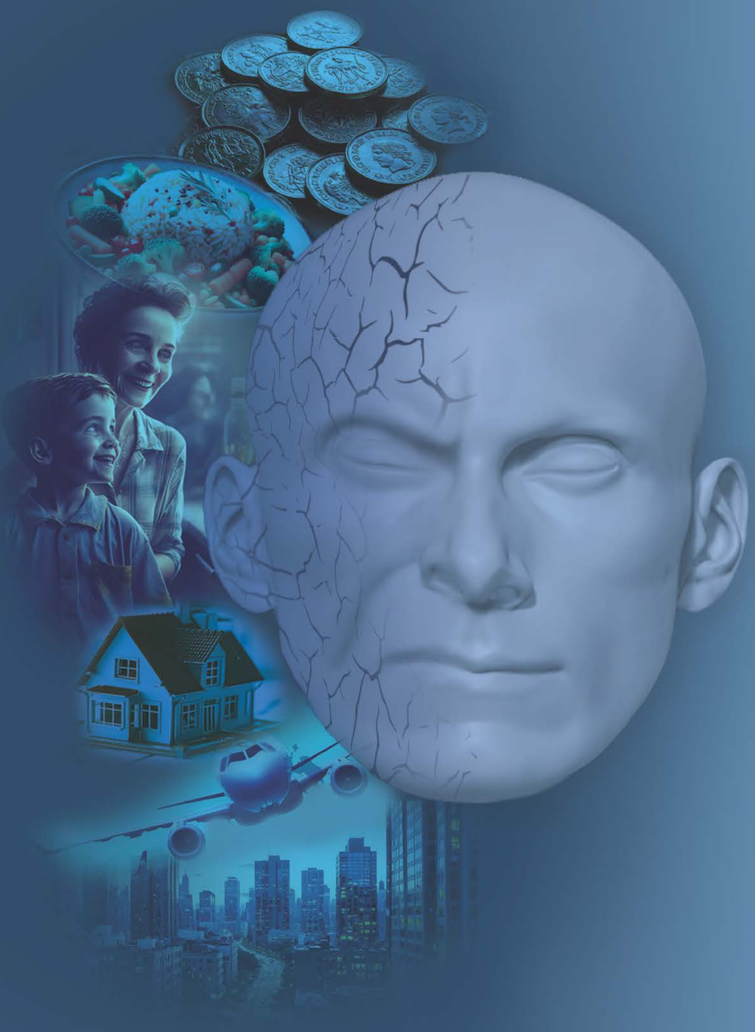
නිමිත්ත සහ අනිමිත්ත

විපස්සනා පරිකථා - තෙවන කොටස



පූජ්‍ය පානදුරේ චන්දරතන ස්වාමීන්වහන්සේ

නිමිත්ත සහ අනිමිත්ත

(විපස්සනා පරිකථා - තුන්වන කොටස)

පූජ්‍ය පානදුරේ චන්දරතන ස්වාමීන්වහන්සේ

නිස්සරණ වනය අරණ්‍ය සේනාසනය

මීතිරිගල

ධර්මදානය පිණිසයි.

ප්‍රථම මුද්‍රණය - 2025 පොසොන් මස

නිමිත්ත සහ අනිමිත්ත (විපස්සනා පරිකථා - 3)
පූජ්‍ය පානදුරේ චන්දරතන ස්වාමීන්වහන්සේ

අයිතිය:
මීතිරිගල නිස්සරණ වනය සංරක්‍ෂණ මණ්ඩලය
මීතිරිගල, 11742
දුරකථනය: 033 2253295
nissaranavanaya@gmail.com
www.nissarana.lk

ISBN : 978-624-5512-39-3

මුද්‍රණය
කොලිටි ප්‍රින්ටර්ස්
17/2, පැඟිරිවත්ත පාර,
ගංගොඩවිල, නුගේගොඩ.
දුරකථනය: 011 2809 499

පෙරවදන

ඇස් කන් නාසාදී ඉඳුරන් අනුසාරයෙන් ගන්නා විවිධාකාර නිමිති ඇසුරින් අපි හඳුනාගැනීම් සිදු කරමු. එහෙත් කෙනකුගේ සාමාන්‍ය හැඟීම වන්නේ අපි "දේවල්" හඳුනාගන්නවා "පුද්ගලයින්" හඳුනාගන්නවා යනුවෙනි. එහෙත් මෙහි ඇති සාවද්‍ය බව පිළිබඳව කෙරෙන ගැඹුරු විග්‍රහයක් මජ්ඣිම නිකායේ මූලපරියාය සූත්‍රයේ මෙලෙස දක්වා ඇතඃ

දිට්ඨං දිට්ඨතො සඤ්ජානාති. දිට්ඨං දිට්ඨතො සඤ්ඤත්වා දිට්ඨං මඤ්ඤති. දිට්ඨස්මිං මඤ්ඤති. දිට්ඨතො මඤ්ඤති. දිට්ඨං මෙති මඤ්ඤති. දිට්ඨං අභිනන්දති. තං කිස්ස හෙතු? අපරිඤ්ඤතං තස්සාති වදමි.

දක්නා ලද්ද (රූපායතනය) අයෝනිසෝ මනසිකාරයෙන් දෙයක්/කෙනෙක් වශයෙන් හඳුනාගනියි. එලෙස හැඳිනගෙන තණ්හා මඤ්ඤනාදි වශයෙන් හඟියි. රූපායතනයෙහි ආත්මයක්/දෙයක් පිහිටියේ යයි හඟියි. රූපායතනයෙන් බැහැර ආත්මයක් පිහිටියේ යයි හඟියි. රූපායතනය "මාගේය" යි හඟියි. රූපායතනය අභිනන්දනය කරයි. ඒ කවර හෙයින් යත්ඃ රූපායතනය (පිළිබඳ) ඔහුගේ පිරිසිඳ නොදැනීම (හෙයිනැ) යි කියමි.

වැරදි ලෙස හඳුනාගැනීම් නිසා බොහෝ සෙයින් විවිධාකාර ගැටලුකාරී තත්ත්ව පැන නගින අතර, එතුළින්ම ගොඩනැගෙන යම් යම් දෘෂ්ටි වාද නිසා මුළු ලෝකය පුරාම විවිධාකාර ගැටුම් අඬදබර පවා සිදු වෙයි.

සඤ්ඤඤ්ච දිට්ඨිඤ්ච යෙ අග්ගහෙසුං, තෙ ඝට්ටයන්තා විචරන්ති ලොකෙති - මාගන්දිය සූත්‍රය - සුත්ත නිපාත

සංඥවත් දෘෂ්ටියත් යම් කෙනෙක් අල්ලාගත්තාහු නම් ඔවුහු ලෝකයේ ගැටෙමින් හැසිරෙත්.

අති පූජනීය කටුකුරුන්දේ ඤාණනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ විසින් සම්පාදනය කරන ලද "මනසේ මායාව" ග්‍රන්ථයේ මෙලෙසින් දක්වෙයි.

ඉන්ද්‍රිය ඥනය වූකලී සෑම මට්ටමකදීම නිමිති නම් වූ සංකේත මත රඳා පවතින්නකි. ... ඉන්ද්‍රිය ඥනයට අදාළව පවතින අල්ලාගැනීමේ හා හඳුනාගැනීමේ ක්‍රියාදමය නිසා නිමිත්ත ඒ තුළ වැදගත් කාර්යභාරයක් ඉටු කරයි. අල්ලාගැනීම කායික හෝ වේවා මානසික හෝ වේවා, හුදෙක් සංකේතාත්මක වූ ග්‍රහණයක් බව කිව යුතුය. සැබවින්ම ස්පර්ශයට ඉලක්කය වන්නේ මතුපිටින් පෙනෙන සීමිත ප්‍රදේශයක් පමණි. එනමුත් එය අල්ලා ගනීම පිළිබඳ මානයකට ප්‍රමාණවත් වන භ්‍රාන්තියක් ඇති කරවන්නකි. හඳුනාගැනීම සිදු වන්නේද අනියත අත්තනෝමතික සීමාවන් තුළ පමණි. - මනසේ මායාව (10 පිටුව)

එකම වස්තුවක් මුල් කරගෙන වුවද එකිනෙකා විසින් කරන හඳුනාගැනීම්, ඔවුනොවුන් තුළ ඇති රාග ද්වේෂ මෝහ මත රඳා පැවතීම නිසාම තමතමාගේ කෙලෙසුන්ට අනුරූපව හඳුනාගැනීම සිදු වෙයි. මේ නිසාම විවිධාකාර අත්තනෝමතික තීරණවලට එළඹීමද නිතැතින්ම සිදු වෙයි. ඇසින් කනින් නාසයෙන් දිවෙන් කයින් මනසින් ගන්නා විවිධාකාර නිමිති, නිත්‍ය ලෙස සැප ලෙස ආත්ම ලෙස සුභ ලෙස දකිමින් කෙරෙන මෙම ක්‍රියාවලිය තව දුරටත් පුද්ගලයා තුළ කෙලෙස් වඩවයි. එහෙයින් හඳුනාගැනීම් ක්‍රියාවලිය යම් තාක් දුරකට හෝ නිවැරදි කරගත හැකි නම්, නිමිති ගැනීම වළක්වාගත හැකි නම්, කෙලෙසුන්ගෙන් තෙත් නොවන මනසක් තනාගැනීමට කෙනෙකුට හැකියාවක් ඇත.

ඇවැත්නි, රාගය කිසිවකි, ද්වේෂය කිසිවකි, මෝහය කිසිවකි... ඇවැත්නි, රාගය නිමිති ඇති කරවන්නකි, ද්වේෂය නිමිති ඇති කරවන්නකි, මෝහය නිමිති ඇති කරවන්නකි. ... මේ අනුව බලන කල ඉන්ද්‍රියාරම්මණ අප තුළ නිමිති දනවන නිමිති මාත්‍ර පමණි. එහෙත් ඒවායේ නිමිති දනවීමේ ශක්තිය රඳා පවත්නේ රාග දෝස මෝහ යන කෙලෙස් මුල් තුනෙහි නිමිත්තකරණ ස්වභාවය පිළිබඳව අප තුළ ඇති අවිද්‍යාව මතය. - මනසේ මායාව (12 පිටුව)

'විපස්සනා පරිකථා' නම් වූ සාරසංග්‍රහය ආරම්භ කොට ඉදිරියට ගෙන යාම සඳහා අර්ථයෙන් ධර්මයෙන් අනුශාසනා කොට වදාළ, නිස්සරණ වනය ආරණ්‍යයේ සේනාසනාධිපති, අති පූජනීය උඩරියගම ධම්මජීව නාහිමිපාණන් වහන්සේටත් **'නිමිත්ත සහ අනිමිත්ත (විපස්සනා පරිකථා - 3)'** ධර්ම දේශනා සියල්ල ශ්‍රවණය කොට, නිවැරදිව පරිගණක අකුරු සකැසුම සිදු කළ කුමුදුනී අතලගේ මහත්මියටත් සංස්කරණය කොට සෝදුපත් බැලීමෙන් සහාය වූ රාණි රාජපක්ෂ මහත්මියටත් අර්ථ සම්පන්න පිට කවර නිර්මාණයක් සකසා දුන් අමිල් කුමාර මහතාටත් මුද්‍රණය සඳහා අවශ්‍ය පරිදි පිටු සකැසුම කර දුන් පූජනීය දෙල්ගමුවේ ධම්මසුභද්‍ර ස්වාමීන් වහන්සේටත් නොපමාව මුද්‍රණ කටයුතු ඉටු කර දුන් ගංගොඩවිල කොලිටි ප්‍රින්ටර්ස් ආයතනයේ අධිපතිතුමන් ඇතුළු කාර්ය මණ්ඩලයටත් මේ අගනා පුස්තකය ධර්ම දානමය පින්කමක් ලෙස නොමිලයේ බෙදා දීමට සම්පූර්ණ බරපැන දැරූ චන්දිමා පෙරේරා මහත්මියට සහ සේනක දිමුතු ලියනගේ මහතාටත් මෙම මහඟු කටයුත්ත සාර්ථකව නිම කිරීමට නන් අයුරින් දායක වූ සියලුදෙනාටමත් මෙම උතුම් වූ කුසලය නිවන් පිණිසම හේතු වේවා !

දමනය කළ සිතින් යුතුව මේ දහම තුළ තව දුරටත් හික්මීම තුළින් අප සියලුදෙනාටම නිවන් සුව අවබෝධ වේවා!

පානදුරේ චන්දරතන හිමි
නිස්සරණ වනය ආරණ්‍ය සේනාසනය - මීතිරිගල
වර්ෂ 2025 ක් වූ ජූනි මස 02 දින දීය.

සම්පාදක සටහන

ස්වාධීන රූපවාහිනී සේවය ඔස්සේ 2024 ජූනි මස 29 වන දින සිට විකාශනය ආරම්භ වුණු **"විපස්සනා පරිකථා"** නම් වූ විපස්සනාවට අනුග්ගහිත ගම්භීර සූත්‍ර දේශනාවලියේ ප්‍රථම දේශනා 9 පටිගත කිරීමෙන් පසු, කෘත්‍යාධිකාරී, පූජනීය පානදුරේ චන්දරතන හිමිපාණන් වහන්සේට නැවතත් මාත් මගේ බිරිඳත් බැගෑපත් වෙමින් තවත් දේශනා 9 කින් **"විපස්සනා පරිකථා"** විද්‍යුත් දෘශ්‍ය පෙළහර පෝෂණය කළ හැකි, දැනට සිංහල මාධ්‍යයෙන් ධර්ම පුස්තකයක් එළිදක්වා නොමැති විෂයක් මූලික කරගන්නා ලෙසට කළ ආරාධනාව පිළිගෙන, "සංඥා" සහ "සංඥා දුරු කිරීම" මීට කදිමට ගැළපේවි යැයි ක්ෂණිකව ලබා දුන් පිළිතුර පිළිබඳව අපගේ චිත්ත සන්තානය තුළ දෝරේ ගලා ගිය කෘතවේදිත්වය මුලින්ම පුද කර සිටිමු.

ඒ වන විටත් **අනිමිත්ත සහ ශූන්‍යතාව** පිළිබඳව ඔස්ට්‍රේලියාවේ පර්ත් නුවර Jhāna Grove Retreat Centre හිදී පූජනීය චන්දරතන හිමියන් විසින් මෑතකදී පවත්වන ලද ඉංග්‍රීසි බසින් වූ දේශන 5 ක් ඇතුළත්ව ඉදිරියට සැකසෙමින් පැවතුණ ඉංග්‍රීසි ධර්ම පුස්තකයේ කෙටුම්පත විද්‍යුත් තැපැල් හරහා එවමින් පූජනීය චන්දරතන හිමියන් විසින් අප කල් තබා කළ දැනුම්වත් කිරීම නිසාම එම විෂය දහරාව හැදෑරීමට එය මහත් පිටිවහලක්ම විය.

මාත් බිරිඳත් වැඩි දුරටත් අයැද සිටියේ සංඥා පිළිබඳව සහ ඒවා දුරු කරන ආකාරය පිළිබඳව පැයක දේශනා 9 ක්ම පූජනීය චන්දරතන හිමියන් වෙත ඉදිරි දේශනා පටිගත කිරීමේදී වෙන් කර දී ඇති බැවින් තව තවත් වැඩිමනත් සූත්‍ර දේශනා අනුසාරයෙන් "විපස්සනා පරිකථා" සාරසංග්‍රහය පෝෂණය කරන්නට උන්වහන්සේට හැකියාව ලැබේවා යන්නයි.

දැනටමත් ස්වාධීන රූපවාහිනී සේවය (ITN) ඔස්සේ විකාශය වූ එකී දේශනා 9 හි අන්තර්ගතය පරිශීලනයේදී, උන්වහන්සේ මොන තරම් සූත්‍ර සංඛ්‍යාවක් පරිශීලනයට ලක් කර මේ දේශනාවලියට සාධාරණයක් ඉටු කර ඇත්ද යන්න පිළිබඳව සිතීමත් පුදුම එළවනසුලුම විය.

ඉංග්‍රීසි බසින් සකැසුණ "Signless & Emptiness" නම් වූ ධර්ම පුස්තකය අති පූජනීය උඩර්රියගම ධම්මජීව නාහිමියන් වහන්සේට සහ පූජනීය පානදුරේ චන්දරතන හිමියන් වෙත මුලින්ම පිළිගැන්වීමේ කටයුත්ත දෛවෝපගත ලෙස සිදු වූයේ මෙම සංඥා පිළිබඳව වූ දේශනා පටිගත කෙරෙමින් පැවති කාල වකවානුවකදී අපගේ තලවතුගොඩ පිහිටි මැදිරියේදී වීම විශේෂත්වයක්ම විය. එවේලෙහි එම ඉංග්‍රීසි පොත පිළිගැන්වීම සිදු කළ චන්දිමා පෙරේරා කලණ මිතුරිය විසින් අහිංසකව හඬ අවදි කරමින් "අනේ අයියේ, සංඥා ගැන ධර්ම පුස්තකයේ සම්පූර්ණ බරපැන දරන්නට මටම ඉදිරියේදී අවස්ථාව ලබා දෙන්න" යනුවෙන් කළ ඉල්ලීම මෙම සිංහල පුස්තකය එළිදැක්වීමේ කටයුත්තට මුල පිරීමක් බඳුම විය.

"නිමිත්ත සහ අනිමිත්ත" - (විපස්සනා පරිකථා - 3) දහම් පුස්තකය එළිදැක්වීමට අපට හැකියාව ලැබීම පිළිබඳව අප තුළ විශාල සන්තුෂ්ටියක් පවතින්නේ, සියල්ලන්ටම විපස්සනා භාවනාව ඉදිරියට වඩාගැනීමේදී පැන නගින ප්‍රායෝගික බොහෝ ගැටලු සහගත තත්ත්වයන්ට බුද්ධිමය නිම්වළලු පුළුල් කර දීමට දේශකයාණන් වහන්සේට හැකියාව ලැබීමත්, නවමු විෂය දහරාවක් ඔබට තිළිණ කර දෙන්නට අප පොහොසත් වීමත් නිසාමය. ඒ බව මෙම දහම් පඬුර පරිශීලනය කරන ඔබටද මනාව වැටහී යනු නොඅනුමානය.

නිවැරදි ධර්මය සොයන, ධර්මයට අනුව හැසිරෙන, ධර්මය ගුරු කොටගෙන තම විපස්සනා ඥානය දියුණු කරගන්නා, නිවනට මග සොයන ඔබට මෙම උත්තම දේශනාවලියේ අන්තර්ගතය ක්ෂේම භූමියක්ම වේවා!... වියැළී ඉරිතැලී ගිය බොල් පොළවට වැටෙන්නා වූ ධාරානිපාත වර්ෂාවක්ම වේවා!... යි හදවතින්ම ප්‍රාර්ථනා කරන්නෙමු.

ඔබ සැමට තෙරුවන් සරණයි!...
සම්පාදක
වර්ෂ 2025 ක් වූ මැයි මස 25 වන දිනදීය.

පුණ්‍යානුමෝදනාව

උපතේ සිට මරණය දක්වා ජීවිතය පුරාවටම පහළ කරගන්නා සංඥා මත කටයුතු කරමින්, එකී සංඥා දැඩිව ග්‍රහණය කරගනිමින්, සංඥාවලින් පීඩිත යෝගාවචරයන් හට සංඥා විපල්ලාසයේ ආදීනව මැනවින් පහදා දී, වඩන විපස්සනා භාවනාව හරහා නිමිති නොගන්නා වූ මට්ටමක් හමුවේ වැඩෙන අනිමිත්ත සමාධිය තුළින් ඉන් ඔබ්බට යා හැකි මග පසක් කරලන්නට මේ දේශනා සියල්ලත් ඉවහල් වේවා! යි පතමු.

මෙම "නිමිත්ත සහ අනිමිත්ත (විපස්සනා පරිකථා - 3)" ධර්ම පුස්තකය එළිදැක්වීම සඳහා අපට අත්වැල සැපයූ සැමට කුළුණුබර මෙත් හදින් තුති පුදන්නට මෙය අවස්ථාවක් කරගතිමු.

එනම්:-

1. සැම විටම අප හට හරි මග කියා දෙමින් නිවැරදි දහම තුළ විපස්සනා නුවණ වඩවාගන්නට අනුශාසනා කරන මීතිරිගල නිස්සරණ වනය ආරණ්‍ය සේනාසනාධිපති, ප්‍රධාන කම්මට්ඨානාචාර්ය, අති පූජනීය උඩර්රියගම ධම්මජීව නාහිමිපාණන් වහන්සේටත්;

2. සූත්‍ර දේශනා තුළ වූ වටිනා අන්තර්ගතයන් උකහාගනිමින් මෙම දේශනාවලිය මැනවින් පෝෂණය කළා වූ මීතිරිගල නිස්සරණ වනය ආරණ්‍ය සේනාසනයේ කෘත්‍යාධිකාරී, කම්මට්ඨානාචාර්ය, පූජනීය පානදුරේ චන්දරතන හිමිපාණන් වහන්සේටත්;

3. මෙම ධර්ම පුස්තකය ධර්ම දානමය පුණ්‍යකර්මයක් ලෙසින් නොමිලයේ ඔබ වෙත බෙදා දීමට සම්පූර්ණ බරපැන වශයෙන් රු. 207,000/= ක මුදලක් පරිත්‍යාග කළ;

   i. කැලණිය, වරාගොඩ පදිංචි චන්දිමා ප්‍රශන්ති පෙරේරා මහත්මියටත්; ඕස්ට්‍රේලියාවේ ඇඩිලේඩ් නුවර පදිංචි සේනක දිමුතු ලියනගේ මහතාට සහ සෙත්නි දම්සා ලියනගේ දියණියටත්; සුජීවත්ව සිටින දෙපාර්ශවයේම දෙමාපියන්ටත් නිදුක් නීරෝගී සුව සහ චිරජීවනය ප්‍රාර්ථනා කිරීමටත්;

   ii. දිමුතු ලියනගේ මහතාගේ පරලෝ සැපත් පනාගොඩ ලියනගේ පේමදාස පියාණන්ටත්;

   iii. අනන්ත සසර පටන් මේ මොහොත දක්වා පරලෝ සැපත් සියලුම ඥාති හිතමිත්‍රාදීන් ඇතුළු පින් බලාපොරොත්තු වන සියලුම සත්ත්වයන්ටත්;

මෙම පින් අනුමෝදන්ව ඔවුන්ගේ ඉදිරි භවගාමී ජීවිත නිවනින් සැනසීමටත්, සුජීවත්ව සිටින සෙසු සියලු ඥාති හිතමිත්‍රාදීන්ට නිදුක් නීරෝගී චිරජීවනය ප්‍රාර්ථනා කිරීමටත්, මේ භවයේදීම උතුම් චතුරාර්ය සත්‍යය ධර්මය අවබෝධ කරගෙන නිවනින් සැනසීමටත් මේ ධර්ම දානමය කුසල ශක්තීන් උපනිශ්‍රය වේවා! යි ප්‍රාර්ථනා කරමු. තෙරුවන් සරණයි!...

මෙයට,
නිස්සරණ වනය සංරක්ෂණ මණ්ඩලය
වර්ෂ 2025 ක් වූ පොසොන් මස තුන්වන දින දී ය.

පටුන

පෙරවදන i

සම්පාදක සටහන v

පුණ්‍යානුමෝදනාව vii

පටුන ix

10| සංඥා ස්කන්ධය තේරුම්ගනිමු 1

11| සංඥාවල පටලැවිල්ල 17

12| සංඥාවල සියුම් පැටලිලි 35

13| සංඥා අඩු කිරීමට පුහුණුවක් 53

14| නිමිති නොගැනීමට විපස්සනාවෙන් මගක් 71

15| නුවණින් යුතුව වඩන උපේක්ෂාවක් 91

16| නිමිති නොමැති නිවන් මගක් 111

17| සියුම් කෙලෙස් හඳුනාගනිමු 129

18| රහත් හිතක සංඥා 149

10| සංඥා ස්කන්ධය තේරුම්ගනිමු

නමො තස්ස භගවතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස

සඤ්ඤා භික්ඛවෙ වෙදිතබ්බා, සඤ්ඤානං නිදානසම්භවො වෙදිතබ්බො, සඤ්ඤානං වෙමත්තතා වෙදිතබ්බා, සඤ්ඤානං විපාකො වෙදිතබ්බො, සඤ්ඤානිරොධො වෙදිතබ්බො, සඤ්ඤානිරොධගාමිනී පටිපදා වෙදිතබ්බා තී’ති.

ශ්‍රද්ධාවන්ත පින්වත්නි, අපි ගිය වර වැඩසටහන් මාලාවෙදි විශේෂයෙන්ම ප්‍රපංච පිළිබඳව දැනුවත් වුණා. දැන් මේ ප්‍රපංච සඳහා තුඩු දෙන, ප්‍රපංචවලට සැහෙන රුකුල් දීමක් කරන සංඥා ස්කන්ධය ගැන අපි ටිකක් සාකච්ඡා කරන්න බලාපොරොත්තු වෙනවා. ඊට පස්සෙ අපි සංඥාවල තියෙන විවිධාකාර ගැටලු නොදැනුවත්ව පරිහරණය කරන්න ගිහිල්ලා අපේ සිත ඇතුළෙ සිද්ධ වෙන විවිධාකාර පටලවාගැනීම්, තවත් එහාට ගිහිල්ලා ඒකෙන් අපි මිදෙන ආකාරය, නැත්නම් භාවනාවකින් අපේ චර්යාව පාවිච්චි කරලා කොහොමද මේ සංඥාවලින් හිත මුදවාගන්නේ? ඒ සඳහා භාග්‍යවතුන් වහන්සේ පෙන්වන ක්‍රමවේද මොනවද? කියන එකත් ගැඹුරකට අපි සාකච්ඡා කරන්න, පිළිවෙළින් ඉදිරියට යන්න බලාපොරොත්තු වෙනවා.

ඉතින් අද දවසේ මේකට පිවිසුමක් වශයෙන් අපිට මේ වචනය පිළිබඳවත් මුලින්ම තේරුම්ගන්න පුළුවන්. මොකක්ද මේ සංඥා කියල කියන්නේ? ඉතින් ඒ පිළිබඳ හොඳ විස්තරයක් **ඛජ්ජනීය සූත්‍රයේදී** බුදුරජාණන් වහන්සේ ඉදිරිපත් කරනවා. **කිඤ්ච භික්ඛවෙ, සඤ්ඤං වදෙථ?** මහණෙනි, ඇයි මේ සංඥා කියල කියන්නේ? **සඤ්ජානාතීති**

බො භික්ඛවෙ, තස්මා සඤ්ඤාති වුච්චති. ඉතින් බුදුරජාණන් වහන්සේ කියල දෙනවා 'හඳුනාගන්නවා' කියන අර්ථයෙන් තමයි සංඥා කියල කියන්නේ. ඒකට උදහරණයකුත් දෙනවා. **කිඤ්ච සඤ්ජානාති?** මොකක්ද හඳුනාගන්නේ? **නීලම්පි සඤ්ජානාති; පීතකම්පි සඤ්ජානාති; ලොහිතකම්පි සඤ්ජානාති; ඔදාතම්පි සඤ්ජානාති** - වර්ණ හඳුනාගැනීමක් උදහරණයක් වශයෙන් දෙනවා.

මේ පින්වතුන් හැමෝටම සමහර විට මතක ඇති අපි පුංචි කාලෙ පුංචි පන්තියකට ගියහම, එතෙන්දි ගුරුවරියක් හෝ ගුරුවරයෙක් අපිට පාට ගැන කියල දුන්නා මේ තියෙන්නෙ රතු පාට, මේ තියෙන්නෙ නිල් පාට, මේ තියෙන්නෙ කොළ පාට, මේ තියෙන්නෙ කහ පාට කියල. එතකොට අපි ඒවා සම්බන්ධයෙන් යම් කිසි මතකයක් අපේ හිතේ තැන්පත් කරගත්තා. ඉතින් වෙනත් අවස්ථාවකදි එබඳුම වර්ණයක් ඉදිරිපත් කරල මේ මොන පාටද කියල ඇහුවොත් - දැන් අපි අර ඉගෙනගෙන තිබුණා මෙන්න මේ වර්ණයට කියන්නෙ රතු පාට කියලා - එතකොට එබඳු රතු පාටක් නැවතත් කවුරු හරි කෙනෙක් පෙන්නුවොත් දැන් අපිට එහෙනම් මතකයට නැංවෙනවා 'ආ මේ තියෙන්නෙ රතු පාට තමයි' කියලා. ඒ වෙනුවට නිල් පාට පෙන්නුවොත් 'ආ මේ තියෙන්නෙ නිල් පාට' කියලා දැන් අපිට මතක් කරගන්න පුළුවන්. ඉතින් ඒ වගේ අපි ඉතාම සරලව මේ ක්‍රියාදාමය ඉගෙනගත්තා. පුංචි කාලේ අපි මේ විදිහට මේ දේවල් ඉගෙනගත්තා පාට හඳුනාගැනීමක්, ඒ පාටවලට නම් කිරීමක්. ඊට පස්සෙ අපි හැඩතල ඉගෙනගත්තා 'මේ තියෙන්නෙ රවුමක්, මේ තියෙන්නෙ ත්‍රිකෝණයක්, මේ තියෙන්නෙ සමචතුරස්‍රයක්' කියලා. මේ විදිහට අපි විවිධාකාර හැඩතලත් ඉගෙනගත්තා. මේ වගේ විවිධාකාර සලකුණු, මේ වගේ විවිධාකාර නිමිති, එබඳු ඒ විවිධ හැඩතල හැම එකකින්ම ඇත්තටම සංඥා තමයි අපි පොඩ්ඩ පොඩ්ඩ හඳුනාගන්නේ.

මේ සංඥා ස්කන්ධය කිව්වහම සෑහෙන්න පුළුල්. අපි ගත කරන්නෙම, හඳුනාගැනීම් කරන්නෙම, මේ මුළු ලෝකයත් එක්ක අපි ගනුදෙනු කරන්නෙම සංඥා අනුසාරයෙන් කියල කිව්වොත් ඒක නිවැරදියි. ඒකට අපි දහමේ පාවිච්චි කරන තවත් වචනයක් තමයි නිමිති කියල කියන්නෙ. එතකොට ඇහෙන් විවිධාකාර නිමිති අපිට බාහිරයෙන් අරගන්න පුළුවන්. ඒ වගේමයි කනෙනුත් විවිධාකාර ශබ්ද

ආශ්‍රිත නිමිති අපිට අරගන්න පුළුවන්. ඒ නිසා මේ හා සම්බන්ධව ඉතාම පුළුල්ව කරන විග්‍රහයක් අපිට හම්බ වෙනවා අඞ්ගුත්තර නිකායේ ඡක්ක නිපාතයේ **නිබ්බෙධික සූත්‍රයේදී**. ඒකෙදි බුදුරජාණන් වහන්සේ කියල දෙනවා මෙන්න මේ දේවල් අපි දැනගත යුතුයි, මෙන්න මේ දේවල් අපි විනිවිද දැනගත යුතුයි, ඉතාම ගැඹුරෙන් තේරුම්ගත යුතුයි කියලා. ඉතින් එතනින් පෙන්නන එක කොටසක් තමයි **සඤ්ඤා, භික්ඛවෙ, වෙදිතබ්බා.** මහණෙනි, සංඥා අපි තේරුම්ගත යුතුයි. ඒක කියල දෙනවා ඊට පස්සේ. **ඡයිමා භික්ඛවෙ සඤ්ඤා** - මහණෙනි, සංඥා හය ආකාරයක් තියෙනවා. **රූපසඤ්ඤා සද්දසඤ්ඤා ගන්ධසඤ්ඤා රසසඤ්ඤා ඵොට්ඨබ්බසඤ්ඤා ධම්මසඤ්ඤා** කියලා සංඥා හය ආකාරයක් පෙන්නල දෙනවා. ඊළඟට කුමක්ද මේ සංඥාවලට නිදානය, නැත්නම් සංඥාවලට හේතුව? **කතමො ච, භික්ඛවෙ, සඤ්ඤානං නිදානසම්භවො? ඵස්සො, භික්ඛවෙ, සඤ්ඤානං නිදානසම්භවො.** ස්පර්ශය තමයි සංඥාවන්ට නිදානය, නැත්නම් හේතුව (සමුදය) වශයෙන් පෙන්නන්නේ. තවත් ටිකක් විග්‍රහ කරනවා. **කතමා ච භික්ඛවෙ සඤ්ඤානං වෙමත්තතා?** මහණෙනි, සංඥාවල තියෙන විවිධත්වය මොකක්ද? **අඤ්ඤා, භික්ඛවෙ, සඤ්ඤා රූපෙසු, අඤ්ඤා, භික්ඛවෙ, සඤ්ඤා සද්දෙසු.** මේ විදිහට කියල දෙනවා. රූප සංඥා හා සම්බන්ධ ස්වභාවය එකක්, ශබ්ද සංඥා හා සම්බන්ධ ස්වභාවය තව එකක්.

දැන් අපි මේක ටිකක් තේරුම්ගනිමු. දැන් රූප සංඥා කියල කියනවා. අර මං කලින් විස්තර කළා වගේ, බුදුරජාණන් වහන්සේ දීපු උපමාවෙත් විස්තර වෙන ආකාරයටම, අපිට මේ විවිධ රූප, හැඩතල, වර්ණ ඇහෙන් හඳුනාගන්න පුළුවන්. අපි ඒක පුංචි කාලෙම ඉගෙනගත්තා මේ තියෙන්නෙ අහවල් වර්ණය කියල කියන්න, නැත්නම් මේ තියෙන්නෙ අහවල් හැඩය කියල කියන්න. ඊට පස්සෙ අපි අකුරු ලියන්න ඉගෙනගත්තා මේ තියෙන්නෙ 'අ'යන්න, මේ තියෙන්නෙ 'ආ'යන්න, මේ තියෙන්නෙ 'ඉ'යන්න, මේ තියෙන්නෙ 'ර'යන්න කියලා. අපි මේ විදිහට අකුරු ඉගෙනගත්තා. පුංචි කාලෙම අපිට මේ ටික කියල දුන්නා. ඊට පස්සෙ අපි ඉංග්‍රීසි හෝඩිය ඉගෙනගත්තා. A, B, C කියල ඉතින් අපි මේවා ඉගෙනගත්තා. මුල් කාලෙදි හරි අමාරුයි. ටිකක් පැටලෙනවා. හැබැයි කාලයක් තිස්සේ අපි ඒක හුරු කරන්න හුරු කරන්න පුරුදු කරන්න පුරුදු කරන්න අපේ හිතේ ඔය ටික

තැන්පත් වෙනවා. ඊට පස්සෙ අකුරු හඳුනාගන්න අපිට පුළුවන් වෙනවා ඇහැ හරහා. රූප සංඥා වශයෙන් අපි ඒක හඳුනාගන්නවා. යම් රටාවකට අකුරක් ලියල තිබුණහම, මේකෙන් නිරූපණය වෙන්නෙ අහවල් සංඥාවයි, අහවල් අකුරයි කියල අපිට හඳුනාගන්න පුළුවන්.

අපි රූප සංඥාවල තවත් එහාට යනකොට පුංචි දරුවෙක් වශයෙන් අම්මා තාත්තා කියල අපිට වෙන් කරල හඳුනාගන්න පුළුවන්. අම්මා ඇවිල්ල කතා කරනකොට අම්මා කියල අපි හඳුනාගන්නවා. තාත්තා ඇවිල්ල කතා කරනකොට තාත්තා කියල හඳුනාගන්නවා. එතකොට අම්මගෙ රූපයේ හැඩතලයෙයි තාත්තගෙ රූපයේ ස්වභාවයෙයි යම් කිසි වෙනසක් තියෙනවා. අපි හිතමු අපේ අම්මා ටිකක් සුදු පාටයි, නැත්නම් කොණ්ඩෙ දිගට තියෙනවා. තාත්තගෙ එහෙම නෑ. කොණ්ඩෙ කපල තියෙනවා. රැවුලත් තියෙනවා. ඉතින් ඔන්න ඔහොම අපි හඳුනාගත්තා. ඊට අමතරව යම් යම් සලකුණු තියෙනවා. යම් යම් නිමිති තියෙනවා. ඒ නිසා අපිට පුද්ගලයින් වෙන් කරල හඳුනාගන්න මේ මුහුණෙ තියෙන ස්වභාවය, කෙස්වල ස්වභාවය, ඡවි වර්ණය, ඇඳුම් පැලඳුම් මේ ඔක්කොම අපි භාවිත කරනවා. එතකොට මේ ඔක්කොම හරහා අපි මේ රූප, රූප සංඥා කියල හඳුනාගන්නවා. ඒ වගේමයි අපිට ගහකොළ හඳුනාගන්න පුළුවන්. විවිධාකාර ගස්කොළන් තියෙනවා. ඒවාත් අපි දැන් වෙන් වෙන් වශයෙන් හඳුනාගන්නවා. අපි උද්‍යානයක එළියට බැහැල බැලුවොත් එළියෙ තියෙන දේවල් අපිට හඳුනාගන්න පුළුවන්. ගෙවල්වල තියෙන බඩුමුට්ටු හඳුනාගන්න පුළුවන්. දැන් පුංචි දරුවෙක් විදිහට අපි මේ ඔක්කොම ටික - සංඥා පද්ධතිය පුළුල් කරගෙන පුළුල් කරගෙන එනවා. ඒ අනුව මේ සංඥා අපි ටික ටික ගොඩගහගන්නවා. මේ රූප සංඥා ගැන අපි කතා කළේ.

මේ වගේම තමයි ශබ්ද සංඥාත්. මේ පින්වතුන්ට දරුවෙක් අඬනකොට ඒක හඳුනාගන්න පුළුවන්. බල්ලෙක් බුරනකොට ඒකත් හඳුනාගන්න පුළුවන්. මේ ශබ්දයක් ඇහෙන්නේ; හැබැයි මේ ශබ්දවල වෙනස්කම් තියෙනවා. දරුවෙක් අඬනකොට ඇහෙන ස්වභාවයයි, බල්ලෙක් බුරනකොට ඇහෙන ස්වභාවයයි අතර සෑහෙන වෙනසක් තියෙනවා. මේ ශබ්දවල තියෙනවා යම් කිසි නිමිති. ශබ්දවල තියෙනවා යම් කිසි සලකුණු. ශබ්දවල යම් යම් ආකාර තියෙනවා. එතකොට ඒවා ආශ්‍රිතව අපිට මේ දරුවෙක්ගෙ හැඬීමක්, මේ බල්ලෙක් බුරන එකක්

කියල හඳුනාගන්න පුළුවන්. ඕක තවත් සියුම් වෙලා ගිහිල්ලා අපි හිතමු දැන් දෙන්නෙක් කතා කරනවා අපිට ඇහෙනවා නම් මේ කතා කරන්නෙ අපේ අම්මා, මේ කතා කරන්නෙ අපේ තාත්තා, නැත්නම් මේ කතා කරන්නෙ අපේ අයියා, මේ කතා කරන්නෙ අපේ දරුවෙක් කියල මේ එක එක්කෙනාගෙ හඬට ආවේණික ලක්ෂණ පවා දැන් අපිට වෙන් කරලා හඳුනාගන්න පුළුවන්. ඊට පස්සෙ අපි හිතමු අපිට ගීතයක් ඇහෙනවා. ඒ ගීතය දැන් හඳුනාගන්න පුළුවන් මේ අහවල් ගායකයාගේ ගීතයක්, මේ අහවල් ගායිකාවගේ ගීතයක් කියල අපිට ඒ කටහඬේ තියෙන යම් යම් සියුම් ලක්ෂණ පාවිච්චි කරලා ඒ ගීතයේ අයිතිකාරයත් කියන්න පුළුවන්. ඒ ගීතය කිව්වෙ අහවලා කියල කියන්නත් පුළුවන්.

එතකොට ඒ අනුව අපට තේරෙනවා මේ ශබ්දවල තියෙනවා සෑහෙන විග්‍රහයක්. ශබ්දවල තියෙනවා ලොකු පරාසයක්. මේ ශබ්දවල ඒ නිමිති ගැනීමේ සලකුණු ගැනීමේ හැකියාවක් අපි සතුයි. කනෙන් තමයි ඒ ටික කරගන්නේ. එතකොට ශබ්දයක් එළියෙ ඇහෙනකොට අපිට පුළුවන් අපි තුළ තියෙන සෝත ඉන්ද්‍රිය පාවිච්චි කරලා ඒකෙ යම් යම් නිමිති ටිකක් යම් යම් සලකුණු ටිකක් උකහාගන්න. ඒ අනුසාරයෙන් අපිට ඒකට යම් අර්ථකථනයක් දෙන්න පුළුවන්. අපි ඇහෙන් රූප බලලා මේක අහවල් පාට කියල හඳුනාගත්තා වගේ, අහවල් හැඩය කියල අපි හඳුනාගත්තා වගේ, තවත් ටිකක් එහාට ගිහිල්ලා අපි මේ අහවල් තැනැත්තා කියල හඳුනාගත්තා වගේ දැන් අපිට ශබ්දවලිනුත් මේ අහවලාගේ කටහඬ, මේ දරුවෙක්ගෙ කටහඬ, මේ සුනඛයෙක්ගෙ කටහඬ කියල අපිට හඳුනාගන්න පුළුවන්.

අපි ගඳ සුවඳ ගත්තොත් ඒත් ඒ වගේම තමයි. අපි නාසයෙන් විවිධ ගඳ සුවඳ හඳුනාගන්නවා. එතකොට නෙළුම් මලක සුවඳයි ඕලු මලක සුවඳයි පිච්ච මලක සුවඳයි මේවායේ වෙනස්කම් තියෙනවා. අපි ඇස් දෙක පියාගෙන ඉන්දැද්දි කවුරු හරි පිච්ච මලක් ගෙනැල්ලා අපේ නාසය කිට්ටුවට තිබ්බොත් ආ මේ පිච්ච මල් සුවඳක් කියලා හඳුනාගන්න පුළුවන්. නෙළුම් මලක් ගෙනැල්ල තිබ්බොත් ආ මේක නෙළුම් මල් සුවඳක් කියල හඳුනාගන්න පුළුවන්. එතකොට අපිට නාසයෙන් ගන්න ඒ ගඳ සුවඳ හා සම්බන්ධ සංඥාවලත් යම් යම් ලකුණු තියෙනවා, වෙනස්කම් තියෙනවා. එතකොට අපිට ඒ ගඳ සුවඳත් වෙන් කරල හඳුනාගන්න පුළුවන්. ඒවායේත් වෛමත්තතාවක්, විවිධත්වයක් තියෙනවා.

දැන් අපි බලමු රස. රසත් හඳුනාගන්න පුළුවන්. ඇඹුල් රස මොන වගේද? තිත්ත රස මොන වගේද? පැණි රස මොන වගේද? හරිම පහසුයි. මේවා අපි එච්චර ගැඹුරට හිතන්නෙවත් නෑ. විග්‍රහ කරන්න යන්නෙත් නෑ. ඒක අපිට දැනුමක් වශයෙන්ම ඇවිල්ලත් තියෙනවා. අපිට විස්තර කරන්න වෙනවා පස්සේ. ඒකත් අපි ඉදිරියෙදි කතා කරමු. අපේ මේ සංඥා ටික අපිට තව කෙනෙකුට කියන්න වෙනවා. එතන තමයි ඊළඟට අපිට ගැඹුරකට යන්න තියෙන්නේ. හැබැයි මූලික වශයෙන්, ප්‍රාථමික වශයෙන් අපි දිවෙන් පුළුවන් රස පිළිබඳ යම් තක්සේරුවක් කරන්න. මෙන්න මේ අහවල් රසයයි මං මේ වෙලාවෙදි භුක්ති විඳින්නේ කියල තේරුම් කරගන්න එයාට අවස්ථාවක් තියෙනවා. රස හඳුනාගන්න පුළුවන්. අපි ඒකෙ තව ටිකක් එහාට ගියොත්, තේ කෝප්පයකුයි කෝපි කෝප්පයකුයි හම්බ වුණොත් අපිට ඒක නම් කරල දුන්නෙ නැත්නම් අපි ඇස් දෙක පියාගෙන මේක පානය කළොත් ඒත් හඳුනාගන්න පුළුවන් මේ පානය කරන්නෙ තේ කෝප්පයක්, මේ පානය කරන්නෙ කෝපි කෝප්පයක් කියල. දැන් මේ තේ එකෙයි කෝපි එකෙයි රසේ වෙනසක් තියෙනවා. එතකොට මං මේ පින්වතුන්ට කියල දෙන්නෙ අපි මේවා දන්න දේවල්. හැබැයි මෙතන ගැඹුරක් තියෙනවා. මේ රස අතර තියෙන විවිධත්වය, රස සංඥාවල තියෙන යම් යම් සියුම් වෙනස්කම් හඳුනාගැනීමේ හැකියාවක්, උකහාගැනීමේ හැකියාවක් අපේ මේ දිව කියන ඉන්ද්‍රියට තියෙනවා. එතකොට ඒ අනුසාරයෙන් අපිට රස හඳුනාගන්න පුළුවන්.

ඊළඟට අපි හිතමු අපේ කයේ මොකක් හරි ස්පර්ශ වෙනවා. එතකොට ඒ ස්පර්ශයත් හඳුනගන්න පුළුවන්. අපේ පාදයේ මොකක් හරි දෙයක් වදිද්දි ඒ ස්පර්ශයයි, දරුවෙක් ඇවිල්ල අපේ ඇඟ අතගාද්දි, නැත්නම් පූසෙක් ඇවිල්ල ඇගේ දවටෙද්දි ඒ දැනෙන දැනීමයි අතර සෑහෙන වෙනසක් තියෙනවා. ඒ වගේ අපිට හැඟීමක් පහළ වෙනවා මේ ස්පර්ශය තුළත් වෙන් වෙන් වශයෙන් හඳුනාගන්න මෙන්න මේක ඇවිල්ල අහවල් ස්පර්ශයක් මේක ඇවිල්ල අහවල් ස්පර්ශයක් කියල.

හිතටත් විවිධ අරමුණු එනවා. අපි හිතමු හිතට රාග සිතුවිල්ලක් ආවා. එහෙම නැත්නම් හිතට ද්වේෂ සිතුවිල්ලක් ආවා. එතනත් තියෙනවා සියුම් වෙනසක්. නැත්නම් අපේ හිතට කෙනෙක් හා සම්බන්ධ රූපයක් මතක් වුණා. එයාගෙ හැඩතල අපේ හිතේ රූප

ඡායාවක් වශයෙන් මැවුණා. තවත් කෙනෙක්ගෙ රූප ඡායාවකුත් හිතේ මැවුණා. එතකොට මෙතනත් තියෙනවා යම් කිසි විවිධත්වයක්. මේ අහවලා කියල ඊළඟට අපිට නම් කරන්න, ඒ මතක් වුණේ අහවලා කියල කියන්න හෝ ඊටත් වඩා අපි රැවටිලා මේ අහවලාමයි කියන්න හෝ පෙළඹෙන තරම් මේ ධම්ම සංඥාවලත් විශේෂත්වයක් තියෙනවා. අපේ හිත තුළ විවිධ අරමුණු පහළ වෙද්දි ඒවා තුළින් යම් රූපමය සංඥාවක් අපේ හිත ඇතුළෙ අඳිනවා වගේ දෙයක් කෙරෙනවා. එතෙන්ට අපිට නම් කිරීමක්, හඳුනාගැනීමක් කරන්න පුළුවන්.

එතකොට සෑහෙන ප්‍රදේශයක් ගැනයි අපි මේ කතා කරන්නේ. අපි මේ මුළු ජීවිතේම ගත කරන්නෙ මෙබඳු රූප සංඥා, ශබ්ද සංඥා, ගන්ධ සංඥා, රස සංඥා, පොට්ඨබ්බ සංඥා, ධම්ම සංඥා කියන මේ වපසරිය තුළ. ඉඳුරන් හයක් අපිට තියෙනවා. මේ ඉඳුරන් හය බාහිරත් එක්ක ගනුදෙනු කරන්නෙ මෙන්න මේ නිමිති අනුසාරයෙන් තමයි. එතකොට අපි ඇත්ත වශයෙන් කරන්නෙ මේ නිමිතිත් එක්ක කරන ගනුදෙනුවක්. ඇහෙන් පුළුවන් රූප නිමිති උකහාගන්න. ඒ වගේමයි කනෙන් ශබ්ද නිමිති, දිවෙන් රස සම්බන්ධ නිමිති, නාසයෙන් ගන්ධය සම්බන්ධ නිමිති, ශරීරයෙන් ස්පර්ශය හා සම්බන්ධ නිමිති, මනසින් විවිධාකාර අරමුණු හා සම්බන්ධ නිමිති උකහාගන්න පුළුවන්. මෙන්න මෙබඳු ඉඳුරන් පරිහරණයක් තමයි අපි මේ ජීවත් වෙනව කියල කරන්නේ.

ඊට පස්සෙ බුදුරජාණන් වහන්සේ අපිට කියල දෙනවා **කතමො ච, භික්ඛවෙ, සඤ්ඤානං විපාකො?** මහණෙනි, කුමක්ද මේ සංඥාවල පරිණත වීම? විපාකය කියන වචනය අපිට ගන්න වෙන්නෙ මුහුකුරා යෑමක් විදිහට. **වොහාරවෙපක්කාහං, භික්ඛවෙ, සඤ්ඤං වදාමි. යථා යථා නං සඤ්ජානාති තථා තථා වොහරති, එවං සඤ්ඤී අහොසින්ති.** දැන් සෑහෙන්න ගැඹුරක් බුදුරජාණන් වහන්සේ අපිට කියල දෙනවා. අපිට ඇහෙන් ගත්ත සංඥා ටික, නැත්නම් අපි ඒ දැකපු රූප සංඥා ටික තව කෙනෙකුට ප්‍රකාශ කරන්න, තව කෙනෙකුට හෙළි කරන්න සිද්ධ වෙනවා. එතකොට අපි කොහොමද ඒක හෙළි කරන්නෙ? අපිට යම් ශබ්දයක් ඇහුණා. ඒක අපි හඳුනාගැනීමක් කළා. දැන් අපි ඒ හඳුනාගත්ත දේ අහවල් දේයි කියල අපිට තව කෙනෙකුට හෙළි කරන්න, තවත් කෙනෙක් එක්ක අපිට සන්නිවේදනයක් කරන්න සිද්ධ වෙනවා. අපි කොහොමද එහෙම නම් ඒ කටයුත්ත කරන්නේ? අන්න

ඔතෙන්දි අපිට ව්‍යවහාරයක් අවශ්‍ය වෙනවා. යම් කිසි සම්මුතියක් අවශ්‍ය වෙනවා. අපි ඔවුනොවුන් අතරෙ යම් කිසි සම්මුතියක් - 'අපි මේකට මෙන්න මෙබඳු නමක් දෙමු. මෙන්න මේ විදිහට අපි මේක ව්‍යවහාර කරමු' කියලා යම් කිසි සම්මුතියක් ගොඩනගාගන්න අවශ්‍ය වෙනවා.

එතකොට අපි මේ සංඥාවල එහාට යද්දි, ගැඹුරකට යද්දි, නැත්නම් මුහුකුරා යද්දි අපිට තවත් කෙනෙක් එක්ක අපි ලබපු සංඥා ටික, අපි උකහාගත්ත සංඥා ටික ව්‍යවහාර කරන්න, සන්නිවේදනය කරන්න අපිට එහෙනම් යම් කිසි ක්‍රමයක් අවශ්‍ය වෙනවා. අපි ඒ සඳහා භාෂාවක් පාවිච්චි කරනවා. නැත්නම් හස්ත සංඥා පාවිච්චි කරනවා. යම් යම් උපක්‍රම, සලකුණු පාවිච්චි කරනවා. ඒ නිසා අපි අකුරු ඉගෙනගන්නවා. වචන ඉගෙනගන්නවා. වාක්‍යයක් තනනවා. ඊට පස්සෙ අපි තවත් කෙනෙක් එක්ක ඒ වාක්‍යය හරහා, වචන හරහා කතා කරනවා. කතා කරද්දි අපි යම් කිසි ව්‍යාකරණ රටාවක් අනුගමනය කරනවා. ඒ ව්‍යාකරණ රටාවට අනුගතව අපි යමක් ප්‍රකාශ කරද්දි අනිත් කෙනාටත් ඒක තේරුම්ගන්න පුළුවන් අවස්ථාවක් සැලසෙනවා. මෙන්න මෙහෙම තමයි එහෙම නම් අපි මේ භාෂාවක් ගොඩනගාගෙන තියෙන්නේ. අර අපි උකහාගත්ත සංඥා ටික තවත් කෙනෙකුට සන්නිවේදනය කරන්න, එයත් එක්ක අදහස් හුවමාරුවක් කරන්න දැන් අපි ව්‍යවහාරයක් ඇති කරගෙන තියෙනවා.

එතකොට මේ සංඥාවලම සෑහෙන එහාට ගිය තත්ත්වයක් වශයෙන්, මුහුකුරා ගිය තත්ත්වයක් වශයෙන්, මේකෙම පරිණත අවස්ථාවක් වශයෙන් එහෙනම් මෙන්න මෙබඳු ව්‍යවහාර හඳුනගන්න පුළුවන්. ඒකයි බුදුරජාණන් වහන්සේ මෙතෙන්දි පෙන්නන්නෙ **වොහාරවෙපක්කාහං, භික්ඛවෙ, සඤ්ඤං වදාමි. යථා යථා නං සඤ්ජානාති තථා තථා වොහරති, එවං සඤ්ඤී අහොසින්ති.** මෙන්න මෙබඳු සංඥාවක් සහිතවයි මම හිටියේ. මේක තමයි මම අඳුරගත්තේ. අහවලාව තමයි මම දැක්කේ. මෙන්න මේ සද්දෙ තමයි මට ඇහුණෙ. මෙන්න මේ ගීතයට තමයි මම සවන් දුන්නේ කියලා අපිට තවත් කෙනෙක් එක්ක කතා කරන්න පුළුවන්. ඒ සඳහා අපිට යම් කිසි සන්නිවේදන රටාවක්, හැකියාවක් පහළ වෙලා තියෙනවා. අපි මනුෂ්‍යයෝ වශයෙන් ඒවා සම්මත කරගෙන තියෙනවා. අපි ඒවා ඉගෙනගෙන තියෙනවා. ඒවා පාවිච්චි කරලා අපි දැන් එහෙනම් කතා

කරනවා. ඒවා පාවිච්චි කරලා අපි වචන හුවමාරු කරනවා, අදහස් හුවමාරු කරගන්නවා.

ඊට පස්සෙ අපි තව තව කල්පනා කරන්නත් පෙළඹෙනවා හැබැයි. අපි එබඳු සම්මුතියක් ඇති කරගත්තහම, එබඳු භාෂාවක් ඉගෙනගත්තහම අපි ඊළඟට පෙළඹෙනවා ඒ භාෂාව පාවිච්චි කරලා හිතන්න. එතකොට අපිට හිතන්නත් භාෂාවක් අවශ්‍යයි. දැන් භාෂාවකින් අපි හිතනවා. අපිට සිංහල භාෂාව නම් හුරු, ඒ භාෂාවෙන් අපි දැන් හිතන්න පෙළඹෙනවා. වෙනත් භාෂාවක් නම් අපිට වඩාම හුරු, එහෙනම් ඒ භාෂාවෙන් අපි හිතන්න පෙළඹෙනවා. එතකොට මේ හිතත් දැන් එහෙනම් ක්‍රියාත්මක වෙනවා අර ඉගෙනගත්ත සංඥා අනුසාරයෙන්. ඒ අපි පවත්වගත්ත සම්මුති අනුසාරයෙන් දැන් අපි හිතන්නත් පෙළඹෙනවා. මෙන්න මෙබඳු අත්දැකීම් ලබමින් තමයි අපි මේ ජීවත් වෙනවා කියල කියන්නේ.

ඊට පස්සෙ මේ කටයුත්තෙදි බුදුරජාණන් වහන්සේ තවත් ටිකක් අපිව එහාට අරගෙන යනවා. **කතමො ච, භික්ඛවෙ, සඤ්ඤානිරොධො?** එතකොට මේ සංඥාවල නිරුද්ධ වී යාමක්, ඒවා අවසන් වීමක් කියලා කියන්නෙ මොකක්ද? ඒකට උත්තරය වශයෙන් කියන්නෙ අර ස්පර්ශයේම නිරෝධය. අපි කලින් කිව්වා සංඥාවල නිදානය, සංඥාවල හේතුව (සමුදය) වශයෙන් පෙන්නන්නෙ ස්පර්ශය, ඒ ස්පර්ශය නිසා තමයි සංඥා පහළ වෙන්නෙ කියලා. එහෙම නම් සංඥා නිරුද්ධ කරල හරින්න නම් ස්පර්ශය නිරුද්ධ කරල හරින්න ඕනෑ. හේතුව අයින් කරල දාන්න ඕනෑ. දැන් එහෙනම් මේ සංඥා නිරුද්ධ කරන ප්‍රතිපදාව මොකක්ද කියලා කෙනෙකුට ප්‍රශ්නයක් එනවා. **අයමෙව අරියො අට්ඨඞ්ගිකො මග්ගො සඤ්ඤානිරොධගාමිනී පටිපදා** - මේ සංඥා නිරුද්ධ කරන ප්‍රතිපදාව තමයි ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය. එතකොට මෙතන තියෙනවා සෑහෙන්න එහාට ගෙනිච්ච ආකාරයක්. අපි ඇස් දෙක පියාගෙන ඉඳලා සංඥා අහෝසි කිරීමක්, නැත්නම් කනට ඇබයක් ගහගෙන සංඥා අහෝසි කිරීමක් නෙවෙයි මේ පෙන්නන්නේ. ඊට වඩා බොහොම ගැඹුරු ප්‍රතිපදාවකින් සංඥා අහෝසි කර දැමීමක් පිළිබඳව හෝඩුවාවක් අපිට මෙතන එනවා.

ඉතින් ඒ නිසා මේ සංඥා ස්කන්ධය අපි සාමාන්‍යයෙන් ඉතාම සරලව ඉතාම ප්‍රාථමික මට්ටමෙන් පටන්ගත්තට මොකද, අපි ලකුණු

නිමිති සලකුණු සංඥ ආකාරයෙන් මේක පටන්ගත්තට මොකද, මේ විවිධ ඉඳුරන් ආශ්‍රයෙන, අපි ඒවා මත්තේ තව ටිකක් කල්පනා කරලා ඒවා තුළින් යම් කිසි නිගමනවලට පත් වෙලා අපි තුළ යම් උපකල්පන, නිගමන, කෙනෙක් හා සම්බන්ධ ආකල්ප ගොඩනගාගන්නවා. සාමාන්‍යයෙන් අපි සංඥ හා සම්බන්ධයෙන් ඉංග්‍රීසි පරිවර්තනයේ එහෙම කියන්නෙ perceptions කියලා. නමුත් ඊට වඩා මූලිකම මට්ටමේ, ප්‍රාථමිකම මට්ටමේ ලකුණු, සලකුණු, නිමිති කියන අදහසක් තමයි මේ සංඥ කියන එකේ දහමට අනුව අදහස් කරන්නෙ. Signs කියල කියනවා එතකොට. ඒ මූලිකම මට්ටමින් නිමිති ගැනීමක්, සලකුණු ගැනීමක්, ලකුණු ගැනීමක් කරලා - ඒකත් සංඥ ස්කන්ධයට අයිතියි - හැබැයි ඒවා අනුසාරයෙන් අපි තව තව හිතන්න පෙළඹිලා, උපකල්පන කරන්න පෙළඹිලා, නිගමනවලට එළඹිලා දූන් කෙනෙක් පිළිබඳව දෙයක් පිළිබඳව අපේ හිතේ ඇති වෙන විවිධ ආකල්ප පවා සංඥ ස්කන්ධයේම ලා ගැනෙනවා.

එතකොට අපිට තේරෙනවා මේ සංඥ ස්කන්ධය පුදුම විදිහට අපිව වට කරගෙන ඉන්නේ. සංඥ අනුසාරයෙන් තමයි අපි කතා කරන්නේ. සංඥ අනුසාරයෙනුයි අපි හිතන්නෙත්. අපි තවත් කෙනෙක් එක්ක ගනුදෙනු කරන්නෙ සංඥ අනුසාරයෙනුයි. එතකොට අපි මේ ලෝකයත් එක්ක ගනුදෙනු කරද්දි, ලෝකය හඳුනාගනිද්දි, කටයුතු කරද්දි, සංඥ අනුසාරයෙන් තමයි මේ සේරම වෙන්නේ. එතකොට අපිට තේරෙනවා මේ නිමිතිවලට, සංඥවලට, සලකුණුවලට අපි හිතනවට වඩා ගැඹුරක් දීලා තියෙනවා අපි නොදැනුවත්වම. අපි ටිකක් මේ හොයල බලන්නේ කොහොමද මේ ඔක්කොම අපි අන්තිමට ගිහිල්ල පටලවාගෙන තියෙන්නේ කියල. අපි ඉදිරියේදි ඒවා ටිකක් ගැඹුරින් සාකච්ඡා කරනවා.

මේ නිමිති ගැනීම, සලකුණු ගැනීම, ලකුණු ගැනීම හැබැයි එක එක්කෙනා මත තීරණය වෙනවා. ඔන්න ඔතන තවත් ගැඹුරක් තියෙනවා. අපි හිතමු අපි යම් පුද්ගලයෙක් දිහා බලනවා. බලලා එයාගෙ සලකුණු, එයාගෙ නිමිති, එයාගෙ හැඩහුරුකම්වලින් මොනවද අපි උකහාගන්නේ? අන්න ඒ කාරණාව තීරණය වෙන්නෙ මගේ හිතේ තියෙන රාග ද්වේෂ මෝහවලට අනුවයි. අපි ගනිමු මෙහෙම

උදාහරණයක්. ලස්සන කාන්තාවක් දිහා තැනැත්තන් දෙන්නෙක් බලනවා. එක්කෙනෙක් තරුණයෙක්. අනිත් කෙනා ඉතාම මහලු වියට පත් වෙච්ච තැනැත්තෙක්. අර තරුණිය දිහා බලලා තරුණයා හිතන්නෙ මොනවද? එයා උකහාගන්න බලන්නෙ මොනවද? එයා විශේෂ අවධානයක් යොමු කරන්නෙ මොනවටද? අර මහලු තැනැත්තා ඒ තරුණිය දිහාම බලලා තේරුම්ගන්න බලන්නෙ මොනවද? උකහාගන්න බලන්නෙ මොනවද? කියන එක අතර ලොකු පරතරයක් තියෙන්න පුළුවන්. එතකොට මේ නිමිති ගැනීම සම්පූර්ණයෙන්ම රඳා පවතිනවා එක එක පුද්ගලයාගේ හිතේ පවතින කෙලෙස් ස්වභාවය මත.

මෙතන තියෙනවා තවත් පැත්තක කාරණාවක්. මේ අරමුණ මතම නෙවෙයි එහෙම නම් අපේ සංඥා ගැනීම සිද්ධ වෙන්නේ. ඒ කියන්නේ - ඒ වස්තුව කියල අපි දැනට කියමු - ඒ අරමුණ, ඒ වස්තුව මතම නෙවෙයි අපි ලකුණු ගැනීම, නිමිති ගැනීම තීරණය වෙන්නේ. අපේ හිත්වල ඒ මොහොතෙදි බලපවත්නා රාග ද්වේෂ මෝහවලට අනුරූපව තමයි මේ ලකුණු, නිමිති, සලකුණු උකහාගැනීම සිද්ධ වෙන්නේ. හිතන්න අපි පිරිසක් එක්ක එකතු වෙලා රූපවාහිනී වැඩසටහනක් බලනවා. ගෙදරක අම්මයි තාත්තයි ආච්චියි සීයයි දරුවොයි ඔක්කොමලා එකතු වෙලා රූපවාහිනී වැඩසටහනක් බලද්දි අම්මයි තාත්තයි කැමති වෙන්නෙ යම් එක ජවනිකාවකට. ඒකට තමයි ඒ අය යම් වටිනාකමක් දෙන්නේ. ඒක තමයි ඒගොල්ලො බොහොම උදෙයෝගයෙන් බලන්නේ. ආච්චියි සීයයි තවත් ජවනිකාවකට තමයි යම් වටිනාකමක් දීලා බලන්නේ. හැබැයි අර තාම කෙළිලොල් වයසෙ ඉන්න දරුවො දෙන්නා බලන්නෙ තවත් දෘෂ්ටි කෝණයකින්. ඒ අයට සමහර විට වෙනත් ජවනිකාවක් තමයි වටිනාම ප්‍රියශීලීම රසවත්ම ජවනිකාව බවට පත් වෙන්නේ. එතකොට මේ එකම ජවනිකා පේළියක් ඒ දර්ශනය වුණේ. හැබැයි අපි තමයි ඒවට වටිනාකම් තීරණය කරන්නේ අපේ හිතේ බලපවත්නා රාග ද්වේෂ මෝහවලට අනුව.

ඒ නිසා දහමේ ගැඹුරෙන් විස්තර වෙනවා **මහාවේදල්ල සූත්‍රයේදි** එහෙම **රාගො බො ආවුසො නිමිත්තකරණො, දොසො නිමිත්තකරණො, මොහො නිමිත්තකරණො** - රාගය තමයි නිමිති දනවන්නේ, ද්වේෂය තමයි නිමිති දනවන්නේ, මෝහය තමයි නිමිති

දනවන්නේ. ඔතන තියෙනවා ඉතාම ගැඹුරක්. අපි රූපයක් දිහා බලද්දි ඒ වෙලාවෙ අපේ හිතේ බලපැවැත්තුවේ රාගය නම් අපි ඒ රාගයට අනුරූපව තමයි නිමිති අරගැනීමක්, සලකුණු ගැනීමක් කරන්නේ. අපේ හිතේ තිබුණෙ ද්වේෂයක් නම් ඊට අනුරූපව තමයි අපි නිමිති ගැනීම, සලකුණු ගැනීම, සොයා බැලීම, හඳුනාගැනීම කරන්නෙ. ඉතින් මේ අවස්ථා දෙකේදි ඇත්තටම මෝහයත් තියෙනවා; මෝඩකමක් තියෙනවා. අවිද්‍යාව ක්‍රියාත්මක වෙනවා. ඉතින් අවිද්‍යාව නම් බරපතළ වශයෙන් අපේ හිත තුළ ක්‍රියාත්මක වුණේ, ඒ අවිද්‍යාව මුල් කරගෙන තමයි අපි අර ලකුණු ගැනීම, නිමිති ගැනීම කරන්නේ. තනිකර අයෝනිසෝ මනසිකාරයක් ක්‍රියාත්මක වෙන්නෙ. එහෙනම් අපි මේ නිමිති ගැනීම, සලකුණු ගැනීම හුදු අපේ ඉඳුරන්ටම අදාළ වැඩක් නෙවෙයි. අපි තුළ ඇහැ කන නාසය දිව කය කියන මේ බාහිර ඉඳුරන් තියෙනවා. මනසත් ක්‍රියාත්මක වෙනවා. හැබැයි මේක මේ ඉඳුරන්ගේම කටයුත්තක් නෙවෙයි එහෙනම්. මේ ඉඳුරන්ට ලොකු බලපෑමක් සිද්ධ වෙනවා අපේ හිත් ඇතුළේ ක්‍රියාත්මක වෙන රාග ද්වේෂ මෝහවලින්. ඒවා තමයි තීරණය කරන්නෙ කොයි නිමිත්තද ගන්න තියෙන්නෙ, කොයි සලකුණද වැඩි අවධානයක් දීලා බලන්න තියෙන්නෙ, අහගන්න තියෙන්නෙ, උකහාගන්න තියෙන්නෙ කියලා. එහෙනම් අපිට සිද්ධ වෙනවා රාග ද්වේෂ මෝහවලට අවනතවද අපි සම්පූර්ණයෙන්ම අපේ මේ ඉඳුරන් පරිහරණය කරන්නෙ කියල තේරුම්ගන්න.

ඊට පස්සෙ තවත් පැත්තක් මෙතෙන්දි පෙන්නනවා **මහාවේදල්ල සූත්‍රයේම**. අපි මේ නිමිතිකරණය හරහා ඒ නිමිතිවලින් නිරූපණය වන වස්තුවක් එළියෙ පනවනවා. අහවලා, කෙනෙක්, තැනැත්තෙක්, පුද්ගලයෙක් කියල අපි තැනැත්තෙක් වශයෙන් පනවනවා. නැත්නම් දෙයක් වශයෙන්, වස්තුවක් වශයෙන්. අපි හිතමු පණ නැති දෙයක් පණ නැති වස්තුවක් වශයෙන් එළියෙ වස්තුවක් වශයෙන් අපි පනවනවා. මේ අනුව පුද්ගල වශයෙන් ගැනීමක් හෝ වස්තුත්වයක් වශයෙන් ගැනීමක් සිද්ධ වෙනවා. මේ ඔක්කොම ටිකත් ඇත්තටම අපේ හිත ඇතුළෙම ක්‍රියාත්මක වෙන රාග ද්වේෂ මෝහ මත තමයි තීරණය වෙන්නේ. එතකොට මෙතන තියෙනවා අපි නොදන්නා පැත්තක් භාග්‍යවතුන් වහන්සේ හෙළි කරන. අපි මේ දේවල් නොදන හිතුමතේට නොදැනුවත්ව ඔහේ පරිහරණය කරනවා. හැබැයි අපේ හිත්

ඇතුළෙම ක්‍රියාත්මක වෙන, පසුබිමේ ඉඳන් ක්‍රියාත්මක වෙන රාග ද්වේෂ මෝහවලට ලොකු භූමිකාවක් මේ ක්‍රියාවලිය තුළ සිද්ධ වෙලා තියෙනවා, ලැබිල තියෙනවා.

ඉතින් අපි ඉදිරියේදි බලමු මේ හරහා අපි කරගන්නා පටලැවීම්, අපිට සිද්ධ වෙන වැරදීම්, අපිම කරගන්නා විවිධාකාර අකරතැබ්බ කොහොමද වෙන්නේ කියන එක ගැන සාකච්ඡා කරන්න. අද දවස තුළ අපි විශේෂයෙන්ම මේ සංඥා ස්කන්ධය පිළිබඳ යම් යම් පැතිවලින් යම් විවරණයක් කළා. අපි ඉදිරියේදිත් මේවා ටිකක් ගැඹුරින් විවරණය කරන්න, සාකච්ඡා කරන්න බලාපොරොත්තු වෙනවා. අද දවසේ අපි මෙතනින් සෑහීමකට පත් වෙමු. අද දවසේ මේ ධර්ම දේශනාව සංඥා ස්කන්ධය පිළිබඳ යම් කිසි අවබෝධයක් අප සියලුදෙනාටම ලබාගැනීම පිණිස හේතු වේවා කියල ප්‍රාර්ථනා කරමින්, අද අපි මේ ධර්ම දේශනාව අවසන් කරනවා. සියලුදෙනාටම තෙරුවන් සරණයි.

ධර්ම ගැටලු සහ පිළිතුරු

<u>ප්‍ර:</u> ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, සළායතන ඔස්සේ අරමුණු ගැනීමේදී සිතේ පවත්නා රාග, ද්වේෂ, මෝහයන්ගේ ස්වභාවයද එම නිමිති ගැනීමට හේතු වන බව ධර්මයේ සඳහන් වේ - (**රාගො ඛො ආවුසො නිමිත්තකරණො, දොසො නිමිත්තකරණො, මොහො නිමිත්තකරණො** - මහාවේදල්ල සූත්‍රය). මෙය තව දුරටත් පැහැදිලි කර දෙන මෙන් ගෞරවයෙන් ඉල්ලා සිටිමි.

එසේම, එලෙස නිමිති ගැනීමට බලපානුයේ ඒ අවස්ථාවේ සිතේ <u>ක්‍රියාත්මකව පවත්නා</u> රාග, ද්වේෂ, මෝහ පමණද? අනුසය වශයෙන් පවත්නා <u>නිදිගත්</u> රාග, ද්වේෂ, මෝහද නිමිති ගැනීම සඳහා හේතුවනවාද යන්න පැහැදිලි කර දෙන මෙන් ගෞරවයෙන් ඉල්ලා සිටිමි.

<u>පි:</u> ඔව් ඇත්තටම අපි ඔතෙන්දි පොඩ්ඩක් විස්තර කරගන්න අවශ්‍ය වෙනවා දැන් අපේ හිතේ බලපවත්වන කෙලෙස් සම්බන්ධයෙන්. ඒක දහමේ ස්තර තුනක්, අවස්ථා තුනක් වශයෙන් පෙන්නනවා. එකක් තමයි **අනුසය** කියන මට්ටම. ඒක නිදිගත් මට්ටමක් වශයෙන්

පෙන්නනවා. ඒක තාම ක්‍රියා මට්ටමකට ඇවිල්ල නැහැ. ඇතුළෙ තැන්පත් වෙලා අක්‍රියව නිදිගත් මට්ටමක තියෙන කෙලෙස් ස්වභාවයක්. ඊට පස්සෙ **පරියුට්ඨාන** කෙලෙස්. ඒක අපේ හිත මතුපිටට ඇවිල්ල දැන්. හිතට දැන් තේරෙනවා රාග සිතුවිලි හෝ ද්වේෂ සිතුවිලි නැත්නම් ඊර්ෂ්‍යා සහගත සිතුවිලි පහළ වෙලා තියෙනවා කියල හිත තුළ දැන් තැරැන්දි තැරැන්දි යම් කිසි කෙලෙස් ස්වභාව, සිතුවිලි ස්වභාව, සංඥ ස්වභාව හිත මතුපිට ක්‍රියාත්මක වෙනවා කියල දැනෙන අවස්ථාව තමයි පරියුට්ඨාන මට්ටම. ඊට පස්සෙ ඒ මට්ටමෙනුත් නතර නොවී අපිට යම් පෙළඹවීමක් ඇති වුණා යම් කිසි කටයුත්තක් කරන්න. අපි හිතමු තවත් තැනැත්තෙක් පිළිබඳව ද්වේෂයක් පහළ වෙලා තිබුණා. දැන් ඒ ද්වේෂය හිත ඇතුළෙ ක්‍රියාත්මක වෙන එකෙන් නතර නොවී අපි එයාට බැණ වැදීමක් පහර දීමක් එහෙම සිද්ධ කළොත් අපි යනවා **වීතික්කම** මට්ටමට. වීතික්කම කෙලෙස් කියලා තුන්වෙනි මට්ටමකුත් පෙන්නනවා. එතකොට අනුසය, පරියුට්ඨාන, වීතික්කම කියලා කෙලෙස් මට්ටම් තුනක් පෙන්නනවා.

එතකොට මේ සංඥ ගැනීම තීරණය වෙන්නේ ඇත්තටම මේ අවස්ථා තුනේමයි. මේ අවස්ථා තුනේම රාග ද්වේෂ මෝහවල බලපෑමක් ක්‍රියාත්මක වෙනවා. වීතික්කම මට්ටමේදිත්, අපි වීතික්‍රමණය කරද්දිත් - අපි හිතමු කෙනෙක් එක්ක අපි ගහබැණගන්නවා. දැන් අපි එතකොට කායික වශයෙන් වාචසික වශයෙන් මෙතෙන්ට හවුල් වීමක් තියෙනවා. එතෙන්දිත් අපි නිකන් ඉන්නෙ නෑ. එතෙන්දිත් අපි නිමිති ගැනීමක් කරනවා. එයා ඒ වෙලාවෙදිත් ප්‍රතික්‍රියා දක්වනවා. හිතන්න අනිත් තැනැත්තත් අපිට තව දුරටත් බනිනවා කියලා. අපිත් බනිනවා එයත් බනිනවා. නේද? එතෙන්දිත් අපි තව දුරටත් නිමිති ගැනීමක් කරනවා. ඊට මෙහා පරියුට්ඨාන මට්ටම ගත්තොත්, එතෙන්දිත් ඇත්තටම අපේ හිත ඇතුළෙ යම් කිසි රාග ද්වේෂ මෝහවල ක්‍රියාත්මක වීමක් තියෙනවා. අනිත් කෙනා කෙරෙහි එතෙන්දිත් අපි නිමිති ගැනීමක් කරනවා. අනුසය මට්ටමේ කෙලෙස් පරියුට්ඨාන මට්ටමට ඒම සඳහා ඒවා උත්තේජනය කිරීමක් මේ නිමිති ගැනීම හරහා සිද්ධ වෙන්න පුළුවන්. එතකොට අනුසය වශයෙන් තැන්පත් වෙලා තියෙන මට්ටමේ තත්ත්වය උත්තේජනය වීමක්, සක්‍රිය වීමක් මේ නිමිතිකරණය හරහා සිද්ධ වෙන්න පුළුවන්.

අපිට මෙහෙම කියන්න පුළුවන්. හිත ඇතුළෙ රාග ද්වේෂ මෝහ තියෙන තාක් අපි නිමිති ගැනීමෙදි ඒ රාග ද්වේෂ මෝහවල සක්‍රිය වීමක් සිද්ධ වෙනවා. ඊට පස්සෙ ඒ සක්‍රිය වීම හරහා තව දුරටත් ආයි රාග ද්වේෂ මෝහ ක්‍රියාත්මක වෙලා තව දුරටත් නිමිති ගැනීමක් සිද්ධ වෙනවා. මේක විෂම චක්‍රයක්. නිමිති ගැනීම හරහා මේක අවදි වුණා. අවදි වුණාට පස්සෙ දැන් ක්‍රියාත්මක වුණා. ක්‍රියාත්මක වෙලා තව නිමිති ටිකක් ගත්තා. ඒක තව ටිකක් රාග ද්වේෂ මෝහ අවදි කළා. දැන් ඉතින් මේක චක්‍රය පණගත්තා වගේ, වාහනයක් පණගැන්වුවා වගේ දැන් මේ ටික හෝ ගාලා බුරාගෙන එන්න පටන්ගන්නවා. ඔය වගේ තත්ත්වයක් තියෙනවා.

<u>ප්‍රඃ</u> ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, මා කලක සිට සතිමත් බව ප්‍රගුණ කරන යෝගියෙක්මි. සිත සන්සුන්ව උපේක්ෂා සහගතව පැවති අවස්ථාවකි. සමීපතමයෙක්, අප දෙදෙනා එක්ව කළ කටයුත්තක් සම්බන්ධයෙන් වෙනත් අයෙකුගෙන් එල්ල වූ විවේචනයක් පැවසුවා. එය කණ වැකෙත්ම පුංචි දෝමනස්සයක් හිතේ හට ගත් අයුරු හා ඊට අනුරූපව පපුවේ බර ගතියක් ඇති වන අයුරු නිරීක්ෂණය වුණා. ඉතාම සතුටින් පින්කමක් වශයෙන් කළ ඒ දෙය සම්බන්ධයෙන් වූ විවේචන ගණන් නොගත යුතු බවත් කළ පින්කම ගැන සතුටු වී විවේචනය අමතක කළ යුතු බවත් පවසා සගයා සැනසූ අතර, මගේ සිතේ පැවති දෙම්නස් ස්වභාවයද පහ වී යනු දුටුවා.

විතක්කසණ්ඨාන සූත්‍රයේ එන ‘අකුසල විතර්කය කුසල විතර්කයකින් යටපත් කරන්න හෝ, අකුසල විතර්කය අසති අමනසිකාර කරන්න’ යන බුදු වදන සිතට දෝමනස්ස සහගත සිතුවිලි ආ මොහොතේ සිහිපත් නොවුණත්, කළ පින සිහිපත් කිරීම හා විවේචනය අමතක කළ යුතු බවට එවේලේ සිතේ මතු වූ සිතුවිල්ල සතියේ නිරීක්ෂණයට හසුව බල බිඳුණ දෙම්නස් අකුසල සිතුවිල්ල දුරු කර දැමීමට සමත් වූ බව තේරුම් ගියා. භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ ධර්මයේ සහ ප්‍රතිපදාවේ මහානීය බව සිතට දැනුණා. ඔබවහන්සේගෙන් ඉදිරියට යාමට උපදෙස් පතමි.

