

මනස ඇදහීම ගැන

- සිංහල අනුවාදය: වචන ධර්මාලෝක හිමි

පෙරවදන:

සෙන්ග්-ච්සන් (මරණය:606) හෙවත් සොසාන් (ජපන්) විසින් පබදිත ලද මෙම "මින්ජන්-නො-මෙයි" නම් වූ මේ කවි පෙළ තෙයිතරො සුසුකි විසින් ඔහුගේ Manual of zen Buddhism නම් කෘතියේ On Believing In Mind යනුවෙන් පරිවර්තන කොට තිබේ. චීන බසේ *hsin* (=Mind) (මනස) යන්න හිතුවක්කාර ලෙස පරිවර්තනය කරන ලද වචන අතරින් එකකි. ඉන්ද්‍රිය උගන්තු බෞද්ධ සංස්කෘත ග්‍රන්ථ චීන බසට පරිවර්තනය කිරීමට උත්සාහ කිරීමේ දී ඒ බසෙහි ඇති ප්‍රතිපාදන ගැන තෘප්තිමත් නො වූහ. එබැවින් අපට චීන ත්‍රිපිටකයේ ප්‍රඥා, බෝධි, බුද්ධ, නිර්වාණ, ධ්‍යාන, බෝධිසත්ව ආදී කිසිසෙත් පරිවර්තනය නො කළ වචන හඳුනා ගත හැකි වේ. සංස්කෘත ස්වරූපයෙන් ඇති ඒවා මේ වන විට මූලික බෞද්ධ වචන මාලා බවට පත්ව තිබේ. *hsin* යන වචනයේ මනස, හදවත, ආත්මය, සාරය යනාදී තේරුම් ඇත. එම අර්ථ සාමූහිකව මෙන් ම තනිව ද එම චීන වචනයේ ගැබ් වී තිබේ. සෙන් බුදු දහමේ ප්‍රධාන මූලාශ්‍රයන් අනුව යමින් දාර්ශනික හා තාර්කික පදනමකින්, ඉංග්‍රීසි පරිවර්තනය තුළ *hsin* යන වචනය සඳහා "The Mind" (මනස) යන වචනය යොදා ගෙන තිබේ. මේ කාව්‍යයේ මනස යනුවෙන් අදහස් කෙරෙන්නේ අපගේ මනෝවිද්‍යාත්මක මනස නො වන

බව සැලකිය යුතු ය. අපට එය (අනන්ත) "මනස" (The Mind) යනුවෙන් හැඳින්විය හැකි ය. (අනන්ත) "මනස" ගැන සඳහන් කරනු ලබන අවස්ථාවලදී එයින් මාර්ගය, ඒකත්වය හා ශුන්‍යත්වය ආදී ආගමික හා දාර්ශනික අර්ථ ගම්‍යමාන වන බව ද සැලකිය යුතු වේ.

මිනිසා ගේ මනස සාමාන්‍යයෙන් ඇදහිලි සහිත ය. විශ්වාසය, කැමැති-අකමැති වීම, ඇලීම, ගැටීම, අන්තගාමිත්වය, විකල්ප තේරීම ඇදහිලි සහිත මනසක ඇති ගතිගුණ වේ. මනසේ මේ ස්වභාවය ද්වේතවත් භාවය ලෙස මේ කාව්‍යයේ පැහැදිලි වේ. මනසේ මේ ගති ස්වභාවය එහි යථා ස්වභාවය නො ව අවිද්‍යාව නිසා සිදු වන විපරිවර්තනයක් බව මේ කාව්‍යයේ පෙන්වා දෙනු ලබයි. අදහන සුලු මනසේ විපර්යාස භාවයෙන් නිදහස් වීමට මනසේ එම ව්‍යාජත්වය තේරුම් ගත යුතු ව තිබේ. ඒ සඳහා මැද මාවත, පිරිපුන් මාවත (මහා මාර්ගය) තෝරා ගත යුතු බව පෙන්වා දී ඇත. මනසේ දෙබෙදුම් (ද්වේත) ස්වභාවයට ඔබ්බෙන් ඇති දේ "එකත්වය" ලෙස දැක්වේ. එහෙත් මේ ඒකත්වය වුව ද පවතින දෙයක් නො වේ. මක්නිසාද එක තිබෙන්නේ දෙක ඇති බැවින්, දෙක නැති කල එක ද අතුරුදන් වේ. එබැවින් ශුන්‍යත්වය වුව ද පවතින දෙයක් නො වේ. මනසේ තුලනය කිරීමේ ස්වභාවය නිසා එකී මායා දර්ශනයෙන් "අනන්ත මනස" ආවරණය වී තිබේ. ආවරණය වූ මනස මහ පොළොව විශාල ලෙස සිතයි, විශ්වයේ පරිමාව තුළ මහ පොළොව ධූලි අංශුවක් තරම් වේ. මනස හැම විට තුලනය කිරීමෙන් දේවල් තේරුම් ගනී. තර්කය, ගණිතය අදහන මනසේ ගමන් මිනුම් දණ්ඩයි. විවෘත භාවය තුළ මනස අතුරුදන් වේ. පොළොව තුළ විශ්වයත් විශ්වය තුළ පොළොවත් දැකිය හැකි වන්නේ අනන්ත මනසට යි.

