

# කොහේද මේ යන්නේ

---

මුද්‍රණය හා මුද්‍රණය සේවා සැපයීම

---



දිවුල්ල ප්‍රකාශන සමාගම

අංක 103/A, නුවර පාර, යක්කල.

දුර: 033-2239662 / 077-8829705

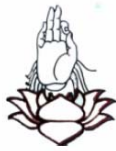
R.K. Advertising & Printing  
No. 223/C, Ihala yagoda, Imbulgoda

## **කතු වරයාගේ වෙනත් කෘති**

- අතහැරීම සාමනේර ප්‍රශ්නයෙන් (2013)
- පඤ්ච උපදානක්ඛන්ධා දුක්ඛා (2014)
- සුගත මග (2014)
- සද්ධර්ම කෙටිසටහන් (2015)

# කොහේද මේ යන්නේ

පූජ්‍ය මැලිසිරිපුර ධම්මකුසල හිමි



සම්බුදුපාද පද්මානුගත සිරි අමත ගවේසී ආර්ය නිකේතනය  
කන්තිමහර - වතුරුගම

කොහේද මේ යන්නේ  
© : පූජ්‍ය මැල්සිරිපුර ධම්මකුසල හිමි

ප්‍රථම මුද්‍රණය : 2019 ජූනි


ISBN 978-955-42635-2-9

ධර්ම දානය පිණිස පමණි

අකුරු සැකසුම  
මනෝජී වෙල්ගම

පිටකවරය  
කෝලිත දිසානායක

ධර්ම දානය සඳහා මුද්‍රණ විමසීම්.

මුද්‍රණය  දිමුතු මුද්‍රණාලය  
අංක 103/A, නුවර පාර, යක්කල.  
දුර: 033-2239662 / 077-8829705  
විද්‍යුත් තැපෑල: dimuthupub@yahoo.com  
දහම් පොත් කියවීම සඳහා පිවිසෙන්න.  
වෙබ්: www.dhammadanabooks.com

කර්තෘ ප්‍රකාශනයක්  
සම්බුද්ධපාද පද්මානුගත සිරි අමත ගවේසී ආර්ය නිකේතනය  
කන්නිමහර - චතුරුගම  
033 22 67 992  
<http://www.nivanmaga.net>

# පිළිම

කම්මට්ටියානාචාර්ය

අති පුස්තක

චතුර්ගම නන්දසිරි ගුරු පියාණන් ට

පුදමි

## පුණ්‍යානුමෝදනාව

මෙම පුණ්‍ය ශක්තිය, කුසල් ශක්තිය  
මෙම පොත මුද්‍රණය කිරීමට  
නන් අයුරින් උදව් උපකාර කළ  
සියලු ම දෙනාටත්, අප සෑම සියලු දෙනාටත්,  
නිදුක් නිරෝගී චිර ජීවනය ලැබ,  
උතුම් නිවනින් සැනසීමට හේතු වේවා!  
සියලු දෙවියන්ටත් මේ පින් අනුමෝදන් වේවා!  
මිය පරලොව ගියා වූ සංසාර ගත  
සියලුම ඥාතීන් ද මෙම පින් අනුමෝදන් වේවා!  
සාදු! සාදු! සාදු!

## පෙරවදන

සාරාසංඛ්‍යය කල්ප ලක්ෂයක් පාරමිතා පුරා සියල්ල අවබෝධ කරගත් සර්වඥයන් වහන්සේ ලෝක සත්වයා සංසාර දුකින් මිදීම පිණිස ශ්‍රී සද්ධර්මය දේශනා කළ සේක. බුදු පියාණන් වහන්සේ නිසා බිහිවූන ධර්ම රත්නය ශ්‍රාවකයන් වහන්සේලා ත්, සත්වයාගේ හිතසුව පිණිස දේශනා කළ සේක. බුදු පියාණන් වහන්සේ නමක් දේශනා කළ ධර්මය, ඒ ආකාරයෙන් ම දේශනා කළ හැක්කේ තවත් බුදු කෙනෙකුට පමණි. අග්‍ර ශ්‍රාවකයන් වහන්සේලාට වත්, බුදු කෙනෙකු මෙන් ධර්මය දේශනා කළ නොහැක. ඉන් පහළ සිටින ආර්යයන් වහන්සේලා ත්, කළ්‍යාණ මිත්‍රයාණන් වහන්සේලා ත් බුදු පියාණන් වහන්සේ දේශනා කළ ධර්මය, තමන්ට වැටහුන අයුරින් අන් අයට දේශනා කරයි. වර්තමානයේ අප විසින් ද දේශනා කරනුයේ තමන් ට වැටහුන පරිදිය.

ඒ උතුම් වූ භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ සද්ධර්මය කෙටි කිරීමට වත්, දීර්ඝ කිරීමටවත් අපට නොහැක. සිදුකළ හැක්කේ අපට අවබෝධ වූන ආකාරයට ඉදිරිපත් කිරීම පමණකි. මා විසින් ඉතා කෙටියෙන් ලියා පුවත්පත්වල පළ වූ ලිපි පෙළක් පොතක් වශයෙන් මුද්‍රණය කරන ලෙස පාඨකයන් ඉල්ලීම් කරන ලදී. ඒ අනුව එම ලිපි ඇතුලත් මෙම ග්‍රන්ථය ධර්ම දානයක්

වශයෙන් සැදහැවතුන්ට ඉදිරිපත් කිරීමට අදහස් කලෙමි. පුවත්පත් වලට ධර්ම ලිපි ඉදිරිපත් කිරීමේ දී යම් වචන ප්‍රමාණයකට සීමා කල යුතු වේ. මෙම ලිපි නැවත කියවන විට නැවත කරුණු එකතු කිරීමට සිතූණත්, පසුව එම ලිපි ඒ ආකාරයෙන්ම ඉදිරිපත් කරන ලදී. ඔබත් මෙම ධර්ම කරුණු කියවා, අවබෝධ කරගෙන සසර ගමන කෙටි කරගෙන, උතුම් වූ නිවනින් සැනසෙන්නවා.

මෙම පුණ්‍ය ශක්තිය මාගේ ගුරුදේවෝත්තම කම්මට්ඨානාවාර්ය අති පුජ්‍ය වතුරුගම නන්දසිරි ස්වාමීන් වහන්සේ ඇතුළු ආර්ය සංඝරත්නයට නිදුක් නිරෝගී චිර ජීවනය ලැබ, උතුම් නිවනින් සැනසීමට හේතු වේවා!

මෙම පොත සෝදුපත් බැලීමෙන් ද, මුද්‍රණ කටයුතු කුළින් ද සහ නන් අයුරින් උදව් උපකාර කළ සියලු ම දෙනාටත් නිදුක් නිරෝගී චිර ජීවනය ලැබ, උතුම් නිවනින් සැනසෙන්නවා. සියලු දෙවියන්ට ත් මේ පින් අනුමෝදන් වේවා! අප සෑම දෙනාගේ ම මිය පරලොව ගියා වූ ඥාතීන් ට ද මෙම පින් අනුමෝදන් වේවා!

ඔබ සැමට තෙරුවන් සරණයි !

**පුජ්‍ය මැල්සිරිපුර ධම්මකුසල හිමි**

ආර්ය නිකේතනය,  
කන්නිමහර,  
වතුරුගම.

2019 ජූනි මස 16 වන දින.



## පටුන

පිටු අංකය

01. හිරවුණ වක්‍රය	01
02. කෙලෙස් සහ මනුෂ්‍ය ආයුෂ අතර ඇති ප්‍රතිලෝම සම්බන්ධය	08
03. තථාගත බල සහ වතු විශාරද ඥාණ	14
04. කොහේද මේ යන්නේ ?	23
05. සත්පුරුෂ සේවනයෙන් විද්‍යා විමුක්තියට	30
06. ප්‍රාණසාතය සහ ආර්ය ජීවිතය	39
07. නුදුන් දේ ගැනීම	47
08. කාමයෝ බොහෝ දුක් පීඩා ඇත්තාහ	55
09. සම්මුති මුසාව හා ආර්ය මුසාව	62
10. කිලිටි වූ මලබැඳුණා වූ වස්ත්‍රය	69
11. අවිද්‍යාව බිඳීමට ධාතු මනසිකාරය	78
12. රූපයේ යථාර්ථය	85
13. සිත මැරුවොත් දුක ඉවරයි	92
14. මෙතෙරින් එතෙරට	99
15. තුඹස සාරන්ත	106
16. නො සැලෙන සිත	113
17. මුහුදට ගසාගෙන යන දර කඳක් සේ සම්මා දිට්ඨිය නිවණ ට ම නැඹුරු වන්නේ ය	122
18. කාය-සිල-චිත්ත-පඤ්ඤා භාවනා	129

19. ලෝකය අනන්‍යතාව සාමාන්‍ය ප්‍රශ්නයෙන්	134
20. පඤ්ච උපදානක්ඛන්ධා දුක්ඛා -	
- පඤ්ච උපදානස්කන්ධයෝ දුක් වන්නාහුය	149
21. පඤ්ඤා විමුක්තිය සහ උභතෝභාග විමුක්තිය	165
22. නිවනට යන විනිත රථ හත	174
23. අකුසල් සිත් වලට එරෙහිව	180
24. නි වහල් ජීවිතය	186
25. කිංසුකෝපම සූත්‍රය - කැල ගසේ උපමාව	192
26. මෙත්ත පිරිනේ දැක්වෙන කර්මස්ථානය	199
27. දුක්ඛපටිපදා දන්ධාභිඤ්ඤාවෙන්	
මෙත්‍රී අප්‍රමාණයට	205
28. දුක්ඛපටිපදා ඛේපාභිඤ්ඤාවෙන්	
කරුණා අප්‍රමාණයට	212
29. සුඛාපටිපදා දන්ධාභිඤ්ඤාවෙන්	
මුදිතා අප්‍රමාණයට	219
30. සුඛාපටිපදා ඛේපාභිඤ්ඤාවෙන්	
උපෙක්ඛා අප්‍රමාණයට	224

## හිරවුණ වක්‍රය

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ විශ්වයන් එහි විනාශය පිළිබඳවත්, භා සත්වයාගේ වංශකථාව පිළිබඳවත් දේශනා කරමින්, සකස් වූ ධර්මයන් සියල්ලෙහි අනිත්‍යතාව මැනවින් දේශනා කර ඇත. අප සංසාර වක්‍රයක හිර වී ඇත්තේ යථාර්ථය නො දන්නා නිසාය.

සිඛි බුදු පියාණන් වහන්සේගේ අග්‍ර ශ්‍රාවකයන් වහන්සේලා වූයේ අහිඟු සහ සම්භව රහතන් වහන්සේලා ය. ඉන් අහිඟු රහතන් වහන්සේ බ්‍රහ්ම ලෝකයට වැඩමකර ධර්ම දේශනා කළ විට, බ්‍රහ්මයන් 'බුදුරජාණන් වහන්සේ ජීවමානව ඇති කල්හි අපට ශ්‍රාවකයෙක් ධර්ම දේශනා කරනවා' කියා නොසතුට පළකරන ලදී. සිඛි බුදුපියාණන් වහන්සේ එවිට අහිඟු හික්ෂුවට ප්‍රාතිහාර්ය පාමින් ධර්ම දේශනා කරන ලෙස උපදෙස් දෙන ලදී. ඉන් පසු අහිඟු රහතන් වහන්සේ නොයෙකුත් ප්‍රාතිහාර්ය සහිත ව බ්‍රහ්මයන් සංවේගයට පත් කරමින් සහස්සි ලෝක ධාතුව හෙවත් චූලනිකා ලෝක ධාතුවටම ඇසෙන සේ ධර්මය දේශනා කරන ලදී. එහි දී දේශනා කරන ලද ගාථා දෙකක් මෙහි දැක්වේ.

**“ආරභථ නික්ඛමථ - යුඤ්ජථ බුද්ධසාසනේ  
ධුතාථ මච්චුනෝ සේනං - නළාගාරංව  
කුඤ්ජරෝ”**

“ආරම්භ වීර්යය කරව්, නෙක්ඛම්ම වීර්යය කරව්,

බුදුසසුනෙහි යෙදෙව්, ඇතෙක් බට දඬු ගෙයක් වනසන්නාක් මෙන් මර සෙනඟ නසව්.”

**“යෝ ඉමස්මිං ධම්ම විනයෙ - අප්පමත්තො විහෙස්සති**

**පභාය ජාති සංසාරං - දුක්ඛස්සන්තං කර්ස්සති”**

“යමෙක් ධර්ම විනයෙහි අප්‍රමාද ව වෙසෙන්නේ ද ඔහු ජාතිය සහ සංසාරය දුරු කොට දුක් කෙළවර කරන්නේ ය.”

(අරුණවතී සූත්‍රය-ස.නි.-බු.ප 1-278)

**ලෝක ධාතු**

පසු අවස්ථාවක දී ආනන්ද හිමියන් විසින් කොතරම් ලෝක ධාතු ප්‍රමාණයකට, භාග්‍යවතුන් වහන්සේට ධර්ම දේශනා කිරීමේ හැකියාව තිබේද? යන්න පිළිබඳ විමසූ විට, ගෞතම භාග්‍යවතුන් වහන්සේගෙන් පිළිතුරු වශයෙන් ලැබුණේ “අසීමිතයි” යන්න යි. එහි දී ලෝක ධාතු පිළිබඳ ව විස්තරයක් බුදුපියාණන් වහන්සේ මෙසේ දේශනා කර ඇත.

- එක ඉරක් සහ හඳක් යටතේ ඇති සතර අපාය, මනුෂ්‍ය ලෝකය, දිව්‍ය ලෝක හය සහ බ්‍රහ්ම ලෝක විස්ස ඇතුළත් තිස්එක් තලය එක් සක්වලකි. මෙවැනි සක්වලවල් අප්‍රමාණය. අප වෙසෙන සක්වලට මඟුල් සක්වල යැයි කියනු ලැබේ.

