



# මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍ර දේශනාවලිය

ප්‍රථම කාණ්ඩය - දේශනා 1 - 10 දක්වා



මිනිරිගල නිස්සරණ වනයේ කර්මස්ථානාවාර්ය  
පූජනීය උඩ රිරියගම ධම්මපීච ස්වාමීන් වහන්සේ  
නිස්සරණ වනය - ආරණ්‍ය සේනාසනය,  
මිනිරිගල

“ධම් දනය වශයෙන් හොමිලයේ බෙදා දීම පිණිසයි”



# මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍ර දේශනාවලිය

පූජනීය උඩර්පයගම ධම්මපව ස්වාමීන්වහන්සේ

අයිතිය

මිනිරිගල නිස්සරණ වනය සංරක්ෂණ මණ්ඩලය

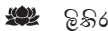
ප්‍රථම මුද්‍රණය

ශ්‍රී. බු. ව. 2558; ව්‍ය. ව. 2015

කවරයේ පිටිපස ඡයාරූපය

වියට්නාමයේ, හයිලුවාන් නගරයේ

“බැග් ඩැන්ග්” වැව අසල දර්ශනයකි.



© Lithira Printing Industries 2015 6 6

306, ඇමුල්දෙණිය පාර, නුගේගොඩ.

0714521990/0718152131

0112177088/0112835583

lithira2000@yahoo.com



### පෙරවදන

සතිපට්ඨාන දේශනාවත් භාවනාවත් යන දෙකම සම්මා සම්බුදු සසුනෙහි ප්‍රධාන ස්ථානය ගන්නා අති විශිෂ්ට ක්‍රියා මාර්ග දෙකකි. මෙම මාර්ග දෙකෙන්ම ලැබගන්නා ආනිඤ්ඤා ප්‍රධාන වශයෙන් එකකි. එනම් සුවාසු දහසක් වූ ධර්ම ස්කන්ධයම ධ්‍යානානිඤ්ඤා මාර්ග ඵල ප්‍රතිලාභයත් සමග නිර්වාණාවබෝධය පිණිස වන භාවනා මාර්ගයකි.

අබුද්ධෝත්පාද කාලයේ නොපවතින, බුද්ධ ශාසනයක පමණක් පිහිටන භාවනාවකි සතිපට්ඨාන භාවනාව. දවසට තෙවරක් සඟ පිරිසට අනුශාසනා කරන සර්වඥයන් වහන්සේ “අසමාදෙන සමපාදෙථ” “එළඹ සිටි සිහි නුවණින් පිළිවෙත් සම්පාදනය කරව්” යයි සුගතෝවාදයෙන් කරන අනුශාසනාව ද සතිපට්ඨාන භාවනාවයි.

අප විසින් නිස්සරණ වනයේදී පවත්වන්නට යෙදුණ භාවනා වැඩමුළුවේ දේශනා පෙළ මෙසේ එක් කොට ග්‍රන්ථයක් වශයෙන් එළිදක්වන්නට යෙදුණේ මෙහි අන්තර්ගතය ගැන මනා අවබෝධයෙන්, “නිසි කලට අස්වැන්න නෙළාගන්නා ගොවියෙකු” මෙන් තම චිත්ත ප්‍රසාදය පළ කොට අප්‍රමාදීව සියලුදෙනා කෙරෙහි මෙන් සිතින් නිවනට යොමු කරන චේතනාවෙන්, පින්වත් දයක මහතෙක් ඇතුළු පවුලේ සැමගේ දායකත්වයෙනි. ඒ මහතාටත් ඊට දායක වූ සැමටත් පවුලේ සැමටත් හිතවතුනටත් දහම් සැනසිල්ල උදා වේවා!

මුදුණ කටයුතු කිරීම සුපුරුදු ධර්ම ගෞරවයෙන් යුක්තව “ලිතිර” විසින් මැනවින් ඉටු කරන ලදී.

මෙලෙස නානා අයුරින් මෙහිලා ආධාර උපකාර කළ සියලු දෙනාගේම එකම අභිලාෂය නම්, මෙය කියවන ඔබගේ විපස්සනා භාවනාවට මෙයින් අත් උදව්වක් වේවා! යන ශාසනික පැතුමයි. එමගින්

මේ පිරිහිගෙන යන ප්‍රතිපත්ති ශාසනයට - විශේෂයෙන් විපස්සනා භාවනාවට මෙයින් දිරිය ලැබේවා! සමස්තයක් වශයෙන් අප ශ්‍රී ලාංකික ශීල, සමාධි, ප්‍රඥා යන ත්‍රිවිධ ශාසනය බැබළේවා!යි එක්ව පතමු.

මෙම ග්‍රන්ථය පරිශීලනය කරන භාවනාහිලාෂී සැමටත් මෙම කුසල් ආයුරාරෝග්‍ය සම්පත් හා සුගති සැපත් කෙළවර අග්‍ර අමා මහ නිවන් සුව පිණිසත් හේතු වාසනා වේවා!

මෙයට  
මෙතැනි,  
උ . ධම්මජීව හිමි





### සම්පාදකගේ සටහන

මිනිරිගල නිස්සරණ වන අරණය සේනාසනයට සම්බන්ධ වී කලක සිට ධර්ම ග්‍රන්ථ සංස්කරණය කිරීමට ලැබීම මාගේ භාග්‍යයක් සේ සලකමි. එය කර්මානුරූපව සිදු වූ දෙයක් ලෙස මම සිතමි. මෙම අවස්ථාව ලබාදුන් අති පූජ්‍ය උඩර්ටියගම ධම්මජීව ස්වාමීන් වහන්සේ ඇතුළු එහි පාලක මණ්ඩලයට මාගේ ගෞරවය ප්‍රථමයෙන් පුද කරමි.

මීට ප්‍රථම ධර්ම ග්‍රන්ථ දෙකක් සකැසීමෙන් අනතුරුව පූජ්‍ය උ. ධම්මජීව ස්වාමීන්වහන්සේ විසින් 2006,2008 වර්ෂවලදී මිනිරිගල නිස්සරණ වනයේ දී යෝගාවචර භික්ෂූන්වහන්සේලාට දේශනා කරන ලද දේශනා 107 කින් යුක්ත වූ, මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය පොත් පෙළක් ලෙස සකස් කර මුද්‍රණය කිරීමට පූජ්‍ය උ. ධම්මජීව ස්වාමීන්වහන්සේගෙන් අවසර ලබා ගැනීමට මට හැකි විය.

එහි ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන් ප්‍රථම දේශනා 10 ඇතුළත් මෙම පළමුවන ධර්ම පුස්තකය ඔබ අතට පත් වනු ඇත. ඉදිරි කාණ්ඩද මතුවට ඔබේ පරිශීලනය සඳහා පිරිනැමීම මගේ අභිලාෂයයි.

මෙම සත්කාරය සඳහා මට සහාය වූ ධර්මකාමී කිහිපදෙනකු පිළිබඳව විශේෂයෙන් සඳහන් කරමු. සෝදුපත් පිරික්සීමේ කායථීය මැනවින් නිම කළ කහවත්තේ උපේක්කා මෑණියන් වහන්සේ සහ වරිත කඩුකන්නගේ සොහොයුරු ගෞරව පූර්වකව සිහිපත් කරමි. එසේම නිවාඩුවක් සඳහා මෙල්බර්න් නුවරට පැමිණි ඩොරින් වීරසිංහ උපාසිකා මාතාව, පටිගත කරන ලද ධර්ම දේශනා වැඩි ප්‍රමාණයක් පිටපත් කරමින් සහාය වීම මට කළ විශේෂ උපකාරයකි. එමෙන්ම මෙල්බර්න් නුවර මාගේ හිතවත් ඩොනල්ඩ්, යශෝධරා හඳපාන්ගොඩ යුවළද ධර්ම දේශනා පිටපත් කරදීමෙන් දැක්වූ සහාය අගය කරමි. මේ සියලුදෙනාටම මාගේ ගෞරවය පුද කරමි.

පෙර පරිදිම මාගේ බිරිඳ සහ දියණියන් දෙදෙනා මා දිරිමත් කළ අතර, නාවින්න ජයගත් පාලේ මාගේ සොයුරිය සම්බන්ධීකරණ කටයුතු මනාව කළාය. නිරන්තරයෙන් මෙම පුණ්‍යකටයුත්තට කාලය ශ්‍රමය වැයකළ මාගේ සොයුරියන් දෙදෙනා සහ උඩහමුල්ලේ පද්මී අක්කාට පුණ්‍යානුමෝදනා පූර්වකව පින් පමුණුවමි.

නිස්සරණවන නිලධාරි මණ්ඩලයේ හේමන්ත රණවක මහතා, කමල් ඇඹුල්දෙනිය මහතා සහ එම මහත්මියද ලිතිර මුද්‍රණාලයේ සේවක මණ්ඩලයද, රෙජ් හේරත් මහත්මා සහ රාණ රාජපක්‍ෂ මහත්මිය මෙම ත්‍රී පූර්වකව ගෞරවයෙන් සිහිපත් කරමි.

එසේම, මෙම මුද්‍රණ කටයුතු සඳහා නිරතුරු දායකත්වය දරන, මාගේ ශ්‍රෝති හිතවතුන්ටද පුණ්‍යමය පුද කරමි. මෙම සත්කාරයෙන් ජනිත වන කුසල සම්භාරය, මාගේත් බිරිඳගේත්, නැසී ගිය දෙමාපියන් ඇතුළු ශ්‍රෝති හිතමිතුරන්ට අත්පත් වේවායි ප්‍රාර්ථනා කරමි. එසේම වයෝවෘද්ධ ශ්‍රෝති හිතමිතුරන්ට නිරෝගී සුවය ලැබී ධර්මාවබෝධය ලැබේවා.

මෙවැනි ශාසනික මෙහෙවරක් සඳහා මග පෙන්වූ මාගේ දෙමාපිය, සහෝදර, සහෝදරියන්, නැණැස පෑදූ නාත්තන්ඩිය මැදගොඩ ප්‍රාථමික විදුහල හා නාරම්මල මයුරපාද විදුහල් මෑණියන්ගේ ගුරු භවතුන්ටද, මාගේ පුණ්‍යමය පුද කරමි. එසේම නොබෝදා අප අතරින් සමුගත්, මෙල්බර්න් නුවර පදිංචිව සිටි කුමාර තෙන්නකෝන් ගුරු පියාට මෙම කුසලය අනුමෝදන් කරන අතර, දැනට වයෝවෘද්ධ වාරියපොල මොරගනේ මෙත්තාවාසයේ, සී බාලසූරිය ගුරු පියාණන්ට නිරෝගී සුවය, දීඝියුෂ හා ධර්මාවබෝධය ලැබේවා. අපවත් වී වදාළ අතිපූජ්‍ය මිනිරිගල ධම්මාවාස ලොකු ස්වාමීන්වහන්සේට උතුම් නිවන් සුව අත් වේවා. මෙත් සිහින් ධම්මජීව ස්වාමීන් වහන්සේට නමස්කාර වේවා!

ඛබ්ව සෑමව තෙරුවන් සරණයි. !

සම්පාදක  
2015 ඇසළ මස



## මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රං

එවං මෙ සූතං: එකං සමයං භවා කුරුසු විහරති කමමාසදමමං නාම කුරුනං නිගමො. තත්‍ර ඛො භගවා භික්ඛු ආමනෙසි. "භික්ඛවො"ති. "හදනො"ති තෙ භික්ඛු භගවතො පසෙසාසසුං. භගවා එතදවොච: එකායනො අයං භික්ඛවෙ මගො සන්නානං විසුඤ්ඤා, සොකපරිඤ්ඤානං සමතික්කමාය, දුක්ඛදොමනසොනං අත්ථගමාය, ඤායසං අධිගමාය, නිබ්බානසං සච්ඡිකිරියාය - යදිදං චනාරො සතිපට්ඨානා. කතමෙ චනාරො? ඉධ භික්ඛවෙ, භික්ඛු කායෙ කායානුපසසී විහරති, ආනාපි සමපජානො සතිමා විනෙයය ලොකෙ අභිජ්ඣා දොමනසං. වෙදනාසු වෙදනානුපසසී විහරති ආනාපි සමපජානො සතිමා විනෙයය ලොකෙ අභිජ්ඣා දොමනසං. විනෙ විනානුපසසී විහරති, ආනාපි සමපජානො සතිමා විනෙයය ලොකෙ අභිජ්ඣා දොමනසං. ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති, ආනාපි සමපජානො සතිමා විනෙයය ලොකෙ අභිජ්ඣා දොමනසං.

කථංඤ්ච භික්ඛවෙ භික්ඛු කායෙ කායානුපසසී විහරති, ඉධ භික්ඛවෙ භික්ඛු අරඤ්ඤගතො වා, රුක්ඛමුලගතෝ වා සුඤ්ඤාගාරගතො වා නිසීදති පලඛකං ආභුජ්ඣා උජුං කායං පණ්ඩාය, පරිමුඛං සතිං උපට්ඨපෙඤ්වා. සො සතොච අසසසති, සතො පසසසති. දීඝං වා අසසසනො දීඝං අසසසාමීති පජානාති, දීඝං වා පසසසනො දීඝං පසසසාමීති පජානාති. රසං වා අසසසනො රසං අසසසාමීති පජානාති, රසං වා පසසසනො රසං පසසසාමීති පජානාති. සබ්බකාය පටිසංවෙදී අසසසසාමීති සික්ඛති. සබ්බකාය පටිසංවෙදී පසසසසාමීති සික්ඛති. පසසමහයං කායසඛ්ඛාරං අසසසසාමීති සික්ඛති. පසසමහයං කායසඛ්ඛාරං පසසසසාමීති සික්ඛති. සෙය්ථාපි භික්ඛවෙ දකො භමකාරො වා භමකාරනොචාසී වා දීඝං වා අඤ්ජනො දීඝං අඤ්ජාමීති පජානාති, රසං වා අඤ්ජනො රසං අඤ්ජාමීති පජානාති, එවමෙච ඛො භික්ඛවෙ භික්ඛු දීඝං වා අසසසනො දීඝං අසසසාමීති පජානාති, දීඝං වා පසසසනො දීඝං පසසසාමීති පජානාති. රසං වා අසසසනො රසං අසසසාමීති පජානාති, රසං වා පසසසනො රසං පසසසාමීති පජානාති. සබ්බකාය පටිසංවෙදී අසසසසාමීති සික්ඛති, සබ්බකාය පටිසංවෙදී පසසසසාමීති සික්ඛති. පසසමහයං කාය සඛ්ඛාරං අසසසසාමීති සික්ඛති, පසසමහයං කායසඛ්ඛාරං පසසසසාමීති සික්ඛති. ඉති අජ්ඣානං වා

කායෙ කායානුපසස්සි විහරති, ඛේදධා වා කායෙ කායානුපසස්සි විහරති. අඡ්ඤාන ඛේදධා වා කායෙ කායානුපසස්සි විහරති. සමුදය ධම්මානුපසස්සි වා කායසමිං විහරති. වය ධම්මානුපසස්සි වා කායසමිං විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපසස්සි වා කායසමිං විහරති. අඤ්ඤාන කායොති වා පනසස සති පච්චුපට්ඨිතා හොති යාවදෙව ඤාණමන්තාය පතිසසති මන්තාය. අනිසස්සිතො ච විහරති. න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති. එවමපි භික්ඛවෙ භික්ඛු කායෙ කායානුපසස්සි විහරති.

පුන ච පරං භික්ඛවෙ භික්ඛු ගචජ්ජනො වා ගචජාමිති පජානාති. ධීතො වා ධීතොමිති පජානාති. නිසිනොතා'වා නිසිනොමිති පජානාති. සයාතො වා සයාතොමිති පජානාති. යථා යථා වා පනසස කායො පණිභිතො හොති තථා තථා නං පජානාති. ඉති අඡ්ඤානං වා කායෙ කායානුපසස්සි විහරති. ඛේදධා වා කායෙ කායානුපසස්සි විහරති. අඡ්ඤාන ඛේදධා වා කායෙ කායානුපසස්සි විහරති. සමුදය ධම්මානුපසස්සි වා කායසමිං විහරති. වය ධම්මානුපසස්සි වා කායසමිං විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපසස්සි වා කායසමිං විහරති. අඤ්ඤාන කායොති වා පනසස සති පච්චුපට්ඨිතා හොති යාවදෙව ඤාණමන්තාය පතිසසති මන්තාය. අනිසස්සිතො ච විහරති. න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති. එවමපි භික්ඛවෙ භික්ඛු කායෙ කායානුපසස්සි විහරති.

පුන ච පරං භික්ඛවෙ භික්ඛු අභික්ඛනො පටික්ඛනො සමපජානකාරී හොති. අලොකිතෙ විලොකිතෙ සමපජානකාරී හොති. සමඤ්ඤාතෙ පසාරිතෙ සමපජානකාරී හොති, සංසාරි පන විචර ධාරණෙ සමපජානකාරී හොති. අසිතෙ පීතෙ බායිතෙ සායිතෙ සමපජානකාරී හොති. උච්චාරපසසාව කමෙම සමපජානකාරී හොති. ගතෙ ධීතෙ නිසිනො පුනො ජාගරිතෙ භාසිතෙ තුණ්හී භාවෙ සමපජානකාරී හොති. ඉති අඡ්ඤානං වා කායෙ කායානුපසස්සි විහරති, ඛේදධා වා කායෙ කායානුපසස්සි විහරති, අඡ්ඤාන ඛේදධා වා කායෙ කායානුපසස්සි විහරති. සමුදය ධම්මානුපසස්සි වා කායසමිං විහරති. වය ධම්මානුපසස්සි වා කායසමිං විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපසස්සි වා කායසමිං විහරති. අඤ්ඤාන කායොති වා පනසස සති පච්චුපට්ඨිතා හොති. යාවදෙව ඤාණමන්තාය, පතිසසති මන්තාය. අනිසස්සිතො ච විහරති න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති. එවමපි භික්ඛවෙ භික්ඛු කායෙ කායානුපසස්සි විහරති.

පුන ච පරං භික්ඛවෙ භික්ඛු ඉමමෙව කායං උදධං පාදනලා අධො කෙසමඤ්ඤාතා තච පරියන්තං පුරං නානප්පකාරසස අසුචිතො පච්චවෙකකිති: අඤ්ඤාන ඉමසමිං කායෙ කෙසා ලොමා නධා දන්තා තවො මංසං නහාරු අධි අධිමිඤ්ඤාතා වක්ඛං හදයං යකනං කිලොමකං පිහකං පඤ්ඤාසං අන්තං අන්තගුණං උදරියං කර්ඤ්ඤාතං පිත්තං සෙමනං පුඤ්ඤාතො ලොමිතං සෙදො මෙදො අසුඤ්ඤාතා වසා ඛේදො සිංසානිකා



ලසිකා මුත්තනි. සෙය්‍යථාපි හික්ඛවෙ උභතො මුඛා මුතොලි පුරා නානා විහිතස්ස ධර්මඤ්ඤස්ස-සෙය්‍යථීදං: සාලිතං විහිතං මුග්ගානං මාසානං තිලානං තණ්ඩුලානං, තමෙනං චක්ඛුමා පුරිසො මුඤ්ඤවිචා පචචවෙකියා: ඉමෙ සාලී ඉමෙ විහී ඉමෙ මුග්ගා ඉමෙ මාසා ඉමෙ තිලා ඉමෙ තණ්ඩුලාති. එවමෙව ඛො හික්ඛවෙ හික්ඛු ඉමමෙච කායං උදධං පාදතලා අධො කෙසමඝ්ඝකා තචපරියන්තං පුරං නානප්පකාරස්ස අසුවිනො පචචවෙකිති: අඤ්ඤා ඉමස්මිං කායෙ කෙසා ලොමා නඛා දන්තා තචො මංසං නභාරු අධි අධිමිඤ්ඤා වක්කං හදයං යකනං කිලොමකං පිහකං පඤ්ඤා අන්තං අන්තගුණං උදරියං කර්මසං පිත්තං සෙමහං පුබ්බො ලොහිතං සෙදො මෙදො අසසු වසා බෙළො සිංසානිකා ලසිකා මුත්තනි. ඉති අජ්ඣන්තං වා කායෙ කායානුපසස්සී විහරති. බහිද්ධා වා කායෙ කායානුපසස්සී විහරති. අජ්ඣන්ත බහිද්ධා වා කායෙ කායානුපසස්සී විහරති. සමුදය ධම්මානුපසස්සී වා කායස්මිං විහරති වයධම්මානුපසස්සී වා කායස්මිං විහරති සමුදයවය ධම්මානුපසස්සී වා කායස්මිං විහරති. අඤ්ඤා කායොති වා පනස්ස සති පචචුපට්ඨිතා හොති. යාවදෙව ඤාණමන්තාය. පතිස්සති මන්තාය. අනිස්සිතො ච විහරති. න ච කිඤ්ඤිලොකෙ උපාදියති. එවමපි හික්ඛවෙ හික්ඛු කායෙ කායානුපසස්සී විහරති.

පුන ච පරං හික්ඛවෙ හික්ඛු ඉමමෙච කායං යථා ධීතං යථා පණ්ඨිතං ධාතුසො පචචවෙකිති: අඤ්ඤා ඉමස්මිං කායෙ පඨවි ධාතු ආපො ධාතු තෙජෝ ධාතු වායො ධාතුති. සෙය්‍යථාපි හික්ඛවෙ. දකෙඛා ගොසාතකො වා ගොසාතකන්තොවාසී වා ගාචිං. වධිඤ්ඤා වාතුමමහාපථෙ බිලසො පටිවිහර්ජනා නිසින්නො අස්ස, එවමෙව ඛො හික්ඛවෙ හික්ඛු ඉමමෙච කායං යථා ධීතං යථා පණ්ඨිතං ධාතු සො පචචවෙකිති: අඤ්ඤා ඉමස්මිං කායෙ පඨවි ධාතු ආපො ධාතු තෙජෝ ධාතු වායො ධාතුති. ඉති අජ්ඣන්තං වා කායෙ කායානුපසස්සී විහරති. බහිද්ධා වා කායෙ කායානුපසස්සී විහරති අජ්ඣන්තබහිද්ධා වා කායෙ කායානුපසස්සී විහරති. සමුදය ධම්මානුපසස්සී වා කායස්මිං විහරති වය ධම්මානුපසස්සී වා කායස්මිං විහරති සමුදය වය ධම්මානුපසස්සී වා කායස්මිං විහරති. අඤ්ඤා කායොති වා පනස්ස සති පචචුපට්ඨිතා හොති. යාවදෙව ඤාණමන්තාය. පතිස්සති මන්තාය. අනිස්සිතො ච විහරති, න ච කිඤ්ඤිලොකෙ උපාදියති, එවමපි හික්ඛවෙ හික්ඛු කායෙ කායානුපසස්සී විහරති.

පුන ච පරං හික්ඛවෙ හික්ඛු සෙය්‍යථාපි පසෙය්‍යස්ස සරිරං සිච්චිකාය ජඤ්ඤිතං එකාහමනං වා ද්විහමනං වා තීහමනං වා උද්ධුමාතකං විනීලකං විපුබ්බකජාතං, සො ඉමමෙච කායං උපසංහරති: ‘අයමපි ඛො කායො එවං ධම්මො එවංභාවී එතං අනතීතොති ඉති අජ්ඣන්තං වා කායෙ කායානුපසස්සී විහරති. බහිද්ධා වා කායෙ කායානුපසස්සී විහරති. අජ්ඣන්තබහිද්ධා වා කායෙ කායානුපසස්සී විහරති.

සමුදය ධම්මානුපසස්සි වා කායසමී චිහරති වය ධම්මානුපසස්සි වා කායසමී චිහරති සමුදය වයධම්මානුපසස්සි වා කායසමී චිහරති. අඤ්චි කායොති වා පනසස සති පචචුපට්ඨිතා හොති. යාවදෙව ඤාණමන්තාය පතිසසති මන්තාය අනිසසිතො ච චිහරති. න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති. එවමපි හික්ඛවෙ හික්ඛු කායෙ කායානුපසස්සි චිහරති.

පුන ච පරං හික්ඛවෙ හික්ඛු සෙය්‍යථාපි පසෙසය්‍ය සරීරං සිවථිකාය ඡඩ්ඪිතං කාකෙහි වා ඛජ්ජමානං, කුලලෙහි වා ඛජ්ජමානං, ගිජ්ඣගිහි වා ඛජ්ජමානං සුපානෙහි වා ඛජ්ජමානං, සිගාලෙහි වා වා ඛජ්ජමානං, විවිධෙහි වා පාණකජාතෙහි ඛජ්ජමානං: සො ඉමමෙව කායං උපසංහරති: අයමපි ඛො කායො එවං ධම්මො එවං භාවී එතං අනතීතොති ඉති අජ්ඣධන්තං වා - පෙ -.

පුන ච පරං හික්ඛවෙ හික්ඛු සෙය්‍යථාපි පසෙසය්‍ය සරීරං සිවථිකාය ඡඩ්ඪිතං අට්ඨික සංඛලිකං සමංස ලොහිතං නහරු සමඛන්ධං, සො ඉමමෙව කායං උපසංහරති: අයමපි ඛො කායො එවං ධම්මො එවං භාවී එතං අනතීතො ති. ඉති අජ්ඣධන්තං වා - පෙ -.

පුන ච පරං හික්ඛවෙ හික්ඛු සෙය්‍යථාපි පසෙසය්‍ය සරීරං සිවථිකාය ඡඩ්ඪිතං අට්ඨික සංඛලිකං නිමමංස ලොහිතමඤ්ඤිතං නහරුසමඛන්ධං, සො ඉමමෙව කායං උපසංහරති: අයමපි ඛො කායො එවං ධම්මො එවං භාවී එතං අනතීතොති. ඉති අජ්ඣධන්තං වා - පෙ - පුන ච පරං හික්ඛවෙ හික්ඛු සෙය්‍යථාපි පසෙසය්‍ය සරීරං සිවථිකාය ඡඩ්ඪිතං අට්ඨික සංඛලිකං අපගතමංස ලොහිතං නහරු සමඛන්ධං, සො ඉමමෙව කායං උපසංහරති: අයමපි ඛො කායො එවං ධම්මො එවං භාවී එතං අනතීතොති. ඉති අජ්ඣධන්තං වා - පෙ -.

පුන ච පරං හික්ඛවෙ හික්ඛු සෙය්‍යථාපි පසෙසය්‍ය සරීරං සිවථිකාය ඡඩ්ඪිතං- අට්ඨිකානි අපගතසමඛන්ධානි දිසා විදිසාසු වික්ඛිතානි අඤ්ඤෙත හත්ථට්ඨිකං අඤ්ඤෙත ජංගට්ඨිකං, අඤ්ඤෙත උරුරුට්ඨිකං අඤ්ඤෙත කට්ඨිකං, උරුරුට්ඨිකං අඤ්ඤෙත කට්ඨිකං අඤ්ඤෙත පිට්ඨිකණ්ඩකං අඤ්ඤෙත සිසකවාහං, සො ඉමමෙව කායං උපසංහරති: අයමපි ඛො කායො එවං ධම්මො එවං භාවී එතං අනතීතොති. ඉති අජ්ඣධන්තං වා - පෙ -.

පුන ච පරං හික්ඛවෙ හික්ඛු සෙය්‍යථාපි පසෙසය්‍ය සරීරං සිවථිකාය ඡඩ්ඪිතං - අට්ඨිකානි සෙතානි සංඛ වණ්ණපනිහානි, සො ඉමමෙව කායං උපසංහරති: අයමපි ඛො කායො එවං ධම්මො එවං භාවී එතං අනතීතොති ඉති අජ්ඣධන්තා වා - පෙ -.

පුන ච පරං හික්ඛවෙ හික්ඛු සෙය්‍යථාපි පසෙසය්‍ය සරීරං සිවථිකාය ඡඩ්ඪිතං- අට්ඨිකානි පුඤ්ජනිතානි තෙරොවසසිකානි, සො ඉමමෙව කායං උපසංහරති:

අයමපි ඛො කායො එවං ධම්මො එවහාපී එතං අනතීතොති. ඉති අජ්ඣන්තං වා - පෙ - .

පුන ච පරං හික්ඛවෙ හික්ඛු සෙය්‍යථාපි පසෙසය්‍ය සථීරං සිවථිකාය ඡධ්ථිතං- අට්ඨිකාති පුතීති චුණණකජානාති, සො ඉමමෙව කායං උපසංහරති, අයමපි ඛො කායො එවං ධම්මො එවහාපී එතං අනතීතොති ඉති අජ්ඣන්තං වා - පෙ - එවං හික්ඛවෙ හික්ඛු කායෙ කායානුපසසී විහරති.

කථංඤච හික්ඛවෙ හික්ඛු වෙදනාසු වෙදනානුපසසී විහරති ඉධ හික්ඛවෙ හික්ඛු 'සුඛං වෙදනං වෙදියමානො සුඛං වෙදනං වෙදියාමි' ති පජානාති. දුක්ඛං වෙදනං වෙදියමානො 'දුක්ඛං වෙදනං වෙදියාමි'ති පජානාති. අදුක්ඛමසුඛං වෙදනං වෙදියමානො 'අදුක්ඛමසුඛං වෙදනං වෙදියාමි'ති පජානාති. සාමීසං වා සුඛං වෙදනං වෙදියමානො සාමීසං සුඛං වෙදනං වෙදියාමි ති පජානාති. 'නිරාමීසං වා සුඛං වෙදනං වෙදියමානො නිරාමීසං සුඛං වෙදනං වෙදියාමි' ති පජානාති. සාමීසං වා දුක්ඛං වෙදනං වෙදියමානො 'සාමීසං දුක්ඛං වෙදනං වෙදියාමි' ති පජානාති. 'නිරාමීසං වා දුක්ඛං වෙදනං වෙදියමානො නිරාමීසං දුක්ඛං වෙදනං වෙදියාමි' ති පජානාති. සාමීසං වා අදුක්ඛමසුඛං වෙදනං වෙදියමානො 'සාමීසං අදුක්ඛමසුඛං වෙදනං වෙදියාමි' ති පජානාති. නිරාමීසං වා අදුක්ඛමසුඛං වෙදනං වෙදියමානො 'නිරාමීසං අදුක්ඛමසුඛං වෙදනං වෙදියාමි' ති පජානාති.

ඉති අජ්ඣන්තං වා වෙදනාසු වෙදනානුපසසී විහරති. ඛහිද්ධා වා වෙදනාසු වෙදනානුපසසී විහරති. අජ්ඣන්තඛහිද්ධා වා වෙදනාසු වෙදනානුපසසී විහරති, සමුදය ධම්මානුපසසී වා වෙදනාසු විහරති. වය ධම්මානුපසසී වා වෙදනාසු විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපසසී වා වෙදනාසු විහරති. අඤ්චී වෙදනාති වා පනසස සති පච්චුපට්ඨිතා හොති. යාවදෙව ඤාණමත්තාය පතිසසති මත්තාය. අනිසසිතො ච විහරති. න ච කිඤචි ලොකෙ උපාදියති. එවං ඛො හික්ඛවෙ හික්ඛු වෙදනාසු වෙදනානුපසසී විහරති.

කථංඤච හික්ඛවෙ හික්ඛු විතො විතානුපසසී විහරති ඉධ හික්ඛවෙ හික්ඛු සරාගං වා විතං සරාගං විතන්ති පජානාති. විතරාගං වා විතං විතරාගං විතන්ති පජානාති. සදොසං වා විතං සදොසං විතන්ති පජානාති. විතදොසං වා විතං විතදොසං විතන්ති පජානාති. සමොහං වා විතං සමොහං විතන්ති පජානාති. විතමොහං වා විතං විතමොහං විතන්ති පජානාති. සංඛින්නං වා විතං සංඛින්නං විතන්ති පජානාති. වික්ඛින්නං වා විතං වික්ඛින්නං විතන්ති පජානාති. මහග්ගතං වා විතං මහග්ගතං විතන්ති පජානාති, අමමග්ගතං වා විතං අමමග්ගතං විතන්ති පජානාති, සඋත්තරං වා විතං සඋත්තරං විතන්ති පජානාති. අනුත්තරං වා විතං අනුත්තරං විතන්ති පජානාති. සමාහිතං වා විතං සමාහිතං විතන්ති පජානාති.

අසමාහිතං වා විතං අසමාහිතං විතනනි පජානාති. විමුතං වා විතං විමුතං විතනනි පජානාති. අවිමුතං වා විතං අවිමුතං විතනනි පජානාති. ඉති අජ්ඣන්දනං වා විතො විතානුපසසී විහරති. බහිද්ධා වා විතො විතානුපසසී විහරති. අජ්ඣන්දනං බහිද්ධා වා විතො විතානුපසසී විහරති. සමුදය ධම්මානුපසසී වා විතසමීං විහරති. වය ධම්මානුපසසී වා විතසමීං විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපසසී වා විතසමීං විහරති. අඤ්චි විතනනි වා පනසස සති පච්චුපට්ඨිතා හොති යාවදෙව ඤාණමත්තාය පතිසසතිමත්තාය. අනිසසිතො ච විහරති. න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති. එවං බො හික්ඛවෙ හික්ඛු විතො විතානුපසසී විහරති.

කථඤ්ච හික්ඛවෙ හික්ඛු ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති ඉධ හික්ඛවෙ හික්ඛු ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති පඤ්චසු නිවරණෙසු. කථඤ්ච හික්ඛවෙ හික්ඛු ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති පඤ්චසු නිවරණෙසු. ඉධ හික්ඛවෙ හික්ඛු සන්නං වා අජ්ඣන්දනං කාමච්ඡන්දං ‘අඤ්චි මෙ අජ්ඣන්දනං කාමච්ඡන්දො’ති පජානාති. අසන්නං වා අජ්ඣන්දනං කාමච්ඡන්දං නඤ්චි මෙ අජ්ඣන්දනං කාමච්ඡන්දොති පයථා ච අනුප්පන්නසස කාමච්ඡන්දසස උප්පාදො හොති, තඤ්ච පජානාති, යථා ච උප්පන්නසස කාමච්ඡන්දසස පහාණං හොති, තඤ්ච පජානාති. යථා ච පභීණසස කාමච්ඡන්දසස ආයතිං අනුප්පාදො හොති, තඤ්ච පජානාති. සන්නං වා අජ්ඣන්දනං ව්‍යාපාදං ‘අඤ්චි මෙ අජ්ඣන්දනං ව්‍යාපාදො’ති පජානාති. අසන්නං වා අජ්ඣන්දනං ව්‍යාපාදං ‘නඤ්චි මෙ අජ්ඣන්දනං ව්‍යාපාදො’ති පජානාති. යථා ච අනුප්පන්නසස ව්‍යාපාදසස උප්පාදො හොති, තඤ්ච පජානාති. යථා ච උප්පන්නසස ව්‍යාපදසස පහාණං හොති, තඤ්ච පජානාති. යථා ච පභීණසස ව්‍යාපදසස ආයතිං අනුප්පාදො හොති, තඤ්ච පජානාති. සන්නං වා අජ්ඣන්දනං ටීනමිද්ධං අඤ්චි මෙ අජ්ඣන්දනං ටීනමිද්ධනි පජානාති, අසන්නං වා අජ්ඣන්දනං ටීනමිද්ධං ‘නඤ්චි මෙ අජ්ඣන්දනං ටීනමිද්ධනි’ පජානාති. යථා ච අනුප්පන්නසස ටීනමිද්ධසස උප්පාදො හොති, තඤ්ච පජානාති. යථා ච උප්පන්නසස ටීනමිද්ධසස පහාණං හොති, තඤ්ච පජානාති යථා ච පභීණසස ටීනමිද්ධසස ආයතිං අනුප්පාදො හොති, තඤ්ච පජානාති. සන්නං වා අජ්ඣන්දනං උද්ධචචකුක්ඛචචං ‘අඤ්චි මෙ අජ්ඣන්දනං උද්ධචචකුක්ඛචචනි පජානාති. අසන්නං වා අජ්ඣන්දනං උද්ධචචකුක්ඛචචං ‘නඤ්චි මෙ අජ්ඣන්දනං උද්ධචචකුක්ඛචචනි’ පජානාති. යථා ච අනුප්පන්නසස උද්ධචචකුක්ඛචචසස උප්පාදො හොති, තඤ්ච, පජානාති. යථා ච උප්පන්නසස උද්ධචචකුක්ඛචචසස පහාණං හොති, තඤ්ච පජානාති. යථා ච පභීණසස උද්ධචචකුක්ඛචචසස ආයතිං අනුප්පාදො හොති, තඤ්ච පජානාති. සන්නං වා අජ්ඣන්දනං විචිකිච්ඡං ‘අඤ්චි මෙ අජ්ඣන්දනං විචිකිච්ඡා’ති පජානාති. යථා ච අනුප්පන්නාය විචිකිච්ඡාය උප්පාදො හොති, තඤ්ච පජානාති. යථා ච උප්පන්නාය විචිකිච්ඡාය පහාණං හොති, තඤ්ච පජානාති, යථා ච පභීණාය විචිකිච්ඡාය ආයතිං

අනුප්‍රාදො හොති, තඤ්ච පජානාති. ඉති අජ්ඣාසනං වා ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති. බහිද්ධා වා ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති. අජ්ඣාසන බහිද්ධා වා ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති සමුදය ධම්මානුපසසී වා ධම්මෙසු විහරති. වය ධම්මානුපසසී වා ධම්මෙසු විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපසසී වා ධම්මෙසු විහරති. අප්ඨි ධම්මාති වා පනසස සති පච්චුපට්ඨිතා හොති. යාවදෙව ඤාණමනාය පතිසස මනාය, අනිසසිතො ච විහරති. න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති. එවං බො භික්ඛවෙ භික්ඛු ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති පංචසු නිවරණෙසු.

පුන ච පරං භික්ඛවෙ භික්ඛු ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති පඤ්චසුපාදානකිනෙධසු කථංඤච භික්ඛවෙ භික්ඛු ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති පඤ්චසුපාදානකිනෙධසු ඉධ භික්ඛවෙ භික්ඛු “ඉති රූපං, ඉති රූපසස සමුදයො, ඉති රූපසස අත්ථගමො. ඉති වෙදනා, ඉති වෙදනාය සමුදයො, ඉති වෙදනාය අත්ථගමො, ඉති සඤ්ඤා, ඉති සඤ්ඤාය සමුදයො, ඉති සංඥය අත්ථගමො. ඉති සංඛාරා, ඉති සංඛාරානං සමුදයො, ඉති සංඛාරානං අත්ථගමො. ඉති විඤ්ඤාණං, ඉති විඤ්ඤාණසස සමුදයො, ඉති විඤ්ඤාණසස අත්ථගමො,” ඉති අජ්ඣාසනං වා ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති. බහිද්ධා වා ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති. අජ්ඣාසන බහිද්ධා වා ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති. සමුදය ධම්මානුපසසී වා ධම්මෙසු විහරති. වය ධම්මානුපසසී වා ධම්මෙසු විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපසසී වා ධම්මෙසු විහරති. අප්ඨි ධම්මාති වා පනසස සති පච්චුපට්ඨිතා හොති. යාවදෙව ඤාණමනාය පතිසසති මනාය අනිසසිතො ච විහරති, න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති. එවං බො භික්ඛවෙ භික්ඛු ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති පඤ්චසුපාදානකිනෙධසු.

පුන ච පරං භික්ඛවෙ භික්ඛු ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති ඡසු අජ්ඣාසනික බාහිරෙසු ආයතනෙසු. කතඤ්ච භික්ඛවෙ භික්ඛු ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති ඡසු අජ්ඣාසනික බාහිරෙසු ආයතනෙසු ඉධ භික්ඛවෙ භික්ඛු චක්ඛුඤ්ච පජානාති. රූපෙ ච පජානාති. යඤ්ච තදුභයං පට්ඨව උප්පජ්ජති සඤ්ඤාඤාපනං, තඤ්ච පජානාති. යථා ච අනුප්‍රාසනසස සඤ්ඤාඤාපනසස උප්පාදො හොති, තඤ්ච පජානාති. යථා ච උප්පනසස සඤ්ඤාඤාපනසස පහානං හොති, තඤ්ච පජානාති. යථා ච පභීනසස සඤ්ඤාඤාපනසස ආයතීං අනුප්‍රාදො හොති, තඤ්ච පජානාති. සොතඤ්ච පජානාති, සද්දෙ ච පජානාති - පෙ - සාණඤ්ච පජානාති. ගනෙධ ච පජානාති - පෙ - ඡ්චහඤ්ච පජානාති. රසෙ ච පජානාති - පෙ - කායඤ්ච පජානාති ඓධධබ්බෙ ච පජානාති - පෙ - මනඤ්ච පජානාති. ධම්මෙ ච පජානාති. යඤ්ච තදුභයං පට්ඨව උප්පජ්ජති සඤ්ඤාඤාපනං තඤ්ච පජානාති. යථා ච අනුප්‍රාසනසස සඤ්ඤාඤාපනසස උප්පාදො හොති තඤ්ච පජානාති. යථා ච උප්පනසස සඤ්ඤාඤාපනසස පහානං

හොති, තඤ්ඤ පජානාති. යථා ච පභීනස්ස සඤ්ඤාඤාප්නස්ස ආයතිං අනුප්පාදො හොති තඤ්ඤ පජානාති. ඉති අජ්ඣාතං වා ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති, බහිද්ධා වා ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති. අජ්ඣාතං බහිද්ධා වා ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති සමුදය ධම්මානුපසසී වා ධම්මෙසු විහරති. වය ධම්මානුපසසී වා ධම්මෙසු විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපසසී වා ධම්මෙසු විහරති. අත්ථි ධම්මාති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා හොති යාවදෙව ඤාණමත්තාය පතිස්සතිමත්තාය. අතිස්සිතො ච විහරති. න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති එවං. බො භික්ඛවෙ භික්ඛු ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති ඡසු අජ්ඣාතතික බාහිරෙසු ආයතනෙසු.

පුත ච පරං භික්ඛවෙ භික්ඛු ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති සත්තසු බොජ්ඣංදියෙගසු. කථංඤ්ඤ භික්ඛවෙ භික්ඛු ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති සත්තසු බොජ්ඣංදියෙගසු ඉධ භික්ඛවෙ භික්ඛු සන්නං වා අජ්ඣාතං සති සමෙබ්බාජ්ඣංගං අත්ථි මෙ අජ්ඣාතං සති සමෙබ්බාජ්ඣංගොති පජානාති. අසන්නං වා අජ්ඣාතං සති සමෙබ්බාජ්ඣංගං 'නත්ථි මෙ අජ්ඣාතං සති සමෙබ්බාජ්ඣංගො'ති පජානාති. යථා ච අනුප්පන්නස්ස සති සමෙබ්බාජ්ඣංගස්ස උප්පාදො හොති. තඤ්ඤ පජානාති. යථා ච උප්පන්නස්ස සතිසමෙබ්බාජ්ඣංගස්ස භාවනා පාරිපුරි හොති, තඤ්ඤ පජානාති. සන්නං වා අජ්ඣාතං ධම්මචීවය සමෙබ්බාජ්ඣංගං 'අත්ථි මෙ අජ්ඣාතං ධම්මචීවය සමෙබ්බාජ්ඣංගොති පජානාති. අසන්නං වා අජ්ඣාතං ධම්මචීවය සමෙබ්බාජ්ඣංගං 'නත්ථි මෙ අජ්ඣාතං ධම්මචීවය සමෙබ්බාජ්ඣංගොති පජානාති. යථා ච අනුප්පන්නස්ස ධම්මචීවය සමෙබ්බාජ්ඣංගස්ස උප්පාදො හොති, තඤ්ඤ පජානාති, යථා ච උප්පන්නස්ස, සමෙබ්බාජ්ඣංගස්ස භාවනා පාරිපුරි හොති, තඤ්ඤ පජානාති. සන්නං වා අජ්ඣාතං චිරිය සමෙබ්බාජ්ඣංගං අත්ථි මෙ 'අජ්ඣාතං චිරිය සමෙබ්බාජ්ඣංගො'ති පජානාති. අසන්නං වා අජ්ඣාතං චිරිය සමෙබ්බාජ්ඣංගං නත්ථි මෙ අජ්ඣාතං චිරිය සමෙබ්බාජ්ඣංගො'ති පජානාති. යථා ච අනුප්පන්නස්ස චිරිය සමෙබ්බාජ්ඣංගස්ස උප්පාදො හොති, තඤ්ඤ පජානාති යථා ච උප්පන්නස්ස චිරිය සමෙබ්බාජ්ඣංගස්ස භාවනා පාරිපුරි හොති තඤ්ඤ පජානාති. සන්නං වා අජ්ඣාතං පීති සමෙබ්බාජ්ඣංගං අත්ථි මෙ අජ්ඣාතං පීති සමෙබ්බාජ්ඣංගොති 'පජානාති. අසන්නං වා අජ්ඣාතං පීති සමෙබ්බාජ්ඣංගං 'නත්ථි මෙ අජ්ඣාතං පීති සමෙබ්බාජ්ඣංගොති පජානාති. යථා ච අනුප්පන්නස්ස පීති සමෙබ්බාජ්ඣංගස්ස උප්පාදො හොති, තඤ්ඤ පජානාති. යථා ච උප්පන්නස්ස පීති සමෙබ්බාජ්ඣංගස්ස භාවනා පාරිපුරි හොති තඤ්ඤ පජානාති. සන්නං වා අජ්ඣාතං පසසද්ධි සමෙබ්බාජ්ඣංගං අත්ථි මෙ අජ්ඣාතං පසසද්ධි සමෙබ්බාජ්ඣංගො'ති පජානාති. අසන්නං වා අජ්ඣාතං පසසද්ධි සමෙබ්බාජ්ඣංගං 'නත්ථි මෙ අජ්ඣාතං පසසද්ධි සමෙබ්බාජ්ඣංගො'ති පජානාති. යථා ච අනුප්පන්නස්ස පසසද්ධි සමෙබ්බාජ්ඣංගස්ස උප්පාදො හොති, තඤ්ඤ පජානාති. යථා ච උප්පන්නස්ස



පසසඬි සමෙඛාජ්ඣංගසස භාවනා පාරිච්ඡරි හොති, තඤ්ච පජානාති. සනං වා අජ්ඣානං සමාධි සමෙඛාජ්ඣංගං 'අනථි මෙ අජ්ඣානං සමාධි සමෙඛාජ්ඣංගො'ති පජානාති. අසනං වා අජ්ඣානං සමාධි සමෙඛාජ්ඣංගං නානථි මෙ අජ්ඣානං සමාධි සමෙඛාජ්ඣංගො'ති පජානාති. යථා ච අනුපපන්නසස සමාධි සමෙඛාජ්ඣංගසස උප්පාදො හොති, තඤ්ච පජානාති. යථා ච උප්පන්නසස සමාධි සමෙඛාජ්ඣංගසස භාවනා පාරිච්ඡරි හොති, තඤ්ච පජානාති. සනං වා අජ්ඣානං උපෙකඛා සමෙඛාජ්ඣංගං 'අනථි මෙ අජ්ඣානං උපෙකඛා සමෙඛාජ්ඣංගො'ති පජානාති. අසනං වා අජ්ඣානං උපෙකඛා සමෙඛාජ්ඣංගං නානථි මෙ අජ්ඣානං උපෙකඛා සමෙඛාජ්ඣංගොති පජානාති. යථා ච අනුපපන්නසස උපෙකඛා සමෙඛාජ්ඣංගසස උප්පාදො හොති, තඤ්ච පජානාති යථා ච උප්පන්නසස උපෙකඛා සමෙඛාජ්ඣංගසස භාවනා පාරිච්ඡරි හොති, තඤ්ච පජානාති. ඉති අජ්ඣානං වා ධම්මෙසු ධම්මානුපසසි විහරති ඛිඤ්ඛා වා ධම්මෙසු ධම්මානුපසසි විහරති. අජ්ඣාන ඛිඤ්ඛා වා ධම්මෙසු ධම්මානුපසසි විහරති. සමුදය ධම්මානුපසසි වා ධම්මෙසු විහරති. වය ධම්මානුපසසි වා ධම්මෙසු විහරති, සමුදයවය ධම්මානුපසසි වා ධම්මෙසු විහරති. අනථි ධම්මාති වා පනසස සති පච්චුපට්ඨිතා හොති යාවදෙව ඤාණමත්තාය පතිසසතිමත්තාය. අනිසසිතො ච විහරති න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති ඵ්වම්පි භික්ඛවෙ භික්ඛු ධම්මෙසු ධම්මානුපසසි විහරති සත්තසු බොජ්ඣංගෙසු.

පුන ච පරං භික්ඛවෙ භික්ඛු ධම්මෙසු ධම්මානුපසසි විහරති චතුසු අරියසචෙවසු. කථඤ්ච භික්ඛවෙ භික්ඛු ධම්මෙසු ධම්මානුපසසි විහරති චතුසු අරියසචෙවසු. ඉධ භික්ඛවෙ භික්ඛු 'ඉදං දුක්ඛන්ති යථාභුතං පජානාති', අයං දුක්ඛ සමුදයොති යථාභුතං පජානාති. 'අයං දුක්ඛ නිරොධොති යථාභුතං පජානාති. කතමඤ්ච භික්ඛවෙ දුක්ඛං අරියසචං, ජාතිපි දුක්ඛා, ජරාපි දුක්ඛා, මරණමපි දුක්ඛං, සොක පරිදෙව දුක්ඛ දොමනස්සුපායාසාපි දුක්ඛා, අප්පියෙහි සම්පයොගො දුක්ඛො, පියෙහි විප්පයොගො දුක්ඛො, යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුක්ඛං, සංඛින්නෙන පඤ්චුපාදනකඤ්ඤා දුක්ඛා. කතමා ච භික්ඛවෙ ජාති, යා තෙසං තෙසං සත්තානං තමහි තමහි සත්තනිකායෙ ජාති, සංජාති, ඔක්කන්ති, අභිනිබ්බන්ති, බන්ධානං පාතුභාවො, ආයතනානං පටිලාභො අයං වුච්චති භික්ඛවෙ ජාති. කතමා ච භික්ඛවෙ ජරා, යා තෙසං තෙසං සත්තානං තමහි තමහි සත්තනිකායෙ ජරා, ජීරණතා, බණ්ඨිච්චං, ආලිච්චං, වලින්නවතා, ආයුතො සංභානි, ඉන්ද්‍රියානං පරිපාකො, අයං වුච්චති භික්ඛවෙ ජරා. කතමඤ්ච භික්ඛවෙ මරණං, යං තෙසං තෙසං සත්තානං තමහා තමහා සත්තනිකායා වුච්චි, වචනතා හෙදො අන්තරධානං මච්චුමරණං කාලකිරියා බන්ධානං හෙදො කලෙඛරසස

නිකුට්ඨො ජීවිතින්ද්‍රියසංසුච්ඡේදො, ඉදං වුච්චති භික්ඛවෙ මරණං. කතමො ච භික්ඛවෙ සොකො: යො ඛො භික්ඛවෙ අඤ්ඤාතරඤ්ඤාතරොන ඛ්‍යාසනෙන සමන්තාගතස්ස අඤ්ඤාතරඤ්ඤාතරොන දුක්ඛධ මෙමන චුට්ඨසස සොකො සොචනා සොචනානං අනො සොකො අනො පරිසොකො, අයං වුච්චති භික්ඛවෙ සොකො. කතමො ච භික්ඛවෙ පරිදෙවො: යො ඛො භික්ඛවෙ අඤ්ඤාතරඤ්ඤාතරොන ඛ්‍යාසනෙන සමන්තාගතස්ස අඤ්ඤාතරඤ්ඤාතරොන දුක්ඛධ මෙමන චුට්ඨසස ආදෙවො පරිදෙවො ආදෙවනා පරිදෙවනා ආදෙවිතනං පරිදෙවිතනං, අයං වුච්චති භික්ඛවෙ පරිදෙවො. කතමො ච භික්ඛවෙ දුක්ඛං: යො ඛො භික්ඛවෙ කායිකං දුක්ඛං කායිකං අසාතං කායසමඵසසජං දුක්ඛං අසාතං වෙදයිතං, ඉධං වුච්චති භික්ඛවෙ දුක්ඛං. කතමො ච භික්ඛවෙ දොමනස්සං යො ඛො භික්ඛවෙ චෙතසිකං දුක්ඛං චෙතසිකං අසාතං මනො සමපසසජං දුක්ඛං අසාතං වෙදයිතං, ඉධං වුච්චති භික්ඛවෙ දොමනස්සං. කතමො ච භික්ඛවෙ උපායාසො: යො ඛො භික්ඛවෙ අඤ්ඤාතරඤ්ඤාතරොන ඛ්‍යාසනෙන සමන්තාගතස්ස අඤ්ඤාතරඤ්ඤාතරොන දුක්ඛධ මෙමන චුට්ඨසස ආයාසො උපායාසො ආයාසිතනං උපායාසිතනං, අයං වුච්චති භික්ඛවෙ උපායාසො. කතමො ච භික්ඛවෙ අපීයෙහි සමපයොගො දුක්ඛො: ඉධ යසස් තෙ භොජනී අනිට්ඨා අකන්තා අමනාපා රූපා සඳ්දා ගන්ධා රසා ඵොට්ඨ්ඨො ධම්මො, යෙ වා පනස්ස තෙ භොජනී අනන්තාමා අහිතකාමා අඵාසුකකාමකා අයොගකෙමකාමා යා තෙහි සඳ්ධිං සංගති සමාගමො සමොධානං මිසසී භාවො, අයං වුච්චති භික්ඛවෙ අපීයෙහි සමපයොගො දුක්ඛො. කතමො ච භික්ඛවෙ පියෙහි විපයොගො දුක්ඛො, ඉධ යසස් තෙ භොජනී ඉට්ඨා කන්තා මනාපා රූපා සඳ්දා ගන්ධා රසා ඵොට්ඨ්ඨො ධම්මො, යෙ වා පනස්ස තෙ භොජනී අන්තාමා අහිතකාමා අඵාසුකකාමකා යොගකෙමකාමා මාතා වා පිතා වා භාතා වා හගිනී වා, ජෙට්ඨා වා කනිට්ඨා වා, මිත්තා වා අමච්චා වා ඤාති සලොහිතා වා, යා තෙහි සඳ්ධිං අසංගති අසමාගමො අසමොධානං අමිසසී භාවො, අයං වුච්චති භික්ඛවෙ පියෙහි විපයොගො දුක්ඛො. කතමඤ්ච භික්ඛවෙ යමිච්ඡ න ලහති තමපි දුක්ඛං, ජාති ධම්මානං භික්ඛවෙ සත්තානං ඵ්චං ඉච්ඡා උප්පජ්ජති, අහො චත මයං න ජාති ධම්මා අසසාම, න ච චත නො ජාති ආගචෙජ්ඣාති, න ඛො පෙනෙතං ඉච්ඡාය පත්තඛ්ඛං, ඉදමපි යමිච්ඡං න ලහති තමපි දුක්ඛං. ජරා ධම්මානං භික්ඛවෙ - පෙ - ව්‍යාධි ධම්මානං භික්ඛවෙ - පෙ - මරණ ධම්මානං භික්ඛවෙ - පෙ - සොක ධම්මානං භික්ඛවෙ - පෙ - පරිදෙව ධම්මානං භික්ඛවෙ - පෙ - දුක්ඛ ධම්මානං භික්ඛවෙ - පෙ - දොමනස්ස ධම්මානං භික්ඛවෙ - පෙ - උපායාස ධම්මානං භික්ඛවෙ සත්තානං ඵ්චං ඉච්ඡා උප්පජ්ජති, අහො චත මයං න ජරා ධම්මා - පෙ - උපායාස ධම්මා අසසාම, න ච චත නො උපායාසො ආගචෙජ්ඣාති, න ඛො



පනෙතං ඉච්ඡාය පක්ඛබ්බං, ඉද්ධපි යමපිච්ඡං න ලහති තමපි දුක්ඛං. කතමෙ ච  
 භික්ඛවෙ සංඛිනෙනන පඤ්චුපාදානකකිඤ්ඤා දුක්ඛා, සෙය්‍යාපීදං රූපුපාදානකකිඤ්ඤා  
 වෙදනුපාදානකකිඤ්ඤා සඤ්ඤාපාදානකකිඤ්ඤා සංඛාරූපාදානකකිඤ්ඤා  
 විඤ්ඤාණුපාදානකකිඤ්ඤා, ඉමෙ වුවචනි භික්ඛවෙ සංඛිනෙනන පඤ්චුපාදානකකිඤ්ඤාපි  
 දුක්ඛා, ඉදං වුවචනි භික්ඛවෙ දුක්ඛං අරියසච්චං. කතමඤ්ච භික්ඛවෙ දුක්ඛ සමුදයං  
 අරියසච්චං, සොයායං තණ්හා පොනොභවිකා නන්දිරාග සහගතා තත්‍ර තත්‍රාභිනන්දිතී,  
 සෙය්‍යාපීදං - කාමතණ්හා භව තණ්හා විභව තණ්හා. සා ඛො පනෙසා භික්ඛවෙ  
 තණ්හා කඤ්ච උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති කඤ්ච නිවිසමානා නිවිසති, යං ලොකෙ  
 පියරූපං සාතරූපං එතෙඤ්ච තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති, එඤ්ච නිවිසමානා  
 නිවිසති. කිඤ්ච ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං, චක්ඛුං ලොකෙ පියරූපං සාත රූපං,  
 එතෙඤ්ච තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති, එඤ්ච නිවිසමානා නිවිසති. සොතං  
 ලොකෙ - පෙ - සානං ලොකෙ - පෙ - ජීවහා ලොකෙ - පෙ - කායො ලොකෙ  
 - පෙ - මනො ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං, එතෙඤ්ච තණ්හා උප්පජ්ජමානා  
 උප්පජ්ජති, එඤ්ච නිවිසමානා නිවිසති. රූපා ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං එතෙඤ්ච  
 තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති, එඤ්ච නිවිසමානා නිවිසති. සඤ්ඤා - පෙ - ගඤ්ඤා  
 - පෙ - රසා - පෙ - පොඨ්ඨබ්බා - පෙ - ධම්මා ලොකෙ - පෙ - චක්ඛු විඤ්ඤාණං  
 - පෙ - සොත විඤ්ඤාණං - පෙ - සාත විඤ්ඤාණං - පෙ - ජීවහා විඤ්ඤාණං -  
 පෙ - කාය විඤ්ඤාණං - පෙ - මනෝ විඤ්ඤාණං - පෙ - චක්ඛු සමඵසෙසා - පෙ  
 - සොත සමඵසෙසා - පෙ - සාත සමඵසෙසා - පෙ - ජීවහා සමඵසෙසා - පෙ - කාය  
 සමඵසෙසා - පෙ - මනො සමඵසෙසා - පෙ - චක්ඛු සමඵසෙසා චෙදනා - පෙ -  
 සොත සමඵසෙසා චෙදනා - පෙ - සාත සමඵසෙසා චෙදනා - පෙ - ජීවහා  
 සමඵසෙසා චෙදනා - පෙ - මනො සමඵසෙසා චෙදනා - පෙ - රූප සංඤා - පෙ  
 - සඤ්ඤා සංඤා - පෙ - ගඤ්ඤා සංඤා - පෙ - රස සංඤා - පෙ - ඵොට්ඨබ්බ සංඤා  
 - පෙ - ධම්ම සඤ්ඤා - පෙ - රූප සඤ්ඤාවතනා - පෙ - සඤ්ඤා සඤ්ඤාවතනා - පෙ -  
 ගඤ්ඤා සඤ්ඤාවතනා - පෙ - රස සඤ්ඤාවතනා - පෙ - ඵොට්ඨබ්බ සඤ්ඤාවතනා - පෙ  
 - ධම්ම සඤ්ඤාවතනා - පෙ - රූප තණ්හා - පෙ - සඤ්ඤා තණ්හා - පෙ - ගඤ්ඤා තණ්හා  
 - පෙ - රස තණ්හා - පෙ - ඵොට්ඨබ්බ තණ්හා - පෙ - ධම්ම තණ්හා - පෙ - රූප  
 විතකෙකා - පෙ - සඤ්ඤා විතකෙකා - පෙ - ගඤ්ඤා විතකෙකා - පෙ - රස විතකෙකා  
 - පෙ - ඵොට්ඨබ්බ විතකෙකා - පෙ - ධම්ම විතකෙකා - පෙ - රූප විචාරො - පෙ  
 - සඤ්ඤා විචාරො - පෙ - ගඤ්ඤා විචාරො - පෙ - රස විචාරො - පෙ - ඵොට්ඨබ්බ  
 විචාරො - පෙ - ධම්ම විචාරො ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං එතෙඤ්ච තණ්හා  
 උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජජනති, එඤ්ච නිවිසමානා නිවිසති. ඉදං වුවචනි භික්ඛවෙ දුක්ඛ  
 සමුදයො අරිය සච්චං. .... කතමඤ්ච භික්ඛවෙ දුක්ඛ නිරොධ ගාමිණී

පටිපදා අරියසච්චං අයමෙව අරියො අට්ඨංගිකො මග්ගො, සෙය්‍යථිදං සමමා දිට්ඨි, සමමා සංකප්පො, සමමා වාචා සමමා කමමනො සමමා ආජ්චො, සමමා වායාමො, සමමා සති සමමා සමාධි කතමා ච හික්ඛවෙ සමමා දිට්ඨි යං ඛො හික්ඛවෙ දුක්ඛෙ ඤාණං දුක්ඛ සමුදයෙ ඤාණං දුක්ඛ නිරොධෙ ඤාණං දුක්ඛ නිරොධගාමිණියා පටිපදාය ඤාණං, අයං වුච්චති හික්ඛවෙ සමමා දිට්ඨි. කතමො ච හික්ඛවෙ සමමා සංකප්පො, නෙකමම සංකප්පො අබ්‍යාපාද සංකප්පො අවිහිංසා සංකප්පො අයං වුච්චති හික්ඛවෙ සමමා සංකප්පො. කතමා ච හික්ඛවෙ සමමා වාචා මුසාවාදා වෙරමණී, පිසුනා වාචා වෙරමණී, ඵරුසා වාචා වෙරමණී, සමඵප්පලාපා වෙරමණී, අයං වුච්චති හික්ඛවෙ සමමා වාචා. කතමො ච හික්ඛවෙ සමමා කමමනො පාණාතිපානා වෙරමණී අදින්නාදානා වෙරමණී, කාමෙසුඵච්ඡාවාරා වෙරමණී, අයං වුච්චති හික්ඛවෙ සමමා කමමනො. කතමො ච හික්ඛවෙ සමමා ආජ්චො ඉධ හික්ඛවෙ අරියසාවකො මිච්ඡා ආජ්චං පහාය සමමා ආජ්චෙන ජ්චිකං කප්පෙති. අයං වුච්චති හික්ඛවෙ සමමා ආජ්චො. කතමො ච හික්ඛවෙ සමමා වායාමො, ඉධ හික්ඛවෙ හික්ඛු අනුප්පන්නානං පාපකානං අකුසලානං ධම්මානං අනුප්පාදාය ඡන්දං ඡනෙති වායමති වීරියං ආරහති විතං පග්ගණහාති පදහති, උප්පන්නානං පාපකානං අකුසලානං ධම්මානං පහානාය - පෙ - අනුප්පන්නානං කුසලානං ධම්මානං උපාදාය - පෙ - උප්පන්නානං කුසලානං ධම්මානං ධීතියා අසමෙමාසාය හියොගාභාවාය වෙපුලලාය භාවනාය පාරිපුරියා - පෙ - අයං වුච්චති හික්ඛවෙ සමමා වායාමො. කතමො ච හික්ඛවෙ සමමා සති ඉධ හික්ඛවෙ හික්ඛු කායෙ කායානුපසස්සී විහරති. ආතාපී සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අහිජ්ඣා දොමනස්සං, වෙදනාසු වෙදනානුපසස්සී - පෙ - විනො වින්නානුපසස්සී - පෙ - ධමෙමසු ධමානුපසස්සී විහරති ආතාපී සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අහිජ්ඣා දොමනස්සං, අයං වුච්චති හික්ඛවෙ සමමා සති. කතමො ච හික්ඛවෙ සමමා සමාධි ඉධ හික්ඛවෙ හික්ඛු විච්චේච්ච කාමෙහි විච්චච අකුසලෙහි ධමෙමහි සවිතකකං සවිචාරං විචේකජං පීති සුඛං පඨමජ්ඣානං උපසමපජ්ඡ විහරති. විතකක විචාරානං වූපසමා අජ්ඣායනං සමපසාදනං චෙනසො ඵකොධිභාවං අවිතකකං අවිචාරං සමාධිජං පීතිසුඛං දුතියජ්ඣානං උපසමපජ්ඡ විහරති. පීතියා ච වීරාගා උපෙකො ච විහරති. සතො ච සමපජානො සුඛඤ්ච කායෙන පටිසංචෙදෙති. යන්නං අරියා ආවිකන්ති උපෙකො සතිමා සුඛ විහාරීති තතියජ්ඣානං උපසමපජ්ඡ විහරති. සුඛස්සච පහානා දුක්ඛස්ස ච පහානා පුඛෙච සොමනස්ස දොමනස්සානං අත්ථගමා අදුක්ඛං අසුඛං උපෙකො සති පාරිසුද්ධිං චතුස්ඡායානං උපසමපජ්ඡ විහරති. අයං වුච්චති හික්ඛවෙ සමමා සමාධි. ඉධ වුච්චති හික්ඛවෙ දුක්ඛ නිරොධ ගාමිණී පටිපදා අරිය සච්චං. ඉති අජ්ඣායනං වා

ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති. බහිඤා වා ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති, අජ්ඣාසන බහිඤා වා ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති. සමුදය ධම්මානුපසසී වා ධම්මෙසු විහරති. වය ධම්මානුපසසී වා ධම්මෙසු විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපසසී වා ධම්මෙසු විහරති. අඤ්ච ධම්මානී වා පනසස සති පච්චුපට්ඨිතා භොති යාවදෙව ඤාණමන්තාය පතිසසතිමන්තාය අතිසසිතො ච විහරති න ච කිඤචි ලොකෙ උපාදියති එවම්පි හික්ඛවෙ හික්ඛු ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති චතුසු අරියසචෙවසු. යො හි කොචි හික්ඛවෙ ඉමෙ චන්තාරො සතිපට්ඨානෙ එවං භාවෙය්‍ය සසන වසසානී, තසස ද්විත්තං ඵලානං අඤ්ඤාතරං ඵලං පාටිකංඛා දිට්ඨව ධම්මෙ අඤ්ඤා, සති වා උපාදිසෙසෙ අනාගාමිතා. තිට්ඨනු හික්ඛවෙ සසන වසසානී - පෙ - ඡ වසසානී - පෙ -, තිට්ඨනු හික්ඛවෙ ඡ වසසානී - පෙ - පංච වසසානී - පෙ - , තිට්ඨනු හික්ඛවෙ පංච වසසානී - පෙ - චන්තාරි වසසානී - පෙ -, තිට්ඨනු හික්ඛවෙ චන්තාරි වසසානී - පෙ - තීණී වසසානී - පෙ -, තිට්ඨනු හික්ඛවෙ තීණී වසසානී - පෙ - දෙච වසසානී - පෙ -, තිට්ඨනු හික්ඛවෙ දෙච වසසානී - පෙ - එක වසසං - පෙ -, තිට්ඨනු හික්ඛවෙ එක වසසං - පෙ - එකං වසසානී - පෙ -, තිට්ඨනු හික්ඛවෙ එක වසසං - පෙ - සසන මාසානී - පෙ -, තිට්ඨනු හික්ඛවෙ සසන මාසානී - පෙ - ඡ මාසානී - පෙ -, තිට්ඨනු හික්ඛවෙ ඡ මාසං - පෙ - පංච මාසානී - පෙ -, තිට්ඨනු හික්ඛවෙ පංච මාසානී - පෙ - චන්තාරි මාසානී - පෙ -, තිට්ඨනු හික්ඛවෙ චන්තාරි මාසානී - පෙ - තීණී මාසානී - පෙ -, තිට්ඨනු හික්ඛවෙ තීණී මාසානී - පෙ - දෙච මාසානී - පෙ -, තිට්ඨනු හික්ඛවෙ දෙච මාසානී - පෙ - මාසාන - පෙ -, තිට්ඨනු හික්ඛවෙ මාසො - පෙ - අධිච්ච මාසානී - පෙ -, තිට්ඨනු හික්ඛවෙ මාසානී - පෙ - සන්තාහං - පෙ -, උපාදිසෙසෙ අනාගාමිතා'නි. එකායනො අයං හික්ඛවෙ මගො සන්තානං විසුඤ්ඤා සෝක පරිඤ්ඤාචානං සමතික්කමාය දුක්ඛ දොමනසසානං අත්ථගමාය ඤායසස අධිගමාය නිබ්බානසස සච්ඡිකිරියාය යදිදං චන්තාරො සතිපට්ඨානා'නි, ඉති යන්තං චුන්තං ඉදමෙතං පටිච්ච චුන්තනී. ඉදමචොච භගවා. අන්තමනා තෙ හික්ඛු භගවතො භාසිතං අනිනඤ්ඤනී.

(මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රං නිට්ඨිතං)



සහිතව පිටුපස



# මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය

## 1 වන ධර්ම දේශනය

නමෝ තසං භගවතො අරහතො සමමා සමබුද්ධස්ස .....//

එවං මෙ සුතං: එකං සමයං භවා කුරුසු විහරති කමමාසදමමං නාම කුරුනං නිගමො. තත්‍ර ඛො භගවා භික්ඛු ආමනෙසි. “භික්ඛවො”ති. “හදනෙ”ති තෙ භික්ඛු භගවතො පසෙසාසුං. භගවා එතදවොච.

යෝගාවචර පිරිසගෙන් අවසරයි. අද බ්‍රහස්පතින්දා දවස අද ආරම්භයක් ලබාගන්න හදන්නේ කාගෙන් බොහෝම ගෞරවයට පාත්‍ර වූ සතිපට්ඨාන සූත්‍රය දේශනා කිරීමටයි.

ඒක කාලයක් අදළ පොත්පත් ආශ්‍රය කරගෙන, ගුරු මහ ආශ්‍රය කරගෙන. කාලයක් කරුනු සාකච්ඡා කළා නමුත් ඒක යම් යම හේතු නිසා අතර මග නතර කරන්න වුනා. ඒ කෙස් වෙතත් අපි මේ ධර්ම සාකච්ඡාවකදී හෝ ධර්ම දේශනාවකදී හෝ සජ්ඣායනයකදී හෝ නිතර මේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඇහෙන්නට, කථා කරන්නට ඉදිරිපත් කරගන්නට ලැබෙනවානම් හොඳයි කියා එක ඉස්මතු වුණා. විශේෂයෙන්ම පසුගිය ධර්ම සාකච්ඡාවක් වෙලාවේදී ඉස්මතු වූ නිසා අද ඉදන් අපි බලාපොරොත්තු වෙන්නේ මේ ථේරවාදී බුද්ධ ශාසනයේ මුදුන්මල් කඩ වාගෙ සලකන, මේ උත්තම, වටිනා ශ්‍රී ලංකාවේ විශේෂයෙන්ම බොහෝම ගෞරවයට ආදරයට පාත්‍ර වෙච්ච මේ සූත්‍රය පිළිබඳව යෝගාවචරයකුගේ පැත්තෙන්, නිස්සරණ වණය පැත්තෙන් අපිට ගන්න තියෙන ආදර්ශය ඉදිරිපත් කරගන්න මේ සූත්‍රය විශේෂයෙන්ම සූත්‍ර පිටකය ගන්නම ඒ සූත්‍ර පිටකයේ තියෙන එකම මාර්ගය නැත්නම් පැවිදි වීමේදී, උපාසක වීමේදී,

උපසම්පදා වීමේදී ආදී වශයෙන් දුස්සීලව හිටපු කෙනෙක් සුසිල්වත් බවට පත් වෙලා සීලවන්න බව හඳුනාගැනීමෙන් පස්සේ මේ කෙලෙස කපා හැරීමේ විමුක්ති මාර්ගය සොයා ගෙන යන කොට, ඒ සඳහා තියෙන නිවැරදි මාර්ගයක් නිසා, එක පැත්තකින් බලන කොට සූත්‍ර පිටකයේ තියෙන ඔක්කොම වගේ දේවල්වල වටිනාම සාරය මේකේ ගැබ් වෙලා තියෙනවා.

ඒ වාගේම තමයි විනය පිටකය අරගෙන කල්පනා කරලා බලන කොටත්, අපට හිත ධොරුවක් කරගන්න, ඒ වගේම අපෙන් යම් ආකාරයක අඩුපාඩුකම් එහෙම සිදු වෙලා තියෙනවා නම්, ඒකෙන් ඇති වෙලා තියෙන කණගාටුව දුරු කරගන්න සාක්‍ෂියක් වශයෙන් ඉදිරිපත් කර ගන්නත් පුළුවන්.

දවසක් සර්වඥයන් වහන්සේ ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේට එක විධියක ඉල්ලීමක්, විස්තර කිරීමක් කරලා පෙන්වලා දෙනවා, “ආනන්දය මම මේ ධර්මයත්, විනයත් යම් ආකාරයකට දේශනා කරනවා නම්, ඒක ඒ විශිෂ්ට ඥානයෙන් දැනගෙන, ඒක අත් දැකලා ප්‍රත්‍යක්‍ෂ කරගෙනයි දේශනා කරලා තියෙන්නේ ඒ නිසා ඒක සම්බන්ධයෙන් මගේ හිතේ යම් ආකාරයක පටලැවිල්ලක් කලකොල භාවයක් වික්‍ෂිප්ත භාවයක් නැද්ද, ඒ වගේම තමයි, එම ධර්මයේ එහෙම පටලැවිලි තියෙන්න විධියක් නැහැ. ඒ නිසා ආනන්දය මට වැඩිය මේ තැන් තැන්වල සමීප වෙලා කටයුතු කරන රටේ ලෝකේ ගැවසෙන කෙනෙක් වශයෙන් දැකල තියෙනවද, මේ සංඝයා වහන්සේලා හෝ බුද්ධ ශ්‍රාවකයෝ හෝ තැන් තැන්වලට වෙලා උනුන් ගටා ගන්නවා විවිධ වාද විවාද පටලවා ගන්නවා. එක එක කාරණා පිළිබඳව, කලහ? වාද විවාද වලට පැටලෙනවා.”

එකකොට ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ කියනවා “මේ වගේ පහත් පෙලේ ගැටුම් වාද විවාද බුද්ධ ශ්‍රාවකයන් අතර ඇත්තේ නැහැ. ඒ වුණත් ස්වාමීන් වහන්ස, මත්තට සමහර විටක, මේ ශීලය පිළිබඳව විනය පිළිබඳව ප්‍රශ්ණ මතුවෙන්න පුළුවන්. එහෙම වුනොත් ඒ සංඝයා අතර, එහෙම

වුණොත් ඒ උපාසිකාවන් අතර එහෙම වුණොත් ඒක දෙව් මිනිසුන් සහිත ලෝකයාට මහා ආර්ථකාරී කාරණාවක් වන නිසා ඒ පිළිබඳව සර්වඥයන් වහන්සේට අනිවාර්යෙන් සලකා බලන්න” කියා කියනවා වගේ අනිවාර්යය ඉල්ලීමක් කළා.

එතනදී සර්වඥයන් වහන්සේ බොහෝම ලස්සනට මේක සෘජු කරලා කෙළින් කරලා පෙන්වනවා. ආනන්දය මේක, මේ ධර්ම, විනය දෙක ගත්තහම, යම් ආකාරයක විනය ප්‍රශ්නයක්, විනය ගැටුමක් විනය කලහයක් විවාදයක් ඇති වුණාට ඒක නොවේ වැදගත් වන්නේ, ධර්මය පිළිබඳව හටගන්නා කලහයි. ඒ නිසා කලහ විවාද ඇති විමේදී විනය ඉස්සර කරගන්න එපා, විනය පිළිබඳ හටගන්න විවාද ප්‍රධාන වශයෙන් ධර්මය දන්නවා නම් ඒ ධර්මයෙන් විනයානුකූලව අප අතර තියෙන්නාවූ ඇවතුම්, පැවතුම් කාරක ධර්ම පවා හරියට මේ සතිපට්ඨාන ධර්මය දන්නවා නම්, ප්‍රශ්නයක් දිහා අර්ථය, ධර්මය, නිරුක්තිය, පටිභාන කියන ආකාරයට ගැඹුරෙන් සලකා බැලීමේ ක්‍රමය දන්නවා නම්, ප්‍රශ්නය එතැන එතැනම විසඳීමේ ස්වභාවය? වගේ විසඳෙන ස්වරූපයට යනවා. ඒ නිසා ධර්ම විනය දෙක ගත්තහම විනය කරුණු ශාසනයේ පැවැත්මට, ශාසනයේ අභිවෘද්ධියට, ඒ වගේම එක පුද්ගලයකුගේ සීල, සමාධි, ප්‍රඥා වර්ධනයට කෙළින්ම බලපාන බවයි සර්වඥයන් වහන්සේ දේශනා කළේ. ඒ නිසා අපිට එතනින් ජේනවා, විනය පැත්තටත් ලොකු වගකීමක් සමාසක් දෘෂ්ටික ඇත්තන්ගේ තියෙනවා.

ඒ දැනීම සම්බන්ධයෙන් තමයි, විනය පිටකයේ දේශනා කරලා තියෙන්නේ, මේ විනය පිටකයේ එන ප්‍රශ්න වුණත් සතිපට්ඨාන භාවනාව කරන අයට ඉබේම විසඳිලා යනවා කියලා. සතිපට්ඨානය පිළිබඳව ඇතිවන්නා වූ ගෞරවය භාවනා ක්‍රමයේ ඇති අත්දැකීම් විෂමතාව නිසා විසඳෙනසුළුයි.

ඒ නිසා යම් කිසි කෙනෙක් මෙම සතිපට්ඨානයට ගෞරව කරනවා නම් ඒක අනිවාර්යයෙන්ම මේ විනයටත් කරන ගෞරවයක්. අපි ඉදිරියට

එන ධර්ම විචරණයේ දී මතු වෙන මතු වෙන අවස්ථාවල දී කොහොමද මේ සති වෛතසිකයෙන් ඉන්ද්‍රිය සංවර ආදී සීල සංවරය ඇතිකරලා දෙන්නේ කියලා විග්‍රහ කර බලමු. නමුත් මෙතැන දී මතක තියාගන්න ධර්ම විනය දෙකම ගත්තහම මේ සතිපට්ඨානය පිළිබඳව සුතමය වශයෙන් හැදෑරීම, වින්තාමය වශයෙන් තව තවත් සලකා බැලීම, භාවනාවක් වශයෙන් වැඩීම, ඒ සර්වඥයන් වහන්සේගේ අනුශාසනාවට බොහෝම සමීපව සිටගැනීමක් වෙනවා.

මේ සතිපට්ඨාන ධර්මය වුණත් මේ මෑතක අපි දන්නා අවුරුදු තිහක හතළිහක කාලේ ගත්තහම ඒක හොඳටෝම විස්තර කළේ සතිපට්ඨාන විපස්සනා භාවනාවක්. ඒකට ඇති වෙන්න කරුණු මේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ සඳහන් වෙනවා. නමුත් කෙනෙකුට ඉතාමත්ම ආරක්‍ෂාකාරීව ඉදිරිපත් කරන්න පුළුවන්, මේ සතිපට්ඨානයෙන් විපස්සනාවට පමණක් නොවෙයි, සමථයටත් සෑහෙන රුකුලක් සෑහෙන උපදෙස් මාර්ග අත්වැලක් තියෙනවා. සමථ භාවනා වශයෙන් ඥාන භාවනා වශයෙන් සෑහෙන අවශ්‍ය උපදෙස් පන්තියක් තියෙනවා. ඊට පස්සේ මුළු සූත්‍රය වශයෙන් ගත්තහම, එහෙම නැත්නම් මේ සූත්‍රය අවසන් වෙන්නේ විපස්සනා පැත්තෙන් ඒක හොඳටෝම පේනවා. අපි මේ තවමත් සජ්ඣායනා කරේ නැති, මේ සතිපට්ඨාන ආනිසංස ගැන කථාකරන කොට, විශේෂයෙන් පේන්නේ මේ ආනිසංස කොට්ඨාසෙ, විපස්සනාව ඇසින් බලලා දේශනා කරපු දෙයක් වගෙයි. නමුත් අපි අමතක කරන්න නරකයි මේ සතිපට්ඨානයේ සෑහෙන කොටසක් සමථ භාවනාවට අනුග්‍රහය දක්වපු බව. ඒක නිසා යම් භාවනා ක්‍රමයක් විපස්සනා කියාගන්නවා නම්, “අපි විපස්සනා කරනවා” යයි කියාගන්නා ඇත්තන් බොහෝ විට මේ සතිපට්ඨානය අනුව තමාගේ අර්ථ විචරණ දෙන්න සතිපට්ඨාන රාමුව ඇතුළත සාකච්ඡා කරන්න පෙළඹීමෙන් ඒ තමන්ගේ භාවනා කරන එක ලොකු සමාජමය අඩුවක්, පවතින අවශ්‍යතාවක් ලෙස සලකනවා නම් යම් කිසි කෙනෙකු සමථය මුල් කරගෙන, සමථයට මුල් තැන දීමගෙන කටයුතු කරනකොට විවේචන ඵල්ල කරනවා ඕක



සතිපට්ඨානය නෙවෙයි කියලා. මෙන්න මේ කාරණාව තේරුම් ගත්තහම අද හුඟක් දෙනෙක් කැමති වෙන්නේ, මේ සතිපට්ඨාන භාවනාව සමථ විපස්සනා දෙකටම අනුග්‍රහ කරනවා කීවහම යි. ඒත් ඉතින් ඔය කලහ විවාද වලට අහු වෙනවා.

කොහොම නමුත් සමථ විපස්සනා දෙකටම උදව් කරනවා හෝ වේවා, එහෙම නැත්නම් විපස්සනාවම කුළුගන්වන දෙයක් වේවා, සර්වඥයන් වහන්සේගේ ඒ පණිවුඩය පිඬු කරනකොට, පිඬු කරන්නට පුළුවන් එක් ආකාරයක් තමයි, සත්තිස් බෝධිපාක්‍ෂික ධර්මවල ආරම්භය, පිටිසුම, මේ සතිපට්ඨාන සතරයි. මේ සතිපට්ඨාන සතර සම්පූර්ණ කිරීමෙන් අනිකුත් ඒවා ඉබේම සම්පූර්ණ වෙන බවට සර්වඥ දේශනාවේ සඳහන් වෙනවා. ඒ නිසා විවිධ පැතිවලින් බලනකොට, මූලික ප්‍රභවය, එහි ඇත්තා වූ සමථයට මූලික ප්‍රභවය, විපස්සනාවට මූලික ප්‍රභවය, විනයට මූලික ප්‍රභවය, එහෙම නැත්නම් අද කාලේ පැවතෙන ථෙරවාදී සාසනයට මූලික ධර්මය තමයි සතර සතිපට්ඨානය.

ඒ වගේම මේක අපි අධ්‍යයනය කරන වෙලාවේ අපි මීට කලිනුත් ධර්ම දේශනාවල මතක් කරගන්නවා වගේ මේ සතිපට්ඨාන ධර්මය, විමුක්තිය සොයා යන ගමනේ ආරම්භක ආධුනිකයාටත් කෙළින්ම උගන්වලා තියෙන සතිය පිහිටුවාගැනීමටත් දැනටමත් නිබ්බාන මාර්ගයේ ගමන් කරන මැද කොටසේ ගත කරන ඇත්තන්ටත් මේ සතිපට්ඨාන ධර්මය බොහෝ උපකාර කරනවා. අවසානයේදී ක්‍ෂීණාශ්‍රවයන් (රහතන්) වහන්සේටත් මේ සතිපට්ඨාන බලය, සති බලයක් වශයෙන්, ක්‍ෂීණාශ්‍රව බලයක් වශයෙන් උපකාර කරනවා. ඒ නිසා මේකේ මූලත් සතිපට්ඨානය, මැදත් සතිපට්ඨානය, අගත් සතිපට්ඨානය. ඒ නිසා අපේ යෝගාවචර ජීවිතයෙන් වෙන් වෙනවා නම් අපට හිතාගන්න පුළුවන් අපි අතුරු පාරක යන බව. අපි සතිපට්ඨානයට කිට්ටු වෙන්න වෙන්න, අපි ඒකායන මාර්ගයට ළං වෙනවා. ඒ නිසා කොච්චර මේක පිළිබඳව අපි දැනගෙන, නැත්නම් දන්නවා කියලා හිතාගෙන හිටියත් මේක නැවත නැවත විග්‍රහ කිරීමට තරම් වටිනවා.

ඒ වගේම තමයි මේක නාහපු කෙනෙකුට මේවා බොහෝම ගැඹුරු ධර්ම, අපටත් තේරෙන්නේ නැහැ කියලා පැත්තකට දාලා තිබුණත්, අහගෙන ඉන්නකොට තේරෙනවා පුදුම පුරුදු භාවයක් ආශ්චර්යවත් භාවයක් මේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ තියෙනවා කියලා. මෙච්චර ප්‍රමාණයක් යම් කිසි ව්‍යාපාරයක මුදල් ආයෝජනය කළොත් ලාභ ලැබෙනවා වගේ, යෝගාවචරයෙක් යම් ප්‍රමාණයකට තමාගේ ශුද්ධාව සතිපට්ඨානයට ආයෝජනය කළොත් ඒ හා සමානව යම් ප්‍රදේශයක තමාගේ විර්යය, සමාධිය, සතිය. ප්‍රඥාව, යොදවනවා නම් ඒ ප්‍රදේශයත් මේ සතිපට්ඨානය තුළින් අත්පත් කරගන්නවා.

ඒ මොකද? සති වෛතසිකය ගැන කථා කරනකොට සතිපට්ඨානය වශයෙන් පෙන්න්නේ, කායාදී සතිපට්ඨානයට පද්ධිතය වන්නේ, සතියට පා ගමන වන්නේ, මූලාරම්භය වෙන්නේ, සතිපට්ඨානය මුලින් වරද්ද වරද්ද හෝ ආධුනිකයි කියලා හිතමින් හෝ සතිය දැනගන්නා වූ, බලගන්වන්නා වූ සතිපට්ඨානයම යි. පසුව දියුණු වන්නා වූ සති වෛතසිකය උදව් කරන්නේ පෙන්විය යුත්තේ මේ භූමි ක්ෂේත්‍රය යි.

ඒ නිසා සතිපට්ඨානය යම් වෙලාවක යෝගාවචරයාගේ ගෝචර භූමියෙන් ඇතට ගියා නම්, යම් යම් උපද්‍රවවලට අහු වෙනවා. එතකොට සර්වඥයන් වහන්සේ වග කියන්නේ නැහැ. ධර්ම ආරක්‍ෂාව ලැබෙන්නේ නැහැ. එතකොට අසරණ වෙනවා. දඩයක්කාරයන්ට අසු වෙන වන සතුන් වගේ.

උපමා කථාවක් සර්වඥයන් වහන්සේ මතක් කරලා දීලා තියෙනවා. සූත්‍ර පිටකයේ. පියා උකුස්සෙක් ඇවිල්ලා පුංචි කිරිල්ලියක්ව එක පාරටම ඩැහැගෙන යනවා. එතකොට මේ කුරුලු පැටියා තාම මැරිලා නැහැ. කෑ ගගා ආවා. අනේ මම වගේ මෝඩයෙක්, මට කියාපු දේ අහලා මට සුදුසු තැන කියාපු තැන හිටියා නම් මම මේ අනතුරට අහු වෙන්නේ නැහැ. මේක මගේම දෝෂේ, මගේම දෝෂේ කියලා අවලාද නගාගත්තා. එතකොට මේ පියා උකුස්සා අහනවා. උඹ හිතනවාද උඹ උඹේ ගෝචර

බිමේ හිටිය නම්, මගෙන් ගැලවීමක් තියෙනවා කියලා. මම උඹ කොතැන හිටියත් අල්ලගන්නවා. හා පුළුවන් නම් දැන් උඹ උඹේ ගෝවර භූමියේ ඉඳලා ගැලවියන් කියලා අතහැරලා දැම්මා.

ඒ අතහැරපු කුරුලු පැටියා දන්නවා උඟට ගෝවර භූමිය තමයි අලුතෙන් හාලා බිම් මඩ තියෙන කුඹුර. ඒ බිමේ හිටියා නම් අහු වෙන්තේ නැහැ කියලා උඟ එතැන ජීවත් වෙමින් පස් අස්සේ හිටපු පණුවන් කාලා ජීවත් වුණා. අර පියා උකුස්සා බලාගෙන ඉඳලා වේගයෙන් පහළට එනවා පුංචි කුරුල්ලා අල්ලන්න. මේ පැටියා එක පාරටම පස් කැටයක් අස්සට රිංගලා බේරෙනවා. පියා උකුස්සා පස් කැටයේ හැපිලා කුවාල වෙලා වැටෙනවා.

එතැනදී සර්වඥයන් වහන්සේ පෙන්නලා දෙන්න හදන්නේ මේ ලෝකේ අන්තිම විවිධයි. බොහොම විස සහිතයි. මේ විස සහිත ලෝකයේ නියම මාර්ගයේ යන්නට, රූප සංවරයෙන් යුක්ත වූ යෝගාවචරයාට වණ්ඩ, පරුෂකමකින් බොහෝම අමාරුයි ජයගන්නට. ඒ නිසා සර්වඥයන් වහන්සේ හරියට කිකිළියක් තමාගේ පැටවුන්ට ආරක්‍ෂාව සපයනවා වගේ ගොදුරු බිම ලකුණු කරලා තියෙන්නේ, මෙන්න මේ ගොදුරු බිමේ හැසිරෙන්න. හැසුරුණොත් මම වග වෙනවා. උඹලට ධර්ම ආරක්‍ෂාව සලසනවා. යම් හෙයකින් හිතුවක්කාර අදහසක් නිසා හෝ අසන්පුරුෂ සේවනයක් නිසා හෝ වෙන මොන යම් හේතුවක් නිසා හෝ නුඹලා ඒ ගොදුරු බිමෙන් ඇතට ගියොත් ඒකාන්ත වශයෙන්ම වරදට (වීනාශයට) පත් වෙන්න පුළුවන්. එතකොට ඒ ඒකායන මාර්ගයෙන් හෝ විමුක්ති මාර්ගයෙන් ගැලවෙනවා.

ඒ නිසා නිතරෝම ගොදුරු බිමේ හිත පවත්වන්නට පුළුවන් නම් යෝගාවචරයාට ධර්ම ආරක්‍ෂාව සැලසෙනවා. ඒ නිසා භාවනා කරන යෝගාවචරයන්, එවැනි ජීවිත ගත කරන ඇත්තන් නිතර මතක් කර ගන්න ඔනෙ තමාගේ සිත හෝ වේවා, වචනය හෝ වේවා, ක්‍රියාව හෝ වේවා, ඒ සතර සතිපට්ඨානය කියන ගොදුරු බිමේ නිතර හැසිරිය යුතු

වග. මම මේ භාවනාවට එන්ට කලින්, එහෙම නැත්නම් සීලයක් සමාදන් වෙන්ට කලින්, දෘෂ්ටිය සෘජු කරගන්ට කලින්, මගේ හැසිරීම කොච්චර විෂම වුණාද, දැන් ඒකේ යම් කිසි විධියක මේ වාගේ සංවර විමක් තියෙනවද? මම ඒ තුළ තවත් ඉඳුරන් සංවර කරගෙන ආචාර ගෝචර සම්පන්නව වැඩ කරන්න කොච්චර ඉඩ තියෙනවද කියලා දැනගන්න මේ සතිපට්ඨානය අවශ්‍යයි. මම අර කලින් මතක් කරලා දුන්නා වගේ ක්‍ෂීණාශ්‍රවයන් (රහතන්) වහන්සේ නමක් වුණත් නිතරෝම සතිපට්ඨානයේ තමයි හිත යොදවන්න අවශ්‍ය වෙන්නේ. බුදුවෙලක් මේ ආනාපානය තමයි වඩලා තියෙන්නේ. බුදු වෙලක් සර්වඥයන් වහන්සේ මේ සතිපට්ඨානයෙන් ඇතට ගියේ නැහැ.

අනුරුද්ධ මහ රහතන් වහන්සේ හොඳටෝම අසනීප වෙලා, හොඳටෝම ලෙඩ වෙලා ඉන්න වෙලාවක එකම ශාක්‍ය වංශයේ උපන් ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ ළඟට ගිහිල්ලා අහනවා, ස්වාමීන් වහන්ස, ඔබවහන්සේ මෙහෙම අසනීපව වේදනාවෙන් ගත කරද්දීත් කොහොමද ප්‍රසන්න මුහුණකින් යුක්තව ප්‍රසන්න වචනිවලින් යුක්තව ඉරියව් පවත්වන්නේ කියලා.

අනුරුද්ධ ස්වාමීන් වහන්සේ සඳහන් කරනවා ආනන්දය, මම ඉන්න ඕනෑම අරමුණක් මම මේ සතර සතිපට්ඨානයට දාලා බලනකොට මට මේක ධාතු වශයෙන් හෝ පරමාර්ථ වශයෙන් වැටහෙන්න පටන්ගත්තට පස්සේ වේදනාව හෝ චේතා ධම්මානුපස්සනාව හෝ චේතා චිත්තානුපස්සනාව හෝ චේතා, මම නොවේ, මගේ නොවේ කියලා ධාතු වශයෙන් බලලා ශුන්‍යයි කියලා බොහොම ඉක්මනට වැටහෙන නිසා, මගේ වර්තමාන ඉරියව්වට ඒකෙන් බාධාවක් බලපෑමක් වෙන්නේ නැහැ කියලා පැහැදිලි කළා.

ඒ වගේම අපගේ නන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ බේරාගැනීමට අපගේ සර්වඥයන් වහන්සේට විශේෂ යමක් කරන්න වුණානේ. තව දවසකින් ප්‍රමාද වුනා නම් විවාහ ජීවිතයකට සම්බන්ධ වෙනවා. යුවරජ වෙනවා.

නව ගිවිසුමක් ඇති කරගන්නවා. මෙන්ම මේ සුභ මංගල අවස්ථාව වලක්වලා යි සර්වඥයන් වහන්සේ නන්ද කුමාරයන්ව සාසනගත කළේ. සාසනගත කරලා අවසානයේ දිව්‍ය ලෝකයට ගෙනිහිල්ලා, ඒ නැති වුණා වූ ජනපද කලාණිය වෙනුවට දිව්‍යාංගනාවක් පොරොන්දු වෙලා භාවනා කරන්නට යොමු කලා.

අන්තිමට ඒ ස්වාමීන් වහන්සේ පුදුමාකාර විධියට ඉන්ද්‍රිය සංවරය පිළිබඳව හැදියාවක් පුරුදු කරන්න පටන්ගත්තා. අනිත් සබ්බමචාරීන් වහන්සේලා ඉක්මවා යන තත්ත්වයකට පත් වුණා. පස්සේ දවසක සර්වඥයන් වහන්සේ ගැන ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ ගුණ කථනයක් කරනවා. මේ නන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ යම් වෙලාවක, දැන් මම උතුරු දෙස බලමිසි කියා දැනගන්නවා නම් උන්වහන්සේ කල් ඇතුළම සතිය පිහිටුවා ගන්නවා, උතුරු දිශාවෙන් පැමිණෙන රාගාදී ක්ලේශයන්ගෙන් මගේ සිත නොකෙළසේවා කියලා. උතුරු දිශාවේ මේ පවතින මෝහ කරවන, අන්ධකාර කරවන, අවිද්‍යා ස්වභාවයෙන් මාගේ හිත නො කෙළසේවා කියා හිත කලින්ම ප්‍රතිශක්ති කරගෙන සතියෙන් ආඨාස කරගෙන, එහෙම නැත්නම් සතිය කියන පලිහ ඉදිරියට යොදවලා උතුරු දිශාව බලන්නේ. දකුණු දිශාව දෙස බලනවා නම්, දකුණු දිශාව දෙස බලන්නෙන් අර විධියටම ක්‍රියා කරගෙන යි. උදාහරණයකට කියනවා නම්, දැන් කාලේ අර පෝලියෝ තියෙන ප්‍රදේශයකට, රටකට යනවා නම්, පෝලියෝ එන්නතක් ලබාගන්නවා. ඒ වගේ ශරීරය ප්‍රතිශක්ති කරනවා. එන්නත් කරනවා. එන්නත් කරවන්නේ කොහොමද? මේ සතර සතිපට්ඨානය කියන ක්‍රමයෙන්මයි. හැම වෙලාවෙම සතිය ඉස්සර කරගෙනමයි. ඒ නිසා අපේ ගෝචර භූමිය ගැන ආධුනික යෝගාවචරයන්ට ඒ නන්ද ස්වාමීන්වහන්සේ, අනුරුද්ධ ස්වාමීන්වහන්සේ වගේ කෙළ පැමිණි උත්තමයන් වහන්සේලා දීලා තියෙන නිදර්ශනයක් තමයි කලින් සඳහන් කරන්නට යෙදුණේ.

නමුත් සතිපට්ඨානය ආරම්භ කරන, නැත්නම් සතිපට්ඨාන භාවනාවට බැසගන්න හදන යෝගාවචරයන්ට මේ වගේ දේවල් ජේන්නේ

අන්තිම කෝට්ඨිපතියකුගේ වගේ, පොහොසත් කෙනෙකුගේ වගේ. අපි මේ අතේ තඹ දොයිතුවක් නැති දුප්පත් කෙනෙක් වගේ අපි කොහොමද මෙහෙම කරන්නේ කියලා. මේ දෙක අතර වීශාල වෙනසක් තියෙනවා. සතිපට්ඨානය තාම පටන්ගත්තේ නැති එක්කෙනා ඒ අරමුණු ගන්න හැටිත් සතිපට්ඨානයේ කෙළ පැමිණෙන උත්තමයන් වහන්සේලා එයින් වැඩ අරගෙන කරන ප්‍රකාශයටත්. ඒ නිසා එක විදියක උපහාසාත්මක ස්වභාවයෙන් කියනවා නම්, ආධුනික යෝගාවචරයාට ලෝකෙම කරදරයක් නමුත්, කරන ආනාපානේ හෝ පිම්බීම හැකිළීම හෝ වෙන ධාතු මනසිකාරයක් හෝ ඒ පුංචි එකම එක අරමුණ විතරමයි සතිපට්ඨානය වශයෙන් ජේන්නේ. එයින් පිට ඇහෙන ශබ්දයත් බාධාවක් වගෙයි ජේන්නේ. පිට හිතෙන සිතුවිල්ලත් බාධාවක් වගෙයි පෙනෙන්නේ.

ඒ නිසා මුලින් මේ සතිපට්ඨානය වෙන් කරගන්න, කොත් කර ගන්න, එයට හිත නිමග්න කරගන්න, බැසගන්න යෝගාවචරයාට අමාරුයි. ඒක හරියට මුහුදු මැද තියෙන දූපතක් හතර වටෙන් රැල්ලෙන් යට කරගන්ට හදනවා වගේ ඉතාමත් අමාරුයි. මැද කොටසේ වීර්යය පවත්වාගෙන යන්ට අමාරු යි. අපි ආධුනිකයකුට මූල කර්මස්ථානයක් දීලා දවසකට දෙකකට පස්සේ හෝ ඒ යෝගාවචරයාගෙන් ප්‍රශ්නයක් කළොත් ඔබ ගත්තා වූ මූල කර්මස්ථානයේ කොපමණ වේලාවක් හිත පවත්වාගෙන ඉන්න පුළුවන් වුණා ද කියලා, ඒ යෝගාවචරයා සමහර විට බොහෝම ඉවිඡා භංගත්වයට පත් වෙලා මට විනාඩියක්වත් බැහැ, එක සැරයක් දෙසැරයක්වත් බැහැ, මට ආනාපානය එක දිගට අල්ලාගෙන යන්න. ධාතු මනසිකාරය කරන්න බැහැ. මගේ හිත විවිධ විෂම කෙලෙස් ධර්මවලින් යටපත් කරනවා. ඒ නිසා සතිපට්ඨානය භාවනාව අමාරු යි. දුෂ්කර යි. ඒ මොකද හාත්පසින්ම මේ චිත්ත උපක්ලේශ, නිවරණ ධර්ම පඤ්ඤා දුබ්බලිකරණ ධර්ම, ඒ සියල්ලම සතිපට්ඨානයෙන් බැහැර යි, ඒ දුෂ්කර යි කියලා.

නමුත් හිතමු යෝගාවචරයා එක දිගට දවස් හතක් භාවනා කළා නම් කමටහන් සුද්ධ කිරීම හා සාකච්ඡා මාර්ගයෙන් ගුරුවරයා ටිකෙන් ටික මතු කරලා දෙනවා. පිවිසුම වශයෙන්, සතිපට්ඨානයට ඇතුළු වෙන

දොරටුව වශයෙන් ආනාපානය කරගෙන යනකොට විශේෂයෙන්ම විපස්සනා යෝගාවචරයෙකුගේ පැත්තෙන් බැලුවොත්, ඒකට හරස් කපන්නා වූ, ඒක යටපත් කරගෙන මතු වෙන්නා වූ, ඕනෙම අරමුණක් තෝරන්නේ බේරන්නේ නැති වුණාට, ඒක බාධාවක් වශයෙන් සළකන්නට එපා. ඒක තවත් කෙටි අරමුණක් විධියට තෝරාගන්න හෝ අල්ලගන්න යන්නත් එපා. එනවයි කියලා ගැටෙන්න යන්නත් එපා. ඒ මොකද, සතිපට්ඨානය දියුණු වේගෙන එනකොට ආනාපානය වගේ, පිම්බීම හැකිළීම වගේ එක පුංචි පිවිසුමක් ගියාට සතිය තහවුරු වෙනකොට ස්ථිර වෙනකොට සුපතිට්ඨිත වෙනකොට ඒකේ විවිධාංගීකරණ එහෙම නැත්නම් විවිධ සේවාවන් වෙන්න පටන්ගන්නවා.

ඒ වගේම පටන්ගන්නකොට ඒ විවිධ සේවාවලට සිතුවිලි ආහාර වෙනවා. ශබ්ද ආහාර වෙනවා. වේදනා ආහාර වෙනවා. ඒවා ඒ කාලේ වෙනකොට ධර්ම කාරණා මතු කරලා දෙන තවත් දොරටු බවට පත් වෙනවා. ඒ නිසා දැන් ඒක බාධාවක් විධියට හිතන්නත් එපා. ලාභයක් විධියට හිතන්නත් එපා. අරමුණ අරමුණ වශයෙන් ගන්න. හැකි සෑම අවස්ථාවකදීම මූල කර්මස්ථානය වශයෙන් ගන්න ආනාපානය හෝ පිම්බීම හැකිළීම හෝ කරගෙන යන්න කියලා සුද්ධ කරලා දෙනකොට යෝගාවචරයා අරමුණ අරමුණ විධියට මෙනෙහි කිරීමේ ක්‍රමය පුරුදු වේගෙන වේගෙන යනකොට, ආයුධයකට අත පුරුදු වේගෙන යනකොට වගේ, යන්ත්‍රයකට අත පුරුදු වේගෙන යනකොට වගේ. ඒ ආයුධය හසුරුවලා විවිධාකාර දේවල් කරන්න පුළුවන් හැකියාවක් එනවා.

අන්න ඒ වගේ තමයි යෝගාවචරයාට මූල කර්මස්ථානය වඩද්දී එන බාහිර අරමුණු ඉස්සර තරම් අවුල් කරන පීඩා කරන ගතියක් නැහැ. ඒ අරමුණ, අරමුණ වශයෙන් පවත්වාගෙන යන්න පුළුවන්. යම් විධියක විපස්සනා භාවනාවේ යෝගාවචරයා සුද්ධ විපස්සනාව වැඩුවත් ඤාණික සමාධියකට පත් වුනා කියලා කියන්නේ මතු වෙන මතු වෙන ඕනෑම අරමුණක් එක්ක මුණට මුණ දාලා ඉන්න පුළුවන් තත්වයකට.



මේ වෙනකොට මේ සතිය පුරා ඤාණ වශයෙන් උදවු කරන්නා වූ, ඤාණික සමාධියේ ආධාර ඇතිව අඛණ්ඩ භාවයට පත් වීම සඳහා අපි පිවිසුමක්, දොරටුවක් වශයෙන් නිතර භාවිත කරන දෙයක් වශයෙන් ගන්නේ මූල කර්මස්ථානයයි. නමුත් මෙතැනට එනකොට මේ ඤාණික සමාධිය හොඳටම ඔප දීලා මේ මූල කර්මස්ථානයේ හිත පවත්වනවා. පවත්වනකොට ශබ්දයකුත් පැමිණිලා යනවා. එහෙම නැත්නම් සිතුවිල්ලකුත් ඇවිල්ලා යනවා. සිතුවිලි ඇවිල්ලා ගියාට පස්සේ සිත මූල කර්මස්ථානයටම එනවා. බොහෝම කීකරුයි. ශබ්දයක් ඇහුණොත් වෙන වෙන ශබ්ද ආදී ටිකක් මර්දන ගතියක් තියෙනවා. නමුත් වහාම අරමුණට හිත යන්න ඕනෑ කියලා මම දැන් මූල ඉඳලම භාවනාව කරගෙන යනවා කියලා, යෝගාවචරයා යුහුසුළු වුණොත් ඒකට බය වෙන්නේ නැහැ. සතිපට්ඨානය ආරම්භ කිරීමේ දී නිමිත්තක් අල්ලලා දුන්නම ඉස්සරහට සතිපට්ඨානය සතිය දියුණු වේගෙන එනකොට, අනිකුත් ඉන්ද්‍රිය ධර්ම වැඩිගෙන එනකොට, ඕනෑම ප්‍රමාණයක් ආහාර කරගැනීමේ ශක්තියකට පත් වෙනවා. මේ සතියෙන් ආභූත වෙනකොට ඕනෑම අරමුණක් සමරස තත්ත්වයකට පත් වෙනවා. සෑම අරමුණක්ම සමරස තත්ත්වයට පත් වෙනවා. ඇහෙන අරමුණක් වෙන්න පුළුවන්. දකින අරමුණක් වෙන්න පුළුවන්, ගඳ සුවඳ බලන අරමුණක් වෙන්න පුළුවන්, දිවෙන් රස බලන අරමුණක් වෙන්න පුළුවන්, කයේ පහස ලබන අරමුණක් වෙන්න පුළුවන්, සිතුවිලි වෙන්න පුළුවන්, මේවා ඔක්කොම එක එක තැනින් මතු වන දිය බුබුළු වගේ.

අපි නිතරම කයෙන් එන්නා වූ වායෝ පොට්ඨබ්බ ධාතු වශයෙන් කර්මය මතු කරන්නා වූ දේ, මූල ස්ථානය වශයෙන් ගෙන කටයුතු කළාට, අනෙකුත් සියලුම දේ සිදු වෙද්දී මේකෙන් දූකගන්න පුළුවන් වූ තත්ත්වයක්. ඒ අනුව බලනකොට මේකත් යමක් දිහා හිතන්නේ නැතිව කටත් ඇරගෙන බලාගෙන ඉන්න පෘථග්ජන මනුස්සයෙක්, භාවනා නොකරන මනුස්සයෙක් වගේ. මනුෂ්‍ය ස්වභාවය තිබුණට ඒ මනුස්සයා බලන්නෙක් පමණ යි. ඒ මනුස්සයා තුළ අහන්නෙක් නැහැ. ඒ මනුස්සයා



තුළ වෙන වෙන දේවල් පහසු ලබන්නෙක් නැහැ. ඒ මනුස්සයා තුළ රස බලන්නෙක් නැහැ. කල්පනා කරන්නෙක් නැහැ. කටත් ඇරගෙන බලාගෙන ඉන්න මනුස්සයෙක් විතර යි.

අර ඉන්ද්‍රිය ධර්මවලින් පහෙන් එකයි වැඩ කරන්නේ. එක්කෝ මන ඉන්ද්‍රියත් එක්ක ගත්තොත් හයෙන් දෙකක් වැඩ කරනවා. අනිත්වා ඔක්කොම අක්‍රිය වෙලා. ඊළඟ විත්තක්‍ෂණයේ ඔහු අහන්නෙක් බවට පත් වෙනවා. එතකොට කන විතරමයි වැඩ කරන්නේ. ඇහෙන අරමුණු ගන්නේ නැහැ. නාසයෙන් අරමුණු ආවට ගඳ සුවඳ නොතේරෙන කෙනෙක් වගේ, දිවෙන් අරමුණු ආවත් රස නොතේරෙන කෙනෙක් වගේ, ඇයි මට මේ වගේ වුණේ කියලා හිතෙනවා. නමුත් ක්‍රියා වැඩ පිළිවෙළ බලනකොට පහෙන් එකයි සිද්ධ වෙන්නේ. මේ ඉන්ද්‍රියන්ගෙන් ගන්නා අරමුණු ගන්නේ නැහැ. මේ ඉන්ද්‍රියන්ගෙන් ගන්නා අරමුණු එකෙන් එකට පැන පැන යන වේගෙ දිහා බලනකොට, උදහරණයක් ගත්තොත් අපට ඔය වෙසක් එකට පත්තු වෙන බුදු රැස් මාලාව පෙනුණට එක වෙලාවකට පත්තු වෙන්නේ එක කොටසයි. නමුත් පත්තු වෙමින් කරකැවෙන වේගය නිසා කරකැවෙන බුදු රැස් මාලාවක් විධියටයි ජේන්නේ. මේ විධියටයි හැම දේම වෙන්නේ.

අපි උදරයට හිත යොදාගෙන පිම්බීම හැකිලීම නාසිකාග්‍රයට හිත යොදාගෙන ආනාපානස ඛලනවා. මෙහෙම බලාගෙන ඉන්නකොට කය ඇවිල්ලා කියනවා කයෙහුත් වැඩක් ගන්න කියලා. නාසය ඇවිල්ලා කියනවා මම කියන දේත් අහන්න, මගෙහුත් වැඩක් අරගන්න කියලා. සිත ඇවිල්ලා කියනවා සිතේ විත්ත රූප පෙනෙනවා, ඒකෙහුත් වැඩක් ගන්න කියලා. විවිධ පැතිවලින් ආරාධනා කරනවා. මේ හැම ආයතනයක්ම බලන්නේ තමන්ගේ බඩුව විකුණ ගන්න යි.

නමුත් යෝගාවචරයා දන්නවා මේ ආයතන තනි තනිවම ජීවත් වෙන්න යි උත්සාහ කරන්නේ කියලා. සර්වඥයන් වහන්සේ ආධුනිකයන්ට දීලා තියෙන උපදේශය තමයි ලේසි තැනින් ගොරෝසු තැනින් පටන් ගන්න කියලා. නමුත් ඒකෙන් අදහස් කරන්නේ නැහැ අනිකුත් ආයතන

අප්‍රිය කරලා අංශභාග කරලා, ආබාධ කරලා මේක රජ කරවනවා කියලා. මේ කාරණාව මේ තරමට තේරෙන්න භාවනා කරපු කෙනකුට හැර සූත්‍ර සප්තකායනා කරපු කෙනකුට නම් මෙතැනට එන්නට අමාරුයි. ඒ නිසා ආධුනිකයාට සතිපට්ඨානය කියන්නේ ඉදිකඩු තුඩක් වගේ සියුම් එක පුවි තුඩක් පමණ යි. නමුත් භාවිත මනසක් ඇති ක්ෂීණාශ්‍රවයන් (රහතුන්) වහන්සේට මුළු ලෝකෙම පෙනෙන ලොකු දෙයක්.

ඒ නිසයි අනුරුද්ධ ස්වාමීන් වහන්සේ සඳහන් කරන්නේ, මුළු ලෝකෙම තියෙන ඕනෑම අරමුණක් මම සතිපට්ඨානයට දාලා බලනවා කියලා. බලන්න කොච්චර දුරට හිත වැඩිලා තියෙනවද කියලා. පටන් ගන්නකොට නාසිකාග්‍රය හැපෙන තැන, එහෙම නැත්නම් උදරයේ පිහිබීම හැකිලීම බැලුවට ඒක වැඩිගෙන වැඩිගෙන යනකොට මුළු ලෝකෙම අල්ලාගන්නවා. සර්වඥයන් වහන්සේ මේ තත්ත්වය ඉක්මවලා ගිහිල්ලා සම්පූර්ණයෙන්ම මේ සක්වළේ මට සතිපට්ඨානයට අහු නොවන දෙයක් නැහැ කියලා දේශනා කරලා තියෙනවා. ඕනෑම දෙයක් මට අතට ගත්ත නෙල්ලි ගෙඩියක් වගේ කියලා දේශනා කරලා තියෙනවා.

සාරිපුත්ත ස්වාමීන් වහන්සේට දඹදිව තලයේ තියෙන සවිඥානක අවිඥානක සෑම සියලු දෙයක්ම ඒ තමන් වහන්සේගේ සතිපට්ඨාන ඥානයට ලක් කරගන්න පුළුවන් වුණා. විනිවිද පෙනෙන පළිඟුවක් වගේ. අනිකුත් ශ්‍රාවකයන් වහන්සේලාට තම තමන්ගේ ඒ ඒ ප්‍රභේද වල හැටියට විනිවිද දකින ස්වරූපය තියෙනවා. ඒ නිසා මේ සබ්බං පරිකෙද්දං, සබ්බං අභිකෙද්දං කියන මේ අභිකෙද්දං පරිකෙද්දං කියලා සඳහන් කරලා තියෙනවා. හැමදෙනාගේම තත්ත්ව තත්වාදී කරුණු වශයෙන්, මනුස්ස සිතකට බුදු සිතකට හිතාගන්න පුළුවන් මේ ක්ෂේත්‍රය පුරාම සතිපට්ඨානයේ තියෙන බලපෑම. සාරිපුත්ත ස්වාමීන් වහන්සේ මේ දඹදිව තලය යට කළා. අනිකුත් රහතන් වහන්සේලා තම තමන්ගේ ශක්ති ප්‍රමාණයෙන් ඒ ඒ ප්‍රදේශය යට කළා. ඒ ප්‍රකටව මතු වෙලා එන හරිය තමා ප්‍රදේශය වෙන්නේ.

ආධුනික යෝගාවරයෙකුට මතු වෙලා එන ප්‍රදේශය ඉතාම ප්‍රකටයි. යථා විපස්සනා, යමක් ප්‍රකට ද එතනින් විපස්සනාවට බැසගන්න කියනවා.

ඒ ප්‍රකට දේ තෝරන්නේ ගුරුවරයා නො වෙයි. යෝගාවචරයාගේ මූලධර්ම දැනුම නො වෙයි. යෝගාවචරයා හුස්ම ටිකක් අරගෙන, ඒ වඩා හුස්ම හොඳින් හැපෙන තැන තමයි හිත පිහිටවන්න කියන්නේ. උදරයේ පිම්බීම, හැකිළීම බලලා ඒ පිම්බීම හැකිළීම ඉතාම ප්‍රබල තැන තමා හිත පිහිටුවන්නේ. නමුත් අදහස් කරන්න නරකයි පිම්බීම, හැකිළීම භාවනාව කරන්න. පසුකාලීනව චෝදනාවක් ආවා, නාස මණ්ඩල භාවනා ක්‍රමය වශයෙන් තියෙන එකක්. ඒවා පිවිසුම්. ඒ පිවිසුමෙන් ඇතුළු වුණාට සතර සතිපට්ඨානයේ දිගටම යනකොට, ඒක එකිනෙකා අවබෝධ කරගන්නවා. ඒ නිසා මේක අවබෝධය.

මේ සතිපට්ඨාන භාවනාවෙන් කරන වැඩේ මොකක්ද කියලා දැනගන්න අවශ්‍ය නම් සුතමය ශ්‍රෝතය අවශ්‍ය බව සැබෑව. නමුත් ඒ සුතමය ශ්‍රෝතය ආධුනික මට්ටමෙන් නම් ප්‍රමාණවත් වෙන්නේ නැහැ. ඊට වඩා යම් ප්‍රමාණයක බහුශ්‍රාත ස්වභාවයක් ගුරු ඇසුරක් අත්‍යාවශ්‍යයි. ඒක නිසා මේ සතිපට්ඨාන සූත්‍ර අටුවාව විශේෂයක් කරලා පෙන්වනවා. මේ සූත්‍ර දේශනාව කළේ කුරු රට. උතුරු කුරු පිංඩලවාපී මනුස්සයෝ ඇවිල්ලා නතර වුණු ප්‍රදේශය කුරු රට කියන්නේ. දැන් ඒක රාජධානියක් බවට පත් වෙලා තියෙනවා. ඉන්දියාවේ අගනුවර බවට පත් වෙලා තියෙනවා. ඒ කාලේ “තෙන බො පන සමයෙ හගවා කුරුසු විහරති කම්මාසස ධම්මං” ආදී වශයෙන්.

