

මෙය ලබුනෝරුව කන්ද ආරණ්‍ය සේනාසනයෙහි අති සුජය මාන්කඩවල සුදස්සන ස්වාමීන් වහන්සේගේ දේශනයක් ලිඛිත මාධ්‍යයෙන් ඔබ අතට පත් කිරීමකි. දේශනා විලාශයේ එන හඬ හැසුරුම් කියවීමේ දී හමු නොවන ඛවිත් ගැටළු සහගත තැන් ඔබට හමුවිය හැකි ය. එහෙත් මෙයින් ලබාගත හැකි ධර්මාවබෝධය අති විශාල ඛවිත් ප්‍රවේශමෙන් කියවා තේරුම් ගන්නට උත්සාහ කරන මෙන් කාරුණිකව ඉල්ලමු.

ඔබට තෙරුවන් සරණයි!

**නමෝතස්ස භගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස
 නමෝතස්ස භගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස
 නමෝතස්ස භගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස**

සසර ගැන කතා කරනවා. සසරින් එතෙරවීම ගැන කතා කරනවා. දුක ගැන කතා කරනවා. දුකේ නැති බව කතා කරනවා. නිවන් දකින්න ඔක්කෝමලා කැමතියි. නිවන් දකින්න උත්සාහවත් වෙනවා. එහෙම නේ.

එතකොට මේ නිවන කියන්නේ මොකක් ද? මොකේ නිවීම ද? කොහොම ද අපි ඒක හඳුනාගන්නේ?

දැන් අපි තුළින් මෙන්න මේ ස්වභාවය උපදවා ගැනීමයි. මෙන්න මේ ස්වභාවයට මනස පත්කර ගැනීමයි නිවන කියන්නේ කියලා අපි අනිවාර්යයෙන් දැනගෙන සිටිය යුතුයි. දැක්ක යුතුයි. එතකොට තමයි අපිට ඒ නිවන කියන එක සාක්ෂාත් කරගන්න පුළුවන්. නොදන්නා තැනකට යන්න බැනෙ අපිට. දන්න තැනකට එපැයිය යන්න. නේද? එතකොට අපි ඉස්සෙල්ලා කොහොමද හරියට නිවන කියන එක දැනගන්නේ.

බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා,
 ‘‘කතමෙ ධම්මා සංඛතා, කතමෙ ධම්මා අසංඛතා’’
 සංඛත ධම්මයෝ කියලා කියන්නේ මොනවාද?
 අසංඛත ධම්මයෝ කියලා කියන්නේ මොනවාද?

බුදුරජාණන් වහන්සේ කතමෙ ධම්මා සංඛතා, කතමෙ ධම්මා අසංඛතා කියලා මාතෘකා කරලා, සංඛත ධම්මයොයි, සංඛත ධම්මයන්ගෙ ලක්ෂණ ටිකයි. හොඳට පෙනෙනවා. අසංඛත ධම්මයොයි අසංඛත ධම්මයන්ගෙ ලක්ෂණ ටිකයි හොඳට පෙනෙනවා. අපි පොඩ්ඩක් ඒ සංඛත ධම්මයෝත්, සංඛත ධම්මයන්ගේ ලක්ෂණ ටිකත්, අසංඛත ධම්මයෝත් අසංඛත ධම්මයන්ගේ ලක්ෂණ ටිකත් කතා කරමු. කතා කරලා අනුපිළිවෙලින් ඒ අසංඛත ස්වභාවය සාක්ෂාත් කරගන්නෙ කොහොම ද කියලත් කතා කරමු. එතකොට එතෙන්ට අන්තර්ගතයි ඔය අපි කතා කරන හැම දෙයක් ම. අර්ථ සහිතව එතෙන්ට එනවා.

බුදුරජාණන් වහන්සේ කවදාවත් ස්කන්ධයන්ගේ නැතිවීමෙන් නිවන පනවන්නෙ නෑ. මේ ස්පර්ශ ආයතන හයේ නැතිවීමෙන් අසංඛත

බවක් පහවන්නේ නැහැ. පහවන්න බැහැ. අපි ඒක අනුක්‍රමයෙන් කතා කරමු. ඇයි එහෙම නොකරන්නේ කියන එකත්, භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ප්‍රශ්නයක් අහනවා.

“කතමේ ධම්මා සංඛතා” සංඛත ධම්මයෝ කියලා කියන්නේ මොනවාද? ඒකෙන් පෙනෙනවා,

“චතුසු භූමිසු කුසලං අකුසලං - චතුසු භූමිසු විපාකො තිසු භූමිසු කිරියා අව්‍යාකතං”

“සබ්බං රූපං ඉමෙ ධම්මා සංඛතා”

සංඛත ධම්මයෝ ටිකක් විස්තර කරලා කිවුවොත්, සතර භූමියේ ම තියෙන කුසල ධර්ම.

සතර භූමිය කිවුවේ මොනව ද?

කාම භූමිය, රූප භූමිය, අරූප භූමිය, අපරියාපන්න භූමිය.

අපරියාපන්න කියන්නේ ලෝකෝත්තර භූමිය, එතකොට මේ කාමභූමිය, රූප භූමිය, අරූප භූමිය, අපරියාපන්න නැත්නම් ලෝකෝත්තර භූමිය කියන මෙන්න මේ සතර භූමියෙම තියෙන කුසල් ධර්ම ගත්තහම, කුසල කියලා කියන්නේ මාගී ටික. මේවා සංඛතයි. සියළුම අකුසලයක් තියෙනවා නම් ඒ අකුසල ධර්මත් සංඛතයි.

චතුසු භූමිසු විපාකො - සතර භූමියෙම තියෙන විපාක කියලා ටිකක් තියෙනවා නම් මෙන්න මේ විපාකත් සංඛතයි.

තිසු භූමිසු කිරියා අව්‍යාකතා - තුන් භූමියෙ තියෙන ක්‍රියා කියලා ටිකක් තියෙන්නේ. ක්‍රියා සිත් කියලා තියෙනවා.

“න කුසලං, න අකුසලං, න විපාකං” කුසල් ද වෙන්හෙත් නෑ. අකුසල් ද වෙන්හෙත් නෑ. කමිත් නොවෙන, විපාකෙකුත් නොවෙන ඒ ඒ ධර්මයන්ගේ අර්ථ සිද්ධිය සඳහා පමණක් සිත් උපදින, පැවැත්ම පිණිස පවතින, ඔය ධ්‍යාන අභිඤ්ඤා ලාභිණ්ගේ ධ්‍යාන අභිඤ්ඤාවන් උපදවාගන්න, පවත්වා ගන්න උපකාරී වෙන සිත් තියෙනවා. ඒවාට කියනවා ක්‍රියා සිත් කියලා. ඒ වගේම හැම රූපයක්ම ගත්තහම මෙන්න මේ ටික සංඛතයි.

එතකොට මෙන්න මේ ස්කන්ධයන්ගේ පැවැත්මක් තියෙනවා නම් මේ සතර භූමිය අනුව ගිය ස්කන්ධයන්ගේ, ධාතූන්ගේ, ආයතනයන්ගේ

යම් පැවැත්මක් තියෙනවා නම්, ඉන්ද්‍රියන්ගේ යම් පැවැත්මක් තියෙනවා නම් මෙන්න මේ ටික තමයි සංඛත කියලා කියන්නේ. ඔය ටික කෙටි කරලා, කරට කරලා ගත්තහම කියන්න පුළුවන් රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාන කියන මෙන්න මේ පංචස්කන්ධය කියලා. එතකොට මේ සංඛත ධාතුවට කෙටියෙන් නමක් කිවුවහැකි පංචස්කන්ධය.

එතනදී, දැන් මේ ස්කන්ධයන්ගේ තුන් භූමිය අනුව ගිය, යම් රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤානයක් තියෙනවා නම්, කුසල කම්මයක්, අකුසල කම්මයක්, විපාක ක්‍රියා තියෙනවා නම්, හැම රූපයක්මත්, මෙන්න මේ ටික අයිතියි පංච උපාදාන ස්කන්ධයට.

අපරියාපන්න භූමිය කියලා අපි කතා කරපු ටික පංචඋපාදාන ස්කන්ධයට අයිති නෑ. ඒ ටික අයිති ස්කන්ධ කියන ටිකට. නමුත් මේ ඔක්කොම සංඛතයි. සංඛත කියලා කියන්නේ සකස් වෙච්ච, ප්‍රත්‍යයෙන් හටගත්ත, හේතූන්ගෙන් හටගත්ත කියන අදහස. මේ සංඛත ධාතුවේ කිසිම දෙයක් නැහැ. එහෙමිපිටින්ම ඒවා. ඒ දේ නොවන ද්‍රව්‍ය කාරණාවන්ගෙන් හැදිවිච්ච දේවල්.

මං කලින් කියපු උපමාවක් තියෙනවා. තේ එක කියන එක ගන්න. තේ කියලා එකක් ලෝකෙ කොහේවත් නෑ. තේ එක නොවෙන කෑලි ටිකක් එකතු වෙලා තමයි හැදිලා තියෙන්නේ. සීනි, ඉඟුරු, තේ කොළ, උණුවතුර කියලා. මේවා හේතු ටිකක්, ප්‍රත්‍ය ටිකක්, මේ වගේ හේතු ටිකක් එකට එකතු කළහම ඔන්න හැදෙනවා තේ එකක්. එතකොට තේ එකට කියනවා සංඛතයි. සකස් වෙච්ච එකක්. හැදිවිච්ච එකක්. පිළියෙල වෙච්ච එකක්. එතකොට හැදිලා තියෙන්නේ මොනවයිනි ද? තේ එක නොවෙන දේවල් වලින්. මේ සංඛත ධාතුවේ අපිට හම්බවෙන හැම වස්තුවක්ම එහෙමයි. අපිට හම්බ වෙන දේ ඇත්ත නෙමෙයි කියන්නේ, අපිට මෙහෙම දේවල් හම්බ වෙන්නේ එහෙම දේවල් නොවෙන කෑලි ටිකක් එකතු වෙලා. දැන් අපි මේ පුද්ගලයෙක් කියලා හිතන තැන කය කියලා එකක් හම්බ වෙනවා. හම්බ වෙන මේ රූපෙ බලන්න. ඒ දේ නොවෙන කෑලි ටිකක් එකතු වෙලා තියෙන්නේ. කෙස්, ලොම්, නිය, දත්, හම්, මස් කියලා. මෙහෙම කොටස් රාශියක් එකතු වෙලා හැදිවිච්ච එකක් තමයි අපි කෙනෙක් කියලා රැවටෙන මේ රූපෙ. එතකොට මේ රූපෙට කියනවා සංඛතයි. සකස් වෙච්ච එකක්. ප්‍රත්‍යයෙන් හටගත්ත එකක්.

හේතුන්ගෙන් හටගත්ත එකක්. ඒ වගේ දැන් ගහක් ගත්තත්, ඕනම දෙයක් ගත්තත් සංඛ්‍යායි කියලා කියන්නේ ඒකයි. සකස් වෙච්ච කියලා, ප්‍රත්‍යයෙන් හටගත්ත කියලා, කියන එකෙන් කියන්නේ ස්ථිර නෑ. මොකද ඒ හම්බවෙන දේ නොවෙන කැලි ටිකක් එකතු කරලා නම් හැදිලා තියෙන්නේ, එතන තියෙන කැලි ටික වෙන් වෙන් වුනාම ඒ හම්බ වෙච්ච එලය ඉතුරු වෙන්නේ නෑ. පවතින්නේ නෑ. ඒක ලිහිලා යනවා. ඒ නිසා අනිත්‍යයි. යමක් හේතුන්ගෙන් නම් හටගත්තේ, ප්‍රත්‍යයන්ගෙන් නම් හටගත්තේ, ඒ හේතු ප්‍රත්‍යය නැති වෙනකොට හටගත්ත දේ නැතිවෙනවා. එතකොට අපිට හම්බවෙන්නේ නැම වෙලාවෙම ප්‍රත්‍යයන්ගෙන් හටගත්ත දෙයක්. අපි හටගත්ත දේටයි බැඳෙන්නේ. නමුත් එතන අපි බැඳිලා හිටියට, ඒ වස්තුව හැදිලා තියෙන්නේ යම් යම් ධර්මා ටිකකින් නම්, ඒ ධර්මා ටික ලිහෙනකොට ප්‍රත්‍ය ටික වෙන් වෙනකොට අර හටගත්ත එලය නැතිවෙනවා. එතකොට අපිට අපි කැමති දේ නැතිවුනා කියන එක විතරයි පෙනෙන්නේ. වෙච්ච දේ මොකක් ද කියලා දන්නේ නෑ. ඇතිවෙච්ච හැටි දන්නේ නෑ. නැතිවෙච්ච හැටි දන්නේ නෑ.

නමුත් බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරන්නේ අනිත්‍යයි. ප්‍රත්‍යයෙන් හටගත්ත දේවල් ප්‍රත්‍ය නැති වෙනකොට නැතිවෙන ස්වභාවයෙන් යුක්තයි. එහෙනම් ඒක දුකයි. ඒක මම මගේ කියලා ගන්න එහෙම සුදුසු නෑ. එහෙනම් ඒක තමන්ගේ නෙමෙයි අනාත්මයි. එතකොට මේ සංඛ්‍යා ධාතුවේ තුන් භූමිය අනුව ගිය ටිකට අපි කිව්වා, පංච උපාදානස්කන්ධය කියලා. ඒ තුන් භූමියට කියන තව නමක් තමයි දුක්ඛ සත්‍යය කියන එක. දුක්ඛ සත්‍යයට තව නමක් පංච උපාදාන ස්කන්ධ කියලා කියන්නේ. තුන් භූමිය කියලා කියන්නේ දුක්ඛ සත්‍යය. එතකොට සංඛ්‍යායි කියලා කියනකොට අපිට හොඳට නුවණ තියෙන්න ඕන. සංඛ්‍යායි කිව්වේ එහෙමපිටින් ම තිබුණ එකක් නෙමෙයි කියලයි මේ කියන්නේ. ඒ හම්බ වෙන දේ පවතින දේ නොවෙන ධර්මා රාශියකින් හැදිවිච්ච දෙයක් කියලයි මේ කියන්නේ, සකස් වෙච්ච එකක් කියලයි මේ කියන්නේ, කියන නුවණ අවබෝධය අපිට තියෙන්න ඕන.

එතකොට මේ සංඛ්‍යා ස්වභාවය ගත්තහම ගොඩාක් ගැඹුරට යනවා. අපි ඔය පොඩි වචන ටිකකින් කතා කළේ. ඔය සංඛ්‍යා ස්වභාවය හරියට ඉගෙන ගන්න ගියොත් අපිට ඉගෙන ගන්න වෙනවා ප්‍රත්‍ය විසි හතරක්. ඕකට කියනවා සූචිසි ප්‍රත්‍යය කියලා. පටිඨානය කියලා

කියන්නේ. ඕකෙන් කියන්නේ, සංඛත, සකස් වෙන්න යමක් හැදෙන්න උපකාරී වෙන ප්‍රත්‍ය රික. හරියට ම මේ සංඛත ධාතුව කෙනෙක් ඉගෙන ගන්නොත්, ඉගෙන ගන්නවා නම් මනාකොට ඉගෙන ගන්නවා නම්, එයාට ඉගෙන ගන්න වෙනවා පරිධානප්‍රකරණය. මේ පරිධානය තමයි ශාසනය පිහිටුවලා තියෙන තැන. ඒ කියන්නේ මේ සංඛතය කියන එක ගැන කතා කරොත්, මැනවින් ම කතා කරොත්, මැනවින් ම පෙන්නන තැන තමයි මේ පරිධාන. ඒ කියන්නේ අපි දැන් ප්‍රත්‍යයන්ගෙන් හටගන්නා කිවුවනේ. සංඛතයි කියන්නේ, සකස් වෙච්ච, රැස්වෙච්ච, ප්‍රත්‍යයන්ගෙන් හටගන්න. එතකොට ඒ සුවිසි ප්‍රත්‍යය කියන එකේ ප්‍රත්‍ය විසි හතරක් පෙන්නනවා. මෙන්න මේ ප්‍රත්‍ය විසි හතර එකක් හෝ දෙකක් හෝ තුනක් හෝ මේ ප්‍රත්‍ය යෙදිලා හටගන්න දේවල් තමයි පෙන්නන්නේ. මේ සංඛත ධාතුව හැදෙන හැටි. සකස් වෙන හැටි. උපදින හැටි.

යම් එලයක් උපදින කොට ඒකට ප්‍රත්‍ය වෙන දේවල් එකින් එක, එකින් එක, ඔය ආරම්භ ප්‍රත්‍යය, හේතු ප්‍රත්‍යය, අධිපති ප්‍රත්‍යය කියලා මේ වගේ මේ ප්‍රත්‍ය වලින් පෙන්නන්නේ ඕක. ඉතින් ඕකෙදී, ඔය ප්‍රත්‍යයේ කෙළවරට ගියාම බොහොම වටිනා තව කාරණා රිකක් තියෙනවා. අන්තිමට ගන්නහම අත්ථි ප්‍රත්‍යය සහ නත්ථි ප්‍රත්‍යය කියලත් ප්‍රත්‍යයක් තියෙනවා. ඒ කියන්නේ සංඛත ධාතුවේ යමක් රැස්වෙන්න, නැහැයි කියන එකත් ප්‍රත්‍ය වෙනවා. ඇතිකම කියන එකකින් විතරක් තියෙනවා නෙමෙයි. නැහැයි කියන කම ද ප්‍රත්‍යයක් හේතුවක්. දැන් ඒකෙන් පෙන්නන්නේ බුදුරජාණන් වහන්සේ කිසිම කලෙක දුක්ඛ සත්‍යයකින් නිවනක් පනවන්නේ නෑ.

නිවන කියන්නේ මොකක් ද? අපි අනුමානෙට අහලා තියෙනවා අප්රාමරකම, ප්රා මරණ නැතිකම කියලා. ප්රා මරණ නෑ කියන්නේ දුක නෑ කියන එකනේ. නමුත් ඒ අප්රාමර නිවන, ප්රා මරණ නැති නිවන, බුදු රජාණන් වහන්සේ කවදාවත් දුක්ඛ සත්‍යය නැති වීමෙන් පනවන්නේ නෑ. පනවලා නෑ. ඒක මං තේරුම් කරලා දෙන්නම්. ස්පර්ශ ආයතන හයේ නැතිවීම කියන තැනින් බුදු රජාණන් වහන්සේ නිවන පනවලා නෑ. එහෙම පනවන්න බැහැ. මොක ද ඒ රික හදුන හේතුව නැතිවෙලා නැත්නම් ආයෙත් හැදෙනවා. ඒ නිසා දුක් වූ ස්කන්ධයන්ගේ නැතිකම නිවනයි කියලා පනවන්න බෑ. දුක් වූ ස්කන්ධයන්ගේ නැතිකම සංඛතයි. ස්කන්ධයෝ නැතැයි කියන ප්‍රත්‍යය නිසා ඇතිවෙච්ච එකක්, ඔය නැති කම.

ඔතෙන්නි මට කියන්න ඕනේ මේ සංඛත ධාතුව අපි ඉගෙන ගන්න ගියොත් ඇතිකම සහ නැතිකම කියන දෙකම අපිට හමුවේ වෙනවා සංඛතයි කියලා. ඒ නිසා අපි අසංඛත ස්වභාවය කියන එක තේරුම් ගන්න ඉස්සෙල්ලා සංඛත ධාතුව කියන එක හොඳට තේරුම් ගන්න වෙනවා. සංඛත ස්වභාවය තේරුම් නොගත්තොත් අපි නිවන කියලා හිතන්නේ, රැවටෙන්නේ ඔය සංඛතයෙම තව පැත්තකට. එතකොට දැන් මං කිව්වා රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාන කියන මෙන්න මේ ධර්මයෝ කෙටියෙන් ගත්තහම සංඛතයි කියලා කියන්න පුළුවන්. සංඛතයි කියන්නේ රැස්වෙච්ච, ප්‍රත්‍යයෙන් හටගත්ත, ඒ ප්‍රත්‍යය ගැන හරියට කතා කරනවා නම් අපිට කතා කරන්න වෙනවා සුවිසි ප්‍රත්‍යයම එකතු කරලා. එතන දී යම් යම් දේවල් උපදින්න පුළුවන් ප්‍රත්‍යයක් තමයි ප්‍රත්‍ය නැතිකම. වෙන ප්‍රත්‍යයක් නැතිකම කියන එක ප්‍රත්‍යයක් වෙලා. දැන් අපි කියමු. අපිට බඩගින්න කියන එක ගන්නකො. බඩගින්න කියන එක සංඛතයි. ප්‍රත්‍යයෙන් හට ගත්ත එකක්. බඩගින්න කියන එක ඇතිවුනේ මොකක් හින්දා ද? ගත්ත ආහාර පාන නැතිකම, නැතිවුනා කියන කම නිසා ඇතිවෙච්ච එකක් තමයි බඩගින්න. එතකොට නත්ටි ප්‍රත්‍යයෙන් උපන්න එකක්. මේ ධර්මය නැතැයි කියන එක නිසා ඇතිවෙච්ච එකක් තමයි බඩගින්න. දැන් බඩගින්න ඇතිකම සංඛතයිනේ. ඊට පස්සේ අපි ආහාර පාන ගන්නවා. ගන්නකොට මොකද වෙන්නේ? නත්ටි ප්‍රත්‍යය අත හැරලා අත්ටි කියන ප්‍රත්‍යයට වැටෙනවා. ආහාර ඇත කියන එකට. එතකොට ඒ ඇත කියන ප්‍රත්‍යයෙන් මොකද වෙන්නේ. බඩගින්න කියන එක නැතිවෙනවා. දැන් බඩගින්න කියලා ඉස්සෙල්ලා තිබුන එක නැතිවෙනවා. දැන් බඩගින්න කියන එක නෑ.

බඩගින්න නැතිකම කියන එක සංඛත ද? අසංඛත ද? සංඛතයි. ඒක සංඛතයි. ඇයි ඒ?

අත්ටි කියන ප්‍රත්‍යය නිසයි මේ නෑ කියන එක තියෙන්නේ. එතකොට දැන් බඩගින්න කියන එක ඇති කමත් නැති කමත් කියන දෙකම සංඛතයි නේ. ප්‍රත්‍යයෙන් ඇතිවෙලා තියෙන්නේ. එතකොට බඩගින්න විතරක් සංඛතයි. බඩගින්න නැතිකම නිවීමයි කියලා ගත්තොත් හරි ද? වැරදියි. ඒ වගේ දකින්න හැම දුකකම, දුක ඇතිකම වගේම දුක නැතිකමත් සංඛතයි. එතකොට දුක් වූ සිකන්ධයෝ, මේ නාම රූප දෙක, ස්පර්ශ ආයතන හය ඉතුරු නැතුව ම නැතිවෙනවා, මරණාසන්න

මොහොතේ දී. එහෙම වුනොත් අපි භාවනා කළත්, නැතත් ඒකාන්තයෙන් ගොඩයි. ඇයි ඒ? දුක් වූ ස්කන්ධයන්ගේ නැතිකම නිවන වුනොත් හොඳට තේරුම් ගන්න ඕනෙ. මේ ස්කන්ධයන්ගේ ඇතිකමවත්, නැතිකමවත් නිවන නෙමෙයි. එහෙනම් අපි හොඳට භාවනා කරලා කරලා හොඳ සමාධියක් ඇතිකරගෙන කිසිම ස්කන්ධයක් හසු නොවෙන ශුන්‍යතාවයකට මනස ගත්තොත් හරි ද? හරි නෑ. ඇයි ඒ? ඇයි හරි නැත්තේ. ඇයි ඒ නිවන නෙමෙයි කියන්නේ. කිසිම නිමිත්තක් නැති අනිමිත්ත බව නිවන නෙමෙයි ද? ඔන්න දැන් රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඥාන ටික හම්බවෙන තැන දුක. යම්කිසි කෙනෙකුට ඒ දුක් වූ රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඥාන කියන එකම ස්කන්ධයක්වත් තමන්ගේ මනසට ස්පර්ශ වෙන්නේ නැත්නම්, හමුවෙන්නේ නැත්නම්, අනිමිත්ත බවකට, ශුන්‍යතාවයකට, මනස පත්කර ගන්න පුළුවන් වුනොත් මෙන්න මේකට කියන්න බැරි ද අපිට අසංඛතයි කියලා. දැන් රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර විඥාන, තියෙනව ද? ඒකට කියන්න බැරිද අපිට නිවන කියලා.