- මෙවැනි සක්වලවල් දහසක් (1000) **වූලනිකා හෙවත් සහස්සී ලෝක ධාතුව යි.**
- වූලනිකා හෙවත් සහස්සී ලෝක ධාතුව දහසක් (1000) හෙවත් සක්වලවල් ලක්ෂ දහසක් (1000 000) **ද්වීසහස්සී හෙවත් මජ්ඣමා ලෝක ධාතුවයි.**
- ද්වීසහස්සී හෙවත් මජ්ඣමා ලෝක ධාතුව දහසක් (1000) හෙවත් සක්වලවල් කෝටි ලක්ෂයක් ( $10^{12}$ ) **තීසහස්සී හෙවත් මහාසහස්සී ලෝක ධාතුව යි.** බුද්ධ ආඥා ක්ෂේත්‍රය වන්නේ මෙම කෝටි ලක්ෂයක් සක්වල යි.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේට මහා සහස්සී ලෝක ධාතුවටත්, අවශ්‍ය නම් ඉන් එහාටත් තම අණසක පැතිරවිය හැකි බව ආනන්ද හිමියන් ඉදිරියේ දී සිංහනාද කරන ලදී. මෙහි දී ආනන්ද හිමියන් මහත් ප්‍රීති ප්‍රමෝදයට පත් වී, තමන් උපස්ථාන කරන ශාස්තෘන් වහන්සේගේ ශක්තිය පිළිබඳ ව ප්‍රීතිසෝෂා කරන ලදී. **(අ.නි-බු.ජ1-403)**

**කල්පය**

කල්පයක් යන්න මෙතරම් ප්‍රමාණයක් යැයි කාලයක් නිර්ණය කළ නොහැක. කල්පය තේරුම් ගැනීමට භාග්‍යවතුන් වහන්සේ උපමා කීපයක් දේශනා කර ඇත.

- යොදුනක් (සැතපුම් 16ක් පමණ) දිග පළල උස



හැඳින්වේ. ගෞතම බුදු පියාණන් වහන්සේ සාරාසංඛායා කල්ප ලක්ෂයක් හෙවත් අසංඛාය හතරකුත් තව කල්ප ලක්ෂයක් ( $10^{140} \times 4 + 100\ 000$ ) පාරමී පුරන ලදී.

**සක්වල ඇති විම**

අප වෙසෙන මඟුල් සක්වලේ තිස්එක් තලයෙන් බුන්ම ලෝක දාහතක් ඉතිරි වී අනෙක් කෝටි ලක්ෂයක් සක්වල, කල්පයක් අවසානයේ දී විනාශ වේ. කල්ප විනාශයෙන් පසු මෙම කෝටි ලක්ෂයක් සක්වලට ම වර්ෂාවක් පතිත වේ. එහි ශුද්ධාශ්ටක අඩංගු ය. ඒ තුළින් නැවත පෘථිවිය ඇතුළු සියල්ල නැවත හට ගනී. බුද්ධගයා භූමිය කෝටි ලක්ෂයක් සක්වලෙහි කේන්ද්‍රය යි. මේ සියල්ල කිසිවෙකුත් මවන ඒවා නොවේ. ස්වභාව ධර්මයේ ක්‍රියාවලියකි. මුලින්ම පෘථිවියට ආහස්සර බුන්ම ලෝකයෙන් බුන්මයෝ පැමිණ තමන්ගේ කයෙන් ආලෝක විහිදුවා අහසින් ගමන් කරති. එහි දී පෘථිවියේ ඇති රසයට ලොල් වන බුන්මයන්ට කාමය ඉපදී ශරීර සන වී ආලෝක පහව යයි. ඉන් පසු ඉර හඳ තාරකා ඇති වේ. දැන් බුන්මයන් නොව ඔවුන් මිනිසුන් ය. එම මිනිසුන්ගේ මානය උග්‍ර වේ. කෙලෙස් වැඩි වන විට රස පොළොව අතුරුදහන් වේ. පසුව භූමිපථපටකය (හතුවර්ගයක්) පහළ වේ. ඒවා ආහාරයට ගන්නා විට තවත් කය රළු වී මාන, අතිමාන ඇති වී කෙලෙස් වැඩි වේ. ඉන් පසු එම හතුවර්ගය ද අතුරුදහන් වේ. පසුව බදාලතා නමැති වැල් වර්ගයක් ආහාරයක් ලෙස පහළ වේ. එය ද අනුභව කරන මිනිස්සු තව තවත් කෙලෙස්

වැඩි කර ගනිති. පසුව බදාලතාවන් අතුරුදහන් වේ. පසුව දහයියා නැති හැල් වී පහළ වේ. ඒවා ආහාරයට ගන්නා මිනිසුන්ගේ ස්ත්‍රී පුරුෂභාවය පහළ වේ. ඉන් පසු කාමසේවනය පටන් ගනී. ඊට සමාජය ගරහන නිසා කාම සේවනය සඳහා ගෙවල් සාදා ගනී. උදේ කුඹුරට ගොස් සවසට ත් එක්ක හැල් කපාගෙන එයි. මෙසේ රැස්කිරීම ආරම්භ වෙයි. දැන් හැල් කැපූ පසු නැවත හට නො ගනී. දහයියා සහිත ය. තමන්ගේ බිම් කොටස් වෙන් කරමින් පසුව ඉඩම් බෙදා ගනිති. ඉන් පසු අනුන්ගේ දේ සොරකම් කරති. සොරකම් කර බොරු ද කියති. ප්‍රාණසාතය පවා කරති. මෙලෙස කෙලෙස් වැඩි වේ. අසංඛ්‍යයක් වූ ආයුෂ ක්‍රමයෙන් අඩු වේ. මෙසේ කාලය සමඟ ක්ෂත්‍රිය, බ්‍රාහ්මණ, වෛශ්‍ය, ශුද්‍ර යන කුල ඇති විය. **(අග්ගඤ්ඤ සූත්‍රය-දී.නි-බුජ3-136)**

මෙලෙස කෙලෙස් වැඩි වෙමින් යන මිනිසාගේ ආයුෂ අවු. 10 දක්වා අඩු වේ. ඉන්පසු සත්වයන් විශාල ප්‍රමාණයෙන් විනාශ වේ. සීමිත පිරිසක් ශීලය තුළ පිහිටයි. ඔවුන්ගේ ආයුෂ නැවත අසංඛ්‍ය දක්වා වැඩි වේ. මෙලෙස සත්ව විනාශයන් සිදුවීම **අන්තර් කල්ප විනාශය** යි.

**කල්ප විනාශය**

මහා කල්ප විනාශයේ දී මූලින් ම වර්ෂ දස දහස් ගණනක් වර්ෂාව නැති වී සියලු ගස් කොළන් වියළී යයි. සත්වයින් මිය යයි. පසුව වර්ෂ කෝටි ගණනාවකට පසු දෙවන සූර්යයා පහළ වෙයි. කුඩා නදී විල් ආදිය සිඳී



යයි. තවත් කාලයක් ඇවෑමෙන් තුන්වන සූර්යයා පහළ වෙයි. ගංගා, යමුනා වැනි ගංගා සිඳී යයි. දීර්ඝ කාලයක් ඇවෑමෙන් සිව්වන සූර්යයා පහළ වෙයි. අනවතප්ත, සිංහප්‍රපාත යන මහ විල් සිඳී යයි. පසුව පස්වන සූර්යයා පහළ වෙයි. මහා සමුද්‍රයේ ජලය හරකුන්ගේ පාද සලකුණු මත රැස්වූ ජලය මෙන් ස්වල්ප වන්නේ ය. පසුව එය ත් සිඳීයන්නේය. ඉන් පසුව හයවෙනි සූර්යයා පහළ වෙයි. කෝටි ලක්ෂයක් සක්වල එක ම දුමාරයකි. වළං පෝරණුවක් මෙනි. තවත් දීර්ඝ කාලයකට පසු සත්වන සූර්යයා පහළ වෙයි. එහිදී කෝටි ලක්ෂයක් සක්වල කපුරු මෙන් ගිනි ගෙන දැවී යන්නේ ය. අප සක්වලේ ඇති බ්‍රහ්ම ලෝක විස්සෙන් දාහතක් ඉතිරි වන්නේ ය. ඒවායේ මියගිය සත්වයෝ උපදිති. නිරයේ සතුන්ගේ ත් අපරාපරියවේදනීය කර්ම මේ වෙලාවේ දී විපාක දෙයි. නියත මිථ්‍යා දෘෂ්ටික සත්වයෝ කෝටි ලක්ෂයක් සක්වලෙන් එහා ඇති නිරයන් හි ඉපදෙති.

**(සත්තසූර්යග්ගමන සූත්‍රය-අ.නි-බුප්4-426)**

මෙලෙස හට ගත් සියල්ල විනාශ වේ. සංසාරයේ මහා දීර්ඝ ගමනක් අවිද්‍යාව නිසාත් තෘෂ්ණාව නිසාත් ගමන් කරයි. ඇත්තේ එක ම ස්වභාවික වක්‍රයකි. අප කණුවක බැඳ දමා ඇති බලු කුක්කන් වැනි ය. මෙලෙස සංසාරයේ යාමෙන් සිදු වන්නේ දුකට පත්වීම පමණි. වහා ම මින් අත් මිදීම ට විර්යය වඩමු.

සටහන  
 " අසංඛ්‍ය කල්පය යනු කල්ප කාලකි  
 " කල්ප අසංඛ්‍යක් යනු කල්ප එකයි බිංදු එකසිය හතලියකි (10<sup>140</sup>)

## කෙලෙස් සහ මනුෂ්‍ය ආයුෂ අතර ඇති ප්‍රතිලෝම සම්බන්ධය

මනුෂ්‍ය චිත්ත සන්තානයේ කෙලෙස් වැඩිවන විට මනුෂ්‍ය ආයුෂ අඩුවන අතර, මනුෂ්‍ය චිත්ත සන්තානයේ කෙලෙස් අඩුවන විට මනුෂ්‍ය ආයුෂ වැඩි වේ. මේ අනුව කෙලෙස් සහ ආයුෂ අතර ඇත්තේ ප්‍රතිලෝම හෙවත් සෘණ සම්බන්ධයකි. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කළ දීඝනිකායේ එන වක්‍රවර්ති සිංහනාද සූත්‍රය(බු.ජ.ත්‍රි.දී.නි.3-පි.අ 96) තුළින් මේ බව වඩාත් හොඳින් පැහැදිලි වේ.

මහත් සම්පත් ඇති, දීර්ඝ ආයුෂ ඇති සක්විති රජ කෙනෙකුගේ චූචද සක්විති සම්පත් අතුරුදහන් වන බව එම සූත්‍රයේ සඳහන් වේ. සක්විති රජකෙනෙකුට රත්න හතක් ඇත. එනම් **වක්‍රරත්නය** (සෘද්ධිමත් රථයකි), **හස්ථිරත්නය** (සෘද්ධිමත් ඇතෙකි), **අශ්වරත්නය** (සෘද්ධිමත් අශ්වයෙකි), **මණිරත්නය** (ආලෝකමත් මැණිකකි), **ස්ත්‍රිරත්නය** (මනවඩනා ස්ත්‍රියකි), **ගෘහපතිරත්නය** (නිදාන දකින, කර්ම විපාක දකින දිවැස් ඇති ගෘහපතියෙකි), **පරිනායකරත්නය** (ප්‍රඥාවන්ත, ව්‍යක්ත රජුට අවශ්‍ය ආකාරයටම රාජ්‍ය පාලනය කරන පුත්‍රයෙකි)

සක්විති රාජ සම්පත් අහිමිවන බවට වන පෙර නිමිත්ත වශයෙන් වක්‍රරත්නය තිබුණ තැනින් පසුපසට ගොස් අහසට නැගී පවතී. වක්‍රරත්නය වෙනස් වූ විට සක්විති රජතුමා තව බොහෝ කලක් ජීවත්විය නොහැකි බව දැනගෙන, තම පුත්‍ර රත්නයට රජකම භාර දී හිස - රැවුල් බා, කසාවත් හැඳ, ගිහිගෙය හැරදා තපස් බවට පත් වේ. ඉන් සතියකින් වක්‍ර රත්නය අතුරුදහන් වේ. පසුව නව රජු (පෙර රජුගේ පුතා) නුවණැත්තන්ගේ උපදෙස් මත සක්විති වත් හෙවත් නැවත සක්විති

සම්පත්තීන් ලැබෙන කුසල කර්මයන් සිදුකර අහිමි වූ චක්‍රාන්තය ඇතුළු අනෙකුත් සක්විති සම්පත්තීන් ලබාගනී. පසුව දීර්ඝ කාලයක් රජකම් කර පියා අනුව යමින් චක්‍රාන්තය තිබුණ තැණින් වෙනස් වූ කල්හි තම පුත්‍රයාට රජකම භාර දී ඔහු ද තපස් රකින්නට යයි. පසුව ඔහුගේ පුත්‍ර රත්නය සක්විති වත් පුරා නැවත සක්විති සම්පත් ලබාගනී. හත්වෙනි සක්විති රජු ද මෙසේ කලේය. නමුත් ඔහුගේ පුත් සක්විති වත් නිසි ලෙස පිරුවේ නැත. දිළින්දන්ට ධනය නොදුන්නේය. එබැවින් දිළිඳු බව

වැඩි විය. පසුව කුමකුමයෙන් කෙලෙස් වැඩිවී මනුෂ්‍යයන්ගේ අයුෂ පිරිහිණි.

දිළිඳුකම වැඩි වූ විට මිනිසුන් අන්සතු දේ සොරකම් කරන්නට **(අදත්තාදානය)** පටන් ගත්හ. දිළිඳුකම නිසා සොරකම් කළ බව රජු හට දැනුම් දුන් විට සොරකම් කළ අයට රජු ධනය දී යහපතෙහි යෙදවීය. නමුත් රජු සොරකම් කළ අයට ධනය දෙන බව දැනගත් අන් මිනිසුන්ද සොරකම් කරන්න පටන් ගත්හ.

සොරකම වැඩි වූ බැවින් රජතුමා වධකයන් ලවා සොරුන්ගේ ගෙල සිඳින ලදී. පසුව වැසියන්ද එය අනුගමනය කරමින් අවි ආයුධ සාදාගෙන **(අවි දැරීම සහ ප්‍රාණඝාතය)** සොරකම් කළ අයගේ දිවි තොරකලේය. මෙසේ අකුසලයන් සමාදන් වූ සත්වයන්ගේ ආයුෂය සහ වර්ණය පිරිහිණි. අවුරුදු අසූ දහසක් (80,000) ආයුෂ තිබූ මිනිසුන්ගේ ආයුෂ හතලිස් දහස (40,000) දක්වා අඩු විය.

