

# Path to Success - Study Pack



තෙවන පාසල් වාරය සඳහා ඉගෙනුම් අත්වැල

බුද්ධ ධර්මය - 11 ශ්‍රේණිය



අධ්‍යාපන සංවර්ධන අංශය

කලාප අධ්‍යාපන කාර්යාලය - කැළණිය

## උපදේශනය හා අධීක්ෂණය

පී.ඩී.ඉරෝෂණි කේ. පරණගම මිය

(කලාප අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ)

## මෙහෙයවීම හා සංවිධානය

එච්.එච්.ජේ.පී.සිල්වා මයා

(නියෝජ්‍ය කලාප අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ - සංවර්ධන)

## විෂය සම්බන්ධීකරණය

පූජ්‍ය දුඹුරේ පියරත්න හිමි

සහකාර අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ (ආගම)

## සැකසුම

ඩී. ඒ. එස්. ඩී. දැඩිගම මයා

බප/කැළ/කිරිල්ලවල මධ්‍ය මහා විද්‍යාලය

-සියලුම හිමිකම් ඇවිරිණි-

## කර්මය පිළිබඳ බෞද්ධ විග්‍රහය

කර්මය යනු ක්‍රියාවයි. බෞද්ධ විග්‍රහයට අනුව චේතනාව කර්මය ලෙස විග්‍රහ කෙරෙයි. සිතෙන් සිතා කයින් , වචනයෙන් හා මනසින් සිදු කරනු ලබන ක්‍රියා කර්මය නම් වේ.

කර්මය පිළිබඳව මූලික විග්‍රහය අන්තර්ගත වන්නේ චුල්ලකමිම විභංග සූත්‍රය තුළයි. ඊට අනුව,

“චේතනානං භික්ඛවේ කමිමං වදාමි  
චේතයිත්ථා කමිමං කරොති කායේන වාචාය මහසා”

ඒ අනුව කර්මය,

කාය කමිම

වචි කමිම

මනෝ කමිම ලෙස විග්‍රහ වේ.

ඉහතින් දැක්වෙන කාය , වචි හා මනෝ කර්ම දේශනාවන් පදනම් කර ගනිමින් දස කුසල් හා දස අකුසල් වර්ගීකරණයට ලක් කළ හැකිය.

**කර්මයෙහි මූලික ප්‍රභේද,**

- විපාක දෙන කාලය අනුව කර්මය වර්ග කිරීම,

1. දිට්ඨධම්ම චේදනීය කර්මය (මෙලොවදී විපාක දෙන කර්ම)
2. උපපජ්ජ චේදනීය කර්ම (මරණින් මතු ඊළඟ ආත්මයේ දී විපාක දෙන කර්ම)
3. අපරාපරීය චේදනීය කර්ම (කවර හෝ ආත්ම භවයකදී විපාක දෙන කර්ම)
4. අහෝසි කර්ම (මතු වට විපාක නොදී අහෝසි වන කර්ම)

- විපාක දෙන ආකාරය අනුව කර්මය වර්ග කිරීම.

1. ගරුක කර්ම (වඩාත් ප්‍රබල කර්ම)
2. ආසන්න කර්ම (මරණාසන්න අවස්ථාවේ දී සිතියට නැගෙන කර්ම)
3. ආවිණීන කර්ම (නිතර නිතර පුරුදු කරගත් කර්ම)
4. කටත්තා කර්ම (දුර්වල වූ අකුසල / කුසල කර්ම)

- කාර්යය අනුව කර්මය ප්‍රභේද කිරීම.

1. ජනක කර්ම (ප්‍රතිසන්ධිය ලබා ගැනීමට උපකාර වන කර්ම)
2. උපත්ථම්භක කර්ම (ජනක කර්මයට අනුබල දෙන කර්ම)
3. උපපිළක/උපපිඩක කර්ම (ජනක කර්මයට බාධා පමුණුවන කර්ම)
4. උපසාතක කර්ම (ජනක කර්මයේ විපාකදීම නැතිකොට පවත්වාගෙන යනු ලබන කර්ම)

කර්මයේ බලපෑම තීරණාත්මක වූවත් වර්තමාන කර්ම වලින් සහ පාරිසරික සාධක ඇසුරෙන් අතීත කර්ම ශක්තිය සාදා ගැනීමට ද, වෙනස් කර ගැනීමට ද , ඇතැම් විට නැති කර ගැනීමට ද හැකියාව පවතී. එය ආකාර 4 කි.

