විශ්වය පිළිබඳ සත්‍ය තොරතුරු ප්‍රබන්ධයකට වඩා විස්මයජනකය....!

ගුප්ත විද්‍යාව සහ අමනුෂ්‍ය ලෝකය

දෙවියන් හා අනෙකුත් අමනුෂ්‍යයන් සමග ගනුදෙනු
කිරීමේ කලාව උගන්වන අධිමානසික විද්‍යා කෘතියකි.

සම්පාදනය: නිලන්ත හෙට්ටිගේ

Scanned with CamScanner

පටුන

01. හැඳින්වීම
02. ඔබ අමනුෂ්‍යයන් දැකීමට කැමතිද?
03. මළගිය ඥාතීන්ගෙන් උදව් ලැබෙන හැටි
04. මරණය ජය ගැනීම පිළිබඳ ගුප්ත විද්‍යාව
05. මරණය ළං වූ බව දැන ගන්නා ආකාරය
06. සිරුර හැර දා යාමේ ගුප්ත විද්‍යාව
07. කැමති විටක සිරුර හැර දැමීමේ යෝග ක්‍රමය
08. ඔබේ ආරක්ෂාවට ගුප්ත විද්‍යාව
09. අමුතු විධියක ගුප්ත විද්‍යා රහසක්
10. දෙවියන්ගෙන් ලැබුණු බෙහෙත් වට්ටෝරු
11. අමනුෂ්‍යයන් සමග සංවාදයක්
12. දෙවියන් දැකුමට ටිබෙට් භාවනා අභ්‍යාසයක්
13. අමනුෂ්‍යයන් සමග සිතුවිලි මගින් කතාබහ
14. දුර ඇති දේ දකින ශිල්පය
15. දොරටු වැසීම සහ ඇරීම පිළිබඳ ගුප්ත විද්‍යාව
16. අපූරු අත්දැකීම් පෙළක්
17. විභාග ජය සඳහා ගුප්ත විද්‍යාව
18. ගැටලු නිරාකරණයට ගුප්ත විද්‍යාව
19. අමනුෂ්‍යයෙකු සමග බිහිසුණු සටනක්
20. පහසුවෙන් කළ හැකි දස්කමක්
21. සිත් වෙනස් කිරීමේ කලාව
22. මතක හිටින පාඩමක්
23. මළගියවුන් යළි උපන් හැටි
24. අපායෙහි විස්තර
25. සෑතු සංහාරය සහ දෙව්ලොව අසිරිය
26. අන්තරාභවිකයන්ගේ ලෝකය
27. සිරුරෙන් බැහැරට චාරිකාවක්
28. පෙරකල් දැක්ම, මතුකල් දැක්ම හා තුන්කල් දැක්ම
29. කර්ම බලය පිළිබඳ රහස්
30. ගුප්ත ශාස්ත්‍ර හදාරන්නන්ට වැදගත් පාඩම් කිහිපයක්
31. බාහිර බලය සහ අභ්‍යන්තර බලය
32. සෑම හැකියාවකටම නිශ්චිත ක්‍රමවේදයක් ඇත.
33. අඳුරෙහි බලය
34. ද්වි ස්වභාවය පිළිබඳ න්‍යායය
35. සුළු වෙනසකින් විශාල බලපෑමක්
36. කාලය අංක එකේ බලවතාය
37. නිවැරදි වේලාව සැමවිටම වැදගත්ය
38. පසුවදන

01 හැඳින්වීම

මෙය එක්තරා ආකාරයක පර්යේෂණ ග්‍රන්ථයකි. අනෙක් අතට පාඩම් පොතකි. අමනුෂ්‍යයන් ගැන පර්යේෂණ කිරීමට කැමති අයට, ඔවුන් හා සංවාදයෙහි යෙදෙන්නට කැමති අයට නිසි ගුරු උපදේශ මේ කෘතිය තුළින් ලබාගත හැකිය.

දෙවියන්, යක්ෂයන් සහ වෙනත් අමනුෂ්‍යයන් ගැන පතපොත කෙතෙක් ඇතත් ඒ කිසිවක් අදාළ විෂය ගැන අධ්‍යයනය කරන්නන්ට පැහැදිලි මාවතක් සපයා දීමට සමත් වූයේ නැත. අමනුෂ්‍යයන් ගැන ඔවුන්ගේ අපූර්ව ක්‍රියාකාරකම් ගැන අධිකතර කුතුහලයක් දැක්වූ මම අමනුෂ්‍යයන් ගැන සැබෑ අධ්‍යයනයක් ආරම්භ කළෙමි. දින, සති, මාස ගණන් ගත විය. මාස ගණන් අවුරුදුවලට පෙරළුණි. අමනුෂ්‍යයන් පිළිබඳ මාගේ දැනුම් ගබඩාව දිනෙන් දින පුළුල් විය; ගැඹුරු විය. දෙවියන් ඇතුළු අමනුෂ්‍යයන් සමග සංවාදයෙහි යෙදීමට අවශ්‍ය කුසලතාවන් වර්ධනය වීමට පටන් ගත්තේය.

මිනිස් ලොව දැනුම් ගබඩාවක් වැනිය. මානව ශිෂ්ටාචාරය පුරා මිනිසා උගත් දැනුමෙන් වැඩි කොටසක් අදටත් අප අතර සුරැකිව පවතියි. අමනුෂ්‍යයන් අතර ද මෙවැනි දැනුම් ගබඩාවක් තිබිය හැකිය. පෙර විසූ බුදුවරුන්, ඉසිවරුන් හා මුනිවරුන් සමග සංවාදයෙහි යෙදුණු දෙවියන් තවමත් ජීවතුන් අතර සිටිනවා විය හැකිය. දෙවියන්ගේ දිව්‍යමය ඥානයට රහස් පහසුවෙන් නිරාකරණය කර ගන්නට හැකි විය යුතුය. මම එසේ කල්පනා කළෙමි.

දෙවියන්ගේ දැනුම් ගබඩාවට සමීප වීමේ අදිටනෙන් යුතුව දින ගණන්, සති ගණන් විශේෂ අභ්‍යාස ක්‍රම ප්‍රගුණ කළෙමි. මා සිතූ අයුරු නිවැරදිය. දෙවියන් සතුව අතිවිශාල දැනුම් සම්භාරයක් ඇත. ඔවුන්ගේ දිව්‍යමය ඥානයට ළඟ ඇති දේ ද, දුර ඇති දේ ද, අතීතය, වර්තමානය හා අනාගතය ද විෂය

වේ. එමෙන්ම පෙර විසූ බුදුවරුන්, මුනිවරුන් හා ඍෂිවරුන් ඇසුරු කළ දෙවි දේවතාවෝ තවමත් නිරුපද්‍රිතව වාසය කරති. පෙර විසූ සමහර ඍෂිවරු සහ යෝගීහු මිය පරලොව ගොස් දෙවියන්ව ඉපිද සිටිති. ඔවුහු මනුෂ්‍ය වර්ගයාට උපකාර කිරීමේ රිසියෙන් යුතුව පෘථිවියෙන් ඈත දිව්‍යමය තලයන්හි වාසය කරති. භාවනාව ඇසුරෙන් සංවේදිතාව දියුණු කළ කෙනෙකුට තම සමාධියෙහි බලය අනන්ත දුරකට හැරීමෙන් මේ උසස් දිව්‍යාත්ම සමග මනසින් සන්නිවේදනය කළ හැකිය.

දෙවියන් සමග සන්නිවේදනය එතරම් පහසු කටයුත්තක් නොවේ. එමෙන්ම අතිශය දුෂ්කර කටයුත්තක් ද නොවේ. ඒ සඳහා මනා ඉවසීමක් සහ කැපවීමක් අවශ්‍යය. හැකිතාක් ගැඹුරට සිත සමාධිගත කර ඉන් අනතුරුව මනසින් විවිධ විධාන දෙමින් හා නිහඬ අවකාශයට සංවේදී වෙමින් සිටින විට ක්‍රම ක්‍රමයෙන් දෙවියන් හා අනෙකුත් අමනුෂ්‍යයන් සමග සංවාදයට පිවිසිය හැකිය. මෙලෙස දශකයක පමණ කාලයක් පර්යේෂණ කිරීමෙන් පසු භාවනාව යෝග සහ අධිමානසික විද්‍යාව පිළිබඳ පෙර නොවූ විරූ දැනුම් සම්භාරයක් රැස් කර ගැනීමට මම සමත් වූයෙමි.

මවිසින් එක්රැස් කර ගත් ගුප්ත විද්‍යාත්මක දැනුම් සම්භාරය අන් අයට බෙදා දිය යුතුද, නැද්ද යන්න පිළිබඳව ම'සිතෙහි කුහුලක් ඇති විය. විවිධාකාර භාවනා ක්‍රම හා මානසික අභ්‍යාස මිනිසුන්ට ඉගැන්වීමෙන් විශාල යහපතක් සිදුවේ. ඔවුන්ට ඉතා පහසුවෙන් තම ජීවිත ඉහළ අධ්‍යාත්මික තලයකට ගෙන ඒමේ හැකියාව ඉන් ලැබේ. දන් දීමෙන්, සිල් රැකීමෙන් හා සරල භාවනා ක්‍රම ප්‍රගුණ කිරීමෙන් පින් සිදුවන බව සත්‍යයකි. එහෙත්, මනස උසස් තලයකට දියුණු කර විඥ්ඥාණ සංක්‍රමණය හෙවත් ස්ව කැමැත්තෙන් සිරුර හැර ඇමීම නම් හැකියාව ලබාගන්නා තුරු ඕනෑම පෘථග්ජනයෙකු කර්මානුරූපව පහත් උත්පත්ති ස්ථානයක් වෙත යොමු විය හැකිය. (එය කෙලෙස සිදුවන්නේ ද යන්න පිළිබඳව මෙම කෘතියෙහි දීර්ඝ ලෙස විස්තර කර දී ඇත.)

උසස් අධිමානසික අභ්‍යාස රහස් ලෙස හෝ ගුරු මුෂ්ටි ලෙස රැක ගැනීමට බොහෝ යෝගීහු කැප වූහ. ගුරු මුෂ්ටි යනු ගුරුවරයා විසින් එක් විශ්වාසවන්ත ගෝලයෙකුට පමණක් හෙළි කරන රහසකි. සමහර අධිමානසික අභ්‍යාස රහස් හා ගුරු මුෂ්ටි ලෙස පැවතීමේ වැදගත්කමක් විය. සමහර ශාස්ත්‍ර අතින් අත යන විට ඒවායේ බල හීන වේ. පින් මඳ අයට ශාස්ත්‍රය ලැබුණ ද ඉන් ප්‍රයෝජන ගැනීමේ හැකියාව හෝ වාසනාව ඔවුන්ට උදා නොවේ. ඔවුහු අත්හදා බලා ප්‍රතිඵල නැති නිසා ශාස්ත්‍රයට ගරහති. එයින් අදාළ ශාස්ත්‍රය හෑල්ලුවට ලක් වේ. අධිමානසික අභ්‍යාස යහපත මෙන්ම අයහපත වෙනුවෙන් ද එක සේ යොදාගත හැකිය. උගත් අධිමානසික විද්‍යා අභ්‍යාස බොහෝ කලක් හෙළි නොකර සිටියේ මේ හේතුව නිසාය.

මා සතු කර ගත් අධිමානසික විද්‍යා දැනුමෙහි බලය වටහා ගත් එක් භාවනා ආචාර්යවරයෙක් මගේ මවට මෙසේ කීවේය. "ඉස්කෝලෙ හාමිනේගෙ පුතා පුදුම දැනුම පිපාසයකින් ඉන්නෙ. එයා දැන් එකතු කරගෙන තියෙන අභ්‍යාස ක්‍රමවලින් කෙනෙකුට මහ විනාශයක් සිදු කරන්න පුළුවන්. පුතාට කියන්න, අවවාද කරන්න, ඔය අමුතු භාවනා ක්‍රම කාටවත් උගන්වන්න එපා කියලා." ඒ භාවනා ආචාර්යවරයා මගේ ගුරුවරයෙකි. මම ඔහු යටතේ වසර තුනක් පමණ යෝග භාවනා ක්‍රම හැදෑරුවෙමි. එබැවින් ගුරුවරයාගේ අණ ඉක්ම නොයෑමට අදිටන් කර ගත්තෙමි. මා උගත් අපූරු අධිමානසික අභ්‍යාස විශ්වාස කටයුතු එක් අයෙකුට පමණක් ලබා දෙමි. නැතහොත් කෙදිනක හෝ මාත් සමග ඒවා පොළොවට වැළලී යා යුතුය. මම එසේ අදිටන් කොට තව තවත් යෝග භාවනා ක්‍රම හා අධිමානසික අභ්‍යාස උගත්තෙමි. හැකි සෑමවිටම දෙවියන් හා අනෙකුත් අමනුෂ්‍යයන් සමග සංවාදයෙහි යෙදී මා ලත් දැනුම පිරිසිදු කර ගත්තෙමි.

කාලය සියල්ල උඩු යටිකුරු කළේය. මිනිස්සු පොරොන්දු ලබා දෙති. ඉන්පසු කඩ කරති. ක්ෂණයක් පාසා වෙනස් වන සිතුවිලි පරම්පරාව පාලනය කිරීමට අපට හැකියාවක්. නැත. 2004 වර්ෂයේදී සිදු වූ සුනාමි ඛේදවාචකය ජීවිතයේ අනියත

Scanned with CamScanner

බව පසක් කළේය. තම නෑසියන්ගේ වියෝවින් දුක් වුණු වැඩි දෙනෙක් ඔවුන් මිය පරලොව ගොස් ඉපදුණේ කොහිදැයි බැලීමට යුහුසුලු වූහ. ශාස්ත්‍රකරුවන්ගේ සහ ජේන කියන්නන්ගේ ආදායම දෙගුණ, තෙගුණ, සිව්ගුණ විය. තම මළගිය ඥාතීන්ට කුමක් සිදුවීද යන්න සොයා බැලීම ඒ කාගේත් අරමුණ විය.

ජේන කියන්නන් ද, ශාස්ත්‍රකරුවන් ද කී දේ එකකට එකක් බොහෝ සේ ගැළපෙන බව පෙනෙන්නට තිබුණි. සුනාමි අනතුරින් මිය ගිය වැඩි දෙනෙක් අයහපත් ස්වභාවයේ උපත් ලබා සිටියහ. මිනිසුන්ට මරණයෙන් මතු අසරණව සිටීමට සිදු නොවිය යුතුය. ඒ සඳහා ද ක්‍රමෝපාය ඇත. උසස් අධිමානසික අභ්‍යාස ක්‍රම ඇසුරෙන් සිත දියුණු කළ පුද්ගලයා මරණින් මතු ඉහළ ආත්ම භාවයන් වෙත තල්ලු වී යයි. මරණය ළඟා වීමට මොහොතකට හෝ පෙර සිහි නුවණින් යුතුව සිරුර අත්හැර යාමේ හැකියාව ඔවුන්ට ලැබේ. එබැවින් සිත දියුණු කර සිහි නුවණින් යුතුව සිරුර අත්හැර යාමේ කලාව මිනිසුන් අතර ප්‍රචලිත කළ යුතුය යන අදහසින් යුතුව 'භාවනා - යෝග සහ අධිමානසික විද්‍යා' ග්‍රන්ථ පෙළක් ලිවීම ආරම්භ කළෙමි.

මාගේ මුල්ම කෘතිය වූ 'භාවනා අභ්‍යාස සහ සත්‍යාවබෝධය' නම් ග්‍රන්ථය ලියූ කාල වකවානුවේ සිටම මේ පොත් පෙළ ලිවීම කෙරෙහි අමනුෂ්‍යයන්ගේ බලපෑම තදින්ම තිබූ බව කිව යුතුය. භාවනා අභ්‍යාස ග්‍රන්ථය ලියා අවසන් කළ පසුව එය මුද්‍රණයට යැවීමට පෙර සිව් වරක්ම විනාශ විය. සාමාන්‍ය සම්භාවිතාව අනුව එවැනි සිද්ධියක් වීමට ඇත්තේ ඉතා අඩු ඉඩකි. කෙසේ නමුත් භාවනා අභ්‍යාස පොත පස්වන වතාවට ලියා අවසන් කළ පසු එහි අවසාන පිටු දෙක අඩංගු පරිගණකය අක්‍රිය වී ගියේය. පොත මුද්‍රණය කිරීමට නම් ඒ පිටු දෙක ඉවත් කළ යුතු බව අමනුෂ්‍යයෝ මවෙත දැනුම් දුන්හ. එය ඒ ආකාරයටම සිදු විය. මා විසින් ඉවත් කළ පිටු දෙකෙහි අඩංගු කරුණුවල සදොස් බව පසුව මා හට පැහැදිලි විය. මුල් පොතෙන් ඉවත් කළ මාතෘකාව පිළිබඳ පැහැදිලි හා නිවැරදි විස්තර මාගේ දෙවැනි කෘතියට අඩංගු කරන ලදී. මේ ආකාරයට මා විසින් ලියා පළ කළ ගණනින් විස්සක් පමණ වූ භාවනා පොත් තුළ

'යෝග - භාවනා සහ අධිමානසික විද්‍යාව' යන විෂය ක්ෂේත්‍ර තුනට අදාළව අතිවිශාල දැනුම් සම්භාරයක් ඇතුළත් විය.

අද මෙරට සාමාන්‍ය ජනතාව පමණක් නොව භාවනා ආචාර්යවරු පවා අපගේ භාවනා පොත් පෙළ ගුරු තැන්හි තබා කටයුතු කරති. පොත් පෙළ කියවූ අයගෙන් 90% ක් පමණම එහි අඩංගු කරුණුවල සහ පෙළගැස්මෙහි ඇති දිව්‍යමය ප්‍රතිභාව ගැන වටහා ගෙන සිටිති. මෙය තනි මිනිසෙකුගේ කටයුත්තක් නොවේ. පෘථිවිවාසීන් කෙරෙහි හිතැති දෙවියන් ප්‍රමුඛ අමනුෂ්‍යයන්ගේ අධීක්ෂණයෙන් හෙළිදරව් වූ දිව්‍යමය ඉගැන්වීම් සමුදායකි.

මවිසින් ලියා පළ කළ 'යෝග - භාවනා' පොත් පෙළට කරුණු සපයා ගත්තේ කෙසේ දැයි බොහෝ දෙනා මගෙන් අසති. මේ පොත් පෙළ තුළ වැඩිපුරම අඩංගු වනුයේ විවිධාකාර යෝග ගුරු කුල විසින් පිළිගනු ලබන ගුරු උපදේශයන්ය. ශාස්ත්‍රීය ග්‍රන්ථ අධ්‍යයනයෙන් හා ඒවා සංසන්දනයෙන් පිරිපහදු කළ දැනුම ඒ පොත්වල සැකිල්ල බවට පත්වේ. භාවනා ගුරුවරුන් ඇසුරු කොට මා උගත් දේ ද, මා විසින් පර්යේෂණාත්මකව තහවුරු කර ගත් දේ ද පොතෙහි හරය බවට පත්වේ. විශ්වයට සංවේදී වීම හෝ අමනුෂ්‍යයන්ට සවන් දීම තුළින් මා උගත් විෂය කරුණුවලට ඒ පොත් තුළ සෑහෙන ඉඩකඩක් වෙන් වේ. මා විසින් ලියන පොත්වල අර්ථ විවරණ සැපයීම දුෂ්කර සමහර දේ අඩංගුය. ඒවා විස්තර කර දීමට බොහෝ විට මට නොහැකි වේ. එවිට මම අමනුෂ්‍යයන්ගේ පිහිට පතමි.

බොහෝ විට මාගේ සිහියට නැගෙනුයේ 'නාරොපා' මුනිවරයාය. "නාරොපා ගුරුතුමනි...! අසවල් දේ මට තේරෙන්නේ නැහැ." කියා මා කී කල පැහැදිලි හඬකින් මා වෙත පිළිතුරු ලැබේ. සමහර විට ඒ දිව්‍යමය තලයක සිටින නාරොපා සෘෂිවරයා විය හැකිය. නැතහොත් ඒ වෙනත් අමනුෂ්‍යයෙකු විය හැකිය. එසේ නැතිනම් විශ්වීය දැනුම් ගබඩාව (*Akashic Records*) තුළින් ඒ දැනුම මා වෙත ඇදී එනවා විය හැකිය. එසේ නැතහොත් මාගේ නිසල වූ සිත තුළින්ම පිළිතුරු ඇදී ආවා විය හැකිය. එය

Scanned with CamScanner

කෙසේ සිදු වුවත් කම් නැත. භාවනාව යෝග සහ අධ්‍යාත්මික අවබෝධය පිළිබඳව මා නැගූ සියලු ප්‍රශ්නවලට සාධාරණ සහ යුක්ති සහගත පිළිතුරු මා වෙත ලැබී ඇත. මා ඒ සියලු පිළිතුරු වාර්තා ගත කර ඇත. එමෙන්ම, කිසිදු ගැටලුවකින් හෝ බාධාවකින් තොරව භාවනා කිරීමට, කැමති මාර්ගඵලයක් ලැබීමට, කැමති අභිඥාවක් ලැබීමට අවශ්‍ය දැනුම් සමුදාය මේ වන විට මාගේ පොත් පෙළ තුළ පෙළ ගස්වා ඇත.

විශ්වය තුළ පවතින දැනුම් ගබඩාවක් ගැන සමහර අධිමානසික විද්‍යාඥයෝ විශ්වාසය තබති. ආකාශික වාර්තා (*Akashic Records*) තුළින් දැනුම ඇද ගැනීම ඕනෑ කෙනෙකුට ප්‍රගුණ කළ හැකි කලාවකි. 'සතිපට්ඨාන සූත්‍රය' විවරණය කිරීමේදී ආකාශික වාර්තාවන් කියවීමේ කලාව මහෝපකාරී විය. තිබ්බත යෝග විද්‍යාවෙහි ඉගැන්වෙන ආලෝක යෝග ක්‍රමවලට අදාළ මිශ්‍ර කිරීමේ භාවනාව (*Meditation of Blending*) නිරවුල් කර ගැනීම මා හට අපහසු විය. පුදුමයකට මෙන් අහසින් නැගුණු හඬකින් මිශ්‍ර කිරීමේ භාවනාව උදාහරණ සහිතව තේරුම් කර දෙනු ලැබීය.

පෙර කී භාවනා පොත් පෙළට අතිරේකයක් ලෙස ලියන මේ පොත තරමක් වෙනස් කාර්යයක් සඳහා වෙන් කර ඇත. මා විසින් වසර 16 කට අධික කාලයක් තිස්සේ පර්යේෂණ කර වැඩිදියුණු කළ 'අමනුෂ්‍යයන් සමග ගනුදෙනු කිරීමේ, සන්නිවේදනය කිරීමේ කලාව' මේ කෘතිය තුළින් පෙළ ගැන්වෙයි. ඔබ විශ්වයේ තනි වී නැත. ඔබගේ තනි නොතනියට මෙන් දෙවියෝ සහ අනෙකුත් අමනුෂ්‍යයෝ ඔබට නොපෙනී ඔබ අසල වෙසෙති. ඔවුන් ඔබට නොපෙනෙන්නේ, නොඇසෙන්නේ, ඔබ හා සංවාදයට නොඑන්නේ ප්‍රබල හේතුවක් නිසාය. ඔබ හා ඔවුන් අතර ඇති සන්නිවේදන බාධකය දෙවියන් හා සමාගමය වළක්වන ප්‍රධානතම සාධකයයි.

දෙවියන්, අනෙකුත් අමනුෂ්‍යයන් හා අප අතර සන්නිවේදන බාධකයක් පවතින්නේ මන්ද? සැබැවින්ම එය සන්නිවේදන බාධකයක් නොවේ. එක්තරා ආකාරයක ගිලිහී යාමකි. ඒ

තත්ත්වය තවදුරටත් පැහැදිලි කර දීම සුදුසුය. ඇස, කන, නාසය, දිව සහ කය යන සන්නිවේදන ඉන්ද්‍රිය 5 ක් අපට ඇත. මේ ප්‍රබල සන්නිවේදන මාධ්‍ය පහ අපගේ පැවැත්මට හොඳටම ප්‍රමාණවත්ය. හයවන මාධ්‍යය හෙවත් අතිමානුෂීය සන්නිවේදන ඉන්ද්‍රිය මනුෂ්‍යයාට අනවශ්‍ය බැවින් මොට වී ගොස් ඇත. දෙවියන්, ප්‍රේතයන් හා යක්ෂයන්ගේ සූක්ෂම ශරීර දැකීමට තරම් අපගේ දෙනෙත් ප්‍රබල නොවනුයේ ඇයි? එය අපගේ දෙනෙතෙහි වරදක් නොව අප නිතර දකින දැ හි ඇති වරදකි. මිනිස් ලොව පවතින තදබල, රළු ආලෝකය නිසා දෙවියන්ගේ සූක්ෂම ආලෝකය නොපෙනේ. ක්‍රම ක්‍රමයෙන් සියුම් ආලෝකයට සංවේදී වන අයට දෙවියන් දැකීම ආරම්භ කළ හැකිය. අමනුෂ්‍යයන් හා සන්නිවේදනය කිරීම ද මෙබඳුම දෙයකි. නිහඬ පරිසරයේ හිඳ බවුන් වඩනා කෙනෙකුට බාහිර පරිසරය මත සිත එකඟ කිරීම තුළින් අමනුෂ්‍ය ලෝකයේ ශබ්දවලට වුව ද කන් දීමට හැකිය. භාවනා සහ අධිමානසික අභ්‍යාස ඇසුරු කරගෙන මනස නිසල කරන කෙනෙකුට ඕනෑම දෙයක් තත්වාකාරයෙන් දත හැකිය.

සැබැවින්ම අධිමානසික විද්‍යාව සියලු විද්‍යාවන්ට වඩා රසවත්ය. එය සියලු ශාස්ත්‍රයන්ට වඩා අර්ථවත්ය. උසස්ම විද්‍යාවන් ගණයට අයත් ලෙස බුදුන් වහන්සේ අතින් වර්ණනා ලැබූ ත්‍රිවිද්‍යාවන් ද අධිමානසික හැකියාවන් තුනකි.

දැන් ඔබ සැරසෙනුයේ අධිමානසික විද්‍යාව පිළිබඳව මින් පෙර නොඇසූ, නෙත නොගැටුණු ආකාරයේ ප්‍රායෝගික පාඨමාලාවක් හැදෑරීමටයි. විශ්ව සත්‍යය දෙස හැරී දෙනෙත් විවර කරන්න. සත්‍යය ප්‍රබන්ධයකට වඩා විස්මයජනක බව ඔබටම වටහා ගත හැකි වනු ඇත.

Scanned with CamScanner

02 ඔබ අමනුෂ්‍යයන් දැකීමට කැමතිද?

මේ කතා කරන්නේ මිනිස් ලොව වෙසෙන නොමිනිස් මිනිසුන් ගැන නොව සැබෑ අමනුෂ්‍යයන් ගැනය. අමනුෂ්‍යයන් සියැසින් දුටු බොහෝ දෙනෙක් අප අතර වෙති. මේ අතර අමනුෂ්‍යයන් දැක බිය වී ප්‍රතිකාර ලබා ගත් අය ද වෙති.

අමනුෂ්‍යයන් සියා වෙනම ජීවී කොට්ඨාස නොමැති බව කියන අය ද අප අතර දුලබ නැත. හොල්මන්, අවතාර ආදිය පිළිබඳ විශ්වාස කරන අය, ඒවා දුටු බව කියන අය අනුවණයන් කොට සැලකූ යුගයක් අපි පසු කළෙමු. එහෙත්, විද්‍යුත් මාධ්‍යයන්හි දියුණුවත් සමග සියල්ල කණපිට හැරී ඇත. අමනුෂ්‍යයන් ඡායාරූපවලට හසු කර ගැනීමට පර්යේෂකයන් එක වරක් නොව සිය දහස් වරක් සමත් වීම ඊට හේතුවකි. අමනුෂ්‍යයන් හසු කර ගැනීමේ හැකියාව පර්යේෂකයන්ගේ කැමරා කාචවලට සීමා නොවීම තවත් පුදුම සහගත දෙයකි. පවුලේ ඡායාරූපවලට මිය ගිය ඥාතීන්ගේ ඡායාවන් සටහන් වීම කුතුහලය දනවන සිද්ධියකි. මේ සිද්ධිය වරක් දෙවරක් නොව කිහිප වරක්ම සිදු වූ බවට වාර්තා ඇත. පවුලේ ඥාතීන් වෙත ඇල්ම, බැල්ම ඇතිව, තම ගේ දොරවලට ඇල්ම, බැල්ම ඇතිව පෙර උපන් තැන අත් නොහැර ගිය මළගිය ඥාතීහු එලෙස ඡායාරූවට හසුවෙති.

අමනුෂ්‍යයන් නිතර නොපෙනීමටත්, ඉඳහිට පෙනීමටත් හේතු සාධක බලපායිද? ඒ සඳහා හේතු සාධක රැසක් බලපායි. ඉන් ප්‍රධානතම සාධකය වනුයේ සිරුරෙහි සංයුතියයි. සූත්‍ර පිටකයේ දැක්වෙන පරිදි දෙවියන් ඇතුළු අමනුෂ්‍යයන්ගේ ශරීර ඉතා සූක්ෂ්මය. ඔවුන්ගේ සූක්ෂ්ම ශරීර සාමාන්‍යයෙන් මිනිස් ඇසට නොපෙනේ. ඊට හේතුව මිනිස් ඇස රළු දේ දැකීමට පුරුදුව ඇති බැවිනි. කෙසේ වෙතත් හේතු කිහිපයක් මත අමනුෂ්‍යයන් අපට පෙනී යා හැකිය.

- සමහර අමනුෂ්‍යයන්ට මිනිසුන්ට පෙනෙන සේ තම සිරුරුවල සංයුතිය වෙනස් කළ හැකිය. මෙය කටුස්සන් පාට මාරු කර ගැනීම වැනි ක්‍රියාවකි. දෙවියන් ස්ව කැමැත්තෙන් මිනිසුන්ට පෙනී සිටි අවස්ථා කිහිපයක් ගැන බෞද්ධ සාහිත්‍යයේ දැක්වේ. එමෙන්ම සමහර දෙවියන්ට ද, යක්ෂයන්ට ද, වෙනත් සමහර අමනුෂ්‍යයන්ට ද මිනිස් වෙසක් හෝ කැමති වෙසක් ගත හැකි බව බෞද්ධ ඉගැන්වීම්වල දැක්වේ. ශක්‍රයා හෙවත් ශක්‍ර දෙවියා පින් කර ගනු කැමතිව මිනිස් වෙසක් ගෙන දානමය පිංකම්වල යෙදුණු බව සූත්‍ර ධර්මයන්හි සඳහන් වේ.
- අමනුෂ්‍යයන් දකිනු කැමති අයට සිත ඒකාග්‍ර කොට සංවේදිතාව වැඩි කිරීමෙන් ඒ හැකියාව ලබාගත හැකිය. බුදුහු එක් දිනක් දහම් දෙසමින් සිටියදී දෙවියන් බණ ඇසීමට පැමිණ සිටින බව රැස්ව සිටියවුන්ට වදාළහ. අභිඥාලාභීන් හැර අන් අයට එතැන රැස්ව සිටි දෙවියන් කිසිවෙකු පෙනුණේ නැත. සමහර රහතන් වහන්සේලා පවා දෙවියන් රැස්ව සිටින අයුරු නොදුටුවහ. දෙවියන් දැකීමට කැමති අය සිත නිසල කර මානසික ඒකාග්‍රතාව ඇති කර ගත යුතු බව බුදුහු ඒ අවස්ථාවේ වදාළහ. ඒ උපදේශය අනුව සිත එකග කරත්ම එතැන සිටි වැඩි දෙනෙකුට දෙවියන් දැකගත හැකි විය.

මිනිසුන් විසින් අහම්බෙන් අමනුෂ්‍යයින් දැකීම ගැන ද වරින් වර තොරතුරු වාර්තා වේ. මෙවැනි අමනුෂ්‍ය පෙනී සිටීම් ගැන අධ්‍යයනය කළ පර්යේෂකයන්ට අපූරු සබඳතාවන් කිහිපයක් සොයාගත හැකි විය.

- අමනුෂ්‍යයන් අහම්බු ලෙස දුටු අවස්ථාවලින් වැඩිම ප්‍රමාණයකදී මද අඳුරෙහිදී ඔවුන් දර්ශනය වී ඇත.
- අමනුෂ්‍යයන් දුටු බව කියන වැඩි දෙනෙක් එම දර්ශන දැක ඇත්තේ ඉදිරිපසින් නොව පැත්තෙනි. බොහෝ විට වම් පැත්තෙන් හෝ දකුණු පැත්තෙනි.

මීට හේතුව කුමක් විය හැකිද? ඒ සඳහා පිළිතුර ඇත්තේ අපගේ කායික සැකැස්ම තුළමය. මිනිසාගේ ඇසෙහි පෙනීම

ලබා දෙන සෛල විශේෂ 2 ක් ඇත. මේ සෛල දෙවර්ගයම ඇස පත්ලෙහි ඇති දෘෂ්ටි විතානය (*Retina*) නම් කොටසෙහි පිහිටා ඇත. වර්ණ දැක බලා ගැනීම සඳහා වන සෛල දෘෂ්ටි විතානය මැදට වන්නට වැඩිපුර එක්රැස් වී ඇත. අඩු ආලෝකයට සංවේදී වන සෛල දෘෂ්ටි විතානයේ මායිම් ආසන්නයෙහි වැඩිපුර පිහිටා ඇත. මෙම තත්ත්වය මානව පරිණාමය තුළ එක්තරා අවස්ථාවකදී ඇති කර ගත් වෙනසකි. අමනුෂ්‍යයන් අඩ අඳුරේදී පෙනී යාමට හේතුව මෙකී අධි සංවේදී සෛලවල බලපෑමයි. අමනුෂ්‍යයන් පැතිවලින් දැකීමට හේතුව ද අධි සංවේදී සෛලවලට පැතිවලින් එන ආලෝකය වැඩිපුර යොමු වීමයි. මේ හේතුව නිසා අමනුෂ්‍යයන් දැකීමට සිත හික්මවන අය අඩ අඳුරෙහි සිට ඇස් කොනින් බැලීමේ කලාව හුරු කළ යුතුය.

ඔබ අමනුෂ්‍යයන් දැක ඇත්දැයි මිනිස්සු නිතර මගෙන් අසති. ඒ මා අමනුෂ්‍යයන් ගැන නිතර ලියන නිසාය.

අමනුෂ්‍යයන් පිළිබඳ මාගේ පළමු අත්දැකීම වසර තිස් ගණනක් ඈතට දිව යයි. එවකට මා කුඩා දරුවෙකි. වේලාව සවස 6.00 ට පමණ වේ යැයි සිතමි. මම එවේලේ නිවස පිටුපස තනිවම සුළු ක්‍රීඩාවක යෙදෙමින් සිටියෙමි. කිසියම් අමුතු දෙයක් මා අසල ඇති බව දැනී පිටුපස හැරී බැලුවෙමි. අඩි 10 ක් පමණ උස මිනිස් රුවක් මට අඩි 25 ක් පමණ දුරින් ඇත. ඒ අද්භූත මිනිසා මා දෙස බලා සිටියි. මා දුටු දෙයින් මම බියපත් නොවීමි. මෙතරම් විශාල මිනිසුන් මෙලොව ඉන්නවාද? මේ පුදුමය මවට පෙන්වීමට සිතා ගෙතුළට දිව ගියෙමි.

“අම්මේ...! අම්මේ....! අඩි 10 ක් විතර උස යෝධ මිනිහෙක්...!” යෝධ මිනිසා බැලීමට මව කිසිදු පැකිළීමකින් තොරව මා සමග පැමිණියාය. මා එවෙලේ දුටු දර්ශනය එසැණින් අතුරුදහන්ව තිබුණි. මේ සිද්ධිය දෘෂ්ටි මායාවක් නොවූ බව මට සහතිකය.

එදා දුටු අද්භූත මිනිසා මාගේ විඥ්ඥාණය අවදි කළේය. ‘හදිසියේ පෙනී සිට අතුරුදහන් වන මේ අද්භූත මිනිසුන් කවුද? ඔවුන් ගැන මා ගවේෂණය කළ යුතුය.’ යන්න තදින්ම මා සිත්හි කා වැදුණි.

03 මළගිය ඥාතීන්ගෙන් උදව් ලැබෙන හැටි

මාගේ මුත්තා - පියාගේ පියා දකුණු ලක විසූ සුප්‍රසිද්ධ ජ්‍යෝතිර්වේදියෙකු විය. ජ්‍යෝතිෂය පිළිබඳව ඔහු ලියූ පතපොත බොහෝ දෙනෙකුගේ පැසසුමට ලක් විය. දිවියෙහි අනියත බව සනිටුහන් කරමින් හේ මිය පරලොව ගියේය.

මුත්තාගේ මරණින් ටික කලකට පසු මිය ගිය ඔහුගේ කටහඬ මා අසලින් ඇසුණි. “මම ජ්‍යෝතිෂ පොත් දෙකක් එවල තියෙන්නෙ. ඔය ළමයට ඒක ප්‍රයෝජනවත් වේවි. ඒ ශාස්ත්‍රය ඉගෙන ගන්න. සාස්තරේ හොඳට පිහිටාවි.”

එදින මා නිවසේ සෑමතැනම සොයා බැලූ නමුත් එවන් පොතක් සොයාගත නොහැකි විය. දින කිහිපයකට පසු අතහැර දමා තිබූ පත්තර ගොඩක් මත ලොකු පොත් දෙකක් දිස් විය. පුදුමයකි; ඒ ජ්‍යෝතිෂ පොත් දෙකකි. ඉතාම දුර්ලභ ගණයේ වටිනා පොත් දෙකකි. මුත්තා ජීවතුන් අතර සිටියදී පරිශීලනය කළ ඒ පොත් දෙක කෙසේ හෝ මා අබියසට පැමිණ ඇත. සමහරවිට එය කිසිවෙකු අමතක වීමකින් අප නිවසට රැගෙන ආවා විය හැකිය. නැතිනම් මුත්තාගේ මරණින් මතු කවුරුන් හෝ එය අපගේ නිවසට ගෙන ආවා විය හැකිය. එනමුත් පුදුමය වනුයේ ඒ කටහඬින් කියූ දෙය සත්‍ය වීමයි.

මළගිය ඥාතීන් මෙලොව ජීවත් වන තම නෑසියන්ට උදව් කළ අවස්ථා රැසක් ලොව නන් දෙසින් වාර්තා වේ. ඕනෑම කෙනෙකුට උත්සාහ කළොත් තම මළ ගිය ඥාතීන්ගේ පිහිට ආධාරය ලබා ගත හැකිය. කෙසේ වෙතත් ඒ සඳහා නිවැරදි ක්‍රමවේදයක් අනුගමනය කිරීම අවශ්‍යය. මළගිය ඇත්තන් හා සම්බන්ධතා පැවැත්වීම කෙරෙහි බලපාන ප්‍රබලතම සාධකය වනුයේ සන්නිවේදන බාධකයයි. සන්නිවේදන බාධකය ජය ගැනීමට හැකි නම් ඔබටත් අමනුෂ්‍යයන්ගෙන් බොහෝ වැඩ

Scanned with CamScanner

ගත හැකිය. ඒ සඳහා ඔබ මැනවින් වටහා ගත යුතු කරුණු 2 ක් ඇත.

1. අපට අමනුෂ්‍යයන් නොපෙනුණ ද අමනුෂ්‍යයන්ට අපව හොඳින් පෙනේ.
2. අපට අමනුෂ්‍යයන්ගේ හඬ නොඇසුණ ද අමනුෂ්‍යයන්ට අපේ හඬ ඇසේ.