මෙසේ සොරකම් කළ පුද්ගලයන් එසේ සොරකම් නොකළ බවට දැන දැන ම බොරු කියන **(මුසාවාද)** ලදී. එසේ කාලයක් ගිය කල්හි මනුෂ්‍ය ආයුෂ අවුරුදු හතලිස් දහසේ (40,000) සිට විසි දහස(20,000) දක්වා අඩු විය.



**ඉන් පසුව මවට/පියාට නොසැලකීම, මහණ බමුණන්ට ගරු නොකිරීම, වැඩිහිටියන්ට ගරු නොකිරීම යන අකුසල දහම් වැඩීමට ගිය කල්හි අයුෂය අවුරුදු සියය (100) දක්වා අඩු විය.**

තව තවත් පාප ධර්මයන් වැඩිගොස් මිනිස් ආයුෂ අවුරුදු දහසක් (10) බවට පත් විය. මෙකල අවුරුදු පහේ (5) දී කුමරියේ පතිකුලයට යයි. ආහාර වල රසයන් අකුරුදහන් වේ. කුසල්/පින් යන නම් වත් අසන්නට නොලැබෙයි. මව, පුංචි අම්මා, නැන්දා, සහෝදරිය යන්න තැකීමක් නොකර එළුවන්, බැටළුවන්, කුකුළුන්, උරුන්, බල්ලන්, හිවලුන් මෙන් ඔවුනොවුන් කාමයේ හැසිරෙයි. සෑම දෙනා කෙරෙහිම දැඩි වෛරයක් සිතේ හටගනී. වැද්දෙකුට මුවෙක් දකින විට මරන්න සිතෙන්නේ යම් සේද, එසේ එකිනෙකා සත් දවසක් කපා කොටා මරාගනී. මෙය ආයුධ වලින් සිදුවන අන්තර් කල්ප විනාශයකි. එහිදී පෘථිවිය විනාශ නොවේ. සත්වයන් විනාශ වේ. පෘථිවිය විනාශ වන්නේ මහා කල්ප විනාශයේ දී ය.

මේ අතරින් යම් කණ්ඩායමක් 'අපි කිසිවෙකුගේ දිවි තොර නොකරමු, අන් අයත් අපගේ දිවි තොර නොකෙරේවා' සිතා කැලෑ, ගල්ගුහා ආදියට ගොස් දිවි රැක ගනිති. සත් දවසක් වනයේ ඵලවැල අනුභවකොට ජීවත් වෙති. තමන් අකුසල් දහම් සමාදන් වූ බැවින්, මෙවන් ශෝකි විනාශයක් වූවා යැයි සිතා කුසල් දහම් වඩන්නට සිත් යොමා ගන්නාහ.

පසුව ඔවුන් ප්‍රාණඝාතයෙන් වෙන්වෙයි. එසේ සමාදන් වීමෙන් කාලයක් ගතවීමෙන් ආයුෂය සහ වර්ණය වැඩෙයි. අවුරුදු දහය (10) අවුරුදු විස්ස(20) දක්වා වැඩි වේ.

පසුව ඔවුන් අදක්කාදානයෙන් වෙන්වෙයි. මෙසේ සමාදන් විමෙන් අවුරුදු විස්සේ (20) ආයුෂ අවුරුදු හතළිහ (40) දක්වා වැඩි වේ.

ඔවුන් පසුව කාමය වරදවා හැසිරීමෙන් වැළකෙයි. එහිදී අවුරුදු හතළිහේ(40) ආයුෂ අවුරුදු අසුව(80) දක්වා වැඩි වේ.

ඉන් පසුව බොරැකීමෙන් වැළකෙයි. එවිට ආයුෂය අවුරුදු අසුවේ(80) සිට එකසිය හැට(160) දක්වා වැඩි වේ.

පසුව ඔවුන් කේලාම් කීමෙන් වැළකෙයි. එවිට ආයුෂ අවුරුදු එකසිය හැටේ (160) සිට අවුරුදු තුන්සිය විස්ස(320) දක්වා වැඩි වේ.

පසුව ඔවුන් පරුසාවාවයෙන් වැළකෙයි. එවිට ආයුෂ අවුරුදු තුන්සිය විස්සේ(320) සිට අවුරුදු හයසිය හතළිහ(640) දක්වා වැඩි වේ.

පසුව හිස්වචන කීමෙන් වැළකෙන ඔවුන්ගේ ආයුෂ අවුරුදු හයසිය හතළියේ (640) සිට දෙදහස (2,000) දක්වා වැඩි වේ.

පසුව අහිද්‍යාවෙන් ද වැළකෙන ඔවුන්ගේ ආයුෂ අවුරුදු හාර දහස (4,000) දක්වා වැඩි වේ.

පසුව ව්‍යාපාදය ද බැහැර කරයි. එවිට ආයුෂ අවුරුදු අට දහස (8,000) දක්වා වැඩි වේ.

පසුව ඔවුන් මිථ්‍යා දෘෂ්ටිය ද බැහැර කරන අතර, ආයුෂය අවුරුදු විසි දහස(20,000) දක්වා ඉහල යයි.

පසුව අධර්ම රාගය, විෂම ලෝභය, මිථ්‍යා ධර්මය බැහැර කරන මොවුන්ගේ ආයුෂ අවුරුදු හතළිස් දහස (40,000) දක්වා වැඩි වේ.

පසුව ඔවුන් මවට/පියාට සත්කාර කරයි, මහණ බමුණන්ට සත්කාර කරයි, වැඩිහිටියන්ට ගරුකරයි. මෙසේ කුසලය සමාදන් වන විට ඔවුන්ගේ ආයුෂ අවුරුදු අසූ දහස (80,000) දක්වා වැඩි වේ.

මෙසේ මිනිසුන්ගේ ආයුෂය අවුරුදු අසූ දහස වන විට අවුරුදු පන්සියයෙන් (500) කුමරියෝ පනිකුලයට යති. මේ කාලයේදීත් තෘෂ්ණාව, බඩගින්න, මහලුචීම යන ආබාධ මනුෂ්‍යයන්ට පවතී.

මිනිසාගේ උපරිම ආයුෂ අසංඛ්‍යයකි. එනම් එකයි බිංදු එකසිය හතළිහකි. අවම ආයුෂ අවුරුදු දහයකි. මෙසේ ආයුෂ අවුරුදු දහයේ සිට අසංඛ්‍යය දක්වා වැඩි වී නැවත අවුරුදු දහය දක්වා අඩුවන කාලය අන්තර් කල්පයක් වේ. එවැනි අන්තර් කල්ප හැටහතරේ ඒවා හතරක් (64x4) මහා කල්පයකට ඇත.

මෙවන් දීර්ඝ කාලයන් කොතරම් පසුකර ඇති ද යන්න අප නොදනී. චතුරාර්යය සත්‍ය අවබෝධ කර නොගතහොත් තව කොතරම් කාලයක් දුක්විඳිමින් සසරේ සැරිසරන්නට සිදුවේ ද කියා නොදනී. සසර ගමනේ යන අයට බුද්ධ සාසනයක් ලැබෙන්නේ කලාතුරකිනි. වහ වහා ඉන් ප්‍රයෝජනය ගනිමු.

## **තථාගත බල සහ වතු විශාරද ඥාණ**

ලිච්චවී රාජ පුත්‍ර සුනක්ඛත්ත භික්ෂුව, දිබ්බ සෝත ඥාණය සඳහා බුදුන් වහන්සේගෙන් කමටහන් ඉල්ලා සිටියත්, උන්වහන්සේ ඊට පින් නොමැති නිසා, කමටහන් නොදුන් සේක. පසුව සුනක්ඛත්ත භික්ෂුව භාග්‍යවතුන් වහන්සේ සමඟ උරණ වී, සිවුරු හැර ගිහි බවට පත් විය. ඉන් පසුව තථාගතයන් වහන්සේට දෝෂාරෝපණය කරමින් හැසිරෙන සුනක්ඛත්ත දැක, සාරිපුත්ත මහ රහතන් වහන්සේ සර්වඥයන් වහන්සේට ඒ බව සැලකලේය. ඒ අවස්ථාවේ දී තථාගතයන් වහන්සේ සුනක්ඛත්ත මෝඛයකු බව ප්‍රකාශ කරමින් මහා සීහනාද සූත්‍රය (බු.ජ.ම.නි-1, පි.අං.164 ) දේශනා කළ සේක. එහි දැක්වෙන තථාගත බල සහ විශාරද ඥාණ හතර මෙයින් විස්තර කෙරේ.

## **තථාගත බල**

**“දස බෝ පතිමාති සාරිපුත්ත තථාගතස්ස තථාගතබලානි යෙහි බලෙහි සමන්තාගතෝ තථාගතෝ ආසභං ධානං පටිජානාති, පරිසාසු සීහනාදං නදති, බ්‍රහ්මවක්කං පවත්තෙති.”**

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ, පොළොව මත නොසැලී සිටිනා ගවයන්ට ප්‍රධානී වූ නිසභ ගවයා මෙන්, සියලු දෙවිමිනිසුන්, මරුන්, බඹුන්, ශ්‍රමණ බ්‍රාහ්මණයන් යට කරගෙන ශ්‍රේෂ්ඨ ස්ථානයට පැමිණ සිංහනාද කරන



සේක. ධර්මය දේශනා කරන සේක. එසේ පිරිස යටකරගෙන සිටින තථාගතයන් වහන්සේගේ තථාගත බල දහයකි.

- 1 ඉඨ සාරිපුත්ත, තථාගතෝ යානඤ්ච යානතෝ අට්ඨානඤ්ච අට්ඨානතෝ යාථාභුතං පජානාති-  
ශාරිපුත්‍රය, සිදුවන කාරණා සිදුවීම ත්, සිදු නොවන කාරණා සිදුනොවීම ත්, තථාගතයන් තතු සේ දැනී.

මෙම භවයේ දී මව මැරීම, පියා මැරීම යනාදී ආනන්තරිය පාපකර්මයන් සහ ආර්ය උපවාද කර ඇති අයෙකුට, මෙම භවයේදී මාර්ගඵල ලැබිය නොහැකි බව බුදුන් වහන්සේ දැනගෙනම දේශනා කරයි. එය සිදු නොවන කාරණයකි. අජාසත්ත රජතුමාට සාමඤ්ඤඵල සූත්‍රය අවසානයේ සෝවාන් වීමට නොහැකි වූයේ පියතුමා මැරූ ආනන්තරික පාප කර්මය නිසාය. එමෙන්ම සතර සතිපට්ඨානය නිසිලෙස උපරිම වසර හතක් වඩනවා නම් ඒ අය අනාගාමී හෝ අර්හත්වයට පත්වන බව දැනගෙන ම දේශනා කරයි. මෙය සිදුවන කාරණයකි. බුදු කෙනෙක් කියූ දෙයක් කිසිවෙකුට වෙනස්කළ නොහැක. එය ඒ ආකාරයෙන්ම ඉටු වේ.

- 2 පුන ව පරං සාරිපුත්ත, තථාගතෝ අතීතඅනාගත-  
පච්චුප්පන්නානං කම්මසමාදානානං යානසෝ

**හේතුසෝ විපාකං යථාභුතං පජානාති -**  
ශාරිපුත්‍රය, අතීත අනාගත වර්තමාන කර්ම සමාදානයන්ගේ විපාක ප්‍රත්‍ය වශයෙන් හේතු තථාගතයන් නිවැරදිව ම දැනී.

ඕනෑම සත්වයකුගේ අතීත හෝ වර්තමාන කුසල හෝ අකුසල විපාක පෙර සිදුකළ අසවල් කර්මය/කර්මයන් නිසා සිදු වූ බවත්, වර්තමානයේ සිදුකරන කුසල/අකුසල කර්මයේ විපාකය අනාගතයේ දී මෙසේ ලැබෙන බවත්, සර්වඥයන් වහන්සේ දැනගෙනම දේශනා කරයි. බුද්ධත්වයට දාසියක් වූයේ පෙර කාශ්‍යප බුදුන් කළ හිතවත් රහත් සාමනේර තෙරණියකගෙන් දුර තිබූ රන් මල්ලක් අරන් දෙනීන කියා වැඩගත් නිසාය. එමෙන් ම බුද්ධත්වයට කුඳු වූ සේ පෙර කුඳු පසේ බුදු කෙනෙකු මෙසේ ගමන් කලා යැයි කුඳු ලෙස රඟපා පෙන් වූ නිසාය. දෙවිදත් තෙර සිදුකළ ආනන්තරිය පාපකර්ම වල විපාක අවසන් වී, පිරු පාරමිතා ශක්තිය ඉස්මතු වී අනාගතයේ පසේ බුදුවරයකු බවට පත්වන බව බුදුන් වහන්සේ දැනගෙන ම දේශනා කළ සේක.

- 3 පුන ව පරං සාරිපුත්ත, තථාගතෝ සබ්බත්ථ-  
ගාමිනීං පටිපදං යථාභුතං පජානාති - ශාරිපුත්‍රය,  
ඕනෑම අයෙකුට ඕනෑම තැනක යන්න අවශ්‍ය සියලු ම ප්‍රතිපදාවන් තථාගතයන් වහන්සේ නිවැරදිව ම දැනී.

අනාගතයේ දී තමන් මෙසේ විය යුතුයි. ඊට කුමක් කළ යුතුද ? යන්න සර්වඥයන් වහන්සේගෙන් විමසූ විට නිවැරදි ම ඒකායන පිළිවෙත දේශනා කරයි. සක්විති රාජ සම්පත්තිය අවශ්‍ය නම් ඊට අදාළ ප්‍රතිපත්තිය දේශනා කරයි. දෙවිලොව යන්නට නම්, සිල් රැකිය යුතු බව දේශනා කරයි. හෝග සම්පත් අවශ්‍ය නම්, දන් දෙන ලෙස ප්‍රකාශ කරයි. මාර්ගඵල අවශ්‍ය නම්, චතුරාර්ය සත්‍ය දේශනා කරයි. දුශ්සීල, මිථ්‍යාදෘෂ්ටික පටිපදාවෙන් දුගතිගාමී වන බව දේශනා කරයි.

