

සෞඛ්‍ය සංරක්ෂණය සඳහා වාසස්ථානයේ දායකත්වය  
පිළිබඳ හැඳින්වීමක්  
(සේනාසනක්ඛණ්ඩකය ඇසුරින්)

රත්නී මලවි පතිරණ

The teachings of Lord Buddhist are of paramount importance to those who seek success in their lives. *Tripitaka* consists of a great deal of instructions related to the physical health of a person. The habitation of a person is the manifestation of his life style and further it is the underlying factor which shapes his life. One should have a habitation which fulfills all his necessities. Lord Buddha has provided Bikkhus a set of instructions on how to arrange their monasteries (*Arâma*) properly. They are included in *Senâsanâkkhandhakaya* in *Cullavagga pâli*. This set of instructions is of a universal value since it provides many instructions on how to build one's habitation properly. This paper examines those facts with reference to *Senâsanakkhandhakaya*.

---

© රත්නී මලවි පතිරණ

සංස්. ජයමල් ද සිල්වා, දිල්ශාන් මනෝජී රාජපක්ෂ, දුලන්කා ලංසකාර,  
දිනේෂ් සඳරුවන්

'ප්‍රභා' ශාස්ත්‍රීය සංග්‍රහය, තුන් වැනි කලාපය - 2013/2014

මානවශාස්ත්‍ර පීඨය, කැලණිය විශ්වවිද්‍යාලය

සෞඛ්‍ය සම්පන්නභාවය හෙවත් නිරෝගීභාවය ලොව ජීවත් වන සියල්ලන්ට ම වැදගත් වෙයි. නිරෝගී කය මෙන් ම නිරෝගී මනස ද පුද්ගලයාගේ සංවර්ධනයට හේතු වේ. පුද්ගල වශයෙන් පමණක් නො ව සමාජීය, ආර්ථික, ආගමික හා ආධ්‍යාපනික වශයෙන් ද සෞඛ්‍ය සම්පන්න වීම වැදගත් වේ.

එනිසා සෞඛ්‍යය යනු හුදෙක් ලෙඩ රෝගවලින් තොර වීම පමණක් නො ව කායික, මානසික, සමාජීය හා ආධ්‍යාත්මික වශයෙන් සම තුලිත සංකලනයකි. බුදු රජාණන් වහන්සේ යනු නිරන්තරයෙන් සංසාර දුකට පත් වන්නා වූ ලෝ සතුන්ට සෙත ශාන්තිය උදා කරදෙන ගුණ සමුදායකින් සමන්විත උත්තරීතර මනුෂ්‍යයාණෝ ය. උන් වහන්සේ හව දුකට ප්‍රතිකාර කරන මහා වෛද්‍යවරයාණෝ ය. කායික මෙන් ම මානසික වශයෙන් ද සෞඛ්‍ය සම්පන්න වීමේ වැදගත්කම පෙන්වාදෙන බුදු රජාණන් වහන්සේගේ දහමෙහි ඒ පිළිබඳ ඉගැන්වීම් සමුදායක් ඇති බවට ත්‍රිපිටකය සාක්ෂ්‍ය දරයි. අප ජීවත් වන වාසස්ථානය අපගේ නිරෝගීභාවය සුරැකෙන පරිදි සකස් කොටගත යුතු ආකාරය පිළිබඳ ව කරුණු රැසක් විනය පිටකයේ වුල්ලවග්ගපාලියේ එන සේනාසනක්ඛ්‍යකයේ අන්තර්ගත ව ඇත.

