

ආයුර්වේද වෛද්‍ය ක්‍රමය සංරක්ෂණයට පිටිවහලක් වෙත පිරිත් පොත

අලහේනේගම සුමරතන හිමි

ආයුර්වේද වෛද්‍යශාස්ත්‍රයට ලෝකයේ දීර්ඝ නාලික ඉතිහාසක් පවතියි. මිනිසාගේ කායික, මානසික නිරෝගී භාවය ආරක්ෂා කර ගැනීම සඳහා එයින් ඉමහත් සේවයක් ඉටුවී ඇත. එසේම සතුන්ගේ නිරෝගීබව රැක ගැනීමට ද එයින් එදා මෙත් ම අදත් සිදුවන්නේ මහත් සෙතකි. චතුර්වේදයට අනුව මිනිසාගේ විමුක්තියට හේතුවන කායික-මානසික යම් යම් සුභ සහන සලසා ගැනීමේදී ආයුර්වේදයෙන් ඉටු වන්නේ සුවිසල් කාර්යභාරයකි. බුදුදහමට අනුව හි පරම නිෂ්ඨාව වූ නිවන ලබා ගැනීමේ දී වුව ද බෙහෙවින් එය පහසු වන්නේ පුද්ගලයාගේ කය හා මනස හදන බෞද්ධායුර්වේද බෙහෙත් තුළිනි.

ආයුර්වේදය පිළිබඳව ස්වකීය කෘතියෙහි අර්ථ කථනය කරන මහාචාර්ය සුමනපාල ගල්මංගොඩ මහතා මෙසේ සඳහන් කරයි.

"ආයුර්වේදය යනු ජීවිතය පිළිබඳ විග්‍රහ කෙරෙන විද්‍යාවයි"¹ තවත් අවස්ථාවක මෙසේ උපුටනයක දැක්වේ.

"වර්තමානයේදී මෙන්ම අනාගතයේ දී ද ආයුෂයට හිතකර හා අහිතකර දේ දක්වයි"²

ශ්‍රී ලංකාවේ ආයුර්වේද ඉතිහාසය යන ග්‍රන්ථයේ මෙසේ සඳහන් වේ.

"ජීවිතාර්ථවාචී ආයුෂ්‍ය යන්න කෙරෙන් පරව විඥානාර්ථවාචී විද් ධාතු වෙන් හිනන් වේද යන්න එක්ව ආයුර්වේද යන වචනය

සෑදේ. මෙහි ගැබ් වී ඇත්තේ නිරෝගීව දිගු කලක් ජීවත්වීම පිළිබඳ විද්‍යාවය යන අර්ථයයි."³

ආයුර්වේදය යනු කුමක්දැයි තව දුරටත් පැහැදිලි කරන ගල්මංගොඩ මහතා, උපුටනයක්ද තුළින් ආයුර් සහ වේද යන්න මෙසේ පැහැදිලි කරයි.

"ආයුර් -ආයුෂය, "වේද" ඥානය යනුවෙන් අර්ථ කථනය කළ හැකි ආයුර්වේද යන වචනයෙන් "ජීවිතය පිළිබඳ විද්‍යාව" යන පොදු අදහස ගම්‍යමාන වේ." යනුවෙනි. හගවත් රාමී ගුප්තගේ කෘතියෙහි මෙසේ සඳහන් වෙයි. "ආයුෂය සම්බන්ධ යම් බදු ඥානයක් එහි හිත, හිත අනුව පැහැදිලි කිරීමේ සාධන වෙයිද, එය ආයුර්වේද ශාස්ත්‍රය නැතහොත් විඥානයයි."⁴