4 පුන ව පරං සාරිපුත්ත, අනේකධාතුනානා-  
ධාතුලෝකං යථාභුතං පජානාති - ශාරිපුත්‍රය,  
ලෝකයේ ඇති විවිධ ධාතුන් සියල්ල නිවැරදිව  
සර්වඥයන් වහන්සේ දනී.

මනුෂ්‍ය ලෝකය, සතර අපාය, දිව්‍ය ලෝක භය, බ්‍රහ්ම ලෝක විස්ස සහිත තිස්එක් තලයක් සහිත සක්වල ලෝක ධාතුව, එවැනි සක්වල ලෝක ධාතු දහසක් ඇති චූලනිකා ලෝක ධාතුව, සක්වල ලෝක ධාතු දසලක්ෂයක් ඇති මජ්ඣිමා ලෝක ධාතුව, සක්වල ලෝක ධාතු කෝටි ලක්ෂයක් ඇති මහා සහස්සි ලෝක ධාතුව සහ ඊට ත් එහා ගිය අප්‍රමාණ ලෝක ධාතු භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දනී.

එමෙන් ම පඨවි ධාතු, ආපෝ ධාතු, තේජෝ ධාතු, වායෝ ධාතු, ආකාස ධාතුව පිළිබඳව ත්, වක්ඛු ධාතු, සෝත ධාතු, සාණ ධාතු, ජීවිහා ධාතු, කාය

ධාතු, මනෝ ධාතු, රූප ධාතු, ශබ්ධ ධාතු, ගන්ධ ධාතු, රස ධාතු, ඓච්චිකා ධාතු, ධම්ම ධාතු, වක්ඛු විඤ්ඤාණ ධාතු, සෝත විඤ්ඤාණ ධාතු, සාණ විඤ්ඤාණ ධාතු, ජ්විහා විඤ්ඤාණ ධාතු, කාය විඤ්ඤාණ ධාතු, මනෝ විඤ්ඤාණ ධාතු පිළිබඳවත් නිවැරදිව භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දනී.

- 5 පුන ච පරං සාරිපුත්ත, තථාගතෝ සත්තානං නානාධිමුත්තිකථං යථාභූතං පජානාති - ශාරිපුත්‍රය, සත්වයන්ගේ සිත යට ඇති හැකියාවන් සහ නොහැකියාවන් මනාව භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දනී.

වුල්ල පන්ථක හිමිගේ රහත්වීමට ඇති හැකියාව භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ම දැනගෙන කමටහන් ලබා දුන් සේක. නමුත් දිබ්බසෝත ඤාණය ඇතිකර ගැනීමට පින් නොමැති හෙයින් සුනක්ඛත්ත හික්ෂුවට ඊට මග පෙන්වීම් නොකරන ලදී.

- 6 පුන ච පරං සාරිපුත්ත, තථාගතෝ පරසත්තානං පරපුග්ගලානං ඉන්ද්‍රියපරෝපරියත්තං යථාභූතං පජානාති - ශාරිපුත්‍රය, නිවනට නායකත්වය ලබාදෙන සද්ධා, විරිය, සති, සමාධි, පඤ්ඤා යන ඉන්ද්‍රිය ධර්ම පහ සෑම අයෙකුගේ ම කෙසේ සකස්වෙලා පවතිනවාද? යන්න නිවැරදිව ම සර්වඥයන් වහන්සේ දන්නා සේක.

එබැවින් භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ධර්මය අසන සෑම

කෙනෙකුටම දැනෙන්නේ තමන්ට ම ධර්ම දේශනා වන ලෙසටය. බුදුන් වහන්සේ මාර්ගඵල අවබෝධයට අවශ්‍ය නිවැරදිම කමටහන නිවැරදිම වෙලාවට ලබාදෙන්නේ උන් වහන්සේට පමණක් ඇති ඉන්ද්‍රියපරෝපරියත්ත ඤාණය තුළිනි. බාහිය දාරුචීරියට නිවැරදි ම වෙලාවෙ නිවැරදි ම කමටහන ලබාදීම මීට උදාහරණයකි.

- 7 පුන ව පරං සාරිපුත්ත, තථාගතෝ කඩානචි-  
මෝක්ඛසමාධිසමාපත්තීනං සඛක්ලේසං  
චෝදානං වුට්ඨානං යථාභූතං පජානාති -  
ශාරිපුත්‍රය, භාග්‍යවතුන් වහන්සේ සියලු ධ්‍යාන,  
විමෝක්ෂ , සමාධි, සමාපත්තීන් ගේ පිරිහීම,  
පිරිසිදුවීම සහ ඒවා ඇතිකරගෙන ඉන් නැගිටීම  
මනාව දනී.

රූපාවචර සහ අරූපාවචර ධ්‍යානයන්, අෂ්ට විමෝක්ෂයන්, ඛනික උපචාර අර්පනා යනාදී සියලු සමාධීන් සහ සියලු සමාපත්තීන් ඇතිකරගැනීම, පැවැත්වීම, ඒවා පිරිහීම සහ ඒවායින් ඉවත්වීම මනාසේ දන්නේ සර්වඥයන් වහන්සේය.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ සමාපත්තීන් කෝටි ලක්ෂ විසිහතරකට සමවදින බව ධර්මයේ සඳහන් වේ.

- 8 පුන ව පරං සාරිපුත්ත, තථාගතෝ අනේකච්ඡිනං  
පුබ්බඛනිවාසං අනුස්සරති - ශාරිපුත්‍රය, සීමාවක්

නොමැතිව තමන්ගේත් අන් සත්වයන්ගේත් පෙර භවයන් සිහිකිරීමේ හැකියාවක් තථාගතයන් වහන්සේට ඇත.

අනන්ත සංසාරයේ සියලු ම සත්වයන්ගේත් බෝසතාණන් වහන්සේගේත් පූර්ව නිවාස අප්‍රමාණව සිහිකිරීමේ හැකියාව සර්වඥයන් වහන්සේට ඇත. අසවල් භවයේ අසවල් ස්ථානයේ අසවල් නම් ගෝත්‍ර සහිතව ඉපදුනා, ඉන්පසු එයින් වුතව අසවල් තැන ඉපදුනා ලෙසට, සීමාවක් නොමැතිව පෙර භවයන් සිහිකර ප්‍රකාශ කිරීමේ හැකියාව බුදුරජාණන් වහන්සේ සතුව පවතී.

- 9 පුන ව පරං සාරිපුත්ත, තථාගතෝ දිබ්බන්ත-  
වබුනා විසුද්ධෙන අතික්කන්තමානුසකේන  
සත්තේ පස්සති - ශාරිපුත්‍රය, මිනිස් ඇස ඉක්මවා  
දිව්‍ය ඇසින් සත්වයන් මැරෙන ඉපදෙන අයුරුත්,  
පාප සහ පුත්‍ර්‍ය කර්මයන් අනුව සුගති දුගතිගාමී  
වන අයුරුත්, අප්‍රමාණව දැකීමේ හැකියාව  
භාග්‍යවතුන් වහන්සේට ඇත.

සිතා ගැනීමට නොහැකි තරම් වූ දිබ්බවක්ඛු ඥාණය භාග්‍යවතුන් වහන්සේට ඇත. සිව්මංසලක ඇති මහල් නිවසක ඉහල මාලයේ සිට පහල බලන විට ගෙට එන අය ගෙයින් යන අය පැහැදිලිව දර්ශනය වන්නා සේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේට සියලු සක්වලේ ම සියලු සත්වයන්ගේ වුති උප්පත්තීන් දැකිය හැකිය.

10 පුන ව පරං සාරිපුත්ත, තථාගතෝ ආසතානං ඛයා අනාසතං චේතෝවිමුක්තිං පඤ්ඤාවිමුක්තිං දිට්ඨෙත ධම්මේ සයං අභිඤ්ඤා සච්ඡිකත්වා උපසම්පජ්ජ විහරති - ශාරිපුත්‍රය, සියලු ආසුවයන් ක්ෂය කිරීමෙන් මෙම ආත්මයේම චේතෝ විමුක්තියත්, පඤ්ඤා විමුක්තියත් ප්‍රත්‍යක්ෂ කොට දැන ඊට පැමිණ තථාගතයන් වහන්සේ වාසය කරයි.

සර්වඥයන් වහන්සේ රාග දුරුකිරීමෙන් වන චේතෝ විමුක්තියත්, අවිද්‍යාව දුරුකිරීමෙන් වන පඤ්ඤා විමුක්තියත් සාක්ෂාත් කරගෙන අනාසුව විත්තයකින් වාසය කරයි.

**විසාරද ඤාණ**

- “තමන් වහන්සේ සම්මා සම්බුද්ධයි, සියල්ල අවබෝධ කරගෙන සර්වඥයි” කියා ප්‍රකාශ කළ විට, මේ කොටස අවබෝධ නොකලා කියා චෝදනා කරන්නට කිසිම ශ්‍රමණයෙකු හෝ බ්‍රාහ්මණයෙකු හෝ දෙවියකු හෝ මාරයෙකු හෝ බ්‍රහ්මයෙකු හෝ සියලු සක්වලෙහි කිසිවෙකු නොමැත.
- “තමන් වහන්සේ ක්ෂිණාසුවයි” ලෙස පැවසූ විට, මෙම ක්ලේෂය ඇතැයි කියා චෝදනා කරන්නට කිසිම ශ්‍රමණයෙකු හෝ බ්‍රාහ්මණයෙකු හෝ දෙවියෙකු හෝ මාරයෙකු හෝ බ්‍රහ්මයෙකු හෝ සියලු සක්වලෙහි කිසිවෙකු නොමැත.

- **“යමෙකුට මාර්ගඵල ලබන්නට අන්තරායකර ධර්මයන්”** තථාගතයන් වහන්සේ දේශනා කර ඇත. ඒවා සේවනය කිරීමෙන් මාර්ගඵල ලැබිය හැකිය යන්න ප්‍රකාශ කිරීමට, කිසිම ශ්‍රමණයෙකු හෝ බ්‍රාහ්මණයෙකු හෝ දෙවියෙකු හෝ මාරයෙකු හෝ බ්‍රහ්මයෙකු හෝ සියලු සක්වලෙහි කිසිවෙකු නොමැත.
- **“සසර දුක නැතිකරගන්න අවශ්‍ය පටිපදාව”** භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කර ඇත. එය පිළිපදින අයෙකුට සසර දුක නැතිකර ගැනීමට නොහැකි යි කියා ප්‍රකාශ කරන්නට කිසිම ශ්‍රමණයෙකු හෝ බ්‍රාහ්මණයෙකු හෝ දෙවියෙකු හෝ මාරයෙකු හෝ බ්‍රහ්මයෙකු හෝ සියලු සක්වලෙහි කිසිවෙකු නොමැත.



## කොහේද මේ යන්නේ ?

“හිමිදිරි උදයේ අවදි වෙලා හැමෝම මහ යුද්ධයක. සමහරු දත් මදිනවා. සමහරු මූණ සෝදනවා. සමහරු උයනවා. කෑම පිළියෙල කරනවා. සමහරු වැසිකිළියේ. සමහරු රෙදි මදිනවා. ළමයි ඉස්කෝලෙ වැඩ ඉවර කරගන්න බැරුව දඟලනවා. වැඩට යන්න, ඉස්කෝලෙ යන්න වාහන ඇවිල්ලා නළා ගබ්ද කරනවා. කට්ටිය කෑගහගෙන එහෙ දුවනවා, මෙහෙ දුවනවා. ඔය අතර ගුවන් විදුලියෙ, රූපවාහිනියෙ බණ-පිරිත් ආදිය ත් ඇහෙනවා. කඩිමුඩියේ බත් කටක් දෙකක් කාලා හරි, බඩගින්නේ හරි තම තමන්ගේ වැඩවලට පිටත් වෙනවා. සමහර දේවල් අමතක වෙනවා. ආයෙමත් ආපසු එනවා. වාහනවල යනකොට මාර්ග තදබදයට හසුවෙනවා. බස්වල කෝච්චිවල තෙරපෙනවා. තරහා යනවා. වෙලාවට යන්න බැරි වෙයි කියලා බය වෙනවා. ඉගෙන ගන්න අය පොත් කියවනවා, ලියනවා. වැඩ කරන අය ලිපිලේබනවල පරිගණක අස්සේ හිර වෙලා ආයතනයේ ප්‍රශ්නවලට උත්තර හොයනවා. තවත් අය දහඩිය දාගෙන වැඩ කරනවා. ප්‍රධානීන්ගෙන් බැණුම් අහනවා. ප්‍රධානීන්ට හොරෙන් ඔවුන්ට බණිනවා. ඕනෑගෙන ආපු දේ කාලා වැඩ කරනවා. වැඩ ඇරිලා මල්ලකට කන්න ඕන දේ දමා ගන්නවා. පඩිය ගත්තා, ඒත් ඔක්කොම ඉවරයි. ගෙදර ඇවිත් ආයෙමත් උයනවා. ඊළඟ දවසට සූදානම් වෙනවා. ප්‍රශ්න කෝටියක් තියෙනවා. ඔලුව හරි බරයි. හොඳට ම හෙම්බත් වෙලා ඇඳට වැටිලා නිදාගන්නවා”. රැකියාවකට යන එහෙම නැත්නම් අධ්‍යාපනය ලබන කෙනෙකුගෙ



කැලයකට, ගසක් මුලකට හෝ ශුන්‍යාගාරයකට ගමන් කොට එහි තැන්පත් වෙයි. ඒ මොහොතේ ඔහු ගෙදරදොර කටයුතු, රැකියා කටයුතු තමන්ගේ පවුල, තමන්ගේ සම්පත් ආදී සියල්ල අතහැර දමා ඇත. එම නිසා හිතේ කයේ දැවෙන ගති මඟහැරී ඇත. පුදුම සැහැල්ලුවක් නිදහසක් දැනේ.

