

भारतीय ज्ञान परंपरेत पाली साहित्यातील सल्ल सुत्तः स्थान व महत्व

संशोधकः विधिशा विनय ढोके

सारांशः

भारतीय ज्ञान परंपरा हि जगातील सर्वात प्राचीन आणि समृद्ध परंपरांपैकी एक आहे. या परंपरेत केवळ आध्यात्मिक उन्नतीचाच विचार केला गेलेला नाही, तर मानवी दुःखाचे स्वरूप, त्याची कारणे आणि त्यातून मुक्त होण्याचे व्यावहारिक मार्ग यांचाही सखोल ऊहापोह करण्यात आला आहे. पाली साहित्य, विशेषतः 'सुत्तपिटक' हे या परंपरेतील एक महत्वपूर्ण दालन आहे. भगवान बुद्धाच्या शिकवणुकीत मानवी मानसिकतेचे जे सूक्ष्म विश्लेषण आढळते, त्याचे एक उत्कृष्ट उदाहरण म्हणजे 'सल्ल सुत्त' आहे. मानवी अस्तित्व हे सर्वत्र शारीरिक आणि मानसिक दुःखाच्या अनुभवांनी व्यापले आहे. आधुनिक मानसशास्त्रातील प्रगती विविध उपचारात्मक दृष्टिकोण प्रदान करते, तर प्राचीन भारतीय परंपरा मानसिक कल्याण जोपासण्यासाठी पद्धतींचा समृद्ध काळ-चाचणी केलेला संग्रह प्रदान करतात. या प्राचीन ज्ञानाचे केंद्रबिंदू म्हणजे शारीरिक किंवा भावनिक वेदानेला आपला प्रतिसाद अनेकदा मानसिक वेदनांचा (दुःख, विलाप, निराशा) दुय्यम थर निर्माण करतो हे समजून घेणे. पाली साहित्यातील एक महत्वाचा ग्रंथ 'सुत्तनिपात' मधील सल्ल सुत्त या परिस्थितिला तोंड देण्यासाठी एक शक्तिशाली आणि व्यवहारिक उपमा देते. भगवान बुद्ध स्पष्ट करतात कि या अज्ञानी जगाला दुःखाचा आघात झाल्यावर दोन प्रकारच्या वेदना होतात, जसे दोन बाण मारले जावेत; एक शारीरिक, दुसरा मानसिक. याउलट सुशिक्षित मनुष्याला फक्त शारीरिक वेदना होतात; कारण त्याने मानसिक प्रतिक्रियेपासून प्राथमिक संवेदना वेगळे करायला शिकले आहे. प्रतिक्रिया न देण्याची आणि अलिप्त राहण्याची ही क्षमता हि दुःखाच्या पलीकडे जाण्याच्या शिकवणीचा एक आधारस्तंभ आहे. सल्ल सुत्ताची अशी तात्विक खोली असूनही, आधुनिक मानसिक समजूतीला पूरक ठरू शकणारी पद्धतशीर भारतीय ज्ञान परंपरेचा दृष्टिकोण म्हणून समकालीन मानसिक आरोग्य व्यवस्थापनासाठी त्याची विशिष्ट यंत्रणा आणि व्यावहारिक प्रासंगिकता अनेकदा कमी शोधली जाते. दुःखामुळे होणाऱ्या वेदना व्यवस्थापनासाठी सल्ल सुत्ताची तत्वे कशी महत्वाची आहे याचे परीक्षण करून हा पेपर सुत्ताचे स्थान भारतीय ज्ञान परंपरेत व्यक्त करतो. या संशोधनाचा युक्तिवाद हा मानवी जीवनाचा अनित्यतेचा, मानसिक संयम जोपासनेबद्दल आणि स्वतःहून ओढलेल्या दुःखापासून मुक्तीची स्थिति प्राप्त करण्यासाठी कायमस्वरूपी उपयुक्तता दर्शविले.