1. ගති සම්පත්ති
2. උපධි සම්පත්ති
3. කාල සම්පත්ති

4. ප්‍රයෝග සම්පත්ති වශයෙනි.

එසේම මෙහිදී පුනර්භවය යන්න වැදගත් වේ. පුනර්භවය නම් නැවත භවයක උත්පත්තිය ලබන්නේය යන බෞද්ධ විශ්වාසයයි. පුනර්භවය පිළිගැනීම මත මෙලොව මෙන්ම පරලොව ජීවිතය සුගතිගාමී වීමට අවශ්‍ය පදනම නිර්මාණය වේ.

**අභ්‍යාස**

- 01).
  1. බෞද්ධ විග්‍රහය අනුව කර්මය යනු කුමක් ද?
  2. කර්මය තුන් ආකාර වේ. ඒවා මොනවා ද?
  3. “කර්මය සත්ත්වයා උස් පහත් වශයෙන් බෙදයි” විමසන්න.
- 02).
  1. තිදොර ලියා දක්වන්න.
  2. ඉන් එක් අවස්ථාවක් පාදක කරගත් කුසල අකුසල කර්ම වෙන් කරන්න.
  3. සියල්ල පෙර කරන ලද කර්මයට අනුව සිදු නොවේ. මේ පිළිබඳ අදහස් දක්වන්න.
- 03).
  1. විපාක දෙන කාලය අනුව කර්මය වර්ග වන ආකාර දෙකක් දක්වන්න.
  2. ඉන් එක් අවස්ථාවක් කෙටියෙන් විස්තර කරන්න.
  3. කර්මය පුද්ගල සංවර්ධනයට බලපාන ආකාරය විමසන්න.
- 04).
  1. විපාක දෙන ආකාරය අනුව කර්මයේ ප්‍රභේද 2 ක් ලියන්න.
  2. පංචනියාම ධර්ම තුනක් ලියා දක්වන්න.
  3. පුනර්භවය පිළිගැනීම මෙලොව පරලොව සුගතියට හේතුවන ආකාරය විමසන්න.
- 05).
  1. තිදොර ලියා දක්වන්න.
  2. කාය දුෂ්චරිත අවස්ථා නම් කරන්න.
  3. කර්ම එල විශ්වාසය පිළිබඳ බෞද්ධ මතය විභාග කරන්න.

## සමථ හා විදර්ශනා භාවනාව

බෞද්ධ මතවාදයට අනුව සිත එක අරමුණක තබා ගැනීම භාවනාවයි. නිතර වෙනස් වන ක්ෂණයක් ක්ෂණයක් පාසා විවිධ අරමුණු හැඳින් ගන්නා සිත එක් අරමුණකට ගැනීම තුළින් සමාධිගත තත්ත්වයකට පත්වීම මෙහිදී සිදුවෙයි.

බෞද්ධ භාවනාව ප්‍රධාන වශයෙන් දෙයාකාර වේ. එනම් ,

1. සමථ භාවනාව
2. විදර්ශනා භාවනාව යනුවෙනි.

### **සමථ භාවනාව**

කුසල් අරමුණක සිත එකග කරනු ලබන භාවනාව සමථ භාවනාවයි. විත්ත භාවනාව ලෙස ද මෙය හැඳින්වේ.

කෙලෙස් සතුරන් ලෙස ගැනෙන පංචනිවර්ණ යටපත් කර ගැනීම සමථ භාවනාව ලෙස තව දුරටත් විග්‍රහ කළ හැකියි. එනම් ,

- |                      |   |  |
|----------------------|---|--|
| 1. කාමච්ඡන්ද         | - | කාම වස්තූන්හි ඇති ඇල්ම                 |
| 2. ව්‍යාපාද          | - | තරහව හෙවත් ක්‍රෝධය                     |
| 3. චිත්තද්ව          | - | සිත හා කයෙහි පවත්නා උදාසීන බව          |
| 4. උද්ධච්ච කුක්කුච්ච | - | සිතෙහි ඇතිවන නොසන්සුන්කම හා පසුතැවිල්ල |
| 5. විචිකිච්චා        | - | බුද්දාදි අටතැන්හි පවත්නා වූ සැකය       |

එසේම සමථ භාවනාවේ යෙදීමට බලාපොරොත්තු වන යෝගියා, කම්මට්ඨානාවාර්ග්‍යවරයෙකු වෙත එළඹ කමටහන් ලබා දිය යුතු අතර ඒ සඳහා පදනම් කරගනු ලබන වර්ත වර්ග 6 කි.