සදහට ම ගිහිගෙයින් වෙන් වූ හික්‍ෂුවක් නම්, ලැබුණ ආහාරය නො ඇලී වළඳයි. ආහාර සෙවීමේ තරඟයක් නැත. නැවත ආහාර නොලැබුණහොත් අපවත් වන්නට සූදානම් ය. ලැබුණ චීවරය නො ඇලී පොරවයි. චීවරයක් නොලැබුණොත් මළ මිනියක් ඔතා දමන පාංශුකුල රෙදිකඩින් සිවුර සකසා ගනී. ඇඳුම් පැළඳුම් පස්සේ දුවන්නේ නැත. ලැබුණ කුටියක නො ඇලී වාසය කරයි. කුටියක් නොලැබුණොත් ගසක් මුලක වාසය කරයි. රෝගයකට බෙහෙත් ලැබුණොත් වළඳයි. නැති නම් තමන්ගේ ම මුත්‍රා බෙහෙත් වශයෙන් ගනී. එම හික්‍ෂුවට දුවන්නට තැනක් නැත. අත්පත් කර ගන්නට දෙයක් නැත. කතා කරන්නට දෙයක් නැත. කිසිවකට හදිසියක් නැත. පෝෂණය කරන්නට අඹුදරුවන් නැත. මැරුණු අතීතය ගැන කණස්සල්ලක් නැත. අනාගතයේ දකින සිහින නැත. වර්තමානය තුළ එය ද අතහරිමින් ජීවත් වේ. දැන් සිතේ බර අඩු වී ඇත. අතහැර දමන ලද ජීවිතයකි. නමුත් ශ්‍රේෂ්ඨ ජීවිතයකි.

එසේ හුදෙකලාව තැන්පත් වීමත් සමග ම කායික ක්‍රියා නැවතී ඇත. වාචික ක්‍රියා නැවතී ඇත. එනම්

ප්‍රාණසාතය, අදන්තාදනය, කාම මිථ්‍යාවාරය, මුසාවාදය, පිසුණාවාවය, පරුෂාවාවය, සම්ඵප්පලාපය නොමැත. කය සංවර ය වචනය සංවර ය. දැන් මන සංවර කරගත යුතුය. එනම් අභිජ්ඣා ව්‍යාපාද, මිථ්‍යා දිට්ඨියෙන් ඉවත් වීමට සම්මා අරමුණක් තෝරා ගත යුතුය. ඒ සඳහා ඇලෙන්තේ නැති ගැටෙන්තේ නැති අරමුණක් තුළ සිහිය පැවැත්විය යුතුය. ආශ්වාසය ප්‍රශ්වාසය හොඳ අරමුණකි. තවත් එවැනි අරමුණු ඇත. දැන් තමන්ට ඇත්තේ ආශ්වාසය ප්‍රශ්වාසය තුළ සිහිය පැවැත්වීම යි. අනෙක් සියලු ම අරමුණු අතහැරී ඇත. ආශ්වාසය ප්‍රශ්වාසය දිග ද, කෙටි ද, සංසිඳිලා ද, යන්ත හොඳින් දකින විට හිත තැන්පත් වේ. සමාධිගත වේ. සමාධිගත වූ සිතේ නිවන අනුරත ධර්මතා හෙවත් පංච නිවරණ යටපත් වේ. දැන් පළමු, දෙවන, තෙවන, සිව්වන ධ්‍යාන දක්වා සමාධිය නංවාගෙන උපේක්‍ෂාවක් ඇති කර ගනී. එම උපේක්‍ෂාවේ ශක්තිය යොදාගෙන රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන **පංච උපාදානස්කන්ධය අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම** වශයෙන් විදර්ශනාත්මක ව දකින විට සත්තිස් බෝධිපාක්ෂික ධර්ම වැඩෙන්නට පටන් ගනී. විදර්ශනා ඤාණ පහළ වේ. සිත ජීවත් කරවන ආහාර සතර (කබලිංකාර, එස්ස, මනෝසඤ්චේතනා, විඤ්ඤාණ) නැති වේ. **මොහොතකට සිත මිය යයි.** සිත මිය ගිය තැන රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන පංච උපාදානස්කන්ධයා නොමැත. ජීවත්වීමට ආයුෂය ඇති බැවින් නැවත සිතට පණ ලැබේ. නැවත පණ ලැබුණ සිත සමාධිමත් ය. එයට **මාර්ග එල සමාපත්තිය කියයි.** ඒ අනුව පිළිවෙලින් සෝවාන්, සකාදාගාමී, අනාගාමී,

අර්භත් යන මාර්ගඵල තම තමන්ගේ ශක්තිය අනුව ඇති කර ගනී. නිවන සාක්ෂාත් කරගෙන ඇත්තේ බුදු, පසේබුදු, මහරහතන් වහන්සේලාය. අනෙකුත් මාර්ගඵල ලාභීන්ට නැවත ඉපදීමක් ඇත. ඔවුන්ට තවමත් දුක උරුමය. රහතන් වහන්සේගේ සිත ආශ්‍රව රහිත ය. එනම් **අනාශ්‍රව චිත්තයකින්** කටයුතු කරයි. එනම් **සෝපදිශේෂ නිර්වාණය** හෙවත් කෙලෙස්වලින් මිදී ඇති සිතකි. උපාදානය නොවූ සිතකි. ආයුෂ කෙළවර වන තෙක් සංඛාර නොවූ සිතක් තුළ විඤ්ඤාණය බැසගෙන ඇත. ආයුෂ කෙළවර වූ පසු කයද අතහරින විට **අනුපදිශේෂ නිර්වාණය** සිදු වේ. එහි දී සියලු ම ස්කන්ධ වලින් මිදේ. නැවත ඉපදීමක් නැත. දුක අවසන් ය. එය, සියල්ලෙන්ම මිදී පරම සැපයට පැමිණීම ය. මේ ආකාරයෙන් නිර්වාණය සාක්ෂාත් කරගැනීම **පඤ්ඤා විමුක්ත ක්‍රමය** යි. මෙය ලෝකෝත්තර ගමනකි.

එ මෙන් ම රූපාවචර ධ්‍යාන, අරූපාවචර ධ්‍යාන යන අෂ්ට සමාපත්තීන් උපදවා ගෙන ද විමුක්තිය ලැබිය හැකි ය. එහි දී සතර වන ධ්‍යානයෙන් පසු අනන්ත ආකාසය, අනන්ත විඤ්ඤාණය, සංඥාවක් නැති බව, සංඥාවක් ඇත්තෙන් නැති නැත්තෙන් නැති බව අල්ලාගෙන අරූප ධ්‍යාන උපදවා ගනී. නේවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායනනයේ දී සංඥාව ඉතා සියුම් ය. එම සංඥාවෙන් නිරුද්ධ වුවහොත් **සංඥා වේදයිත නිරෝධයට හෙවත් නිරෝධ සමාපත්තියට** පත් වේ. ප්‍රථමයෙන් වචි සංඛාර (චිතක්ක විචාර) දෙවනුව ව කාය සංඛාර (ආශ්වාස-ප්‍රශ්වාස) තෙවනුව චිත්ත සංඛාර

(සංඥා-වේදනා) නිරුද්ධ වේ. නිරෝධ සමාපත්තිය, නිවන නොවේ. එය සංඛත ධර්මයකි. ලෝකය තුළ ලැබෙන ශ්‍රේෂ්ඨ චිත්ත පාරිශුද්ධියකි. නිවන ලෝකෝත්තර ය. අසංඛත ය. ආකිඤ්චඤ්ඤායතනයේ දී ඉපද වූ ශුන්‍යතාව අනිත්‍ය වශයෙන් නුවණින් දකින විට **අනිමිත්ත වේතෝ විමුක්තිය** තුළින් ද, එම ශුන්‍යතාව දුක්ඛ වශයෙන් නුවණින් දකින විට **අප්පණිහිත වේතෝ විමුක්තිය** තුළින් ද, එම ශුන්‍යතාව අනාත්ම වශයෙන් නුවණින් දකින විට **ශුන්‍යතා වේතෝ විමුක්තිය** තුළින් ද, නිර්වාණය සාක්ෂාත් කර ගත හැකිය. මෙසේ නිවන සාක්ෂාත් කිරීම **උභතෝභාග විමුක්ත ක්‍රමයයි.** මෙයද ලෝකෝත්තර ගමනකි.

ධ්‍යානවලට අගයක් නො දී ත්‍රිලක්ෂණය වඩමින් ශුෂ්ක විදර්ශකයාට ද නිවන සාක්ෂාත් කර ගත හැකි ය. ඔහුට ධ්‍යාන ඇති වුවත් ඒවායේ නො ඇලේ.

නිරෝධ සමාපත්තියට යන අයෙකුට සංඥා, වේදනා (චිත්ත සංඛාරවල) දැනීම ද නැත. ජීවත් වන රහතත් වහන්සේ නමක් සංඥා වේදනා (චිත්ත සංඛාර) දැනගෙන ඒවාට නොඇලී අනාශ්‍රව චිත්තයකින් ජීවත් වේ. ලෝකය අතහැරීමෙන් ලබන සැපය මෙය යි.

ගිහිගෙය තුළ වාසය කරන ඔබ ටත් මෙම ශ්‍රේෂ්ඨ ගමන යම් ප්‍රමාණයක ට හෝ යා හැකි ය. කළ යුත්තේ හුදෙකලා වීම ය. ටික දවසකට හෝ බුදුපියාණන් වහන්සේ දේශනා කළ පරිදි නිවැරදි ව කමටහන්

ලබාගෙන භාවනා කිරීම සඳහා කැලයකට, ගසක් මුලක  
ට හෝ ශුන්‍යාගාරයක ට යන්න. ඔබ ලබා ගත් මනුෂ්‍ය  
ආත්මයේ බහුතරයකට විය නො හැකි විශිෂ්ටයකු වීමේ  
හැකියාව ඔබට ත් ලැබෙනු ඇත.

## සත්පුරුෂ සේවනයෙන් විද්‍යා විමුක්තියට

අසත්පුරුෂ ආශ්‍රය නිසා අවිද්‍යාව ඇති වන බවත්, සත්පුරුෂ ආශ්‍රය නිසා විද්‍යා විමුක්තියට පත් වන බවත් **අංගුත්තර නිකායේ දසක නිපාතයේ යමක වග්ගයේ අවිජ්ජා සූත්‍රය** (බු.ජ.අ.නි. 6-204) මගින් බුදු පියාණන් වහන්සේ පෙන්වා දී ඇත.

අසත්පුරුෂ සේවනයෙන් අවිද්‍යාව ඇති වේ. එහි පියවර පහත පරිදි වේ.

- **“අසත්පුරුෂසංසේවෝ පරිපූරො අසද්ධම්ම සවණං පරිපූරෙති ”**

අසත්පුරුෂයා සේවනය කිරීමෙන් අසන්නට ලැබෙන්නේ අසද්ධර්මය යි. ‘අසේවනා ව බාලානං’ ලෙස මහා මංගල සූත්‍රයේ පෙන්වා දී ඇත්තේ අසත්පුරුෂයන් ආශ්‍රය නොකරන ලෙසයි. අසත්පුරුෂයා යනු සේවනය කිරීමෙන් විපතක්, උවදුරක් ඇති වන පුද්ගලයා යි. හෙතෙමත් දුස්චරිතයේ යෙදෙයි. එ මෙන් ම අන් අයත් දුස්චරිතයේ යොදවයි. සරල ව ම කියනවා නම් සංසාරය හොඳයි, මැනවයි කියා ලෝක ධර්මය වර්ණනා කරමින් සංසාරයේ රැඳීමට කය, වචනය සහ සිත හසුරුවන තැනැත්තා යි. නිසරු දෙය සරු වශයෙනුත් සරු දෙය නිසරු වශයෙනුත් ගනිමින් කටයුතු කරන තැනැත්තා යි.

අසත්පුරුෂයා සේවනය කිරීමෙන් අසන්නට



ලැබෙන්නේ අසත්‍ය ධර්මය යි. අසත්‍ය ධර්මය යනු භාග්‍යවතුන් වහන්සේලාගේ අනුශාසනාවට පටහැනි ධර්මයන් ය. එනම් රාග, දෝස, මෝහ ඇතිවන එමෙන්ම තිබෙන අකුසලයන් වැඩි කරන ධර්මයන් ය. අසද්ධර්මය නිසා තමනුත් අනෙක් අය ත් පරිහානියට, දුකට පත් වේ. දැවීම් තැවීම් ඇති කරමින් සතර අපායාදී දුක්වලට පමුණුවයි.

● **“අසද්ධම්මසවනං පරිපූරං අස්සද්ධියං පරිපූරෙති”**

අසත්‍ය ධර්මය සේවනය කරන තැනැත්තාගේ සිතෙහි ත්‍රිවිධ රත්නය කෙරෙහි පැහැදීම නැති ව යයි. එනම් බුදුපියාණන් වහන්සේ කවුද? උන්වහන්සේ දේශනා කළ ධර්මය කවරක්ද? එම ධර්මය අනුගමනය කරන සංඝයා කවුරුන්ද? යන්න පිළිබඳ ව අවබෝධයක් නොමැති වී යයි. එනම් අශුද්ධාව ඇති වේ.

● **“අස්සද්ධියං පරිපූරං අයෝනිසෝමනසිකාරං පරි-පූරෙති”**

තෙරුවන් කෙරෙහි විශ්වාසය හෙවත් පැහැදීම නැති නම් ඔහු ගමන් කරන්නේ අයෝනිසෝමනසිකාරය තුළ යි. අයෝනිසෝමනසිකාරය සහිත පුද්ගලයා නිරතුරු ව ම අසුභ දේ සුභ වශයෙනුත්, දුක් දේ සැප වශයෙනුත්, තමන්ගේ නොවන දේ තමන්ගේ වශයෙනුත්, අනිත්‍ය දේ නිත්‍ය වශයෙනුත් ගන්නා නිසා සංසාරය තුළ තව තව ත් සිර වේ. ඔහුට ඇත්ත ඇති සැටියෙන් එනම් යථාභූත ව දැකිය නො හැක.

● **“අයෝනිසෝමනසිකාරෝ පරිපූරෝ අසතා’සම්-පජ්ඤ්ඤං පරිපූරෙති”**

අයෝනිසෝමනසිකරය සහිත පුද්ගලයා සෑම මෙහොතක දී ම මීටායා දෘෂ්ටිකභාවය ත්, දුසිල්භාවයත් එකතු වී අසිහියෙන් හා අසම්පජ්ඤ්ඤයෙන් යුක්ත ව කටයුතු කරයි. **අසතිය** යනු හටගන්නා සියලු කායික, වාචික හා චෛතසික ක්‍රියා තුළ සිහිය පැවැත්වීමට නොහැකි වීම යි. **අසම්පජ්ඤ්ඤය** යනු හටගන්නා සියලු කායික වාචික හා චෛතසික ක්‍රියා, හවයට යන බව නො දැනීම යි.