<u>පිඃ</u> අපි පසුගිය වැඩසටහන්වලදි ඉගෙනගත්තා ඔය **විතක්කසණ්ඨාන සූත්‍රයෙන්** අපි කොහොමද හිතේ බලපවත්වන

අකුසල විතර්කයක් ඉවත් කරගන්නේ කියලා. ක්‍රම 5 ක් අපි සාකච්ඡා කළා නේ. නේද? ඒකෙ එක ක්‍රමයක් තමයි ඔය අකුසල විතර්කය කුසල විතර්කයකින් ප්‍රතිෂ්ඨාපනය කිරීම. අනිත් එකක් අපි හිතමු ඕනැ නම් ආදීනව මතක් කරගැනීම. ඔය වගේ ක්‍රම කීපයක් අපි සාකච්ඡා කළා. ඕවා අපි ඉගෙනගත්තා පමණක් නෙවෙයි දැන් නිරායාසයෙන්ම අපි ඒ ක්‍රම අනුගමනය කරනවා නම්, අපිට ඒක නිතැතින්ම මතක් වෙලා - දැන් හිතේ ආවා දෝමනස් ස්වභාවයක්, හිතට ආවා හිත පැරිච්ච ගතියක්, ගැටෙන ගතියක්. හැබැයි අපි ඒක තියාගෙන ඉන්නෙ නැතුව ඉක්මනටම කුසලය පැත්තට හරවගත්තා. නේද? අපි හිත සතුටු වෙන පැත්තකට හරවගත්තා. අර දෝමනස හිතේ තියාගෙන හිටියෙ නෑ අපි. ඒ වෙනුවට අර සතුටු වෙන පැත්ත අනුමෝදන් වෙන පැත්ත ඉස්සරහට අරගත්තා. කුසල පැත්ත ඉස්සරහට ගත්තා. ඉතින් ඒක නිතැතින්ම වෙලා තියෙනවා. ඒක වඩා හොඳයි.

විතක්කසණ්ඨාන සූත්‍රය අපි අහලා ඒකෙ කරුණු ටික මතක තියාගෙන කොළේක ලියන එක නෙවෙයි ඇත්තටම වැදගත් වෙන්නේ. නේද? එතෙන්දි වැදගත් වෙන්නෙ මේ වගේ අපිට මොකක් හරි අකරතැබ්බයක් සිද්ධ වුණහම, මේ වගේ අපේ හිතේ පෑරීමක් සිද්ධ වුණහම, මොකක් හරි අකුසල සිතුවිලි වගයක් අපේ හිත තුළ ක්‍රියාත්මක වෙන බව හඳුනගත්තහම අපිට ඒක ප්‍රතිෂ්ඨාපනය කිරීමක්, ඒක අයින් කරලා කුසල සිතක්ම මතු කරගැනීමක් කරන්න පුළුවන් නම් යුහුසුලුවම, නිතැනින්ම, නිසර්ගයෙන්ම, අන්න වඩා හොඳයි. ඒ කියන්නෙ අපිට ධර්මය හොඳට කාවැදිල තියෙනවා. අපිට හැකියාවක් ලැබිල තියෙනවා ධර්මය ප්‍රායෝගිකව අපි තුළ යොදගන්න. ඒක තමයි වටින්නේ. ඉතින් ඒක වෙලා තියෙනවා. ඇත්තටම ආදර්ශවත් කටයුත්තක් වෙලා තියෙන්නෙ. මොකද, දැන් ඉතින් මොකක්ද කරන්නේ කියකිය මතක් කර කර ඉඳල නෑ. ටක් ගාලා ඒක වෙලා තියෙනවා. ස්වාභාවිකවම වැඩේ වෙලා තියෙනවා.

ඒ නිසා මම හිතනවා ඒක තව තව දියුණු කිරීම තමයි සිද්ධ වෙන්න ඕනෑ. ඒ කියන්නෙ අපි මතක් කර කර අහවල් ක්‍රමය දැන් පාවිච්චි කළොත් හරිද කියල බලබලා යනවා වෙනුවට මතක් වෙච්ච එක නිතැතින්ම වෙලා තියෙනවා. නැත්නම් හිතට පුරුදු දේ වෙලා තියෙනවා. හැබැයි ඒ පුරුද්ද ඇවිල්ල හොඳ පැත්තෙ පුරුද්දක්.

11| සංඥාවල පටලැවිල්ල

නමො තස්ස භගවතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස

අනත්තනි අත්තමානිං පස්ස ලොකං සදෙවකං
නිවිට්ඨං නාමරූපස්මිං ඉදං සච්චන්ති මඤ්ඤති'ති.

ශ්‍රද්ධාවන්ත පින්වත්නි, අපි පසුගිය වාරයේදි සාකච්ඡා කරන්න පටන්ගත්තා සංඥා ස්කන්ධය සම්බන්ධයෙන්. ඒ පිළිබඳ සෑහෙන විවරණයක් අපි මේ වෙනකොට කරලා තියෙනවා. අපි ඇහෙන් විවිධාකාර රූප සංඥා උකහාගැනීමක්, කනෙන් විවිධාකාර ශබ්ද සංඥා තේරුම්ගැනීමක්, නාසයෙන් විවිධ ගඳ සුවඳ ආශ්‍රිත සංඥා තේරුම්ගැනීමක්, දිවෙන් විවිධ රස සංඥා තේරුම්ගැනීමක්, කයෙන් විවිධ ස්පර්ශ සංඥා තේරුම්ගැනීමක් සහ මනසට එන විවිධ ධම්ම සංඥා, නැත්නම් විවිධාකාර අරමුණු පිළිබඳ සංඥා තෝරාගැනීමක් සිද්ධ කරනවා.

මේ සංඥා එක්ක කරන ගනුදෙනුව නිරන්තරයෙන්ම සිද්ධ වෙනවා. අපි පුංචි කාලෙ ඇස් ඇරපු දවසෙ ඉඳන්ම අපි රූප සංඥා එක්ක යම් ගනුදෙනුවක් සිද්ධ වෙනවා. මරණය දක්වාම මේ සම්පූර්ණ සංඥා එක්ක කරන ගනුදෙනුව සිද්ධ වෙනවා. අපිට කියන්න පුළුවන් අපි තනිකරම මේ සංඥා ලෝකයක් තුළ කිමිදෙමින් වාසය කරනවා කියලා. ඒක කොයි තරම් අපිට සමීපද කියනවා නම් අපි එහෙම දෙයක් වෙනවාද කියලවත් දන්නෙ නැති තරම් - හරියට වතුර තුළ ජීවත් වෙන, වතුර තුළම ඉපදිලා මැරිල යන පුංචි මත්ස්‍යයෙක් වගේ අපිත් මේ සංඥා ලෝකය තුළ සංඥා පරිහරණය කරමින්, ඒවා තුළම කිමිදෙමින් වාසය කරනවා.

අපි ගිය වාරෙ සාකච්ඡා කළා මේ සංඥා අපි තේරුම්ගන්නවා, අහුලගන්නවා, නැත්නම් හඳුනගන්නවා පමණක් නෙවෙයි, අපි ඒ හඳුනාගත්ත ආකාරය, තේරුම්ගත්ත ආකාරය තවත් කෙනෙකුටත් ප්‍රකාශ කරන්න අපි ඉදිරිපත් වෙනවා ඒ සඳහා අපි යම් කිසි ව්‍යවහාර, සම්මුති පනවගන්නවා. භාෂා ඉදිරිපත් කරගන්නවා. මේ භාෂා ඔස්සේත් අපි තුළ තව තව සංඥා ගොඩනැගෙනවා. අපි අකුරු ඉගෙනගන්නවා. වචන ඉගෙනගන්නවා. වාක්‍ය තනන්න ඉගෙනගන්නවා. විභක්ති ඉගෙනගන්නවා. උත්තම පුරුෂ, මධ්‍යම පුරුෂ, ප්‍රථම පුරුෂ කියල අපි ඉගෙනගන්නවා. පුද්ගලවාචී බවක් මෙතෙන්ට ඈඳගන්නවා. ඒකවචන බහුවචන කියල කියාගන්නවා. ඉතින් මේ විදිහට භාෂාවක් තුළ ව්‍යාකරණ පරිහරණය කරමින් අපි සෑහෙන්න තවත් සංඥා ගොන්නක පැටලෙන ස්වභාවයක් තියෙනවා. මේකෙ ඇත්තටම වාසියක්, ප්‍රායෝගික වටිනාකමක් තියෙනවා. ඒකයි අපි මේවා ඉගෙනගන්නේ. නමුත් අපිට ඇතැම් විට අමතක වෙනවා මේක හුදෙක් භාෂාවක් කියලා; මේවා හුදු ව්‍යාකරණ කියලා. මේවා හුදු සංඥා කියල අපිට අමතක වෙනවා. අපි මේ සංඥාවලට පණ දෙනවා. අපි මේ සංඥා පුද්ගලත්ව ආරෝපණයකට ලක් කරනවා.

ඒ ගැන තමයි අද අපි තව ටිකක් සාකච්ඡා කරන්න බලාපොරොත්තු වෙන්නේ. අපි සංඥා ගනිද්දි, නිමිති ගනිද්දි - හිතන්න අපි යම් කිසි රූපයක් බලනවා. ඒ රූපය තුළ හැඩහුරුකම්, අඟපසඟ, වර්ණ සටහන් ගන්න අපි පෙළඹෙනවා. ගිය වාරෙ අපි සාකච්ඡා කළා ඒ පෙළඹවීමට අපේ හිත ඇතුළෙ ක්‍රියාත්මක වෙන රාග ද්වේෂ මෝහවලින් ප්‍රබල බලපෑමක් ඇති වෙනවා. එතකොට අපි රාග නිශ්‍රිතවයි මේ නිමිති ගැනීම, උකහා ගැනීම කරන්නේ. අපේ හිතේ පවතින ද්වේෂය මෝහය ඇසුරු කරගෙන, එයින් යම් බලපෑමක් සහිතව තමයි අපි ඒ නිමිති ගැනීම කරන්නේ. ඒ නිසා අපි දෙදෙනෙක් එකම වස්තුවක් දිහා බලලා උකහාගන්නා නිමිති ප්‍රමාණයත් නිමිතිවල ස්වභාවයත් එකිනෙකට හාත්පසින් වෙනස් වෙන්න පුළුවන්. මොකද, ඒ එක එක්කෙනාගෙ හිතේ ඒ වෙලාවෙදි බලපවත්වපු රාග ද්වේෂ මෝහවලට අනුරූපව තමයි අපි ඒ නිමිතිකරණය අපේ හිත් ඇතුළෙ සිද්ධ කරගන්නේ. ඒ නිසා අපි හිතනවට වඩා මේ තත්ත්වය සංකීර්ණයි. හරිම සූක්ෂ්මයි.

බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ සංඥා ගැනීම නිසා අපේ හිත ඇතුළෙ සිද්ධ වෙන්න පුළුවන් විකෘති, වරදවා වටහාගැනීම් පිළිබඳව අපිට අනතුරු අඟවලා තියෙනවා. **විපල්ලාස සූත්‍රය** කියල වෙනමම සූත්‍රයක් එනවා අංගුත්තර නිකායෙ චතුක්ක නිපාතයේ. එතෙන්දි බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නල දෙනවා විපල්ලාස හතරක්. විපල්ලාස කියන වචනය අපිට තේරුම්ගන්න පුළුවන් වැරදි ලෙස හඳුනාගැනීම කියලා. ඇත්ත වශයෙන්, නිවැරදිව, තත්ත්වාකාරයෙන් හඳුනාගන්නවා වෙනුවට අපි වරදවලා වටහාගන්නවා. එබඳු වැරදි තුනක් පෙන්නනවා සංඥා විපල්ලාස, චිත්ත විපල්ලාස, දිට්ඨි විපල්ලාස කියලා. එතකොට ඒ ක්‍රම තුනකින් අපි හඳුනාගැනීම්, වරදවා වටහාගැනීම් හතර ආකාරයක් සිද්ධ කරනවා.

ඒ සූත්‍රයේ විස්තර වෙනවා **අනිච්චෙ භික්ඛවෙ නිච්චන්ති සඤ්ඤාවිපල්ලාසො චිත්තවිපල්ලාසො දිට්ඨිවිපල්ලාසො.** අපි ඇත්ත වශයෙන්ම තත්ත්වාකාරයෙන් ගත්තොත් තියෙන්නෙ අනිත්‍ය ස්වභාවයක්, වෙනස් වෙන ස්වභාවයක්, විපරිණාමයට ලක් වෙන ස්වභාවයක්, ඇතුව නැතුව යන ස්වභාවයක්. හැබැයි අපේ මසැසට ඒක සමහර විට තේරෙන්නෙ නෑ. උදාහරණයක් වශයෙන් විදුලි බුබුලක් ගත්තොත්, ඒක තත්පරේට 50 වාරයක් දල්වෙනවා නිවෙනවා. නමුත් ඒක අපිට ග්‍රහණය කරගන්න බෑ. අපිට හැඟෙන්නෙ මේක දිගටම පත්තු වෙලා තියෙනවා කියල තමයි. අන්න ඒ වගේ අපි මේ ඉඳුරන් ඇසුරෙන් සංඥා උකහාගන්නකොට, අපේ මේ ඉඳුරන්ගේ නැහැ ඒ තරම්ම ප්‍රබලත්වයක්. අපේ ඉඳුරන් හරි ප්‍රාථමිකයි කියන්න පුළුවන්. හරි පටු සීමාවක තමයි අපේ මේ ඉඳුරන් වැඩ කරන්නේ. අපේ ඇහැ වැඩ කරන්නෙ බොහොම සීමිත පටු පරාසයක. ඒ පටු පරාසයට ගෝචර වෙන තොරතුරු ටිකක් විතරයි අපිට හම්බ වෙන්නේ. ඒ තොරතුරු ටිකත් ඒ ඇහැට ග්‍රහණය කරගන්න පුළුවන් සංඛ්‍යාතයකට ක්‍රියාත්මක වෙන්න ඕනැ. ඊට පරිබාහිර සංඛ්‍යාතයක ක්‍රියාත්මක වෙන කිසිම තොරතුරක් අපිට ලබාගන්න හැකියාවක් නෑ. සමහර විට අපි ඒකට වෙනත් වෙනත් මෙවලම්, උපකරණ පාවිච්චි කරනවා. නමුත් අපි සාමාන්‍ය ජීවිතේදි ඇහැ මුල් කරලා දෙයක් බලනකොට ඒ ඇහැට හම්බ වෙන්නෙ ඉතාම පටු පරාසයක තොරතුරු රාශියක් පමණයි.

එතකොට ඒ තොරතුරුත් අපේ ඇහැට උකහාගන්න නම් එතන නිත්‍ය සංඥවක් ගැබ් වෙලා තියෙනවා.

උදහරණයක් වශයෙන් අපි ඉස්සර කාලෙ තිබ්ච්ච කැමරාවකින් ඒකෙ ඒ තරම්ම ඉක්මනට තොරතුරු ගන්න, නැත්නම් ඡායාරූපයක් තබාගන්න හැකියාවක් නැත්නම් ඉතින් අපි කියනවා ඒ ඡායාරූපයට ලක් වෙන පිරිසට 'දැන් හෙල්ලෙන්න එපා. කලබල කරන්න එපා. අතපය හොලවන්න එපා. දැන් අපි ඔන්න ඡායාරූපය ගන්නයි යන්නෙ' කියල. අපි ඒ අයව බොහොම නිශ්චල කරන්න උත්සාහවන්ත වෙනවා. කලබල වෙන්න එපා කියනවා. හෙල්ලෙන්න එපා කියනවා. අතපය හොල්ලන්න එපා කියනවා. මොකද, හෙල්ලුණොත් එහෙම ඒ ඡායාරූපය බොඳ වෙනවා, ඒක හරියට නිවැරදිව පැහැදිලිව අරගන්න බැරි වෙනවා. මොකද, ඒ සංඥ ටික අරගන්න නම්, ඒ රූප සටහන ඡායාරූපයකට ගන්න නම්, දැන් නිත්‍යව ස්ථිරව ඒ රූපය තිබිය යුතුයි කියන එක අපිට එතෙන්දි හැඟෙනවා.

ඔන්න ඔය වගේ තත්ත්වයක් අපේ ඇහෙත් තියෙනවා. එතකොට ඇහැට යමක තොරතුරු ටිකක් ගන්න නම්, නිමිති ටිකක් තේරුම්ගන්න නම්, ලකුණු ටිකක්, සංකේත ටිකක්, වර්ණ සටහනක් අරගන්න නම්, ඒක යම් වෙලාවක් තුළ රැඳිල තියෙන්න ඕනැ ඒ ආකාරයෙන්ම. වෙනස් වුණොත් අහු වෙන්නෙ නෑ. ඒ නිසා මේ සංඥ ගැනීමෙදි, නිමිති ගැනීමෙදි නිත්‍ය සංඥව කියන එක අනිවාර්ය අංගයක් බවට පත් වෙනවා. දැන් අපි නිමිති ගන්න නම් මෙතන නිත්‍යව තියෙන්න ඕනැ. නිත්‍යයි කියන පදනමක් මත ඉඳලා තමයි අපි නිමිති ගැනීම සිද්ධ කරන්නෙ. එහෙම නැතුව ඉතාම යුහුසුලුව වෙනස් වෙනවා නම් අපිට එතන නිමිති ගන්න අපහසුතාවක්, නොහැකි බවක් තමයි ඇති වෙන්නේ. ඒ නිසා මෙතෙන්දි සඳහන් වෙනවා ඇත්ත වශයෙන්ම නම් සිද්ධ වෙන්නෙ ඉතාම යුහුසුලුව අතෝරක් නැති ඇති වීම් නැති වීම් ප්‍රවාහයක්. හැබැයි ඒක අපිට තේරෙන්නෙ නැහැ. අපේ මසැසට ඒක තේරුම්ගන්න බැහැ. ඉතින් ඒ නිසා අපි නිරන්තරයෙන්ම කරන්නෙ නිත්‍ය සංඥවක පැටලීමක්. නිත්‍ය සංඥවක්, නිත්‍ය වශයෙන් මෙතන තියෙනවා කියල ගැනීමක්, නොවෙනස්ව තියෙනවා කියල ගැනීමක්, ස්ථිරවම තියෙනවා කියල ගැනීමක් තමයි අපි කරන්නේ.

ඉතින් ඒ නිසා ඒ තොරතුරු ගන්නා, තොරතුරු උකහාගන්නා මට්ටමේදීම අපි වරද්දගන්නවා. **සංඥා විපල්ලාසයකට** අපි ගොදුරු වෙනවා. ඊට පස්සෙ ඒක මත පදනම් වෙලා තමයි අපි කල්පනා කරන්නෙ, හිතන්නෙ. මෙතන මේක ස්ථිරව තියෙනවා, මේකෙ ලකුණු මෙන්න මෙහෙමයි, මේකෙ පාට මෙන්න මේකයි, මේකෙ හැඩේ මෙන්න මෙහෙමයි. මේකෙ වර්ණය මේකයි කියලා අපි ඒ ගත්ත තොරතුරු ටික ස්ථිරයි කියලා අරගෙන, ඒක මත පදනම් වෙලා තමයි දැන් අපි කල්පනා කරන්නේ. හිතන්නේ. එතකොට ඒ සිතීම් රටාවත් සම්පූර්ණයෙන් වැරදියි. එතන තියෙනවා **චිත්ත විපල්ලාස** මට්ටමක්. එතකොට අපේ ඒ චින්තන රටාව තුළ යම් දෝෂ සහගත තත්ත්වයක් තියෙනවා. අපි ඒ දෝෂ සහගත තත්ත්වය තුළ කල්පනා කරලා ප්‍රපංච කරලා අන්තිමට යම් නිගමනයකට එළඹුණොත් ඒ නිගමනයත් වැරදියි. අපි යම් කිසි දෘෂ්ටිගත වීමකට ලක් වුණොත්, තීරණයක් ගත්තොත් ඒ තීරණයත් ඒ දෘෂ්ටියත් වැරදියි. අපි කියනවා ඒක **දිට්ඨි විපල්ලාසයක්** කියලා. මොකද, ඒ වැරදි ආකාරයක වටහාගැනීමක්, නිගමනයකට එළඹීමක්. සමහර විට අර සංඥා විපල්ලාස මට්ටමේදී අපිට ටිකක් හෝ කරුණු එත්තුගන්නලා තේරුම්ගන්න අවස්ථාව තියෙනවා. චිත්ත විපල්ලාස මට්ටමේ වුණත් වටහලා දීලා කරුණු එත්තුගන්වන්න අවස්ථාව තියෙනවා. හැබැයි දිට්ඨි විපල්ලාස මට්ටමකට වගේ ආවොත් හොල්ලන්න හරි අමාරුයි. මොකද, එතෙන්දි දෘෂ්ටිගත වීමක්, බොහොම තදින් දරා සිටීමක්, මමයි නිවැරදි අනික් කෙනා වැරදියි කියාගැනීමක්, තමන් ගත්ත දෘෂ්ටිය තුළම දැඩිව එල්බගැනීමක් සිද්ධ වෙන්න පුළුවන්. ඉතින් ඒ නිසා දෘෂ්ටිගත වීමක් සිද්ධ වුණහම හරි අමාරුයි ඒ තැනැත්තව ඒකෙන් අයින් කරන්නත්. ඒ අනුව මේ වරදවා වටහාගැනීම, වැරදි විදිහට විකෘති ආකාරයකින් තේරුම්ගැනීම බහුලව අපි අතර සිද්ධ වෙනවා.

ඊළඟට බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නනවා, **දුක්ඛෙ නිච්චෙ සුඛන්ති සඤ්ඤාවිපල්ලාසො චිත්තවිපල්ලාසො දිට්ඨිවිපල්ලාසො.** අපිට තේරෙන්නෙ නෑ මොහොතක් මොහොතක් පාසා ඇතිව නැතිව යන ස්වභාවයක්ය මේකෙ තියෙන්නෙ. ඒකෙන් ගැලවෙන්න විදිහක් නැහැ. ඒකෙන් නිරන්තර පෙළීමකට ලක් වෙනවා. මෙතන තියෙන්නෙ දුකක් කියල අපිට තේරෙන්නෙ නෑ. ඒ වෙනුවට අපි හිතනවා 'ආ මෙතන

සැපක් තියෙනවා. මෙතනින් මට සැප ලබන්න පුළුවන්. සදකාලිකව මට සැනසෙන්න පුළුවන්. මෙහෙම වුණා නම්, මට මෙන්න මේ දේ ලැබුණා නම්, මට ඇසුරක් ලැබුණා නම්, ඔන්න මට සැප විඳින්න පුළුවන්' කියල ඒ ඇත්ත වශයෙන් තියෙන දුක අපිට නොපෙනීම හරහා, අවබෝධ නොවීම හරහා අපි ඒක සැපයි කියල සලකනවා. එතන තියෙනවා දුකක් වරදවා වටහාගැනීමක් සැපයි කියලා. ඉතින් ඊට අනුරූපව තමයි අපි ඊළඟට හිතන්නේ. ඊට අනුරූපව තමයි අපි නිගමනයකට එළඹෙන්නේ, දෘෂ්ටිගත වීමකට ලක් වෙන්නේ. ඉතින් ඒ නිසා අර කලින් කිව්ව ආකාරයටම මෙතනත් සංඥ විපල්ලාස, චිත්ත විපල්ලාස, දිට්ඨි විපල්ලාස කියන අවස්ථා තුනක් හරහා අපි යන්න ඉඩ තියෙනවා.

ඊළඟට ඊටත් වඩා හරිම ගැඹුරුයි කියන්න පුළුවන් ආත්ම සංඥව. එතෙන්දි පෙන්නනවා, **අනත්තනි භික්ඛවෙ අත්තාති සඤ්ඤවිපල්ලාසො චිත්තවිපල්ලාසො දිට්ඨිවිපල්ලාසො.** ඇත්ත වශයෙන් මෙතන ආත්මයක් කියලා, පුද්ගලයෙක් කියලා, සත්ත්වයෙක් කියලා ස්වභාවයක් ඇත්තෙ නෑ. නමුත් අපිට ඒක තේරෙන්නෙ නැහැ. අපි ගන්නෙම මෙතන කෙනෙක් ඉන්නවා, මෙතන පුද්ගලයෙක් ඉන්නවා, මෙතන අම්මා ඉන්නවා, මෙතන තාත්තා ඉන්නවා, මෙතන දරුවෙක් ඉන්නවා, මෙතන බිරිඳ ඉන්නවා, මෙතන ස්වාමියා ඉන්නවා, මෙතන කෙනෙක් ඉන්නවා, මෙතන මමත් ඉන්නවා කියල තමයි. අපි හැම තැනම එතකොට පුද්ගල භාවයකින් සලකන ගතියක් නිරන්තරයෙන්ම පේන්න තියෙනවා. ඒක අපිව අඟු වෙන ඉතාම ප්‍රබලම අඟු වීමක්.

ඒ නිසා ඒක බුදුරජාණන් වහන්සේ දැකලා හරියට අපි කෙරෙහි අනුකම්පාවෙන් වගේ කරන ප්‍රකාශයක් තමයි මම අද මාතෘකාව වශයෙන් තබාගත්තෙත්. සුත්ත නිපාතයේ **ද්වයතානුපස්සනා සූත්‍රයේ** බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා **අනත්තනි අත්තමානිං පස්ස ලොකං සදෙවකං නිවිට්ඨං නාමරූපස්මිං ඉදං සච්චන්ති මඤ්ඤති.** මහණෙනි, මේ දෙවියන් මරුන් මනුෂ්‍ය ප්‍රජාව සහිත මේ ලෝකයා ඇත්ත වශයෙන්ම අනත්ත වූ ස්වභාවය ආත්ම වශයෙන් සලකනවා. මෙතන ඇත්ත වශයෙන් ගන්න කියල කෙනෙක්, පුද්ගලයෙක්, මමෙක්, ආත්මයක් ඇත්තෙ නෑ. හැබැයි ඒගොල්ලො මෙතන ආත්මීය වශයෙන්

සලකනවා. ඒ වගේමයි, ඒකට ලක් වෙන්න මූලික හේතුවක් තමයි අපේ හිත් ඇතුළෙ නිරූපණය වෙන නාමරූප ස්වභාවය. ඒක ඉතාම මිරිගු ආකාරයක්, ඉතාම සියුම් ආකාරයක්. නමුත් අපි ඒ සියුම් සංඥුවට, ඒ සියුම් වචනයට, ඒ සිතුවිල්ලට පණ දෙනවා. ඒ නිරූපණය වෙන නාමරූපයට අපි පණ දෙනවා. අපි ඒක එක්කො කෙනෙක් කියාගන්නවා, එක්කො වස්තුවක් කියාගන්නවා. ඒ හිත තුළ නිරූපණය වෙච්ච පුංචි නාමරූපය අපි වස්තුත්වයෙන් සලකනවා. නැත්නම් පුද්ගල භාවයකින් සලකනවා. ඒක ඇත්තයි කියාගන්නවා. **නිවිට්ඨං නාමරූපස්මිං ඉදං සච්චන්ති මඤ්ඤති** - ඒ නාමරූපයට බැහැගෙන, මේක තමයි සත්‍යය, මේක නිවැරදියි, මෙතන කෙනෙක් ඉන්නවා, මෙතන පුද්ගලයෙක් ඉන්නවා, මෙතන වස්තුවක් තියෙනවා කියලා සලකනවා.

මේක හරි ගැඹුරුයි. අපිට කිව්වට මේක තේරෙන එකක් නැහැ. නමුත් අපි ටික ටික විපස්සනාවක් වඩාගෙන යනකොට අපේ හිත ඇතුළේ මේ විඥුන නාමරූප අතර සිද්ධ වෙන අන්‍යෝන්‍ය ප්‍රත්‍ය සම්බන්ධය කෙනෙකුට පොඩ්ඩ පොඩ්ඩ වැටහෙන්න වැටහෙන්න, මේ ගැටලුව පොඩ්ඩක් හරි නිරාකරණය වෙන්න වෙන්න, ඒ පටලැවිල්ල පොඩ්ඩක් හරි ලිහෙන්න ලිහෙන්න, කෙනෙකුට අවස්ථාවක් එළඹෙන්න පුළුවන් මේ නාමරූප පිළිබිඹු නොවන අවස්ථාවක්. විඥුනය නාමරූපයක පැටලිච්ච නැති අවස්ථාවක්. අන්න ඒ අවස්ථාවෙදි තේරෙනවා මේ හිතේ තියෙනවා නේ මෙන්න මෙහෙම හැකියාවක් කියල. නාමරූපයක් පිළිබිඹු නොවන, එබඳු පටලැවිල්ලක් රැවටිල්ලක් සිද්ධ නොවන අවස්ථාවක් හිතේ උද්ගත වුණොත් විතරක් ඔන්න එයාට තේරෙයි මං මෙතෙක් වෙලා ඉඳල තියෙන්නෙ මෙන්න මෙහෙම රැවටිල්ලක කියලා. ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ කරන මේ දේශනාව මේ ගාථාව ඉතාම ගැඹුරෙන් අපිට වටහාගන්න පුළුවන් අපි අනික් හැම වෙලාවකදිම, අනුවණින් කල්පනා කරන හැම වෙලාවකදිම, අසතියෙන් කටයුතු කරන හැම වෙලාවකදිම අපේ හිතේ ක්‍රියාත්මක වෙන මේ නාමරූපයකට පැටලිලා, ඒකට රැවටිලා, ඒක සත්‍යයි කියාගෙන, ඒකෙ මුළා වෙලා තමයි අපි කටයුතු කරන්නෙ කියලා.

ඔන්න ඔහොම තත්ත්වයක් මේ සංඥා විපල්ලාස තුළ, චිත්ත විපල්ලාස තුළ, දිට්ඨි විපල්ලාස තුළ සිද්ධ වෙනවා. ඒ කියන්නෙ අනාත්ම ස්වභාවය අපිට තේරෙන්නෙ නැතිකමට අපි ආත්මීය වශයෙන් සලකනවා. අපිට මුලදි එතකොට හඳුනාගැනීමක් වශයෙන් සිද්ධ වුණෙත් වරදවලා. එතන කෙනෙක් ඉන්නවා කියන තත්ත්වයකින් තමයි අපි තේරුම්ගත්තේ. වස්තුවක් තියෙනවා කියන තත්ත්වයකින් තමයි අපි තේරුම්ගත්තේ. සංඥා මට්ටමේදිම අපි වරද්දගත්තා, පටලවාගත්තා, ඒකට රැවටුණා. ඊට පස්සෙ ඒක මත පදනම් වෙලා තමයි අපි කල්පනා කරන්නෙ, හිතා බලන්නෙ. ඒ කියන්නෙ චිත්ත විපල්ලාස මට්ටමේදිත් අපි පැටලුණා. ඊට පස්සෙ ඒක මත පදනම් වෙලා අපි තීරණයක් ගත්තා, නිගමනයක් ගත්තා, නැත්නම් දෘෂ්ටියක් අරගත්තා. ඒකත් වරද්දගත්තා. ඒ කියන්නෙ දිට්ඨි විපල්ලාසයක්. ඉතින් ඒ නිසා **අනත්තනි භික්ඛවෙ අත්තාති සඤ්ඤාවිපල්ලාසො චිත්තවිපල්ලාසො දිට්ඨිවිපල්ලාසො** කියන තත්ත්වය තුළ අපි නිරන්තරයෙන් පුද්ගලයො හදගෙන, තමා තුළත් කෙනෙක් ඉන්නවා කියලා හිතාගෙන ලෝකය තුළ කටයුතු කරන ස්වභාවය තමයි තියෙන්නෙ.

අන්තිමට බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නන්නෙ **අසුභෙ භික්ඛවෙ සුභන්ති සඤ්ඤාවිපල්ලාසො චිත්තවිපල්ලාසො දිට්ඨිවිපල්ලාසො.** මෙතන ඇත්ත වශයෙන්ම ගන්න කියලා ලස්සනක්, සුභ ස්වභාවයක්, කාන්ත ස්වභාවයක් නෑ. මෙතන තියෙන්නෙ අසුභ ස්වභාවයක්, පිළිකුල් ස්වභාවයක්. නමුත් අපිට ඒක නොතේරෙනකමට අපි අර මතුපිට පෙනුමට රැවටිලා අයෝනිසෝ මනසිකාරයෙන් කරන්නෙ මොකද? මෙතන සුභයක් තියෙනවා, මෙතන යහපතක් තියෙනවා, හොඳ දෙයක් තියෙනවා, හොඳ කෙනෙක් ඉන්නවා, දැකුම්කලු දෙයක් තියෙනවා කියලා අපි එතෙන්ටත් සුභ සංඥාවක් ඇඳගන්නවා. ඒක මත පදනම් වෙලා අපි කල්පනා කරනවා. ඒ මත පදනම් වෙලා අපි තීරණයක්, දෘෂ්ටියක් වැළඳගන්නවා.

ඉතින් ඒ නිසා මෙබඳු තත්ත්වයකට මුල පුරන්න සංඥා මූලික වෙනවා. මොකද, අපි නිමිති ආශ්‍රයෙන් තමයි මේ ඔක්කොම හඳුනාගැනීම් කරන්නේ. එතකොට කෙනෙකුට වැටහෙන්න පුළුවන්

'එහෙනම් අපි මේ සම්පූර්ණ පරිහරණය කරන්නෙ නිමිති නේ' කියලා. කතාව ඇත්ත. අපි ඇහෙන් තනිකර නිමිති ගොඩක් තමයි උකහාගන්නේ. ඒ වගේමයි කනෙන් විවිධාකාර ශබ්ද නිමිති, නාසයෙන් ගන්ධ නිමිති, දිවෙන් රස නිමිති, කයෙන් ස්පර්ශය හා සම්බන්ධ නිමිති, මනසින් විවිධ නිමිති ගොඩක් තමයි අරගන්නේ. අපි නිමිතිවලට හැබැයි පණ දෙනවා, අපේ තියෙන නොදැනුවත්කම නිසා, අවිද්‍යාව නිසා. ඒ නිසා අපි තුළ රාග ද්වේෂ මෝහ ක්‍රියාත්මක වෙන තාක් අපි ඒ නිමිතිවලින් නිරූපණය වෙන දෙයක් තියෙනවා කියල හිතාගන්නවා. නිමිතිවලින් විවිධාකාර දේවල් නිරූපණය කරනවා. දෙයක් එතන තියෙනවා, මෙතන වස්තුවක් තියෙනවා, මෙතන පුද්ගලයෙක් ඉන්නවා කියලා අපි ඒකට වස්තුත්වයෙන් සලකනවා. පුද්ගල භාවයක් ආරෝපණය කරනවා. මොකද, රාග ද්වේෂ මෝහ මත පදනම් වෙලා නිමිතිකරණයක් අපේ හිත ඇතුළෙ ක්‍රියාත්මක වීම නිසා.

බුදුරජාණන් වහන්සේ තවත් ගැඹුරකින් විස්තර කරනවා **මහා වේදල්ල සූත්‍රයේ - රාගො ඛො ආවුසො කිඤ්චනො, දොසො කිඤ්චනො, මොහො කිඤ්චනො.** රාගය කියන එක කිසිවක්. ද්වේෂය කිසිවක්. මෝහය කිසිවක්. ඒ කියන්නෙ රාගය අපේ හිත ඇතුළෙ ක්‍රියාත්මක වෙනකොට අපි කිසිවක් එළියෙ තනනවා, දෙයක් එළියෙ තනනවා, වස්තුවක් එළියෙ තනනවා, කෙනෙක් එළියෙ තනනවා. ද්වේෂයත් එහෙමයි. මෝහයත් එහෙමයි. ඉතින් එතකොට මේ නිමිතිවල තියෙනවා සැහෙන පටලැවිල්ලක්. සංඥාවල තියෙනවා සැහෙන පටලැවිල්ලක්.

ඒවා මූලික කරගෙන ඊළඟට අපිට සිද්ධ වෙන තවත් බරපතළ වැරැද්දක් තමයි අපි සක්කාය දිට්ඨියක් ගොඩනගාගැනීම. ඒ පෙන්නුම් කරන විවිධාකාර කරුණු රාශියක්, අන්තර්ගත කොටස් රාශියක් අපි ඒකත්වයෙන් සලකනවා. හිතන්න අපි කෑලි ගොඩක් එකට මූට්ටු කරලා රෝද හතරක් එකට එකතු කරලා, ඒකට යකඩ පටි ගහලා එන්ජිමක් තියලා ඉන්ධන දාලා ආසන තියලා වටෙත් හොඳට ලස්සනට ආවරණය කරලා සුක්කානමක් තියලා හැදුවහම අපි කියනවා ඔන්න මේක කාර් එකක් කියලා. එතකොට අපිට ඒක කාර් එකක්, රථයක්, බස් එකක්, ජීප් එකක් බවට පත් වුණා. දැන් එතන දෙයක් තියෙනවා

කියලා අපි ගන්නවා. එතකොට අපිට කලින් තිබුණෙ නෑ කාර් එකක් කියල එකක්. මේ කෑලි ගොඩක එකතුවක් අපි කරගෙන ගියේ. යම් කිසි රටාවකට අපි ඒක තේරුම් අරගෙන මේ මේ විදිහට මේ ටික අමුණගෙන ගියා. අමුණගෙන ගිහිල්ලා ඒ ආපු දෙය අපි නම් කරනවා මේක ඇවිල්ලා කාර් එක. අපි ඊට වඩා ටිකක් ලොකු කරල ගත්තොත් ඒක ඇවිල්ල ඔන්න බස් එක. පෙට්ටි ගොඩක් තියලා ඉස්සරහට එන්ජිමක් තිබ්බහම කෝච්චිය. එතකොට අපි කෝච්චියක් තියෙනවා කියලා දැන් ව්‍යවහාර කරනවා. බස් එකක් තියෙනවා කියලා කාර් එකක් තියෙනවා කියලා ව්‍යවහාර කරනවා. මේ කෑලි ගොඩක් මූට්ටු කරලා හදගත්ත තත්ත්වයක්ය මෙතන තියෙන්නේ කියන එක අපිට අමතක වෙලා අපි මේ සමූහය එකක් කියල සලකනවා.

ඉතින් අපි මේක කයට දගත්තොත් කයේ තියෙන්නෙත් කෑලි ගොඩක්. කෙස් තියෙනවා. ලොම් තියෙනවා. මස් තියෙනවා. නහර තියෙනවා. ඇට, ඇටමිදුළු රාශියක් තියෙනවා. මේ කෑලි ගොඩ එකට මූට්ටු කරලා ඒකට මස් දලා සමකින් ආවරණය කරලා තියෙනකොට අපි මේකට ශරීරයක් කියල කියනවා. රූපයක් කියල කියනවා. හැබැයි අපිට ඒ කෑලි ගොඩක් බව අමතක වෙනවා.

ඒ නිසා සාරිපුත්ත මහ රහතන් වහන්සේ **මහා හත්ථිපදෝපම සූත්‍රයේ** දේශනා කරනවා අපි මොකකටද ගෙයක් කියල කියන්නේ? ඒ කාලෙ හැටියට නම් බොහොම සරලව මැටි ගහලා වැල් ගොඩක් එකට එකතු කරලා ඒවායින් බැඳල ඊට පස්සෙ උඩට පොල්අතු ටිකක් හෙවිලි කරල අවකාශය ආවරණය කරනවා. මුලින් තිබුණෙ අහස. මුලින් තිබුණෙ අවකාශයක්. අපි ඒ අවකාශය අර විදිහට විවිධ ගඩොල්, ලණු, නැත්නම් වැල් එකතු කරල ආවරණය කිරීමක් කරලා උඩට වහලක් ගැහුවට පස්සෙ අපි මේකට කියනවා නිවසක් කියලා. ඇත්ත වශයෙන් වෙලා තියෙන්නෙ මේ විවිධාකාර අනෙකුත් දේවල් තුළින් අහස ආවරණය කරලා. අවකාශයේ යම් ප්‍රදේශයක් වෙන් කරලා. ඒකට තමයි අපි නිවස කියල කියන්නෙ. ඒ වගෙයි කියල කියනවා සාරිපුත්ත මහ රහතන් වහන්සේ මේ කය කියල කියන්නෙ මොකක්ද? මේකෙත් කටු ගොඩක්, නැත්නම් ඇට ගොඩක් එකට මූට්ටු කරලා ඒකට මස් ඔබ්බලා ඊළඟට හමකින් ආවරණය කළහම ඔන්න ඔය අවකාශයට තමයි අපි

ශරීරය කියල කියාගන්නෙ. ඊට පස්සෙ අපි ඒක පුද්ගලත්වයෙන් සලකනවා. මේ ඉන්නෙ මගෙ පුතා, මේ ඉන්නෙ මගෙ දුව, මේ ඉන්නෙ මගෙ තාත්තා, මේ ඉන්නෙ මගෙ අම්මා, මේ ඉන්නෙ මගෙ බිරිඳ, මේ ඉන්නෙ මගෙ ස්වාමියා කියලා අපි භාෂාවක්, නමක් පටබඳිනවා. නමුත් ඇත්ත වශයෙන් අහසයි ආවරණය කරල තියෙන්නෙ අර කියපු ආකාරයට. අපිට ඕක එච්චර තේරෙන්නෙ නෑ. අපි මෙතන වස්තුත්වයකින් සලකනවා, පුද්ගල භාවයකින් සලකනවා. ඉතින් ඒ නිසා අපි පුදුම විදිහට මෙතන සක්කාය දිට්ඨියක පැටලෙනවා.

බුදුරජාණන් වහන්සේ අත්තදීප සූත්‍රයේදි දේශනා කරනවා, ඉධ භික්ඛවෙ, අස්සුතවා පුථුජ්ජනො අරියානං අදස්සාවී අරියධම්මස්ස අකොවිදො අරියධම්මෙ අවිනීතො, සප්පුරිසානං අදස්සාවී සප්පුරිසධම්මස්ස අකොවිදො සප්පුරිසධම්මෙ අවිනීතො - එයාට දහමක් පිළිබඳ හැඟීමක් නෑ. ආර්ය ධර්මයක් පිළිබඳව එයා අහලවත් නෑ. සත්පුරුෂ ඇසුරක් ලබල නෑ. ඉතින් එයා මොකද කරන්නේ? සඤ්ඤං අත්තතො සමනුපස්සති. මේ විවිධාකාර සංඥා ආත්මීය වශයෙන් සලකනවා. හිතන්න අපි කාට හරි නමක් දල තියෙනවා. ඒ නම කියනකොට එයා අත උස්සනවා. පුංචි දරුවෙකුට අපි නමක් දීලා ඒ දරුවව අපි ඉස්කෝලෙ අරිනවා. ඉස්කෝලෙදි නම් ලකුණු කරන අවස්ථාව ආවහම පන්තිය භාර ගුරුතුමිය ඔන්න නම් ලකුණු කරනවා. අපි හිතමු ඒ දරුවගෙ නම නිමල් නම්, නිමල් කියල කියනකොට අර දරුවා අත උස්සනවා. මොකද, නිමල් බවට එයා දැන් පත් වෙලා. මේ නම පුද්ගලයෙක් බවට පත් වෙලා. නැත්නම් ඒ නම මට නම් දීල තියෙන්නෙ මම ඒ නම අරගෙන තියෙනව දැන්. ඒ නම තුළ මමෙක් ඉන්නව දැන්. ඍජුවම ඒ සංඥාව මම කරගෙන මම ජීවත් වෙනවා.

තවත් පැත්තකින් පෙන්නනවා **සඤ්ඤවන්තානං වා අත්තානං.** එතකොට මා සතුයි යම් කිසි සංඥාවක්. මේ ටික මටයි අයිති. හිතන්න අපිට භාෂාවක් තියෙනවා. අපි සතු යම් කිසි ඉගෙන කියාගත්ත දැනුමක් තියෙනවා. අපි එකතු කරගත්ත සංඥා ගොඩක් තියෙනවා. මේ ඔක්කොම එතකොට මගේ කරගන්න ගතියක්, ඒකට මම නෑකම් කියන ගතියක්, අයිති කරගන්න ගතියක් ක්‍රියාත්මක වෙනවා. ඊට පස්සෙ ඒ

ගොඩ මගේ කරගෙන, ඒ තුළින් සක්කාය දිට්ඨියක් තනාගෙන අපි ජීවත් වෙනවා. එහෙමත් නැත්නම් පෙන්නනවා මම ඇතුළෙ සංඥ ක්‍රියාත්මක වෙනවා. මම කියන ලොකු ස්වභාවයක් විශාල ස්වභාවයක් තුළ සංඥ කියන එක තව කොටසක්. නැත්නම් සංඥ ඇතුළෙ මං ඉන්නවා - **සඤ්ඤාය වා අත්තානං.** විවිධාකාර සංඥ පොදියක් අස්සෙ කොහේ හරි ඔන්න කෙනෙක් ඉන්නවා පුද්ගලයෙක් ඉන්නවා කියල හිතාගෙන බොහොම සූක්ෂ්ම අන්දමින් අපි සක්කාය දිට්ඨියක් හදගෙන, ඒ සංඥ තුළ කෙනෙක් තනාගෙන පුද්ගලයෙක් තනාගෙන ජීවත් වෙන ආකාරය දහම තුළ විස්තර කරනවා. ඒ නිසා මේ සංඥවල කෙරෙන පටලැවිල්ල, සංඥවල සිද්ධ වෙන මුළා වීම අපිට හිත ඇතුළෙ පුදුමාකාර විදිහට විවිධ විකෘති, විවිධාකාර පටලැවීම්, තව තව හිත තුළ දුක ගොඩනැගීම්, නිවනින් ඈත් වීම් නිරන්තරයෙන්ම සිද්ධ කරනවා.

මහා මාලුඞ්ක්‍යපුත්ත සූත්‍රයේදි මාලුඞ්ක්‍යපුත්ත ස්වාමීන් වහන්සේ හරි ලස්සන ගාථාවකින් දේශනා කරනවා **රූපං දිස්වා සති මුට්ඨා පියනිමිත්තං මනසි කරොතො.** ඒ කියන්නෙ එයාට සිහියක් නෑ ඒ වෙලාවෙ. සතිමත් භාවයක් එයා පුරුදු කරල නෑ. අසතියෙන් අසිහියෙන් අයෝනිසෝ මනසිකාරයකින් තමයි කටයුතු කරන්නෙ. ඉතින් ඇහැට රූපයක් ආපාතගත වුණහම එයා ප්‍රිය නිමිති තමයි අරගන්නේ. හිතන්න ඒ වෙලාවෙදි හිතේ ආශාවක් රාගයක් ක්‍රියාත්මක වුණා නම් අර හිත ගිය නිමිති ටික තමයි එතනින් උකහාගන්නේ. **රූපං දිස්වා සති මුට්ඨා පියනිමිත්තං මනසිකරොතො සාරත්ත චිත්තො වෙදෙති තඤ්ච අජ්ඣොසාය තිට්ඨති.** එතකොට බැඳුණු සිතකින්, රාගරක්ත වෙච්ච සිතකින් තමයි එයා දැන් ඒක තේරුම්ගන්නේ. සම්පූර්ණයෙන් වරද්දගෙන තියෙන්නේ. ඒක තුළම දැන් හිත කිඳ බහිනවා. ඒක අස්සටම රිංගගන්නවා. **තඤ්ච අජ්ඣොසාය තිට්ඨති** - ඒ අරගත්ත සංඥ ගොඩේ, නැත්නම් ඒ ගත්ත නිමිති ගොඩේ අස්සට එයා රිංගගන්නවා. මේක කෙනෙක්, පුද්ගලයෙක්, මමෙක්, දෙයක්, වස්තුවක් කියාගෙන ඒක අස්සට රිංගගන්නවා. **තස්ස වඩ්ඪන්ති වෙදනා අනෙකා රූපසම්භවා** - එතකොට ඒ අනුසාරයෙන් හිත තුළ විවිධාකාර වේදනා පහළ වෙනවා.

අපි හිතමු එතන අපි රාග නිශ්‍රිතව නම් ඒ නිමිති ටික අරගත්තේ, මෙතන කෙනෙක් ඉන්නවා, මෙතන තරුණියක් ඉන්නවා, මෙතන තරුණයෙක් ඉන්නවා, නැත්නම් මෙතන ඉතා වටිනා වස්තුවක් තියෙනවා, මැණිකක් තියෙනවා කියල නම් අපි හිතාගත්තේ, ඊට පස්සෙ ඉතින් ඒක ඇසුරෙන් අපිට විවිධාකාර වේදනා පහළ වෙනවා. සතුටු වේදනා පහළ වෙනවා. මේක කවුරු හරි ඇවිල්ල මගෙන් උදුරගනියි කියල දුක් වේදනා පහළ වෙනවා. බිය, තැතිගැනීම් පහළ වෙනවා. ඉතින් ඔය ආකාරයෙන් නිරන්තරයෙන්ම විවිධාකාර වේදනා දැන් වැඩෙනවා. **අනෙකා රූපසම්භවා. අභිජ්ඣා ච විහෙසා ච චිත්තමස්සූපහඤ්ඤති** මේ හරහා තව තව හිත ලෝභයෙන් බැඳෙනවා. හිත වෙහෙසෙනවා. පීඩාවට ලක් වෙනවා. **එවං ආචිනතො දුක්ඛං ආරා නිබ්බාණං වුච්චති** - උන්වහන්සේ දේශනා කරනවා (බුදුරජාණන් වහන්සේත් ඒක අනුමත කරනවා) එයා තව තව දුක ගොඩනගනවා. තව තව දුක පොදි බැඳගන්නවා. නිවනින් ඈතට ඈතට යනවා.

ඒ නිසා අපි මේ ඉඳුරන් පරිහරණය කරද්දි, අපි විවිධාකාර සංඥා අහුලගනිද්දි ඒවා අස්සට අපි රාග ද්වේෂ මෝහ දලා නොදැනුවත්වම තව තව මේවා පටලවාගෙන අපි නිවනින් තව තව ඈත් වෙනවා. ඒ නිසා සංඥා ස්කන්ධය තුළ ඉතාම සූක්ෂ්ම අන්දමේ පටලැවිලි රාශියක් ක්‍රියාත්මක වෙනවා. විශේෂයෙන්ම අපි භාෂා තනාගෙන, අකුරු ඉගෙනගෙන, වාක්‍ය තනාගෙන, ව්‍යාකරණ අනුව කල්පනා කරගෙන භාෂා පරිහරණය කිරීම තුළ පවා අපි සෑහෙන්න පටලවාගෙන ඉන්නවා. ඒ නිසා අපිට මේ දේවල් තේරුම්ගන්න සෑහෙන්න අපේ හිත නිශ්ශබ්ද කරගන්න වෙයි. මේ දේවල් තේරුම්ගන්න අපේ හිතේ තියෙන ප්‍රපංච සෑහෙන්න සමනය කරගන්න වෙයි. එහෙම අවස්ථාවකදි මේ ප්‍රපංචවලින් තොරව, නිමිතිවලින් තොරව හිත පවතින අවස්ථාවකදි හිතේ තත්ත්වය මොකක්ද කියල අපිට පොඩ්ඩක් සංසන්දනාත්මකව හිතන්න සිද්ධ වෙනවා.

ඉතින් අපි ඉදිරියේදි බලමු කොහොමද බුදුරජාණන් වහන්සේට මේක දැනෙන්නේ කියලා. ඒකත් එක්ක අපිට පුළුවන් අපිට තියෙන පෘථග්ජන තත්ත්වය - අපි මේ බැඳිලා, සක්කාය දිට්ඨියක් තනාගෙන කටයුතු කරද්දි ඒ තියෙන තත්ත්වයයි, බුදුරජාණන් වහන්සේ ඒ

තත්ත්වය අවබෝධ කරගෙන ඒ දකින ආකාරයයි අතර තියෙන පරතරය, වෙනස තේරුම්ගන්නත්. අපි ඉදිරියේදි ඒ සඳහා උත්සාහවන්ත වෙමු. අද දවසේ මම උත්සාහවන්ත වුණේ සංඥා අනුසාරයෙන් අපි කරගන්නා පටලැවීම්, ඒ සංඥාවල තියෙන විවිධ පැතිකඩ තව ටිකක් විමසන්නයි. ඉතින් ඒ කරුණුත් අපි තේරුම් අරගෙන ඉදිරියේදිත් අපි මේවා හා සම්බන්ධ තව තොරතුරු වටහාගෙන මේ සංඥා ස්කන්ධයෙන් හිත මුදවාගන්නත් හිතේ අධිෂ්ඨානයක් ඇති කරගනිමු. ඒ සඳහා මග පෙන්වීමක්, දිරිගැන්වීමක් අද දින ධර්ම දේශනාවෙනුත් සිදු වේවා කියල ප්‍රාර්ථනා කරමින් අද ධර්ම දේශනාව අවසන් කරනවා. සියලුදෙනාටම තෙරුවන් සරණයි.

ධර්ම ගැටලු සහ පිළිතුරු

<u>ප්‍රශ්:</u> ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, දැකීමෙන් පරිබාහිර වූ දකින දෙයක් නොමැති බව සාමාන්‍ය ජීවිතයේදී යමක් දකින විට මෙනෙහි කිරීමට පුරුදු වී සිටිමි. අවධානය යොමු කරන සෑම විටකම පාහේ කයේ දැනෙන්නා වූ වේගයෙන් ඇතිව නැතිව යන චංචල කම්පන ස්වභාවයත්, මෙකී මනසිකාරයත් සළායතන ඔස්සේ එන අරමුණු පිළිබඳව ප්‍රපංච වීම වැළැක්වීමට උපකාර වන බව හැඟේ. මේ ක්‍රමයෙහි අඩුපාඩු පෙන්වා දෙන සේක්වා.

<u>පිළි:</u> ඔව් මෙහෙම කියන්න පුළුවන්. අද දේශනාවෙදිත් අපි ටිකක් ඒක ආසන්නයට ආවා. ඒ කියන්නෙ අපි තුළ රාග ද්වේෂ මෝහ ක්‍රියාත්මක වෙනකොට අපි එතන පුද්ගලයෙක් ආරෝපණය කරගන්නවා. වස්තුත්වයකින් සලකනවා. එහෙම දෙයක් සිද්ධ වෙනවා. ඉතින් ඒකයි අද අපි සාකච්ඡා කළේ. ඇත්තටම ඇහැට පුළුවන් නිකන් නිමිති ටිකක් අරගන්න විතරයි. රූප සටහනක් වර්ණ සටහනක් ගන්න විතරයි. ඒ රූප සටහනට ඒ වර්ණ සටහනට පුද්ගලයෙක් ආරෝපණය කිරීම, වස්තුවක් එතන තියෙනවා කියලා දෙයක් එතන තියෙනවා කියලා හිතාගැනීම අපේම තියෙන රාග ද්වේෂ මෝහ මත පදනම් වෙච්ච ප්‍රශ්නයක්. ඒකයි **රාගො ඛො ආවුසො කිඤ්චනො, දොසො කිඤ්චනො, මොහො කිඤ්චනො** කියල කියන්නෙ. අපි ඒවා "කිසිවක්"

බවට පත් කරනවා. කිඤ්චන කියල කියන්නෙ 'කිසිවක්' කියන එක. රාගය අපේ හිත ඇතුළෙ ක්‍රියාත්මක වෙනකොට එතන 'කිසිවක්' නිරූපණය වීමක් කියල තමයි අපි සලකන්නේ. වස්තූත්වයෙන් සැලකීමක් තමයි අපේ හිත ඇතුළෙ සිද්ධ වෙන්නේ. හැබැයි ඇත්ත වශයෙන් සිද්ධ වුණේ මේ නිමිති ටිකක් තමයි පරිහරණය වුණා විතරයි. ඇහැට පරිහරණය වුණේ නිමිති ටිකක්. නමුත් අපි ඒක අපේ තියෙන නොදැනුවත්කම නිසා, අපේ මෝහය නිසා, අපේ තිබ්බ්ච ආශාව නිසා, නැත්නම් හිතේ තිබ්බ්ච ද්වේෂය නිසා අපි ඒ නිමිතිවලින් නිරූපණය වන 'කිසිවක්' එතන තියෙනවා කියලා, එතන 'වස්තුවක්' තියෙනවා කියලා, එතන 'කෙනෙක්' ඉන්නවා කියලා සලකන ගතියක් නිරන්තරයෙන්ම සිද්ධ වෙනවා.

මේක සංසන්දනය කරන්න පුළුවන්. මම අද ධර්ම දේශනාව නැවැත්තුවේ ඉදිරියට ඒ අවස්ථාව ගනිමු කියලා කියාගෙන. දැන් අපිට ඔය තත්ත්වය ඔහොම තිබුණට, කොහොමද රහතන් වහන්සේ කෙනෙක් මේක දකින්නේ? කොහොමද බුදුරජාණන් වහන්සේ දකින්නේ? ඒ ගැන හොඳ විස්තරයක් එනවා **කාලකාරාම සූත්‍රයේ** එහෙම. ඒකෙදි උදාහරණයක් වශයෙන් එක අවස්ථාවක් පෙන්නනවා **දට්ඨා දට්ඨබ්බං, දිට්ඨං න මඤ්ඤති.** ඒ කියන්නේ උන්වහන්සේට යමක් පේනකොට ඒ පෙනීම් මාත්‍රය අභිභවා ගිහිල්ලා පෙනීම් මාත්‍රයෙන් එහා එතන 'දෙයක්' තියෙනවා කියල සැලකීමක් නැහැ. ඒ කියන්නෙ දැන් අපිට යමක් පේනවා. පෙනීමක් තියෙනවා. හැබැයි පෙනෙන දෙයක් නෑ. අපිට හැම තිස්සෙම පෙනෙන දේවල් නෙ තියෙන්නෙ. නේද? අපි ඇස් දෙක ඇරල බැලුවහම පෙනෙන දේවල් අපිට තියෙන්නෙ. ඒ වගේමයි පෙනෙන අය ඉස්සරහ ඉන්නෙ. අම්මා පේනවා, තාත්තා පේනවා, නංගි පේනවා, දුව පේනවා, පුතා පේනවා, වෙහෙරක් පේනවා, බෝධියක් පේනවා. 'දේවල්' නෙ අපිට තියෙන්නෙ.

<u>ප්‍රඃ</u> ස්වාමීන් වහන්ස, කිසිවක් නෑ කියන සත්‍යයම වැටහෙනවා නේද උන්වහන්සේලාට?

<u>පිඃ</u> ඔව්. එතනින් අදහස් වෙන්නෙ නෑ උන්වහන්සේලාට කිසි සේත්ම සම්මුතියක් පරිහරණය කරන්න බැහැ කියලත්. සම්මුතියත් උන්වහන්සේලාට පරිහරණය කරන්න පුළුවන්. නමුත් අර

වස්තුත්වයෙන් සලකාගෙන, ඒකාන්ත වශයෙන්ම මෙතන දෙයක් තියෙනවා කියාගෙන, මේක ඇතුළෙ හරයක්, ඇතුළෙ නොවෙනස් වෙන දෙයක්, පුද්ගලයෙක්, සත්ත්වයෙක් ඉන්නවා කියාගෙන එහෙම ගන්න තත්ත්වයක් නෑ. ඒකයි අර විස්තර වෙන්නේ දැකීම් මාත්‍රයක් සිද්ධ වෙනවා. ඒ කියන්නෙ දැකීමේ ක්‍රියාවක් සිද්ධ වෙනවා. ඒ හැර, දකින දෙයක් එතන තියෙනවා කියලා සලකාගැනීමක් නෑ. ඒ කියන්නෙ අපිට විපස්සනාවක් වඩාගෙන ගිහිල්ලා, සතිපට්ඨානයක් ගැඹුරකට දියුණු කරලා අපේ හිත ඇතුළෙ නිමිති නොගන්නා තත්ත්වයක් එහෙම ඇති කරගත්තොත් සුළු වෙලාවකට හරි, අපි දේවල් උපාදන නොකරන නිමිති නොගන්නා තත්ත්වයක් සුළු වෙලාවකට හරි පවත්වගන්න අපිට හැකියාවක් පහළ වුණොත්, ඒ වෙලාවෙ සමහර විට ඇස් දෙක ඇරල බැලුවට ඇහැ නිමිති ගන්නෙ නැතුව ඉන්න පුළුවන්. නේද?

එතකොට නොපෙනෙනවා නෙවෙයි. ඒ පෙනෙන දේවල්වලට අපි කෙනෙක් ආරෝපණය කිරීමක්, වස්තුවක් ආරෝපණය කිරීමක්, මෙතන දෙයක් තියෙනවා කියල ඒක අල්ලගෙන අපේ හිත ඇතුළෙ ප්‍රපංච කිරීමක්, කල්පනා කිරීමක්, විතර්ක කිරීමක් නොවී, පෙනිපෙනී හැබැයි නිශ්ශබ්ද හිතකින් ඉන්න පුළුවන් වෙයි. නේද? හිතල බලන්න එහෙම දෙයක්. රූප නොපෙනෙනවා නෙවෙයි. රූප පේනවා. හැබැයි දැන් හිතට වුවමනාවක් නෑ ඒක අල්ලගෙන ප්‍රපංච කරන්න, ඒක අල්ලගෙන මඤ්ඤනා කරන්න, මෙතන දෙයක් තියෙනවා කියල හිතාගන්න, කියාගන්න. ඒකට කැමැත්තක්, ආසාවක්, වෛරයක්, ද්වේෂයක් පහළ කරගන්න එයාට වුවමනාවක් නෑ. මොකද, එයා දැකලා. එයාට ඒක තේරුම් ගිහිල්ලා 'මෙතන දෙයක් නෑ. මෙතන පුද්ගලයෙක් නෑ. මෙතන සත්ත්ව ස්වභාවයක් නෑ. මෙතන තියෙන්නෙ නිරන්තරයෙන් ඇතිව නැතිව යන ස්වභාවයක්' කියන ඒ ගැඹුරු අවබෝධය හිත තුළ ක්‍රියාත්මක වීම හරහා හිත දැන් ඒ නිමිති ගැනීම නිකන් නවත්තල දාලා. පුද්ගල භාවයෙන් ගැනීම දැන් නවත්තල දාලා. ඉතින් අන්න ඒ වගේ ගැඹුරකට තමයි ඇත්තටම අපි මේ දේශනා මාලාවෙ ඉස්සරහට අරන් යන්න බලාපොරොත්තු වෙන්නේ. ඉතින් කොයි තරම් නම් ධර්මයේ ගැඹුරකින් ඔය කාරණාව මතු කරල පෙන්නනවද?

<u>ප්‍ර</u>ඃ ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, සිත දිහා බලාගෙන දවසේ වැඩකටයුතු කරන මා ආහාර සකස් කරමින් සිටියා. ඇතුළත කතාවක් නොතිබුණා. සන්සුන් හිතක් තිබුණා. නිසොල්මනේ ආහාර පිළියෙළ කිරීමටම අවධානය තිබුණා. ගෙදර ඇතුළේ ප්‍රශ්න රාශියක් තිබුණත් ඒ කිසිවකට ගැටීමක්, අමනාපයක්, දෙම්නසක් නැහැ. දවසේ වැඩකටයුතුවල ක්‍රියාවලියක් පමණයි තියෙන්නේ. ක්ෂණයකින් මුළු කයම නොදැනී ගියා. පුදුමාකාර විවේකයක් සහ සන්සුන් බවක් දැනුණා. ඇස්පිල්ලන් ගහනවා පමණයි දැනුණේ. හොඳින් නිරීක්ෂණය වුණා ඇස්පිල්ලන් ගහන හැටි. විනාඩි 2 කට අඩු කාලයකින් මහා ප්‍රීතියක් හටගත්තා. ඉන්ද්‍රියයන්ගේ හැසිරීම පිළිබඳව ටික ටික ප්‍රත්‍යක්ෂ වෙනවා.

ඉදිරියට යාමට ධර්ම ගෞරවයෙන් උපදෙස් පතනවා.

<u>පි</u>ඃ මේ දැනුත් අපි කතා කළා වගේ අපිට පුළුවන්ද හිත නිශ්ශබ්ද කරගෙන වැඩක යෙදෙන්න? දැන් හුඟක් වෙලාවට වෙන්නෙ - මෙතන කියල තියෙන්නෙ නම් ඉවුම් පිහුම් කටයුත්තක යෙදුණා කියලනේ නේද? අපි ව්‍යංජනයක් උයනවා කියල හිතාගන්න. නැත්නම් බත් උයනවා කියල හිතන්න. එයා ඒ ගැන අවධානයෙන්ද ඒ කටයුත්තේ යෙදෙන්නේ? නැත්නම් දහසක් දේවල් කල්පනා කර කරද ඒ කටයුත්තේ යෙදෙන්නේ? හුඟක් අය එහෙම නේ කරන්නේ. නේද? ව්‍යංජන් ඒදනවා වෙන්න පුළුවන්. නමුත් එයාගෙ හිත තියෙන්නෙ එක්කො දරුවො ගැන, එක්කො ස්වාමියා ගැන, නැත්නම් වටේ පිටේ වෙන ප්‍රශ්නයක් ගැන, නැත්නම් තියෙන ආර්ථික ප්‍රශ්නයක් ගැන. ඒවා ගැන කල්පනා කර කර නේ අපි හොද්දක් ඒදන්නේ. නේද? ඉතින් අපිට පුළුවන්ද ඒ කටයුත්තේ නිරත වෙන්න අර කියනවා වගේ හිත දිහා බලාගෙන. හැබැයි හිතෙත් මොකුත් නැත්නම්? හිතේ සිතුවිල්ලක්වත් නැත්නම්? හිතේ ප්‍රපංච නැත්නම්? හිත නිශ්ශබ්ද නම්? අන්න අපි සෑහෙන ගැඹුරක් දකිනවා ඒ වෙලාවෙදි.

ඉතින් ඒකයි අපිට අවශ්‍ය වෙන්නේ. අපි විපස්සනාවක් හරහා යෑම තුළ අනිවාර්යයෙන්ම ප්‍රපංච කපා හැරීම සිද්ධ විය යුතුයි. ප්‍රපංච නොකරන මනසක් කෙනෙකුට හදගන්න පුළුවන් නම් එයාට මේ කටයුතු කරද්දි හිතින් එන පෙළීමක් එන්න බැහැ. දැන් ඇතැම් ගෘහණියකට මේ උයනවා පිහනවා කියන එකත් වදයක් වෙන්න

පුළුවන් නේ. එතකොට එයා ඒක කරන්නෙ හිතේ මැසිවිලි ගොඩක් එක්ක. මේක හැමදම කරන්න වෙනවා, මේක මහා කරදරයක්ය කියලා මේ හිත නේ ප්‍රශ්නයක් හදන්නේ. නේද? ඉතින් එතකොට අපි ඒ හිතින් ගොඩනගන ප්‍රශ්න සම්පූර්ණයෙන්ම වළක්වගෙන අපිට පුළුවන් නම් ඒ කටයුත්තේ නිරත වෙන්න බොහොම සැහැල්ලු හිතකින්, නිශ්ශබ්ද වෙච්ච හිතකින්, නතර වෙච්ච හිතකින්, එතකොට එයාට කායිකව යම් කිසි වෙහෙසක් දැනෙන්න පුළුවන්. නමුත් ඒකත් අවමයි. මොකද, හිත තියෙන්නෙ බොහොම සන්සුන් අවස්ථාවක. හිත තියෙන්නෙ බොහොම සාමකාමී සරල බොහොම සතුටුදායක අවස්ථාවක.

ඉතින් ඒ නිසා අපිට විපස්සනාවක ගැඹුරකට යද්දි ඇත්ත වශයෙන්ම වෙන්නෙ හිත සරල වීමක්. හිත සැහැල්ලු වීමක්. හිත තුළ අර තිබ්බ්ච බර අඩු වීමක්. ඉතින් ඒ නිසා රහතන් වහන්සේට කියන්නෙ "ඕහිතභාරෝ" කියලා - බර බහා තබපු කෙනෙක්. දැන් මෙතෙක් වෙලා අපි ඔළුව උඩ බරක් තියාගෙන ඉඳල තියෙන්නේ. නේද? ස්කන්ධ භාරය අපි අරන් ඉඳල තියෙන්නේ. අපේ කය සම්බන්ධයෙන් ලොකු බරක්. අපේ වේදනා ගොඩ අපි අරගෙන. මම කියාගෙන. ඒ විවිධ සංඥා ටික ඔක්කොම මගේ කියාගෙන. ඒක අස්සෙ රිංගගෙන. ඒකෙ පටලවාගෙන. නේද? විවිධාකාර සිතුවිලි ප්‍රපංච කරගෙන, ඒකත් පටලවාගෙන. ඉතින් මේ විදිහට අපේ ස්කන්ධ ඔළුවෙ දාගෙන, අපි ඒකෙන් බරක් ඇති කරගෙන, ආතතියක් ඇති කරගෙන තමයි කටයුතු කරල තියෙන්නෙ. නමුත් අපි ටික ටික විපස්සනාවක් වඩාගෙන යන්න යන්න ඒ බර හැල්ලු වෙන්න ඕනෑ. නේද? ඒ බර අඩු වෙන්න ඕනෑ. තමන්ට දැනෙන්න ඕනෑ 'දැන් මගේ හිතේ සැහැල්ලුවක් තියෙනවා. හිතේ සහනයක් තියෙනවා. හිතේ ඉඩකඩ වැඩි වෙලා තියෙනවා. දැන් හිතට ඕනැ දෙයක් වැටහෙනවා. ප්‍රකෘති බවක් තියෙනවා. සිහිනයක නෙවෙයි ඉන්නෙ. මේ ප්‍රකෘතිය තුළයි ඉන්නෙ' කියලා.

අර මුළා වෙච්ච ගතිය අඩු වෙලා හරි සන්සුන්, සාමකාමී, සැහැල්ලු පරිසරයක් අපේ හිත ඇතුළෙ ගොඩනැගෙනවා නම් ඒ කියන්නෙ අපි පොඩ්ඩ පොඩ්ඩ දහමට ළං වෙලා තියෙනවා, නිවනට සමීප වෙලා තියෙනවා.

12| සංඥාවල සියුම් පැටලිලි

නමො තස්ස භගවතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස

අක්ඛෙය්‍ය සඤ්ඤිනො සත්තා අක්ඛෙය්‍යස්මිං පතිට්ඨිතා,
අක්ඛෙය්‍යං අපරිඤ්ඤාය යොගමායන්ති මච්චුනොති'ති.

ශ්‍රද්ධාවන්ත පින්වත්නි, අපි පහුගිය වැඩසටහන් කීපය තුළදී අපේ හිත් තුළ ගොඩනැගෙන විවිධාකාර සංඥා සම්බන්ධයෙන් යම් කිසි වැටහීමක් ඇති කරගත්තා. එතෙන්දී අපි කිව්වා විශේෂයෙන්ම අපිට සිද්ධ වෙනවා අපි ඇහෙන් හඳුනාගන්නා ඒ විවිධාකාර රූප සංඥා තවත් කෙනෙක් එක්ක සන්නිවේදනය කරගන්න. 'අපි යමක් දැක්කා. මෙන්න මේ විදිහටයි අපි දැක්කේ. මෙන්න මෙයාවයි අපි දැක්කේ. අරයවයි දැක්කේ. මෙන්න මේ වස්තුවයි අපි දැක්කේ' කියල අපි ඒ විවිධාකාර දේවල් දකිනවා. විවිධාකාර දේවල් හඳගන්නවා. අපි පුද්ගලයින් දකිනවා, සත්ත්වයින් දකිනවා කියල ඒ මට්ටමකදී තමයි අපිට ඕවා අහු වෙන්නේ.

ඉතින් අපි ඒ විදිහට ටිකක් මුළා වෙලා. හැබැයි මුළා වෙලා වුණත් ඒ අපි හඳුනගත්ත දේවල්, ඒ වස්තු, ඒ සත්ත්වයෝ, ඒ පුද්ගලයෝ ගැන දැන් තවත් කෙනෙක් එක්ක අදහස් හුවමාරු කරගන්න, කියාගන්න, ඒවා ගැන යම් කිසි සන්නිවේදනයක් කරගන්න අපිට සිද්ධ වෙනවා. එතකොට අපිට සිද්ධ වෙනවා මේ දැකපු දේවල්වලට නම් දාන්න. අපි හඳුනගත්ත දේවල්වලට වස්තුවලට නමක් ආරෝපණය කරන්න, ලේබල් එකක් අලවන්න අපිට සිද්ධ වෙනවා. විවිධාකාර පුද්ගලයොත් අපි දකිනවා. ඒ අයවත් වෙන් වෙන් වශයෙන් හඳුනගන්න ඒ අයටත් අපි නම් දානවා. නැත්නම් පුද්ගලයෙක් විදිහට එයාව හඳුනගන්න යම් කිසි සංකේතයක් පාවිච්චි කරනවා.

ඉතින් ඒ නිසා අද ලෝකය පුරා බැලුවහම අපි හැමෝටම යම් කිසි අනන්‍යතාවක් කියල අපි කියන නමක් තියෙනවා. ඒ නමින් අපිව නිරූපණය වෙනවා. තවත් එහාට ගිහිල්ලා පුද්ගලයෝ ලියාපදිංචි කිරීමක් හරහා අපිට පුද්ගලයින් ලියාපදිංචි කිරීමේ අංකයකුත් දීලා තියෙනවා. සමහර විට කෙනෙකුට ගුවන් ගමන් බලපත්‍රයක් තියෙනවා නම් ඒකෙත් අංකයක් තියෙනවා. ඉතින් මේ විදිහට අපි හැමෝටම එහෙම නම් ඒ වගේ යම් කිසි සංකේතයක්, ලකුණක්, නමක්, නිමිත්තක් තියෙනවා. ඒකෙන් තමයි අපි අනික් අයගෙන් වෙන් කරලා මේ අහවලා කියලා - ඒ කියන්නෙ නාමකරණයක් හරහා අපිව හඳුනගන්නේ. අපි ඊට මෙහා කලින් හඳුනගත්තා මෙයාගෙ හැඩහුරුකම් කොහොමද? උස කොහොමද? මහත කොහොමද? පාට කොහොමද? නැත්නම් මෙයා කොණ්ඩෙ පීරන්නෙ කොහොමද? රැවුලක් තියෙනවද? කාන්තාවක්ද? පුරුෂයෙක්ද? ඉතින් මේ වගේ යම් මූලික මට්ටමේ නිමිති ගැනීමකුත් අපි කළා. හැබැයි ඉන් එහාට ගිහිල්ලා, අපි එපමණකින් සෑහීමකට පත් නොවී අපි ඊළඟට නාමකරණයක් කරනවා. නම් දීමක් කරනවා. ලේබල් ඇලවීමක් කරනවා. ඒ හරහා අපිට පුළුවන් වෙනවා අනිත් අයගෙන් වෙන් කරලා ඒ තැනැත්තෙක්ව හඳුනගන්න, වස්තුවක්, දෙයක් හඳුනගන්න. ඒ දේ හඳුනගෙන එතනින් සෑහීමකට පත් නොවී, එතනින් නතර නොවී අපිට පුළුවන් වෙනවා අනික් කෙනෙකුටත් ඒ ගැන ප්‍රකාශයක් කරන්න.

ඒ නිසා ඔන්න භාෂාවක් පැනනගිනවා. අපි ලකුණු තව ටිකක් යොදගන්නවා. සංකේත තව තව පරිහරණය කරනවා. ඊට පස්සෙ මෙන්න මේ නම් කර කීම කියන කාරණය සිද්ධ වෙනවා. එතකොට නම් කර කීමක්. හැම දේම අපි නම් කරනවා එතකොට. 'මෙන්න මේක අහවල් දේ. මේක අහවල් දේ. මෙයාගෙ නම මෙන්න මේකයි. මෙයාගෙ නම මෙන්න මේකයි. මේ වස්තුවට කියන්නෙ මෙන්න මේකයි. මේ පාටට කියන්නෙ මෙන්න මේ නම' කියල ඉතින් අපි හැමතැනම ලේබල් අලවගෙන අලවගෙන යනවා. අපි හැම එකටම නමක් දෙනවා. දැන් ඔය අවුරුදු කාලෙට එහෙම තියන්නෙ බබාට නමක් දෙනවා කියලා. ඉතින් ඒ වගේ අපි බබාට විතරක් නෙවෙයි හැමෝටම නම් දීලා තමයි තියෙන්නේ. ඉතින් ඒ නිසා නමක් නැත්නම් ඉතින් නමක් නැති දෙයක් කියලා හරි නමක් දෙනවා. නමක් නැති මල කියල හරි මොකක් හරි කියනවා. ඒ නිසා අපි හැම මලකටම නමක්

දීලා තියෙන්නේ. අපි හැම කන්දකටම නමක් දීලා තියෙන්නේ. ඒවා ජීවී වේවා අජීවී වේවා මේ මනුස්සයෝ විසින් මේ හැම දේකටම ලේබල් එකක් අලවලා, නමක් දීලා තමයි තියෙන්නේ.

දැන් මෙතන ප්‍රශ්නෙකුත් තියෙනවා. ඒ ගැන තමයි අද අපි ටිකක් ගැඹුරින් සාකච්ඡා කරන්න බලාපොරොත්තු වෙන්නේ. **අක්ඛෙය්‍ය සඤ්ඤිනො සත්තා අක්ඛෙය්‍යස්මිං පතිට්ඨිතා** - බුදුරජාණන් වහන්සේ සමිද්ධි සූත්‍රයේදි ගැඹුරින් කියල දෙනවා මේ ලෝක සත්ත්වයා මේ වචනයෙන් නම් කර කියන දේවල්වල තමයි එයා ගනුදෙනු කරන්නේ, කටයුතු කරන්නේ. ඒ නිසා අපි ඉතාම වුවමනාවෙන් භාෂා ඉගෙනගන්නවා. එක භාෂාවක් නෙවෙයි භාෂා කීපයක් පවා අපි ඉගෙනගන්නවා. ඒ හරහා අපි එකඑක්කෙනාට දෙන නම් ඔක්කොම ඉගෙනගන්නවා. ලියන්න, කියන්න, උච්චාරණය කරන්න ඉගෙනගන්නවා. ඊළඟට ඒ ඒ වස්තුවලට කියන නම් ඉගෙනගන්නවා. අපි එක විෂයක් වුණත් හදරද්දි ඒ විෂයට අදාළව නම් ගම් රාශියක් තියෙනවා. ඒවා අපි ඉගෙනගන්නවා. එක භාෂාවක් ගත්තහම ඒ භාෂාවට අදාළ වචන රාශියක් තියෙනවා. ඒවායින් එක එක අර්ථය නිරූපණය වෙනවා. ඒවා අපි ඉගෙනගන්නවා. එතකොට මේ භාෂා නම් කිරීම්වල අපි සෑහෙන්න නිමග්න වෙනවා. හැබැයි ඒවා තුළ පිහිටාගෙන, ඒවා ඇත්ත කරගෙන, ඒ වචන තුළින්, ඒ සංකේත තුළින්, ඒ සලකුණු තුළින් යම් කිසි දෙයක් නිරූපණය වෙනවාය, කෙනෙක් නිරූපණය වෙනවාය කියල හිතාගෙන තමයි ඊට පස්සෙ අපි කටයුතු කරන්නේ.

අපිට පුංචි කාලෙ ඉඳන් කියල දෙන්නෙම ඒ විදිහට තමයි. අපේ හිත තත්ත්වගත කරන්නෙ, අපේ හිත අපි කියන විදිහට සැලසුම් කරන්නෙ ඔය විදිහටම තමයි. දෙයක් තියෙනවා, ඒකෙ නම මෙන්න මේකයි. මෙතන මලක් තියෙනවා, මලේ නම මෙන්න මේකයි. මෙතන සතෙක් ඉන්නවා, සතාගෙ නම මෙන්න මේකයි. එතකොට අපි හැම තැනම නම් දලා, පුද්ගලයෙක් ආරෝපණය කරලා, සත්ත්වයෙක් ආරෝපණය කරලා, දෙයක්, වස්තුවක් ආරෝපණය කරලා තමයි අපි සලකන්නේ. ඒකමයි අපි පුංචි කාලෙ ඉඳන්ම ඉගෙනගන්නේ. ඒකමයි පරිහරණය කරන්නේ. ඒකමයි අපි ලෝකය පුරා ව්‍යවහාර කරන්නේ. ඉතින් එතකොට අපිට ඒක ඇත්ත බවට පත් වෙනවා. **අක්ඛෙය්‍යස්මිං පතිට්ඨිතා** - ඒක තුළම අපි පිහිටාගන්නවා. ඒක ආධාර කරගෙන තමයි අපි ගනුදෙනු කරන්නේ, අනිත් අයත් එක්ක කතා කරන්නේ.