मुख्य शब्द :

भारतीय ज्ञान परंपरा, सल्ल सुत्त, सल्ल सुत्ताचे महत्व, वेदनेचे व्यवस्थापन, अनित्यता, पाली साहित्य, स्थितप्रज्ञ

प्रस्तावना:

भारतीय ज्ञान परंपरा ही जगातील सर्वात प्राचीन आणि समृद्ध परंपरांपैकी एक आहे, ज्यामध्ये मानवी जीवनाचे आध्यात्मिक, नैतिक आणि सामाजिक पैलू अतिशय सखोलपणे मांडले गेले आहेत. या परंपरेत 'पाली साहित्य' हे केवळ धार्मिक ग्रंथ म्हणून नव्हे, तर मानवी दुःखाचे मूळ शोधणारे आणि त्यातून मुक्त होण्याचा मार्ग दाखवणारे एक महत्वाचे साधन मानले जाते. तथागत गौतम बुद्धांनी आपले उपदेश लोकभाषेतून (पालीतून) दिल्याने हे ज्ञान सर्वसामान्यांपर्यंत पोहोचले.

पाली साहित्यातील 'सुत्तपिटक' हा भाग बुद्धांच्या प्रवचनांचा आणि संवादरूपी शिकवणीचा मुख्य आधार आहे. यामध्ये समाविष्ट असलेल्या 'सल्ल सुत्ताचा' विचार केल्यास, हे सुत्त मानवी जीवनातील अटळ सत्य असलेल्या मृत्यू आणि शोकावर भाष्य करते. 'सल्ल' म्हणजे 'बाण' किंवा 'शल्य'. ज्याप्रमाणे एखाद्याला बाण लागल्यावर शारीरिक वेदना होतात, त्याचप्रमाणे मानवी मनामध्ये रुतलेले शोक, मोह आणि अज्ञानाचे शल्य माणसाला जन्म-मरणाच्या फेऱ्यात आणि दुःखाच्या खाईत लोटते. प्रिय व्यक्तीच्या विरहाने किंवा मृत्यूनंतर सामान्य माणूस मानसिक दुःखाच्या बाणाने व्याकुळ होतो. मानसिक वेदानाचे आघात झाल्याने तो दुःखात बुडला जातो व त्यामुळे स्वतःला शारीरिक वेदनेकडे घेऊन जातो. सल्ल सुत्त शिकवते की, मृत्यू हा नैसर्गिक असून त्यावर शोक करणे व्यर्थ आहे, कारण शोक केल्याने मृत व्यक्ती परत येत नाही, उलट जीवित व्यक्तीचे आरोग्य आणि मन अधिक विचलित होते. हे सुत्त मृत्यू अशाश्वत असल्याचे स्पष्ट करते व मृत्यू आल्यावर कोणीही कोणाची रक्षा करण्यास सक्षम नसून ती वध करणाऱ्या प्राण्यांसारखे मनुष्याला सोबत घेऊन जाते. सल्ल सुत्त शिकविते कि मानवी शरीर नश्वर आहे व मृत्यू हि अटळ आहे. म्हणून मृत्यूचे भय न करता, दुःख न करता जीवन व्यतीत करावे.

भारतीय तत्त्वज्ञानात दुःखाच्या निवारणाला अत्यंत महत्त्व दिले गेले आहे. सल्ल सुत्त केवळ तात्विक विवेचन करत नाही, तर दुःखाच्या बाणाला मनातून उपटून टाकून शांतता प्राप्त करण्याचा व्यावहारिक मार्ग सुचवते. आजच्या २१ व्या शतकात, जिथे जग वेगाने बदलत आहे आणि मानवी जीवन मानसिक तणाव, नैराश्य व भीती

यांनी वेढलेले आहे, तिथे सल्ल सुत्ताची प्रासंगिकता अधिकच वाढते. प्रिय व्यक्तीचा वियोग किंवा मृत्यू या प्रसंगी माणसाची मनःस्थिती कशी सावरली जावी, याचे उत्तर या सुत्तात मिळते. केवळ रडणे किंवा विलाप करणे हे दुःखाचे शल्य काढण्याचा मार्ग नसून, प्रज्ञेद्वारे परिस्थितीचा स्वीकार करणे हाच खरा मार्ग आहे, हे या सुत्ताचे मुख्य प्रतिपादन आहे. प्रस्तुत शोधनिबंधामध्ये भारतीय ज्ञान परंपरेच्या संदर्भात सल्ल सुत्ताचे दार्शनिक महत्त्व, त्याचे पाली साहित्यातील वैशिष्ट्यपूर्ण स्थान आणि आजच्या तणावपूर्ण काळात त्याची प्रासंगिकता स्पष्ट करण्याचा प्रयत्न केला आहे. पाली साहित्यातील हा अमूल्य वारसा आजही मानवी जीवनातील दुःखाचे शल्य उपटून टाकण्यासाठी तितकाच प्रभावी ठरतो, हे सिद्ध करणे हा या अभ्यासाचा मुख्य हेतू आहे.

