

නිමා නැති අමාසුව ලබා දෙන සොළුරූ මග



සමුර ප්‍රින්ට්ස් - 038-2233257

පූජ්‍ය පිටිගල ගුණරතන හිමි

නිමා නැති අමාත්‍යව ලබා දෙන කොළරු මග

පූජ්‍ය පීටිගල ගුණරතන
ස්වාමීන් වහන්සේ

හාල්ල කරාපිටියේ පුරාණ සුනන්දාරාම
මහා විහාරයේදී
පවත්වන ලද දේශනයකි.

පෙරවදන

දේශක හිමියන්ගේ අවසරය ඇතිව මෙම දහම් පොත ඕනෑම කෙනෙකු විසින් මුද්‍රණය කොට ධම් දානය පිණිස නොමිලේ බෙදා දිය හැකිය.

සියළුම හිමිකම් ඇවරණි.

තුන්වැනි මුද්‍රණය - 2010 ඇසල මාස

පොත පිළිබඳ සියලු විමසීම්

මානෙල් පෙරේරා මහත්මිය,

ගරු ලේකම්,

සිරි සද්ධර්මාලෝක කළාණ මිත්‍ර සංසදය,

83/3, ඩුත්තමුව පාර,

කලපලුවාව,

රාජගිරිය.

දුර : 077-4228736

0112-792721

අනමතශෝභායං හික්ඛවෙ, සංඝාරො
පුඛ්ඛා කොට්ඨ පඤ්ඤායති අවිජ්ජා නිවරණානං
තණ්හා සංයෝජනානං සන්ධාවතං
සංසර්තං මමංචේව තුම්භාකංච

“මහණෙනි, අවිජ්ජා නිවරණයෙන් වැසුණු තණ්හා සංයෝජනයෙන් බැඳුණු, මමත්, නුඹලාත්, මේ අනන්ත දිගු සංසාරයෙහි බොහෝ කාලයක් දවන ලදී, සැරිසරන ලදී.

මෙම උතුම් දේශනය ඔබ මා වෙනුවෙන්ද කළ දේශනයකි. ඔබද මමද මේ අනන්ත දිගු සසරේ මැරෙමින් ඉපදෙමින්, රාග ගින්නෙන්, ද්වේශ ගින්නෙන්, මෝහ ගින්නෙන් හා ජාති ජරා ව්‍යාධි මරණ සෝක පරිදේව දුක්ඛ දෝමනස්ස උපායාස යන එකොළොස් ගින්නකින් නිබඳුව දැවෙමින් තවමත් සැරිසරන්නෙමු. මෙසේ ගෙවන ලද, අත්විඳින ලද, සසර අනන්ත දුක් මෙන්ම, ඉදිරියේ අත්විඳින්නට වෙන මහා දුක් පිළිබඳව නැවත නැවතත් සිතා සසර බිය උපදවාගෙන, එමෙන්ම ඔබෙන් මගෙන් ශාස්ත්‍ර වූ මහා කාරුණික බුදුරජාණන් වහන්සේ ඔබ ඉදිරියේ පහළ වී ඔබටම මහා කරුණාවෙන්ම දේශනා කරන මේ ධර්මාපදේශය නොදින් සිතට ගන්න.

“කෝණු හාසෝ කිමා’ නන්දෝ
 නිව්වං පජ්ජලිතේ සති
 අන්ධකාරෙන ඕනද්ධා
 පදිපංන ගවෙස්සට”

එකොළොස් ගින්නකින් භාත්පස දැවෙද්දී
 කුමන සිහිවත්ද? කුමන කතාවත්ද? ලිප මත
 සැලියෙහි දිය කෙළින කකුළුවකු සේ
 භාත්පසින් ගිනි ඇවිල ඇති බව නොදන්නා වූ
 අවිද්‍යාව නමැති ගහඳුර බිඳින්නට ආලෝකයක්
 නොසොයන්නෙහි ද? මේ උතුම් ධර්මය හොඳින්
 සිතට ගෙන ඒ අඳුර දුරුකොට විද්‍යාවේ
 ආලෝකය පහළ කර ගන්නට මේ කුඩා
 දහම් පොතද මහෝපකාරී වේවා යි,
 පාර්ථනයෙන් යුතුව ගාල්ල කරාපිටියේ පුරාණ
 සුනන්දාරාම මහා විහාරයේ දී අප විසින්
 පවත්වන ලද මෙම ධර්මදේශනාව විශ්‍රාමලත්
 සේවාස්ථ අධ්‍යාපන උපදේශක (විද්‍යා) පී. පී.
 සමරවික්‍රම මහත්මා විසින් ලියා පිටපත් කොට
 නිතවතුන්ගේ ද සහායෙන් මුද්‍රණය කොට
 ධර්මදානය පිණිස බෙදා දෙන මේ උතුම් කුසල
 බලයෙන් පී. පී. සමරවික්‍රම මැතිතුන්ටත්, මුද්‍රණ
 වියදම් දැරූ එම කලාණ මිත්‍ර සමූහයටත්, අත්
 පිටපත සකස් කළ උණවටුන අමරසූරිය ගුරු
 විදුහලේ විදුහල්පතිනි, මල්ලිකා හෙට්ටිගේ
 මහත්මියටත්, ඉමදුව මග්ග නිවාරණ ධර්ම
 පදනමේ ගුරු භාණ්ඩාගාරික බුද්ධදාස

හේවාචිත්තාන මහතාට සහ ගුරු ලේකම් පී. බී.
 හෙට්ටිගේ මහතාටත් මේ ගෞරව සාසනයේදී
 ම උතුම් ධර්මාවබෝධය වී සසර දුක් ගෙවා
 අමා මහ නිවනින් සැනසේවා යි ආශීර්වාද කොට
 පාර්ථනා කරමි.

මෙම ධර්මදේශනා පින්තම් සංවිධානය කළ
 කරාපිටිය පුරාණ සුනන්දාරාමාධිකාරී පූජ්‍ය
 මානවේරියේ ධර්මික හිමියන් ඇතුළු සංවිධායක
 පිරිසරටත්, තෙවන මුද්‍රණයේ කටයුතු කළ
 පානදුර සසුර ප්‍රින්ටර්ස් ආයතනයේ අධිපති
 තුමන් ඇතුළු කාර්ය මණ්ඩලයටත්, සියලු
 සම්බන්ධීකරණ කටයුතු කරමින් නන් අයුරින්
 සහාය දැක්වූ මානෙල් පෙරේරා මහත්මියටත්,
 හැදූ වැඩු ගුරු දෙමාපිය කළ්‍යාණ මිත්‍ර
 සමූහයටත් මේ උතුම් කුසල බලයෙන් උතුම් වූ
 නිර්වාණ ශාන්තියම වේවා!

මෙයට,
 පිටිගල ශුභරතන හිමි,
 සද්ධර්මාලෝක ධර්මනිකේතනය
 34, පල්ලිය පාර,
 වෑවල, පිළියන්දල.

පුණ්‍යානුමෝදනාව

මෙම ධර්ම දානමය කුසල බලයෙන් අති පුජනීය පිරිගල ගුණරතන ස්වාමීන් වහන්සේට නිදුක් නිරෝගී සුවය හා දීර්ඝායුෂ ලැබේවා ! තව තවත්, ශාසනික කටයුතු කරගෙන යාමට ශක්තිය, ධේර්‍යය ලැබේවා !

පරලෝ සැපත් අපගේ දෙමාපියන් වන පිරිස් අප්පුහාමි මහත්මාටත්, එම්. පොඩිනෝනා මහත්මියටත්,

ඩේවිඩ් දාබරේ මහත්මා සහ රන්සිනා ඇමුල්දෙනිය මහත්මිය ඇතුළු මියගිය සියළු ඥාති හිත මිත්‍රාදීන්ටත්, රට වෙනුවෙන් දිවි පිදු සියළුම රණවිරුවන්ටත්, මෙම උතුම් කුසල බලයෙන් පරලොව යහපත් වේවා ! නිවන් අවබෝධයම වේවා !

අප පවුලේ සියළු දෙනාටද මෙම කුසල බලයෙන් ධර්මාවබෝධය ලැබේවා ! දෙලොව යහපත වේවා !

290/4,
ඉම්බෝවිල
පිළියන්දල.
අමරසිරි දාබරේ
ඥාණාලතා දාබරේ

2007-09-22 වන දින කරාපිටිය
විහාරස්ථානයේදී පවත්වන ලද අතිපූජ්‍ය
පිරිගල ගුණරතන ස්වාමීන් වහන්සේගේ
ධම් දේශනාව.

ඒ භාග්‍යවත් තිලෝගුරු බුදුරජාණන්
වහන්සේට මාගේ පීචිතයෙන් නමස්කාර වේවා!

වාසනාවන්ත පින්වතුනි, දැන් අපි ටික වේලාවක් බුදු ගුණ මෙන් ගුණ වඩමින්, ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාසයට සිතිය තබමින්, කිසියම් ආකාරයක සිතේ සංසිද්ධිමත් ඇති කරගන්නා. අපි ගතකළ සම්බාධ සහිත පීචිතය සමග බැඳුන සිත ටික වේලාවක් මුදුවල, නිදහස් කරල ධර්මයට සිත යොමන්නට පුළුවන් මානසික වටාපිටාවක් හඳුනන්නා. දැන් සිතේ ඇතිවෙච්ච ඒ සංසිද්ධිම උදව් කරගනිමු. ලොව්තුරා ඒ මාර්ගයම සාක්‍ෂාත් කර ගන්නට, පහළ කර ගන්නට, දැන් පින්වතුන්ලාට අපි මාස ගණනාවක් මුළුල්ලේම මේ ලොව්තුරා ධර්මය පිළිබඳව, විවිධ මාතෘකා යටතේ හැඳින්විම් කළා. හැබැයි අපි තාම පින්වතුන්ට භාවනාවක් කියල යමක් පැහෙච්චෙ නෑ. අපි හැමදාම පුරුදු විදියට කරපු මෙෙහි බුදුගුණ භාවනාව, ආනාපාන සති ආදී කමටහනක් පුරුදු විදියට වඩන්න යම් කාලයක් වෙන් කළා මිසක භාවනාවක්, ප්‍රායෝගික වැඩ

පිළිවෙලක් හැටියට නාම යම් පැනවීමක් කළේ හැහැ. එහෙම පැනවීමක් කිරීමේ හැකියාවක් ද හැහැ. මෙතෙක් කරා කළ ධර්මය තුළින් පින්වතුන් පැහැදිලි කරගෙන ඇති එහෙම කතා කරන්නේ, එහෙම මතක් කරන්නේ ඇයි ද කියල. පින්වතුනි, සමට විපස්සනා දෙක මාර්ගය. සමට විපස්සනා දෙකම අයිති වෙන්නේ මාර්ගයට. මාර්ගය කියන්නේ දුක්ඛ නිරෝධ ගාමිණී ආර්ය සත්‍යයට. එතකොට දුඃඛ නිරෝධ ගාමිණී ප්‍රතිපදා ආර්ය සත්‍යයටයි, සමට විපස්සනා දෙක අයිති වෙන්නේ. එතකොට දුක්ඛ නිරෝධ ගාමිණී ප්‍රතිපදාව කියන්නේ කුමක්ද? ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය, ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය තමයි, සමට විපස්සනා දෙකෙහුත් පැහැදිලි වෙන්නේ, අදහස් වෙන්නේ. ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය වඩනව කිව්වත්, සමට විපස්සනා දෙක වඩනව කිව්වත්, දෙකක් නොව එකක්ම විය යුතුයි. එහෙත් පින්වතුනි, අපි විසඳාගන්න උත්සාහ කළ ගැටළුවක් තියෙනව. අදත් මේ මොහොතෙන් අපි එය ඉස්මතු කර ගන්නට ඕනේ. අපි පින්වතුන්ට මතක් කළා, පැහැදිලි කළා, මේ ශාසනයෙහි ප්‍රතිපදාවන් දෙකක් තියෙනව. ලෝකික ප්‍රතිපදාව, ලෝකෝත්තර ප්‍රතිපදාව කියල. දාන, සීල, භාවනා කියන්නේ ලෝකික ප්‍රතිපදාව. ඒ ලෝකික ප්‍රතිපදාව තුළත් ආර්ය

අෂ්ටාංගික මාර්ගය තියෙනව. මොකක්ද ඒ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයට කියන්නේ. කම්මස්ස කරා ඤාණය පෙරටු කොට ගත්, ලෝකික ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය. එතැන දී සම්මා දිට්ඨිය වෙන්නේ මොකක්ද? කම්මස්ස කරා සම්මා දිට්ඨිය. කම්මා ඵල විශ්වාසය පිළිබඳව ඇති කර ගත්ත දැක්ම තමයි, ලෝකික සම්මා දිට්ඨිය වෙන්නේ. ඒ ලෝකික සම්මා දිට්ඨිය නම් වූ කම්මස්ස කරා ඤාණය පෙරටු කොට ඇති ප්‍රතිපදාව තමයි. ලෝකික ප්‍රතිපදාව. ඊළඟට ලෝකෝත්තර ප්‍රතිපදාව. ඒ ලෝකෝත්තර ප්‍රතිපදාවේදීත් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයක් අපට හම්බ වෙනව.

හැබැයි ඒ සම්මා දිට්ඨියයි. අර ලෝකික සම්මා දිට්ඨියයි අතරේ ලොකු වෙනසක් තියෙනව. ලෝකික සම්මා දිට්ඨියෙදි කම්මස්ස කරා ඤාණයයි සම්මා දිට්ඨිය බවට පත් වුණේ. ලෝකෝත්තර සම්මා දිට්ඨිය කියන්නේ, ලෝකෝත්තර මාර්ගයෙදි හමුවන සම්මා දිට්ඨියයි කියන්නේ, චතුරාර්ය සත්‍යය පිළිබඳව දන්නා වූ නුවණ. එය ධර්මයෙන් දේශනා පාඨයක් හැටියට මතක් කළොත් අපි නිතර සිහිපත් කළා කතමඤ්චාවුසෝ සම්මා දිට්ඨි.

ඇවැත්නි, සම්මා දිවිදිය කියන්නෙ කුමක්ද? “උක්බේ ඤාණං, දුඛ සමුදයේ ඤාණං, දුඛ නිරෝධේ ඤාණං, දුඛ නිරෝධ ගාමිණී පටිපදාය ඤාණං අයං වුවිච්ඡි සම්මා දිවිදී.” එතකොට දැන් පැහැදිලියි සම්මා දිවිදිය කියන්නෙ කුමක්ද? දුක පිළිබඳව දන්නා වූ නුවණ, සමුදය පිළිබඳව දන්නා වූ නුවණ, නිරෝධය පිළිබඳව දන්නා වූ නුවණ, මාර්ගය පිළිබඳව දන්නා වූ නුවණ කියන මේ සතර නුවණම එකතු කරලයි සම්මා දිවිදිය කියල දේශනා කළේ. එතකොට ඔබ සමට විපස්සනා වඩනවා. ලෝකෝත්තර මාර්ගය වඩනවා. කියල කියන්න නම්, එහෙම ඔබ භාවිතා කරනව කියල කියන්න නම්, ඔබ ලෝකෝත්තර සම්මා දිවිදිය පෙරටු කොට ගත් සම්මා සංකප්ප, සම්මා වාචා, සම්මා කම්මන්ත, සම්මා ආජීව, සම්මා වායාම, සම්මා සති, සම්මා සමාධි මේ මාර්ගාංග උපදවා ගෙනයි වඩන්න ඕන.

ඔන්න කාටවත් මේ ලෝකෝත්තර මාර්ගය උපදවා ගන්නෙ නැතිව ඒ කියන්නෙ සම්මා දිවිදිය උපදවා ගන්නෙ නැතිව මාර්ගය වඩනවාය කියන කාරණාව නැහැ. ඒ නිසා ඔබ කවුරු හරි මේ ලෝකයේ “මම නම් ලෝකෝත්තර මාර්ගය වඩනවා. ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය වඩනවා, සමට

විපස්සනා වඩනවා” කියන ප්‍රකාශය කරනකොට ඒ ප්‍රකාශනය තුළ අන්තර්ගතව තියෙනව “දුක පිළිබඳව දැනගන්නා, සමුදය පිළිබඳව දැනගන්නා. නිරෝධය පිළිබඳ නුවණ, මාර්ගය පිළිබඳ නුවණ පහළ කරගන්නා කියන අවබෝධය ලැබිල තියෙන්න ඕනෙ.” ඇයි, අපි එහෙම කියන්නෙ ඒ සතර පලේ ඒ නුවණටයි, සම්මා දිවිදිය කියන්නෙ. ඒ උපදවාගත් සම්මා දිවිදියට අනුවමයි ලෝකෝත්තර මාර්ගය ක්‍රියාවට නැගෙන්නෙ. එහෙම නම් පින්වතුනි, අපි ලෝකෝත්තර මාර්ගයක් හැටියට භාවනාවක් කමටහනක් මෙව්වර කාලයක් ඔබට පැනෙව්වෙ නැත්තෙ මෙන්න මේ හේතුව නිසා. සමට විපස්සනා කියල එකක් මට ඔබ වෙනුවෙන් පනවන්න බැහැ. සම්මා දිවිදිය කියන එක මට දන් දෙන්න බැහැ. සම්මා දිවිදිය කියන එක තම තමන් විසින්ම උපදවා ගත යුත්තකි. තමන්ට සම්මා දිවිදිය උපදවා ගැනීම සඳහා, මාර්ගය පහළ කර ගැනීම සඳහා, බුදු පයේ බුදු මහ රහතන් වහන්සේලා ආදී කොට ඇති සියලු කළාණා මිත්‍රයන් වහන්සේලාට කළ හැක්කේ උපකාර කිරීමක් පමණයි.

සම්මා දිවිදිය උපදවා ගන්න ආධාරක දෙකක් තියෙනව. ද්වේ හේතු, ද්වේ

පව්වයෝ හේතු දෙකක් තියෙනවා. එක පරතෝෂෝෂය, අනුන්ගෙන් අසාගත් බව. ඊළඟට යෝනියෝමනසිකාරය, ඒ අසාගන්න චතුරාර්ය සත්‍ය ඝටිත ධර්මය, ඒ ධර්මයට අනුවම නැවත නැවත සිහි කරන, මෙහෙති කරන බව යෝනියෝමනසිකාරයයි. මෙන්න මේ අංග, මේ ප්‍රත්‍ය දෙක එකතු වුනාම සම්මා දිට්ඨිය උපදවාගන්න පුළුවන්කම තියෙනවා.

දැන් අපට පුළුවන්කම තියෙන්නේ, පරතෝෂෝෂය ඇසිය යුතු දෙයින්, දැනුවත් විය යුතු දෙයින් ඔබව දැනුවත් කරන්න.

ඒ දැනුම කොච්චර ලබල දන්නත් සම්මා දිට්ඨිය නොවෙයි, ඒ දැනුම. ඒ දැනුමට අනුව ඔබ මෙහෙති කිරීමෙන් ලබන ඔබගේ පෞද්ගලික අත්දැකීම් තමයි සම්මා දිට්ඨිය බවට පරිවර්තනය වෙන්නේ. එම නිසා මේ අහන දෙය අනුව සිතන්න, සිහි කරන්න, විමසන්න ඕන. ඒ අනුව මාර්ගය පහළ කර ගන්න, ලෝකෝත්තර මාර්ගය උපදවා ගන්න, ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය පහළ කර ගන්න ටුළුවන්. මේ මාර්ගය පහළ කර ගත්ත, උපදවා ගත්ත කෙනෙකුට හැර මේ ලෝකයේ කිසිම කෙනෙකුට කියන්න අයිතියක් නැහැ, “මම ලෝකෝත්තර මාර්ගය වඩනවා” කියලා.

මාර්ගය උපදවා ගන්නා කියන්නේ, ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයට පැමිණුනා. සෝත කියල කියන්නේ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයට. ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයට පැමිණි කෙනා හඳුන්වන්නේ සෝතාපන්න කියල. එතකොට ඔබ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය උපදවා ගන්නා නම් ඒ මොහොතේම ඔබ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයට පැමිණි කෙනෙක් (සෝත නම් වූ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයට පැමිණි කෙනෙක්.) වෙනවා. දැන් අපි ඒ භාග්‍යය, වාසනාව ලබන්න ඕන. ඒ වාසනාව ලබන්න නම් අපිට ඒ සඳහා ඕනකරන සුදුසුකම් තිබෙන්න ඕන.

