

၂၉ ခုကိုင်ဆောင်မှု

වූළ සුඤ්ඤාන සූත්‍රය

ප්‍රථම මුද්‍රණය :- 2015 මාර්තු

ධර්ම දානයකි

නොමිලයේ බෙදාදීම පිණිසයි.

පොත පිළිබඳ සියලු විමසීම් :

කේ. දයානන්ද

දුරකථන අංක : 077 7 665 198

මුද්‍රණය :

නෙත්විත් ප්‍රින්ටර්ස්

“දළඳා සෙවනේ අපි” පදනම,

ගැටඹේ හන්දිය,

මහනුවර

දුරකථන : 081 2 386 908

පුණ්‍යානුමෝදනාව

භාග්‍යවත් වූ අර්හත් වූ සම්මා සම්බුදු රජාණන් වහන්සේ විසින් සකල ලෝක සත්වයා වෙත පතළ මහා කරුණාවෙන් දේශනා කොට වදාළ ශ්‍රී සද්ධම්මය,

අද දවසේ අප පිළිබඳ වූ අනුපමේය කරුණාවෙන් දේශනා කරන්නා වූ අති පූජනීය මාන්කඩවල සුදස්සන ස්වාමීන් වහන්ස,

මෙම දහම් පුස්තකය ඔබ වහන්සේගේ දෙපා නැමද පිළිගන්වමු.

මෙම ධර්ම දානමය කුසල ශක්තිය උපනිශ්‍රය වීමෙන් ඔබ වහන්සේට නිදක් නිරෝගී භාවය හා විර පීඩනය සැලසේවා!

ප්‍රාර්ථනීය බෝධියකින් මාගීඵල නිව්‍යාණ අවබෝධයම වේවා!

මිය පරලොව ගිය ඔබ වහන්සේගේ පියාණන් හට ද සුපීවත්ව සිටින ආදරණීය මැණියන් හා මිත්තණියට ද උතුම් වූ නිවහින්නම සැනසීම ලැබේවා!

පුනරුත්ථාපනය

මාතලේ බෝගහකොටුව ශ්‍රී විජයතිලකාරාම විහාරස්ථානයේ මාසිකව පවත්වාගෙන එනු ලබන සුමන සඳහම් වැඩසටහන වෙනුවෙන් ධර්ම දානය පිණිස බෙදාදීම සඳහා මේ උතුම් ධර්ම පුස්ථකය සකස් කරන ලදි.

මෙම ධර්ම පුස්ථකය, සුමන දහම් පදනම මගින් 2014 වර්ෂයේ අගෝස්තු මස සංවිධානය කරන ලද තෙදින සුමන සඳහම් භාවනා වැඩසටහනේදී කැකිරාව ලබුනෝරු කන්ද ආරණ්‍ය සේනාසනයේ ධර්මාවාර්ය පූජ්‍යපාද මාන්කඩවල සුදස්සන හිමිපාණන් විසින් පවත්වන ලද දුර්ලභ වූත්, විචිත්‍ර වූත් පරම ගාමිණීර වූ ධර්ම දේශනාවෙන් සකස් කරන ලද්දකි.

මෙම ධර්ම දානමය පුණ්‍ය කර්මයට පූර්ණ බැතිබර දායකත්වය දරනු ලබන්නේ මාතලේ, හරස්මගම පදිංචි වෛද්‍ය සුරංගනී චිරසේකර මෙනවිය හා නයනා විතානගේ මහත්මිය ඇතුළු එම පවුල්වල පිංවත් පිරිස විසිනි.

මවුන්ගේ මේ අයුරින් යහපත් වූ ආශීර්වාදයටත්, පුනරුත්ථාපනාවටත් අනුව, සුපීවත්ව වාසය කරන චිරසේකර මෙනවියගේ පියාණන් වන ඩබ්.එම්.ඊ. චිරසේකර මහතාටද, මෂණියන් වන ඒ.එම්.කේ.එම්.පී. සෝමාවතී මහත්මියටද, නයනා විතානගේ මහත්මියගේ මෂණියන් වන කේ.පී.ඩී.ප්‍රේමාවතී මහත්මිය ඇතුළු ඒ.එම්.බංඞාර මෂණිකේ මහත්මියට හා සෝමා ජයතිස්ස මහත්මියට නිදක් නිරෝගි බවත්, දීර්ඝායුෂ හා උතුම් ධර්මාවබෝධය ලැබෙනු පිණිස හා මියගියා වූ කේ.පී.ඩී.ධනවතී මහත්මියට හා තරණී තෙන්නකෝන් දියණිය ඇතුළු දෙපාර්ශවයේ මියගිය සියළුම ඥාතීන්ට හා පිං බලාපොරොත්තු වන සියළු දෙනාටත් මේ පුණ්‍ය ශක්තියෙන් උතුම් චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මයම අවබෝධ වේවා. එමෙන්ම සියළුම දෙවියෝද මේ පින දැක බලා අනුමෝදන් වෙත්වා. සියළු ලෝක වාසී සත්වයෝම දුක් පිරි සසරින් මිදී උතුම් නිවනින්ම සැනසෙත්වා!

මේ උතුම් ධර්ම දානය විශාල පිරිසක් අතට පත්කිරීමට විශේෂයෙන් සහාය ලබාදුන් සුමන දහම් පදනමේ පිංවත් පිරිසටත්, මුද්‍රණ කටයුතු කිරීම සඳහා දේශනය පිටපත් කරමින් විශේෂ සහාය ලබාදුන් පේරාදෙණියේ පදිංචි කලාණා මිත්‍ර පිරිසටත්, නෙත්වින් මුද්‍රණාලයේ කාර්ය මණ්ඩලයටත්, සත්පුරුෂ කලාණා මිත්‍ර සියළු දායක කාරක සාමදෙනාට මත්, මේ උතුම් ධර්ම දානමය කුසලය, මේ ගෞතම බුද්ධ ශාසනයේදීම උතුම් චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය අවබෝධ කොට ඒ අමා මහ නිවනින් සැනසීම ලැබීමට හේතුවේවා! අනුමෝදන් වෙත්වා!

එමෙන්ම ගෞරවනීය අති පූජ්‍ය මාන්කඩවල සුදස්සන හිමිපාණන් වහන්සේට හා අති පූජ්‍ය පිටිගල ගුහරතන හිමිපාණන් වහන්සේට නිදක් නිරෝගි සුවයත්, මේ සිදුකරන ශාසනික සේවාව තුල ජනිත වන සියළු කුසල ධර්මයන් හේතුවෙන් ලොව්තුරු සැපතම ලැබේවායි ප්‍රාර්ථනා කරන අතර මෙම ධර්ම ග්‍රන්ථය පරිශීලනය කරන සත්පුරුෂ කල්‍යාණ මිත්‍ර ඔබ සැමටද වහ වහා උතුම් වතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය අවබෝධ වේවා!

තෙරුවන් සරණයි !

මෙයට ශාසන හිතකාමී,
පූජ්‍යපාද හරංකහවේ සිරි සුමංගල හිමි
ප්‍රධාන අනුශාසක
සුමග දහම් පදනම
බෝගහකොටුව ශ්‍රී විජයතිලකාරාම විහාරස්ථානය,
මාතලේ.

හමොතස්ස හගවතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස
හමොතස්ස හගවතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස
හමොතස්ස හගවතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස

අපගේ අති ගෞරවනීය හරංකහවේ ලොකු ස්වාමීන් වහන්සේ ඇතුළු සඳා පූජනීය වූත්, වන්දනීය වූත් මහා සංඝරත්නයෙන් අවසරයි. ශ්‍රද්ධා බුද්ධි සම්පන්න කාරුණික පින්වතුනි, මේ පින්වත් සියලු දෙනාම අද දවසේ දිත් බොහොම වටිනා පින්කමකට, කුසල ධර්මයකටයි සූදානම් වෙන්නේ.

මේ ඉමක් කොණක් පරක් තෙරක් නැති අනවරාග්‍ර වූ සංසාරයේ ඒ මේ අත ඇවිදීමත් සැරිසරමින් දුක් විඳින ලෝක සත්වයා කෙරෙහි අනුකම්පාවෙන් තමයි ලොවුතුරා සම්මා සම්බුදු රජාණන් වහන්සේලා ලෝකේ පහළ වෙන්නේ. ඒ තර්කාගතයන් වහන්සේලා ලෝකේ පහළ වෙලා ලෝකයේ තිබෙන සැබෑ ස්වභාවය අවබෝධ කරගෙන සියලු භව ගමන නතර කරලා, සියලු සංසාර දුක නතර කරලා ඒ පණිවිඩය ලෝකයේ තබලා පිරිනිවන් පා වදාළා.

පින්වතුනි, ඒ සද්ධර්මය මේ ලෝකයේ අරගෙන එන්නේ මහා සංඝරත්නය. ඉතින් මහා සංඝරත්නය මේ ධර්මය, මේ ශාසනය, මේ පණිවිඩය අරගෙන එන්නේ නිකම් නෙමෙයි. මේ තුළින් තව වැඩ ගන්න හේතු සම්පත් තියෙන පිරිස ඉන්න නිසයි. ඉතින් මෙතන දී ඒකට සාක්ෂි පිණිසදෝ කොහෙද විශේෂයෙන්ම මේ නුවර ප්‍රදේශයේ, මාතලේ ප්‍රදේශයේ පින්වතුන් බොහොම ශ්‍රද්ධාවන්තයි. නිකම්ම ශ්‍රද්ධාවක් තියෙනවා නෙමෙයි, ඇත්තටම විමසන නුවණක් ඇතිව යමක් අවබෝධ කරගන්නට ඕන කියන කළණ අදහස් ඇතුව කටයුතු කරන බවකුත් තේරෙනවා.

ඒ නින්දයි ජීවිතේ ඉඩ ලැබෙන හැම වෙලාවකම මේ පින්වතුන් ධර්ම තුළ ගොනු වෙන්නේ. ඒ වගේ කුසල පරිසරයක් තුළ අපේ ස්වාමීන් වහන්සේ මතක් කළා ඊයේ දවසේ ඉඳලා මේ පින්වතුන් භාවනා වැඩ සටහනක් පටන් ගන්නා කියලා. ඉතින් අපේ මානන්ගොඩ මහත්මාත්, සෙනෙවිරත්න මහත්මාත් ඇවිල්ලා මට මතක් කළා. හැමදාමත්ම කියනකොට ප්‍රතික්ෂේප කරන්න හොඳ නැහැනේ. ඒ නිසා මම කිව්වා “හොඳයි, මම එහෙනම් එක දවසකට වඩින්නම්” කියලා.

ඉතින් අද දවසේ දී අපිට සසර දුකින් එතෙර වෙත ධර්ම ඥානය ලබා ගන්න පුළුවන් වටිනා දහම් කරුණු ටිකක් කියලා දෙන්න මම බලාපොරොත්තු වෙනවා.

විශේෂයෙන් ම මට හිතනා මජ්ඣිම නිකායෙ වූළ සුඤ්ඤාන සූත්‍රය කියලා දන්නොත් හොඳයි කියලා. හැබැයි බොහොම ගැඹුරැයි. ඒ හින්දා හැම දෙනාම නොයෙක් නොයෙක් අරමුණු වල සිත මෙහෙයවන්නෙ නැතුව සිතේ එකඟකම ඇති කරගෙන බොහොම උචමනාවෙන් මේ දේශනාව ශ්‍රවණය කරන්නට ඕන.

මම හැමදාම මතක් කරලා තියෙනවා. පින්වතුනි, අද මෙහෙම හිරියට අපි සසර බෙහෝ දුක් විඳපු අය. ඒ දුක ගෙවෙන මානයක් තවම පේන්න නෑ. අද දවසෙදි අපි බුද්ධිමත් වුනොත් නුවණැත්තෝ වුනොත් මේ දුක් සහගත සසර ගමන නිවාගන්න පුළුවන්.

අපි අද මනුෂ්‍යයෙක් වෙලා හිරියට හැමදාම අපිට මෙහෙම ආත්ම භාවයන් ලැබෙනවා නොවෙයි. එහෙම ලැබෙනවා නම් ඒ ද සසර දුකයි නොකිව යුතුයි. නමුත් හැමදාම මෙබදු වටපිටාවන් ලැබෙන්නෙ නැහැ.

පින්වතුනි, අපි සමහර විටෙක දුක ගැන හිතින් හිතනවා, වචන කතා කරනවා, නමුත් ඒවා අපිට ඇඟට දැනෙන්නෙ නැහැ. දැන් මම වුනත් බොහෝ විටක දේශනා කරලා තියෙනවා, 'අපි සසර බොහෝ දුක් විඳලා තියෙනවා. මව් මල දුකට අඩපු කළඹ සතර මහා සාගරේ ජලයට වැඩියි' මේ විදියට දේශනා කරලා, 'හොරි, කුෂ්ඨ, දද හැදිලා මුළු ලෝකයම පිළිකුල් කරන පීචනයක් ගෙවලා මැරුණා වාර ඕන තරම් ඇති' කියලා.

පින්වතුනි, මේ ළඟදි මට ටිකක් අසනීප වෙලා මම ඉස්පිරිතාලෙ ගියා. රෝහලේ වාට්ටුවේ ඉඳිද්දි මට එක් රෝගී හික්ෂුන් වහන්සේ නමක් හමුවුනා. මේක මම කියන්නෙ අඩු තක්සේරුවක් සඳහා නෙවෙයි. අපිට පීචතේ ගැන හිතන්න. ඇත්තටම කියන දේට වඩා පීචතේ ස්පර්ශ කරන්න වෙනකොට තියෙන වෙනස කොච්චරද කියලා මට හිතනා.

ඒ ස්වාමීන් වහන්සේගෙ ශරීරයෙ කුෂ්ඨ රෝගයක් හැදිලා එක අඟලක්වත් නෑ ප්‍රකෘති නම. සැරව ගලනවා. ළඟ පාත කෙනෙකුට ඉන්න බෑ. එව්වරට දුර්ගන්ධය හමනවා. මුළු ශරීරයම කුණු වෙලා. ඉතින් මට හිතනා මේක මේ තව ස්වාමීන් වහන්සේ නමකගෙ, තව කෙනෙකුගෙ දෙයක් නෙවෙයි. මේක අපේම පීචිත කතාව නේද කියලා. සසරෙ හිරියොත් මේ වගේ දේවල් උරුම වෙනවා නේද කියන එක. ඇත්තටම මට දේවදූත සූත්‍රය මතක් වුනා. බුදු හාමුදුරුවෝ නුවණක් තියෙන පුරුෂයන්ට දේව දූතයෝ පස් දෙනෙක් පෙන්නනවනෙ. රෝගී කෙනත් එක දේවදූතයෙක්.

පින්වතුනි, ඒ අරමුණ දැක්කහම ඇත්තටම මට හිතෙනවා මේ පින්වතුන්ගෙන් බාගයක්වත් ගිහිගෙදරක නම් ඉන්නේ නැතිවෙයි. ඒවිවරට කළකිරෙන ස්වභාවයක්. අපිට නොතේරුනාට මේ රූපයේ ස්වභාවය මෙබඳුයි නේද කියලා මා තුළින් ඇතිවුනේ හරිම සංවේගයක්.

මමත් තීරණය කළා බණ දහම කියා දීම පසෙක ලා සම්පූර්ණයෙන්ම භාවනා පැත්තට යොමු වෙන්න. නමුත් බොහෝ දෙනෙකුගේ ඉල්ලීම සහ බාරගන්න වැඩ කටයුතු, යුතුකම් නිසා ටික දිනකට ඒක කල් දැමීමා.

මම මේ ටික මතක් කළේ පින්වතුනි, හැමදාම සසර අපිට මෙබඳු ආත්ම භාවයන් ලැබෙන්නේ නැහැ. මේ ජීවිතය දුක් සහගතයි. ඒ නිසා කොහොම හරි මේ ධර්මය අවබෝධ කරගන්න උත්සාහවත් වෙන්නට ඕන. සිහියෙන් විරිය යොදන්නට ඕන. එහෙම කළොත් අපිට මේ ජීවිතයේ දීම මේ දුක කෙළවරක් කරගන්න බැරිවෙන්නේ නැහැ. ඒ නිසා හැම දෙනාම බොහෝම උවමනාවෙන් මේ දේශනාව අහලා තමන්ගේ ජීවිතයට රැකවරණයක් හදාගන්න කියන එක මුලින්ම මතක් කරනවා. අපිව සසරට වැටුන දවසට, දුකට පත්වෙවිච දවසට බේරගන්න වෙන කවුරුවත් එන්නේ නැති බව හැම දෙනාම හොඳට සිහිපත් කරගන්නට ඕන.

මම මුලින් මේ දේශනාව පිළිබඳව ටිකක් කතා කරලා ඒ අනුසාරයෙන් දහම් කරුණු ටිකක් පැහැදිලි කරලා භාවනා කරන හැටිත් කියලා දෙන්නම්. මේ සූත්‍රය ටිකක් ගැඹුරුයි. නුවණින් දකින්න ඕන කරුණු තියෙන්නේ. ඒ නිසා මේ දේශනාව ඔස්සේ ම හිත යොමු කරන්න කියලත් මතක් කරනවා.

පින්වතුනි, මේ චූළ සුඤ්ඤාන සූත්‍රය මජ්ඣිම නිකායේ උපරිපණ්ණාසකයේ, ඒ කියන්නේ තුන්වෙනි කොටසේ, සුඤ්ඤාන වග්ගයේ තියෙන සූත්‍රයක්. මම මේ ටික මතක් කළේ ශූන්‍යතාවය කිව්වහම අපි එක එක්කෙනා එක එක විදියේ අදහස් ඇති කරගන්නවා. කිසිම අරමුණක් නැති හිස් බවක් තමයි ශූන්‍යතාවය කියන්නේ කියලා සමහර අය හිතනවා.

භාවනා කරනකොට අරමුණු අඩු කමක් අපිට දැනෙනකොට අපි හිතාගෙන ඉන්නවා අපි ශූන්‍යතා වේතෝ විමුක්තිය ලැබුවා කියලා. නමුත් එහෙම කිසිවක් නැති හිස් බවක් ගැන කතා කරන එකක් හෙවෙයි තර්කාගතයන් වහන්සේ දේශනා කරන්නේ. සත්ව පුද්ගල ආත්ම භාවයෙන් ශූන්‍ය, ශූන්‍යතාවයක් ගැනයි බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වා දෙන්නේ කියන කාරණාව පැහැදිලි කරලා දෙන ඉතාම වටිනා සූත්‍රයක්. ඒ නිසා මේ සූත්‍රය පිළිබඳව ටිකක් කතා කළොත් හොඳයි කියලා මට හිතනවා.

ඒවං මේ සුතං : එකං සමයං භගවා සාවත්ථියං විහරති පුබ්බාරාමෙ මිගාර මාතු පාසාදෙ.

විශාඛා උපාසිකාව විසින් කරවන ලද පූජාරාමයෙ, මිගාර මාතු පාසාදයෙ වැඩ ඉන්න කාලෙදි,

අට්ඨ ඛො ආයස්මා ආනන්දො සායන්හසමයං පටිසල්ලානා වුට්ඨිතො යෙන භගවා තෙනුපසංකම්, උපසංකම්ත්වා භගවත්තං අභිවාදෙන්වා එකමන්තං නිසීදි, එකමන්තං නිසින්නො ඛො ආයස්මා ආනන්දො භගවත්තං එතදවොච:

එක දවසක් හවස් කාලෙය එල සමවගින් නැගිටලා ආනන්ද හාමුදුරුවො භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ළඟට ගියා. ගිහිල්ලා වන්දනා කරලා එකත් පසෙක ඉඳගෙන ආනන්ද හාමුදුරුවො භාග්‍යවතුන් වහන්සේට මෙන්න මෙහෙම ප්‍රකාශ කරනවා.

එකමීදං හන්තෙ, සමයං භගවා සක්කෙසු විහරති නාගරකං නාම සක්‍යානං නිගමො. තත්ථ මෙ හන්තෙ, භගවතො සම්මුඛා සුතං සම්මුඛා පටිග්ගහිතං. සුඤ්ඤතාවිභාරෙනානං ආනන්ද, එතරහි ඛුද්‍රං විහරාමිහි. කච්චි මෙ තං හන්තෙ, සුස්සුතං සුග්ගහිතං. සුමනසිකතං සුපධාරතන්හි.

ස්වාමීනි, මට මතකයි භාග්‍යවතුන් වහන්සේ එක්තරා කාලයක ශාක්‍යයන්ගේ නාගරක නම් නියමි ගමේ වාසය කරන කොට මෙන්න මෙහෙම වචනයක් කිව්වා. “ආනන්ද, මේ කාලෙදි මම බොහෝ සෙයින්ම ශූන්‍යත විහරණයෙන් වාසය කරනවා කියලා. භාග්‍යවතුන් වහන්ස, මෙය මාගේ මනාකොට ඇසීමක් ද? මනාකොට ධාරණය කිරීමක් ද? මනාකොට මෙනෙහි කිරීමක් ද? කියලා අහනවා.

තග්ඝ තෙ එතං ආනන්ද, සුස්සුතං සුග්ගහිතං. සුමනසිකතං සුපධාරතං. පුබ්බෙපානා ආනන්ද, එතරහිපි සුඤ්ඤතාවිභාරෙන ඛුද්‍රං විහරාමි.

“ආනන්ද, ඔබගේ මෙනෙහි කිරීම, ග්‍රහණය කිරීම, මතක තබා ගැනීම මනාකොට මතක තබා ගැනීමක්. ආනන්ද එදත්, එදා විතරක් නෙවෙයි දැනුත් මම බොහෝ සෙයින්ම ශූන්‍යත විහාරයෙන්මයි වාසය කරන්නෙ.”

සෙය්‍යථාපි ආනන්ද, අයං මිගාරමාතුපාසාදො සුඤ්ඤො හත්ථිගවාස්සවළවෙන, සුඤ්ඤො ජාතරූපරජතෙන, සුඤ්ඤො ඉත්ථිපුරිස සන්නිපාතෙන, අත්ථි වෙච්ඳං අසුඤ්ඤතං යදීදං නික්ඛුසංඝං පටිච්ච එකත්තං.

ශ්‍රත්‍යතාවයට උපමාවක් කියනවා බුදුරජාණන් වහන්සේ ආනන්ද, මේ විහාරය අලින්ගෙන්, අශ්වයන්ගෙන්, ගවයන්ගෙන් ශ්‍රත්‍යයි. ඒ වගේම රන් මසු, මිල මුදල් වලින් ශ්‍රත්‍යයි. ඒ වගේම ස්ත්‍රී පුරුෂයන්ගෙන් ශ්‍රත්‍යයි. නමුත් එක්ම අශ්‍රත්‍යතාවයක් තියෙනවා. කුමක් නිසාද මේ හික්ෂු සංඝයා නිසා.

මේ විහාරය හික්ෂු සංඝයා නමැති එක්ම ධර්මතාවයෙන් අශ්‍රත්‍යයි. එක්ම ඒකත්වයක් තියෙනවා හික්ෂු සංඝයා නිසා. ඒ ඒකත්වය හැර අනික් සියලුම ධර්මතාවයන්ගෙන් ශ්‍රත්‍යයි.

එතකොට ඔන්න ශ්‍රත්‍යතාවයට උපමාවක් කරනවා බුදුරජාණන් වහන්සේ. මුකුත්ම නැතුවා නෙවෙයි. එකම ධර්මතාවයක් තියෙනවා. මොකක්ද හික්ෂු සංඝං පටිච්ච. හික්ෂු සංඝයා හැර අනික් සියල්ලෙන් ශ්‍රත්‍යයි, රන් රිදී මිල මුදල් වලින් ශ්‍රත්‍යයි, ස්ත්‍රී පුරුෂයන්ගෙන් ශ්‍රත්‍යයි.

මේ විදියට බුදුරජාණන් වහන්සේ උපමාවක් පෙන්වලා,

එව මෙව ඛො ආනන්ද, හික්ෂු අමනසිකර්ත්වා ගාමසඤ්ඤං, අමනසිකර්ත්වා මනුස්ස සඤ්ඤං, අරඤ්ඤසඤ්ඤං පටිච්ච මනසිකරොති එකත්තං.

යම්කිසි හික්ෂුවක් නොයෙක් ගම් නියම්ගම් මෙනෙහි කරන්නේ නැතුව, නොයෙක් මනුෂ්‍යයෝ ගැන සිති කරන්නෙ නැතුව එක්ම අරණ්‍ය සංඥාවකින් ඉන්නවා නම්,

තස්ස අරඤ්ඤ සඤ්ඤාය චිත්තං පක්ඛන්දති පසිදති සන්තිට්ඨති අධිමුච්චති.

ඒ අරඤ්ඤ සංඥාවෙහි හිත මොනොවට බැස ගන්නවා නම් හිත පහදිනවා නම්, හිත විසිරෙන්නෙ නැත්නම්, හිත එකඟ නම් එක්ම අරඤ්ඤ සංඥාව තුළ පමණක් ම හිත තබාගෙන ඉන්නකොට,

සො එවං පජානාති ඵයා මෙන්ත මෙතෙම දැනගන්නවා. යෙ අස්සු දරථා ගාම සඤ්ඤං පටිච්ච, තෙධ න සන්නි.

ගාම සඤ්ඤාව මුල් කරගෙන එන යම් දුකක් වෙහෙසක් තියෙනවා නම් ඒ දුක, වෙහෙස නැහැ එක්ම අරණ්‍ය සංඥාවෙන් ඉන්නවා, ගාම සඤ්ඤා නැහැ. මනුෂ්‍ය සඤ්ඤා නැහැ. මෙතෙම අරණ්‍ය සංඥාවෙන් ඉන්නකොට ඵයා හොඳට දන්නවා ගමක් ගැන, නියම් ගමක් ගැන සිති කරන කොට ඇතිවෙන වෙහෙසක්, දැවිල්ලක්, දුකක් තියෙනවා නම් ඇලීමක්, ගැටීමක් වශයෙන් හෝ

රැවටීමක් වශයෙන් හෝ රාග ද්වේෂ මෝහ හෝ ඒ නිසා ඇතිවෙන කිසිම වෙහෙසක් නැහැ. එයා දන්නවා දැන් ගාම සඤ්ඤාව නිසා ඇතිවෙන වෙහෙස තමන්ට නැති බව.

යෙ අස්සු දරටා මනුස්ස සඤ්ඤං පටිච්ච තෙධ න සන්නි.

මනුස්ස සංඥාව සිහි කිරීම නිසා එන යම් දුකක්, වෙහෙසක් දරට් බවක් තියෙනවා නම් එය ද මෙහි නැහැ.

අත්ථි වෙවායං දරට් මත්තා යද්දං අරඤ්ඤ සඤ්ඤං පටිච්ච ඵකත්තන්නි.

එක්ම දරට් බවක්, එක්ම අපහසු කමක් තියෙනවා නම් මේ අරණ්‍ය සංඥාව මුල් කරගෙන තියෙන ටික විතරයි.

සො සුඤ්ඤම්ඤං සඤ්ඤාගතං ගාම සඤ්ඤායාති පජානාති.

එයා ගාම සංඥාවෙන් ශුන්‍යයි කියලා හොඳට දන්නවා.

සුඤ්ඤම්ඤං සඤ්ඤාගතං මනුස්ස සඤ්ඤායාති පජානාති.

මනුෂ්‍යයන් අනුව ගිය සංඥාව දැන් ශුන්‍යයි කියලා එයා දන්නවා.

අත්ථි වෙච්ඤං අසුඤ්ඤතං යද්දං අරඤ්ඤ සඤ්ඤං පටිච්ච ඵකත්තන්නි.

අරණ්‍ය සංඥාව මුල් කරගෙන පවතින එක්ම දරට් බවක් විතරයි තියෙන්නෙ.

ඉති යං හි ඛො තත්ථ න හොති, තෙන තං සුඤ්ඤං සමනුපස්සති.

එහි යමක් නැද්ද ඒ නැති බවත් එයා හොඳට දන්නවා.

යං පන තත්ථ අවසිට්ඨං හොති තං සන්නම්ඤං අත්ථිති පජානාති.

යමක් ඉතිරි වී ඇද්ද ඒ ඉතිරි වී තිබෙන දේත් හොඳට දන්නවා.

එතකොට දැන් ශුන්‍යතාවය කියන කොට මුතුන් නැති බව නෙවෙයි කියන්නෙ. එක ධර්මතාවයකට හිත තබලා අතික් සියලු ධර්මතාවයන්ගෙන් මිදිලා ඉන්න එකට කියනවා එක්තරා ශුන්‍යතාවයක් කියලා.

මේ ශුන්‍යත වේතෝ විමුක්තියෙ නොයෙක් ප්‍රභේද තියෙනවා. මේ ශාසනය ඇසුරු කළ ශුන්‍යතාවයකුත් තියෙනවා. මේ ශාසනෙන් බැහැර ශුන්‍යතාවයකුත් තියෙනවා. මෙතනදී තථාගතයන් වහන්සේ මේ ශුන්‍යතාවය

එක එක විදියට අර්ථ දක්වනවා. නවම මේ ආර්ය ශූන්‍යතාවයම කිව්වා නෙවෙයි.

මෙහෙම අරණ්‍ය සංඥාවෙන් ඉන්නකොට ගාම සංඥා, මනුෂ්‍ය සංඥාවන්ගෙන් ශූන්‍යයි. එයාට එක්ම ආරණ්‍ය සංඥාව ඇසුරු කරගෙන පවතින දුර්වකමක් විතරමමයි තියෙන්නේ. මේකත් එක්තරා මට්ටමක ශූන්‍යතාවයක්.

අපි හිතාගෙන ඉන්න විදියෙ කිසිම දෙයක් නැති අහස වගේ නැතක් ගැන කිව්වා එහෙම නෙවෙයි.

මං එහෙම කිව්වෙ, ගොඩක් දෙනෙක් මට ඇවිල්ලා කියනවා, “ස්වාමීන් වහන්ස, මට දැන් කිසිම අරමුණක් නැති ශූන්‍යතාවයෙ හොඳට හිත තියාගෙන ඉන්න පුළුවන්. මේක ආර්ය ශූන්‍යතාවය නේද” කියලා අහනවා. ඒ නිසයි මම හිතුවෙ ඒ කාරණාවත් මුල් කරලා යථාභූත ස්වභාවය පෙන්නලා ඊට පස්සෙ එතෙන්නට යන මාර්ගය කිව්වොත් වඩා හොඳයි කියලා.