संशोधन कार्यपद्धती

प्रस्तुत शोधनिबंधाचे उद्दिष्ट भारतीय ज्ञान परंपरेच्या संदर्भात पाली साहित्यातील 'सल्ल सुत्ताचे' महत्त्व आणि त्याचे विशिष्ट स्थान अधोरेखित करणे हे आहे. या संशोधनासाठी खालील कार्यपद्धतीचा अवलंब करण्यात आला आहे:

१) संशोधनाचे स्वरूप :

हे संशोधन प्रामुख्याने **गुणात्मक (Qualitative)** स्वरूपाचे आहे. यामध्ये ऐतिहासिक, दार्शनिक आणि विश्लेषणात्मक पद्धतींचा वापर करून सल्ल सुत्तातील तत्त्वज्ञानाचा अभ्यास केला गेला आहे.

२) माहिती संकलनाची साधने:

या संशोधनासाठी प्राथमिक आणि दुय्यम अशा दोन्ही प्रकारच्या साधनांचा उपयोग करण्यात आला आहे:

- **प्राथमिक साधने (Primary Sources):** पाली साहित्यातील 'सुत्तपिटक' अंतर्गत 'खुद्दकनिकाय' मधील 'सुत्तनिपात' आणि त्यातील **सल्ल सुत्त** हे मुख्य साधन म्हणून वापरले आहे. तसेच संबंधित मूळ पाली गाथांचा आधार घेतला आहे.
- **दुय्यम साधने (Secondary Sources):** सल्ल सुत्तावर आधारित विविध विद्वानांची भाष्ये, मराठी व इंग्रजी अनुवाद, शोधनिबंध, संदर्भग्रंथ आणि नामांकित विद्यापीठांची ई-जर्नल्स यांचा संदर्भ घेण्यात आला आहे.
- ३) **विश्लेषण पद्धती (Analytical Method):**
 - **तौलनिक अभ्यास :** सल्ल सुत्तातील विचारांची तुलना भारतीय ज्ञान परंपरेतील इतर समकालीन विचारांशी करून त्याचे वेगळेपण तपासले आहे.
 - **संकल्पनात्मक स्पष्टीकरण:** 'सल्ल' (बाण/शल्य) या रूपकाचा दार्शनिक आणि मानसशास्त्रीय अर्थ स्पष्ट करण्यासाठी विश्लेषणात्मक पद्धती वापरली आहे.

४) संशोधनाची व्याप्ती:

प्रस्तुत संशोधनात सल्ल सुत्तातील मृत्यू, शोक आणि त्यातून मुक्त होण्याचा मार्ग या विषयापुरतेच विश्लेषण मर्यादित ठेवण्यात आले आहे. आजच्या आधुनिक काळातील मानसिक तणावमुक्तीसाठी या सुत्ताची **प्रासंगिकता (Relevance)** शोधण्यावर विशेष भर देण्यात आला आहे.

५) निष्कर्ष काढण्याची पद्धत:

मूळ पाली ग्रंथांमधील शिकवण आणि आधुनिक काळातील त्याची उपयुक्तता यांचा समन्वय साधून तर्कसंगत निष्कर्षापर्यंत पोहोचण्याचा प्रयत्न केला आहे.

चर्चा (Discussion)

सल्ल सुत्ताचा सखोल अभ्यास केल्यावर असे दिसून येते की, हे सुत्त केवळ मृत्यूबद्दलचे विवेचन नसून ते मानवी अस्तित्वाचा आणि मानसिक दुःखाचा एक महान मनोवैज्ञानिक दस्तऐवज आहे. भारतीय ज्ञान परंपरेत या सुत्ताचे स्थान अनन्यसाधारण असण्यामागे खालील प्रमुख कारणे चर्चेत घेता येतील:

१. दुःखाचे मानसशास्त्रीय विश्लेषण (Psychological Insight):