එතනත් ශුන්‍යතාවයක් තමයි. ඇත්ත. නමුත් ඒක ද සංඛතයි. ඒක නිවන නෙමෙයි. ඇයි ඒ. මේ ස්කන්ධයෝ නැතිකම නිසා ඇති වෙච්ච එකක් ඒ. ඒකේ වෙනස සොයාගත්ත හැකි. අපි ආපනු ස්කන්ධයෝ පරිහරණය කරන තැනට ආවම, අර ශුන්‍යතාවය නැතිවෙනවා. ස්කන්ධයන්ගෙන් මිදිලා අපිට කිසිම දෙයක් නැති, අරමුණක් නැති, ශුන්‍යතාවයකට එළඹෙන්න පුළුවන්. ඇත්ත, ඒකත් යම් නිවීමක් තමයි. නමුත් ඒ විමුක්තිය ඒ ශුන්‍යතාවය ඒ අනිමිත්ත බව කෝප්‍යයි නම්, වෙනස් වෙනවා නම්, වෙනස් වෙනවා කියන්නේ අපි රූපාදී අරමුණු පරිහරණය කරන ලෝකෙට ආවම අර ශුන්‍යතාවය තියෙනව ද අපේ මනසෙ. නෑ. එතකොට විටෙක තියෙනවා, විටෙක නැතිවෙනවා නම්, මේ අනිමිත්ත බව වෙනස් වෙනවා නෙමෙයි ද? වෙනස් වෙනවා. එහෙනම් දැන් නිමිති ටික ඇතුලත කිසිම නිමිත්තක් ඇසුරු කරලා සැනසිල්ලක් ලබන්න බෑ. ඔක්කොම සංඛතයි. යමක් සංඛතයි නම් ඒකේ ලක්ෂණ ටිකක් තියෙනවා. අනිත්‍යයි, දුකයි. තමන්ගේ නෙමෙයි. එහෙනම් ඒ කියන්නේ අප්‍රාමර නෑ. ඔන්න කිසිම නිමිත්තක් ඇසුරු කරලා නෑ.

ඊට පස්සෙ කිසිම නිමිත්තක් නැතිකම ඇසුරු කරලත් හරියන්නේ නෑ දැන්. ඇයි? කිසිම නිමිත්තක් නැතිකම ගත්තහම ඒකත් අනිත්‍යයි.

ඇයි? ප්‍රත්‍යයෙන් හටගන්නා. ඒකට කැමති වුනොත් ඒකටත් දුක එනවා. ඇයි දැන් කෙනෙක් ඒ වගේ සමාපත්තියකට සමවැදිලා ඉන්නවා. මේ රූපාදි අරමුණු වල ඉන්නකොට ඒ සමාපත්තිය නැතිවෙනවා. එතකොට එයාට ඒක අපරාදෙ කියලා හිතෙන්නෙ නැද්ද? හිතෙනවා. දැන් එතකොට යන්න තියෙන නැම අන්තයකට ම ගියා අපි. ඒ කියන්නේ ස්කන්ධයන්ගේ මොන මොන ප්‍රභේද වලින් භායලා භායලාවත්, ස්කන්ධ ඇතුලේ රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඥාන කියන ස්කන්ධ ටික සංඛතයි. ඔවා ඇතුලෙ නම් නිවනක් මොන විදියටවත් නෑ කියලා ස්ථිරයි නේ. ඊගාවට ඉතුරු වෙලා තිබුනෙ අපිට නිවන කියලා ගන්න, ඕවයෙ නැතිකම. දැන් නැතිකම කියන එක ඇතුලෙන්, නැතිකම කියන එකත් සංඛතයි කියනවා මේ නාමුදරුවෝ. ඇයි ස්කන්ධයන්ගේ ඇතිකමත් සංඛතයි නම්, නැතිකමත් සංඛතයි නම් දැන් එහෙනම් කෝ නිවනක්?

එක්කො දුක් වූ ස්කන්ධ තියෙන්න පුළුවන්. එක්කෝ නැතිවෙන්න පුළුවන්. ඔය තියෙනවයි නැතැයි කියන දෙකට අතරක් තියෙනව ද?

ස්කන්ධයන්ගේ ඇතිකම හෝ නැතිකම කියන ධර්මයා දෙක ගන්න. එක්කො නිවන කියන එක තියෙන්න ඕන ස්කන්ධයන් ඇතුලෙ. ඒක ගන්න බෑ ඒක කලම අයිත් කළහැකි. එහෙනම් ස්කන්ධයන්ගේ නැතිකම තුළනෙ තියෙන්න ඕන. නැතිකම වෙන්න එපායැ දැන්. ජරා මරණ නැතිකම. අජරාමර. අජරාමර කිවුවෙ ජරා මරණ නෑ. ජරා මරණ කිවුවෙ මොකක් ද? රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඥාණ ජරා මරණයි. රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඥානයන්ගේ නැතිකම අජරාමරයි. කියලා අපිට ගන්න පුළුවන්. දැන් එහෙමත් ගන්න බෑ. මොකද දැන් මේ නැතිකමත් ජරා මරණයි කියනවා.

හැමෝම නිවන් දකින්න උත්සාහවත් වෙනවා. නිවන භායනවා. කැළඳවල් ගානෙ යනවා. ගල්ලෙන් ගානෙ යනවා. ආරණ්‍ය ගානෙ යනවා. මේ නිවන් දකින්න.

ඉස්සෙල්ලා භායන නිවන බලාගන්න. සමහරවිට හම්බවෙනව ද දන්නෙත් නෑ නේද? ඒත් දන්නෙ නැති නිසා හඳුනාගන්න නම් බෑ. ඉස්සෙල්ලා දැන් ඕනෙ භායනන යාම නතර කරලා, භායන පුද්ගලයාගෙ තොරතුරු ටික දැනගන්න.

දැන් අපි ඉස්සෙල්ලා හොයාගන්න ඕන නිවන කියන්නෙ මොකක් ද කියලා. දැන් මුල් ටිකේ දි අපිට තේරෙන්න ඕන සංඛ්‍යා කියන එකට අයිති ස්කන්ධයන්ගේ ඇතිබව සහ නැති බව කියන දෙක ම. එහෙනම් ස්කන්ධයන්ගේ ඇති බව තුළින්වත් අපරාමර බව ලැබෙන්නේ නැත. නැති බව තුළින්වත් අපරාමර බව ලැබෙන්නේ නැත කියන එක තේරුම් ගන්නට ඕන. ඒක නැති බවක් නමයි. පිළිගන්නවා. ජරා මරණත් නෑ නමයි. ඒක තදංග වශයෙන් විශ්කම්භන වශයෙන් විතරයි. ඒකට කියන්නෙ නෑ නිවන කියලා. නිවනට විශේෂ වචනයක් තියෙනවා අනුත්පාදය, අසංඛ්‍යා, ප්‍රත්‍යයෙන් නොකළ, ප්‍රත්‍යයෙන් හට නොගත්, කියලා විශේෂ වචන ටිකක් තියෙනවා. ඒ නිසා මේක පහළ වේව් එකක්. හට ගත්ත එකක්. මේක ප්‍රත්‍යයෙන් උපන්න එකක්, ඔය නැතිකම. එහෙනම් දැන් අපි කොහොම ද මේ අසංඛ්‍යා ස්වභාවය පාදන්නෙ.

මං අද දවසෙදි මේ අසංඛ්‍යා ස්වභාවය කියලා, කරන්න භාවනා කමටහනක් කියලා දෙනවා. අද මුළු දවසෙම භාවනා කරන්න හුරු වෙන්න ඕන.

එතකොට ඒ අසංඛ්‍යා ස්වභාවය තේරුම් ගන්න අපි අපේ පෞද්ගලික අදහස් පැත්තකින් තියලා බුදුරජාණන් වහන්සේගෙම දේශනාව සිහිකරලා බලමු. ඕගොල්ලන්ට මතක ද චතුරාර්ය සත්‍යය? දුක්ඛ සත්‍යය? දුක්ඛ සත්‍යය විස්තර කරනවා ජාතිපි දුක්ඛා, ජරාපි දුක්ඛා, ව්‍යාධිපි දුක්ඛා, සංඛිත්තේන පංච උපාදානක්ඛන්ධා දුක්ඛා, ඔන්න ඔය අර්ථයෙ පිහිටියාම හොඳට ම ඇති. දුකට හේතුව නැරියට පෙනේනුවෙ මොකක් ද? තණ්හාව, කාම තණ්හා, භව තණ්හා, විභව තණ්හා කියලා මෙන්න මේ තුන් ආකාර තණ්හාව නිසා දුක ඇතිවුනා කියලා පෙනේනවා. ඒකට කිවුවෙ දුක්ඛ සමුදය. දුකේ හට ගැනීම. දුකේ ඇතිවීම මොකක් නිසා ද තණ්හාව නිසා.

‘‘කතමංවාචුසො දුක්ඛ නිරෝධ අරියසච්චං’’

දුක්ඛ නිරෝධ ආර්ය සත්‍යය කියන්නෙ මොකක් ද? කොහොම ද දුක්ඛ නිරෝධය පෙන්නන්නෙ.

‘‘යො තස්සායෙව තණ්හා නිරෝධො’’

ඒ තුන් ආකාර තණ්හාවගේ ඉතිරි නොකර නැති කිරීමක් වෙයි නම්, කියලා නිරෝධ සත්‍යය පෙනේනවා. ඒකෙ ලොකු අර්ථයක් තියෙන නිසා.

නමුත් අපි ඒවා බලන්නෙ නෑ. දැන් දුක්ඛ නිරෝධ ගාමිණී පටිපදා කියලා කියන්නේ මොකක් ද? “අය මෙව අරියො අට්ඨංගිකො මග්ගො” ඔය දුක නැති කරන මාර්ගය.

දැන් අපි බලමු. දුක්ඛ නිරෝධය නැත්නම් නිවන බුදුරජාණන් වහන්සේ පැනෙවුවේ කොතනින් ද? තණ්හාවගේ නැති කිරීමෙන්. සමුදය දුරු කිරීමෙන්. ඇයි ඒ සමුදය දුරු කිරීම නිවනයි කියලා පැනෙවුවේ. නිරෝධය කියලා පැනෙවුවේ. තණ්හාව නැති කිරීම නිසා නිවන කියන එක ඇතිවෙනවා නම් ඒ නිවන සංඛ්‍යයි. ඇයි? තණ්හාව කියන එක නැතිවෙව්ව නිසා ඇතිවෙව්ව එකක්. එහෙනම් ඒක නත්ථි කියන ප්‍රත්‍යයෙන් හටගත්ත නිවනක්. තණ්හාව කියන එක දුක ඇති කරන හේතුව නම්, තණ්හාව කියන එක නැතිකරාම, නිවන නම්, එතකොට මේ තණ්හාව නැතිකිරීම නිසා ඇතිවෙව්ව එකක් නෙවෙයිද ඒ නිවීම. එතකොට ඒ නිවීම සංඛ්‍ය නෙමෙයි ද? ඒකෙන් එහෙනම් නත්ථි ප්‍රත්‍යය තියෙනවනෙ.

දැන් තණ්හාව නැතිවෙව්ව නිසා ඇතිවුනානෙ. මෙතනදී බොහොම සියුම් කාරණාවක් තියෙන්නෙ. සමුදය දුරු කිරීම නිරෝධයයි කියලා පැනෙවුවේ, තණ්හාව නැති කළොත් නිවන කියන එකක් ඇතිවෙන නිසා නෙමෙයි. තණ්හාව නැති කළාම වෙන්නෙ මොකක් ද? දුක කියන එක නොහටගන්නවා. නූපදිනවා. සමුදය දුරු වුනාම, දුක කියන එක, දුක් වූ ස්කන්ධයෝ නූපදිනවා. ඒ නූපදීම අසංඛ්‍යයි. එතකොට තණ්හාව නැති වීම නිවන නෙමෙයි. තණ්හාව කිවුවේ සමුදය. සමුදය දුරු වුනාම, දුක නැතිවෙනවා කියන එක ඵලය කියන්න සුදුසු ද? තණ්හාව නැති කළාම දුක නැතිවෙනවා කියන්න සුදුසු ද? තණ්හාව නිසා දුක ඇතිවුනා නම් තණ්හාව නැති වුනොත් දුක හට ගන්නෙ නෑ. නියම වචනෙ තමයි අනුත්පාදය.

මෙතන කාරණා දෙකක් තියෙනවා. ස්කන්ධයන්ගේ නැති කමයි. ස්කන්ධයන්ගේ අනුත්පාදයයි කියන එක දෙකක්. හොඳට මේක තේරුම් ගන්න ඉස්සෙල්ලා. මේ දෙක දෙකක්. ඒ කියන්නේ මේ ස්කන්ධයන්ගේ අනුත්පාදය නොඉපදීම අකෝප්‍යයි. වෙනස් වෙන්නේම නෑ. නමුත් නැතිකම කියන එක විටෙක ඇතිවෙනවා. විටෙක නැතිවෙනවා. දැන් ස්කන්ධයෝ නැතිකම නිසා තමයි ජරා මරණ නැත්තෙ. එක අජරාමර බවක් අපට හම්බවෙනවා. හටගත් ස්කන්ධයන්ගේ නැතිකම නිසා. තව

විදියකින් අපරාමර බවක් අපට හම්බවෙනවා. ස්කන්ධ නූපන්න නිසා. ජාති නිරෝධො ජරා මරණ නිරෝධා. ඉපදීම නැති නිසා.

ඒකෙන් මං මතක් කළේ මේ නිරෝධයට තදංග, සමුච්ඡේද, විශ්කම්භන කියන තැනකින් නම් කරනවා. නමුත් යම් මේ සමුදය ඉතිරි නොකොට නැති කිරීම නිසා ස්කන්ධයෝ නූපදින ස්වභාවයට පත් කරන්න පුළුවන් නම්, මෙන්න මේ ස්කන්ධයන්ගේ නොහටගත්ත බව, අනුත්පාද ස්වභාවයට කියනවා අසංඛ්‍යය කියලා. එතකොට අසංඛ්‍යය කියලා කිවුවේ සකස් වුනේ නෑ. ප්‍රත්‍යයන්ගෙන් හටගත්තේ නෑ. මොකක් ද හටගත්තේ නැත්තේ? මොකක් ද හටගත්තේ කියන ප්‍රශ්නෙම යෙදෙන්නේ නෑ. ඒ කියන්නේ නොහටගැන්ම, යම් රූප වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාන කියන ප්‍රත්‍ය ටිකත්, ස්කන්ධ ටිකත්, යම් සමුදය කියන තණ්හාව කියන ප්‍රත්‍යයෙන් නම් උපදින්නේ, මේ තණ්හාව කියන ප්‍රත්‍යය නැති කරලා මේ ස්කන්ධයන්ගෙන් නූපදීමකට, නූපදින ස්වභාවයකට පත් කළොත්, දැන් නැති වෙනවා හෝ දිරනවා හෝ මැරෙනවා හෝ කතාවක් අපිට කියන්න පුළුවන් ද? නැතිවෙන්න ඇතිවෙලාවත් නැත්නම්, ඉපදෙන්නවත් නැත්නම්, ඒ නොඉපදෙන ස්වභාවයට කියනවා අසංඛ්‍ය ස්වභාවය කියලා.

මේක ගොඩක් සියුම්. අපි ඔය අද වචන ටිකක් විතරයි. නමුත් මේකෙ ලොකු අර්ථයක් තියෙනවා. ඒ කියන්නේ ස්කන්ධයක නැතිකම සහ ස්කන්ධයන්ගේ අනුත්පාද බව අතර විශාල වෙනසක් තියෙනවා. එතකොට දැනට ඔක තේරුම් ගන්න. මේ සංඛ්‍යා ධර්මයන්ගේ නැත්නම් පංචඋපාදානස්කන්ධයෝ අනුත්පාද ස්වභාවයට, නොහටගන්නා ස්වභාවයට පත් කරන තැනට කියනවා සෝපදිශේෂ කියලා. සියළුම ස්කන්ධයන්ගේ. නමුත් එතන සෝපදිශේෂ කියලා කියන්නේ තව ස්කන්ධ ටිකක්තියෙනවා අපි අර අපරියාපන්න භූමිය කියලා කියන්නේ. ඔන්න ඔතෙන්නට හිත තියලා මේ පංච උපාදානස්කන්ධයෝ අනුත්පාද ස්වභාවයකට පත් කරන්න පුළුවන්. නොඉපදෙන ස්වභාවයට. එතකොට ඒක අකෝප්‍යයි. වෙනස් වෙන්නේ නෑ. මේ ආයතන පරිහරණය කෙරුවත්, නැතත්, එයා මේ පංච උපාදානස්කන්ධ දුකෙන් මිදිලමයි ඉන්නේ.

එතකොට මෙන්න මේ පංච උපාදානස්කන්ධයේ අකෝප්‍ය, වෙනස් නොවෙන ස්වභාවයට පත් කරන තැනට කිවුවා, නූපදින ස්වභාවයට පත් කරන තැනට කිවුවා, සෝපදිශේෂ නිබ්බාන කියලා. එතකොට හැම වෙලාවෙම නිවන කියලා කිවුවේ අසංඛත කියලා කිවුවේ අනුත්පාද බව කියන එක මතක නියා ගන්න. අනුත්පාද බව කියලා කියන්නේ හට නොගන්නා බව. නූපදින බව. තමන් තුළ ස්කන්ධයෝ නූපදින බව ඔයගොල්ලෝ අනුක්‍රමයෙන් සාක්ෂාත් නොකළොත් ඕගොල්ලන්ට නිවනක් නෑ. තේරුම් ගන්න. භාවකාලිකව ස්කන්ධයෝ නැති තැනකට හිත තබාගත්තට වැඩක් නෑ. ආපනු ස්කන්ධ පරිහරණය කරන්න එතකොට අර නැතිකම වෙනස් වෙනවා. ස්කන්ධයන් ගේ අනුපිළිවෙලට දුක් වූ ස්කන්ධයන්ගේ ඉපදීම අනුක්‍රමයෙන් නවත්ත නවත්තා යන්න තියෙන්නෙ.

අපි ඒකට මෙහෙම කියමු. සෝවාන් මාර්ගය ගන්න. සෝවාන් මාර්ගයෙන් කරන්නෙ මොකක් ද? සක්කාය දිට්ඨි, විචිකිච්ඡා, සීලබ්බත පරාමාස කියන කෙලෙස් ටික නැති කරන එක. මේ කෙලෙස් ටික අයිති සත්‍ය හතරෙන් මොන සත්‍යයට ද? සමුදය සත්‍යයට, සෝවාන් මාර්ගයෙන් කරන්නේ සක්කාය දිට්ඨි, විචිකිච්ඡා, සීලබ්බත පරාමාස කියන කෙලෙස් දුරු කරන එක. සමුදය දුරු කරන එක, එතකොට යම් මොහොතක දී ඵලය කියලා කියන්නේ ඉතිරි නැතිවම අනුශයත් සමගම ඒ කෙලෙස් ටික දුරු වෙච්ච තැන. මාර්ගයෙන් කරන්නෙ ඒ කෙලෙස් ටික දුරු කරන්න පටන් ගන්නා කියන එක. ඵලය කියන්නෙ දුරු වෙච්ච තැන. ඵලය කියන්නෙ, දුරු වුනා කියන්නෙ වෙන මුකුත් නෙමෙයි ඒ මොහොතෙමයි ඒ හේතුවෙන් හටගත්ත ස්කන්ධයන්ගේ නූපදින බව සාක්ෂාත් වෙන්නෙ. දැන් සක්කාය දිට්ඨි, විචිකිච්ඡා, සීලබ්බත පරාමාස කියන කෙලෙස් ටික යම් මොහොතක ද නැතිවෙන්නෙ, ඒ මොහොතෙ ඉඳලම ඒ දිට්ඨි සහගත ස්කන්ධයන් ගේ ඉපදීම නෑ. සතර අපායෙ ස්කන්ධයන්ගේ ඉපදීම ඒ මනසෙ නෑ. කවදාවත් ම නෑ. ඵයා එක තැනක ඉඳගෙන හිටියත් නැතත්, හිස් බවක් අරමුණු කෙරුවත් නැතත් මේ රූපාදි අරමුණු දැක්කත් නැතත් ඒ ස්කන්ධයෝ ඒ සන්නාහයෙ ඉපදෙන්නෙම නෑමයි. ඒ ඉපදීම නිසා ලෝකයා දුක් විඳිනවා නම් ඒ දුක එතෙන්නට නෑ මයි. ඒ දුකෙන් මිදීම අකෝප්‍යමයි. ඒ වෙනස් නොවෙන බව වෙනස් වෙන්නේ නෑ මයි.

මත්තෙන් එයා වැයම් කරන කොට ඕදාරික කාමරාග, පරිස කියන කෙලෙස් රික ගෙවුනා කියන්නේ ඒ මට්ටමේ ස්කන්ධයන්ගේ ඉපදීම ඒ මනසෙ නෑ කියන එක. ඉපදීම නැති වුනා. ඉපදෙන්නෙ නැත්නම් ඒ අනුව ගිය ජරා මරණත් නෑනෙ. ඒ ස්කන්ධයන්ගෙ නොඉපදීම වෙනස් වෙන්නෙම නෑ. අපි වෙනදට ස්කන්ධයන්ගෙ නැතිකමක් උපදවා ගන්නා නම් ආපනු ස්කන්ධ පරිහරණයට එනකොට ඒක නැති වුනා. දැන් ස්කන්ධ පරිහරණය කෙරුවත් නැතත් මේක නැතිවෙන්න තැනක් නෑ. මොකද ඇතිවෙන්න තියෙන හේතුව නැතිවෙලා නිසා ඇතිවෙන්නෙ නෑ. එතකොට නැතිවෙන කතාවක් කියන්න නෑ. මේ දැන් ඔක්කොම සමුදය දුරු කරන පැත්තෙන් පෙනෙන්නෙ. හැම මාර්ගයක් ම ඵලයක් ම පෙනෙලා තියෙන්නෙ කෙලෙස් රික නැතිවෙන තැනින් විතරයි. ඊට පස්සෙ මත්තෙන් වැයම් කරනකොට අවශේෂ කාමරාග, පරිස කියන හේතු රික නැතිවෙනවා. ඒ කියන්නෙ සමුදය දුරු වෙනවා. තණ්හාව නැතිවුනා කියලා කිවුවේ. එතකොට ඒ අනුව ගිය කාම භූමි මට්ටමේ ස්කන්ධයන්ගේ ඉපදීම ම නෑ ඒ සන්නානයෙ. ඒ ඉපදීමම අකෝප්‍යයි. අකෝප්‍යයි කියන්නේ මේ ආයතන රික පරිහරණය කළත් ඒ මනස ලෝකයාගේ මට්ටමේ ස්කන්ධ, කාම භූමි මට්ටම උපදින්නෙ නෑ මයි. එතකොට එක තැනක ඉඳගෙන හිස් බව අරමුණු කරන කොට කවර කතාද හේද?

මේ ලෝකය පරිහරණය කරද්දින්, ඒකට අසංඛ්‍යය කියලා කියන්නෙ එයා නිවන සාක්ෂාත් කරනවා. මේ නිවන අනුක්‍රමයට වැඩෙන්නෙ. ස්කන්ධ නිරෝධය අනුපූර් විදියටයි සාක්ෂාත් වෙන්නෙ. නිවීම නිවීමම තමයි. නමුත් අරමුණු කරන්න දැන් සක්කාය දිට්ඨි, විචිකිච්ඡා, සීලබ්බත පරාමාස කියන රික දුරු කරලා දුක් වූ ස්කන්ධයෝ නූපදින ස්වභාවයට පත් කළාට, එයාට ඒ තරම් හිතට ගරු බවට ස්කන්ධයන්ගේ නැතිකම අනුවෙන්නෙ නෑ. දුක් සහගත අපාය සහගත ස්කන්ධයන්ගේ නූපදීම සාක්ෂාත් වෙලාමයි. ඒ නිසා එන දුක නෑමයි. නමුත් ඒක සිහි කරන්න එයාට ඒ තරම් බෑ. නමුත් එන්න එන්න එන්න මේ අසංඛ්‍ය ස්වභාවය අනුවෙනවා හොඳට.