මෙම කරුණු දෙක තිබ්බතීය අධිමානසික විද්‍යාවේ ප්‍රධානම ඉගැන්වීම් අතරට ගැනෙයි. මන්ත්‍රකරුවන්ගේ මන්ත්‍රවලින් වැඩි ප්‍රමාණයක් නිපදවා ඇත්තේ ද අමනුෂ්‍යයන් ඇමතිමටය. අමනුෂ්‍යයන් අමතා වැඩි වාර ගණනක් මන්ත්‍ර ජප කරන විට ඔවුන්ගේ අවධානය ඊට යොමු වේ. ඔවුන් වෙත තබා ඇති පුද පූජා ඔවුන්ගේ අවධානයට ලක් වේ. ඔවුහු ගඳ - සුවඳට බෙහෙවින් සංවේදී වෙති. එබැවින් මන්ත්‍ර ජප කර අමනුෂ්‍යයන් ගෙන්වීම නිරර්ථක ක්‍රියාවක් නොවේ.

දැනට මෙරට භාවිත කරන මන්ත්‍ර ශාස්ත්‍රය ගැන පර්යේෂණ කිරීමට මා හට සිත් වූයේ වරක් දෙවරක් නොවේ. මම දිනපතාම ඒ සඳහා කල්යල් බලමින් සිටියෙමි. මන්ත්‍ර ශාස්ත්‍රය ගැන මා කළ මුල් පර්යේෂණ දෙකම අසාර්ථක විය. පූජා භාණ්ඩ ආදිය සඳහා වියදම් කළ මුදල් සියල්ල අපතේ ගියේය.

යමකාල ශාස්ත්‍රය මෙරට විසූ පැරැන්නන් අතර භාවිත වූ රහස් මන්ත්‍ර ක්‍රමයකි. සෑම දිනකම නිශ්චිත වේලාවක යම රජු මිනිස් ලොව දෙස බලන බවත්, එම වේලාවට නියමිත පුද පූජා තබා මන්ත්‍ර මැතිරීමෙන් අවශ්‍ය කාර්යය සිද්ධ වන බවත් පැරැන්නෝ කියති. මාගේ මුත්තණුවන්ට අයත් යමකාල මන්ත්‍ර පොතක් මා සන්තකයේ තිබුණි. කිසිදු පූජා භාණ්ඩයක් නොතබා හුදෙක් නියමිත වේලාවට මන්ත්‍ර ජප කිරීමෙන් ප්‍රතිඵල ලබා ගත හැකිද යන්න දැන ගැනීම මාගේ එකම අරමුණ විය.

මට මතක ආකාරයට එය සෙනසුරාදා දිනයකි. යම රජු ලොව බලන වේලාව ළං විය. මම මන්ත්‍ර පොතත් අතැතිව එදිනට අදාළ යමකාල මන්ත්‍රය ජප කිරීම ඇරඹීමි. හුදෙක්

මන්ත්‍ර ශාස්ත්‍රයේ සත්‍යතාව පරීක්ෂා කිරීම හැර වෙන කිසිදු අරමුණක් ඒ අවස්ථාවේ මා සිත්හි නොතිබුණි. මාගේ මව ඒ අවස්ථාවේ ගෙය පිටුපස ළිඳ අසල සිටි නමුත් මා කරන්නේ කුමක්ද යන්න ඈ කිසිවක් නොදත්තාය. හිටි හැටියේ ඇසුණේ මොර දෙන හඬකි.

"අනේ පුතේ..., මොකෙක්ද අමුතු එකෙක් මගේ ඇඟ ඇතුළට රිංගුවා. මට දැන් මොකක්ද වෙනවා. මට කියන්න තේරෙන්නේ නෑ...." මාගේ මව ළිඳ අසලට වී උදරය බදාගෙන ආධාර ඉල්ලා කෑ ගසන්නට වූවාය. එකත් එකටම අමනුෂ්‍ය දිෂ්ටියක් ඇඟ ඇතුළට රිංගන්න ඇති. මෙසේ සිතූ මම මව ද වත්තන් කරගෙන ගෙතුළට විත් ඇය උඩුබැලි අතට ඇඳක දිගා කරවූවෙමි. මොහොතින් මොහොත ඇගේ තත්ත්වය නරක අතට හැරෙන්නට පටන් ගත්තේය. දෑස් උඩු අතට හැරී තිබුණු අතර ඇගේ උදරය බැලුමක් මෙන් හෙමිහිට පිම්බෙන්නට විය. තව මොහොතකින් සිදුවන්නට යන භයානක විපතෙහි තරම මට අවබෝධ කර ගැනීමට අපහසු විය.

මාගේ අදූරදර්ශී පර්යේෂණය වෙනුවෙන් මවට වන්දි ගෙවන්නට සිදු වී ඇත. තව තවත් සිතා බලන්නට කල්වේලා නැත. ළඟපාත වෙසෙන යකැදුරන් කිහිප දෙනෙක් ගැන මා දනිතත් ඔවුන් මෙතැනට ළඟාවන තෙක් මව ජීවත් වේද යන්න පවා සැක සහිතය.

මහානුභාව සම්පන්න ජල නන්දන පිරිත ගැන එවේලේ මට සිහිපත් විය. ජල නන්දන පිරිත යනු සිංහලයාගේ පිරිත් පොතෙහි ඇති සුවිශේෂී මන්ත්‍රයකි. එය කවදා, කා විසින් රචනා කළා ද යන්න කිසිවකු නොදනී. එහි එන පද පෙළ සූත්‍ර දේශනාවන්හි එන පාලි භාෂාවට වඩා තරමක් වෙනස් මිශ්‍ර භාෂාවකින් රචනා කර ඇත. එය පිරිතකට වඩා මන්ත්‍රයකට සමීපය. 'සර්ව බන්ධන ඡේදනං' යන වදන ජල නන්දන පිරිතේ ඇති නිසා ජල නන්දන පිරිතේ බලයෙන් සියලු බන්ධන ලිහී යන බව සිංහල බෞද්ධයෝ විශ්වාස කරති.

Scanned with CamScanner

සිත සිතා සිටීමට වේලාවක් නැත. මාගේ සුළු හෝ ප්‍රමාදයක් නිසා අසරණ රෝගියා මිය යා හැකිය. මම වහාම ජල බඳුනක් ගෙන ජල නන්දන පිරිත දෙවරක් ජප කළෙමි. ඊට වඩා කල් ගැනීමට වේලාවක් ඉතිරිව නැත. ඉතා අපහසුවෙන් මව ඇඳෙනි හිඳුවාගෙන පිරිත් පැන් ටික ටික ඇගේ මුව තුළට වත් කළෙමි. ආශ්චර්යයකි; පිපිරෙන්නට ආසන්නව ඉදිමී තිබූ ඇගේ උදරය තත්පර කිහිපයක් තුළ සාමාන්‍ය තත්ත්වයට පත් විය. ඇගේ රෝග ලක්ෂණ සියල්ල පහ විය.

"ඒ වෙලාවෙ මට වුණ දේ හිතාගන්නත් අමාරුයි. ඇහැට පෙනෙන්නැති මොකෙක්දෝ එකෙක් ඇවිත් මගේ ඇඟ ඇතුළට රිංගුවා. ඉන්පස්සේ ඌ මගේ බඩ ඇතුළේ ඒ මේ අත පෙරළි කරන්න පටන් ගත්තා. හිතාගන්නවත් බැරි තරම් වේදනාවක් මට දැනුණා." මව කියා සිටියාය.

මාගේ අන්තරාදායක පර්යේෂණය ගැන එවේලේ මවට හෙළිදරව් කළෙමි. කොටි මළකුණකට පණ දෙන්නට ගිය තරුණයන්ට අත්වූ ඉරණම පිළිබඳ කදිම කතා පුවතක් සූත්‍ර පිටකයේ ද, පංච තන්ත්‍රයේ ද දැක්වේ. මාගේ පර්යේෂණය ද එබඳු එකක් විය. කෙසේ නමුත් මන්ත්‍ර ශාස්ත්‍රයේ සත්‍යතාව ද, පිරිතෙහි බලය ද කදිමට ඔප්පු විය.

04 මරණය ජය ගැනීම පිළිබඳ ගුප්ත විද්‍යාව

මම මෑතකදී මරණය පිළිබඳව පොතක් ලියා පළ කළෙමි. 'ජීවිතය, මරණය හා පුනරුත්පත්තිය' එහි මාතෘකා නාමය විය. මා මින් පෙර ලියූ පතපොත වැඩිපුර රැඳුණේ සෑහෙන තරම් උගත් පිරිස අතය. එහෙත් මරණය පිළිබඳ පොත ඉතා කෙටි කලක් තුළ සමාජයේ සෑම ස්තරයක් තුළම ජනප්‍රිය විය. තමා සතුව තිබූ ඒ පොත කිසිවකු විසින් හොරකම් කළ බව හෝ අතින් අත ගොස් නැති වූ බව කී සමහරු ඒ පොතෙන් තවත් පිටපත් අවශ්‍ය බව කීහ. මරණය ඒ තරමට ජනප්‍රිය මාතෘකාවකි. මරණය සියල්ලන්ටම පොදු ඉරණමකි.

'ජීවත් වීම යනු ජීවිතයෙන් එක් අර්ධයකි. මරණය එහි ඉතිරි අර්ධයයි.' යනුවෙන් චීන මහා දාර්ශනික 'චු ආන්ට්සු' ලියා තැබීය. ජීවිතය මරණයෙන් අවසන් නොවන බව උගතුන් මෙන්ම නූගතුන් අතර ද පිළිගත් පොදු නියමයක් බව පැහැදිලිය. මේ තත්ත්වය පෙර අපර දෙදිගම දැකිය හැකිය. බුදු දහම, ජෛන ආගම හා හින්දු ආගම යන ප්‍රධාන පෙරදිග ආගම් තුනම මරණින් මතු හැවිත උපදින ස්වභාවයක් පිළිගනියි. දැනට වසර 2,000 කට වඩා එපිට ග්‍රීසියේ විසූ සොක්‍රටීස්, ප්ලේටෝ සහ ඇරිස්ටෝටල් යන දාර්ශනිකයෝ තිදෙනාම ජීවිතය මරණින් කෙළවර නොවන බව එකහෙළා පිළිගත්හ.

සත්ත්වයෝ ජීවිතය ප්‍රිය කරති. මරණය අප්‍රිය කරති. මරණයට බිය වෙති. මරණ බිය දෙවියන්, මිනිසුන් ඇතුළු සියලු සත්ත්වයන්ටම සාධාරණ බව සූත්‍ර පිටකයේ එන ඉගැන්වීම්වලින් පැහැදිලි වේ. (සබ්බේ භායන්ති මච්චුනෝ - සියල්ලෝ මරණයට බිය වෙති.)

මරණය පිළිබඳ ගුප්ත විද්‍යාව දක්වනුයේ කුමන ස්ථාවරයක්ද? සැබැවින්ම ගුප්ත විද්‍යාවෙහි මරණය හා මරණින් මතු ජීවිතය සැපවත් කර ගැනීම පිළිබඳ ඉගැන්වීම් රාශියක්

Scanned with CamScanner

අඩංගුය. ගුප්ත විද්‍යාවෙහි එන වැදගත්ම ඉගැන්වීම් ඒවාය.

බොහෝ දෙනෙකුට මරණය සිහිපත් කළ විට බියක් ඇති වේ. මරණාසන්න වන විට මේ බිය දෙගුණ තෙගුණ වී උච්චතම අවස්ථාවට එළඹේ. මරණාසන්න රෝගීන් හා වයස්ගත වූ අය තව මොහොතක් හෝ ජීවත් වීමට උත්සාහ කරන්නේ එලෙසිනි. මරණින් මතු දෙව්ලොව යාමට කැමැත්තෙන් සිටින අයෙකු වුව ද මරණයට මුහුණ දෙන්නේ අධික බියකිනි. මෙයට හේතුව කුමක්ද? මරණින් මතු සිදුවන දෙය අවිනිශ්චිත වන බැවිනි. බොහෝ පිංකම් කළ අය පවා මරණින් මතු අපායට යා හැකි බව 'මහා කම්ම විභංග' සූත්‍රයේ දැක්වේ.

සූත්‍ර පිටකයට අයත් තවත් සූත්‍රයක් වන 'ජනවසභ' සූත්‍රයෙහි එන කරුණු අනුව සෝවාන් වූ අයෙකු පවා නොසිතූ විරූ අන්දමින් අල්පේශාක්‍ය දෙවියෙකු හෝ දෙවියන්ගේ අතවැසියෙකු ලෙස උපත ලැබීමට ඉඩ ඇත. බිම්බිසාර රජතුමා සෝවාන් වූවෙකි. හේ මරණින් මතු දෙව්ලොව උපන්නේය. ඒ දෙවියෙකු ලෙස නොවේ. දෙවියන්ගේ අතවැසි යක්ෂයෙකු ලෙසය. බුදුන් කල ජීවත් වූ, සතර පෝයට සිල් ගත් උපාසකයෙක් මරණින් මතු පිළිකුල් සහගත යක්ෂයෙකුව උපන්නේය. මරණයේ ස්වභාවය එයයි. මරණය ඒ තරම්ම බියකරුය.

- මිනිසෙකු මිය යන දිනය
- මිනිසෙකු මිය යන වේලාව
- මිය යන ආකාරය
- මිය යන ස්ථානය
- උපදින ලෝකය

මරණය සිදුවන තුරුම අවිනිශ්චිත කරුණු වේ. ඒ බව ධර්මයෙහි පැහැදිලිවම දැක්වේ.

එසේ නම් මරණයේ දොරටුවෙන් අනතුරක් නොමැතිව පිට වන්නේ කෙසේද? ඒ සඳහා අවශ්‍ය දැනුම මෙතැන් සිට ඔබට විස්තර කරනු ලැබේ. මෙහි මුල් ඉගැන්වීම් පෙළ සැරියුත්

තෙරුන් වහන්සේගේ හෙළිදරව් කිරීමකි. දෙවැනි ඉගැන්වීම් පෙළ නාරොපා මුනිවරයාගේ හෙළිදරව් කිරීමය. අවසානයට දක්වා ඇත්තේ පෙර කල පටන් රහසක්ව පැවති අධිබලැති පෝවා අධිමානසික අභ්‍යාසයකි. මෙම පෝවා අභ්‍යාසය විවිධ ගුරු කුලවල විවිධාකාරයට, සංකීර්ණ ලෙස විස්තර කර ඇතත් මෙහි දක්වා ඇත්තේ කා හටත් පුහුණු කළ හැකි සරල හා වේගවත් ක්‍රමයකි.

05 මරණය ළං වූ බව දැනගන්නා ආකාරය

සමහරුන් වෙත මරණය ළං වනුයේ හෙමිහිටය. තවත් අය සුළු මොහොතක් තුළ හිටි අඩියේම මිය යති. කලාතුරකින් කෙනෙක් හෘදයාබාධ වැලඳී කෙසෙල් ගසක් කපා හෙළුවාක් මෙන් ක්ෂණිකව මිය යති. එවැනි ක්ෂණික මරණයකට ගොදුරු වන අයෙකුට මෙතැන් සිට ඉගැන්වෙන ගුප්ත විද්‍යාත්මක ඉගැන්වීම් කිසිවකින් පිහිටක් නැත. කෙසේ නමුත් වැඩි දෙනෙකු වෙත මරණය ළං වනුයේ ඒ ගැන දැනුවත්වීම් ලබා දෙමිනි.

රෝගියෙකු මරණයට ළං වන විට ඒ බව සරල පරීක්ෂණ කිහිපයකින් හඳුනා ගත හැකි බව පුරාණ වෛද්‍ය ශාස්ත්‍රයෙහි දැක්වේ.

- රෝගියාගේ පිටිපතුල ඉදිමී ඇත්නම් ඔහුගේ වකුගඩු අක්‍රිය වෙමින් පවතින බව වටහා ගත යුතුය. එවැනි රෝගීහු නිසි ප්‍රතිකාර නොලදහොත් මාස 2 ක් පමණ තුළ මිය යති.
- රෝගියාගේ ඇස් පියන් තදින් ඉදිමී ඇත්නම්, වකුගඩු අක්‍රිය වීමට ඉතා ආසන්නය. රෝගියාට තව දින කිහිපයක් පමණක් ඉතිරිව ඇත. (නිසි ප්‍රතිකාර නොලදහොත් හෝ ප්‍රතිකාර කරද්දීම රෝග ලක්ෂණ නොවෙනස්ව පවතී නම් ඒ ප්‍රතිඵලය බලාපොරොත්තු විය යුතුය.)
- රෝගියාගේ මුහුණේ සඳුන් ගල ගා ආලේප කළ කල්හි නළල මත ආලේප කළ සඳුන් තට්ටුව වහා වියළී යයි නම් ඔහුට තව දින කිහිපයකට වඩා ඉතිරිව නැත.

(මෙම ඉගැන්වීම් නූතන වෛද්‍ය විද්‍යාත්මක සොයා ගැනීම් සමග සසඳා බලා භාවිතයට ගැනීම සුදුසුය.)

කෙසේ නමුත් මරණයෙහි දොරටුව වෙත ළං වෙමින් සිටින අයෙකුට ඒ බව වටහා ගැනීමට ප්‍රත්‍යක්ෂ ඉඟි කිහිපයක්ම බෞද්ධ ඉගැන්වීම්වල දක්නට ඇත.

- මරණයට ළං වූ පුද්ගලයාට තමාගේ ජීවිතයේ වැදගත් සිදුවීම් චිත්‍රපටයක කොටස් මෙන් වේගයෙන් මතක් වේ. තමා කළ හොඳ නරක ඔහුට මෙලෙස මතක් වනුයේ මතු උපතට ආධාර වනු පිණිසය.
- මරණයට ළං වත්ම මෙලොවට අදාළ සංවේදන ක්‍රම ක්‍රමයෙන් අඩු වේ. මරණාසන්න පුද්ගලයාට තමාගේ ඇස් මත දැලක් බැන්දාක් මෙන් දැනෙන බව සමහර ග්‍රන්ථයන්හි දක්වා ඇත.
- මරණය ළං වත්ම මතු උපත පිළිබඳ නිමිති පහළ වේ. පව් කළ අයට අපායේ ගිනි දැල් ද, යමපල්ලන් ද පෙනේ. තමා රැගෙන යාමට යමපල්ලන් ද, යම බල්ලන් ද රැස්ව සිටින ආකාරය ඔහුට පෙනේ. පිං කළ අයට දිව්‍ය ප්‍රාසාද, දිව්‍ය රථ, දිව්‍ය අප්සරාවන් ආදී දේ පෙනී යයි. සමහරුන්ට තම මළගිය ඥාතීන් දර්ශනය වේ. මෙය මරණින් මතු අන්තරාභවයකට ඇදී යන පුද්ගලයන් ද, මරණින් මතු ප්‍රේතාත්ම ලබන පුද්ගලයන් ද ලබන අත්දැකීමකි.

කෙසේ නමුත් දෙව්ලොව හඟවන නිමිති සහ අපාය හඟවන නිමිති මාරුවෙන් මාරුවට දර්ශනය විය හැකි බවට ද මෑත කාලීනව ප්‍රසිද්ධ වූ බෞද්ධ ඉගැන්වීමකින් කියවේ. මිය යමින් සිටින පුද්ගලයා මරණයට සූදානම් විය යුතුය. තම මතු උපත ස්වර්ගයෙහි සිදුවන බව සහතික කර ගැනීමට ඔහු පහත දැක්වෙන පරිදි කටයුතු කළ යුතුය.

- තමාගේ ප්‍රිය බිරිඳ/ස්වාමි පුරුෂයා, දරුවන් ආදී සියලු දෙනා අමතක කළ යුතුය. (යමෙකු මරණාසන්නව සිටින විට නෑදැයින් රැස්වී හඬයි නම්, වැලපෙයි නම් මරණකරුට මේ පියවර ගත නොහැකිය. මරණාසන්න රෝගියෙකු ඉදිරිපිට හිඳ හඬා වැලපීමෙන් වළකින ලෙස උපදෙස් දෙනුයේ එබැවිනි.)
- තමාගේ සතුරන් ද අමතක කළ යුතුය.
- තමාගේ ණයතුරුස් ගැන අමතක කළ යුතුය.

- තම ගේ දොර, තමා ප්‍රිය කරන බඩුමුට්ටු, ආහාර පානාදිය ආදී මිනිස් ලොවට අයත් සියලු 'නිමිති' සිතෙන් අත් හළ යුතුය.
- 'චාතුර්මහාරාජික දෙව්ලොව රමණීයයය. එහි උපත ලැබීම සුදුසුය.' යනුවෙන් සිතා චාතුර්මහාරාජික දිව්‍ය ලෝකයෙහි ඉපදීමට කැමැත්ත ඇති කර ගත යුතුය.
- 'තාවතිංස දෙව්ලොව චාතුර්මහාරාජිකයට වඩා රමණීයයි.' යනුවෙන් සිතා එහි උපත ලැබීමට කැමැත්ත ඇති කර ගත යුතුය.

මේ ආකාරයට යාම, තුසිත, නිර්මාණ රති, පරනිර්මිත වසවර්ති ආදී ඕනෑම ලෝකයක් මත අනුපිළිවෙළින් සිත ඇලවීම කළ හැකිය. එම පුද්ගලයා ආනන්තරිය පාප කර්මයක් හෝ ආර්යෝපවාද වරද නොකළේ නම් මරණින් මතු නිසැකව ඔහු අපේක්ෂා කළ දෙව්ලොවෙහි හෝ බඹලොවෙහි උපත ලබනු ඇත.

06 සිරුර හැර දා යාමේ ගුප්ත විද්‍යාව

ඔබටත් කැමති විටක සිරුර හැරදා යා හැකි නම් ඔබට මරණය තවදුරටත් අභියෝගයක් නොවනු ඇත. සිරුර හැරදා යාමේ යෝග විද්‍යාව පෙර කල ඉන්දියාවේ යෝගීහු රහසිගතව පුරුදු පුහුණු කළහ. මුඛ පරම්පරාගතව පැමිණි ඒ යෝග රහස් කාලයේ වැලිතලාව යට මිහිදන් වූ බව සලකනු ලැබීය.

20 වන සියවසෙහි මුල් භාගය තුළ ඉන්දියාවේ විවිධ පෙදෙස්හි සැරිසරා 'යෝග - භාවනා' ක්‍රම පිළිබඳ දැනුම එක්රැස් කළ බලන්ගොඩ ආනන්ද මෛත්‍රිය හිමියන් විසින් මෙම යෝග ක්‍රමය දත් යෝගීන් තවම ඉන්දියාවෙහි ජීවත් වන බව හෙළිදරව් කර ඇත. උන්වහන්සේ එම යෝගීන් දිගු කලක් ඇසුරු කොට යෝග ශාස්ත්‍රයේ ගුරු මුෂ්ටි උගත් නමුත් ඉන් වැඩි ප්‍රමාණයක් රහස් ලෙසම තබාගන්නා ලදී. තමන් වහන්සේ සිරුර හැර යාමේ යෝග රහස් දන්නා බවත්, කැමති විටක සිරුර හැරදා යාමට හැකි බැවින් මරණයට බිය නොවන බවත් උන්වහන්සේ විසින් දේශනා කර ඇත. කෙසේ නමුත් බලන්ගොඩ ආනන්ද මෛත්‍රිය හිමියන් කලක් රෝගාතුරව සිට අපවත් වූ බව බොහෝ දෙනෙකු දන්නා කරුණකි. උන්වහන්සේගේ අභාවයත් සමගම වටිනා යෝග ශාස්ත්‍රීය රහස් රැසක් වැළලී ගිය බව කිව හැකිය.

ඉන්දියානු යෝග රහස් තිබ්බතයට ගෙන ගිය පරිවර්තක මාර්පා තම ශිෂ්‍ය පරපුරට ඒවා බෙදා දුන් නමුත් සිරුර හැර ඇමීමේ යෝග විද්‍යාව ඒ ඉගැන්වීම් අතර නොවීය. මාර්පා ඒ රහස හෙළි කළේ තම පුත් 'ධර්ම ඩොඩේ' වෙත පමණි. ධර්ම ඩොඩේ අකාලයේ මිය පරලොව ගියෙන් මේ යෝග විද්‍යාව ටිබෙට් රටින් ද අතුරුදහන් විය. කෙසේ නමුත්, මාර්පාගේ ශිෂ්‍ය මිලාරෙපා ද, තවත් පසුකාලීන තිබ්බතීය භික්ෂුවක් ද මේ රහස් ඉතා අපහසුවෙන් එක්රැස් කොට තම ගෝල පරපුර වෙත ලබා දුන්හ. සිරුර හැර ඇමීමේ යෝග විද්‍යාව එක් එක් ගුරුවරුන්

විවිධාකාර වෙනස්කම් සහිතව තම සිසුන්ට ඉගැන්වූ බැවින් එවැනි ශාස්ත්‍රීය ක්‍රම කිහිපයක්ම අද ග්‍රන්ථාරූඪව පවතී.

සිරුර හැර දැමීමේ යෝග විද්‍යාව තිබ්බත බසින් 'පෝ-වා' (*Pho-Wa*) නම් වේ. නාරෝපා මුනිවරයා විසින් තම ශිෂ්‍යයන්ට ඉගැන්වූයේ යැයි සැලකෙන 'පෝ-වා' රහස් මෙතැන් සිට දැක්වේ.

තමා මරණාසන්නව සිටින බව දැනගත් කල්හි සිරුර හැරදා යාමට කැමති වීම හැර වෙන විකල්පයක් නැත. එබැවින් ඔබ ඔබගේ කය හැරදා යාමට සූදානම් විය යුතුය.

- ලෝකයේ ඇති සියලු ආකාර වස්තූන් අමතක කළ යුතුය.
- තම සතුරන් ද, මිතුරන් ද, නෑදෑයන් ද අමතක කළ යුතුය.
- සිතට සිතුවිලි නැග ඒම වැළැක්විය යුතුය. මෙයින් අදහස් කරනුයේ 'විවිධ දේ කල්පනා කිරීමෙන් වැළකිය යුතුය' යන්නයි. මාගේ මරණින් මතු මා සතු වස්තුවට කුමක් සිදුවේද, මාගේ දරුවන්ට කුමක් සිදුවේද, මාගේ බිරිඳ හෝ ස්වාමියා වෙනත් විවාහයක් කර ගනු ඇතිද? යනාදී කොට ඇති මෙලොව හා සම්බන්ධ සියලුම සිතුවිලි අත්හළ යුතුය.
- තමා රුචි කරන දේට ඇති ඇල්මත්, අප්‍රිය දේ කෙරෙහි ඇති වෛරයත් අත්හළ යුතුය. ඒවා සිතෙන් අමතක කළ යුතුය.
- 'මම දැන් සියල්ල අත්හැර දමා යන නිසා මට ඒවායින් වැඩක් නැහැ.' යන හැඟීම ඇති කර ගත යුතුය.
- මෙලෙස මිනිස් ලොවට ඇති ඇල්ම අත්හැර දමා සිතුවිලි සියල්ල කපා හළ කල්හි දෙව්ලොවින් එන දිව්‍ය සංඥාවන් ද, අපායෙහි සිට පැමිණ සිටින යම දූතයන් කරන කෑදැවීම් ද ආදී කොට ඇති කර්මානුරූප සිතුවිලි සියල්ල පහව යනු ඇත. මෙය කර්ම බලවේගයෙන් ගැලවීමේ මොහොතයි.

- ඔබ දැන් කර්ම බලවේගයෙන් ගැලවී ඇත. එබැවින් ඔබගේ ප්‍රකෘති සිත ආලෝකමත් වනු ඇත. ඔබට එය ආලෝක සංඥාවක් ලෙස දැකිය හැකි වනු ඇත. සමහරවිට වඩා දීප්තිමත් ආලෝකයක් ඔබට දැක ගත හැකි වනු ඇත. එය හැබෑවට තිබෙන ආලෝකයක් නොවේ. ඔබේ සිත තුළම හටගත් මායාකාරී ආලෝක සංඥාවකි. ඊට මායාකාරී ආලෝක සංඥාවක් යැයි කියනුයේ සැබෑවට නොමැති ආලෝකයක් සිතට දර්ශනය වන බැවිනි.
- මෙම තත්ත්වය දුහිතෘ ආලෝකයේ පැමිණීම (*Arrival of offspring clear light*) යනුවෙන් හඳුන්වනු ලැබේ.
- මේ ආලෝකයට සංවේදී වන ඔබට ඈත විශ්වයේ සිට ඔබ වෙත එල්ල වූ තවත් ආලෝකයක් දිස්වනු ඇත. එය ඔබගේ සිත තුළ හටගත් දර්ශනයක් නොවේ. එය විශ්වයේ පවතින සැබෑ ආලෝක සංඥාවයි. මෙම ආලෝකය දිස්වීම මාතෘ ආලෝක සංඥාව (*Mother clear light*) පහළ වීම නම් වේ.

දැන් ඔබ සිරුර හැරදා යාමට ආසන්න තත්ත්වයක සිටියි. ඔබ දැන් කර්ම බලවේගයෙන් ද වෙන් වී විශ්වයේ සිට එන ලෝකෝත්තර ප්‍රඥාවේ ආලෝකයට සංවේදී වී ඇත.

- දැන් ඔබ කළ යුත්තේ දුහිතෘ ආලෝකය හා මාතෘ ආලෝකය මිශ්‍ර වීමට ඉඩ හැරීමයි. ඔබ දුටු ආලෝක සංඥා දෙක මිශ්‍ර වන බව සිතන්න. ඒ දෙකම එකක් වන බව සිතන්න. එකම ආලෝකයක් බවට පත්වන බව සිතන්න. එය ඒ ලෙසටම සිදුවනු ඇත.
- දැන් ඔබට කය අමතක වී ඇත. එබැවින් පහසුවෙන් සිරුර හැරදා යා හැකිය.
- දැන් හිස් මුදුනින් සිරුරෙන් ඉවත් වීමට උත්සාහ කරන්න. එම උත්සාහය ද සාර්ථක වනු ඇත.

හිස් මුදුනින් සිරුරින් ඉවත් වූ ඔබ වෙත ලෝකෝත්තර

ප්‍රඥාව ද පහළ වනු ඇත. ඊට හේතුව ඔබ ලෝකෝත්තර වූ ආලෝක සංඥාව ග්‍රහණය කිරීමයි. ඔබට කැමති නම් උසස් බඹ තලයක ඉපදීමට හෝ පුනරුත්පත්තියෙන් මිදී පිරිනිවනෙහි සැතපීමට දැන් ශක්තිය හා බලය ඇත. ඊට හේතුව ඔබ කායික බැඳීම්වලින් නිදහස් වී ඔබේ මනසට දිව්‍යමය බලය ලැබී ඇති බැවිනි. මෙම අවස්ථාවේදී සිත සත් ගුණයක් සවිමත් වන බව පුරාණ ඉසිවරුන් විසින් කියා ඇත.

කෙසේ නමුත්, මරණාසන්න මොහොතේදී ආලෝක සංඥා පහළ වනුයේ ජීවත්ව සිටින කල පිංකම් කළ අයට පමණි. පව්කම් බහුලව කළ අයට මේ උපක්‍රමයෙන් වාසි ගත නොහැකිය. එබැවින් අධිබලැති පෝ-වා (*Pho-Wa*) උපක්‍රම අනුව සිරුර හැර දැමීමට සූදානම් වන අය නිතර පිංකම්හි යෙදිය යුතුය. තවද නිතර නිතර අභ්‍යාස කිරීම මගින් පෝ-වා ක්‍රමයට සිරුර හැර දැමීමට පෙරහුරු අභ්‍යාස කළ යුතුමය. කැමති විටක සිරුර හැර දැමීමට තරම් පරිචයක් කෙනෙකුට ලබා ගත හැකි බව ඔබ මතක තබා ගත යුතුය.

07 කැමති විටක සිරුර හැර දැමීමේ යෝග ක්‍රමය

මරණය නොසිතූ මොහොතක අප වෙත පැමිණ අප රැගෙන යයි. එබැවින් මරණය පිළිබඳ පෙරහුරු අභ්‍යාස දිනපතාම කළත් කම් නැත. ඔබට සිරුර හැර දා යාමට මරණාසන්න වන තෙක් සිටීමට සිදු නොවේ. ඔබට මෙහි මතු දැක්වෙන ගුප්ත අභ්‍යාසය ප්‍රගුණ කිරීමෙන් කැමති විටක සිරුර හැර දැමිය හැකිය. ඔබ සිරුර හැර දැමූ කල්හි ආයුෂය තව ඉතිරිව ඇත්නම් හා සිරුර තුළට නැවත ගෙවැදීමට කැමැත්ත ඇත්නම් රිදී හුයක් (*Silver code*) බඳු ශක්ති බන්ධනයකින් සිරුරෙන් පිටත සිටින ඔබ සිරුර වෙත බැඳී යනු ඇත. එකල්හි කැමති තැනක කැමති වේගයෙන් සැරිසරා නැවත සිරුරට ඇතුළු වීමට ඔබට හැකිය.

මෙහි පහත දැක්වෙන අභ්‍යාස විධිය දිනපතා රාත්‍රී නින්දට පෙර හුරු කිරීමෙන් කැමති විටක සිරුරෙන් බැහැර වීමටත්, නැවත සිරුරට පැමිණීමටත් හැකි වේ. එසේම,

1. ආයුෂය ගෙවී ගිය අයෙකුට හෝ
2. බලගතු ලෙස රෝගී වූ අයෙකුට හෝ
3. කය පිළිබඳව සහ මෙලොව පිළිබඳව අපේක්ෂා සියල්ල අත්හැර දැමූ අයෙකුට හෝ

කැමති විට සිරුර අතහැර දැමීමට මෙම අභ්‍යාස විධිය උපයෝගී කර ගත හැකිය. මෙම අභ්‍යාස ක්‍රමය සාර්ථක කර ගැනීම සඳහා කිසිදු පූර්ව කෘත්‍යයක් හෝ පෙර සූදානමක් අවශ්‍ය නැත. එනමුත් සෑම දිනකම අභ්‍යාස විධිය ආරම්භ කිරීමට පෙර සියලු බුදුවරුන්ගේ බලය තමා වෙත එක්රැස් වී ඇති බවත්, මහා යෝගීන් පස්දෙනා වන වජ්‍රධර, තිලෝපා, නාරොපා, මාර්පා සහ මිලාරෙපාගේ පිහිට, ආරක්ෂාව ඔබ වෙත ලැබෙන බවත්, වජ්‍රධරතුමා ඇතුළු මහා යෝගී පිරිස උසස් බ්‍රහ්ම තලවල සිට

ඔබ දෙස කරුණා නෙතින් බලා හිඳින බවත් සිහිපත් කිරීම සුදුසුය.

අභ්‍යාස විධිය ඇරඹීමට පෙර කඳ සෘජුව තබා නොසැලෙන පරිදි බද්ධ පර්යංකයෙන් හිඳගත හැකි නම් වඩා සුදුසුය. රෝගී වූ අයෙකුට කැමති නම් සැතපී සිට වුව ද අභ්‍යාස විධිය ප්‍රගුණ කළ හැකිය.

දැන් ඔබ කය හැර දැමීමේ අපූරු අභ්‍යාසය ඇරඹීමට සූදානම්.

1. ◆ බද්ධ පර්යංකයෙන් (දෙපා හරස් කොට) හිඳ ගන්න.
   ◆ සියලු ආකාර සිතුවිලි අත්හැර දමන්න.
   ◆ හෘදය දෙස හිත යොමන්න.
2. හෘදය ඇති ස්ථානයේ අඟල් 3 ක් පමණ විෂ්කම්භය ඇති රතු පැහැති ආලෝක බෝලයක් සිතෙන් මවා ගන්න. මෙම ආලෝක බෝලය වෙල්වට් ඇපල් ගෙඩියක හැඩය, වර්ණය සහ ප්‍රමාණයෙන් සිතා ගන්න. එම ආලෝක බෝලය තුළ පහළ සිට ඉහළට දිවෙන අඳුරු පැහැති කොන්දක් ඇති බවත් සිතා ගන්න. මෙය ආලෝකය දුරට පැතිරී නොයන ස්වභාවයේ මලානික ආලෝක බෝලයකි. මේ දර්ශනය හිතට හොඳින් ඇතිවූ පසු පහත දැක්වෙන අභ්‍යාසයට යොමු වන්න.
3. ඔබගේ මුළු සිරුරම ලා රෝස පැහැති මන්දාලෝකයකින් පිරී ඇත. ඒ ආලෝකය සිතෙන් දර්ශනය කරන්න. මේ ලෙස සිතත්ම ක්‍රම ක්‍රමයෙන් සිරුර තුළ ලා රෝස පැහැති ආලෝකයක් පෙනෙනු ඇත.
4. දැන් ඔබගේ කොන්ද දිගේ ඉහළට අඟල් තුන් [illegible] පමණ විෂ්කම්භයක් ඇති අඳුරු, රත් පැහැති නළයක ඇති බවත්, එම නළය හෘදයේ ඇති අඳුරු පැහැ කොන්ද හරහා ගොස් හිස් මුදුන කරා විවෘත වන බවත් සිතන්න.
5. දැන් ඔබගේ ශරීරය පුරා පැතිරී ඇති රෝස පැහැති ආලෝකය

ක්‍රම ක්‍රමයෙන් හැකිළේ. එය හැකිළී ගොස් අවසානයේ කොන්ද තුළ ඇති අඳුරු රත් පැහැ නළයට ඇතුළු වේ. දැන් අඳුරු රත් පැහැ නළය ඒ ආලෝකයෙන් රෝස පැහැ ගනී. දැන් ඒ ආලෝකය ක්‍රම ක්‍රමයෙන් ඉහළට ඇදී යයි. එවිට කොන්ද පහළ සිට ඉහළට ඇති ආලෝකය ද ඉහළට හැකිළී යයි. එම ආලෝකය හෘදයට ඇතුළු වීමත් සමග හෘදයේ ඇති අඳුරු පැහැ කෙන්ද මලානික සුදු පැහැයෙන් දිලෙන්නට ගනී.

6. දැන් ඒ මලානික සුදු ආලෝකය හිස් මුදුන දක්වා ක්‍රමයෙන් ඉහළ යයි. මේ වන විට සිරුර තුළ ඉතිරිව ඇති සියලු ආලෝකය ඉහළට හැකිළී ගොස් අවසන්ය. දැන් ඒ අපූරු සුදු පැහැ ආලෝකය හිස් මුදුනට ළං වී දීප්තිමත්ව බබළයි. ඉන් අනතුරුව එය හිස් මුදුනින් ඉහළ නගී.

මේ අභ්‍යාසය එක් වාරයක් කිරීමට මිනිත්තු 10 ක පමණ කල් ගන්න. ඔබ වෙනත් භාවනාවක් නොකරන කෙනෙකු නම් පිට පිට තුන් වතාවක් අභ්‍යාසය කරන්න. ඔබ වෙනත් භාවනා ක්‍රම ප්‍රගුණ කරන කෙනෙකු නම් මිනිත්තු 20 ක් භාවනා කර මිනිත්තු 10 ක් පමණ මේ අභ්‍යාසය කරන්න. ඔබ භාවනා කර චිත්ත ඒකාග්‍රතාව ලබා ගත් අයෙකු නම් ද්විතීය, තෘතීය හෝ චතුර්ථ ධ්‍යානය වෙත සමවැදී ඉන් අනතුරුව මේ අභ්‍යාසය කරන්න.

දින කිහිපයක් අභ්‍යාස කරන විට සිරුරෙන් වෙන් වීමේ පුදුම සහගත [illegible] දැනෙනු ඇත. ඔබගේ ප්‍රාණය සිරුරෙන් වෙන වීමට ආසන්න වත්ම අතපය පණ නැති වී ගොස් කොන්ද [illegible] ගැස්සී ප්‍රාණය ඉහළ යන ආකාරයත්, සිරුරින් උඩට යන එසවී යන ආකාරයත් ඔබට හොඳින්ම දැනගත හැකිය. මේ කිසිදු සංවේදනයකට බිය නොවන්න. ඔබට කවදා හෝ සිරුර අත්හැර දැමීමට සිදුවේ. එබැවින් ඒ ක්‍රියාව වඩා උසස් ලෙස සිදු කිරීමේ හැකියාව ඔබ ලබා ගත යුතුය.

ගුප්ත විද්‍යාවෙහි හා අධිමානසික විද්‍යාවෙහි මීටත් වඩා වටිනා ඉගැන්වීමක් නවත් ඇතැයි ද යන්න පවා සැක සහිතය.