ඊට පස්සෙ බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා **අක්ඛෙය්‍යෙ අපරිඤ්ඤාය යොගමායන්ති මච්චුනො**. එතකොට මේක අපිට විනිවිද දැකගන්න බෑ. මීට එහා යමක් තියෙනවය, මේක හුදෙක් සම්මුතියක්ය කියල කවුරු හරි කිව්වොත් ඒක අපිට තේරෙන්නෙවත් නෑ. ඒක අපිට ග්‍රහණය කරගන්නවත් බෑ. ඉතින් අපි මේකෙම පිහිටාගෙන, මේක තුළම පටලවාගෙන, මේකම ඇත්ත කරගෙන, මේ වචනවලින්, මේ ව්‍යවහාරවලින්, මේ සම්මුතිවලින් දෙයක් නිරූපණය වෙනවාය, වස්තුවක් නිරූපණය වෙනවාය, සත්ත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් තැනැත්තෙක් නිරූපණය වෙනවාය කියන ඒ පදනම තුළම පිහිටාගෙන කටයුතු කරලා අපිට ඉන් එහාට යාගන්න බැරුව - **යොගමායන්ති මච්චුනො** - අපි මාරයාගේ වසඟයට යනවා කියල බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා.

ඉතින් ඒ නිසා අපිට තාම මේක ලිහාගන්න බැරි වුණාට මෙතන යම් කිසි පටලැවිල්ලක් මේ බුද්ධ වචනය අනුව නම් තියෙනවා කියල අපිට හැඟෙනවා. මොකද, බුදුහාමුදුරුවො කියනවා නේ මේකෙ යථාර්ථය තේරුම්ගන්න බැරි වීම නිසා මේ සියලු සත්ත්ව ප්‍රජාව මරු වසඟයට යනවා කියලා ඒ කියන්නෙ අපිට කොහේ හරි පටලැවිල්ලකුත් තියෙනවා කියලා පොඩි ඉඟියක් එතන එනවා. අපි බලමු ඉස්සරහට ඒක විසඳගන්න. කෙසේ නමුත් අපි ගනුදෙනු කරන්නෙ, කටයුතු කරන්නෙ මෙන්න මේ වගේ වචන, භාෂා, සංකේත හුවමාරු කරගෙන ඒක මත පිහිටාගෙන ඒක සත්‍යයි කියාගෙන තමයි කියන කාරණය තේරුම්ගැනීම වැදගත්.

අපි ගිය වාරෙත් සාකච්ඡා කළා සංඥා විපල්ලාස ගැන. මොකද, අපි මේ ඉඳුරන් පරිහරණය කරද්දි - ඇහෙන් රූප බලද්දි, කනෙන් ශබ්ද අහද්දි, නාසයෙන් ගඳ සුවඳ බලද්දි, දිවෙන් රස බලද්දි, කයෙන් ස්පර්ශ ලබද්දි, මනසට අරමුණු එද්දි ඒවා හඳුනාගනිද්දි අපේ මේ ඉඳුරන්ගෙ තියෙන්නෙ ඉතාම ප්‍රාථමික කුඩා පරාසයක්. ඉතාම තීක්ෂණ පුළුල් පරාසයක් ඇත්තෙ නැහැ. ඒ නිසා බාහිර අපිට පෙනෙන, ඇහෙන, දැනෙන අරමුණුවල යථා ස්වභාවය සර්ව සම්පූර්ණ වශයෙන් තේරුම්ගැනීමේ හැකියාවක් අපේ ඉඳුරන්ට ඇත්තේම නෑ. අපේ ඉඳුරන්ට ගෝචර වෙන්නෙ, හසු වෙන්නෙ ඉතාම පටු පරාසයක්. ඒ පටු පරාසෙට අරමුණු වෙන තොරතුරු උකහාගෙන තමයි අපි අපේ

ලෝකය තනාගන්නේ. ඒ නිසා **ලෝක සූත්‍රයේ** බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නන්නෙ ඒකයි. මේ සළායතන ලෝකය තමයි අපි පරිහරණය කරන්නේ; ඇහැත් රූපත්, කණත් ශබ්දත්, නාසයත් ගඳ සුවඳත්, දිවත් රසත්, කයත් ස්පර්ශත්, මනසත් මනසට එන අරමුණුත්. මේක තමයි අපි හදාගත්ත ලෝකය. මේක සත්‍යයි කියාගෙන අපි ඒක තුළ තමයි ජීවත් වෙන්නේ. ඉතින් අපි එකඑක්කෙනාට අපි ලබපු අත්දැකීම්වලට අනුව, හිතාගැනීම්වලට අනුව අපි තනාගත්ත ලෝකයක් තියෙනවා. ඒ ලෝකය තුළ තමයි අපි ජීවත් වෙන්නේ.

දැන් බුදුරජාණන් වහන්සේ තව දුරටත් විස්තර කරනවා ඛන්ධ සංයුක්තයේ **සමාධි භාවනා සූත්‍රයේ** මෙන්න මේ විදිහට - **සඤ්ඤං අභිනන්දති අභිවදති අජ්ඣෝසාය තිට්ඨති.** අපි යම් කිසි කෙනෙකුට නමක් දුන්නා. අපි හිතමු එයා ඒ නමට හරි කැමතියි. එයා ඉල්ලලා ගත්ත නමක් කියලා කියමුකෝ. එතකොට එයාගෙ අම්මා හරි, තාත්තා හරි, යාළුවෙක් හරි, වෙන කවුරු හරි ඒ නම කියලා එයාට අඬගහනවටත් එයාගෙ හිතේ හරි කැමැත්තක් තියෙනවා - 'ආ මේ මගේ නම. මං හරි කැමතියි ඒ නමට. ඒ නම ඇහෙනකොට පුදුම සතුටක් ඇති වෙනවා'. එහෙමත් නැත්නම් අපි හිතමු අපිට යම් ගෞරව නාමයක් ලැබුණා. උසස් තානාන්තරයක්, උසස් වීමක් ලැබුණා. ඉතින් ඒ උසස් වීමට අනුරූපව යම් කිසි කෙනෙක් අපිට ආමන්ත්‍රණය කරද්දි, ගෞරවයක් දක්වලා අපිට ආමන්ත්‍රණය කරද්ද, අන්න ඒකටත් අපේ හිතේ කැමැත්තක් ඇති වෙන්න පුළුවන්. ලොකු උජාරුවක්, සතුටක් ඇති වෙන්න පුළුවන්. හිත කුල්මත් වීමක් වෙන්න පුළුවන්. එතකොට ඒක ගැන අපේ හිතේ ඇති වෙන සතුට, උජාරුව, ආශාව මේ සංඥාවක් මත පදනම් වෙලාය තියෙන්නෙ කියලා අපිට තේරෙන්නෙ නෑ. අපි ඒ සංඥාව තුළ බැහැගන්නවා ඒ වෙලාවෙදි. අපි හිතමු කෙනෙකුට යම් කිසි ගෞරව නාමයක් ලැබුණා. ගම්මුලාදෑනියා බවට පත් වුණා. ඉතින් එතකොට දැන් මුලාදෑනි මහත්තයා කියලා කවුරු හරි ආරාධනා කරද්දි, යම් කිසි දෙයක් එයාගෙන් ඉල්ලද්දි, ආමන්ත්‍රණය කරද්දි එයාගෙ හිතේ ඇති වෙනවා මාන්නයක්. එයාගෙ හිතේ ඇති වෙනවා ආරෝපණය කරගත්ත තත්ත්වයක්. ඒ නම කියන්න කියන්න හරි ආසයි. ඔය වගේ තත්ත්වයක් ඇති වෙනවා.

උදාහරණයක් වශයෙන් අපි හිතමු යම් කාන්තාවක් හිටියා. එයාට දරුවො හිටියෙ නෑ. හැබැයි ඔන්න දවසක එයාට දරුවෙක් ලැබුණා. ඉතින් ඒ දරුවා අම්මේ කියලා කතා කරද්දි අන්න එයාට

පුදුම සතුටක් ඇති වෙනවා. මේ දරුවා නිසා තමයි තමන්ට මාතෘත්වය ලැබුණේ. දරුවා අම්මා කියල ආමන්ත්‍රණය කරද්දි ඒ ඇහෙන වාරයක් ගානෙ ඒ අම්මගෙ හිතේ සතුටක් ඇති වෙනවා. නමුත් මේක මේ වචනයක්ය, මේක මේ සංඥුවක්ය, මේක මේ හුදු ඇමතුමක්ය කියලා එතෙන්දි තේරෙන්නෙ නැහැ. මේ ඇමතුම, මේ සංඥුව, මේ නිමිත්ත, මේ වචනය අපි තදින් අල්ලගෙන, ඒක තුළ බැහැගෙන, ඒකෙන් සතුටක් ඇති කරගෙන තමයි අපි කටයුතු කරන්නේ.

බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නනවා **තස්ස සඞ්ඛං අභිනන්දතො අභිවදතො අජ්ඣොසාය තිට්ඨතො උප්පජ්ජති නන්දී.** ඒ කියන්නෙ ඒ අභිනන්දනය, ඒක තුළට බැහැගැනීම සහ ඒක තුළ හිර වීම මත පුදුම තෘප්තියක් තියෙනවා. ඒකයි එයා ඒකට කැමති. කවුරු හරි දම්මලා කියවගන්න හරි කැමැතියි. එයා ඒ නම ආමන්ත්‍රණය කරද්දි, ඒ නම තැන්තැන්වල කියවෙද්දි, තමන්ට ඒ ගෞරව නාමයෙන් තව කෙනෙක් ආමන්ත්‍රණය කරද්දි හිතේ ඇති වෙන ඒ සතුට, ඒ නන්දිය, ඒ මෝහය මුල් කරගත්ත රාගය මුල් කරගත්ත ඒ සතුට උපාදනයක් දක්වා අරගෙන යන්න පුළුවන්. ඊට පස්සෙ බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නනවා **යා සඞ්ඛය නන්දි තං උපාදනං.** එතකොට ඒ ඇති වෙන සතුට පාදක කරගෙන දැන් එයාට ඒකෙන් ගැලවෙන්න බෑ. ඒක තුළ එයා දැන් කෙනෙක් බවට පත් වෙනවා. ඒක තුළ නිරූපණයක් කරන්න පෙළඹෙනවා. එයා දැන් අම්මා වෙලා ඉන්නවා. එයා දැන් තාත්තා වෙලා ඉන්නවා. එයා දැන් ගම්මුලාදෑනියා වෙලා ඉන්නවා. හැබැයි මේක මේ ආරෝපණය කරගත්ත තත්ත්වයක්ය, මේක නිකම්ම භූමිකාවක්ය, මේක චරිතයක්ය කියලා එයාට තේරෙන්නේ නෑ. ඉතින් එයා ඒකට ඇඳලා තමයි ඉන්නේ. ඒ චරිතය අපි නිරූපණය කරනවා. ඒ චරිතයට නමක් දීල තියෙනවා. ඒ චරිතයේ යම් යම් ගති ලක්ෂණ තියෙනවා. ඒ නම දැන් අපි ආරෝපණය කරගෙන ඉන්නවා. ඒක තුළ මම කෙනෙක් බවට පත් වෙලා වාසය කරනවා. දැන් ඒ චරිතය තුළ මම එල්බගෙන, ඒක තුළ මම භවයක් තනාගෙන, කෙනෙක් බවට පත් වෙලා ඒක තුළ මම වාසය කරනවා.

ඒ නිසා මේ භූමිකාව තුළ මේ සංඥුවලින් සෑහෙන උත්ප්‍රේරණයක් ලබලා දීලා තියෙනවා. සංඥුවෙන් තමයි අපිව එතන ගැටගැහුවේ. ඒ නම දුන්නේ. මෙන්න මෙහෙම චරිතයක් තියෙනවා, මේකෙ ස්වභාවය මෙන්න මේකයි, ඒකට මං නමක් දුන්නා, වටිනාකමක් ඇඳුවා, ඒක සමාජය තුළ සම්මුතියක් වශයෙන් පිළිඅරන්

තියෙනවා. ඉතින් ඒකට මම හරි කැමතියි. ආසයි. ඒක දැන් මට ආරෝපණය කරගෙන, ඒක තුළ මම සතුටු වෙමින්, ඒකට බැහැගෙන, ඒක තුළ පුද්ගලයෙක් වෙලා වාසය කරනවා. සංඥාව තුළ මම සක්කාය දිට්ඨියක් හදාගෙන වාසය කරනවා. මේ විදිහට අපි තුළ දුක ගොඩනැගීම සම්බන්ධයෙන්, මමත්වයක් ගොඩනැගීම සම්බන්ධයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ **සමාධි භාවනා සූත්‍රයේ** කියලා දෙනවා සූක්ෂ්ම අන්දමින් නමක්, ගමක්, වාසගමක්, පටබැඳිච්ච නමක්, නම්බුනාමයක්, ව්‍යවහාරයක් අපි නොදැනුවත්වම අපි තුළ සක්කාය දිට්ඨිය ගොඩනැගෙන්න උපයෝගී වන ආකාරය.

ඒ වගේමයි තවත් පැත්තක් තමයි මේ සංඥාවල තියෙන නිමිතිකරණයේදි අපේ හිතේ නූපන් කාමච්ඡන්දයක් ඇති වෙන්න නිමිති මූලික වෙන බව බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා. උදාහරණයක් වශයෙන් බොජ්ඣඞ්ග සංයුක්තයේ එන **කාය සූත්‍රයේ** බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා අපේ කය ආහාර සහිතවමයි පවතින්නේ කියල. මේ පින්වතුන් දන්නව නේ කයට ආහාර නැතුව ජීවත් වෙන්න බෑ. අන්න ඒ වගේ තමයි කාමච්ඡන්ද ආදී නිවරණවලටත් ආහාර අවශ්‍යයි. ඒ ලබාදෙන එක ආහාරයක් තමයි මෙන්න මේ නිමිති. නූපන් කාමච්ඡන්දය උපදින්න සුභ නිමිති මුල් වෙන බව **කාය සූත්‍රයේදි** බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ විදිහට දේශනා කරනවා. **කො ච භික්ඛවෙ, ආහාරො අනුප්පන්නස්ස වා කාමච්ඡන්දස්ස උප්පාදය, උප්පන්නස්ස වා කාමච්ඡන්දස්ස භියොභාවාය වෙපුල්ලාය. අත්ථි භික්ඛවෙ, සුභනිමිත්තං.** අපේ හිත තිබුණා සන්සුන්ව. රාගයක් තිබුණෙ නෑ. පැහැදිලි හිතක් තිබුණේ. හැබැයි අපි ඇහැට දැක්කා ලස්සන රූපයක්. ඒ ලස්සන රූපය දැන් ඔන්න නිමිති දනවනවා. මොකද, අපේ හිත ඇතුළෙ තැන්පත් වෙලා තියෙනවා අනුසය වශයෙන් රාග ද්වේෂ මෝහ. අපි හිතමු මේ ලස්සන රූපය අර තිබිච්ච රාග අනුසය උද්දීපනය කරනවා. රාග අනුසයට උත්තේජනයක් ලබල දෙනවා. ඒ රාග අනුසයෙන් එක්තරා අන්දමක මෙහෙයවීමක් කරලා දැන් අපි නිමිති ගන්න පෙළඹෙනවා. දැන් ඒ දැකපු රූපය තුළ අපි නිමිති හොයනවා. අපේ ඇහැ ඒ නිමිති ඇසුරේ දැන් වාසය කරනවා. දැන් අපි ටිකක් හැරිල බලනවා. ළං වෙලා බලනවා. අතගාලත් බලනවා. කිට්ටු වෙලා බලනවා. ඡායාරූපයක් ගන්න බලනවා. ඉතින් මේ විදිහට දැන් ඒ දැකපු රූපය ඔස්සේ මත් වෙලා නිමිති ගන්න නිමිති ගන්න රාගය වැඩි වෙනවා. ආශාව වැඩි වෙනවා. කැමැත්ත වැඩි වෙනවා.

හැබැයි කලින් හිතේ ආශාවක්, කැමැත්තක්, රාගයක් තිබුණෙත් නෑ. නමුත් දැන් අර නිමිති තව ගන්න ගන්න, සලකුණු තේරුම්ගන්න ගන්න, ඒවා ඇසුරු කරන්න කරන්න, තව තව හිත පෙළඹෙනවා 'තව ටිකක් බලන්න ඕනෑ. ළං වෙලා බලන්න ඕනෑ. අතගාල බලන්න ඕනෑ. කිට්ටු වෙලා බලන්න ඕනෑ' කියලා දැන් ඉතින් නූපන් රාගය ඔන්න මතු වෙලා එනවා.

ඔය පැත්තම අනිත් විදිහට බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා ද්වේෂය ගැනත්. එතෙන්දි පෙන්නන්නෙ පටිඝ නිමිත්ත කියලා. කලින් තිබුණෙ නැහැ ද්වේෂයක්, හිතේ තරහවක්. හැබැයි ඒ නූපන් තරහව උපදවන්න, දැනට තියෙන තරහවක් තව තව වැඩි කරන්න මෙන්න මේ නිමිති ගැනීම මුල් වෙනවා. අපි හිතමු අපිට යම් කිසි අකමැති තරහකාරයෙක් හිටියා. ඉතින් අහම්බෙන් බස් නැවතුම් පොළක ඒ මනුස්සයත් ඉන්නවා. ඉතින් එතකොට දැක්කා. අපි හිතමු අපි ටිකක් දුප්පත්. එයා පොහොසත් නම් සමහර විට අපි ටිකක් රවල බලන්න පුළුවන්, හැරිල බලන්න පුළුවන්. නැත්නම් ඊර්ෂ්‍යාවකින් බලන්න පුළුවන්. වරදක් සොයාගන්නා දෘෂ්ටිකෝණයෙන් බලන්න පුළුවන්. මේ විදිහට අපි ඒ පුද්ගලයා දැන් එතන ඉන්නවා, මෙතන මම ඉන්නවා කියල හිතාගෙන, ඒ පදනම තුළ පිහිටාගෙන දැන් ඉතින් මම එයා ගැන හොයල බලනවා. සමහර විට එයාට නොදැනෙන්නම අපි හොයල බලනවා. මෙයා මොකක්ද ඇඳල ඉන්නේ? මෙයා දැන් මොකක්ද කරන්න යන්නේ? මෙයා මොකක්ද කරන රස්සාව? මෙයා යන්නෙ කොහොමද? ඉන්නෙ කොහොමද? කන්නෙ කොහොමද? බොන්නෙ කොහොමද? කියල දැන් මේ තරහකාරයා ගැන අපි හොයනවා. ඉතින් මේ හොයන්න හොයන්න, මේ නිමිති ගන්න ගන්න අපේ හිතේ තව තව තරහව වැඩි වෙනවා. තව තව එක්කො ඊර්ෂ්‍යාව වැඩි වෙනවා. තව තව මෝහය වැඩි වෙනවා. තව තව ද්වේෂය වැඩි වෙනවා. ඉතින් ඒ නිසා මේ නූපන් ද්වේෂය, නූපන් පටිඝය, තරහව හිතේ ඇති වෙන්නත් පටිඝ නිමිති - පටිඝය උපදවන, පටිඝයට මුල් වෙන එබඳු නිමිති උපකාර වෙන බව කාය සූත්‍රයේ බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා.

දැන් අපි එක පැත්තකින් තේරුම්ගත්තා පහුගිය දේශනාවලදි අපි නිමිති ගැනීමෙදි රාග ද්වේෂ මෝහ මුල් වෙනවා කියලා. අපි තෝරන්නෙ මොන නිමිත්තද? අපි තෝරන්නෙ මොන ලකුණද? අපි තෝරන්නෙ මොන සලකුණද? කියන එක තීරණය වෙන්නෙ අපේ

හිතේ තියෙන රාග ද්වේෂ මෝහ මත. ඒක අපේ ඇහේ තියෙන දෝෂයක්වත් කනේ නාසයේ දිවේ කයේ තියෙන දෝෂයක්වත් නෙවෙයි එහෙනම්. ඒකම නෙවෙයි මෙතෙන්දි බලපාන්නේ. නැත්නම් එහා පැත්තෙ තියෙන වස්තුවෙත් - අපි දැනට වස්තුව කියන නම පාවිච්චි කරමු - ඒ තියෙන වස්තුවෙත් නෙවෙයි එතන ප්‍රධාන බලපෑම තියෙන්නේ. මේ රාග ද්වේෂ මෝහවලයි. හැබැයි ඊට පස්සෙ මේ **කාය සූත්‍රය** අනුව අපිට තේරෙනවා දැන් මේ නිමිති තව තව ඒ දෘෂ්ටිකෝණෙන් ගන්න ගිහිල්ලා නූපන් කාමච්ඡන්දය දැන් ඔන්න මතු වෙනවා. නූපන් පටිඝය, නූපන් ද්වේෂය, නූපන් තරහව දැන් ආයේ මතු වෙලා එනවා. දැන් මතු වෙච්ච රාගය තව තව වැඩි වෙනවා. නැත්නම් මතු වෙලා තියෙන තරහව තව තව වැඩි වෙනවා. එතකොට මේ නිමිති ටික තව තව ගන්න ගන්න ඒ අනුසාරයෙන් අර පහළ වෙච්ච රාගයත් පහළ වෙච්ච ද්වේෂයත් වැඩි වෙන්න ගන්නවා.

ඉතින් ඒ නිසා අපි දෙපැත්තකින් බැට කනවා. අපි නිමිති ගනිද්දි මේ පැත්තෙන් අපි තුළ දැනට ක්‍රියාත්මක රාග ද්වේෂ මෝහවලින් පුදුම බලපෑමක් එල්ල වෙනවා. තව තව තෝර තෝර තෝර තෝර විවිධ නිමිති ගනිද්දි දැනට ක්‍රියාත්මක වෙන රාග ද්වේෂ වර්ධනයකුත් සිද්ධ වෙනවා. ඉතින් ඒ නිසා පුදුමාකාර පටලැවිල්ලක් මෙතන තියෙනවා. දැන් ඒ නිසා මේ ආකාරයෙන් අපි නිමිති පරිහරණය කරද්දි අපිට එතකොට කෙනෙක් හැදෙනවා. එහා පැත්තෙ කෙනෙක් ඉන්නවා, මෙහා පැත්තෙ මම ඉන්නවා, මම තමයි බලන්නේ, මට තමයි පෙනෙන්නේ කියන තැන ඉඳලා තමයි අපි කටයුතු කරන්නේ. මම මෙතන ඉන්නවා, ඔබ ඔතන ඉන්නවා. ඔබ හොඳයි, එක්කො ඔබ නරකයි. ඔබ හොඳ නම් ඔන්න මට සතුටුයි. ඔබ නරක නම් මට ඔන්න අසතුටුයි, දුකයි, හිතට අමනාපයි. එතකොට අපි එතන කෙනෙක් හදාගෙන, මෙතනත් මම හදාගෙන තමයි මේ හුවමාරුව සිද්ධ වෙන්නේ.

බුදුරජාණන් වහන්සේ, රහතන් වහන්සේ කෙනෙක් කොහොමද මේ දිහා බලන්නේ? එතකොට අපිට පුළුවන් පොඩ්ඩක් තේරුම්ගන්න මෙතන අපි වරද්දගෙනයි ඉන්නේ, අපිට වැරදිලා නැද්ද? බුදුරජාණන් වහන්සේ මීට වඩා තැනක, මීට වඩා අවස්ථාවක ඉඳලද කටයුතු කරන්නේ? කියලා පොඩ්ඩක් ඕනෑ නම් සංසන්දනය කරන්න අපිට අවස්ථාව තියෙනවා. අපි ගිය වාරෙ සාකච්ඡාවෙදිත් පොඩ්ඩක් ඒක

මතු කළා. අඞ්ගුත්තර නිකායෙ ඡක්ක නිපාතයේ එන **කාලකාරාම සූත්‍රය** තුළ ඉතාම ගැඹුරු පැත්තක් බුදුරජාණන් වහන්සේ අපිට කියල දෙනවා සුඤ්ඤත තත්ත්වය සම්බන්ධයෙන්. අපි බලමු ඇහැ සම්බන්ධයෙන්, දැකීම සම්බන්ධයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ මොකක්ද කියන්නේ කියලා. එතෙන්දි විස්තර කරනවා **ඉති ඛො භික්ඛවෙ, තථාගතො දට්ඨා දට්ඨබ්බං, දිට්ඨං න මඤ්ඤති.** - බුදුරජාණන් වහන්සේ ඇතුළු රහතන් වහන්සේලා මේ දැකීමෙන් ඊට පරිබාහිර වූ දකින දෙයක් තියෙනවා කියල අල්ලගෙන මඤ්ඤනා කිරීමක්, ප්‍රපංච කිරීමක්, කතන්දර ගෙතීමක් කරන්නෙ නැහැ. අපිට මොකක්ද වුණේ? අපිට වුණේ කෙළින්ම එතන දෙයක් තියෙනවා කියල තමයි අපි අල්ලගත්තේ. එතන කෙනෙක් ඉන්නවා, එතන පුද්ගලයෙක් ඉන්නවා, එතන වස්තුවක් තියෙනවා, දකින දෙයක් තියෙනවා කියල තමයි අපි ඔතන පටලවාගත්තේ. හැබැයි බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ දැකීම් මාත්‍රයෙන් දැකීම් ක්‍රියාවෙන් පරිබාහිරව මෙතන දෙයක් තියෙනවා දකින දෙයක් තියෙනවා කියල එහෙම දෙයක් පනවගෙන මඤ්ඤනා කරන්න, ප්‍රපංච කරන්න, කල්පනා කරන්න පෙළඹෙන්නෙ නැහැ.

ඊට පස්සෙ විස්තර කරනවා **අදිට්ඨං න මඤ්ඤති.** දැන් අපි හිතමු අපි දැක්කෙ නෑ. දැකීමක් සිද්ධ වුණේ නෑ. හැබැයි දැක්කෙ නැහැ කියල අනේ මට බලාගන්න බැරි වුණා නෙ. මට බස් එක මිස් වුණා නෙ කියල, මට ඒ කුඩුව බලාගන්න බැරි වුණා නෙ. දැන් වෙසක් එක ඉවර වුණා නෙ කියලා, එහෙමත් නැත්නම් ඒ මනුස්සය මං යනකොට ගිහිල්ල නෙ. ඉතින් මට බලාගන්න බැරි වුණා නෙ කියලා මේ දැකපු නැති දෙයක් අල්ලගෙන හිතේ කල්පනා කිරීමක්, ප්‍රපංච කිරීමක්, මඤ්ඤනා කිරීමක් රහතන් වහන්සේට වෙන්නෙත් නැහැ - **අදිට්ඨං න මඤ්ඤති.** ඊළඟට කියනවා **දට්ඨබ්බං න මඤ්ඤති.** ඒ කියන්නෙ අනිවාර්යයෙන් දැකිය යුතු දෙයක් තියෙනවා එතන, දැකිය යුතුමයි, ඉතාම වටිනවා ඒක, අනිවාර්යයෙන් බලන්න ඕනැ කියල එහෙම මේ දකින්න කලින් දකින්න දෙයක් තියෙනවා කියල හිතාගෙන මඤ්ඤනා කිරීමක්, කල්පනා කිරීමක්, ප්‍රපංච කිරීමක් එහෙමත් බුදුරජාණන් වහන්සේ ඇතුළු රහතන් වහන්සේලා කරන්නෙ නැහැ.

හැබැයි ඊටත් වඩා ගැඹුරුම කාරණය තමයි අන්තිමට කියවෙන්නේ - **දට්ඨාරං න මඤ්ඤති.** ඒ කියන්නෙ දකින කෙනෙක් ඉන්නවා - දකින්නෙ මේ මෙතන මේ පැත්තෙන් ගත්තොත්. දකින

බලන කෙනෙක් ඉන්නවා කියලා මඤ්ඤනා කිරීමක් නැහැ. ඒ කියන්නෙ මේ පැත්තට දගත්තා. දැන් අපිට වෙන්නෙ සාමාන්‍යයෙන් නම් අපි ඇහෙන් රූපයක් බලද්දි දකින දෙයක් තියෙනවා එළියෙ, දකින කෙනෙක් ඉන්නවා ඇතුළෙ. මම තමයි දකින්නෙ. මම තමයි ඇයව දකින්නෙ. මම තමයි ඔහුව දකින්නෙ. ඉතින් එහෙම නෙ අපි ව්‍යවහාර කරන්නෙ. මම ඔබ දුටිමි. එහෙම නේ අපි කියන්නෙ සාමාන්‍යයෙන්. එතකොට මම ඉන්නවා මෙතන - දකින කෙනෙක් ඉන්නවා. ඊළඟට දැකීමට ලක් වෙන කෙනෙකුත් එහා පැත්තෙ ඉන්නවා. ඕක තමයි අපි සාමාන්‍යයෙන් ව්‍යවහාර කරන්නේ. හැබැයි **දට්ඨාරං න මඤ්ඤති** කියල කිව්වහම දකින කෙනෙකුත් නෑ. ඒ කියන්නෙ මේ පැත්තෙත් කෙනෙක් නෑ. මේක ඉතාම ගැඹුරුයි. දැන් සමහර කෙනෙකුට කියන්න පුළුවන්, යම් යම් හේතු කාරණා අනුව එයා තර්කානුකූලව පෙන්නල දෙන්න පුළුවන් 'හරි. එළියෙ නම් දකින කෙනෙක් නෑ. එළියෙ දකින වස්තුවක් නෑ. එතකොට දැකිය යුතුමයි කියල එහෙම දේකුත් නෑ. ඊට පස්සේ මෙතන දැකිය යුතු දෙයක් තියෙනවා කියලා එහෙම දේකුත් නෑ. දැක්කෙ නැහැ කියලා ප්‍රශ්නෙකුත් නෑ'. ඉතින් එහෙම කියලා තර්ක කරගෙන තර්ක කරගෙන යන්න පුළුවන්. හැබැයි මේ පැත්තෙ කවුද බලන්නේ? කවුද දකින්නේ? 'ආ ඒ මම නේ' කියලා සමහර විට එයා ආත්ම දෘෂ්ටියක් මේ පැත්තෙ හදගන්නවා.

දැන් අපි ඕක දැම්මොත් අහන පැත්තට, එතෙන්දිත් **කාලකාරාම සූත්‍රයේ** බුදුරජාණන් වහන්සේ විස්තර කරනවා, **සුතා සොතබ්බං, සුතං න මඤ්ඤති.** ඒ කියන්නේ ඒ ඇසීම් ක්‍රියාවෙන් පරිබාහිර අහන දෙයක් තියෙනවා කියලා මඤ්ඤනා කිරීමක්, කල්පනා කිරීමක්, ප්‍රපංච කිරීමක් කරන්නෙ නැහැ රහතන් වහන්සේලා. දැන් අපි යමක් අහනකොට මොකක්ද වෙන්නේ? අපිට එතකොට වචනයක් ඇහෙනවා. ඒක පරුෂ වචනයක් කියල කේන්ති යනවා. ඒක හැඟුම් දනවන වචනයක් කියල ඇඬෙනවා. නැත්නම් මෙන්න සිංදුවක් කියල අපේ හිතේ ආශාවක්, කැමැත්තක්, රාගයක් පහළ වෙනවා. අපිට හැම තිස්සෙම දෙයක් අහු වෙනවා. එළියෙ අහන දෙයක් තියෙනවා අපිට. අපිට ඒවා නිකන් හුදු ශබ්ද මාත්‍ර නෙවෙයි. අපිට හැම තිස්සෙම ඒ ඇහෙන්නෙ දෙයක්. වචනයක්, වාක්‍යයක්, රචනයක්, ගීතයක්, කවියක්, එහෙම නැත්නම් අපිට අනිත් පැත්තට එන ඇනුමක්, බැනුමක්, පරුෂ වචනයක්. ඉතින් අපිට හැම තිස්සෙම "දෙයක්" ඇහිල තියෙන්නෙ. හැබැයි බුදුරජාණන්

වහන්සේට, රහතන් වහන්සේලාට ඒ ඇසීමෙන් පරිබාහිර අහන දෙයක් නැහැ. ඊළඟට පෙන්නනවා **අසුතං න මඤ්ඤති.** ඇසුණෙ නැහැ, මට අහගන්න බැරි වුණා කියල කල්පනා කිරීමක්, මඤ්ඤනා කිරීමක් නැහැ. ඊළඟට **සොතබ්බං න මඤ්ඤති.** අනිවාර්යයෙන් ඇසිය යුතුමයි කියලා කල්පනා කිරීමක්, ප්‍රපංච කිරීමක්, මඤ්ඤනා කිරීමක් නැහැ. අන්තිමට තමයි අර ගැඹුරු කාරණාව එන්නේ - **සොතාරං න මඤ්ඤති.** අහන කෙනෙක් ඉන්නවා කියලා මඤ්ඤනා කිරීමක් නැහැ.

ඒ වගේම විස්තර කරනවා නාසයෙන්, දිවෙන්, කයෙන් අරමුණු ගැනීම සම්බන්ධයෙන්. ඒ කියන්නෙ නාසයෙන් ගඳ සුවඳ දැනීම, දිවට රස දැනීම, කයට ස්පර්ශ දැනීම. ඔය තුනටම අපි කියනවා මුත කියලා. **මුතා මොතබ්බං, මුතං න මඤ්ඤති** - එබඳු දැනීම් හා සම්බන්ධයෙන් දැනීමක් අභිභවා ගිහිල්ලා, දැනීමෙන් පරිබාහිර දැනගන්නා දෙයක් තියෙනවා කියලා, දැනෙන දෙයක් තියෙනවා කියලා මඤ්ඤනා කරන්නෙ නැහැ. ඒ වගේම දැනුණෙ නෑ කියලා මඤ්ඤනා කරන්නෙ නැහැ. අනිවාර්යයෙන් දැනගත යුතු, දැනිය යුතු දෙයක් තියෙනවා කියලා මඤ්ඤනා කරන්නෙ නැහැ. ඒ වගේමයි දැනෙන කෙනෙක් ඉන්නවා කියලත් මඤ්ඤනා කරන්නෙත් නැහැ

අන්තිමට ප්‍රකාශ වෙන්නෙ විඤ්ඤාත සම්බන්ධයෙන්. ඒ කියන්නෙ අපිට මනසින් දේවල් හිතාගන්න පුළුවන්. අදහස් මනසට පහළ වෙන්න පුළුවන්. සිතුවිලි හිතට එන්න පුළුවන්. අපි සාමාන්‍යයෙන් කියන්නේ 'මගේ හිතට සිතුවිල්ලක් පහළ වුණා' කියලා. එතකොට හිත මගේ. මගේ හිතට සිතුවිල්ලක් පහළ වෙලා කියලා තමයි අපි සාමාන්‍යයෙන් ව්‍යවහාර කරන්නේ. බුදුරජාණන් වහන්සේට, රහතන් වහන්සේලාට **විඤ්ඤාතා විඤ්ඤාතබ්බං, විඤ්ඤාතං න මඤ්ඤති** - ඒ දැනගැනීම් මාත්‍රයට එහා ගිහිල්ලා දැනගන්නා දෙයක් තියෙනවා කියලා මඤ්ඤනා කිරීමක් නැහැ. ඒක එහෙම ආවෙ නැහැ, දැනගැනීමක් සිද්ධ වුණේ නැහැ කියලා කල්පනා කිරීමක් මඤ්ඤනා කිරීමකුත් නැහැ. අනිවාර්යයෙන්ම මෙතන දෙයක් තියෙනවා, ඒක දැනගත යුතුමයි කියලා මඤ්ඤනා කිරීමකුත් නැහැ. මෙතන දැනගන්නා කෙනෙක් ඉන්නවා - **විඤ්ඤාතාරං න මඤ්ඤති** - එහෙම මඤ්ඤනා කිරීමක් නැහැ.

ඒ කියන්නෙ අපිට හුගක් වෙලාවට වෙන ප්‍රශ්නයක් තමයි - ඒ සම්බන්ධයෙන් බටහිර දර්ශනිකයෝ කියනවා. ඒගොල්ලො හිතන්නෙ

කොහොමද? සිතට සිතුවිලි එනවා නම් අනිවාර්යයෙන් හිතන කෙනෙක් ඉන්නවා. එහෙම තමයි ඒගොල්ලො හිතාගෙන ඉන්නේ. I think; therefore I am. සිතීමක් සිද්ධ වෙනවා. එහෙම නම් අනිවාර්යයෙන් හිතන කෙනෙක් ඉන්නවා. ඒ මත තමයි සාමාන්‍යයෙන් ඒගොල්ලො කටයුතු කරන්නේ. නමුත් බුදුරජාණන් වහන්සේ ඊට වඩා ඉතා ගැඹුරකට පෙන්නන්නෙ මොකක්ද? සිතුවිලි මාත්‍රයක් තියෙනවා. සිතීම් සිද්ධ වෙනවා. හැබැයි හිතන කෙනෙක් නෑ. මෑත කාලයේ බුද්ධ දර්ශනය මුල් කරගෙන පොත් ලියවිලා තියෙනවා බටහිර. Mark Epstein කියන බටහිර වෛද්‍යවරයා පළ කරපු පොතක් තියෙනවා Thoughts without a Thinker කියලා. ඒ කියන්නෙ සිතුවිලි පහළ වෙනවා, හැබැයි හිතන කෙනෙක් නෑ කියලා. එතන තේරෙනවා ඒ බටහිර ජාතිකයින් පවා දැන් බෞද්ධ දර්ශනය මුල් කරගෙන කෙතරම් ගැඹුරකට ගිහිල්ල තියෙනවද කියලා. මේ කාරණාව එතෙන්දි මතු වෙලා තියෙනවා. ඒ කියන්නේ අපේ හිතේ සිතුවිලි පහළ වෙන්න පුළුවන්. හැබැයි එතනින් අදහස් වෙන්නෙ නෑ එතන හිතන කෙනෙක් ඉන්නවා කියලා.

ඉතින් ඒ නිසා අපිට තේරෙනවා **කාලකාරාම සූත්‍රයේ** පෙන්වන බුදුරජාණන් වහන්සේගේ සහ රහතන් වහන්සේලාගේ තත්ත්වයත්, අපි මේ ඉඳුරන් පරිහරණය කරද්දි සංඥා පරිහරණය කරද්දි අපි ගත කරන තත්ත්වයත් අතර කියන්න බැරි තරම් විශාල පරතරයක් තියෙනවා. ඒක අපි තේරුම්ගත යුතුයි. එහෙනම් අපිට පුළුවන්ද බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නන ඔය තත්ත්වයට මේ භාවනාවක් හරහා විපස්සනාවක් හරහා ළඟා වෙන්න? අපිටත් පුළුවන්ද යම් කිසි අවස්ථාවකදි හුදෙක් දැකීම් මාත්‍රයෙන්, ඇසීම් මාත්‍රයෙන්, විඳීම් මාත්‍රයෙන්, දැනගැනීම් මාත්‍රයෙන් නතර වෙන්න? ඒක අල්ලගෙන ප්‍රපංච කරන්නෙ නැතිව, මඤ්ඤනා කරන්නෙ නැතිව නිශ්ශබ්ද වෙන්න අපිට පුළුවන්ද පොඩි වෙලාවකට හරි? එහෙනම් අපිට පුළුවන් අපි මේ කතා කරන මේ මාතෘකාවේ ටිකක් ගැඹුරකට අපිත් ප්‍රායෝගිකව එළඹෙන්න, ඒ සඳහා වාසය කරන්න.

ඉතින් ඒ සඳහා අපි උත්සාහවන්ත වෙමු. ඉදිරියේදි අපි එබඳු ක්‍රම බුදුරජාණන් වහන්සේ කොහොමද පෙන්නල තියෙන්නේ, එබඳු විපස්සනාවක් අපි කොහොමද කරගෙන යන්නේ කියලා සාකච්ඡා කරමු. ඉදිරියේදි එබඳු අවස්ථාවක් ගන්න බලාපොරොත්තුවෙන් අද ධර්ම දේශනාව අපි නතර කරනවා. සියලුදෙනාටම අද දවසේ ධර්ම

දේශනාවත් උතුම් වූ නිවන් සුව අවබෝධය පිණිසම මග පෙන්වීමක් වේවා කියල ප්‍රාර්ථනා කරනවා. සියලුදෙනාටම තෙරුවන් සරණයි.

ධර්ම ගැටලු සහ පිළිතුරු

<u>ප්‍ර:</u> ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, පඤ්චස්කන්ධය කෙරෙහි පවත්නා සත්ත්ව පුද්ගල සංඥාව විපල්ලාසයක් බව නිසැක නමුත්, කෙනෙකු දුටු විටම සිතට හසු වන්නේ පුද්ගල භාවයකි. තවද, කෙනෙක් සිහි වන විටද සිතට හසු වන්නේ පුද්ගල භාවයකි. මේ විපල්ලාසය හටගන්නා තැනම දුරු කිරීමට පිළිපැදිය යුතු ආකාරය කුමක්ද යන්න පිළිබඳව ඔබවහන්සේගෙන් උපදෙස් පතමි.

<u>පි:</u> ඔව් ඕක තර්කානුකූලව හිතලා දුරු කරගන්න බැරි වෙයි. ඒ කියන්නෙ මේ බණ ටික අහලා කෙනෙකුට මේකෙ වැරැද්දක් තියෙනවා කියලා දැන් හිතට ඒත්තුගන්වලා, මෙහෙම හිතන්න එපා කියලා බල කරලා හිර කරලා හිත මෙහෙම හිතද්දි අනිත් පැත්තට කල්පනා කරලා එහෙම කරගන්න බැරි වෙයි. ඒකයි ප්‍රතිපදාවක් අවශ්‍ය වෙන්නේ අපිට. ශීල, සමාධි, ප්‍රඥා පුරන්න අවශ්‍ය වෙන්නේ. එබඳු ප්‍රතිපදාවක යනකොට පොඩ්ඩ පොඩ්ඩ හිත තුළ එහෙම හැකියාවක් මතු වේවි. ඒ කියන්නෙ ඒක සුතමය ඥානයකින්ම කරගන්න බැරි වෙයි. ඉන් එහාට ගිහිල්ලා යම් කිසි කෙනෙක් ශීලයක් සමාදන් වෙලා, සමාධියක් දියුණු කරලා, ඒ සමාධිය පාදක කරගෙන නුවණක් දියුණු කරද්දි - උදාහරණයක් වශයෙන් අපි හිතමු එයා ධාතු මනසිකාරයක් වඩනවා. ධාතු මනසිකාරයක් වඩන්න එක පාරටම බෑ නේ. නේද? එයා සතිමත් බව දියුණු කරන්න ඕනැ. සමාධිමත් බවක් දියුණු කරන්න ඕනැ. ඒ සමාධිමත් බව පාවිච්චි කරලා දැන් කය තුළ පහළ වෙන විවිධාකාර ධාතු ලක්ෂණ එයා තේරුම්ගනිමින් වාසය කරන්න ඕනැ. ඒ තේරුම්ගනිමින් වාසය කරන්න වාසය කරන්න එයාට විවිධ ධාතු ලක්ෂණ ප්‍රකට වෙනවා. මං මේ එක භාවනා ක්‍රමයක් ගැනයි විස්තර කරන්නෙ උදාහරණයක් වශයෙන්. දැන් එතකොට මොකද වෙන්නේ? කය පිළිබඳව අපි සාමාන්‍යයෙන් සලකන්නේ මේ කය කියන්නෙ එකක්, මේ කය කියන්නෙ මම, මේ කය කියන්නෙ තැනැත්තෙක්, මේ කය කියන්නෙ පුද්ගලයෙක්. එහෙම නේ අපි සලකන්නේ. තමන්ටත් ආරෝපණය කරගෙන මෙතන කෙනෙක්, පුද්ගලයෙක්, මමෙක් කියල

අපි පරිහරණය කරනවා. එළියෙත් අපි කෙනෙක්, පුද්ගලයෙක්, තැනැත්තෙක් කියල පරිහරණය කරනවා. හැබැයි දැන් ඒක පොඩ්ඩක් පැත්තකින් තියලා අපි සතිය සමාධිය පාවිච්චි කරලා මේ කයේ දැනෙන ධාතු ලක්ෂණ තේරුම්ගන්න වෑයම් කරනවා. ධාතු මනසිකාරයක් වඩනවා. කාලයක් තිස්සෙ එබඳු භාවනාවක් වඩද්දි ටික ටික එයාට තේරෙන්න ගන්නවා 'මෙතන ධාතු ක්‍රියාකාරිත්වයක් නම් තියෙනවා. ඒ ධාතු ක්‍රියාකාරිත්වයට පරිබාහිරව මෙතන පුද්ගලයෙක් නෑ නේ. සත්ත්වයෙක් කියල එකක් නෑ නේ. මම කියල එකක් නෑ නේ' කියල එයාට තමන් පිළිබඳව, තමන් පරිහරණය කරන මේ උපාදින්න කය පිළිබඳව එයාට පොඩ්ඩ පොඩ්ඩ වැටහෙන්න පුළුවන්.

ඒ නිසා භාවනාවකදි අජ්ඣත්ත වශයෙන්, ආධ්‍යාත්මික වශයෙන්, ඇතුළත වශයෙන් එයාට තේරෙන්න ගන්නවා 'මෙතන හුදෙක් ධාතු ක්‍රියාකාරිත්වයක් නම් තියෙනවා. ඒ හැර මෙතන සත්ත්වයෙක්, පුද්ගලයෙක්, මමෙක් නෑ' කියලා. ඒ දැනුමම, ඒ අවබෝධයම තමයි එයා තව තව පුළුල් කරද්දි එළියටත් දාලා බාහිර වශයෙනුත් එයාට තේරෙන්නෙ 'මේ එළියෙත් ඔච්චරම තමයි තත්ත්වය. මෙතන තියෙන පඨවි ධාතුව කොහොමද, එළියෙ තියෙන පඨවි ධාතුව කොහොමද, ඒ එකම පඨවි ධාතුවම තමයි'. ඒක බුද්ධ දේශනාවෙ එහෙම්මම එනවා. **යා චෙව ඛො පන අජ්ඣත්තිකා පඨවීධාතු යා ච බාහිරා පඨවීධාතු පඨවීධාතුරෙවෙසා.** යම් තාක් ආධ්‍යාත්මිකයි කියල ඇතුළතයි කියල සලකන යම් පඨවි ධාතුවක් වේද, බාහිර කියල සලකන පඨවි ධාතුවක් වේද, මේ එකම පඨවි ධාතුවමමයි. අපි තමයි මේ ඉරි ඇඳලා කොටු ගහලා මේක ඇතුළතය, මේක බාහිරය, මේක මමය කියල වෙන් කරලා තියෙන්නේ.

එතකොට ඒ ටික අයින් වෙලා මේක හුදු පඨවි ධාතුව කියලා තේරෙන්න තේරෙන්න අපි ඒකට දීපු වටිනාකම, පුද්ගල භාවයකින් කරපු ආරෝපණය, ඒවා දැන් ඔක්කොම මැකෙන්න ගන්නවා. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා **පඨවීධාතුයා චිත්තං විරාජෙති.** පඨවි ධාතුවෙන් හිත විරංජනය වෙලා දැන් මෙතන කෙනෙක් හඳුගන්නෙ නැතුව, පුද්ගලයෙක් තනාගන්නෙ නැතුව, වස්තුත්වයකින් සලකන්නෙ නැතුව මේක හුදු පඨවි ස්වභාවයක් හුදු ධාතු ස්වභාවයක් කියන තැන දැන් හිත පිහිටන්න ගන්නවා.

ඒ මට්ටමකදි තමයි මේ පඨවි ධාතුව හිත තුළ හොල්මන් නොකරන තත්ත්වයක්, හිත තුළ බැහැගන්නෙ නැති තත්ත්වයක්, හිත තුළ කිඳ බහින්නෙ නැති තත්ත්වයක්, හිත තුළ පඨවි ධාතුව පිහිටන්නෙ නැති තත්ත්වයක් කියල කියන්න පුළුවන්. සාමාන්‍යයෙන් තව ගැඹුරකදි **විඤ්ඤාණං අනිදස්සනං අනන්තං සබ්බතොපභං එත්ථ ආපො ච පඨවී තෙජො වායො න ගාධති** කියල විස්තර වෙනවා. **ආපො ච පඨවී තෙජො වායො න ගාධති** - ඒකෙ දැන් පිහිටීමක් වෙන්නෙ නෑ. අපි තුළ ගොඩනැගෙනවා හැකියාවක් ඒ පඨවි ආපෝ තේජෝ වායෝ කියන මේ භෞතිකත්වය තුළ හිත නොපිහිටන අවස්ථාවක්. එතකොට එයාට තේරෙනවා දැන් අර කියපු හැකියාව ඇවිල්ලා තියෙනවා. දැන් එයාගෙ හිත රූපස්කන්ධය තුළ පිහිටන්නෙ නැතුව ඉන්න අවස්ථාවක් පේනවා, හැබැයි පෙනුණට පෙනෙන දේ අල්ලගෙන හිත ගිහිල්ලා ප්‍රපංච කරන්නෙ නෑ. පෙනීම් මාත්‍රයෙන් නතර වෙලා. ඉදිරියේදි අපිට ඒක සාකච්ඡා කරන්න පුළුවන්. **දිට්ඨෙ දිට්ඨමත්තං** කියල කියන්නෙ. නේද? දැකීම් මාත්‍රයෙන් හිත නතර වෙලා මං මේ එයාව උසි ගන්වගන්ව ඉන්නවා නෙවෙයි. දැන් මේ වඩපු භාවනාව හරහා ස්වාභාවිකවම හිතේ දැන් කුසලතාවක් දියුණු වෙලා. පේනවා; හැබැයි පෙනෙන දේ අල්ලගෙන ඇතුළේ කතන්දර ගොඩනැගීමක් නෑ. පේන දේ අල්ලගෙන ඒක වස්තුත්වයෙන් සැලකීමක් නෑ. පේන දේ අල්ලගෙන එතන පුද්ගලයෙක් ආරෝපණය කිරීමක් නෑ. පේන දේ අල්ලගෙන මෙතන මම දකිනවා කියල මම තමයි ඉන්නෙ, මම තමයි බලන්නෙ කියල මෙතන මමෙක් තනාගැනීමක් නෑ.

ඔන්න ඔය හැකියාව අපි වඩන භාවනාවක් හරහා විපස්සනාවක් හරහා, ඒ නුවණ අවදි වීම හරහා ස්වාභාවිකව මතු වෙනවා නම්, දැන් ඉතින් ඒ කුසලතාව එයා තුළ හොඳට කාවැදිල තියෙනවා. දැන් එයාට පුළුවන් **බාහිය සූත්‍රයට** අනුව කටයුතු කරන්න. ඒක නිසා මේක හුදු වචනයක් නෙවෙයි. ඔය මට්ටමේ ඉන්න යෝගාවචරයින් ඉන්නවා. ඒගොල්ලො කියනවා, ස්වාමීන් වහන්ස, මට දැන් පේනවා, හැබැයි පේන දේ අල්ලගෙන කතන්දර ගොතන්නෙ නෑ. මට ඇහෙනවා, හැබැයි ඇහෙන දේ අල්ලගෙන දැන් හිත කතන්දර ගොතන්නෙ නෑ. ගඳ සුවඳ දැනෙනවා, රස දැනෙනවා, ස්පර්ශ දැනෙනවා. ඒවා අල්ලගෙන දැන් හිත කතන්දර ගොතන්නෙ නෑ. හිතටත් සිතුවිල්ලක් ඇවිල්ල අදහසක් ඇවිල්ල එයත් යනවා. හැබැයි

හිත ඉන්නවා තහවුරු වෙලා. හිත තියෙනවා බොහොම සාවධානව. හිත ඉන්නවා එයාගෙ පාඩුවේ. හුදෙකලාවෙ ඉන්නවා. හිත විවේකයි. හිත නිශ්ශබ්දයි. හිත ප්‍රපංචවලින් තොරයි.

ඉතින් ඒ නිසා ඔය තත්ත්වය අපිට හුදු තර්කයෙන් ගන්න බෑ. අපි අර වගේ භාවනාවක් වඩලා විපස්සනාවක් වඩලා ඒකෙ ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන් යම් අවබෝධයක් හරහා ලබන ප්‍රතිඵලයක් තමයි සාධාරණයි කියල කියන්නෙ වෙන්නේ.

ප්‍ර: ස්වාමීන් වහන්ස, අනිත්‍ය දේ නිත්‍ය වශයෙන්, අසුභ දේ සුභ වශයෙන්, අනාත්ම දේ ආත්ම වශයෙන් පවතින සංඥා චිත්ත දෘෂ්ටි විපල්ලාසයන්ගෙන්, සෝවාන් ඵලයට පත් ශ්‍රාවකයකු වෙතින් ඉවත් වන්නේ දෘෂ්ටි විපල්ලාසයන් පමණද?

<u>පි:</u> ඒකත් ගැඹුරු ප්‍රශ්නයක්. ඇත්තටම අපිට ඕකේ ඉරක් ගහලා මෙන්න මේ කෑල්ල විතරයි අයින් වෙන්නේ කියල කියන්න ටිකක් අපහසුයි. සාමාන්‍යයෙන් ඕක විස්තර කරන්නේ අර සංයෝජන පැත්තෙන් නෙ. සංයෝජන 10 ක් දහමේ පෙන්නනවා. ඒකෙ මුල සංයෝජන 5 ට අපි කියනවා ඕරම්භාගිය සංයෝජන කියලා. ඒ ඕරම්භාගිය සංයෝජනවලත් මුල්ම 3 තමයි සක්කාය දිට්ඨිය, විචිකිච්ඡාව, සීලබ්බත පරාමාස කියල විස්තර කරන්නේ. දැන් ඔය කතා කරන්නෙ සක්කාය දිට්ඨිය සම්බන්ධයෙන්. සක්කාය දිට්ඨි සංයෝජනය ප්‍රහාණය වීමක්. ඊළඟට සීලබ්බත පරාමාස වශයෙන් අපි විවිධාකාර ව්‍රත, විවිධාකාර ක්‍රම පරාමර්ශනය කිරීමක්, දැඩිව ග්‍රහණය කිරීමක් - ඒවා ඉවත් වීමක්. ඊළඟට විචිකිච්ඡාව දුරු වීමක් - ඒ කියන්නේ තමන් වඩන ප්‍රතිපදව සම්බන්ධයෙන්, බුදුරජාණන් වහන්සේ සම්බන්ධයෙන්, දහම සම්බන්ධයෙන්, පටිච්ච සමුප්පාදය සම්බන්ධයෙන්, සංඝයා සම්බන්ධයෙන් අපි තුළ යම් සැකයක් තියෙනවා නම් අන්න ඒවත් දුරු වීමක් තමයි එතකොට සිද්ධ වෙන්නේ.

ඒ දුරු වෙන සක්කාය දිට්ඨියයි, මේ කතා කරන දිට්ඨි විපල්ලාසයයි එකමද? සෑහෙන දුරට සමානත්වයක් තියෙනවා. ඒ කියන්නේ දිට්ඨි විපල්ලාස කිව්වහම එතන මට නම් හිතෙන්නේ පුළුල්. ඒ දිට්ඨි විපල්ලාසවල ලොකු පුළුල් අර්ථයක් තියෙනවා. ඒකෙ එක ප්‍රදේශයක් තමයි සක්කාය දිට්ඨිය කියල කියන්නෙ. දිට්ඨි කියන වචනය වුණත් ගත්තහම සෑහෙන්න පුළුල් අර්ථයකින් විස්තර වෙන්නේ.

උදාහරණයක් වශයෙන් බ්‍රහ්මජාල සූත්‍රයේ දෘෂ්ටි 62 ක් ගැන බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරල තියෙනවා. ඒ හැම තැනකම තියෙන්නෙ දෘෂ්ටිගත වීම්, දෘෂ්ටි පරාමර්ශනය කිරීම්. ඒකමයි ඇත්ත අනික් සියල්ල බොරු කියල ග්‍රහණය කිරීම් තමයි ඒවායේ සිද්ධ වෙන්නේ. ඒකෙ එක පැත්තක් තමයි සක්කාය දිට්ඨිය. අපි මේ සමූහයක් එකක් කියල සලකාගෙන එතන එක්කො පුද්ගලයෙක් ආරෝපණය කරගෙන, එතන වස්තුවක් ආරෝපණය කරගෙන ඒ සමූහයම එකක් කියල සලකාගන්නා අවස්ථාව. මුළු රූපයම අපි එකයි කියල සලකාගන්නවා. විවිධාකාර වේදනා අපි එකයි කියල සලකාගන්නවා. විවිධාකාර සංඥා එනවා. අපි ඒක අස්සේ එක්කෙනෙක් ඉන්නවා පුද්ගලයෙක් ඉන්නවා කියල ආරෝපණය කරනවා. අන්න ඒ වගේ ගැඹුරක් තියෙනවා.

සක්කාය දිට්ඨි මට්ටමේදි ඒ දෘෂ්ටිවලින් එක ප්‍රදේශයක් ඉවත් වෙනවා. හැබැයි තව ඊට වඩා සියුම් දෘෂ්ටි තියෙන්න පුළුවන්. අපි සාමාන්‍යයෙන් අස්මිමානය වගේ මානය පැත්තෙන් ඒවා විස්තර කරනවා. ඒ වගේ තව තව සියුම් පැති ඉතිරි වෙලා තියෙන්න පුළුවන්. ඒ මිසක් අපිට කියන්න බෑ සම්පූර්ණයෙන්ම එයා තුළ සියලුම අන්දමේ දිට්ඨි විපල්ලාස දැන් ඉවත් වුණා කියලා. එහෙම කියන එක මං හිතනවා සුදුසු නෑ කියලා. හැබැයි එයා තුළ යම් පමණකට මේ ස්කන්ධ සම්බන්ධයෙන් මේ එකක හෝ පුද්ගලයෙක් ඉන්නවය සත්ත්වයෙක් ඉන්නවය කියල ගන්න තරම් ඕළාරික මට්ටමක දෘෂ්ටියක් නෑ දැන්. මොකද, සෝතාපන්න මට්ටමේදි ඒක දුරු වෙනවා කියල දේශනාවෙ පැහැදිලිව තියෙනවා. නමුත් ඊට වඩා බොහොම සූක්ෂ්ම අන්දමින් කොහේ හරි යම් කෙටි කාලයකට හෝ පටලැවීම් සිද්ධ වෙන්න පුළුවන්.

කෙසේ නමුත් මාර්ගඵල ප්‍රතිවේධයේදී විපල්ලාස ඉවත්වන ආකාරය පිළිබඳ සවිස්තරාත්මක විග්‍රහයක් මහා සී සයාඩෝ ස්වාමීන් වහන්සේගේ විපස්සනා නයප්‍රකරණය කියන ග්‍රන්ථයේ අන්තර්ගත වෙනවා.විසුද්ධි මාර්ගයේ එන විස්තරයක් උපුටා දක්වන මහා සී සයාඩෝ ස්වාමීන් වහන්සේ පෙන්වා දෙන්නේ සෝතාපන්න මට්ටමට පත්වන විට සියලුම අන්දමේ දිට්ඨි විපල්ලාස (අනිත්‍ය දේ නිත්‍යයි සලකන දිට්ඨි විපල්ලාසය, දුක් දේ සැපයයි සලකන දිට්ඨි විපල්ලාසය, අනාත්ම දෙය ආත්මය යි සලකන දිට්ඨි විපල්ලාසය සහ අසුභ දේ සුභ යැයි සලකන දිට්ඨි විපල්ලාසය) දුරු වෙන බවයි. (විපස්සනා නයප්‍රකරණය - පරිච්ඡේද අංක 6 - 113 පිටුව)

13| සංඥා අඩු කිරීමට පුහුණුවක්

නමො තස්ස භගවතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස

සහෙතූ හි පොට්ඨපාද, සප්පච්චයා පුරිසස්ස සඤ්ඤා උප්පජ්ජන්ති'පි නිරුජ්ඣන්ති'පි. සික්ඛා එකා සඤ්ඤා උප්පජ්ජන්ති, සික්ඛා එකා සඤ්ඤා නිරුජ්ඣන්ති'ති.

ශ්‍රද්ධාවන්ත පින්වත්නි, අපි පසුගිය වාර කීපයේදි මේ සංඥා ස්කන්ධය පිළිබඳ යම් පමණක වැටහීමක් ඇති කරගත්තා. අපි තුළ කොහොමද සංඥා ටික ටික ගොනු වෙන්නේ, එක්රැස් වෙන්නේ කියන එක පිළිබඳ අපි ටිකක් දුරට සාකච්ඡා කළා. **නිබ්බේධික සූත්‍රය** ඇසුරෙන් විවිධ පැති අපි ඒ තුළ පෙන්නල දුන්නා. ඊට අමතරව මේ සංඥා අපි තුළ රැස් වීම නිසා, විවිධාකාරව ඒවා ගබඩා වීම නිසා, අපේ හිත් ඇතුළෙ ගොඩනැගෙන යම් යම් ප්‍රශ්නකාරී තත්ත්ව, වික්ෂිප්ත සහගත තත්ත්ව, ව්‍යාකූල තත්ත්ව පිළිබඳවත්, ඒවායේ ආදීනව පිළිබඳවත් අපි ටිකක් දුරට සාකච්ඡා කළා. එහෙම නම් දැන් අපිට අවශ්‍ය වෙනවා මෙබඳු සංඥා ක්‍රමානුකූලව අඩු කරගන්න නැත්නම් යහපත් සංඥා අපි තුළ ටික කාලයක් හෝ පවත්වන්න. අපිට මේ සංඥාවලින් හිත මුදවාගෙන බොහොම සැනසිල්ලේ වාසය කරන්න පුළුවන්කමක් තියෙනවා නම් යහපත් බව කෙනෙකුට වැටහෙන්න පුළුවන්.

මොනවද මේ සංඥා ටික ටික ඉවත් කරගන්න තියෙන ක්‍රම? ඒවා තමයි දැන් අපි ඉදිරියට සාකච්ඡා කරන්න, ඒකෙ ගැඹුරකට යන්න අපි බලාපොරොත්තු වෙනවා. මෙතෙන්ට පිවිසුමක් වශයෙන් අපිට මතක් කරගන්න පුළුවන් බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරන **චූලසුඤ්ඤත සූත්‍රය** මුලින්ම. භාග්‍යවතුන් වහන්සේත් සඟ පිරිසත්ශ්‍රා වස්ති නුවර මිගාරමාතු ප්‍රාසාදයේ වැඩවාසය කරනවා. ඉතින් ඒ

වෙලාවෙදි බුදුරජාණන් වහන්සේ හරි ලස්සන කාරණාවක් මතු කරනවා. මිගාරමාතු ප්‍රාසාදයේ උන්වහන්සේත් සඟ පිරිසත් වාසය කරනකොට, නගරවාසීව කටයුතු කරද්දි තියෙන ඇත්තුන්ගෙ සංඥා, ගවයින්ගෙ සංඥා, අශ්වයින්ගෙ සංඥා, මනුස්සයින්ගෙ සංඥා, ගෙවල් දොරවල් පිළිබඳ සංඥා, යාන වාහන පිළිබඳ සංඥා, මිල මුදල් පිළිබඳ සංඥා දැන් මේ එකක්වත් නෑ. බුදුරජාණන් වහන්සේ එක්තරා කාරණයක් මෙතෙන්දි මතු කරනවා. දැන් මේ මිගාරමාතු ප්‍රාසාදයට ආවහම, ආරණ්‍යයකට ආවහම ඒ නගරවාසීව කෙනෙක් ඇසුරු කරන සංඥාවලින් එයාගෙ හිත නිදහස් වෙනවා. එයාට ගෙවල් දොරවල්, යාන වාහන, අඹුදරුවන්, මිල මුදල්, රජවරු සිටුවරු ගැන ඒ මොකක්වත් දැන් අවශ්‍ය නැහැ. දැන් ආරණ්‍යවාසීව ගත කිරීමක් තමයි මෙතන තියෙන්නේ.

හැබැයි මෙතන දැන් භික්ෂූන් වහන්සේලා වැඩ ඉන්නවා. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා දැන් අර අනෙකුත් දහසකුත් එකක් විවිධාකාර සංඥාවලින් ශූන්‍යයි. හැබැයි භික්ෂූන් වහන්සේලා මෙතන වැඩසිටින නිසා ඒ අයගෙන් ශූන්‍ය නෑ. දැන් භික්ෂූන් වහන්සේලා මෙතන ගත කරද්දි උන්වහන්සේලාගෙ හිත්වල තියෙන්නෙ ආරණ්‍ය සංඥාව. මිගාරමාතු ප්‍රසාදයට අදාළ, ඒ ආරණ්‍යයට අදාළ සංඥාවක් තමයි දැන් උන්වහන්සේලාගේ හිතේ තියෙන්නේ. ඊට පස්සේ උපක්‍රමශීලීව දැන් අපි මොකක්ද කරන්නේ? දැන් මොහොතකට කලින් අපි කළා වගේ ඇස් දෙක පියාගෙන අතීතයෙන්, අනාගතයෙන්, ඔය කියපු සංඥාවන්ගෙන් හිත පොඩ්ඩ පොඩ්ඩ ඈත් කරලා දැන් අපි උත්සාහවන්ත වෙනවා මේ කයට හිත ගන්න. එතකොට අපි දැනගත්තා කය කියල කියන්නෙ ඇත්තටම ධාතු සමූහයක් කියලා. පඨවි ආපෝ තේජෝ වායෝ කියල අපි මේ ටික හඳුනගත්තොත් සතර මහා ධාතුවක් පිළිබඳවම අපිට යම් සංඥා පහළ වෙනවා. එතකොට මේ කයට අපි දැන් සම්පූර්ණයෙන්ම හිත ගත්තා. කය තුළ අපි අපේ හිත සැහෙන දුරට සීමා කරගන්න පුළුවන්කමක් ලැබුණා නම් එතකොට අපිට තේරෙනවා දැන් එතකොට ආරණ්‍යය පිළිබඳ සංඥාත් නෑ. අනෙකුත් භික්ෂූන් වහන්සේලා පිළිබඳ, අනෙකුත් උවසු උවැසියන් පිළිබඳ සංඥාවක් ඇත්තෙත් නෑ. දැන් තියෙන්නෙ මේ කය පිළිබඳ සංඥාවක්. කලින් තිබුණ සංඥාවන්ගෙන් හිත ශූන්‍යයි. හිස්. හැබැයි මේ කය පිළිබඳ සංඥාව, සතර මහා ධාතුන් පිළිබඳ සංඥාව යම් තාක් දුරට මතු වෙනවා. ඒවායින් එන යම් කිසි පරිළාහයක්, ඒවායින් එන යම් කිසි දැනුම්

සම්භාරයක්, දැනුවත් වීම් ටිකක් අපේ හිත තුළ රැඳිල තියෙනවා. හැබැයි අර අනෙකුත් දේවල්වලින් දැන් හිත නිදහස්.

ඊට පස්සෙ බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා දැන් යම් කිසි කෙනෙක් මේ ඔක්කොම අරමුණු කරන්නෙ නැතුව, මේ කයේ දැන් විවිධාකාර දේවල් පහළ වෙද්දි විවිධ ධාතු ලක්ෂණ පහළ වෙද්දි ඔක්කොම අරමුණු කරන්න යන්නෙ නැතුව එකක් අරමුණු කළොත්? පඨවි ධාතුවට අදාළ දෙයක් එයා අරමුණු කරනවා. තද ගතියක්, මෘදු ගතියක්, ගොරෝසු ගතියක්, සිනිඳු ගතියක්, සැහැල්លු ගතියක්, බර ගතියක්. ඔන්න ඔහොම පඨවි ධාතුවට අදාළ දෙයක් විතරක් නම් දැන් එයා ක්‍රමානුකූලව අරමුණු කරන්නේ, දැන් එතකොට බුදුරජාණන් වහන්සේ මතු කරන තර්කය තමයි මෙතෙන්දි දැන් තියෙන්නෙ පඨවි සංඥාවක්. ඒ කියන්නෙ ඊට අදාළ ලක්ෂණවල තමයි අපේ හිත රැඳිල තියෙන්නෙ. අනෙකුත් ධාතු පිළිබඳ සංඥාවලිනුත් දැන් ශූන්‍යයි. දැන් අපිට මෙහෙම කියන්න පුළුවන්. ගම් දනව් පිළිබඳ සංඥාවලින් ශූන්‍යයි. රජවරු සිටුවරු පිළිබඳ සංඥාවලින් ශූන්‍යයි. මනුෂ්‍යයින් පිළිබඳ විවිධාකාර සංඥාවලින් ශූන්‍යයි. නගරවාසීව අපිට මුණගැහෙන මිල මුදල් යාන වාහන සම්බන්ධයෙනුත් ශූන්‍යයි. ආරණ්‍යවාසීව මුණගැහෙන දේවලිනුත් ශූන්‍යයි. එතන ගත කරන අනෙකුත් භික්ෂූන් වහන්සේලා, උවසු උවැසියන්ගෙනුත් ශූන්‍යයි. එතකොට කයෙත් අනෙකුත් ධාතු හතරෙන් තුනක්ම දැන් ශූන්‍යයි. හැබැයි එක ධාතුවක් පිළිබඳ සංඥාවක් තියෙනවා. ඒ තමයි පඨවි ධාතුව පිළිබඳ සංඥාව.

එතකොට මෙතන තියෙනවා එක්තරා ක්‍රමවේදයක් බුදුරජාණන් වහන්සේ මතු කරන. ඒ කියන්නෙ අපි ටික ටික අනවශ්‍ය සංඥා හළාගෙන හළාගෙන යනවා. අපිට අවශ්‍ය කරන සංඥාවකට හිත ගන්න හිත පොළඹවන ගතියක් තියෙනවා. හිතන්න අපි ආනාපානසතියක් වඩනවා කියලා. ඒත් ඔය වගේම දෙයක් වෙන්නේ. එතකොට අපි ඇස් දෙක පියාගත්තහම ලෝකයෙන් ඈත් වෙන ගතියක්, අපි තනි වෙච්ච ගතියක්, තමන්ම ගාවට ආපු ගතියක් හිත තුළ ගොඩනැගෙනවා. එතකොට අපි පුළුවන් තරම් වෑයම් කරන්න ඕනෑ ඒ අනෙකුත් සංඥා ටික පැත්තකින් තියන්න. අපිට ඒවා කල්පනා කර කර ඒවා ගැන හිතහිතා ආනාපානසතිය වඩන්න බැහැ. එතකොට මේ කියන අර්ථය ඉෂ්ට වෙන්නෙත් නැහැ. එහෙනම් අපිට අවශ්‍ය වෙනවා උපක්‍රමශීලීව

අනෙකුත් දේවල් හෙමිහිට පැත්තකින් තියලා අවශ්‍ය කරන දේට හිත ගන්න. අපි හිතමු අපි කයට හිත ගත්තා. කයෙනුත් ආනාපානෙට හිත දැම්මා. එහෙම නම් ආනාපානයේ හිත රැඳෙනකොට අපිට කියන්න පුළුවන් එතන තියෙන්නෙ වායෝ ධාතුව. ඒ වායෝ ධාතුවට තමයි අපි දාන් හිත තියල තියෙන්නෙ. නැත්නම් එතන යම් කිසි ස්පර්ශයක් සිද්ධ වෙනවා නම් ඒ ස්පර්ශයට තමයි හිත තියල තියෙන්නෙ. උණුසුමක් සිසිලක් ඒ වෙලාවෙදි දැනෙනවා නම් තේජෝ ධාතුවටයි හිත තියල තියෙන්නෙ. ඒ කියන්නේ උපක්‍රමශීලීව ඒ අනෙකුත් සංඥාවලින් හිත ටිකක් ඉවත් කරලා අවශ්‍ය කරන සංඥාව විතරක් ඉස්මතු කරගන්න මේ භාවනාවක් හරහා අපිට අවස්ථාවක් තියෙනවා.

මේක ඉතාම ගැඹුරින් බුදුරජාණන් වහන්සේ විස්තර කරන සූත්‍රයක් තියනවා දීඝ නිකායේ **පොට්ඨපාද සූත්‍රය**. තව දුරටත් ගැඹුරටම එක් කරගෙන යන සූත්‍රයක්. එදා කාලෙ හිටිය විවිධාකාර පරිබ්‍රාජකයින්, තීර්ථකයින් අතර ඇති වෙච්ච කතා සල්ලාපයක් මුලදිම පොට්ඨපාද ඇවිල්ලා බුදුරජාණන් වහන්සේට කියනවා. කුතුහල ශාලාව කියල එතන රැස්වීම් ශාලාවක් තිබිල තියෙනවා. විවිධ පිරිස් එකතු වෙලා තමන්ගෙ විවිධ මත පළ කරමින් විවිධ සාකච්ඡා කෙරිලා තියෙනවා. එක්තරා අවස්ථාවකදි සාකච්ඡා වෙලා තියෙනවා මේ සංඥා පිළිබඳව. ඒ කියන්නෙ ඒ කාලෙ මිනිස්සුන් තුළ ආධ්‍යාත්මික ජීවිතයක් ඔස්සේ අපේ මේ හිත වැඩ කරන ආකාරය, හිතේ මතු වෙන විවිධ ස්වභාව පිළිබඳව ගැඹුරු සාකච්ඡා කෙරිල තියෙනවා. එබඳු සාකච්ඡාවක් ගැන තමයි පොට්ඨපාද බුදුරජාණන් වහන්සේට කියන්නේ.

එතෙන්දි තීර්ථක පිරිස් එකතු වෙලා විවිධ මත පළ කරනවලු. එක්කෙනෙක් කියල තියෙනවා **අහෙතූ අප්පච්චයා පුරිසස්ස සඤ්ඤා උප්පජ්ජන්ති'පි නිරුජ්ඣන්ති'පි** - හිතේ විවිධාකාර සංඥා පහළ වෙනකොට ඒකට හේතු ප්‍රත්‍යයක් මොකක්වත් නෑ ඔහේ ඉබේ පහළ වෙනවා කියලා. තවත් එක්කෙනෙක් කියනවලු පුරුෂයෙක්ගෙ ආත්මය කියල කියන්නෙ මෙන්න මේ සංඥා. එතකොට ඒ සංඥා හැබැයි එකතු වෙන්නත් පුළුවන් දුරු වෙන්නත් පුළුවන්. සංඥාව එකතු වෙච්ච අවස්ථාවකදි ඒ පුරුෂයා සඤ්ඤී බවට පත් වෙනවා. දැනුවත් බවක් ලැබෙනවා. හැබැයි යම් වෙලාවකදි ඒ සංඥා ඉවත් වුණා නම් අසඤ්ඤී වෙනවා. මොකුත් දැනෙන්නෙ නැතුව යනවා. මේ තවත් මතයක්. තවත්

කෙනෙක් කියනවලු මේ ලෝකයේ ඉන්නවා බොහොම ඍද්ධිමත් බලසම්පන්න ශ්‍රමණ බ්‍රාහ්මණයින්. ඒ බ්‍රාහ්මණයෝ මිනිසාගෙ හිතට සංඥා ඇතුල් කරනවා. ඇතුල් කරල තියෙනකොට ඒ තැනැත්තා සඤ්ඤී වෙනවා. හැබැයි ඇතුල් කරල නැත්නම් සඤ්ඤී වෙන්නෙ නෑ. මේ තවත් මතයක්. එතකොට තවත් කෙනෙක් කියනවලු මේ ලෝකයේ ඉන්නවා බොහෝම මහානුභාව සම්පන්න දෙවිවරු. ඒ දෙවිවරු යම් කිසි තැනැත්තෙක්ගෙ හිතට සංඥා ඇතුල් කරනවා. එතකොට ඒ තැනැත්තා සඤ්ඤී බවට පත් වෙනවා. දැනුවත් කෙනෙක් බවට පත් වෙනවා. දැනගන්න හඳුනගන්න පුළුවන්කමක් එයාට ලැබෙනවා. ඇතුළත් කරල නැත්නම් එයාට මොකුත් දැනෙන්නෙ නෑ. හඳුනගන්නත් මොකුත් බෑ.

එදා ඒ කුතුහල ශාලාවෙදි පහළ වෙච්ච මේ විවිධ මත පිළිබඳ සාරාංශයක් පොට්ඨපාද ඉදිරිපත් කරල කියනවා 'අනේ මේ වෙලාවෙදි භාග්‍යවතුන් වහන්සේ හිටියා නම් අපිට මේ පිළිබඳව හොඳට දැනගන්න තිබුණා. ක්‍රමානුකූලව සංඥා නිරුද්ධ කිරීම සම්බන්ධයෙන් එහෙනම් හොඳ විවරණයක් අපිට බුදුරජාණන් වහන්සේගෙන් අහගන්න තිබුණා' කියල මට අදහසක් පහළ වුණා කියල පොට්ඨපාද බුදුරජාණන් වහන්සේට කියනවා. ඉතින් බුදුරජාණන් වහන්සේ පියවරෙන් පියවර ක්‍රමානුකූලව සංඥා නිරුද්ධ කරන ප්‍රතිපදාවක් සම්බන්ධයෙන් කියල දෙනවා පොට්ඨපාදට. එතෙන්දි මතු කරන එක ප්‍රධාන කාරණාවක් තමයි **සහෙතූ හි, පොට්ඨපාද, සප්පච්චයා පුරිසස්ස සඤ්ඤා උප්පජ්ජන්ති'පි නිරුජ්ඣන්ති'පි.** පොට්ඨපාද, මේ සංඥා හටගන්නෙත් නිරුද්ධ වෙන්නෙත් හේතු ප්‍රත්‍ය සහිතවමයි. ඉතින් ඒ කියන්නේ **අහෙතූ අප්පච්චයා** කියන එක සම්පූර්ණයෙන්ම බුදුරජාණන් වහන්සේ බැහැර කරනවා.

බුදුරජාණන් වහන්සේගේ දහම තුළ පෙන්නන ප්‍රධාන සන්ධිස්ථානයක් තමයි හේතුඵල දහමක් මත පදනම් වෙච්ච මේ කාරණාව. සංඥා ස්කන්ධයත් සම්පූර්ණයෙන්ම හේතුඵල දහමක් මතයි පදනම් වෙලා තියෙන්නේ. හේතු සහිතවමයි සංඥා පහළ වෙන්නේ. හේතු නිරුද්ධ වුණා නම් සංඥාත් නිරුද්ධ වෙනවා. විශේෂයෙන්ම සංඥා ස්කන්ධයට හේතු වශයෙන් පෙන්නනවා ස්පර්ශය. එතකොට ස්පර්ශය මූලික වෙලා විවිධ සංඥා පහළ වෙනවා. ඒ ස්පර්ශය නිරුද්ධ වෙලා යනකොට සංඥාත් නිරුද්ධ වෙලා යනවා. ඉතින් ඒක එක කාරණාවක්. බුදුරජාණන් වහන්සේ මුලින්ම ඒ කාරණාව මතු කරනවා. හේතු

සහිතවමයි සංඥා උපදින්නේ. හේතු නිරුද්ධ වෙනකොටයි සංඥා නිරුද්ධ වෙන්නේ. ඒක එක පැත්තක්. අනිත් එක තමයි **සික්ඛා එකා සඤ්ඤා උප්පජ්ජන්ති, සික්ඛා එකා සඤ්ඤා නිරුජ්ඣන්ති.** කෙනෙක්ට හැකියාවක් තියෙනවා මේ හිත් තුළ ගොඩනැගෙන විවිධ සංඥා උපදවන්න ශික්ෂාවකට මුල් වෙලා. ඒ වගේමයි ඒවා නිරුද්ධ කරල හරින්න ශික්ෂාවකට මුල් වෙලා.

ඉතින් ඒක අද ගැඹුරින් සාකච්ඡා කරන්න පුළුවන්. එහෙනම් මේ ශික්ෂාවක් කියලා ප්‍රතිපදාවක් මුල් කරගෙන, භාවනාවක් මුල් කරගෙන, යම් කිසි ක්‍රමවේදයක් මුල් කරගෙන අපේ හිත ඇතුළේ සංඥා අවශ්‍ය ටික එක්කො ඉස්මතු කරන්න, අනවශ්‍ය ටික බැහැර කරන්න, පුළුවන්කමක් තියෙනවද මේක සම්පූර්ණයෙන් බැහැර කරලා වාසය කරන්න? ඔන්න ඔය වගේ දෙයක් බුදුරජාණන් වහන්සේ මෙතෙන්දි කියල දෙනවා. ඒක සමථය පැත්තෙන් මුලදි විස්තර කරනවා.