"තථතාව" ලොව පවත්නා සියලු දේවල යථා පැවැත්ම වන අතර එය ගුණ හා ප්‍රමාණ සීමාවලින් තොරව දැකිය යුතු ය. සියල්ල ඒ තුළ නිරායාසයෙන් ගමන් කරන අතර එය දැන

ගැනීම සඳහා දරන සියලු ප්‍රයත්න නිෂ්ඵල ය. මනසේ ධ්වටිලිකාර බව නිසා එයට එය අවබෝධ නො වේ. මනස නැති කිරීම, මනසින් නිදහස් වීම තථතාවට පත්වීම ලෙස සරලව තේරුම් කළ හැකි ය. මේ කාව්‍යය මිනිසා ගේ මනසේ දෙබිඳි ස්වභාවය ජය ගන්නා ආකාරය හා ඒ තුළින් ලබන විමුක්තිය ඉඟි කරන ප්‍රයත්නයකි.

1. පිරිපුන් මාවත නො දැනී දුෂ්කරතා,
මනාපය වීමට අකැමැති වීම හැර;
වෛරයෙන්, ආලයෙන් මිදීමෙන් පමණ යි,
එය ම හෙළි වන්නේ මුලුමනින්, නො සැඟ වී;
අඟලකින් දශමෙක වෙනසින්,
පොළවෙන් අහස වෙන් වේ;
එය ඔබේ ම දැසින් දකින්නට කැමති නම්,
දුරලන්න සිතිවිලි ඇලුණු හෝ එරෙහි වූ.
2. සාදාගැනීම ඔබේ කැමැත්ත අකමැති දෙයකට එරෙහි ව-
මනසේ ව්‍යාධිය ම මෙය යි:
නො දන්නා කල ගැඹුරු අර්ථය මාවතේ,
මනසේ සාමය අධාල වෙයි නිකරුණේ.
3. විසල් අවකාශය තෙක් මාවත පිරිපුන් ය,
ඇවැසි නැත කිසිවක්, නැත අධිකතාවක්:
සැබැවින් ම එය තෝරාගැනීමෙන් වන දෙයකි,
දැකීමට නො හැකි වූ තථතාව ම යි ඒ.
4. නො හඹා බාහිර පටලාවිලි,
නො රැඳී ඇතුළත හිස් බවේ;
නිසල වී දේ තුළැති ඒකත්වයේ,
ද්වේතය ඒ තුළ ම නැසී යේ.

5. ගමන නිමවා, නිරුද්ධ වීමට ඔබ වෙහෙස වන කල, එසේ ලද නිවන ද සදා ගමනේ ඇත; ද්වේතවාදයේ ඔබ පමා වන තුරු, කෙසේ ද ඔබ අවබෝධ කරන්නේ ඒකත්වය?
6. ගැඹුරින් තේරුම් නො ගත් කල එකත්වය, මාර්ග දෙකෙහි ම පිහිටක් නොමැති වේ; යථාර්ථය ප්‍රතික්‍ෂේප කිරීමෙන් එය ම තහවුරු වේ, ශුන්‍යත්වය තහවුරු කිරීමෙන් එය ම ප්‍රතික්‍ෂේප වේ.
7. පුරාපේරුව සහ පාණ්ඩිතය, එයින් අධික වන අපි තවත් නො මග යමු; එනිසා වැලකෙමු පුරාපේරුවෙන් හා පාණ්ඩිතයෙන්, තැනක් නැත අපට නිදහසේ පසු කළ නො හැකි.
8. මුලට ආපසු පැමිණි විට, අත් වේ අපට අර්ථය; හඹා යන කළ වස්තු බාහිර, අභිමිය අපට බුද්ධිය. අප තුළින් ආලෝකමත් වූ මොහොතේ, අප මුහුණ දෙන ලෝකයේ හිස් බවෙන් නික්ම යන්නෙමු.
9. අප මුහුණ දෙන හිස් ලොවේ ඇතුළතින් පරිවර්තනය සිදු වේ, අවිද්‍යාව නිසා සියල්ල සත්‍ය ලෙස පෙනේ; සත්‍ය පසුපස සොයා නො වෙහෙසෙන්න, නිමා කිරීම ම සෑහේ සුරක්‍ෂා කළ අදහස්.
10. ද්වේතය සමග නො වසන්න, ප්‍රවේසමෙන් එය ලුහු බැඳීමෙන් වලකින්න; හොඳ සහ නරක දෙක ඔබට හිමි වූ කල, කැළඹිල්ල ඇති වේ, (අනන්ත) මනස ද අහිමි වේ.