08 ඔබේ ආරක්ෂාවට ගුප්ත විද්‍යාව

කලක් තිස්සේ මට භාවනා උපදෙස් දුන් එක් වයෝවෘද්ධ යෝගාවචරයෙකු භාවනා මධ්‍යස්ථානයේදී මාගේ මවට හමු විය.

"පුතා මේ දවස්වල මොනවද කරන්නේ?" යෝගියා මවගෙන් විමසීය.

"අනේ මන්ද? එයා මොනව කරනවද කියල. එයා මේ දවස්වල භාවනාව ගැන පර්යේෂණ කරනව. කාමරේට වැදිල දොරත් වහගෙන."

"මම කියන්නමයි හිටියේ. ඉස්කෝලෙ හාමිනේගෙ පුතා ළඟ භයානක භාවනා ක්‍රම තියෙනවා. ඒවයින් හොඳ වගේම නරක කරන්න පුළුවන්. මට හිතෙන විදිහට මිනිහා ඔය කියන පර්යේෂණ නතර නොකළොත් මහා විනාශයක් කර ගනීවි."

ඒ යෝගියා කී දේ නිවැරදිය. මා භාවනාව පිළිබඳ විවිධාකාර පර්යේෂණ කර මහා විනාශයක් මටම අත් කරගෙන තිබුණි. මා විසින් පර්යේෂණාගාර මීයන් ලෙස භාවිත කළ සතුරන්ගේ මනස පුදුම සහගත ලෙස අවුල් වී තිබුණි. ඔවුහු වියරු වැටී තව තවත් මා හට වින කළහ.

වෙනසක් සඳහා කාලය පැමිණ ඇත. භාවනාව හොඳ දෙයට පමණක් යෙදවීමට මම තරයේ ඉටා ගත්තෙමි.

කෙසේ නමුත් මා නිරතුරුවම මුහුණ පෑ කරදරවල අඩුවක් නොවීය. බැරිම තැන, එක් දිනක මම දෑත් අහසට දිගු කර දෙවියන්ට කන්නලව් කළෙමි.

"දෙවියනි, මාගෙන් උදව් ලැබූ අයම අද මට සතුරු වී සිටිනවා. මා වනසා දමන තරමට ඔවුන් සැහැසි වෙලා. මට උදව් කරන්න."

මේ ඉල්ලීමට පැහැදිලි හඬකින් ප්‍රතිචාර ලැබුණි.

"අපි සරල අභ්‍යාසයක් දෙන්නම්. එයින්ම සතුරු කරදර දුරු වේවි. සතුරන්ගෙන් බේරෙන්නට බැරි බව පෙනෙනව නම් 'මනෝ පුබ්බංගමා ධම්මා....' යන ගාථා දෙක කියන්න. එය නිතර සිහිපත් කරන්න. සතුරු කරදර එයින්ම දුරු වේවි."

ඒ දිව්‍යමය හඬින් උපදෙස් ලැබුණු ලෙසට මම සෑම දිනකම පිබිදෙන විටත්, ගමනට සැරසෙන විටත්, ගමනේදීත් ඒ ගාථා දෙක සෙමින් මුමුණමි. කරදරවලට මුහුණ දෙන විට ඒ ගාථා දෙක සිහිපත් කරමි.

එතැන් සිට සතුරු කරදර පුදුමාකාර ලෙස නැවතී ගියේය. ඔබටත් මෙය අත්හදා බැලිය හැකිය.

"මනෝ පුබ්බංගමා ධම්මා - මනෝ සෙට්ඨා මනෝමයා
මනසා චෙ පසන්නේන - භාසති වා කරෝති වා
තතෝ නං සුඛමං වේති - ඡායාව අනපායිනී"

(මනස සියල්ලට පෙරටුව යයි. මනස සියල්ලට වඩා ශ්‍රේෂ්ඨයි. යහපත් සිතින් සිදු කරන දෙයින් යහපත් ප්‍රතිඵල අත්වනුයේ සෙවණැල්ල තමා අත නොහරින්නාක් මෙනි.)

"මනෝ පුබ්බංගමා ධම්මා - මනෝ සෙට්ඨා මනෝමයා
මනසා චෙ පදුට්ඨේන - භාසති වා කරෝති වා
තතො නං දුක්ඛමං වේති - චක්කං ච වහතෝ පදං"

(මනස සියල්ලට පෙරටුව යයි. මනස සියල්ලට වඩා ශ්‍රේෂ්ඨයි. අයහපත් සිතින් සිදු කරන දෙයින් අයහපත් ප්‍රතිඵල අත්වනුයේ ගොනු පසුපස රිය සක ඇදෙන්නාක් මෙනි.)

ඔබටත් මේ ගාථාවල බලය තුළින් සතුරන්ගෙන් ආරක්ෂා විය හැකිය. සතුරන්ට වෛර නොකර යහපත් සිතින් යුතුව ජීවිතයට මුහුණ දෙන කල්හි පුදුමාකාර ලෙස සතුරු බලවේග පරාජයට පත්වන බව ඔබටම පසක් කළ හැකිය. මේ ගාථා දෙක ඔබේ ආරක්ෂක ගාථා ලෙස තබාගත හැකිය.

- සැමදා නින්දෙන් පිබිදී දෙපා බිම තබා මේ ගාථා දෙක කියන්න.
- නිවසෙන් පිටට යන විටදී මෙම ගාථා දෙක කියන්න.
- කරදරයකට මුහුණ පෑ විට මෙම ගාථා දෙක සිහිපත් කරන්න.

පුදුමාකාර ලෙස ඔබේ ආරක්ෂාව සැලසෙනු ඇත.

මෙවැනි බලගතු ආරක්ෂක ගාථා කිහිපයක්ම මෙරට ජනතාව අතර ජනප්‍රියය. 'නමෝ තිලෝක ගුරු ප්‍රතිස්වාහඃ' යන ආරක්ෂක මන්ත්‍රය කියා නිවසෙන් පිට වූ කල මහමගදී ආරක්ෂාව සැලසෙන බව අත්දුටු සත්‍යයකි. 'බුද්ධෝ තිලෝක සරණෝ....' යනාදී ගාථා තුන ද මෙවැනිම ආරක්ෂාවක් ඔබට සලසයි.

සමහරුන්ට මෙවැනි ගුප්ත විද්‍යා උපක්‍රමවල අගය නොදැනේ. එනමුත් සත්‍යය වනුයේ සමාජයේ ඉහළ තැන්වල රැඳී සිටින බොහෝ පිරිස් මෙවැනි ආරක්ෂක ගාථාවල නැතහොත් ගුප්ත විද්‍යාත්මක ක්‍රමවල පිහිට පතන බවයි.

09 අමුතු විධියක ගුප්ත විද්‍යා රහසක්

බුදු දහම සහ ගුප්ත විද්‍යාව අතර ඇත්තේ බිඳ හෙළිය නොහැකි තරම් සමීප සබඳතාවයකි. බුදු දහමෙහි ඉගැන්වෙන මාර්ගඵල, ධ්‍යාන, අභිඥා, ඍද්ධිබල, වෙනත් ලෝක පිළිබඳ විස්තර, ලෝකාවසානය පිළිබඳ විස්තර, ලෝකය බිහිවීම පිළිබඳ විස්තර ආදී කරුණු රැසක් ගුප්ත ස්වරූපයක් ගන්නා ඉගැන්වීම්ය. මහායාන බුදු දහමේ ද, වජ්‍රයාන බුදු දහමේ ද ඉගැන්වෙන ගුප්ත ආගමික ඉගැන්වීම් මීටත් වඩා අපූර්ව ස්වභාවයක් ගනී.

මහායානය තුළ ද, ථේරවාදය තුළ ද බෝධිසත්ත්ව සංකල්පයට ඉහළ තැනක් ලැබේ. බෝධිසත්ත්වයා යනු බුද්ධාංකුරයකි. බුදුවන්නට කැමතිව ඊට අවශ්‍ය දක්ෂතාවන් ලබා ගැනීමට උත්සාහ කරන පුද්ගලයා බෝධිසත්ත්වයෙකි. ථේරවාදී බෞද්ධ සමාජය තුළ බෝධිසත්ත්වයෙකුට ඇත්තේ බුදු, පසේබුදු, මහරහත් යන තුන් කොට්ඨාසයට අයත් මුනිවරුන්ට පමණක් දෙවැනි වූ තැනකි. මහායානයෙහි බෝධිසත්ත්වයන් බුදුවරුන් තරම්ම උසස් කොට සලකති.

බෝධිසත්ත්වවරයෙකු යනු ප්‍රකෘති සමාජය තුළම ජීවත් වන ඇට, ලේ, මසින් තැනුණු මිනිසෙකි. වෙනසකට ඇත්තේ ඔහු තම අවසාන අභිමතාර්ථය වූ බුද්ධත්වය ලැබීම සඳහා කරුණු සම්පාදනය කිරීමයි. බෝධිසත්ත්වවරයාගේ උතුම් වූ ප්‍රාර්ථනාවන් සපුරා දීමට සොබාදහම ද ඔහුට හිතවාදීව ක්‍රියා කරයි. බෝධිසත්ත්වවරයන් විසින් තම උතුම් වූ අවසාන අරමුණ සිතෙහි තබාගෙන කරන, කියන දේ අනිවාර්යයෙන්ම සඵල වේ. ඒ බව මෙරට ලියවුණු ධර්ම ග්‍රන්ථයක් වන උම්මග්ග ජාතකයෙහි ප්‍රකටව දැක්වෙනුයේ 'බෝධිසත්තං අධිනිප්පායා නාම ඉජ්ඣන්ති' යනුවෙනි.

මේ බෝධිසත්ත්ව සංකල්පය විවිධාකාර වාසි ලබා ගැනීමට, ජයග්‍රහණ ලබා ගැනීමට ගුප්ත විද්‍යාත්මක සංකල්පයක්

ලෙස යොදාගත හැකිය. ඔබ විසින් ඒ සඳහා කළ යුත්තේ ඔබ තුළින් බෝධිසත්ත්වයෙකු ප්‍රතිනිර්මාණය කිරීමයි. එය තරමක් පහසු කටයුත්තකි.

- ඔබ බුදු වීමට තිර අදිටනින් සිටින බෝධිසත්ත්වයෙකු බවත්, ඒ අරමුණ සපුරා ගැනීමට මනුෂ්‍ය ලොව ඉපිද ඇති බවත් සිතන්න.
- ඔබගේ අරමුණ ඉටු කර දීමට සොබාදහම ද ඔබට නතු වෙයි.
- දෙවියෝ ඔබ වටා රැස්ව ඔබේ ආරක්ෂාව සලසති. ඔවුහු ඔබ වටා ආරක්ෂක පවුරක් බැඳ සිටිති. විවිධාකාර දේව ආයුධ අතැතිව ඔබගේ ආරක්ෂාව සහතික කරමින් ඔබ සමග සැරිසරන දේව පිරිසගේ චිත්ත රූප ඔබ සිතෙහි මවා ගන්න.
- ඔබ බෝධිසත්ත්වයෙකු වන බැවින් මිනිසුන්ට නොපෙනෙන, දෙවියන්ට පෙනෙන ප්‍රභාවක් ඔබෙන් විහිදේ. ඒ බව චිත්ත රූප තුළින් දකින්න.
- සැබෑ ජීවිතය තුළදී ද බෝධිසත්ත්වයෙකු මෙන් කටයුතු කරන්න. හැකි සෑමවිටම උදව් අවශ්‍ය අයට පිහිට වෙන්න.

මේ ලෙස ඔබගේ සිතුවිලි හා චර්යාව වෙනස් කළ කල්හි ක්‍රම ක්‍රමයෙන් පුදුමාකාර බලයක් ඔබ වෙත රැස්වනු ඇත. එය විශ්වයෙහි ඇති අපරිමිත බලයයි. බෝධිසත්ත්වයෙකු ලෙස ප්‍රතිනිර්මාණය වූ ඔබට ක්‍රම ක්‍රමයෙන් අමනුෂ්‍යයන්ගේ ඇල්ම බැල්ම ද ලැබෙනු ඇත.

මේ පුදුමාකාර කායික, මානසික අභ්‍යාසය තුළින් ඔබ මින් පෙර උගත්, අනුගමනය කළ සියලු අභ්‍යාසයන්ට වඩා වාසි අත්කර ගැනීමට ඔබට හැකි වනු නිසැකය. දිවි ඇති තුරු මේ අභ්‍යාසයෙහි නිරත වන්න. විවිධාකාර ගුප්ත විද්‍යා අභ්‍යාසයන් ප්‍රගුණ කරනු කැමති අයගේ හිත සුව පිණිස මවිසින් ඉහත දැක්වූ අභ්‍යාස විධිය දූරාතීතයේ විසූ මහායාන ගුරුන් විසින් සොයා ගත් ශ්‍රේෂ්ඨතම රහසකි.

10 දෙවියන්ගෙන් ලැබුණු බෙහෙත් වට්ටෝරු

සමහර ආයුර්වේද ඖෂධ සකස් කර ඇත්තේ දෙවියන්ගෙන් ඍෂිවරුන් වෙත ලැබුණු බෙහෙත් වට්ටෝරු අනුසාරයෙන් බව කියනු ලැබේ. ඉන්දියාවෙහි විශ්වාස කරන පරිදි ආයුර්වේදය පිළිබඳ රහස් පෙර විසූ සුශ්‍රැත ඍෂිවරයාට හෙළි කරන ලද්දේ දෙවියන් විසිනි.

එසේම, සමහර ඖෂධීය ශාකවල 'දිව්‍යමය ගුණ' ඇති බවටත්, තවත් සමහර ශාක අමනුෂ්‍ය ලෝකවල සිට ගෙන ආ බවටත් මෙරට මෙන්ම අනෙක් පෙරදිග රටවල ද විශ්වාස පවතී. බුලත් වැල නාග ලෝකයේ සිට ගෙන ආ බවට මෙරට යකැදුරෝ කියති. බුලත් කොළය සැපීමට පෙර එහි දෙකොන කඩා ඉවත් කරනුයේ නාගයෙකුගේ මුව තුළ රැඳී මෙලොවට ගෙන ආ බුලත් කොළයේ විෂ ඉවත් කිරීමටය. මෙවැනි අදහස් මිථ්‍යා විශ්වාස බව අමුතුවෙන් කිව යුතු නැත.

දෙවියන්ගෙන් ඖෂධ ලබාගෙන වෙදකම් කරන බව කියන ශාස්ත්‍රකරුවන් ගැන විටින් විට අසන්නට ලැබේ. මා දන්නා එක් පුද්ගලයෙක් මෙවැනි ශාස්ත්‍රකරුවෙකු ළඟ අතවැසියෙකු ලෙස දීර්ඝ කාලයක් සේවය කළේය. මේ ශාස්ත්‍රකරු දෙවියන් යැද බෙහෙත් ගුළි මවා දීමට සමත් බව ඔහුගේ අනුගාමිකයෝ කියති. ශාස්ත්‍රකරු දේව ස්තෝත්‍ර, කන්නලව් හා යාදිනි කරද්දී දිව්‍යමය බෙහෙත් ගුළි පහළ වනු තමා දුටු බව ඔහුගේ අතවැසියා කියයි.

මෙවැනිම සමත්කම් දක්වන එක් කාන්තාවක් කොළඹ - නුවර පාරට ආසන්නව වාසය කළාය. ඇය විසින් රත්‍රන් සුර සහ යන්ත්‍ර මවා දුන් බවත්, හිස් බෝතල් රැගෙන අහසට දිගු කළ පසු ඒවා ඖෂධීය තෙල්වලින් පිරුණු බවත් ඇස දුටු අය කියති. මෙම ශාස්ත්‍රකාරිය මෑත කාලයේදී මිය ගිය බැවින් ඒ පිළිබඳ බොහෝ දෙනෙකුගේ මතකය වියැකෙමින් පවතී.

තෙල්, බෙහෙත් හා ඖෂධීය ජලය මවා දීමට සමත් ශාස්ත්‍රකරුවෙකු ගාල්ල මහමෝදර ආසන්න ප්‍රදේශයක සිටින බව මෑතකදී කටකතා පැතිරිණි. මට ඔහුගේ හැකියාවන් පිළිබඳව පරීක්ෂා කිරීමට සිත් විය.

එය බ්‍රහස්පතින්දා දිනයකි. මා ශාස්ත්‍රකරුගේ නිවස වෙත ළඟා වන විට පෙරවරු 9.30 ට පමණ විය. ඒ වන විටත් පන්සියයක් පමණ පිරිසක් ශාස්ත්‍රකරුගේ නිවස අසල රැස් වී සිටියහ. මට අවශ්‍ය වූයේ ශාස්ත්‍ර ඇසීමට නොව එතැන සිදුවෙතැයි කියන අද්භූත දේ දැක බලා ගැනීමටයි.

මම හෙමිහිට සෙනඟ පීරාගෙන ගොස් ශාස්ත්‍රකරු සිටින තැනට ළං වීමි. ශාස්ත්‍රකරු වයස 40 ක් පමණ වෙතැයි කිව හැකි ප්‍රසන්න පෙනුමැති අයෙකි. හේ කුඩා කාමරයක් තුළට වී ශාස්ත්‍ර කියමින් ගුරුහරුකම් දෙමින් සිටියේය.

හිස් බෝතල් අතැතිව ශාස්ත්‍රකරු වෙත ගිය බොහෝ දෙනෙක් ජලය මෙන් පැහැදිලි දියරක් පිරුණු බෝතල් සහිතව එළියට පැමිණෙනු දක්නට හැකිය. ඒ සෑම කෙනෙකුම කියා සිටියේ ශාස්ත්‍රකරු බෝතලය අල්ලාගෙන සිටින විට ඉබේටම එය 'ශුද්ධ වූ' ජලයෙන් පිරුණු බවයි.

මා ශාස්ත්‍රකරුගේ කුඩා කාමරයේ අසල විමසිලිමත්ව සිටින විට පුදුමයට මෙන් ඔහු මට ඇතුළට එන ලෙස ආරාධනා කළේය. තමා ඉන්දියානු අධ්‍යාත්මික ගුරුවරයෙකු ළඟ සිටි බවත්, ඔහුගේ ආනුභාවයෙන් ශාස්ත්‍ර කීම් සහ සුව කිරීම් කටයුතු ඉටු කරන බවත් ඔහු මා හට පහදා දුන්නේය. තමාගේ ශාස්ත්‍රයෙහි බලය මා ඉදිරියේ ඔප්පු කර පෙන්විය හැකි බව හේ සහතික විය. ඔහු තමාගේ හාස්කම් ඔප්පු කර පෙන්වීමේ කාර්යයට අත ගැසුවේය.

තමා අසල වූ කුඩා පසුම්බියක තිබූ අඟල් 2 ක් පමණ දිග හරි හතරැස් තඹ කොළ කැබැල්ලක් ගත් ඔහු එය මල් ආසනයක් මත තැබීය. තඹ කොළය අතුරුදහන් විය.

"මම ඒක ඉන්දියාවට යැව්වා. තඹ කොළේ දැන් තියෙන්නේ මගේ ගුරුවරයා ළඟ. මම දැන් ඒක ආපහු ගෙන්නලා පෙන්ව-න්නම්." කී ඔහු එක් අතක් ඉදිරියට ගෙන සෙමින් කරකවන්නට විය. තත්පර 30 කට පමණ පසු තඹ කොළය ඉතා වේගයෙන් ඈත සිට පැමිණ ඔහුගේ අතෙහි ඇලුණි.

"දැන් මේක හාස්කමක් කියලා පිළිගන්නවද?"

"පිළිගන්න වෙනවා...!" මම පිළිවදන් දුනිමි.

මේ අපූරු පුද්ගලයා මාස කිහිපයකට පසු ප්‍රදේශය හැර ගියේය. ගාල්ල අවට බොහෝ දෙනෙක් අදට ද ඔහුගේ හාස්කම් ගැන සිහිපත් කරති.

මා ඊළඟට විස්තර කරන්නට යන සිද්ධිය 2003 වර්ෂයේදී පමණ සිදු වූවකි.

එය මා භාවනා අභ්‍යාස ගැන විවිධාකාර පර්යේෂණ සිදු කළ කාලයයි. ගුප්ත විද්‍යා පර්යේෂණාගාරයක් බඳු මගේ නිදන කාමරය තුළ අල්පෙනෙත්තක් බිම වැටුණත් ඇසෙන තරම් නිහැඬියාවක් විය. දිනපතා පැය ගණනක් බිත්තියට පිට දී භාවනා කිරීම නිසා මාගේ පිට ප්‍රදේශය ඩහදිය ගඩු සෑදී ඉතා දැඩි වේදනාවක් ගෙන දුන්නේය. මේ අතර එක් දිනක රාත්‍රියේ විදුලි බලය ද අක්‍රිය විය. මා අඳුරෙහි සිට භාවනා කළ නමුත්, විදුලිය නොමැති නිසා විදුලි පංකාවක් හෝ ක්‍රියාත්මක කළ නොහැකි විය.

මාගේ සිරුරින් 'සට සට' ගා ඩහදිය වැටෙයි. ඒ මදිවාට පිට පුරා තියුණු කැසීමක් හා වේදනාවක් දැනෙයි. මට වේදනාව ඉවසිය නොහැකි විය. මම භාවනාව මොහොතකට නතර කළෙමි.

"ඇයි භාවනාව නැවැත්තුවෙ?"

කිසියම් කටහඬකින් මා ඇමතිය. කිසිවෙකු පෙනෙන්නට නැත. එහෙත් මම පිළිතුරු දුනිමි.

"භාවනා කරන්න බැරි තරම් දහඩිය දානවා. ඒ නිසයි මම භාවනාව නැවැත්තුවේ. කොහේ ඉඳලද මේ කතා කරන්නේ?" මම සෙමින් ඇසීමි.

"මම අවීහයේ ඉඳන් කතා කරන්නේ. මට පුළුවන් ඔය අසනීපය දුරින්ම දුරු කරන්න. මේ බෙහෙත් වට්ටෝරුව ලියා ගන්න. අරළු, සුදු හඳුන්, කොකුම් පොතු කුඩු මේවා නියමිත අනුපාතයට මිශ්‍ර කරලා ඇඟේ ගෑවම දහඩිය දැමීම පාලනය වෙනවා. කිසිම දවසක ආයෙත් දහඩිය ගඩු හැදෙන්නෙත් නෑ."

මට ඒ උපදේශය අනුව ක්‍රියා කිරීමට තරම් විශ්වාසයක් නොවීය. මම බටහිර වෛද්‍ය විශේෂඥයෙකුගෙන් ප්‍රතිකාර ලබා ගත්තෙමි. එහෙත් ඒ ග්‍රීෂ්ම කාලයෙහි දහඩිය ගඩු සෑදීම පාලනය කිරීමට බටහිර ඖෂධ සමත් නොවීය.

ඊළඟ පියවර ලෙස සිංහල බෙහෙත් සාප්පුවකට ගොස් ඉහත කී ඖෂධ ශාකවල කුඩු සම ප්‍රමාණවලින් රැගෙන ආවෙමි. දැන් ඇත්තේ බෙහෙත් කළවම් කිරීමේ කාර්යයයි. පුදුමයකට මෙන් ඒ මොහොතේදී නැවත පැහැදිලි හඬකින් නොපෙනෙන කෙනෙක් මා ඇමතීය.

"මම සහම්පතී...! බෙහෙත් කළවම් කරන්න ඕන විධිය මම කියල දෙන්නම්. බෙහෙත් කළවම් කිරීමේදී අනුපාත ක්‍රමය අනුගමනය කිරීමෙන් උසස් ප්‍රතිඵල ලබාගත හැකියි. අරළු, සඳුන්, කොකුම් යන ඖෂධ 4 : 2 : 1 අනුපාතයෙන් මිශ්‍ර කරන්න.

ඒ පැහැදිලි හඬින් කියූ පරිදිම මම ඖෂධ කළවම් කළෙමි. එදින සන්ධ්‍යාවෙහි ඖෂධය ජලයේ දිය කර ඇඟෙහි ගල්වන විටම පුදුමාකාර සනීපයක් මා හට දැනුණි. ඊටත් වඩා පුදුමය වූයේ පසුදින උදෑසන වන විට කිසිදු සලකුණක් නොතබා දහඩිය ගඩු සියල්ල සුව වී තිබීමයි. බටහිර වෛද්‍ය ප්‍රතිකාරවලින් සුව කළ නොහැකි වූ අසනීපය මෙවැනි සරල ආලේපයකින් සුව කළ හැකි වීම පුදුමයක් නොවේද?

11 අමනුෂ්‍යයන් සමග සංවාදයක්

දෙවියන්, යක්ෂයන්, ප්‍රේතයන් ආදී අමනුෂ්‍යයන් ගැන ජනතාව තුළ ඇත්තේ අධිකතර කුතුහලයකි. අමනුෂ්‍යයන් ගැන පර්යේෂණ කිරීමට, ඔවුන් හා සංවාදයෙහි යෙදීමට බොහෝ දෙනෙක් උනන්දුවක් දැක්වුවත් ඊට විධිමත් මාවතක් නොදැකීම නිසා ඔවුහු උකටලීව සිටිති. අමනුෂ්‍යයන් සමග කතාබහ කරනුයේ කුමටද? ඔවුන්ගේ උපදෙස් හා සහයෝගය අපට කුමටද? යන ප්‍රශ්න දෙක සමහරු අසති. ඒ ප්‍රශ්නවලට පැහැදිලි පිළිතුරු දිය හැකිය. ඔබ පිළිගත්ත ද, පිළිනොගත්ත ද මනුෂ්‍ය වර්ගයා විසින් අත්පත් කරගෙන ඇති දැනුමෙන් සැලකිය යුතු කොටසක් අමනුෂ්‍යයන්ගේ හෙළිදරව් කිරීම්ය. සමහර ආයුර්වේද වට්ටෝරු දෙවියන් විසින් ලබා දුන් ඒවා බව පිළිගනු ලැබේ. ලෝකයේ සෑම ප්‍රධාන ආගමකම පාහේ දිව්‍යමය හෙළිදරව් කිරීම් ගැන කියැවේ. බයිබලය, කුරානය වැනි ආගමික ග්‍රන්ථවල අඩංගු කරුණුවලින් ඉතා වැදගත් කොටස දෙවියන්ගේ හෙළිදරව් කිරීම් බව ඒ ඒ ආගමිකයෝ පිළිගනිති.

ලොව දැනට පවතින ගුප්ත විද්‍යාත්මක දැනුමෙන් වැඩි කොටසක් අමනුෂ්‍යයන්ගේ හෙළිදරව් කිරීම් බවට පිළිගැනීමක් ඇත. දැනට වසර 800 කට වඩා පෙර තිබ්බතයේ විසූ මිලාරෙපා මුනිවරයා අමනුෂ්‍යයන් හා සංවාදයෙහි යෙදෙමින් අතිවිශාල දැනුම් සම්භාරයක් අත්පත් කර ගත්තේය. මිලාරෙපාගේ පරකාය ප්‍රවේශ විද්‍යාව තනිකරම 'ඩාකිනි' නම් වූ දෙවඟනන් විසින් හෙළිකරන ලද්දකි. මිලාරෙපා දෙවියන් හා සංවාදයෙන් නොනැවතුණේය. හේ ඍද්ධිබල උපදවා දෙවියන් හා සමාගමයෙහි යෙදුණේය. මිලාරෙපා කියන පරිදි දිව්‍ය ලෝක 6 ක් නොව 36 ක් ම ඇත. එතුමා ඒ හැම දිව්‍ය ලෝකයකටම ගොස් ඒවායේ විසිතුරු නරඹා ඇත.

සූත්‍ර පිටකයේ එන අධිදේවඥාන සූත්‍රයේ විස්තර කෙරෙන

පරිදි භාවනා කර සිත සමාධි ගත කිරීමෙන් දෙවියන් දැකිය හැකිය. දෙවියන්ට සවන් දිය හැකිය. එනමුත් දෙවියන් දැකීමට ප්‍රගුණ කළ යුතු භාවනා ක්‍රම දෙවියන්ට සවන් දීමට ප්‍රගුණ කළ යුතු භාවනා ක්‍රමවලට වඩා වෙනස්ය. මේ හේතුව නිසා සමහරු දෙවියෝ දකිති. දෙවියන්ගේ හඬ නොඅසති. තවත් කෙනෙකුට දෙවියන්ගේ හඬ පහසුවෙන් ඇසෙන නමුත් දෙවියන් දැකීමට ඔවුන්ට හැකියාව නැත. මෙවැනි වෙනස්කම් ඇති වනුයේ තම තමන්ගේ ඉන්ද්‍රිය සංවේදිතාවේ වෙනස හා ප්‍රගුණ කළ භාවනා ක්‍රමවල වෙනස අනුවය.

දෙවියන් දැකීමට වඩා දෙවියන්ගේ හඬ ඇසීමට පහසුය. ධ්‍යාන මට්ටමේ සමාධියට තරමක් පහළ උපචාර සමාධිය නම් තත්ත්වයේදී තමා අවට සිටින දෙවියන්ට හා අනෙකුත් අමනුෂ්‍යයන්ට සවන් දිය හැකිය. කෙසේ නමුත් උපචාර සමාධිය තුළින් දෙවියන්ට සවන් දීමට කැමති අය අදාළ කාර්යයට සුදුසු 'නිමිත්තක්' හෙවත් අරමුණක් මත සිත ඇලවිය යුතුය. මේ සඳහා,

1. කනට ඇසෙන ශබ්ද මත සිත එකඟ කිරීම හෝ
2. හුස්ම මත සිත එකඟ කිරීම හෝ
3. සුළඟ මත සිත එකඟ කිරීම

සුදුසුය. වඩාත්ම සුදුසු ක්‍රමය වනුයේ පළමුව කය තුළට ඇදී යන හුස්ම මත සිත එකඟ කර හුස්ම නොදැනී යන තරම් තුනී වූ විට කනට ඇසෙන සියුම් ශබ්දවලට සිත හුරු කිරීමයි. මෙලෙස කනට ඇසෙන ශබ්දවලට සිත හුරු කරන විට නැවත හුස්ම වැටීම ක්‍රම ක්‍රමයෙන් වේගවත් වේ. එවිට නැවත හුස්ම මතට සිත එකඟ කළ යුතුය. මේ ලෙස මාරුවෙන් මාරුවට හුස්ම මත ද, ඇසෙන දේ මත ද සිත එකඟ කරන පුද්ගලයා තමා අවට දිව්‍යමය ශබ්ද ඇසීම දක්වා සංවේදිතාව තියුණු කරයි.

කෙසේ වෙතත් මෙහි ඉහත කී ක්‍රමය අනුව සිත එකඟ කරන පුද්ගලයාට ලැබෙනුයේ සීමිත හැකියාවකි. අමනුෂ්‍යයන් කැමැත්තෙන් ඉදිරිපත් වී තමා හා අදහස් හුවමාරු කළොත්

මිසක ඔහුට අමනුෂ්‍යයන්ගේ පැහැදිලි උපදෙස් නොලැබේ. කෙසේ නමුත් වරින් වර අමනුෂ්‍යයන්ට ආරාධනා කරමින් මේ අභ්‍යාසය හුරු කරන පුද්ගලයා කෙටි කලක් තුළ ශීඝ්‍ර දියුණුවක් ලබයි.

මෙහි මතු දැක්වෙන අභ්‍යාසය ප්‍රගුණ කිරීමෙන් ඕනෑම දුරක සිටින දිව්‍යාත්මයන් සමග අදහස් හුවමාරු කර ගත හැකිය. මේ ක්‍රමයේදී පළමුව තම කය ඇතුළට ඇදී යන හුස්මට සිත යොමු කළ යුතුය. සිත නොසැලී යන පරිදි හුස්මට බැඳී ගිය පසු සවිතර්ක සමාධිය හෙවත් ප්‍රථම ධ්‍යානය ලැබී යැයි කියනු ලැබේ.

කය තුළට සංවේදී වී හිඳින කලට ක්‍රම ක්‍රමයෙන් හුස්ම නැති වී ගොස් අවසානයේ හුස්ම නොදැනෙන තත්ත්වයට පත් වේ. මේ අවස්ථාවේදී 'හුස්ම සෙවීම' නොකළ යුතුය. තමා ලත් සමාධිය හොඳින් හුරු වන තුරු වැඩි වේලාවක් එම තත්ත්වයේ හිඳිය යුතුය. මේ අපූර්ව තත්ත්වය නිර්විකල්ප සමාධියයි. ක්‍රම ක්‍රමයෙන් නිර්විකල්ප සමාධිය හුරු කර ගත් පසු එක් හුස්මක් පෙණහලු තුළට ඇදී ගිය පසු ඒ හුස්ම පිට නොකර නැවැත්වීමෙන් නිර්විකල්ප සමාධියට පත්වීමට හැකියාව ලැබෙනු ඇත.

දෙවියන් හා සමාගමයෙහි යෙදීමට කැමති පුද්ගලයා නිර්විකල්ප සමාධියත්, සවිතර්ක සමාධියත් අතර රිසි සේ මාරු වීමට හැකියාව ඇති කරගත යුතුය. එක් හුස්මක් ගෙන නිර්විකල්ප සමාධියට එළඹෙන යෝගියා එම හුස්ම හෙළීමේදී සවිකල්ප සමාධියට එළඹෙයි. ඔහු යමක් සිතීමට සිත මෙහෙය වන විට ඊටත් සවිතර්ක සමාධිය තෙක් චිත්ත ඒකාග්‍රතාව පහත වැටෙයි.

දෙවියන් අමතනු කැමති යෝගියා පළමුව නිර්විතර්ක සමාධියට පැමිණ ඉන් අනතුරුව සවිතර්ක සමාධියෙහි යෙදී තමා අමතනු කැමති දෙවියන් සිහිපත් කර නැවත නිර්විකල්ප සමාධියේ යෙදිය යුතුය. නැවත සවිතර්ක සමාධියට පැමිණ

Scanned with CamScanner

තමා සිතන දේ ඇසේ ද යන්න දෙවියන්ගෙන් සිතෙන් විමසිය යුතුය. මෙලෙස විමසා නිර්විකල්ප සමාධියෙහි යෙදී සවන් දී සිටිය යුතුය. මෙලෙස කිහිප දිනක්ම උත්සාහ කර බැලිය යුතුය. තමාට උචිත යැයි හැඟෙන පරිදි වරින් වර එක් එක් දෙවියන්ට මෙලෙස සිතෙන් සම්බන්ධ වීමට උත්සාහ කළ යුතුය.

උත්සාහය සාර්ථක වූයේ නම් දෙවියන්ගේ හඬ පැහැදිලිව තමාට ශ්‍රවණය කිරීමට හැකි වේ. මේ ආකාරයට සවිතර්ක සමාධියෙහි යෙදී සිතින් ප්‍රශ්න නැගීමත්, නැවත නිර්විතර්ක සමාධියෙහි යෙදී දෙවියන්ට සවන් දීමත් හොඳින් හුරු වූ කල කිසිදු බාධාවකින් තොරව දෙවියන් හා අදහස් හුවමාරු කර ගත හැකිය.

මෙහි විස්තර කළ සවිතර්ක සමාධිය හා නිර්විතර්ක සමාධිය තේරුම් ගත නොහැකි අය හැකිතාක් දුරට සිත එකඟ කර ඉන් අනතුරුව සිතෙන් ප්‍රශ්න නගා නැවත හැකිතාක් දුරට සිත සමාධි ගත කළ යුතුය.

12 දෙවියන් දැකුමට ටිබෙට් භාවනා අභ්‍යාසයක්

දැනට වසර 1,000 කට පමණ පෙර ඉන්දියාවෙහි බිහි වූ මහා සිද්ධ ගුරු කුලය සියලු ආකාර ගුප්ත විද්‍යාවන්ගේ උච්චතම අවස්ථාව නියෝජනය කළේය. තිලෝපා මුනිවරයා මහා සිද්ධ ගුරු කුලයේ ආරම්භකයාය. තිලෝපාගේ ශිෂ්‍ය නාරොපා මුනිවරයා මහායාන බුදු දහම, ථේරවාදය සහ මන්ත්‍ර ශාස්ත්‍රය ආදී කොට ගත් දැනුමෙන් සන්නද්ධ වූ අයෙකි.

සිතූ විට සිතූ තැනක පෙනී සිටීම, අතුරුදන් වීම වැනි අපූරු හැකියාවන් නාරොපා සතුව තිබූ බව ඔහුගේ ශිෂ්‍ය මාර්පා විසින් වාර්තා ගත කර ඇත. මාර්පා තිබ්බතීය සම්භවයක් ඇති අයෙකි. හේ නාරොපාගේ ඉගැන්වීම් ටිබෙට් බසට පරිවර්තනය කර තම ශිෂ්‍යයන් වෙත බෙදා දුන්නේය. ගුප්ත විද්‍යාවෙහි හසළ දැනුමක් තිබූ මාර්පා කයින් බැහැරව සැරිසැරීම, මළගිය සතුන්ට පණ දීම වැනි අපූර්ව ක්‍රියාවන් ප්‍රසිද්ධියේ කර පෙන්වීමට සමත් වූයේය. මාර්පාගේ ශිෂ්‍ය මිලාරෙපා මන්ත්‍ර ශාස්ත්‍රය ද, ගුප්ත විද්‍යාවන් ද, භාවනා ක්‍රමයන් ද පරතෙරටම උගත් අයෙකි. මිලාරෙපා ලෝක ප්‍රසිද්ධියට පත්වූයේ ඔහුගේ අසමසම ප්‍රාතිහාර්ය පෑමේ හැකියාව නිසාය. සිතූ විටක කැමති තැනකට අහසින් පියාඹා යන මේ අපූරු පුද්ගලයා කෙරෙහි තිබ්බතය තුළ පැවතියේ අතිවිශාල ප්‍රසිද්ධියකි. එතුමාගේ ශිෂ්‍යයන් විසින් විස්තර කර ඇති පරිදි මිලාරෙපා නින්දට යන්නේ ද අහසෙහිය. දෙවියන් මනුෂ්‍යයන්ට පෙනෙන්නට සැලැස්වීම මිලාරෙපාගේ එක් ප්‍රාතිහාර්යයකි.

අමනුෂ්‍යයන් දැකීම, ඔවුන් හා සංවාදයෙහි යෙදීම වැනි දේ මිලාරෙපාගේ ශිෂ්‍ය පරපුර අතර අදටත් ජනප්‍රියය. ඔවුහු ඒ සඳහා අභ්‍යාස ක්‍රම 2 ක් බහුලව භාවිත කරති.

1. මණ්ඩල අභ්‍යාසය සහ
2. මහා මුද්‍රා අභ්‍යාසය

Scanned with CamScanner

යනු එම අභ්‍යාස විධි දෙකයි.

මණ්ඩල අභ්‍යාසය යනු විචිත්‍ර වර්ණවත් හැඩතල සහ සිතුවම් සහිත වෘත්තාකාර චිත්‍රයක් දෙස බලා සිටීමයි. මේ ක්‍රමයේදී සිත එකඟ කිරීමක් අත්‍යවශ්‍ය නැත. ඒ වෙනුවට අදාළ මණ්ඩල රූපය දෙස දිනපතා දිගු වේලාවක් බලා සිටිය යුතුය. මෙලෙස සිටින විට මොළයෙහි අධිමානසික හැකියා සම්බන්ධ ප්‍රදේශ කිතිකැවී ක්‍රම ක්‍රමයෙන් විවිධ අධිමානසික බල ලැබේ. විචිත්‍ර හැඩතල දෙස බලා සිටීමෙන් මොළයේ ක්‍රියාකාරිත්වය වේගවත් වී අධිමානසික හැකියා ලැබෙන බව පර්යේෂකයන් විසින් තහවුරු කර ඇත.

මහා මුද්‍රා යනු තිලෝපා මුනිවරයා විසින් තම ශිෂ්‍ය නාරොපා වෙත හෙළි කළ අපූරු අධිමානසික අභ්‍යාසයකි. මහා මුද්‍රා ක්‍රමය පසුකාලීනව නාරොපාගේ ගෝලයන් පරපුර අතර අතිශය ජනප්‍රිය විය. නාරොපාගේ ශිෂ්‍ය මිලාරෙපා විසින් දක්වා ඇති පරිදි මහා මුද්‍රා භාවනාව ප්‍රගුණ කරන විට සිතෙහි සමාධිය වැඩී ගොස් දැතෙහි මුද්‍රාවක් තැනෙයි. ඉපැරණි බුද්ධ ප්‍රතිමාවල මෙවැනි මුද්‍රා දැකිය හැකිය. එබැවින් මහා මුද්‍රාව යනු බුදුන්ගේ ඉගැන්වීමක් බවට අනුමාන කළ හැකිය.