එවම්පිස්ස එසා ආනන්ද, යථාභූතවා අභිපල්ලත්වා පරිසුද්ධා සුඤ්ඤතාවක්කන්ති භවති.

ආනන්ද මෙසෙයිනුත් යථා භූත වූ විපල්ලාස නැති පිරිසිදු ශූන්‍යතාවයක් වෙයි.

දැන් මෙනෙදි නිත්‍ය, සුඛ, ආත්ම වශයෙන්, ස්ත්‍රී පුරුෂ වශයෙන් අරමුණු නැති පිරිසිදු ඒ කියන්නේ නිවරණ ධර්ම නැති එක්තරා මට්ටමක ශූන්‍යතාවයක් තියෙනවා.

ඊට පස්සෙ නරාගතයන් වහන්සේ දේශනා කරනවා,

පුනච පරං ආනන්ද, නික්ඛු අමනසිකර්ත්වා මනුස්ස සඤ්ඤං අමනසිකර්ත්වා අරඤ්ඤ සඤ්ඤං.

කිසිම මනුස්සයෙක් ගැන හිතන්නේ නැතුව, අරණ්‍ය සංඥාවක් හිතන්නේ නැතුව,

පඨවි සඤ්ඤං පටිච්ච මනසිකරොති එකත්තං. පඨවි සංඥාව විතරක්ම මෙහෙති කරනවා. දැන් මෙහෙම හම්බවෙනකොට ස්ත්‍රී පුරුෂ මනුෂ්‍යයෝ හැටියට සිති කරන්නේ නැහැ. ගස් ගල්, ගෙවල් දොරවල් හැටියට සිති කරන්නේ නැහැ. අරණ්‍යය හැටියට සිති කරන්නේ නැහැ. මේ හැම තැනකම තියෙන්නේ පඨවි ධාතුව නේද කියලා කෙනෙක් සිති කරනවා කියන්නකො. එහෙම පඨවි ධාතුව සිති කරනවා නම්,

තස්ස පඨවි සඤ්ඤාය චිත්තං පක්ඛන්දති පසිදති සන්තිට්ඨති අධිමුච්චති.

දැන් අපිටත් පුළුවන්හෙ පඨවි සංඥාව කියලා හිතන්න. නමුත් එහෙම හිතුවට ඒ පඨවි සංඥාව සිහි කරන වෙලාවෙදි මනුෂ්‍ය සංඥා, ස්ත්‍රී සංඥා පුරුෂ සංඥා ශුන්‍ය වෙන්න පුළුවන්. නමුත් ඒකට ශුන්‍යත වේතෝ විමුක්තිය කියලා කියන්නෙ නෑ. එහෙම පඨවි සංඥාව සිහි කරන කොට,

- මේකෙදි හොඳ කාරණයක් කියනවා -

පඨවි සඤ්ඤාය චිත්තං පක්ඛන්දති

පඨවි සංඥාවෙ හිත හොඳට බැසගෙන සිටිනවා.

හිතින් ඒක හොඳට පිළිගන්නවා.

පසිදති - හිත ඒ පඨවි ධාතුවෙ හොඳට පහදිනවා.

සන්තිට්ඨති - මනාව හිත නතර වෙලා තියෙනවා.

අධිමුච්චති - හිත බැසගෙන තියෙනවා.

ඒ කිව්වෙ කෙනෙකුට පඨවි සංඥාව සිහි කරන්න පුළුවන් නම් හිත කිසිම දේකට හෙලවෙන්නෙ නැතුව ඒ අරමුණ පිළි අරගෙන ඒකෙද ස්ථාවරව, නිශ්චලව, නිශ්චිතව තියෙන මට්ටමක් ගත්තහම ඔය මට්ටමට වැඩිලා ඔය මට්ටමට හැදුනු හිතකින් මේ පඨවි සංඥාව අරමුණු වෙන තැනකටයි ශුන්‍යතාවය කියලා කියන්නෙ.

එහෙම නැතුව අපි පඨවි සංඥාව කියලා මේ මොහොතෙ හිතනකොට, අපි හිතුවට පඨවි සංඥාව කියන එක හිතින් පිළිගන්නෙ නැහැ. හිත සැසඳෙන්නෙ නැහැ. අපිට හිතෙන්නෙම ගොඩනැගිලි තියෙනවා, මනුෂ්‍යයෙක් ඉන්නවා කියලා. නමුත් මේ ශුන්‍යතාවය කියන එකට පෙන්නනවා, මෙනෙහි කරන සංඥාවෙ බැස ගෙන තියෙනවා. හොඳට හිත පහදිනවා. ඒ අරමුණ හිතින් පිළිගන්නවා.

දැන් මනුෂ්‍යයෙක් කියලා අපි බැලුවොත් අපිට හොඳට ඒ අරමුණ පිළිගැනෙනවනෙ. “ආ මේක ඇත්තයි” කියලා. ඒ වගේ කණුවකට අපි මනුෂ්‍යයෙක් කියලා කිව්වොත් වචනයක් කිව්වා වෙනවා මිසක හිත ඒක පිළිගන්නවද? නෑ. ඒකෙ හිත පහදින්නෙ නෑ. බැසගෙන සිටින්නෙ නෑ. වචන විතරයි. ඇතුළතින් පිළිගන්නෙ නෑ.

ඒ වගේ අද දවසෙදි අපි මේ පේන හැම තැනකම යථා තූන වශයෙන් තියෙන්නෙ පඨවි ධාතුව නේද කියලා පඨවි සංඥාව සිහි කළොත්, ඒක සිහි කිරීමක් විතරක් මිසක හිත පිළිගන්නෙ නෑ. ඒකට හිත බැස ගන්නෙ නෑ. හිත ඒකෙ රැඳිලා හිටින්නෙ නෑ. ඇයි ඒ? අපිට හිතෙනවා මනුෂ්‍යයෝ ඉන්නවා , ගෙවල් පොරවල් තියෙනවා ගහ කොළ තියෙනවා කියලා.

නමුත් මේ ශූන්‍යතාවය කියන්නේ නිකම් නෙවෙයි. හොඳට වැඩුන මහසක්. හොඳ වේතෝ විමුක්තියක්, චිත්ත සමථයක් ඇතුළු පද්ධි සංඥාව සිහි කරන කොට පද්ධි සංඥාව හිතට පිළිගන්න පුළුවන් බවක්, හිත බැසගන්න බවක්, හිත සැසඳෙන බවක් තියෙන්නට ඕන. අන්න ඒ මට්ටමට පක්ඛන්දනි, පසිදනි, සන්තිට්ඨනි, අධිමුච්චනි.

සෙය්‍යථාපි ආනන්ද, ආසනවම්මං සංකුසතෙන සුචිතං විගතවලිකං ඵච මේච ඛො ආනන්ද, නික්ඛු යං ඉමිස්සා පද්ධතා උක්කුලච්ඤාං නදී විදුග්ගං ඛාණුකණ්ටකධානං පඛබ්බ වසමං, තං සබ්බං අමනසිකර්ත්වා පද්ධසඤ්ඤං පට්ඨිව මහසිකරොති ඵකත්තං.

ඔදුරපාණාන් වහන්සේ දේශනා කරනවා, හරකෙක්ව මරලා හමක් අරගෙන ඒ හම වේලගන්න බිම ඵලලා හොඳට ඇදලා වටේට කුඳ්කුදු ගහනවා, එක රැල්ලක්වත් හිටින්නේ නැතිවෙන්න. එහෙම කරන්නේ ඒ හම හොඳට වේලගන්න. ඒ වගේ යම්කිසි කෙනෙක් මේ පොළොවේ තියෙන නොයෙක් අරමුණු මෙහෙති නොකොට උස් පහත් තැන්, ගංගා ඇල දොළ, කඳු පල්ලම් මෙහෙති නොකොට සමස්තයක් වශයෙන් මුළු හිතින්ම එක්ම පද්ධි සංඥාව කියන තැනකින් මෙහෙති කරනවා නම්,

තස්ස පද්ධි සඤ්ඤාය චිත්තං පක්ඛන්දනි පසිදනි සන්තිට්ඨනි අධිමුච්චනි.

එහෙම මෙහෙති කරන කොට ඒ පද්ධි ධාතුයි කියන අරමුණේ හොඳට හිත බැසගෙන සිටී නම්, සිත පිහිටයි නම්, සිත පහදයි නම්,

**සො ඵචං පජානාති - ඵතකොට ඵයා මෙන්න මෙහෙම දන්නවා,
යෙ අස්සු දරථා මනුස්සසඤ්ඤං පට්ඨිව, තෙධ න සන්නි.**

මනුස්ස සංඥාව නිසා ඇතිවෙන දුර්වකමක් තියෙනවා නම්, ඒ කියන්නේ අපි නිකම්ම මනුස්සයෝ කියලා නෙවෙයිනෙ සිති කරන්නේ දුරුවො ගැන හෝ අම්මා ගැන හෝ සහෝදරයෝ ගැන හෝ යාළු මිත්‍රයා ගැන හෝ සිහි කරන කොට ඇතිවෙන දුර්ව බවක්, වෙහෙසක් තියෙනවා නම් ඵය ද නෑ කියලා ඵයා හොඳට දන්නවා.

යෙ අස්සු දරථා අරඤ්ඤාසඤ්ඤං පට්ඨිව

අරඤ්ඤා සංඥාව මුල් කරගෙන පවතින දුර්ව බවක් තියෙනවානම් ඵයත් මෙහි නෑ. යම් එක්ම දුර්ව බවක් තියෙනවා පද්ධි සංඥාව මුල් කරගෙන.

**යදිදං පධිවි සඤ්ඤං පටිච්ච ඵකත්තන්ති.
ඉති යං හි තත්ථ න භොති තෙන තං සුඤ්ඤං සමනුපස්සති.**

මෙහි යමක් නැද්ද ඒ නැති බව මෙයාට හොඳට මනසට වැටහෙනවා.

යං පන තත්ථ අවසිට්ඨං භොති.

එහි යමක් ඉතිරි වී ඇද්ද

තං සන්තම්ඳං අත්ථිති පජානාති

මෙන්න මේ ටික ඉතිරි වෙලා තියෙනවා කියලා තියෙන ටිකටත් හොඳට නුවණයි.

**ඵවම්පිස්ස ඵසා ආනන්ද, යට්ඨච්චා අවිපල්ලත්ථා පරසුද්ධා
සුඤ්ඤතාවක්කන්ති භවති.**

ආනන්ද මෙසෙයිනුත් භූත වූ විපල්ලාස නැති පිරිසිදු ශූන්‍යතාව කුණ්තිස වෙනවා. ශූන්‍යතාවයට බැස ගැනීම වෙනවා.

මේ පෙන්නන්නේ එක එක පරියායන්.

දැන් අර අරණ්‍ය සංඥාවට හිත තබලා ග්‍රාම සංඥා, මනුස්ස සංඥාවන්ගෙන් එන දුර්ථ බව අතහැරියා. ඊට පස්සෙ පධිවි සංඥාවට හිත තබලා මනුස්ස සංඥාවෙන්, අරණ්‍ය සංඥාවෙන් එන දුර්ථ බවින්, දුකෙන්, වෙහෙසෙන් මිදුනා.

දුර්ථ බවෙන් ශූන්‍යතාවයකට පත් වුනා.

එක්ම පධිවි සංඥාව නිසා ඇතිවෙන එක්ම දුර්ථ බවක් තියෙනවා.

එයාට හැම වෙලාවෙම නුවණයි.

යමක් එහි නැත්නම් නැති බවටත් නුවණයි.

යමක් එහි ඇත්නම් ඇති බවටත් නුවණයි.

පධිවි සංඥාවට හිත තබලා අනික් සියළුම ධර්මතාවයන්ගෙන් ශූන්‍යයි දැන්. මේ විදියට ශූන්‍යත වේතෝ විමුක්තියක් හිතේ මිදීමක් ඇති වෙනවා.

තවත් කෙනෙකුට පුළුවන් පධිවි සංඥා, අරණ්‍ය සංඥා සිහි නොකොට ආකාසානඤ්චායතනය සිහි කරන්න. ඒ ආකාසානඤ්චායතනය සිහි කරන කොට ඒ ආකාසානඤ්චායතනයෙ හිත බැහැ ගන්නවා නම් හිත පහදී නම්, පිළිගනී නම් එයා දන්නවා පධිවි සංඥාව නිසා අරණ්‍ය සංඥාව නිසා ඇතිවෙන දුර්ථකමක් තියෙනවා නම් ඒක මෙහි නැහැ. අරණ්‍ය සංඥාවෙන්, පධිවි සංඥාවෙන් ශූන්‍යයි. හැබැයි එක්ම අශූන්‍යතාවක් තියෙනවා ආකාසානඤ්චායතනය නිසා ඇතිවෙන.

ඒ විදියට යම් කිසි කෙනෙක් විඤ්ඤාණාඤ්ඤ වායනනය අරමුණු කරනවා නම් මේ අවකාශය ද හසුකරගන්නෙ නිතෙන් නම් අවකාශයටත් වඩා හිතම බෙහෙවින් ගරුකරයි නේද කියලා අනන්තො විඤ්ඤාණො කියලා විඤ්ඤාණාය අනන්තයි කියන තැනකින් විඤ්ඤාණාඤ්ඤවායනනය අරමුණු කළොත් අවකාශය අනුව ගිය සංඥාවන්ගෙන්, පඨවිය අනුව ගිය සංඥාවන්ගෙන් ශූන්‍යයි. එයා දන්නවා ඒ නිසා එන දරට බව නැහැ. එක්ම අශූන්‍යතාවයක් එක්ම දරට බවක් තියෙනවා කුමක් නිසා ද විඤ්ඤාණාඤ්ඤවායනනය නිසා.

ඒ වගේම විඤ්ඤාණාය කියන්නෙන් ද්‍රව්‍ය වශයෙන් ගන්න පුළුවන් තියෙන දෙයක් නෙවෙයි කියලා - නත්ථි කිඤ්චි - කිසිවක් නෑ කියන ආකිඤ්චඤ්ඤායතන සංඥාව අරමුණු කරන්න පුළුවන්. එතකොට විඤ්ඤාණාඤ්ඤවායනනය සහ ආකාසානාඤ්ඤවායනනය අනුව ගිය සංඥා මනසිකාර නැහැ. ඒවයින් ශූන්‍යයි. එක්ම අශූන්‍යතාවයක් තියෙනවා ආකිඤ්චඤ්ඤායතන සංඥාව නිසා ඇතිවෙන.

යමක් එහි නැතිනම් එය එහි නැති බවට ශූන්‍ය බවට නුවණයි. ඒ නිසා එන දරට බව නැහැ.

යම් එක්ම අශූන්‍යතාවයක් තියෙයි නම් ඒ අශූන්‍යතාවය ගැනත් නුවණයි.

කිසිවක් නෑ කියන ඒ ආකිඤ්චඤ්ඤායතන අරමුණ නැවතත් බහුල කරන කොට නේවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන කියන සඤ්ඤාව උපදිනවා.

සංඥාවක් තියෙනවත් නෙමෙයි, සංඥාවක් නැතුවත් නෙමෙයි කියන මට්ටමට සංඥා, අවශේෂ වශයෙන් හිත වැඩෙනවා, එහෙම ඒ නේවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන සංඥාවෙන් ඉන්නකොට විඤ්ඤාණාඤ්ඤවායනන, ආකිඤ්චඤ්ඤායතන කියන සංඥාවන්ගෙන් හිත මිඳෙනවා. ඒ නිසා එන දරට බවෙනුත් හිත මිඳෙනවා. මෙහි යමක් නැද්ද ඒ වික ශූන්‍යයි කියන නුවණක් එනවා. මෙහි යමක් අශූන්‍ය ද ඒ නේවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන සංඥාවෙන් අශූන්‍යයි කියලා එයාට නුවණක් එනවා.

මේ විදියට මේ පෙන්නුවේ ශූන්‍යත වේතෝ විමුක්තිය ඇති කර ගන්න ක්‍රම. මේ ශූන්‍යතාවයට උපමා වශයෙන් ශූන්‍යතාවයෙ ප්‍රහේදයි දැක්වුවේ. මේ එකක්වත් ආර්ය ශූන්‍යතාවය ලෝකෝත්තර ශූන්‍යතාවය නෙවෙයි. ලෝකෝත්තර ශූන්‍යතාවයත් මෙබඳුම තමයි නමුත් වෙනස්කම් තියෙනවා. මේ එක එක මට්ටමේ ශූන්‍යතාවයන්.

මුලින්ම කිව්වා නොයෙක් කාම සංඥාවන්ගෙන් ශූන්‍ය වෙන හැටි. අරණ්‍ය සංඥාවට හිත තබලා නොයෙක් කාම සංඥාවන්ගෙන් ශූන්‍ය වෙන හැටි කිව්වා. අරණ්‍ය සංඥාවත් කාම සංඥාවක්. ඊට හිත තබලා අනික් කාම සංඥාවන් ගෙන් ශූන්‍ය වෙන හැටි කිව්වා.

පඨවි සංඥාවට හිත තබලා සියලුම කාම සංඥාවන් ගෙන් ශූන්‍ය වෙන හැටි කිව්වා.

ආකාසානඤ්චායතන සංඥාවට හිත තබලා සියලුම රූප සංඥාවන් ගෙන් ශූන්‍ය වෙන හැටි කිව්වා.

- කාමය අතහැරලා රූපයට එන හැටි -

- රූපය අතහැරලා අරූපයට එන හැටි - කියලා මේ ශූන්‍යත වේතෝ විමුක්තිය, අනිමිත්ත වේතෝ විමුක්තිය කියන මේ විමුක්තිය මේ ශාසනයෙන් තියෙනවා. මේ ශාසනයෙන් බැහැරත් තියෙනවා.

දැන් මේ මතක් කළේ මේ ශාසනයෙන් බැහැර කියන කමින් නෙවෙයි. ශූන්‍යත වේතෝ විමුක්තිය, අනිමිත්ත වේතෝ විමුක්තිය කියන්නේ මොකක්ද කියන කාරණාව හඳුන්වනවා, යමක් එහි නැතිනම් එය නැති බව ද දන්නවා. යමක් ඉතුරු නම් ඉතුරුයි කියලත් දන්නවා. මුකුත්ම නැහැ කියන එකක් නෙවෙයි. ඉතුරු ටිකටත් හොඳට නුවණයි. මේ ටිකේ පිහිටලා මෙන්න මේ මේ ධර්මාවයන් ගෙන් දැන් මගේ මනස ශූන්‍යයි කියලා ඒ ශූන්‍යතාවය ගැන හොඳට දන්නවා. හොඳ නුවණක් තියෙනවා.

මේකයි ශූන්‍යතාවය කියන්නේ කියන එකයි පෙන්නුවේ. ඒක ලබා ගන්න පුළුවන් මෙහෙමයි. මේ ශාසනයෙන් බැහැර කෙනෙකුට පඨවි සංඥාව සිහි කරලා හැම කාම සංඥාවන්ගෙන්ම මිඳෙන්න පුළුවන්.

ආකාසානඤ්චායතනය කියන සංඥාවට හිත තිබීම ශූන්‍යත වේතෝ විමුක්තිය. ඒවා ශූන්‍යතාවයන්. ඒ ශූන්‍යතාවයට ඇවිල්ලා සියලුම රූප සංඥාවන්ගෙන් මිඳෙන්න පුළුවන් කුමයක් තියෙනවා. ඊට පස්සේ විඤ්ඤාණඤ්චායතන කියන සමාපත්තියට ඇවිල්ලා අනික් ධර්මාවයන්ගෙන් මිඳෙන්න පුළුවන්කම තියෙනවා. ඒ ඒ තැන් වල දී එයා ඒක ශූන්‍යතාවයක් කියලා හඳුනාගන්නවා.

අන්තිමට බුදු රජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා පුනච පරං ආනන්ද, භික්ඛු අමනසිකරිත්වා ආකිඤ්චඤ්ඤායතන සඤ්ඤං අමනසිකරිත්වා නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන සඤ්ඤං.

ආකිඤ්චඤ්ඤායතන සංඥාව මෙහෙති කරන්නෙන් නැතුව නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන සංඥාව මෙහෙති කරන්නෙන් නැතුව, අනිමිත්ත වෙතෝ සමාධිං පටිච්ච මනසිකරොති ඵකත්තං.

කෙනෙකුට පුළුවන් අනිමිත්ත වෙතෝ සමාධිය මුල් කරගෙන මනසිකාරයක් කරන්න. මුලින් අරණ්‍ය සංඥාවට හිත තබලා සිටින සංඥා, ඊට සංඥා අතහැරියා.

- මේ ක්‍රමය හොඳට තේරුම් ගන්න -

ඊට පස්සෙ පඩිවි සංඥාවට හිත තබලා අරණ්‍ය සංඥා මනුෂ්‍ය සංඥාවන්ගෙන් මිදුනා. ආකාසානඤ්චායතනයට හිත තබලා පඩිවි සංඥා, අරණ්‍ය සංඥාවන්ගෙන් මිදුනා. ඊට පස්සෙ ආකිඤ්චඤ්ඤායතන සංඥාවට හිත තබලා ආකාසානඤ්චායතන, පඩිවි සංඥාවන්ගෙන් මිදුනා. නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනයට හිත තබලා ආකිඤ්චඤ්ඤායතන සංඥාවෙන්, ආකාසානඤ්චායතනයෙන් මිදුනා.

- දැන් ක්‍රමයක් පෙන්නවා -

ආකිඤ්චඤ්ඤායතන සංඥාවන් නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන සංඥාවන් මෙහෙති නොකොට අනිමිත්ත සංඥාව මෙහෙති කරන්න.

ඒ කියන්නෙ දැන් මෙතෙන්ට ආවෙ කාමයන් අත හැරලා, රූපයන් අත හැරලා, නාම ධර්ම සංඥාකරණයක් හැටියට කිසිවක් නෑ කියලා නැත්නම් සමාපත්තියකට සම වදින තැනට ඇවිල්ලා. දැන් කිසිවක් නෑ කියන ඵකක්වත් නැතුව කිසිම නිමිත්තක් නොගන්නා කමට හිත තියලා, හිතින් රූපාදි නිමිත්තක්වත් අල්ලන්නෙ නැතුව, නාමාදි නිමිත්තක් වත් අල්ලන්නෙ නැතුව, ඕදාරක නිමිත්තක් අල්ලන්නෙන් නැතුව, සුඛම නිමිත්තක් අල්ලන්නෙන් නැතුව කිසිම නිමිත්තක් නැති කමට හිත තබනවා කියන්නකො. මේකට කියනවා,

අනිමිත්ත වෙතො සමාධිං පටිච්ච මනසිකරොති ඵකත්තං.

සමාධිගත මනසකින්, කිසිම දෙයක් නොහිතන තැනකට හිත තබනවා. දැන් මෙතෙන්ට කියනවා අනිමිත්ත වෙතෝ සමාධිය මුල් කරගත්ත මනසිකාරයක් කියලා.

තස්ස අනිමිත්තෙ වෙතො සමාධිමිති චිත්තං පක්ඛන්දති පසිද්ධි සන්තිට්ඨති අධිමුච්චති.

දැන් ඒ අනිමිත්ත වේතෝ සමාධියෙ හිත බැසගෙන පවතිනවා, පිහිටනවා, පිළිගන්නවා.

සො වචං පජානාති - එයා එතකොට මෙහෙම දන්නවා.

ආකිඤ්චඤ්ඤායතනය මුල් කරගෙන ඇතිවෙන සංඥාවන් මෙහි නැහැ.

නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය මුල් කරගෙන ඇතිවෙන සංඥාවන් මෙහි නැහැ.

ආකිඤ්චඤ්ඤායතනය, නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය මුල් කරගෙන ඇතිවෙන දර්ථ කමකුත් මෙහි නැහැ.

- මෙතෙන්දි මේ කාරණාව මෙහෙම දකින්න -

සංඛාර අවශේෂ වශයෙන් තියෙන අරමුණ ගන්නෙ මෙතෙන්ට නාම ධර්මයන්ගෙන් අවශේෂ වශයෙන් සියුම් ධර්ම අතහැරලා නම් රූපී ධර්ම ගැන කවර කතා ද කියන එකත් කියනවා. ඒවා කලම අතහැරලා කියන එක කියනවා.

මෙහෙම ඇවිල්ලා ඇවිල්ලා කෙළවර තියෙන නාම ධර්ම පෙන්නන්නෙ මේ ධර්මතාවයන්ගෙන් ශුන්‍යයි කියන කොට රූප ගැන කියන්න ඕන නැහැ. රූපී ධර්මාත් නැති, නාම ධර්මාත් නැති අනිමිත්ත බවට හිත තබනවා. අපි කියමු කිසිම අරමුණක් නැති නිස් බවක, නිමිති නැති බවක ඔය පින්වතුන් ඉන්නවා කියලා. දැන් ඒ අනිමිත්ත බවේ හිත හොඳට පහදිනවා. හිත බැස ගන්නවා. හොඳට පිහිටලා ඉන්න පුළුවන්. නොයෙක් නොයෙක් අරමුණු වලට දුවන්නෙ නැතුව ඒ අරමුණේ හොඳට පිහිටලා ඉන්න පුළුවන්.

එතකොට එයා දන්නවා ආකිඤ්චඤ්ඤායතන, නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන සංඥාවන්ගෙන් මනස ශුන්‍යයි. එයා කලම දන්නවා රූපී ධර්මයන්ගේ මනස නැති බව. එක්ම දර්ථ කමක් තියෙනවා අනිමිත්ත බව මුල් කරගෙන, එකම අශුන්‍යතාවයක් තියෙනවා, අනිමිත්තයි කියන ධර්මතාවය.

යෙ අස්සු දර්ථා නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන සඤ්ඤං පටිච්ච, තෙධ න සන්ති.

නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන මුල් කරගෙන එන දර්ථ කමක් තියෙනවා නම් ඒක නැහැ.

අත්ට් වෙවායං දුරට් මත්තා යද්දං ඉමමෙව කායං පට්ඨිව සළායතතිකං ජීවිත පථවයා'ති.

දැන් එක්ම අනිමිත්ත බවට හිත තැබුවහම එයා දන්නවා දැන් එක්ම දුරට් බවක් තියෙනවා.

මොකක්ද?

මේ කය මුල් කරගෙන ආයතන ටික නිසා ඇතිවෙන අපහසු කමක් තියෙනවා නම් ඒ අපහසු කම විතරයි තියෙන්නේ.

අනිමිත්ත සමාධියට හිත තැබුවහම නිමිති නිසා ඇතිවෙන කිසිම වෙනසක් නැහැ. දුරට් කමක් නැහැ. කිසිම දුකක් නැහැ.

දැන් අපි මේ කය මුල් කරගෙනත් දුක් වෙනවා. බාහිර නොයෙක් නිමිති නිසාත් දුක් වෙනවා. වැඩි හරියක්ම දුක් විඳින්නේ බාහිර නිමිති නිසා නෙවෙයිද කියලා බලන්න.

ජරා මරණ ශෝක පරිදේව දුක්ඛ දෝමනස්ස උපාසාය කියන ටික. ඊට පස්සෙ බාහිර නිමිති කියන කොට අපිට නොතේරුනාට මේ කය සිති කරලා දුක් විඳින කොටත් අපි දුක් විඳලා තියෙන්නේ බාහිර නිමිත්තකින්. මේ කයට ගැටුනොත් විතරයි සළායතන පථවයා, ජීවිත පථවයා කියන දුකක් හම්බවෙන්නේ.

කයට ගැටුනොත් මම මෙහෙහි කළත් නැතත් මට දුක ලැබෙනවා. කය මෙහෙහි කරන කොට ඇතිවෙන දුකකුත් එනවා නම් මට? ඒක බාහිර අරමුණු මෙහෙහි කිරීමකින් එන දුකක් වෙනවා මිසක තමන් කියන කයද, මෙහෙහි කරන කොට ඇතිවෙන දුක සහ කයට ගැටෙන කොට ඇතිවෙන දුක වෙනස් නේද?

කය ගැන මෙහෙහි කරලා මං මෙහෙමයි, මට මෙහෙම වෙයි කියලා හිතනකොට ධම්මායතනය මුල් කරගත්ත විත්තජ රූපයකින් අපි දුක් විඳලා තියෙන්නේ. එහෙම නැතුව ඒ මේ කය නිසා දුක් වෙනවා නෙවෙයි. කයට ඇතිවෙන දුක කියන්නේ දැන් කයට ඉඳිකටුවකින් හෝ වෙනත් යමකින් ඇත්තොත් හිතුවත් නැතත් දුක එනවා. අන්න ජීවිත පථවයා, සළායතන පථවයා දුකකියලා කියන්නේ ඒකට.

එතකොට දැන් නොයෙක් අරමුණු මෙහෙහි කිරීම නිසා ඇතිවෙන දුරට් කමක්, දුකක් තියෙනවා නම් දැන් **අනිමිත්තං මහසිකරොති.** අනිමිත්ත බව

මෙහෙති කරන කොට, යමක් මෙහෙති කිරීම නිසා ඇතිවෙන දුක දැන් එයාට නෑ. හැබැයි එයාට මේ කය මුල් කරගත්ත, කය මුල් වෙලා පවතින එක්ම දුරට බවක් තියෙනවා එකම එකක් තියෙනවා. තවම මේ අනිමිත්ත බව ආර්ය අනිමිත්ත බව එහෙම නෙවෙයි.

මේ අනිමිත්ත බව තුළ ද සංකිල්ලේ බව තවම තියෙනවා. මොකද ඒකට හේතුව මේ අනිමිත්ත බවේ පටිච්ච සමුප්පන්න බව ද අනිමිත්තයි.

පුනච පරං ආනන්ද, භික්ඛු අමනසිකරන්වා ආකිඤ්චඤ්ඤායතන සඤ්ඤං අමනසිකරන්වා නෙවසඤ්ඤා නාසඤ්ඤායතන සඤ්ඤං අනිමිත්තං වෙතො සමාධිං පටිච්ච මනසිකරොති එකත්තං.

දැන් ඔන්න තව ක්‍රමයක් බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා. අර මුලින්ම කියපු අනිමිත්ත සමාධිය සමට ක්‍රමයේ (මේ ශාසනයෙන් බැහැර) යන්න පුළුවන් කෙළවර. ආර්ය වූ සමටයක් නෙවෙයි. ඒකෙද සළායතන මුල් කරගෙන ඇතිවෙන දුක විතරයි තියෙන්නෙ, වෙන දුකක් නැහැ. නමුත් තව ඒකෙ අවිද්‍යා අනුසය හිඳිලා නැහැ. අපි බලමු මොකක් නිසාද එහෙම හිඳිලා නෑ කියන්නෙ කියන කාරණාව.

බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වනවා ආකිඤ්චඤ්ඤායතනය, නෙවසඤ්ඤා නාසඤ්ඤායතනය මෙහෙති කරන්නෙ නෑ. එහෙම කෙනෙකුට කලම අනිත් ධර්මා මෙහෙති කිරීම අතහැරලයි ඒ මට්ටමට ආවෙ. ඒ මට්ටම අතහැරෙනකොට අනිත් ධර්මා නෑ කියන එක කලමයි තියෙන්නෙ.

එතකොට ආකිඤ්චඤ්ඤායතනය, නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය කියන සංඥා මෙහෙති නොකොට එක්ම අනිමිත්ත බවක් මෙහෙති කරනවා. ඒ අනිමිත්ත බවේ හිත බැසගෙන පවතිනවා, හිත පහදිනවා හිත පිළිගන්නවා.

තස්ස අනිමිත්තෙන වෙතො සමාධිමිති චිත්තං පක්ඛන්දති, පසිදති, සන්තිරිධති අඛම්බති.

ඒ පැහැදුනාට පිළිගත්තට ඒ කිසිම දෙයක් මෙහෙති නොකර අනිමිත්ත බව තුළ හොඳට එයාට ඉන්න පුළුවන් කියලයි කියන්නෙ.

සො ඵලං පජානාති : දැන් මේ එක්ම සංඥාව තියෙනවා. අනිත් සංඥාවන්ගෙන් ශුන්‍යයි.

යමක් තියෙනවා. තියෙන දේට නුවණයි.

යමක් නෑ. නැති බවට නුවණයි.

මේ ධර්මයන්ගෙන් ශුන්‍යයි. මේ ධර්මයෙන් අශුන්‍යයි කියලා එක්ම අශුන්‍යතාවට හිත තබලා අනික් ධර්මයන්ගෙන් ශුන්‍යයි කියන තැනින් තමයි ශුන්‍යතාවය තියෙන්නේ.

දැන් මේ විදියටම හැම ධර්මතාවයක්ම මෙනෙහි නොකොට අනිමිත්ත බව මෙනෙහි කළා. අනිමිත්ත බවේ හිත බැහැරගන්නා, හිත පැහැදුනා, හිත පිහිටුවලා තියෙනවා. එයා අනිමිත්ත සමාධිය අරඹයා මෙන්න මෙනෙම දැන් දන්නවා.

අයම්පි බො අනිමිත්තො වෙනො සමාධි අභිසංඛතො ආභිසංඝද්වේතසිකො යං බො පන කිඤ්චි අභිසංඛතං ආභිසංඝද්වේතසිකං, තදනිච්චං නිරොධධම්මන්ති පජානාති. තස්ස ඵලං ජානතො ඵලං පස්සතො කාමාසවාපි චිත්තං චිත්ථිච්චති. භවාසවාපි චිත්තං චිත්ථිච්චති. අවිජ්ජාසවාපි චිත්තං චිත්ථිච්චති. චිත්තත්තස්මිං චිත්තත්තමිති ඤාණං හොති. ඩ්ණා ජාති, වුසිතං චූෂ්මවරියං, කතං, කරණීයං, නාපරං ඉත්ථිත්තායාති පජානාති. සො ඵලං පජානාති: යෙ අස්සු දරුවා කාමාසවං පටිච්ච තෙධ න සන්ති, යෙ අස්සු දරුවා අවිජ්ජාසවං පටිච්ච, තෙධ න සන්ති. අත්ති වෙවායං දරුවන්තා, යදිදං ඉමමෙව කායං පටිච්ච සළායතනිකං ජීවිත පච්චයාති. සො සුඤ්ඤමිදං සඤ්ඤාගතං කාමාසවෙනාති පජානාති. සුඤ්ඤමිදං සඤ්ඤාගතං භවාසවෙනාති පජානාති. සුඤ්ඤමිදං සඤ්ඤාගතං අවිජ්ජාසවෙනාති පජානාති.

ඔන්න එතන තියෙන වෙනස බලන්න. කිසිම අරමුණක් මෙනෙහි නොකොට අනිමිත්ත බව මෙනෙහි කරනවා. දැන් අනිමිත්ත සංඥාව හිත පිළිගන්නවා, හිත බැසගෙන පවතිනවා. දැන් එයා මෙන්න මෙනෙම දන්නවා. මේ අනිමිත්ත බව, නිමිත්තක් නැති බව කියන එක සංඛතයි, අභිසංවේතිතයි.

සංඛතයි - හේතුන්ගෙන් සකස් වුන එකක්.
අභිසංවේතිතයි - වේතනාවෙන් පිළියෙල කරගන්න එකක්.
අරයි සංඛතයි, වේතනාවෙන් පිළියෙල කරගන්න එකක් කියලා කියන්නේ.

දැන් කිසිම අරමුණකට හිත නොතබා අනිමිත්ත බවේ හිත තබාගන්න ඕන කියලා වේතනාවෙන් හදාගන්න එකක් හේද?

හිනින්නම කිසිම අරමුණක් මෙනෙහි නොකොට අනිමිත්ත බව කියන එක හිනින්නම හදාගන්න එකක්. දැන් අපිට පුළුවන් මේ ඉන්න අය ගැන ඔන්න මම හිතනවා කියලා හිතනවා. වෙන කිසිම දෙයක් ගැන හිතන්නේ නැතුව

අනිමිත්ත බවේල ඉන්න ඕන කියලා අපි අනිමිත්ත බවේ හිත තබාගන්නොත් දැන් අනිමිත්ත බවක් ගැන, කිසිම නිමිත්තක් නැති බව තුළ හිත ගොනුවෙලා තියෙන්නෙ වේතනාවෙන් පිළියෙල කරගන්න නිසයි.

එතකොට එතන තියෙන දේ තමයි, මෙයාට අනිමිත්ත බවක් හම්බ වෙනවා, අනිමිත්ත බව ද සංඛ්‍යයි. හදාගන්න එකක්. පටිච්ච සමුප්පන්නයි. වේතනාවෙන් පිළියෙල කරගන්න එකක්.

මේ අනිමිත්ත බවට හිත තබපු නිසා, හිත තබන්න ඕන කියන වේතනාව නිසයි මේ අනිමිත්ත බව උපන්නෙ කියන එක දන්නවා. යමක් සංඛ්‍යයි නම් අභිසංවේතිතයි නම් ඒක ද නැති වෙනවා නේද, අනිත්‍ය වෙනවා නේද කියලා එයා දන්නවා. එයා මෙහෙති කරනවා. මෙහෙති කරන කොට මොකද වෙන්නෙ මේ අනිමිත්ත සංඥාවෙන් ද අත හැරෙනවා.

ඒ කියන්නෙ හැම නිමිත්තකින්ම අත හැරලා අනිමිත්ත බවක් උපදින කොට මේ අනිමිත්ත බව ද නිමිත්තක්. මේ අනිත්‍ය බව හේතුන්ගෙන් හටගන්න එකක්. හේතු නැති වෙනකොට නැති වෙනවා කියලා ධර්මතාවය මෙහෙති කරන කොට ධර්මතාවය මෙහෙති කිරීම නිසා අනිමිත්ත බවක් හිතට අනුවෙලා නැහැ. අනිමිත්ත බවෙන් ඒක අතහැරලා.

දැන් රූපයක් අපිට පෙනෙනකොට රූපය හේතුන්ගෙන් හටගන්න එකක්. මේ මේ ප්‍රත්‍යයෙන් හටගන්න එකක් මේ ප්‍රත්‍ය නැති වෙන කොට නැතිවෙනවා කියලා බලනකොට මේ රූපයෙන් අපේ මනස අතහැරෙනවා. ඇයි රූපය ඇතිවෙලා තියෙන ප්‍රත්‍ය ටිකටයි අපේ නුවණ තියෙන්නෙ. ප්‍රත්‍යවලට නුවණ නැති වෙනකොටයි අපිට රූපය ඇත්ත වෙලා රූපය අල්ලගෙන හෝ රූපය දිනා බලාගෙන ඉන්නෙ.

කෙනෙක් මෙහෙම රූපය දිනා බලාගෙන ඉන්න එකයි, අනිමිත්ත ස්වභාවයට හිත තියාගෙන ඉන්න එකයි අතර වෙනසක් නැහැ. අරමුණුවල රළු සියුම් බවක් විතරයි තියෙන්නෙ. එක අරමුණක් සියුම්. එක අරමුණක් රළුයි. නමුත් අරමුණේ පටිච්ච සමුප්පන්න බව හේතු එල දහම බලනවා නම් අපි අරමුණෙන් අතහැරෙනවා. ඒ වගේ අනිමිත්ත බවට පටිච්ච සමුප්පන්න බව හේතු එල දහම බලනවා නම් ඒ අනිමිත්ත බවෙන් අපේ මනස අතහැරෙනවා. අනිමිත්ත බවෙන් අත හැරෙනකොට තුන් භූමියෙ තියෙන එකම අරමුණක්වත් අනුවෙන්නෙ නෑ.

සියලුම අරමුණු අතහැරලා අනිමිත්ත බවකට මනස ආවහම අනිමිත්ත බව ද සංඛතයි, පටිච්ච සමුප්පන්නයි කියලා තමන්ම අනිමිත්ත සංඥාව සිහි කරලා තමන්ම අනිමිත්ත සංඥාවෙන් යුක්තයි නේද කියන කාරණාවකින් ඉන්නවා, තමන්ම උපද්දලා තමන්ම පරිහරණය කරනවා කියන තැනකින්. චේතනාවෙන් පිළියෙල කරගෙන තමන්ම හදාගත්ත එකක් තමන්ම ඇසුරු කරනවා කියන තැනකින් තමන්ට නුවණයි නම් එතකොට බාහිර එකක් අනුවෙලා නැහැ. බාහිර ශූන්‍යතාවයක්වත් බාහිර අනිමිත්ත බවක්වත් අනුවෙලා නැහැ. අනිමිත්ත බවක් හෝ ශූන්‍යතාවයක් තියෙනවා ඒකද චේතනාවෙන් පිළියෙල කරගත්ත එකක් කියන නුවණ තියෙනවා.

ඒ නුවණ තියෙන කොට බාහිර තියෙන හැම ධර්මාවන්තෙන්ම අත හැරෙනවා. එයා දන්නවා කාමාශ්‍රව, හවාශ්‍රව, අවිජ්ජාශ්‍රවයන්ගෙන් මනස මිඳෙනවා. එයා දන්නවා කාමාශ්‍රව නිසා හවාශ්‍රව නිසා අවිජ්ජාශ්‍රව නිසා ඇතිවෙන දුරට බවක් තියෙනවා නම්, දුකක් තියෙනවා නම් ඒක මෙහි නැහැ. යම්ම අශූන්‍යතාවක් තියෙනවා කය මුල් කරගෙන කියලා දන්නවා. එයාට කාමාශ්‍රව, හවාශ්‍රව අවිද්‍යාශ්‍රවයන්ගෙන් හිත මිඳෙනවා.

මෙන්න මේ විදියට බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වනවා,

එසා ආනන්ද, යථා භූච්චා අවිපල්ලත්ථා පරසුද්ධා පරමානුත්තරා සුඤ්ඤතාවක්කන්ති භවන්ති.

ඒ ශූන්‍යතාවන්ගේ පරම අනුත්තර වූ උතුම් වූ ශූන්‍යතාවයයි කියලා කියනවා. අනික් ශූන්‍යතාවන්ට පරම අනුත්තර කියලා කිව්වේ නෑ. ඒකෙ තියෙන වෙනස තමයි එක්ම ධර්මාවයකට හිත තබලා අනික් ධර්මාවන්ගෙන් ශූන්‍යයි. ඒ හිත තබපු ධර්මාවය ද පටිච්ච සමුප්පන්නයි කියන බවට නුවණයි. එබඳු වූ ශූන්‍යතාවයකටයි, මේ ශාසනේ ශූන්‍යතාවය කියලා කියන්නේ.

අපි මේ සසර බොහෝ දුක් විඳලා තියෙනවා. ඒ දුකෙන් මිඳෙන්න පුළුවන් අවබෝධය ලබා ගන්න තැනකට ඇවිල්ලයි තියෙන්නේ. මෙතනදී ප්‍රධාන සන්ධිස්ථාන තුනක් තියෙනවා.

එකක් තමයි මේ ලෝකය අපි සත්ව පුද්ගල ආත්ම භාවයෙන් ඇසුරු කරන තැන. ඔතන තියෙන්නේ දුක්ඛ සත්‍යය සහ සමුදය සත්‍යය කියලා සත්‍ය දෙකක්. එතන තියෙන්නේ කෙල්ලේසයක කෘත්‍යයක්, වැඩක්, නිත්‍යයි, සැපයි, ආත්මයි, සුභයි කියන මෙන්න මේ විපල්ලාස ටිකෙන් යුක්තයි. මේ සත්ව පුද්ගල භාවය කියන, මේ ලෝකයා කියන තැන.

ලෝකයේ ඇත්ත නියෙනවා ඒකට කියනවා සත්‍යානුලෝමික ඥානය කියලා. අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම, අසුභ, මේ ටිකට කියනවා ලෝකයේ ඇත්ත කියලා.

විපල්ලාස කියපු පැත්තට අපි කිව්වා සමුදය සත්‍යය, නැත්නම් අකුසල්, පච්ඡි කියලා. මේ පැත්තට කිව්වා මාර්ගී සත්‍යය නැත්නම් කුසල්, පිත් කියලා.

තව කොටසක් නියෙනවා යථා භූත ස්වභාවය කියලා මෙන්න මේ යථාභූත ස්වභාවයට හිත තැබුවහම පුණ්‍ය පාප පභින්නස්ස. පින්, පච්ඡි දෙකම අතහැරෙනවා. ආත්ම, අනාත්ම දෙකම අතහැරෙනවා.

දැන් අපි ආත්ම දෘෂ්ටියට සාපේක්ෂව තමයි නිත්‍යයි, සැපයි, ආත්මයි, සුභයි කියන වැරද්දට විපල්ලාසයට අකුසල් කියලා කිව්වෙ. පච්ඡි කියලා කිව්වෙ. ඔය ටික අතහැර ගන්න තමයි අනිත්‍යයි දුක්ඛයි අනාත්මයි, අසුභයි කියලා බැලුවේ. මේක කුසල්. සුදු කමී. අර ටික කළු කමී.

පුණ්‍ය පාප පභින්නස්ස කියලා දැන් මේ දෙකම, හොඳයි හරකයි කියන දෙකම අතහැරෙන තැනක් නියෙනවා තව. ඒකට තමයි යථා භූත ඥාන දර්ශනය කියලා කියන්නේ. මේ යථා භූත ඥාන දර්ශනය කියලා කියන්නේ මේ ලෝකයේ හැමදාම පැවතුන, හැමදාම පවතින ඇත්ත. ඒක කවදාවත් වෙනස් වෙන්නේ නැහැ. වෙනස් කරන්න බැහැ.

මෙන්න මේ ඇත්ත ඇති හැටියෙ පවතින ස්වභාවය තමයි යථා භූත ස්වභාවය කියලා පෙන්වුවේ. මේ යථා භූත ස්වභාවය කියන තැනට මනස ගන්නහම ඒ යථා භූත ස්වභාවය තුළ පවතින මනස හඳුන්වනවා ආර්ය ශූන්‍යතාවය කියලා. එහි යමක් ඇත්ත ඇති හැටියෙ පවති නම් ඒකටත් නුවණයි. යමක් එහි ශූන්‍යයි නම්, නැතිනම් ඒකටත් නුවණයි.

අපි ඒක මෙහෙම මතක් කළොත්, ඇහෙන්න රූපයක් බලනවා කියන තැනක මේ පුද්ගල අවස්ථා තුන බෙදලා බලමු.

ඇහෙන්න රූපයක් පේනවා කියන තැනක තව සත්වයෝ ඉන්නවා, පුද්ගලයෝ ඉන්නවා, තවත් අය ඉන්නවා කියලා කෙනෙකුට තේරෙනවා නම්, කෙනෙකුගෙ හිතට හසුවෙනවා නම් ඔන්න මේ මට්ටමේ දී මේ රූපායතනය මුල් කරගෙන ලෝකය කියන එක හදාගෙන නියෙන්නේ.

ඇහෙන්න බලන රූපායතනයෙ අම්මා, තාත්තා, දුවා, පුතා දකින්න පුළුවන් නම් රන් රිදී මුතු මැණික් දකින්න පුළුවන් නම් ගෙවල් දොරවල් යාන

වාහන දැකින්න පුළුවන් නම් මේ තමයි, දුක්ඛ සත්‍යය සහ සමුදය සත්‍යය කියන සත්‍ය දෙක එකතු කරලා ලෝකය කියන එක හදාගන්න මනස.

- ස්කන්ධ ටිකක් සහ කෙලෙස් ටිකක් -

ඕකට තමයි ලෝකය කියලා කියන්නේ.

ඊට පස්සෙ ලෝකයෙ ඇත්ත තව කෙනෙකුට පුළුවන් ඇස් ඉදිරිපිටට මෙහෙම රූපයක් හම්බවෙනකොට, නෑ මෙන නියෙන්නේ නාම රූප දෙකක් කියලා අර සත්ව පුද්ගල භාවය අතහැරලා, ආත්ම දෘෂ්ටිය අතහැරලා අනාත්ම වූ නාම රූප දෙකක් නියෙන්නේ කියන තැනකින් අනිත්‍ය වූ දුක් වූ අනාත්ම වූ ධර්මතාවයක් කියලා දැකින්න පුළුවන්. ඔන්න දෙවෙනි අදියර.

තුන්වෙනි එක තමයි ඇස් ඉදිරිපිටට මෙබඳු වූ රූප සටහනක් එනකොට කෙනෙකුට මෙන නියෙන යථා භූත ස්වභාවයම පේන්න පුළුවන්. යථා භූත ස්වභාවය කියන්නේ මේ පෙනෙන රූපායතනය ඇතුළෙ පුද්ගලයෙක් දකිනවත් නෙමෙයි. නාම රූප දෙකක් දකිනවත් නෙමෙයි. මෙන පවතින සැබෑම සිද්ධාන්තය දකිනවා මොකක්ද ඇස් ඉදිරිපිටට හම්බ වෙන්නේ මහා භූතයන්ගේ උපාදාය රූපයක් වූ වඡ්ඡි සටහන් මාත්‍රයක්. ඒකද **සංඛතං, අභිසංවේතිතං** - සංඛතයි, වේතනාවෙන් පිළියල කරගත් එකක්.

ඒ කියන්නේ අවිද්‍යා, කමී, තණ්හා, ආහාරයන්ගෙන් හැදුන එකක් කියලා දකිනවා. නියෙන එකක් දකින්නේ නෑ දැන්. නාම රූප දෙකක් දකින කෙනා අනිත්‍යයි දුකයි අනාත්මයි කියලා බැලුවත් නියෙන දෙයකුයි නාම රූප දෙකක් විදියට දැක්කේ. නිත්‍යයි, සැපයි, ආත්මයි කියලා බැලුවත් නියෙන රූපායතනයක හම්බවෙව්ව වස්තුවෙයි නිත්‍ය සැප ආත්ම වුනේ.

මෙයාට යථාභූත ස්වභාවය ඇත්ත ඇති හැටියෙන්ම දකිනකොට ඒයාට හම්බවෙනවා මෙන නියෙන සැබෑම ස්වභාවය මහා භූතයන්ගේ උපාදාය රූපයක්, වඡ්ඡි සටහන් මාත්‍රයක්. දැන් වඡ්ඡි සටහන් මාත්‍රයක් කියන කොට ඔන්න එක්ම වඡ්ඡි සටහන් මාත්‍රයක් කියන ඒකත්වයක් නියෙන්නේ. මෙයාගේ මනසේ දැන් ස්ත්‍රී සංඥා, පුරුෂ සංඥා රන් රිදී මුතු මැණික් කියලා ලෝකයාගේ ලෝක සංඥාවෙනුත් ශූන්‍යයි. නාම රූප ධර්මතාවයන් නියෙන්නේ කියලා කුසල සහගත සංඥා ධර්මයන්ගෙනුත් ශූන්‍යයි.

යම් එක්ම අශූන්‍යතාවයක් නියෙනවා පීචිත පච්චයා, සළායතන පච්චයා. එක්ම ඇත්තක් දකිනවා කියන තැනක එක්ම අශූන්‍යතාවයකුත් නියෙනවා. මේ එක්ම වඡ්ඡි සටහනක් කියලා ඇත්ත ඇති හැටියේ දකින එක්ම තැනට හිත තබලා ලෝකෝත්තරයි, ලෝකයෙන් එතෙරයි. ලෝකයාගේ මානසික මට්ටමෙන් එතෙර වෙලා. ලෝක ධර්මතාවන්ගෙන් ශූන්‍යයි.

ස්ත්‍රීන්ගෙන්, පුරුෂයන්ගෙන්, රන්මසු මිල මුදල් වලින් ශුන්‍යයි. එක්ම වෘත්තීය සංවිකල්පයක් නිසාම ඒකද සංවිකල්පය, පරිවිච්ඡිද්ධ සමුප්පන්නයි. අභිසංවේතිතයි.

අවිද්‍යා, කම්, තණ්හා ආභාරයන්ගෙන් හැදුනේ. ඒ කියන්නේ කන බොන ආභාරයෙන් මේ රූපය හැදිලා තියෙන්නේ. අවිද්‍යා, කම්, තණ්හා කියන පෙර හේතු ටිකකින් විත්ත, වෛතසික කියන නාම ධර්ම ටික මේ කය ඇසුරු කරගෙන පවතිනවා. මහා භූත රූපයයි, අවිද්‍යා කම් තණ්හා කියන හේතුවට පැමිණි නාම ධර්ම කියන දෙකම නිසයි මේ ඇහැ හැදිලා තියෙන්නේ. එතකොට ඇහැ අවිද්‍යා කම් තණ්හා ආහාර. මේ ඇහෙනුයි මෙබඳු වූ වෘත්තීය සංවිකල්පයක් හදලා පෙන්වන්නේ. එතකොට ඇහැට පෙනෙන රූපය වෘත්තීය සංවිකල්පය මාත්‍රයක්. මහා භූතයන්ගේ උපාදාය රූපයක්. බලන නිසයි හදලා පෙන්වන්නේ ඒකයි අභිසංවේතිතං කියලා කියන්නේ. මේ ආයතනයන් ගෙන් පිළියෙල කරලා.

දැන් අතන අනිමිත්ත බව නිතින්ම අරමුණු කරලා අනිමිත්ත බව ස්පර්ශ කරනවා මිසක තියෙන අනිමිත්ත බවක් හම්බවුනා හෙවෙයිනේ. ඒ වගේ මේක නාම ධර්මයක් කළා විත්ත වෛතසික ටිකෙන් රූපයක් හදලා රූපය විසින් හදපු රූපයකිනුයි අපි මේ ජීවත් වෙන්නේ දැන්.

එතකොට මහා භූතයන්ගේ උපාදාය රූපයක් වුන විත්ත මාත්‍රයක්, අවිද්‍යා, කම්, තණ්හා, ආභාරයන්ගෙන් හැදුනා කියන තැනට හිත තැබුවහම මෙන්න මේකට කියනවා යථා භූත ස්වභාවය කියලා. දකින්න පුළුවන්. හැබැයි ඒකෙදිත් අර කාරණාව දකින්න ඕන. මේ විදියට මෙහෙති කරන කොට හිත එහි බැස ගන්නවා නම්, හිත ඒකෙ පිහිටනවා නම්, හිත පිළිගන්නවා නම් තමයි අර ධර්මයන්ගෙන් ශුන්‍යයි වෙන්නේ.

වෘත්තීය සංවිකල්පය මාත්‍රයක් කියලා බලපු නිසාම නැත්නම් ආයතනයන්ගෙන් උපද්දලා පෙන්වන එකක් කියලා මෙහෙති කරන කොට හැම ධර්මභාවයක්ම මෙහෙති නොකොට රූපයක පවතින ඇත්ත යථා භූත ස්වභාවය දකිනවා. එයා දන්නවා දැන් මෙන්න මේ ධර්මභාවයන් ගෙන් ශුන්‍යයි. මෙන්න මේ ධර්මභාවයෙන් අශුන්‍යයි. හැබැයි ඒ අශුන්‍ය වූ ධර්මභාවය ද හැදිලා තියෙන්නේ මෙන්න මෙහෙමයි කියන එකටත් නුවණයි.

මන්න ඔය වගේ තැනකට හිත තැබුවහම පුණ්‍ය පාප පහිනස්ස. පින් පව් කියන දෙකම අතහැරෙන්නවා. හොඳ නරක කියන දෙකම අතහැරෙන්නවා අපි මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව කියලා කතා කරන අන්ත ඔක්කොම අත හැරෙන්නවා. වර්තමානයක උපදින ධර්මයේ පුත්‍ර නිසා හටගෙන පුත්‍ර නැතිවෙන කොට නැතිවෙනවා කියන නුවණ හොඳට තියෙනවා.

යං කිංචි සමුදය ධම්මං - සබ්බං තං නිරෝධ ධම්මං කියන නුවණ තියෙනවා. රූපයෙ යථාභූත ස්වභාවය, ඇස් ඉදිරිපිටට හමුවෙන කොට හමුවෙන රූපයෙ ඇත්තම ඇත්ත දන්නවා ඒ රූපය හැඳිවිට හේතු ටිකත් දන්නවා ඒ රූපයෙ ඇත්ත නැත්ත දකිනකොට, ඒ රූපයෙ හේතු ටිකත් දකින කොට, රූපය තියෙන එකක්ය - තිබුන එකක්ය කියන ටික අතහැරෙනවා. ඇයි මේ හේතු ටික නිසාමයි හටගත්තේ, හේතු ටික නැතිවෙනකොට නැතිවෙනවා කියන කොට තිබුන එකක් හෝ තියෙන එකක්ය කියන ටික අතහැරෙනවා.

රූපයේ ඇත්තම ඇත්ත ඇති හැටිය දකින කොට ඒ රූපය අරඹයා කාම සංඥාවන්ගෙන්, පුද්ගල සංඥාවන්ගෙන් තව පැත්තකින් ගත්තහම ලෝකයෙන් මිඳෙනවා. ලෝක සංඥාවන්ගෙන් මිඳෙනවා. මෙන්න මේ යථාභූත දුශ්භයටමයි කියන්නෙ ලෝකෝත්තරයි කියලා. අනිමිත්තයි කියලා. ශුන්යතයි කියලා, අප්පණිහිතයි කියලා.

වණී සටහනක් හැටියට දැක්කොත් ලෝකයාගේ ලෝක සංඥාවන්ගෙන් ශුන්යයි. ලෝකයාගෙ නිමිති ඒ මහසෙ නැහැ. අනිමිත්තයි. ලෝකයාට වගේ පාර්ටිනා කටයුතු රන් රිදී මුතු මැණික් ඇහෙන් බලලා දකින්න බැහැ. ඒ නිසා අප්පණිහිතයි, පාර්ටිනා නැහැ. මෙන්න මෙතෙන්ට ගියාම කියනවා රාගක්ඛයෝ, දෝසක්ඛයෝ, මෝහක්ඛයෝ - රාග, ද්වේශ, මෝහ ක්ෂයයි කියලා. මේ එක්ම අශුන්යතාවයට හිත තබලා ලෝකෙන් මිදිලා, පංච උපාදානස්කන්ධ දුකෙන් මිදිලා, ඒ දුක ඇතිකරන හේතුවෙනුත් මිදිලා, හේතුව නැති කරලා ජීවත් වෙන තැනට කිව්වා සෝපදිශේෂ නිබ්බාන කියලා. රහත් වෙනවා කියලා. ඕකට ශුන්යත වේතෝ විමුක්ති, අනිමිත්ත වේතෝ විමුක්ති, අප්පණිහිත වේතෝ විමුක්ති කියලා නම් කරන්න පුළුවන්. මෙතන අනිමිත්ත බව තියෙන්නෙ අනිමිත්ත බවට හිත තබලා නෙවෙයි. ශුන්යත බවට හිත තබලා නෙවෙයි. රාග, ද්වේෂ, මෝහ කියන ධර්මතාවය නැතිවීම.

රාගය නිමිත්තක්
 ද්වේශය නිමිත්තක්
 මෝහය නිමිත්තක්
 රාග, ද්වේෂ, මෝහ නැතිවීමෙන් අනිමිත්තයි.
 රාගය අශුන්යතර බවක්
 ද්වේශය අශුන්යතර බවක්
 මෝහය අශුන්යතර බවක්
 රාග, ද්වේෂ, මෝහ නැතිවීමෙන් ශුන්යයි.
 රාගය ප්‍රණිධි ඇති කරන ධර්මයක්
 ද්වේෂය ප්‍රණිධි ඇති කරන ධර්මයක්
 මෝහය ප්‍රණිධි ඇති කරන ධර්මයක්
 රාග, ද්වේෂ, මෝහ නැති වීමෙන් අප්පණිහිතයි.

එකම අර්ථය - වචන තුනක් විතරයි. පද ව්‍යංජන විතරයි වෙනස්. රාග, ද්වේෂ, මෝහ නැති වෙච්ච තැනට වචන තුනක් විතරයි අනිමිත්ත, ශුන්‍යත, අප්පණිහිත කියන්නේ මේ ශාසනේ.

ඔය සමාධියම බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළා එක එක පරියායන්ගෙන් අනිමිත්ත බවට මෙහෙහි කරලා අනිමිත්ත බව ගන්න පුළුවන් ක්‍රමයකුත් තියෙනවා. රාග, ද්වේෂ, මෝහ නිමිති නැති කරලා අනිමිත්ත වෙන්න පුළුවන් ක්‍රමයකුත් තියෙනවා. සියලුම නිමිති මෙහෙහි නොකොට, නිමිති නැති කමින් ශුන්‍යකමක් ඇති කර ගන්නත් පුළුවන්.

රාග, ද්වේෂ, මෝහ නැති කරලා සියලුම නිමිති නැති කරලත් ශුන්‍යතාවයක් ඇති කරගන්න පුළුවන්. හැම වෙලාවෙම රාග, ද්වේෂ, මෝහ නැති වීමෙන් ඇතිවන අනිමිත්ත බව හා ශුන්‍යතාවය තමයි ආර්ය ශුන්‍යතාවය කියලා කියන්නේ.