දැන් අපි ඕනතරම් ඇසිය යුතු දේ අසා ගන්නා. දැන් අසාගත් ධර්මය අනුව සිහි කරන්න පටන් ගන්න ඕන. ඔන්න ඇසූ දේ අනුව සිතන්න, සිහිකරන්න, මෙහෙති කරන්න පටන් ගන්නාම, අන්න සම්මා දිට්ඨිය උපදින්න හේතුවන දෙවෙති කාරණාව අපි පීචිතයට එකතු කර ගන්නා, ක්‍රියාවට නැගුවා වෙනව. දැන් පින්වතුන්ට පැහැදිලිද?

සම්මා දිට්ඨියට අංග දෙකක්, ප්‍රත්‍ය දෙකක් අපි මතක් කළා. කුමක්ද?

**පරතෝෂෝෂය
යෝනියෝ මනසිකාරය**

දැන් මාස ගණනාවක් මුළුල්ලේ ඔබ ධර්මය අහල තියෙනව. දැන් තියෙන්නෙ පරතෝසෝෂයට අනුව චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය සටහන් දේශනාවට අනුව දැන් නුවණින් මෙනෙහි කරන්න පටන් ගන්න ඕන. ඔන්න නුවණින් මෙනෙහි කරන්න පටන් ගත්තොත් ඒ යෝනියෝ මනසිකාරයත් එක්ක ඔබට, මට පුළුවන් කම ලැබෙනව නිසැකවම ලෝකෝත්තර මාර්ගය උපදවා ගන්න. සම්මා දිට්ඨිය උපදවා ගන්න.

එහෙම සම්මා දිට්ඨිය උපදවා ගත්තොත් තමයි අපිට නොබියව නිසැකව කියන්න පුළුවන් වෙන්නෙ මම ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය වඩනවා. සමට විපස්සනාව වඩනවා කියලා. ඊට මෙහා කියන්න පුළුවන් කමක් නැහැ.

දැන් ඊට මෙහායින් තැනක් හම්බවුනා. යෝනියෝ මනසිකාරය පවත්වන, ඇසූ ධර්මය අනුව, ඒකට මාර්ගය කියල කියන්නෙ නැහැ. ඔන්න ලෝකෝත්තර ප්‍රතිපදාවෙන් අපට හමුවෙනව අවස්ථා දෙකක්. ඔබට මීට පෙර අහන්න ලැබිල තියෙන මේ වචනය ආදි බුන්ම වරියාව සහ බුන්ම වරියාව.

- එක - ආදි බුන්මවරියාව
- දෙක - බුන්මවරියාව

ඒකටම නවත් නමක් තියෙනවා. පූර්ව ප්‍රතිපදාව සහ ප්‍රතිපදාව. දැන් බුන්මවරියාව, එහෙම නැත්නම් ප්‍රතිපදාව කියනකොට එතැනදී සෘජුව අපට හමුවෙන්නෙ උපදවා ගත්ත ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය වඩන බව. සෝතාපන්න බවින් මාර්ගස්ථයකු වීමේ මෙහා පැත්ත. මාර්ගස්ථයකු වීමේ මොහොත දක්වා අපට ලැබෙන්නෙ ආදි බුන්මවරියාව හෙවත් පූර්ව ප්‍රතිපදාව. මම දන්නෙ නෑ මේ පිරිසෙ බුන්මවරියාව, ප්‍රතිපදාව වඩන ඇත්තො ඉන්නවද කියල. මං විශ්වාස කරනව එහෙම කෙනෙක් නැහැ කියල. හැබැයි එහෙම ඉන්නව කියල හිතන අය ඉන්න පුළුවන්. අපි ලෝකෝත්තර මාර්ගය වැඩුවා. වඩනවා. ඒකෙ ප්‍රතිඵල මෙව්වර මෙව්වර ලබල කියල හිතාගෙන ඉන්න අය ඇති, හැබැයි එහෙම නොලබා. ඒනිසා දැන් අපි කතා කරන්නෙ එහෙම අයට නොවෙයි. එහෙම අය නිවැරදි වෙන්න ඇත්තටම එය අපට ලැබිලද. නැතිනම් රැවටීමක්, මිත්‍යාවක් ද අපි ලබල තියෙන්නෙ කියන එක හොඳින් හිතට අරගෙන විසඳගන්න. අපි ඔබව යොමු කරන්නෙ ඇසූ ධර්මයත් එක්ක සම්මා දිට්ඨිය ඉපදවීමට හේතුවන පූර්ව ප්‍රතිපදාවට, එහෙම නැත්නම් ආදි බුන්මවරියාවට. මෙන්න මේ ආදි බුන්මවරියාව පුරන කෙනා තමයි යම්

මොහොතක බුන්මවරියාවට පැමිණෙන්නේ.

සමහර කෙනෙකුට තත්පර ගණනාවක් වෙන්න පුළුවන්. සමහර කෙනෙකුට විනාඩි ගණනක් වෙන්න පුළුවන්. ආදි බුන්මවරියාව පුරන කාලය සමහර කෙනෙකුගේ මාස ගණනක් වෙන්න පුළුවන්. සමහර කෙනෙකුට අවුරුදු ගණනාවක් වෙන්න පුළුවන්. සමහර කෙනෙකු ජීවිත ගණනාවක් මුළුල්ලේ ඒ ආදි බුන්ම වරියාව වඩනව සසරේ. ඒකෙ කාලය දීර්ඝ වන්නේ අපේ උත්සාහයේ, වීර්යයේ, නුවණේ, සිතියේ ප්‍රමාණයට අනුවයි. අපි දැඩි වීර්යය, සිතිය, නුවණ, ඕනෑකම එකතුකරගෙන මේ මහසිකාරය වේගවත්ව පැවැත්වුවහොත් වැඩි කලක් යන්ට පෙර සම්මා දිවිඳිය උපදවා ගන්න මාර්ගයට, ප්‍රතිපදාවට එන්න පුළුවන්.

බුදුරජාණන් වහන්සේ මජ්ඣිම නිකායෙ පෙන්වනවා, උදෑසන අහලා, සවස් වෙනකොට මේ ප්‍රතිඵලය ලබන්නට පුළුවන් වෙනව කියලා. සවසට අහලා, පසුදින උදෑසන වෙන්න ඉස්සෙල්ල මෙහි ප්‍රතිඵලය ලබන්න පුළුවනි කියලා දේශනා කරනවා. අපට පුරුදු ඔබ කියවලා තියෙන සතිපට්ඨාන සූත්‍රයෙදි පැහැදිලි කරනවා. අඩුම දින හතයි.

වැඩිම උපරිමය අවුරුදු හතයි. අවුරුදු හතත් දින හතත් ඇතුළත කාලය තුළ බුදුහාමුදුරුවෝ ඇප වෙනව. අනාගාමී බව හෝ රහත්ඵලය, ප්‍රඥා විමුක්තිය, චේතෝ විමුක්තිය කියන එල දෙකෙන් එකකට ඒකාන්තයෙන් පත්විය හැකිය කියලා.

එහෙයමි දැන් අපට ඒ සම්මා දිවිඳිය, ලෝකෝත්තර මාර්ගය උපදවා ගැනීම සඳහා පිළිවෙතක් මාර්ගයක් අනුගමනය කරන්න වෙනවා. දැන් කෙනෙකුට නිතෙන්න පුළුවන් ඇයි අපට සමට විපස්සනා වඩන්න බැරිද? සමට විපස්සනා වඩන කොට ඒක ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය නොවෙයිද? කියල ප්‍රශ්න ඇතිවෙන්න පුළුවන්. අන්න ඒ ප්‍රශ්නයට තමයි මාස ගණනාවක් තිස්සෙ උත්තර සැපයුවේ.

ඔබට මතක ඇති අපි මතක් කරල දන්න මාර්ගය කියන එක ලැබෙන්න නම්,
දක පිළිබඳ නුවණ
සමුදය පිළිබඳ නුවණ
නිරෝධය පිළිබඳ නුවණ
මාර්ගය පිළිබඳ නුවණ
නිබ්බය යුතුයි කියලා.

අපි මෙන්න මෙහෙම නිදර්ශනයක් ගනිමු. ඔබට දැන් පිපායයක් දැනෙනවා. ඇයි

පිපාසයා දැනෙන්නේ. ශරීරයට පැන් නොලැබුණ නිසා දැන් කයට පැන් ලැබුණොත් පිපාසය සංසිඳෙනවා. ඒ පිපාසය සංසිඳුන සැපය ලබන්න නම් පැන් වළඳන්න ඕනෑ. දැන් පිපාසය තියෙනවා. පිපාසයට හේතුවක් තියෙනවා. පැන් නොලැබීම.

පැන් ලැබීමෙන් පිපාසය සංසිඳෙනවා. ඒ පිපාසය සංසිඳෙන්න නම් පැන් වැළඳීම කරන්නට ඕන.

දැන් හොඳට නිදර්ශනය හිතට ගන්න. පිපාසය තිබෙනවා. පිපාසයට හේතුවක් තියෙනවා. පිපාසය නැතිකිරීම තියෙනවා. පිපාසය නැතිකරන මගත් තියෙනවා.

පිපාසය - දුක

පිපාසයට හේතුව - සමුදය

සමුදය දුරුවීම - පිපාසය සංසිඳීම

වෙනවා.

පිපාසය සංසිඳෙන්නේ - පැන් ලැබුණොත්
ඒ කියන්නේ හේතුව ඉවත් වුණොත්
එහෙම නම්, සංසිඳීම ලබන්න නම් පැන් වැළඳිය යුතුයි.
(මාර්ගය)

ඔන්න බලන්න සතර නුවණ පහළ වී නොවෙයිද? පැන් පොදක් සොයාගෙන

යන්නේ? වතුර තියෙන තැනක් සොයාගෙන යන්නේ? මේ සිව් නුවණ, සතර නුවණ පහළ වීමෙන් අනතුරුව නොවෙයිද?

පිපාසය දැනුණා. පිපාසයට හේතුව දැනගත්තා. පිපාසය නැති කරන්නේ මෙහෙමයි කියල දැනගත්තා. නැති කරන්න නම් පැන් වැළඳිය යුතුයි. මෙබඳු ක්‍රියාවක් කළයුතුයි. කියන අවබෝධය ලැබුණා. ඔන්න ඔය අවබෝධය ඇති කරගෙනයි. ඔබ පැන් පොදක් සොයාගෙන යන ගමන සිද්ධ වෙන්නේ.

මෙම සතර පළේ නුවණ, ඤාණය, දැනුම පහළ නොවී පැන් පොදක් සොයාගෙන යනවා කියන කාරණාව සිද්ධ වෙන්නේ නැහැ. පැන් පොදක් සොයාගෙන යන්නේ මෙම සතර නුවණ පහළ වෙලාමයි. එහෙනම් ඔබත් දුක ගෙවන්න යම් ක්‍රියාවකට මාර්ගයකට යොමු වෙනවා කියන්නේ ඒ මාර්ගයේ ක්‍රියාව තුළ, උත්සාහය තුළ, මේ දුක, සමුදය, නිරෝධය, මාර්ගය කියන සිවුපළේ නුවණ ලැබිල තියෙන්න ඕන. අප ඒ ගැන කලින් මතක් කර දුන්න. දුක කියන්නේ මොකක්ද කියල. පංච උපාදාන ස්කන්ධය දුකයි. පංච උපාදාන ස්කන්ධය කියන්නේ මොකක්ද කියල

අපි දැන් දින, සති, මාස ගණනාවක් ඒ පිළිබඳව කතා කලා. අපි අදත් ඒ පිළිබඳව පුංචි හැඳින්වීමක් කරන්නට ඕනෙ. ඔබට,

දක්බෙ ඥානය

සමුදය ඥානය

තිරෝධ ඥානය

මාර්ගයේ ඥානය ලැබීමද, හැද්ද කියන එක නිශ්චය කිරීම සඳහා දැන් අපි හුඟ දෙනෙක්, පංච උපාදාන ස්කන්ධය, පංච ස්කන්ධය මොකක්ද කියල ඇහුවොත් මේ අපේ මව් පියවරු හුඟ දෙනෙක් ඔය ඇත්තො නොවෙයි, අපේ සමහර ස්වාමීන් වහන්සේලාත්, මොකක්ද පංච ස්කන්ධය කියල ඇහුවහම, තම ශරීරයට අත දිගු කරල පෙන්වනව. මේ තියෙන්නෙ කියල. පංච උපාදාන ස්කන්ධය, අත දිගුකරල පෙන්වන්න තරම් ඉක්මන් වෙලා තියෙනව අපි බොහෝ දෙනෙක්.

පින්වතුනි, පංච උපාදාන ස්කන්ධය මේ සමස්ථ කය, රූප ස්කන්ධය හැටියට සලකාගෙන, ඒ රූප කය ඇතුළත ඇසුරු කරගෙන පවතින වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ සතර නාම ස්කන්ධය හැටියට සලකා, නාම රූප දෙක පංච උපාදාන ස්කන්ධය, පංචස්කන්ධය හැටියට සලකන්න

අප පුරුදු වෙලා තියෙනවා. ඒකෙ වරදක් නැහැ. හැබැයි මතක තියා ගන්න ඕන. ඒ අවබෝධය අර දාන, සීම, භාවනා කියපු තැනට අදාළ බව. ලෞකික මාර්ගයට අයිති දේ මිසක් ලෝකෝත්තර ප්‍රතිපදාවට, බුන්මවරියාවට අයිති දෙයක් නොවෙයි. ඒක ලෞකික මාර්ගයට අයිති දේ.

මේ සමස්ථ කය, මේ බඹයක් පමණ සිරුර, රූප උපාදාන ස්කන්ධයයි කියල ගතහොත් ලෝකෝත්තර ප්‍රතිපදාව අපට ලැබෙන්නෙ නැහැ. අපට දිගින් දිගටම මාර්ගය පිළිබඳව ගැටළු, ප්‍රශ්න ඇතිවෙනව. රහතන් වහන්සේලා කියන්නෙ කාටද? රහතන් වහන්සේලාටත් අත දිගුකර පෙන්වන කයක් තියෙනවා.

මේ කය රූප උපාදාන ස්කන්ධය නම්. උපාදාන ස්කන්ධයෙන් මිදුන රහතන් වහන්සේ නමක් ලෝකයේ වැඩ ඉන්නෙ කෙසේද කියන ප්‍රශ්නය එනවා. ඒක ප්‍රශ්නයක් වෙන්න පුළුවන්. ඒ කෙසේ වුවත් කමි නෑ. පින්වතුනි, ඒක ටිකක් නිරවුල් කරගන්න බලමු. අපේ බුද්ධි මට්ටමට ගැලපෙන විදියට. මොකක්ද එහෙනම් රූප උපාදානය කියල කියන්නෙ. ස්කන්ධ මොනවාද? මේ සමස්ථ කය රූප ස්කන්ධය ලෙස ගෙන අපට සමත

විපස්සනා වඩන්න බැරිද? මොකක්ද ඒකෙ තියෙන වැරද්ද? මෙතනදි ගිහි පැවිදි අපි හැමෝම අගතිගාමී නොවී මධ්‍යස්ථ මනසකින් විසඳාගන්න ඕන.

දැන් අවුරුදු දහසකට නොඅඩු කාලයක් තිස්සේ මේ ශාසනය තුළ මගඵල ලාභීන් බිහිවුනෙ. දවසින් දවස පිරිනුනේ මෙන්න මෙතන නිරවුල් නොවුන නිසා, මෙතැන අඳුරු වෙච්ච නිසා වැහිච්ච නිසයි. මගඵල ලාභීන් පහළ වුනා කියල විශ්වාසයක් මිස ලබපු කෙනෙක් පහළ වෙලා නැහැ. මාර්ග ඵලයට යම් කෙනෙක් පත් වුනා නම්, මාර්ග ඵලයට පැමිණි උතුමා රහසේ පිරිනිවන් පාන්නෙ නැහැ. මේ අවුල් වෙච්ච මග නිරවුල් කරල දිලමයි පිරිනිවන් පාන්නෙ.

ලෝකෙ කොතන හරි රහතන් වහන්සේ කෙනෙක් හිටිය නම් මේ අවුලෙන් අවුලට පත් ශාසනික වත් පිළිවෙත් නිරවුල් කරන්නෙ නැතිව අහක බලාගෙන පිරිනිවන් පාන්නෙ නැහැ. ඒ නිසා අපි නිසැකවම කියනව රහතන් වහන්සේල නැහැ කියල.

එහෙම නම් ඒ ආචරණය වූ තැන නිරාචරණය කරගන්න ඕනැ දැන්. පෞද්ගලික මතවාද වලට අනුව නොවෙයි. සම්බුද්ධ

දේශනාව අනුව යමින් සම්බුද්ධ දේශනාවට , ත්‍රිපිටක ධර්මයට ගැලපෙන විදියෙන්. ඒ දේශනාවෙ අන්තර්ගත කරුණුවලට සමචන විධියෙන් මෙන්න මේ අවුල, ගැටළුව විසඳාගන්න ඕන.

පින්වතුනි, අපේ රූප ස්කන්ධය, මේ කය කියල ගත්තොත් විපස්සනා ඥාණය කියන්නෙ මොකක්ද? විපස්සනාව කියල කියන්නෙ ස්කන්ධයන්ගේ උදය - වය දක්නා නුවණ. විදුර්භූතා ඥාණය කියන්නෙ මොකක්ද? ස්කන්ධයන්ගේ උදය - වය දක්නා නුවණ- රූපයේ ඇතිවීම නැතිවීම දක්නා නුවණ- වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ මේ ස්කන්ධයන්ගේ ඇතිවීම නැතිවීම දක්නා නුවණයි. විදුර්භූතා ඥාණය කියල කියන්නෙ.

එතකොට විදුර්භූතා ඥාණයක් පහළ වීමට නම් අපට ස්කන්ධයන්ගේ උදය - වය දක්නා දැක්ම ලැබිල තියෙන්න ඕන. ඒ කියන්නෙ රූපයේ ඇතිවීමත් රූපයේ නැතිවීමත් බලන්න ඕන. දැන් අපි මේ සමස්ථ කය රූප ස්කන්ධය හැටියට ගත්තොත් මේක ඇතිවීම බලන්න පුළුවන්ද? මේක ඇතිවුනේ කවදාද? (මව් කුසේ) ඔබට පුළුවන්ද මව් කුසය බලන්න. බැහැ. එහෙනම් පුබ්බේ නිවාසානුස්මාති ඥාණය උපදවාගෙන තමයි

රූපයේ සමුදය බලන්න වෙන්නේ. එතකන් විදර්ශනා වඩන්න හම්බවෙන්නේ නැතැ. පුබ්බේ නිවාසානුස්මිති ඤාණය උපදවාගෙන තමයි රූපයේ ඇතිවීම දකින්න වෙන්නේ. රූපයේ නැතිවීම වෙන්නේ කවදාද? (මරණය) පුළුවන්ද ඒ අත්දැකීම ලබන්න ඔබට. එහෙනම් බුදුහාමුදුරුවෝ බැරි දෙයක් අපට කියයිද? කවදාවත් කරන්න බැරි දෙයක් කරන්න කියල මහා කාරුණික බුදුහාමුදුරුවෝ පනවයිද? වෙන්න බැහැ. උන්වහන්සේ මහා කාරුණිකයි. පුළුවන් දෙයක් තමයි උන්වහන්සේ අපට දේශනා කළේ. එහෙනම් රූපයේත්, වේදනාවේත්, සංඥාවේත්, සංඛාරයේත්, විඤ්ඤාණයේත් ඇතිවීමත් නැතිවීමත් දෙකම දැන් වර්තමානය තුල දකින්න පුළුවන් වෙන්න ඕන. අපි ඉතින් පුබ්බේ නිවාසානුස්මිති ඤාණය පහළ කරගෙන බැලුවත් බලන්න වෙන්නේ අතීතයට ගිහිල්ලා. මරණය ගැන බලන්න වෙන්නේ අනාගතයට ගිහිල්ලා. එතකොට අතීතය එක් අන්තයක්. අනාගතය එක් අන්තයක්. මජ්ඣමික මැද.