මහා මුද්‍රා අභ්‍යාසයෙහි ගුණ මෙතෙකැයි කියා කෙළවර කළ නොහැකිය. එය එතරම්ම වටිනා අභ්‍යාසයකි. කෙසේ නමුත් මහා මුද්‍රාවෙහි බලයෙන් කළ හැකි දෙයින් කිහිපයක් මෙහි සඳහන් කිරීම සුදුසුය.

1. මහා මුද්‍රාවෙන් සිත වහ වහා එකඟ කරයි.
2. උසස් තත්ත්වයේ සමාධියක් වෙත පිවිසීමේ දොරටුවක් ලෙස භාවිත කළ හැකිය.
3. කැමති කෙනෙකුට මහා මුද්‍රාව තුළින් සත්‍යාවබෝධය ලද හැකිය.
4. දෙවියන් දකිනු රිසි අයට මහා මුද්‍රාව තුළින් ඒ මග විවර කළ හැකිය.

5. දෙවියන් හා අනෙකුත් අමනුෂ්‍යයන් සමග සිතුවිලි මගින් සන්නිවේදනය කළ හැකිය. මහා මුද්‍රාව ඊට මග විවර කර දෙයි.
6. මහා මුද්‍රාව සුළුවෙන් හෝ ප්‍රගුණ කළ පුද්ගලයාට තමා අසල සිටින අයගේ සිත් කියවිය හැකිය.
7. මහා මුද්‍රාව සුළුවෙන් හෝ ප්‍රගුණ කළ පුද්ගලයාට තමා මුහුණ පාන විශේෂ සිදුවීම් කල්තබා දැනගත හැකිය.
8. මහා මුද්‍රාව ප්‍රගුණ කරන අයට ආරක්ෂක දේවතාවුන්ගේ සහය නොඅඩුව ලැබේ. මහා මුද්‍රාවෙහි යෙදී සිටින යෝගියා වෙත එළඹෙන ආරක්ෂක දේවතාවෝ ඉදිරියෙහිදී වන අනතුරු ගැන කල් තබා ඇඟවීම් කරති. තමාට ඒ අනතුරුවලින් බේරී යාමට ඉඩ ප්‍රස්තාව බොහෝ විට ලැබේ.
9. මහා මුද්‍රාව ප්‍රගුණ කරන පුද්ගලයාගේ ශරීර සෞඛ්‍යය දිනෙන් දින වඩා යහපත් වේ.

අනෙක් භාවනා ක්‍රම සහ මහා මුද්‍රාව අතර පැහැදිලි වෙනස්කම් ඇත. මහා මුද්‍රාව කොපමණ වේලා වැඩුව ද කිසිදු මහන්සියක් නොදැනේ. එය ඒ තරමටම ප්‍රණීත අභ්‍යාසයකි. අනෙක් භාවනා ක්‍රමවලදී කිසියම් කිරීමක් හෙවත් ක්‍රියාවක් සිදු කිරීම අපේක්ෂා කෙරේ. ආනාපානසතියේදී හුස්මට සිත එකඟ කරනු ලැබේ. විදර්ශනා භාවනාවේදී මනසට අරමුණු නංවා පරීක්ෂා කිරීම හෝ මනසට නැග එන අරමුණු පරීක්ෂා කිරීම සිදු කෙරේ. එනමුත් මහා මුද්‍රාව ඒ සියලු භාවනා ක්‍රමවලට වඩා වෙනස්ය. මහා මුද්‍රාවෙහි කරන්නට දෙයක් නොමැත. මහා මුද්‍රාව යනු කිසිවක් නොකිරීමේ භාවනාවයි.

මේ අභ්‍යාස ක්‍රමය ප්‍රගුණ කිරීම ඉතා පහසුය. ඔබ විසින් පළමුව කළ යුත්තේ අහස දෙස හෝ ඇසට පීඩාකාරී නොවන යම් දර්ශනයක් දෙස එක එල්ලේ බලා හිඳ කිසිවක් නොසිතා හිඳීමයි. මෙහිදී කිසිවක් නොසිතීමට සිතට අණ කළ යුතු නැත. ඔබ කළ යුත්තේ සිතට නැග එන සිතුවිලි පසුපස හඹා නොයෑම

Scanned with CamScanner

පමණි. මේ ආකාරයට එක ඉරියව්වෙහි හිඳ එක එල්ලේ බලා හිඳින කල ක්‍රම ක්‍රමයෙන් මුළු ශරීරයම ගල් පිළිමයක් මෙන් නිසල වෙයි. ඔබේ දෑත් නිදහස්ව තිබුණොත් දෑත් ඉදිරියට පැමිණ ඉබේටම මුද්‍රාවක් තැනෙයි. එය මහා මුද්‍රාවයි.

දිනපතා මෙලෙස කිසිවක් නොසිතා හිඳගෙන සිටින විට ක්‍රම ක්‍රමයෙන් අධිමානසික හැකියාවන් එකින් එක ඔබ වෙත ළඟා වෙයි. ක්‍රම ක්‍රමයෙන් ඔබට දෙවියන් දැකීමට හා දෙවියන්ට සවන් දීමට හැකියාව ලැබෙනු ඇත.

13 අමනුෂ්‍යයන් සමග සිතුවිලි මගින් කතාබහ

නූතන වාග් විද්‍යාඥයන් කවුරුත් පාහේ පිළිගන්නා එක් දුර්මතයක් ඇත. ඒ 'සිතීමට භාෂාවක් අවශ්‍යය' යන්නයි. සිංහලයා සිංහල භාෂාවෙන් ද, ඉංග්‍රීසි ජාතිකයා ඉංග්‍රීසි භාෂාවෙන් ද සිතන බව වාග් විද්‍යාඥයෝ කියති. මේ මතය යම්තාක් දුරට නිවැරදිය. එහෙත් භාෂාවක් උපයෝගී කර නොගෙන සිතීම සිදුවන අවස්ථාවන් සඳහා උදාහරණ සැපයිය හැකිය.

ඔබ නමක් නොදන්නා පලතුරක් අනුභව කරයි. එයින් කිසිදා අත් නොවිඳි අමුතු රසයක් දැනේ. තවත් දිනයක මේ පලතුර දකින ඔබ සිතෙහි ඇතිවන හැඟීම් වචනයෙන් විස්තර කළ හැකිද? නොහැකිය. මන්ද යත්, ඒ පලතුරෙහි නම හා රසය විස්තර කිරීමට ඔබගේ වාග් මාලාවෙහි වදන් නොමැති බැවිනි. එහෙත් ඒ අවස්ථාවේදී සිතුවිලි පහළ වූ බව ඔබට සහතික විය හැකිය. මෙම සංකල්පය ඉදිරියට විස්තර කරනු ලබන සිතුවිලි මගින් සංවාදයෙහි යෙදීම තේරුම් ගැනීමට ඔබට රුකුලක් දෙනු ඇත.

පෙර කී මහා මුද්‍රා අභ්‍යාසය ප්‍රගුණ කිරීමෙන් හෝ හුස්මට සිත යොමු කිරීමෙන් සිත එකඟ කළ යෝගියාට අමනුෂ්‍යයන් සමග සිතුවිලි මගින් සංවාදයෙහි යෙදිය හැකිය. ගැඹුරු සමාධියට සමවැදුණු යෝගියා දෙවියන් සමග සංවාදයෙහි යෙදෙනුයේ වචනවලින් නොවේ. එමෙන්ම අමනුෂ්‍යයන්ගේ සිතුවිලි ග්‍රහණය වනුයේ අමුතුම විධියකටය. යෝගියාගේ හිස් මුදුනට අඟල් 2 ක් පමණ පහතින් මොළය තුළ පිහිටි පෙදෙස් අමනුෂ්‍යයන්ගේ සිතුවිලිවලට සංවේදී වේ.

තමාට අමනුෂ්‍යයන්ගෙන් දැනගත යුතු කරුණු ද, තමා විසින් ප්‍රශ්නය යොමු කළ යුතු අමනුෂ්‍යයා ද සිත්හි තබා ගන්නා යෝගියා ගැඹුරු සමාධියට පිවිසේ. යෝගියාගේ සිතුවිලි සංඥා තේරුම් ගන්නා අමනුෂ්‍යයා ඊට දෙන පිළිතුරු ද සිතුවිලි

Scanned with CamScanner

සංඥාවන් ලෙස යෝගියාගේ සිතට දැනේ. ඒවා වචන ලෙස තේරුම් ගනුයේ යෝගියා පහළ මට්ටමේ සමාධියට බැස ගත් විටදීය. කෙසේ නමුත් යක්ෂයන් සහ අල්පේශාක්‍ය දෙවියන් සමග මේ ආකාරයට සංවාදයෙහි යෙදිය නොහැකිය. දූරස්ථ තලයන්හි වෙසෙන බ්‍රහ්මයන් සමග සංවේදනය කළ යුත්තේ මේ ආකාරයටය. මේ ආකාරයට අදහස් හුවමාරු කර ගැනීමෙහි වාසිය වනුයේ දුරෙහි බලපෑම් අවම වීමයි.

14 දුර ඇති දේ දකින ශිල්පය

දුර ඇති දේ ද, තමාට පියවි ඇසින් දැකිය නොහැකි දේ ද දැක බලා ගැනීමට ගුප්ත විද්‍යාවෙහි සහ අධිමානසික විද්‍යාවෙහි උපක්‍රම රාශියක් භාවිත කරනු ලැබේ. දුර ඇති දේ බැලීමට ගුප්ත විද්‍යාවෙහි බහුලව උපයෝගී කර ගනු ලබනුයේ අංජනම් බැලීමේ ක්‍රමයයි. අංජනම් බැලීමට වඩා දියුණු උපක්‍රම රාශියක් අධිමානසික විද්‍යාවෙහිදී මෙම කාර්යය සඳහා භාවිත කරනු ලැබේ. පළිඟු බෝල තුළින් බලා ශාස්ත්‍ර කීම, කණ්ණාඩියෙන් හෙවත් කැඩපතක් තුළින් බලා ශාස්ත්‍ර කීම වැනි උපක්‍රම බටහිර රටවල ජනප්‍රියය. පෙරදිග ක්‍රමයට මේ සඳහා විවිධ භාවනා ක්‍රම උපයෝගී කර ගනු ලැබේ.

තොල අගට හෝ නාසය මුලට සිත යොමු කර හුස්මට අවධානය යොමු කර සිටීමෙන් සිතට පමණක් වැටහෙන ආලෝක සංඥාවක් උපදවා ගත හැකිය. මේ ආලෝක සංඥාවට සිත යොමු කර සිටීමෙන් එය පතුරුවා හැරීම හෝ දුරට විහිදුවීම කළ හැකිය. එලෙස ආලෝක සංඥාව විහිදුවා ලූ කල ඊට හසුවන පෙදෙස්වල ඇති ඕනෑම සූක්ෂ්ම දෙයක් තමාට දර්ශනය වේ. මේ ක්‍රමයේ ඇති පුදුම සහගත කරුණ වනුයේ බිත්ති, තාප්ප ආදි ඕනෑම දෙයක් විනිවිද දැකීමට හැකි වීමයි. ඊටත් වඩා පුදුම සහගත කරුණ වනුයේ රාත්‍රියට දිවා කල මෙන් පෙනීමයි. ආලෝක සංඥාවට හසුවන ප්‍රදේශය තුළ ඇති සියලු දේ දිවා කල මෙන් පැහැදිලිව දර්ශනය වේ.

දුර ඇති දේ දැක ගැනීම සඳහා තවත් ක්‍රම රාශියක් ඇත. කළයක් තුළ පහනක් දල්වා කළයේ කටින් නැගෙන ආලෝක ලපය බිත්තියක් මතට යොමු කර ඒ දෙස බලා සිටීමෙන් සිතට හසුවන ආලෝක සංඥාවක් උපදවා ගත හැකිය. නැතහොත් ගින්නක් අවුළුවා සිදුරු කළ කළු රෙදිකඩක් තුළින් ගින්න දෙස බැලීමෙන් වඩා ප්‍රබල ආලෝක සංඥාවක් උපදවා ගත හැකිය.

Scanned with CamScanner

ආලෝක සංඥාවක් උපදවා ගැනීමට මීට වඩා පහසු හා සරල ක්‍රමයක් ද ඇත. රාත්‍රී කාලයට පොල්තෙල් පහනක් දල්වා අඩි 2½ ක් පමණ දුරින් එය තබා ඒ දෙස බලා හිඳීම පහසුම ක්‍රමයයි. කැමති කෙනෙකුට පහන වෙනුවට ඉටිපන්දමක් භාවිත කළ හැකිය. මෙහිදී මඳ වේලාවක් ඉටිපන්දම දෙස බලා සිට ඇස් පියාගත යුතුය.

එවිට සිතට හසු වූ ආලෝක සංඥාව අඳුරු පැහැයෙන් දිස් වේ. මේ ආලෝක සංඥාව දෙස සිත යොමු කර සිටින විට එය ක්‍රම ක්‍රමයෙන් වියැකී යයි. ආලෝක සංඥාව දුබල වූ පසු නැවත ඇස් හැර එදෙස බැලිය යුතුය. මේ ලෙසට වරින් වර ඇස් හරිමින් හා වසමින් සිත එකඟ කරන කල්හි ආලෝක සංඥාව වර්ණවත්ව හා ප්‍රබලව සිතට හසු වේ. සිතට හසුවන ඒ ආලෝකය සිතෙන් අණ කර පතුරුවා හැරීම හෝ දුරට විහිදුවා හැරීම තුළින් දුර ඇති දේ දැකීම හෝ අමනුෂ්‍යයන් දැකීම වැනි අපූරු හැකියා ලබාගත හැකිය.

පෙර කල ලක්දිව විසූ සහෝදරයෝ දෙදෙනෙක් පැවිදිව භාවනා ක්‍රම ප්‍රගුණ කළහ. ඔවුන් දෙදෙනාගෙන් එක් අයෙකු රාත්‍රී කාලයේදී භාවනා කරද්දී සිතට ආලෝක සංඥා පහළ විය. තමා විසූ විහාරයේ මල් ආසන මත තබා ඇති මල් දිවා කල මෙන් පැහැදිලිව ඔහුට දර්ශනය විය.

"හරි පුදුමයි...! මට දැන් දවාලට වගේ පැහැදිලිව පේනවා. මට මල් ආසනේ උඩ තියෙන මල් පෙනෙන්නේ මහ දවල් වගේ...!"

"ඕකත් පුදුමයක්ද? මටත් දැන් රෑට දවල්ට වගේම පේනවා. ඈත වක්කඩවල්වල ඉන්න මාළු පවා මට පේන්නෙ ළඟ ඉන්නවා වගේ...!" තම සොහොයුරාගේ හැකියාව ගැන ඇසූ අනෙක් භික්ෂුව පිළිතුරු දුන්නේය.

සැබැවින්ම බෞද්ධ භාවනා නිවැරදිව ප්‍රගුණ කරන අයට මෙවැනි හැකියාවන් තරමක උත්සාහයකින් ළඟා කර ගත හැකිය. දැනට වසර 10 කට පමණ පෙර මම රාත්‍රී කාලයේ

භාවනා කරමින් සිටියෙමි. සුපුරුදු ලෙස හුස්මට සිත යොමු කර ආනාපානසතිය වඩන විට වෙනදාට වඩා ප්‍රභාවත්ව ආලෝක සංඥාව පහළ විය. භාවනාව නැවැත්වූ පසු ද ආලෝක සංඥාව අතුරුදන් නොවීය. අඳුර තුළින් දැකීම සහ ඝන ද්‍රව්‍ය විනිවිද දැකීම ඒ අවස්ථාවේදී අපහසුවකින් තොරව කළ හැකි විය. නිතර භාවනා අභ්‍යාස ප්‍රගුණ කෙරූ අපගේ පාඨකයන් බොහෝ දෙනෙකුට අඳුර තුළින් දැකීම සහ විනිවිද දැකීම යන සමත්කම් ලැබී ඇත.

නිවිතිගල ප්‍රදේශයේ වෙසෙන එක් පාඨකයෙක් ආලෝක සංඥාව උපදවා ගත්තේ දෙබැම අතර වූ තෙවැනි ඇස මත සිත පිහිටුවීමෙනි. ඉන්දියානු යෝගීන් දිවැස් ඉපිදවීම සඳහා බහුලව යොදා ගනුයේ ද තෙවැනි ඇස පිළිබඳ උපක්‍රමයයි. නිවිතිගල ප්‍රදේශයේ වෙසෙන යෝගියා භාවනා වඩන විට පළමුව ආලෝක සංඥා දර්ශනය වී ඇත. ඔහු තව තවත් සිත එකඟ කරද්දී ආලෝක සංඥා තීව්‍ර වී ගොස් හාත්පස පරිසරයම විනිවිද දැකිය හැකි තත්ත්වයට පැමිණියේය. තවත් දින දෙකක් තුළදී අහසේ පායා ඇති තරු පවා ගෙතුළ සිට දැකිය හැකි තත්ත්වයට ඔහුගේ භාවනාව දියුණු විය.

ආලෝක සංඥා ක්‍රමයෙන් මිනිස් සිරුර තුළට එබී බැලීමට සමත්කම් දක්වන යෝගියෙක් මෙරට වනගතව සිටියි. මා මෙන්ම මෙරට වෙසෙන බහුතර යෝගී පිරිස ද ඔහු ගැන තොරතුරු දනිති. මේ යෝගියාට සුළු වේලාවක් භාවනා කර මිනිස් සිරුරෙන් විහිදෙන ශක්ති ප්‍රභව දර්ශනය කිරීමට හැකිය. තවදුරටත් සිත සමාධි ගත කර ආලෝක සංඥා උපදවා ගැනීමෙන් එක්ස්-රේ යන්ත්‍රයක් මෙන් මුළු සිරුරම පරීක්ෂා කිරීමේ හැකියාව ඔහු සතුය. පිළිකා, ගෙඩි, උදරගත රෝග, හෘද රෝග වැනි අසනීප ගැන නිවැරදි විනිශ්චයක් දීමට ඔහුට ගත වනුයේ මිනිත්තු කිහිපයක් පමණකි.

වසරේ වැඩි කලක් වනගතව සිටින මේ අපූරු යෝගියා විටින් විට මට හමුවෙයි. රෝග විනිශ්චයට අමතරව රෝග නිවාරණය සඳහා ද ක්‍රමවේදයන් ඔහු සතුය. කිසියම් රෝගියෙ-

Scanned with CamScanner

කුගේ අවයවයක ඇති ආබාධයක් දකින ඔහු මෙසේ අදිටන් කරයි. 'මේ පුද්ගලයාගේ ශරීරයේ අසවල් ස්ථානයේ ඇති පඨවි ධාතුව සුවපත් වේවා...! ආපෝ ධාතුව සුවපත් වේවා...! තේජෝ ධාතුව සුවපත් වේවා...! වායෝ ධාතුව සුවපත් වේවා...!'

මෙලෙස සිතන ඔහු ඉන් අනතුරුව ගැඹුරු සමාධියට සමවදියි. මේ ආකාරයට කිහිප වරක් අභ්‍යාස කිරීමෙන් පසු පුදුමාකාර වේගයකින් රෝග ලක්ෂණ පහව යයි. මා දන්නා එක් පුද්ගලයෙකුට අතිශය දුර්ලභ ගණයේ පිළිකා රෝගයක් වැලඳුණි. පිළිකාව කපා ඉවත් කිරීම ජීවිතයත්, මරණයත් අතර සටනක් බඳු විය. මේ රෝගියා පරීක්ෂා කළ පේරාදෙණිය රෝහලේ වෛද්‍යවරුන්ගේ මතය වූයේ පිළිකාව ඉවත් නොකළහොත් තවත් සුළු කලකට වඩා රෝගියා ජීවත් නොවනු ඇති බවයි. අනිත් අතට පිළිකාව ඉවත් කිරීමේ ශල්‍යකර්මය වැරදී ගොස් ජීවිතය එතැනින් අවසන් වීමේ අවදානම ද උච්ච ස්ථානයක තිබුණි.

දෙලොවක් අතර තනි වූ රෝගියා පිළිකාව කපා ඉවත් කිරීම එකම විකල්පය ලෙස පෙනුණු බැවින් ඊට එකඟ වූයේය. ඔහුගේ ශල්‍යකර්මය සඳහා දින වෙන් කරනු ලැබීය. මේ අතර ඔහු තම හිතවතෙකු මාර්ගයෙන් පෙර කී යෝගියා වෙත යොමු වූයේය. රෝග පරීක්ෂාවට ගත වූයේ සුළු මොහොතකි. යෝගියාගේ රෝග පරීක්ෂණ වාර්තාව 100% ක් නිවැරදිය. තව සුළු මොහොතක් තුළ දැහැන් ගත වූ යෝගියා ස්වකීය සුපුරුදු ප්‍රතිකාර ක්‍රමය ඇරඹීය.

හාස්කමකි...! ශල්‍යකර්මයට නියමිත දිනට පෙර පිළිකාව තිබූ තැනින් අතුරුදන් විය. ඔහු පරීක්ෂා කළ වෛද්‍යවරු පිළිකාව නිට්ටාවටම සුව වූ බවට සහතික වූහ.

මේ අපූරු යෝගියා හමුවීමත් සමගම මාගේ අධිමානසික විද්‍යා පර්යේෂණ සහ ගවේෂණ සියල්ල නව මගකට යොමු විය. මම භාවනාව ගැන අලුතින් සිතීම ඇරඹීමි. මොහු සාම්ප්‍රදායික භාවනා ක්‍රම විවිධාකාරයෙන් සුළු සුළු වෙනස්කම්වලට භාජනය

කර විපුල ඵල ලබා ගත්තේය. මා එතෙක් එක්රැස් කර සිටි භාවනා ක්‍රම ද සුළු සුළු වෙනස්කම් කොට වැඩි ඵලදායිතාවක් ලබා ගැනීමට හැකිද යන කුතුහලය විසින් මා සිත පෙළනු ලැබීය.

මෙවැනි අභ්‍යාස ප්‍රගුණ කිරීම සඳහා මිඩංගු කළ හැකි කාල සීමාව ද සීමිත වූයේ දිවි පැවැත්ම සඳහා කිසියම් රක්ෂාවක් ද කළ යුතුව තිබූ බැවිනි. එබැවින් සියලු පුද පූජා, පූර්ව කෘත්‍ය, ගාථා කීම් ආදියෙන් වැළකී භාවනා අභ්‍යාස පමණක් ප්‍රගුණ කිරීම ඇරඹුවෙමි. මුලින්ම මා කළේ කය තුළට ඇදී යන හුස්මට සිත එකඟ කිරීමයි. ක්‍රමයෙන් හුස්ම තුනී වී ගොස් අවසානයේ එය නොදැනෙන මට්ටමකට ළඟා විය. හුස්ම තවදුරටත් නොදැනුණු බැවින් කය තුළට සිත් යොමා අවධියෙන් සිටියේ ඊළඟට දැනෙන සංවේදනය කුමක් දැයි වටහා ගැනීමටය.

ආශ්චර්යයකි...! ක්‍රම ක්‍රමයෙන් මාගේ කය තුළ මන්දා-ලෝකයක් පැතිරී ඇති අයුරු සිතට දිස් විය. මාගේ පෙණහලු ඉදිරියෙන් තිබූ අස්ථි සැකිල්ල ඉතා පැහැදිලිව පෙනෙන්නට විය. ඊළඟ දිනයේ භාවනා අභ්‍යාසය තවදුරටත් වෙනස් කිරීමට සිත් විය. හුස්මට සිත යොමු කර ඉන් අනතුරුව හුස්ම තුනී වෙමින් යද්දී හිස තුළට සිත යොමු කළෙමි. ක්‍රම ක්‍රමයෙන් සිත සමාධි ගත වෙමින් පැවතුණු අතර හිස තුළ අඳුරු පැහැයක් දිස් විය. ඒ අඳුර තුළින් මට පෙනුණේ මොළය කරා රුධිරය ගෙන යන ධමනි පද්ධතියයි. තවදුරටත් හුස්ම තුනී වී යත්ම මොළ පත්ලට ආසන්නයේ ඉහළ නැගී රුධිර නාළ දෙකක් වඩා හොඳින් දර්ශනය විය. මේ නාළ දෙකෙන් එකක් එහි වූ කවාකාර නැම්මක් අසලින් මඳක් හැකිළී ගියේය. ඒ සමගම ඒ අසල තිබූ අනෙක් රුධිර නාළය තුළින් වඩා හොඳින් රුධිරය මොළය තුළට ඇදී ගියේය. මොළයේ චාලක ප්‍රදේශවලට යන රුධිර පරිමාව අඩු වූ අතර සිතුවිලි පාලනය කරන ප්‍රදේශවලට වැඩි රුධිර පරිමාවක් ලැබුණි.

'බලගතු රහසක් සොයා ගත්තෙමි' යන හැඟීම ඒ සමගම මා වෙත පහළ විය. මන්ද යත් චිත්ත සමාධිය වැඩී ගොස්

ධ්‍යාන ගත වීම සිදු වූයේ පෙර කී රුධිර නාළවල හැකිළීම හා විස්තාරය වීමත් සමග බැවිනි.

දැන් ක්ෂණිකව ධ්‍යාන ගත වීමේ ක්‍රමයක් මා සතුය. නිසා තුළට - හරියටම හිස මධ්‍යයට සිත යොමු කළ වහාම නිර්විතර්ක සමාධියට එළඹීමට හැකි වූ බැවින් මා සතු උපක්‍රමය මෙතෙක් උගත් සෑම භාවනා අභ්‍යාසයක්ම ඉක්මවා වේගය අතින් ඉදිරියෙන් සිටියි.

ධ්‍යාන ගත වීමේ අභ්‍යාස අතිශයින් සාර්ථක වූ බැවින් රෝග සුව කිරීමේ ගුප්ත අභ්‍යාසවලට නැඹුරු වීම මාගේ ඊළඟ අභිප්‍රාය විය. මාගේ බොහෝ ආධ්‍යාත්මික ගවේෂණවලදී පරීක්ෂණාගාර මීයාගේ චරිතය පළමුව රඟපෑවේ මා විසින්මය. කලට වේලාවට ආහාර නොගැනීමත්, නිතර නිතර අපථ්‍ය ආහාර ගැනීමත් යන කරුණු නිසා මාගේ සෞඛ්‍ය තත්ත්වය ඒ දිනවල අයහපත් වෙමින් පැවතුණි. සෑම දිනකම මා මුහුණ දුන් ප්‍රධාන සෞඛ්‍ය ගැටලුව වූයේ යටිබඩ ප්‍රදේශයෙන් පැමිණි කටුක වේදනාවයි. භාවනාවෙන් සිත සමාධිගත කර රෝගී පෙදෙස දෙස සිතින් බැලීමට හුරු වීමි.

මුත්‍ර නාළ අවහිර කරමින් යටිබඩ ප්‍රදේශයේ වර්ධනය වී තිබූ ඉදිමීමක් මාගේ සිතට දර්ශනය විය. අසනීපය තිබූ පෙදෙස් දුර්වර්ණව තිබූ අතර සනීපයෙන් තිබූ ප්‍රදේශ මන්දාලෝකයකින් පෙන්නුම් විය. ඊළඟට මා කළේ සිත මෙහෙයවා ආලෝකමත්ව තිබූ පෙදෙස්වල වූ පැහැයෙන් අඳුරු වූ පෙදෙස් පිරවීමයි. මේ අභ්‍යාසයෙන් පසු අඳුරු පෙදෙස් ද ආලෝකමත්ව දිස් විය.

මම නැවත සිත සමාධිගත කළෙමි. උදරයේ තිබූ වේදනාව ඒ වන විටත් අඩු වී තිබුණි. තනිකර වෙනිවැල්ගැටවලින්, කසාය සාදා බීමෙන් රෝග ලක්ෂණ පහවන බව ධ්‍යාන ගත වූ සිතට අවබෝධ විය. මම ඒ දේ එලෙසම ඉටු කළෙමි. වරු තුනක් තුළ රෝග ලක්ෂණ පහව ගියේය.

කෙසේ නමුත් තවත් මාස කිහිපයක් තුළ නැවත ඒ රෝගය හිස ඔසවා ආවේය. මම තදින්ම සිත සමාධි ගත කර රෝගයට

අවැසි ඖෂධය කුමක් දැයි ම'සිතෙන්ම ඇසීමි. එය කිසිදින කිසිවකු ඖෂධ සඳහා යොදා නොගත් දෙයකි. කෙසේ නමුත් මම ඒ රහස් ඖෂධය එක් වරක් ලබා ගතිමි. ඖෂධය ලබාගෙන පැය කිහිපයක් තුළ රෝගය සම්පූර්ණයෙන්ම අතුරුදන් විය.

මා කළ ඒ අපූරු පර්යේෂණය ගැන හිතවත් යෝගීන් කිහිප දෙනෙකු සමග සාකච්ඡා කළෙමි. පර්යේෂණාගාර මීයාගේ චරිතය රඟපෑමට තවෙකෙක් ඉදිරිපත් වූයේය. ඒ පුද්ගලයාගේ ගෙලෙහි අඟල් එක හමාරක් පමණ විශාල බිත්තරයක හැඩය ඇති ඉදිමුමක් විය. එය පිළිකාවක් විය හැකි බවට වෛද්‍යවරුන් විසින් සැක පළ කර තිබූ බැවින් මේ පුද්ගලයා මාගේ පර්යේෂණයට ස්වෙච්ඡාවෙන්ම ඉදිරිපත් වූයේය. "අද රෑ මම පර්යේෂණය කරනවා. ඒ වෙලාවේ යම් වෙනසක් දැනුණොත් පහුවදා මට කියන්න." මම කීවෙමි.

රාත්‍රී 7.00 ට පමණ දැහැන් ගත වූ මම අදාළ පුද්ගලයාගේ රූපය සිතෙන් මවා ගත්තෙමි. දැන් එම පුද්ගලයාගේ රුව ම'සිතෙහි මැවී ඇත. ගෙල ප්‍රදේශයෙහි වූ රෝගී තත්ත්වය ද මැනවින් ප්‍රකට විය. බිත්තර පළු දෙකක හැඩය ගත් රෝගී අවයවයක් ම'සිතට දර්ශනය විය. ඒ ස්ථානයේ වූ විශාල වීම ක්‍රමයෙන් හැකිළී ගොස් යථා ස්වරූපයට හැරෙන ආකාරය මම සිතෙන් රඟ දැක්වීමි. මේ ක්‍රමයට මිනිත්තු 5 ක් පමණ ගත වූ බව මට මතකය. සුව කිරීමේ අභ්‍යාසය නිම වූ පසු මට අධික තෙහෙට්ටුවක් දැනුණු අතර මගේ සිරුරේ බර කිලෝග්‍රෑම් 5 ක් විතර අඩු වූ බව පෙනෙන්නට තිබුණි. එදින රාත්‍රී 9.00 ට පමණ මාගේ දුරකථනය නාද වන්නට විය.

"හරි පුදුම වැඩක් වුණේ. මම රෑ 7.00 ට විතර බුදුන් වැඳලා භාවනා කරන්න හිතාගෙන ඉඳගත්තා. එතකොටම සුදු පාට එළියක් වගේ මට දර්ශනය වුණා. ඒත් එක්කම කවුදෝ මගේ බෙල්ල මිරිකනවා වගේ මට තේරුණා. මට දැනුණේ පුදුම වේදනාවක්. මම එවෙලෙ දැනගත්තා පුතා ඒ පරීක්ෂණය කරපු බව. පුදුමෙනුත් පුදුමයි. මගේ බෙල්ල දැන් හොඳටම සනීපයි. ඒත් බෙල්ල වටේ පිච්චිලා වගේ කළු පාට වෙලා."

ඒ තැනැත්තා දුරකථනය තුළින් තම ප්‍රතිඵල වාර්තාව ප්‍රකාශ කළේය. එම තැනැත්තාගේ බෙල්ලෙහි වූ අසනීපය සුව වී ඇති බව පසුදින වෛද්‍යවරු විසින් එක්ස්-රේ පර්යේෂණ මගින් සනාථ කළහ.

තවත් මෙවැනිම සිද්ධියක් වඩා මෑත කාලයේදී සිදු විය. මාගේ ඥාතියෙක් මා හමුවට පැමිණ සිටියේය. මා විසින් අමුතු ආකාරයේ සුව කිරීමේ ක්‍රමයක් සොයාගෙන ඇති බවට කටින් කට පැතිර තිබූ ආරංචිය අනුව මාගේ ඥාති කාන්තාව එදින මා හමුවට පැමිණ සිටියාය. තමාගේ පියයුරක් තුළ තරමක් විශාල ගැටයක් වර්ධනය වී ඇති බවත්, වහාම ශල්‍යකර්මයක් සිදු කර එය ඉවත් කළ යුතු බවට වෛද්‍ය උපදෙස් ලද බවත් ඈ මට කියා සිටියාය.

වෛද්‍යවරුන් විසින් නියම කළ ශල්‍යකර්මයට ඉතිරිව තිබුණේ තව දින 7 කි. කෙසේ හෝ වදෙන් පොරත්තයෙන් සුව කිරීමේ අභ්‍යාසයට මා කැමති කරවා ගැනීමට ඇයට හැකි විය. එදින රෑ ඇහැන් ගත වූ මම ඥාති කාන්තාවගේ රූපය සිතෙන් මවා ගත්තෙමි. එය වැඩි අපහසුවකින් තොරව සිදු කළ හැකි වූයේ ඇය නිතර නිතර මා දකින්නට පැමිණි අයෙකු වූ බැවිනි. ඇයගේ පියයුරක් තුළ තිබූ දෙහි ගෙඩියක් තරම් විශාල අධිවර්ධනය මා සිතට හොඳින් දර්ශනය විය. එය කුඩා වී ගොස් නැත්තටම නැති වී යන ආකාරයත්, ඇගේ මුළු සිරුරම ප්‍රභාවත්ව පවතින ආකාරයත්, නිරෝගී සෛල තුළ වූ ආලෝකය රෝගී පෙදෙසට ද පැතිර ගොස් මුළු ශරීරය සම සේ ආලෝකමත් වන ආකාරයත් සිතෙන් දර්ශනය කළෙමි.

මේ කාන්තාව වෛද්‍යවරු නියම කළ ලෙසම [illegible] කී ශල්‍යකර්මය උදෙසා කරාපිටිය රෝහලට ඇතුළු [illegible] සව එක්ස්-රේ පර්යේෂණයකට බඳුන් කළ [illegible] කියා සිටියේ එතැන තිබූ අධිවර්ධනය සම්පූර්ණයෙන්ම [illegible] ඇති බවයි.

මෙවැනි ගැඹුරු මානසික අභ්‍යාස [illegible] සරල

උපක්‍රමවලින් පවා පිළිකා වැනි බරපතළ රෝග සුව කළ හැකි බව මෑත කාලයේදී මා කළ පර්යේෂණවලින් තහවුරු විය.

එදින මා හමුවීමට ආවේ වයස අවුරුදු විසි පහක් පමණ වේ යැයි කිව හැකි තරුණයෙක් සහ රූමත් තරුණියකි. ඔවුන් රත්නපුර ප්‍රදේශයේ පදිංචිකරුවන්ය. ගාල්ලේ පදිංචි ඥාතියෙකු මගින් සුව කිරීමේ අභ්‍යාස ගැන ඔවුන් අසා දැනගෙන ඇත. සුව කිරීමේ මෙහෙය කළ යුත්තේ ඔවුන්ගේ මව වෙනුවෙනි. ඔවුන් කී ආකාරයට ඔවුන්ගේ මව මුඛ පිළිකා රෝගයෙන් පීඩා විඳියි. පිළිකාව සැහෙන පමණ වර්ධනය වී තිබූ බැවින් සාම්ප්‍රදායික ප්‍රතිකාර ක්‍රම කිසිවක් සාර්ථක නොවන බව ඔවුහු මට පැහැදිලි කළහ.

මා ඉදිරියෙහි තිබුණේ පෙර කිසිදින මුහුණ නොපෑ අභියෝගයකි. රෝගියාගේ දරුවන් කී පරිදි ප්‍රතිකාර කළත්, නොකළත් තවත් මාස දෙකක් තුළ රෝගියා මිය යනු ඇත. මම අලුත් ප්‍රතිකාර ක්‍රමයක් සැලසුම් කළෙමි.

"ඔය දෙන්නම ගෙදර ගිහින් අම්මා වෙනුවෙන් දිනපතාම බෝධි පූජා තියලා සෙත් පතන්න. මමත් හැමදාම භාවනා කරලා සෙත් පතන්නම්. මාස දෙකකට පසු ඇවිත් ප්‍රතිඵල කියන්න." මා එසේ කියූවේ මෙවර පර්යේෂණය පෙර කී වතාවන්ට වඩා අභියෝගාත්මක එකක් වූ බැවිනි.

මම එදින ආනාපානසති භාවනාව වඩා සමාධිය උපදවා ගෙන රෝගියාට සෙත් පතමින් නැවත නැවතත් සමාධි ගත වීමි. දින කිහිපයක් අභ්‍යාසය කළ පසු කාර්යබහුල බව නිසා මට ඒ සියල්ල අමතක විය. මම සුපුරුදු ලෙස එකිනෙකට වෙනස් ආකාරවල අධිමානසික විද්‍යා පර්යේෂණවල නියැළී සිටියෙමි. හරියටම මාස දෙකකට පසු ඒ තරුණ දෙපළ නැවත මා හමුවීමට පැමිණියහ.

"කොහොමද දැන් අම්මට?" මම ඔවුන්ගෙන් විමසීමි.

"අම්මට දැන් හොඳටම හොඳයි. අපට අදහගන්නවත් බෑ. දොස්තර මහත්තුරුත් කියනවා අම්මාගේ පිළිකාව සනීප වෙලා

කියලා. එයාලටත් මේ වෙනස තේරුම් ගන්න බෑ."

තරුණයාගේ පිළිතුරෙන් මම අතිශයින් සතුටු වීමි. ඔහු නැවතත් මා ඉදිරියේ දොඩමලු වූයේය.

"මට තවත් පුංචි උදව්වක් කෙරෙන්න ඕන. මම මෑතක් වනතුරු කොළඹ ප්‍රෙස් එකක (මුද්‍රණාලයක) ටයිප් සෙටින් (යතුරු ලියන) අංශයේ වැඩ කළේ. අම්ම ගැන හොයල බලන්න ඕනකම නිසා මම රස්සාවෙන් අස් වුණා. මහත්තයගෙ භාවනා බලයෙන් මට රස්සාවක් හොයල දෙන්න පුළුවන්ද?"

මම නිරුත්තර වීමි. මිනිසුන්ට තම උත්සාහයෙන් ඵල නෙළාගත හැකිය. උත්සාහ කළහොත් කා හටත් කිසියම් දියුණුවක් ලබාගත හැකි බව ස්ථිරය. එසේ තිබියදී භාවනාවේ බලයෙන් රැකියාවක් සොයා දෙන ලෙස මේ තරුණයා මට කන්නලව් කරයි. 'තනිකරම භාවනාවේ හෝ ගුප්ත විද්‍යාවේ බලයෙන් රැකියා ලැබීම, උසස්වීම් ලැබීම, ධනයෝග උදා වීම වැනි දේ සිදු කළ හැකිය' යන්න කිසිවිට මාගේ පර්යේෂණ තුළින් ඔප්පු වී නැත. එහෙත් ගුප්ත විද්‍යාවේ බලයෙන් කාලයේ තරාදි පඩි එහෙ මෙහෙ ඇද දමා අපූරු ප්‍රාතිහාර්යය කළ හැකිය. භාවනාවේ බලයෙන් තම කර්ම ශක්තිය ඉහළට ඔසවා ශීඝ්‍රයෙන් දියුණුව කරා ළං වීමට ද හැකියාව ඇත. එමෙන්ම කුණ්ඩලිනී බලය හැසිරවීමේ හා විසුරුවීමේ ක්‍රම දන්නා කෙනෙකුට තම කර්ම විපාක පමා කිරීම, ළං කිරීම වැනි දේ මෙන්ම තමන්ගේ කර්ම අනුන් පිට යැවීම ද, අනුන්ගේ කර්ම ඵල තමා විසින් භුක්ති විඳීම ද යන අපූරු ක්‍රියාකාරකම්වල යෙදිය හැකිය. මේවා ගුප්ත විද්‍යාවෙහි එන අතිශය රහසිගත කරුණු වේ.