सल्ल सुत्तात 'बाणाचे' (सल्ल) दिलेले रूपक अत्यंत महत्त्वाचे आहे. जेव्हा एखादी प्रिय व्यक्ती आपल्याला सोडून जाते, तेव्हा दुःख होणे ही नैसर्गिक प्रक्रिया आहे (शारीरिक वेदना) हा 'पहिला बाण' आहे, परंतु त्यावर सतत शोक करत राहणे, रडणे आणि विलाप करणे हा 'दुसरा बाण' आहे जो आपण स्वतःला मारून घेतो. बुद्ध येथे स्पष्ट करतात की, शोक केल्याने व्यक्तीच्या आरोग्याची हानी होते, चेहरा निस्तेज होतो आणि शरीराला क्लेश होतात, पण गेलेली व्यक्ती परत येत नाही. हे विश्लेषण आजच्या आधुनिक 'ग्रीफ समुपदेशन' (Grief Counselling) प्रक्रियेशी साधर्म्य राखते. जो व्यक्ती सतत शोक करतो तो नकारात्मक भावनेत बुडून अधिक

शोकात जातो. परंतु प्रज्ञावान पुरुष उत्पन्न शोकाला शीघ्र नष्ट करतो जशी पाण्याने अग्नि विझवावी. म्हणून स्वतःचे सुख इच्छिणाऱ्याने वेदनारूपी मानसिक दुःखाला काढून फेकावे. जो वेदना रहित राहतो तोच शोकरहित होऊन शांत पदाला प्राप्त करतो. वरील चर्चेद्वारे हे स्पष्ट होते की, हे सुत केवळ आध्यात्मिक नसून ते एक प्रगत 'मानसशास्त्र' (Psychology) आहे, जे माणसाला भावनिक आघातातून बाहेर पडण्यासाठी व्यावहारिक मार्ग देते.

२. अनित्यता आणि भारतीय ज्ञान परंपरा:

भारतीय तत्त्वज्ञानात 'अनित्यता' (Impermanence) ही संकल्पना केंद्रस्थानी आहे. सल्ल सुत या संकल्पनेला अत्यंत व्यावहारिक पातळीवर मांडते. ज्याप्रमाणे पिकलेली फळे पडण्याच्या भयाने ग्रासलेली असतात, त्याचप्रमाणे जन्माला आलेल्या प्रत्येक जीवाला जरा(म्हातारपण) आणि मृत्यूचे भय असते. हे वास्तव स्वीकारणे हीच 'प्रज्ञा' आहे. भारतीय ज्ञान परंपरेत 'स्थितप्रज्ञ' होण्याची जी संकल्पना आहे, तिचा पाया सल्ल सुत्तासारख्या उपदेशांमध्ये आढळतो. बुद्ध यामध्ये स्पष्ट करतात की, "ज्याप्रमाणे कुंभाराने बनवलेली मातीची भांडी अखेर फुटणारच असतात, तसेच मर्त्य मानवाचे जीवन आहे." ही चर्चा केवळ मृत्यूच्या भीतीबद्दल नाही, तर ती वास्तवाच्या स्वीकार करण्याच्या मानसिकतेबद्दल आहे. जेव्हा माणूस हा वैश्विक नियम स्वीकारतो की 'जे जे उत्पन्न झाले आहे, त्याचा विनाश अटळ आहे', तेव्हा त्याच्या मनातील शोकाची तीव्रता कमी होते.

३. सामाजिक समता आणि मृत्यूचे वास्तव:

या सुत्तात बुद्ध म्हणतात की, राजा असो वा रंक, विद्वान असो वा अज्ञानी, मृत्यू कोणालाही सोडत नाही. ही मांडणी भारतीय समाजात समतेचा विचार रुजवणारी आहे. मृत्यूसमोर सर्व समान आहेत, हे सत्य स्वीकारल्याने मानवी अहंकार गळून पडतो, हा या सुत्ताचा सामाजिक परिणाम आहे.

४. भारतीय ज्ञान परंपरेतील स्थान:

सल्ल सुत हे पाली साहित्यातील 'सुत्तनिपाता'चा भाग आहे. भारतीय ज्ञान परंपरा ही 'जीवन जगण्याची कला' शिकवणारी आहे. ती मानवी जीवनाला दुःख मुक्तीच्या मार्गाकडे नेणारी आहे. सल्ल सुत माणसाला वर्तमानात जगायला शिकवते. शोक करणाऱ्या व्यक्तीला वास्तवाचे भान करून देणे आणि तिला दुःखाच्या चक्रातून बाहेर काढणे, हे या सुत्ताचे मुख्य कार्य आहे. म्हणूनच, भारतीय नीतिशास्त्र आणि मानसशास्त्रामध्ये या सुत्ताला मार्गदर्शकाचे स्थान आहे.