දැන් අපි දන්නවා කෙනෙක්ගෙ හිතේ සාමාන්‍යයෙන් විවිධාකාර කාම සංඥා මතු වෙනවා. ගෙවල් දොරවල් යාන වාහන අඹුදරුවන් මතක් වෙනවා. හිතට විවිධාකාර සරාගී සිතුවිලි එනවා. ද්වේෂ මූලික සිතුවිලි එනවා. එතකොට අපේ හිත් හරි වික්ෂිප්තයි. මේ විවිධාකාර ග්‍රාම සංඥාවල තමයි අපේ හිත් සාමාන්‍යයෙන් ගත කරන්නෙ. එහෙනම් අපිට පුළුවන්කමක් ලැබුණොත් මේ නීවරණ යටපත් කරන්න - කාමච්ඡන්දය, ව්‍යාපාදය, ථිනමිද්ධය, උද්ධච්ච කුක්කුච්චය, විචිකිච්ඡාව කියන මේ පංච නීවරණ අපි ක්‍රමානුකූලව යටපත් කරගත්තොත්, එහෙම නම් එයාට හැකියාවක් ලැබෙනවා ඒ නීවරණවලට අදාළ සංඥාවලින් හිත නිදහස් කරගන්න. ඒක තමයි හිත සමාධිමත් කරනවා කියල කියන්නෙ. එතකොට අපිට පුළුවන්කමක් තියෙනවා නම් නැවත නැවත සරල අරමුණකට හිත නංවන්න - අපි හිතමු ආශ්වාසට ප්‍රශ්වාසයට හිත නංවනවා. නැවත නැවත එතෙන්ට හිත නංවන්න. ඒ හිත නැංවීමේ ක්‍රියාවලිය ඉතාම යුහුසුලුව සිද්ධ වෙනකොට, ඒ විතක්කය හොඳට ශක්තිමත් වෙනකොට ථිනමිද්ධ නීවරණය යටපත් වෙනවා.

ඊට පස්සේ අරමුණේ හිත නංවලා විතරක් නිකන් ඉන්නෙ නැ. අපි ඒක ටිකක් දුරට විමසලා බලනවා, විචාරයකට ලක් කරනවා. එතන විචාරය ශක්තිමත් වෙනකොට විචිකිච්ඡාව දුරු වෙනවා. දැන් එයාට සැකයක් නෑ. මේක ඇවිල්ල ආශ්වාසයමයි. මේක ප්‍රශ්වාසයමයි.

විචාරය හරහා ඒක ශක්තිමත් වීම හරහා විචිකිච්ඡාව දුරු වෙනවා. ඊට පස්සේ දැන් මේ කටයුත්ත ටික ටික සාර්ථක වෙනකොට හිතේ ප්‍රමෝදයක්, සතුටක්, සැහැල්ලුවක් මතු වෙලා එනවා. මොකද, මෙතෙක් වෙලා ලොකු දරථයක් හිතට තිබුණා. හරි වෙහෙසක් වික්ෂිප්ත බවක් තිබුණා. දැන් හැබැයි ඉදිරිපත් කරගත්ත අරමුණ හරි සරල සැහැල්ලු අරමුණක්. ඒ අරමුණට හිත ටික ටික නංවන්න පුළුවන්කමක් ශක්තියක් දැන් ලැබිල තියෙනවා. ඒ අරමුණේ හිත රැඳෙනවා. කිසි සැකයක් නෑ. නීවරණ තුනක්ම දැන් ඉවත් වේගෙන යනවා. දැන් අන්න හිතේ සතුටක් ප්‍රීතියක් ප්‍රමෝදයක් මතු වෙනවා. මෙන්න මෙබඳු ප්‍රීති සහගත සොම්නස් සහගත තත්ත්වයක් අපේ හිත්වල තියෙනකොට ව්‍යාපාදයට ඉඩක් නෑ. ව්‍යාපාද නීවරණයත් ඉවත් වෙනවා. මේ ප්‍රීතිය කියන කුසලතාව හිත තුළ ගොඩනැගෙනකොට ව්‍යාපාදයත් ඉවත් වෙනවා.

ඊට පස්සේ මොකක්ද වෙන්නේ? දැන් එබඳු ප්‍රීතිමත් ප්‍රබෝධවත් හිත තුළ දැන් හරි සැහැල්ලු ගතියක්, සුවපත් ගතියක්, සැපවත් ගතියක් මතු වෙනවා. දැන් කාය පස්සද්ධි චිත්ත පස්සද්ධි කියල සාමාන්‍යයෙන් හඳුන්වන මේ කය සැහැල්ලු වෙලා හිත සැහැල්ලු වෙලා හරි සැපවත් බවක් හිත තුළ ගොඩනැගෙනවා. මෙබඳු සැපවත් බවක් හිත තුළ ගොඩනැගෙනවා නම් එතකොට අපිට කියන්න පුළුවන් දැන් හිතට වෙන තැනක ගිහිල්ල සැප හොයන්න දෙයක් නෑ. මොකද, ඇතුළතම සැප ලැබිල තියෙනවා. එහෙම නම් මේ උද්ධච්ච කුක්කුච්ච නීවරණයත් හිතින් ඉවත් වෙලා යනවා. මොකද, ඇතුළතම දැන් සැප තියෙන නිසා එයාට විසිරිලා පසුතැවෙන්න අවශ්‍යතාවක් නෑ. මොකද, බොහොම සුව සේ සැපවත්ව වාසය කරන්න පුළුවන්. උද්ධච්ච කුක්කුච්ච නීවරණයත් ඉවත් වෙලා යනවා මේ සැපය සුඛය කියන එක හිත තුළ කය තුළ ගොඩනැගෙනකොට. **සුඛිනො චිත්තං සමාධියති** කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ උගන්නන ආකාරයට දැන් ඔන්න හිත සමාධිමත් වෙනවා. හිතට දැන් කොහේවත් යන්න උවමනාවක් නෑ. හොඳට එක තැන රැඳිලා සිටිනවා. සමාධිමත් වෙනවා. දැන් මේ ඒකග්‍රතාව ගොනු වෙලා එනකොට, වර්ධනය වෙලා එනකොට කාමච්ඡන්ද නීවරණයටත් ඉඩක් නෑ.

එතකොට අපිට තේරෙනවා මේ විතක්ක, විචාර, ප්‍රීති, සුඛ, ඒකග්ගතා කියන සමාධි අංග 5 හිත ඇතුළෙ හොඳට ශක්තිමත් වෙලා

ඔප්නැංවිලා එනවා නම් නීවරණ එක එකක් ගානෙ ඒ ඒ සමාධි අංගය විසින් මැඩපවත්වනවා, යටපත් කරනවා. දැන් මේ තුළ ගොඩනැගෙනවා ශක්තිමත් බවක්. **ආනාපානසති සූත්‍රයෙ** කියනවා පටිභාග නිමිත්තක් පහළ වෙලා ඒකත් එක්ක ගත කරලා තවත් ගැඹුරකට ගියොත් ප්‍රථම ධ්‍යානයට එයා සමවැදුණා කියලා කියනවා. එතන විතක්ක, විචාර, පීති, සුඛ, ඒකග්ගතා කියන ධ්‍යාන අංග 5 හොඳට ශක්තිමත් වෙලා තියෙනවා. හිත දැන් හෙල්ලෙන්නෙ නෑ. ගානට ඒ අරමුණ තුළ හොඳට කිඳබැහැලා තියෙනවා.

බුදුරජාණන් වහන්සේ මෙතනදි පැහැදිලි කරනවා අර කලින් තිබ්බ කාම සංඥා, කලින් තිබ්බ විවිධාකාර ගෘහාශ්‍රිත සංඥා ඔක්කොම දැන් නිරුද්ධ වුණා. දැන් මේ ප්‍රථම ධ්‍යානයට අදාළ විවේකය මුල් කරගත්ත, කෙලෙසුන්ගෙන් නිදහස් වෙච්ච, නීවරණයන්ගෙන් නිදහස් වෙච්ච ප්‍රීතියක් සැපයක් සහිත සංඥාවක් දැන් එයාට ලැබිල තියෙනවා. **විවෙකජපීතිසුඛසුඛුමසච්චසඤ්ඤා තස්මිං සමයෙ හොති** කියල පොට්ඨපාදට කියල දෙනවා. දැන් තියෙන්නෙ හරි සූක්ෂ්ම සංඥාවක්. සුඛුමසච්චසඤ්ඤාවක් කියන්නෙ ඒකයි. හරි සියුම් සංඥාවක් දැන් එයාගෙ හිත ඇතුළේ ඉතිරි වෙලා තියෙනවා. ඒක විවේකයෙන් හටගත්ත එකක්. ඒ කියන්නෙ නීවරණ ඉවත් වෙලා එතනින් පිරිසිදු බවක් තුළ ගොඩනැගිච්ච සංඥාවක්. හරි සියුම් සංඥාවක්.

ඉතින් යම් කිසි කෙනෙක් ඊට පස්සෙ දෙවෙනි ධ්‍යානයට යනවා. අර ටික අත්හැරලා දැන් මෙයා උත්සාහ කරනවා දෙවෙනි ධ්‍යානයට යන්න. එහෙම ගියොත් විතක්ක විචාරය අත්හැරිලා දෙවෙනි ධ්‍යානයට එයා පත් වුණොත් විවේකය පීති සුඛය කියන එකේ තව එහාට ගිහිල්ලා එයාගෙ හිත හොඳට සමාධිමත් වෙනවා. හොඳට ප්‍රබලව හිත රැඳිල තියෙනවා. අර තිබ්බ පොඩ්ඩක් එහෙ මෙහෙ වෙන ගතිය, පොඩ්ඩක් හිතේ තියෙන චංචල ගතිය තවත් අයින් වෙලා. විතක්කය පොඩ්ඩක් ඉවත් වෙලා. එතකොට එකපාරට හිත නංවන්න තියෙන්නේ. නැංවුවාට පස්සේ හොඳට එතන හිත රැඳී සිටිනවා. සමාධිමත්ම වෙලා තියෙනවා. **සමාධිජපීතිසුඛසුඛුමසච්චසඤ්ඤා** තියෙනවා කියල දැන් බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා. මොකද, මේ දෙවෙනි ධ්‍යානයේදි කලින් එකටත් වඩා හරි තහවුරු වෙච්ච ගතියක් තියෙනවා. අර කලින් ටික ඉවත් වුණා. දැන් ඊටත් වඩා සූක්ෂ්ම සංඥාවක් හිත තුළ මතු වුණා.

තුන්වෙනි එකට යනවා. තුන්වෙනි ධ්‍යානය ගැන ඊට පස්සෙ කියල දෙනවා. ඒකෙ අර ප්‍රීතියටත් අදාළ ඕළාරික ගතිය අයින් කරලා තවත් හිත සූක්ෂ්ම වෙනවා. **උපෙක්ඛාසුඛසුඛුමසච්චසඤ්ඤාවක්** දැන් හිතේ ඉතුරු වෙනවා. තුන්වෙනි ධ්‍යානයේදි විශේෂයෙන්ම සැපය මුල් කරගත්ත, උපේක්ෂාව මුල් කරගත්ත සියුම් සංඥාවක් හිත ඇතුළෙ ඉතුරු වෙනවා කියලා කියනවා.

හතරවෙනි ධ්‍යානයට යනවා. එතෙන්දි සැපයත් ඉවත් කරලා දැන් උපේක්ෂාවම දැඩි වෙච්ච මතු වෙච්ච තව සංඥා මට්ටමක් ඉතුරු වෙනවා. ඊට පස්සෙ අපි හිතමු එයා ආකාසානඤ්චායතනයට යනවා. ඒ කියන්නෙ දැන් රූප හා සම්බන්ධ සම්පූර්ණ සංඥා ඉවත් වෙලා දැන් ආකාසානඤ්චායතන සියුම් සංඥාවක් දැන් පහළ වෙනවා. එතකොට මෙතන මේ පෙන්නන රටාව බුදුරජාණන් වහන්සේ මතු කරන්නේ සමථ ධ්‍යාන එකින් එක එකින් එක ඉදිරියට ඉදිරියට ඉදිරියට යද්දි මේ තැනැත්තා මොකක්ද කළේ? අර තිබුණ රළු, ඕළාරික සංඥා මට්ටමත් ඉවත් කළා. ඊට වඩා සියුම් සූක්ෂ්ම සංඥා මට්ටමක් ඉස්සරහින් තියාගත්තා. ඒ සඳහා වෑයම් කළා. පරණ සංඥා ටික ඉවත් වුණා. අලුත් සියුම් සංඥාවක් මතු වුණා.

දැන් මෙහෙම රටාවට විස්තර කරගෙන විස්තර කරගෙන ගිහිල්ලා බුදුරජාණන් වහන්සේ එක තැනකදි නවත්තනවා. මෙතෙන්දි ආකිඤ්චඤ්ඤායතන මට්ටමේදි තමයි නවත්තන්නේ. යෝගියා දැන් ඒ වෙලාවෙදි නුවණක් උපදවාගන්නවා. 'මං දැන් මේ කරපු ක්‍රියාපටිපාටිය මොකක්ද? රළු සංඥාවක් ඉවත් කළා. සියුම් සංඥාවක් සඳහා වෑයම් කළා. ඊට පස්සෙ ඒ මට්ටමේ රැඳුණා. ඊට පස්සෙ ඊට වඩා සියුම් සංඥාවක් ඉදිරිපත් කරගත්තා. දැන් මේ තියෙන රළු සංඥා ටික ඉවත් කරගත්තා. එතකොට මෙහෙම දිගට දිගට යනවට වඩා බැරිද මට අලුත් සංඥාවක් පහළ කරගන්න වෑයම් කරන්නෙ නැතුව? චේතනා පහළ කරන්නෙ නැතුව? මේ දැන් තියෙන සංඥාවත් ග්‍රහණය කරන්නෙ උපාදන කරන්නෙ නැතුව, මේ ටිකත් ඉවත් කරලා අලුත් එකකට හිත නංවන්නෙත් නැතුව, කිසිම චේතනාවක් කිසිම සංස්කරණය කිරීමක් කරන්නෙ නැතිව ඉන්න මට පුළුවන්ද?'

ඔතන තියෙනවා එක්තරා සන්ධිස්ථානයක්. එතකොට යම් කිසි කෙනෙක් සමථ භාවනාවකින් ගැඹුරට ගිහිල්ලා මේ තීරණය ගත්තොත්

එතෙන්දි බුදුරජාණන් වහන්සේ මතු කරනවා **න චෙව චෙතෙයයං න ච අභිසඞ්ඛරෙයයං.** එතකොට එයා ඉන් එහාට චේතනා මොකුත් පහළ කරන්නෙ නැතුව ඉන්න, කිසිම සංස්කරණයක් නොකර ඉන්න අධිෂ්ඨානයක් ඇති කරගන්නවා. දැන් මොකද එයාට රටාව තේරුණා. අර ඕළාරික සංඥා ඉවත් කරන්න හැබැයි එයා සියුම් සංඥාවක් මතු කරගන්නවා. ඒකට වෑයම් කරනවා. ඒ සඳහා චේතනා පහළ කරගන්නවා. ඒ සඳහා සංස්කරණ කරනවා. වෑයම් කරනවා. මට බැරිද යම් තැනකදි තීරණයක් ගන්න මේ අලුත් සංඥා උපදවන්න අවශ්‍ය නෑ. තියෙන සංඥා ටික බැහැර කරනවා. අලුතෙන් චේතනා පහළ කරන්න අවශ්‍ය නෑ. අලුතෙන් මොකුත් ඉල්ලන්න අවශ්‍ය නෑ. තියෙන එක එහෙම්ම යටපත් වෙන්න හරිනවා. එහෙම නම් එයාගෙ හිතේ මේ විදිහට බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා - දැන් මේ වගේ අලුතෙන් සංස්කරණ නොකිරීම හරහා, අලුතෙන් චේතනා පහළ නොකිරීම හරහා කලින් තිබිච්ච සංඥා නිරුද්ධ වෙලා යනවා. අලුතෙන් සංඥාවක් පහළ වෙන්නෙත් නැතුව ඉන්නවා. **සො නිරොධං ඵුසති.** ඔන්න දැන් නිරෝධයක් ස්පර්ශ කරනවා. එහෙනම් ක්‍රමානුකූලව සියලු සංඥා නිරුද්ධ කරහැරීමේ ප්‍රතිපදාවක් දැන් මෙතෙන්දි බුදුරජාණන් වහන්සේ මතු කරනවා. **එවං ඛො, පොට්ඨපාද, අනුපුබ්බාභිසඤ්ඤානිරොධ** - අනුපූර්වයෙන්, පියවරෙන් පියවර ගිහිල්ලා සංඥා නිරුද්ධ කරන ප්‍රතිපදාවක් දේශනා කරනවා කියල බුදුරජාණන් වහන්සේ කියල දෙනවා.

ඉතින් එහෙනම් අපිට තේරෙනවා දැන් **පොට්ඨපාද සූත්‍රය** තුළ අපිට සමථ භාවනාවක් හරහා ගිහිල්ලා අර අපේ සාමාන්‍යයෙන් හිත ඇසුරු කරන හිතට වද දෙන ඕළාරික රළු ගෘහාශ්‍රිත සංකල්පනා සිතුවිලි සංඥා යම් තාක් දුරට මැඩපවත්වලා එයාට ඊට වඩා සියුම් සංඥා තත්ත්වයකට පත් වෙන්න පුළුවන්. ඊට පස්සෙ ඒකෙ තව ටික රැඳිල ඉඳලා තවත් එකකට උත්සාහ කරලා අලුත් එකකට එන්නත් පුළුවන්. ඉතින් ඔහොම ඔහොම යන ගමනක් පෙන්නල දීලා යම් වෙලාවකදි එයා තීරණය කරගත්තොත් 'දැන් මේ කළා ඇති. දැන් මං නිශ්ශබ්ද වෙනවා. අලුතෙන් චේතනා පහළ කරන්නෙ නෑ. අලුතෙන් සංස්කරණ කරන්නෙ නෑ. තියෙන සංඥා ටිකත් එහෙම්ම ක්ෂය වෙලා යන්න නිරුද්ධ වෙලා යන්න ඉඩ හරිනවා' කියලා යම් තීරණයක් ගත්තා නම් එයාගෙ හිත අර කිසිවක් ඇසුරු නොකරන, කිසිවක්

උපාදන නොකරන, සංඥා නිරුද්ධ වෙලා ගිය තත්ත්වයකට ගන්න පුළුවන් බව මේ සූත්‍රය තුළ සනාථ කරල තියෙනවා. එතකොට මෙතන ඒ තීරණය ගත්ත තැනකට නමක් දීලා තියෙනවා **සඤ්ඤග්ග** කියලා. සංඥාව දුරු කරන්න ඒ අධිෂ්ඨාන පිහිටුවාගත්තා. නැත්නම් විපස්සනාවක් සඳහා උත්සාහවන්ත වෙන අවස්ථාව.

ඉතින් පොට්ඨපාද හොඳ ඉතාම ගැඹුරු ප්‍රශ්න කීපයක් මෙතෙන්දි මතු කරනවා - බුදුහාමුදුරුවෝ පෙන්නන්නෙ එක සඤ්ඤග්ගයක්ද? නැත්නම් ගොඩක් තියෙනවද? ඔය වගේ හොඳ ප්‍රශ්න ටිකකුත් මතු කරනවා. එතකොට අපිට තේරෙනවා මේ සංඥා කියන ඒවා භාවනාවක් තුළදි මතු වෙන්න පුළුවන් විවිධ අවස්ථා තියෙනවා. දැන් අපි මේ කතා කළේ සමථයක් හරහා ගිහිල්ලා බොහොම ගැඹුරකට අපිව එක්කගෙන යන බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නන ඒ ප්‍රතිපදාවක් ගැනයි. හැබැයි ඊට මෙහාදිත් අපිට විවිධ සංඥා හිත ඇතුළෙ භාවනා කරද්දිත් මතු වෙන්න පුළුවන්. හුඟක්දෙනෙක් රැවටෙන තැනක් තමයි ඕකත්. මොකද, හිතන්න දැන් අපි ආනාපානසතියක් වඩමින් යනවා. හුස්ම රැල්ල ටික ටික සියුම් වෙනවා. ඒකෙ අර කලින් තරම් විස්තර පේන්නෙ නැහැ. හුස්ම රැල්ල තැන්පත් වුණා වගේ බවක් එනවා. හිතත් එකඟ වෙලා තියෙනවා. ඔන්න ඒ අතරෙ මොකක් හරි රූපයක් අපේ හිතට පේන්න ගන්නවා. හිතමු අපිට ලස්සන බෝධීන් වහන්සේ කෙනෙක් පේනවා. නැත්නම් ලස්සන බුදු පිළිමයක් පේනවා. නැත්නම් අපි කැමති අපි ගරු කරන දේව රූපයක් පේනවා. නැත්නම් හිත බය වෙන තිගැස්සීමක් ඇති කරන යක්ෂ රූපයක් පේනවා. ඉතින් මේවත් ඇත්තටම සංඥා. නමුත් අපිට ඒක හිතෙන්නෙ නෑ ඒ වෙලාවෙදි. මොකද, ඒක ඉතාම ප්‍රබලව අපේ හිත මතුපිට ඉදිරිපත් වෙලා වගේ පේන ගතියක් තියෙනවා. හුඟක්දෙනෙක් මෙතෙන්දි රැවටෙනවා. අපි හිතමු බුදු පිළිමයක් පෙනුණා නම්, බුදුරජාණන් වහන්සේ මට කමටහන් දෙන්න ඇවිල්ලය කියලා රැවටෙන්නත් පුළුවන්. නැත්නම් මළගිය ඥාතියෙක්ගෙ රූපයක් පෙනුණා නම් - අපි හිතමු මේ මෑත කාලෙ අපේ ඥාතියෙක් කවුරු හරි මිය ගියා. එයාගෙ රූපෙ මැවිලා පේනවා. එතකොට එයා පින් ගන්න ඇවිල්ලය, මං මේ භාවනා කරද්දි එයා පින් ඉල්ලනවය කියල වැරදි විදිහට මේවා අර්ථකථනය කරන්නත් පුළුවන්.

ඇත්ත වශයෙන් මෙතෙන්දි වෙන්නේ, ටිකක් ගැඹුරින් කියනවා නම්, විඥාන ස්කන්ධය ක්‍රමානුකූලව ක්ෂය වීගෙන ක්ෂය වීගෙන ගියා. දැන් එයාට උන්හිටි තැන් අහිමි වෙන්නයි යන්නේ. එයා උපක්‍රමශීලීව මේ හිත තුළ තැන්පත් වෙලා තියෙන, ගබඩා වෙලා තියෙන යම් සංඥාවක් ඉස්සරහට අරගෙන ඒක තුළ අපිව මුළා කරලා තව දුරටත් රැඳී සිටින්න, දෙයක් ඇසුරු කරන්න තමයි මේ උත්සාහවන්ත වෙන්නේ. නමුත් එච්චරක් අපිට ගැඹුරට තේරෙන්නෙ නැති නිසා අපි හිතනවා මේ අහවලා දැන් ඉස්සරහට ඇවිල්ල තියෙනවා. එයා පින් ගන්න ඇවිල්ල තියෙනවා. නැත්නම් මට බුදුහාමුදුරුවො කමටහන් දෙන්න ඇවිල්ල තියෙනවා. නා නා ප්‍රකාර සිතුවිලි හදාගෙන, අපිම තව තව සංකල්පනා ගොඩනගාගෙන, අපි මේ සංඥාවලට ලොකු වැදගත්කමක් දෙනවා. අපි මේ සංඥාවලට පණ දෙනවා කියන්න පුළුවන්. එබඳු භාවනාව තුළ පහළ වෙන ඒ විවිධාකාර විකාරරූපී සංඥාවලට අපි පණ දීපු ගමන් අපි රැවටෙනවා. ඊට පස්සේ ඉතින් අපි ආයිත් ඊළඟ වතාවෙ භාවනා කරද්දි ආයිත් එබඳුම සංඥාවක් මතු වුණහම ආයිත් ඉතින් හිතනවා 'ආ! මිය ගිය ඥාතියෙක් මට උදව් කරන්න ඇවිල්ලා. මට මොනවා හරි කියල දෙන්න ඇවිල්ලා. මට අනාගතේ ගැන කියන්න ඇවිල්ලා. මට අනතුරු ඇඟවීමක් කරන්න ඇවිල්ලා' කියල ඉතින් ඒ ඔස්සේ කල්පනා කර කර කල්පනා කර කර යනවා.

ඒ නිසා ඇතැම් කෙනෙක් මේ සංඥාවල මුළා වෙලා ඒවා එල්ල කරගෙන භාවනා කරන්නත් ගිහිල්ලා අන්තිමට සම්පූර්ණයෙන්ම මේ භාවනා මාර්ගයෙන්, ප්‍රතිපදාවෙන් ඉවත් වෙලා සම්පූර්ණ විකෘති පැත්තට වුණත් යන්න ඉඩ තියෙනවා. මානසික රෝගී තත්ත්වයකට වුණත් යන්න ඉඩ තියෙනවා. ඒ තරම් හරි සූක්ෂ්මයි. ඒ නිසා භාවනාව තුළදි අපි මතක් කරගන්න ඕනැ, ටික ටික අපේ මේ අරමුණ සියුම් වෙනකොට විවිධාකාර අන්දමින් අපේ හිත ඇතුළේ වංචනිකව විවිධ සංඥා මතු වෙන්න පුළුවන්. මේවත් හුදෙක් සංඥා කියන එක අපි නුවණින් තේරුම්ගත්තා නම් එතන ගැලවීමක් තියෙනවා. ඒකයි බුදුරජාණන් වහන්සේ **ඵේණ පිණ්ඩූපම සූත්‍රයේදි** එහෙම මතක් කරන්නේ **මරීචිකූපමා සඤ්ඤා** - මේ සංඥාව හරියට මිරිඟුවක් වගේ. අපිට තේරෙන්නෙ නෑ. අපිට හිතෙන්නෙ මෙතන වතුර තියෙනවා කියලා. හැබැයි ඇත්ත වශයෙන් බැලුවහම මෙතන ඇති වතුරක් නෑ.

මෙතන තියෙන්නෙ හුදු මිරිඟුවක්. අපි මිරිඟුවක් දැකලා නැත්නම් කවදාවත් මිරිඟුවට අපි වුණත් රැවටෙන්න ඉඩ තියෙනවා. අපි අහල තියෙනවා මුවෝ රැවටිලා මිරිඟුව පස්සෙ දුවනවා කියලා. බුදුරජාණන් වහන්සේ එබඳු ඒ රැවටිලි සහගත මිරිඟුවකට තමයි උපමා කරන්නෙ සංඥා ස්කන්ධය. එතකොට අපේ හිත් ඇතුළෙත් එබඳු සංඥා පහළ වෙනකොට අපි නුවණින් තේරුම්ගන්නෙ නැතිව මේක සත්‍යයි කියල ගත්තොත්, මේක වැදගත් දෙයක් මේකට මං මුල් තැන දිය යුතුයි. මේ අහවලා. මේ පුද්ගලයෙක්. මේ අම්මා, මේ තාත්තා. මේ බුදුරජාණන් වහන්සේ. මොකක් හරි බෝධීන් වහන්සේ නමක් කියල අපි ඒවට නම් දීලා වටිනාකම් ඇඳලා කටයුතු කරන්න ගියොත් අපි සම්පූර්ණයෙන්ම අපේ භාවනාවෙන් පිරිහෙන්නත් පුළුවන්. වැරදි මාර්ගයක යන්න ඉඩ තියෙනවා.

ඒ නිසා මෙතෙන්දි සංඥා ස්කන්ධය විශේෂයෙන්ම භාවනා කරද්දි සියුම්ව අපිව මුළා කරන පැත්තක්. අපි ඒ හා සම්බන්ධයෙන් සෑහෙන්න දැනුවත් විය යුතුයි. එතකොට අපි අද දේශනාවෙදි විස්තර කළේ මේ සංඥාවලට රැවටෙන්නෙත් නැතිව අපි සූක්ෂ්මව ගියොත් එයාට සමථ භාවනාවක් හරහා ගිහිල්ල වුණත් පුළුවන්කම තියෙනවා ටික ටික ඒ රළු සංඥා ඉවත් කරලා සියුම් සංඥාවකට පැමිණෙන්න. ඒ සියුම් සංඥාව ඉවත් කරලා ඊටත් වඩා සියුම් සංඥාවකට පැමිණෙන්න. යම් අවස්ථාවකදි තීරණයක් අරගෙන කිසිම චේතනාවක් පහළ නොකර, අලුත් සංඥා උපදවන්න වෑයම් කරන්නෙත් නැතුව, චේතනාත් පහළ නොකර හිත සම්පූර්ණයෙන්ම නිශ්ශබ්ද වීමක්, හිතේ පහළ වෙච්ච සංඥා ක්‍රමානුකූලව ක්ෂ යකර හැරීමක් හරහා නිරෝධයක් ස්පර්ශ කරන්නත් මේ සූත්‍රයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ මග පෙන්වලා තියෙනවා.

අපි බලමු ඉදිරියේදි තවත් ක්‍රම මොනවද තියෙන්නෙ මෙබඳු සංඥා ක්‍රමානුකූලව ක්ෂය කර හරින්න, ඒවායින් අපේ හිත මුදවගන්න කියලා. සමථ භාවනාව තුළින් අපේ හිත් තුළ කෙලෙසීම් අඩු කරගෙන, සංඥාවලින් වෙන පීඩා අඩු කරගෙන, හිත සහනශීලීව සැහැල්ලුවෙන් බොහොම මෘදු අන්දමින් තබාගැනීම සඳහා මග පෙන්වීමක් අද ධර්ම දේශනාවෙන් සිදු වේවා කියල ප්‍රාර්ථනා කරමින්, අද ධර්ම දේශනාව අවසන් කරනවා. සියලුදෙනාටම තෙරුවන් සරණයි.

ධර්ම ගැටලු සහ පිළිතුරු

ප්‍රශ්න: ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, **පොට්ඨපාද සූත්‍රයේ** සමථය වඩන අයකු ප්‍රථම, ද්වීතිය, තෘතීය, චතුර්ථ යන රූපාවචර ධ්‍යාන සහ ඉක්බිතිව අරූපාවචර ධ්‍යානවලට එළඹෙමින් ඕළාරික සංඥා ඉවත් කොට ඒ වෙනුවට සුඛුම සංඥාවන් ඇති කරගන්නා ක්‍රමික ශික්ෂාවක් පිළිබඳව සඳහන් වේ. සම්පූර්ණ සංඥා නිරෝධයකට සිත පිහිටුවාගත හැක්කේ අවසාන අරූපාවචර ධ්‍යානයකට එළඹී අයකු හට පමණක්ද යන්න පහදා දෙන මෙන් ගෞරවයෙන් ඉල්ලා සිටිමි.

පිළිතුර: ඇත්තටම ඔය ප්‍රශ්නය ඉතාම වටින ප්‍රශ්නයක්. **පොට්ඨපාද සූත්‍රයේ** පොට්ඨපාද ඔය ප්‍රශ්නය අහනවා බුදුරජාණන් වහන්සේගෙන්. මොකද, බුදුරජාණන් වහන්සේ ඉදිරිපත් කරපු ඒ පිළිතුරේ එක්කගෙන යනවා ආකිඤ්චඤ්ඤායතනය දක්වා. ආකිඤ්චඤ්ඤායතනය කියන්නෙ අරූපී ධ්‍යානවල තුන්වෙනි ධ්‍යානය. එතනදි තමයි ඔය කියන නිරෝධයට ස්පර්ශ වීම සඳහා එයා තීරණයක් ගන්නෙ. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා මෙතෙන්ට ආවට පස්සෙ දැන් එයාට තේරෙනවා මේ ආපු රටාව. දැන් අර කිව්ව වගේ එක මට්ටමක ඉන්නවා, හැබැයි ඊට වඩා සියුම් තැනකට යෑම සඳහා වෑයම් කරනවා. එතෙන්දි යම් සංස්කරණයක් කරනවා. එයාගෙ හිතේ චේතනා පහළ කරගන්නවා. එතකොට කලින් තිබ්බ්ච එක අතහරිනවා. අලුත් එකට පැමිණෙනවා. එතන ඉන්නෙත් නැතුව ඊට පස්සෙ ආයිත් අලුත් එකකට පැමිණීම සඳහා ආයිත් වෑයම් කරනවා. අලුතෙන් චේතනා පහළ කරනවා. අලුතෙන් සංස්කරණ කරනවා. ආයිත් අලුත් එකකට පැමිණෙනවා. පරණ එක හලනවා. දැන් මෙහෙම මෙහෙම ගිය රටාවේ ආකිඤ්චඤ්ඤායතන මට්ටමේදි තමයි බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරන්නෙ දැන් එයා තීරණයක් ගන්නවා 'මෙහෙම චේතනා පහළ කරන එක මම නවත්තනවා. අලුත් එකකට මම වෑයම් කරන්නෙත් නෑ. තියෙන සංඥා ටික මම හලනවා. තියෙන සංඥා ටික එහෙම්ම ක්ෂය වෙන්න හරිනවා'. එතන තමයි නිරෝධයක් ස්පර්ශ කරනවා කියල කියන්නෙ.

ඔය කතාව ඔය විදිහට බුදුරජාණන් වහන්සේගෙන් අහගත්තට පස්සෙ පොට්ඨපාද අහනවා, 'ස්වාමීනි, එතකොට මේ සඤ්ඤග්ග කියන ඒවා - ඒ කියන්නෙ අර සංඥාව නිරුද්ධ කිරීම සඳහා ඒ

එළඹෙන අවස්ථා එකක්ද ඔබවහන්සේ පනවන්නේ? නැත්නම් ගොඩක් තියෙනවද?' බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා මෙතන එකකුත් මට පනවන්න පුළුවන් ගොඩකුත් පනවන්න පුළුවන් කියලා. එතෙන්දි ඒක දහමට අනුව අපිට තේරෙන්නෙ පළවෙනි ධ්‍යානෙදි වුණත් එයාට ඒ අවස්ථාව ගන්න පුළුවන්. යම් කිසි කෙනෙක් ප්‍රථම ධ්‍යානයට පැමිණිලා එතෙන්දි එයා තීරණය කරනවා නම් 'දැන් මම ඊළඟ එකට යන්න ඇනි නැහැ. දැන් මේ තියෙන සංඥා ටිකත් මම හලනවා. තියෙන සංඥා ටිකත් ක්ෂය කරල හරිනවා. ඊට පස්සේ මම මොකුත්ම චේතනා පහළ නොකර, අලුතෙන් සංස්කරණ නොකර මෙතන මං වාසය කරනවා' කියලා, ඒ තීරණය පළවෙනි ධ්‍යානයේදි එයා ගත්තත් ඒත් ඒ වැඩේ වෙනවා. ඒ කියන්නෙ නිරෝධයක් ස්පර්ශ කරන්න අවස්ථාව ලැබෙනවා. ඊළඟට අපි හිතමු එයා ඒකෙදි කරන්නෙ නැතුව දෙවෙනි ධ්‍යානයේදි ඒ තීරණය අරගෙන දෙවෙනි ධ්‍යානයේදි විපස්සනාවක් මේ විදිහට වැඩුවා නම් ඒත් ඔය තත්ත්වය පහළ කරගන්න පුළුවන්.

ඉතින් ඒ නිසා ඕනෑම තැනක් අපිට සඤ්ඤග්ගයක් කියල පනවන්න පුළුවන්. ප්‍රථම ධ්‍යානය වුණත් පුළුවන්, දෙකත් පුළුවන්, තුනත් පුළුවන්, හතරත් පුළුවන්, ආකාසානඤ්චායතනත් පුළුවන්. ඕනෑම එකකදි ඔය තීරණය ගන්න පුළුවන්. නමුත් බුදුරජාණන් වහන්සේ මුලදි ඉදිරිපත් කරල තියෙන්නෙ අන්තිමටම ගෙනිහිල්ල තමයි. පොට්ඨපාද අහන ප්‍රශ්නෙදි බුදුරජාණන් වහන්සේ පැහැදිලි කරල දෙනවා මේ ඕනෑම තැනකදි පුළුවන් කියලා.

<u>ප්‍ර</u>ඃ ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, පොට්ඨපාද ඇසූ, 'එකම සඤ්ඤග්ගයක් පනවනවාද? නැත්නම් බොහෝ සඤ්ඤග්ගයනුත් පනවනවාද?' යන පැනයට භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ පිළිතුර වූයේ, 'මම එක සඤ්ඤග්ගයකුත් පනවමි. බොහෝ සඤ්ඤග්ගයනුත් පනවමි' යනුවෙනි. මෙය පැහැදිලි කර දෙන මෙන් ගෞරවයෙන් ඉල්ලා සිටිමි.

<u>පි</u>ඃ අපි විපස්සනාවක් අරමුණු කරල කතා කරනවා නම් එතෙන්දි එයා ධ්‍යානයකට නොගියත් එයාට යම් පමණකට චිත්තානුපස්සනාවක් වඩාගන්න පුළුවන්කමක් තියෙනවා නම් එතෙන්දි වුණත් ඔය තීරණය ගන්න පුළුවන්. උපචාර සමාධි මට්ටමේදි වුණත් ඔය තීරණය ගන්න පුළුවන්. ප්‍රථම ධ්‍යානයෙදි වුණත් ඔය තීරණය ගන්න පුළුවන්. දැන්

හිතන්න යම් කිසි කෙනෙක් දිගට යන්නෙ නැතිව ප්‍රථම ධ්‍යාන මට්ටමේදිම ඔය තීරණය ගත්තා නම් එතකොට එයාට තියෙන්නෙ එකයි. දැන් අපි ධ්‍යාන පැත්තෙන් කතා කළොත් පළවෙනි ධ්‍යානයේදි මෙයා තීරණය ගත්තා. හැබැයි එයා එකෙන් දෙකට ආවා. දෙකෙන් තුනට ආවා. ඔන්න තුනේදි තීරණය ගත්තා. එතකොට තවත් සඤ්ඤඟ්ග කීපයක් පහු කරගෙන ඇවිල්ල තුන්වෙනි අවස්ථාවෙදි තමයි එයා මේ තීරණය අරගත්තේ. එයා ඒ කලින් අවස්ථා ගත්තෙ නෑ. ඒවා උපයෝගි කරගත්තෙ නෑ.

ඒ නිසා හැකියාව තියෙනවා. ඒක සමහර වෙලාවට ගුරුවරු මත තීරණය වෙනවා. නැත්නම් යෝගාවචරයා මත තීරණය වෙනවා. සමථ පුබ්බංගම විපස්සනාවක් වඩන යෝගාවචරයෙකුට හොඳට තහවුරු වෙච්ච තැනක් - අපි හිතමු එයාට තහවුරු වෙලා තියෙන්නේ, එයාට ප්‍රිය කරන්නේ, හිත හොඳට රැඳෙන්නේ දෙවෙනි ධ්‍යානයේ නම් ගුරුවරයා සමහර විට එයාව උනන්දු කරවන්න පුළුවන් 'මේ දෙවෙනි ධ්‍යානය හොඳට ඇසුරු කරන්න. එතන ඉඳගෙන විපස්සනාව සඳහා වෑයම් කරන්න' කියලා. ඒ වගේ එයාට උපදෙස් දෙන්න ඉඩ තියෙනවා. අපි හිතමු තවත් කෙනෙක් හොඳට ප්‍රබලව දියුණු කරන්නේ තුන්වෙනි ධ්‍යානය නම්, තුන්වෙනි ධ්‍යානයට එයා හුරු වුණාට පස්සේ එතෙන්දි ඔය තීරණය ගන්න කියලා එයාව පොළඹවන්න පුළුවන්. ඒ නිසා ඒක සමහර වෙලාවට ආචාර්යයන් වහන්සේ මත හෝ යෝගාවචරයා මත තීරණය වෙන්න පුළුවන්.

නමුත් බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ අවස්ථා ඕනෑ එකක් මේ සඳහා සුදුසුයි කියන එක පෙන්නල දීල තියෙනවා. ඉතින් වෙලා තියෙන්නෙ ඇතැම් අවස්ථාවලදි කෙනෙක් සමථ භාවනා වඩද්දි එයා ඒක ටිකක් ප්‍රිය කරන ගතියක්, ඒක තුළ වාසය කරන ගතියක්, ඒකට පෙළඹෙන ගතියක් තියෙන්න පුළුවන්. එතෙන්දි තමයි එයාව අනිත් පැත්තෙන් දැනුවත් කරන්න ඕනෑ 'ඕක තුළ දිගට දිගට ඉඳල හරියන්නෙ නෑ. ඊළඟ ඊළඟ මට්ටම්වලට ගියා කියලත් ඔතන හරියන්නෙ නෑ. දැන් ඔතන තියෙනවා ඔයාට යම් කිසි තීරණයක් ගන්න' කියලා. මේ යන රටාව තේරුම්ගන්න අවශ්‍යයි. නේද? දැන් එයාව විපස්සනාවට හැරවීමක් ඔතන තියෙන්නේ. මොකද, ඇතැම් කෙනෙක් සමාධියට ලොල් වෙන ගතියක් තියෙනවා. ඕක නිකාන්තියක් කියල

සාමාන්‍යයෙන් පෙන්නනවා. සමථ භාවනාවක් තුළ ඒ සමාධියට අපේ හිතේ ඇති වෙනවා ආශාවක්. ඒක තුළ ඉන්න හිතෙන ගතියක්. ඒක තුළම ඔහේ වාසය කරන්න හිතෙන ගතියක්. එයාට ඒකෙන් ඉවත් වෙන්න වුවමනාවක් නෑ. ඔහේ නිකන් ඒක අස්සට වෙලා දවස ගත කරන්න හිතෙන්න පුළුවන්. මොකද, මුළු ලෝකෙන්ම ඉවත් වෙලා එතන ලැබෙන යම් කිසි ආස්වාදයක් මුල් කරගෙන එයාට එතන වාසය කරන්න හිත පොළඹවනවා. නමුත් එතෙන්දි එයා විපස්සනාවක් සඳහා හරවන්න වෙනවා. එහෙම පැය ගණන් එතන හිටියා කියලා කෙලෙස් කැපීමක් සිද්ධ වෙන්නෙ නැහැ. ඊට වඩා වෙන ගැඹුරකට අපිට යන්න අවශ්‍යයි. විපස්සනාවක් සඳහා යොමු වෙන්න අවශ්‍යයි කියලා ඒ යෝගාවචරයාව අනිත් පැත්තට හරවන්න අපිට සිද්ධ වෙනවා. ඒ හරවන එක තමයි මෙතෙන්දි බුදුරජාණන් වහන්සේ මතු කරලා තියෙන්නේ. ඒ හරවන අවස්ථාව කොතනද කියන එක තමයි යෝගාවචරයා දිහා බලලා අවස්ථානුකූලව කරන්න වෙන්නේ.

<u>ප්‍ර</u>ඃ ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, වසර 6 ක් පමණ සතිමත් බව පුහුණු කරන යෝගාවචරයෙක්මි. කාර්යාලයට යාම සඳහා වාහනය එන තෙක් බලා සිටි අවස්ථාවකි. ඉදිරියේ දිස් වන ගොඩනැගිලි, ගස් සහ අහස සමස්තයක් ලෙස එකට නෙත ගැටිණි. මේ සියල්ල සතර මහා ධාතුවක් ඇති තැනක සිතේ පවතින කෙලෙස්වලට හා දැනුම, රුචි අරුචිකම් ආදියට අනුරූපව සිතින් පනවාගෙන බාහිරයේ ඇතැයි සිතාගැනීමක්ම බවට සිතෙහි සිතුවිල්ලක් මතු විය. සතර මහා ධාතුව පවතින්නා වූ දෙයක් නොව ක්ෂණයක් පාසා හටගෙන නිරුද්ධ වන ශක්ති විශේෂයක් පමණක් බව සිතුණි. මේ සිතුවිලිත් සමග සිත හෙම්හිට සැහැල්ලු වී පැතිරී ගියාක් මෙන් දැනුණි. පර්යංකයේදී සිත සිතුවිලිවලින් හිස්ව පැතිර යන ස්වභාවයක් අත්දුටුවත්, මනසිකාරයක් ඔස්සේ එවන් අවස්ථාවකට සිත පත් වූ ප්‍රථම අවස්ථාව මෙයයි. මේ අත්දැකීම හඳු බෙදගැනීමට හා ඔබවහන්සේගේ ධර්මාවවාද ලබාගැනීම පිණිස ඉදිරිපත් කරමි.

<u>පි</u>ඃ අපි මුලදි ක්‍රමානුකූලව පියවරෙන් පියවර ගිහිල්ලා - අපි හිතමු ධාතු මනසිකාරයක් වඩලා, නැත්නම් වේදනානුපස්සනාවක් වඩලා, චිත්තානුපස්සනාවක් වඩලා අපි තුළ ඔය නුවණ උපදවගන්න ඕනැ. ඒ නුවණ උපදවගත්තට පස්සේ එතන හිත රැඳෙන්න පටන්ගන්නවා. අපි

ධාතු මනසිකාරයක් වඩලා කාලයක් යනකොට අපිට මේ රූපී සංඥාව පිළිබඳව, එහෙම නැත්නම් අපිට මේ පේන දේවල් පිළිබඳව, ඇහෙන දේවල් පිළිබඳව හිත දැන් වැඩිය දුවන්නෙ නැහැ. හිත හුදකලා වෙන්න, එයාගෙ පාඩුවේ ඉන්න පෙළඹෙනවා. ධාතු මනසිකාරයක් වැඩීමේ එක ප්‍රතිඵලයක් ඒක. එයාට දැන් රූප පෙනුණට ඒ පෙනෙන රූප ඔස්සේ හිත යන්නෙ නෑ. ශබ්ද ඇහෙනවා. නමුත් ඇහෙන ශබ්ද ඔස්සේ කල්පනා කරන්න, හිතන්න, කවි ලියන්න යන්නෙ නෑ. ගඳ සුවඳ දැනෙනවා, රස දැනෙනවා, ස්පර්ශ දැනෙනවා. නමුත් ඒ එකක්වත් ඔස්සේ දැන් හිත පෙළඹෙන්නෙ නෑ ගිහිල්ලා පැටලිලා ඉන්න. මඤ්ඤනා කරන්න පෙළඹෙන්නෙ නෑ. ප්‍රපංච කරන්න පෙළඹෙන්නෙ නෑ.

ඒ හැකියාව ගොනු වෙලා ආවට පස්සෙ, ඒ කුසලතාව හිත තුළ වර්ධනය වෙලා ආවට පස්සෙ - අපි ඉස්සරහදි ඒක කතා කරමු. ඊළඟ දේශනාවෙදි අපිට කතා කරන්න පුළුවන් තදංග නිබ්බුති අවස්ථාවක් ගැන එහෙම - එතකොට එබඳු තත්ත්වයක් හිත තුළ හුරු කරන්න හුරු කරන්න දැන් ලොකුවට නැවත ත්‍රිලක්ෂණය වඩමින්, නැවත නැවත ධාතු මනසිකාරයක් වඩමින් මෙතෙන්ට එන්න අවශ්‍ය වෙන එකක් නෑ. මොකද, හිතට දැන් හුරු වෙච්ච තත්ත්වයක් බවට පත් වෙනවා මේ තත්ත්වය. භාවිතා බහුලීකතා කරල ගත්තා නම් දැන් මේක හිතට හුරු වෙච්ච තැනක් බවට පත් වෙනවා. ඒ නිසා පුංචි මතක් කිරීමක් , පුංචි මනසිකාරයක් හරහා දැන් අපි ඒ නුවණ අවදි කරපු ගමන් හිත එතෙන්ට පත් වෙනවා.

ඔන්න ඔය වගේ තත්ත්වයක් ඔතන තියෙන්නේ. මුලදි තමයි වැඩේ අමාරු. මොකද, අපිට ඒක තේරෙන්නෙ නෑ. අපි තුළ ඒ නුවණක් නෑ. අපේ හිතේ නීවරණ බහුලයි. කෙලෙස් බහුලයි. ඒ නිසා අපිට හිත කෙලෙසුන්ගෙන් නිදහස්, හරි සැහැල්ලු, ශාන්ත, නැත්නම් උපේක්ෂා සහගත, උපාදනවලින් තොර තත්ත්වයක් හඳගන්න පුළුවන් කියලවත් අපිට තේරෙන්නෙ නෑ. හැබැයි ටික ටික විපස්සනාවක් වඩලා යෝගාවචරයෙක් ඒක හඳගත්තට පස්සෙ එතන හිත තව තව හුරු වෙන්න හුරු වෙන්න එයාට අර වගේ සියුම් මනසිකාරයක් හරහා වුණත් ඒ නුවණ උපදවාගන්න හැකියාව තියෙනවා. ඒ නුවණ ඉපදුණා නම්, නුවණ මතු වුණා නම්, ආයෙත් ඒ නිදහස් තත්ත්වයට හිත පත් වෙනවා.

ඔන්න ඔය වගේ දෙයක් ඔතන වෙලා තියෙන්නේ. ඒකෙ කිසිම වරදක් නැහැ. එතන එළඹ තව තව වාසය කරන්නයි තියෙන්නේ.

14| නිමිති නොගැනීමට විපස්සනාවෙන් මගක්

නමො තස්ස භගවතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස

දිට්ඨෙ දිට්ඨමත්තං භවිස්සති, සුතෙ සුතමත්තං භවිස්සති, මුතෙ මුතමත්තං භවිස්සති, විඤ්ඤාතෙ විඤ්ඤාතමත්තං භවිස්සතී'ති. එවඤ්හි තෙ, බාහිය, සික්ඛිතබ්බං'ති.

ශ්‍රද්ධාවන්ත පින්වත්නි, අපි පසුගිය සතියෙදි සාකච්ඡා කළා විශේෂයෙන්ම සමථ භාවනාවක් මුල් කරගෙන අපි තුළ එක්තරා අන්දමක සංඥා නිරුද්ධ කර හැරීමක් - අනුපිළිවෙළින් සංඥා සූක්ෂ්ම කරල, අන්තිමට ඒ සංඥා නිරුද්ධ කරන එක්තරා අන්දමක නිරෝධයක් සම්බන්ධයෙන්. **පොට්ඨපාද සූත්‍රය** මුල් කරගෙන අපි තරමක් දුරට සාකච්ඡා කළා.

අද අපි විශේෂයෙන්ම බලාපොරොත්තු වෙන්නේ විපස්සනාවක් මුල් කරගෙන කොහොමද අපි හිත තුළ හික්මීමක් ඇති කරගන්නේ කියන කාරණාව. අපිට මතක් වෙනවා ගිය පාරත් මතක් කළා **චූල සුඤ්ඤත සූත්‍රයේ** බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා ග්‍රාම සංඥා ඉවත් කරලා, නගරය හා සම්බන්ධ සංඥා ඉවත් කරලා, රන් රිදී මුතු මැණික් පිළිබඳ සංඥා ඉවත් කරලා අපි ආරණ්‍යයකට පැමිණියහම, නැත්නම් භාවනා මධ්‍යස්ථානයකට පැමිණියහම කොහොමද එතන තියෙන සංඥාවලට අපේ හිත සීමා කරගන්නේ? ඊට පස්සේ අපි එතන තියෙන සංඥා ටිකත් පොඩ්ඩක් පැත්තකින් තියලා අපේ කයට කොහොමද හිත ගන්නේ? ඊළඟට කය පිළිබඳ සංඥා සියල්ල ගන්නවා වෙනුවට අපි කොහොමද යම් කිසි එක ධාතු ලක්ෂණයකට හිත තියාගන්නේ?

මෙතනත් තියෙනවා ක්‍රමානුකූලව සංඥා අඩු කරගෙන යන ඒ ප්‍රතිපදාව. ඒක විපස්සනාවටත් අදාළයි. සමථ කියල නෑ, විපස්සනාවක් කියල නෑ, එතකොට අපිට පොදුවේ අපි සාමාන්‍යයෙන් නගරවාසීව කටයුතු කරනකොට, කාර්යබහුලව කටයුතු කරනකොට, විවිධ සමාජ තරාතිරම්වල කටයුතු කරනකොට අපේ හිත ඇතුළෙ නිරන්තරයෙන් විවිධ සංඥා ගොඩගැහෙන ගතියක්, පොදිබැඳෙන ගතියක් තියෙනවා. අපි ඉගෙන කියාගන්නකොට, තව තව දේවල් හදරනකොට මේ තොරතුරු තාක්ෂණ යුගයේදි මේ සංඥා අපේ ඔළුවල පිරෙන්න ගන්නවා. ඒ නිසා අපි එතෙන්දි මේ සංඥාවලට සාදර වෙනවා. පුළුවන් තරම් මේ දේවල් මතක තියාගන්න පෙළඹෙනවා. අපි ඒවා තව තව ඇසුරු කරන්න පෙළඹෙනවා. අපි ඒවා වුවමනාවෙන්ම ඉගෙනගන්නවා. මේ විදිහට සංඥා ස්කන්ධය පිළිබඳව අපි කිසි විචාරයක් නැතුව සමහර වෙලාවට කටයුතු කරනවා. ඒ නිසාම හිත ලොකු පීඩාවකට, බර වීමකට, හිර වීමකට, ආතතියකට පවා ලක් වෙනවා.

හැබැයි දැන් භාවනාවකදි අපි ඒකෙ අනිත් පැත්ත තමයි කරන්න බලාපොරොත්තු වෙන්නේ. මොකද, අර පිරිච්ච සංඥා ගොඩක් වෙනුවට අපි ඉදිරිපත් කරගත්ත යම් කිසි සියුම් සංඥාවක් සැහැල්ලු සංඥාවක් ඉස්මතු වෙන්න, ඒකට මුල් තැනක් දෙන්න අපි උත්සාහවන්ත වෙනවා. අපි හිතමු යම් යෝගාවචරයෙක් ආනාපානසතියක් වඩනවා නම්, එතකොට ආශ්වාසයට මුල් තැන දීලා එතෙන්ට අවධානය යොමු කරලා බලන්න උත්සාහවන්ත වෙනවා. ප්‍රශ්වාසයට මු ල්තැන දීලා එතෙන්ට අවධානය යොමු කරලා බලන්න උත්සාහවන්ත වෙනවා. නමුත් මේ සංඥා, ආශ්වාසය ප්‍රශ්වාසය කියන දේවල් හරිම සියුම් දේවල්. මේවා මහා ප්‍රණීත දේවල් කියල මුලදි එහෙම හැඟීමක් නෑ. අපිට චිත්‍රපටියක් බලනවා වගේ, සිංදුවක් අහනවා වගේ එහෙම ආස්වාදයක් මෙතන නැහැ. මෙතන තියෙන්නෙ ඉතාම සියුම් සංඥාවක්. නමුත් අපි උපක්‍රමශීලීව මේ සංඥාව තමයි දැන් ඉස්සරහින් තියාගත්තේ. එතකොට ගෙවල් දොරවල් පිළිබඳ ගෘහාශ්‍රිත සංඥා ඔක්කෝම දැන් පොඩ්ඩ පොඩ්ඩ අපෙන් ඉවත් වෙන්න ඕනැ. හිතට එන නා නා ප්‍රකාර සිතුවිලි පොඩ්ඩ පොඩ්ඩ අඩු වෙලා යන්න ඕනැ. ඊළඟට අපි හිතමු අපිට යාන වාහන, වත්පොහොසත්කම්, බැංකු ගිණුම්, අපේ රැකීරක්ෂා, සම්බන්ධයෙන් මේ මොනවාම හරි තියෙනවා නම් ඒවත් පොඩ්ඩ

පොඩ්ඩ ඉවත් වෙලා යන්න ඕනැ. අපි අර ගිය වාරෙ මතක් කරගත්ත වගේ නීවරණ ටික අපෙන් ඉවත් වෙලා යන්න ඕනැ. ඒ වෙනුවට දැන් අපේ හිතේ එක්තරා අන්දමක සමාධිමත් බවක් ගොඩනැගෙන්න ඕනැ.

ඒක සමථයට විපස්සනාවට දෙකටම අදාළයි. එතකොට අපි පොඩ්ඩ පොඩ්ඩ ඒ **විවිච්චෙව කාමෙහි විවිච්ච අකුසලෙහි ධම්මෙහි** කියලා අපි ගිය පාර මතක් කරපු ඒ කාමයන්ගෙන් හිත ඉවත් කරලා, අකුසලයන්ගෙන් හිත ඉවත් කරලා දැන් හිත තුළ විතක්කය, විචාරය, ප්‍රීතිය, සුඛය, ඒකග්ගතාව කියලා සමාධි අංග 5 ක් ඉස්සර කරගත්තා. ඒ වගේමයි විපස්සනාවෙදිත් අපි ඒ අරමුණට නැවත නැවත හිත නැංවීමෙ විතක්කය ශක්තිමත් කරගන්න අවශ්‍යයි. ආනාපානයට අපි නැවත නැවත හිත නංවනවා නැත්නම් අපි පිම්බීම හැකිළීම භාවනාවක් නම් වඩන්නේ, ඒ පිම්බීම හැකිළීම කියන අරමුණට නැවත නැවත හිත නංවනවා. මේ විතක්කය හොඳට ශක්තිමත් වෙන්න අවශ්‍යයි. සමථයටත් වඩා දැන් විපස්සනාවෙදි මේ අරමුණ පිළිබඳ විමසීම හොඳට ඉස්මතු වෙන්න ඕනැ. සම්පජඤ්ඤය පැත්තට වැඩි අවධානයක් දෙන්න ඕනැ. අරමුණ හොඳට විමසා බලන්න ඕනැ. විමර්ශනයක් කරන්න ඕනැ. ධම්මවිචය වැඩෙන්න අපි උනන්දු කරන්න ඕනැ. හොඳට අපි සතිපට්ඨානයක් වඩාගෙන යනකොට සතිය හොඳට තහවුරු වෙලා අඛණ්ඩ වෙලා එනකොට ඒ ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣංගය වඩන්න බුදුරජාණන් වහන්සේ විශේෂයෙන් කියනවා - **තථා සතො විහරන්තො තං ධම්මං පඤ්ඤාය පවිචිනති, පවිචරති, පරිවීමංසං ආපජ්ජති**. දැන් අර විදිහට හොඳට සතිමත්ව වාසය කරද්දි ඒ සතිමත් වීම සඳහා ඉස්සරහින් තියාගත්ත අරමුණම අපි හොඳට විමසලා බලනවා. ඒකෙ යථා ස්වභාවය තේරුම්ගන්න වෑයම් කරනවා. ඒකෙ විවිධ ගති ලක්ෂණ මතු කරගන්න වෑයම් කරනවා. ඒ තුළ දැන් ධම්මවිචයක් වැඩෙනවා. නුවණක් වැඩෙනවා. සම්පජඤ්ඤයක් වැඩෙනවා. දැන් එතකොට සතිමත් බව සෑහෙන දුරකට තියෙනවා. වීරිය සම බර කරගෙන ගානට ඒ සුසර කිරීම් ටික කරගෙන දැන් ඉතින් අරමුණ පිළිබඳ යථා ස්වභාවය තේරුම්ගන්න වෑයම් කරනවා.

මේ කටයුත්තේ සෑහෙන දුරකට යනකොට තමයි - අපි හිතමු ධාතු මනසිකාරයකදි නම් ධාතු ලක්ෂණ ටික මතු වෙලා එන්නේ. පඨවි ධාතුවේ ලක්ෂණ මොනවද, ආපෝ ධාතුවේ ලක්ෂණ මොනවද,

තේජෝ ධාතුවේ ලක්ෂණ මොනවද, වායෝ ධාතුවේ ලක්ෂණ මොනවද කියල ඒ ලක්ෂණ ටික හොඳට දැන් අපේ හිතේ තහවුරු වෙන අවස්ථාවක්. අපි හිතමු වේදනානුපස්සනාවක් වඩනවා නම්, විවිධාකාර වේදනා පහළ වෙනකොට අපි ඒවාට විශේෂ ඇල්මක් හෝ එපා වීමක් හෝ ඒවා ප්‍රතික්ෂේප කිරීමක් නැතුව කොයි වේදනාව ආවත් මට ප්‍රශ්නයක් නෑ කියල දැන් මේ කොයි වේදනාව දිහාත් බලාගන්න පුළුවන්. සැප වේදනාවක් පහළ වෙනවා, ඒක දිහාත් බලනවා. දුක් වේදනාවක් පහළ වෙනවා, ඒක දිහාත් බලනවා. උපේක්ෂා වේදනාවක් පහළ වෙනවා, ඒක දිහාත් බලනවා. ඉතින් එතන තියෙන්නෙ මධ්‍යස්ථ බැල්මක්. ඒ වගේමයි පුංචි දුරස්ථ භාවයක් තියාගෙන කරන බැල්මක්. දැන් සාමාන්‍යයෙන් නම් වෙන්නේ සැප වේදනාවක් පහළ වුණොත් ඒකට අපේ හිතේ ලොකු කැමැත්තක් ඇති වෙලා ආශාවක් ඇති වෙලා ඒකට බැඳෙන ගතියක්, ඒ වෙතට නැඹුරු වෙන ගතියක්, ඒක උපාදන කරන ගතියක් තමයි. නමුත් එහෙම කරන්නෙ නැතිව දැන් අපි පොඩ්ඩක් දුරස්ථ භාවයක් තියාගෙන, බොහොම මධ්‍යස්ථව, ඒ පහළ වෙන වේදනා ගැන විනිශ්චයක් කරන්න යන්නෙ නැතිව මේ වේදනා දිහා බලන්න වෑයම් කරනවා. අපි වේදනානුපස්සනාවක් වඩද්දි ඒ ආකල්පය, ඒ පරතෝ බැල්ම ඉතාම වැදගත්.

අපි හිතමු කෙනෙක් චිත්තානුපස්සනාවක් වඩනවා කියලා. එතකොට හිතේ විවිධාකාර සිතුවිලි පහළ වෙනවා. රාග සිතුවිලි පහළ වෙනවා. ද්වේෂ සිතුවිලි පහළ වෙනවා. ඊර්ෂ්‍යාව මුල් කරගත්ත සිතුවිලි පහළ වෙනවා. වික්ෂිප්ත භාව ඇති වෙනවා. ඇතැම් වෙලාවට හිත එකඟ වෙනවා. එතකොට මේ විදිහට මේ හොඳ පැත්ත හෝ නරක පැත්තයි කියල අපි තීරණය කරන පැති පහළ වෙනවා. නමුත් දැන් මේක හොඳයි මේක නරකයි කියල කියන්නෙ නැතුව රාග සිතත් හුදෙක් රාග සිතක් විතරයි, නෙක්ඛම්ම සිතත් හුදෙක් සිතක් පමණයි, මෛත්‍රී සිතත් සිතක් පමණයි, ද්වේෂ සහගත සිතත් සිතක් පමණයි කියලා කොයි සිතත් ඇති වෙලා නැති වෙලා යන ස්වභාවයක්ය කියන එක මතු කරගන්න ඒ කොයි සිත පහළ වුණත් අපි මධ්‍යස්ථව පරතෝ බැල්මකින් බලන ආකල්පයක් තමයි දියුණු කරන්න අවශ්‍ය.

ඇතැම් විට අපිට එක පාරටම චිත්තානුපස්සනාවකට යන්න අපහසු වෙයි. නමුත් අපිට කායානුපස්සනාවකින් බොහොම පහසුවෙන්

පටන්ගන්න පුළුවන්. එහෙම යනකොට තමයි ධාතු මනසිකාරයකදි යෝගාවචරයෙකුට ඒ ධාතු ලක්ෂණ පොඩ්ඩ පොඩ්ඩ මතු වෙන්න ගන්නේ. එහෙම ධාතු ලක්ෂණ මතු වෙමින් මතු වෙමින් එයා කටයුතු කරනකොට බොහෝ සූත්‍රවල බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා දන් මේ ඇතුළත පිටත කියන භේදය අපෙන් දුරු වෙලා යනවා. ඒ කියන්නෙ අපි හිතාගෙන ඉන්නවා මේ කොටස් ගොඩක් තියෙනවා අපේ කය ඇතුළෙ. ඒ ටික මගේ. ඒක ඉතාම වැදගත්. මේ ටික හොඳයි. මේ ටික උත්කෘෂ්ටයි. හැබැයි එළියෙ තියෙන ඒවා එච්චර වැදගත් නෑ. එළියෙ තියෙන ඒවා බාහිරයි කියල අපි හිත ඇතුළෙ දගත්ත, සම්මුති වශයෙන් පනවගත්ත යම් බෙදීමක් තියෙනවා. අජ්ඣත්ත බහිද්ධා වශයෙන් කරගත්ත බෙදීමක් තියෙනවා.

නමුත් අපි ධාතු මනසිකාරයක් වඩාගෙන යනකොට යම් යුගයකදි මෙන්න මේ අජ්ඣත්ත බහිද්ධා භේදය සමහන් වෙනවා. දුරු වෙලා යනවා. **යා චෙව ඛො පන අජ්ඣත්තිකා පඨවීධාතු යා ච බාහිරා පඨවීධාතු පඨවීධාතුරෙවෙසා** කියල බුදුහාමුදුරුවෝ කියල දෙනවා. මේ යම් තාක් අපි ආධ්‍යාත්මිකයි කියල සලකන ඇතුළතයි කියල සලකන යම් පඨවි ධාතුවක් වේද, බාහිරයි කියල සලකන යම් පඨවි ධාතුවක් වේද, ඒක එකම පඨවි ධාතුවමයි කියල ඒ ඇතුළත පිටත කියන භේදය සමහන් වුණහම මේක අල්ලගන්න ගතියක්, මේකට වැදගත්කමක් දෙන ගතියක්, මේක විශේෂත්වයකින් සලකන ගතියක් ඇත්තෙ නෑ. මේකත් පඨවි ධාතු, අරකත් පඨවි ධාතු, කොහේ තියෙන්නෙත් පඨවි ධාතුව කියල දන් හිත තුළ තව තව ඒ යථාභූත ඥාන දර්ශනයක ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන් අපේ හිත් ඇතුළෙ පහළ වෙන නිබ්බිදවක් විරාගයක් පැත්තට හිතේ යම් කිසි සැකැස්මක්, හිතේ යම් කිසි වුවමනාවක්, උද්‍යෝගයක් දන් ඇති වෙන්න පුළුවන්. එතකොට ඒක සිදු වෙන්න ඉඩ දෙන්න ඕනැ.

හැබැයි මේක අපි මතු කරන එකක් නෙවෙයි. අපි තව තව මේකෙ විස්තර බලබලා හොඳින් මේ ධාතු මනසිකාරයක් වඩද්දි ක්‍රමානුකූලව සිද්ධ වෙන දෙයක්. ඒක වෙන්න ධාතු ලක්ෂණවල යථා ස්වභාවය වැටහීමයි වැදගත් වෙන්නේ. එතකොට මේක ඇස්පනාපිට සිද්ධ වෙන දෙයක්. ඒ කියන්නේ අපි මේක මතු කරගන්න කියල අමුතුවෙන් කරන දෙයක් නැහැ. අපි කරන්නෙ අඛණ්ඩව භාවනා කරන එක. විපස්සනාව වඩන එක. එහෙම වඩන්න වඩන්න අර

පෞද්ගලික ලක්ෂණ අභිභවා ගිහිල්ලා ධාතූන්ගේ හැසිරීම පොදුවේ පේන ගතියක් තියෙනවා 'මේ කොයි දේත් වෙනස් වෙනව නේද? මේ කොයි ලක්ෂණයත් ඇතිව නැතිව යනව නේද?' කියල. අපි හිතමු පඨවි ධාතුවේ ලක්ෂණයක් ගත්තොත් තද වීමක් කියන එක මේ හටගත්තා නැති වෙලා ගියා. තේජෝ ධාතුව ගත්තොත් මේ උණුසුම් වීමක් ඔන්න හටගත්තා නැති වෙලා ගියා. වායෝ ධාතුව ගත්තොත් කම්පනය වෙන ස්වභාවයක් සෙලවෙන ස්වභාවයක් පටන්ගත්තා. හැබැයි අවසන් වෙලා ගියා.

ඉතින් ඔය වගේ එතකොට මේ කොයි ධාතුවෙත් තියෙනවා මේ පොදු ලක්ෂණ - අනිත්‍ය ලක්ෂණය, දුක්ඛ ලක්ෂණය, අනාත්ම ලක්ෂණය. එතකොට මේ ලක්ෂණ ටික ටික අපේ හිතේ බලපවත්වන්න බලපවත්වන්න, ඒ ආදීනව ටික අපිට හොඳට වැටහෙන්න වැටහෙන්න, 'මේ කොයි ධාතු ස්වභාවය වුණත් මෙන්න මෙබඳු තත්ත්වයකට ලක් වෙනවා. මෙතන දුකක්ය තියෙන්නේ. මෙතන පෙළීමක්ය තියෙන්නේ. මෙතන ඝර්ෂණයක්ය තියෙන්නේ. මේක මගේ පාලනයෙන් තොරය. මේක මගේ වසඟයේ තියාගන්න හැකියාවක් නොමැත' කියන එක අපිට වැටහෙන්න වැටහෙන්න, මේ ත්‍රිලක්ෂණය වැටහෙන්න වැටහෙන්න තමයි අපි තුළ නිබ්බිදා, විරාග පැත්තක් අවදි වෙලා එන්නේ.

දැන් මේක ධාතු මනසිකාරය පැත්තෙන් මම විස්තර කළේ. නමුත් මේ තත්ත්වයම තමයි වේදනානුපස්සනාවක් වැඩුවත්. මුලදී අපි හිතාගෙන හිටියා 'මේ සැප වේදනාව අනිවාර්යයෙන් මගේ. ඒක හොඳයි. ඒක වටිනවා. ඒක සුභයි' කියල. එබඳු ආකල්පයක් තිබුණේ. 'දුක් වේදනාවලින් ඉක්මනටම මං ඉවත් වෙන්න ඕනැ. මේකෙන් මං කොයි වෙලාවෙද අයින් වෙන්නේ?' කියන ආකල්පයක් තිබුණේ. එබඳු ආකල්ප ඉවත් වෙලා 'මේක හුදෙක් සැප වේදනාවක්. මේකත් කොයි වගේද හටගන්නේ? කොහොමද විපරිණාමයකට ලක් වෙන්නේ? කොයි වෙලාවෙද වෙනස් වෙන්නේ?' ඊළඟට දුක් වේදනාවක් පහළ වුණත් 'මේක කොහොමද හටගන්නේ? කොහොමද මේක වෙනස් වෙන්නේ? කොහොමද මේක අවසන් වෙන්නේ?' උපේක්ෂා වේදනාවක් පහළ වුණත් 'කොහොමද මේක හටගන්නේ? වෙනස් වෙන්නේ කොහොමද? අවසන් වෙන්නේ කොහොමද?' කියල එයා දැන් අර ඒ ඒ වේදනාවලින් ඉගෙනගන්නාසුලුව, ඒකෙන් දැනගන්නාසුලුව, ඒ පිළිබඳව අධ්‍යයනයක් සියුම්ව කරන ආකල්පයකින් තමයි විපස්සනාවක් වඩාගෙන යන්නේ.

එබඳු ආකල්පයක් ඒ යෝගාවචරයට වඩන්න පුළුවන් නම්, එතකොට වේදනාව සම්බන්ධයෙනුත් එයාට මේ අහවල් වේදනාව පහළ වුණා කියලා විශේෂ සතුටක් හෝ අකමැත්තක් පහළ වෙන්නෙ නෑ. මොකද, ඒකත් හුදෙක් වේදනාවක් විතරයි. එතකොට කොයි වේදනාව ගැනත් එයාගෙ හිතේ මධ්‍යස්ථ බවක් තියෙන්නෙ. ඒක සමහර විට තමන්ගෙමයි කියල සලකන වේදනාවක් වෙන්න ඕනැ නෑ. වෙන කෙනෙක්ගෙ කයේ වේදනාවක් පහළ වෙලා තිබුණොත් එතනත් තියෙන්නේ මෙන්න මේ වගේම තමයි කියල දැන් අනුමාන ඥානයකින්, නය විපස්සනාවකින් තේරුම්ගන්නත් එයාට අවස්ථාව තියෙනවා.

ඒ නිසා අපි වේදනානුපස්සනාව පැත්තෙන් ගත්තත් එතනත් ඔය මුලදී ඒ ඒ වේදනා මට්ටම හඳුනාගැනීමත්, ඒක තව තව දකිමින් ඉදිරියට යනකොට ඒ කාටත් පොදු ලක්ෂණ ටික මතු වීමත් දහම තුළ පෙන්නුම් කරල තියෙනවා. සමහර විට ඕනැ නම් කෙනෙකුට සංඛත ලක්ෂණ පැත්තෙන් මුලින් මතු වෙන්නත් පුළුවන්. බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නනවා හේතු ප්‍රත්‍යයන්ගෙන් සකස් වෙච්ච ඕනෑම අරමුණක ලක්ෂණ 3 ක් තියෙනවා කියලා. **උප්පාදො පඤ්ඤායති, වයො පඤ්ඤායති, ඨිතස්ස අඤ්ඤථත්තං පඤ්ඤායති** කියල හටගැනීමක් පේන්න තියෙනවා, ඒ වගේමයි අවසන් වීමක් පේන්න තියෙනවා, මේ දෙක අතර නොනවතින වෙනස් වීමක් පේන්න තියෙනවා.

මේවා හොඳින් තේරුම්ගනිමින් ඉදිරියට යන්න යන්න තමයි මේවායේ තියෙන මේ ඇතිව නැතිව යන ලක්ෂණය (සමුදය වය ලක්ෂණය), කලින් නොතිබී හටගන්නා ආකාරය, හටගත් සැණින් නිරුද්ධ වෙලා යන ආකාරය කෙනෙකුට දැකගන්න පුළුවන් වෙන්නේ. යම් යම් හේතු ප්‍රත්‍ය සකස් වෙනවා. සකස් වෙනකොටම ඔන්න හටගන්නවා. හැබැයි වැඩි වෙලාවක් තියෙන්නෙ නෑ. හටගත් සැණින් නිරුද්ධ වෙලා යනවා. ඔය අනිත්‍ය ලක්ෂණය කෙනෙකුට හොඳට ප්‍රකට වෙන්න පුළුවන්. හැබැයි ඒකෙන් නැවත නැවත පෙළීමක්. නැවත නැවත අපි ඒක අධ්‍යයනය කරගෙන ඒක හොඳට නිරීක්ෂණය කරගෙන යනකොට මේ ක්‍රියාවලිය අඛණ්ඩව සිද්ධ වෙනවා. නවත්තගන්න හැකියාවක් නෑ. මේ ඇති වීම් නැති වීම් ප්‍රවාහයට නිතරම ලක් වෙනවා මේ සංඛත ධර්ම. එතකොට එයාට තේරෙනවා

මෙතන තියෙනවා පුදුමාකාර පෙළන ගතියක්. දුක් ස්වභාවයක්. ඔන්න දුක්ඛ ලක්ෂණය මතු වෙන්න පුළුවන්. එතකොට මෙතන මෙබඳු නිරන්තරයෙන් වෙනස් වෙන, නිරන්තරයෙන් විපරිණාමයට ලක් වෙන, මොහොතක් මොහොතක් පාසා ඇතිව නැතිව යන ස්වභාවයක කොහොමද එහෙනම් ඇතුළෙ නොවෙනස් වෙන ආත්මයක් පවතින්නේ? ස්ථිරසාර සැපයක් පවතින්නේ? නැත්නම් අපේ වසඟයේ මේ ක්‍රියාවලිය කොහොමද පවත්වන්නේ? කියලා කෙනෙකුට මේ අනාත්ම ලක්ෂණයත් මතු වෙන්න පුළුවන්.

මේ ත්‍රිලක්ෂණය හොඳට එයාගෙ හිතේ ධාරණය වෙන්න වෙන්න, ඇස්පනාපිට දැකලා ප්‍රත්‍යක්ෂයක් වශයෙන් එයාගෙ හිතේ තව තව තහවුරු වෙන්න තහවුරු වෙන්න තමයි මේ මුළු ක්‍රියාවලිය සම්බන්ධයෙන් එපා වීමක්, උපේක්ෂා සහගත වීමක්, තව ටිකක් ඒකෙන් ඈත් වීමක්, දුරස්ථ වීමක් හිත තුළ ගොනු වෙලා එන්නේ. ඒක සක්මනකදි වුණත් වෙන්න පුළුවන්. මුලදි නම් සක්මනේදි ධාතු ලක්ෂණ මතු වෙවී තිබුණා. හොඳට ඒවායේ සියුම් සියුම් පැති දැක්කා. හැබැයි කාලයක් යනකොට දැන් සක්මන බොඳ වෙලා යනවා. මේ ලක්ෂණ ටික පේන්නෙ නෑ. මේක පඨවිද, ආපෝද, තේජෝද කියල තේරෙන්නෙ නෑ. මොනවදෝ දේවල් ටිකක් මතු වෙනවා. ඒ ටික ඇතුව නැතුව යනවා. හරිම යුහුසුලුව සිද්ධ වෙන ක්‍රියාවලියක්. හිත දැන් ටිකක් ඒකෙන් ඉවත් වෙලා ගත කරන ගතියක්. ඒ දේවල් නැතුව නෙවෙයි. තියෙනවා, හැබැයි දැන් හිතට බලන්න වුවමනා නැති ගතියක්.

ඒකෙ තව පැත්තක් පෙන්නනවා ඔය choiceless awareness කියලා. ඒ කියන්නෙ සද්දත් ඇහෙනවා, සිතුවිලිත් නිකන් ලාවට වගේ එනවා. ඒ වගේමයි ධාතු ලක්ෂණත් ඕන නම් දැනෙනවා. වේදනාත් පහළ වෙනවා. හැබැයි මේ එකකටවත් දැන් හිත වුවමනාවෙන් යන ගතියක් නෑ. හිතට වුවමනාවක් ඇවිල්ල තියෙනවා තනිව ඉන්න. හිතට වුවමනාවක් ගොඩනැගිලා තියෙනවා මේ එකක්වත් එක්ක සම්බන්ධයක් පවත්වන්නෙ නැතුව ඉන්න. හුදෙකලාව වාසය කරන්න. විවේකීව ඉන්න.

ඉතින් ඔන්න ඔය වගේ මට්ටමක් හරහා තමයි යෝගාවචරයෙක් ගමන් කරන්නේ විපස්සනාවක යනකොට. දැන් එහෙම ඉදිරියට යනකොට තමයි සතිපට්ඨානයේ මතු කරනවා වගේ සංඥා පැත්තෙනුත්

කෙනෙකුට මේක වඩන්න පුළුවන්. සමහර විට චිත්තානුපස්සනාවක් වඩනකොට එයාට අහු වෙන්නෙ සිතුවිලි - රාග සිතක්, ද්වේෂ සිතක්, මෝහ සිතක්. නැත්නම් මෛත්‍රී සිතක්, නෙක්ඛම්ම සිතක්. නා නා ප්‍රකාර සිතුවිලි පහළ වෙනවා. හැබැයි මේ සිතුවිලිවලටම ඇඳිලා යම් යම් සංඥාත් මතු වෙනවා. කෙනෙකුට සියුම්ව සමහර විට තමන්ගෙ හිත ගැන දැනගන්නා අවස්ථාවෙදි මේ සිතුවිලිවලට සමාන්තරව විවිධ සංඥාත් පහළ වෙනවා නේද කියලා දැනගන්න පුළුවන්. උදාහරණයක් වශයෙන් අපේ හිතට කාම සිතුවිල්ලක් එනවා. එතකොට ඒ කාම සිතුවිල්ල සිතුවිල්ලක් වශයෙන් පහළ වෙනවත් එක්ක යම් නිමිති ගැනීමකුත් හිත ඇතුළෙ සිද්ධ වෙනවා. යම් තැනැත්තෙක්ගේ හෝ තැනැත්තියෙක්ගේ රූපයක් මතක් වීමක්, නැත්නම් අපි කැමති වස්තුවකට අදාළ යම් කිසි රූප ස්වභාවයක් මතක් වීමක්, හැඩතල මතක් වීමක්, වර්ණය මතක් වීමක් රූප සංඥා වශයෙන් හිතේ මතු වෙන්න පුළුවන්. එතකොට සිතුවිල්ලටත් වඩා සමහර විට ඒ රූප සංඥාව බලවත් වෙන්නත් පුළුවන්. සමහර වෙලාවට අපි හිතමු අපිට සිංදුවක් මතක් වෙනවා. එතකොට ඒ ගායිකාවගෙ, ගායකයාගෙ රූපය මතක් වෙන්නත් පුළුවන්. නැත්නම් ගීතයේ තියෙන ලය, ඒ තාලෙ මතක් වෙන්නත් පුළුවන්. එතකොට මේ සංඥා මතක් වෙලා එන්නත් පුළුවන්. සමහර වෙලාවට වචනවලට සිතුවිලිවලටත් වඩා මේ සංඥාව බොහොම ප්‍රබලව හිත තුළ පැතිරෙන්නත් පුළුවන්.