කෙසේ වෙතත් තම හැකියාව සහ දක්ෂතාව ඔප්නංවා ගෙන නව රැකියාවක් සොයාගත යුතු බව ඒ තරුණයාට මම අවවාද කළෙමි. ඒ හැර දේශපාලකයන් පසුපස ගොස් රැකියා ඉල්ලීම පිටකොන්දක් සහිත මිනිසෙකු විසින් නොකළ යුතු බවත් ඔහුට කීවෙමි.

ගුප්ත විද්‍යාවෙන් රෝග සුව කිරීම හා රෝග නිවාරණය

(වැළැක්වීම) පිළිබඳ මාගේ පර්යේෂණ මාලාව අතිශයින් සාර්ථක වූ බව මෙහිදී සිහිපත් කළ යුතුය. මා විසින් දැනට වසර කිහිපයකට පෙර එළිදැක්වූ, විවිධාකාර නම්වලින් හැඳින්වුණු අධිමානසික විද්‍යා පොත් පෙළ තුළ රෝග සුව කිරීමට අදාළ භාවනා සහ මානසික අභ්‍යාස රැසක් අඩංගු විය. අද වන විට ඒ පොත් පෙළ ගුරු කොට අභ්‍යාස කිරීමෙන් විවිධාකාර ශක්තීන් මතු කර ගත් සෑහෙන පිරිසක් බිහිව සිටිති. ඒ අතරින් සමහරුන්ට රෝග සුව කිරීමේ බලය ලැබුණේ ඔවුන්ටත් නොදැනීය.

කොළඹට ආසන්න ප්‍රදේශයක පදිංචිව සිටින ගිටාර් වාදන ශිල්පියෙක් අපගේ පොත් පෙළ කියවා භාවනා කිරීමට පටන් ගත්තේ හුදෙක් මානසික විවේකය ලැබීම සඳහාය. සති කිහිපයක් ඉදිරියට අභ්‍යාස ප්‍රගුණ කරන විට ඔහුගේ සිතට 'ඇසක්' දර්ශනය විය. මෙය 'තෙවැනි ඇස' හෙවත් 'ඍෂි ඇස' නමින් ඉන්දීය යෝග විද්‍යාවෙහි හැඳින්වේ. හේ තවදුරටත් උනන්දු වී භාවනා අභ්‍යාස කළේ තෙවැනි ඇස දර්ශනය වීම සුභ පෙර නිමිත්තක් වූ බැවිනි. දිනක් සන්ධිගත ආබාධයක් සහිත ඥාතියෙක් ඔහුගේ නිවසට පැමිණියේය. ඥාතියා තම දණහිස ඉදිමී තිබූ අයුරු සංගීතඥයාට පෙන්වූ අතර ඔහු නිකමට මෙන් රෝගියාගේ දණහිස පිරිමැද්දේය. ඒ අවස්ථාවේ විදුලි පහරක් වැදුණු ආකාරයේ හැඟීමක් රෝගියා වෙත පහළ විය. ඒ සමගම දණහිසේ තිබූ කැක්කුම පහව ගියේය.

නැවත යෝගියා තම පර්යේෂණ කටයුතු ආරම්භ කළේ එය අහඹු සිදුවීමක් ලෙස සැක කරමිනි. ඔහු මේ වන විට තම සුව කිරීමේ ක්‍රමවේදය යොදාගෙන තව කිහිප දෙනෙකුගේ අසනීප තත්ත්වය සුව කර ඇත. ඔහු විසින් පර්යේෂණාත්මකව සොයා ගත් ක්‍රමවේදය වනුයේ තදින් සිත එකඟ කර රෝගියා වෙත මෙත් සිතෙන් යුතුව රෝගියාගේ ශරීරය ස්පර්ශ කිරීමයි. ජපන් 'රේ-කි' (*Rei-Ki*) සුව කිරීමේ ක්‍රමවේදය හදාරා තවදුරටත් තම හැකියා ඔප්නංවා ගන්නා ලෙස මම ඔහුට උපදෙස් දුනිමි. රේ-කි සුව කිරීමේ කලාව අනුව සුව කිරීම් සිදු කරන ජනප්‍රියතම ක්‍රමය වනුයේ රෝගියාගේ ශරීරය ආසන්නයේ සුව කිරීමේ

මෙහෙය සිදු කරන අය විසින් අත් ඉහළට හා පහළට ගෙන යාම (*Laying Hands*) යි.

'ජපනා හපනා' යන කීමෙහි ඇත්තක් ද ඇත. ජපන්නු ස්වභාවයෙන්ම නිර්මාණශීලී වෙති. සම්ප්‍රදාය කරපින්නා ගෙන යාම වෙනුවට සම්ප්‍රදාය වෙනස් කර නිර්මාණශීලී කාර්යයන් කිරීමට ඔවුහු හැමවිටම උත්සාහ ගනිති. ලෝක ප්‍රසිද්ධ ජූඩෝ සටන් ක්‍රමය දැනට වසර 150 කට පෙර බිහි වූයේ එක් ජපන් ජාතිකයෙකුගේ අප්‍රතිහත ධෛර්යය නිසාය. රේ-කී සුව කිරීමේ කලාව ද එවැන්නකි.

මධ්‍යකාලීන ජපානයෙහි අධ්‍යාත්මික සුව කිරීමේ කලාව ප්‍රචලිතව තිබුණ ද පසුකාලීනව එය නමට පමණක් සීමා විය. ඊට ප්‍රධාන හේතුව වූයේ ගුරුවරුන් විසින් ගුරුමුෂ්ටි තබාගෙන ශිල්පයෙන් කොටසක් පමණක් සිසුන්ට ඉගැන්වීමයි. මෑත කාලයේ ජීවත් වූ කිතුනු ලබ්ධික ජපන් ජාතිකයෙක් විවිධ භාවනා අභ්‍යාස ප්‍රගුණ කර ඒ ආශ්‍රයෙන් නව සුව කිරීමේ කලාවක් දියුණු කළේය. ඒ ඔබ අප නිතර අසා පුරුදු රේ-කී සුව කිරීමේ කලාවේ ආරම්භයයි.

බෞද්ධයින් සතු භාවනා ක්‍රම ජපනුන්ගේ යෝග භාවනා ක්‍රමවලට වඩා සිය දහස් ගුණයක් ප්‍රබලය. ඒ ඇසුරෙන් නව සුව කිරීමේ කලාවක් දියුණු කිරීමට කාලය දැන් පැමිණ ඇත. එනමුත් කනගාටුවට කරුණ වනුයේ බොහෝ දෙනෙක් හෝඩි පොත කියවීම වැනි සරල භාවනා ක්‍රමවලට කොටු වී සිටීමයි.

15 දොරටු වැසීම සහ ඇරීම පිළිබඳ ගුප්ත විද්‍යාව

ගුප්ත විද්‍යාව සම්බන්ධ වැදගත් ඉගැන්වීම් වැඩි ප්‍රමාණයක් පුරාණ ඉන්දියානුවන්ගේ සොයා ගැනීම්ය. 'දොරටු වැසීම සහ ඇරීම පිළිබඳ රහස' ද එවැන්නකි. අප ලබන සංවේදන සියල්ලම ඇස, කන, නාසය, දිව සහ කය හරහා ග්‍රහණය කර ගන්නා බව අපි දනිමු. මේ එක් සංවේදනයක් හෝ තාවකාලිකව හා වරින් වර අඩාල කළහොත් අනෙකුත් සංවේදන ලැබීමේ හැකියාව ක්‍රම ක්‍රමයෙන් දියුණු තියුණු වී යයි.

මීට උදාහරණයක් ලෙස අන්ධයන්ගේ ඇසීම හා අනෙකුත් හැකියාවන් වඩා තියුණු වීම දැක්විය හැකිය. අන්ධ ක්‍රීඩකයෝ තම ශ්‍රවණ හැකියාවෙන් උපරිම ප්‍රයෝජන ගනිති. බ්‍රේල් ක්‍රමයට යතුරු ලියනය කරන ලද අකුරු අන්‍යයන්ට කියවීම අපහසු වුව ද අන්ධ අයට ඒවා පහසුවෙන් කියවිය හැකිය. ජීවිතයේ පසුකාලීනව අන්ධ වූ අය සියලු දෙනාම පාහේ තම තමන්ගේ අනෙකුත් ඉන්ද්‍රියයන්ගේ හැකියාව ශීඝ්‍ර ලෙස වර්ධනය වූ බව පිළිගනිති. චීනයේ 'වින්ග් චුන්' සටන් ක්‍රමය ප්‍රගුණ කරන ශිල්පීහු සමහරවිට ඇස් රෙදි පටිවලින් ආවරණය කර සටන් පුරුදු වෙති. කල් යත්ම ඔවුන්ට ප්‍රතිවාදියාගේ පහර සමග එන සුළං රැල්ලට සංවේදී වීමට හැකි වේ. මේ ආකාරයට පහර නොදැක පහර වැළැක්වීමේ හැකියාව ඔවුහු ලබා ගනිති.

ජපානයේ රහසිගතව පුහුණු කෙරෙන 'නින්ජුට්සු' සටන් ක්‍රමවල ද මෙවැනිම හැකියා පුරුදු පුහුණු කරනු ලැබේ. සාමාන්‍යයෙන් කෙනෙකුට තමා පිටුපසින් සිට සිදු කරනු ලබන පහරදීමක් නොපෙනෙයි. නින්ජාවරු සුවිශේෂී ක්‍රමයට මේ අභියෝගය ජය ගනිති. ඔවුහු තම හිසෙහි සංවේදීතාව දියුණු කරති. එවිට තමා පිටුපසින් පැමිණෙන අයෙකු පිළිබඳ සංඥා ඔවුන්ගේ හිසට දැනේ. එබැවින් නින්ජා සටන් ශිල්පීන්ට පිටුපසින් එන පහරදීම් පවා වැළැක්වීමට හැකියාව ඇත.

මැලේසියාවේ වෙසෙන සමහර සටන් ශිල්පීහු ඇස් බැඳ සටන් කිරීමට හුරු වෙති. එවිට ඔවුන්ගේ ඇඟිලි තුඩුවල සංවේදිතාව ඉහළ නගී. මෙවැනි සටන් ශිල්පියෙකුට මුද්‍රිත අකුරු අතගා කියවීමේ හැකියාව ලැබෙන බව පර්යේෂකයන් විසින් සනාථ කර ඇත. මේ සියලු අවස්ථාවලදී සුවිශේෂී හැකියාවන් ලබා ගැනීමට යොදා ගන්නේ දොරටු වැසීමේ ශිල්පයයි.

එක් දොරටුවක් වැසූ කල අනෙක් දොරටු වඩා හොඳින් විවෘත වේ. මේ රහස ඉන්දියානුවන් දැන ගත්තේ දැනට වසර 2,500 කටත් පෙර සිටය. පෙර කල විසූ සමහර යෝගීහු 'මෞන ව්‍රතය' නම් වූ සුවිශේෂී ප්‍රතිපදාවක් සමාදන් වූහ. මෞන ව්‍රතය රකින යෝගියා කිසිවෙකු හා කතාබහ නොකරයි. මෙලෙස දීර්ඝ කාලයක් මෞන ව්‍රතය රැකීමෙන් පසු දෙවියන් හා සංවාදයෙහි යෙදීමට හැකියාව ලැබෙන බව හින්දු යෝගීහු විශ්වාස කරති. වසර 20 ක් මෞන ව්‍රතය රැකීමෙන් විවිධ හාස්කම් කිරීමේ හැකියාව ලැබෙන බව පැරණි යෝග ග්‍රන්ථවල දැක්වේ. පෙර කල හින්දු යෝගීන් මෞන ව්‍රතය ආරක්ෂා කළ අන්දම බෞද්ධ සූත්‍ර ධර්මයන්හි සඳහන් වේ.

කතා නොකර හිඳීමේ යෝග ක්‍රමය හෙවත් මෞන ව්‍රතය බුදු දහමට ආගන්තුක දෙයකි. කෙසේ නමුත් පසුකාලීනව සමහර බෞද්ධ යෝග පිරිස් පවා මෞන ව්‍රතය වෙත යොමු වූහ. දැනට වසර 1,500 කට පමණ පෙර චීනයට 'චාන්' බුදු දහම (සෙන් දහම) හඳුන්වා දුන් බෝධිධර්ම භික්ෂුව දකුණු ඉන්දියාවෙහි උපන්නෙකි. හේ චීනයට මෞන ව්‍රතය හඳුන්වා දුන්නේය. බෝධිධර්මතුමා චීනයේ ෂාඕලින් ආරාමයෙහි වැඩ හිඳ වසර 7 ක් මෞන ව්‍රතය ප්‍රගුණ කළේය.

බිත්තියක් දෙස බලා හිඳිමින් මුනිවත රකිනා මේ අපූරු මිනිසා දැක බලා ගැනීමට චීනයේ ප්‍රභූ පිරිස් නිතර පැමිණියහ. ඔවුන් බෝධිධර්මගෙන් නැගූ සියලු ප්‍රශ්නවලට ලැබුණු පිළිතුර නිශ්ශබ්දතාවයම පමණි. යෝගී පිරිස් මෙතරම් අසීරුවෙන් මුනිවත රකින්නේ ඇයි? ඔවුන් වැඩි දෙනෙකුගේ ඒකායන අරමුණ වූයේ විවිධාකාර අධිමානසික හැකියා ඉපදවීමයි. එහෙත්

මෞන ව්‍රතය හෙවත් මුනිවත රැකීමේ අඳුරු පැත්තක් ද ඇත. මුනිවත රකින යෝගියාට අන්‍යයන්ගෙන් වෙන්ව හුදෙකලා දිවියක් ගෙවීමට සිදුවේ. එවැනි පුද්ගලයෙකුගෙන් සමාජයට කිසියම් සේවයක් සිදුවේ යැයි සිතීම දුෂ්කරය.

සටහන : අද මෙරට සමහර භාවනා මධ්‍යස්ථාන තුළ මුනිවත රැකීම අනිවාර්ය කොන්දේසියක් බවට පත් වී ඇත. බුදු දහමට අයත් නොවන මෙවැනි ප්‍රතිපදාවන් අප අතරට එක්ව ඇත්තේ පසුකාලීනව බුදු දහම වැලඳ ගත් හින්දු ලබ්ධිකයන් අතිනි. මෙවැනි ආගන්තුක ව්‍රතයන් සමාදානයෙන් 'සීලබ්බත පරාමාස' යන සංසාර බැම්ම තවදුරටත් සවි වේ.

යමෙකු ඇස්, කන්, නාසාදී සියලු ඉන්ද්‍රියන්ගෙන් ලැබෙන සංවේදන ද කතා කිරීම, අංග චලනය ආදී සියලු ප්‍රතිචාර නවතා දැමුවහොත් කුමක් සිදුවේද? එවිට 'සය' වෙනි ඉන්ද්‍රිය සක්‍රිය වේ. 'සය' වෙනි ඉන්ද්‍රිය යනු අධිමානසික හැකියා සම්බන්ධ ගුප්ත ඉන්ද්‍රියයකි. එය දෙබැමට යටින් මොළයේ ඉදිරිපස පිහිටා ඇතැයි විශ්වාස කරනු ලැබේ.

ඔබට අධිමානසික හැකියා රැසක් උපයා ගැනීමට අවශ්‍යද? එසේ නම් මෙහි දැක්වෙන අභ්‍යාසයන්හි නිරත වන්න.

1. ඇස්, කන්, නාසාදී සියලු ඉන්ද්‍රියන්ගෙන් ලැබෙන සංවේදන අත් හරින්න. ඇස් පියාගෙන නිහඬ පරිසරයක හිඳගෙන ඉන්න.
2. සියලු ආකාර ප්‍රතිචාර නවතන්න. නිසල ඉරියව්වක හිඳින්න.

දිනපතාම මේ ආකාරයට මිනිත්තු 30 ක් පමණ නිසලව හිඳීමේ පුරුද්ද හුරු කරන්න. මේ අභ්‍යාසය හුරු කරන අයට එක්වරම අධිමානසික හැකියා පහළ නොවේ. ඒ සඳහා දැඩි කැපවීමක් හා ඉවසීමක් අවශ්‍ය වේ. අභ්‍යාසය ආරම්භ කර අධිමානසික හැකියා ලැබෙන තෙක් ගතවන කාලය 'බලාපොරොත්තුවේ කාල සීමාව' නම් වේ.

Scanned with CamScanner

අධිමානසික හැකියා ප්‍රගුණ කරන අය පුදුමාකාර අත්දැකීම්වලට මුහුණ දෙති. මෙවැනි අභ්‍යාස ප්‍රගුණ කරන බොහෝ දෙනෙක් කියන පොදු කතාවක් ඇත. ඔවුන් අභ්‍යාස ප්‍රගුණ කළේ එක් ආකාරයක හැකියාවක් ලැබීමටය. නමුත් ඔවුන්ට ලැබුණේ ඔවුන් හීනයකින්වත් නොසිතූ ආකාරයේ වෙනත් හැකියාවකි. මෑත කාලයේ සතිපට්ඨාන භාවනාව වැඩූ එක් ශ්‍රී ලාංකික භික්ෂුවකට තම දෑසින් බලා හැඳි, ගෑරුප්පු ආදිය නැවීමේ හැකියාව ලැබුණි. උන්වහන්සේ ළඟින් ඇසුරු කළ තවත් භික්ෂුවක් මා හට කියා සිටියේ තවත් එවැනි හැකියා රැසක් ඒ භික්ෂූන් වහන්සේ වෙත ලැබී ඇති බවයි. අධිවෝල්ටීයතාවය සහිත විදුලි කම්බි දෙකක් අතට ගන්නා උන්වහන්සේ සිරුරට විදුලිය වද්දා ගනිති. එනමුත් කුහුඹුවෙක් කන තරම්වත් වේදනාවක් උන්වහන්සේට නොදැනේ.

මෙලෙස අනපේක්ෂිත විවිධ හැකියා ලැබීම ගැන සමහරුන් දරන මතය වනුයේ භාවනාව නිසා පෙර සසරෙහි හුරු කළ හැකියාවන් ඉස්මතු වී එන බවයි. මේ මතයෙහි ද දොසක් දැකිය නොහැකිය.

16 අපූරු අත්දැකීම් පෙළක්

මා කුඩා කල අද්භූත මිනිසෙකු දැක බිය වූ අයුරු මාගේ මතකයේ නොමැකී පවතී. ඒ 1976 වර්ෂයේ පමණ සිදු වූ අහඹු සිද්ධියකි. නැවත 1997 වර්ෂය පමණ වන තෙක් මා අමනුෂ්‍යයෙකු දුටුවේ නැත. වර්ෂ 1997 වන විට මා වෙත කිසිදු ප්‍රකට හේතුවක් නොමැතිව සතුරු කරදර එල්ල විය. එය මා අන්‍යයන්ගේ හොඳට කළ, කී දේ පවා මගේ හරහට හිටි කාලයක් ලෙස හැඳින්විය හැකිය. කළ හැකි එකදු ප්‍රතිකර්මයක් නොලද තැන මම ශාස්ත්‍රකාරියක් හමුවට ගියෙමි. ශාස්ත්‍රකාරිය මට කීයේ කතරගම දෙවියන් මා වෙත පිහිට වීමේ කැමැත්තෙන් සිටින බවයි. එවකට මුහුණ පා සිටි සියලු සතුරු කරදර පෙර ආත්මවල සිදු කළ කර්මයන්හි විපාක ලෙස මා පසුපස එන බවත් ශාස්ත්‍රකාරිය තවදුරටත් මා වෙත දන්වා සිටියාය.

කතරගම දෙවියන්ගේ ආරක්ෂාව ලැබීමට කළ යුතු පුද පූජා ආදිය පිළිබඳ ලැයිස්තුවක් මා වෙත ලබා දීමට තරම් ශාස්ත්‍රකාරියගේ අතවැසියා කාරුණික වූයේය. එම මුදල මාගේ මාසික ආදායම මෙන් දෙගුණයක් පමණ විය. එබැවින් දේව පූජාව සිතෙන් අත්හැර දමා නිවසට පැමිණියෙමි. එදා රාත්‍රියේ කතරගම දෙවියන් සිහිනෙන් දර්ශනය විය.

"ඔය ළමය අනිද්දට කතරගම එන්න. මම වාහනයක් එවන්නම්."

දෙවියන් හා සාකච්ඡාව සිහිනෙන්ම සිදු විය.

"මම දෙවියන් අදහන්නෙ නෑ..!" මම සිහිනෙන් කීවෙමි.

"ඒකට කමක් නෑ. කතරගම ඇවිත් කිරි වෙහෙරට නෙළුම් මල් පූජා කරන්න."

පසුදින මම මේ සිහිනය පිළිබඳ මවට කීවෙමි. පෙර දින

දහවල් කාලයේ කතාබහ කළ දේ, මුහුණ පෑ අත්දැකීම් වඩා විස්තරාත්මකව සිහිනෙන් පෙනෙයි. ඒ ගැන පුදුම විය යුතු නැත. පුදුම සහගත සිද්ධිය සිදු වූයේ එදින සවස් යාමයේය.

එදින සවස 6.00 ට පමණ ප්‍රදේශවාසී ධනවතෙක් මා හමුවට පැමිණියේය.

"මම ළඟදි අලුත් වාහනයක් ගත්තා. මට හෙට කතරගම යන්න හිතුණා. වාහනෙත් ඉඩ තියෙන නිසා මගෙත් එක්ක කතරගම යන්න එන්න."

ඔහුගේ ඉල්ලීම ඉවතලිය නොහැකි වූයේ පෙරදා රාත්‍රියේ දුටු සිහිනයත් සමග එය කදිමට ගැළපුණු බැවිනි.

කතරගම යාමේ සිද්ධිය එතැනින් නිමා විය. මෙය අහඹු සිද්ධියක් විය හැකිය. කතරගම දෙවියන් ගැන මාගේ කිසිදු විශ්වාසයක් ඇති කිරීමට ඒ හුදකලා සිද්ධිය සමත් නොවීය.

තව දින කිහිපයක් ඉක්ම යත්ම කතරගම දෙවියන් නැවත සිහිනෙන් දර්ශනය විය.

"ඔය ළමය මාව සැක කරනව වගේ. මම ඇත්තටම ඔය ළමයට ආරක්ෂාව සපයනවා."

කිසිවෙකු මා සොලවා නැගිට්ටුවේය. මම ඇඳෙහි හිඳ ගත්තෙමි. ආශ්චර්යයකි...! මා ඉදිරිපිට හරි හතර රියන් මිනිසෙකු සිටගෙන සිටියි. ඔහුගේ ශරීරය ප්‍රභාවත්ය. ජාතික ඇඳුම වැනි ඇඳුම හැඳ ගත් හෙතෙම ගෙල දෙපසින් එල්ලෙන සාටකයක් පැලඳ සිටියේය. මේ අද්භූත මිනිසා සිටියේ බිත්තිය තුළට අඩක් ගිලීය. ඔහු ක්‍රම ක්‍රමයෙන් පාවී ගොස් අනෙක් බිත්තිය හරහා පිටවී ගියේය. ඔහු මාගේ ශරීරය විනිවිද ගමන් කරන්නාක් මෙන් මට දැනුණි.

මාගේ ජීවිතයේ මුහුණ පෑ අද්භූත සිද්ධීන් කිහිපයත් සමග මෙම අත්දැකීම සැසඳීමට මම උත්සාහ කළෙමි.

දිනක් මම උසස් අධ්‍යාපන කටයුත්තක් සඳහා කොළඹ

යාමේ අරමුණ ඇතිව ගාලු බස් නැවතුම්පොළෙහි සිටියෙමි. මාතර දෙසින් ආ බස් රථයකට මා ගොඩ වූ අතර බස් රථය වේගයෙන් ඉදිරියට ඇදෙන්නට විය. මා පය ලා සිටි සෙරෙප්පු දෙකෙන් එකක් හදිසියේම ගැලවී බස් රථයෙන් එළියට විසි විය. මම බස් රථයේ සීනුව නාද කර සෙරෙප්පුව අහුලා ගැනීමට බස් රථය නවත්වන ලෙස කොන්දොස්තර මහතාට කීවෙමි. ඔහු ඒ කාරිය ඉටු කළේය. මා බස් රථයෙන් බැස ගත් නිසා මාගේ මිත්‍රයෙක් ද බස් රථයෙන් බැස ගත්තේය. බස් රියදුරා මා ද, මිතුරා ද පාරේ තනි කර දමා කොළඹ බලා වේගයෙන් රිය පැදවීය.

මම පසුපසින් ආ බස් රථයකට ගොඩවී කොළඹට ටිකට් පතක් ගතිමි. මා ගමන් කළ බස් රථය ඉඳුරුව ප්‍රදේශය පසු කර කුඩා පාලමක් අසල නැවැත්වූවේය. බර වාහනයක රෝද දෙකක් ද, ඇක්සලයක් ද පාලම මත විය. මම වහාම බස් රථයෙන් බැස පාලම දෙසට දිව ගියෙමි. මා පැයකට පමණ පෙර ගොඩ වූ බස් රථය පාරෙන් ඉවතට පැන උඩ යට මාරු වී පාලම යට මඩෙහි එරී ඇත. ඒ බස් රථයෙහි ගියවුන්ගෙන් බොහෝ දෙනෙකු එතැන්ම අවසන් ගමන් ගිය බවට සැක නැත.

සෙරෙප්පුව ඉවතට විසි වී යාමත් මා මුහුණ පෑ අද්භූත සිදුවීම් අතරට එක් විය. තවත් මෙවැනිම සිද්ධියක් එම කාල වකවානුවේදීම සිදු විය.

පතපොත කියවීමට මා කවදත් දැක්වූයේ අධික රුචිකත්වයකි. දිනක් මම කොළඹ පොත්හලකින් පොත් කිහිපයක් මිලට ගෙන පාර දිගේ ඉන් එක් පොතක් කියවමින් පැමිණියෙමි. මීටර් 100 ක් පමණ ගිය තැන කිසිවෙකු මා අල්ලා නතර කළේය. අන්තරාවකි...! මා අබියස තිබුණේ අඩි 8 ක් පමණ ගැඹුරු කානුවකි. මා පොත කියවමින් පාරෙන් ඉවතට පැමිණ ඇත. මා අල්ලා නැවැත්වූයේ කවුද? එතැන ඇසට පෙනෙන කිසිවෙකු නොසිටි බව නම් මට සහතික විය හැකිය.

1999 වර්ෂයේ එක් දිනක මා දුම්රියෙන් මහනුවර බලා

Scanned with CamScanner

කටයුත්තක් සඳහාය. දුම්රිය පිටත් වූයේ උසස් අධ්‍යාපන කටයුත්තක් සඳහාය. දුම්රිය වේගයෙන් ඉදිරියට ඇදී යන අතර ඉහළ අහසේ සිට පැහැදිලි කටහඬක් ඇසුණි.

"ඔය සේරම නවත්තලා ආයෙත් ගෙදර යන්න. අද පටන් තමන්ගේ ජීවිතය වෙනත් පැත්තකට හැරෙනවා."

මා ඒ කීම එතරම් ගණන් ගත්තේ නැත. මන්ද යත්, ඒ වන විට දර්ශනපති උපාධියක් හදාරමින් සිටි මට ඒ කටයුත්තෙහි කෙළවරක් දකින්නට අවශ්‍යව තිබූ බැවිනි. 'කෙසේ හෝ දර්ශනපති උපාධිය හදාරලා අවසන් කරනවා.' මම සිත දැඩි කර ගත්තෙමි. එදින සවස පේරාදෙණිය විශ්වවිද්‍යාලයේ පුස්තකාලයට ගිය මම ළඟදී නියමිත විභාගයට අදාළ පොතපත එකතු කර ගත්තෙමි. පොතපත සියල්ල එක්රැස් කරගෙන මා නැවතී සිටි ස්ථානයට යාමට ගමන් ඇරඹුවෙමි. පුදුමයකි...! පාර වැරදී ගොස් මා හන්තාන කඳුකරයේ ෆයින් ගසින් වැසුණු වනාන්තරයක අතරමං වී ඇත. වේලාව සවස 6.30 ට පමණ වන්නට ඇත. ඒ ගුප්ත කටහඬ නැවත මට පැහැදිලිව ඇසුණි.

"ඔය පොත් ටික ආපහු දීල එන්න. මේ පැත්තට ආයෙ කාලෙකින් එන්න වෙන්නෙ නෑ."

මා ගිය මාර්ගය වැරදී ඇත. කළ හැකි අන් දෙයක් ද නොවූයෙන් පොත් කිහිපය ද රැගෙන පල්ලම් බැස්සෙමි. එවිට මා ආපසු පැමිණ සිටියේ විශ්වවිද්‍යාලයේ කෘෂිකර්ම පශ්චාත් අධ්‍යයන පීඨයට අයත් පෙර කී පුස්තකාලය අභියසය. ඒ වන විට පොත් බැහැර දීමේ කටයුතු අවසන්ව තිබුණි. හදිසියේ නිවසට යා යුතුව ඇති බැවින් මා අද දින ලබාගත් පොත් නැවත භාර ගන්නා මෙන් පුස්තකාලයාධිපතිනියගෙන් ඉල්ලා සිටියෙමි. බැහැර දීමේ අංශය ඒ වන විට වසා තිබුණු බැවින් ඒ කාර්යය තරමක් දුෂ්කර විය.

එදින රාත්‍රියේ මම කල්පනාවේ නිමග්නව සිටියෙමි. මට වෙන්න යන්නේ කුමක්ද? මේ ප්‍රහේලිකාව කෙසේ හෝ විසඳා

ගත යුතුය. රාත්‍රී නින්දට යන්නට පෙර නිවසෙන් දුරකථන ඇමතුමක් ලැබුණි. මා හදාරමින් සිටි වෙනත් පාඨමාලාවකට අයත් විභාගයක ප්‍රවේශ පත්‍ර නිවසට පැමිණ ඇත. මා කෙසේ හෝ නිවසට යා යුතු බව පැහැදිලිය. මම පසු දින පාන්දරම නිවස බලා පිටත් වුණෙමි.

ඒ ගුප්ත කටහඬෙන් කියූ ලෙසම මාගේ ඉරණම කරකැවී ගියේය. විද්‍යාඥයෙකු ලෙස රැකියාවෙහි නිරත වීමට අදහස් කළ මම නීතිඥයෙකු වශයෙන් සේවයට එක් වූයෙමි.

17 විභාග ජය සඳහා ගුප්ත විද්‍යාව

ඔබ ඉරිදා පුවත්පත් කියවන්නේ නම් විභාගවලින් නිසැක ජය ලැබීම සඳහා යන්ත්‍ර මන්ත්‍ර ගුරුකම් කිරීම පිළිබඳව පළ කර ඇති දැන්වීම් නොවරදවාම දකිනු ඇත. මෙවැනි දේවල සත්‍යතාවයක් ඇත්ද? සැබැවින්ම මා ඒ ගැන පර්යේෂණ මෙහෙය වූයේ නැත. මන්ද යත්, විභාගවලින් නිසැක ජය අත්කර ගැනීමේ ක්‍රමෝපාය පිළිබඳව මා දන්නා කාලයේ සිටම අධ්‍යයනය කළ බැවිනි.

මාගේ අධිමානසික විද්‍යා පර්යේෂණ ආරම්භ කළේ 1994 වසරේදීය. ඒ කාලයේදී මම උසස් අධ්‍යාපන කටයුතුවල නිරතව සිටියෙමි. බටහිර රටවල සිසුන් විභාග ජය ලැබුම සඳහා අධිමානසික විද්‍යාව වෙත හැරී ඇති බව කියනු ලැබේ. අධිමානසික හැකියා උපදවා අනෙකාගේ පිළිතුරු පත්‍රය තුළට එබී බැලීම හෝ අනෙකාගේ සිත් කියවීම ඔවුන් පුහුණු කළ උපක්‍රමයයි. මෙවැනි උපක්‍රම සාධාරණ ඒවා නොවන බව සැබෑය. එහෙත් අධිමානසික උපක්‍රම මගින් විභාග ජය ගත හැකිද? යන ප්‍රශ්නය මා ඉදිරියේ නොවිසඳී පැවතුණි.

මාගේ මිත්‍රයෙක් ඔහුට තරණය කිරීම ඉතා අපහසු විභාගයකට සූදානම් වූයේය. ඔහු වරක් දෙවරක් නොව කිහිප වරක්ම ඒ ප්‍රශ්න පත්‍රයට මුහුණ දී අසාර්ථක ප්‍රතිඵල ලැබූවෙකි. ඔහුට පිහිට විය යුතු බව මට හැඟුණි. මම මිතුරා අබියස සිට සිත සමාධිගත කළෙමි. විභාග ප්‍රශ්න පත්‍රය සිතෙන් දැකීම මාගේ ඒකායන අරමුණ විය. "විභාග ප්‍රශ්න පත්‍රය මට දැන් යන්තමින් පේනවා. *Cardinal* කියන වචනෙ එක් ප්‍රශ්නයක පැහැදිලිව තියෙනවා."

මිතුරා තම පෙළ පොතේ ඉහත *Cardinal* යන වදන සොයන්නට විය. ඔහුට එය හමු විය. හේ *Cardinal* නම් වචනය සහිත පාඩම කට පාඩම් කර ගත්තේය. පුදුමයකි...! විභාග ප්‍රශ්න

පත්‍රයේ මුල්ම ප්‍රශ්නයේ *Cardinal* යන වදන පැහැදිලිව අඩංගු විය. මිතුරා එවර විභාගය ජය ගත්තේය.

මාගේ තවත් මිත්‍රයෙක් එකම විභාගයකට 8 වරක් පමණ මුහුණ දී අසමත්ව කලකිරී සිටියේය. ඔහුට ද විභාග ප්‍රශ්න කල් තියා දැනගත යුතු විය. මම මිතුරා අබියස හිඳ සමාධි ගත වූයෙමි.

"මේ පාර එන්නෙ අලුත් තාලෙ ප්‍රශ්න පත්‍රයක්. මේ මේ ප්‍රශ්න තියෙනවද බලන්න. ඒ වගේම ඔයාලගෙ කථිකාචාර්යවරයා අවසානයට ඔයාලට කැඳවපු දවසෙ උගන්වපු අතිරේක පාඩම ද බලන්න."

එවර මා 100% ක් නිවැරදි විය. ඔහු අපේක්ෂා කළ ප්‍රශ්න සියල්ල ප්‍රශ්න පත්‍රයේ විය.

තවත් පුද්ගලයෙක් මෙවැනිම අත්දැකීමක් ලැබුවේය. ඔහු කියන පරිදි ඔහුට දෙවියන්ගේ ඇල්ම - බැල්ම ඇත. දිනක් ඔහු කිසිදු සූදානමක් නැතිව උසස් විභාගයකට පෙනී සිටියේය. ප්‍රශ්න පත්‍රය අතට ගත් පසු ඔහුට හීන් දාඩිය දමන්නට විය. ප්‍රශ්න පත්‍රයේ එකම ප්‍රශ්නයකට හෝ පිළිතුරු සැපයීමට ඔහු සතුව දැනුම නොතිබුණි. හේ මඳ වේලාවක් කල්පනාවේ නිමග්න විය. මා කුමක් කළ යුතුද? එවිටම ඔහුට පැහැදිලි කටහඬක් ඇසුණි.

"පෑන අරගෙන කොළවල මොනවා හරි ලියන්න. අපිට ඔයාව විභාගෙන් එතෙර කරන්න පුළුවන් වෙන්නෙ මොනවහරි ලිව්වොත් තමයි."

මේ කරුණාවන්ත උපදේශකයා කවුද? ඔහු හැරී බැලීය. ඔහු පිටුපස හෝ දෙපස කිසිදු උපදේශකයෙකු නොවීය. හේ වහාම තීරණයක් ගත්තේය. පෑන රැගෙන හෙතෙම කොළවල ප්‍රශ්න අංක දමමින් 'කුමක් හෝ' ලියන්නට පටන් ගත්තේය. ඔහුගේ මේ ක්‍රියාව ප්‍රශ්න පත්‍ර එකතු කරන තුරුම සිදු විය. ආශ්චර්යයකි...! විභාගයෙන් වැඩිම ලකුණු හිමි වූයේ ඒ ප්‍රශ්න පත්‍රයටය. එවර මහ ඉහළින් විභාගය සමත් වන්නට ඔහුට හැකි විය.

Scanned with CamScanner

විභාග සමත් වීම සඳහා අධිමානසික විද්‍යාව යොදා ගැනීමේ සදාචාරාත්මක වරදක් ඇත. එහෙත්, යමෙක් එවැනි මාර්ගයකින් විභාගයක් සමත් වූ බව ඔප්පු කළ හැක්කේ කාටද? මාගේ මතය වනුයේ තරණය කිරීමට අපහසු විභාග සඳහා අවසාන විකල්පය ලෙස මෙවැනි උපක්‍රම භාවිතය සුදුසු බවයි. නොඑසේව ගුප්ත විද්‍යා උපක්‍රම භාවිත කර අන්‍යයන් විසින් ලැබිය යුතු තැන උදුරා ගැනීම තුළින් විශ්වයට ඔබ ණයගැතියෙකු වනු ඇත.

18 ගැටලු නිරාකරණයට ගුප්ත විද්‍යාව

මා විසින් ලියා පළ කළ භාවනා පොත් පෙළ කියවූ බොහෝ දෙනෙක් මෙවැනි ප්‍රශ්න මගෙන් අසති.

"ඔබ මේ සා දැනුමක් ලබා ගත්තේ කොහෙන්ද?"

"ඔබ බුදු දහමේ ගැටලු තැන් නිරාකරණය කර ගත්තේ කෙසේද?"

"මේ භාවනා ක්‍රම හරි සාර්ථකයි. මේවා ඉගෙන ගත්තේ කෙසේද?"

"මේ පොත්වල එන සමහර කරුණු වෙනත් පොත්වල නෑ. ඒවා උපුටා ගත්තේ කොහෙන්ද?"

සැබැවින්ම මා ලියූ බණ පොත්, භාවනා පොත් කියවන බොහෝ දෙනෙක් ඒවායේ අගය වටහා ගෙන සිටිති. මෑත කාලයේ එක් පරිවෙණාධිපති හිමිනමක් එකම වර්ගයේ පොත් 250 ක් මගෙන් ඉල්ලා සිටියේය. ඒ තම ශිෂ්‍ය භික්ෂූන් වහන්සේලා උදෙසාය.

සැබැවින්ම ඒ පොත් පෙළ පිටුපස ඇත්තේ අමුතුම කතාවකි. මා විසින් 1994 වර්ෂයේදී පමණ අධිමානසික විද්‍යා පර්යේෂණ කටයුතු ආරම්භ කළ අවධියේ සිටම භාවනාවෙහි යෙදී සිටියදී විවිධාකාර කටහඬවල් ඇසෙන්නට පටන් ගත්තේය. ඒ කිසිවක් මිනිසුන්ගේ කටහඬට සම නොවේ. එහෙත් ඒ හඬවල් ඉතා පැහැදිලි විය.

"පෙර කාලෙ මිනිස්සු අහසින් ගමන් කළේ. මනුෂ්‍ය ශරීර ඒ කාලෙ ඒ තරමටම සැහැල්ලුයි. පසුකාලීනව මිනිසුන්ගේ සිරුරු ඝන වුණා. එතැන් සිට ඔවුන්ට පොළොවේ වාසයට හුරු වෙන්න සිදු වුණා.

ඒ වුණත් සමහර මිනිස්සු පෙර පුරුද්දට වගේ සිත

ශක්තිමත් කර, කය සැහැල්ලු කරගෙන අහසින් යන්නට පටන් ගත්තා. ඔවුන්ට කිව්වේ ඍෂිවරුන් කියලා. සමහර ඍෂිවරු පළඟක් බැඳගෙන අහසේ පියාඹා ගියා. තවත් අය දැත්, දෙපා තද කරගෙන ඔළුව ඉදිරියට දමා වේගයෙන් අහසේ ගමන් කළා.