५. सामाजिक आणि व्यावहारिक उपयुक्तता:

प्राचीन भारतीय समाजात मृत्यूशी संबंधित अनेक कर्मकांडे आणि समजुती होत्या. सल्ल सुत या कर्मकांडांपेक्षा 'प्रज्ञेला' (Wisdom) अधिक महत्त्व देते. "रडल्याने किंवा शोक केल्याने शांतता मिळत नाही, उलट दुःख वाढते आणि शरीर क्षीण होते," हे बुद्धांचे विधान आजही तितकेच लागू होते. आजच्या आधुनिक काळात, जिथे 'Grief Counselling' (शोक समुपदेशन) सारख्या संकल्पना उदयास येत आहेत, तिथे २५०० वर्षांपूर्वीचे सल्ल सुत एक प्रभावी समुपदेशक म्हणून समोर येते. ही चर्चा सिद्ध करते की, भारतीय ज्ञान परंपरा ही केवळ परलोकाचा विचार करणारी नसून ती 'इहलोकातील' दुःख निवारणासाठी अत्यंत वैज्ञानिक आहे.

६. प्रज्ञा विरुद्ध अज्ञान:

सल्ल सुत्तात 'पंडित' आणि 'बाल' (अज्ञानी) यातील फरक स्पष्ट केला आहे. जो व्यक्ती ज्ञानी आहे, तो हे जाणतो की शोक केल्याने गेलेली व्यक्ती परत येत नाही. याउलट अज्ञानी मनुष्य स्वतःला शोकाच्या गर्तेत ढकलून देतो. भारतीय तत्त्वज्ञानातील 'स्थितप्रज्ञ' आणि 'अर्हत' या दोन्ही संकल्पनांमध्ये साम्य आढळते. दोन्हीकडेही भावनांवर नियंत्रण आणि सत्याचे दर्शन याला महत्त्व दिले आहे. मात्र, सल्ल सुत्ताची मांडणी ही अधिक मानवतावादी आणि तार्किक वाटते, कारण ती कोणत्याही दैवी शक्तीवर अवलंबून न राहता मानवी प्रयत्नांवर भर देते.

७. भारतीय ज्ञान परंपरेतील योगदान:

पाली साहित्यातील हे सुत भारतीय विचारधारेला 'वास्तववादी' (Realistic) बनवते. केवळ साहित्याचा भाग म्हणून न पाहता, जीवनातील कठीण प्रसंगांना सामोरे जाण्याची एक 'धम्मनीती' म्हणून याकडे पाहिले पाहिजे. सल्ल सुत्ताने भारतीय ज्ञान परंपरेला 'करुणा' आणि 'प्रज्ञा' यांची जोड दिली आहे. हे सुत शिकवते की, दुःखाचा त्याग करणे म्हणजे भावनाशून्य होणे नव्हे, तर दुःखाच्या मूळ कारणाला (अज्ञानाला) उपटून टाकणे होय.

८. आधुनिक काळातील प्रासंगिकता:

आजच्या काळात, जिथे मानसिक नैराश्य (Depression) आणि तणाव वाढत आहे, तिथे सल्ल सुत्तातील 'अलिप्तता' आणि 'सत्य स्वीकारणे' हे विचार अत्यंत प्रभावी ठरतात. शोक करण्याने स्वतःचा छळ करून घेण्यापेक्षा, वास्तवाचा स्वीकार करून शांती मिळवणे, हा संदेश २१ व्या शतकासाठीही तितकाच लागू होतो. सल्ल सुत हे केवळ बौद्ध अनुयायांसाठी मर्यादित नसून, ते संपूर्ण मानवजातीला दुःखातून बाहेर पडण्याचा एक सार्वत्रिक मार्ग दाखवते. भारतीय ज्ञान परंपरेतील 'तार्किकता' आणि 'अनित्यता' यांचा सुरेख संगम या सुत्तात

पाहायला मिळतो. हे सुत्त माणसाला मृत्यूबद्दल भयभीत न करता, जीवनाकडे अधिक सजगतेने पाहण्याची दृष्टी देते. एकूणच, सल्ल सुत्ताची चर्चा करताना असे दिसून येते की, हे सुत्त मानवाला निष्क्रिय बनवत नाही, तर त्याला जीवनाचे सत्य स्वीकारून अधिक प्रगल्भ बनवते. भारतीय ज्ञान परंपरेत या सुत्ताचे स्थान हे एका दीपस्तंभासारखे आहे, जे मृत्यूच्या अंधारातही 'अप्प दीपो भव' (स्वतःचा प्रकाश स्वतः व्हा) या उक्तीनुसार मानवाला प्रकाशाकडे नेते.