ඊට පස්සෙ රූප රාග, අරූප රාග, මාන, උද්ධච්ච, අවිජ්ජා කියන රික සමුදය සත්‍යය. ඔය රික ඉතුරු නැතුව නැති කළොත් රූප භව, අරූප භව මට්ටමේ ස්කන්ධයන්ගේ ඉපදීම නැති වෙනවා. එතකොට මේ

කෙලෙස් ටික මේ පැත්තෙන් නැතිවෙන කොට, සමුදය දුරු වෙනකොට දුක නූපදිනවා. දැන් මේ තුන් භූමිය අනුව ගිය දක් වූ ස්කන්ධයෝ උපදින්න පුළුවන් ස්වභාවයට නිබුන හේතුව සම්පූර්ණ නැති කරලා නූපදින ස්වභාවයට පත් කරලා නම් තියෙන්නේ, ආයෙ විටෙක නිවන අරමුණු කරනවා. විටෙක අරමුණු කරන්නේ නෑ. එහෙම එකක් නෑ. ඕකට කියනවා වජීර උපමා, රහතන් වහන්සේට. වජීරය බිඳෙන්නේ නෑ වගේ, මේ විමුක්තිය බිඳෙන්නේ නෑ. අකෝප්‍යයි. ඔතෙන්ට කියනවා සසරෙන් එතෙර වුනා, භවයෙන් එතෙර වුනා, දුකෙන් එතෙර වුනා, තව ඔතෙන්ට ගියාම නුවණක් එනවා බිණා ජාති. මගේ ඉපදීම ඉවරයි. දක් වූ ස්කන්ධයන්ගේ ඉපදීම නෑ. ඇයි? රූප රාග, අරූප රාග, මාන, උද්ධවිච්ඡා, අවිජ්ජා කියන ඒ කෙලෙස් ටික දුරු කළහම රූප භව, අරූප භව මට්ටමේ ස්කන්ධයන්ගෙන් ඉපදීම නැති කළහම, නැති කළොත් නෙමෙයි නූපදින ස්වභාවයට පත් කළොත්, කාමාවචර, රූපාවචර, අරූපාවචර කියන තුන් භවය අනුවම ගිය ධර්මයෝ තමන්ගේ සන්තානයේ නූපදින බවට පත් කළොත්, එයාට රූපී බ්‍රහ්මයෙක් කියලා කියන්න බෑ. බ්‍රහ්මයෙක් ළඟ තියෙන කෙලෙස් එයා ගාව නෑ. එහෙනම් අරූපී බ්‍රහ්මයෙක් කියලා කියන්න පුළුවන් ද? බෑ. ඒ මට්ටමේ කෙලෙස් නෑ. එහෙනම් දෙවියෙක් මනුෂ්‍යයෙක්, යක්ෂයෙක්, තිරිසනෙක් කියලා කියන්න පුළුවන් ද? බෑ ඒ මට්ටමේ කෙලෙස් එකක්වත් නෑ. එතකොට එතන දුකෙන් මිදිලා දුක නූපදින ස්වභාවයට පත් කරලා.

ඕකට පෙන්නනවා හිස සුන් තල් කඳක් වගේ. තල් ගහක හිස ගසා දැමීමොත් ආයෙ ඒ තල් ගහ පැලවෙන්නේ නෑ. දළු දාන්නේ නෑ. ඒ වගේ දුක නූපදින ස්වභාවයට පත් කරලා ජීවත් වෙනවා. එතකොට ඒ තුන් භූමියෙම නූපදින ස්වභාවයට පත්වෙලා, තුන් භවයෙන්ම එතෙර වෙලා, සසරින් එතෙර වෙලා, කෙලෙස් නැති කරලා, දැන් ඉස්සෙල්ලා කියපු වචන ටික ඔක්කොම ඕකට කියන්න පුළුවන්. නමුත් ස්කන්ධ ඉතිරිය සහිතව තව ජීවත් වෙනවා. මොකද මේ ජීවිතේ මුල් කරගෙන මේ ස්කන්ධ ටික පවතිනවා. ඔතෙන්ට තමයි අපි රහතන් වහන්සේ කියලා කියන්නේ. අපි එක එක විදියට රහතන් වහන්සේ කෙනෙක් දැක්කට, අපි පුද්ගලයෙක් දැක්කට එතෙන්ට එහෙම ධර්මා ටිකක් නෑ.

එතෙන්ට තියෙන්නේ තුන් භූමිය අනුව නොගිය, වර්ගයේ හටගන්න ස්කන්ධයෝ නිරුද්ධ වෙනවා කියන ශ්‍රෝත දර්ශනයක් එක්ක ජීවත්වන නුවණක් විතරයි. එතකොට මං එතෙන්දී මතක් කළේ

අසංඛතය කියලා කියන්නේ අනුක්‍රමයෙන් අපේ මනස තුල මේ ලෝකය නූපදින ස්වභාවයට පත් කර කර යාම මිසක තාවකාලිකව ස්කන්ධයෝ නැති තැනකට හිත හුරු කර කර යාම එහෙම නෙමෙයි. ඒ නැතිකම කියන එක නිවන හෝ නැතිකම කියන එකෙන් සතුටුවෙන්න පුළුවන් කමක් හෝ නෑ. මේක ටිකක් ගැඹුරුයි. ඔය ස්වභාවය අනුමානව මතක තියාගන්න.

අසංඛත කියලා කියන්නේ, නිවන කියලා කියන්නේ මොකක් ද? ප්‍රත්‍යයන්ගෙන් නොකළ, ප්‍රත්‍යයන්ගෙන් හට නොගත්, සකස් නොවිච්ච. සමුදය කියන එක දුරු කරලා ඒ රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤානගේ නොඉපදීමකට පත් කළොත් ඒ නොඉපදීම කියන අනිමිත්ත බව, නොඉපදීම කියන සිද්ධිය තව ප්‍රත්‍යයකින් හැදිවිව එකක් නෙමෙයි. ඒ කියන්නේ දැන් ස්කන්ධයෝ නැති ශුන්‍යතාවය අපිට දෙආකාරයකින් අනුවෙනවා. එකක් තමයි ස්කන්ධයෝ නැති ශුන්‍යතාවයක් හසුවෙනවා. ස්කන්ධයෝ නූපදින ස්වභාවයට පත් කරලා තවත් ශුන්‍යතාවක් හම්බ වෙනවා.

ස්කන්ධයෝ නැතිකම නිසා යම් ශුන්‍යතාවයක් හම්බවුනාට ස්කන්ධයෝ ඇතිකරන්න තියෙන හේතුව නැතිවෙලා නැති නිසා ආපනු හැදෙනවා. ස්කන්ධයෝ ඇති කරන්න තියෙන හේතුව නැති වුන නිසාම ස්කන්ධයෝ නූපදින ස්වභාවයට පත් වුනා. ඒ නොහටගැන්ම අසංඛතයි කියන එක දැනට තේරුම් ගන්න අනුමානව. ඒකෙන් මං මතක් කළේ නිවන ගැන වෙන සංකල්පනා මවා ගන්න එපා. පොදු මනස කියලවත්, අහස වගේ කියලවත්, හිස් බවක් කියලවත්, මුතුන් නැති බවක් කියලවත්, නිමිති නැති කමක් කියලවත් ඔය පැත්තෙන් යන්න බෑ. හැම වෙලාවෙම ආධ්‍යාත්මික පැත්තෙන් තමයි යන්න වෙන්නේ. හේතුව නැති කරලා නූපදින ස්වභාවයට පත් කර කර යන්න වෙන්නේ. ඒ නිසා දැනට ඔන්න ඔය අසංඛත ස්වභාවය කියන එක ඔය විදියට දැනගෙන තියාගන්න. ස්කන්ධයන්ගේ අනුත්පාද බව කියන එක, අනුත්පාද නිරෝධයට පත්වෙන්න මනස ගන්න අපි කළයුත්තේ කුමක් ද?

ඒකට තියෙනවා විශාල ගමන් මාර්ගයක්. මේ ගමන් මාර්ගය අපිට එක එක විදියට විස්තර කරන්න පුළුවන්. නමුත් මේ නිවන් මඟ වෙනස් වෙන්නේ නෑ. මාර්ගය කියලා කියන්නේ යන්න උපයෝගී

කරගන්න වාහනේ එහෙම නෙවෙයි. දැන් අපි මෙතන ඉඳන් කොළඹට යනවා කියන්නකො. මාර්ගය එකමයි. කෙනෙකුට බස් එකක යන්න පුළුවන්. කාර් එකක, වෑන් එකක, බයිසිකලේක හෝ පයින් යන්නත් පුළුවන්. යන වාහනේ දිහා බලලා විස්තර කරලා මේකයි මාගිය කිවුවොත් හරිද? එහෙම නෑ. ඒකෙන් මං කිවුවෙ කෙනෙක් සතර සතිපට්ඨානය වඩන්න පුළුවන්. සමෂක් ප්‍රධානය වඩන්න පුළුවන්. ස්කන්ධයන්ගේ උදය වැය අරමුණු කරන්න පුළුවන්. මේ එක එක්කෙනා යන වාහන, මාර්ගය කියන එක තියෙන්නෙ එකම එක ක්‍රමයකට. අපි ඒකෙදි මෙහෙම ගත්තොත්, ආරම්භ නානත්වය අපි වෙනම දැනගන්න ඕන. අර්ථ නානත්වය වෙනම දැනගන්නට ඕන. මාර්ගය කියලා කියන්නෙ තව පැත්තකින් ගත්තොත් විත්ත විරිය. ගමන් මග අපේ. මෙහෙම කියන කොට ද්වාරයක තියෙන විත්ත විරියක් සිහිකරගන්න එපා. මං විත්ත විරිය කියලා කිවුවෙ සිත ගෙනියන්න ඕන ගමන් මග. සිත අරගෙන යන්න ඕන ක්‍රමය. ඔය ටික හැම වෙලාවෙම තියෙන්නෙ බඹයක් පමණ ශරීරය හරහා. කිසිම වෙලාවක බාහිරින් නෑ මේ නිවන් මග. බාහිරින් නිවන් මග නෑ කියන එක තේරුම් ගන්නට ඕන. බුදු රජාණන් වහන්සේ හොඳට ඒ ගමන් මග පෙන්නවා වම්මික සූත්‍රය, ආසිච්ඡෝපම සූත්‍රය වගේ සූත්‍රවල. දවල්ට ගිහිගන්න රූට දුම් දමන නුඹ හාරන්න කියලා. හාර හාරා යන අනුක්‍රමයක් පෙන්වනවා.

ආසිච්ඡෝපම සූත්‍රයේ සර්පයෝ හතර දෙනාට උපමා කරලා, සර්පයන්ගෙන් බේරිලා, සතුරු වධකයන්ගෙන් බේරිලා වැලි කෙළියේ පටන් හිටපු මිත්‍රයාගෙන් බේරිලා යන මේ අනුක්‍රමයක් තියෙනවා. අන්න ඒකයි මං මතක් කළේ. අපේ හිත මේ නිවන් මග ඔස්සේ ගෙනියන ක්‍රමයක් තියෙනවා. මෙන්න මේ ක්‍රමය අපි ඉගෙන ගන්න ඕන. ඉගෙන ගත්තට මේකෙන් අපිට පටන් ගන්න බෑ. අපිට පටන් ගන්න වෙන්න ඉතාම සරල තැනකින්. සරල වුනත් එතන නුවණ, උත්සාහය තියෙන්න ඕන.

කායානුපස්සනාවෙන් තමයි අපිට පටන් ගන්න තියෙන්නෙ. හැබැයි කෙළවර දක්වා ඥාණ දර්ශනය දක්වා අපි ඉගෙන ගෙන තියෙන්න ඕනෙ. ඒකෙන් මම අද මුල් ටික මතක් කරන්නම්. ඒ ටික නැතුව අපිට එතනින් එහාට යන්න බෑ. ඒ ටිකෙන් පටන්ගෙන ඊට පස්සෙ මේ ගමන් මග ඊට ඔබ්බෙන් තියෙන සියුම් විතර්ක හඳුනාගන්නට ඕනෙ. ඒ අනුව සිහි නුවණ පවත්වලා ඒ මට්ටම අතහැරෙන කොට ඊට ඔබ්බෙන් තියෙන

විචර්ක හඳුනාගන්නට ඕනෙ. ඒ ටිකේ සිහි නුවණ පවත්වලා ඒ ටික අතහැරෙනකොට ඊට ඔබ්බෙන් තියෙන සියුම් විචර්ක අල්ලගන්නට ඕනෙ. මේ විදියට මේ හුඹහ තුලින් නැත්නම් තමන්ගෙ මනස තුළින්මයි මේක තේරුම් ගන්න තැනට යන්න ඕනෙ. හැමදාම ඇහැට පෙනෙන රූපෙ අභිත්‍යයි. කනට ඇහෙන ශබ්දෙ අභිත්‍යයි කිය කියා හිටියට ඒක වැඩෙන්නෙ නෑ. ඒක අල්ලගන්න බෑ. ඔය පැත්තෙන් යන්න අමාරයි.

මං දැන් ඔන්න භාවනා කරන ක්‍රමයක් කියලා දෙනවා. මේක හොඳට අහගන්න. දවස පුරාම මේක කරන්න ඕන. මං මේක කියනකොට ම ඕගොල්ලන්ට හිතෙයි අයියෝ ඔය ටික අපි දන්නවනෙ කියලා. මම දන්නවා ඔයගොල්ලො දන්න බව. නමුත් දැනගන්න නෙමෙයි මම මේ ටික කියන්නෙ, කරන්න. ඒ දන්න එකට වඩා ලොකු වෙනසක් වෙයි කරනකොට. ලොකු අර්ථයක් මේකෙන් වෙන බව දකින නිසයි, දන්න නිසයි මම මෙහෙම කියන්නෙ. දැන් ඒ ටික හොඳට අහගෙන ඒක ඒ විදියට ම කළ යුතු යි.

ආනාපාන සති කමටහන මං කියලා දීලා තියෙනවනේ. සති නිමිත්තෙ හිත තබාගෙන සිහියෙන් ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාසයෙ ඉන්න. සති නිමිත්ත කිවුවෙ නාසිකාග්‍රය හෝ තොල් දෙක. එතන හිත තබාගෙන ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාසයට සිහියෙන් ඉන්නවා. ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාසය අනුව යන්නෙ නෑ. සිහියෙන් ම ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස කරනවා සති නිමිත්තෙ හිත තියාගෙන. ඔහොම ටිකක් වෙලා කරලා ඊළඟට ඕගොල්ලන්ට තියෙන කමටහන තමයි, මම මේ කියලා දෙන විදියට තමන්ගෙ ශරීරයෙන් බැහැර ඇස් ඉදිරියට එන සත්ව පුද්ගල භාවයට එන රූපවලත්, සත්ව පුද්ගල භාවයට මතක්වෙන රූපවලත්, සත්ව පුද්ගල භාවයට දැනෙන රූප වලත්, සත්ව පුද්ගල භාවයට හිතන්න පුළුවන් යම්තාක් රූපවලත්, ඒ කිවුවෙ ඇස් ඉදිරිපිට ආවහම මේ සත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් කියලා හිතන්න පුළුවන් මට්ටම තියෙනවනේ. ඒ වගේ අම්මා, අයියා, දුවා, පුතා කියලා ගෙදර ඕගොල්ලන්ට සිහිවෙන දේවල් තියෙනවනේ. ඒවයෙ පුද්ගල භාවය සිහිනොකළට මෙහෙම ඉඳගෙන ඉන්නකොට මේ අතින් අය තව ඉන්නවා කියන හිතට දැනෙන ගතියක් තියෙනවනෙ ඉබේම. ඒ දැනෙන ඒවගෙන්, යම් තාක් ඕගොල්ලන්ට හිතන්න පුළුවන් හැම රූප ටිකේ ම මෙන්න මෙහෙම බලන්න.

ඉස්සෙල්ලාම රූපය ගැන මෙහෙම හිතීන් හිතිය යුතුයි. හිතිය යුතුමයි. පැත්තකට ගිහිල්ලා සිද්ද නගලා කියන්න පුළුවන් නම් ඒත් හොඳයි.

තමන්ගේ ශරීරයෙ හරි, බැහැර සත්ව පුද්ගල භාවයට පෙනෙන රූපයක හරි, මේ කොයි එකක වුනත් කමක් නෑ. ඒ රූපයක් හිතෙන් අල්ලගන්නවා. අල්ලගෙන ඒ රූපය කෙස්, ලොම්, නිය, දුන්, සම්, මස්, නහර වලින් යුක්තයි. කන බොන ආහාරය නිසානෙ හැදිලා තියෙන්නෙ කියලා හිතනවා. හිතලා මේ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිත නිසා මේ කය සවිඥානක වෙලා තියෙන්නෙ.

මේ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිත නිසා නේද මේ යෑම ඊම් වෙන්නෙ.

මේ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතට නේද රූප දකින බව සිද්ද ඇහෙන බව තේරෙන්නෙ කියලා බලනවා. කය ඇසුරු කරගෙන පවතින නාම ධර්මයේ කෘත්‍ය තුනක් හැටියටත්, කයේ කය ප්‍රකට කරගන්න ධර්මා දෙකක් හැටියටත් මේ කැලි පහක් තියෙනවා.

ඒ කිවුවෙ රූපය ගැන බලනවා මේ රූපය කෙස්, ලොම්, නිය, දුන්, සම්, මස්, නහර, ඇට මේ වගේ කොටස් වලින් යුක්තයි නේද කියලා එකයි. ඒ රූපය කන බොන ආහාරය නිසා හැදිලා තියෙන්නෙ කියලා බැලුවා. ඔන්න කය ප්‍රකට වෙන්න කොටස් දෙකයි.

මේ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිත නිසයි මේ රූපය සවිඥානක වෙන්නෙ. සවිඥානක කියන්නෙ මේ හැඟීම් දැනීම් දැනෙන බව. මේ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිත නිසයි යෑම්, ඊම් වෙන්නෙ. මේ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතටයි රූප පෙනෙන්නෙ. මේ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතටයි සිද්ද ඇහෙන්නෙ. හිතටයි ගඳ සුවඳ දැනෙන්නේ. මේ පංච විඥාන මට්ටමෙන් කාම මට්ටමෙන් කෙරෙන කෘත්‍ය ටික තියෙනවනේ. කයකට අපි මෙච්චර කල් බැන්දෙ. කය සහිත කෙනෙක් රූප බලනවා. සිද්ද අහනවා කියලා.

දැන් ඒක සම්පූර්ණයෙන් අතික් පැත්තට බලනවා කය ඇසුරු කරගෙන ඉන්න හිතෙන් සම්පූර්ණ පංච කාමය ම ඇසුරු කරන හැටි.

කය ඇසුරු කරගෙන ඉන්න හිතෙහුයි රූප බලන්න. සද්ද අහන්න. කය ඇසුරු කරගෙන ඉන්න හිතෙහුයි ගඳ සුවඳ ලබන්න. කයේ කිසිම සම්බන්ධයක් නෑ. රූපය හම්, මස්, ලේ, නහර, ඇට, ඇටමිදුලු වලින් යුක්තයි. කන බොන ආහාරයෙන් හැදිලා තියෙන්නෙ. මේ කය ඇසුරු කරගෙන ඉන්න හිතටයි මේ රූප නිමිත්ත පෙනෙන්න ඒකට කියනවා චක්ඛු විඥානය කියලා.

මේ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතටයි සද්ද ඇහෙන්න. ඒකට කියනවා සෝත විඥානය කියලා. ඕනනම් තමනුත් තමන්ට ඔප්පු කරලා පෙන්නන්න ඇත්ත තමයි. කෙනෙක් මැරුණා කිවුවහම මළ මිනියක තියෙන දේවල් ටික අදත් මේ රූපෙ තියෙනවා. අඩු නැතුව. නමුත් මළ මිනිය කියන්නෙ හිත නැති හින්දනේ. හිත නැති වුනාම මේ හැගීම් දැනීම් නෑ තමයි. හිත නැති වුනාම ඉදිරි යාම් ආපසු ඒම බෑ තමයි. හිත නැති වුනොත් රූප පේන්නෙ, සද්ද ඇහෙන්න නෑ තමයි. එහෙනම් ඇත්ත තමයි කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතට තමයි මේවා පේන්න.

ඔය රූපය වෙනම බලලා, කන බොන ආහාරයෙන් යුක්තයි කියලා බලලා පංච කාම ගුණය. ඒ කය ඇසුරු කරගෙන ඉන්න හිතෙන් ඒ නිමිති ගන්න හැටි හිතන්න ඕන. පුළුවන් නම් පොඩි කාලෙ ඉඳලා යම් තාක් ඕගොල්ලන් දැකපු, ඇසුරු කරපු, හොඳ නරක කියලා දන්නු, නරක කළ, හොඳ කළ, ඕගොල්ලො අතින් අඩුපාඩු වුනා කියන ඒවයෙ යහපත, අයහපත, හොඳ, නරක නිමිති ගන්නෙ නැතිව ඒ රූප සිහි කරලා, එතන ද හැම රූපයක් ම අරගෙන ඔය කොටස් දෙකට බෙදන්න. යම් තාක් ද සිහි කරන්න පුළුවන් උපන්න දවසෙ ඉඳලා, ඕගොල්ලන්ට තියෙන කමටහන ඒකයි. විර කතම්පි, විර භාසිතම්පි, සර්තා අනුස්සර්තා - බොහෝ කල් සිට කරපු කියපු දේවල් සිහි කරන්න. හොඳට සිහි කර කර කෙළෙස් හිඳින්න. වෙන මුකුත් ඕන නෑ. මේ සත්ව පුද්ගල භාවයට පෙනෙන රූප ටික ගන්න. රූප ටිකේ වැඩ දෙකයි දිලා තියෙන්න. ඔහොම ටිකක් බැලුවා. යම් තාක් හිතන්න පුළුවන් පරාසයේ රූපයක් සිහිකෙරුවා. ඒක හිනින් අල්ලගෙන මේකද කෙස්, ලොම්, හිය, දත්, සම්, මස්, නහර වලින් හැදුන එකක්. ආහාරය නිසා පවතිනවා. මේ කය ඇසුරු කරගෙන ඉන්න හිතට නේද රූප පෙනෙන්න. මේ කය ඇසුරු කරගෙන ඉන්න හිතට නේද සද්ද ඇහීම

වෙනතෙ කියලා ඔහොම බලනවා. බලලා ඔන්න ඒ අරමුණ අතහරිනවා. ඔන්න තව සත්වයෙක්, පුද්ගලයෙක් කියලා හිතනොත් කෙනෙක් ගන්නවා. අරගෙන එතන තියෙන්නෙ ද, ඒ රූපෙද කෙස්, ලොම්, නිය, දත්, සම්, මස්, නහර වලින් යුක්තයි. කන බොන ආහාරයෙන් හැදිලා තියෙන්නෙ. ඒ රූපය අල්ලගෙනම, මේ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිත නිසා හේද ඒ රූපාදී අරමුණු දැකීම වෙනතෙ. ඒ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතට හේ ද සද්ද ඇහීම වෙනතෙ. ගඳ සුවඳ දැනෙන්නේ.

රූප බලන, සද්ද අහන මේ කෘත්‍ය ටික කන බොන ආහාරයෙන් හැදුන රූපෙට ඇඳෙන්න නැති විදියට. ආහාරයෙන් හැදුන රූපය වෙනමම එකක්. ඒ කය උපකාරයි විඥානයට පිහිටලා ඉන්න. ඒ විඥානයෙන් තමයි මේ පංච කාමය අනුභව කරන්නෙ. කියන ටික දකින්න ඕගොල්ලෝ එක සතියක් බලන්න. සම්පූර්ණ ම මේ කාම මට්ටම ප්‍රකට වෙයි. - සංකප්ප රාගො පුරිසස්ස කාමො - කිපයු එක. අපි දක හදාගෙන දක් විඳලා තියෙන්නෙ. සත්වයෝ, පුද්ගලයෝ හදාගෙන සත්වයෝ පුද්ගලයෝ එක්ක මේ දක් විඳින්නෙ. ඒ නිසා වෙනදට මමම දන්න කමටහන් තියෙනවා නම් ඔක්කොම අයින් කරන්න. සම්පූර්ණම නවත්තලා, කාරණා දෙකයි දන්නෙ මම. මොකක් ද ආනාපානසතිය වඩන්න. මේ විදියට හිතන්න. හිතමින් ආනාපාන සතිය වඩන්න. මේ හිතීමේ සීමාවක් නෑ. ප්‍රමාණයක් නෑ. සීමාව තමයි තමන්ගේ මනස. තමන්ට යම් තාක් ද සත්ව පුද්ගල භාවයට සිහි කරන්න පුළුවන් සත්වයෙක් කියලා, පුද්ගලයෙක් කියලා තමන්ගේ දැනුම් පරාසය යම් තාක් ද, ඒ තාක් විදර්ශනා ඥානය දිවෙන්න ඕන. ඒ තාක් සිහි කර කර මෙහෙම බලන්න. තාම ටික දවසක් යනකම් නෑ. සත්ව පුද්ගල භාවයමයි, එන්නෙ. හරියට එක සතියක් අප්‍රමාදී උත්සාහයෙන් කරන්න.