අංගුත්තර නිකායෙ මජ්ඣම සූත්තයෙ පැහැදිලි කරනවා. අපි අතීතයට අනුව යමක් සිහි කළත්, අනාගතයට අනුව යමක් සිහි කළත් ඒ දෙකම අන්ත. මැදුම් පිළිවෙත එතන නැහැ. එහෙනම් දැන් අපට රූපයේ ඇතිවීම, නැතිවීම

වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ වල ඇතිවීම - නැතිවීම දෙක ලැබෙන්න ඕන කොතනද? අතීතයට අනාගතයට නොගිහින්න වර්තමානයේ දැන් මේ මොහොතේ දී ලැබිය යුත්තක් වෙනවා. එතකොට දැන් මේ සමස්ථ රූපය කය, රූප ස්කන්ධය හැටියට ගන්නොත් වර්තමානය තුල ඇතිවීම නැතිවීම බලන්න පුළුවන්ද? බලන්න බැහැ. එහෙනම් වර්තමානය තුල බලන්න පුළුවන් ක්‍රමයකුත් තියෙන්න ඕන.

රූප ස්කන්ධය කියන්නේ මොකක්ද? මේ කය නොවෙයි නම් රූප ස්කන්ධය, ඒ වෙනුවට මොකක්ද පනවගන්න තියෙන්නේ? එහෙම දේශනාවක් බුදුහාමුදුරුවෝ කරල තියෙනවද? එහෙම නැතිනම් හිතුවක්කාර අදහසක්ද? කාගෙහරි ඕනකමකට අලුතෙන් ඉදිරිපත් කරන මිථ්‍යා මතයක්ද? අපි විමසල බලන්න ඕන, හොඳට නුවණින්. ප්‍රත්‍ය වේක්ෂා කරල, විමසලා, බලලයි ඒ අදහස අපේ හිතට ගන්න ඕන.

එහෙම නම් ධර්මානුකූල එබඳු අදහසක් තුල, ත්‍රිපිටක ධර්මය තුල, බුද්ධ භාෂිතයක්, ශ්‍රාවක භාෂිතයක් හැටියට දේශනා කරල තියෙනවද කියල, සොයල බලන්න පින්වතුනි, සම්මත පිළිගැනීම

සත්වයා, පුද්ගලයා, මම, මගේ යන සංකල්පය හා බැඳී පවතිනවා. ඒකට කියනවා ශාස්වත දෘෂ්ඨිය කියලා. දුරු කළයුතු දෘෂ්ඨි 02 ක් තියෙනවා.

ශාස්වත දෘෂ්ඨිය උච්ඡේද දෘෂ්ඨිය

මේ ශාස්වත උච්ඡේද දෘෂ්ඨි දෙක මත තමයි දෙසැටක් මිට්තා දෘෂ්ඨි ලෝකයේ පහළ වුනේ. බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ ශාස්වත උච්ඡේද දෘෂ්ඨි දෙකට නොවැටෙන ප්‍රතිපදාවක් තමයි නිවණ හැටියට, නිර්වාණ මාර්ගය හැටියට ලොවට දේශනා කළේ. එතකොට උන්වහන්සේගේ තවත් කොටසක් තිබුණා සම්මුති දේශනාවෙ. අපි ඉස්සර කතාකරපු ලෞකික ගමන් මග. මෙන්න මේ ලෞකික ගමන් මග උන්වහන්සේ දේශනා කරන්නේ ශාස්වත දෘෂ්ඨිය මත. ඇයි උන්වහන්සේ එවැනි දේශනාවක් කළේ. උච්ඡේද දෘෂ්ඨිය එතරම් භයානකයි. උච්ඡේද දෘෂ්ඨිය කියල කියන්නේ, කිසිවෙක් නැහැ. පිනක් නැහැ. පවක් නැහැ. අම්මෙක් නැහැ. තාත්තෙක් නැහැ. පරලොවක් නැහැ. මේ වගේ භයානක මතවාදයකටයි, උච්ඡේද දෘෂ්ඨිය කියල කියන්නේ. උච්ඡේද දෘෂ්ඨියට පත් වෙච්ච කෙනා සම්මත පරමාර්ථ කියන ඇත්ත දෙකම

ප්‍රතිකෂේප කරන කෙනෙක්. එයා සම්මුති සත්‍යය පිළිගන්නේ නැහැ. පරමාර්ථ සත්‍යය පිළිගන්නේ නැහැ. තමන්ටත් අහිත පිණිස, අනුන්ටත් අහිත පිණිස කටයුතු කරන කෙනෙක් වෙනවා. ඒ නිසා බුදු හාමුදුරුවෝ සම්මත ලෝකය තුල ඒ උච්ඡේද දෘෂ්ඨියට වඩා ශාස්වත දෘෂ්ඨියෙහි යම් ඇගයීමක් කළා. ඒ නිසා නැහැ කියනවාට වඩා සත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් ඉන්නවා කියන සංකල්පය, පින් ඇත. පව් ඇත. කියන මේ දස වස්තූක සම්මා දිට්ඨිය දස වස්තූක මිට්තා දෘෂ්ඨියට වඩා අගය කිරීමක් කළා. ඒ ඇගයීම මත තමයි ලෞකික ගමන් මග දේශනා කළේ. හැබැයි ඒ ලෞකික ගමන් මග තුළ පරමාර්ථ ධර්මය වූ නිවණේ අරමුණු සාක්ෂාත් කරන්න බැහැ. ඒ ප්‍රතිපදාව තුල දිව්‍ය, මනුෂ්‍ය, බ්‍රහ්ම ආදී මේ ලෝක තලවල උත්පත්තිය ලබමින් සංසාරික සැරිසැරීමක් කරන්න, සතර අගතියට නොවැටී. මේ උත්සාහයෙන් කුසල ධර්ම වැඩෙනතාක් කල් සුගතිය තුල රැඳෙන්න පුළුවන්. මේ ප්‍රතිපදාව තුල. එහෙත් බුදුරජාණන් වහන්සේ සම්මුතිය ඉක්මවා පරමාර්ථයට පැමිණිය යුතු බව ශාස්වත උච්ඡේද දෘෂ්ඨි නිරෝධ කළයුතු බව අවධාරණය කරමින් ඒ සඳහා ලොව්තුරු මග දේශනා කොට වදාළා. අන්න ඒ දේශනා කළ

මාර්ගය තුළදී කොතැනක හෝ ප්‍රතිසන්ධියකට ඉඩක් නැතැ. තුන් හවය අසුරු සැණක් ගසන වේලාවක්වත් වර්ණනා කිරීමක් කරන්නේ නැතැ. හැබැයි අර සම්මුති දේශනාවෙ දිව්‍ය ලෝක, බ්‍රහ්ම ලෝක වලට ඇගයීමක් තියෙනව. සතර අපායට වඩා නිවණට සාපේක්ෂව කළ දේශනාවේදී;

“නිබ්බාණංවා උපනිධාය සබ්බ උප්පත්තියෝ දුග්ගති”

නිවණට සාපේක්ෂව මේ සෑම තැනක්ම දුගතියක් හැටියට දේශනා වෙන්නෙ බ්‍රහ්ම ලෝකෙ ඉඳුල සතර අපාය දක්වා. සම්මුති දේශනාවෙදී සතර අපායයි දුගතිය, අනෙක්වා සුගති. ලෝකෝත්තර දේශනාවෙදී නිවණයි සැපය, ඉන් මෙහා ඔක්කොම සුගති. ජාති, ජරා, මරණ, ශෝක පරිදේව, දුක් දොම්නස් ඇති තැන්. ඒනිසා මෙන්න මෙතැනට යන්න මේ සම්මතය බිඳින්න ඕන. ඒ සංකල්පය බිඳින පිළිවෙත තමයි, මේ ලෝකෝත්තර මාර්ගය කියල කියන්නෙ. ඒ මාර්ගයෙදී පළමුකොට මාර්ගය උපදින කොටම විසි ආකාරයක සක්කාය දෘෂ්ඨිය දුරුකරන්න ඕන. සක්කාය දිට්ඨිය දුරු කරවමින් සම්මා දිට්ඨිය උපදින්නෙ. මාර්ගය උපදින්නෙ.

රූපං අත්තතෝ සමනුපස්සති
රූප වන්තංවා අත්තානං
අත්තනිවා රූපං
රූපස්මිංවා අත්තානං

මෙසේ රූප ස්කන්ධය 04 කට බෙදන්නාක් මෙන් වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ සතර ආකාරයෙන් වැඩිවුණාම 20 ක්. විසි ආකාර සක්කාය දිට්ඨිය දුරු කරන පිළිවෙත, ප්‍රතිපදාවයි අපට හමුවන්න ඕන, මේ විදුර්ගතා මාර්ගයේ ප්‍රතිපදාව හැටියට. එතකොට අපි පංච උපාදාන ස්කන්ධය කුමක්ද කියල හෙවිවොත් අපට නිරවුල් කරගන්න වෙනව අනිත්‍යය අවබෝධය ලැබෙන විදියේ පිළිවෙතක්. අප මේ ජීවිතය තුළ ආයතන හයක් පරිහරණය කරනවා. ඇස, කණ, නාසය, දිව, ශරීරය හා මන. මේ ආයතන හයක් පරිහරණය කරන අපි දැන් බලන්න ඕන. මේ ආයතන හය හැම නිස්සෙම ඉපදිලාද, එහෙම හැත්තම ආයතන එකක් ඉපදිලා අනික් ටික මැරිලාද? අපේ පින්වතුන් දැන් කාලයක් නිස්සේ අහල පුරුදුයි හැම නිස්සෙම පින්වතුන්ගේ එකම ආයතනයකට විතරයි උපදින්න පුළුවන්. හැම නිස්සෙම ආයතන පහක් මැරිලා. ඇයි අපි එහෙම කියන්නෙ. අපට එක සිතයි තියෙන්නෙ. ඒ සිත යම්

ආයතනයක් එක්ක ද සම්බන්ධ වුණේ එම ආයතනය සවිඤ්ඤාණකව ඉපදිලා.

අනෙක් 5 ට දැන් සිතේ සම්බන්ධයක් තියෙනවද? නැහැ. එහෙනම් සිතේ සම්බන්ධයක් නැත්නම්, සවිඤ්ඤාණක නැත්නම් ඒවා මැරිලා. එහෙනම් දැන් එක මොහොතක එක වරක ඉපදිලා තියෙන්නෙ එක ආයතනයක්. එහෙම නම් අපට එක ආයතනයක් තුළ වර්තමානයේ පංච ස්කන්ධයක්, පංච උපාදාන ස්කන්ධයක්, සොයාගන්න පුළුවන් වෙන්න ඕන. ඉතින් බුදුහාමුදුරුවෝ මෙය දේශනා කරනව. මගේ අදහසක්, පෞද්ගලික අදහසක් නොවෙයි. මධු පිණ්ඩික සූත්‍රය, මහා හත්ථිපදෝපම සූත්‍රය, රාහුලෝවාද සූත්‍රය මෙන්ම මේ වගේම, ඒවා පැහැදිලිව මේ සූත්‍ර දේශනාවේ නිරවුල් කරල තියෙනව. පැහැදිලි කර තියෙනව. ඔන්න ඔය සූත්‍රවල තියෙනව මෙන්න මෙහෙම.

“අැසත් රූපයත් රූප උපාදාන ස්කන්ධයට යයි. අැසත් රූපයත් ගැටීම නිසා ස්පර්ශයෙන් යම් වේදනාවක් හට ගනීද, එය වේදනා ස්කන්ධයට යයි.”

(එක්බැ සම්පස්ස යෙන් යම් රූප සංඥාවක් හටගනීද, එය සංඥා උපාදාන ස්කන්ධයයි.

එක්බැ සම්පස්ස යෙන් යම් රූප සංවේතනාවක් පහළ වීද, එය සංඛාර උපාදාන ස්කන්ධයට යයි.

එක්බැ විඤ්ඤාණය, විඤ්ඤාණ උපාදාන ස්කන්ධයට යයි.)

ඔන්න ඇස ඉපදෙන කොට පංච උපාදාන ස්කන්ධයක් අපට හමු වෙනව. ඔන්න අපි ඉගෙන ගන්නා එක මොහොතක එක වර ඉපදිලා තියෙන්නෙ එක ආයතනයයි. එහෙම නම් එක ආයතනයක් එක්ක ස්කන්ධ පහක පහළවීමක් තියෙනව. ඉපදීම කුමක්ද, ජාතිය කුමක්ද, කියල පැහැදිලි කරල තියෙන තැන්වල තියෙනව.

“ජාති, සංජාති, ඔක්ඛන්ති, අභිනිබ්භන්ති, ඛන්ධානං පාතුභාවෝ ආයතනානං පටිලාභෝ ඉදං චුච්චතාවුසෝ ජාති”

දැන් ස්කන්ධයන්ගේ පහළවීම, ආයතනයන්ගේ පහළ වීම ජාතියයි.

එතකොට ඉපදීම කියනකොට, මොකක්ද ඉපදිලා තියෙන්නෙ? ආයතන ඉපදිලා, ඇස ඉපදිලා කියනකොටම එතන

තියෙනව මොනවද, පංච උපාදාන ස්කන්ධයක් ඉපදිලා.

ඇයි, ඇසත් රූපයත් දෙකම රූප උපාදාන ස්කන්ධයට යනව කියල මධුපිණ්ඩික සූත්‍රය, රාත්‍රලෝවාද සූත්‍රය, මහා හත්ථිපදෝපම සූත්‍ර වල පැහැදිලිව දේශනා වෙනව. ඒ ස්පර්ශයෙන් හට ගන්නා වේදනා, සංඥා, සංඛාර, වේදනා සංඥා සංඛාර ස්කන්ධ වලට යනව. විඤ්ඤාණය, විඤ්ඤාණ උපාදාන ස්කන්ධයට යනවය කියල දේශනාවෙ තියෙනව. එතකොට අපිට හමුවෙනව ස්කන්ධ පංචකයක්. ඇස උපදිනව කියනකොට දැන් ඇසෙන් දැකීමක් වෙනව. ඇස ඉපදිලා, ඇස ඉපදෙන්න ස්කන්ධ 5 ක් හටගෙන. ස්කන්ධ පහක ඉපදීමක්, පංච උපාදාන ස්කන්ධය හටගැනීමක්. දැකීම අවසන්වන කොට හටගත්ත ඇසට, හටගත් ස්කන්ධයට මොකද වෙලා තියෙන්නෙ? බිඳිලා. එහෙනම් අපට හමුවෙනවද ස්කන්ධයන්ගේ උදය - ව්‍යය. දැන් දකින්න පුළුවන්. මේ සමස්ථ රූපය රූප ස්කන්ධය හැටියට ගත්තොත් උදය- ව්‍යය දකින්න බැහැ. මව් කුස දකින්නත් බැහැ. මරණය දකින්නත් බැහැ. මෙන්න මේ ධර්මය නිරවුල් වුනොත්

**බන්ධනං පාතුභාවෝ
ආයතනානං පටිලාභෝ
ඉදං වුච්චතාවුසෝ ජාති**

මේ ස්කන්ධයන්ගේ පහළ විමක් හටගැනීමක් වේද එය ජාතියයි.

**“බන්ධනං හේදෝ
ඉදං වුච්චතාවුසෝ මරණං”** කියල දක්වනව. ස්කන්ධයන්ගේ බිඳීම මරණයයි. කියල දක්වනව.

“කතමංවාචුසෝ මරණං” කියල පැහැදිලි කරන තැන,

**“තෙසං තෙසං සත්තානං
තම්භා තම්භා සත්ත නිකායා,
වුති චචනතා හේදෝ
කල්ලේඛරස්ස නික්ඛෙපෝ”**

මේ චචන වලින් පැහැදිලි කරනව, ස්කන්ධයන්ගේ බිඳීම, ස්කන්ධයන්ගේ චෙන්ච යාම- විසිරීම මරණය හැටියට, ව්‍යය - මරණය ලෙස සලකනව.

එතකොට අපට උදය -ව්‍යය දකිනව නම් ඇතිවීම නැතිවීම ස්කන්ධයන්ගේ දකිනව නම්, විදුර්ශනා නුවණක් පහළ කර ගන්නා

නම්, විදුර්ශනාව හම්බවෙන්න නම් මේ ස්කන්ධයන්ගේ උදය- වැය දකින්න තියෙනව. ස්කන්ධයන්ගේ උදය - වැය මෙන්න මෙතැනින් පටන් ගත්තොත් මිසක් ඇස බිඳුන කියන්නෙ දැකීම අවසන් වුනා කියන්නෙ හටගත්ත ස්කන්ධයක් නිරුද්ධ වුනා. වැය වුනා කියන එක. එතකොට ඇස ඉපදීමත් සමගම ස්කන්ධ පහල වෙලා. කණ පහළ වෙනකෙට ඇස නිරුද්ධ වෙලා. එක ආයතනයක් මැරෙන්නෙ තව ආයතනයක් උපද්දලා. දුක නිරුද්ධ වෙන්නෙ දුකම උපදවමින්, දුකමයි උපදින්නෙ. දුකමයි පවතින්නෙ. දුකමයි නැතිවෙන්නෙ. පංච උපාදාන ස්කන්ධය අත් දකින්න පිරිසිඳු දකින්න පුළුවන් වෙනව. මෙන්න මේ ධර්ම න්‍යාය අපි නිරවුල් කර ගත්තොත්, ප්‍රකට කර ගත්තොත් මේ පිළිබඳ නුවණ පහල වෙන්න ඕන ඔබට. දැන් ආයතනයන්ගේ පහළවීම ස්කන්ධයන්ගේ පහළවීමක් හැටියට දැක්කොත් ස්කන්ධයන්ගේ පහළවීම කියන්නෙ කුමක පහළවීමද? සැපේ ඉපදීමද, දුකේ ඉපදීමද? දුකේ ඉපදීම. එහෙනම් බුදුහාමුදුරුවෝ මෙන්න මෙහෙම දේශනා කරනවා. කොහොමද?