මිනිසුන්ගේ ඒ දිව්‍යමය හැකියාව අදටත් සැඟවිලා තියෙනවා. ඒ හැකියා උපදවා ගන්න අද කාලයේ වුණත් පුළුවන්. කෙනෙකුට තමන්ගේ සිරුර අහසට නංවන්න අවශ්‍ය නම් ඊට ක්‍රම දෙකක් තියෙනවා. භාවනාවෙන් සිත සමාධි ගත කරලා කය සැහැල්ලු වෙන්න කියලා සිතෙන් අණ කරලා, ක්‍රම ක්‍රමයෙන් සිරුරේ බර අඩු කරන්න පුළුවන්. මේ ක්‍රමයට අභ්‍යාස කළාම අවසානයේ සිරුර අහසට නංවන්න පුළුවන්. අනෙක් ක්‍රමය කරද්දී සිත සමාධි ගත කරලා, තමා ඉදිරියේ ඇති අවකාශය ඝන වී පාරක් නැගෙන ලෙස සිතෙන් අණ කළ යුතුයි. මේ ආකාරයට අහසේ පාරවල් තනාගෙන ගමන් කළ යෝගීන් පෙර කාලෙ සිටියා."

මේ පාඩම අනුව අභ්‍යාස කර කෙතෙක් උත්සාහ කළ ද සිරුර අහසට නැංවීම තබා අඟලක්වත් ඉහළට එසවීමට මා හට නොහැකි විය. කෙසේ නමුත් සිරුර අහසට නැංවීමේ අවශ්‍යතාව නිසාම තදින් සිත සමාධි ගත කිරීමේ හැකියාව උපදවා ගැනීමට මට හැකි විය. මා පසුකාලීනව විවිධ ප්‍රයෝජන රාශියක් ලබා ගත්තේ ඒ හැකියාවට පිං සිදු වන්නටය.

මාගේ හිත මිතුරු පිරිසක් දිනෙක මා හමුවට පැමිණ භාවනා මධ්‍යස්ථානයකට යාමට ආරාධනා කළහ. එය කදිම අදහසකි. මම පසුදිනම ඔවුන් කී ස්ථානයට ගියෙමි. එතැන සිටි කිසිවෙකු ගුරු උපදේශ දුන්නේ නැත. ඔවුහු ඒ වෙනුවට තම තමන් දන්නා පරිදි භාවනා කටයුතු කරගෙන ගියහ. මා තදින් සිත සමාධි ගත කිරීමට උත්සාහ කරත්ම විවිධාකාර අමුතු භාවනා ක්‍රම මගේ සිතේ ඇඳී ගියේය. ඒවා එකල භාවනා පන්තිවල ඉගැන්වූ අභ්‍යාසයන්ට වඩා හාත්පසින්ම වෙනස් විය.

මාගේ 'අලුත් භාවනා ක්‍රම' ගැන මා යෝගීන් කිහිප

දෙනෙකුට පැවසූ නමුත් ඔවුන්ගේ අදහස වූයේ එවැනි භාවනා ක්‍රම කිසිම තැනක උගන්වන්නේ නැති බවයි. මා අසරණ වූවාක් මෙන් දැනුණි. කෙසේ නමුත් මගේ සිත 'අලුත් භාවනා ක්‍රම' තව තවත් හෙළිදරව් කළේය. කරන්නට අන් දෙයක් නැති තැන විශුද්ධි මාර්ගය නම් ධර්ම ග්‍රන්ථය සොයාගෙන එහි ඇති ඉගැන්වීම් හා මාගේ අභ්‍යාස සසඳා බැලීමට තීරණය කළෙමි.

විශුද්ධි මාර්ගය සොයා මා දන්නා සෑම පොත් කඩයක්ම පිරික්සුව ද විශුද්ධි මාර්ගයේ සාරාංශයක් පමණක් සොයා ගත හැකි විය. සැබැවින්ම එකල වෙළෙඳපොළෙහි විශුද්ධි මාර්ගය සෙවීම කළුනික සෙවීම වැනි විය. එක් පොත් වෙළෙන්දෙකු ළඟ විශුද්ධි මාර්ගය ඇති බව භාවනාවේදී ම'සිතට හැඟී ගියේය. මම පසුදිනම ඔහු සොයා ගියෙමි.

"විශුද්ධි මාර්ගය අපි ළඟ තිබුණා. දැන් ඉවර වෙලා." පොත් වෙළෙන්දා මට කීය.

"මට පොත් රාක්ක බලන්න පුළුවන්ද?"

පොත් රාක්ක සියල්ල අවුස්සා බැලූ නමුත් විශුද්ධි මාර්ගය එහි නොවීය. එහෙත් විශුද්ධි මාර්ගය එම ස්ථානයේම ඇති බව මගේ සිත කියයි.

"ඔයාල අස් කරපු පරණ පොත් නැද්ද?" මම ඇසීමි.

දිරා පරණ වූ කඩදාසි සහ පොත් කැබලි අසුරා තිබූ පෙට්ටියක් වෙත මගේ දැස් යොමු විය. මම ඉතා වේගයෙන් පෙට්ටියේ ඇති පොත් කැබලි අවුස්සා ඉවත් කළෙමි. විශුද්ධි මාර්ගය නම් වූ දුර්ලභ ග්‍රන්ථය පොත් පෙට්ටියේ යටම තැන්පත්ව තිබුණි. වසර 60 ක් පමණ පැරණි එම පිටපත දුර්වර්ණව පැවති නිසා ඉවත් කර තිබුණි. කෙසේ නමුත් මා සෙවූ අලුත් තාලේ භාවනා ක්‍රම විශුද්ධි මාර්ගයේ නොවීය. ඒ වෙනුවට එහි තිබුණේ ප්‍රගුණ කිරීමට ඉතා අපහසු සංකීර්ණ භාවනා අභ්‍යාසයන්ය.

මුළු සූත්‍ර පිටකයම මිලදී ගෙන එය හා මාගේ දැනුම සැසඳීමට මට සිත් විය. තරමක විශාල වියදමක් දැරීමෙන් පසු

Scanned with CamScanner

මුළු සූත්‍ර පිටකයම එක්රැස් කර ගැනීමට මට හැකි විය. සූත්‍ර පිටකය කියවන කල මට ඇනුණු මිහිර වචනයෙන් විස්තර කළ නොහැකි විය. මා සොයා ගත් භාවනා ක්‍රම ඒ අයුරින්ම ඒ පිළිවෙළටම සූත්‍ර පිටකයේ විය. පුදුමයට කරුණ වනුයේ මේ අපූරු භාවනා ක්‍රම ගැන වසර 2,500 කට වැඩි කාලයක් කිසිවෙකුගේ අවධානය යොමු නොවීමයි.

මා විසින් ගැඹුරු සමාධියෙහි යෙදී සිට හෙළිදරව් කර ගත් සමහර භාවනා ක්‍රම සූත්‍ර පිටකයෙහි දක්නට නොවීය. මෙය මට මහත් ප්‍රහේලිකාවක් විය. ටිබෙට් රටෙහි සංචාරයක යෙදී පැමිණි එක් අයෙකු මා හා පැවසුවේ එවැනි භාවනා ක්‍රම ටිබෙට් රටෙහි ඇති බවයි. එතැන් සිට මාගේ වැඩි අවධානය යොමු වූයේ ටිබෙට් භාවනාවන් කෙරෙහිය. මේ අතර පොතපත කියවන විට 'නාරෝපා' යන නම මගේ නෙත ගැටුණි. 'නාරෝපා' යනු කවුද? මා හට පුරුදු නමක්. නාරෝපා ගැන කුතුහලය එන්න එන්නම වැඩි විය. ඒ අතර ටිබෙට් භාවනා පොතක් සොයා ගැනීමේ කාර්යය දිනෙන් දින අසාර්ථකත්වයේ පතුලටම කිඳා බැස්සේය.

මම එක් දිනක් අහම්බෙන් මෙන් කොළඹ බෞද්ධාලෝක මාවතේ පිහිටි බෞද්ධ පොත්හලට ගියෙමි.

"ටිබෙටන් යෝග කියල පොතක් මෙහෙ තියෙනවද?"

"අපට නම් එහෙම පොතක් ගැන මතක නෑ. ඇතුළට ගිහින් බලන්න." වෙළෙඳසැල් සේවකයෝ කීහ.

'ටිබෙටන් යෝග' නම් වූ විශාල ග්‍රන්ථය පොත් රාක්කයක් කෙළවර තිබී හමු විය. පුදුමයට මෙන් මා ප්‍රගුණ කළ ඉතිරි භාවනා ක්‍රම සියල්ල ඒ පොතෙහි ඒ අයුරින්ම අඩංගු විය.

මා භාවනා පොත් ලියමින් සිටි කාලයේ ද අදිසි බලවේග-වල සහය මා වෙත නොඅඩුව ලැබුණි. ධර්ම කරුණු නිරවුල් කිරීම සඳහා මා බොහෝ විට යොදාගනු ලැබුවේ 'සංසාර ගත මතකය අවදි කිරීමේ අභ්‍යාසය' යි. බෞද්ධයෝ බොහෝ දෙනෙක් බොදුනුවන් බවට පත් වූයේ මේ ආත්මභාවයෙහි

නොවේ. ඔවුහු ලක්ෂ සංඛ්‍යාත ආත්ම ගණනකදී විවිධාකාර නම් ඇති බුදුවරුන් දකිති. ඔවුන් මේ ආත්මයේදී බෞද්ධයන් වූයේ සංසාර ගත පුරුද්දටය. බුදු බණ අසා පුරුදු ඔවුන්ට සංසාර ගත මතකය අවධි කර ගත හැකිය.

අප මහා ගෞතම බුදුන් වහන්සේ විසින් බොහෝ සූත්‍ර දේශනා සකස් කර ඇත්තේ සංසාර ගත මතකය අවධි කිරීමෙනි. පටිච්ච සමුප්පාද ධර්මය දේශනා කර ඇත්තේ විපස්සී බුදුන්ගෙන් අසා දැන ගත් ආකාරයටය. මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ද, ධම්මචක්කප්පවත්තන සූත්‍රය ද දේශනා කර ඇත්තේ පෙර බුදුවරුන් දේශනා කළ පද පිළිවෙළ අනුවය. එබැවින් සතිපට්ඨාන සූත්‍රය අවබෝධ කර ගැනීම බොහෝ දෙනෙකුට ගැටලුවක්ව පවතී.

සතිපට්ඨාන සූත්‍රය පැහැදිලි කර දීමේ කාර්යයට ඒ වන විට බොහෝ දෙනෙකු අත පොවා තිබුණත් ඔවුන් කිසිවෙකුට 'රූපං ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං එත්තේසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති' වැනි සූත්‍ර කොටස්වල තේරුම නිරවුල් කර දීමට නොහැකි විය.

මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය තේරුම් කර ගැනීමට අහස මත සංයමය නම් වූ අභ්‍යාසය භාවිත කළෙමි. මම සිත එකග කර හිස් අහස මත අවධානය රැඳවූයෙමි. මාගේ බලාපොරොත්තුව වූයේ ආකාශික වාර්තා හෙවත් අහසෙහි රැඳී ඇති මතක සටහන් කියවීමයි. මම අහස මත සිත සංයමයට පත් කර එම අරමුණින් සිත මුදවා 'සතිපට්ඨාන සූත්‍රය අවබෝධ කර ගනිමි' යන හැඟීම ඇතිව නැවත අහස දෙස සිත එකග කළෙමි. ආශ්චර්යයකි....! සම්පූර්ණ සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ තේරුම තත්පරයකින් තුනෙන් පංගුවක් වැනි සුළු කාලයක් තුළදී ම'සිත තුළ තැන්පත් විය. වහා සමාධියෙන් මිදුණු මම කඩදාසි මිටියක් රැගෙන සතිපට්ඨාන සූත්‍රය පැහැදිලි කර අර්ථ කතා ලීවෙමි. එම විස්තර 'සතිපට්ඨාන සූත්‍රය සහ නිවන් මග' යන ග්‍රන්ථයෙහි අඩංගු වෙයි.

මේ කාලය තුළ මම බුද්ධානුස්සති භාවනාව බහුලව

Scanned with CamScanner

වැඩුවෙමි. බුදු ගුණ එකින් එක මෙනෙහි කරත්ම සිතට ප්‍රීතියක් උපදී. එය බුද්ධාලම්බන ප්‍රීතිය නම් වේ. සිතෙහි ප්‍රීතිය වැඩී ගොස් ප්‍රීතියෙන් සිත පිනා යන කල මම ප්‍රීතිය කෙරෙහි සිත අලවමි. මෙවිට ප්‍රීතිය අරමුණු කරගෙන සිත සමාධි ගත වේ. එය ද්විතීය ධ්‍යානයයි. ද්විතීය ධ්‍යානයෙන් මිදුණු කල සමහරවිට ජීවමාන බුදුන්ගේ රූපකාය මට මැවී පෙනේ.

පොළොවට අඟල් දෙකක් පමණ ඉහළින් පිහිටන සේ කොටට සිවුරු හඳින, උරහිසේ දෙඅංශයම වැසූ තේජවන්ත මිනිසෙක් දුගී පැලක් අසල පාත්‍රයක් අතැතිව හිඳිනු පෙනේ. හිස සම්පූර්ණයෙන් මුඩු කර ඇති අතර සිවුරේ කෙළවර ඔසවා ඉන් ගෙල වසාගෙන ඇත. මෙය ජීවමාන බුදුන්ගේ රුව යැයි සිතමි. තවත් දිනෙක ජීවමාන බුදුන් දැකීමේ ආශාව මට ඇති විය. එවර ද මම බුද්ධානුස්සතියෙහි යෙදී ද්විතීය ධ්‍යානයට ගොස් ඉන් නැගී සිටියෙමි. බුදුහු ගල් ගුහාවක සයනය කරති. අතවැසි භික්ෂුවක් ඒ අසල හිඳ සිවුරු, පාත්‍ර පිළියෙල කරමින් ගමනකට ලෑස්ති වෙයි. මුළු පරිසරයම නිහඬය.

ඒ ජීවමාන බුදුන්ගේ අල්පේච්ඡ ජීවිතය දැහැන්ගතව සිටි මා දුටු ආකාරයයි. තවත් දිනෙක මා දුටුවේ අඩි 30 ක් පමණ උසැති තරුණ බෝ රුකක් යට ධ්‍යාන ගතව හිඳින බුදුන්ය. අවට පරිසරය ශුෂ්ක ස්වරූපයක් උසුලයි. ඒ අවට සෙවණට සිටිය හැකි ගසකට ඇත්තේ මේ එකම බෝ රුකයි. සමහරවිට ඒ ශ්‍රී මහා බෝධිය විය හැකිය.

අටුවා ග්‍රන්ථවල සාර්ථකව විස්තර කර නොමැති අභිභා-යතන, අෂ්ට විමෝක්ෂ, සතර මග සතර පල, පටිච්ච සමුප්පාදය, සත්තාවාස, විඤ්ඤාණස්ථිති, අනිමිත්ත චේතො විමුක්තිය වැනි දුරවබෝධ ඉගැන්වීම් සියල්ල නිරවුල්ව අවබෝධ කර ගැනීමට ද ඒ සියලු ඉගැන්වීම් සම්බන්ධව අර්ථ කතා දීමට ද මා හට වසර 3 ක් පමණ කල් ගත විය. මම දිවා, රෑ නොබලා වෙහෙසී බෞද්ධ අර්ථ කතා ලිවීමේ කාර්යය නිම කළෙමි. මට ඒ සමගම පුදුමාකාර ප්‍රීතියක් ඇති විය. 'බුදු දහම ගැන, ධර්ම මාර්ගය ගැන ගැටලු කිසිවක් ඉතිරිව නැත. සම කළ නොහැකි ශාසන

සේවයක් ඉටු කළෙමි.' යන හැඟීම මට පහළ විය. එවිටම වාගේ වීදුරු මෙන් විනිවිද පෙනෙන රූපකායක් මා අසල හිඳ ජනේලය දෙසට ගමන් කළේය.

"ඔබ ඒ කාර්යය සාර්ථකව ඉටු කළා. අද ප්‍රාතිහාර්යයක් බලාගත හැකි."

එදින සවස් වන තුරුම මා කිසිදු ප්‍රාතිහාර්යයක ලකුණක් හෝ දුටුවේ නැත. මම රාජකාරි නිම කර 4.30 ට පමණ නිවසට යාමට බස් රථයකට ගොඩ වැදුණෙමි. මඳ දුරක් ඉදිරියට ඇදුණු බස් රථය පාර වසා ඇති බව කියමින් මහමග නවතන ලදී. මිනිස්සු මහ පෙරහැරක් මෙන් පාරේ යති.

"කච්චුවත්ත පන්සලේ බුදු පිළිමෙන් බුදු රැස් විහිදෙනවා. සම්බෝධි නිවාසය ළඟ බුදු පිළිමෙනුත් බුදු රැස් විහිදෙනවා. කදුරුදූව පන්සලේ පිළිමෙනුත් රැස් විහිදෙනවා." එසේ කියමින් කෑ ගසමින් යන මිනිසුන්ගෙන් මහ පාර ඇවිරී තිබුණි.

මාගේ අවධානය ඊළඟට යොමු වූයේ මහ පාරේ තැනින් තැන සිටි රූමත් කාන්තාවන් වෙතය. මොවුන් කිසිවෙකු මා කිසිදිනක දැක නැත. මේ තරම් වටිනා ඇඳුම් ඇඳගෙන මොවුන් ඉබාගාතේ ඇවිදින්නේ ඇයි? ඒ සමහර කාන්තාවන්ගේ අතපය කිරිගරුඬ මෙන් විය. එමෙන්ම බස් රථයේ සිටි කිසිවෙකු ඒ කාන්තාවන් හෝ ඔවුන්ගේ රූපශ්‍රීය නුදුටු බව ද මට පැහැදිලි විය. 'අබිරහස් දර්ශන පෙළක්...!' මට සිතුණි. සෙමින් ගමන් කළ බස් රථය පැය 2 කට පමණ පසු කච්චුවත්ත පන්සල පසු කළේය.

"කච්චුවත්තෙ පිළිමෙන් රැස් විහිදෙනවා. බැහැලා බලන්න යන්න." හැඩිදැඩි පිරිමියෙක් බස් රියදුරා ඇතුළු අන් අයට ආරාධනා කළේය.

ඔහු එය ප්‍රතික්ෂේප කර ඉදිරියටම බස් රථය ගෙන ගියේය. ඊළඟට මා ඉදිරිපිට දිස් වූයේ මාගැල්ලේ සම්බෝධි ආයතනය අබියස බුදු පිළිමයයි. ඒ පිළිමය වටකොට ළා රතු ආලෝකයක් පැතිරී තිබුණි. හරියටම බුදු පිළිමය ගිනි ගත්තාක් මෙනි. මා

කදුරුදූව පන්සලේ පිළිමය ද නිරීක්ෂණය කළ නමුත් එහි එවැනි වෙනසක් නොවීය. මේ සිද්ධිය මිනිස්සු විවිධ ආකාරයට අර්ථකථනය කළහ. සමහරුන් කීවේ එය හුදු ප්‍රබන්ධයක් බවයි. එනමුත් බුදු පිළිමයෙන් රතු පැහැ ආලෝක ධාරා විහිදුණු බවට මට සහතික විය හැකිය.

මූලික සූත්‍ර ධර්ම සම්බන්ධ පොතපත ලිවීමෙන් පසු තිබ්බතීය බුදු දහම මෙරටට හඳුන්වා දීමේ භාරදූර කාර්යයට මම අත ගැසුවෙමි. ටිබෙට් බුදු දහම හා සම්බන්ධව මා ලියූ පළමු පොත මුද්‍රණය සඳහා සකස් කොට තැපෑලට භාර දුනිමි.

"පොතේ පිටුවක් අඩුයි...!" යන කීම මට ඉතා පැහැදිලිව ඇසුණි.

දින කිහිපයකට පසු මාගේ වෙනත් ලිපි ගොනුවක තිබී ඒ පොතේ පිටුව හමු විය. ටිබෙට් බුදු දහමට අයත් භාවනා ක්‍රම ඉතා සංකීර්ණ ඒවාය. නාරොපාගේ මිශ්‍ර කිරීමේ භාවනාව (*Meditation of Blending*) ඉතා දුරවබෝධ අභ්‍යාසයක් විය. මම නාරොපාගේ පිහිට පතන්නට තීරණය කළෙමි.

'නාරොපා, මට මිශ්‍ර කිරීමේ භාවනාව තේරෙන්නේ නෑ.' මම සිතින් කියන්නට පටන් ගතිමි.

පුදුමයකට මෙන් මිශ්‍ර කිරීමේ භාවනාව පිළිබඳ සම්පූර්ණ විස්තරයක් ඉහළ ආකාශයේ සිට මට ඇසුණි. මම එය 'භාවනාව සහ අධිමානසික විද්‍යාවේ රහස්' යන ග්‍රන්ථයෙහි අඩංගු කළෙමි.

මේ සිදුවීමත්, තවත් සිදුවීම් කිහිපයකුත් නිසා නාරොපා මුනිවරයා ගැන මා සිත තුළ පැහැදීමක් ඇති විය.

මිනිස්සු කරදරවලට මුහුණ පාති. මම ද වරක් එවැනි කරදරයකට මුහුණ දුන්නෙමි.

"නාරොපා, මම කාටවත් වරදක් නොකරන කෙනෙක්. මම පසුගිය කාලෙ හම්බකරපු තරමක් වියදම් කළේ බුදු දහම බබළවන්න. මම දැන් වෙහෙසෙන්නෙ ඔබතුමාගෙ කීර්තිනාමය

නැවත ඇති කරන්න. මිනිස්සු මට නැති කරදර ඇති කරනවා." මම සිතෙන් මුමුණන්නට පටන් ගතිමි.

"පුතා...! මම හැමවෙලාවෙම බලා හිඳින්නෙ ඔබ දිහා. මගේ ආරක්ෂාව හැමවිටම තියෙනවා. මම ඔය කරදරෙන් තමුන්ව බේරලා දෙන්නම්."

මේ වචන ටික ඇසී මිනිත්තු කිහිපයක් ගත වෙත්ම මා දන්නා අඳුනන මිනිසෙකු පැමිණ මා එවකට මුහුණ පා සිටි සියලු කරදරවලින් මුදවා හැරියේය.

අද මෙරට බෞද්ධයෝ සූත්‍ර පිටකයට අයත් නිවැරදි භාවනා ක්‍රම පුහුණු කර රිසි සේ ධ්‍යාන ලබති; මාර්ගඵල ලබති; අභිඥා ලබති. මාගේ පොත් හදාරා විදසුන් වැඩීමෙන් රහත් ඵලයට පත් වූ බව එක් භික්ෂුවක් මට කියා ඇත. ඉදිරියේදී තව තවත් රහතන් වහන්සේලා බිහිවනු ඇත.

19 අමනුෂ්‍යයෙකු සමග බිහිසුණු සටනක්

මා දැන් විස්තර කරන්නට යන්නේ අමනුෂ්‍යයන් සම්බන්ධව මා මුහුණ දුන් අප්‍රසන්නම අත්දැකීම ගැනයි. මා අමනුෂ්‍යයන් ගැන විවිධාකාර පර්යේෂණ පවත්වන බව සහ විවිධාකාර ගුප්ත විද්‍යාවන් ප්‍රගුණ කරන බව කලක සිටම මාගේ අසල්වැසියෝ දැන සිටියහ.

"මෙන්න තියෙනවා කරනවා නම් වැඩක්...!" හිතවත් මහත්මයෙක් පැමිණ මට කදිම අභියෝගයක් කළේය.

ඔහු කියන පරිදි ඔහුගේ නිවසෙහි අමනුෂ්‍යයෙක් අරක් ගෙන සිටියි. මේ පුද්ගලයාට අයත් ඉඩමෙහි නාගයෙකුගේ රූපයක් කොටන ලද මහ කළුගලක් ඇත. 'නිදන් වදුල' නම් ඉපැරණි ග්‍රන්ථයේ කියවෙන පරිදි එම ස්ථානයේ නිධානයක් ඇත. ඉඩමෙහි හිමිකරු එක් දිනක් කට්ටඩියෙකු ද සමග පැමිණ නිධානය පිහිටි ගල අබියස පූජාවක් තැබුවේ නිධානය ගැනීමේ රිසියෙනි. එවිටම කොහේදෝ සිට ආ කොලු ගැටයෙක් මගේ නිධානෙ ගන්න දෙන්න බෑ කියමින් මගේ හිතවතාගේ ගෙය වටේ දුවන්නට වූ බව කියනු ලැබේ. සමහර දිනවල අමනුෂ්‍යයන් එම නිවසෙහි බිත්ති මත කිසියම් අප්‍රසන්න දියරයක් ගා කිලිටි කරන බවත්, ඇදුරෙකු ගෙන්වාගෙන එය කෙසේ හෝ නැවැත්වූ බවත් මේ පුද්ගලයා මා හා කීය.

දැන් ඔහු වෙත ඇත්තේ ඊට වඩා දැවැන්ත අභියෝගයකි. අමනුෂ්‍යයා ඔහු වෙත පැමිණ නිවසෙන් පිටව යන ලෙස කන්නලව් කරයි. විටෙක තර්ජනය කරයි. මාගේ හිතවතා මෙම ස්ථානයේ සිටින අමනුෂ්‍යයන් පලවා හැරීමට ගිහි පිරිතක් සංවිධානය කොට තිබුණි. ගිහි පිරිත යනු ගිහියන් ලවා කියවන පිරිතකි. ගිහියන් පිරිස පිරිත කියන්නට රැස්වූ නමුත් සුළු වේලාවකින් ඔවුහු ඒ කටයුත්ත අත්හැර දමා ගියහ.

"ඔන්න මම එයාලව යැව්වා...! එයාලා ආවෙ මාව යවන්න. මම එයාලටම ඒ වැඩේ එපා කරලා යැව්වා...!" අමනුෂ්‍ය කටහඬක් මට පැහැදිලිව ඇසුණි.

මේ පුද්ගලයා මා හමුවට පැමිණියේ ඒ පිරිස නික්ම යාමත් සමගය. එම ස්ථානයේ සිටි අමනුෂ්‍යයන්ගේ හැකියාව මනාව හඳුනා ගත් ඒ මිනිසා මා හමුවීමට පැමිණ ඇත.

"ඔය ඔක්කොම සූත්තර ආන්නෙ මාව යවන්න. ඕවට විතරක් අහුවෙන්න එපා." අමනුෂ්‍ය කටහඬ මට පැහැදිලිව ඇසෙයි.

මේ අමනුෂ්‍යයා කවුද? ගෙහිමියා කියන පරිදි තරහකාරයෙකු විසින් ඒ නිවසට අමනුෂ්‍ය බන්ධනයක් කර ඇත. අමනුෂ්‍යයෝ ඒ නිවස අත්නොහැර එහිම වෙසෙති. මේ ඒ අතරින් එකෙකුගේ හඬ විය යුතු යැයි කල්පනා කළෙමි.

මාගේ හිතවතා 'බැරිම තැන' මා හමුවීමට පැමිණ ඇත. ඔහුට අවශ්‍ය මා දන්නා දැනුම භාවිත කර කෙසේ හෝ ඒ අමනුෂ්‍ය කැල එළවා දැමීමයි. මම දෙවරක් නොසිතා ඔහුගේ ඇරයුම භාර ගතිමි. මා අදාළ ස්ථානයට ළං වන විට සවස 5.00 ට පමණ විය. මා දන්නා තවත් යෝගියෙක් ද එහි විය. ඔහු ද මාගේ හිතවතාගේ ආරාධනය පරිදි අමනුෂ්‍යයන් එළවීමට පැමිණි අයෙකි. යෝගියා ද, මගේ හිතවතා ද, තව දෙතුන් දෙනෙක් ද එම ස්ථානයේ හිඳ රෑ පහන් කිරීමට එකඟව සිටියහ. එදින පසළොස්වක පෝය දිනයක් වූ බැවින් රෑ බෝවත්ම සඳ පායා ආවේය. මම යෝගියා සමග දොඩමලු වූයෙමි. තමා වනගතව හිඳ යෝග භාවනා ප්‍රගුණ කළ අයුරු හේ දීර්ඝ ලෙස විස්තර කළේය.

"එක ස්වාමීන් වහන්සේ කෙනෙක් කැලේ ආරණ්‍යයක ඉන්නවා. උන්වහන්සේ වළඳන්නෙ කැලෑ කොළ විතරයි. භාවනාවේ බලයෙන් ඕනෑම වස කොළ වර්ගයක් දිරවීමේ හැකියාව උන්වහන්සේට ලැබිලා. මමත් දවස් දෙක තුනක් උත්සාහ කළා කැලෑ කොළ කාලා ජීවත් වෙන්න. ඒත් ඒ හැම වතාවෙම මම තදබල විදිහට අසනීප වුණා."

යෝගියා හා මා අතර කතාබහ රාත්‍රී 8.00 පමණ වන

තුරු පැවතුණි. කිසිදු වැදගත් සිදුවීමක් නොවූ බැවින් මම එතැන සිටියවුන්ගෙන් සමුගෙන ආපසු නිවස බලා ගමනාරම්භ කළෙමි.

නිවස බලා ගමනාරම්භ කරත්ම මාගේ යතුරු පැදියේ පෙට්‍රල් ටැංකිය කාන්දු වන්නට විය. පෙට්‍රල් බෝතලයක් පමණ ටැංකියට පහළින් බිම වැටී විසිරී ගියේය. එය සිදුවීමට හැකි දෙයකි. තව ටික දුරක් එනවිට කවුදෝ මාගේ යතුරු පැදිය දෙපසට හරවන්නට විය. කිසිවෙකු නොපෙනුණු නමුත් යතුරු පැදිය පාලනය කර ගැනීමට අපහසු විය.

"මොකද මේ හොඳටම ආඩිය ආලා...?" නිවසට පැමිණි කල මව මගෙන් අසා සිටියාය.

"නෑ...! මොකුත් නෑ...!" මම කරබාගෙන ස්නානය සඳහා ගියෙමි.

එදින රාත්‍රියේ හකු පෑදුණු මිනිසෙකුගේ මුහුණක් මට සිහිනෙන් දර්ශනය විය.

"මම ඒ කාලෙ කිසිම ආගමක් නොඅදහපු මිනිහෙක්. ඒත් මම දුප්පතුන්ගෙ අයිතිවාසිකම් වෙනුවෙන් සෑහෙන වැඩ කළා. මට අකාලෙ මැරෙන්න සිද්ධ වුණා. මට කනගාටු ඔහේ ඇවිත් මට කරදර කරන්න හදන එක ගැන. මම දැන් යක්ෂයෙක් වෙලා ඉන්නෙ. අමනුෂ්‍යයන්ට පුළුවන් මිනිස්සුන්ගේ හදවතේ සාරය උරා බීල මරල දාන්න."

මාගේ පපුව මත කවුදෝ නැග සිටිනු මට දැනුණි. මම වහාම නින්දෙන් ඇහැරුණෙමි. කිසිවෙකු මගේ පපුව මත නැග සිටින බව මට පැහැදිලි විය. මම දැතෙන් වෙර යොදා ඉවතට තල්ලු වුණෙමි. අඩ අඳුරේ සිටි මට වලහෙකුගේ හැඩය ගත් කළු පැහැ රූපයක් දර්ශනය විය. මම වහාම විදුලි බල්බය දැල්වූයෙමි. නිදන කාමරය පුරාම රතු - දුඹුරු පැහැති අප්‍රසන්න දියරයක් වැගිරී තිබුණි. ඒ අතර නොපැහැදිලි අඩි සටහන් හත අටක් විය. මම වහාම මව කැඳවා සිදු වූ දේ විස්තර කළෙමි. ඇය ඉමහත් භීතියට පත් වූවාය.

පසුදින උදෑසන ඒ කටහඬ නාන කාමරය දෙසින් පැහැදිලිව ඇසුණි.

"උඹ ඊයෙ ආවෙ මාව යවන්නනෙ. මම අද යන්නෙ උඹ ඉවරයක් කරල...!"

"හරි...! මම සූදානම්...! පොඩ්ඩක් හිටපන් මම දෙවියන්, බුදුන් සිහි කරගෙන එනකම්." මම කීවෙමි.

මම මගේ කාමරයට ගොස් කුණ්ඩලිනී බලය පුබුදු කිරීමේ අභ්‍යාසයක යෙදී පිටතට පැමිණියෙමි.

"හරි...! මම සූදානම්. මට මෙතැන මැරෙන්න බෑ. අපි යමු කොස් ගහ ළඟට...!" මම කීවෙමි.

යක්ෂයා ඊට එකඟ වූ බව පෙනුණි. මා කොස් ගස ළඟට ගිය වහාම හිස මතට වේගවත් පහරක් වැදුණි. ඒ සමගම මාගේ නාසයෙන් දියරයක් ගලන්නට විය. එය හිස තුළ තදබල කම්පනයක් වූ බවට ලකුණකි. මා කුණ්ඩලිනී බලය පුබුදුවා ගෙන සිටිය නිසා යක්ෂයාගේ පහර දුර්වල විය.

"මට මේ වෙලාවෙ උඹ මරන්න බෑ. ඒකට හේතුව මම ඉන්නේ මගේ බල ප්‍රදේශයෙන් පිට. අර තියෙන ගල් වැටියෙන් වටවෙලා තියෙන්නෙ මගේ බල ප්‍රදේශය. ඒ ප්‍රදේශය මට වෙන් කරල දීල තියෙන්නෙ වෙසමුණි රජ්ජුරුවෝ. උඹ ආයිත් ඒ පැත්තෙ ආවොත් මම උඹව මරණවාමයි. ඒක කරන්නෙ මම මනුස්සයෙකුගෙ ඔළුවට ආවේශ වෙලා. හදිසියේම කෙනෙක් ඇවිත් උඹට පිහියෙන් ඇන්නොත්, හිතාගනින් ඒක මගේ බලපෑමක් කියලා...!" එසේ කියූ යක්ෂයා තම වාසභූමිය කරා ආපසු ගියේය.

අමනුෂ්‍යයෙකු සමග ඇතිවූ සටන ජය පරාජයෙන් තොරව කෙළවර වූයේ එසේය.

මේ සිදුවීම් මාලාවෙන් අධිකතර ලෙස භීතියට පත් වූ මගේ මව තවත් එවැනි භයානක පර්යේෂණ නොකරන මෙන් මගෙන් ඉල්ලා සිටියාය. ඇගේ උපදෙස් පිළිගත් බැවින් යකුන් දමනය කරන්නට නැවත කිසිදින උත්සාහ නොකළෙමි.

Scanned with CamScanner

20 පහසුවෙන් කළ හැකි දස්කමක්

මා මිත්‍ර යෝගාවචරයෙක් කලක් ඉන්දියාවෙහි නැවතී සිට යෝග - භාවනා ක්‍රම හැදෑරුවේය. මට තවමත් ඔහු ඉඳහිට හමුවේ. ඉන්දියානු යෝගීන් ගැන ඔහු කියන කතා ඉතා රසවත්ය; සිත්ගන්නා සුලුය. ශ්‍රී ලංකාවෙන් ගිය භික්ෂුවක් දැවැන්ත ගසක් අසල ආරාමයක් තනවාගෙන එහි ජීවත් වූයේය. භික්ෂුවට ඒ දැවැන්ත වෘක්ෂය කපා ඉවත් කරන්නට අවශ්‍ය විය. මහමග යනෙන යෝගීන්, සාධුවරුන් හා සන්‍යාසියන් ඉන්දියාවෙහි සුලබ දසුනකි. මෙවැනි එක් සාධුවරයෙක් ශ්‍රී ලාංකික භික්ෂුව සිටින ආරාමයට ගොස් යෝග විද්‍යාවේ බලයෙන් තමන්ට විවිධ හැකියාවන් කළ හැකි බව කියා සිටියේය. අපේ භික්ෂූන් වහන්සේට කදිම අදහසක් පහළ විය.

“පුළුවන් නම් මට අර ගහ අයින් කරල දෙන්න.”

භික්ෂුවගේ ඉල්ලීම ගැන සලකා බැලූ යෝගියා ගස වටා රවුමක් දෙකක් ගොස් මෙසේ කීය.

“මම කරන්න ඕන දේ කළා. කෝකටත් ගහ ළඟින් අයින් වෙලා ඉන්න.”

ගත වූයේ සුළු මොහොතකි. ‘බර බරාස්’ යන හඬ අනුකරණය කරමින් ගස දෙකට කැඩී බිම ඇද වැටුණි.

මේ කතාව ඇසූ කාලය වන විට මම තදින්ම භාවනාව හුරු කරමින් සිටියෙමි. එමෙන්ම කුණ්ඩලිනී යෝග ක්‍රම පිළිබඳව මා දීර්ඝ ලෙස හදාරා තිබුණි. උත්සාහ කළොත් මටත් මෙවැනි දේ කළ හැකිය යන හැඟීම වරක් දෙවරක් නොව කිහිප වරක්ම ඇති විය.

මාගේ මුල්ම ඉලක්කය වූයේ ඇවයෙන් තනා, උළු සෙවිලි කළ මඩුවක් බිමට සමතලා කර දැමීමයි. මම ඒ සඳහා චිත්ත

රූප විද්‍යාව උපයෝගී කර ගතිමි. මඩුව දෙස බලා සිත එකඟ කළ මම ඇස් පියාගෙන ඒ රූප සටහන් සිතෙහි සටහන් කර ගතිමි. මඩුව කඩා වැටෙන අයුරුත්, එය බිමට සමතලා වී ඇති ආකාරයත් චිත්ත රූප ඇසුරෙන් සිතට කා වැද්දුවෙමි. මඩුවෙහි කිසිදු වෙනසක් ඇති වූයේ නැත. වේලාව සවස 2.00 ට පමණ වූ බැවින් මම දිවා ආහාරය ගැනීමට සූදානම් වූයෙමි. එවිටම මඩුව දෙසින් දැවැන්ත හඬක් නිකුත් විය. මඩුවේ ලී කණු 4 සමග මඩුව බිමට සමතලා වී ඇත. චිත්ත රූප විද්‍යාවේ බලය එයින්ම ඔප්පු විය.

අපගේ නිවස දෙසට නැමී තිබූ අඩි 40 ක් පමණ දිග විශාල කොස් අත්තක් විය. මේ කොස් අත්ත කුණ්ඩලිනී බලය යොදවා විනාශ කර දැමීම මාගේ ඊළඟ ඉලක්කය විය. මම නිදන කාමරයට වැදී දෙපා හරස් කොට සුපුරුදු සිද්ධාසනයෙන් ඉඳ ගත්තෙමි.

චීන චක්‍ර භාවනා ක්‍රම මගින් කුණ්ඩලිනී ශක්තිය පහසුවෙන්ම අවධි කළ හැකි බව මම කලක සිට දැන සිටියෙමි. උදරය තුළ කැරකෙන වායු සුළියක් සිතේ මවා ගත් මම වායු සුළියෙන් පිටකොන්ද පිරිමදින ආකාරය සිතට ගතිමි. මඳ වේලාවකින් කොන්ද දිගේ ඉහළට ශක්ති ධාරාවක් ගලා යනු දැනුණි. කුණ්ඩලිනී බලය පිබිදී ඇති බවට සාක්ෂි ලෙස අතපය ගැස්සී ගියේය. දැන් ඇත්තේ කුණ්ඩලිනී බලය හැසිරවීමේ කාර්යයයි. මම සිතෙන් කොඳු නාරටිය දිගේ ඉහළට පිරිමැද්දෙමි. පෙර කී ශක්ති ධාරාව කොන්ද දිගේ ඉහළ නැග දෙබැම තුළින් එළියට විත් නාභිය හරහා සිරුරට යළි ඇතුළු වන ආකාරය චිත්ත රූප ඇසුරෙන් නැවත නැවතත් රඟ දැක්වූවෙමි. මාගේ නළල පොපියන්නට පටන් ගත්තේය. බලගතු ශක්ති ධාරාවක් සිරුර හරහා ගමන් කරන ආකාරය හොඳින්ම දැනෙන්නට විය. මම භාවනා ඉරියව්වෙන් මිදී ගෙය පිටුපසට ගියෙමි.