ගැඹුරු දහම් මුතුන්ම සිහි කරන්න යන්න එපා. ගැඹුරු දහම් හොයන්න යන්නවත් එපා. වෙන කිසිම දෙයක් එපා. මෙන්න මේ ටික හැබැයි කළ යුතුයි. ඔයටික ලියාගෙන හරි කමක් නෑ. අනිච්ඡායෙන් කරන්න ඕන. කොටස් දෙකකට බෙදලා දන්නෙ මම. රූපය ප්‍රකට කරගන්න කොටස් දෙකක් කිවුවා. කෙස්, ලොම්, නිය, දත්, සම්, මස්, නහර කියලා බැලුවා. ඒ විදියට බැරි නම් පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ, කියලා බැලුවත් කමක් නෑ.

එහෙම නැත්නම් අර මැටි වර්විච් බිත්තිය ඔතෙන්නට ආදේශ කරගන්නත් කමක් නෑ. රූපය සත්ව නොවූ, පුද්ගල නොවූ ආහාත්ම වූ කුණාප කොටස් නැත්නම් මේ ධර්මාවයන්ගෙන් හැදිවිච් එකකුයි රූපෙ කියන උත්තරෙයි ආවෙ.

ඒ රූපය හැදිලා තියෙන්නෙ, හැදෙන්නෙ කන බොන ආහාරය නිසයි. ඕනින රූපයත්, රූපයේ ඇතිවීමත් දෙක බැලුවා. එව්වරයි. එබඳු වූ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතටයි රූප පේන්නෙ. කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතටයි සද්ද ඇහෙන්නෙ. කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතටයි ගඳ සුවඳ දැනෙන්නෙ. කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතටයි රස දැනෙන්නෙ. කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතටයි ස්පර්ශය දැනෙන්නෙ. කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිත නිසයි යෑම් ඊම් වෙන්නෙ. කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිත නිසයි මේ සවිඥානක බව. කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතෙන් කරන වැඩ තුනයි. මොනවද? මේ ස්පර්ශ ආයතන පහට ගැටෙන දේවල් දැනගන්න එකයි. යෑම්, ඊම් කරන එකයි. සවිඥානක වෙලා තියෙන එකයි.

නාම රූප ද, දිට්ඨි විශුද්ධිද ඔවා මුකුත්ම ඕන නෑ. මේ කියන එක කරගෙන යන්න. වචන කියන එක නැතත් එදා නිවන් දැක්කනේ. අපිට ඕන අර්ථය. කුමේ හරියනවා නම් ඔය ටික ඔක්කොම ඇවිල්ලා ඇති. ඉස්සෙල්ලා මේක කරගෙන යන්න. එතකොට ලැබෙන්න ඕන නුවණවල්, අපේ දැනුමින් තොරව පෙනෙන්න ඕන ටික පෙනිලා ඇති. ඊට පස්සෙ ගැට ගහගන්න ඕන නාම රූප. හැබැයි ඉස්සෙල්ලා මනෝමයෙන් ගැට ගහන්න එපා. ඕක දැනගත්තම මේ තමයි නාම රූප පරිච්ඡේදය. මේ තමයි දිට්ඨි විශුද්ධිය. දැන් ඔය ගැට ගහයි ටක් ටක් ගාලා ඒකම මේ කරන එකට බාධායි. ඒ නිසා දැනට ඒ මොකකටවත් ගැට ගහන්න එපා. ඒක ඇත්ත වෙයි. ඒක දැන් අපි ගාව තියෙන්නෙ අනුන්ගෙ දැනුමකින්නෙ. එහෙනම් මේක මගේ දැනුමක් වෙන්න එපායැ. ඒක කරගෙන යනකොට, මේක නේද මේ නාම රූප ධර්ම ප්‍රකට කර ගන්නවා කියන තැන. මේක නේද මේ දැකීම පිරිසිදු වෙන දිට්ඨි විශුද්ධිය, දිට්ඨිය පිරිසිදු වෙනවා කියන්නේ මේ දෙක දැක්කහම නේද කියන එක තමන්ගෙ මනසෙ දහම් දැක දැක ඇතිවෙන්න ඕන නුවණක්. වචන වල තියෙන අර්ථය ඉස්සෙල්ලා හරස් කර ගන්න එපා. වචන පැත්තකට දාලා දැන් කරගෙන යන්න. අපි කරගෙන යන දේ හරි නම් නුවණ කියන

එක ඇතිවෙයි මිසක නුවණ වඩන්න බෑ. නුවණ වඩන්න පුළුවන් ද? තැටියක පිරි දාලා රොටි වඩනවා වගේ. ඔහොම වඩන්න පුළුවන් ද? ඥාන වඩන්න බෑ. හැබැයි ඥාණ වඩනවා කියලා කාරණාවක් වෙනවා. ඥාණය වැඩෙන ධර්මාවයක අපිට ඉන්න පුළුවන්. ඥාණය වැඩෙන ධර්මාවයක හිරියහම ඒ නිසා නුවණ වැඩෙනවා. අපි ලෝකෙ පඤ්ඡනියට කියනවා මම නුවණ වඩනවා කියලා. අර්ථය දැනගන්න ඕන.

මං කියන්නෙ අපි තෙල් ටික ගහනවා. පොහොර ටික ගහනවා. වතුර ටික ඉතිනවා. අපි ගොයම හදනවා. කුඹුර හදනවා කියලා කියනවා. නමුත් අපි කරන්නෙ තෙල් පොහොර ගහන එක විතරයි. ඒක නිසා හැදෙනවා. නැත්නම් අපිට ගොයම් ගහ ඇඳලා හදාගන්න පුළුවන් වෙන්න ඕනනේ. ගොයම් ගහේ කෙළවරින් ඇල්ලුවා. ඇඳලා ගන්නා අඩි දෙකහමාරක් විතර දික් වෙන්න. ඔන්න ඔහොමයි ගොයම් හදන්නෙ. ඔහොම පුළුවන් නම් හරි. එහෙම බෑ නේද කාටවත්. එහෙනම් ගොයම හැදෙන්න ඕනෙ. හැදෙන්න අවශ්‍ය ටික ළං කරන්න.

දැන් දරුවෝ හදනවා කියනවා. හදනවා නම් ළමයගෙ අතින් ඇල්ලුවා අඩියක් විතර ඇද්දා. බෙල්ලෙන් ඇද්දා, ඔන්න ඔහොම. නමුත් අපිට පුළුවන් කෑම, බීම ටික ළං කරන්න. ඒ ආහාර පාන රූපෙට වැටිලා රූපෙ විසින් හැදෙන්නෙ. ආහාර පාන ළං කරපු නිසා අපි දරුවා හැදුවා. ඒ වගේ ඥාණ වැඩුවා කියනවා. ඥාණය වැඩෙන ධර්මා ටිකක අපිට ඉන්න පුළුවන්. ඒ නිසා මේ නුවණ වැඩෙනවා. අපි ඥාණ වැඩුවා කියලා කියනවා. එහෙම නැතුව ළමයගෙ අතින් පයින් අදිනවා වගේ නාම රූප ඥාණ ඇඳලා ගන්න බෑ. එහෙම එකක් නෑ. ඒ හින්දා නාම රූප නාම රූප මේක නාමය නේද. මේක රූපය නේද කියලා ඔය ළමයගෙ අතින් ඇඳලා ළමයා හදන්න හදනවා වගේ නාම රූප දෙක ඇඳලා ඉවරවෙලා නාම රූප ඥාණය ගන්න හදනවා. එහෙම බෑ. නාම රූප ගැන නුවණ කියන එක එන්න ඕන එකක්. එහෙනම් ඒක එන්න, ඒක නොවෙන එකක් කරන්න ඕන. මේ ඔක්කොම ප්‍රත්‍යයෙන් හටගත්ත එකක් නේ. නාම රූප දෙක ගැන නුවණ ගන්න නම් නාම රූප දෙක නොවෙන ධර්මා ටිකක් අපිට නුවණින් බලන්න වෙනවා. මෙහෙම බලනකොට මේ ටික ප්‍රකටයි.

ඊට පස්සෙ ඔය නාම රූප දෙක බැලුවහම ඇතිවෙන්නෙ ඊට උඩ නුවණක්. දැන් හැම වෙලේම මේක පටිච්ච සමුප්පන්න නම් එලය දිහා බලලා ඒකම ගත්ත හැකි ද? දැන් තේ එක නොවෙන හේතු ටිකක් එකතු කරලා නම් තේ එක හැදවේ. තේ එක හදන නුවණක් ගන්න කියලා අපි තේ එකෙන් ටික ටික ටික අරගෙන හරි යනවද? ඒ වගේ නාම රූප පරිච්ඡේද ඥාණය තේ එක වගෙයි කියලා කියන්නකො. දැන් නාම රූප පරිච්ඡේද ඥාණය ඇතිකරගන්න නම්. නැත්නම් තේ එක ගැන දැනගන්න නම් තේ එකක් නොවන හේතු ගැන දැනගන්න වෙනවනෙ. ඉස්සෙල්ලා. ඒ වගේ නාම රූප පරිච්ඡේද ඥාණය ඇතිකරගන්න නම්, නාම රූප දෙකේ අවබෝධය නුවණ ඉස්සෙල්ලා ටිකක් බලන්න ඕන. ඒ ටික බලනකොටයි නාම රූප දෙක ගැන අවබෝධයක් එන්නෙ.

නාම රූප දෙක බලන්න පුළුවන් අවබෝධයක් තියෙනවා නම් නාම රූප පරිච්ඡේදයක් ඕනෙද? එයා දන්නවනෙ නාම රූප දෙක. දැන් මේක වෙන ධර්මා ටිකක් බලනකොට අපි පුද්ගලයා කියන තැන නාම රූප දෙකක්නෙ තියෙන්නෙ කියන දැනුම එන්න ඕන. ඔන්න නුවණ. දැන් ඒ නුවණ තියෙනවා නම් අපි නාම රූප බලන්න ඕන නෑ. දැන් අපි නාම රූප දෙක දන්නවා කලම. දැන් ඒක නැවතත් වඩනවා. මේකෙ තේරුමක් නෑ. හොඳට කෙලෙස් සහිතව කෙලෙස් ටික යට ගිහිල්ලා පුද්ගලයා කරනවා කියන ටික කොපි ගහලා කොපි කරලා තියෙන්නෙ මේ කියන එක හොඳට තේරෙනවා ඒ කියන්නෙ අනුන්ගෙ වචනයක් කියනවා විතරයි කියන එක. ඇයි නාම රූප දෙක ගැන දැනුම එන්න ඕන එක අපි නාම රූප දෙක කල් ඇතුළු දැනගෙන කරනවා. උත්තර ටික තියෙනවා අපිට ඉස්සෙල්ලා. නමුත් ගණන හැදවහම, සූත්‍රය ආදේශ කළහම, මතුවෙන්න ඕන එකක් උත්තරය. ඉස්සෙල්ලාම උත්තරේ ලියලා ඉවර වෙලා ගණන හදනවා. දැන් මේ උත්තරේ එන්නෙ මෙහෙමයි මෙහෙමයි කියලා. අපි හැමදාම කරන්නෙ ඕක. දැන් නාම රූප දෙක දන්නවා අපි. නාම රූප දෙකේ මොනවාද? කෘලි කියලා යටටයි බලන්නෙ අපි. නමුත් ඕක තමන් තුලින් වැඩෙනකොට නාම රූප නොවෙන ටික බලලා බලලා නාම රූප පරිච්ඡේද නුවණ ඇතිකරගන්න වෙනවා. නමුත් හැමදාම කරන්නෙ අනික් පැත්තට.

ඒ කියන්නෙ ඉස්සෙල්ලා උත්තරේ හදාගෙන ඉවරවෙලා ඊට පස්සෙ සූත්‍රය ලියනවා මේ උත්තරේ ආපු හැටි. එතකොට ප්‍රශ්නයක් තියෙන්නෙ

මෙයා මේ සූත්‍රය ආදේශ කරගන්න ඉගෙන ගන්න හඳුනවා. එතකොට ප්‍රශ්නේ තියෙන්නේ සූත්‍රය ආදේශ කරන්න ඉගෙන ගන්නේ නැතුව උන්නරේ කොහෙන්ද කියන එකයි. එතකොට තියෙනවා කොපි කියන එක.

ඉතින් දැන් මේ කමටහන තමයි. මේ කියපු එක ජීවිතේකට හරි වටියි. වෙනදා කියපු, මගෙන් ජීවිතේ හැමදාම අහපු ඔක්කෝම බණ අයිති කරන්න. ඉතාම සරල හෝ ගැඹුරු හෝ ඒ ඔක්කොම අයිති කරලා මේ කියපු ටික විතරක් කරගන්න. කරගෙන යන්න. මොකක් ද? යම් තාක් සත්ව පුද්ගල භාවයෙන් සිහි කරන්න පුළුවන් හැම සවිඥානක වස්තුවක් ම කමටහනට ඇතුලත් කියන එක මතක තියාගන්න. උපන්න දවසේ දණගාන කාලෙ ඉඳලා හරි මතක, සවිඥානක යමක් තියෙනවා නම් යම් තාක් හිතට හිතන්න පුළුවන් ප්‍රදේශයක් තියෙනවා නම් ඒ මට්ටම තුල තියෙන සත්ව පුද්ගල හැම දෙයක් ම සිහි කර කර, සිහි කර කර ඔය පුද්ගලයයි කියන තැනක තියෙන්නේ මෙහෙම දෙයක්. පුද්ගලයා කියලා කියන්නේ මෙහෙම නේ ද? අමතක වෙලා ගියොත් ආයෙ මතක් කර ගන්නවා මොකක්ද? ඕක කොටස් දෙකකට බලන්න. රූපය කෙස්, ලොම්, නිය, දන් හරි වර්ච්චි බිත්තිය හරි, ධාතු වශයෙන් හරි බැලුවා, එබඳු වූ රූපය කන බොන ආහාරයෙන් හැදිලා තියෙන්නේ. මේ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතටයි රූප පේන්නේ. හිතටයි සද්ද ඇහෙන්නේ. කියලා පංච කාමය කියලා මෙච්චර කල් මේ රූප බලපු සද්ද අහපු මනුස්සයෙක් අපි දැක්කා නම් රූපවත් කෙනෙක් දැක්කා නම් දැන් ඒ කය ඇසුරු කරගෙන ඉන්න හිතෙන් මේ පංච නිමිත්තම ගන්න හැටි බලන එක එකක්.

දෙක - කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිත නිසයි මේ කයේ යෑම් ඊම් වෙන්නේ. කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිත නිසයි මේ කය සවිඥානක වෙලා තියෙන්නේ. එච්චරයි. ඔය කෑලි පහයි.

කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතෙන් කරන කෘත්‍ය තුනයි. කය ප්‍රකට කරගන්න කොටස් දෙකයි. එක රූපයක් අල්ලගෙන ඔයටික සිහි කරද්දි යටින් යම් යම් අරමුණු එන්න පුළුවන්. මේක අතහැරලා දාලා ඒවා පස්සෙ යන්න එපා.

දුවන මුවා දැකලා නෙලපු පලා ටික දාලා දිවුවා වගේ වෙනවා. එතකොට ඒ නිසා ගත්ත අරමුණු ඉවර වෙනකම්ම බලන්න හැම රූපකෙට ම කොටස් පහ සම්පූර්ණ කළ යුතුයි. මං ඔය කොටස් පහ බෙදන්නෙ, නැත්නම් මගදී ඔය අරමුණ අතඇරලා යන නිසා. නැත්නම් ඕක බෙදන්න බෑ. තව ඕන විදියට ඕක බැලිය හැකි. අඩුම ගානේ යම් රූපෙක පුද්ගලභාවයට සිහිවෙනකොට සිහිවෙන හැම තැනකම ඒ සිහිවෙන අරමුණ අල්ලගෙන තිබෙන්නේ, සිහිවෙව්ව තැන ඔය කොටස් පහ බලන්න. වෙන අරමුණක් එද්දී මේ කොටස් පහ ඉවර නොකර ඒකට යන්න එපා. හරිද? කයත්, කය ඇතිවෙව්ව හැටින්, ඊට පස්සෙ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින සිතෙන් කරන කෘත්‍ය තුන, කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතටයි සද්ද ඇහෙන්නෙ, රූප පේන්නේ කියලා මේ අරමුණු ටිකම, කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිත නිසයි යැම් ඊම් වෙන්නෙ. කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිත නිසයි සවිඥානක වෙලා තියෙන්නෙ. කියලා බැලුවා. ඊට පස්සෙ සිහිවෙන එක අල්ලා ගන්නා. ඔහොම ටිකක් වෙලා බල බලා ඉඳලා, දිගටම බල බලා ඉන්න එපා. ඊට පස්සෙ හිතා මතාම නතර කරලා සති නිමිත්තට හිත තියලා හිතා මතාම ආනාපානසතිය වඩන්න. ආනාපාන සතිය වඩලා ආපනු ඔහොම බලන්න. හොඳට භාවනා කරන්න පුළුවන්කම තියෙද්දින් දෙකම නවත්තන්න. නතර කරලා ගෙදර වැඩක්පලක් කරන්න. ඒ වෙලාවෙදි අමුතු භාවනාවක ඉන්න එපා. නිකම් සාමාන්‍ය විදියට අකුසල විතර්ක වලට යන්නෙ නැතුව කුසල මනසිකාරයක ඉඳගෙන සැහැල්ලුවෙන් කරන්න. එපා වෙන්න දෙන්න එපා. ඊට පස්සෙ ආපනු ඒ කියන්නෙ එක තැනක ඉඳගෙන ඉන්නවා කියලා නෙමෙයි. වැඩ කටයුතු කරද්දින් කෙනෙක් සිහි වෙනකොට හිත හිතා නිකම් විනෝදයක් වගේ කරගන්න.හම්බවෙන හම්බවෙන රූපවල ඔහොම හිත හිතා වැඩ කටයුතු කරන්න. දවස පුරාම පුළුවන් තරම් එහෙම කරන්න. ඉඳගෙන භාවනාව කියලා අමුතුවෙන් එකක් ඕනත් නැතිවෙයි. ඕගොල්ලන්ට ඉදිරියට යනකොට.

හැම වෙලාවෙ ම මුල් ටිකේදි ටිකක් අමාරුයි. උත්සාහවත්ව ගත්තහම ටික දවසක් යනකොට කිසිම අපහසුවකින් තොරව කරන්න පුළුවන් වෙයි. ඕගොල්ලන්ට තමන්වම බලන්න පුළුවන්. මේ රූපය කෙස්, ලොම්, නිය, දත් සම් මස් නහර කන බොන ආහාරය නේද? මේ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතට නේද මේ පේන්නෙ. මේ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතට නේද මම කියලා පේන්නෙ, කියලා හොඳට

බලන්න. මේ මම, මම, මම කියලා ගන්නෙ නැතුව, මාව කියලා පේන්නෙත් කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතට හේද? මේ රූප පේන්නෙ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතට සද්ද ඇහෙන්නෙ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතට. මේ පේන රූපෙ මේ කයට කිසි සම්බන්ධයක් නෑ. කය පේන රූපෙට කිසි සම්බන්ධයක් නෑ. ඒවා ඉබේම නුවණ එනවා. දැනට එහෙනම් ඒ ටික කරන්න. අද දවසෙම කළ යුත්තෙ ඕක. තේරුණා ද?

දැන් ඕගොල්ලන්ට තියෙන්නෙ ක්‍රම දෙකයි. ආනාපාන සතියයි. යම්තාක් සත්ව පුද්ගල භාවයට සිහි කරන්න පුළුවන්. අරමුණු තියෙනවා නම් ඒ අරමුණුවල කෑලි පහ බලන එකයි. හරිද? ඔව්වරමයි ඕන. ඔය ටික කරන්න මෙහෙම හිතනවා. ආයෙත් හිත වඩනවා. ආනාපානසති භාවනාව කරනවා. මේ වගේ නුවණින් බලනවා. මේ ටික මාරුවෙන් මාරුවට, මාරුවෙන් මාරුවට කරන්න. කලින් කලට දෙකම නතර කරලා විවේචනේ ඉන්න. ඒපා වෙන්න දෙන්න ඒපා කියලයි මං මේ කියන්නෙ. ඒපා චූනොත්, තව කෙනෙක්ව භාවනාවට ඇදගෙන යනවා වගේම අමාරුයි මේ හිත. ඒ නිසා හැම වෙලේම නැවුම් බවකින් තියෙන්න ඕන. රවට්ටලා තමයි අරගෙන යන්න වෙන්නෙ. එහෙමත් හොඳටම බෑ කියලා හිතෙනවා නම් භාවනා නොකරම ඇතුලෙන් කුසල විතර්කයක්වක් හිතන්න. බැරිනම් අතහරින්න. බලකරලා වදෙන් ගෙතියන්න ඒපා. සාමාන්‍ය විදියට වැඩක් කටයුත්තක් කරනවා. අමතක කරලම දාලා. ඊට පස්සෙ ටිකකින් ආයෙ කරන්න. ආයෙත් එතකොට පුළුවන්.

කිසිම වෙලාවක ඒපා වෙනකම් කිසිම කමටහනක් කරන්න ඒපා. තමන්ට යාන්තම් අපහසු ගතියක් දැනිගෙන එනකොට නැගිටින්න. හැබැයි නිදාගන්න යන්න ඒපා. නැගිටින්න. නැගිට්ලා වෙන දෙයක් කරන්න. ඒකෙම ඇලිලා ඉන්න ඒපා. ආයෙ ටිකකින් උත්සාහවත් වෙලා බලන්න. ආයෙත් බෑ වගේ නම් ආයෙත් අයින් වෙන්න. අයින් වෙලා වෙන දෙයක් කරන්න. සාමාන්‍ය කුසල මනසිකාරයක්. ආයෙත් උත්සාහවත් වෙන්න. ඔහොම තුන් හතර සැරයක් කළාම හොඳට ඊට පස්සෙ යමක් කරන්න පුළුවන් මට්ටමට එනවා. ඒකත් කරගෙන ආයෙත් ඒපාවෙන් ඉස්සෙල්ලා, භාවනා කරන්න හොඳට පුළුවන්කම තියෙද්දීම නැගිටින්න. නැගිට්ලා වෙන වැඩක් කරලා ආයෙ භාවනා කරන්න.

ටික දවසයි එහෙම කරන්න ඕන. ඊට පස්සෙ මෙයාට කොච්චර වෙලා භාවනා කෙරුවත් ප්‍රශ්නයක් නෑ. කියන තැනකට මෙයා එකග වෙනවා. මුල් ටිකේ දි තමයි අමාරු. අනික් එක ඕගොල්ලන්ට එක තැනක ඉඳගෙන කරන්න අමුතු භාවනාවක් ඉතුරු වෙන එකකුත් නෑ. ඔහොම කළහම. ඒ කියන්නේ ජීවිතේ භාවනාවකින් තොරව ජීවත් වෙනවා. කියලා එකකුත් නැතිවෙයි. හැම වෙලාවෙම ඕගොල්ලෝ මේ කෑලි පහ හිතන්න හුරුකළහම ඉබේ හිතෙනවා. හැම වෙලාවෙම ජීවිතේ වැඩි කොටසක් තියෙන්නේ කරපු කියපු දේවල් එක්ක තව කවුරුහරි සිහිවෙන එක. එතකොට කමටහන හැම වෙලේ ම එනවා. හැම වෙලාවෙම කමටහනක ඉන්නේ. අමතර කරුණකට තියෙන්නේ ආනාපානසති ය වඩන එක විතරයි. ඉතින් ඔය විදියට ඔය ටික හුරු කරන්න.