“යෝ භික්ඛවෙ චක්ඛුං උප්පාදෝ ධීති අභිනිබ්බත්ති පාතු භාවෝ - දුඛස්සේසෝ උප්පාදෝ රෝගානංධීති ජරා මරණස්ස පාතුභාවෝ”

මහණෙනි, මෙහි ඉපදීමක් ඇත්නම් පහළවීමක් පැවැත්මක් ඇත්නම් දුක්ඛස්සේසෝ උප්පාදෝ - ඒ කියන්නෙ දුකේ ඉපදීමයි. රෝගානංධීති. රෝගයාගේ පැවැත්මයි. ජරා මරණස්ස පාතුභාවෝ - ජරා මරණයාගේ පහළ වීමයි. ඇස උපන්නා කියන්නෙ එතකොට ජරා මරණය උපන්නා. දුක උපන්නා. හැබැයි දැන් ප්‍රශ්නයක් තියෙනවා. මෙය බුදුහාමුදුරුවන්ගෙ දැක්ම. බුදුහාමුදුරුවෝ අපට දේශනා කරනව. ලෝකෙට දේශනා කරනව, පින්වතුනි, ඇස උපන්නා කියන්නෙ දුක උපන්නා. ජරා මරණය උපන්නා. රෝගයෙ පැවැත්ම හටගන්නා කියලා. හැබැයි ඒ බුදු නුවණින් දකින දේ. ඔබට මට ඇහැ ඉපදීම දුකේ ඉපදීමක් වෙලාද නාම? ඇස උපදින කොට ඇසට ලස්සන, රූප දකින්න, ඇස උපදවන්නයි අපේ වැඩිපුර කැමැත්ත. ලස්සන ලස්සන රූප දකින්න, ඇස උපදවන්න අපේ කැමැත්ත තියෙන්නෙ. එතකොට අපට ඇස දුකක් වෙලාද? පංච උපාදාන ස්කන්ධය දුකක් වෙලාද? නෑ. එහෙනම් දුක්ඛෙ ඤාණං ද? නෑ. එහෙනම් ඇස ප්‍රිය ස්වභාවයෙන්, මධුර ස්වභාවයෙන් දකිනව නම් ඒ මධුර ස්වභාවයෙන් ප්‍රිය ස්වභාවයෙන් දකින කෙනා ඇස උපන්නා කියන්නෙ පංච උපාදානස්කන්ධ දුක

හටගත්තා. ජරා මරණය පහළ වුණා. කියන අවබෝධයෙන් යුක්ත කෙනා නොවෙයි. ඇසේ ඉපදීම ගැන සතුටුවන කෙනා. දුකෙහි සතුටුවන කෙනෙක්. ඇස දුක හැටියට දැක්ක නම් කවුරුවත් දුකෙහි සතුටු වෙන්නෙ නෑ. දුකට තමයි සතුට උපදවගෙන තියෙන්නෙ. දුකම සැපයි කියලා අරගන්න බවක් තියෙනවා. ඒක දෘෂ්ඨියක්. එහෙනම් ඔන්න අපි ඉගෙන ගන්න ඕන අද, හෙට තියන්න බෑ. ඇස උපන්න කියන්නෙ පංච උපාදාන ස්කන්ධ දුක හටගත්තා. දුකට මේ ලෝකෙ කාටවත් සැපයි, හොඳයි, කියන්න පුළුවන්ද? බැහැ. එහෙනම් දැන් අපට තියෙනවා, බුදුනාමුදුරුවෝ දේශනා කරනව ඇස උපන්නයි කියන්නෙ ජරා මරණය උපන්නා. දුක උපන්නා. ඇත්තටම ඇසේ ඉපදීම දුකේ ඉපදීම හැටියට පංච උපාදානස්කන්ධය දුකේ ඉපදීම හැටියට දැක්කොත් දුක්බේ ඤාණං වුනොත් මේ ඇසට මම කියයිද? මගේ කියයිද? මගේ ආත්මය කියයිද? ඇස උපදින කොට දුක උපන්නා. ජරා මරණය පහළ වුණා කියල දුකේ හටගැනීමක් හැටියට දකි නම් කවදාවත් එබඳු කෙනෙක් ඇස මම, මගේ , මගේ ආත්මය කියල ගන්නෙ නෑ. ඒ කියන්නෙ මොකක්ද? නෂ්ණ, දෘෂ්ඨි මානයෙන් යුක්ත නෑ. තව විදියකට කිව්වොත් දුක්බ සමුදයෙන් නිදහස් වෙලා. දුක්බ සමුදායෙන් නිදහස් වෙලා

කියන්නෙ නිරෝධයට ඇවිල්ලා. නිරෝධයට එන මග පැඩීමට පත්වෙලා.- දැන් බලන්න ඔන්න ඇසේ ඉපදීම, කනේ ඉපදීම, නාසයේ ඉපදීම, දිවේ ඉපදීම, කයේ ඉපදීම, දුකේ ඉපදීමයි. රෝගයන්ගේ පැවැත්මයි. ජරා මරණයන්ගේ පහළවීමයි කියල මේ ඉපදීම මේ පහළවීම දුකක් හැටියට, දුකේ ඉපදීමක් හැටියට යමෙකු දකි නම් ඒ දැක්මත් එක්කම ඒ දුක්බේ ඤාණයත් එක්කම, ඔහුට ලැබෙනව සමුදයේ ඤාණං. මොකක්ද සමුදයේ ඤාණය. ඇස දුකයි කියල දකින කොටම ඒ නුවණ ලැබෙන කොටම එයාට කල්පනා වෙනව, අනේ මෙව්වර කාලයක්, ඇස දිනා බැලුවේ මධුර ස්වභාවයෙන්, ප්‍රිය ස්වභාවයෙන්.

“වක්ඛං ලෝකේ පිය රූපං, සාත රූපං එතෙඨසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති එතථ නිව්සමානා නිව්සති”

අනේ මේ ඇස දිනා ප්‍රිය වූ මධුර ස්වභාවයෙන් කියල හිතාගෙන බලපු නිසාම ඇස මම, ඇස මගේ, කියන තණ්හාව උපන්න නේද? ඇස මම ඇස මගේ කියන තණ්හාව නිසාම ඇසෙන් රූප බලමින් ලෝහ, ද්වේශ, මෝහ, කර්ම රැස්කරගෙනම, මේ අනන්ත සංසාර දුක් වින්දා නේද? මේ ඉමක් කොණක්

නොපෙනෙන සසරේ දුක් වින්දේ මේ ඇස දකයි කියල නොදැක්ක නිසා නේද? ඇස මධුර වූ ප්‍රිය වූ ස්වභාවයෙන් දකින කොටම ඇසට තණ්හාව ඉපදිලා. ඇස මම ඇස මගේ කියන අදහස පහළ වුනා. ඒ තණ්හාව නිසාම නිරෝධය ලැබුණො නැහැ. - මාර්ගය ලැබුණො නැහැ. නිරෝධයත් මාර්ගයත් අනිමි වෙලා ගියා. සසර දුකට වැටුණා. ඊළඟට ජයා දකිනව ඇස කියන්නේ මේ දුකේ ඉපදීම නේද? ජරා මරණයන්ගේ පහළවීම නේද? එහෙම බලන කොට ඒ දුක්බේ ඤාණං, දුකේ නුවණ උපදින කොට දුක් වූ ඇස මම, මගේ ආත්මය කියන අදහස උපදින්නේ නැහැ නේද? සමුදයේ ඤාණං. එතකොට මම මගේ කියන තෘෂ්ණා අදහස නිරුද්ධ වෙනවා නම් නිරෝධය කියන්නේ ඒකම නේද? තණ්හක්බයෝ නිරෝධෝ. එහෙනම් නිරෝධයේ ඤාණයත් ලැබෙනවා. එහෙනම් නිරෝධය සාක්ෂාත් වෙනවා නම් මාර්ගයත් වැඩෙනවා නේද? එයාට අන්න දුක්බේ ඤාණං සමුදයේ ඤාණං නිරෝධේ ඤාණං මග්ගේ ඤාණං, සතර පලේ නුවණ උපදවමින් සම්මා දිට්ඨිය උපන්නා. මාර්ගය උපන්නා. දැන් මාර්ගය වුණේ මොකක්ද? දුක පිරිසිඳ දකින කොටයි සමුදය ප්‍රභාණය වෙන්නේ. ඒ කියන්නේ දැන් අපි ඇස, කණ,

නාසය, දිව, ශරීරය, මම, මාගේ, මගේ ආත්මය, කියන සැපය සුභයි මධුර ස්වභාවයෙන් බලන්නේ. දුකයි කියල දැකල නෑ. නමුත් මේක ඇත්තටම දුකයි නේද කියන ඒ සම්බුද්ධ දේශනාවට අනුව සිහිකරමු. සිහි කරල බැලුවොත් සැබවින්ම මේ දුකටම නේද? සැප කියල කියන්නේ කියල. මෙව්වර කාලයක් සැපයි කියල තිබිවිච දෘෂ්ටිය දුරුවෙමින් සැබවින්ම ඇසයි කියන්නේ දුකේ ඉපදීම. අපි මේව ගැන විස්තර කරල තියෙනව අතීතයේ. මතක් කරන්න ඒ ධර්මය.

ජාති ජරා, මරණ, දුක්බ දෝමනස්ස අපි ඉදිරියෙදි කරාකරමු නැවත වතාවක්. එහෙනම් ඇත්තටම මේ දුක කියන්නේ පිරිසිඳ දැකිය යුත්තක් නේද? දුක කියන්නේ මොකක්ද? පංච උපාදාන ස්කන්ධය පිරිසිඳ දැකිය යුත්තක් නේද? පංච උපාදානස්කන්ධය කිව්වේ මොකක්ද ඇස උපදින කොට කණ උපදින කොට නාසය උපදින කොටයි පංච උපාදාන ස්කන්ධයන් ගේ පහළ වීම. එහෙනම් දුක පිරිසිඳ දකින කොට සමුදය ප්‍රභාණය වෙනව. සමුදය ප්‍රභාණය වෙනකොට නිරෝධය සාක්ෂාත් වෙනව. නිරෝධය සාක්ෂාත් වෙනව කියන්නේ මාර්ගය වැඩෙනවා. දැන් මාර්ගය කියල මොකක්ද හම්බවුණේ? සම්මා දිට්ඨිය

හැටියට, මොකක්ද කරන්න හම්බවෙව්වි ක්‍රියාව? දුක පිරිසිඳ දැකිය යුතුයි. ඇයි, ඒ, දුක පිරිසිඳ දකින කොටයි සමුදය ප්‍රභාණය වෙන්නේ. සමුදය ප්‍රභාණය වෙනකොටයි නිරෝධය සාක්ෂාත් වෙන්නේ. නිරෝධය සාක්ෂාත් වෙනව කියන්නේ මාර්ගය වැඩෙනව. එතකොට මාර්ගය වැඩෙන්නේ මොකක් කළොත්ද? දුක පිරිසිඳ දැක්කොත්. ඔන්න සැකයක් තියෙන්න බැහැ. දැන් දුක පිරිසිඳ දැක්කොත් සමුදය ප්‍රභාණය වෙනව. ඇස - මම, මගේ, මගේ ආත්මය කියල දකිනවාක් කල් ඇසෙන් ඩාර්ම රැස්කර ගෙන මාර්ගය වසාගෙන සසර දුකට යනවා. ඇස කියන්නේ දුකේ උපතයි කියල ජාති, ජරා, මරණ, සෝක, පරිදේව, දුක්ඛ, දෝමනස්ස කියන පිළිවෙලින් අපි කියල දිපු පිළිවෙල මතක් කර ගන්න ඕන. අපි නැවත මොහොතකින් මතක් කරල දෙන්නම්. ඇස උපදිනව කියල කියන්නේ දුක උපදිනව කියල. ඇස කියන්නේ දුක නම්, දුකේ ඉපදීම හැටියට දැක්කොත් එහෙනම් අපි ඇස මධුර ස්වභාවයෙන් ප්‍රිය ස්වභාවයෙන් දැක්කා නොවෙයි. ඇස දුකයි කියල දකින කොට ඇස මමය, මගේය කියන තණ්හාව දුරුවෙලා. තණ්හාව දුරුවෙනව කියන්නේ නිරෝධය සාක්ෂාත් වෙනව. නිරෝධය

සාක්ෂාත් වෙනව කියන්නේ මාර්ගය වැඩෙනව. ඔන්න සතර පළේ නුවණ. දැන් හතර පළේ නුවණ අපට ලැබෙනකොට තමයි මාර්ගය. දැන් මාර්ගය වුණේ මොකක්ද? මාර්ගය වැඩෙන්නේ මොකක් කරන කොටද? දුක පිරිසිඳ දකිනකොට. මාර්ගය වඩන්න කියල මොකක්ද කරන්න තියෙන්නේ? දුක පිරිසිඳ දකින එක. මාර්ගය වඩනව කියල මේ මොකක් හරි දෙයක් කරන්න නොවේ තියෙන්නේ. මාර්ගය වැඩෙන්නේ දුක පිරිසිඳ දකින කොට. හොඳට තේරුම් ගන්න. දුක පිරිසිඳ දකින කොට සමුදය ප්‍රභාණය වෙනව. සමුදය ප්‍රභාණය වෙනකොට නිරෝධය සාක්ෂාත් වෙනවා. නිරෝධය සාක්ෂාත් වෙනව කියන්නේ මාර්ගය වැඩෙනවා. එතකොට අපට මාර්ගය වඩන්න කියල මොනවද කරන්න තියෙන්නේ. දුක පිරිසිඳ දකින්න ඕන. දුක කිව්වේ මොකක්ද? පංච උපාදාන ස්කන්ධය. පංච උපාදාන ස්කන්ධය කොහේද හටගන්නේ? ආයතනයන්ගේ ඉපදීමත් එක්ක. දැන් ඔන්න ආයතනයක් උපදිනකොට, ඉස්සර නම් අපි, ඇස උපන්නා, ඇසට ලස්සන රූපයක් පෙනෙන්න රූපයක් බලන්න ඕන කියල ඇසෙන් රූපයෙන් තණ්හාව උපදවගන්න. දැන් ඔන්න ඇසේ ඉපදීම කියන්නේ දුකේ සසරෙ හටගැනීම. දැන් ඇස

උපදින කොටම අපි පුරුදු කරනවා. ඇස උපන්න. ඇස උපන්න කියන්නෙ දුක උපන්න. දුක උපන්න කියන්නෙ මොකක්ද පංච උපාදානස්කන්ධය උපන්න. මේ පංච උපාදානස්කන්ධය නේද දුක. එහෙනම් ඇස උපන්නාය කියන්නෙ ඒකාන්තයෙන් දුකේ ඉපදීම නේද? දැන් ඊළඟට අපි බලන්න ඕන දුක පිරිසිදු දැක්වෙ කියනකොට ඔය ටික හිත හිත ඉන්න එකම නොවෙයි. දැන් ඔය සූත්‍රයේ අපි 'කතමංවාචුසෝ' දුක්ඛං අරියසච්චං'' කියන තැන අපිට හමුවෙනවනේ පද වැලක්. මොනවද?

ජාතිපි' දුක්ඛා ජරාපි' දුක්ඛා
 ව්‍යාධිපි' දුක්ඛො මරණංපි දුක්ඛං
 අප්පියෙති සම්පයෝගෝ දුක්ඛො
 පියෙති විප්පයෝගෝ දුක්ඛො
 යම් පිච්ඡං නලහති තම්පි දුක්ඛං
 සංඛත්තෙන පංචු පාදානක්ඛන්ධා දුක්ඛා

දැන් ඔන්න පළමුවෙන් මේ වචන ජාති, ජරා, ව්‍යාධි, මරණ මේ ඔක්කොම කියල. මේ ඔක්කොම පංච උපාදාන ස්කන්ධයට අන්තර්ගත වෙන්න ඕන කියන එක නේද කිව්වෙ. දැන් වෙන් වෙන් කොට දක්වල, ජාතිය දුකයි, ජරාව දුකයි, ව්‍යාධිය දුකයි,

මරණය දුකයි, අප්‍රියයන් හා එක්වීම දුකයි. ප්‍රියයන්ගෙන් වෙන්වීම දුකයි, කැමති දේ නොලැබීම දුකයි, තවත් කිව්වොත් ශෝක පරිදේව දුක්ඛ, දෝමනස්ස උපායායයෝ දුකයි, මේ ඔක්කොම කියල.

ඊළඟට කියනව කෙටියෙන් කියනව නම් පංච උපාදාන ස්කන්ධයෝම දුකයි, ඒ කියන්නේ මුලින් කියපු ඔක්කොම අපිට පංච උපාදාන ස්කන්ධ තුළ හම්බවෙන්න ඕන. එහෙනම් දැන් අපට මේ දහම ඇත්ත නම් ඇස උපදිනකොට පංච උපාදාන ස්කන්ධය හටගන්නවා කියන එක ඇත්තක් නම්, ඒ ඇත්ත තුළ තවදුරටත් සනාථ වෙන්න ඕන ජාති දුක, ජරා දුක, ව්‍යාධි දුක, මරණ දුක. දැන් අපි බලමු. ඔන්න ඇස හටගන්නා. ජාති - උපන්නා ස්කන්ධයන්ගේ පහළවීම කියන්නෙ ජාති දුක. ස්කන්ධ හට ගන්නකොට ඇස උපන්නා කියනකොට ජාති දුක තියෙනවා. එතකොට යමක් හට ගන්න නම්, ඒ හටගත්ත දේට මොකද වෙන්නෙ. පවතින්න පුළුවන්ද? බැහැ.

තිති මාති තික්ඛචේ සංඛතස්ස සංඛත
 ලක්ඛනාති, තිනා, උප්පාදෝ
 පඤ්ඤායති වයෝ පඤ්ඤායතී,
 ධීතස්ස, අඤ්ඤාතත්ථං පඤ්ඤායති.

උපන්න දේට මොකද වෙන්නේ? ජරා මරණය උපතයි. දැන් ඇස උපන්නා. ඒ ඇස ලෙඩ වෙන්නේ නැද්ද? එහෙනම් අපට ඇසේ ලෙඩවීමකුත් තියෙනවා. ඊළඟට මේ ඇසේ දිරිමක් තියෙනව. ජරා දුකක් තියෙනව. මේ ඇසේ බිඳීමක් නැද්ද? ඉපදීමක් තියෙනව වගේම බිඳීමකුත් තියෙනව. මෙන්න මෙතන තියෙනව පින්වතුනි, මේ ඇස දිනා බලන්න ඕන. සම්මත පරමාර්ථ කියන අවස්ථා යුගක්. අපට පුළුවන් සම්මතයක් හැටියට ඇස දිනා මේ විදියෙන් බලන්න. මේ ඇස කියන්නේ හටගත් එකක් උපදින දෙයක් නේද? මේ ඇසේ නානාවිධ ලෙඩරෝග හටගන්නවා නේද? මේ ඇස දවසින් දවස දිරාපත් වෙනව නේද? ඉස්සර ප්‍රමා කාලෙ, තරුණ කාලෙ පෙනුන වගේ දැන් පේන්නේ නැහැ නේද? ඇසේ දිරිමක් තියෙනව නේද? මේ ඇස කවදා හරි නොපෙනී යනව නේද? එහෙම නැත්නම් මරණයෙන්ම කෙළවර වෙනවා නේද? එහෙනම් මේ ඇස කියන්නේ ජාති, ජරා, ව්‍යාධි, මරණ ස්වභාව කොට පවතින්නක් නේද? ඔන්න නැවත නැවත නිතර නිතර හිතන්න හොඳ කල්පනාවක්. යෝනියෝ මනසිකාරයක්. (සම්මතය) මේ නුවණ ඇති නැති කාටත් සිහිකර කර බලන්න පුළුවන්, කෙලෙස් නිවන, මග උපදින්න සම්මා දිට්ඨිය උපදින්න එකතුකර ගන්න හොඳ

යෝනියෝ මනසිකාරයක්. දැන් අපි කිව්වා දැන් මේ ඇසේ තියෙන්නේ, දැන් ඉපදිලා, දැන් නිරුද්ධ වෙලා යන ධර්මතාවයක් කියලා. ඒ කියන්නේ දැන් ඇස, දැන් මේ මොහොතේ උපන්න නම්, උපන්න ඇස වැඩිවෙලාවක් පවතින්න බැහැ. ඒ ඇස මැරෙන්න ඕන. ඒ ඇස මැරීමෙන් තව සිතක් උපදින්න ඕන. එතකොට ඇසේ උත්පත්ති කාලය තත්පර ගණනින් වත් අපට කියන්න බැහැ. ඊට වඩා වේගයෙන් උපන්න ඇස ජරා මරණයට පත්වෙන්නේ. හැබැයි මේ තත්වය අපි නුවණින් අවබෝධ කර ගත යුත්තක්. අපට සම්මතයෙන් පෙනෙනව මේ ඇස, උපන් ඇස, දිරන, ලෙඩවෙන, මැරෙන බව, දැන් අපට තේරෙනවද මේ ඇස ක්ෂණිකව ඉපදී බිඳෙන බව. පේනවද? පේන්නේ නැහැ. කණ ඉපදෙන මැරෙන බව පේනවද? නමුත් මේකෙ මෙබඳු ධර්මතාවයක් තියෙනව. අප මෙන්න මේ ධර්මතාවය, නිදර්ශන වලින් උපමාවලින් මිට පෙර පෙන්වල තියෙනව. දැන් අපි මෙන්න මෙහෙම උපමාවක් ගත්ත පෙර. නිදර්ශනයක් ඔන්න (මයික් එකට තට්ටු කර ශබ්දයක් ඇති කරයි.) දැන් ඔබට කණට ශබ්දයක්, කණ ඉපදිලා කණට ශබ්දයක් ගැටිල, අර පංච උපාදානස්කන්ධයන්ගේ හටගැනීම. ඊළඟට එම ස්කන්ධයන්, හටගත්ත ස්කන්ධයන්

මැරිලද, තියෙනවද අනුමාන නුවණක් ලබන්න පුළුවන් මෙහෙම. දැන් ඔන්න ඔබට ශබ්දයක් ඇහුණා බොහෝම ක්ෂණිකව, දැන් ඔබ හිතන්න මේ ශබ්දය ඇහෙන ස්වල්ප වේලාවේදී ඇසීමක් තියෙන්නෙ කණ ඉපදිලා. ශබ්දය කණට ගැටිල. ඒ කියන්නෙ ශබ්දයක් නිසා දැනගැනීමක් ලැබෙන්න නම් වේදනා, සංඥා සංඛාර සිතිවිලි පහළ වෙලා තියෙන්න ඕන. ඒ කියන්නෙ ශබ්දය ඇසෙන කොටම ස්කන්ධ පහම පහළ වුණා. ඔබට පුළුවන්ද, මේ ක්ෂණයෙහි ශබ්දය ආවෙ කොහෙන්ද, එය මිහිරිද, අමිහිරිද හිතාගන්න. ශබ්දය ඇසෙන මොහොතෙහි මේ ශබ්දය ගැන මොකක් හරි හිතන්න ඔබට පුළුවන්ද? මේක අහවල් තැනින් ආ එකක්. අර නාමුදුරුවො තමයි ඒක ඇති කළේ. ඒක මිහිරි ශබ්දයක් කියල හෝ අමිහිරි ශබ්දයක් කියල හෝ හිතන්න ඒ ක්ෂණයෙහි ඉඩ තිබෙනවද? එහෙනම් ඒ ශබ්දය පිළිබඳ දැනගැනීමට එනකොට ආයතන කීයක් ඉපදිලාද? කණෙන් කළේ ශබ්දය අහන එක විතරයි. ඒ ශබ්දය කොහෙන්ද ආවෙ, කොතනින්ද ආවෙ? කවුද ඇති කළේ කියල සිතුවෙ කොහෙන්ද? මනසින්. එතකොට අපි මේ ශබ්දය අතනින් ආවෙ මෙනහින් ආවෙ කියල දැනගන්න මොහොත අපට තත්පර ගණනාවකින් කියන්න බැහැ. සෝත්තායතනයට පුළුවන්

ශබ්දය අහන්න විතරයි. ශබ්දය ගැන හිතන්න බැහැ. කණට පුළුවන් ශබ්දය අහන්න. කණට පුළුවන්ද ශබ්දය ගැන හිතන්න. බැහැ. කණට පුළුවන් ශබ්දය අහන්න. කණට පුළුවන්ද ශබ්දය ගැන හිතන්න. ඇයි, කණ සිත නොවෙයි. හිතට පුළුවන්ද ශබ්දය අහන්න. බැහැ. ඇයි, හිත කණ නොවෙයි. එහෙනම් දෙදෙනෙක් එකතුවෙලා තමයි මේ දැනුම අපිට දුමාදන්නෙ. නමුත් දන්නෙ නෑ. මේ දෙකම පකක් වෙලා. අපි හිතන්නෙ කණෙන්ම මෙය දැනගත්තා කියලා. මේ මෝඩකමට යන නිසා ාමයි කණ උපාදාන වෙලා තියෙන්නෙ. කණ මගේ වෙලා තියෙන්නෙ. දැන් මේ උදය - චාය දකින කොට දුරුවෙන්නෙ මේ වැරද්ද ාමයි. මේ දෘෂ්ඨිය තමයි. ඒක දුරුකර ාන්නයි අපි මේ මහන්සි වෙන්නෙ.