කම්මාසගම කියන එක නියමිගමක්. ඒ කියන්නේ ගමත් නගරයත් අතර මැද තිබුණු තැනක්. එතැන තියෙන වෙනස තමයි, බොහෝ විට මාර්ග සන්ධි එතැනදී හම්බ වෙනවා. මනුස්සයෝ ඇවිල්ලා බඩු විකුණන්න යි බඩු ගෙනියන්න යි එකතු වුණු සල්පිල් තියෙනවා. වතුර පහසුකම් තියෙන තැනක්. ඒ නිසා අහල පහළ ගම්වල ඇත්තෝ සුමානයකට හමාරකට තමාගේ ගොවිපළේ අතිරික්තය මෙතැනට අරගෙන ඇවිල්ලා විකුණලා, අවශ්‍ය බඩු මුට්ටු, තුනපහ ටික අරගෙන යන ස්වරූපයක් තමා තිබිලා තියෙන්නේ, මේ කම්මාසධම්ම කියන ගමේ හොඳින් ජල පහසුකම් තිබිලා තියෙනවා. නමුත් නගරයක තරම් පහසුකම් තිබිලා නැහැ. සර්වඥයන් වහන්සේ චාරිකා කරන අවස්ථාවක මහා සංඝයාත්

පිරිවරාගෙන ඒ අසල තිබුණු පුංචි කැලෑ රොදක කාලය ගත කරලා තියෙනවා.

මෙය දිල්ලි නගරයේ තිබෙන ප්‍රදේශයක් වශයෙන් හඳුනාගෙන තියෙනවා. ඔය දඹදිව යන ඇත්තන්ට මතක් කෙරුවොත් ඒ උපදේශකවරු පෙන්වයි මේ ප්‍රදේශය. සන් ටවුන් (Sun Town) කියලා තමයි වෙන් කරලා තියෙන්නේ. ඒ නේරුතුමාගේ රාජ්‍ය කාලයේ දී පුරාවිද්‍යාත්මක වටිනාකමක් තියෙන විධියට වාර්තාගත කරලා තියෙන බොහොම සුන්දර තැනක්. නමුත් අභාග්‍යයකට වගේ අද නගරයේ කුණු ගෙනත් දමන්නේ ඒ ස්ථානයට පිවිසෙන දොරටුවේ. අනිත් ඇත්තො කසළ ප්‍රදේශ විධියට ඒ ස්ථානය පාවිච්චි කරනවා. අද වෙනකොට ඒක රාජධානියේ කොටසක් බවට පත් වෙලා තියෙනවා.

මෙන්න මේ කුරු කියන නිගම සර්වඥයන් වහන්සේ තෝරා ගත්තේ, මේ ධර්ම කාරණා පිළිබඳව අවබෝධ කළ හැකි ඥානවන්ත ඇත්තන් සිටින, කලබලවලින් තොර, හොඳට සෞභාග්‍යමත් ප්‍රදේශයක් නිසා. මේ මනුෂ්‍යයන් අතර කලහ විවාද නැහැ කියන එක අපට තේරුම් ගන්න පුළුවන්.

ඒ නිසා මේ සතිපට්ඨාන භාවනාව කරන කොට පොදුවේ දෙන්න පුළුවන් උපදේශයක් තමයි, ඒ පුද්ගලයා තුළ සෑහෙන ධර්ම ඥානයක් අවශ්‍ය යි, ඒ තිබුණත් හැම වෙලාවෙම ගුරු ඇසුරක් අවශ්‍ය යි කියලා. ගුරු ඇසුරක් පැවතෙද් දී, ඒ යෝග්‍යවචරයාගේ තියෙන ධර්ම ඥානයේ අඩුපාඩුකම්, භාවනා කරගෙන යනකොට ඔය පොත්වල ලියවිලා නැති නා නා ප්‍රකාර අතුරු අන්තරා මතු වෙලා එනකොට, ඒවා තෝරලා බේරලා දෙන්නට ගුරු ඇසුරක් අවශ්‍ය යි. ඒ නිසා අර ස්වාමීන් වහන්සේ නමක් සඳහන් කරනවා, බුද්ධ ශාසනයේ ඇත්තා වූ පළල් බව කොයි දේටත් ගැලපෙන්නා වූ ස්වභාවය විදහා දක්වමින් උන්වහන්සේ සඳහන් කළා මම පිට රටකට ගිහිල්ලා, අබෞද්ධයන් අතර ධර්මය දේශනා කරන කොට, කවදාවත් මම මේ බුද්ධ නියෝජිතයෙක් වශයෙන් ඉදිරිපත් වන්නේ නැහැ. මම ඉදිරිපත් වෙන්නේ ධර්ම නියෝජිතයෙක් වශයෙන් පමණක්ම ය කියලා.

ඒ නිසා සතිපට්ඨානය උගන්වන ගුරුවරයකුට මම වඳින්න ඕන,  
 බුදුහාමුදුරුවන්ට වඳින්න ඕන කියලා කිව්වහම අනිකුත් සෑම ආගමික  
 කෙනෙකුටම එය විශාල ප්‍රශ්නයක් වෙනවා. හින්දු ආගමේ හා බුද්ධාගමේ  
 පමණම යි ඒ දේශක පුද්ගලයාට වැදුම් පිදුම් කරන්නේ. මම ආශීර්වාද  
 කරගන්නොත් මට ආයු බල වැඩෙනවා කියලා පිළිගන්නේ හින්දු ආගමේ  
 හා බුද්ධාගමේ විතරයි. අනිකුත් ආගම්වල ඒ විශ්වාසය පවතින්නේ, සර්ව  
 බලධාරී දෙවියන් තුළ, බ්‍රහ්මයා තුළ, අල්ලා දෙවියන් තුළ තියෙනවා,  
 එහෙම කෙනෙකුට හැර වෙන කෙනෙකුට වැන්දොත් හෙම  
 ඒකාන්තයෙන්ම දෙවියන් වහන්සේට කරපු නිග්‍රහයක් වෙනවා, කියලා.

ඒක හරියට හමුදාව තුළ ඉහළ නිලධාරියෙක් සිටින තැන පහළ  
 සොල්දාදුවෙකුට ආචාර පැවැත්තුවොත් අර ආචාරය ගත්ත සොල්දාදුවාට  
 දඩුවම. ඒ මොකද, ඒ ආචාරය තුළින් අර ඉහළ නිලයකට නිග්‍රහ කළා  
 කියලා. අපි අනිකුත් ආගම්වල අයට කිව්වොත්, අපි මේ සතිපට්ඨානය  
 උගන්වන්න හදන්නේ, ඔක්කොම එකතු වෙලා බුද්ධ වන්දනාව කරමු  
 කියලා, ඒ ඇත්තන්ට හුරු නැහැ වන්දනා කරලා. අපේ අය පන්සලට  
 ඇතුළු වන්නේ සපත්තු ගලවලා තොප්පි ගලවලා ගෞරව සම්පන්නව.  
 අනිකුත් අය සපත්තු දාලා තොප්පි දාලා ටයි-කෝට් දාලා ගිහිල්ලා වඳින්නේ.  
 ඉතින් ඒ තත්ත්වය මැද මොකක්ද ඒ තුළින් ලබලා දෙන ආදර්ශය? කිසි  
 කෙනෙකුට ගත යුත්තක් නැහැ.

ඉතින් අපි මේ සතිපට්ඨානය කරන්න බුදුහාමුදුරුවන්ට වැදලා  
 පටන්ගන්න ඕනෑ කීවොත් ඒක සමහර වෙලාවට ආධුනිකයාට ලොකු  
 බරක් වෙනවා. එයා කියන්න පුළුවන් සර්වඥයන් වහන්සේ දැන් අපවත්  
 වෙලා, පිරිනිවන් පාලා, ධර්මයත් මෙව්වර රැකලා, අපි තමා දැන් සංඝයා  
 අපිට වඳින්න ඕනෑ කියලා, ඒකත් ප්‍රශ්නයක්. ඒ පුද්ගලයාට කියලා දෙන්න  
 ඕනෑ, ඒ පුද්ගල අභිවන්දනාව නොකළාට කමක් නැහැ, නමුත්  
 අනිවාර්යයෙන්ම ධර්මය පිළිබඳව ගෞරවයක් අවශ්‍යයි කීවොත් හුඟාක්  
 වෙලාවට අර විවෘත මනසේ ඇති චිත්තනයට, ගෞරව කරන ඇත්තන්ට  
 ඒක පිළිගන්ට වෙනවා.

නමුත් ඒක ප්‍රශ්නයක් වෙනවා. මේ ධර්මය කීවහම බණ කියන බණ අහන එක්කෙනෙකුටවත් අයිතිවාසිකමක් නැහැ. අපි මේ කියන ධර්ම කොට්ඨාශවල අසුහතර දහසක් ධර්ම ස්කන්ධය කොහොමද? එතකොට මේක උගන්වන්න තියෙන්නේ අඩු ගානේ මේ සතිපට්ඨානයට ගෞරව කරන්න. මොකද, මේ සතිපට්ඨානය අර අසු හාර දහසක් ධර්ම ස්කන්ධය , ධර්මය, විනය වශයෙන් ප්‍රයෝජනය සලකලා පිඩු කරපු දෙයක්.

ඒක නිසා භාවනා කරන අපිත් දැනගන්න ඕනෑ, ඒ අපි යම් දවසක සතිපට්ඨානය නාහපු තැන ඉඳන්, සිල් නො රැකපු තැන ඉඳන්, දෘෂ්ටිය ඍජු කරපු නැති තැනක ඉඳන් අද මේ සතිපට්ඨාන අහන, සිල් රකින දුෂ්ටිය ඍජු කර ගත්ත තැනට ආවේ මෙන්න මේ තත්ත්වය පන්නලා විශාල ශ්‍රද්ධාවකින් අපි මේක කළේ. නමුත් ඒක ප්‍රමාණවත් නැහැ. මේ විශාල කැපකිරීමක් කරලා ඥාති, වස්තු සමූහයා අතහැරලා ආවට, ඒක ප්‍රමාණවත් වෙන්නේ නැහැ. අපිට මේ සතිපට්ඨාන භාවනාව ඉක්මනට ඉබේම ලැබෙයි, අපිට මේක දෙවියන් වහන්සේ වගේ සර්වඥයන් වහන්සේ ආසිරි ගන්වයි කියලා කොහොමටවත් වැඩක් වෙන්නේ නැහැ.

මේකේ තියෙන්නේ අපි ඒ ගෙනාපු ශ්‍රද්ධාව ඇති, ඒ තරමට අපිට අදත් පවත්වාගෙන යන්න පුළුවන් නම් අපිට ලැබෙන ආනිසංස වැඩියි. ඒ නිසා මේක අපි සජ්ඣායනා කරන්න ඕනෑ, සාකච්ඡා කරන්න ඕනෑ. අපි මේ තියෙන කාරණා නැවත නැවත හිතන්න ඕනෑ. විශේෂයෙන්ම සීලයේ සිටියේ නැති කාලයට වඩා දැන් සීලයේ ඉන්නකොට, සතිපට්ඨානය කොහොමද වැටහෙන්නේ කියලා, සමාධිය වැඩුණහම ඉස්සර කාලයට වඩා දැන් කොහොමද වැටහෙන්නේ කියලා. ඥානය කොහොමද පිරිසිදු වෙන්නේ කියලා, වැටහෙනවා නම්, අන්න සතිපට්ඨානය ධර්ම තුළින්, ධර්මයේ ඇත්තා වූ සජීවී බව තමයි අපිට ප්‍රත්‍යක්ෂ වෙන්නේ. ඒක තමා සර්වඥයන් වහන්සේ දේශනා කළේ “යො ධම්මං පසසති සො මං පසසති” කියලා. යම් කෙනෙකුට මාව දකින්න අවශ්‍ය නම් ධර්මය දකින්න කියලා. යම් කෙනෙකුට මාව දකින්නට, මට උපස්ථාන කරන්නට, මට වඳින්නට අවශ්‍ය නම් කරුණාකරලා ධර්මය දකින්න,



ධර්මය ප්‍රගුණ කරන්න කියලා. එතකොට මාව දකී කියලා. යම් කිසි කෙනෙකුට මේ සියලු ධර්මය දකින්න ඕනෑ නම්, වඳින්න ඕනෑ නම්, උපස්ථාන කරන්න ඕනෑ නම් සතිපට්ඨානය දකින්න. සතිපට්ඨානයට වන්දනා කරන්න. සතිපට්ඨානය අනුව හැසිරෙන්න.

ඒ නිසා සතිපට්ඨානය එක විෂයකට පිඬු කිරීමක් බව හැබෑව. නමුත් සතිපට්ඨානය තමා සෙවීමෙන් ආධුනිකයාට ධර්ම රසය වැටහෙනවා ඒකට ගුරුවරයා අවශ්‍යයි. ඒ ගුරුවරයා නිසා විශේෂයෙන්ම මේ සමථ ක්‍රමය, මේ විපස්සනා ක්‍රමය කියලා දෙක බේරාගෙන යන අතරේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේදී සර්වඥයන් වහන්සේ දේශනා කළා වූ ආනිසංස ක්‍රමක්‍රමයෙන් අන්දැකගන්න පුළුවන්. ඒ සර්වඥයන් වහන්සේ අනිකුත් සූත්‍රයන්ට වඩා විශේෂයක් කරලා. මේ සතිපට්ඨානයේ හැම ආචාර්යවරයකුම දැකපු ගුණයක් තමයි, ආනිසංස ගුණයක් තමයි “එකායනො අයං භික්ඛවෙ මගො” මහණෙනි මේ එකම මාර්ගය යි කියලා.

මේ ඒකායන මාර්ගය කීවහම නා නා මත අධ්‍යාපන කථා විවරණය එකක් කියනවා. අද ඉන්න ආචාර්යවරු, විශේෂයෙන් බටහිර ආකාරයට මේක දිනා බලලා, මේ සතිපට්ඨානය කියන්නේ සම්ප්‍රදාය කියලා, ජීවිතයට සමීප කරගත යුතු දෙයක් කියලා බලලා විවිධ ආකාරයෙන් මේකට අර්ථ කථා දෙනවා. ඒකායන කියන වචනේ අනිකුත් සූත්‍රවල විවිධ අර්ථ දීලා එකම මාර්ගය කියලා සඳහන් වෙනවා. මේකට හොඳම දේ වාද විවාද පැත්තක දාලා අපට අවශ්‍ය කරන්නා වූ, සතිපට්ඨානය පිළිබඳව අවශ්‍ය ධර්ම මතු කරන්නා වූ, හොඳ සූත්‍රයක් මතු කරලා දෙනවා අංගුත්තර නිකායේ දසක නිපාතයේ, උත්තිය සූත්‍රය කියලා. ඒකේ තියෙන්නේ මේකට ඉඟියක් පමණයි.

මුළු සූත්‍රයම අපට සම්බන්ධ වෙන්නේ නැහැ. සර්වඥයන් වහන්සේ එක දවසක් පිටත් වෙනවා. එවිට උත්තිය කියලා පරිබ්‍රාජකයෙක් අනගාරික තත්ත්වයේ ඉන්න සත්‍ය ගවේෂකයෙක් සර්වඥයන් වහන්සේගෙන් අහනවා, මේ ශාස්වත දෘෂටියක් තියෙනවා, ඒක පිළිබඳව ඔබතුමාගේ අදහස මොකක්ද කුමක්ද ප්‍රකාශ කරන්නේ කියලා. ඒක ගැන මම මුකුත්

කියන්නේ නැහැ කියලා කියනවා. එතකොට ඒකට විරුද්ධව අශාස්වත දෘෂ්ටිය තියෙනවා, ඒක ගැන මොකද කියන්නේ කියලා අහනවා. නිත්‍යයයි කියන එක ගැන, නියත ගති වාදය කියන එක ගැන නොයෙකුත් ප්‍රශ්න ඇසුවා. මේ ප්‍රශ්න ඇහීම ගැන, පුද්ගලයා ගැන සර්වඥයන් වහන්සේ කියනවා මම මේ ලෝකේ අභිඥාවෙන් යම් කිසි දෙයක් සාක්ෂාත් කරගත්තා නම්, මම ඒ ඒ සත්ත්වයාගේ විශුද්ධිය පිණිස, ශෝක, පරිදේව, මැඩලීම පිණිස, දුක් දොම්නස් දුරු කිරීම පිණිස මම මේ ලෝකේ අභිඥාවෙන් සාක්ෂාත් කරගත්ත දේ දේශනා කරනවා. ඒක තමයි මේ සත්ත්වයාගේ සිත කෙළෙසන නිවරණ ධර්ම, පඤ්ඤා දුබ්බලීකරණ පනීකරණ උපක්ලේශ දුරු කරලා, සතර සතිපට්ඨානය වඩලා, බොජ්ඣංගාදී වැඩ පිළිවෙළින් ඒකායන මාර්ගය කියලා පෙන්නුවා. අන්න එතකොට, මේ උත්තිය පරිබ්‍රාජකයා කට කහනවට වගේ ප්‍රශ්නයක් ඇහුවා.

දැන් ඔබවහන්සේ මේ ලෝක සත්වයාගේ නිවරණ දුරු කරලා උපක්ලේශ අයින් කරලා, ප්‍රඥාව දුප්පණීකරන ධර්ම දුරු කරලා බොජ්ඣංග ධර්ම වඩනවා නම්, මේක ඒකායන මාර්ගය නම්, මේකෙ ගියොත් මුළු ලෝකෙම නිවන් දකී කියලා. නැත්නම් ඔබවහන්සේ කියනව නම් මේකෙන් භාගයක් නිවන් දකියි කියලා කිව්වා.

සර්වඥයන් වහන්සේ හොඳටම නිශ්ශබ්දයි. ඒ තමා මේ වගේ අයට දෙන්න තියෙන හොඳම උත්තරේ.

නමුත් අපේ වාසනාවට ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ ළඟට ගිහිල්ලා පරිබ්‍රාජකයාට කීවා. පරිබ්‍රාජකය, සර්වඥයන් වහන්සේගෙන් සීමාව ඉක්මවලා ප්‍රශ්න අහලා, නිකම් කොන් වෙන ජාතියේ මනුස්සයෙක් වෙන්න එපා කියලා. ඔය ප්‍රශ්නේ අහන්න තිබුණේ වෙන තාලෙකට කීවා.

ඊට පස්සේ නිදර්ශනයක් දීල උන්වහන්සේලා මතක් කරනවා. සර්වඥයන් වහන්සේලා යම් කිසි ප්‍රමාණයක් මේ ලෝකේ පහළ වුණා නම්, මේ සාරාසංඛ්‍යා කල්ප ලක්ෂයක් තුළ යම් තාක් සර්වඥයන් වහන්සේලා පහළ වුණා නම්, යම් තාක් පසේ බුදුරජාණන් වහන්සේලා පහළ වුණා නම්, යම් තාක් මහා ශ්‍රාවකයන් වහන්සේලා පහළ වුණා නම්, ආර්යයන් වහන්සේලා පහළ වුණා නම්, මේ සියලුදෙනාම පහළ වූ සමාධියක් තියෙන



ස්වභාවයේ ක්‍රමයක් තියෙනවා. අන්න ඒ විධියට ප්‍රශ්නේ ඇහුවා නම් සර්වඥයන් වහන්සේ දේශනා කරනවා මේ නීවරණ ධර්ම අඩු කිරීම පිණිස සතිපට්ඨානය වැඩිම පිරිස, සප්ත බොජ්ඣංග වැඩිම පිණිස අපට ගන්න තියෙන්නේ අපට ඉස්සර වෙලා යමෙක් මේ පාචේ “සබ්බ, දුක්ඛ, නිසසරණ, නිබ්බාණසස සච්ඡිකරණතථාය” කියලා මේ නිවන සාක්ෂාත් කරගැනීම පිණිස ගියා නම්, ගිහිල්ලා හරි ගියා නම් සාර්ථක වුණා නම්, ඒ ගිය පාර තමා අපට ගන්න තියෙන පාඩම කියලා.

ඒ නිසා මේක ප්‍රයෝජනය සලකලා ගන්න තියෙන වැඩක්. මේක ඒකායන නම් ඇයි මම මගට ඇවිල්ලා, ඇයි මට තවම බැරි වුණේ යන්න කියලා සර්වඥයන් වහන්සේගේ ඇඟට හේත්තු කරලා තියන්න දෙයක් නැහැ.

අපිට මේ ළඟදී ආරංචි වුණා එක දායක මහත්තයෙකුට දියවැඩියාව හැදිලා කකුල කපන්න වුණා. ඒ මනුස්සයා අහනවාලු, මම මෙච්චර ප්‍රමාණයක් පන්සලට දන් දීල තියෙනවා, මෙහෙම පින්කම් කරලා තියෙනවා. ඇයි මගේ කකුල කපන්නම වුණේ කියලා ඒක වෙන්න බැහැ කියලා. මේක මෙයාට කොහොමවත් තේරුම් කරලා දෙන්න බැරිලු. මේකෙ සම්පූර්ණ අසාධාරණයක් තියෙනවුලු.

යම් කිසි කෙනෙක් ඉන්නවා නම් ඒ අය සර්වඥයන් වහන්සේ අභිඥාවෙන් දේශනා කරලා තියෙන මේ ඒකායන මාර්ගයේ මම ගියා, මට මුකුත්වුණේ නැහැ කියලා, මට විමුක්තියක් ඇති වුණේ නැහැ කියලා, මගේ සෝක පරිදේව දුරු වුණේ නැහැ කියලා කථා කරනවා නම්, ඒක අර පරිබ්‍රාජකයාගේ කථාව වගේ තමයි. සර්වඥයන් වහන්සේලා ඒ වෙලාවටම තමයි නිශ්ශබ්දතාව රකින්නේ. ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ විතරක් අර මනුස්සයාට මතුවට වෙන්න තියෙන විනාශය වැළැක්වීම පිණිස කියනවා. වැරැදුණ අය ගැන අහන්න එපා, හරි ගිය අය ඉන්නවා නම් මේ ලෝකේ ඒ කෙනා ගිය මාර්ගය මොකක්ද සලකලා බලල සර්වඥයන් වහන්සේ විසින් තණ්හාව දුරු කිරීම පිණිස අනුදැන වදාළ වූ ඒ සතර සතිපට්ඨානය වඩන්න කියල. ඒ නිසා අපි බලාපොරොත්තු වෙන්නේ මේ සතර සතිපට්ඨානයෙන් ලැබිය යුතු යම් ආනිශංසයක්

අපට ලබාගන්න බැරි වෙලා, මෙච්චර මේ ඒකායන මාර්ගය කියලා මොකද මට මේක ලබාගන්නට නොහැකි වුණේ කියලා අහනවා නම් ඒකාන්තයෙන්ම සර්වඥයන් වහන්සේ වගේ, අනවශ්‍ය ප්‍රශ්න අහලා වෙහෙස කළ, උත්තිය පරිබ්‍රාජකයා වගේ තමයි.

ඒ නිසා ඒකායන මාර්ගය කියන එක අපි තේරුම් ගන්න ඕනෑ. මේ තාක් කල් යම් කිසි සාර්ථක විමුක්ති මාර්ගයක් සාර්ථක නිවන් මාර්ගයක් තිබුණ නම් ඒ මාර්ගය තමයි මේ සතිපට්ඨානය යොදලා තියෙන්නේ. ඒකායන මාර්ගයේ ගමන් කරනකොට, හමු වෙන සැතපුම් කනු තමා අවස්ථා තමා ඒ සත්ත්වයාගේ විසුද්ධිය ආදී ආනිසංස ස්වභාවය.

ඉතින් අද අපිට ලැබිලා තියෙන කාලය අනුව අද අපි මේ පදනමක් දැමීමයි කරගත්තේ. ඒ සතිපට්ඨාන සූත්‍රය පිළිබඳව වටපිට සුදානම් කර ගැනීමයි. අද දේශනාවේ මූලික පරමාර්ථය වූයේ.

**සාධු! සාධු! සාධු!**





## 2 වන ධර්ම දේශනය

නමො තසස භගවතො අරහතො සමමා සමබුද්ධසස .....///

එකායනො අයං භික්ඛවෙ මග්ගො සත්තානං විසුද්ධියා සොක පරිද්දුවානං සමතික්ඛමාය, දුක්ඛදොමනස්සානං අත්ඛගමාය, ඤායසස අධිගමාය, නිබ්බානස්ස සච්ඡිකිරියාය - යදිදං වත්තාරො සතිපට්ඨානා. කතමෙ වත්තාරො? ඉධ භික්ඛවෙ, භික්ඛු කායෙ කායානුපස්සී විහරති, ආනාපි සමපජානො සතිමා විනෝයෙ ලොකෙ අභිජ්ඣා දොමනස්සන්තිති.

යෝගාවචර මහා සංසරත්තයෙන් අවසරයි. ගිය සතියේ .... සුදානම්වීමක් වශයෙන් ආරම්භයක් ලබාගත්තේ වටිනා සූත්‍රයකට. යෝගාවචර ජීවිතයකට අවශ්‍යයම කරන ඒ සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ආරම්භය වශයෙන් අපි එදා මතක් කර ගත්තා. සර්වඥයන් වහන්සේ කුරු රට කම්මාසදම්ම කියන ග්‍රාමයේ, නියම් ගමේ වාසය කරන සමයේ සිව්වනක් පිරිසෙන් භික්ඛුන් වහන්සේලා, භික්ඛු සංඝයා ආමන්ත්‍රණය කරලා, මේ විදියේ ආරම්භයක් කළ යි කියන එක, ඒ විධියට ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ විසින් ප්‍රථම ධර්ම සංගායනාව සදහා සකස් කරන්න යෙදිවච ආරම්භක හඳුන්වාදීමේ පාඨයක් සූත්‍ර පිටකයේ සෑම සූත්‍රයකම වාගේ දැකගන්න පුළුවන්. එසේ සම්ප්‍රදායානුකූල ඉදිරිපත් කිරීම තමයි "එවං මෙ සුතං එකං සමයං භගවා" නැත්නම් "එවං මෙ සුතං" කියන එකෙන් තමයි පටන් ගන්නේ මා විසින් මෙසේ අසන ලදී. ඒක මේ ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේගේ ඉදිරිපත් කරන ස්වරූපය.

ඒ සමයේ සර්වඥයන් වහන්සේ ඒ කුරුරට කම්මාසදම්ම කියන නියම් ගමේ භික්ඛු පිරිස අමතලා මේ විදියට දේශනා කළයි කියනවා. ඉතිං අර අට්ඨ කතා අපේ ස්වරූපය අපි එදා අවසාන කොටස මතක් කර ගත්තා වගේ මේ කම්මාසදම්ම කියන නිගම, නියම් ගම, කුරු රට

ආචාර ප්‍රදේශයක් ය, පුද්ගලයෝ .... සප්පාය ලැබිලා, ආහාර සප්පාය ලැබිලා, බොහෝම සාමයෙන් සමාදානයෙන් ගත කරන පිරිසක් නිසා, මොලය කල්පනාව, බොහෝම පිරිසිදු ය, ඥාන ශක්තිය හොඳ ය කියන එක ඒ පරිසර කාරණාවක් වශයෙන් පෙන්වලා දෙනවා. ඒ නිසා ඒ සර්වඥයන් වහන්සේ ඒ කුරුරට කම්මාස්සදම්ම කියන ගම මේ සූත්‍ර දේශනාවට පසුබිම වශයෙන් විශේෂයෙන් තෝරා බේරා දේශනා කරන ලද්දක් බව අපේ සම්ප්‍රදායේ පෙන්වලා දෙනවා.

ඒ වාගෙම තමයි, ඒ වාගේ සම්ප්‍රදායෙන් පෙන්වලා දෙන කොටස නොසලකා හෝ එහෙම නැත්නම් ඒකත් එක්ක ගලපමින් හෝ සලකා බැලුවොත් මේක දේශනා කරලා තියෙන්නේ භික්ෂූන් වහන්සේලාට. එය අපි හිතමු ... තමයි ආමන්ත්‍රණය කරන්නේ. හදනෙති තෙ භික්ඛු හගවතො පච්චසෙසාසුං ... සිටියා වූ මහා සංඝරත්නය, “එහෙමයි ස්වාමීන් වහන්ස” කියලා සර්වඥයන් වහන්සේට ප්‍රතිඋත්තර දෙනවා ප්‍රතිවදන් දෙනවා. ඒ නිසා භික්ෂූන් වහන්සේලාට දේශනා කරපු එකක් කියන එක අනික් කාරණාව.

ඒ රට ගැන සලකලා, ජනයා ගැන සලකලා, ඥානවන්ත මනුස්සයෝ ගැන සලකලා, සතිපට්ඨාන සූත්‍රය දේශනා කලා කියන එක තමයි වැටහෙන්නේ. මේ තමන් වහන්සේ සමග වාරිකාවේ නිතරම හැසිරෙන භික්ෂූන් වහන්සේලාට දේශනා කලා කියලා කියන කොට මේක පැත්තකට යනවා. අර රට්ටු ගැන, සෘතු ගුණය ගැන, ආහාර සම්භවය ගැන, භිතනකොට හිතෙනවා සර්වඥයන් වහන්සේ දේශය, කාලය, පුද්ගලයෝ බලලා කුරු රටට සීමා කරලා මේක දේශනා කළාය කියලා. නමුත් සූත්‍ර පිටකය හදාරන කෙනෙකුට වැටහෙනවා මේ සතිපට්ඨාන ධර්මය එක පිඬුවක් වශයෙන් දේශනා වුනාට සංයුක්ත නිකාය, අංගුත්තර නිකාය අනෙක් තැන්වලත් බොහෝම රසවත් විදියට සර්වඥයන් වහන්සේ විසින් ඉදිරිපත් කලා කියලා. ඒ වගේම අපි අද මාතෘකාවට ඉස්සරහට තියාගත්තේ “එකායනො අයං භික්ඛවෙ මගො” කියන ඒ දෙකේ ආනිසංස කතාවන් අනෙකුත් අනෙකුත් තැන්වල සූත්‍ර පිටකයේ සඳහන් වෙනවා.

ඒ නිසා ඒ පුද්ගලයෝ ගැන, කුරු රට ජනයා ගැන හිතලා, ඒ ප්‍රදේශය ගැන හිතලා, කාලය ගැන හිතලා දේශනා කළා කියන කොට හුඟ දෙනෙක් මේ ගැන විශේෂයෙන් මේ සූත්‍රයේ අමතර ලකුණක් කියලා. නමුත් එහෙම හිතන්න බෑ. සූත්‍ර පිටකයේ විවිධ තැන්වල මේක දැනගන්න ලැබෙනවා. නමුත් ඒ එකක් එකක් වශයෙන් සඳහන් වෙලා තියෙන්නේ. අංග සම්පූර්ණවෙලා මජ්ඣිම නිකායේ හම්බ වෙනවා. දීඝ නිකායේ ලැබෙනවා. මජ්ඣිම නිකායේ හතරවෙනි සූත්‍රය වශයෙන් ලැබෙන කොට ඒක මධ්‍යස්ථ ප්‍රමාණයට කරලයි දේශනා කරලා තියෙන්නේ. දීඝ නිකායේ ලැබෙන්නේ සූත්‍රයක් අතර වෙනසකට තියෙන්නේ, දීඝනිකායේ සූත්‍රයේ මේ වතුරාර්ය සත්‍ය දේශනාව බොහෝම සවිස්තරව දේශනා කරන බව. ඒ නිසා එක පැත්තකට හිතන්න පුළුවන් ඒ අර සම්ප්‍රදාය වශයෙන් එක එක තැනක දී එක පුද්ගලයෝ පිරිසක් සඳහා එක කාලයක දී දේශනා කළා කියන අදහස ඒ සූත්‍රයට ඇති වටිනා අමතර දෙයක් එකතු කරන්න කරපු දෙයක් කියලා හිතන්නත් පුළුවන්.

අනික් පැත්තෙන් හික්බවේ කියලා ආමන්ත්‍රණය කෙරුවේ හිඤ්ඤන් වහන්සේලාට කියලා හිතන කොට තව කෙනෙක් හිතන්න පුළුවන් මේක ගිහි ඇත්තන්ට අදාළ නෑ, මේක උසස් ශීල, උසස් සමාධි, උසස් භාවනා කරන පූර්ණකාලීනව කැපවෙලා වැඩ කරන හිඤ්ඤන් වහන්සේලාට පමණයි දේශනා කළේ කියලා. බැහැර කරන්නත් ඉඩ තියෙනවා. එහෙම එකක් ගන්නත් නරකයි. ඒ මොකද සර්වඥයන් වහන්සේ ධර්මයක් දේශනා කරන කොට විශේෂයෙන් විනය පිටකයේ දේවල් ඇරුණාම ඔය සිව්වනක් පිරිසට ඇතුළත්. ඒ සිව්වනක් පිරිසේ උත්තම වූ කොටසට කථා කරලා තමයි ආමන්ත්‍රණය කරන්නේ. සභාවකට ගියාම සභාපතිතුමනි කියලා, ඒ සභාව ඉන් සභාපතිතුමාට ආමන්ත්‍රණය කරනවා. පාර්ලිමේන්තුවේ නම් කියනවා කථානායකතුමනි කියලා. නමුත් ඒකෙන් අදහස් කරන්නේ නෑ ඒ කථාව ඒ සභාපතිට හෝ කථානායකට කරන දෙයක් කියලා. ඒක සභාවටම තමයි. ඒ වගේම තමයි මේ පිරිසේ ඉන්නා වූ හිඤ්ඤන් වහන්සේලා

ආමන්ත්‍රණය කළාට, එහි හිඤ්ඤාණීන් උපාසක උපාසිකාවන් සිටියා නම් ඒ ඇත්තන් අමතක කෙරුවා හෝ මදි පුංචි කොට කථා කිරීමක් නො වෙයි. මේ සභා නීතිය යි. ඒ නිසා ඒක ගිහි තැන අමතක කරලා දේශනා කළා කියලා එක පැත්තකට යන්නත් නරකයි.

එහෙම නැත්නම් ඒ කුරු රට වාසී ගිහි ඇත්තන් ගැන පමණක් සිහිපත් කරලා විශේෂයෙන් කරපු දෙයක් කියලා හිතා ගන්නත් නරකයි. මේක අතර මැදට ගත්තම ගිහි වේවා, පැවිදි වේවා, යම් කිසි කෙනෙකුට මෙන්න මේ සර්වඥයන් වහන්සේ ලෝක ශාසනය හෝ නැත්නම් ලෝක ශාසනය සඳහා දේශනා කරන ලද අසුභාරදහසක් ඒ කියන ධර්මස්කන්ධය හෝ එහෙම නැත්නම් මේ සතිපට්ඨාන ධර්මස්කන්ධයෙන් අදහස් කරන්නා වූ මේ අනුපමේය ආනිශංස ඕනෙ නම් ලෝකෝත්තර වශයෙන් මෙලෝ වශයෙන් මේ ජීවිතයේ අවශ්‍ය නම් සරණක් පිහිටක් ඒ ඕනෑම කෙනෙකුට මේ සතිපට්ඨාන (නය) කැපයි. අර සම්ප්‍රදායානුකූල කථාව අපේ දැක්වෙන විධියට සූත්‍රයේ ඉතා වටිනාකමක් දක්වලා කුරු රට වාසීන් සඳහා දේශනා කරන, කුරු රට වාසීන්ගේ විශේෂ ශ්‍රද්ධා ඥාන සම්ප්‍රයුක්ත ගති දක්වන කොට ඒකෙන් ඇත්තටම කාටත් ආරාධනා කරන ගතියක් තියෙනවා. කුරු රට වැසියන්ට දේශනා කරපු නිසා හිඤ්ඤා හිඤ්ඤාණීන් වහන්සේලාට අමුතුවෙන් කියන්නට දෙයක් නැහැ. නමුත් ඒ එතරම් සාධාරණව සිව්වනක් පිරිසට දේශනා කරන බවට සාධාරණව මේ සම්ප්‍රදාය ඉදිරිපත් කළත් මේ මෑතක් වෙනකල් ඒ කියන්නේ දැනට අපේ වයස කියනවා නම්, අවුරුදු 30 - 40 ක් ඇතට යනකල් මේ සතිපට්ඨානය තිබුණේ ආරක්ෂක පිරිතක් වශයෙන්. එහෙම නැත්නම් විශේෂ ආනිශංස ජනක දුක්ඛ ධර්මයක් වශයෙන් තමයි තියාගෙන හිටියේ. ආන්න ඒ විදියට සතිපට්ඨානය මුල සිට අගට, අග සිට මුලට ආදී වශයෙන් සාකච්ඡා කරමින් ගත කරපු කාලෙ එකක්. කුරු රට දේශනා කළා කියලා උතුම්ව සලකන ගතියක් අපේ මේ අද අවුරුදු දෙදහස් පන්සිය ගණනක් ගත වෙව් සිංහල බෞද්ධයා තුළ පවා පැවතුනේ. නමුත් අවාසනාවකට වුණේ ඒ කට පාවම්

කිරීමේ දී මේ මොකක් සඳහා ද මේ සූත්‍රය පාවිච්චි කරන්නේ, මෙලෝ වශයෙන් ගන්න තියෙන වැඩේ මොකක්ද කියන, එහෙම අපි ඉදිරිපත් කරන්නා වූ මේ ආනිශංස හත බොහෝමත්ම අඩු උපයෝගීතාවයකින් අඩු ප්‍රයෝජනයක් සලකලා තමයි පාවිච්චි කළේ.

ඒකත් සූත්‍රයේ නිකං හුදු වචන ටිකක් පමණයි. “එකායනො අයං භික්ඛවෙ මගො” කියලා අනෙකුත් සූත්‍රවල නොදක්නා තාලෙට සර්වඥයන් වහන්සේ මේ සූත්‍රය විශේෂිතව දැක්වීම පාවිච්චි කරන මේ මුළු වචන හත (7) මුල් කාරණා හත (7) බොහොම පුංචි කරලා සලකන ගතියක් තියෙනවා.

ඒ පසුගිය අවුරුදු 20 - 30 කාලය තුළ තමයි මේ සූත්‍රයේ ඉතාම වැදගත් කොටස මේක බවට විවිධ අර්ථ නිරූපණ එන්න පටන් ගත්තේ. ඒක මේ 2500 බුද්ධ ජයන්තිය නැගී සිටීම කියන එකට බොහොම කිට්ටු සම්බන්ධතාවයක් තියෙනවා. ඒකට විශේෂයෙන්ම අපේ ලෝකයේ තියෙන ඒ පුංචි බෞද්ධ රාජ්‍යයන් වල ඉන්න කිසිම කෙනෙකු විරුද්ධවෙන එකක් නැහැ. මේ සතිපට්ඨානයේ තියෙන මේ ආනිශංස රාශිය සත්‍යානං විසුඤ්ඤා ආදී කොට ඇත්තා වූ ආනිශංස රාශිය තාම මැරව්ව දෙයක්වත් පනගිය දෙයක්වත් නෙවෙයි. ඒ කාරණයෙන් ප්‍රයෝජන ගන්න පුළුවන් කුරු රට වාසීන්ට දේශනා කෙරුවා කියන කොට, ගිහි ඇත්තන්ට, උපාසක උපාසිකාවන්ට, ප්‍රයෝජන ගන්න පුළුවන් පැවිදි ඇත්තන්ට කීව කථා කියලා ඒකෙ ලොකු ඇතුලාන්තයම විප්ලවයක්, නැගී සිටීමක්, ඉදිරිපත් කිරීමක් සිද්ධ වෙනවා. ඒ නිසා මේක බුද්ධ ජයන්තියේ ඇතිවුණා වූ නැගී සිටීම මෙතෙකින් උළුපලා පෙන්වනවා. ඒ නිසා අපි ඒකෙන් සන්තෝෂයට පත් වෙන්න ඕනේ.

අපේ කාලේ වෙනකොට පෙට්ටියක බහා තබලා සඟවා අවුරුදු ගණනක් තිබ්ලා ඒ පෙට්ටියක් තියෙනවා කියලා දැනගෙන සිටියා. නමුත් අපට යතුරු ලැබ්ලා තියෙනවා. ඒ යතුර හරියට ඒ හිලට දාලා කැරකැව්වොත් ඇරෙනවා. ඇරව්ව එකේ තියෙන දේවල් අපිට සජීවිව



දැකගන්න පුළුවන් විතරක් නෙවෙයි තක්සේරු කරන්නත් පුළුවන්. පාවිච්චි කරන්න බැහැ. මෙව්වර කල් හැබැයි අපට මෙය බොහෝම ගෞරව දෙයක් වශයෙන් ඔහොම ඇරලා බලලා නාස්ති කරන්න එපා කියන මට්ටමෙන් උඩ තියාගෙන තියාගෙන ආපු රැකගෙන ආපු බුදුලයක් වගේ එකක් කියලා හිතාගත්තා. ඒ ඇත්තෝත් මේකෙ ලොකු කාර්යභාරයක් ඉෂ්ඨ කරලා තියෙනවා. නමුත් අපි අද ඉන්නේ ඒක ඇරලා බලලා ඒකෙ තියෙන දේවල් එකෙන් එක, එකෙන් එක වෙන් කරලා බලලා ඒකෙ තියෙන දේවල් ගරුත්වයෙන් වාගේ වැළඳගෙන, කැමති නම් කාලා බීලා, ප්‍රයෝජන ගන්න. ආන්න එහෙම යනකොට ඒ විධියට හෝ තත්ත්වය සළකලා, උපයෝගිතාවය සළකලා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය තහවුරු කරන්නට යනකොට මේ අපි ඉදිරිපත් කරගත්ත ඒ ආනිශංස හතර අලුත්ම විවිධාකාර එක තැනක ඉන්න කොට සතිපට්ඨානයට බැහැගෙන මුළු හදින්ම මෙය කරන කෙනාට විශේෂ ධේරුසයක්, උනන්දුකරවීමක්, තැතිගැන්මක්, සංසාර භය පිළිබඳව සංවේගතාවයක් පහළ කිරීමක් සිදුවෙනවා.

ඒ නිසා හෝ අද කාලයේ මේ අවුරුදු ගාණකට පස්සේ මේ වගේ පටන් ගන්න පුළුවන් ගතියක්, ඒ වගේ .... පුළුවන් ගතියක් සර්වඥයන් වහන්සේලා වැඩ ඉන්න කාලයේ මේ සූත්‍රය මොකක්ද කියලා පෙන්වලා දුන්නේ. ඒ ඇත්තෝ ලොකු කාර්ය භාරයක් ඉටුකරලා තියෙනවා.

අද කාලේ වෙළඳ ව්‍යාපාරවල ප්‍රෞඩ ස්වරූපයෙන් බඩු විකුණන්නට ඉස්සර ඒක පිළිබඳව ගුණ කථනයක් කරනවා දැන් සමහර පත්තරවල දාලා තියෙනවා හරි ගියාම ගාස්තුව ගෙවීමේ ක්‍රමයක්. අප කළ ගුරුකම් වැරදුනේ නැත. හරි ගියාම ගාස්තුව ගෙවන්න කියලා. ඉතින් එතකොට අර විශ්වාසය වැනි වැනි ඉන්න ඇත්තෝත් හරිගියේ නැත්නම් ..... එහෙම නැත්නම් පලපුරුද්ද. එතකොට ස්ථිරසාර බලපත්‍රයක්. කැල්ලක් කපලා දෙනවා කිව්හම කාලා බලලා සල්ලි ගෙවන්න කියලා හොඳ නරක බලනවා. ආන්න ඒවගේ තමයි සර්වඥයන් වහන්සේ මේ ධර්ම දේශනාවලට කලින් මේ “එකායනො අයං හික්ඛවෙ මගො” කියලා මේ සර්වඥයන්

වහන්සේගේ පෙර එහෙම නැත්නම් සතිපට්ඨාන සූත්‍රය පිටුපස ඒ ඒකායන මාර්ගය පිළිබඳව වැඩ පිළිවෙලිහි මතක් වූ පරිදි විස්තර කරනවා වගේ අද කාලේ විවිධාකාර වූ මත තියෙනවා.

අර ගියපාර සූත්‍රයේ සඳහන් කර ගත්තා වගේ අපි එය සිහිපත් කරගන්නවා බොහෝමක්ම ප්‍රායෝගික මතයක්.

යම්තාක් බුදු, පසේබුදු, මහරහතන්, අගුශ්‍රාවකයින් ආදී උත්තමයන් වහන්සේලා පිරිසක්, ඒ ආර්යයන් පිරිසක් භූමියට වැඩම කළාම ඒක ඒකාන්තයෙන්ම වැඩම කළේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රයට අදාලවයි. ඒ අතින් බලනකොට මේක ඒකායනයයි. අන්න එවැනි ඒකායන මාර්ගය අපි පැවිදි ඇත්තන් තමා මේ සිවුර දීලා, සිවුර ඉල්ලලා, පැවිද්ද ඉල්ලාගෙන වාගේ. එහෙම නැත්නම් ගිහි කෙනෙක් තමන්ගේ මේ සාමාන්‍ය කාම ජීවිතය අතහැරලා තිසරණව ලබාගත් හා යම් පරමාර්ථයක් තියෙනවා නම්, ඒ පරමාර්ථය සර්වඥයන් වහන්සේ මෙය හතරකට කඩලා පෙන්වනවා. පියවරෙන් පියවර. ඒකායන මාර්ගයක් පෙන්වනවා. අවසාන කෙළවරක්. අවසානයෙන් නිවන කරා යොමුව පිළිබඳව.

එකායනෝ අයං භික්ඛවෙ මේ සත්ත්වයා විමුක්ති සිහිය මේක තමයි ඒකායන මාර්ගය. මොකක්ද ඉස්සරහට යන්න පුළුවන් කියන එක. ඒ සන්තානං විසුද්ධියා කීවාට පස්සේ අපිට බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වලා දෙන කථාවක්. පිරිසිදු වෙන්න නාවලා කයෙහි හඳුන් පිරිපැහැ ගන්වලා ශුද්ධ කරගන්න වඩාත් මෙතැනදී කරගන්න තියෙන්නේ කය ශුද්ධ කරගන්නවාට වඩා මනුෂ්‍යයාගේ සිත ශුද්ධ කරගන්න කථාවක්., මේ සත්වයාගේ චිත්ත පාරිශුද්ධිය පිණිස .වැසියයුතු සියල්ලටයි නමුත් මෙතැනදී සර්වඥයන් වහන්සේ ශුද්ධා ඥාන ගුණය ලබාගත්තාට පස්සේ ලෝකයා කරන විග්‍රහය හැටියට බලනකොට භික්ඛවෙ භික්ඛං ... චිත්තං ... පඤ්චකො ... අඥාකො ... බුදුරජාණන් වහන්සේට මේක විනිවිද දූකලා බලනකොට ජේත්තේ මේ සෑම බණ කියන, බණ අහන උත්වහන්සේගේ මේ ශාසනය පවතින තාක් කල් වේනෙය්‍ය ජනතාවගේ සන්තාන තුළ

ගැබ්වෙලා තියෙනවා. නැත්නම් බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළේ නෑ ස්ත්‍රී චිත්තය, පුරුෂ චිත්තය, බාල චිත්තය, වැඩිමහල් චිත්තය කියලා. අපි ඒකට අර පදයක් එකතු කර ගත්තා වේනෙය්‍ය ජනතාව කියලා. ඒ මොකද අනික් ඇත්තන්ට පුරුදු කරලා ගන්න. ඇහෙන්නේ නෑනේ. බුදු බණ ඇහෙන්නේ නෑ. බුදු බණ පිළිගන්න ඇත්තන්ට, පුරුදු කරලා පිළිගන්න ඇත්තන්ගේ අපි කියනවා වේනෙය්‍ය ජනතාව කියලා. බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ධර්මය අනුව හැඩ ගැහෙන ජනතාව, අනික් ඇත්තන්ට හිත ප්‍රභාශ්වර නෑ කියලා නෙවේ අපි ඒකෙන් අදහස් කරන්නේ. ප්‍රභාශ්වරයි. නැවුම්. සර්වඥයන් වහන්සේ ළඟ ඉර පායලා තිබුණට තාම දොරවල් ඇරලා නෑ. ඇතුළේ කරුවලේ ඉන්නේ. බෞද්ධයා නැත්නම් මේ වෙනෙය්‍ය ජනතාව වැටුණු කොටස අර සර්වඥයන් වහන්සේ කියන ඉර පායලා තියෙන බව දැනගෙන නැත්නම් ජනෙල් දොරවල් ඇරගෙන එළිය වැටිලා. ආන්න එවැනි ජනතාවට අර හිතේ ප්‍රභාශ්වර ගතිය මතුකර ගන්න තියෙන අවස්ථාව සර්වඥයන් වහන්සේ තේරුම් කරලා දෙනවා අන්න ඒ ඇත්තෝ හිතාගන්න ඕනේ අන්න මේ සිත ප්‍රභාශ්වර යි. ඒ කවුරු කියපු නිසාද? සර්වඥයන් වහන්සේ කියපු නිසා. පංච නීවරණ එවැනි ප්‍රභාශ්වර සිතක් නමුත් ආගන්තුක, පිටින් ඇවිත් ඇලිලා ගැලිලා සියුම් උපක්ලේශ, අධර්මයන් නිසා කිලිටි වෙලා තියෙන්නේ. ඒ කාලේ අර සේර්වාණිජ ජාතකයේ අර රන් තලිය වගේ තලියක් තිබුණට, ඒක රු කගෙන හිටියට, ඒක හැංගිලා කළු වෙලා තිබුණත්, ඉතිං ඒක ඒ දරුවා හඬන වෙලාවේ ඒ ආච්චි කිවුවා

මේක විකුණලා හරි මේකට ඒ වළලු දෙකක් අරන් දෙන්න කියලා. ඒ නිසා ඒ ඉස්සෙල්ලා ආපු ඒ වෙළෙන්දට දුන්නට පස්සේ ඒ මනුස්සයා ඒ කයිරාටික ගතිය නිසා වැඩිපුර ගානක් නොදී මේ තලිය ලංකර ගැනීමේ අදහසින් වෙළඳම් ගිහින් ඉතුරු වුණොත් බලලා මේකට වළලු දෙකක් දෙන්නම් කියලා දූන් බෑ කියලා යන්න ගියා. ඒ රංතලිය පාවිච්චි කළා.

ඉතින් ඊට පස්සේ ආපු ඒ සේර්වාණිජ වෙලෙන්ද එය දකින කොටම ඉරට්ටකින් පොඩ්ඩක්, ටිකක් පහුරුගාලා බලලා මේක ඉතාම වටිනවා. මේක රත්තරන් තලියක් මේකලාගේ පරම්පරාවේ තිබුණු දෙයක්. නමුත් මට මොකට දෙන නරම් වස්තුව මගේ ලග නෑ. ඒකනිසා මම ගනුදෙනුවට ඔය ඇත්තෝ කැමති තමා මම කැමතියි. ඒකට මම කැමැතියි.

එතකොට ඒ අම්මා ඒක දිහා බලලා අනේ පුතේ ඒකෙන් මේකෙන් කමක් නෑ මේ දරුවා අඩනවා ඒකනිසා අපට වළලු දෙකක් හරි දීලා මේක අරන් පලයන්. එතකොට මේ වළලු පෙට්ටියම දීලා සල්ලී දීලා ගියා. අන්න ඔය වගේ දර්ශනයක් තමයි දැන් සර්වඥයන් වහන්සේ මේ සෑම අප කෙරෙහි දකින්නේ, අප හැම කෙනකු තුළම පවතින්නා වූ මේ තලිය මෙව්වර මේ කියන්නාවූ දුම්වැදිලා පාව්වල් වෙලා තියෙන්නේ. ඒක ඕන වේලාවක පාව්වල් කරන්න පුලුවන් තත්ත්වයක තියෙන්නේ. විදුරු වළලු දෙකක්, තරම්වත් වටින්නෑ. අම්මත් පිළිගන්නවා. දරුවත් පිළිගන්නවා. ඒ තරමට මේක පිටපොත්ත නරක් වෙව්ව නිසා ඇතුලේ තියන දඹ රත්තරන් ගතිය ඔප මට්ටම් ගතිය නෑ. ඒ වගේම තමන්ගේ පිට තියා පිටත යන දෑලි කොහොමද කපන්න පුලුවන් ඥානය ලබන කම් සර්වඥයන් වහන්සේට මේක තිබුණා. ඒක තමයි අද අපිට තේරුම් ගත යුතුව තියෙන්නේ. කාට වුණත් බණ කියන්න ඉස්සෙල්ලා අපි තේරුම් ගත යුතුයි. අපි ලග තියෙන්නේ ඒවගේ රන් තලියක් තමයි අපට තිබෙන්නේ. ඒක තියාගෙන ඒක පැත්තකට දගෙන, අනුන්ගේ රන්තාලිය ගැන කතා කළොත් ඒක එතකොට සම්මා සම්බුද්ධ කියන තමුණුත් නිවන් දැකලා අනුන් නිවන් දකිනවා කියන කතාව තමයි. ඒ නිසා අපිට පුලුවන් වෙන්නේ කාගේ හරි කමක් නෑ කියලා ඉදිකට්ටකින් අනේ මේ රන්තාලිය පාරට ගෙන මේක දඹරත්තරන් බව අපි දැන ගන්න පුළුවන් නම් ඉතා ඉහළ හොඳ රන්තලියක් මේක. කවුරුත් අපිට දීපු එකක් නොවේ මේක මේක හැමතැනම දලා දුම් වැදිලා කියලා බලනවා. එහෙම නැතිනම්

කළු වුනාම දලා තියෙන මැටි භාජනයක් වාගේ කළු කරපු යකඩයක් වාගේ අපිට ජේන්න බලනවා. සර්වඥයන් වහන්සේ ඒක පහුරු ගානවා. අන්න එහෙම පහුරු ගාලා පෙන්වනවා හිතේ විසුද්ධිභාවය. විසුද්ධිභාවය මතුකරලා දීමේ පලක් තමයි නැත්නම් මේ ඒ වෛද්‍යවරු කැඩෙන්න, බිඳෙන්න, නොදී තමයි ඒ ශල්‍ය කර්මය කරන්නේ. කුරක් තමයි මේක සහිපට්ඨානය අපිට පහුරු ගාලා පෙන්වනවා. ආන්න ඒ විසුද්ධිය ලබා දීම පිණිස ඒකායතෝ ඒක. කාටවත් විසුද්ධියක් ලබා දෙන්න පුළුවන් කමක් නෑ. අපටත් කාගෙන්වත් බලාපොරොත්තු වෙන්නත් බෑ. අපට පළමුවෙන්ම විශ්වාසයක් ඇති කරගන්න වෙනවා මෙන්න මේ වාගේ කෙනෙක් එක්ක. හිතක් ඇතිව සාරාසංඛ්‍යය කල්ප ලක්ෂයක් පෙරුම් පුරලා පුරලා උන්වහන්සේ මේක හොඳට ආයෙන් ඥානය අවබෝධ කර ගත්තාට පස්සේ ලෝකයා පිළිබඳ පුදුමාකාර දර්ශනයක් තමයි දැක්කේ. සෑම කෙනෙක්ම මේ තම තමන්ගේ රන් තලිය නැත්නම් මේ ප්‍රභාෂ්වර හිත තියාගෙන, ඒක රාගයෙන් තෙත් කරමින් ද්වේශයෙන් රාගයෙන්, මෝහයෙන් අවුල් කරමින් ඉල්ලා ඉල්ලා අඬනවා. රන්තලිය ඉල්ල ඉල්ලා අඬනවා. කැදර කමට ඉල්ල ඉල්ලා අඬනවා.

ප්‍රභාෂ්වර කමට ඉතින් මේ සර්වඥයන් වහන්සේ මොකට රන් තලියක් ගෙනත් දෙනවා කියලා හිතන්නත් එපා. අර ඇත්තෝ වගේ ඔය ඇත්තෝත් ව්‍යාපාරයක් කරනවා කියලා හිතන්න නරකයි.

උන්වහන්සේ තමුන්ගේ අතට දෙනවා රන්තලියක් පහුරු ගාල බලන්න. එතකොට විසුද්ධියක් පහළ වෙනවා. එහිසා පලවෙනියට සඳහන් කරන්නා වූ මේ සන්තානං විසුද්ධියා කියන මේ කතාව අපි තේරුම් ගන්න ඕන. සර්වඥයන් වහන්සේ විසින් ඇති සංඥව පහළ කරලා දෙන්නේ ධෛර්යය ඇති කරලා දෙන්න ගන්න උපක්‍රමයක් මේ උපක්‍රමය ඉදිරි වැඩ සඳහා අත්‍යාවශ්‍යයි.

ඒ තමන් තුළ විසුද්ධියක් පහළ කර ගන්න බැරි බවක් නැත්නම් විසුද්ධි පහළ කරගන්න මට හැකි වේද? විසුද්ධි පහළ කරගන්න මේ

ආත්මේ හැකිවේද විසුද්ධි පහළ කර ගන්න ගෞතම බුද්ධ සාසනයේ බදා ආදී වශයෙන් කල්පනා කරන කෙනාට සතිපට්ඨාන කාරණා 7 බුද්ධිමත්ව කාරණා කාරණා දනගෙන කල්පනා කරන්න පුළුවන් කෙනෙක් වශයෙන් කල්පනා කරන්න පුළුවන්.

දෙවියන් වහන්සේ විසින් මේ මවන ලද සත්ත්වයා පාපතර යි. ඔන්න ඔය වාගේ කවදවත් විශ්වාසයක් දෙවියන් වහන්සේගේ ආශීර්වාදයක් හැඟීමක් නැති යම් විධියකින් දෙවියන් වහන්සේ පිළිගත්තේ නැත්නම් දෙවියන් වහන්සේට විරුද්ධව කතා කළානම්, නැත්නම් අදහන්නේ නැත්නම් පාපයට ලක්වෙනවා. නැත්නම් ශාසනික වශයෙන් අපායට වැටෙනවා. යම් විධියකට දෙවියන් වහන්සේ පිළිගත්තේ නැත්නම් දෙවියන් මහත්බිම කථා කළානම් දෙවියන් වහන්සේ විසින් විසුද්ධියට පත්කරනවා. එහෙම නැත්නම් කොන්ත්‍රාත් එක දෙනෙකු තිබුණා දෙවියන්ට දෙයියෝ අදහන එක විතරයි අපට තියෙන්නේ, ඒක ප්‍රශ්නයක් නෑ. සොරකම් කළත් ඒකේ ප්‍රශ්නයක් නෑ. සතුන් මැරුවත් අපිට ප්‍රශ්නයක් නෑ. මොකද අපි දෙයියෝ අදහනවා. එහෙම දෙයක් මේ බුද්ධ ශාසනයේ සර්වඥයන් වහන්සේ ගාව හෝ සංඝයා වහන්සේ ලග නැතිකම ගැන සමහර ඒ දෙවියන් වහන්සේගේ නියෝජිතයන් හෝ ඒ දෙවියන් වහන්සේ කරන පහත් දෙයක් අන් සර්වඥයන් වහන්සේලාගෙන් ලැබෙන්නේ නෑ. ඉතින් ඒ නිසා දැන් අපේ සංඝයා වහන්සේලා පටන් අරන් තියනවා බයිබලය පෙරලන්න. ඇයි මේ සර්වඥයන් වහන්සේ අපිට මේ අනුන් විමුක්තියට පත් කරන අනුන් නිවන් දක්වන ක්‍රම කිව්වේ නැත්තේ මොකද මේ සර්වඥයන් වහන්සේ සුගතිගාමී වෙලා කියලා ටිකක් ප්‍රගතිශීලි කරන්න හදනවා. නමුත් මේක කරගන්න හදනකෙනා දන්නේ නෑ තමන්ගේ හිත ප්‍රභාෂ්වරයී සතර සතිපට්ඨානය වැඩුවොත් ඒ හිත ප්‍රභාෂ්වර බවට නම් සමාදන් වුණාට පස්සේ.

එහෙත් ඒ එන ගැමීම, එහෙත් ඒ එන ධර්ම ශක්තිය එහෙම නැත්නම් ඒ ධර්ම කම්පනය එහෙම නැත්නම් ඒ හැඩය අර වගේ.

එක් එක් ආගම් වල හම්බවෙන විදියට දෙවියන් වහන්සේගේ ආශීර්වාදය වාගේ ලාමක තුව්ව දෙයක් නෙමේ මේක කියන්නේ තමන් තුළ ඇත්තාවූ ප්‍රභාෂ්වර සිතම හිනෙන් කුරු ගෑ ඉරක් වගේ, මතකයක් වගේ දැනෙනවා තේරෙන්න පටන් ගන්නවා.

ඒක ජේන විශුද්ධි ක්‍රමයට ගන්න කොට ශීල විසුද්ධිය විත්ත විශුද්ධිය ආදී ධර්ම වලට පත්වෙන කොට ප්‍රධාන වශයෙන් ඒ පුද්ගලයාට ප්‍රධාන වශයෙන් මේ කාම ලෝකවලින් ගලවලා වශයෙන් මේ රූප ලෝකයට අරූප ලෝකයට..... ලොකු වෙනසක් ඇති කරලා දෙනවා. ඒ නිසා ආදී ධර්ම අහලා ඒ පිළිබඳව සුතමය ශ්‍රේණය පහළ කරගෙන එහි සංවරය අහලා කටපාඩම් කරලා නෙමේ, ඉස්සරහට පස්සට කියවන එකක් නෙමේ. නමුත් මෙයට හේතු වෙනවා. නමුත් ඒක ශීලයට වෙන්නට නම් ධ්‍යාන සංවරය අහලා ශ්‍රේණය ධර්ම සුතමය කියන කොට මහණෙහි දේශනා කරලා බොහෝම කරලා අහනකොට අපිට එනවා අවධානය මේ අවධානය ගන්න එක ඒ සක්කාන සංවර සංශුන්‍ය ඒ හැසිරවීම සඳහා වශයෙන් දක්වන විනය පිටකය එකක් සතිසම්පන්න ගැනය වශයෙන් දක්වන සූත්‍ර පිටකය එකක් ඒ ක්‍රම දෙකටම හිත පිරිසිදු කිරීමක් රූපයේ සංවර කිරීමය. රූපයට අනුව සංවර කිරීම එහෙම අසංවරය ඇත්නම් ඒ කෙලෙසීම අනවබෝධයෙන්මයි සිද්ධ වෙන්නේ නොදන්නා කම,.....කම නිසයි සිදුවන්නේ. ඒනිසා මේ සූත්‍ර... ධර්ම ඉතාමත්ම පරිස්සමින් පරිහරණය කල යුත්තේ ඇත්තටම අපි විස්තර කළොත් බොහෝම සැලකිල්ලෙන් අහලා තියනවා නමුත් ඇඳහුවේ නෑ. මේ ජීවිතයේ මේ ආත්මයේ මට දැන් මගේ හිතට පිහිටක් ඇතිවෙයි කියලා අදහන්න අදහන කාලයකට නෙමෙයි මෙය කියලා දුන්නේ. පෙට්ටගමකට දලා යතුරු වහන තාලේ ධර්ම තාවයක් අද අපි උත්සාහ කරලා හිතට ගන්න ඕන යතුරු හොරකම් කරලා හෝ කොහොම හරි ගන්න. අරගෙන මෙනත කියලා කියන දේ මොකක්ද කියලා බලලා අපට අපේ හිතට හේතු වෙනවද කියලා බලන්න.



එයින් තමයි මේ චිත්ත විසුද්ධිය තේරුම් කරලා තියෙන්නේ. මේ බුද්ධ ශාසනය ඇතිවෙන්න ඉස්සෙල්ලා හැමවෙලාවෙම විසුද්ධිය කෙලවර වුනේ දිට්ඨි විසුද්ධියෙන්.

හිත පිරිසිදු කර ගැනීමෙන් ඔක්කෝම කරගන්න පුලුවන් හරිය කියලා කිව්වේ මේ චිත්ත වසුද්ධිය. ඒ ඇත්තෝ කාම ලෝක ඉක්මවලා රූප ලෝක අරූප ලෝක වලට පත්වෙලා බොහෝම හික්මීමක් යටතේ ජීවත් වෙනවා.

ආලාරකාලාම උද්දකරාම ආදීන් හිතුවේ ඒ විදියට බුදුරජාණන්වහන්සේගේ කතාවලට අනුව බලන කොට පේනවා. ඒ ඇත්තෝ හිතුවේ ඒකතමයි කෙලවර, එකෙන් තමයි බුහුමත්වයට පත්වෙන්න පුලුවන් කියලා. මේ සඳහා වචන විස්තර කරන්න හකන්නාවූ සතිපට්ඨානය අතර කය වශයෙන්, වේදනා වශයෙන් චිත්ත වශයෙන් ධම්ම වශයෙන් මේ සතරේදී මේ භාවනාවේ ඉතාම වැදගත් වෙන්නේ, ඉතාම ප්‍රකට තැනින්, පහසු තැනින් මේ සතිය පිහිටුවීමේ වැදගත්කම, ඒ තුළින් තමයි මේ විසුද්ධිය ආරම්භ කිරීම පටන් ගන්නේ. එනිසා යම්කිසි කෙනෙකුට සතිපට්ඨාන භාවනාව කරන කොට වෙනදට වඩා සිල්වත් වීමේ ආශාවක්, සීලය මීට වඩා අධි සීලයක් බවට පත්කර ගැනීමේ ආශාවක් පහළ වෙලා එහෙම නැතිනම් අපි ශීලයේ අඩුපාඩුකම් පිරිහීමක් සිද්ධ වෙනවා නම් එහෙම නම් ඒ ශීලය ඉතාම ප්‍රවේසම්, ඉතාමත්ම ප්‍රවේසම්, බොහෝම ප්‍රවේසම් වෙන්න ඕන. මෙවිචර වටිනා ධර්මයක් හම්බ වෙලත් කිසිම ගුණ විශේෂයක් නොලබා ඒක පිළිබඳව අනුන්ට කියලා තියනදේ වචනයක් වශයෙන් හෝ කටපාඩමක් වශයෙන් කියා ගතයුතු දෙයක්, ඒක තියාගන්න සුදුසු ක්‍රමයක් තමන්ට නැතිබව පේනවා. එකෙන් අදහස් කරන්න නරකයි. සතිපට්ඨානය ගැලපෙන්නේ ශ්‍රද්ධාවන්තයන්ට පමණයි කියලා. එහෙම නැත්නම් ඒකට විශේෂයෙන්ම පිරිසිදු වීම අවශ්‍යයි කියලා. අවශ්‍ය කරලා තියෙන්නේ මොකක්ද දැන ගත යුතුයි, මොකක්ද සතිපට්ඨාන භාවනාව දැන ගන්න දවසේ ඉඳලාම

ඒ විසුද්ධි වල තියන වටිනාකම වෙනදට වඩා ජේනවා. සමහර ඇත්තෝ මේ ශීල විසුද්ධිය සඳහා ශ්‍රද්ධාව පෙරටුකොටගෙන ශික්ෂාපද ඉදිරිපත් කරගෙන පෙලඹෙනවා. සමහර ඇත්තෝ ධර්මය පැත්ත ඉදිරිපත් කරගෙන සතිය ඉදිරිපත් කරගෙන මේ ශික්ෂාපද පිළිබඳව විසුද්ධියට පෙලඹෙනවා. ඒකෙන් හොඳට පිරිසිදු වෙනවා. අවාසනාවකට වගේ මේ එක් එක්කෙනාගේ කොටස්, අනිත් එක්කෙනා විවේචනය කරන ගතියක් ආරම්භයේ තිබුණා. නමුත් සර්වඥතා ඥානය බලනකොට ඒ සද්ධා මාර්ගයෙන් දැක ගත්තත්, ධර්මය පැත්තෙන් දැක ගත්තත්, විනය පැත්තෙන් දැකගත්තත් ඒකේ ඇති දෝෂයක් නෑ. නමුත් මේ විසුද්ධිය දිගටම සිදුවෙමින් යන බව වඩ වඩා සතිපට්ඨානය කරපු ගතිය, සන්පුරුෂ ආශ්‍රයන්ට කැමති ගතිය , කෙලෙස් අඩු තැන්වලට ඇති කැමති ගතිය වඩ වඩාත් ශීලය ඉතිරි කර ගන්නට කැමති ගතිය අපි කියනවා. ගන්නාවූ රකින්නාවූ ශීලයට වඩා උතුම් වූ ශීලයක්. ආන්න ඒ දිහාවට නැමියාවක්, නැඹුරුවක් අනිවාර්යයෙන් මේ සතිපට්ඨානය ක්‍රියාත්මක වෙනකොට තේරුම් යනවා. ඒ පිළිබඳව අපි ඉතාමත්ම සංවේ දී වෙන්න ඕන. ඒකෙන් අදහස් කරන්නේ නෑ එද ඉදලා කවදවත්ම සිල්පදයක් කඩත් නෑ කියලා. අඩුපාඩුකම් කොච්චර තිබුණත් නමුත් ඒක පිළිබඳව පශ්චාත්තාප වෙන්නෑ. ගෞරවයක් ඇති වෙනවා

ඒ පිළිබඳව ආන්න එහෙම ඇතිවෙනවා නම් ඇතිවන පරිසරයකට කැමති වෙනවා නම් වෙච්ච වැරදි ගැන හිතේ පශ්චාත්තාප වෙන ගතියක් තියෙනවා නම් අපිට හිතන්න පුලුවන්, සතිපට්ඨානය වැඩ කරන්න පටන් අරන් කියලා. ඒ වගේම තමයි සමාධිය. සමාධියට හුරුවෙන්නාවූ අවිනිශ්චිත භාවයට හැමවෙලාවේම උදව් පදව් කරගෙන ඉදිරිපත් වෙමින් කටයුතු කරන්න. අපේ සාමාන්‍ය බුද්ධිය අපි පාවිච්චි කරනවා නම් අපි හිතන්න ඕන සතිපට්ඨානය වැඩ කරනවා. එහෙම නැතිව මේක කියා දෙන්නට හෝ සම්බන්ධ වෙන්න උත්සාහ කරනවා නම් අපි තේරුම් ගන්න ඕන ඒක වලටයි විශුද්ධියට නෙමේ ඒක හේතු වෙන්තේ කියලා

ඒනිසා මේ සතිපට්ඨාන ධර්මය සර්වඥයන් වහන්සේ මේ විධියට දේශනා කළත් තමන්ගේ බුද්ධිය තමන්ගේ ප්‍රයෝග ඥාන ඒ ආකාරයටම පාවිච්චි කළේ නැත්නම් සතිපට්ඨාන ධර්මයට තියනවා. කියලා හිතන්න තරකයි. ඒක අනාත්මයි. ඒක ආන්තම කාර්යයයි. අපි ඒකට අනුග්‍රහ වගෙයි. සුතමය අනු ඥානය, අහලා හොඳට අනුග්‍රහ කරනවා. ශීල අනුග්‍රහයට එන්න ඕන. පුලුවන් තරම් එය තමන්ම ශක්ති ප්‍රමාණයෙන් සිල්වතුන් අතර හැසිරීමෙන් වඩ වඩාත් සිල්වත් වීමෙන් වෙච්ච වැරදි ගැන පිලියම් කර ගැනීමෙන් අපි ශීලයට හිත යොදවන්න ඕන. ඒ වගේම අධි චිත්තයට හිත යොදවන්න ඕන. එහෙම යනවානම් මේ සක්කාය නම් විශුද්ධිය ආන්න එහෙම වැඩෙනවා නම් විතරක් සතිපට්ඨානය අවසාන නිගමන තාවයකට වැටිලා වැඩිකල් දැගලන්න ඕන නෑ. අවුරුදු හතකින් (7) වැඩේ භාරගෙන, වැඩේ කොන්ත්‍රත් එක නැත්නම් වැඩ පිළිවල ඉවර කරන්න පුලුවන්. සතිපට්ඨානය අවුරුදු 7ක් නෙමේ හතේ ඒවා හතක් කරගෙන ගියත් තමන්ගේ ජීවය පිළිබඳව සමරක් අය අද කියන විදියට සතිපට්ඨානය කිව්වාට කමක් නෑ.

සමයක් දෘෂ්ඨික, මිත්‍යා දෘෂ්ඨික වුණාට කමක් නෑ. කාට වුණත් කරන්න පුලුවන් වෙයි කියලා ගිහාම හරියට අහගෙන ඉන්න අමාරුවේ වැටෙනවා. පාඩුවේ දූනෙන හිත මිත්‍යා දෘෂ්ඨික වුණත් ප්‍රශ්නයක් නෑ. දුස්සීල වුණත් ප්‍රශ්නයක් නෑ. දුස්සීල වුණත් ප්‍රශ්නයක් නෑ. බණ අහනකොට, සතිපට්ඨානයේ යෙදෙන යෙදෙන කොට, ඕනම වෙලාවක එක චිත්තක්ෂණයයි යන්නේ මිත්‍යා දෘෂ්ඨික බලන්න. දුස්සීලයාට සිල්වතා වෙන්න ආන්න ඒකට ඉඩ තියාගෙන අපි නිතරෝම මතක තියා ගන්න ඕන ඒදේ වෙන්නේ නෑ, නැතිව නම් සතිපට්ඨානය නොකර ඉන්න.

මොකද ඒකේ ගිය පාර වගේ කට පාඩම් කල ධර්මයක් නෙමේ මේකේ තියෙන්නේ. ඒකේ තියෙන්නේ ප්‍රායෝගික ධර්මයක්. උපයෝගී තාවය පදනම් කරගත්ත ධර්මයක්. නිතරෝම මෙන්න මේ විශුද්ධිය

පිළිබඳව සර්වඥයන් වහන්සේ මතක් කරලා දෙන්නේ තමන්ගේ විශුද්ධිය පිළිබඳව තමන්ට කල් ඇතිව මතක් කරලා දෙන්නේ තමන් නිතරම සැලකිලිමත් වෙන්න. මගේ මේ සතිපට්ඨාන ආශ්‍රය නිසා, හුදු සීලයට වැඩි නැඹුරුවක් විත්ත විශුද්ධියට, දේශය සඳහා වැඩි නැඹුරුවක් තියනවද, තියන දේට මම උදව් කරනවද මගේ ජීවන රටාව කොහොමද කියලා ආන්න ඒකට අනුග්‍රහය දක්වන්නයි මම මේ කල් ඇතිව මතක් කරන්නේ.

ඒ අනුව අලෙවිය සඳහා කරන වෙළඳ ව්‍යාපාරයක් නෙමේ. එනිසා මේ සත්තාහං විශුද්ධියා කියන එක අර ථේරවාදී ආගම් වල මෙය සම්පූර්ණයෙන්ම මනුස්ස සිතින් කපා හැරලා තියෙන්නේ. මේක මනුස්සන්ට අදාල දෙයක් නෙමේ, දෙවියන් වහන්සේගේ දෙයක් සර්වඥයන් වහන්සේ... කියනවා මහා ලොකු දේවල් නැත්නම් අඩු ගානේ ශීලය ගැන බැලුවත් විශුද්ධිය දැනෙනවා. සුපිරිවිටිය ගැනත් පටන් ගන්නවා. ඊට එහායින් තියන කංකාවිතරණ මග්ගාමග්ග ඥාන දර්ශන දිගටම සිහිවෙන්න පටන් ගන්නවා. මේ බවට මග ගැනීම ඒ තමයි මේ විත්ත, අධි විත්ත වඩාත්ම හොඳ මේ විත්ත විශුද්ධිය ගැන. ඒනිසා යෝගාවචරයා මේ කාරණාව ගැන දැන ගන්න ඕන. ප්‍රයෝජනය සලකලා. මෙතනදී අනිවාර්යයෙන්ම මේ ප්‍රයෝජනය තේරෙන්නේ භාවනා කරගෙන යනකොට, විශේෂයෙන්ම සතිපට්ඨානය අපි ලෝකයාට ඉදිරිපත් කරලා තියෙන්නේ විපස්සනා යෝගාවචරයාට තමයි මේක හොඳ හැටි වැටහෙන්නේ. ඒකනිසා ඒක අහනකොට සන්නෝෂයක් ඇති වෙනවා. මේකට කියන්නේ මජ්ඣේ කල්‍යාණං අපි දැනට බැහැලා ඉන්නවා. සර්වඥයන් වහන්සේ මේක දේශනා කරලා තියනවා. මේ ගැන හොයන්න හොයන්න, පාර පාර බලන්න බලන්න අපි කරගෙන යන වැඩේ හරි යි අපි ගන්න තීරණය හරි යි කියලා ලොකු මජ්ඣේ කල්‍යාණයක් ඇතිවෙනවා, ඒක නැත්නම් ඒක අවුරුදු 3 හතක කතාව, දවස් හතේ කතාව අවලංගු වෙනවා. ඒනිසා මේ විශුද්ධිය දැකිය යුත්තක්. එහෙම නැත්නම් ගුරුවරයාගේ මාර්ගයෙන් දැකිය යුත්තක්. එහෙම නැත්නම් වෙන ආගන්තුක ශක්තියක්, භූත ධර්මයක් කියලා හිතන්න නරකයි.

අනිච්චායයෙන්ම එදිනෙද අපි ඉදිරියට යන්න තබන පියවරක් පියවරක් පාසා වගේ මේ විශුද්ධිය දිගේ දියුණුවක් දකින්නට ඕන. එද සන්නාහං විසුද්ධියා කියන එක අත් දකින්න පුලුවන්. ඕන වුණා එය අත්දකින්න. යෝගාවචරයා තමයි වැඩියෙන්ම ලෝකයේ ඇත්තේ. දෙවියන් වශයෙන් දකිනවා ඇති. නමුත් මනුෂ්‍යයෝ වශයෙන් දකින එකයි. ඒකටත් සාමාන්‍ය ලෝකයා හොඳයි කියා හිතන එකනම් වෙනමම මාර්ගයක්. අපි ඒක මේ වෙලාවේ සාකච්ඡා කිරීම අවශ්‍ය නෑ. මොකද අපි ඒ මත බැහැර කරන්න දැනටමත් සූත්‍රයක් අරගෙනයි මේ තියෙන්නේ. අපිට සන්නෝසයක් ඇති කරගන්න පුළුවන්.

මේ විශුද්ධිය කියලා කියන්නේ මේඅත්දකින ශීලයේ දියුණුවයි. සමාධියේ දියුණුවයි. අපි මේක මේ විධියට අතීතයේ ප්‍රකාශ කරන කිසිම රහතත් වහන්සේ නමක් නෑ මෙලෝ වශයෙන්ම විශුද්ධිය ලබන්න පුළුවන්ය, පටන් ගන්න පුළුවන්ය, දවස් 7 කින් පෙන්නලා දෙන්න පුළුවන්ය කියන වෙන කිසිම ශාස්තෘන් වහන්සේ නමක් නෑ.

අපි අන්න එහෙම ශාස්තෘන් වහන්සේ නමකගේ ගෝලයෙක් බව, බුද්ධ පුත්‍රයෙක් බව, ශාක්‍ය පුත්‍රයෙක් බව හොඳට මෙනෙහි කර ගන්න ඕන, ඒක අර කලින් කීව විදියට සැක පහළ කරගෙන තියාගන්න නරකයි. එහෙනම් පැවිදි වෙන්න ඕන. එහෙම නැත්නම් මහ තෙරුන් නමක් වෙන් ඕන. නැත්නම් මේ සියලු ධර්ම ඔක්කෝම දැනුම් තේරුම් තියෙන්නට ඕන. ස්ත්‍රී වෙන් ඕන, පුරුෂ වෙන් ඕන, මේ මොකවත් ගන්න එපා. ගතයුත්තේ සතිපට්ඨානය සිද්ධ වෙනවා නම් සහ ශුද්ධයෙන්ම වැඩේ පටන් ගන්න ඕන. ඒ නිසා මේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රය කියන එක හොඳට මේ ප්‍රයෝජනය සලකලාම තේරුම් ගන්න ඕන. මේ ධර්මය මේ විධියට තේරුම් ගත්තේ නැතිව මේ සත්වයාගේ විශුද්ධිය තමන් වශයෙන් තේරුම් කරගත්තේ නැත්නම් ඉන් මත්තට ඇරඹෙන්නාවූ ශෝක පරිදේව කියන එක ආරම්භක ගොරෝසු ලෙහෙසි ඒ ධර්මාවය තේරුම් ගන්න නම්, යෝගාවචරයා තේරුම් ගන්නා නම් මගේ හිතත් ප්‍රභාෂ්වරයි, ඒ ප්‍රභාෂ්වර හිත තුළ ශීල විසුද්ධිය කියන එක මනුස්ස ආත්ම භාවයට කැපයි. සියල්ලම

අයින් කරන්න පුලුවන්. ඒ වගේම අනිකුත් විපස්සනා ඥානන් පුලුවන් කියන හැකි සංඥාව මත මතුකර ගන්න බැරි නම් ඉස්සරහට කියන සෝක පරිදේව කියන ඒ සංඥාවෙන් ඇතිවන ඒ ලප කැළල් දියුණු වෙන් නෑ. ඒ නිසා සෝක පරිබෝගට හඬා වැලිපෙන ගති දිගටෝම, පෙන්නන්නේ නොහැකි සංඥාව නැති බැරි කමින් ඒක නිසා යම් වේලාවක සතිපට්ඨාන ධර්මයට පාදක වෙලා කටයුතු කලා නම් කොච්චරවත් සෝක සංකාවල් වෙන්න පුළුවන්... වෙන්න පුලුවන්. නමුත් එයින් අඟවන්නේ නුඹලා ඉවර කරන්න පුලුවන් වොගත්ත ජීවිතයකට යන්න පුලුවන් කියලා ශෝක පරිද්ධවානම් සෝක දුක් දෙමනස්සුගක් ඒ පිලිබඳව සංඥාව ඇති කරගන්න පුලුවන්. ඒකතමයි හුඟක්ම ඔය නවීන තාක්ෂණයේ ක්‍රම සහ විධි සොයන්නේ කොච්චරදෝ මේ තාක්ෂණා උපකරණ සුබෝපභෝගී දේවල් ලංකරලා දීලා සෝක පරිදේව දුරු කරන්න හදනවා. ඒවාගේම තමයි ඒකායන දුරු කරන්න හදනවා. ඒවාගේම තමයි ඒකායන තාක්ෂණවල භාහිර විද්‍යාව කියලා හඳුනා ගන්න තැන්වල පිටින් තමයි මේ කියලා හඳුනා ගන්න තැන්වල පිටින් තමයි මේ සෝක පරිදේව දුක්බ දෝමනස්ස උපායැය ලංකරන්න හදන්නේ.

සර්වඥයන් වහන්සේගේ ඕනෑම ඉරියව්වක්, පිළිරුවක් රූපයක් ම වත් වටා පතක් වත් තිබුනේ නෑ. කිසිම උපකරණයක් නෑ උන්වහන්සේගේ ශ්‍රේෂ්ඨතම ධර්ම දේශනාවක් උන්වහන්සේගේ ධර්මවක්ක සූත්‍රයෙන් තියෙන්නේ ඇලෙ වල ස්වරූපයක් විතරයි. කිසිම භාහිර දෙයක් ලංකර ගත්තේ නෑ. ඒ මොකද උන්වහන්සේගේ සෝකපරිදේව ආලේප කරාට හරියන්නෑ ඇතුලතම වෙනසක් වෙන්නටම ඕන. ඒකට ප්‍රධාන තම හේතුව තමයි ඒ කලින් කියාපු ශුද්ධ විශුද්ධිය ශීල විශුද්ධිය ඒනිසා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ආරම්භයේදීම දේශනා කරන්නටත් විශේෂයෙන් දේශනා කරන්නටත් මේ ශීල විශුද්ධිය ඇසුරේ තවමත් විශාල වශයෙන් ඒ පුද්ගලයාට ශාන්තියක් ඇතිවෙනවා. ඒ ශාන්තිය තුළින් ශෝක පරිදේව ඒ කොච්චර මතුවෙලා තිබුණත් ඒවා මට කැප නෑ. මට උරුම නෑ. මේවා අයින් කරන්න පුලුවන් කියලා. පැහැදිලිවම මේවා කඩන්න පුලුවන් දේවල් වාගේ, ගෙඩියකින්

පොත්ත ගැලවිලා යන්නා වගේ මේක මේරුවාට පැහැවපුවාම මේක ගැලවිලා යයි වාගේ ඒ නිසා සෝක පරිදේව බාහිර ලෝකයෙන් ගන්නාවූ උපක්‍රමයක් සර්වඥයන් වහන්සේ ගන්නාවූ උපක්‍රමයන් අතර විශාල වෙනසක් තියනවා. මේක ඇතුළත පිරිසිදු කරමින් ඇතිවන සෝක පරිදේව දුරු කිරීමක් අනිකුත් සෑම ආගමකම එහෙම නැත්නම් සෑම විද්‍යාවකම කරන්න හදන්නේ පිටින් ආලේප කරලා තවරලා අලවලා උපක්‍රම දීලා, සුඛෝපභෝගි දේවල් දීලා.... අපිව රැකබලාගන්නා .... එහෙම නැත්නම් අපිව බලාගන්නා සමිතියක් සමාගමක් වගේය. එහෙම නැත්නම් සර්ව බලධාරී දෙවියන් වහන්සේ ආදී වශයෙන් කාටහරි ඵල්ලෙන්න කොතක් බලනහරි උත්සහා ඇති කරලා දෙන්න හදන එක. ඒක පිලිබඳ බොහෝම ප්‍රවේසම් වෙන්න ඕන. ඒ.... ස්වාමීන් වහන්සේ පැහැදිලිවම දේශනා කළා ශද්ධාව ඇති කරන්න. සෝක පරිදේව දුරු කරන්න. ඇති කරන්න. සෝක පරිදේව දුරු කරන්න. පටන් ගත්තේ විශාල ශ්‍රද්ධාවක් ඇති කරන්න.

**සාධු! සාධු! සාධු!**







### 3 වන ධර්ම දේශනය

නමො තස්ස භගවතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස .....///

ගෞරවණීය යෝගාවචර මහා සංඝ රත්නයෙන් අවසරයි. අප මේ වටිනා සූත්‍රයක් වන මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඉදිරිපත් කරගෙන, වස්කාලයක් ගත කරන, භාවනා යෝගී නිත්‍ය පිරිසක් වශයෙන් සාකච්ඡාවට ඉදිරිපත් කරන තුන්වෙනි අවස්ථාවයි මේ. මීට කලින් සති දෙකක් සතියකට පැය ගනනේ බ්‍රහස්පතින්ද දවස ඒ සදහා ගත කරලා තියෙනවා. අපි ගිය වතාවෙන් මේ ඉදිරිපත් කරපු පාලි වාග් මාලාව මාතෘකාව වශයෙන් තබා ගන්නට යෙදුනා. ඒ අනිකුත් සූත්‍ර වලට වඩා මේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ වෙනසක් ඉදිරිපත් කිරීමේ වෙනසක් සර්වඥයන් වහන්සේ පෙන්වනවා.

ඒ සූත්‍රයෙහි අඩංගු කරුණු වලින් එහි යෙදී ගතකරන්නාට ලැබෙන්නාවූ ආනිසංඝ කොට්ඨාසයේ, ප්‍රතිඵල කල් ඇතිවම ගෙනහැර පෑවා. ඒක ඒ අසන්නාගේ ඇඳහීම, ශ්‍රද්ධාව උනන්දුව, කුසලච්ඡන්දය වැඩි කිරීම සදහා කරණ එක ක්‍රමයක්. මෙහිලා සර්වඥයන් වහන්සේ මූලිත්මත්, සරලවමත් ඉදිරිපත් කරන්නේ මේ සත්වයාගේ විශුද්ධිය කියන එකයි. ඒ කියන්නේ විවිධ පැතිවලින් තේරුම් ගන්න ප්‍රමාණයට, බොහෝ දෙනා මේක බහු වචනයෙන් තේරුම් ගන්නවා. සමහර වෙලාවට මේක ඒක වචනයෙන් තේරුම් ගන්න සිද්ධ වෙනවා. ඒ සත්වයාගේ විශුද්ධිය කියලා මේ සතිපට්ඨානය කිය කිය හිටියට හෝ එහෙම නැත්නම් ඒක භාවනාවෙන් තොරව වෙන ක්‍රම වලින් පරිහරණය කළාට, බොහෝ දෙනාගේ විශුද්ධියක් සිදුවීමකට වඩා, ඒ අදහස් කර ගන්නට තියෙන්නේ ඒ බණ අහන, බණ කියන අපි, මේ සතර සතිපට්ඨානයෙන් ඉදිරිපත් කරන්නට බලාපොරොත්තු වන ප්‍රතිපත්ති මාර්ගය අපි තුළින් ක්‍රියා

කරන්නට පටන් ගත්තොත්, අන්න එතැන් පටන් ඒ ක්‍රියාත්මක කරන එක එක්කෙනා තුළ මේ කියන විශුද්ධිය බලාපොරොත්තු වෙන්න පුලුවන්. එහෙම නැතුව සර්වඥයන් වහන්සේ කුරු රට කම්මාස සම්ම නිගමේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රය දේශනා කලයි කියලා, ලෝකයේ විශුද්ධියක්, ලෝක සත්වයාගේ විශුද්ධියක් වුණේ නැහැ. එහෙම ගුප්ත ධර්මයක් මේක ඇත්තේ නැහැ.

ඒකාන්ත වශයෙන්ම ශ්‍රැතමය වශයෙන් මේක අහලා දැනගෙන, චිත්තාමය වශයෙන් මේක ගලපලා, අර්ථ තේරුම අරගෙන භාවනාමය වශයෙන් ඒ ක්‍රියාවට නගන කොටයි ඒ විශුද්ධිය සිද්ධ වෙන්නෙ. ඒක නිසා භාවනා කරණ පිරිසකට සතිපට්ඨාන සූත්‍රය අහන කොට ලොකු කුසලවිඡන්දයකට හේතු වෙනවා. ශ්‍රද්ධාවකට හේතු වෙනවා, අපි දැනටමත් ඒ ආකාරයට ගත කරනවා නේද කියලා. ඒ වගේම තමයි එවැනි කටයුතු කරණ ඇත්තෝ මේක අනිත් අයට ක්‍රියා දීමට හෝ එහෙම නැත්නම් අනිත් අයගේ විමුක්තියකට හිත යොදනවා නම් කරුණා කරලා මතක තියාගන්න ඕන තමුන්ගේ විමුක්තියට, තමුන්ගේ විශුද්ධියට බාධාවක්, ජනතා විමුක්තියක් හෝ වෙන පොදු ජන විමුක්තියක් හෝ කල්පනා කිරීම සතිපට්ඨාන යෝගාවචරයාට බාධාවක් බව. විශේෂයෙන්ම ආධුනික යෝගාවචරයාට බාධාවක් බව තේරුම් ගන්න ඕනෑ. ඒක අර මුල් පාලි පාඨයේ ඒ ආකාරයෙන්ම දැක්වෙන්නේ නැහැ. ඒක හිත යොදා බැලිය යුතු දෙයක්. තමන්ගේ විමුක්තියට හේතු වෙන ආකාරයට, කල්පනා කරලා බලන කොට ගත යුත්තක්. ඒ නිසා ප්‍රධානම කාරණාවක් මේ විශුද්ධිය තමයි. නමුත් ඒක අනුන්ගේ විශුද්ධිය බවට පත්වුණොත්, ඒක අප්‍රධාන කාර්යයක් බවට පත්වෙනවා පමණක් නෙවෙයි ප්‍රධානම විරුද්ධ වාදියා බවට පත්වෙනවා. ඒක සතිපට්ඨාන යෝගාවචරයා හොඳට පැහැදිලි කර ගන්න ඕනෑ.

ඊළඟට සෝක පරිද්දවානං, සමතික්කමාය කියලා, ඉතාම දුකට දෙමනසට පත්වෙව්ව කෙනා කියා පාන, ලෝකෙට අඩහැර පාන ක්‍රමය

තමයි අඩනවා, ලතැවුල් දෙනවා ඒවත් ඔක්කොම නැති කරන්න පුලුවන්. ඒකට අපි පටාචාරාව වගේ, ඉතාම දුකට පත්වෙච්ච, ලෝකය පැත්තෙන් බලනකොට, ඤාණනි විෂම බවට පත් වෙච්ච කෙනාටත්, නමුත් මේ වගේ ධර්ම සභාවකට නිර්වස්ත්‍රව කඩාවැදුණු ස්ත්‍රියකටත්, සර්වඥයන් වහන්සේගේ පළමුවෙනිම ප්‍රතිචාරය වුනේ, නැගණියෙනි, සිහිය ඵළවාගන්න කියන එකයි. මේ තියෙන අවුල්, වියවුල්, වියසන උමතු ගති, නිර්වස්ත්‍ර ගති, අපේ සමාජ විරෝධී හෝ සමාජය විසින් විවිධ විධියට බලන ගති, ඔක්කොම කළබල මැද්දේ සර්වඥයන් වහන්සේ කීවේ නැගණියෙනි සිහිය ඵළවා ගන්න කියලයි. ඒක ඒ සර්වඥයන් වහන්සේගේ විශේෂ ජීවිතයක් හෝ ආසිරි ගැන්වීමක් හෝ නෙවෙයි. ඒ කාන්තාවට ඒ වෙලාවේ සිහිය සතිය තිබුණා. සතිය පිහිටුවා ගන්නට පුලුවන් ශක්තිය තිබුණා, පිහිටවේවා. එතකොට එතනදීම අර ඔක්කොම සෝක පරිදේව සම්පූර්ණයෙන් වියලී ගියා, නෙවේ නමුත් සෝවාන් මාර්ගය ලබන තරමට වාගේ ජීවිතය ලඟා කරගන්න පුළුවන් කම ලැබුණා.

ඒ වගේම කිසා ගෝතමීය වගේ කෙනෙකුට ඒ අඩ අඩා තමාගේ පුතාගේ මළ මිණිය අරගෙන එතකොට මතු කරලා දුන්න කාරණාවෙන්, මරණයේ මරණානුස්මෘතියෙහි පුළුවන් වුනා ඒකෙන් නතර කර ගන්න. ඒ වගේම දුකට දෝමනසායට පත්වෙලා ඉන්න කෙනාට සර්වඥයන් වහන්සේ පැහැදිලිව පෙන්වලා දුන්නා, ඒ ගිය දේ යන්න අරින්න කියලා, ආස වුණුදේවල් අතහැරලා දන්න, මධ්‍යස්ථ වෙන්න කියලා. ඒ මධ්‍යස්ථවූ දේ පිළිබඳව අල්ලා ගන්නේ නැති සිතකින් බලන්න කියලා.

මෙනතත් මේ සතියකටමයි ආරාධනාව නැතිනම් සතිපට්ඨානයටමයි ආරාධනාව ආන්න ඒ ක්‍රියාවලියත්, සෝක පරිදේව වලින් පීඩිතව, දුක් දෙමිනස් වලින් යුක්තව ගත කරද්දීත්, මේක ඔය කැපී පෙනෙන වරිත කිහිපයක් සර්වඥයන් වහන්සේ ජීවමානව ඉන්න කාලයේදීම සිද්ධ වුණා. ඉතින් ඒකෙන් හොඳ ආදර්ශ ගන්න පුලුවන් යෝගාවචරයාට. ඒ නිසා මේ ඥාති වියසන, වස්තු වියසන එහෙම නැත්නම් ලාභ සත්කාර වල අඩුපාඩු කම් වීම නිසා ඒ වෙලාවට සතිපට්ඨානය බහා තියලා ඒ දේවල්

සදහා ගත කිරීම, ලෝක අනුකම්පාවක් ජනනා විමුක්තියක් කියලා හිතනවා නම් ඒක, සතිපට්ඨාන යෝගාවචරයාට නොගැලපෙන වස විස වගේ දෙයක්. ඒකාන්තයෙන්ම තමාගේ සෝක පරිදේව, දුක් දෝමනස්ස නිවා ගැනීමටයි මේක පාවිච්චි කරන්න ඕනෑ. ඒ පාවිච්චි කරලා, ඒ පටාවාරාව වගේ හෝ කිසා ගෝතමී වගේ හෝ සන්නති මහා ඇමැති වරයා වශයෙන් හෝ, තමාගේ පැහැදිලි ශ්‍රේණ අධිගමය, මේක සදහා ගතයුත්තා වූ ආර්ය අෂ්ඨාංගික මාර්ගයවූ, එකම මාර්ගය තවත් පැත්තකින් කියනවා නම් මධ්‍යම ප්‍රතිප්‍රදව කියල මේකට කියන්න පුළුවන්. ඒ මාර්ගය අවබෝධ කිරීමට තමා කරා එන්නාවූ සෑම අරමුණකටම මේ සතිපට්ඨානය, මේ සතිය මනාකොට පිහිටුවීම, පුරුදු කිරීමෙන් අමුතුම න්‍යායක්, මේ ලෝකික විෂයයන් තුළ උගන්වන්නේ නැති, අනවබෝධය නැති කරණ අමුතුම න්‍යායක්. ඒ න්‍යායට ස්ත්‍රී - පුරුෂ වුණා කියලා හෝ ලාබයක්, වාසියක් නැහැ. පාඩුවක් නැහැ. ශ්‍රේණි විසසනයට පත්වුණා කියලා හෝ නැතිවුණා කියලා හෝ ලාබයක් පාඩුවක් නැහැ. සෑම දෙනාටම සෑම මට්ටමක් තියෙන්නේ, මේ සතිය පිහිටුවීම සම්බන්ධව.

අපි සාමාන්‍යයෙන් තොරණක කථා වස්තුවක් විධියට පෙන්වලා තියෙන කථාවක ඒ පටාවාරාවට හෝ කිසාගෝතමීයට හෝ සිදුවෙච්ච දේ නොවිය යුත්තක්, අභාග්‍යයක් විධියට තමයි අපි දකින්නේ. පටාවාරාව වෙනුවෙන් අපිත් අඬනවා. නමුත් ඒක තමා පටාවාරාවට, සර්වඥයන් වහන්සේ දැක ගන්නට, ධර්මය දැක ගන්නට, සඟ පරපුරට ඇතුල් වෙන්නට කෙටිම මාර්ගය වුණේ. ඒක නිසා ඒක පටාවාරාවට වාසියක් වුනා. නමුත් අපි හිතන්ඩ නරකයි අනේ අපේ අම්මට පටාවාරාවට වෙච්ච දේ වේවා එතකොට අම්මට නිවන් දකින්න පුළුවන් වේවා කියලා. මෙහෙම හිතන එක මහ භයානකයි. කාට හරි දුකක් පටවලා, දුකක් ප්‍රාර්ථනා කරලා, දුකක් පටවලා, ඒ තුළින් සත්‍යය අවබෝධ වේවා කියලා හිතන එක අසාධාරණයි. ඒක අපගේ අපවත් වෙච්ච ලොකු ස්වාමීන් වහන්සේ මතක් කරලා දීලා තියෙනවා. කාටවත් ශද්ධාව ඇතිකරන්න හදන්න උනන්දු වෙන්න එපා, ඒක භයානකයි කියලා

ඇතිවෙවච දුකෙන් ශුද්ධාව ඇති කර ගන්නවා, ශුද්ධාවෙන් මාර්ගය මතු කරලා දෙනවා කියලා කියන එක එකක්. නමුත් ඒ වගේ දේවල් වේවා කියලා හිතන්න නරකයි. ඒ වාගේම තමයි ඒ එහෙම වෙච්ච ඇත්තෝ දකලා, තමන් දන් දෙන්නයි, සති පට්ඨානය උගන්වන්න හඳුනවා නම්, ඒකත් අවස්ථානුවාදයක්. ඒ නිසා මේ දෙකම නොවේ ගත යුත්තේ. තමුත් කෙරෙහි කොහොමටවත්, පටාචාරාව මට්ටමට හෝ ඊට වැඩියේ අඩු මට්ටමකට හෝ නිතරෝම දුක් දෝමනස් සෝක පරිදේව, විවිධ අරමුණු මාර්ගයෙන්, ඇහ, කණ, දිව, නාසය, කය, සිත මාර්ගයෙන් ගලා එනවා. මේ සෑම අරමුණකටම සතිය පිහිටුවීම මාර්ගයෙන්, මේ මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව, ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය න්‍යාය පිළිබඳව පරීක්ෂණ කරණවා. ඒ පරීක්ෂණය ඒ පුද්ගලයාගේ ආශ්‍ර-නිෂ්ඨය සම්පත් වල හැටි හැටියට, රුචි අරුචි කම් වල හැටි හැටියට අධිපත්තියේ හැටි හැටියට වෙනස් වෙනවා.

ඒ නිසා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය, අංගසම්පූර්ණ ධර්ම කොට්ඨාශයක් ධර්ම පන්තියක් ගෙනහැර පෑවට ඒක රාගය අධික පුද්ගලයාට සතිපට්ඨානයේ සියලුම කොටස් අවශ්‍ය වන්නේ නැහැ. ඒකට අවශ්‍ය කරලා තියෙන්නේ තමන්ගේ ගැටේ ලෙහා ගන්න අවශ්‍ය කොටස පමණයි. ද්වේශ වර්තයාට සම්පූර්ණ කොටස අවශ්‍ය කරන්නේ නැහැ. ඒ වගේම මෝහ වර්තයාට සම්පූර්ණ කොට්ඨාශය ඉගෙන ගන්න අවශ්‍යතාවයක් නැහැ. ඉගෙන ගත්තට පාඩුවක් නොවෙයි. නමුත් ප්‍රයෝජනය සලකලා බලන කොට මේ සතිපට්ඨානයට ඉදිරිපත් කරලා තියෙන්නේ පුදුම අපුරුවකට විස්මිත තාලයකට, ඒ මූලික කමටහනක් දිගේ වැඩ කරගෙන යනකොට තමුන්ගේ වරියට, අදල තාලට න්‍යායය පහල වෙනවා.

දැන් සර්වඥයන් වහන්සේම මේ සතිපට්ඨානය පිළිබඳව, නැත්නම් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය පිළිබඳව, පුබ්බේ අනානුස්සුන්තේසු ධම්මේසු, වක්කුං උදපාදි ඤාණං උදපාදි, ආදී වශයෙන් සෑම සියලු සත්ත්වයාටම සාධාරණ වෙන, සර්වඥතා ඤාණ පහළ වුණා.

ඒ නිසා උන්වහන්සේ වෙත පැමිණෙන චේතනය ජනතාව ඕනෑම කෙනෙකුට, නොපැකිලව, අහිතව, ව්‍යක්තව, ප්‍රතිබලව උත්තර දෙන්නට පුළුවන් කම, ශක්තිය උන්වහන්සේට තිබුණා.

නමුත් එව්වරම වර්තයක් ශාරිපුත්‍ර ස්වාමීන් වහන්සේට තිබුණේ නැහැ. ඊට අඩුයි ටිකක්. ඊටත් අඩුයි මොග්ගල්ලාන ස්වාමීන් වහන්සේට ඊටත් අඩුයි අනිකුත් මහා ශ්‍රාවක ඇත්තන්ට, ඊටත් අඩුයි, රහතන් වහන්සේලාට ඒ වාගේ තමයි මේක බැහැගෙන බැහැගෙන යන්නේ. එතැන සදහන් කරන්නේ තමන් වෙත පැමිණෙන ලෝක සත්ත්වයාගේ විෂයෙහි නමුත් භාවනා කරන අපි එක් එක්කෙනා ගැන කල්පනා කරන කොට, තමුන්ගේ ඇත්තම වර්ත ලක්ෂණය මොකක්ද, ඒ වර්ත ලක්ෂණයට අනුව මේ න්‍යාය පාදගන්නවා කියන එක බොහොම කෙටි වැඩක් වෙන්නත් පුළුවන්. පටලවා ගත්තොත්, සර්වඥතාවය ලබනවාට වැඩියේ මහන්සි වෙන්නත් පුළුවන්. ඒත් නොලැබෙන්නත් ඉඩ තියෙනවා. ඒක නිසා මේ න්‍යාය කියන බණ අහන, බණ කියන එක එක්කෙනෙක් ලබා ගන්න ක්‍රමය වෙනස්. තමුන්ගේ වර්තයට රූපි අරූපි කම් අනුව, තමුන්ගේ ශ්‍රද්ධා, චීර්යා ආදී ඉන්ද්‍රිය ධර්ම වල හැටි හැටියට තමයි මේ න්‍යාය පහළ වෙන්නේ. ආන්න ඒ නිසා මේ සති කියන මේ සතිපට්ඨානයේ මූලික තේමාව, කොඳු ඇට පෙළ, සතිය මුල් කරගෙන යන කොට මේ සතිපට්ඨාන වගේ බරසාර ගැඹුරු දේකටත් වඩා, හුදු සති චෛතසිකය විස්තර කරණ කොට, වෙන පැමිණෙන ඉදිරියට ඉදිරිපත් වෙන දේ පිළිබඳ සතිමත් වීම කියලා.?

මේක කෙටියෙන් සදහන් කරණ කොට, ඒ තුළින් අපට පුළුවන් වෙනවා මේ න්‍යාය කියන එක හැම විත්තක්ෂණයකම පෝෂණය කරන්න. විවිධාංගීකරණය කරන්න. කරගෙන කරගෙන යනකොට ඒ පුද්ගලයා තුළ හැම මොහොතකම පින් වැඩෙනවටත් වඩා කුසල් වැඩෙනවා. කුසලතාවයන් වැඩෙන්න පටන් ගන්නවා. ඒ නිසා මේ සතිපට්ඨානය කියන එක, ඒකෙනුත් තව සාරෙ කරලා, ගන්නවා නම්, පෙරලා ගන්නවා නම් සතිය කියන එක මුල, මැද අග කියන තුන් ස්ථානයටම ගැලපෙනවා.

ශාසනයේ ආදී කල්යාණය, මධ්‍ය කල්යාණය පර්යේෂාන කල්යාණය කියලා සර්වඥයන් වහන්සේගේ ධර්මයේ සඳහන් වෙනවා. උන්වහන්සේගේ ධර්මය, ඒ වගේ මුල,මැද,අග කළ්‍යාණ ධර්මයන්ගෙන්, මංගල ධර්මයන්ගෙන්, සමන්විතයි. ඒ ගතිය මේ සතිය නිසයි. ඒ නිසා මේ න්‍යාය අධිගමනය කියලා කිව්වහම, සර්වඥයන් වහන්සේ අධිගමනය කරාමු, ඒ අධිගමනය අපට අවශ්‍යත් නැහැ. කරන්නත් බැහැ. අපට අවශ්‍ය වෙලා තියෙන්නේ අපේ මේ සංසාර ගැටේ ලෙහා ගැනීමට අවශ්‍ය ප්‍රදේශය තේරුම් ගැනීමයි.

ඒ තේරුම් ගැනීම තුළින්, ලෝක සත්ත්වයන්, සත්ත්ව සංඥාවෙන් අපත් සමග සම වෙන නිසා අපට අනික් ඇත්තත් එක්ක බෙද හද ගන්න පුළුවන්. තත්වයකට එන්න පුළුවන්. නමුත් සර්වඥතා ඥානය ලැබෙන්නේ නැහැ. ලැබෙන හැම කෙනාටම අපට උත්තර දෙන්න පුළුවන් කමක් නැහැ. ඒ නිසා අපි භාවනාවට සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඉගෙනගන්න පෙළඹෙන කොට ඒකේ රාමුව මේ ආකාරයෙන් තේරුම් ගන්න පුළුවන් වෙන්න ඕනෑ.

මේ න්‍යාය අධිගමනය කරන්නේ නැතුව නිබ්බානස්ස සව්ච කිරියාය කියන ඊළඟ මට්ටමට යන්න බැහැ. ඒ න්‍යාය තමුත් විසින් සංසේචනය කර ගත යුතුයි, මාගේ චරිතයට මෙන්න මෙහෙමයි කියලා. නමුත් අද භාවනා ක්‍රම උගන්වන කොට හුඟක් වෙලාවට එකම කර්මස්ථානයක් දීලා, ඒ ඔක්කොටම එකම කාල සටහනක් දීලා, ඒ ඔක්කොටම එකම ගුරුවරයෙක් ඉදිරිපත් වෙලා, ඔක්කෝටම එකම මධ්‍යස්ථානයක් හදගෙන කරනකොට කෙනෙකුට සැක හිතන්න පුළුවන් මගේ රූවි අරූවි කම් වලට ඒක ගැලපෙනවද කියලා සැකයක් පහළ වෙන්නත් පුළුවන්. නමුත් ඒ සූත්‍ර පිටකයේ (හොදට) එහෙම විස්තර හොයන කොට මේ ආනාපාන සති සූත්‍රය කියලා එකක් තියෙනවා, මජ්ඣම නිකායේ, මධ්‍යම ප්‍රමාණයට විස්තර වෙලා තියෙනවා. ඒ සූත්‍රයේ හොදට පැහැදිලිව විස්තර කරලා තියෙනවා මේ හුදු ආනාපානය කියල. මේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ විස්තර කරලා තියෙන විසි එකක් කමටහන්වල, එක කමටහනක් විතරයි,



ආනාපානය කියන්නේ. නමුත් ආනාපානය වැඩිමෙන් රහත් වෙන තත්වය දක්වාම යන්න පුළුවන් බව මේ ආනාපාන සූත්‍රයේ සඳහන් කරලා තියෙනවා. එක සතිපට්ඨාන කොට්ඨාශයක් භාවිතා කරලා නිවනට යන්න පුළුවන් බවත්, සංයුක්ත නිකායේ යම් යම් සූත්‍රවල පෙන්වලා දීලා තියෙනවා. තව සමහර තැන්වල සඳහන් කරලා තියෙනවා එක් එක් සතිපට්ඨාන භාවිතා කිරීමෙන් සේක තත්ත්වයටත් සතර සතිපට්ඨාන වැඩිමෙන් අර්හත් තත්ත්වයටත් යන්න පුළුවන් කියා.

ඉතින් ඒ නිසා මේ පොදු භාවනා මධ්‍යස්ථාන වල මේක හොඳට තේරුම් ගන්න ඕනෑ. පොදුවේ උගන්වන ඒ කර්මස්ථානයක්, පොදුවේ දෙන කමටහනක් පොදුවේ දෙන ආහාර, පොදුවේ දෙන අනිකුත් ඒ සේනාසන ආදී දේවල් වලින් බලාපොරොත්තු වෙන්නේ ඒ යෝගාවචරයාව ගඟට තල්ලු කරණ එකයි. නැත්නම් සෝකාපන්න තත්ත්වයට පත් කරන එකයි. පත් කරාට පස්සේ ඒ යෝගාවචරයාට අර කාල සටහන තමුන්ට සුදුසු කාලයට සකස් කරගෙන, ඒ සප්පාය කරුණු සලසාගෙන, විවේකීව, අරට වඩා, ගුරුවරයාගෙන් යම් ප්‍රමාණයකට දුරස්ථවෙලා කරගෙන යන්න ඉඩ තියෙනවා. ඒ නිසා එවැනි මධ්‍යස්ථාන වලින් බලාපොරොත්තු වෙන්නේ, මේ අඩුම ලංසුවට මූලික ඇතුල් වීමට දෙර විවර කරලා දීමයි.

ඒ නිසා සැක හිතන්න නරකයි මේ එක සතිපට්ඨානයක් හෝ එකම කර්මස්ථානයක් වැඩිමෙන් අපි සතිපට්ඨානය මඟ හරිනවා දෝ කියලා. එහෙම සැක හිතන්න, ඒ සූත්‍ර හොයලා බලන කොට, සැකයක් ඇති කරගන්න ඉඩක් නැහැ. නමුත් සතර සතිපට්ඨානය විස්තර කරන්න, මේ න්‍යාය පිළිබඳව කථා කරන කොට, සර්වඥයන් වහන්සේ පෙන්වලා දෙනවා. මේ හතරම තේරුමක් නැතුව ප්‍රකාශ කළා නෙවෙයි, මෙව්වා හතරම එකතු වුණාට පස්සේ අර ජාඩියට - මූඩිය කීවා වගේ, ඔක්කෝගෙම පුදුමාකාර ගොණුවක් ඇති කරලා දෙනවා. ඒකට බොහොම සරල උපමාවක් පෙන්වලා දෙන්නේ, හතරමං හන්දියක්, සිව්දිගේ පැමිණෙන රථ සතරමං හන්දිය පහුකරගෙන වේගයෙන් ගමන් කරන නිසා, මැද, මැද්දැවේ දූවිලි ඉතුරු වෙන්නේ නැහැ කියලා. ඒ හතරමං හන්දියෙන්

දිගටම පාවිච්චි වෙන්නේ එක පාරක් නම්, අනික් පාරවල් වලින් එන දූවිලි මැද කෝච්චි පිළි දෙකට මැද්දේ රොක් වෙන්නා වගේ එකතු වෙනවා. නමුත් ඉතුරු පාරවල් දෙකෙන් නිතර පාවිච්චි වෙනවා නම්, අර පාරවල් මැද එකතු වෙන දූවිලි ටික එහාට මෙහාට පිහලා දනවා. අන්න ඒ වගේ තමයි අපි සෝවාන් වීම සඳහා හෝ එහෙම නැත්නම් ඊට පෙරාතුව ඇත්තාවූ විපස්සනා ගුණ පහළ කර ගැනීමෙන් හෝ ඊටත් කල් ඇතුව ඇත්තාවූ ධ්‍යානයන් ලබා ගැනීමට කටයුතු කරද්දී ගොඩක් දූවිලි තව දෙපැත්තේ තියෙනවා. නමුත් පාරේ අපිට අපි යන දිශාවට යන්න පුළුවන්. අනිත් පැත්තට යන්න පාර සුදුසු මදි. පාරෙ වාහන ගිහිල්ලා, පදම් වෙලා නැහැ. නමුත් ඉදිරි වැඩ කරගෙන යනකොට, ඒ නිසා ඒවා නැවත සළකලා බලන්න වෙන එක, ඒ වගේ සාර බහුල භාවනා ක්‍රමවල හැටි. ඒකට ඉඩ තියෙනවා.

ඒ නිසා එක භාවනා ක්‍රමයක් පිම්බීම - හැකිලීම ගන්නවා. ආනාපානය ගන්නවා, බුද්ධානුස්මෘතිය වශයෙන්. ඒ එක එකක් අරගෙන යනකොට පැහැදිලි විචරයක්, ඕනෑම දෙයකට යන්න පුළුවන්, ප්‍රවිෂ්ඨයක් මේක තුළ තියෙනවා.

මේක පිළිබඳව විත්තාරුච්චි, (විත්තාර) සංකේත රුච්චි කියලා යෝගාවචරයෝ කොට්ඨාශ වලට බෙදනවා. රාග වර්ත, ද්වේශ වර්ත, මෝහ වර්ත කියලා කොට්ඨාශ වලට බෙදනවා. විශේෂයෙන් නෙත්තිජ්ජරණ කථාවේ හුඟාක් විස්තර කරනවා. මේ විත්තාර රුච්චි යෝගාවචරයාට, සුතමය ගුණය වශයෙන්. මේ විස්තර අහනකොට ලොකු ශ්‍රද්ධාවක් පහළ වෙනවා. ඒ නිසා තමුන්ගේ වැරදි, නිවරණ ධර්ම අයින් කරගෙන ක්‍රමයෙන් මාර්ගයට යොමු වෙනවා.

ඒ නිසා එවැනි කෙනාට, සතර සති පට්ඨානයම හදරන තාක් කල් ගන්න දේවල් තියෙනවා. ඒ මොකද හිත බොහෝම කැමැතියි මේ පුංචි පුංචි විස්තර හොයන්න. නමුත් සංකේත රුච්චි, සංකේතයෙන් බණ අහල, ඒක තේරුම් ගන්න කෙනාට, ඒ යෝගාවචරයාට අර සාරිපුත්‍ර ස්වාමීන්වහන්සේ දේශනා කළා වගේ මට කියලා දෙන්න, මම දහසක්

නැයින් තේරුම් ගන්නම් කියලා, උන්වහන්සේ අර අස්සඡ් මහරහතන් වහන්සේ ඉස්සරහ පිට පෘථග්ජන විදියට ප්‍රකාශ කලා. ඒ මොකද මට විවිධ ආකාරයෙන් ගලපලා තේරුම් ගැනීමේ ශක්තියක් තියෙනවා, කියලා. එවැනි ඇත්තන්ට බොහෝම සිංහිත්තක්, භානිය දාරුචීරිය තාපසයට කීවා වගේ, ශාරිපුත්‍ර ස්වාමීන්වහන්සේට කීවා වගේ ටිකක් සඳහන් කරපුවහම විස්තර වශයෙන් දැන ගන්න පුළුවන්. ආන්න ඒ ඇත්තන්ටත් මේ සතිපට්ඨානය කොයි විධියටත් ගැලපෙනවා. මේකෙන් මේ මෑත කාලේ මේ සංකේත රුවි ක්‍රමයට බොහෝම පෝර දපු එහෙම නැත්නම් ගිහි පැවිදි ස්ත්‍රී - පුරුෂ කාටත් වගේ භාවනා දෙර විවෘත කරපු යුග පුරුෂයෙක් තමා මේ මහා සී සයාධෝ ස්වාමීන් වහන්සේ උන් වහන්සේගේ පොත පැහැදිලිවම මතු කරලා පෙන්වන්න හදනවා, ධර්ම දේශනා මාර්ගයෙන් මතු කරලා පෙන්වන්න හදනවා, මේ එක භාවනා ක්‍රමයක් එක කමටහනක් අරගෙන ගියාම පැහැදිලිවම විශාල දෙරටු රාශියකට දෙර ඇරෙනවා කියලා.