එදා මෙදා තෙක් එනම් ඇත අතීතයේ සිට ම විවිධ විෂයයන් හා බැඳෙමින් ආයුර්වේදයෙන් මනනුෂ්‍යයාටත්, සතුන්ටත්, අමතර වශයෙන් පරිසරයට සම්බන්ධ වූ ගස්වැල්වලටත් සුවිසල් උපකාරයක් සිදු විය. බෞද්ධාගමට අයත් ත්‍රිපිටකය සුපරික්‍ෂාකාරීව දර්ශනය කල විට පොදුවේ ලෙඩ රෝග පිළිබඳවත් සඳහන් වෙයි. එයින් විනය පිටකයට අයත් මහාවග්ගපාලියෙහි "හෙසජ්ඣාකක්ඛන්ධක" නමින් දැක්වෙන බන්ධකයෙහි රෝග පිළිබඳවත් බෙහෙත් පිළිබඳවත් අන්තර්ගත වෙයි.⁵

මෙහි ආයුර්වේදයෙහි සඳහන් වෙන මී පැණි, උක්සකුරු, ගිතෙල් වෙඩරු, තලතෙල්, කොහොඹ කසට, දුම්මැල්ලකසට ආදී බෙහෙත් වර්ග සඳහන් වෙයි.

බෞද්ධයන් නිතර ම පරිශීලනය කරන, ත්‍රිපිටකයට සම්බන්ධ වන පිරිත් පොත ආයුර්වේදය සංරක්ෂණයට ඉමහත් පිටිවහලක් වෙමින්, බෙහෙවින් කායික මානසික බෙහෙත් බවට පත් වන ආකාරය අතීතයින් ම ප්‍රබලය. එකේ සිට හතර දක්වා පිරිත් පොතට අයත් බණවර හතරෙන් (චතුර්‍භාණවරපාලයෙන්) සෑම පිරිත් බණවරකින් ම පහේ පුද්ගලටයෙකුගේ කායික හෝ

මානසික රෝගයකට ප්‍රථිකාර ලැබෙයි. සැබවින්ම ආයුර්වේදය හා සසඳා බලන විට එයින් කායික වශයෙන් වගේම මානසික වශයෙන් ද රෝගියෙකු සනසන ක්‍රම කීපයක් භාවිතයට ගැනෙයි. පිරිත් ධර්මය දේශනා කිරීම සඳහා සැදහැති ගිහිපින්වතුන් විසින් මහා සංඝරත්නයට ආරාධනා කරන ගාථාවන්හි ද එක් අරමුණක් වන්නේ

සබ්බරෝග විනාසාය - පරිත්තං බුදුන මංගලම්
(සියලු රෝග විනාශය කිරීම සඳහා පිරිත් දෙශනා කරන සේකවා.)

යනුවෙන් ලෙඩ රෝග සුව කර ගැනීම සඳහා ද පරික්‍රමණ ධර්ම දේශනා කරන ලෙසය.

ආයුර්වේද වෛද්‍ය ක්‍රමයද සුරක්‍ෂිත වෙන රෝග හා බෙහෙත් ක්‍රම කිහිපයක් පිරිත් පොතෙන් ගෙන හැර දක්වයි.

සර්පයන් දෂ්ට කිරීමෙන් වැළකීම

බිඬු පරිත්ත සුත්‍රයේ පහත සඳහන් පිරිත් ගාථා සැදහැ සිහින් තෙරුවන් ගුණ සිහිපත් කිරීමෙන් සප්තධායනා කිරීමෙන් සර්පයන් ගරුඬන් වැනි සතුන් දෂ්ට කිරීමෙන් වළකින බව සඳහන් වේ.

- වීරූපක්ඛෙහි මෙ මෙත්තං - මෙත්තං ඵරාපට්ඨමේ
- ජබ්‍යාපුත්තෙහි මෙ මෙත්තං- මෙත්තං කණ්භා ගොතමකෙහිව
- අපාද කෙහිමෙ මෙත්තං - මෙත්තං දිපාදකෙහි මෙ
- චතුප්පදෙහිමෙ මෙත්තං - මෙත්තං බහුප්පදෙහිමෙ
- මාමං අපාදකො හිංසි - මාමංහිංසි දිපාදකො
- මාමං චතුප්පදො හිංසි - මාමං හිංසි බහුප්පදො
- සබ්බෙ සත්තා සබ්බෙ පාණා - සබ්බෙ භුතා ච කෙවලා
- සබ්බෙ භද්‍රානි පස්සන්තු - මා කක්ඛ්චි පාපමා ගමා
- අප්පමාණො බුද්ධො - අප්පමාණෝ ධම්මො