1. රාග වර්ත
2. දෝස වර්ත
3. මෝහ වර්ත
4. සද්ධා වර්ත
5. බුද්ධි වර්ත
6. චිත්තක වර්ත

එම වර්තයට අදාළව ලබා දෙන්නා වූ කර්මස්ථාන හෙවත් කමටහන් ප්‍රමාණය 40 කි. සමථ භාවනාව වැඩීම තුළින් ලබාගත හැකි උසස්තම ප්‍රතිලාභ 2 කි. එනම්,

1. පංච අභිඥා
2. අජට සමාපත්ති

සමථ භාවනාව ලැබීම තුළින් ලබාගත හැකි ප්‍රතිලාභ ගණනාවකි. එනම් ,

1. මතක ශක්තිය දියුණු වීම.
2. එක අරමුණක සිත පිහිටුවා ගත හැකි වීම.
3. ගැටලු නාර්කිකව විසඳා ගැනීමට හැකි වීම.
4. වහා අවබෝධ කර ගැනීමේ ශක්තිය දියුණු වීම.
5. ඉවසීමේ ශක්තිය දියුණු වෙයි.
6. අකුසල් සිතුවිලි පාලනය වෙයි.
7. අසහනය නැති වී ප්‍රසන්න පෙනුමක් ඇති වෙයි.

8. රෝගාබාධ වැළඳීමෙන් දුරු වෙයි.

## විදුර්ගතා භාවනාව

පංචස්කන්ධය දෙස ගැමුරින් බලන භාවනා ක්‍රමය විදුර්ගතා භාවනාවයි. විපස්සනා භාවනාව ප්‍රඥා භාවනාව ආදී නම් ද එහිදී භාවිත වේ. එසේම අනිත්‍ය , දුක්ඛ , අනාත්මතාව ගැමුරින් මෙනෙහි කරනු ලබන නිසා ත්‍රිලක්ෂණ භාවනාව ලෙසද හැඳින්වේ.

විදුර්ගතා භාවනාව තුළ පංචස්කන්ධයට අදාළව ජීවිතය විග්‍රහ කරනු ලබන්නේ පහත ආකාරයෙනි.

1. රූප - බාහිර රූපය
2. වේදනා - සැප/දුක/මධ්‍යස්ථ වේදනා
3. සංකල්පය - හදුනා ගැනීම
4. සංඛාර - හදුනාගෙන රැස් කරන දේ
5. විකල්පය - අරමුණ දැන ගැනීම

ත්‍රිලක්ෂණ භාවනාව හෙවත් විදුර්ගතා භාවනාව වැඩීමේ ප්‍රයෝජන පහත ආකාරයෙන් හදුනාගත හැකිය.

1. ලෝකයේ යථාර්ථය මනා කොට අවබෝධ කරගත හැකිය.
2. ත්‍රිලක්ෂණය මනාව අවබෝධ වේ.
3. අටලෝ දහමින් කම්පා නොවෙයි.
4. උපේක්ෂා සහගත බවින් යුක්ත වේ.
5. සම්මා දෘෂ්ටියෙන් යුක්ත අතර මිථ්‍යා දෘෂ්ටියකට නොඇලෙයි.
6. අකුසල චෛතසිකයන්ගෙන් ඈත් වෙයි.

## අභ්‍යාස

01.
  - 1) බුදු දහමේ ඉගැන්වෙන ප්‍රධාන භාවනා ක්‍රම 02 ක ලියන්න.
  - 2) එම භාවනා ක්‍රම දෙක කෙටියෙන් හදුන්වන්න.
  - 3) බෞද්ධ භාවනාව අසහනකාරී සමාජය සුවපත් කරලීම සඳහා ඉවහල් වන ආකාරය විස්තර කරන්න.
02.
  - 1) භාවනාව යන්නෙහි ධර්මානුකූල අර්ථය කවරක් ද?
  - 2) විදුර්ගතා භාවනාව හදුන්වන තවත් නම් තුනක් ලියන්න.
  - 3) විදුර්ගතා භාවනාව වැඩීමෙන් ලැබෙන ප්‍රතිඵල සමාලෝචනය කරන්න.
03.
  - 1) සමථ භාවනාව වැඩීමෙන් ලැබෙන උසස්තම ප්‍රතිලාභ දෙක මොනවා ද?
  - 2) සමථ භාවනාව උදෙසා කමටහන් ලැබීමේ දී පාදක කරගන්නා පුද්ගල චරිත තුනක් නම් කරන්න.
  - 3) සමථ භාවනාව ලැබීම තුළින් අත් වෙන්නා වූ ප්‍රතිලාභ පිළිබඳ විමසීමක් කරන්න.