ආන්න ඒකෙදී හුගක් සවිස්තරව, විස්තර කරලා තියෙනවා, මේ පිම්බීම - හැකිලීම ඒක තමයි උන්වහන්සේ විසින් ලෝකයට හදුන්වා දීපු අරමුණ ඒක කරගෙන යනකොට, අපි ඒකෙදී ඉතාමත්ම ගොරෝසු වායෝ පොට්ඨබ්බ ධාතුව, කායානුපස්සනාවට වැටෙන, ඒ කොට්ඨාශය තේරුම් අරගෙන යනකොට, ඒ තුළ පහළ වෙන්නාවූ සතිය නිසා, නොසිඳ එහිම ඇතුලට කිඳා බැසීම, ඇතුලාන්තයකට විනිවිද ගෙනියන්නා වූ සතිය නිසා, ඒ තුළින් පහළ වෙන්නා වූ පැහැදිලි දර්ශනය, සම්පජන්තය නිසාත්, ඒ යෝගාවචරයාගේ හිතේ ඇතිවෙන ඒ පැහැදිලි දර්ශනය තුළින්, අනිකුත් භාවනා නොකළ වූත්, අවධානය නොයෙදුනා වූත් විශාල ධර්ම කොට්ඨාශයකට, භාවනාමය ඥානයක් පහළ වෙනවා, ඒක අර හිත යොද තේරුම් ගත්තා වූ ප්‍රත්‍යක්ෂ විපස්සනාව නොවේ. ඒකට කියනවා අනුමාන විපස්සනාව කියලා.

ඒ අනුමාන විපස්සනාවට සර්වඥයන් වහන්සේගේ දේශනාව ගලපන කොට, ප්‍රත්‍යක්ෂ කළ දෙයක් වාගේ තමන්ට හොඳට වැටහෙන්න පටන්

ගන්නවා. ඒ නිසා ප්‍රත්‍යක්‍ෂ කිරීම සඳහා ඉදිරිපත් කරන්නේ බොහෝම පොඩි කොටසක්. ඒකේ ප්‍රත්‍යක්‍ෂ ඥානය වැඩි වෙන්න වැඩි වෙන්න, ආලෝකය ප්‍රභාෂ්වරය වැඩි වෙන්න වැඩි වෙන්න, භාත්පසින්ම ඇත්තා වූ අවධාරණය යොමු නොකළාවූ අනිකුත් සියලුම ධර්මයන් කෙරෙහි අනුමාන විපස්නාව සිද්ධ වෙනවා. මේකට උපමාවක් වශයෙන් කියනවා නම් අපි විදුලි පන්දමක් දුල්වලා බිත්තියකට ගැහුවොත් ඒකේ ආලෝක වළලු දෙකක් තියනවා. මැද තියෙනවා හොදටෝම නාහි ගත වුනා වූ තද දිදුලන ආලෝකයක ලපයක්. ඊලගට තියෙනවා භාත් පසින් එව්වරම ප්‍රභාෂ්වර නැති ලොකු වටයක්. ඉතින් අපට යමක්, සර්පයෙක් හෝ බිත්තියට ගහපු ඇණයක් හෝ බලන්න ඕනෑ නම්, අපි කරන්නේ අර මැද තියෙන ආලෝක ලපය ඒකට යොමු කරපුවහම හොදට පැහැදිලිව ඒක ජේනවා ඒක තියෙනවද නැද්ද විස සතෙක්ද නැද්ද කියලා. නමුත් ඒ භාත්පස විහිදෙන ආලෝකය පරිසරය පිළිබඳ යම් අවබෝධයක් ලබා දෙනවා. ඒ නිසා දෙකම විපස්සනා ගුණ බව ස්වාමීන් වහන්සේ පිලිගන්නවා. ප්‍රත්‍යක්‍ෂ විපස්සනා ගුණය කියලා කියන්නේ අප දැන් බැහැල, වැඩ කරණ ඇත්තෝ ඉන්න නිසා බොහෝම ප්‍රකටයි, පිම්බීම හැකිලීම ප්‍රඥප්ති ධර්ම අත හරිමින්, පරමාර්ථ ධර්ම දිහාවට ගිහිල්ලා, උදරයේම හිත පවත්වමින් එහිම ඇතුළට කිඳ බිහිමින් යනකොට ඒ තුළ විකාශනය වෙන ඒ තුළ ප්‍රකාශයට පත් වෙන්නාවූ ධර්මතාවයන්ට අපි කියෙනවා ප්‍රත්‍යක්‍ෂ විපස්සනාව කියලා.

නමුත් ඒ විධියට හිත එහෙම නිමග්න වේගෙන ඉන්න කොට, සද්ද ඇවිල්ලා යන හැටි, අර මූල කර්මස්ථානයට බාධා නොකරණ හොඳ භාවනාවේ යන හැටි යෝගාවචරයා අත් දකිනවා. ඒ වගේම වේදනා පුංචි පුංචි ඒවා එනවා, නමුත් අරමුණු පෙරලන්නේ නැහැ. අරමුණට බාධා කරන්නේ නැහැ. අරමුණත් තියෙද්දී මේක ඇවිල්ලා යන බව දන්නවා. සිතිවිලි එනවා, එව්වර කොන්ද පත මදි සිතිවිලි, විටින් විටම දෙක තුනක් ඇවිල්ලා නැතිවෙලා දියවෙලා යනවා. නමුත් අර තමන් ගන්න මූල කර්මස්ථානය බිඳිලා විනාශ වෙලා යන්නේ නැහැ. මෙන්න මේ විධියට මූල කර්මස්ථානයේම, ප්‍රත්‍යක්‍ෂ විපස්සනාවටම, තව පැත්තකින්

කියනවා නම් ගෝවර අප්පත්තයේම අරමුණින් හිත පවත්වා ගෙන යන කොට අර බාහිරෙන් ඇවිල්ලා යන දේවල් වික අනියම් පාඩමක් උගන්වලා යනවා. නමුත් තමන්ගේ කර්මස්ථානයට බාධා කරන්නේ නැහැ.

යම්ම වෙලාවක යෝගාවචරයාට සැකයක් ඇති වුනොත් මට කවදවත්ම මෙහෙම ගියොත් මේ මතු වෙන ශබ්ද පිළිබඳව යථාර්ථය අවබෝධ කරගන්න හැකි වෙන එකක් නැහැ. සිතුවිලි පිළිබඳව යථාර්ථය අවබෝධ කර ගන්න පුළුවන් වෙන එකක් නැහැ. වේදනාව පිළිබඳව යථාර්ථය අවබෝධ කරගන්න ලැබෙන්නේ නැහැ. ඒ මොකද මූල කර්මස්ථානයේම නේ හිත තියෙන්නේ. ඒ නිසා මම මේ මූල කර්මස්ථානය හොඳට පේවෙලා, සිද්ධි වෙලා යාදීගෙන ඉන්න වෙලාවේදී ඕනන ශබ්දයක් අහල බලන්න ඕනෑ. නැත්නම් මේ වේදනාවට හිත යොදලා බලන්න ඕන. එහෙම නැත්නම් මේ සිතුවිලි වලට හිත යොදලා බලන්න ඕනෑ කියලා කල්පනා කළොත් මේක තමා මේ න්‍යාය දැන ගැනීම හා නොදැන ගැනීම අතර තියෙන වෙනස. ඒ නිසා මුලින්ම තේරුම් ගන්නට ඕනෑ මූල කර්මස්ථානය ප්‍රත්‍යක්ෂ විපස්සනාව, ගෝවර අප්පත්ත අරමුණෙහි දිගින් දිගටම ගැඹුරට යෑම, අර එන දේවල් මතු මත්තේ මීටත් වඩා විසඳෙනවා. අනුමාන ගුණයෙන් විස්තර කරලා දෙනවා. කවදවත්ම ප්‍රත්‍යක්ෂ ගුණයෙන් ලබා ගන්නා දේ අනුමාන ගුණ ටොන් ගානකින් වත් ලබා ගන්නට බැහැ.

ඒක නිසා ප්‍රත්‍යක්ෂ ගුණය බහා තබලා, යම් වෙලාවක මේ ලේසි නිසා, ප්‍රකට නිසා, සිත් ගන්නා සුලු නිසා, නිදහස් වින්තනයට යා දෙන නිසා, බහුශ්‍රැත භාවයට යා දෙන නිසා, මූල කර්මස්ථානය අමතක කරලා, ලාමක දේවල් අල්ලන්න යෑම, විස්තර හොයන්නට යෑම, ඒවා පිළිබඳව උනන්දුවීම මේ න්‍යාය මග හැරීමක් වෙනවා. එහෙම කෙනාට නිවණ කීට්ටු නැහැ. ඒ පුද්ගලයා බොහොම ආසන්නයේ ඉන්නවා. එහෙම හිටියට මනසිකාරය, අවධානය කේන්ද්‍ර ගත වෙන්නේ නැහැ. මේ දෙය ආරම්භක යෝගාවචරයාට වෙන්තක් පුළුවන්. හොඳටෝම දියුණු යෝගාවචරයාට වෙන්තක් පුළුවන්. ඒ නිසා අර සතිපට්ඨානය නැවැත නැවත අහණකොට

ඒ එක එකක් වැරදි, හරියට සාකච්ඡා වෙලා මතු වෙන්න පුළුවන්. නමුත් හොඳ කල්පනාකාරීව අර සාරිපුත්‍ර ස්වාමීන් වහන්සේ දේශනා කළා වගේ, වරක් කියාපු දේ, ආයෙ නැවත නැවත කියන්න අවශ්‍ය නැහැ. දහසක් සැරෙන් තේරුම් ගන්න පුලුවන් කෙනා නම්, තේරුම් ගන්න ඕනෑ මේ එකම අරමුණ එහෙම නැත්නම් මූල කර්මස්ථානය කියලා, අපි භාරගත්තා වූ මුල් අරමුණ, මේකට කියනවා ගෝචර අරමුණ කියලා. අප්පත්ත අරමුණ කියලා. මෙන්න මේ ගෝචර අප්පත්ත අරමුණේ හිත පවතින තාක් කල්, අපි හිතා ගන්න ඕනෑ ප්‍රත්‍යක්ෂ විපස්සනාව, සාකච්ඡා අරමුණය කියලා. අවබෝධ කළ යුතු සාක්ෂාත් කළ යුතු අරමුණ. ඒ දේ කරන කොට අනිවාර්යයෙන්ම, මේ අනුමාණ විපස්සනාව සිද්ධ වෙනවා. මේ නය විපස්සනාව සිද්ධ වෙනවා. මේ නය ක්‍රමයේ, මේ හිතේ ඇබ්බැහියක් කවුරුවක් වත් දියුණු කළ යුත්තක් නෙවේ. පුරුදු කළ යුත්තක් නොවේ. ඒක දියුණු වෙන දෙයක්. ඒක තමුන්ට ලැබෙන අතුරු ලාභයක්. මේ අතුරු ලාභයට හිත යොදන කොට, ඕනෑම කෙනකුට තර්ක කරන්න පුළුවන් මේකත් භාවනාවක් මයි. මෙකත් හොඳ ධාතු මනසිකාරයක්මයි. මේක අරට වැඩියෙ විවිත්‍රයි ආදී වශයෙන් ඒ කරුණු ගෙන හැර දැක්වීම, අපිට තනි වශයෙන් කියනවා නම් අරතිය කියන, කළ යුතු ගරු දේ අතහැරලා, ලාමක දේකට හිත දැමීම කියලයි කියන්ඩ තියෙන්නේ. මේකත් මේ ඤයස්ස අධිගමාය කියන කාරණාවට තමයි ලං කරන්න ඕනෑ. ඒ නිසා එතෙත්ට ගියෙ නැති කෙනෙකුට නම් මේ බණ අහනකොට, මොනවද මේ කියන්නේ කියල තේරෙන්නේ නැහැ. එතෙත්ඩ ගිය කෙනා, හුග දෙනෙක් මේවා භාවනාවෙන් නැහැ. එතෙත්ඩ ගිය කෙනා, හුග දෙනෙක් මේවා භාවනාවෙන් අත්දැකල තියෙන ඇත්තෝ නමුත් මේ මාර බලවේග, එවැනි මාර්ගය ඤාණ (ඥාන) වලට කියනවා අරතිය කියලා. අධි කුසලය, ගෝචරව ගත්ත අරමුණ අත හැරලා, අර ලාමක දේවල් අත ගගා ඉන්නවා. එහෙම කෙනාට මේ නහය යට තිබ්බත් නිවණ නැහැ. අත ලග තිබ්බත් ඒක ගන්න හිතෙන්නේ නැහැ. ඉඩ දෙන්නේ නැහැ. මොකද අවධානය නොබැලිය යුතු, නොබිඳිය යුතු දේවල් වල ව්‍යංජන, අනුව්‍යංජන



වශයෙන් අංග ප්‍රත්‍යක්ෂ වශයෙන් විස්තර භෝගයන්හට හික් දෙකට වෙලා. ව්‍යංජන අනුව්‍යංජන වශයෙන් අංග ප්‍රත්‍යක්ෂ වශයෙන් විස්තර හෙවිය යුත්තේ, කච්ච කට්ට, ප්‍රත්‍යක, කටයුතු ගෝචර අරමුණේ පමණයි. අනිකුත් දේවල් ඉබේටම සිද්ධ වෙනවා. ඒ නිසා සතිපට්ඨාන භාවනාව කරන කොට ඒකෙ අවසානෙ දක්වලා තියෙන රහත් හෝ ආනිසංස පිළිබඳ දේශනාව, ඒ ගැන දෙන්නාවූ සහතිකයක්, ඒ අතර මැද යෝගාවචරයාට, තමා වශයෙන් කළ යුතු ආර්ය්‍ය පර්යේෂණ තියෙනවා. ඒ ආර්ය පර්යේෂණය තමා මෙතන සදහන් කරන්නේ ඤයස්ස අධිගමාය. ඒ න්‍යාය අධිගමණය කරනවත් එක්කම, යම්ම මොහොතක තමන් අරමුණුදෙක තුනක මත්වෙලා, අරමුණු දෙක තුනක අතරමං වෙලා ඉන්න වෙලාවේ මේකයි මම කළ යුත්තේ. අනිකුත් දේවල් දෙවැනි දේවල් මේකයි ප්‍රමුඛතාවය. මේකයි ප්‍රධානයටම කළ යුත්තේ කියලා තේරුම් ගන්නවාත් සමගම, අකාලිකව ප්‍රතිඵල දෙනවා. ඒක තේරුම් අරගන්නේ නැතුව, ඒක ක්‍රියාත්මක වෙන්නේ නැතුව ඒ කරලා ඒ ද්විතීය අරමුණු, බාහිර අරමුණු බැහැර කරන්නේ නැතුව කොච්චර වෙලා හිටියත් ඒ යෝගාවචරයාගේ න්‍යාය අධිගමය කියන නිවණට ලංවීම, මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව ගිලිහෙනවා. හුඟක් වෙලාවට භාවනාවේ විනාඩි තිස් පහක්, හතලිහක් විතර ගියාට පස්සේ බොහෝ යෝගාවචරයන්ගේ චීර්යය කායික චීර්යය ඒ අනුව මතු වෙන්නා වූ චෛතසික විශ්‍යයත් දුර්වල වීම නිසා, හරියට ගහකට කොටාගෙන කොටා ගෙන යන කොට පිහියක දූල්ල, අග කැපෙන කොටස ගෙවිලා ගියා වගේ, අර චීර්ය ගෙවිලා ගියාම හිත නා නා ප්‍රකාර අරමුණු විෂයයෙහි වගේ පාවෙන මට්ටමකට යනවා. ඒ නිසා තමයි බය ගොඩාක් කල් වාඩි වෙලා ඉන්නට සිද්ධ වෙන්නේ. ඒ නිසා හොඳට මතක තියා ගන්නට ඕනෑ. කල් ඇතුළම තේරුම් ගන්නට ඕනෑ, මේ සතිපට්ඨාන භාවනාවේදී භාවනා ක්‍රම තිහක් හතලිහක් පෙන්වලා දුන්නට, රූප කොට්ඨාශ ආපෝ, තේජෝ, වායෝ, ආකාස කියලා හතරක් පහක් තිබුණට, නාම වශයෙන් තමුන්ට අහලවත් නැති කොට්ඨාශ රාශියක් තිබුණට, මේ එකක් හරියට තේරුම් ගත්තොත් අනිත් ඒවා අනුමාණ



ඤ්ඤා, ශ්‍රැතමය ඤ්ඤා මාර්ගයෙන් තේරුම් වෙන එක න්‍යාය ධර්මයක්. ඒවා පිළිබඳ නැවැත හැරීලා බලන්නට ඕනෑ කමක් නැහැ. අසන්නාප්තතාවයක් ඇති කර ගන්නට අවශ්‍යතාවයක් නැහැ. දිගට කරගෙන කරගෙන යනකොට හරියනවා. මේක තේරුම් අරගෙන තිබුණේ නැත්නම් මේ ඥායය අධිගමයේ ලොකු බාධාවක් සිද්ධ වෙනවා. ඒ නිසා මේ අනවබෝධය දුරු කිරීමට කටයුතු කරනකොට මේ කාරණා තේරුම් අරගෙනම බහින්න ඕනෑ. යෝගාවචරයා විසින්මයි මේක වටහාගෙන තියා ගන්න ඕනෙ. ඒ සතිපට්ඨාන ධර්මය විස්තර කරනකොට, ඒ බුද්ධ දේශනාවේ තමයි ආනිසංස හතක් වශයෙන් ඒක විස්තර කරලා දිලා තියෙන්නේ. එහෙම නැති සාමාන්‍ය මෑත කාලේ, සමකාලීන භාවනානුයෝගී, භාවනා කර්මස්ථානාවාර්යවරු මකක් කරලා දෙන දෙයක් තමයි, අපේ සතිපට්ඨාන භාවනා ක්‍රමයේ අරමුණු එනකොට ලැහැස්ති වෙලා ලැහැස්ති වෙලා, ඒකට එලඹිලා හිටියේ නැත්නම් අරමුණ ජය ගන්නවා. එහිබිලා සිහියෙන් හිටියොත් සතිපට්ඨානය ජය ගන්නවා. ඒ නිසා එලඹී සිටි සිහිය කියන එකට තමයි අපි නැවතත් පැමිණෙන්නේ. ඒ නිසා ඒ දුකට පත්වුණාට පස්සේ එතනදී ඉගෙන ගන්න ලැබෙන්නේ නැහැ අපිට, කල් ඇතුළු සිත ඒකට යොමු කරවලා, හිත ඒ කෙරෙහි අධිෂ්ඨාන වශයෙන් පිහිටුවාගෙනම යන්න ඕනෑ. කල්පනා කරල කවදක්වත් ඒ පරියන්තයේ දී හෝ සක්මනේ දී හෝ ලබන්නේ නැහැ. අපි තවත් විධියකට කියනවා නම් අපේ මේ සංසාර දුක, ජාතිය, ජරාව, ව්‍යාධිය, මරණය කියන මේ ඒකාන්ත සංසාර රෝගයෙන් පෙළෙනවා. මේ සතිපට්ඨානය වඩන්න ඕනෑ කරන්නේ ඒ ජරාවට එන්න ඉස්සර වෙලා. ව්‍යාධියට පත්වෙන්න ඉස්සර වෙලා, මරණයට පත්වෙන්න ඉස්සර වෙලා. ඒනිසා ජරා ව්‍යාධි මරණ තත්ත්වයට පත් වුණාට පස්සේ සතිපට්ඨානය කට පාවිච්චි කරන්නවත්, ඉගෙන ගන්නවත් උත්සාහ කරන්න බැහැ.

ඒ නිසා පෙරාතුවම අපේ හිත, අර රෝග තියෙන පලාතකට යන්න කලින් එන්නත් කරගෙන යනවා වගේ, මේ සතිපට්ඨානය පිළිබඳ දැන ගන්නවා නම්, ඒ අනුව අපේ හිත හැකි සංඥවක් ඇති කරගෙන, අද මම

මේකට මුහුණ දෙනවා..... මේකට ආවොත් මේකමයි උත්තරය වෙන දෙයක් නැහැ කියලා, හොඳ අධිෂ්ඨාන ශක්තියකින් කටයුතු කරනවා නම් අර අකාලික ගතිය හොඳටෝම පැහැදිලි වෙනවා. තමුන්ටම සැක පහළ කරගන්න වුණොත් ඔය කිව්වට සත්ත්වයාගේ විශුද්ධියක් සතිපට්ඨානයෙන් මොනවද, සෝක පරිදේව දුරු කරන එක වෙයිද? දුක් දොම්නස් දුරු වෙයිද? මට න්‍යාය පහළ වෙයිද, මෙහෙම සැක හිතෙන කෙනාට ඔය සත්දවසින් සත් අවුරුද්දෙන් වැඩේ කරන්න හම්බවෙන්නේ නැහැ. න්‍යාය අධිගමනයක් නිබ්බාන සච්ච කරණයක් සිදුවන්නේ නැහැ. නමුත් ඒක මේ සතිපට්ඨානයේ දුර්වල කමක් වත් සර්වඥයන් වහන්සේගේ දුර්වල කමක් වත් නෙවෙයි. මේ ධර්මාවබෝධය නැති කම වෙලා තියෙන දේ, යොමු කරන්න හදන ධර්ම කාරණාව පටලවා ගන්නවා. අර ප්‍රමුඛ තාවය දීලා කරන දේ, ගොතයි, කරත්තයයි බැදගෙන යනවා නම් ගොතා ඉස්සර වෙලා යන්න ඕනෑ. පස්සේ කරත්තෙ පස්සෙන් ඇදීලා එනවා. ඒකයි ලෝක ස්වභාවය. අපි මේ ගොතාගේ නොවේ වටිනාකම, කරත්ත පුරවලා තියෙන දේවල් වල රත්තරන් වල වටිනාකම, ඒ නිසා, මට ඒක ගෙනියන්න ඕනෑ කියලා කරත්තේ එහෙම ඉස්සර කෙරුවොත් එහෙම නම් ගමනක් නැහැ. ඒකට සාමාන්‍ය බුද්ධිය අවශ්‍යයයි. ආන්න මේ කාරණාව න්‍යාය අධිගමය කියන කාරණාවේදී ඉතාම අවශ්‍යයයි. ඒ න්‍යාය අධිගමය කෙරුවොත් තමයි නිබ්බාන සච්චකිරියාව කියලා වෙන්නේ. නිවන් සාක්ෂාත් කරනවා කියලත් අපිට විශේෂ ඔටුන්නක් පැලඳිල්ලක් හෝ වෙන විශේෂ විභූෂණයක් ලැබෙනවා නොවේ අපි අර නිවනේ නිවීම දේශනා පෙලේදී නිතර නිතර අහන්න ලැබුණා වගේ ඒතං සන්තං, ඒතං ප්‍රණීතං, යදිං සබ්බ සංඛ්‍යරෝ සමකෝ සබ්බපධි පටි නිස්සග්ගෝ, තණ්හකධයෝ, විරාගෝ, නිරෝධෝ, නිබ්බානන්ති මේ තියෙන්නාවූ ඒ අපි තුළ දැනටමත් ඇත්තා වූ ඒ රාගාදී, තෘෂ්ණාවට බර ධර්ම ටික. එක දුරු වීමයි. නිවණ කියන්නේ ඒකමයි. අපි අර කළින් අදහස් කරපු හැටියට මතක් කරපු හැටියට න්‍යාය අධිගමය කරනවයි කියලා, ටිකෙන් ටික, ටිකෙන් ටික අයින් කරන්නේ ඒකමයි. එක අරමුණක

ඇත්ත වූ සුඛ, දුක්ඛ, අදුක්ඛම සුඛ කියන්නාවූ සෑම වින්දනයක්ම විදලා ඒක හමාර කෙරුවොත්, අනිකුත් අරමුණක් ඒක හා සමාණයි. ඔක්කෝම ඉවර කරන්න බැහැ කවදවත් එකක් නම් ඉවර කරන්න පුළුවන් කියලා කරගෙන යනකොට කුම කුමයෙන් වඩාත් සුඤ්ඤම ධර්ම වලට යද්දී, බාහිර ධර්ම කොච්චර ගොරෝසුව තිබුණත් මේ සුඤ්ඤම ධර්ම දිගේම ගමන් කරනකොට නිවන් දෙර පෑදෙනවා.

ඒක තමා සාමාන්‍යයෙන් ආනිශංස හතේ ශ්‍රේෂ්ඨතම ආනිශංසය වශයෙන් කුළු ගන්වන්නේ. නිවනෙන් තමයි කුළු ගන්වන්නේ. ඒක කල් ඇතුළම මේ සර්වඥයන් වහන්සේ දේශනා කිරීමෙන් හොඳටම පැහැදිලි වෙනවා මේක මේ අභවලාටයි, අභවල් සුදුසුකම් ඇති ඇත්තන්ටයි කියලා කිසිම දේශනාවක ඉදිරිපත් කරන්නේ නැහැ. උන්වහන්සේ දේශනා කරන්නේ මේ ආනිශංස හතට ලංවෙන්න නම් යද්දිං වත්තාරෝ සතිපට්ඨානා, යම් මේ සතර සතිපට්ඨානයක් ඇත්නම්, ඒ සතර සතිපට්ඨානය වැඩීමෙන් මේ ආනිශංස හත ලැබෙනවා.

කට්මේ වත්තාරෝ, මොනවද මේ හතර? ඉඬ භික්ඛවේ භික්ඛු, කායේ කායානුපස්සි විහරති, ආකාපි සම්පජානෝ, සතිමා, විනොයලෝකේ, අභිජ්ඣා දෝමනස්සං මෙන්න මේ විධියට භිත හදගෙන ඒ යෝගාවචරයා, අරමුණු කල යුතු, භිත යෙදිය යුතු, නැත්නම් විපස්සනා වශයෙන් වැඩිය යුතු ඒ සතිපට්ඨානය, සතිය පිහිටුවිය යුතු කර්ම හතර තමයි, මේ සතර සතිපට්ඨානය, වශයෙන් තියෙන්නේ. ඉඬ භික්ඛවේ. භික්ඛු දෑත් මෙතනදී ගිහි ඇත්තෝ ස්ත්‍රී - පුරුෂ කොට්ඨාශ භිතා ගන්න පුළුවන්, මේ භික්ඝුන් වහන්සේට, පමණයි

මේක දේශනා කරලා තියෙන්නේ. ඒ නිසා අනික් ඇත්තන්ට මේක කරන්න බැහැ. එහෙම භිතා ගන්න ගොඩාක් කරුණු තියෙනවා. ඒ මොකද මේ වැඩේ කෙරුවොත් හත් අවුරුද්දකින් වෙනසක් ඇති වෙනවා මයි. ඒ නිස මම ගිහිකාලේ, ඉස්සර වෙලාම සතිපට්ඨානය, සාමාන්‍ය මතු පිටින් අභලා ඉගෙන ගන්න කාලෙ, මට ප්‍රධාන සැකයක් තිබුණා මේ

සතිපට්ඨානය ගැලපෙන්නේම සෝවාන් ඇත්තන්ට කියලා. දූතමත් යම් ප්‍රමාණයකට නිවණ ලබාගන්න ඇත්තන්ට තමයි මේ ගැඹුරු ධර්මයක් ගැලපෙන්නේ එවැනි කෙනෙක් අවුරුදු හතක් ඇතුළත ආනාගාමී කරවන නැත්නම් රහත්, කරවනවා නේද කියන එකයි මට ඇතිවෙච්ච අදහස ඒක ඒ කාලෙ මම පිහිටට හිටියේ ඒ නිසා මම හිතුවා සෝවාන් වෙච්ච හිඤ්ඤන් වහන්සේලාට තමයි මේ සර්වඥයන්වහන්සේ අමතන්නේ කියලා. ඉඟ හික්බවේ හිකඬු කියලා. ඉතින් ඒවගේ ඒවාගේම, යම් ප්‍රමාණයක, ගුණවත් සිල්වත් හික්ඤ්ඤන් වහන්සේ නමක් ලඟට ගිහිල්ලා මම කීවා මේක පැවිදි වෙන්නේ නැතුව උත්සාහ කරලා වැඩක් නැහැ. මේක දේශනා කරලා තියෙන්නේ හිඤ්ඤන් වහන්සේලාට කියලා. ඒ ස්වාමීන් වහන්සේ (දන්න කුම වලින්) බොහෝම විවෘත මනසක් තියෙන කෙනෙක්, මට තේරුම් කළා, එහෙම හිතන්න එපා, එහෙම එකක් නොවේ මේකෙ තියෙන්නේ, ඕනෑම ගිහියෙකුට උනත් මේක කරන්න පුළුවන් කියලා. මම මේකට 'හා' කියලා බැස්සත්, හිතේ ලොකු බරක් තිබුණා ඇත්ත වශයෙන් මේක හිඤ්ඤන් වහන්සේ නමකට කියලා. මොකද ඒ තරම් බරසාර කමක් මේ සතිපට්ඨානෙ පවතිනවා. කරපු හැම කෙනාම හත් අවුරුද්දකින් වැටේ කර ගන්නවා නෙවෙයි. ඒක පිළිබඳව මධ්‍යස්ථ එහෙම නැත්නම් හිත උනන්දු කරවන සුළු හිතේ තියෙන ධේර්ය නොවට්ටන සුළු අදහස නම් ගන්න තියෙන්නේ, මේ හිඤ්ඤ කියන පදය සතිපට්ඨාන ආලෝකය යටතේ බලන කොට කියන්න තියෙන්නේ, සංසාරේ හය දන්නාවූ ඒ සංසාර හයෙන් ගැලවීමට කටයුතු කරන්නා වූත් ඕනෑම කෙනකුට මේ හිඤ්ඤ කියන පදය, නම ගැලපෙනවා. ඒ නිසා සර්වඥයන් වහන්සේ සදහන් කරණවා, යේ ටේ හිකඬු, අවිර පබ්බති තා, වුණත් පැවිදි වෙලා බොහෝ කල් නැති, ඒ හිඤ්ඤන්ට සතිපට්ඨානය උගන්වල දෙන්න කියලා. එතනදී තර්ක කරන්න පුළුවන්. මේ පැවිදි වුණා කියන්නේ උපසම්පද වුණාද, නැත්නම් මේ සාසනේ දස ශික්‍ෂා දස සිල්ද කියලා නානා ප්‍රකාර ප්‍රශ්ණ දේවල් නමුත් අර සූත්‍ර පිටකයේ අටුවාවාර්යාවරු විස්තර කරනවා අර්ථ කථනය දෙන, සංසාරේ හය දක්නා, ඒ බයෙන් ගැලවීමට තමයි මගේ

එකම යුතුකම කියා ගන්නා ඕනෑම කෙනෙකුට හික්කු කියන පදය ගැලපෙනවා. ආන්න ඒ හික්කුවක්ටයි මේ ආමන්ත්‍රණය කරන්නේ.

ඒ වාගේම තමයි, අපි අර කලින් මතක් කර ගන්නා මේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රය දේශනා කරලා තියෙන්නේ කුරු රට, කම්මාස ධම්ම කියෙන නිගමේ එහේ හිටපු මනසුසයන්ගේ තියෙන්නාවූ විශේෂ පැහැදිලි මනස, නැත්නම් ආධ්‍ය ජීවිතය, කාරණා කරණ තේරුම් කරගන්න පුලුවන් ඤාණවත්ත භාවය අටුවාවේ ගොඩක් විස්තර කරලා තිබුණට ආමන්ත්‍රණය කරලා තියෙන්නේ හික්කු කියලා ඒ රැස්ව හිටියා වූ සිව්වනක් පිරිසෙන හික්කුන් වහන්සේලාටය ආමන්ත්‍රනය කරලා තියෙන්නේ.

ඒක නිසා සර්වඥයන් වහන්සේ සමග වාරිකාවේ යෙදෙන හික්කුන් වහන්සේලාට ආමන්ත්‍රණය කරණවා, යම් කිසි කෙනෙකුට සංසාරයේ බය දැනටම තේරුණා නම්, ආන්න මේ කියන ආනිසංස හත ලබා ගැනීමට, මේ කියන්නා වූ සතිපට්ඨාන හතරක්, දෙකම කරන්න පුළුවන් මොනවද මේ හතර, ඉඬ හික්ඛ වේ හික්ඝු, කායේ කායානු පස්සී විහරති, කයේ කය අනුව බලමින් වාසය කරයි. මේ කය විවිධ පැති වලින් බලන්න පුලුවන් ක්‍රම තියෙනවා. එහි මෙම ඹලාරික කය, ගොරෝසු භාවය, රූපත් ස්වභාවයමයි මෙතන අදහස් කරන්නේ. කායේ කායානුපස්සී විහරති. ආනාපි, සම්පජානෝ, සතිමා, මේ ඔක්කෝම අර, සංවේග ප්‍රාප්තිය, අර සංසාර භය දැක්කා වූ යෝගාවචරයා තුළ තිබිය යුතු සුදුසුකම් ටික. බුද්ධාගමේ වෙන්ට ඕනෑ, සිංහල වෙන්ට ඕනෑ, ආසියාවේ ඉපදිලා තියෙන්නට ඕනෑ, පැවිදි වෙලා ඉන්නට ඕනෑ මොනම දෙයක් වත් එතන නැහැ. ඒකේ අවශ්‍ය කරලා තියෙන්නේ ඒ සංසාර භය දැක්කාවූ, සංසාරෙන් ගැලවෙන්නට කටයුතු කරන්නාවූ පුද්ගලයාගේ මානසික සැකැස්ම ආනාපි විරියයක් තියෙන්න ඕනෑ. කෙළෙස් දුරු කරන්න පුළුවන් දවලා හරින්න පුළුවන් විරියයක් අවශ්‍යයයි. ඒ විරියය නැතුව, ප්‍රාර්ථනා කළ පමණින් සතිපට්ඨානය මුල ඉදලා අග දක්වා කට පාඩම් කළ පමණින් කවදවත් මේකෙ ප්‍රතිඵල ලබන්න බැහැ. බොහොම ප්‍රායෝගිකයි, කෙළින්ම තමුන්ගේ අතටම ආයුධ කට්ටලය දෙන වගේ වැඩ පිළිවෙලක් කිසිම

දෙයක් සර්වඥයන් වහන්සේ කරලා දෙන්නේ නැහැ. ඒ ආකාපී වීර්යයට අපි දන්නවා, ශ්‍රද්ධා, වීර්යය, සති, සමාධි, ප්‍රඥ කියලා මේ ඉඤ්ජිය ධර්ම පෙළගස්වන කොට, වීර්යය කළින් සදහන් කරන්නේ සද්ධාව වෙන විධියකට අපි මේක සදහන් කරණවා නම් වීර්යයට ආසන්නම කාරණාව ශ්‍රද්ධාව, කුසලච්චන්දයන්, ශ්‍රද්ධාවත් හොඳටෝම ඉස්මතු වෙච්ච වෙලාවෙදී, ඔහු තුළ මහ පුදුමාකාර වීර්යයක් මතු වෙනවා. මේ ශ්‍රද්ධාවත් කුසලච්චන්දයන් යම් වෙලාවක ගිලිහුනා නම්, හීතල වෙලා ගියා නම් ඇල් මැරිලා ගියා නම්, හිරි වැටිලා ගියා නම් ඒ පුද්ගලයා, ඇත්තු දලවත් නැගිටිටවා ගන්න බැරි තරමේ, අන්තිම කුසිතයෙක් බවට පත් වෙනවා. මෙන්න මේ ආකාපී වීර්යය නගා සිටුවීමට ආසන්නයෙන් බලපාන ශ්‍රද්ධාවත්, කුසලච්චන්දයන් නගා සිටුවීමට තමයි අර හයක්, හතක් වූ ආනිසංස කළින්ම දේශනා කළේ. ඒක අහණ කොට, කාට නමුත් මේක මට ලගා කර ගන්න ඕනෑ මම කරන්නම ඔනෙ කියලා ඒක පිලිබඳව, ධර්ම ශක්තියක් ඇති වෙනවා. ඒ නිසා ආකාපී කියන ගුණය දිලිසි දිලිසි පවතින දෙයක් නෙවෙයි. වරෙක ශ්‍රද්ධාව ඉස්මතු වෙච්චහම, ආකාපී ගුණය මතු වෙනවා. ඒ වෙලාවට ඔහු ඕනෑම දෙයකට නැවෙන සුලු, කර්මණ්‍ය බොහෝම සුබනම්‍ය වීර්යයක් ඇති වෙනවා. නමුත් ඒ ශ්‍රද්ධාව නැති වෙච්චහම වලමොල ගති වලට වන්ඩ පරුෂ නරක දේවල් වලට පෙලබෙන්න ඉඩ තියෙනවා. ඒ විධියේ වලමොල තත්ත්වයකට පත් වෙනවා. ඒ නිසා නිතරෝම ශ්‍රද්ධාවෙන් ඔස් නැන්වෙච්ච ශ්‍රද්ධාවෙන් පදනම සපයල දෙන ලද වීර්යයන් බවට ආකාපී වීර්යයක් බවට පත්වෙන්න ඕනෑ.

එහෙම ආකාපී වීර්යයක් නැත්නම් ඒ සතිපට්ඨානයට අර කියන ආනිශංස හදලා දෙන්නේ නැහැ. ඒක හරිම උපහාසාත්මකයි, එහෙම නැත්නම්, ඒක විධියක තේරුම් ගැනීමේදී තේරුම් ගත්තට පස්සේ බොහෝමත්ම හිත නිදහස් කරන, කාරණාවක්. ඒ මොකක්ද ආරම්භයේදී මේ, සතිපට්ඨාන මාර්ගය, එහෙම නැත්නම් මේ න්‍යාය අධිගමය කිරීමේදී, පුදුමාකාර ශක්තියක් තියෙනවා. පුදුමාකාර කැප වීමක් තියෙනවා. ඥාති



පිරිස ඔක්කොම අත හැරලා දන්න හිතෙනවා. සියලුම වස්තු ඔක්කොම අත හැරලා දන්න හිතෙනවා. සෑම දෙයක්ම අත හැරලා දලා මේකට එන්න කියල අර නොකෙරෙන වෙද කමට කෝදුරු තෙල්කල හතකුත්, පතක් ඉල්ලන්නේ අන්න ඒ වගේ ආරම්භයේදීම දෙනවා විශාල කැප කිරීමක් ඉල්ලලා.

ඉතින් මේ මුළු ගමන පුරාම අපි හිතනවා මේ සීලයක පිහිටන්න ඉස්සර වෙලා, සීලයක පිහිටියාට පස්සේ, සමාධියක පිහිටන්න ඉස්සර වෙලා, සමාධියක පිහිටියාට පස්සේ, ප්‍රඥවක පිහිටන්න ඉස්සර වෙලා, ප්‍රඥවක පිහිටියාට පස්සේ, ඤාණයක පිහිටන්න ඉස්සර වෙලා, ඤාණයක පිහිටියාට පස්සේ. මෙන්න මේ හැම අවස්ථාවකම, මේ තරම් ආතාපි විර්‍යයක් දිගට පවත්වාගෙන යනවා නම්, අවුරුදු හතක් ජීවත් වෙන්න පුළුවන් වෙයිද කියන එකට භයක් ඇති කර ගන්නවා. මොකද දුෂ්කරක්‍රියා කරලා ඉවර වෙන කොට සර්වඥයන් වහන්සේගෙන් ඉතුරු වුනේ සම්, ඇට නහර විතරයි. ඒ නිසා පුදුමාකාර භයක් ඇති කර ගන්නවා, කම්මැලියා, පුබ්බඩයා මේ විධියට කරන්න බැහැ, මම මේ ටිකක් කරන්න ගිහින් මෙහෙම අමාරු නම් මේ විධියට අවුරුදු හතක්, දවස් හතක්, මේ විධියට කවදවත් මනුස්සයෙකුට දරා ගන්න බැරි වෙයි කියලා, කලින්ම බයවෙලා හැරිලා යනවා. පුබ්බඩයා, කම්මැලියා, එහෙම නැත්නම් කල්පනා කාරයා, තමාගේ ශරීරයට ආසා කරන්නා. කුමාර සැප ආසා කරන්නා. කුමාර සැප බලාපොරොත්තු වන්නා, ඒ විධියට හැදිවිච එක්කෙනා තර්ක ඉදිරිපත් කරන මනුස්සයා, මේ විධියට පුදුමාකාර ශක්ති නැත්නම් ආතාපි විර්‍යය, හැම වැඩ පිළිවෙලකම තියෙන දෙයක් තමයි මුලින් මේ වගේ විශාල මකර තොරණකින් ඇතුළු වුණාට, ඉතාම ලොකු දේවල් ඉල්ලලා පටන් ගත්තට, ඥාණ ශක්තියත්, තමුන්ගේම ඇති කරගන්නා වූ පරිවයක් නිසා ඇති කරගන්නා වූ ආතාප විර්‍යයන් නිසා මේවා හොඳට ලෙහෙසියෙන් සම්පාදනය කර ගන්න පුළුවන්.

අපි දන්නවා හඳට රොකටි එකක් ඇතුල් කරණ කොට, ඒක ඔය කැන්බරා තුඩුවේ අටවල තියෙන ඒවා ආලෝක වලින් බලන කොට මහ විශාල යන්ත්‍රයක්. හඳට ගොඩ බසින ගමනක් ගත්තොත්, අවස්ථා තුනකට



හදලයි, ඒ විද්‍යාඥයෝ සළකලා තියෙන්න. එයින් ඉතාමත්ම ශක්තිය වැය කරණ ඉතාමත්ම විචිත්‍ර, ඉතාමත්ම ලඟින් ලෝකයාට දනගන්න පුළුවන් සමාජ සිද්ධිය තමයි, මේ පෘතුචි කක්‍ෂයෙන් ආකාස ඡටලය එහා පැත්තට යැවීම. පෘතුචි කක්‍ෂයේ ආකර්ෂණ ශක්තිය වැඩ කරන්නේ හැතැපීම හයක් ඇතුලත. හැතැපීම හයකින් එපිටට මේ පෘතුචියේ භ්‍රමණ වේගය නිසා ඇතිවෙන ආකර්ෂණ ශක්තිය ක්‍රියාත්මක වෙනවා අඩුයි. ඒක අවකාශයට වැටෙන්නේ. පෘතුචියෙන් ගැලවිලා හැතැපීම හයක් ගෙනියන්න, මෙච්චර බර යකඩ ගොඩක්, පුදුමාකාර ශක්තියක් අවශ්‍ය යයි. ඒක අවරෝහණයට ගනන් කරණ, නැකත් බලලා, පුදුමාකාර විධියට සැලසුම් කරලා තමයි යවන්නේ. එතකොටම ඒ අර හදලා තියෙන විශාල රොකට් එකෙන් සියයට අසුවකට වැඩි ප්‍රමාණයක් ඉන්ධන දවන්න වෙනවා, ඒ හැතැපීම හය විතරක් උස්සලා දෙන්න. යම් කිසි කෙනෙක් ගණන් කෙරුවොත් එහෙම හැතැපීම හයකට, මුලු රොකට් එකේ තියෙන විධියට අඩුවෙන් ඉන්ධන පුච්චනවා නම්, මේක ඉස්සරහට යනකොට ඉන්ධන නැති වෙලා මග හැලෙයිද, මේ ඉන්ධන ගෙනියන්නේ කොහොමද, කවදක්වත්ම මේක වෙන්න බැහැ නේද කියල ඔනෑම කෙනෙකුට තර්ක කරන්න පුලුවන්. මේ විද්‍යාවෙන් කෙරුවේ මොකක්ද මේවා ටික ටික කරලා තේරුම් අර ගත්තා මේ ගුරුත්වාකර්ෂණයෙන් ඇතට මිදුණට පස්සේ ඒ ඡටලය තප්පරයකට හැතැපීම හයක පමණ, පැයට හැතැපීම විසිදාහක පමණ වූ වේගයකින් අරන් දුන්නට පස්සේ ඒක පෘතුචි කක්‍ෂය දිගේ කැරකෙන්නට කිසිම ශක්තියක් අවශ්‍ය කරන්නේ නැහැ. ඒක ඒකාන්තයි. ඊට පස්සේ ශක්තියක් අවශ්‍ය වෙනවා නම් අවශ්‍ය වෙන්නේ අර පෘතුචි කක්‍ෂයෙන් කඩලා, හද දිහාට හරවලා දෙන්න විතරයි. අභ්‍යාවකාශයේ ගුරුත්වාකර්ෂණය ක්‍රියාත්මක වෙන්නේ නැති පැත්තට යමක් වලනය වෙන්න ගත්තොත් ඒක නතර කරන්න බැහැ. ඔහේ යනවා ඒකට ශක්තිය ඕනෑ වෙන්නේ නැහැ ඉන්ධන මගින් ඒ නිසා ඒ පලමු වෙනි රොකට් එක පත්තු කරණ කොට, හැතැපීමක් විතර ඇතට ගිණි දල්ල පේනවා. මහ පොලොව කම්පා කරවලා තමයි මේ හැතැපීම හයක්

උඩට උස්සන්නේ. උඩට ගියාට පස්සේ ගිනි පත්තු කිරිලි, ගිනි විජ්ජුම්බර මොකුත් නැහැ. හිමිහිට බොහොම තැන්පත් භාවයකින් නිශ්චල භාවයට පත්වෙනවා. ඒ නිශ්චල භාවය තුළ වරින් වර, පොඩි රොකට් පත්තු කිරීමෙන් දිශා මාරු කරලා දෙන්න සිද්ධ වෙනවා. ඊලඟට අවශ්‍ය වෙන්නේ හඳට බස්සන වේලාවේදී ඒ රොකට් එකේ බර දරන්න විරුද්ධ අතට රොකට් එකක් ඕනෑ.

ඒ නිසා කම්මැලියා, නැත්නම් විපස්සනාවට බය මිනිහා, එහෙම නැත්නම් කුමාර සැප බලාපොරොත්තු වෙන එක්කෙනා මේ මුලින් යොදන්න තියෙන ශක්තිය වැඩි නිසා එක්කෝ නොගිහින් ඉන්නවා, නැත්නම් ඔක්කොම ශක්තිය වියදම් කරලා ආයෙ ගෙදර එනවා. ආයෙ ගෙදර ඇවිල්ලා ආයෙ කල්පනා කරනවා. කල්පනා කරලා අනික් දවසේ යන්න හදන කොට අර තරම්ම ශක්තියක් ඕනෑ. මේ නිසා කම්මැලිය, මැරි මැරි උපදිනවා මනුස්සයෙක් විරියවත්තයා එක පාරයි මේ විශාල ශක්තිය වැය කරන්නේ. ආයෙ පිටිපස්ස බලන්නේ නැහැ. ඒ පුද්ගලයා ඊට පස්සේ වැටෙන්නේ තණ්හා, මාණ, දිට්ඨ කියන ආකර්මණ ශක්ති වලින් තොර අභ්‍යවකාශෙ, ඔහු නැවතත්, කාම ලෝකය දිහා බලන්නේම නැහැ. ඒක වේගයෙන්ම යනවා. ඒ නිසා පෘතග්ජනයා කියලා කියන්නේ හෝද හෝද මඩේ දානවා වගේ කරණ පුද්ගලයෙක්. ඒ පුද්ගලයාට ශක්තිය කොච්චර තිබ්බත් වැඩක් නැහැ.

නමුත් සර්වඥයන් වහන්සේ මේක අසුව නෙවේ, සාරාසංඛ්‍ය කල්ප ලක්ෂයක් පෙරුම් පුරලා, අත්හදා බලලා මතක් කරලා දෙනවා, මාව අදහත්, දෙමව්පියන් අඬමින් මුහුණේ වැට්ච්ච කඳුලෙන් යුක්තව මමත් ගිහිගේ අතහැරියා සැබෑව ඊට පස්සේ සමථ, විදර්ශනා භාවනාව කරලා සතිය පිහිටුවා ගත්තට පස්සේ අපිට එල්ලෙන්න දෙයක් තියෙනවා. රකින්නට කොඳු ඇට පෙලක් තියෙනවා. ඒක දිගේ යනකොට අර ප්‍රශ්ණ ආයෙ මතු වෙන්නේ නැහැ. ඒ පුච්චපු තෙල් ආයේ පුච්චන්න අවශ්‍ය වෙන්නේ නැහැ.

ඒ නිසා එක සැරේ මේ වැඩේ කර ගන්න පුළුවන් නම් සතිපට්ඨානයට හරියට බැස ගත්තා නම් ඊට පස්සේ එන්නේ බොහෝම පානෙ කාලයක්. ඒ තුළත් වරින්වර රොකටි පත්තු කරන්න වෙනවා. ඒ දිශාව හරියට අරගෙන දෙන්න. කමටහන් සුද්ද කරන්න වෙනවා නමුත් අර හෝද හෝද මඩේ දෑමිල්ල පිළිබඳව, බොහෝමයක්ම සංවේග ජනකයි. හුගදෙනෙක් හිතනවා ඒ විශාල ආකාපි වීර්යය මුළු කැලය අවශ්‍ය වෙයි කියලා. අවශ්‍ය වෙන්නේ මේ කට්ට කඩාගෙන එන්න විතරයි. නැවත නැවතත් අර අතහැරපු දේවල් ගන්න හදනවා නම්, හළපු හැව ආයෙ බදගන්න හදන සර්පයෙක් වගේ, එහෙම නම් ඉතින් අර විධියේ විශාල ශක්තියක් අවශ්‍ය වෙනවා. ඒ ගණන් කිරීම ඒ තරම්. ඤාණවන්ත ගණන් කිරීමක් වෙන්නේ නැහැ. ඒ පුද්ගලයා ආපහු එන්න ගණන් කරන්නේ.

නමුත් යෝගාවචරයාගේ ආපහු ගමනක් නැහැ යෝගාවචරයා ඒ දල්වලු දෑවිල්ල පත්තු කෙරුවේ මුලු කාලයටම ආයෙ කිසිම අදහසක් ඇති කර ගන්නේ නැහැ මම ලාමක තත්ත්වයකට පත් වෙනවා කියලා ඒ නිසා කායේ කායානුපස්සි විහරතී කියන තැන, සර්වඥයන් වහන්සේ පෙන්වලා දෙනවා මේ කය ඉතාමත්ම ඕළාරිකයි. ඉතාමත්ම ගොරෝසු තැනින් එය ඇතුල් වෙන්නේ. ඒ ඇතුල් වීමේදී ගොඩක් දේවල් කැප කරන්න ඕනෑ. ඉරියව් කැප කරන්න ඕනෑ. ආහාර කැප කරන්න ඕනෑ. ඕනෑ. ඥාති, වස්තු දේවල් කැප කරන්න ඕනෑ අනිකුත් ආස කරන දේවල් කැප කරන්න ඕනෑ. කැපකරලා ඒ අතහැරපු දේවල් දිහා කල්පනා කර කර අරමුණු පුංචි කරලා කල්පනා කරනවා නෙවේ. ගත්ත අරමුණේ සම්පූර්ණයෙන් නිමග්න වෙන්ට පුළුවන් නම් ඊට පස්සේ අර අතහැරපු දේවල් පිළිබඳ නඩු එන්නේම නැහැ. වෝදනා අවශ්‍යම නැහැ. හෝද හෝද මඩේ දෑමිල්ල තමයි, මේ සාමාන්‍යයෙන් ඇද ගෙන නානවා කියන්නේ ආන්න ඒක තමයි පෘතග්ජන ක්‍රමය. පෘතග්ජන ක්‍රමයෙන් කල්පනා කරලා බලන කොට නම් මේ සතිපට්ඨානය කියලා කියන්නේ අහසට ඉණිමං බදිනවා වගේ වැඩක්. එහෙම නම් හත් අවුරුද්දක් නෙමේ ආත්ම හතකින්

වත් කරන්න බැහැ. නමුත් හරියට මුළු හදින්ම, නැත්නම් හරියට පුර්ණ ඇදහිල්ලෙන් යුක්තව එක අරමුණකට හරියට බැස ගත්තානම්, එහෙම පුලුවන් නම්, බැස ගත්තට පස්සේ මම අර කලින් මතක් කරා වගේ, විවිධාකාර කමටහන් සුද්ධ කෙරිලි කරන්න වෙනවා. ඒවා එකක් වත් අර ප්‍රධාන බැස ගැනීම් තරම් ශක්තිය ඉල්ලන්නේ නැහැ.

ඒ නිසා සීලය කීවහම, නැත්නම් ගිහිගෙය අතහරිනවා කීවහම, ඒවා තමයි බර පතලම දේ, ඉතින් මේ ඉන්න අපි ඔක්කෝම ඒක කරලනේ තියෙන්නේ. ඒක කරේ අපි මේ එකතු වෙලා සාමූහික ව්‍යාපාරයක නෙවෙයි. මේ සංසාරේ ගෙනාපු අපි අපේ ශක්ති වලින් එහෙම කරපු අපිට, නැත්නම් එහෙම තත්ත්වයට පත්වෙව්ව අපට මේ ඉදිරියට එන්න තියෙන දේවල් මොනවාද? ඒකට අවශ්‍ය කරලා තියෙන්නේ මේ ආකාපි වීර්යයට අර කියන සති, සම්පන්න, ඥාණාන්විත සියුම් සුක්ෂම දේවල් ඉදිරිපත් කර ගන්න ඕනෑ. නමුත් අපේ නොදැනුවත් කම නිසා හෝ එහෙම නැත්නම් බල මොල ගති කල්පනා ඥාණ නිසා අර අතහැරපු දේවල් ආයේ අත පත ගාන්න ගත්තොත්, ඉතින් අර එකතැන කරකැවෙන තත්ත්වයට පත්වෙන්න පටන් ගන්නවා. කරකැවෙන එක ඉතාම ඕලාරික, ඉතාම කාමාවචර තත්ත්වයක්. ඒ නිසා කයේ කය අනුව බලමින් ජීවත් වෙනවා, භාවනා කරනවා කීවහම ඉස්සර වෙලාම පටන් අර ගන්නේ ඉතාමත්ම ඕලාරික දෙයක් වශයෙන්. ඒ ඕලාරිකයක් මත පටන් අරගෙන, ක්‍රමයෙන් සියුම් තත්ත්වයට පත් වෙන එකක් නේ මේ භාවනාව කියලා හිතෙනවා නම් යෝගාවචරයාට ලොකු ශක්තියක් ඇතිවෙනවා. ලොකු ධෛර්යයක් ඇති වෙනවා.

මේ සමාදන් කරවීම, සර්වඥයන් වහන්සේ අතින් දෙන දෙයක් නෙවේ. උන්වහන්සේ මේ ලෝකේ සංසාර ගමනේ අපිඉන්න තැන පෙන්වලා දෙනවා. ගෙවිය යුතු, විශාල ගෙවීම් රාශියක් අපි කරලා තියෙනවා. ඒකට ගැලපෙන තාක් අපි ජීවත් වෙන්න ඕනෑ. යෝගාවචරයන්ගේ තාලයට අපි ජීවත් වෙන්න ඕනෑ. සමාදන් වෙනවා කියලා කියන්නේ ඒකයි. ඒක සිංහලෙන් කියන්නේ කොහොමද. තැග්ගක්

දෙන්න පුළුවන් ඊට වැඩියෙ වටිනවා තැග්ග බාර ගන්න පුළුවන් නම් කියලා. අපට අද වෙලා තියෙන්නේ තැග්ග බාර අරගෙන ඒකේ අලියෙක් නම් හම්බ වුනේ, හෙත්චුච නැහැ කිය කියා අඩන එකයි, අපි කරන්නේ. මේ හම්බ වෙලා තියෙන වටිනා අවස්ථාව, සර්වඥයන් වහන්සේ ඉන්න කාලේ. බුද්ධ ශාසනයත් තියෙන කාලේ. මනුස්ස ආත්ම භාවයක් ලැබිලා, ඤාණ සම්පත්ති කල්යාණමිත්‍ර ආශ්‍රය තියෙනවා, ධර්ම ශ්‍රවණය තියෙනවා, පැවිද්ද තියෙනවා, මේවා ඔක්කෝමත් තියාගෙන, භාවනා කරන්න ගියාම අපි කියක් දේවල් ඉදිරිපත් කර ගන්නවාද?

ඒවා බැරි සංඥව, නැති සංඥව, නොහැකි සංඥව, ඇති මනුස්සයා අප්පත්තතාවය ඇති මනුස්සයා වගේ කවමදකවත් සනීප කරන්න බැහැ. අපි මේක මේ තාලෙන්, මේ හැඩෙයෙන් ඇති ආකාරයෙන් පෙන්නලා දුන්නානම්, අපි මේ අඩන්නේ මොනවටද? අපි මේ තැවෙන්නේ මොනවටද? අපිට සමාදන් වෙන්න කොච්චර දේවල් තියෙනවද? අන්න ඒකයි සතිපට්ඨාන ක්‍රමය ආන්න ඒ විධියට සමාදන් වුණාට පස්සේ, සන්ධාසේති සමාදපේති, සමුවච්ඡේපේති, සර්වංඥයන් වහන්සේ පෙන්නලා දේශනා කරනවා, නුඹලා වාගේ මේ කරුණු කාරණා හරියට තේරුම් ගත්තු, අනවබෝධය දුරු කිරීමට කටයුතු කරපු ඇත්තෝ, මෙන්න මේ විධියට හිත උත්තේජනය කර ගන්නා. මේක තවත් සෘජු කරගන්න ඕනෑ, පන්නරේ තියාගන්න ඕනෑයි කියලා, උත්වහන්සේ ඒ බෝමැඩ මුල ඉඳලා සාක්ෂාත් කරගන්න ධර්ම කොට්ඨාශ ටිකක් ඒ පුද්ගලයාට තව පියවරක් ඉදිරියට තියා ගන්න උත්තේජනය කරගන්න ඕනෑ. ඒක සාමාන්‍යයෙන් එතෙන්ට ආපුනැති කෙනාට තේරෙන්නෙ නැති තරම්. ඒක තේරෙන්නේ ඒ කියන කෙනාට පමණයි. ඒකයි මේ එක සූත්‍රයක් එක්කෙනෙකුට අදලයි, අනිත් සූත්‍රය අනිත් කෙනෙකුට අදලයි කියලා මේ විරසක භාවයක් ජේන්න තියෙන්නේ. ඒ විධියට උත්තේජනය කරාට පස්සේ ඒ පුද්ගලයාට කලින් සමාදන් වෙලා හිත උද්යෝගීමත් කරගෙන ඉන්න කෙනාට හරියට මේක එල්ල වුනා නම් ඒ පුද්ගලයා තුළ පුදුම විරත්වයක් පහළ වෙනවා. ඒ ආතාපි කියන ගුණයට ගැලපෙන ඒක නික්ම ආවේගවෙනවා වගේ දෙයක්.

උත්තේජනය වෙනවා වගේ දෙයක්. ඒක නිකම් විදුලියක් වැදුණා වාගේ දෙයක්. දැන් මේ සමුවච්ඡේදනය සිද්ධ වෙනවා. සමුවච්චේති, සමුවච්ඡේදනය කරලා සර්වඥයන් වහන්සේ දේශනා කරනවා, මේක ලක්ෂ වාරයක් කරන්න වෙනවා කියලා. භාවිතා බහුලිකරෝති, බොහෝ වාරයක් කරන්න වෙනවා. ආන්න ඒ මනුස්සයා ආයෙන් කල්පනා වෙනවා මම හිතාගෙන හිටියේ මේක අහුචුණාට පස්සේ හරි කියලා, තව වැඩ තියෙනවා නේද කියලා පසු බාලා, පිටට අත තියලා, එහෙම තමයි සෑම රහතන් වහන්සේ නමක්ම, එහෙම තමයි සෑම පස් බුදු රජාණන් වහන්සේ නමක්ම. එහෙම තමයි මම කීවේ කියලා, සම්පන්නසණය කරනවා. ඒ විධියටයි සර්වඥයන් වහන්සේගෙන් අපි මේ ශක්තිය ඇති කර ගන්නේ

ඒ ශක්තියේ පවතින මූල ඉතාම විශාලයි, බරසාරයි, අවසානය ඉතාම සුක්ෂම වෙන ආකාරයක් මෙම ආකාපි ගුණයේ තියෙනවා. ඒ මොකද ආකාපි ගුණය, යෙදිලා, ඉපදෙන්නේ දෙර අරින්තේ සම්පන්නයට සම්පන්නය කියන්නේ එව්වර වීර්යය යොදන, අර කිහිලි වලින් දඩිය දගෙන, දිවෙත් අල්ලාගෙන, දත්මිටි කාගෙන, කරන වැඩක් නෙවෙයි. ඒ කරුණු හුඟක් ඉවර කරපු කෙනාට සම්පන්නය කියලා කියන්නේ, එව්වා අතර එකලසක් එව්වා අතර ගොණුවක් ඇති කර ගැනීමක්. මෙන්න මේ ගුණ ටික සතිපට්ඨාන යෝගාවචරයාට, මේ ගන්නා වූ බර අත බිම නොති යා ගෙතියන්ට අත්‍යාවශ්‍ය ගුණ මේ ගුණ ටික සතර සතිපට්ඨානයේම දෘභ පද වගේ. නැවත නැවතත් සිහිපත් කරණවා. මෙ වගේ යම් කිසි විධියක පදනමක් තියෙනවා. විශේෂයෙන්ම භාවනා කරපු ඇත්තන්ට තේරෙනවා. අපි මේ සඳහා දැනට කැප කරලා, දැනට ආයෝජනය කරලා තියෙන ප්‍රමාණ, ඒ ටික අමතක කරන්න එපා... ඒ ටික නැවත නැවතත් සිහිපත් කරගෙන එහිම පෙල ගැස්මක්, එහිම තමා තිබුණට වඩා සුක්ෂම සියුම් ගතියක්, ඇති කරගන්නවා නම් ඉස්සරහට වැඩ ටික ලේසියි. ඒ වැඩ ටික ලේසි වෙන්නේ ප්‍රඥව නිසා.

ඉතින් අපි බලාපොරොත්තු වුණු අද දවසේ කාලය, මෙතනින් සීමාවෙන නිසා ඉදිරියටත් ඒ ආකෘති, සම්පජානෝ, සතිමා, විනයයා ලොකේ දෝමනස්සං කියන පදවලින් ඛෙට්ඨයාක් හිතට ශක්තියක් අපිට අත්කරගන්න පුළුවන්ද කියලා. මේ විධියට අහලා දැනගන්නාවූ කරුණු වලින්, කරලා දැනගන්නාවූ කරුණු වලින්, යම් කිසි ප්‍රමාණයක පන්නරයක් ඇතුළු කටයුතු කරණ ඇත්තෝ ඒ ඇත්තන්ට මේ අද ඇහෙන දේවල් වන්නට ඇහෙන දේවල් වලින් තව තවත් මේ ඉන්ද්‍රිය ධර්ම බල ධර්ම වැඩිලා ඒකාකාර වේගයකින් සියල්ලෝම සමගියකින් මේ වස් කාලය ඇතුලත, මේ බලාපොරොත්තු වන්නා වූ න්‍යාය අධිගමය, නිබ්බාන සාක්ෂාත් කරණයට ඒ සියලු ඉන්ද්‍රිය බල ධර්ම වැඩීමට මේ ධර්මය හේතු වේවා, වාසනා වේවා කියා අපගේ ප්‍රාර්ථනාවෙන් අදට නියමිත ධර්ම දේශනාව අවසාන කරනවා.

එත්තාවතාව අම්හේහි සම්භතං පුඤ්ඤ සම්පදං  
 සබ්බේ දේවා අනුමෝදන්තු සබ්බ සම්පත්ති සිද්ධියා .....///  
 ආකාසට්ඨාව භූමිමට්ඨාව  
 දේවා නාගා මහිද්ධිකා  
 පුඤ්ඤං තං අනුමෝදිත්වා  
 චිරං රක්ඛන්තු සාසනං

සාධු! සාධු! සාධු!







### 4 වන ධර්ම දේශනය

නමො තසං භගවතො අරහතො සමමා සමබ්බදාසං ....///

“ඉධ භික්ඛවෙ භික්ඛු කායෙ කායානුපසංඝි විහරති  
ආතාපි සම්පජානො සතිමා විනොය ලොකෙ  
අභිජ්ඣා දොමනසංඝි ති.”

ගෞරවනීය යෝගාවචර මහා සංඝ රත්නයෙන් අවසරයි. අපි අද එකතු වුණේ මේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඉදිරිපත් කරගෙන එහි ඇත්තා වූ ඒ මූලධර්ම කොටස්, ප්‍රායෝගික ඉඟි අපේ මේ යෝගාවචර ජීවිතයට ළං කරගෙන, ලැබුණා වූ අවස්ථාවෙන් උපරිම ප්‍රයෝජන ලබාගැනීම එමගින් සාර්ථක කරගැනීමේ ප්‍රයත්නයකට යි. පසුගිය වතාවේ, ඒ කියන්නේ පසුගිය සතියේ අපි එකතු වෙච්ච වෙලාවේදී මේ සතර සතිපට්ඨාන පිළිබඳව ප්‍රවේශය, ආරම්භය ලබාගත්ත. සර්වඥ දේශනාවේ අනුපිළිවෙලටම පළකොට සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේදී විශේෂයෙන්ම ගෙනහැරපාන අවධාරණය කරන ඒ මූලික ආනිශංස හත ලබන්න නම් කළ යුතු වැඩ පිළිවෙළ මේ සතර සතිපට්ඨානයමයි, ඒ සඳහා පිළිවෙත වැඩිමයි, කියන කරුණ තමයි. ඉදිරිපත් කරන ස්වරූපයේ මුල් අර්ථය. එතැනදී ඉස්සෙල්ලාම මතක් කරන්නේ, “කායෙ කායානුපසංඝි විහරති”, කයේ කය අනුව බලන්න පුළුවන් කියන එක සඳහා මේ ජීවිතය වශයෙන් යෝගාවචරයාට තිබිය යුතු දැක්කම් හැකියාවල් හතරක් මේකේ විස්තර කරනවා. “ආතාපි සම්පජානො සතිමා විනොය ලොකෙ අභිජ්ඣා දොමනසංඝි” කියලා එහි පළමුවෙන් යෝගාවචරයකු සතු විය යුතු මුල්ම ගුණය වශයෙන් අපි ඉදිරිපත් කරගන්නේ විස්තරය සඳහා ආතාපි ගුණය. තාප කියන වචනය උණුසුම රස්නය දූවෙන ගතිය වගෙයි. ආතාපි

කියන වචනය මෙතන ගුණයක් වශයෙන් ඉදිරිපත් කරන හැකියාව. මේකෙන්ම තමයි මේ තප, තපස කියන වචනත් හැදිලා තියෙන්නේ. ඒ තපස්වරයා නැත්නම් ඒ තපස්වී ජීවිතය ගැන කල්පනා කරන විට අපේ ථේරවාද සම්ප්‍රදායේ හරියට සම්ප්‍රදායානුකූලව අගයක් ආඩම්බරයක් දීලා තියෙන ගුණයක් යෝගාවචරයාගේ, නැත්නම් ආරණ්‍යවාසී භික්ෂුවකගේ, නැත්නම් භාවනා කරන කෙනකුගේ මේ තපස්වී ගුණය, කෙලෙස් තවන වැර. ඒ කෙලෙස් තවන වැර සම්බන්ධයෙන් ඒ යෝගාවචරයා, නැත්නම් ඒ යෝගාවචර භික්ෂුව විශාල කැප කිරීම්, ශ්‍රෝතීන් කැප කිරීම, වස්තු කැප කිරීම වශයෙන් ඕළාරිකව පළවෙනි මට්ටමේදී සිද්ධ කරනවා. ඊගාවට සැප දුක් වේදනා, ඊගාවට හොජනෙ මත්තඤ්ඤ, ජාගරියානුයෝග වාගෙ තමන්ගෙ රූවි අරූවිකම් කැප කරනවා. ඊගාවට ඒකටත් පස්සෙ ඉතාම සුක්ෂම අරමුණු මාරු කරන්නා වූ ගතිය කැප කිරීම් ආදී පුදුමාකාර කැප කිරීම් රාශියක් කරනවා.

මේක නිසා ඒ තපස්වී පුද්ගලයා ප්‍රයෝජනයක් මේ ජීවිතයේ වශයෙන් ප්‍රයෝජනයක් අර්ථයක් ලැබුවත් නැතත් ඒ පුද්ගලයාට රට්ටු සලකන ගතියක් තියෙනවා. මේ තපස්වී ජීවිතය කාටවත්ම එහෙම ලේසියෙන් කරන්න බැහැ. විශාල කැප වීමක්, අර එදා මතක් කරගත්තා මුලින් විශාල කැප කිරීමක් කරන්න ඕනෙ. හදට යන රොකටි එකක විදියේ උපමාවක් අපි ඉදිරිපත් කරගත්තෙ අතරමගදී ඒක අතහැරලා වැටුණොත්, ඒ යෝග ජීවිතය නැත්නම් ඒ තපස්වී ජීවිතය අතහැරලා ඕළාරික තත්ත්වයට වැටුණොත්, සාමාන්‍ය කාමභෝගී පුද්ගලයා උපහාසයට ලක් කරනවා, එයා පැරදිවිච කෙනෙක් බංකොලොත් වෙවිච කෙනෙක් වශයෙන්. ඒක නිසා ඒ විශාල කැප කිරීමක් කරලා ආරම්භයක් ගත්තා වූ මේ තපස්වී ජීවිතය දිගටම පවත්වනවයි කියන එකත් සැපක් වෙනවා. හරි ආයාසයකින් අරගත්ත ගුණ කඳ විකෙන් වික වැඩෙන්න දිගට කටයුතු කරගෙන යන්න ඕන. අන්න ඒ කටයුතු කරගෙන යනකොට යනකොට තමයි ඒ පුද්ගලයා තුළ පෞරුෂත්වයේ රූවි අරූවිකම්වල මනාප අමනාප භාවවල යම් යම් වෙනස්කම් සිදු වෙන්න පටන්ගන්නේ. ඉතින් ඒ

වෙනස්කම් අර පරණ දන්න නැයෝ, පරණ යාළුවෝ එක්ක ගළපමින් ගත කරමින් නොවේ වෙනස් වෙන්නේ. තමාට ලැබිවිච අලුත් නැදැයෝ අලුත් සන්පුරුෂයෝ එක්ක ගළපමින් තමයි මේ දේ සිද්ධ වෙන්නේ. මේ දේ සිද්ධ වෙනකොට සන්පුරුෂයෝ හොඳ නම්, හොඳ පරිසරයක් තියෙනවා නම් මේ වගෙ සාමාන්‍යයෙන් රුචි අරුචිකම් වෙනස් කරන මට්ටමේ, පෞරුෂත්වය වෙනස් කරන මට්ටමේ මම නතර කරන්න හොඳ නැහැ, මෙලොව වශයෙන්ම ළඟා විය යුතු ඒ පරමාර්ථය සඳහා යන්න ඕන කියලා අර සාමාන්‍ය සතිපට්ඨානෙ නාහපු නොදන්නා අශුඤ්චත් පෘථග්ජනයා වගෙ නෙවෙයි කල්‍යාණ සන්පුරුෂයෝ තව තවත් උනන්දු කරවනවා. ඒ උනන්දු කිරීම වගේම මේ තපස් ගුණයන් දිගින් දිගටම වැඩෙනවා. වැඩෙන්න වැඩෙන්න මුලින් මුලින් විශාල කැප කිරීම් කරමින් තමයි යන්නම් ටිකක් ආනිසංස ලබන්නෙ. මැදට යන කොට යොදන ප්‍රයත්නවලට සමාන ආනිසංස ලැබෙන්න පටන්ගන්නවා. අවසාන වෙනකොට ඉතා සුළු ඉතාම පුංචි සුළු එකලස් කිරීමකින් විශාල ප්‍රතිඵල දෙන විදියට මේ තපස්වී ගුණය ගුණාත්මක වශයෙන් වෙනස් වෙන්න පටන්ගන්නවා. විශාල ප්‍රමාණවලින් යෙදිය යුතු ආයෝජන පහු වෙනකොට එව්වර තදින් යොදන්න වෙන්නෙ නැහැ. සුළු ප්‍රයත්නයකින් සුළු පෙළගැස්මකින් සුළු සකස් කිරීමකින් විශාල ප්‍රයෝජන ලබාගන්න පුළුවන් වෙනවා.

ඒ නිසා මේ තපස් කියන ගුණය නැත්නම් තාප, තපි, ආතාපි කියන ගුණය පිළිබඳව යෝගාවචරයා තුන් ආකාරයකටයි කටයුතු කරන්නෙ. මෙයින් ඉන්ද්‍රියානු ක්‍රමය, ආසියානු විදියට කල්පනා කරන ඇත්තෝ දැඩි තපස අගය කරන ගතියක් තියෙනවා. සර්වඥයන් වහන්සේ වෙත තැනක මේක විවේචනය කරලත් තියෙනවා, මනුස්සයෝ මේ රුක්‍ෂ ප්‍රතිපත්ති රකින ඇත්තන්ට බොහොම පහදිනවා කියලා. ඒක මේ ආසියාකරයෙ තියෙන එක ගුණයක්. රුක්‍ෂ ප්‍රතිපත්ති, එහෙම නැත්නම් යාත්නම් යැපෙන ලැබෙන මට්ටමකින් මේ ව්‍යාපාරෙ කරන්නෙ නැතුව, උද්ඝෝෂණ කරන්නෙ නැතුව, විප්ලව කරන්නෙ නැතුව, ඒ අනුව ජීවත්

වීම, ඊටත් වැඩිය ආත්ම සංයමය කරමින් අත්තකිලමථානුකූලව යන්න යන්න වැඩියෙන් ගෞරව ලැබෙන තත්ත්වයක් තියෙනවා. ඒ එක අත්තයක් විදියට ප්‍රථම ධර්ම දේශනාවේ සර්වඥයන් වහන්සේ ධම්ම චක්කප්පවත්වන සූත්‍රයේ “දො මෙ හික්ඛවේ අනන්‍යා” කියන එකෙන් දෙවෙනි එක ප්‍රතිකෂෙප කරනවා. නමුත් මෙහෙම සම්පූර්ණයෙන්ම නැතුව, යම් කිසි ප්‍රමාණයක තපසක්, යම් කිසි ප්‍රමාණයක ආතාපයක් නැතුව මේ ජීවිතය හැඩ ගහගන්න බැරි බවක් සර්වඥයන් වහන්සේ පිළිගන්නවා.

අද අපි බුද්ධ ජයන්ති කාලෙන් පස්සෙ බුද්ධ ශාසනේ යම් කිසි විදියක අලුත් පණක් නැගීමක් ඇති වීගෙන එනවා කියන එක අත්දකින යුගයේ මේ අපි ජීවත් වෙන්නෙ හරි වාසනාවන්ත එක විදියකින් පෙරළිකාර යුගයක. මේ යුගයේ නව මතයක් ඇති වේගෙන යනවා. ඒක ඇති වුණා කියන්නත් පුළුවන්, ඇති වෙමින් පවතිනවා කියන්නත් පුළුවන්. ඒ අනුව මතක් කරනවා මේ භාවනාව කරන එක ඔච්චරම පොරකන්න දෙයක් ඇත්තෙ නැහැ, මේ භාවනාව කියන එක ඔච්චරම විරිය කරන්න දෙයක් නැහැ, ඒක මේ අතක් පිට අතක් තියාගෙන කල්පනා ගුණ වලින් ගන්න පුළුවන් දෙයක් කියලා. විශේෂයෙන්ම නිදහස් චිත්තනය කියන සංකල්පය දිගේ යන බටහිර ආකල්පය බලන විට මේ ආතාපි විරියයට අමුතු සැලකිල්ලක් තියෙනවා. ඒ ඇත්තන්ට ආතාපි විරියය පිළිබඳව සර්වඥ දේශනාව කියවනකොට නුහුරු නුපුරුදු ගතියක් තියෙනවා. ඒ ඇත්තන්ගෙ අදහස තියෙන්නෙ ඥානය මුසු කරගෙන මේ නිකම් බලාගෙන ඉදීම. ඒකම තමයි ඔය නව අර්ථ කථනයක් විදියට මේ දසසනා පහාතබ්බා කියන වචන ආසියාකරයේ, ලංකාවේ පවා වරින් වර, අර පරණ සම්ප්‍රදාය අතරමැදි, එක්කෙනෙක් දෙන්නෙක් එකම ධර්මයක්, කොඩියක් වශයෙන් පාවිච්චි කරගෙන මේක එච්චරම වලිකන්න පොරකන්න දෙයක් ඇත්තෙ නැත කියලා සඳහන් කරලා තියෙනවා. ඒ නිසා බලනකොට ආතාපි ඉතාම දැඩිවම රැකිය යුතුයි කියලා එක මතයක්. ආතාපි අවශ්‍ය නැහැ වෙලාව එනකොට ඕක වෙයි, කියලා සාමාන්‍යයෙන් දාඩිය දාන්නෙ නැතුව වෙහෙස වෙන්නෙ නැතුව බලාපොරොත්තු වෙන එක මතයක්.

ඒ අතරමැද කියෙනවා මධ්‍යම ප්‍රතිපදාවක් අවශ්‍ය වෙලාවල් කියෙනවා. විශේෂයෙන්ම යෝග ජීවිතය ආරම්භයේදී දැඩි විරියය, තාපය අවශ්‍යයි. පහු වෙනකොට පොඩි විරියයකින්, පොඩි තාපයකින්, පොඩි තපසකින් ප්‍රතිඵල එනකොටත් ඒක බාරගන්නත් ලැස්ති වෙන්න ඕන. අද මොකද මේ නිකම්ම ඉඳගන්නකොටම භාවනාව හරි ගියේ කියලා කලබල වෙන්න නරකයි. පහු වෙනකොට නොහිතපු වෙලාවක, නොසිතූ විරුද්ධ ආකාරයට ධර්ම කාරණා මතු වෙලා එනකොට කලබල වෙන්න නරකයි, මේ පිස්සු හැඳිගෙන එනවද, නැත්නම් රුධිර පීඩනය වැඩි වෙලාද, ක්ලාන්ත වෙනවද කියලා එහෙම හිතන්නත් නරකයි. ඒ විරියයෙ කියෙන්නා වූ තලතුනා වීමක්, මේරීමක්. සර්වඥ දේශනාව බොහෝම සුක්ෂමව බලනකොට ජේතවා මුලින් මුලින් විශාල විරියයක් යොදවන්න ඕන. විරියයක් යොදවල පහු වෙනකොට ඒක පවත්වාගෙන යන විරියය ඕන. ඒක අවසාන වෙනකොට වැඩේ ඉවර කිරීමට විරියයක් ඕන. ආරම්භ ධාතු, නෙක්කම ධාතු, පරක්ඛම ධාතු කියලා මේක එක් එක් තැනට අවශ්‍ය කරනවා. වැඩේ ආරම්භ කිරීමට විශාල වැඩ පිළිවෙළක් අවශ්‍ය කරනවා. ඒකට කියන්නේ ආරම්භ ධාතු. ඊට පස්සේ ඒ පවත්වගෙන යන එකට නෙකඛම ධාතු.

පරක්ඛම ධාතු කියන්නේ, නෙකඛම ධාතුවෙදිත් ඒක විස්තර කරනවා පශ්ඨාන විරියය කියලා ගත් දේ අත නොහැර, ලුහුටන්න ඉඩ නොදී, ගත්ත දේ දැඩිව අල්ලා ගෙන ඉන්න පුළුවන්. ඒ දේ තුළ තමයි ඇත්තටම යෝගාවචරයා තමන්ගෙ ශ්‍රද්ධා, විරිය, සති, සමාධි, ප්‍රඥා කියන ඒ පංච ඉන්ද්‍රිය ධර්මයන්ගේ උපරිමේ උරගාල බලන්නේ. ප්‍රත්‍යක්ෂ කරලා බලන්නේ. එන එන දුෂ්කරතාවලදී කොච්චරක් මට ශ්‍රද්ධාව තියෙනවද, ඒ ශ්‍රද්ධාව නිසා උපන්නා වූ විරියය මට කොච්චර තියෙනවද, විවිධාකාර වූ අරමුණු මධ්‍යයේ මට සතිය පවත්වාගැනීමේ හැකියාව කොච්චර තියෙනවද, වෙන කෙනෙකුට නම් සමාධිය ඇති කරන්න හිතන්නත් බැරි තැන්වල දැන් සමාධිය දැන් යන්නම් නඩත්තු කිරීමේ හැකියාව මට

තියෙනවා. මේ මේ ධර්ම මේ මේ විදියට වැඩ කරනවා කියලා තමන් වශයෙන්ම ප්‍රත්‍යක්ෂ ඥානය මට කොච්චර තියෙනවද, කියලා ඒ දිගටම පවත්වන්න නම් අර සැප සප්පාය කරුණුවලට භාවනා කර කර බැහැ. හම්බ වෙන ඕනෑම තත්ත්වයක් යටතේ භාවනා කරනකොට භාවනාවේ පුළුල් භාවයක් ලැබෙනවා. ඒ වෙලාවේදී වැඩ කරන්නේ විර්යය, මධ්‍යස්ථ භාවය. පශ්ඨාන විර්යයයි ගත්තේ. අත නැර පවත්වාගෙන යන විර්යය. ඒක කරගෙන යනකොට යෝගාවචරයාට වාසී අවස්ථා පත් වෙනකොට හරියට කල දුටු කල වළ ඉහගත්තා වගේ වෙලාවක් අහු වෙනවා. දැන් හොඳට සියලුම කාරණා එකලස් වෙලා තියෙනවා. ඒ වෙලාවට වැඩේ හමාරයි. වැඩේ නිෂ්ටාවට පත් කරන, නැත්නම් පෙට්ටියට ඇණය ගහනවා, ඉවර කරනවා, කියන අමතර විර්යයක් එන්න පටන් ගන්නවා. ඇත්තටම කියනවා නම් ඒ අවසානේ එන විර්යය යෝගාවචරයාගේ පෞද්ගලිකත්වයක් තුළින් එන එකක් නොවෙයි. මෙතෙක් කල් පුහුණු කරපු භාවනාවේ ගැමීමෙන් එන එකක්. ඉන්ද්‍රිය ධර්මයන් එකලස් වීමෙන් එන එකක්. ඒක පෞද්ගලිකත්වය ඉක්මවලා ගිය අතිරේක දෙයක්. අපට ඒකට අවශ්‍ය දේ ලබාදීම තමයි කරන්න තියෙන්නේ. මේ නිසා එක එක්කෙනා මේ ආතාපි විර්යයේ එක එක තැන්වල ඉන්නවා වෙන්න පුළුවන්. ඒ කියන්නේ භාවනාවට බැසගත්ත භාවනාවේ දැනට පසු කරමින් ඉන්න අවධිය මත.

ඒ වගේම තමයි එක පර්යංකයක් ගත්තත් මේ ආතාපි විර්යය යෙදිය යුතු අවස්ථා වෙනස් වන වෙලාවල් තියෙනවා. සාමාන්‍ය ඉදිරිපත් කරන ක්‍රමය තමයි පර්යංකයට ප්‍රථමයෙන් හොඳට සක්මන් කරලා මුලදී අරමුණ හැකි තාක් දුරට විපස්සනා භාවනා යෝගාවචරයාට දෙන උපදේශයක් වශයෙන් මෙනෙහි කිරීම, මනසිකාරය යෙදවීමෙන් ඒ විර්ය කර්මන්‍යාසභාවයට පත් කරගන්න ඕන. ඒ කර්මණ්‍ය භාවයට පත් කරගෙන කොච්චර වෙලා ඒ අරමුණත් එක්ක එහෙම ගැටෙමින් හැපෙමින් මෙනෙහි කරමින් යා යුතුද කියන එක මුලදී මුලදී නම් කම්මට්ඨානාවාර්යවරු

යෝගාවචරයාට කියලා දෙනවා. පහු වෙනකොට යෝගාවචරයාම දැන ගන්න ඕන, මෙන්න මේ මට්ටමට යනකම් මේක කළ යුතුයි, උසිගැන්විය යුතුයි, ඇවිස්සිය යුතුයි කියලා. ඊට පස්සෙ ඒක විසින්ම පදමකට එනවා, ගැමීමකට එනවා. අන්න ඒ වෙලාවෙදි එව්වර වේගෙන් එලවන්නෙ නැතුව, නමුත් ආපස්සට යන්න දෙන්නෙ නැතුව, හොඳ සැලකිල්ලෙන් ඒ තත්ත්වය නඩත්තු කරගෙන යනවා. ඒ තත්ත්වය නඩත්තු කරගෙන යනකොට අර තරම් වේගයක් වීර්යයක් කැප කරන්න වෙන්නෙ නැහැ. ඒ ඉස්සරහට යන්න යන්න හොඳ කල ඵලියක්, හොඳ ඉස්පාසුවක්, හරියට කන්දකට නැගලා, නැත්නම් කනුවක් උඩට නැගලා ලෝකෙ දිහා බලන්නා වාගෙ. හොඳ ඉස්පාසුවෙන් භාවනා කරගෙන යන්න පුළුවන් වෙලාවෙදි පුළුවන් තරම් සමාධියට හිත තියා, අර ගත්තා වූ මුල් කර්මස්ථානයෙ හුදු නඩත්තුවම පමණක් කරගෙන ඉන්නකොට භාවනාවේ එකලසක් වෙනවා. ඒක නිසා මේ වීර්යය පිළිබඳව නිතරෝම සැලකිල්ලෙන් ඉන්න ඕනෙ. එහෙම නැතුව සමාධියක් යම් කිසි ප්‍රමාණයක තියෙද්දි අනවශ්‍ය වීර්යය දමන්න ගියොත් එතකොටත් අධික වීර්යයකට වැටීම නිසා භාවනාවට බාධා වෙනවා. සමාධියක් පෙළගැහෙන්න ඉස්සර වෙලාම ඇන්දට හේත්තු වෙලා විවේක ගන්න පටන්ගත්තොත් භාවනාවට හිත අවුළුවාගන්න බැරි වෙනවා. ඒ නිසා වීර්යය සමතුලිත භාවය කියලා ගන්නකොට අර වීර්යයම දැඩි ආත්ම ක්‍රමයකටත් අත්තකිලමථානු යෝගයක් බවට පත් කරගන්නා වූ කෙළවර කියන එක යෝගාවචරයා මූලධර්ම වශයෙන් දැනගන්නවා. කිසිත් වීර්යයක් නොයොදා සුබෝපභෝගී සුකුමාල තාලෙට මේක කරන්න ඕන කියන කාමසුබල්ලිකානුයෝගය පිළිබඳ විකල්පය දැනගත යුතුයි. ඒ දෙකම ප්‍රභාණය කළ යුතු දේවල්.

එහෙම නමුත් එක පර්යංකයක එක මාර්ග ඥානයක් සඳහා, එක ධ්‍යානයක් සඳහා කටයුතු කරනකොටත් මේ තත්ත්ව තුන මුලින් ඉතාමත්ම වැඩි වීර්යයක්, මැදට මධ්‍යස්ථ වීර්යයක්, අවසානය වෙනකොට නිකම් බලා ඉන්න ප්‍රමාණයේ ඉතාමත් ඥාන සම්ප්‍රයුක්ත වීර්යයක් අවශ්‍ය කරන මට්ටමක් එහි තියෙනවා. ඒ නිසා ඔක්කොම යෝගාවචරයින්ට එකම



උපදේශය හරි යන්නේ නැහැ. තමන් භාවනා මට්ටම තේරුම්ගන්න ඕනේ, මේ වෙලාවේ කළ යුත්ත කොහොමද කියලා. මේක අපි දැන් කරන්නේ එකම භාවනා කර්මස්ථානයක් සතර සති පට්ඨානේ කායානුපස්සනාව ගැන කථා කරන අවස්ථාව. කයේ පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ, කියන මේ හතර කොට්ඨාසෙන් එක කොටසක් මතු කරගෙන, ප්‍රකටම කොටස මතු කර ගෙන ඒ තුළම මේ පැවැත්වීමට කරන විරියයක් නිසා කෙනෙකුට සැක හිතෙන්න පුළුවන් එහෙත්ම මේ වායෝ ඓච්ච්චිඛ්ඛි ධාතුවෙන් විතරමද නිවන් දකින්න පුළුවන් වෙන්නේ. නැත්නම් ආනාපානේ නැත්නම් පිම්බීම හැකිලීමෙන් විතරමද, ඇයි අනිත් ඒවට යොදවන්නේ නැත්තේ කියලා. ඒ විරියයේ අර අපි කියපු තාලේට මුලින් විශාල විරියයක් යොදවල ඊගාවට හොඳ ඉස්පාසුවෙන් සියල්ල දිහා බලාගෙන ගමන් කරනකොට එන්න එන්න අර මුල් දැඩි ආයාසකර භාවනාවට ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන් ඒ වායෝ ඓච්ච්ච්චිඛ්ඛි ධාතුවට හෝ බැහැගෙන හාත්පසින් තේරුම් කරගන්න පටන්ගන්නොත්, ඒ තුළින් අනිකුත් ඉතුරු වෙන්නා වූ තේජෝ, ආපෝ, පඨවි, කියන කොට්ඨාශ වැටහෙනවා ඒක ස්වාභාවික දෙයක්. ඒ මොකද වායෝ ධාතුව අපි අල්ලලා වෙන් කරගෙන හදාරන්න ගත්තම ඒක තනිකරම හිටින එකක් නොවෙයි. ඒක පදනම් වෙලා තියෙන්නේ අනිකුත් ධාතූ මත. ඒ ධාතුවලට ඒකාන්තයෙන්ම අර ඉස්පාසුව තුළ බලාගෙන ඉන්නකොට අනන්ත අවස්ථා ලැබෙනවා ඒ ඒ ධාතූ කොට්ඨාසයන් ඒ වායෝ ධාතුවට සාපේක්ෂව බලාගෙන යන්න. මේ නිසා යම් ප්‍රමාණයකට යම් ප්‍රදේශයකට වායෝ ඓච්ච්ච්චිඛ්ඛි ධාතුව මත ප්‍රත්‍යක්ෂ ඥානය සහතික වෙන්න වෙන්න, ඒ ප්‍රත්‍යක්ෂ ඥානය ඒ භාවනාව කඩන්නේ නැතුව දිගට පවතින්න පවතින්න, අනුමාන ඥාන වශයෙන් අනිවාර්යයෙන්ම අර ඉතුරු ප්‍රධාන ධාතූ කොට්ඨාශවලට පැතිරෙනවා. මේ ධාතූ කොට්ඨාශ අතර තියෙන අවකාශය කියන්නේ මේකයි.

මේ ධාතූ කොටස් දෙකක් එකට හැප්පෙන ගතියක් නැහැ. වායෝ ධාතුව කොච්චර වංචල ගති තිබුණත් අතරමැදි හොඳ ඉඩපාඩුවක්

තියෙන්නෙ. මේ ආදී වශයෙන් මේ අනුමාන ඥාන දිගට පැතිරෙනවා. අන්න ඒ පැතිරෙන වෙලාවෙදි අර තරම් දැඩි විරියයකින් නොවේ ඒවා බලන්නේ. ජේන කොට්ඨාශ ප්‍රකට වීම අනුව වැටහෙන්න ඇරීමයි. එතෙක්දී ඒ අර කලින් ගත්ත විරියය වාගෙ නොවේයි, යම් කිසි හික්මීමක් සහිත මධ්‍යස්ථ විරියයක් අවශ්‍ය වෙනවා. අන්න ඒ වෙලාවෙදි විපස්සනා භාවනා අරමුණ මෙනෙහි කිරීමක් වෙනවා. මෙතැන මතක් කරලා දෙන්න ඕන මේ විරියය භාවනාවට සම්බන්ධ කරන උපක්‍රමය තමයි, උපකරණය තමයි මේ මෙනෙහි කිරීම. වේගෙන් මෙනෙහි කරනවයි කියන එකෙන් අපි අදහස් කරන්නෙ දැඩි විරියයෙන් කටයුතු කරන එක. මෙනෙහි කිරීමේ යම් ප්‍රමාණයක අඩු වීමක් නැතිනම් තත්ත්වයට ගැලපෙන විදියෙ මෙනෙහි කිරීමක් කරනවයි කියන එකෙන් අදහස් කරන්නෙ ඒ විරියයේ යම් කිසි විදියක තලතුනා බවකුත් ඥානයට ඉඩ තැබීම. ඉස්සරහට යනකොට යනකොට ඒ වගේ මෙනෙහි කිරීමක් කරන්න නැතුවම වාගේ හුදු බලා සිටීමෙන් පමණකුත් සිදු වෙන අවස්ථා තියෙනවා. ඒවා තමයි මේ අවස්ථාවේ අපට තේරෙන්නෙ.

ඒ නිසා යෝගාවචරයා කරගෙන යන වැඩ පිළිවෙළ තමන්ට හරි ගිය හොඳ පර්යංකයක්. ඒ නිසි නින්දෙ හොඳට කල්පනා කරලා නොවෙයි වෙච්ච ආකාරයෙන්ම කියනකොට අහගෙන ඉන්නකොට ඒ කාරණාව පිළිබඳව හොඳ වැටහීමක් අහන කෙනාටත් මතු වෙනවා. කියන කෙනාටත් අහු වෙනවා. මේ තුළින් ඉස්සරහට යනකොට කොතනදී කොයි විධියට මෙනෙහි කළ යුතුද, කොතනදී මෙනෙහි කිරීම නතර කළ යුතුද කියන එක තේරුම්ගත්තා නම්, ඒ යෝගාවචරයාට අර ස්වාධීනව පැත්තකට වෙලා භාවනා කිරීමේ වඩාත් සුදුසුකම් තියෙනවා. එහෙම නැතිනම් හුඟ වෙලාවකට මේ විරියය වරදවා යෙදවීමේ අඩුපාඩුව හිටිනවා. අනවශ්‍ය වෙලාවට අධික විරියය කරනවා. අවශ්‍ය වෙලාවට අවශ්‍ය විරියය නොයොදා ගත කරනවා. ඉතින් එහෙම නම් එක තැනම එකම දවසෙ ගිය පාර අනිත් දවසෙ වරදින්න ඉඩ තියෙනවා.

ඒ නිසා මේ වීර්යය පිළිබඳව අවබෝධයට මේ විස්තර කාරණා ගෙන එන්නේ තමන්ගේ දැනුම තමන්ම දවසක ගුරු උපදේශකයා වශයෙන් පත් වෙන නිසා, සත්තිස් බෝධිපාක්ෂික ධර්ම කථා කරනකොට සතිපට්ඨානෙට පිටිපස්සෙන් තියලා තියෙන්නේ සතර සමායක් ප්‍රධාන වීර්යය. මේක තමයි දිරවාගන්න අමාරු වෙලා තියෙන්නේ මේ පාඨකයන්ට. එහෙම දැඩි ආයාස කිරීමක් බුද්ධාගමේ නැහැ, ඒ ඇත්තන්ට කලිසම් කෝටි ඇඳගෙන භාවනා කරන්න අවශ්‍යතාව නිසා මේ තත්ත්ව පේනවා. නමුත් අර සූත්‍ර පිටකයේ බලනකොට සර්වඥ දේශනාවේ අනිවාර්යයෙන්ම සඳහන් වෙනවා දතට දත තියලා තද කරගෙන, කිහිල්ලෙන් දාඩිය වැටෙද්දී මේ මගේ ඇගේ තියෙන ලේ මස් වියළේවා, නහර හම, ඇට ඉතුරු වේවා කියලා, කරගෙන යන වීර්යයක් කියලා ඉතින් හරි අමුතුවම නිකම් ඇහැට මුණට පැඟිරි විසි වෙච්ච ගතියකට තමයි ඒ ඔය නිදහස් වින්තකයන් ඒ වගේ පදයක් විස්තර කරන්නේ. නමුත් එය ප්‍රතිකෂේප කළ නොහැකි මට්ටමකයි තියෙන්නේ. කාටවත් ඒවා නෑ, බෑ කියන්න බැහැ. ඒ වගේම තමයි. අත්තකිලමථානුයෝගය වගේ දැඩි වීර්යය කියන එක සර්වඥයන් වහන්සේ ප්‍රතිකෂේප කරලා තියනවා. මේ කාරණාව යෝගාවචරයාගේ භාවනාවේ දියුණුවක් වෙනකොට තමන්ටම හොඳට දිග ඇරිලා වැටහෙන්න පටන්ගන්නවා.

ඒ සතර සමායක් ප්‍රධාන වීර්යය සඳහන් කරනකොට ඒකෙ ගුරු පද වශයෙන් එකම ආකාරයෙන් යෙදෙන්නේ උප්පන්නානං අකුසලානං ධම්මානං පහානාය ඡන්දං ජනෙති වායමති විරියං ආරහති විතං පගානාති පදහති. ක්‍රමිකව දැඩි කරගෙන යන වීර්යයක් තමයි තියෙන්නේ. දැනට ඇති වෙලා තියෙන්නා වූ කෙලෙස් ප්‍රහාණය කිරීම පිණිස, ඒක අපිට භාවනාව පැත්තෙන් බලනකොට අපි හිත නාසිකාග්‍රයේ තියන්න උත්සාහ කරනවා. ආධුනික යෝගාවචරයෙක් ගත්තොත් උදරයේ තියන්න උත්සාහ කරනවා. නැත්නම් වෙන භාවනාවක් හෝ කර්මස්ථානයක තියනකොට, මේ වෙනකොටමත් අවුල් වෙලා තියෙන නිවරණ ධර්ම මේ අරමුණ යට

කරගෙන භාත්පසින් මුහුදේ රැල්ල ගහන්න වාගෙ එන්න පටන්ගන්නවා. ඒ වෙලාවේදී ක්‍රමික ප්‍රවේශයක් ලබාගන්න යෝගාවචරයා “ඡන්දං ඡනෙති” ඉස්සෙල්ලම කරන්න තියෙන්නෙ කැමැත්තක් ඇති කරගන්න ඕන. මගෙ භාවනාවෙ යාදෙන ගතිය කියලා කියන්නෙ, දියුණුව කියලා කියන්නෙ, එකලස කියලා කියන්නෙ, ගත්ත අරමුණේ හිත තියෙන එකයි. ඒ අරමුණට යට වෙලා ඉන්න එක නොවෙයි, ඒ නිසා මගේ හිත අරමුණේ පවතිවා කියලා ඡන්දයක්, කුසලච්ඡන්දයක්, කර බැලීමේ ආසාවක් යෝගාවචරයාට පහළ වෙන්න ඕන. “ඡන්දං ඡනෙති වායමති විරියං ආරහති” ඒ සදහා ප්‍රයත්න කරනවා. හොඳට කලින් සක්මන් කරලා එක තැනක කය තැන්පත් කරලා ඒකට උදව් කරනවා. සීලය මෙනෙහි කරලා, බුදු ගුණ මෙනෙහි කරලා, මෙමත්‍රී කරලා ඒකට ප්‍රයත්න කරනවා. “ඡන්දං ඡනෙති වායමති විරියං” වායාම, වෑයම, කරනකොට, කරනකොට තමයි තේරෙන්නෙ මේක. මේකත් හරි ලස්සනට විස්තර වෙනවා හිත ගැන. මේ විදියට කල්පනා නොකර ඔහේ එන රූප බලමින්, ශබ්ද අභමින්, ගඳ-සුවඳ බලමින්, රස බලමින්, සැප සේ නිදාගනිමින් ඉන්නකොට මේක පිළිබඳ කිසිම රණ්ඩුවක්වත් ව්‍යාපාදයක්වත් වේදනාවක්වත් නඩුවක්වත් මොනවත් නැහැ.

නමුත් යම් දවසක අපි එකම අරමුණකට සිත තැන්පත් කරන්න ගත්ත ගමන් පුදුමාකාර විදියෙ ඇවිස්සිල්ලක් ඇති වෙනවා. මේ නීවරණ වල ඇවිස්සිල්ලක් ඇති වෙනවා. එක තැනක ඉන්න බැරි නුරුස්සන ගතිත් පහළ වෙන්න පටන්ගන්නවා. මේ ඡන්දයක් ඇති වෙච්ච ගමන්ම තමයි මේක සිද්ධ වෙන්නෙ. ඒ නිසා වෑයමක් කරලා බලන්න ඕන, ඒ වෑයමේදීම කම්මැලි මනුස්සයා අලසයා තේරුම් අරගන්නවා, මේක නොකළ යුත්තක්, භාවනා කිරීම මේ ආත්මයේදී නිවන් දැකීම කරන්න බැහැ. කරන්න යන්න යන්න කරදර වෙනවා කියලා, ඒ ව්‍යායාමයේම බහා තබන ගතියක් තියෙනවා. නමුත් ඒක පිරිමිකමට, පෞරුෂත්වයට, නැත්නම් යෝගාවචරකමට, ශාක්‍ය පුත්‍ර, ශාක්‍ය දුහිතෘකමට ගැළපෙන්නෙ

නැහැ. ඒ වැයම තුළින් දකින්න හම්බ වෙන්නෙ නරක දේ කියලා පසු බැවොත් අපි නැවත වැටෙන්නෙ කබලෙන් ලිපට වගේ කාම ලෝකෙටමයි. සැප තියෙනවා නම් කාම ලෝකෙ තමන් අහවල් දේ ලැබුවෙ නැහැ, ලබන්න ඕන කියලා. මම මූල විතරයි කෑවෙ, මට අග කන්න ඕන. පොත්ත විතරයි කෑවෙ, මට මදේ කන්න ඕන කියලා තව ඉතුරු තියෙනවා නම් කමක් නැහැ, සංසාරෙ බය ඇති වෙනකොට තේරෙනවා මේක ආපහු වැටෙන්නෙ හිටපු තැනටමයි කියලා. නැද්ද හොඳ පිරිසිදීමක් සිදු වෙන්නෙ. අන්න ඒ “ඡන්දං ඡනෙති වායමති”, විරිය ආරම්භ කරන්න ගියාම ඒ උපක්‍රම දෙනවා ගුරුවරු. සිතිවිලි එනවා නම්, සමථ වශයෙන් ඒ සිතිවිලිවලින් තොරව පවතින ආනාපානය ගණන් කරන්න, එහෙම නැත්නම් විපස්සනා වශයෙන් සිතුවිල්ලක් කියලා මෙනෙහි කරන්න, කියලා ඒකට අදාළ විරියය කරන්න පටන්ගන්නවා.

එතකොට අර නීවරණ ධර්ම ප්‍රබල වෙලා, බලවත් වෙලා, මූණට මූණ දාලා එන්න පටන් ගන්නවා. එතැනදී තමයි විෂං පග්ගන්නාති සිත දැඩි කර ගන්නවා. හොඳට කැසපට ගහගන. ඒකට අපි වැඩක් කරන්න පටන් ගත්තාම ඒකට ගැළපෙන ඇඳුම හොඳ නැත්නම් ඒ ඇඳුම පැත්තක තියලා ඒ වැඩේට කැසපට ගහගන්නවා කියලා කථාවක් තියෙනවා. ආන්න ඒ වගෙ භාවනාවට කැසපට ගැහිල්ල සිද්ධ කරගත්තට පස්සෙ විෂං පග්ගන්නාති, ඊට පස්සේයි මේ පධන් විරියය කියන මේ ප්‍රධාන සංවේදීය ආතාපි විරියය යොදාගන්න පුළුවන් වෙන්නෙ. ඒ නිසා ආතාපි විරියය තේරුම්ගන්න පියවර හතරක් පහක් යනවා. අර නීවරණ සෘජුව මූණට මූණ දාලා එතකොට ඒ තාක් කල් කම්මැලියෙක්ගෙ පැත්තෙන්, එහෙම නැත්නම් පැරදිවිච කෙනෙක්ගෙ පැත්තෙන්, නැති බැරි හැඟීමෙන් කථා කරන කෙනෙක්ගෙ පැත්තෙන් බැලුවොත් මේ තාක් ප්‍රයත්නයෙන් වැඩි වෙලා තියෙන්නෙ දුක. දුක නැති කරන්න කියලා තමයි සර්වඥයන් වහන්සේ මේ බුද්ධ ශාසනය ඇති කළේ, මේ ඥාතීන් අතහැරලා, වස්තුව අතහැරලා ආවේ. නමුත් මෙතෙන්ට යනකම්ම ජේන්න තියෙන්නෙ දුක

වැඩි වෙනවා කියලා. ඒක නිසා ඒ ඇත්තන්ට ජේන්න තියෙනවා මේ භාවනාව කියන්නෙ ඉල්ලලා දුක වළඳන වැඩ පිළිවෙලක්. ඒ නිසා භාවනා නොකර හිටපුවම මේ කිසිම ප්‍රශ්නයක් නෑ කියලා කොටින්ම උත්තර භොයාගන්නවා. අපේ සිංහල වෙදකමෙන් තියෙනවා ලෙඩක් සනීප කරන්න ගිහිල්ලා පළවෙනි බෙහෙත් කසාය බොනකොට ලෙඩ ගතිය වැඩි කරනවා. ඉතින් ඒ නිසා ඒ වෙලාවෙ වෙදා මාරු කෙරුවොත් බෙහෙත් මාරු කෙරුවොත් ඉතින් හැමදාම ඉන්නෙ අර අවුස්සන මට්ටමේ තමයි. තුවාලෙ හෝදන්න ඉස්සෙල්ලා, බෙහෙත් දාන්න ඉස්සෙල්ලා, වණ මුඛය පාදනකොට රිදෙනවා. ඉතින් ඊට පස්සෙ දැන් රිදෙනවා කියලා නතර කළොත් අපි කලින් කිව්වා වගේ විශාල ශක්තියක් වැය කරලා, විර්යයක් වැය කරලා, කිසිම ප්‍රයෝජනයක් නොලබා වෙහෙසට පත් වෙන පරදින තත්ත්වට පත් වෙනවා. මෙන්න මේක නොවී දිගට යන්න තමයි ආතාපි විර්යය අවශ්‍ය කරන්නෙ. ඒ ආතාපි විර්යය අර සතර සමයක් පටන් විර්යය ගැන කථා කරනකොටත් ඇත්තා වූ අකුසල ධර්ම ප්‍රභාණය කරනවයි කියන එක ඉතාමත්ම අමාරුයි. මොකද අපේ රුචි අරුචිකම් වලට විරුද්ධව වැඩ කරන්න ගියාම ඒක මරණෙටත් වැඩිය අත්තයි.

ඊට පස්සෙ, ඇති නොවුණා වූ අකුසල ධර්ම ඇති නොවීම පිණිස කටයුතු කරන්න ඕන. ඊට පස්සෙ ඇති වුණා වූ කුසල ධර්ම වැඩි කරගන්න කටයුතු කරන්න ඕන. තාම ඇති නොවුණා වූ කුසල ධර්ම ඇති කරගන්න කටයුතු කරනවා කියනකොට එන්න එන්න බොහොම තලතුනා මට්ටමක විර්යයක් තමයි අවශ්‍ය කරන්නෙ. ඒක නිසයි මේ භාවනා කරලා ගොඩක් කල් ඉන්න අයට ගෞරව කරන ගතියක් තියෙන්නේ. මොකද, මේ විදියට මේ විර්යයේ මට්ටම් දෙක තුනක් කරගත්ත කෙනා තුළ මේ අෂ්ට ලෝක ධර්මය විෂයෙහි නොසැලෙන, කම්පා නොවෙන, ඉවසීමේ ගතිය ගොඩක් පුරුදු වෙනවා. එහෙම නැති පුද්ගලයාට හිටින්න බැහැ, මේ වගෙ සත්පුරුෂ මණ්ඩලයක හිටින්න බැහැ ගැලවිලා යනවා, ලිස්සලා යනවා. එහෙම

නම් අඩු ගානෙ භාවනා ජීවිතයක් නිසා සීලයෙ වුණත් ලප කැළැල් ඇති වෙනවා. පලුදු ඇති වෙනවා. යම් කිසි විදියකට මේ ආතාපි විර්යය පිළිබඳව තමන් තුළ හොඳ ගෞරවයක් ගොඩනැගෙනවා නම් ඒ පුද්ගලයා තුළ පැහැදිලිවම සිදු වෙන දේ තමයි, ඉස්සෙල්ලම ජේන දේ තමයි මේ සීලය පිළිබඳව ලොකු වගකීමක්, ආදරයක්, ගෞරවයක්, වැඩි සැලකිල්ලක් ඇති වෙනවා. ඒ තුළින් අර කලින් කිව්වට වැඩිය කුසලානි සීලානි කිව්ව වගෙ මේ කුසල සීලය ඒකාන්තයෙන්ම විපිළිසර බව දුරු කිරීම පිණිසයි කියලා කියන එක ඉස්සරට වඩා හොඳට තේරෙනවා.

ගිහි ගෙවල්වල ඉඳගෙන සිල් රකින ඇත්තෝ හරියට වෝදනා කරනවා සිල්වන්ත වෙන්ත වෙන්ත අපිට බාහිර ලෝකෙන් කරදර වෙනවා කියලා. ඒ සීලවන්ත භාවය නිසා අපි නෝන්ජල් වෙනවා, අපි බයාදු වෙනවා, ඒ නිසා අද කාලෙ මෙහෙම සිල් රකින්න බැහැයි කියලා. හරියට සත්‍යය ප්‍රකාශ කරන ඇත්තෝ ඉන්නවා. ඒ මොකද ඒ ඇත්තෝ සෑහෙන ප්‍රදේශයක් මේ සඳහා ආයෝජනය කරලා තියෙනවා, කිසිම ප්‍රතිඵලයක් නෑ. ඒ මොකද, ඒ යොදන්නේ ගිහි කාම ලෝකෙ ඉඳගෙන යොදන ප්‍රයත්නය මේ වගෙ දෙයක් තමයි. නමුත් සත්පුරුෂයන් අතර මැදට පත් වෙලා භාවනා කරමස්ථානයක් ගත්තට පස්සේ සීලය සඳහා කරන ආයෝජනය ඊට වැඩිය හාත්පසින්ම වෙනස්. ඊට වැඩිය බොහොම ප්‍රතිඵලදායකයි. ඒ මොකද භාවනාවෙන්මයි මම යටපත් කරන්නේ, සීලයෙන්මයි මම මේක යට කරන්නේ කියලා තමන් තුළ ආත්ම විශ්වාසය එන්න පටන්ගන්නවා. අන්න ඒ විදියට සමඵයෙන් එන අත්දැකීම් වලට වඩා බොහෝමත්ම බලවත්, බොහෝමත්ම, ඇස් පනාපිටම ජේන දෙයක් තමයි විපස්සනාවෙදි ලැබෙන දේ. ඒ නිසා යෝගාවචරයා කොච්චරද කියනවා නම් අනියත මට්ටමකට වැටෙනවා. කිසිම දෙයක් ගැන කිසිම විනිශ්චයකට පත් වෙන්නේ නෑ. එයා දන්නවා මේ විනිශ්චය කියලා කියන්නේ ඒකාන්තයෙන්ම අධිඥානයකින්, භාගෙට තියන ඥානයකින් කරන වැඩක් කරලා ගන්න විනිශ්චය නොවෙයි. වැඩේ කරගෙන යනවා එතකොට විනිශ්චය එයි.



අන්න ඒ විදියට ඉදිරියට යනවා නම් වීර්යය කොහොමද ප්‍රඥාවට තුඩු දෙන්නේ කොහොමද, ප්‍රඥාවට ගෙනියන්නේ කියලා විනිශ්චය කරන්න යන්නේ නැහැ. කළ යුත්ත කිරීමේ වීර්යය දිගට පවත්නා ගතියක් තියෙනවා. ඒ නිසා සතර සතිපට්ඨානේ ඉස්සෙල්ලාම තියෙන ගුණය වශයෙන් අපි තේරුම්ගන්නේ ආතාපි කියන ගුණය. සත්තිස් බෝධිපාක්ෂික ධර්මවල නව පොළක සඳහන් වෙනවා. ඒක මගහරින්න, ඒක පන්නන්න තමයි අපි මේ විවිධාකාර සුබෝපභෝගී දේවල් ඉල්ලන්නේ. කුමාර සෑප බලාපොරොත්තු වෙන්නේ. නමුත් කවදා හෝ අපි තේරුම්ගත්තොත් ඉතින් අපි මේ සර්වඥ ශාසනේ වැඩ කරන කෙනාට හැර, සිදු වෙයි කියලා බලා හිටියට හරි යන්නේ නැහැ. ඉතින් හුඟදෙනෙක් අර නිදහස් වින්තනය තියෙන ඇත්තෝ පෙන්නලා දෙනවා මේක ඇත්ත. බෝධිසත්ත්ව කාලෙදී, නමුත් භාවනා කරනකොට එව්වර වීර්යය කරන්න අවශ්‍ය නැහැ කියලා. නමුත් මේ කාරණා ඉදිරිපත් කිරීමෙන් අහගෙන ඉන්න අයට තම තමන්ගේ විනිශ්චයට ඉඩ තියෙනවා. කොච්චර නම් වීර්යය කියන එක උරගාලා බැලිය යුතුද එහෙම නැත්නම් තමන්ගේ කයට තියෙන ආශාව නිසා පස්සට දෑමිය යුතුද කියලා. හැබැයි එකක් පැහැදිලියි. ඒකෙන් එන ප්‍රතිඵලය නම් ඇස් පනාපිටම ජේනවා, භාවනා මධ්‍යස්ථාවනේ. ඒ නිසා ආතාපි ගුණය ගොඩක් කල් ඉගෙනගත යුතු දෙයක්.

ආතාපි ගුණයට පස්සෙ සම්බන්ධ වෙන්නේ සම්පජ්ඣ්ඤය කියන ගතිය. සම්පජ්ඣ්ඤය කියන එක කල්පනාව, ඥානය කියන අදහසින් ඉදිරිපත් වෙනවා. මේ සමපජානෝ සතිමා, සමහර තැන්වල සති සම්පජ්ඣ්ඤය කියලා සඳහන් කරනවා. ආතාපි සමපජානෝ සතිමා වින්‍යය ලොකේ අභිජ්ඣා දොමනසසං කාරණා හතරක් මේකේ සඳහන් වෙනවා. සම්පජ්ඣ්ඤය ගැන කියනවා නම්, ආතාපි කියන එක වීර්ය වෛතසිකයට ගත්තොත්, සම්පජ්ඣ්ඤය වෛතසිකය ගන්න වෙන්නේ ප්‍රඥාවත් එක්කයි. ප්‍රඥාව විවිධ විධියට විග්‍රහ වෙනවා. හුඟක්ම සම්ප්‍රදායානුකූල ක්‍රමය තමයි සම්පජ්ඣ්ඤය කියන එක සතර

සම්පජ්ඣ්ඤායට කඩලා, සාර්ථක සම්පජ්ඣ්ඤාය, සප්පාය සම්පජ්ඣ්ඤාය, ගෝචර සම්පජ්ඣ්ඤාය, අසම්භෝග සම්පජ්ඣ්ඤාය කියලා විස්තර කරනවා. මේකෙදි හොඳ යෝග ජීවිතයට හුඟක් ඕලාරික පැත්තෙන් ගන්න තියෙන ආදර්ශයක් තියෙනවා. ඒක අර ආතාපි කියන ගුණයෙන්ද අපි දැක්කා. ඒ ගත්ත දේ අතනොහැර දිගටෝම පැවැත්වීම තමයි මේකෙ .... නමුත් අපේ ඇහැ කියලා එක ඉන්ද්‍රියයක් තියෙනවා. කන කියලා එකක් තියෙනවා. නාසය කියලා එකක් තියෙනවා. දිව කියලා එකක් තියෙනවා. කය, මනස කියලා මේ ටික හය පැත්තකට අදිනවා රාග වර්ත, ද්වේෂ වර්ත, මෝහ වර්ත කියලා එක එක්කෙනාගෙ ඇටුවම් බැහැගත්ත ගුණ තියෙනවා. මේ විවිධාකාර ගති නිසා අර එක අරමුණකට පවත්වාගෙන යාමේදී විවිධාකාර අතුරු යෝජනා අතුරු මාර්ග වැඩ ඉදිරිපත් වෙනවා. අන්න ඒ කටයුත්තට හිත යොදලා පුර්ණ කාලීනව ඒ දේ කරගෙන යනකොට අතරමගදී හමු වෙන්නා වූ සන්ධිස්ථානයකදී කටයුතු කළ ආකාරය තමයි මේ සම්පජ්ඣ්ඤායෙන් විස්තර කරන්නේ. තමන් භාවනා කරගෙන අරමුණේ ගත කරගෙන ඉන්න පර්යංක අවස්ථාවක් වෙන්න පුළුවන්. එහෙම නැත්නම් එදිනෙදා වැඩකදී, පිණිඩපාතෙ වඩිනවා, දාන ශාලාවට යනවා, ආදී වැඩ කරගෙන යනකොට කොච්චරවත් අතුරු වැඩ යෝජනා ඉදිරිපත් වෙනවා. ආන්න ඒ ඉදිරිපත් වෙච්ච වෙලාවෙදී කොහොමද කටයුතු කරන්න ඕන.