“පතිරූප දේස වාසෝව”<sup>1</sup> යනුවෙන් මහා මංගල සූත්‍රයේ සඳහන් වන පරිදි, සුදුසු ස්ථානයක වාසය කිරීමට ලැබීම පුද්ගල යහ පැවැත්මට හේතුවකි. රෝග පීඩාදියෙන් තොර ව ජීවත් වීමට ඒ පරිසරය හේතු වෙයි. සෞඛ්‍ය සංරක්ෂණය සඳහා පරිසරයේ දායකත්වය පිළිබඳ බොහෝ කරුණු ත්‍රිපිටකයෙහි සඳහන් වේ. එහෙත් මේ ශාස්ත්‍රීය ලිපියෙන් විශේෂයෙන් ම අපේක්ෂා කෙරෙන්නේ වාසස්ථාන පිළිබඳ සේනාසනක්ඛ්‍යකයේ සඳහන් වන උවදෙස් සෞඛ්‍ය සංරක්ෂණයට හේතු වන ආකාරය විග්‍රහ කිරීම යි.

**වාසස්ථානය හා සෞඛ්‍යය**

පුද්ගලයකු නිතර වාසය කරන්නේ නිවසේ ය. බුදු දහම අනුව ‘බහුග්‍රාත බව’ (බාහුසච්ච), ‘ශිල්ප දන්නා බව’ (සිප්ප), ‘විනය’, ‘සුසිකිත’ හා ‘සුභාෂිත’<sup>2</sup> යන සියල්ල ආරම්භ වන්නේ නිවසෙනි.

එනිසා පුද්ගල ජීවිතයට නිවස බෙහෙවින් වැදගත් වේ. ප්‍රථමයෙන් ම පුද්ගලයා නිවස සකස් කරගත් ආකාරය පිළිබඳ ව සඳහන් වන්නේ දීඝනිකායේ අග්ගඤ්ඤ සූත්‍රයේ ය. කෙසේ වතු දු බුදු දහම අනුව ප්‍රධාන වශයෙන් වාසස්ථාන දෙ වර්ගයකි.

1. පැවිදි සමාජය සඳහා වන වාසස්ථාන
2. ගිහි සමාජය සඳහා වන වාසස්ථාන

පැවිදි සංස්ථාවේ දී හිඤ්ඤන් වහන්සේලා වැඩ වාසය කරන වාසස්ථාන පොදුවේ ‘සේනාසන’ නමින් හඳුන්වයි. ඒ සේනාසන සකස් කරගත යුතු ආකාරය පිළිබඳ ව දී ඇති බොහෝ උවදෙස් ගිහියන්ගේ වාසස්ථාන සෞඛ්‍යාරක්‍ෂිත ව සකස් කරගැනීම සඳහා ද බෙහෙවින් වැදගත් වේ. බුදු රජාණන් වහන්සේ හිඤ්ඤන් වහන්සේලාට සුදුසු වාසස්ථාන පිළිබඳ ව අනුදැන වදාළ මුල් අවස්ථාවේ දී ප්‍රධාන වශයෙන් වාසස්ථාන වර්ග පහක් පිළිබඳ දක්වා ඇත. එනම් විහාර, අඛිඨයෝග, පාසාද, හම්මිය හා ගුහා<sup>3</sup> යනුවෙනි. එකල තිබූ පාරිසරික හා සමාජීය, ආර්ථික තත්ත්වලට අනුකූල වන පරිදි මෙලෙස වාසස්ථාන අනුමත කර ඇති බව පැහැදිලි ය. මෙලෙස වාසස්ථාන සකස් කළ යුතු බව නිර්දේශ කරනු ලැබුවේ රෝගාබාධයෙන් වැළැක්වීමත් පහසු විහරණයත් සඳහා ය. ඒ පිළිබඳ ව සේනාසනක්ඛන්ධකයේ මෙසේ සඳහන් වේ.

“විහාරය ශීතය ද උෂ්ණය ද නසයි. එයින් අන්‍ය වූ වණ්ඩ මාගයන් ද බඩගා යන සතුන් ද මැසි මදුරුවන් ද සීත සුළං ද වැසි ද බැහැර කෙරෙයි. එයින් අන්‍ය වූ හටගත් නපුරු අවු සුළං දුරු වෙයි සංඝයාට විහාර කරවාදීමට එකලාවැ හිදිනු පිණිස ද ධ්‍යාන කිරීමටත් විදසුන් වැඩිමටත් පහසුව පිණිස ද වූ අග්‍ර එකෙකි.”<sup>4</sup>