## ත්‍රිලක්ෂණය

ත්‍රිලක්ෂණය ලොව පවතින සියලු ධර්මතාවලට පොදු වූවකි.

- |           |                         |                                    |
|-----------|-------------------------|------------------------------------|
| • අනිත්‍ය | - වෙනස් වන සුලු ස්වභාවය | } මේ පිළිබඳ<br>අවබෝධය<br>ප්‍රඥාවයි |
| • දුක්ඛ   | - දුක් සහිත බව          |                                    |
| • අනාත්ම  | - ආත්ම කොටගත නොහැකි බව  |                                    |

මේවා එකිනෙකාට බැඳී පවතී. නොවෙනස් වන කිසිවක් ලොව නොපවතින බැවින් උපන් සියල්ලන්ම ජීවිතයේ යථා ස්වභාවයට මුහුණ දිය යුතුය. සසර දුකින් එතෙරවීමට මෙම අවබෝධය වැදගත් ය.

### අනිත්‍ය

ලොව සියල්ල මොහොතින් මොහොත වෙනස්වන බව හා ස්ථිරසාර පැවැත්මක් නොමැති බව.

	උපමේය	උපමාව
ශරීරය (පංච ඉන්ද්‍රිය)	රූප	පෙණා පිඩක්
චිත්තය	වේදනා	දිය බුබුලක්
හැඳිනීම	සංඥා	මිරිගුවක්
චේතනා	සංඛාර	කෙසෙල් කඳක්
අරමුණු දැනගැනීම	විකල්පාණා	මයාවක්
	} පංචස්කන්ධය	

### දුක්ඛ

ජීවිතයේ යථාර්ථයයි. ලෝකය දුක මත පිහිටා ඇත.මේ සත්‍යය කිසිවෙකුටවත් ඉක්මවා යා නොහැකිය.

උදා:- ඉපදීම , මහලු වීම , මරණය , ප්‍රියයන්ගෙන් වෙන් වීම , අප්‍රියයන් හා එක්වීම , කැමති දේ නොලැබීම , පංච උපාදානස්කන්ධය ම දුකකි.

### අනාත්ම

මට යැයි , මගේ යැයි , මගේ ආත්මය යැයි ගත නොහැකි ස්වභාවය.

### ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මතාව තේරුම්ගත් යථාර්ථවාදී දිවියක් ඇත්තෙකු සතු ලක්ෂණ

අල්පේච්ඡයි / ලද දෙයින් සතුට වේ / පහසුවෙන් පෝෂණය කළ හැකිය / කාර්ය බහුල නොවීම / සැහැල්ලු සන්සුන් ඉදරන් ඇත / අකම්පිතය / අටලෝ දහමින් නොසැලේ / මැදහත් ය / උත්සාහවන්තය / අන්තගාමී නොවීම / අනනිමානිය / ආචාරශීලිය / ප්‍රියමනාපය / තුටුපහටුය / ප්‍රමුදිතය.

ත්‍රිලක්ෂණය දැක දැන පසක් කර ගැනීම ප්‍රඥාවයි. විපස්සනාවයි , ප්‍රඥාව සසර දුකින් එතෙරව නිවන් අවබෝධයට උපකාරී වේ.





## අනුකූල

01.
  - 1) ත්‍රිලක්ෂණය නම් කරන්න.
  - 2) ඉන් එක් ලක්ෂණයක් පිළිබඳ කෙටි සටහනක් ලියන්න.
  - 3) ත්‍රිලක්ෂණය පිළිබඳ යථාච්ඡේදය සංසාරික දුක නැති කර ගැනීමට හේතුවන ආකාරය පෙන්වා දෙන්න.
02.
  - 1) සියල්ලෙහි පවත්නා වෙනස්වන ස්වභාවය ධර්මයෙහි විස්තර කෙරෙන්නේ කෙසේ ද?
  - 2) දුක්ඛ ලක්ෂණය ධර්මානුකූලව විවරණය කිරීමේ දී මෙලොව දුක ඇතිවන අවස්ථා තුනක් නම් කරන්න.
  - 3) අනාත්මතාවය , ආත්මාර්ථය ඉවත්කොට පරාර්ථකාමය මත පිහිටා කටයුතු කිරීමට හේතුවන ආකාරය විවරණය කරන්න.
03.
  - 1) ත්‍රිලක්ෂණය නම් කරන්න.
  - 2) පංචස්කන්ධය, ස්කන්ධ වශයෙන් නම් කරන්න.
  - 3) ත්‍රිලක්ෂණය විශ්ව සාධාරණ ධර්මතාවයක් බව සහේතුකව පෙන්වා දෙන්න.