දැන් එහෙනම් බලන්න. ඒත් නිදර්ශනයක්. අනුමානයෙන් යම් හිතාගන්න අවස්ථාවක් ඒ පහළ වුණේ. ඔය අනුරූපයෙන් ඔබ හිතන්න, සංඛත ලක්ෂණයක ස්වභාවය යමක් හටගත්තොත් හටගත් දේ වහ වහා දිරා මරණයට පත් වෙනව. එහෙනම් ඇස හටගත්තොත් හටගත් ඇසට මොකද වෙන්නෙ? ඇස උපන්නා. හටගත්තා. හටගත්ත ඇසට ඊළඟ මොහොතේ අත්වන ඉරණම ජරාව, මරණය.

එතකොට ඇස මම, මගේ කියල ප්‍රිය ස්වභාවයෙන්, මධුර ස්වභාවයෙන් ඇසුරු කරයි නම්, අප්‍රියයන් හා එක්වීමක්ද? ප්‍රියයන් හා එක්වීමක්ද? අප්‍රියයන් හා එක්වීමක්. ඇයි අපට ජරා මරණය අප්‍රියයි. අමනාපයි.

“අහෝ අට් මයං න ජරා ධම්මා අස්සාම නව වතනොජරා ආගච්චෙය්‍යාති නබො පනේතං ඉච්ඡාය පත්ථබ්බං ඉදම්පි යං පිච්චං නලහති තම්පි දුක්ඛං”

ජරාව අපි අකමැති දේ. කවුරු හරි ඇස ප්‍රියයි. සුඛයි කියල ඇස මම මගේ කියල තණ්හාවෙන් බැඳුණොත් එයා බැඳිල තියෙන්නෙ මොකටද? අප්‍රියයන් හා එක්වීම තියෙන්නෙ මොකද ජරා මරණය වශයෙන් දකින කෙනෙක්. මේ ඇස උපන්නනම් ඊළඟට උරුම වුණේ ජරා මරණයයි තියල දකින කෙනෙක් අප්‍රියයන් හා එක්වෙන්නෙ ඇයි ද? ඇස උපදින විට මේ ජරා මරණය පහළ වුණේ, ජරා මරණස්ස පාතුභාවෝ කියල දැක්කොත් ජරා මරණ දුක හා එකතුවෙන්න කවුරු හරි උත්සාහ කරන්නෙ නැහැ. එහෙ නම් අප්පියෙහි සම්පයෝගෝ කියන දුක අත්වෙන්නෙ නෑ. මේ ඇත්ත දකින කෙනාට, දුකෙන් මිඳෙනව. පියෙහි විප්පයෝගෝ දුක්ඛො, අපි හිතමු කවුරු හරි මේ ඇස ප්‍රියයි.

මධුරයි කියල දැකලා. ඇස මධුර ස්වභාවයෙන් ප්‍රිය ස්වභාවයෙන් උපන් ඇසට ඇලුම් කලොත් මොකද වෙන්නෙ? තව මොහොතකින් ජරාවට පත්වෙනකොට කැමති දේ වෙනස් වෙනකොට, කැමති දෙයින් වෙන් වෙන්න වෙනකොට මොකද වෙන්නෙ.

පියෙහි විප්පයෝගෝ දුක්ඛො, එහෙනම් උපන්නෙ ජරා මරණයයි, ජරා මරණයත් එක්ක කවුරුහරි එකතුවෙනව නම්, අප්‍රියයන් හා එක්වීමේ දුකක් ජරා මරණය දැන හෝ නොදැන හෝ මේ ප්‍රිය ස්වභාවය හා එක් වෙනව නම්, ප්‍රිය ස්වභාවයෙන් ගත්ත දේ තව මොහොතකින් ජරා මරණයට පත් වෙනකොට ප්‍රියයන්ගෙන් වෙන්වීමේ දුකද, ඒකාන්තයෙන් තව මොහොතකින් උරුම වෙනව.

යම්පිච්ඡං නලහති තම්පි දුක්ඛං

යම්කිසි කෙනෙක් ප්‍රියයි, මධුරයි කියල මේ ඇස ගත්තොත්, එයා අරගෙන තියෙන්නෙ මොනවද, කැමති දේද අනුවෙල තියෙන්නෙ, අකමැති දේද ලැබිල තියෙන්නෙ, අකමැතිම දේ ලැබිල තියෙන්නෙ. ශෝක පරිදේව, දුක්ඛ, දෝමනස්ස, උපායාස, ජාති, ජරා, මරණ, එහෙනම් දැන් යම් කෙනෙකු ඔන්න දුක පිරිසිඳ

දකිනව කියන අවසාන අවස්ථාවට එනකොට මං මේ කියන්නේ දුක පිරිසිඳ දකින අවසාන අවස්ථාවේ අපට හම්බවෙන පංච උපාදාන ස්කන්ධයේ හටගැනීම. ඒ හටගැනීමත් එක්ක අපට හම්බවුණා. ජාති දුක, අනේ මේ ඇස දිරනව. මේ ඇස ලෙඩ වෙනව. මේ ඇස මරණයට පත්වෙනව. මේ ඇස නිසා අප්‍රියයන් නා එක්වෙන්න වෙනව. මේ ඇස මරණයට පත්වෙනව. මේ ඇස නිසා අප්‍රියයන් හා එක්වෙන්න වෙනව. මේ ඇස ඉදිරියේ ප්‍රියයන්ගෙන් වෙන්වීමේ දුක එනව. මේ ඇසට කැමති දේ ලැබෙන්නේ නැහැ. අකමැති දේ ලැබීම නිසා බලාපොරොත්තු දේ නොලැබීමේ දුක එනව. ශෝක, පරිදේව, දුක්, දොම්නස් මේ ඇස නිසා එනව කියන තැනින් අපි පටන් ගත්තොත්, දුක පිරිසිඳ ඉදිරියට යනකොට අපිට යම් මොහොතක ඇස උපදිනකොටම ජරා, මරණයයි කියල දකින කොටම ඒකට ඇලුම් කරන්න යනවද? නෑ, එහෙනම් ඒක අල්ලගත්තේ නැත්නම්, මේ කියන දුක් එකක්වත් නැහැ. අන්න දුකින් මිදිල සුවසේ වැඩ ඉන්න ආර්ය උත්තමයන් වහන්සේගේ හමුවීම මෙන්න මෙතැනදි වෙනව. මෙන්න මෙබඳු තැනක් දක්වා අපේ නුවණ වඩන්න වෙනව දුක පිළිබඳව. එහෙනම් දැන් ඔන්න ඔබට පැහැදිලියි. දුක කියන්නේ පංච උපාදානස්කන්ධය, පංච උපාදානස්කන්ධ දුක

කියන්නේ ජාති, ජරා, මරණ ආදී මේ දුක පිරිසිඳ දකින්න දකින්න, සමුදය ප්‍රභාණය වෙනව. සමුදය ප්‍රභාණය වෙන්න වෙන්න නිරෝධය සාක්ෂාත් වෙනව. නිරෝධය සාක්ෂාත් වෙන්න වෙන්න මාර්ගය වැඩෙනව. දැන් මාර්ගය තවදුරටත් වඩන්න නම්, වැඩෙන්න නම්, දුකම පිරිසිඳ දකින්න ඕන. ඔන්න ඔය නුවණ ඔබට ලැබුණ නම් දැන් මේ මොහොතේ ඔබට කියන්න අයිතියක් තියෙනව මට මේ යහර පලේ නුවණ තියෙනව කියල. හැබැයි එක පාරට කලබල වෙන්න එපා. දැන් අනුමාන දැක්මක් ඔබට තියෙනවා. නිසැකවම අනුමාන දැක්මක් ඔබට තියෙනවා. දැන් මම කිව්ව නේ ඔන්න චතුරාර්ය සත්‍යය සට්ඨ දේශනාව. පරතෝක්ෂෝෂය දැන් ඔබට තියෙන්නේ මොකක්ද? මෙන්න මෙයට අනුව යෝනිසෝමනසිකාරූප පවත්වන්න. ඇහැ උපදිනකොටම මේ දුක උපන්න නේද? මේ ඇස නිසා අප්‍රියයන් හා එක්වීමේ දුක හඳුනව නේද? මේ ඇස නිසා ප්‍රියයන්ගෙන් වෙන්වීමේ දුක එනව නේද? මේ ඇස නිසා කැමති දේ නොලැබීමේ දුක එනව නේද? මේ ඇස නිසා ශෝක, පරිදේව, දුක්බ දෝමනස්සයෝ හටගන්නව නේද? ඇත්තටම මේ ඇසේ හටගැනීම කියන්නේ දුකේ හටගැනීම නේද? මෙහෙම බලනකොට ඇසට තියෙන තණ්හාව දුරුවෙන්න ගන්නවා. නිරෝධය සාක්ෂාත්

වෙන්න ගන්නවා. මාර්ගය වැඩෙනවා. ඔන්න. යම් වෙලාවක ඔබ එළඹ සිටි නුවණක සැබවින්ම ඇත්තක්ම දකිනවා. මේ විදියට දුක පිරිසිඳ දකිනවිට සමුදය ප්‍රභාණය වෙලා නිරෝධය සාක්ෂාත් වෙලා මාර්ගය වැඩෙනවා කියන එක.

මේ නුවණ පහළ වෙන වෙලාවක් එනවා. මං කිව්වනේ සමහර කෙනෙකුට තත්පර ගණනක් වෙන්න පුළුවන්. සමහර කෙනෙකුට විනාඩි ගණනක් වෙන්න පුළුවන්. සමහර කෙනෙකුට දින ගණනක්, සති ගණනක් වෙන්න පුළුවන්. සමහර කෙනෙකුට මාස ගණනක්, අවුරුදු ගණනක්, ජීවිත ගණනක් වෙන්න පුළුවනි. කොයි මොහොතක හෝ ඒකාන්තයෙන් සම්මා දිටිඬිය උපදිනවමයි. ඒ සම්මා දිටිඬිය ඒ ක්ෂණයෙන් මේ ධර්මා හතරම දකිමින් උපන්නොත් ඔබ කවදාවත්ම සතර අපායට යන කෙනෙක් නොවෙයි.

“අවිනිපාත ධර්මෝ නියත සම්බෝධි පරායනා” ඔබට සතර අපාය ඉක්මවන්න කැමති නම් ඔන්න ඉක්මවන්න ක්‍රමය, න්‍යාය ධර්මය දැන් ඔබට තියෙනවා. දැන් අපේ කොටස ඉවරයි. දැන් තියෙන්නේ ඕබේ කොටස. දැන් එතකොට දැකීමක් ඇතිවන

කොට දැකීමක් කියන්නේ, ඇහැ උපන්න කියන්නේ, පංච උපාදාන ස්කන්ධය හටගන්නා. පංච උපාදාන ස්කන්ධය හටගත්ත කියන්නේ ඉපදීමේ දුක ඇතිවුනා. ඇසක් උපන්න නම් උපන්න දේ දිරනවා නේද? ඇස ලෙඩ වෙනවා නේද? උපන්න ඇස මැරෙනවා නේද? ඒ ඇස නිසා අප්‍රියයන් හා එක්වීමේ දුක හදනවා නේද? ඒ ඇස නිසා ප්‍රියයන්ගෙන් වෙන්වීමේ දුක එනවා නේද? මේ විදියට දුකේ ඉපදීම හැටියට විමස විමසා බලන කොට ඔබටම යම් මොහොතක මේ ඇසු දෙය ප්‍රත්‍යක්ෂ වෙනවා. අන්න ඒ ප්‍රත්‍යක්ෂය ආවොත් ඔබට කියන්න පුළුවන් වෙනවා සෝතාපන්න කියලා. එතකන් කියන්න එපා. ඔබට ඒ හැකියාව අද දවස තුළ ලබන්න පුළුවන් වේවි. නුවණ මෙහෙයුවොත් මේ වැඩි කාලයක් නොගිනින් ඒ ජීවිතය ලබන්න පුළුවන් වෙයි. ඉතින් අපට කරන්න පුළුවන් අන්තිම උපකාරය ඔව්වරයි. දැන් ඔබේ කෘත්‍යය තියෙන්නේ.

“තුම්හෙ හි කිව්ෂං ආතප්පං- අක්ඛාරො තථාගතා”

ආයතන හයම බලන්න ඕන. ඇසීමක් වෙනකොට, ඇසෙන්න නම්, කණ ඉපදිලා,

කණු උපන්න නම් පංච උපාදාන ස්කන්ධය හටගෙන. උපන්න කණු දිරනවා, ලෙඩ වෙනව නේද? කණු මැරෙනව නේද? කණු නිසා අප්‍රියයන් හා එක්වීමේ දුක, ප්‍රියයන්ගෙන් වෙන්වීමේ දුක එනව නේද? මේ විදියට දුක්ඛ සත්‍යයම ආයතන හයේම උපදින හැටි බලන්න ඕනෑ. වර්තමානයේ මේ ආයතන හයෙන් ඉපදිල තියෙන්නෙ කුමක්ද කියල ආයතනය හඳුන ගන්න ඕන. ආයතන කුසල වෙනව කියන්නෙ ඒකට.

ආයතන කුසල වෙන්න ඕන ඉස්සෙල්ල. එතකොට ආයතන හඳුනගන්න ඕන. එතකොට අපට වර්තමානය. වර්තමානෙ උපන් ආයතනය හම්බවෙලා තියෙන්නෙ. වර්තමානයෙ උපන් ආයතනයයි, දුක් වශයෙන් අනිත්‍ය වශයෙන් බලන්නෙ. ඒ නිසා ඒකාන්තයෙන් ආශ්‍රවක්‍ෂය වෙන මාර්ගය උපදින පිළිවෙත, ප්‍රතිපදාව මෙය වෙනව. දැන් අපි එක ආකාරයකින් කිව්වාම ආයතන හයටම මේ විදියමයි. මේකෙ වෙනසක් නැහැ. මනාසතනය උපන්නාය කිව්වාම අර, ඇස, කණ, නාසය, දිව, ශරීරය උපන්නාට වඩා පුංචි ගැඹුරකින් බලන්න වෙනව. පුංචි වෙනසක් කරන්න වෙනව. දැන් අපි බලන්න ඕන. මනාසතනයෙන් සිද්ධවෙන ධර්මතාවය තමයි

දැන ගැනීම, දිව්ධ, සුත, මුත, විඤ්ඤාන.

දිව්ධ කියනකොට ඇස, සුත කියනකොට කණ, මුත කියනකොට නාසය, දිව, කය තුනම අයිතියි. දැනීම - සුවඳ දැනෙනවා. රස දැනෙනවා. පහස දැනෙනවා. එතකොට මුත කියන වචනයට අන්තර්ගත වෙනව ආයතන තුනක්. නාසය, දිව, කය, විඤ්ඤාන කියන්නෙ දැනගැනීම. මනාසතනය - එතකොට දැන් මනාසතනයට රූපයක් කෝ කියන එකයි හුඟක් දෙනෙකුට ප්‍රශ්නය තියෙන්නෙ. දැන් ඇසට රූපයක්, රූප - මනාසතනය උපදිනකොට රූප කෝ? අන්න මෙතනදි තේරුම් ගන්න ඕන. රූපයක් නැතුව නොවෙයි. මනාසතනය උපදින්නෙ කොහේද? සිත උපදින්නෙ රූපය ඇසුරුකොට. කොහේද උපදින්නෙ? වස්තු රූපය, හෘදය වස්තුව, වස්තු රූපය ඇසුරු කර ගෙනයි රූපය උපදින්නෙ. වස්තු රූපය ඇසුරු කරගෙනයි, සිත, මනෝධාතුව පහළ වෙන්නෙ. මනෝ ධාතුවෙන් සිති කරන දේයි සිතන දෙයයි ධම්ම ධාතුව, සිතිවිලි කියල කියන්නෙ. ඒ සිතිවිලි දැනගන්න සිතටයි මනෝ විඤ්ඤාණය කියල කියන්නෙ. එතකොට ඔන්න තේරුම් ගන්න මනෝ ධාතුවෙන් සිති කරන දේයි, ධම්ම ධාතුව. සිතට මොනවද සිති කරන්න පුළුවන්? රූපය

ගැන සිතන්න පුළුවන්ද? ශබ්දය, ගන්ධය, රසය, පහස ගැන හිතන්න පුළුවන්ද? සිතට මොනවද උපදවන්න පුළුවන්? සිතිවිලි. එතකොට සිතිවිලි කිවීම මොනවද? වේදනා, සංඥා, සංඛාර මෙන් මේ වේදනා සංඥා, සංඛාර ටිකට තමයි ධර්මායතනය කියල කියන්නේ. එතකොට මනෝධාතුවෙන් සිහිකරන බවක් තියෙනව. සිතිවිලි උපදින බවක් තියෙනව. ඒ උපන් දේ ඊට අනුරූපීව දැනගනිමින් පහළවන සිතට කියනව, මනෝ විඤ්ඤාණය කියල. එතකොට මනෝ ස්පර්ශය කියන්නේ මොකක්ද? මනෝ ධාතුවත්, ධර්ම ධාතුවත්, මනෝ විඤ්ඤාණ ධාතුවත්. ඇසත්, රූපයත්, වක්ඛු විඤ්ඤාණයත් වක්ඛු සම්පස්සය. කණත්, ශබ්දයත්, සෝත විඤ්ඤාණයත් සෝත සම්පස්සය. නාසයත්, ගන්ධයත්, ඝාන විඤ්ඤාණයත් ඝාන සම්පස්සය. දිවත් රසයත් පිචිභා විඤ්ඤාණයත් පිචිභා සම්පස්සය. සිතත්, සිතිවිලිත්, මනෝ විඤ්ඤාණයත් ඇති කල්හි මනෝ සම්පස්සය. දැන් මනෝ සම්පස්සයක් හට ගන්නකොට මනෝ සම්පස්සයෙන් යම් දැනගැනීමක් ඇතිවන කොට සිතින් යම් දැනගැනීමක් සිතෙන් සිහිකිරීමක් හට ගන්න

කොටම අපට නුවණක් එළඹ තියෙන්න ඕන. අපි දැනුවත් වෙලා ඉන්න ඕන. සිත කොහොටත් ඉබේ පහළ වෙතව නොවෙයි. යම් තැනක හට ගන්නව. දැන්, උපදින ය්ථාන හයක් තියෙනව. මොනවද?