මින් පැහැදිලි වන්නේ පුද්ගලයකුගේ කායික සෞඛ්‍යය සඳහාත් මානසික ඒකාග්‍රතාව සඳහාත් වාසස්ථානය කොතරම් වැදගත් වන්නේ ද යන්න යි. එසේ ම ඒ අරමුණු සඵල කරගැනීම සඳහා වාසයට සුදුසු ස්ථානයක් තෝරාගැනීම කෙසේ කළ යුතු ද යන්න පිළිබඳ ව ද සේනාසනක්ඛන්ධකයේ සඳහන් වේ. ඒ අනුව වාසස්ථානයක් සකස් කරගත යුත්තේ මිනිසුනට පහසුවෙන් ළඟා විය හැකි, ජනාකීර්ණ ද නො වන, නිහඬ, සෝෂ රහිත, විවේකයට

සුදුසු පරිසරයක ය.<sup>5</sup> බුදු රජාණන් වහන්සේ ජේතවනාරාමය, වේළුනාරාමය ආදී ආරාමවල වාසය ප්‍රිය කළේ ද එහෙයිනි. ගිහි ජීවිතයට මෙය මහඟු ආදර්ශයකි. නිදහස් මනසක් නිර්මාණයට නිදහස් පරිසරය ඉතා වැදගත් සාධකයකි.

වාසස්ථානයක බිම සකස් කිරීමේ දී පිහිටි බිමට වඩා මඳක් උස් කොට සකස් කළ යුතු බව දක්වා ඇත.<sup>6</sup> එමෙන් ම බිත්ති සකස් කිරීමේ දී ඒවායේ ශක්තිමත්භාවය පිළිබඳ ව සැලැකිලිමත් විය යුතු වන අතර ඒ සඳහා ගඩොළු, ගල් හෝ ශක්තිමත් දඬු යොදාගැනීම සුදුසු බව සඳහන් කොට ඇත.<sup>7</sup> වාසස්ථානයක දොරටු සකස් කිරීමේ අවශ්‍යතාව ද පෙන්වා දුන් බුදු රජාණන් වහන්සේ සර්පයන්, ගෝනුස්සන් ආදී සතුන්ගෙන් වන පීඩා ද ඉන් වැළැකෙන බව සඳහන් කර තිබේ. එමෙන් ම දොර රඳවා තැබීමේ දී ද මීයන්, වේයන් ආදී සතුන්ගෙන් වන හානිවලින් දොර කැඩී වැටීම වැළැක්වීම සඳහා 'දොරබාව' හා 'වටෙවුලිය' අනු දැන වදාළ සේක. එපමණක් ද නො ව දොර අගුල් දමා වසා තැබිය යුතු බව අවධාරණය කිරීමෙන් වාසස්ථානයේ ද තමාගේ ද ආරක්ෂාව පිළිබඳ ව සැලැකිලිමත් විය යුතු බව පෙන්වාදී ඇත.<sup>8</sup> වාසස්ථානයක බිත්තිවල බදාම ආලේප කිරීමේ අවශ්‍යතාව පිළිබඳ ව ද බුදු රජාණන් වහන්සේගේ අවධානය යොමු වූ ආකාරය සේනාසනක්ඛ්‍යකයේ දැක්වෙයි. ශීත කාලයේ දී ශීත වීමෙන් ද උෂ්ණ කාලයේ දී උෂ්ණ වීමෙන් ද හික්ෂුන් වහන්සේලා රෝගී වීමෙන් මුදවාගැනීමට ගත දඬු යොදා ඇතුළත හා පිටත බදාම ආලේප කරන්නට උවදෙස් දී ඇත.<sup>9</sup> මේ කරුණු ගිහියන්ගේ වාසස්ථාන සඳහා ද එලෙස ම ප්‍රයෝජනවත් වේ.