ආධ්‍යාත්මික වේවා, බාහිර වේවා, සවිඥානක සත්ව පුද්ගලභාවයට දැනෙන අරමුණුවල ඇත්ත දකිනවා කියන මානසික මට්ටමකින් ඉන්න ඕනෙ හැම වෙලේම. අනිත් හැම අරමුණක් ම පනුවෙනකොට ඔක්කොම හසුවෙයි. ඔය හැම අරමුණකම තියෙන තණ්හාවත් අත හැරෙනවා. ඔය හැම අරමුණකටම බැඳිලා තියෙන්නේ මේ සවිඥානක ධර්මා හරහායි. දැනට ඒ දේවල්වල පවා අපිට ඡන්ද රාගයක් තියෙන්නේ. ඒ කියන්නේ බාහිර දේවල් ඔක්කොම හසුවෙලා තියෙන්නේ මම කියන මේ ස්වභාවයට අනුව. ඒ කියන්නේ මට උපකාර පිණිස මට දුක නැති කරගන්න, මට සැප සතුට ලබාගන්න තමයි අනෙක් හැම දෙයක්ම අපි භාවිතා කරලා තියෙන්නේ. ඒ දේවල් ඔක්කොම ඉබේම අතහැරෙනවා. තමන් කියන මේ කෙලෙස් ටික අතහැරෙනකොට. ඒ ටික අතහැරෙන්න බාහිර සත්ව පුද්ගල භාවයෙ තියෙන බැඳීම ටික අනිවාර්යයෙන් අත හැරෙන්න ඕන.

දැන් කයානුපස්සනාවේදි වුනත් බුදුරජාණන් වහන්සේ අජීකධන්තංවා කායෙ කායානුපස්සී විහරති. බහිද්ධාවා කායෙ කායානුපස්සී විහරති. පර සත්තානංවා, පර පුග්ගලානංවා - අනික් පුද්ගලයන්ගෙ කේසා, ලෝමා, නඛා, දන්තා, තවො කියලා ඒ විදියට ඒ පෙන්නන්නේ හැම කෙලේසයකටම මුල් වෙලා තියෙන්නේ ඔය සත්ව පුද්ගලභාවය. ඒ ටික අතහැරෙනකොට ධර්මාවය ඉබේම ප්‍රකට වෙයි. අරමුණු සන්තිදෙන කොට. ඒ නිසා ආනාපානසති ය වඩමින් සත්ව

පුද්ගලභාවයට හම්බවෙන හැම අරමුණක්ම නුවණින් බලමින් ඉන්න. බාහිර අරමුණු නැති හැම වෙලාවකටම තමන් කියන මේ කයට යොමු වෙලා හිටින්න මේ කය අල්ලගන්න. තමන් කියන ස්වභාවය, මේ කෙස්, ලොම්, නිය, දත්, සම්, මස් නහරවලින් යුක්තයි නේද මේ රූපයත්, කන බොන ආහාරයෙන් නෙ හැදිලා තියෙන්නෙ. මේ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිත නිසා මේ කයේ හැඟීම් දැනීම් වෙනවා නේද? මේ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතට නේද මේ රූප පේන්නෙ. මේ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතට නේද සද්ද ඇහෙන්නෙ කියලා බලන්න. එතකොට කය සහිත තමන් මේ රූප බලනවා. සද්ද අහනවා කියන මිම්ම අනහැරෙයි. අනික් කෙනෙක් සිහිවෙනකොටත් ඒ විදියට බලන්න.

මුලින් මෙහෙම බැලුවට කෙස්, ලොම්, නිය, දත් කියලා නිකම් වචන ටිකක් මතුවනවා වගේ තේරෙයි. කන බොන ආහාර නිසා හැදෙනවා කිවුවට, වචන ටිකක් විතරයි. මේ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිත නිසා මේ අරමුණු පෙනෙන්නෙ කිවුවට වචන ටිකක් විතරයි. අර්ථය හිතට වදින්නෙ නෑ. ඒකෙ බර ගතිය දැනෙන්නෙ නෑ. ඒ ඔය කෙලෙස් ටිකේ හැටි. ඒ නිසයි මේක අඛණ්ඩව කරන්න ඕන. කරනකොට සති නිමිත්තෙ හිත තියාගෙන නෙමෙයි. අහක යන විදියට කළත්, ඒකෙ අර්ථය හොඳට තේරෙනවා. ඒ නිසා සති නිමිත්තෙ දෝෂයක් කියලා හිතන්න ඒපා. ආචරණිය ධර්ම, පුද්ගල සංඥාවෙ තියෙන බර තමයි ඔය තියෙන්නෙ.

ඒ නිසා මේ ක්‍රමය සතියක්. දෙකක්, තුනක් අත නොහැර කරන්න. කරනකොට ඇතිවෙන වෙනස ඕගොල්ලන්ට තේරෙයි. පුළුම වෙනසක් එතකොට සතුවක් දැනෙයි. එතකොට අපිට හොඳට තේරෙනවා. සත්ව පුද්ගල හැඟීම් අපි මනසින්ම ඇති කරගෙන, ඒ කියන්නෙ දැන් බත් උයලා නෑ, හාල් තියෙන්නෙ. හාල් අපිට කන්න බෑ. ඒ හින්දා අපි මොකද කරන්නෙ. ඒක උයලා බත් විදියට හදලා අපිට කන්න පුළුවන් විදියට සකස් කරගන්නවා. ඒ වගේ ම මේ රූපය, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤා මේ ස්කන්ධයෝ ටික කෙලෙස් වශයෙන් හැසිරෙන්න අමාරුයි. බෑ. ඒ හින්දා අපි ඒවා ද්‍රව්‍ය, කාරණා, භාණ්ඩ හැටියට හිතන්න හදාගෙන තියෙන්නෙ. මේ රූපය පුද්ගලයෙක් හැටියට අපි හිතලා තියෙන්නෙ. අපි මේ හදලා තියෙන්නෙ අපිට තණ්හාවෙන් හැසිරෙන්න

පුළුවන් විදින්න පුළුවන් මට්ටමට, හඳුලා අරගෙන තමයි විදින්නේ. ඒ නිසා පවතින ස්වභාවය නුවණින් බලනකොට, දැන් කයේ පවතින ස්වභාවය නුවණින් බලනකොට කාලයක් යනකොට හොඳට තේරේයි. රූපයෙ ඇත්ත මේක නම් අපි කොච්චර පුද්ගලයෙක් කියලා හිතුවත් රූපෙ වෙනස් වෙන්නේ නෑ නේද? ඒ රූපෙ රූපෙමයි. ඒ රූපෙ දිනා පුද්ගලයෙක් කියලා බලනකොට පුද්ගලයෙකුට කැමති වෙනකොට, රූපය වෙනස් වෙනකොට පුද්ගල භාවයෙන් අපිට දුක එනවා. අපිට පේන්නේ කෙනෙකුට වුනා, පුද්ගලයෙකුට වුනා කියලා. ඒ නිසයි අර විදියට බලන්නේ. ඒ විදියට එහෙම දිගටම බලනකොට හොඳට තේරෙනවා, මේ සත්ව පුද්ගල ආත්මභාවය කියන එක අපි පවත්වන්නේ සංකල්පමය වශයෙන් ය කියන කාරණාව.

බුදුරජාණන් වහන්සේගෙ උපමා කතාවක් තියෙනවා ආසිවිසොපම සූත්‍රයෙ. එක්තරා රජ කෙනෙක් ඉන්නවා. ඔය රජතුමා ළඟ ඉන්නවා විෂඝෝර සර්පයෝ හතර දෙනෙක්. ඒ රාජ්‍යයෙ එක පුරුෂයෙක් හොරකමක් කරනවා. හොරකම් කරලා රාජ පුරුෂයින්ට හසු වෙනවා. රාජ පුරුෂයෝ හොරාව අල්ලගෙන ඇවිල්ලා රජ්ජුරුවන්ට කියනවා, ‘‘දේවයන් වහන්ස, මේ ඔබගේ රජයේ හොරකම් කරපු හොරෙක්. මේ හොරාට කැමති දඩුවමක් දෙන්න’’ ඊට පස්සෙ රජ්ජුරුවෝ මොකද කරන්නේ. තීරණය කරනවා. ‘හරි මෙයාට මරණීය දණ්ඩනය දෙන්න ඕන’ අපි කෙළින්ම මරන්න ඕන නෑ. අපි අර විෂඝෝර සර්පයෝ හතර දෙනා බලාගන්න දෙමු මෙයාට’’ මොකද මේ සර්පයෝ හතරදෙනා ඉතාමත් දරුණුයි. එක සර්පයෙක්ගෙ නම කාෂ්ඨමුඛ, ඒ සර්පයා දෂ්ඨ කළොත් ඒ මොහොතෙම මුළු ශරීරයම කළු ගලක් වගේ තද වෙලා මැරෙනවා. ඊගාවට තව සර්පයෙක් ඉන්නවා පූතිමුඛ. ඒ සර්පයා කෑවොත් අසුරු සැණකින් මුළු ශරීරයම කුණුවෙලා, දියවෙලා, වැගිරෙනවා. අනිත් සර්පයා අග්නිමුඛ. කෑවොත් මුළු ශරීරයම අළු ගොඩක් බවට පත්වෙනවා. ඊගාව සර්පයා ශස්ත්‍රමුඛ. ඒ සර්පයා කෑවොත් මේ ශරීරයෙ තියෙන අතුණු, අතුණුබහන් කෑලි කෑලි වලට සිඳිලා ඒ මොහොතෙම මැරෙනවා.

ඉතින් මේ සර්පයෝ හතරදෙනාගෙ ස්වභාවය තමයි, කිසිම කෙළෙහි ගුණයක් දන්නේ නැහැ. කොච්චර උපස්ථාන කෙරුවත් වුට්ට පමා වුනොත් දෂ්ඨ කරනවා. ඉතින් මේ සර්පයෝ හතරදෙනා

බාරදෙනවා, මේ හතර දෙනාට කවලා, පොවලා හොඳට බලාගන්න ඕන. ඕකයි හොරාට දන්න දඩුවම. ඉතින් රජපුරවො සර්පයෝ හතරදෙනා බාර දන්නහම, මේ පුද්ගලයා සර්පයෝ ළඟට ගියා. යනකොටම ආ මේ අපිට උපස්ථානෙට එවපු පුද්ගලයා කියලා, සර්පයෝ හතර දෙනා ඇවිල්ලා එකෙක් අතේ බාහුව වෙලාගෙන උරහිසට පෙණේ නියා ගන්නවා. අනිත් සර්පයා අනිත් බාහුව වෙලාගෙන අනිත් උරහිසේ පෙණේ නියාගන්නවා. අනිත් සර්පයා බෙල්ලේ වෙලිලා ඔටුන්නක් වගේ පෙණේ නියාගන්නවා ඔළුවේ. ඉතිරි සර්පයා කොන්ද වෙලාගෙන පෙණේ නියාගන්නවා. පිටට.

ඉතින් දැන් මේ පුද්ගලයා මොකද කරන්නේ. රජපුරවො මට තෑග්ගක් දිලා. බලන්නකො මේ සර්පයෝ නෙමෙයි ආබරණ වගෙයි. මෙව්වර ලස්සණ ආබරණ මොනවගේ පුද්ගලයෙකුට හම්බවෙයිද කියලා හරි ආඩම්බරෙන්, මාන්නෙන්, හරි සතුටින්, මේ සර්පයන්ට උපස්ථාන කර කර ඉන්නවා. දැන් මෙයා හිතන්නේ රජපුරවො ආබරණ ටිකක් දන්නා වගෙයි මට, ඉතින් ආබරණ කියන සංඥාවෙන් හිත හිතා උපස්ථාන කර කර ඉන්නකොට එක්තරා නුවණැති පුරුෂයෙක් ඔතනින් යනවා. ඒ පුරුෂයාටත් කියනවා “මේ මට රජපුරවො ආබරණ ටිකක් දන්නා” කිවුවම කියනවා “මෝඩයෝ, ඔය ආබරණ නෙමෙයි, ඔය ඉතාමත් දරුණු කිසිම කෙළෙහි ගුණයක් නොදන්න විෂඝෝර සර්පයෝ හතර දෙනෙක්. ඔය සර්පයෝ එකෙක් හරි කැවොත් උඹ ඒ මොහොතෙම පීචිතක්ෂයට පත් වෙනවා. කොච්චර උපකාර කෙරුවත් අනිවාර්යයෙන් ඔය සර්පයෝ හතර දෙනා උඹව මරනවාමයි. ඒ නිසා පුළුවන්නම් පැහලා පලයන් උපායශිලිව. ඔවුන්ට කන්න බොන්නදිලා, ඔවුන්ව නිදිකරලා දාලා පුළුවන් නම් බේරිලා පලයන්” කියලා කියනවා. සර්පයෝ කියලා හඳුන්වලා දන්නහම මෙයා බොහොම සංවේගයට, බයට පත්වෙලා මොකද කරන්නේ, සර්පයෝ හතරදෙනාට කන්න බොන්න දිලා හෙමින් හිස පිරිමදිනවා. පිරිමැදලා හෙමින් ගලවලා පෙට්ටියක දාලා වහලා පැහලා දවනවා. ටිකක් වෙලා යනකොට සර්පයෝ දැනගන්නවා අපිට උපස්ථානෙට දන්න පුද්ගලයා පැහලා යනවා කියලා. රජපුරවෝ කියනවා ගිහිල්ලා අල්ලා ගනිල්ලා කියලා. දැන් සර්පයෝ හතර දෙනා පන්නනවා. අර නුවණැති පුරුෂයා ළඟ ඉඳගෙන උපකාර කරනවා. අරයට කියනවා “ඔන්න සර්පයෝ හතරදෙනා උඹ පිටිපස්සේ පන්නනවා. පුළුවන් හයියෙන් දවන්න” කියලා. දවනකොට දැන් සර්පයන්ට අල්ලගන්න බෑ.

රජ්ජුරුවෝ මොකද කරන්නේ. තමන් ගාව ඉන්න සතුරු වධකයෝ පස් දෙනෙක් ගෙන්නලා ඒ ගොල්ලන්ට නියම කරනවා “ගිහිල්ලා මේ සොරාව අල්ලාගෙන එන්න. ගේන්න බැරිනම් එතනම මරලා දාන්න” කියලා. සතුරු වධකයෝ පස්දෙනාත් දැන් මොකද කරන්නේ. හොරා අල්ලන්න පිටිපස්සෙන් දුවනවා.

දැන් සර්පයෝ හතර දෙනාත් පන්නනවා. සතුරු වධකයෝ පස් දෙනාත් පන්නනවා. නුවණැති පුරුෂයා කියනවා. ඔන්න උඹ පිටිපස්සේ සර්පයෝ හතර දෙනාත් පන්නනවා. සතුරු වධකයෝ පස්දෙනාත් පන්නනවා. පුළුවන් ඉක්මණට දුවපන්. දුවලා කොහොම හරි පණ බේරාගනින්. දැන් ඉතින් මෙයා දුවනවා, ඔහොම දුවනකොට දැන් රජ්ජුරුවන්ට තේරෙනවා සර්පයන්ට අල්ලාගන්නත් බෑ මේ මිනිහව. සතුරු වධකයන්ට අල්ලාගන්නත් බෑ. දැන් ඉතින් නරකින් බෑ. හොඳින් අල්ලගන්න ඕන උපායක් යොදලා කියලා. එයා උපන් ගමේ වැලි කෙළියේ පටන් එකට ක්‍රීඩා කරපු, එකට සෙල්ලම් කරපු යාළුවෙක් ඉන්නවා. යාළුවෙ ගෙන්නගෙන අල්ලස් දිලා “උඹ පලයන් අර යාළුවගෙ මිත්‍ර වේශෙන් ගිහිල්ලා ළං වෙලා කොහොම හරි වාටුවෙන් අල්ලාගෙන, අල්ලගත්ත හැටියෙ කෙළින් ම නිස ගසාදාපන්, මං උඹට විශාල තෑග්ගක් දෙනවා ගම්වරයක් දෙනවා.” දැන් වැලිකෙළියේ පටන් හිටපු මිත්‍රයා මෙයා පිටිපස්සේ එනවා. එන්නේ “යාළුවෙ, යාළුවෙ මේ වෙන කවුරුවත් නෙමෙයි. මමයි කතා කරන්නේ. උඹට මතක නැද්ද අපි එකට සෙල්ලම් කළා. ඉස්කොලෙ ගියා” කියලා විස්තරත් කිය කියා තමයි එන්නේ.

එතකොට අර නුවණැති පුරුෂයා කියනවා “ඔය යාළුවා හැටියට විස්තර කිය කියා එන්නේ හොඳට නෙමෙයි. ඔය රජ්ජුරුවන්ගෙ අණට උඹව මරන්නයි එන්නේ. ඒ නින්දා යාළුවා කිවුවටවත් නතර වෙන්න එපා දුවපන්”. ඉතින් මෙහෙම දුවනකොට දුවනකොට එක්තරා ගමකට වැටෙනවා. හරිම බඩගින්නයි, පිපාසෙයි, ගමේ ගෙවල් හයක් තියෙනවා. ඉතින් ගෙවල් ඇතුලට ගිහිල්ලා බලනකොට හට්ටි මුට්ටි හැළි වළං තියෙනවා. ඒවා ඇරලා ඇරලා බලනවා. කන්න බොන්න කිසිම දෙයක් නෑ නිසි. එළියට වෙලා ඉඳගෙන ඉන්නවා. එතකොට අර පුරුෂයා කියනවා. “තව ටිකකින් මේ ගමට හොරු එනවා. හොරු ඇවිල්ලා මේ ගම සම්පූර්ණයෙන් වනසනවා. එතකොට උඹට මැරුම් කන්න වෙනවා. ඒ නින්දා මෙනෙ ද ඉන්න සුදුසු නෑ. දුවපන්.”

ඊට පස්සෙ ඔහොම දුවලා දුවලා යනකොට හම්බවෙනවා විශාල ප්ලාශයක්. එතකොට කියනවා, “ඔය ප්ලාශෙන් උඹ කොහොම හරි ඉක්මණට එතෙර වෙන්න ඕන, නැත්නම් උඹව අනුවෙනවා. සර්පයොත් එනවා, වධකයොත් එනවා, මිත්‍රයන් එනවා, හොරු ටිකත් එනවා. කොහොම හරි බේරෙන්න” කියලා. දැන් මෙයාට එතෙර වෙන්න ක්‍රමයක් නෑ. සතුරොත් බොහොම ළඟ ළඟ එනවා. පස්සෙ එනනම වන ලැහැබක් තියෙනවා. වන ලැහැබට ගිනිල්ලා වේලිවිච දර කෑලි, කෝටු කෑලි ටිකක් එකතු කරගෙන ඇවිල්ලා කැලේම තියෙන වැල් ටිකක් අරගෙන එකට තියලා බඳිනවා. බැඳලා යන්නම් පාවෙනන පුළුවන් මට්ටමේ පොඩි පහුරක් හදාගන්නවා. හදාගත්තට හබලක් නෑ. ඊට පස්සෙ මොකද කරන්නෙ පහුර වතුරට දාලා, අතින් පයින් වැයම් කරමින් යනවා. ඉතින් දැන් මෙහෙම ටික ටික ටික ටික ගඟ මැදට යනවා. දැන් සර්පයෝ ටිකත් ක්‍රමයෙන් එනවා මෙහා ඉවුරට. උන් මෙහා ඉවුරේ බලා ඉදිදිම අරයා මොකද කරන්නේ මහා ප්ලාශෙන් එතෙර වෙලා එගොඩට යනවා. එගොඩ ගිය හැටියෙ අනේ අපිට මේ මිනිහව අල්ලගන්න බැරිවුනා. එගොඩට ගියා නේද? දැන් ඉතින් රජතුමාගෙන් අපිට නම් සැහසිල්ලක් නෑ. ගිය හැටියෙ අපි ඔක්කොම මරණවා කියලා සර්පයෝ හතර දෙනා පපුව පැලිලා මැරිලා වැටුනා. සතුරු වධකයොත් මැරුණා. වැලි කෙළියේ පටන් හිටි මිත්‍රයන් මැරුණා. හොරු ටිකත් මෙතෙර ඉවුරේම මැරුණා. අර පුද්ගලයා සුවසේ එතෙරට යනවා.

ඉතින් බුදුරජාණන් වහන්සේ ඔන්න ඔය උපමා කතාව දේශනා කරනවා ඒකෙදි අපි හොඳට තේරුම් ගන්න ඕන. සර්පයෝ හතරදෙනා ආබරණ කොට ඉන්න කාලෙදි, සර්පයෝ හතර දෙනාට උපස්ථාන කරන කාලෙදි වධකයෝ පන්නන්න එනවද? අතින් අය කවුරුවත් එනවද? ඔය උපමා කතාවේ රජපුරුවෝ වගේ තමයි කමිය. වැරදි කරපු හොරා වගේ තමයි මේ යෝගීන් නැත්නම් නිවන් දුකින්න උත්සාහවත් වෙන පිරිස එක එක්කෙනා. මොකක්ද? මේ හොරකම. අනාත්ම දේ ආත්මයි කියලා මම, මගේ කියලා ලෝකෙට අයිති දේවල් උරුම කරගෙන ඉන්න එක තමයි හොරකම. ඕකට රජපුරුවෝ දන්න දඩුවම තමයි උපස්ථානෙට දන්න සර්පයෝ හතරදෙනා. පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ කියන සතර මහා ධාතුවෙන් හැදුන රූපෙ.

කම්පන විසින් සත්වයාට දීප්ත දුඛවමක් තමයි මේ රූපය. දුඛවමකට ලැබුනේ. නමුත් ලෝකෙ භිතාගෙන ඉන්නේ රජ්ජුරුවෝ තමන්ට උපකාර පිණිස ආබරණ ටිකක් දන්නා කියලා. ඇස් කළු කරනවා, තොල් රතු කරනවා, කරාබු එල්ලනවා, මාල එල්ලනවා, ඉතින් මේකට නොදෙන වදයක් නෑ. මේ සර්පයාට උපස්ථානේ. කණ්ණාඩිය ගාවට යනවා, හැඩ බලනවා, ලස්සණ බලනවා, මොකද මේ සර්පයා ආබරණ කොට ඉන්නේ දැන්. සර්පයෙක් බව දන්නෙවත් නෑ.

