පාඩම් කිරීමේදී සාර්ථක ප්‍රතිඵල ලබාදීමට හේතුවෙයි. ප්‍රශ්න පත්‍රයක ඇති සෑම ප්‍රශ්නයකට පිළිතුරු ලිවීම යනු තමා පාඩම් කළ දේ සෑම පරීක්ෂාවකට ලක් කළ හැකි අවස්ථාවකි. අපරාජිත අවස්ථාවකි. එනම් ඒවාට නිවැරදි පිළිතුරු ලිවීමට හැකිවීමෙන් තමාට තමාගේ හැකියාව ගැන විශ්වාසයක් ඇති වෙයි. නිවැරදිව පිළිතුරු ලිවීමට නොහැකි වුවහොත් තමාගේ නොදන්නාකම දැනගැනීමට ලැබෙන අවස්ථාවකි. ඇත්තෙන්ම තමාට විවිධ ඇතිවන සියුම් ලැප්පාව විය නැවත පාඩම් කිරීමට යොමුකිරීමට සේම මතකයේ තැන්පත් වීමටත් හේතු වෙයි. මේ නිසා විදිනෙදා පාඩම් කාලසටහනෙහි පුනරීක්ෂණ ප්‍රශ්න වලට පිළිතුරු ලිවීමටත් කාලයක් වෙන් කරගැනීම ඉතා ප්‍රයෝජනවත් වෙයි.



12. කරුණු අතර සම්බන්ධතා ගොඩ නගාගන්න.

මෙහිදී විස්තරාත්මක වශයෙන් කරුණු මතක තබාගැනීම වෙනුවට කෙටියෙන් නමුත් තමාට පැහැදිලි ලෙස කරුණු විකිනෙක සම්බන්ධ කරමින් ගොනු කරන්න. පිටු ගණනාවකින් ලිවිය හැකි

දෙය වුවත් පිටුවකට සීමා කරගෙන විය මතක තබාගන්න. නමුත් සැබෑවටම පිළිතුරු ලිවීමේ දී කරුණු විස්තාරණය කරගැනීමට තමන් දක්ෂ විය යුතුයි. මේ සඳහා කෙනෙකුට අකුරු අතර සම්බන්ධතාවයක් තුළින් වචනයක් හැඳෙන ලෙස ගොඩනඟා ගත හැකියි. කෙනෙකුට කවියක් ලෙස ගොනු කරගත හැකියි. කෙනෙකුට රූපයක් ලෙස වුවත් කරුණු ගොනු කරගත හැකියි.



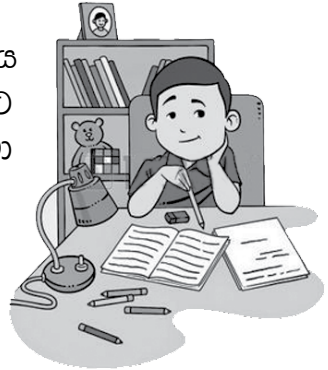
13. ඔබ සිතන ආකාරය ගැන සිතන්න.

මෙය ඉතාම වැදගත් කරුණක්. මෙය තුළින් තමාගේ හැකියාව තමාටම මැනගැනීමට ලැබෙනවා. ඒ අනුව තමා ඕනෑවට වඩා පාඩම් කරනවාද, නැත්නම් තම දුර්වල කුමන පාඩම්වලද, ඒවා අසීරු වීමට හේතුව කුමක්ද, තමාට අසීරු දෙය තේරුම් ගැනීමට අමතර උපකාරයක් අවශ්‍යද, යම් කරුණක් නිසා පන්තියේදී ඉගෙනගන්නා මොහොතේ තමාගේ අවධානය බැහැරට ගියා ද, එසේ නම් ඒ කුමක් ඔස්සේ ද, එසේ වීමට හේතුව කුමක්ද, නැවත එසේ නොවීමට තමා කුමක් කළ යුතුද ආදී පාඩමට බාධා කරන වැදගත් ප්‍රශ්න රාශියක් තමාටම නිරාකරණය කර ගැනීමට හැකි වෙයි.



14. ඔබට පෙනෙන්නට ඇති දර්ශනය වෙනස් කරන්න.

කාලෙන් කාලෙට පාඩම් කරන ස්ථානය වෙනස් කිරීම ද මතක ශක්තිය වැඩිවීමට හේතු වී ඇති බවත් පර්යේෂකයින් පෙන්වා දී ඇත.



15. ශරීර සුවතා ව්‍යායාමයක යෙදෙන්න.

ව්‍යායාම කිරීම මොළයට ඒකාකාරීව රුධිරය ගමන් කිරීමටත් ඒ හේතුවෙන් සිහිබුද්ධිය වැඩි වන බවත් ඒ නිසාවෙන් වැඩිපුර ඉගෙනගත හැකි බවත් පෙන්වා දී තිබේ.



16. පාඩම් කරනා දෙයෙහි විවිධත්වයක් ඇති කරගන්න.

එකම දෙය එක දිගටම පාඩම් කිරීම වෙනුවට එක ප්‍රධාන මාතෘකාවට ඇතුළත් නමුත් විවිධ පැතිකඩ ඔස්සේ පාඩම් කරන්න.