ඒකට හොඳ පුංචි නිදර්ශනයක් මේ ලොකු ස්වාමීන් වහන්සේගෙ පොත ලියන අවස්ථාවෙදී ස්වාමීන් වහන්සේගෙන් ඉදිරිපත් වුණා. භාවනා පර්යංකයෙ ඉන්නකොට වේදනාවක් මතු වෙනවා. වේදනාවක් මතු වෙච්ච ගමන් කයෙන් එන පුරුදු විකල්පය තමයි ඉරියව් මාරු කරනවා. මෙච්චර කල් සංසාරෙ අපි මේ දුක්ඛ සත්‍යය අවබෝධ කළේ නැති එකම ප්‍රධාන කාරණාව ඉරියව් මාරු කිරීමයි. එකම ඉරියව්වක ඉන්නකොට තමයි දුක ප්‍රකට වෙන්නේ. ඒ දුක ප්‍රකට වේගෙන එනකොට මේ අතුරු යෝජනා හිතෙන් මතු කරලා දෙනවා, මේ වෙලාවට ඉරියව් මාරු කළොත් හරි

කියලා. ආන්න ඒ වෙලාවෙ යෝගාවචරයා දින්නේ, යෝගාවචරයා යම් දවසක සාර්ථක වෙන්නේ, දැන් මගෙ භාවනා අරමුණ තියෙද්දි අතුරු යෝජනාවක් ඇවිල්ලා තියෙනවා කියලා සතිමත් වුණොත් නම්, ලොකුම ලොකු ජයග්‍රහණයක්. දැන් මේ භාවනාව පිළිබඳ, නැත්නම් මූල කර්මස්ථානය පිළිබඳ එපා වෙන ගතියකුත් අතුරු යෝජනාවට පක්‍ෂ වෙන ගතියකුත් ඇතුළෙ ඇති වෙලා තියෙනවා. ඒ කියන්නෙ සමථයක් නොවෙයි අසම්මතයක් ලෝකෙ දැන් ඇතුළත සභාවෙ තියෙන්නේ. මූලික යෝජනාවට වැඩි පිරිසක් ඡන්දෙ දෙන්නෙ නැහැ. අතුරු යෝජනාවට ඡන්දෙ දීලා. අන්න ඒ වෙලාවෙදි සභාපතිතුමා කොහොමද කටයුතු කරන්න ඕන කියලා තමයි මේ සම්පජ්ඣ්ඤා හතර පෙන්නන්නෙ.

යම් වෙලාවක තමන් භාවනාවෙ ඉන්නකොට මෙහෙත් පුංචි වේදනාවක් හෝ කැස්සක් හෝ එහෙම නැත්නම් පිටින් ශබ්දයක් හෝ පුංචි වේදනාවක් හෝ ශබ්දයක් හෝ සිතුවිල්ලක් හෝ මොකක් හරි ආපු වෙලාවට ආධුනික යෝගාවචරයා හුරු පුරුදු නැති නිසා වහා විනිශ්චය කරනවා, ඉක්මනටම විනිශ්චයකට එළැඹෙන්න. නමුත් ඉක්මනටම එහෙම විනිශ්චයකට එළැඹෙන්නෙ ඒ සම්පජ්ඣ්ඤා පාවිච්චි කළ යුතු අවස්ථාවක් කියලා විවේකීව කල්පනා කරලා බලලා ඥානයෙන් කටයුතු කළ යුතු අවස්ථාවක් කියලා දන්නෙම නැතුවයි. ආධුනික ගතියට කෝච්චි ගතියට වහා විනිශ්චය කරනවා.

නමුත් සම්පජ්ඣ්ඤා කියන එක ඒ අතර වාරයක්, අමතර කරදරයක්, ප්‍රශ්නයක් මතු වීමක්, ඒ අතරමැද විනිශ්චයක් කියන දෙක අතර මැදට බහාලිය යුත්තක්. ඉවසීමට එහෙම නැත්නම් ඤාන්තිය පිළිබඳව එක විකල්පයක් තියනවා. හොඳටම කේන්ති ගිය වෙලාවට දහයට ගණන් කරන්නෙයි කියලා, සාමාන්‍ය ලෝකෙ ප්‍රයෝගයක් තියෙනවා. ආන්න ඒ වගේ තමයි කටයුත්තක් ඉදිරිපත් වෙච්ච ගමන්ම සම්පජ්ඣ්ඤා පාවිච්චි කරලා මිස හදිසි තීරණයකට එන්නේ නැහැ. ඉස්සෙල්ලාම මම මේ අරමුණෙන් හිත ගලවලා පර්යංකයෙන් නැගිටලා යන්නෙ මොන වගෙ

තැනකටද? මට යෝගාවචර කෙනෙකුට ගැලපෙන සප්පාය සැප තැනකටද යන්නේ කියලා, නැත්නම් මේ කාමයන්ට නතු තැනකටද යන්නේ කියලා, තමන් මේ වෙනස් කරලා ඊගාවට කරන්න බලාපොරොත්තු වෙන්නේ මොකක්ද කියලා, ඒක පිළිබඳ සප්පාය, අසප්පාය භාව කල්පනා කිරීම තමයි ඉස්සෙල්ලම කරන්න කියන්නේ. ඉස්සෙල්ලා ඒ සප්පාය සම්පජ්ඣ්ඤායේදී හොඳට තේරෙනවා. ඒ අතරෙ වෙන වැඩක් කරගෙන යනකොට අමතරෙන් එන කාරණාව හැම වෙලාවෙම අපේ හිත සුව පිණිස නොවේ පිහිටන්නේ. අපි හදිසියේ ඒක අල්ලගත්තට සමහර වෙලාවට හොඳටම ප්‍රකටව පේනවා ඒක අනේනිය පිණිස, අසතුව පිණිස, අවැඩ පිණිස පිහිටන දෙයක්. නමුත් ඉක්මන් වෙලා ඒකට ගියා නම් භාවනාව කැඩීමෙන් පාඩු එකයි, වෙනස් කරපු වැරද්ද නිසා පාඩු එකයි, වැරදි දෙකක් සිද්ධ වෙනවා. ඒ නිසා සම්පජ්ඣ්ඤාය තියෙනවා නම්, මේ සප්පාය සම්පජ්ඣ්ඤාය තේරුම් අරගෙන, ඊට පස්සෙ ඒ සාර්ථක සම්පජ්ඣ්ඤාය කියලා යම් විදියක තමන්ට හිතෙනවා නම්, නෑ මං පර්යංකයෙන් නැගිටිට ගමන් යන්නේ සක්මනට, නැත්නම් භාවනා ජීවිතේට අදාළ කොටසකටයි යන්නේ කියලා ඒ යෝජනාව සිත්ගන්නා සුලු එකක් නම් නැත්නම් තනිකරම අනේනිකර අවැඩදායක එකක් නොවෙයි නම්, ඊගාවට කල්පනා කරන්න කියනවා ඒකේ සාර්ථක සම්පජ්ඣ්ඤාය, මොකක්ද, මට ඒ වැඩේ කළොත් ලැබෙන අර්ථය මොකක්ද කියලා. වැඩේට බහින්න ඉස්සර ගොඩ ඉඳලා කල්පනා කරනවා. පනිත්ට පෙර සිතා බලනු කියන වැඩ පිළිවෙළක් මෙතැන තියෙන්නේ.

ඒ නිසා නැගිටින්න හෝ අරමුණ වෙනස් කරන්න කල්පනා කළත්, දෙවෙනියට ආපු විකල්පය සාධාරණ ධාර්මික දෙයක් වුණත්, ඉන් ලැබෙන්න තියෙන අර්ථය සලකන්න ඕන. ඒ අර්ථය සමහර වෙලාවට අපේ හුදු හිතේ රුචියට, මනාපෙට, විනෝදාංශෙට, ගැලපෙන අර්ථයක්. සමහර වෙලාවට තමන් උපසම්පදා හිඤ්ඤාවක් නම් නො ගැලපෙන දෙයක් වෙන්න පුළුවන්. තමන්ට ගෝචර නැති දෙයක් වෙන්න පුළුවන්. සාමණේර

කෙනෙකුට වුවත් සිවුරක් දරාගෙන මේ වැඩේ කරන්න මට ගැළපෙන්නේ නැහැ කියලා හිතන්න ඉඩ තියෙනවා. සිල්වත්ත කෙනෙකුට වුණත්, එහෙම නැත්නම් සාමාන්‍ය ගිහි කෙනෙකුට වුණත් මේකෙ ගෝචර අගෝචර භාවය කල්පනා කරන්න කියනවා. ඉතින් යම් වෙලාවක තමන්ට තේරෙනවා නම්, මේකෙ අපි කලින් සඳහන් කළ විදියට, මේකෙ ඇත්තා වූ ගුණයක් තියෙනවා, අර්ථයකුත් තියෙනවා, මට මේ ඉන්න ඉරියව්වේ කරන්න පුළුවන් කියලා. ඒත් ඒක ඉතාම අසම්මෝහයෙන් මම මේ වටිනා දෙයක් බහා තබලා මේ දෙවෙනි දේකට යනවා. ඒ අතේ මිස මම වෙන නැහැ කියලා කල් ඇතුළු හිත විනිශ්චය කරගෙන ඒ අතුරු ගමන ගියොත් ඒ වෙන්ත තියෙන අඩුපාඩුව, වෙන්ත තියෙන පාඩුව ඉතාමත් අඩු කර ගන්නට පුළුවන්. එම නිසා මේ පනින්න පෙර සිතා බලනු කියන එක තමයි මේ සාර්ථක සම්පජ්ඣ්ඤයේදී විස්තර කරල දෙන්න හදන්නේ. වෙන විදියකට කියනවා නම් හදිසි තීරණයකට එළැඹෙන්න එපා. තමන් කරගෙන යන මේ භාවනා වැඩ පිළිවෙළට බාධා නොවෙන විදියට තීන්දුව පෙරාතුව කල්පනා කරලා හිත යෙදෙව්වොත් ඒකෙන් වෙන්ත තියෙන අනර්ථය අඩු වෙනවා. අර චේතනාව නිසාම මේ කර්මය සිද්ධ වුණොත් ඒ කර්මය නිසා මේ ඵල ලැබෙනවා කියලා හොඳට හේතු ඵල දැකගන්න ශක්තිය ඇතිවෙනවා.

නමුත් සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ හෝ සම්පජ්ඣ්ඤය සඳහන් කරන වෙනත් තැන්වල පෙන්නලා දීලා තියෙන්නෙ සතර ඉරියව්ව හිටගෙන, ඉඳගෙන, ඇවිදීමින්, නිදාගනිමින් කියලායි. මේ ඉරියව් වල සතිය පැවැත්වීමට එහා පුංචි පුංචි අතුරු ඉරියව්වල සතිය පැවැත්වීම ගැන සඳහන් කරලා තියෙන්නෙ සම්පජ්ඣ්ඤය යනු කුඩා ඉරියව් කියන අදහසයි. එනැත තියෙන්නෙ ඉරියව් මාරු කිරීමකදී ප්‍රධාන ඉරියව් පිළිබඳව වෙනම කථා කරලා මේ සම්පජ්ඣ්ඤය සඳහන් කරන්නෙ පුංචි පුංචි ඉරියව් වෙනස් කිරීම් වශයෙන් අර අපි කලින් කිව්ව විදියට එක වැඩක් කරගෙන යනකොට මතු වෙන්නා වූ පුංචි පුංචි අතුරු යෝජනා පිළිබඳව කටයුතු

කිරීමත් එක්ක සමානකමක් පේන්න තියෙනවා. ඒ නිසා සම්පජ්ඣේඤා අතිරේක අමතර විස්තර සහිතව සලකා බැලීමක් මේකෙ තියෙන්නෙ. ඒකේදීත් සාර්ථක, ඒ වගේම සප්පාය, ගෝවර, අසම්මෝහ කියල ඒ හතර ආකාරයෙන් කල්පනා කරමින් කටයුතු කරනවා නම් යෝගාවචරයකුට, පටන්ගත්ත ආධුනික යෝගාවචරයෙක් ඉස්සෙල්ලාම ඇහුවොත් එහෙම දවසට පැය කීයක් භාවනා කළාද කියලා ඒ ඇත්තන්ට පැය හතරක් පහක් තමයි කරගන්න පුළුවන්. මෙන්න මේ සම්පජ්ඣේඤා ප්‍රශ්නය හොඳට සාකච්ඡා කරලා කටයුතු කරනවා නම් ක්‍රමයෙන් භාවනාව හරියාගෙන එනකොට දවසට පැය හත අටක්, තව ඉස්සරහට යනකොට පැය දහයක් දොළහක් වශයෙන් පවත්වගන්න පුළුවන්. එහෙම නැතිව හැම වෙලාවෙම කාල සටහන අරගෙන කෙටිටක් ළඟ තියාගෙන පිටිපස්සෙන් එළව එළව කරනවා නම් හොඳට සම්පජ්ඣේඤා කියන වචනෙ පාවිච්චි කරන්න බැහැ. ඒ මොකද නුවණින් කල්පනා කිරීමක් තමන්ට නැහැ. ඒ නිසා සම්පජ්ඣේඤා ගැන මේක තමයි අටුවාවේ විස්තර කරන ප්‍රධානම ක්‍රමය.

නමුත් තවත් බොහෝම විස්තර සහිතව කියන්න පුළුවන් සම්පජ්ඣේඤා. ඥාන, ජාන කියන උපසර්ග පද දෙකක් මේකට එකතු වෙනවා. ඒක නිසා හැම වෙලාවෙම සං කියන ආකාරයට ස්වයං ම වෙන්ට ඕන. සම්පජ්ඣේඤා එහෙම කියලා දෙන්න පුළුවන් වුණාට ක්‍රියාත්මක වෙනකොට තමා වශයෙන්ම තමා මතු කරගැනීමේ හැකියාව තියෙනවා. ඒ වගේම තමයි ඒ සම්පජ්ඣේඤා සම්පූර්ණ දෙයක් වෙන්තත් ඕන. පටන් අරගන්නකොට අතනින් මෙතනින් කැඩී කැඩී පටන්ගත්තම සම්පජ්ඣේඤා වැඩෙනවා නම්, මුළු දවස පුරාම පවතින සතිය හැම පුංචි කුඩා අනුකුඩා දේකටම මේක පැතිරෙන ගතියක් තියෙනවා. ඒ නිසා මේ “සං” කියන උපසර්ගය ස්වයං කියන අර්ථය තියෙනවා. සම්පූර්ණ කිරීම කියන අර්ථය තියෙනවා. ඒ නිසා සම්පජ්ඣේඤා පටන්ගන්න කොට හුඟක් පැරදෙනවා, වරදිනවා, අඩුපාඩුකම් තියෙනවා. නමුත් කරගෙන

කරගෙන යනකොට පුදුමාකාර විධියට මුළු භාවනා ජීවිතය පුරාම, දවස පුරාම පැතිරෙන ගතියක් ඒකෙ තියෙනවා. ඒ වගේම තමයි ඒක තමන්ම සතරමං සන්ධියකට පත් වෙච්ච තමන්ටම, ඒ පිළිබඳව අවබෝධ වෙලා ක්‍රියාත්මක වීමේ ශක්තියක් මේකෙන් එන්න පටන් ගන්නවා. යෝගාවචරයා එන්න එන්න සම්පජ්ඣ්ඤය පුරුදු වෙන්න වෙන්න ස්වාධීන පුද්ගලයෙක් බවට පත් වෙනවා.

හොඳටෝම සම්පජ්ඣ්ඤය පැහැදිලි වුණොත් ප්‍රතිඵල අවස්ථාවට පත් වෙන්නෙ සංඛාර උපේක්ඛා මට්ටමට ගියාට පස්සේ. කොච්චරදෝ අරමුණු එන්න පටන්ගන්නවා. නමුත් යෝගාවචරයා කිසි සේත්ම මූල කර්මස්ථානයෙන් හැලෙන්නෙවත් මූල කර්මස්ථානයෙ පිටට කල්පනා කරන්නෙම නැහැ. මූල කර්මස්ථානයේම හිත පවතිද්දී විවිධාකාර අරමුණු විවිධ ආකාරයෙන් ආවට ඒවා පිළිබඳව කිසිම ඇලීමක් නැතිව උපේක්ෂාවෙන් ඉන්න පුළුවන් අවස්ථාවෙ තමයි මේ සම්පජ්ඣ්ඤය හොඳටම මෝරලා සිටින්නේ. ඊට ඉස්සෙල්ලා ඒ කරන දේවල් ශබ්ද මාර්ග කරන කොට ඒ ගුරුවරයා මතක් කරලා දෙනවා මෙහෙම දෙයක් කරොත් මෙහෙම දෙයක් කරන්න කියලා. නමුත් ඒවා ගුරු උපදේශ වශයෙන් දුන්නට තැනට ගැළපෙන තාලෙට ක්‍රියාත්මක කිරීමට මේ සම්පජ්ඣ්ඤය කියන ඥානවන්තකම තියෙන්න ඕන. එහෙම නැත්නම් අර අපි කථා කළා වගේ අනවශ්‍ය තැන්වලදී අධික වීර්යය, අනවශ්‍ය තැන් වලදී මද වීර්යය පාවිච්චි කළොත් ඒ වීර්යය කියන වෛතසිකයෙ ගුණ ලැබෙන්නෙ නැහැ. ඒ වගේම තමයි මේ සම්පජ්ඣ්ඤය විස්තර වශයෙන් තේරුම් අරගෙන තිබුණත් අවශ්‍ය වෙලාවට ඒක ක්‍රියාවට යොදවා ගන්න බැරි නම් යෝගාවචරයා නිවන් දකින්නෙ නැහැ. ඒ නිසා ඊට පස්සෙ බලනකොටම, පටන්ගන්නකොටම යෝගාවචරයාට ඥානයක් තියෙන්න ඕන. එහෙම නැතුව මේ භාවනාවෙන් මේ ඥානය ඇති කරලා දෙනව කියන එක නොවෙයි මේකෙන් ගන්න තියෙන්නෙ. භාවනාවේදී ඥානය පිරිසිදු කරලා දෙනවා කියන එකයි. ඒ දේ පිරිසිදු කිරීමට නිතරෝම යෙදෙන වීර්යය අවශ්‍යයි.



ඒ වගේම තමන් දැනටමත් ඥානවන්තයෙක් බව, යම් කිසි ඥානයකට යම් කිසි මට්ටමකට තමන් පත් වෙලා තියෙනබව, ඒක තවත් පිරිසිදු කර ගන්න ඕනිය කියන අදහස එන්න එන්න වැඩෙන්න ඕන. ඒකත් අර ස්වයං, තමා වශයෙන්ම අවබෝධ කරගන්නවා කියන එකට සම්බන්ධයි. නමුත් අපි තව පැත්තකින් මතක් කරනවා, ස්වයං වශයෙන් අවබෝධ කෙරුවෙ එක්කෙනයි මේ බුද්ධ කල්පයේ සර්වඥයන් වහන්සේ විතරයි කියලා. ඒ නිසා අපේම ඥානවලින් අපේම ප්‍රයත්නවලින් කරන්න බැහැයි කියලා. නමුත් මෙතැනදී තියෙන්නෙ අපි සුතමය වශයෙන් මේ ඥානය ලබලා තියෙනවා, අපි දන්නවා මේ දේ ආවොත් මේ වෙලාවට කිරීමට මෙහෙම කරන්න ඕන කියලා. නමුත් එක වෙලාවටම මෙහෙම කිරීමට මතක් වීම සර්වඥයන් වහන්සේ කරන දෙයක් නෙවෙයි. ගුරුවරයා කරන දෙයක්. තමන් නිතරෝම ඒකට එළඹිවිව ගතිය තියෙන්න ඕන. එහෙම නොතිබුණොත් සම්පජ්ඣ්ඤා ආදී දේවල්වලින් ක්‍රියාත්මක වෙන්න බැරි වෙනවා. ඒ නිසා සතිපට්ඨාන භාවනාවට විතරක් නොවෙයි සම්පජ්ඣ්ඤා රටක් රාජ්‍යයක් පාලනය කරනකොටත් ඕන. ව්‍යාපාරයක් නඩත්තු කරන එකටත් ඕන. ගෙයක දොරක වැඩ කටයුතු කරනකොටත් ඕන. ඇඳුමක් අදින වෙලාවටත් කන බොන වෙලාවටත් හැම තැනකදීම පාවිච්චි වෙනවා. ඒ නිසා සත්පුරුෂ සංසේචනයේදී, සත්පුරුෂයන්ගෙ ඇසුරේදී, ප්‍රධාන වශයෙන්ම භාමුදුරුවරු මෙන් මේ සම්පජ්ඣ්ඤාට අවශ්‍ය කරන පොහොර, සත්පුරුෂයන් එක්ක ආශ්‍රය කරනකොට ඒ සත්පුරුෂයා හැම පැත්තෙන්ම ඒ කාරණා තමයි යොදන්නෙ.

මේ ඔළුමොළු ගතිය මට්ටම් කරන හැදියාවක්, එහෙම නැත්නම් සංස්කෘතියක්, මහාත්මා ගතියක්, වැඩේට යාදෙන ගතියක් ඇති වෙලා තියෙන්නෙ මෙන්න මේ නිසායි. ඒක නිසා යෝගාවචරයා ඒක මගේ ළඟ නැහැ, එහෙම මට කරන්න බැහැ, මම ඊට වඩා පාපතරයෙක්ය, ඒ වාගෙ අදහස් වලින් ගියොත් නැති සංඥාව, බැරි සංඥාව ගන්නවා. සම්පජ්ඣ්ඤා එහෙම එකක් නොවෙයි තමන් තුළ ඇත්තා වූ ශක්තිය තව තවත් දියුණු පමුණු කරන, තමන් පිළිබඳ පිහිට පතන, තමන්ට තමන් සරණ වෙන්න

පුළුවන් කියන ගතියට හිත තියාගෙන, ගුරු මතය සර්වඥ දේශනාව පුළුවන් තරම් ළං කරගන්නවා. අතරවාරේදී මූල කර්මස්ථානය රකිනවා. ඒක නිසා සම්පජ්ඣ්ඤය හරි පුදුම විදියට භාවනා හිත අලුත් කරලා දෙනවා. හති වට්ටලා, වෙහෙස කරලා, විඩාපත් කරන්නේ නැහැ. යම් වෙලාවකට හිත විඩාපත් වෙලා තියෙනවා නම්, හිත හති වැට්ටිව ගතියකම තියෙනවා නම්, පැහැදිලිවම හොඳට හිත යෙදිය යුතු අංශයක් තමයි සම්පජ්ඣ්ඤය. එතෙතේදී පෙනෙයි සම්පජ්ඣ්ඤය වැඩ කරන්නේ නැහැ. එහෙම නැත්නම් කාලයක් වැඩ කරන්නේ නැතුව පැත්තක මළකඩ කෑ ස්වරූපයකට පත් වෙනවා. ඒක තමයි හුඟක් වෙලාවට වෙන්නේ. කල්‍යාණ මිත්‍රයාගෙන් ඇත් වෙච්චහම, ධර්ම සාකච්ඡාවෙන් ඇත් වුණහම, බණ ඇහීමෙන් ඇත් වුණහම මේ දේ සිද්ධ වෙනවා. ඒක හරි නාස්තික දෙයක්. ඒක නිසා නිතරෝම අවදියෙන් මෙය කුළුගැන්නිලා පවත්වාගෙන යෑම ඉතාමත්ම වැදගත් වෙනවා. සාමාන්‍යයෙන් ප්‍රඥාවන්තයා, සම්පජ්ඣ්ඤයට කටයුතු කරන කෙනා වැඩ වැඩි වුණා, වැඩ අඩු වුණා කියන එක නෙවෙයි එයාගේ හැඩේ, තීන්දු කරන දේ. කරන දේ බොහොම හැඩෙන් එක්කම කරන්න ඕන. වේගය අඩු කියන එක නොවෙයි ප්‍රශ්නය. වැඩ ගොඩක් තියෙනවද නොවෙයි, මේ කරන වැඩේ මුළු හදින්ම කරනවා. හැබැයි කරන්න කලින් හොඳට විනිශ්චයක් කරගන්නවා, මේ දේටයි මම යන්නේ හදන්නේ. මම මේක මෙහෙම කරනවා. හොඳ හෝ නරක හෝ දෙකම පිළිගන්නවා. හරි සෙල්ලක්කාර ගතියක් තියෙනවා මේ සම්පජ්ඣ්ඤය ඇති කෙනා ගාව. නිකම් ක්‍රීඩාශීලීත්වයක්. මෙන්න මේ ක්‍රීඩාශීලීත්වයත්, මෙන්න මේ සෙල්ලක්කාර ගතියත් නැතුව නම් කවදාවත් භාවනාවේ ප්‍රබෝධය නම් ගන්නේ නැහැ. විපිළිසර බව නැති වෙන්නෙත් නැහැ. ප්‍රීතිය පහළ වෙන්නෙත් නැහැ. සුබය පහළ වෙන්නෙත් නැහැ. ඒ නිසා කාට හරි කණුරනවා වගේ දෙයක් වෙනවා. භාවනාව එහෙම නෙවෙයි. භාවනාව ඒකාන්තයෙන්ම එතැන එතැන අලුත් වන දෙයක්. එතැන එතැනම පණ පොවන දෙයක්. ඒ පණ පෙට්ටිට, අවසානේ ඇති වෙන්නා වූ අනිච්ච ප්‍රභාණය කොහොම වෙතත් ඒ තදාංග වශයෙන් කෙලෙස්

ප්‍රභාණය වෙනකොට මේ සම්පජ්ඣ්ඤාය ඇති කෙනාට හොඳට ඒ ඒ වෙලාවෙම මේ මේ ක්ලේශයට, නැත්නම් මේ වැරදි වැඩේට, මේ මේ හරි වැඩේට මම මේ විදියට මුහුණ දුන්නා කියලා, ඒ ඒ වෙලාවෙ ඇති වෙන්නා වූ ඒ ප්‍රබෝධ කරන ගතිය හිත ඔකඳ කරන ගතිය අවශ්‍යයි.

භාවනාවට සර්වඥයන් වහන්සේගේ ගුණයන් ගැන කථා කරනකොට උන්වහන්සේට තියෙන්නා වූ සුගත ගුණය විශේෂයෙන් සඳහන් කරන්නෙ මොකද, අපිට ඒ වාගෙ ගුරුවරයෙක් හිටියෙ නැහැ. අපිට වාගෙ භාවනා මධ්‍යස්ථාන තිබුණෙ නැහැ. අපිට වාගෙ කාල සටහනක් හදලා දුන්නෙ නැහැ. අපිට වාගෙ සිවුපස දායකයෝ හිටියෙ නැහැ. දායක සභා තිබුණෙ නැහැ. බුද්ධ ශාසන අමාත්‍යාංශයක් තිබුණෙ නැහැ. මොකක්වත් නැහැ. ඒ වෙලාවට දෙවේලේ උපස්ථානෙට ළඟට ඇවිල්ලා හිටියෙ මාරයා විතරයි. කොයි වෙලාවෙ අඩුපාඩුවක් දකිමිදෝ, කොයි වේලාවෙදි නැගිටගන්න බැරි වෙන්න පහරක් දෙමිදෝ කියලා මාර බලවේගය විතරයි තිබුණෙ. ඒක නිසා හිතාගන්න පුළුවන් උන්වහන්සේ ගව් ගණන් පයින් ඇවිදිනකොට ගිහි කාලෙ, නැත්නම් තාපස කාලෙ, එහෙම නැත්නම් වෙන දේකට හිත යොදලා කටයුතු කරනකොට කොච්චර බාධක තියෙන්න ඇද්ද කියලා.

මේ සුගත ගුණය, යන ගමන හිතා වෙවී යනවා. ඒ මොකද, යෝග ජීවිතයේදි අපට අතුරු බාධාවක් ඉදිරිපත් වුණාම ගුරුවරයා කිව්වට කෙරුවා. එහෙම නැත්නම් වත්පිළිවෙත් පැවරීමම නිසා කෙරුවා. එහෙම නැත්නම් අරක නිසා, මේක නිසා කෙරුවයි කිව්වොත් ඉතින් වගකීමක් එන්නෙ නැහැ. ස්වයං භාවයක් වෙන්නෙ නැහැ. ඉදිරිපත් වෙන එක ලෝක ස්වභාවයයි. මම ඒක මැනලා පාවිච්චි කරන්නේද, මේ සම්පජ්ඣ්ඤාය යෙදෙව්වා නම්, සප්පාය සම්පජ්ඣ්ඤාය යෙදෙව්වාද ගෝචර සම්පජ්ඣ්ඤාය යෙදෙව්වාද, මේකට අසම්මෝහ කලබල වෙන්නෙ නැතුව මං මේකට මුහුණ දුන්නාද කියනවා නම්, නරක ප්‍රතිඵලයක් ආවා කියලා කිසි සේත් පැකිලෙන්න දෙයක් නැහැ. ඇත්ත වශයෙන්ම කියනවා නම් මේ ඉන්ද්‍රිය

ධර්ම පහ බල ධර්ම බවට පත් වෙන්නේ වැරදි වෙන වෙලාවල. වැරදි නොවීමෙන්වත් බාධක නොපැමිණීමෙන්වත් නොවේ. අපි දන්නවා පුංචි දිය පහරවල් කන්දෙන් ගලාගෙන බහින කොට, දිය රැලි නංවගෙන එනකොට, දිය ඇල්ල ගලාගෙන වැටෙන්න වැටෙන්න, ගල්වල හැපෙන්න හැපෙන්න, මිනිස්සු කඳු නගිනවා දිය ඇල්ල බලන්න. මොකද ඒක හරි විචිත්‍රයි. මනනන්දනියයි. නමුත් පැවතිලා පැවතිලා අන්තිමට මුහුදට කීට්ටු වෙලා මෝය කටට එනකොට බලන්න යන කෙනෙක් නැහැ. මොකද ඒක බොහොම තලතුනයි. ඒ වගේ තමයි සිද්ධි බහුල අවස්ථාව. කොච්චර බාධා වුනත් යෝග ජීවිතයේදී ගොඩක් එනවා ඒක. අන්න ඒ වෙලාවේදී මේ සම්පජ්ඤා ගුණය ඉදිරිපත් වෙච්ච කෙනාට නම් ඒවා ඔක්කොම සමනයට අහු වුණා වගේ, ලොකු උරගා බැලීමක් ප්‍රගති පරීක්ෂණයක් බවට පත් වෙනවා. ඒ තුළමත් තියෙන්නේ යෝගාවචරයෙක් තමන් ගැන තමන් අදහන ඊට කලින් සාකච්ඡා කරපු විරියවන්තකම. විරියය මේකට බොහොම ළඟින් බලපානවා. නමුත් විරියවන්ත වුණත් මේ තමන් කරන දේ තමන් වග කියන්නේ නැතුව තමන් කරන දේ පිළිබඳව කල්පනා කරලා නුවණින් කල්පනා නොකරන ගතිය තියෙනවා නම් ලාභට ගෙම්බො එකතු කරනවා වගේ තමයි භාවනාව. මේ කෙරුවා මේ නැති වෙලා යනවා. සම්පජ්ඤා ඇති කෙනාට නම් යම් කිසි වෙලාවක යම් කිසි සාර්ථකත්වයක් ඇති වුණා නම් ඒක අහක දාන්නේ නැහැ. මොකද දන්නවාද මේ සාර්ථකත්වය ඇති වුණේ අසාර්ථකද කම තුළින් බව දන්නවා. ඒක නිසා ආයි අසාර්ථක වෙනවාට වඩා හොඳයි වැඩක් කරන්න ඉස්සර කල්පනා කරල වැඩ කරනවා කියලා සම්පජ්ඤායට පුදුමාකාර සැලකිල්ලක් තියෙනවා. ඒකයි මම මතක් කෙරුවේ ඒකේ හරි ක්‍රියාශීලී ගතියක් තියෙනවා, නිකම් සෙල්ලක්කාර ගතියක් තියෙනවා. නමුත් ඒක එන්න එන්න තලතුනා ගතියකට පත් වෙනවා, පහු වෙනකොට. ඒ නිසා අනිකුත් යෝගාවචරයන් ගැන මනිනකොටත්, තමන් ගැන මනින කොටත් මේ කාරණාව හිතේ තියාගන්න

ඕන. යම් කිසි කෙනෙක් වැරද්දක් සම්පජ්ඣෙය්‍ය කරනවා නම් හැමදාම සැරයක් දෙසැරයක් නොකළත් හැදෙන්නෙන් නැහැ. ඒ නිසා කොහේදීද සමාව දිය යුත්තේ, කොතනැදි ද නඩුව ඇසිය යුත්තේ, කොහේදී ද දඬුවම් කළ යුත්තේ කියන එක හැම කෙනාටම කරන්න බැහැ. එක එක්කෙනෙක් විනිශ්චය කරන්න ඕන. ඒකට නඩුකාරයා හොඳටෝම සම්පජ්ඣෙය්‍ය ඇති කෙනෙක් වෙන්නත් ඕන ඒ නිසා අපි පුරුදු වෙන්න ඕන අපි මේ යන ගමනෙදී අපි පිළිබඳ විනිශ්චයේදී හෝ අනුන් පිළිබඳ විනිශ්චයේදී මේ සම්පජ්ඣෙය්‍ය හතරමයි ක්‍රියාත්මක වෙන්නේ. ඒ ක්‍රියාත්මක වීමේදීත් විනිශ්චයකට හදිසි වෙන්න නරකයි. හොඳට නඩුව සලකා බලන්න ඕන. ඒ සලකා බලන ක්‍රම හතර තමයි මෙතෙක්දී සාර්ථක වෙන්නේ. ඒකේදීත් යෝගාවචරයා විපස්සනා භාවනාවෙදී දෙන සම්පජ්ඣෙය්‍ය උත්කෘෂ්ට සම්පජ්ඣෙය්‍යක්. අර අපි කිව්වා වගේ ගොවිපොළක් පාලනය කරනකොට යෙදෙන්නේ නැහැ. ඒවා ළාමකයි. ළාමක එල සහිතයි. නමුත් මේක සතිපට්ඨානෙ දෙන සම්පජ්ඣෙය්‍යක්. ඒ නිසා අපි අද මතක තියාගන්න ඕන, ඒ සම්පජ්ඣෙය්‍ය හරි යන්න නම් ඉතින් අතුරු බාධක එන්නම ඕන.

සාධු! සාධු! සාධු!





### 5 වන ධර්ම දේශනය

තමෝ තසස භගවතෝ අරහතෝ සමමා සමබුද්ධස්ස .....//

“ඉධ භික්ඛවෙ භික්ඛු කායෙ කායානුපසස්සි චිහරති  
ආතාපි සමපඡනො සතිමා විනෝය ලොකෙ  
අභිඡ්ඤා දොමනස්සංති ති.”

ගෞරවනීය යෝගාවචර මහා සංඝ රත්නයෙන් අවසරයි. අපි සතියකට වතාවක් මේ විධියට ධර්ම දේශනා වශයෙන් පැයක් වෙන් කර ගෙන මේ විදියට අවස්ථා හතරක් පහක් තැන් පසු කරගෙන සතිපට්ඨාන සූත්‍රය දිගේ මේ කය අනුව, කයේ කය අනුව බලන කායානුපසස්සනා කොටසෙහි යෝගාවචරයකු සතු විය යුතු ගුණාංග හතරක් විග්‍රහ වන තැනටයි අද මේ පත් වෙලා තියෙන්නෙ. එයින් ආතාපි, චිරිය, සම්පඡඤ්ඤය සතිය, අභිඡ්ඤා, ව්‍යාපාද විනයනය කරන්නා වූ සමාධිමත් ගතිය කියන මේ කරුණු හතර වෙනත් නම්වලින් හෝ යෝගාවචරයන් අතර ප්‍රසිද්ධ කාරණා. ආතාපි කියන ගුණය නැත්නම් චිරියය වෛතසිකය වශයෙන් පෙන්නල දීල තියෙනවා. සම්පඡඤ්ඤය කියන වචනය සැබෑ ගුණ, නැත්නම් ප්‍රඥා වෛතසිකය වශයෙන් පෙන්නල දීල තියෙනවා. සතො, නැත්නම් සතිමා වශයෙන් මෙතැන තියෙන්නේ සතිමත් පුද්ගලයා සතිමත් යෝගාවචරයා කියන නාම වාචි පදයකින්. ඒ සතිය සති වෛතසිකය වශයෙන් පෙන්නල දීල තියෙනවා. අහල තියෙනවා. දන්නවා. අවසානෙ ඇත්තා වූ “විනෝය ලොකෙ අභිඡ්ඤා දොමනස්සං” කියන විද්‍යාව දොම්නස් අස් කිරීම සමථයකට පත් කිරීම, සමථය වශයෙන්, සමාධිය වශයෙන් පෙන්නල දීල තියෙනවා.

වෙන විදියකට බලනව නම් සත්තිස් බෝධි පාක්‍ෂික ධර්ම පිළිබඳව හුරු ඇති ඇත්තෝ මේ පංච බල, පංච ඉන්ද්‍රිය සාකච්ඡා කරනකොට, මේ හතරට ශුද්ධාවත් එකතු කරගත්තම පහක් වෙනව. පංච බල වශයෙන්, පංච ඉන්ද්‍රිය වශයෙන් සඳහන් කරන්නේ. එතකොට “ආනාපි සම්පජානෝ සතිමා විනෝය ලොකෙ අභිජ්ඣා දොමනස්සං” කියනකොට සතිය, ප්‍රඥාව, චිර්යය, සමාධිය කියන මේ හතරයි ගැනෙන්නේ. පසුගිය වාරවල අපි ඒ ආනාපි කියන ගුණයත් ඒ සම්පජ්ඣා කියන ගුණයත් පිළිබඳව සෑහෙන කරුණු ප්‍රමාණයක් ඉදිරිපත් කරගත්ත. අපි අද බලාපොරොත්තු වෙන්නේ මේ “සතිමා” කියන සතිපට්ඨාන සූත්‍ර යෙදුම අනුව අපි මේ කරගෙන යන වැඩ පිළිවෙළට ගන්න පුළුවන් මූලධර්ම, ඒ වාගේම ප්‍රායෝගික කොටස් ඉදිරිපත් කරගන්නයි. සතිමා කියන එක අපි කලින් සඳහන් කළා වාගේ සතිමත් පුද්ගලයා කියන අදහසයි සඳහන් වෙන්නේ. ඒ නිසා ජේන්න තියෙනවා සතිපට්ඨාන වඩන්න, සතිය පිළිබඳ මූලික දැනීමක්, හැඟීමක්, චිර්යය වගේම, ප්‍රඥාව වගේම, සමාධිය වගේම තිබිය යුතු තත්ත්වයක්. නැත්නම් තියෙන කෙනාට පමණයි, මේ සතිපට්ඨාන. අර අවසාන නිගමන කොට්ඨාශයට යනකොට දක්වන විදියට හත් අවුරුද්දක්, හත් මාසයක්, හත් දවසක් ආදී ඒ සීමා කරගත්ත කාලයක් තුළ තමන් බලාපොරොත්තු වෙන්නා වූ අභිමතයට, ප්‍රාර්ථනාවට ළඟා වෙන්න පුළුවන් වෙන්නේ. ඒ නිසා සතිපට්ඨානය මූලදීමත් යෝගාවචරයා සතු විය යුතු ගුණයක් සතිය. සතිපට්ඨාන තියෙන්නේ. මුත් ඒ සතිය වඩාත් තහවුරු කරගැනීමට දෙන උපදෙස් පන්තියක් එතකොට මූල, මැද, අවසාන වශයෙන් සති බල, යෝගාවචරයන් වහන්සේලාටත් පවතිනව. ඒ නිසා මූල, මැද, අග කියන මේ තුන් ස්ථානයටම සතිය අවශ්‍ය කරනවා.

ඒ නිසා සතිය පිළිබඳව බොහෝදෙනා දන්නවා. අහල තියෙනවා. නමුත් ඒවා නැවත නැවතත් සූත්‍ර කොටස්වල විවිධ විග්‍රහය යටතේ කොහොමද ඉස්මතු වෙන්නේ කැපී පෙනෙන්නේ කියල බලන කොට තමන් කරගෙන යන වැඩ පිළිවෙළේ තියෙන්නා වූ අඩුපාඩු, වැඩි පාඩු, නොදැනුවත්කම්, දුරු වෙනව. “අසසුතං සුනාති, සුතං පරියොදාපෙනි



දිට්ඨිං උජුං කරොති” ආදී වශයෙන් නාහපු ආත්තන්ට අහන්ත ලැබෙනවා. අහපු ආත්තන්ට අලුත් කරගන්න පුළුවන් වෙනවා. වැරදි තිබුණ නම් හදාගන්න පුළුවන් වෙනවා. මේ විධියට විවිධ ආනිසංස තියෙනවා. ඒ නිසා මේ සතිය කියන කොටස තමයි අපි අද සාකච්ඡා කරන්නේ, ධර්ම දේශනාවට ඉදිරිපත් කරගන්නට බලාපොරොත්තු වෙන්නේ. සතිය කියන වචනයට කොයි ආචාර්යයන් වහන්සේ නමක් වුවත් කොයි සම්ප්‍රදායානුකූල පොතක වුවත් ස්මෘතිය, අනුස්සතිය, නැවත මෙනහි කිරීම ආදී වචන තමයි සතියේ මූලික අර්ථය වශයෙන් පෙන්වන්නේ. සිහිය තියෙනවා කියල කිව්ව නම් අසවල් දවසේ මෙම දේ අදට සිහියේ තියෙනවා කියල කියන්නේ නම් ඒ පිළිබඳව මතකයේ පවතිනවා. අනුස්සතිය සිහි කරගන්න පුළුවන් ගතිය තියෙනවා. බුදු ගුණ සිහිපත් කරනවා ආදී වශයෙන් ඒ වාගේ මූලික වචන අර්ථ වෙන්නේ. සිහිය, මතකය කියන අර්ථය. නමුත් සතිපට්ඨාන ආදී තැන්වල යෙදෙනකොට මේවා විවිධාකාරයෙන් ඔප ගැන්විල, තෙද ගැන්විල ඒ පදවල යෙදෙනවා.

කොහොම නමුත් සතිය පිළිබඳව ථේරවාද සම්ප්‍රදායට අනුව මූලික සොයා බැලීමක් කරන කෙනෙකුට මේ ගැන සඳහන් වෙන මූලික පොත් දෙකක් වශයෙන් පටිසම්භිදා මාර්ගයත්, විශුද්ධි මාර්ගයත් කියන පොත් දෙක නැතුව බැරුව යනවා. ඒ දෙකේ තමයි මේ වාගේ කාරණාවක් විෂය මූලිකව හොයන්න පටන්ගන්නකොට මූලිකවම අවශ්‍ය කරන තොරතුරු සපයන්නේ. අපි දන්නවා පටිසම්භිදා මාර්ගය සාරිපුත්ත ස්වාමීන් වහන්සේගේ කෘතියක් වශයෙන් තමයි අපේ සම්ප්‍රදාය පිළිගන්නේ. පටිසම්භිදා මාර්ගයට ප්‍රස්තුතයක් වශයෙන් පෙන්නල දීල තියෙන්නේ, සිව් පිළිසිඹියා නැත්නම් පටිසම්භිදා ලබාගැනීම සඳහා අර්ථ, ධර්ම, නිරුත්ති, පටිභාන වශයෙන් කියන සිව් පිළිසිඹියා කියන විශේෂිත ගුණ, විශේෂඥ ගුණ ලබාගැනීම සඳහා සංග්‍රහ කරපු විශේෂ අත්පොතක්, පටිසම්භිදා මාර්ගය කියල කියන්නේ. ඒක ලොකු පොතක්. ඒක අපේ ලංකාවේ ත්‍රිපිටකයට ඇතුළත් කරලයි සඳහන් කරන්නේ. ඊගාවට විශුද්ධි

මාර්ගය යනු සංයුක්ත නිකායේ දේවතා සංයුක්තයේ “අනො ජටා බහි ජටා” ආදී වශයෙන් ගාථාවක් දේවතාවෙක් විසින් අසන ලදුව, සර්වඥයන් වහන්සේ විසින් දෙන ලද පිළිතුර “සීලෙ පතිධාය නරො සපඤ්ඤා” කියන ගාථාවට ලියපු අර්ථ කථනයක්.

මේ දෙකෙහි සතිය විස්තර කරන්නේ ක්‍රම දෙකකට. ඒක නිසා දර්ශනය පැත්තෙන්, මූලධර්ම පැත්තෙන්, පොත්පත් බලන ඇත්තෝ මෙතෙක් ගියාම අතරමං වෙනවා. මේ පොත් දෙකම අපේ ථේරවාද සම්ප්‍රදායේ පිළිගන්නා පොත් දෙකක්. විශුද්ධි මාර්ගය ලංකාවේ ත්‍රිපිටකයට ඇතුළත් කරලා නැහැ. නමුත් බුරුම රටේ ත්‍රිපිටක පොත් ඉල්ලනකොට විශුද්ධි මාර්ගයත් ඇතුළත් කරලයි. දෙන්නේ. ඒ තරමටම ඒක ඉතාමත්ම ඉහළින් සලකනවා. මේ විදියට සතිය පිළිබඳව පොත්පත්වල පවා මූලික අර්ථ විවරණ දෙකක් ඇති වෙන්න හේතුව, මොකද, සතිය ඒ තරමටම භාවිතාවේ තියෙන එකක්. විවිධ ඇත්තෝ විවිධාකාරයෙන් ඒක පාවිච්චි කරලා ඒක පිළිබඳව විවිධ අදහස් කියලා තියෙනවා. ඉතින් ඒක බොහෝම ශුභ තත්ත්වයක්. එහි ඇත්තා වූ හොඳ පමණක් ගන්නා පැත්තෙන් බලන විට, දෙකම හොඳයි. ඒ දෙකම අපට ප්‍රයෝජන ගන්න පුළුවන්. ඒ වාගේම තමයි වර්තමාන ශාසනේ පවතින්නා වූ තත්ත්වය දිහා බලනකොටත් සමහර යෝගාවචරයින් බෙහෙවින්ම සමථ භාවනාවට බරයි, නැත්නම් සමථයානිකයි. සමථ පූර්වංගම විපස්සනාවට පෙළැඹවීමට නිශ්‍රය සම්පත්ති සහිතයි. තව සමහර ඇත්තෝ ඉන්නවා විපස්සනාවට බරයි. විපස්සනා පූර්වක සුභ විපස්සනික වශයෙන් හෝ විපස්සනා පූර්ව සමාධියට යන යෝගාවචර ඇත්තන් නිශ්‍රය සම්පත්තිය අනුව වෙන් වෙනවා. මෙන්න මේ දෙකොටස අර පොත් දෙකේ දක්වන අදහස්වල වගේ මේ සතියේ අර ගැබ් වීමට, අර්ථ කථනයට දෙවිදියකින් කැමති වෙන ආකාරයක් ජේන්න තියෙනවා. ඒකම තව සාක්කියක් වශයෙන් තමයි පෙන්නන්න පුළුවන් වෙන්නේ.

අපි දැන් යෝගාවචරයා සතු විය යුතු කාරණා හතරක් ඉදිරිපත් කරගන්නා. සතිපට්ඨාන, ආතාපි, සම්පජානෝ, සතිමා, විනෙයා ලෝකේ අභිජ්ඣා දෝමනස්සං කියලයි ඒක පෙළ ගැස්සුවහම තියෙන්නේ, ඉන්ද්‍රිය ධර්ම, බල ධර්ම ගන්නකොට ශ්‍රද්ධාව, වීර්යය, සතිය, සමාධිය, ප්‍රඥාව කියල වෙන පෙළගැස්මක්. ඉන්ද්‍රිය ධර්ම, බල ධර්ම දෙකේම ඒක තියෙන්නේ. ඒ වාගේම ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය ගන්නාම සම්මා වායාම, සම්මා සති, සම්මා සමාධි, මේ සත්තිස් බෝධි පාක්ෂික ධර්මයයි අපි මේ ඒ පැත්ත, මේ පැත්ත පෙරළලා බලන්නේ. ඒක බලනකොට සතියට පෙරාතුව වීර්යයත්, සතියෙන් පස්සට සමාධියත් කියන මෙන් මේ කට්ටල දෙක එකට පෙළගැහිල තියෙන ගතිය කාටත් පිළිගන්න වෙනවා. ඒ නිසා යම් කිසි කෙනෙක් සතියත් ආතාපි වීර්යයත් දෙක ගැටලලා, ඒ අනුව තමන්ගේ විමුක්ති මාර්ගය හොයන්න පටන්ගත්තොත් ඒ පුද්ගලයා විපස්සනායානිකයි කියන නිගමනයට අපට එන්න වෙනවා. තව කෙනෙක් සතිය ඊට පස්සෙ ඇත්තාවූ සමාධියට, සමථයට ළං කරල ගත්තොත් ඒ පුද්ගලයා සමථ පූර්වාංගම, සමථයානික යෝගාවචරයෙක් කියල ගන්න පුළුවන්. ඒ නිසා සතියට කලින්, නැත්නම් සතියට ආසන්න කාරණා වශයෙන් පවතින්නා වූ වීර්යයට ළං කරල බලනකොට, සතිය බලකාරකයක් වශයෙන්, ශක්තිය දෙන්නක් වශයෙන්, ශක්තිය අත්‍යවශ්‍ය කරන කෙනෙක් වශයෙන් ජේන්න තියෙනවා. නමුත් සමාධිය පැත්තට ළං කරලා බලනකොට සතිය එව්වර බලවත් ක්‍රියාවක් කරන්නේ නැති, උපස්ථානයේ පවතින ගතියක් ජේන්න තියෙනවා. මේ දෙකෙන් භාවනාව කරනවා වෙන්න පුළුවන්, නොකරනවා වෙන්න පුළුවන්.

ප්‍රඥාවන්තයි කියාගෙන ප්‍රඥාවම ඉස්සර කරගෙන ප්‍රඥාවෙන්ම කාරණා බලන ඇත්තෝ සතිය සමාධියට බර කරලා දක්වන මේ විධිය ගැන අප්‍රිය ගතියක් තියෙනවා. භාවනා කරනකොට ඔව්වරම දැලෙන් ඕන නැහැ. ඔව්වර වීර්යය කරන්න ඕන නැහැ, තියෙන්නේ නිකම් බලා ඉන්න විතරයි කියන එක අදහස් කරනවා. නමුත් සතිය මේ ආකාරයට වීර්යයත් එක්ක සම්බන්ධ කරලා ඉදිරිපත් කරන්න කැමති ඇත්තෝ

මතක් කරනවා, එහෙම කරලා කවදාවත් මේ සතිපට්ඨාන ආදී ධර්ම වලට නම් තව දුරටත් ළඟා වෙන්න බැහැ. “කිවෙවන මෙ අධිගතං කලදොනෙප්‍රකාශිතුං” කියලා සර්වඥයන් වහන්සේ දේශනා කරනවා. ඉතාම බලවත් දැඩි විරියයකින් මම මේ අධිගමනය කරන ලද සතිය දේශනා කළාට කාටවත් තේරුම් ගන්න බැරි වෙයි කියන තරමට මාගේ සර්වඥයන් වහන්සේට සැක හිතූණා කියන නිදර්ශන ඒ ඇත්තො පෙන්වනවා. ඒ නිසා මේ බණ අහන ඇත්තන්ගේ ඇති මේ රුචිකම් දෙක සතිය, සමාධිය පැත්තට බැර කරලා බොහෝම සුඛ ප්‍රතිපදාවෙන්, මේ මට මාර්ගය ලැබේවා හෝ නැත්නම් මම ලබනවා, නැත්නම් මම ක්‍රියාත්මක වෙනවා කියන අදහස් මතිමතාන්තර නිග්‍රය සම්පත් සහිත ඇත්තො ඇති. ඒ වාගේම තව කෙනෙක් ඉන්න පුළුවන් මම බහා තබන්නේ නැහැ, විරියය දිගේම දල්වාගන්න ලද විරියයකින් දැඩි ආයාසයකින් මේ කෘත්‍ය කරනවා කියන ආකෘති විරියයට බර ඇත්තොත් පේන්න ඉන්නවා. ඒ සටන්, යුද ප්‍රකාශ කරගෙන ගැටෙන්න අවශ්‍යතාවක් නැහැ. මේ දෙකම දැතින් අල්ලගත්ත නිදර්ශනයක් ගත්තොත්, ආධුනික යෝගාවචරයාට ආකෘති විරියය අත්‍යාවශ්‍යයි. නැත්නම් ඕනෑම ව්‍යාපාරයකදී මුල් කාලයේදී ගොඩාක් මහන්සි වෙන්න ඕන. මහන්සි වෙලා සතිය කියන අවබෝධයක් කරගත්තට පස්සේ, වෙන විදියකට කියනවා නම් සතිය තමන්ගේ දෙපයින් නැගිටගෙන ඉන්න පුළුවන් මට්ටමකට ඇවිල්ල සමාධියට දායක වෙන මට්ටමට එනකොට එව්වර විරියය කරන්නේ නැතුව, ඥානවත්තව මේ හැසිරවීම කරන්න පුළුවන් ශක්තියකට සතිය එනවා. ඒ නිසා කියන්න පුළුවන් ආධුනික, හඳුන්වා දෙන ප්‍රාරම්භ අවස්ථාවේදී ආකෘති විරියයට බරපතළ විපස්සනාව කියල දෙන එකත්, හොඳට විපස්සනා ඥාන වැඩිගෙන එන විට සංඛාර උපෙක්ඛා දිහාට යනකොට අර විරියය කරන ගතිය, අර ප්‍රයත්න කරන ගතිය, අර ව්‍යාපාර කරන ගතිය අඩු වෙලා ඒ දිහා හුදු බැල්මකින් පවා මේ සතියේ අභිවර්ධනයක් සිද්ධ වෙනවා කියන එක තමයි විපස්සනා විත්ත විධියම සලකා බලන කෙනාට දක්වන්න පුළුවන් මධ්‍යයට සුඛ දැඩි, සුභදායී අර්ථ කථනයක්.

ඒත් මේ අර්ථය වුණත් හුඟාක්ම ගැළපෙන්නේ ශුද්ධ විපස්සනා යෝගියාට. ශුද්ධ විපස්සනිකයාට. හරියට උපමාවකට කියනව නම් ගඟක් හරහා එගොඩ පීනන්න ඉතාමත්ම දැඩි ආයාසයකින් පමාවක් නොවී වහා ක්‍රියාත්මක වෙන්න දඟලන කෙනා මේ ගඟේ දැනි මෝරු ඉන්නවද, කිඹුල්ලු ඉන්නව ද, මිනීමෝරු ඉන්නවද, මොනවත්ම දන්නෙ නැහැ, දිය පාර කොච්චර සීතලද, දිය ඇල්ල කොච්චර වණ්ඩද, මොනවත් දන්නෙ නැහැ. අර දුවගෙන ආපු ගමන්ම ජල පාරට පැනල තමන් තමන්ගෙ දැකීන්, දෙපයින්, හිසින්, සම්පූර්ණ ප්‍රයත්න කරගෙන මියැදෙමිවා, රැ කෙමිවා කියලා ඒ කටයුත්ත කරගෙන ගඟ මැදට යනකම්ම එන්න එන්න වැඩි කළ යුතු තදබල ආයාසයක් අවශ්‍ය වෙනවා. එහා පැත්ත හරියට යනකොට නම් අර ආයාසය ක්‍රමයෙන් ක්‍රමයෙන් අඩු වෙලා ගඟ මිය කියන තරම් භයානක නැතිනම් තමන්ගෙ කාරණයත් තේරිල ක්‍රමයෙන් එහා පැත්තට සේන්ද්‍ර වෙන ගතියක් තියෙනවා. එම නිසා ඒ මනුස්සයා ජීවිතය සඳහා දැඩි ප්‍රයත්න කළ යුතුයි. මොකද අර තියෙන භයට, සැකයට කරගෙන යන තරමට ප්‍රයත්නයම ඉදිරිපත් විය යුතුයි. මේක අපි නිදර්ශනයට පෙන්වන්නෙ ශුෂ්ක විපස්සක යෝගාවචරයා සඳහා. ඒ සඳහා උපමා වශයෙන් සමථයානික යෝගාවචරයා පෙන්වන්නේ මෙගොඩ ගොඩේ පොඩ්ඩක් පමා වෙලා, දිරව්ව ලී කැල්ලක් හෝ කෙසෙල් කඳක් හෝ සොයාගෙන, වැල් පටකින් ගැටගසාගෙන පහුරක් හදාගන්නවා. ඒ පහුරක් උපයෝගී කරගෙන අතිනුත් පයින් උත්සාහ කරමින් තමයි එගොඩට යන්නේ. ඒ නිසා ඒ දෙවන සඳහන් කරන පුද්ගලයා සප්පාය ආකාරයකින් පහුරක් හදාගන්න මෙගොඩ ගොඩේ ටිකක් පමා වෙනවා. විපස්සනා යෝගාවචරයා, හිස ගිනිගත්තකු ඒ ගිනි නිවන සේ තරම්වත් පමා වක්, පහුරක් හදාගන්න තරම්වත් මෙගොඩ ඉවුරෙ පමාවෙන්නෙ නැහැ, ආපු වේගෙන්ම ගඟට පනිනවා කියලා. ඉතින් මේ තත්ත්වෙන් සමහරු ඒ අර ආපු වේගයෙන්ම ගඟට පැනල අතින් පයින් වීර්ය කර එගොඩට යෑම සෙල්ලක්කාර ගතිය වැඩියි කියල වෝදනා කරන්නත් ඉඩ තියෙනවා. ඒ වාගේම සමථයානික යෝගාවචරයා දක්වන්න පෙන්වු

නිදර්ශයේදී මෙගොඩ ගොඩේ පොඩ්ඩක් පමා වෙලා පහුරක් හදාගන්න කරම් ලී කෝටු හොයමින් වැල් හොයමින් පමා කිරීම අප්‍රමාදයට විරුද්ධව යනවා කියලා ඉස්සරහ කියපු කණ්ඩායමෙන් වෝදනා එල්ල වෙන්නත් ඉඩ තියෙනවා.

නමුත් ථේරවාද ශාසනේ මේ තුන් කොට්ඨාසයම ඉන්නවා. සමහරු වෝදනා කරනවා විතරයි. භාවනා කරන්නේ නැහැ. නමුත් මේ ධර්ම දේශනාව ඒ ඇත්තත් සඳහා නොවෙයි. අපි මේ සාකච්ඡා කරන්නේ දැනුමෙන් මේ තත්ත්වයට බැහැල, මේ දෙකින් එකක්, එක්කෝ සප්පාය කරුණු සොයාගෙන යම් ප්‍රමාණයකට සමාධි හදාගෙන සතියත් උපයෝගී කරගෙන එගොඩට යන්න හදන ගමනක්. එහෙම නැත්නම් තදබල සංසාර හය නිසා සංවේග ඥාන පහළ කරගෙන මියෙමිවා රැකෙමිවා කියල ඒ ගඟට බැහැල පීනන ශුද්ධ විපස්සක යෝගාවචරයාගේ පැත්තෙන් බලනකොට, මේ දෙකෙන් මේ ශුද්ධ විපස්සක යෝගාවචරයාට, සිත් ගන්නාසුලු නැත්නම් සිත් ගත් කෙනාට, වෙනත් ප්‍රයෝජන ගෙන දෙන්නා වූ සුළු අර්ථ කථනයක් විශුද්ධි මාර්ගයේ දක්වනවා. පටිසම්භිදා මාර්ගයේ පෙන්වන අර්ථ කථනය ගොඩක් මෝරව්ව සමථය සහිත යෝගාවචරයාට ගැළපෙන ගතියක් තියෙනවා. ඒ නිසා මේ දෙකම අපේ සම්ප්‍රදාය පිළිගන්නා මත වශයෙන් තේරුම් අරගෙන, ඒ වාගේම තමන්ගේ යෝග ජීවිතය සම්පූර්ණ වෙන්න කිට්ටු වෙනකොට සතියේ පරමිත්ත, ජීවත් වෙනවා කියන අදහසින් පරම, නියත, ප්‍රඥාවෙන් නියුක්තව සතිය මෝරනකොට මේ අවස්ථා තුනම තමන් පහු කරන කොට නම් හොඳට තේරෙනවා, මේ එක එක පැතිවලින් මේ ප්‍රශ්නය දිහා බලල ඉදිරිපත් කරපු අර්ථ කියල. පෙරහැරේ මුල පැත්තෙන් බලලා, මැද පැත්තෙන් බලලා, අග පැත්තෙන් බලලා ආදී වශයෙන් පෙන්වන අර්ථ විවරණ. ඒ නිසා අපේ දක්ෂතාව තියෙන්න ඕන ඒ භාවනාවේ විදිය දිහා බලල මේ වෙලාවේ යෙදවිය යුත්තේ මොන ආකාර සතියක්ද කියල තේරුම්ගැනීමේ ශක්තිය. ඒක සම්පෘජ්ඤාය. අපි තේරුම්ගන්න ඕන ඒ ඉදිරිපත් වෙන බාධක ධර්මවලදී යෙදවිය යුතු, සලකා බැලිය යුතු කාරණා සලකා බලලා



සාර්ථක සම්පජ්ඣ්ඤාය, ගෝචර සම්පජ්ඣ්ඤාය ආදී වශයෙන් තමන්ගේ වැඩ පිළිවෙළට අත්‍යාවශ්‍ය කරන්නේ ඒ වෙනස්කම ප්‍රතිසංශෝධනය කරගෙන ඉදිරියට යන්න පුළුවන් ශක්තියයි.

ඒ නිසා සතිය පිළිබඳව වාද, සතිය පිළිබඳ ඉදිරිපත් කරල තියෙන විවිධ අදහස් කිසිසේත්ම අපට නතර වෙන්න, පමා වෙන්න, සැක කරන්න, කුකුස් කරන්න දේවල් නොවේ. අවශ්‍ය කරල තියෙන්නේ ඒවා තමන්ගේ භාවනාවේ අවශ්‍ය තැනට, අවශ්‍ය ආකාරයට යොදාගන්නයි. ඒ නිසා ශුද්ධ විපස්සක යෝගාවචරයින්ට හොඳටම ගැලපෙන ආදර්ශය තමයි මූලින් දැඩි විරියයක් අවශ්‍යයි. ආතාපි විරියයක් අවශ්‍යයි. මේ “මූලින්” කියන එකෙන් අදහස් කරන්නේ යෝග ජීවිතයට බහින අවස්ථාව. අපි මතක් කළා ආතාපි විරියය ගැන කථා කරනකොට, ඉහළට විදින්න හදන්න සකස් කරල තියෙන රොකට් යන්ත්‍රයක්, යානාවක් ගත්තොත් ඒක මුල්ම දියත් කිරීමේ වැඩ පිළිවෙළින් පාවිච්චියේ තියෙන දැඩි ගුරුත්වාකර්ෂණයට විරුද්ධව ක්‍රියාත්මක කිරීමේදී, ඒ තියෙන 80% ක් පමණ ඉන්ධන දවාගෙන, මහ පොළොව ගුගුරුවාගෙන, ගිනි දලු විසුරුවා ගෙන සම්පූර්ණ පුපුරා යෑමක් වාගේ තමයි සිද්ධ වෙන්නේ. ඒ වාගේ තමයි ආතාපි විරියය, ආරද්ධ විරියය, ආරම්භ ධාතු ඉතාමත්ම ලොකු කම්පනයක්, ලොකු වෙනසක් ඇති කරනව. ගිනි ගෙය අතහැරලා නැදැයින්ගෙන් වස්තුවෙන් අයින් වෙලා, යෝග ජීවිතයට බහිනව කියලා කිව්වම ඒක ඉතාමත්ම ප්‍රකටව වැටහෙනවා මේ උපාසක මට්ටමක ඉඳල පැවිදි මට්ටමට පත් වෙන කෙනෙක් වුණොත් හොඳටම තේරෙනවා. දිහා බලා හිටියත් තේරෙනවා. ඊට පස්සේ යෝග ජීවිතයට හෝ පැවිදි ජීවිතයට පත් වෙලා, එහි ඒක පවත්වාගෙන යන ඇත්තොත් ඉන්නවා. ඒකෙ යන්න ගියාමත් නැවත නැවත ඒ ගිනි සම්බන්ධකම් සහ පැවිදි සම්බන්ධකම් දෙකම පවත්වාගෙන යාමේදී ක්‍රමානුකූලව, පැවිදි පැත්තට නැමී යාමක් නැත්නම්, අලිම අවුලක් ඔතන තියෙන්නේ. අර කඩාගත්ත කඩාගැනිල්ල පවත්වාගෙන යනවයි කියන එක දෙලොවක් අතර හිර වෙන මට්ටමට පත් වෙනවා. ඒක අපි කිව්වේ පශ්චාත්ත විරියය. ආරම්භක ධාතු නික්බම



ධාතු කියනව වාගේ පග්ගහිත වීර්යය අල්ලාගන්නා වූ බර අල්ලාගෙන යන්න. ඊළඟට තමයි ඒක අවසානෙ පරිපූර්ණ වීර්යය බවට පත් වෙලා වීර්යේ කෘත්‍යය සමාප්ත කරල, මුදුන් පත් වීමක් සිදු වෙන්නෙ. මෙන්න මේ තුන් අවස්ථාවේදි සතිය ක්‍රියාත්මක වෙන්නෙත් ඔය තාලෙටමයි.

අපි සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ මූල සිට අග දක්වා කොච්චර කටපාඩම් කරලා, ගුරු ශිෂ්‍ය පරම්පරාව වශයෙන් කී දිනකට පුරුදු කරල තිබ්බත්, අවාසනාවන්ත තත්ත්වයක් වෙන්න පුළුවන්. සතිය කියල කියන්නෙ මොකක්ද කියා නාඳුනන කෙනකු වෙන්න ඉඩ තියෙනවා. කටපාඩමෙන් දන්නවා, ඔක්කොම දන්නවා. නමුත් සතිපට්ඨානය කියවල දෙන්න පුළුවන් කියල කියන්නේ සතිය. මූලික දේ සතියයි කියල තේරුම්ගන්න හුඟක් කල් යනවා. පැවිදි වෙලා හිටියත්. ආන්න පරිවර්තනයක්. මේ මුළු බුන්මවරියා ජීවිතයේම ප්‍රධාන කාරණාව සතිය පිහිටුවීමයි කියලා ඒක තේරුම් ගත්ත දවසෙ ඒ පුද්ගලයාගෙ ජීවිතයේ විශාල පරිවර්තනයක් සිද්ධ වෙනවා. පැවිදි වේවා, ගිහි වේවා, ස්ත්‍රී වේවා, පුරුෂ වේවා, බෞද්ධ වේවා, අබෞද්ධ වේවා, "හික්කවෙ සබ්බතිකා වදාමි" කියා සර්වඥයන් වහන්සේ දේශනා කරලා තියෙනවා. මහණෙනි, සතිය මේ සියල්ලමයි කියනවා වගේ දේශනා කරලා තියෙනවා. සියලු අර්ථය සලසල දෙනවා. ඒ කියන්නෙ ආරම්භයේදීම සතිය අවශ්‍යයි. ඒ සතිය ඇති කරගන්න වෙලාවෙ ඒ සත් අවුරුදු මල් මද කුමරියක් වෙන්නත් පුළුවන්. එහෙම නැත්නම් අවුරුදු විසි තිස් ගණන් භාවනා කරපු, කෙස් බිමට ඇදෙනකන් භාවනා කරපු, නිය අඩි ගණන් දික් වෙනකන් භාවනා කරපු තපොවාද්ධ තාපසයකු වෙන්න පුළුවන්. නමුත් ආරම්භයේදීම ඉතාම දුෂ්කරයි. ඒ දුෂ්කර වූ සතිය මේ වාගෙ සමයක් දෘෂ්ටික ශාසනයේ ඉන්න කලාණ මිත්‍රයකුගෙන්මයි දැනගන්න වෙන්නේ. පොත්පත්වලින් අමාරුයි. තර්කයෙන් අමාරුයි. වෙන මොනම ඉගැන්වීමෙකුත් ආසිරි ගැන්වීමෙකුත් අමාරුයි. ආන්න ඒ විධියට ඉස්සෙල්ලම සතිය පිහිටුවාගන්න ගියාම තමන් අද උපන් ළදරුවකුගෙ මට්ටමට හිත හදාගන්න. මම දන්නවා, මට පුළුවන්, මම කරනවා කියන අදහස මේ සතියේ තියෙන මෘදු

ආරම්භයට ඉතාම බාධාකරයි. ඒ නිසා හැම දේ සිහියෙන් යුක්තව නැවතිල්ලේ ගෞරවයෙන් යුක්තව පටන් අරගෙන කරන්න. ආන්න එහෙම කරගෙන කරගෙන යන කොට වරදින ප්‍රමාණය හරි යන ප්‍රමාණයට වඩා වැඩියි. බොහෝමත්ම වැඩියි.

එම නිසා එක ගුණයක් මෙතෙන්දී පැහැදිලිව ඉදිරිපත් වෙනවා. වැරදිල්ලෙන්මයි හැදෙන්න තියෙන ගතිය. නැතිනම් මම ගුරුවරයාගෙන් අහගෙන කට පාවිච්චි කරගෙන හරියටම එක සැරේම කරනවා කියන කෙනකුට කවදාවත් බැහැ මේ සතිය පිළිබඳ විශේෂ භාවයට පත් වෙන්න. සතිය පටන්ගන්න ඕන නම් අද අපට ලැබිල තියෙන දේවල් හොඳටෝම ඇති. අලුතෙන් කිසිම දෙයක් අවශ්‍ය කරන්නෙ නැහැ. අවශ්‍ය කරන්නෙ මේ ඇති තත්ත්වය පිළිබඳව එළඹ සිටි සිහියයි. මේක කරනකොට ඒකාන්තයෙන්ම වරදිනවා. ඒ වැරදිල්ල තුළින් තමයි හැදෙන්නෙ කියලා මෙන්න මේ හැකි සංඥාව දැන් කාලේ පාවිච්චි කරන වචනය තමයි ධනාත්මක චිත්තනය ධනාත්මක ආකල්ප ඇති කරගත්තොත් ඒ පුද්ගලයා කොච්චර ව්‍යාපාර කළත් කොච්චර වෙහෙස වුණත් මේ ළදරු ළපටි හිත නිසා ඒක බරපතළ කරගන්නෙ නැහැ. ඔක්කොම සියල්ල සම්පූර්ණ කරන්න බැරි බව දන්නවා. ඒ නිසා ක්‍රමයෙන් ටික ටික පටන්ගන්නවා. මේක ඉතාම දුෂ්කර අවස්ථාවක්. හැබැයි සතිය පිළිබඳ බණ අහපු, සතිය පිළිබඳ දියුණු කල්‍යාණ සත්පුරුෂයන් ආශ්‍රය කළ, ධර්ම සාකච්ඡා කළ කෙනාට මේක විනෝදයක් කරගන්න පුළුවන්. මේක තමයි අපි කළ යුතු දේ. එනිසා අපි හැකි ප්‍රමාණයෙන් සතිය පිහිටුවිය යුතුයි කියලා මහ ලොකු වැරැද්දක්, මහ ලොකු ආත්මාහීනමානයක්, නැත්නම් ආත්මය පැරදීමක් විධියට ගන්නෙ නැහැ. මේක නිකං හුරතලයක්, විනෝදාංශයක් කරගත්තොත්, අර බරපතළ දේ අඩු කරගන්න පුළුවන්.

සංයුක්ත නිකායේ එක තැනක සර්වඥයන් වහන්සේ ඉදිරියට සර්වඥතා ඥානය ලබාගත්තට පස්සෙ මාරයා ඇවිල්ල මතක් කරනවා

ඔය හිතාගෙන හිටියට ඔය සර්වඥතාවයක් ඇත්තෙ නැහැ. මගේ වසඟේ තමයි තාම පවතින්නෙ කියලා, සර්වඥයන් වහන්සේගේ හිතට එහෙම බලපෑමක් කරන අවස්ථාවෙ උන්වහන්සේ දේශනා කරනවා, මේ අති දුෂ්කර වූ, බ්‍රහ්මචරිය කෘතිය අතේ මම හමාර කළා, “සාධු ධීතො සතො බොධිං සමපජ්ජගන්ති සමගතො” කියල උන්වහන්සේ දේශනා කළා මනා කොට සතිය පිහිටුවාගත්ත නිසා මම සම්බෝධිය අවබෝධ කළා කියලා, උන්වහන්සේ චිත්ත වෛතසික ධර්ම ගොඩාක්, ලෝක ධර්ම ගොඩාක් දේශනා කරපු උතුමන්වහන්සේ නමක්. උන්වහන්සේ කියනවා, නමුත් මම ගොඩ වුණේ හොඳ වෙලාවට, හොඳ විධියකට සතිය පිහිටුවාගත්ත නිසා. ඉතින් මේක මෙන්න මේ තාලෙට වෙන විදියට කියනවා නම් සතිපට්ඨානය කියන්නෙ සතියයි. මේක පිහිටුවාගැනීම තමයි යෝග ජීවිතය කියල කියන්නේ, මේක තමයි බ්‍රහ්මචරියාව කියන්නේ. මේක තමයි ශ්‍රමණ ධර්ම සම්පූර්ණ කරනව කියන්නේ, මේක තමයි ශාසනය පවත්වනවා කියල කියන්නේ, මේක තමයි හික්මෙනවා කියලා කියන්නේ, ආදී වශයෙන් මේ සතියම ඉදිරිපත් කරගෙන යනවා නම් ඒ ජීවිතය ඉතාමත්ම මුල් කාලයේදී ගොඩාක් වීර්යය වැය කරන සුලු, ගෙවෙනසුලු බව වෙහෙසකර බව හැබෑව. නමුත් කල්‍යාණ මිත්‍රයන් ආශ්‍රයට ඉන්නකොට ඒක හුදු විනෝදාංශයක්. ඒ නිසා එවැනි පරිසරයකදී සඳහන් කරන්නේ. මේ කල්‍යාණ මිත්‍ර ආශ්‍රයම තමයි මුළු බ්‍රහ්මචරියාවම කියන්නේ.

ඒ නිසා සතිය මුල් කොටස ඉතාම දුෂ්කරයි. ඒ නිසා කවදාවත් නරකයි මේක ලේසියෙන් තේරෙනවා, ලේසියෙන් කරන්න පුළුවන් දෙයක් කියා හිතන්න. මම කෙනෙකුට ලේසියෙන් අවබෝධ කරල දෙනවා කියල කාටවත් ප්‍රකාශ කරන්න බැහැ. ඒ මොකද අපේ ජීවිතේ අපට හුරු කරලා තියෙන්නේ අහවල් දේ වුණොත් හොඳයි, අහවල් දේ වුණොත් නරකයි, අහවල් දේ සුඛයි, අහවල් දේ අසුඛයි, අහවල් දේ මංගලයයි, අහවල් දේ අවමංගලයයි, කියල පරණ මළකඩ කාපු හමස් පෙට්ටියක් තියෙනවා. සංඥාවෙන් හැම දේම කරන්න ගියාම අපි ඒ හමස් පෙට්ටිය

ඇරල, ඒකට දාල ගළපලා තමයි මේ වර්තමාන මොහොත මනින්න හදන්නේ. ඒ වර්තමාන මොහොතට සෘජුවම මුහුණ දීමේ ශක්තියක්, කොන්දක් සාමාන්‍ය පෘග්ඡනයටත් නැහැ, පණ්ඩිතයෙකුටවත් නැහැ. ලෝකේ සම්මත පණ්ඩිතයෙකුට, එහෙම නැත්නම් දාර්ශනිකයෙකුටවත් නැහැ. ඒ ඇත්තන්ගේ බලය, සංඥා ටික අයින් කළොත් ඇට සැකිල්ල නැති මස් ටිකක් බවට පත් වෙනවා ඔය ඇත්තන්ගෙ දැනුම. සෘජුවම කිසිම දේකින් සිත වරදවා ගත්වන්නෙ නැතුව වර්තමාන මොහොතට මුහුණ දීමේ හැකියාවක් සර්වඥයන් වහන්සේ, ඒ සිද්ධාර්ථ කුමාර, නැත්නම් තාපස කාලේ ඇති කරගත්ත අර විප්ලවකාරී අදහසින් මතු කරගත්තා මිසක්කා මේ ලෝකෙ කාටවත් පහළ වෙන්නෙ නැහැ. ඒගොල්ලො හිතන්නෙ වර්තමාන මොහොතට මුණ දෙන්න සන්නාහකයක් බැඳගෙන ඉන්න ඕන, ස්වයංක්‍රීය ආයුධ තියෙන්න ඕන, සෘද්ධි බල තියෙන්න ඕන, අභිඥ තියෙන්න ඕන. එහෙම නැතුව වර්තමාන මොහොතට මුණ දෙන්න බැහැ කියලා. මේ කියාපු ඔක්කොම නුසුදුසුකම් බවට පත් වෙනවා හුදු සතිය ඉස්සරහ. කිසිම ආසිරි ගැන්වීමක් අවශ්‍ය නැහැ. කිසිම ආයුධයක් අවශ්‍ය වන්නෙ නැහැ. කිසිම අභිජ්ඣාවක් අවශ්‍ය කරන්නෙත් නැහැ. මොනම දෙයක්වත් නැහැ. “සාධු ධීනො සතො බොධිං සමපජ්ජගති”. බලනකොට සතිය පිහිටුවාගත්ත නිසා බෝධිය අවබෝධ කරගන්න පුළුවන් වුණා. නැත්නම් සතිය කියන්නෙ සියල්ලමය කියල සර්වඥයන් වහන්සේ දේශනා කළේ මේ සතියෙ ඇත්තා වූ මේ නෛසර්ගික ගතිය නිසා.

එහෙම නමුත් සර්වඥතා ඥානයෙන්ම දේශනා කරනවා මේකෙ ආරම්භය දුෂ්කරයි. අපි දන්නවා මව් කුසෙන් බිහි වෙච්ච පුංචි දරුවෙකුට ලෝකෙ කොච්චර විෂමද, ලෝකෙ කොච්චර සංකීර්ණද, පුළුවන් වෙයිද වැස්සත් පින්තත් එක්ක ජීවිතේ සටන් කරල ජීවත් වෙන්න. පුළුවන් වෙයිද තමන්ට අවශ්‍ය කරන ආහාර ටික ලබාගන්න. නමුත් අර දෙමාපියන් කියන සත්පුරුෂයෝ ළං වෙච්ච නිසා දෙමාපියෝ ඒ දරුවා කෙරෙහි

යෙදී බැඳී ගත කරන ගතිය නිසා, දෙමාපියන්ට දරුවා හුරතලයක් බවට පත් වෙනවා. ආත්ත ඒ වාගේ තමයි සතිය පිහිටන්න යම් කිසි කෙනෙක් පටන් අරගත්තොත් අද උපන් දරුවකුට වාගේ, අනිත් කල්‍යාණ මිත්‍රයෝ, දෙමව්පියෝ වාගේ උදව් කරන්න ඕන. ඇයි නුඹට අතපය තියෙනවා හම්බ කරගෙන කාපන් කියන්න නරකයි. ඉතාමත් දුෂ්කර වැඩක් මේ කරන්න හදන්නේ. කොන්ද පණ නැහැ. භාෂාවක් දන්නේ නැහැ. රූවි අරුවිකම් මොනවද කියල දන්නේ නැහැ. වස විෂ හඳුනන්නේ නැහැ. ඒ තරම් උපදින ළාමක සතියක් තමයි කෙනෙකුට පිහිටන්නේ.

මේක පිළිබඳ මෙව්වර විස්තර කරන්නේ මේවා අහනකොට හිත පණ ගැන්වෙන්න. මේ හුඟ දෙනෙක් මේ මට්ටම් හොඳට තේරුම්ගත්තා. ඒක කිසා අපි මෙතෙක් කල් තිබුණා නම් යම් කිසි දැනුමක් වයස් මෝරව්ව ගතියක්, වෙන කුලවත්තකමක්, බලවත්තකමක්, ධනවත්තකමක්, මේ සියල්ල පාවා දෙන්න කියනවා පාවා දීලා, අද උපන් දරුවකු සේ ඒ දේට පත් වෙන්න පුළුවන් නම්, පටාවාරා ඉදිරිපිට බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළා වාගේ නැගණියනි, සතිය පිහිටුවාගන්න කියලා, අපිට අලුතෙන් සලකා බලන්න පුළුවන් මොන ව්‍යසන තිබුණත්, මොන නම්බුකාරකම් අපි ළඟ තිබුණත්. ඒ නිසා ආරම්භය දුෂ්කරයි. ඒ නිසා ආත්ත ඒ දුෂ්කර ආරම්භය විස්තර කිරීම සඳහා මේ විශුද්ධි මාර්ගය පෙන්නලා තියෙන සතිපට්ඨානය පිළිබඳ, සතිය පිළිබඳ අර්ථ කථනය හොඳ ගැමීමක්, ඒ වාගේම ප්‍රායෝගිකත්වයක් අරන් දෙනවා. උපයෝගිතාවක් පෙන්නල දීල තියෙනවා. මේක නිකන් හිටියම හරියනවා. සතිය කියන්නේ මෙහෙම අත් දෙක බැඳගෙන කරන්න පුළුවන් දෙයක් කියල කිව්වොත් කවදාවත්ම මේකට බහිත එකක් නැහැ. මේක හොඳයි බුද්ධාගම හඳුන්වාදෙන්න බුද්ධාගමේ භාවනා නොකරන පණ්ඩිතයන්ට. නමුත් ඒ වැඩේට බහින්න යන කට්ටියට නම් ඒක පෙන්නල දෙන්න ඕන කටු කොහොල් සහිත බීමක්. මේක ඉතාමත්ම සීරුවෙන් යන්න ඕන. නමුත් ශාසනයක් තියෙන කාලෙනෙ අපි ඉපදිල තියෙන්නේ. බුද්ධෝත්පාද කාලයක්, මනුස්ස ආත්ම භාවයක් ලැබිල තියෙනවා. බණ අහලා, ධර්ම සාකච්ඡා කරලා, හිතලා,

තියෙනවා. ඒ වාගේම කල්‍යාණ මිත්‍ර ආශ්‍රය තියෙනවා. ඒ වාගේම සද්ධර්මය දේශනා වෙනවා. පැවිද්ද තියෙනවා. මේවා ඔක්කොම ළං කර ගත්තොත් නම් සතිය පිහිටුවීම විනෝදාංශයක් කරගන්න පුළුවන්. එහෙම නැත්නම් මම කිසි කෙනෙකුට යටත් වෙන්නෙ නැහැ. මට ඕන වෙනමම මේක ඇති කරගන්න කියලා උත්සාහ කළාට නිකන් ඉඳල කරගන්න පුළුවන් කියන අදහස ගත්තට, සතියෙදි හුඟාක් වෙලාවට ඒක නිකම්ම හුදු මානසික ක්‍රීඩාවක් බවට පත් වෙනවා. එහෙම නැතුව යාදෙන වැඩක් වෙන්නෙ නැහැ.

ඉතින් සතිය පිළිබඳව විශුද්ධි මාර්ගය පෙන්වන්නෙ අපිළාපන ලක්ඛණ කියල පොළො පනින ගතියක් නැති බව. යම් කිසි දේකට සතිය පිහිටුවන්න අවශ්‍ය නම් ඒ දේට විනිවිද කිඳා බහින්න ඕන. මතුපිට පා වෙව් අරකත් කර කර මේකත් කර කර සතිය පිහිටුවන්න බැහැ. අපි දන්නවා පුංචි දරුවෙකුට මොනම දෙයක් හම්බ වුණත් ඒ දරුව මුළු හදින්ම, දැතින්ම තමයි බදාගන්නේ. නමුත් වැඩිමහල් තත්ත්වට පත් වෙලා ඉහළට යනකොට තමයි වැඩ දෙක තුන එක වර කරන්න පටන් අරගන්නෙ. ආන්න ඒ ළදරු හිතක් තියෙනවා නම් අපි යනකොට, එනකොට, කනකොට, බොනකොට, ඉස්සරහ බලනකොට, පැත්ත බලනකොට ආදී සෑම ක්‍රියාවලියකදීම ඒ වැඩේ පමණයි. ඒකට මුළු හිත, සතිය යොදා කටයුතු කරනවා නම්, ඒ කරන දේට හිත බහින ගතියක් තියෙනවා. ඒ කරන දේට කිමිදෙන ගතියක් කිඳාබහින ගතියක්. ඒකත් අර උදයබ්බ ඥාන භංග ඥාන ආදිය පහළ කරගෙන සිරුවෙන් සක්මන් කරන යෝගාවචරයෙක් ලබන තරම් ගැඹුරු කිඳාබැහීමක් නොවේ. නමුත් වෙන කිසිම කලෙක නොයෙදීවිච විධියේ අමර බැහීමක්, අමර විදියෙ කිඳා බැහීමක් සිද්ධ වෙනවා. ආන්න එහෙම වුණොත් විතරක් අපට එක වෙලාවට හිත ආශ්‍රය කරන්නෙ එක අරමුණයි කියන මූල ධර්මය තේරෙනවා. එහෙම නැත්නම් අපට හිතෙන්නෙ අරමුණු රාශියක් හිතට ගන්න පුළුවන් කියලා. කනයි, නාසයයි, දිවයි, ශරීරයයි ඔක්කොම වැඩ



කරනවයි හිතාගෙන ඉන්නවා. හොඳ සතිමක් කෙනා දන්නවා කන වැඩ කරන විට ඇහැ වැඩ කරන්නේ නැහැ, ඇහැ වැඩ කරන වෙලාවෙදී, දිව වැඩ කරන්නේ නෑ. දිව වැඩ කරන වෙලාවෙදී නාසය වැඩ කරන්නෙ නැහැ. නාසය වැඩ කරන වෙලාවෙදී කය වැඩකරන්නෙ නැහැ. එක වරට එකයි. ඒ අනුව බලනකොට අපි රූකඩ වාගේ. නමුත් මේ ඇහේ ඉඳල කනට යන්න, කනේ ඉඳල දිවට යන්න ආදී වශයෙන් මේ හිතේ තියෙන වහා යුහුසුඵ වෙනස් වන ගතිය නිසා අපට ජේනවා පූර්ණ සතින්දිය. මට ඉන්ද්‍රියන් හයම තියෙනව කියලා මට අයිතිවාසිකම් කියන්න පුළුවන් ගතියක් තියෙනවා. නමුත් සතිමක් වෙලා බලන විට ජේනවා පදාස පිටින් අන්ධකාරයි. එක රේඛාවයි ගිල්ලන්න. හිතයි ඇහැයි සම්බන්ධ වෙච්ච වෙලාවෙදී කන පැත්ත අන්ධකාරයි. නාසය පැත්ත අන්ධකාරයි. දිව පැත්ත අන්ධකාරයි. හිත ඇහැට සම්බන්ධ වෙලා පෙනීම කෘත්‍යය සිදු වෙනවා එච්චරයි. ඉතින් ඒ වෙලාවෙදී පෙනෙන බව දන්නවා නම්, සතිය ඒකට පිහිටෙච්චා නම්, පෙනීම හොඳට සිදු වෙනවත් එක්කම බොහෝ වාරයක් පෙනීම මෙනෙහි කරනකොට ජේනවා, පෙනෙන වෙලාවෙදී ඇහැ මිස නාසය, වැඩ කරන්නෙ නැහැයි කියලා. දිව, කන, ශරීරය වැඩ කරන්නෙ නැහැයි කියලා. ඒ පැත්තේ තියෙන්නෙ මහ විශාල පාඵ වෙච්ච ගති. අන්ධකාර ගති, හයංකර ගතියක්. කොච්චර බංකොලොත්ද අපේ මේ ජීවිතය කියල හොඳට ජේනවා.

අපි මේ හයානක දෙයක් තමයි දකින්නෙ. ත්‍රිලක්ෂණය තමයි අපි දකින්නෙ. නමුත් ඒ දේ වක්‍රෝත්තියෙන් පෙන්නන විට අවශ්‍ය කරන්නෙ මොකක්ද? බලන වෙලාවෙදී බලන දේට පමණක් සතිය පිහිටුවන්න ඕන. ඒක ඉබේ සිදු වෙන්නෙ නැහැ. අපේ හිත සම්ප්‍රදායානුකූලව කැමති නැහැ අහන වෙලාවෙදී පෙනීම සිදු වෙන්නෙ නැහැයි කියල බාරගන්න. ජේන වෙලාවෙදී ඇහීම සිදු වන්නෙ නැහැයි කියල බාරගන්න. ඉතින් ඒ නිසා අපි ඇහෙන් දැකල, අතන් අතගාල, මම මේ ඇත්තමයි කියන්නේ කියල උසාවියෙ කුඩුවට නැගල සාක්ෂි දෙනවා. සාක්ෂි දුන්නට හොඳටෝම දැනගන්න ඕන විනිශ්චයකාරයා දන්නෙත් නෑ. පෙරකදෝරුවා දන්නෙත්



නැහැ. සාක්ෂි කියන කෙනා දන්නෙත් නැහැ. නමුත් වෙන දේ නම් මොකක්ද? අහන වෙලාවෙදි ජේන්නේ නැහැ. ජේන වෙලාවෙදි අතගාන්න බැහැ. අතගාන වෙලාවෙදි රස බලන්න බැහැ. එක වරකට එකයි. නමුත් ලෝක සම්මතය හැටියට අපට කියන්න පුළුවන්. දක්කා, ඇහුණා, අතගැවා කියල සාක්ෂි දෙනවා. මෙන්න මේ සාක්ෂිය තමන් වගයෙන් සොයන්න ගිය දවසෙ, එන්න එන්න මේකෙ තියෙන බොල් ගතිය, හිස් ගතිය, කෝම්බ ගතිය ජේන්න පටන්ගන්නවා. ඉතින් මේකෙ තියෙන දුෂ්කර ගතිය තියෙන්නේ කිරීමේදී පමණක් නොවෙයි. මේක කෙරුණත් පිළිගන්න හිත ලැස්ති නැහැ. ඉතින් මේ නිසා ආධුනික යෝගාවචරයාට ඇහීම, දැකීම, සම්බන්ධයෙන් ගැඹුරු සතියක් පිහිටුවන්න බැහැ සතියේ අඛණ්ඩ භාවයක් අපේක්ෂා කරන්නෙත් නැහැ. උපදෙස් දෙන්නෙත් නැහැ. ඒ ඇහීම් දැකීම් ක්ෂේත්‍රයේ ඉතාමත්ම ළාමක ඕලාරික කොට්ඨාශය තමයි මේ කාය විඤ්ඤාණය. ඒකයි මෙතන "කායෙ කායානුපසිඤ්චිනි ආනාපි සමපජානො සතිමා විනෝයලොකෙ අභිජ්ඣා දොමනස්සං කියලා සතර සතිපට්ඨානය කය පිළිබඳව ඉස්සර කරල පෙන්වන්නේ.

හොඳට යම් වෙලාවක නාසිකාග්‍රයට හෝ උදරයට හෝ හිත යොදාගෙන යෝගාවචරයා එහි හිත නිමග්න වුණා නම්, ඔය අපිලාපන ලක්ෂණය මතු වුණා නම්, ඒ යෝගාවචරයාට අතින් කයේ දේවල් අමතක වෙනවා කියන එකයි ස්වභාවය. නමුත් ආධුනික යෝගාවචරයෙකුට බඩ විතරක් පෙනිලා කය නොපෙනී ගියොත් කුලප්පු වෙලා අතහැරලා ඇස් දෙක ඇරලා අතගාල බලන තරමටම පත් වෙනවා. කෝ මගෙ කය, ඔළුවට මොකද වුණේ ආදී වගයෙන් හොයන තත්ත්වයට පත් වෙනවා. ඒ මොකද, මේක ඇස් පනාපිට පෙනුණත් සතියට, අපේ පරණ පුරුදු හිත කැමති නැහැ, එහෙම දූන දූන පරදින්න. දූන දූන මේවා එක වරකට එකයි හිතන්නෙ කියල තේරුම්ගන්න. ඒ නිසා සතිය පිහිටුවා මුල් වෙලාවෙදි ආධුනික ළමා ගතියක් ආරෝපණය කරගන්න බැරි නම් ඉතාමත් අමාරුයි. තර්ක ඉදිරිපත් කරනවා නම් ඉතාමත් අමාරුයි. ඒ නිසා මේ අපිලාපන ලක්ෂණයේ තියෙන්නෙ එක වැඩකට එකයි. නමුත් ක්ෂණික දේවල් කරන

වහා ක්‍රියාත්මක වන මේ ලෝකේ මේ විධියට සර්වඥයන් වහන්සේ කරන එක දේකට මුළු හදින් කිරීම කෙනෙකුට හිතෙන්න පුළුවන් ප්‍රතිගාමී කියලා, නිකන් ආපස්සට යෑමක් කියලා. දොඩම් ගොඩ බදා ගත්තා වාගේ ඔක්කොම දැතින් බදාගන්න ගියාට කවදාවත් එක ගෙඩියක්වත් අහු වෙන්තේ නම් නැහැ. ඒක නිසා අර කොයි එකටත් හොඳ ගැලවිප්පාව තමයි මේ විප්පාව. එක වරකට එකයි. ඒ දේ හොඳින් කරන්න. ඒ දේ විනිවිද බහින්න කරනවා. නිමග්න වෙන්න කරනවා. ඒ නිසා තමයි පර්යංකයක පිහිටලා ඇස් වහගෙන, කන් වහගෙන, නාසයට ගඳ සුවඳ නොදූනෙන, කටෙන් කථා නොකර රස නොබලා කයටම හිත යොදාගෙන, එක දේකට පුළුවන් නම් එක අරමුණේම වැඩි වෙලාවක් පවත්වන්න යන්න කියන්නේ. මේ පවත්වාගෙන යනකොටත් කමටහන් ශුද්ධ කරපු අවස්ථා මතක් කරගන්න. තමන් උදරය ගැන විස්තර කරන්න ගියාම කී අවස්ථාවක කය ගැන විස්තර කථා කරන වෙලාවල් තියෙනවද? උදරයේ පිම්බීම හැකිළීම බලා ඉන්නකොට මම පාවෙනව දූනෙනවා මම උඩ යනවා ආදී වශයෙන් මේ අරමුණට විනිවිද යන්න අරමුණට කිමිදෙන්න කොච්චර දෝ උපදෙස් දෙද්දී, ඊයෙ රැට කාපු දේවල්, නාසයේ උගුරේ අමාරුවක්, ළඟ ගෙදර තියෙන ශබ්ද මේවා තමයි අපට වැටහෙන බවක් ප්‍රකාශ කරන්නේ.

මේ වැටහීමක් නොවේ. මෙතන වෙන්තෙ අර හිතේ තියෙන අපිළාපන ලක්ෂණය පිළිබඳ නොදූන එක වර වැඩි දෙක තුනක් කරන්න හදනවා. ඒ නිසා ශුද්ධ විපස්සනා යෝගාවචරයාගේ මුල්ම අවස්ථාව තමයි තමන්ගේ පදනම, පිහිටීම, ස්ථාවරය ඇති කරගන්න එක. ඒකට අපි කියනවා මූල කර්මස්ථානය කියලා. මූල කර්මස්ථානයේ ස්ථාවරය ඇති වෙන්න ඇති වෙන්න, කිමිදෙන්න, කිමිදෙන්න පෙර නොගිය විරූ ගමනකින් ඇතුළට කිඳා බැහීම සිද්ධ වෙනවා. ඒ කිඳා බැසීම සිදු වෙනකොට යෝගාවචරයා පහු වෙනකොට තේරුම් ගනිවි, ඇහැ, කන, නාසය, දිව සම්පූර්ණයෙන්ම අක්‍රිය මට්ටමක. කයයි හිතයි, කය කියල කියන්නෙන් එතකොට මූල කර්මස්ථානයට.

එම නිසා සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ දේශනා කරන ආශ්වාස, ප්‍රාශ්වාස කියන්නේ කාය සංඛාර කියලා. කයේ හරය, කයේ සාරය ගන්න තියෙන්නේ ආශ්වාස, ප්‍රාශ්වාස නැත්නම් වායෝ ධාතුව. ඒකම තමයි සුද්ධ විපස්සනාව ක්‍රමයේද වායෝ චෝට්ඨබ්බ ධාතුව උදරයේ ක්‍රියාත්මක වන තැනටත් සාරය වශයෙන් අරගෙන තියෙන්නේ. ඒ දෙක ගැට ගහගන්නේ, එහෙම නැත්නම් මේ දෙකට අර්ථ කථනය දෙන්නේ. මේ වායෝ චෝට්ඨබ්බ ධාතුවම තමයි පිම්බීමේ හැකිලීම ක්‍රියාත්මක වෙන්නෙත් කියල මූලධර්මය මත වාද කරන්නෙත් ඕකටම තමයි. වාදයේදී තිබුණේ වායෝ චෝට්ඨබ්බ ධාතුව මූලික වශයෙන් ක්‍රියා කරන්නේ මේ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස නිසා බවයි. චුල්ල වේදල්ල සූත්‍රයේ කාය සංඛාර වශයෙන් පෙන්වන්නේ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාසයයි, එම නිසා උදරයේ පිම්බීම හැකිලීම, ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස නොවෙයි, සතිපට්ඨානය නොවෙයි කියන එකයි වාදය. හැබැයි දොගොල්ලෝම එක ස්ථාවරයක ඉන්නවා. පටන්ගත යුත්තේ වායෝධාතුවෙන් සම්ප්‍රදායානුකූල වාදයක් තියෙනවා. නමුත් අවශ්‍ය කරලා තියෙන්නේ, අවශ්‍යතාව වෙන්නේ නාසිකාග්‍රයේ හෝ උදරයේ හෝ හිත නිමග්න වෙන්න ඕනි. ගත්ත අරමුණට හිත නිමග්න වෙන්න ඕන. නිමග්න වෙනකොට අපිට සාමාන්‍යයෙන් හිත උනන්දු කරන්න පුළුවන්, අනිත් දේවල් නැති වෙන්න. අපි දන්නවා එක එක දේවල් ඇඳල තියෙන කඩදාසියක් උඩ තව දෙයක් ඇන්දම ඒ අලුතින් අඳින දේ ප්‍රකට වෙනවා. සුදු කඩදාසියක නම් හොඳට ප්‍රකටයි. අපට හැම විත්තක්‍ෂණයකම සුදු කඩදාසියක් හම්බ වෙනවයි කියල තේරුම්ගන්න ඕන. හැම විත්තක්‍ෂණයකම අපට සුදු කඩදාසියක් හම්බ වෙනවා. ඒ කඩදාසියෙ එක්කො ඇහැ වැඩ කරනවා. නාසය වැඩ කරනවා, දිව වැඩ කරනවා ඒ ඒ වශයෙන් ඒ ඒ එක්කෙනාට වැඩ කරනකොට අලුත් කඩදාසි හම්බ වෙනවා. නැත්නම් දෙනවා. අරමුණු හම්බ වෙනවා. පට්ඨානය හම්බ වෙනවා.

මේ එක එකක් වෙන වෙනම ගොනු කරගන්න පුළුවන් නම්, මේ කය වශයෙන්, මේ මනස වශයෙන්, මේ ඇස වශයෙන්, නාසය වශයෙන්,

දිව වශයෙන්. ඒකෙන් තමයි අපි සතිය පිහිටුවීමේදී මුලින් දැකීම, ඇහීම ආදී වශයෙන් මෙනෙහි කිරීම කරන්න කියන්නේ. ඒකෙනුත් මේ කයම තමයි ඉස්සර කරන්නේ. ඒ මොකද, ගත්ත දේ හොඳින් ගන්න ඕන, දොඩම් ගොඩ බදාගත්ත වාගෙ ඔක්කොම එක වර කරන්න යන්නෙ නැතුව. එකක් එක වරකට අල්ලනවා. ආන්න එහෙම අල්ලගත්තම, විෂය අභිමුඛ භාවය, අසම්මෝස රසයක් යම් වෙලාවක ඇහෙන් බලන ගමන් කටත් ඇරිල තියෙන වෙලාවල් අපේ තියෙන්නෙ. ආන්න ඒ වාගෙ වෙන්නෙ නැතුව ඇහෙන් බලන විට ඇහෙන් බලනවා කියලා ඒක තේරුම්ගත්තා නම් සම්මෝසාවක් නැහැ, එතැන කලබල භාවයක් අන්ද මන්ද භාවයක් නැහැ. අන්න ඒක හිතට තේරුම් කරල දෙන්න ඕන. සතිය එක විත්තකෂණයක ඇති වෙච්චම නොවෙයි විත්තකෂණ රාශියක් එක දිගට යනකොට නම් තේරෙනවා දැන් මගේ මුළු ජීවියම, සන්තානයම වැඩ කරන්නෙ ඇහේ. උදරයේ පිම්බීම හැකිලීම, බලන කෙනාගෙ නම් කයේ, ඒ කය වැඩ කරන වෙලාවට හොඳම සාක්ෂිය තමයි කයේ වැඩ කරන විට ඇහැ වැඩ නැහැ, නාසය වැඩ නැහැ, දිව වැඩ නැහැ, අනිකුත් ඉන්ද්‍රියයන් වැඩ නැහැ. ඒ නිසා කය ගැන කථා කරන ගමන් අනිකුත් ඉන්ද්‍රියයන්ගෙ වාර්තා සපයනවා නම් හොඳටම පේනවා මේ අරමුණට බැසගෙනත් නැහැ. ඒ වාගේම ඉදිරිපත් වෙච්ච අරමුණට කලකොල භාවයකින් තොරව, අන්‍යවිහිත නොවී, බලාගෙනත් නැහැ. හරියට වෙහෙස නොවී, කලකොල නොවී, අවිකෂිප්තව අරමුණ දිහාව බලාගෙන ඉන්නව නම් ඒ යෝගාවචරයාට පැහැදිලිවම තමන්ගෙ කයෙ සංසිද්ධියක් බලන් ඉන්න කොට වායෝ ඓච්චබ්බ ධාතුව දකින්නේ, තේජෝ ධාතුව දකින්නේ, ආදී වශයෙන් ඒකට මුහුණ දෙනවා. ඒක විත්තකෂණයකදී වෙන්නෙ නැහැ.

මේක හොඳට මතක තියාගන්න ඕන. හොඳට එකම අරමුණේ විත්තකෂණ රාශියක මේ සතිය බලකැවෙනකොට තමයි ඉදිරිපත් වෙච්ච අරමුණ මේකයි කියල සම්මෝසාවකින් තොරව කියන්න පුළුවන් වෙන්නේ. එතකොට මේ විදියට අරමුණේ බහිනවා. ඒ අරමුණටම කලකොල නොවී

බලාගෙන ඉන්නව නම් ලොකු ආරක්‍ෂාවක් සැලසෙනවා. ආරම්භක පව්වුපට්ඨාන කියල සඳහන් කරලා තියෙනවා. නැත්නම් විෂය අභිමුඛභාව පව්වුපට්ඨාන කියලත් කියනවා. අර ගත්ත පිම්බීම හැකිලීමේම හිත නිමග්න වෙලා එහිම පවතින බව හොඳට වැටහෙනවා. වෙන විදියට කියනවා නම් මෙතෙක් වෙලා හිත ඇතුළු වීම පිට වීම ගැන පවතින විශ්වාසයයි. දැන් ඇතුළු වීමක් තියෙනවා. එහි පවතින බව විශ්වාසයයි. මත්තටත් ඇතුළු වීම් හතරක් පහක් කරන විට හිත කලබල වෙන්නෙ නැති වෙයි කියලා විශ්වාස කරනවා. එතකොට ලොකු ආරක්‍ෂක ශක්තියක් එතන ඇති වෙනවා. මෙතෙක් කල් ගන්න නිසා මට යම් කිසි හිතේ අධිෂ්ඨාන ශක්තියක් දැන් ඇති වෙලා. නිවන් දූකල නැහැ. ධ්‍යාන ලබලා නැහැ. නමුත් මේ ඇති වෙච්ච අරමුණ මත පවතිනවා. මෙන්න මේ තත්ත්වය එතව නම් ඒකට කියනවා අපි ලබන්නා වූ වටහා ගන්න පුළුවන් කාරණා. පව්වුපට්ඨාන. පදට්ඨානයේ පෙන්නන්නේ අපි අර කලින් කියපු තාලෙටමයි. කායාදී සතර සතිපට්ඨානයම, පදට්ඨාන වරද්ද වරද්දා කරපු සතිපට්ඨානයම තමයි සතියට මූලික පදනම වෙන්නේ. එම නිසා සතිය පැහැදිලිවම තමන්ගේ වැඩක්. කවුරුත් දෙන දෙයක්වත් එහෙම නැත්නම් වෙන බෙහෙත් පෙත්තකින්, ඉන්පෙක්ෂන් එකකින් ගන්න පුළුවන් දෙයක්වත්. එහෙම නැත්නම් වෙන කෙනෙකුට අයින් කරන්න පුළුවන් දෙයක්වත් නොවෙයි. වරද්ද වරද්දා තමන් කළා වූ සතිපට්ඨානයමයි. කායාදී කියල කියන්නේ. ආරම්භකය අනුවනෙ කටයුතු කරන්නේ. මේ ආරම්භකව පටන් අරගෙන වරද්ද වරද්දා ලැබූ මේ සතියම සති බලයට පුදුමාකාර පිහිට ආධාරකයක් වෙනවා. ඒ නිසා අපි මූලින් සතියෙ පිහිටන්නෙත් කටයුතු කරන්නෙත් එකම ඇදහිල්ලෙන්මයි. ඒනිසා බුද්ධ ශාසනයටත් ආගමක් කියන නම ගැළපෙනවා. සෑම ආගමම ඇදහිල්ල මතයි පවතින්නේ. නමුත් මේක ලොකු වෙනසක් තියෙනවා. ඇදහිල්ල මත හිඳගෙන අපි සතිය පිහිටවෙච්ච පස්සෙ සතිය, සතිය මත පිහිටවාපු වෙලාවට ඇදහිල්ල ඕන නැහැ. අපට සේවය ප්‍රත්‍යක්‍ෂ වෙනවා. ආයින් මේ ඇදහිල්ලක් ඊට පස්සේ ඕනෙ නැහැ.

ඒක වෙන විදියට කියනව නම් ගත්තා වූ ඇදහිල්ල මේ ජීවිතයේදීම ඇත්ත නැත්ත බලන්න පුළුවන් ශක්තියක් මේ ඇදහිල්ලෙ තියෙනවා. ඒකයි අර දවස් හතෙන් මේක ඔප්පු කරලා පෙන්වන්නම්, මාස හතෙන් අවුරුදු හතෙන් ඔප්පු කරල පෙන්වනවා කියන්නේ. මරණින් මත්තෙම නොවෙයි. එහෙම නැත්නම් ඉන්ද්‍රජාලයකින් පෙන්නනවත් නොවෙයි. එහෙම නැත්නම් වෙන කෙනෙක් ආසිරි ගන්වනවවත් නොවෙයි. ඇති කරගත්තා වූ සතිය තව කෙනකුට නැති කරන්න පුළුවන් දෙයක් නොවෙයි.

දියුලන විදුරු බඩුවක් පොළොවෙ ගැහුවත් කැඩෙන්නෙ නැහැ කිව්ව වාගෙ ගහල පෙන්වන්න පුළුවන්. සච්ඤයන් වහන්සේ අර මූලික ආනිශංස හතක් දේශනා කළේ මේක කරල බලන්න මේක ඒහිපස්සිකයි. ඕපනයිකයි, කරල බලන තරමටම ප්‍රතිඵල පෙන්වනවා. මේ සතිය පිළිබඳව විසඳුමේ මාර්ගයේ කරන මේ අර්ථ කථනය ආධුනික යෝගාවචරයා බොහෝම කුල්මත් කරවනසුලුයි, ආරාධනා පූර්වකයි, ඒ කියන්නෙ ව්‍යාපාරයක් පටන්ගන්නකොට, එනම් අපි ඒ ව්‍යාපාරයේ තියෙන්නා වූ සියලු සුළු සේවක ප්‍රශ්න, මධ්‍යස්ථ ප්‍රශ්න, විධායක මට්ටමේ ප්‍රශ්න, ආයතන ප්‍රශ්න කියන සෑම දෙයක්ම දූතගන්න ඕන. එහෙම නැතුව අපේ තාත්තගේ කොම්පැනිය, මේක නැත්නම් අපේ වංශෙන් පැවත එන වැඩ පිළිවෙළ මේක කියල ඉහළින් ඇවිල්ලා මේ වැඩේ පටන්ගන්න ගියාට කවදාවත් හරියන්නෙ නැහැ. ඒකට හැම වැඩක්ම අතගාල පුරුදු වෙන්න ඕන. ඒනිසා ඒ කාලෙ අපිට ඒ විධායක බලතල සහිතව වැඩේ පටන් ගන්න බැහැ. අපි ආධුනිකයෙක් වාගේ පටන්ගන්න ඕන. පරිවාස කාලෙ වාගෙ. අන්න ඒ වාගෙ තමයි සතිය පටන්ගන්න කොටසත් සතිය පිළිබඳ සෑම තැනක් පිළිබඳවත් උත්සාහ කළ යුතුයි. නම්බුවක් ඇතුළුව, මට්ටමක් ඇතුළුව, නිලතලයක් ඇතුළුව මේක පටන්ගන්න බැහැ.

ආන්න එහෙම පටන්ගෙන යනකොට ඒ වැරදි තුළින් තමන්ගේම උපක්‍රම තුළින්, උපක්‍රම භොයාගෙන යනකොට ඒ තමන් වරද්දගත්ත හරිගස්සගත්ත ටිකමයි ඉස්සරහට උදව් වෙන්නෙ. මේක උදයබ්බය ඥාන මට්ටමට හිත පත් වෙනකොට යෝගාවචරයාට පාරාවළල්ලක් වාගේ,



චක්‍රායුධයක් වාගේ තමන්ටම තේරෙන්න පටන් ගන්නවා. තමන්ට විරුද්ධව මොන බලපෑම් මොන විදියේ අභියෝග ආවත් ඒ යෝගාවචරයා මෙනෙහි කිරීමේ ශූර වුණාට පස්සෙ තාවකාලිකව වැටහෙන්න ඉඩ තියෙනවා. නමුත් කවදාවත් ස්ථාවරව නම් වැටහෙන්නෙ නැහැ. ඒකයි මතක් කරන්නෙ මේ සම්මස්සන ඥාන පැත්තට ගියාට පස්සෙ, නැත්නම් සම්මස්සන ඥාන පිළිබඳ පරිචයක් ඇති වුණාට පස්සෙ වුලල සෝතාපන්න කියන තත්ත්වයට නම්බූ නාමයක් දෙනව. ඒ පුද්ගලයා ඒ තත්ත්වය පිරිහෙලාගන්නෙ නැතුව ජීවත් වුණොත් කවදාවත් ආයේ නිරයට, අපාගත තත්ත්වයට පත් වන්නේ නැහැ. ඒ නිසා සතිය ඇති කරලා දෙන තත්ත්වය මුලදී සෑහෙන කැප කිරීමක් කාලයෙන්, ධනයෙන් කැප කිරීමක් කළ යුතු දෙයක් බව තේරුම්ගත යුතුයි. අපි මුලින් මතක් කළා මේක ආධුනික යෝගාවචරයන්ගෙ ආරම්භයට බලපාන දෙයක් කියලා.

නමුත් තවත් පැත්තකින් මෙනෙත්දි සම්බන්ධ වෙනවා හැම පර්යංකයකම මුලදී මේක සම්බන්ධයි. මම දැන් උදයබ්බ ඥානය ලබල තියෙන්නෙ, මම විතර විශුද්ධිය ලබල තියෙන්නෙ, මම ශීල විශුද්ධිය ලබල තියෙන්නෙ කියලා පැත්තක අරන් තිබ්බ විසුද්ධියක් ඒ වෙලාවෙ ඇඳුමක් ඇඳගන්නවා වාගෙ අදින්න බැහැ. ඒ විතරක්කරයේ ශීල විශුද්ධිය ලැබිය යුතුයි. ඒ විතරක්කරයේදීම විතර විශුද්ධිය ලැබිය යුතුයි. ඒ විතරක්කරයේදී මේ ලබාගන්න ඔක්කෝම ඥාන ගන්න ඕන. ඒ නිසා සෑම පර්යංකයකදීම මුල බොහෝමත්ම මෙනෙහි කිරීමෙන් යුක්තව දූඩි පෙළගැස්මකින්, පූර්ව කාතාකින් පටන්ගන්න ඕන. මේක හැබැයි පටලවාගන්න වෙලාවක් තියෙනවා. ඒ මොකද සමහර යෝගාවචරයෝ හොඳට හිත හදාගෙන භාවනා කරනකොට හැමදාම ආරම්භයේදීත් ගොරෝසු පිම්බීම හැකිලීම හෝ ගොරෝසු ආනාපානය බලාපොරොත්තු වෙනවා. නමුත් ඒ යෝගාවචරයාගේ ජීවිතයේ සති සමාධිය අඛණ්ඩව පවතිනවා නම් ආරම්භයේදීම මේ ඕළාරික පිම්බීම හැකිලීම, ආනාපානය කියන මුල කම්ස්ථානය නොදැනී යන්න ඉඩ තියෙනවා. එහෙම වෙලාවක ආයාසයෙන් හුස්ම ගෙන හෝ ප්‍රමිබල හකුළල කරන්න යනවා කියන



එක නොවෙයි මෙතෙන්දී අදහස් කරන්නේ. එතනදී තේරුම්ගන්න ඕන තමන් මේ අඛණ්ඩව සක්මන, පර්යංකය වශයෙන් දිනවර්ෂාව හොඳට ගතකරනවා නම්, ඒ දැඩි ප්‍රයත්නයම දිගින් දිගට අවශ්‍ය නැහැ. මෙන්න මේ නිසයි මේ යෝගාවචර ක්‍රම, භාවනා මධ්‍යස්ථානවල මේ වැඩ පිළිවෙළ හදල තියෙන්නේ. එහෙම නැත්නම් ඇත්තටම එක ජීවිතයක් ඇතුළත නිවන් ලබාගන්න බැරි තරම් හැමදාම මේ මුල් ටික හෝද හෝද මඩේ දමනව වාගේ කර කර ඉන්නව නම් කවදාවත්ම අපට මේ හවයෙන් උඩට ඔළුව උස්සගන්න පුළුවන්කමක් එන්නේ නැහැ. ඒකයි මේ දවස් හත මාස හත අවුරුදු හත ආත්ම හත, බුදුවරු හත් දෙනෙක් කියල කල් පහු වුණත් වැඩේ සිදු නොවෙන්න හේතුව, මොකද මේ අර හෝද හෝද මඩේ දාන්න වාගේ, දණ්ඩ අතුල්ල අතුල්ල ඉඳල අත් දෙක වෙහෙස වෙනකොට ආයි බහා තබනවා. ආයි තව වේලාවකින් ආයි අතුල්ලන්න පටන්ගන්නව. එයින් කවරදාවත් ඉවර කරන්න බැහැ. ගිනි අවුලන්න බැහැ.

ඒ නිසා අර මුල් ප්‍රදේශයේ ගොඩාක් ශක්තිය වැය කරන්න ඕනෙමයි කියන එක, දෙකක්, තුනක්, හතරක් වරද්ද ගත්තට පස්සෙ යෝගාවචරයෝ තේරුම්ගන්නවා. මේ විදියට ගත්තා වූ ගැමිම බිම නොතබා දිගට ගෙනියන එකක්, මේ ලොකු ශක්තියක් වැය වෙන බව තේරුම්ගන්න කියන කාරණාවට කරන නම්බුවක්බව. ඒ නිසා මේ වෙලාවේදී නැදැ මිත්‍රයෝ භාරගැනීම් ගෙවල් දොරවල් එක්ක සම්බන්ධකම්, වෙන මොන දේ ආවත් ඒ ඔක්කොම බහා තබල, තමන් ඇති කරගත්තා වූ දෙය ඉදිරියට ගෙනයන්න නම් තමන්ගේ වැරදි වලට නම්බු කරන්න ඕන. ඒක නැවත පටන්ගන්න අමාරුයි. ඒ නිසා අවුල් කරගන්න පුළුවන්. අවුල් නොකර ඉන්න එක තමයි පශ්චාතීය විර්යය කියල කියන්නේ. ඒ කියන්නේ ආරම්භ විර්යයට වැඩිය වෙනස්. හුගාක් ම දුර්වලයි. අපේ යෝගාවචරයෝ මේ පැත්තෙන් කටයුත්තක් හදිස්සියක් ඉදිරිපත් වෙච්ච වෙලාවක ඉස්සෙල්ලාම බහා තබන්නේ තමන් ඇති කර ගත්ත සතිය. ඊට පස්සෙ දවසක් දෙකක් හරි වරුවක් හරි සැහැල්ලු ජීවිතය ගත කළාට පස්සෙ අනික් ගමන අර

විදුරු මාලිගාවට ගලක් ගැහුව වාගෙ එක අවුලක් බවට පත් වෙනවා. මේ තමන් බහා තබන්නේ කොච්චර වෙහෙසකර දෙයක්ද කොච්චර තමන්ගෙම ලේවලින් මස්වලින් හම්බ කරගත්ත දෙයක්ද කියන එක පිළිබඳව අන්තිම සුකුමාල ගතියක් පෙන්වන්නේ යෝගාවචරයෝ. අන්තිම සුබෝපභෝගී ගතියක් පෙන්වනවා. නමුත් ඒක ඊට පස්සෙ හදන්න ගියාම ඒක අර තිබුණ මට්ටමට යන්න කොච්චර කාලයක් කොච්චර ශ්‍රමයක්, කොච්චර විශ්වාස භංගත්වයක්, ඇති වෙනවද කියල බලනකොට සමහරු ස්ථාන අතහැර යනවා. ක්‍රමයට බනිනවා. ගුරුවරයා අතහරිනවා. ඒ මොකවත් නිසා නොවෙයි. තමන්ගෙ වෙච්ච වැරද්දට තමන් නම්බු නොකරන නිසා කාරණාව දැනගැනීමත් මේක මමම උපයා ගත්ත දෙයක් මේ උපයාගත්ත දේ වටිනාකම මටමයි. සච්ඤයන් වහන්සේටවත් දේවදත්තටවත් සක්‍රයාටවත් කතෝලික මනුස්සයෙකුටවත් මුස්ලිම් මනුස්සයෙකුටවත් රජයේ බුද්ධිශාසන අමාත්‍යාංශයටවත් නොවෙයි. මටමයි. ඒ නිසා මම මේක බිම තැබුවොත් මමම මට, යෝග ජීවිතයට කරගන්න පාඩුවක්.