දැන් කාෂ්ඨමුඛ සර්පයා වගේ තමයි පඨවි ධාතුව, කොයි වෙලාවක හරි කිපුනොත් ඒ මොහොතෙම මේ රූපය සම්පූර්ණම ගල් වෙලා එක ක්ෂණයෙන් මැරෙනවා. ආපෝ ධාතුව කිපුනොත් මේ ශරීරය කුණු වෙලා දියවෙලා වැගිරෙනවා තේජෝ ධාතුව කිපුනොත්, හරියටම බොල් වි මිටක් වගේ මේ ශරීරය විසිරෙනවා. සැරියුත් මහ රහතන් වහන්සේගේ සහෝදර උන්නාන්සේ නමක් ඉන්නවා උපනන්ද හාමුදුරුවෝ. උපනන්ද හාමුදුරුවෝ පිරිනිවන් පෑවේ සර්පයෙක් ඇඟට වැටිලා. ඇඟට වැටිලා විතරයි. දෂ්ඨ කෙරුවෙවත් නෑ. එව්වරට විසයි. ඒ සර්පයා ඇඟට වැටුණා විතරයි. ශරීරය බොල් වි මිටක් වගේ විසිරුණා. ඒ තරම් විෂයි ඒ සර්පයා. ඇත්තටම එහෙම සර්පයොත් ඉන්නවා. මේක උපමා කතාවක් කියන්නේ බොරුවට ම නෙමෙයි. ඒ වගේ තේජෝ ධාතුව කියන්නේ කොයි වෙලාවක හරි එක කිපුනොත් ඒ මොහොතෙම මැරෙනවා. වායෝ ධාතුව කිපුනොත් ඒ මොහොතෙම මැරෙනවා. මුන්ගෙ කිසි කෙළෙහි ගුණයක් නෑ. අවුරුදු 50 ක් 60 ක් නම් පීචත් වෙන්නේ මෙව්වර කල් හුස්ම ගන්නා කියලා එක පොඩ්ඩක් ඉන්නකො හුස්ම නොගෙන. කිසි සමාවක් නෑ. ආයෙ මෙව්වරකල් කන්න දන්නා කියලා, මෙව්වර කල් ශරීරය උණුසුම් කරානෙ කියලා, ටිකක් ශීතකරණයක එහෙම හිටියොත්, කිසි කතාවක් නෑ මැරෙනවා. මෙව්වර කල් බොන්න දන්නනෙ කියලා බොන්න නොදී හිටියොත්, මැරෙනවා. මෙව්වර කල් කන්න දන්නනෙ කියලා කන්න නොදී හිටියොත්, ඒවා හරියන්නෙ නෑ. ඉතින් මේ අයගෙ කෙළෙහි ගුණයක් නෑ කිවුවේ ඒකයි. දැන් මේ සර්පයෝ හතර දෙනාට උපස්ථාන කරනවා වගේ කට්ටිය මේ වැඩකාරකමක් කරන්නේ. කවන්න ඕන, පොවන්න ඕන, නාවන්න ඕන, අන්දවන්න, පලඳවන්න ඕන, නමුත් වෙහෙස තේරෙන්නෙ නෑ. මොකද ආබරණකොට ඉන්නේ. මේකෙ ආදීනව තේරෙන්නෙ නෑ. දුක තේරෙන්නෙ නෑ. වෙහෙස තේරෙන්නෙ නෑ. උදේ ඉඳන් රෑ වෙනකම් ගෙදරක වැඩ කරන දාසයෙක් වගේ. වතුර ඇඳලා

මේ හැම දෙයක් ම කරන දාසයෙක් වගේ උපන්න දවසෙ ඉඳලා මෙච්චර මේ සර්පයෝ හතර දෙනාට දාසකම් කරනවා. උපස්ථාන කරනවා. තාම හිතන් ඉන්නෙ ආබරණ කියලා. ඉතින් පඬව් ධාතුවට උපස්ථාන කරනවා. කවනවා, පොවනවා, ආපෝ ධාතුවට උපස්ථාන කරනවා. උෂ්ණය සපයනවා. සර්පයාට උපස්ථාන කරනවා. හුස්ම ගන්නවා කිය කියා සර්පයාට උපස්ථාන කරනවා.

ඉතින් දැන් මේ සර්පයෝ හතරදෙනාට කවලා පොවලා උන් බලාගන්න එක තමයි දඬුවම. දඬුවම තමයි විඳින්නෙ. නමුත් ඒකෙ ආදිනව පේන්නේ නෑ. ආබරණ කියන අදහසින් ඉන්න නිසා, ඔතනින් යන හුවණැති පුරුෂයා වගේ තමයි බුදුරජාණන් වහන්සේ. බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නනවා, ඔය ආබරණ නෙමෙයි. රජුපුරුවෝ දන්න තෑග්ගක් නෙමෙයි. ඔය විෂයෝර සර්පයෝ හතර දෙනෙක්. ඔය උඹට දන්න දඬුවමක්. බලපන් උඹට නිදහසේ යන්න පුළුවන් ද? එන්න පුළුවන් ද? කන්න පුළුවන් ද? ඕන තැනක ඉන්න පුළුවන් ද? මුත් කිපුනොත් ටක් ගාලා උන්ව නිදි කරවන්න ඕන. නැත්නම් ඒ හේතුවෙන් මරනවා. දැන් ඛඩගින්න හොඳටම උත්සන්න වුනොත්, කොහෙන් හරි ආහාර පාන හොයලා දීලා උඹ නිදි කරවන්න වෙනවා මිසක, ඇවිස්සුනොත් එහෙම ඉතින් මරනවාමයි. ඉතින් මේ සර්පයෝ හතරදෙනා කිපෙන්නෙ නැති වෙන්න සම කර කර ඉන්නඑක තමයි මේ කරන්නෙ. ඕක මහා දුකක්. ඒ නිසා සර්පයෝ හතර දෙනා හිමින් සැරේ නිදි කරවලා පැනලා දුවපන් කියලා. එතකොට හොඳට මතක තියෙන්න ඕන. දැන් සර්පයෝ හතරදෙනා අදහගෙන, සර්පයෝ හතරදෙනා නිදිකරවලා බේරිලා පැනලා දුවනකොට, සර්පයෝ හතර දෙනාට යටත්ව උන්ව ආබරණ කොට ඉන්නෙ නැති මට්ටමට එනකොට තමයි ඊගාව වධකයෝ පන්නන්නෙ. එතෙක් ප්‍රශ්නයක් නෑ. සර්පයෝ හතරදෙනාට ම අනුවෙලා ඉන්නවා නම් අනික් කට්ටිය එවන්න ඕන නෑනෙ. නේද? ඒ වගේ දැන් සර්පයෝ හතරදෙනා කියලා අදහගන්නා වගේ මේ රූපය පඬව්, ආපෝ, තේපෝ, වායෝ. එතකොට අනික් සත්වයෝ පුද්ගලයෝ කියන තැනත් පඬව් ආපෝ, තේපෝ, වායෝ. අපි මේ සතර මහා ධාතුවට උපස්ථාන කරනවා නේද කියන එක තේරෙන්න ඕන. සත්තු ටිකට කවලා පොවලා ඒ ගොල්ලෝ නිදි කරවලා තමයි, පැනලා දුවන්න වෙන්නෙ. හෙමින් ඔළුව අතගාලා පෙට්ටියක දාලා වහනවා.

ඒ වගේ දැන් රළු බඩගින්නක්, පිපාසයක්, වගේ ඇතිවෙනකොට, ඒක යන්නම් සන්සිඳුවා ගන්නවා. සන්සිඳුවාගෙන,බේරිලා දුවනවා වගේ තමයි සතර මහා ධාතුව සත්ව පුද්ගල භාවයෙන් මම කියලා, මගෙ කියලා ඉන්නෙ හැතුව මම, මගෙ කියන හැඟීම ගෙවෙන විදියට නුවණින් බලනවා. ඒ නුවණින් බලන එක තමයි දැන් මෙයාට අනුනොවී පැනලා දුවනවා වගේ. එතකොට ඉස්සෙල්ලාම අපිට තියෙන්නෙ සර්පයෝ හතර දෙනාගෙන් බේරිලා දුවන්න. ඒ කියන්නෙ මේ පඨවි , ආපෝ, තේජෝ, වායෝ කියන සතර මහා ධාතුවටයි අපි උපස්ථාන කරන්නෙ. සතර මහා ධාතුවෙයි බැඳිලා ඉන්නෙ. සතර මහා ධාතුව මම නෙමෙයි. මගෙ නෙමෙයි. මගෙ ආත්මය නෙමෙයි. සතර මහා ධාතුව තව සත්වයෙක් හෝ පුද්ගලයෙක් හෝ නෑදෑයෙක් හෝ නෙමෙයි කියන නුවණ ඇතිවන විදියට මෙනෙහි කළ යුතුයි. එතකොට තමයි පැනලා දිවුවා වෙන්නෙ.

අපි උදේ කතා කළ විදියට හොඳට රූපය ගැන බලනවා. අපිට පුළුවන් මේ ශරීරයෙ කෙස්, ලොම්, නිය, දත්, සම්, මස් කියලා මේ කොටස් ටික පඨවි ධාතු පිත, සෙම, සැරව, ලේ ආදිය මේක ආපෝ ධාතු ශරීරයෙ තියෙන උණුසුමක් වෙයි නම් ඒ තේජෝ ධාතු හමන, පිම්බෙන හැකිලෙන ස්වභාවයක් තියෙනවා නම් වායෝ ධාතු.

මේ රූපය සතර මහා ධාතූයි නේද? කන බොන ආහාරයෙන් නේද මේක හැඳිලා තියෙන්නෙ කියලා හොඳට හිතනවා. ඊට පස්සෙ මේ රූපයෙ යම් ක්‍රියාකාරීත්වයක් අපට පෙනෙනවනෙ. යනවා, එනවා, රූප බලනවා, සද්ද අහනවා වගේ මේ ක්‍රියාකාරකම් ටිකක් එක්කයි අපි තව ටිකක් සත්ව පුද්ගල හැඟීමට අනුවෙලා තියෙන්නෙ. හැඟීම ඇතිවෙන්නෙ, එහෙම රූපය සතර මහා ධාතූයි නම්, ආහාරයි නම්, ඔය යන්නෙ කවුද? කතා කරන්නෙ කවුද? එහෙනම් ඔය පේන්නෙ කාටද කියලා ඔය වගේ තැනකින් තමයි අපිට කෙලෙස් ටික යෙදිලා තියෙන්නෙ. ඒ නිසා තමයි රූපය අනාත්ම විදියට හොඳට බලනවා. කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිත නිසයි මේ කයේ හැඟීම් දැනීම් ඇතිවෙන්නෙ. ඒ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිත නිසයි යෑම්, ඊම් වෙන්නෙ. ඒ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතටයි රූප පේන්නෙ. කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතටයි සද්ද ඇහෙන්නෙ, කියලා මේ පැත්තම බලනවා. මේ ටික බැලුවත් වඩාත් තහවුරු වෙන්නෙ රූපයෙ අනාත්ම බවමයි.

රූපය සත්ව පුද්ගල නෙමෙයි. හම්,මස්, ලේ නහරින් යුක්තයි. කන බොන ආහාරයෙන් හැදිලා තියෙන්නෙ කියලා, බලලා, ඒ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතෙන් කෙරෙන කෘත්‍ය ටිකත් බලනකොට නාම ධර්ම බැලුවත් අපට ප්‍රකට වෙන්නෙ රූපෙ. රූපය ගැන බැලුවත් ප්‍රකට වෙන්නෙ රූපෙ. අපට පෙනෙන රූපය සත්ව පුද්ගල ආත්ම භාවයෙන් තොර අනාත්ම ධර්මාවක් නේද කියන එක තමයි ටික ටික තහවුරු වෙන්නෙ. එතකොට මෙන්න මේ විදියට කෙනෙක් පඨවි ධාතු නේතං මම, නේසෝ හමස්මි, න මෙසො අත්තාති. පඨවි ධාතුව මම නෙවෙයි. මගේ නෙවෙයි, මගේ ආත්මය නෙවෙයි කියන විදියට බලනවා නම්, රූපය ඔන්න ඔය විදියට බලන්න ඕන. ඔය විදියට බලන එකට කියනවා මොකක්ද? සර්පයෝ හතර දෙනාගෙන් බේරිලා දුවනවා. එතකොට කොතනක හරි ආහාරයෙන් හැදුන රූපයක්, පුද්ගලයෙක් කියලා, නෑදෑයෙක් කියලා, මනුස්සයෙක් කියලා, සත්වයෙක් කියලා ගත්තොත් ඔන්න ඕගොල්ලන්ගෙ ආබරණ සංඥාව කියලා දකින්න.

සර්පයෝ හතර දෙනා පෙනිලා නෑ. ආබරණ හැටියට පෙනිලා තියෙන්නෙ, සර්පයෝ හතරදෙනා සර්පයෝ හතර දෙනෙක් හැටියට පෙනිලා. ආබරණයක් හැටියට පෙනෙන නෑ කියන්නෙ, කොයි වෙලාවක හරි කෙනෙක් සිති වුනාම, සිතිවෙනකොටම ඒ රූපය හිතෙන් අල්ලගෙන, මෙතන හම්, මස්,ලේ, නහර, ඇට, ඇට මිදුලු වලින් යුක්තයි නේ. කන බොන ආහාරයෙන් නෙ හැදිලා තියෙන්නෙ. නැත්නම් පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ කියන සතර මහා ධාතුවෙන් යුක්තයි රූපය. කන බොන ආහාරයෙන් හැදිලා, තියෙන්නෙ, ඒ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතට නේ රූපාදි අරමුණු පෙනෙන්නෙ. කියලා ඔහොම බලනවා නම් අන්න එයා සර්පයෝ හතර දෙනා ප්‍රකට කරගෙන.

එතකොට අපිට ආරම්භය, පටන් ගන්න තියෙන්නෙම ඔය විදියට, එයාට හිතට සිතිවෙන සිතිවෙන හැම අරමුණක ම, ඉන්ද්‍රියන්ට හමුවෙන හැම අරමුණකම යම්තාක් පොඩි කාලෙ ඉඳිලා මේ දක්වා සත්ව පුද්ගලභාවය සිති කරන්න පුළුවන් හැම අරමුණක් ම සිති කර කර ඔය විදියට බලනවා නම් යම් කාලයක් තියෙනවා අර පුද්ගල සංඥාව සිතිකරන කොටම අපි මේ අනාත්ම වූ රූපය සිතිකරගත්තා නේද? අපි පුද්ගලයා කියලා සිති කරන තැනක තියෙන රූපය ආහාරයෙන් හැදුනෙ. පුද්ගලයෙක් නොවෙන ධර්මාවයක් කියන එක හිතට දැනෙන මට්ටමක්

එනවා.ඔන්න දැන් සර්පයෝ හතර දෙනාට අනුවෙන්නෙ නැති මට්ටමකට යාගෙන එන්නෙ. එතකොට තමයි සතුරු වධකයෝ පස් දෙනා එන්නෙ. දැනට සතුරු වධකයෝ පස් දෙනාගෙන් කරදරයක් නෑ. මොකද සර්පයෝ ආබරණ කොට ඉන්නෙ. දැන් ආබරණ ටික ගලවලා පැත්තකින් තියලා දුවන්න තියෙන්නෙ. ඒ කියන්නෙ මම, මගේ කියන අදහස අයින් වෙන විදියට නුවණින් බැලිය යුතුයි.

සතුරු වධකයෝ පස් දෙනා වගේ තමයි මොකක් ද? මේ පංච උපාදානස්කන්ධය. පංච උපාදානස්කන්ධය කියන කොට දැන් එයාට සර්පයෝ හතර දෙනාට අමතරව ස්කන්ධ පංචකයත් ප්‍රකට වෙලා. ඒ කියන්නෙ දැන් අර අපි බල බලා යනකොට ඉබේම සතුරු වධකයෝ පස් දෙනා හම්බවෙනවා. අපි දැන් මෙහෙම බල බලා යනකොට රූපය පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ ආභාරයෙන් හැදිලා තියෙන්නෙ. කය ඇසුරු කරගෙන ඉන්න හිතෙන් මේ රූපය දකිනවා කියන කොට එයාට අනුවෙනවා දැන් මෙහෙම ඉඳගෙන ඉන්න කොට මේ කය ඇසුරු කරගෙන ඉන්න හිතෙන් රූප නිමිත්ත අරගෙන ඉන්න හැටි. එතකොට රූප නිමිත්ත රූපස්කන්ධයට අයිති. ඒ රූප නිමිත්ත දැනගන්න විත්ත වෛතසික ටික වේදනා, සංඥා, සංඛාර කියන ස්කන්ධ ටික. මේ හිතෙන් යම් අරමුණක් දකිනවා කියන තැන තියෙන්නෙ ස්කන්ධ පංචකය.

එයාට මේ සර්පයෝ හතරදෙනා වෙනමත්, ස්කන්ධ පංචකය වෙනමත් අල්ලගන්න පුළුවන්. මේ කයේ පිහිටලා ඉඳිමින්, විඤ්ඤාන කයේ පිහිටලා ඉඳිමින් සිතෙන් නොයක් රූපාදි අරමුණු දැනගන්නා හැටි. ඒ විතරක් නෙවෙයි. තව එයාට ප්‍රකටයි, හිතට මොනවා හරි දෙයක් සිහිවුනොත් දැන් ගෙදර කියලා හරි, යාළුවෙක් කියලා හරි මොනවා හරි බැහැර දෙයක් ඇති බවට සිහිවුනොත්, ඒ ඇති බවට සිහිවෙන එක තමන්ගේ මනසින් උපන්න එකක් කියන එකත් ප්‍රකටයි. දැන් මෙයා මොකද කරන්නෙ සතුරු වධකයෝ පස් දෙනාට හසු නොවී යනවා කියලා කියන්නෙ ආනාපාන සතියෙන් හිත වඩ වඩා උපදින උපදින සිතුවිලිවල, ඒ කියන්නේ යමක් සිහිකරන කොට සිහිකරන දේ බාහිරට ඇඳුන්නෙ නැතුව. දැන් ගෙදර කියලා සිහිවෙනවා. සිහි කරන දේ මේ මනස තුලම උපන්න එකක්. මනෝ සම්පිස්සයෙන් හටගන්න එකක්. මනෝ සම්පිස්සය නැති වෙනකොට නැතිවෙනවා කියලා එහෙම උපදින උපදින විතර්කයන්ගේ අනිත්‍යය බල බලා ආනාපාන

සතිය වඩනවා. දැන් ඔය සතුරු වධකයෝ පස් දෙනාට හසු නොවී දුවනවා. දෙගොල්ලන්ම හසු නොවී දුවන්න ඕන. ලෝකෙට එනකොට, මේ කය පරිහරණය කරන කොට, පුද්ගල භාවයට දැනෙනකොට, මේ සතර මහා ධාතුව ප්‍රකට කර ගන්නත් බලනවා. එක තැනක ඉඳගෙන ඉන්නකොට උපදින, උපදින විතර්කයන්ගේ අනිත්‍යයත් බලනවා. විතර්කයන්ගේ අනිත්‍යය බල බලාත් ආනාපානසතිය වඩනවා. විටෙක මේ කයේ සතර මහා ධාතුව ප්‍රකට කර කරත් ආනාපානසතිය වඩනවා. දැන් සර්පයෝ සතුරු වධකයෝ දෙගොල්ලම පන්නවා.

ඒ සතුරු වධකයෝ පස් දෙනා පන්නනකොට ඒක රිකෙන් රික අනුක්‍රමයෙන් ඔබ්බට යනවා. ඒ කියන්නේ දැන් ගෙවල්, දොරවල් අම්මා තාත්තා කියලා ඔය සිහිවෙන මට්ටමට හිත තියලා, සිහිවෙන සිහිවෙන අරමුණේ අනිත්‍යය බල බලා ආනාපාන සතිය වඩනකොට ඊට සියුම් මට්ටමේ විතර්ක ප්‍රකට වෙනවා. ඒ විතර්කත් තමන්ගේ සිතින්ම උපන් දේවල් කියලා බල බලා අනිත්‍යය වඩන කොට ඔන්න ඵයාට හම්බවෙනවා කවුද? වැලි කෙළියේ පටන් හිටපු මිත්‍රයා. වැලි කෙළියේ පටන් හිටපු මිත්‍රයා කියන්නේ නන්දිරාග ස්වභාවය. මම කියන හැඟීම. දැන් තාම අනුවෙන්නෙ නෑ. අනුක්‍රමයෙන් අපි යා යුතුයි. දැන් සතුරු වධකයෝ පස් දෙනා හැටියට ඔය ගෙවල් දොරවල් සිහිවෙනවා. කියන රළු විතර්ක රික හසුවෙනවා. ඒ මට්ටමේ ඒවා මැකෙන කොට නිස් ශුන්‍යතාවයක්. නමුත් ඒ ශුන්‍යතාවයෙ සතුටු වෙන්නෙ නැතුව. අනිත් පැත්තට බලන්න. ඊට සියුම් විතර්ක රික හසුවෙයි. ඒ සියුම් විතර්ක කියන්නේ මොනවාද? දැන් ගෙවල්, දොරවල්, අම්මා, තාත්තා , දුවා, පුතා කියලා සිහිවෙන්නෙ නෑ. නමුත් හොඳට බැලුවහම ඉඳගෙන ඉන්නකොට මේ වටපිටාව ඇති බව තේරෙන එක හිතට තේරෙන විතර්කයක්. එතකොට ඒක හඳුනාගන්නවා. දැන් මේ වටපිටාව ඇති බව හිතටයි තේරෙන්නේ. ඇස් දෙක වහගෙන ඉඳිදි වටපිටාව තේරෙන එක විතර්කයක් කියලා හඳුනාගනිමින් ඒ හිමිනිවලත් අනිත්‍යය බලමින් ආනාපානසතිය වඩනවා. ආනාපාන සතිය වඩමින් අනිත්‍යය බලනවා.

ඔහොම කරනකොට කරනකොට ඒ වටපිටාව තියෙනවා කියන රික මැකෙනවා. නිස් බවක් අනුවෙනවා. එතකොට ඒ නිස් බව පැත්තට හැරෙන්න ඒපා. ආයෙ තව රිකක් අනිත් පැත්තට බලන්න. එතකොට තමන්ට හම්බවෙයි මේ තමන්ගේ කය තියෙනවා කියලා. ඇහැර, කණ, දිව, නාසය, ශරීරය, කියලා නැත්නම් මේ අත, පය, කියලා, ශරීරය ඇති

බවට අනුවෙයි. දැන් ශරීරය තමන්ට තේරෙන එක. ඇස්, කන්, නාසය ඇති බවට තේරෙන එක. මෙන්න මේ ටික විතර්කයි කියලා හඳුනාගන්න. විතර්කයි කියලා හඳුනාගෙන ඒ හිතට දැනෙන, දැනෙන, දැනෙන කයේ අනිත්‍යය බලමින් ආනාපානසතිය වඩනවා. එහෙම වඩනකොට ඇහැර, කණා, දිව, නාසය, ශරීරය, කියලා මේ පේන රූපෙ සම්පූර්ණයෙන් ම මැකෙනවා. මැකුනහම ඕගොල්ලන්ට තමන්ගෙ කය කියලා සිහි කරන්න බැරි මට්ටමකට එනකොට ඔන්න ඉදිරියට එනවා වැලි කෙළියේ පටන් හිටපු මිත්‍රයා. සතුරු වධකයෝ පස් දෙනාගෙ අන්තය ඔය දක්වාම ටිකෙන් ටික ටිකෙන් ටික එනවා. සතුරු වධකයෝ ඔතන ඉන්නවා. වැලි කෙළියේ පටන් හිටපු මිත්‍රයා කියන්නෙ නන්දිරාගය, මේ මම කියන හැඟීම, දැන් ඔහොම ඉන්නකොට ඔයගොල්ලන්ට තමන් කියලා කියාගන්න පුළුවන් හැඟීම තියෙනවනේ. ඔන්න ඔය හැඟීම විතරක්ම, ස්කන්ධ වලට ගෑවෙන්නෙ නැතිව හැඟීම විතරක්ම අල්ලගන්න බලන්න.

ඔන්න ඔය මම කියන හැඟීමේ අනිත්‍යය බලනකොට ඒ තමයි අර සතුරු වධකයෝ පස් දෙනාටත් අල්ලගන්න බැරිව දුවනකොට එන මිත්‍රයා. දැන් ඒ මම කියන හැඟීමේ අනිත්‍යය බල බලා කරනකොට දැන් ඔන්න මිත්‍රයාටත් හසු නොවී දුවනවා. මෙන්න මේ මට්ටමට ආවහම තමයි, නියම විදියට මේ ශාසනේ, භාවනාවකින් ඕගොල්ලන්ට ඇඟට දැනෙන වෙනසක් වෙන්නෙ. ඊට මෙහා කවුරු කොච්චර කිවුවත්, කිසි කෙනෙකුට ඇඟට දැනෙන වෙනසක් වෙන්නෙ නෑ. ඒ කියන්නෙ රාග සිහිවිල්ලක් ඇතිවෙනවා කියන්නකො. ඕගොල්ලෝ ඕන තරම් මෙනෙහි කරන්න. නමුත් ඒක උඩින් නැති වුනාට යටින් ඊට තියෙන අනුගත ගතිය එහෙම මැකෙන්නෙ නෑ. තරහක් ඇති වෙනවා කියන්න. එහෙම තරහා ගන්න හොඳ නෑනෙ. කියලා ඕගොල්ලෝ තමන්ටම කියා ගත්තට යටින් යන සියුම් හැඟීම නැති වෙන්නෙ නෑ ඔය මට්ටමේ දී. ඕනම දුකක් ඇති වුනහම ඕවා ඉතින් කාටත් වෙන දේවල්නෙ කියලා හිතන්න පුළුවන්. ඇතුලෙන් යන ගතිය නැතිවෙන්න නෑ. මෙන්න මේ මම කියන හැඟීම අල්ලගෙන, ඔන්න ඔතෙන්නට හිත තියලා අල්ලගන්න පුළුවන් මට්ටමට ආවොත් අන්න එදාට පීච්තේ අත්දැකීමම වෙනස්කම තේරෙනවා යම් මට්ටමකට. ඒ කියන්නේ යම් සරාගි මනසක් ඇතිවෙච්ච වෙලාවක දී ඒක නැතිවෙන්න බලන්න. ඒ මොහොතෙම ඒක අතඇරෙනවා. ආපනු හිමින් ඇදී ඇදී ගිහිල්ලා, ගිහිල්ලා නෙමෙයි.