11. පවතින්නේ දෙක ඇති නිස යි එකත්වය, අල්ලා නො ගනු මේ එක වුවත්; මනසක් බාධා රහිත වූ කල, දස දහසක් දෙයින් වුව නැත සිත් රිදීමක්.
12. ඇති වූ සිත් රිදුම් ද නැත, දහසක් දේවල් ද නොමැත; සිදු වන බාධා ද නොමැත, හදාගන්න සිතක් ද නැත; අරමුණ නිමා වූ කල විෂය සන්සුන් වේ, විෂය නිම වූ කල අරමුණ සන්සුන් වේ.
13. අරමුණ වන්නේ විෂයට ඇති අරමුණක් ය, විෂය වන්නේ අරමුණට ඇති විෂයයක් ය; දැන සාපේක්‍ෂ බව දෙකෙහි ඇති, ඒකල ශුන්‍යත්වයේ සදාකල් නවතින්න.
14. ඒකල ශුන්‍යත්වය තුළ දෙක පැහැදිලි නො වේ, සෑම දෙයක ඒ තුළ දස දහසක් දේ තිබේ; මේක හා අරක යැයි වෙනසක් නො කළ විට, එක්-පැති අගති දැක්මක් කෙසේ නම් උපදී ද?
15. මහා මාවන නිසල ය, විසල් හදැති ය, එයට පහසු හෝ අපහසු වූ හෝ කිසිත් නැත; කුඩා දර්ශන අවිනිශ්චිත වේ, වඩා ඉක්මන් වේ ද එතරම් ම උන් පමා වේ.
16. ඇලීම කිසි ලෙස රැක ගත හැකි නො හේ, වැරදි මාවතේ යෑම නම් ස්ථිර ය; මිඳෙන්න එයින්, දේවල් එහි ම වූ ගමනක නිරත වේ, සාරයට නික්ම යෑමක් හෝ නො වේ නැවතීමක්.



- 17. අවනත වන්න දේ තුළැති ස්වභාවයට,
ඔබ මාර්ගය සමග සුසංගත වී සිටී,
නිසල වී, පහසුවෙන්, පීඩාව දුරලන්න;
එහෙත් ඔබ සිත බැඳීම් ඇති විට,
සත්‍යයෙන් ඔබ බැහැර යේ,
එය තව දැඩි වේ, අඳුරු වේ, නො ගැඹුරු වේ.
- 18. නො ගැඹුරු වූ කල ඒවා, ආත්මය ප්‍රශ්නකාරී වේ;
එවිට එලක් වේ ද අගතිගාමී එක්-පැති පැවැත්මේ?
ඔබට ඇවැසි නම් ඒකල යානයේ මාවතේ පියනගන්න,
ස ඉන්ද්‍රිය අරමුණුවලට එරෙහිව පුර්වමතික නො වන්න.
- 19. ස ඉන්ද්‍රිය අරමුණුවලට එරෙහිව
ඔබ පුර්වමතික නො වූ විට,
එවිට ඔබ ප්‍රබුද්ධත්වය සමග එක් වී ඇත;
ප්‍රඥාවන්තයා ක්‍රියාවෙන් නිදහස් ය,
අඥාන තැනැත්තා තමන් ම බැඳ දමනා කල;
ධර්මය තුළ ම සිටින තෙක්, පුද්ගලිකභාවයක් නැත,
ඔවුහු අඥාන ව තමන් ම ඇලෙති වෙසෙස් අරමුණුවල.
ඔවුන් ගේ මනස ම යි මායාව සදන්නේ-
මෙය නො වේ ද සැම අතර මහා ස්වයං-විසංවාදය?
- 20. අඥානයා ලැග සිටි සුව නො-සුව අදහස් තුළ,
කැමැත්ත හා අකැමැත්ත නොමැත ප්‍රබුද්ධයාට:
ද්වේතයේ සියලු ආකාරයන්,
අඥානයන්ට ම පෙනෙන කෘතිම ආකාර වේ.
ඒවා දර්ශන මාත්‍ර මෙහි, සුළගේ තිබෙන මල් මෙහි;
මන්ද අප කරදර වන්නේ ඩැහැ ගැනීමට ඒවා?
වාසි සහ අවාසි, හොඳ සහ නරක-
ඒවායින් වෙන් වී සදහට ම සිටිනු මැන!