අප්පමාණො සංඝො - පමාණ වන්තානි සිරිං සපානි
අභිච්චිකා සතපදී - උණ්ණා නාහි සරඬු මුසිකා
කතා මේ රක්කා කතාමේ පරිත්තා පටික්කමන්තු භුතානි
සොහං නමො භගවතො නමෝ සත්තන්තං සම්මා සම්බුද්ධානන්ති⁶

(මාගේ මෙමන්ත්‍රීය විරූපාක්‍ෂ, ඵරාපට්, ජබ්‍යාපුත්ත, බණ්භාගෝත්තමක නම් සර්ප කුලයන් කෙරෙහිය) මාගේ මෙමන්ත්‍රීය පා නැති නයි, පිඹුරු, පොළොං ආදී දීර්ඝ ජාතීන් හාය. හස්ති, අශ්ව, ගෝ මහිෂා දී සිවුපා සත්වයන් හාය. පත්තෑ, ගෝණුසු ආදී බොහෝ පා ඇති සත්වයන් හාය.

පා නැති සත්වයෙක් මා නොපෙළාවා, දෙපා ඇති සත්වයෙක් ම නොපෙළාවා සිවුපා ඇති සතෙක් මා නොපෙළාවා, බොහෝ පා ඇති සතෙක් මා නොපෙළාවා.

සතහු, ප්‍රාණීහු, භූත යන හැම දෙන යහපතක් ම දකිත්වා. මේ කිසිවෙකු කරාත් දුකක් නො පැමිණේවා.

බුද්ධ රත්නය, ධම්මරත්නය, සංඝරත්නය යන රත්නයන්හි ගුණ අප්‍රමාණය සර්ප, ගෝනුසු, බහු පා, මකුළු, සිකනල්ලු, මීයෝ යන අය ප්‍රාණවත්ය.

තෙරුවන් ගුණ සිහි කිරීමෙනුදු මා විසින් ආරක්‍ෂාව කරන ලද්දීය. මා විසින් පරිත්‍රාණයෝ කරන ලද්දාහුය. අහිත අදහස් ඇති සත්වයෝ ඉවත් වෙත්වා මා නො වෙහෙසන්වා.

මම භාග්‍යවතුන් වහන්සේට වඳිමි. සත් බුදුවරයන්ට ද නමස්කාර කරමි.

විවිධ කායික රෝග වලට ගිරිමානන්ද සූත්‍රය

ඇස්, කන්, නාසය, හිස, මුඛ, දත්, පිනස, උණ, බඩ, අතීසාර කුෂ්ට, ගඩු, කබර, ක්‍ෂය, අපස්මාර දද, කඩුවේග, පිළිකා හගන්දරා, ආදී විවිධ වූ කායිකව හටගන්නා රෝග සඳහා පිරිත් පොතේ එන ගිරිමානන්ද නම් සූත්‍රය බුද්ධකාලයේ සිට ම නියම වී තිබේ. වර්තමානයේ ද උක්ත කුමන අසනීපයකින් පෙළුනත් රෝගීන්ට හික්‍ෂුන් වහන්සේලා ගිරිමානන්ද සූත්‍රය දේශනා කරති.

“ඵවං මෙ සුතං එකං සමයං භගවා සාවත්ථීයං..... අථබො ආයස්මතෝ ගිරිමානන්දස්ස ඉමා දසසඤ්ඤා සුත්වා සෝ ආබාධො ධානසො පටිප්පස්සමිහි වුට්ඨාහිවායස්මා ගිරිමානන්දො තම්භා ආබාධා තථා පහිනොව පනායස්මතො ගිරිමානන්දස්ස සො ආබාධො අහොසීති.”⁷

(ඉක්බිති මේ දස සංඥා අසා ආයුෂ්මත් ගිරිමානන්ද හික්‍ෂුවගේ ඵ ආබාධය වහා සංසිදුනේය.