● **“අසතා’සම්පජ්ඤ්ඤං පරිපූරං ඉන්ද්‍රියා’සංවරං පරිපූරෙති”**

මෙම අසති අසම්පජ්ඤ්ඤය නිසා ඇස, කණ, නාසය, දිව, කය, මන යනාදී ඉන්ද්‍රියයන් සංවර කර ගැනීමට නො හැකි වේ. සෑම අරමුණක් සමඟ ම ඇලීම ගැටීම හෙවත් තෘෂ්ණාව ඇති කර ගනී.

● **“ඉන්ද්‍රියා’සංවරෝ පරිපූරෝ තීණි දුච්චරිතානි පරිපූරෙති”**

ඉන්ද්‍රිය අසංවරය නිසා ඇස යනාදී ආයතන වලින් අරමුණු නිමිති වශයෙන් ගෙන ත්‍රිවිධ දුශ්චරිතයේ යෙදේ. කාය දුශ්චරිත හෙවත් ප්‍රාණඝාතය, අදත්තාදානය, කාමමිත්‍යාවාරය සිදු කරයි. එ මෙන් ම වචී දුශ්චරිතය

හෙවත් මුසාවාද, පරුෂාවාවා, පිසුණාවාවා සහ සම්ප්ප්‍රලාප සිදු කරයි. එ මෙන් ම මනෝ දුශ්චරිතය හෙවත් අභිඡ්ඤා, ව්‍යාපාද, මිථ්‍යා දෘෂ්ටිය ද ඇති කරයි. මේ තුළින් පංච නිවරණ ඇති වේ.

● **“තිනි දුච්චරිතානි පරිපූරානි පඤ්චනිවරණෙ පරිපූරෙත්ති”**

නිවන ආවරණය කරන ධර්මතා (පංච නිවරණ) ඇති වූ අයෙකුට ඒවා පහ කරන තෙක් අවිද්‍යා අන්ධකාරයේ සිටීමට සිදු වේ. එනම් කාමච්ඡන්ද, ව්‍යාපාද, ඊනම්ද්ධ, උද්ධච්ච කුක්කුච්ච, විචිකිච්ඡා යන නිවරණ ධර්මයන් පහළ වූ සිතක යථාර්ථය දැකීමක් නොමැත. නිතර ම ඒවායෙන් සිත වසාගෙන සිටී. කාමච්ඡන්දය යනු පංචකාමයන්ට ඇති ඇලීම යි. ව්‍යාපාදය යනු අනුන් නැසීමට ඇති කැමැත්ත යි. එනම් ද්වේශ සහගත සිත යි. ඊනම්ද්ධ යනු චිත්ත සහ වෛතසිකයන්ගේ අකර්මණ්‍යතාවය යි. උද්ධච්ච යනු සිතේ විපූරුණ ස්වභාවය යි. කුක්කුච්චය යනු පසුතැවීම හෙවත් කණස්සලු වීම යි. විචිකිච්ඡාව යනු සැකය යි.

● **“පඤ්චනිවරණා පරිපූරා අවිඡ්ඡං පරිපූරෙත්ති”**

මෙම නිවරණ නිසා ම ඇත්ත දැකිය නොහැක. අවිද්‍යාව තුළ ම ජීවත්වීමට සිදු වේ. අවිද්‍යාව යනු චතුරාර්ය සත්‍යය අවබෝධ නො වීම යි. එනම් දුක්ඛය පිළිබඳ අනවබෝධය, දුක්ඛය ඇති වීමට හේතුව තණ්හාව

බව අනවබෝධය, තණ්හාව නැති කිරීමෙන් දුක්ඛය නැති වන බව අනවබෝධය සහ ඒ සඳහා භාවිතා කළ යුතු මාර්ගය ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය බව අනවබෝධය යි. මෙලෙස අවිද්‍යා අඳුරේ සිටින පුද්ගලයා කිසි ම දිනක නිවීමක් නො ලබන්නේ ය.

**සත්පුරුෂ සේවනයෙන් විද්‍යා විමුක්තිය ඇති වේ. එහි පියවර පහක පරිදි වේ.**

● **“සත්පුරිසසංසේවෝ පරිපුරෝ සද්ධම්ම සවනං පරිපුරෙති”**

සත්පුරුෂයා සේවනය කිරීමෙන් අසන්නට ලැබෙන්නේ සද්ධර්මය යි. ‘පණ්ඩිතානං ච සේවනා’ ලෙස මහා මංගල සූත්‍රයේ දී පෙන්වා දී ඇත්තේ සත්පුරුෂයන් ආශ්‍රය කරන ලෙස යි. සත්පුරුෂයා යනු සේවනය කිරීමෙන් යහපතක්, සැනසීමක් ඇති වන පුද්ගලයා යි. සත්පුරුෂයා කිසි විටෙකත් ලෝක ධර්මයන් වර්ණනා නො කරයි. ඔහු ලෝකෝත්තර නිර්වාණය සඳහා ම තමනුත් ගමන් කරමින් අන් අය ව ත් ඊට යොමු කරමින් කටයුතු කරයි. සම්මුතිය තුළ භාවිතා කරන හොඳ පුද්ගලයා ආර්ය මාර්ගයේ දී සත්පුරුෂයෙකු වශයෙන් නොසැලකේ. සත්පුරුෂයෝ අන් අයට සංසාරයෙන් එතෙර කිරීමට සද්ධර්මය දේශනා කරති. යම් ගිහි හෝ පැවිදි හෝ අයෙක් ආර්ය මාර්ගයේ ගමන් කරවන සද්ධර්මයට යොමු කරවනවා නම් හෙතෙම සත්පුරුෂයෙකි.

● **“සද්ධම්මසවනං පරිපූරං සද්ධං පරිපූරෙති”**

සත්පුරුෂයාගෙන් ලැබෙන සද්ධර්මය සේවනය කරන තැනැත්තාගේ සිතෙන් ක්‍රිවිධ රත්නය කෙරෙහි පැහැදීම ඇති වේ. එනම් බුදු පියාණන් වහන්සේ කවුද? උන්වහන්සේ දේශනා කළ ධර්මය කවරෙක්ද? එම ධර්මය අනුගමනය කරන සංඝයා කවුරුන්ද? යන්න පිළිබඳ ව අවල විශ්වාසයක් ඇති වී ආකාරවකී ශ්‍රද්ධාව ඇති වේ. මීට හේතුව වන්නේ සද්ධර්මය තුළින් බුදුන් දකින බැවිනි.

● **“සද්ධා පරිපූරා යෝනිසෝමනසිකාරං පරිපූරෙති”**

තෙරුවන් කෙරෙහි විශ්වාසය හෙවත් පැහැදීම ඇති වූ විට ඔහු කටයුතු කරන්නේ යෝනිසෝ මනසිකාරය ඇතිව යි. යෝනිසෝ මනසිකාරය සහිත පුද්ගලයා නිරතුරු ව ම අසුභ දේ අසුභ වශයෙනුත්, දුක් දේ දුක් වශයෙනුත්, තමන්ගේ නොවන දේ තමන්ගේ නො වන වශයෙනුත්, අනිත්‍ය දේ අනිත්‍ය වශයෙනුත් දක්නා නිසා සංසාරය තුළ තව තව ත් සිරවීමක් සිදු නොවේ. ඔහුට ඇත්ත ඇති සැටියෙන් එනම් යථාභූත ව දැකිය හැකිය.

● **“යෝනිසෝමනසිකාරෝ පරිපූරෝ සතිසම්පජ්-  
ඤ්ඤං පරිපූරෙති”**

යෝනිසෝමනසිකාරය සහිත පුද්ගලයා සෑම ක්‍රියාවක දී ම සම්මාදිට්ඨියත්, සිල්වත්භාවය ත් සහිත ව

සිහියෙන් හා සම්පජ්ඣායෙන් යුක්ත ව කටයුතු කරයි. **සතිය** යනු හට ගන්නා සෑම කායික, වාචික හා චේතසික ක්‍රියා තුළ සිහිය පැවැත්වීමට හැකි වීම යි. **සම්පජ්ඣාය** යනු හට ගන්නා සෑම කායික, වාචික හා චේතසික ක්‍රියා භවයට යා නොදී අතහැර දැමූ බවට වන දැනීම යි.

● **“සතිසම්පජ්ඣායං පරිපූරං ඉන්ද්‍රියසංවරං පරිපූරෙති”**

මෙම සති සම්පජ්ඣාය නිසා ඇස, කණ, නාසය, දිව, කය, මන යනාදී ඉන්ද්‍රියන් සංවර කර ගැනීමට හැකි වේ. සෑම අරමුණක් සමඟ ම ඇලීම ගැටීම හෙවත් තෘෂ්ණාව ඇති කර නො ගනී. එනම් සලායතන තණ්හාවෙන් තෙත් නො වේ.

● **“ඉන්ද්‍රියසංවරෝ පරිපූරෝ තීණි සුවරිතානි පරිපූරෙති”**

සිහියෙන් සිටින විට, ඉන්ද්‍රියන්ට එන අරමුණු නිමිති, අනුනිමිති වශයෙන් නො ගන්නා නිසා සිල්වත්භාවය වර්ධනය වේ. කාය සුවරිතය හෙවත් ප්‍රාණසාතයෙන් වෙන් වීම, අදත්තාදානයෙන් වෙන් වීම, කාමමිත්‍යාවාරයෙන් වෙන් වීම සිදු කරයි. එමෙන්ම වචි සුවරිතය හෙවත් මුසාවාදයෙන් වෙන් වීම, පරුෂාවාවයෙන් වෙන් වීම, පිසුණාවාවයෙන් වෙන් වීම සහ සම්ඵප්පුලාපයෙන් වෙන් වීම සිදු වේ. එමෙන්ම මනෝ

සුවර්තය හෙවත් අභිජ්ඣා නො වීම, ව්‍යාපාද නොවීම, මිථ්‍යා දෘෂ්ටික නොවීම සිදු වේ.

● **“කිණි සුවර්තානි පරිපූරානි චත්තාරෝ සතිපට්ඨානෙ පරිපූරෙත්ති”**

මෙලෙස දස ශීලය තුළ හික්මීම සතර සතිපට්ඨානානුප්‍රාප්තිය වැඩිමට හේතු වේ. සෑම කායික ක්‍රියාවක් ළඟදීමත්, වේදනාවක් ළඟදීමත්, සිතක් ළඟදීමත්, ධර්මයක් ළඟදීමත් සති සම්පජ්ඣායෙන් යුක්ත ව ඉන්ද්‍රිය සංවර කරගෙන හැසිරීම සතිපට්ඨානානුප්‍රාප්තිය වැඩිම යි. කායානුපස්සනා, වේදනානුපස්සනා, චිත්තානුපස්සනා සහ ධම්මානුපස්සනා යනු සතර **සිව්වන්** හෙවත් සතිපට්ඨානානුප්‍රාප්තිය යි.

● **“චත්තාරෝ සතිපට්ඨානා පරිපූරා සත්තබ්බොජ්ඣංගො පරිපූරෙත්ති”**

සතිපට්ඨානානුප්‍රාප්තිය යනු **සති සම්බොජ්ඣංගය** ම වේ. මනාව සතිය පිහිටන විට ස්වභාව ධර්මයේ ක්‍රියාකාරිත්වය පෙනෙන්නට පටන් ගනී. එය **ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣංගය** යි. මෙම ස්වභාව ධර්මයේ ක්‍රියාවලිය තුළ සතෙක් පුද්ගලයෙක් මමෙක් නැති බව අවබෝධ වෙද්දී තවදුරටත් සිහිය පැවැත්වීමට විරිය ඇති වේ. එය **විරිය සම්බොජ්ඣංගය** යි. මෙලෙස විරියෙන් සිහිය පවත්වන නිසා ලෝකයෙන් ගැලවීමෙන් ඇති වන නිරාමිස ප්‍රීතියක් දැනේ. එය **පීති සම්බොජ්ඣංගය** යි. මෙලෙස සිහියෙන්

ඉදිරියට යන විට පස්සද්ධි සම්බෝජ්ඣනාදිය යන නමින් සිතෙන් කයෙන් සැහැල්ලුභාවය ඇති වේ. හරියට අවිච්චි ගිය කෙනෙකුට ගස් සෙවණක් හමු වුවා සේ ය. දැන් ඒ තුළ ඒකාග්‍ර වේ. එය **සමාධි සම්බෝජ්ඣනාදිය** යි. අනතුරුව සියලු අරමුණු හමුවේ සිත උපේක්ෂක වේ. මෙය **උපෙක්ඛා සම්බෝජ්ඣනාදිය** යි.

● **“සත්තබෝජ්ඣනාදිය පරිපුරා විජ්ජාවිමුක්තිං පරිපුරෙන්නි”**

සත්ත බෝජ්ඣනාදියන් වැඩි යත් ම ඉතිරි බෝධිපාක්ෂික ධර්මයන් පරිපුරණ වී විදර්ශනා ඤාණ පහළ වී විද්‍යාවක් විමුක්තියක් ඇති වී මාර්ගඵල අවබෝධය ලැබේ.

එසේ නම් සත්පුරුෂයන්ම සේවනය කර, සද්ධර්මය අසා වහා ම නිර්වාණය සාක්ෂාත් කර ගැනීමට චීරයය වඩමු.



## ප්‍රාණසාතය සහ ආර්ය ජීවිතය

සත්වයෙකුට ජීවත් වෙන්නට ඇති ආයු කාලය ගත කරන්නට ඉඩ නො දී ඒ අතරතුර යම් උපක්‍රමයකින් මරණයට පත් කිරීම ප්‍රාණසාතය යි. ප්‍රාණසාතය සම්පූර්ණ වීමට අංග පහක් සම්පූර්ණ විය යුතුය.