ඒ නිසා කෙනෙකුට **ඉති සඤ්ඤා, ඉති සඤ්ඤාය සමුදයො, ඉති සඤ්ඤාය අත්ථංගමො** කියලා **සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ** බුදුහාමුදුරුවෝ උගන්නන විදිහට ඒ සංඥා ස්කන්ධය මුල් කරගෙනත් හිත තුළ සංඥා මතු වෙන හැටි, ඒවා විපරිණාමයට ලක් වෙන හැටි, වෙනස් වෙන හැටි, අවසන් වෙන හැටි දැකගන්න අවස්ථාව තියෙනවා. ඒක හැබැයි හරි සූක්ෂ්මයි. ඒ නිසා අපිට එකපාරටම එතෙන්ට එන්න බැරි වෙයි. නමුත් අපි සතර සතිපට්ඨානය වඩමින් ඉදිරියට යනකොට, විශේෂයෙන්ම හිත දිහා බලන්න අවස්ථාවක් අපිට ලැබෙනකොට, හිතේ පහළ වෙන දේවල්වලට මුළා වෙන්නෙ නැතුව දුරස්ථව බොහොම මධ්‍යස්ථව ඒක දිහා බලන්න හැකියාවක් පහළ වෙනකොට එයාට පුළුවන් වෙයි සංඥා පිළිබඳ මැදහත්ව ඒවත් කොහොමද හටගන්නේ, කොහොමද වෙනස් වෙන්නේ, කොහොමද නැති වෙලා යන්නේ කියල තේරුම්ගන්න.

මේ පිළිබඳ හොඳ විස්තරයක් එනවා තවත් සූත්‍ර දේශනාවලදී. ඛන්ධ සංයුක්තයේ **අත්තදීප සූත්‍රයේ** බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නනවා **සඤ්ඤාය ත්වෙව භික්ඛවෙ, අනිච්චතං විදිත්වා විපරිණාමවිරාගනිරොධං** - මේ සංඥා ස්කන්ධය දැන් එයා හොඳට නිරීක්ෂණය කරමින් ඉන්නවා. එයාට තේරෙනවා මේවා ඇතිව නැතිව යන දේවල්, විපරිණාමයට ලක් වෙන දේවල් කියලා. ඒ වගේමයි **පුබ්බෙ චෙව සඤ්ඤා එතරහි ච සබ්බා සඤ්ඤා අනිච්චා දුක්ඛා විපරිණාමධම්මාති** - දැන් මේ තියෙන සංඥා පමණක් නෙවෙයි අතීතයේදිත් ඇති වෙලා නැති වෙලා ගිය සියලුම සංඥාත් අනාගතයේදිත් යම් සංඥා පහළ වෙනවා නම් ඒ සියලුම සංඥාත් අනිවාර්යයෙන්ම අනිත්‍ය ලක්ෂණයට නතුයි. මේවායින් දුකක් පහළ වෙන්න තියෙන්නේ. මේවා මගේ වසඟයේ පවත්වගන්න බෑ.

මේ අවබෝධය ආවා නම් දැන් එයා ලොකු බලාපොරොත්තුවක් ඇති කරගන්නෙ නෑ. මේ සංඥාවලින් සැප විඳින්න, සංඥා තමන්ගෙ වසඟයෙහි පවත්වන්න දැන් බලාපොරොත්තුවක්වත් නෑ. මොකද, දන්නවා මේකෙ යථා ස්වභාවය මෙන්න මේකයි කියලා. ඊළඟට සංඥා තුළින් හිතේ ඇති වෙන පීඩාව, සංඥා නිසා අපි දුක් වෙන ගතිය, ඒවා දැන් හිතේ නෑ. උදාහරණයක් වශයෙන් හිතමු අපි බලාපොරොත්තු වෙච්ච අවස්ථාවක් තිබුණා. හිතන්න ඔන්න අපි බලාපොරොත්තු වුණා මෙන්න මේ පාරෙ මේ නම තියෙන්න ඕනැ. දිගට මෙන්න මේ නමම ව්‍යවහාර වෙන්න ඕනැ. මේ භාෂාවට මුල් තැන තියෙන්න ඕනැ. හැබැයි වෙන බලවේගයක් මතු වුණා. වෙන රජයක් පහළ වුණා. දැන් මේ භාෂාව වෙනස් කළා. මේ පාරෙ නම වෙනස් කළා. නැත්නම් ඒ සම්මුතිය වෙනස් කළා. හැබැයි අපි කලින් හුරු වෙලා තිබුණෙ වෙන සම්මුතියකට. පිරිසක් වශයෙන්, ජාතියක් වශයෙන්, නැත්නම් ජන කොට්ඨාශයක් වශයෙන් යම් කිසි සම්මුතියකට අපි එළඹිලා තිබුණා. හැබැයි දැන් ඔන්න අලුතෙන් රජයක් පහළ වෙලා වෙන්න පුළුවන්. අලුත් වෙන සංස්ථාවක් ඇති කරලා වෙන්න පුළුවන්. ඒ සමාජ රටාව වෙනස් වෙලා වෙන්න පුළුවන්. මොකක් හෝ හේතුවකට ඒ දාලා තිබිච්ච සම්මුති ඒ ප්‍රඥප්ති වෙනස් කළා.

ඉතින් අපිට හුඟක් වෙලාවට මොකද වෙන්නේ? ඒවා තදින් අල්ලගෙන, බැහැගෙන, ඒක මගේ කියාගෙන ඒක මත්තෙ අපි පුදුම

විදිහට ඊශ්වරත්වයක් පවත්වන්න, නැත්නම් ඒක මගේ කියාගන්න, ඒවා වෙනස් කරන්න බැහැ කියාගන්න අපිට පුදුම විදිහේ උපාදානයක් තියෙනවා. නමුත් අපි සංඥා ස්කන්ධයේ යථා ස්වභාවය තේරුම් අරන් තියෙනවා නම්, ප්‍රායෝගිකව මේ සමාජ තලයේ වුණත් කුමක් හරි සම්මුතියක් වෙනස් වෙලා යනකොට, ඒ යම් හෝ රටාවක් වෙනස් වෙලා යනකොට හිතේ කම්පාවක් ඇති වෙන්නෙ නැහැ. මොකද, එයා දන්නවා මේවා හුදෙක් සංඥා, මේවා හුදෙක් සම්මුති, මේවා හුදෙක් ව්‍යවහාර කියලා. ඒ නිසා එබඳු නමක් ගමක් වෙනස් වුණත්, වාසගමක්, සම්මුතියක්, ප්‍රඥප්තියක්, භාෂාවක්, වචනයක් වෙනස් වුණත් දැන් එයාට අඬන්න වැලපෙන්න දෙයක් නෑ. මොකද, දන්නවා 'මේවා ඔක්කොම හුදු ව්‍යවහාර මාත්‍ර, හුදු හඳුනාගැනීම්, හුදු ලකුණු, හුදු සංඥා, හුදු සලකුණු. මේ සලකුණුත් මේ සංඥාත් මේ සියලු ව්‍යවහාරත් ඇති වෙලා නැති වෙලා යනවා. මේවායෙත් තියෙන්නෙ අනිත්‍ය ස්වභාවයක්' කියලා ඒ සංඥා ස්කන්ධයට අදාළ අනිත්‍ය ස්වභාවය, දුක් ස්වභාවය, අනාත්ම ස්වභාවය අවබෝධ වීම නිසා දැන් සංඥා නිසා හිතේ පහළ වෙන්න තිබ්බ ශෝක කිරීම් හඬා වැලපීම් දැන් ඉවත් වෙලා එයාට දැන් මේ කොයි දේ වෙනස් වුණත් බොහොම දරාගෙන ඉන්න පුළුවන් ශක්තියක්, මැදහත්ව ඉන්න පුළුවන් ශක්තියක්, උපේක්ෂා සහගතව ඉන්න පුළුවන් ශක්තියක් ගොඩනැගෙන්න පුළුවන්.

දැන් ඕක භාවනාවෙදි බොහොම තදින් දැනෙන්න පුළුවන්. දැන් හිත ටික ටික සංඥා ඉවත් කරනවා. සංඥා හලනවා. එතකොට නිමිති නොගන්නා තත්ත්වෙකින් හිත නිදහස් වෙන්නත් පුළුවන්. මොකද, හිත නිමිති ගැනීම් හරහායි සංඥා ස්කන්ධයක් තුළ පැටලෙන්නේ. හැබැයි දේවල් ඉතාම යුහුසුලුව ඇතිව නැතිව යනකොට නිමිති ගන්න නොහැකි වීම නිසා අනිමිත්ත පැත්තෙන් හිත නිදහස් වෙන්න පුළුවන්. එතකොට එබඳු මට්ටමකදි හිතේ උපාදානයක්, ග්‍රහණයක්, වෙහෙසක් නැහැ.

ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නනවා එබඳු යථාභූත ඥාන දර්ශනයක් පහළ වෙච්ච අවස්ථාවකදි **එවමෙතං යථාභූතං සම්මප්පඤ්ඤාය පස්සතො යෙ සොකපරිදෙවදුක්ඛදෙමනස්සුපායාසා තෙ පහීයන්ති** - හිතේ තිබ්බ අර පෙළන ගති, ශෝක කිරීම්, හඬා වැලපීම්, ඒකෙන් ආපු දරථය ඒ සියල්ලත් ඉවත් වෙලා දැන් සැනසුම් සහගත තත්ත්වයක්, සැනසිලිදයක තත්ත්වයක් හිතේ ඇති වෙන්න පුළුවන්.

තෙසං පහානා න පරිතසසති - හිතේ තිබිච්ච ගැටෙන ගති, අසහනශීලී ගති, බර වෙච්ච ගති, හිර වෙච්ච ගති ඒවත් ඔක්කොම ඉවත් වෙලා හිත හරි සැහැල්ලු වෙලා. සංඥා සම්බන්ධයෙන් දැන් එයාගෙ හිතේ තියෙන්නෙ උපේක්ෂාවක්. දේවල් ලොකුවට දැන් ගබඩා කරන්නෙ නෑ. හිත හරි සැහැල්ලු හිතක්. හිත ටිකක් ඉඩකඩ සහිත හිතක්. අපිට කලින් තිබුණෙ සංඥාවලින්ම සම්පූර්ණයෙන්ම හිර වෙච්ච හිතක්. සංඥා දෝරෙ ගලන හිතක්. හිත බර වෙලා තිබුණෙ. දැන් හැබැයි විපස්සනාවක් වැඩිලා මේ සංඥා ටික ටික අඩු වෙලා දැඩිව ග්‍රහණය නොකිරීම නිසා ඒවා හැලිලා ගිහිල්ලා හිතේ ඉඩකඩ වැඩි වෙලා. හිත සැහැල්ලු වෙලා. සැහැල්ලු හිතක් තියෙනවා. **අපරිතසසං සුඛං විහරති** - ඒ සංඥා නිසා දැන් හිතේ කිසි පරිතස්සනාවක් නෑ. හිතේ කිසි පෙළීමක් නෑ. හිතේ කිසි ගැටීමක් නෑ. හිතේ කිසි බර වීමක්, හිර වීමක්, ආතතිගත වීමක් නෑ. **සුඛං විහරති** - දැන් හිත සුව සේ පවතිනවා සංඥා උපාදන නොකර. **සුඛං විහරං භික්ඛු 'තදඞ්ගනිබ්බුතො'ති වුච්චති** - ඒ මට්ටමේදි බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නනවා දැන් එයාට ඒ හිත තුළ දියුණු වෙච්ච නුවණේ පමණට නිවනක් තියෙනවා. නුවණේ පමණට පවතින තාවකාලික නිවීමක් සැහැල්ලුවක් හිත තුළ ගොඩනැගිලා තියෙනවා.

මේ වගේ මට්ටමකදී යෝගාවචරයෙක් අත්දකින්න ඕනෑ ඒ සැහැල්ලුව. අපි නිවැරදිව විපස්සනාව වඩාගෙන ගියා නම්, එතකොට එයාට තේරෙන්න ඕනෑ දැන් සංඥා අඩු වීම නිසා හිතේ ඇති වෙච්ච සැහැල්ලුවක්. අපි කලින් කතා කළා ප්‍රපංච අඩු වීම නිසා අපේ හිත්වල සැහැල්ලු වීම සම්බන්ධයෙන්. සංඥා හා ප්‍රපංච අතරේ ලොකු නෑකමක් තියෙනවා. සංඥා, නැත්නම් මේ සම්මුති, විවිධාකාර ව්‍යවහාර, විවිධාකාර සංකල්ප විවිධාකාර ප්‍රපංචවලට තුඩු දෙනවා. හැබැයි අපි ඒ සංඥා පිළිබඳ යථා ස්වභාවය තේරුම්ගන්න තේරුම්ගන්න ප්‍රපංච වෙන එකත් අඩු වේවි. හිත ටික ටික සන්සුන් වේවි. හිතේ ඇතුළෙ කතාව සෑහෙන්න අඩු වේවි. ඒ වෙනුවට හිත බොහොම සැහැල්ලුවෙන්, ඉඩකඩ සහිතව, බොහොම නිශ්ශබ්දව, ප්‍රපංච රහිතව, හරි පිරිසිදු හිතක් පවත්වන්න පුළුවන් හැකියාවක් ඇති වේවි.

ඔය වගේ මට්ටමක් යෝගාවචරයෙක් තුළ ඇති වෙනකොට බුදුරජාණන් වහන්සේ බාහිය ස්වාමීන් වහන්සේට කියපු ඒ ශික්ෂණය අපිත් මතක් කරගන්න වටිනවා. **දිට්ඨෙ දිට්ඨමත්තං භවිස්සති.** එතකොට

අපි හිතමු එයා දැන් සක්මන් මළුවක සක්මන් භාවනාවේ යෙදෙනවා. එයාට අවට රූප පේනවා. මොකද, සක්මනක් කරන්නෙ ඇස් ඇරගෙන නේ. හැබැයි ඒ පේන රූපත් එක්ක හිත කතන්දර ගොතන්නෙ නෑ. හිත ඒකත් එක්ක ප්‍රපංච කරන්න යන්නෙ නෑ. **දිට්ඨෙ දිට්ඨමත්තං භවිස්සති** - දැක්කා. දැක්ක මතින් නතර වෙන බවක් හිත තුළ ගොඩනැගිලා. දැන් මේ හිතට තරවටු කරලා, බලෙන් නවත්තලා එහෙම එකක් නෙවෙයි. මොකද, අර ආපු ගමනක් තියෙනවා. වැඩිච්ච විපස්සනාවක් තියෙනවා. මේ පේන දේවල් ඔස්සේ ඒවායේ නිමිති ගනිමින්, ඒවා තුළින් සංඥා පහළ කරමින්, ඒවා හිත ඇතුළේ පුරවාගනිමින් යන එකේ තියෙන අර්ථශූන්‍ය බව තේරිලා, ඒ නුවණ දැන් ඒ යෝගාවචරයා තුළ මතු වෙලා තියෙන නිසා දැන් ඒ දැක්කට එතන ගිහිල්ලා හිතට පෙළෙන්න වුවමනාවක් නෑ. හිත ඇතුළෙ මේ නුවණ දැන් පහළ වෙලා තියෙන්නෙ. ඉන්ද්‍රිය සංවරයකින් කරන එකක් නෙවෙයි දැන් මේ කතා කරන්නෙ. දැක්කත් යන්නෙ නැති හිතක්. විවිධාකාර දේ දකිනවා, ශබ්ද ඇහෙනවා. සිංදු ඇහෙනවා. හැබැයි ඒ ඇහෙන දේවල් ඔස්සේ හිතට යන්න වුවමනාවක් නැති බවක්. ගඳ සුවඳ දැනෙනවා. රස දැනෙනවා. ස්පර්ශ දැනෙනවා. හැබැයි ඒ එකක් එක්කවත් හිත කතන්දර ගොතන්න, ඒවා එක්ක පැටලෙන්න, ඒවා තුළට රිංගගන්න, ඒවා උපාදාන කරන්න පෙළඹෙන්නෙ නැති තත්ත්වයක්. හිතෙත් විවිධ අදහස් පහළ වෙනවා. සිතුවිලි පහළ වෙනවා. විවිධ සංඥා විටින් විට මතු වෙනවා. හැබැයි ඒවා ඔක්කොම නිකන් එනවා යනවා විතරයි. හිතට ප්‍රබල බලපෑමක් කරන්නෙ නෑ. හිතේ පවතින ඒ සාමකාමී තත්ත්වයට, නිස්කලංක තත්ත්වයට, පැහැදිලි තත්ත්වයට, පිරිසිදු තත්ත්වයට අර එන අරමුණුවලින් කිසි බාධාවක් එල්ල වෙන්නෙ නෑ.

ඔන්න ඔය වගේ තත්ත්වයක් අපේ හිත්වල, විශේෂයෙන් විපස්සනාවක් වඩාගෙන යනකොට අවබෝධය මත පදනම් වෙලා ඇති වෙන්න අවශ්‍යයි. එතකොට ඒ මට්ටමේදි බුදුරජාණන් වහන්සේ තව දුරටත් මේ බාහිය ස්වාමීන් වහන්සේට පැහැදිලි කරනවා, ඒ විදිහට ඔබතුමාට හික්මෙන්න පුළුවන් නම් **යතො ඛො තෙ, බාහිය, දිට්ඨෙ දිට්ඨමත්තං භවිස්සති, සුතෙ සුතමත්තං භවිස්සති, මුතෙ මුතමත්තං භවිස්සති, විඤ්ඤාතෙ විඤ්ඤාතමත්තං භවිස්සති, තතො ත්වං, බාහිය, න තෙන** එතකොට ඒ අරමුණු තුළින් අපි කෙනෙක් හදාගන්න, එය තුළින්

අපි මතු වෙන්න එහෙම දඟලිල්ලක් නෑ. ඒවා ඔහේ තියෙනවා. හැබැයි හිත ඒවා එක්ක මිශ්‍ර වෙන්න යන්නෙ නෑ. ඒවා තුළින් කෙනෙක් මතු කරගන්න, ඒවා තුළට අපි නැඹුරු වෙන්න යන්නෙත් නෑ. **යතො ත්වං, බාහිය, න තෙන තතො ත්වං, බාහිය, න තත්ථ.** අපි එයින් කෙනෙක් හදගන්නෙ නැත්නම්, පුද්ගලයෙක් හදගන්නෙ නැත්නම්, එතන දෙයක් තනාගන්නෙ නැත්නම් එතනත් මම නැහැ. ඒ කියන්නෙ එය තුළට මම රිංගාගන්න යන්නෙ නෑ. එය තුළ මම ඉන්නවා කියාගන්න යන්නෙ නෑ.

බුදුරජාණන් වහන්සේ දැන් මෙතන ශික්ෂණයක් විදිහට මේක ඉදිරිපත් කරලා පෙන්නනවා **යතො ත්වං, බාහිය, න තත්ථ, තතො ත්වං, බාහිය, නෙවිධ න හුරං න උභයමන්තරෙන. එසෙවන්තො දුක්ඛස්සා'ති** - අපි දැන් එතන කෙනෙක් හදලත් නෑ. එතන දෙයක් හදලත් නෑ. ඒ වගේම මෙතන කෙනෙක් හදලත් නෑ. මෙතන පුද්ගලයෙක්, තැනැත්තෙක්, මමෙක්, පුද්ගල භාවයක් ගොඩනගලත් නෑ. මේ දෙක අතරත් ස්වභාවයක් නෑ. එහෙනම් අර උපාදාන සම්පූර්ණයෙන්ම රහිත වෙච්ච අවස්ථාවෙදි, ග්‍රහණය කිරීම් බැඳීම් ඒ සියල්ල නැවතුණු අවස්ථාවකදි පුද්ගල භාවයක් මතු වීමක් ආත්මීය ස්වභාවයක් මතු වීමක් ඇත්තෙත් නෑ. අනාත්ම ස්වභාවයක් තුළ යෝගාවචරයාට වාසය කරන්න පුළුවන්.

ඒ කියන්නේ විපස්සනාවක් හරහා අපිව එක්කගෙන යනවා අවබෝධය මත ඇති කරගත්ත ශික්ෂණයක් කරා. එයා හොඳට මේවා දිහා බලලා තියෙනවා. දැකලා තියෙනවා. ඒ තුළින් නුවණක් ඉපදිලා තියෙනවා. ඒ නුවණ විසින් දැන් මේ හිත ආරක්ෂා කරනවා. පෙනුණා, පෙනුණ දේවල් ඔස්සේ හැබැයි යන්නෙ නෑ පැටලෙන්න. ඇහෙනවා, හැබැයි ඇහෙන දේවල් ඔස්සේ යන්නෙ නෑ පැටලෙන්න. ගඳ සුවඳ දැනෙනවා, රස දැනෙනවා, ස්පර්ශ දැනෙනවා. හැබැයි හිත ඉන්නවා සාමකාමීව. හිතටත් විටින් විට අදහස් පහළ වෙනවා. සිතුවිලි පහළ වෙනවා. සංඥා මතු වෙනවා. හැබැයි ඒවා හුදෙක් ඇති වෙලා නැති වෙලා යනවා. හිතට බලපෑමක් නෑ.

ඒ නිසා අන්න එබඳු තත්ත්වයක් අපිට ඇති කරගන්න පුළුවන් නම් විපස්සනාවක් වඩලා, බාහිය ස්වාමීන් වහන්සේට දීපු ශික්ෂණය තුළ අපිටත් තව දුරට හික්මෙන්න පුළුවන් නම්, තව ඉදිරි ගමනක් අපිට යන්න අවස්ථාව තියෙනවා. ඒවත් අපි ඉදිරියේදි සාකච්ඡා කරමු. අද

දවසේ ධර්ම දේශනාවේ කියපු **බාහිය සූත්‍රයත්** අපි මතක තියාගෙන අපි වඩන විපස්සනාව තුළින් මෙන්න මෙබඳු තදංග නිබ්බුති අවස්ථාවක් - ඒ කියන්නෙ නුවණේ තරමට අපි තුළ පවතින සැනසීමක්, සැනසිලිදයක ගතියක්, සැහැල්ලුවක්, සංඥාවලින් ඉවත් වෙලා හරිම පැහැදිලි හිතක් මතු කරගන්න අපිත් වෑයම් කරමු. ඒ සඳහා මග පෙන්වීමක්, දිරිගැන්වීමක් අද දිනයේ ධර්ම දේශනාව තුළින් මතු වේවා කියල ප්‍රාර්ථනා කරනවා. සියලුදෙනාටම තෙරුවන් සරණයි.

ධර්ම ගැටලු සහ පිළිතුරු

<u>ප්‍රශ්නය:</u> ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, සතර සතිපට්ඨානය වැඩීම හරහා ලැබෙන ඇත්ත ඇති සැටියෙන් දකින යථාභූත ඥානය නිසා අනවශ්‍ය සිතුවිලි මැවීමෙන් නිදහස්, සැහැල්ලු, ඉඩකඩ සහිත සිතක් ඇති කරගැනීමට හැකි වන අයුරු තව දුරටත් පැහැදිලි කර දෙන මෙන් ගෞරවයෙන් ඉල්ලා සිටිමි.

<u>පිළිතුර:</u> අපි අද ධර්ම දේශනාවෙදිත් ඕක තමයි පුළුවන් තරම් උත්සාහවත් වුණේ පැහැදිලි කරන්න. අපිට අවබෝධය නැතිකමට අපි ඒවායේ යම් කිසි සාරයක් හොයනවා. එතන කෙනෙක් ඉන්නවා කියල හිතාගන්නවා. දැන් හිතන්න මෙහෙම. අපි පාරක තොටක යනකොට - ඒ පේන දේවල් නෙවෙයි - අපේ හිතට විවිධ සිතුවිලි එනව නේ. දැන් යම් කිසි තැනැත්තෙක් උදේ රැකියාවට යනකොට එයාට මේ පාර තොටේ දේවල් නෙවෙයි රැකියා ස්ථානයේ දෙයක් මතක් වෙනවා. නැත්නම් රැකියා ස්ථානයේ ඉන්න කෙනෙක්ව මතක් වෙනවා. එතකොට එතන සංඥාවක් හිතට එන්නේ. මුලින්ම එන්නෙ හිතට පුංචි සංඥාවක්. නිකන් රූප සටහනක්, රූප සංඥාවක් හිතේ මැවෙන්නේ. හැබැයි ඒක සංඥාවක් කියන මට්ටමෙන් අපි ගන්නෙ නෑ. අපි එතන අහවලා මතක් වුණා කියලා අහවලා එතෙන්ට ඇඳගන්නවා. ඒ සංඥාවට අපි පුද්ගලයෙක් ආරෝපණය කරනවා. පුද්ගලයෙක් ආරෝපණය කරනවත් එක්ක දැන් එයාගෙ ගතිගුණ මතක් වෙනවා. අපිට කැමති කෙනෙක් නම් අපිට එයා කෙරෙහි හිතේ යම් කිසි ආශාවක් බැඳීමක් පහළ වෙනවා. අකමැති කෙනෙක් නම්, අපිට

හිරිහැරයක් කරපු කෙනෙක් නම්, එයා ගැන වෛරයක් ද්වේෂයක් පහළ වෙනවා. දැන් එතකොට ඔක්කොම පැටලෙනවා.

හැබැයි මුල් මට්ටමේදීම අපිට හඳුනගන්න පුළුවන් වුණා නම් 'ආ මේක ඇවිල්ල හුදෙක් සංඥාවක් විතරයි' කියලා - දැන් හිතන්න මුලින් අපි විපස්සනාවක් වඩලා අද අපි කතා කළා වගේ අර තදංග නිබ්බුති මට්ටමක් වගේ පවත්වගන්න පුළුවන් නම්, හිතේ හරි සහනශීලී සැහැල්ලු පරිසරයක්, මොකක්වත් නැති පරිසරයක්, නැත්නම් සංඥ අඩු පරිසරයක් හිත ඇතුළෙ පවත්වගන්න පුළුවන් නම්, අර වගේ රූප සංඥාවක් හිතේ මතු වෙනකොටම ඒක හොඳට කැපිල පේනවා. හිතන්න දැන් සුදු පාට වස්ත්‍රයක් තියෙනවා. ඒ වස්ත්‍රයට පුංචි කළු පාට තීන්ත පැල්ලමක් වැටුණොත් ඒක හොඳට පැහැදිලිව කැපිල පේනව නේ. අපේ හිතෙත් ඔන්න ඔය වගේ තත්ත්වයක් තියෙන්නේ. එතකොට අපේ හිත හරි පිරිසිදුව පැහැදිලිව තියෙන අවස්ථාවකදි ඒකට පුංචි හෝ රූප සංඥාවක් ශබ්ද සංඥාවක් මතු වෙලා ආවොත් ඒක පැහැදිලිව යෝගාවචරයට හඳුනගන්න පුළුවන්. එතෙන්දි එයා 'මේක මේ හුදු සංඥාවක් විතරයි' කියන නුවණ උපදවාගත්තොත් එහෙනම් ඒක ඉන් එහාට යන එකක් නෑ.

ඒ වගේමයි අපි හිතමු අපි වටපිට බලබල පාරේ යනකොට අපි වෙළඳ දැන්වීම් දකිනවා. නැත්නම් මොනවා මොනවා හරි පුවරු දකිනවා. ඒවායිනුත් අපිව පොළඹවනවා නේ කතා කරන්න, තව තව හිතන්න, ප්‍රපංච කරන්න. හැබැයි අපි මෙබඳු ශික්ෂණයක් ඇති කරගෙන තියෙනවා නම් හිතේ, දැක්කම දැක්ක මතින් හිත නතර වෙනවා. **දිට්ඨෙ දිට්ඨමත්තං භවිස්සති** කියල දැන් අපි මතක් කළේ අද. නේද? ඒ කියන්නෙ රූප නොපෙනෙනවා නෙවෙයි. ඇදගෙන යන්නෙ නෑ. ඒ පෙනෙන රූපය ඔස්සේ හිත මිශ්‍ර වෙලා, පැටලිලා, කල්පනා කර කර, ප්‍රපංච කර කර, අතීතෙට අනාගතේට දද එහෙම පැටලෙන්න යන්නෙ නෑ. හිත ප්‍රිය කරනවා හුදෙකලාව ඉන්න එක. හිත හිර කරගෙන කරන එකක් නෙවෙයි මං මේ කියන්නේ. විපස්සනා අවබෝධයක් ආවහම හිත තුළ නිරායාසයෙන් සිද්ධ වෙන ක්‍රියාවලියක් මේක. එතකොට එයාට පේනවා, හැබැයි පේන දේ එක්ක හිත මිශ්‍ර වෙන්නෙ නෑ. හිත ඒකත් එක්ක කතන්දර ගොතන්නෙ නෑ. ඊට වඩා හිත

ප්‍රිය කරනවා තමන්ගෙ පාඩුවේ ඉන්න ගතියට. ශබ්දත් ඇහෙනවා, හැබැයි ඇහෙන දේට ගිහිල්ලා පැටලිලා, කල්පනා කරලා, ප්‍රපංච කරලා, සිංදු ලියලා, කවි ලියලා, පොත් ලියලා එහෙම කරන්න එයාට වුවමනාවක් නෑ. හිත ප්‍රිය කරනවා ඊට වඩා ඒ හුදෙකලාවෙ ඉන්න ගතියට.

විපස්සනාවක තියෙන්නෙ අන්න ඒ සුවිශේෂී ලක්ෂණය. එයා එතකොට නැවත නැවත ඒවා විමසන්න විමසන්න - උදහරණයක් වශයෙන් අපි හිතමු අපි ධාතු මනසිකාරයක් වැඩීම තුළ භෞතික ලෝකය පිළිබඳවම යම් කිසි අවබෝධයක් එයාට එන්නේ. ධාතු මනසිකාරයක් වඩද්දි අපි මේ පර්යංකයක වාඩි වෙලා භාවනා ශාලාවක ඉඳගෙන කරන භාවනාවකට ඒක සීමා වෙන්නෙ නෑ. ධාතු මනසිකාරයක් හරියට වැඩුණා නම් ඒ පඨවි ආපෝ තේජෝ වායෝ තුළ අපේ හිත මිඩංගු වෙන හැටි, ඒ තුළ අපේ හිත පිහිටගන්න හැටි එන්න එන්න අඩු වෙන්න ඕනැ. ඒ පඨවි ආපෝ තේජෝ වායෝවලින් නිර්මිත යම් වස්තූන් වශයෙන්, දේවල් වශයෙන්, ස්ථාන වශයෙන්, පුද්ගලයො වශයෙන් ඒ එකක්වත් දැන් හිතේ නිරූපණය නොවන ගතියක්. **න ගාධති** කියල වචනයක් බුදුහාමුදුරුවෝ මෙතෙන්දි පාවිච්චි කරනවා. ඒ කියන්නෙ ඒවා දැන් හිතේ පිහිටන්නෙ නෑ. ඒවා නිකන් ලිස්සලා යනවා හිතෙන්. පේනවා, හැබැයි පෙනුණ දේ ලිස්සලා ගිහිල්ලා. ඇහෙනවා, ඇහෙන දේ ලිස්සලා ගිහිල්ලා. ගඳ සුවඳ රස ස්පර්ශ දැනෙනවා. හැබැයි ඒවා නිකන් ලිස්සලා ගිහිල්ලා. හිතට මොකුත් බලපෑමක් ඒවායින් එල්ල වෙලා නෑ. හිත ආරක්ෂා වෙලා තියෙනවා.

ඔන්න ඔය හැකියාව තමයි අපි විපස්සනාවෙන් මතු කරගන්න තියෙන්නේ. එතකොට ඒක තව තව දියුණු වෙන්න ඉඩ හරින්න ඕනැ. දැන් මෙතනින් අදහස් වෙන්නෙ නෑ අපිට ඔය හැකියාව එක පාරටම මතු වෙයි කියලා. මුලදි බොහොම සීමිත පරිසරයක ඕක කරගන්න පුළුවන් වෙයි. අපි දැන් තව තව හික්මෙන්න හික්මෙන්න, විපස්සනාව තව තව වැඩෙන්න වැඩෙන්න තමයි - හිතන්න දැන් මෙහෙම. අපි යම් කිසි කෙනෙක්ගෙ රූපයක් දැක්කහම හිත සන්සුන්ව තියෙනවා. හැබැයි තව කෙනෙක්ගෙ රූපයක් දැක්කහම හිත කතා කරන්න, කල්පනා කරන්න පෙළඹෙන්න පුළුවන්. මොකද, තාම ඒ මට්ටම මදි. එතකොට තව තව වැඩෙනවා කියන්නේ එහෙනම් අපි හිතමු අපි කැමති

කෙනෙක්ගෙ රූපයක් දැක්කත් හිත සන්සුන්ව තියෙනවා. අකමැති කෙනෙක්ගෙ රූපයක් දැක්කත් සන්සුන්ව තියෙනවා. මධ්‍යස්ථ කෙනෙක්ගෙ රූපයක් දැක්කත් සන්සුන්ව තියෙනවා. අන්න ඒ වගේ මේ හිත තුළ තියෙන හැකියාව වර්ධනය වෙනකොට වර්ධනය වෙනකොට කොයි අවස්ථාවෙදිත් හිත මධ්‍යස්ථව තියෙන විදිහට හැදෙන්න අවශ්‍යයි.

ප්‍රශ්නය: ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, කලක සිට සතිමත් බව වඩමි. ලණු පැදුර කෙළවර සිටගෙන සිටින ඉරියව්වට සිත යොදා පතුලේ දැනෙන ස්පර්ශය වෙත අවධානය ඇතිව සක්මන් ඇරඹීමි. වට කීපයකින් පසු සක්මන නිරායාසයෙන් සිදු විය. සිතට වදයක් වූ කාරණයක් සක්මන අතරතුර කිහිප වරක් නැවත නැවත සිහියට නැගුණි. ඒ සෑම විටම එය හුදු දැනගැනීමක්, හුදු සිතුවිල්ලක් ලෙස මෙනෙහි කළෙමි. බෙල්ල කෙළවර දැඩි වේදනාවක් වරින් වර මතු විය. ඒ වෙත අවධානය යොමු කළ විට ඒ වේදනාව ක්ෂණයක් පාසා බිඳී බිඳී යන වේදනා ගොඩක් බවට සතියට හසු විය. **බාහිය සූත්‍රය** සිහිපත් වී හිතේ කුකුසක් හටගැනුණි. එනම්, බාහිර පොට්ඨබ්බ රූපයක ස්පර්ශයක් නැතිව හටගන්නා කායික වේදනාවකට අදාළ වන්නේ **මුතෙ මුතමත්තං** යන්නද? මේ කාරණාව පැහැදිලි කර දෙන මෙන් ගෞරවයෙන් ඉල්ලා සිටිමි.

<u>පිළිතුර</u>: ඔතන එන ප්‍රශ්නයක් තමයි දැන් අපේ කයේ වේදනා පහළ වෙනකොට අපි හිතන්නේ මොකුත් ස්පර්ශයක් නැතුව කොහොමද මේ වේදනාව පහළ වුණේ කියල නේ. හිතන්න දැන් කවුරුත් අපිට පහර දෙන්නෙ නෑ. හැබැයි ඔන්න ඒත් දණහිසේ වේදනාවක් පහළ වෙලා තියෙනවා. හුගක්දෙනෙක් අහන ප්‍රශ්නයක්. ඒ වේදනාව පහළ වෙන්න අපිට බාහිරින්ම කවුරුත් ඇවිල්ලා ස්පර්ශ වෙන්න අවශ්‍ය නෑ. ඇතුළතම යම් ස්පර්ශයක් සිද්ධ වෙන්න පුළුවන්. අපේ මේ අස්ථිවලින් වෙන්න පුළුවන්, පේශිවලින් වෙන්න පුළුවන්. ඇතුළතින්ම ඒ ස්පර්ශය සිද්ධ වෙන්න පුළුවන්. ඒවා ඉතින් සියුම් ස්පර්ශ. අජ්ඣත්ත වශයෙන් ඇතුළත වශයෙන් යම් ආකාරයක ඇතිල්ලීමක් ස්පර්ශයක් සිද්ධ වෙලා ඒ භෞතික සාධකය සම්පූර්ණ වෙන්න පුළුවන්. ඒ අනුව මෙතන වේදනාව පහළ වෙන්න පුළුවන්. බාහිරෙන් අපි හිතන්නෙ කෙනෙක් පොල්ලකින් ගහන්නම ඕනෑ මට රිදෙන්න කියලා. එහෙම එකක් නෑ.

දැන් අපිට ඔළුවෙ කැක්කුමක් ඇති වෙද්දි එහෙම එකක් නෑ නේ. ඔළුවෙ කැක්කුම වෙන හේතු නිසා මතු වෙලා තියෙනවා. එතනත් හැබැයි සියුම් ස්පර්ශයක් ඇතුළත වශයෙන් කය ඇතුළෙ සිද්ධ වෙලා තියේවි. ඒ නිසා තමයි එතන වේදනාවක් පහළ වෙලා තියෙන්නෙ කියල සරලව තේරුම්ගන්න පුළුවන්.

<u>ප්‍ර</u>ඃ ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, විනාඩි 30 ක පමණ සක්මනකින් පසු කොන්ද ඍජුව තබාගෙන හැකි පහසු අසුනක වාඩි වී දෑස් පියාගතිමි. සිත සිතුවිලිවලින් හිස්ව ශාන්තව පැවතුණි. බෙල්ලේ ඇති වූ වේදනාව ඒ වන විටත් පැවතියද සිත වේදනාව සමග මිශ්‍ර නොවී ශාන්තව පැවතුණි. සිත හිස්ව පැවති කාලය මතක නැත. විනාඩි 15 ක් හෝ 20 ක් පමණ වන්නට ඇතැයි අනුමාන කරමි.

ඉදිරියට භාවනාව දියුණු කරගැනීමට උපදෙස් පතමි.

<u>පි</u>ඃ ඔව් දැන් මෙතෙන්දි සිද්ධ වෙලා තියෙන්නෙ කලින් අවස්ථාවෙදි නම් සක්මනේදි වේදනාව පහළ වුණා. හැබැයි හිත ඒකත් එක්ක තාම ඉන්න ගතියක් තිබුණා. හැබැයි පර්යංකයට එනකොට හිත ඒකෙන් ඉවත් වුණා. ඒ නිසා අපි ඒ **දිට්ඨෙ දිට්ඨමත්තං** කියපු බාහිය ස්වාමීන් වහන්සේගේ ඒ කාරණාව මුලදි අපිට කරගන්න බැරි වුණාට ඒ හික්මීම ඒ හැකියාව දැන් සක්මනට වඩා පර්යංකයේදි මතු වෙලා තියෙනවා. විවිධ වේදනා දැන් පහළ වෙලා තියෙනවා. හැබැයි ඒ වේදනාව ඇසුරු කරන්නෙ නෑ දැන් හිත. වේදනාව නැතුව නෙවෙයි. හැබැයි හිතට වුවමනාවක් නෑ වේදනාවත් එක්ක පැටලෙන්න. ඒකෙන් දුක් ගන්න හිතට වුවමනාවක් නෑ. ඊට වඩා හිත කැමතියි සන්සුන්ව ඉන්න. අරකෙන් පිච්චෙන්නෙ නැතුව, අරකෙන් දැවෙන්නෙ නැතුව එයා ඉන්නවා සැහැල්ලුවෙන්.

ඒ නිසා අපේ කයේ කිසිම වේදනාවක් නැතුව සිහිය නැති වුණා වගේ ඉඳීමක් මෙතෙන්දි බලාපොරොත්තු වෙන්නෙ නැහැ. වේදනා පහළ වේවි. ඒක කයේ ස්වභාවයක්. ඒක අපිට නවත්තන්න බැහැ. හැබැයි අපිට පුළුවන්ද මේ පහළ වෙන වේදනාවලින් දුක් ගන්නෙ නැතුව අපේ හිත තියාගන්න? ඒ සංඥාවල පැටලෙන්නෙ නැතුව, ඒ වේදනාවල පැටලෙන්නෙ නැතුව අපේ හිත තියාගන්න

පුළුවන්ද? එතනයි දක්ෂතාව තියෙන්නෙ. නැතුව අපි වේදනා නාශක ගැනීම තුළ නෙවෙයි ඔතන හැකියාව තියෙන්නෙ. විවිධාකාර වේදනා පහළ වෙනවා. හැබැයි ඒ වේදනා කයට අදාළ දේවල්. මොකක් හරි රෝගී තත්ත්වයක් නිසා නම් මේ වේදනා පහළ වෙන්නේ - අපි හිතමු ඒකට දැන් බෙහෙතක් කරල තියෙනවා. හැබැයි තාමත් වේදනාව තියෙන්න පුළුවන් නේ. හැබැයි ඒ වේදනාවෙන් හිත මැත් කරගෙන ඉන්න පුළුවන්කමක්. ඒකයි මං කිව්වේ දැන් රූප පේනවා හැබැයි ඒ පේන රූපෙන් හිත මැත් වෙලා. ශබ්ද ඇහෙනවා, හැබැයි ඒකෙන් හිත ඉවත් වෙලා. වේදනාත් දැනෙනවා. දැනෙන වේදනාවලින් හිත ඉවත් වෙලා. සංඥාත් ඉඳල හිටල එනවා යනවා. හැබැයි ඒකෙ පැටලිල්ලක් නෑ.

අන්න ඒ වගේ අපි ටික ටික ඉගෙනගන්නෙ සතිපට්ඨානයක් හරහා දැන් මේ ස්කන්ධවලින් හිත මුදවාගෙන, ස්කන්ධවල පටලවාගන්නෙ නැතුව, ස්කන්ධවල ගිහිල්ල හිර වෙන්නෙ නැතුව, ඒක උපාදන කරන්නෙ නැතුව - ස්කන්ධ හේතු ප්‍රත්‍ය නිසා ඇවිල්ල නැති වෙලා යනවා. හැබැයි මම මොකටද ඒකෙන් දුක් ගන්නේ? ඒකෙන් ඉවත්ව, ස්වාධීනව, ඒවා උපාදන නොකර, හුදෙකලාව ඉන්න පුළුවන්, විවේකයෙන් ඉන්න පුළුවන් හිතක් හදගැනීම තමයි අපේ මාර්ගය වෙන්නේ. ඒකට තමයි අපි උත්සාහවන්ත විය යුත්තේ.

ඒකට රූපවලිනුත් හිත නිදහස් වෙන්න ඕනැ. වේදනාවලිනුත් සංඥාවලිනුත් සංස්කාර, සිතුවිලි, චේතනා ආදී සියල්ලෙන්මත් හිත නිදහස් වෙන්න ඕනැ. ඊළඟට ඇස් කන් නාසා ආදී ඉඳුරන් අපි මේ ලෝකේ ඉන්දැද්දි පරිහරණය කරනවා - පෙනීම් සිද්ධ වෙනවා. ඇහීම් ගඳ සුවඳ දැනීම් ස්පර්ශ සිද්ධ වෙනවා. ඒ වගේ දේවල්වලිනුත් හිත නිදහස් වෙන්න ඕනැ. එතනින් අදහස් වෙන්නෙ නෑ අපි ඇස් දෙක පියාගෙන ඉන්නවා කියලා, කන් බිහිරි කරගෙන ඉන්නවා කියලා. ඒ දේවල් ඔක්කොම සක්‍රියව තියෙනවා. හැබැයි නුවණ විසින් හිත නිදහස්ව පවත්වනවා.

15| නුවණින් යුතුව වඩන උපේක්ෂාවක්

නමො තස්ස භගවතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස

කථඤ්චානන්ද, අරියස්ස විනයෙ අනුත්තරා ඉන්ද්‍රියභාවනා හොති'ති.

ශ්‍රද්ධාවන්ත පින්වත්නි, අපි පසුගිය වාරෙදි මතක් කරගත්තා විපස්සනාවක් මූලික කරගෙන අපේ හිත තුළ අවබෝධයක් නුවණක් මේ සංඥා සම්බන්ධයෙන් ඇති කරගෙන, ඊට පස්සෙ ටික ටික කොහොමද අපේ හිත සංඥා ස්කන්ධයෙන් මුදවාගන්නේ කියන කාරණාව. ඉතින් එතෙන්දි අපි ටිකක් දුරට සාකච්ඡා කළා දේවල් දැක්කත් ඒවා ඔස්සේ ගිහිල්ලා නිමිති ගන්නෙ නැති තත්ත්වයක්, විවිධාකාර ශබ්ද ඇහුණත් ඒවායේ නිමිති ගන්න ගිහිල්ලා ඒවත් එක්ක පැටලිලා ප්‍රපංච කරන්නෙ නැතුව ඉන්න පුළුවන් හැකියාවක්, ඒ වගේම නාසයට දිවට කයට විවිධාකාර දේවල් දැනුණත් ඒ දැනිච්ච දේවල් ඔස්සේ යන්නෙ නැතුව අපිට සන්සුන්ව හිත පවත්වන්න පුළුවන් හැකියාවක් පිළිබඳව. ඒ වගේමයි හිතට යම් යම් සිතුවිලි පැමිණියත්, අදහස් පැමිණියත් ඒවා ඔස්සේ දිගට හිතහිතා යන්නෙ නැතුව හිත බේරගන්නේ, හිත සන්සුන්ව තියාගන්නේ, හිතේ විවේකය රැකගන්නේ කොහොමද කියන එක ගැන අපි විපස්සනාවක් මුල් කරගෙන පසුගිය සතියෙදි සාකච්ඡා කළා.

අපිට තේරෙනවා මෙතන ඇවිල්ලා හුදෙක් මේ ඉන්ද්‍රියයන් සම්බන්ධයෙන් ඇති කරගත්ත ඉන්ද්‍රිය සංවෘත්ත භාවය නෙවෙයි මේ කතා කරන්නේ. මෙතෙන්දි මේ කතා කරන්නෙ අවබෝධය මුල් කරගත්ත විපස්සනාවක් තුළින් නුවණක්, අවබෝධයක් ලැබීම නිසා, දැන් මේ දේවල් දැක්කට ඒ දැක්ක දේවල් ඔස්සේ හිත නොයා සිටීමක්. ඇහුණට ඇහුණ දේවල් ඔස්සේ ප්‍රපංච කර කර, කල්පනා කර කර,

මඤ්ඤනා කර කර ඉන්න දන් හිතම ඉදිරිපත් වෙන්නෙ නෑ. හිත ඊට වඩා තේරුම් අරන් තියෙනවා සංසිඳීමක්, සැහැල්ලුවක්, සැනසීමක් මේ හුදෙකලා බව තුළ. තදංග නිබ්බුති තත්ත්වය තුළ, ඒ අවබෝධය තුළින් ඇති වෙච්ච ශාන්ත ප්‍රණීත තත්ත්වය තුළ තියෙනවා කියල දන් හිතට ටික ටික වැටහීමක් තමයි මෙතන අපි ඉස්මතු කරන්නෙ.

මේ පිළිබඳව තව දුරටත් බුදුරජාණන් වහන්සේ ඉතාම විස්තරාත්මකව කරපු දේශනයක් හම්බ වෙනවා මජ්ඣිම නිකායේ අවසාන සූත්‍රය වන **ඉන්ද්‍රිය භාවනා සූත්‍රයේ**. මේ සූත්‍රය එක්තරා ලස්සන කතා ප්‍රවෘත්තියක් හා බැඳිලා තියෙනවා. උත්තර කියන මානවකයෙක් බුදුරජාණන් වහන්සේ සම්මුඛ වෙන්න ඇවිල්ලා, ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේත් ළඟ ඉන්දැද්දි පුංචි සාකච්ඡාවක් කෙරෙනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේ අහනවා කොහොමද ඔබගේ ගුරුවරයා ඔය පිරිස හික්මවන්නේ? කියලා. එතකොට උත්තර මානවකයා කියනවා 'අපේ ගුරුතුමා කියනවා ඇහෙන් රූප බලන්න එපා, කනෙන් ශබ්ද අහන්න එපා, නාසයෙන් දිවෙන් එහෙම අරමුණු ගන්න එපා කියල ඒ අරමුණු නොගෙන සිටීමටයි අපේ ගුරුතුමා අපිව හික්මවන්නේ' කියනවා. එතකොට බුදුරජාණන් වහන්සේ ඒකෙ තියෙන අඩුපාඩුව පෙන්නල දෙනවා. "එහෙම නම් ජාති අන්ධයෝ මේ කියන ඉන්ද්‍රිය භාවනාවේ කෙළ පැමිණි පුද්ගලයින් වෙන්න ඕනැ. මොකද, ඒගොල්ලන්ට කිසිම දෙයක් පේන්නෙ නෑ නේ. කිසිම දෙයක් ඇහෙන්නෙ නැති බිහිරි පුද්ගලයින් එහෙම නම් මෙබඳු භාවනාවක හොඳට පරතෙරට පැමිණි අය වෙන්න ඕනැ. මොකද, ඒ අයට ඇහෙන්නෙ නෑ." එහෙම කිව්වහම මේ උත්තරට උත්තර නැති වෙනවා.

එතකොට ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ බුදුරජාණන් වහන්සේට ආරාධනා කරනවා 'එහෙනම් ස්වාමීනි මේ ආර්ය විනය තුළත්, භාග්‍යවතුන් වහන්සේ පෙන්නන ශාසනය තුළත් ඉන්ද්‍රිය භාවනාව සම්බන්ධයෙන් අපිට කරුණු කියල දෙන්න' කියල. එතකොට තමයි බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ ආර්ය විනය තුළ අනුත්තර වූ, ශ්‍රේෂ්ඨ වූ ඉන්ද්‍රිය භාවනාවක් ගැන අපිට කියල දෙන්නේ. එතෙන්දි කියන්නේ ඇහැ පියාගෙන සිටීමක්, කන් වහගෙන සිටීමක් නෙවෙයි. **බාහිය සූත්‍රයේ** අපි කලින් ඉගෙනගත් තත්ත්වය තව දුරටත් කොහොමද පවත්වන්නේ? ඒ සඳහා අපි කොහොමද ශික්ෂණයක් ඇති කරගන්නේ?

ඒ සඳහා තැනැත්තෙක් කොහොමද හික්මෙන්නේ? කියන එක තමයි **ඉන්ද්‍රිය භාවනා සූත්‍රය** තුළදිත් මතු කරන්නේ.

ඒක විස්තර වෙනවා **කථඤ්චානන්ද, අරියස්ස විනයෙ අනුත්තරා ඉන්ද්‍රියභාවනා හොති** - කොහොමද ආනන්ද එහෙම නම් මේ ආර්ය ශාසනයක් තුළ, මේ බුද්ධ ශාසනයක් තුළ කෙනෙක් ඒ උත්තරීතර වූ ඉන්ද්‍රිය භාවනාවක නියැලෙන්නේ, හැසිරෙන්නේ බුදුරජාණන් වහන්සේ උදාහරණ දෙමින් අපිට කියල දෙනවා, **ඉධානන්ද, භික්ඛුනො චක්ඛුනා රූපං දිස්වා උප්පජ්ජති මනාපං, උප්පජ්ජති අමනාපං, උප්පජ්ජති මනාපාමනාපං.** අපි කොහේ හරි ගමනක් බිමනක් යනකොට ඇහැට රූපයක් ආපාතගත වෙනවා. අපි කැමති පුද්ගලයෙක් හෝ දෙයක් නම් දැක්කේ සමහර විට හිතේ මනාපයක් ඇති වෙන්න පුළුවන්. හිතේ සතුටක් ඇති වෙන්න පුළුවන්. අකමැති කෙනෙක්, දෙයක් හෝ දර්ශනයක් දැක්කාම හිතේ අමනාපයක් ඇති වෙන්නත් පුළුවන්. නැත්නම් මේකෙ සම්මිශ්‍රණයක් වෙන්නත් පුළුවන්. අපේ හිත මේ වෙනකොට හඳුනගෙන තියෙන, අර කලින් අපි විපස්සනාවෙදි කතා කරපු තදංග නිබ්බුති තත්ත්වය මෙයා පොඩ්ඩක් හරි ඇසුරු කරල තියෙන්නෙ ඕනැ.

අපි පසුගිය සතියෙදි ටිකක් ගැඹුරින් සාකච්ඡා කළා විපස්සනාවක් හරහා නුවණක් අවදි වේගෙන යනකොට, ඒ විපස්සනා නුවණ ටික ටික මුහුකුරා යනකොට දේවල් උපාදාන නොකර සිටීමේ හැකියාවක්, දේවල් ග්‍රහණය නොකර සිටීමේ හැකියාවක්, දේවල් තුළ එල්බගන්නෙ නැතුව සිටීමේ හැකියාවක් හිත තුළ දියුණු වෙන්න අවශ්‍යයි. අපි ධාතු මනසිකාරයක් නම් කළේ, ධාතු මනසිකාරය හරහා මේ රූපී - ද්‍රව්‍යමය දේවල්, භෞතික දේවල්වල එල්බගන්නෙ නැති හිතක්, එබඳු භෞතික වස්තූන් වේවා කාමාදී අරමුණු වේවා හිතට වද දෙන්නෙ නැති අවස්ථාවක් යෝගාවචරයෙක් සමහර විට අත්දකීවි. වේදනාව මුල් කරගත්ත වේදනානුපස්සනාවක් එයා වැඩුවා නම්, එතකොට වේදනාවලටත් ඇලෙන්නෙ ගැටෙන්නෙ නැතුව අපිට ඒවායිනුත් බොහොම ඈත් වෙලා ඉන්න පුළුවන් ගතියක්. ඒවා තුළ නිමග්න නොවී, ඒවායින් වෙහෙසක් ඇති කරගන්නෙ නැතුව වේදනාවලිනුත් ඈත් වෙලා ඉන්න පුළුවන් ගතියක්. චිත්තානුපස්සනාවක් වැඩුවොත් එතෙන්දිත් සිතේ සිතුවිලි පහළ වුණත් ඒවත් හුදෙක් සිතුවිලි කියල තේරුම් අරගෙන 'මේවා එකකටවත් මම,

මගේ, මගේ ආත්මයක් කියාගන්න අවශ්‍ය නැහැ. මේවා හුදෙක් සිතුවිලි. පුළුවන්ද එහෙනම් මට හැකියාවක් ඇති කරගන්න මේ සිතුවිලි එනවා යනවා, ඇති වුණා නැති වුණා. ඒ නිසා මම මේකෙන් දුක් කරදර ගන්න දෙයක් නැහැ. මේවායේ ලක්ෂණය තමයි අනිත්‍ය ලක්ෂණය. ඒ වගේමයි මේවා මගේ ආරාධනාවෙන් පැමිණෙන දේවල් නෙවෙයි. වෙන වෙන හේතු නිසයි මේවා පහළ වෙන්නේ' කියල තේරුම් අරගෙන මේ සිතුවිලි සම්බන්ධයෙනුත් එක්තරා අන්දමක දුරස්ථ භාවයක්. ඒක මගේ කියාගන්නෙ නැතුව ඒවායින් ඉවත්ව වාසය කිරීමේ හැකියාවක්. සංස්කාර ස්කන්ධයෙන් හිත නිදහස් කරගැනීමක්.

ඒ වගේමයි අපි ටිකක් දුරට සාකච්ඡා කළා සංඥා පැත්තෙන්. අපිට එබඳු සිතුවිල්ලක් පහළ වෙනකොට යම් යම් චිත්ත රූප මැවෙන්න පුළුවන්. එතකොට ඒ රූප සංඥා වශයෙන්, ශබ්ද සංඥා වශයෙන් හිතේ යම් කිසි සංඥා මාත්‍රයක් ඇති වෙන්න පුළුවන්. නමුත් ඒකත් හුදු සංඥාවක් කියල තේරුම් අරගෙන, ඒකට පුද්ගලයෙක් වස්තුවක් ආරෝපණය කරන්න නොගිහින්, ඒකට වටිනාකමක් දෙන්නෙ නැතුව, මේවා හුදෙක් සංඥා කියල තේරුම් අරගෙන අපි ඒ අවබෝධය මත කටයුතු කරනවා නම් පොඩ්ඩ පොඩ්ඩ අපිට මේ ස්කන්ධයන්ගෙන් හිත නිදහස් කරගෙන යම් පමණකට උපාදන රහිතව, අනිශ්‍රිතව වාසය කිරීමේ හැකියාවක් සතිපට්ඨානයක් කාලයක් වඩනකොට යෝගාවචරයෙකුට ඇති වේවි.

ඒක **සතිපට්ඨාන සූත්‍රය** පුරාවටම බුදුරජාණන් වහන්සේ අපිව ගෙනැල්ලා එක්තරා අන්දමක අපිව යොමු කරන ස්ථානය කියන්න පුළුවන්. කොයි සතිපට්ඨානය වැඩුවත්, කායානුපස්සනාව, වේදනානුපස්සනාව, චිත්තානුපස්සනාව, ධම්මානුපස්සනාව වැඩුවත් අපි ඔය සන්ධිස්ථානයට එළඹෙන්න අවශ්‍යයි. ඔය ප්‍රතිඵලය පොඩ්ඩ පොඩ්ඩ භුක්ති විඳින්න පුළුවන් තත්ත්වයකට අපි පැමිණෙන්න ඕනැ. **අනිස්සිතො ච විහරති න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති** - මේ ලෝකේ කිසිවක් උපාදන නොකර අනිශ්‍රිතව වාසය කරන්න පුළුවන් බොහොම ස්වාධීන චිත්ත මට්ටමක් එහෙනම් අපේ හිතේ ටික ටික ගොඩනැගෙන්න අවශ්‍යයි.

ඔය තත්ත්වය හඳුනාගත්ත යෝගාවචරයෙක් තමයි දැන් මේ ඉන්ද්‍රිය භාවනාවක නියැලීමට වෑයම් කරන්නේ. එතකොට බුදුරජාණන්

වහන්සේ කියනවා දැන් එයාට තව දුරටත් රූප පේනවා. ඒ පෙනිච්ච රූපය නිසා හිතේ මනාපයක් ඇති වෙන්න පුළුවන්. නැත්නම් අමනාපයක් ඇති වෙන්න පුළුවන්. හැබැයි දැන් බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙළඹවීමක් ඇති කරනවා, උනන්දුවක් ඇති කරනවා දැන් ඔය මනාපය තුළ ඉන්න එපා. එතන පැටලි පැටලි ප්‍රපංච කර කර මඤ්ඤනා කර කර ඉන්න එපා. ඒ වෙනුවට එන්න අර කලින් හිතේ රැඳිල තිබ්ච්ච සාමකාමී, සරල, උපේක්ෂා සහගත තත්ත්වයට. ඒ තදංග නිබ්බුති තත්ත්වයට නැවතත් හිත ගන්න. ඒක ශාන්තයි, ප්‍රණීතයි, උපේක්ෂා සහගතයි.

ඉන්ද්‍රිය භාවනා සූත්‍රය තුළ බුදුරජාණන් වහන්සේ ඒ තදංග නිබ්බුති තත්ත්වය, සංඛාර උපේක්ඛා තත්ත්වය පෙන්නල දීල තියෙනවා. සියලු සංස්කාරයන් කෙරෙහි දැන් ඒ යෝගාවචරයගෙ හිතේ තියෙන්නෙ උපේක්ෂාවක්. ඒවා අල්ලල වැඩක් නෑ. උපාදන කරගෙන වැඩක් නෑ. ග්‍රහණය කරල වැඩක් නෑ. මේවා ගැන දිගින් දිගට මඤ්ඤනා කරල ප්‍රපංච කරල වැඩක් නෑ. හිත පුළුවන්ද සන්සුන්ව, නිශ්ශබ්දව, මේවත් එක්ක ඇලෙන්නෙ ගැලෙන්නෙ නැතුව පහසුවෙන් සැහැල්ලුවෙන් තියාගන්න? අන්න ඒ ස්වභාවය හඳුනාගෙන එතන දැන් හිත පවත්වන්න, නොබැඳුණු ස්වභාවයක හිත පවත්වන්න උනන්දු කිරීමක් තියෙනවා. ඒ අලුතෙන් පත් වෙච්ච තත්ත්වය - මනාපයක් ඇති වෙච්ච අවස්ථාව හෝ, අමනාපයක් ඇති වෙච්ච අවස්ථාව හෝ, හිතේ කැළඹිලි සහගත තත්ත්වයක් ඇති වෙච්ච අවස්ථාව දැන් අභිරමණය කරන්න යන්නෙ නැතුව, ඒක තුළ මුළා වෙන්න යන්නෙ නැතුව 'මේක සංඛතයි, ඕළාරිකයි, පටිච්ච සමුප්පන්නයි' කියලා තේරුම්ගන්න කියනවා.

මුල් මට්ටමේදි අපි විපස්සනාවක ටික ටික ගැඹුරට යනකොට බුදුරජාණන් වහන්සේ මුලින්ම පෙන්නන්නෙ මේ අලුතෙන් හටගත්ත ඒ මනාප අමනාප තත්ත්වය සංඛතයි, ඕළාරිකයි, පටිච්ච සමුප්පන්නයි. සංඛතයි කියල කියන්නෙ දැන් අපි හිතමු යම් කිසි රූපයක් දැකලා ඒකට අපේ හිතේ ඇල්මක් ඇති වුණා නම්, කැමැත්තක් ඇති වුණා නම් එතකොට ඒ කැමැත්ත සකස් වෙලා ආපු තත්ත්වයක් - මම ඒකට පොඩ්ඩක් හැරිල බැලුවා, ඒ ගැන හිතුවා, සිතුවිල්ලක් පහළ කරගත්තා, ආයි තව ටිකක් බැලුවා, කිට්ටු වෙලා බැලුවා. දැන් මේ සකස් කිරීම් රාශියක් හිත ඇතුළෙ ගොනු වෙනවා. හිත ඇතුළෙනුත් තව තව

සංකල්පමය වශයෙන් සිතුවිලි තව එකතු වෙනවා. මම හිත ඇතුළෙ සංස්කරණ ටිකක් කරල තමයි දැන් මේ හිත තුළ මනාප තත්ත්වයක් හෝ අමනාප තත්ත්වයක් ගොඩනගාගත්තේ. එතකොට මෙතන සංඛත ස්වභාවයක්, සකස් වෙච්ච, සකස් කළ ස්වභාවයක් තියෙන්නේ.

හැබැයි අර කලින් හිටපු සැහැල්ලු උපේක්ෂා සහගත තත්ත්වය සෑහෙන දුරට නිවනට සමීපයි. එතන තියෙන්නෙ අසංඛත තත්ත්වයට කිට්ටු තත්ත්වයක්. එතන අපිට කරන්න කියල දෙයක් නෑ. එතන සකස් කරන්න දෙයක් නෑ. එතන හුදු අවබෝධය මුල් කරගෙන සැහැල්ලුවෙන්, කිසිවක් උපාදන නොකර, සංඥා සංස්කාර සිතුවිලි චේතනාත් එක්ක පැටලෙන්න නොගිහින්, බොහොම සුව සේ සැහැල්ලුවෙන් වාසය කිරීමකටයි පොළඹවලා තියෙන්නේ. හිතේ සන්සුන් බවකටයි අපි යොමු කරල තියෙන්නේ. උපාදන රහිතව, කෙනෙක් පුද්ගලයෙක් තනාගන්නෙ නැතුව වාසය කිරීමකටයි පොළඹවලා තියෙන්නේ. ඔය තත්ත්වය ප්‍රණීතයි. **එතං සන්තං එතං පණීතං යදිදං උපෙක්ඛා.** ඒ තත්ත්වය ශාන්තයි, ඒ තත්ත්වය ප්‍රණීතයි, ඒ තත්ත්වය තුළ තියෙන්නෙ බොහොම සරල සැහැල්ලු උපේක්ෂාවක්.

ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා මේ ඇහෙන් දැකපු රූපයක් මුල් වෙලා හිතේ පෙරළියක් වුණොත්, ඒ තිබ්බච තත්ත්වය අහිමි වුණොත්, ඇහිපිල්ලන් ගහන සැණෙකින් ආපහු අර පරණ තැනට යන්න කියලා. ඒ උපේක්ෂා සහගත සැහැල්ලු තත්ත්වයට හිත නැවත ගන්න කියනවා හැකි ඉක්මනින්. උපමාවක් වශයෙන් පෙන්නන්නෙ ඇහිපිල්ලන් ගහණ සැණෙකින් එතෙන්ට එන්න කියලා. ඊට පස්සෙ කනට ශබ්දයක් ඇහීම නිසා - අපි හිතමු අපි සක්මන් කර කර හිටියා. ඔන්න ගීතයක් ඇහුණා. ඒ ගීතයට නොදැනුවත්වම හිත ගියා. සමහර විට පරණ අතීතයක් මතක් වුණා. ඒක ඔස්සේ දිගට සිතුවිලි පහළ වුණා. දිගට දිගට කල්පනා කරගෙන ගිහිල්ලා දැන් එක්කො හිත පිනා යනවා, නැත්නම් එකෙ තියෙන්නෙ වෙන දෙයක් නම් හිතට දුකක් දෙම්නසක් ඇති වෙනවා. දැන් එතකොට ආයිත් අර තිබ්බච සම බරතාව අපෙන් ගිලිහුණා. එතකොටත් බුදුරජාණන් වහන්සේ කියන්නෙ මොකක්ද? අසුරු සැණෙකින් එන්න මෙන්න මෙතනට, නැත්නම් අසුරක් ගහන ඉක්මනට පුළුවන් තරම් ආයි අර පරණ තැනට හිත ගන්න කියලා. එතකොට ඒ කියන්නෙ උනන්දු කිරීමක්, ධෛර්ය

කිරීමක් කරනවා ඒ උපේක්ෂා සහගත තත්ත්වය තුළ හැකි තාක් එළඹ වාසය කිරීමකට. අඥාන උපේක්ෂාවක් ගැන නෙවෙයි මේ කතා කරන්නේ. හුදු වේදනාව මත පදනම් වෙච්ච අදුක්ඛමසුඛය නෙවෙයි මේ කතා කරන්නේ. අර විපස්සනා නුවණක්, අවබෝධයක් තුළ ගොඩනැගිච්ච උපාදාන නොකර සිටීමේ උපේක්ෂා සහගත තත්ත්වයයි.

ඊළඟට පෙන්නනවා නාසයට ගඳක් සුවඳක් දැනිලා යම් කිසි තැනැත්තෙක්ගෙ අර වගේ කැළඹීමක් ඇති වුණොත්, අර තිබිච්ච සරල උපේක්ෂාව එයාට අහිමි වෙලා නැවතත් හිත පැන්නොත් වෙන කොහේට හරි, යම් කිසි ඉල්පීමක් හිතේ පහළ වුණොත් එතන ඉන්න එපා. ආයිත් යන්න අර සරල උපේක්ෂා සහගත තත්ත්වයට. ඒකට දෙන උපමාව තමයි හරියට ඇල කරපු නෙළුම් පතකට දිය බිංදුවක් දැම්මොත් ඒකෙ රැඳෙන්නෙ නෑ. ඒක රූටලා යනවා හරි ඉක්මනට. ඒකට වෙලාවක් ගත වෙන්නෙ නෑ. මොකද, ඇල කරලා තියෙන්නේ. නෙළුම් කොළයක්. නෙළුම් කොළේට වතුර බිංදුවක් වැටුණට ඒක රැඳෙන්නෙ නෑ. උපමාවක් වශයෙන් පෙන්නන්නෙ ඒ නිසා ඒ නාසයට ගඳක් සුවඳක් දැනිලා එතනින් හිතේ කැළඹීමක් පහළ වුණොත්, අර තිබිච්ච සරල උපේක්ෂාව අහිමි වුණොත්, හිත නැවත උපාදානයක් කරන්න ගත්තොත්, ප්‍රපංචයක් කරන්න ගත්තොත් ආයිත් යන්න අර තැනට හැකි ඉක්මනින්. හරියට අර නෙළුම් පතක දිය බිංදුවක් රැඳෙන්නෙ නැතුව ඉක්මනට ඒක රූටලා යනවා වගේ ඉක්මනට අතෙන්ට යන්න කියනවා.

ඊළඟට අපි කෑමක් බීමක් අනුභව කරද්දි, පානය කරද්දි, එතෙන්දි මොකක් හරි දෙයක් සිද්ධ වෙලා - එක්කො හිතේ ආශාවක් පහළ වෙලා, නැත්නම් හිතේ අප්‍රිය ස්වභාවයක් ඇති වෙලා, අර තිබිච්ච සරල උපේක්ෂාව අපිට අහිමි වුණොත් එතෙන්දිත් බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා ඉක්මනටම යන්න ආයිත් අර පරණ උපේක්ෂා සහගත තත්ත්වයට. කොහොමද? හරියට නිකන් දිවගට ගත්ත කෙළ බිඳිත්තක් ඉක්මනට හරි පහසුවෙන් එළියට දානවා වගේ ආයිත් අර පරණ තත්ත්වෙට යන්න කියනවා.

අපේ කයට යම් කිසි ස්පර්ශයක් සිද්ධ වෙලා ඒ ස්පර්ශය මූලික කරගෙන හිතේ කැළඹීමක් ඇති වුණොත්, නැවත ස්පර්ශය මූලික වෙලා අපේ හිතේ මනාපයක් ඇති වුණොත්, අමනාපයක් ඇති

වුණොත්, ආයිත් කල්පනා කරන්න ප්‍රපංච කරන්න පෙළඹුණොත්, ඒ සරල උපේක්ෂා සහගත තත්ත්වය අපිට අහිමි වුණොත්, නැවතත් ගන්න කියනවා ඒ සරල උපේක්ෂා සහගත තත්ත්වය. කොහොමද? හරියට දික් කරල තියෙන අතක් නවනවා වගේ, නැවිලා හකුළුවලා තියෙන අතක් දිග හරිනවා වගේ. ඉතාම පහසුවෙන්, ඉතාම ඉක්මනට.

අපිට තේරෙනවා දැන් මේ අවස්ථා හරහා බුදුරජාණන් වහන්සේ අපිව පොළඹවන්නේ එක්තරා උපමානයක් අපිට දීලා. මෙන්න මෙච්චර ඉක්මනට අන්න අතෙන්ට යන්න ඕනෑ. මුලදී එක පාරටම ඕක කරගන්න බැරි වෙයි. සමහර විට අපි සක්මනක ඉන්දැද්දී, ගමනක් බිමනක් යද්දී, ඇස් ඇරගෙන ඉන්නකොට යම් කිසි රූපයක් දැකල හිත ආයෙත් අර සරල උපේක්ෂාව අපිට අහිමි වෙලා, ප්‍රපංච කරන තත්ත්වෙකට වේවා, එහෙමත් නැත්නම් මඤ්ඤනා කරන, කෙනෙක් පුද්ගලයෙක් හදගත්ත තත්ත්වෙකට ආයිත් ගියොත්, එබඳු මුළා වෙච්ච තත්ත්වෙකට ආයිත් පත් වුණොත් ආපහු එන්න මුලදී ටිකක් අපහසු වෙන්න පුළුවන්. මොකද, ඒ අපි දැකපු දර්ශනය, ඇහිච්ච ශබ්දය සමහර විට අපේ හිත තුළ යම් කම්පනයක් ඇති කළා වෙන්න පුළුවන්. නමුත් ටික ටික මේ පුහුණුව තුළ හික්මෙන්න හික්මෙන්න, යෝගාවචරයෙක් ඉක්මනට ඉක්මනට යුහුසුලුව කටයුතු කරන්න කටයුතු කරන්න, බුදුන් වහන්සේ උපමානයක් පෙන්නනවා මෙන්න මෙච්චර වේගයෙන් අතෙන්ට එන්න අවශ්‍යයි. හැකි ඉක්මනින් එතෙන්ට එන්න අවශ්‍යයි. වැඩිපුර ඒ සරල උපේක්ෂා සහගත තත්ත්වය ඇසුරු කිරීම අවශ්‍යයි.

හිතට සිතුවිල්ලක් ආවහම කොහොමද හැසිරිය යුත්තේ? දැන් හිතේත් යම් යම් සිතුවිලි අදහස් පහළ වෙන්න පුළුවන්. අතීතය හා සම්බන්ධ මතකයක් අනාගත බලාපොරොත්තුවක් එන්න පුළුවන්. එතකොටත් හිතේ තිබිච්ච නිස්කලංක, ශාන්ත, සැහැල්ලු, නොබැඳුණු, උපේක්ෂා සහගත තත්ත්වය අහිමි වෙලා නැවතත් හිත හිතන්න පෙළඹෙන්න පුළුවන්. යම් වෙලාවකදී ඒක මතක් වුණා නම්, සිහිය එළඹ සිටියා නම්, බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා ඔතන ඉන්න එපා දැන් යන්න අර පරණ තැනට කියලා. **එතං සන්තං එතං පණීතං යදිදං උපෙක්ඛා.** ඒ කලින් හිටපු තත්ත්වය ශාන්තයි, ප්‍රණීතයි, උපේක්ෂා සහගතයි. ඒකටත් දෙනවා උපමාවක්. හරියට දවසක් තිස්සේ රත් වෙච්ච යකඩ කබලක් උඩට වතුර බිංදුවක් දැම්මොත් ඒක වාෂ්ප වෙලා ඉවත්

වෙලා යන්න වැඩි වෙලාවක් යන්නෙ නෑ. දන සැණෙකින් ඉවත් වෙලා යනවා. එපමණ ඉක්මනකින් අර පරණ තැනට යන්න කියල කියනවා.

ඒ නිසා පුහුණු වෙන යුගයේදි අපිට එක පාරටම මෙච්චර දුරට මෙච්චර පහසුවෙන් ඉක්මනට කරගන්න බැරි වේවි. නමුත් විපස්සනාවක් වඩපු යෝගාවචරයෙක් එබඳු ඒ තදංග නිබ්බුති තත්ත්වයක්, උපාදන රහිත තත්ත්වයක්, අනිශ්‍රිත තත්ත්වයක් හඳුනාගෙන තියෙනවා නම් එතන හැකි තාක් එළඹ වාසය කරන්න උත්සාහයක් දැරිය යුතුයි. ඒ සඳහා තමයි බුදුරජාණන් වහන්සේ උනන්දු කරන්නේ. නමුත් අපි ඒ තදංග නිබ්බුති තත්ත්වයක් තනාගත්ත පමණින් සියල්ල සම්පූර්ණ වෙන්නෙ නැහැ. මොකද, අපි තුළ තාම කෙලෙස් අන්තර්ගතයි. අපි තුළ අනුසය වශයෙන් කෙලෙස් තියෙනවා. ඒ අනුසය කෙලෙස් විටින් විට විවිධාකාර ඉන්ද්‍රිය ආරම්මණයන් නිසා මතු වෙනවා. ආයිත් ඒවා පණ ගහලා එනවා. රූපයක් පේනකොට, ශබ්දයක් ඇහෙනකොට, ගඳක් සුවඳක්, රසක්, ස්පර්ශයක් දැනෙනකොට, හිතට අරමුණක් එනකොට, කලින් තැන්පත් වෙලා අක්‍රියව නිදගෙන වගේ තිබ්ච්ච අනුසය තත්ත්ව අවදි වෙලා ඉස්සරහට එන්න පුළුවන්. කැළඹීමක් හිතේ ඇති කරන්නත් පුළුවන්. එබඳු කැළඹීමක් වුණොත් ආයිත් ඒ කැළඹීම තුළ ඉන්නෙ නැතිව, උපාදන සහිතව ඉන්නෙ නැතිව ආයිත් අර පරණ තැනට යන්න කියලා උනන්දු කරනවා.

ඉතින් මේ පුහුණුව ටික ටික කරගෙන යන යෝගාවචරයෙක් එබඳු පුහුණුවක් හරහාම හිතේ ටික ටික කෙලෙස් ප්‍රහාණයක් සිද්ධ වෙලා යම් අවස්ථාවක සේඛ තත්ත්වයකට පත් වුණොත් එයාට බුදුරජාණන් වහන්සේ මෙච්චර ප්‍රතිපදවක් කියන්නෙ නැහැ. ඊට වඩා පහසුවෙන් ඒ තත්ත්වය කරගන්න කියනවා. මොකද, සේඛ තත්ත්වයට පත් වෙච්ච යෝගාවචරයෙකුට මේ පුහුණුව සෑහෙන්න කෙරිල තියෙනවා. හිත තබාගත යුතු ආකාරය පිළිබඳ යම් කිසි ප්‍රත්‍යක්ෂ අවබෝධයක් තියෙනවා. සංස්කාරයන්ගේ යථා ස්වභාවය එයාට සෑහෙන දුරට වැටහිලා තියෙනවා. ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ සේඛ ප්‍රතිපදවක් වශයෙන් කියන්නේ ඒ හිත අර වගේ තියෙන්න ඕනැ තැන නැතුව, ඒ සැහැල්ලු උපේක්ෂා සහගත තත්ත්වයේ තියෙන්නෙ නැතුව වෙන තැනකට මාරු වුණොත්, ආයිත් ඒ උපාදන තත්ත්වයකට පත් වුණොත්, ඒ වෙච්ච තත්ත්වය පිළිබඳව

ලැජ්ජාවක් ඇති කරගන්න කියල කියනවා. **අට්ටීයති හරායති ජිගුච්ඡති** - මේ හිත ඉන්න ඕනැ තැන නෙවෙයි ඉන්නේ. එයාට අවශ්‍යතාව තියෙන්නේ, ප්‍රත්‍යක්ෂ වශයෙන්ම තේරිලා තියෙන්නේ මෙහෙමයි හිත පවත්වන්න ඕනැ, උපාදාන රහිතවමයි හිත පවත්වන්න ඕනැ කියලා. සංස්කාරයන්ගෙන්, නැත්නම් උපාදාන ස්කන්ධවලින් මුදවාගෙනමයි හිත පවත්වන්න ඕනැ කියලා එයාට දැන් ප්‍රත්‍යක්ෂ වශයෙන්ම තේරිලා තියෙනවා. නමුත් තාමත් මේ හිතේ තියෙන අශීලාචාර බව නිසා, තාම හිරිඔතප්වල යම් අඩුපාඩුවක් නිසා, තාමත් යනවා අර වගේ උපාදාන සහිත තත්ත්වයකට. ඉතින් ඒ තත්ත්වය ගැන ලැජ්ජා වෙන්න කියනවා. ඒ තත්ත්වය ජුගුප්සාවට ලක් කරන්න කියනවා. අත්හරින්න කියනවා. එය ප්‍රමාණවත් කියනවා නැවතත් හිත අර පරණ තත්ත්වෙට යන්න.