## පරිච්ච සමුප්පාදය

බුදු දහමේ හරය පරිච්ච සමුප්පාදය ලෙස හඳුනාගත හැකිය. ලොව ඇති සියලු ක්‍රියාකාරීත්වයන් පිරික්සීමේ දී ඒ කිසිවක් තනිව ක්‍රියාත්මක වන්නේ නැත. ඒ සෑම සිදුවීමකටම හේතුවක් මුල් වේ. මේ ධර්මතාවය හේතුවලය / ප්‍රතිත්‍ය සමුප්පන්න වාදය / පරිච්ච සමුප්පාදය ආදී නම් වලින් හඳුන්වනු ලබයි.

ඉමස්මිං සති ඉදං හෝති

ඉමස්ස උප්පාදා ඉදං උප්පජ්ජති

ඉමස්මිං අසති ඉදං න හෝති

ඉමස්ස නිරෝධා ඉදං නිරුප්පිකංති

මෙය ඇති කල්හි මෙය වෙයි

මෙය ඉපදීමෙන් මෙය උපදී

මෙය නැති කල්හි මෙය නොවේ

මෙය නැතිවීමෙන් මෙය නැති වී යයි

-මූල සූත්‍රය-

ඉහතින් දක්වන ලද්දේ මූල සූත්‍රයේ අන්තර්ගත පරිච්ච සමුප්පාදය වර්ණය කෙරෙන කෙටි සූත්‍රයයි. එසේම මෙකී ධර්මතාවයට අනුව හේතු නිසා ඇතිවන සියල්ල හේතු නැතිවන කල්හි නැති වී යයි.

“හේතුං පරිච්ච සමිභූතං

හේතුං හංගා නිරුප්පිකංති”

“හේතුවෙන් උපදින යම් ධර්මතාවක් වෙයිද , ඒ ධර්මයන්ගේ හේතුව ද තථාගතයන් වහන්සේ වදාළ සේක” ආදී ලෙස අස්සපී මහරහතන් වහන්සේ උපතිස්ස පිරිවැජ්ඣාට ඉදිරිපත් කළ ප්‍රකාශය තුළ පරිච්ච සමුප්පාදයේ හරය විවරණය කෙරේ.

මෙම න්‍යායට අනුව සමාජ ප්‍රශ්න දුරාවාය. අසමගිය, දිළිඳුකම, සමාජ විෂමතා, නූගත්කම, ජාතිවාදී අරගල ඇතිවීමට බලපාන හේතු සොයා ගැනීමෙන් ඊට අදාළ පිළියම් යොදා ගැටලුව නිරාකරණය කරගත හැකි වෙයි.

පරිච්ච සමුප්පාදය විග්‍රහ කිරීමේ දී එය මූලික වශයෙන් දෙයාකාරයකට අර්ථකථනය කරගත හැකිය.

1. අනුලෝම පරිච්ච සමුප්පාදය (සසර දුක ඇතිවන ආකාරය)
2. පටිලෝම පරිච්ච සමුප්පාදය (සසර දුක නැතිවන ආකාරය)

මෙලෙස පරිච්ච සමුප්පාදය ඉදිපත් වන්නේ එකල පැවති මිථ්‍යා දෘෂ්ටික සංකල්ප ගණනාවක් ප්‍රතික්ෂේපිත තත්ත්වයට පත් කරමිනි. ඒ අතර පහත අවස්ථා වැදගත් වේ.