**“පාණෝ භවේ පාණාසඤ්ඤී - වධකචිත්ත මුපක්කමෝ**

**තේන ජීවිතනාසෝ ච - අංගා පඤ්ච වධස්සිමේ ”**

1. පණ ඇති සතෙකු වීම
2. පණ ඇති සතෙකු බව දැනීම
3. මරණයට සිතක් ඇති වීම
4. මරන්නට උපක්‍රම යෙදීම
5. ඒ උපක්‍රමය නිසා මරණය සිදුවීම

සාමාන්‍ය ජීවිතයේ දී මදුරුවෙක්, කුඹියෙක් මැරුවත් ප්‍රාණසාතයක් සිදු වේ. නමුත් ඇසට නො පෙනෙන ප්‍රාණින් මරණයට පත්වීම තුළින් ප්‍රාණසාතය සිදු නො වේ. අප හුස්ම ගන්නා විට ද ක්ෂුද්‍ර ජීවින් මරණයට පත් වේ. එය ත් ප්‍රාණසාතය බව සලකන නිසංශ්ඨනාථපුත්තගේ දර්ශනයේ ඇත්තේ අන්තගාමී බවකි. ප්‍රඥාවන්ත ප්‍රායෝගික දහමක් සර්වඥයන් වහන්සේ ලොවට දේශනා කර ඇත. අනුරුද්ධ ස්වාමීන් වහන්සේ, පැන් රෙදි කඩකින් පෙරා ඒ දෙස දිබ්බවක්ඛු ඤාණයෙන් බැලූ විට ප්‍රාණින් සිටින බව දකින ලදී.

පසුව බුදු පියාණන් වහන්සේගෙන් “මෙම පැන් කෙසේ වළඳනාව ද” යන්න විමසූ විට, “පියව් ඇසින් බලා වළඳන ලෙස” උපදෙස් දුන් සේක. මේ අනුව ඇසට පෙනෙන මානයේ සිටින සත්වයන් මැරීම ප්‍රාණඝාතයට හසු වන බව පැහැදිලිය.

නමුත් උන්වහන්සේ සියලු ප්‍රාණීන්ට වන හානිය අවම කිරීම සඳහා හිඤ්ඤාත්ව විනය ශික්ෂා පද පනවා ඇත. පැන් වැළඳීමේ දී එය රෙදි කඩකින් පෙරා, පසුව එම රෙදිකඩ ගලා යන ජලයේ සෝදන ලෙස ත් (අද ගලා යන ජලය පානය නො කරන බැවින් මේ පිළිබඳ ප්‍රායෝගික ගැටලු හික්ෂුවට ඇත.) ජලය රත් නො කරන ලෙස ත්, සතුන් පෑගෙන බැවින් බිම බලාගෙන සතියෙන් ගමන් කරන ලෙස ත්, පෙළොව නො සාරන ලෙස ත් වශයෙන් විනය ශික්ෂා පද පනවා ඇත.

කෙසේ වෙතත් භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ප්‍රාණඝාතයෙන් වෙන් වන්නට කියා දේශනා කළේ හේතු කීපයක් නිසාය. එනම්

- “ සියලු සත්වයන්ට තම ජීවිතය නිදහසේ ගත කිරීමට ඇති අයිතිය වටහා දීම සඳහා,
- “ ප්‍රාණඝාතය නිසා සසරේ නොයෙකුත් දුක් විපාක ලැබෙන බව පෙන්වා දීම සඳහා,
- “ සත්වයන් සසර දුක්ඛයෙන් අතමිදේවා! යන මෙමනි කරුණා ගුණ ඇති කර ගෙන තම සිත කෙලෙස්වලින් පිරිසිදු කර ගැනීම සඳහා යන කරුණු පෙරදැරි කරගෙනය.

අපට අපගේ ජීවිත වටිනවා සේ ම අනෙකුත් සත්වයන් ට ද ඒ අයගේ ජීවිතය වටින්නේ ය. තමන් වැඩියෙන් ම ආදරය කරන්නේ තමන්ගේ ප්‍රාණය ට යි. සතර අපායේ ඉපදුණ සත්වයා පවා සිතනුයේ තමන්ගේ ජීවිතය ආරක්ෂා කර ගැනීම ට ය. ඔවුන්ට එම ආත්මයන් දුක්ඛ බව නො වැටහේ. හේතුව ඔවුන්ට සුගතිගාමී සත්ත්වයන්ට මෙන් ප්‍රඥාවන්ත ව සිතීමට නො හැකි නිසාවෙනි. තමන්ගේ ප්‍රාණය රැක ගැනීමට ඕනෑම දෙයක් කිරීම ට මිනිසුන් පෙළඹෙන්නේ ඒ තරම් ප්‍රාණය තමන්ට වටිනා නිසා ය. කුමක් කරන්නටත් ජීවත් ව සිටිය යුතුය. නිවසට සොරුන් පැමිණ මරණ තර්ජන කර දේපල වස්තුව ඉල්ලා සිටියහොත් එම වස්තුව ලබාදී ජීවිතය බේරා ගන්නේ ජීවිත ආදරය නිසා ය. එමෙන්ම විවිධ රෝගවලදී ශරීරයේ අංග පවා ඉවත් කරමින් පණ ගැට ගසා ගැනීමට උත්සාහ කරන්නේ ජීවිත ආසාව නිසාය. මෙවැනි කෙනෙකුට තවත් සතෙකුගේ ප්‍රාණය තොර කිරීමට පුළුවන්ද? යන්න ප්‍රශ්නයකි. තමන් වෙනුවෙන් තව සතෙක් ජීවිතය පූජා කළ යුතු යැයි නීතියක් නැත. එසේ සිතන්නේ තමන් පිළිබඳව පමණක් සිතන දෘෂ්ටියකිනි. බුදුපියාණන් වහන්සේ සියලු සත්වයන්ට තමන්ගේ කර්මය අනුව සාදා ගත් ජීවිතය නිදහසේ ගත කිරීමට අවස්ථාව ඇති බව ප්‍රාණසාතයෙන් වෙන් වීම ශික්ෂාපදය පැනවීම තුළින් මනා කොට පෙන්වා දී ඇත.

සත්වයන් ඉපදී ඉපදී මැරී මැරී යන සංසාර ගමනේ ප්‍රාණසාතය නිසා නොයෙකුත් දුර්විපාවකවලට පත්වන්නට සිදු වන බව ධර්මයේ සඳහන් වේ. උත්තර

ස්වාමීන් වහන්සේ නො කළ සොරකමකට වරදකරු වී උල තැබීමකට ලක්කරන ලදී. ඊට හේතුව වූයේ මැස්සෙකු කෝටුවකින් ඇණ මරා සතුටු වූ පෙර කර්මයකි. ජේතවනාරාමය අසල සිටි උගරන් මැරූ පුද්ගලයා අවසන් කාලයේ රෝගාතුර ව උගරෙකු මෙන් මරළතෝනි දී කෑ ගසා මිය යන බව සඳහන් වන්නේ දිට්ඨධම්මවේදනීය කර්ම විපාකයක් වශයෙනි. එ මෙන් ම ප්‍රාණඝාතය කරන කෙනා මරණින් මතු දුගතියේ උපදින බව ත්, පසුව මනුෂ්‍ය ලෝකයේ ඉපදුණහොත් ආයුෂ අඩු වන බව ත් **වූල කම්මවිභංග සූත්‍රයේ** සඳහන් වේ. එ මෙන් ම සත්වයන්ට හිංසා පීඩා කිරීම නිසා දුගතියේ ඉපදී පසුව මනුෂ්‍ය ලෝකයේ ඉපදුණ විට බොහෝ ආබාධ ඇති වන බව ත් එම සූත්‍රයේ සඳහන් වේ. යම් කිසි කෙනෙකු සතෙක් මරන විට එම සතාගේ ජීවත්වීමට ඇති ආයුෂය අඩු කරයි. එනම් එම පුද්ගලයාගේ කැමැත්ත ඇත්තේ ආයුෂ අඩු කිරීම ට යි. එබැවින් ඔහු නැවත ඉපදුණ විට තමන්ගේ කැමැත්ත අනුව ම කෙටි කලකින් මරණයට පත් වේ. හිංසා පීඩා කිරීම යනු සත්වයන් ව ආබාධවලට පත් කිරීම යි. මෙහි ප්‍රතිඵලය වන්නේ තමනුත් ලෙඩෙක් ලෙස ජීවත්වීම යි. කෙනෙක් අඩු වයසින් මැරුණ විට හෝ ලෙඩ වූ විට අපි 'අනේ පව්' කියා කිව්වත්, එය ඒ අයගේ ම කර්ම විපාකයකි. අප විපාකය පිළිනොගත්තත් කර්මය අනුව එම විපාකය ඔවුන් ට උරුමය. තිරිසන් සතුන් බොහෝ විට ප්‍රාණඝාතයෙන් යැපේ. බොහෝ කාලයක් ඔවුන්ට එම තිරිසන් ආත්මයෙන් මිඳෙන්ට නො හැකි වන්නේ එම කර්ම නිසා ය.

“මම”, “මගේ” යන වැරදි වටහා ගැනීම තුළින් ඇති වන සංසාර බන්ධනය නැති කර ගැනීම සඳහා සර්වඥයන් වහන්සේ ධර්මය දේශනා කළ සේක. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ, තමන්ගේ එකම දරුවාට මෙන් සෑම සත්වයෙකු ට ම මෙම ක්‍රියා දැක්විය යුතු බව **කරණිය මෙන්ත සුත්‍රයේ** දේශනා කොට ඇත්තේ **“මාතා යථා නියං පුත්තං ආයුසා ඒක පුත්ත මනුරක්ඛෙ එවම්පි සබ්බ භුතේසු මානසං භාවයේ අපරිමාණං”** ලෙස යි. තමන් ට මව නොවුණු, පියා නොවුණු, දරුවා නොවුණු, ස්වාමීපුරුෂයා නොවුණු, භාර්යාව නොවුණු, සහෝදර සහෝදරිය නොවුණු කෙනෙක් සත්වයන් තුළ නොමැති බව බුදු පියාණන් වහන්සේ දේශනා කර ඇත. එනම් සියලු ම සත්වයන් තමන්ගේ ඥාතීන් බවයි. මේ අනුව පොළොවේ සිටින පණුවා තමන්ගේ දරුවා නම්, මව නම්, එම පණුවා කෙසේ නම් මැරිය හැකිද? **පිප්ඵච්චි මානවක (පසුව මහා කාශ්‍යප මහරහතන් වහන්සේ)** ගොවිතැනේ දී සිදු වන සත්ව විනාශය පිළිබඳ කලකිරී ගිහිගෙයින් නික්ම පැවිදි විය. කෙනෙක් තමන්ගේ අය ගැන පමණක් සිතයි නම්, ඔහු කුලයක් අල්ලා ගත් තැනැත්තෙකි. ඔහුට සියලු සත්වයන්ට මෙම ක්‍රියා පැතිර විය නො හැක. සියලු සත්වයන් දරුවන් ලෙස සිතන විට කිසිදු දරුවෙකු මගේ කියා ගන්නේ නැත. මමත්වය බිඳීමට මෙම ක්‍රියා උපකාර වන්නේ ඒ ආකාරය ට යි. සත්වයන් සසර දුක්ඛයෙන් අතමිදේවා! යන මෙම ක්‍රියා කරුණා ගුණ ඇතිකර, තම සිත පිරිසිදු කර ගැනීම සඳහා බුදු පියාණන් වහන්සේ ප්‍රාණසාතයෙන් වෙන් වන ලෙස දේශනා කළේ මේ නිසාවෙනි.

සම්මුතිය තුළ පොළොව භාරා කරන කටයුතු වලින් ප්‍රාණඝාතය සිදු නොවන බව ප්‍රකාශ වේ. සාමාන්‍ය ගිහි ජීවිතයක් ගත කිරීමට ඒවා කිරීමට සිදු වේ. නමුත් ගැඹුරින් ආර්ය ජීවිතයක් හෙවත් නිවන පමණක් තෝරා ගත් ජීවිතයක සතෙක් මරන්නට තබා මැරීමට සිතක්වත් පහළ කළ නො හැක. සතෙක් මැරීමේ දී කර්ම පටයක් සෑදී එහි විපාක ඉදිරියේ දී ලැබෙන අතර, මැරීමට සිතීමේ දී එවැනි කර්ම පටයක් සකස් නොවුණත් ක්‍රෝධය, වෛරය යන සිතුවිලිවලින් සිත අපිරිසිදු වේ.

සාමාන්‍ය ගිහි ජීවිතය ගත කරන අයගේ මූලික අරමුණ වන්නේ නිර්වාණය නොවේ. ඒ අය අඹුදරුවන් පෝෂණය කරමින්, රැකිරක්ෂා කරමින්, සංසාර බන්ධනයන් තුළ ම රැඳෙමින්, විඳින දුක සැපක් ලෙස ගනිමින් සංසාරයේ ගමන් කරයි. නමුත් ඉන් ඉතා අතළොස්සක් පමණ ඉතා අසිරුවෙන් ලබා ගත් මනුෂ්‍ය ජීවිතයේ යථාර්ථය ඉස්මතු කර ගැනීමට චීරය කරයි. හික්ෂුව එවැනි අයෙකි. **“සබ්බ දුකඛ නිස්සරණ නිබ්බාණ සච්ඡිකරණත්ථාය”** ලෙස නිර්වාණය මූලික ඉලක්කය කර ගත් හික්ෂුවට පොළොව සැරීම වරදක් බව බුදු පියාණන් වහන්සේ දේශනා කර ඇත්තේ ප්‍රාණඝාතයේ ඒ ගැඹුරු අර්ථය වටහා දීමට ය. යම් අයෙකුගේ අරමුණ නිවන පමණක් නම් ඔහුට රැකියා අවශ්‍ය නැත, අඹුදරුවන් අවශ්‍ය නැත, මිල මුදල් අවශ්‍ය නැත. අවශ්‍ය වන්නේ සිව්පසය පමණි. එම සිව්පසය ලබාගෙන නිවන ලඟා කර ගත හැකි ය. අවබෝධ කළ හැකි ය.

බුදු පියාණන් වහන්සේ දේශනා කර ඇත්තේ හික්ෂුවට පිණ්ඩපාතයෙන් යැපී, පාංශුකුලික වීචරය දරාගෙන, ගසක් මුලක් සිට, රෝගී වූ විට තමන්ගේ ම මුත්‍රා බෙහෙත් වශයෙන් ගෙන, බවුන් වඩන ලෙස යි. එය හික්ෂුවකට ලැබෙන පහළ ම ජීවිතය යි. නමුත් ශ්‍රේෂ්ටතම ජීවිතය ද එය යි. එම පැවැත්ම, ජීවිතය අතහැර දමා ගත කරන්නකි. නමුත් තමන්ගේ කුසලය අනුව ඊට ඉහළ ප්‍රත්‍ය, අවශ්‍යතාව අනුව ලැබුණොත් ලබා ගන්නා ලෙස බුදුපියාණන් වහන්සේ අනුදැන වදාරා ඇත.