තරහවක් ඇතිවෙන එක ඇතිවෙන කොයි වෙලාවෙ හරි බැලුවොත් ඒක ඒ වෙලාවෙම එහෙමම නැතිවෙනවා. ඊට මෙහා තාම මේ පුද්ගලයාටයි තරහව කියන එක ඇතිවුනේ, දැන් තරහ නැතිවෙන්න බලන්නේ එයයි. රාග සිත් ඇතිවන තැනත් ඉන්නේ පුද්ගලයා, ඒක නැතිවෙන්න බලන්නේ එයා. ඒකයි මේ ස්වභාවය. දැන් ඔය ටික ඇති කරන කෙනා අල්ලාගන්න පුළුවන් තැනට එනවා. ඒ තමයි ස්කන්ධ එක්කම තියෙන නමුත් ස්කන්ධ නොවන මම කියන හැඟීම. දැන් ඔයගොල්ලන්ට ඔය මම කියලා හිතන ස්වභාවය තියෙන්නේ. ඔය ගතිය විතරක් හිතට කොටු කරලා අල්ලාගන්න. අන්න ඒ මට්ටමට මම කියන හැඟීම අල්ලගෙන, ඒකෙන් අනිත්‍යය බලනකොට තමයි ඕගොල්ලන්ට හොඳ විත්ත සමටයක් එන්නේ. මං කිවුවේ පිටිනේ යම් මට්ටමක හෝ ඒ කියන්නේ කෙළවරක් නෙමෙයි. හොඳ තැනකට ඇවිල්ලා එහෙම නෙමෙයි. මේ විදියටත් කරනකොට තමයි නිවරණා ධර්ම දුරු වෙන්නේ.

ඒ කියන්නේ දැන් ලෝකෙ උපද්දන්න තියෙන හේතුවම නැතිවෙන පැත්තෙන් තියෙන්නේ. ඊට මෙහා මොන භාවනාවක් කෙරුවත් මෙයාව යට ගිහිල්ලා ඒ නිසා යම් සමටයක් ඇතිවෙලා. යම් ශූන්‍යතාවයක් ඇතිවෙලා ඒ තුළ පිටත්වෙනවා මිසක, මේ කෙලෙස් ගතිය අනුවෙන්නේ නෑ. දැන් මෙයා යන්නේ අනුක්‍රමයෙන් අර හිල් හයක් තියෙන හුඹහක හිල් පහක් වහලා එක හිලකින් අතදාලා තලගොයා අල්ලාගන්නවා වගේ ඇහැ, කණා, දිව, නාසය, ශරීරය, මනස කියන ආයතන හයෙන් පහක් වහලා එක්ම මනාසතනය හරහා මේ ඇතුලට ඊංගන්නේ. ඔන්න ඔය මම කියන හැඟීමෙන් අනිත්‍යය බලන මට්ටමට, ඒකටත් හසු නොවන මට්ටමට යනකොට ශූන්‍ය වූ ග්‍රාම. ඒ කියන්නේ ඒ මට්ටමේ දී එයා බැහැර රූපයක් සිහි කරනවා කියලා සිහි කරන කොට සිහිකරන්නේ තමන්ගේ මනසමයි කියන එක පේනවා. දැන් අද ඕගොල්ලන්ට කොච්චර හිතුවත් වචනයක් කියනවා මිසක පේන්නේ නෑ. සද්දේ හෝ ඕනම දෙයක් සිහි කරන්න සිහිකරන දේ මනසයි කියලා තේරෙනවා. මේ ඇහෙන් වැඩ නෑ. ගිහිල්ලා බලන්න මොකක් හරි සිහිකරන කොට සිහිකරන එක මනසයි කියලා හිතෙනවා. අවශ්‍යම එකකට මිසක මේවා ඔක්කොම නැත්නම් හිස් ගෙයක්. රූපය හිස් වූ අර්ථයෙන්, තුවිෂ් වූ අර්ථයෙන් ම වැටහෙනවා. රූපවල සාරයක් හම්බවෙන්නේ නෑ. එහෙම වුනාට මේ ගමට හොරු පනිනවා කියන්නේ වච්ඡානසේ ආයතන රූප ගැටීම් නිසා හමුවෙන්න පුළුවන්කම නාම

නැතිවෙලා නෑ. ඒ හින්දා ඒකෙන් තව ස්ථිරව ඉන්න බෑ. තවත් ද්වන්න ඕන. ඔහොම ද්වනකොට ඉතින් සිහිල් හෙවනකට එහෙම එනවා. ඒ කියන්නේ ඒ මට්ටමට එනකොට දැන් ඔය හිතේ බොහොම පැහැදීමක්, ප්‍රසාද ගතියක් සතුටක් තියෙනවා. නමුත් ඒ ද ඉන්න බෑ. ඊට පස්සෙ මහා ජලාශෙ වගේ තමයි ආශ්‍රව. කාමාශ්‍රව, භවාශ්‍රව, දිට්ඨාශ්‍රව, අවිජ්ජාශ්‍රව කියන ආශ්‍රව ටික. එතකොට පාරැව වගේ තමයි ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය. අතින් පයින් වෑයම් කරනවා කිවුවෙ. හබලක් නැතුව, විරියට නමක්, එතෙර කියලා කිවුවෙ නිවන. දැන් ඔය වැලි කෙළියේ පටන් හිටපු මිත්‍රයාගේ අනිත්‍යය බල බලා ඔහොම යනකොට ශුන්‍යතාවයක් එනවා. හිස් ගමක්. ඒ ගමේ ඉන්න හොරැන්ටත් අනුනොව් ද්වනකොට ජලාශෙ හම්බ වෙනවා. ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයෙන් ඒකෙන් එගොඩ වෙන්න ඕන. කිවුවෙ ඔන්න ඔය ටිකට එනකොට තමයි අර ප්‍රීතිය, ප්‍රමෝදය, ඇවිල්ලා ඒ ධර්මා නිසාම හිත සමාධි වෙනවා. හිත සමාධි වෙනකොට ඔය අපි කතා කරන දර්ශන තියෙන්නේ පෙර නොතිබීම හටගෙන ඉතුරු නැතුව නැතිවෙනවා. දැකපු දේ දැකීමෙන් පස්සෙ ඉවරයි කියලා. ඔය කතා ටික ඔක්කොම පේනවා ඒ සමාධියට. ඒක තමයි ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය. අන්න ඒ දර්ශනයටයි. ඔය දිට්ඨානුසය, විචිකිච්චාඅනුසය, ඔය ඔක්කෝම අනුසය ධර්ම තිඳෙන්නේ, අනුක්‍රමයෙන් ඒ දර්ශනයම නැවත ඒ සමාධිය ඇතිවුනහම අතික් පැත්තට පේනවා. සර්පයෝ හතර දෙනා කියන තැනත් දැන් මෙව්වර කල් බැලුවා. පඬුවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ කියලා බැලුවා. බලන්නා හිටියා. සතුරු වධකයෝ පස්දෙනාගෙ ඇතිවීම නැතිවීම බැලුවා බලන්නා හිටියා. වැලිකෙළියේ පටන් හිටපු මිත්‍රයාගේ අනිත්‍යය බැලුවා. බලන්නා හිටියා. ගම් පහරන හොරැන්ගෙන් බේරිලා යන්න හැදුවා. බේරෙන්නා හිටියා. මේ හැම එකේම අපි මෙව්වර කාලයක් ආවේ පුද්ගල භාවයෙන්. උවමනාවෙන් ආවෙ. ඒ ඒ තැන්වල දී හිත සමාධි වුනා තමයි. නුවණ යෙදුනා තමයි. නමුත් ඒ හැම තැනකම කරන්නෙක් හිටියා. කළා. එයා කරපු වැඩක්.

නමුත් මේ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය කියන තැන, පහුර කියන තැන, ජලාශෙන් එතෙර වෙත තැනදී, මේ පුද්ගලභාවයයි, අත හැරෙන්නේ. අතහැරෙනවා කියන්නේ ඒ සමාධියට උත්සාහයකින් තොරව අර කියපු ටික ඔක්කොම පේනවා. තේරෙනවා. ඒ කියන්නේ දැන් සර්පයෝ හතර දෙනා බලන්න ඕන නෑ. එයාගෙ සර්ප ගතිය

පේනවා. සතුරු වධකයෝ පස්දෙනාගේ ස්වභාවය පේනවා. වැලි කෙළියේ පටන් හිටපු මිත්‍රයාගේ ස්වභාවය පේනවා. හොරු ටික හතුරෝ කියන එක පේනවා. ඒ ගොල්ලන්ගේ ගති ලක්ෂණ පේනවා. ඒකයි, ඇත්ත ඇති හැටියේ දකිනවා. එහෙම දකිනකොට දැන් මෙතන බලන්නා නෑ. දුර්ගතය. ඒ දුර්ගතය ද පටිච්ච සමුප්පන්නයි කියන නුවණ තියෙනවා. එතකොට මේ විදියට දකිනකොට මේ ධර්මයන්ගේ තියෙන ඇලෙනකම සම්පූර්ණයෙන් අතහැරෙනවා. කළ කිරෙනවා. නොඇලෙනවා. මිඳෙනවා. අනුක්‍රමයෙන් ආශ්‍රවයන්ගෙන් හිත මිඳෙනවා. කෙලෙසුන්ගෙන් හිත මිඳෙනවා. සියළුම ආශ්‍රවයන්ගෙන් හිත මිදුනා කියන්නේ ඔන්න එතෙරට ගියා.

එතෙරට ගියාම මේ සර්පයෝ ටිකයි, සතුරු වධකයෝ ටිකයි, වැලි කෙළියේ පටන් හිටපු මිත්‍රයයි. මේ හොරුයි ඔක්කොම ටික මෙතෙරම මැරෙනවා. වගේ තමයි, මේ ධර්මයෝ නූපදින ස්වභාවයට පත් කළා. අර ප්ලාශයෙන් එගොඩට යන එකයි. මෙතෙර දේවල් මතු නූපදින විදියට නැති කරනවයි, කියන එකයි දෙක එකට වෙන්නේ. එයා එගොඩට ගියා කියන්නේම, මේ අයගෙන් සම්පූර්ණයෙන්ම නිදහස් වෙනවා. ඒ අය මෙතෙරම මැරලා වැටෙනවා.

ඉතින් ඔය උපමාවෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නුවේ, නිවන් දකිනවා කියලා අපිට, එක් එක්කෙනාට එක එක විදියේ මගවල් නෑ. ඔය විදියට මේ බාහිරේ පටන් ගන්න තැන ඉඳලා මනෝ විඥාන සම්පීඨය හරහා ඉතාම සියුම් විතර්ක ප්‍රකට කරගෙන, ප්‍රකට කරගෙන ඊට පස්සේ ඒ අනුව ගිය ඉතාම සියුම් කෙලෙස් ධර්ම ප්‍රකට කරගෙන මෙහෙම ඇතුලට බහින එක ක්‍රමයක් තියෙනවා. නිවන් මඟ දක්වාම තියෙන ඔය ක්‍රමය වෙනස් වෙන්නේ නෑ. ඒ කියන්නේ දැන් මේකට යන උදවු කරගන්න මහසිකාර මට්ටම් වෙනස් වෙන්න පුළුවන්. කෙනෙක් මේ සර්පයෝ හතර දෙනා ප්‍රකට කරගන්න තැන කෙස්, ලොම්, නිය, දන්, සම්, මස් කියලා බලන්න පුළුවන්. කෙනෙක් පඬව්, ආපෝ, තේපෝ, වායෝ කියලා බලන්න පුළුවන් කෙනෙක් වර්ච්චි බිත්තියකට උපමා කරලා බලන්න පුළුවන් සතුරු වධකයෝ පස්දෙනාගේ උදය - වැය බලනකොට කෙනෙක් වතීමානයේ බලන්න පුළුවන්, කෙනෙක් ආභාරය නිසා හටගත්තේ කියලා බලන්න පුළුවන්. කෙනෙක් අවිද්‍යා තණ්හා නිසා හටගත්තේ කියලා බලන්න පුළුවන්. කෙනෙක්

ධාතුන්ගෙන් බලන්න පුළුවන්. ආයතනයන්ගෙන් බලන්න පුළුවන්. කොයි විදියට බැලුවත් ප්‍රකට වෙන්නෙ අන්තිමට එකම තැන. ව්‍යංජන නානත්වයක් විතරයි තියෙන්නෙ. අර්ථය එකයි.

දැන් අපි කියමු ඔය දර්ශනය ගැන වුනත් මම එක එක වෙලාවට එක එක ක්‍රම කියනවා. පවතින දේ අනිකක්. පෙනෙන දේ අනිකක්. පෙනෙන දේ පවතින දේ නෙවෙයි. පවතින දේ පෙනෙන දේ නෙවෙයි. කියලා එක වෙලාවකට කියනවා.

එක වෙලාවකට පෙනෙන දේ පෙනීම විතරයි. අල්ලන්න, අහන්න, දකින්න බෑ. කියලත් කියනවා. තව වෙලාවක දී නිබුනත් නෙමෙයි. තියෙනවත් නෙමයි. අවස්ථාවට හටගන්නෙ පෙර නොතිබීම හටගෙන ඉතුරු නැතිව නැතිවෙනවා. කියලා කියනවා.

තව වෙලාවක දී මේ පේන දේ අවිද්‍යා, කම්, තණ්හා, ආහාර කියන ටිකෙන් හැදිලා තියෙන්නෙ. මේ හේතු ටික නැතිවෙන කොට නැතිවෙනවා. තියෙන දෙයක් හම්බවෙනවා නෙමෙයි. අපි උපද්දවාගෙනයි පරිහරණය කරන්නෙ කියලා කියනවා. ඔය වගේ මං එක එක තැන්වල දී මේ දර්ශනය එක එක විදියට කතා කරනවා. කතා කළාට වචන නානත්වයක් විතරයි. අර්ථ වශයෙන් එකම තැන තියෙන්නේ. නොදන්න කෙනෙකුට හිතෙයි. හාමුදුරුවෝ එදා මෙහෙම කිවුවා. ඊට පස්සෙ මෙහෙමත් කිවුවා. මෙහෙමත් කිවුවා. කියලා. ඔය එක පරියායකින් කැමති කෙනෙකුට එක ක්‍රමයක් අල්ලගෙන කරන්න. අනිත් කෙනා අනිත් ක්‍රමේ කරන්න. දෙන්නම ඉන්නෙ එක තැන. ඒ නිසා මෙකෙදි මේ සම්මා දිට්ඨිය පෙන්නන්න ගත්ත වචන නානත්වය මිසක, සම්මා දිට්ඨි නානත්වයක් නෙමෙයි. ඇත්ත එකයි. කොතනින් ගත්තත් එකයි. ඒ වගේ මේ භාවනා කරනවා කියලා පාවෙනවා වගේ. හිස් වගේ, කිසි දෙයක් නොදැනෙන තැන. එහෙම එකක් මේ ශාසනේ නෑ. මේ ශාසනේ තියෙන්නෙ ස්කන්ධ, ධාතු, ආයතන, ටික ටික දැනුම ප්‍රකට කරගෙන ඒ විත්ත වෛතසික ධර්ම ඕදාරික මට්ටම අත ඇරලා ඊගාව මට්ටම ප්‍රකට කරගෙන. ඒ අනුව ගිය රාග, ද්වේශ, මෝහ දුරු කරලා ඒ මට්ටමත් අතහැරලා ඊගාව මට්ටම ප්‍රකට කරගන්න. ඔහොම ඔහොම මේ ජීවිතය අනුව ගිය ස්කන්ධයෝ ඇසුරු කරන මට්ටමේ කෙලෙස් ටික පවා හිඳෙන මට්ටමට යන්න තියෙන්නෙ. ගිහිල්ලා සියළුම ආශ්‍රවයන් ගෙන් මිඳෙන ක්‍රමයක් මිසක මේ ඵලියෙ ඉඳගෙන අපි

තාම කෑ කෝ ගහන්නේ. නෑ ඕක වැරදියි. නෑ ඔහොම වැරදියි. ඔහොම වෙන්නේ නෑ. මෙහෙමයි කිය කියා. ඉතින් මේකේදී මං මතක් කළේ මෙන්න මේ වගේ ගමනක් තියෙන්නේ. ඔය ගමනේ පළවෙනි අදියර තමයි සර්පයෝ හතර දෙනාගෙන් බේරිලා යන්න උත්සාහවත් වෙන කෙතාට විතරයි සතුරු වධකයෝ පස් දෙනා හම්බ වෙන්නේ. සර්පයාට උපස්ථාන කර කර සතුරු වධකයන්ගෙන් බේරිලා යන්න හැදුවොත් හරිද? එතකොට නිකම් විහිළුවක් විතරයි නේ. කෙරෙනවද එහෙම. සතුරු වධකයෝ ටිකක් ඉපදිලත් නෑ. ඒ නිසා ඕගොල්ලන්ට මේ සන්ච පුද්ගල භාවයෙන් යුක්ත මේ රූපය මමයි. මමයි, මමයි, මගේ දුවා, පුතා, කියන තැනක ඉන්නවා. ඒ කියන්නේ ආබරණ, හැබැයි සතුරු වධකයෝ පස් දෙනාගෙන් පැහලා යන්න. මොකක් ද? උපදින උපදින විතර්කයන්ගේ අනිත්‍යය බලන්න හදනවා. පංච උපාදාන ස්කන්ධ කියන්නේ සර්පයෝ හතර දෙනාට උපස්ථාන කරමින් සතුරු වධකයෝ පස් දෙනාගෙන් බේරිලා යන්න හදනවා. පුළුවන් ද? සර්පයෝ හතර දෙනා ආබරණ කොට ඉඳිමින්, උපස්ථාන කරමින් සතුරු වධකයෝ පන්නන්නෙවත් නෑ. ඒකෙන් වෙන්නේ අපිට, වැඩ තියෙනවා නමුත් අර්ථයක් වෙන්නේ නෑ.

මම කිවුවේ කෙනෙකුට භාවනා කරන ඔය කාලේ සුරක්ෂිත නෑ. අද ඕගොල්ලෝ භාවනා කළාට ඊගාව මොහොතේ ඇතිවන සිත මෙහෙම භාවනාවක් කරන කෙනෙක් ද මේ කියලා හිතන්නවත් බැරි විදියේ ආශ්චර්යමත් හිතක් වෙන්න පුළුවන්. මේ හේතුඵල දහම නොදන්නකොට ලෝකයා දොස් කියයි. බනියි. ඕගොල්ලන්ටමත් පුදුම හිතෙයි. නමුත් මේකේ යථාර්ථය දන්නවා නම් එහෙම ප්‍රශ්නයක් වෙන්නේ නෑ. ඒ නිසා එතකොට රැවටෙන්නේ නෑ. කවුරු මොන විදියකට මේ මේ තැනකයි කිවුවට එයා ඉන්න තැන දැක්කහම නිතාගත්ත හැකි මානසික මට්ටම. අද මෙයාට මෙහෙම වෙන්න පුළුවන් නමුත් මේ මට්ටමෙන් මිදිලා නෑ කියන එක. ක්ෂණිකව දන්නවා. ඒක පුදුම වෙන්න දේකුත් නෑ. සමහරවිට මේ හොඳට ඔණා භාවනා කරලා ඉන්න කෙනෙක් ඊගාව මොහොතේ දී සාමාන්‍යයෙන් එහෙම ඔණාක් භාවනාවක් නොකරන කෙනෙකුටවත් ඇති නොවෙන මට්ටමේ හිත් උපදින්න පුළුවන්කම තාම නැතිවෙලා නෑ. ඒක පුදුමයක් නෙමෙයි. නමුත් මේ ගතිය වෙනස් වෙන ජීවිතේට බලපෑමක් ඇතිවෙන්නේ දහමෙන්. දහමෙන් බලපෑමක් දැනෙන මට්ටමට එන්න නම්

වැලකෙලියේ පටන් නිටපු මිත්‍රයාට අනු නොවී දවන මට්ටමට ආවහම මිසක ඉන් මෙහා තවම පුද්ගලයා කරන තව වැඩක් විතරයි. ඒ නිසා හැමදාම ඔය මට්ටමේ බල බලා ඉඳීම හරියන්නේ නෑ. ඔතනින් ඇතුලට යා යූතුයි. ඕගොල්ලන්ට මරණින් පස්සෙ නෙමෙයි මේ පීච්නේම සැනසිල්ල ලැබෙනවා. මරණය දක්වා කල් දාන්න ඕන නෑ නිවන් දුකින්. නිවන කියන්නේ වෙන මුකුත් නෙවෙයි. දුක් වූ ස්කන්ධයෝ දුක තමන් තුළ උපදින්න පුළුවන්. දුක උපදින්න පුළුවන් හේතුව හොයලා හේතුව නැති කරන එක කරන්න තියෙන්නේ. ඒ මොහොතෙම දුක නූපදිනවා. මොන දුක ද? ඔය හැම දුකක්ම. ලෙඩවීම. මහළුවාව, මරණය, දරුවා නැතිවුනා, සල්ලි මිල මුදල් නැතිවුනා, ණය තුරුස්, දැන් ඕවා හින්දා දහම වඩාගන්න බෑ. දහම වඩා ගන්න බැරි හින්දා ඒකෙන් මිඳෙන්න බැරි වෙලා තියෙන්නේ. ඕවා ඔක්කොම පැත්තකින් තැබේවා. කෙනෙකුට පුළුවන් නම් මේක කරන්න. මේ බුදු රජාණන් වහන්සේ ලෝකෙ පහළ වුනේ මේ අපේ තියෙන ප්‍රශ්න ටිකෙන් අමතර දුකකට උත්තර දෙන්න නෙවෙයි. අද ලෝකෙට හින්දා අපහාස ඇණුම් බැණුම් , ණය තුරුස්, බඩගින්න, පිපාසය, ආහාර පාන ටිකක් ගන්න නෑ. අඳින්න ඇඳුමක් නෑ, ළමයින්ගෙ ප්‍රශ්න, ගෙවල් ටොරවල්වල ප්‍රශ්න, ණය කාරයෝ බහිනවා. ඊට පස්සෙ එයා කයෙහුත් දිළිඳුයි, හිතෙහුත් දිළිඳුයි. ඒකෙම කිඳා බහිනවා. මේ ප්‍රශ්න ටිකට උත්තර දෙන්න තමයි බුදු රජාණන් වහන්සේ ලෝකෙ පහළ වුනේ. යම් කිසි කෙනෙකුට, අර රැල්ල තියෙන අතටම පැනලා නානවා වගේ, ඔය ප්‍රශ්න තියෙද්දීම, ප්‍රශ්නවලට විසඳුම් විදියට මොනවා හරි දැනෙමින් කුම හොයනවා. ඒ හොයන අතරෙදින් මේ දහමමයි අරගෙන යන්නේ. සම්පූර්ණයෙන් පිහිටා හිටින දහමක් කියලා පේන්නේ නැද්ද? මේ ප්‍රශ්න ටික ලිහාගන්න දුක නූපදින තැනට ගිහිල්ලා. මේ දුක නූපදින ස්වභාවයටම පත් කරන්න පුළුවන් දුක නූපදින ස්වභාවය ඇතිකරන තැනට කටයුතු කරන්න උත්සාහවත් වෙන්න. එතකොට මේ ප්‍රශ්න ලෝකෙ විසින් කුමන ආකාරයට හෝ සන්සිඳිලා මේකට උපකාරය නොලැබෙනවත් නෙමෙයි. ලැබෙනවාමයි. ඒ කියන්නේ තුණුරුවන්ගෙ ආශීර්වාදය අදෘශ්‍යමාන ආශීර්වාදයක් නැතුවා නෙමෙයි. නමුත් දිළිඳු කයක් තියෙන කෙනා දිළිඳු මහසින්, කිලිටි මහසින්, ඒකට වැටුනහම එහෙමවත් උදවුවක් වෙන්නේ නෑ. වෙන්න කෙනෙකුත් නෑ. වෙන්නෙත් නෑ. ඒ නිසා හැමදාම එයා හිඟන කමේම තමයි.