1. ඊශ්වර නිර්මාණවාදය (සියල්ල ඊශ්වර නම් සර්ව බලධාරී දෙවියන් විසින් නිර්මාණය කිරීම)
2. පුබ්බේකත හේතු වාදය (සියල්ල පෙර කරන ලද කර්මය නිසා සිදුවන බව පැහැදිලි කිරීම)
3. අහේතු අප්‍රත්‍යවාදය (සියල්ල ඉබේ සිදුවන්නේය යන මතය)

මේ ආකාරයෙන් විග්‍රහ කෙරෙන පරිච්ච සමුප්පාදය හඳුනා ගැනෙන්නේ වක්‍රාකාරවය. එහි ආරම්භක පියවරක් හෝ අවසාන පියවරක් නොමැත. නමුත් හඳුනා ගැනීම උදෙසා එක් මූල අංගයකින් ආරම්භ කොට තවත් මූල අංගයකින් අවසන් කරනු ලබයි. ඒ පහත ආකාරයෙනි,

1. අවිජ්ජා (අවිද්‍යා) - චතුරාර්ය සත්‍යය පිළිබඳ නොදැනීම.
2. සංඛාර - නොදැනීම හෙවත් සංස්කාරයන්ගේ නිමග්නව සිටීම.
3. විකල්පදාණ - සංසාර ගමන තුළ දැනීමක් ඇතිවීම
4. නාමරූප - නාම හා රූප ලක්ෂණ සහිත සමවායෙන් යුක්ත වීම.
5. සලායතන - ඇස,කන,නාසය,දිව,ශරීරය හා මනස යන ආයතන හයෙහි එකතුව
6. එස්ස - ස්පර්ශය
7. වේදනා - ස්පර්ශය නිසා හටගන්නා සුඛ,දුක්ඛ,මධ්‍යස්ථ වේදනා
8. තණ්හා - දැඩිව ඇලීමක් ඇති කර ගැනීම.
9. උපාදාන - දැඩිව අල්වා ගැනීම නිසාවෙන් ග්‍රහණය කර ගැනීම.
10. භව - යම් භවයක් තුළ උපත ලැබීම.
11. ජාති - ඉපදීම
12. ජරා,මරණ,සෝක,පදේව,දුක්ඛ,දෝමනස්ස - වයසට යාම,ලෙඩ වීම,මරණය,ශෝකයට පත්වීම,වැලපීම,දුක් සහිත භාවය,අසතුටුදායක බව ආදී ලෙසිනි.

### අභ්‍යාස

01.
  - 1) ඔදුදනමේ අවධාරණය කෙරෙන හේතුවලවාදී න්‍යාය හඳුන්වන නම කුමක් ද?
  - 2) එම න්‍යායට අයත් අංග තුනක් ලියා දක්වන්න.
  - 3) ඔබ ලියූ අංග දෙකක්, එක් අංගයක් අනෙක් අංගය ඇතිවීමට අන්‍යෝන්‍ය වශයෙන් සම්බන්ධ වී ඇති ආකාරය නිදසුන් මගින් සාකච්ඡා කරන්න.
02.
  - 1) “යො පටිච්ච සමුප්පාදං පස්සති, සො ධම්මං පස්සති” යන්නෙහි අර්ථය ලියා දක්වන්න.
  - 2) අවිජ්ජා පටිච්චයා සංඛාරා යන්නෙහි අර්ථය පෙන්වා දෙන්න.
  - 3) පටිච්ච සමුප්පාද න්‍යාය සසර දුක මෙන්ම සමාප්තන දුක ඇතිවන හා නැතිවන ආකාරය පැහැදිලි කිරීමට අදාළ කර ගත හැකි දහමක් ලෙස ඇගයීමට ලක් කරන්න.
03.
  - 1) පටිච්ච සමුප්පාද න්‍යායට අනුව අවධාරණය කෙරෙන දෙයාකාර අර්ථකථනයන් මොනවා ද?
  - 2) පටිච්ච සමුප්පාද න්‍යායෙන් පැහැදිලි කෙරෙන අංග තුනක් ලියා දක්වන්න.
  - 3) ගැටලු විසඳා ගැනීම උදෙසා පටිච්ච සමුප්පාද න්‍යාය හේතුවන ආකාරය නිදසුන් සහිතව පෙන්වා දෙන්න.