සන්ති දහ අටෙන් එකක් හෝ හැඳුණු විට ධජග්ග සූත්‍රයේ පිරිත් පාඨ තුළින් සනීප කිරීම

උක්ත සන්ති 18න් එකක් කාන්තාවකට හෝ පුරුෂයෙකුට වැළඳුණු අවස්ථාවක පිරිත් පොතේ ධජග්ග සූත්‍රයේ එන පහත සඳහන් පාඨය නූල් හත් පොටක් එකට ගෙන ගැට හතක් ගසා 108 වරක් මතුරා රෝගියගේ අතක ගැටගසන්න. ඕනෑම සන්තියක් සුවවෙයි.⁸

“සවෙ මාරිසා දෙවානං සංගාමගතානං උප්පජ්ජෙය්‍ය භයං වා ඡම්භිතත්තංවා, ලොමභංසොවා මමෙව තස්මිං සමයේ ධජග්ගං උල්ලොකයනං යං භවිස්සති භයං වා ඡම්භිතත්තං වා ලොමභංසොවා සො පහිස්සති.

නොවෙ මෙ ධජග්ගං උල්ලොකෙය්‍යාථ, අථ පජාපතිස්සති වො දෙවරාජස්ස ධජග්ගං උල්ලොකයනං යං භවිස්සති භයං වා ඡම්භිතත්තංවා ලොමභංසොවා සො පහිස්සති.

නො වෙ වරුණස්ස දෙවරාජස්ස ධජග්ගං උල්ලොකෙය්‍යාථ, අථ ඊසානස්ස දෙවරාජස්ස ධජග්ගං උල්ලොකෙය්‍යාථ, ඊසානස්ස හි වො දෙවරාජස්ස ධජග්ගං උල්ලොකයනං යං භවිස්සති භයං වා ඡම්භිතත්තංවා ලොමභංසොවා සො පහිස්සති.”⁹

(මංගල රතන, කරණිය මෙත්ත සූත්‍රවලින් ද ආයුර්වේද වෛද්‍ය ක්‍රමයට බර බෙහෙත් සඳහා සෑම ගාථාවක් ම උපයෝගී වේ. එහෙත් ඒවායින් කිහිපයක් පමණක් මෙහි දක්වමි.)

ගවයන්ගේ වණ තුවාල සුවයට ධජග්ග පිරිත

ගව හරකුන්ගේ ශරීරයේ තුවාල ඇතිවීම, වන ඇතිවීම් ආදියට අළුභස්ම) ස්වල්පයක් ගෙන 108 වරක් පහත සඳහන් ධජග්ග සූත්‍රපාටයෙන් මතුරා ඉසින්න. වණතුවාලවල පණුවන් ආදිය සිටිත් නම් ඔවුහු විනාශ භාවයට පත් වෙති.¹⁰

“සක්කො හික්ඛවෙ දේවා නමිත්දො අචීතරාගො, අචීතදොසො, අචීතමොහො හීරුව්ඡමිහි උත්‍රාසි පලායීති.”

“අභංච බො හික්ඛවෙ ඵවං වදාමි, සවෙ තුම්භාකං හික්ඛවෙ අරඤ්ඤගතානංවා රුක්ඛ මූල ගතානංවා, සුඤ්ඤාගාර ගතානංවා උප්පජ්ජෙය්‍ය භයංවා වා ඡම්භිතත්තංවා ලොමභංසොවා මමෙව තස්මිං සමයෙ අනුස්සරෙය්‍යාථ.”¹¹

ගවයන්ගේ ගෙඩිවලට මැතිරීම

ගවහරකුන්ගේ සිරුරේ ගෙඩි සෑදී ඇත්නම් පහත දැක්වෙන ධජග්ග පිරිත් පාඨයෙන් අළු 108 වරක් මතුරා ඉසින්න. ගෙඩි සුව වෙයි.¹²