මෙතනදි මට මතක් කරන්න ඕන දේ තමයි අද අපි මෙහෙම හිටියට මෙතන තියෙන ධර්මතාවය තමයි කිව්වෙ මේ ලෝකයෙ හැමදාම පැවතුන, පවතින යථා භූත ස්වභාවයක් තියෙනවා. ඒක මේ අහේතුක අමුතු එකක් දැකින්න එපා. අපි නිකමට කියමු ඇහෙන්න රූපයක් බලන තැනක හැමදාම පැවතුන, පවතින යථා භූත ස්වභාවය තමයි ඇස් ඉදිරිපිටට එන්නෙ වණී රූප සටහනක්, චිත්‍ර මාත්‍රයක්. හැමදාම ඇත්ත ඒකම තමයි.

අවිද්‍යා, කමී, තණ්හාවෙන් හැදිලා තියෙන්නෙ.

පෙර නොතිබීම, හටගෙන ඉතිරි නැතිව නැතිවෙනවා.

මහා භූතයන් නිසා විත්ත වෛතසිකයන්ගෙන් ප්‍රකට වෙන එකක්.

ඕක තමයි රූපයෙ ඇත්ත.

හැබැයි ලෝකයට මේ ඇත්ත වැහිලා. ලෝකයට හැමදාම හම්බවෙන්නෙ ඇහෙන්න බලනකොට රන් රිදී මුතු මැණික් දුටු පුතා මුණුපුරු මිණිපිරියො. ඇස් ඉදිරිපිටට හම්බවෙන රූපයෙ ඇත්ත හැමදාම වැහිලයි තියෙන්නෙ.

අපි මොකද කරන්නෙ. මේ ඇත්ත නොදන්නාකම නිසා - අපිට දරුවො, මුණුපුරු මිණිපිරියො හම්බවෙන්නෙ රන් රිදී මුතු මැණික් හම්බවෙන්නෙ කෙලෙස් ටිකක් නිසයි කියලා අපි දන්නෙ නෑ. නිනෙකින්වත් අහලා නෑ. ඒ කියන්නෙ අපි සැප දුක් විඳින තැනක ස්කන්ධ සහ කෙලෙස් කියලා ධර්මා දෙකක් තියෙනවා කියලා අපි දන්නෙ නෑ.

බුදුරජාණන් වහන්සේ ලෝකයේ පහළ වෙලා ලෝකයේ පවතින ඇත්ත ඇති හැටියෙ අවබෝධ කරගත්තා. මොකක්ද ඇස් ඉදිරිපිටට හම්බවෙන්නෙ

වණී සටහනක් කියලා අවබෝධ කරගන්නා. පවතින දේක ඇත්ත ඇති හැටියෙ දකිනකොට බුදුරජාණන් වහන්සේට අවබෝධ වුනා සමුදය සත්‍යය. දුක පිරිසිඳ දකිනකොට ස්කන්ධ ටික තේරෙන කොට දවා, පුනා, අම්මා, තාත්තා, අයියා, අක්කා, රන් රිදී, මිල මුදල් හම්බවෙන්නෙ ආශ්‍රව මත, කෙලෙස් නිසයි කියන ධර්මතාවය.

ඇස් ඉදිරිපිටට එන්නෙ වණී සටහන් මාත්‍රයක්. ඔය ඇත්ත නොදන්නකොට අපේ මනසෙ බොහෝ කල් සිට පැවත එන කෙලෙස් හුරුවක්, වැරද්දක් තියෙනවා. මේ වැරද්ද මනසෙ යෙදෙනවා. එබඳු අදහසකින් මේ රූපය දිනා බැලුවහම, ඇහැර පෙනෙන රූපය දිනා බැලුවහම අපි බලපු විදියටයි අපිට ඒ රූපය පෙනෙන්නෙ. ඒකයි මේ සංඛ්‍යායි, අභිසංචේතිතයි කියලා කියන්නෙ.

මේ විදියෙ මනුෂ්‍යයන්ගෙ රූප, දරුවන්ගෙ රූප, රත්තරං බලන්න පුළුවන් කියලා එබඳු රූප අපි හදාගෙන තියෙන්නෙ. සකස් කරගත්ත ඒවා. පිළියෙල කරගත්ත ඒවා. චේතනාවෙන් පිළියෙල කරගත්තෙ අභිසංචේතිතං. රන් රිදී මුතු මැණික් බලන්න පුළුවන් විදියට අවිද්‍යාවෙන් සකස් කරගෙන තියෙන්නෙ. ලෝකයේ සම්මතයක් නොතිබුනා නම්, කෙනා කෙනාගෙ මනසෙ මේවට වටිනාකමක් නොතිබුනා නම් ඔය පින්වතුන් පාරේ තියෙන කළුගල් සාක්කුවෙ දාගන්නවද? නෑ. මේවට වඩා මේවා වටිනවා වටිනවා කියලා අපි මතසින් වටිනාකමක් නොදන්නා නම් දව්‍ය වශයෙන් බැලුවොත් කෝකත් පඬුවියමයි.

අපි නිකම් කියමු අද ඔය විදියට රත්තරං කියන ඒවා හැම තැනම තිබුනා නම්, මැණික් කියන ඒවා හැම තැනම තිබුනා නම් මැණික් කියලා අපි කියන මට්ටමට කළුගල් දුර්ලභ වුනා නම් ඔය පින්වතුන් මැණික් ගල් නෙමෙයි අනුලන්නෙ කළුගල්. ඒක වටියි දුර්ලභ නිසා. වටිනාකම හැම වෙලාවෙම හදලා තියෙන්නෙ වස්තුවක් මත නෙමෙයි. දෘෂ්ටියක් මත.

එකම කඩදාසියකට රූපියල් දාහක වටිනාකමක් ලැබෙන්නෙ ප්‍රඥප්තියක් මත. මනසින්, මනස මත. කඩදාසිය මත නෙවෙයි. නීතියකින් අවලංගු කළොත් කඩදාසියට ලැබිලා තිබුන වටිනාකම නැති වෙනවා. වචනයකින්, මනසිකාරයකින් අවලංගු කරන්න පුළුවන්. ඒ වටිනාකම දව්‍යය තුළ තිබුනා නම් එහෙම අවලංගු කරන්න පුළුවන්ද? ඇත්තටම මේ මිල මුදල් චේතනාවෙන් සකස් කර ගත්ත එකක්. සංඛ්‍යං අභිසංචේතිති.

මේ ඔක්කොම ඒ විදියට චේතනාවෙන් පිළියෙල කරගත්ත ඒවා නෙමෙයිද? දැන් රූපියල් දාහෙ කොළයක් තමන් ළඟ තිබිලා නැති වුනොත් දුක

එනවනෙ. එතකොට මේ චේතනාවෙන් පිළියෙල කරගන්න, හදාගන්න දේ නැතිවෙන කොට එන දුකක්.

ඒ වගේ මේ වණී සටහන තියෙන තැනක අපිට මේ මගේ අම්මා, අප්පච්චි, දුවා, පුතා, ගෙවල් දොරවල් කියලා මේවා අපි කෙනා කෙනා චේතනාවෙන් පිළියෙල කරගන්න ඒවා. මගේ අම්මා මට මිසක ඔය පින්වතුන්ට අම්මා වෙන්නෙ නෑ. ඒකයි ඒක සත්‍යයක් නෙවෙයි වෙන්නෙ. මේ කෙනා කෙනා සැප දුක් විඳින්න පිළියෙල කරගන්න එකක්.

සම්මතයක් තියෙනවා. මනුෂ්‍ය දහමක් තියෙනවා. මම මේ යථාර්ථයක් ගැන කථා කරන්නෙ. සසරෙන් මිඳෙන්න නම් අපිට සම්මත රාමු වලින් ඔබ්බට ගිය මනසක් හැදෙන්න ඕන. හැබැයි සම්මතයෙන් ඔබ්බට ගිය මනසක් හම්බවෙන කොට මනුෂ්‍ය දහමට වඩා වැඩිතර නුවණක් ඇවිල්ලා තියෙන්න ඕන මිසක මනුෂ්‍ය දහමෙ තියෙන ටිකත් අඩු වෙනවා එහෙම නෙවෙයි කියන එක මතක තියා ගන්න හොඳට.

අම්මට, තාත්තට සලකනවා කියන තැනක් තියෙනවා නම් ඒක තවත් වැඩිවෙලා තියෙන්න ඕන මිසක අඩුවෙලා තියෙන්න බැහැ.

මෙතනදි මම මතක් කළේ අභිසංචේතිතං කියන්නෙ මොකක්ද කියලා. චේතනාවෙන් පිළියෙල කරගන්නවා කියන්නෙ කොහොමද කියලා. දැන් වටිනාකමක් අපි හදලා කඩදාසියක් රුපියල් දාහක් කරගෙන මෙව්වර වටිනවා කියලා හදාගෙන තියෙන්නෙ. දැන් අපිට ඒක වටිනාකමින් පරිහරණයක කරන්න පුළුවන්. මේවා රන්, මේවා රිදී, මේවා මැණික්, මේවා මෙව්වර වටිනවා කියලා හදාගන්න දේවල් මේ ඔක්කොම.

ඒ විදියටමයි මේ භෞතික හැමදෙයක් අරඹයාම අපි වටිනාකමක් දිලා තියෙන්නෙ. ඔහොම දිලා හදාගන්න දේ තුළට චේතනාවෙන් පිළියෙල කරගන්න මේ ටිකට තමයි ලෝකය කියලා කියන්නෙ. සංඛ්‍යය තුළ ලෝකය. ඊට පස්සේ සංඛ්‍යා ධාතුවෙ කෙළවරම තමයි, ලෝකය අත හැරෙන විදියට ඇත්ත ඇති හැටියෙ තබනවා. මෙතන පරතෙරන් කිසිම වටිනාකමක් දිලා නැහැ. ලෝකය තුළ ප්‍රඥප්තීන් කිසිවකට කොටු වෙලා නැහැ. කිසිම ලෝක සම්මතයකට හසුවෙලා නැහැ. ලෝකය කියන ධර්මාවයට පැනවීමකට සීමා වෙලා නැහැ. පවතින සැබෑම ස්වභාවයයි කියන තැනක් තියෙනවා, ඔතෙන්නට තමයි සංඛ්‍යා ධාතුවෙ කෙළවර කියලා කියන්නෙ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය.

ඒකෙදි තමයි මේ ස්පර්ශ ආයතන හයේ ඇත්තම ඇත්ත කියන තැනට එන්නෙ. ඔතෙන්නට ආවහම අර වටිනාකම වලින් මනස මිඳෙනවා. රහතන්

වහන්සේලාට රන් රිදී මුතු මැණික් නැහැ. ගෙවල් දොරවල්, යාන වාහන, ඉඩකඩම් නැහැ. දූ දුරුවො නැහැ. ලෝකයාගේ ඇතින් බැලුවොත් අසරණ, අනාට පිරිසක් තමයි රහතන් වහන්සේලා කියන්නේ.

ලෝක කවුරුවත් දුප්පත් නැහැ. රන් රිදී මුතු මැණික්වලින් ආඩියයි. අතේ නැතුව ඇති. නමුත් ඔය අයගෙ හිතේ පිරිලා තියෙනවා. අතේ නැති වුනත් හිතේ තියෙන වත් පොහොසත් කමින් තමයි අපි සසරට යන්නේ. ඒ හින්දා ඔය පින්වතුන්ට මුකුත් නෑ කියන්න බෑ. කාමය නැති වෙලා නැති හින්දා නැවත එන්නේත් කාම ලෝකයටමයි.

කවදා හරි දවසක ලෝකයාගේ කිසිම සම්පතක් වස්තුවක් නැතුව අසරණ වුන පිරිසක් බවට පත්වුනොත් තමයි, කාමයේ සරණක් නැති වෙන්නේ. ධර්මයෙන් අසරණ වෙලා නැහැ. ලෝකයාගේ මට්ටම අතහැරිලා. ලෝකයෙන් ඵතෙර වෙලා.

ඒ නිසා පුළුවන් නම් හිගන පීචිතයක් ඇති කර ගන්න කිසිමම දෙයක් නැති. හැබැයි ඒක හිතලා කරන්න පුළුවන් එකක් නෙමෙයි. සම්මා දිට්ඨි ඇත්ත ඇති හැටියෙ දැකිනකම නිසා සාක්ෂාත් වෙන්න ඕන එකක්.

යථාභූත ස්වභාවය කියන කොට හොඳට දකින්න මම මුලින් කිව්ව වගේ සත්ව, පුද්ගල, ආත්ම රාමුවලට හසු නොවී මනුෂ්‍ය, දේව, බ්‍රහ්ම කියන ගතිවලට හසු නොවී සැබෑම වූ, පවතින්නා වූ ස්වභාවයට තමයි යථාභූත ස්වභාවය කියන්නේ. ඔන්න ඔතනට අපේ මනස පත් වුන දවසටයි සසර ගමන අවසන් වෙන්නේ.

රහත් වුනා කියලා කිව්වෙ වෙන මුකුත්ම නෙවෙයි. සත්‍ය අවබෝධයක් කරලා. හැමදාම පැවතුන, පවතින ඇත්ත ඇති හැටියෙ අවබෝධ කර ගන්නා. ඒ අවබෝධය නිසා ආශ්‍රවයන් ගෙන් මනස මිදුනා. කාමාශ්‍රව, භාවාශ්‍රව, අවිද්‍යාශ්‍රව කියන ආශ්‍රවයන්ගෙන් මනස මිදුනා. කෙලෙසුන්ගෙන් මනස මිදුනා. ආශ්‍රවයන්ගෙන්, කෙලෙසුන්ගෙන් මනස මිදුනහම ආශ්‍රව නිසා කෙලෙස් නිසා එන දුරට බව නැහැ.

ඒ ආශ්‍රවයන්ගෙන්, කෙලෙසුන්ගෙන් වස්තු ඇසුරු කරලා යම් යම් විදියකට සැප දුක් විඳියි නම් ඒ සැප දුක් දෙක අතහැරෙන්නවා, ඒ කියන්නේ මේ වස්තූන් පිරිසිඳ දැක්කහම දෘෂ්ටි අතහැරෙන්නවා. කෙලෙස් අතහැරෙන්නවා.

ඒ දෘෂ්ටියි, කෙලෙසුයි කියන ධර්මාවය පරිහරණය කරලා මේ ලෝකයා සැප දුක් විඳිනවා නම් ඒ සැප දුක් දෙකෙහුන් මිදෙනවා. ඵතකොට සත්ව

පුද්ගල භාවයෙන් විඳින සැපෙන්නද, දුකෙන් ද දෙකෙන්ම මිඳෙනවා. හැබැයි එකක් මතක තියාගන්න ඕන. සැප විඳින පැත්තෙන් විතරක් සත්ව පුද්ගල භාවයෙන් සැප විඳලා දුක අකමැතියි, දුක විතරක් ප්‍රතික්ෂේප කරනවා කියන එකක් බලාපොරොත්තු වෙන්න එපා.

ඔය පින්වතුන් සත්ව පුද්ගල භාවයෙන් දුරු මුණුපුරන් බලලා සතුටු වෙනවා නම් දුරු මුණුපුරන් බලලා විඳින්න වෙන දුකත් බලාපොරොත්තු වෙන්න. මොකද ඒ දුරුවො මැරෙන කොට,ලෙඩ වෙන කොට සත්ව පුද්ගලයන්ට වුනා කියන දුකම තමයි විඳින්න වෙන්නේ. ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරන්නේ මේ ලැබෙන ආශ්වාදය ටිකයි. ආදිනවය ගොඩයි. ඒ හින්දා මේ සැපයට සැපයක් කියන්නේ නෑ. සැපයක් කියලා දුකින් එපා කියලයි කියන්නේ. මොකද ඔය සැපය තුළ තියෙන දුක, ආදිනවය ගොඩක් වැඩියි.

ඒ නිසා ඔය පින්වතුන්ට සසර දුක අවසන් කරන්න නම් කෙලෙසුන්ගෙන් විඳින සැපයි දුකයි දෙකම අතහරින්න වෙනවා. කෙලෙස් නිසා විඳින සැපයි, දුකයි දෙකම දුකයි කියලයි ධර්මයේ පෙන්වන්නේ, එතන පවතින සැබෑම ස්වභාවය අවබෝධ කරගත්තනම වැරදි අදහස්, වැරදි දෘෂ්ටි අපේ මනසෙ යෙදෙන්නේ නැහැ. පවතින සැබෑම ස්වභාවය අවබෝධ නොවන කොට වැරදි අදහස් වැරදි දෘෂ්ටි අපේ මනසෙ යෙදෙනවා. එබඳු අදහසින් මේ වස්තු ස්කන්ධ පරිහරණය කරන කොටයි, දුක ඇතිවෙලා තියෙන්නේ.

ලෝකය කියන්නේ, සත්ව පුද්ගල භාවයෙන් එන දුක කියන්නේ ස්කන්ධ සහ කෙලෙස් කියන දෙකේ එකතුවක්. ස්කන්ධ ටික පිරිසිඳ දැකලා, දුක පිරිසිඳ දැකලා සමුදය දුරු කරන්න. මේ කෙලෙස් ටික නැති කරන්න. එහෙම වුනාම ස්කන්ධයි කෙලෙසුයි දෙකෙන් එන දුක නැති වෙනවා. ඒ කියන්නේ දුරුවා මැරුන දුක නැහැ. හැබැයි දුරුවා නිසා එන සැපත් නැති වෙලා තියෙන්නේ. මොකද ඒ සැප ද දුකක්ම නිසා.

කාමයට පෙන්නන උපමා එකොළහක් තියෙනවනේ මතක ද?
බල්ලෙක් මස් ලේ නැති ඇටකටුවක් ලෙවකනවා වගේ
කුෂ්ඨ රෝගියෙක් කුෂ්ඨයක් කහනවා වගේ
ගිනි ඇඟුරු වලක් වගේ

ඔය විදියට උපමා ටිකක් පෙන්වනවා. ඒ කියන්නේ ආශ්වාදය ටිකයි ආදිනවය බොහොයි. මේ කාමයේ නැත්නම් කෙලෙසුන්ගෙන් විඳින සැපේ තියෙන දෝෂෙ තමයි මේ විපාකය තුළ මෙලොවත්, පරලොවත් කියන දුක නැවර්ලා තියෙනවා, මෙලොවම මේ පරිහරණය කරන ධර්මයෝ නැතිවීමෙන් එන දුකත්, නැවත සසර ඉපදීම ඇති කරන හේතුව මේ තුළ තියෙන නිසා ඒ

හේතුවෙන් නැවත දුක හඳුලා හවයේ දුක ලබා දෙන දුකත් සම්පරායන දුකත් කියන මේ දුකයි සමුදයයි දෙකම තියෙනවා අද අපි විඳින සැපය තුළ.

ඒ නිසා අපිට සසර ගමන අවසන් කරන්න නම් වතීමාන දුක නිරුද්ධ කරලා අනාගත දුක ඇතිවෙන හේතුව නැති කරන්න නම් මෙන්න මේ යථාභූත ස්වභාවය කියන තැනට මනස ගන්න වෙනවා. එතෙන්ට තමයි සම්මා දිට්ඨි කියලා කියන්නේ.

මම මනුස්සයෙක් කියන අදහසින් මේ රූපය දිහා බැලුවහම මේකට කියන්නේ නෑ සම්මා දිට්ඨි කියලා. මේකට කියන්නේ මිවිජා දිට්ඨි කියලා. වැරදි දැකීමක්. හැබැයි ඒ දැකීම හැම වෙලාවෙම බලන්න කොතනක හරි වැරදි නම් ඒකට කෙලේසයක් පැටලලා තියෙනවා. ස්කන්ධ ටික විතරක් තියෙන තැනක ස්කන්ධ ටික දැක්කා නම් ඒක වැරදි දැකීමක්. ස්කන්ධ තියෙන තැනක අදහස් වලින් ස්කන්ධ බලන කොට හැම වෙලාවෙම දැකීම වැරදියි.

ඉස්සෙල්ලාම ඉගෙන ගන්න නිවන් දකිනවා කියන කොට, නිවන කිව්වේ වෙන මුකුත් නෙවෙයි, මෙන්න මේ යථාභූත ස්වභාවයට හිත තබලා ලෝකයා විඳින දුකෙන් මිදෙනවා නම්, ලෝකයාගේ දුක අපේ සන්නායයේ නිරුද්ධ කරනවා නම් ලෝකයා විඳින ජරා මරණ දුක නූපදින ස්වභාවයට පත් වෙලා අපරාමර බවට පත් වෙනවා නම් අජර, අමර ජරා මරණ නෑ. යම් දුර්ශනයකට ඇහැට පෙනෙන රූපයේ යම් ඇත්තක් දැකීම නිසා ලෝකයා විඳින ජරා මරණ දුකෙන් මිදෙනවා නම් මෙන්න මේකටයි අපරාමර බව කියලා කිව්වේ. නිවන කියලා කිව්වේ.

මේ පංච උපාදානස්කන්ධයෙන් මිදෙන කමට රාග ද්වේෂ මෝහ දුරුවෙන කමට අනිමිත්ත ශුන්‍යත අප්පණිහිත කියන මේ වේතෝ විමුක්තිය ඇති වෙන තැනට කිව්වා නිවන කියලා. මෙන්න මේ යථාභූත ඥාන දුර්ශනයට හිත තබලා ලෝකයාගේ මානසික මට්ටමෙන් මිදෙන තැනට කිව්වා සෝපදිශේෂ නිබ්බාන. ස්කන්ධ ඉතිරියක් සහිතව නිව්ලා. ස්කන්ධ ටිකක් තියෙනවා. එක්ම දුරට කමක් තියෙනවා. සළායතන පච්චයා. ජීවිත පච්චයා. මෙතෙන්ට හිත තබලා පංච උපාදානස්කන්ධ දුකෙන් ලෝකයා විඳින දුකෙන් මිදිලා ඉන්න ටිකට සෝපදිශේෂ නිබ්බාන කිව්වා.

මේ යථාභූත ස්වභාවය එක්ම අශුන්‍යතාවය ස්කන්ධ මාත්‍රයක්. ඔය ස්කන්ධ ටික අතහැරෙන දවසකුත් එනවා. ස්කන්ධ නිසා එන දුකක් තියෙනවා නම් ඒක ද අතහැරෙන දවසක් එනවා. ඒකට කිව්වා අනුපදිශේෂ පරිනිර්වානය කියලා. අනුපදිශේෂ පරිනිර්වානය සඳහා අපිට කරන්න යමක් නැහැ. ඒක වෙයි.

ඉස්සෙල්ලාම අපි මේ ස්කන්ධ ටික තියෙද්දීම, ස්කන්ධයන්ගේ ඇත්ත ඇති හැටිය දැකලා, කෙලෙස් ටික මතු නූපදින විදියට නැති කරලා සත්‍යතාවය තුළ ජීවත් වෙන මනසක් හදාගන්නට ඕන. ඔන්න ඔය සත්‍යය අවබෝධ කරගෙන සත්‍යය තුළ ජීවත් වෙන මනසක් හදාගන්න තැනටයි රහත් වෙනවා කිව්වෙ. නිවන් දකිනවා කියලා කිව්වෙ. එහෙම නැතුව කෙනෙක් නිවන් දකිනවා, මම නිවන් දකිනවා හෙවෙයි. මම කියන තැනින්, කෙනා කියන තැනින් මිඳෙනවා මේ ඇත්ත ඇති හැටිය දකින කොට.

දුකේ නිරෝධය නිවනයයි කියලා ඔන්න ඔය ටික හොඳට තේරුම් ගන්න. ඒකෙදිත් මේ ස්පර්ශ ආයතන හයේ යථාභූත ස්වභාවය අහලා දැනගන්න. මෙන්න මේ වගේ තැනකටයි අපිට යන්න තියෙන්නේ කියලා දැනගන්න ඕන.

දැන් ඔය ටික දැනගන්නා කියලා, අහගන්නා කියලා එතන පෙනෙන්නෙ නැහැ. පිහිටලා ඉන්න බැහැ. සත්ව, පුද්ගල, ආත්ම භාවයෙන් ඉන්න අපිට ඉන්න තැන ඉඳලා මේ ඇත්ත ඇති හැටියෙ පවතින තැනට, ආර්ය ශූන්‍යතාවය තියෙන තැනට මනස ගන්න තියෙන ගමන් මග තමයි ශිල, සමාධි, ප්‍රඥා කියලා කියන්නෙ.

හැබැයි අපි ඉන්න තැන ඉඳලා මේ ඇත්ත තියෙන තැනට එන්න මනස ගන්න ටිකට කියන්නෙ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය හෙවෙයි, පූච්ඡානුස්ථාන ප්‍රතිපදාව කියලා. ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය කියන්නෙ, ලෝකෝත්තර මාර්ගය කියන්නෙ ඔන්න ඔය යථා භූත ඥානය තියෙන තැනට. යථාභූත ඥානයක් උපදවා ගෙන ඒක ද පුන පුනා වඩන්න පුළුවන් එකක්. බලන්න පුළුවන් එකක්. එතකොට තමයි අනුසය කියන එක දුරු වෙන්නෙ.

ඊට මෙහා අපිට විපල්ලාස ටික දුරු කරන එක තමයි පූච්ඡානුස්ථාන ප්‍රතිපදාවෙන් කෙරෙන්නෙ. ඔන්න ඔය නිවන් දකිනවා කියලා කියන්නෙ පංච උපාදානස්කන්ධ දුකෙන් මිඳෙනවා. සත්ව පුද්ගල ආත්ම භාවයෙන් ලෝකයා විඳින මානසික මට්ටමෙන් එන දුකෙන් මිඳෙනවා. එහෙම වෙන්නෙ මෙන්න මේ සත්‍ය අවබෝධය ඇති තැනටයි. ස්පර්ශ ආයතන හයේ මෙබඳු වූ ඇත්ත ඇති හැටියෙ දකින මනසක් ඇති කරගත්ත දවසටයි, මේ පංච උපාදානස්කන්ධ දුකෙන් මිඳෙන්නේ කියලා දැනගෙන එතෙන්නට මනස ගැනීම සඳහායි අපි භාවනා කරන්නෙ, මේ ශිල සමාධි ප්‍රඥා කියන ත්‍රි ශික්ෂාව තියෙන්නෙ කියලා දැනගෙන අපි කටයුතු කරන්න ඕන.

එහෙම කරනකොට අපි දන්නවා අපේ මනසේ යම් යම් අවස්ථාවල දී කෙලෙස් අඩු වෙන්න පුළුවන්. එහෙම කෙලෙස් අඩු වුනා කියලා නියම තැනට අපි තවම ආවෙ නැහැ. යමක් සඳහා නම් අපි මේ දහමට බැස්සෙ ඒ අර්ථය

නවම ඉපදිලා නැතැ කියලා තාවකාලික අරමුණු වල නොරැවටී ඉන්න හොඳට දන්නවා. ඒ නිසා ඉස්සෙල්ලාම කරන්නේ මොකක්ද, කුමන තැන දක්වාද කියලා ඔන්න ඔය ටික පැහැදිලි කරගන්න ඕන.

ආනාපානසතිය වැඩුවත් අපි කියන්නේ නිවන් දකින්නයි අපි මේක කරන්නේ. මෙමුත් භාවනාව වැඩුවත් නිවන් දකින්නයි කරන්නේ. ආනාපානසතිය වඩලා නිවන් දකින්නේ කොහොමද? මෙමුත් භාවනාව වඩලා නිවන් දකින්නේ කොහොමද කියන කාරණාව අපි දැනගෙන ඉන්න ඕන. මොකද ආනාපානසති භාවනාව නිවන නෙවෙයි. මෙමුත් භාවනාව නිවන නෙවෙයි. ඒ නින්දා ඒවා කරලා නිවන් දකින්නේ කොහොමද කියන එක දැනගෙන තියෙන්න ඕන. දැනගෙන ඒක කරන්න.

ආනාපානසති භාවනාව, මෙමුත් භාවනාව වැඩුවහම නිවරණා ධම් දුරු වෙනවා. නිවරණා ධම් දුරු වුනාම චිත්ත සමාධියක් ඇති වෙනවා. ඒ සමාධියට මෙන්න මේ ඇත්ත දකින්න පුළුවන්. ඇත්ත දැකපු දවසට ආශ්‍රවයන්ගෙන් මනස මිදෙනවා. කෙලෙසුන්ගෙන් මනස මිදෙනවා. කාමාශ්‍රවයන්ගෙන් මනස මිදුනහම කාම ලෝකෙක සැපදුක් විඳින්න බැහැ. පින්වතුන් කාම ලෝකයෙ සැප දුක් විඳින්නේ, කාම භූමියෙ කෙනෙක් වෙලා ඉන්න කාම ආශ්‍රවය නිසයි. කාම ආශ්‍රවයන්ගෙන් මනස මිදුනහම කාම ලෝකයෙ තියෙන නැදැකම් ටික අතහැරෙනවා. ඒවායෙ වටිනාකම් නැතිවෙනවා. අද මේ කාම භාණ්ඩයන්ගේ වටිනාකම තේරෙන්න කාම ආශ්‍රවයට.

ඊළඟට භවාශ්‍රවය තියෙනවා. කාමාශ්‍රවය අතහැරෙන කොට භවාශ්‍රවය. ඊට පස්සෙ බ්‍රහ්මයන්ගේ මට්ටමේ ඇත්තක් වෙනවා. ඒ මට්ටමේ ජීවිත ඇත්තක් වෙනවා. ඒ මට්ටමේ සැප විපාකය දුක් විපාකය ඇත්තක් වෙනවා. එතකොට ඔය පින්වතුන් සැප දුක් විඳින්නේ ඒ ආශ්‍රවයට අනුව. ඊට පස්සෙ භවාශ්‍රවයන් නැති වුනොත් බ්‍රහ්මයන්ගේ විපාක මට්ටමත් අතහැරෙයි. ඒ නින්දා හොඳට මතක තියාගන්න අපි මේ කාම ලෝකෙ මේ සැප දුක් විඳින්නේ, විපාකයක් විඳින්නේ මේවා ඇත්තටම විද්‍යාමාන වෙච්ච වස්තු නිසා විඳින සැපක් දුකක් නෙවෙයි. කෙලේසයක් නිසයි මේ සැප දුක.