## චතුරාර්ය සත්‍යය (සිව්සත්‍ය)

මූලාශ්‍රය - ධර්මචක්කපචත්ත සූත්‍රය

චතුරී + ආර්ය + සත්‍යය

( සතර + උතුම් + ඇත්ත ) උතුම් වූ ඇත්ත 4

1. දුක්ඛ ආර්ය සත්‍යය - දුක පිළිබඳ උතුම් සත්‍යය
2. දුක්ඛ සමුදය ආර්ය සත්‍යය - දුක හටගැනීමට හේතුව පිළිබඳ උතුම් සත්‍යය
3. දුක්ඛ නිරෝධ ආර්ය සත්‍යය - දුක නැති කිරීම පිළිබඳ උතුම් සත්‍යය
4. දුක්ඛ නිරෝධ ගාමණී පටිපදා ආර්ය සත්‍යය - දුක නැති කිරීමේ මාර්ගය පිළිබඳ උතුම් සත්‍යය

### 01. දුක්ඛ ආර්ය සත්‍යය

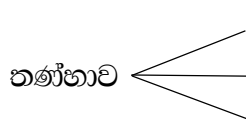
දුක 

 දුක්ඛ දුක්ඛ - සාමාන්‍ය දුක්  
 විපරිණාම දුක්ඛ - වෙනස්වීම නිසා ඇතිවන දුක්  
 සංඛාර දුක්ඛ - ඇතිවීම නැතිවීම හේතුවෙන් හටගන්නා දුක්

ජාති-ජරා-ව්‍යාධි-මරණ-ප්‍රියයන්ගෙන් වෙන්වීම , අප්‍රියයන් හා එක්වීම , කැමති දෑ නොලැබීම , පංච උපාදානස්කන්ධය සිතින් දැකිව වැළඳ ගැනීම.

### 02. දුක්ඛ සමුදය ආර්ය සත්‍යය

දුක හට ගැනීමට හේතුව නම් මිනිස් සිත් සතන් තුළ මුල් බැසගෙන ඇති අසීමිත අතෘප්තිකර තණ්හාවය.

තණ්හාව 

 කාම - පංච ඉන්ද්‍රියයන් පිහවීමට ඇති ආශාව  
 භව - ආත්මය පිළිබඳව දැනීම ඇතිව සසර පැවැත්මට ඇති ආශාව  
 භව - පරලොචක් නැත කියා සිතා මෙලොව හැකිතාක් සැප දීමේ ආශාව

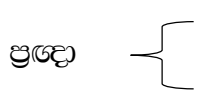
### 03. දුක්ඛ නිරෝධ ආර්ය සත්‍යය

සසර දුකට හේතුවන තණ්හාව මුලින් උපුටා දැමීමයි. නිවන් අවබෝධයයි.

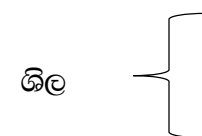
### 04. දුක්ඛ නිරෝධ ගාමණී පටිපදා ආර්ය සත්‍යය

දුකින් මිදීම සඳහා අනුගමනය කරන මාර්ගයයි.


(ත්‍රිශික්ෂා - ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය / මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව)

ප්‍රඥා 

 1. සම්මා දිට්ඨි  
 2. සම්මා සංකප්ප

ශීල 

 3. සම්මා වාචා  
 4. සම්මා කම්මන්ත  
 5. සම්මා ආජීව

සමාධි 

 6. සම්මා වායාම  
 7. සම්මා සති  
 8. සම්මා සමාධි

## ලොව්තුරා සුවේ පදනම සම්මා දිව්ඩියයි

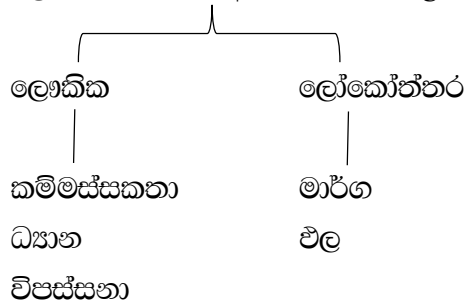
උතුම් ශ්‍රේෂ්ඨත්වය කරා යන මග ශ්‍රේෂ්ඨයින් විසින් අනුගමනය කළ මග යන අරුතින් මෙය ආර්ය මාර්ගය නම් වේ. එය පිළිවෙලින් අනුගමනය කළ යුතු බැවින් අනුපූර්ව ශික්ෂා ලෙස හදුන්වයි. ඒ අනුපූර්ව ලක්ෂණ 3 කි.

1. අධිශීල
2. අධිවිත්ත
3. අධි ප්‍රඥා

## ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය

බෞද්ධයෙකු විසින් අත්හළ යුතු අන්ත දෙකක් බුදු දහමෙහි එයි. එය අත්තකිලමථානුයෝගය හා කාමසුඛල්ලිකානුයෝගය යි. ඒ අන්ත දෙකෙන්ම බැහැරව ගමන් කළ යුතු මාවත විග්‍රහ කෙරෙන්නේ මෙකී මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව / මැදම් පිළිවෙත / ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය මගිනි.