සංඝ හි වො හික්ඛවෙ අනුස්සරතං යං භවිස්සති භයංවා ඡම්භිතත්තංවා ලොමභංසොවා සො පහිස්සති”¹³

බඩේ රුදාවට මංගල සූත්‍රයෙන් ගාථාවක්

කෙනෙකුට බඩේ රුදාවක් (කැක්කුමක්) හැඳුණු විට ජලය ස්වල්පයක් බඳුනකට ගෙන මංගල සත්‍රයේ එන පහත දැක්වෙන ගාථා දෙකෙන් 108 වරක් පිරිත් කර බීමට දෙන්න. බඩේ අමාරුව සුව වෙයි.¹⁴

අසෙවනාව බාලානං - පණ්ඩිතානංව සෙවනා
පූජා ච පූජනියානං - ඒතං මංගල මුත්තමං

පතිරූපදේස වාසොච - පුබ්බේච කත පුඤ්ඤතා
අත්ත සම්මා පණ්ඩිච - එතං මංගල මුත්තමං¹⁵

සම්මුඛ පරීක්ෂණ නඩුභබ ජය ගැනීමට නම්

සම්මුඛ පරීක්ෂණ හා නඩුභබ ආදියෙන් ජය ගැනීමට මංගල සූත්‍රයේ අන්තර්ගත පහත ඇති ගාථා තුන පුස්කොළයක (තල් කොළයක) ලියා දහස් වරක් මතුරා (පිරිත් කර) තබා ගෙන සම්මුඛ පරීක්ෂණයට හෝ නඩුවට යන්න. යුක්තිය දිනයි. සම්මුඛ පරීක්ෂණයෙන් ජය ලබයි.¹⁶

දානංව ධම්ම වරියාව - ඤාතකානඤ්ච සංගහො
අනවජ්ජාති කම්මාති - එතං මංගල මුත්තමං

ආරති විරති පාපා - මජ්ජපානාව සඤ්ඤමො
අප්පමාදොච ධම්මෙසු - එතං මංගල මුත්තමං

ගාරවොච නිවාතොච - සන්තුට්ඨිච කතඤ්ඤතා
කාලෙන ධම්ම සවණං - එතං මංගල මුත්තමං¹⁷

බාලගිරි දෝෂයට (පොඩි දරුවන්ගේ නිතර හැඩීමට රනන සූත්‍රයෙන් ගාථාවක්

ගෙදරවල්වල කුඩා දරුවන් නිතර නිතර ම හඩන විට කථා නොකර (කෙමක් ලෙස) ලිපෙන් අළු ස්වල්පයක් ගෙන පිරිත්පොතේ රනනසූත්‍රයේ එන පහත සඳහන් ගාථාවෙන් 108 වරක් පිරිත් කර (මතුරා) අඩන අවස්ථාවේ දරුවාගේ තලලේ (අළු වලින්) තිලකයක් තබන්න. සුවවේ.¹⁸

යං කිඤ්චි විත්තං ඉධවාහුරං වා
සග්ගෙසුවායං රනන පණිතං
නනො සමං අත්ථී තථාගතෙන
ඉදම්පි බුද්ධෙ රනනං පණිතං
එතෙන සච්චෙන සුවත්ථී හොතු¹⁹

වා, පිත්, සෙම් යන තුන් දොස් කිපීමට තවත් රනන සූත්‍ර ගාථාවක්

ඉහත සඳහන් තුන් දෝෂයෙන් එකක් හෝ සැඳුණු විට එක නැට්ටේ පලගත් දෙහි ගෙඩි තුනක් පහත එන රනන සූත්‍ර ගාථාවෙන් මතුරා එයින්ම දෙහි කැපූ විට ගුණ වෙයි.²⁰

යෙ පුග්ගලා අට්ඨ සතං පසත්ථා
චත්තාරි එතාති යුගාති හොන්ති
තෙදක්ඛිණෙය්‍යා සුගතස්ස සාවකා
එතෙසු දින්නාති මහජ්ඵලාති
ඉදම්පි සංසෙ රනනං පණිතං
එතෙන සච්චෙන සුවත්ථී හොතු²¹