බ්‍රහ්මලෝකෙ බ්‍රහ්මයා කියලා සැප දුක් විඳින්නේ එතන විද්‍යාමාන එකක් නිසා නෙවෙයි. ඒ මානසික මට්ටමේ කෙලේසෙ නිසයි. එතකොට රහතන් වහන්සේ කියලා කියන්නේ කාමාශ්‍රවය නිසා විඳින සැපක් දුකක් තියෙනවා නම් ඒ ටිකත් නැහැ. භවාශ්‍රවය, අවිද්‍යාශ්‍රවය නිසා සැපක් දුකක් තියෙනවා නම් ඒ ටිකත් නැහැ. ජීවිත පච්චයා - සළායතන පච්චයා එක්ම දුරටකමක් සැප දුක් දෙක ලැබෙනවා ජීවිතය මුල් කරගෙන, ආයතන මුල් කරගෙන මේ එක්ම තැනට හිත තබලා අනික් ධර්මයන්ගෙන් ශුන්‍යයි. ඔතන තමයි රහතන් වහන්සේ

එයාට මනුෂ්‍යයෙක් කියන්නත් බැහැ.

දෙවියෙක් කියන්නත් බැහැ.

බ්‍රහ්මයෙක් කියන්නත් බැහැ.

නිර්සත්වයෙක් කියන්නත් බැහැ.

මොකද ඒ ගති එකක්වත් නෑ එතන. රහතන් වහන්සේ කියලයි කියන්නේ.

අද අපි නිවන් දකින්න කියලා බණ භාවනා කළාට නිවන කියන එක ගැන අපිට අද තියෙන්නෙ සංකල්පයක්. අදහසක්. ඒක පීච්නේ මෙන්න මෙහෙම සහේතුකව ලබාගන්න පුළුවන් පැමිණෙන්න පුළුවන් තැනක් කියලා දන්නෙ නෑ අපි. ඉස්සෙල්ලා මෙන්න මේ වගේ සහේතුකව පීච්නේ පැමිණෙන්න පුළුවන් තැනක් කියලා දකින්න.

ඊට පස්සෙ ඔතනට ඒම සඳහා ගමන් මග, පුච්ඡාන ප්‍රතිපදාව තමයි අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම, අසුභ කියන මෙන්න මේ ධර්මා ටික. අද අපි ඉන්න තැන තමයි නිත්‍යයි, සැපයි, ආත්මයි, සුභයි කියන තැන. යා යුතු තැන තමයි සංඛත ධාතුවෙ කෙළවර, අවසානම තැන, යථා භූත ස්වභාවය, මේක තමයි සංඛත ධාතුවෙ කෙළවර, උතුම්ම, ශ්‍රේෂ්ඨම තැන. දැන් අපි ඉන්න තැන ඉඳලා එතනට යන්න පාලමක් ඕන. ඒකට තමයි ශිල, සමාධි, ප්‍රඥා කියලා කිව්වෙ.

ශිලයක පිහිටලා විත්ත සමථය ඇති කරන සමථ කමටහනක් හුරු පුරුදු කරනවා. එහෙම සමථ කමටහනක් හුරු පුරුදු කරන ගමන් ලෝකය අනිත්‍ය වශයෙන්, දුක් වශයෙන්, අනාත්ම වශයෙන්, අසුභ වශයෙන් මෙහෙති කරනවා. ඔය කුමන ආකාරයෙන් වුනත් කමක් නැහැ. මේ ස්පර්ශ ආයතන හයට හම්බවෙන හැම අරමුණක්ම අනිත්‍ය වශයෙන්, දුක් වශයෙන්, අනාත්ම වශයෙන් මෙහෙති කටයුතුයි.

ඊට අමතරව විත්ත සමථයක් වඩන්න. එයට උපකාරී පිණිස ශිලයක පිහිටන්න. ශිලයක පිහිටලා සමථ කමටහනකින් සිත වඩමින් නුවණින් මෙහෙති කර කර මෙහෙති කර කර ඉන්නකොට ප්‍රතිපක්ෂ ධර්මා ටික අනුකූලයෙන් ටික ටික ගෙවෙනවා. නිත්‍යයි, සැපයි, ආත්මයි, සුභයි කියන ටික.

අපිට තේරෙන්නේ නෑ අද මේ කෙල්ලේසයන්ගේ බලවත්කම කොච්චරද කියලා. අපිට හිතලා කවදාවත් දරු මුණුපුරො ගැන, ගෙවල් දොරවල් ගැන, ඉඩකඩම් ගැන හිතේ තියෙන කෑදරකම, තණ්හාව අයිත් කරන්න බැහැ. ඒක ගෙවෙන්නෙ නෑ. ඒක අතහැරෙන දහමක ඉන්න ඕන. මේවට තියෙන කෑදරකම අයිත් කරන්න හදන්නත් එපා. අයිත් කරන්න හදනකොට පුද්ගල භාවය තහවුරු වෙනවා මිසක ඒක අයිත් වෙන්නෙ නැහැ. ඒ තණ්හාව අයිත් කිරීමේ අයිතිය තියෙන්නෙ ධර්මයට.

ඔය පින්වතුන් කෙලෙස් අයිත් කරන්න උත්සාහ කරන්න ඕන නෑ. ධර්මයක ඉන්න. ධර්මයේ ඉන්නකොට ධර්මය රකින කෙනා ධර්මයෙන් රැකෙයි. ඒ ධර්මය විසින් පින්වතුන්ගේ මනසෙ තියෙන ඔය කෙලෙස් ටික මළකඩ ටික අයිත් කරයි. අපි ඒක අයිත් කරන්න හඳුනාකොට පුද්ගල භාවය ඉස්මතු වෙනවා ධර්මය අනුහරිලා. ඒ නිසා මේ ගෙවල් දොරවල් ආදී මේ ධර්මයන්ට අපේ හිත ඕනෑවට වඩා බැඳිලා තියෙනවා නම් හුරු පුරුදු කරන්න එක දෙයක්.

- හැම වෙලාවෙම යෝනිසෝ මනසිකාරයෙන් ඉන්න -

ලෝකයට අපේ හිත ඇඳිලා බැඳිලා තියෙන එක අයිත් කරන්න අපිට බැහැ. අපිට පුළුවන් ධර්මයක ඉන්න. ධර්මය මෙනෙහි කරන්න. හැම වෙලාවෙම ධර්ම සංඥාවකින් ජීවත් වෙන්න. ඒ ධර්මය විසින් අපිටවත් නොරිඳවා, වෙනසකින් තොරවම අර කෙලේසය ටික ටික අඩු කරයි. වැරැද්ද අත හැරෙන්නත්, නිවැරැද්ද ගන්නත් තියෙන්නෙ එක මගක් මිසක, වැරැද්ද අතහරවන්න වෙනම මගකුත්, නිවැරැද්ද ගන්න වෙනම මගකුත් නැහැ.

ධර්මයක ඉන්නකොට කෙලෙස් අඩු කරලා, අඩු කරලා නිවැරැදි දේ අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම, අසුභ කියන ටික පෙනෙන මට්ටමට ජීවිතේ අරගෙන දෙනවා. මෙනෙහි කරන්න පුළුවන් මට්ටමට නෙවෙයි, පෙනෙන මට්ටමට. එදාටයි මේ බාහිර ආයතන හය කෙරෙහි නැඹුරු වෙච්ච අපේ මනස අතහැරෙන්නෙ. අතහැරෙන කොට ආධ්‍යාත්මික පැත්තට ඉබේම සිහි නුවණ පිහිටනවා. පිහිටනකොට මේ හිත සමාධිගත වෙනවා. එකඟකම ඇති වෙනවා. අන්න ඒ සමාධියට, එකඟකම ඇතිවෙච්ච මනසට ඔන්න ඔය කතා කරපු යථාභූත ස්වභාවය නිරායාසයෙන්ම පේනවා. උත්සාහයකින් තොරව පේනවා. නිරුත්සාහයෙන් පේනවා. ඒ පෙනුන දුර්ශනයම පුන පුනා සිහි කරන්න පුළුවන්. එහෙම සිහිකරලත් හව ගමන අවසන් කරන්න පුළුවන්.

ඉතින් මේ ගැඹුරු දුර්ශනයක් කතා කළාට බොහොම සරල තැනක ඉඳන් යන්න පුළුවන් අපිට. නමුත් මේ ක්‍රමය කටයුතුවත් වෙනස් වෙන්නෙ නැහැ. ගන්න අරමුණ වෙනස් වෙන්න පුළුවන්. මෙනෙහි කරන අරමුණු වල නානත්වයක් තියෙන්න පුළුවන්. නමුත් නිවන් දකිනවා කියන මේ වැඩපිළිවෙල වෙනස් වෙන්නෙ නැහැ.

ඉන්න තැන ඉඳලා විපල්ලාස ටික දුරු කරලා අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම, අසුභ කියන මේ යෝනිසෝ මනසිකාරය හරහා චිත්ත සමාධිය ලබාගෙන ඇත්ත ඇති හැටියෙ දකිනවා කියන තැනට ඇවිල්ලයි. සසර ගමන අවසන් කරන්න වෙන්නෙ කියන ටික වෙනස් වෙන්නෙ නෑ.

ඕක තමයි ඇත්ත. එහෙම නැතුව මග දී වෙන හැරෙන්න තැනක් නැහැ. අපි හිතාගෙන ඉන්නේ නිත්‍යයි, සැපයි, ආත්මයි සුභයි කියන ටික අනිත්‍යයි. දුකයි, අනාත්මයි, අසුභයි කියලා බලනකොට තණ්හාව නැතිවෙනවා. තණ්හාව නැතිවුනොත් දුක නැතිවෙනවා කියලා අපි ඔතනින්නෙ හැරෙන්නේ. එතනින් නවත්තන්න බැහැ. තණ්හාව නැති වෙන කොට දුක නැතිවෙනවා තමයි. මෙතන තණ්හාව නැතිවුනාට තණ්හා අනුසය කියලා එකක් තියෙනවා. තණ්හා අනුසය කියන එක නැතිවෙන්නේ ලෝකෝත්තර දුශ්භ්‍යයකින් හම්බවෙන යථාභූත දුර්භ්‍යයකින්. එතෙන්ට ගිය දවසටයි තණ්හාව නැතිවෙන්නේ.

තෙරුවන් සරණයි !

ධම් සාකච්ඡාව

ප්‍රශ්නය -

ස්වාමීන් වහන්ස, නිවන කියන්නේ අසංඛත ධාතුව ද?

නිවනට නමක් තමයි අසංඛත ධාතුව. අසංඛත කියන්නේ සංඛත නොවුන, සකස් නොවුන, ප්‍රත්‍යයෙන් නොහටගත් කියන අර්ථය. ඒකට හොඳම පිළිතුර තමයි නිවන කියන්නේ අනුත්පාද බව, නොහට ගැනීම. තව පැත්තකින් කිව්වොත් ජාති නිරෝධය, ඉපදීම, නැතිවීම, නොඉපදීම.

උපන්නොත් ජරා මරණයට පත්වෙනවාමයි. නූපන්නොත් ජරා මරණ නැහැ. මේ අනුත්පාද බව, නොහටගන්න බව, අසංඛත බව, නිවන බුදුරජාණන් වහන්සේ දෙආකාරයකින් පනවලා තියෙනවා. සෝපදිශේෂ නිබ්බාන සහ අනුපදිශේෂ නිබ්බාන කියලා.

සෝපදිශේෂ නිබ්බාන කියන්නෙ උපධි ශේෂයක් සහිතයි කියන එක. උපධි කියන කොට - උපධි කියලා ධර්මා හතරක් තියෙනවා,

කාම උපධි

බන්ධ උපධි

ක්ලේශ උපධි

අභිසංස්කාර උපධි කියලා.

කාම උපධියත් නැති කරලා, ක්ලේශ උපධියත් නැති කරලා, අභිසංස්කාර උපධියත් නැති කරලා - අභිසංස්කාර කියන්නෙ පුණ්‍යාභිසංඛාර, අපුණ්‍යාභිසංඛාර කියන කමි - ඒකත් නැති කරලා ස්කන්ධ ටිකකින් විතරක්, බන්ධ උපධි කියන තැනකින් විතරක් පීචත් වෙත නිසා උපධි ශේෂයක් තියෙනවා කියලා කිව්වා. ඒ හින්දා සෝපදිශේෂ, උපධි ශේෂයක් තියෙනවා.

අපි අර කිව්වෙ වණී සටහනක් කියන යථාතුත ස්වභාවයට හිත තැබුවහම, එතන දකින්න පුළුවන් මට්ටමට ආවොත්, දකින මට්ටම තුළ මනස ඵලඹ සිටියොත්, යථාතුත ස්වභාවය අපිට සත්ව, පුද්ගල, ආත්ම වශයෙන් මේ ලෝකයාගේ මානසික මට්ටම නූපදින තත්ත්වයට පත් කරන්න පුළුවන්. නොහටගන්න තත්ත්වයට පත් කරන්න පුළුවන්.

සත්ව, පුද්ගල, ආත්ම භාවයෙන් යුක්ත අරමුණු උපන්නහමයි, සත්ව පුද්ගල ආත්ම භාවයෙන් ජරා, මරණ දුක් විඳින්න වෙන්නෙ. මේ ඇත්ත ඇති හැටියෙ දැකලා, පංච උපාදානස්කන්ධය නොහටගන්නා බවට පත් කරලා, නූපදින ස්වභාවයට පත් කිරීමට කියනවා සෝපදිශේෂ නිබ්බාන. ස්කන්ධ

ඉතිරියක් සහිතව ලෝකයාගේ මානසික මට්ටම නූපදින ස්වභාවයට පත් කරලා - ඒ කියන්නේ ඇස් ඉදිරිපිටට රූපයක් හම්බවෙනකොට එතන තියෙන ඇත්ත - නැත්ත දකිනවා නම්, ලෝකයේ මෙව්වර කාලයක් අපි දැකපු විදියේ මානසික මට්ටමක් උපදින්නේ නැත්නම්, නූපදිනවා නම්, නොහටගන්නවා නම් - පවතින සැබෑ ස්වභාවයට හිත තබලා පංච උපාදානස්කන්ධය නූපදින තත්ත්වයට පත් කරන එකට කියනවා සෝපදිශේෂ නිබ්බාන කියලා. නොහටගන්න ස්වභාවය.

අනුපදිශේෂ නිබ්බාන කියන්නේ, තියෙන ස්කන්ධ ටික නිරුද්ධ වෙන කොට ඒ නාම රූප ප්‍රත්‍යයෙන් හටගත්ත විඤ්ඤාණය නාම රූප නිරෝධයෙන් නිරුද්ධ වෙනවා. නැවත විඤ්ඤාණය තව තැනක හටගන්නේ නැහැ. ප්‍රතිසන්ධි වශයෙනුත් ස්කන්ධයන්ගේ නොහටගැනීම සිද්ධ වෙන තැනට කියනවා අනුපදිශේෂ නිබ්බාන කියලා.

මේ දෙආකාරයෙන්ම අන්තිමට කරලා තියෙන්නේ මොකක්ද දුක් වූ ස්කන්ධයන්ගෙන් නොඉපදීමට අනුක්‍රමයෙන් සකස් කරලා තියෙන්නේ. ස්කන්ධ ටික විතරක් තියලා කාමාවචර, රූපාවචර, අරූපාවචර කියන මානසික මට්ටම්වලින් හම්බවෙන අරමුණු වල, ඉපදීම නතර කරලා ජීවත් වෙන ටිකට කියනවා, ඒවා නූපදින ස්වභාවයට පත් කරපු, නොහටගන්න ස්වභාවයට පත් කරපු ස්වභාවයට සෝපදිශේෂ නිබ්බානත්, තියෙන ස්කන්ධ ටික නිරුද්ධ වෙනකොට නැවත ස්කන්ධ නොහටගන්න බවට පත් කරපු එකට අනුපදිශේෂ නිබ්බානත් කියලා කියනවා.

එතකොට අසංඛ්‍යය කියන්නේ අනුත්පාද බව, නොහටගැන්ම කියලා තේරුම් ගන්න. මොකේද? දුකේ. දුක් වූ ස්කන්ධයන්ගේ නූපදීම. ඒකට තමයි අනුක්‍රමයෙන් එන්න ඕනේ. ඒ නිසා අපි අර යථා භූත ස්වභාවයට හිත තබලා මෙතන නිවනයි කියන කොට ඒ ස්ථාපිත ස්වභාවය කියන තැන හෙවෙයි නිවන කියන්නේ. එතනට කියන්නේ සම්මා දිට්ඨිය. ඇත්ත ඇති හැටියේ දකිනවා. ඒකෙ එලය තමයි මේ ලෝක ස්වභාවය - දුක - කියන එක නූපදින ස්වභාවයට පත් කරනවා මේ දුශ්භයෙන්.

ප්‍රශ්නය -

අප ඉදිරියට එන හෝ තිබෙන පුද්ගලයන්, වස්තුව ලෙස දර්ශනය වන්නේ වර්ණ සටහනක් පමණක් බව අප දැන් දැනගන්නේ අනුමාන ද්‍රෝණයකින්ද? වණී සටහනක් බව ප්‍රත්‍යක්ෂයෙන් දකින්නේ අනාගාමී මට්ටමේ දී නේද?

වඡ්ඡාසංඝාත කියන එක අපි දැන් දකින්නෙ අනුමාන ඥානයකින්. ඒවා ඔක්කොම ලොකික ඥාන. ප්‍රත්‍යක්ෂ ඥානයකින් දකින්න පුළුවන් මට්ටමට කියනවා දිට්ඨි සම්පන්නයි කියලා. අනාගාමී නෙවෙයි. හැබැයි එළඹ සිටින්නෙ නැහැ. අනුක්‍රමයෙන් ඒ යථාභූත ස්වභාවය එන්න එන්න වඩිනය කරන්න පුළුවන් මට්ටමට වැඩෙනවා. සංවායනනයෙ හම්බවෙන හැම අරමුණක්ම වඡ්ඡාසංඝාතක් බව වෙනස් වෙන්නෙම නැතුව, අතහැරෙන්නෙම නැතුව පිහිටලා ඉන්න මට්ටම අනාගාමී.

ධම්මායතනය පරියාපන්න නැන්නම් නාම ධර්මයන්ගේ යථාභූත ස්වභාවය හසුවෙන්නෙ ඊට පස්සෙයි. එතකොට තමයි අපිට උද්ධමිභාගිය සංයෝජන ටික අතහැරෙන්නෙ.

මුලින් රූපය පිරිසිඳ දකින්න ඕන. එකපාරටම නාම රූප දෙකම පිරිසිඳ දකින්න බැහැ. මුලින් අපිට හම්බවෙන්නෙ රූපයක් නිසා රූපයේ ඇත්තයි මුලින්ම දකින්න වෙන්නෙ.

ප්‍රශ්නය -

අනාත්ම සංඥාව තුළින් ශූන්‍යත භාවයට පත් වීම පිළිබඳ කෙටි පැහැදිලි කිරීමක් කරන්න.

ශූන්‍යත දර්ශනය කියලා කිව්වෙ ඇත්ත ඇති හැටියෙ දකින තැනට ආවහමයි කියලා මතක් කළා. අනාත්ම දර්ශනය තුළින් ශූන්‍යත භාවයට පත්වෙන්න නම් අපිට සත්ව පුද්ගල භාවයට හම්බවෙන අරමුණු වල යථා ස්වභාවය සත්ව පුද්ගල භාවයෙන් තොර අනාත්ම වූ හේතු ප්‍රත්‍යයෙන් හටගන්න නාම රූප දෙකක් තියෙන්නෙ කියලා අපි බලන කොට,

සබ්බේ ධම්මා අනත්තාති - සියළු ධර්මයෝ අනාත්මයි කියන සංඥාව එළඹ සිටි දවසටයි, මේ නිවරණ විත්තයෙන් මනස මිඳෙන්නෙ. නිවරණ ධර්ම දුරු වෙන්නෙ. එහෙම දුරු වුනහම හිත සමාධි වෙනවා. ඒ සමාධිගත මනසට ඔය ඇත්ත පෙනෙනවා. ඒ පෙනෙන තැන තමයි ශූන්‍යත දර්ශනය කියන්නෙ. අනාත්මයෙන් ශූන්‍යතාවයට යන්න තියෙන්නෙ ඔය විදියට.

ප්‍රශ්නය -

හතර ඉරියව්වක් නොපවතින බව පැහැදිලි කරන්න.

මේ රූප ටික පිරිසිඳ දැක්කහම අපිට ඉබේම හතර ඉරියව්ව අතහැරෙනවා. ඇහැට පෙනෙන වඡ්ඡාසංඝාත කියන්නෙ මොකක්ද කියලා පිරිසිඳ දැක්ක දවසට ඔය පින්වතුන්ට කය අනිදස්සනය කියන එක වැටහෙයි.

දැන් මේ ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු දෙන්න ගියොත් භාවනා කරන හැටි කියලා දෙන්න බැරි වෙනවා. ඒ නිසා ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු දීම නතර කරලා භාවනා කරන හැටි අපි ටිකක් ඉගෙන ගනිමු.

භාවනා කරන්නේ මොකටද කියන එක අපි හැමදාමත් කතා කරනවා, කතා කළා. එතනදි බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ සතර සතිපට්ඨානය අනුව,

චිකායනො අයං තික්ඛවෙ මග්ගො සත්තානං විසුද්ධියා....

සත්වයාගේ පිරිසිදු බව ඇතිවෙන්න, දුක් දොමිනස් නැති කරන්න, හැඩිම් වැලපීම් නැති කරන්න, මාගී එල ලබන්න, නිවන අවබෝධ කරන්න එකම මගයි කියලා කාය, වේදනා, චිත්ත, ධර්ම කියන ධර්මා නතරක් පනවලා තියෙනවා.

මේ පංච උපාදානස්කන්ධයේ සතර පොලක තමයි සත්වයන්ට මේ ආත්ම සංඥාව පිහිටන්නේ. සතර පොලක තමයි ආත්ම දෘෂ්ටිය ඇතිවෙන්නේ. කාය ගැන, වේදනාව ගැන, සිත ගැන, ධර්මතාවය ගැන (සංඥා, සංඛාර කියන ධර්මා) ඒ සතර පොලක තියෙන ආත්ම දෘෂ්ටිය දුරු කිරීමට තමයි බුදුරජාණන් වහන්සේ සතර සතිපට්ඨානය පනවලා තියෙන්නේ.

පංච උපාදානස්කන්ධයේ සතර පොලක ආත්ම දෘෂ්ටිය පිහිටියාම අපට සතර විපල්ලාසයක් ගොඩ නැගෙනවා. ආත්ම සංඥාවේ ලක්ෂණය තමයි, ආත්ම දෘෂ්ටියේ ස්වභාවය තමයි සංඥාව විපරිත කරන එක. විපල්ලාස.

කයේ සුභ සංඥාවක් අපට තියෙනවා.
වේදනාවේ සැප සංඥාවක් තියෙනවා.
විඤ්ඤාණයේ නිත්‍ය සංඥාවක් තියෙනවා.
ධර්මයන්ගේ ආත්ම සංඥාවක් තියෙනවා.

- කායානුපස්සනාවෙන් කරන්නේ පංච උපාදානස්කන්ධයේ රූපය පිරිසිදු දකින්න සකස් කරන එක. රූපය පිරිසිදු දැකලා රූපය අරඹයා තියෙන ආත්ම දෘෂ්ටිය අතහරවලා සුභයී කියන විපල්ලාසය දුරු කරනවා.
- වේදනානුපස්සනාවෙන් කරන්නේ වේදනා උපාදානස්කන්ධයේ ආත්ම සංඥාව, ආත්ම දෘෂ්ටිය අතහරවලා සැපයී කියන විපල්ලාසය අතහරවලා, දුකයි කියන යථා ස්වභාවය අවබෝධ කරවනවා.

- විත්තානුපස්සනාවෙන් කරන්නේ විඤ්ඤාණ උපාදානස්කන්ධයෙ ආත්ම දෘෂ්ටිය අතහරවලා, නිත්‍යයි කියන විපල්ලාසය දුරු කරලා අනිත්‍යයි කියන අවබෝධය ලබා දෙනවා.
- ධම්මානුපස්සනාවේ දී සංඥා, සංඛාර දෙකේ තියෙන ආත්ම සංඥාව අතහරවලා ආනාත්මයි කියන අවබෝධය ඇති කරලා ආත්මයි කියන විපල්ලාසය අතහරවනවා.

එතකොට හැම වෙලාවෙම රූපය අරඹයා සුභයි කියන, වේදනාව අරඹයා සැපයි කියන, විඤ්ඤාණය අරඹයා නිත්‍යයි කියන, ධර්මයන් අරඹයා ආත්මයි කියන විපල්ලාසයක් අපිට තියෙන්නේ. නිත්‍යයි, සැපයි, ආත්මයි, සුභයි කියන විපල්ලාස හතරක් අපිට හම්බවුනාට හතරට මුල්වෙලා තියෙන ධර්මා වෙන් වෙන්ව තියෙන්නේ.

හැම වෙල්ලේම සුභයි කියන එක අපිට හම්බවෙලා තියෙන්නේ - සුභ සංඥාව රූපය කියන එක මුල් කරගෙනමයි. සැපයි කියන සුඛ සංඥාව අපිට තියෙන්නේ වේදනාව මුල් කරගෙනමයි. නිත්‍යයි කියන නිත්‍ය සංඥාව තියෙන්නේ විත්තය මුල් කරගෙනමයි. ආත්මයි කියන ආත්ම සංඥාව තියෙන්නේ සංඥාව, සංඛාර දෙක මුල් කරගෙනමයි.

අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම, අසුභ කියන ධර්මාවයේ දී අසුභය කියන ධර්මාවය වැඩෙන්නේ, වඩන්න පුළුවන් රූපය මුල් කාරණාව කරගෙනමයි. දුකයි කියන දුක්ඛ සංඥාව වඩන්න පුළුවන් වෙන්නේ වේදනාව මුල් කාරණාව කරගෙනමයි. අනිත්‍ය කියන ධර්මාවය දකින්න පුළුවන් වෙන්නේ විඤ්ඤාණය මුල් කරගෙනමයි. අනාත්මය කියන ධර්මාවය දකින්න පුළුවන් වෙන්නේ, නුවණින් බලන්න පුළුවන් වෙන්නේ සංඥා, සංඛාර කියන ධර්මයෝ මුල් කරගෙනමයි කියන ක්‍රමයක් තියෙනවා.

ඔතනදි එක්කෙනෙක් හතරම වඩන්න ඕන නැහැ. ඔය හතරම ගිහිල්ලා එක තැනකට වැටෙන්නේ. රූපයේ අසුභ ස්වභාවය බල බලා ඉන්න කෙනාට සුභයි කියන විපල්ලාසය දුරු වෙලා ඒ එක්ක නිවරණ ධර්ම දුරු වෙලා හිත සමාධි වෙනවා. සමාධිගත මහසංගමේ ඇත්ත දකින්න පුළුවන්.

වේදනානුපස්සනාව වඩන කෙනාට වේදනාවේ සැපයි කියන විපල්ලාසය දුරු කරලා නිවරණ දුරු කරලා ඒ නිසා විත්ත සමාධිය ඇති වෙනවා. ඒ සමාධිය මුල් කරගෙන යථාභූත ස්වභාවය දකිනවා.

විඤ්ඤාණය මුල් කරගෙන අනිත්‍ය සංඥාව වඩලා නිත්‍යයි කියන විපල්ලාසය අතහරවලා නිවරණ ධර්ම දුරු කරලා හිත සමාධි කරගන්න පුළුවන්. සමාධිගත මනසට මේ ඇත්ත පේනවා.

සංඥා, සංඛාර කියන ධර්මයන්ගේ ඇත්ත ඇති හැටිය දැකලා ආත්මයි කියන විපල්ලාසය දුරු කරලා නිවරණයන්ගෙන් මිදිලා හිත සමාධි කරගන්න පුළුවන්. සමාධිගත මනසින් මේ ඇත්ත දකින්න පුළුවන්.

මේ ඇත්ත දකින තැන තමයි හැම වෙලේම මාර්ගය. ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය. මෙතෙන්ට එන්න පුළු භාගයේ දී වර්ත හතරක් වුනාට, ප්‍රතිපදා හතරක් වුනාට මාර්ගයට ආවම එක ප්‍රතිපදාවයි. මාර්ග හතරක් නැහැ. මෙතනදී වෙනසක් තියෙනවා. රූපයට අයිති පුද්ගලයෝ දෙන්නෙක් ඉන්නවා.

දුක්ඛා පටිපදා දන්ධානිඤ්ඤා

දුක්ඛා පටිපදා ඛිප්පානිඤ්ඤා කියලා වර්ත දෙකක් තියෙනවා. වේදනා, චිත්ත, ධර්ම කියන චිත්ත චෛතසික ධර්මයන් මුල් කරගෙන දුකිනියක් තියෙනවා සුඛා පටිපදා කියලා. ඒකෙ වර්ත දෙකක් තියෙනවා.

සුඛා පටිපදා දන්ධානිඤ්ඤා

සුඛා පටිපදා ඛිප්පානිඤ්ඤා

දන්ධා කියලා කියන්නෙ මන්දගාමී අවබෝධය හෙමින්. ප්‍රතිපදාව දුකයි, නුවණත් අඩුයි.

කෙනෙක් ඉන්නවා ප්‍රතිපදාව දුකයි. නුවණ වැඩියි.

කෙනෙක් ඉන්නවා ප්‍රතිපදාව සැපයි. නුවණ අඩුයි.

කෙනෙක් ඉන්නවා ප්‍රතිපදාව සැපයි, නුවණ වැඩියි

දුක්ඛා පටිපදා, සුඛා පටිපදා - දුක් ප්‍රතිපදාව, සැප ප්‍රතිපදාව කියන ප්‍රභේදය තියෙන්නේ, සමාධිය ඇති කරගන්න කෙනෙකුට හරි අමාරුයි, දුක්සේ තමයි සමාධිය ඇති කරගන්න වෙන්නෙ. ඒකට කියනවා දුක්ඛා පටිපදා.

කෙනෙකුට සමාධිය ඇති කරගන්න බොහොම පහසුයි ඉක්මණට පුළුවන්. ඒකට කියනවා සුඛා පටිපදා.

එතකොට මෙතනදී 'මම සුඛා පටිපදාවයි වඩන්නේ' 'මම දුක්ඛා පටිපදාවයි වඩන්නේ' කියලා අපිට කැමති විදියට කරන්න බැහැ. ඒ කියන්නේ කෙනා කෙනා දන්නවා, කෙනා කෙනාට තේරෙනවා කෙනා කෙනාගෙ ප්‍රතිපදාව.