निष्कर्ष (Conclusion)

भारतीय ज्ञान परंपरेच्या विशाल पटलावर पाली साहित्यातील 'सल्ल सुत्त' हे मानवी जीवनाच्या वास्तवाचे दर्शन घडवणारे एक अनमोल रत्न आहे. या शोधनिबंधाच्या माध्यमातून सल्ल सुत्ताचे विश्लेषण केल्यानंतर खालील निष्कर्ष हाती येतात:

१. **जीवनाचे वास्तव दर्शन:** सल्ल सुत्त मानवी जीवनातील 'अनित्यता' (Impermanence) हा सिद्धांत अत्यंत प्रभावीपणे मांडते. मृत्यू हा अटळ आहे आणि जो हे सत्य स्वीकारतो, तोच खऱ्या अर्थाने दुःखातून मुक्त होतो, हा या सुत्ताचा मुख्य गाभा आहे.

२. **मानसिक आरोग्यासाठी दिशादर्शक:** हे सुत्त केवळ धार्मिक प्रवचन नसून ते एक मानसशास्त्रीय उपचार पद्धती आहे. शोक आणि विलाप केल्याने मृत व्यक्ती परत येत नाही, उलट जिवंत व्यक्तीचे शारीरिक आणि मानसिक स्वास्थ्य बिघडते. त्यामुळे शोकाच्या 'बाणा'ला उपटून टाकणे हाच मानसिक शांततेचा एकमेव मार्ग आहे, हे या संशोधनातून स्पष्ट होते.

३. **भारतीय ज्ञान परंपरेची समृद्धी:** सल्ल सुत्तामुळे भारतीय ज्ञान परंपरेतील 'दुःखमुक्ती'च्या विचारांना एक व्यावहारिक परिमाण प्राप्त झाले आहे. हे सुत्त कर्मपेक्षा आणि विधीपेक्षा 'प्रज्ञा' (Wisdom) आणि 'सजगता' (Mindfulness) यांना अधिक महत्त्व देते, जे भारतीय तत्त्वज्ञानाचे एक प्रमुख वैशिष्ट्य आहे.

४. **आजच्या काळातील उपयोगिता:** आजच्या धकाधकीच्या आणि तणावपूर्ण जीवनशैलीत, जिथे माणूस अपयश आणि वियोग सहन करू शकत नाही, तिथे सल्ल सुत्तातील विचार 'स्थितप्रज्ञ' राहण्याचे बळ देतात. हे सुत्त माणसाला नकारात्मकतेकडून सकारात्मकतेकडे नेणारा एक महत्त्वाचा दुवा ठरते.

थोडक्यात सांगायचे तर, सल्ल सुत्त हे पाली साहित्यातील एक असे दार्शनिक शिखर आहे, जे मानवाला मृत्यूबद्दलचे अज्ञान दूर करून शांत, संयमी आणि अर्थपूर्ण जीवन जगण्याची प्रेरणा देते. भारतीय ज्ञान परंपरेत या सुत्ताचे स्थान मार्गदर्शकाचे असून, त्याची प्रासंगिकता काळानुरूप अधिकच वाढत आहे.

संदर्भ सूची

- 1) Tipitaka.org - Chattha Sangayana (मूळ पाली संहितांसाठी)
- 2) अनुवादक: डॉ. विमलकीर्ती, 'सुत्तनिपात(मूल पाली पाठ सहित)', सम्यक प्रकाशन, २०१५
- 3) An Exposition of The Salla Sutta, by Bhikkhu Pesala E-Book, Dhamma Books Library, April 26, 2017, by Ye' Thu Aung
- 4) "सल्ल सुत्त: द बाण (The Arrow)." *Access to Insight (Legacy Edition)*, ३० नोव्हेंबर २०१३, www.accesstoinsight.org/tipitaka/kn/snp/snp.3.08.than.html. २ मे २०२५ रोजी प्रवेश मिळवला.