ධ්‍යාන බලයෙන් ප්‍රාතිහාර්යය පෑමට වඩා කුණ්ඩලිනී බලයෙන් ප්‍රාතිහාර්යය පෑමෙහි වාසි කිහිපයක් ඇත. කෝපය හෝ කාමරාගය මතුවීමේදී ධ්‍යාන පිරිහෙයි. කුණ්ඩලිනී බලය

එලෙස පිරිහෙන්නේ නැත. එමෙන්ම ධ්‍යාන බලයෙන් හාස්කම් පෙන්වීමට සිත බලගතු සේ සමාධිගත කළ යුතුය. කුණ්ඩලිනී බලය ලද පුද්ගලයාට සිත සමාධි ගත නොකරම හාස්කම් පෙන්විය හැකිය.

කුණ්ඩලිනී යෝග අභ්‍යාස ප්‍රගුණ කර නිවසෙන් එළියට පැමිණි මම මගේ මවට මෙසේ කීමි.

"දවසක් මගෙන් ඇහුවා නේද කුණ්ඩලිනී බලය කියන්නේ මොන වගේ දෙයක්ද කියලා? අද ඒක බලාගන්න පුළුවන්. අද මම කුණ්ඩලිනී බලයෙන් අර කොස් අත්ත දෙකට කපනවා."

මම තදබල විශ්වාසයෙන් යුතුව කීවෙමි.

අඩි 50 ක් පමණ උසින් වූ අඩි 40 ක් පමණ දිග ඒ දැවැන්ත කොස් අත්ත දෙස බලාගත්වනම සිටි මම නළලෙන් පිටත් වූ ශක්තිය කොස් අත්ත වටා ගොස් එහි දැවටී කොස් අත්ත කැපී වෙන් වන අයුරු සිතෙන් දැක්කෙමි.

"කෝ මොකුත් වෙනසක් නෑනේ...!" නොඉවසිලිමත් වූ මව කියා සිටියාය.

මම ද ඒ උත්සාහය අතහැර ස්නානය සඳහා ගියෙමි. ස්නානය කරමින් සිටි මට මවගේ කෑ ගැසීම ඇසුණි.

"හරි පුදුමයි. කොස් අත්ත ගැලවිලා බිමට වැටිලා. ඒ විතරක් නෙමෙයි. ඒක තියෙන්නේ අඩි 20 ක් විතර ඈතින්."

මවගේ කෑ ගැසිල්ලට එතැනට දුවගෙන ගිය මම සිද්ධිය හොඳින් නිරීක්ෂණය කළෙමි. කොස් අත්තේ උඩ අර්ධය කිය-තකින් කැපුවාක් මෙන් වෙන්ව තිබුණි. එහි යටි අර්ධය පමණක් පැළී වෙන්ව ගොස් තිබුණි.

'කුණ්ඩලිනී බලයෙන් කළ හැකි හාස්කම්වල සීමාවක් නැත.' යන හැඟීම එදින මට පහළ විය.

කොස් අතු කැපීමේ අභ්‍යාසයෙන් පසු චිත්ත බලය ගැන නවතම පර්යේෂණ කිරීමට මම අදහස් කළෙමි. එවර මා උත්සාහ

කළේ නිවස අසල තිබූ දැවැන්ත පොල් ගසක් චිත්ත ශක්තියෙන් උදුරා දැමීමටයි. හුදෙක් සිතෙන් තල්ලු කර දැමීමෙන් පමණක් පොල් ගස උදුරා දැමීමට මට අවශ්‍ය විය. මම චිත්ත තරංගවලින් පොල් ගස තෙරපී යන ආකාරය සිතෙන් දර්ශනය කළෙමි. මේ අවස්ථාවේදී පොල් ගස වැටෙන ආකාරය මා චිත්ත රූප මගින් දැකීමට උත්සාහ කළේ නැත.

ගතවූයේ මිනිත්තු දෙකකි. 'දඩාං' යන හඬ නංවමින් පොල් ගස පිටුපස තිබූ දැවැන්ත තේක්ක ගසක් බිමට කඩා වැටුණි. ඒ පොල් ගස තවම නිරුපද්‍රිතව ඇත. එවර සිදුවූයේ කුමක්ද? මාගේ අදහස වනුයේ තේක්ක ගසේ දැවැන්ත පත්‍ර මගින් චිත්ත තරංග උදුරා ගත් නිසා එය ඉදිරී වැටුණු බවයි. පොල් ගසේ සිහින් පත්‍ර අතරින් චිත්ත තරංග ඉවතට යන්නට ඇත.

මේ පර්යේෂණ කිහිපයෙන් මම එක් දෙයක් පැහැදිලි කර ගතිමි. අපට මේ ලෝකයේ ඇති විවිධාකාර බල ශක්තීන් පිළිබඳ ඇත්තේ අල්ප දැනුමකි. බල ශක්තීන් හැසිරවීම පිළිබඳ විද්‍යාව උගත් පුද්ගලයාට පහසුවෙන්ම ලොව ජය ගනු හැකිවනු ඇත.

21 සිත වෙනස් කිරීමේ කලාව

'නිල් සිතුවම් දෙස බලා [illegible] ... [illegible]'

මේ සිතේ සිතේ ඉපිද [illegible] ... [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

ආලෝක ධාරාව ඉදිරියට, පසුපසට, දෙපසට, උඩට හා යටට පැතිරෙන ලෙස අනන්ත සක්වළ තෙක් ඒ ආලෝකය විහිදී ඇති අයුරු සිතෙන් දකිමි. එය ලෞකික කසිණය අප්‍රමාණ ලෙස වඩන ලද අවස්ථාවයි. [illegible] ... අනන්ත සක්වළට පැතිරවා [illegible] අප්‍රමාණ කසිණ අප්‍රමාණ වඩා ගනිමි.

[illegible] කසිණාලෝකය පවතිද්දීම 'බුවනේ වේවා' [illegible] ... කසිණාලෝකය [illegible] ... උඩට, යටට හා අනන්ත [illegible] අයුරු සිතෙන් දකිමි. [illegible] ... හා අප්‍රමාණව (අප්‍රමාණ ලෙසට) [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

(මේ මුළු අභ්‍යාසය තුළදීම ඔහුගේ නම කියා සුවපත් වේවා යන්න කීම නොකළෙමි. ඊට හේතුව ඔහු තවමත් මා හා සතුරු වීමයි. සතුරෙකුට සුවපත් වේවා යනුවෙන් සෙත් පැතීමෙන් සතුරා තව තවත් බලවත් වී අපට එරෙහිව නැගී සිටින බව මට හැඟෙයි. එබැවින් මම කිසිදින 'සතුරන් සුවපත් වේවා' යන වදන මෛත්‍රී භාවනාවේදී භාවිත නොකරමි. 'සතුරන් මිතුරු වේවා' යනුවෙන් මෙත් වඩන්නේ නම් 'සතුරන් සුවපත් වීමට' මෙත් වැඩීමට වඩා කිහිප ගුණයක් ඉහළ ආනිසංස ලද හැකිය.)

මා කළ අභ්‍යාසය එපරිදි වේ. දින 3 ක් ගත විය. මට සතුරුකම් කළ ඥාතියා තෑගි බෝග මල්ලක් ද රැගෙන මා බලන්නට පැමිණියේය. මෙත් සිත පැතිරවීම මගින් පුදුමාකාර හාස්කම් කළ හැකිය. එහෙත් එය නිවැරදි ආකාරයට නොකළේ නම් අනිටු ප්‍රතිඵල ලැබීම වළක්වනු නොහැකිය.

22 මතක හිටින පාඩමක්

මම යන්තම් හය හතර තේරෙන අවධියේ සිටම පංචශීල ප්‍රතිපදාව දැඩි සේ අනුගමනය කළෙමි. පංචශීල ප්‍රතිපදාව අනුගමනය කරන පුද්ගලයාට ඉන් ලැබෙන ශක්තිය කියා නිම කළ නොහැකිය. මෙහි දැක්වෙන කතා පුවත ඊට කදිම නිදසුනකි.

දැනට වසර කිහිපයකට පෙර මම එක්තරා උත්සව අවස්ථාවකට සහභාගි වුණෙමි. එහි සිටි පිරිමි උදවිය මත්පැන් පානය කිරීමට මට ආරාධනා කළහ. මා පන්සිල් රකින නිසා මත්පැන් නොබොන බව ඔවුන්ට කීවෙමි. සාදයට සහභාගි වූ අනෙක් පිරිමි උදවිය මත්පැන් පානය කරමින්, කා, බී, නටා ප්‍රීති වූහ. මම සුපුරුදු ලෙස පසෙකට වී දිවා ආහාරය ගෙන සාදයට පැමිණි පිරිසෙන් සමුගෙන නිවසට පැමිණියෙමි.

"පුතා දන්නෙ නැහැ අර මිනිස්සු ඔයාව කොච්චර සවුත්තු කළාද කියලා. එයාල කියන්නෙ බොන්නෙ නැත්තම් මිනිහෙක් නෙමෙයි කියලා...!"

මවගේ ඒ කතාවෙන් මගේ සිත තදින්ම පෑරුණි.

"කවුද ඒක කිව්ව උදවිය?" මම ඇසීමි.

"උන් තුන්දෙනෙක්ම ඔයාට හොඳටම බැන්නා...!" මව කීය.

"ඔය අපහාස කළ එවුන් මම දවස් තුනක් ඇතුළත ගෙනැල්ලා සමාව ගන්න සලස්වනවා...!" මම විශ්වාසයෙන් යුතුව කීවෙමි.

"ඒක කොහොම කරන්නද? උන් සේරම හෙට පාන්දර රට යනවා. එකෙක් ඩුබායි. අනෙකා කුවේට්. ඉතිරි කෙනා කොහෙද කියලා මම දන්නෙ නෑ. උන් හෙට රට යනවා...!" මව කීවාය.

"හොඳයි. අපි බලමු."

මට මෙත් සිත පතුරුවන්නට තරම් ඔවුන් ගැන ප්‍රියතාවයක් නැත. මම, නැවත පැමිණ මාගෙන් සමාව ගන්නා ලෙස සිතෙන් ඔවුන්ට අණ කළෙමි. හරියටම දවස් තුනකින් ඔවුහු තිදෙනාම එකට මා හමුවීමට පැමිණියහ. තමන් අතින් වරදක් වූ බව කී ඔවුහු සමාව දෙන ලෙස මගෙන් අයැද සිටියහ. මම ඔවුන්ට සමාව දුනිමි. ඉන් එකෙක් මට බාල වූ බැවින් ඔහු මට වැඳ සමාව ගත්තේය. මම එය ඉවසුවෙමි.

"අපි ලක්ෂ ගාණක් වියදම් කරගෙන ලංකාවට ආපහු ආවෙ අපෙන් වුණු වැරැද්ද හදන්න...!" එසේ කී ඔවුහු නැවත විදේශ ගත වන අරමුණ ඇතිව මගෙන් සමුගෙන ගියහ.

දිනක් දන්නා හඳුනන කාන්තාවක් මා හමුවට පැමිණ තම දුක්ගැනවිලි කියන්නට වූවාය. ඇයගේ ස්වාමි පුරුෂයා නිතර බීමත්ව පැමිණ ඇයට පහර දෙයි. ඇයගේ මිල මුදල් සොරකම් කර නැති නාස්ති කරයි. ස්වාමි පුරුෂයා නිවසින් එළවා දැමීමට ඇයට අවශ්‍ය වී ඇත.

මා කිසිදු ගුප්ත විද්‍යා කටයුත්තකට මුදල් අය කළේ නැත. එබැවින් ඇයගේ කාර්යය මුදල් අය නොකරම ඉටු කර දීමට භාර ගතිමි.

"මම එයාව එළවල දෙන්නම්." ගුප්ත විද්‍යාවේ තරම දත් මම ඇයව සැනසුවෙමි.

මා සතුව තිබුණේ ඇගේ ස්වාමි පුරුෂයාගේ නම පමණි. කළ හැකි අන් දෙයක් නැත. පංච පක්ෂි ක්‍රමය අනුව පුරුෂයාගේ දුර්වල වේලාවක් බලා මන්ත්‍රයක් ජප කිරීම සුදුසු යැයි මම කල්පනා කළෙමි. මම ඒ සඳහා කෙටි මන්ත්‍රයක් ද සකස් කළෙමි. නියමිත වේලාවේදී මන්ත්‍රය 108 වතාවක් කියා ගෙයින් පිටව යන ලෙස පුරුෂයාට සිතින් අණ කළෙමි. අදාළ කාන්තාව පසුදින මා හමුවීමට පැමිණ සිටියාය.

"වැඩේ කිරි ගහට ඇන්න වගේ හරි ගියා. ඒ මිනිහා

පාන්දරම ගෙදරින් පැනල ගිහින්...!" ඒ කාන්තාව මට කීවාය.

"ඒකනෙ මම කිව්වෙ...!" මම උද්දාමයෙන් යුතුව කීවෙමි.

"ඒ වුණාට වස ලැජ්ජාවයි. ඒ මිනිහා ගෙදරින් පැනලා ගිහින් තියෙන්නේ ගෙවල් ගාව තාකි ගෑනියෙක් එක්ක...!"

මන්ත්‍ර විද්‍යාවෙන් අවශ්‍ය දේ ඉටු වී ඇත. එහෙත් එය ඉටු වූ ආකාරය සතුටුදායක නොවේ.

තවත් මෙවැනිම සිද්ධියක් ඒ කාල වකවානුවේදීම සිදු විය. මා දන්නා හඳුනන තවත් කාන්තාවකට ඇගේ ස්වාමියා සෑම දිනකම පහර දෙයි. පහරදීම් ඉවසිය නොහැකිව ඈ මා වෙත පැමිණ ස්වාමියා ගෙදරින් පිටට යවන ලෙස ඉල්ලා සිටියාය.

"හොඳයි, මම යවන්නම්. මට දවස් 3 ක් කල් දෙන්න." මම කීවෙමි.

මේ මිනිසා මා දැක පුරුදු අයෙකි. ඔහුගේ ඡායාරූපයක් ද මා සතුව ඇත. මම ඡායාරූපය රැගෙන ඔහුගේ රුව සිතින් මැව්වෙමි. එය අපහසු කාර්යයක් නොවීය. දැන් ඔහුගේ රුව තුළ මා හිඳින අයුරු සිතෙන් හඟිමි. මා දැන් ඔහුගේ චිත්ත රූපය තුළය. මා එම නිවසින් යා යුතු බවට මම තීරණය කළෙමි. මා කළ දේ එපමණකි. හරියටම දින 3 කින් ඒ කාන්තාව මා සොයා පැමිණියාය.

"[illegible] ලැජ්ජාවක් වුණේ. අරූ අල්ලපු ගෙදර ගෑනිත් එක්ක පැනලා ගිහින්...!" කාන්තාව මට දොස් කියන්නට පටන් ගත්තා[illegible]

"[illegible]න් නම් මට මගේ මිනිහා ආයිත් ගෙනත් දෙන්න."

"[illegible] නම් හිතන්න බෑ ඒක කරන්න පුළුවන් කියලා. හොඳයි. මට සතියක් කල් දෙන්න." මම කීවෙමි.

මා [illegible] රාත්‍රියේ කෙතෙක් උත්සාහ කළ ද ඔහුගේ රුව සිතෙන් [illegible] ගත නොහැකි විය. මම අවසාන විකල්පය ලෙස දෙවියන් යැදීමට පටන් ගතිමි.

Scanned with CamScanner

“දෙවියනි, මේ අසරණ කාන්තාවට පිහිට වෙන්න.”

මම කිප වාරයක් සිතෙන් කියා සමාධි ගත වුණෙමි. මට ඉතා පැහැදිලි හඬක් ඇසුණි.

“මම තමයි සමන් දෙවියො. මට ඔය වැඩේ කරල දෙන්න පුළුවන්. හැබැයි මට ඕවට වෙලාවක් නෑ. මම ඔය වැඩේට යක්ෂයෙක් එවන්නම්. ඒකා මහ බලසම්පන්න එකෙක්. ඉණට රෙදිකඩක් ඇඳගෙන, කඩුවක් අතින් ගත්, තඩි බඩක් තියෙන කළු පාට යකෙක්.”

මට ඇසුණේ එපමණකි. මා දුටු යකෙක් නම් නැත. හරියටම සතියක් ගත වූ තැන පෙර කී පුරුෂයා ඔහුගේ නෑදෑයන් විසින් අල්ලාගෙන ගෙදර ගෙන එනු ලැබීය.

23 මළගියවුන් යළි උපන් හැටි

මරණය යනු ජීවිතයේ කෙළවර නොවේ. සත්ත්වයා මරණයෙන් පසු යළි ඉපදීම ලෝක ස්වභාවයයි. මිය ගිය අය යළි උපදිනුයේ කොතැනද යන්න ගැන පෙර කල සිටම වාද විවාද තිබුණි. මළගිය ඇත්තන්ගේ හිස්කබල්වලට තට්ටු කර ඔවුන්ගේ මතු උපත කිව හැකි ශාස්ත්‍රකරුවෙක් බුදුන් කල සිටියේය. ඔහුට රහතන් වහන්සේලා හැර අන් ඕනෑ අයෙක් මිය ගොස් යළි ඉපදුණු තැන කීමේ දක්ෂතාවයක් විය. තම නෑසියන් මිය ගිය පසු ඉපදුණු තැන් දැන ගැනීමට බුදුන් වහන්සේ හමුවීම එකල බොහෝ දෙනෙකු විසින් සිදු කළ බව මහා පරිනිර්වාණ සූත්‍රයේ දැක්වේ.

මළගියවුන් උපදින තැන් දැක බලා ගැනීමේ හැකියාව චුතුපපාත ඥානය නම් වේ. චතුර්ථ ධ්‍යානය ලබා ගත් යෝගියාට ධ්‍යාන චිත්තය විදර්ශනාවට ලක් කිරීමෙන් හෝ චුතුපපාත ඥානය ලැබීමට කැමතිව සිතෙන් ආවර්ජනය කිරීමෙන් ඒ ඥානය උපදවා ගත හැකිය. කලක් තිස්සේ අභ්‍යාස කළ පසු අහල පහළ අය මිය ගොස් උපත ලබන තැන දැන ගැනීමේ හැකියාව මට පහළ විය.

දිනක් මම භාවනා කරද්දී අසල ගෙදරක මරණයක් සිදුවනු දුටිමි. මිය ගිය වයසක කාන්තාවගේ පුත්‍රයන් දෙදෙනෙකු මළ සිරුර ඔසවන ආකාරය සමාධි ගත සිතට වැටහුණි. මම සමාධියෙන් නැගිට ගොස් අදාළ සිද්ධිය ගැන විපරම් කළෙමි. සැබැවින්ම ඒ කාන්තාව මා දුටු මොහොතේ මිය ගොස් තිබුණි.

තවත් එක් වයස්ගත පුද්ගලයෙක් මිය ගොස් ප්‍රේත ලොව ඉපිද සිටින ආකාරය මාගේ දැනුමට විෂය විය. මේ අතර මිය ගිය පුද්ගලයෙකුගේ ආත්මය මට කතා කරන්නට විය.

Scanned with CamScanner

"උන් මාව මරා ගත්තා. ඊළඟට මරන්න ඉන්නෙ අර අසරණ ගෑනි. අනේ, කොහොම හරි මගේ ගෑනිවවත් බේරගන්න. මම අපායට නියම වෙලා ඉන්නෙ. තව දවස් කිහිපයකින් මම අපායෙ වැටෙනවා. මට ඒකෙන් ගැලවීමක් නෑ." මළගිය තැනැත්තා මගේ කනට කොඳුරා කන්නලව් කළේය.

සැබැවින්ම අදාළ පුද්ගලයා පෙර දින රාත්‍රියේ මිය ගොස් තිබුණි. ඔහු මිය යාමට දින කිහිපයකට පෙර සිටම "මාව ගෙනියන්න යක්කු ඇවිත්." කියමින් කෑ ගැසූ බව ඔහුගේ ළඟම ඥාතිහු මට හෙළි කළහ. දැහැමි ජීවිතයක් ගත කළ මේ මිනිසා අපායෙහි වැටුණේ සසරේ බියකරු බව සනාථ කරමිනි.

මා දන්නා එක් පුද්ගලයෙක් දිනපතාම දෙවියන්ට පහන් දැල්විය. හේ සමහර දිනවල රාත්‍රිය වනතුරු දේව පූජා කරයි. මේ මිනිසා වයස්ගතව මිය ගියේය. ඔහු මරණින් මතු 'පාතාල විමාන' නම් අර්ධ දේව නිකායක උපන් බව අමනුෂ්‍යයෙක් මට කිය. 'පාතාල විමාන' යනුවෙන් උත්පත්ති ස්ථානයක් ඇති බව සූත්‍ර පිටකයේ සඳහන් නොවේ. එහෙත් ඒ නම ඇති ලෝක තලයක් ඇති බව පසුකලෙක තිබ්බතීය අධිමානසික විද්‍යා පොත් තුළින් මට උගත හැකි විය.

24 අපායෙහි විස්තර

අපායෙහි උපන් සත්ත්වයෝ විඳින නානාප්‍රකාර දුක් ගැන බෞද්ධ සාහිත්‍යයේ දීර්ඝ ලෙස සඳහන් වේ. භාවනාව හොඳින් දියුණු කරගෙන නිර්විකල්ප සමාධිය හුරු කරන කෙනෙකුට අපායෙහි විස්තර මෙන්ම දෙව්ලොව විසිතුරු ද දැක බලාගත හැකිය.

දිනක් මම අපායෙහි විස්තර දකිනු රිසිව නිර්විකල්ප සමාධියට (හුස්ම නොවැටෙන සමාධියට) පිවිසියෙමි. 'අපායෙහි විස්තර දකිමි' යනුවෙන් ආවර්ජනා කර නැවත සමාධි ගත වූයෙමි.

මා මුලින්ම දුටුවේ එක් අපායක දොරටුවයි. අපාය දොරටුව බිංගෙයක ආරම්භය වැනිය. අපායෙ දොරටුවේ ඉහළ භයංකර පෙනුමැති හැඩතල ඇත. අපායෙහි බිම කිසියම් අප්‍රසන්න දියරයකින් වැසී ඇත. ඒ දියරය තැඹිලි පැහැයටත්, දුඹුරු පැහැයටත් අතර වර්ණයක් ගනී. යම බල්ලෝ පිරිසක් අපායේ දොරින් පිටත් වී දෙපසට බෙදී යති. සමහරවිට ඔවුන් අපායට නිරිසතුන් කැඳවාගෙන යාමට සැරසෙනවා විය හැකිය. යම බල්ලන් ප්‍රමාණයෙන් වසු පැටවුන් තරම්ය. ඔවුන්ගේ මුඛය සාමාන්‍ය බල්ලන්ට වඩා විශාලය.

තවත් එක් නිරයක වානරයන් වැනි නිරිසත්තු වෙසෙති. මොවුහු ගල් ගුහාවලට වී අසරණ ජීවිත ගත කරති. එම ලෝකයේ අහස කළු පැහැතිය. සූර්යයා පායා ඇතත් හිරු ද කළු පැහැයට හුරු රත් පැහැයක් ගනී. ඒ හිරු මඬලෙන් වරින් වර ගිනි සුළං විහිදේ. කුසට අහරක් සොයා ගල්ගුහාවලින් එළියට එන නිරිසත්තු ගිනි සුළංවල සැරට පිලිස්සී වධයට ලක්වෙති.

හත් දෙනෙකුගෙන් යුතු දරු පවුලක් තව එක් නිරයක ඉපිද ගිනි වළක වැටී සිටිති. ඔවුන් වැටී සිටින වළ ඇතුළෙන් දුම් දමයි.

Scanned with CamScanner

කර්ම බලය නිසා උන්ට ඉන් ගැලවීමක් නැත. මේ සත්ත්වයන් සැබවින්ම ගිනි වළක වැටී නැත. ඔවුන්ගේ විඤ්ඤාණයන් විශ්වයේ ඈත තැන්වල සිර වී ඇත. කර්ම බලය නිසා තමා ගිනි වළක වැටී ඇති බව ඔවුන්ට හැඟේ.

වෙනත් නිරයක වැටුණු මිනිසෙක් එහිදී ගැහැනියක ලෙස උපත ලබා ඇත. පෙර කල ඔහු ධනපතියෙකුව සිටියේය. තම ආදරණීය බිරින්දෑවරුන් දෙදෙනාට වධ දී සතුටු වූ මේ මිනිසා අද වධයට කැප වී සිටියි. ඔහුගේ හිස පහළට සිටින සේ යදලක ඇනී සිටියි. කුසගින්නේ සිටින ඔහු ස්වමාංස භක්ෂණයට හුරු වී ඇත. මිනිස් ලොව සිටියදී අනුන්ට වධ දී සතුටු වූ ඔහු දැන් තමන්ටම වධ දෙයි. තමාගේම බත් කෙණ්ඩ ඉරා එය වළඳමින් සිටි මේ මිනිසා දැක මට මහත් සංවේගයක් ඇති විය.

මා දුටු අපායෙහි තොරතුරු බෞද්ධ සාහිත්‍යයේ එන විස්තරවලට සෑම අතින්ම සමාන බව පසුකාලීනව පොතපත කියවද්දී තහවුරු විය. මේ කරුණු හෙළිදරව් කිරීමට මා පෙලඹුණේ එබැවිනි.

25 ඍතු සංහාරය සහ දෙව්ලොව අසිරිය

බහුතර බෞද්ධයෝ ද, හින්දු ලබ්ධිකයෝ ද දෙවියන් කෙරෙහි දක්වනුයේ අසීමිත භක්තියකි. සමහර බෞද්ධයෝ බුදුන්ට වඩා දෙවියන්ට සලකති. දෙවියන් යනු සමහර අංශවලින් අපටත් වඩා අසරණ සත්ත්ව කොට්ඨාසයක් බව සෑමදෙනාම වටහා ගැනීම සුදුසුය.

මා තදින්ම භාවනාවට හුරු වී සිටි කාලයෙහි 'දේව සභාව' නියෝජනය කරන අමනුෂ්‍යයෙක් මා වෙත පැමිණ අදහස් හුවමාරු කර ගැනීමට පුරුදුව සිටියේය. මම ඔහු හරහා විවිධ ප්‍රශ්න දේව සභාවට යොමු කළෙමි. ඒවාට බොහෝ විට සාර්ථක පිළිතුරු ලැබිණි. 1997 දී පමණ අප රට මුහුණ දුන් දැඩි නියඟයට හේතුව දේව කෝපයක් බව මට දැනගන්නට ලැබුණි. නියඟය හමාර කරන මෙන් දේව සභාවේ නියෝජිතයන්ගෙන් මම ඉල්ලා සිටියෙමි. ඔහු කීවේ සීමිත ප්‍රදේශ කිහිපයකට පමණක් වැසි වැස්සවීමට දෙවියන් තීරණය කර ඇති බවයි. ඒ කී ලෙසටම 1997 වර්ෂයෙන් පසු මෙරට වර්ෂාපතන රටාව උඩු යටිකුරු වී ගියේය. 1997 වර්ෂයේ පැවති දැඩි නියඟයට පෙර සිටම නියඟය පිළිබඳව අමනුෂ්‍යයන් විසින් මා කලින් දැනුවත් කර තිබුණි.

එබැවින් මම නළ ළිඳක් ඇණවුම් කළෙමි. ඒ නළ ළිඳ සවි කරන ලද්දේ මෝසම් වර්ෂාවේ ආරම්භයත් සමගය. මා කළ කාර්යයට බොහෝ දෙනෙක් මට හිනා වුණහ. එනමුත් මෝසම් වැසි හදිසියේම නැවතී දැඩි නියඟය ඇරඹුණු පසුව මාගේ නළ ළිඳේ වටිනාකම තහවුරු විය.

දෙවියන් කියන පරිදි මේ ලෝකයේ පවතින ඍතු වෙනස ඉදිරි අනාගතයේදී කණපිට හැරේ. එය ඍතු සංහාරය නම් වේ. එවිට අධික උෂ්ණය නිසා ද, ජල ගැලීම් නිසා ද, මිනිස්සු ද, සත්තු ද දහස් ගණනින් මිය යති. ක්‍රිස්තු වර්ෂ 4230 වන විට ඍතු සංහාරය උච්චත්වයට පත්වෙයි.

වර්ෂ 2004 දී සිදු වූ සුනාමි ව්‍යසනය තවමත් බොහෝ දෙනෙකුගේ මතකයෙන් ඈත් වී නැත. මෙය දෙවියන් විසින් කරන ලද විනාශයක් බව තවම වැඩි දෙනෙකු දන්නේ නෑ. සමහරු ඒ බව සැක කරති. සුනාමි දිනට පෙර දින මම ගාලු නගරයට ගොස් නිවසට පැමිණියෙමි.

"අද හරි පුදුම දවසක්. මුහුදේ එක රළක්වත් නෑ. මුළු මුහුදම තේ කෝප්පයක් වගේ. මහා භයානක විපතක පෙර නිමිත්තක්." මම මව සමග කීවෙමි.

"පුතා භාවනා කරල බලන්නකො. මොකද්ද වෙන්න යන්නෙ කියලා...!"

මම මුළුතැන්ගෙයි වූ කුඩා පුටුවක වාඩි වී සමාධි ගත වූයෙමි. ඉන් අනතුරුව දෙවියන් හා සම්බන්ධ වනු රිසියෙන් කුණ්ඩලිනි බලය හිස් මුදුනින් අවකාශයට මුදා හැරියෙමි. මාගේ හිස කවදාවත් නොවූ විලස බඹරයක් මෙන් කැරකෙන්නට විය.

"මහ විනාශයක්...! මහ විනාශයක්...! දෙවියෝ කෝප වෙලා...! මූදෙන් කුණාටුවක් ඇවිත් රටෙන් කොටසක්ම විනාශ වෙනවා...! දෙවියන්ට අවශ්‍ය වෙලා තියෙන්නේ බුද්ධාගම බේරගන්න. ඒකයි ඔවුන් මේ විනාශය කරන්න යන්නේ." මම මවට විස්තර කර දුනිමි.

කෙසේ නමුත් ඒ විනාශය සිදුවන දිනය හා වේලාව නිශ්චිතව කීමට මට නොහැකි විය. ඒ සිද්ධියෙන් හරියටම පැය 14 කට පසු සුනාමි ජල පහර පැමිණ මුහුදුබඩ පෙදෙස්වලට හානි සිදු විය.

තමන්ට කිරීමට අපහසු දෙයක් අනුන් ලවා කරවීම 'බළලුන් ලවා කොස් ඇට බෑවීම' නම් වේ, දෙවියෝ නිතරම බළලුන් ලවා කොස් ඇට බෑවීමට මාන බලති. ඒ පිළිබඳ කදිම නිදසුනක් මෙසේය.

ඇෆ්ගනිස්ථානයේ අන්තවාදීන් විසින් බාමියන් බුදු පිළිම

විනාශ කිරීම දේව කෝපයට හේතු විය. සෑම පුරපසළොස්වක පෝය දිනකම හා සෑම අමාවක පොහොය දිනකම චාතුර් මහා රාජික දෙවියන් නියෝජනය කරන විවිධ දේව නියෝජිතයන්ගේ නියෝජිත සභාවක් පැවැත්වේ. දෙවියන්ගේ නියෝජිත සභාවට එක් එක් දේව කොට්ඨාසය නියෝජනය කරන දෙවියෙක් බැගින් රැස් වෙති. මේ නියෝජිත සභාවට අර්ධ දෙවියෝ හෙවත් සමහර යක්ෂයෝ ද සහභාගී වෙති. දේව සභාවේ තීරණවලට සෑම නියෝජිතයෙක්ම ගරු කළ යුතු වේ.

බාමියන් බුදු පිළිම විනාශ කිරීමෙන් පසු රැස් වූ දේව සභාවේ ඒකමතික තීරණය වූයේ ඇෆ්ගනිස්ථානයේ කැරලිකරුවන්ට දඬුවම් ලබාදිය යුතු බවයි. ඊට බළල් අතක් යොදා ගැනීමට ඔවුහු කතිකා කර ගත්හ. කැරලිකරුවන්ගේ සිත්වලට බලපෑම් ඇති කර ඔවුන් ලවා ඇමෙරිකාවට ප්‍රහාරයක් එල්ල කරවා ඇමෙරිකානුවන් කුපිත කර ඔවුන් ලවා ඇෆ්ගනිස්ථාන කැරලිකරුවන් මට්ටු කිරීම දෙවියන්ගේ සැලසුම විය. මේ කදිම සැලසුම ඒ ආකාරයටම ක්‍රියාත්මක වී අවසානයේ ඇෆ්ගනිස්ථාන සටන්කරුවෝ යන එන මං නැති තැනට පත්වූහ. ඔවුන් හොඳ සිහිබුද්ධියෙන් කටයුතු කළේ නම් ඇමෙරිකාව මෙතරම් ප්‍රබලව සිටින අවස්ථාවක ඇමෙරිකානුවන්ට ප්‍රහාර එල්ල නොකරනු ඇත.

පෙර කී නියෝජිත දේව සභාවල ආසන සකස් කර ඇත්තේ මුහුණට මුහුණලාය. ඒ දෙවියන් සීමිත ගණනක් රැස්වන බැවිනි. දෙවියන්ගේ මහ සභාව හෙවත් මහා දේව සභාව ඊට සහමුලින්ම වෙනස්ය. මහා දේව සභාව පැවැත්වෙනුයේ දෙවියන් සියලු දෙනාගේම අවධානයට යොමු කළ යුතු කරුණු සම්බන්ධ තීරණ ඇනුම් දීමටය. මහා දේව සභාව රැස් වනුයේ වෘත්තාකාර ශාලාවකය. මෙය අද කාලයේ ගෘහස්ථ ක්‍රීඩාංගණයක් මෙනි. එහි වටේට ආසන පිහිටුවා ඇති අතර පාලක දෙවියෝ දේව සභාව මධ්‍යයේ අසුන් ගනිති. දේව සභාවට ඉහළින් රිදී සහ රන් පැහැති මල් වැලක් වැනි විසිතුරු භාණ්ඩයක් එල්ලෙයි. නවක හා අල්පේශාක්‍ය දෙවියෝ පසුපස ආසනවල අසුන් ගනිති.

Scanned with CamScanner

ඔවුන් සභාවට රැස්වන්නේ සභාවේ කටයුතු ඇරඹීමට පෙරය. සභාවෙහි සාකච්ඡා කෙරෙන කරුණු කල් ඇතුව දැනුම් දෙනු ලැබුව ද නවක දෙවියන්ට ඒ පිළිබඳ වගක් නැත. ඔවුහු සභාව අරඹන තෙක් අල්ලාප සල්ලාපයෙන් යුතුව කල් ගෙවති. ප්‍රධාන දෙවියන් කිහිප දෙනා පැමිණීමත් සමග සභාව නිශ්ශබ්ද වෙයි. එතැන් සිට සිද්ධ වන දේ ගැන කියන්නට මා දන්නේ නැත.

සමහර දිව්‍ය ලෝකවල විසිතුරු උයන් ඇත. දෙවියෝ එකිනෙකාගේ අත් අල්වාගෙන මේ උයන් තුළ පියාසර කරති. දිව්‍යමය උයන්වල කිතුල් වැනි ගස් විශේෂයක් ඇත. මේ ගස්වල අතු බෙදෙයි. ඒවා ඉතා උස්ව වැඩෙයි.

සමහර දෙවියන්ට රිසි පරිදි යාන වාහන නිර්මාණය කර ගත හැකිය. එසේම ඔවුන්ට කඳුවැටි තරණය කිරීමට අවශ්‍ය වූ විට ඊට අවශ්‍ය වාහන ද, කඳුවැටි ද එකවිට නිර්මාණය වේ. සැබැවින්ම දෙව්ලොව අසිරිය කියා නිම කළ නොහැකිය.

සමහර දෙවියෝ ද, දිව්‍යාංගනාවෝ ද විමානවල හුදෙකලාව ජීවත් වෙති. මේ දිව්‍ය විමානවල ඉඳහිට දේව දරුවෝ පහළ වෙති. දෑ අවුරුදු සුරතල් දරුවන් ලෙස පහළ වන දේව දරුවන්ට උපතින්ම ඇඳුම් ලැබේ. දේව දරුවන්ට ද ඔවුන්ගේ මව්පියන්ට මෙන් ඍද්ධි බල ඇත. ඔවුහු ඍද්ධි බල භාවිත කර එකිනෙකා පසුපස ලුහුබැඳීම, සැඟවී සිටීම වැනි ක්‍රීඩාවල යෙදෙති. දෙවියන්ගේ කාලය ගත වනුයේ ඔවුන්ටත් නොදැනීමය.

26 අන්තරාභවිකයන්ගේ ලෝකය

අන්තරාභවය බුදු දහමට පසුකාලීනව ඇඳුණු සංකල්පයකි. එනමුත් අන්තරාභවයක පැවැත්ම සහතික කරන ඉගැන්වීම් බුද්ධ දේශනයන්හි ඇත. අන්තරාභවයේ පැවැත්ම දැන ගැනීමට අවශ්‍ය වූයෙන් මම කාලය ඔස්සේ සිත ආපස්සට මෙහෙය වීමේ අභ්‍යාසය කළෙමි.

එක් දිනක් මට අන්තරාභවිකයන් දෙදෙනෙකු දැක ගත හැකි විය. ඔවුහු දෙව්ලොවින් චුතව මිනිස් ලොව උපතක් ලබනු රිසියෙන් මිනිස් ජනාවාස අසල කර්මානුරූපව සැරිසැරූහ.

"අපි දානෙ ගෙදර යමු." එකෙක් අනෙකාට කීය.

"කොහේද දානෙ ගෙදර තියෙන්නෙ?" අනෙකා ඇසීය.

"මට සුවඳ දැනෙනවා. මගේ හිතටත් ඒ බව දැනෙනවා. අපි සුවඳ ආ පාරේ යමු."

දෙදෙනාම ඊට එකඟව ගොස් දානෙ ගෙදර ආසන්නයේ සැරිසැරූහ. ඔවුහු සුවඳ ඔස්සේ ගොස් දූම් කවුළුවෙන් ඇතුළු වී ගෙතුළ විසිතුරු නැරඹූහ. සුදු සාරියක් හැඳ දානමය කටයුතුවලට උදව් කරමින් සිටි තරුණ කතක් එකෙකුගේ ඇස ගැටුණි. ඔහු එවිටම ඒ කාන්තාව තමාගේ අනාගත මව විය යුතු බව තීරණය කළේය. අන්තරාභවිකයෝ දානමය කටයුතු නිම වන තුරු ඉවසිලිවන්තව සිටියහ. ඔවුන් ප්‍රමාද වූවා වැඩිය. තරුණ කත ඒ වන විට පිටව ගොස් තිබුණි.

"ඈ බස් එකේ නැගල යන්නෙ."

"අපි බස් එක පස්සෙ ගිහින් බස් එකේ වහලෙ යටට රිංගමු. එතකොට අපටත් ඈ යන තැන බලාගත්තැකි."

අන්තරාභවිකයන් බස් පොළට යන විට බස් රථය පිටත්ව තිබුණි. අන්තරාභවිකයෝ මාර්ගයෙන් ඉවත් වී කුඹුරු උඩින්

වේගවත් ගමනක් ඇරඹූහ. සන්ධ්‍යාව ඉක්ම ගොස් රාත්‍රිය එළඹ ඇත. අන්තරාභවිකයෝ තවමත් ගමනෙහි යෙදෙති. උස් වූ දෙවැටක් අතරින් යන ඔවුහු කුඹුරු යායකට පිවිසෙති. කවුදෝ විදුලි පන්දමක් අතැතිව කුඹුරු අසල මාර්ගයේ ගමන් කරයි. ඒ පුරුෂ රූපකායකි. අන්තරාභවිකයෝ අවසානයේ වෙල් යායක් වෙත පැමිණෙති. එවිටම ඉන් එකෙකුට අමුත්තක් දැනේ. ඔහු අනෙකා අල්ලා ගැනීමට වෑයම් කරයි. ඒ උත්සාහය අසාර්ථක වී අන්තරාභවිකයා සර්පිලාකාරව ඇදී ගොස් පෙර කී කාන්තාවගේ උදරය තුළට ගමන් කරයි. කාන්තාව ඒ වන විටත් සුව නින්දේය.