බෝවෙන රෝග සඳහා රනන සූත්‍ර පිරිත් ගාථාවක්

පුද්ගලයන්ට වැළඳෙන බෝවන රෝග, වහා පැතිරී යන වසංගත රෝග ආදියට රනන සූත්‍රයේ ඇතුළත් වෙන පහත සඳහන් පිරිත් ගාථාව කුරුමිණියන් විසින් කත ලද තල්පතක ලියා 108 වරක් එම ගාථාවෙන් මතුරා ලෙඩාගේ ඉනේ තබා ගැනීමට දෙන්න. රෝගියා වහා සුව වේ.²²

යෙසුප්පයුක්තා මනසා දළ්හේන
 නික්කාමිනො ගොතම සාසනමිහි
 තෙපත්ති පත්තා අමතං විගය්හ
 ලද්ධා මුදා නිබ්බුතිං භුඤ්ජමානා
 ඉදම්පි සංසෙ රතනං පණීතං
 එතෙන සචචෙන සුවත්ථි හොතු²³

ඇඟපත ශරීර ලක්ෂණ ශ්‍රියාව වර්ධනය කර ගැනීමට නම්, රතන සූත්‍රයේ සඳහන් පහත සඳහන් ගාථාව

කෙනෙකුගේ ශරීර ලක්ෂණ පැහැපත් වී ශ්‍රියාව ඇති වීමට නම් රතන සූත්‍රයේ අඩංගු පහත සඳහන් ගාථාවෙන් මී තෙල් ස්වල්පයක් ගෙන මතුරා (පිරිත් කර) එම අවශ්‍ය කරන පුද්ගලයාගේ සිරුරෙහි තවරන්න. සිරුර හැඩ වී පැහැපත් වී ශ්‍රියාව උදා වේ.²⁴

යෙ අරිය සච්චානි විභාවයන්ති
 ගම්හිර පඤ්ඤෙන සුදෙසිතානි
 කිඤ්චාපිතෙ හොන්ති භුසප්පමත්තා
 නතෙ භවං අථිඨමං ආදියන්ති
 ඉදම්පි සංසෙ රතනං පණීතං
 එතෙන සචචෙන සුවත්ථි හොතු²⁵

හිසකෙස් උදුගොච්චා කෑම වැළකවීමට කරණිය මෙන්ත සූත්‍රයේ ගාථා තුනක්

ස්ත්‍රියකගේ හෝ පුරුෂයෙකුගේ හිස කෙස් උදුගොච්චන් කා කෙස් ඉවත් වී තිබේයි නම් තෙල් ස්වල්පයක් ගෙන 108 වරක් පහත දැක්වෙන ගාථාවෙන් මතුරා කෙස් නැති තැන්වල ගෑමෙන් සුව වේ.²⁶

කරණිය මත්ථ කුසලෙන
 යන්තං සන්තං පදං අභිසමෙච්ච

සක්කො උජුච සුජුච
 සුවචො වස්ස මුදු අනතිමානි
 සන්තුස්ස කොච සුභරො ච
 අප්ප කිචචොච නිපකොච
 අප්ප ගඛිභො කුලෙසු අනනුගිද්ධො

නච බුද්දං සමාවරෙ කිඤ්චි
 යෙන විඤ්ඤු පරේ උපචදෙය්‍යුං
 සුඛිනොචා ඛෙමිනො හොන්තු
 සඛිඛෙ සත්තා භවන්තු සුඛිතත්තා.²⁷

මෙසේ පොදුවේ සලකන කල පිරිත් පොතේ එන පාඨ හෝ එක ගාථා පදයකු දු ඉවත් කළ නො හැක. පුද්ගලයෙකුගේ කායික හෝ මානසික සැණසිල්ලට හේතුභූත වන බවට බෞද්ධයන් පමණක් නොව ඇතැම් අබෞද්ධයන් පවා පිළිගනිති. උක්ත කරුණු අනුව ආයුර්වේද වෛද්‍ය ක්‍රමය සංරක්ෂණය සඳහා බෞද්ධායුර්වේදයට ද සම්බන්ධතා දක්වමින් පිරිත් පොත අතිශයින් පිටිවහලක් වෙයි.