ඒ නිසා අපිට පුළුවන් නම්, අපේ තියෙන ප්‍රශ්න ටිකටම තමයි උත්තර තියෙන්නෙ මේ ශාසනේ. ඒ ඔක්කොම පැත්තකින් තැබේවා මෙතනින් අරගෙන උත්සාහවත් වෙන්න පුළුවන් නම් ඒ උත්සාහයටම එයා මේ නිවන ද දකිනවා. ලෝකෙ තියෙන ඔක්කොම ප්‍රශ්න ටික ලිහෙනවා. ඔය ප්‍රශ්න ටික අපි හිතනවා හිතනවා හිටියා කියලා, දැන් පන්සලට ඇවිල්ලා කියන්නකො. ගෙදර ගැන හිත නිතා හිටියා කියලා ඕගොල්ලන්ට ගෙදර යමක් කරන්න බෑ. කය මෙහෙනෙ. පන්සලේ වැඩක් කරගන්නත් නෑ. සමහරවිට අවංකවම ඕගොල්ලො දහමෙ හැසිරුනොත් ගෙදර තියෙන දේ ඉබේ රැකෙයි. මේ ගුණයෙ ආශීර්වාදයෙන් රැකෙනවා අනිවාර්යයෙන්. ඒ වගේ සිද්ධියක් මේ දහමේ තියෙන්නෙ. මෙහෙම හිත නිතා ඉන්න කෙනාගෙ ගෙදර දේත් විනාශ වෙනවා. මෙතන හිටියා කියලා ගෙදර දේ රකින්න බෑ. විනාශ වෙන්න කාරණා යෙදුනොත් විනාශ වෙනවාමයි. අන්තිමට පන්සලේ දී කරන්න ආපු ටිකත් නෑ. දෙපැත්තම පිරිහෙනවා. ඒ වගේ ලෝකෙ කටයුතු කරන කෙනා බණක් දහමක් හැකුව එයාගෙ දහම් පැත්තත් පිරිහෙනවා. වස්තු පැත්තත් පිරිහෙනවා. වස්තුව පිරිහුනේ නමුදු මේ දහමින් යුක්ත වෙනවා කියන තැනක හිටියොත්, ඕකට ලස්සන කතා තියෙනවා මට මතක නෑ. නිකම් පොඩි කතාවක් විතරක් කියන්නම්.

බොහොම අත අතියේ රුහුණේ තිබුණා විහාරයක් එක්තරා දවසක ඔය විහාරෙ තිබුණා වටිනා ධර්ම දේශනාවක්. බොහොම දක්ෂ ස්වාමීන් වහන්සේ නමක් ඇවිල්ලා ධර්ම දේශනාවක් කරනවා. ඉතින් ඔය අතරේ එක ගෙදරක හිටියා අම්මයි පුංචි පුතායි විතරයි. දරුවා දාලා එන්න බෑ. දාලා එන්න බැරිකම හින්දා අම්මා මොකද කරන්නෙ ළමයන් අරගෙන ආවා විහාරෙට. දැන් සෙනඟ මැද්දෙ ඉඳගෙන බණ අහනවා. මෙයා හිත කොහාටවත් යන්න නොදී හමුදුරුවො කියන බණ ඔස්සේම මහස අරගෙන යනවා. දැන් අත පේනවා ළමයා ඉස්සරහා දුවනවා. ඒ ළඟ තියෙන තුඹසකින් ආවා සර්පයෙක්. අම්මට දැන් ළමයන් පේනවා. සර්පයන් පේනවා. අම්මා මොහොතක් කල්පනා කළා. මම දැන් ළමයා ගැන බලන්න ගියොත් මට මේ බණ අහන්න හම්බ වෙන්නෙ නෑ. අනන්ත ජාති සංසාරෙ මම ඕන තරම් දුරුවො හදලා ඇති. දුක් විඳලා ඇති. දැන් මේ දරුවා බේරගන්නා කියලා සසරින් බේරා ගන්න බෑ. නමුත් දරුවා මිය ගියත්, මම හොඳින් බණ ඇහුවොත්, මේ කුසලයම මගෙ පුතාට වේවා යහපත් තැනකට යන්න.

මෙයම ශක්තියක් වේවා. වෙන මොනම ගතියක් එයාගේ තිබුනත් මරණාසන්න මොහොතේ ඒ වුනි සිතට වෙන ගතියක් නොවේවා. මං කරන මේ කුසලයම වේවා කියලා දැඩිව අධීක්ෂා කරලා ළමයා ගැන වුට්ටක්වත් හිතන්නේ නැතුවම අම්මා හොඳට බණ ඇහුවා. දරුවා දිනා බලන එක නතර කරලා ඇස් දෙක වහගන්නා. බණ ඇහුවා බණ අහලා ඉවර වෙනකොට අම්මා සෝවාන් ඵලයට පත්වුනා. ඒ උත්සාහයට. අනේ නැගිටලා බලනකොට නයා දුෂ්ඨ කරලා ළමයා මැරිලා. ඊට පස්සේ අම්මා ළගට ඇවිල්ලා සත්‍ය ක්‍රියාවක් කරනවා.

“මම එකදු වචනයක්වත් පිට යන්න නොදී, මේ දරුවා මෙහෙම වෙද්දිත්, ඒ ගැන නොසලකා තුණුරුවන්ම ගරු කරගෙන මං මේ බණ පදය ඇසුවේ වී සත්‍ය නම්, මේ දරුවා සුවපත් වේවා” කියලා ඔළුව අතගැවා. එව්වරම හයිසක් ඒ අම්මට ඒ මොහොතෙම ළමයා සුවපත් වුනා. ඇත්තටම ළමයා මැරිලා නෑ. සිහි මුද්‍රා වෙලයි ඉඳලා තියෙන්නේ. ඊට පස්සේ ටිකකින් ළමයා නැගිට්වා.මං ඒක කිවුවේ දහමකට හිත තිබ්බොත් එයා මෙලොවයි. පරලොවයි. දෙකම දිනනවාමයි. දැන් දරුවා ගැන බලන්න ගියානම් ඔය දරුවා අද නොමැරුනත් කවදාහරි මැරෙනවනේ. ඒකෙන් බේරගන්න පුළුවන් ද? බෑ. තමන් අනන්ත සංසාරේ මැරිලා යන එකෙන් බේරෙන්න පුළුවන් ද? බැ. මේ අම්මා අනන්ත සංසාරේ ඉපදෙමින් මැරෙමින් යන ගමන තමනුත් වලක්වා ගන්නා. මේ පීචිතේ මරණින් දරුවන් වලක්වා ගන්නා. මං මේ කිවුවේ ලෝකේ තියෙන ප්‍රශ්න ටිකටම තමයි බුදුරජාණන් වහන්සේ උත්තර සපයන්න මේ ටික දේශනා කළේ. අපිට ඒකේ විශ්වාසයක් නැති වෙලා අද තියෙන්නේ ඒකයි.

අපි හිතාගෙන ඉන්නේ බණ භාවනා තියෙන්නේ කෑම කාලා අතුරුපසට ගන්න වගේ. මේ පීචිතේ ප්‍රශ්න ටිකට අපි වෙනම පිළියම් කළ යුතුයි. එහෙම නැති කෙනෙකුට විවේකෙන් ටිකක් පස්සේ දුක නැති කරන්න, කරන්න ඕන වගේ එකක් තමයි තියෙන්නේ. ඉතින් එහෙම නෙවෙයි. අපිට තියෙන මේ සියළුම දුක කියන එකට උත්තර කියලා දෙන්නයි බුදුරජාණන් වහන්සේ ලෝකේ පහළ වුනේ. මේ ටික කළහම ඒකාන්තයෙන් මේ පීචිතේම දුකෙන් මිදෙනවා කියන එක පුදුමයක් නෙවෙයි. ඒ හින්දා හැම දෙනාම ඊට උත්සාහවත් වෙලා කරන්න. තව ඔයිට වඩා ගොඩක් විස්තර තියෙනවා. මං ඔය කෙටි කරලා ගත්තේ.

ඒක දෙයක්, මේ භාවනාව තමන්ගේ මනෝ විඥාන සම්ප්‍රේෂණය හරහා, තමන් තුළින් මේ ඇතුළත වැඩෙන්න ඕන සිද්ධි ටිකක් තියෙන්නේ. එහෙම ගිහිල්ලා හිත සමාධි වෙලා ඵලයක් හැටියට ලෝකෙ හම්බ වෙන තැන, ඵලඹ සිටින තැනයි මං ඔය දර්ශනයක් කියලා කතා කරන්නේ. ඒක නිකමීම නෙමෙයි. මේ ගමන් මගේ ඇතුළට ගිහිල්ලා ඇතුළේ තියෙන හේතුව ගලවලා අයින් කළාට පස්සෙ ආයෙ උඩට මතු වෙලා පේන මට්ටමයි ඔය දර්ශනය කියන්නේ. එතකොට බලන්න නෑ. පෙනෙන දේ ඵලය. ඒක උඩ පොත්තේ ඉඳුගෙන අපි ගන්න හැදවට අපිට ගන්න බෑ. මොකද මේ බාහිර ලෝකෙ හම්බවෙන තැන කෙලෙස් තියෙන්නේ. එහෙ කෙලෙස් තියෙන නින්දා නෙමෙයි. ඒ දේවල් හම්බවෙතකොට ඉදිරිපත් වෙන අපේ ආධ්‍යාත්මික මානසික මට්ටම තුල ඇති කෙලෙස් ගතිය නිසයි. ඒ ටික හිඳෙන්න ඕන. මේ භාවනා කියලා කියන්නේ ඒක. ඉතින් යන්න තියෙන ගමන් මග ඔන්න ඔය වගේ සිද්ධියක්. ඒක බලාගෙන අනුමානෙට අර මං කියපු තැනින් පටන් ගන්න. අනිවාර්යෙන් ම අවශ්‍යමයි මං අර කියපු කාරණා ටික. දැනට ගැඹුරු දේවල් එකක්වත් ඒපා. ඕගොල්ලෝ ඔය ටිකෙන් පටන් ගන්න ආනාපාන සතියයි. කායගතා සතියයි ඔය අනුස්සති දෙක පටන් ගන්න. ඔය කායගතාසතිය කියන එක නිවන කෙළවර කොට පවතින ධර්මාවයක්. ඒ නින්දා ඒක ගැන බයවෙන්න ඒපා. එකපාරටම රහත් වෙන්න හදන්න ඒපා. මේක කෙලෙස්, මේ හරියෙ තාම මෝඩකම තියෙනවනේ, අරෙහෙ මෙහෙ කියලා අනුක්‍රමයෙන් යන්න ඕන. අපිට ඉතින් ගොඩක් ඕන පළවෙනි නුස්ම පාරෙන් සෝවාන් වෙන්න. දෙවැනි නුස්ම පාරෙන් සකෘදාගාමී වෙන්න. ඔහොමනෙ බලාපොරොත්තුව ඔහොම බෑ. ඉතින් දැන් අපි ටිකක් භාවනා කරමු. ආපනු මෙනෙහි කරන්න භාවනා කරන හැටි.

එතෙන්දි ඕගොල්ලන්ට තියෙන්නේ සති නිමිත්තෙ හිත තියාගෙන, සත්ව පුද්ගල භාවයට සිහිවෙන හැම අරමුණකම ඕගොල්ලන්ගේ නුවණ දිවෙන්න ඕන කමටහනට. අරමුණක් සිහි නොවුනොත් ඇස් දෙක ඇරගෙන හෝ වහගෙන ඉන්නකොට ළඟ තව අය ඉන්නවා කියලා පෙනෙන මට්ටමේ හැම රූපයක් ම ඕගොල්ලන්ට කමටහනක්. එහෙම මුකුත් නැත්නම්, සත්ව පුද්ගල භාවයට පීචිතේ ඇසුරු කරපු අනන්ත අපරිමාන නිමිති තියෙනවනේ. ඔක්කොම කමටහන්, ඔක්කොම සිහි කර කර බැලිය යුතුයි. ඊට අමතරව තමන් කියන කය, මේ කයෙන්

සත්ව පුද්ගල භාවයට හම්බවෙන හැම නිමිත්තම ඕගොල්ලන්ට එක සැරයක් බලන්න පුළුවන් නම් මෙහෙම. එක රූපෙක එක වතාවක් බැලුවහම ඇති. දැන් තමන්ට ලෝකය හමුවෙච්ච දවසෙ ඉඳලා හිතට මතක් කරන්න යම් තාක් පුද්ගල භාවයෙන් යුක්ත රූප තියෙනවනෙ. ඒ එකක් ගන්නවා. ඒක බලනවා ඒ රූපෙද හම, මස්, ලේ, නහර, ඇට, ඇට මිදුල වලින් යුක්තයි. කන බොන ආහාරයෙන් හැදිලා තියෙන්නෙ. ඒ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිත නිසා නේද ඒ කය සවිඥානක වෙලා තියෙන්නෙ. ඒ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිත නිසයි. ඒ රූපෙ යෑම, ඊම් වෙන්නෙ. ඒ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතට නේද එතනත් රූප පේන්නෙ. ඒ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතට නේද සද්ද ඇහෙන්නෙ. කියලා බැලුවා. එකම වතාවක් බලන්න. ඒ වගේ දැන් සත්ව පුද්ගල භාවයෙන් ඇසුරු කරපු හැම කෙනෙක් ගැනම ඔහොම බලාගෙන යන්න. එක්කෙනෙක් ගැන එක වරක් විතරක් බැලුවම ඇති. ඕක අවසන් කරන්න ඕගොල්ලන්ට සතියක් වත් යයි. එව්වරට මතකයි අපිට රූප. ගොඩාක් බල බලා ඉන්න නැතුව එකම සැරයක් බලන්න. තේරුනාද මං කියන එක. පුළුවන් නම් වැඩේ කරලා බලන්න. ඉවරයක් වෙන්නම. ඉවරයක් වෙන්න කියන්නෙ සිහිකරන්න පුළුවන් තාක්. එතන දි අද මැරිලා වෙන්න පුළුවන්. දැන් තාත්තා මැරිලා. නමුත් මගේ ලෝකෙට නාම ඒක සජීවී. එතකොට ඒ තාත්තා කියන රූපෙන් සිහි කරන්න. සිහිකරලා, ඉන්න කෙනෙක් හැටියට අල්ලගන්න. එතන ද ඒ රූපෙ හැදිලා තියෙන්නෙ. හම්, මස්, ලේ, නහර, ඇට ඇට මිදුල, කන බොන ආහාරයෙන්නෙ හැදුනෙ. ඒ කය ඇසුරු කරගෙන පැවතුන හිත නිසා නේද ඒ කය සවිඥානක වුනේ. ඒ කය ඇසුරු කරගෙන පැවතුන හිත නිසා නේද ඒ රූපයෙ යෑම ඊම් වුනේ. ඒ කය ඇසුරු කරගෙන පැවති හිතෙන් නේද රූප දැක්කෙ. ඒ කය ඇසුරු කරගෙන පැවති හිතෙන් නේද සද්ද ඇහුවෙ. කියලා බලනවා. යම් දවසක උත්තර ටික එනවා. මම තාත්තා කියලා කිව්වේ හම්, මස්, ලේ නහර වලින් හැදුන ඒ කයට ද, නැත්නම් ඒ කය ඇසුරු කරගෙන ක්‍රියා කරපු මේ හිතට ද? කියලා තමන් ම ප්‍රශ්නාර්ථයකට මැදිවෙන තැනක් එනවා. එතකොටයි තේරෙන්නේ මේ අපි නාම රූප දෙකක් තියෙන තැනක මේ නාම රූප දෙක නොදන්නාකම නිසා අවිද්‍යා පච්චයා සංඛාරා නොදන්නාකම නිසා ඇතිකරගත්ත සංකල්පයක් නේද මේ තිබුනෙ. අපි කෙනෙකුට කැමතියි කියන්නෙ අපි අන්තිමට අපේම අදහසට රැවටිලා නේද? දැන් ඔය සංස්කාර ස්කන්ධය උපමා කරන්නේ මොකටද? පට පණුවට නෙ. දැන්

පට පණුවා මල්බේර් ගස්වල කෝෂයක් හඳුනවා. උග්‍රම කෝෂේ බැඳලා බැඳලා ඒක ඇතුලට ගිහිල්ලා කටින්ම කෝෂේ වහනවා. මොකද ඒ උග්‍රට සමනලයෙක් වෙන්න. මුළු මල් බේර් ගහේම කොළ කාලා ගහම එකම පණු කෝෂ බවට පත් වෙවිච කාලෙදී මිනිස්සු ගහ පිටින් ම අරගෙන තමිබනවා. තැම්බුවට පස්සෙ ඒකෙ නූල් ඇඳෙනවා. දිගට නූල් ගන්නවා. ඒකෙන් ඉතින් ලස්සන සාරි විශාගෙන හරි ආඩම්බරේට යනවා. දැන් ඔය පට රෙදි හරි ගණන්. පට රෙදි හික්ෂුන් වහන්සේලාට කැප නෑ. මොකද සත්ව හිංසාවකින් හඳුන ඒවා හිසා ඒවා හික්ෂුන් වහන්සේලාට කැප නෑ. ඉතින් තමන් ම හඳුපු කෝෂය හිසයි ඒ පටපණුවට මැරෙන්න වුනේ. තමන් ම හඳුපු කෝෂය හිසා තමන්ම විනාශ වෙන පට පණුවා වගේ කියනවා මේ සංඛාරය. තමන් ම හඳුන විතර්කයට තමන්ම රැවටිලයි දුක් විඳින්නේ. ඒ බව හොඳට තේරෙනවා අපි පට පණුවොයි කියන එක, කාටත් ඔය නාම රූප දෙක ප්‍රකට වුනහම.

එහෙනම් දැන් හොඳට මතක තියාගන්නට ඕන. ඕගොල්ලන්ට තියෙන දේ තමයි, නිකම් හිතන්න හැමදාම සිල් රකින්න වෙන එක දුකක් නෙමෙයිද කියලා. මං දැන් මේ කට්ටියටත් ඔක්කොම කිය කියා ඉන්නේ මේක නම්, මට නම් කරන්න බෑ. ඇත්තටම හැමදාම සිල් රකින්න වෙන එක, හැමදාම භාවනා කරන්න වෙන එක, මේක මහ දුකක්. ඒ හින්දා මේක මොකක් හරි කරන්න ඕන. එක්කො ඉවරයක් වෙන්න. ඒ හින්දා ඕගොල්ලොත් පටන් ගන්න. දැන් අපි නම් මේ දැඩි උත්සාහයෙන් මොනව හරි පටන් ගෙන තියෙන්නේ. මේකට මොකක් හරි කරන්න ඕන. වෙන දෙයක් නෙමෙයි හැමදාම මේ සිල් රකින එක දුකක්. සමථ භාවනා කියනවා, විදුර්භනා භාවනා කියනවා මේක දුකක් නෙමෙයිද? අනික් දුක් මදිවට මේකත් දුකක් වෙලා. ඉතින් මේ ශාසනේ ඇත්තටම එහෙම එකක් නෙමෙයි. මේ ශාසනේ හැමදාම සිල් රකින්න ඕන ශාසනයක් නෙමෙයි. ඒකයි මෙතන වටින්නේ. මේ ශාසනේ හැමදාම සමථ භාවනා, විදුර්භනා භාවනා කරන්න ඕන. ශාසනයක් නෙමෙයි. ඒක කරලා විවේකෙන් ඉන්න පුළුවන් ශාසනයක්. එහෙම තියෙද්දී අපි උචමනාවෙන් මේක ඇදි ඇදි ඇදි ඇදි යන තත්වට පත්කරගෙන තියෙන්නේ.

මේ ලිඳක් ඉහපු කතාවක් තියෙනවා ආණ්ඩුවේ වත්තක ලිඳ ඉතිනවා. ඉවර වෙන්නම ඉතින්න බෑ. එක දවසින්. වතුර ටිකක් ඉතුරයි. ආයෙත් පහුවදාට වැඩ පටන් ගන්නවා. පහුවදා වෙනකොට ආයෙ

වතුර පිරිලා එදත් ඉවර කරන්න බෑ. ඔහොම ඉතින් මාස ගානක් ඉතිනවලු. එක දිගටම දවසක් හමාරක් ඉස්සා නම් ඒක ඉවරයි. නමුත් හරියට දවසෙ වෙලාවට වැඩ ඉවර කළහම මොකද වෙන්නේ. පත්‍රවදාටත් වැඩ. ඒ වගේ අපිත් මේ ආණ්ඩුවේ කුමේට භාවනා කරන්න ගියාම ඕක තමයි වෙන්නේ. මොකද ගණන් ගන්නේ නෑ. පඩියටනේ. අද ටිකක් කරනවා. ආයෙ නිකම් ඉන්නවා. හැමදාම එකම තැන. ඉතින් මේක කොන්ත්‍රාත් කුමේට කරන්න වෙනවා.

ඒ නිසා දැන් මේ කොහොම හරි ශ්‍රද්ධා දර්ශනය, මේ සර්පයෝ හතර දෙනා ප්‍රකට කර ගන්න තැන දක්වා උත්සාහයෙන් කරන්න ඕන. ඒකයි මං කිවුවේ ගොඩාක් කරන්න ඕන නෑ. සත්ව පුද්ගල භාවයෙන් මතක තියෙන යම් තාක් ප්‍රභේද වේද, ඒ එක රූපයක් සිහි කරගෙන එක පාරක් බලන්න. හැබැයි ඒ රූපෙ අර කොටස් පහ සම්පූර්ණ වෙන්න ඕන. මං ඒ කොටස් පහ දාලා තියෙන්නේ කියන්න පහසු නින්නද. ඒ කියන්නේ රූපය, කෙස්, ලොම්, නිය, දත්, සම්, මස්, නහර කියලා රූපය බලනවා. කන බොන ආහාරය නිසා රූපය ඇතිවෙලා තියෙන්නේ කියලා රූපය ඔය කාරණා දෙකෙන් බැලිය යුතුයි. ඊට පස්සෙ කය ඇසුරු කරගෙන තියෙන හිත නිසා කය සම්පූර්ණක වෙලා තියෙනවා. මේ හැඟීම් දැනීම් තියෙනවා. කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිත නිසයි මේ කයේ යෑම් ඊම් වෙන්නේ. හිතටයි රූප පේන්නේ. සද්ද ඇහෙන්නේ. කියලා කය ඇසුරු කරගෙන පවතින හිතෙන් කරන වැඩ තුන ගැන හිතනවා. ඔය කයත් කයේ ඇතිවීමත් කියන කරුණු දෙකයි. කය ඇසුරු කරගෙන ඉන්න හිතෙන් කෙරෙන ක්‍රියාව ගැන කරුණු තුනයි. ඔය පහ තමයි මං කියන්නේ එක රූපයක් දිහා බලාගෙන හිතන්න.

ඉස්සෙල්ලාම ආනාපාන සතියයි වඩන්නේ. ආනාපානසතිය ටිකක් වඩලා විනාඩි දහයක් විතර සිතියෙන් හිත අහකට ගියොත් එවෙලෙ, සත්ව පුද්ගල භාවයට ගියොත් ඒක බලන්න එපා. ආපත්‍ර ආනාපාන සතියට එනවා. මෙහෙම විනාඩි දහයක් විතර කරලා ඊට පස්සෙයි හැම වේලේම මනසිකාරය පටන් ගන්නේ. ආයෙ සක්මන් කරන්න වුනොත්, සක්මන් කරන විටත් සත්ව පුද්ගල භාවයට හමුවන හැම රූපම බලනවා. ආයෙ ඉඳගත්තොත් ඉස්සෙල්ලා ආනාපාන සතිය වඩලයි, ආයෙ බලන්නේ. දැන් ඉඳගෙන වේවා, හිටගෙන වේවා, ඇවිදිනකොට වේවා, නිදාගෙන වේවා, හතර ඉරියව්වෙම සත්ව පුද්ගල භාවයට හම්බවෙන, දැනෙන හැම එකකම කැලි පහ බලන්න තියෙන්නේ. බලමු

කොච්චරක් දුරට කරනවද කියලා. කොච්චර සාර්ථක ද කියලා, දැන්
ලොකු වගකීමක් තියෙනේ. තමන්ට මතක යම්තාක් ඇත් ද, ඒ තාක්ම
සිහි කළ යුතුයි.

පරා මරණ සංඛ්‍යාත මේ ජීවිතය අපරාමර නිවනට හුවමාරු කර
ගන්නට මේ දේශනාව හේතු පාරමිතාවක් ම වේවා!

සාදු! සාදු!! සාදු!!!