අප ජීවත් වන පියස පිරිසුදු වාතාශ්‍රය ලැබෙන තැනක් වීම සෞඛ්‍යාරක්ෂාව පිණිස බෙහෙවින් ම වැදගත් වේ. ඒ අනුව වාසස්ථානයේ දුගඳ තුරන් කොට වාතාශ්‍රය ලැබීම සඳහා වා කවුළු සකස් කළ යුතු බවත් ඒවා අතරින් සතුන් පැමිණීමට හැකි බැවින් හොඳින් ආවරණය කළ යුතු බවත් සඳහන් කොට තිබේ.<sup>10</sup> එමෙන් ම වාසස්ථානයේ අනෙකුත් භෞතික පහසුකම් සලසාගැනීම පිළිබඳ ව ද බොහෝ උවදෙස් ක්‍රිපිටකයෙහි සඳහන් වෙයි. විශේෂයෙන් ම සයනයක් සකස් කරගැනීමේ දී එය සෞඛ්‍යාරක්ෂිත ව නිවසේ

පොළවට මදක් උසින් සකස් කරගත යුතු ආකාරය පිළිබඳ ව සේනාසනක්ඛන්ධකයේ සඳහන් වේ.<sup>11</sup> කොට්ට, මෙට්ට ඇඳ ඇතිරිලි ආදිය ද ලෙඩ රෝගවලින් ආරක්‍ෂා වන ආකාරයට පිරිසුදු ව තබාගත යුතු බව අවධාරණය කර තිබේ. උදාහරණයක් ලෙස හිස තබාගැනීමට භාවිත කරන කොට්ටය සඳහා පුලුන් යොදාගැනීම සුදුසු බව දක්වා ඇත. ඒ අනුව ‘රුක් පුලුන්’, ‘වැල් පුලුන්’ හා ‘තෘණ බට’ ආදියෙන් ලැබෙන පුලුන් ආදිය යොදාගත හැකි බව ද සඳහන් කොට ඇත. <sup>12</sup> එමෙන් ම සයනයට ඉහළින් වියනක් තිබිය යුතු බව සඳහන් කළේ ද සතුන්ගෙන්, ශීතෙන් හා උෂ්ණයෙන් වන උවදුරු වළක්වාගැනීම පිණිස ය.<sup>13</sup>

නිවසක හෝ සේනාසනයක වස්ත්‍ර තබාගත යුතු ආකාරය පිළිබඳ ව ද සේනාසනක්ඛන්ධකයේ සඳහන් වේ. සිවුරු ආදිය ඉරි යෑමෙන්, අපවිත්‍ර වීමෙන් හා සතුන් ගැවැසීමෙන් වළක්වාගැනීම සඳහා දණ්ඩක හෝ ලණුවක දැමිය යුතු බව දක්වා තිබේ.<sup>14</sup> ඇඳුම් රඳවනය හෝ රෙදි වැට යනුවෙන් වර්තමානයේ නිවෙස්වල භාවිත වන්නේ ද මෙය යි. ඒ අනුව තමා භාවිත කළ හෝ නො කළ ඇඳුම් ගුළි කර තැබීම හෝ බීම දැමීම නුසුදුසු බව පැහැදිලි ය. ඒවායේ සතුන් ගැවැසීමෙන් විෂබීජ රැදී අපවිත්‍ර වීමෙන් විවිධ රෝගාබාධ පවා වැළැඳිය හැකි ය. දුගඳ හැමිය හැකි ය. පුද්ගලයාගේ ප්‍රසන්නභාවයට ද එය නුසුදුසු ය. ඒ නිසා එළිමහනෙහි ඇඳුම් වියළාගැනීමේ දී පවා ලණුවක් හෝ උණ දණ්ඩක් යොදා ගත යුතු බව සේනාසනක්ඛන්ධකයේ දැක්වේ.<sup>15</sup>