ආන්තික සටහන්

1. ගල්මංගොඩ සුමනපාල, "ආයුර්වේද අධ්‍යයන" ගම්පහ වික්‍රමාරච්චි ආයුර්වේද ආයතනය, කැලණිය විශ්වවිද්‍යාලය, යක්කල, 2003, 17 පිටුව.
2. එම 4. ව.සු. 1. 17 පිට.
3. සිරිසේන මංජුල රුවන්, ශ්‍රී ලංකාවේ ආයුර්වේද ඉතිහාසය මුද්‍රණය, දළුගම, කැලණිය, 1998, පෙරවදන 2 පිටු.
4. මහාවාර්ච්ච රාම ගුප්තගේ ආයුර්වේදයේ ප්‍රාමාණික ඉතිහාසය පරිවර්තක :- හිරිපිටියේ පඤ්ඤාකිත්ති හිමි, එස්. ගොඩගේ සහ පුත්‍රයෝ, කොළඹ 10, 2003, 01 පිටුව.
5. මහාවග්ගපාලි 2 භාගය, බුද්ධජයන්ති ත්‍රිපිටක, ග්‍රන්ථමාලා 4, පුනර් මුද්‍රණය, හෙසප්ප්කන්ධක බෞද්ධ සංස්කෘතික මධ්‍යස්ථානය, නැදීමාල, දෙහිවල 2005 (බු.ව. 2549) 520-895 පිටු.

6. "පාලි-සිංහල පිරිත් පොත" 3 මුද්‍රණය, සම්පාදිත කිරිවත්තුඩුවේ ප්‍රඥාසාර හිමි තිලක් මුද්‍රණාලය, පන්නිපිටිය, 1963, 101 පිටුව.
7. එම. 169-180 පිටු.
8. සම්බුදු ශාන්ති ක්‍රම සම්පාදක:- කැලණියේ ඤාණසිරි හිමි, සම්බුදු මග පදනම ප්‍රකාශය, 2005, 10 පිටුව.
9. "පාලි-සිංහල පිරිත් පොත" 138-139 පිටු.
10. "සම්බුදු ශාන්ති ක්‍රම" 11 පිටුව.
11. "පාලි-සිංහල පිරිත් පොත" 140 පිටුව.
12. "සම්බුදු ශාන්ති ක්‍රම" 11 පිටුව.
13. "පාලි-සිංහල පිරිත් පොත" 142 පිටුව.
14. "සම්බුදු ශාන්ති ක්‍රම" 03 පිටුව.
15. "පාලි-සිංහල පිරිත් පොත" 48 පිටුව 2 ගාථාව.
16. "සම්බුදු ශාන්ති ක්‍රම" 04 පිටුව.
17. "පාලි-සිංහල පිරිත් පොත" 49 පිටුව.
18. "සම්බුදු ශාන්ති ක්‍රම" 05 පිටුව.
19. "පාලි-සිංහල පිරිත් පොත" 56 පිටුව 3 ගාථාව.
20. "සම්බුදු ශාන්ති ක්‍රම" 06 පිටුව.
21. "පාලි-සිංහල පිරිත් පොත" 57-58 පිටු. 6ගාථාව.
22. "සම්බුදු ශාන්ති ක්‍රම" 07 පිටුව.
23. "පාලි-සිංහල පිරිත් පොත" 58 පිටුව, 07 ගාථාව.
24. "සම්බුදු ශාන්ති ක්‍රම" 7 පිටුව.
25. "පාලි-සිංහල පිරිත් පොත" 59 පිටුව, 09 ගාථාව.
26. "සම්බුදු ශාන්ති ක්‍රම" 12 පිටුව.
27. "පාලි-සිංහල පිරිත් පොත" 80-81 පිටු 1-3 ගාථාව.