1. සම්මා දිව්ඩි - ලෝක ස්වභාවය ඇති සැටියෙන් දැකීම.



2. සම්මා සංකප්ප - නෙක්ඛම්ම සංකප්ප - පස්කම් සැපයෙන් වෙන්වීම.

අව්‍යාපාද සංකප්ප - චෛරී බවින් මිදී මෙමත්‍රියෙන් යුක්ත වීම.

අවිහිංසා සංකප්ප - හිංසාවේ ආදිහව දැක ඉන් මිදීම.

3. සම්මා වාචා - බොරු, කේළම්, පරුෂ, හිස් වචන වලින් වැළකී ප්‍රිය සත්‍ය වචන භාවිතය.

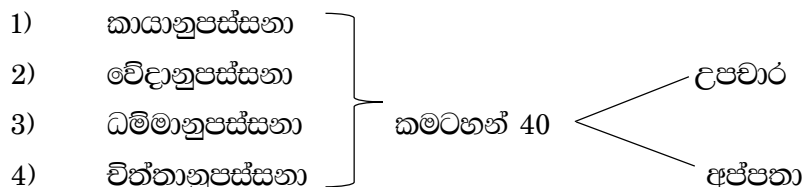
4. සම්මා කම්මන්ත - සතුන් මැරීම, සොරකම, කාම මිථ්‍යාවාරය ආදී දුරාවාරයන්ගෙන් වැළකීම.

5. සම්මා ආජීව - හික්ෂුට්ක් නම් නැති ගුණ නොඅගවා සිටීම.

ගිහියෙක් නම් දැහැමි ජීවන වෘත්තියක නියැලීම, වැරදි වෙළඳාම් 5 න් හා වැරදි කියුම්න් මිනුම්න් වැළකීම.

6. සම්මා වායාම - නූපන් අකුසල් නූපදවීම , උපන් අකුසල් නැති කිරීම , උපන් කුසල් වැඩි දියුණු කිරීම , නූපන් කුසල් ඉපදවීමට ගන්නා උත්සාහය

7. සම්මා සති - සතර සතිපට්ඨාන



8. සම්මා සමාධි - විවිධ අරමුණු කෙරෙහි විසිරී ගිය සිත එකමුතු කොට පිහිටුවා ගැනීම.

(චිත්ත-සමාධි-සමට් භාවනා වැඩීම.)

පංච නිවර්ණා යටතේ කොට විත්තික , විචාරානිති, සුඛ, ඒකග්ගතා යන ප්‍රථම ධ්‍යානාදී ධ්‍යාන පහළ වීම.

සිත දියුණු කිරීමෙන් චිත්ත සමාධියත්, චිත්ත සමාධිය දියුණු කිරීමෙන් සම්මා ඥානයත් , සම්මා ඥානය දියුණු කිරීමෙන් සම්මා විමුක්තියත් තුළින් නිවන ප්‍රත්‍යක්ෂ කළ පුද්ගලයෙකු බවට පත් වේ.

### අභ්‍යාස

01.
  - 1) බෞද්ධයෙකු විසින් අත්හළ යුතු අන්ත දෙක මොනවා ද?
  - 2) චතුරාර්ය සත්‍යය ලියා දක්වන්න.
  - 3) සද්ධාරා සම්පන්න සමාජයක් උදෙසා අරි අට්ඨක මගෙහි ශිල ශික්ෂාව ඉවහල් වන ආකාරය පෙන්වා දෙන්න.
02.
  - 1) චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්ම ඇසුරෙන් දෙකක් නම් කරන්න.
  - 2) මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව යන්න පැහැදිලි කරන්න.
  - 3) පුද්ගලයෙකුට සද්ධාරා සම්පන්න ජීවිතයක් ගත කිරීමට ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය ඉවහල් කරගත හැකි ආකාරය නිදසුන් සහිතව පෙන්වා දෙන්න.
03.
  - 1) ආර්ය සත්‍ය හතර නම් කරන්න.
  - 2) සම්මා වාචා යන්න ධර්මානුකූලව විවරණය කරන්න.
  - 3) මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව ජීවිත කාලය තුළදීම සැනසීම ලබාදෙන මාර්ගයක් බව නිදසුන් සහිතව පෙන්වා දෙන්න.