නරසීන ගාථා

- | | |
|---|--|
| <p>1. චන්දනවරාඛිතරත්නපුපාලේ
ලක්ඛණමණ්ඩිතආයතපණ්ඨි
වාමරජත්තවතුසිතපාලේ
ඒස හි තුය්ත පිතා නරසීනෝ</p> <p>2. සකතකුමාරවරෝ පුදුමාලෝ
ලක්ඛණවත්තිතපුණ්ණසාරරෝ
ලෝකකිතාය ගතෝ නරවරෝ
ඒස හි තුය්ත පිතා නරසීනෝ</p> <p>3. පුණ්ණසංඛනිනෝමුඛවණ්ණෝ
දේවනරාත පියෝ නරතානෝ
මත්තගපිත්ථවුසිතගාමී
ඒස හි තුය්ත පිතා නරසීනෝ</p> <p>4. ඛන්තිකසම්භවආණකතුලීනෝ
දේවමනුස්සකමස්සිතපාලේ
සිලසමාධිපතිවිධිතචිත්තෝ
ඒස හි තුය්ත පිතා නරසීනෝ</p> <p>5. ආයතතුංඝපුසන්ධිතනාසෝ
නෝපමුමෝ ආභිලසුනෙන්තෝ
ඉන්දධනු ආභිලිභමුකෝ
ඒස හි තුය්ත පිතා නරසීනෝ</p> <p>6. වට්ඨමුච්චිපුසන්ධිතගීවෝ
සිතනනු මීභරාජසරරෝ
කක්ඛවතපුච්චි උත්තමවණ්ණෝ
ඒස හි තුය්ත පිතා නරසීනෝ</p> <p>7. සිතිද්ධි පුකම්භිංමපුපුකෝසෝ
හිංගුලඛන්ධුපුරත්තපුච්චිනෝ
විසති විසති සේතපුදන්තෝ
ඒස හි තුය්ත පිතා නරසීනෝ</p> <p>8. ආක්ඛවතවණ්ණපුච්චිපුකෝසෝ
කක්ඛවතපට්ඨවිපුද්ධිලලාචෝ
මීසධිපත්ඛරපුද්ධිපුපුණ්ණෝ
ඒස හි තුය්ත පිතා නරසීනෝ</p> <p>9. ඝච්චිති හිලපරේ විය වන්දේ
තාරංගනා පරිචේදිතරාජෝ
සාවකමච්චිසධනෝ සමිණිත්ථේ
ඒස හි තුය්ත පිතා නරසීනෝ</p> | <p>1. රත්පාතකයෙන් සිරිපා යුග දිලෙනා
සත් ලකුණින් දුක් වළඹින් සැදුනා
සෙමර වතු සිරියෙන් ද බැබලෙනා
ආත්ත බලන් පුත සමීදුන් වඩිනා</p> <p>2. සාකත කුලයේ සිගුමැලි කුමරාණෝ
සොදුරු ලකුණු පිරි පින් සිරුරාණෝ
ලොව සෙතට ම වැඩි වීර නරාණෝ
ආත්ත බලන් පුත බුදු සමීදුණෝ</p> <p>3. පුත් සඳු සේ බබලන හිල් ආසයේ
දෙව් මිහිදුන් තෙත් සතසන සිත් සේ
වඩින ගමන ආත් රජු ගෙ වලාසේ
නරඹනු පුත සමීදුණන් සිත් සේ</p> <p>4. රජ කුලයේ බුදු සමීදු උපන්නේ
දෙව් මිහිදුන් පා යුග තමදිත්තේ
සිල් සමාධි සිත තුළ පිහිටන්නේ
ආත්ත පුතේ බුදු සමීදු වඩින්නේ</p> <p>5. හිල්වත් පාටින් තෙත් යුග දිලෙනා
තුන්ග පුසන්ධිත නාසග තිඛෙනා
ආති බැම දේදුනු යුගල වලසිනා
ආත්ත බලන් පුත සමීදුන් වඩිනා</p> <p>6. බබලන තෙඳ සිත රජෙකු ගෙ වැන්නේ
සිගුමැලි බව මුච්චි රජෙකු ගෙ වැන්නේ
රන්වත් රැස් සිරුරින් විහිදෙන්නේ
ආත්ත පුතේ බුදු සමීදු වඩින්නේ</p> <p>7. සිහිදු සොදුරු මිහිරෙන් කඩ නැගෙනා
හිඟුල පුරත් පාතැ දවඹින් සැදෙනා
විස්ස බැහින් සුදු දුක් පෙළ දිලෙනා
ආත්ත බලන් පුත සමීදුන් වඩිනා</p> <p>8. හිල් පාටින් සිරසේ කෙස් බැබලේ
රන්වත් රැස් විහිදෙනවා නලලේ
උරුණ රෝම ධාතුව වග සමලේ
බුදු සමීදුගෙ මුච්චි සිරුර ම බැබලේ</p> <p>9. හිල් ආසයේ පුත් සඳු පායන්නේ
සඳුවට කොට රන් තරු බැබලෙන්නේ
මුණි සඳු ඉාවත මැද සුදිලෙන්නේ
ආත්ත පුතේ බුදු සමීදු වඩින්නේ</p> |
|---|--|