කෙනෙකුට කය අනුව බලනකොට කායගතාසතියෙදී කය කෙරෙහි හිත යොමු කරන කොට, කය හොඳට නුවණින් මෙතෙහි කරන්න පුළුවන්. හිත විසිරෙන්නෙ නැහැ. ඒ මෙතෙහි කරන එක හිතට හොඳට වැටහෙනවා.

හැබැයි කය අනුව ගිය වේදනාවන් දිනා බලන්න හෝ උපදින උපදින සිතක් සිතක් ගානෙ අනිත්‍යය මෙනෙහි කරන්න හෝ උපදින ධර්මමණාසන් දිනා බලන්න හෝ කියලා ඒ පැත්තට නැඹුරු වෙන කොට ඒක තේරෙන්නෙ නැහැ. ඒක හිතට පැහැදිලි නැහැ. ඒක පිළිගන්නෙ නැහැ. පිහිටා ඉන්න බැහැ. ඒකෙන් පේනවා එයාට පුළුවන් කම තියෙන්නෙ මෙනෙහි කරන්න, මේ රූපය මුල් කරගෙනයි කියලා. අපේ කැමැත්තට නෙමෙයි කරන්න ඕන. අපිට ඔරොත්තු දෙන විදියට.

ඒකෙදි දුක්ඛා පටිපදා කියලා, සුඛා පටිපදා කියලා කවුරුත් උස් පහත් කරලා හිතන්න එපා. වෙනසක් නෑ. සමහර විට දුක්ඛා පටිපදා කෙනා ඉක්මණට රහත් වෙන්න පුළුවන් සුඛා පටිපදා කෙනාට වඩා. මොකද දුක්ඛා පටිපදා ඛප්පාහිඤ්ඤා වුනොත්, සුඛා පටිපදා දන්ධාහිඤ්ඤා වුනොත් අරයා ඉක්මණට හිවන් දකිනවා මෙයාට වඩා.

ඒ නිසා මෙතන සුඛා පටිපදා, දුක්ඛා පටිපදා කියන්නේ හිත සමාධි කර ගැනීමේ අපහසුව මත මිසක ඒකටත් තව ප්‍රභේදයක් තියෙනවා. අපි නොදන්නවා වුනාට සසර හුරු කරපු ගති තියෙනවා අපේ. මේ මුළු කෙලෙස් ටිකම ගොනු කරලා, කැටි කරලා, කෙටි කරලා, වර්ත දෙකකට බෙදනවා. අර කමටහන් වලට තියෙන වර්ත හය නෙවෙයි. දිට්ඨි වර්ත සහ තණ්හා වර්ත කියලා දෙකට බෙදෙනවා.

හැම වෙලාවෙම තණ්හා වර්තයෙ ස්වභාවයට තමයි රූපය හසුවෙන්නෙ. තණ්හාව කියනකොට පින්වතුන් ගන්න එපා දැඩි ලෝභකම කියන තැනකින්. තණ්හා වර්තයාට තියෙන්නෙ දුක්ඛා පටිපදා රූපය විතරයි. දිට්ඨි වර්තයාට හැම වෙලාවෙම සුඛා පටිපදා නාම ධර්ම මුල් කරගෙන.

ලෝකයේ හැම සත්වයෙක්ම ඔය වර්ත දෙකට බෙදෙනවා. දිට්ඨි වර්ත සහ තණ්හා වර්ත කියලා. අවිද්‍යා, භව තණ්හා කියන මූල ක්ලේශ දෙක දෙකට බෙදිලා තියෙන්නෙ. එතකොට කෙනෙකුට විමසන නුවණ අඩුයි, යමක පිහිටා සිටින ගතිය වැඩියි. ඔන්න ඔය විදියටයි මේ තණ්හාව කියන එක බෙදිලා තියෙන්නෙ. යමක පිහිටා සිටින්නෙ නෑ, විමසන කම වැඩියි කියන තැනකින් දිට්ඨි වර්තය බෙදිලා තියෙන්නෙ.

එතකොට මේ සතර සතිපට්ඨානය ඔය වගේ විපල්ලාසත් අතහැරලා ප්‍රතිපදාවකිනුත් යුක්ත වෙලා මේ වගේ වර්ත හේදයකිනුත් යුක්ත නිසයි ඔය වගේ හතරක් තියෙන්නෙ කියන එක තේරුම් ගන්න. ඒ නිසා අපිට 'මම මෙන්න මෙනෙහි පටන් ගන්නවා. මේ ටිකයි කරන්නෙ' කියලා කෙනා කෙනාට කැමති දේ කරන්න බැහැ.

ඒ කියන්නේ අපි කළාට ඒකෙන් වැඩක් වෙන්නේ නැත්නම් ඵලක් නෑනෙ. ඒයාට තමන්ට පිහිටලා සිටින්න පුළුවන්, පය ගහලා ඉන්න පුළුවන් කෙලෙස් ගෙවෙන, කෙලෙස් දුරු වෙන තැනින් අල්ලගන්න ඕනෙ. එහෙම කළහමයි හරියන්නෙ. දැන් ඕකෙදි ඔය විතරක් නෙවෙයි ශාසනේ තව ගොඩාක් ප්‍රභේද තියෙනවා. ඔය වර්ත දෙක මත මුළු ශාසනේම දේශනාත් තියෙනවා. මුළු ශාසනේම න්‍යායයන් පහක් තියෙනවා. ඔය න්‍යායයන් පහ බෙදෙන්නේ මෙන්න මේ වර්ත දෙක මත.

ධම් දේශනා කරන්න ගියාමත් ඒ දේශනාවලදින් දිට්ඨි වර්තයාට ධම් දේශනය කරන න්‍යායයන් වෙනම තියෙනවා. තණ්හා වර්තයාට ධම් දේශනා කරන න්‍යායයන් වෙනම තියෙනවා. ඔහොම ප්‍රභේද තියෙනවා කෙළවරට යනකමි.

මෙතනදි අපි කතා කරමු මේ දිට්ඨි වර්තයටයි, තණ්හා වර්තයටයි දෙකටම අවශ්‍ය වෙන කමටහන් වඩන හැටි.

කෙනා කෙනා කරලා බලන්න.

රූපය ගැන මෙහෙති කරලා බලනවා. - (මම විස්තර කරන්නම්) ඊට පස්සෙ නාම ධර්මයන්ගේ වේදනාව අනුව බලන්නේ කොහොමද කියලා උත්සාහවත් වෙලා බලනවා. ධර්මාරම්මණයන් අනුව බලන්නේ කොහොමද කියන එක උත්සාහවත් වෙලා බලනවා. විඤ්ඤාණය අනුව නැත්නම් අනිත්‍යය දකින විදියට බලන්නෙ කොහොමද කියලා උත්සාහවත් වෙලා බලනවා.

බලනකොට ඔය හතරෙන් තමන්ට වඩාත් පැහැදිලි, පහසු ක්‍රමය මොකක්ද කියලා අනුවෙනවා. හැම වෙලාවෙම, හතර ඉරියව්වෙම, ඒ ක්‍රමය හුරු කටයුතුයි. එහෙම කරනකොට බොහෝම ඉක්මණට හිත සමාධි වෙනවා. ඇත්තටම මෙතනදි වර්තයට ගැලපෙන කමටහනත්, සප්පායත් ලැබෙන්න ඕන. එහෙම ලැබුනහම තමයි නිවැරදිවම චිත්ත සමාධිය බොහොම වේගෙන් ලැබෙන්නෙ.

අපි හිතමු. අපිට තියෙන්නෙ දිට්ඨි වර්තයක්. නමුත් කායානුපස්සනාවයි වඩන්නෙ. ඒකෙ ප්‍රතිඵලය අඩුයි. අපිට තණ්හා වර්තයක් තියෙන්නෙ, අපි චිත්තානුපස්සනාව, ධම්මානුපස්සනාව වඩනවා. ඒත් ප්‍රතිඵල අඩුයි. ඉතින් මෙතනදි මම මේ ක්‍රම හතරම කියලා දෙන්නම්. ඉගෙන ගෙන ප්‍රායෝගිකව කරලා බලන්න.

අපි මුලින්ම කතා කරමු කායගතාසනිය. කායගතාසනියට අයිති ක්‍රම දාහතරක් තියෙනවා. ආනාපානසති, ඉරියාපට්, සති සම්පජ්ඣද්ධිය, ධාතු මනසිකාරය, පටික්කුල මනසිකාරය, නවසීවරීකය කියලා. කායගතාසනිය වඩන කෙනා කායගතාසනිය ඇතුළු කමටහන් මාරු වුනාට ප්‍රශ්නයක් නැහැ. එකක්ම කළත්, ඒ තුළම මාරුවෙමින් කළත් ප්‍රශ්නයක් නැහැ. ඒක මාරු විය යුතුයි. අපි හිතමු ධාතු මනසිකාරය තුළ ඉන්නවා. අසුභ වශයෙන් වඩනවා. නමුත් ගතෙ, ධීතෙ, නිසින්තෙ, සුත්තෙ, ජාගරිතෙ, භාසිතෙ තුණ්හිභාවේ සම්පජානකාරී හොති කියන කොට කය අනුව ගිය සිහිනුවණින් යුතුවම කරන්න. එතකොට අර කමටහනට අමතරව මේ විදියට මනසිකාරය කළත් කමක් නැහැ.

ඒ නිසා කායගතා සනියෙදි මේකුම දාහතරෙන් කුමන ආකාරයකින් හෝ එක් නිමිත්තක්, සංඥාවක් සිහි කරගෙන ඒ සංඥාවට සිතිය තැබුවට කමක් නැහැ. කය - ගතා - සති කය අනුව ගිය සිතිය කියන එක. මේ සතර සතිපට්ඨානය කියන තැන බුදුරජාණන් වහන්සේ හිතාගන්නවත් බැර විදියට ත්‍රි ශික්ෂාව ගොනු කරලා තියෙන තැනක්. අපි අමුතුවෙන් ශීලයක් වඩන්න ඕනෙත් නැහැ. අමුතුවෙන් ප්‍රඥාවක් වඩන්න ඕනෙත් නැහැ. අමුතුවෙන් සමථ කමටහනක් වඩන්න ඕනෙත් නැහැ. හරියට සතර සතිපට්ඨානයට හිත තියනකොට ශීල, සමාධි, ප්‍රඥා කියන ත්‍රි ශික්ෂාවම එකට වැඩෙන විදියටයි තියෙන්නෙ.

ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයේ අංග අටකින් එකක් විතරයි සතිය, සිතිය. නමුත් ඔය සති පට්ඨාන භාවනාව කරන ක්‍රමය හදලා තියෙන්නෙ කය අනුව සිතිය පවත්වන කොට ඒ සිතියට තථාගතයන් වහන්සේ සම්බන්ධ කරලා තියෙනවා ඔක්කොම ටික.

**‘කායෙ කායානුපස්සි විහරති ආතාපි
සම්පජානො සතිමා විනයෙස ලොකෙ අභිජ්ඣා දොමනස්සං’**

මේ පංච උපාදානස්කන්ධ ලේඛයේ ලෝභ, ද්වේෂ දෙක දුරු කරන්නට නික්මෙමින් කය අනුව බලන්න. **සම්පජානො සතිමා** - මනා දැකුම් ඇති - සම්මා දිට්ඨියෙන් යුක්ත වූ සිතියකින්.

සතිපට්ඨානය කියන්නෙ සිතිය පිහිටුවනවා කයට. කය කෙරෙහි සිතිය පිහිටුවන්න සම්මා දිට්ඨියෙන් යුක්තව. වෙනදටත් අපි රූපෙ දිහා බලනවනෙ. දැන් එහෙම නෙවෙයි. **සම්පජානො සතිමා** - මනා දැකුම් ඇතිව, සම්මා දිට්ඨියෙන් යුක්ත වූ සිතියකින්. ඒකත් නිකම් නෙවෙයි. **ආතාපි සම්පජානො සතිමා** - කෙලෙස් තවන වැර ඇතිව, සම්මා දිට්ඨියෙන් යුක්ත වූ සිතියකින්.

සම්මා දිවිදිය මුල් කරගෙන වායාම, සති කියන දෙක එකට බැඳලයි මේ ටික තියෙන්නේ. හැම වෙලාවෙම උපන් ආශ්‍රව ධර්ම නැත්නම් උපන් අකුසල ධර්ම දුරු වෙන, නූපන් ආශ්‍රව ධර්ම නූපදින නැත්නම් නූපන් අකුසල ධර්ම නූපදින විදියටයි, උත්සාහය සිහිය තියෙන්න ඕන. අපි කය කෙරෙහි බලන කොට යම් විදියකින් බලන අපිට නූපන් ආශ්‍රව ධර්ම උපදිනම්, උපන් ආශ්‍රව ධර්ම වැඩෙයි නම් ඒ විදියට තමයි ලෝකෙ අපි මෙව්වර කල් කය දිනා බැලුවේ. ඒ විදියට බලන එකටයි අයෝනිසො මනසිකාරය කියලා කිව්වේ. ඒ විදියට බලන ක්‍රමයටයි අසිහිය කියලා කිව්වේ.

මේ කය දිනා බලනකොට, හිත තබන කොට නූපන් ආශ්‍රව ධර්ම නූපදිනම්, උපන් ආශ්‍රව ධර්ම දුරුවෙයි නම් උපන් අකුසල ධර්ම දුරුවෙලා, නූපන් අකුසල ධර්ම නූපදිනම් අන්න ඒ විදියට සිහි කරන ක්‍රමයටයි සතිපට්ඨානය ඉගැන්වුවේ. සිහියටම සම්මා දිවිදිය බැඳලා තියෙන්නේ. නූපන් ආශ්‍රව ධර්ම නූපදින, උපන් ආශ්‍රව ධර්ම දුරුවෙන විදියට හිතන එක සංකප්පය. එහෙම හිතලා බලන එක ඒ දැක්ම සම්මා දිවිදිය. ඒ දෙක අරඹයා සිහිය පවත්වන්න දරන උත්සාහය වායාමය. සිහිය පවත්වන එක සතිය.

අපි මේ රූපය අරඹයා ඇත්ත ඇති හැටියෙ බලනකොට ඔතන අංග පහක්ම යෙදිලා තියෙනවා. සම්මා දිවිදී, සම්මා සංකප්ප, සම්මා වායාම, සම්මා සති, සම්මා සමාධි කියන අංග පහම යෙදිලා තියෙනවා.

ලෝකය තුළ බාහිර වස්තූන් අරඹයා අපේ හිතේ රැඳිලා තියෙන ප්‍රභේදගත තණ්හාව එකක් එකක් ගානෙ බලලා ඉවර කරන්න පුළුවන් ඒවා නෙවෙයි. ඉවර කරන්න ගියොත් ඒක ලේසි වෙන්නෙත් නැහැ. පින්වතුන්ට භාවනා කරන එක එපාවෙයි. මෙතනදි බුදුරජාණන් වහන්සේ උපායක් පනවනවා.

තමන් කියන මේ සවිඥානක ආධ්‍යාත්මික කය මුල් කාරණාව කරගෙනයි මේ කෙලෙස් ටික තියෙන්නේ. තමන් කියන තැනට සාපේක්ෂව තමන්ට උපකාර පිණිස තමයි තමන්ගෙ අය ඉන්නේ. දුව, පුතා, අම්මා, තාත්තා කියන අයට බැඳිලා තියෙන්නෙත් බාහිර ඔය පැත්ත ඇල්ලුවෙත් මෙහෙට උපකාරී පිණිස. මට උදව් වුන නිසා, මට උපකාරී වුන නිසා තමයි අම්මා, තාත්තා කියන බැඳීම. දුව, පුතා, සහෝදරයෝ මට උපකාර කරයි. වතුර උගුරක්වත් දෙයි කියන අදහසින් එතන බැඳීම.

මම සහ මගේ අයට උපකාරී පිණිස තමයි ගෙදර තියෙන්නේ, ඉඩ කඩම්, යාන වාහන තියෙන්නේ කියලා අපි මේ ලෝකෙට ගිහිල්ලා තියෙන්නේ තණ්හාව එන්න එන්න වැඩිලා තියෙන්නේ. හැබැයි තණ්හාවෙ මුල තියෙන්නේ

මෙහේ, එකපාරට මුලම හිඳින්න බැහැ. මොකද මම කියන තැන වගේම මගේ කියන තැනත් සවිඥානක කයට තියෙන බැඳුම වැඩියි. ඒ හින්දා සවිඥානක වස්තු ගැන විතරක් වග බලා ගත්තහම අනිත් ඒවට තියෙන තණ්හාව ඉබේම අත හැරෙනවා.

ඒ හින්දයි බුදුරජාණන් වහන්සේ කරගෙන යන්න පුළුවන් මට්ටමකින් මේක පනවලා තියෙන්නේ. වෙනත් ඕන ටිකත් වෙනවා. ඒ නිසා කය ගැන විතරක් බැලුවහම හොඳටම ඇති. කය කියනකොට ආධ්‍යාත්මික, බාහිර දෙපොලම බැලිය යුතුයි. ඒකටත් හේතුවක් තියෙනවා.

කෙනෙක් තමන් කියන කයේ විතරක් අනාත්ම ස්වභාවය බල බලා හිටියොත් බැහැර කයේ තියෙන පුද්ගල සංඥාව එහෙමම හිටිනවා. බැහැර සන්වයෝ පුද්ගලයෝ ඉන්නවා, තමන්ගේ කය මෙහෙමයි කිව්වහම එයාට එන්නේ ලැජ්ජාවක්. අනිත් අය ඉන්න තැනක මං කොහොමද මෙහෙම යන්නේ වගේ තැනකින් තේරෙනවා. බැරවෙලාවත් බැහැර නාම රූප දෙකේ විරාගයට බලනවා. අසුභය බලනවා. මේ පැත්ත බලන්නේ නෑ. මේ රූපයේ පුද්ගලයා ඉන්නවා. චූටි අරමුණෙන් අනිත් කෙනාව පිළිකුල් කරනවා.

එක පැත්තකින් ආත්ම දෘෂ්ටිය පිහිටියොත් අනිත් පැත්ත අනාත්ම චුනාම විරාගයක් නෙවෙයි එන්නේ ගැටීමක්. ඒ නිසා බාහිර කයේ යථා ස්වභාවය අනාත්මය බලනවා. එතකොට බාහිර අනාත්ම ස්වභාවය පිහිටනවා. ආධ්‍යාත්මික කයෙන් බලනවා.

අප්‍රීක්ෂිත බහිද්ධාවා - මේ දෙක මාරුවෙන් මාරුවට කටයුතුයි. එහෙම කරනකොට ඇලීමකින් ගැටීමකින් තොරව දෙපැත්තම සම මට්ටමට යනවා.

අපි කය අනුව ගිය සිතිය හැම වෙලාවෙම පවත්වන්න ඕන. අපිට මෙන්න මෙහෙම කරන්න පුළුවන්. ඉරියාපට් භාවනාව - සතර ඉරියව්ව ගන්න. ඉරියව්වෙදින් පුළුවන් තරම් තමන්ගේ කයට නැඹුරු වෙලා - ගෙවල් දොරවල් වලදීත්, වැඩ කටයුතු කරද්දීත් ටිකක් සැලකිලිමත් වෙන්න වෙනවා. සැලකිලිමත් වෙන්න වෙනවා කියලා කිව්වේ මේ හිත සමාධි වෙන්න බෙහෙවින් බලපාන තව කාරණාවක් තියෙනවා.

ඒ තමයි, මේ කයට අපි නිතා මතාම ලුහුනා රූපය ආරෝපණය කරගත යුතුමයි. ලුහුනා රූපය කියලා කියන්නේ නිතා මතාම කය සැහැල්ලු කරලා නිබර කරන්නට කටයුතු කළ යුතුයි. වියළි පොළවක, ගොම මැටි ගාපු පොළවක අඩිය තියන්න චුනොත් අපි හිතලා නිතා මතාම කය ටිකක් නිබර කරනවනේ. නිබර කරලා සැහැල්ලුවට අඩිය තියන්නේ. අන්න ඒ වගේ

පින්වතුන් ඔවුන් මුට්ටුවක් ගන්න කොට වුනත් වෙනදා වගේ එක පාරටම ගන්න එපා. නිතලම ඉරියව්ව සංවර කරලා බොහොම හෙමින් අත නිබර කරලා යමක් ගන්නවා නම්, තියනවා නම් ලනුතා රූපය කයට ආරෝපණය කරනවා කියලා කියනවා. ඒක මේ නිත සමාධි වෙන්න බෙහෙවින්ම බලපාන කාරණයක්ය කියන එක හොඳට මතක තියාගන්න.

වැඩ කටයුතු කරද්දීත්, ඇවිදින කොටත් ගසා දාලා, දඩ බඩ ගාලා කරන්න එපා. ඒ සැහැල්ලුවටම විත්ත සමාධිය හරියයි. පින්වතුන් කරලා බලන්න තමන්ගේ කය සැහැල්ලු කරලා, නිබර කරලා කටයුතු කරන්න. ඉබේම මේ පින්වතුන් සංවර වෙනවා. ලනුතා රූපය ආරෝපණය කරගෙන, සැහැල්ලු බව ආරෝපණය කරගෙන වැඩ කටයුතු කරන්න ගත්තොත් එපමණකින්ම සංවර වෙනවා. ඉරියව් වේගවත් නැහැ. කමටහන වඩන්න පළවෙනිම අදියර තමයි, සුදුසුකම තමයි ලනුතා රූපය ආරෝපණය කරගෙන කය නිබර කර ගන්න එක. මේක එක තැනක ඉන්නකොට විතරක් කියන කතාවක් නෙවෙයි.

ඊට පස්සෙ යනකොට එනකොට, හිටගෙන ඉන්නකොට, නිදාගෙන ඉන්නකොට, ඉඳුගෙන ඉන්නකොට කියන හතර ඉරියව්ව පරිහරණය කරන කොට හිටගෙන ඉන්නවා, ඉඳුගෙන ඉන්නවා කියලා මෙනෙහි කරන එක නෙවෙයි. එතනදීත් ඒ කය යම් යම් ආකාරයක පිහිටා සිටීද, ඒ ඒ ආකාරයෙන් මම ඉඳුගෙන ඉන්නවා කියන මිමිම අතහැරෙන විදියට 'දැන් මේ කය පිහිටලා තියෙන එක හැඩයක්. මේ කය කන බොන ආහාරයෙන් හැදුන සතර මහා ධාතු රූපයනේ.' කියලා හොඳට බලනවා. හැම වෙලාවෙම හිටගෙන හිටියත්, ඉඳුගෙන හිටියත්, නිදාගත්තත්, ඇවිද්දත්, තමන් ඉඳුගෙන ඉන්නවා, තමන් හිටගෙන ඉන්නවා, තමන් ඇවිදිනවා කියලා කයට තමන් කියන හැඟීම අඳෙන්න නොදී මේ කන බොන ආහාරයෙන් හැදුන සතර මහා ධාතු රූපයෙ හැටි නේද? කන බොන ආහාරයෙන් හැදුන සතර මහා ධාතුවේ තව එක ආකාරයක් නේද? කියලා හැම වෙලාවෙම අනාත්ම වූ රූප ස්වභාවය නුවණින් මෙනෙහි කළ යුතුයි.

තවදුරටත් සම්පජ්ඣාදිය කියපු ආකාරයට මේ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින නිත නිසා මේ කය සවිඥානක වෙලා තියෙනවා. කිසිම වෙලාවක මේ කය සත්වයෙක් හෝ පුද්ගලයෙක් හෝ තමන් හෝ කියන දැක්මට ඉඩ තියන්න එපා. කයට තියෙන හැකියාවක් නිසා කය යනවා කියන එකට ඉඩ තියන්න එපා. කයට තියෙන හැකියාවක් නිසා මේ කයේ උඩ කොටස කෙලින් වෙලා යට කොටස හැමිලා තියෙනවා කියලා හිතන්න එපා. මළමිණියක් බඳුමයි මේ කය කියලා හොඳට හිතන්න. නිතලා මේ කය අරබයා කය ඇසුරු කරගෙන පවතින විත්ත වෛතසික ටික නිසා කයේ මෙබඳු වූ ඉරියව් පැවැත්මක් වෙනවා නේද කියලා හිතන්න.

ඒ විදියට බලනකොට බාහිර අරමුණුවලත් අභවල් කෙනා, අභවල් පුද්ගලයා, අභවල් දුරුවා යනවා එනවා කියලා බලන්න එපා. එතනද රූපය කන බොන ආහාරයෙන් හැදිලා තියෙන්නේ, සතර මහා ධාතුයි. ඒ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිත නිසා ඒ කයේ යාම වෙනවා නේද?

මේ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිත නිසා කයේ ඉරියව් පැවැත්ම වෙනවා නේද කියලා, හැම වෙලාවෙම කය අනාත්මයි, මළ මිණියක් බඳුයි. කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතෙන් මේ කයේ නොයෙක් ඉරියව් දක්වන හැටි දකින්න.

බාහිරත් එහෙමයි, ආධ්‍යාත්මිකත් එහෙමයි. එහෙම හෝ බලනවා නම් කායගතාසනිය. කුමන ඉරියව්වක දී හෝ කුමන වැඩක් කරද්දී හෝ මේ කය පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ කියන සතර මහා ධාතුවෙන් යුක්ත බව මෙහෙති කරන්න.

- මිකෙදි මට තව කාරණා ටිකක් කියන්න තියෙනවා -

කාම ධාතුව නිසයි කාම සංඥාව. කාම සංඥාව නිසයි කාම සංකප්පය. එතකොට නෙක්කම්ම ධාතුව නිසා නෙක්කම්ම සංඥාව. නෙක්කම්ම සංඥාව නිසා නෙක්කම්ම සංකප්පය.

කාම ධාතුව කියලා කියන්නේ මේ ගෙවල්, දොරවල්, මනුෂ්‍යයෝ, සත්වයෝ පේන්නේ නිකම් හෙවෙයි. අපේ හිතේ හැඟීමක් තියෙනවා මෙහෙම දේවල් තියෙනවා කියලා. ඒ හින්දා මේ නෙක්කම්ම ධාතුව ආරෝපණය කරගෙන තියාගන්න හැම වෙලාවෙම.

අර කතාවක් තියෙන්නේ, නරියෙක් බඩගිනි වෙලා කෑමක් හොයා ගෙන යනවා. මස් වගේ දෙයක් කන්න ලැබෙනවා නම් හොඳයි කියන අදහසින් තමයි දැන් යන්නේ. - ධාතුව කියන්නේ ලැබෙන්න කලින් මනසෙ තියෙන ස්වභාවයට - එරබදු මල් ටිකක් තමයි නරියට ඇහැ ගැටුනේ. මෙයාට ආවේ මස් සංඥාව. මස් ටිකක් ගහේ එල්ලලා කියලා හිතුවා.

ඒ වගේ අපිට සත්වයෝ ඉන්නවා, පුද්ගලයෝ ඉන්නවා, මම කියන හැඟීමක් තමයි තියෙන්නේ. එතකොට හැම වෙලාවෙම අපිට පේන්නේ සත්වයෝ, පුද්ගලයෝ, මම. ධාතුව නිසා සංඥාව. පින්වතුන් හැම වෙලාවෙම ඉදිරිපත් වෙලා ඉන්න. මේ කය මම කියන හැඟීමට ඉඩ නොතබා මේ කය මගේ කියන හැඟීමට ඉඩ නොතබා හිත යටින් හැඟීමක් ඇති කරගන්න. හිත යටින් මුමුණු ගතියක් ඇති කරගන්න. මොකක් ද? මේ අනාත්ම ස්වභාවයෙන් යුක්ත සතර මහා ධාතුවෙන් හැදුන රූපයනේ.

කන බොන ආහාරයෙන් හැදූන රූපයනෙ.

මේ කයට නැඹුරු වෙලා හිතරම හිත ඇතුළෙන් හිතනවා. තමන්ගෙ අතින් තමන්ගෙ අත ඇල්ලුවත් අත ඇල්ලුවා කියලා නොහිතා මේ සතර මහා ධාතුව සතර මහා ධාතුව ස්පර්ශ වුනානෙ කියලා බලන්න. කුණාප කොටස් වශයෙන් හෝ බලන්න.

නවසීවරීකය අරගෙන ඒකෙ තියෙන කාරණාත් මේකට ආදේශ කරන්න. තමන් දැකලා තියෙන නිමිති අරගෙන. ඇත්තටම මේ රූපය ඉදිමිලා, නිල්වෙලා, පුපුරලා යනවා නේද? සැරව ගලන තත්වෙට පත්වෙන දවසක් එනවා නේද? කියලා මේ විදියට කය ගැන හිතර ටිකක් හිතන්න. කායගතාසනිය වඩන කෙනාගෙ ස්වභාවය තමයි උදේ ඉඳන් හවස් වෙනකම්ම එකම කමටහන.

බාහිර වැඩ කටයුතු කරද්දින්, එහෙම නැති වෙලාවටත් කය කෙරෙහි නැඹුරු වෙච්ච මනසකින්, ඔය භාවනා ක්‍රම දාහතරෙන් ඕනෑම ක්‍රමයක් මේ කයට ආදේශ කරලා වැඩි වෙලාවක්, වැඩි වාර ගණනක් කය අනුව ගිය සිතිය පවත්වන්න උත්සාහවත් වෙන්න. පරසත්තානංවා, පරපුර්ගලානංවා - අනික් සත්වයෝ, පුද්ගලයෝ කියලා හම්බවෙන තැනකත් නැන්දා, මාමා, සත්වයා, පුද්ගලයා කියලා බලන්නෙ නැතුව එතනත් මේ කයට හිත තබන විදියටම, අනාත්ම වූ කන බොන ආහාරයෙන් හැදූන රූපය තියෙන්නෙ. ඒ රූපයෙ ඉරියවු වෙනස් වෙන්නෙ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින චිත්ත වෛතසික හිසයි කියන එක. ඒ රූපයත් ඉදිමිලා, නිල්වෙලා, පුපුරලා, ඕස්ස් ගලනවා නේද කියන තැනකින් හෝ බලන්න.