ඒ නිසා අපිට තේරෙනවා මේ ප්‍රතිපදාවක් වඩාගෙන යනකොට, මෙබඳු අනුත්තර වූ ඉන්ද්‍රිය භාවනාවක් වඩාගෙන යනකොට කෙලෙස් ප්‍රහාණය වීමක්, ආශ්‍රව ක්ෂය වීමක්, අනුසය ප්‍රහාණයක් සිද්ධ වෙන ආකාරය මේ සූත්‍රය තුළිනුත් පැහැදිලි වෙනවා. මොකද, සියලුදෙනාටම එකම ප්‍රතිපදාව නෙවෙයි කියල තියෙන්නේ. ඒ කියන්නේ යම් කිසි තැනැත්තෙක් විපස්සනාවක් වඩනකොට, කල්‍යාණ පෘථග්ජන භූමියක් තුළ පිහිටාගෙන යෝගාවචරයෙක් වශයෙන් උත්සාහවන්ත වෙනකොට එයාට එක ප්‍රතිපදාවක් ඉදිරිපත් කරනවා. එයාට විපස්සනාවක් වඩන්න තමයි උනන්දු කරන්නේ. හැබැයි තව ටිකක් එයින් ගිහිල්ල යම් පිම්මක් පැන්නහම, එයා ආර්ය භූමියකට පත් වුණහම, එතෙන්දි බුදුරජාණන් වහන්සේ ඊට වඩා සරල උපක්‍රමයක් කියන්නේ. මොකද, එයාට දැන් ප්‍රත්‍යක්ෂයි මෙන්න මෙතනයි මම හිත පවත්වන්න ඕනැ. හැබැයි ආයිත් හිතේ අර තියෙන කෙලෙස් ප්‍රවාහය නිසා, කෙලෙස්වල ගැම්ම නිසා, ඒකේ පරණ පුරුද්දට ආයිත් ඔන්න හිත ගියා වැරදි තැනකට. ඒ හිතේ චරණය සම්බන්ධයෙන්, හිතේ හැසිරීම සම්බන්ධයෙන් ලැජ්ජාවට පත් වෙන්න කියනවා. ඒක ප්‍රමාණවත් වේවි කියනවා ආයිත් හිත උපේක්ෂා තත්ත්වෙට එන්න. ඒ නිසා අපිට තේරෙනවා මේ **ඉන්ද්‍රිය භාවනා සූත්‍රයත්** අර හොඳට විපස්සනාවක් වඩමින් තව ගැඹුරට යන්න උත්සාහවන්ත වෙන යෝගාවචරයෙකුට හොඳ මඟ පෙන්වීමක් කරනවා.

මේ තත්ත්වයම තවත් ගැඹුරින් විස්තර කෙරෙනවා **මහා සුඤ්ඤත සූත්‍රයේ**. එතෙන්දි බුදුරජාණන් වහන්සේ විශේෂයෙන්ම හිත

තුළ ශූන්‍ය ස්වභාවයක් පැවැත්වීම සම්බන්ධයෙන් - දැන් අපි දන්නවා එක පාරටම අපේ හිත සියල්ලෙන් ඉවත් වෙලා අතිශය පරිපූර්ණ වශයෙන් පිරිසිදු තත්ත්වයකට පත් වෙන්නෙ නෑ. අපිට තේරෙනවා දැන් නම් හිතේ ලොකුවට අඩුපාඩුවක් නෑ, ලොකුවට කෙලෙස් නෑ, හිත බහුල වශයෙන් ප්‍රපංච කරන්නෙ නෑ කියල. හැබැයි යම් සේයාවල් හිතේ තියෙන්න පුළුවන්. යම් කිසි වේදනාවක සේයාවක්, නැත්නම් සමාධිමත් වීමක සේයාවක්, නැත්නම් යම් යම් සියුම් සංඥාවල සේයා හිතේ තියෙන්න පුළුවන්. නමුත් ටික ටික ටික ටික අර කිව්වා වගේ එබඳු ඉන්ද්‍රිය භාවනාවක් වඩන්න වඩන්න, ඒ තදංග නිබ්බුති තත්ත්වයක් තුළ තව තව හිත පවත්වන්න පවත්වන්න ඒ හිතේ පිරිසිදු බව වැඩි වේවි. මොකද, ඒ යෝගාවචරයට තේරෙනවා දැන් මේ පිරිසිදු භාවය තමයි එහෙනම් මම මාර්ගය කරගත යුත්තේ කියලා. පුළුවන් තරම් පිරිසිදුව හිත පැවැත්වීම සඳහා එයාගෙ ඇතුළෙන්ම උනන්දුවක් ඒවි. එතකොට කෙලෙස් නිකන් නොරුඳෙන බවක්, කෙලෙස් ආවහම ඒක දරන්න බැරි ගතියක්, කෙලෙස්වලින් එන පීඩාව හොඳට තදට දැනෙන ගතියක් එයාට අවබෝධ වෙන්න අවබෝධ වෙන්න එයා තේරුම්ගන්නවා 'දැන් කෙලෙසුන්ගෙන් තොරවම බැරිද මට මේ හිත පවත්වන්න? පිරිසිදුවම මේ හිත පවත්වන්න බැරිද?' කියලා.

අන්න ඒ පිරිසිදු බවට, කෙලෙසුන්ගෙන් තොරවම හිත පැවැත්වීමට උනන්දු කිරීම තව දුරටත් කැපී පේනවා **මහා සුඤ්ඤත සූත්‍රයේ**. ඒක ඉතාම පුළුල්ව බුදුරජාණන් වහන්සේ හැම ඉරියව්වකටම, විවිධාකාර ක්‍රියාවලට පවා දලා හරි ප්‍රායෝගික පැත්තකින් **මහා සුඤ්ඤත සූත්‍රයේ** ඉදිරිපත් කරල තියෙනවා. එතෙන්දි කෙටි කොටසක් බුද්ධ වචනය මෙහෙමයි - **තස්ස චෙ ආනන්ද, භික්ඛුනො ඉමිනා විහාරෙන විහරතො චඞ්කමාය චිත්තං නමති.** - අර වගේ ධම්මානුධම්ම ප්‍රතිපදවක වාසය කරන යෝගවචරයෙකුගෙ හිතේ දැන් කැමැත්තක් ඇති වෙනවා සක්මන් කරන්න. **සො චඞ්කමති** - ඒ නිසා එයා සක්මනකට පිවිසෙනවා. **එවං මං චඞ්කමන්තං නාභිජ්ඣාදෙමනස්සා පාපකා අකුසලා ධම්මා අන්වාස්සවිස්සන්තීති. ඉතිහ තත්‍ථ සම්පජානො හොති.** බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නන්නේ දැන් ඉතින් එයා සක්මනකට ගියා. හැබැයි සක්මන් කරද්දි එයා විශේෂයෙන් සැලකිලිමත් වෙනවා හිත කෙලෙස්වලට අහු නොවී තියාගන්න, හිත

අර කලින් **ඉන්ද්‍රිය භාවනා සූත්‍රයේ** විස්තර කළා වගේම කෙලෙසුන්ගෙන් මුදවාගෙන පිරිසිදුව හිත පවත්වාගන්න. මොකද, සක්මනකදි අපි ඇස් ඇරගෙන සක්මන් කරද්දි රූප පේන්න පුළුවන්. කවුරු හරි ඇවිල්ලා සමහර විට කතා කරන්නත් පුළුවන්. සද්ද බද්ද ඇහෙන්නත් පුළුවන්. ගඳක් සුවඳක් එන්නත් පුළුවන්. අපි සමහර විට කැලෑවක, ආරණ්‍යයක සක්මන් මළුවක නම් සක්මන් කරන්නෙ සතෙක් සීපාවෙක් එන්නත් පුළුවන්. නමුත් හිත කොහොමද කෙලෙසුන්ගෙන් තොරව දිගට පවත්වන්නේ? එතන තමයි ඒ යෝගාවචරයට බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නන මග පෙන්වීම. දැන් මේ සක්මනට ගියා. සක්මනට කැමැත්තක් ඇති වෙලා. එයා සතු වගකීම වෙන්නෙ සක්මන් කරන කාල පරිච්ඡේදය තුළ පුළුවන්ද හිත උපාදනවලට ලක් කරගන්නෙ නැතිව, කෙලෙසගන්නෙ නැතිව, සන්සුන්ව, අර තිබ්බ්ච සරල උපේක්ෂා සහගත උපාදනවලින් තොර තත්ත්වය දිගට පවත්වන්න?

දැන් සක්මනේ ඉන්න කෙනාට ඊට පස්සෙ හිතෙන්න පුළුවන් පොඩ්ඩක් නතර වෙන්න. හිටගෙන ඉන්න. එතකොට ඒ හිටගත්ත ඉරියව්ව තුළ හිතේ නිශ්චලත්වය පවත්වන්න පුළුවන්ද? හිත උපාදන රහිතව පවත්වන්න පුළුවන්ද? හිත කෙලෙසුන්ගෙන් තොරව පවත්වන්න පුළුවන්ද? ඊට පස්සෙ එහෙම ඉන්න කෙනාට හිතෙනවා පොඩ්ඩක් ගිහිල්ල වාඩි වෙන්න - **නිසජ්ජාය චිත්තං නමති.** එයා දැන් පෙළඹෙනවා, එයාගෙ හිතේ ඇල්මක් ඇති වෙනවා 'දැන් හිටගෙන හිටියා ඇති. සක්මන් කළා ඇති. දැන් පොඩ්ඩක් වාඩි වෙලා ඉන්න ඕනැ'. දැන් වාඩි වෙලා ඉන්නකොට පුළුවන්ද හිත කෙලෙසුන්ගෙන් තොරව පවත්වන්න? ඊට පස්සෙ එයාට හිතෙනවා පොඩ්ඩක් හාන්සි වෙලා ඉන්න - **සයනාය චිත්තං නමති.** ඉතින් ඒ හාන්සි වෙලා ඉන්නකොට, සැතපිලා ඉන්නකොට, පුළුවන්ද කෙලෙසුන්ගෙන් තොරව දැන් හිත පවත්වන්න?

එතකොට අපිට තේරෙනවා බුදුරජාණන් වහන්සේ හරිම ප්‍රායෝගිකව මේක විස්තර කරල තියෙන්නෙ. පර්යංකයක ඉන්න වෙලාවක් ගැන විතරක් නෙවෙයි මේ කතා කරන්නේ. හැම ඉරියව්වකදිම හිත කෙලෙසුන්ගෙන් තොරව පැවැත්වීමට කරන උනන්දුවක්, මග පෙන්වීමක්, ආදර්ශයක් තමයි මෙතන පෙන්නල තියෙන්නේ.

ඊට පස්සෙ කියනවා කථාය චිත්තං නමති - එයාට හිතෙනවා පොඩ්ඩක් කතා කරන්න. තස්ස චෙ ආනන්ද, භික්ඛුනො ඉමිනා විහාරෙන විහරතො කථාය චිත්තං නමති. එයාට කාත් එක්ක හරි කතා කරන්න හිතෙනවලු. සො යායං කථා හීනා ගම්මා පොථුජ්ජනිකා අනරියා අනත්ථසංහිතා න නිබ්බිදය න විරාගාය න නිරොධාය න උපසමාය න අභිඤ්ඤාය න සම්බොධාය න නිබ්බානාය සංවත්තති. දැන් අපිට කතා කරද්දි මොනවද කතා කරන්න තියෙන්නේ? හුඟක් වෙලාවට හිත කෙලෙසෙන දෙයක් කතා කරන්න පුළුවන්. නැත්නම් හිත නැවතත් අවුල් වෙන දෙයක් කතා කරන්න පුළුවන්. වික්ෂිප්ත වෙන දෙයක් කතා කරන්න පුළුවන්. හිත තුළ රාගය ඇවිස්සෙන, ද්වේෂය ඇවිස්සෙන දෙයක් කතා කරන්න පුළුවන්. නිකන් ඔහේ කාලය නාස්ති වෙන දේවල් කතා කරන්න පුළුවන්. එබඳු කතා 32 ක් අපි අහල තියෙනවා දෙතිස් කතා කියලා. මේ සූත්‍රයේදිත් බුදුරජාණන් වහන්සේ මතක් කරනවා මේ එකකටවත් දැන් එයා පෙළඹෙන්නෙ නෑ. දෙතිස් කතාවලින් පුළුවන් තරම් ඉවත් වෙලා වාසය කරන්න උත්සාහවන්ත වෙනවා. ඒ වෙනුවට හැබැයි මේ ප්‍රතිපදාව ගැන කතා කරන, නුවණක් දියුණු වෙන එක ගැන කතා කරන, ශීලයක් සමාධියක් ප්‍රඥාවක් ගැන කතා කරන, තව දුරටත් මේ ශාසනය තුළ වීර්යයක් ඇරඹීම සම්බන්ධයෙන් කතා කරන ඒ යහපත් කතාවකට එයා පෙළඹෙන්න උත්සාහවන්ත වෙනවා. අප්පිච්ඡකථා, සන්තුට්ඨිකථා, පවිවෙකකථා, අසංසග්ගකථා කියල ඔය විදිහට 10 ක් පෙන්නනවා. එබඳු දස කතාවක්, එබඳු නිවැරදි කතාවක්, තමන්ටත් අනුන්ටත් යහපතක් සලසන, අර්ථසංහිත, නිවීමක් හිතේ ඇති කරන එබඳු කතාවක් සඳහා උනන්දු කිරීමක් තියෙනවා. අනෙකුත් හිත කෙලෙසෙන කතාවලට යන්න එපා කියල කියනවා.

ඊට පස්සෙ කියනවා **විතක්කාය චිත්තං නමති**. යම් වෙලාවකදි පොඩ්ඩක් කල්පනා කරල බලන්න මොකක් හරි කරුණක් ඉදිරිපත් වෙනවා. අපි හිතමු මොකක් හරි රාජකාරියක් පැවරිලා තියෙනවා. එතකොට ඒ රාජකාරිය කරද්දි පොඩ්ඩක් තමන්ට කල්පනා කරන්න වෙනවා. එක්කො අතීතයේ වෙච්ච සිදු වීමක් ගැන කල්පනා කරන්න, නැත්නම් අතීතයේ වෙච්ච යම් යම් සිදු වීම් මාලාවක් පිළිබඳව සියුම් අධ්‍යයනයක් කරන්න නැත්නම් අනාගතයේ තියෙන කටයුත්තක්

සම්බන්ධයෙන් සැලසුමක් හදන්න. එතකොට මෙතෙන්දි අපිට වුවමනාවෙන්ම හිත ඉදිරිපත් කරගෙන විතර්ක කරන්න, කල්පනා කරන්න සිද්ධ වෙනවා. හැබැයි එතෙන්දි කියනවා මේ කල්පනා කරද්දි පරිස්සම් වෙන්න කියලා කාම විතර්ක, ව්‍යාපාද විතර්ක, විහිංසා විතර්ක ආදියෙන් නැවතත් හිත කෙලෙසගන්නෙ නැතුව ඉන්න. එතකොට කල්පනා කරද්දි එහෙනම් හිත ගැන පොඩ්ඩක් අවධානයෙන් ඉන්න වෙනවා 'මොනවද දැන් මේ හිත කල්පනා කරන්නේ? හිත තුළ පහළ වෙන සිතුවිලි මොන වගේ ජාතියේ සිතුවිලිද? හිත තව දුරටත් කෙලෙසන සිතුවිලිද? නැත්නම් හිත තුළ සමනයක් ඇති කරන, ශාන්ත බවක් ඇති කරන, හිත තුළ අවබෝධයක් ඇති කරන, නිවීමකට තුඩු දෙන සිතුවිලිද දැන් මේ හිත තුළ දුවන්නේ?' කියල.

ඒ නිසා මේ මුළු ප්‍රතිපදවම හරි ප්‍රායෝගිකයි. බුදුරජාණන් වහන්සේ සිද්ධාන්ත ටිකක් ඉදිරිපත් කරලා නැවතිලා නැහැ. මෙතන සම්පූර්ණයෙන් **මහා සුඤ්ඤත සූත්‍රය, ඉන්ද්‍රිය භාවනා සූත්‍රය ආදී** සූත්‍ර දේශනාවලදි යෝගාවචරයින්ව යොමු කරනවා ප්‍රායෝගික ජීවිතය තුළදි තව දුරටත් කොහොමද මේ තමන් උපයාගත්ත අනිශ්‍රිත ස්වභාවය, උපාදාන රහිත තත්ත්වය, නික්ලේශී තත්ත්වය, පිරිසිදු මානසික තත්ත්වය දැන දැන කොහොමද දිගට පවත්වන්නේ කියලා. ඒ කියන්නෙ මේක **ඉතිහ තත්‍ථ සම්පජානො හොති**. ඔය විදිහටයි **මහා සුඤ්ඤත සූත්‍රයේදි** අවධාරණය කරන්නේ. මේක දැන දැන යන ගමනක්. හොඳ අවදියෙන් යන ගමනක්. මේ අවදියෙන් ඉන්දැද්දි හිත ගියා මොකක් හරි අරමුණකට. පුළුවන්ද දැන් එතන කෙලෙසෙනවා කියල තේරුම් අරගෙන, ආයි උපාදාන වෙනවා කියල තේරුම් අරගෙන ආයි එන්න අර පරණ සැහැල්ලු උපේක්ෂා සහගත තත්ත්වයට. ඉතින් හරි ප්‍රායෝගිකයි.

ඒ නිසා අපි උත්සාහවන්ත විය යුතුයි මෙබඳු විපස්සනාවක් වඩලා ඒකෙ යම් කිසි ප්‍රතිඵලයක් භුක්ති විඳින්න පටන්ගත්තා නම් ඒ ප්‍රතිඵලය පුළුවන් තරම් දැන් බහුලීකෘත කරන්න. අපි ඒක සක්මනකට සීමා කරන්නෙ නැතුව, පර්යංකයකට සීමා කරන්නෙ නැතුව, අපේ මුළු ජීවිතේ පුරා ඒක පතුරුවගන්න, එබඳු නිවැරදි පිරිසිදු බොහොම සාධනීය තත්ත්වයක් තුළ හිත පවත්වන්න එහෙනම් දැන් අපි වෑයම් කළ යුතු වෙනවා. ඒ සඳහා බුදුරජාණන් වහන්සේ මග පෙන්වලා

තියෙනවා. ධෛර්යයක් දීලා තියෙනවා. අපිත් එහෙනම් අද දවසේ ධර්ම දේශනාව තුළින් මේ මග පෙන්වීම අපේ ජීවිතවලට එකතු කරගෙන අපි වඩන විපස්සනාව සෑහෙන දුරට ප්‍රායෝගික කරගන්න, අපේ ජීවිතේටම හොඳට බද්ධ කරගන්න අපි වෑයම් කරමු. ඒ සඳහා මග පෙන්වීමක් අද ධර්ම දේශනාව තුළින් සිදු වේවා කියල ප්‍රාර්ථනා කරමින්, අද ධර්ම දේශනාව අවසන් කරනවා. සියලුදෙනාටම තෙරුවන් සරණයි.

ධර්ම ගැටලු සහ පිළිතුරු

ප්‍ර: ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, සිත අරමුණුවලින් නිදහස්ව නොබැඳී සිට, නැවත අරමුණක් ග්‍රහණය කරන විට එය සංඛත, ඕළාරික, පටිච්ච සමුප්පන්න වශයෙන් දැක යළි ඉන් ඉවත්ව නිදහස්ව මැදට පැමිණිය යුතු බව ඉන්ද්‍රිය භාවනා සූත්‍රයෙහි දක්වා ඇත. එලෙස සංඛත, ඕළාරික, පටිච්ච සමුප්පන්න ලෙස බලන ආකාරය උදාහරණයක් මගින් පැහැදිලි කර දෙන මෙන් ගෞරවයෙන් ඉල්ලා සිටිමි.

පි: මං ටිකක් දුරට විස්තර කළා සංඛත විදිහට බලන විදිහ. අපිට ඉදිරි ටිකත් එහෙනම් මෙතෙන්දි සාකච්ඡා කරන්න පුළුවන්. දැන් හිතමු අපි සක්මන් මළුවක හිටියා. සක්මන් මළුවෙ ඉන්නකොට අපේ ආරණ්‍යයේදි ඔන්න රිළවෙක් පැන්නා. එහෙම වෙන්න පුළුවන් නේ. නේද? එතකොට දැන් රිළවෙක් පැන්නහම - තිබුණෙ නම් හිතේ හරි ශාන්ත ගතියක්, සැහැල්ලු ගතියක්. දැන් හිතේ එකපාරට නිකන් බයක් ඇති වුණා. ඌ කඩා පැනලා හපාකන්න වුණොත් බයක් ඇති වෙනව නේ. ඊට පස්සෙ සමහර විට ඌ ගැන හිතේ වෛරයක් ඇති වෙන්න පුළුවන්. ද්වේෂයක් ඇති වෙන්න පුළුවන්. කෝට්ටක් හොයන්න යන්නත් ඉඩ තියෙනවා. ගහන්න ඉඩ තියෙනවා. දැන් ඔන්න හිත තුළ ද්වේෂයක් ඇති වීගෙන එන්නේ. දැන් එහෙනම් අපි මේ ද්වේෂය පෝෂණය කරලා හිත ආයිත් අවුල් කරගන්නවද? ඒ සතා උගේ වැඩක් බලාගෙන යාවි. මොකක් හරි හේතුවකට උගේ කඩාපැනීමක් වුණා. මගේ හිතෙත් හැබැයි ඔන්න මොකක් හරි සිද්ධ වෙලා එතෙන්දි හිතේ යම් කිසි වෙනසක් වුණා. හිතට බැරි වුණා ඒ උපේක්ෂා සහගත තත්ත්වය තුළ වාසය කරන්න. හිතේ පොඩි චකිතයක් පොඩි තිගැස්මක්

සන්ත්‍රාසයක් ඇති වුණා. එහෙනම් ඒ සන්ත්‍රාසය තුළ, තිගැස්ම තුළ, බිය තුළ වාසය කරනවා වෙනුවට දැන් ආයෙත් හිත සමනය කරලා, සන්සුන් කරලා, ආයි අර තිබිච්ච සැහැල්ලු තත්ත්වයට ගන්න අවශ්‍යයි.

එතකොට ක්‍රම 3 ක් තමයි මෙතනින් කියන්නෙ. සංඛත, ඕළාරික, පටිච්ච සමුප්පන්න කියලා. දැන් සංඛතයි කියල දකින්නෙ කලිනුත් කිව්වා වගේ අපි තමයි සකස් කරන්නේ. 'මේ සතා කන්න ඉඩ තියෙනවා. මූට පිස්සු හැදිලද දන්නෙත් නෑ. මාවමයි කන්න එන්නේ' කියල අපි තව ඒකට කෑලි මූට්ටු කරනවා. අපිම මේකට එකතු කරගෙන එකතු කරගෙන - සිතුවිලිත් එකතු කරනවා, සංඥත් තව එකතු කරනවා, අතීතෙන් එකතු කරනවා, අනාගතෙන් එකතු කරනවා. නේද? එහෙම අපි තමයි ඒක සංස්කරණය කරගෙන ගිහිල්ලා මේ බය වෙන්නේ. එතකොට මේ බය වෙච්ච තත්ත්වය කියන්නෙ සංඛත තත්ත්වයක්. ඒ එක පැත්තක්. අපි ඒ කරපු සංස්කරණ ස්වභාවය, සකස් කිරීම් ස්වභාවය අපිම තේරුම්ගන්න තේරුම්ගන්නකොට අපිට තේරෙනවා 'මේ මම නෙ බය වෙලා තියෙන්නෙ. මම මේ අතින් දාලා නේ හුඟක් ඒවා. මේ සතා සමහර වෙලාවට මේ වෙන මොකක් හරි දෙයක් දැකල ඒකට පැන්න වෙන්නත් පුළුවන්. මම හිතුවෙ මගේ ඇඟට පනිනවා කියලා. මමයි හිතින් හදාගෙන තියෙන්නේ' කියල මම අතින් දාගත්ත කොටස් ටික හැලෙනකොට බැලුවහම මේකෙ ඇති දෙයක් නෑ කියල ඒකෙ යථා ස්වභාවය අවබෝධ වෙන්න අවබෝධ වෙන්න ආයිත් අර පරණ තැනට එන්න පුළුවන් සංඛත වශයෙන් දැකීමෙන්.

නැත්නම් පෙන්නනවා ඕළාරික වශයෙන්. අර කලින් හිටිය හිතේ තත්ත්වය හරි සැහැල්ලු ස්වභාවයක්. උපේක්ෂා සහගත, සැහැල්ලු, ප්‍රණීත, ශාන්ත ස්වභාවයක්. හැබැයි දැන් මේ තියෙන තත්ත්වය ඊට වඩා අවුල් සහගතයි. හරි රළුයි. එතන හරි ගොරහැඩි ගතියක් තියෙන්නෙ. හරි පීඩාකාරී ගතියක් තියෙන්නේ. ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ උනන්දු කරන්නේ දැන් මේ පීඩාකාරී, රළු, ඕළාරික තත්ත්වය තුළ ඉන්න එපා. ආයිත් යන්න අර පරණ ශාන්ත, ප්‍රණීත, උපේක්ෂා සහගත තත්ත්වයට.

ඊළඟට පටිච්ච සමුප්පන්න වශයෙන් දකිනවා කියන්නේ, දැන් හිතන්න අපි රූපයක් දකිනකොට - අපි අර කලින් වතාවෙත් සාකච්ඡා

කළේ ප්‍රපංච ගැන කියනකොට මධුපිණ්ඩික සූත්‍රයේ - **චක්ඛුඤ්ච පටිච්ච රූපෙ ච උප්පජ්ජති චක්ඛුවිඤ්ඤාණං තිණ්ණං සඞ්ගති ඵස්සො. ඵස්සපච්චයා වෙදනා. යං වෙදෙති, තං සඤ්ජානාති. යං සඤ්ජානාති තං විතක්කෙති. යං විතක්කෙති තං පපඤ්චෙති.** මේ විදිහට හේතු ප්‍රත්‍ය මූලික කරගෙන අපේ හිත ඇතුළේ උපාදන වෙන රටාවක් බුදුහාමුදුරුවො පෙන්නනවා. එතකොට මේ හේතු ප්‍රත්‍ය මුල් කරගෙන මෙතන හේතුඵල දහමක් අනුව තියෙන්නේ. ඇහැට රූපයක් ආපාතගත වීම; ඊට පස්සෙ ඔන්න හිතේ ඒ හා සම්බන්ධ දැනුවත් බවක් පහළ වීම - චක්ඛු විඥනයක් පහළ වීම; නැවත නැවත මේ ක්‍රියාවලිය සිදු වීම; ස්පර්ශයක් කියල ආකල්පයක් ඇති වෙලා ඒකෙන් දැනුවත් වීමක් වෙලා වේදනාවක් පහළ වීම; වේදනාව හඳුනාගැනීම; ඊට පස්සෙ ඒක අල්ලගෙන අපි විතර්ක පහළ කිරීම; ඔන්න දැන් දිගට ප්‍රපංච දක්වා යෑම.

එතකොට මෙතන තියෙනවා පටිච්ච සමුප්පන්නව කටයුතු රාශියක් පෙළගැසීමක්. මේ පටිච්ච සමුප්පන්න තත්ත්වය තේරුම්ගත්තා නම්, අයෝනිසෝ මනසිකාරයකට අහු වෙලා ඒක ඔස්සේ දිගට කල්පනා කර කර යනවා වෙනුවට ආපස්සට හිතලා හේතු ප්‍රත්‍ය නිසයි මේක සිද්ධ වුණේ කියල ඒ ආපස්සට යෝනිසෝ මනසිකාරයකින් පටිච්ච සමුප්පන්න තත්ත්වය තේරුම්ගත්තා නම්, එතකොටත් මේක ලිහෙනවා. ඒ කියන්නෙ අර ගොඩනැගිච්ච උපාදන සහිත තත්ත්වයෙන් මිදෙන්න යෝනිසෝ මනසිකාරය උපයෝගී වෙනවා. එතකොට මේක තේරුම්ගත්ත නම් ආයිත් අර පරණ ශාන්ත, ප්‍රණීත, උපේක්ෂාවට යන්න පුළුවන්.

ඔය වගේ අපි එදිනෙදා ජීවිතේ කටයුතු කරද්දි මේ උපක්‍රම පාවිච්චි කරලා නැවත නැවත ඒ උපේක්ෂා සහගත තත්ත්වය තුළ හිත බහුලීකෘත කිරීම තමයි පෙන්නල දෙන්නේ.

ප්‍රඃ ස්වාමීන් වහන්ස, සමහර විට සංකීර්ණ වුණාට අතිශය සරල සිද්ධාන්තයක් නේද මේක?

පිඃ ඔව් ඉතින් මුලදි තේරෙන්නෙ මේව ගැඹුරුයි වගේ නෙ. වචන බරපතළයි වගේ. නමුත් අපි ඕක ප්‍රායෝගිකව තේරුම් අරගෙන අපි තුළ වඩන්න වඩන්න තේරෙනවා මේක කරන්න පුළුවන් දෙයක් නේ, මේ සරල දෙයක් නේ මේ පෙන්නන්නේ කියල. දැන් හිතල බලන්න

බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නලා දෙන උපමා ගත්තොත්, ඇහිපිල්ලන් ගහන සැණෙකින් අතෙන්ට එන්න. අසුරක් ගහන සැණෙකින් මෙතෙන්ට එන්න. එහෙම කියන්නෙ ඒ යෝගාවචරයා තුළ ඒ කුසලතාව වැඩෙන්න ඕනෑ නේ. මුලදී එච්චර ඉක්මනට කරගන්න බැරි වෙයි. නමුත් ඒක අපි කරන්න කරන්න, තව තව ඒ කටයුත්තේ එළඹ වාසය කරන්න කරන්න, එයාට තේරෙනවා දැන් එච්චර අමාරුවක් නෑ නේ. හිත නම් පැන්නා. හැබැයි පැන්න ගමන් ආවා. මම බලනකොටම එයා ඇවිල්ල ඉවරයි.

අන්න ඒ වගේ දැන් ඇතැම් කෙනෙක් කියන්නෙ සතිය පවත්වන්න ඉගෙනගන්නකොට සමහර වෙලාවට අමාරුයි. ගිය වෙලාව දන්නෙත් නෑ කියල. නේද? මුල් කාලෙ භාවනා කරද්දි එහෙම නේ. 'පටන්ගත්තා, හැබැයි කොහෙදෝ මන්ද හිත ගිහිල්ලා ටිකක් වෙලා ගියාටත් පස්සෙයි මතක් වුණේ ඉන්න ඕනෑ තැන නෙවෙයි ඉන්නෙ කියලා. පස්සෙ පස්සෙ තේරුණා එහෙම නැහැ දැන්. එයා එළියට යනවා නම් යන එකත් පේනවා. ගිහිල්ල ඉන්න තැනත් අහු වෙනවා. ඕනෑ නම් එතන ඉඳගෙන මේක දිහා බලන්නත් පුළුවන්. නැත්නම් ඕනෑ නම් දැන් එන්නත් පුළුවන්' කියල හිතේ සම්පූර්ණ පරිවර්තනය, සම්පූර්ණ චරණය අපේ සති ධාරාවට අහු වෙන්න ගන්නව නේ.

අන්න ඒ වගේ මෙතෙන්දිත් එහෙනම් මුලදී ටිකක් අමාරුයි වගේ තේරුණාට පස්සෙ පස්සෙ මේක මුවහත් වෙලා එනකොට, ඒ නුවණ අවදි වෙලා එනකොට පහසු දෙයක් බවට පත් වෙන ආකාරය තමයි බුදුරජාණන් වහන්සේ උපමා මාර්ගයෙන් ඉදිරිපත් කරල තියෙන්නේ.

<u>ප්‍ර</u>: ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, කලක සිට භාවනා කරන යෝගාවචරයෙක්මි. පතුල පොළවේ ගැටෙන ස්පර්ශයට සතිමත් වෙමින් සක්මන ඇරඹීමි. වට කීපයක් යත්ම සක්මන නිරායාස සක්මනක් බවට පත් විය. සිත සිතුවිලිවලින් හිස්ව පැවතුණි. සිත කෙරෙහි සතිමත් වීමටද උත්සාහ නොගෙන රොබෝවකු මෙන් ඔහේ සක්මන් කළෙමි. එවිට සිතුවිලි කීපයක් එක පිට එක ආවේය. සිතීමෙන් වෙන් වූ, සිතන කෙනෙකු හෝ සිතීමට ලක් වන කෙනෙකු නොමැති බව සිහි කළෙමි. සිතුවිලි නැවතිණි. නැවත ඔහේ සක්මන් කළෙමි.

නැවත කෙටි වෙලාවකින් සිතුවිලි වැලක් මතු විය. සිත කෙරෙහි විශේෂ අවධානයක් නැතිව ඔහේ අනායාස සක්මනේ යෙදෙන විට සිතුවිලි හතු පිපෙන්නාක් මෙන් ඉබේම මතු වන බව හැඟිණි. සිතුවිලිවලින් තොර විවේකී සිතක් පවත්වාගැනීමට පැවැත්විය යුතු වීර්යයේ මාත්‍රය දැනගැනීම කෙතරම් අපහසුදැයි සිතුණි. සක්මන් කාලය පැය 1 යි මිනිත්තු 10 යි. භාවනාව දියුණු කරගැනීමට ඔබවහන්සේගේ කාරුණික උපදෙස් පතමි.

<u>පි</u>: දැන් අපේ සාමාන්‍ය ජීවිතේ ඔහොම වෙනව නේ නේද? අපි උත්සාහවන්ත වෙනවා හිත ප්‍රපංචවලින් තොරව පවත්වන්න, පුළුවන් තරම් නිශ්ශබ්දව පවත්වන්න. හැබැයි හිත මොනවදෝ කල්පනා කරනවා. අපිට වුවමනා දෙයක් නෙවෙයි මේ කල්පනා කරන්නෙ. අපිට අවශ්‍ය වැදගත් දෙයකුත් නෙවෙයි කල්පනා කරන්නෙ. මොනවාදෝ නිකන් ඔහේ කල්පනා කර කර කල්පනා කර කර යනවා. හැබැයි දැන් මෙයාගෙ හොඳ වචනයක් තියෙනවා - මේවා මගේ සිතුවිලි නෙවෙයි. හිතන්නෙක් ඇත්තෙක් නෑ. එතකොට මම හිතනවා නෙවෙයි. මේ පුද්ගලයෙක් ඉඳගෙන හිතනවා නෙවෙයි. කොහේදෝ යන සිතුවිලි ටිකක් තියෙනවා. මට අදාළ නෑ. හැබැයි තාම හිත නිශ්ශබ්ද වෙලත් නෑ.

ඉතින් ඒ නිසා අපි මේ සිතුවිලියි තමනුයි අතර යම් දුරස්ථ භාවයක් ඇති කරගත්තොත් - දැන් ඔතන අපි සිතුවිලි මගේ කියාගත්තොත්, 'මේක මට හරි වෙහෙසයි. ඇයි මේ හිත හිතන්නේ?' කියකියා ඒකෙන් දුක් ගන්න ගත්තොත් එතන වෙහෙසයි. ඒ වෙනුවට තේරුම්ගන්නවා 'මේවා නිකන් හුදෙක් සිතුවිලි. මේවා ඉතින් ඇවිල්ල නැති වෙලා යනවා. මම ඒක මේ වෙනකොටත් දන්නවා. චිත්තානුපස්සනාවක් වඩද්දි මට ඒක හොඳටම පැහැදිලි වුණා. සිතුවිලි විවිධ හේතු මත පහළ වෙනවා. පහළ වෙච්ච සිතුවිලි හරි යුහුසුලුව යනවා. හැබැයි මට දැන් අදාළ නෑ. මට තියෙන්නෙ මගෙ පාඩුවේ ඉන්න' කියල. බාහිය සූත්‍රයේදි ඉගෙනගත්තේ **විඤ්ඤාතෙ විඤ්ඤාත මත්තං භවිස්සති.** හිතට අදහස් එනවා. සිතුවිලි එනවා. ඒගොල්ලො යනවා. හැබැයි හිත ඉන්නවා ඒවත් එක්ක ගෑවෙන්න යන්නෙ නැතුව. ඒවත් එක්ක පැටලෙන්න යන්නෙ නැතුව. එයා අමිශ්‍රව වාසය කරනවා. ඒක සිද්ධ වෙන්න සිද්ධ වෙන්න එතකොට කවුද මේ සිතුවිලි පෝෂණය කරන්නේ? කවුරුත් නෑ අන්තිමට. නේද? මොකද, මම

පෝෂණය නොකළොත්, මම ඒගොල්ලන්ට පණ දුන්නෙ නැත්නම් කොයි වෙලාවක හරි මේවා දුර්වල වෙලා දුර්වල වෙලා පසුබිමට වෙලා අන්තිමට ඉවත් වෙලාම යනවා.

ඒ නිසා එතෙක් පොඩ්ඩක් අපිට ඉවසන්න වෙයි. ඒ දුරස්ථ භාවය ඇති වෙනකල්, සිතුවිලිත් ටිකක් තව තව දුර්වල වෙලා ඉවත් වෙලා යනකල් පොඩ්ඩක් ඉවසන්න වෙයි. හැබැයි අනිවාර්යයෙන් ඕක නවතිනවා. යම් වෙලාවකදි සෑහෙන සන්සුන් බවක්, නැත්නම් සෑහෙන ඇතුළත නිශ්ශබ්දතාවක් අත්දකින්න අවස්ථාව ලැබෙනවා. ඒ කියන්නෙ මුලදි සමහර වෙලාවට ඒක පර්යංකයදි අත්දකලා සක්මනකදි අමාරු වෙන්න පුළුවන්. මොකද, සක්මනේදි රූප පේනවා, ශබ්ද ඇහෙනවා. ඒ නිසා අමාරු වෙන්න පුළුවන්. නමුත් කාලයක් ඒක වඩනකොට සක්මනේදිත් ඔන්න පුළුවන් වෙනවා. සක්මන යනවා, රූප පේනවා, හැබැයි හිත නිශ්ශබ්දයි. ශබ්ද ඇහෙනවා හැබැයි හිත නිශ්ශබ්දයි. ගඳ සුවඳ දැනෙනවා හැබැයි හිත නිශ්ශබ්දයි. සමහර විට තමන් ඉදිරියේ මොකක් හරි රූපයක් පේනවා. රූපය බලනවා හැබැයි නිශ්ශබ්ද හිතකින්, කතා කරන්නෙ නැති හිතකින්. අපි හිතමු ලස්සන දිය ඇල්ලක් තියෙනවා. අපිට පුළුවන්ද මේ දිය ඇල්ල දිහා බලාගෙන ඉන්න කතා කරන්නෙ නැති හිතකින්? අන්න ඒ වගේ හැකියාවක් මේ මතු කරන්නේ. කතා කරන හිතක් නේ අපිට හුඟක් වෙලාවට තියෙන්නේ. නිශ්ශබ්ද හිතක් කියන එකෙත් තියනවා යම් කිසි ආස් වාදයක්. එයාට ඒ රූපෙ පේනවා. නොපෙනෙනවා නෙවෙයි. හැබැයි උපාදන වෙලා නෑ. ඒ ගැන කල්පනා කරනවා නෙවෙයි මේ. ප්‍රපංච කරනවා නෙවෙයි. හැබැයි බොහොම සන්සුන් හිතකින්. නොබැඳුණු හිතකින්.

දැන් හිතල බලන්න බුදුරජාණන් වහන්සේ අපිට පෙන්නල තියෙන මාර්ගය කොයි තරම් සුන්දර පැත්තක්ද කියලා. අපි දන්න පැත්තක් නෙවෙයි. හරිම සුන්දර පැත්තක්. එතකොට මෙබඳු විපස්සනාවක් වඩද්දි එබඳු සුන්දර පැත්තක් අපි තුළ මතු වෙලා එනවා නම්, එක අතකින් බුදුරජාණන් වහන්සේ කෙරෙහි කොයි තරම් ගෞරවයක් ඇති වෙනවද? මේ දහම කෙරෙහි කොච්චර ගෞරවයක් ඇති වෙනවද?

16| නිමිති නොමැති නිවන් මගක්

නමො තස්ස භගවතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස

කථං භාවිතා ච, භික්ඛවෙ, සත්ත බොජ්ඣඞ්ගා කථං බහුලීකතා විජ්ජාවිමුත්තිං පරිපූරෙන්ති'ති.

ශ්‍රද්ධාවන්ත පින්වත්නි, අපි පසුගිය දේශනා වාර කීපයේදීම විශේෂයෙන්ම සාකච්ඡා කරන්න යෙදුණේ සංඥා ස්කන්ධය මුල් කරගෙන. අපේ හිත ඇතුළේ කොහොමද සංඥා ගොඩනැගෙන්නේ? අපි කොහොමද මේ ඉන්ද්‍රියයන් ඇසුරෙන් විවිධ සංඥා, විවිධ නිමිති අරගන්නේ? ඒවා කොහොමද හිත ඇතුළේ තැන්පත් වෙන්නේ? ඒවා තුළින් අපේ හිතේ ගොඩනැගෙන විවිධාකාර ස්වභාව, සංකීර්ණතා, සංකූලතා කියන්න පුළුවන්, ඉතින් මේවා හරහා අපිට අත් වෙන ඉරණම මොකක්ද? ආදී පැති ගණනාවක් අපි මේ වෙනකොටත් සාකච්ඡා කළා.

ඉතින් ඒ සංඥා අඩු කරන්න, සංඥා පිළිබඳ යම් කිසි අවබෝධයක් ඇති කරගන්න බුදුරජාණන් වහන්සේගේ දේශනා උපයෝගී කරගන්නා ආකාරයත් අපි ටිකක් දුරට පැහැදිලි කළා. අපි සාමාන්‍යයෙන් පුංචි කාලෙ ඉඳන්ම පුරුදු වෙලා තියෙන්නේ ඇස් කන් නාසා ආදී ඉඳුරන් අනුසාරයෙන් විවිධාකාර නිමිති අරගෙන ඒ නිමිති ආශ්‍රයෙන් කෙනෙක්, පුද්ගලයෙක්, තැනැත්තෙක් තනාගෙන වස්තුත්වයෙන් මේ ලෝකය දිහා බලමින් වාසය කරන්නයි. එතකොට අපිට හම්බ වෙන්නෙ දේවල්. අපිට හම්බ වෙන්නෙ පුද්ගලයෝ. අපිට හම්බ වෙන්නෙ සංසිද්ධි. එතකොට ඒ ලෝකයක් අපි තනාගෙන ඉන්න ඒ චක්‍රවාතුව තුළදි ඒ ගොඩනැගෙන විවිධාකාර සංකල්ප, සිතුවිලි, සංඥා, නිමිතිවලින් තමයි අපේ ලෝකය පිරිලා තියෙන්නේ. ඒ නිසා

අපේ හිත් හුඟක් බර වෙලා, හිර වෙලා, ඒ සංඥාවලින් පිරිලා තමයි සාමාන්‍යයෙන් ගත කරන්නේ.

අපි විපස්සනාවක් හරහා යනකොට ටික ටික අපිට සිද්ධ වෙනවා මේ අනවශ්‍ය සංඥාවලින් අපේ හිත මුදවගන්න. ඒ වගේමයි මේ සංඥාවල තියෙන අඩුලුහුඬුකම්, ඒකෙ තියෙන විපාක තේරුම් අරගෙන, ඒ වගේමයි ඒවා නිසා අපේ හිතට සිද්ධ වෙන අවැඩ තේරුම් අරගෙන ඒවායින් ක්‍රමානුකූලව අපේ හිත මුදවගන්න අපිට වෑයම් කරන්න සිද්ධ වෙනවා. ඇත්තටම අපි සාමාන්‍යයෙන් හිතන්නේ මේ සියල්ලම අපි මතක තියාගන්න ඇනි, ඔක්කොම ඔළුවෙ දාගෙන ඉන්න ඕනෑ කියල. නමුත් ඒ හරහා අපි කොතරම් නම් කරදරවලට පත් වෙනවද, විඳවනවද, මේ අනවශ්‍ය දේවල් ඔළුවෙ දාගෙන අපි හිත හිර කරගෙන ඒ තුළින්ම ආතතියට පත් වෙලා අපි කෙතරම් නම් ව්‍යසනයකට පත් වෙනවද කියන එක අපි ටිකක් දුරට මේ වෙනකොටත් සාකච්ඡා කළා.

අපිට හම්බ වෙනවා **ඛජ්ජනීය සූත්‍රය** සංයුත්ත නිකායේ ඛන්ධ සංයුක්තයේ. බුදුරජාණන් වහන්සේ එතෙන්දි අපිව පොළඹවනවා මේ සංඥා පිළිබඳ අපිට ටිකක් ආවර්ජනා කරල බලන්න. ඒකෙ බුදුරජාණන් වහන්සේ ඉතාම ප්‍රබලව අපිට පෙන්නනවා **තත්‍ර භික්ඛවෙ, සුතවා අරියසාවකො ඉති පටිසඤ්චික්ඛති** - මහණෙනි, මේ යථා ස්වභාවය දැනගත්ත ආර්ය ශ්‍රාවකයා මේ විදිහට තේරුම්ගන්නවා. **අහං ඛො එතරහි සඤ්ඤාය ඛජ්ජාමි.** අපේ හිත අපි හිතමු හරි පිරිසිදු රෙදිකඩක් කියලා. අපි නිතරම මේ රෙදිකඩට ඒ පිරිසිදු භාවය අහිමි කරනවා. ඒ රෙදිකඩට අපි නිරන්තරයෙන්ම අනවශ්‍ය දේවල් දානවා ඒකට තීන්තත් දානවා, කුණු පැල්ලනුත් දානවා, දුම්රොටුත් දානවා, ගොම රිටිත් දානවා. ඉතින් මේ වගේ ඕනෑ දේයි එපා දේයි හැම දේම මේ පිරිසිදු රෙදිකඩ තුළට අපි දාන නිසා ඒ රෙදිකඩ දැන් අපවිත්‍ර වෙලා, දැලි කුණු වැකිලා, අපවිත්‍ර තත්ත්වයකට පත් වෙලා. නමුත් අපිට පුළුවන් නම් තේරුම්ගන්න අපේ මේ හිතෙත් තියෙනවා එබඳු හරිම ප්‍රභාස්වර ස්වභාවයක්. කිසිම ක්ලේශයක් නැති, කැළලක් නැති, දුගඳත් නැති ඉතාම පිරිසිදු තත්ත්වයක්. නමුත් ඉතින් අපිට ඒ හිත රැකගන්න, ඒ හිතේ වටිනාකම තේරුම්ගන්න හැකියාවක් නැති ප්‍රශ්නයක් තමයි තියෙන්නේ.

නමුත් විපස්සනාවක් වඩන යෝගාවචරයෙක් ටික ටික ඒ විපස්සනාවක් දිගට වඩන්න වඩන්න හිතේ සැහැල්ලුවක් ඇති වෙන්න පුළුවන්. අර කලින් තරම් මේ සංඥාවලට දීපු ප්‍රමුඛතාව, වැදගත්කම පොඩ්ඩ පොඩ්ඩ අඩු වෙලා යන්න පුළුවන්. ඉතින් ඒ හරහා ටික ටික ඒ හිතේ තැන්පත් වෙලා තිබ්ච්ච සංඥා ගැලවිගැලවී යන්න පුළුවන්. අපි යම් අවස්ථාවකදි සාකච්ඡා කළා මේ වෙනකොට අරමුණක් සියුම් වෙනකොටත් විවිධ සංඥා එන්නත් පුළුවන්. ඒකටත් නොරැවටී යන්නත් ඕනැ. ඉතින් එබඳු යම් යම් සංසිද්ධි පහු කරගෙන යනකොට, යම් යම් බාධා පහු කරගෙන යනකොට ඇතැම් වෙලාවට අපිට හම්බ වෙනවා බොහොම පිරිසිදු සැහැල්ලු හිතක්. ඒක නිවැරදිව විපස්සනාවක් හරහා ගියා නම්, විශේෂයෙන්ම අනිත්‍ය ලක්ෂණය හොඳට අවබෝධ කරගත්තහම - අපි ධාතු පැත්තෙන් කතා කළොත්, අපි ධාතු මනසිකාරයක් වඩන අවස්ථාවකදි මේ සියුම් ධාතු ස්වභාව යුහුසුලුව ඇතිව නැති වන ආකාරයක්, ඒ විවිධාකාර ධාතු ලක්ෂණ යුහුසුලුව වෙනස් වෙන ආකාරයක්, විපරිණාමයට ලක් වෙන ආකාරයක්, කලින් නොතිබී හටගෙන ඊට පස්සේ අහෝසි වෙලා යන ආකාරයක් දකින යෝගාවචරයෙක්ගෙ හිතේ යම් පරිවර්තනයක් සිද්ධ වෙන්න ගන්නවා. එයාට තේරෙනවා 'කලින් නම් මේවා තනාගෙන හිටියා. මේවා මහා ලොකු දේවල්. මේවා පුද්ගලයෝ. මේක ඇතුළත ධාතු. මේක පිටත' කියල ඉතින් ඔය විදිහට අපි මේවට ඉරි ගහලා වටිනාකම් දීගෙන තමයි ගත කළේ. නමුත් කාලයක් යනකොට එයාට තේරෙනවා 'මේ ඇතුළත තියෙන්නෙත් හුදු ධාතු ස්වභාවයක්, එළියෙ තියෙන්නෙත් හුදු ධාතු ස්වභාවයක්. මෙතන සත්ත්ව පුද්ගල භාවයක් හොයාගන්නත් නෑ' කියල අපේ හිත තුළ යම් විපස්සනා නුවණක් අවදි වෙන්න පුළුවන්.

ඉතින් එහෙම යන වකවානුවක මේවායේ තියෙන ඉතා යුහුසුලු ඇතිව නැතිව යාමක්, බිඳී යාමක් වැටහෙන්න වැටහෙන්න මේවා තුළින් නිමිති අරගන්න බැරි වෙලා අපේ හිත මේ නිමිතිවලින් නිදහස් වෙන්න පුළුවන්. අපි ඒවා කතා කළා ටිකක් දුරට අනිමිත්ත තත්ත්වයක් කියලා. නිමිති නොගන්නා තත්ත්වයක්. අපි නිමිති තුළින් තමයි මේ මුළු ලෝකයම පරිහරණය කරන්නේ. ඇහෙන් රූප බලද්දි අපි සලකුණු, ලකුණු, නිමිති අරගන්නවා. කනෙන් ශබ්ද අහද්දිත් නාසයෙන් ගඳ සුවඳ බලද්දිත්, දිවෙන් රස බලද්දිත්, කයෙන් ස්පර්ශ ලබද්දිත්, මනසට

අරමුණු එද්දිත් අපි මේ නිමිති පරිහරණයක් නිරන්තරයෙන්ම කරනවා. ඒ නිසා අපේ විඤ්ඤාණය පැත්තෙන් ගත්තොත්, විඤ්ඤාණය නිමිති ඇසුරු කරනවා. **නිමිත්තානුසාරී විඤ්ඤාණං හොති.** නිමිති ඇසුරු කරන විඤ්ඤාණයක් තමයි අපිට නිතරම තියෙන්නෙ. අපේ හිත නිමිතිවලින් බර වෙලා, තෙත් වෙලා, ව්‍යාකූල වෙලා තමයි තියෙන්නේ. විවිධ සංඥා, විවිධ සලකුණු අපේ හිත ඇතුළෙ නිතර එහෙට මෙහෙට දුවනවා. අපේ හිත පෙළඹිලා තියෙනවා ඒ විදිහට නිමිතිකරණයක් සඳහා. අපි තුළ රාග ද්වේෂ මෝහ තියෙන තාක් ඒ නිමිතිකරණය නිරන්තරයෙන්ම සිද්ධ වෙනවා. අපි මේ කාරණාව මේ වෙනකොටත් ටිකක් දුරට සාකච්ඡා කළා.

ඛජ්ජනීය සූත්‍රයේ බුදුරජාණන් වහන්සේ කියන්නේ අර පිරිසිදු හිත මේ නිමිතිවලින් හරියට කා දමමින් ඉන්නේ. ඒකෙ තිබ්ච්ච පිරිසිදු බව නිතරම අහිමි කරමින් ඉන්නේ. හිතේ තියෙනවා පැහැදිලි ගතියක්, සැහැල්ලු ගතියක්, පිරිසිදු ගතියක්, පිරිසිදු රෙදිකඩක් වගේ ඉතාම පරිශුද්ධ තත්ත්වයක්. හැබැයි අපි නිරන්තරයෙන්ම ඒ හිතට නිමිති දමමින්, ඔබමින්, කලතමින් හිත අපිරිසිදු කිරීමක් කරනවා. ඉතින් පුළුවන්ද අපිට විපස්සනාවක් තුළින් මතු වෙච්ච ඒ පිරිසිදු භාවය ටිකක් දුරට රැකගන්න? ඒ මතු කරගත්ත සංසිඳීම තව දුරටත් පවත්වන්න? අපිරිසිදු නැතුව පිරිසිදු භාවය තුළම තව තත්පරයක්, දෙකක්, විනාඩියක්, විනාඩි දෙකක් පවත්වන්න? එහෙනම් අපි උනන්දු විය යුතු වෙනවා මේ බුද්ධ වචනෙට ඇහුම්කන් දීලා අතීත කාලෙදි මගේ හිතේ මේ නා නා ප්‍රකාර සිතුවිලි, සංඥා, සලකුණු, නිමිති නිතැතින් පැනනැග්ගා. ඒ නිසා හිත හරි වෙහෙසකට පත් වුණා. වර්තමානෙදිත් ඒවා නිරන්තරයෙන්ම එන්න මාන බලාගෙනයි ඉන්නේ. අනාගතේදිත් එන්න පුළුවන්. ඉතින් ඒ නිසා මට පුළුවන්කමක් තියෙනවා නම් මෙබඳු අන්දමකින් මගේ සම්මා දිට්ඨිය හරවගන්න, තේරුම්ගන්න, මේ සංඥා කියන්නෙ හුදු ඇතුව නැතුව යන ස්වභාවයක්, මුළා කරනසුලු ස්වභාවයක්. මේවා තුළම අපේ හිත පවත්වන්න ගියහම හිතට හරි වෙහෙසයි. හැබැයි අපිට හැකියාවක් තියෙනවා මේ නිමිතිවලින් තොරව හිත හරි පිරිසිදුව, අවදියෙන්, දැනුවත්ව, සංඝීවම වාසය කරන්න.

ඒ නිසා යෝගාවචරයා මේ මනුෂ්‍ය හිතේ තියෙන වෙනමම හැකියාවක් හඳුනගන්නවා - නිමිතිවලින් තොරව වාසය කිරීමේ

හැකියාවක්. එද **බාහිය දරුචීරිය** තාපසතුමාට බුදුරජාණන් වහන්සේ දීපු ඒ අවවාදයඃ දැක්කා, හැබැයි දැක්ක මතින් නතර වෙන්න පුළුවන්. අර දැක්ක දෙයෙහි නිමිති ගනිමින්, ඒවා හඳුනාගනිමින්, ඒවා ඔස්සේ මඤ්ඤනා කරමින්, හිතාගනිමින්, ප්‍රපංච කරමින් යන්න දැන් එයාට වුවමනාවක් නෑ. විවිධ ශබ්ද ඇහෙනවා. හැබැයි ඇහිච්ච ශබ්දවල විවිධ නිමිති ගනිමින්, ඒවාට සලකුණු දෙමින්, ලේබල් අලවමින්, නම් කරමින් දිගට යන්න දැන් එයාට වුවමනාවක් නෑ. ගඳ සුවඳ, රස, ස්පර්ශ දැනෙනවා. නමුත් ඒවා ඔස්සේ දිගට කල්පනා කරමින්, නිමිති ගනිමින්, ඒවා තුළ පැටලෙමින්, ඒවායේම හිත ව්‍යාවෘත කරන්න දැන් එයාට වුවමනාවක් නෑ. හිතටත් විටින් විට සංඥා එන්න පුළුවන්. සිතුවිලි එන්න පුළුවන්. හැබැයි ඒවා හිතේ තව දුරටත් රඳවගන්න, ඒවාත් එක්ක යම් කිසි ඇයි හොඳයියක් පවත්වන්න දැන් එයාට වුවමනාවක් නෑ. ඊට වඩා හිත ප්‍රිය කරනවා මේ විවේක ස්වභාවයක්.

මේ තත්ත්වය තව දුරටත් බුදුරජාණන් වහන්සේ අගය කරමින් ඒ වෙතට මේ යෝගාවචරයින්ව යොමු කරන ආකාරය හොඳට පේන්න තියෙනවා මජ්ඣිම නිකායේ **ආනාපානසති සූත්‍රයේ** හෙම. එතෙන්දි බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා ටිකක් දුරට බොජ්ඣංග ධර්ම දියුණු කරගත්ත, තදංග නිබ්බුති තත්ත්වයකට හිත අරගත්ත, සංඥාවලින් නිදහස් කරගෙන අනෙකුත් උපාදන ස්කන්ධවලින් හිත නිදහස් කරගෙන නිදහස් හිතක්, සැහැල්ලු හිතක්, අනිශ්‍රිත හිතක්, උපාදන නොකරන හිතක් පවත්වන ආකාරය පිළිබඳ පුංචි හරි අත්දැකීමක් තියෙන යෝගාවචරයෙක් තව දුරටත් මේ බොජ්ඣංග ධර්ම කොහොමද දියුණු කරන්නේ කියලා. අපි **ආනාපානසති සූත්‍රය** ටිකක් දුරට මතක් කරගත්තොත්, ඒ මුලදි තියෙන්නෙ අනුපිළිවෙළට යන බොජ්ඣංග ධර්ම දියුණු කිරීමක්. සති සම්බොජ්ඣංගය හොඳට වඩාගත්තා. ඒකෙන් පස්සෙ ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣංගය වඩනවා. ඊට පස්සෙ ඊට ඇඳිලා විරිය සම්බොජ්ඣංගයක් වඩනවා. ඒ ටික හොඳට සකස් වෙලා එනකොට ප්‍රීතියක්, පස්සද්ධියක් හැදිල එනවා. ඒත් එක්කම සමාධි සම්බොජ්ඣංගය වැඩෙනවා. ඉතින් ඔය ටික ඔක්කොම සකස් වෙලා සුව සේ විපස්සනාවක් සිද්ධ වෙනකොට යෝගාවචරයට ඒ කටයුත්තට වෙන්න ඉඩහැරලා විපස්සනාව තව දුරටත් දියුණු කරමින් සැහැල්ලුවෙන් ඉන්න පුළුවන් උපේක්ෂා සහගතව. උපේක්ඛා සම්බොජ්ඣංගයක් වඩනවා.

මෙබඳු වකවානුවක් ගත කරපු යෝගාවචරයා ටික ටික ඉස්සරහට යනකොට දැන් එයාට යම් අවබෝධයක් පැමිණීම නිසා - මේ විවිධාකාර සංස්කාරයන්ගේ තියෙන අනිත්‍ය ලක්ෂණය ප්‍රකට වීම නිසා, නැත්නම් දුක්ඛ ලක්ෂණය අනාත්ම ලක්ෂණය ප්‍රකට වීම නිසා, එයාගෙ හිත අපි හිතමු අනිත්‍ය ලක්ෂණයෙන්ම ඉස්සරහට ගිහිල්ලා, අනිත්‍ය ලක්ෂණයම මූලික කරගෙන, නිමිති නොගෙන ඉඳලා හිත නිදහස් වෙන්න පෙළඹෙනවා. දැන් එයා නිමිති ගන්නෙ නෑ. හිත නිමිති ගැනීම ටිකක් වළක්වලා. නවත්වලා. හිත දැන් සැහැල්ලු වෙලා. හිත හිස් වෙලා. අපි මෙතෙක් කාලයක් කළේ පුළුවන් තරම් නිමිති ගනිමින්, ඒවා ඔස්සේම කටයුතු කරමින් වෙහෙසක් ඇති කරගැනීම. හැබැයි දැන් හිත ඒක නවත්තලා. නිමිති නොගැනීම නිසා හිත නිදහස් වෙලා.

ඒ නිසා මෙතෙන්ට අපිට තව චුට්ටක් ඕනැ නම් එකතු කරන්න පුළුවන් බුද්ධ වචනය ටිකක් ගැඹුරකින්. බුදුරජාණන් වහන්සේ අසංඛත තත්ත්වයක් පිළිබඳව විස්තර කරන අසංඛත සංයුක්තය අපිට හම්බ වෙනවා සංයුක්ත නිකායේ. බුදුරජාණන් වහන්සේ විස්තර කරනවා මෙන්න මේ විදිහට. මොකක්ද අසංඛතයක් කියල කියන්නේ? **යො ච, භික්ඛවෙ, රාගක්ඛයො දොසක්ඛයො මොහක්ඛයො - ඉදං වුච්චති, භික්ඛවෙ, අසඞ්ඛතං.** ඒ කියන්නෙ නිවනට දීපු ඉතාම ප්‍රබලම අන්දමක අර්ථකථනයක්. සම්පූර්ණ වශයෙන්ම රාගය ක්ෂය වීම, ද්වේෂය ක්ෂය වීම, මෝහය ක්ෂය වීම අසංඛත ලෙස පෙන්නනවා. එතන සකස් කිරීමක් නෑ. කතමො ච, භික්ඛවෙ, අසඞ්ඛතගාමිමග්ගො? මෙබඳු අසංඛත තත්ත්වයක් දක්වා යන මාර්ගය මොකක්ද? **සුඤ්ඤතො සමාධි, අනිමිත්තො සමාධි, අප්පණිහිතො සමාධි** කියල ඊළඟට ඒක විස්තර කරනවා. ඒ නිසා අපිට යම් කිසි අවස්ථාවකදි මේ නිමිති නොගන්නා ආකාරයක් අපේ හිතේ පවත්වන්න පුළුවන් නම්, එහෙනම් අපි ටිකක් නිවනට කිට්ටු මාර්ගයකයි ගමන් කරන්නේ. එබඳු එල්ලයක් ඔස්සෙයි යන්නෙ කියන එකත් පොඩ්ඩක් අපිට පසුබිමින් මතක තියාගන්න පුළුවන්.

කෙසේ නමුත් අර **ආනාපානසති සූත්‍රයේ** බුදුරජාණන් වහන්සේ විශේෂයෙන් කියන්නේ යෝගාවචරයෙක් අර විදිහට බොජ්ඣංග ධර්ම යම් ප්‍රමාණෙකට දියුණු කරගෙන හිත අනිශ්‍රිත තත්ත්වයකට, උපාදාන රහිත තත්ත්වයකට, සැහැල්ලු තත්ත්වයකට පත් කරගත්තා නම් - දැන්

හැබැයි එතනින් වැඩේ අවසාන නැහැ. තව දුරටත් එයාට සිද්ධ වෙනවා බොජ්ඣංග ධර්ම දියුණු කරන්න. හැබැයි රටාව සම්පූර්ණයෙන්ම වෙනස්. අර අපි කලින් කිව්ව ඒ විවේක රටාව තමයි දැන් දියුණු කරන්න තියෙන්නේ. **විවෙකනිස්සිතං විරාගනිස්සිතං නිරොධනිස්සිතං වොස්සග්ගපරිණාමිං** කියල බුදුරජාණන් වහන්සේ විස්තර කරනවා. **සතිසම්බොජ්ඣඞ්ගං භාවෙති විවෙකනිස්සිතං** - ඒ කියන්නෙ තව දුරටත් එයා සතිමත්ව වාසය කරනවා. හැබැයි විවේකීව. ඒ පවත්වන සතියත් කලින් වගේ අමෝරාවෙන්, හරිම වෙහෙසකාරීව පවත්වන සතිමත් බවක් නෙවෙයි. දැන් මේක නිරායාස සතියක්. සැහැල්ලුවෙන් පවතින සතියක්. බාහිර දේවල් හා සම්බන්ධයෙන් තියෙන්නෙ විරාගී බවක්. මොකද, මේ දේවල් එනවා යනවා. රූප පෙනෙනවා. නොපෙනෙනවා නෙවෙයි. හැබැයි ඒවා ගැන ලොකු ආශාවක්, බැඳීමක්, ඒවාට විශේෂ ඇල්මක්, විශේෂත්වයක් දීමක්, ඒවා තුළ කෙනෙක් පුද්ගලයෙක් වස්තුවක් තනාගැනීමක් ඒ මොකක්වත් නෑ. ඒ හා සම්බන්ධයෙන් තියෙන්නෙ යම් කිසි විරාගී ආකල්පයක් - **විරාගනිස්සිතං.**

ඒ වගේමයි අපි හිතමු සංඥාවක් හිතේ පැන නැගුණා. ඒක අපි තේරුම්ගත්තා. හුදු සංඥාවක් වශයෙන් දැක්කා. ඒක ඉවත් වුණා. හිත පිරිසිදු වුණා. ඒ පිරිසිදු බව රැකිලා තියෙනවා. ඒ පැමිණි සංඥාව නිරුද්ධ වුණා. හැබැයි අලුත් සංඥාවක් පහළ වුණේ නෑ. හිත තුළ ඒ පිරිසිදු භාවය, පවිත්‍ර භාවය හොඳට රැකිල තියෙනවා. එක්තරා අන්දමකින් සංඥාවල නිරුද්ධ වීමක් දැන් යම් පමණකට අත්දකිනවා. ඒ වගේමයි ඒ පැමිණෙන සංඥා එකක්වත් සම්බන්ධයෙන් තණ්හාවක් ඇත්තෙත් නෑ. තණ්හාවත් තාවකාලිකව හිතින් ඉවත් වෙලා. සංස්කරණ නතර වෙලා. ඒ නිසා යෝගාවචරයෙක් නිරෝධයක් යම් තාක් දුරකට දැන් අත්දකිනවා. මොකද, මේ සංඥා නැවත නැවත හටගනිමින්, නැවත නැවත නිරුද්ධ වෙමින් යන ආකාරයක් නෙවෙයි. හටගත්ත සංඥාව නිරුද්ධ වෙලා ගිහිල්ලා. හටගත්ත සිතුවිල්ල අවසන් වෙලා. ඒ සිතුවිල්ල අවසන් වුණාට පස්සෙ අලුත් සිතුවිල්ලක් පැමිණිලා නෑ.

ඊළඟ අවස්ථාව වශයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නන්නේ ඒ නිරෝධ තත්ත්වයක්, නැත්නම් ඒ සංස්කාර සමනය වෙච්ච තත්ත්වයක්. අර පැමිණි සංඥා තේරුම් අරගෙන නුවණින් ඒ කෙරෙහි

කටයුතු කිරීම නිසා ඒක ඉවත්ව ගියා. දැන් අලුත් සංඥුවක් ආවෙ නෑ. ඒ හිතේ පිරිසිදු භාවය, පවිත්‍රත්වය හොඳට රැකිලා තියෙනවා. ආරක්ෂා වෙලා තියෙනවා. ඒවා කෙරෙහි දැන් තණ්හාවක් නෑ. ඉතින් ඒ නිසා ඒ නිරෝධයක් ඇසුරු කරන ගතියක්, සංසිඳීමක් ඇසුරු කරන ගතියක්, හිතේ නතර වීමක් ඇසුරු කරන ගතියක් අනුගමනය කරන්න සිද්ධ වෙනවා කියල බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා - **නිරොධනිස්සිතං.** ඊළඟට මේ හැම තැනකදිම මේ කටයුත්තේ යෙදීම නිසා හිතේ සහනයක් තියෙනවා. සැහැල්ලුවක් තියෙනවා. නිදහසක් තියෙනවා - **වොස්සග්ගපරිණාමිං.** නිදහස තුළින් තමයි හිත ටික ටික ඉස්සරහට යන්නේ. නිදහස් හිතක ගමනක්.

ඉතින් මේ ආකාරයෙන්ම බුදුරජාණන් වහන්සේ ඉතුරු සම්බොජ්ඣංග සම්බන්ධයෙනුත් කියනවා. ධම්මවිචයසම්බොජ්ඣඞ්ගං භාවෙති විවෙකනිස්සිතං විරාගනිස්සිතං නිරොධනිස්සිතං වොස්සග්ගපරිණාමිං. විරියසම්බොජ්ඣඞ්ගං භාවෙති විවෙකනිස්සිතං විරාගනිස්සිතං නිරොධනිස්සිතං වොස්සග්ගපරිණාමිං. එතකොට අපිට තේරෙනවා අපි කලින් ගත කළේ 'භාවනා කරනවා' කියන ආකල්පයක. හැබැයි දැන් තියෙන්නෙ නිකම්ම 'කෙරෙනවා' කියන ආකල්පයක්. සාමාන්‍යයෙන් අපි මේ භාවනා ලෝකය තුළ වචනයක් පාවිච්චි කරනවා භාවනා කරනවා කියන පැත්තෙන් දැන් කෙරෙනවා කියන පැත්තට මාරු වෙනවා කියලා. නැත්නම් වර්තමානයේදි බටහිර පැත්තෙන් අපිට ඇහෙනවා doing mode එකෙන් being mode එකට මාරු වෙනවා කියලා. අපි හිටියේ හැම තිස්සෙම 'කරනවා' කියන ආකල්පයක් තුළ. දැන් හැබැයි 'ඉන්නවා' කියන ආකල්පයකට මාරු වෙන්න අවශ්‍යයි.

එතකොට මේ තදංග නිබ්බුතියක්, නැත්නම් උපාදාන රහිත තත්ත්වයක්, අපිට තාවකාලිකව හමු වෙච්ච නිවීම් තත්ත්වයක්, අනිශ්‍රිත තත්ත්වයක් හිතේ දියුණු කරන්න නම් එහෙනම් තව දුරටත් අපි ඉස්සරහට යන්න ඕනෑ මෙබඳු විවේකයක් ඇසුරු කරමින්. හිතේ ඒ පවිත්‍රත්වය රැකෙන පරිදි කටයුතු කරන්න, ඒ පැමිණෙන සංඥා ඔස්සේ දැන් නොයා ඉන්න වෑයම් කරනවා. ඒවා ඔස්සේ ප්‍රපංච නොකර ඉන්න වෑයම් කරනවා. ඒ පැමිණෙන සංඥාවලට වටිනාකමක් නොදී ඉන්න වෑයම් කරනවා. මෙබඳු නිමිති නොගන්නා තත්ත්වයක්, අනිමිත්ත

ස්වභාවයක් අපිට හොඳට තෝතැන්නක් වගේ හිත තුළ පවත්වන්න පුළුවන්, එබඳු සමාධියක් අපිට තව තව වඩන්න පුළුවන් ඒ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කරන විදිහට - **ආසෙවිතාය භාවිතාය බහුලීකතාය යානීකතාය වත්‍ථුකතාය අනුට්ඨිතාය පරිචිතාය සුසමාරද්ධාය.** ඒ කියන්නෙ අපි මේක නැවත නැවත ඇසුරු කරනවා - **ආසෙවිතාය. භාවිතාය** - තව තව වඩනවා. තව තව දියුණු කරනවා. **බහුලීකතාය** - ඒ නිමිති නොගන්නා හිත තව තව බහුලීකෘත කරනවා. අපි බලනවා සක්මන් කරද්දිත් මේ තත්ත්වය ගන්න පුළුවන්ද? ඉඳගෙන ඉන්දැද්දිත් මෙබඳු තත්ත්වයක් ගන්න පුළුවන්ද? හිත නිමිති නොගන්නා තත්ත්වයක පවත්වන්න පුළුවන්ද? කනකොට බොනකොටත් හිත තුළ එබඳු සැහැල්ලුවක් පවත්වන්න පුළුවන්ද? ඒ පිරිසිදු හිත දිගට පවත්වන්න පුළුවන්ද? **යානීකතා** - හරියට යානාවක් බවට පත් කරගන්නවා. ඕනෑම වෙලාවක අපිට ගන්න පුළුවන් එතෙන්ට. අපිට පුළුවන් නම් ඒ නිමිති නොගන්නා තත්ත්වය අපේ හිතේ පසුබිම කරගන්න - **වත්‍ථුකතා. අනුට්ඨිතා** - ඒක නැවත නැවත හුරු කිරීමක්, නැවත නැවත පුරුදු කිරීමක් කරනවා. **පරිචිතා** - ඒක තුළම හොඳට අපි පරිශීලනය කරලා තව දුරටත් ඒක වඩලා එයම හොඳට තහවුරු කරගන්නවා - **සුසමාරද්ධා.**

මේ අන්දමින් බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නන ආකාරයට එබඳු අනිමිත්ත සමාධියක් යෝගාවචරයෙක් දියුණු කරනවා නම් ඒක හොඳට එයාට තව තව වඩමින්, තව තව දියුණු කරමින්, ඒ නිමිති නොගන්නා හිතක් පවත්වන්න උත්සාහවන්ත විය හැකියි. හැබැයි මෙතනත් අපිට තව දැනගත යුතු හරි රසවත් කතාවක් තියෙනවා. ඒ තමයි අඞ්ගුත්තර නිකායේ ඡක්ක නිපාතයේ හම්බ වෙන **හත්ථිසාරිපුත්ත සූත්‍රය.** ඒ කතාවෙදි එන්නෙ **හත්ථිසාරිපුත්ත** කියන ස්වාමීන් වහන්සේ කාලයක් භාවනා කරලා හිතේ නිමිති නොගන්නා තත්ත්වයක් දියුණු කරගන්නවා. **සබ්බනිමිත්තානං අමනසිකාරා අනිමිත්තං චෙතොසමාධිං උපසම්පජ්ජ විහරති.** ඒ සියලු නිමිති ඇසුරු නොකර, අරමුණු නොකර, නිමිති නොගන්නා එබඳු සමාධියකට එළඹ වාසය කරන්න දැන් ඒ ස්වාමීන් වහන්සේට පුළුවන්. හැබැයි මොකද වෙන්නේ? මේ ස්වාමීන් වහන්සේ හැබැයි නිතරම අනෙකුත් අයත් එක්ක හැසිරෙනවා, කතාබහේ යෙදෙනවා, සතුටුසාමීචි කතාවල යෙදෙනවා. දැන් අර සමාධි

පැත්තේ ඒ වඩන භාවනාව කරගන්න වෙලාවක් නෑ. ඒක අමතක වෙනවා. ඒ අනෙකුත් දහසකුත් වැඩකටයුතුවල නිරත වෙන්න ගිහිල්ලා දැන් මේක පිරිහෙනවා. මේක මෙහෙම වෙන්න පුළුවන් කියලා කලින් අනතුරු ඇඟවීමක් කරනවා **කොට්ඨිත** මහ රහතන් වහන්සේ. ඒකෙදිත් වෙන්නෙ **හත්ථිසාරිපුත්ත** ස්වාමීන් වහන්සේ එක්තරා වැඩිහිටි ස්වාමීන් වහන්සේලා පිරිසක් කතා සල්ලාපයක යෙදෙන අවස්ථාවකදි, යම් ධර්ම සාකච්ඡාවක යෙදෙන අවස්ථාවකදි ටිකක් මැද්දට පනින ගතියක් තියෙනවා. එතකොට තමයි **කොට්ඨිත** මහ රහතන් වහන්සේ කියන්නේ දැන් මෙවැනි හැසිරීමක් පිරිහීමක් නිරූපණය කරනවා කියල. මොකද, මේ අනිමිත්ත සමාධියක් අපි මුලින් හදගනිමින් යන වකවානුව තාමත් හොඳට ඒක තහවුරු වෙච්ච වකවානුවක් නෙවෙයි. ඒ හා සම්බන්ධයෙන් අනතුරු ඇඟවීමක් තමයි **කොට්ඨිත** මහ රහතන් වහන්සේ කරන්නේ. ඒ කිව්ව වගේම **හත්ථිසාරිපුත්ත** ස්වාමීන් වහන්සේ ඒ අනිමිත්ත සමාධි තත්ත්වයක් තනාගත්තා කියලා ඒකෙන් උද්දාමයට පත් වෙලා හෝ, ඒක පිළිබඳ එතරම් සැලකිල්ලක් නොදැක්වීම නිසා හෝ, ඒක ඔස්සේ දිගට කටයුතු කරන්න අමතක වීම නිසා හෝ, පසුබෑම නිසා හෝ, කොහොම හරි ඒකෙන් පිරිහෙනවා. අන්තිමට උපැවිදිත් වෙනවා.

ඒ නිසා මේ අනිමිත්ත සමාධි තත්ත්වය වුණත් විපස්සනාවක හොඳ ප්‍රතිඵලයක් තමයි. හැබැයි අපිට ඒක හොඳට තහවුරු වෙන තාක් ඒකෙත් තියෙන්නෙ අනිත්‍ය ස්වභාවයක්. බුදුරජාණන් වහන්සේ විශේෂයෙන්ම **චූල සුඤ්ඤත සූත්‍රයේ** මතක් කරනවා මේ කාරණාව. **අනිමිත්තො චෙතොසමාධි අභිසඞ්ඛතො අභිසඞ්චෙතයිකො.** මේ අනිමිත්ත ස්වභාවයත් **අභිසඞ්ඛතො** - මේකත් මේ සකස් කරල තනාගත්ත තත්ත්වයක් තාම. **අභිසඞ්චෙතයිකො** - ඒකත් චේතනා පූර්වකව තනාගත්ත තත්ත්වයක්. ඉතින් යමක් එබඳු සකස් කරපු දෙයක් නම්, චේතනා පූර්වකව තනපු දෙයක් නම්, ඒකත් අනිත්‍යයි. ඒ නිසා මෙබඳු සමාධියක තියෙන අනිත්‍ය ස්වභාවයත් තේරුම්ගන්න ඕනෑ. අනිත් අතට මේක තව තව දියුණු කරමින් ඉස්සරහට යන්න, මේ අනිමිත්ත තත්ත්වය පවත්වන අවස්ථාවෙදි හිතට පැමිණෙන විවිධාකාර කෙලෙස් හඳුනාගනිමින් ඉදිරියට යන්න යෝගාවචරයෙක් දක්ෂ වෙන්නත් වෙනවා.

ඒ නිසා අපි මේ කතා කරන්නේ ටිකක් විපස්සනාවේ ගැඹුරු හරියක්. එකපාරටම කෙනෙකුට මෙතෙන්ට එන්නත් අමාරුයි. මොකද, එයා නිවැරදිව පියවරෙන් පියවර ඉදිරියට යන විපස්සනාවක් වඩපු තත්ත්වයක් හරහා ලබපු මේ ප්‍රතිඵලය තමයි දැන් එයා තව තව බහුලීකෘත කරමින්, වඩමින්, තහවුරු කරමින් යන්න අවශ්‍ය වෙන්නේ. එතෙන්දි වුණත් වැටෙන්න පුළුවන්. ඒකයි **හත්ථිසාරිපුත්ත සූත්‍රයේ** අපිට අනතුරු ඇඟවීමක් කරල තියෙන්නෙ ඒ ස්වාමීන් වහන්සේට සිද්ධ වෙච්ච තත්ත්වය නිසා. කෙසේ නමුත්, ඒ ස්වාමීන් වහන්සේ නැවතත් ගිහි ගේ අතහැරලා මහණ වෙනවා කියලත් ඒ සූත්‍රයේම සඳහන් වෙනවා.

චූල සුඤ්ඤත සූත්‍රයේ බුදුරජාණන් වහන්සේ විශේෂයෙන්ම කියන්නේ මේ අනිමිත්ත තත්ත්වයම තව භාවිතා කරන්න අවශ්‍යයි අපිට කෙලෙස් හඳුනගන්න කියල. මොකද, අපේ හිතේ කලින් තිබුණෙ හරිම ව්‍යාකූල තත්ත්වයක්, නිමිති සහිත තත්ත්වයක්, නිතරම සංඥා බහුල තත්ත්වයක්. එතෙන්දි පැහැදිලි නැහැ හිත ඇතුළෙ මොකක්ද වෙන්නෙ, මොන සංඥාද එන්නෙ කියල. රාගය හා සම්බන්ධ නිමිතිත් එනවා. ද්වේෂය හා සම්බන්ධ නිමිති, රටේ තොටේ ලෝකය හා සම්බන්ධ නිමිති, ඊළඟ ලෝකයක් ගැන හිතන පරලෝකයක් හා සම්බන්ධ නිමිති, අතීතෙට අදාළ නිමිති, මේ සේරම එනවා. හරිම ව්‍යාකූල තත්ත්වයක් තිබුණේ. නමුත් දැන් හරි පිරිසිදු තත්ත්වයක් යෝගාවචරයෙක් අත්දකිනවා. ඒ පිරිසිදු තත්ත්වය අත්දකිනවා නම් බැරිද අපේ හිත තුළ පහළ වෙන සියුම් කෙලෙස් හඳුනගන්න?