ඒ අතින් බලනකොට නම් අර හැම තැනම ළිං කපන ගතිය හොඳට පේනවා. ඒක මේ එක්කෙනෙකුගෙ දෝෂයක් නොවේ. ඒක පුද්ගල දෝෂයක්. එහෙම වුණාට පස්සෙ අර තමන්ම පිරිසිදුව සතිය පිහිටුවපු මොහොත තමන්ටම පේන්න පුළුවන්. දේවත්වයකින් වාගෙ. අනේ ඒ කාලෙ නම් මෙහෙම ඉඳගන්නකොටම මේ මේ විදියට ආව කියල හිතන කොට හිත පත්තු වෙච්ච තැනක තියෙන ඉටිපන්දමක් වාගෙ පත්තු වෙලා නොවෙයි, ඉබේම නිකම් උණු වෙලා වැක්කෙරෙනවා. ඒ තරම්ම මේ සතිය ඉදිරිපත් කරගත්තොත් හී දඬුවක් වාගෙ, විදගෙන යන්න පුළුවන්, හම සිවිය පසාරු කරගෙන. නමුත් හී දඬුව කියන්නේ එච්චර හයිය දෙයක් නොවෙයි. පැත්ත වැටුණොත් කුඩු වෙලා යනවා. එකලස් වෙලා ඉන්න වෙලාවේ වැදුණොත් කාගෙන යනවා ඇටේටම යනකල්. ඒ වාගෙ මේ සතියේ තියෙනවා පුදුමාකාර ශක්තියක්. හැබැයි බල රේඛාවේ වැඩ කරන්නේ. අමතරෙට ගහන්න බැහැ. ආවට ගියාට ගහන්න බැහැ.

ඒ තරම්ම පිහියක දූල්ල වාගෙ ඉතාමත්ම වටිනවා. සෑම වෙලාවෙම කොපුවක දාලා ආරක්‍ෂා කරගන්න ඕන. වැඩ කරන වෙලාවෙදී ඒ දූල්ලම තමන්ගෙ ජීවිතේට ආරක්‍ෂාව සලසනවා. ඒ නිසා සතිපට්ඨානයේ දක්වන සතිය විශුද්ධි මාර්ගයේ පෙන්නවන්නෙ රැකිය යුත්තක්, විශාල ආයාසයකින් ප්‍රයත්නයකින් කළ යුත්තක් කියලා. මෙන්න මේ තත්ත්වය තේරුම් අරගෙන හරියට සාරිපුත්ත ස්වාමීන් වහන්සේ දෙනවා උපමාවක් සද්දන්ත කුලේ ඇතෙක්. දළ සහිත, ඉතාම බලවත්, ශක්තිමත් ඒ සතාගෙ හොඬේ. හත් පොළක් බිම ගැවෙනවා. හොඬේත් බිම පෑගෙන තරමට දිගයි. නමුත් කවදාවත් මේ හොඬේ පාග ගන්නෙ නැහැ. නිදාගන්න ගියත් කඳ උඩ තියාගන්නවා. වතුරකට ගියත් වතුරෙන් උස්සලා තියාගන්නවා. මොකද, දන්නවාද තමාගෙ සද්දන්ත කමට හොඬේ පාගාගන්නොත්, ඒක යට කරගන්නොත් උන්දුගෙ හමාරය එතැන බව. මේ හොඬේ දිග ඇතාට ඉදිකට්ටක් ගන්න පුළුවන් තරම් සියුම් වැඩක් කරගන්න පුළුවන් ශක්තියක් තියෙනවා. ආත්ත ඒ වාගෙ තමයි යෝගාවචරයගෙ සතිය. ඒක පාගාගත්තට පස්සෙ අනේ! එව්වර වෙනත් විනාශයක් වෙයිද යෝගාවචරයාට. ඒ මොකද ඒක උපයාගන්න ගත්ත ප්‍රයත්නය අපි තේරුම්ගන්න ඕන.

ඒ නිසා අපේ යෝගාවචර ජීවිතය තමයි අපි හම්බු කරන්න ඕන. ඒකත් වැරදි එකකට නොවෙයි. මේ සතිය ඉදිරිපත් කරගෙන යන වැඩ පිළිවෙලට. එහෙම ගියොත් නම්, මුලින් මුලින් යොදපු ආයෝජන නාස්ති වෙන්න දෙන්නෙ නැතුව ශීලයෙන්, සමාධියෙන්, චීර්යයෙන්, ශ්‍රද්ධාවෙන් හොඳට පෝෂණය කරනවා නම් ඒ සතිය යම් කිසි වෙලාවක, වතුරෙන් නහයෙන් උඩට ඔළුව උස්සගත්ත වාගේ වෙනවා. විවේකයෙන් ඉඳගෙන සතිය වඩන්න පුළුවන් තත්ත්වයට පත් වෙනවා. එහෙම නැත්නම් සතිය, තමා වශයෙන් තමා ඇවිදගෙන යන්න පුළුවන් තත්ත්වයට පත් වුණාට පස්සෙ, අන්න නිකම් ඉඳල සතිය වඩන්න පුළුවන් වෙලාව. කොයි වැඩක් කළත්, කොයි විෂම පුද්ගලයෙක් ළඟ හිටියත් උදේ අවදි වෙත වෙලාව වේවා! රාත්‍රියට නින්දට යන වෙලාව වේවා! හැම වෙලාවෙදීම යම් කිසි

ප්‍රමාණයෙ පවතින සතියක් තියෙන නිසා, කොච්චර සල්ලි දුන්නත් බිම වැටෙන්නෙ නැති බෝතික්කෙක් වාගෙ ආන්න ඒ වෙලාවට සතියට එනවා අඩහැර පාන්න පුළුවන්, සිංහයෙක් වගේ නාද කරන්න පුළුවන් ශක්තියක්. ආන්න එතකොට කියන්න පුළුවන් සතියේ උපට්ඨාන වශයෙන්. උපට්ඨාන කෘතිය කියා කියනවා. උපස්ථානයේ පවතිනවා. රජකෙනෙකුගෙ උපස්ථායකයා වාගෙ. බුදුරජාණන් වහන්සේගේ උපස්ථායකයා විධියට ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ හිටියා, උන්වහන්සේ සතියටත් අග්‍රයි. උපස්ථානෙටත් අග්‍රයි. ආන්න එතකොට සතියෙන් අපට වැඩ ගන්න පුළුවන්. මුල් කාලෙ බැහැ. මුල් කාලෙ අපි සතියට වැඩ කරන්න ඕන. ආන්න ඒක ශක්තිමත් වුණාට පස්සෙ අපිට පුළුවන් සතියෙන් වැඩ අරගන්න. එතකොට කියනවා සති බල කියලා. පටිසම්භිදා මාර්ගයේ සතිය දෙන රසය පෙන්වන්නෙ උපට්ඨාන වශයෙන්. ඒකට පෙන්වනවා සති බලය කියල කියන්නෙ මොකද? සතිය කැඩිව්ව වෙලාවක හිත කම්පනය නොවී පවතින්නා වූ ශක්තියට කියනවා සති බලය කියලා. සතිය තියෙන වෙලාවට නොවෙයි සති බලය පේන්නෙ සතිය කැඩිව්ව වෙලාවට. ඒ නිසා ඒ යෝගාවචරයාගේ සතිය කැඩෙන්න කැඩෙන්න ශක්තිමත් වෙනවා. දන්නවා මේ වෙලාවට මේක වුණා මේක නිසා කැඩුණා. දුන් නැගිට්ටා. ඒ මොකද, සතිය පවතින වෙලා වැඩියි. නැති වෙලාව අඩුයි.

ඒ වාගෙම තමයි සතිය පැවැත්වීමට අවශ්‍ය කරන විවේකය, නිශ්ශබ්දතාව, තමන්ගෙ වැඩක් තමන් කරගෙන ඉන්න ගතියට යෝග ජීවිතය හදාගෙන තියෙන්නෙ. ඒ නිසා ඕන දේකට ඉදිරිපත් වුණාට ප්‍රශ්නයක් නැහැ, දන්නවා මේකට ගියාම සතිය කැඩෙනවා, දැන් කැඩිලා බව දන්නවා. සතිය ආපහු පිහිටෙව්වහම, තිබුණට වඩා බලවත් වෙලා හිටිනවා. ඒ නිසා සතියේ පුදුමාකාර ගතියක් තියෙනවා. වැරදි වැරදීමයි හැදෙන්නේ. වැරදෙන තරමට හැදෙන ගතියක් තියෙනවා. හැබැයි මේ කියන්නෙ සියයට පනහට වඩා හොඳට දියුණු කරපු සතියක්. ඉතින් අපි බලාපොරොත්තු වෙන්න ඕන, මේ පොත් දෙකේම තිබෙන අදහස් ෫ ගෙන අපට පුළුවන් තරම් ශක්ති ප්‍රමාණයක් මේ සතිය දියුණු කරගන්න.

අන්තිමට සතිය අපට උපස්ථායකයෙක් වාගේ, තමන්ගේ සෙබලකුගේ පැත්තේ තියෙන කඩුවක් වාගේ, ඉදිරිපත් කර ගත්තා නම් ඒ පුද්ගලයාට සතිය පිළිබඳව හොඳට අඩහැරපාන්න පුළුවන්. එහෙම නැත්නම් සිංහ රාජයෙක් වගේ සිංහ නාද කරන්න පුළුවන්. ඒකයි සර්වඥයන් වහන්සේ දේශනා කළේ “සාධු ධීනො සතො ඛොධි සමමුජ්ජා” මම මනා කොට පිහිටුවාගත්ත සතිය නිසානෙ, මේ දුෂ්කර ක්‍රියාව ඉවර කරල මට මේ බෝධිය සාක්ෂාත් කරගන්න ලැබුනේ කියල. ඒ නිසා අපි යම් ප්‍රමාණයක් මේ තාක් කල් සතියට ආයෝජනය කරල තියෙනවා නම් සියලුදෙනාටම ඒ සතියම ආරක්ෂාවයි. ඒ සතියේ ආරක්ෂාවම අපට සරණයි පිහිටයි කියල හිතාගෙන මේ ඊට කලින් ඇත්තා වූ විරියයට අත නොතබා, ඊට පස්සෙ ඇත්තා වූ සමාධිය එල්ල කරගෙන නිතරෝම සති, සමාධි දෙක වඩාගැනීමට අද මේ අපි ඉදිරිපත් කරගත් ධර්ම කොට්ඨාශ යත්, තම තමන් විසින් විශාල කැප කිරීම්වලින් සපයාගන්නා ලද අත්දැකීමත් හේතු වේවා!. වාසනා වේවා! කියන ප්‍රාර්ථනාවෙන් අදට නියමිත ධර්ම දේශනාව මෙතනින් හමාර කරනවා. අපි බලාපොරොත්තු වෙමු මීට අමතරව සතිය පිළිබඳ ඇත්තා වූ පුංචි, පුංචි කොටස් ඉදිරි දේශනාවලදී ඉදිරිපත් කරගන්නට. මෙපමණකින් අද ධර්ම දේශනාව හමාර කරනවා.

**සාධු! සාධු! සාධු!**





## 6 වන ධර්ම දේශනය

නමො තසසු භගවතො අරහතො සමමා සමබුද්ධසසු .....//

“ඉධ භික්ඛවෙ භික්ඛු කායෙ කායානුපසස්සී විහරති, ආතාපී සමපජජානො, සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣධා, දොමනසසං”

යෝගාවචර මහා සංඝ රත්නයෙන් අවසරයි. අපි පිරිසක් වශයෙන් වස් කාලෙක, නැවත නැවත රැස්වෙමින් මේ වාගේ වටිනා කරුණු වටිනා සූත්‍ර ධර්මයක් වන සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඉදිරියේ තියාගෙනයි මේ ධර්ම සාකච්ඡා ධර්ම දේශනා මාලාව පවත්වන්නේ. සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඉදිරිපත් කරගන්නට පස්සෙ, අද මේ අපි එකතු වන 6 වන වාරය, නැත්නම් හයවන පැයයි. මේ දක්වා අපි ඉතාමත්ම ක්‍රමිකව හෙමිහිට හෙමිහිට වචනයෙන් වචනයට විග්‍රහ කරමින් සතර සතිපට්ඨානයන්ගෙන් පළවෙනි සතිපට්ඨානය පුබ්බෙය වශයෙන් ඉදිරිපත් කරන, සාරාංශයක් ඉදිරිපත් කරන “කායෙ කායානුපසස්සී විහරති ආතාපී සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣධා දොමනසසං” කියන ස්ථානයටයි දැන් පැමිණිලා තියෙන්නේ. මෙහිදී ආතාපී ගුණය, සම්පජ්ඣ්ඣදා ගුණය, සතිමා කියන, සතිමත් කෙනකුගේ ගුණය කියන කාරණා තුනට පිළිවෙළින් ඇවිල්ලා, සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ ප්‍රධාන අර්ථය ප්‍රධාන සාරය, ප්‍රධාන ගත යුතු අර්ථය, එනම් සතියටයි පිවිසුමක් ලබාගත්තේ. ඒ නිසා අපි භාවනා කරන පිරිසක් වශයෙන් දැනගත යුතු, දැනටමත් දන්නා කාරණා රාශියක් ගොනු කරගන්න යෙදුනා. ඒ ගොනුව ඇති ඇත්තන්ටද තව ටිකක් මේ සතිය පිළිබඳව විශේෂයෙන්ම තමන් ඒ කරගෙන යන වැඩය පිළිබඳව උනන්දුව,

ධෙවරියය, ආත්ම සංතෘප්තිය, ආත්ම මනස්ථානාවය ඇති වීම සඳහා කරුණු ටිකක් අද ඉදිරිපත් කරන්නයි ලැස්ති වෙන්නෙ. ඒ නිසා සමහර විට අද ඉස්සෙල්ලාම බණ අහන කෙනෙක් නම් මේක මැදින් පටන්ගන්නා වාගේ කියල හිතෙන්න ඉඩ තියෙනවා. කොහොම නමුත් මේ සතිය කියන ධර්මය, මහා පුද්ගලාකාර සාර ධර්මයා, සෑම තැනකම සෑම කෙනාටම සෑම වෙලාවකම ගැළපෙන සේ ඒ දිහා බලනකොට රස විඳින්න බැහැ කියන්නත් බැහැ. මිථ්‍යාදෘෂ්ටිකයකුට වුවත් එහි ඇත්තා වූ ඇතුළතට යොමු කරවන ආරාධනා පූර්වක භාවය පිළිබඳව සිතේ විකසිත භාවයක් ඇති වෙනව. ඒ නමුත් අපි සිහිපත් කර ගනිමු සතිය ඉතාමත්ම අප්‍රකට, ප්‍රසිද්ධියට කැමැති නැති, එහෙම නමුත් යම් තැනක ඇවිල්ලා ඉඩමක් අල්ලගත්තොත් ආයි අම්මෙ මුත්තෙ කිව්වත් දෙන්නෙ නැති ජාතියෙ වර්තයක්. විවිත්‍ර වර්තයක් නොවෙයි. යෝගාවචරයා විසින් විවිත්‍රත්වයට පත් කළ යුතු වර්තයක්. ඉතාමත්ම ලැජ්ජ භය සහිත වර්තයක් වාගෙ පෙනෙන්න තියෙන්නෙ. ප්‍රධාන නළුව නොවෙයි නාඩගමේ.

නමුත් ආරම්භයේදී එහෙම වුණත් අවසානයේදී තමන් අල්ලාගන්නා අල්ලාගන්නා සෑම ක්‍ෂේත්‍රයකම බලය තහවුරු කරගෙන ආයෙ කාටවත් ඉඩ නොතබා ඉදිරියට යන ගමනේදී, අවසානයේදී සම්පූර්ණ සම්බෝධි ඥානය පිණිසම වග කියන්න පුළුවන් තරමට බලය තහවුරු කරගන්න, හින් නූලෙන් වැඩ කරන ධර්මයක්. ඒ ධර්මයට ඉවසීමෙන් උරදිගෙන කටයුතු කරන්න බැරි නම් ඒ යෝගාවචරයා පසුබාන කෙනෙක් බවට පත් වෙනව, ඉදිරියට නොයන කෙනෙක් බවට පත් වෙනව, බොහෝදෙනා අතර සැඟවී ගන්නා තත්ත්වයට පත් වෙනවා. ඒ නිසා මේ සති ධර්මය හඳුනාගෙන ඒ ධර්මයේ ඇත්තා වූ ඒ තෛසර්ගික ගුණය, සැඟවී ඇත්තා වූ ඒ විභව ශක්තිය, නතු කරගන්න නම් ඉතින් සච්ඤයන් වහන්සේ කියාපු දේ, සතියේ තියන ගුණ භාත්පසින් දැනගත යුතුයි. දැනගන්නකොට තේරෙනවා අපි මේ සච්ඤයන් වහන්සේ ආසිරි ගන්නල ලැබිව්ව දෙයක් නොවෙයි සතිය. අපි විසින් මතු කරගත යුත්තක්, ඉදිරිපත් කරගත යුත්තක්. ඔප



දමාගත යුත්තක්. අපි දැනටමත් ඒකට යෙදිලයි ඉන්නෙ. අපි දැනටමත් එහි යම්කිසි මූණතක් ඔප දමාගෙන තිබෙනවා. නමුත් එහි ඇත්තා වූ පූර්ණ ශක්තිය, පූර්ණ හැකියාවත් ඔප දමාගැනීම සර්වඥාතා ඥානය දක්වාම ඉහළට විහිදෙනවා. සතර සතිපට්ඨානය, නැත්නම් සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ ඇත්තාවූ මේ මූලික කරුණු 4, පෙළගස්සලා තියෙන්නෙ කායානුපස්සනා, වේදනානුපස්සනා, චිත්තානුපස්සනා, ධම්මානුපස්සනා, කියන එක කෙනෙක් කට පාඩමෙන් වුණත් දන්නා දෙයක්. ඒත් ඒ සතියට පට්ඨානය වශයෙන්, පදනම වශයෙන්, ආරම්භය වශයෙන්, කයේ කය අනුව බලන ගතිය, වේදනාවල වේදනාව අනුව බලන ගතිය, හිතේ හිත අනුව බලන ගතිය, අනිකුත් ධර්මා ධර්මා අනුව බලන ගතිය කියල ක්‍රමයෙන් උසස් ආර්යය උත්තම භාවයට පත් කරන, ක්‍රමයෙන් ගැඹුරු භාවයට පත් කරන පදනම් හතරකුයි සඵඥයන් වහන්සේ මෙතන පෙළගස්වන්නේ.

ඒ පෙළගැස්වීමට ඉස්සෙල්ලාම පෙන්වන්නෙ ඉතාමත්ම ඕළාරික වූ කයක්. ඒ කයත් පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ කියන්නා වූ මූලික ගොරෝසු රූප ධර්ම මත පදනම් කරගෙන තියෙන බවත් ඒ හතරෙනුත් ඉතාම ප්‍රකට වූ වායෝ රූපය වායෝ ඓච්චිබ්බ රූපය, මුල් කරගෙන පදනම් කරගෙන මේ සතර සතිපට්ඨානය විහිදෙන බවත් අපි ගිය පාර මතක් කලා එම නිසා ඉන් එහාට ඇත්තා වූ අටුවාචාරීන් වහන්සේලා විසින් අනිකුත් සංග්‍රහ ග්‍රන්ථවල දක්වන විධියට සියලුම සුක්ෂම රූප කොට්ඨාශ දක්වා පැතිරීමද ඊටත් වඩා සියුම් නාම ධර්ම දක්වා මේ සතිය පැතිරවීමද ඉදිරියටගිහින් ක්‍රමයෙන් ඉබේම ඒ සතිපට්ඨානයේ ආතාපි සම්පජානෝ සතිමා වින්‍යය ලෝකේ අභිජ්ජා දොමනස්සං කියන කාරණා හටගන්නා වූ කෙනාට ඉබේම සිද්ධ වෙන ගතියක් තියෙනවා. ආන්න ඒ සිද්ධ වී ගෙන යනකොට සියුම් රූප නාම ධර්ම ක්‍රමයෙන් විපාක විදින හැටි විවිධ පැතිවල විවිධ ආකාරයෙන්, විවිධ සූත්‍රවල සඵඥයන් වහන්සේ දේශනා කරල තියෙනවා. ඒ දේශනා ක්‍රම, වලට දේශනා විලාශ කියලත් කියනවා. දේශනා ක්‍රම කියලත් කියනවා. පුද්ගල ආභාශය කියල වෙනස්

කරනවා. ඒ වාගේම ස්ථානයේ හැටියට වෙලාවල්වල හැටියට තැනට ගැලපෙන තාලෙට සඵඥයන් වහන්සේගේ සඵඥතා ඥානයෙන් දේශනා කරල තියෙනවා. එව්වා අපිට එක එක පැතිවලින් බලනකොට පුදුම රසයක්, පුදුම නැවුම් රසයක් ඒකේ තියෙනවා. එහෙම බලනකොට කයේ කය අනුව බලමින් වාසය කරන්නා වූ යෝගාවචරයෝ කයේ කය අනුව බලමින්ම නිවනටම යනවා නොවෙයි. එය එක පිවිසුමක්, එක ආරම්භයක්, බොහෝම විවික්‍ර මකර තොරණක් වගෙ දෙයක්. නැත්නම් සඳකඩ පහනක් වාගෙ දෙයක්, සඳකඩ පහන තියෙන්නෙ ඒ පඩි පෙළ පාමුල. මකර තොරණ තියෙන්නෙ ගමනාරම්භයේ. ආන්න ඒකේ විවික්‍රතාව ඇති වුණාට පස්සේ ක්‍රමයෙන් ඒක සියුම් භාවයට ගේනවා. ඒ නිසා සඵඥයන් වහන්සේ ඉතාම පහසු තැනින් ආධුනික යෝගාවචරයාට වායෝ ඓට්ඨබ්බි ධාතුව වශයෙන් ගන්නා වූ හුස්ම නාසිකාග්‍රයේ හැපීම, එහෙම නැත්නම් හුස්ම නිසා ඇති වන්නා වූ උදරයේ පිම්බීම හැකිළීමෙන් හැපීම ආදී තැනක් මතු කර දෙන්නට අනුමත කළාට ඒකෙන් අදහස් කරන්නෙ නැහැ. යෝගාවචරයාට ඒ දැනීම ප්‍රමාණවත් වෙනවයි කියලා වැඩේ හමාර කරන්න. ප්‍රමාණවත් වෙන්නෙ ආරම්භයක් ලබාගන්න පමණයි. ඒකෙන් වටිනාකමක් තියෙනවා. මොකද හුගදෙනෙක් මෙතැන මතක් කරගන්න පුළුවන් අපි භාවනාවට අභවායි, භාවනා කරන්න වෙලාවක් නැත, අපට භාවනා බැරිය, අපි පාපතරයය ආදී වශයෙන් කල්පනා කරල භාවනාවට පිවිසුණත් හැමදාමත් ජීවිතය හමාර කරමින් යන බර ගානක්, බුද්ධාගමේ අද කාලෙත් ඉන්නවා. ඒ ඇත්තන්ටත් සඵඥයන් වහන්සේගේ ආරාධනාවක් තියෙනවා. මේක ඉතාම ගොරෝසු තැනින් පටන්ගන්න කියලා. නමුත් එහෙම හිතන්න තරකයි, එයින් සියල්ල හමාර වෙනවයි කියලා.

ඒ නිසා එකට නිදර්ශනයක් වශයෙන් පෙන්වන්න පුළුවන්. එක දවසක් මාලුඞ්කාපුත්ත ස්වාමීන් වහන්සේ සඵඥයන් වහන්සේ ඉදිරියට පත් වෙලා, කමටහනක් ඉල්ලා සිටිනවා; මම ‘අප්ප මනෙත රූපමනෙතා’ කියල ප්‍රමාද නැතුව කය එකතැන් වෙලා. භාවනාවක් කරන්න කැලේට

යන්න හිතයි මට, කමටහනක් දෙන්න කියල. එතනදී සච්ඤයන් වහන්සේ සතිපට්ඨාන මූලික ගොරෝසු තැන අතට දෙන්න කලින්, ඒ මාලුඛිකාපුත්ත ස්වාමීන් වහන්සේගේ දැනුම අවුස්සනවා, උරගා බලනවා, දැනුම පිළිබඳව පරීක්ෂණයක් කරනවා. හරියට මිහිඳු මහරහතන් වහන්සේ ලංකාවට වැඩම කළ අවස්ථාවේ දේවානම්පියතිස්ස රජතුමාගෙන් ඇහුවා වාගේ, ඒක වට වළල්ලේ යන ප්‍රශ්නයක්. නමුත් දේවානම්පියතිස්ස රජතුමා පිට පොට වරද්දගත්තේ නැති නිසා හරියටම උත්තර දුන්නා. එකකොට මිහිඳු මහරහතන් වහන්සේ දැනගත්තා රජකමට ගැළපෙනවා. ඒ විතරක් නොවේ, සක්විති රජකමට එහා ගියා වූ මේ ආර්ය විනෝය ධර්මයට ගැළපෙනවා කියලා තමයි මේ ධර්මය අතේ තිබ්බේ. ආන්න ඒ වාගේ ප්‍රශ්න විමසීමක් කරනවා මාලුඛිකාපුත්ත ස්වාමීන් වහන්සේගෙන්. සච්ඤයන් වහන්සේ එතෙතදී අහනවා, මාලුඛිකාපුත්ත, ඔබ මොකද හිතන්නේ යම් කිසි පුද්ගලයෙක් රූපයක් ඇහින් දැක හඳුනාගත යුත්තේ රූපයක් දැකලද, ඒ වාගේම දකින්නෙක් නැහැ. දකින්න වෙයි කියලත් හිතකුත් නැහැ. එහෙම කල්පනාවකුත් නැහැ. එවැනි රූපයක් පිළිබඳව ඒ පුද්ගලයාට රාගයක් හෝ ප්‍රේමයක් හෝ ඡන්දයක් හෝ පහළ විම ස්වභාවිකද නැද්ද කියල, රූපය දැකලත් නැහැ. දකින්න වෙන්නෙක් නැහැ. දකින්නෙක් නොවෙයි ඉන්නේ, ඉස්සරහට දකින්න කියලා කල්පනාවකුත් නැහැ. එහෙම පිළිබඳව රාගංවා පෙමංවා සංයෝවා එහෙම දෙයක් ස්වාභාවිකද? නැද්ද? ඉතින් මාලුඛිකාපුත්ත තෙරුන් වහන්සේ කියනවා අවසර ස්වාමීනී එහෙම දෙයක් වෙන්න බැහැ “සඤ්ච විනෝය අරූපා අද්ධිට්ඨා අද්ධිට්ඨාපෙඤා විපසසති” දක්කෙත් නැහැ. දැකලත් නැහැ. දකින්න කියල හිතකුත් නැහැ රූපයක් පිළිබඳව ප්‍රේම රාග මොනවත්ම පහළ වෙන්න විදියක් නැහැ.

ඊළඟට සච්ඤයන් වහන්සේ අහනවා එහෙනම් ඒ තනි ශබ්දයක් සම්බන්ධව අහලත් නැහැ, අහන්නෙක් නොවේ ඉන්නේ, අහන්න වෙයි කියල අදහසකුත් නැහැ. මෙහෙම දෙයක් පිළිබඳව රාගයක් ප්‍රේමයක් ඡන්දයක් පහළ වෙන්න පුළුවන්ද කියලා ඒ හය ආයතන පිළිබඳවම

ප්‍රශ්න කරනවා. ඒ හය ආයතනයේදීම මාලුඛිකාපුත්ත ස්වාමීන් වහන්සේ කියනවා එවැනි දෙයක් එවැනි රාග, ප්‍රේම, ආශා පහළ වෙන්න ඉඩක් නැහැ කියලා ඒක හොඳ අවුස්සල බැලීමක්. ඊට පස්සෙ මේකෙන් ඇති වෙච්ච සතුටට ඒ මතු වෙච්ච ප්‍රශ්නය නිසා මාලුඛිකාපුත්ත තෙරුන් වහන්සේ වැටහිච්ච ප්‍රමාණයෙන් රූපං දික්ඛා සති කියල උදාන ගාථාවක් වශයෙන් ප්‍රකාශ කරනවා, යම් කිසි කෙනෙක් ඇහැට ප්‍රිය රූපයක් දැකල අසතියෙන් අමනසිකාරයෙන් ඒ රූපය දැක්කා නම් ඔහුට ඒ ඉපදෙන්නා වූ රාගය, ප්‍රේමය, ඡන්දය නිසා ඔහු රූපය පිළිගන්නවා, එහි නියැලෙන්න නරකයි කියලා උදාන ගාථාවක්. එක හරියට අර ජාඩියට මුඩිය වාගෙ, අර අරගෙන තියෙන ප්‍රශ්න විචාරක මනසට හොඳම නිමාවක්, හොඳ නිගමනයක් බවට පත් වෙනවා. ඊට පස්සෙ සඳහන් කරනවා එහෙම බැලීමේ ආශාවකින් රූප තණ්හාවකින් තොරව රූපයක් දිහා බැලුවාම කවදාවත් ඒ රූපයට ඒ පුද්ගලයා යට කරගෙන හිටින්න පුළුවන් කමක් නැහැ. ඔහු ඒකාන්තයෙන්ම නිවනට සමීපයි. නිවනට ළඟයි කියල මාලුඛිකාපුත්ත ස්වාමීන් වහන්සේ දේශනා කරලා සර්වඥයන් වහන්සේ තුන් වරක් සාධුකාර දීල ශ්‍රී මුඛ දේශනාවක් වශයෙන් මේ ගාථාව ඉදිරිපත් කරනවා. ඉතින් මේක භාවනා කරන ඇත්තන්ට ඒ පැත්ත මේ පැත්ත දාල අවුස්සල ගත්තොත් ඒ එදා ධම් දේශනාවේදී පටන්ගත්ත තැන ඉඳලා ඉදිරියට හරි ගැඹුරට යන්න පුළුවන්. අපි අද කරන භාවනාවෙ අපි අද පටලැවිල ඉන්න තැන, අපිට වෙලා තියෙන දේ බොහොම ජයට පේන්න ඉඩ තියෙනවා. ඒ මොකද අපි නොදැක්ක, නොදකින, දැනටත් දකිමින් නොපවතින, මත්තටත් දකින්න වෙයි කියල නොහිතෙන රූපයක් මත භාවනා කරන්න ඕනෙන් නැහැ. කෙලෙස් උපදින්නෙක් නැහැ. අපට ඒක ප්‍රශ්නෙකුත් නැහැ. නාහපු ශබ්ද ගැනත් එච්චරයි. කනෙන් ඇති වෙච්ච ශබ්දය නාහල තියෙනව නම්, අහන්නෙත් නැත්නම්, අහල මතකයකුත් නැත්නම්, ඉස්සරහට අහන්නෙ මෙයයි කියල දන්නෙත් නැත්නම් ඒ ගැන භාවනා කරන්න ඕනැත් නැහැ.

මේ විදියට ඡඩ් ඉන්ද්‍රියයන්ගේ පහළ වන ඒ හයක් වූ ආකාර ආරමභ මත භාවනා කළ යුත්තේ, ඒ ඒ රූපය, ශබ්දය, ඒ ගන්ධ, ඒ රස, ඒ පහස, ඒ ධර්මතාව නාම රූප වශයෙන් ප්‍රකට වෙලා හිත ඒ පිළිබඳව මනසිකාර කළොත් පමණයි. හිත ඒ පිළිබඳව නැවත නැවත තොරණ ගැනුවොත් විතරයි, ඒවාට ආදර සාදර කෙරුවොත් පමණයි. ඒක අල්ලගෙන එහා පැත්ත මෙහා පැත්ත පෙරළගෙන කරේ ඇගේ දාගත්තොත් පමණයි, ප්‍රශ්නය දිග් ගැස්සෙන්නේ. එදා ධර්ම දේශනාවේදී මතක් කරගත්තා අපි දැන් බණ අහන වෙලාව. මේ බණ අහන වෙලාව ගත්තොත් මේ දේශකයන් වහන්සේ කටහඬ නිකුත් කරනවා. ශ්‍රාවකයන් වහන්සේලාගේ කනට වැදිවීම ඒ ඇහීම සිද්ධ වෙනව. ඒ ඇහීම අර්ථ රසය වශයෙන් වෙන්න පුළුවන්, නැත්නම් ශබ්ද කරංගවලට අහනවා කියන වචනය හෝ යෙදී, ඒ ගැන මනසිකාරයේ යෙදෙනවා නම්, අපි එදා මතක් කරගත්තා ඒ පුද්ගලයා තුළ දැකීමක් සිද්ධ වෙන්නෙ නැහැ. දිවෙන් රස දැනීමක් සිද්ධ වෙන්නෙ නැහැ ඒ වෙලාවෙ. නාසයෙන් ආසුභණයක් සිද්ධ වෙන්නෙ නැහැ ඒ වෙලාවෙ කයින් පහසක් ලබන්නෙ නැහැ ඒ වෙලාවෙ සිතින් වෙන්ත් ධම්මාරමභණ අරමුණක් වෙන්නෙ නැහැ, ඒ වෙලාවෙ ඒ දේ ඇසීම පමණයි. එහෙම නම් භාවනා කළ යුතු නම් කළ යුත්තේ ඇසීම මත පමණයි. අනිත් ඉන්ද්‍රියයන් පහෙන් කෙලෙස් උපදින්නෙ නැහැ. අනිත් ඉන්ද්‍රියයන් පහ මත විපස්සනා කළ යුතු නැහැ. ඒවා අහෝසි වෙනවා. මේ බණ අහන ගමන් කකුල සලන්නයි වටපිට බලන්නයි නානා ප්‍රකාරයෙන් අර කරන දේට මුළු හිතින් මුළු හදින් නොකර, විකාර වෙච්ච හිතින්, ඒ පැත්තට මේ පැත්තට කටයුතු කරනවා නම්, ඒ පුද්ගලයා ඒ අවස්ථාවේදී ඇහිල්ල හරියට කරන්නෙත් නැහැ. සිදු වෙන්නා වූ දැකිල්ල කරන්නෙත් නැහැ. ඒ නිසා උපදින්නා වූ කෙලෙස් ප්‍රමාණයේ සීමාවකුත් නැහැ. කොතනින් පටන් ගන්නදෝ, කොතනින් කෙළවර කරන්නදෝ කියල සීමාවක් කරන්නත් බැහැ. ඒ විපස්සනා අරමුණු ප්‍රමාණය වැඩි කරගන්නවා.

ඒ නිසා එක වරකට එකක් කරන්න ඉගෙනගැනීම, කරන දේ නැත්නම් මුළු හදින් කිරීම ඒක තමයි ධර්ම ගෞරවය, ධම් බල වේගය කියල කියන්නේ. ඒකට තමයි ධර්ම පද්ධතිය කියල කියන්නේ. ඒකට තමයි ඉන්ද්‍රිය සංවරය කියල කියන්නේ. ඒකට තමයි ශ්‍රවණ ධර්මය කියල කියන්නේ. මේක තමයි සතිපට්ඨානය කියල කියන්නේ. මේක තමයි සතිය කියල කියන්නේ. කරන වෙලාවේ එකක් සියේට සියක් කරනව නම් කෙලෙස් උපදින්න හෝ නූපදින්න හෝ ඉඩ තියෙනවා. හැබැයි පහසුවෙන් ඉපදෙන්න තියෙන කෙලෙස්, එකක් දැනගැනීමේ මාගීයෙන් ඉබේම නැති වෙනවා. ඒකයි සර්වඥයන් වහන්සේ මාලුඛිකාපුත්ත ස්වාමීන් වහන්සේගෙන් අහන්නේ කලින් දැකලත් නැහැ, දකින්නේත් නැහැ. දකින්නෙක් නොවේ. මන්තට දකින්නේත් නැත්නම් ඡන්දයක්, ප්‍රේමයක්, රාගයක් පහළ වෙන්නේ නැහැ. ඒ නිසා අපි ආනාපානය කරන විට කයේ වායෝ ඵොට්ඨබ්බ ධාතු ව හැපෙන තැන, උදරයේ පිම්බීම හැකිලීම මුළු හදින්ම ඒ අරමුණෙම හිත තිබ්බොත් ඒ යෝගාවචරයාට ඒ මත පූර්ණ ව්‍යක්ත භාවයක් ඇතිවා හෝ වේවා නැතිවා හෝ වේවා, අරමුණේ හිත පවතින තාක් සන්තෝෂ වෙන්න පුළුවන් මගේ ඇසෙන් මේ වෙලාවේ කෙලෙස් උපදින්නේ නැත. කනෙන් දැන් කෙලෙස් උපදින්නේ නැත. නාසයෙන් මේ වෙලාවේ කෙලෙස් උපදින්නේ නැත. උපදිනවා නම් මේ බලමින් සිටින්නා වූ ආනාපානය මතයි. නැත්නම් මේ බලමින් සිටින්නා වූ පිම්බීම හැකිලීම මතයි. ඒ නිසා මේ ෂඩ් ඉන්ද්‍රියයෙන් හතරක් පිළිබඳව ඉබේම ලකුණු ලැබෙනවා. මේ විදියට කියනවා නම් ලකුණු 60% ක් ලැබිල තියෙනවා. ඉතුරු 33%ක් සාර්ථක කරගත්තොත් ඔහුට ප්‍රශ්නය පවතින්නේ විශිෂ්ට සම්මානයක් ලැබේද නැද්ද කියලයි. නැතත් සම්මානයක් ලැබෙයි, අද විභාග දෙපාර්තමේන්තුව දක්වන ලකුණු ක්‍රමය හැටියට. මේත් මදයි. සබ්බ පාපසස අකරණං, කුසලසස උපසම්පදා, සවිතත පරියොදපනං. අපේ සියලු පාපයන්ගෙන්, විශේෂයෙන් පහළ වන්න පුළුවන් පෝර දාන පාපයන්ගෙන් හතරක්ම වසා තැබුවා කියල ඒකට කියනවා

ව්‍යසනනය කියල. කියන දේ ප්‍රතිපත්තිය මත වටහාගැනීමේ නය ක්‍රමය කියලා. මේක ශිෂ්‍යයාට අයිති දෙයක් නොවේ. ඒවා පොත් ලියන ව්‍යාකරණ ආචාර්යයන් වහන්සේලාට, කර්මස්ථානාචාර්යයන් වහන්සේලාට අයිති කොටසක්. එහෙම නමුත් ශිෂ්‍යයා ඒක දැනගත්ත දවසේ ශිෂ්‍යයාට සන්තෝෂයක් ඇති වෙනවා.

අපි ආනාපානයෙන් නිවන් නොදැක්කත් අඩු ගානේ ඒ වෙලාවේ එන්න තියෙන අප්‍රමාණ කෙලෙස් කන්දරාවක් කපා හරිනවා. නාසයෙන් එන්න තියෙන කෙලෙස් කන්දරාවක් කපා හරිනවා. දිවෙන්, කනින් එන්න තියෙන කෙලෙස් කන්දරාවක් කපා හරිනවා, අනිකුත් ශරීරයෙන් එන්න තියෙන කෙලෙස් කපා හරිනවා. හරියට අරමුණේ හිත තියෙනකොට. එම නිසා මතක් කරන්නේ පිම්බීම හැකිලීම බලනකොට, නාසිකාග්‍රයේ ආනාපානය වශයෙන් බලනකොට කයට හිත යොදන්න එපා. කයට හිත යෙදුවොත් ඒ නාසිකාග්‍රයට, උදරයට හිත තියෙන අවස්ථාව නැති වෙනවා. සතිය දෙකඩ වෙනවා. කයේ වුණත් කෙලෙස් උපදින්න ඉඩ තියෙනවා. හොඳක් වුණත් නරකක් වුණත් කෙලෙස් උපදින්න ඉඩ තියෙනවා. ඒ විතරක් නොවේ. ආනාපානය අනභරීමේ අකුසලයක් අදක්‍ෂ බවක් සිද්ධවෙනවා. එම නිසා ගත්ත අරමුණේ හිතට හිත විරියය ඉබේම ලකුණු 66 වෙන්න තියෙනවා. ඒ විදියට හිත, කය, ඉන්ද්‍රියයේ කවදාවත්ම, වෙන මේ මෝඩ, මෝඩ කියල කියන්නේ හිස් කියන අදහසින්, අශ්‍රැතවත් පෘථග්ජනයා හිතාගෙන ඉන්නේ මේක සතින්ද්‍රියක්ය, හැම වෙලාවකම එය වැඩ කරනවා කියල. ඇහැ, කන, දිව, නාසය, ශරීරය හිත වැඩ කරනවා කියල හිතනවා. මොකද සතියෙන් නොවේ ගත කරන්නේ. මේ රූප බලල මේ ශබ්ද අහනවා, මේ ශබ්ද අහල මේ රස බලනවා, මේ රස බලල මේ ගඳ බලනවා. මේ ගඳ බලල මේ කයේ පහස ලබනවා. ඔහේ කල්පනා කරනවා. මේ කය බුදු රැස් වලල්ලක විදුලි බල්බ පත්තු වෙනවා වාගේ, වේගයෙන් වැඩ කරනකොට හිතෙන්නේ රැස් විහිදෙනව කියලා. රැස් විහිදෙන්නේ නැහැ. ඒ එක එක තැන විදුලි බුබුළු වරින් වර පත්තු



වෙනකොට නිවෙනකොට රැස් විහිදෙනව වාගේ ජේනවා. අපි රැස් විහිදුවා ගන්නව හිතේ. නමුත් විදුලි බුබුළෙ සිද්ධ වෙන්නෙ වරින් වර පත්තු වෙමින් නිවීමක්. ඒ වාගෙ ඇහැ පත්තු වෙලා තියෙන වෙලාවෙදි කන නිවෙනවා. කන නිවන් දකල ඉවරයි. ඒක ගැන ආයේ භාවනා කරන්න දෙයක් නැහැ. නමුත් අපි ඇහැ පත්තු වෙන වෙලාවෙදි ඇහැ පත්තු වෙලා කියලා දන්නෙ නැත්නම්, අපිට සර්වඥයන් වහන්සේ කියන ධර්මය අදහන්නක් බැරි වෙනවා. සතිය පිහිටුවන්න උත්සාහ කළ කෙනා නම් දකින වෙලාවෙදි දකියි. අහන වෙලාවෙදි අහයි. පිම්බෙන වෙලාවෙදි පිම්බෙයි. ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස කරන වෙලාවෙදි ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස මෙනෙහි කරන කෙනාට නම්, කොච්චරදෝ අවස්ථාවල් තියෙනවා, ඒ දේ කරනකොට රූප පෙන්නෙ නැහැ. ශබ්ද ඇහෙන්නෙ නැහැ. අරමුණේ හිත නිමග්න වෙනවා, ඒ නිමග්න වීම නිසා අරමුණේ වඩ වඩාත් ළං වෙනවා, අරමුණේ විස්තර ජේනවා, කියන එක භාවනා කළ කෙනාට, උත්සාහ කළ කෙනාට නම් ජේනවා.

නමුත් ඒකත් හිතෙන්නේ අර ඒ පුද්ගලයාට ඒක දැනගත්ත ගමන් ඇහෙන්න රූප ජේන්නෙ නැත්නම් ඇස් දෙක ඇරල බලන්න හිතෙන තරමටම මම මාගේ හැඟීම සක්කාය දිට්ඨිය වැඩි කරගෙන තියෙන නිසා ගුරුවරයා ළඟ තියාගෙන උගන්වනවා ඇස් දෙක වහගෙන භාවනා කරන්න. ශබ්ද නැති තැන ඉඳන් භාවනා කරන්න. කය හොඳට පහසුවට පවත්වාගෙන භාවනා කරන්න. භය නැතුව අරමුණේ හිත නිමග්න වෙන්න අරින්න. ඒ අතරමැද ඇස් දෙක අරින්න එපා. ඉරියව් වෙනස් කරන්න එපා. ශබ්ද අහන්න එපා. එහෙම වුණොත් අර අරමුණේ එක වරට එකයි කරන්න පුළුවන් කියන ජේන දේවක් අදහගන්න බැරුව යනවා. නමුත් මම හිතන්නෙ නැහැ, මෙතැන බහුතරය ඒ මට්ටමේ ඉන්නවයි කියලා. කවුරුත් දැන් ඒ ටික තේරුම් අරගෙන තියෙනවා. ඒ තේරුම්ගත්ත දේ ප්‍රත්‍යක්‍ෂය වශයෙන් කිව්වම අහගෙන ඉන්න පිරිසක් මෙතන ඉන්නෙ. ඒක නිසා තමයි මේ පාදක සූත්‍රය අපි ඉදිරිපත් කරන්නෙ. ඒ නිසා අපි

ශබ්දයක් අහන විට ඇහෙන්නේ රූප ජේත්තේ නැහැ, රූප බලන විට ශබ්ද නැහැ, එක එක බලනකොට මූල කමිස්ථානයට හිත තියාගන්න එක මොන තරම් ආනිසංස තියනවද කියල හිතාගන්න පුළුවන්. ඒ මොකද ඒ පැවැත්වීම නිසා අනිකුත් ඉන්ද්‍රිය ධර්ම ඔක්කෝම නිවන් ලබලා. ඒවා නිවිලා, පත්තු වෙන ඒක විතරයි. ඒ නිසා ඒ අනුව ලකුණු 66 ක් ලැබෙනවා.

ඒ වාගේම මේකෙන් සච්ඤයන් වහන්සේ මූලිකව ගොණුව දෙන්න හදන්නේ මොකටද කියල බලනවා. අපි හිතමු ඒ ඒ කියාපු නොකියා කියන දේ ප්‍රතිපස්සනා තේරුම්ගත්ත ක්‍රමයට හෝ තමන් නිසා වටහා ගත්තයි කියලා. සුතමය වශයෙන් හරි එහෙම වටහාගෙන යම් වෙලාවක තමන් මූල කර්මස්ථානයේ හිත පවතින වෙලාවේ බොහොම ආඩම්බරයෙන් ඒකට සතුටින්, එකට සාධු සමාදාන වෙලා කරගෙන යනවා නම්, ඒ ඇති වුණා වූ ආනාපානය, හිත යොදාගෙන කරන්නා වූ ආනාපානය, එහෙම නැත්නම් උදරයේ පිම්බීම හැකිළීමම මත රාගයක් ද්වේෂයක් මෝහයක් පහළ නොවෙන තාලෙට ඇත්ත ඇති සැටියටම දැකගෙන ඉන්නවා නම්, ඒ මත්තේ රාගොවා පෙමොවා, ඡන්දොවා කියන කාරණා නැති වෙනවා. එක අරමුණක් දිහා බැලුවොත් එකම අරමුණයි ගන්නේ.

ඒ අරමුණ මතත් ඡන්දොවා, රාගොවා, පෙමොවා ඒ පිළිබඳ ඡන්දයක්. අනේ! මට මේක වුණා නම් හොඳයි කියල ලොකු අකුසල ඡන්දයක්, මෙහෙම කරන්න ඕන, මේක මට කියල රාගයක් පහළ වෙන්නෙත් නැහැ. ප්‍රේමයක් පහළ වෙන්නෙත් නැහැ. ආන්ත එකකොට අල්ලාගත්තා වූ එතෙතටත් තදංග වශයෙන් හිත පත් වෙනවා, ප්‍රශ්නය වෙලා තියෙන්නේ එහෙම වෙනකොට යෝගාවචරයාට හරි පාළු ගතියක් දූනෙනවා. ඒකාකාරී භාවයක් ඇති වෙනවා. යෝගාවචරයාට නිරස ගතියක් දූනෙනවා සිද්ධි බහුල නැති ගතියක් දූනෙනවා. එපා වෙලා දමල ගහල යන්න හිතෙනවා. ඒ නිසයි මේ නය, නිරස නය වශයෙන් සර්වඤයන් වහන්සේ දේශනා කරපු දෙක ඒ අටුවාවාරීන් වහන්සේලා පෙන්න්නේ

යම් කයක් හෝ ආයතන 6 සහිත මේ පුද්ගලයා සච්ඤ දේශනාව අහල, කමටහන් අරගෙන එක ආරම්භණයකට එක ආයතනයකට හිත යොදාගෙන, කායෙ කායානුපසසී කියන විදියට කය ආයතනයට හිත යොදාගෙන කල්පනා කරගෙන නැත්නම් මනසිකාරය යොදාගෙන කටයුතු කරනකොට ඇහැ කණ, නාසය, දිව වැහෙනවා. ඒවා නිවන් දකිනවා. නිවන් දැකල කයෙන් උපදින්නා වූ වස්තු නාම වශයෙන් හෝ රූප වශයෙන් හෝ ඉදිරිපත් වෙනවා. ඒ ඉදිරිපත් වෙච්ච දේ පිළිබඳව මාන දිට්ඨි නැතුව ඒ වෙන කියන විදියට ඡන්ද රාග ප්‍රේම, ඡන්දොවා රාගොවා පෙමොවා මතු නොවන තාලෙට එයම මෙනෙහි කරමින් ගත කරනව නම් ඒ මත්තෙ උපදින්න තියෙන කෙලෙස් ටිකත් ක්‍රමයෙන් ගොරෝසුවට පටන්ගෙන ටිකෙන් ටික ගෙවී යන හැටි තමන්ම දැක ගන්නවා. එම නිසා සච්ඤයන් වහන්සේ බිම පෙරළන්න හදන්නෙ මේකට.

මේක සාමාන්‍ය ශුද්ධ විපසයනා එහෙම නැත්නම් සමථයානික සමථ විපසයනාවෙදි පෙන්වනවා අර්ථාපණනය විදියට. අර්ථාපණනය කියන්නෙ අර්ථයට නය කියන්නෙ අර්ථයට කාම භූමි නයක් තියෙනවා, ඒක සර්වඤයන් වහන්සේ කෙළින්ම කියලා නැහැ. දකින්නා වූ රූපයක් මත කෙලෙස් පහළ වෙන්නෙ නැහැ කියලා පෙන්නල දුන්නා. එතකොට සච්ඤයන් වහන්සේ කියල නැහැ දැකපු රූපයක් මතත් කෙලෙස් පහළ නූනා නම් ඒකත් නිවනක් කියල. ආසන්න අර්ථ නය අපට ගන්න අයිතිවාසිකමක් තියෙනවා. ඒකම තමයි මේක ගෙනියන්න හදන්නෙ. නමුත් තර්ක වශයෙන් මේක ගන්න පුළුවන් වුණත් හුඟදෙනෙක් මේ මට්ටමට ඇවිල්ලත් තියෙනවා. ආවට මොකද දන්නෙ නැහැ. ඒ නිසා තවත් ගොරෝසු දේවල් හොයනවා. තාමත් රාග හොයනවා. තාමත් ඡන්ද හොයනවා, තාමත් ප්‍රේම හොයනවා, ඒ ඡන්ද, රාග, ප්‍රේම නැති වුණාට පස්සෙ වෙන්නෙ ඒ අරමුණු දියාරු තත්ත්වයට පත් වෙන එකයි. කියාගන්න බැරි තත්ත්වයට පත් වෙන එකයි. ඒ අරමුණේ අඩු තරමින් මේ නාම රූප දෙක කියා වෙන් කරගන්න බැරි වෙනවා. අඩු තරමේ මේ අරමුණේ

පිම්බීම හැකිළීම දෙකවත් වෙන් කරගන්න බැරි වෙනවා, ඇතුළු වීම පිට වීම කියන දෙකවත් වෙන් කරගන්න බැරි වෙනවා. මේ කියා දුන්න මූලික කළල අවස්ථාවේදී මේ තත්ත්වයට ඒ අරමුණ පත් වෙනවා. යෝගාවචචරයාත් පත් වෙනව. එම නිසා ඒ තත්ත්වයට පත් වෙච්ච යෝගාවචරයාට එකම සරණ තමයි පටන්ගන්න තියෙන ඕළාරික, ගොරෝසු තැන පටන් මේ කියන්නා වූ සියුම් තැන දක්වා යන හැටි හැමදාම සිහියෙන් බලන්න ඕනෑ. සැක නම් ලියන්න ඕන, දෙකම තියාගෙන සාකච්ඡා කරන්න ඕන. සාකච්ඡා කරන කොට වැටහෙනවා අරමුණේ හිත පත් වීම පමණින්, වායෝ ඓධිබ්බ ධාතුවට හිත පත් වීම, පමණින්, ඇහෙන්, නාසයෙන්, කනෙන්, දිවෙන් කෙලෙස් උපදින්න තියෙන අවස්ථාව නැති වෙනවා. ශරීරයේ උපදින්නා වූ අතින් කෙලෙස් ඔක්කෝම නතර වෙනවා. ඒවා නිවන් දක්කා වාගෙ සංසිඳෙනවා. හැබැයි සංසිඳෙන්න නම් අර අරමුණේ හිත නිමග්න විය යුතුයි. එහෙම නිමග්න වෙන තාක් කල් තාම හිත පවතින්නෙ සම්මුති මට්ටමේ වෙන්න පුළුවන්. නමුත් ඒ විධියට තමන් හිත ප්‍රණීත කරගෙන දැන්අරමුණේම හිත හිටිය, ඒ අරමුණේ හිත නිමග්න කරන්න ඕන.

එතෙන්දී අපි කියන්නෙ අපිලාපන ලක්ඛණා සති අරමුණේ හිත බස්සන්න කියලයි. සිත කිඳා බස්සන්න ඕන. නිමග්න කරන්න ඕන. නිමග්න කළාම මොකද වෙන්නෙ? අරමුණ ඇති හැටියට පේනකොට, අරමුණු මත හෝ ඡන්දොවා රාගොවා ප්‍රේමොවා කියන විදියට අර තිබ්ච්ච සෙනෙහස ගති, අර කියන බැඳෙන ගති අරමුණේ නැතුව යනවා. කමටහන් සුද්ධ කරන්න ගියාම ඕක තමයි ප්‍රධාන වෝදනාව තියෙන්නෙ. මෙන්න දැන් අරමුණ දූතෙන්නෙ නැහැ. පේන්නෙ නැහැ. එක්කෝ නැත්නම් නිදිමත වෙනවා. හිත අරමුණ හොයාගෙන ඇවිදිනව. හයියෙන් හුස්ම අරගෙන බලනවා. හයියෙන් බඩ පුම්බල බලනවා. ඒ මොකද, අර අරමුණ නැති වෙච්ච නිසා. නමුත් මේ දේශනාවෙ සඳහන් වෙනවා ඒකාන්තයෙන්ම නිවනට කීට්ටු වෙනකොට, අරමුණට ඡන්ද රාග ප්‍රේම

අඩු වෙලා අරමුණ එන්න එන්න සංසිඳෙනවා. මේ සංහිඳියාව තියෙනකොට පුංචි කාලෙ කුමාර සැපට හැදුණ කෙනෙකුට නම් මහා පාළු ගතියක්ම දූනෙනවා. අරමුණේ මහා පාළු ගතියකට එනවා. තමන්ගෙ කයෙන් ඇත් වුණා වාගෙ තනි වෙච්ච ගති ඇති වෙනවා. භය සංකා ඇති කෙරෙනවා. තීරස ඒකාකාරී ගති පහළ කරනවා. වමනය, ඔක්කාර ගති පහළ කරනවා. ඒ මොකද, මේ කොච්චරදෝ සංසාරයක් පුරා ගෙනාපු සකකාය දිට්ඨිය ඇඹරෙන්න තැළෙන්න පොඩි වෙන්න පටන්ගන්නව. මුළු කයම දරාගන්න බැරි තත්ත්වයකට පත් වෙනවා. සමහර විට හුස්ම හිරකරනවා වාගෙ, ඊළඟට තද කළා වාගෙ, නැත්නම් රෙද්දක් වතුර දාල මිරිකන්න වාගෙ දාහ ගති, සැලෙන ගති, නානා ප්‍රකාර ගති ඇති වෙනවා. මේ සෑම දෙයකින්ම, වෙන දේවල්වලට හිත යොදමින් නානා ප්‍රකාර විදියට අර අඬන බබාට සුප්පුවක් දෙනවා වාගෙ කටයුතු කරන්න ගත්තොත් කවදාවත් මේ ගමන කෙළවර කරන්න හම්බ වෙන්නෙ නැහැ. එතකොට ඔය සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ කියන විදියට හත් දවසින් හෝ අවුරුද්දෙන් වැඩේ කරන්න හම්බ වෙන්නෙ නැහැ.

භාවනාව විශේෂයෙන් සතිපට්ඨාන භාවනාව පසුගිය දසක හතර තුළ කාලෙ සැහෙන්න ප්‍රගතියක් ඇති වෙලා තියෙනවා. ඒක අපට සතුටුදායකයි. අපිම ඒක සාක්ෂියක්. නමුත් මේ කාරණාවට එතකොට නම් තාම පවතින්නෙ පහළ බාලාංශයේ. මේ කාරණාවට නාපු යෝගාවචරයින් පිරිස් බොහොම ටිකයි. නමුත් ඇවිල්ලා ඒක කියාගන්න බැරි පිරිස බොහෝමයි. ඒක හිතලා කරලා දෙන්න පුළුවන්, කියලා දෙන්න පුළුවන් කර්මස්ථානාවාර්යයන් අඩුයි, එම නිසා ශාසනය එන්න එන්ට බොද විගෙන යන ගතියක් ජේන්න තියෙනවා. ශාසනය පිළිබඳව කටළු කපා කරන, මේ භාවනා ක්‍රම වට්ටන්න හදන, හැලහොලවන ඇත්තන්ගේ වරදින්. ඒ මොකද අර අදාළ නැති ඉන්ද්‍රියයන්ගේ කෙලෙස් නැසෙන බවත් අදාළ වායෝ ඓධ්‍යබ්බ ධාතුවට කෙලෙස් දුරස් වී යන බව දැනගන්නකොට යෝගාවචරයා කොන්ද කෙලින් කර ගන්නෙ නැත්නම්,

යෝගාවචරයා තමන්ගේ හිත වඩා ශක්තිමත් කරගන්නේ නැත්නම්, යෝගාවචරයා දැඩි අධිෂ්ඨාන පිහිටුවාගන්නේ නැත්නම්, යෝගාවචරයා වෙනදාට වඩා කමටහන් සාකච්ඡා කරන්නේ නැත්නම් ඉතින් කාගේ සරණද? ඒක සතියේ දෝෂයක්වත් සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ දෝෂයක්වත්, කර්මස්ථානාචාර්යයන් සච්ඤයන් වහන්සේගේ හෝ ධර්මයේ දෝෂයක්වත් නොවෙයි. මේ මාර බලවේග ක්‍රියාත්මක වෙන හැටි.

ඒ මාර බලවේග විස්තර කරනකොට විස්තර කරනවා, හිත සලලා උද්ධච්ච භාවයට පත් කරලා, වහා ආසනයෙන් නැගී සිටුවන ගතියට හිතට එන ශක්තිය මාර සේනාවක්. එසේ නැතුව අරමුණේ හිත පිහිටලා හිටියොත් නින්ද යන ගතියට හිත කඩා වැටෙන මට්ටමේ තත්ත්වයට පත් වෙනවා, මේ දෙකට හිත නොතබා සෘජුව, මෙවැනි මට්ටමේ විර්යයක් නගාහිටුවාගෙන පගහිත විර්යය කියන විර්යය දල්වාගෙන, ඉදිරියට ගෙනියන්න නම් එසේ මෙසේ ශක්තියක් තිබිල බැහැ. ඒ විතරක් නොවේ. තමන්ට වැටහෙන ධර්මය දහසක් නයින් අතිරේක නය අර්ථාපණ නය නානා ප්‍රකාරයෙන් වැටහෙන දේවල්, ධර්ම විෂයට දාල හිතනවා මිසක් ඒ ඒ කටළු කටා කරන්නන් හිතන මතන දේ අනුව කල්පනා කරන්න ගත්තොත් අපට කිසිම අර්ථයක් නැති දෙයක් කරනවා කියලා හිතෙන්න ඉඩ තියෙනවා. එම නිසා මේ අරමුණක් මතු වෙලා ඒකට පූර්ණ හිත යොදලා සතිමත් වීමෙන් ඉතිරි ඉන්ද්‍රිය ආයතනවල කෙලෙස් නැති වෙනවා, නිවෙනවා කියන එක දැනගන්න එක ලොකු හයියක්. ඒක සාමාන්‍ය පළවෙනි පන්තියේ. දෙක තමයි ඒ මතු වුණාම අරමුණත් නැවී නැවී අරමුණටම මුහුණ දීමෙන් එහි ඇත්තා වූ යථා ස්වරූපය දැකීමේ ඒ ස්වභාවය මතත් රාග, ඡන්ද, ප්‍රේම පහළ වෙන බව අඩු වෙනවා. ඒක යෝගාවචරයාට පර්යංකයේදීම ඉතා වැදගත් වෙනවා. ඒ වන විට යෝගාවචරයා අත් දකින්නේ මොකක් වශයෙන්ද, රාගය, ඡන්දය, ප්‍රේමය, නැසීමක් වශයෙන් නොවෙයි අත්දකින්නේ. තරහ එන ගති නුරුස්නා ගති වැඩි වීමක් වශයෙන්, ඒකාකාරී බව වැඩි වීමක් වශයෙන්, හය සංකාව වැඩිවීම වශයෙන් තමයි

දකින්නෙ. ඉතින් අර නිරස ක්‍රමයට එන්න මේක පුළුවන් නම් අරක නොකියා කියවෙනවා. තමන්ගෙ ඒ ඇති තත්ත්වය නැවත නැවත කියන්න ඕන. නැවත නැවත සාකච්ඡා කරන්න ඕන. මේ වාගේ ධම් දේශනා නැත්නම් මේ වගෙ කාරණා ලියල තියෙන සූත්‍ර කොටස් නැවත නැවත මතු කරගන්න. නැත්නම් අපි ඉබේම මාරයාගේ හීන් නූලට ලක් වෙලා නිකම්ම ඉබේ හැලිල යනවා.

ඒ නිසා ඒ එක එක ඉන්ද්‍රියයක් මත එකක්ම අල්ලාගෙන ඒ මතම සතිය පිහිටුවාගැනීමෙන් එය අවබෝධ කිරීමෙන් සියල්ල අවබෝධ කරනවා කියන කාරණාව සමහරු අහනකොට වෙච්චෙනවා. නමුත් අනන්තවත් ඔය සකක පඤ්ඤ, බහු බාදික සූත්‍රය, සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ආදියේ අටුවාවල විස්තර කරලා දීලා තියෙනවා. අපි ගත්තොත් ආනාපානය හෝ පිම්බීම හැකිලීම, ඒ මත සියයට සියයක්ම හිත තැන්පත් කිරීම තුළින් ඇස, කන, නාසයෙන්, දිවෙන් එන අරමුණු නතර කරනවා, ඒවා නිවන් දක්වනවා, ඊට පස්සෙ අල්ලාගත් අරමුණේ සියයට සියයක් රාගයක්, ඡන්දයක්, ප්‍රේමයක් ඇති නොවන තාලයට එහිම හිත පැවැත්වීමෙන් එයින් පහළ වන්නා වූ නිවරණ ධම් නැත්නම් කෙලෙස් ධම්, නිවරණවලටත් යටින් තියෙන කෙලෙස් පවා නැති කරගෙන යනවා කියලා. ඒ දේ කරගෙන යනකොට යෝගාවචරයා අර සියල්ලම දැනගන්න ඕන. සියල්ලම දකින්න ඕන. සියල්ල දකින්නෙ නැතුව නිවන් දකින්න බැහැ කියල සභීඤ්ජන් වහන්සේ දේශනා කරන ධම්ය හරස් කපනවා වාගෙ ජේන්න තියෙනවා. කතං හික්ඛවෙ පරිඤ්ඤායං. සභීඤ්ජන් වහන්සේ දේශනා කරල තියෙනවා කය දන්නවා නම් බාහිර ගොරෝසු දේවල් කයේ ප්‍රසාදය දෙක තුන හැපීම ඇති වන්නා වූ ඵොට්ඨබ්බය ඒ සියල්ල දැන යුතුයි. ඉතින් මේ සියල්ලෙන් හුඟ වෙලාවට යෝගාවචරයා පිම්බීම හැකිලීමෙන් සිදු වන්නා වූ පයවි ප්‍රමාණය විතරයි සමහර විට දන්නෙ. ආපෝ දකින්නෙ නැහැ තේජෝ, සමහර විට වායෝ ධාතුව දකින්නෙ නැති වෙන්න ඉඩ තියෙනවා. නමුත් පයවි දකිනකොට කවදාවත් ඒ පයවි කියන ධම්යට



තනියම හිටින්න දකින්න බැහැ. ඒ නිසා ඒකාන්තයෙන්ම ඒක පදවිධාන වෙලා තියෙන්නෙ වායෝ ධාතුව, ආපෝ ධාතුව, වැඩි වෙලාවක් එහෙම බලාගෙන සිටීමෙන්, භාවිත බහුලීකෘත කිරීමෙන් ප්‍රත්‍යක්‍ෂ ඥානයටම තමයි අහු වෙන්නෙ. යම් කිසි කෙනෙක් මට හොඳට පයවි ධාතුව දැන් වැටහුණේ නැත්නම්, හැපෙන වැදෙන ගතිය, ගොරෝසු ගතිය, කර්කශ ගති පහළ වුණා. එම නිසා මම සුතමය වශයෙන් තේජෝ ධාතුව හඳුනාගන්න ඕන අනුමාන වශයෙන්, කිව්වහම ආපෝ ධාතුව හඳුනාගන්න එක කවදාවත් ඔය සතිපට්ඨානෙ සංසිද්ධිම ඉවර කරගන්න බැහැ.

එහෙම නම්, පයවි කියලා ප්‍රත්‍යක්‍ෂව වැටහුණත් ආපෝ, තේජෝ, වායෝ සුතමය වශයෙන් හෝ වින්තාමය වශයෙන් වැටහුණා නම්, මේ අතර ආපසු වෙනසක් ඇද්ද නැද්ද කියන එක තේරෙනවා. ප්‍රත්‍යක්‍ෂ වශයෙන් වැටහෙන එකත් අනුමාන වශයෙන් වැටහෙන එකත්, සුතමය වශයෙන් වැටහෙන එකත් සමාන වෙනවා. කිසිම රසයක් නැහැ. මේ දේශනාවෙ හොඳට පැහැදිලි වෙනවා පයවි ධාතුව වැටහුණා නම් ප්‍රත්‍යක්‍ෂ වශයෙන් එයින්ම හිත තීරස බවක් මකාගෙන කපාගෙන, එපා වෙන ගති මකාගෙන, කපාගෙන, එහිම හිත යොදන විට අනිවාර්යයෙන්ම අතින් දේවල් අර ප්‍රත්‍යක්‍ෂ ඥානයට සාපේක්‍ෂව වැටහෙන්න පටන්ගන්නවා. සුතමය නොවෙයි, අනුමාන නොවෙයි, පයවි ධාතුව ප්‍රධාන කරගත් ඒ හතරම දකිනවා, වැටහෙනවා. ඒ වැටහීම කියන්නෙ නාම ධර්ම තමයි. ස්වභාව ධර්මය ගැන වැටහීමක් චේතනාවෙන් අරගෙන පෙන්නල දෙනව. මේ ඔක්කොම වශයෙන් කටපාඩම් කරලා එක එක කරගෙන යන්න ඕන කියන අදහස ගන්නත් ඉඩ තියෙනවා. ඒ වුනත් ඉතින් ප්‍රඥප්තියට හොඳින් සලකන කෙනෙකුට ඒ අදහස ගන්න පුළුවන්. නමුත් ඒකෙන් අදහස් කරන්නෙ නැහැ මේ ලෝකෙ ඉන්න තාක් හැම ආර්යයයන් වහන්සේලාම මේ සියල්ල දැනගෙන ගියයි කියලා. අර ක්‍රමය අවබෝධ කරගත්තා සාරිපුත්ත ස්වාමීන් වහන්සේ වාගේ. එම නිසා සාරිපුත්ත ස්වාමීන් වහන්සේගේ ක්‍රමයට කියන්නෙ අනුබද්ධ ධර්ම විපසුනාව කියලා. එකම

ධම්මයක්වත් අත නොහැර අනුක්‍රමයෙන් එක එක අරගෙන යනව. මොග්ගල්ලාන ස්වාමීන් වහන්සේගේ ක්‍රමයට කියන්නේ හැරමිටියෙන් යන මිනිහා හැරමිටිය පාර දිගේ ඇදගෙන යන්නේ නැහැ. තැනින් තැනින් ඇදගෙන යන්නේ. බඹයකට විතර සැරයක් තමයි ඇදගෙන යන්නේ. එතන හොඳට දන්නවා. ඒකෙන් අර හැරමිටිය ඉස්සිලා යන කොටස ඉබේම යට වෙනවා, කවර් වෙනවා, දූනෙනවා ආවරණය වෙනවා. මොග්ගල්ලාන ස්වාමීන් වහන්සේගේ ක්‍රමය අර වාගේ මුල සිට අග දක්වා ඔක්කෝම අදහස අතගාගෙන යන ක්‍රමයක් නොවේ. නමුත් උන්වහන්සේ සාද්ධි ප්‍රාතිහාර්යය පිළිබඳ අග්‍රයි. වමන් ශ්‍රාවකයා.

සර්වඥයන් වහන්සේ බොහෝ අගය කරල තියෙනවා, ඒ විශේෂිත ක්‍රමයක්, ඒකක් කළ යුතුයි. මේ කියන ක්‍රමයෙන් තමන්ගේ ප්‍රත්‍යක්ෂ ඥානය හොඳට පිරිසිදු වෙලා අහු වුණාට පස්සේ, අත නැර අතින් ඒවා කරන්න නම් අවබෝධ ඥානය පිණිස මේ සියල්ලම අවධායී කියලා අන්තගාමී වෙන්න නරකයි. පඨවි ධාතුව දූනගැනීමෙන් අතින් ටික අවබෝධ වෙනවා. අපි හරියට කාය වශයෙන් වායෝ ඵොට්ඨබ්බ ධාතුව අවබෝධ කිරීමෙන් ඇස, කන, නාසය, දිව, ශරීරය කියන ඔක්කොටම ඒ විත්තක්ෂණයේ පවතින දේවල් ඔක්කොටම ආලෝකය වට්ටගන්නවා. අවබෝධ කරගන්නවා. ඒ නිසා පාරිසරිය මහරහතන් වහන්සේ දේශනා කරලා තියෙනවා යෝගාවචරයා ඇස් ඇති කියලා අන්ධයකු සේ හැසිරිය යුතුයි. නානාප්‍රකාර දේවල් අපේ ඇසට ජේනවා. ඒකට ඇහැ වහගෙන අවි කන්නාවි දාගෙන හෝ ඇස් බැඳගෙන ජීවත් වෙන්න නොවේ. ඒක නොවේ ඉන්ද්‍රිය සංවරය කියන්නේ. එහෙම නම් පොට්ටයෙකුත් ඉන්ද්‍රිය සංවර කරනවා වෙනවා. ඇහැට රූප එනවා, නමුත් ඒවා ගණන්ගන්න එපා. ඒ වාගේ කනට ශබ්ද කොච්චරදෝ එනවා. භාවනා කළත් කේලම් කට කටා පවත්වන ඇත්තො ඉන්නවා. එයින් ජේනව. ඒ ඔක්කෝගෙන්ම විසඳගන්න යන්න එපා. තමන් දූන ගන්න ඕන මේවා ගණන්ගන්න ඕන නැහැ.

පණ්ඩිත ස්වාමීන් වහන්සේ නිතරම කියන්නේ දෙයක් නැහැ කියල. දෙයක් නැහැ බවට තත්ත්වයට පත් කරගන්න දැනගන්න ඕන. ඒ වාගෙම නාසයට විවිධාකාර ගඳ, දිවට විවිධාකාර රස, ඇඟට විවිධාකාර ලෙඩ රෝග, දුක් පීඩා, සිත් වේදනා ප්‍රීති සුඛ වේදනා පහළ වෙනවා. මේ ඔක්කෝටම, ඒවා ඇඟට නාපු දේවල් විදියට කරගන්න නම් ඒ වෙලාවේ අරමුණ මොකක්ද කොහෙද නිමගන් වෙලා තියෙන්නේ? මේ නිසා මාලුඞ්කාස පුත්‍ර සූත්‍ර දේශනාවේදී සර්වඥයන් වහන්සේ මාලුඞ්කාස පුත්‍ර තෙරුන් වහන්සේට කෙළින්ම පෙන්නල දීල කියන්නේ? නොදකින, දකිමින් නොපවතින, මත්තටත් නොදකිමින්, මතුවටත් කෙලෙස් පහළ නොවන ආකාරයට හය විදිය පෙන්නල, යම් දවසක මාලුඞ්කාසපුත්ත නුඹ ඒක දෑ ගත්තා නම් නුඹට “දිට්ඨො දිට්ඨමන්තං භවිස්සති”. දෑක්කත් දෑක්ක දේ දෑක්ක පමණින් නතර කරගන්න පුළුවන්. ඒක මත විවිධාකාර කල්පනා කරමින්, ඒක මත විවිධාකාර තොරණ ගහමින් ඒක මත විවිධාකාර කෙලෙස් බෝ කරන ගතියට යන්නේ නැහැ. “සුතෙ සුතමන්තං භවිස්සති”. මොකද, කන ඉතා මිහිරි ප්‍රසන්න දෙයක් ඉතා ප්‍රියමනාප කන්කළු දෙයක් අහන්න පුළුවන්. නමුත් ඒ මත කෙලෙස් පහළ වෙනවමයි කියල දෙයක් ලෝකේ ඇත්තේ නැහැ. පහළ කර ගන්නවා කියන එක නුඹේ අයිතිවාසිකම කරගත්තොත් ඒකට ගෙවන්න ඕන. ඒ වාගෙ තමයි මුනෙ මූන මතං භවිස්සති නාසයෙන්, දිවෙන්, ශරීරයෙන්, නොගන්නා වූ ඒවා එන්නේ යන්නයි. ඒවා ඇතුළට දාගත්ත ලෙඩ, ඒවට බය වෙල ඒ අනුව විවිධාකාර කල්පනා කරමින් භාවනා කැඩෙන්නේ. ඒවා එතකොට භාවනා අරමුණට වඩා ප්‍රකට නම්, භාවනා අරමුණ යට කරන මට්ටමට එනවා නම්, ඒකට මුළු හිත දාල මෙනෙහි කරන්න ඕනි. එය මෙනෙහි කරන කොට භාවනා අරමුණ පැත්තකට යනවා. ඒ මෙනෙහි කරනකොට ඇහෙන්න, කනෙන්න, දිවෙන්න, නාසයෙන්, කයෙන් එන කෙලෙස් සම්පූර්ණයෙන් නතර වෙනවා. කයෙන් එන්නා වූ කටුක වේදනා හෝ මිහිරි වේදනා පමණක් වැටහෙනවා. ඒකෙන් වැඩි වෙලාවක් පවත්වන විට කෙලෙස් නතර කරගන්න පුළුවන් වෙනවා.

අවසානෙ සර්වඥයන් වහන්සේ දේශනා කරනවා විඤ්ඤානෙ විඤ්ඤානමත්තං. මේවා පිළිබඳව කල්පනා කරමින් ඇති වෙන්නා වූ බය ගති, ඇති වෙන්නා වූ අසරණ ගති, ඇති වෙන්නා වූ නිරස ලක්ෂණ, ඇති වෙන්නා වූ හිත ඇවිස්සෙන්නා වූ ගති, අන්තිමට ඇති වන්නා වූ නිදිමත ගති එන්නෙ යන්නයි. ඒවා ඇතුළෙන් දාගත් ලෙඩ, නිදන්ගත ලෙඩ බවට පත් කරගන්නෙ නැවත නැවත ඒවට ආරාධනා කරලයි, එම නිසා ආපු පෙනීමත් විඤ්ඤාණයත් විඤ්ඤාණය වශයෙන් පැවතීම නතර වෙනවා. ආන්ත ඒක සඳහන් කරල සර්වඥයන් වහන්සේ සඳහන් කරනවා මාලුඛිකාපුත්‍ර, නුඹ මේ විදියට දුටු දේ දුටු පමණින් නතර කරන්න දන්නවා නම්, ඇසු දේ ඇසු පමණින් නතර කරන්න දන්නවා නම්, කනෙන් නාසයෙන් ශරීරයෙන් එන දේ පමණකින් නතර කරන්න දන්නවා නම්, හිතට මතු වන දේ එතැනින් නතර කරන්න දන්නවා නම්, නුඹ ඒක නිසා වෙස් පෙරළගන්නෙ නැහැ. මම අහවල් දේ දැක්කයි කියලා, අහවල් දේ නොදැක්කයි කියලා අහන් ඉන්නෙත් නැහැ. අහවල් දේ ඇහැව්වයි කියලා අමුතු වෙන්නෙත් නැහැ, නැහැව්වයි කියලා අමුතු වෙන්නෙත් නැහැ. අර කොටඵවා සිංහ හම පොරොවගත්ත වාගෙ අමුතු වේශයකට පත් වෙන්නෙත් නැහැ. ඒ අමුතු විධියට පත් වෙන්නේ. නැත්නම් මින් මත්තට මොකද වෙන්නේ? සක්කාය දිට්ඨිය ආදී ධර්ම පහළ වෙන්න ඉඩකුත් නැහැ.

ඒ නිසා ඒ තත්ත්වයට හිත නිතර නිතරම පත් කරගන්නට හිතට ගන්න ඕනි. එම නිසා සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ දක්වන සතිය අපි ගැඹුරින් බැලුවොත්, වෙන විධියට කියනවා නම් සර්වඥයන් වහන්සේ දැකපු තාලයට දන්නවා නම්, අපි සතිය තව කොච්චර පැතිවලින් දියුණු කළ යුතුද? ඒ විවිධ පැතිවලින් පෙනවන ආකාර තමයි ඇස් ඇත්තෝ අන්ධයකු සේ ගත කරන්නේ කියලා. රූපයක් දැක්කා නම් ඒ දකින රූපය දැක්ක පමණින් නතර කරන්න කියනවා. ඒ දකින රූපය මෙනෙහි කිරීමෙන් තමයි මුණට මුණ දාල අරමුණ බැලීමෙන් තමයි ඒක කරන්න පුළුවන්. නමුත් අපි

එදාත් මතක් කරගන්න විධියට මේ රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස විෂයෙහි ආධුනික යෝගාවචරයෝ එව්වර දක්ෂ නැහැ. මොකද ඒවා ඉතාමත්ම තදබල සංසාර බැමි. එම නිසා ඊට වඩා බොහොම ඕළාරික, ගොරෝසු කායෙ කායානුපස්සි කයේ කය අනුව බලන හැටියට තමයි ගත කරන්න කියන්නේ. නමුත් කයේ කය අනුව බලනකොට අරමුණ හරි ගියා වෙන්න පුළුවන්, නොවෙන්න පුළුවන්. ඒ මත වේදනා පහළ නොවී මතු වෙන්නේ නෑ. නතර වෙන්නේ නෑ. ඒකාන්තයෙන්ම එක්කෝ සුබ වේදනා, දුක්ඛ වේදනා කියන දෙක පහළ වෙනවා. ඒ පහළ වෙනකොට ඒ පහළ වෙන සැප දුක් වේදනාවල් නොසලකා මූල කර්මස්ථානයේම හිත පවත්වන්න පුළුවන් තරමට සියුම් නම්, ඒ තාක් දුරට යෝගාවරයා මූල කර්මස්ථානයේ සිත පැවැත්විය යුතුයි. ඒ ගැන හිතන්න නරකයි. ඒ මූල කම්මස්ථානයේම හිත පැවැත්වීමෙන් මට කවදාවත් වේදනානුපස්සනාව කරගන්න වෙන්නේ නැහැ. විත්තානුපස්සනාව කරගන්න හම්බ වෙන්නේ නැහැ කියන දෙයක් ඇත්තේ නැහැ.

ආධුනික යෝගාවචරයා කොහොම වුණත්, යම් කිසි මට්ටමකට භාවනා කරපු කෙනෙක් ඡන්දෙ දේවි, අත උස්සාවි. මූල කර්මස්ථානයේ බලාගෙන ඉන්න ගමන් ඇති වෙන නැති වෙන වේදනා දැකගන්න පුළුවන් ශක්තියක් දියුණු සතියට තියෙනවා. ඒක සතියේ බලවත්කම, ඒක සතිය සම රස භාවයට පත් වීමක්. මූල කම්මස්ථානයත් තියෙනවා වේදනාවත් තියෙනවා විත්තානුපස්සනාවත් පේන්න ඉඩ තියෙනවා. ඒ අතරම ධම්මානුපස්සනාවත් පෙනිලා අඩු ගානෙ මූල කර්ම ස්ථානයේ බලන් ඉන්නකොට රූපයක් පෙනිලා යන හැටි හිතෙනවා වාගේ වැඩ කරන්න පටන්ගන්නවා. ශබ්දයක් ඇවිල්ල ඒ ශබ්දය අපට ආමන්ත්‍රණය කරල යන හැටි මූල කර්මස්ථානයේ හිත පවතිද්දීම වැටහෙන්න ඉඩ තියෙනව. ගඳක්, රසක්, ඒ වාගේම සිතුවිල්ලක් මතු වෙලා යන හැටි දැකගන්න පුළුවන් වෙනවා. ඒ නිසා මේ කායානුපස්සනාව විතරක් කෙරුවට අනිත් ඒවා නැති වෙයි කියල හයක් ඇති වෙන්න බැහැ. ඒක මේ හත් අවුරුද්දක්

හෝ හත් දවසක් යන වැඩක් නොවෙයි. බොහෝම ඉක්මනින්ම සතිය පිළිබඳ ඇදහීමෙන් කටයුතු කරනවා නම් ඒක තේරුම්ගන්න පුළුවන්. නමුත් හුඟක් යෝගාවචරයෝ ඒ කියමන කමටහන් ශුද්ධ කිරීමේදී නම්බු කරන්නෙ නැති නිසා, ධර්ම ගෞරවය නිසා, මේවා නිකම්ම නිකම් නොසැලකිය යුතු දේවල් ගානට වැටහෙනවා. ඒ කියන්නෙ යෝගාවචරයා නිවන කියල හිතන්නෙ මොකක්දෝ එකක්. පෘථග්ජන නිවනක්. එම නිසා මේ අවස්ථාවේදී භාවනාව හරි ගියයි කියා හෝ නොගියයි කියා හෝ විනිශ්චයකට පැමිණීම, අර අරමුණක් මත රාග, ඡන්ද, ප්‍රේම ඇති කළා වගේ වැඩක්. තමන්ට තියෙන්නෙ භාවනාව කරගෙන යනකොට හොඳ හෝ වේවා නරක හෝ වේවා ඒ වැටහිවිව දේ, ප්‍රත්‍යක්‍ෂ වශයෙන් වැටහිවිව දේ කියන එකයි. ඒ මොකද, යෝගාවචරයා වශයෙන් ඒ දහසක් නයින් අවබෝධ කිරීමක් ආධුනිකයාගෙන් බලාපොරොත්තු වෙන්න අමාරුයි. නමුත් යෝගාවචරයා ආධුනික වුණයි කියල, ධර්මය දුප්පත් එකක්වත් අසම්පූර්ණ එකක්වත් නොවෙයි. ඒක විවිධ පැතිවලින් යෝගාවචරයාගේ කර්මයට දෙධර්මය ඇති කරන දෙයක් ධර්මයෙහි තියෙන්නෙ. ධර්මයේ තියෙන හොඳම සරුසාර ගති ටික ඒ සතියෙ පවතිනවා.

එම නිසා යෝගාවචරයා මතක තියාගන්න ඕනෑ තමන්ගෙ අරමුණ ඉස්සෙල්ලාම ගන්න පිම්බීම හැකිලීම හෝ ආනාපානය කෙටි කරගෙන එන ශබ්දවලින් වේදනාවලින් එහෙම නැත්නම් සිතුවිලිවලින් වෙන් කර ගෙන, ඉස්සෙල්ලාම අරමුණේ නිමග්න කරගන්න. උත්සාහය සමථයට බරයි. ඒ කාලය තුළ අනිකුත් ඉන්ද්‍රියන්ගෙන් සිදු වන කෙලෙස් කපා ගන්න නම් විපස්සනාව තේරුම්ගන්න ඕන. නැත්නම් මේ න්‍යාය ධර්මය තේරුම්ගත යුතු දෙයක්. ඒ නිසා ඒ වෙලාවේදී යෝගාවචරයා ආයින් කාය කර්ම කරන්නෙ නැහැ, ඓධිධිබ්බ කරන්නෙ නැහැ. සිතීන් හෝ අනිකුත් අනුශය මට්ටමෙන් හෝ අනිකුත් ඉන්ද්‍රිය ධර්මවලින්, ආයතන වලින් කෙලෙස් පුරවන්නෙ නැහැ. එක අරමුණේ හිත පැවැත්වීම ඒ

තරම්ම ආනිසංසයි. නමුත් ඊට පස්සෙ සමථ වශයෙන් හෝ ආරම්භ වන විපස්සනා වශයෙන් අරමුණට සිත බැස්සවීමක් සිදු වෙනව. ප්‍රඥප්ති වශයෙන් පෙනෙන ඕලාරික තත්ත්වය මගහැරල සියුම් තත්ත්වයට පත් වෙනව. මෙන්ම මේක සිද්ධ වෙන්නෙ හිනෙන් වාගෙ. මේක සිද්ධ වෙන්නෙ කලාන්ත වුණා වාගෙ. මේක සිද්ධ වෙන්නෙ පෙරළියක් වාගෙ. ඉස්සෙල්ලාම වෙනකොට මේක කිව්වට තේරෙන්නෙ නැහැ. තමන්ට කියන්නත් බැහැ. ඒත් පහු වෙනකොට පහු වෙනකොට හොඳට තේරෙනවා. අරමුණ කොහොල්ලෑ ගුලියක් කටුමැටි බිත්තියකට දමල ගැහුව වාගේ අල්ලන ගතියක් තියෙනවා. ආරක්ෂාවත් වැටහෙනවා. දැන් අරමුණෙන් පිට යන්නේම නැහැ, නිවරණ පහළ වෙන්නෙම නැහැ. එතකොට අර ඇහෙන් කණෙන් නාසයෙන් දිවෙන් එන අරමුණුවල බාධාව තියෙනවා. නමුත් ඊට වැඩි වෙලාවක් නැහැ ඊට පස්සෙ ආයි සැරයක් සතිය රජ වෙලා සතිය මුල් තැන අරගෙන ආයි සැරයක් අරමුණම පේන්න පටන්ගන්නවා. ආයි සැරයක් රූප, ශබ්ද, වේදනා පේන්න ගන්නවා. නමුත් වාසියක් තියෙන්නෙ ඒ වෙලාවට දරාගන්න බැරි මට්ටමේ දුක් වේදනා, ශබ්ද, රස ගන්ධ එන්නෙ නැහැ. ඒවාට යෝගාවචරයා සිත දැඩි කරගෙන මූල කර්මස්ථානයත් පවතිද්දීම ශබ්ද ඇහෙන හැටි වේදනා විඳින හැටි සිතුවිලි පවතින හැටි කය එහෙ මෙහෙ සෙලවෙන හැටි කය වැක්කෙරිල තියෙන හැටි සෘජුව තියෙන හැටි වශයෙන් ඒ සෑම දෙයක්ම පේන දන්න මට්ටමට හොඳට සතිය දියුණු කරගෙන ගියොත් එන්න එන්න ඒකෙ දක්ෂතාව වැඩි වෙනවා. යාන්තම් කකුල් දෙක උස්සල ඇවිදගන්න බැරි දරුවා ඇවිදින්න පුරුදු වුණාට පස්සෙ දුවන්න ඉගෙනගන්නවා, පනින්න ඉගෙනගන්නවා, පිනුම් පනින්න ඉගෙන ගන්නවා, ඒවා නතර කරන්න බැහැ දෙමව්පියන්ට. ඒ වාගෙ තමයි සතිය ශක්තිමත් වුණාට පස්සෙ වැඩ දෙක තුන එකට කරන්න පටන් ගන්නවා. ඒක ඒ තාලෙට දන්නව නම්, ඒ සතියෙ දියුණුවක් කියල දන්නවා නම් යෝගාවචරයා සන්තෝෂ වෙනවා. මේක වැරැද්දක් කියල හිතා ගත්තොත් යෝගාවචරයාට දෙයියන්ගෙම පිහිට තමයි.



ඒවා එළි පෙහෙළි කරගත්තේ නැත්නම් මේ භාවනා දියුණුව යෝගාවචරයාට නරකට හිටිනවා. එයා ආයින් අරවා වහන්න හදනවා, ආයින් යටපත් කර වහන්න හදනවා. ඕළාර්කව අරමුණම මතු කරගන්න හදනවා. පුදුමාකාර වෙහෙසකට පත් වෙනව. නින්ද නොයන තත්ත්වයට පත් වෙනව. ඇති දෙයක් විතරක් තියෙන අවස්ථාව බවට ජීවිතේ පත් වෙනවා. ඒ මොකද, මේ සතියෙ ගත්ත භාවය දියුණුකරගන්නකොට ඒකෙ ලකුණු ගන්න තියෙනවා. එතෙන්ට ආවත් නැවතත් මූල කර්මස්ථානයෙ හිත තියාගෙන තව දුරටත් ඉදිරියට යනකොට තමයි ඒ අරමුණ මත පහළ වෙන්න පුළුවන් වූ මේ අනුශය කෙලෙස් ගෙවාගැනීමේ වැඩ පිළිවෙළට යන්නේ. ඒක මේ ජීවිතයෙ කරලා තියෙන දැක්කමක් නොවේය එකක් තමයි. කිසිම භාෂා ඥානයකින් දෙන්න පුළුවන් දෙයක් නොවේ. නැවත සාකච්ඡා කරමින්, ඒ සියලුම රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ස්පර්ශ ලබමින් මූල කර්මස්ථානයේ පවත්වන්න පුළුවන්, මූල කර්මස්ථානයේ හිත යොදවන්න හදනවා කියල හිත දන්නවා. ඒ ආධුනිකයාට රූප, ශබ්ද, ගන්ධ රස රසවත්ව වැටහෙනවා. ඒ නිසා යෝගාවචරයා ඒ රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, පහස, ඔස්සේ දුවන්න දුවන්න වමත් වෙනව. එම නිසා පොළො පැන්නත් මූල කර්මස්ථානයේම හිත සැනසිල්ලේම තබාගෙන බොහෝ වේලා අධිෂ්ඨාන වශයෙන් බොහෝ වේලා, දවසකට පර්යංක සක්මන් වශයෙන් බොහෝ වේලා ගත කරනකොට, දවසුත් කාලයක් ගත කරනකොට, මෙන්න මේ තත්ත්වය හිතේ ඇති කරගත්තා වූ අනුශය මට්ටමින් දකින්නා වූ මේ මූල කර්මස්ථානයේ ක්‍රමානුකූල ගෙවා දැමීම එන්න එන්නම බොඳ වෙච්ච දිය සායම් චිත්‍රයක් වාගේ අර්ථ විරහිත බවට පත් වෙනකොට යෝගාවචරයාට නරකයි දින වර්ෂාව වෙනස් කරන්න. යෝගාවචරයාට නරකයි ඒ තමන්ගේ වත් පිළිවෙත් නතර කරන්න යෝගාවචරයාට නරකයි ලෝකයත් එක්ක සම්බන්ධය අඩු කරන්න. යෝගාවචරයා ඒ තාලෙටම යන්න ඕන. ඒ

වෙලාවෙදී මේ පත් වෙලා තියෙන මේ සංක්‍රමණය බොහෝම වටිනා දෙයක්. සංසාරෙට බලපාන අවස්ථාවක් ඇවිල්ල තියෙන්නෙ. ඒ වෙලාවට අහල පහළ තියෙන දේවල් හැලහැප්පිලි ඔස්සේ ගියොත් ආයි මූල කම්ප්ථානයේ ඉඳල පටන්ගන්න වෙනවා.

නමුත් වාසනාවට වාගෙ ඇතුළත පිටත දෙකේම ඒ වෙලාවට ජේන්න එන්නෙ. අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම මිසක්කා නිත්‍ය සුඛ, සුඛාත්මක ගතියක් නොවෙයි. ඒ නිසා භාවනා නොකරපු, ඇත්තොත් එක්ක ඒක සාකච්ඡා කරන්නත් නරකයි. තමන්ගේ අත්දැකීම් ඒ වාගෙ ඇත්තන්ට කියන්නත් නරකයි. ඒ අයගෙ කටොළු කථාවලට ඇහුම්කන් දෙන්නත් නරකයි. මේ වැටහෙන්නා වූ අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම සවභාව කවදාවත් සංසාරෙ වෙච්ච නැති දර්ශනය මට දැන් පහළ වුණාය, මට ආර්යයන් වහන්සේලාගෙ සරණයි, ආර්යයන් වහන්සේලාගේ පිහිටයි, කල්‍යාණ සත් පුරුෂයන්ගෙ පිහිටයි. ධර්ම ආරක්‍ෂාවයි කියල සතිය ආරක්‍ෂාව ඉදිරිපත් කරගෙන ඒ ගෙවෙමින් පවතින්නා වූ මූල කම්ප්ථානය ඉදිරියට යනවා නම් යෝගාවචරයාගෙ සතිය හෙමිහිට පැත්තකට වෙලා සම්පජ්ඣ්ඤයට ඉඩ දෙනවා. සම්පජ්ඣ්ඤය තෝරලා දෙනවා වැදගත් දේ වැදගත් තාලෙට. ඒකට තමයි කල්‍යාණ මිත්‍රයා ඉතා උදව් කරන්නෙ. ඒක තමයි සර්වඥයන් වහන්සේ විවිධ පැතිවලින් ධර්ම දේශනා කරන්නේ. එම නිසා ධර්ම කොට්ඨාශවලට ඇහුම්කන් දෙනකොට සාකච්ඡා කරන කොට ඒවට හිත යොදනකොට ජේනවා අපි විශාල පාරමිතා ශක්ති රාශියක් පුරවාගෙන විශාල විර්යය ප්‍රමාණයක් යොදාගෙන සැහෙන සාර්ථක හා මුළු බැඳගෙන හිටියත් ඉස්සරහට තියෙන අභියෝගයේදී අපි තාමත් ළදරුයි. ඊගාවට තියෙන පාඩමේදී අපි සම්පූර්ණයෙන්ම අලුත් වෙන්න ඕන. අපි ආයෙත් මොනවත් දන්නේ නැති, සර්වඥයන් වහන්සේට වදින, මොනවත් දන්නේ නැති, ධර්මයට ගරු කරන පිරිසක් බවට පත් වෙනවා නම් ජීවිතය අලුත් වෙනවා. එන්ට එන්ටම සතිය ඉදිරියට යනවා. ආන්න එහෙම යනව නම්

තමයි මේ සතිපට්ඨානය අවසානයේ දේශනා කරන්නා වූ ඒ සත් අවුරුද්දක් ආදී වශයෙන් ප්‍රතිඵල ලබාගන්න පුළුවන් වෙන්නෙ.

එම නිසා කායෙ කායානුපසිඤ්චිතරුහි, ආනාපි සමපජානො සතිමා විනොය ලොකෙ අභිජක්ඛා දොමනසසං කියන තාලොට මේ දින හතර පැත්තක ට කියල නම් සතිපට්ඨානය වැඩුවට බැහැ. සතිය පිළිබඳව වුණත් විස්තර සහිතව බොහෝම පුංචි කොටස් තියෙනවා, ආරක්‍ෂා කරන්න. ඕන පැත්තකින් මේක විස්තර කරන්න පුළුවන්. ආන්න ඒ විස්තර කිරීමේ ශක්තිය අර සාරිපුත්ත වහන්සේට වාගෙ මේ ඇත්තන්ට දහසක් නයිත් වැටහේවා! කියල හිතාගෙන මම මට මේ පුළුවන් දෙයක් තමයි, දන්න දෙයක් තමයි ඉදිරිපත් කළේ. නමුත් මම හිතනවා ඒවා තමන්ගෙ අත්දැකීමට යොදල බලනකොට ඒ ගැඹුර මම දේශනා කළාට වඩා ගැඹුරෙන් වටහාගන්න ශක්තිය ලැබේවා කියලා. එම නිසා මේ ගත කරන සරු අවස්ථාවෙ, හොඳට වහින වෙලාවෙ, මේ වස් කාලය, ඒ කාලෙ තමන්ගෙ මේ වැඩ පිළිවෙළ හැලහප්පගන්නෙ නැතුව මේ තුළම ධර්මානුරූපව සතියම පෙරටු කරගෙන ඉදිරියට යන්න ශක්තිය, ටෙට්ටයය, බලය ලැබේවා. ඒ අනුව සද්ධා, විරිය, සති, සමාධි, ප්‍රඥා වැඩීමෙන් මේ සතර සතිපට්ඨානය තමන් ප්‍රාර්ථනා කරන කාලය ඇතුළත සාක්ෂාත් කර ගැනීමට ලැබේවා කියන ප්‍රාර්ථනාවෙන් අදට නියමිත ධර්ම කොට්ඨාශය මෙතනින් නිමා කරනවා.

**සාධු! සාධු! සාධු!**





**7 වන ධර්ම දේශනය**

නමො තසු භගවතො අරහතො සමමා සමබ්බසු .....//

“ඉධ භික්ඛවෙ භික්ඛු කායෙ කායානුපසසි විහරති ආතාපි සමපජානො සතිමා විනොය ලොකෙ අභිජ්ඣා දොමනසුනති”

ගෞරවනීය යෝගාවචර මහා සංඝ රත්නයෙන් අවසරයි. අපි මේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ දැකින්නට හම්බ වෙන කායානුපසසනා හැඳින්වීමයි පසුගිය වාර කීපයේම සාකච්ඡා කරන්න යෙදුණේ. අපි එයින් ආතාපි සමපජානො සතිමා කියන පද, ශක්ති ප්‍රමාණයෙන් පසුගිය වාර කීපයේදී ඉදිරිපත් කරගත්තා. අපි අද හත්වෙනි වතාවටත් මේ රැස් වෙලා බලාපොරොත්තු වෙනවා, ආතාපි සමපජානො සතිමා විනොය ලොකෙ අභිජ්ඣා දොමනසුං කියන තැන විනොය ලොකෙ අභිජ්ඣා දොමනසුං කියන හතර වෙනි යෝගාවචර ගුණයට, හතර වෙනි යෝගාවචර ගතියට හිත යොදන්න. ආතාපි කියන කෙලෙස් තවන වැර, ආතාපි විරිය, සමපජඤ්ඤය කියන සමපජඤ්ඤ ප්‍රඥාව, සතිමා කියන විදියට සතිමත් වූ කියන ගුණවලින් යුක්ත කෙනා දැන් මෙතැන විනොය ලොකෙ අභිජ්ඣා දොමනසුං කියන පද කීපයක් යෙදුණට එකම වෛතසිකයක් එකම ගුණයක් තමයි විග්‍රහ කරන්නේ. මේ ලෝකයේ අභිජ්ඣා කියන දැඩි ලෝභයත්, දෝමනස්සය කියන ද්වේෂය පදනම් කරගත්ත එකත් අතර විනයක් ඇති කරගන්නවා කියන එකයි සඳහන් කරන්නේ. මේක උපමාවකට අනුව අපේ අපවත් වුණු ලොකු ස්වාමීන් වහන්සේගෙන් අවසර ලැබුණේ දෙපැත්ත සම සම සේ නැත්නම් අසාධාරණ නොවනසේ ධාර්මික වන සේ, සලකා බලන විනිශ්චයකාරවරයෙක් මධ්‍යස්ථ විනිශ්චයකට එළැඹෙන්නා සේ, ඒ උසාවියේ මෙතෙක් කල් ඇහුණු සාක්කි,

හරස් ප්‍රශ්න විත්තියේ වෝදනා ප්‍රකාශන ඔක්කෝම මැදහත් සේ සලකා බලා නඩුව සමථයකට පත් කරන, විනිශ්චයකට පත් කරන, සාධාරණ ධාර්මික විනිශ්චයකාරයෙකු සේය. ඒක නිසා මේ උසාවිය නඩුව සමථයකට පත් කළා කියන අදහසයි මෙතන තියෙන්නේ. මේකම මේ සමථ කියන පදයට හොඳ අර්ථ විචරණයක් දෙනවා. සමථය වශයෙන් සාමාන්‍යයෙන් සඳහන් කරන්නේ සමාධියමයි. සමාධිය කියලා කියන්නේ, හිතක් අරගත්තොත් ඒ හිතේ තියෙනවා වෙලාවකට ලෝභය දිභාවට දැඩි ලෝභය දිභාවට වේගයෙන් දුවන අමන ගතියක් ඒ වාගේ දැඩි ද්වේෂය දිභාවට දුවන ගතියක් තියෙනවා. ඒත් හොඳ සිහි බුද්ධි කල්පනා ඇති අවස්ථාවක් නෙවෙයි. මේ දෙකේදීම මෝහය, අඤ්ඤා, අවිද්‍යාව ක්‍රියාත්මක වෙනවා. මේ දෙකේ ක්‍රියාකාරිත්වය ඉතාමත්ම යුහුසුලු නිසා, හරියට එක හිතේම දෙකම තියෙනවා වගේ වැටහෙන වෙලාවලත් තියෙනවා. වෙන විදියකට කියනවා නම්, ඒ සමිතියක්, සංගමයක් රැස් වෙච්ච වෙලාවේ එක යෝජනාවක් පිළිබඳව පක්‍ෂ විපක්‍ෂ මති මතාන්තර රාශියක් තියෙනවා. එතකොට යම් කිසි කෙනෙක් යෝජනාවට පක්‍ෂව සාධාරණව ප්‍රබලව කරුණු ඉදිරිපත් කරනකොට ඒකට විපක්‍ෂ ඇත්තෝ සභාවේ සෝෂා කරනවා. එතැන එතැන කථා පවත්වනවා. ඒ පුද්ගලයාට බාධා කරනවා. එහෙම වෙනකොට සභාපතිට සිද්ධ වෙනවා සභාව සමථයකට පත් කරන්න. “ඒ පුද්ගලයාට අදහස් ඉදිරිපත් කරන්නට දෙන්න ඕනේ. ඒ අදහස් හොඳට විචේකිව බලලා අපි ඊගාවට අවස්ථාවක් දෙනවා විරුද්ධ පක්‍ෂයට කථා කරන්න. ඒ නිසා කරුණාකරලා නිශ්ශබ්ද වෙලා සභා ගෞරවය රකින්න” කියලා. ඊගාවට ඒ යෝජනාවට විරුද්ධ පක්‍ෂයට කථා කරනකොට ඔන්න පක්‍ෂ ඇත්තෝ එතැන කුටු කුටු ගාන්න පටන්ගන්නවා. සභා ගෞරවය නැති වෙන විදියට කටයුතු යෙදෙනවා. එතකොට සභාපතිට සිද්ධ වෙනවා නැවතත් සමථයකට පත් කරන්න. එතකොට මෙන්න මේ විදියට සාධාරණව සලකලා බලලා, තියෙන හැඟුම්, ආශාවල් අපිට කියනවා ඔය විදියට හිටියාම අපේ ආශාවල් ඉෂ්ට වෙන්නේ නැහැ කියලා. අතරමග තියෙන්නා වූ මේ වියවුල් ඒ පැත්තට මේ පැත්තට අන්දමන්ද ගති නිසා

හිත නිතරම තියෙන්නේ දෙපැත්තට ඇදපු රබර් පටියක් වාගේ, හරි වෙහෙසනි. මෙන්න මේ වෙහෙස නිවලා සමථයකට පත් කිරීම තමයි සමථ භාවනාවේදී කෙරෙන්නේ. විශේෂයෙන්ම ඒකාග්‍ර වෙනවාය කියලා, හිත සමාධිගත වෙනවාය කියලා සඳහන් කරන්නේ මේකයි. ඒක නිසා මේ “කායෙ කායානුපසිඞ්චිතරති” කයේ කය අනුව බලන්නා වූ, බලමින් සිටින්නා වූ යෝගාවචරයාට ඒ කටයුත්ත සාර්ථක වෙන්න නම් ආතාපි කියන විරියවන්ත ගුණය අත නැර දිගට පවත්වන්න ඕන. පසු නොබසින විරියයක් අවශ්‍ය කරනවා. ඒ වාගේම සම්පජ්ඣාදිය කියන ධම්මවිජය සම්බොජ්ඣංගය එහෙම නැත්නම් ප්‍රඥා වෛතසිකය නිතරම ක්‍රියාත්මක වෙන්න වෙනවා.

ඒ වාගේම සතිමත් වෙන්න වෙනවා. කයේ ලොකු පුංචි ඉරියාපථ අනුව, ඒ වගේම ඇහැ, කන, දිව, නාසය ආදී ඉඳුරන්ගේ වැඩ පිළිවෙළවල් අනුව, ඒ පුද්ගලයාට නිතරම එළඹ සිටි සතියක් පිහිටුවාගන්න වෙනවා. සතිය සම්පජ්ඣාදිය, ආතාපි විරිය කියන මේ තුන ක්‍රියාත්මක වෙන කොට ඒ පුද්ගලයා තුළම තමන් කරගෙන යන භාවනාව සම්බන්ධයෙන්, එහෙම නැත්නම් තමන්ගේ මේ සීලවන්ත ආධ්‍යාත්මික චරිතය සම්බන්ධයෙන්, විවිධ පැතිවලින් විවිධ අගය කිරීම්, විනිශ්චයන් මතු වෙන්න පටන්ගන්නවා. ඒ විනිශ්චයන් මතු වීම ස්වාභාවිකයි. ඒ දොඩමඑ හිත නිතර විනිශ්චයට පෙළඹෙන, නොඉවසිලිමත් හිත ශීග්‍රයෙන් විවිධ විනිශ්චයන් ගෙන දෙනවා. ඒවා හරියට සභාවක් පවතිද්දී ඒ සභාවේ මූලික වැඩ කටයුත්තක් යද්දී සභාව ඇතුළේ තව දෙකුත් දෙනෙක් තනි තනිව කථා කරනවා. වගෙයි. ඒ නිසා සභා ගරුත්වයෙන්, සභා වැඩ පිළිවෙළ දිගට ගෙනියාගන්න බැරි වෙනවා. සභාපතිට හෝ කථානායකට ඇහුම්කන් දෙන්නෙ නැති මට්ටමට යනවා. අපේ හිතේ අන්ත ඒක නිසා තමයි ගොඩාක් මේ දුක නැත්නම්, මේ පෙළනසුලු ගතිය ගොඩාක්ම ඇති වෙලා තියෙන්නෙ. විශේෂයෙන්ම විනික්‍රම කෙලෙස් සිදු වෙන වෙලාව එනකොට මේ මට්ටම ඉක්මවලා, අපේ ශරීරය දරදඬුවෙලා එහෙනම් ඒ සභාව මේවිචල් කරන්න පොලිසියෙන් ගෙන්නන්න වෙනවා. මාර්ෂල්ලා

ගෙන්නන්න වෙනවා වගේ භයානක අවස්ථාවකට පත් වීම තමයි අපි කියන්නේ කෙලෙස් කියලා. ඒක හොඳට පිටතට පේනවා. ඒ පුද්ගලයා දඬු මුගුරක් අරගෙන දණ්ඩක් අරගෙන සතෙක් මරන තරමට කෝපාවිෂ්ට වෙලා. සතෙක් වාගේ වැඩ කරන මට්ටමට ගිහිල්ලා ඉවරයි. එහෙම නැත්නම් හොරකමක් කරලා. කාමයේ වරදවලා හැසිරිලා ආදී කායික ක්‍රියා වලට නැත්නම් වාචික ක්‍රියාවලට වණ්ඩ ඵරුස වචනවලට පත් වෙලා ඉවරයි. ඒ පුද්ගලයා දූතගත්තත් නොදූත ගත්තත් දූත් චිතික්‍රමණය වෙලා. ඉක්මවලා. මේ තත්වවෙදී අපි සාමාන්‍යයෙන් සිවිල් නීතියටත් යටත්. විශාල කම් රැස් කරගෙන. කම් පථ වලට වැටෙන අවස්ථා තියෙනවා. මේක බොහෝ විට යෝගාවචරයාට සිදු වෙන්නෙ නෑමයි කියන්න බෑ. නමුත් යෝගාවචරයා මෙවැනි වාතාවරණයකින් බොහෝ විට මෑත් වෙලයි ගත කරන්නෙ. නැත්නම් යෝගාවචරයෙක් නොවෙයි.

මේ භාවනාවේ, මේ සතිපට්ඨානයේ මේ චිතික්‍රම කෙලෙස් නතර කරන උපක්‍රම නැහැ. සතිපට්ඨාන භාවනාව තියෙන්නේ කෙලෙස්වලට සංයමය තුළින් උත්තර දීලා ඉන් ඉදිරියට ඇත්තා වූ පරිවූච්චාන කෙලෙස්වලට උත්තර සලසාගන්නයි. විශේෂයෙන්ම අභිජ්ඣා දොමනස්ස දෙකෙන් වළක්වලා හිත මැදට ගන්නවා කියල කියන්නෙ මේ මැද ප්‍රමාණයේ කෙලෙස්, ඒ කෙලෙස් මතු වුණායි කියලා කාටවත් පේන්නේ නැහැ. කෙනෙක්ගේ හිතේ රාගයක් ඇති වුණාය කියලා ද්වේෂයක් ඇති වුණාය කියලා අන්ද මන්ද භාවයක්, කලකොල භාවක්, අනුකාර භාවයක්, මත් වීමක්, අවිද්‍යාවක් මතු වුණාය කියලා කාටවත් පේන්න නැහැ. නමුත් ඒ තරහ හෝ ද්වේෂය හෝ අන්දමන්ද භාවය දිගින් දිගටම ගියොත් නැත්නම් තරහෙන් තරහට, දිගින් දිගට හිත චිතියක් ආකාරයට ගියොත් අන්න අර චිතික්‍රම වෙන මට්ටමට ගිහිල්ලා, ඔහුගේ මුහුණේ ස්වරූපය, දරදඬු ඉරියව් පැවැත්ම ආදිය ඔන්න පේන්න ගන්නවා. ඒ වාගේම තමයි ලෝභය ආපුච්චමත් අන්දමන්ද භාවය, කලකොල භාවය, අනුකාර භාවය ආවත් යම් කිසි ප්‍රමාණයකට යනව නම්, පේන්නෙ නැතුව ඇගේ යට වෙච්ච උණක් වගේ ඔහේ තියෙනවා. නමුත් ඒක දිගටම ගියහම ඒක



ඉක්මවලා යනවා. ඉක්මවලා ගියහම ඒ පුද්ගලයාට ඒක තේරුම් බේරුම් කරගන්න බැරිවෙනවා. බාහිරව පේන මට්ටමට යනවා. නමුත් අර පරිවෘත්තීය මට්ටමේ තියෙද්දී යෝගාවචරයාට නම් දැන් තේරෙනවා. දැන් දන්නවා තමන්ගේ හිත රාගයට නතු වුණා. ද්වේෂයට නතු වුණා. නැත්නම් ඉස්සරහ තියෙන දේ තමන්ට පේන්නෙ තේරෙන්නෙ නැති විදියට ගියා. ඒ මට්ටමට තමයි යෝගාවචරයා අනුන්ගේ පිහිටෙන් හෝ අර ආකාරි සම්පජානෝ සතිමා කියන ගුණවලින් හෝ මේ “විනෝය ලොකෙ අභිජක්ඛා දොමනස්සං” කියන ගුණය දැකගෙන ආණ්ඩු මට්ටු කරගන්න තියෙන්නෙ.

මෙතැනත් එක විදියකට බලන කොට සීලයේම කොටසක් වාගේ තමයි. නමුත් මේක සාමාන්‍යයෙන් වැටහෙන ප්‍රාතිමෝක්‍ෂ සංවර සීලය නැත්නම් ශික්‍ෂා පද සීලයට අනු වෙන එකක් නෙමෙයි. ඊට වඩා සියුම් තැනකටයි මේ ගෙනියන්නේ, අර ප්‍රාතිමෝක්‍ෂ සංවර සීල එහෙම නැත්නම් සමාදන් වන ශික්‍ෂා පද සීල කෙලෙස් සම්බන්ධවයි වග කියන්නෙ. ඒ සිල්වලින් ආරක්‍ෂා වෙලා ඉදිරියට යන කොට, යෝගාවචරයාට අභිජක්ඛා දොමනස්සය දෙක වෙනදා පේන්නෙ නැති වුණාට යෝගාවචර ජීවිතයට පත් වුණාට පස්සෙ ඒකාන්තයෙන්ම කැපී පේන්න පටන් ගන්නවා. තමන්ගේ ප්‍රධානතම රාජකාරිය, තමන්ට කරන්න තියෙන්නේ මේකයි. භාවනා කරන අරමුණේ හෝ වේවා, ඒ අරමුණට බාහිරින් පැමිණෙන්නා වූ ද්විතීය අරමුණක හෝ වේවා, එහෙම නැත්නම් අපි භාවනාවට බාධක වශයෙන් දකින දේ හෝ වේවා පිළිබඳව මේ ඇති වෙන්නා වූ දැඩි ලෝභය, දැඩි ද්වේෂය ඒ දෙක අතර අන්දමන්ද භාවය කියන මේ දේවල් එක්ක ගත කරන එක තමයි යෝග ජීවිතය කියන්නේ. ඒක සාධාරණ කියමනක්. ඒක විශේෂයෙන්ම තවත් පැත්තකින් අර්ථ ගන්වන්න පුළුවන් අපේ ලංකාවේ අද කාලයේ පවා. ඒක අවාසනාවන්ත තත්ත්වයක් නමුත් සමථ භාවනාව තමයි භාවනාව වශයෙන් හඳුනාගන්නේ. ඒක නිසා බද්ධ පර්යංකයෙන් ඉඳගෙන ගහක් මුලට වෙලා වාඩි වෙලා ඉඳගෙන ඉන්න ස්වරූපයක් තමයි අපට භාවනාව කියනකොට මතක් වෙන්නෙ. ඒ මොකද

භාවනාවෙදින් දැන් මේ අභිජ්ඣා දොමනස්ස විනෝය කිරීමේදීත් සඳහන් වෙන්නේ මේ විතික්කම කෙලෙස් සම්බන්ධ ප්‍රශ්නයයි සමථය ඇති කිරීම. කියලා. නමුත් යෝගාවචර ජීවිතයේ ඒක මැද පමණයි. ආරම්භය නම් සීල සංවරය නැත්නම් සීලයෙන් විතික්කම කෙලෙස් නතර කිරීමයි. මැද මේ කියන විදියට අභිජ්ඣා දොමනස්සයත් එක්ක කාරණා දැනගෙන හීන් නූලෙන් වැඩ කිරීමයි. අවසානයේ ප්‍රඥාවෙන් අර අනුසය කෙලෙස් දුරු කිරීමයි. ඒ නිසා මේ මැද කොටස තමයි හුඟ දෙනෙකුට මේ භාවනා කරනවා කියනකොට, ඇහෙනකොට මැවෙන විත්ත රූපය. අන්න ඒකට අදාළ කොටස තමයි මේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේදී “විනෝය ලොකෙ අභිජ්ඣා දොමනස්සං” කියල සඳහන් කරන්නේ. මේ දේ කරනකොට ඒ නිසා ධර්ම කථාව සම්පූර්ණ වෙන්න මතක තියාගන්න ඕනෙ කල් ඇතුළම සුදානම් වුණා වූ සීලයක් තියෙන්න ඕනෙ. ඒ සිල්වන්ත කෙනෙකුට තමයි සමථ භාවනාව හරියන්නේ. “අවිජ්ජාසාරයථොඛො ආනන්ද කුසලානි සීලනි” කියලා සච්ඤයන් වහන්සේ දේශනා කරලා තියෙන්නේත් ඒකමයි.