මේ විදියට මෙයාගෙ කමටහන තමයි දවස පුරාවටම නින්දට යනකනුත්, පහුවදා අවදි වුනහමත් හැම වෙලාවෙම නොයෙක් අරමුණු මෙහෙති කරන්නෙ නැහැ. කය අනුවම බලනවා. පින්වතුන් ගොඩාක් දේවල් කරන්න එපා. ඔය වගේ එකක් කරලා බලන්න. එක දිගටම උදේ ඉඳන් හවස් වෙනකම්ම කය අනුව ගිය සතිය. එක්ම කය අනුව ගිය සිතිය තුළ ප්‍රභේද තියෙන්න පුළුවන්. දා හතරක් ප්‍රභේද වුනාට කායගතා සති දාහතරක් නැහැ. කායගතා සතිය එකක්. හිත තබන ක්‍රම තමයි දාහතරක් වෙන්නෙ.

ඔය විදියට දිගටම කරන කොට අත්ථි කායොති වා පනස්ස සති පච්චුපරිධිතා හොති - මේ පුද්ගල භාවය, මම කියන හැඟීම හොඳට මැකෙන දවසක් එනවා ටික ටික. අත නොහැර දවස පුරාවටම හුරු වෙනවා නම් වැඩි කල් යන්නෙ නැහැ.

අපි ඉතින් අර කුළු හරකා බැන්දා වගේ විනාඩි පහක් භාවනා කරයි ආයෙත් දවසක්ම ඉන්නෙ මම කියන හැඟීමෙන්නෙ. ඇත්තටම අවශ්‍ය වෙන්නෙ මෙනෙහි කිරීමට වඩා ඇතුළතින් නියාගන්න හැඟීම ධාතුව, ස්වභාවය. මේ මමයි කියන හැඟීම වෙනුවට කයේ යථා ස්වභාවය ඇතුළතින් හිතට අල්ලලා දෙන හැඟීමකින් යුක්තව ඉන්න.

මන්න ඔය විදියට කරන එකට කියනවා කායගතා සතිය කියලා. ඕක කරන්න පුළුවන් කෙනෙකුට. තව එකක් අපිට කරන්න පුළුවන්. මේකම බොජ්ඣංග භාවනා කියලා තියෙනවා. ආනාපානසතිය වගේ කමටහනක් අරගෙන එක තැනක ඉන්නකොට වැඩි විත්ත සමථයක් ඇතිවෙන විදියට ආනාපාන සතියත් වඩන්න.

සති නිමිත්තෙ හිත තියාගෙන ආනාපානසතිය වඩන්න පුළුවන්. අර විදියට කායගතා සතිය වඩන්නත් පුළුවන්. මේකට කියනවා කායගතා සතියෙ කායානුපස්සනාව කියලා.

ඊගාවට වේදනානුපස්සනාවෙ ස්වභාවය තමයි,

- පින්වතුන් මේක පුළුවන් ද කියලා බලන්න ඉස්සෙල්ලා -

කයේ උපදින උපදින වේදනාවන්ට හොඳට දැනුම් සහිතව සිතිය ඇතිව, නුවණ ඇතිව ඉන්න පුළුවන්කම තියෙන්න ඕන. ඒ කිව්වෙ වේදනාවක් දැනෙන කොට වැට්ටක්වත් කය ඇදෙන්නෙ නැති විදියට, වේදනාවට කය අයිති නොවෙන විදියට, කයට වේදනා අයිති නොවෙන විදියට වේදනාව අල්ලගන්න පුළුවන්කම තියෙන්න ඕන.

උදාහරණයක් හැටියට පින්වතුන් භාවනා කරමින් ඉන්නකොට මදුරුවෙක් විදිනවා. දැන් පුළුවන්කම තියෙන්න ඕන මදුරුවා පේන්නෙත් නැතුව, මදුරුවා විදපු තැන පේන්නෙත් නැතුව එන වේදනා ගතිය විතරක්ම හිතට අල්ලගන්න. ඒකයි මං කිව්වෙ සාමාන්‍යයෙන් දිවිදී වර්තයකට, නාම ධර්ම අල්ලගන්න පුළුවන් මට්ටමේ හැකියාව තියෙන කෙනෙකුට විතරයි පුළුවන් මේක. එනමින් අල්ලගන්න පුළුවන් නම් වේගවත්. නමුත් මේක හැමෝටම බැහැ.

අපිට හැමවිටම වේදනාව හම්බවෙන්නෙ අතේ වේදනාව වෙලා. කකුලෙ වේදනාව වෙලා. දතක් ගලවනකොට වුනත් සිති ඇතිව ඉන්න පුළුවන් වෙනවා හරියට වේදනානුපස්සනාව අල්ලගන්න පුළුවන් නම්. මේ කයේ කළේලක් කපද්දිත් ඉන්න පුළුවන් හරියට වේදනාව අල්ලගන්න පුළුවන්නම්. අපිට ඒක බැරකමයි තියෙන්නෙ. අපිට වේදනාව කියන තැනින් අනුවුනොත් ඒ වේදනාවෙ හෙල්ලෙන්නෙ, පෙරලෙන්නෙ නැතුව ඉන්න පුළුවන් මොකද ප්‍රතිචාරයක් දක්වන්න රූපයක් නැහැ.

කයේ හරි, කකුලෙ හරි, අතේ හරි, ඔළුවෙ හරි වේදනාවක් ඇති වෙනකොට ඒ වේදනාව විතරක්ම අල්ලගෙන ස්පර්ශය නිසා වේදනාව ඇති වෙනවා. ස්පර්ශය නැතිවෙන කොට වේදනාව නැතිවෙනවා නේද කියලා හොඳට බලන්න පුළුවන් කම කෙනෙකුට තියෙනවා නම් එහෙම වේදනාව ගැන බලනකොට, බලනකොට කොච්චර සියුම් ද කියනවා නම් මේ පෙනෙන අරමුණේ උපේක්ෂා වේදනාව ප්‍රකට වෙනවා එයාට.

වේදනානුපස්සනාව වඩන කෙනාට, රූපය අනභරලා වේදනාව විතරක් වඩන කෙනාට උපේක්ෂා වේදනාවත් අල්ලගන්න පුළුවන් මට්ටමට වේදනාව ප්‍රකට වෙනවා. ඒ හැම වේදනාවක්ම ස්පර්ශය නිසා හටගන්නවා, ස්පර්ශය නැතිවෙනකොට නැතිවෙනවා කියන තැනකින් මේ ස්පර්ශ ආයතන හයෙන්ම එයාට වේදනාව අල්ලගන්න පුළුවන්.

හැම වෙලාවෙම එකක් මතක තියාගන්න ඕන. බහිද්ධාවා කියන තැනින් බලන්න වෙන මුතුන් නිසා නෙවෙයි. බාහිරයෙ සත්වයෙක්, පුද්ගලයෙක් කියන ආත්ම දෘෂ්ටියක් අපි ළඟ තියෙනවා. අපි ගාව තියෙන වැරැද්ද දුරු කර ගන්න ඕන හින්දයි බාහිරේ බලන්න.

- මේක ප්‍රාථමික වැඩ සටහනක්, නමුත්
එහෙම තමයි කරන්න වෙන්නේ -

පුද්ගලයෙක් දුක් විඳිනවා, සත්වයෙක් දුක් විඳිනවා කියලා තේරෙන තැනකදි සත්ව පුද්ගල සංඥාව නැතිවෙන්නේ නෑ. ස්පර්ශය නිසයි එතනත් වේදනාවක් එන්නේ. එතන ද මේ තමන්ට දැනෙන විදියෙම වේදනාව එතනේට දැනෙන ආකාරය ඒ වේදනාව කෙනෙක් විඳිනවා නෙවෙයි. ස්පර්ශය නිසා වේදනාවක් ඇතිවෙනවා. ඒ ස්පර්ශය නිරුද්ධ වෙනකොට වේදනාව නිරුද්ධ වෙනවා.

මේ වේදනාවෙ යථා ස්වභාවය නොදන්න නිසා බැහැරත් අවිද්‍යා ධාතුව පවතිනවා නේද? මේ වේදනාවෙ යථා ස්වභාවය නොදන්න නිසා බැහැරත් සැප වේදනාවෙ සතුට වෙලා, දුක් වේදනාවෙ ගැටිලා පවතිනවා නේද? කියලා ධර්මා ටිකක්, පුද්ගලයෙකුට රාගය ඇතිවෙලා, පුද්ගලයෙකුට ද්වේෂය ඇතිවෙලා නෙවෙයි. එතන ස්පර්ශය නිසා හටගත්ත දුක් වේදනාවෙ අනවබෝධය නිසා පටිඝය ඇතිවෙලා, ස්පර්ශය නිසා හටගත්ත සැප වේදනාවෙ අනවබෝධය නිසා රාගය ඇතිවෙලා. ස්පර්ශය නිසා හටගත්ත උපේක්ෂා වේදනාවෙ අනවබෝධය නිසා රූපට්ඨලා. මෝහය ඇතිවෙලා. ඒකද කෙනෙක් නිසා නෙවෙයි. කෙනෙක් නිසා රාග, ද්වේෂ නෙවෙයි. හේතු ප්‍රත්‍යයී කියන නුවණ තියෙන්න ඕන. ඒ වගේ වේදනානුපස්සනාව කියන්නේ හැම වෙලාවෙම වේදනා ගතිය විතරක් අල්ලගන්න පුළුවන් මට්ටම.

හැබැයි ඔය හැම කමටහනකම 'උපුං කායං පණ්ඩාය පරමුඛං සතිං උපරිධපෙත්වා' කියන ටික තියෙනවා කියලා මතක තියාගන්න. ආනාපාන සතියට විතරක් නෙවෙයි වේදනානුපස්සනාවටයි, චිත්තානුපස්සනාවටයි, ධම්මානුපස්සනාවටයි ඔක්කෝටම අදාල කරගන්න ඕන. සති නිමිත්තෙ නිත තියාගෙනම තමයි මේ ටික කරන්න ඕන.

නිත කොහේටවත් යන්න නොදී සති නිමිත්තෙ නිත තියාගෙන ඉන්නකොට කයට දැනෙන වේදනා ගැන බලන්න. අරමුණු ස්පර්ශ වෙනකොට ස්පර්ශ ආයතන හයේ ඇතිවෙන වේදනාව ගැන බලන්න. බාහිර සත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් සැප දුක් විඳිනවා කියලා නිතනකොට එතන ද ස්පර්ශය නිසා හටගත්ත වේදනාව ගැන බලන්න. දවස පුරාම වේදනාව කියන ගතිය අල්ලගන්න. ඒ ගතියට අනුව නිතන ලක්ෂණයට තමයි වේදනානුපස්සනාව වඩනවා, භාවනා කරනවා කියලා කියන්නේ. නාම ධර්ම ප්‍රකට වෙන දිට්ඨි වර්තයකටයි ඒක පුළුවන්. ඒකත් කරලා බලන්න.

අර විදියට කය අනුව බලනකොට, කායගතාසතිය වඩන කොට සුභයි කියන විපල්ලාසය දුරු වෙනවා. අසුභ ස්වභාවය නිතනවා නෙමෙයි, පෙනෙන මට්ටමට එනවා. එතකොට තමයි නිවරණ ධර්ම දුරු වෙන්නේ. මේ වේදනා ස්වභාවය බලනකොට හොඳට තේරෙනවා දුකයි කියන එක. ඒක තේරෙන්නේ දැන් කෙනෙකුගේ අත පය බැඳුලා දිමි ගොට්ටක් ඇඟට දැමීමොත් මොකක් වෙයිද? එයාට ප්‍රතික්‍රියාවක් දක්වගන්න බැරි වෙනකොට හැම අරමුණක්ම දුකයි කියලා තේරෙනවා. හරියට වේදනානුපස්සනාව වඩනකොට ස්පර්ශය නිසා දුක එනවා කියලත් තේරෙනවා. ඒකට ප්‍රතිචාරයක් දක්වනවා නම් දක්වන්න වෙන්නේ කම් සහිතවමයි. ප්‍රතිචාරයක් දක්වන හැම මොහොතකම අත තියෙන්න ඕන. කය තියෙන්න ඕන. අතයි කයයි දෙක අපිට හම්බවෙන්නේ කම් නිමිත්තක් හැටියට.

මේ වේදනාවට ප්‍රතික්‍රියාවක් දක්වන හැම මොහොතකම කම්. ස්පර්ශය නිසා වේදනාව ඇතිවෙනවා. ස්පර්ශ නිරෝධයෙන් වේදනාව නිරුද්ධ වෙනවා කියලා සිති ඇතිව වේදනාවට විතරක් නිත තබාගෙන ඉන්න කෙට අලුතෙන් කම් නැහැ. ප්‍රතික්‍රියා නැහැ. එතකොට තේරෙනවා හැම අරමුණක්ම දුක බව. වේදනාව එතකොට ඒ වේදනාවේ දුක වැහෙන්නේ ඉරියව් වලින්.

ඉඳුගෙන ඉන්නකොට ඉඳුගෙන ඉන්නවා කියන වේදනාව දැනෙනවා. නමුත් වෙනස් කරන්න ඉරියව්ව පේන්නේ නැත්නම්, ඉරියව්වක් නැත්නම් හොඳට තේරෙනවා ස්පර්ශය නිසා දුක ඇතිවෙනවා කියන එක. එතකොට වේදනාව කියන්නේ දුකමයි. ස්පර්ශය කියන්නේ දුකම ගෙනෙන හම නැති ඵලදෙනෙක් වගේ කියන උපමාවෙන් හොඳට තේරෙනවා. දුක කියන එක ඵලද

සිටියහම සුභයි කියන විපල්ලාසය අතහැරෙන්නවා. එතකොට හිත සමාධි වෙනවා.

වේදනාව කියන එක සත්ව පුද්ගල නොවූ වේදනාව පමණක් ඇත්තේ ය යන සිතිය හොඳින් එළඹ සිටිනවා. ඒ උපදින වේදනාව ද හේතු ප්‍රත්‍යය, දුකයි කියන එක එළඹ සිටිනවා. සැප වේදනාව නොපවතින නිසා දුකයි. දුක් වේදනාව දුකමයි. උපේක්ෂා වේදනාව විපරිනාම වෙන නිසා දුකයි කියලා දුක කියන එක තේරෙනවා. එතකොට සැපයි කියන විපල්ලාසය අත හැරෙනවා. හිත සමාධි වෙනවා.

සාමිස වේදනා නිරාමිස වේදනා කියන එකත් එයා දන්නවා. ඒ කියන්නේ සැප වේදනාවක් හෝ දුක් වේදනාවක් හෝ එනවා නම් එයා දන්නවා මේ පංච කාම නිශ්‍රවයි මේ සැපය එන්නේ කියලා. ඒකද ස්පර්ශය නිසයි හටගන්නේ කියන එක දන්නවා. දහම් කරුණක් විමසන කොට හරි ධර්ම මුල් කාරණාව කරගෙන යම් සැපයක් එනවා නම් දන්නවා සැප වේදනාවක් කියලත් නිරාමිස කියලත් ස්පර්ශය නිසා කියලත්.

සැප වේදනාව එන්න පුළුවන් ප්‍රභේද තියෙනවා. සාමිසවත් එන්න පුළුවන්. නිරාමිසවත් එන්න පුළුවන්. දුක් වේදනාව එන්න පුළුවන් ප්‍රභේද තියෙනවා. සාමිසවත් එන්න පුළුවන්. නිරාමිසවත් එන්න පුළුවන්. කොයි විදියකට ආවත් වේදනාවේ ඇත්ත ඒකමයි. එතනදි සාමිස වේදනාව, නිරාමිස වේදනාව කියලා මේක හොඳයි, මේක හරකයි කියලා වෙන් කිරීම නෙවෙයි තියෙන්නේ. වේදනාව ඇතිවෙන්න පුළුවන් අවස්ථා තියෙන්නේ. මේ හැම තැනකදිම සිතිය තිබිය යුතුයි.

හැම වෙලාවෙම අනිත්‍යය කියන ධර්මතාවය ප්‍රකට වෙන්නේ විඤ්ඤාණයෙන්, සිතෙන්, චිත්තානුපස්සනාව වඩන කෙනාට හැම වෙලාවෙම සිත දිහා බලාගෙන ඉන්න වෙනවා. ඒ කියන්නේ හිත අදහනන්න වෙනවා. දවස පුරාම එයාගේ වැඩේ ඒක. දැන් මේක දිව්යි චරිතය කියන්නේ මේ චරිත දෙන්නටම රූප අනුවෙන්නේ නෑ. එක තැනක ඉඳගෙන ඉන්නකොට විතරක් නෙවෙයි. මෙහෙම බලද්දින් මනසේ කුමක් හෝ සිතිවිල්ලක් උපදිනවා නම් යම් යම් ධර්මා එක්ක ඒ හිත ගැන හොඳට නුවණයි. සිත කියලා යම් යම් විදියේ දැනගැනීමක් හම්බවෙනවා නම් රාගය හෝ ද්වේශය හෝ මෝහය සම්බන්ධව හෝ කුමන ආකාරයක හෝ දැනුමක් ඇති වෙනවා නම් ඒ හටගන්න, හටගන්න හැම සිතක්ම දැනුවත්වම හටගන්නවා. නොදැනුවත්ව නෙවෙයි.

ඒකෙදි උපායක් තියෙනවා. සති නිමිත්තෙ හිත තියාගෙන, උපදින උපදින හැම අරමුණක්ම,

- අරමුණක් කියන කොට අපිට හිත හඳුනගන්න වෙන්නෙ සංඥාවෙන්ම තමයි - හැම සිතක් ගානෙම අවධානයෙන් ඉන්න. දැන් ගෙදර හෝ දුරුවා හෝ යාළුවා හෝ එක එක දේවල් සිහිවෙනවනෙ. සිහිවෙන සිහිවෙන සිතේ අනිත්‍යය බලන්න. එහෙම දවස පුරාම සිත ගැන බලනවා.

ඉස්සෙල්ලා මෙබඳු අදහසක සිතක් ඇතිවුනා.

දැන් ඒ සිත නෑ.

දැන් මෙබඳු අදහසක සිතක්. කියලා හැම වෙලාවෙම තමන්ගෙ මනසෙ මොන තරම් වෙනස්කම් වෙනවද? මොන තරම් දේ දැන ගන්නවද? මොන තරම් ගති ටිකක් මේ හිතේ යෙදෙනවද? කොච්චර ආවත් ඒ ගති හිටින්නෙ නෑ නේද? සැපක් එන්න පුළුවන්. දුකක් එන්න පුළුවන්.

කැමති දෙයක් එන්න පුළුවන්. අකමැති දෙයක් එන්න පුළුවන්. රාග බවකින් එන්න පුළුවන්. තරඟ බවකින් එන්න පුළුවන්. හිතේ අත්දැකීමෙන් තමන්ට කුමන කුමන විදියේ දැනුම් ඇති වෙනවද කියලා දවස පුරාම දකිමින් ඉන්නවා. මේ විදියට ඉන්න එකට කියනවා චිත්තානුපස්සනාව කියලා.

හොඳට අනිත්‍යය තේරෙනවා.

අනිත්‍යය කියන්නෙ ඒ ඒ අවස්ථාවල හිතේ ඇතිවෙන නැතිවෙන ගතියක් ඇත්තටම ඇත්ත කරගෙන ලෝකය තුළ නැවත නැවත හිතමින් ආයාසයෙන් නේද නිත්‍ය බවක් පවත්වන්නෙ කියන එක තේරෙනවා.

කුමන හෝ අරමුණක් වහා ඉපිද හිරුඳ්ඳි වෙනවා. එබඳු අරමුණක නිත්‍ය බව පවත්වන්න අපි පුදුම පරිශ්‍රමයක් යොදලා තියෙන්නෙ, අපි නොදන්නවා වුනාට. ඒක නැවත නැවත අරගෙන මට අහවල් පුද්ගලයා බැන්නා නේද, මෙහෙම කිව්වා නේද කියලා මහා වෙහෙසකින් තමයි අපි පුද්ගලයා පවත්වන්න හදන්නෙ.

ඒ විදියට පින්වතුන්ට අනිත්‍යය කියන එක තේරෙනවා. ඒකට හොඳම දේ තමයි සති නිමිත්තෙ හිත තියාගෙන උපදින උපදින සිතක් සිතක් ගානෙ අනිත්‍යය බලන්න. වැඩ කටයුතු කරද්දීත් මනස තුළ ඉපිද හිරුඳ්ඳි වෙන දැනගැනීම් ස්වභාවය දිනා බලන්න. හිත එකින් එක අල්ලාගනිමින්, අතහරිමින් යන විදිය බලන්න. මෙහෙම බලන එකට කියනවා සිත අනුව බලමින් වාසය කරනවා කියලා. ඕක පුළුවන් දිවියේ වර්තයාට විතරයි.

එතකොට පර සත්තානං වා, පර පුග්ගලානං වා, රාග සහිත කෙනෙක්, තරඟ සහිත කෙනෙක්, මෝඩ පුද්ගලයෙක් කියලා පුද්ගලයෙක් හම්බවෙන්නෙ

නැහැ. එයා දන්නවා එතන ද මේ නාම රූප දෙක නිසා හටගන්න විඤ්ඤාණය රාග සහිත හිත ඉපදිලා, පටිඝය ඇතිවෙන්න හේතු වුන හේතු ටික නිසා දැන් මේ හිත පටිඝ වෙලා කියලා කෙනෙක්, තරහ පුද්ගලයෙක්, රාගය සහිත පුද්ගලයෙක්, මෝඩකම සහිත පුද්ගලයෙක් කියලා බැහැරින් දකින්නෙ නැතුව එතන ද ඒ ඒ ප්‍රත්‍යය නිසා මෙබඳු, මෙබඳු සිත් ඉපිද නිරුද්ධ වෙනවා නේද කියලා දකින්න. එතකොට බාහිර රාග සහිත පුද්ගලයෙක් කවදාවත් හම්බ වෙන්නෙ නැහැ.

ඇයි? රූපය කන බොන ආහාරයෙන් යුක්තයි. එබඳු රූපයට කියන්න පුළුවන්ද රාග සහිත පුද්ගලයෙක් කියලා. කන බොන ආහාරයට රාග සහිත පුද්ගලයෙක් කියන්න පුළුවන් ද?

කන බොන ආහාරයට ද්වේෂ සහිත පුද්ගලයෙක් කියන්න පුළුවන්ද? තරහට හේතු වූ හේතු ධර්මයෝ නිසා, අයෝනිසො මනසිකාරය නිසා මේ සිත පටිඝ වෙලා. ඒ හේතු ටික නැතිවෙන කොට ඒ හිත නැතිවෙනවා නේද කියලා මෙහෙති කරලා බලන්න.

මේ විත්තානුපස්සනාව වඩන කෙනාට සිතක් උපදින්නම ඕන නෑ,
වේදනානුපස්සනාව වඩන කෙනාට වේදනාවක් උපදින්නම ඕන නෑ
වේදනාව ගැන බලන්න කියන එක හොඳට මතක තියාගන්න ඕන.

පුද්ගලභාවය දුරු කරන්න පුළුවන් වෙන්න ඕන ඒ ධර්මතාවයට හිත තබලා. විත්තානුපස්සනාවෙනුයි පුද්ගල භාවය අතහරින්නෙ. දැන් බැහැර තරහ ගන්න මිනිස්සු ඉන්නවා. රාග සහිත මිනිස්සු ඉන්නවා කියලනෙ දකින්නෙ. අපි දැන් හොඳට ඉගෙන ගෙන තියෙනවා කායානුපස්සනාවෙන් රූපය ගැන. ස්කන්ධ පංචකය ගැන අපි දන්නවා.

රූපය හැඳිලා තියෙන්නෙ කන බොන ආහාරයෙන්. කය ඇසුරු කරගෙන පවතින සිතට තරහව ඇතිවෙන්න තියෙන හේතු ටික නිසා තරහව ඇති වෙනවා නම් ඒ හේතු නැති වෙන කොට ඒ සිත නැතිවෙනවා. ඊළඟට රාගය ඇතිවෙන්න තියෙන හේතු ටික නිසා රාගය ඇතිවෙනවා. ඒ හේතු නැතිවෙන කොට ඒ හිත නැතිවෙනවා. එහෙනම් රාග පුද්ගලයා කියන්නෙ කාට ද?

ද්වේෂ පුද්ගලයා කියන්නෙ කාට ද?
මේ සිත සරාගී වෙලා තියෙනවා නේද?
සිත සදෝෂ වෙලා තියෙනවා නේද?

ඒ ද්වේෂ සහගත සිතින් කිමි, කිරිමි කරන කොට ද්වේෂ පුද්ගලයෙක් හැටියට ලෝකයට පෙනවා. ඒ රාග සහගත සිතින් කිමි, කිරිමි කරන කොට රාගී පුද්ගලයෙක් විදියට ලෝකයට පෙනවා.

නමුත් මෙතන තියෙන්නෙ ධර්මා ටිකක් නේද? කියලා චිත්තානුපස්සනාව මුල් කරගෙන මේ පංච උපාදානස්කන්ධය පිරිසිඳ දකිනවා.

වේදනානුපස්සනාව මුල් කරගෙන පංච උපාදානස්කන්ධය දකිනවා.

කායානුපස්සනාව මුල් කරගෙන පංච උපාදානස්කන්ධය පිරිසිඳ දකිනවා.

- විනයය ලෝකෙ අභිජ්ඣා දොමනස්සං -

පංච උපාදානස්කන්ධ ලෝකයේ ලෝභ, ද්වේශ දෙක හික්මවනවා.

මෙහෙම බලනකොට කාලයක් යනකොට දන්නවා, මෙයාට කවදාවත් හොඳ පුද්ගලයෙක් පනවන්න බෑනෙ. අනිත්‍යය දකින්න එහෙම. නරක පුද්ගලයෙක් පනවන්න බෑනෙ. හොඳ පුද්ගලයො කොහෙවත් නෑනෙ. නරක පුද්ගලයො කොහෙවත් නෑනෙ. දැන් අපි හොඳයි කියලා හිතාගෙන ඉන්නවා පුද්ගලයෙක් නමුත් මේ රූපය සතර මහා ධාතුයි, කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිත. අකුසල හිතක් උපදින්න තියෙන හේතු ටික යෙදුනොත් අකුසල හිතක් උපදියි. ඒ හිතෙන් සමුට්ඨාන වූ කාය, වච්ඡි, කර්මයක් තියෙනවා නම් ඒ හිත මෙහෙයවලා සිතීමි, කිමි, කිරිමි කළොත් ඒ කෙරෙන්නෙ නරක විදියෙ සිතීමි, කිමි, කිරිමි.

අපි ඕකට නේද කියන්නෙ පුද්ගලයා නරකයි කියලා? නමුත් ඔතන ඔය කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතේ කුසල සිතක් ඇතිවෙන්න තියෙන හේතු ටික යෙදුනොත් ඒ සිත කුසල වෙයි. ඒ සිතින් කිමි, කිරිමි කළොත් ඒක යහපත්. අපි එතකොට කියනවා හොඳ පුද්ගලයෙක් කියලා. අපි හොඳ පුද්ගලයා සහ නරක පුද්ගලයා කියලා කියන තැනක යථාභූතය මේ වගේ ධර්මතාවයක් නේද? කියලා හොඳට අනාත්මය ඵලඹ සිටිනවා.

එහෙම කෙනා කෙනෙක් අතින් අඩුපාඩුවක් වැරද්දක් වුනා කියලා, නරක දෙයක් කිව්වා කියලා ඒක හිතින් අල්ලගෙනම ඉන්නෙ නෑ. ඉස්සෙල්ලා බැන්නා කියලා දැන් අපිට පුද්ගලයෙකුට වෛරය තියාගන්න බැහැ. ඒ චිත්ත වෛතසික ටිකත් නිරුද්ධයි නම් කත බොන ආභාරයෙන් යුක්ත රූපය ඒකට කිසිම සම්බන්ධයකුත් නැත්නම්, දන්නෙත් නැත්නම් දැන් ඒ තරහා පුද්ගලයා අවස්ථාවටයි නිඛාණය වෙන්නෙ හැම වෙලාවෙම.

රාග පුද්ගලයෙක් කියන්නෙ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිත සරාගී වෙතකොට සිතීමි, කිමි, කිරිමි සරාගී වෙලා දැන් පුද්ගලයා සරාගියි. ඒ පුද්ගලයා සම්පූර්ණයෙන්ම ඉවරයි. ඒ සිත නිරුද්ධ වෙතකොට.

කුසල සිතක් ඇතිවෙන්න හේතු යෙදුනම දැන් කුසල සිතක්. ඒ සිතින් සිතිමි, කිමි, කිරිමි, කළොත් දැන් මේ කාය කම්ම, වචි කම්ම කුසල්. මේ පුද්ගලයා හොඳයි. හොඳයි කියන තැන සතුටු වෙන්නෙන් නැහැ. නරකයි කියන තැන දුක්වෙන්නෙන් නැහැ. මෙයා දෙතැනම දකිනවා ධර්මතාවය.

අටලෝ දහම බෙදෙන්නෙන් මේ අනුවයි.

මය විදියට එක තැනක ඉන්නකොට උපදින උපදින හැම සිතක් ගානම අනිත්‍යය බලනවා. අනිත් වෙලාවට සත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් කියලා අපි කතා කරන තැනක හොඳ හෝ නරක හෝ පැවැත්ම වෙන්න මේ සිතේ පැවැත්ම මත හේතු කියලා හොඳට සිත අනුව බලනවා.

සරාගංවා චිත්තං සරාගංචිත්තන්ති පජානාති කියන කොට රාග සිතක් මනසෙ යෙදුනහම ඒ සිත ඇතිවෙන්න මෙහෙමයි හේතු කියලත් හොඳට දන්නවා.

සද්දෝසං වා චිත්තං සද්දෝසංචිත්තන්ති පජානාති. ද්වේෂ සහගත සිත ද්වේෂ සහගතයි කියලා දන්නවා. ඒ සිත තමන්ගෙ මනසෙ හෝ බාහිර හෝ යෙදුනොත් ඒ සිතෙන් කිමි, කිරිමි කෙරෙන්න මෙහෙමයි එතකොට ඒ පුද්ගලයා මෙහෙයි කියලත් දන්නවා. හැම වෙලේම හොඳ හෝ නරක හෝ පුද්ගලයෙක් නිමාණය වුනේ මේ මත හේතු කියලත් දන්නවා. එතකොට පුද්ගල භාවය වෙනුවට මුළු ලෝකයම පුද්ගලයෙක්, සත්වයෙක් කියලා ඇසුරු කරන තැනක මේ සිත විදුර්ගතා කරනවා. රූපය චිත්තය නෙවෙයි මෙයා දකිනවා මෙතන තියෙන යථාර්ථය මෙන්න මේකයි කියලා .