අප ජීවත් වන වාසස්ථානයේ පා පිස්න භාවිතයේ දී පවා සැලැකිය යුතු කරුණු රාශියකි. වාසස්ථානයකට පා පිස්න අවශ්‍ය බව බුදු රජාණන් වහන්සේ දේශනා කර ඇත.<sup>16</sup> එමෙන් ම වාසස්ථානය නිරතුරු ව ම පිරිසුදු ව තබාගැනීම අත්‍යවශ්‍ය බව අවධාරණය කරමින් නො සේදූ පයින්, තෙත් පයින් හෝ පාවහන් ඇති ව වාසස්ථානයකට ඇතුළු නො විය යුතු බව ද සඳහන් කර ඇත.<sup>17</sup> ගෘහ ජීවිතය ගත කරන ගිහියාට මෙන් ම පැවිදි ජීවිතය ගත කරන හික්කුන් වහන්සේලාට ද මේ උවදෙස් බෙහෙවින් වැදගත් වේ. එමෙන් ම පිරියම් කළ බීම කෙළ නො ගැසිය යුතු බව දක්වා හික්කුන් වහන්සේලා උදෙසා කෙළමලාවක් ද අනුදැන වදාරන ලදී.<sup>18</sup>

වාසස්ථානයක ප්‍රියමනාපබව හා සිත්කලුබව මනස මෙන් ම කය ද ප්‍රබෝධවත් කිරීමට හේතු වේ. එනිසා එය අලංකාර කිරීමෙහි වරදක් නො වන බව බුදු රජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ සේක. සෞන්දර්යය, විසිතුරුබව මෙන් ම අලංකාරය ද අගය කළ උන් වහන්සේ වාසස්ථානය විසිතුරු කිරීම ප්‍රතිකෂේප නො කළ සේක. එහෙත් නිර්වාණය උදෙසා ගමන් කරන්නා වූ පැවිදි සංස්ථාවට අදාළ වන ආකාරයට හුණු පිරියම් කොට ලියකම්, මල්කම් ආදිය පමණක් යොදාගෙන සේනාසනය අලංකාර කරගැනීමට උවදෙස් දී ඇත.<sup>19</sup> බෞද්ධ ගිහියාගේ ද අරමුණ ද නිර්වාණය සාක්ෂාත් කරගැනීම වන බැවින් 'ඕහුගේ නිවස ද මානසික ව්‍යාකූලතා ඇති නො වන ලෙස, සිත් පහත් වන ලෙස හා නිදහස් ශාන්ත බවක් ඇති කරවන ලෙස කලා කෘතිවලින් අලංකාර කළ යුතු ය' යන උපදේශය ඉන් ගම්‍යමාන වේ.

වාසස්ථානයක උවැටන්හලක් තිබිය යුතු බව ද සඳහන් ය.<sup>20</sup> වාසස්ථානයේ ආහාර සකස් කරගැනීමේ දී පවා සැලැකිලිමත් විය යුතු කරුණු රාශියකි. එහි දී ගිනිහල හෙවත් මුළුතැන්ගෙය ප්‍රධාන වශයෙන් ම වැදගත් වේ. පුද්ගලයාගේ සෞඛ්‍යාරක්ෂාව සඳහා 'ආහාරය' ද වැදගත් වන සාධකයකි. එනිසා ආහාර සකස් කරගැනීම සඳහා ම වෙන් කරගත් ස්ථානයක් අවශ්‍ය බවත් එය පිහිටි පොළවට වඩා මදක් ඉහළින් උස් බිමක සකස් කළ යුතු බවත් බුදු රජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ සේක. එමෙන් ම සතුන්, රොඩු, දුහුවිලි ආදිය ආහාරවලට වැටීම වැළැක්වීම සඳහා ළිප්වලට ඉහළින් වියනක් බැඳිය යුතු බවත් දක්වා ඇත.<sup>21</sup> ගැමි නිවෙස්වල මෙය තවමත් 'දුම් මැස්ස' නමින් භාවිත වෙයි. බුදු රජාණන් වහන්සේ එහි වැදගත්කම පෙන්වා දුන්නේ සෞඛ්‍යාරක්ෂිත ව පිරිසුදු ව ආහාර සකස් කරගැනීමට ද මඟ පෙන්වමිනි.

