



# බුද්ධානුස්සති භාවනාව



## බුද්ධානුස්සති භාවනාව

අප සරණ ගිය ලොවතුරු බුදුරජාණන් වහන්සේගේ අසීමිත ගුණස්කන්ධය සිහිපත් කිරීම බුද්ධානුස්සති භාවනාව වේ. ඒ බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ගුණස්කන්ධය මෙපමණකැයි කියා නිම කළ නොහැකි තරම් වේ. ඒ නිසා භාවනාවට උපකාර වනු පිණිස ‘ඉතිපි සො භගවා අරහං’ යනාදි පාඨයේ එන පිළිවෙලට නව අරභාදි බුදුගුණ සිහිපත් කරගැනීම පහසු වේ.

බුද්ධානුස්සති භාවනාව විස්තරාත්මකව සිදු කිරීමට කැමති පුද්ගලයා විසින් ඒ එකිනෙක ගුණය පිළිබඳ අවබෝධය ඇති කරගෙන එය භාවනාවක් වශයෙන් භාවිත කළයුතු වේ. එකිනෙක බුදුගුණය පිළිබඳ නිරවුල් අවබෝධයක් ඇතිකර ගැනීමෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ ගුණ වශයෙන් හඳුනාගත හැකි වේ. එසේ බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ගුණ පිළිබඳ අවබෝධය වැඩිවන විට භාවනාව වඩාත් ශක්තිමත් භාවයට පත් වේ.

බුද්ධානුස්සතිය වැඩීමට බලාපොරොත්තු වන පුද්ගලයා ඉහත පැහැදිලි කරන ලද ආකාරයට තමාගේ කය පිරිසිදු කරගෙන, එසේම ශීලය ද පිරිසිදු කරගෙන භාවනාවට සුදානම් විය යුතු වේ. එහි දී නිවසේ බුද්ධ මන්දිරයක් තිබේ නම්, එවැනි තැනක් බුද්ධානුස්සතිය වැඩීමට වඩාත් යෝග්‍ය වේ. එසේ නොමැති නම් සුදුසු විවේකී පරිසරයක් තෝරාගත යුතු වේ.

පහසු ඉරියව්වකින් භාවනාවට වාඩි වී භාවනා පූර්වකාන්තය සිදු කර මඳ වේලාවක් තමාගේ කය මෙනෙහි කරමින් භාවනාවට සුදානම් විය යුතුය. ඉන්පසු තමා දැක පුරුදු වඩාත් ප්‍රියජනක වූ බුද්ධරූපයක් සිතේ මවාගැනීම කළයුතු වේ. අනතුරුව ඒ බුදුරජාණන් වහන්සේ අරමුණු කරගෙන බුදුගුණ මෙනෙහි කළයුතු වේ.

පළමුවම කළයුත්තේ කෙටියෙන් බුදුගුණ මෙනෙහි කිරීමයි. ඒ සඳහා පහත බුදුගුණ පාඨ කථනාදීම කරගෙන, සිතේ මවාගත් බුද්ධරූපය අරමුණු කරගෙන මෙනෙහි කරන්න. එකිනෙක බුදුගුණය අවසානයේ ඒ ගුණයෙන් සමන්වාගත බුදුරජාණන් වහන්සේට තමාගේ ජීවිතය මල් ආසනයක් මත පූජා කෙරෙන සුවඳ මලක් මෙන් පූජා කරන බව සිතා ජීවිතපූජාව කරන්න.

### බුදුගුණ පාඨ කෙටියෙන්.

(1) ඒ මාගේ භාග්‍යවත් බුදුරජාණන් වහන්සේ වාසනා සහිතව සියලු කෙලෙසුන් කෙරෙන් දුරු වූ සේක. සියලු කෙලෙස් සතුරන් නැසූ සේක. සංසාර චක්‍රයේ කෙලෙස් අර සිඳිලූ සේක. රහසින් වත් පව් නොකළ සේක. සියලු පූජාවන්ට සුදුසු වන සේක. එසේ හෙයින් අරහං නම් වන සේක.

ඒ අරහං ගුණයෙන් සමන්වාගත වූ බුදුරජාණන් වහන්සේට මාගේ ජීවිතය පූජා කරමි. පූජා වේවා ! පූජා වේවා ! පූජා වේවා !

(2) ඒ මාගේ බුදුරජාණන් වහන්සේ සර්ව ධර්මයන් සර්වාකාරයෙන් පරෝපදෙශ රහිතව තමන්වහන්සේම නුවණින් මනාකොට දැන වදාළ සේක. එසේ හෙයින් සම්මාසම්බුද්ධ නම් වන සේක.

ඒ සම්මාසම්බුද්ධ ගුණයෙන් සමන්වාගත වූ බුදුරජාණන් වහන්සේට මාගේ ජීවිතය පූජා කරමි. පූජා වේවා ! පූජා වේවා ! පූජා වේවා !

(3) ඒ මාගේ බුදුරජාණන් වහන්සේ අශ්ට විද්‍යා, පසළොස් වරණ ධර්මයන්ගෙන් සමන්වාගත වූ සේක. එසේ හෙයින් විජ්ජාවරණ සම්පන්න නම්වන සේක.

ඒ විජ්ජාවරණ සම්පන්න ගුණයෙන් සමන්වාගත වූ බුදුරජාණන් වහන්සේට මාගේ ජීවිතය පූජා කරමි. පූජා වේවා ! පූජා වේවා ! පූජා වේවා !