ඒක තමයි ඊළඟට අපිට සාකච්ඡා කරන්න තියෙන්නේ. කොහොමද මේ අනිමිත්ත තත්ත්වය අපි තව ඉදිරියට අරගෙන යන්නේ? ඊට පැමිණෙන බාධා අපි ප්‍රයෝජනයට අරගෙන හරි පැත්තට හරවගන්නෙ කොහොමද? එතන තියෙනවා යම් සන්ධිස්ථානයක්. අපි දැන් ආපු ගමනක් තියෙනවා. එයා තේරුම්ගත්තා මේ සංඥාවල තියෙන බැඳීරුම් ගතිය. සංඥා නිසා වෙච්ච පටලැවිල්ල. තේරුම් අරගෙන පුළුවන් තරම් එයා වෑයම් කරනවා ඒ නිමිති නොමැති තත්ත්වය ආරක්ෂා කරගන්න. ඉතින් ඒකට ඉන්ද්‍රිය සංවරය වුණත් සෑහෙන්න වටිනවා. මොකද, ඉඳුරන් හරහා තමයි අපි මේ නිමිති ගන්නෙ. හිත

ඇතුළෙ රාග ද්වේෂ මෝහ වැඩ කරනවා. හැබැයි එළියට නිරාවරණය වෙලා තියෙන්නේ, එළිය හා සම්බන්ධය පවත්වන්නේ ඉඳුරන් ඇසුරෙන්. ඉතින් ඒ නිසාම ඉන්ද්‍රිය සංවරයෙදිත් බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා මේ නිමිති ගැනීම සම්බන්ධයෙන් ටිකක් සැලකිලිමත් වෙන්න කියලා. ඇහැට පෙනුණ පමණින් මේ සියල්ල බලන්න යන්නෙ නැතුව ඉන්න. කනට ශබ්ද ඇහුණ පමණින් සියල්ල අහන්න යන්නෙ නැතුව ඉන්න. හිත කෙලෙසෙන දේවල් හා සම්බන්ධයෙන් සැලකිලිමත් වෙන්න. **චක්ඛුනා රූපං දිස්වා න නිමිත්තග්ගාහී නානුබ්‍යඤ්ජනග්ගාහී.** ඔය විදිහට විස්තර කරනවා. ඇහෙන් රූපයක් දැක්කා, හැබැයි ඕනැවට වඩා නිමිති ගන්න ගිහිල්ලා ළඟ ඇසුරක් පවත්වන්න ගියොත් ආයිත් හිත අර පරණ පුරුද්දට ඇබ්බැහියට යනවා. කනට සද්ද ඇහෙද්දිත් එහෙමයි. හිතන්න දැන් අපිට යම් සිංදුවක් ඇහෙනවා. නැත්නම් මොකක් හරි නිවේදනයක් ඇහෙනවා. ඉතින් අපි ඒකට මත් වෙලා, ඒකට ලොල් වෙලා දිගට යන්න ගියොත් ඔන්න ආයිත් හිත කැළඹෙනවා, ආයිත් හිත කෙලෙසෙනවා.

ඉතින් යෝගාවචරයෙක් ඒ නිසා එයාගෙ ජීවිතේ පවත්වන්නෙ ටිකක් පරිස්සම් සහගතව. මොකද, මේ සමාජය තුළ, වටපිටාව තුළ මේ යෝගාවචරයා සම්බන්ධයෙන් කිසි අනුකම්පාවක් නෑ. ඉතින් එයා බලාගන්න ඕන කොහොමද මාව රැකගන්නේ, මේ හිත රැකගන්නේ, අමාරුවෙන් ගොඩනගාගත්ත මේ පිරිසිදු භාවය තව දුරටත් පවත්වන්නේ, ආරක්ෂා කරගන්නේ, තව තව වඩන්නේ කියලා. ඉතින් මේ තත්ත්වයක් තව තව දියුණු කරගෙන එනකොට සමහර විට එයාට වැටහෙන්න පුළුවන් **බාහිය** ස්වාමීන් වහන්සේට බුදුරජාණන් වහන්සේ දීපු අවවාදය තුළ දැන් තමන්ටත් පිහිටන්න පුළුවන් කියලා. **දිට්ඨෙ දිට්ඨ මත්තං භවිස්සති.** පෙනෙනවා. හැබැයි දැන් හිත නිමිති ගන්නෙ නෑ. අපි හිතමු දැන් එයා සක්මන් භාවනාවේ යෙදෙනවා. රූපත් පෙනෙනවා. හැබැයි හිත ඉන්නවා නිශ්ශබ්දවම. හිතට මොකුත් ආවෙ නැහැ. අර එළියෙ තොරතුරු ඇතුළට ආවෙ නැහැ. නොදැක්කත් නෙවෙයි හැබැයි. හිත කැළඹුණෙත් නෑ. හිතන්න පෙළඹුණෙත් නෑ. අර හිතේ තිබ්බ්ච සැහැල්ලු ගතිය අහිමි වෙලා නැවත හිත බර වුණෙත් නෑ, හිර වුණෙත් නෑ. හිතේ ඒ තිබ්බ්ච පිරිසිදු බව එහෙම්ම රැකිලා තියෙනවා. ඒ කියන්නෙ අපේ යම් පමණක දියුණුවක් තියෙනවා. මුලදි හැබැයි

කැඩෙනවා බිඳෙනවා. මොකද, අපි අමාරුවෙන් තනාගත්ත තත්ත්වයක්. යන්තම් වතුරෙන් ඔළුව උස්සගත්ත විතරයි. ආයෙත් ඉතින් ගිලෙන්න පුළුවන්. නමුත් අපි ටික ටික ටික ටික වෑයම් කරද්දි වෑයම් කරද්දි තමයි අපිට තේරෙන්නෙ දැන් නම් ඉතින් රූප පෙනුණට හිත ඒක අස්සට රිංගගන්න යන්නෙ නෑ. හිත එයාගෙ පාඩුවේ ඉන්න පෙළඹිලා තියෙනවා. සද්ද ඇහුණට මොකද ඒ ඇහෙන සද්දත් එක්ක දැන් පැටලි පැටලි යන්නෙ නැතිව, ඒවායේ නිමිති ගන්න යන්නෙ නැතිව හිත එයා විසින්ම රැකෙන ගතියක් තියෙනවා කියල යම් කිසි කෙනෙකුට වැටහෙනවා නම්, ඉතින් ඒ කියන්නෙ යම් පමණක පරිණත බවක් මේ අනිමිත්ත තත්ත්වය තුළ ලැබිල තියෙනවා.

ඒ නිසා දහම තුළ එකපාරටම අනිමිත්ත තත්ත්වය ඉතාම ප්‍රබල තත්ත්වයක් කියනවා වෙනුවට අපිට පේන්න තියෙන්නෙ ඒක දියුණු කරගෙන යනකොට **අනිමිත්ත චෙතොසමාධි** කියන තත්ත්වයේ ඉඳලා **අනිමිත්ත චෙතොවිමුත්ති** දක්වා වර්ධනයක් පෙන්නල තියෙනවා. **මහාවේදල්ල සූත්‍රය** වැනි සූත්‍රවලදි අපිට දැකගන්න පුළුවන්. ඒ කියන්නෙ මුලදි හැදෙන්නෙ ටිකක් යම් පමණක දුර්වලකමක් තියෙන, ඒ තරම්ම හොඳට තහවුරු නොවෙච්ච අනිමිත්ත තත්ත්වයක්. හැබැයි ඒකම තව තව දියුණු කර කර තව තව වඩමින් ඉස්සරහට යන්න යන්න තමයි දැන් ඒ තත්ත්වය තව තව පැතිරිලා, හිත තුළ තහවුරු වීමක් හරහා නිමිති නොගන්නා තත්ත්වයකට දැන් හිත පත් වෙමින් ඉදිරියට යන්නේ.

ඉතින් අපි ඉදිරියේදි තව ටිකක් ඔය සම්බන්ධයෙන් සාකච්ඡා කරමු. අද දවසේ ධර්ම දේශනාව තව දුරටත් මේ සංඥාවලින් අපේ හිත මුදවාගැනීම ගැනයි අපි තවත් ඉස්සරහට අරගෙන ගියේ. මේ කාරණාත් අපි තේරුම් අරගෙන අපේ භාවනාවත් මෙබඳු ඉලක්කයක් මෙබඳු දිසාවක් ඔස්සේ අරගෙන යන්න අපි වෑයම් කරමු. ඒ සඳහා මග පෙන්වීමක් අද දින ධර්ම දේශනාවෙන් සිදු වේවා කියල ප්‍රාර්ථනා කරමින්, අද ධර්ම දේශනාව අවසන් කරනවා. සියලුදෙනාටම තෙරුවන් සරණයි.

ධර්ම ගැටලු සහ පිළිතුරු

ප්‍රශ්න: ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, සතර සතිපට්ඨානය වැඩීමෙන් ලැබෙන අනිශ්‍රිත සිත හා සමථ සමාධියක් වැඩීමෙන් උපදින මෙත්තා චේතෝ විමුක්ති සිත අතර වෙනසක් තිබේදැයි පහද දෙන මෙන් ගෞරවයෙන් ඉල්ලා සිටිමි.

පිළිතුර: වෙනසක් තියෙනවා කියන්න පුළුවන්. සතර සතිපට්ඨානයක් වඩද්දි අවස්ථා 3 ක් බුදුරජාණන් වහන්සේ පැහැදිලි කරනවා. මුල් අවස්ථාවෙ තියෙන්නෙ සිහිය පිහිටුවන අවස්ථාව - සතිපට්ඨානය කියන අවස්ථාව. එතෙන්දි කය පාවිච්චි කරන්න පුළුවන්, වේදනාව පාවිච්චි කරන්න පුළුවන්, හිතමත් පාවිච්චි කරන්න පුළුවන්. එතෙන්දි අතීතයෙන් අනාගතයෙන් හිත මුදවලා වර්තමානය තුළම හිත පිහිටුවන්න සිහිය පිහිටුවන්න අපි උත්සාහවන්ත වෙනවා. ඒ සඳහා හිත පුහුණු කරනවා. ඊට පස්සෙ ඊළඟ අදියරක් එනවා සතිපට්ඨාන භාවනා කියලා. **සමුදයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති, වයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති, සමුදයවයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති** කියල විස්තර කරන ඒ දෙවෙනි අවස්ථාව හම්බ වෙනවා. එතෙන්දිත් ඇතුළත බාහිර වශයෙන් අරගෙන තවත් විස්තාර කරලා අපි එතන සතිපට්ඨානයක් තුළ වඩන විපස්සනාව පෙන්නුම් කරනවා. එතකොට එතනත් නුවණ දියුණු වීමක්. නේද? ඒ කියන්නෙ අපි නිකන් සිහිය පිහිටුවලා නතර වෙන්නෙ නෑ. ඒ සිහිය පිහිටුවපු අරමුණේම යථා ස්වභාවය තේරුම්ගන්න, අවබෝධයක් ඇති කරගන්න වෑයම් කරන දෙවෙනි අවස්ථාව. ඒකත් හරහා යනකොට තමයි එයාගෙ හිතේ ඔය අනිශ්‍රිත බවක් ගොඩනැගෙන්නේ. ඒ යථා ස්වභාවය තේරුම්ගැනීම නිසා ඒ අරමුණුවලින් හිත දැන් පෙළඹෙනවා උපාදාන නොකර ඉන්න. මොකද, එයාට වැටහුණා මේකෙ ගන්න දෙයක් නෑ, සැලකිය යුතු දෙයක් නෑ, සාරයක් නෑ, හරයක් නෑ, මගේ කියාගන්න තරම් දෙයක් නෑ කියල වැටහීම නිසා දැන් හිත ඒක අතහැරලා අනිශ්‍රිතව වාසය කරන්න පෙළඹෙනවා. උපාදාන රහිතව වාසය කරන්න පෙළඹෙනවා. ඒ අවස්ථාව **සතිපට්ඨාන සූත්‍රය** තුළ කියවෙනවා **අනිස්සිතො ච විහරති, න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති** කියලා. ඒ ඊළඟ

සන්ධිස්ථානය. ඒ තත්ත්වය තමයි ඊළඟට එයා තව තව දියුණු කරන්න අවශ්‍ය වෙන්නේ. ඒ තුන්වෙනි අවස්ථාවට කියනවා සතිපට්ඨානභාවනාගාමිනීඤ්ච පටිපදා කියලා. දැන් එයා ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය වඩනවා ඒ අනිශ්‍රිත හිත, උපාදාන රහිත හිත තව තව දියුණු කරමින්. අදත් අපි ඒ අන්තිම හරියෙ කොටසක් තමයි සාකච්ඡා කළේ ධර්ම දේශනාවෙදි. නමුත් එතන තියෙන්නෙ නුවණින් ආපු ගමනක්. විපස්සනාවක් මූලික කරගෙන ආපු ගමනක හදගත්ත හිතේ නිදහස් බවක්, කිසිවක් ඇසුරු නොකරන බවක්, ලොවේ කිසිවක් උපාදාන නොකරන බවක්.

අනිත් පැත්තට සමථ සමාධියක් දියුණු කරලා සමථ භාවනාවක් හරහා මෛත්‍රී භාවනාවක් හරහා හිත තුළ ගොඩනැගෙන මෛත්‍රී හිත - අපි හිතමු කෙනෙක් අරමුණු කරල මෛත්‍රිය වැඩුවා, පුද්ගලයින් බහුල ප්‍රමාණයක් අරගෙන මෛත්‍රිය වැඩුවා, දසදිසාවට මෛත්‍රිය වැඩුවා - ඔහොම ආපු එතනත් තියෙනවා ලොකු ගමනක්. මොකද, මේ මෙත්තා චේතෝ විමුක්තිය කියන්නෙත් එසේ මෙසේ එකක් නෙවෙයි. දැන් හිතන්න 'මම නිදුක් වෙම්වා, නීරෝගී වෙම්වා, සුවපත් වෙම්වා' කියල කෙනෙකුට මෛත්‍රිය වඩන්න පුළුවන්. නැත්නම් තමන්ගෙ ගෙවල්වල ඉන්න කෙනෙක් පුද්ගලයෙක් අරගෙන මෛත්‍රිය වඩන්න පුළුවන්. ඒක මූලික මට්ටමේ මෛත්‍රී භාවනාවක්. හැබැයි එහාට යනකොට ඒක ඉතාම පුළුල්ව හැම දිසාවටම, සියලු පුද්ගලයින්ටම, සියලු සත්ත්වයින්ටම මෛත්‍රිය වඩන්න තරම්, මුළු විශ්වයටම මෛත්‍රිය වඩන්න තරම් හිතේ ගොඩනැගෙන ඉතා ප්‍රබල මෛත්‍රී තත්ත්වයක්, විහිදුණු මෛත්‍රී තත්ත්වයක්, විස්තාර වුණු මෛත්‍රී තත්ත්වයක්, මෛත්‍රී සිත දස අතට පතුරවන්න පුළුවන් මෛත්‍රී තත්ත්වයක් තමයි මෙත්තා චේතෝ විමුක්තියක් කියන්නේ ඒකත් ඉතාම ප්‍රබල තත්ත්වයක්.

නමුත් ත්‍රිලක්ෂණයක් හරහා, අවබෝධයක් හරහා, යථාභූත ඥාන දර්ශනයක් හරහා ආපු ගතියක් මෙතන නැහැ. මෙතන තාම සම්මුති මට්ටමේ තමයි ගත කරන්නේ. මොකද, සත්ත්වයෝ පුද්ගලයෝ වගේ ඒ සාමාන්‍ය ආරම්මණවල තමයි එයා ගත කළේ. හැබැයි ඒවායින් දැන් හිත යම් පමණකට නිදහස් වෙලා හිත තුළ මෛත්‍රිය පැතිරෙන තත්ත්වයක් තියෙනවා. ඒ නිසා අපි ඒ ආපු ගමන් දෙක වෙනස්. අපි

විපස්සනාවෙන් සතිපට්ඨානය තුළ අනිශ්‍රිත හිත පවත්වද්දි එතන ආපු මාර්ගය වෙනස්. මෙතන මෛත්‍රී භාවනාවකින් අපි සත්ත්වයෝ පුද්ගලයෝ අරමුණු කරලා ඒ සියල්ලට, හාත්පස මුළු විශ්වයටම මෛත්‍රිය පතුරුවන මේ අවස්ථාව ඊට වෙනස්. මේ දෙක අතර සැහෙන වෙනසක් තියෙනවා.

ප්‍ර: ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, වැඩිපුර චිත්තානුපස්සනාවෙන් කාලය ගත කරන යෝගාවචරයෙක් වෙමි. පසුගිය දිනක විනෝද චාරිකාවක යෙදුණා නුවර පළාතේ. නිරන්තරයෙන්, විටින් විට, වරින් වර පුංචි දරුවෙක් බලාගන්නා සේ සිත ගැන විමසිල්ලෙන් සිටින දෙරටුපාලයාද සමග ඈත කඳු වළල්ල දෙසට දෑස් යොමු කළා. වෙනද විඳින තරම් සතුටක් නොදැනුණා. කය ඉතා සන්සුන්ව තිබුණා. එකවරම විනාඩි දෙක තුනක් විඳින්නෙක් නැති බවට ප්‍රත්‍යක්ෂ වුණා, තහවුරු වුණා. එම අත්දැකීම විනාඩි දෙකතුනකට පමණයි දැනුණේ.

ඉදිරියට යාමට ධර්ම ගෞරවයෙන් උපදෙස් බලාපොරොත්තු වෙනවා.

පි: ඔව් මං හිතනවා ඉතින් කාලයක් තිස්සේ විපස්සනාවක් වඩන කෙනෙක් කියල සඳහන් කරල තියෙන නිසා. මෙතන ආපු ගමනක් තියෙනවා. අර අපි කියපු - ඒ කියන්නෙ නිමිති නොගන්නා තත්ත්වයක්, අරමුණු ලොකුවට ඇසුරු නොකරන තත්ත්වයක් යම් සුළු ප්‍රමාණයකට සුළු වෙලාවකට මතු වෙලා තියෙනවා. සමහර වෙලාවට සිද්ධ වෙන දෙයක් තමයි භාවනා කරනවා කියල ඇතැම් කෙනෙක් බොහොම දැඩිව වෑයම් කරනවා. සමහර විට ඒ වෙලාවෙදි ඕනැවට වඩා අධික වීර්යයක් පවත්වනවා. ඒ නිසා සමහර විට ඉන්ද්‍රිය ධර්මයන් සම බර වෙන්නෙ නැහැ. ඒ නිසා ඔය කියන ප්‍රතිඵලය සමහර විට ලැබෙන්නෙ නෑ. හැබැයි අපි බොහොම සැල්ලුවෙන්, හරි විවෘතව, බොහොම සතුටු සහගතව නිකන් ඈත දිහා බලන් ඉන්දැද්දි ලොකුවට දේවල් බලන්න දේකුත් නැහැ. හිතන්න දැන් අපි කඳු වළල්ලක් දිහා බලන් ඉන්නවා. ඒක අපි මේ එළියේ මනුස්සයෝ ගැවසෙන තැනක, නගරබඳ තැනක තියෙන බොහොම ඝෝෂාකාරී දර්ශනයක් වගේ නෙවෙයි නේ. නේද? කඳු වළල්ලක බොහොම හිත නිවන ගතියක් තියෙනවා. ඒ වගේමයි, ඈත විවෘත භාවයකට තමයි යොමු වෙලා

තියෙන්නේ. අපි පුළුල් තිර කියල කියන්නේ. නේද? අන්න ඒ පුළුල් බවට තමයි යොමු වෙලා තියෙන්නේ. අන්න ඒ වගේ ඒ බොහොම පුළුල් ප්‍රදේශයකට හිත නිදහස්ව, සැහැල්ලුවෙන්, උපේක්ෂා සහගතව ඇදී යනකොට අර කියපු ඉන්ද්‍රිය ධර්මයන් ටික දැන් මෙතන ඉස්මතු වෙනවා. සම බර වෙලා එනවා.

ඇතැම් කෙනෙක් ඒ ප්‍රතිඵලය, අනිශ්‍රිත බව, උපාදාන රහිත තත්ත්වය ගන්න වෑයම් කරනවා බොහොම අමෝරාවෙන් නැවතත් වාඩි වෙලා පර්යංකයක් කරලා සක්මනක් කරලා. නමුත් අපිට නිවැරදිව ඒ ඉන්ද්‍රිය ධර්ම සම බර කරගන්න බැරි වුණොත් ඒ ප්‍රතිඵලය ලැබෙන්නෙ නෑ. නමුත් අතෙන්දි අපිට ඒක ලොකුවට හිතේ තදබල වුවමනාවක් නෑ. ලොකු තණ්හාවක් නෑ ඒ පරණ ප්‍රතිඵලයම මම ගන්න ඕනැ කියලා. හැබැයි ඒ අවශ්‍ය කරන පෝෂණය හිතට ලැබිල තියෙනවා. හරි සැහැල්ලුයි. බලන්න කියල ලොකු දෙයක් නෑ. බොහොම හිත සංසිඳවන දර්ශනයක් ඉස්සරහ තියෙන්නේ. හරිම හිත නිවන දර්ශනයක්. ඒ වගේම හිත විවෘත වීම සඳහා වුවමනා කරන තරම් ඇතක් තියෙනවා. ඉතින් එතකොට දන්නෙම නෑ හිත අතෙන්ට යනවා.

<u>ප්‍ර</u>: ස්වාමීන් වහන්ස, ඒ ඇත් බව නිසාම ගැඹුරු බවක් තියෙනවා නේද?

<u>පි</u>: අනිවාර්යයෙන්ම තියෙනවා. මොකද, දැන් හිත නිමිති ගැනීම නවත්තලා, අරමුණු උපාදාන කිරීම නවත්තලා හිත නිදහස් වෙනවා. ඒ නිසා ඔය අවස්ථාව හුඟක්දෙනෙක් ප්‍රකාශ කරනවා. මොකද, සාමාන්‍යයෙන් 'භාවනා කරනවා' කියන ආකල්පයේ තියෙන්නෙ හුඟක් වෙලාවට අපිට තේරෙන්නෙ නෑ අපි ඕනැවට වඩා දඟලනවා. ඕනැවට වඩා අධික වෑයමක් යොදනවා. එතෙන්දි අපිට මේක ගානට පරිස්සමින් අරගෙන යන්න තේරෙන්නෙ නෑ. නමුත් අතෙන්දි ඒක අපි නිකන් අත්හැරල දාලා හරි සැහැල්ලුවෙන්, ලොකු වුවමනාවක් නැතුව, උපේක්ෂා සහගතව වාසය කරද්දි දන්නෙම නෑ අර වුවමනා කරන දේ සිද්ධ වෙලා.

ප්‍ර: ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, මෛත්‍රී භාවනාව සම්බන්ධව සමාජ කතිකාවතක් ගොඩනැගෙනවා සත්ත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් මමෙක් නැති නිසා 'මම නිදුක් වෙම්වා' කිව්වට කමක් නැද්ද කියලා.

පි: සමථ භාවනාවකට අපි විපස්සනාව කලවම් කරගෙන කරන්න ගියොත් ඒක පැටලෙනවා. ඒ නිසා අපිට මෛත්‍රී භාවනාවක් වඩාගන්න මුලදී පුද්ගල භාවයක් අරමුණු කරල තමයි මෛත්‍රිය වඩන්න වෙන්නේ. අපි එක පාරටම සත්ත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් නැති බව ඉස්සරහට දලා කොහොමද මෛත්‍රිය වඩන්නේ? නේද? ඒ නිසා මම නිදුක් වෙම්වා, නීරෝගී වෙම්වා, සුවපත් වෙම්වා කියල තමයි එතන අපිට පටන්ගන්න තියෙන්නේ. පස්සෙ පස්සෙ ඉස්සරහට යනකොට එයාට ඔය අවබෝධය එන්න පුළුවන්. හිතන්න එයා මෛත්‍රී භාවනාවක් විතරක් නෙවෙයි විපස්සනාවකුත් වඩනවා කියලා. විපස්සනාවකුත් වඩද්දි සමහර විට එයාට තේරෙන්න පුළුවන් දැන් ඉතින් මේ වගේ මනසිකාරයක් මුල් කරගත්ත, තව දුරටත් පුද්ගල භාවයක් මුල් කරගත්ත මෛත්‍රී භාවනාවක් මට අවශ්‍යද කියල. මොකද, විපස්සනාවෙන් එයාව ගැඹුරකට අරගෙන යනවා. එයා තුළ අනාත්ම සංඥවක් වැඩෙනවා. එතකොට තේරෙනවා දැන් මෙතනත් සත්ත්ව පුද්ගල භාවයක් නෑ, එළියෙත් සත්ත්ව පුද්ගල භාවයක් නෑ. එතකොට සත්ත්ව පුද්ගල භාවයක් එළියෙත් නැත්නම් කොහේටද මෛත්‍රිය වඩන්නේ? නේද? එහෙම හැඟෙන්න පුළුවන්. නමුත් අර මුල් මට්ටමේදී එච්චර අවබෝධයක් නැති නිසා හිතේ ඇති වෙන ද්වේෂය දුරු කරගන්න ඉතින් මෛත්‍රී භාවනාව ඉතාම වටිනා මෙවලමක්. හොඳ භාවනාවක්.

ඉතින් ඒ නිසා අපිට ඒකෙ අගය බාල කරන්න බැහැ. එක පාරටම කෙනෙකුට විපස්සනාවක ගැඹුරකට යන්න අපහසුයි. ඒ නිසා මෛත්‍රී භාවනාවක් වගේ දෙයක් පුද්ගල භාවයක් තුළ පදනම් කරගෙන කිරීමේ ප්‍රයෝජන තියෙනවා සෑහෙන්න.

17| සියුම් කෙලෙස් හඳුනාගනිමු

නමො තස්ස භගවතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස

අනිමිත්තඤ්ච භාවෙහි මානානුසයමුජ්ජහ,
තතො මානාභිසමයා උපසන්තො චරිස්සති'ති.

ශ්‍රද්ධාවන්ත පින්වත්නි, අපි පසුගිය සතියෙදි ටිකක් ගැඹුරු මාතෘකාවකට පිවිසුණා. ඒ තමයි අනිමිත්ත සමාධිය කියන මාතෘකාව. මොකද, විපස්සනාවක් වඩාගෙන යන යෝගාවචරයෙක් විශේෂයෙන්ම නිමිති නොගන්නා තත්ත්වයක් - ඒ කියන්නේ අනිත්‍ය ලක්ෂණය හොඳට ප්‍රකට වීම නිසා, දේවල්වල යුහුසුලුව ඇතිව නැතිව යාමක් හොඳට අවබෝධ වීම නිසා හිත නිමිති ගන්න පෙළඹෙන්නෙ නැති ආකාරයක් පිළිබඳව අපි දේශනාවක් පැවැත්තුවා.

විශුද්ධි මාර්ගයේ විස්තර කරනවා ඒ අනිත්‍ය ලක්ෂණය තමයි ගැඹුරට වඩනකොට හිත නිමිති ගැනීම නවත්තන්නෙ කියලා. නිමිති ගන්න තරම් හැකියාවක් නැහැ. මොකද, දේවල් යුහුසුලුව ඇතිව නැතිව යනවා. යුහුසුලුව විපරිණාමයට ලක් වෙනවා. මොකද, මේ නිමිති ගැනීම කියන එක බහුල වශයෙන් රඳා පවතින්නේ නිත්‍ය සංඥාව මතයි. දේවල් අපිට තියෙනවා, ස්ථිරව තියෙනවා, දිගට තියෙනවා, නොවෙනස්ව තියෙනවා කියලා වගේ පැත්තකින් තමයි අපි දේවල් දිහා බලන්නේ. කෙනෙක් ඉන්නවා, පුද්ගලයෙක් ඉන්නවා, එයා වෙනස් වෙලා නෑ, එදා විදිහමයි. නැත්නම් වස්තුවක් තියෙනවා, දෙයක් තියෙනවා, ඒකත් වෙනස් වෙලා නෑ, එදා විදිහමයි. එතකොට අපි කලින් අරගත්ත සලකුණු, ලකුණු, නිමිති අනුසාරයෙන් මේ දැන් දකින මේ දැන් අත්දකින කෙනා, පුද්ගලයා, වස්තුව අපි සංසන්දනාත්මක

හඳුනාගන්නවා. ඒ නිසා හඳුනාගැනීම සඳහා නිමිති ගැනීම තුළ දයකත්වයක් සැපයෙනවා. ඒ දැන් ගන්න නිමිති, දැනට අපේ හිතේ තැන්පත් වෙලා නිමිති එක්ක සංසන්දනාත්මක බලල තමයි අපි හඳුනාගැනීමක් කරන්නේ. ඒ නිසා ඒ නිමිති ගන්න නම් අපි තුළ යම් පමණක නිතැතින්ම නිත්‍ය සංඥවක් නිතරම ක්‍රියාත්මක වෙනවා.

නමුත් විපස්සනාවක් වඩන්න වඩන්න, අපි ගැඹුරකට යන්න යන්න, දැන් නිමිති ගන්න බැරි වෙන්නෙ මොකද? මේ දේවල් නිතර වෙනස් වෙනවා කියල තමන්ට හැඟෙනවා. එයා හිත තුළ සතිමත් බවක් දියුණු කරගෙන, සමාධිමත් බවක් සියුම්ව තනාගෙන, වීර්යය සම බර කරගෙන සූක්ෂ්මව අපි හිතමු වේදනානුපස්සනාවක් වඩනවා. විවිධාකාර වේදනා පහළ වෙනවා. සැප වේදනා දුක් වේදනා උපේක්ෂා වේදනා පහළ වෙනවා. මුලදි නම් අපිට හැගුණේ ඒවා ටික වෙලාවක් තිබිලා නැති වෙලා යනවා වගේ. සැප වේදනාවක් පහළ වුණා, විනාඩි කීපයක් තිබිලා අවසන් වුණා. දුක් වේදනාවක් පහළ වුණා, විනාඩි කීපයක් තිබිලා අවසන් වුණා. උපේක්ෂා වේදනාවක් පහළ වුණා, විනාඩි කීපයක් තිබිලා අවසන් වුණා. ඔය වගේ චිත්‍රයක් තමයි අපිට මැවෙන්නේ. අපිට තේරෙන්නෙ ඔය වගේ තත්ත්වයක්. තවත් කාලයක් මේක දියුණු කරගෙන යනකොට මේ තරම් විනාඩි ගණන් තියෙන වේදනා සමහර විට නොලැබෙන්න පුළුවන්. ඒ වෙනුවට වේදනා පොකුරක්, කුඩා කුඩා වේදනා සමූහයක්, ඉතාම යුහුසුලුව ඇතිව නැතිව යන කුඩා කුඩා වේදනා සමූහයක් වශයෙන් දැන් යෝගාවචරයෙකුට අවබෝධ වෙන්න පුළුවන්.

ඒ නිසා විපස්සනාවක ගැඹුරට යෑම තුළ සම්පජඤ්ඤය දියුණු වීමක්, දේවල් දිහා ඉතාම සූක්ෂ්මව නිවැරදිව සියුම්ව දැකගැනීමේ දැනගැනීමේ හැකියාවක් යෝගාවචරයෙක් තුළ දියුණු වේවි. ඒ දියුණු වෙනකොට එයාට හැඟෙනවා 'මෙතන මේ විනාඩි ගණන් තියෙන සැප වේදනා දුක් වේදනා උපේක්ෂා වේදනා නැහැ. මෙතන තියෙන්නෙ ඉතා යුහුසුලු වේදනා සමූහයක ක්‍රියාදාමයක්. ඒ සම්ප්‍රයුක්ත ප්‍රතිඵලය තමයි අපි අර්ථ දක්වන්නේ මට හැඟෙන්නේ මෙතන සැප වේදනාවක් තියෙනවා, දුක් වේදනාවක් තියෙනවා, උපේක්ෂා වේදනාවක් තියෙනවා කියලා. නමුත් එහෙම තියෙන වේදනා නෙවෙයි,

ඇතුව නැතුව යන කුඩා වේදනා සමූහයක්' කියල කෙනෙකුට වැටහෙන්න පුළුවන්. බුදුරජාණන් වහන්සේ වේදනාව හා සම්බන්ධයෙන් දෙන උපමාවත් ඒක නේ - **වෙදනා බුබ්බුළූපමා.** හරියට සන වැස්සක් වහිනකොට නිරන්තරයෙන්ම වැහි බිංදුවක් බිංදුවක් ගානෙ දිය බුබුළක් හටගෙන බිඳිල යනවා. අන්න ඒ වගේ චිත්‍රයක් අපිට එතකොට මවාගන්න පුළුවන් බුදුරජාණන් වහන්සේ දෙන ඒ උපමාව අනුසාරයෙන්. එතකොට ඒ වගේ ඉතාම යුහුසුලුව ඇතිව නැතිව යන වේදනා සමූහයක් තමයි මේ ක්‍රියාත්මක වෙන්නේ.

එබඳු අවස්ථාවකදි දැන් යෝගාවචරයට හඳුනගන්න බෑ මේක සැපක්ද දුකක්ද උපේක්ෂාවක්ද කියලා. මොකද, ඔක්කොම ඉතාම වේගයෙන් ඇතුව නැතුව යනවා. එයාට මේක සැපද දුකද උපේක්ෂාද කියල වෙන් කරල දැනගන්න බැරි වුණහම මේ වේදනා සම්බන්ධයෙන් දැන් හිතේ ඇති වෙන්නෙ ටිකක් උපේක්ෂා සහගත තත්ත්වයක්, එපා වෙච්ච තත්ත්වයක්, ඒකට ඇල් මැරිච්ච තත්ත්වයක්. ඒ වගේමයි බලනකොටමත් ඒක ගිහිල්ල ඉවරයි. බලනකොටම බිඳිල ඉවරයි. බිඳි බිඳී යාමක්. නැතිව නැතිව යාමක්. හටගැනීමත් සමහර විට ප්‍රකට නෑ. එච්චර ඉක්මනින් බිඳෙනවා. එච්චර ඉක්මනින් නැති වෙලා යනවා. ඔය වගේ යෝගාවචරයින් ප්‍රකාශ කරනවා ගැඹුරකින් අනිත්‍ය ලක්ෂණය වැටහෙනකොට, ප්‍රකට වෙනකොට, නැතිව යාම වැටහෙනවා, බිඳීම වැටහෙනවා කියලා. එබඳු අවස්ථාවකදි අහවල් දේ දැක්කා කියලා අපිට නම් කරන්න බෑ. ලේබල් අලවන්න බෑ. නිමිත්තක් ගන්න බෑ. ඔය වගේ තැනකදි තමයි හිත දැන් නිමිතිකරණය වළක්වලා නැවතිලා හිතේ නිදහසක් මතු වෙන්න පුළුවන්, අනිමිත්ත තත්ත්වයක් ඇති වෙන්න පුළුවන්.

එබඳු අනිමිත්ත තත්ත්වයක් තමයි අපි ගිය සතියෙදි සාකච්ඡා කළේ, කොහොමද අපි තව දුරටත් දියුණු කළ යුත්තේ කියල. මුල් මට්ටමේදි ඒකත් හරිම අස්ථාවරයි. ආයිත් ඉතින් වැටෙනවා. ආයිත් හිත ගිහිල්ල නිමිති ගන්නවා. ඒ පහළ වෙච්ච අනිමිත්ත සමාධි තත්ත්වය රැකගන්න ඕනැ එහෙනම්. ඒක තව තව දිගට පවත්වන්න ඕනැ. ඒ සඳහා බුදුරජාණන් වහන්සේ උපදෙස් දෙනවා. මොකද, තාම ඒ තරම්ම මේවා ප්‍රබලව වැඩිලා නැහැ. දියුණු තත්ත්වයකට ඇවිල්ලා නැහැ. හිත

පොඩ්ඩක් වතුරෙන් ඔළුව ඉස්සුවා විතරයි. මෙතෙක් වෙලා නිමිති ලෝකයක අපි අතරමං වෙලා හිටියේ. හැබැයි දැන් නිමිතිකරණය නතර වුණා. දැන් ආයෙත් අර හිතේ තියෙන ආස්‍රව අනුසය ධර්ම නිසා නිමිති ගන්න පෙළඹෙන්න පුළුවන්. නමුත් ඉතින් උත්සාහවන්ත වෙනවා මේ සැහැල්ලු තත්ත්වය, සරල තත්ත්වය, පිරිසිදු තත්ත්වය, අනිශ්‍රිත තත්ත්වය, උපාදාන රහිත තත්ත්වය තව පොඩි වෙලාවක් පවත්වන්න. ඔන්න ඔය යන ගමන තමයි අපි ගිය සතියෙදි සාකච්ඡා කළේ.

මේ හා සම්බන්ධයෙන් අද අපි ඉදිරිපත් කරපු ගාථාව රාහුල ස්වාමීන් වහන්සේට බුදුරජාණන් වහන්සේ දීපු අවවාදයක්. මේ පින්වතුන් දන්නවා රාහුල ස්වාමීන් වහන්සේ අවුරුදු 7 දි මහණ වෙලා බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ඇසුරේ, සාරිපුත්ත මහරහතන් වහන්සේගේ ඇසුරේ විවිධ අවවාද අනුශාසනා ලබමින් ටිකෙන් ටික මහණකම ඉදිරියට අරගෙන ගිය ආකාරය. එතෙන්දි උන්වහන්සේට දීපු අවවාදයක බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරන්නෙ මොකක්ද? **අනිමිත්තඤ්ච භාවෙහි මානානුසයමුජ්ජහ.** දැන් එතකොට මේ අනිමිත්ත සමාධියක් දියුණු කරන්න කියනවා මාන අනුසය මුලිනුපුටා දමන්න.

අපි දන්නවා මාන අනුසය කිච්චහම ඉතාම සියුම් අනුසයක් තියෙන්නේ. අපි අහල තියෙනවා රාග අනුසය, පටිඝ අනුසය කියල. ඒ කියන්නෙ අපේ හිතේ ලෝභයකට, ආශාවකට, රාගයකට, ඇල්මකට මුල් වෙන අනුසය ස්වභාවයක්. දැනට සමහර විට ලොකු රාගයක් නොඑන්න පුළුවන්. නමුත් ඒ රාගයට මුල් වෙන අරමුණක් දැක්ක ගමන් අපේ හිත නිමිති අරගෙන නැවතත් රාගය වැඩෙනවා. රාගරක්ත වෙනවා. ඊළඟට පටිඝ අනුසය. දැනට හිතේ ලොකු තරහවක් කේන්තියක් නැහැ. හැබැයි අපි අකමැති කෙනෙක් හම්බ වෙච්ච ගමන් කොහෙදෝ නොතිබිච්ච ද්වේෂයක් තරහවක් එක පාරට මතු වෙලා එනවා. ඒ කියන්නෙ තාම හිත ඇතුළෙ මණ්ඩි බැහැගෙන තියෙනවා. ඒවා නිදිගත් ස්වභාවයකයි තියෙන්නෙ. ඒකෙ තියෙන ඉතාම සූක්ෂ්ම අනුසය පැත්තක් තමයි පෙන්නන්නෙ මාන අනුසය කියලා. ඒක අරහත්වය දක්වාම තියෙන ක්ලේශයක්. මාන කියන සංයෝජනය රහත් වෙනකොට තමයි ඉවත් වෙන්නේ. ඒක උද්ධම්භාගිය සංයෝජනවලට

අයිති කියලයි දහමේ විස්තර වෙන්නේ. එබඳු කුඩා සූක්ෂ්ම අන්දමේ අනුසය ධර්මයක් තමයි මාන අනුසය.

බුදුරජාණන් වහන්සේ දැන් උපදෙස් දෙනවා රාහුල ස්වාමීන් වහන්සේට අනිමිත්ත ස්වභාවයක් දියුණු කරන්න කියල මාන අනුසය දුරු කිරීම සඳහා. ඒ අනුව අපිට තේරෙනවා මේක එසේ මෙසේ ආයුධයක් නෙවෙයි එහෙනම්. මේ වගේ ගැඹුරු තත්ත්වයක් අපිට පවත්වන්න පුළුවන් නම්, ඒ හිත හරි පිරිසිදු හිතක්. ඒ පිරිසිදු බව නිසාම ඒ හිතට පැමිණෙන සියුම් ක්ලේශයක් පවා හඳුනාගැනීමේ හැකියාවක් ඇති වෙන්න පුළුවන්. අපි කලින් සතියෙත් කිව්වා මේක හරියට පිරිසිදු රෙදිකඩක් වගේ කියල. අපේ හිත හොඳට පිරිසිදු කරගත්ත හරිම ස්වේත වර්ණයෙන් යුක්ත පිරිසිදු රෙදිකඩක් වගේ නම් ඒකට පුංචි තීන්ත බිංදුවක් වැටුණත්, ඒකෙ මදුරුවෙක් මැස්සෙක් වැහුවත් හොඳට පේනවා. මොකද, පසුබිම ඉතාම පිරිසිදුයි.

ඉතින් ඔය වගේ තත්ත්වයක් තමයි අනිමිත්ත තත්ත්වය. එතකොට එබඳු අනිමිත්ත තත්ත්වයක අපිට පවත්වන්න පුළුවන් නම් අපේ හිත, ඉතින් ක්ලේශයක් හඳුනාගන්නවා කියන එක අපහසු වෙන්නෙ නෑ. මොකද, හිත තියෙන්නෙ ඉතා පිරිසිදු තත්ත්වයක. එබඳු තත්ත්වයක හිත පවත්වන්න පවත්වන්න ඒ තත්ත්වයට හිතේ ඇල්මක් ඇති වෙනවා, නැඹුරුවක් ඇති වෙනවා, හිත දැන් පොඩ්ඩ පොඩ්ඩ එබඳු තත්ත්වයක් ඇසුරු කරනවා. හැබැයි තිබුණෙ නම් නිමිති ගත්ත ඉතාම ව්‍යාකූල තත්ත්වයක. අපි හිතමු විපස්සනාවක් වඩන්න කලින්, භාවනාවක් වඩන්න කලින් හිත තිබුණෙ හරිම ව්‍යාකූල, නිමිති ගන්නා තත්ත්වයක. නමුත් දැන් එයාට ලැබුණා හැකියාවක් කුසලතාවක් එබඳු ව්‍යාකූල තත්ත්වයක ඉන්නෙ නැතුව පිරිසිදු තත්ත්වයක සැහැල්ලු තත්ත්වයක නිරාකූල තත්ත්වයක ඉන්න. ඒ තත්ත්වය දැන් ටිකක් පවතිනවා. අපි හිතමු දැන් එයාට ඉඳගෙන කරන පර්යංක භාවනාවකදි ඒක පවත්වන්න පුළුවන් විනාඩි 10 ක් 15 ක් විතර. දැන් එයා වඩනවා ඒ තත්ත්වය.

ඒ තත්ත්වයක් දැන් අපි පවත්වමින් ඉන්නකොට සමහර විට පුංචි ක්ලේශයක් පහළ වෙනවා. අපි හිතමු දෙයක් මතක් වුණා. අතීතයේ කරපු ක්‍රියාවක් මතක් වුණා. දැන් ඇතැම් කෙනෙකුට අකුසල

කර්ම නිසාම නෙවෙයි කුසල කර්ම නිසාත් හිත තුළ මාන්නයක් ඇති වෙන්න පුළුවන්. අපි හිතමු අපි හොඳ වැඩක් කළා. අපි තමයි යම් කිසි කෙනෙකුට උදව් කළේ. අනිත් අයත් අපිට ඒ වෙලාවෙදි ප්‍රශංසා කළා. ඒ සිද්ධිය සතියකට හමාරකට කලින් සිද්ධ වෙච්ච දෙයක්. නමුත් මේ වෙලාවෙදි ඒක මතක් වෙනවා. මතක් වුණාට පස්සෙ ඒ වැඩේ කළේ මමයි කියල ආයිත් මමෙක් පුද්ගලයෙක් තැනැත්තෙක් හදාගෙන දැන් සිතුවිලි පහළ වෙනවා. ඒ කියන්නෙ දැන් පුද්ගල භාවයක් අපි තුළ තැනෙන ආකාරයක් - **අහඞ්කාර මමඞ්කාර මානානුසය.** එතකොට **අහඞ්කාර** - පුද්ගල භාවයක්, 'මම' කියන තත්ත්වයක් හිත තුළ ගොඩනැගීමක්. **මමඞ්කාර** - 'මගේ' කියන තත්ත්වයක් හිත තුළ ගොඩනැගීමක්. **මාන අනුසය** - මම මෙතන, ඔබ ඔතන, ඇය අතන කියල පුද්ගල භාවයක් පදනම් කරගෙන තමයි අපේ මේ මුළු භාෂා ව්‍යාකරණයම අපේ මේ සමාජ පද්ධතියම ගොඩනැගිලා තියෙන්නේ. ඒකට මාන අනුසය ලොකු සැපයුමක් දෙනවා. ලොකු අනුග්‍රහයක් කරනවා. සාමාන්‍ය ඒ සම්මුති, පුද්ගල භාවය තනන, මම ඔබ කියාගන්න තත්ත්වය තුළ ඒ මාන අනුසය පෝෂණය කරන්න හොඳ පදනමක් සකස් වෙනවා. ඒක තමයි මේ සමාජ රටාව තුළ තියෙන්නේ.

කෙසේ නමුත්, දැන් අර ඉතා පිරිසිදු තැනක හිත පවත්වන යෝගාවචරයට සියුම් අන්දමින් හිතේ ක්‍රියාත්මක වෙන අනුසය තත්ත්ව පවා වැටහෙන්න පුළුවන්. මොකද, එයාගෙ හිත හරි පිරිසිදුයි, පැහැදිලියි, නික්ලේශියි. එබඳු තත්ත්වයකදි මාන අනුසය ක්‍රියාත්මක වෙන හැටි, සිතුවිල්ලක් ඇවිල්ලා කෙනෙක් තනන්න අපිව පොළඹවන හැටි, මම හොඳයි අරයා නරකයි, නැත්නම් මම නරකයි එයා හොඳයි, අපි ඔක්කොම සමානයි, අපි ඔක්කොම පුද්ගලයෝ කියාගෙන එහෙම සියුම් අන්දමින් මානය ක්‍රියාත්මක වෙන හැටි කෙනෙකුට වැටහෙන්න පුළුවන්.

ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ රාහුල ස්වාමීන් වහන්සේට දෙන උපදෙස - **තතො මානාභිසමයා, උපසන්තො චරිස්සති** - ඒ සියලු අන්දමින් හිත තුළ ගොඩනැගෙන මාන්නය අභිභවනය කරලා, තේරුම් අරගෙන, ඒක අයින් කරලා **උපසන්තො චරිස්සති** උපශාන්තව හැසිරෙන්න. ඒ අනුව අපිට මේ අනිමිත්ත තත්ත්වයක් ගැඹුරින් අපිට

සියුම් කෙලෙස් හඳුනාගන්න, ඒ කෙලෙස් ප්‍රහාණය කරන්න පාවිච්චි කරන්න පුළුවන් ආකාරය තව දුරටත් වටහාගන්න පුළුවන්.

උදාහරණයක් වශයෙන් අපි ඉදිරියට ගත්තොත් ගිය සතියෙත් මතක් කරගත්ත මජ්ඣිම නිකායෙ චූල සුඤ්ඤත සූත්‍රය, එතෙන්දිත් බුදුරජාණන් වහන්සේ ඒ අනිමිත්ත තත්ත්වය පෙන්නල දෙනවා - මේකත් හැබැයි කැඩෙනවා බිඳෙනවා. මේකත් අනිත්‍යයි. අභිසංඛතයි - සකස් කරන ලද්දක්. අභිසංචේතයිකයි - මෙතෙන්ට එන්න යම් අධිෂ්ඨානයක්, චුවමනාවක්, චේතනාවක් මුල් වුණා. ඒ අනුවයි මෙතන මම ගොඩනගාගත්තේ විපස්සනාවක් වඩලා. මේක අභිසංචේතසිකයි. ඒකත් එහෙනම් කැඩෙන්න බිඳෙන්න පුළුවන්. ඉතින් මේ තත්ත්වය තුළ පවතිමින් යෝගාවචරයෙක් තව දුරටත් භාවනාව වඩද්දි එතකොට ඒ සමාධියක එල්බගෙන වාසය කිරීමක් වෙනුවට කොහොමද මේක කැඩෙන්නේ, කොහොමද මේක බිඳෙන්නේ, මේකට ආයි නිමිති එන්නෙ කොහොමද, ආයි හිත නිමිති ගන්න පෙළඹෙන්නෙ කොහොමද, සිතුවිලි පහළ වෙන්නෙ කොහොමද? කියල ගැඹුරින් එයා එයාගෙ හිතේම මේ සිද්ධ වෙන නැවත නැවත නිමිති ගන්න ආකාරය, නැවත නැවත අර පරණ පුරුද්දට වැටෙන්න හදන ආකාරය නිරීක්ෂණය කරන්න ඉඩ තියෙනවා. එතන තමයි ඉදිරි ගමනක් තියෙන්නේ. මොකද, අපි ගැඹුරු සමාධියක්ම ඇසුරු කරගෙන හිටියොත් ඒ සමාධියේ තියෙන බලය නිසා කෙලෙස් නැවිදින් ඉන්න පුළුවන්. යම් කිසි කෙනෙක් සමථ භාවනාවක් වඩනවා. ඒ සමථ භාවනාවෙදි ලැබිච්ච ප්‍රතිඵලය තුළ එයා පැය ගණන් වාසය කරනවා. සමාධියෙන්ම ලැබිච්ච ලොකු ආවරණයක් තියෙනවා. ඒ නිසා හිතට ලොකු ක්ලේශයක් එන්නෙ නෑ. භාවනාව නැවැත්තුවා. භාවනාව නවත්තලත් පැය ගානක් යනකල් සමහර විට හිතට රාගයක් ද්වේෂයක් එන්නෙ නෑ, කේන්ති යන්නෙ නෑ. හිත සමාධිමත් ගතිය තුළ තව දුරටත් රැඳෙන්න පුළුවන්. මොකද, ඒ සමාධියේ තියෙනවා ලොකු රැකවරණයක්.

නමුත් දැන් මෙතෙන්දි පෙන්නන්නෙ එහෙම ඉතා ප්‍රබල අන්දමකින්, ගැඹුරකින් පවත්වන සමාධියක්ම නෙවෙයි. මෙතන දැන් එයාගෙ හිත දේවල් දැක්කත් නොදැක හිටියා වගේ තියෙන තත්ත්වයක්.

එදත් අපි කිව්වේ බාහිය ස්වාමීන් වහන්සේට දීපු අවවාදය **දිට්ඨෙ දිට්ඨමත්තං භවිස්සති** - දැක්කා. නොදැක්කා නෙවෙයි. ඇස් දෙකත් ඇරගෙන ඉන්නේ. මේ භාවනා කරන වෙලාවක් නෙවෙයි. දැක්කා. දැක්කට හැබැයි හිත නිමිති ගන්න පෙළඹෙන්නෙ නෑ. ඒ දැකපු දේ ඔස්සේ යන්න හිත පෙළඹෙන්නෙ නෑ. ඒ වගේ තත්ත්වයක්. **සුතෙ සුතමත්තං භවිස්සති** - ඇහුණා. හැබැයි ඇහුණ දේ ඔස්සේ හිත යන්න පෙළඹෙන්නෙ නෑ. කතන්දර ගොතන්න නිමිති ගන්න පෙළඹෙන්නෙ නෑ. හිතේ අර රැකිච්ච තිබිච්ච පිරිසිදු භාවය තව දුරටත් රැකිල තියෙනවා. ඊළඟට **මුතෙ මුතමත්තං භවිස්සති** - නාසයට දැනුණා ගඳක් සුවඳක්. දිවට දැනුණා රසක්. කයට දැනුණා ස්පර්ශයක්. හැබැයි හිත ඒ නිමිතිවලින් කැළඹෙන්නෙ නැතුව, රැවටෙන්නෙ නැතුව, පැටලෙන්නෙ නැතුව, ආයිත් ඒකෙන් නැවත නැවත හිත තුළ සංඥා අවදි කරන්නෙ නැතුව එයාගෙ ඒ ශාන්ත බව රැකගෙන වාසය කිරීමක්. **විඤ්ඤාතෙ විඤ්ඤාතමත්තං භවිස්සති** - හිතටත් විවිධ අදහස් සිතුවිලි පහළ වුණා. හැබැයි ඒ ඔස්සේ දිගට සංස්කරණය කර කර යන්නෙ නැතුව හිතේ ඒ තිබිච්ච පැහැදිලි ගතිය, විවේක ගතිය, සැහැල්ලු ගතිය, පිරිසිදු ගතිය රැකගෙන ඉදිරියට යන ගතියක්. ඒ අනුව අපිට තේරෙනවා මෙතන මේ කතා කරන්නෙ අපි ගැඹුරු සමාධියක එල්බගෙන පැවැත්වීමක්ම නෙවෙයි. ඊට වඩා නුවණ ආශ්‍රය කරගෙන, අවබෝධය ආශ්‍රය කරගෙන නිමිති නොගෙන, අනිශ්‍රිතව, උපාදාන රහිතව වාසය කිරීමක්.

ඒ තත්ත්වය තුළ තව දුරටත් වාසය කරද්දි **චූල සුඤ්ඤත සූත්‍රයේදි** බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නන්නේ නැවතත් කෙලෙස් එන්න පුළුවන්, සිතුවිලි පහළ වෙන්න පුළුවන්, නිමිති පහළ වෙන්න පුළුවන්, හිතට විවිධ සංඥා එන්න පුළුවන්. හැබැයි දැන් ඒකට රැවටෙන්න යන්න එපා. මොකද, නුවණක් තියෙනව නේ. දැක්ක නේ. කලින් අවබෝධ කරගත්තා. හැබැයි තාමත් අනුසය ආසුව ධර්මයන් නිසා හිත පෙළඹෙන්න පුළුවන් පරණ දේවල් මෙනෙහි කරන්න, අතීතය ආවර්ජනා කරන්න, ඒවා තුළ ආයිත් කෙනෙක් තනාගන්න. සිතුවිලි එන්න පුළුවන්. හැබැයි රැවටෙන්න එපා. දැන් උපධි පටිනිස්සග්ගයක් කරන්න අපිව උනන්දු කරනවා. මොකද, අපි කෙනෙක් හදාගෙන පුද්ගලයෙක් තනාගෙන මමෙක් තනාගෙන හිටපු කාලයක් තිබුණා. එක පාරටම ඒක නවතින්නෙ නෑ. හිත පෙළඹිලා

තිබුණෙම ඒ තනාගත්ත පුද්ගල භාවය තව තව ආවරණය කරන්න. තව තව තහවුරු කරන්න. තව තව අනිත් අයට වඩා තමන් කැපී පෙනෙන්න. අනිත් අයව පරදවලා තමන් ජයගන්න. එහෙම මානසික තත්ත්වයක් තමයි අපිට තිබුණේ. ඒ තත්ත්වයේ හිටිය තැනැත්තා තමයි දැන් මේ නුවණක් අවදි කරලා, විපස්සනාවක් අවදි කරලා, අවිද්‍යාව වෙනුවට විද්‍යාවක් පහළ කරගෙන දැන් සන්සුන් හිතක් පවත්වන්න වෑයම් කරන්නේ. හැබැයි ආයෙත් අවිද්‍යාවේ සෙවනැල්ලක් ආපු ගමන් සංස්කරණයක් වෙන්න පුළුවන්, සිතුවිල්ලක් පහළ වෙන්න පුළුවන්, සංඥාවක් ඇති වෙන්න පුළුවන්. හැබැයි නැවත උපදවගන්න විද්‍යාවක්. නැවත උපදවගන්න අවබෝධයක්. ඒකට තමයි පොළඹවන්නේ.

යම් කිසි කෙනෙක් දැන් මේ කටයුත්ත දිගට කරනවා නම් **චූල සුඤ්ඤත සූත්‍රයේදි** බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නනවා ඒ ආශ්‍ර ක්ෂය කරගත්ත රහතන් වහන්සේ කෙනෙක්ගෙ තත්ත්වය. අපිට එහෙනම් යම් හැඟීමක් ඇති කරගන්න පුළුවන් මොකක්ද එල්ලය? උන්වහන්සේලා කොහොමද වාසය කරල තියෙන්නේ? රහතන් වහන්සේ කෙනෙක්ගෙ හිතේ තියෙන තත්ත්වය මොන වගේද? ඒ පිළිබඳ යම් කිසි හෝඩුවාවක් අපිට දැනගන්න පුළුවන් මේ **චූල සුඤ්ඤත සූත්‍රයෙන්.** බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා **යෙ අස්සු දරථා කාමාසවං පටිච්ච, තෙධ න සන්ති.** රහතන් වහන්සේගෙ හිතේ නැහැ කාමාශ්‍රවය නිසා ගොඩනැගෙන පරිලාහයක්, පීඩාවක්, වෙහෙසක්, පටලැවිල්ලක්.

දැන් අපි දන්නවා අපිට ගෙවල් දොරවල් අඹුදරුවන් යාන වාහන ඡන්දෙ මතක් වෙනවා. අපි ඇලුම් කරන යම් කිසි කෙනෙක් මතක් වෙනවා. අපි අකමැති තවත් කෙනෙක් මතක් වෙනවා. ඔය විදිහට කාම ලෝකයක් තුළ අපි ඉඳුරන් පරිහරණය කරද්දි අපේ හිත පිරෙන්නෙම මෙබඳු කාම සංකල්පනාවලින්. කෙනෙක් අවංකව තමන්ගෙ හිත දිහා බැලුවොත් තේරෙනවා කොයි තරම් නම් මේ කාම සිතුවිලිවලින්, කාම සංඥාවලින් අපේ හිත පිරිලා හෙම්බත් වෙලාද තියෙන්නෙ කියල. රහතන් වහන්සේගේ හිතේ කාමාශ්‍රවය දුරු වීම නිසා ඒ කාමාශ්‍රවයට තුඩු දෙන, ඒකෙම ප්‍රතිඵල වගේ පෙන්නුම් කරන ඒ එකම සංඥාවක්වත්, ඒ කාමාශ්‍රවය නිසා පැමිණිච්ච පෙළඹිච්ච දරථයක් වෙහෙසක්වත් ඇත්තෙ නැහැ. ඒ සූත්‍රයේම කියනවා **සො**

සුඤ්ඤමිදං සඤ්ඤගතං කාමාසවෙනාති පජානාති - ඒ හිත හිස් කාමාශ්‍රවය මුල් කරගත්ත සංඥාවලින්. එතකොට අපිට තේරෙනවා උන්වහන්සේගේ හිතේ තියෙන්න ඕනෑ පුදුමාකාර පිරිසිදු බවක්. අපේ හිත් වගේ නෙවෙයි. අපේ හිත් නිරන්තරයෙන් මතක් කර කර මතක් කර කර පිරිසිදු පැන් කළයකට, නැත්නම් කිරි මුට්ටියකට ගොම ටිකක් දනවා වගේ මේක ආයි කෙලසගන්නවා. ආයිත් මේක අපිරිසිදු කරගන්නවා. නමුත් රහතන් වහන්සේගේ හිතේ කාමාශ්‍රවය මුලිනුපුටා දමපු නිසා ඒ හිත ඒ පිරිසිදු බව රැකගෙන වාසය කරනවා.

ඊළඟට දේශනා කරනවා **යෙ අස්සු දරථා භවාසවං පටිච්ච තෙධ න සන්ති** - ඒ කියන්නෙ භවාශ්‍රවය මුල් කරගත්ත. අපිට තියෙනවා විවිධාකාර අනාගත බලාපොරොත්තු, අනාගත ප්‍රාර්ථනා, මම අරය වෙන්න ඕනැ, මෙයා වෙන්න ඕනැ, අර විදිහට ඉන්න ඕනැ, මේ විදිහට ඉන්න ඕනැ කියල ඉදිරි පැවැත්මක් පිළිබඳව, දිගට යෑමක් පිළිබඳව භව තණ්හාවක් භවාශ්‍රවයක් මුල් කරගත්ත විවිධාකාර සිතුවිලි අපිට නිරන්තරයෙන් පහළ වෙනවා. නිතරම ඒ භව තණ්හාවෙන් අපිව ඉදිරියට ඉදිරියට තල්ලු කරගෙන තල්ලු කරගෙන යනවා. නමුත් රහතන් වහන්සේ මේ මොහොත තුළ බොහොම සුව සේ පිරිසිදු හිතකින් වාසය කරන බව තමයි අපිට හිතාගන්න තියෙන්නේ. මොකද, ඒ භවාශ්‍රවය මුල් කරගත්ත සංඥා ගතියක් උන්වහන්සේගේ හිතේ පහළ වෙන්නෙ නැහැ.

ඒ වගේම දේශනා කරනවා **යෙ අස්සු දරථා අවිජ්ජාසවං පටිච්ච තෙධ න සන්ති.** ඒ අවිජ්ජාශ්‍රවය මුල් කරගත්ත පරිලාහයක්, වෙහෙසක්, දරථයක්, ඒ මොකක්වත් උන්වහන්සේගෙ හිතේ නැහැ. **සුඤ්ඤමිදං සඤ්ඤගතං අවිජ්ජාසවෙනාති පජානාති.** එතකොට ඒ අවිජ්ජාශ්‍රවය මුල් කරගත්ත සංඥාවන්ගෙන් ඒ හිත හිස්. අපි පුද්ගල භාවයක් තනාගෙන ඉන්නෙ. මම කෙනෙක්, මම පුද්ගලයෙක්, මම තැනැත්තෙක්, මම අහවලා, මගෙ නම මෙන්න මෙහෙමයි කියල අපි එක පැත්තකින් මාන අනුසය මුල් කරගෙන අපි සංසන්දනය කරගෙන පුද්ගල භාවයක් උඩට අරගන්න හදනවා. තව පැත්තකින් අපි අවිජ්ජාශ්‍රවය මුල් කරගෙන මෙතන කෙනෙක් ඉන්නවා පුද්ගලයෙක් ඉන්නවා කියාගෙන එතන පැටලිලා ඉන්නවා. ඉතින් එබඳු පටලැවිල්ලක් කිසි සේත්ම නැහැ

රහතන් වහන්සේට. මොකද, උන්වහන්සේ ඒ අවිජ්ජාශ්‍රවය මුලිනුපුටා දමලා.

මේක තව දුරටත් විස්තර වෙනවා වෙනත් ආකාරයකින් **සමිද්ධි සූත්‍රය** තුළ. බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා **අක්ඛෙය්‍යසඤ්ඤිනෝ සත්තා අක්ඛෙය්‍යස්මිං පතිට්ඨිතා, අක්ඛෙය්‍යං අපරිඤ්ඤාය යෝගමායන්ති මච්චුනෝ... අක්ඛෙය්‍යඤ්ච පරිඤ්ඤාය, අක්ඛාතාරං න මඤ්ඤති.** අපි මීට කලින් දවසක කතා කළා සාමාන්‍යයෙන් මේ ලෝකයා මොකක්ද කරන්නේ? මේ හැම එකටම නමක් දෙනවා. අපි හැමෝටම නමක් තියෙනවා. ඒ වගේමයි අපි දකින අහන හැම දේකටමත් අපි නමක් දෙනවා. හැම එකකටම අපි දාන් ලේබල් අලවලා තියෙන්නේ. ඒ ලේබල් අනුසාරයෙන් තමයි අපි අනිත් අයත් එක්ක සන්නිවේදනයක් කරන්නේ. ලේබල් අපිට අත්‍යවශ්‍යයි. හැම තැනම දගත්ත නම් තියෙනවා. සංකේත තියෙනවා. ඉලක්කම් තියෙනවා. අපි හැමෝටම අනන්‍යතාවක් තියෙනවා. මේවා සාමාන්‍යයෙන් මේ පරිසරය තුළ, සමාජ ක්‍රමය තුළ අපි පරිහරණය කරනවා. ඒවා අපි සැබෑවක් කරගෙන තමයි ජීවත් වෙන්නේ. ඒ සැබෑවක් කරගත්ත, ලේබල් අලවගත්ත සම්මුති තුළ අපි එල්බගෙන, ඒවා නිවැරදියි කියාගෙන, ඒවට ආසාවක් ඇති කරගෙන, ඒවට මුළා වෙලා ඒ ලෝකය තුළ තමයි අපි වාසය කරන්නේ. ඉතින් ඒ ලෝකයෙන් පරිබාහිර ලෝකයක් ගැන අපිට හිතාගන්නවත් බෑ. අපිට මේ ලෝකයට ඒ සංඥා ඒ ලේබල් සම්මුති අත්‍යවශ්‍යයි. ඒකෙ ලොකු ප්‍රයෝජනයකුත් තියෙනවා. ඒක අපිට හැබැයි තදට ඇත්ත වෙනවා. ඒකම ඇත්ත බවට පත් වෙනවා. එතකොට ඒ නම් කර කියන දේවල් ඇතුළෙ තියෙන යථා ස්වභාවයක් ගැන අපිට වැටහෙන්නෙ නෑ. මේ දේවල් අපිට වටිනා දේවල් බවට පත් වෙලා ඒකෙන් නිරූපණය කරන යම් සාර අර්ථයක් තියෙනවා කියල හිතාගෙන තමයි අපි කටයුතු කරන්නෙ.

ඒ නිසා මුලින්ම බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළේ ඒ අවස්ථාව. අපිට ඒ නම් කර කියන දේවල් සම්බන්ධයෙන් නිවැරදි අවබෝධයක් නෑ. ඒ නිසා අපි මොකද කරන්නේ? ඒවා ඔක්කෝම පටලවාගෙන, ඒවා ඇත්ත කියාගෙන, ඒවා සම්බන්ධ සිතුවිලි මවාගෙන හිතාගෙන තමයි වාසය කරන්නෙ. හැබැයි රහතන් වහන්සේ සම්බන්ධයෙන් දේශනා කරනවා **අක්ඛෙය්‍යඤ්ච පරිඤ්ඤාය** - ඒ නම් කර

කියන දේවල්වල යථා ස්වභාවය උන්වහන්සේ දැනගෙනයි වාසය කරන්නේ. මේවා හුදු නම්, මේවා හුදු සම්මුති, මේවා හුදු ලේබල් කියන තැන ඉඳලයි උන්වහන්සේ කටයුතු කරන්නේ. **අක්ඛාතාරං න මඤ්ඤති** - ඉතින් ඒ නිසා නම් කර කියන කෙනෙක් උන්වහන්සේට හම්බ වෙන්නෙ නැහැ. දැන් අපිට වෙලා තියෙන්නෙ මොකක්ද? අපි කරන්නෙ මොකක්ද? අපිටත් නමක් තියෙනවා, තව කෙනෙකුටත් නමක් තියෙනවා. ඉතින් ඒ නිසා මම අහවලා. මේ ඉස්සරහ ඉන්නෙ අහවලා. එයත් එක්ක කතා කරනවා නම් එතකොට මම තමයි කතා කරන්නෙ. පුද්ගලයෙක් තමයි කතා කරන්නෙ. අහවලා තමයි කතා කරන්නෙ. එතකොට කතා කරන, භාෂාව ව්‍යවහාර කරන, තවත් කෙනෙක් ආමන්ත්‍රණය කරන කෙනෙක් ඉන්නවා කියන හැඟීම තමයි අපිට පහළ වෙන්නෙ නිරන්තරයෙන්ම. අපේ භාෂාව සකස් වෙලා තියෙන්නෙ ඔය ආකාරයෙන්. මම, ඔබ, ඔහු. ඔය විදිහට නේ අපි කතා කරන්නෙ. උත්තම පුරුෂ, මධ්‍යම පුරුෂ, ප්‍රථම පුරුෂ. ඔය විදිහට නේ අපි හදල තියෙන්නේ ව්‍යාකරණය. එතකොට අපි මේ පුද්ගල භාවයමයි සනාථ කරන්නේ. ඒ විදිහටමයි අපි මේ සම්මුතිය තුළ ක්‍රියාත්මක වෙන්නේ. හැබැයි රහතන් වහන්සේ ගැන බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා **අක්ඛාතාරං න මඤ්ඤති**. ඒ නම් කර කියන කෙනෙක් පිළිබඳව හැඟීමක් උන්වහන්සේට නැහැ. සමහර විට උන්වහන්සේ භාෂාව පරිහරණය කරනවා වෙන්න පුළුවන්. නමුත් ඒ භාෂාව පරිහරණය කරන කෙනෙක්, කතා කරන කෙනෙක්, දේශනා කරන කෙනෙක්, පුද්ගලයෙක් පිළිබඳ හැඟීමක් උන්වහන්සේට නැහැ.

ඉතින් ඒ නිසා අපිට තේරෙනවා බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නන මේ පැතිවල හරි ගැඹුරක් තියෙනවා. අපි මේ ලෝකය පරිහරණය කරද්දි, මේ විවිධ සම්මුති පරිහරණය කරද්දි අපි දගත්ත සම්මුතිවලම, දගත්ත සංඥාවලම, දගත්ත නිමිතිවලම අපි පුදුම විදිහට පැටලිලයි ඉන්නේ. අපිම හදගත්ත වළේ අපිම වැටිලයි ඉන්නේ. අපිම තනාගත්ත ලෝකය තුළ අපි අතරමං වෙලයි ඉන්නේ. නමුත් බුදුරජාණන් වහන්සේලා, රහතන් වහන්සේලා ඒකෙ තියෙන යථා ස්වභාවය අවබෝධ කරගෙන, ඒකෙන් මුළා නොවී, එයින් එතෙරව සුව සේ වාසය කරනවා.

ඒ කටයුත්තෙදි, ඒ තත්ත්වයට යන මාර්ගයේදි යෝගාවචරයෙක් කොහොමද හැසිරිය යුත්තේ? අපි කොහොමද එහෙනම් ඒ රහතන් වහන්සේලා ගමන් කරපු ඒ මාර්ගයේ යන්න උත්සාහවන්ත විය යුත්තේ? ඒ පිළිබඳව තවත් හෝඩුවාවක් අපිට හම්බ වෙනවා **ඡබ්බිසෝධන සූත්‍රයෙන්. දිට්ඨෙ ඛො අහං ආවුසො, අනුපයො අනපායො අනිස්සිතො අප්පටිබද්ධො විප්පමුත්තො විසංයුත්තො විමරියාදීකතෙන චෙතසා විහරාමි.** ඉතින් ඔය වගේ විස්තර කරනවා. ඒ කියන්නෙ දූත් යමක් දැක්කහම ඒකට **අනුපයො** ලොකුවට ආසාවෙන් බැඳෙන්න යන්නෙ නැහැ. **අනපායො** ද්වේෂයකින්, තරහවකින් ගැටෙන්න යන්නෙත් නැහැ. එතකොට මේකෙ ආකර්ෂණ පැත්තකුත් නැහැ විකර්ෂණ පැත්තකුත් නැහැ. බොහොම මධ්‍යස්ථව වාසය කිරීමක්. **අනිස්සිතො** ඒකෙ ඇසුරට නොගිහින් වාසය කිරීමක්. ඒ කියන්නෙ හිත ඒකෙන් මෑත් කරගෙන වාසය කිරීමක්. **අප්පටිබද්ධො** ඒකත් එක්ක බැඳෙන්නෙ නැතුව වාසය කිරීමක්. **විප්පමුත්තො** කෙලෙස් හදගන්න යන්නෙ නැතුව, ඒකත් එක්ක පටලවගන්නෙ නැතුව වාසය කිරීමක්. **විසංයුත්තො** ඒකෙ ගැලෙන්න යන්නෙ නැතුව, ඒකත් එක්ක පටලවගන්නෙ නැතුව, සංයුක්ත වෙන්නෙ නැතුව වාසය කිරීමක්. **විමරියාදීකතෙන චෙතසා විහරාමි.** අපි සාමාන්‍යයෙන් මායිම් කරගත්ත හිතකින් තමයි වාසය කරන්නෙ. ඒ කියන්නෙ යම් කිසි රේඛා සහිත, මායිම් සහිත, වැටකොටු සහිත ලෝකයක තමයි අපි සාමාන්‍යයෙන් ඉන්නේ. නමුත් බුදුරජාණන් වහන්සේ දෙන අවවාදය මොකක්ද? මායිම් කර නොගත් හිතකින්, විවෘත මනසකින් වාසය කිරීමක්.

යම් කිසි ලොකු ගැඹුරක් මෙතන තියෙනවා. මං මේ පින්වතුන්ට ආරාධනා කරනවා ඒ නිසා මේ විපස්සනාවක් තුළ බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නන මේ විවිධ දිශා, විවිධ ඉලක්ක එක පාරට අපිට ඇති කරගන්න බැරි වෙයි. අමාරු වෙන්න පුළුවන්. නමුත් අපි යා යුත්තේ අන්න එබඳු මාර්ගයක. මේ දහම හෙළි කරන්නෙ අන්න එබඳු මාර්ගයක්. එහෙනම් අපි උත්සාහවන්ත විය යුත්තේ අපි තුළ දියුණු කරන සතිපට්ඨානය, අපි තුළ මේ වඩන අනිශ්‍රිත ස්වභාවය, උපාදාන රහිත ස්වභාවය මං තව දුරටත් එල්ල කළ යුත්තේ මොන වගේ පැත්තකටද? තව දුරටත් දියුණු කරද්දි රහතන් වහන්සේලා ඉන්න දිශාවට මගේ හිතත් එල්ල වෙලා තියෙනවද? තාම මගේ හිතේ රාගය

පහළ වෙනවා. ද්වේෂය පහළ වෙනවා. හැබැයි පොඩි හරි වෙලාවකට මට එබඳු හිතක සේයාවක් දැන් හැඟෙනවද, කියල එහෙනම් අපිට බලන්න පුළුවන්. ඒකයි මේ දහමක් අපි සාකච්ඡා කිරීමේ තියෙන වටිනාකම. මොකද, අපිට නිවැරදි මාර්ගයක්, නිවැරදි සම්මා දිට්ඨියක් බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නල තියෙනවා. ඒ ශාස්තෘන් වහන්සේගෙන් ලැබිච්ච දායාදය අපිට පුළුවන් නම් හොඳට පරිශීලනය කරන්න, හොඳට බලන්න කොහොමද බුදුහාමුදුරුවො මේ ටික පට බේරල කියල තියෙන්නෙ? නිරවුල්ව මේක කියල තියෙන්නෙ කොහොමද? අපිත් කොයි පැත්තෙන්ද මේ හිත හදගත යුත්තේ, තනාගත යුත්තේ? විපස්සනාව තව දුරටත් දියුණු කළ යුත්තේ මොන පැත්තෙන්ද? කියලා අපිටත් දැනගන්න පුළුවන් මෙබඳු සූත්‍ර පරිශීලනය කිරීම තුළින්.

අද දවසේත් මේ ධර්ම දේශනාව තුළ අපි ටිකක් ගැඹුරු සූත්‍ර කීපයක් ඉස්සරහට අරගෙන ඒවායින් ගන්න තියෙන මග පෙන්වීම ලබාගන්න උත්සාහවන්ත වුණා. මේ තොරතුරු අපේ හිත්වලත් ධාරණය කරගෙන අපි වඩන විපස්සනාව තව දුරටත් නිවැරදි කරගන්න, සාර්ථක කරගන්න අපි උත්සාහවන්ත වෙමු. ඒ සඳහා මග පෙන්වීමක්, දිරි ගැන්වීමක් අද දින ධර්ම දේශනාවෙන් සිදු වේවා කියල ප්‍රාර්ථනා කරමින්, අද ධර්ම දේශනාව අවසන් කරනවා. සියලුදෙනාටම තෙරුවන් සරණයි.

ධර්ම ගැටලු සහ පිළිතුරු

<u>ප්‍රශ්:</u> ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, භාග්‍යවත් බුදුරජාණන් වහන්සේ මහත් වූ ප්‍රඥාවෙන් සහ කරුණාවෙන් යුතුව නිර්වාණාවබෝධය දක්වා භාවනානුයෝගීව ගමන් ගන්නා යෝගාවචරයෙකුට තමන් ලබන භාවනා අත්දැකීම් නිවැරදිව තේරුම්ගැනීමට හැකි වන අයුරින් "අනිමිත්ත", "අප්පනිහිත" සහ "ශූන්‍යත" යනුවෙන් නිවන් දොරටු තුනක් දේශනා කොට වදාළ බව ධර්ම දේශනාවලට සවන් දීම හරහා අසා ඇත්තෙමි.

ස්වාමීන් වහන්ස, උදහරණයක් ඇසුරින් මෙම ධර්ම පද තව දුරටත් පහදා දෙන මෙන් ගෞරවයෙන් ඉල්ලා සිටිමි.

<u>පි:</u> අද අපි මේ කතා කරපු මාතෘකාව තුළ තියෙන්නෙ ඕකෙ පළවෙනි එක. අනිමිත්ත කියන කොටස ගැන තමයි අපි වැඩියෙන් සාකච්ඡා කළේ. ඉතිරි දෙක එච්චරම සාකච්ඡා වුණේ නැති තරම්. ඇත්තටම මීට කලින් වතාවකදි මට මතකයි මම මතු කළා එක සූත්‍රයක් අසඞ්ඛත සංයුක්තයෙන්. බුදුරජාණන් වහන්සේ නිවන පිළිබඳවම විශේෂ නම් එහෙම ඉදිරිපත් කරපු සූත්‍ර ගණනාවක් තියෙනවා සංයුක්ත නිකායේ අසඞ්ඛත සංයුක්තයේ. ඒකෙදි බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නනවා මොකක්ද අසංඛතය කියන්නෙ කියල. එතෙන්දි කියන්නෙ **රාගක්ඛයො දොසක්ඛයො මොහක්ඛයො අසඞ්ඛතං** - රාගය සම්පූර්ණයෙන් ක්ෂය කිරීම, ද්වේෂය සම්පූර්ණයෙන් ක්ෂය කිරීම, මෝහය සම්පූර්ණයෙන් ක්ෂය කිරීම තමයි අසංඛතය කියල කියන්නෙ. ඒකට යන මාර්ගයත් පෙන්නනවා **අසඞ්ඛතගාමිමග්ගො** කියල. එබඳු සකස් කිරීම් නොකරන, සංඛතයක් නොවන තත්ත්වයක් දක්වා යන මාර්ගය - අසඞ්ඛතගාමී මග්ගය. ඒකට පෙන්නනවා **අනිමිත්තො සමාධි, සුඤ්ඤතො සමාධි, අප්පණිහිතො සමාධි**. යම් කිසි කෙනෙක් අනිමිත්ත සමාධියක් දිගට දියුණු කරගෙන යනවා නම්, අප්පණිහිත තත්ත්වයක් දියුණු කරගෙන යනවා නම්, සුඤ්ඤත තත්ත්වයක් දියුණු කරගෙන යනවා නම් ඒ අසංඛත තත්ත්වය දක්වා යන්න පුළුවන්. ඒ නිසා විශුද්ධි මාර්ගය ආදී පොත්වල අනිමිත්ත, අප්පණිහිත, සුඤ්ඤත කියන මේ තත්ත්ව නිවන් දොරටු වශයෙන් පෙන්නල තියෙනවා. **විමොක්ඛමුඛ,** විමෝක්ෂ මුඛ කියල, නිවන් දොරටු කියල පෙන්නනවා. ඒ නිසා යම් කිසි කෙනෙකුට මෙබඳු තත්ත්ව මතු කරගන්න පුළුවන් වුණා නම් එයාට තියෙන්නෙ ඒක තව තව දියුණු කරන්න. තව තව ඒක උපයෝගී කරගෙන කෙලෙස් දුරු කර කර අදත් අපි කතා කළා වගේ රාග ද්වේෂ මෝහ තව තව තුනී කර කර, ක්ෂය කර කර ඉදිරියට යන්නයි තියෙන්නෙ. මොකද, දැන් නිවන් දොරටුවක් තමන්ට විවෘත වෙලයි තියෙන්නෙ. ඉතින් ඒ සතුට ඇති කරගන්න පුළුවන්.