මේ කුසල ශීලය හැම වේලාවෙම විපිළිසර බව දුරු කිරීම පිණිසයි පිළිගන්නේ. විපිළිසර බව දුරු කරවීම සීලයෙන් ලැබෙන ආසන්නම ප්‍රතිඵලයක්. ඒ ප්‍රතිඵලය ලෙස තමයි දියුණු පුහුණු කිරීම තුළින් මේ සමථය ඇති වෙන්නේ. සමථයේදී සිදු වෙන්නේ මේ අභිජ්ඣා දොමනස්ස දෙක දුරු කිරීම. ඒ නිසා යම් කිසි කෙනෙක් නාහපු සතිපට්ඨානයක් අහලා ඒකට ආරම්භ වෙන්නා වූ මුල් වෙන්නා වූ මේ කයේ කය අනුව බලමින් ජීවත් වෙන්න හදනකොට යම් ආකාරයකට ඒ පුද්ගලයා තුළ මේ ආතාපි කියන කෙලෙස් තවන විරියත්, සමප්ප්ඤ්ඤයත් සතියත්, ඔය කියන සමථයත් කියන ගුණ වර්ධනයක් වැඩි වීමක් සිදු වුණේ නැත්නම් අවුල් තත්ත්වයකට පත් වෙනවා. විශාල ව්‍යාකූල තත්ත්වයකට මේ ව්‍යාපාර පත් වෙනවා. මේක සාමාන්‍යයෙන් හොඳටම දැකගන්න පුළුවන් මේ පොත බලන ඇත්තන්ට, නැත්නම් ශාස්ත්‍රීය වශයෙන් සතිපට්ඨානය ඉගෙන ගන්න ඇත්තන්ට කිසි සේත්ම ගුණ වර්ධනයක් සිදු වෙන්නේ

නැහැ. පෞරුෂකයේ වෙනසක් ඇති වෙන්නේ නැහැ. ඒ පුද්ගලයෝ තමන්ටම සමහර වෙලාවට වංචා කරගන්න පිරිසක් වශයෙන් ඉපදිලා ඒ ආකාරයෙන්ම මැරිලා යනවා. ඒ නිසා යම් කිසි කෙනෙකුට සතිපට්ඨාන ගුණය සන්තානගත කරගන්න ඕනේ නම් මේ ජීවිතයේදී මේවා අතර වෙනසක් ඇති කරගන්න ඕනේ නම්, තමන්ට එයින් විමුක්තියක් ශුද්ධියක් ලබාගන්න ඕනේ නම්, ඒ පුද්ගලයා ඒකාන්තයෙන්ම තමන් තුළ ඒ ආකාරී සම්ප්‍රදානෝ සතිමා විනයය ලොකේ අභිජ්ඣා දොමනස්සං කියන ගුණ පෞද්ගලිකව හොයලා බලලා තහවුරු කරගන්න වෙනවා. එහෙම තහවුරු කරගන්නේ නැතුව කයේ කය අනුව බල බලා ජීවත් වෙන්න පටන්ගත්තොත් යම් වෙලාවක කයේ යථාර්ථය වැටහෙනකොට ඒ පුද්ගලයා හෙළකින් පල්ලෙහාට ඇදගෙන වැටුණ කෙනෙක් වගේ ආතක් පාතක් නැතුව හිස බිමට පය ඔළුවට තියෙද්දී ඇදගෙන වැටෙනවා. ප්‍රපාත වැටිල්ලක් වැටෙනවා. ඒකට අදාළ පරිසරය, ඒකට අදාළ කල්‍යාණ මිත්‍ර සංසේචනය, ඒකට අදාළ යෝනිසෝමනසිකාරය කියන මේ ගුණ ටික පෝෂණයක් වුණේ නැත්නම් ඒ පුද්ගලයාට හිටපු තැනෙහිත් ඇදගෙන වැටෙන්නා සේ වැටෙන්න පටන් ගන්නවා.

මෙන්න මේ අනිත්‍ය ධර්මය වැටහෙනකොට ඒකට අදාළ ගුණ ධර්ම ටික ළං කරගෙන හිටියේ නැත්නම්, ඒ පුද්ගලයාට තිබුණු තැනත් නැති වෙන්න ඉඩ තියෙනවා. මේක භාවනා ලෝකයට පිවිසෙන කාලේ බොහෝම ජයට යෝගාවචරයාට වැටහෙනවා. නමුත් ඒක මූලධර්මානුකූලව තේරුම්ගන්න ගොඩක් කල් යනවා. නමුත් කමටහන් දෙන්න යනවා නම් භාවනා මධ්‍යස්ථානයක් පාලනය කරන්න යනවා නම් හොඳටම තේරුම් අරගන්න ඕන දෙයක්. එහෙම තේරුම් අරගන්නේ නැතුව, මේවා පිළිබඳව ලකලැහැස්තියක් නැතිව මේ කටයුත්තට බැස්සොත් ඒක හරියට ශල්‍යකර්මයක් කරන්න හදනවා වගේ. ශල්‍යාගාරයක් නැතුව හදිස්සි නිසා අපි ඒ රෝගියා කුස්සියට ගෙනිහිල්ලා තියලා දිග ඇරලා කපලා බෙහෙත් කරන්න පටන්ගත්තොත් ශල්‍යකර්මයෙන් පස්සේ මරණයට පත්වන අවස්ථා වැඩි වෙන්න ඉඩ තියෙනවා. ඒ මොකද, පරිසරය විෂබීජ ජීවාණුහරණය

කරලා නැහැ. අන්න ඒ වාගේ තමයි යෝගාවචරයන් මේ ආතාපි සම්ප්‍රාප්තො සතිමා විනයය ලොකෙ කියන මේ කාරණා නොදන්න, ඒවා පිළිබඳව නොතකා සතිපට්ඨාන භාවනාව කරනවාට වඩා හොඳයි නොකර ඉන්න එක. මේ සිංහලයේ කියමනකුත් තියෙනවා “ගසක කැපුම ගස මුල පැදුමෙන් දූනේ, හානා හීය පානා අඬහැරෙන් දූනේ, අමුතු බත් දීම අත ඇල්ලුමෙන් දූනේ, මිනිහා නොමිනිහා යන කඩසරෙන් දූනේ” කියලා. වැඩේක හැඩයක් තියෙනවා. ඒ වැඩේට අවශ්‍ය කරන අඩුම කුඩුම සුදානම් කරගෙන තමයි අපේ පැරණි සිංහලයා වැඩක් පටන්ගන්නේ. එහෙම නැත්නම් දන්නවා ඒ වැඩේට කවදාවත් අත පාන්න වටින්නෙ නෑ. ඒකට තව වෙලාව කලාව ඇවිල්ලා නෑ. යෝගය යෙදිලා නෑ. ඒ නිසා හුඟාක් කල් ඇතිව ඒකට සුදානම් වීමෙන් කියන්න පුළුවන් ඒ වැඩේ කොච්චර බරසාරද කියලා. අපි දන්නවා රජෙක් එළියට බහින්න ඉස්සර වෙලා හැම වෙලාවෙම ආරක්‍ෂක අංශයෙන් ඇවිල්ලා සහතික කරලා මතක් කරලා දෙනවා, නැකත කොහොම වෙතත් දැනුයි ආරක්‍ෂාව සම්පූර්ණ. දුන් රජ්ජුරුවෝ දොරට වඩින්න හොඳයි කියලා. එතකල්ම රජතුමා එළියට එන්නේ නැහැ.

ඒ වාගේ තමයි මේ සතිපට්ඨානයේ කයේ කය අනුව බැලීම කියන කාරණාව, නැත්නම් මේ කයේ ඇත්තා වූ කට, බඩ, දිව, නාසය ආදී වූ මේ කය දැකීමත් “විනයය ලොකෙ අභිජ්ඣා දොමනස්සං” කියනකොට ඒ බාහිර ලෝකයේ ඇත්තා වූ ඉර, හඳ, තාරකා, ගංගා, ඇළ, දොළ ආදී ඒ ලොව කියන මේ දෙකම - අජ්ඣාත කය, බාහිර කය කියන මේ දෙක - යථාර්ථය දකින්න ගන්නකොට ඒ පුද්ගලයා තුළ ඒ දකින ඒ යථාර්ථය, මතු වෙලා එන්නා වූ සාරධර්ම, දරාගන්න තරම් හොඳ භාජනයක් නැත්නම් අභාගයකට පත් වෙනවා. අපි දන්නවා අපි බරක් විශාල ලියකින් හෝ වාංගු කරන්න පටන්ගත්තොත් වාංගු කරල ඒ බර ඔසවන එසවෙන තාලෙට ඒ එසවෙන ප්‍රමාණය පුරවන්න ගල්කැට ටිකක් හරි ලී කුඩු ටිකක් හරි ළඟ අපි තියාගෙන අපි පටන්ගන්න ඕනෙ. එහෙම නැත්නම් ඒ බර ඔසවලා අත හරිනවාත් එක්කම අර තිබුණ තැනටම ඇදගෙන වැටෙනවා.

භයානක තත්ත්වයකට පත් වෙන්න ඉඩ තියෙනවා, නොදැනුවත්ව කටයුතු කළොත්. ඒ නිසා අපි ඒ වාංගු කරන්නෙ විශාල බරක් නම්, ඒකට ගන්නා වූ වාංගු කරන්න ගන්නා වූ අඩය හොඳට තහවුරු කරගන්න ඕනෙ. ඒකට උස්සන්න ගන්නා වූ දණ්ඩ හොඳ නොකැඩෙන දණ්ඩක් බවට පත් කරගන්න ඕනෙ. ඒ කරලා, ඒ වාංගු වන ප්‍රදේශය ඒ ඒ ප්‍රමාණයට ඔසවලා දෙන්න ඕනෙ. ඒකෙ බර දරන්න ලී කැට ගල් ආදිය ළං කරගන්න ඕනෙ. ඒවා ළං කර ගන්නෙ නැතිව ඔසවන්න පටන්ගත්තොත් මහා විශාල බරක් තමන්ගේ කරට අරගෙන මොනවත් කරගන්න බැරි තත්ත්වයට පත් වෙනවා. ආත්ත ඒ වගේ තමයි යෝග ජීවිතයේදීත් මේ සතිපට්ඨානය කියලා කියන්නේ, සෙල්ලම් කරන දෙයක් නොවෙයි. ඒකාන්තයෙන්ම භාවනා කරන්න පටන් අරගන්නකොට ඒකෙ ප්‍රතිඵල තියෙනවා.

ඒ ලැබෙන ප්‍රතිඵල දරාගන්න තරම් ගුණ සන්තානයක් තමන් තුළ නැත්නම් ඒ ලැබෙන භාවනා අත්දැකීම් ඒ පුද්ගලයාට අනර්ථය පිණිස පිහිටන්න ඉඩ තියෙනවා. ඒක තමයි කියන්නෙ මානසික අසහන තියෙන ඇත්තෝ එහෙම නැත්නම් වකික, භය ආදිය තියෙන ඇත්තෝ, භාවනා කරනවට වැඩිය හොඳයි දාන සීල කටයුතු කරන එක. ඒ දාන, සීල කටයුතුවලින් පෞරුෂත්වය සම්පූර්ණ කරගෙන ඊට හොඳ සෞඛ්‍ය සම්පන්න සාමාජිකත්වයක් තමාගේ ඇති කරගෙන තමයි භාවනාවට යන්න ඕනේ. භාවනාවට ගිහිල්ලත් යම් කිසි කාලෙක භාවනාවේ ප්‍රතිඵල ලැබීලා නැවතත් භාවනාවේ ප්‍රතිඵල නොලැබී යන්නත් හේතුව ඒ අතර මැදදී එක්කෝ වීරිය බහා තබලා. එහෙම නැත්නම් කාරණා කාරණ වශයෙන් සම්මුති කාරණා, ප්‍රඥප්ති කාරණා, පරමාර්ථ කාරණා, වෙන් කර දැනගැනීමේ ඥානය පැත්තක තියලා. සාකච්ඡා නතර කරලා, බණ ඇහිල්ල නතර කරලා ධර්මානුකූල කල්පනාව නතර වෙලා. ඒ නිසා සතිය නතර වෙලා. එහෙම නැත්නම් ඒ ඇතුළත නැවතත් අභිජ්ඣා දොමනස්ස එන්න පටන් අරගෙන.

ඒක නිසා මේ කාරණා හතර භාවනාවත් එක්කම දියුණු වෙනවා නම්, එහෙනම් ඒ යෝගාවචරයාගේ පෞරුෂත්වයේ රුචි අරුවිකම්වල වෙනසක්, කම් රැස් කිරීමේ චේතනාවල ලොකු වෙනසක් සිදු වෙන්න පටන් අර ගන්නවා. වෙනස සිදු වෙන්නෙ හිමිහිට. නමුත් යාදෙන වෙනසක්. ඒක නිසා සමහර විටෙක සැකයක් ඇති වෙන්න ඉඩ තියෙනවා. සැකයක් ඇති කරගන්න කරුණු පේන්න ඉඩ තියෙනවා මේ සතිපට්ඨාන භාවනාව කියලා කියන්නේ දැනටමත් මාර්ගඵල ලාභීන් සඳහා වූ භාවනාවක්ද කියලා හිතෙන තරමට. මම ඒ කාලෙ මේ සතිපට්ඨානය ඉස්සෙල්ලාම ඇහිව්ව දවස්වල මට පැහැදිලිවම මේකේ මතුපිට අර්ථය වැටහෙනකොටම තේරුණා මේක කෙනෙකුට එසේ මෙසේ කරන්න පුළුවන් දෙයක් නොවෙයි. ඒක නිසා මම හිතුවා මේක එක්කෝ මහණ වෙලාම හිඤ්ඤන් වහන්සේලා පමණක් කළ යුත්තක් කියලා. පස්සෙ ආශ්‍රය කරලා බලනකොට හිඤ්ඤන් වහන්සේලාත් මනුෂ්‍යයෝ. මනුෂ්‍යයෝ වශයෙන් හිඤ්ඤන් වහන්සේලා අතර හොඳ නරක දෙකම තියෙනවා. ඒ නිසා ඒකත් මට බැහැර කරන්න සිද්ධ වුණා. ඒ නිසා මම හිතාගත්තා අඩුම ගණනේ සෝවාන් වෙච්ච ඇත්තන්ට වෙන්න ඇති මේ සතිපට්ඨාන භාවනාව ගැළපෙන්නේ. ඒ මොකද ඒක පටන්ගන්න කොටම විශාල ගුණ සම්භාරයක් ඉල්ලා හිටිනවා සුදුසුකම් වශයෙන්. ඒ සුදුසුකම් නැති ඇත්තන්ට මේ කටපාඩම් කෙරුව'යි කියලා මහ ලොකු වෙනසක් ඇති වෙන්නෙ නැහැ. ඒකට හේතුව මේ ආනාපි සම්පජානෝ සතිමා විනෝය ලෝකෙ අභිජ්ඣා දොමනස්සං කියන මේ ගුණ හතර, වෙන විදියකට කියනවා නම් විරිය, සම්පජ්ඤාඤය, සතිය, සමාධිය කියන මේ ගුණ හතර එසේ මෙසේ ඒවා නොවෙයි.

අපට සැහෙන්න සලකා බැලිය යුතු කාරණාව තමයි පංච ඉන්ද්‍රියයන්ගේ ශ්‍රද්ධාව දැන් හැලිලා. අපි කයේ කය අනුව බැලීමට සවිඥයන් වහන්සේ කරන ආරාධනාව භාර ගන්නේ සතියෙන්, ශ්‍රද්ධාවෙන්. ඒක උන්වහන්සේ බලලා හරි ගිය ක්‍රමය. නමුත් ඒ ශ්‍රද්ධාව පැත්තක තියලා අපි පර්යේෂණයට බහින වෙලාව. කයේ කය අනුව බැලුවොත් නිවන්



දකින්නෙ නැහැ. කයේ කය අනුව බලන්න දන් පටන් අරගන්නකොට  
ශ්‍රද්ධාව ඒ ශ්‍රද්ධාව අත්දකින්න පුළුවන් ප්‍රත්‍යක්‍ෂයක් බවට පත් කරගන්න,  
ප්‍රත්‍යක්‍ෂයක් බවට පත් කරගන්නකොට වීරියත්, සම්පජ්ඣක්‍ෂයත්, සතියත්,  
සමාධියත් කියන මේ ධර්ම තමන්ට ලැබෙන ප්‍රත්‍යක්‍ෂ ඥානය දරාගෙන  
සිටින භාජනයක් බවට පත් වෙන්න ඕනෙ.

උඨ්ඨාන සම්පදාව ආරක්‍ෂා සම්පදාව කියලා සම්පත්ති දෙකක්  
මනුෂ්‍යයකුගේ දියුණුවට අවශ්‍යයි. හම්බ කෙරුවට, දනගන්නට මදි. ඒක  
ආරක්‍ෂා කරන්නත් දනගන්න ඕනෙ. අද කාලේ හම්බ කිරීම අතින් නම්  
සෑම කෙනෙක්ම ඉස්සර වගේ දෙගුණයකට වැඩිය හම්බ කරනවා. නමුත්  
වියදම් කිරීමේ තියෙන අදක්‍ෂකම නිසා, අමනකම නිසා, ලෝකයේ  
පවතින්නා වූ මේ වෙළඳ දන්වීමිවලට යට වෙලා, මෝස්තර අනුව, රැල්ල  
අනුව යන්න ගිය නිසා කොච්චර නම් ආරක්‍ෂා නැති, අනාරක්‍ෂිත තැනක  
පුදුමාකාර කිසිම බයක් ලැජ්ජාවක් හිරිකිතයක් නැතුව ණය වෙන  
කාලයක්ද අද. රජවරුන් ණය වෙනවා. සිටුවරුන් ණය වෙනවා, ඇමතිවරුන්  
ණය වෙනවා, දුගියාත් ණය වෙනවා, මගියාත් ණය වෙනවා, හිඟන්නත්  
ණය වෙන කාලයක්. ඒ මොකද මේ ආරක්‍ෂා සම්පදාව දන්නෙ නැහැ.  
තමන්ට හම්බ වෙන ඊක රැකගෙන එයින් ජීවත් වීම දන්නේ නැහැ. මේ  
නිසා හිඟන සමාජයක්. හැම වෙලාවෙම අවිනිශ්චිත සමාජයක්. හැම  
වෙලාවෙම ආර්ථිකය මත රඳා පවතින සමාජයක් බවට පත් වෙනවා. මේ  
දේත් වෙනවා මේ යෝගාවචරයාට සතිපට්ඨානයේදී මේ ගුණ හතර  
නැත්නම්. හැමදාම හෝද හෝද මඩේ දානවා වගේ ගුණ වර්තය අතර  
පරතරයක් ඇති වෙන්නේ.

ඒ නිසා භාවනා කරගෙන යනකොට කෙනෙකුට, අපි හිතමු සමථය  
ඉවර වෙලා විපක්‍ෂනාවට යන්න හදනකොට, නතර වෙන තැනක හිටිනවා.  
ඉදිරිය නොපෙනී යන්න පටන්ගන්නවා. ඒ වාගේම සමථයේ විපක්‍ෂනාවේ  
ගිහිල්ලත් බල විපක්‍ෂනාවට යන්න හදනකොට යාන්තමට අනිවච්ච දුක්ඛ  
අනාකම ජේන්න හදනකොට විපක්‍ෂනාව එක තැන නතර වෙන්න  
පටන්ගන්නවා. එහෙම නැත්නම් බල විපක්‍ෂනාව වෙන කොට විපක්‍ෂනාව



අන්දමන්ද වෙනවා. පිටපොට යන්න පටන්ගන්නවා. එහෙම නැත්නම් විපසනාවෙ ගිහිල්ලා විපසනාවෙ ඥාන කෙළවර මාගී ඥානයකට යන්න හදනකොට නානා ප්‍රකාර විදියේ කලකොළවීම්, අන්ද මන්දවීම් සිදු වෙනවා. ප්‍රථම මාගීය ලබලා ද්විතීය මාගීයකට යන්න හදනකොට හරියට බාධා සිදු වෙනවා. ඒ වාගේම තමයි සෑම තැනකදීම ඒ අදාළ පරීක්ෂණ පත්‍රය බලලා ලකුණු ලැබුණොත් විතරයි ඉදිරියට යන්න පුළුවන්. මෙන්න මේ ලකුණු ටික තමයි මේ සාකච්ඡා කරන්නේ. බහා නොතබන පරිදි වූ කෙලෙස් තවන වීර්යයක් අවශ්‍යයි. කොතැනකවත් නෑ මේ විපසනා ගමනේ අම්බලමක්, හති අරින්න තැනක්. සමථ මාගීයත් එක්ක විපසනා ගමන යන අැත්තෝ හුඟක් වෙලාවට තර්ක කරනවා. එහෙම හති වැටිවිචනම සමථ සමාධියකට පත් වෙලා විපසනාවට යන්න ඕනෙයි කියලා. විපසනාවට යන්න නම්, සමාධියෙන් නැගිට්ටා නම් ඊට පස්සෙ නෑ කිසිම වෙලාවක බර බහා තබන්න පුළුවන් ගතියක්. අවසානය දක්වාම යන්න වෙනවා. ඒකයි “යෝගී” කියන නමේ සඳහන් වෙලා තියෙන්නෙ “යෙදුණා” කියන අදහසක්. “හෝගී” කියන නමේ සඳහන් වෙලා තියෙන්නෙ කාමහෝගී වෙලා පමා වෙනවා කියන එකයි. යෝගී, අප්‍රමාද, සති කියන මේවා ඔක්කෝම එකම සමානව යන දේවල්. ඒ නිසා ආතාපි ගුණය දිගටම උඳුන රත් වෙලා තියෙන්න ඕනෙ. සමපජ්ඣාය, තමන් එදා හිටපු තැන, අරමුණ තෝරාගැනීම, එහෙම සිත යෙදවීම දිගටම සිද්ධ වෙන්න ඕනෙ. දැන් මට පුළුවන් නිදහසේ ඉන්න කියලා තැනක් එන්නෙ නැහැ. අවසාන රහත් මාගීය දක්වාම තැනක් එන්නෙ නැහැ. ඒ වාගේම තමයි සතිය බහා තබන්න තැනක් එන්නෙ නැහැ. සච්ඤෙන් වහන්සේම දේශනා කරපු විදියට සාධු ධීතො සතො බොධිං සම්පජ්ඣාන අනේ මම මනා කොට සතිය පිහිටවපු නිසා අද මේ විදියට බෝධිය සාක්ෂාත් කරගන්නා කියලා සඳහන් කරනවා.

ඒ වාගේම තමයි මේ අවසානය දක්වාම අභිජ්ඣා දොමනස්ස කියන දෙක පැහැදිලිවම අතගාමිත්ම යන්න ඕනෙ. ඒ නිසා හුඟ දෙනෙක්ගේ මෑත කාලයේ හුඟක්ම අහන්නත් හම්බ වෙන දකින්නත්

හම්බ වෙන දෙයත් තමයි භාවනාව හරියාගෙන එනවා නම් නුරුස්සන ගති, හොස්ස ළඟින් මැස්සා යන්න බැරි ගති පහළ වෙන්න පටන්ගන්නවා කියලා චෝදනා කරනවා. ඒ කියන්නේ අපි හිතනවා යෝගාවචර වුණාට පස්සේ, උතුරු සඵලක් දාගත්තාට පස්සේ ශාන්ත භාවයට ගල් බමුණෙක්ගේ තත්ත්වයට පත් විය යුතුයි කියලා. නමුත් අවාසනාවට වගේ සිදු වෙන්නේ ඕකේ අනිත් පැත්ත. තුචාලයේ හොබරෙ ගලවලා කට්ට ගලවලා වණ මුඛය පාදාගත්තාට පස්සේ ඒ කට්ට තියෙන තත්ත්වයට වඩා දැන් වේදනා සහගතයි. හුළං වැදිල්ලක්වත් ඉවසාගන්න බැරි තත්ත්වයට පත් වෙනවා. අන්න ඒ වගේ තමයි මේ අපේ ඉඳුරන්. කයේ කය අනුව බලමින් ජීවත් වෙන්න හදනකොට කයේ කය අනුව බලමින් ජීවත් නොවෙච්ච අනු පෘථග්ජන කාලයට වඩා සුක්ෂ්ම වෙනවා. ඉඳුරන් ප්‍රසන්න භාවයට පත් වෙනවා. සංවේදී භාවය වැඩි වෙනවා. මේ සංවේදී භාවය වැඩි වීම නිසා පුංචි බාධාවක් පුංචි හිරිහැරයක් ආවත් මහමෙරක් විදියට ජේන්න පටන් ගන්නවා. ඒ විත්තක්ෂණයේ ලෝකෙම බාධාකයක් විදියට පෙනෙනවා. මන්දෝත්සාහී කරන දෙයක් බවට පත් වෙන්න ඉඩ තියෙනවා. මේ නිසා එවැනි කෙනෙක් විෂයෙහි අනුකම්පාවෙන් බලන්න නම්, ආර්යයන් වහන්සේලා ගැන දන්නේ නැති, ආර්ය විනයෙහි අදක්ෂ, සත්පුරුෂ ධර්මයෙහි අදක්ෂ, සත්පුරුෂ ධර්මය අහල නැති කෙනා, මේ කෙනා දැකල උසුළු විසුළු කරනවා. දැන් මේ රහත් වෙන්න නේද ගියේ? දැන් මේ මොකද වෙලා තියෙන්නේ. මොකද මේ පොඩි දේවලට සැලෙන්නේ කියලා ප්‍රශ්න කරන්න පටන්ගන්නවා. නමුත් භාවනා කරලා භාවනාවට අත දෙන භාවනා මධ්‍යස්ථාන හදන භාවනා මධ්‍යස්ථාන දියුණු කරන ඇත්තෝ නම් මේ පිළිබඳව සැලකිලිමත් වෙන්න ඕනේ. ඒ ඒකේ හැටි එහෙම තමයි. එන්න එන්න පුංචි දෙයක් පවා ඉතාම සියුම්ව තේරෙන්න පටන්ගන්නවා. ඒ තේරෙන්න පටන්ගන්නකොට ජේන්නේ දුක වැඩි වීගෙන එන්නා සේ. වේදනාව වැඩි වීගෙන එන්නා සේ. අපි භාවනා කරන අත්දැකීමක් ගත්තොත් සමහර වෙලාවට මේ හමේ පුපුරු ගහන තත්ත්වේ, කුඹි නලියන්නා වාගේ සමහර වෙලාවට ඇස්වලට අනින්නා වාගේ, නහය මුල පිරි ගාන්නා වාගේ. ඒ දූනෙන දේවල් හරියට යන්ත්‍ර හයි කරලා

කපන්න කොටන්න වාගේ තේරෙන්න පටන්ගන්නවා. ඒ වෙලාවේදී යෝගාවචරවයා හිත සමථයට පත් කරගන්න දන්නේ නැතිනම්, ඒ එන වේදනා මේ භාවනාවේ ප්‍රතිඵලයක්මයි, ඒ ප්‍රතිඵලය මත ද්වේෂය හෝ මට භාවනාව හරි ගියා කියන සතුට හෝ පහළ කරගත්තොත් භාවනාවට බාධා වෙනවා. ආකාපි චීරිය නතර කරන්න නරකයි, සමපජ්ඣායෙන් එන තේරුම්ගැනීම නතර කරන්න නරකයි. පාවා දෙන්න නරකයි. ඒ පිළිබඳව මූල කම්ප්ථානයට වඩා ජේනවා නම් ඒ පිළිබඳව සතිමත් වීම අමතක කරන්න නරකයි.

ඒ වාගේම තමයි මේ මතු වෙන බාහිර දේවල් මත අභිජ්ඣා දෝමනස්ස කියන දැඩි ලෝභය හෝ ද්වේෂය පහළ කර නොගන්න, හුදු සමථයක් පුහුණු කරලා තියෙන්න ඕනෙ. ඒක නැති වුණොත් ඒ පුද්ගලයා පැහැදිලිවම චෝදනා කරන්න ඉඩ තියෙනවා මේ භාවනාව කියල කියන්නෙ කොච්චර කිව්වත් සත්‍යානං විශුද්ධියා සොක පරිදැව්‍යානං ආදී ආනිසංස දේශනා කළාට දුකේ කෙළවරක් සඳහන් කළාට මේක නම් මම කරලා බැලුවා, මම හරි ගියා, නමුත් මේක දුක වැඩි වෙන එකක් කියලා පැහැදිලිව ප්‍රකාශ කරන්න. ඉඩ තියනවා. එහෙම ප්‍රකාශ කරන ඇත්තන්ගෙ කථා බොරුත් නොවෙයි. සතිපට්ඨානය නොකරපු නාහපු ඇත්තන්ට වඩා ඇත්තක් තියෙනවා ඒකෙ. නමුත් අර්ධ සත්‍යයේ තියෙන භයානකකමයි මේකෙ තියෙන්නෙ. වෙන විදියකට කියනවා නම්, නොකිය යුත්තෙකුට, නොකිය යුතු වෙලාවක, නොකිය යුතු කාරණාවක් කිව්වා බවට පත් වෙනවා. කාරණාව සත්‍යයි. ඒ පුද්ගලයා තව සිංගිත්තක් මේ වින්‍යය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෝමනස්සං කියන කාරණාව දැනගෙන මේ ඇති වුණා වූ අපහසුතාවේ මූල මේකය, මැද මේකය, අග මේකය කියලා නඩුව ඉවර වෙනකල්ම අහගෙන ඉඳලා විනිශ්චයක් දෙන්න පමා වෙනවා නම් ඒ පුද්ගලයාත් මේ කටොළු කථා නොකරන අනුන්වත් වෙහෙසට පත් නොකරවන කෙනෙක් බවට පත් වෙනවා.

හැබැයි මේ කටොළු කථා කරන්නන් ඉන්නවයි කියලා තමන්ගේ භාවනාව බහා තබනවා නම්, එහෙම යෝගාවචරයෙක් ඉතින් නොකර

යන එක හොඳයි. වෙන කරන්න දෙයක් ඇත්තේ නෑ. ඒ මොකද කවුරුවත් ඇත්තේ නැහැ මේ කොන්තරාත් භාර ගන්න. එව්වා ඉඳගෙන ළග කියාගෙන නළවන්න, පිනවන්න හිටියොත් ඒක ලොකු වාසනාවක්. නමුත් අපි බලාපොරොත්තු වෙන්න නරකයි. මොකද හැම කෙනෙක්ම භාවනාවට බැස්සට පස්සෙ ඉතාම අනේ අපට බැර වෙච්ච ස්වරූප තියෙනවා. අඩු වෙච්ච ස්වරූප තියෙනවා. තම තමන්ගේ භාවනා විටියේ ඉන්න තැනේ හැටියට දුකේ අඩු වැඩි වීම් තියෙනවා. ඒ සෑම තැනකදීම එවැනි කෙනෙක් අපේ සමිතියේ හිටියා කියලා සබ්බභවාරීන් වහන්සේලා අතර හිටියා කියලා අපි මේ අභිජ්ඣා දොමනස්ස දෙක අතර සමතුලිතතාව දන්නේ නැත්නම් අපේ භාවනාවට බාධා වෙන්න ඉඩ තියෙනවා. එහෙම නැත්නම් මං එහෙම දුකට පත් වෙච්චහම මට අවට ඉන්න කට්ටියගෙන් උදව් උපකාර ලැබුණේ නැහැ කියලා වූණත් දුකට පත් වෙන්න ඉඩ තියෙනවා. මේ වාගේ වෙලාවක මේ වගේ භාවනා ප්‍රතිඵල නිසා යම් කිසි විනිශ්චය කටයුතු අවස්ථාවකට ඇවිල්ලා වැරදි විනිශ්චයක් ගන්නේ මේ ලෝකය කියන වචනය හඳුනාගත්තේ නැති අය. විනෝය ලොකෙ අභිජ්ඣා දොමනස්සං. ආධුනික යෝගාවචරයා හුඟාක් වෙලාවට අර පෘථග්ජන අදහස්වල හැටියට ලෝකය කියලා හඳුනාගන්නේ මේ ඉර, හඳ, තාරකා ගංගා ඇලදොළ සහිත මේ පෘථිවිය. එහෙම නැතුව මේ ඇහැ, කන, දිව, නාසය, ශරීරය, හිත සහිත අජ්ඣාතන ලෝකය නෙවෙයි. ඒක ඒ යෝගාවචරයා තුළ විතරක් නෙවෙයි මනුෂ්‍ය පරිණාමයේ දිගටම පැවතිච්ච ක්‍රමයක්. ලෝක විෂයෙහි විද්‍යාව අඩාගෙන දුවන්නේ ඔන්න ඔය ඉර, හඳ, තාරකා, ගංගා ඇල, දොළ, සහිත මේවා විවිධ වශයෙන් කපා කොටා දැනගැනීමෙන් ලෝකයෙහි කෙළවරට යන්න පුළුවන් කියන අදහසින් තමයි. යම් සුළු පිරිසක් මේ කාරණාව තේරුම්ගන්න බැලුවට මේ දොරවල්වලින් පිට, මේ ජනෙල්වලින් පිට මුළු ලෝකෙටම විද්‍යාව වෙලා තියෙන්නේ ඕක තමයි. ඒකට අද යෙදිලා ඉන්න විද්‍යාඥයින්ගේ සංඛ්‍යාව, යොදන මුදල් ප්‍රමාණය, ඒකම අදහන රාජ්‍ය ප්‍රමාණය, රාජ්‍ය නායකයෝ ප්‍රමාණය, යෙදිලා ඉන්න විද්‍යාඥයෝ, යොදවන ප්‍රමාණය 99.9999% ක්ම වෙලා තියෙනවා.

සච්ඡෙයන් වහන්සේ ඉදිරියට පත් වෙලා මේ ප්‍රශ්නය අහපුවාම ස්වාමීන් වහන්ස මේ ලෝකේ කියලා කියනවා මොකක්ද මේ ලෝකේ කියන්නේ කිව්වහම උන්වහන්සේ දේශනා කළා “ලුජ්ජති පලුජ්ජතිති ලෝකො” යමක් ලුදු වෙනවා, නම් පලුදු වෙනවා, නම් කැඩෙනවා නම්, බිඳෙනවා නම් ඒක තමයි ලෝකය. මහණ ඔබේ ඇහැ ස්ථිරද? නැහැ. ඒක කැඩෙන බිඳෙනසුලුද? එහෙමයි. එහෙනම් ඒක තමයි ලෝකය. උඹේ කන ස්ථිරද? නැහැ. ඒක කැඩෙන බිඳෙනසුලුද? ගෙවි යනසුලුද? වයසට යනසුලුද? එහෙමයි. එහෙනම් ඒක තමයි ලෝකය. මේ විදියට ඇහැ, කන, දිව, නාසය, ශරීරය, මනස කියන හයට තමයි සර්වඥයන් වහන්සේ ලෝකය කියලා කිව්වේ. ඒ නිසා තමන්ගේ භාවනාව කරගෙන යනකොට සංවේදිතාව වැඩි වීම නිසා හෝ වේවා අඩු වීම නිසා හෝ වේවා ඇති වෙන්නා වූ මේ අලුත් අත්දැකීම් ඇසීම මේ ලෝකය පැත්තෙන් ලෝකය දලුලුනා සුළුව තේරුම් අරගන්නවා නම් අපට නඩු කියන්න කෙනෙකුත් නැහැ. අපි මේක ජව සම්පන්න කරගත යුතුයි. අපි හිතනවා නම් මේක අනුන් කළ දෙයක් කියලා, ග්‍රහචාරය හොඳ නැති නිසා, නැකත හොඳ නැති නිසා, වෙන මොනවා හරි නරකක් නිසා කියලා, ඉතින් අපිට සිද්ධ වෙනවා, ඒ ග්‍රහයො මාරු කරන්ට, නැකැත් මාරු කරන්ට, ස්ථාන මාරු කරන්ට, ගුරුවරු මාරු කරන්ට ආදී නානාප්‍රකාර දේවල් කරන්න ඒ කරන්න ගියාට කවදාවත් මේ විද්‍යාඥයෝ මේ ලෝකයේ කපලා කොටලා බලලා තේරුම්ගන්න හදලා ගිහිල්ලා, කෙළවරක් දැකින්නෙ නැතුවා වගේ, ඒක ප්‍රපංචයක් බව ඒ ඇත්තෝ කියන්නා වාගේ ඒ යන ඇත්තෝත් හරියට වෙහෙසට පත් වෙනවා. ඒක නිසා මේ ලෝකය සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ සඳහන් කරන ලෝකය බවට තේරුම් ගන්න නම් අර ආයුධ, උපකරණ ටික ළං කරගෙන ඕන මේ බර උස්සන්න. එසවෙනකොට අඩ තියන්න ළං කරගන්න හදන්නේ දේවල් ළඟ තියෙන්න ඕනෙ. අපි ඒ අඩ තියන්න පරණ පුරුදු ගිහි හෝ පැවිදි එහෙම නැත්නම් පෘථග්ජන, සතිපට්ඨානය අහන්න ඉස්සෙල්ලා පුරුදු දේවල් නම් එහෙනම් ඉතින් දෙවියන්ගේ පිහිට තමයි. මං යන්න ඉස්සෙල්ල ඉස්කෝලෙ හිටපු

ලොකු මහත්තයා බොහෝම ජනප්‍රියතාවෙන් දුර්වල වෙච්ච කෙනෙක්. ඒ මනුස්සයා අල්ලස් ගන්නවාය, දරුවෝ නරකට යොමු කරනවාය කියලා මුළු ගමම තරහා වෙලා හිටපු කාලයක්. දවසක් වාහනේ කන්ද උඩට නැගලා වාහනේ පිටිපස්සට යන කොට ළමයෙකුට කියලා තියෙනවා ගලක් තියන්නයි කියලා. ඒ ළමයා ගිහිල්ලා පෙඟිච්ච බනිස් එකක් තියනවා. ඉතින් ගුරුවරයා ගිහිල්ලා වාහනේ නතර කරලා බහිනකොට කඩාගෙන ගියා පල්ලෙහාට. මොකක්ද කියලා නතර කරලා බලනකොට පෙඟිච්ච බනිසයක් තියල. ඒ වාගේ තමයි අපි හදිස්සියකට වාහනේ පිටිපස්සට යනකොට තියාගන්න තරමේ හොඳ අඩයක් අපි ළඟ නැත්නම්, අඩයක් තිබ්බා කියලා පෙඟිච්ච බනිස් එකක් තිබ්බාට කවදාවත් වාහනේ නතර වෙන්නේ නැහැ. කඩාගෙන යනවා. අර තිබුණට වැඩි අනතුරුදායක තත්ත්වයකට පත් වෙනවා.

ඒක නිසා අපි ධම් දේශනා මාගීයෙන් තේරුම් අරගන්න ඕනෙ මේ අභිජ්ඣා දොමනස්ස කියන මේ දෙක භාවනා ජීවිතය පුරාම තියෙනවා. ඒක සම්පූර්ණයෙන්ම නතර වෙන්න නම් ඒ ඕරම්භාගිය සංයෝජන ධම් වලින් අර්භත් මාගීයට පත් වෙන්න ඕනෙ. ඒ දක්වාම යම් කිසි ප්‍රමාණයක දුක් ප්‍රමාණයක් වාංගු කරලා තමයි විපස්සනා ඥානයක් ළඟා කරගන්නේ. විපස්සනා ඥානයක් ලබන්න ඉස්සෙල්ලා දුකේ ප්‍රකට ප්‍රබල වැඩි වීමක් සිද්ධ වෙනවා. දැන් මේ කැඩෙන්න ඕන්න මෙන්න, බිඳෙන්න ඕන්න මෙන්න කියන තත්ත්වයට පත් වෙලා එතැනදි ආපහු ගියොත් ආයෙත් හිටපු බිංදුවට වැටෙනවා. යම් වෙලාවක අර ආතාපි වීරියෙන් හරි දැන් මම මේ මෙච්චර කරගෙන ආපු භාවනාවේ දුක මේ පෙළන ගතිය තෙරපන ගතිය ක්‍රමයෙන් වැඩි වේගෙන ආවත් මගේ අතපය, ඇහැ කන මොනවක්කත් බිඳිලා නැහැ, මම මේකට මුහුණ දෙන්න ඕනෙ, මේ තත්ත්වයට සම්පූර්ණයෙන් මම මුහුණ දෙන්න ඕනෙ කියලා මේකට වීරියෙන් මුහුණ දෙනවා නම්, සම්පජ්ඣ්ඤායෙන් යුතුව මුහුණ දෙනව නම්, සතියෙන් යුක්තව මුහුණ දෙනවා නම්, ඒක එහා පැත්තට පනින්නෙ කෙලෙස් ප්‍රමාණයක් කඩාගෙන. එහෙම නැත්නම් මෙතෙක්ට එතකන්ම



මේක උස්සගෙන ආව, මම වීරිය කරගෙන ආවා කියලා ඒ කවිටෙ පනින කම්, ඒ සිවිය කඩාගෙන යනකම් ඒ කෙලෙස් කැඩීමේ සහතිකය තමන්ට ලැබෙනවා. ඒ නිසා අපි ඉන්නෙ අද්දර. ඉතාම අද්දරට ඇවිල්ලා ඉන්නෙ. නමුත් හැමදාම ගෙදර ගිහිල්ලා එන්න යනවා. අන්තිමට ඇවිල්ලා බර බහා තියෙනවා. නැත්නම් කාගෙන් හරි අහලා එන්න යනවා. ඉතින් එතකොට අපි නැවතත් වැටෙන්නෙ මුලටමයි.

ඒ නිසා මේ ලෝකය කියන එක අපි හඳුනාගන්න ඕනෙ. ලෝකය කියන එක මෙතනින් තේරුම් අරගන්නේම ඇහැ, කන, දිව, නාසය, ශරීරය, හිත කියලා. මේ දේවල්වල මේ ඇහේ සිදු වන ලෝකය, කනේ සිදු වන ලෝකය, තේරුම්ගැනීම ඉතාම දුෂ්කර වෙන්න හේතුවක් තියෙනවා. අපි ඒක වඩාත් හොඳින් සාකච්ඡා කරන්න වෙනවා වේදනානුපසංනාව ගන්නකොට. අභිධර්මය පවා පිළිගන්නවා ඇහෙත් මතු වන්නා වූ සන්නිවේදනවල සැප දුක අඩුයි, උපේක්‍ෂාව වැඩියි කියලා. ඇහේ නොවෙයි සැප දුක පහළ වෙන්නෙ හිතේමයි. කනේ නෙවෙයි සැප දුක පහළ වෙන්නෙ හිතේමයි. නමුත් කාය විඤ්ඤාණයට ගියහම ඒක පෙන්නනවා සෘජුවම, සැප, දුක, අදුකම සුඛය කියන තුනම පෙන්නන එකම විඤ්ඤාණ දොරටුව කාය විඤ්ඤාණයයි. මෙතන කාය විඤ්ඤාණයට හිත යොදලා, කායානුපසංනාවට හිත යොදලා ගෙතියන කෙනාට දුක සැප හොඳට වෙන් කරලා දක්වන නිසා හොඳ ප්‍රවේශයක් හොඳ ඇතුළත් වීමක්, හොඳ ආරම්භයක් ලබනවා. ඒ තුළින් කයට හොඳට සැප පහසු දෙයක් ලැබුණහම දූනෙන සැපතත් කටුක දෙයක් ලැබීවිචහම හම්බ වෙන වේදනාවත් කියන දෙක සෘජුවම ලැබෙනවා. එසේ සෘජුවම ලැබෙන නිසා ඒ දෙක අතර මැද ඇත්තා වූ උපේක්‍ෂාව තේරුම්ගන්න ලේසියි. දුක සැපෙන් වෙන් කරලා ගන්න ලේසියි. ඒ මොකද ඒවා තුන, තුන් අතක තුන් ආකාරයකට ප්‍රකටව පිහිටන නිසා. අන්න ඒකට හොඳට සතිය පිහිටියා නම්, ඒ ඇතිවන්නා වූ සැප, දුක, අදුකම සුඛ කියන මේ දේවල් විෂයෙහි ක්‍රමානුකූලව හිත තැන්පත් වීමක් ඇති වුණා නම්, ඒ පුද්ගලයාට ආරාධනා කරන්න පුළුවන්, දැන් ඔය තාලයටම ඇහෙන්න එන සංඥා



පිළිබඳවත් සලකා බලන්න, නාසයෙන් දිවෙන් ශරීරයෙන් ආදී වශයෙන් ක්‍රමයෙන් යන්න. සාමාන්‍යයෙන් පෙන්නන්නේ කයට පස්සෙ ඇහැ. ඇහැට පස්සෙ කන. ඊට පස්සෙ ඉතිරි ඉන්ද්‍රිය තුන. මේ විදියට තමයි මේවායේ ප්‍රකෘති භාවය පේන්නේ මෙහෙම තමයි ජීවිතයේ පැවැත්මට අදාළ භාවය පේන්නේ. ඒ ආකාරයටමයි. සච්ඤයන් වහන්සේ මේවා පෙළගස්වලා තියෙන්නේ.

ඒ නිසා කයේ කය අනුව බලනසුලු කියලා කියන්නේ මේ ඇහැ, කන, දිව, නාසය වශයෙන් ඇත්තා වූ කයත් වින්‍යාය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෝමනස්සං කියල කියන්නේ, මේ ගංගා ඇල දොළ සහිත ලෝකයත් එක්ක. ඒ නිසා ඒ තත්ත්වය අපි ඉස්සෙල්ලා හිතාගෙන හිටියේ ඔහොම තමයි. සතිපට්ඨානය ඉගෙනගන්නකොට භාවනාව කරගෙන යනකොට ඒ පුරුදු කය වෙනුවට ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස කයයි අපි ඉදිරිපත් කරගන්නේ. නැත්නම් වායෝ පොඨබබ ධාතුව ඉදිරිපත් කර ගන්නේ. පිම්බීම හැකිලීම ඉදිරිපත් කරගන්නේ. ඉදිරිපත්කර ගන්නකොට, ටික වේලාවක් භාවනා කරනකොට යෝගාවචරයාට වැටහෙනවා, ආනාපානය පටන්ගන්න ගොරෝසු වෙලාවේ තියෙන්නේ නාසිකාග්‍රයේ පීඩන. ඇතුළු වෙන පිට වෙන ගති දැනුණාම සමාධි වෙනකොට මේක මොළේ මැද සිද්ධ වෙන්නායේ මැදට යන ගතියක් තියෙනවා. පිම්බීම හැකිලීමේදී බඩ මතුපිට හම ඇඳුම් වල තැවරෙන ගොරෝසු ඕළාරික ගතිවලින් පටන්අරගත්තාට ඒ ශාන්ත භාවට පත් වෙන විට කොන්ද දිහාට ඒක ගිහිල්ලා ශරීරයේ, කයේ මධ්‍යස්ථගත වෙන තත්ත්වයකට පත් වෙනවා. මේ වෙනකොට භාවනාවේම ඔය කියන ආතාපි, විරිය, සමජ්ඣාඤාය, සතිය, වින්‍යාය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෝමනස්සං කියන ගති නැති වුණොත් බය වෙලා ඇස් දෙක ගිලා බහින්නත් ඉඩ තියෙනවා. දැන් කඳ මැද විතරයි වැටහෙන්නේ. හිස නැත්දෝ අතපය නැත්දෝ කියන තරමට හිත අසරණ වෙලා, ඇස් ඇරලා බලන්න තරම් හිතෙනවා. ඒ මොකද අපි මේ කයට මේ තරම් ආසාවකින් කයට මේ තරම් ප්‍රඥප්ති වශයෙන් කොටුකර ගෙනයි වැඩේට බහින්නේ. නමුත් භාවනාව කෙරීගෙන යනකොට මේ

අපි දන්නා වූ කට බඩ නාසය දිව සහිත කය වෙනුවට ඒ කයේ ඇත්තා වූ පයවි, ආපෝ, තේජෝ, කොට්ඨාශ මධ්‍යස්ථගත වෙන්න පටන්ගන්නවා. ආන්න ඒ වෙනස සිදු වෙනකොට වාංගු කරන්නෙ, ඒ දෙක අතර තඩමාරු වෙන්න මේ ආතාපි සමපජානො සතිමා විනොය ලොකෙ අභිජ්ඣා දොමනස්සං කියලා සඳහන් කරන, මේ වීරියන්, මේ ප්‍රඥාවන්, මේ සතියන්, මේ සමාධියන් විතරයි. ඒ වෙනකොට මේ ධර්ම තේරුම්ගත්තෙ නැත්නම් අපි නැවතත් පුරුදු කයටම ගිහිල්ලා ඒ කයේ සුකුමාල සැප නැති වීම පිළිබඳව දොස් කියන්න ඉඩ තියෙනවා.

එහෙම නැතුව මේ වගේ සතිපට්ඨාන ක්‍රමයකින් තොරව සම්පූර්ණ කිසිම අරමුණක්වත් නැතිව අපේ කයේ මැදට බලන්න අපි පටන්ගත්තොත් නැත්නම් ආනාපානය වශයෙන් නැතුව මොළේ මැදට බලන්න අපි පටන්ගත්තොත් ඒක කවදාකවත් පටන්ගන්න වැඩක් වෙන්නෙ නැහැ. මූලධර්ම විතරමයි එතන තියෙන්නෙ. හොඳ පොත් ලියන්න ඉඩ තියෙනවා තර්කයට අනුව. නමුත් ප්‍රායෝගිකව බැසගැනීමක් සිදු වෙන්නෙ නැහැ. ඒ නිසා මේ අතක දෙකටම වැටෙන්නෙ නැතිව ක්‍රමානුකූලව ඉදිරියට යන්න නම් ආතාපි සමපජානො, සතිමා විනොය ලොකෙ අභිජ්ඣා දොමනස්සං කියන මේ ගුණ හතර නිතරම සිහිපත් කර ගන්න ඕනෙ. මේ ගුණ හතරම බොහෝම සමීපව වගේ ජේන්න තියෙනවා. අරියවංශ සූත්‍ර දේශනාවේ බලනකොටත් "සනතුධො හොති ඉතරීතර වීචරෙන නචචීචර හොති අනෙදනං අප්පති රූපං ආපජ්ජති අලඤ්ඤ වීචරං න පරිතස්සති ලඤ්ඤ න වීචරං න පරිතස්සති ලඤ්ඤ න වීචරං අගධ්ධිතො, ආමිජ්ඣිතො, අනජ්ඣා පනෙනා, ආදීනව දස්සාවි, නිස්සරණ පනෙනා පරිබුජ්ඣති, තායචන ඉතරීතර වීචර සනතුධියා න වනණ වාදි නෙ වනතුකකනතිති, යොවර පරං වමෙමති, සො හිතනන දකෙඛා අනලසො සමපජානො පතිස්සතො කියලා දකෙඛා අනලසො සමපජනො සතිස්සතො කියලා තුන හතරක් ජේනවා. ඒ කෙනා තමයි මේ ආර්ය භාවය පිහිටපු කෙනා වශයෙන් පෙන්වන්නෙ. දකෙඛා කියලා කියන්නෙ දක්ෂ බව. අනලස්භාව කියන්නේ වීර්යය. පතිපස්සතො කියලා කියන්නේ සතිය. දකෙඛා අනලසො

පතිපසුනො සමපජානො. ඒ නිසා මේ ගුණ හතරෙන් සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ සඳහන් කරන මේ ගුණ හතරෙන් සමාන සමාන්තරකමක් තියෙනවා. ඒ නිසා භාවනාවේ යෙදෙන යෝගාවචරයා රහතන් වහන්සේ කෙනෙක් වගේ කටයුතු කරන්න ඉගෙනගන්න ඕනෙ කියන එකයි මේතැන කියන්නෙ. මම පාපතරයෙක්ය, මං සිල් නැති කෙනෙක්ය, මම අවාසනාවන්තයෙක්ය කියන හැඟීමෙන් භාවනා කරන්න පටන්ගත්තොත් ඒ පුද්ගලයාව කෙළින්ම පල්ලෙහාට ඇදගෙන වැටෙන තත්ත්වය වගේ, නිතර නිතර විඩා පත් වෙලා නින්ද නැති වෙන වෙහෙසට පත් වෙන තත්ත්වයකට එනවා. ධර්මයට බය වෙන තත්ත්වයකට එනවා. එහෙම නෙවෙයි මම මේ පශ්චිම භවිකයෙක් වගෙයි. රහතන් වහන්සේ කෙනෙක් වගෙයි, මා ළඟ ඇත්තා වූ මේ ගුණ හතරමයි මට සරණ පිහිට. ඒ පිළිබඳව මම මුළු ජීවිතය ගත කරනවා කියලා පටන්ගත්තොත් නම් භාවනාවෙන් ලබන අත්දැකීම් හොඳ අර්ථ කථනයකට යනවා. ගුරුවරයා කියන දේ වැටහෙනවා, සර්වඥ දේශනාවේ වැටහෙනවා. ඒ නිසා ඒ යෝගාවචරයාට ඉදිරිය සඳහා හොඳ පසුබිමක් මේකෙන් ලැබෙනවා.

හැබැයි තවම මේ ගුණ ඔක්කොම තාවකාලිකයි. එකක්වත් ස්ථිරයට භුක්තියට සිත්ත වෙලා නැහැ. ණයට අරගෙන වැඩ කරන්නා වාගෙයි. අන්න ඒ වගේ ණයට අරගෙන වැඩ කරන්න පුළුවන් කාලයට තමයි අපි කියන්නේ බුද්ධාත්පාද කාලය කියලා. අබුද්ධාත්පාද කාලවල අපට ඒවා දැකගන්නත් නැහැ. අහන්නත් නැහැ. සන්පුරුෂයොත් නැහැ. ඒක නිසා මේක අපට කවදාවත් කරන්න පුළුවන් පර්යේෂණයක් වෙන්නෙ නැහැ. දාන සීල දෙක නම් කරන හැකි. සමථයෙන් මේ විපසුනා කොටස කරන්න නම් මේ දේ කරමින් ඉන්නා වූ සන්පුරුෂයෝ දකින්නට ඕනෙ. ධර්මය අහන්න ඕනෙ. සර්වඥයන් වහන්සේගේ ආදර්ශය අපි ආදර්ශයට ගන්න ඕනෙ. එතකොට නම් අපේ අතින් වෙන හැම පර්යංකයකදීම ලැබෙන හැම හොඳක් වේවා, නරකක් හෝ වේවා ඊගාව පර්යංකයට ලොකු ආධාරකයක් වෙනවා. විපසුනා ඥාන නම් ලැබූ ලැබූ ඥාන ඉදිරි ඥාන සඳහා හේතු වෙනවා. කොතැනක හෝ වේවා පළමුවෙනි

මාගේ ඥානය ලබන්න ඉස්සර වෙලා කොතැනකදී හෝ වේවා යෝගාවචරයා දැන හෝ නොදැන මේ ආකාපි වීරිය බහා තැබුවොත් එතැනම භාවනාව ලොප් වෙන්න පටන්ගන්නවා. දියරු වෙන්න පටන් ගන්නවා. ඒ වාගේම සම්පජ්ඣාදිය කියන නුවණින් කල්පනා කිරීම පැත්තක තියලා අසල්වැසියන් කියන දේ අහන්න පටන්ගත්තොත් භාවනාවේ දුර්වල වීමක් වෙනවා. සතිය බහා තබලා නිදහසේ ඉන්න පටන්ගත්තොත් ආකාපි සම්පජානෝ කියන ගුණ වගේම විනෝය ලොකෙ අභිජ්ඣා දොමනස්සං කියන හැම වේලාවේම මේ හිතේ ඇත්තා වූ සමථය ඇති කරගන්න අදහස වෙනවා නම් භාවනාවේ බාධාවලේ ඇති වෙනවා. එහෙම වුණොත් සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ අවසානයේ දක්වන්නා වූ ඒ නිගමන පාඨයේ දක්වන්නා වූ ගුණාංග ලබා ගන්න බැරි වෙනවා. ඒක නිසා ආරම්භයේදී නම් යෝගාවචරයා බුද්ධ වචනය අහලා බුද්ධ ධර්ම සම්පූර්ණ පිහිට ගෙන කටයුතු කළාට ඒ ශ්‍රද්ධාව බහා තබන්න වෙනවා. බහා තබලා කායානුපස්සනාවම කරගෙන යනකොට ඇති වෙන්නා වූ අත්දැකීම මේ ගුණ හතරේ බහාලමින් ගළපමින් කටයුතු කරගෙන යනකොට තමන් තුළම ප්‍රත්‍යක්ෂ කරනවයි කියන්නේ ඇස් පනාපිටම දකගන්න පුළුවන්.

අත්දැකීම් රාශියක් සහිත කෙනෙක් බවට පත් වෙලා ඉස්සරහට යනකොට ඒ අත්දැකීම් තමන්ට වැරද්දකදී, අමාරුවකදී, කරදරයකදී උදව් උපකාර කරගන්න පුළුවන් තත්ත්වයකට පත් වෙනවා. මේ තත්ත්වයට පත් වීගෙන යනකොට මේ කය පිළිබඳ හැඟීම සම්පූර්ණයෙන්ම වෙනස් වේගෙන යන්නපටන් ගන්නවා. කය කියලා කියන්නේ ඉදිරියට විපසනා යෝගාවචරයාට සතර මහා භූතයන්ගෙන් හැදිවීව, නිතරම පඵදු වෙන, නිතරම බිඳෙමින් පවතින, අනිත්‍ය දුඃඛ අනාත්මය දක්වන කය. බාහිර ලෝකයත් නෙවෙයි. අපි මේ හිතාගෙන හිටිය මේ බලියක් පමණ වූ මේ ඇහැ, කන, දිව, නාසය කියන දේවලුත් නෙවෙයි. ආන්ත ඒ පරිවර්තනය සිද්ධ වෙනවා නම් කායානුපස්සනාව පමණකින්ම මාගේ එල කීපයක් ම ලබා ගන්න පුළුවන් තරමට ඒකෙන් ලොකු තෙදක් එයි. නමුත් ඒ තෙද

කවදාවත් සර්වඥයන් වහන්සේ ආසිරි ගන්නපු දෙයක් නෙමෙයි. මේ අපි සාකච්ඡා කරමින් ඉන්න ගුණ හතරෙ සඳහන් වන දෙයක් මේ නිසාමදෝ මේ ගුණ හතර ධාව පදයක් වගෙයි. සෑම පර්යංකයටම පස්සේ මතක් කරන්න. ඒක මේ කායානුපස්සනාවට පමණක් දෙන දෙයක් නෙමෙයි. සෑම අනුපස්සනාවකටම පස්සේ සතර සතිපට්ඨානයේ තියෙන එක එක සතිපට්ඨානයකට පස්සේ සාකච්ඡා කරනවා.

ඒ නිසා යම් අවස්ථාවක ඒ හඳුන්වාදීම් වශයෙන් කයේ කය අනුව ඛලනසුලුව වාසය කරන කෙනා ගැන සඳහන් කළාට පස්සේ සඳහන් වෙන්නේ “වේදනාසු වේදනාසුපස්සි විහරති ආනාපි සමජානො සතිමා විනොය ලෝකෙ අභිජ්ඣා දොමනස්සං” මේ තමයි දෙවනි විශේෂයට මූල පිරුවට පස්සේ එක කෙළවරක් තමයි ඒකෙන් මාගී ඵලයක් ලබන එක, අනෙක් කෙළවර තමයි ඒකෙ යාන්තම් මූල පුරන එක. ඒ දෙකෙන් කොයි එක හෝ වේවා මේ ගුණ සහිතව යනවා නම් සමහර විටෙක එක පර්යංකයකදීම කායානුපස්සනාවෙන් වේදනානුපස්සනාවට භාවනාව හැරෙන්නත් ඉඩ තියෙනවා. හරවාගන්න පුළුවන්කමකුත් තියෙනවා. මෙතැන්දිත් අර කය කියන එක පිළිබඳව අපි සතර මහා ධාතු බවට පත් කරගෙනයි කය සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ විසඳන්නේ.

ලෝකය කියනකොට තැලෙන ගෙවෙන කැඩිලා බිඳිලා යන ස්වරූපය ඇත්තා වූ මේ ඡඩ් ඉන්ද්‍රියයන් තමයි ලෝකය වශයෙන් ගන්නෙ. ඒ වාගේම වේදනාව ගන්නකොටත් සාමාන්‍ය ලෝක ව්‍යවහාරය ගන්න කොට වේදනාව වශයෙන් දක්වන්නේ හුඟදෙනෙක් සලකන්නේ දුකට වේදනාව. නමුත් මූලික වශයෙන්මත් මේ වේදනාවේ දුකට වේදනා, සුඛ වේදනා, අදුකඛම සුඛ වේදනා කියලා තුනක් තියෙනවා. වේදනානුපස්සි විහරති කිව්වහම මේ වේදනා තුනම ගැනෙන්න වෙනවා. දුකට වේදනාව විතරක් නෙමෙයි. වේදනා පිළිබඳවත් ආනාපි වීරිය, සමපජඤ්ඤය, සතිය, ඵලඹ සිටි සිතිය, ඒ වාගේම අභිජ්ඣා දොමනස්ස දුරු කරලා මධ්‍යස්ථ භාවය කියන මේ සමථ හතරම අවශ්‍යයි. වේදනාව පිළිබඳව සාමාන්‍යයෙන් අපි නාමරූප කියන කොටස් දෙකට කැඩුවොත් කායානුපස්සනාව

වැටෙන්නේ රූප කොට්ඨාශයට. වේදනානුපසස්සනා විතනානුපසස්සනා ධම්මානුපසස්සනා කියන කොටස් නාම කාණ්ඩයට වැටෙනවා.

අපි සාමාන්‍ය යෝගාවචරයාගේ දූතගැනීම සඳහා සාමාන්‍යයෙන් පඤ්චස්කන්ධය කිව්වහම රූපස්කන්ධ, වේදනාස්කන්ධ, සංඥාස්කන්ධ, සංස්කාරස්කන්ධ, විඤ්ඤාණස්කන්ධ කියලා එතන කොටස් පහකට කඩලා තියෙනවා. රූපය එක ගොඩකට දානවා. අනෙකුත් නාමස්කන්ධ හතරකට කඩනවා. ඒක නිසා මේ සතිපට්ඨානවලත් එක එක සතිපට්ඨානයක් අරස්කන්ධ එක්ක සංසන්දනය කරන ගතියකුත් තියෙනවා. ඒ වේදනාස්කන්ධයමයි මේ වේදනානුපසස්සනා සතිපට්ඨානයට වැටෙන්නේ. මේ වේදනාව සුඛ, දුක්ඛ, අදුක්ඛමසුඛ කියලා තුනක් තියෙන බව යෝගාවචරයා තේරුම්ගන්නවා. ඒ තුනෙන් දුක්ඛ වේදනාව වගේම සුඛ වේදනාව විෂයෙනුත් ක්‍රමයෙන් ඉස්සරහට හම්බ වෙන අදුක්ඛ සුඛ වේදනාව විෂයෙනුත් යෝගාවචරයා මේ ආනාපි සම්පන්නො සතිමා විනෝය ලෝකෙ කියන ගුණ දියුණු කරන්න ඕනේ. මට කමටහන් ශුද්ධ කරනකොට එහෙම නැත්නම් යෝගාවචරයන් එක්ක කථා කරනකොට හොඳටම වැටහෙන දෙයක් තමයි, මේ සුඛ දුක්ඛ වේදනා විෂයෙහි යෝගාවචරයාගේ භාවනාව හසුරුවන්න කමටහන් දෙන්න හරිම ලේසියි. සුඛ දුක්ඛ වේදනා දිගේ කමටහන් ශුද්ධ කරනකොට යෝගාවචරයා ගුරුවරයා හරියට අදහනවා. ගුරුවරයා කියන දේ හොඳට වැටහෙනවා. මේ අදුක්ඛමසුඛ තැනට ආවට පස්සේ පුදුමාකාර විදියට යෝගාවචරයාගේ ඔළුමොට්ටල ගති පහළ වෙනවා. ඒක යෝගාවචරයාගේ ගතියක් නෙමෙයි කෙලෙස්වල ගතියක්. භාවනාවේදී හොඳට හරියන එකම පර්යංකයකදී හෝ මේ දුක්ඛ අවස්ථාව මේ සුඛ අවස්ථාව කියලා යෝගාවචරයා නිදර්ශන සහිතව කමටහන ශුද්ධ කරන තැනදී කථා කරනවා නම් හුඟදෙනෙකුට හරියටම ඒකට සුදුසු කමටහන දෙන්න හැකියාව තියනවා, විවේකීව අහගෙන හිටියොත්.

නමුත් යෝගාවචරයා මේ දුඛ වේදනාව ඉක්මවලා සුඛ වේදනාවට පත් වෙලා ඒකත් ඉක්මවලා අදුක්ඛමසුඛ වේදනාවට ආවට පස්සේ



පුදුමාකාර ඔළුමොට්ටලකමක්. දක්වනවා ඒ දේ කියාගන්න කැමැත්තක් නැහැ. කිව්වට වැඩක් වෙයි කියලා විශ්වාස ඇත්තේත් නැහැ. දෙන උපදේශය පිළිපදින්නේත් නැහැ. හැම වෙලාවෙම හිත අර සුඛ දුක දෙක භොයමින් ගතකරන ගතියක් තියෙනවා. මේ නිසා අද ඉන්න කර්මස්ථාන ආචාර්යවරුන්ගේ සංඛ්‍යා ලේඛනයක් බැලුවොත් ඒ ඔක්කෝගෙම 99% ම ඉන්නේ යෝගාවචරයා මේ සුඛ දුක දෙකේ හසුරුවන්න දක්‍ෂ ඇත්තෝ විතරයි. අදුකම් සුඛ පැත්තට ආවට පස්සෙ කම්ස්ථාන ආචාර්යවරුන් අසරණ වෙලා ඉන්නවා. ඉතාමත්ම කලාතුරකින් කෙනෙකුට තමයි ඒ යෝගාවචරයා ආපහු පාරට ගෙනත් තියලා ඒ දුකෙන් සුඛයටත් සුඛයෙන් අදුකම් සුඛයටත් පත් වෙන ආකාරය එයා ලව්වාම ඒ කටහඬින්ම කියවලා, එහෙම නම් මෙන්ම මෙහෙම කරන්න ඕනෑ කියලා කියා ගන්න පුළුවන් තත්වයකට පත් වෙලා තියෙන්නේ. ඉතින් ඒක හරියට බලනකොට මේ හැම තැනම ළිං හාරනවා වගේ වැඩක් තමයි. හරි ලේසියි මුලින් මුලින් පස් පිඩලි කපලා ළිං වළක් කටක් හදාගෙන වැඩ කර ගෙන යන්න. නමුත් ළිඳ ගැඹුරට යන්න යන්න එක්කෙනෙක් දෙන්නෙක් ඉඳලා බැහැ. නා නා උපක්‍රම ඕනෙ වෙනවා එන්න එන්න එන්න එන්න පස් උදුල්ලක්, පස් කුඩයක් උඩට දාන්න අමාරුයි. ඉතින් මේ පහසුකම දැකලා හැම තැනම ළිං කැපුවාට කවදාවත් වතුර හම්බ වෙන්නෙ නැහැනෙ. වතුර හම්බ වෙන්න නං ඒ කපාපු ළිඳ කෙළවරටම යන්න ඕනෙ. මේ තරම්ම අද ලෝකයේ නුරුස්නා ගති පහළ වෙලා තියෙනවා. නොඉවසනසුලු ගති පහළ වෙලා තියෙනවා. මේකත් එක්ක යෝගාවචර ජීවිතය ගෙතියන්න බැහැ.

කායානුපස්සනාවේදී ඇත්ත වශයෙන්ම ඔය වගේ සුඛ, දුක, අදුකම් සුඛ, වේදනා කියන අවස්ථා තුනම හම්බ වෙනවා. මේ වේදනාවේදී තමයි මේක හොඳටම යෝගාවචරයාගේ මූණ ඉදිරිපිටටම ගේන්නේ. ඒක නිසා පළවෙනිව අපි ගත්තොත් හොඳට සක්මන් කරලා, වැඩි වුණොත් පළවෙනි විනාඩි 35 ක් විතර කාලය තුළ යෝගාවචරයාට ඉඳගෙන ඉන්න ඉරියව්වේ අරමුණක හිත තබාගැනීමේ කටයුත්ත බොහෝ විට සාර්ථක



වෙන්න ඉඩ තියෙනවා. ඒ මොකද විනාඩි තිහක් විතර යනකම් ඉරියව්ව හොඳට පට්ටල වෙලා හිටිනවා. ඊට පස්සෙ ඉතාමත්ම තීව්‍ර විදියට බලාපොරොත්තු සුන් කරමින් අර ආතාපී විරිය දිය වෙලා පැත්තකට හැරෙන තාලෙට සම්පජ්ඣාදිය කියන එක තිබුණ තැන නොදකින තාලෙට සතිය පටන් ගෙනවත් නැති තාලෙට අර කියන අභිජ්ඣා දොමනස්ස සංසන්දනය කරන්න පුළුවන් හිතේ සන්සුන්භාවය කැළඹලා ඇති තාලෙට සම්පූර්ණ අවුස්සලා දාන තත්ත්වයකට හිත පත්වෙනවා. අන්න ඒ වෙලාවේදී යෝගාවචරයා අර මුල් විනාඩි කිහිපය තුළ පිහිටුවා ගන්නා ලද අරමුණක් සහිතනම් සමාධියක් සහිත නම් ඒ යෝගාවචරයාට ඉස්සරහට කරගෙන යන්න පුළුවන්.

ඒක සාර්ථක වෙනකොට ලොකු සතුටක් හිතේ ඇති වෙනවා. තදබල වේදනා ආවත් ඒක ඉවසා දරා සිටීමෙන් මෙනෙහි කිරීමෙන් ඒක ඉක්මවන්ට ඕනෑ කියනකොට මේ වේදනාවේ දුක වේදනාවේ හමාරයයි. සුඛ වේදනා පහළ වෙනකොට යෝගාවචරයා උදම් අනන්ත පටන් ගන්නවා. සම්පජ්ඣාදිය, සතිය දුර්වල වෙන්නත් ඉඩ තියෙනවා. දුර්වල වෙලා හෝ වේවා, නොවී හෝ වේවා, උපදෙස් ලබලා යෝගාවචරයා මේක ඉක්මවාගත්තොත් ඒකාන්තයෙන් මතක තියාගන්න ඕනෙ භාවනාව ඕළාර්ක අවස්ථාවේ පවා අදුකම සුඛ වේදනාව දිහාට ගෙනියනවා. ඒකෙ තියෙන එක ගුණයක් තමයි අදුකම සුඛ වේදනාව කියන නිකම් පොළො පනින ගතියක් තියෙන්නෙ. කාන්දමට අල්ලනවා වාගේ අල්ලන ගතියක් ඒකෙ ඇත්තේ නැහැ. ඒ වාගේම විස්තර කරගන්න බැරි ගතියක් තියෙනවා. අර ඉස්සෙල්ලා වාගේ ආකාර සටහන් පෙන්නන්නෙ නැහැ. ඒ වාගේම තමයි ඒවා ඉතාමත්ම මධ්‍යස්ථගත වෙච්ච තත්ත්වයක් තියෙන්නෙ. ඒ කියන තත්ත්වය කම්ස්ථාන ආචාර්යවරයාටත් පොදුයි. යෝගාවචරයාටත් පොදුයි. කාටත් පොදුයි. ඒ නිසාම හුගාක්ම මනුස්සත්වයේ වේදනාවේ මූලික භරය ටික එකතු කරලා තියෙන්නෙ. ඒක නිසා සන්නිවේදනය වෙන එකක් ඒක. උත්සාහ කරනකොට සන්නිවේදනය වෙනවා මේකයි මේ කියන්න හදන්නෙ කියලා. නමුත්

ඒක දන්තෙ නැති කෙනා කියාගන්න දෙයක් නැහැ කියලා සාකච්ඡාවට ඇවිල්ලා ඉදිරිපත් කරන්නෙත් නැහැ. එහෙම නැත්නම් අහන්නෙත් නැහැ. මේක මොකක් හරි වැරදිලා වෙන නැති. නිකං බැලුමක හුළං ගියා වගේ. වාහනේ ටයරයක හුළං ගියා වාගේ. එහෙමම ඔප්පු වෙලා හිටින ගතියක් තියෙනවා. ඉතින් මෙන්න මේ තත්ත්වය තමයි ඇත්තට භාවනා ජීවිතේ ඉතාමත්ම තීරණාත්මක අවස්ථාව. මේ අවස්ථාවට තමයි සියලුම වෛද්‍ය උපකරණත් ඔක්කොම එකතු කරගෙන මේ ලෙඩා ගොඩට ගන්න ඕනෙ වෙලාව. මේක නයෙක් ගැහුවාට පස්සේ විෂ නගින වෙලාව. ඒ විෂ නගින වෙලාවෙ වෙදා ළඟ හිටියෙ නැත්නම් ඉතින් අපහසුවට පත් වෙනවා. ගොඩගන්න පුළුවන් වුනාට ඉතාම කටුක වේදනා පහළ වෙනවා ලෙඩාට. ඒ නිසා වෙදා ළඟ ඉන්න ඕනේ.

ඒ වාගේම තමයි යෝගාවචරයා දැනගන්න ඕනෙ මේ වේදනාව බලාගෙන යනකොට සුබ දුක විතරක් නෙමෙයි අදුකම සුබ කියන එක භාවනාවෙන්ම මතු වෙන දෙයක්. අන්න ඒ මතු වෙන වෙලාවේදී වෙනදාට වඩා සියුම්ව මේක සාකච්ඡා කරන්න ඉගෙන ගත්තේ නැත්නම් භාවනාවේ ඉදිරියට යාගන්න බැරි වෙනවා. හුඟාක් වෙලාවට අර සැප දුක් වේදනා එනකොට එක්කෝ යෝගාවචරයා ඒවා මම කියලා මගේ කියලා භාරගන්නවා. එහෙම නැත්නම් මට නොවේවා, මාගේ නොවේ කියලා ප්‍රතික්ෂේප කරන්න පටන්ගන්නවා. ඒ නිසා ඒ තත්ත්ව දෙක යටතේම කවදාකවත් සැප දුක අඳුනාගන්න බැහැ. මේ සැප දුක් වේදනාත් කළු සුදු වශයෙන් ප්‍රකටයි. හේතු සහ හේතු ධර්ම නිසා පහළ වෙනවා. හේතු ධර්ම නිසාම පැන යනවා කියලා හොඳට තේරුම් අරගෙන ගියත් ඊටත් වඩා සුක්ෂ්ම භාවයක් තමයි තියෙන්නෙ මේ අදුකමසුබ වේදනාවේ. ඒ නිසා ගුරුවරයා සහ ගෝලයා අතර තියෙන ඒ ඇදහිල්ල අලුත් තාලෙකට දන් ඕන වෙනවා. එහෙම නැත්නම් අපේ තිබුණ වචන කන්දරාවෙන් වැඩ ගන්න බැරි තත්ත්වයකට පත් වෙච්චහම අද භාවනා මධ්‍යස්ථාන වල හුඟදෙනෙක් විශේෂයෙන්ම හොඳ දක්ෂ යෝගාවචර පිරිස පිට වෙලා යන්නෙ මෙන්න මේ විදියට බලාපොරොත්තු සුන් වෙලා පස්ස පැත්තෙ

අත් දෙක පිහගෙන. ඒකට හේතුව මොකද, මේ අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව නොදැනෙන අවස්ථාවට පත් වෙනකොට කොහොමද මේකෙ ආතාපය ඇති කර ගන්නෙ කොහොමද? මේකෙ මේ සම්පජ්ඤ්ඤය ඇති කරගන්නෙ, කොහොමද? මේකෙ සතිය පිහිටුවන්නෙ කොහොමද මේකෙ මධ්‍යස්ථය භොයාගන්නෙ කියන කාරණාව දන්නෙ නැතිව. නමුත් මම හිතනවා අපට අද මින් ඉදිරියට යන්න කාලය හරස් වනවා කියලා. අපි බලමු ඉස්සරහට වේදනා වශයෙන් වේදනා කොටස් තුනක් තියෙනවා. මෙහි අපි දුක්ඛ වේදනාව සුඛ වේදනාව පිළිබඳව යම් කිසි දක්ෂතාවක් පෙන්වලත් තියෙනවා. පෙන්වන්න පුළුවන්කමක් තියෙනවා. මේ අදුක්ඛම සුඛ වේදනාව ආවට පස්සේ කොහොමද අපි භාවනාව ඉදිරියට ගෙනියන්නේ. ඒ සඳහා ආතාපී සම්පජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ කියන මේ ගුණධම්ම අපි පිහිට කරගන්නේ කොහොමද, කියන එක මේ සතිපට්ඨානයේ දෙවෙනි පථයෙන් ඉදිරිපත් කරගැනීම ඉදිරියට තියලා අදට දැන් නියමිත ධර්ම දේශනාව මෙතැනින් හමාර කරනවා.

**සාධු! සාධු! සාධු!**





### 8 වන ධර්ම දේශනය

නමො තසසු භගවතො අරහතො සමමා සමබුද්ධසසු .....//

“ඉධ භික්ඛවෙ භික්ඛු වෙදනාසු වේදනානුපස්සි විහරති, ආනාපි සමපජානො, සතිමා, විනොය, ලොකෙ අභි ඡකධා, දොමනසසනතිති”

යෝගාවචර මහා සංඝ රත්නයෙන් අවසරයි. අපි මේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඉදිරිපත් කරගෙන දිගට අඛණ්ඩව පවත්වාගෙන යන අටවෙනි දවස. අටවෙනි අවස්ථාව, අටවෙනි පැය, ඉතින් මූලින් ඒ හඳුන්වාදීම් ආනිශංස මතක් කරදීම් ආදී වශයෙන් කායානුපස්සනා කොටස ඉවර කරල අපි ගිය සතියේ ආරම්භයක් ලබාගත්තා ප්‍රවේශයක් ලබාගත්තා, වේදනානුපස්නාව පිළිබඳව. භාවනා ලෝකයේ වේදනානුපස්සනාව කියන එක ප්‍රසිද්ධ කාරණාවක්. මේ එහි උද්දේශ වාරයයි. සචීඤ දේශනාවේ සඳහන් වෙන්නේ වේදනානුපස්සි විහරති කියල. ඉතින් ඒක සම්බන්ධයෙන් අපි ගිය පාරත් සිහිපත් කරගත්තා, වේදනාව කියන වචනෙ සතිපට්ඨාන සූත්‍රය පැත්තෙන් අර්ථ විචරණය කරනකොට තියෙන ගැඹුරත් එදිනෙදා ව්‍යවහාරයේදී වේදනාව කියල කියන වචනෙ තියෙන ව්‍යවහාර අර්ථයත් ගත්තාම යම් කිසි පැහැදිලි කරගත යුතු එක දෙයක් එතන තියෙනවා. අපි සාමාන්‍ය ව්‍යවහාරයේදී වේදනාව කියල සඳහන් කරන්නේ දුක වේදනාවයි. නමුත් මේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ, එහෙම නැත්නම් සර්වඤ දේශනාවේ වේදනාස්කන්ධය, වේදනානුපස්සනාව කිව්වම ඒ වාගෙ එදිනෙදා ව්‍යවහාරයේ පවතින්නා වූ දුක වේදනාවම පමණක්ම නොවෙයි අදහස් කරන්නේ. එතැනදී සුඛ වේදනා, දුක වේදනා, අදුකම්මසුඛ වේදනා කියල මූලික වශයෙන් කොටස් තුනකට විග්‍රහ කරන්න වෙනවා. ධර්මයේ

ගැඹුරු පැත්ත අපිට මතු කරගන්න නම් විශේෂයෙන්ම මේ වේදනාවේ ඇත්තා වූ ප්‍රභේද දෙක සුඛ, දුක්ඛ වශයෙන් ඇත්තට දෙකද පවතින්නේ එහෙම නැත්නම් සුඛ, දුක්ඛ, සෝමනස්ස, දෝමනස්ස, අදුක්ඛමසුඛ කියල පහක් පවතිනවාද ආදී වශයෙන් එදා ඉඳල අද දක්වාම විවිධ මත විවිධ අදහස් පහළ වෙලා තිබුණ බවත්, සච්ඤයන් වහන්සේ වැඩ ඉන්නා කාලෙන් මේ ජීවමානව වැඩ ඉන්න කාලෙන් මේ කාරණා මත පදනම් වෙලා, සංඝයා බෙදිල වාද විවාද කරගන්න ගිය බවත් ඉතිහාසයේ කතන්දරවල සඳහන් වෙනවා. මේක පිළිබඳව දෝ ඇති වෙච්ච අවස්ථාවක් මගහැරීම පිණිස මජ්ඣිම නිකායේ බහුවේදනීය සූත්‍රයේදී සර්වඤයන් වහන්සේ පෙන්නලා දෙනවා තමන් වහන්සේගේ සර්වඤයා ඥානයේ හැටියට සර්වඤයා ඇහෙන් සියල්ල දක්නා, සියල්ල දන්නා ඇහෙන් වේදනාව ඕනෑම තාලෙකට බලලා ඕනෑ ප්‍රභේදයකට බෙදලා දක්වන්න පුළුවන්.

නමුත් මේ සාමාන්‍ය සතිපට්ඨාන භාවනාවේ යෙදෙන අයගේ ප්‍රයෝජනය සලකල ධර්මය තේරුම්ගන්න, ඇත්තෙන්ම මේ සුඛ වේදනා, දුක්ඛ වේදනා, අදුක්ඛමසුඛ වේදනා කියන එක ප්‍රමාණවත් වෙනවා. මෙහිදී මේ වේදනාව කියන වචනේ, තනි වචනයකට හරවනවා නම් ඒ සුඛ, දුක්ඛ, අදුක්ඛම සුඛ කියන විශේෂණ පද අයින් කරලා, වින්දනය, සංවේදිතාවය කියන වචන දෙක තමයි ටිකක් මේ ත්‍රිපිටක අර්ථයට කිට්ටු කරන්නේ. විඳිනවයි කියන එක එහෙම නැත්නම් අපේ ඒ ඒ ඉන්ද්‍රියන්ගේ පවතින්නා වූ සංවේදී භාවයයි, මෙතැන අපි මේ වේදනාව වශයෙන් ගන්නේ. ඒක දුක්ඛයම විය යුතු නැහැ. ඒක සුඛ, දුක්ඛ, අදුක්ඛමසුඛ කියල කොටස් තුනකට පවතින්න පුළුවන්. මේක පිළිබඳව දීඝී වශයෙන් අර්ථ විචරණයකට බහින අභිධම්මයේදී පවා විශ්වාස කරනවා, කියලා දෙනවා. මේ ඇහැ, කන, දිව, නාසය, ශරීරය හිත කියල ගත්තා වූ ඒ ඇත්තාවූ ඉන්ද්‍රියයන් හය තුළින් ඇහැට නැත්නම් වක්කු විඤ්ඤාණයට පවතින්නේ අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව පමණමයි කියලා. නාසය දිව ශරීරයේදී පමණක් සුඛ, දුක්ඛ වශයෙන් හොඳට ප්‍රකටව පවතිනවා. ඒ නිසා කය, කාය ඉන්ද්‍රිය

කියල කියනවා. නැත්නම් කාය ප්‍රසාදය කියල කියනවා. කයේ ඔපය මතට මේ සුඛ, දුක්ඛ, අදුක්ඛමසුඛ වේදනා හරියට තුවාලෙකට යමක් තිබ්බ වාගෙ කෙළින්ම වදිනවා. ඇහැ, කන, නාසය, දිව, ආදී දේවල්වලට ඒ මත හිත දක්වන ආකල්ප වශයෙන් තමයි සුඛ දුක්ඛ වැඩෙන්නේ. වැඩෙන්නේ නම් ප්‍රකට වෙන්නේ නම්, එහෙම වුණත්, ආරම්භය නම් අදුක්ඛම සුඛමයි. මේ අභිධම්ම විග්‍රහය කොහොම වුණත් ඒකෙ යම් කිසි ප්‍රායෝගික අංගයක් තියෙනව. ඒ කියන්නේ ආධුනිකයාට භාවනාව පටන්ගන්න කෙනාට මේ සුඛ, දුක්ඛ වේදනා ඉතා ප්‍රකට නිසා කායානුපසස්සනාවෙන්ම කයෙන්ම පටන් ගන්න. මේකත් අපට සහතික වෙනවා. ඇහෙත් භාවනාව පටන්ගන්න බැහැ ආධුනිකයාට. ආදිකම්මික යෝගාවචරයාට නාසයෙන් දිවෙන් බැහැ. ඒ සඳහා හොඳ කළු සුදු වෙනසක් කැපී පෙනෙන වෙනසක් ඇති කරලා දෙන්නේ, කාය ඉන්ද්‍රියයයි. එය ඵොට්ඨබ්බය ඇති කරනවා. ආපෝ, තේජෝ, වායෝ, පඨවි කියල මේකෙන් අභිධම්මයම විස්තර කරනවා. ආපෝ ධාතුව තමයි අන්තිමට උදුරාගන්න පුළුවන් දේ, හුඟාක්ම සුක්ෂ්ම දේ, කියලා ඒ නිසා ආපෝ ධාතුව හඳුන්වලදීම ඉතාම අමාරු දෙයක් වාගෙ පේනවා. ඒ සඳහා පහසුම දේ තමයි වායෝ ධාතුව. ඒ නිසා තමයි වායෝ පොට්ඨබ්බ ධාතුව සමථ විදර්ශනා මාර්ගය අර්භත් මාර්ගය දක්වාම යන විථියක ආරම්භය වෙන්නේ.

ඒ නිසා තමයි අපි එක්කෝ ආනාපාන සති භාවනාව එහෙම නැත්නම් මේ පිම්බීම හැකිළීම භාවනාව වායෝ ඵොට්ඨබ්බ ධාතුවෙන් පටන්ගන්නේ. නමුත් භාවනාවේ යම් අවස්ථාවක, නැත්නම් හමාර වෙන්න කවදා හරි කලින් ඒ ඇහේ පහළ වන, නාසයේ දිවේ ශරීරයේ කියන හැම තැනකම පහළ වෙන්නා වූ දේවල් පිළිබඳව අවබෝධය වැඩිය යුතුයි. ඒ නිසා අපි කයෙන්ම නතර වෙනව එහෙම නොවෙයි. කායානුපසස්සනාව කියන්නේ එක පිවිසීමක් විතරයි. දොරටුවක් පමණයි. ඒ දොරටුවෙන් ඇතුළු වුණාට පස්සේ ඒ යෝගාවචරයාගෙ ශ්‍රද්ධාදී ඉන්ද්‍රිය ධම් දියුණු වීගෙන එනකොට

ක්‍රමයෙන් අර ගොරෝසු වේදනා තත්ත්වවල ඉඳල සියුම් වේදනා තත්ත්ව දක්වාම කායානුපස්සනාව මේ වේදනානුපස්සනාවේදී හොඳ විග්‍රහයක් ඉදිරිපත් වෙනවා. තව ඉස්සරහට ගියාම සිතුවිලි චිත්තානුපස්සනාව වශයෙනුත් අර ගත්තා වූ ගොරෝසු ආරම්භය ගොරෝසු පිවිසුමෙන් ඉතාම සියුම් තැනකට ගෙනියනවා. ධම්මානුපස්සනාවට ගියාම විශේෂයෙන්ම ඇහෙන් දැකීම් ආදී අපි අර කලින් බරපතල වැඩියි කියල, ගැඹුරු වැඩියි කියල පැත්තකට අයින් කරපු දේවල් මතු කරගෙන ඒ තුළින් මේ ධම් කොට්ඨාශ ලං කරගන්න පටන්ගන්නවා. පොඩි දරුවෙකුට උගන්වන්න ගියාමත් බරපතල වචන අමාරු වචන උගන්වන්නේ නැහැ. ඉස්සෙල්ලාම ලේසි අකුරකින් පටන් අරගෙන, අත හුරුකරගෙන ටිකෙන් ටික සංකීර්ණ අකුරු, ඊට පස්සෙ ඒ අකුරු වරනගන හැටි, වචන වාක්‍ය වරනගන හැටි කියල දිගින් දිගටම උගන්වනව වාගෙ සර්වඥයන් වහන්සේගේ මේ ක්‍රමයත් ඉතාමත්ම දන්න තැනින් පටන්ගෙන නොදන්නා තැනට ගෙන යන ක්‍රමයක්. ගොරෝසු තැනින් පටන්ගෙන සුක්ෂ්ම තැනකට ගෙන යන ක්‍රමයක්.

නමුත් අවාසනාවකට වාගෙ හුඟාක් යෝගාවචරයින්ට හැමදාම ඕනෑ කරන්නේ ගොරෝසු ටිකමයි. හැමදාම ඕනෑ කරන්නේ මේ දන්න ටිකමයි. එනිසා හුඟදෙනෙක් අර මැටි පාගන මහලු ගොන් නාමිබෙක් වාගෙ නැත්නම් මීමෙක් වාගෙ එක තැනම කරකැවෙන ගතියක් තියෙනවා. ඒ මොකද මේ ධම්යේ අදහස් ධම්ය ඉදිරිපත් කිරීමේදී ක්‍රමානුකූල එහෙම නැත්නම් අනුපුබ්බ ක්‍රමයට කොහෙද මේ ගෙනියන්න හදන්නේ කියල දන්නේ නැති නිසා හැමදාම ගොරෝසු දේවල්, හැමදාම ප්‍රකට දේවල් කථා කරන්න හදන නිසා ඒ මැටි කනුවක් වටේ පාගන මීමෙක් වාගෙ එක තැන කරකැවෙන ගතියක් තියෙනවා. මේ නිසා කායානුපස්සනාව ගැන හොඳට දන්න සතිපට්ඨානෙ විස්තර කරල දෙන එක ගුරුවරයාගෙ යුතුකමක් වශයෙන් වැටහෙනවා. වේදනානු-පස්සනාවේදීත් මේ වැඩ පිළිවෙළමයි. ගොරෝසු තැනින් පටන් අරගෙන



සියුම් තැනකට යනකොට යෝගාවචරයා අන්ද මන්ද වෙනවා. යෝගාවචරයා කලකොළ වෙනවා. යෝගාවචරයා අන්ධකාර අප්‍රකට තත්ත්වෙකට පත් වෙනවා. ආත්ත ඒ සඳහා කල් ඇතුළම දැනුවත් කිරීම කම්ප්‍යානාවාර්ය වරුන්ගේ නැත්නම් ධර්ම දේශකයාණන් වහන්සේලාගේ යුතුකමක්. නමුත් ඒක මුලදීම නොවෙයි ගන්නේ. භාවනා කරගෙන යනකොට ඒ අපහසුතා, දුෂ්කරතා මතු වෙන්න යෝගාවචරයාට ප්‍රත්‍යක්ෂ වශයෙන් ඉඩ හැරල, ඒ ඒ අවස්ථාවේදී වැටෙන කෙනෙකුට හැරමිටියක් දෙන්නා වාගේ නගා තබන්න වාගේ එතන එතන පිළියම් කිරීම තමයි භාවනා කරනවයි කියල කියන්නේ. කමටහන් සුද්ධ කරනවා කියල කියන්නේ ධර්ම සාකච්ඡා කරනවයි කියල කියන්නේ. ධර්ම දේශනා කරනවයි කියන්නේ. දිට්ඨි උපුංකරොති ආදී වශයෙන් පෙන්නල දෙන්නේ මේකයි.

එනිසා වේදනානුපස්සනාව ගැන වුණත් අපි අද බලාපොරොත්තු වෙන්නේ ආධුනික යෝගාවචරයාගේ ඉඳල දැන් භාවනා කරලා බණ අහලා දන්න ඇත්තො නිසා තම තමන්ගේ ඒ ප්‍රකට කළ සුදු අත්දැකීම් උපයෝගී කරගෙන මින් මත්තට ඇත්තා වූ අපේ භාවනාවේ හැටි, අපේ භාවනාවේ දුෂ්කරතා, සන්ධි ස්ථානය දිග ඇරගෙන මේ ක්‍රමයමයි මත්තට කියල, දිගටම හැකි සංඥාවෙන් අහිතව ඉදිරියට යන්න. මේ වේදනාව වින්දනය සංවේදී භාවය කොහොමද තේරුම්ගන්නේ කියලා. ඒ නිසා වේදනානුපස්සනාවේදී ප්‍රධාන වශයෙන් මේ උද්දේස අවස්ථාවේදී අපි මේ මතු කරගන්නේ සුඛ වේදනා, දුක්ඛ වේදනා, අදුක්ඛමසුඛ වේදනා කියල තුනක් පවතිනවා. මෙයින් මහා සළායතන විභංග සූත්‍රය වගේ තැන්වල මේ සිත, සුඛ, දුක්ඛ, අදුක්ඛමසුඛ, නිස්සරණ සිත, කියලා බොහෝම ලස්සනට මුළු ලෝකෙටම තුන් කාලෙටම සෑම සක්වළකටම ගැලපෙන තාලෙට සර්වඥතා දේශනාවක් පවතිනවා. ගෙදර ජීවිතය ගත කරන කොටත්, අපි කිව්වොත් ගොවිතැන් බතක් කරනවා, ව්‍යාපාරයක් කරනවා නැත්නම් කුස්සියේ කටයුතු කරනවා, කොයි දේ කරන්න පටන්ගත්තත්

මේක ලෝක න්‍යායය අනුව බලාගත්තොත් වැඩ කටයුත්තක කර්මාන්තයක, ව්‍යාපාරයක ආරම්භය දුකයි. හුඟාක් ඒක සඳහා ලකලැස්ති කළ යුතු දේවල් රාශියක් තියෙනවා. ආධුනික හිත කලකොළයි. ආධුනික කෝඩු ගති හිතේ තියෙනවා. ඒ නිසා ඒක බොහෝම බරක් තාලෙට ගන්නවා. ඒත් සර්වඥයන් වහන්සේ භාරගත්ත ගතියක් තමයි. ඒකත් පේන්න තියෙන්නේ. ඉස්සෙල්ලාම දැනගන්න වෙන්නේ දුකට, වේදනාව ගුරුවරයෙක් යටතේ හෝ එහෙම නැත්නම් කරදරයකදී හෝ අමලියකදී හෝ මතු වෙන අපහසුතාවකදී හෝ ඒකට මූණ දෙනකොට දුකට වේදනාව එනවා. නමුත් ඒ ක්‍රම වේදය අනුව ක්‍රමානුකූලව මූණ දීගෙන යනකොට එහි යම් යම් දක්‍ෂ්‍යා යම් යම් හතර මායිම් තේරුම් අරගන්නකොට එහි ධර්ම පරිවයක් ඇති වෙනකොට තමන්ට ඒක ජය ගන්න පුළුවන් බව තේරෙනකොට සුඛ වේදනා පහළ වෙනවා. මේ සුඛ වේදනා මේ විදියට අඩු වැඩි වෙමින් ගිහිල්ල සුඛ වේදනාවට පස්සෙ දුකට වේදනාව පිළිබඳ භයක් හෝ දුක්ඛ වේදනාව පිළිබඳ ලොකු ජයග්‍රාහී හැඟීමක් හෝ කියනවා ඒවා ලැබුවාම එන්න එන්න මට්ටම් වෙලා අදුක්ඛසුඛ වේදනාවකින් තලතුනා බවකින් තමයි ඒ ව්‍යාපාරය ඒ කම්මාන්තය ඒ ශිල්ප ශාස්ත්‍රය හමාර වෙන්නේ. ඒක ගිහි ගෙවල්වල පවතින ස්වභාවය.

අපි දන්නවා උප්පත්තිය ලැබූ ගමන් දරුවා ඉතාමත්ම තද දුකටකට ගත කරන්නේ. මදුරුවෙක් පන්නගන්න බැහැ. අම්මගෙ තනේ කොතැනද කියල ඉල්ලගන්න බැහැ. වතුර ඕන කියල කියන්න බැහැ. මොනම දෙයක්වත් නැති තත්වයට පත් වෙනවා. නමුත් ක්‍රමයෙන් වැඩිල වැඩි විය පත් වෙලා කාම හැඟුම් නැත්නම් ලිංගික හැඟුම් පහළ වෙලා එනකොට ඒ ලතාවත් ලස්සන කුමාරයෙක් දේව පුත්‍රයෙක් වාගේ ඒ සුඛ අවස්ථාවල් ලෝකෙට පෙන්වන ආදර්ශයක් වශයෙන් ජීවත් වෙන්න වැඩි කාලයක් ගත කරනවා. නමුත් අවසානේ ඒක ජරාවට, දිරාවට ගියාට පස්සෙ ඒ සුඛයෙන් හෝ අර වින්දා වූ දුකෙන් මහ ලොකු අත්දැකීමක් ඉතුරු නොවී හම රැළි වැටිල, කොන්ද ඇද වෙලා, අන්තිමට කිසිම දේකින් කිසිම

රසවත් දෙයක් ඉතිරි නැති අදුක්කමසුඛ වේදනාවෙන් ජීවිතේ හමාර වෙනවා. මෙන්න මේ සංගදියම මේ වැඩ පිළිවෙළම සාමාන්‍ය යෝගාවචරයාගෙ භාවනාවේදි සිදුවෙන බව අර සළායතන විභංග සූත්‍රයේ සඵඥයන් වහන්සේ පෙන්නල දිල තියෙනවා.

ඒ වාගෙම තමයි චුල්ල වේදල්ල සූත්‍රයේදී ධම්මදින්නා මහ රහත් මෙහෙණින් වහන්සේ විශාඛ උපාසකට විස්තර කරනකොටත් ඒ තාලෙ ක්‍රමයක් තමයි විස්තර කරන්නෙ. ඒ කියන්නෙ කර්මස්ථානාවායථිවරයෙක් ළඟට ගිහිල්ල, අවශ්‍ය කරන පන්සිල් සමාදන් වීම්, ඒ වාගෙම අනිකුත් ඇවතුම් පැවතුම් ගති පාල, තමන්ට ඒ අවශ්‍යතාව ප්‍රකාශ කරල කමටහනක් ලබාගත්තට පස්සෙ ආනාපානය වේවා, පිම්බීම හැකිලීම් අරමුණ වේවා, එහෙම නැත්නම් ඔය බුද්ධානුස්සතිය ආදී සමථ කමීස්ථානයක් වේවා වඩන්න පටන් අරගන්න ඉන්න කාලෙ ප්‍රධාන වශයෙන් තදබල නීවරණ ප්‍රශ්න, තමන් ගත කළා වූ ගිහි ජීවිතයෙ පැවතුණා වූ කාමච්ඡඤ ආදී ආශාවල්, භාවනා අරමුණක හිත තැන්පත් වෙන කොට මුහුදු රැල්ල ගහන්න වාගෙ දිගේටම බාධා කරනවා. කයේ වේදනා බාධා කරනවා, ශබ්ද බාධා කරනවා, සිකුච්චි බාධා කරනවා. මේ නානා ප්‍රකාර බාධා මැද කටුකොහොල් පිරිවිච නපුරු සර්පයෝ ඉන්න වල් සත්තු ඉන්න කැලයක් මැදින් කපාගෙන යන්න වාගෙ ඒ යන ගමන හරි දුෂ්කර ගමනක්. ආන්න ඒ දුක්ඛ වේදනා පහළ වෙනකොට තදබල විදියට යෝගාවචරයාට අනුසය කෙලෙස් වශයෙන් ද්වේෂය පහළ වෙනව.

සාමාන්‍ය ගෙවල් දොරවල්වල භාවනා කරන හෝ වේවා, පූර්ණ කාලීනව භාවනා කරන හෝ වේවා යෝගාවචරයෝ මේ වාගෙ එක දේකට හිත යොදාගෙන බාහිරෙන් එන නීවරණ ධම් මහා බාධාකයක් කරදරයක්, ශබ්ද කියන්නෙ. බාධකයක්. කරදරයක් සිකුච්චි කියන්නෙ වේදනා කියන්නෙ බාධකයක් කරදරයක් කරගෙන අර අරමුණ මතු කරගැනීම සඳහා, ගත්තා වූ මූල කමීස්ථානය ඉදිරිපත් කරගැනීම සඳහා නැත්නම් එහි ඇත්තා වූ අසම්මෝහ භාවය ඇති කිරීම සඳහා කටයුතු

කරනකොට මෙන් මේ විදියේ ද්වේෂයේ කැපී පෙනෙන ගතියක් නූරුස්නා ගතියේ කැපී පෙනෙන ගතියක් නිසා මහ මරුමුස් ගතියක් පහළ වෙනවා. සාමාන්‍ය කාමභෝගී හුඟාක් ඇත්තේ මතක් කරනවා මේ යෝගාවචර පිරිස කිසිම ප්‍රසන්නතාවක් නැහැ කියල. රුස්සන්නෙ නැති තත්ත්වයකට පත් වෙනවා, හොස්ස ළඟින් මැස්ස යන්න බැරි තත්ත්වයකට පත් වෙනවා කියල ඒ ඇත්තෝ මේ යෝගාවචරකම මේ ජීවිතයක තියෙන අපිස් භාවය තපස් භාවය රස හඳුනන්නෙ නැති භාවයකට පත් කරන දෙයක් වශයෙන් බරපතළ ආගමික රාමුවකට භාවනා කරන කෙනා තද කරන්න හදනවා. ඒ නිසා කාමභෝගී පුද්ගලයින් අතර කොන් වෙන ගතියක් ඇති වෙන්න ප්‍රධාන හේතුව තමයි භාවනා පිවිසීමේදී මේ යෝගාවචරයාට මතු වෙන දුකඩ වේදනාව. දුකඩ වේදනාවට හැම වෙලාවෙම, ද්වේෂය අනුශය වශයෙන් ක්‍රියාත්මක වෙනවා.

මෙන් මේ අවස්ථාවෙදී යෝගාවචරයාට ඇති වෙලා තියෙන්නා වූ මානසික පරිවර්තනය, එහෙම නැත්නම් මේ අලුත් ලෙඩේ තේරුම් අරගන්න පුළුවන් කෙනාට අපි කියනවා සත් පුරුෂයයි කියල. මොකද ඒ සත්පුරුෂයන් වහන්සේ කල් ඇතුවම මේ තත්ත්ව අත්දැකල තියෙනවා. එතකොට ඒ යෝගාවචරයාට සත්පුරුෂ අදහස් දෙනවා, අවවාද කරනවා ඔය භාවනාව දිගට යන්න නම් සප්පාය කරුණු සොයන්න, අසප්පාය පුද්ගලයින් දුරු කරන්න, අසප්පාය ආහාර, අසප්පාය සෘතු ගුණ දුරු කරල පුළුවන් තරම්ම අර එන්නා වූ නිවරණ රැළල කපාගෙන ජල පහර, ජල ප්‍රවාහය ඉහළට පිනන්නා වූ වීර පුරුෂයෙක් වාගේ ඒවා ගැන සිත වේදනා ගන්නත් එපා, වෙහෙස ගන්නත් එපා, රාග ඇතිකර ගන්නත් එපා, ඉදිරියට යන්ට කියලා ඉස්පාසුවක් දෙන්න පුළුවන් වෙන්නෙ ඒ වාගෙ හොඳට අත්දැකීම් ඇති කල්‍යාණ මිත්‍රයකුට පමණයි. ඒ නිසා අපි ආධුනික යෝගාවචරයාට මතක් කරනවා භාවනා කරනකොට එන මූලික ප්‍රශ්න හැම කෙනෙක් එක්කම සාකච්ඡා කරන්න එපයි කියලා හොඳ වුණත් ඕන නැහැ, නරක වුණත් ඕන නැහැ. ඒ මොකද භාවනා නොකර

මෙව්වා ගැන උපදෙස් දෙන්න හදන ඇත්තෝ හරි ආසයි, මේ වාගෙ අමාරුවෙ වැටීවිච අයට උදව් දෙන්න. මඩේ ඵරිච්ච එකෙක් තව ඵරිච්ච එකෙන් ගොඩ ගන්න හදනවා වාගෙ වැඩක්. දෙන්නගෙන් එක්කෙනෙක්වත් ගොඩ නොවෙයි ඉන්නේ. ආන්න ඒ නිසා මූලික උපදෙස් දෙනව මේ වාගෙ කාරණා සාකච්ඡා කරන්න යන්න එපා කියලා. ඒ සාකච්ඡා කරන්න යෑමෙන් තවත් හිතේ ටෙට්ටියය හිතේ හැකි සංඥාව වැටෙනවා කියලා. මේක ආරම්භය ඉතාම වගකීමෙන්, ඉතාම වෙහෙසින් කරව ඕන එකක් කියලා. සාමාන්‍යයෙන් ඔරුවක් දියත් කරන්න ගියත් මුහුදේදී ඒ ප්‍රධාන රැල්ල කපාගෙන දියඹට ඔරුව ගන්න හත් අට දෙනෙක්, දහදොළොස්දෙනෙක් සමහර විට ඕන කරනවා. ඒ වුණත් හොඳටෝම රැළි තුනී වෙලා මුහුදෙ තියෙන හොඳ වටිනා මොහොතක් වෙන් කර ගන්න දන්නෙ ඒ මුහුදුකරයේම ඉන්න තලතුනා කෙනෙක් තමයි. ඒ විදියට හත්අටදෙනා එකතු වෙලා අර දළ රැළ කපාගෙන මුහුදට ගියාට පස්සෙ තනි මිනිහටත් පුළුවන් දියඹට ඔරුව ගන්න. අන්න ඒවාගෙ තමයි ඒ ආධුනික යෝගාවචරයා සමථ හෝ චේවා, විපස්සනා හෝ චේවා හුඟාක් සප්පාය කරුණු අවශ්‍යයි. කථාබහ නතර කිරීම අවශ්‍යයි. වේග ක්‍රියා වැඩ නතර කිරීම අරමුණ පිළිබඳව සද්ධා, බුද්ධාදී ගුණ වැඩීම අවශ්‍යයි. නානා ප්‍රකාර දේවල් කරගෙන තමයි මේ භාවනාවෙ ඇත්තා වූ දුක්ඛ වේදනා භාවය දුක්ඛ වේදනා මූලය අපි කපාගන්නෙ.

ඉතින් අපට ඊළඟට කථා කරන්න තියෙන්නෙ සුඛ වේදනා ගැන කාරණාව තමයි. ටික කාලයක් භාවනා කරපු කෙනා නම් මේක පෞද්ගලික ප්‍රශ්නයක් කර ගන්නවා මිසක්, අඩා හෝගාන්න යන්නෙ නැහැ. තැන් තැන්වල කිය කිය ඇවිදින්න යන්නෙ නැහැ. ඒ ඇත්තෝ වරින් වර අත්දකිනවා, මේ විදියට උත්සාහ කොට වරෙක අරමුණට සිත සම්මුඛ භාවයට පත් වෙනවා. ඒකත් මහ ලොකු දෙයක්. ඒ මොකද, අර ප්‍රධාන නීවරණ ධර්මවල බලපෑම, ඉස්සර යකෙක්, රාක්ෂයෙක් වාගෙ මුණ විරික්තගෙන පනින ගතිය තිබුණට දූන් පුදුම විදියට හීලෑ වෙච්ච බලු

කුක්කෙක් වාගෙ පැත්තකට කරගන්න පුළුවන් ශක්තියක් තියෙනවා. නමුත් නැතුවම නොවෙයි, වරින් වර, වරින් වර මතු කරනවා, දුක්ඛ වේදනා මතු කර ගන්නවා. නමුත් වරින් වර සුඛ වේදනාව දිය ඉසීමක් පැන් වැඩීමක් වාගෙ සිද්ධ වෙනවා.

මෙන්න මේ විදියට කරගෙන යනකොට අර දුක්ඛ වේදනාවේ නැතිකමත් සුඛ වේදනා වශයෙන් අරමුණට මුහුණදීමත් අරමුණේ සතිය වශයෙන් හොඳට කිඳා බැසීමත් අරමුණේ නිමග්න වීමත්, සමථ වේවා විදර්ශනා වේවා මේ දේ වෙනකොට අර සුඛය, සුඛ වේදනාව ළඟ ළඟ නිතර නිතර එන්න පටන්ගන්නවා. ඒ සුඛය කාම ලෝකයේදී අපි ලබන ආමිස සුඛයට වැඩිය වෙනස්. ආමිස සුඛය අපි ලබන්නේ කටට ආහාර දීල, ඇහැට රූප පෙන්නල කනට ශබ්ද අස්සවල, කයට සැප පහසුකම් දීල මේ ආදී වශයෙන් ආමිසයෙන්. නමුත් මෙතැන ඇහැ වහගෙන රූප නොපෙනෙන තත්ත්වයක්, කන වැහිල ශබ්ද නහෙන තත්ත්වයක්, කයවත් ඉඳගෙනද හිටගෙනද කියන එක නොදෙනෙත තත්ත්වයක්. ඒ නිසා ඒ කයත් ස්පර්ශයත් ඇහැත් රූපයත් කනත් ශබ්දයක් කියන ඒවා සම්පූර්ණ පැත්තකට වෙලා නිරාමිසව ලබන සතුටක් ඒ යෝගාවචරයා ලබනකොට, සමහර ඇත්තන්ට ඒකක් ඉවසන්න බැරුව අතන මෙතැන කියා ඇවිදින ගතියක් තියෙනව. ඒකත් නරකට හිටිනව. ඒ මොකද ඒ වාගෙ සුඛ වේදනාවක් එනකොට මේකට අපි කියන්නේ සාමාන්‍යයෙන් සිත සුඛ වේදනාව කියල. සෝමනස්ස වේදනාව කියල. ගෙවල් දොරවල්වල මේවාගෙ දේවල් ලැබෙනව නම් අපි කියනවා ගේන සිත සෝමනස්ස වේදනාව කියල තමන්ගෙ දරුවෝ රස්සාවෙන් දියුණු වෙනකොට හොඳට ඉගෙනගන්නකොට, තමන් විභාග පාඩම් පන්ති පාස් වෙනකොට ව්‍යාපාර හරියනකොට ඇති වන සැප ආමිසයි. ඒකට කියන්නේ ගේහසිත කියල. යෝගාවචරයාට ලැබෙන එකට කියනවා නෙකම්මසිත කියල. මේ නෙකම්ම සිතේ එකක් තියෙනවා පොඩි බාධාවක්. රාග අනුසය වැඩ කරනව. අනුසය ක්ලේශයක් විදියට තවම රාගයට නිදාගෙන ඉන්නවා.

නමුත් ඒක පරිසුට්ඨාන මට්ටමට, නීවරණ ඇති කරන සිතුවිලි මට්ටමට නැගල නැහැ. නමුත් ඕනම වෙලාවක නගින්න පුළුවන්. ඒ මූලික අනුශය මට්ටම තියෙනවා.

අපි සාකච්ඡා කළා වූ මේ දුක්ඛ වේදනා මට්ටම, සුඛ වේදනා මට්ටම කියන මේ දෙක තමයි හුඟක් කාලයක් භාවනා මධ්‍යස්ථානයක ඉන්න යෝගාවචරයෙක් අත්දකින දෙක. වරෙක සුඛ වරෙක දුක්ඛ වශයෙන් අත්දකිනවා. මෙන්න මේ දෙක ඒ පුද්ගල වර්තයට, ඒ ඒ පුද්ගලයාගේ රුචි අරුචිකම්වලට තවමත් මහා ලොකු වෙනසක් සිදු කරන්නේ නැහැ. තාම ඒ පුද්ගලයන් හොඳ වෙලාවක් බලමින් ගත කරනව, මේ සුඛයන් නැති දුක්ඛයන් නැති අදුක්ඛමසුඛයට රිංගාගන්න. එහෙම නැත්නම් පුද්ගලයා බලල කියනවා කියන එක වැරදියි. විත්ත විචියෙ, හිතේ ස්වභාවය තමයි ඒක-දුක්ඛ වේදනාව ඉක්මවල සුඛ වේදනාව ලබාගන්න, සුඛ වේදනාව හේතු කරගෙන දුක්ඛ වේදනාව එළවා දමනවයි කියල. මේක දේශනාවෙ සඳහන් වෙන්නේ “ඉදං නිසසාය, ඉදං පජභති”. සුඛ වේදනාව නිශ්‍රය කරගෙන දුක්ඛ වේදනාව ප්‍රභාණය කරනවා. ආන්න ඒ සුඛ වේදනාවෙ තිබුණ උච්චතාව ක්‍රමයෙන් අඩු වෙන්න පටන්ගන්නවා. එතකොට දුක්ඛ නැහැ අර හොඳට කැපී පෙනෙන සුඛයන් නැහැ. එන්න එන්නම තුනීවන තත්ත්වයට පත් වීම තමයි විතත විචියෙ වර්ධනයේ හැටි. මෙන්න මෙතෙක්ට එතකොට ඕනෑම යෝගාවචරයෙක් වැටෙනවමයි. වැටෙන්නේ නැහැයි කියල කියන්න බැරි තරම්. ඒ තරම්ම මේ අදුක්ඛම සුඛ වේදනාව “අකධකාරො විය අභාවිතා” කියල සඳහන් වෙනවා. අටුවා කථාවල අකධකාරයක් වාගේ. මේක නිකන් තෝන්තු කරවනවා. හිත නිකන් අඤ මඤ කරවනවා. බුද්ධිය පෙළනවා. භාවනාවෙන් මනසින් පොතකින් කියල දෙන්න බැරි තත්ත්වයකට පත් වෙනව. මේ නිසා යෝගාවචරයා දැන් අහු වෙන්නේ රාගානුසයටත්, දෝෂානුසයටත් නොවෙයි අවිද්‍යානුසයට. ඒ නිසා හොඳ භාවනාකාරයෝ ඇත්ත වශයෙන්ම අර කියන දුක් වේදනා රාශියක් විඳගන්න අත්දැකීම් සහිත, විතරක් නොවෙයි,



ඊට පස්සෙ එන්නා වූ හොඳ සුඛ වේදනා අත්දැකීම් සහිත යෝගාවචරයාට කථා කරනකොටත් හොඳට වැටහෙනවා. ඒ ඇත්තො බලාපොරොත්තු වෙන්නෙත් නැහැ ඉස්සරහට ආවට අඳුරගෙනත් නැහැ භාවනාවෙදී.

විශේෂයෙන් සර්වඥයන් වහන්සේ ඉදිරිපත් කළා වූ ථෙරවාදය විසින් මුදුන් මල්කඩ වගෙ රකින්නා වූ විපක්‍ෂනා භාවනාවෙදි හොඳ හරිය වැදගත් හරිය සිද්ධ වෙන්නේ මෙන්න මේ උපෙතාවෙන්මයි. ඒ හරියට අපේ ලංකාව වාගේ රටවල්වල සියයට බර ගානක් යෝගාවචරයො කවදාවත්ම හිතලවත් නැහැ මේක තමයි භාවනාව කියල දන්නෙත් නැහැ. ඒ නිසා සුඛ, දුකකි වේදනාවෙදි ලබාපු මේ ගොරෝසු දේවල් ගැන කථා කර කර පොත් ලිය ලිය පොත් පුරෝ පුරෝ, බණ කිය කිය ඉන්න පිරිස බලනකොට තාමත් බොහෝම බොළඳතාවක් පෙන්වනවා. ඒක හැබැයි බැණිය යුතු තත්ත්වයක්වත් දොස් කිවයුතු තත්ත්වයක්වත් නොවෙයි. මේ තමයි හැටි. ඒ මොකද අපි අපේ භාවනා අත්දැකීම් තුළත් හැරිල බැලුවොත් අපිත් ඔතෙන්නේදි කලබල වෙලා තියෙනව. අපි කලබල වෙලා දැනටමත්, ඒ වෙලාවෙදි අපි හරි කැමතියි කාට හරි වෙච්ච නරකකට උත්තර දෙන්න. හොඳ දේකට සතුටු වෙන්න. ඒ දේවල්වලට කැමතියි. නමුත් තමන්ගෙ තැනට පත් වෙලා තියෙන අදුකමසුඛ වේදනාව විමුක්තියක් කරගන්න ඉතාම අමාරුයි. ඒ වෙනුවට අනුන්ගෙ පව් කොන්ත්‍රාත් භාර අරගෙන විග්‍රහ විවේචන, විස්තර කරන්න පෙළඹෙනවා. එහෙම නැත්නම් පොත්පත් කියවන්න පෙළඹෙනවා. එහෙම නැත්නම් නානාප්‍රකාර දේවල් වලට පෙළඹෙනවා. අර වඩා වැදගත් වඩාත් ප්‍රත්‍යක්‍ෂ ඥානයට ලං වන අදුකමසුඛ වේදනාව අතාරින්නත් බැහැ. අතාරින්න බැරි හේතුව භාවනා කරනකොට එන්නා වූ දුක් වේදනා විඳගෙන සුඛ වේදනාවට පත් වෙනකොට ඒ යෝගාවචරයාට භාවනා රතියක් පහළ වෙනවා. ඒ භාවනා රතිය ප්‍රතිඵලදායකයි. නිරාමිස සුඛ ගෙන දෙනසුලුයි. නමුත් මේ නිරාමිස සුඛය අවසානෙ උපෙක්‍ෂා පැත්තට ලං වෙනකොට සඵල ගසා දාල නැගිටල යනව. ඒ මොකද, අනුකාර ස්වරූපයක් එකැන තියෙන්නෙ.