එමෙන් ම ජීවයේ පදනම වන ජලයෙහි පවිත්‍රතාව ද මිනිසාට බෙහෙවින් වැදගත් වේ. සේනාසනයක ජලය භාවිත කළ යුතු ආකාරය පිළිබඳ ව ලබාදී ඇති උවදෙස් අනුව පැහැදිලි වන්නේ රෝග නිවාරණයටත්, රෝගවලින් වැළැකීමටත් එය කොතරම් වැදගත් ද යන්න යි. වාසස්ථානයක ජලය එක් රැස් කර තැබීම සඳහා පැන් හලක් වෙත ම සකස් කළ යුතු බවත් එය ද පොළව පිහිටි බිමට වඩා

තරමක් ඉහළින් සකස් කළ යුතු බවත් ,ආරක්‍ෂාකාරී වහලක්, වියනක් හා ශක්තිමත් බිත්ති සහිත ව පැන් හල සකස් කළ යුතු බවත් සඳහන් කොට ඇත.<sup>22</sup>

එපමණක් ද නො ව තමන් ජීවත් වන ස්ථානයේ ආරක්‍ෂාව සඳහා තාප්පයක් හෝ පවුරක් ගඩොළු, ගලෙන් හෝ දඬුවලින් සකස් කළ යුතු බව ද බුදු රජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ සේක.<sup>23</sup> එය වාසස්ථානයක පවිත්‍රභාවය, සෞඛ්‍ය සම්පන්නභාවය සඳහා ඍජු ව ම බලපායි. වර්තමානයේ ඩෙංගු, බරවා, වෛරස් රෝග මෙන් ම විවිධ වසංගත උවදුරු ආදිය ඇති වී තිබෙන්නේ අපවිත්‍ර පරිසරය හේතුවෙනි. එබැවින් වාසස්ථානය පමණක් නො ව එයින් පිටත ප්‍රදේශය පිළිබඳ ව නිරන්තරයෙන් සැලැකිලිමත් වීම අත්‍යවශ්‍ය ය. ඒ නිසා මිදුල හා අවට පරිසරය පිරිසුදු ව තබාගත යුතු ය. ඒ සඳහා මිදුලෙහි හා ඒ අවට බොරළු විසුරුවා, මඩ වීමත් කුණු දූවිලි රැදීමත් වැළැක්විය යුතු බව බුද්ධෝපදේශය යි.<sup>24</sup> එමෙන් ම මිදුලෙහි ජලය රැදීම වළක්වාලීම සඳහා ගල් පුවරු ඇතිරිය යුතු බව ද සොරොව්වක් බැඳිය යුතු බව ද සඳහන් කොට ඇත.<sup>25</sup>

**සමාලෝචනය**

පුද්ගලයාගේ සෞඛ්‍යාරක්‍ෂාව උදෙසා වාසස්ථානයෙන් ලැබෙන්නේ මහඟු දායකත්වයකි. වාසස්ථානයේ දී සීතල, උෂ්ණය, සුළඟ, අවිච ආදියෙන් ආරක්‍ෂා වීමට හැකි ය. එමෙන් ම ලේ උරා බොන මැසි මදුරු ආදි සතුන්ගෙන් මෙන් ම විෂ දළ සහිත සතුන්ගේ ස්පර්ශවලින් ද වැළැකිය හැකි ය. දෝෂ සහිත ඍතුවලින් ආරක්‍ෂා වීමට ද වාසස්ථානයක් අවශ්‍ය ය. එමෙන් ම අරමුණු විසිරෙන සිත ඒකාග්‍ර කරගැනීමට ද වාසස්ථානය වැදගත් ය. එබැවින් කායික මෙන් ම මානසික වශයෙන් ද යහපත්, නිරෝගී, ධාර්මික ජීවිතයක් ගොඩනගාගැනීමට වාසස්ථානයක වැදගත්කම කොතෙක් දැ යි කියා නිම කළ නො හැකි තරම් ය. බුදු රජාණන් වහන්සේ ඒ පිළිබඳ මනා අවබෝධයෙන් මීට වසර දෙ දහස් පන් සියයකටත් පෙර හික්කුන් වහන්සේලා වෙත ලබා දුන් උවදෙස්වලින් අල්පයක් සේනාසනක්ඛන්ධකය ඇසුරින් මෙහි දක්වන ලදී. ඒ උවදෙස් සර්ව කාලීන අගයෙන් පිරිපුන් ප්‍රායෝගික උවදෙස් බව ද නො රහසකි.