- 21. ඇසක් නින්දට නො යා නම් කිසි දාක,
සැම සිහින ඒවා ම නැති වේ වී:
මනස අත්කර ගනී නම් එහි අනන්තය,
දස දහසක් දේ වුවත් තප්තාව තුළ එක් දේකි.
- 22. ඒකල තප්තාවයේ අභිරහස තුළ ගැඹුර බලයක් වන විට,
සියලු බාහිර පටලාවිලි අපට සැනෙකින් අමතකව යේ;
දස දහසක් දේ එහි ඒකත්වයෙන් දකින විට,
අප ආපසු පැමිණ ප්‍රභවය වෙතට ම,
සැම දා සිටිය තැන නවතින්න.
- 23. දේවල් කුමකට ද යන්න අමතක කරන්න,
සාදාශ්‍රයෙන් එහා තිබෙන ඉමකට අපි ගමන් කරමු;
ගමන නතර විය සහ ගමනක් නැත,
චලිතය ඉසිලිය සහ ඉසිලීමක් නැත;
ද්වේතියතය නොදෙන විට තවත්,
ඒකත්වය වුවත් එය ම නො රැඳෙයි.
- 24. දේවල්හි පරම අන්තය, තවත් දුර යා නො හැකි තැන,
නිති හා මිනුම්දඩුවලින් බැඳ නැත:
මාර්ගය සමග සුසංගත වූ මනස තුළ අනන්තයා
මූලධර්මය අපට ඇත,
අප ගේ සෙවීමේ සියලු ම ප්‍රයත්න අනහරේ.
සැක හා සංකා සහමුලින් දුරු කෙරේ,
නිවැරදි ශ්‍රද්ධාව අවල වේ,
අතපසු වූ කිසිවක් නැත,
දරා සිටින කිසිවක් නැත,
සියල්ල හිස් ය, විෂද ය, ස්වයං-ප්‍රතිදීප්ත ය;
වැයම් කිරීම නැත, ශක්ති නාශය නැත-
සිතීමෙන් ලබා ගත හැකි තැනක් නො වේ මෙය,
පරිකල්පනයෙන් මැනීමට අසමත් තැනකි මෙය.

- 25. සත්‍ය නවනාවේ උච්චතම පර්යේෂණය
"තමා" හෝ "අනෙකා" නැත,
සෘජු තදාත්මිකරණය ලද විට,
අපට කිව හැකි, "දෙක නැත," යන්න පමණි.
- 26. "දෙක නැති" පැවැතීමේ සියල්ල ම සමාන යි,
ඒ සියල්ල ඒ තුළ ම අවබෝධ වේ;
විශ්වය පසිඳලන ප්‍රඥාවන්තයා,
මේ අනන්ත ඥානයට ඔවුන් සැම ඇතුළු වේ.
- 27. මේ අනන්ත ඥානය ක්ෂණිකත්වයෙන් (කාලයෙන්) සහ
ව්‍යාප්ත භාවයෙන් (අවකාශයෙන්) එහා පවතින්නකි,
වසර දස දහසක් එයට එක් මොනොතක් වේ;
දුටුවත් නො දුටුවත් අප එය,
විශ්වයේ සැම අත ම එය පැතිර පවති;
- 28. ඉතා සුක්ෂම වස්තු, වස්තුවකට විය හැකි
විශාලතමය තරම් විශාල වේ,
මේ සඳහා බාහිර කොන්දේසි උවමනා නැත;
පරම සුවිසල් වස්තු, වස්තුවලට විය හැකි
සුක්ෂමය තරම් කුඩා වේ,
වාස්තවික සීමාවන් මෙහි දී අදාළ නො වේ.
පවත්නා යමක් වේ නම්, එය නො පවතින දෙයට සම වේ,
නො පවතින යමක් වේ නම්, එය පවතින දෙයට සම වේ:
දේවල මේ තත්ත්වය අත්කරගත නො හැකි වූ තැන,
සැබැවින් ම, එහි පමාවක් නැත.
- 30. සියල්ල තුළ ඒකත්වය,
ඒකත්වය තුළ සියල්ල-
මෙය අවබෝධ කිරීමෙන් පමණි,
අප ගේ අපරිපූර්ණත්වය පිළිබඳ දුක නිමා වන්නේ !

- 31. බෙදීමක් නැති තැනක මනස සහ අදහන මනස ලෙස,
බෙදීමක් නොකරන විට අදහන මනස සහ මනස ලෙස,
මෙය යි වචන නිමා වන තැන;
අතීතය, වර්තමානය සහ අනාගතය
එයට ඇතුළත් නො වේ.

මූලාශ්‍රය

Suzuki, Daisetz Teitaro, Manual of Zen Buddhism, (2000) Munshiram Manoharlal Publishers Pvt.Ltd., New Delhi., pp.76-82