දක්වන්න බැරි තත්ත්වයක් තියෙන්නෙ. ඒක සම කරන්න පුළුවන් අවිද්‍යාවට කියල අටුවාව බොහෝ දුරට පිළිඅරගෙන තියෙනවා. ඉතින් අවිද්‍යාව දැනගෙන විද්‍යාවට යන්න ඒගොල්ලන්ට ඕන. අවිද්‍යාව අයින් කරල විද්‍යාවට යාම කවදාවත් කොරන්න බැහැ. අවිද්‍යාව දැනගෙන අවිද්‍යාව නැති කිරීමමයි විද්‍යාවක් කියන්නෙ. වෙන මොන විද්‍යාවක් වත් ශාසනේ නැහැ. ඒ නිසා අද්දකමසුඛයෙ වේශයෙන් ඉදිරිපත් වෙන්නා වූ මේ අන්ද මන්ද කරන්නා වූ අකාමාර උද්දීපනය වූ අවිද්‍යාව එනකොට නැගිටල යනව නම්, තමන්ගෙ ප්‍රයත්නය බහා තබනව නම්, ආකාපි සමප්පානො සතිමා විනොය ලොකෙ අභිජ්ඣා දොමනසසං කියන ඒ සෑම සතිපට්ඨානෙටම සම්බන්ධ කරන්නා වූ මේ ගුරු පදය නැති නිකම්ම නිකත් යෝගාවචරයෙක් බවට පත් වෙනවා.

ඒ නිසා මේ ගුරු උපදේශයේ සඳහන් කරන ආකාපි සමප්පානො සතිමා විනොය ලොකෙ අභිජ්ඣා දොමනසසං මේ කාරණා හතර කායානුපස්සනාවෙදි බලනවට වඩා වෙනස් මුහුණුවරක්, වෙනස් වේශයෙන් මෙතන්දි පිළිගන්නවා. නමුත් මූලික හැඩය නම් හැප්පෙන ගතිය. අධික සිතුවිලි අතින් අපි දත කාගෙන කිහිල්ලෙන් දාඩිය දාගෙන උඩු තල්ල දිවේ තියල තද කරගෙන, ආරම්භ ධාතුව ක්‍රියාත්මක කරන වෙලාව. ඒකත් ආකාපි විරියය. සුඛ වේදනාව ආපුච්ඡම මේක සුඛ වේදනාවක් මේක රාගානුශය කියන එක මෙනෙහි කරන්න ඕනෑය කියල ඒකට වල්මත් වෙන්නෙ නැතුව නීවරණ වශයෙන් නීවරණ මෙනෙහි කරගෙන යනකොටත් විශාලම විරියයක් ඕන කරනවා. ඒ මොකද, හිත ඇලීම ප්‍රධාන නිසා ඒ ඇලීම බහා තබලා මේ ටික ඉදිරිපත් කරගන්න නම් තමන්ගේම අතේ මාංවු ගලවනව වාගේ, ඇට ගලවනවා වාගේ හරි ලොකු නිස්සරණයක්, අභ්‍යාසයක්. මේ දෙකමත් කරල ඉස්සරහට යනකොට ඇති වෙන්නා වූ මේ අද්දකමසුඛ වේදනාව, නැත්නම් අවිද්‍යාවේ මුහුණුවරේදී නිබ්බිදා ඥානයක් වශයෙන් පහළ වෙන්නා වූ මේ මුහුණුවරේදී, පසු බාල ප්‍රදේශය බලනකොට අපේ සංසාරෙ කොච්චර

දිගද කියල කෙනෙකුට මනින්න බැහැ. මේක පිළිබඳව ගොඩක් සංවේදී ගුණය පහළ වෙන්නෙ ගොඩාක් දියුණු යෝගාවචරයාට. ඒ මොකද, භාවනා කරල නැති, පොත පෙරළපු ඇත්තන්ට නම් දුක් වේදනාව කියන්නෙ කොච්චර ප්‍රකට දෙයක්ද ඒ හා සමානව ඒ කෙනාට පොත පැලෙන්න, ගල් පිළිමයක් ඔළුව හොල්ලන කරමට කපා කරලා පෙන්නන්න පුළුවන්. සුබ වේදනාවට යන්නෙ මෙහෙමයි පව්වපට්ඨාන පදට්ඨාන වශයෙන් පෙන්නන්න පුළුවන්. නමුත් භාවනා කරපු කෙනා නම් දන්නවා, පැහැදිලියි. මේ වාගෙ ගුණ විශේෂයක් තියෙනවා අනුමාන ඥානය, තකී ඥානය, සුබ, දුක්, අදුක්ඛම. සුබ සමාන වෙනවා. ඒ විතරක් නෙමෙයි ඒ පුද්ගලයාට අදුක්ඛමසුබ වේදනාව ප්‍රසිද්ධියෙ පෙන්නලා දෙන්න පුළුවන් නමුත් භාවනා කරපු කෙනාට නම් ඊට හාත්පසින්ම වෙනස් සුබ දුක් වේදනාවට වඩා සම්පූර්ණවත් කරනසුලු ප්‍රකට කරල පෙන්නන්න බැරි, අන්ද මන්ද කරවන ස්වරූපයකින් තමයි අදුක්ඛමසුබ වේදනාව මතු වෙන්නෙ. ඒක නිසා භාවනා කරන කෙනා කපා කරනකොට තේරෙනවා.

මේක අටුවාවේ එක තැනක සඳහන් කරනවා. ආවුසො අනුවොය ආවුසො ගතස්ස මගෙ කියලා තමන් ගමන කරපු කෙනාගෙ මාර්ගය වෙනස් නොගිය කෙනාට, පොත බලපු කෙනාට නම් මේ තුනම එකයි. ඒ නිසා සුබ, දුක් දැනගත්ත නම් අදුක්ඛමසුබ වේදනාව මොකක්ද කියල ඒ ඇත්තො කියනව. කිව්වට මොකද එතෙන්නට පත් වුණාට පස්සෙ සම්පූර්ණ අන්ද මන්ද වෙනව. සම්පූර්ණ කරකවල අත හැරිය වාගේ. නමුත් ඒක ප්‍රශ්නයක් වෙන්නෙ නිවන් දකින්න බලාපොරොත්තු කෙනාට විතරයි. පොත් බලල උපාධිය ලබාගන්න, එහෙම නැත්නම් කාට හරි කියල දෙන්න එහෙමත් නැත්නම් තමන්ගෙ නානා ප්‍රකාර ළාමක ආශාවල් ඉෂ්ට කරන්න යන කෙනාට නම් ඒකෙන් හානියක් වෙන්නෙ නැහැ. මොකද එයාට අවබෝධ කළත් එකයි. නැතත් එකයි. ඒ නිසා යෝගාවචරයා මේ පිළිබඳව මේ ප්‍රශ්නයේදී ඉතාමත්ම සංවේදී වෙන්න ඕන. අදුක්ඛමසුබ වේදනාව නොදැනී යාම ස්වාභාවිකයි. මේ නිසයි බණ අහන්නෙ. මේ නිසයි ඒ

වෙලාවෙ අපි වැඩියෙන් ආතාපි විරියය යොදවන්නෙ. මේ නිසයි අපි කල් ඇතුළු ලැස්ති වෙන්නෙ. මේ නිසයි අපිට කලින් බුදු භාමුදුරුවෝ පහළ වෙලා, බුද්ධ ශාසනයක් ඇති කරල තියෙන්නෙ. මොකද ඒක නොසලකල ගියාම අපට හරි යන්නෙ නැහැ. ඒ මොකද මෙතන තියෙන්නෙ මායාකාරී ස්වරූපයක්. මේ මායාකාරී ස්වරූපයෙන් මේ පරීක්ෂණයෙන් සමත් වෙච්ච කෙනාට පමණයි මෙන්න මේ අදුක්ඛ සුඛ වේදනාව තේරෙන්නෙ. මෙන්න අවිද්‍යාව මං ඒ අවිද්‍යාවට සුව සේ මුහුණ දුන්න කියලා. සුඛ දුක්ඛ වේදනාව ඉක්මවල, සුඛ වේදනාවෙදි උදම් වෙලා ක්‍රමයෙන් හිත අදුක්ඛමසුඛ වේදනා පැත්තට මොනවත් තේරෙන්නෙ නැති නොදැනී යන මට්ටමට එනකොට එතැනදී නිකන් කාන්තාරකට ජල කඳක් බිගන්ත වාගෙ අන්ද මන්ද වෙලා යනව. පාර නැතුව යනව. ආන්න ඒ තත්වෙට පත් වෙනකොට ඒ යෝගාවචරයා අසරණ තත්වයකට පත් වෙනවා.

විශේෂයෙන් මේක ප්‍රකටයි ආනාපාන සති භාවනාවෙදි ඒක සාමාන්‍යයෙන්ම ශාන්තයි. සුඛයි. ඒ නිසා භාවනා කරගෙන යනකොට ඉක්මනට අරමුණ නොදැනෙන මට්ටමට පත් වෙනවා. ඒ දුර්වලකම නැති කරන්නමයි මේ පිම්බීම හැකිලීම භාවනාව බුරුමයේ පහළ වෙලා තියෙන්නේ. ඒ නිසා ඒ භාවනාවේ නීතිය ප්‍රස්තාරය මීට ටිකක් වෙනස්. ඒක සම්පූර්ණයෙන්ම නොදැනී යනව නොවෙයි වේශය මාරු වෙනව. මෙන්න මේ වේශය මාරු වුණාට පස්සෙ, වේශය මාරු වෙන්න ඉස්සර තිබුණ තත්වයට වඩා ඇති වෙනස තේරුම්ගන්න බැරි නම් ඒ යෝගාවචරයාට ඒකාන්තයෙන්ම ආනාපානයෙදි වගේම අසරණ තත්වයකට පත් වෙනව. ඒ නිසා යෝගාවචරයා පටන් අරගන්නකොටම දැනගන්න ඕන ආරම්භයේදී අරමුණ ගොරෝසුයි. ආනාපානය නම් නාස්පුඩු හොඳට පුරවගෙන ඇතුළු වීමත් දැනගෙන ඇතුළු වෙනවා පිට වෙනවා, හොඳට තේරෙනවා. නමුත් ඉක්මනින්ම ඒක යටපත් වෙනව, සිතුවිලිවලින් වේදනා වලින්, ශබ්ද වලින් නමුත් ස්ථිර අධිෂ්ඨානයෙන් ගණන් කිරීමේ

ක්‍රමයෙන් සිතුවිලි යටපත් කරගෙන ශබ්ද නැති තැනක වාසී වීමෙන් ශබ්දය යටපත් කරගැනීමෙන් හොඳට සක්මන් කිරීමෙන් කල් ඇතුළු වේදනාව යටපත් කිරීමෙන් ආදී උපක්‍රම කෙරුවොත් ඒ යෝගාවචරයාට පුළුවන් වෙනව අර හැමදාම මුලින් මුලින් විඳින්න වෙන වේදනා, ශබ්ද, යටකරගෙන සාමාන්‍ය ආනාපානයට හිත දාගන්න. අන්න එතකොට දැන් මගේ හිත ආනාපනයත් එක්කම පවතිනවා කියන විශ්වාසය යෝගාවචරයාට ඇති වෙනව. ඒක ලොකු ඉස්පාසුවක්. මේ ඉස්පාසුව තුළ ඉන්නකොට හුඟාක් වෙලාවට කියන දේ තමයි එක්කෝ නින්දට වැටෙනව. එහෙම නැත්නම් ආනාපානය නොදැනී යනවා. ඉතින් මේ නිසා මේ වෙලාවට බුද්ධානුසංඝතිය කරනවා. සමහර ඇත්තෝ එහෙම නැත්නම් වෙන කර්මසථායකට යනව. හෝද හෝද මඩේ දානව වාගේ වැඩක්.

ඒක සඳහා සාකච්ඡා කරනකොට අපේ අපවත් වෙච්ච ලොකු ස්වාමීන් වහන්සේ නිතරම මතක් කරන්නේ යෝගාවචරයාට ඒ විස්තර මොකවත් නැතුව අපි ආනාපානය යොදවනව. ළඟින් ආශ්‍රය කරනවා. ඒ විස්තර කියනකොට ඒ යෝගාවචරයෝ ටික දවසක් භාවනා කරනකොට ඇවිල්ල මතක් කරනවා. මෙවිචර වෙලා ගියාට පස්සෙ මම දන්නේ නැහැ එක්කෝ නින්දට වැටුණා වගේ, එහෙම නැත්නම් මොකක්ද මගේ අරමුණ නැති වුණා නේද කියලා හිත විකෂිප්ත භාවයට පත් වෙනව. ඒ නිසා එයින් එහාට භාවනාව ගෙනියාගෙන යන්න බැහැ. ආයි ටික වේලාවක් ගිහිල්ල සම්පූර්ණයෙන් ආශ්වාසයක් කරලා ආයි අන්න ආනාපානය මතු වෙනවා කියලා ඒ යෝගාවචරයාගේ කටිත්ම ප්‍රත්‍යක්ෂ ඥානයම ප්‍රකාශ වෙනකොට පිළිගැනීමක් කරනවා අනාපානයෙ හැටි ඔහොම තමයි, මුල ප්‍රකටයි, ක්‍රමයෙන් ඒ සුඛයෙන් යුක්තව ගත කරලා අවසානේ ඒක නොදනෙන තත්ත්වයකට පත් වුණා. ඒ නිසා අද ඊයෙට වඩා නැත්නම් ඉස්සර පර්යංකයට වඩා මේ නොදනෙන තැනත් දනෙනවා තියෙනවා බලනවා කියන, හැකි සංඥාවෙන් දිගට භාවනා කරන්න කියලා. ඒ හැකි සංඥාව නැයි කියලා කියන්නේ නැතුව මෙතන තියෙනවා කියලා

එතනම හිත පවත්වාගෙන යන ගතිය යෝගාවචරයාගේ පෙර කළ පාරමිතා ශක්තිවල නිශ්‍රය ප්‍රමාණය හැටියට වෙනස් වෙනව. යම්කිසි කෙනෙක් හොඳට පෙර කළා වූ පාරමී ධර්ම සම්පූර්ණ වෙච්ච කෙනෙක් නම් ගුරුවරයා විසින් ඒ ගොරෝසු දුකඩ වේදනා, සුඛ වේදනා අයින් කරල අදුකම්සුඛ වේදනාවම දක්වනවා. සර්වඥයන් වහන්සේ මේකෙ අදහස් කරල තියෙන්නෙ දැන් මේ යෝගාවචරයාත් එතෙත්ටයි පත් වෙලා තියෙන්නෙ. ඒ නිසා ආරාධනා පූර්වකව ඒකට ලෑස්ති වෙලා මුල ඉඳලම කරමින්, නෑ කියන්න එපා, තියෙනවයි කියන හැඟීමෙන් බලන්න කිව්වම ඒ ගුරුවරයාට වඳින තරමටම ලොකු ප්‍රසාදයක් පහළ වෙනවා ශිෂ්‍යයා තුළ. ඒක ලොකු පාර පෙන්තිල්ලක් අතරමං වෙච්ච කෙනාට. නමුත් සමහර ඇත්තන්ට එතෙත්ට ගියත් ඒ කරුණ තේරුම්ගත්තත් තවත් එතැන නින්දට වැටෙන ගතිය, එහෙම හිත වික්ෂිප්ත ගතිය දිගට වෙනවා. ඒ පුද්ගලයාට එතැන ඉඳගෙන ඒ පාරමිතා ටික පුරන්න සිද්ධ වෙනවා. එතකොට ඉතාමත්ම ඉවසිල්ලෙන් මෙමති ආදී පාරමිතා ධර්ම පුරමින් මෙහි දක්ෂතාව දියුණු කිරීම තමයි ඒ යෝගාවචරයාගේ භාවනාව කියල කියන්නේ.

ඒ නිසා අදුකම්සුඛ වේදනා මට්ටමට යෝගාවචරයාගේ හිත පත් වුණාට පස්සෙ යෝගාවචරයා තුළ අවාසනාවට වගෙ ක්‍රියාත්මක වන ඒ වංචනික ධර්ම ටික තේරුම් අරගන්න බැරි වුණොත් හැමදාම භාවනාව අත්කරගෙන යනව. කලකොල තත්ත්වයකින් හමාර වෙනවා. තමන් භාවනා කෙරුවයි කියල නම්බුකාර විදියට කියන්න බැරි තත්ත්වයට පත් වෙනවා. අධිෂ්ඨාන ශක්තිය පිරිහෙනව. පෞරුෂත්වය පිරිහෙනවා. ඒ නිසා මේ අවිද්‍යාවේ ස්වභාවයනෙ. මේ කෙලෙස්වල ස්වභාවයනෙ. කරගෙන යන වැඩට බාධා. කෙලෙසනවා. අවුල් කරනවා. මෙන්න මේ තත්ත්වට පත් වුණාට පස්සෙ මේ තත්ත්වෙ සාකච්ඡා කළ යුතුයි. නැත්නම් භාවනාව එපා වෙනවා. ඉඳගෙන ඉන්නකොටත් එපා වෙනවා. ඇවිදිනකොටත් එපා වෙනව. වැඩ කරනකොටත් එපා වෙනව. අනිත්

කට්ටියට කියන්න හිතෙනවා වැඩක් නැහැ මේ කාලෙ භාවනා කරල නිවන් ලබන්න බැහැ කියල. මෙන්න මේකට මුහුණ දෙන්න ඕන. නිරස තත්ත්ව පහළ වෙනවා. ඒකාකාරී තත්ත්ව පහළ වෙනවා. මේවා අපි හංගන්න පටන් අරගත්තොත්, ඒවා නිසි නින්දෙ වැඩෙනවා. හංගන්න නොවෙයි ඉදිරියටම ගන්න ඕන. මුණට මුණ දෙන්න ඕන. පර්යංකයේදී නම් මෙනෙහි කරන්න ඕන. වෙන වෙලාවක නම් වහාම කර්මස්ථානාවාර්ය වරයා හමු වෙලා මට දැන් කමටහන් ශුද්ධ කරන්නත් එපා වෙනවා, කියන්න දෙයක් නැහැ, භාවනාව එක තැනමයි ආදී වශයෙන්. මේ දුක් ගැනවිලි අඳෝනා, විකක් ඉස්සරහට යනකොට එව්වර අලුත් දේවල් නොවෙයි. මේක තමයි භාවනාව භාවනාව වැඩෙනකොට අලුත් කේෂ්ත්‍රයකට හිත පිවිසෙන කොට හැටි. නමුත් යෝගාවචරයා හැම වෙලාවෙම අර පුංචි දරුවෙක් වාගෙ හැම වෙලාවෙම ඉල්ලන්නෙ මේ සුඛ දුක්ඛ වේදනාවයි. අදුක්ඛමසුඛ වේදනාවට එනකොට අසරණ වෙනවා. ආන්න ඒ අසරණ වීම ස්වභාවික දෙයක්.

අටුවාවේ මේකට හොඳ නිදර්ශනයක් ගෙන හැර පානවා. උපමාව කියල. මස් වැද්දෙක් මුව දඩයක්කාරයෙක් මුවෙකුට විද්දට පස්සෙ ඒ මුවා හීය කාගෙන ලේ පෙර පෙර දුවනවා. දුවගෙන යන කොට ලේත් ඒ වැද්දට මග දක්වනවා. ඒ විතරක් නොවෙයි අර බිම පනිනකොට කුරේට පස් හැරෙන නිසා කුර පාර දිගේත් එළවනවා. වැද්දා දන්නවා මේ සතා වේගෙන් දුවන්න දුවන්න ලේ හැලීම වැඩි වෙනව. මෙයා ඉක්මනට හති වැටෙනවා. නමුත් හය නිසා, කම්පනය නිසා මේ වේලාවෙ පණ එපා කියල දුවන වෙලාව. ඒ නිසා වැද්දා දිගට එළවනවා. ඉතින් ඒ උපමාව පෙන්නල මකක් කරනවා, යම් වේලාවකට මේ මුවා දුවගෙන ගිහිල්ල ගල්පොත්තක් උඩින් දුවගෙන ගියා නම්, තමන් එළවාගෙන ගිය පාර දිගේ අවසාන ගල්පොත්තක් උඩින් දුවගෙන ගියා නම් තමන් එළවාගෙන ගිය පාර දිගේ අවසාන ගල් පොත්ත දකින කොටම ඔන්න ඉන් එහාට කුර ලකුණු නැති වෙනවා. නමුත් අර දුවගෙන ආපු කුරවල තිබුණු පස්



ඒ ගල්පොත්ත උඩ තැන්පත් වෙලා තියෙන ආකාරය දකිනකොට වැද්දා දැනගන්නව දැන් මේ දුවගෙනම ආපු එකේ ගලේ ආධ්‍ය නැහැ. ලකුණු නැහැ. නමුත් අර පස් සිංගක් වැටිල යාන්තමට පටන්ගැන්ම ගන්න පුළුවන්. නමුත් ගල් පොත්ත උඩදීත් මුවා බොහෝම සීඝ්‍රයෙන් දුවපු අත දැනගන්න බැරි වෙනවා. නමුත් මුව වැද්දා මුවා අන්තර්ධාන වුණා කියල එහෙම හිතන්නෙ නැහැ. එයා දන්නවා මේ ගලේ පාර හිටින්නෙ නැහැ. ඒ නිසා එයා ඒ ආපු වේගෙ දිගේම එහා කෙළවරට යනකල් ගිහිල්ල එහා කෙළවරෙන් බලනවා බොහෝම සුඤ්ච මේ දැක්කා වූ සමානම මුව පද ලාංඡන, මුව කුර ලාංඡන දැකගන්න පුළුවන්ද කියල. දැක්කා නම් මේක ගැන කල්පනා කරන්න පමා වෙන්නෙ නැහැ. අර කුර මාගීය දිගේම යනව. බොහෝම ළඟ තැනක සතා වැටිල ඉන්න ඉඩ තියෙනවා.

ආන්න ඒ වාගෙ තමයි භාවනා කරගෙන යනකොට විශේෂයෙන්ම මේ මීග පාද ක්‍රමය දෙකටම සාධාරණයි. පිම්බීම, හැකිලීම, ආනාපානය කියන දෙකටම. නමුත් මේ පිම්බීම හැකිලීමට සාපේක්ෂව කථා කරනවා නම් හොඳට. ප්‍රකට වේගෙන එන පිම්බීම හැකිලීමට හිත යෙදුවට පස්සෙ වඩ වඩාත් ප්‍රකට වෙන්න පටන් අරගන්න ගතිය පිම්බීම හැකිලීමෙ තියෙන ඵල ලාභයක්. අරමුණ වේග වෙන්න ගන්නවා. හිත වේග වෙන්න ගන්නවා. ඒ කියන්නෙ අරමුණයි හිතයි පුළුවන් තරම් ළං වෙන්න පටන් ගන්නවා. මේක යෝගාවචරයාට නෑ බෑ කියන්න බැරි අත්දැකීමක්. මෙන්න මේකෙ මුදුන්පත් වීම, අරමුණක් හිතත් එකිනෙක හරියට කා කොටාගන්න පිස්සු බල්ලො දෙන්නෙක් වාගෙ අන්තිමට දෙන්න එකට වැටිල කා කොටා ගන්නවා වාගෙ. සම්පූර්ණ අරමුණයි හිතයි බැසගැනීමක් සිද්ධ වෙනව. ආන්න එතකොට මේ බඩේද සිද්ධ වෙන්නෙ. කයේද සිද්ධ වෙන්නෙ කියල මතක නැති වෙනවා. මේ මගේද අනුන්ගේද කියන එක මතක නැති වෙල, සම්පූර්ණ යෝගාවචරයාගේ හිතයි අරමුණයි එක තැන් වෙනවා. එකතැන් වුණාට පස්සෙ ක්‍රමයෙන් ඒ අත්දැකීම් සිහිල් වේගෙන සිහිල් වේගෙන යනකොට නැවතත් ඒ යෝගාවචරයාට ශබ්ද

ඇහෙන, පිම්බීම හැකිළීමේ විවිධ ආකාර පේන, කය වැටහෙනවා. සිකුච්චි ටිකෙන් ටික නගින, මානසිකත්වයකට වැටහෙනවා. ආත්ත එතෙන්ට එනකොට යෝගාවචරයා හරියට ගල උඩින් පැනගෙන ගිහිල්ල ගලෙන් එහා පැත්තෙ කුර ලකුණු සොයන වැද්ද වාගෙ හොඳට සැලකිලිමත් වෙන්න ඕන. අර තරම් ප්‍රකටව කුර ලකුණු නැති වුණොට මේ මුඛවාගෙ ගත්ත අනිත් ලකුණු ඔක්කොම දිහා බලල ආයි පටන්ගන්න කුර ලකුණු හොයාගන්නවයි කියන්නෙ ඒක හරියට නිකම් පිදුරු ගාලක නැති වෙච්ච ඉදිකට්ටක් හොයන්න වාගෙ. ඒ වෙලාවෙ ඇතෙක් ඉදිකට්ටක් ගන්න හොඬේ දික් කරන්න වාගෙ මේ යෝගාවචරයා මුළු ශක්තියම යොදා අර යාන්තම් මතු වීගෙන එන පිම්බීම හැකිළීමේ ආර්ය ලාංඡනය අනිකුත් අරමුණු අතර මැද තෝරාගත්තොත්, වෙන් කරගත්තොත් යෝගාවචරයා අත්වැල කඩාගන්නෙ නැතුව අත්වැල අල්ලාගෙන තනි ඒදණ්ඩෙන් එගොඩ වෙන පුද්ගලයෙක් වාගෙ, මැදට යන්න යන්න අත්වැල අල්ල ගන්නවා. මේක හුඟාක් වෙලාවට ආරම්භයක් වාගෙ. නමුත් ධර්මය පෙන්නල දෙන්න පුළුවන්. ඒ ධර්මය පෙන්නලා දුන්නොත් මෙතැනම හිර වෙන යෝගාවචරයකුට නම් ඒක ලොකු අමා බිඳුවක් වෙනවා. ඒක ලොකු රසයක් ඇති කරනව. ඒ වුණත් ඊට පහුවෙන්දා ආයි වැරදෙන්න පුළුවන්. ඒ වුණත් මේක දහස් වර කරන්න ඕන. කරන කරනකොට තමන්ට මේ හිතත් මේ සාමාන්‍ය ප්‍රඥප්ති ලෝකයේ ඉඳල විපසුනාවට නැත්නම් පරමාර්ථ පැත්තට වැටෙනකොට මෙන්න මේ වාගෙ පෙරළියක් සිදු වෙන බව වැටහෙනවා.

ඉස්සෙල්ල ඉස්සෙල්ල මේකට කෝල ගති, ආධුනික ගති, කෝඩු ගති පහළ වෙනව. නමුත් පහු වෙනකොට ඒක හරියට අල්ලගන්න පුළුවන් වුණොත් ඒ අල්ලාගත්තා වූ ආර්ය ලාංඡනය දිගේ, ලකුණ දිගේ, එහා පැත්තට දිගට යනකොට ළඟ ළඟම බොහෝම සීඝ්‍රයෙන් විපසුනා ඥාන පහළ වෙන්න පටන්ගන්නවා. නමුත් හුඟ දෙනෙක් ඒ වෙලාවේදීත්, පස්සෙත් හොඳටම බලාපොරොත්තු වෙනව අර කලින් තිබුණ වාගෙ

බරපතල විදියට ඒ හැඩ, ඒ නිල, ඒ ලකුණු ඒ ආකාර, ඒ සටහන් දකින්න. නමුත් එහෙම නැහැ. ඒ වෙලාවෙ තියෙනව නම් තියෙන්නෙ අර මූලිත් දූකපු ලකුණුවල ආර්ය ලාංඡන පමණයි. ආනාපානය කරගෙන යනකොටත් හොඳටෝම මේ වෙලාවෙ නාසිකාග්‍රයෙන් හිත ගිලිහෙන්න ඉඩ තියෙනව. කයේ පහසුකම්, ආලෝක, එහෙම නැත්නම් පාවෙන ගති වගේ දේවල් නිසා ඒ ආනාපානයෙන් ලැබුණා වූ මූලික සංඥාව අසරණ වෙන්න ඉඩ තියෙනවා. අසරණ වුණොත් අර එකම වළල්ලෙ යමින් මැටි පාගන මහලු මීගොනෙක් වාගේ අපේ භාවනාව එක තැන කරකැවෙන්න පටන්ගන්නවා.

යෝගාවචරයා ඒ අවස්ථාවේදී සතිමා කියන එක නොවෙයි, සම්පජ්ඣාඤා ගුණය ඇති කරගන්න ඕන. මේ තමන් වඩාගෙන ආපු අරමුණමයි. නමුත් දූන් අරමුණ හුඟක් සියුම්. වෙනත් ආකාරයකින්, වෙනත් සටහනකින්, ජේතවා. නමුත් ඒකමයි මේ තියෙන්නෙ. නැති වුණයි කියන්න දෙන්න එපා. අන්තර්ධාන වුණයි කියලා. කියන්න නරකයි. නින්දට වැටෙන්න දෙන්න නරකයි. කල්පනා වෙන්න නරකයි. මේ වෙලාවේදී හොඳටෝම තේරුම් අරගෙන ඉදිරියට යනව නම් ආන්න වේදනානුපස්සනාවේ එක, දෙක, තුන කියන පංති තුන ඉවර කෙරුව වෙනව. ඒ නිසාම අද භාවනා ක්‍රම රාශියක් අද ලෝකෙ තියෙනවා. තනිකරම වගේ වේදනානුපස්සනාව විස්තර කරගෙන යන ඒකට හේතුව මොකද, ඒකෙ සෑහෙන දුරට මේ භාවනා විතර විටීයක් සම්පූර්ණ කරල අල්ලල දෙනව. පටන් අරගන්නෙ අර කායානුපස්සනා ක්‍රමයට තමයි. ඒ නිසා මේ දේ අත්දක්කත්, භාවනා වශයෙන් අත්දක්කත්, මේ ආකාරයෙන් මේකෙ පොට බේරාගන්න බැරි වුණොත් ඒක දිග ඇරල ගැටේ ලිහා ගන්න බැරි වුණොත් ඉතින් ඒ යෝගාවචරයාට සංසාරේ වාසනාව ලැබෙනවා. කොච්චර කාලයක් හරි ඔහේ භාවනා කර කර ඉන්න පුළුවන්. බුද්ධෝත්පාද කාලයක් ලැබුණයි කියල හරයක් ඇති වෙන්නෙ නැහැ.

ඒ නිසා මෙයයි අපි සාකච්ඡා කළ යුත්තේ. මේකයි යෝගාවචරයා විසින් කමටහන් සුද්ධ කළ යුත්තේ. මේකයි සාකච්ඡාවෙදී මතු කළයුත්තේ. ඒ මොකද මේක හරිම විචිත්‍රයි. විවිධාකාරයි. මේක යෝගාවචරයා අද එක විධියකින් වැට්ටෙව්වට තව දවසක තව විදියකට වට්ටනව. නමුත් මෙයාට තියෙන්නෙ සීමිත වෙස් මූණු ගානක්. සර්වඥයන් වහන්සේ දේශනා කරනවා මොන යම් අරමුණක් හෝ තමන් දැක්කා වටහාගත්තා ප්‍රතික්ෂේප කළා කියන්න නම් ඒ අරමුණේ ඇත්තා වූ අතීත, අනාගත, පවුප්පන්න කියන කාලත්‍රයට අයිති සෑම සටහනක්ම හැම ආකාරයක්ම දැකගත යුතුයි. ඕළාරික සුක්ෂම කියන දෙකම දැනගත යුතුයි. අජ්ඣන්ත බහිද්ධා කියන දෙකම දැනගත යුතුයි. හීන ප්‍රණීත කියන දෙකම දැනගත යුතුයි. දුර ළඟ කියන දෙකම දැනගත යුතුයි. නමුත් ඕනෑම යෝගාවචරයෙක් හිනා වෙලා කමටහන් සුද්ධ කරන්න එන්නෙ අජ්ඣන්ත වශයෙන් ඕළාරික වශයෙන් ප්‍රිය වශයෙන් ප්‍රකට වශයෙන් ජේනව නම් තමයි. එහෙම නොවෙයි අරමුණ සාමාන්‍යයෙන් බාහිරදී වෙනව වාගෙ ජේන්න ඉඩ තියෙනවා. නමුත් අරමුණ දිගේම පවත්වාගන්න සතිය තියෙනවා නම් ප්‍රියව මත් වෙන්න දෙයක් නැහැ. තමන් දන්නවා මේ අරමුණම බලා හිටිය තැනම තමයි. ඒ වාගේම අප්‍රියව ජේනව අරමුණ. ඉතින් මොකද කවදා හරි ඔතෙන්ට එනකම් හෙට කරන්න පුළුවන් නේද කියල පර්යංකයෙන් නැගිටල යන වේලාවක් එනව. එතකොට වෙන්නෙ ආයෙන් පර්යංකයෙ මුල ඉඳල ඔතෙන්ට එනකන් සංසාරෙ. ඒ භාවනා වර්ධනය එතැනම නතර වෙනවා. ඒ වාගේම ඕළාරිකව ජේන්නත් පුළුවන්, සුඛුමව ජේන්නත් පුළුවන්. මෙන්න මේ කාරණා දෙකම දැනගත්තොත් තමයි අපි අරමුණ දැන ගත්තා වෙන්නෙ. මේ වේදනානුපස්සනාව විස්තර කරන විට මේ විධියට අදුකඛමසුඛ වේදනාවට ආවට පස්සෙ බොහෝ විට මත් කරවල, මන්දෝත්සාහී කරලා බැරි සංඥාව ඇති කරවල පස්සට දාන ගතියක් තියෙනවා. හැබැයි ඒක කවදාවත් සතිපට්ඨානෙ නාහපු අර්ථ පාඨග්ජනයට එන්නෙ නැහැ. ඒ වාගේම තමයි සෝවාන් වෙච්ච කෙනාටත් එන්නෙ නැහැ.

ඒ මොකද අපි අර කලින් නිදර්ශනයක් ගත්තා, හිතල බලල තර්ක ක්‍රමයට ගන්න කෙනාට සුඛයත් එකයි දුකත් එකයි අදුක්කමත් එකයි කියල. ඕන තරම් තර්කෙන් පෙන්නල දෙන්න පුළුවන්. ඒ නිසා ඒ පුද්ගලයා භාවනා කරල කියනවා අදුක්කම සුඛ වේදනාව ආවොත් මට අල්ලන්න පුළුවන්. නමුත් ඇත්තටම කරනකොට නම් අල්ලන්න බැරි තත්ත්වය තමයි ආධුනිකයාගේ හැටි. නමුත් භාවනාත් කරල කාරණාවත් තේරුම් අරගෙන මම මේකම අල්ලන්න ඕන කියල දැඩිව අධිෂ්ඨාන කරගෙන ගියොත් යෝගාවචරයාට ඒක එන්න එන්න මේ අදුක්කමසුඛ වේදනාව ඒකෙ ඇත්තා වූ නිර්වින්දන ගතිය, ඒකාකාරීකම, එපා කරවන ගතිය, බොඳ වෙච්ච ගතිය, ඔක්කාර ගතිය එනකොටම හඳුනගන්නවා. එනකොටම හඳුනාගත්තම හරි, මම මේකටම තමයි බලා හිටියෙ ඔන්න ආවයි කියල එනකොට ඒකත් යෝගාවචරයාගේ ශූරකම නිසා දක්ෂකම නිසා අදුක්කමසුඛ වේදනාව වගේම ප්‍රකට කරගන්න පුළුවන්. ආන්න එදාට යෝගාවචරයාට ඇඟට ලේ උනනවා. ඒ යෝගාවචරයාට වැටෙන ගතිය තාමත් තිබුණට තනියම පැත්තකට වෙලා භාවනා කරන්න සුදුසුකම් තියෙනවා. ඒ මොකද එයා වැටුණට ටික වෙලාවකින් දන්නවා මේ මට දන් ලකුණු පහළ වෙලා තියෙන්නේ. මේ ලකුණුවල තියෙන්නේ මත් කරවන ගතිය, අන්දමන්ද ගතිය. අවිද්‍යා ස්වභාවය. මෙයා තමයි මට අල්ලගන්න ඕන වෙලා තිබුණේ. දන් මේ වෙලාවේ හිත වට්ටන්න නරකයි. දන් මේ වෙලාවේ හිතට අරමුණ නැති වුණයි කියන්න නරකයි. මේකටම සාදර වෙන්න ඕන. මේකටම මම මුහුණ දෙන්න ඕන.

ආන්න ඒ විදියට සෝවාන් මාරී ඵල ලැබූ පුද්ගලයාට පවා මේ අන්ද මන්ද භාවය නැවත එනවා. නැවත එනකොට නානා ප්‍රකාර ධම් මෙනෙහි කරමින් නැත්නම් බුද්ධානුස්මෘතිය ලෙස අරමුණ මෙනෙහි කරමින් විහිළ කරන්න යන්න නරකයි. එච්චර වෙලා භාවනා කළේ මේ අදුක්කමසුඛ වේදනාව මතු කරගන්න තමයි. මෙච්චර වෙලා භාවනා කළේ මේ අවිද්‍යාව කියන හැඟවී වැඩ කරන භොර මුළේ නායකයා

අල්ලගන්න තමයි. දැන් භොරමුළේ නායකයා අහු වෙලා. නමුත් භොර මුළේ නායකයා කවදාවත් භොරකන් කරන්නේ නැහැ. බොහෝම හොඳ මහත්මා ගති ඇති කෙනෙක්. හැබැයි ඔක්කෝටම ඔපීනියන් දෙන්නේ මෙයා තමයි. ඒ නිසා ඒ මනුස්සයා හරියට නඩුව මෙහෙයෙවුවේ නැත්නම් නිවැරදිකාරයා කරන්න ඉඩ තියෙනවා. එයා පෙනී සිටින්නේ කිසිම වණ්ඩ පරුෂ පුද්ගලයෙක් වශයෙන් නොවෙයි. නමුත් සෑම දේකටම මූල, අනුශය ස්වභාවේ හැටි එහෙමයි. එනිසා එතෙත්ට එනකොට ඔය නඩුව නතර කරල, භාවනාව නතර කරල සඵව ගසා දාල නැගිටිනව නම් ඉතින් යෝගාවචරයාගේ තියෙන සාකච්ඡා අනුග්ගතිතයේ තියන අඩුපාඩුකම් තමයි පෙනෙන්නේ. මේ ගතිය ධර්ම දේශනාවෙන් දෙන්න බැහැ. සීලයකින් දෙන්න බැහැ. සමථයෙන් දෙන්න බැහැ. විපස්සනාවෙන් දෙන්න බැහැ. මේක අවුස්සල මතු කරල දෙන්නේ ඒකාන්තයෙන් සාකච්ඡාවෙන්මයි.

ඒ නිසා කොච්චර කාලයක් භාවනා කරපු කෙනෙක් වුණත් ඒ කලාණ මිත්‍රයා දැකපු දවසේ ඒ බණ ඒ ධර්මය ඇහිවිච ගමන් මෙතෙක් කල් කළ ඔක්කෝම එදා මල් පිපෙන්න වාගේ එන්න පටන්ගන්නවා. නමුත් මේකත් කවදාවත් එක සැරෙන් වෙන එකක් නොවේ. කීප වතාවක් ඒකට මුණ දෙමින් ඒකට සාර්ථකව මුහුණ දෙමින්, සාදර වීමෙන් කරන දෙයක්. එන්න එන්නම ඒ යෝගාවචරයා එවැනි වක්‍ර රාශියක් රාශියක් අත්දකින්න පටන්ගන්නවා. එක පර්යංකයකදී අදුකම් සුඛ වේදනාව ඇවිල්ල මතු වෙන්න ඉස්සෙල්ල හරි හැටියට මතු වෙන්න ඉස්සෙල්ල නැගිටල යනව මුලින්. පස්සෙ බණ අහල හිතාගන්නවා කමටහන් ශුද්ධ නොකෙරුවත් කාරණාව තේරුම්ගත්තොත් අද මම ටිකක් බලන්න ඕන. ඔන්න ටික වෙලාවකින් ආයින් නිකම් එපා වෙන ගතියක් ඇති වෙලා, කම්මැලි ගති ඇති වෙලා නැගිටල යනව. මොනම ක්‍රමයක් නිසා හෝ සඤ්ච, විරියය නිසා හෝ සතිය නිසා හෝ සම්පජ්ඣාදිය අභිඤ්ඤ නිසා හෝ අභිජ්ඣා දෝමනස්ස දුරු කරන ගතිය නිසා හෝ නැත්නම් අපි

කියන සෘද්ධිපාද හතරෙන් කොයි එකක් නිසා හෝ මේ යෝගාවචරයා ටිකක් මූණ දෙන්න පටන්ගත්තොත් තේරෙන්න පටන් ගන්නවා - මේ නිබ්බිදා ඥානය තුළ සම්පූර්ණ නිවනෙ ලක්ෂණ තියෙනවා. කිසිම දේක එල්ලී නැතිව පවතින්නා වූ මූලික අත්දැකීමක්. මේක ලැබුණයි කියල නම්බුවක් නැහැ. නමුත් ඒ අත්දැකීම නැහැයි කියන්න බැහැ. මේ අත්දැකීම සෑම විත්ක්ෂණයකම අපි ළඟ තියෙනවා. කවදාවත් මේක දැකල අපි සාදර වුණේ නැහැ. නොදකින් නොපනත් කියල අපි මේක අයිත් කරන්න හදන තාක් කරකැවී වැටෙන්නව. දවසක අපි මේකට මූණ දෙනවයි කියන එක තේරෙන භාෂාවෙන් කියන්නෙ කොහොමද?, මේ අත්දැකීමේ මූල, මැද, අග සාධාරණව බලන්න ඕන. මේ අත්දැකීමේ මූල, මැද, අග සෞඛ්‍ය සම්පන්නව බලන්න ඕන. මේ මූල, මැද, අග හැකි සංඥාවෙන් බලන්න ඕන. ආන්න එදාට තේරෙනවා මේ අවිද්‍යාව. මේ උපෙක්ෂාව දැනගැනීම සැපයි. නොදැනීම දුකයි. මේ දේ මේ නිබ්බිදාව, හේතු වන දේ ඒකාකාර දේ හිත එපා කරවන දේ දුකක්. ඒක දැනගැනීම සැපයි.

සර්වඥයන් වහන්සේ දේශනා කරනවා “ජාතිපි දුකො ජරාපි දුකො ව්‍යාධිපි දුකො, මරණමපි දුකං” ආදී වශයෙන් මේ දුක් රාශියක් පෙන්වනවා. ඒවා දුක් නැහැයි කියන්න බැහැ. නමුත් මේ දුක් බව දැන ගැනීම ආර්ය සත්‍යයක්. ඉතින් භාවනා කරල ආර්ය සත්‍යය අවබෝධ කරගත්තෙ නැත්නම් ඒකට කියන්න තියෙන්නෙ දුක් භාවනාවක්, දුක් වඩන්නක් කියල. ඒ නිසා වීර්යය නැති පුද්ගලයා මෙතෙන්ට ඇවිල්ල හැමදාම වැටී වැටී එනනම කරකැවෙනව විරියවනො පන කිංනාම නසිජ්ජති. බුදුහාමුදුරුවො දෙනවා වීර්ය පාඨයක්, ආදර්ශ පාඨයක් විරියවන්නයාට මොනවද විඳින්න බැරි කියල. හැබැයි මේකට ලැස්ති වෙලා යන්න ඕන. ලැස්ති වෙලා ගියොත් හරියට අර රම්බොඩ ප්‍රදේශයේ යනකොට වාහනවලට මීදුමෙන් බාධා කරනවා. දන්නෙ නැති මනුස්සයෙක් ගියොත් මීදුම ඉවර වෙනකන් බලන් ඉන්නවා. දවසක්



බලන් හිටියත් මිදුම ඉවර වෙන්නෙ නැහැ. නමුත් ටික ටික යන්න පටන් ගත්තොත් ඇඟේ හැප්පෙන්න දේකුත් නැහැ. ඒ වගේ තමයි මේ අන්‍ය මන්‍ය තත්වයට ආවට පස්සෙ කාර්ය බහා තබල මේක නැති වෙලාවක මං නිවන් දකින්නම් කියල යනවට වඩා මම මේක විනිවිද යන්න ඕන, දැන් යන්න පුළුවන්නෙ, ඒක සිංගිත්තක් නම් මං ඒකට යනව කියල මේකට හැකි සංඥාවෙන් යනව කියල යන්න පටන් අරගත්තොත් කිසිම බාධාවක් නැහැ. පාරේ කවුරුත් හම්බ වෙන්න කෙනෙකුත් නැහැ. මොකද ඔක්කොම බය ඇත්තො. තමන්ට ඉස්සරහට හෙමිහිට යන්න පුළුවන් ගතියක් තියෙනව. ආන්න එදාට මේ අත්දැකීම මම මුල දැක්කා, මැද දැක්කා, අග දැක්කා කියල සතුවක් ඇති වෙනව. ඒ සතුව අම්මට, අප්පච්චිටවත් දෙන්න බැහැ. ආන්න ඒ වාගෙම තමයි ඒ සතුව දෙවියන්ට ආසිරි ගන්නන්නත් බැහැ. බුදුරජාණන් වහන්සේට අපට දෙන්නත් බැහැ. බුදුරජාණන් වහන්සේ මතක් කළේ මෙන්න පාර මම පෙන්නුවා. කැමති කට්ටිය යන්න.

ඒ නිසා එක පාරක් ගිහිල්ල වැටිලු අයට කරදර කරන්න නරකයි. දඬුවම් කරන්න නරකයි. උපදෙස් නොදී අතාරින්න නරකයි. දහස් වර ගිහිල්ල වැටුණ කෙනාට මතක් කරන්න ඕන. මේ අනුකාරෙ මේ මිදුම් පටලෙ. මේකට කියනවා මෝහ පටලෙ කියල. කවද හරි මේ මෝහ පටලෙ කපන්නයි ඕන කරන්නෙ. හැබැයි කිසිම කඩුවක් අවශ්‍ය නැහැ. කලින් දැනගෙන ඉන්න ඕන. බුදු, පසේ බුදු, මහරහතන් වහන්සේලා මේක විනිවිද ගියා. මටත් හැම පර්යංකයේදීම එනව එතකොට මම නැගිටල යනව. ඒ මොකද "මම" නිසා. මමය පැත්තක තියල මේ දුක වේදනාවය. මේ සුඛ වේදනාවය මේ අදුකමසුඛ වේදනාවය, මට මේ දුක වේදනාවෙ මුල, මැද, අග වැටහුනා, සුඛ වේදනාවෙන් වැටහුණා, මට මේ අදුකමසුඛ වේදනාවෙන් මුල, මැද, අග වටහාගන්න ලැබෙනවා කියනවා නම් මම හැලෙනවා. මෙන්න මේකට කියන්න පුළුවන් භාවනා කම්පානය කියල. මේකට කියන්න පුළුවන් සතිපට්ඨානය කියල මේක

කම්සථානයකුත් සතිපට්ඨානයකුත් වෙන නිසා මෙතනදී සක්කාය දිට්ඨිය හැලෙනවා. එහෙම නැතුව තර්ක ඥානය ඉදිරිපත් කරගත්තොත් නැත්නම් මේකට විශේෂ වාහනයක් හදල මම ඒකෙ යන්න හදනවා ආදී වශයෙන් තර්ක කරන්න පටන්ගත්තොත් ඒ කථා කරන වාරයක් පාසා “මම - මගේ” හැඟීම් මතු වෙන නිසා කවදාවත් මේ අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව විඳින්න බැරි වෙනව. විනිවිදින්න බැරි වෙනව. ඒ විතරක් නොවෙයි. දුක සුඛ වේදනාවක්වත් විනිවිද යන්න බැරි වෙනව.

ඒ නිසා යෝගාවචර ගමන කියල කියන්නෙ මහා පුදුම දෙයක්. මෙහි පෞරුෂත්වයෙ වෙනසක්, රූපි අරූපිකම්චල වෙනසක් ඇති වීමට අපේක්ෂාවක් නැතුව බිත්තර මල්ලක් වාගෙ ඔක්කෝමත් රැකගෙන යන්න හැදුවොත් මෙතැනදී ඒකාන්තයෙන්ම හැලෙනවා. මෙතනදී ඒකාන්තයෙන්ම ලිස්සල වැටෙනවා. එහෙම ලිස්සල වැටීම්ව වාර අනන්තයි. ඒ නිසා අපි අධිෂ්ඨාන කරගන්න ඕන. මේ වාගෙ හොඳට පැහැදිලිව ශාසනික ධර්ම විස්තර වෙලා තියෙන වෙලාවක, ඒ වාගෙම ඒ ගමන් කරන ඇත්තො කලාතුරකින් හෝ අපිට දකින්න හම්බ වෙන වෙලාවක අපිත් ඒක ලේසියෙන් යන්න දෙන්න නරකයි. ඒ මත්තෙම පූර්ණ ශක්තිය යොදවන්න ඕන. ඒක සඳහා තමයි කායානුපස්සනාවට මෙතන ආතාපි චීර්යයක් අවශ්‍ය වෙන්නෙ. ඒ වාගෙම සතිමත් වෙන්න ඕන. සතිය තරම් මේ කාරණාව තමන්ට මතක් කරල දෙනව එකක් තියෙනව නම් ඒ ධර්ම සාකච්ඡාව විතරයි. ධර්ම සාකච්ඡා තිබුණත් සතිය නැති කෙනාට මෙතෙන්ට ආවට පස්සෙ හිස් මල්ලකට බඩු පිරව්ව වාගෙ, ගිහිල්ල බලනකොට මල්ල විතරයි. මොකද අඩියක් නැහැ. සතිමත් කෙනා එහෙම කරන්නෙ නැහැ. ඒක ඉහළින් දරාගන්නවා. හිස මුදුණෙන් දරාගෙන ඉතාමත්ම සතිමත් වෙනව. අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව එනකොට ආන්න එතකොට පුළුවන් සුඛ වේදනාවේදී ඇති වන ලෝභයත් දුක්ඛ වේදනාවේදී ඇති වෙන ද්වේෂයත් අදුක්ඛමසුඛ වේදනාවේදී ඇති වන්නා වූ මෝහයත් යන මේ කාරණා තුන අනුශය වශයෙන් දැකගන්න. අන්න එදාට වෙනසක් ඇති වෙනවා.

ඒ නිසා කායානුපස්සනාව පිළිබඳව යම් හැකියාවක් යම් දැක්මක් ඇති වෙච්ච කෙනාට මේ වේදනානුපස්සනාව කියල විශේෂ දෙයක් ඇත්තෙ නැහැ. වේදනානුපස්සනාව එනව. ආත්ත ඒ එන වෙලාවට මේ කාරණා දූත ඉවත් කරගැනීමයි අවශ්‍ය වෙන්නෙ. ඒකටයි මේ ධර්ම කාරණා හැකි ප්‍රමාණයකින් ඉදිරිපත් කළේ. මේ හැම කෙනෙකුම යම් දවසක යම් අවස්ථාවක මේ දේවල්වලට පත් වෙලා හොඳ අත්දැකීම් ඇති පිරිසක් ඒ නිසා මම හිතනවා පූජා කරපු මල් වට්ටියකට නැවත පැත් ටිකක් ඉහල, පූජා කරන්න, වාගෙ මේ ඉසින ලද අලුත් ධර්ම කොට්ඨාසයත් තමන් භාවනා කරල ලබා ඇත්තා වූ අත්දැකීම් එකතු කරල, මේ වෙලාව ආවට පස්සෙ වටපිට බලන්නෙ නැතුව, ඉස්සරහට පස්සට කල් දාන්නෙ නැතිව අද මම මේකට මුහුණ දෙන්න ඕනැය කියල උපේක්ෂා වේදනාව වින්දොත් හොඳට තේරෙයි අවිද්‍යාව පිහිටල තියෙන්නෙ විද්‍යාව මත. අවිද්‍යාව තේරුම්ගැනීම තමයි විද්‍යාව කියන්නෙ. ඒ නිසා අවිද්‍යාව පන්නල බැහැ. අපිට මේ අවිද්‍යාව මතු වේවා! අපිට මේ අවිද්‍යාවෙ මුල, මැද, අග වශයෙන් තේරුම්ගන්න ලැබේවා! ඒ සඳහාම “ආනාපි, සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිකධා දොමනස්සං” කියන යෝගාවචර ගති පසු නොබා ඉදිරිපත් කරගෙන යන්න ශක්තිය, ඔබ්බෙය ලැබේවා කියන ප්‍රාර්ථනාවෙන් අදට නියමිත ධර්ම දේශනාව මෙතනින් අවසන් කරනව.

සාධු! සාධු! සාධු!





### 9 වන ධර්ම දේශනය

නමො තස්ස භගවතො අරහතො සමමා සමබුද්ධස්ස .....//

“ඉධ භික්ඛවෙ භික්ඛු විතෙන විතතානුපසසී විහරතී, ආතාපී සමපජානෝ සතිමා විනොය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සංඝී ති”

ගෞරවනීය යෝගාවචර මහා සංඝ රත්නයෙන් අවසරයි. අපි සතිපට්ඨාන සූත්‍රය කියන වටිනා සූත්‍රය ඉදිරිපත් කරගෙන ඒ සූත්‍රය දිගේ මතු වෙන ධර්ම කාරණා ඉදිරිපත් කරගනිමින් ක්‍රමයෙන් සති අටක් ගත කරල, අද මේ නවවැනි ධර්ම දේශනා වාරයටයි සැපත් වෙන්නෙ. ඒ වාගේම වටිනා පිරිසක් එකතු වෙලා, වටිනා වස් කාළයක් සමගියෙන් යුක්තව ශ්‍රමණ ධර්ම සම්පූර්ණ කිරීමෙහි යෙදී ගත කරන අවස්ථාවක්. මේ වාගේ පිරිසකට, මේ වාගේ ධර්ම දේශනාවක, විවරණයක මැද හමු වෙන අවස්ථාව ධර්මවල ටිකක් ගැඹුරු පැත්ත, සුක්ෂ්ම පැත්ත, අනිවාර්යයෙන්ම බලාපොරොත්තු වෙන්න වෙනව.

සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ මූලින්ම ඉතාමත්ම ඕළාරික, ගොරෝසු තේරුම් බේරුම් කරගත හැකි පහසු තැනින් පටන් අරගෙන, ක්‍රමයෙන් ටිකෙන් ටික සියුම් භාවයට, සුක්ෂ්ම භාවයට, මධ්‍යස්ථ තත්ත්වයට, කලද අවස්ථාවකට, ප්‍රාග් අවස්ථාවකට, හෙමිහිට හෙමිහිට ඒ සංසාර ගැටලුව පුංචි කරල පුංචි කරල පෙන්නන්න පටන්ගන්නව. ඒක නිසා ඔය “එකායනො අයං භික්ඛවෙ මගො” කියන ඒකායන පදයෙන් සමහර විට සම්ප්‍රදයානුකූල අර්ථ දෙකක්, දැක්වෙනවා. එක මාර්ගයක්, රේඛාමය වශයෙන් පෙන්නන්න පුළුවන්, එකකට එකක් සම්බන්ධ කරමින්, දම්වැල් පුරුක් ගැටගහගෙන යන්නා වගේ, ගෙනියන මාර්ගයක්. ඒ නිසා අනුපිළිවෙළ වැඩිපිළිවෙලේදී දෝෂ රහිතව වැඩේ ගෙනියන්න නම්,

සතිපට්ඨාන මාර්ගය තමයි ඉදිරිපත් කරගන්නේ. ඒ සතිපට්ඨාන මාර්ගය කා හටත් ඉතා ශ්‍රැතමය වශයෙන්, නැත්නම් අසා දැනගන්නා වූ බහුශ්‍රැත ඥානය වශයෙන් හෝ වේවා කායානුපස්සනාව කියල කොටසක්, වේදනානුපස්සනාව කියල කොටසක්, චිත්තානුපස්සනාව කියල කොටසක්, ධම්මානුපස්සනාව කියල කොටසක් වශයෙන් කොටස් හතරකට බෙදනව.

අපි උද්දේස වාරය වශයෙන් මාතෘකා කියා පෑම් වශයෙන් කායානුපස්සනා, වේදනානුපස්සනා කියන කොටස් පසුගිය වාගේ හමාර වෙනකම් සාකච්ඡා කරන්න යෙදුණා. අද අපි ඉදිරිපත් කරන්න බලාපොරොත්තු වෙන්නේ චිත්තානුපස්සනා කොටස. එතකොට නම හොඳ රසවත් මදය හරිය අහු වෙනව වගේ රසයක් තියනව. ආධුනික කෙනෙකුට නම් බොහොම තේරුම්ගැනීමට අපහසු, ඒ වගේම අදහා ගැනීමට අපහසු සංකීර්ණ සුක්ෂම පැත්තක් වශයෙන් පෙනෙන්නට ඉඩ තියනවා. මෙන්න මේ වගේ සංකීර්ණ සුක්ෂම දේවලුත් ඒවා නොතේරෙන පෘථග්ඡන හිතත් කෙළින්ම සම්බන්ධ කරපු සූත්‍ර බර ගානක් අපේ සූත්‍ර පිටකයේ ඉදිරිපත් වෙලා තියනවා. ඒක නිසා ඒ සූත්‍ර අහපු කෙනාට නිවන් දක්නට යොමු වුණාට, අනෙක් ඇත්තන්ට අර තරම්ම ප්‍රායෝගික කාරණාවක් ඉෂ්ට සිද්ධ කරන්නේ නැහැ. එහෙම නමුත් ඒව සර්වඥ දේශිත ශ්‍රාවක දේශිත සූත්‍ර වශයෙන් සඳහන් වෙනව.

විශේෂයෙන්ම මේ චිත්තානුපස්සනා කොටසට යනකොට ඒ දක්වා භාවනා කරල, ඒ දක්වා පාරමිතා ධර්ම, නිශ්‍රය සම්පූර්ණ කරගන්න කෙනාට, සර්වඥයන් වහන්සේගේ සිත පිළිබඳව විවරණය අහනකොට පුදුමාකාර සතුටක්, පුදුමාකාර මංගල භාවයක්, පුදුමාකාර කල්‍යාණ භාවයක් වැටහෙන්න පටන්ගන්නව. ආදි කල්‍යාණ, මජ්ඣේ කල්‍යාණ, පරියොසාන කල්‍යාණ කියල අපේ බුද්ධ ශාසනයේ කල්‍යාණ ධර්ම තුනක් තියනව. මංගල ධර්ම තුනක් තියනව. හද්‍ර ධර්ම තුනක් තියනව. හොඳ ධර්ම තුනක් තියනව. ඒ ආදි කල්‍යාණ කියන එකට ඔය ශීලය කියන කොටස වැටුණට, මජ්ඣේ කල්‍යාණයට තමයි චිත්තානුපස්සනා කොටස වැටෙන්නේ. නැත්නම් චිත්ත භාවනා කියලත් මේකට සඳහන් වෙනව. සර්වඥයන්

වහන්සේ ලෝකේ ප්‍රාදුර්භූත වෙන්න කලින්, නැත්නම් සර්වඥතා ඥානයෙන් මේ ලෝකේ මම බුද්ධ කියල ඒ අභිත සිංහ නාදය කරන්නට කලින් තිබුණ ආගම් ඔක්කොම අවසානය මේක තමයි කියල හිතාගෙනයි හිටියෙ. හිත අයිත් කරගැනීම නැත්නම් චිත්ත භාවනාව, සමථ භාවනාව තමයි අවසානය වශයෙන් නිෂ්චාව වශයෙන් ඇති කරගෙන හිටියේ. ඒ නිසා සීලය ඉක්මවල හොඳ ආධ්‍යාත්මික පරිසරයක් ඒ කාලේ ඉන්ද්‍රියාවේ තිබිල තියනව.

නමුත් සර්වඥයන් වහන්සේ ඒ පෙර පැවතුණා වූ පූර්ව බුද්ධ පරිසරය සම්පූර්ණයෙන්ම ප්‍රතික්ෂේප කලා නොවෙයි. උන් වහන්සේ ඒකේ ප්‍රයෝජනය සලකල ඉදිරිපත් කරගත්තා. ඉදිරිපත් කරගත්තේ, භාවනාවට පෙළඹෙන බුද්ධ ධර්ම සංඝ යන ඒ ත්‍රිවිධ රත්නය සරණ යන ඇත්තන්ට විශාල ශක්තියක් හා ධර්මයක් ඇති කරන තාලෙට හැකි සංඥවක් කුසලච්ඡන්දයක් ඇති කරන තාලෙට. ඒ නිසා සමහර සූත්‍ර වල කෙළින්ම දේශනා කරල තියනව "පහසුර මිදං හිකඛවෙ චිතං, තංච බො ආගන්තුකෙ උපකකිලිධෙහි උපකකිලිධං". මහණෙනි, අප මේ පුහුණු කරන්න හදන, භාවනා කරන්න හදන හිත ස්වභාවයෙන් ම ප්‍රභාෂ්වරයි. "පහසුර මිදං හිකඛවෙ චිතං" මේ හිත ස්වභාවයෙන්ම ප්‍රභාෂ්වරයි. "තංච බො ආගන්තුකෙ උපකකිලිධෙහි උපකකිලිධං" එහෙම නමුත් මෙන් මේ පරිබාහිරව පැමිණුනා වූ උපක්ලේශ ධර්මයන්ගෙන් කසල ධර්මයන්ගෙන් තෙල් කුණු ධර්මයන්ගෙන් කෙළෙසිලා. ඒ බව මේ අග්‍රැතවත් පෘථග්ජනයා දන්නේ නැහැ. ඒ නිසා මේ තෙල් කුණු ගැව්ව්ව කෙළෙසිව්ව දූවිලි බැඳිව්ව එකක් විදිහට තමාගේ හිත, අනුන්ගේ දේවලුත් අනුන්ගේ හිතුවත් එහෙමයි කියා හිතනකොට අරමුණු වෙන්තේ, දූකගන්නේ, අර පිට තියන කුණු ටික. පිට තියන තෙල් කුණු තට්ටුව. පිට තියන දූවිලි තට්ටුව. පිට තියන කෙලෙස් තට්ටුව. මොකද ඒ අග්‍රැතවත් පෘථග්ජනයා දෙකක් විනිවිද දූකගන්න ඇති හැටියට දූකගන්න දෙසැරයක් බලන්න ඉවසීමේ ශක්තියක් නැහැ. දූකපු ගමන්ම වහාම විනිශ්චයකට පැමිණෙනව. ඉතිං මේ තමන්ගේ හිත ගැනත් ඔය වගේ බොහෝම පහත් නීව ලංසුවක

දළ කල්පනා කරන එක පෘථග්ඡනයට බොහෝම ලොකු විනෝදංශයක්. ඒකතේ නිතර නිව වැඩ කරන්නේ. අපායගාමී වැඩ කරනට හේතු වෙන්නේ තමන්ගේ තත්ත්වය ඒ තරම්ම නිව කරගන්න එක. ඒ විතරක් නෙවෙයි ඒක ඒ විදිහට කරගන්නකොට තමන්ට නිග්‍රහ කරගැනීමක් වශයෙන් අත්කිලමවානුයෝගයක් වශයෙන් දුකට හේතු වෙනවා. ඒක සර්වඥයන් වහන්සේ දේශනා කරල තියනව. “දුකෙකා අනරියො අනන්ත සංහිතො”. මේක ඒකාන්තයෙන්ම දුක පිණිස හේතු වෙනවා. අනර්ථය පිණිස හේතු වෙනවා. නමුත් මේකෙ අනෙක් පැත්ත තමයි තමන්ගේ කුණු වෙච්ච හිත වගේ කුණු ගැවිල කුණු වෙච්ච අනුන්ගේ හිත දකිනකොටත් හිතන්නේ, අනුන්ගේ හිතත් හෝදල ගොඩගන්න දෙයක් නැහැ. ඒකත් කුණු වෙලාමයි තියෙන්නේ, මගේ වාගෙමයි කියල. අර බාහිර හිතත් ඒ වගේ හිතල ඒ මනුස්සය නැති කරන්න, විනාශ කරන්න, එයාගේ පක්‍ෂය පරද්දන්න, එයාගේ තත්ත්වය නැති කරනට, එයාගේ රුචි අරුචි කම්වලට විරුද්ධ වෙන්න කිසිම පැකිළීමක් නැතිව අපි පෙළඹෙන්නේ මේ මතුපිට යාන්තම් තියන අර කුණු තට්ටුව නිසා.

ඉතින් මේ කුණු තට්ටුව ඇරල මේ ඇතුළේ රත්තරන් වාගේ, “විතං ජමෙබ්බාල දසෙසව” දඹ රත්තරනක් වගේ ඇත්තා වූ, හැම කෙනෙක්ගේම සන්තානය තුළ තියන මේ හිත දැකලා, මාත් මේ හිත පුරුදු කෙරුවේ, දියුණු කෙරුවේ රත්කරුවෙක් සිහියෙන්ද නෙත් බලා ඉන්නා සේ ගින්නෙන් පළහමින්, වතුරේ දමමින් මදිමින් ක්‍රමයෙන් ඒක පිරිසිදු කලා. ඒ රත්තරනේ කැටයම් කැපෙන්නේ නැති තාලට කුණු ටික විතරක් කපල මම පිරිසිදු කලා කියල. ඒ වාගේ මේ බණ අහන, බණ කියන සර්වඥයන් වහන්සේගේ ශාසනයේ අවුරුදු 5000ක් කල් පහළ වෙන වින්‍යායයන්ට හා සියලු දෙනාටම මෙන් මේ හිත, තමන් මේ ආශ්‍රය කරන හිත, මේ යන හිත, මේ කන හිත, මේ බොන හිත, මේ ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස කරන හිත, මේ පිම්බීම හැකිළීම බලන හිත ප්‍රභාස්වර දෙයක් කියල අවබෝධ කරදීම සඳහා උන්වහන්සේ, උන්වහන්සේගේ ශ්‍රී මුඛ වචනය පාවිච්චි කලා. ඒක නිශ්චිතයි.



ඒ බුද්ධ වචනය අදහනවා කියල කියන්නේ, වෙන විදිහකට කියනව නම් බුදුන් අදහනවා කියලා කියන්නේ, ධර්මය අදහනවා කියල කියන්නේ, සංඝයා අදහනවා කියල කියන්නේ, අපි මේ බුද්ධ ශාසනයේ දී සියලුම විනයය ජනතාව මේ පහස්සර වූ හිතකට අයිතිවාසිකම් කාරයෙක්ය කියල පිළිගන්න ඕනි. පිට තියෙන රාග සිතිවිලි ද්වේෂ සිතිවිලි මෝහ සිතිවිලි දූෂල තමනුත් රාග සහිත ද්වේෂ සහිත මෝහ සහිත හිතකින් ඒක විනිශ්චය කරල, ඒ මනුස්සයාට මරණ දණ්ඩනය හෝ එහෙම නැත්නම් බරපතල හිර දඬුවම් හෝ වෙනත් තාලෙ දඬුවම් හෝ පමුණුවන්නට අපට කිසිම අයිතිවාසිකමකුත් නැහැ. ඇත්තටම ඒ මනුස්සයට ඒක කැපත් නැහැ. ඒ මනුස්සයට ඒක කැප වෙන්නේ අශ්‍රැතවත් පෘථග්ජන කම නිසා. අපි බලන්න ඕනි අපිත් අපේ සිත පෘථග්ජනකමෙන් ගලවාගෙන, අනේ අපිට මේ ලෝකය පහසුරවූ හිත් සහිත මනුස්සයින් ඉන්න ලෝකයක් විදිහට දැකගන්න නම් අපිට විතතනුපසුනාව පිළිබඳ මූලික හැඟීම මූලික වැටහීම නිවැරදි කරගන්න වෙනවා.

ඒ සඳහා ඉස්සෙල්ලාම මේ වාගේ ධර්මතාවක් කියන කොට ඕනෑම කෙනෙකුට ඒක හතරමං හන්දියක ඉඳගෙන ශබ්ද විකාශන යන්ත්‍රවලින් සිග්‍රයෙන් කියාගෙන ඇවිදින්න තරම් ලොකු උනන්දුවක් පහළ වෙනව. ඒ මොකද අනේ ලෝකයා මේක දන්නවා නම්, තම තමන් හැම කෙනෙක් තුළම මේ වාගෙ ප්‍රභාෂ්වර හිතක් මේ සන්නානෙ පවතිනව, මේ හිත තමයි මේ සියල්ලට වග කියන්න වෙන්නෙ. ඉතාම මතු පිට කට්ට මේ ආගන්තුකව පැමිණියා වූ තෙල් කුණු ටිකකින් වැහිලා තියෙන නිසා ඒ පුද්ගලයා මුළු එකම කෙළසුණා කියල හිතා ඉන්නවා කියල මේ කාරණාව කියන්න හිතෙනව නම් ඒක පුදුම වෙන්න දෙයක් නොවේ. නමුත් ඒක නොවෙයි සර්වඥයන් වහන්සේගෙ අධ්‍යාශය, කැමැත්ත. උන්වහන්සේ මේ ධම් දේශනා කරන්නේ, උන්වහන්සේ පිළිගන්නෙ, මේක අනුන්ගෙ එකෙන් බලන්න එපා. තමන්ගෙම හිත දිහා බලන්න. අපි කොයි අවස්ථාවක දීද ජීවිතය කොච්චර පුංචි කාලයක්ද, මේ වාගෙ මේ පිරිසිදු සිත, මතුපිට තියෙන්නා වූ මේ කුණු ටික කපල මේ පිරිසිදු භාවයෙන්ම රත්රන් කරඬුවක

තැන්පත් කරල ඒක උත්තම උතුම් භාවයට, ආර්ය භාවයට පත් කරන්න කල්පනා කරන්නෙ. කොච්චර වෙලාවක් අපි හිතනවද මේක හදන්න බැහැ, මෙමග්‍රී බුදුභාමුදුරුවෝ එනකන් ඉන්න ඕන නැත්නම් මම බුදු වෙන්න ඕනෑ කියල. නානා ප්‍රකාර අප්‍රමාද සිතුවිලි ආගම කියල හිතල හෝ වේවා ධර්මය කියල හිතල හෝ මෝඩ තකතිරුකම් වශයෙන් හෝ වේවා ඉදිරිපත් කරල කොච්චර කටයුතු කරනවද? මෙන්න මේ තකතිරුකම මේ පස්සට දමනගතිය නැති කරල මේ මොහොතෙ දැන් මම ඒ ප්‍රභාෂ්වර වූ හිතට සමාදන් වෙනව. ප්‍රභාෂ්වර වූ හිතට ආවේශ වෙනව. ඒක අර ජේන්න තියෙන කට්ට කපන්න පුළුවන් දෙයක් බව දුරු කරන්න පුළුවන්. දෙයක් බව මම වටහාගන්න ඕන කියල කටයුතු කරනවා නම්, අන්න විතර භාවනාව. අන්න එහෙම තමයි බුද්ධ ශාසනේ විතර භාවනාව. එහෙම නැතිව මේ ලෝකයාට මේ රත්රන්කාරයෙක්, අනුන්ගෙ රත්රන් වතුරෙ දාලා පිරිසිදු කරල, ඒ රත්රන් වතුරෙ දාලා දෙන්න හදන රත්රන් වතුරකාරයෙක් වගේ නොවෙයි. ඒ රත්රන් වතුරකාරය තමන්ගේම හිතට යොදගෙන තමන්ගේම හිත, ඒ දඹ රත්රන් වාගෙ තියෙන ඒ හිත, පිරිසිදු කරගන්න එකයි මේ විතර භාවනාවෙ සදහන් කරන්නෙ.

අපි කලිනුත් ව්‍යාවක මතු කරගන්නා බොහෝම ප්‍රසිද්ධ නිදර්ශනයක් අර සේර්වාණිජ ජාතකය කලින් ගිය මේ සේර්වාණිජ කියන වෙළෙන්දාට අර අඩ අඩා සිටින මිණිපිරිය සන්තෝෂ කරන්න ආත්තම්මා දුන්නා රන් තලියක්. නමුත් ආත්තම්මා දන්නෙ නැහැ මේක රන් තලියක් බව. ඒක අර පිට කට්ටේ හොඳෝටම දුම උඩ තිබිල හොඳෝටම දැලි වැදිල. නමුත් ආත්තම්මා මේ රත්රන් තලිය දීල, අනේ මේ දරුවට රිදී වළලු දෙකක් අරන් දීල ඇඬිල්ල නතර කරගන්න. නමුත් අර සේර්වාණිජ ඉතාමත් කපටි හිතක් ඇති පුද්ගලයා මේක පොඩ්ඩක් පහුරු ගාල බලනකොට දැනගන්නා, මේක නම් ජාමිබෝනද දඹ රත්තරනක්. නමුත් ඒ බව මේ අම්මට කිව්වොත් මේ අම්මා කවදාවත් මේක මට දෙන්නෙ නැහැ. ඒක නිසා මේක පාව්වල් කළා. අපෝ මේ දිරව්ව තලියකට කොහොමද වළලු දෙන්නෙ, ඒක කරන්න බැහැ. ඕන හැටියකට දරුව පරක් කරගන්නෙයි

කියල රන් තලිය පාවිච්චි කරල දාල ගියා. නමුත් ඒ පාරෙම තමයි, ඒ බෝසතාණන් වහන්සේ වැඩියෙ වෙළඳාමෙ. ඒ වෙළෙන්දා මේක දිහා බලනකොටම දැනගත්තා මේ ගෙදර මේ අම්මල බොහෝම පැරණි පරම්පරාවකින් පැවත එන ඉතාමත්ම පොහොසත් පවුලක්, දැන් ඉතින් බොහෝම දුප්පත් තත්ත්වයට පත් වෙල. එදිනෙදා වැඩට පාවිච්චි කරපු රන් තලියක් මේක. වට්ට කුණු බැඳිච්ච නිසා අද ඒක පැත්තකට දාල තියෙනවා. ඒ තරම්ම පොහොසත් මිනිස්සු. අද ඒක හඳුනාගන්න බැහැ මේ පරම්පරා දෙක තුන ගියාට පස්සෙ. නමුත් ඉදිකට්ටකින් පහුරු ගාපු පමණින් දැනගත්ත ඒක රන් තලියක් බව. අම්මෙ මගෙ බුදුලේ දීලවත් මේක ගන්න බැහැ. මේක දඹ රත්තරන්. ඒක නිසා නුඹ කැමති නම් මගේ මේ රත්තරන් වළලු පෙට්ටියම දීල යන්නම්. මගේ සම්පූර්ණම ව්‍යාපාරයම දෙන්නම්, කැමතිද කියල. ඉතින් අම්ම මේකට බොහෝම සන්තෝෂ උණා. මොකද මොහොතකට කලින් මේක ඉතාමත් නිව කරල, මේ කැඩිච්ච වළල්ලකටවත් සම්බන්ධ කරන්න බැරිය කියපු වෙළෙන්දෙකු නිසා හිත පීඩා කරගෙනයි හිටියෙ. ආන්න බෝසතාණන් වහන්සෙ පැමිණියාට පස්සෙ ඒක දඹ රත්තරන් වුණා. දඹ රත්තරන් වුණාට පස්සෙ කදා වළලු පෙට්ටියම දීල මේක අරගෙන ගිය කථාවක් අපි අහනවා සේර්වාණිජ ජාතකයෙ.

ආන්න ඒ වගෙ තමයි අසත්පුරුෂයා ආශ්‍රය කරන්න කරන්න තමන් නිව වෙනව. තමන් ඔය දඹ රත්තරනක් වගේ තියන ඔය හිත තවත් පහත් කරල නුඹ අසවල් පුරුද්ද ඇති කෙනා, නුඹ අසවල් පුරුද්ද ඇති කෙනා, නුඹ අසවල් දේට කැමති කෙනා ආදී වශයෙන් අර පිට තියෙන කුණු තට්ටුව දැකල ඒකම අගය කරමින්, අසත්පුරුෂයා ඒකම සමාදන් කරමින් අර ඇතුළෙ තියෙන දඹ රත්තරන් දකින්නෙන් නැහැ. අසත්පුරුෂයා තව කෙනෙකුට, සත්පුරුෂයෙකුටවත් දකින්න ඉඩ තියන්නෙන් නැහැ. සත්පුරුෂයාගෙ වැඩේ මගේ හිත කුණු වෙලා කියල හිතාගෙන ඉන්නවා. අසත්පුරුෂයෙක් දැක්කත්, දුශ්චරිතයේ යෙදෙන කෙනෙක් දැක්කත් ඒ ඇත්තා ටික කාලයක් හරි ආශ්‍රය කරල පැත්තකින්

ගටල හස්පල ඒ හස්පනකොට කියනව ඉතින් තරහ යනව කේන්ති යනව ඉවසන්නේ නැහැ කියල නමුත් ඉදිකට්ටෙන් අර රත්තරන් භාජනේ හුරන්නේ නැතුව ඕක රත්තරන් කියල දැනගන්න පුළුවන්කමක් ඒ වෙලෙන්දට තිබුණේ නැහැ.

ඒ වගේ තමයි සත්පුරුෂයන් එක්ක ආශ්‍රය කරන කොට කනෙන් කොනෙන් ටිකක් වදින්න ඉඩ තියෙනව. වදිනකොට තමයි ඇතුළේ තියෙන දඹ රත්තරන් ජේන්න පටන්ගන්නේ. එතකොට දෙපැත්තටම ජේනව. පිරිගාන්න ඉස්සෙල්ලත් සත්පුරුෂයා දැනගන්නවා මේක රත්තරන් බව. නමුත් ඒක පිරිගාන්නේ නැතිව උරගන්නේ නැතිව දැනගන්න බැහැ. දැනගන්නවත් එක්කම ඒ රත්තරන් භාජනය අයිති කෙනාටත් වැටහෙනවා. වැටහුණාට පස්සේ කියනව මේක මේ යාන්තම් පුංචි සිවියක් පමණයි, මේකේ මේ තියෙන්නේ කුණු කියල. දූවිලි රැල්ල බැඳිල දූල්ල බැඳිල. අපි ඕක කපමු. කැපුවාට පස්සේ මේක රත්තරන්. ඇත්ත වශයෙන් කියනව නම් ඒ අදහස පිළිගත්ත මොහොතේ ඉඳලම ඒ භාජනේ රත්තරන්. දිලිසෙන භාජනයක් හා සමානයි. නමුත් මේ කුණු ගැවිව්ව, අල්ලන්න බැරි තරම් කැන දෙයක් කියල කවුරු හරි ඇවිල්ල කියනව නම් ඒ අදහස පිළිගන්න තාක් කල් ඒ භාජනය මැටි භාජනයක් තරම්වත් වටිනාකමක් නැහැ. ඒ නිසා භාජනේ නොවෙයි වටිනාකම තියෙන්නේ, භාජනේ දිහා බලන දෘෂ්ටිකෝණයෙයි. ඒ දෘෂ්ටි කෝණයක් කුලියට ණයට සත්පුරුෂයන්ගෙන් හෝ අසත්පුරුෂයන්ගෙන් ගත්ත ඒවා.

ඒ නිසා අපි මේ විතර භාවනා කරන ඇත්තෝ හිතාගන්න ඕන අසත්පුරුෂ අදහස්, අසත්පුරුෂයන්ව ආශ්‍රය කිරීම තරම් විසකුරු සර්පයෙක් තව ඇත්තේ නැහැ. විතර භාවනාවෙන් දියුණු වෙලා, විතර භාවනාවෙන් තමන් ආත්ම විශ්වාසයක් ඇති කරගත්ත කෙනෙක් ළඟ ඉන්නකොටමත් ඉබේම තමන්ගේ භාජනේ රත්තරන් වෙනව. ඒක මදින එක විතරයි තියෙන්නේ. මැදදත් නැතත් රත්තරනේ වටිනාකමේ වෙනසක් වෙන්නේ නැහැ. මැදිල්ලෙන් ජේන්න තියෙන්නේ ලෝකයාට පෙනෙන එක විතරයි.

මෙන්න මේ ආකල්පය ඇති කරගන්න බැරි නම් “කරණීය මනන කුසලෙන යං තං සන්තං පදං අභිසමෙව්ව සකකො” - තමන්ගේ ආත්ම කුසලය කිරීමට කැමති යම් කිසි කෙනෙක් වෙනවා නම් ඒ තමන්ගේ භාජනය රත්රන් බවට හැකි සංඥාව ඇති කරගත්තේ නැත්නම් උන්දැ ලඟ ඇති යෝගාවචර කමක් නැහැ. කරණීය මෙතන සූත්‍රය බොහෝම වටිනා යෝගාවචර ලක්ෂණ ගානක් විස්තර කරනවා. පළමුවන දේ තමයි හැකි සංඥාව. අපි මේකට සාමාන්‍යයෙන් නිස්සරණ වනයේ තමයි හැකි සංඥාව කියන වචනේ බහුලව භාවිතා කරන්නේ. එහෙම නැත්නම් ධනාත්මක ආකල්ප ධනාත්මක චිත්තනය කියල දැන් අලුත්ම වචන පාවිච්චි වෙනව. මේකට සර්වඥයන් වහන්සේ පාවිච්චි කෙරුවේ කුසලච්ඡන්ද කියල. මේක මට හැකි මට පුළුවන්, කරල බලන්න ඕන කියන ඡන්දය. ඒ නිසා අර කායානුපසංඝනා අවස්ථාවට වඩා වේදනානුපසංඝනා අවස්ථාවට වඩා චිත්තානුපසංඝනා අවස්ථාවේ පවතින්නා වූ කුසලච්ඡන්දය බොහෝම නිව්ච්ච එකක්. කායානුපසංඝනාවේදී වේදනානුපසංඝනාවේදී බොහෝම දැවෙන එකක්, බොහෝම වේග කර්ම තදබල සංවේග තදබල සංසාර දුක් සහිතව තමයි ඒවයේ යෙදෙන්නේ.

නමුත් එ වගේ හිත තැන්පත් කරගෙන කරගෙන එනකොට, චිත්තානුපසංඝනාවේදී මගේ හිත දඹ රත්තරනක් වාගේ දෙයක්, මේකේ එතරම් හප්පන්න යන්න හොඳ නැහැ. කාල බලන වෙලාවේද හැපෙනව තමයි, නමුත් පහු වෙනකොට බොහෝම සුක්ෂ්මව පාවිච්චි කරන්න ඕන කියල ඒක පිළිබඳව ඥාන සම්ප්‍රයුක්තව තමයි කටයුතු කරන්නේ. ඒ නිසා මේ භාජනයේ වටිනාකම කොහොම වුණත් එක්කෙනෙක්ගේ අතින් කෙළෙසිව්ව කුණු භාජනයක් බවටත් තවත් කෙනෙක් අතින් දඹ රත්තරනක් බවටත් පත් වීම කොච්චර මායාකාරීද කියල කියනව නම්, සර්වඥයන් වහන්සේ හිත සමාන කරන්නේ මායාකාරයෙකුට. හතරමං හන්දියේ මායා දර්ශනයක් පෙන්න්නේනක් වාගේ තමයි අපේ හිත. අපි මේක තමයි වැළඳගෙන ගත කළේ මෙතෙක් කල් නමුත් ඒක ඔය අපි හිතන තරම් සුමගට යොමු කරන ශුඤ්චන්ත ධර්මයක් නොවෙයි, සංසාරෙ

අපි මේ මෝහ පටල වලින් වැහිල අසත්පුරුෂ ධර්ම ආශ්‍රය කරල, අසත්පුරුෂයෝ එක්ක හැසිරිලා සත්පුරුෂ ධර්මයට පක්‍ෂ නොවී ඉඳලා අසත්පුරුෂයන්ගෙ හඳුනාගැනීමක් නැතුව ධර්ම හඳුනාගැනීමක් නැතිව මේක කවිවල් වෙලා, කෙළසිලා තියෙන නිසා ඒකෙන් ඇති වන ආකල්පයක් බොහෝ විට වැරදි අතට යන විතක්ක විචාර තමයි. ඒක නිසා මේ සද්ධර්මය ලෝකයේ පවතින්නෙ බොහෝමත්ම කලාතුරකින්. ඒ සද්ධර්මයට කොච්චර කල් අන්තයක් නොපෙනෙන අන්ත වූ සංසාරෙ බැඳිල තිබුණ කුණු කන්දල් පාර වුණත්, විතක්ක පාර වුණත්, තෙල් කුණු පාර වුණත්, එක වරුවෙන් කපන්න පුළුවන්. කොච්චර ඝන බහළ වුණත් භාජනේ වටිනාකමේ සහ පහක්වත් අඩු වීමක් වෙලත් නැහැ. ඒක කපාගෙන නැවතත් දඹ රත්තරන් කරන්න පුළුවන් ශක්තිය ඒ වරුවෙන් කරන හැකියි. රත්රන් වතුරෙ දාන්න ගියහම ඒ මනුස්සය නම් දවස් තුන හතරක් ඉල්ලනව. නමුත් වැඩේට නම් යන්නෙ වරුවයි. හැබැයි ඒ කුණු බැඳෙන්න නම් අවුරුදු ගානක් කල් යනව.

ඒ වගෙ තමයි මේ හිත නම් වූ රත්රන් භාජනය ඉතාමත්ම ශීඝ්‍රයෙන් ඒ වැඩ ගන්න පුළුවන් දඹ රත්තරනක් බවට පත් කරන්න පුළුවන්. ඉස්සෙල්ලාම අවශ්‍ය කරන්නෙ මට පුළුවන්, මම කරනවා. ඒක ඇති වෙච්ච දවසෙ ඉඳල පුදුමාකාර ශ්‍රද්ධාවක් සර්වඥයන් වහන්සේ කෙරේ ඇති වෙනව. මේ සද්ධර්මය කෙරේ ඇති වෙනව. ඒ වාගෙම තමයි මේවායෙ යෙදී ගත කරන මෙයටම ජීවිතය කැප කරපු කැප කළා වූ කැප කරන්නා වූ සංඝයා වහන්සේලා කෙරෙහින් ශ්‍රද්ධාවක් ඇති වෙනව. මේ මැජික්කාරයා මේ මායාකාරයා පෙන්නපු බොරුව, ඇස්බැන්දුම තව දුරටත් අපට කරන්න බැරි තරමට අපි නිතරෝම සතිමත් වෙන්න පටන්ගන්නවා. ඒ සතිමත් වීම හිත හොඳයි, හිත හරියි, හිත සද්ධමියි, හිත සත්පුරුෂයි කියල බදාගෙන කරල බැහැ. හිත අසත්පුරුෂ වෙන වෙලාවල් තියෙනවා. හිත අසද්ධර්ම වෙන වෙලාවල් තියෙනවා. ඇත්තටම කුණු කන්දලක් වගෙ මේක වැඩ කරන වෙලාවල් තියෙනව. ආන්න ඒ වෙලාව තමන්ම අල්ලගන්න හැගීමකින් කටයුතු කරන්නෙ නැතුව, මේක දෙවියන්



වහන්සේ කෙනෙක් ඇවිල්ල ආසිරි ගන්වයි, එහෙම නැත්නම් අපේ ගුරුවරයා හරි දැක්කියි, ඒ නිසා මගේ වැඩේ හරි යයි නැත්නම් පොතේ මෙහෙම කියනව මේක හරි නැත්නම් තර්කෙට මට මේක වෙනව ඒක හරි. ඔය මොනම දේකින්වත් හරි යන්නෙ නැහැ. හරින එකම ක්‍රමය ඔය සතිපට්ඨානයේදී සර්වඥයන් වහන්සේ "සරාගං වා විතං සරාගං විතනනි පජානාති". මේ හිත කෙළෙසිලා අර මතුපිට තියෙන කුණු තට්ටුව පිපිල නැගල මේ රාගයෙන්ම තෙත් වෙලා රාගයටම නතු වෙලා රාගයටම බර වෙල, රාගයටම ඇදෙන වෙලාවෙ වුණත් මේක රාග හිතක් කියල හඳුනාගැනීමේ සතිය පිහිටුවාගන්න පුළුවන් බව මනුස්ස ජීවිතයට කළ හැකියි. බලන්න මොන තරම් කෙළ කෝටි ගණන් කෙලෙස් බැඳිලා ඒ කෙලෙස් නැගිලා, ඒ කෙලෙස් විතික්‍රමණය වෙලා තමන්ගෙ හිත රාගයට පත් වෙලා, ඒ බවත් දැනගැනීමේ ශක්තිය සර්වඥයන් වහන්සේ ධර්මයෙන් බැහැර කරල නැහැ. ඒ වාගේම ඒක අධර්මයක් විදිහට පෙන්නලත් නැහැ. ඒකටත් සර්වඥයන් වහන්සේ කියන්නෙ සතියම තමයි.

හුගදෙනෙක් මේ වැරදි මතයක් ඇති කරගෙන තියෙනවා මේ සතිය කියන එක ශෝභනේටමයි හිටින්නෙ. ඒ නිසා අශෝභන මේ වාගෙ දේවලට සතිය ක්‍රියාත්මක කරන්න බැහැයි කියල. නමුත් මේ විතනනුපසුනාව පටන්ගන්නෙම, "සරාගංවා විතං සරාගං විතනනි පජානාති විතො විතනානුසසසී විහරති". ආතාපි කියල කියන්නෙ තදබල කුසලච්ඡන්දය ලැබුවා වූ එළැඹුණා වූ එළැඹ සිටියා වූ විරියය. පධන් විරියය. ආතාපි සම්පජානො - ඒ බව දැනගන්නා වූ, මේ ධර්මයෙන් මෙතෙක් කල් අධර්මයෙන් වැහිල තිබුණ දේ ධර්මයෙන් මතු කර ගන්නාවූ, මේ හිත දඹ රත්තරනක් බව දැනගන්නා වූ, මේ සමපජඤ්ඤයෙන් යුක්තව කාරණය සිහි නුවණින් යුක්තව සතිමත් වෙනව. මේ සතිය විතනානුපසුනාවේදී හොඳට පැහැදිලි වෙනව. සරාගී හිතටයි ඉස්සෙල්ල යොදන්න තියෙන්නෙ, සරාගී හිතට යොදනකොට ගොජ දමමින් කොඳු පිපෙනවා වාගෙ පැහෙමින් වැවෙන රාගයට මොකක්දෝ වෙන්නපටන් ගන්නවා ඒ වෙන දේට පැය ගණන් යන්නෙ නැහැ. බොහෝ විට විනාඩි



ගාතයි. සමහර විට මෙනෙහි කරනකොටම ඒ රාගය පිළිබඳ ස්වභාවය තේරුම්ගන්න පුළුවන් වෙනව, හොඳට භාවිත මනසකට. අභාවිත මනසකට වුණත් රාග හිත රාගය බව දැනගත්ත ගමන්ම, විශාල ගස් ගොම්මනක් යටපත් කරගෙන තිබුණ වැලක මුල කපා හෙළවා වාගේ. ඒ වැල බොහෝ කල් යනකන් අමු ගති පැවත් එතැන් පටන් ක්‍රමක්‍රමයෙන් වියැලෙන්න පටන්ගන්නවා. ආත්ත ඒ වගේ තමයි ඒ රාගය වැඩී යාම තතර වෙනව. ඉතින් මේක රාග සහිත හිතකට ඉතාමත්ම අමාරුයි තේරුම් කරලා දෙන්න. ඒ මොකද ඒ හිත හිතන්නේ නැහැ මට සතියක් ඇති කරගන්න පුළුවන්, මේ සතියෙන් රාගය යටපත් කරන්න පුළුවන්, ඒව මොනවත් හිතන්නේ නැහැ. ඒ නිසා අපි සතිපට්ඨානේ අහන්න ඕන. මේ හැකි සංඥාව දැනගන්නා වූ සමපජ්ඣාදය, ඒ වාගේම මේ අධිෂ්ඨානය කරගන්නා වූ සතිය, රාගය එතකන් බලාගෙන ඉඳල වහාම ක්‍රියාත්මක කරන එකයි තියෙන්නේ. එතකොට අභිජ්ඣා දෝමනසස දෙක දුරු කරල ලෝකයේ මැදහත් විනිශ්චයකාරයෙක් වශයෙන් දැනගන්න දැකගන්න පුළුවන් ශක්තිය ලැබෙනවා. ඒ නිසා යම් විධියකින් හිතනව නම් සරාගී හිත කියල කියන්නේ මේ භාවනාවට නිවනට ධර්මයට විරුද්ධ ධර්මයක් කියල, ඉතින් ඒ කියන්නේ නැති බැරි හිතක්. බංකොළොත් හිතක්. පැරදිව්ව හිතක්. මිලාන වෙච්ච හිතක්. පසුබාන හිතක්. ඒක බුදු හිතක් නොවේ. බුද්ධ පුත්‍රයෙකුත් නොවේ. ඒ නිසා අපි රාග හිතට එන්න කියල ආරාධනා කරනවා නොවෙයි. නමුත් ආපු රාග හිතට භය වෙලා, වෙවුලලා, පසුබාලා තිගැස්සෙනවත් නොවෙයි. රාගය කොයි තාක් වැඩී වෙනකන් බලා හිටියත් සතිය ඇති වෙච්ච වහාම ඒ රාගය විෂයෙහි හිත යොදන්න පුරුදු වෙන්න ඕන. එහෙම කෙරුවට පස්සෙ දැන් ඒක ජය ගත්තා කියල සතුටු වෙනව නොවෙයි. ඒ රාගය නැති වුණාට පස්සෙ රාගය පැවතිලා රාගය නැති වුණාට පස්සෙ හිතට මොකද වෙන්නේ? "චිතරාගංවා චිතතං චිතරාගං චිත්තංති පජානාති" ඒ රාගය තිබුණ හිතේ දැන් රාගය නැති වුණා කියල ඒක දැනගන්න ඕන. තිබුණ රාගය නැති කරා, මම ජය ගත්තා කියල ප්‍රීති සම්භාෂණ පවත්වනව නෙවෙයි. රාගය නැති වෙච්ච හිත දැනගන්නවා.

ඒ වාගෙම ද්වේෂ හිත. හුඟාක් වෙලාවට ගෙවල් දොරවල්වල ඉන්න වැඩ කරන ඇත්තො ධම් සාකච්ඡාවලට ආපුවාම හුඟාක් වෙලාවට ප්‍රසිද්ධියේ වෝදනා කරන දෙයක් තමයි, ස්වාමීන් වහන්ස මට හරියට කේන්ති යනව. ඉතින් කේන්ති යන එක හොඳයි. ඒකට කිසි ප්‍රශ්නයක් නැහැ. මනුස්සයෙක් වෙච්චහම කේන්ති යන්න ඕන. නමුත් අපි දැනගන්න ඕන ඒ කේන්ති ගියාම අපි කොහොමද ඒ කේන්තිය විතතානුපසුන්තාවට හරවන්නෙ. චක්‍රීකරණය කරල නැවතත් අපි ධර්මයට හරවන්නෙ කොහොමද? අපිට තදබල කේන්ති ගිය වෙලාවක අපිට අමාරුයි සතිය ආදී ධර්ම ක්‍රියාත්මක කරල වහාම ප්‍රතිඵල අරන් දෙන්න අපට ඕන කරල තියෙනවා. ඒ නිසා නුරුස්නා ගති අමනාප ගති නිතර දෙවේලේ අපේ හිතේ පහළ වෙනව. භාවනා කරනකොටත් පහළ වෙනව. එදිනෙදා වැඩ කරන කොටත් පහළ වෙනව. සක්මන් කරනකොටත් පහළ වෙනව. භාවනා මධ්‍යස්ථාන වලින් පිට ගෙවල් දොරවල්වල ඉන්නකොටත් පහළ වෙනවා. සත්පුරුෂයන්ටත් අසත්පුරුෂයන්ටත් පහළ වෙනව. බෞද්ධ, අබෞද්ධ කාටත් පහළ වෙනව.

ආත්ත ඒ වෙලාවල්වල අපි මේ සතිය ටික ටික පුහුණු කළා නම් අපට පුළුවන් වෙනව එදාට වෙනදාට වඩා ටිකක් බලවත්ව ආපු නුරුස්නා ගති අමනාප ගති එනකොටම මේ සතිය ක්‍රියාත්මක කරන්න. එහෙම යනකොට තමන්ට තේරෙන්න පටන්ගන්නවා. තමන් මේ තරහට මුණ දීමේ ශක්තිය ටිකෙන් ටික වැඩි වෙනකොට කවුරු හරි ඇවිල්ල නිවැරද්දේද බනිනකොට ඉවසන්න. එහෙම නැත්නම් තමන් අනුන්ගෙ නිවැරද්දකට තමන් දොස් කියනව. නමුත් පස්සෙ තමන්ට තේරෙනවා අනේ මං ඒ වෙලාවෙ කරපු වැඩේ වැරදියි කියල. ආත්ත ඒ හැම අවස්ථාවකම සතියට යටපත් කරනකොට අපි හරියට දන්නවා ගෙවල් දොරවල්වල පුටි ගින්නක් ඇති වෙච්චම ඒක නිවා ගන්න හැටි අපි දන්නවා. නමුත් බරපතල ගින්නක් ඇති වුණොත් අපි දන්නවා ඉතින් නගර සභාවෙ ගිනි නිවන හමුදාව ගෙන්නල මේක නිවාගන්න ඕන. ආත්ත ඒ වාගෙ තමයි යම් කිසි ප්‍රමාණයකට මේ පුටි පුටි ද්වේෂ

පිළිබඳව සතියෙන් පර්යේෂණ කරලා දිනාගන්න කෙනා අන්තිම අමාරු ද්වේෂයක් නැති කරගන්න තමයි මේ භාවනා මධ්‍යස්ථාන කියන ගිනි නිවන හමුදා වලට එන්නේ. එහෙම ආපුවම අර පුට්ටි පුට්ටි තරහවල් නැති කරගැනීමේ ශක්තිය වහා ක්‍රියාත්මක කරල මැදහත් තරහ නිවාගන්නවා.

ඊට පස්සේ අවසානයේ ඉතාමත්ම තරහක්. තමන්ට තමන් සිය දිවි නසාගන්න හිතෙන, එහෙම නැත්නම් තව කෙනෙක් මරන්න, කපන්න හිතෙන තරමේ තද බල ද්වේශයන් පවා මේකෙන් අල්ලගන්න පුළුවන් වෙනවා. ඒ මොකද, හේතුව අපි දන්නවා. මේ ද්වේශය කියන එක ආගන්තුකයි. මේක පිටින් ආපු උපක්ලේශයක් පමණයි. ඒ උපක්ලේශය සතියට යටපත් කළොත් ඒක අනිත් ගමන නිවන් ලබාගැනීම සඳහා ධර්මය අවබෝධ කරගැනීම සඳහා, විත්තානුපසංනාව ලබාගැනීම සඳහා, ධර්මයක් කරගන්න ඕන. අපි දන්නවා වැලක හටගන්නේ නැහැ වැලට දරා ගන්න බැරි තරම් ගෙඩි. අසත්පුරුෂයෙක් කියන්න ඉඩ තියෙනවා, නමුත් සත්පුරුෂයෙක් කවදාවත් පිළිගන්නේ නැහැ. කොච්චර තරහ ආවත් හොඳට කල්පනා කරල බලන්න. තරහ එන බව දැනගන්න පුළුවන් සතියක් තරහ ඇවිල්ල ඉන්න බව දැනගන්න පුළුවන් සතියක් කවදාවත් තරහෙන් යටපත් වෙන්නේ නැහැ. හුඟාක් කායික රෝගවලට, හමේ රෝගවලට හුඟාක් වෙලාවට බලපාන්නේ තරහව. තරහ ආපුවම හුඟදෙනෙක් ඒක පිළිගන්න කැමති නැහැ. මේක තරහක් නිසා නොගැළපීමක් කියල හිතට ගන්න බැහැ. නමුත් සතිය යොදල බැලුවොත් අද නොවේ හෙට හරි අනිත් සෘතුවට හෝ මේ ආහාරයට හෝ මේ හිතට හෝ මොකක් හරි දේකට ඇත්තා වූ නුරුස්නා ගතියක් නිසා ඇති වෙච්ච ප්‍රතිචාරයක් තමයි මේ. ඉතින් අපි හිතනව නම් සෘතු මාරු කරල, ආහාර මාරු කරල, මේක කරන්න පුළුවන් කියල. ඒ කියන්නේ මේක පිළියම් කරල සංසාරේ කකා යන්න තියෙන ආසාවක් මේකේ තියෙන්නේ.

අපිට මේ ආපු රෝග ලක්ෂණය එහෙමත් නැත්නම් මේ තරහව එතැනම ශක්ති ප්‍රමාණයෙන් සතියට යටපත් කරන්න පුළුවන් නම්, අපි එතැන ඇති කරගන්නා වූ ශක්තිය මේ සංසාරේ ජයට ජීවත් වෙන්න

කරන වැඩක් වෙනව. ඇති කරගන්නා වූ, ඇති වුණා වූ මේ රෝග ලක්ෂණය දිගේම වික්‍රානුපසන්නාවෙන් ඇතුළට බැහැල ඒක මුලින්ම උපුටා දාන්න කරන වැඩක් වෙනවා. ඉතින් ඒක එක පාරින් හරි යන්නේ නැහැ. එක දවසින් හරියන්නේ නැහැ. කාලයක් නැවත නැවත කරන්න ඕන. නමුත් පාඩුවක් නැහැ. ඇති වෙන්න තරහ යනවනේ. ඕන තරම් තරහ තියෙනව. ඒක මේ මැනල කිරල සල්ලිවලට දෙන දෙයක් එහෙම නොවේ. හුගදෙනෙක් හිතනවා බාහිරෙන් හිතා වෙලා, සන්නෝෂ වෙලා ගත කරන මේ සමාජශීලී ජීවිතය බොහෝම වටිනා ශිෂ්ටාචාර ජීවිතයක් කියල. නමුත් ඒක සම්පූර්ණ වැඩේ වහළොගෙන ඉන්නව පේනවා. ඊට වැඩිය බොහෝම වටිනවා සෘජුව එන අවංක තරහ, අවංක තරහ අපට පාඩමක් උගන්වනව. අපේ හැටි පෙන්නවා. අපිට ඒකෙන් පැනල යන්න ඕන නම් අපි ආල හැඟුම් පාල හිතාවක් මුණේ අලවා ගෙන කටයුතු කරන්න පුළුවන්.

නමුත් ඒක නොවෙයි සර්වඥ දේශනාව. ඒක නොවෙයි වික්‍රා භාවනාව කියල කියන්නේ. වික්‍රා භාවනාව කියල කියන්නේ හේතු එල ධර්මයන්ගෙන් තමයි මේ හිත හැදෙන්නේ. ඒ හිතෙන් මේ විදියේ රාග ද්වේෂ පහළ වෙන්නේ හේතු එල ඇතුළයි. අපිට රාගය ආපු වෙලාවෙම ඒක මකන්නේ නැතුව, වංචා කරන්නේ නැතුව, රාගය, රාගය වශයෙන් දැනගත්තොත් අපට පුළුවන් වෙනව රාගයට හේතුව නොයාගන්න. ඒ වාගේ ද්වේෂය, ද්වේෂය වශයෙන්ම අපි දැනගත්තොත් අඩුම වශයෙන් දැනගැනීම සඳහා සතිය පිහිටුවාගන්න පටන් ගත්තොත් අපිට ඒකේ හේතුව බලාගන්න පුළුවන්. ලක්ෂණ දිගේ බලනකොට මේ සතිපට්ඨාන ධර්මය අපි කිව්ව ඒකායනයි කියල. සරල රේඛාවක් දම්වැල් පුරුක් වාගේ යනවයි කියල. ඒ වුණත් එහි බලනකොට පේන්නේ මේ කායානුපසන්නාවට වැඩිය වේදනානුපසන්නාව කියන එක අපේ අධ්‍යාත්මයට ළඟයි. වික්‍රානුපසන්නාවේ ඊටත් වඩා අධ්‍යාත්මයට ළඟ ඇතුළාත්තයට ගෙනියන ගතියක් තියනවා. නමුත් රාගය, ද්වේෂය වාගේ මේ මානව ධර්ම, සමාජ ධර්මත් එක්ක බලනකොට මේ හිත, තමන්ගේ මේ අත්‍යන්ත,

අභ්‍යන්තරගත හිත දැනගැනීමෙන් තමන් ඉස්සරහ භාවනා කරන කෙනාගේ හිතක් ඒ තාලෙමයි කියල පුදුමාකාර විදියට මේකේ විශ්වගත තත්ත්වයක් තියෙනවා.

ඒක නිසා ධර්මානුකූලව බලාගෙනයන කොට ඇතුළාන්තයට ගියාට ඒ සමාජ ජීවිතය, හිඤ්ඤ ජීවිතය ගත කරනකොට පුදුමාකාර විධියට පෙනෙනවා අනුන්ගේ තරහව, තමන්ගේ තරහවමයි. ඒකේ නැහැ ජාතියක්, වංශයක්, භේදයක්, කුලයක්. ඒකේ නැහැ. ලෝභයේ නැහැ. ද්වේෂයේ නැහැ. මෝහයේත් නැහැ. නමුත් ඒ අනුන්ගේ ලෝභ, දෝෂ, මෝහ පිළිබඳව භාවනා කරන්න යෑම, හුඟ දෙනෙකු නොමග යවනසුලුයි. ඒක නිසා හුඟාක් වෙලාවට තමන් තුළින් පහළ වෙන්නා වූ රාග, ද්වේෂ, මෝහ භාවනා කරගෙන යනකොට, රාගය කියල කියන්නේ, හොඳට මතක තියාගන්න ඕන, විශ්වගත ධර්මයක්. ද්වේෂය කියල කියන්නේ, අපි හොඳට දැනගන්න ඕන, කැමති වුණත් අකැමැති වුණත්, විශ්වගත ධර්මයක්. මෝහය කියල කියන්නේ විශ්වගත ධර්මයක්. මේ තුන නොදැන අපි ධර්මය කණපිට පෙරළා ගන්නට හුඟාක් හිතල තියෙන්නේ. තමන්ගේ ගෙදර මරගාවෙ තියෙන්නේ. අනුන්ගේ ගෙදර තියෙන රාග, දෝෂ, නිවන්න හරියට බණ කියන ඇත්තෝ, හරියට කමටහන් දෙන ඇත්තෝ ඉන්නවා. අනුන්ට කියාපෑමේ අඬහැරේ තියෙනවා. අනුන්ගේ රාග, දෝෂ, ඔක්කොම නතර කරන්න හදනවා. තමන්ගේ ගෙදර තියෙන, නැත්නම් තමන්ගේම හිතේ තියෙන රාග, දෝෂ, පිළිබඳව එන්න එන්න අවුල් තත්ත්වවලට පත් වෙනව. ඒවට සමහර වෙලාවට නිදි බෙහෙත් පෙනි බොනව. ඒවට සමහර විට නිර්වින්දන පාවිච්චි කරලා, පාවිච්චි කරලා ගල් පිළිමයක් වුණත් හෙල්ලෙන පිළිවෙළට කථා පවත්වන්න දැක්කියි.

මේ රාග, ද්වේෂ, මෝහ කියන එව්වා අනුන්ගේ හිත්වල තියෙන ඒව නොවෙයි තමන්ගේ හිතේ ඇතුළාන්ත වශයෙන් දකින්න ඕන. දකිනකොට හිතන්න නරකයි, මේ භාවනා මධ්‍යස්ථානයට ඇවිල්ල වස්තුව අයිත් කරල, නෑදෑයෝ අයිත් කරල මේ කරන භාවනාව පූර්ණ ආත්මාර්ථකාමී කියල. මේ විතර භාවනා කරපු කෙනාට තමයි තව

කෙනෙකුගේ නඩුවක් සාධාරණව අහන්න ශක්තියක් තියෙන්නේ. තව කෙනෙකුගේ ජූරි සභාවකට වාඩි වෙන්න ශක්තියක් තියෙන්නේ. මේක විනිශ්චය කරන්න ගියත් නොගියත් ලෝකේ පවතින්නා වූ ධර්මාවේ ලොකු ප්‍රතිමූර්තියක් බවට පත් වෙනව. ඒ නිසා විතර භාවනාවට යනකොට අපි කලින් කිව්ව වාගේ, මේකේ ගැඹුරක්, ඇතුළාන්තයක් තියෙන බව තේරෙනවා. නමුත් අර අපි කියාපු වේදනානුපසංනාවේ සඳහන් කරපු දුක්ඛ වේදනා, සුඛ වේදනා, අදුක්ඛමසුඛ වේදනා ආදී වශයෙන්, ඒ වේදනා තත්ත්වයන් එන්න එන්න සියුම් භාවයට පත් වෙනකොට යෝගාවචරයන් මේ විතර භාවනාව දිගේත් රාග, දවේෂ, මෝහ ආදී ධර්ම, ටිකෙන් ටික ටිකෙන් ටික සුභද භාවයක්, ඇතිව ගෙදරම ඉන්න කට්ටිය වාගේ, නෑදෑයෝ වාගේ, හඳුනාගන්නවා. ඒක එනකොට ඇඟට කරප්පත් එනව, ඒව දුරු කරන්න හදනවා, බලි තොවිල් නටනවා කියන දේවල් අයින් වෙනව. රාගය කියන එක ස්වාභාවිකයි. මේ පංචස්කන්ධයේ මිසක් රාගය ගස් ගල්වල පහළ වෙනවයැ. ඒවායේ රාගය නැහැ ද්වේෂයත් ස්වාභාවිකයි. මෝහයත් ස්වාභාවිකයි. නමුත් ඒක අමතක කරන්න, ඒකෙන් නොමග හරින්න හදනව නම් ඒක අසත්පුරුෂයි. ඒකට මුහුණ දෙනව නම් සත්පුරුෂයි. එහෙම සත්පුරුෂ වෙන්න නම් ආකාපි ගුණය තියෙන්න ඕන. ආකාපි විර්යය අල්ලාගන්න ඕනෑ කියන හැඟීම තියෙන්න ඕන.

ඒ වාගේම තමයි ඒක පිළිබඳව බුදුහාමුදුරුවෝ යම් ආකාර දේශනා කළා නම් මේ හිත ස්වභාවයෙන් හොඳයි, ස්වභාවයෙන් දඹ රත්තරනක්, නමුත් මේ පිටින් ආපු පුංචි සිංගිත්තෙන් තමයි, පිටින් ගැවිලා තියෙන මේ කුණු රොඩු ටිකෙන් තමයි මේක වෙන්නේ කියල. ඒක පිළිබඳව හොඳ නුවණින් සලකා බලන ගතියක් තියෙන්න ඕන. ඒ විතරක් මදි. හොඳ සතියක් එළැඹිලා තියෙන්න ඕන. රාගය, ද්වේෂය, මෝහය එනකොට ආන්න ඒ විධියට කටයුතු කරනව නම්, මේ ලෝකය නිසා වරදවා වටහාගත්ත මේ ලෝකේ නිසා ඇති වන “අභිජ්ඣා දොමනස්ස” අපට තේරුම් බේරුම් කරගන්න පුළුවන්. ඒ නිසා විතර භාවනාව කරන්න යන කෙනා අර විදියේ ගැඹුරක්, ගැඹුර වටහාගැනීමට සූදනමක් ඇතිව

එන්ට ඕනි. සුදානමක් නැති වුණොත් ඒ පුද්ගලයා මේ ධර්ම අභනකොට, එන්න එන්න අවුලෙන් අවුලට යනව. ඒකයි සතිපට්ඨානය අර රේඛිය ක්‍රමයට ඉරක් ගහල, ඉර දිගේ ඇවිල්ල ඇදගෙන යන්න වාගෙ කායානුපසස්සනා වේදනානුපසස්සනා ක්‍රමයට ගෙනැල්ල මේ විත්තානුපසස්සනාවට සම්බන්ධ කරන්නෙ. ඒ නිසා විත්තානුපසස්සනාව භාවනා කරන්න නම් අර කියාපු කායානුපසස්සනාව, වේදනානුපසස්සනාව පිළිබඳව යම්කිසි පරිචයක් තියෙන්න ඕන. ඒ නිසා මේවා නොදූන ආපු කෙනා එහෙම නැත්නම්, ක්‍රමානුකූලව ආපු නැති කෙනා ඕන තරම් වැරැදියට චෝදනා ගේන්න ඉඩ තියෙනවා. භාවනා කරන්න ආවට පස්සෙ මට රාගය වැඩි උනා, භාවනා කරන්න ආවට පස්සෙ මට තරහ ගති වැඩි වුණා. භාවනා කරන්න ආවට පස්සෙ මට මේ නින්ද යන ගති අන්ද මන්ද ගති යමක් හරියට විවේකීව තේරුම් කර ගන්න බැරි ගති වැඩි වුණා කියල පැහැදිලිවම චෝදනා කරන්න පුළුවන්.

නමුත් ඒ පුද්ගලයා අපි හිතමු වෙනදාට වඩා ද්වේෂ ගතිය තියෙනව නම් වෙනදට වඩා රාග ගති තියනව නම් ඔහු නැවතත් කායානුපසස්සනාවට හිත යොදල බලනව. කායානුපසස්සනාවේදි සර්වඥයන් වහන්සේ පෙන්නල දීල තියෙනව, මේ මළ කුණු පිළිබඳ භාවනාව ආදී වශයෙන් ඒවට පිළියම් කලින් යොදල මතක් කරලයි තියෙන්නෙ. ඒ නිසා එහෙම වෙනකොට, මේ විදියට මෙනෙහි කරල, මේ රාගය බව දන්නව නම්, රාගයට වැඩ කරන්න තියෙන ආකාර රාගියක් සච්ඥයන් වහන්සේ දේශනා කරල තියෙනව. ඔක්කෝම සතියෙන්ම කෙරෙන්නෙ නැහැ. විතකක සන්ධාන සූත්‍රයේ ක්‍රම පහක් දේශනා කරනව. අශූභ භාවනාවේ තව ක්‍රමයක් දේශනා කරනවා. එව්වට එක එක පිළියම් ක්‍රම තියෙනවා. ඒ හේතුව මොකද, දූන් ලෙඩේ දන්නවා. දූන් දන්නවා මේ රාගයක් ඇති වෙලා තියෙන්නෙ. අන්න පිළියමට හිත යොදන්න පුළුවන්. ආන්න ඒ විදියට ධර්මානුකූලව නැත්නම් ගුරු උපදේශ රහිතව වැඩ කරන්න ගත්තොත් රාගය වැඩි වෙනව, ද්වේෂය වැඩි වෙනවා, මෝහය වැඩි වෙනව කියල චෝදනා කරන්න ඉඩ තියෙනවා. තේරුම් කරල බේරුම් කරල දීල තියෙන්නෙ



දැන් කරන්න ඕන මොකක්ද, ලෙඩේ, ලෙඩේ හැටියට දැනගන්න. දැන ගෙන වෛද්‍ය විද්‍යාවේ වැඩියක්ම සල්ලි ගෙවන්න වෙලා තියෙන්න රෝග හඳුනාගැනීමට. රෝග නිර්ණයට. ඔය විශේෂයෙන්ම ප්‍රධාන නගරවල ඉන්න ප්‍රධාන විශේෂඥ වෛද්‍යවරු නිර්ණය කළාට පස්සෙ, සාමාන්‍ය වෛද්‍යවරයෙකුට ඕන තරම් බෙහෙත් දෙන්න පුළුවන්. එකම හේතුව මොකද අපේ ලෙඩ්‍යු රෝග ලක්ෂණ කියන්න දන්න නැහැ. නරියගෙයි බල්ලගෙයි කථාවල් කිය කිය ඉන්නවා. දොස්තර මහත්මය හම්බ වෙන්න ගියාම කමටහන් ශුද්ධ කරන්න ගියාම අල්ලපු ගෙදර දේවල් කිය කිය ඉන්නවා. අරමුණ මොකක්ද, මම මේක මෙනෙහි කරනකොට මට වැටහුණේ කොහොමද, මෙනෙහි කළේ කොහොමද කියල හත් අට සැරයක් අහන්න ඕන. ඒ ඇහුවත් හරි අමනාපෙන් වාගෙ නිකම් හරියට මූණට පැඟිරි මිරිකුවා වාගෙ යාන්තම් වචනයක් කියල ඒවා විස්තර ඕන නැහැ. මොනවද එහෙනම් ඕන කරන්නෙ. ඕන කරන්නෙ මේ මොනවාදෝ ළාමක කථා විතරයි. ඒ නිසා නිස්සරණ වනයේ ප්‍රසිද්ධ කථාවක් තමයි. හොඳම විශේෂඥ වෛද්‍යවරයෙක් කියල තියෙනව භාමුදුරුවරුන්ට කවදාවත් රෝග ලක්ෂණ කීමේ හැකියාවක් නැහැ කියල. ඇයි නඩුත් භාමුදුරුවන්ගෙ බඩුත් භාමුදුරුවන්ගෙ. ඒ වාගෙම තමයි භාවනා කරන්න පටන්ගත්තට පස්සෙ හුගදෙනෙක් විත්තානුපස්සනාවෙන් පටන්ගන්නෙ. නැත්නම් ධම්මානුපස්සනාවෙන් පටන්ගන්නෙ. පර්යංක විස්තර කියන්නෙ පැය කාලක් විතර ගියාට පස්සෙ, මට මෙහෙම වුණාය කියල. කොහොමද පර්යංකයට බැස ගත්තෙ, කොහොමද අරමුණට බැසගත්තෙ? එව්ව අවශ්‍ය නෑ. එව්වා ගුරුවරයාට තේරෙනවා. මම අර ඊයෙ කිව්වෙ, ආන්න එතන තමයි. ඉතින් ඒව මතක තියා ගන්න ඕන. ඊයෙ කියපු දේවල්... කරුණු කාරණා.