නිරෝගීමත් ජීවිතයකට වැදැගත් වන සාධකයක් වන වාසස්ථානය පිළිබඳ ව ඇතැමුන්ගේ අවධානය මඳ බව ද පෙනේ. එහෙත් සෞඛ්‍යවත් ජීවිතයකට එහි ඇති උපයෝගීතාව ඉහත උවදෙස්වලින් පවා මොනවට ගම්‍යමාන වේ.

**ආන්තික සටහන්**

<sup>1</sup> සුන්තනිපාතය, මංගල සූත්‍රය, පි.80

<sup>2</sup> එම

<sup>3</sup> "අනුජානාමි හික්ඛවෙ පඤ්ච ලෙනානි, විහාරං අඛිඞ්ගෝගං පාසාදං හමිමීයං ගුහානි" -චුල්ලවග්ගපාලි 2, සේනාසනක්ඛ්‍යකය, පි.120

<sup>4</sup> "සීහං උණහං පටිහන්ති තතො වාලමීගානි ච සිරිංසපෙ ච මකසෙ සිසිරෙ වාපි චූට්ඨියො තතෙ වාතාතපො සොරො සඤ්ජානො පටිහඤ්ඤති ලෙනඤ්ඤව සුඛඤ්ඤව ක්කායිකුං ච විපස්සිකුං" - චුල්ලවග්ගපාලි 2, සේනාසනක්ඛ්‍යකය, පි.130

<sup>5</sup> එම, පි.166

<sup>6</sup> එම, පි.146

<sup>7</sup> "අනුජානාමි හික්ඛවෙ විනිකුං තයො චයෙ ඉට්ඨකාවයං සිලාවයං දාරුචයන්ති" - චුල්ලවග්ගපාලි 2, සේනාසනක්ඛ්‍යකය, පි.150

<sup>8</sup> එම, පි.132

<sup>9</sup> එම, පි.134

<sup>10</sup> එම

<sup>11</sup> එම

<sup>12</sup> එම, පි.140

<sup>13</sup> "අනුජානාමි හික්ඛවෙ විනානන්ති" - චුල්ලවග්ගපාලි 2, සේනාසනක්ඛ්‍යකය, පි.148

<sup>14</sup> එම

<sup>15</sup> එම, පි.150

<sup>16</sup> එම, පි.218

<sup>17</sup> එම, පි.220, 222

<sup>18</sup> "අනුජානාමි හික්ඛවෙ බේලමල්ලකන්ති" - චුල්ලවග්ගපාලි 2, සේනාසනක්ඛ්‍යකය, පි.220

“අනුජානාමි හික්ඛවෙ මාලාකම්මං, ලතාකම්මං, මකරදන්තං,  
පඤ්චපච්චිකන්ති” - චුල්ලවග්ගපාලි 2, සේනාසනක්ඛන්ධකය

<sup>19</sup> එම, පි.146

<sup>20</sup> එම, පි.150

<sup>21</sup> එම, පි.154

<sup>22</sup> එම, පි.150, 152

<sup>23</sup> “අනුජානාමි හික්ඛවෙ පරික්ඛිපිතුං තයො පාකාරො” - චුල්ලවග්ගපාලි 2,  
සේනාසනක්ඛන්ධකය, පි.152

<sup>24</sup> එම, පි.152

<sup>25</sup> එම, පි.154, 156

### මූලාශ්‍රය නාමාවලිය

චුල්ලවග්ගපාලි 2, 2006, බුද්ධ ජයන්ති මුද්‍රණය  
සුන්නනිපාතය, 2006, බුද්ධ ජයන්ති මුද්‍රණය