අන්තරාභවිකයා ගන්ධය අනුභව කරයි. ගන්ධය අනුව මාර්ගය සොයා ගනියි. හේ කර්මයෙහි බලයෙන් තම අනාගත මව් සොයා යයි.

27 සිරුරෙන් බැහැරට චාරිකාවක්

අපට කවදා හෝ සිරුර අත්හැර යාමට සිදුවේ. එබැවින් සිරුර අත්හැර දැමීමට පෙරහුරු අභ්‍යාස කිරීම ඥානාන්විත ක්‍රියාවකි. එවන් හැකියාවක් ඇති අයෙකුට වේදනා රහිත මරණයකට හිමිකම් කිව හැකිය.

සිරුරේ හැඩයට තවත් සිරුරක් සිතෙන් මවාගෙන ඒ සිරුර තම ශරීරය තුළම ඇති බව සිතා එය ක්‍රම ක්‍රමයෙන් කුඩා වන බවත්, අවසානයේ එය කුඩා ආලෝක බෝලයක් බවට පත්වී හිස් මුදුනින් සිරුර හැර යන බවත් සිතමින් චිත්ත රූප අභ්‍යාසයන්හි යෙදෙන කල ක්‍රම ක්‍රමයෙන් ඒ හැකියාව ඇති වේ.

මා කිහිප දවසක් චිත්ත රූප අභ්‍යාස කළ ද සිරුරෙන් බැහැරට යාමට නොහැකි විය. අවසානයේ මම ඒ අදහස අත් හළෙමි. එනමුත් පසුදිනක අහම්බෙන් මෙන් ඒ අභ්‍යාසය කරද්දී සාර්ථක ප්‍රතිඵල ලැබුණි.

හිස් මුදුනින් සිරුරෙන් චුත වූ මා ඊළඟ මොහොතේ සිටියේ අටපට්ටම් හැඩැති ගෘහයක් තුළය. එහි ආසන 8 ක් පනවා තිබුණි. මම එක් ආසනයක සුදු පැහැති වස්ත්‍රයක් ද ඇඟලා ගෙන සිටියෙමි. මට ලොකු වැරදීමක් වී ඇත යන හැඟීම පහළ විය. වහාම මා ආපසු යා යුතුය යන හැඟීම ඊළඟට ඇති විය. ඒ සමගම මම සැබෑ සිරුර තුළට පිවිසියෙමි.

මාගේ ඊළඟ ඉලක්කය වනුයේ සිරුරෙන් ඉවතට ගොස් වැඩි වේලාවක් නිදහසේ සැරිසැරීමයි.

Scanned with CamScanner

28 පෙරකල් දැක්ම, මතුකල් දැක්ම හා තුන්කල් දැක්ම

අතීතය දැක්ම (*Precognition*) හා අනාගතය දැක්ම (*Retrocognition*) අධිමානසික විද්‍යාවට අයත් ප්‍රධාන අංග දෙකකි. මීට දුර ඇති දේ දැකීම (*Clairvoyance*) ද එක් කළ විට තුන්කල් දැක්ම නම් වේ. පෙර විසූ සමහර යෝගීන්ට තුන්කල් දැක්මේ හැකියාව තිබූ බව කියනු ලැබේ. අතීතය දැක්ම අනාගතය දැක්මට වඩා පහසුය. මන්ද යත්, අතීත සිදුවීම් මතක සටහන් ලෙස අපටත් නොදැනීම සංසාරගත මතකයෙහි රැඳී ඇති බැවිනි. භාවනාවෙන් සිත නිසල කර අතීතය දැකීමට සිත මෙහෙය වූ කල අතීතාංශ ඥානය පහළ වේ. අතීතාංශ ඥානය පහළ වූ කල තම ජීවිතයේ කුඩා කල සිදුවීම් පවා හොඳින් මතක් කළ හැකි වේ. තව තවත් සිත හුරු කළ යෝගීන්ට පෙර කාලයන්හි වූ දේ සිහිපත් කිරීමේ හැකියාව ලැබේ.

පෙරකල් දැක්මේ ඥානය උපදවා ගත් මට ඉන්දියාවෙහි සිදුවන සිදුවීම් දාමයක් පෙනෙයි. උනුන් කෙරෙහි වෛරී වූ සටන්කාමීන් දෙපිරිසක් වන මැද දී මුණගැසෙති. ඔවුහු එකිනෙකා හා සටන් වැදීමට සැරසෙති. එක් පිලක නායකයා අනෙක් පිලේ නායකයාට ද්වන්ද සටනක් සඳහා ආරාධනා කරයි. අනෙක් පිලේ නායකයා මුඩු හිස සහිත දැවැන්තයෙකි. ඔහු තම අතැති හෙල්ලය සහිතව පැමිණ සටනට සැරසෙයි. එවිටම ඔහුගේ හිස මතට කඩු පහරක් වැදී හිස දෙපළු වේ. මේ පෙර කල රණවිරුවන් සටන් කළ හැටිය.

තවත් එවැනි සිදුවීමක් මෙසේය. සතුරු රටවලට අයත් හමුදා නිලධාරීන් දෙදෙනෙක් වන මැද දුර්ග මාර්ගයකදී හමුවෙති. ඔවුහු දෙදෙනාම අවි අමෝරා ගෙන අසු පිට නැගී ඉදිරියට එති. එකෙක් වහාම තම කඩුව ගෙන කොපුවේ ලා ගනී. අනෙකා ද එය අනුකරණය කරයි. පළමුව කඩුව කොපුවේ දාගත් පුද්ගලයා අනෙකා තමා පසු කළ විගස අසුට සන් කර

අසු හරවා තම සතුරාගේ හිස ගසා දමයි. පෙර කල හුදු සැකය නිසාම මෙවැනි මනුෂ්‍ය ඝාතන සිදු විය.

පෙර කල විසූ එක් රණවිරුවෙක් ගං තෙරක සිටි විවාහක කාන්තාවක් පැහැර ගෙන ගොස් තම අඹුව හැටියට තබා ගත්තේය. ඔහු ඊළඟට උපන් සෑම ආත්ම භාවයකදීම නින්දාවට හා අවඥාවට භාජනය වූයේ කිසිදු වරදක් නොමැතිවය. කර්ම බලවේගය සත්ත්වයා පසුපස පන්නා එන්නේ එලෙසිනි.

පෙර කල ඉන්දියාවෙහි දැඩි සාගත කාලයක් විය. වනගත සත්ත්වයෝ මනුෂ්‍යයන් සිටින ඉසව්වට කෑම සොයා පැමිණියහ. එක් කාන්තාවක් කුසගින්නේ සිටි වඳුරන්ට කෑම දීමෙන් සතුටක් ලැබුවාය. මේ කාන්තාව කෙරේ සිත පහදවා ගත් වඳුරෙක් නොබෝ කලකින් මිය ගොස් ඇගේම දරුවෙකු බවට පත් වෙයි. මිනිස්සු තිරිසන්නු බවට පත්වෙති. තිරිසන්නු මිනිස්සු බවට පත්වෙති. මෙය සංසාරයේ චක්‍රීය ස්වභාවය නම් වේ. චක්‍රීය ස්වභාවයෙන් මිදී උසස් ආත්ම භාවයකට යත හැකි වනුයේ සිත දියුණු කිරීමෙනි. සිත දියුණු නොකළ පුද්ගලයා මාරුවෙන් මාරුවට දෙවියන්, මිනිසුන්, තිරිසනුන්, නිරිසතුන්, ප්‍රේතයන් ආදී ලෙස උපත ලබයි. සංසාරය අතිශයින් බියකරුය. එහි සැප ඇත්තේ ටිකකි. දුකම ප්‍රකටව පෙනෙයි.

අනාගතය දැකීම හා දුර ඇති දේ දැක්ම යන හැකියාවන් දෙකම එකම ආකාරයට උපදී. ඒ හැකියා දෙක එකට ඉපදී එකටම පිරිහී යයි. ඊට හේතුව මේ හැකියා දෙකම එකම පදනමක් මත බිහිවීමයි. ඒ පදනම වනුයේ දිවැස නම් වූ අන්තර් ඥානයයි. හුස්ම නොවැටෙන තෙක් සිත සමාධි ගත කළ පුද්ගලයාට නිර්විකල්ප සමාධියට එළඹිය හැකිය. අනාගත කාලයේ එක් තැනක් හා නිශ්චිත කාල වකවානුවක් මත සිත මෙහෙයවා නැවත සිත එකඟ කළ කල්හි අනාගත සිදුවීම් චිත්‍රපටයක් මෙන් තමා ඉදිරියේ දිග හැරෙයි. දුර ඇති දෑ දැකීමට අවශ්‍ය විට කාලය සිතින් ආවර්ජනය නොකර ස්ථානය පමණක් සිතින් ආවර්ජනය කර නිර්විකල්ප සමාධියට පිවිසිය යුතුය.

Scanned with CamScanner

මම මේ අන්දමට සදාම් හුසේන්ගේ පාලන තන්ත්‍රය බිඳ වැටෙන ආකාරය කල් තබා නිරීක්ෂණය කළෙමි. 1998 වර්ෂයේදී පමණ කාන්තාවක් මා වෙත පැමිණ ඇගේත්, අලුත විවාහ වූ ස්වාමි පුරුෂයාගේත් කේන්ද්‍ර පරීක්ෂා කර ගැනීමට අවශ්‍ය බව කීවාය. කේන්ද්‍ර බැලීම අනවශ්‍ය බවත්, තවත් හරියටම වසරක් ඉක්ම ගිය පසු කාන්තාව ගර්භණීව සිටියදීම ලේ හැලීමක් සිදු වී දෙදෙනා වෙන් වන බවත් මම කීවෙමි. මේ අනාවැකිය තම ප්‍රියාදර ස්වාමි පුරුෂයාට හෙළි නොකරන ලෙස ද ඇයට කිවෙමි.

තම ස්වාමි පුරුෂයා රැකියාවට යන බව බොරුවට හඟවා කුලී වැඩ කරන බව මේ කාන්තාවට පසු කලෙක හෙළි විය. ඇ සිතා සිටියේ තම ස්වාමියා උසස් රැකියාවක නිරත වන බවයි. මේ අතර ස්වාමි පුරුෂයාට මෙම කාන්තාවගේ පොතක් තුළ තිබී වෙනත් පුරුෂයෙකුගේ ඡායාරූපයක් හමු විය. පුරුෂයා එය විමසූ අතර කාන්තාව තමාට බොරු කියා කසාද බැඳගත් බව කියමින් පුරුෂයා සමග කලහ කළාය. ඔවුන් අතර විවාහය ලේ හැලීමකින්ම කෙළවර විය. විවාහයෙන් වෙන් වූ මේ කාන්තාව තමා ගැබ් ගෙන සිටින බව ද පසුව දැන ගත්තාය.

සමහර මනුෂ්‍යයන්ගේ නොහොබිනා ක්‍රියාකාරකම් ප්‍රකෘති මනසට විෂය නොවේ. ඒවා දැන ගැනීමට ගුප්ත විද්‍යාවේ පිහිට පැතීම සුදුසුය.

29 කර්ම බලය පිළිබඳ රහස්

මාගේ අධිමානසික විද්‍යා පොත් පෙළ කියවන එක් වෛද්‍යවරියක් කර්ම බලය පිළිබඳ පර්යේෂණ මෙහෙයවන මෙන් මගෙන් ඉල්ලා සිටියාය. මම ඒ අනුව කර්ම බලය පිළිබඳව සිත මෙහෙය වූයෙමි.

ලෝක තලය හා අප අතර ඇසට නොපෙනෙන ශක්ති- යෙන් තැනුණු වියමනක් ඇත. එලෙසම එකිනෙක මිනිසුන් අතර ඇසට නොපෙනෙන ශක්තියෙන් තැනුණු වියමන් ඇත. මේ අදිසි වියමන් අපගේ උගුර ප්‍රදේශයේදී සිරුර හමුවේ. ඒවා මල් පෙති ආකාර ව්‍යුහ තනමින් උගුර වටා ශක්ති කලාප නිපදවයි. උගුර මතට සිත තදින් සමාධි ගත කරන කෙනෙකුට මේ ශක්ති කලාපයන් දැක ගත හැකි වේ. ඉන් අනතුරුව සිත සමාධි ගත කිරීමෙන් කර්ම බලය ලිහා දමන ආකාරය වටහා ගත හැකිය. තමා හා අන්‍යයන් අතර ශක්ති බැමි ලිහා දමා තමාගෙන් තමාටම විහිදෙන ශක්ති තලය සිතෙන් දැකීම කළ විට ක්‍රම ක්‍රමයෙන් තමා කර්ම බැම්මෙන් මිදෙයි. මෙය කර්ම බලය ඉක්මවීමේ යෝග ක්‍රමයයි. කර්ම බලය ඉක්මවීමේ ක්‍රමවේදය දන්නා කෙනෙකුට එකිනෙකාගේ කර්ම බල හුවමාරු කිරීමට වුව හැකිය.

Scanned with CamScanner

30 ගුප්ත ශාස්ත්‍ර හදාරන්නන්ට වැදගත් පාඩම් කිහිපයක්

බොහෝ දෙනෙකු ගුප්ත විද්‍යාව වෙත යොමු වී ඇත්තේ ඉන් තමාට ලැබෙතැයි සිතන වාසි හා ලාභ අරමුණු කර ගෙනය. මේ අතර සමහරු කුතුහලය නිසාම ගුප්ත ශාස්ත්‍රයන් වෙත යොමු වෙති. ගුප්ත විද්‍යාවන්හි ප්‍රයෝජන ගන්නට වෙහෙසෙන පිරිසෙන් සුළුතරයක් පමණක් ඒ පිළිබඳ හදාරන්නට යොමු වෙති. එලෙස විවිධ ගුප්ත විද්‍යාවන් හදාරන අයගෙනුත් නිසි ප්‍රතිඵල ලබනුයේ ඉතා සීමිත පිරිසකි. ඊට හේතු වනුයේ කුමක්ද?

විවිධ ගුප්ත විද්‍යාවන් සහ අධිමානසික විද්‍යාව අතර ඇත්තේ වෙන් කළ නොහැකි සබඳතාවයකි. අධිමානසික විද්‍යාවේ විෂය ක්ෂේත්‍රයට අදාළ නොවන ගුප්ත විද්‍යාවන් ලෙස චීන ෆෙංෂුයි කලාව, පුරාණ වාස්තු විද්‍යාව, ජ්‍යොතිෂය, හස්ත රේඛා ශාස්ත්‍රය ආදිය දැක්විය හැකිය. එනමුත් මන්ත්‍ර ශාස්ත්‍රය, ජේන කීම, ප්‍රාතිහාර්ය පෑම, අභිංඥා වැනි දේ ගුප්ත විද්‍යාවටත්, අධිමානසික විද්‍යාවටත් පොදු විෂයයන්ය.

ගුප්ත විද්‍යාවට මෙන්ම අධිමානසික විද්‍යාවට ද අදාළ වන වැදගත් සංකල්ප කිහිපයක් මෙතැන් සිට දැක්වේ.

31 බාහිර බලය සහ අභ්‍යන්තර බලය

දුර ඇති දේ දැකීම, අනුන්ගේ සිත් අවබෝධ කර ගැනීම, දෙවියන් දැකීම, සිතේ බලයෙන් හැඳි නැවීම, හැර ගියවුන් ගෙන්වීම යන ගුප්ත හා අධිමානසික හැකියාවන් කිහිපය ගැන සලකා බලමු. මේවායේ කිසියම් සමානකමක් ඇත්ද? සැබැවින්ම ඉහත දැක්වූ සියලු ක්‍රියාකාරකම් අතර පැහැදිලි සමානකමක් ඇත. ඒ සියල්ල ඔබේ ශරීරයෙන් පිටතට විහිදී ගිය හැකියාවන්ය. අනිත් අතට, ඔබගේ කය තුළ විනිවිද දැක්ම, තමාට වැලඳී ඇති රෝග සුව කිරීම, හද ගැස්ම පාලනය කිරීම වැනි දේ තමාගේ ශරීරය සම්බන්ධ හැකියාවන්ය.

බාහිරට විහිදුණු හැකියාවන් ලබා ගැනීමට ඊට අදාළ අභ්‍යාසයන් වෙත ද, අභ්‍යන්තරයට විහිදුණු හැකියාවන් ලබා ගැනීමට තම ශරීරය හා සම්බන්ධ අභ්‍යාසයන් වෙත ද යොමු විය යුතුය.

තම හද ගැස්ම වෙත අවධානයෙන් සිටින පුද්ගලයාට කල් යත්ම හද ගැස්ම පාලනය කිරීමේ හැකියාව ද, ශරීරයේ ඇතිවන රෝග පීඩාදිය දුරු කිරීමේ හැකියාව ද ලැබෙයි. ගිනි සිළුවක් හෝ එවැනි ආලෝක ප්‍රභවයක් දෙස බලා සිට සිත එකඟ කරන පුද්ගලයාට එය උපයෝගී කරගෙන දුර ඇති දෑ දැකීම, දෙවියන් දැකීම වැනි හැකියා ලබා ගත හැකිය.

දිගු කලක් තිස්සේ මෛත්‍රී භාවනාව ප්‍රගුණ කළ යෝගියෙක් දිනක් මා හමුවට පැමිණියේය. ඔහුගේ භාවනාවෙහි බලය කෙතෙක් ද යත් ඔහු මා වෙත ළං වත්ම මා සිත ඉබේටම සමාධි ගත විය. තව දිනක් ඔහු මට එන මගදී මුණගැසුණි. ඔහු මා ආසන්නයට පැමිණෙත්ම මාගේ සිරුරෙහි රෝම සෘජුව නැගී සිටියේය. මෛත්‍රී භාවනාව අනුන් සම්බන්ධ සමාධියකි. මෛත්‍රිය පැතිරවීමෙන්ම එහි විපුල ඵල නෙළා ගත හැකිය. සිව් දෙසට ද, උඩට සහ යටට ද මෙත් සිත පතුරවන ලෙස

බුදුන් වහන්සේ විසින් උපදෙස් දී ඇත්තේ එබැවිනි. මේ බව නොදන්නා සමහරු මෛත්‍රී භාවනාව වැඩුව ද ඉන් ගුණ අත් නොවූ බව කියති. වරද ඇත්තේ භාවනාවෙහි නොවේ. එය ප්‍රගුණ කරන ආකාරයෙහිය.

අම්පාර ප්‍රදේශයේ විසූ එක් ස්වාමීන් වහන්සේ නමක් දිවා, රෑ දෙකෙහිම මෛත්‍රී භාවනාව වැඩීමට හුරුව සිටියේය. එක් දිනක් මේ ස්වාමීන් වහන්සේ වනගත කුටියකට වී භාවනා කරමින් සිටියහ. රාත්‍රී කාලයට එහි සිටියේ ඇවැන්ත වලසෙකි. එදින වලසා දිවා කල කුටියට පැමිණියේය. ඌ ස්වාමීන් වහන්සේ වෙත කඩා පැන නාසය කා දැම්මේය. බුදුන් කල සිදු වූ මෙවැනිම සිදුවීමක් බෞද්ධ සාහිත්‍යයේ එයි. මෛත්‍රී භාවනාව බහුල කොට වඩන ලද එක් භික්ෂුවක් සර්පයෙකුගෙන් පහර කා අපවත් වූයේය. උන්වහන්සේ එම වර්ගයට අයත් සර්පයන්ට මෛත්‍රී නොකළ බැවින් මෙලෙස සර්පයෙකු දෂ්ට කළ බව බුදුන් වහන්සේ වදාළ සේක.

බාහිර බලය හා අභ්‍යන්තර බලය පිළිබඳ ඉගැන්වීම හොඳින් තේරුම් කර ගත් අයෙකුට තමාට සුදුසු අධිමානසික අභ්‍යාස ක්‍රමය තෝරා බේරා වෙන් කර ගත හැකිය.

32 සෑම හැකියාවකටම නිශ්චිත ක්‍රමවේදයක් ඇත

බුදුන් කල විසූ සමහර භික්ෂූන් වහන්සේලාට සිත සමාධි ගත කර දෙවියන් දැකීමට හැකි විය. එනමුත් උන්වහන්සේලාට දෙවියන් හා සංවාදයෙහි යෙදීමට නොහැකි විය. තවත් විටෙක දෙවියෝ භික්ෂූන් වහන්සේලා වෙත පැමිණ නොපෙනී සිට සංවාදයෙහි යෙදුණහ. දෙවියන් දැකීමට එක් ආකාරයක සමාධියකුත්, දෙවියන් හා සංවාදයෙහි යෙදීමට තවත් ආකාරයක සමාධියකුත් උපයා ගත යුතු බව බුදුහු කරුණු පැහැදිලි කරමින් දේශනා කළහ.

විවිධ දේ මත සිත එකඟ කිරීමෙන් විවිධාකාර අධිමානසික හැකියා ලබා ගත හැකි බව පුරාණ අධිමානසික විද්‍යා ග්‍රන්ථයක් වන යෝග සූත්‍රයෙහි දැක්වේ. පස් පිඩක් මත සිත එකඟ කරන පුද්ගලයා විවිධ ද්‍රව්‍ය මැවීමේ හැකියාව ලබයි. එලෙසම අනුන්ගේ දෙනෙත් මත සිත එකඟ කර සිතේ ඇති දේ කීමේ ක්‍රමයක් ඉන්දීය යෝග විද්‍යාවෙහි ඇත. මේ සියලු උදාහරණවලින් ඔබ උගත යුතු පාඩම වනුයේ හැකි සෑමවිටම නියමිත ක්‍රමවේදයන් හඳුනාගෙන එය භාවිත කළ යුතු බවයි.

Scanned with CamScanner

33 අඳුරෙහි බලය

අණවින කොඩිවින කිරීම, කොඩිවින කැපීම, වශී ගුරුකම් කිරීම වැනි ගුප්ත විද්‍යාවෙහි නරක පැත්තට අදාළ දේට 'අඳුරු විද්‍යාවන්' (*Black Arts*) යන නම යෙදේ. සෙත් කවි කීම, ශාන්ති කර්ම කිරීම වැනි දේ 'ආලෝකමත් විද්‍යාවන්' ලෙස හැඳින්විය හැකිය. සමහරු කෙටි කාලීන වාසි තකා අඳුරු විද්‍යාවන් වෙත යොමු වෙති. එහෙත් මේවායේ විපාක භයානකය. ගුප්ත විද්‍යා ක්‍රමවලින් වාසි ලබන පුද්ගලයා විශ්වයට ණයකරුවෙකු වන බව චීන ගුප්ත විද්‍යාවන්හි දැක්වේ. ඔහුට කවදා හෝ ඒ ණය ගෙවන්නට සිදු වේ. තවද අඳුරු විද්‍යාවන් මගින් අඳුරෙහි බලය ලබා ගත් පුද්ගලයා අත ඒ ශක්තිය රැඳෙනුයේ කෙටි කාලයකි. ඔහුගේ ගුප්ත ශක්තිය පෙර කළ පින් අවසන් වූ වහාම අතුරුදන් වෙයි.

ගුප්ත විද්‍යාවෙහි අඳුරු පැත්ත තෝරා ගත් සෑම දෙනාම මරණින් මතු නිරයෙහි උපදින බව තිබ්බතීය ගුප්ත විද්‍යාවන්හි දැක්වේ. අඳුරු බලවේග ළං කර ගන්නා අය බොහෝ විට ඒ අඳුරු බලවේගවලම ගොදුරු බවට පත්වෙති.

ගුප්ත විද්‍යාව පිළිබඳ තදබල ඇල්මක් දැක්වූ අයෙක් ගැන මාගේ මතකය අවධි වෙයි. ඔහු අතිදක්ෂ කොඩිවිනකාරයෙකු ලෙස ගම් පළාතෙහි ප්‍රසිද්ධියක් ලැබූවෙකි. මේ මිනිසා කොඩිවින කිරීම, කොඩිවින කැපීම සහ ශාස්ත්‍ර කීම ව්‍යාපාරයක් හැටියට කරගෙන ගියේය. රජයේ සේවයෙන් විශ්‍රාම ගත් එක් මහත්මයෙක් මහමගදී ඔහුට හමු විය. විශ්‍රාමික රජයේ සේවකයා කොඩිවින ඇදුරාට අභියෝගයක් කළේය.

"ඔහේගේ ඔය හපන්කම් තියෙන්නෙ තව මාස දෙකයි. ඔහේ මටත් කොඩිවින කරල තිබුණා. මම ඒ කොඩිවිනෙත් කැප්පෙව්වා...!"

තමා වෙන කෙනෙකුගේ ඉල්ලීම පරිදි විශ්‍රාමිකයා වළ පල්ලට යැවීමට කොඩිවින කළ බව ඇදුරා පිළිගත්තේය.

"ඒත් මම කළ දෙයක් තව කාටවත් ආපිට කපන්න බෑ. ඒක සහතිකයි. මහත්මයට ඕන නම් මම ඒ කොඩිවිනෙත් අස් කරල දාන්නම්." ඇදුරා තම දස්කම් ගැන පාරම්බාන්නට විය.

"නෑ, ඕනෙ නෑ. මම ඒ දේ හරියටම කරව ගත්තා. මගේ ආපිට කැපිල්ල හරි නම් ඔහේ තව මාස දෙකකින් දිය වෙලා මැරෙනවා."

ඇදුරාට සිනහව නවත්වා ගත නොහැකි විය.

"මිනිස්සු දිය වෙලා මැරෙන රටක් තියෙනවද? කාගෙදෝ විකාර...! මනස්ගාත...!" කියූ ඇදුරා තමා ආ ගමන යන්නට ගියේය.

දින කිහිපයකට පසු විශ්‍රාමිකයාට ඇදුරා මුණගැසිණි.

"මහත්මයා, මම යනවා විශේෂඥ වෛද්‍යවරයෙක් හමුවෙන්න. දැන් ටික දොහක ඉඳන් මගේ කකුල්වල නියපොතුවලින් වතුර ගලනවා." ඇදුරා කීය.

"ඕකනෙ මම ඔහේට කීවෙ, ඔහේ දියවෙලා මැරෙනවා කියලා." විශ්‍රාමිකයා තමා කී දේ තහවුරු කළේය.

"ඔහේට තියෙන්නේ දියවැඩියාව. දියවැඩියාව උග්‍රවෙලා ඔහේගෙ ඇඟිලි මැරිලා. ජීවිතේ බේරගන්න නම් ඇඟිලි කපන්න වෙයි."

ඇදුරාගේ පා ඇඟිලි අහිමි විය. එහෙත් තවදුරටත් තුවාලවලින් 'වතුර' ගැලීම සිදු විය.

"ඔහේගෙ දණහිසෙන් පහළ කපල වෙන් කරන්න වෙයි. දියවැඩියාවට කකුල් දෙකම නරක් වෙලා." වෛද්‍යවරයා ඔහුට කීය.

මේ ආකාරයට ඇදුරාගේ දණහිසෙන් පහළ ද, අවසානයේ සම්පූර්ණ දෙපා ද කපා ඉවත් කරන ලදී. ටික කලක් තුළ ඔහු

මිය ගියේ විශ්‍රාමිකයාගේ අනාවැකිය සනාථ කරමිනි.

ලංකාවේ දකුණු දිග භාගය මන්ත්‍ර ශාස්ත්‍රය සඳහා සුප්‍රසිද්ධය. දැනට දශක කිහිපයකට පෙර අප වෙසෙන ඉසව්වේ සතියකට බලි තොවිල් දෙක තුනක්වත් නිඟ නොවීය. මා වෙසෙන නිවසට මීටර් 500 ක් පමණ ඔබ්බෙහි රූස්ස ගසින් සැදුණු අඳුරු බිම් කඩවල් දෙකක් වෙයි. එම ප්‍රදේශයම පාළු මූසල ස්වභාවයක් උසුලයි. මෙහි ඇත්තේ ප්‍රදේශයේ විසූ ප්‍රභූ පවුල් දෙකකට අයත් සුසාන භූමි දෙකකි. ඉඩකඩම් ආරවුලක් නිසා පවුල් දෙකට අයත් අය එකිනෙකාට කොඩිවින කර ගත්හ. ඒ පවුල් දෙකෙහි සියලු දෙනාම අකාලයේ මිය ගියහ. අඳුරු විද්‍යාවන් (*Black Arts*) යනු අනුනුත් නසා තමන් ද නසන ක්‍රමවේදයන්ය.

34 ද්වි ස්වභාවය පිළිබඳ න්‍යායය

ගුප්ත විද්‍යාව ප්‍රගුණ කරන ඔබ විසින් මතක තබා ගත යුතු වැදගත් න්‍යාමයක් ඇත. එනම්, එකම දේට අපේ සිත දෙයාකාරයකට ප්‍රතිචාර දැක්වීමට ඉඩ ඇති බවයි. ඇට, ලේ, මස් යන තුන් ආකාර ද්‍රව්‍යයන් සලකා බලමු. මේවා වෙන් වෙන්ව ඇති කල පිළිකුල දනවයි. ඇට, ලේ, මස් එක්වී සුන්දර යුවතියක් තැනුණු කල තරුණයෝ ඈ වෙත වහ වැටෙති. ඇගෙන් සෙරෙප්පු පහරක් කෑ අයෙකුට සුන්දරත්වයක් දැනේද? නැත. ඔහුට දැනෙනුයේ වෛරයකි. ඒ සුන්දර යුවතිය වයස් ගත වූ කල ඈටම තමා ගැන පිළිකුල දැනෙනු ඇත. අන්‍යයන් ගැන කවර කතාද?

මෙය එකම දෙය ගැන විවිධාකාර මානසික තත්ත්ව පහළ වන බවට කදිම නිදසුනකි. එබැවින් මනස සීරුමාරු කිරීමෙන් එකම දෙයක් ගැන වෙනස් මතයකට ඒමට සැලැස්විය හැකිය. මෙය තමා සම්බන්ධයෙන් ද, අනුන් සම්බන්ධයෙන් ද සත්‍ය වේ. ඔබට අනෙකෙකුගේ සිත තුළට සුළු බලපෑමක් කළ හැකි නම්, අනෙකාගේ සිතෙහි ඔබ ගැන ඇති ආකල්ප වෙනස් කළ හැකිය. ඊට කදිම නිදසුනක් පහත දැක්වේ.

අපගේ අධිමානසික විද්‍යා පොත් පෙළ ආශාවෙන් කියවූ තරුණියකට තිබූ ප්‍රධාන ගැටලුව වූයේ තරුණයන් කිසිවෙකු ඇය හා හාද වීමට නොපැමිණීමයි. මේ සිසුවියට තවත් ලස්සන මිතුරියක් සිටියාය. බොහෝ තරුණයෝ ඇයගේ අත ගැනීමට වෙහෙසෙති. පෙර කී සිසුවිය කදිම උපායක් කල්පනා කළාය. ඇය ලස්සන සිසුවියගේ මුහුණ හා අඟපසඟ සිතේ මවා ගත්තාය. තමා තුළ ඒ රූපය ඇති බවට ඈ සිතේ මවා ගත්තාය. චිත්ත රූපවලින් ඒ දෙස දැකීමට උත්සාහ කළාය. ඒ උත්සාහය සාර්ථක විය. කෙටි කලක් තුළ තරුණයෝ රැසක් ඇය අත ගැනීමට තරග බිමට පිවිසුණහ. දැන් ඇයට ඔවුන්ගෙන් බේරීමට

Scanned with CamScanner

අවශ්‍යය. ඊළඟට ඈ කළේ තමාගේ මුහුණේ ලප, කැළැල්, කුරුලෑ වළවල් ඇති බවත්, තමා අප්‍රසන්න පෙනුමැති අයෙකු බවත් සිතෙන් මවා ගැනිමයි. අප්‍රසන්න මුහුණක් සිතෙන් මවා ගත් ඇය තමා තුළ ඒ රූපය ඇතැයි සිතුවාය. ඒ උත්සාහය ද සාර්ථක විය. කිසිවෙකු දැන් ඈ පසුපසු නොඑයි.

මනස විවිධ අවස්ථාවලදී විවිධ විධාන අපට ලබා දෙයි. ඒ අනුව අපගේ හැඟීම්, දැනීම් හා අවබෝධය ද වෙනස් වෙයි. මෙම න්‍යාමය ගුප්ත විද්‍යාවන් වැඩි ප්‍රමාණයක් හසුරුවන මූල ධර්මය වන්නේය.

35 සුළු වෙනසකින් විශාල බලපෑමක්

සුළු වෙනසක් තුළින් මහා විනාශයක් ඇති කළ හැකි බව ඔබ පිළිගන්නේද? දුම්රිය මගෙහි රේල් පීලි දෙක අතර පරතරය අඟලකින් අඩු කළහොත් කුමක් සිදුවේද? දුම්රිය පීලි පනිනු ඇත. මුහුදේ ගමන් කරන නැවක කුඩා සිදුරක් ඇති වුවහොත් කුමක් වේද? කුඩා සිදුර ක්‍රමයෙන් මහත් වී නැව ගිලී යනු ඇත. මේ ආකාරයේ කුඩා වෙනසකින් මහා විපර්යාසයක් ඇති කළ හැකිය. එය කුඩා දේ පිළිබඳ න්‍යාය ලෙස හැඳින්වීම සුදුසුය.

කුඩා වෙනස්කම්වලින් මහ විපර්යාසයක් සිදු කළ හැකි බව ගණිතානුකූලව ද ඔප්පු කර ඇත. ඊට, වියවුල් න්‍යාය යන නම යෙදේ. උදාහරණ ලෙස සූර්යයා හා පෘථිවිය අතරට කුඩා ග්‍රහලෝකයක් පැමිණියහොත් ක්‍රම ක්‍රමයෙන් පෘථිවියේ ගමන් මග වෙනස් වී මහ විනාශයක් වන බව ඔප්පු කළ හැකිය.

නිතරම ගුප්ත විද්‍යාවන්හිදී ඔබට උගන්වනුයේ කුඩා වෙනසක් මගින් මහ විපර්යාසයක් කිරීමටයි.

Scanned with CamScanner

36 කාලය අංක එකේ බලවතාය

කාලය අපෙන් වෙන් වූ දෙයක් නොවේ. කාලය අපටම අයත් වූ දෙයකි. ගුප්ත විද්‍යාවෙහි එන බොහෝ ප්‍රතිකර්මවලට 'කාලයේ වාසිය' යොදා ගනු ලැබේ. මිනිසෙකුගේ සිත කාලයත් සමග ටික ටික වෙනස් කළ හැකිය. මේ ආකාරයට බොහෝ ගුප්ත විද්‍යා උපක්‍රමවල ප්‍රතිඵල ලැබීමට කාලයක් ගත වන බව වටහා ගත යුතුය. ගුප්ත විද්‍යා විශේෂඥවරියක වන 'ජීන් ඩික්සන්' මෙසේ කියයි.

"අපගේ ඉරණම කල් තබා දැනගත හැකි නම් කාලයේ තරාදි පඩි එකිනෙක සීරුමාරු කර භයානක ඉරණමකින් වැළකී සිටිය හැකිය."

සැබැවින්ම ගුප්ත විද්‍යාවෙන් අපට උගත හැකි වටිනාම පාඩම් මේවාය.

37 නිවැරදි වේලාව සැමවිටම වැදගත්ය

හෝරා ශාස්ත්‍රය යනු ඉන්දියාවෙහි බිහි වූ අංක එකේ ගුප්ත විද්‍යාවකි. සමහරු ජ්‍යොතිෂය සහ හෝරා ශාස්ත්‍රය එකම විද්‍යාවක් කොට සලකති.

මම වර්ෂ 1997 සිටම හෝරා ශාස්ත්‍රය ගැන විවිධ පර්යේෂණ පැවැත්වූවෙමි. සමහර දිනවල ඕනෑකමින්ම රාහු කාලය තුළ පිටත් වූ මට ආපසු ගෙදර එන්නට සිද්ධ වූයේ කුමක් හෝ පාඩුවක් කරගෙනය. මාර්ග තදබදය, විදුලිය ඇණ හිටීම, රිය අනතුරු වැනි දේ රාහු කාලය තුළ බහුලව සිදුවන බව සක්සුදක් සේ පැහැදිලිය. ශිවාලිඛිත ශාස්ත්‍රය හෝරා ශාස්ත්‍රය තරම්ම බලගතු නැකැත් විද්‍යාවකි. දැනට ලාංකිකයන් අතර භාවිත වන ශිවාලිඛිත ක්‍රමයට වඩා ඉන්දියානුවන්ගේ ශිවාලිඛිත ක්‍රමය බලගතුය.

ශිවාලිඛිත ක්‍රමයෙන් පන්සලකට මුල් ගල් තැබීමට නැකතක් සාදා දුන් මම මාස දෙකක් තුළ ඒ කාර්යය නිම වන බව කියා සිටියෙමි. ඒ වන විට විහාරාධිපති ස්වාමීන් වහන්සේ සතුව අදාළ කාර්යයට අවශ්‍ය මුදල් පවා නොතිබුණි. එනමුත්, විදේශ ගතව සිටි ගම්වැසියෝ පිරිසක් හදිසියේම මෙරටට පැමිණ පන්සල් කර්මාන්තය කෙටි කලකින්ම නිම කර දුන්හ. ඒ කාර්යයට ගිය කාලය හරියටම මාස දෙකකි.

සෑම කාර්යයකටම නියමිත වේලාවක් ඇත. අප කෙසේ හෝ ඒ වේලාව තෝරා ගත යුතුය. නැකැත් ශාස්ත්‍රය ඒ සඳහා මග පෙන්වීම පමණක් සිදු කරයි. ඉතිරි සාධක සියල්ල ගළපා නිවැරදි වේලාව තෝරා ගැනීම අප සතුය.

Scanned with CamScanner

38 පසුවදන

මෙම කෘතිය කියවූ ඔබට මෙවැනි ප්‍රශ්නයක් පැන නැගීමට ඉඩ ඇත. මේ කෘතිය අසත්‍ය ප්‍රබන්ධයක්ද? ඔබට එවැන්නක් සිතේ නම් මෙහි දැක්වූ ක්‍රමවේදයන් අනුව අභ්‍යාස කර ඉන්පසුව ඔබේ අවසාන තීරණය ගත හැකිය. අනිත් අතට, මේ මිනිසා පර්යේෂණ මෙහෙය වූ ආකාරය නිවැරදි ද? යන ප්‍රශ්නය ඔබට මතුවිය හැකිය. මෙම කෘතිය ලියූ පුද්ගලයා වන මම පර්යේෂණ සැලසුම් කිරීම විෂයයක් ලෙස හදාරා විද්‍යා අංශයෙන් ගෞරව උපාධියක් ලද අයෙකු බව ඔබට හෙළිදරව් කරනු කැමැත්තෙමි.

ඔබ විශ්වාස කළ ද, නොකළ ද මේ එළඹ ඇති කාලය මනුෂ්‍ය ශිෂ්ටාචාරයේ අවසානයේ ආරම්භයයි. ඒ බව සංඛ්‍යාන විද්‍යාත්මකව ඔප්පු කර පෙන්වීමට මට හැකිය. ලෝක ජනගහන වර්ධනය, සම්පත් ක්ෂය වීම සහ භූමියේ සීමිත භාවය යන කරුණු එක්ව ගත් විට මනුෂ්‍ය ශිෂ්ටාචාරයේ විනාශයේ ආරම්භය නුදුරු අනාගතයේදීම එළඹෙන බව පැහැදිලිය. මනුෂ්‍යයාට ඉතිරිව ඇත්තේ සීමිත කාලයකි. ඔහු මේ භූමියෙන් වෙන්ව යාමට සූදානම් විය යුතුය. ඒ සඳහා පවතින එකම ක්‍රමය උසස් මානසික තත්ත්වයකට ළඟා වී මිනිස් ලොවින් නික්ම යාමයි. එබැවින් සියලු ගුප්ත විද්‍යාවන්හි මුදුන් මල්කඩ බඳු වූ විඤ්ඤාණ සංක්‍රමණය හෙවත් පෝ-වා අධිමානසික විද්‍යාව අප විසින් ප්‍රගුණ කළ යුතුව ඇත.