ඊට පස්සෙ ධම්මානුපස්සනාව. ආත්ම සංඥාව දුරු කරලා අනාත්ම සංඥාව අවබෝධ කරන්න ධම්මානුපස්සනාව වඩන්න වෙනවා. ධම්මානුපස්සනාව නම් දිසීයි. ඒකෙදි අපි නිවරණ පබ්බය ගනිමු.

නිවරණ පබ්බය එක කමටහනක්. මේ එක එක්කෙනාට බාර දෙන එක එක රැකියාවන්. මේ කමටහන වඩන කෙනාට බාර දෙන්නෙ නිවරණ ටික. තමන්ගෙ සන්තානයෙ කාමච්ඡන්දයක් හෝ ව්‍යාපාදයක් හෝ චීන මිද්ධියක් හෝ උද්ධච්ච කුක්කුච්චයක් හෝ විචිකිච්ඡාවක් හෝ කියන මේ ධර්මා පහෙන් කුමන හෝ එකක් කොයි වෙලාවකද තමන්ගෙ මනසෙ උපදින්නේ උපන් සැණින්ම අදහගන්නවා. ක්ෂණිකව හදුනගෙන ඒක නැති කරන්න බලනවා. හරියට දඩයමේ යන වැද්දෙක් කොතැනකින් සතෙක් පනිව්දෝ කියලා බලාගෙන ඉන්නෙ. ඒ වගේ හැම වෙලාවෙම මේ නිවරණ ධර්ම ගැන සිති නුවණ වඩන කෙනා - අනිත් හැම කමටහනටමත් එහෙමයි. ධම්මානුපස්සනාවෙ

ඔක්කොම තියෙන්නෙ මනසෙ ඇතිවෙන ගති ටිකක් - දවස පුරාම තමන්ගෙ සන්තානයෙ නිවරණ ධර්මයන් ඇතිවෙන එකට සිතිනුවණින් ඉන්නවා, අඳුනගන්නවා.

එතකොට යම් නිවරණයක් ඇති වුනොත් ඒක නැතිවෙන්න වහා ම ප්‍රතික්‍රියා දක්වනවා. එහෙම නැති වෙලාවට කුසල මනසිකාරයක ඉන්නවා. නැත්නම් සති නිමිත්තෙ හිත තියාගෙන ඉන්නවා. හොඳට බැලුවොත් නැතිකම නෙවෙයි, හසු නොවෙන කම. මේ නිවරණ විත්තය මත නිවරණ ධර්මයන්ගෙන් කුමන හෝ නිවරණ ධර්මයක පිහිටලාමයි අපි ඉන්නෙ. දහම් විතර්කයක් මෙහෙති නොකරන, කුසල මනසිකාරයක නොඉන්න හැම වෙලාවකම. ඒ නිසා හැම වෙලාවෙම ලෝකෙ කුමන හෝ අරමුණක් එතකොට, අපි හිතමු දරුවො ගැන, ගේ දොර ගැන හිතෙනවා කියලා “මේ කාමච්ඡන්ද නිවරණ පබ්බය යෙදිලා නේද” කියලා හඳුනාගන්න හැකි. “නෑ, නෑ මේක මට අවැඩක්” තමන්ම හිතන් හිතලා “මම කුසල මනසිකාරයක ඉන්න ඕන” කියලා හිතලම යම් අරමුණක් සිති කරන කොට උපන් ආශ්‍රව ධර්ම ගෙවෙයි නම් නූපන් ආශ්‍රව ධර්ම නූපදි නම් එබඳු යෝනියො මනසිකාරයක ඉන්නවා. හැම වෙලාවෙම නිවරණ ධර්ම ටික අඳුනගන්නවා,

සත්තංවා අප්පධත්තං කාමච්ඡන්දං අත්ථි මෙ අප්පධත්තං කාමච්ඡන්දොති පජානාති කියලා මේ විදියට බලනවා.

ඊට පස්සෙ පර සන්තානං වා පරපුද්ගලානංවා කියන තැන පුද්ගලයෙකුට කාමච්ඡන්දය ඇතිවෙලා, පුද්ගලයෙකුට තරහ ගිහිල්ලා, පුද්ගලයෙකුට හිඳිමත ගතිය ඇතිවෙලා, පුද්ගලයෙකුගෙ හිත විසිරිලා, පුද්ගලයෙකුට සැකය ඇතිවෙලා නෙවෙයි මේ ධර්මා යෙදෙනවා නේද කියන තැනකින් බැලිය යුතුයි.

මේ විදියට එක ක්‍රමයක් අරගෙන ඒ ක්‍රමය ඔස්සෙම මනස අරගෙන යන්න පුළුවන් නම් වැඩ කටයුතු කරද්දිත්, එහෙම වැඩ කටයුතු කරද්දි මනසෙ ඇතිවෙන ගති ටිකට හිත තබාගෙන සිහියෙන් ඉන්න පුළුවන් නම් හැම වෙලේම, ඒ කියන්නෙ ඒක එයාට පුළුවන්. ඒ විදියට පටන් ගන්න.

වේදනාව හෝ සිත හෝ සිතේ ඇතිවෙන ගති ගැන හෝ බලන මට්ටමක ඉන්න පුළුවන් නම් මේ හිතේ සමාධිය හරි ඉක්මන්. ඒකට හේතුවක් තියෙනවා. බාහිරේට නැඹුරු වෙලා. රූපයට නැඹුරු වෙලා පවතින මනස හිත සමාධි වෙන්න උදව්වට ගන්න හරි අපහසුයි. මේ සිතෙන් සිතටම නැඹුරු වෙලා තියෙන මනස මේ නිවරණ ධර්ම අතහැරෙන්න බොහොම පහසුයි. මොකද මෙතනින් ක්ලේශය විතරයි අනුවෙලා තියෙන්නෙ. අතන වස්තුවයි ක්ලේශයයි දෙකම අනුවෙලා තියෙන්නෙ. එතනයි වෙනස.

මේ විදියට කමටහන් වල ප්‍රභේද තියෙනවා. ඔය කියන ඕනම තැනකින් ඕනම කෙනෙකුට අල්ලගන්න පුළුවන් ක්‍රම තියෙනවා. ඕවයෙ තව වැඩි දියුණු ක්‍රම හදාගන්නත් පුළුවනි.

ඊට අමතරව පොදුවේ ඒ කියන්නෙ ඔය වගේ වර්තමාන ප්‍රභේදයකින් තොරව, ප්‍රතිපදා භේදයකින් තොරව, දිවිසි වර්තමාන ප්‍රභේදයකින් තොරව පොදුවේ ගත්තහම මම කතා කරන ටිකක් තියෙනවා. ඒ තමයි හැම වෙලාවෙම පුළුවන් තරම් සති නිමිත්තෙ හිත තබාගෙන ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාසයට සිහියෙන්ම ඉන්න. හිත අහකට ගියොත් හැවතත් සති නිමිත්තට ගන්න. හිතට කොහේටවත් යන්න දෙන්නෙ නෑ. කියලා හිත දැඩි කරගන්න. **චිත්තං පශ්ගණිතාති පජගති.**

සිහියෙන් එහෙම කමටහන ටිකක් වඩන්න. නාම - රූප භාවය නුවණින් මෙනෙහි කරන්න. එහෙම මෙනෙහි කරනවා, ආයෙත් සති නිමිත්තට හිත තියලා ආනාපාන සතිය වඩනවා. මාරුවෙන් මාරුවට සමට - විදුර්ගතා යුගහද්ධව මේ විදියට කරන්න.

මේ සතිපට්ඨානයෙ තියෙන ධර්මා ටිකමයි. බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා හිත දියුණු කරන කෙනා කලින් කළ තුන් නිමිත්තක් මෙනෙහි කළ යුතුයි.

සමට නිමිත්ත

පශ්ගහ නිමිත්ත

උපෙක්ඛා නිමිත්ත කියලා

නුවණින් බැලිය යුතුයි, සති නිමිත්තටත් හිත තබාගත යුතුයි. විරියටත් මෙනෙහි කටයුතුයි කියලා. කොයි තැනකින් කළත් ඔහොම කරන කොට පිත්තනුන්ට හොඳට පෙනෙනවා රූපයේ පුද්ගල භාවය මැකිලා සත්ව පුද්ගල භාවයෙන් තොර රූපයක්.

වේදනාවේ අනිත්‍යය හොඳට පේනවා. දුක් බව පේනවා. විඤ්ඤාණයෙ අරමුණු අනිත්‍ය බව පේනවා.

ආත්ම සංඥාව දුරු වෙලා අනාත්ම ස්වභාවයට පේනවා කියන තැනට ආවා කියලා සතුටු වෙන්න බෑ. ඒක කරපු එකේ ප්‍රතිඵලයක්. අපි ඔය ප්‍රතිඵලය බලාගෙන තමයි කළේ. නමුත් ඔතනින් සතුටු වෙන්න නෙවෙයි. ඒක හොඳට මතක තියාගන්න ඕන. මේ ටික කළහම නිවර්ණා ධර්ම දුරු වෙන කොට ඉබේම ප්‍රීතිය, ප්‍රමෝදය, සැපය ඇතිවෙනවා. ප්‍රමෝදය නිසා ප්‍රීතිය ඇතිවෙනවා. ප්‍රීතිය නිසා සැපය ඇතිවෙනවා. ඒ සැපය නිසා හිත සමාධි වෙනවා. අන්න ඒ

සමාධිගත මහසට මේ අහගන්න ඇත්ත පෙනෙන දවසක් එනවා. ඒකට හිතලත් හිත නැඹුරු විය යුතුයි. එදාට තමයි හිතට පිළිගන්න පුළුවන් ටේටමක් එන්නෙ.

අද මම කොච්චර කිව්වත් පින්වතුන් පිළිගන්නෙ නෑ. ඇස් ඉදිරිපිටට එන්නෙ විත්‍රයක් විතරයි. වණී සටහනක් විතරයි. ඒක ද මහා භූත නෙවෙයි. උපාදායයි. ඇහෙන්න බලපු නිසාමයි හටගෙන තියෙන්නෙ. පෙර නොතිබීම හටගෙන ඉතුරු නැතුවම නැති වෙනවා කියලා මේ විස්තරයක් කිව්වට අද නොපෙනෙන නින්දා තර්ක කරන්න බැරි නින්දා සද්ද නැතුව ඉන්නවා. නමුත් පිළිගන්නවා නෙවෙයි.

පිළිගන්නවා කියන තැනකින් හෝ විශ්වාස කරන්න දැක්මක් එන්නෙ ඔන්න ඔය කියන මට්ටමේ විත්ත සමාධියක් ඇති වුනාම. තවම තියෙන්නෙ විශ්වාසයක් මිසක ප්‍රත්‍යක්ෂයක් නෙවෙයි. එදාට මේක පෙනුනොත් පින්වතුන් පිළිගන්නෙ බුදුහාමුදුරුවෝ කිව්ව නින්දාවත් නෙවෙයි. ආයෙ තව හාමුදුරු කෙනෙක් ගැන කවර කතා ද?

ඇහැට පෙනෙන්නෙ වණී සටහනක්, උපාදාය රූපයක්, ප්‍රත්‍යයෙන් හටගන්නෙ කියන ටිකක් පින්වතුන් කියයි. ඒ බුදුහාමුදුරුවෝ දේශනා කළ නිසා නෙවෙයි. ඔය පින්වතුන්ම දකින නින්දා. සම්මා දිට්ඨි. ඇත්තටම ඇත්ත මේකනේ. කියලා නිකමිම කියයි. ඔන්න ඔතෙන්ට එන්නයි මේ හැම උත්සාහයක්ම තියෙන්නෙ.

ඒ නිසා අපි භාවනා කරන කොට එක එක ක්‍රම උපායන් තියෙනවා ඒවා ටිකක් අත්විඳින්න. අද මේ රටේ හුඟක් භාවනා කරන ක්‍රම තියෙනවා. මම කියන්නේ මේවා වැරදි නැහැ. බොහෝ දුරට හරි. පොඩි අඩුවක් තියෙන්නෙ මෙන්න මේ වගේ තැනක් තියෙනවා. සම්මා දිට්ඨිය කියලා කෙළවරක් තියෙනවා. එතනටයි අපිට යන්න ඕන. ඒ සඳහා මේක කරන්න කියලා කරන්න කලින් අවශ්‍ය තැන පෙන්නන්නෙ නැති අඩුවයි තියෙන්නෙ. මේ ටික පෙන්නලා කරන දේ පනවනවා නම් ඒකෙ වරදක් නැහැ.

මෙහි භාවනාව කරන්න. මේ විදියටයි කරන්නෙ. මෙහෙමයි කරන්නෙ කියලා කියලා දන්න ටිකත් හරි. මේක කරන්නෙ මොකටද? මෙහෙම කරන කොට නිවරණ ධර්ම දුරු වෙනවා. නිවරණ ධර්ම දුරු වුනාම හිත සමාධි වෙනවා. සමාධිගත මහසකින් දකින්න මෙන්න මෙහෙම ඇත්තක් තියෙනවා. මෙන්න මේ ඇත්ත දැකපු දවසටයි අපේ මහස ආශ්‍රවයන්ගෙන් මිදෙන්නෙ, කෙලෙසුන්ගෙන් මිදෙන්නෙ කියලා මේ ආශ්‍රවක්ෂයට නුවණ අල්ලලා දිලා මේ කමටහන දෙන්න කියන එකයි මම කියන්නෙ.

නැතුව කමටහන් වල වැරැද්දක් නෙවෙයි තියෙන්නෙ. වැරැද්දක් නෙවෙයි ඇත්තටම තියෙන්නෙ අඩුවක් විතරයි. ඒක ද කමටහනේ නෙවෙයි. ඒ කරන ටිකට මේ දැනුම එකතු විය යුතුයි.

මොකද මෙහි භාවනාව කියලා දෙනවා නම් මට කියලා දෙන්න වෙන්නේ අනිත් අය කියලා දෙන විදියටම තමයි. එහෙම බැලුවොත් මෙහි භාවනාව මට වඩා ඉතාමත් දක්ෂව කියලා දෙන අය ගොඩාක් ඇති. මට වඩා හොඳට අසුභ භාවනාව කියලා දෙන දේශකයාණන් වහන්සේලා ඕන තරම් ඇති. හොඳම දේ තමයි අර ත්‍රිමාන පින්තුරයක් හැදුවා වගේ එකක් හදාගන්න එක. දැන් කැමරා තුනකින් තුන් පැත්තකින් ගන්න රූපය එකක් කරලා හදලා දිලා තියෙනවා අපිට පේන්නෙ නෑ, අපි දන්නෙවත් නෑනෙ.

ඒ වගේ මෙනතින් ගන්නවා ගැඹුරු දර්ශනය. තව තැනකින් ගන්නවා සමට කමටහන තව තැනකින් ගන්නවා විදර්ශනාව. තව තැනකින් ගන්නවා ශිලය ගැන විස්තර ටික ඔක්කොම එකතු කරලා පින්වතුන්ට එකක් හදාගන්න පුළුවන්. ඒ නිසා මට මෙතෙන්දි මතක් කරන්න තියෙන්නෙ එක දෙයක් ඇත්තටම. සසර බොහෝ කල් අපි ආවෙ, එන්න වුනේ සත්‍යය අවබෝධ කරගන්න බැරිවුන නිසා, අපි හොඳට දකින්න ඕන සත්‍යය කියන්නෙ මෙනෙහි කරන විදියට පෙනෙන එකක් නෙවෙයි, පවතින දේ පෙනෙන එක.

දැන් මම අසුභයි කියලා බැලුවොත් මම අසුභයි කියලා බැලුව හින්දයි මට අසුභය පේන්නෙ. සත්‍යය නම් මෙනෙහි කරපු නිසා පෙනෙන එකක් නොවෙන්න ඕන. පවතින සැබෑම ස්වභාවය සහ ඒකට ප්‍රත්‍ය ටික පේන්න ඕන.

මම ආත්මයි කියලා පුද්ගලයෙක් කියලා බලපු හින්දා මට පුද්ගලයෙක් පේන්නෙ. ඒක සත්‍යය නෙවෙයි. මම අනිත්‍යයි කියලා බලපු හින්දා මට අද අනිත්‍යයි කියලා පෙනිලා තියෙන්නෙ. අද මම බලපු හින්දා පෙනෙන ටිකට කියන්නෙ දර්ශනය දකිනවා කියලා නෙවෙයි. දකිනවා කියන තැනදි බලනවා කියන උත්සාහයකින් තොරව පෙනෙන මට්ටමක් තියෙයි නම් ඒකටයි පෙනෙනවා කියන්නෙ.

බැලුවහම පෙනෙන එකට කියන්නෙ නැහැ පෙනෙනවා කියලා. ඒකට කියන්නෙ බලනවා කියලා. මාර්ගයක සහ ඵලයක ඇති වෙනස තමයි ප්‍රයෝග පටිපදාව. මාර්ගයේ ස්වභාවය තමයි යථා තුන ස්වභාවයෙන් බලන එක. ඵලයේ ස්වභාවය තමයි බලන්නවත් උත්සාහයක් නැහැ පෙනෙනවා.

වණී සටහනක් තියෙන්නෙ කියලා බලන්න උත්සාහවත් වෙනවා කියන්නෙ මාගීය. උත්සාහයකින් තොරව වණී සටහනක් කියලා පෙනෙනවා කියන්නෙ ඵලයක්. මාගීය සහ ඵලය අතර වෙනස තියෙන්නෙ දර්ශනය මත නෙවෙයි.

බලන්න නියෙන උත්සාහය සන්සිඳිවිව එක විතරයි මාගීයෙ සහ ඵලයෙ නියෙන වෙනස.

ඉතින් එක කාරණාවක් නියෙනවා. මේ ධාතුව අවබෝධ කරගන්නොත්, ශූන්‍යතාවය අවබෝධ කර ගන්නොත්, අන්ත එතනට ආවහම අපි ලෝකය තුළම හැඳිලා වැඩිලා ලෝකෙම ඉන්නවා ලෝකයාගෙන් මිදිලා. මේ ලෝකෙම ඉන්නවා ලෝකයාගේ මානසික මට්ටමින් මිදිලා, ලෝකයා විඳින දුකෙනුත් මිදිලා.

ඒකෙ ස්වභාවය තමයි, වටිනාකම තමයි, මේ ජීවිතේ ද ලෝකයා විඳින ජරා මරණයෙන් මිදිලා. කම් කෙලෙසුන් නැහැ. පුළු කම්යෙන් හටගත්ත මේ ස්කන්ධ ටිකත් අතහැරෙන කෙට, නැවත විඥානයත් නොපිහිටන කොට පහනක් නිවුනා වගේ නිවෙනවා.

ඔතෙන්ට එන්න පුළුවන් කම නියෙන්නෙ යථාභූත ඥාන දර්ශනය නැත්නම් සත්‍යය අවබෝධ කරගත්ත මනසකටයි. එතකොටයි දුක අවසන් වෙන්නෙ. ඔය සත්‍යය අවබෝධ කරගන්නවා කියන කාරණාවක් කියන්න වෙන්නෙ, අපි ඉන්නෙ මේ සත්‍යය නොදන්නාකමින් බොරුවක් තුළින් හදාගත්ත ලෝකෙක නිසා. මේ බොරුව තුළින් ඇතිවෙන, ඇති කරගන්න බැඳීම ටික රළු වැඩි නිසා ඇත්ත දකින්න බැහැ.

දැන් මේ සතර සතිපට්ඨානයෙන් කරන්නෙ බොරුව තුළ ඇති කර ගෙන ඉන්න මේ බැඳීම, ඇලීම අඩු කරන එක. ඒ ටික අත හැරියහම මේ ඇත්ත දකින්න පුළුවන්. ඒ නිසා ශිලයක පිහිටලා, සමථ කමටහනකින් සිත වඩමින් එකම උපායක් කරන්නයි නියෙන්නෙ හැම කෙනෙකුටම. කය අනුව පවතින සිතිය හදාගන්න. කය අනුව පවතින සිතිය කියන කොට,

කය අනුව බලන්නන් පුළුවන්
කයේ වේදනාවන් ගැන බලන්නන් පුළුවන්
සිත අනුව බලන්නන් පුළුවන්
සිතේ නියෙන ධර්මා ගැන බලන්නන් පුළුවන්

ඉමස්මිං ඛ්‍යාමමත්තේ කල්ලේබ්බේ සසඤ්ඤමිති සමනකෙ ලෝකංව පඤ්ඤාපෙම් කියලා කිව්වෙ. මේ සංඥා සහිත, මනස සහිත බලයක් පමණ ශරීරය තුළ තමයි ලෝකය නියෙන්නෙ. පංච උපාදානස්කන්ධ ලෝකය.

ලෝකයේ ආරම්භය පළමුවෙන්ම හම්බවෙන්නෙ කයේ. ඊට පස්සෙ වේදනාව. ඊට පස්සෙ චිත්තය. ඊට පස්සෙ ධර්ම මේ කුමන තැනකින් බැලුවත් පංච උපාදානස්කන්ධ ලෝකයේ ලෝහ, ද්වේෂ දෙක ඇති නොවන විදියට

කටයුතු කළ යුතුයි. ඒ විදියට කළොත් මේ කෙලෙස් අඩුවෙනවාමයි. කෙලෙස් අඩුවුනොත් මේ දැකීම ඇති කරගන්න පුළුවන්.

ඒ නිසා හැමදෙනාම ඒ සඳහා උත්සාහවත් වෙන්න. එක තැනක ඉඳගෙන ඉන්න කොටත්, වැඩ කටයුතු කරන කොටත් සතර සතිපට්ඨානය වඩන හැම වෙලාවකමත්, පරිබාහිර කමටහනක් වඩන වෙලාවක වුනත් **චිත්තං උපතිබන්දෙන්වා** කියන තැන අවශ්‍යයි. සති නිමිත්තෙ නිත බැඳගන්න කියන එක අවශ්‍යයි. සති නිමිත්තෙ නිත නියාගෙනම මේ ටික කටයුතුයි කියන එකත් මතක් කරනවා.

ප්‍රශ්නය -

ස්වාමීන් වහන්ස, සම්මා දිට්ඨිය අවබෝධ කරගන්නෙ කොහොමද?

සම්මා දිට්ඨිය අවබෝධ කරගන්න තමන්ම උත්සාහවත් වෙන්න ඕන. මතක ද අපි මහා සළායතනික සූත්‍රය කතා කළා.

‘වක්ඛං භික්ඛවෙ ජානං පස්සං යථාභූතං

රූපා භික්ඛවෙ ජානං පස්සං යථාභූතං’

ඇහේ ඇත්ත ඇති හැටිය දන්නේ, දැකින්නේ රූපයේ ඇත්ත ඇති හැටිය දන්නේ, දැකින්නේ කියලා විස්තර කරනවනෙ.

යා තථාභූතස්ස දිට්ඨි, සාස්ස හොති සම්මා දිට්ඨි

ඒ යථා භූත ඥාන දර්ශනය ඔහුගේ සම්මා දිට්ඨියයි.

යො තථාභූතස්ස සංකප්පො ස්වාස්ස හොති සම්මා සංකප්පො

යො තථා භූතස්ස වායාමො ස්වාස්ස හොති සම්මා වායාමො

යා තථා භූතස්ස සති සාස්ස හොති සම්මා සති

යො තථා භූතස්ස සමාධි ස්වාස්ස හොති සම්මා සමාධි

සම්මා දිට්ඨිය මුල් කරගෙන මේ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය ගොඩනැගෙන්නෙ මේ යථාභූත ස්වභාවය මුල් කරගෙනමයි. කෙලින්ම ලෝකෝත්තර මාර්ග අංග ටික ලැබෙන්නෙ. දැන් අපිට ලෝකෝත්තර ඥානයක් නෑ කියන්න තියෙන සාක්ෂියක් තමයි, අපිට කෙලින්ම මෙතන තියෙන යථාභූත ස්වභාවයට කවදාවත් නිත තබන්න බෑ. නිත පිළිගන්නෙ නෑ.

මම අර වණී සටහන කියන එකට ලක්ෂණ ටිකක් කිව්වනෙ. වතුර භාජනයකට ගතක ජායාවක් වැටුනොත් හොඳට බලන්න. වතුර ටික ගැනත් නෙමෙයි කියන්නෙ. භාජනය ගැනත් නෙමෙයි කියන්නෙ. ඒ වතුර භාජනයෙ පෙනෙන ජායාව තියෙනවනෙ ඔන්න ඔය ජායාවෙ මට්ටම තමයි වණී සටහන

කියලා කියන්නේ. බලන්න ඔය ඡායාව අත දාලා ගන්න පුළුවන්ද කියලා. අල්ලන්න පුළුවන් ද? ඔසොවලා ගන්න පුළුවන් ද? ඡායාව ඔසොවනවා නම් ඒක පතිත වෙලා තියෙන භාජනෙන් එක්කමයි ඔසොවන්න වෙන්නේ.

ඒ වගේමයි කියලා මං කිව්වොත් මේ ඇහැට පෙනෙන රූප ටිකත් වණී සටහනක්, පෙනෙනවා විතරමමයි. අල්ලන්නත් බෑ. ඔසොවලා ගන්නත් බෑ. ගෙතියන්නත් බෑ කිව්වොත් පින්වතුන් පිළිගන්නේ නෑ. ඒකෙන් කියනවා අපිට තවම ලෝකෝත්තර ඥාන දර්ශනයක් නෑ කියලා. අපිට ලෝකෝත්තර ඥාන දර්ශනයක් තියෙනවා නම් හොඳට දන්නවා මේ වෙලා තියෙන්නේ මොකක්ද කියලා.

අපි ඡායාව ඉස්සුවා කියලා හිතුවට වතුර භාජනේ උස්සපු නිසයි ඡායාව ඉස්සුනේ කියන නුවණ එනවා. මේ පෙනෙන දේ අද හමුවෙලා තියෙන්නේ මහාතුන ටිකත් එක්කම ඔසොවලා හින්දා මේ පෙනෙන දේ එසෙවුවා වගේ වෙලා තියෙන්නේ මිසක මහාතුන ටික එහෙමම තියෙද්දි පෙනෙන සටහන විතරක් කවදාවත් ගන්න බැහැ. පුළුවන් වෙයිද? එහෙම ගන්න බැහැ. දුරස් කරන්න බෑ. එතකොට පෙනෙන දේ කවදාවත් ළඟට ගන්න බැහැ කියලා පෙනෙයි. අන්න ඒ වගේ ඉතා තියුණු, ලෝකයට අයිති නැති ලෝකයාට හිතන්නත් බැරි දර්ශනයක් මේක.

වණී සටහනක් කිව්වම අපිට හිකම් පොඩි කාරණාවක් වගේ තෙරෙන්නේ. නමුත් ඕක එළඹ සිටින තැනක් හිටියොත් පින්වතුන්ට තේරෙයි ලෝකයට වඩා මොන තරම් ප්‍රතිපක්ෂ ද කියලා. එව්වරට සියුම්. ඒ සඳහා පෙනෙන දේ ගන්න. වතුර භාජනේ පෙනෙන ඡායාව ගන්න පින්වතුන් මොන විදියටවත් අත දානවද? ගන්න බෑ කියන එක හිතලා නෙවෙයි පෙනෙන හින්දම අත දාන්නේ නෑ. ඒ වගේ මේ ආයතන ටික සම්පූර්ණයෙන්ම සංවර කරනවා. පින්වතුන් දන්නේ නෑ. ඇහැට පෙනෙන මේ දර්ශනය මේ ඇත්ත මේ පැත්ත ඔක්කොම සංවර කරනවා. මොන හේතුවක් නිසාවත් පෙනෙන දේ නිසා ඇඳීමක් ගැටීමක් ඒ සන්නායකය ඇති වෙන්නෙම නැහැ. රහත් වුනා කියන්න තියෙන සාක්ෂිය එව්වරයි.

ලෝකයා අට ලෝ දහමින් කම්පා වෙනවා කියන්නේ පෙනෙන දේ අරඹයා ලාභ අලාභ, යස අයස, හින්දා ප්‍රශංසා, සැප දුක් කියලා අට ක්‍රමයකට මේ රූපායතනය කම්පා කරන්න පුළුවන්. වාසනාව කියන්නේ මේ රූපායතනය මොන තරම් ඇත්තක් දකිනවද කියන්නේ ඔය එක ක්‍රමයකටවත් කම්පා කරන්න බැහැ. මේ ස්පර්ශ ආතනය හයේම එහෙමයි.

ඉතින් ඔන්න ඔය වගේ තැනකට අපේ මනස ගන්නහම, දකින්න පුළුවන් තැනට ආවහම සම්මා දිටියි. ඊට මෙහාටත් සම්මා දිටියි තමයි. නමුත් ලෝකෝත්තර සම්මා දිටියි අරමුණු කරගෙන තියෙන්නෙ. දැන් අපි ඔය නාම රූප බලන එක, සතර සතිපට්ඨානය වඩන එකට කියනවා මග්ගාරම්මණා කියලා. මග අරමුණු කරගෙන තියෙන්නෙ. අතින් ටික ලැබෙන්නෙ ලෝකික ද්‍රෝණ වලින්. ක්‍රියා සිත් හතරෙන් සහ ද්‍රෝණ සම්ප්‍රසක්ත කුසල් සිත් හතරෙන් තමයි මේ මග්ගාරම්මණා කියන ටික වැඩෙන්නෙ.

අන්න අර යථාභූත දර්ශනයට තමයි ලෝකෝත්තර මාර්ගය කියලා කියන්නෙ.

නිවන් දකිනවා කියලා මෙන්න මෙහෙම දර්ශනයක් තියෙන්නෙ, මෙහෙම සිද්ධියකුයි වෙන්නෙ කියන කාරණාව අනුමානෙට හිතේ තියාගෙන මේ වගේ දර්ශනයක් අපි තුළ හැඩවෙම, හැමදාම පැවතුනා. නමුත් අපිට හම්බ නොවුන, අපි නොදැක්ක මෙහෙම ඇත්තක් තියෙනවා අපේ ඉදිරිපිටට එන, කන ඉදිරිපිටට එන අරමුණුවල කියන අදහසත් පැත්තකින් තබාගෙන මේ සත්‍යය, සත්‍ය ආකාරයෙන් දකින තැනට මනස ගන්න ඕන කියන අදහසත් ඇති කරගෙන හැම දෙනාම උත්සාහවත් වෙන්න.

සියලු දෙනාටම තෙරුවන් සරණයි!