නමුත් විත්තානුපස්සනාවෙදී මේ මොනවත් ඕන නැහැ. ඒකෙ තියෙන්නෙ පැහැදිලිවම පවතින තත්ත්වය. අර රූප ධර්මවලට සාපේක්ෂව නාම ධර්ම විකසිත වෙන වෙලාවක්. ඒ නිසා අපි මේ නාම ධර්ම කථා කරන්න එනකොට පැහැදිලිවම පරිසරයේ ඇත්තා වූ ඒ රූප ධර්ම පිළිබඳ

සටහන ඇඳිල තියෙන්න ඕන. මගේ අරමුණ නාසිකාග්‍රය. එහෙම නැත්නම් උදරය. මම ඒක මේ මේ විදියට මෙනෙහි කළා. මෙනෙහි කරනකොට මෙන් මෙහෙම වුණා කිව්ව නම්, අන්න තියෙනවා ඒකේ මාරග පටයක්. එහෙම නැතුව හුඟදෙනෙක් පටලවාගන්නේ, භාවනා නොකරන ඇත්තන්ගේ වාගෙම තියෙන මේ මිට්‍යා විශ්වාස නිසා. ඒක නිසා සතිපට්ඨානෙ අපි හැම වෙලාවෙම තේරුම් අරගන්න ඕන. ඒකේ තියෙන්නේ රේඛීය ක්‍රමයක්. ඒ ක්‍රමය කවදාවත්ම වරදින් නැහැ. අපි හැමදාම අයත්තෙන් පටන්ගන්න. ඉතින් හුඟක් හිතනවා අපි කායානුපස්සනාව, වේදනානුපස්සනාව කරල ඉවරයි. දැන් විතතනානු පස්සනාව කරන්නේ. අනේ ඕනින් ඒ වෙලාවෙන් රාගය මතු වෙනව, ද්වේෂය මතු වෙනව, එපා වෙනව, කම්මැලි වෙනව ආදී වශයෙන් මේවා ආප්‍රවම හිතනව දැන් භාවනාව කැඩිල. දැන් ගිහිල්ල කියන්නේ නැහැ. ඉතින් හරියට ශල්‍යකර්මයකට අත්සන් කරන්න යන්න වාගේ තමයි කමටහන් ශුද්ධ කරන්න යන්න. හරි අමාරුයි. ඒ මොකද අර ක්‍රමානුකූල වැඩ පිළිවෙළ දන්නේ නැහැ.

ඒ නිසා අපි තේරුම් අරගන්න ඕන මේ කායානුපස්සනා, වේදනානුපස්සනා තුළින් රූප ධර්ම පිළිබඳ සෑහෙන පරිචයක්, දන්නා තේරෙන ගොරෝසු දේවල් තුළ සෑහෙන පරිචයක් ඇති කරගත්තාට පස්සේ තමයි විතතනුපස්සනාවට එන්නේ. ඒ විතතනුපස්සනාවේ සරාගී හිත සදෝස හිත සමෝහ හිත, නැත්නම්, ලෝහ දෝෂ-මෝහ සහිත හිත් පැහැදිලිවම පෙන්වනවා. ඒව පෙනෙන කොට හැමතැනම හොඳට කියවල බලන්න සතිපට්ඨානෙ. සර්වඥයන් වහන්සේ පෙන්න්නේ කෙළෙසිව්ව හිත් තමයි ඉස්සෙල්ලම මෙනෙහි කරන්න කියන්නේ. රාග සහිත හිත මෙනෙහි කරපුවාම, රාග රහිත හිත අර රාග සහිත හිතට සාපේක්ෂකව පේනව. ද්වේෂ සහිත හිත මෙනෙහි කරන්න කියනවා. ඒක මෙනෙහි කරනකොටයි. දෝෂ රහිත හිත පේන්නේ. මෝහ සහිතව අන්ද මන්ද වෙච්ච හිත මෙනෙහි කරන්න කියනවා. ඒක මෙනෙහි කරනකොට දෝෂ රහිත හිත පේනව. මෝහ සහිත අන්ද මන්ද වෙච්ච හිත මෙනෙහි

කරගන්න පුළුවන් නම් අන්ද මන්ද නැති විවෘත හිත පේනව. ඒ තුනේදීම පෙන්නල දීල තියෙන්නෙ අකුසල ධර්ම තමයි. අකුසල ධර්ම, නැත්නම් අපි කියනවා අශෝභන පැත්ත ලෝභ රහිත හිත, දෝෂ රහිත හිත මෝභ රහිත හිත කියන එක එව්වරම අපට තේරෙන්නෙ නැහැ. වැටහෙන්නෙත් නැහැ. නමුත් රාග, ද්වේෂ, මෝභ වැටහෙනවා. වැටහෙන තැන දන්නව නම් ඒක නැති එක, හොඳ එක් ආත්ත ඒ තත්ත්වයෙදි භාවනාවට බැසගැනීමට පහසු වෙන්නෙ කෙළෙසිව්ව හිතක්. ඒ නිසා කෙළෙසිව්ව හිත අයිත් කරල අපට කවදාවත් නිවන් ලබන්න බැහැ. කෙළෙසිව්ව හිත, කෙළෙසිව්ව හිත වශයෙන් දැනගන්න ඕන.

ඊට පස්සෙ "සංඛින්නං වා වින්නං, වික්ඛින්නං වා වින්නං, මහග්ගතං වා වින්නං" මේ තුන පිළිබඳව යම් කිසි ප්‍රදේශයකට ගියාට පස්සෙ හිත එක්කෝ නින්දට වැටිල හැකිලීගන්නව, එහෙම නැත්නම් හිත විසිරී යනවා. භාවනා කරන විට පැහැදිලිවම මතු වෙන තත්ත්ව දෙකක් නම්, මේ තත්ත්ව පිළිබඳ සාකච්ඡා කරන්නෙත් නැහැ. සාකච්ඡා කරන එක වැරදිසි කියල හිතනව නමුත් ඉස්සරත් මේව කොච්චරදෝ වෙලා තියෙනවා. නමුත් අපි විඤ්ඤානපඤ්ඤාව කරනකොට, කවදාවත් මේ නොවෙව්ව දේ හොඳට ඉස්සරහට එනව. හොඳට අරමුණේ හිත තියාගෙන ඉන්නකොට එක පාරට නින්ද ගිහිල්ල අවදි වුණා වාගෙ, අරමුණ නොදැනී ගිහිල්ල, එක පාරට මතු වෙනව. ඒක පිළියම් කරන්න නූල් බඳින්න, හදිසියේ හදිසි සත්කාර ඒකකයට ගෙනියන්න දෙයක් නොවෙයි. ඒ මෙතෙක් කල් තිබුණ සංකිත හිත, ලීල හිත, හැංගෙන හිත ඊගාවට විඤ්ඤාන වෙනව. ඊයේ හොඳට භාවනාව හොඳයි. අද කිසිම හේතුවක් නැතුව, මොනම තාලෙකටවත් අරමුණට හිත යන්නෙ නැහැ. ඉතින් අපි හිතනවා මේක හෙටත් භාවනා කරල තමයි කථා කරන්න ඕන, අද නම් මොකක් හරි වැරදිලා කියල. වැරදිලා නොවෙයි. තිබුණ වැරද්ද දැනගත්තා. මේ සංකිත හිත, පිපිඬු හිත කියන මේක හතරවෙනියට තමයි විඤ්ඤානපඤ්ඤාවෙ පෙන්නන්නෙ. මෙන්න මේ තත්ත්ව තේරුම් ගත්තට පස්සෙ තමයි අපට මහගගත හිතක්, අමහගගත හිතක් කියන එක තේරුම්ගන්න පුළුවන්.

වෙන විදියට කියනව නම් නිවරණ ධම් ආවත් නිවරණ මෙනෙහි කරනවා සතියෙන්. නාවත් ඒ බව දැනගන්නවා. ආන්න ඒ විදියට ගියාට පස්සෙ තමයි දැන් මගේ හිත මහගතයි එහෙම නැත්නම් අර්පණාවට සුදුනම්. නැත්නම් අර්පණා මට්ටමේ දැන් නැහැ. ආන්න ඒ වෙලාව එනකොට සර්වඥයන් වහන්සේ පෙන්නල දෙන්නෙ හොඳ පැත්ත ඉස්සරහට කරල මෙනෙහි කිරීම. මහගත හිත දැක්කට පස්සෙ ඊයෙ නම් භාවනාව කොච්චර හොඳයිද සමටේත් හොඳයි. විපසනාවත් හොඳයි. නමුත් අද හොඳ නෑ. නමුත් ඒක පිළිබඳව කිසි පැකිළීමක්වත් වැරදි බංකොලොත් අදහසක්වත් හොඳ නැති බව දන්නවා. ඒ වෙලාවේදී කොහොමද ආහාර රූපීය, කොහොමද නින්ද, කොහොමද නෑමට කෑමට, ශරීරට පිළිබඳ තියෙන ආශාව, අනුන් පිළිබඳ ආකල්ප හොඳට තමන්ට වැටහෙනව. ප්‍රියමනාප ලෙස නුඹ නොදකිත් කියන අදහස තමයි තියෙන්නෙ. ඉතින් ඒකයි කමටහන් ශුද්ධ කිරීමට සාකච්ඡා කිරීමට මේ වාගේ දේවල් ඉදිරිපත් කරගැනීමට පැකිලෙන්නේ. නමුත් පැකිලෙන්න පැකිලෙන්න ඒව වැඩෙනව.

ඒ මහගත හිත හොඳට තේරුම් ගත්තට පස්සෙ “සඋත්තරං විතතං, අනුත්තරං විතතං “ඒක” හොඳට, සාමාන්‍ය සම්ප්‍රදායානුකූල අටුවාවෙ විස්තර කරල පෙන්නන්නෙ මේක රූප ධ්‍යාන, අරූප ධ්‍යාන වාගේ ඒ නිසා මහගත, අමහගත, සඋත්තර, අනුත්තර හිත් සමථය හොඳට ධ්‍යාන මට්ටමට වඩපු ඇත්තන්ගෙ භාවනා කොටසක් වශයෙන් තේරේවි. නමුත් විපසනා කරනකොටත් ඒ තරමටම ප්‍රකටව නොපෙනුණාට, මේ තත්ත්ව වලට එනව. ඒ එන තත්ත්ව වෙනදා දන්නා දේවලට සාපේක්ෂකව සම්බන්ධ කරල මේවා පැහැදිලිවම අඩු ගානෙ තමන්ගෙ පොතක හරි ලියාගන්න ඕන. කියන්න තරම් ලැජ්ජයි නම්, කියන්න තරම් කාරණාවක් නෙවෙයි කියල හිතෙනව නම් මේවා එනකොට මොකද හිතේ තත්ත්වෙ, මේවා එනකොට ආහාරට කොහොමද හිත කොහොමද තමන්ගෙ හිත පිළිබඳව, ආදී වශයෙන් ඒ සම්බන්ධව හොඳට ලියනව නම් ඒකෙ ගැඹුරු සජීවී ධර්මයක් තමන්ගෙ හිතේ තැන්පත් වෙනව. නමුත් හුගදෙනෙක්

ඒක දන්තෙ නැතුව ඒවා එනකොට ඒවා මගහරින්න හදනවා. මොනව හරි ක්‍රමයකින් හිත නැගිට්ටුවාගන්න හදනවා, මේ ධර්ම අවබෝධ කිරීමෙන් තොරව. අන්න ඒ තත්ත්ව ඉදිරියට එන්නෙ බොහොම කලාතුරකින්. ඒ ආපු වෙලාවෙදී ඒකෙ වගකුග විස්තර සහිතව සටහන් කරගන්න අපි දන්නවා. පසුගිය පිළිබඳව ඉගෙනගන්නා ශාස්ත්‍රයේදී දුර්ලභ වාගේ පසුගියෙක් හම්බ වුණොත්, ඒ පසුගියාගෙ දිග, පළල, වර්ණ ඔක්කෝම හැකි තාක් දුරට සටහන් කරල තමයි උභව මුදා හරින්නෙ. ඒ වාගෙ තමයි අපට හොඳට භාවනා කරන වෙලාවෙදී නිදීමක. ඒකට හරි බයයි. හය වෙන්න දෙයක් නැහැ. මේක ඒකාන්තයෙන්ම සංකීර්ණ හිත භාවනාවෙදීම හඳුනාගන්න ඕන. විකල්පිත හිත විසිරී යන හිත භාවනාවෙන්ම හඳුනාගන්න ඕන. ඒ තත්ත්ව ඒ කියන්නෙ ඔය කියන විදියට සීලයට අදාළ කොටස්, සම්මයට අදාළ කොටස්, ඔක්කොම පැත්තුවට පස්සෙ තමයි හිත සමාහිත අසමාහිත කියන විදියට තමන්ට තේරුම්ගන්න පුළුවන් වෙන්නෙ.

දැන් ඔන්න සත්පුරුෂ පැත්තට හිත යනව. ආර්ය පැත්තට හිත යනවා. උත්තම පැත්තට හිත යනවා. සමහර වෙලාවට ඒවා මොනවත් නැතුව අර කරපු ධර්ම කරපු වැරදි නානාප්‍රකාර දේවල් කුණු එන්න පටන් ගන්නවා. ඒ වුණත් මේක විපසනාවට අල්ලනවා. විපසනාවට අහු වෙච්ච අන්න එදාට තමයි භාවනාව විපසනා භාවනාව හොඳට සිද්ධ වෙන්නෙ. ඒ වෙලාවෙදී සමහර වෙලාවට ගඟේ වම් ඉවුරෙ හැපෙන වෙලාවලුත් තියෙනව. දකුණු ඉවුරෙ හැපෙන වෙලාවලුත් තියෙනව. ඒ නිසා සමහර හොඳට හිත පැහැදිලියි. නමුත් පැහැදිලි තත්ත්වය යටතේ තමන්ට ජේනව කිසිම හොඳක් නම් හිටියෙ නැහැ. නරක දේවල් දෝරේ ගලනවා. නමුත් තමන් තෙමිල නැහැ. පෙඟිල නැහැ. ඒ දිහා බලන බව දැකගන්න පුළුවන්. ආන්න ඒ විදියට මේ හිත අසමජාත හිත කියල අපි සමහර වෙලාවට කියන්නෙ. ඒ වාගෙ තමයි අසමාහිත හිත මෙන්න මේ තත්ත්වය ඔක්කෝම දූකල, වෙන විදියකට කියනව නම් තුවාලෙ තිබුණ සැරව ටික ඔක්කොම එළියට ගියාට පස්සෙ තමයි වේළෙන්නෙ.

“විමුක්තංවා විතතං අවිමුක්තං වා විතතං” එතකොට හිත විමුක්තියට ලැස්තියි. ඒ ඔක්කෝම තත්ත්ව මේ විතතානුපසංයනාවෙන් මුල සිට අග දක්වාම දේශනා වෙනව. නමුත් විතතානුපසංයනාවේ මුලින් සඳහන් වන රාග, දෝෂ, මෝහ ආදී තත්ත්ව වලට එන්න කායානුපසංයනාවෙන් වේදනානුපසංයනාවෙන් ලොකු පෙළ ගැස්මක් දෙනව. ඒ නිසා සාමාන්‍ය විතතානුපසංයනාවෙන් ආරම්භ කරන අවස්ථා නැහැ. ආරම්භ කරන අවස්ථා සඳහන් වෙනව. හොඳ සමාධියක් ඇති කෙනා නාම ධර්මවලින් භාවනාව පටන්ගන්න වෙලාව. මොකද ඔහුට ඒ වන විට සීල ශික්‍ෂාවෙන්, සමාධි ශික්‍ෂාවෙන් බාධා නැහැ. විපසංයනා යෝගාවචරයාට නම් හොඳම වැඩේ තමයි, ගොරෝසු කායානුපසංයනාවෙන් පටන්ගැනීම. ඒ වාගෙම තමයි විතතානුපසංයනා භාවනාවට අදාළව භාවනාව ගෙන යන වෙලාවට හිත වැටුණොත්, පිළියම් කරගන්න බැරි තත්ත්වයට වැටුණොත් වහාම තමන් හිටපු මුල් පියවරට යන එකයි හොඳම වැඩේ. ආයින් තමන්ට තේරෙන කයට යනව. ආයින් තමන්ට තේරෙන වේදනාවට ගිහිල්ල ක්‍රමයෙන් ක්‍රමයෙන් ඒ භාවනා වැඩ පිළිවෙළ ‘අ’ යනු ‘ආ’ යනු කියන තැන ඉඳල ඉස්සරහට කරගෙන යන්න ඕන. ඒ නිසා මේ තරමට භාවනා නොකර කොච්චර සතිපට්ඨානෙ කියව කියව හිටියත් මේ වාගේ අත්දැකීම් එන්නෙත් නැහැ.

ඒ වාගෙම තමයි භාවනා කරනකොට හුගදෙනෙකුට, සියයට වැඩි පිරිසකට, මේ අත්දැකීම් රාශියක් තියෙනව. නමුත් මේ අත්දැකීම්වල තියෙන වටිනාකම අර සේරිවාණිජ ජාතකයෙ ආත්තම්මට හම්බ වෙච්ච දූලි වළඳ වාගෙ තමයි හිතාගෙන ඉන්නෙ. නමුත් ඒ බෝධිසත්ත්ව වෙළෙන්දාට වාගෙ ඒක දකිනකොටම, මේක හුරල බලල මේකෙ දඹ රත්රන් බලාගන්න පුළුවන් ශක්තියක් ඇති වෙනව නම් කථාව සම්පූර්ණයෙන්ම වෙනස්. එහෙම නම් මෙච්චර මේ වස් කාලෙ ඉවර වෙනකන් ඉන්න ඕන කියල හැගීමක් නැහැ. එහෙම නැත්නම් මම ලබන ආත්මෙට යන්න ඕන කියල හැගීමක් නැහැ. වහාම තමන්ට මේ දේ කරගන්න පුළුවන්. ඒ නිසා විතතානුපසංයනාව බොහෝම ශීඝ්‍ර ක්‍රමයක්. ඔක්කෝම ධර්ම



කොට්ඨාස බොහෝම ළං කරල දෙනව, නමුත් ඒ එන වේගෙට, එන ප්‍රතිඵල රාශිය දරාගන්න තරම් අපේ චිත්ත සන්තාන පිරිසිදු මදි. මේ චිත්ත සන්තාන වැඩ කරන්නේ නිතරෝම තර්ක මනස යටතේ. ඒ මනස යටතේ පව කරන එකමයි, පසුබාන එකමයි, කෙලෙස්වල හැටි. කෙලෙස්වල හැටිම මේක මිලාන කරනවා. පසුබානවා, ඇදල දානවා, නමුත් විත්තානුපසස්සනාවෙදි ඒක පෙන්නන්න හදන්නේ ඉස්සෙල්ලාම මතක තියාගන්න කියනව මේ හිත දඹ රත්තරනක් වාගෙ වටින දෙයක්. වැදගත් දේ තමයි වැඩි. ඒ නිසා මේ පිට තියෙන දේ කණපිට හරවල ඇතුළෙ තියෙන දේ පිටට අරගෙන මේ දේ බලන්න පුළුවන් නම් අපට තේරෙන්න පටන් අරගනී. අපි මේ ලබපු ආත්මෙ ඒකාන්තයෙන්ම මේ බුද්ධෝත්පාද කාලෙක, මනුස්ස ආත්ම භාවය ලැබිල, ක්ෂණ සම්පත් ඇතිව කලාශාණ මිත්‍ර ආශ්‍රය, ධර්මානුධර්ම ශ්‍රවණය, පැවිද්ද කියන මේ සියලු අංග සම්පූර්ණ වෙලා ඉන්දෙත්දීත් අපි මොකක්දෝ තව බලා ඉන්න ගතියක් ජේතව. ඒකට හේතුව මේ විත්තානුපසස්සනාවෙදි දැක්කේ නැහැ. මේ හිත දඹ රත්තරනක්. අපි ඉන්නේ ඒකේ, නමුත් ඒක මතු කරගන්නා හැටි දන්නේ නැති අඩුපාඩුව නිසා.

ඒ නිසා සච්ඤයන් වහන්සේ අවසානෙ බලන විට අපට මොනවත් දීලත් නැහැ. උන් වහන්සේ කියන්නේ නැහැ මොනවත් දුන්නයි කියල. උන්වහන්සේ දේශනා කරන්නේ මෙන්න පාර. "විනෙය්‍යලොකෙ අභිජ්ඣා දොමනස්ස" කියන විදියට ඒ ගුණ හතර ඇති කෙනාට වැඩි කල් ඇත්තේ නැහැ. ඒක තේරුම්ගන්න. ඔය කායානුපසස්සනාවට වඩා මේ විත්තානුපසස්සනාව බොහෝම විචිත්‍රයි. වේදනානුපසස්සනාවටත් වඩා විචිත්‍රයි. ධම්මානුපසස්සනාවටත් වඩා විචිත්‍රයි. ඒ නිසාම දෝ සතිපට්ඨාන භාවනාවෙ ඉතාම පුංචි පරිච්ඡේදයයි සඳහන් වෙන්නේ විත්තානුපසස්සනාවට. ඒ නිසා අපි හිතාගන්න ඕන අපේ වැඩ පිළිවෙළවල්වල ගොඩාක් වැරදි ස්ථාන එහෙම නැත්නම් ගැටලු ස්ථාන, එහෙම නැත්නම් කරන්නේ ඉස්සරහද අශ්වයා ඉස්සරහද කියල පටලවාගත්ත ස්ථාන, රාශියක් මෙතැන යටි පහු වෙනව. ඒ නිසා මෙතෙන්ට ආවම හදිසි විනිශ්චයකට යන්නේ නැතුව පුරුදු තාලෙට මෙනෙහි කරමින් මේක ශුද්ධ කරගන්නව නම්



අපිට අපි පිළිබඳව ලොකු සන්තෝෂයක්, හුඟාක් හැකි සංඥාවක් ඇති කරගන්න පෞරුෂත්වයක් තියෙනව. අඩු ගානෙ අපි භාවනා කරගෙන ඉන්නවනෙ කියන එකයි ලොකු දෙය. ඒ නිසා සියලුදෙනාම තම තමන් දන්නා මූලධර්ම කරුණු රාශියක් මේ ඇත්තො ළඟ තියෙනවා. ඉතින් භාවනා කරුණු, ලබන අත්දැකීම් රාශියක් තියෙන බව හිතනකොට ජේනව. නමුත් කියන්න හදනකොට නම් කියන්නෙ හුඟාක් වෙලාවට පුස් කාපු පැත්ත. ඒක අයිත් කරල හැකි සංඥාවක් ඇති කරගෙන මේ දඹ රත්තරනක් වගේ දේ ඉස්සරහට ගත්තොත් අද බුද්ධ ශාසනේට අවශ්‍ය කරන ඉතාමත්ම වැදගත් දේ අත්‍යවශ්‍ය සාධකය ඒකයි. මේ දෙයින් තමයි අපි හිතාගන්න තියෙන්නෙ බුද්ධ ශාසනේ තව කැඳ වේලක් ගා ගන්න තරමට හරි දික් කරනවා නම් දික් කරගන්න පුළුවන් වෙන්නෙ මේක කරන අයට මිස මේක වහල, ඔය අනම් මනම් ලාමක අලංකාර අඬ හැර වැඩවලින් නෙවෙයි. ඒ නිසා හැම කෙනෙක්ම අධිෂ්ඨාන කරගන්න ඕන, මේක පිළිබඳව අපේ හිතේ යම් පෙළගැස්මක්, යම් කිසි විදියක නිසි අවබෝධයක් ඇති වුණොත් ඒක පුද්ගලික දෙයක් කියල හිතන්න නරකයි, ඒක ඒකාන්තයෙන්ම මුළු පරිසරයටමත් බලපානව. මුළු ලෝකයටමත් බලපානව. ඒක අපේ මුළු සංසාරටම බලපානව. ඒ නිසා අපි නිතරෝම බලාපොරොත්තුවෙන්න ඕන නම් අමුත්තා අපේ ගෙදරට එයි. දොර ඇරල තියන්න විතතානුපසස්නාවට ඕන තරම් ඉඩ තියෙනවා. අපේ හිත එකට සාදර වෙන්න ඕන. ඒ නිසා සියලු දෙනාටම ඒ “ආනාපි සම්පජානො සතිමා” කියන ගුණ ඇති කරමින් වෙන විදියකට කියනව නම් සද්ධා, චිරිය, සති, සමාධි, ප්‍රඥ කියන ධර්ම වඩාගන්න, අද මේ ධර්ම කොට්ඨාසයත් හේතු වේවා! තම තමන්ගෙ භාවනා අත්දැකීමුත් හේතු වේවා කියන කාරුණික ආශීර්වාදයත් එක්ක අදට නියමිත ධර්ම දේශනාව මෙතැනින් හමාර කරනවා.

සාධු! සාධු! සාධු!





10 වන ධර්ම දේශනය

තමෝ තසස භගවතෝ අරහතෝ සමමා සමබුද්ධස්ස .....//

“ඉධ භික්ඛවෙ භික්ඛු ධමෙමසු ධම්මානුපසසී, විභරති, ආතාපි,  
සමපජජානෝ, සතිමා, විනෝය, ලොකෙ අභි ජ්ඣධා,  
දොමනස්සංඤී ති”

ගෞරවනීය යෝගාවචර මහා සංඝ රත්නයෙන් අවසරයි. අපි සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඉදිරිපත් කරගෙන පවත්වාගෙන යනු ලබන මේ ධර්ම දේශනා මාලාවේ අද ආරම්භයක් ලබන්නේ ධම්මානුපසසනා කොටසටයි. කලින් අපි මතක් කරපු විදියට සච්ඤ දේශනාව, තිපරිචට්ටය දේශනා වශයෙන් සෑම කාරණාවකටම ගැලපෙන විදිහට පරිපූර්ණ කරල, දේශනා කරන සෑම අවස්ථාවකම නෛසර්ගිකවම, නිසැකයෙන්ම ඉබේම අනුපූර්ව පිළිවෙළට දේශනා කරන එක සච්ඤයන් වනන්නේගේ එක ස්වාභාවික ලක්ෂණයක්. මේ සතර සතිපට්ඨාන පෙළගස්වනකොටත් ඉතාම ප්‍රකට කායානුපසසනාවේ ඉඳල ක්‍රමක්‍රමයෙන් ඉතා සියුම් වූ සුක්ෂ්ම කොටස් කරා ක්‍රමයෙන් විකාශ වෙන එක තමයි කාය, වේදනා, විඤ්ඤා, ධම්ම වශයෙන් සතිපට්ඨාන හතරක් වශයෙන් ඉදිරිපත් කිරීමෙන් බලාපොරොත්තු වෙන්නේ. මේ නිසාත් මේ ඒකායන මාර්ගී කියන එකායනෝ අයං භික්ඛවෙ මගො” කියන එකට අර්ථයක් ලැබෙනවා. ඒ මොකද, කායානුපසසනාව වෙනමම විස්තර කරල කායානුපසසනාවෙන් වෙනමම මාර්ගී ඵල ලබාගන්නත් පුළුවන් තරමේ ඒ තුළමත් යම් ගැඹුරක් තියෙනවා. කායානුපසසනාව ආරම්භක අවස්ථාවේ තියෙන්නා වූ ඒ කාටත් වැටහෙන තැන ඉඳල ඉතා ගැඹුරු තැනකට කායානුපසසනාව දිගේමත් අතු ඉති විහිදී වැඩෙන ගතියක් තියෙනවා. ඒ වාගේම කායානුපසසනාව

වේදනානුපසස්සනාවට තුඩු දෙන ගතියක්, යොමු කරවන ගතියක්, නැඹුරුවක්, ගොණුවක් ඇති කරල දෙනවා. එහෙම පිවිසුමක් ලබල වේදනානුපසස්සනාව දිගේ පළල භාවයක් අතු ඉති විහිදී වැඩි වීමක් තුළිනුත් එකිනෙකාගෙ වරින් ලකුණු හැටියට එක් එක් කෙනාගෙ රුවේ අරුවිකම්වල හැටියට නිශ්‍රය සම්පත්වල හැටියට මාගී එල නිවන් ලැබීමට ඒක වෙනමම පිවිසුමක් දොරටුවක් වෙන්න පුළුවන්. ඒ වාගෙම වේදනානුපසස්සනාව දිගේ කටයුතු කරගෙන යනකොට කාය වේදනා විඤ්ඤානුපසස්සනාවට පිවිසුමක් ඒකෙන් ලබා දෙනවා. යොමුවක්, ගොණුවක් ලබාදෙනවා. විඤ්ඤානුපසස්සනාවත් සමහරක් ගති ලකුණු ඇති ඇත්තන්ට බොහෝම ඇතුළාන්තයක් ගැඹුරක් පෙන්වමින් ලෝකෝත්තර තත්ත්ව ඇති කරදෙන පුළුවන්. විඤ්ඤානුපසස්සනාවෙන් ධම්මානුපසස්සනාවට ආරාධනාවක් පිවිසුමක් ඇතුළු වීමක්, ගොණුවක් ලබා දෙනවා. ධම්මානුපසස්සනාව තුළත් ඇතුළාන්තයක්, ගැඹුරක් තියෙනවා.

ඒ නිසා මේ ආකාර එක රේඛීයව පෙන්වන්න බැරි විවිධ සම්බන්ධතා, විවිධ හේතු එල සම්බන්ධතා ඇති දෙයක් සවිඥානා ඥානයෙන් පෙළ ගස්වා එකින් එකට රේඛීයව හරියට දම්වැලක් පුරුකෙන් පුරුක ගැටගහල පෙන්න්නන වාගෙ සංකීර්ණ කරන්නෙ නැතුව එක දිගට පෙන්න්නන වාගෙ සංකීර්ණ මාර්ගයක් කියන අදහසක් මේ ඒකායන මාගීය කියන එකේ තියෙනවා. ඒ අනුවත් ධම්මානුපසස්සනාව කියල කියන්නෙ බොහෝම ගැඹුරු, බොහෝම සුක්ෂ්ම, බොහෝම අල්ලාගැනීමට අමාරු කොට්ඨාශයක් බවට පත් වෙනවා. ඒ නිසා සතර සතිපට්ඨානවල සම්ප්‍රදායානුකූල වුණත් ධම්මානුපසස්සනාවට වැඩි ගෞරවයක් තියෙනවා. බොහෝම ගම්භීර භාවයක් මේකේ තියෙනවා. එහෙම නමුත් ඒ ගම්භීර භාවය ක්‍රමක්‍රමයෙන් කාය - වේදනා - චිත්ත - ධම්ම - ආදී විදියට යනකොට එන්න එන්න වටහාගන්න පුළුවන්, දිරවාගන්න පුළුවන් මට්ටමට පත් වීම, ඒ තාලට ඉදිරිපත් කිරීම, සවිඥානත්වහන්සේගේ එක දේශනා විලාශයක්. ධම්මානුපසස්සනාවේදී මූලික පදය වෙන්නෙ ධම්ම කියන පදයයි. කායානුපසස්සනාවෙ කාය කියන

කොටස රූප ධම්ම පදයන් වැටෙනවා කියල අපි සාමාන්‍යයෙන් දන්න තවත් ධම්ම වචනයක් ආගමික වචනයක් කිට්ටු කරගන්නවා. කය කියන්නේ රූප ස්කන්ධය ඊඟාවට වේදනා කිව්වම වේදනා ස්කන්ධය වශයෙන් විදිම් රාශිය සබ්බෙ සංවේදී භාවය කියල අපි තේරුම් ගන්න උත්සාහ කළානෙ. ඊළඟට විජානානුපසසනාව කිව්වම අපි සාමාන්‍යයෙන් පාවිච්චි කරන හිත, එහෙම නැතුව පංචස්කන්ධ ක්‍රමයට බලනවා නම්, ඒක විඤ්ඤාණය කියල අපි සඳහන් කරනවා. හිත විඤ්ඤාණය විත. පාලියෙන් විත කියන වචනය පාවිච්චි කරනවා. ධම්මානුපසසනාව කිව්වම සංඥා සංස්කාර කියන මේ කොට්ඨාශ දෙක තමයි ගැටෙන්නේ. සංඥා කියල කියන්නේ හඳුනාගැනීම සංඛාර සංස්කරණ කරන හදන එක වෙනස් කරගෙන අපට ඒක ඕන තාලෙට අග කොන් කපල, රවුම් කරල, මට්ටම් කරල ගැනීම සඳහා අපේ තියෙන්නා වූ චේතනා ප්‍රධාන කරගන්නා වූ ඒ වෛතසික ධම්ම ටික සංඥා සංස්කාර කියන කොටසට වැටෙනවා. සංඥා සංස්කාර කියන දෙක තමයි මෙතන ධම්ම කියන කොටසට ඉතුරු වෙන්නේ, එක විදියකට මේක ගණිතමය ක්‍රමයකට බලනකොට. නමුත් ධම්ම කියන පදයට දීල තියෙන අර්ථකථනය බලනකොට “ධාරෙතී ති ධම්මො” කියල කියනවා. යම් කිසි දෙයක් අතහැර, තැන නොතැන බලල කොතැනකත් එහි දරන්නා වූ ලක්ෂණයක් තියනවා නම් ඒ දේ තමයි ධම්මාව. පයවි කියන රූප කොට්ඨාශය ලක්ෂණ, කර්කශ භාවය, සුමුදු බව, බර බව, සැහැල්ලු බව, මොළොක් බව, තද බව ආදී වශයෙන් ඒ කොතැන තිබුණත් කාගෙ ළඟ තිබුණත් පයවියේ තියෙනවා වෙනමම ඒක දරන ලකුණු. ඒක තමයි පයවි ධාතුවේ ධම්මය, ධම්මාව. ආපෝ ධාතුව කිව්වම අප ආබ්ඤ්ඤානුපසසනා ලක්ෂණය වැගිරෙන ලක්ෂණය තියනවා. වායෝ ධාතුව කිව්වම කම්පන ගතිය, දරන වංචල ගතිය මේ ඔක්කොම ධාතූ “ධාරෙතී ති”. ඒවායෙ ධම්මා තමයි ඔය පෙන්වන්නේ. සතිපට්ඨානෙ ගත්තාම කායානුපසසනාවෙන් ඔය ධම්මා කොටසක් තියෙනවා. ඒක දරන ඒකේ ස්වාභාවික ලක්ෂණ වගයක් පෙන්වනවා. ඒ වාගෙම විජානානුපසසනාවෙන් වේදනානුපසසනාවෙන් ධම්මානුපසසනාවෙන්. ඒ

නිසා සතර සතිපට්ඨානෙම එක පැත්තකින් බලනකොට  
 ධම්මානුපසස්සනාවට වැටෙනවා. ඒ නිසා කාටත් තේරෙන තාලෙට කියනවා  
 භාවනා කරන කොට කායානුපසස්සනාවට, වේදනානුපසස්සනාවට,  
 චිත්තානුපසස්සනාවට නොගැනෙන සෑම දේම ධම්මානුපසස්සනාවට  
 ගැනෙනවා කියලා. ඒ නිසා අපි කායානුපසස්සනාව ඉගෙනගන්නකොට  
 කායානුපසස්සනාවේ සීමා සහිතව, මෙන්ම මේකයි කායානුපසස්සනාව, මේ  
 වේදනානුපසස්සනාව සීමා සහිතව, මෙන්ම මේ ප්‍රදේශය මේ ටික  
 චිත්තානුපසස්සනාව, කිව්වම එයින් බාහිර වූ හිතට හිතන, ඕනෑම වෙන  
 සංසිද්ධියක්, මූලධර්මයක්, සාමාන්‍ය කාරණාවක් ඔක්කොම වැටෙන්නෙ  
 ධම්මානුපසස්සනාවට. ඒකත් ආධුනිකයාගෙ දැනගැනීම සඳහා මූලධර්ම දොහ  
 කල්පනා කර දැනගැනීම සඳහා පංච නිවරණයන්ගෙ ධර්ම, උපාදාන ස්කන්ධ  
 පහ, ආයතන හය බොජ්ඣංග හත, චතුරාර්ය සත්‍යය ආදී වශයෙන්  
 මූලික කොටස් ටිකට කඩල තියෙනවා. ඒ නිසා භාවනා යෝගාවචරයාගේ  
 පැත්තෙන් බලනකොට, ධම්මානුපසස්සනාව පිළිබඳ මූලධර්ම දැනීම අපිට ඒ  
 ප්‍රමාණෙට සීමා කරන්න ඕන.

නිවරණ පිළිබඳ යම් දැනීමක් යෝගාවචරයා තුළ තිබිය යුතුයි. ඒ  
 වාගේම පංච උපාදානස්කන්ධ විෂයෙහි යම් දැනීමක්, පොත පත දැනුමක්  
 හෝ සාකච්ඡා කර දැනීමක් හෝ තමන් ළඟ තියෙන්න ඕන. ආයතන හය  
 පිළිබඳව, බොජ්ඣංග ධර්ම හත පිළිබඳව, චතුරාර්ය සත්‍යය පිළිබඳව. මේ  
 චතුරාර්ය සත්‍යය පිළිබඳව බොහෝම කෙටි විස්තරයක් සහිත දේශනාව  
 මජ්ඣිම නිකායේ සතිපට්ඨාන මජ්ඣිම සූත්‍රය වශයෙන් සඳහන් වෙනවා.  
 චතුරාර්ය සත්‍යය ඉතාමත්ම විස්තර වශයෙන් දේශනා කරපු එක තමයි,  
 දීඝ නිකායේ දීඝ දේශනා වශයෙන් සඳහන් වෙන්නෙ. එහෙම නැත්නම්  
 ඉතුරු කොට්ඨාශ-කායානුපසස්සනාවේ, චිත්තානුපසස්සනාවේ,  
 වේදනානුපසස්සනාවේ, ධම්මානුපසස්සනාවෙන් ඉතිරි කොට්ඨාශ - ඒ දීඝ  
 නිකායේ, මජ්ඣිම නිකායේ සූත්‍ර දෙකේම සමානයි. චතුරාර්ය සත්‍ය කොටස  
 තමයි විශේෂයෙන්ම දීර්ඝ විස්තරයක් වශයෙන් සඳහන් කරන්නෙ.  
 ධම්මානුපසස්සනාවේ මේ විදියට අර කය, නැත්නම් අපි ගුරු මතයට, ගුරු

කුලයට සම්බන්ධ වෙලා බලනව නම්, කායානුපසස්සනාවේ ඇත්තා වූ වායෝ ඵොට්ඨබ්බ ධාතුව කියන ආනාපාන හැපීම හෝ උදරයේ පිම්බීම හැකිලීම කියන දෙයකින් සතිපට්ඨානෙට බැසගත්තාට පස්සෙ හිත ඒ අරමුණේම හොඳට නිමග්න වෙනකොට ඉබේම කාලානුරූපව වේදනා පිළිබඳ වේදනානුපසස්සනාව, ඒ වාගේම ඒ අරමුණ පවත්වාගෙන යාමේදී ඒ අරමුණටම නැමීගෙන හෝ අරමුණ සමග ගැටීගෙන, එහෙම නැත්නම් අරමුණ විෂයෙහි නිදීමක ආදී ධර්ම ඇති කරමින් ආදී හිතේ ඇති වන යම් හොල්මන්, රාග, ද්වේශ, මෝහ ආදී වශයෙන් ඇති වෙන්නා වූ මේ තත්ත්ව අරමුණට සාපේක්ෂව දූක දූනගැනීම විනානුපසස්සනාව. ඉන් පරිබාහිර ඇත්තා වූ සියල්ලම ධම්මානුපසස්සනාවට වැටෙනවා.

ඒ නිසා කායානුපසස්සනාවෙන් පටන්ගන්නා කෙනාටත් ක්‍රමයෙන් භාවනාව වැඩෙනකොට, මෝරනකොට, අතු රිකිලි විහිදා වැඩෙන කොට මේ එක එක අනුපසස්සනා කොටස්වලට වැටෙනවා. ඒ අනුපසස්සනා කොටස්වලට වැටෙනකොට භාවනාව පිළිබඳව දැනුමක් නැති ආධුනික ඇත්තො හිතන්නෙ භාවනාව එක්කෝ අවුල් වෙලා, එහෙම නැත්නම් භාවනාව වැරදිලා, එහෙම නැත්නම් තමන් භාවනාවට එන්ට නුසුදුසු නොහොබිනා තත්ත්වයකට පත් වුණාය කියලයි. නමුත් සතිපට්ඨානෙ කියවල නැත්නම්, සතිපට්ඨානෙ සාකච්ඡා කරලා ඒකෙ විකාශය පිළිබඳව මූලධර්ම දැනීමක් ඇති කෙනෙක් නම්, ඒ එකම අරමුණක හිත බොහෝ වෙලා පවත්වාගෙන යනකොට, ඒ අරමුණත් හිතත් අතර ඇති වෙන්නා වූ විවිධ ආකාර සම්බන්ධතා, අරමුණට ප්‍රිය ගති, අප්‍රිය ගති, අරමුණ පවත්වද්දී බාහිර කයේ පවතින්නා වූ වේදනා, අරමුණ ඇසුරු කිරීම නිසා ඇති වූ විවිධ වේදනා, අරමුණ විෂයෙහි ඇත්තා වූ විවිධ සංඥා, නිමිති, අරමුණු විවිධාකාරයෙන් අපි හැඩදාගෙන ගන්න හදනවා. සංස්කරණය කරන්න හදනවා. ඒ නිසා ඇති වන ගැටලු සියල්ලක්ම භාවනාවේ විකාශය වෙනවා. එම නිසා භාවනාවේ කෙළ පැමිණි කෙනා, අන්තිමටම ධම්මානුපසස්සනාවේ යෙදී නැති කෙනා එක අරමුණකින් බැසගත්තට මේ

තමන්ගේ නිවන් දක්නා මාගීයේ අතගාපු නැති තැනක් නැති තරම් සියල්ලක් භාවනා ජාලයට අල්ලාගන්න පුළුවන් ශක්තිය තියෙනවා. මේක ආධුනික යෝගාවචරයා දැනගෙනම කරන අවස්ථාවක් නොවෙයි. නමුත් දැනගැනීමෙන් ලොකු විතර ශක්තියක් ඇති වෙනවා. ලොකු ධෛර්යයක් උපදිනවා.

මේ භාවනා ක්‍රමය අප එක ඕලාරික ධාතු කොට්ඨාශයකින් පටන්ගන්නට අවසානෙදි ඒක නාමරූප කියන කොට්ඨාශ දෙකමත් ඒ සෑම දෙයක් පිළිබඳව සවිස්තර වශයෙනුත් ක්‍රමක්‍රමයෙන් පැතිරෙනවා. මේකෙදි සතිය කියන වෛතසිකයන් එක්ක ගළපල බැලුවොත්, හුඟ දෙනෙක් දැනටමත් සතිය පිළිබඳව අවබෝධයක් ඇති ඇත්තෝ වුවත් සතිය පිහිටුවීමට ගන්නා උත්සාහය හැම වෙලේම සාර්ථක නොවෙයි. විශේෂයෙන්ම මුල් මුල් අවස්ථාවල ආනාපාන සතිය වශයෙන් හෝ උදරයේ පිම්බීම හැකිලීම වශයෙන් හෝ හිත තියන්න හැදූවට බොහෝ විට සතිය අඛණ්ඩවම එන්නේ නැහැ. නමුත් උත්සාහ කරගෙන කරගෙන යනකොට හිත ස්වාධීනව මුල් බිහින්න පටන්ගන්නවා. අපි හිතන තාලෙට නොවෙයි. නමුත් අපි යොදන උත්සාහයට සමානුපාතිකව ක්‍රම ක්‍රමයෙන් සතිය තමන්ගේ නිසි නින්දේ වැඩෙන්න පටන්ගන්නවා. සතියෙ එක ගතියක් තියෙනවා, සතිය කවදාවත් කෑකොස්සන් ගහගෙන අඩහැරපාගෙන එළියට එන්නේ නැහැ. හොඳටෝම සුදුසු වාතාවරණ ලැබුණට පස්සෙ එය හෙමිහිට ඒ ස්ථානෙ බලය තහවුරු කරගන්නවා. හැබැයි කල කොලොප්පන් නැහැ. කෑගහන්නේ නැහැ. අඩහැර පාන්නේ නැහැ. "ඔන්න මම" කියල එහෙම ඉදිරිපත් වෙන්නේ නැහැ.

නමුත් සතියෙ තියෙනවා ඒ හා සමාන්තර ගතියක්. යම් වෙලාවක යම් දෙයක් පිළිබඳව සතිය පිහිටියා නම් ඒක කවදාවත් ආය අමතක වෙන්නෙත් නැහැ. ඒ සතිය අල්ලාගන්නා වූ ඉඩම වෙත කවදාවත් කාටවත් දෙන්නෙත් නැහැ. ආන්න මේ විධියට බැලූ බැල්මට පේන්නේ තිරේ පිටිපස්සේ ඉන්න කෙනෙක් වාගේ. එහෙම නැත්නම් අක්‍රියව



අසංස්කාරිකව සිදු වෙන දෙයක් වාගේ. ආන්ත එහෙම වේගෙන වේගෙන යනකොට ක්‍රමයෙන් ක්‍රමයෙන් සතිය තමන්ගේ ක්‍ෂේත්‍රය ලොකු කරගෙන යනකොට ඇති වෙන ඉඩපාඩුව තුළ, වේදිකාව තුළ තමයි. මේ සම්පජ්ඣාදිය කියන ප්‍රඥාව වැඩෙන්න පටන්ගන්නේ. මෙහෙම වැඩෙනකොට ඒ අවසානෙදි මුළු රාජ්‍යයකම, ඒ මුළු ලොකික ලෝකෝත්තර සෑම ක්‍ෂේත්‍රයක් පුරාම, පුද්ගලාකාරව වැඩෙනවා. මේ නිසා සතිය වැඩීමේ කෙළවර මෙව්වරයි කියල අවකාශ වශයෙන් විශ්වය හෝ කාල වශයෙන් මේ තුන් කාලයේ කොයි පැත්තකද කියල කෙළවරක් කරන්න බැහැ. ඒ නිසා ධර්මයේ ගැඹුර අවබෝධ ශ්‍රෝතය වැඩෙන කොට සතිය දිගින් දිගට වැඩෙනවා. ආන්ත ඒ වාගේ අකර්මණ්‍ය වාගේ අක්‍රිය වාගේ ක්‍රියාත්මක වෙන ගතියක් තිබුණට සතිය ඉතාමත්ම සක්‍රියව ක්‍රියාත්මක වෙනවා. කවදාවත් සතිය පිහිටුවාගන්න දෙයක් ආයි අමතක කරන්නේ නැහැ. නමුත් හොඳට ආයාසයෙන් උනන්දුවෙන් පිහිටුවාගත්ත සතිය හොඳට වැඩ කරගෙන යනකොට නැවතත් කෙලෙස් ධර්ම පහළ වෙනවා වගේ ගතියකුත් පේනවා. නැවතත් තමන්ගේ අඩුපාඩුකම් ඉස්මතු වෙනවා වගේ ගතියකුත් පේනවා. එල්ලේ නැති උනා වාගේ ගතියක් පේනවා. අරමුණ බොඳ වේගෙන යන්න වාගේ ගතියකුත් පේනවා. එතකොට ආයි සැක හිතෙනවා. අර මුල් කාලේ බොහෝම සෘජුව සරල රේඛීයව වැඩිවීම සතිය දැන් කැඩිලාදෝ, දැන් බොඳ වෙලාදෝ, වල්මත් වෙලාදෝ කියල සතිය පිළිබඳව කියවල අහල නැති ඇත්තෝ, සතිපට්ඨානෙ ගැන අහල නැති ඇත්තෝ වගේ ඒ සතිපට්ඨානෙ වඩා වර්ධනය වීම පිළිබඳව කනස්සලු ගති එනවා.

මේක උපමාවකට කියනවා නම්, පොඩි දරුවෙක් වැඩෙන කොට බොහෝම හුරුකල් කරගෙන සුහදව ගත කළත්, වරින් වර ඒ දරුවා කැගහන්න පටන්ගන්නවා. කෑම කන්නේ නැතුව ඉන්න පටන්ගන්නවා. ඇඟ උඩට නගිනවා. නානා ප්‍රකාර විධියේ විලෝපන පානකොට දරුවන් හැදීම පිළිබඳව පරිවයක් නැති මව්වරු කලබල වෙනවා. නමුත් දරුවන් හදලා හුරු අම්මල දන්නවා ඒ දරුවා එක්කො කිරි බිබී ඉඳල සන ආහාර

ගන්න පටන්ගන්නකොට මෙහෙම වෙනස්කම් පෙන්නුම් කරනවා. අන්න ඒ වගේම ඒ දරුවා ඇවිදිනකොට වටේට පොළවේ තියෙන දේ අහුලත් කනකොට මේ වාගෙ වෙනවා. මේ වෙනස්කම් ඒ දරුවාගෙ වර්ධන අවස්ථා මිස ඒ දරුවාගේ නොපනත්කම් හෝ අම්මාගෙ නොසැලකිල්ලවත් කාලයේ, සෘතු වේ, දෙවියන්ගේ, යක්ෂයන්ගේ, ප්‍රේතයන්ගේ බැල්මක්වත් නොවෙයි. හැදෙන දරුවාගෙ ඒ මට්ටම් එහෙම තමයි. ඒ දරුව අර මව එකම සරණ, එකම පිහිට, එකම ආරක්ෂාව වශයෙන් කරගෙන හිටියට යම් දවසක ඒ දරුවා ලිංගික පරිණතියට ආවට පස්සෙ දෙමව්පියන්ගෙන් වෙන් වීම අවශ්‍ය කරනවා. එහෙම නුදුන්නොත් දෙමව්පියන්ට වෙර කරනවා. එතකොට දෙමව්පියෝ දක්ෂ නම්, උදක්ම නියත ධර්ම වඩලා තියෙනවා නම්, උපේක්ෂා වෙනවා. දැනගන්නවා ඒ දරුවා දැන් ස්වාධීනව තමන්ගෙ ජීවිතය පටන්ගන්න හදන්න එනවා. පරිණත වෙනකන්, ආහාර ජීර්ණ පද්ධතිය හැදෙනකන්, ඇහැ, කණ, දිව, නාසය මෝරනකං, පුදුමාකාර විධියට මව්පියන් විෂයෙහි, වගකීම් දරන ඇත්තන් විෂයෙහි ලොකු යැපීමක් වෙනවා. නමුත් ඒක හොඳට හැදුණා නම් මුල් කාලයේ බොහෝම ඉක්මනට ඒ දරුව ලිංගික පරිණතියට ඇවිල්ල ඉඳිය ධර්ම, ඒ වාගේම ශිල්ප ශාස්ත්‍ර ඉගෙනගෙන ලොකු ආශාවක් ඇති කරනවා ස්වාධීන වෙන්න. එතකොට ලොකු බාධාවක් වෙන්න පුළුවන්, දෙමව්පියෝ ඕනෑවට වඩා ආරක්ෂා කරන්න ගත්තම. ආන්න ඒවාගෙ තමයි සතිය වැඩෙනකොටත්. ඉස්සෙල්ලා යෝගාවචරයාගේ කිරි බිල තමයි වැඩෙන්න ගන්නෙ. සතිය වැඩිගෙන යම් කිසි මට්ටමකට ආවට පස්සෙ යෝගාවචරයාටත් පයින් ගහන්න ගන්නවා. යෝගාවචරයාට ජේන්න අමුතු විලෝපන පානවා. එතකොට තේරුම් අරගන්න ඕන මේ සතිය අතු ඉති වැඩෙනකොට වේදනානුපසසනා, විතනානුපසසනා, ධම්මානුපසසනා වශයෙන් සතියෙ වර්ධනයේදී මේ වාගෙ හුරුකල් පානවා. මේ වාගෙ හිතුවක්කාරකම් කරනවා. ඒ හොඳට හැදෙන එකාගෙ හැටි.

ඒ නිසා සතිය පිළිබඳ බණ අහල තියෙන එක හරි වටිනවා. එහෙම වුණොත් භාවනාවෙ ඉදිරියට යද්දිත් වැරදි අදහසින් වැරදිව අදහසින්

කල්ගත කරන්න ඉඩ තියෙනවා දැන් මගේ භාවනාව දුර්වලයි, සමාධිය දුර්වලයි, සතිය දුර්වලයි කියලා. එතැනදීත් දැන් අපි කායානුපසස්නාව ගන්නකොට, ඊගාවට විස්තර වශයෙන් කායානුපසස්නාව කරනකොට ආනාපානය දිගේ කායානුපසස්නාව බස්සන හැටි අපිට ගිරිමානඤ්ඤ සූත්‍ර ආදී ආනපාන සූත්‍රවලදී හම්බ වෙනවා. විනානුපසස්නාවේදී ලකුණු පෙන්නන්ට ගන්නවා. ඉස්සෙල්ලාම දුක් වේදනාව තමයි සතිමත් වීම සඳහා ගත කරන්නේ, සතිය පිහිටුවන්නේ. දුක් වේදනාවේදී සතිය සාර්ථක වෙනකොට සුඛ වේදනාවට හැරෙනවා (විනානුපසස්නාවේදී උපන්නා වූ) කාම විතක්ක, විහිංසා විතක්ක වගේ දේවල්වලට තමයි සතිය පිහිටුවන්නේ. එතකොට ක්‍රමයෙන් එව්වා නෙකම්ම සංකල්ප ආදී හොඳ පැත්තට හැරෙනවා. ආයින් සැරයක් ධම්මානුපසස්නාවට ආවට පස්සෙ ඉස්සෙල්ලාම හිත යොදන්න තියෙන්නේ නිවරණයන්ට පංච නිවරණ ධර්ම කෙරේ විෂයේ තමයි “සතිමා විනෝය ලොකෙ අභිකුඤ්ඤ දොමනස්සං” වශයෙන් අර ගුණ පදය නැවතත් යොදවන්න වෙන්නේ. ඒ නිසා ඒ අරමුණත් සමහර විටක හොඳට මුණට මුණ දාල හිටිනවා. නැත්නම් භාවනාවේ හොඳට විනාඩි පහළොවක්, විස්සක්, තිහක් නිසි නින්දේ දැන් භාවනාව යනවා. එහෙම යද්දී අරමුණක් සමහර විට පෙනෙද්දී, අරමුණ විෂයෙහි හෝ කැමැත්ත පහළ වෙන්න ඉඩ තියෙනවා. එහෙම නැත්නම් අරමුණු යටපත් කරගෙන සාමාන්‍ය කාම ලෝකයේ රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස විෂයෙහි කාමච්ඡන්දය පහළ වෙන්න ඉඩ තියෙනවා.

ඒ නිසා මේ දෙකම සතිය වඩා වර්ධනය වීමේ, සතිය හොඳ අලුත් ක්‍ෂේත්‍රයක වැඩ කරන්න යෑමේ ලකුණු. එහෙම නැතුව දැන් අලුතෙන් මට කර්ම පහළ වෙන්න පටන්ගන්නා, ඉඤ්ඤ සංවරය නැති වුණා, මගේ හිතේ සිලේ කැඩුණා, නොසන්සුන් වුණා කියලා පශ්චාත්තාප වෙන්න දෙයක් නොවෙයි. එතෙන්දී දැනගන්න ඕන සතිය දැන් අරමුණ අල්ලා ගැනීමේ, නැත්නම් අරමුණත් සමග මුණට මුණ දාලා සිටීමේ තියෙන මූලික වැඩේ කරල අරමුණට අහිමි වෙලා. ඒ අහිමි වුණ අරමුණ මත හෝ ආසාව පහළ වෙන්න පුළුවන්. එහෙම නැත්නම් අරමුණෙන් පරිබාහිරව පිටතින්

පැමිණෙන්නා වූ අරමුණකට හෝ ආසා කරන්න පුළුවන්. මේකයි භාවනා නොකරපු කෙනෙක් අරමුණක හිත තියා ගෙන, අරමුණක් අහිමුව කරන්න යන කොට ඇතිවෙන්නා වූ බාධකයි අතර ලොකු වෙනසක් තියෙනවා. ඒක යෝගාවචරයා දැනගන්න ඕන. මොකක්ද මේ භාවනාවේ සති දියුණුවේදී අතරමැද මතු වෙන්නා වූ මේ කාම අරමුණු වලදී පැහැදිලිව තමන්ට ජේනවා, අරමුණ හිතේ පවතිද්දීම මේ බාහිරව එන්නෙ එක පැත්තකින් කාම අරමුණු. භාවනා කරන්න ඉස්සර නම් අරමුණට හිත පිහිටුවන්නෙම නැතුව අරමුණ අකා මකාදාලා තමයි කාම අරමුණ මතු වෙන්නෙ. ඒකයි යෝගාවචරයා සතියේ යම් කිසි වර්ධනයක් ඇතිව කාම අරමුණ මතු උනාම හොඳට සැලකිල්ලෙන් බලන්න ඕන. මෙතෙන්ට එනකන් මම උදව් උපකාර කරගන්නා වූ මූල කමීස්ථානය හිතේ පවතිද්දීද, මූල කමීස්ථානය අහිමුව පවතිද්දීමද මේ ආශාදී ධම් පහළ වෙන්නේ? එහෙම නැත්නම් මූලකමීස්ථානය හාත්පසින්ම යට වෙල මැකිල ගිය වෙලාවෙද? කියලා.

මේ කාරණාව කමටහන් ශුද්ධ කරන වෙලාවේදී සාකච්ඡා කරල, මතු කරගත්තොත් යෝගාවචරයා ඊගාව පර්යංකයට ගිහිල්ල භාවනා කරනකොට අරමුණ දිගේම ටික වෙලාවක් ගිහිල්ලා ඒ අරමුණේ අප්‍රකට බව, අරමුණේ සිත් ගන්නාසුළු බව, නැතිකම ආදී ධම් නිසා ඒ අතරතුරේ පහළවෙන්නාවූ බාහිර රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස විෂයෙහි හිත ඇදිල ගිහිල්ලා කාමඡන්දයට වැටෙන්න හදන කොට කලබල වෙන්නෙ නැතුව හොඳට විවේකීව කල්පනා කරල බලල මේ වෙලාවේදී ඇත්තටම අරමුණ තියෙද්දීමද මේ බාහිර අරමුණට හිත යන්නේ. නැත්නම් අරමුණ සම්පූර්ණ නැද්ද කියල හොයල බලල ඇත්තටම මේ වෙලාවේදී හිතේ පැත්තක මූල කමීස්ථානය තියෙනව කියල දැක්කොත් ඒක සරණ ගියොත් අන්ත යෝගාවචරයාට දෙවෙනි වතාවටත් තේරෙන්න පටන් ගන්නවා සතියෙ තියෙන්නා වූ ආරක්ක පවුප්ඨානය. සතිය හරියට මූල කමීස්ථානයේ යෙදෙව්ව නම් ආයෙත් හිත නිවරණ ධම්යන්ගෙන් ආරක්ෂා වෙනවා.

ලොකු ආරක්‍ෂාවක් ඇති වෙනවා. හරියට අම්මත් එක්ක හුරතල් කර කර ඉන්න දරුව විකෙන් වික ඇවිදල දඟලන්න පටන් අර ගත්තට පස්සේ අම්ම කරන්නෙ ඒ දරුවට විකක් සෙල්ලම් කරන්න දීල හාල් ගරනවා, පොල් ගානවා, මිරිස් අඹරනවා, තව නානා ප්‍රකාර කටයුතු කරනවා. නමුත් එහෙම කරනකොට දරුවා තුමාලයක් කරගත්තොත්, බය දේකට ආවොත් දුවගෙන එනව ආයි සැරයක් අම්ම ගාවට. ඉස්සෙල්ලා අම්ම කෙරුවෙ සම්පූර්ණ දරුවටම සියයට සියයයක්ම හිත දාල වැඩ කරපු එක. දන් එහෙම නොවෙයි. දරුවාට එක ඇහැක් තියාගෙන එක ඇහැක් තමාගේ වැඩේට යොදාගන්න පුළුවන්. එහෙම නැතුව මේ ගෙවල් දොරවල් වල වැඩ ඉවර කරන්න බැහැ. ඒ වෙලාවට දරුවටත් මොනවා හරි ආරක්‍ෂාවක් ඕන උනොත් විගහට එනවා. ඉස්සෙල්ලා හිතන්නෙ අම්මගෙන් ඇතට ගිහිල්ලා මට ඕන තාලෙට සෙල්ලම් කරන්න ඕන කියලා. නමුත් එතෙක්දී බයක්, තිගැස්මක්, ඇති උනොත් දුවගෙන ඇවිල්ල අම්මගෙ සාරි පොටේ එල්ලෙනවා වාගේ අපි හිත හදාගන්න ඕන.

අරමුණේම හිත බැහැගෙන යනකොට ඒ අරමුණේ හිත පවතිද්දීම, ශබ්දත් ඇහෙනවා, වේදනාත් දැනෙනවා, සිතුවිලිත් එනවා. රූපත් පේනවා. ඒ එකක්වත් ගණන්ගන්නේ නැතුව අරමුණේම ඉන්නව නම් ආරක්‍ෂා වෙනවා. එහෙම නැතුව හිත නොසණ්ඩාල, නන්තත්තාර වෙල අර බාහිර අරමුණකටම යන්න හදනකොට බොහෝ විට “අභිනනං විතනං රාගානුපන්නං” කියනවා. ඒ අරමුණට අභිනන භාවයක් ඇති වුනොත් රාගය අනුව වැටෙනවා. වැටෙන කොටම සලකා බැලුවොත් අම්මා පේන්න ඉන්නවා. ඇය පේන තෙක් මානේ. එහෙම නැත්නම් මූල කම්ප්ථානය පේන්න තිබිල මූල කම්ප්ථානයෙ සරණ සෙව්වොත් වහාම අර නිවරණ ධම් යටපත් වෙන ගතියක් ඇති වෙනවා. ඒ කාමච්ඡදය විතරක් නොවෙයි. ව්‍යාපාද, ටීනමිද්ධ, උද්දච්ච කුක්කුච්ච, විචිකිච්ඡාවා කියන ඒ සෑම දේකම යෝගවචරයාගේ තීක්‍ෂණ ප්‍රඥාව, සුතමය ඥානය, භාවනා කම්ප්ථානයේ සුත අනුග්ගහිතය ලැබෙනවා නම්, මේ විදියට හිත

මූල කම්ප්ථානයේ පවතිද්දී වටපිට තියෙන දේවල් ගැන යම් ප්‍රමාණයකට අවධානයට පත් වෙලා ඒවායේ ගැලීගත්තොත්, ඇලීගත්තොත් වහාම නැවත මූල කම්ප්ථානයේ සරණ භායාල අභිමුඛ වෙච්ච ගමන් සතියෙ ප්‍රකට භාවයත් අරමුණේ ප්‍රකට භාවයත් භාවනාවේ මධ්‍යම ප්‍රතිපදාවත් හොඳට පැහැදිලි වෙන්න පටන් ගන්නවා. ඒ නිසා නීවරණ ඒ වෙලාවේදී මතු විම ස්වභාවිකයි.

නීවරණ පිළිබඳව දැනගැනීම, සෘජු නීවරණ පිළිබඳ දැනගැනීමක් හෝ සෘජු අරමුණ පිළිබඳ දැනගැනීමක් නොවෙයි. දෙක එක වර දැන ගැනීමක් වගෙ දෙයක්. ඒ නිසා මේ වෙලාවට යෝගාවචරයා විශාල මූල ධර්මය දැනුමක්, ලොකු ආත්ම විශ්වාසයක්, ඒ වාගේම පෙර මෙවැනි දේවල් කරල හරි ගිහිල්ලා හිතට ඇති වෙච්ච පරිචයක් තියෙනවා නම්, නැවත නැවතත් භාවනාවේ පුදුමාකාර ධර්ම ඕජාවක්, ධර්ම රසයක් මතු වෙන්න පටන්ගන්නවා. හැබැයි ඒ තරම් තීක්‍ෂණ බුද්ධිය තිබුණත් ඉතාමත්ම ආරක්‍ෂාකාරී උපදෙස් දෙන්න පුළුවන් විස්තර සාකච්ඡා කරන්න ඕන ඒ වෙන දේ ගැන අරමුණ පවතිද්දීද මේ බාහිර අරමුණ එන්නෙ, එහෙම තියෙද්දී බාහිර අරමුණට පත් වෙනවද, එහෙම වෙච්චම හිත මොකක්ද කරන්නෙ, තමන් කළ යුත්තේ මොකක්ද, මොකක්ද යුතුකම, මොකක්ද වගකීම කියන එක සාකච්ඡා කරනකොට අභගෙන ඉන්න අයට පවා ලොකු ධෛර්යයක් උපදිනවා. මේ වැටී වැටී නැගිටින්න හිතක් හදන හැටි අසුවි, රත්රන් දෙක දුන්නට පස්සෙ මේක අසුවි, මේක රත්රන් කියල වෙන් කරන්න දැනගන්න හැටි. මේ කියන්නෙ සතිය සම්පජ්ඣ්ඤයට ඉඩ දෙන හැටි. එක වැඩක් කර කර ඉන්නකොට තව වැඩක් මතු වෙනවා. ඒ වැඩේට යන්නට අපි අර කලින් කිව්ව විදියට සාර්ථක සම්පජ්ඣ්ඤය සප්පාය සම්පජ්ඣ්ඤය වශයෙන් කල්පනා කරල මූල කම්ප්ථාන අත නැර පවත්වන එකද දක්‍ෂකම, එහෙම නැත්නම් මේ පුළුවන්කම තිබුණට ඒ මහ දේවල් දැකගන්න එකද වැඩේ කියල අමුතු වැඩ දෙකක් එක වර කිරීමේ ශක්තියක් වාගෙ වැඩ ගොඩක් කරන්න

කිව්වාම ප්‍රධාන වැඩේ තෝරාගෙන ඒ වැඩේ කරන අතර අනිත් වැඩ වෙන්න අරින ගතිය, එහෙම නැත්නම් ඒ වැඩවලට ඇඟිලි ගහල අවුල් කරගන්නවාද. යෝගාවචරයා විසින්ම දියුණු කර ගත්තක් නිසා සඵඥයන් වහන්සේ දේශනා කරල තියෙනවා. නුඹලාගේ කටයුතු ටික නුඹලාම කරගන්න. සඵඥයන් වහන්සේ මාරිය පෙන්වනව විතරයි.

ඒකයි ධම්මානුපසස්සනාවට යනකොට මෙතෙක් කරගෙන ආපු කායානුපසස්සනාවේ, වේදනානුපසස්සනාවේ, කොටස්වල ලොකු පරිවයක් ලොකු අත්දැකීමක් අවශ්‍ය වෙන්නේ. ඒ වාගේම මූලධර්ම පිළිබඳව සෑහෙන තල්ලුවක්, ලොකු පිටිවහලක් අවශ්‍ය වෙනවා. අවශ්‍ය උනත් මෙතැනදී නිවරණ පිළිබඳවයි කථා කරන්න වෙන්නේ. නිවරණවල මතු විමක් වෙනවා කියන එක හොඳට මතක තියාගන්න. මේ ගතිය සමථයේදී ගන්න බැහැ. ඒ මොකද පූර්ණ ධ්‍යාන සමාපත්තියට ගියාට පස්සේ නිවරණත් එක්ක අතගගා කටයුතු කරන්න වෙලාව නැහැ. ආවොත් ඒ ලකුණෙන්ම ධ්‍යනය බිඳෙනවා. ඒ නිසා මේ කටයුත්ත කරන්න පුළුවන් වෙන්නේ ඤාණික සමාධියේම පමණයි. විපසස්සනා යෝගාවචරයාට ඤාණික සමාධිය කියල එකක් තියෙනවා. ඒ නිසා සමථ යෝගවචරයෝ දැනගන්න ඕන මේ පියවර තියෙන්න නම් මොකක්ද ඤාණික සමාධිය කියන්නේ. විපසස්සනා යෝගාවචරයා කායානුපසස්සනා ආදී වශයෙන් ඒ ප්‍රඥප්ති අරමුණට හිත තියලා ඒ අරමුණ දිගේම කටයුතු කරනකොට ඉස්සෙල්ලා අරමුණ දපනේ දමාගන්නවා. වගී කරගන්නවා. අරමුණට මුණ දීලා අල්ලාගන්න එක ලොකු සමථමය ප්‍රයත්නයක ජය ගැනීමක්. ඒ කරද්දී තමන් බලා ඉන්නා වූ මේ සමථ අරමුණ, පිම්බීම හැකිලීම හෝ ආනාපානය මත යෝගාවචරයාට අවස්ථා දෙකකට ඉඩ සැලසෙනවා. එකක් තමයි සම්මුති වශයෙන් පිම්බීම හැකිලීම වශයෙන් හෝ ඇතුළු වීම, පිට වීම වශයෙන් දකින්නා වූ මෙය සාමාන්‍ය කෙනෙකුට පෙන්නල දෙන්න පුළුවන් - සම්මුති අරමුණ පිම්බීම හැකිලීම හෝ ආනාපානය. ඒ වාගේම මෙතෙන්ට යනකොට ඒ අරමුණෙන්ම මතු වෙන්නා වූ ධ්‍යාන මතසිකාරයන් සෑහෙන්න වර්ධනය



වෙලා. ඒ පිම්බීම, හැකිළීම කියල කියන්නෙ, ආනාපානය කියල කියන්නෙ අපි අර කලින් කියාපු පට්ඨි ධාතු වෙ ඇත්තා වූ ලකුණු. ආපෝ, තෝපෝ, වායෝ දක්වන ලකුණු. ඒ නිසා එහි ඇත්තා වූ ධාතු මනසිකාර කොටස් තෙරපෙන තද වෙන ගති, උණුසුම් සිසිල් ගති, කම්පන වංචල වැගිරෙන පිඬු කරන ගති හොඳට පේන්න පටන්ගන්නවා. ඒ නිසා වරෙක ධාතු මනසිකාරය දිහාවට හිත යනවා. වරෙක අර සම්මුති වශයෙන් පේන පිම්බීම හැකිළීම, නැත්නම් ආනාපානය දිහාවට හිත යනව කියලා.

මෙන්න මේ දෙක මතු වෙච්ච වෙලාවේදී හොඳට යෝගාවචරයා මතක තියාගන්න, හැකි තාක් දුරට අර සම්මුති අරමුණේම ඉන්න. ධාතු මනසිකාරය දැක්කත් මෙනෙහි නොකර, දකින මට්ටම පමණ දකින වෙලාවෙ, පිම්බීම පේන්නෙ තද වීමක්, බුරුල් වීමක්, හැල්ලු වීමක් වශයෙන් දකින නමුත් හැකි තාක් දුරට පිම්බීම, හැකිළීම වශයෙන් මෙනෙහි කරන්න පටන් අරගත්තොත් තව තවත් ධාතු මනසිකාරය පිළිබඳව ලොකු සියුම් තත්ත්වවලට යනවා. ඒ විතරක් නොවෙයි, අර සම්මුති අරමුණ මත ලොකු ගැඹුරකට, ලොකු සමාධි ගැඹුරකට යනවා. මේ වෙලාවේදී අපි ගත්තොත් - පිම්බීම, හැකිළීම කියල මෙනෙහි කරනවා. නමුත් පිම්බීම, හැකිළීම නිසා මතු වෙන්නා වූ තද වෙන උණුසුම් ගති, සමහර විට ආලෝක, සමහර විට හැල්ලු ගති ප්‍රදේශය පුරාම පැතිරිලා තියෙනවා. එතකොට ඒ දෙකෙන් අර ගෙවෙමින්, නැති වෙමින් පවතින්නා වූ පිම්බීම හැකිළීමම ඉන් මතු කරමින් එහිම යෙදවීම තමයි උපදේශය. නමුත් මේ දෙකම තියෙද්දී, බාහිර ශබ්ද ඇහෙන්න පුළුවන්. සිතුවිලි එන්නත් පුළුවන්. කයේ වේදනා එන්නත් පුළුවන්. ඒ නිසා යෝගාවචරයා දැන් අවස්ථා දෙක තුනක් අතේ දුරින් තියාගෙන, දෙක තුනම තමන්ගේ පාලනයට නතු කරගෙන වැඩ කරගෙන යනකොට මේ තත්ත්ව දෙක තුනම සමානයි කියල හිතුවොත් පැටලෙනවා. මෙතෙක්දී හොඳට ධම්මානුපෙසසනාව යොදවන්ට ඕන. අර මූල කම්ප්ථානයේ මූල ස්වරූපයම තෝර තෝරා තේරුම්ගන්න ඕන. ධාතු මනසිකාරය මෙනෙහි කරන්න යන්න නරකයි.

ඒ වෙලාවේදී මූල කම්ප්ථානයේ මූල ස්වරූපය ජේනව නම්, ශබ්ද මෙනෙහි කරන්නන් නරකයි. වේදනා මෙනෙහි කරන්නන් නරකයි. සිතුවිලි මෙනෙහි කරන්නන් නරකයි. මොකද ඒවා එන්නෙ යන්න. ඒ නිසා බාධා කරන්න නරකයි. මූල කම්ප්ථානය පෙරළලා අරින්නේ නැහැ. මූල කම්ප්ථානය තියෙනවා.

ආත්ත එහෙම නම් ඒ දැක්කාවූ මූල ස්වභාවයම ප්‍රඥප්ති වශයෙන්ම හැකි තාක් දුරට මෙනෙහි කරන්න පුළුවන් නම්, යෝගාවචරයා තේරුම් ගනිවි ඉස්සර වෙලා තමන් බොහෝම ඉක්මනට දැනෙනවා, දැනෙනවා කියල මෙනෙහි කරන්න ඉක්මන් වෙලා තියෙනවා. දැන් එව්වර ඉක්මනට දැනෙනවා ඇනෙනවා කියල මෙනෙහි කරන්නෙ නැතුව මූල කම්ප්ථානයේ පිම්බීම හැකිලීම වශයෙන් මෙනෙහි කළ යුතුයි. මෙනෙහි කරන්න පුළුවන්, මට දැන් ඒ හැකියාව තියෙනවා කියලා, දවසින් දවස තමන්ගේ ශක්තිය දියුණු කරන්න ඕනේ. ඒ දියුණු කරන්න කරන්න යෝගාවචරයාට ජේනව මෙන්න මේ ආකාරයට මූල කම්ප්ථානයේ ප්‍රඥප්තිය මතම හැකි තාක් මෙනෙහි කරන තාක් කල් නිවරණ කොච්චර ආවත් ඒ නිවරණවලින් පුදුමාකාර ආරක්‍ෂාවක් ඇති වෙනවා. ඕන වෙලාවක පුළුවන් තමන්ට නිවරණය පැත්තට හැරිල බලල ඕන නම් නිවරණය එක්ක ටිකක් වෙලා සෙල්ලම් කරල, නන්නත්තාර වෙන්න. ආයෙත් මූල කම්ප්ථානයේ ධාතු වලට නොවෙයි මූල කම්ප්ථානයේ ප්‍රඥප්තියටම හිත යෙදෙව්වොත් නිවරණ නිකම්ම නිකම් මිලීනවෙලා, සාමාන්‍ය වචන වලින් කියනවා නම්, පව්වෙලා ආපහු යන හැටි දැකගන්න පුළුවන්. ඉතින් මෙනෙත්ට එන අවස්ථාවේදී යෝගාවචරයා හුඟාක් වෙලාවට ඉන්නෙ එලොව මෙලොව අතර, ප්‍රඥප්ති සත්‍යයත් පරමාර්ථ සත්‍යයක් අතර මැද නිසා හුඟක් ආධුනිකයි. කියන්න තේරෙන්නේ නැහැ. යෝගාවචරයාට මේක කිව්වත් දෙන උපදේශය වැටහෙන්නෙ නැහැ. ඒක නිසා හිත ඇත්තටම පවතින්නේ මූල කම්ප්ථානයේ ප්‍රඥප්තියේද නැත්නම් මූල කම්ප්ථානය විසින්ම ඇති කරන්නා වූ ධාතු තලවලද, එහෙම නැත්නම්

සම්පූර්ණ පරිබාහිර වූ වේදනා සංඥාවලද කියන එක අවුල් කරගත්තොත් හුඟාක් කල් යනවා. භාවනාව මේ ඔක්කෝම ධර්ම ධර්මානුපසංඝනාවට ගන්න කොට කායානුපසංඝනා වේදනා වාගේ මම ඇස, කට, බඩ, නහය, දිව, අත කියන ඒවා නැතුව යනවා. එන්න එන්න පුද්ගලයෙක් නැති හුදු ධර්මා. මේ නිවරණ ධර්ම පංච උපාදානස්කන්ධ ධර්මායතන බොජ්ඣංග චතුරාර්ය සත්‍යය කිව්වම මේ කාටවත් භුක්තියට සින්න වෙව්ව දේවල් නොවේ. ධර්මා. ආන්න ඒ පැත්තට ධර්මතාවලට ගියාට පස්සෙ ඒ ධර්මා තුළත් හැකි තාක් දුරට අර ප්‍රඥප්ති වශයෙන් ගත්තා වූ දේ තමයි සමථය වඩන්නේ. සමථය තවතවත් වඩන්නේ නැහැ. මේ තාම වැඩෙන්නේ යෝගාවචරයාගේ ඤාණික සමාධිය.

මෙන්න මේ ඤාණික සමාධිය සමථ යෝගාවචරයා කරන්නේ කොහොමද? සම්මුති වශයෙන් අරමුණට අර්පණා වශයෙන් සමවැදිලි අරමුණෙන් හිත නැගිටින එක. නැගිටිටට පස්සෙ ඒ හිතේ පවතින්නේ අන්න අර විපසංඝනා කරන සමාධියටම උතුම් කරන ඇත්තො හුඟාක් විස්තර කරල දෙන්න හදනවා, මේ අර්පණාවෙන් නැගීමට පස්සෙ මතු වෙන්නාවූ ඤාණික සමාධිය, විපසංඝනා යෝගාවචරයාගේ ඤාණික සමාධියට වඩා බලවත් කියලා. ඒ කියන කාරණා පොත්වලින් හොඳට පෙන්නන්න පුළුවන්. නමුත් විපසංඝනා සමාධියෙ අර තාලට සම්මුති අරමුණේ ම නැවත නැවතත් මෙනෙහි කරමින් ඇතුළට ගිය කෙනාට තේරෙනවා ඒ විධියෙ කිසි සේත්ම සීමා බන්ධනයක් සමථය අතින් ගියාය. විපසංඝනා අතින් ගියාය කියල නැති බව. නමුත් විපසංඝනාවේ වුණත් මතු වෙන කොටම ධාතු මනසිකාර අනුව ධාතු කොටස් මෙනෙහි කරන්න ගත් සමාධිය නම් කොන්ද පණ මදි බලවත් නැහැ. දියුණු විපසංඝනා ඥාන පහළ කරන්න දියුණු නැහැ. ඒ තියෙද්දීම ප්‍රඥප්තියම මතු කරගෙන ප්‍රඥප්තියම පිර පිර බැලුවොත් තමයි ඒ සමථ යෝගාවචරයින් විසින් කරනු ලබන අභියෝගයට හොඳට මුණ දෙන්න පුළුවන් වෙන්නේ. හැබැයි ඉතින් සමථ මූලධර්මකාරයෙක් උනත් විපසංඝනා මූලධර්මකාරයෙක් උනත්

හොඳට පිළිගන්නවා, ඒ මාගේ ඵල ඥානය ලැබීම සඳහා උපචාර හෝ හදිසි උපචාර, උපචාරයට සමාන ඤාණික සමාධියක් තිබුණොත් ඇති කියලා. ඒ නිසා ශුද්ධ විපසන්‍යා ක්‍රමයට සම්පූර්ණ පැත්තකට ගහන්න, පයින් ගහන්න, පුළුවන් කමක් ඇත්තේ නැහැ.

නමුත් මෙතෙක්දී විපසන්‍යා යෝගාවචරයා හොඳට දැනගන්න ඕන, ධම්මානුපසන්‍යා කොටසට හැරෙනකොට, දෙක තුනක්ම මතු වෙනවා. ඒ දෙක තුනම භාවනාවලේ, ඒ දෙක තුනේම නිවරණ නෑ වගේ තමයි පෙනෙන්නේ. දෙක තුනේම පැය ගණන් ඉන්න පුළුවන්. නමුත් ඒ ඉන්න අතරමැදි අර ගෙවමින් පවතින්නා වූ, නැති වෙමින් පවතින්නා වූ ඒ ප්‍රඥප්ති පිම්බීම හැකිලීම, එහෙම නැත්නම් ආනාපානය ගත්තම, ආනාපානයේම හිත පවත්වනවා වෙනුවට අභාග්‍ය සම්පන්න දේ තමයි, හුඟක් කම්ප්ථානාවාර්යවරු කියනව මොනවා හරි ප්‍රකට අරමුණට හිත යොදන්න කියලා. මේ විදියට අරමුණු ගොඩාක් කියෙනවා, කොයි එකේද හිත යොදාගන්නේ කියලා දන්නේ නැති වෙනකොට එහෙනම් බුද්ධානුසන්ධිය, එහෙම නැත්නම් නැගිටල සක්මන් කරන්න කියල කියනවා. එහෙම නැත්නම් මොනව හරි දේකට හිත යොදවන්න හදනවා. ඒ නිසා යෝගාවචරයා අවුලෙන් තවක් අවුලකට පත් වෙනවා. එතෙක්දී හොඳට සම්පජ්ඤා යොදවන්න ඕන. සම්පජ්ඤා යොදවල තමන් මෙතෙක්ට එතකන් උදව් කළා වූ මූල කම්ප්ථානයේ ගෙවීම්ව ස්වරූපය, අප්‍රකට ස්වරූපය, අප්‍රධාන ස්වරූපය දැනගෙන එහිම හිත පවත්වන්න තරම් යෝගාවචරයා දඤ්ච වෙනව නම්, අන්න ධම්මානුපසන්‍යා කොටසේදී යෝගාවචරයා ඒ න්‍යාය මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව අත නොහැර එතෙක් ගෙනාපු ගැමීම දිගට පවත්වන්න ඕන. නමුත් ඉතාමත්ම කලාතුරකින් තමයි මේක කියල දන්නක් කරන්න පුළුවන් වෙන්නේ. වෙන විදියකට කියනව නම්, තමන්ම මේ ප්‍රශ්නේ අහල තමන්ටම උත්තරේ හම්බ උනත් ඒක කරන්න පුළුවන් වෙන්නේ ඉතාමත්ම සුළු පිරිසකට. ඒ මොකද මෙතන පවතින්නේ අදුකම්මසුඛ වේදනාව. ඒක අත්කාර කරනවා, ඒක අවිභූත කරනවා, හිත

වල්මත් කරනවා, තෝන්තු කරනවා වගේ වැඩක්. ඒ නිසා හැකි තාක් සාකච්ඡා කරල, හැකි තාක් මූලධර්මය පැහැදිලි කරගෙන අධිෂ්ඨාන කරගන්න ඕන. සෑම පර්යංකයක් මූලදීම මගේ හිත දැන් හොඳට භාවනාව හරි ගියොත් මෙහෙම තැනකට යනවා. එතෙන්ට ගියාට පස්සෙ මගේ හිත කලබල නොවේවා! එතෙන්ට එනකම්ම උදව් කලා වූ අත්වැල අත නොහැරේවා. ඒ අරමුණ භොයන්න, අරමුණේම කිමිදෙන්න, අරමුණේ හිත පවත්වන්න අධිෂ්ඨාන කෙරුවොත් යෝගාවචරයා ධම්මානුපසස්සනාව දිගේ ඉදිරියට යනවා. ඒ නිසා කල්පනා කරගන්න ඕන, භාවනාව කියන එක අනිකුත් පාරමිතා ධර්ම පිරිම අතර වෙනමම වැඩක්. මේ කාරණාව හරියටම දන්න කෙනෙක් නම් සාකච්ඡා කරල, පෙර කළ නිශ්‍රය සම්පත්ති භාවනා කරන්න දේකුත් නැහැ. එතකොටම දන්නවා මෙන් මේකයි, මේකයි මගේ රාජකාරි. මේකයි මගේ යුතුකම. මම කළ යුත්තේ මේකයි කියල කරනකොටම අර හුඟක් කල් භාවනා කරපු හුඟදෙනෙක්ගෙ මට්ටම ඉක්මවල යන්න පුළුවන්. ඒ නිසා පඤ්ඤාවනාසංඝායං ධම්මො කියලා සච්ඤයන් වහන්සේ කෙටි අතවැනීමක් කරනවා හොරෙන් ප්‍රඥාවන්තයන්ට.

ඒ නිසා ධම්මානුපසස්සනාවත් වර්ත වශයෙන් පෙන්නනකොට තිකඛ පඤ්ඤ පුද්ගලයන්ට, තීක්ෂණ ප්‍රඥාවක් ඇති කෙනාටයි. යම් කිසි කෙනෙකුට තියෙන්නෙ දැඩි පඤ්ඤ කියන ප්‍රඥාවේ දුර්වල අවස්ථාවක් නම් විතතානුපසස්සනා කොටසේදී මේකට පුහුණුවක් ඇති කරනවා තමයි. විතතානුපසස්සනාව තමයි එයට වැඩ බිම වෙන්නේ. තිකඛ පඤ්ඤ පුද්ගලයකුට නම් ධම්මානුපසස්සනාවෙන් පුළුවන්. නැත්නම් ධම්මානුපසස්සනාවෙන් පටන්ගන්න පුළුවන්. ධම්මානුපසස්සනාව බොහොම ඉක්මනින් ඉවර කරගන්න පුළුවන්. කායානුපසස්සනාව, වේදනානුපසස්සනාව, ධම්මානුපසස්සනාව පෙන්නන්නෙ රාග වර්තවලට. අධික රාග තියෙනවා නම් කායානුපසස්සනාවට හිත යොදනවා. අනිත් ඇත්තත් වේදනානුපසස්සනාවට හිත යොදනවා. ඒ නිසා මේ එක එක සතිපට්ඨානයත්, එක එක වර්තානුගත පුද්ගලයින් අතර ගළපලා බැලීම අපේ ථේරවාදයේ

පසුකාලීනව බොහෝම සවිස්තර වෙලා තියෙනවා. ඒ අනුව බලනකොට පුද්ගලයෙක් සංසාරයට ඇද බැඳ තබන ප්‍රධාන විපල්ලාස හතරක් තියෙනවා. පටලවලා වටහාගන්න ක්‍රම හතරක් තියෙනවා. ඒ අනුව බලනකොට මේ අසුභ වූ කය සුභ වශයෙන් දැකීම නිසා සංසාරයට බැඳිල ලෝකය සාහිත්‍යමය ලලිත කලාමය දෙයක් බවට පත් කරගන්න හදන ඇත්තන්ට සවීඥ දේශනාවේ බලනකොට කායානුපසස්සනාව තමයි හොඳට ගැළපෙන්නේ. ඒක මේ කයේ තියෙන්නා වූ සුභ තත්ත්වය වෙනුවට, සුභ සංඥාව වෙනුවට අසුභ සංඥාව, අසුභයේ සත්‍යය තියෙද්දී සුභයයි කියල පටලවාගන්නා විපල්ලාසයට හොඳ උත්තරයක් දෙනවා. කායානුපසස්සනාව ඊගාවට සුඛ, සැප, සැප සොයන ලෝකයේ සැපයක් කියල කල්පනා කරන, සැපයම මතු කරගන්න හදන ඇත්තන්ට පවතින්නේ මේ දුක සැපට හරවගෙන, දුක සැපක් කරගෙන දුකම වළඳන විපල්ලාසයක්. අර කබරගොයා උනත් කන්න ඕන වෙච්ච වෙලාවට තලගොයා කරගන්නවයි කියල කථාවක් අපේ ව්‍යවහාරයේ තියෙනවා. ආන්න ඒ වාගේ තමයි හාත්පස දුක් වූ මේ දේ තුළ ඇත්තා වූ සැප ඉස්මතු කරලා සැපයක් මේකෙ තියෙන්නෙ කියලා ඒක කියනවා. ඒකෙ මූලධර්මයක් ණය වෙලා හරි කමක් නැහැ ගිතෙල් වළඳන්න කියල. ණයට ගෙවන්න වෙන්න නැහැ. ආයි අපි මැරිල ගියාට පස්සෙ කවුද ඕව ගෙවන්නෙ, ඉන්නකත් කාපල්ලා බිපල්ලා පුළුවන් තරම් සැපෙන් ඉඳපල්ලා කියන අදහස සමහර වර්ත තියෙන ඇත්තෝ. ඒ වාගේම අපිටත් ඒවාගෙ වර්ත ලක්ෂණ ඒ වාගෙ අදහස් වරින් වර මතු වෙනවා. අන්න ඒ වෙලාවේදී තමයි. විනානුපසස්සනාව කරන්නේ.

විනානුපසස්සනාවේදී හාත්පස තියෙන්නේ දුක. ඒක ප්‍රධාන කරල පෙන්නන එක ජේනවා. ඒකත් එක රාගයක්. අපි විනානුපසස්සනාව ගත්තට පස්සේ ඒක පෙන්නන්නේ සාමාන්‍ය ධර්ම කාරණා තේරෙන මන්ද පඤ්ඤ පුද්ගලයින්ට ඒකෙන් උත්තර හම්බ වෙනවා. ධර්මානුපසස්සනාව හම්බ වෙන්නේ චිත්ත පුඤ්ඤ පුද්ගලයන්ට. ඒ නිසා එක එක විපල්ලාසවලට එක එක ආකාරයේ උත්තර සපයා දීමත් මේ සතිපට්ඨාන හතරෙන් කරනවයි

කියනවා. නමුත් හොඳට භාවනා කරන කෙනා ඊට වැඩිය එකඟ වේවි සමහර පර්යංකවලදී අපි අධික රාග කෙලෙස් සහිතව ගතකරනවා සමහර පර්යංකවල රාගයමයි තියෙන්නේ, නමුත් එව්වර ප්‍රකට නැහැ. සමහර පර්යංකවල නම් හොඳ පැහැදිලිකමක් තියෙනවා. සමහර පර්යංකවල හොඳට ධර්ම කාරණා වැටහෙනවා. සමහර වෙලාවට වෙන්නේ නැහැ. ඒක නිසා මේ එක එක්කෙනා එක එක්කෙනාගේ වර්තවලට තියලා ඇණ ගහනවා වෙනුවට අපිට වරින් වර පහළ වෙන්නා වූ එක එක තත්ත්වවලදී මේ සතර සතිපට්ඨානෙ එක එක ආකාරයට පිහිට වෙනව කියන කාරණාව තේරුම්ගත්තොත් යෝගාවචරයා මතක තියාගන්න ඕන භාවනා කරන්න කරන්න, එන්න එන්න එක පර්යංකයෙන් එක පර්යංකයට වෙන් වෙලා විවිධාකාර භාවනා උපක්‍රම, භාවනා උපකරණ වරින් වර පාවිච්චි කරන්න සිද්ධ වෙනබව.

ඒකේ ඉතාමත් සවිස්තර කොටස තමයි මේ ධම්මානුපස්සනාවට වැටෙන්නේ. ඒ නිසා ධම්මානුපස්සනාවට ගියාට පස්සේ යෝගාවචරයාට කිසිම චෝදනාවක් නැතිව යනවා. හුඟාක් ආධුනික යෝගාවචරයෝ කරන හුඟක් චෝදනා නිකම්ම ධර්ම කාරණාවක් බවට පත් වෙනවා ධම්මානුපස්සනාවේදී. ඒක නිසයි ධම්මානුපස්සනා කොටසේදී මේ සාකච්ඡා අනුග්ගහිතය ඉතා වැදගත් වෙන්නේ. ඒ මොකද අපි හිතන්නේ නැහැ ධම්මානුපස්සනා කොටසේදී මතු වෙන හුඟක් කාරණා භාවනාමය ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන්. අපි හිතන්නේ ඒක පැටලිල්ලක්, වැරදිල්ලක් එහෙම නැත්නම් පසුබැමක් කියලා, නමුත් ඒක හරියට ප්‍රකාශ කරගන්න පුළුවන් නම් මට උනේ මේකයි කියල ඒක ලොකු සජීවී ධර්ම කොට්ඨාශයක් එළි කරන සාකච්ඡාවක් බවට පත් වෙනවා. ඒකට යන්න අමාරු නිසා තමයි කායානුපස්සනාවේදී හරියට අරමුණ මොකක්ද, මෙතෙහි කෙරුවේ කොහොමද, අරමුණ වැටහුනේ කොහොමද, බොහෝම ප්‍රකටව කියල දෙන්න පුළුවන්. ඒක වේදනානුපස්සනාවට. විඤ්ඤානුපස්සනාවට යනකොට මේ ව්‍යාකරණ ක්‍රමය, මේ සාකච්ඡා ක්‍රමය හොඳට දියුණු කරපු කෙනාට නම් ධම්මානුපස්සනා කොටසේදී අර ඇති වන්නා වූ විස්තර කර ගන්න



බැරි විවිධ කොටස් අර කලින් කියපු කොටස්වලට සාපේක්ෂකව හොඳට තේරුම්කරල දෙන්න පුළුවන්. ඒ නිසා ධම්මානුපස්සනාවට කෙළින් බහින්න බැහැ. අර කායානුපස්සනා කොටස්වලදී ඇති කරගන්නා වූ විනය ශික්ෂණය, නිතිපතා කමටහන් ශුද්ධ කිරීම, කමටහන් ශුද්ධ කිරීමේදී අදාළ කාරණාවට සාපේක්ෂකව කෙටියෙන් කියන්න පුරුදු වෙන ගතිය, ඒ වගේම හිතල කියන්නේ නැතිව තමන් හරියට අත්දැකපු දේ කියන එක, ආදී දේවල් පුහුණු කරලා තියෙනවා නම්, ධම්මානුපස්සනාවේදී මම ඔබ ස්ත්‍රී පුරුෂ භාවයෙන් තොරව ගැඹුරු ධම් සාකච්ඡා කරන්න පුළුවන්. ඒ වගේම තමයි හුඟක් වෙලාවට හික්කුන් වහන්සේලාට ප්‍රශ්න මතු වෙනවා. තමන් ලැබූවා වූ හිතන්නා වූ අධි මානසික, එහෙම නැත්නම් උත්තරී මනුෂ්‍ය ධම් සාකච්ඡා කරන්න වෙනවා. ඒ සාකච්ඡා කරන්න වුණත් ධර්මානුකූලව සාකච්ඡා කෙරුවට කිසිම විනය ප්‍රශ්නයකට අහු වෙන්නේ නැහැ. මට සම්බන්ධ කෙරුවොත්, කාලයට සම්බන්ධ කෙරුවොත්, තමයි ප්‍රශ්න මතු වෙන්නේ. එහෙම නැත්නම් කියන්න තියෙනවා අපි සම්මුති වශයෙන් කියන දේ පරමාර්ථ වශයෙන් කියන්න පුරුදු කරගත්තොත්, ඕනම ධම් කොට්ඨාශයක් ඕනම සභාවක සාකච්ඡා කරන්න පුළුවන් තත්වයකට පත් වෙනවා.

අන්න ඒ විදියට කායානුපස්සනාවේ ඉඳලා විනානුපස්සනාවට යනකොට කමටහන් ශුද්ධ කිරීමේ ලොකු වෙනසක්, පාවිච්චි කරන වචනවල ව්‍යාකරණවල ලොකු වෙනසක් ඇති කරවනවා. ඒක පුද්ගලයා භාත්පසින්ම පුහුණු කරන වැඩක්. ඒකයි කියන්නේ මේකට හොඳ ප්‍රඥාවක් අවශ්‍යයි කියලා. ඒ වගේම වෙනස්වීම්වලට ඔරොත්තු දෙන ගතියක්, වෙනස්වීම්වලට ලැස්ති ගතියක්, නැත්නම් නිවරණ ධම් පිළිබඳ යම් පරිචයක් ඇති කළාට පස්සේ පංච උපාදානස්කන්ධ, උපාදානස්කන්ධ කිව්වම නැවතත් තමන්ගේම තියෙන සංසාරෙන් ගෙනාපු අඩුපාඩුකම් ටිකක් තමයි පෙන්න්නේ. ඒවා දැකල බය වෙල දුවන්නවත්, ඒවා ආව කියල කනගාටු වෙන්නවත්, විනය කමී කරන්නවත් නොවෙයි. ඒවා අනිවාර්යයෙන්ම මේ සන්තානයේ මතු වෙනවා. ඒක නිසා විනානුපස්සනාවට යනකොට

යෝගාවචරයා නිත්‍ය සංඥාව තියෙන කෙනෙක් නම් හොඳ කුමාර සැප ඇතුළු හැදිලා, සැපම සොයාගෙන ගිහිල්ලා මේ කය ස්ථිරයි, මේ ලෝකෙ ස්ථිරයි, මේ ව්‍යවස්ථා මාලාව ස්ථිරයි ආදී කියලා හිතාගෙන ඉන්නවා නම් එතෙතින් එහාට යා ගන්න බැරි වෙනවා. අනිවාර්යයෙන්ම අනිත්‍ය භාවය මුල් කරගෙන, ඒ කියන්නේ දේවල් කඩා දානව කියන එක නොවෙයි. මේවා වෙනස් වන එක හැටියි කියන එක පිළිගත්තොත් විතරක් මේ අනත්‍යානුපසන්‍යා කියන ධම්මානුපස්සනා කොටසට වැටෙනවා. එතනදී දිගටම සාකච්ඡා කරන්න වෙන්නේ, භාවනාවේදී මතු වෙන මේ නිවරණයම නොවේ. මගේ නොවෙයි, මට කනගාටු වෙන්න දෙයක් නොවෙයි. පංචස්කන්ධ වශයෙන් මේ ඇලී ගැලී ගන්නා ගතිය, මම මාගේ, මට, මට කනගාටු වෙන්න දෙයක් නොවෙයි. මේ සලායතන මම නොවේ, මගේ නොවෙයි. ඒ නිසා මම මේකට වග කියන්න ඕන නැහැ. ඒ වගේම ඒ වෙනකොට ඇති වෙන්නා වූ බොජ්ඣංග ධර්ම, චතුරාර්ය සත්‍යය කියන දේවල්, එව්වක් මගේ නොවෙයි. මට ඒවටත් වග කියන්නත් බැහැ. ආත්ත ඒ විධියට ලැස්ති කරගෙන ආපු ධර්ම කොට්ඨාශ බොහෝම ලස්සනට විකාශය වෙලා විශේෂයෙන්ම අනාත්ම සංඥාව ඇති කරගන්නවා.

දැන් අර අනාපාන සති සූත්‍රය නැත්නම් ගිරිමානනඤ්ඤ සූත්‍රය ආදී අනාපානයේ සෝළසාකාර ක්‍රමය අරගත්තම හතරවෙනි කොටස අනිච්චානුපසන්‍යී වූ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාසය, විරාගානුපසන්‍යී වූ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස, නිරෝධානුපසන්‍යී වූ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස, පටිනිස්සග්ගානුපසන්‍යී වූ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාසය කියන මේ හතරයි. වැටෙන්නේ. ධම්මානුපසන්‍යනා කොටසට. ඒ කියන්නේ අනිත්‍යයේ ඉඳල පටිනිස්සග්ගය කියන සම්පූර්ණ අනභැරිම දක්වා වූ ඒ කොට්ඨාශ හතර වැටෙන්නේ ඒවා ඔක්කොම සමාන අථ තියෙන පද වාගෙ පේන්නේ. ඒ නිසා ඒ වෙනකොට යෝගාවචරයා පටන්ගත් ආකාරයටම කය හෝ නරක හෝ හොඳ හෝ කියන ඔක්කොම තීරණ, විනිශ්චය, වෝදනා ඔක්කෝම හැලිල, ඇති දේ අනුන්ගෙ දෙයක් වාර්තා කරන කෙනෙක් වාගේ. දැන් කට්ටියක් ක්‍රිකට් ගහනවා තව කෙනෙක් ඒකෙ ඉඳගෙන බලන්නේ නැති කට්ටියට වාර්තා කරනවා. ආත්ත ඒ වගේ තමයි පැහැදිලිව පරතෝ සංකල්පයෙන් යුක්තව මේ සිදු

වන දේ අඩියක් පිටුපස්සට ගිහිල්ල ඒක වාර්තා කරන්න වාගෙ කියාගන්න තත්ත්වට පත් වෙනවා. ඒක ජීවිතයෙ තියෙන හුඟක් ප්‍රශ්න විසඳෙන දෙයක්. මේ ඇගේ දමා ගැනිල්ලෙන් තමයි ප්‍රශ්න අපේ උග්‍ර කරගන්න. උත්සන්න කරගැනීමෙන් දැවෙන ප්‍රශ්නයක් බවට පත් කරගන්න එක කෙලෙස්වල මූලික ස්වරූපය. ඉතාමත්ම විසඳගන්න බැරි ඉතාමත්ම දුෂ්කරතාවට ආපුවම මොකද කරන්න ඕන, කොහොමද හැසිරෙන්න ඕන කියලා මම ලොකු ස්වාමීන් වහන්සේගෙන් අහනකොට උන්වහන්සේ කිව්වේ එහෙම වෙලාවකදී හිත මැත් කරගන්න දැනගන්න ඕන කියලයි. වහාම පැනලා මම මේකට ක්‍රියාත්මක වෙන්න ඕන. මම මෙහෙම කරන්න ඕන කියල ඉදිරිපත් උනොත් ඒක ඔළ මොට්ටලයක්.

භාවනාවේදී උනත් දැන් මේ මොකද වෙන්න දන්නේ නැහැ. කොහොමද වෙන්නේ දන්නේ නැහැ කියලා කිව්වට පස්සෙ පර්යංකයෙන් නැගිටල යන්න හෝ කලබල වෙන්න නරකයි. තව මට මේ අවුලෙම එක තත්පරයක්, එක විත්තඝණයක් බලා ඉන්න ලැබේවා! කියල බලා ඉන්නකොට පුදුමාකාර විදියට අපි වර්තමානෙම ප්‍රත්‍යක්ෂයෙන්ම අසරණ වෙනවා. අර නැගිටල යන්න හදන්න, වෙනස්කම් කරන්න හදන්න, ඔලමොට්ටල වූ මමෙක්, නාහෙට අහන්නේ නැති මමෙක්. ඊට වැඩිය බොහොම හොඳයි අර පර්යංකයේදී ලැබෙන අර විද දරාගන්න බැරි අවිනිශ්චිත භාවය, අස්ථිර භාවය. මොකද ඒක ධර්මය. ඒක ඉවසන්න ඕන. ඒකේ නැහැ හොඳක්, නරකක්, මූලක්, මැදක්, අගක්. ඒකේ නැහැ මගේ ඔබේ තත්ත්වයක්. ඒක විදින්න පුළුවන් දෙයක්. ආත්ත ඒ වගේ වෙලාවකදී තමයි මේ ධම්මානුපස්සනා කොටස මතු වෙලා එන්නේ.

ඒ නිසා යෝගාවචරයා භාවනා කරනවා නම්, විශේෂයෙන්ම මේ වාගෙ ගිහිල්ලා එක දිගට එක දිගට භාවනා කරන ඇත්තෝ එකාත්තයෙන්ම ධර්ම කොටස්වලට එළඹෙනවා. නමුත් සාකච්ඡා කරනකොට පේනවා ඒවා පිළිබඳව තියෙන්නේ එක්කෝ මේ මොකද මට ඉක්මනට ආවේ, එහෙම නැත්නම් මට මේක වෙන්න ඕන මේ ආකාරයෙන් නේද කියල ඕන දේ ඕන හැටියට වාර්තා කරනවා වෙනුවට හුඟක්

මතිමතාන්තර රාශියක හිර වෙලා ගතියක් ජේන්න තියෙනවා. ඒ මොකද, හිතන්නේ නැහැ ඇත්තටම භාවනා කෙරුවොත් ප්‍රතිඵල ලැබෙයි කියලා. ප්‍රතිඵල ලැබෙනකොට වෝදනා කරනවා. ඒක නිසයි මූලදීම සඵඥයන් වහන්සේ දේශනා කළේ “එකායනො අයං භික්ඛවෙ මගො” කියලා. අවසාන කෙරුවෙත් මේ භාවනා ක්‍රමය දවස් හතක් කෙරුවොත් අනිවාර්යයෙන්ම ප්‍රතිඵල ලැබෙනවා. ඒ නිසා ධම්මානුපසස්සනා කොටස මේ පැය ගණන් දේශනා කළත් මේ කටයුත්ත වෙන්න නම් එව්වර වෙලා යන්නෙ නැහැ. නමුත් ඒ උනත් වාර්තා නොකරන නිසා, වාර්තා කෙරුවත් මූලික අවශ්‍ය කාරණා වසංගත නිසා, කෙලෙස් තත්ත්ව නිසා, ඒක නැති කරගැනීමේ අදහසින්, ඒක දුරු කරගැනීමේ අදහසින්, සාමූහික ප්‍රයත්නයක් වශයෙන්, අඤ්ඤ මඤ්ඤ වශයෙන් අර පාලියේ සදහන් කරන විදියට එකිනෙකා එකිනෙකාට අඩුම දොස් හුවා දක්වීමෙන්, සොයා බැලීමෙන්, එකිනෙකා ඔසවා තැබීමේ ක්‍රමයෙන් මිසක් අපට ගොඩ වෙන්න බැහැ. ඒ ධම්මානුපස්සනා කොටස අනිත් එව්වට වඩා බරසාරයි, ගැඹුරුයි, කියලා පැත්තකට කරනව වෙනුවට අවශ්‍ය කරන්නෙ තමන්ගෙ දැනුමෙ හැටියට මේ වැඩ කරන්නේ මේකමයි කියලා. ඒක හැකි තාක් දුරට ඇති හැටියෙන්ම විද්‍යාත්මක පර්යේෂණයක ඉතාමත් සජීවී ධම් කොට්ඨාසයක් මේකෙ තියෙන්නෙ කියලා. මේ විදියට කායානුපසස්සනා, වෙදනානුපසස්සනා, විඤානුපසස්සනා, ධම්මානුපසස්සනා වශයෙන් ඒ මූලික පාඨ හතරෙන් හඳුන්වාදීම කියන්නේ සතිපට්ඨාන කායානුපසස්සනාව හුගක් සවිස්තරයි. වෙදනානුපසස්සනාව, විඤානුපසස්සනාව එව්වර විස්තර නැහැ. ආයින් ධම්මානුපසස්සනාව ගොඩක් සවිස්තරයි. ආන්න ඒ විදියට නිද්දේශ වාරය තමයි මේ කියාපු දේවල්ම විස්තර කිරීම තමයි ඊශාවට බලාපොරොත්තු වෙන්නෙ.

ඉතින් අද අපිට ඉදිරිපත් කරගත්ත කාලය මේ වෙන කොට හමාර නිසාත් ධම්මානුපසස්සනාවට අදාළ මූලික නිද්දේශය මේ පමණකින් තේරුම්ගන්න පුළුවන් මට්ටමට ඉදිරිපත් කෙරුවාය කියන අදහසක් ඇති නිසාත් අදට නියමිත ධර්ම දේශනාව මෙතනින් හමාර කරන්න

බලාපොරොත්තු වෙනවා. ඒ නිසා භාවනා කරන ඇත්තෝ තමන්ගේ අත්දැකීම් පර්යංකයට පස්සේ හොඳට සවිස්තරව එක්කෝ පොතක ලියලා එහෙම නැත්නම් ඒවත් එක්ක සාකච්ඡා කරලා පුළුවන් තරම් මේවා තෝරා බේරාගත්තොත් අපට තේරේවි ගත වන වස් කාලය ඉතාමත් වටිනා කාලයක් බව. අපි පහුගිය කාලේ කායානුපසංයනා වේදනානුපසංයනා වශයෙන් කරගෙන ගිය වැඩ පිළිවෙළ එකක්වත් අහක ගිහිල්ලා නැහැ. එහෙම අසරණ වෙන්න, එහෙම අනාරක්‍ෂිත වෙන්න දෙයක් නොවෙයි මේක. සරණ වෙන රක්‍ෂිත වෙන දෙයක්. ඒ නිසා සතියෙන් යුක්තව මේක හොඳට බලලා ඒ මතු මත්තේ සමපජඤාඤය ක්‍රියාත්මක වෙනවා නම් එය හුඟාක් සතිපට්ඨානවලට උදව් වෙනවා. නමුත් ඒකට හැකි සංඥාව, මම මේ කරන දේ ඒකාන්ත ප්‍රතිඵල තියෙනවා කියන හැකි සංඥාව ඇති වෙනව නම්, ඒකට හොඳම ආසන්න කාරණාව තමයි මේ ධම්මානුපසංයනා කොටස. අනිත්‍යය අනන්තය පිළිබඳව තේරුම් ගැනීම. ඒ නිසා තම තමන් තුළ ඇත්තා වූ මේ ශක්ති තම තමන් තුළ ඇත්තා වූ අත්දැකීම් මුවහත් වෙලා පෙළගැහිලා ඉදිරිය බොහෝම සුභ සංඥාවෙන් හැකි සංඥාවෙන් ශක්තිය කරගෙන යන්න මේ ධර්ම කොට්ඨාශයත් හේතු වේවා! වාසනා වේවා! කියන අදහසින්, කරුණාවෙන් යුක්තව අදට නියමිත ධර්ම දේශනාව මෙනනින් හමාර කරනවා.

**සාධු! සාධු! සාධු!**





**මෙම උතුම් ධර්ම දූතයට දූතකත්වය සැලසූ සුපිත්චතුන්**

- ❖ අම්බලන්ගොඩ ධර්මාශෝක විද්‍යාලයේ විශ්‍රාමික ආචාර්යවරුන් වූ පරලෝ සැපත් ඒ. කරුණාරත්න ද සිල්වා (ඒ.කේ. සර්), ධර්මා ද සිල්වා (ඒ.කේ. මිස්) සදාදර දෙමව්පියන්ට නිවන් සුව පතා එම දියණිවරු.
- ❖ මෙල්බර්න් නුවර පදිංචි කුසුමා ජයසිංහ මහත්මිය - පරලෝ සැපත් තම ස්වාමි පුරුෂයාට සහ දෙපාර්ශ්වයේම දෙමාපියන්ට පින් පිණිස.
- ❖ ගුරුදෙනියේ ඩී. එම්. ගුණරත්න මහත්මිය පරලෝ සැපත් අංක 259, තලාතුඹය පාර, ගුරුදෙනිය පදිංචිව සිටි කැප්ටන් ගුණරත්න මහතාට සහ අංක 638, මුල්ලේරියාව, අංගොඩ පදිංචිව සිටි ඒ. පී. සිල්වා මහතා සහ ඩේසි කුලකුංග මහත්මියට පින් පිණිස.
- ❖ උඩහමුල්ලේ පදිංචි වෛද්‍ය එස්. ආර්. සමරකුංග මහතා - පරලෝ සැපත් තම පියාණන්ට පින් පිණිස සහ මවට දීර්ඝායුෂ පැතීම සඳහා සහ වෛද්‍ය පද්මා හේරත් මහත්මිය පරලෝ සැපත් තම දෙමාපියන්ට පින් පිණිස.
- ❖ වෛද්‍ය ප්‍රබෝධ සමරකුංග හා වෛද්‍ය උදනි සමරකුංග පවුලේ සැමට උතුම් ධර්මාවබෝධය පිණිස.
- ❖ බොරැල්ලේ පදිංචිව සිටි පරලෝ සැපත් චන්ද්‍රදස විද්‍යාපතිරණ මහතාට සහ එම්. අබේකෝන් මහත්මියට පින් පිණිස එම දූ දරුවන් විසින්
- ❖ කළුබෝවිල පදිංචිව සිටි අභාවප්‍රාප්ත ජේ. ප්‍රතාපසිංහ මහතාට පින් පිණිස එම දූ දරුවන් විසින්

- ❖ නිලු දිසානායක මහත්මිය, ධර්ම දනයමය කුසලානිසංසය පිණිස.
- ❖ තේජානී, බිම්සර - කුණ්ඩසාලේ, පොල්වත්ත, පදිංචිව සිට නැසී ගිය මයිකල් අත්තනායක පියාණන්ට හා අත්තම්මාට පින් පිණිස.
- ❖ පිටකෝට්ටේ, අයි. ඩී. විජේසේන මහතා මියගිය දෙමාපිය ඥාතීන්ට පින් අනුමෝදන් කිරීම පිණිස.
- ❖ සැදහැතියක් උතුම් ධර්මාවබෝධය පිණිස.
- ❖ නාවින්න මල්ලිකා සපරමාදු මහත්මිය - දෙමාපියන්ට, සහ පුතණුවන්ට පින් පිණිස.
- ❖ පාගොඩ, දේවාල පාර, ලීලා ජයතිලක මහත්මිය - පරලෝ සැපත් තම දෙමාපියන්ට හා ස්වාමිපුරුෂයාට පින් පිණිස.
- ❖ ලයනල් වන්දසිරි මහතා සහ එම මහත්මිය - තරිඳු හසන්ත වන්දසිරි පුතණුවන්ට පින් පිණිස.
- ❖ අභාවප්‍රභ්‍රත අහංගම, තිත්තගල්ලේ, දියෝනිස් අප්පුහාමි, ගිමාරා ලියනගේ දෙමාපියන්ට සහ සියලුම ඥාතීන්ගේ සුගතිය පිණිස ද දරුවන් විසින්.
- ❖ කැළණිය, උමගලිය පෙදෙස, සේනක, සන්ධ්‍යා හා පුත්තු උතුම් ධර්මාවබෝධය පිණිස.
- ❖ කැළණිය, උමගලිය පෙදෙස, සුරංගන මුදලිගේ, දෙමාපියන්ට නිදුක් නිරෝගි සුව හා සැමට උතුම් ධර්මාවබෝධය පිණිස.
- ❖ මහරගම, නාවින්න, ඉෂාන්, පාඨලී, දියණිය දෙමාපියන්ට නිදුක් නිරෝගි සුව සහ පවුලේ සියලු දෙනාට උතුම් ධර්මාවබෝධය සඳහා.
- ❖ අභාවප්‍රාප්ත රත්හාමි රත්නායක, චන්ද්‍රාවතී රත්නායක දෙමාපියන්ට සහ සියලුම ඥාතීන්ට උතුම් නිවන් සුව ප්‍රාර්ථනය පිණිස - ද දරුවන් විසින්.



- ❖ මෙල්බර්න් නුවර තිලිණ, පුණ්නජ් තම දෙමාපියන්ට සහ ඥාතීන්ට ධර්මාවබෝධය පිණිස.
- ❖ මෙල්බර්න් නුවර පදිංචි මැණිකේ රස්නායක මහත්මිය හා දූ දරුවන්, නිකවැරටිය පදිංචිව සිට මිය ගිය දෙමාපියන්ට පින් පිණිස.
- ❖ මහනුවර පදිංචි වාන්දනී හේමවන්ද මහත්මිය දෙමාපියන්ට පින් අනුමෝදන් කිරීම පිණිස.
- ❖ පොල්හේන්ගොඩ කිරුළපන පදිංචිව සිටි ආර්. ආර්. එම්. බුද්ධදස රත්නායක මාමාටත්, මිරිහානේ එදිරිසිංහ පාලේ පදිංචිව සිටි ආනන්ද සිරිසේන අයියාටත්, නාත්තන්ඩියේ මැදගොඩ පදිංචිව සිටි රත්නාවතී ඩොලිමැණිකේ නැන්ද යන අයට මෙම ධර්මදානය කුසලය නිවන් අවබෝධ වීම පිණිස හේතු වේවා!
- ❖ පාදුකක ජයන්ති පාලේ පදිංචිව සිටි තරිදු හසන්ත වන්දිසිරි පුතාට උතුම් නිවනින් සැනසීම ලැබේවා!

දයකත්වය දුන් සැමට තෙරුවන් සරණින් චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය අවබෝධ වී ප්‍රාර්ථනා බෝධියකින් උතුම් නිවනින් සැනසීම උදව්වේවා! යි මෙත් සිතින් ප්‍රාර්ථනා කරමි.

සම්පාදක  
2016 මැදින් මස

විමසීම

මිනිරිගල නිස්සරණ වනය සංරක්ෂණ මණ්ඩලය

- ☎ කාර්යාලයේ දුරකථනය :- 0333331993
- ☎ Email:- nissaranavanaya@gmail.com
- ☎ වෙබ් අඩවිය :- www.nissarana.lk