ඇස ඇසුරු කොට සිත උපදිනව
කණ ඇසුරු කොට සිත උපදිනව
නාසය ඇසුරු කොට සිත උපදිනව
දිව ඇසුරු කොට සිත උපදිනව
කය ඇසුරු කොට සිත උපදිනව
වස්තු රූපය ඇසුරු කොට සිත උපදිනව

ඔන්න ඔය වස්තු රූපය ඇසුරු කොට උපදින සිතට කියනව මනෝ ධාතුව කියල. එතකොට මනෝ ධාතුවක් පහළ වෙන්න වස්තු රූපයේ ආධාරය උපකාරය ලැබිල තියෙන්න ඕන. වස්තු රූපයේ පිහිටි උපකාරය නොලැබුනොත් මනෝ ධාතුවේ පහළ වීමක් වෙන්නේ නැහැ. එහෙනම් දැන් අපි සිතාගන්න ඕන, සිතෙන් යමක් සිතන බවක් ඇත්නම්, සිතන්නේ මනෝ ධාතුවෙන්, මනෝ ධාතුව පවතින්නේ කොහේ ඇසුරු කර ගෙනද, වස්තු රූපය ඇසුරු කරගෙන. වස්තු රූපය පවතින්නේ කුමක් ආධාර කරගෙනද? ආහාර ප්‍රත්‍යයෙන් ආහාර නිසා රූපය පවතිනව.

රූපය ඇසුරු කොට මේ නාම ධර්ම පවතිනව. එතකොට දැන් ඔන්න එතනදී, අපි මේ මනසිකාරය පවත්වන වෙලාවේදී, සිතින් යමක් සිතන බවක්, දැන ගන්න බවක් ලැබෙන කොට දැකීම, ඇසීම, දැනීම, දැනගැනීම කියන තැනට එතකොට අපි සිහි කරන්න වෙන්නේ මේ තැන ස්කන්ධ ධර්ම ටික. වස්තු රූපය ආහාරය නිසා හට ගන්නව. ආහාරය නිසා හට ගන්න වස්තු රූපය ආහාරයාගේ නිරෝධයෙන් ආහාර නැති වෙන කොට මොකද වෙන්නේ. වස්තු රූපය මැරෙනව. නිරුද්ධ වෙනව. එතකොට ඇසුරු කොටගෙන පහළ වෙච්ච, වේදනා සංඥා, චේතනා, ස්පර්ශ ආහාරයෙන්. විඤ්ඤාණය, නාම රූප ප්‍රත්‍ය කරගෙන, මෙතන ටිකක් වැඩි වෙලාවක් විස්තර කරන්න ඕන තැනක්. රූපය ආහාර ප්‍රත්‍යයෙන්. වේදනා, සංඥා, චේතනා ස්පර්ශ ආහාරයෙන්. විඤ්ඤාණය මනෝ සංවේතනා ආහාරයෙන්. එතෙම නැත්නම් නාමරූප ප්‍රත්‍යයෙන්. එතකොට දැන් අපට මනායතනය තුළින් යමක් දැනගන්නවා කියන අවස්ථාව වෙනකොටත් රූපයක් හම්බවෙලා තියෙනව. වස්තු රූපය ආහාර ප්‍රත්‍යයෙන් හටගන්න. ඊළඟට ඒ මනෝ ධාතුවෙන් සිහි කළ වේදනා, සංඥා, සංඛාර, ස්පර්ශ ආහාරයෙන් හටගන්න. වේදනා

සංඥා, සංඛාර ස්කන්ධ තුනකුත් හමුවෙලා තියෙනව. ඊළඟට මේ නාම රූප දෙක ප්‍රත්‍ය කරගෙන දැන ගැනීමක් තියෙනව. විඤ්ඤාණයක් පහළ වෙලා තියෙනව. විඤ්ඤාණ උපාදාන ස්කන්ධයකුත් තියෙනවා. එතකොට අර වගේම දැනගන්නව කියන අවස්ථාවේදීත් ස්කන්ධ පහම පහළ වෙලා තියෙනවා. එතැනදී රූපය හැටියට වස්තු රූපය දරන්න. වස්තු රූපය කියන්නේ මනෝ ධාතුව පහළ වෙන්න, උපදින්න තියෙන තැන. වක්ඛු විඤ්ඤාණය උපදින්න ආධාරයි වක්ඛු ප්‍රසාදය, සෝත විඤ්ඤාණය උපදින්න උපකාර වෙනව. සෝත ප්‍රසාදය. මෙන්න මේ වගේම මනෝ ධාතුව උපදින්න උපකාරයි වස්තු රූපය.

අද මේ පංච උපාදානස්කන්ධ දුක, දුක හැටියට දකිමින් ඒ දුක පිරිසිඳ දකින කොට සමුදය දුරුවෙනව. නිරෝධය සාක්ෂාත් වෙනව. මාර්ගය වැඩෙනව කියන මේ නුවණ ලබමින් ප්‍රතිපදාව වෙන මොකක්වත් නෙවෙයි දුකම පිරිසිඳ දැකීම. ඒ දුක පිරිසිඳ දැක ගැනීම සඳහා සමථ විපස්සනා දෙක කොහොමද අර්ථවත් වෙන්නේ කියන එක තේරුම් අරගෙන අද

ඉඳුලා අපි මාර්ගය වඩන, ප්‍රතිපදාව වඩන, එක්කෝ මාර්ගස්ථය හැටියට බ්‍රහ්මචරියාව, එහෙම නැත්නම් බ්‍රහ්මචරියාවට උපකාර පිණිස ආදි බ්‍රහ්මචරියාව වඩන ඒකාන්තයෙන් මාර්ගයට පිවිසෙන පිරිසත් බවට පත්වෙන්නට, එබඳු නැතකට පත්වෙලා අද ගෙදර යන්න අපි යම් උත්සාහයක්, විරියයක් කළොත් ඒක සඵල කර ගන්න පුළුවන් වේවි.

එතකොට පින්වතුනි, අපට ලැබුණු, හමුවුන අවස්ථාවට මේ මොහොතේ උපදින ස්කන්ධයන්ගේ පැවැත්මක්. ඒ ස්කන්ධයන්ගේ බිඳීමකුත් අපට හමුවුවහ. ස්කන්ධයන්ගේ උදය - වැය, හටගැනීම හා නැතිවීම දැක්කා. හැබැයි හට ගැනීම හා නැතිවීම දැක්ක පමණින් මාර්ගය වෙන්නේ නැහැ. ඒ දැකීම ප්‍රකට කරගෙන ආශ්වාදය, ආදිනවය, නිස්සරණය

ඉති රූපං ඉති රූපස්ස සමුදයෝ
ඉති රූපස්ස අත්ථංගමෝ
ඉති රූපස්ස අස්සාදෝ
ඉති රූපස්ස ආදිනවෝ
ඉති රූපස්සනිස්සරණං

මේ ටික ඔක්කෝම සම්පූර්ණ වෙන්න ඕන ප්‍රතිපදාවට එන්න. ආදි බ්‍රහ්මචරියාවෙන්

බ්‍රහ්මචරියාවට එන්න. අපි ඒ ටිකත් දැනගන්නට ඕන. දැන් ආශ්වාදය බලනකොට, එතන තියෙන්නේ දුක්ඛ සමුදය. ආදිනවයට අනුව බලන කොට තියෙන්නේ දුක. නිස්සරණයට අනුව බලන කොට නිරෝධය. නිස්සරණයට මග හැටියට දකිනකොට මාර්ගය.

එතනදිත් චතුරාර්ය සත්‍යය ප්‍රකට වන හැටියටයි මෙය බලන්න ඕන. අනිත්‍යය දකින්න ඕන, අනිත්‍ය ලක්ෂණය ප්‍රකටවන විදියට. අනිත්‍යය කොච්චර බැලුවත් වැඩක් නැහැ. දුක බලන්න ඕන දුක්ඛ ලක්ෂණය ප්‍රකට වෙන්න. මනායතනයේදී රූපය අප්‍රකට වුවත් රූපයෙන් තොරව මනායතනයේ පැවැත්මක් නැහැ. ඒ නිසා වස්තු රූපය ඇසුරු කොට ගෙන මනෝ ධාතුව පවතින බව අප මතක් කළා. ඒ කියන්නේ එතකොට සිතින් යමක් දකින කොට, සිතින් යමක් දැන ගන්නකොට ඒකේ ආරම්භය, මූලය, රූපය දක්වාම දිවෙනවා. ඒ නිසා වස්තු රූපය ආහාර ප්‍රත්‍යයෙන්, වේදනා සංඥා, චේතනා, ස්පර්ශ ආහාරයෙන්. විඤ්ඤාණය නාම රූප ආහාරයෙන්, මනෝ සංවේතනා ආහාරයෙන්, ස්කන්ධ පහම ලැබිල තියෙන්නේ, නානා හේතුන් නිසා. රූපය එක මවිටිය පරපුරක,

ආහාරයෙන්. වේදනා, සංඥා චේතනා තවත් මවිසියන්ගේ දුරුවෝ වගේ. විඤ්ඤාණය තවත් පරපුරක. දැන් නානා හේතු නිසා හටගන්නා ධර්මතා පහක්.

රූපය ආහාර නිසා:

වේදනා, සංඥා, සංඛාර, ස්පර්ශ, ආහාර නිසා, විඤ්ඤාණය නාම රූප ආහාර නිසා.

දැන් බලන්න පරපුරවල් තුනක්. නමුත් අපේ දැනගැනීම මේ ටික එකතු කරගෙන, මේ ටික කවදාවත් එකට එකතු කරන්න බැහැ. ඇයි. පරම්පරා තුනක ධර්මතා තියෙන්නෙ මෙනෙ. එකතු නොවන එකතු කරන්න බැරි ධර්මතා. නමුත් අද අවිද්‍යාව නිසාම මේ ටික එකතු කරලා දැනගන්නාය කියල මෝඩකමක් ඇතිකර ගන්නවා. මිථ්‍යා දෘෂ්ඨියක් ඇතිකර ගන්නවා. ආත්ම සංකල්පය ගොඩනැගෙන්නෙ මෙන්න මේ අනාත්ම ධර්මතා තුළ. අපි අනාත්මය, අනාත්ම ධර්මතා තුල බලන්න ඕන. දුක, සමුදය, නිරෝධ, මාර්ගය, දැනුම, නුවණ ස්ථාවර වීමෙන්. ඒකාන්ත සම්මා දිට්ඨිය උපදින අවස්ථාව බොහෝවිට උදාකරගන්න පුළුවන් වෙන්නෙ මනායතනයත් එක්ක. එතකොට

එතනදි ඔබට හොඳ දැනුමක් තිබුණොත්, යම් දැනගැනීමක් ඇති වුනොත් මෙන්න මේ දැනගැනීමත් එක්කම මේ නානා ආකාරයෙන් හටගත්ත ධර්මතා ටික වෙන්කර බලන්න. පළමු වතාවට වෙන්කරලා බලන්න උදය-ඇතිවීම, ඊළඟට හටගත් දේ නිරුද්ධ වෙන හැටිත් බලන්න ඕන. අපි පුංචි නිදර්ශනයක් අරගෙන බලමු. දැන් ඔබ හිතන්න ඔබට කැමති අරමුණක් ගන්න නිදහස තිබෙනවා. ඔබට දැන් ඉදිරියේ පෙනෙන කුමක් හෝ වේවා, හොඳට බලලා අපි ඒ සිදුවීම නැවත වතාවක් මනෝමයෙන් සිහිවන අවස්ථාව මනායතනයෙන් දැනගන්න අවස්ථාව බලමු. හොඳයි අපි හිතමු ඔබට මේ බණ කියන හාමුදුරුවෝ සිහිවුනා. ඔන්න දැන් ඇස්දෙක පියාගෙන මෙහෙම භාවනා කරනකොට, ඔන්න සිහිවුනා බණ කියන හාමුදුරුවන්ව. දැන් මේ සිහි වුණා කියන කොට ඇසට පෙනෙනව වගේම යම් රූප ඡායාවක් ධර්ම සංඥාවක් හිතේ ඇඳිලා තියෙනව, මැවිල තියෙනව. නිකමිම දැනෙනවා නෙවෙයි. අපට අපේ සිත දුබල දුර්වල නිසා, නොවැඩු නිසා තවම මේවා අපුකට වෙන්න ඇති. නමුත් හොඳට හිත දිනා බලන්න. පුරුදු කළොත් හැම දේකම දැනගැනීමත් එක්කම මේ ඇසට පෙනෙනවා ය කියන තැන අපට හමුවෙනවාය කියන, හිතන විදියේම රූප

ලක්ෂණයක් පේන්න තිබෙනවා. සිතට පෙනෙන්න තියන රූප ලක්ෂණයක් තියෙනව. මෙන්න මෙනෙ දකින්න ඕන. හඳුනගන්න ඕන. දැන් ඔන්න භාමුදුරුවො ගැන දැන ගැනීමක්. දැන් වහාම ඔබේ නුවණ ක්‍රියාත්මක වෙන්න ඕන මෙනෙහින් එහාට. ඉදිරියට යන්න නොවේ. පස්සට. භාමුදුරුවො ගැන හිතන්න ගියොත් “අනේ මේ භාමුදුරුවො මෙහෙම බණ කියනවා, මෙහෙම බණ කියනවා” කියල හිතන්න ගියොත් අපි දුකෙන් දුකට ගියා. දුක හඳුනාගත්තේ නැහැ. භාමුදුරුවො කියන දැනගැනීම ඇතිවෙච්ච ගමන් ම දැන ගැනීම ඇතිවුණේ කොහොමද කියල බලන්න ඕන. හේතුන්ගේ පහළවීමක් නිසා, දැන් අපි දන්නව, ඇසත් රූපයත්, වක්ඛු විඤ්ඤාණයත් ඇති කල්හි දැකීම ඇති වුනා. අපි දැන් කලින් කියපු බණ හොඳින් නැවත නැවත අහල තිබුණා නම් මේවා ගැටළු නොවෙයි. අපි ඒවා කියල දිල තියෙනවා. දැකීම කියන්නේ ඇස නොවෙයි. රූපය නොවෙයි. වක්ඛු විඤ්ඤාණය නොවෙයි කියල. දැනගැනීම කියන්නේ මනෝ ධාතුවත්, ධම්ම ධාතුවත් මනෝ විඤ්ඤාණ ධාතුවත් නොවෙයි. මේ හේතු ඇති කල්හි ඇතිවූ ඵලයන් බව කියල තියෙනවා. (ඒ අතීත බණ නැවත අහන්න.) ඒ දහම් කරුණු හොඳට ආවර්ජනය කරන්න. ඒවා නැවත මතුකර ගන්නෙ නැතිව මේ මග

ඉදිරියට යන්න අමාරුයි. එතකොට දැනගැනීමක් ඇති වුනා නම්, දැනගැනීම කියන ඵලය ලබන්න මනෝ ධාතූ, ධම්ම ධාතූ, මනෝ විඤ්ඤාණ ධාතූ, හේතු පහළ වෙලා තියෙන්න ඕන. ඒ කියන්නේ ස්කන්ධයෝ පහළ වෙලා තියෙන්න ඕන. ආයතනයක් ඉපදිලා තියෙන්න ඕන. එහෙනම් ඔන්න දැනගැනීමත් එක්ක ආයතනය හඳුනාගන්න ඕන. මොකක්ද ඉපදිලා තියෙන ආයතනය? මනායතනය ඉපදිලා. මනායතනය උපන්නා කියන්නේ පංච උපාදාන ස්කන්ධයක්. දුකක් හටගෙන. දැන් ඔන්න එයාට වහා හඳුනාගෙන, පෙනෙන ඡායාවක්, දර්ශනයක් තියෙනවනේ. දැන් මේ පෙනෙන්නේ සිතිවිලිවලින් ධම්ම ධාතූනේ. දැන් මෙහෙහි කරනවා එතනින් පටන්ගෙන වේදනා, සංඥා, චේතනා ස්පර්ශ ආකාරයෙන් හට ගත්ත දේ. වස්තු රූපය ආහාර ප්‍රත්‍යයෙන් හටගන්නේ. විඤ්ඤාණය මේ නාම රූප දෙක නිසා හටගන්නේ. එහෙනම් මෙනෙ තියෙන්නේ නා නා හේතු නිසා හටගත්ත එකට එකතු කරන්න බැරි අනාත්ම ධර්මතා නොවෙයිද? මේ අනාත්ම වූ ධර්මතාවන්ගේ හටගැනීමක් එක්ක නේද මේ ආත්ම සංකල්පයක් උපන්නේ. ඉතින් මේ අනාත්ම ධර්මතාවයක් ඇතිවූ තැන කොහොමද ආත්ම සංකල්පයක් උපදින්නේ.