විශුද්ධි මාර්ගයේ තව දුරටත් විස්තර කරන කාරණාවක් තමයි අනිමිත්ත කියන තත්ත්වය ඇති වෙන්නෙ කෙනෙක් තුළ අනිත්‍ය

ලක්ෂණය හොඳට ප්‍රකට වුණහමයි කියන එක. අදත් අපි ඒක ටිකක් දුරට සාකච්ඡා කළා. අද අපි විස්තර කළේ වේදනාව මුල් කරගෙන. වේදනාව දිහා අපි හොඳට සෙවිල්ලෙන් බලාගෙන ඉන්දද්දි සතියක් සමාධියක් සහිතව, මේ වේදනා ඉතා යුහුසුලුව ඇතිව නැතිව යනවා අපිට පෙනෙනවා. කලින් නම් විනාඩි ගණන් තිබ්බ වේදනාවක් තිබුණෙ. නමුත් දැන් එහෙම නැහැ. කුඩා කුඩා වේදනා සමූහයක් ඉතා යුහුසුලුව ඇතිව නැතිව යනවා. එක කුඩා වේදනාවක් ගත්තොත් ඒක පවතින වෙලාවක් හොයාගන්නත් නැති තරම්. බලනකොට ගිහිල්ල ඉවරයි. එපමණකට ඉතා යුහුසුලු බිඳීමක්, ඇතිව නැතිව යාමක් එයාට දැන් වැටහෙනකොට දැන් මේකෙ අඳුනගන්න බෑ කොයි නිමිත්තක්ද තියෙන්නෙ කියල. නේද? ඒකයි මං අද කිව්වෙ එබඳු මට්ටමකදි දැන් මේක සැප වේදනාවක්ය, දුක් වේදනාවක්ය, උපේක්ෂා වේදනාවක්ය කියල වෙන් කරගන්න බැහැ. මොකද, බලනකොට ගිහිල්ල ඉවරයි. ඒ වගේ තත්ත්වයක්. ඒ නිසා අනිත්‍ය ලක්ෂණය කෙනෙක් තුළ ගැඹුරින් අවබෝධ වෙන්න වෙන්න තමයි එයාට නිමිති ගන්න නොහැකියාවක් පහළ වෙන්නෙ. මොකද, අපි නිමිති ගන්න නම් නිත්‍ය ලක්ෂණයක් තියෙන්න ඕනැ. නිත්‍ය සංඥාවක් තියෙන්න ඕනැ. මේවා තියෙනවා මේවා තියෙන දේවල් කියන ආකල්පයක්, ස්ථිරව තියෙන දේවල් වගේ ආකල්පයක් තියෙන්න ඕනැ. නමුත් දැන් තේරෙනවා මේවා යුහුසුලුව ඇතිව නැතිව යන දේවල්. අපි දේවල් කියන වචනෙ පාවිච්චි කරමු. ඒ නිසා එයාට නිමිති ගන්න නොහැකි වීම නිසා හිත නිදහස් වෙනවා. එතකොට අනිත්‍ය ලක්ෂණය ගැඹුරින් අවබෝධ වීම තමයි අනිමිත්ත නිවන් දොරටුව ඇරෙන්න හේතු වශයෙන් පෙන්නන්නෙ.

අනිත් පැත්තට පෙන්නනවා දැන් හොඳට මේ අනිත්‍ය ලක්ෂණය ප්‍රකට වේගෙන යනකොට කෙනෙකුට තේරෙන්න පුළුවන් මේකෙන් ගැලවෙන්න බෑ කියල. හැම දේකම අනිත්‍ය ලක්ෂණය ගෑවිලයි තියෙන්නෙ. ඒක විෂබීජයක් වගේ තමයි. ගලවගන්නම බෑ. කොයි සංස්කාරය වුණත් අනිත්‍යත්වයට යටයි. අනිත්‍යත්වයට යට නොවෙච්ච කිසිම දෙයක් නෑ. එහෙනම් මෙතන තියෙන්නෙ දුකක්. අපිට සැපක් බලාපොරොත්තු වෙන්න බෑ නෙ එහෙනම්. හිතන්න අපි යම් කිසි දෙයකින් බලාපොරොත්තු වෙනවා සැපක්. හැබැයි මේ සැප වෙනස්වනසුලු නම්? ඒ වෙනස්වනසුලු බව අපි බලාපොරොත්තු

නොවෙච්ච දෙයක්. අපි බලාපොරොත්තු වෙන්නෙ මේ මම සැප විඳින, සැපයි කියල සලකන තත්ත්වය දිගට පවතින්න ඕනැ, පැවතිය යුතුයි කියන ආකල්පයක් තියෙන්නෙ. නමුත් මේක අනිත්‍යත්වයට යට වීම නිසා, වෙනස් වීම නිසා මට සිද්ධ වෙන්නෙ මොකක්ද? මං දුකට පත් වීමක් තියෙන්නෙ. එහෙනම් මෙතන දුකක් තියෙනවා.

තවත් කෙනෙකුට ඒ අනිත්‍ය ලක්ෂණයෙන් ඔබ්බට ගිහිල්ලා වැටහෙන්න පුළුවන් මෙතන දුකක් තියෙන්නෙ. මෙතන පීළන ස්වභාවයක් පෙළන ස්වභාවයක් තියෙන්නෙ. නිරන්තරයෙන්ම අනිත්‍යත්වයෙන් පෙළෙනවා කියල එතකොට දුක්ඛ ලක්ෂණය කෙනෙකුට ප්‍රකට වුණා නම් එතකොට එයාට හැඟෙන්න පුළුවන් මෙබඳු දුක්ඛ තත්ත්වයක් තමයි මට අනාගතේදිත් ලැබෙන්නෙ. ඉතින් තේරුමක් නෑ නෙ ප්‍රාර්ථනා කරලා. නේද? දැන් තියෙන්නෙත් දුකක්. ඉදිරියට ලැබෙන්නෙත් දුකක්. එහෙනම් මං තව දුරටත් ප්‍රාර්ථනා කරල වැඩක් තියෙනවද? එහෙම නම් අප්පණිහිත කියල කියන්නෙ ප්‍රාර්ථනා නොකර සිටිනවා දැන් එයා. තව දුරටත් ආශා නොකර සිටිනවා. මොකද, ආශා කළාට ලැබෙන්නෙ දුකක්. ආශා නොකිරීම නිසා හිත නිදහස් වෙනවා කියල කියනවා. ප්‍රාර්ථනා නොකිරීම නිසා, තව දුරටත් ඉලක්ක, ආශා පවත්වා නොගැනීම නිසා හිත නිදහස් වීම අප්පණිහිත හිත කියල පෙන්නනවා. ඒ නිවන් දෙරටුවට ආසන්නම කාරණය වශයෙන් පෙන්නන්නෙ මේ ආශා නොකිරීම, නැත්නම් දුක්ඛ ලක්ෂණය හොඳට ප්‍රකට වීම කියන එක.

ඊළඟට අනිත්‍ය ලක්ෂණයෙම තවත් පැත්තක් තමයි අනාත්මයි කියල කියන්නෙ. ඒ කියන්නෙ අනිත්‍ය ලක්ෂණය හොඳට ප්‍රකට වුණා නම් එයාගෙ හිතම ප්‍රශ්න කරන්න පුළුවන් දැන් මේ තරම් යුහුසුලුව ඇතිව නැතිව යන ස්වභාවයක් තුළ කොහෙද සාරයක්? කොහෙද නොවෙනස් වෙන ආත්මයක්? නොවෙනස් වෙන පුද්ගලයෙක් තැනැත්තෙක් කොහෙද ඉන්නෙ? නිරන්තරයෙන් යුහුසුලුව ඇතිව නැතිව යන ස්වභාවයක තියෙන්න බෑ නෙ නොවෙනස් වෙන ස්වභාවයක්, නොවෙනස් වෙන දිගට පවතින ආත්මයක්. ඔන්න ඔය තත්ත්වය තමයි සුඤ්ඤත කියල පෙන්නන්නෙ. ඒ නොවෙනස් වෙන ආත්මීය ස්වභාවයක් හෝ ආත්මයට අයිති දේකින් මේක ශූන්‍යයි. ඒ

අනාත්ම ලක්ෂණය හරහා තමයි සුඤ්ඤත තත්ත්වය අවබෝධ වෙන්නෙ. දැන් මෙතන ගන්න කියල ආත්මයක් නෑ. ගන්න කියල සාරයක් නෑ. නොවෙනස් වෙන දෙයක් නෑ. ඒ නිසා අනාත්ම ලක්ෂණය අවබෝධ වීම තුළ තමයි පෙන්නන්නෙ සුඤ්ඤත තත්ත්වයක් අවබෝධ වෙනවයි කියල.

ප්‍රශ්නය: ස්වාමීන් වහන්ස, සුඤ්ඤත කියන වචනෙත් විවිධ අර්ථකථන තියෙනවා නේද?

පිළිතුර: තියෙනවා. ථෙරවාද අර්ථකථනය තමයි **සුඤ්ඤමිදං අත්තෙන වා අත්තනියෙන වා.** මේක ආත්මයෙන් ශූන්‍යයි, ආත්මයට අයිති දේකින් ශූන්‍යයි. ඒ කියන්නෙ ආත්මයක් කියල දිගට පවතින ආත්මීය ස්වභාවයක් ඇත්තෙත් නැහැ.

ප්‍රශ්නය: ස්වාමීන් වහන්ස, සමහර අය හිතාගෙන ඉන්නවා මේ සිතුවිලි හටගන්නෙ නැති අවස්ථාව සුඤ්ඤතයි කියල.

පිළිතුර: සිතුවිලි හටගන්නෙ නැතුව සමථයක් වඩල වුණත් කරන්න පුළුවන්නෙ කෙනෙකුට. නේද? ඒක නිසා ඕක පටලවගන්න හොඳත් නැහැ. මොකද, අපි දැන් මේ කතා කළා වගේ නිවැරදි සුඤ්ඤත තත්ත්වයක් එන්න නම් එයාට අනාත්ම ලක්ෂණය පිළිබඳ හොඳ ගැඹුරු අවබෝධයක් තියෙන්න ඕනැ. අනාත්ම ලක්ෂණය හොඳට ප්‍රකට වුණොත් තමයි මෙතන ගන්න කියල සාරයක් නැති, ආත්මීය ස්වභාවයක් නැති, ආත්මයකට අයිති දෙයක් නැති කියන අවබෝධය තියෙන්නෙ. ඒ අවබෝධය මත පදනම් වෙලයි සුඤ්ඤත තත්ත්වයක් අපි අර්ථ දක්වන්නේ. නමුත් කෙනෙකුට සිතුවිලි නතර වීමක් වෙන්න පුළුවන්, කල්පනා කිරීම නතර වීමක් වෙන්න පුළුවන්. සමථ භාවනාවක් වඩද්දි වුණත්, අපි සක්මනක් කරද්දි වුණත්, ආනාපානසතියක් වඩද්දි වුණත් හිත සිතුවිලි පහළ කරන්නෙ නැතුව නිශ්ශබ්දව ඉන්න තත්ත්වෙකට එන්න පුළුවන්. ඒක සුඤ්ඤත තත්ත්වයක් කියන්න බැහැ.

ප්‍රශ්නය: ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, රැකියා කටයුතුවල නිරත වෙමින් සහ දහම් පොත් පරිශීලනය කරමින් වසර ගණනාවක සිට සතිය වඩමින් සරල දිවි පැවැත්මක් ඇතිව කටයුතු කරමින් සිත නිහඬව තබාගැනීමට උත්සාහ කරන අයෙක්මි. කෙසේ නමුත් රැකියා ස්ථානයේ

ඉහළ නිලධාරීන් නිරන්තරයෙන් තනතුරු, අධ්‍යාපනික සහ වෘත්තීය සුදුසුකම් සිහිපත් කරමින් අවඥ සහගතව උපදෙස් දෙමින් අනවශ්‍ය අයුරින් උපධි අවුස්සා වැඩියෙන් වැඩ කරවාගැනීමට උත්සාහ දරන අවස්ථා අත්දැක ඇත. නැති මමෙක් ඇති කරගන්නට බාහිර පාර්ශ්ව විසින් පොළඹවන මෙවන් අවස්ථාවන්වලදී මා තුළ උපධි අවුස්සා මමයා පෝෂණය කිරීමට සිදු කරන මෙම ආරාධනා කිරීම සම්බන්ධයෙන් ධර්මානුකූලව ලැජ්ජාවක් සහ බියක් ඇති වන අවස්ථාවනුත්, ඒ කියමන්වලට හසු වී මමයා පෝෂණය කරමින් කටයුතු කරන අවස්ථාවනුත් අත්දැක ඇත.

ප්‍රායෝගික ජීවිතයේ මෙවන් අවස්ථාවලදී සතිමත්ව කටයුතු කළ යුතු ආකාරය තව දුරටත් පහදා දෙන මෙන් ගෞරවයෙන් ඉල්ලා සිටිමි.

<u>පි</u>: හොඳ ප්‍රශ්නයක්. අදත් අපි කතා කළා නෙ මාන අනුසය ගැන. නේද? ඒ කියන්නෙ දැන් අපි තුළින්ම ඇති වෙන්න පුළුවන් විවිධ සිතුවිලි ‘ආ මම ඉන්නවා. මම තමයි හොඳටම කළේ. මම තමයි ලොක්කා’ කියල අදහස් පහළ වෙන්න පුළුවන්. නමුත් ඒ දේ අනිත් අයත් දැනගෙන කරන්න පුළුවන්. ‘ඔයා තමයි හොඳටම කළේ. ඔයා තමයි මෙතන ඉන්න ලොක්කා’ කියල අපි කියන්නෙ අන්දනවා කියලා - එහෙම අන්දන්න ඉඩ තියෙනවා. අපි ඉතින් ඕක නෙ සාමාන්‍යයෙන් කරන්නෙ. නේද? අපිට කෙනෙක්ගෙන් වැඩක් ගන්න ඕනැ නම් අපි එයාව උඩින් තියනවා. මුරුංගා අත්තේ තියනවා, නේද? අපිට නොතේරෙනකමට මෙතන කෙනෙක් පුද්ගලයෙක් ඉන්නවා කියල හිතාගෙන, අරයගෙන් ලැබිච්ච ප්‍රශංසාව මූලික කරගෙන, අපි එයාටත් වැඩේ කරලත් දෙනවා. මොකද, මාව හොඳට උඩින් තිබ්බ නේ.

නමුත් විපස්සනාවක් වඩන යෝගාවචරයෙකුට තේරෙනවා ‘දැන් මෙහෙම කරගන්න ගියොත් මම ආයෙත් පටලවගන්නවා. සක්කාය දිට්ඨියක්, අස්මිමානයක් මම ආයෙත් උළුප්පාගන්නවා. ඉතින් ඒ නිසා මං පරිස්සම් වෙන්න ඕනැ’ කියල. ඒ ආපු අදහස ඉතාම නිවැරදියි. නමුත් ඉතින් අපි රැකියාවක් කරද්දි අපිට එතෙන්දි යම් කිසි තනතුරක් දරන්න වෙනවා. යම් කිසි කාර්යභාරයක් පැවරිලා තියෙනවා. එතෙන්දි සමහර වෙලාවට තමන්ගෙ යටතෙ තව කීපදෙනෙක් වැඩ කරනවා.

අන්න ඒ වගේ තැනකදි අපිට පුද්ගල භාවයක් ආරෝපණය කරගෙන කටයුතු කරන්න සිද්ධ වෙනවා. එහෙම නැතුව අපිට කටයුතු කරන්න විදිහකුත් නෑ නේ. මම එතකොට යම් කිසි කාර්යභාරයක් දරන නිලධාරියෙක්. එයාට කෙනෙක් වෙලා එයා ඒ දරන තනතුරට අනුකූලව කටයුතු කරන්න සිද්ධ වෙනවා.

ඒ නිසා එයාට දැන් මෙහෙම දෙයක් කියන්න පුළුවන්. මේ ළඟදි ප්‍රසිද්ධ වෙච්ච සිංදුවක් එහෙම යන්නෙ රජීනට ඇන්ද කියල. නේද? රජීනට ඇන්දට කමක් නෑ හැබැයි රජින නෙවෙයි කියල දන්නව නම්. නේද? රජිනට ඇඳල ඉන්නෙ. හැබැයි රජිනක් නෙවෙයි. ඉතින් ඒ වගේ අපිට ඒ වෙලාවට ඒ ලැබිච්ච තනතුරට ලැබිච්ච වගකීමට අපි වග කියන්න ඕනැ නිසා, ඒ කටයුත්ත සාර්ථකව කරන්න සිද්ධ වෙන නිසා අපිට එතෙන්දි ඒ භූමිකාව රඟපාන්න වෙයි. ඒ කටයුත්ත අපිට ඒ වෙලාවෙදි ඉෂ්ට කරන්න වෙයි. හැබැයි තමන් දැනගෙන. 'මං මේ තාවකාලික භූමිකාවක් නිරූපණය කරන්නෙ. මෙතෙන්දි මම කාර්යභාරයක් ඉෂ්ට කරන්නෙ. මේක තමයි මගෙන් බලාපොරොත්තු වෙන්නෙ මේ අවස්ථාවෙදි. ඉතින් මම ඒ කාර්යභාරය ඉෂ්ට කරනවා. හැබැයි මම ඇතුළෙන් දන්නවා මෙතන කෙනෙක් නෑ, පුද්ගලයෙක් නෑ. මේ තනතුර මම පාවිච්චි නොකළ යුතුයි නැවතත් උපධි ගොඩනගන්න. හැබැයි අවස්ථානුකූලව මේ කටයුත්තේ සාර්ථකත්වය පිණිස මම කෙනෙක්ව ආරෝපණය කරගෙන කටයුතු කරනවා'. ඒ වගේ තත්ත්වයක් තමයි අපිට තේරුම්ගන්න වෙන්නේ.

18| රහත් හිතක සංඥා

නමො තසස භගවතො අරහතො සමමා සමබුඩසස

න සඤ්ඤසඤ්ඤී න විසඤ්ඤසඤ්ඤී, නොපි අසඤ්ඤී න විභූතසඤ්ඤී; එවංසමෙතසස විභොති රූපං, සඤ්ඤානිදානා හි පපඤ්චසඞ්ඛා'ති.

ශ්‍රද්ධාවන්ත පින්වත්නි, අපි පසුගිය දේශනා මාලාව තුළදී සංඥා ස්කන්ධය පිළිබඳව සෑහෙන ගැඹුරින් සාකච්ඡා කළා. ඒ විවිධ සංඥා අපේ හිතට එන ආකාරය සම්බන්ධයෙන් විවිධ ආයතන මුල් කරගෙන අපි රූප සංඥා, ශබ්ද සංඥා, ගන්ධ සංඥා, රස සංඥා, පොට්ඨබ්බ සංඥා, ධම්ම සංඥා කියන මේ සයආකාර වූ සංඥා ඇස කණ නාසය දිව කය මනස කියන මේ ඉන්ද්‍රියවලින්, නැත්නම් ආයතනවලින් අපි පරිහරණය කරද්දි කොහොමද මේ සංඥා තුළ, මේ නිමිති තුළ අපේ හිත යම් ආකාරයක වෙහෙසකට පත් වෙන්නෙ, යම් ආකාරයක ව්‍යාකූලත්වයකට පත් වෙන්නෙ කියන කාරණාව සම්බන්ධයෙන් අපි සාකච්ඡා කළා.

ඒ දේශනා මාලාවෙ අවසාන දේශනාව වශයෙන්, සංඥාවලින් නිදහස් වෙච්ච රහතන් වහන්සේ කෙනෙක්ගේ මනසේ ස්වභාවය පිළිබඳවත් අපිට යමක් ඉගෙනගන්න පුළුවන් නම්, එතකොට අපිට සංඥා ඇසුරු කරමින් ගත කරන ජීවිතයත් රහතන් වහන්සේ කෙනෙක් සංඥා පරිහරණය කරමින් ගත කරන ජීවිතයත් පිළිබඳව යම් පමණක අවබෝධයක් ඇති කරගන්න පුළුවන්, යම් හෝඩුවාවක් ලබාගන්න පුළුවන්, සංසන්දනාත්මකව අපිට යමක් ඉගෙනගන්න පුළුවන්. ඉතින් ඒ නිසා අද මම මාතෘකාව වශයෙන් තබාගත්ත **කලහවිවාද සූත්‍රයේ** එන ඒ ගාථාව - **න සඤ්ඤසඤ්ඤී න විසඤ්ඤසඤ්ඤී, නොපි අසඤ්ඤී න විභූතසඤ්ඤී, එවංසමෙතසස විභොති රූපං සඤ්ඤානිදානා හි පපඤ්චසඞ්ඛා** - මේක ඉතාම වටිනා ගාථාවක්. මොකද, අපිට මේ ගත කරන ජීවිතයත් රහතන් වහන්සේ කෙනෙක් සංඥා පරිහරණය කරද්දි

උන්වහන්සේ ගත කරන ආකාරයත් පිළිබඳව හොඳ විමසුමක් කරන්න අපිට අවස්ථාවක් ලැබෙනවා.

දැන් මේක අපි ටිකක් විග්‍රහ කරගනිමු. **න සඤ්ඤසඤ්ඤී** - රහතන් වහන්සේ කෙනෙක්ගෙ හිතේ තියෙන සංඥා මට්ටම තමයි මේ ගාථාවෙ විස්තර වෙන්නේ සුත්ත නිපාතයේ එන **කලහවිවාද සූත්‍රයේ.** දැන් ඒකෙ අපි පොඩ්ඩක් ගැඹුරට යමු. **න සඤ්ඤසඤ්ඤී** - දැන් අපේ හිත්වල තියෙනවා නේ ගෙවල් දොරවල් රැකීරක්ෂා රටතොට ලෝකය පරලෝකය පිළිබඳ මතක් වෙන, අපි හඳුගත්ත භාෂා රටා ඔක්කොමත් එක්ක රූප ශබ්ද ගන්ධ රස මේවා හා සම්බන්ධ විවිධ සංඥා, රූප සටහන්, ශබ්ද සටහන් මේ ඔක්කොම ලකුණු, නිමිති අපේ ඔළුවෙ නම් සාමාන්‍යයෙන් කැරකි කැරකි තමයි තියෙන්නෙ. නමුත් රහතන් වහන්සේ කෙනෙක්ගෙ හිතේ එබඳු සංඥා ඇත්තෙ නෑ - **න සඤ්ඤසඤ්ඤී.** සාමාන්‍ය අන්දමේ තියෙන ලෞකිකත්වය මුල් කරගත්ත, කාමයන් මුල් කරගත්ත සංඥා උන්වහන්සේගේ හිතේ නැහැ.

ඊළඟට **න විසඤ්ඤසඤ්ඤී** - කෙනෙකුට හිතෙන්න පුළුවන් එහෙම නම් මේ විකෘති වෙලාද කියලා. නෑ එහෙමත් වෙලා නැහැ. යම් කිසි කෙනෙක් විසංඥා වෙලා සිහිය නැති වෙලා නම් එතකොට එයාට තේරෙන්නෙ නෑ මේ මොකක්ද වෙන්නෙ කියලා. කිසිම අවබෝධයක් නෑ. එහෙම විසංඥා තත්ත්වයක් ඇත්තෙත් නෑ. ඒ වගේමයි තවත් කෙනෙක් ඉන්න පුළුවන් මේ අපි පරිහරණය කරන සංඥා ටික හරියට තේරෙන්නෙ නැතුව එයාට සම්පූර්ණ විකෘති මානසික තත්ත්වයක් ඇති වෙලා. අපි කියන්නෙ පිස්සු හැදිල කියල. ඒ විකෘති මානසිකත්වයක් ඇති වෙලා උඩු යටිකුරු වෙච්ච තත්ත්වයකුත් නෑ. එහෙම විසංඥා වෙච්ච මට්ටමක් ඇත්තෙත් නෑ - **න විසඤ්ඤසඤ්ඤී.**

නොපි අසඤ්ඤී - දැන් තවත් එකක් තමයි හින්දු දර්ශනයේ එබඳු අනෙකුත් ආගම්වල එනවා සංඥාව පිළිබඳ එක්තරා අන්දමක අගතිගාමීව කටයුතු කරන්න ගිහිල්ලා, සමාධියක් මුල් කරගෙන සංඥා ඔක්කෝම ඇති වන ආකාරය නවත්තලා, ඇති වීම වළක්වලා, ඒ අය පත් වෙනවයි කියනවා සමාධිය මුල් කරගත්ත තත්ත්වයකට. ඒක හතරවෙනි ධ්‍යානය මුල් කරගත්ත තත්ත්වයක්. හතරවෙනි ධ්‍යානයෙන් ධ්‍යාන සමාපත්තියක් හරහා බොහොම ප්‍රබලව සමාධියකින් සංඥා යටපත් කරලා ඉන්න, සංඥා එන්නෙම නැති අසඤ්ඤසඤ්ඤ

තත්ත්වයක් ගැනත් දහමේ සඳහනක් එනවා. නමුත් මේ **නොපි අසඤ්ඤී** තත්ත්වයේදි එහෙම එකකුත් නෑ. ඒ කියන්නෙ අසඤ්ඤී තත්ත්වයකුත් නෙවෙයි මේ. ඒ නිසා ඇතැම් කෙනෙකුට බය වෙන්න දෙයක් නෑ - දැන් අපි යන්නෙ මේ අසඤ්ඤ තත්ත්වයකටද, අසඤ්ඤ තලයකටද කියල කෙනෙකුට හිතේ ප්‍රශ්නයක් ඇති වෙන්න පුළුවන්. මොකද මේ සංඥා අඩු කරගෙන අඩු කරගෙන යනව නේ අපි විපස්සනාවක් හරහාත්. නමුත් මේ කතා කරන තත්ත්වය තුළ, රහතන් වහන්සේගේ හිතේ තත්ත්වය තුළ බුදුරජාණන් වහන්සේ බොහොම පැහැදිලිව පෙන්නනවා **නොපි අසඤ්ඤී**. රහතන් වහන්සේගේ හිත එහෙම අසඤ්ඤ තත්ත්වයකට පත් වෙච්ච ආකාරයක් නෙවෙයි පෙන්නන්නෙ. ඒකෙනුත් නිදහස්. එහෙම අසඤ්ඤ තත්ත්වයකට සමාධියකින් හිර කරලා, තද කරලා, සංඥා ඔබා තබලා, පහළ නොවෙන්න පවත්වන එකක් නෙවෙයි මේ පෙන්නලා දෙන්නේ.

ඒ වගේමයි **න විභූතසඤ්ඤී**. සියලු සංඥා සම්පූර්ණයෙන්ම විනාශ කරලා දලා කිසිම සංඥාවක් පරිහරණය කරගන්න බැරිව, කිසිම සම්මුතියක් පරිහරණය කරගන්න බැරිව එබඳු තත්ත්වයකුත් නෙවෙයි රහතන් වහන්සේ පවත්වන්නේ. ඒ කියන්නෙ උන්වහන්සේට ඕනැ නම් සම්මුති සංඥාවලට නැවත පහසුවෙන් එන්න පුළුවන්. ඒවා සම්පූර්ණයෙන්ම විනාශම කරල දලා නැවත නූපදින තත්ත්වයකට පත් කරලත් නෙවෙයි එහෙනම් මේ තියෙන්නේ. අවබෝධයක් තුළින් ඇති කරගත්ත හැකියාවක් හරහා උන්වහන්සේගේ හිතට ලැබිල තියෙනවා කුසලතාවක්, යමක් දැක්කට ඒ සංඥා එක්ක පැටලෙන්නෙ නැතුව ඉන්න. ඇහුණට ඒ ඇහිච්ච සංඥා එක්ක, ඒ නිමිති එක්ක, ඒ සලකුණු එක්ක පැටලෙන්නෙ නැතුව ඉන්න. නාසයට දිවට කයට ගඳ සම්බන්ධ සංඥා, රස සම්බන්ධ සංඥා, ස්පර්ශය හා සම්බන්ධ සංඥා එබඳු ඒ විවිධ සංඥා ඇති වුණාට, ඒ ඒ ඉන්ද්‍රියයන්ට ඒවා ආපාතගත වුණාට ඒවා එක්ක පැටලෙන්නෙ නැතුව ඉන්න. මනසටත් යම් යම් අදහස් පහළ වෙන්න පුළුවන්, සිතුවිලි පහළ වෙන්න පුළුවන්, සංඥා පහළ වෙන්න පුළුවන්. හැබැයි මනසේ තිබිච්ච නොකැළඹිච්ච ගතිය, ව්‍යාකූල නොවෙච්ච ගතිය, සැහැල්ලු ගතිය, පටලැවිච්ච නැති ගතිය, පිරිසිදු ගතිය එහෙම්ම උන්වහන්සේ තුළ රැකෙන තත්ත්වයක් තියෙනවා.

ඒ නිසා අපිට පේන විදිහට මේ ගාථාව තුළින් බුදුරජාණන් වහන්සේ අපිට හෙළි කරනවා රහතන් වහන්සේගේ හිත අපේ හිත්

වගේ නිරන්තරයෙන්ම කාම සංඥා රූප සංඥා පරිහරණය කර කර, ඒවායින්ම කැලති කැලති, ඒවායින්ම කෙලෙසි කෙලෙසි මේ ලෝකයේ අපි පරිහරණය කරන සම්මුති සංඥාවලින් කෙලෙසෙන මට්ටමක් ඇත්තෙත් නෑ. ඒ වගේමයි සංඥා විකෘති වෙලා උතුර දකුණ මාරු වෙච්ච තත්ත්වයක් ඇත්තෙත් නෑ. ඒ වගේමයි **නොපි අසඤ්ඤී** - අසඤ්ඤ තත්ත්වයකට ගිහිල්ලා ගැඹුරු සමාධියකින් සංඥා යටපත් කරන එකක් ඇත්තෙත් නෑ. ඒ වගේමයි සංඥා සම්පූර්ණයෙන්ම විනාශ කරල දලා නැවත මේ සම්මුති ලෝකයක් තුළ කටයුතු කරගන්න බැරි තරමට කරපු තත්ත්වයකුත් නෑ.

එහෙනම් අපිට මේ ගාථාව තුළ බුදුහාමුදුරුවෝ පෙන්නනවා ඉඟියක් මේ අමුතුම ආකාරයේ සංඥා මට්ටමක් ගැන. එතකොට **එවංසමෙතස්ස විභොති රූපං සඤ්ඤානිදානා හි පපඤ්චසඞ්ඛා** - මේ ආකාරයෙන් යම් කිසි කෙනෙකුට යම් සංඥා මට්ටමක් පවත්වන්න පුළුවන් නම් එතෙන්දි ඒ හිත තුළ - ඒ රහතන් වහන්සේගේ හිත තුළ - කිසිම අන්දමක ප්‍රපංච ගොඩනැගෙන්නෙ නෑ. අපි අහල තියෙනවා, අපි මීට කලින් සාකච්ඡාත් කළා ප්‍රපංච හා නිෂ්ප්‍රපංච සම්බන්ධයෙන්. මොකද, අපේ සාමාන්‍ය හිත්වල ස්වභාවය තමයි ප්‍රපංචයට ගැති වෙච්ච ප්‍රපංචවලට ඇලිච්ච ස්වභාවය. නිරන්තරයෙන් කල්පනා කරනවා. නිරන්තරයෙන්ම ඇහැට පෙනෙන රූප ඔස්සේ දිගට දිගට කල්පනා කර කර යනවා. කණට ඇහෙන ශබ්ද ඔස්සේ , නාසයට දැනෙන ගඳ සුවඳ ඔස්සේ, දිවට දැනෙන රස ඔස්සේ, කයට දැනෙන ස්පර්ශ ඔස්සේ, මනසට එන අරමුණුත් ඔස්සේ නිරන්තරයෙන් කල්පනා කරමින්, විවිධ අතේ දුවමින් යන හිතක් තමයි සාමාන්‍යයෙන් තියෙන්නේ. නමුත් රහතන් වහන්සේලා හා සම්බන්ධයෙන් පෙන්නන්නෙ නිෂ්ප්‍රපංච තත්ත්වයක්, හිත ප්‍රපංච නොකරන ආකාරයක්.

එතකොට **කලහවිවාද සූත්‍රයේදිත්** මතු කරන්නේ සංඥා තත්ත්වය තුළ, කලින් විස්තර කරපු ආකාරයේ නිවැරදි සංඥා තත්ත්වයක් රහතන් වහන්සේ කෙනෙක් පවත්වද්දි **සඤ්ඤානිදානා හි පපඤ්චසඞ්ඛා** ඒ තත්ත්වය තුළ ප්‍රපංච තත්ත්වයක් හටගන්න විදිහක් නෑ. මොකද, අපි පරිහරණය කරන සංඥා පද්ධතිය හරහා ප්‍රපංච කරන්න පොළඹවනවා. හැබැයි රහතන් වහන්සේට අර තත්ත්වය තුළ වාසය කරද්දි එබඳු ප්‍රපංච වීමක් සිද්ධ වෙන්නෙ නෑ.

මේ පිළිබඳව අපිට විතරක් නෙවෙයි ප්‍රශ්න එන්නෙ. දැන් අපිටත් හිතෙනව නේ මොකක්ද ඉතින් මේ කියන අමුතුම ආකාරයේ සංඥා තත්ත්වය කියලා. මේ පිළිබඳව අපිට පමණක් නෙවෙයි දෙවියන්ටත් ප්‍රශ්න මතු වෙලා තියෙනවා. දෙවි කෙනෙක් ඇවිල්ලා බුදුරජාණන් වහන්සේගෙන් අහනවා එක්තරා අවස්ථාවකදි - ස්වාමීනි, රහතන් වහන්සේලාත් කියනවා 'මම කිව්වා' කියන විදිහට. ඒ කියන්නෙ 'මම දේශනාව පැවැත්තුවා' 'මම කිව්වා' කියල වගේ වචන පරිහරණය කරනවා. ඊළඟට අනිත් පැත්තට කියනවා **මමං වදන්තීතිපි** - 'මට කිව්වා' කියලත් කියනවා. 'මට කවුරුහරි කතා කළා' කියලත් කියනවා. ඒ කියන්නෙ මේ රහතන් වහන්සේලාට තාමත් ආත්ම සංඥාව තියෙනවද? පුද්ගල සංඥාවක් තියෙනවද? තාමත් මේක පටලවගෙනද ඉන්නේ? මෙන්න මේ ප්‍රශ්නය.

බුදුරජාණන් වහන්සේ දීපු උත්තරය තුළත් අපිට යම් අවබෝධයක් ඇති කරගන්න, මඟ පෙන්වීමක් ලබාගන්න පුළුවන්. මේ කාරණාව සඳහන් වෙන්නේ සංයුක්ත නිකායේ දේවතා සංයුක්තයේ **අරහන්ත සූත්‍රයේ**. බුදුරජාණන් වහන්සේ දීපු උත්තරය ඉතාම ලස්සනයි.

යො හොති භික්ඛු අරහං කතාවී - ඛීණාසවො අන්තිමදෙහධාරී
අහං වදමීතිපි සො වදෙය්‍ය - මමං වදන්තීතිපි සො වදෙය්‍ය
ලොකෙ සමඤ්ඤං කුසලො විදිත්වා - වොහාරමත්තෙන සො වොහරෙය්‍ය

මේ විදිහට දේශනා කරනවා බුදුරජාණන් වහන්සේ පිළිතුරක් වශයෙන්. **යො හොති භික්ඛු අරහං කතාවී** - යම් කිසි භික්ෂූන් වහන්සේ නමක් ඉන්නවා උන්වහන්සේ අරහත්වයට පත් වෙලා ඒ කළ යුතු කිස (කරන්න ඕනැ දේ) හමාර කරලා. කතකරණීයො කියල කියනව නෙ රහතන් වහන්සේට. ඒ කියන්නේ කරන්න ඕනැ කටයුත්ත උන්වහන්සේ දැන් කරලා නිම කරලයි තියෙන්නේ. **ඛීණාසවො** - උන්වහන්සේ සියලුම කෙලෙස්, සියලුම ආස්‍රව ක්ෂය කරලයි ඉන්නේ. **අන්තිමදෙහධාරී** - මේ ගත කරන්නෙ අවසාන ජීවිතේ. නැවත උත්පත්තියක් නෑ. **අහං වදමීතිපි සො වදෙය්‍ය** - හැබැයි රහතන් වහන්සේත් කියනවා 'මම කිව්වා, මට කිව්වා' ඔය විදිහට මේ ලෝකෙ තියෙන සාමාන්‍ය ව්‍යවහාරය, ඒ භාෂාව, ඒ වචන, ඒ වාක්‍යය උන්වහන්සේත් පරිහරණය කරනවා. **මමං වදන්තීතිපි සො වදෙය්‍ය** - ඒ වගේමයි 'මට කිව්වා, මට දේශනා කළා, මට කවුරුහරි කතා කළා' මම

මට කියල සාමාන්‍යයෙන් අපි පරිහරණය කරන ඒ වචන, ඒ සම්මුති, ඒ සංඥා, ඒ භාෂා, ඒ ව්‍යවහාර උන්වහන්සේත් පරිහරණය කරනවා. කොහොමද? **ලොකෙ සමඤ්ඤං කුසලො විදිත්වා වොහාරමත්තෙන සො වොහරෙය්‍ය** - බුදුරජාණන් වහන්සේ පැහැදිලි කරනවා රහතන් වහන්සේ ඒවා පරිහරණය කළාට මොකද **ලොකෙ සමඤ්ඤං කුසලො විදිත්වා** මේ ලෝකය තුළ පවතින, දැනට මේ කෙරෙන ව්‍යවහාරය, මේ මනුෂ්‍යයෝ පාවිච්චි කරන සලකුණු, නිමිති, ඒ භාෂා, ඒ වචන උන්වහන්සේත් බොහොම නිවැරදිව පරිස්සමින් දක්ෂව පරිහරණය කරනවා ඒක ව්‍යවහාර මාත්‍රයක් බව දැනගෙන. දැන් අපිට වෙන්නෙ මොකක්ද? මේක අපි ව්‍යවහාර මාත්‍රයෙන් ඔබ්බට ගෙනියනවා. අපි මේක සත්‍යයක්ම වශයෙන් හඳුනගන්නවා. මේ වචන තුළ කෙනෙක් නිරූපණය වෙනවා දෙයක් නිරූපණය වෙනවා කියලා ගන්නවා. ඒක ඇතුළෙ සාරයක් තියෙනවා කියලා ගන්නවා. නමුත් රහතන් වහන්සේට එහෙම සාරයක්, ඇතුළෙ හරයක්, ඇතුළෙ පුද්ගලයෙක්, ඇතුළෙ තැනැත්තෙක්, ඇතුළෙ දෙයක් හම්බ වෙලා නැහැ. උන්වහන්සේ මේවා හුදු වචන මාත්‍ර, හුදු ව්‍යවහාර මාත්‍ර, හුදු ලේබල් කියලා දන්නවා. ඉතින් ඒ ලේබල් ටික උන්වහන්සේත් පරිහරණය කරනවා. වචන ටික උන්වහන්සේත් පරිහරණය කරනවා. ඒ වාක්‍යය පාවිච්චි කරනවා. ඒ විදිහට කතාබහ කරනවා. හැබැයි ඒක ව්‍යවහාරයක් බව දැනගෙන.

ඒ නිසා අපිට පැහැදිලි වෙනවා බුදුරජාණන් වහන්සේ අපිට දෙන මග පෙන්වීම තුළ උන්වහන්සේත් කෙතරම් නම් ජාතක කතා දේශනා කරද්දි මේ අහවල් ජාතකයේ මේ මම තමයි හිටියේ, අහවල් ජාතකයේ මේ විදිහට තමයි මම ගත කළේ කියල දේශනා කරල තියෙනවා. නමුත් ඒ වචනවලට බැහැගෙන, ඒවා පරාමර්ශනය කරමින්, ඒවා අජ්ඣෝසනය කරමින්, ඒවා අස්සෙ රිංගාගනිමින්, ඒකෙ සැබෑ ලෙසම සත්ත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් මම ඉන්නවා කියල මුළාවක් බුදුරජාණන් වහන්සේලාටවත් රහතන් වහන්සේලාටවත් නොමැති බව අපිට තේරුම්ගන්න පුළුවන්.

සංඥා පිළිබඳ මේ විවරණයේ විවිධ පැති අපිට ඒ නිසා කතා කරන්න පුළුවන්. මොකද, සංඥාවල මෝරපු අවස්ථාවක් තමයි අපි කතා කරන භාෂාව කියන්නේ. එදා අපි මුල්ම අවස්ථාවෙදි **නිබ්බේධික සූත්‍රය** ඇසුරෙන් ඒක පැහැදිලි කළා. මොකද, ඇහෙන්, කනෙන්, නාසයෙන්, දිවෙන්, කයෙන්, මනසින්, ඒ සංඥා අපි ගත්තහම අපිට සිද්ධ වෙනවා ඒවා තවත් කෙනෙකුට කියල දෙන්න. 'මම මෙන්න මෙහෙම දෙයක්

දැක්කා, මේ පාට දැක්කා, මේ හැඩය දැක්කා, මෙන්න මෙබඳු සද්දයක් ඇහුණා' ඉතින් මේවට අපිට යම් කිසි වචන, සලකුණු, ව්‍යවහාර පරිහරණය කරන්න සිද්ධ වෙනවා. ඒ හරහා තමයි මේ භාෂාවක්, අකුරු, සම්ප්‍රදයක්, සම්මුති ගොඩාක් ඉස්සරහට ඇවිල්ලා තියෙන්නේ. හැබැයි ඒ සම්මුති පරිහරණය කරද්දි අපි බොහොම පරිස්සමින් ඒක කළ යුතු වෙනවා. අපි ඒ සම්මුතිය තුළ පුද්ගල භාවයක්, තැනැත්තෙක්, කෙනෙක් ආරෝපණය කරගන්න ගිහිල්ල තමයි පටලවගෙන තියෙන්නේ. ඒ වගේමයි ඒ සම්මුති තුළ සාරයක් තියෙනවා කියලා ගැනීම නිසා තමයි අපිට පටලැවිල්ලක් ඇති වෙලා තියෙන්නේ.

එතකොට තවත් මේ පැත්තෙන් අපිට තේරුම්ගන්න පුළුවන් කාරණාවක් තමයි ඉස්සෙල්ලා විස්තර කරපු **කලහවිවාද සූත්‍රයේ** එන ගාථාවෙත් අමුතුම ආකාරයක සංඥා මට්ටමක් රහතන් වහන්සේ කෙනෙක් පරිහරණය කරනවා කියන එක. මම තව උදහරණයක් මේ පින්වතුන්ට මතක් කරන්නම්. තවත් හොඳ සාධක සූත්‍රයක් අපිට ඉස්සරහට ගන්න පුළුවන් අංගුත්තර නිකායේ ඒකාදසක නිපාතයෙන්. එතෙන්දි ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේට ප්‍රශ්නයක් ඇවිල්ල තියෙනවා බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නනවද මේ සාමාන්‍යයෙන් මොකක් හරි සංඥාවක් - ඒ කියන්නෙ මොකක් හරි සමාධි ස්වභාවයක් මේ පඨවියේ පඨවි සංඥාවන් රහිත, ආපෝ ධාතුවේ ආපෝ සංඥාව රහිත, තේජෝ ධාතුවේ තේජෝ සංඥාව රහිත, වායෝ ධාතුවේ වායෝ සංඥාව රහිත? ඒ කියන්නේ අපිට සතරමහා ධාතුවෙන් නිර්මිත වස්තු කියල අපි සලකන, දේවල් කියල අපි සලකන, ඒවායේ නම් ගම්, ඒවායේ හැඩතල, ඒවායේ වර්ණ සටහන් වගේ සංඥා තමයි අපේ ඔළුවෙ ක්‍රියාත්මක වෙන්නේ. එතකොට පඨවි, ආපෝ තේජෝ, වායෝ කියල ගත්තහම අපි හිතන්න නරකයි මේවා පිළිබඳ සංඥා නම් අපේ ඔළුවෙ නෑ නේද කියල. නමුත් මේවායින් නිර්මිත වස්තු තමයි අපිට හම්බ වෙන්නේ ලෝකය තුළ. අපි ඒවාට ඒ වෙන් වෙන් වශයෙන් හඳුනගන්න නම් දීලා තියෙනවා. ඒ නම් සහිත ලේබල් අලවගත්ත වස්තු තමයි අපිට හම්බ වෙන්නේ. ඒවා හා සම්බන්ධ සංඥා අපේ ඔළුවෙ නිරන්තරයෙන්ම වැඩ කරනවා.

ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේට ඇහිලා තියෙනවා බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා පඨවි ආපෝ තේජෝ වායෝවල ඒ කිසිදු සංඥාවක් සහිත සමාධි තත්ත්වයක්. ඒ වගේමයි අනිත් පැත්තෙන් දේශනා කරනවා - අරූපාවචර ධ්‍යානයක තියෙන සංඥාවක්වත්

නොවන, **ආකාසානඤ්චායතනෙ ආකාසානඤ්චායතනසඤ්ඤී අස්ස** ආකාසානඤ්චායතනයට යම් කිසි සංඥා පද්ධතියක් තියෙනවා නම් ඒකත් රහතන් වහන්සේගේ හිතේ නැහැ. ඉන් එහාට පෙන්නන අරූපාවචර ධ්‍යානවලත් එබඳු සංඥාවක්වත් මේ හිතේ නැහැ. තවත් පැත්තකින් පෙන්නනවා **න ඉධ ලොකෙ ඉධලොකසඤ්ඤී අස්ස**. මේ ලෝකයට අදාළ නා නා ප්‍රකාර සංඥා තියෙනවා. අපි කලිනුත් ටිකක් විස්තර කළා. ඒ එබඳු කිසිම සංඥාවකුත් මේ හිතේ නැහැ. පරලෝකයක් පිළිබඳ සංඥාවකුත් නැහැ. එතකොට අපි මේ අහල තියෙන, නැත්නම් අපි දකින, අහන, අපිට දැනෙන, හිතට එන අරමුණු හා සම්බන්ධ එබඳු සංඥාවක් ඇත්තෙත් නැහැ. හැබැයි පුදුම ලස්සන කොටස තමයි මේකෙ අන්තිමට එන්නේ - **සඤ්ඤී ච පන අස්සාති**. ඒත් හැබැයි සංඥාවකුත් තියෙනවලු. දැන් මෙහෙම කිව්වහම පැටලෙනව නේ මොකද, අපි කියාගෙන කියාගෙන යනවා අරකත් නෑ, මේකත් නෑ, මේකත් නෑ, රූප විතරක් නෙවෙයි අරූපත් නෑ, මේ ලෝකෙ පිළිබඳ දේකුත් නෑ, අනික් ලෝකෙ පිළිබඳ දේකුත් නෑ. ඊළඟට දකින, ඇහෙන, දැනෙන, හිතෙන මේවා පිළිබඳ සංඥාත් නෑ. දැන් බැලුවහම එතකොට මොකක්වත්ම නෑ කියල වගේ නෙ හැඟෙන්නෙ. අන්තිමට වචනයක් එකතු වෙනවා **සඤ්ඤී ච පන අස්සාති** - හැබැයි සඤ්ඤීවම, දැනුවත්වම. අසඤ්ඤ වෙලා නෙවෙයි. දැනදැනම. මෙහෙම සංඥාවක්, මෙහෙම සමාධි තත්ත්වයක් භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කරල තියෙනවද? කියල ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ අහනවා. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ඔව් එහෙම දෙයක් දේශනා කරල තියෙනවා කියල උත්තර දෙනවා.

ඒ නිසා අපිට තේරුම්ගන්න තියෙන්නේ බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නන මේ තත්ත්වය අපි දන්න තත්ත්වයක්ම නෙවෙයි. අපි මේ දන්න, ලෝකයේ පරිහරණය කරන වචනවලින්, ව්‍යවහාරවලින් ඒවායින්ම අපිට මේක හඳුනගන්න බැරි වෙයි. ඒ නිසා අපිට උත්සාහවන්ත වෙන්න තියෙන්නෙ අපි තුළ සතියක් සමාධියක් වැනි කුසලතාවක් දියුණු කරගෙන පුළුවන්ද මේ කියන දේවල් සාපේක්ෂක වශයෙන් අඩු තරමින් පොඩ්ඩක් අත්දකින්න? දේවල් කල්පනා කරලා වටහාගැනීම කෙසේ වෙතත් අපිට පුළුවන්ද ඒක පොඩ්ඩක් අපේ අත්දැකීමට ළං කරගන්න? උදාහරණයක් වශයෙන් අපි හිතමු කෙනෙක් සතිමත් බව දියුණු කරනවා. සක්මනකට ගිහිල්ලා සක්මන් කරනවා.

සක්මන් කරද්දි එතන එතන අවධානය පවත්වන්න උත්සාහවන්ත වෙනවා. මොකද, නැත්නම් හිත අතීතෙට යනවා, අනාගතේට යනවා, වික්ෂිප්ත වෙනවා. නමුත් ඒ වෙනුවට එයා උත්සාහවන්ත වෙනවා වර්තමාන අරමුණක, සරල අරමුණක හිත පවත්වන්න. ඒ හරහාත් පුදුම විදිහට සංඥා හිතින් ඉවත් වෙලා, ඈත් වෙලා, බොඳ වෙලා, දුර්වල වෙලා අපි ඉස්සරහින් තියාගත්ත සංඥා පද්ධතියම දැන් ප්‍රබලව වැටහෙන්න ගන්නවා.

අපි මීට කලින් **පොට්ඨපාද සූත්‍රයේත්** මතක් කළා. මේ ශික්ෂාවක් හරහා, පුහුණුවක් හරහා බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නනවා මේ සංඥාවල එක්තරා අන්දමක සියුම් සියුම් මට්ටමක් දක්වා අපේ හිත අරගෙන යෑමේ හැකියාවක්. ඒක හරි ගැඹුරුයි. මොකද, අපි මේ දේවල් තේරුම් අරන් තියෙනවා නම්, පොඩ්ඩක් අහලවත් තියෙනවා නම් අපිට තේරෙනවා මෙන්න මෙහෙම දෙයක් තමයි බුදුහාමුදුරුවෝ පෙන්නන්නේ. අපේ හිත නම් සංඥාවල පැලපදියම් වෙලා ව්‍යාකූල වෙලයි තියෙන්නේ. හැබැයි බුදුහාමුදුරුවෝ යම් කිසි පුහුණුවක් පෙන්නනවා ඒ ව්‍යාකූලත්වයෙන් හරිම සංකීර්ණ සංඥා මානසිකත්වයෙන් අපේ හිත මුදවාගැනීම සඳහා ක්‍රමවේදයක් පුහුණුවක් බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරල තියෙනවා.

එබඳු පුහුණුවක් හරහා ගිහිල්ල තමයි රහතන් වහන්සේලා මෙබඳු හැකියාවක්, කුසලතාවක් පහළ කරගෙන තියෙන්නේ. මේක නිකන් හිතල ගත්ත එකක්, තර්කයෙන් ගත්ත එකක් නෙවෙයි. පුහුණුවක් හරහා ගත් හැකියාවක්. අපිට ඒ පුහුණුව තුළදි හිත තුළ පහළ කරගත හැකි කුසලතා පිළිබඳව දහම තුළ විස්තර වෙනවා. බෝධිපාක්ෂික ධර්ම කියන වචනෙන් මේක පැහැදිලි වෙනවා. නැත්නම් ඉන්ද්‍රිය ධර්ම කියලත් කියන්න පුළුවන්. මේ කොයි ආකාරයෙන් කිව්වත් යම් යම් කුසලතා අපේ හිත තුළ අවදි කරගත යුතු වෙනවා. මොකද, සාමාන්‍ය පුහුදුන් මනසේ එපමණ කුසලතාවක් නැහැ. ඒක නිරන්තරයෙන්ම සංඥාවල පැටලි පැටලි නීවරණවලට ලක් වෙලා, නීවරණවලින්ම හෙම්බත් වෙලා බැටකමින් පවතින සිතක් තමයි තියෙන්නේ. එබඳු සිතකින් මෙච්චර ගැඹුරක් අපිට තේරෙන්නෙ නෑ. අවබෝධ කරගන්න බෑ. ඒ වෙනුවට අපි උත්සාහවන්ත විය යුතු වෙනවා මේ මනසේ කුසලතා තව තව ඉස්සරහට ගන්න, අවදි කරගන්න. අන්න එබඳු තත්ත්වයකදි තමයි අපිට හිතන්න වෙන්නේ මේ කියපු හැකියාවල්

සහිතව කටයුතු කරද්දි බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නන ඉසව්ව, මේ කුසලතාව, සංඥා මට්ටම අපිටත් පොඩ්ඩක් හරි තේරුම්ගන්න පුළුවන් වෙයි කියල අපි තුළ යම් කිසි ශ්‍රද්ධාවක් පහළ කරගන්න අවශ්‍යයි.

ඒ වගේමයි දැන් මේ පෙන්නන කාරණාවෙදි යම් කිසි කෙනෙක් අපි අර ගිය සතියෙදි කතා කරපු දේවල් පිළිබඳව, සංස්කාරවල ඇති වීම් නැති වීම් ස්වභාවය බොහොම යුහුසුලුව දැකලා - ඒ කියන්නෙ අපි හිතමු අපි වේදනානුපස්සනාවක් වැඩුවා. විවිධාකාර වේදනා හොඳට අපේ අවධානයට සතිමත් බවට ලක් කළා. සමාධිමත් බවක් තුළින් ඒවා හොඳින් අපි දැනගනිමින් වාසය කළා. එහෙම කාලයක් කරද්දි එයාට තේරෙනවා මේ අපි කලින් සැප වේදනා කියල කියපු වේදනා වැඩි වෙලාවල් තියෙන දෙයක් නෙවෙයි. දිගට තියෙනවයි කියල හිතපු දුක් වේදනා, රිදුම් කැක්කුම් දිගට තියෙන දේවල් නෙවෙයි. දිගට තියෙනවයි කියල හිතාගත්ත උපේක්ෂා වේදනාත් දිගට තියෙන දේවල් නෙවෙයි. මේවා ඉතාම යුහුසුලුව ඇතිව නැතිව යන ස්වභාව. මේවායේ පෙන්නුම් කරන්නේ සමූහයක ක්‍රියාකාරිත්වයක්. මේක තනි, ඒකඝන ක්‍රියාකාරිත්වයක් නෙවෙයි. මෙතන මේ කුඩා කුඩා කුඩා වේදනා සමූහයක ක්‍රියාකාරිත්වයක්. සම්ප්‍රයුක්ත ප්‍රතිඵලයක් මෙතන තියෙන්නෙ. ඒ සම්ප්‍රයුක්ත ප්‍රතිඵලය තමයි අපි අර්ථ දක්වන්නේ මේක සැප වේදනාවක්ය, මම සැප විඳිනවාය, මේක දුක් වේදනාවක්ය, මම දුක් විඳිනවාය, නැත්නම් මේක උපේක්ෂා වේදනාවක්ය, නැත්නම් මට හරි ඒකාකාරී ගතියක් දැනෙනවාය, පාළුවක් දැනෙනවාය කියල ඒ වේදනාවලට නම් ගම් දීලා, අපේ සිතැඟි පරිදි ඒවා නම් කරලා, ඒකට මමත් ඇඳලා තමයි අපි කටයුතු කරන්නේ. නමුත් වේදනානුපස්සනාවක් ගැඹුරින් වඩද්දි කෙනෙකුට වැටහෙන්න පුළුවන් 'මේ වේදනා ඇවිල්ල හුදෙක් වේදනා. මෙතන තනි වේදනා නෑ. මෙතන තියෙන්නෙ කුඩා කුඩා වේදනා සමූහයක්. ඒවාත් ඉතාම යුහුසුලුව ඇතිව නැතිව යනවා' කියලා එයාට තව තව ගැඹුරින් වැටහෙන්න වැටහෙන්න එයාට මේක අහවල් ජාතියේ වේදනාවක්ය කියලවත් දැන් නිමිත්තක් ගන්න බැරි වෙලා අන්තිමට නිමිති නොගැනීම හරහා හිතේ ඇති වන යම් සහනයක්, නිදහසක් පිළිබඳ අපි ගිය සතියෙදි සාකච්ඡා කළා අනිමිත්ත ස්වභාවයක් කියලා.

ඒක තව තව දියුණු කිරීම සම්බන්ධයෙන් අපි ටිකක් සාකච්ඡා කළා - ඒ නිමිති නොගන්නා හැකියාවක්. පෙනෙනවා, හැබැයි නිමිති

ඔස්සේ පැටලෙන්න හිතට වුවමනාවක් නෑ. ඇහෙනවා, හැබැයි ඇහෙන දේ තුළ තියෙන නිමිති අරගෙන ඒකෙන් හිත ව්‍යාකූල කරගන්න, ඒකෙන් හිත ආයෙ පටලවගන්න, කල්පනා කරන්න, ප්‍රපංච කරන්න දැන් හිතට වුවමනාවක් නැති වෙලා. නාසයට දිවට කයට දැනෙනවා, හැබැයි ඒ දැනෙන එකක්වත් අල්ලගෙන, ඒ නිමිති අල්ලගෙන, ඒ නිමිතිවල පැටලිලා, ඒවායින් රාග ද්වේෂ මෝහ ජනනය කරගෙන, ඒවායේ නැවතත් අතරමං වෙන්න හිතට වුවමනාවක් නෑ. හිතටත් යම් සිතුවිලි පහළ වෙනවා, අදහස් පහළ වෙනවා. ඒවාත් මුල් කරගෙන පැටලෙන්න හිතට වුවමනාවක් නෑ. හිත තුළ නුවණක් දියුණු වෙලා.

ඔය නිමිති නොගන්නා තත්ත්වය, ඔය අනිමිත්ත තත්ත්වය යම් කිසි කෙනෙක් ප්‍රබලව දියුණු කරගෙන දියුණු කරගෙන ගියා නම්, අපි ගිය සතියෙත් කතා කළා වගේ, ආස්‍රව ක්ෂය කරන ප්‍රතිපදවක් මේ තුළ තියෙන ආකාරය චූල සුඤ්ඤත සූත්‍රය ආදී සූත්‍ර තුළින් හඳුනගන්න පුළුවන්. ඒ අනිමිත්ත ස්වභාවය අපි දිගට වඩන්න ඕනැ. ඒක එක පාරටම අපිට කියන්න බෑ සර්ව සම්පූර්ණ තත්ත්වයක් කියලා. මොකද, අපි ආවෙම මේ නිමිතිකරණයක් එක්ක ආපු ගමනක්. රාග, ද්වේෂ, මෝහ තියෙන තාක් අපේ හිත නිමිති කරන්න නිමිති ගන්න පෙළඹෙනවා. ඒ නිසා උඩුගං බලා පීනීමක් මෙතන තියෙන්නෙ. හැබැයි ඒකට වුවමනා කරන කුසලතාවක් දැන් ලැබිල තියෙනවා. විපස්සනාවක් හරහා ඒ වුවමනා කරන හොඳ ශක්තිමත් පදනමක් දැන් ලැබිල තියෙනවා. ඒක තමයි එහෙනම් දැන් ඉස්සරහට ගත යුතු වෙන්නේ - ඒ නිමිති නොගන්නා හැකියාව, ඒ කුසලතාව. එතනින් අදහස් වෙන්නෙ නෑ, මම නැවතත් මතක් කරන්න ඕනැ, එයාට දැන් මේ ලෝකය තුළ සාමාන්‍ය මනුස්සයෙක් විදිහට ජීවත් වෙන්න බැහැ කියලා. රහතන් වහන්සේත් භාෂාව පරිහරණය කරනවා. 'මම දේශනා කළා. මට කිව්වා' කියලා භාෂාව පරිහරණය කරනවා. ඒ කියන්නේ සාමාන්‍ය ලෝකෙත් ඒ තැනැත්තාට ජීවත් වෙන්න පුළුවන්. නමුත් ඉතාම නුවණින් කටයුතු කිරීම නිසා, කෙලෙසුන්ගෙන් ආතුර වෙන්නෙ නැතුව, නිමිති එක්ක පටලවගන්නෙ නැතුව, හිත නැවත අර සංඥාවලින් ව්‍යාකූලත්වයකට පත් කරගන්නෙ නැතුව පැහැදිලි සැහැල්ලු හිතකින්, කැළඹිච්ච නැති හිතකින්, ලෝකෙ තියෙන සංඥාවලින් කෙලෙසිච්ච නැති හිතකින් වාසය කිරීමේ හැකියාවක් පිළිබඳ අපිට යම් කිසි ඉඟියක් බුදුරජාණන් වහන්සේ දීලා තියෙනවා.

එබඳු කුසලතාවක් දිගට දිගට දිගට පරිහරණය කළා නම්, දියුණු කළා නම්, දැන් ඒ සූත්‍රවලදි පෙන්නනවා වගේ **ආසෙවිතාය භාවිතාය බහුලීකතාය යානීකතාය වත්‍ථුකතාය අනුට්ඨිතාය පරිචිතාය සුසමාරද්ධාය** කියල දේශනා කරන්නෙ. ඒ කියන්නෙ ඒ කුසලතාව තව තව වඩනවා. තව තව ආසේවනය කරනවා. තව තව ඇසුරු කරනවා. තව තව ප්‍රගුණ කරනවා. ඊළඟට ඒක තමන් සන්තකයට ගන්නවා. යුහුසුලුව එතෙන්ට තමන්ගෙ හිත ගන්න පුළුවන් තත්ත්වයකට පත් කරගන්නවා. නැවත නැවත ඒක අරඹනවා. එබඳු තත්ත්වයකට කෙනෙක් හිත පත් කරගත්තා නම් ඔය සූත්‍ර දේශනාවලදි දහමේ පැහැදිලි කරනවා මේ සියලු නිමිතිවල නිස්සරණය තමයි අනිමිත්ත තත්ත්වය කියන්නෙ කියල. ඒකෙ යම් කිසි කෙනෙක් ඉතාම ගැඹුරට ගිහිල්ලා ඒක සර්ව සම්පූර්ණ තත්ත්වයකට පත් කරගත්තා නම් ඉන් මත්තට ඒ නිමිති ඇසුරු කරන විඥානයක් එයාට තියෙන්න බෑ. දැන් අපිට තියෙන්නෙ නිමිති ඇසුරු කරන විඥාන තත්ත්වයක්. නිමිති ඇසුරු කරන චිත්ත මට්ටමක්. ඒක නිරන්තරයෙන් නිමිති ලබන්න, නිමිති ඇසුරු කරන්න පෙළඹෙන ගතියක්. ඒකට හරි කැමැත්තක් ආසාවක් තණ්හාවක් තියෙනවා. නමුත් අර අනිමිත්ත තත්ත්වය දිගට පවත්වලා ඒක බහුලීකෘත කරලා ඒක වඩලා ශක්තිමත් කරලා ගත්තා නම් **නිමිත්තානුසාරි විඤ්ඤාණං හොති නෙතං ඨානං විජ්ජති**. ඔය විදිහට දහමේ විස්තර කරනවා. ඒ කියන්නෙ නිමිති ඇසුරු කරන විඤ්ඤාණයක් දැන් නැවතත් පහළ වේය කියන එකට ඉඩක් නෑ. මොකද, මේ නිමිතිවලින් නිදහස් වීම කියන එක තමයි, නිස්සරණය කියන එක තමයි අනිමිත්ත කියල කියන්නෙ.

ඉතින් ඒ නිසා අපිට තේරෙනවා මේකෙ ලොකු ප්‍රදේශයක් මේ කතා කරන්නෙ. එක පාරට සර්ව සම්පූර්ණ වීමක් නෙවෙයි. මුලින් යන්තම් පොඩ්ඩක් ඔළුව උස්සගත්තා. හැබැයි ඊට පස්සෙ ටික ටික ඒක තහවුරු කරගෙන, ප්‍රබල කරගෙන, ශක්තිමත් කරගෙන ඉදිරියට යනවා. අන්තිමට අරහත්වය දක්වාම මාර්ගයක් බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ විවිධාකාර සූත්‍රවල ඉතාම ගැඹුරින් පෙන්නල දීල තියෙනවා.

එහෙනම් පින්වත්නි, අපිත් මේ කාරණා තේරුම් අරගෙන අපේ ශක්ති පමණින් මේ ජීවිතේ තුළදීම භාග්‍යවතුන් වහන්සේ විසින් දේශනා කරන ලද විපස්සනාව මූලික කරගත්ත මේ කුසලතා අපේ සිත්වල දියුණු කරගන්න වෑයම් කරමු. ඒ සඳහා මග පෙන්වීමක්, දිරි ගැන්වීමක්

අද දින ධර්ම දේශනාවෙනුත් සිදු වේවා කියල ප්‍රාර්ථනා කරමින්, අද ධර්ම දේශනාව අවසන් කරනවා. සියලුදෙනාටම තෙරුවන් සරණයි.

ධර්ම ගැටලු සහ පිළිතුරු

<u>ප්‍රශ්:</u> ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, මජ්ඣිම නිකායේ චූලසුඤ්ඤත සූත්‍රයෙහි ක්‍රමිකව සංඥා ඉවත් කරමින් යන ප්‍රතිපදාවක් දැක්වෙන අතර, අඩුම සංඥා මට්ටම ලෙස එහි දැක්වෙනුයේ 'ෂඩායතන සම්ප්‍රයුක්ත ජීවිත ප්‍රත්‍ය වූ දරථ මාත්‍රයයි'. මෙහි තේරුම හා මෙය භාවනාවේදී අත්දකින ආකාරය පැහැදිලි කර දෙන මෙන් ගෞරවයෙන් ඉල්ලා සිටිමි.

<u>පිː</u> රහතන් වහන්සේගේ තත්ත්වයක් ගැන ඔය අහන්නේ. කෙසේ නමුත් අපි උත්සාහ කරමු දහමට අනුව, ඒ සූත්‍රයට අනුව ඒකෙන් යම් කිසි මග පෙන්වීමක් ලබාගන්න. ඒක ටිකක් දුරට අපි සාකච්ඡා කළා අපේ දේශනා මාලාව තුළදි. ඒ කියන්නෙ අනිමිත්ත ස්වභාවය පිළිබඳව ඉතාම ගැඹුරින් අරහත්වය දක්වාම විස්තර කරන ඉතාම හොඳ වටිනා සූත්‍රයක් තමයි **චූලසුඤ්ඤත සූත්‍රය**. ඒ සූත්‍රයේ බුදුහාමුදුරුවෝ පටන්ගන්නෙ හරි සරල තැනකින්. දැන් අපි නගරයක් ඇසුරු කරගෙන ඉන්නකොට ඒ නගරය හා සම්බන්ධ විවිධාකාර සංඥා ගොඩක් අපි ඔළුවෙ දාගෙන ඉන්නේ. නේද? බුදුහාමුදුරුවො කියනවා දැන් අපි ඉන්නෙ හැබැයි මිගාරමාතු ප්‍රාසාදයේ. උන්වහන්සේ මේ සූත්‍රය දේශනා කරන්නෙ මිගාරමාතු ප්‍රාසාදයේදි. එතකොට මිගාරමාතු ප්‍රාසාදයේ ඉන්නකොට අපිට නෑ අර නගරය හා සම්බන්ධ සංඥා ටික. නගරයේ සත්තු ඉන්නවා, අශ්වයෝ ඉන්නවා, රජවරු ඉන්නවා, සිටුවරු ඉන්නවා, ඇමතිවරු ඉන්නවා, නා නා ප්‍රකාර දේවල් තියෙනවා. හැබැයි මෙතන තියෙන්නෙ මේ ආරණ්‍යය හා සම්බන්ධ සංඥා ටිකක්. එතකොට මෙතනත් හැබැයි ඒකෙන් අශූන්‍යයි. ඒ ටික තාම තියෙනවා. අර ටිකෙන් නම් හිස්.

ඉතින් ඔය වගේ හරි ලස්සනට පියවරෙන් පියවර පෙන්නගෙන එනවා කොහොමද පොඩ්ඩ පොඩ්ඩ ඒ සංඥා අඩු කරගෙන අඩු කරගෙන එන්නේ කියලා. එහෙම ඇවිල්ලා ඊට පස්සේ දැන් ගැඹුරට දහමක් දියුණු වුණාට පස්සේ අනිමිත්ත තත්ත්වය තමයි පෙන්නන්නේ. නිමිති නොගන්නා තත්ත්වයකට හිත පත් කරගෙන. හැබැයි එතන ඉඳගෙනත් දැන් ඉදිරියට යාමක් පෙන්නනවා. ඒ ඉදිරියට යද්දි

බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නනවා කාමාස්‍රවය හා සම්බන්ධ නිමිති දැන් හිතට එන්නෙ නැහැ ඒ ආස්‍රවය දුරු වෙලා නිසා. මේ රහතන් වහන්සේ කෙනෙක් ගැන කියන්නේ. ඒ කියන්නෙ ඒ ඛීණාස්‍රව තත්ත්වයට පත් වෙච්ච රහතන් වහන්සේගෙ හිතේ කාමාස්‍රවය නැහැ. නේද? එතකොට කාමාස්‍රවය නැති නිසා කාමාස්‍රවයට අනුරූපී සංඥා දැන් උන්වහන්සේගෙ හිතට වද දෙන්නෙ නැහැලු. ඒ හා සම්බන්ධ දරථයක් උන්වහන්සේට නැහැ. ඊළගට භවාස්‍රය කියන එකත් උන්වහන්සේට නෑ. ඒ ආස්‍රවයත් දුරු කරල තියෙන්නේ. භවාස්‍රය හා සම්බන්ධ අරමුණු, භවාස්‍රය හා සම්බන්ධ සංඥාත් දැන් මේ හිතට වද දෙන්නෙ නැහැ. ඒ වගේමයි අවිජ්ජාස්‍රවයට සම්බන්ධ සිතුවිලි සංඥා, ඒ හැඟීම්, ඒ දරථ, ඒ වෙහෙස උන්වහන්සේට දැනෙන්නෙ නැහැ. මේ ආස්‍රව තමයි අපි සාමාන්‍ය මනුස්සයො හැටියට අපේ හිත්වලට වද දෙන්නෙ. ඒ ආස්‍රව මූලික වෙලා තමයි. එතකොට මතුපිටට ඒවා පරියුට්ඨාන වශයෙන් මතු වෙලා, අපේ හිත කැළඹිලා, ඒවා තැරැන්දිලා, ඒවාවලින් යම් අවස්ථාවකදි තමයි අපි වීතික්‍රමණය කරන්න පෙළඹෙන්නේ. ඒ කියන්නේ අපි කෙලෙස් උපදවගෙන ඒ කෙලෙස්වලට අනුව හැසිරිලා තමයි අපි පව් සිද්ධ කරගන්නේ. නේද?

නමුත් රහතන් වහන්සේගේ හිතේ එහෙම යට ඉඳන් මතු වෙන්න ආස්‍රවයක් නෑ. අනුසය ධර්මයක් නෑ. හැබැයි එතන විස්තර කරන්නෙ, දැන් මෙතන මේ ප්‍රශ්නයේ අහනවා වගේ, බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා දැන් මේවා හා සම්බන්ධ සංඥාවලින් ඒ වෙහෙසෙන් දැන් හිත ශූන්‍යයි. හැබැයි අශූන්‍යයි එක දේකින්. තාමත් උන්වහන්සේ කයක් පරිහරණය කරනව නේ. නේද? උන්වහන්සේ තාම ජීවත් වෙනවා. මේ කය නිසා එතනිනුත් දුකක් තියෙනවා. මොකද, ලෙඩක් දුකක් හැදුණහම, වයසට ගියහම කය පරිහරණය කරන්න ගිහිල්ලා, මේ ජීවිතේ පරිහරණය කරන්න ගිහිල්ලා එන දරථ මාත්‍රයෙන් වෙහෙසෙන්, දුකෙන් හිස් නෑ, ශූන්‍ය නෑ.

අපි අහල තියෙනවානේ මුගලන් මහ රහතන් වහන්සේ අසනීප වෙලා තියෙනවා, සාරිපුත්ත මහ රහතන් වහන්සේ අසනීප වෙලා තියෙනවා, බුදුරජාණන් වහන්සේ අසනීප වෙලා තියෙනවා. ඒ කියන්නෙ රහතන් වහන්සේලා අසනීප වෙලා තියෙනවා. ඉතින් එතෙන්දි උන්වහන්සේලාට යම් කිසි වෙහෙසක් තියෙනවා. නේද? **බොජ්ඣංග සූත්‍රයෙ** බුදුරජාණන් වහන්සේ අහනවා මහා කාශ්‍යප රහතන් වහන්සේ අසනීප වෙලා අසාධ්‍ය වෙලා ඉන්නකොට **කච්චි තෙ කස්සප, ඛමනීයං?**

කච්චි යාපනීයං? කච්චි දුක්ඛා වෙදනා? පටික්කමන්ති නො අභික්කමන්ති? ඔහොම අහනවා නේ. නේද? කොහොමද කාශ්‍යප, මේක ඉවසන්න පුළුවන්ද? දැන් මේ වෙහෙස අඩු වෙනවද? රෝගය අඩු වෙනවද? ඉතින් එතකොට උන්වහන්සේ නෑ ස්වාමීනී මේක වැඩි වෙනවා කියල කියනව නේ. නේද? ඒ කියන්නෙ වෙහෙසක් තියෙනවා රහත් වුණත්. නමුත් කාමාස්‍රවයෙන් අවිජ්ජාස්‍රවයෙන් භවාස්‍රවයෙන් එන දුක නෑ. ඒවායින් හිත ශූන්‍යයි. නමුත් කය පරිහරණය කිරීම නිසා කයෙන් එන වෙහෙසක් තියෙනවා. ඒක තමයි බුදුරජාණන් වහන්සේ ඔතන විස්තර කරන්නේ. අර ආස්‍රවයන් එකකින්වත් එන පරිළාහයක්, වෙහෙසක් දැන් රහතන් වහන්සේගේ හිතට දැනෙන්නෙ නෑ. නමුත් තාමත් ජීවත්ව සිටීම නිසා, බොහොම චංචල කයක් දුර්වල කයක් පරිහරණය කිරීම නිසා එන වෙහෙස නම් තාම තියෙනවා. එහෙම තමයි ඒකෙ විස්තර කරන්නෙ.

<u>ප්‍රශ්න</u>: ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, වසර 08 ක කාලයක සිට භාවනාව පුහුණු වන්නෙක්මි. ආධුනික කාලයේ භාවනාව ආරම්භ කිරීම හා කයට සිත සමීප කරගැනීම පවා අපහසු විය. වසර 2 ක පමණ කාලය සිට ක්‍රමිකව එම තත්ත්වය පහව ගොස් භාවනා අරමුණ මතු වූ සැණින් සිත පිට නොයා ආනාපානය හරහා අනිමිත්ත ස්වභාවයකට (හිස් බවකට) පත්ව සිටිය හැක. සිත සිතෙහි පවත්වාගෙන යාමක් වැනිය. ඉඳහිට එන සිතුවිලි දැක අත්හැරී යන හැටි දකිමි. මුලදී එන සිතුවිලි ලේබල් කර අත්හැරීම සිදු කළ නමුත් දැන් ඇවිත් යනවා පමණි. ස්වාමීන් වහන්ස, උත්තරීතර හුදකලාව වශයෙන් හඳුන්වන්නෙත් මේ අනිමිත්ත ස්වභාවයටමද යන්න වැඩි දුරටත් පහදා දෙන්න.

<u>පිළිතුර</u>: උත්තරීතර හුදකලාව කියන එක දහමේ ඉගැන්වෙන තවත් ධර්ම කොට්ඨාශයක්. අපි ඇත්තටම මේ දේශනා මාලාව තුළදි ඒක කතා කළේ නැහැ. **භද්දේකරත්ත සූත්‍රය** කියලා සූත්‍ර 4 ක් මජ්ඣිම නිකායේ එනවා. ඒ භද්දේකරත්තය කියල කියන්නෙ උත්තරීතර හුදකලාව කියල කියන්න පුළුවන්. ඒ කියන්නෙ අපි ලබන විවිධ හුදෙකලා මට්ටම් තියෙනවා. දැන් හිතන්න අපි පිරිසගෙන් ඉවත් වෙලා ටිකක් ඈත් වෙලා මට පොඩ්ඩක් තනියෙන් ඉන්න ඕනැ කියල අපි කියන්නෙ. නේද? එතනත් හුදකලාවක් තියෙනවා. අපි කියනවා කාය විවේකයක් කියලා. එතකොට **කාය විවේක** මට්ටමත් එක්තරා හුදකලාවක්. ඊට පස්සෙ එහෙම ගිහිල්ලා කෙනෙක් භාවනාවක් කරලා හිත ටිකක් සන්සුන් කරලා හිතේ නීවරණ අයින් කරලා එහෙමත් ඉන්න

පුළුවන් නේ. ඒකට අපි කියනවා **චිත්ත විවේක** මට්ටමක් කියල. හැබැයි ඒකත් තාම එච්චරම හුදකලාවක් නෙවෙයි. මොකද, තාමත් තණ්හාව රාගය ඔය ටික ඔක්කොම තාම තියෙනවා නේ. සම්පූර්ණයෙන්ම හිත හුදකලා වෙලා නෑ. ඒ නිසා යම් කිසි කෙනෙකුට පුළුවන් නම් හිත සම්පූර්ණයෙන් කෙලෙසුන්ගෙන් නිදහස් කරගන්න ඒක තමයි උත්තරීතර හුදකලාවක් කියන්නේ. එතන කියන්නෙ **උපධි විවේක** මට්ටමක් කියලා.

භද්දේකරත්ත කියන එකේ අර්ථකථනය විස්තර කරනවා කටුකුරුන්දේ ඤාණානන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ. ඒකට පොතක් පළ කරල තියෙනවා. එතන පෙන්නන ඒ හුදකලා මට්ටමයි, දැන් මෙතෙන්දි අහන සතිපට්ඨානය මුල් කරගත්ත හුදකලා මට්ටමයි එකක්ම කියන්න පුළුවන්. අනිශ්‍රිත අනුපාදන මට්ටමයි, අනිමිත්ත තත්ත්වයයි, ඔය කතා කරන උත්තරීතර හුදකලාවයි ඔක්කොම එකම සමාන්තර තලයක් ගැන තමයි බුදුරජාණන් වහන්සේ විස්තර කරන්නේ. ඒවායේ තාම අඩුපාඩුකම් අපිට තියෙන්න පුළුවන්. අදත් මේ අපි කතා කළේ එක පාරටම කෙනෙකුට සර්ව සම්පූර්ණ අනිමිත්ත තත්ත්වයක්, සර්ව සම්පූර්ණ අනිශ්‍රිත තත්ත්වයක් ලැබෙන්නෙ නෑ. එයාට සාපේක්ෂකව තමයි මුලින් එයාට ඒක ලැබෙන්නෙ. එයා එතන ඉඳන් ඒක තව තව දියුණු කරගෙන දියුණු කරගෙන යන්න ඕනැ.

කෙනෙකුට ගොඩබිමක් පිළිබඳව දැක්මක් ඇති වුණා. දැන් එයා අතරමං වෙලා වතුරෙ ගහගෙන යමින් හිටියෙ. ඔළුව උස්සල බලද්දි ඔන්න පේනවා යම් කිසි දූපතක්. දැන් එයාට ඒ දක්වා පීනගෙන යන්න පුළුවන් නෙ. අන්න ඒ වගේ තමයි මේ දහමේ පෙන්නන්නේ එයාට කුසලතා දියුණු කරගෙන යනකොට, විපස්සනාවක් වඩාගෙන යනකොට යම් කිසි ඉමක්, දැක්මක් පිළිබඳව නිවැරදි දර්ශනයක් හිතේ පහළ වෙලා, සම්මා දිට්ඨියක් හිතේ ඇති වෙලා 'ආ දැන් නම් මේකයි කරන්න තියෙන්නේ' කියලා හැඟීමක් පහළ වේවි. එතන ඉඳන් දිගට දිගට දිගට ඒ දැක්ම ඔස්සේ ක්‍රියාත්මක වෙන්න ඕනැ. නේද? එහෙම ක්‍රියාත්මක වුණා නම් යම් අවස්ථාවකදි ඔය දිවයිනට ගොඩවෙන්න පුළුවන් වෙයි.

ඔය වගේ තමයි අපි තේරුම්ගන්න තියෙන්නේ. මේ කතා කරන උත්තරීතර හුදකලාව වේවා, අනිශ්‍රිත ස්වභාවය වේවා, උපාදන රහිත තත්ත්වය වේවා, අනිමිත්ත තත්ත්වය වේවා, මේ ඔක්කොගෙන්ම එකම ස්වභාවයක් තමයි විවිධ දෘෂ්ටිකෝණවලින් විස්තර කරලා දෙන්නේ.

සඤ්ඤා විරත්තස්ස න සන්ති ගන්ථා - පඤ්ඤා විමුත්තස්ස න සන්ති මොහා,
සඤ්ඤඤ්ච දිට්ඨිඤ්ච යෙ අග්ගහෙසුං, තෙ ඝට්ටයන්තා විචරන්ති ලොකෙ.
මාගන්දිය සූත්‍රය - සුත්ත නිපාතය - අට්ඨක වග්ගය

සංඥාව පිළිබඳව ඇල්මක් නැති තැනැත්තාට, කෙලෙස් ගැට නැත.
ප්‍රඥාවෙන් විමුක්ත වූ පුද්ගලයාට මෝහයෙන් මුළාවීමක් නැත.
සංඥාවත් දෘෂ්ටියත් යම් කෙනෙක් අල්ලා ගත්තාහු නම්
ඔවුහු ලෝකයේ ගැටෙමින් හැසිරෙත්.

ISBN 978-624-5512-39-3

Quality Printers
0114870333