(4) ඒ මාගේ බුදුරජාණන් වහන්සේ සෝභන ගමන් ඇති සේක. සොඳුරු රූප සම්පත්ති ඇති සේක. සොඳුරු වචන ඇති සේක. සොඳුරු වූ නිර්වාණයට නිසි පිළිවෙත් වැඩුමෙන් වැඩිය සේක. එසේ හෙයින් සුගත නම්වන සේක.

ඒ සුගත ගුණයෙන් සමන්වාගත වූ බුදුරජාණන් වහන්සේට මාගේ ජීවිතය පූජා කරමි. පූජා වේවා ! පූජා වේවා ! පූජා වේවා !

(5) ඒ මාගේ බුදුරජාණන් වහන්සේ සංස්කාර ලෝකය, සත්ව ලෝකය, අවකාශ ලෝකය යන සියලු ලෝකයන් සර්වාකාරයෙන් දැන වදාළ සේක. එසේ හෙයින් ලෝකවිදු නම්වන සේක.

ඒ ලෝකවිදු ගුණයෙන් සමන්වාගත වූ බුදුරජාණන් වහන්සේට මාගේ ජීවිතය පූජා කරමි. පූජා වේවා ! පූජා වේවා ! පූජා වේවා !

(6) ඒ මාගේ බුදුරජාණන් වහන්සේ ශීලාදී ගුණයන්ගෙන් අග්‍රගන්‍ය වන සේක. සෙස්සන් විසින් දමනය කළ නොහැකි වූ පුද්ගලයන් දමනය කළ සේක. එසේ හෙයින් අනුත්තර පුරිසදම්ම සාරථී නම් වන සේක.

ඒ අනුත්තර පුරිසදම්ම සාරථී ගුණයෙන් සමන්වාගත වූ බුදුරජාණන් වහන්සේට මාගේ ජීවිතය පූජා කරමි. පූජා වේවා ! පූජා වේවා ! පූජා වේවා !

(7) ඒ මාගේ බුදුරජාණන් වහන්සේ සියලු දෙව් මිනිසුන් හට ලොවී ලොවතුරා අර්ථයෙන් අනුශාසනා කළ සේක. එසේ හෙයින් සත්ථා දේවමනුස්සානං නම් වන සේක.

ඒ සත්ථා දේවමනුස්සානං ගුණයෙන් සමන්වාගත වූ බුදුරජාණන් වහන්සේට මාගේ ජීවිතය පූජා කරමි. පූජා වේවා ! පූජා වේවා ! පූජා වේවා !

(8) ඒ මාගේ බුදුරජාණන් වහන්සේ චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මයන් තත්වාකාරයෙන් අවබෝධ කොට වදාළ සේක. අන් අයට ද අවබෝධ කරවූ සේක. එසේ හෙයින් බුද්ධ නම් වන සේක.

ඒ බුද්ධ ගුණයෙන් සමන්වාගත වූ බුදුරජාණන් වහන්සේට මාගේ ජීවිතය පූජා කරමි. පූජා වේවා ! පූජා වේවා ! පූජා වේවා !

(9) ඒ මාගේ බුදුරජාණන් වහන්සේ සියලු භාග්‍ය ධර්මයන්ගෙන් සමන්වාගත වූ සේක. සියලු කෙලෙස් සහ පාප ධර්මයන් මාර්ගඥානයෙන් සිදු විද දැමූ සේක. දත යුතු සියලු ධර්මයන් දැන බෙදා සෝභන ධර්මයන් හජනය කළ සේක. එසේ හෙයින් භගවා නම් වන සේක.

ඒ භගවා ගුණයෙන් සමන්වාගත වූ බුදුරජාණන් වහන්සේට මාගේ ජීවිතය පූජා කරමි. පූජා වේවා ! පූජා වේවා ! පූජා වේවා !

මෙසේ කෙටියෙන් මූල සිට අගටත්, අග සිට මූලටත් බුදුගුණ සිහි කරමින් භාවනා කරන්න. එවිට වඩාත් සැහැල්ලු බවක් සිතට දැනේවි. බුදුරජාණන් වහන්සේ තමන් ඉදිරියේ වැඩ සිටින්නාක් මෙන් දැනේවි. තමන් මෙනෙහි කරගත් බුදුරුව බොහෝ වේලා මතකයේ තබාගෙන පහසුවෙන් මෙනෙහි කළහැකි වනු ඇත. ඉන්පසු ඒ අරමුණෙහි සිත තබාගෙන විස්තර වශයෙන් බුද්ධානුස්සති භාවනාව වැඩිය යුතු වේ. ඒ පිළිබඳව ඉදිරි ලිපි වලින් පැහැදිලි කිරීමට අපේක්ෂා කරමි.

දිද්දෙණිය රණගිරිලෙන ආරණ්‍යසේනාසන වාසී,

ත්‍රිපිටක විශාරද, විද්‍යාවේදී, ශාස්ත්‍රපති,

පූජ්‍ය මහව ඤාණාලෝක හිමි 𑀧

~ මේ ලිපිය කියවා ධර්ම දානය පිණිස බෙදාහරින්න. ~

Website: <https://psdanthony.wordpress.com>

Facebook: <https://www.facebook.com/psdanthony>

PSD Anthony