මේ අවිද්‍යාව යෙදිල නේද? එහෙනම් මෙසේ උපන් ආත්ම සංකල්පයත් අනාත්ම හේතු නිරුද්ධ වෙනකොට නිරුද්ධ විය යුතු නේද? රූපය ආහාර නිරෝධයෙන් නිරුද්ධ වෙනවා. වේදනා, සංඥා, චේතනා, ස්පර්ශ ආහාර නිරෝධයෙන් නිරුද්ධ වෙනවා. විඤ්ඤාණය නාමරූප නිරුද්ධ වීමෙන් නිරෝධ වෙනවා. මේ හේතු ධර්මාවන් බිඳෙන කොට මේ සංකල්පය බිඳෙනවා. අර උපන් පුද්ගල සංකල්පය දුරුවෙන විදියට බලනවා. ඊළඟට එතනින් නතර කරන්න එපා. එතකොට ආශ්වාද ආදීනව නිස්සරණ. මේ දැනගැනීමෙහි ආශ්වාදයක් තියෙන්න පුළුවන්. ආශ්වාදය කියල කියන්නෙ දුක්ඛ ධ්මදයයි. දැන් තණ්හාවෙන්, දෘෂ්ඨියෙන්, මානසෙන්, සත්වයෙක්, පුද්ගලයෙක්, ආත්මයක් හැටියට, මම, මගේ, මගේ ආත්මය හැටියට දැකපු නිසා නේද? මේ අනන්ත සංසාරෙ දුක් වින්දෙ. එහෙනම් මේ දුක්ඛ ධ්මදය හටගත්තේ දුක හටගත්ත නිසා. දුක, දුක හැටියට නොදැක්ක නිසා නේද? ඔන්න ආදීනව සිහි කරන්න ඕන. මෙව්වර කාලයක් මේ සංසාරෙ දුක් වින්දෙ ඇයි? මේ වැරදි දැක්ම නිසා නේද? දුක, දුක විදියට දකින්න බැරි වූ තැන මේ දුක් වූ ස්කන්ධ ටික ජත්වයෙක්ය, පුද්ගලයෙක්ය, මමය, මගේය හැටියට දැකපු නිසා නේද මේ අනන්ත

සංසාරෙ අතීතෙ දුක් වින්දෙ. අනාගතයේත් කල්ප ගණනාවක් තව සසරෙ ඉන්නව නම් කවුරු හරි සංසාරෙට යන්නෙ මේ වැරදිද නිසා නේද? මේ දුක් වූ ස්කන්ධ ටික, දුක හැටියට දැකීමට බැරි තැන, ඒ යෝනියෝ මනසිකාරය, නුවණ නොයෙදූ තැන මේ සත්ව පුද්ගල සංකල්පය ගොඩනැගිලා. මේ කම් රැස්වෙලා, සසර දුකට යනවා නේද? එතකොට එයා දකින්න ඕන, අවිච්ඡි මහා නරකාදිය දක්වාම. මේ ආදීනව දැන් මේ ඇතිවෙච්ච දැනගැනීම, එක්කො ලෝභ සහගතයි, එක්කො ද්වේශ සහගතයි, එක්කො මෝහ සහගතයි, මේ ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ නිසා අකුසල කර්ම, ඒ කර්ම නිසා සිව් අපාය. දැන් මරණය සිද්ධ වුණොත් මේ ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ නිසා සතර අපායේ තැනක ඉපදෙන්න හේතු තියෙනවනේ. එපමණකට භයානක කොට දකින්න ඕන මේ ආදීනවය. එහෙම දකින කොට නිස්සරණය. එහෙනම් මේ හටගත්ත ආයතනය අනාත්ම ධර්මයක් හැටියට දුක් වූ ධර්මයක්, දුකක් හැටියටම දැකීමෙන් මේ සත්ව පුද්ගලභාවය දුරුවෙලා, ඒ තණ්හා නිරෝධයෙන්, මේ සියලු දුකේ නිරෝධය සිද්ධ වෙනව නේද කියල නිස්සරණයටත්, සිත මෙහෙයවන්න ඕන. අන්න ඒ සියල්ලටම නුවණ යොදන කොට අපේ මාර්ගය ටිකෙන් ටික,

දිව්‍ය උප්පාදා කතෝති

දෘෂ්ට්වය සෘජු වෙනව. දෘෂ්ට්වය නිවැරදිව නිරවුල් වෙනව එහෙම බලනකොට. ඉතින් දැන් ඔන්න ඔය විදියෙන් පටන් ගන්න අද ඉඳලා. ආයතන ටිකත් එක්ක. ආයතනයන්ගේ පහළවීමත් එක්ක. දුක හටගත්ත බවට, ඒ හට ගත්ත දුක බෙදන්න, ජාති දුක, ජරා දුක, ව්‍යාධි දුක, මරණ දුකට ශෝක පරිදේව, දුක්, දොම්නස් හා අප්‍රියයන් හා එක්වීම කියන්නේ. ප්‍රියයන්ගෙන් වෙන්වීම කියන්නේ, කැමති දෑ නොලැබීම කියන්නේ මොකක්ද කියලා බෙදලා බලන්න. දැන් ඒක බලන හැටි අපි දෙවිදියක් කිව්වා. එකක් සම්මත ඇස ඇසුරු කරගෙන. මේ උපන් ඇස දිරනව, ලෙඩ වෙනව. මැරෙනව. මේ ඇසට අප්‍රිය වූ අරමුණු ලැබෙනවා. අප්‍රිය වූ අරමුණු ලැබෙන නිසා අප්‍රියයන් හා එක්වීමේ දුක එනවා. මේ ඇසට ප්‍රිය වූ දෙය තියෙනව. ඒ ප්‍රිය වූ දෙයින් වෙන් වෙන්න වෙනව. මේ ඇස නිසා. ආදරණීය අම්මාගේ වෙන්වීම, දුවා දරුවන්ගේ ස්වාමියාගේ බිරිඳගේ වෙන්වීම, ඒ මරණ ආදී වෙන්ව යාමේ දුක මේ ඇස නේ හදලා දන්නේ. මේ ඇසට ප්‍රිය වූ දෙය තියෙනව. මේ ඇසට කැමති කැමති දේ ලැබුණො නැහැ. හැම තිස්සෙම අකමැති දේමයි ලැබුණො බොහෝ කොටම. ඉතින්

අකමැති දේ ලැබෙන කොට මේ ඇස කොච්චර දුක් වින්දද? ඔන්න ටිකක් අපට සම්මතයේ තේරෙන භාෂාවෙන් තේරෙන විදියෙන් මේ ඇස ගැන හිතන්න පුළුවන්. ඊට වඩා එහා යන කෙනෙකුට ඊටත් වඩා වෙනස්ව බලන්න පුළුවන්. මේ බාහිරය අත හැරෙන විදියට, ඇස උපන්නා දුක උපන්නා. උපන් දේ ඊළඟට උරුමය ජරා මරණය. එහෙනම් ඇස කියන්නේ ජරා මරණය. හටගත් ඇස කියන්නේ ජරා මරණය. එහෙනම් ජරා මරණය. ඇස සමග කවුරු හරි මම මගේ කියලා එකතු වෙනව නම් මේ අප්‍රියයන් හා එක්වීමක් නේද වෙන්නේ? ජරා මරණය හා එක් වෙනව නේද? ජරා මරණය වූ මේ ඇසට කවුරු හරි ප්‍රිය කරනවා නම් මේ ඇස බිඳෙන කොට ඒ ප්‍රියයන්ගෙන් වෙන්වීමේ දුකට වැටෙනව නේද? ඇසට කවුරු හරි ප්‍රිය කරනවා නම්, ඇලුම් කරනවා නම්, කැමති දේ නොවෙයි නේද ලබලා තියෙන්නේ, අකමැති වූ ජරා මරණ, සෝක, පරිදේව, දුක්බ දෝමනස්සයෝ නේද? එහෙම බලන්න, එහෙම බලනකොට උපන් ඇස ජරා මරණයට පත් වෙනව, කියන දැක්මම තහවුරු වෙනකොට ඊට මෙහා තියෙන දුක ඉබේමයි නැති වෙන්නේ. දුක නැතිව යෑමට ඉන්න පුළුවන් යැයි කියන තැන හැඳෙන්නේ මෙතන. අපි ඇස උපදින කොට ජරා මරණ

කියන දුක උපදින බව නොදන්න නිසා ඇසත්
එක්ක එකතු වෙන්නෙ, ඇස කෙරෙහි සතුටු
වෙන්නෙ, ඇස පිළිබඳ අභිනන්දනය
කරන්නෙ. යමෙකු මේ රූපය, මේ ඇස
අභිනන්දනය කරනවා නම්,

**යෝ වක්ඛං අභිනන්දති
දුක්ඛං සො අභිනන්දති
යො දුක්ඛං අභිනන්දති
අපරිමුත්තො දුක්ඛස්මාති වදාමි**

යමෙකු ඇසෙන් සතුටු වෙනවා නම්,
දුක්ඛං සො අභිනන්දති, ඔහු දුකෙහි මේ සතුටු
වෙන්නෙ, දුකටයි සතුටු වෙන්නෙ. “යෝ
දුක්ඛං අභිනන්දති” යමෙකු දුකෙහි
අභිනන්දනය කරනව නම්, සතුටු වෙනව නම්,
අපරිමුත්තො දුක්ඛස්මාති වදාමි” ඔහු දුකෙන්
මිදෙන්නෙ නෑ කියල බුදුහාමුදුරුවො දේශනා
කළා. එතකොට අපි “යො වක්ඛං
නාභිනන්දති” යමෙකු මේ ඇසේ අභිනන්දනය
නොකරනවා නම් සතුටු වෙන්නෙ නැත්නම්
දුක උපදවනව කියල බලනව නම්, අන්න
එහෙම බලන කෙනා දුකෙහි සතුටු වෙන්නෙ
නැහැ. දුකෙහි සතුටු වන කෙනෙක් නොවෙයි
එයා. දුකෙහි සතුටු නොවන නිසාම දුකින්
මිදෙන්නේය. දුකින් මිදුනේය කියල
බුදුහාමුදුරුවො දේශනා කරනව. ඒ නිසා
පින්වතුනි, දුකෙන් මිදෙන ක්‍රමය මෙතන

නියෙන්නෙ. ඇසේ සතුටු වුනොත්, ඇස
උපදින කොට සතුටු වුනොත්, දුකෙහි සතුටු
වෙලා. එයා දුකෙන් මිදෙන්නෙ නෑ. ඇස
උපදින කොට දුක උපන් බවට දැක්කොත්,
එයා දුකෙහි සතුටු වෙච්ච කෙනෙක් නොවෙයි.
ඇසේ සතුටු වෙච්ච කෙනෙක් නොවෙයි. ඇසේ
සතුටු වුනේ නැහැ කියන්නෙ දුකෙහි සතුටු
වුනේ නැහැ. දුක බාර ගත්තෙ නැහැ. ඒ නිසා
ඔහු දුකෙන් මිදෙන කෙනෙක්ය කියල
බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනව.

**“අභිනන්දති අභිවදති අප්පොසාය තිට්ඨති
කිංච අභිනන්දති අභිවදති අභිවදති අප්පොසාය
තිට්ඨති
රූපං අභිනන්දති අභිවදති අප්පොසාය තිට්ඨති
තස්ස රූපං අභිනන්දති අභිවදතො
අප්පොසාය තිට්ඨතො උප්පජ්ජති නන්දි
යා රූපේ නන්දි තදුපදානං
තස්සු උපාදාන පච්චයා භවො
භව පච්චයා ජාති, ජාති පච්චයා ජරා මරණං
සෝක පරිදේව දුක්ඛ දෝමනස්සුපායා සම්භවන්ති”**

මෙන්න දුකෙහි හටගැනීම. දුකෙහි
ඇතිවීම. යමෙකු රූපයේ අභිනන්දනය කරනව
නම්, සතුටු වෙනව නම්, ඒ රූපය හොඳයි
කියල කියනව නම්, ඒ රූපයේ බැසගන්න
බවක් තියෙනව නම්, “අභිනන්දති අභිවදති

අපේජාසාය තිට්ඨති” අන්න ඒ අනිවන සතුට රූපයේ නන්දිය.

“අනිනන්දතො අනිවදතො අපේජාසාය තිට්ඨතො, උප්පජ්ජති නන්දි

යමක් කෙරේ සතුටවන විට, ඇස උපදින විට සතුටු වුනොත්, ඒ සතුටු වුනාය කියල කියන්නෙ, නන්දිය උපන්නා, කැමැත්ත ඇතිවුනා. එයා “රූපෙ නන්දි” රූපයේ නන්දිය ඇතිවුනා, කැමැත්ත ඇතිවුනා, නන්දිය කියල කියන්නෙ “යා රූපේ නන්දි තදුපදානං” රූපයේ කැමැත්ත ඇතිවුනා නම්, ඡන්දරාගය ඇතිවුනා නම්, ඒකට කියනව උපාදානය කියල. ඇසේ කැමැත්ත ඇතිවුනා නම් ඒ ඇස උපාදානයයි. ඇස නොවෙයි උපාදානය. ඇසේ යම් ඡන්ද රාගයක් ඇතිවුනොත් එතනයි උපාදානය. දැන් ඇසේ නන්දිය, ඇසේ සතුට ඇති වෙනව කියන්නෙ උපාදානය ඇතිවුනා. මොකක්ද උපාදානය කරගත්තෙ? දුක උපාදානය වුනා. දුක උපාදානය කරගන්න කෙනා. දුක මමයි, මගේය කියල කොහොමද දුකෙන් මිදෙන්නෙ? දුකෙන් මිදෙන්න නම් දුක අත හරින්න ඕන. එහෙනම් ඇස උපදින කොට දුකේ ඉපදීමක් හැටියට දකින්න බලන්න පුරුදු කළොත් ඔබ

දුකෙහි සතුටු වන කෙනෙක් නොවෙයි.

නානිනන්දතෝ - නානිවදතෝ නාපේජාසාය තිට්ඨතො

තතථ රූපං අනනිනන්දතෝ අනනි වදතෝ අනාපේජාසාය තිට්ඨතෝ”

යා රූපේ නන්දි සා නිරුප්පජ්ජති”

මේ රූපයේ, ඇසේ යම් නන්දියක් තිබුණානම් ඒක දුරුවෙනව, නිරුද්ධ වෙනව.

නන්දි නිරෝධා - උපාදාන නිරෝධෝ

උපාදාන නිරෝධා - භව නිරෝධෝ

භව නිරෝධා - ජාති නිරෝධෝ

ජාති නිරෝධා - ජරා මරණං

ශෝක පරිදේව දුක්ඛ දෝමනස්ස

උපායාසාපි නිරුප්පජ්ජති ඒව මේතස්ස

කේවලස්ස දුක්ඛක්කන්ධස්ස

නිරෝධෝ හෝති

මෙන්න නිරෝධය, එහෙනම් මෙතනට යන පාර තමයි අපි උදේ ඉඳලම කිව්වෙ. එහෙනම් දැන් ඔබට මීට පස්සෙ මං කියන්නෙ නෑ ඔබට ඔබ කැමති දෙයක් කරන්න කියල.

උදේට හැමදාම මම පටන් ගන්නේ බුදුගුණ ටිකක් සිහි කරල. සිහිය අර ගෙදර

ගතකරපු පීචිතෙන් මුදුවලා.

දැන් බුදු ගුණා කැමති නම් බුදු ගුණා, මෙමත්‍රිය කැමති නම්, ඒක. ආනාපාන සතිය. කැමති නම් එහෙම වඩන්න කියල මම කියන්නෙ නෑ ඔබට. මීට පස්සෙ බලන්න, වඩන්න කමටහනක් තියෙනව. දැන් ඔබ මෙන්න මේක තේරුම් ගන්න නම්, මීට පස්සෙ ඔබ කවදාවත් බණ ඇසුවෙ නැතුවට කමක් නැහැ. දැන් ඔබ නිදහස් තැනකට, විවේක තැනකට ශුන්‍යාගාරයකට යන්න. ගිහිල්ල අත් නොහැර විරියයෙන්, මෙන්න මේ මනසිකාරය පැවැත්වුවහොත් ඔබට තව ගුරුවරයෙක් ශාස්තෘවරයෙක් අවශ්‍ය නැහැ. දැන් ඕන කරන්නෙ විරියය, සිතිය, නුවණ. මේ ටික මේ ඇසූ ධර්මයත් එක්ක යෝනිසෝමනසිකාරයත් පැවැත්වුවහොත් , ඒකාන්තයෙන් ඔබට දිනන්න පුළුවන්, ඔබට දැනගන්න පුළුවන්. ඒ නිසා දැන් අවධානය යොමු කරන්න, නිදහසක් විවේකයක් නිස්තැනක් ශුන්‍යාගාරයක් සොයාගෙන මේ පිළිවෙත අනුගමනය කරන්න. තව කොච්චර අහ අහා හිටියත් ඔච්චරයි. අපි කොච්චර කිව්වත් ඔය ටික තමයි කියන්න තියෙන්නෙ. ඊට වඩා දෙයක් නැහැ. ඔය ටික තමයි තව රවුම් කර කර කියන්න වෙන්නේ. ඔය ටික තේරුම් ගන්න නම් තව මොහොතක් වත් කාලය

මිඩංගු කරන්න එපා. ඔය මනසිකාරය පටන් ගන්න, ඔය සද්ධර්මයට අනුව එතකොට ඒකාන්තයෙන් දුක පසක් කරගෙන දුක අවබෝධ කරගෙන මේ සංසාර දුක ඒකාන්තයෙන් ගෙවා ගන්න නිවාගන්න ඔබට පුළුවන් වෙනවාමයි. තවත් සිත නම් තැනකින් දුක අවබෝධ කරගන්න පුළුවනුයක් කියල දෙන්නම්. බණ අහල මතක නියාගන්න බැරි අය ඉන්නවනේ. බැරි අයටත් මොකක් හරි කුමයක් තියෙන්න එපායැ නේද? කැමතිද ඒ අයත් දුක අවබෝධ කරගන්න. හැබැයි ඉතින් වැඩේ තියෙන්නෙ හැමෝම සැප නේ හොයන්නෙ. දුක කියනකොටත් ටිකක් අකමැතියි. මොකද අපි විඳින්නෙත් දුක. ආයි මොකටද දුක ගැන හොයන්නෙ. අපි මේ හොයාගෙන යන්නෙ සැපනේ. ඉතින් දුක ගැන බලන්න ඕන නම් එන්නෙ නැහැනේ මේවට කියල. ඒත් මතක තියා ගන්න ඕන ලෝකෙ තියෙන අපවාදයක් තමයි මේක. පරා මරණ දුක බල බල ඉන්නෙ මොකටද කියල. ඔය විඳින තරම මඳිවෙලාද තව විඳිවන්නෙ කියල. නමුත් මතක තියාගන්න. පරා මරණය කුමකට ද පාදක වෙන්නෙ කියල. පරා මරණ නිරතුරුව සිහිකරන කෙනාට උපදින්නෙ මොකක්ද? ශුද්ධාව උපදිනව. ශුද්ධාව ඇති කෙනාට

මොකක්ද ලැබෙන්නේ? ප්‍රමෝදය ලැබෙනවා. ශ්‍රද්ධාව ඇති කෙනා බොහොම සතුටින් හෙ ඉන්නේ. ශ්‍රද්ධාව ඉපදිවිච වෙලාවේ හරි සැහැල්ලුයි. ප්‍රමෝදයක් තියෙනව නේද? ප්‍රමුද්‍රිත බවක් තියෙනව. ප්‍රමුද්‍රිත බව ඇති කෙනාට ප්‍රීතිය. ප්‍රීතිය ඇති කෙනාට මොනවද ලැබෙන්නේ. සැහැල්ලු බව ලැබෙනවා. පස්සද්ධිය, සැහැල්ලු බව ඇති කෙනාට සුබය, සැපය ලැබෙනවා. සැපය ඇති කෙනාට මොකක්ද ලැබෙන්නේ? සමාධි වෙනවා. සිත එකඟ වෙනවා. සිත එකඟ වෙවිච කෙනාට යථාභූත ඥාණ දර්ශනය පහළ වෙනවා. යථාභූත ඥාණ දර්ශනය පහළ වෙවිච කෙනාට කළකිරීම, නිබ්බිදාව හටගන්නවා. කළකිරීම ඇතිවුනොත් නොඇලෙනවා. නොඇලුනොත් මිඳෙනවා, විමුක්තිය, විමුක්තිය කුමකටද පාදක වෙන්නේ. අරහන්ත ප්‍රත්‍යවේක්ෂා ඥාණයට - ඔන්න බලන්න.

අරහන්ත ප්‍රත්‍යවේක්ෂාවට උපකාරය මොකක්ද විමුක්තිය. විමුක්තියට උපකාරය මොකක්ද? විරාගය. විරාගයට උපකාර මොකක්ද? නිබ්බිදාව, කළකිරීම. කළකිරීමට උපකාරය මොකක්ද? යථාභූත ඥාණ දර්ශනය. යථාභූත ඥාණ දර්ශනයට පාදක වෙන්නේ මොකක්ද? සමාධිය, එකඟ බව.

සමාධිය ලැබෙන්නේ සැපය ඇති කෙනාට. සැපය ලැබෙන්නේ පස්සද්ධිය ඇති කල්හි, පස්සද්ධිය ලැබෙන්නේ ප්‍රීතිය ඇති කල්හි, ප්‍රීතිය ලැබෙන්නේ ශ්‍රද්ධාව ඇති කල්හි, ශ්‍රද්ධාව ලැබෙන්නේ ජරා මරණය ඇති කල්හි, ජරා මරණය සිහි කරන, මෙනෙහි කරන කෙනාට, ජරා මරණ ධර්මය සිහිකරන කොට මේ උපදින උපදින ස්කන්ධයන් හටගත් තැනම ජරා මරණයන්ට පත්වෙන බව මෙනෙහි කරන කෙනාට යම් වෙලාවක ප්‍රකට වෙනවා. අනේ ඒකාන්තයෙන්ම ඇත්තක්ම නේද? මේ උපදින ආයතනය මෙතනම නිරුද්ධ වෙනවා නේද? ජරා මරණයට පත්වෙනවා නේද, ඒකාන්තයෙන් මේ ධර්මය පිළිබඳව ප්‍රසාදයක් එනවා. ගුණ දැන ප්‍රසාදයක් එනවා. මේක ඇත්තක් නේද? හටගත්ත ඇස බිඳෙනවම නේද? හටගත් ඇස මේ ශෝක පරිදේව දුක්ඛ දෝමනස්සයෝ හඳුනවම නේද? අන්න ඒක පසක් වෙනකොට ධර්මයෙහි ගුණ ගැන ප්‍රසාදය ඇති වෙනවා. මෙබඳු සත්‍ය ධර්මයක් දේශනා කළ ශාස්ත්‍රාවරයා පිළිබඳව ඒකාන්තයෙන් ප්‍රසාදය එනවා. මෙබඳු ධර්මයක් ක්‍රියාවට නැගූ ශ්‍රාවක සංඝයා ගැන ප්‍රසාදය එනවා. ගුණ දැන තුනුරුවන් කෙරේ ප්‍රසාදය ඇතිවුයේද, අන්න ඒකට කියනවා ශ්‍රද්ධාව කියලා. ඒක අමුලික ශ්‍රද්ධාව

නොවෙයි. අපි ලබන්න ඕන නියම ශ්‍රද්ධාව එතනයි එන්නෙ. ඒනිසා පරා, මරණ, දුක දැකින එක, දුක බලන එක කරදරයක් ලෙස සලකන්න එපා. දුක දැකිනකොට, දුක බලන කොට දුකමයි ගෙවෙන්නෙ. සැපමයි ලැබෙන්නෙ. අපි සැපයි සැපයි කියල හෙවිවට ලැබිල නෑ කවදාවත් සැප. අපි සැපයි කියල හැමදාම රැවටිලා මිසක් පීචිතයෙ කවදාවත් අපි සැපයකට පත්වෙලා නැහැ. අපි බලමු ඒක ඇත්තක්ද කියල. දැන් නැගිටින්න. ඒක නිකම් කියල දෙන්න බැහැ. ටිකක් ප්‍රායෝගික වෙන්න ඕන. දැන් වාඩිවෙලා ඉන්න එක දුකයි ද, සැපයි ද? දුකයි. දැන් නැගිටිල බලන්නකො මොකද වෙන්නෙ කියල. (පිරිස සිට ගන්නවා) හොඳයි දැන් මම කියනව, පැය භාගයක් විතර හිටගෙන ඉන්න. එතකොට ඔය සැපයට මොකද වෙන්නෙ? එහෙනම් ඉස්සෙල්ලා සැපයි කියපු කතාව ඇත්තක්ද? බොරුවක්ද? (බොරුවක්) ඇත්තටම ඒක බොරුවක්ද? ඇත්තටම ඒක බොරුවක්.

සම්මතය තුල ඒකෙ ඇත්තකුත් තියෙනවා. ඒ කියන්නෙ වාඩිවෙලා අපි පැයක් හමාරක් ඉඳල දැඩි දුකක් තිබුණා. හැබැයි දැන් නැගිටපු හැටියෙ ඒ දැඩි දුකේ අඩුවක් තිබුණා නේද? එතකොට ඔන්න ලෝකෙ සැප

කියන්නෙ ඕකට. සැප කියල කියන්නෙ සැපයක් ඇති නිසා නොවෙයි. දුකේ අඩුවට. දුකේ අඩු වැඩි බවක් තියෙනව ලෝකෙ. දැන් අර වාඩිවෙලා සිටි ඉරියව්වට සාපේක්ෂව දැන් (සිටගෙන ඉන්නකොට) දුක අඩුයි නේ. දැන් අන්න දුකේ අඩුවට තමයි අපි සැප කියන්නෙ. සැප තියෙනව නොවෙයි. දුකේ අඩුවක් තියෙනව. දැන් ඔන්න ඉඳගෙන හිටපු එක මහ දුකක් වෙලා තිබුණා. ඒ දුකට සාපේක්ෂව සැපයි. හැබැයි දැන් ටිකක් වෙලා ඔහොම ඉන්න ගියොත් ඔන්න ඔය ඉරියව්වත් දුකක් වෙනව. ඊළඟට අපි මේක දුකයි කියල ආයෙ සැප හොයන්න කියල තව මොකක් නරි ඉරියව්වකට මාරුවෙනව. එතකොටත් සිතෙනව, අනේ ඇති, දැන් නම් සැපයි කියල. ඒ ඉරියව්වෙ ආපත්‍ර ටිකක් ඉන්නකොට ඒකත් දුකක්මයි. එතකොට අපිට හැමතැනම වෙලා තියෙන්නේ දුකේ අඩුවට සැපයි කියල රැවටුණා මිස අපට සැපයක් නම් හම්බවෙලා නැහැ. එහෙනම් මෙන්න මේ ඇත්ත අපට නැම ඉරියව්වේම ප්‍රකට වුනොත් දුක ප්‍රකට කරගන්න පුළුවන්කම තියෙනව.

අපි මොහොතින් මොහොත ඉරියව්ව වෙනස් කරන නිසා මේකෙ දුක දැනෙන්නෙ නෑ. අපි ඉරියව් වෙනස් නොකර හිටියොත් මේකට නම් මම කියන්න, මගේ කියන්න

නිතෙන්නෙම නෑ. මේ තරම් දුකක් ඇත්තෙම නෑ කියන්න තරම් මහම දුකක් දැනෙන්න පුළුවන්. හැබැයි නිවෙන්නෙත් එතනින්මයි. ඒ දුක ඉවසන තරමට.

“ඛනිති පරමං තපෝ තිථික්ඛා”

ශාන්තිය, ඉවසපු තරමටයි පරම සැපත. පරම තපස. මොකද දුක් ගෙවන්න වෙන්නෙ ඒකෙන්මයි. කොහොමහරි දැන් අපි බලමු, ඔය ඉරියව්ව තුළ අපි මොකක්ද පරිහරණය කරල තියෙන්නෙ කියල. දැන් ඔන්න හැගිටපු හැටියෙ සැපයි කිව්ව. දැන් සැපත් නෑ. දුකත් නෑ. දැන් මධ්‍යස්ථයි නේ. ඉස්සෙල්ල දැනිව්ව සැපය දැන් නෑ නේ. සැප ද නොවු දුක ද නොවු ස්වභාවයක් දැන් තියෙන්නෙ. තවත් විනාඩි කීපයක් හිටගෙන ඉන්නකොට දුක් වූ ස්වභාවයටම පත් වෙනව. එතකොට දැන් මේ ස්වභාවයන් තුනත් එක්ක. තුන්වේදනාව තමයි අපිට ලැබිල තියෙන්නෙ.

පළමුවෙන් සැප වේදනාව

මැද අදුක්ඛම සුඛ වේදනාව

අගට ලැබෙනව දුක් වේදනාව

මේ තුන් වේදනාවන් එක්ක අපි මොනවද ඇසුරු කරල තියෙන්නෙ. සැප වේදනාවේ රාග අනුශය තියෙනව. අදුක්ඛම සුඛ වේදනාවේ අවිද්‍යා අනුශය තියෙනව. තව සිංග වෙලාවක් යනකොට දුක් වේදනාවත් එක්ක මොනවද පටිඝ අනුශය. දැන් අපි හැම මෙහොතකම මේ ඉරියව්වත් එක්ක ඇසුරු කරල තියෙන්නෙ මොනවද? ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ. ඉරියව්වේ මුල ලෝභ සහගත වෙලා, ඉරියව්වේ මැද මෝහ සහගත වෙලා. අග ද්වේශ සහගත වෙලා. දැන් ද්වේශ සහගත අකමැති දේ තමයි අර ඉරියව්ව වෙනස් වෙන කොටසැපයි කියල ලෝභ සහගත වෙන්නෙ. දැන් අපි හැමතිස්සෙම ඉරියව්වත් එක්ක ඇසුරු කරල තියෙන්නෙ මොනවද, ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ. තුන් වේදනාවත් එක්ක ඇසුරු වෙලා තියෙන්නෙ ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ. ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ කියන්නෙ කුසල් මුල්ද, අකුසල් මුල්ද? (අකුසල් මුල්) අකුසල් මුල් ඇත්නම් ඊට ප්‍රතිලාභ වෙන්නෙ කුසල්ද? අකුසල්ද? අකුසල්. දස අකුසල් ප්‍රතිලාභ ලෙස ඇතිනම් දුගතියද, සුගතියද? එහෙනම් ඉරියව්ව පවා සකස් වෙලා තියෙන්නෙ ගෙදර යන්න. ඇයි බුදුහාමුදුරුවෝ සතර අපාය ගෙදර වගෙයි කිව්වා. ගෙදර යන්න තමයි අපේ ඉරියව්ව

පවා සකස් වෙලා තියෙන්නෙ. ලෝහ, ද්වේශ, මෝහ අකුසලයට හේතුව. අකුසලය යිව් අපායට හේතු. එහෙනම් දැන් අපට ඕන ගෙදර යාම නවත්වගන්න. ගෙදර යන ගමන නවත්වන්න නම් අකුසලයෙන් මිදෙන්න ඕන. අකුසලයෙන් මිදෙන්න නම් ලෝහ, ද්වේශ, මෝහයෙන් මිදෙන්න ඕන. එහෙනම් ලෝහ, ද්වේශ, මෝහයෙන් මිදෙන්න නම් මේ තුන් වේදනාවෙ මුලාව දුරුකරන්න ඕන තුන් වේදනාවෙ ඇත්ත ඇති සැටියෙන් දකින්න ඕන. දැන් හොඳයි අපි බලමු අපි අපට ඇත්තටම මේ ඉරියව්ව තුල සැපද ලැබෙන්නෙ. දුකද ලැබෙන්නෙ කියලා. දැන් ඔන්න හිටගෙන ඉන්න එක හොඳට බලන්න දුකද කියලා. බලල දැන් ඔය දුක නැතිකරන්න ඔන්න අපි ඇවිදිනව කියල සිතමු. අපි ඇවිදිනව කියන එක ගත්තහම, ඒක කෙටිකරල ගත්තහම පියවරක් ඔසවලා පියවරක් තබන කොට මේකට තමයි ඇවිදිනව කියන්නෙ. මේ වගේ ගොඩක් එකතු කරල කරල අපි ඇවිදිනව කියන එක කිව්වට කෙටියෙන් ගත්තහම පියවරක් ඔසවල, පියවරක් තබන කොට ඇවිදිම. දැන් ඔන්න පියවරක් ඔසවන්න. හැබැයි තියන්න ඒපා. මං කිව්වෙ නෑ තියන්න. දැන් හිටගෙන ඉන්න දුක නැතිවුනා. දැන් මොකක්ද හට ගත්තෙ. ඇවිදීමේ දුක, ඒ දුක ඇතිවුනේ, හිටගෙන

ඉන්න දුක නැතිවෙලා ඇතිවුනේ මොකක්ද, ඇවිදීමේ දුක. දැන් ඇවිදීමේ දුක ඉවරවෙන්නෙ පියවර පොළවට තබන කොට ඇවිදීමේ දුක ඉවරයි. ඇවිදීමේ දුක ඉවර වෙන්නෙ මොකක් හදලද? හිටගෙන ඉන්න දුක හදලා. මේ විදියට දවසක් එහා මෙහා යන්නකො. සැප අල්ප මාත්‍රයක් හම්බවෙයිද? දුක ඉවර වෙනව. නව දුකක් ඇතිකරල. ඒ දුක නිරුද්ධ වෙනව නවත් දුකක් හදලා. හිටගෙන ඉන්න දුක නැතිවෙනව ඇවිදිම දුක ඇතිවීමෙන්. ඇවිදීමේ දුක නැතිවෙනව හිටගෙන ඉන්න දුක ඇතිවෙලා. හිටගෙන ඉන්න දුක නැතිවෙනව ඇවිදීමේ දුක ඇතිවීමෙන්. ඇවිදීමේ දුක නැතිවීමෙන් හිටගෙන ඉන්න දුක ඇතිවෙනව. එතකොට දැන් ඔන්න සක්මන. සක්මන තුල අල්ප මාත්‍රයක් තරම්වත් සැපයක් හම්බවෙලා නෑ. රූපය පිළිබඳව දුකමයි හම්බවෙන්නෙ. ඔන්න ඔය විදියෙන් එක පැය කීපයක් අන් නොහැර ඔය විදියෙන් ඉරියව්ව බැලුවොත් ඕක තමයි සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ එන,

"ගච්ඡංකෝවා ගච්ඡා මිති පජානාති
ධිතෝවා ධිතෝමිතිති පජානාති.
සයානෝවා, සයනෝමිතිති පජානාති, යවා යවාවා
පනස්ස කායෝ පණිතිතෝ තවා තවා නං පජානාති"

දැන් අද දවසේ උපදෙස් ලැබෙන්නේ මේ හිටගෙන ඉන්නවා. හිටගෙන ඉන්නවා කියලා බලන්න නේ. ඉඳුගෙන ඉන්නකොට ඉඳුගෙන ඉන්නවා ඉඳුගෙන ඉන්නවා කියලා බලන්නනේ. ඇවිදින කොට ඇවිදිනවා ඇවිදිනවා කියලා බලන්නනේ. ඔහොම බැලුවට වැඩක් නෑ. අපි බලන්න ඕන දුක දුක්ඛ සත්‍යය ප්‍රකට වෙන විදියට. සමුදය ප්‍රභාණය වන විදියට. දැන් ඔහොම බලනකොට මේ රූපයට මම මගේ කියන අදහසක් තිබුණ නම් ඉතරුවෙනවද? සමුදය ප්‍රභාණය වෙනවා. නිරෝධය සාක්‍ෂාත් වෙනවා. මාර්ගය වැඩෙනවා. ඔන්න ඔය ඉරියව්ව, ඔය සක්මන යම්තාක් වෙලාවක් කරයිද, ඒ තාක් කෙලෙස්, ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ පොඩ්ඩක්වත් ඇති නොවන විදියට හොඳ සිතියෙන් යොදා ගත්තොත් ඔය ඉඳුගෙන ඉන්න බැරි අයට පැය දෙකක් හරි එහාට මෙහාට යන්න පුළුවන් පොඩ්ඩක්වත් කෙලෙස් නැතිව. ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ පොඩ්ඩක්වත් උපදින්නේ නැතිව මොකද, දැන් එයා එතකොට මුල සතුවු වෙන තැනකුත් නෑ. මුලාවෙන තැනකුත් නෑ. මැද මුලාවෙන්නෙත් නෑ. අග ද්වේශ සහගත වෙන්නෙත් නෑ. එයා දන්නේ එතකොට දුකමයි ඇතිවෙනවා. දුකම පවතිනවා. දුකම නැතිවෙනවා. දුකමයි

ඇතිවෙන්නේ. දුකමයි නැතිවෙන්නේ. දුකමයි පවතින්නේ. මම ඇතිවෙනවා. මම නැතිවෙනවා. මම පවතිනවා නොවෙයි සත්වයා ඇතිවෙනවා. සත්වයා නැතිවෙනවා නොවෙයි. දුකම ඉපදෙනවා. දුකම පවතිනවා. දුකම නැතිවෙනවා. අර වජිරා සූත්‍රයේ වජිරා ප්‍රමුඛෙණින් වහන්සේ කියන්නේ ඕක. එතකොට ඔන්න දැන් අපි ඔහොම ඉඳුගෙන ඉඳලා ඇවිදලා මේ දුකෙන් දුකට මාරුවෙලා යැවීම තැන වාඩිවෙනවා කියමුකො. වාඩිවෙනවා කියලා කියන්නේ මොකක්ද? ඒත් පපට දුකමයි හමුවෙන්නේ. ඇවිදින දුක, ප්‍රමේ නැත්නම් හිටගෙන හිටිය දුක නැතිවුනා, ඉඳුගෙන සිටීමේ දුක ඇතිවෙලා. දැන් ඔන්න හෙලවෙන්නේ නැතිව ඔහොම ටිකක් වෙලා ඔහොම හිටියොත් කොහේ හරි අමාරුවක් එනවා. ඇඟිල්ලක් හරි හොලවන්නේ අපි සැප ලබන්න කියලා. එතකොට අපි මෙන්න මේ එක ඉරියව්වක් වත් සැප නැති බව.

"යථා යථාචා පනස්ස කායෝ පණ්හිතෝ හෝති"

යම් යම් ආකාරයකටද කය පවත්වන්නේ, මේ දුක, අර දුක නැතිවෙලා. මේ උපන්නේ දුකමයි කියලා දකිමින් මේ

ඉරියව් පැවැත්වුවහොත් බොහොම ඉක්මණින් ආශ්‍රවක්‍ෂය වෙනව. කෙලෙස් යටපත් වෙනව. ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ දුරුවෙනව. කුසලය වැඩෙනව. ලෝකෝත්තර මාර්ගය පහළ කරගැනීමේ හැකියාව බොහොම ඉක්මණින් පුළුවන්කම තියෙනව. ඒ නිසා වාඩිවෙලා ඉන්න වෙලාවේ ඉරියව්වක් ඇඟේ මොකක් හරි හොඳවනව නම් (ඒක අත්ථකිලමටානුයෝගෙට යන්න එපා. පුළුවන් තරම් නොසොල්වා ඉන්න බලන්න. දුක ප්‍රකට කරගන්න.) යම් විදියකින් ඉරියව්වක් මාරු කරනව නම් අනේ, දැන් නම් සැපයි කියන තැනට එන්න එපා. එතකොට ලෝභ සහිතයි. දැන් අමාරුයි. පුළුවන් තරම් ඉවසුවා.

“බන්ධි පරමං තපෝ තිටික්කා”

තපස තමයි පුලුවන් තරම් ඉවසන එක. ඉවසල බැරීම තැන, ඉරියව්ව වෙනස් කරනව. වෙනස්කරල දැන් සැප හම්බවුනයි කියල හිතන්නේ නැහැ. නැතිවුනේ දුක, හම්බවුනේ දුක, දැන් පවතින්නේ දුක. එයා, මුල ලෝභ සහගත වෙලත් නැහැ. මැද මෝහ සහගත වෙලත් නැහැ. අග ද්වේශ සහගත වෙලත් නැහැ. එයා ලෝභ,

ද්වේශ, මෝහ වලින් තොරව කය පරිහරණය කරල තියෙනව. ඉරියව්ව එයා ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ වලින් තොරව කය පරිහරණය කරනව කියන්නේ කුසලය. කුසලයට ලැබෙන ප්‍රතිඵලය මොනවද? සිව් අපායෙන් මිදෙන බව. අපට ඉරියව්වත් හැමතියිස්සෙම සතර අපායෙන් මිදුන පැත්තට, ගෙදරින් හිදුහස් වෙන පැත්තට යොදා ගන්න පුළුවන්කමක් තියෙනව. එතකොට යන එන ගමනේ විතරක් නොවෙයි හැම ඉරියව්වකම හැම මොහොතකම මේ ශරීරයේ යම් අංගයක් සොලවනව නම් චලනය කරනව නම් ඒ හැම මොහොතකම රැවටෙන්න එපා. සැප හම්බවුනයි කියල. ගෙවුනේ දුක. නටගත්තේ දුකම බව දකින්න. එහෙම දකිමින් ඉන්නු පුළුවන් නම්, අර බණ දරාගැනීමේ හැකියාව නැති අයට මෙන්න මේක හොඳ විදර්ශනා මූලික විපස්සනා මූලික දුක් ගෙවෙන කමටහනක්. මේ විදියෙන් අනුගමනය කරන්න. මේ දෙවිදියම අනුගමනය කරන්න. එතකොට වැඩි කලක් නොගිහින්න මේ ජීවිතයේම ආසවක්බය කරගැනීමේ හැකියාව අපි කාටත් ලබාගන්න පුළුවන් වේවි.

විරං තිට්ඨතු ලෝකස්මිං - සම්මා සම්බුද්ධ ශාසනං

පිටිගල ගුණරතන නිමියන්ගේ වෙනත් පොත්

- * සැනසිය හැකි නොවෙද ඉතින්
- * ගර්භ වාසය නැවත නොවන්නට
- * පවන් පොදින් අමා සුවය
(ආනාපාන සති භාවනාව)
- * පවන් පොදට පෙරවදනක්
- * අඳුරෙන් එලියට
- * හවුතුය නිමාවෙන සොදුරැහම දහම් මග
- * නැණ පහණයි අඳුර බිඳෙන
- * ආලෝකෝ උදපාදී
- * සම්මුතියෙන් වැසුන පාති පරා මරණ
- * මහා ගෝපාලක සූත්‍රය
- * සබ්බාසව සූත්‍රය
- * මෙයින් මතු නොවෙමි පමා
- * සසර පුරා හෙළූ කඳුළු නිමා කරන දහම් මගක්
1,2,3,4,5,6