සංසාරය තුළ හිර වී ඇති අයට සිව්පසය මදි ය. ඔවුන් කිසිවක් අත නො හැර නිර්වාණය අවබෝධ කර ගැනීමට සිතයි. නමුත් එසේ කළ නො හැක. තමන් සංසාරයට බැඳී ඇති බැමි, බාධකයන් වශයෙන් බුද්ධිමත් ව අවබෝධ කර නො ගන්නා තාක් කල් ඒවායෙන් මිදිය නො හැක. මුලින් ම තමන්ගේ බන්ධනයන් අවබෝධ කර ගත යුතු වේ. සාමාන්‍ය ගිහි ජනතාව අවබෝධ කර ගත යුත්තේ තමන් සිටින ස්ථානය ත්, යා යුතු ස්ථානය ත් ය. සිටින ස්ථානයෙන් එනම් ලෝකයෙන් මිදිය යුතු බවට අවබෝධ කර ගත් පුද්ගලයාට පමණක් ඉදිරි ගමනක් ඇත. මෙම සත්‍යය තේරුම් ගන්නේ, සත්වයන් මහ පොළොවේ වැලි තරම් නම් ඉන් නිය පිටට ගන්නා තරම් වූ ප්‍රමාණයක් පමණකි.

ඔබ විසින් සත්‍යය තේරුම් ගත යුතුය. ආර්ය ජීවිතය ත්, ගිහි ජීවිතය ත් පටලවා නො ගන්න. ගිහි

ජීවිතය ගිහි ජීවිතය ලෙස ක්, ආර්ය ජීවිතය ආර්ය ජීවිතය ලෙස ක් වෙන් කර හඳුනා ගන්න. ගිහියෙක් ගිහි කටයුතු කරන අවස්ථාවේ දී ආර්ය ජීවිතයක් ගත නො කරයි. නමුත් ගිහි අයෙක් භාවනා කරමින් සතර සතිපට්ඨානය තුළ ජීවත් වන අවස්ථාවේ දී ඔහු ආර්ය ජීවිතයක් ගත කරයි. එහි දී ඔහු කෙසේවත් ප්‍රාණසාතය සිදු නො කරයි. එවිට ඔහුට මාර්ගඵල අවබෝධ කරගැනීමේ භාග්‍යය ඇත.

‘රහතන් වහන්සේ’ කියන උත්තම තැනට සිත පත් කර ගැනීමට තව කොතරම් නම් වැරදි හදාගෙන සිත පිරිසිදු කර ගතයුතුද? යන්න කල්පනා කළ යුතු කාලය එළඹ ඇත. බුදු පියාණන් වහන්සේ පෙන්වා දී වදාළ මාර්ගය ඉතා පැහැදිලි ය. එහි ගමන් කිරීම හෝ නො කිරීම ඔබ සතු ය.



## නුදුන් දේ ගැනීම

සම්මුති ජීවිතය තුළ අනුන්ට අයත් වස්තුවක්, අයිතිකරුට හොරෙන් හෝ ඔහු රැවටුමෙන් හෝ බිය ගැන්වීමෙන් හෝ බලහත්කාරයෙන් හෝ ගැනීම අදත්තාදානය ලෙස හැඳින්වේ. අදත්තාදානය හෙවත් සොරකම් කිරීම, කර්ම පඨයක් බවට පත් වීමට කාරණා පහක් සම්පූර්ණ විය යුතුය. එනම් අත්සතු වස්තුවක් වීම, අත්සතු බව දැනීම, පැහැර ගනු ලබන සිත, පැහැර ගැනීමට උපක්‍රම කිරීම සහ වස්තුව ගැනීම යන අංග පහයි.

අදත්තාදානය සිදු කරන ආකාර පොතපතේ පහත පරිදි දක්වා ඇතත්, මෙම ක්‍රමයන් පිළිබඳ ව ව්‍යතිරේඛයන් ද පවතී.

අනුන්ට අයිති වස්තුවක්/සත්වයෙක් නඩු කියා තමන් සතු කර ගැනීම, තමන් ගෙන යන අනුන්ගේ වස්තුවක්/සත්වයෙක් සොර සිතීන් ගැනීම, තමන් ළඟ පරිස්සමට තැබූ වස්තුවක්/සත්වයෙක් නොදී සිටීම, වෙනත් අයකු වෙත ගෙන යන වස්තුවක්/සත්වයෙක් එම ගෙන යන පුද්ගලයා ලවා ම සොර සිතීන් තමන්ට අවශ්‍ය තැනකට ගෙන්වා ගැනීම, යම් වස්තුවක් සොර සිතීන් තුබූ තැනින් එසවීම (සත්වයෙක් නම් සිටි තැනින් සොරකම් කිරීම), සියතීන් ම සොරකම් කිරීම, අනුන් ලවා සොරකම් කරවීම, ගෙන යන බඩු හෝ ගෙදරක බඩු සොර සිතීන් එළියට විසි කර පසුව අහුලා ගැනීම,

අනුන්ගේ වස්තුවක් සොරකම් කරවීමට නියම කිරීම, අන් සතු වස්තුවක හිමියාට ඇති ආශාව නැති කර රවටා තමා සතු කර ගැනීම, පූර්ව ප්‍රයෝගයෙන් හෝ ප්‍රයෝගය සමඟ ම සොරකම් කිරීම, කීප දෙනෙකු එකතු වී සොරකම් කිරීම, වෙලාව නියම කර සොරකම් කිරීම, සංඥා නියම කොට සොරකම් කිරීම, හොරට කිරුම් මිනුම්, අන් සතු වස්තුව හිමියාට නො පෙනෙන ලෙස ගැනීම, අනුන් තළා පෙළා බිය ගන්වා අන් සතු වස්තුව ඉල්ලා ගැනීම, භාණ්ඩය පිළිබඳ ව ද සහ ප්‍රදේශ පිළිබඳ ව ද නිශ්චයක් නැති ව අන් සතු වස්තුව සොරා ගැනීම, අන්සතු දේ වැලි ආදියෙන් වසා දමා පසුව ගැනීම, අන් සතු දේ තමා නමින් ලේබල් කර සොරා ගැනීම යනා දී ක්‍රම විධි අදත්තාදානය ට අයත් වේ.

මෙසේ සොරකම් කිරීම මොලොව දී ත් පල දෙයි. එසේ සොරකම් කිරීමෙන් රජයේ වධ බන්ධනවලට ලක් වීමට සිදු වේ. එ මෙන් ම සමාජයෙන් ගැරහුම් ලබයි. තව ද පහරකැම්වලට ලක් වී මරණයට පවා පත් විය හැකි ය. මරණයෙන් මතු නිරයේ ඉපිද බොහෝ කලක් දුක් විඳියි. ප්‍රේත ව ඉපිද සා පිපාසාදියෙන් පෙළේ. තිරිසන් ව ඉපිද වස්තු හිමියන්ට බර අදිමින් දුක් විඳී. සතර අපායෙන් මිදී මිනිසත් බව ලැබූ කල්හි දුගී ව උපදියි. බැල මෙහෙවරකම් කරයි. කෙසඟ සිරුර සහිතව, කුණු තවරාගෙන, උකුණන් පිරුණ හිස් ඇතිව මහා දුකක් විඳියි.

කෙසේ වෙතත් අදත්තාදානය ආර්ය ජීවිතය තුළ

විග්‍රහ කිරීම, නිර්වාණය කරා යන අයට මහත් උපකාරයක් වනු ඇත.

ආර්ය විනයේ අංගයක් ලෙස අදත්තදානයෙන් වෙන්වීම, **“දිත්තාදානං නිස්සාය අදිත්තාදානං පහාතබ්බා”** - දුන් දේ ගැනීම නිසා නොදුන් දේ ගැනීම හළ යුතුය ලෙස පෝතලිය සූත්‍රයේ සඳහන් වෙයි. ආර්ය ජීවිතය යනු නිවන පමණක් තෝරා ගත් ජීවිතය යි. භික්ෂුව යනු ආර්ය ජීවිතයක් ගත කිරීමට සිවුර දරා ගත් උත්තමයෙකි. ගිහි අයෙකු සෘජු ව ම නිවන අරමුණු නො කරන අතර, තමන්ගේ අවිද්‍යාව නිසා සංසාරය හොඳයි මැනවැයි කියා සිතන අයෙකි. නමුත් ගිහියෙකුට වුවත් ආර්ය ජීවිතයකට එක්තරා ප්‍රමාණයකට හෝ ඇතුළු විය හැකිය. (මෙය කියවන ඔබ මෙම කාරණය පටලවා නොගෙන අවබෝධ කර ගන්න.)

නිවනට කැමති පුද්ගලයාට ප්‍රධාන අවශ්‍යතා හතරකි. සිව්පසය ලෙස පෙන්වා දෙන්නේ මෙම අවශ්‍යතාවන් ය. මෙම සිව්පසය ලබා ගත යුත්තේ දුන් දෙයක් ලෙසිනි, නුදුන් දෙයක් ලෙස නොවේ. ඊට හේතුව වන්නේ තණ්හාව ඇති කර නො ගැනීම යි. භික්ෂුව පරිහරණය කරන වීචරය දුන් දෙයකි. එනම් පූජා කළ දෙයකි, කැමති ලෙස මිල දී ගත් දෙයක් නොවේ. එමෙන්ම එම වීචරය පරිහරණය කරන්නේ ආරක්ෂාවටත්, විළිවසා ගැනීමටත් කියන කාරණා සඳහා ය. මෙලෙස භික්ෂුවක්, පූජා කළ වීචරයක් ප්‍රත්‍යාවේක්ෂා කොට පරිහරණය කරන්නේ නම් ඒ තුළ තෘෂ්ණාවක් ඇති

නොවේ. නමුත් වීචරවලට කැදරකමින් පරිහරණය කරනවා නම් එහි දී තෘෂ්ණාව ඇති වේ. නමුත් සාමාන්‍ය ගිහි පුද්ගලයා ඇඳුම් කැමති ලෙස මිල දී ගෙන, “හොඳයි මැනවයි” කියා ඒවා පරිහරණය කරන බැවින් තෘෂ්ණාව එහි ඇත. භික්ෂුවට වීචරය දුන් දෙයකි. සාමාන්‍ය ගිහියාගේ ඇඳුම ගත් එකකි. එනම් පූජා නො කළ නොදුන් දෙයකි.

භික්ෂුවකට දානය දුන් දෙයකි. එනම් පූජා කළ දෙයකි. එම දානය වළඳනුයේ මදයට, ජවයට, අලංකාරයට හෝ රසවිඳීම පිණිස නො වන බවට ප්‍රත්‍යාවේක්ෂා කරයි. එහි දී ආහාරය නිසා තෘෂ්ණාවක් ඇති නොවේ. එසේ නොකරන්නේ නම් තෘෂ්ණාව ඇති වේ. නමුත් සාමාන්‍ය ගිහි අයෙක් කැමති දේ මිලදී ගෙන තමන් කැමති ලෙස ආහාර පිළියෙල කරගෙන, රස තෘෂ්ණාවෙන් අනුභව කරයි. එහිදී ඔහුට තෘෂ්ණාව ඇති වේ. මේ අනුව භික්ෂුවට දානය දුන් දෙයකි. මන්ද පූජා කළ දෙයක් වන බැවිනි. එ මෙන් ම කැමති ලෙස ආහාර මිල දී ගත්තා නම් එය ගත් දෙයකි. එනම් එය නො දුන් දෙයකි.

භික්ෂුව පරිහරණය කරන කුටිය, පන්සල, ආරාමය හෝ සේනාසනය පූජා කළ දෙයකි. එනම් එය දුන් දෙයකි. එය පරිහරණය කරන විට භික්ෂුව, ආරක්ෂාව සඳහා භාවිතා කරන බවට ප්‍රත්‍යාවේක්ෂා කර පරිහරණය කරන නිසා එහි තෘෂ්ණාවක් ඇති නොවේ. නමුත් සාමාන්‍ය ගිහි පුද්ගලයා තමන් කැමති ලෙස සැලසුම් කර නිවසක්

සාදාගෙන එහි ඇලී ගැලී වාසය කරයි. එහි තෘෂ්ණාව හට ගනී. හික්ෂුවට වාසස්ථානය දුන් දෙයකි. නමුත් ගිහි පුද්ගලයාට වාසස්ථානය, කැමති ලෙස සාදාගත් නො දුන් දෙයකි.

හික්ෂුවට බෙහෙත්හේත් පූජා කරයි. එයද දුන් දෙයකි. බෙහෙත් වළඳන විටත් ප්‍රත්‍යාවේක්ෂා කර වළඳන නිසා එහි තෘෂ්ණාවක් හට නො ගනී. නමුත් සාමාන්‍ය ගිහි පුද්ගලයා බෙහෙත් මිලදී ගන්නේ නම් එය නො දුන් දෙයකි.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ අත්‍යවශ්‍ය දේ ඉල්ලීම සඳහා යම් අවස්ථාවන්හි දී හික්ෂුවට අවසර ලබා දී ඇත. නමුත් බුදු පියාණන් වහන්සේ හික්ෂුවට අනුදැන වදාලේ පෙර කුසලය මත විවිධ ආකාරයෙන් දානය ලැබුණොත් වළඳන ලෙස ත්, එසේ නොමැති නම් පිණ්ඩපාතයෙන් යැපෙන ලෙසත් ය. එමෙන්ම තමාට ලැබුණ දානය ජීවිතයේ අවසන් ආහාරය ලෙස සලකා විදසුන් වැඩිය යුතු බවත් ය. තව ද පෙර කුසලය මත යම් සේනාසනයක් හික්ෂුවට ලැබුණේ නම් එහි නො ඇලී වාසය කරන ලෙස ත්, නැතිනම් ගසක් මුල වාසය කරන ලෙස ත් අනුදැන වදාරා ඇත. තව ද චීවරය පෙර කුසලය මත ලැබුණොත් එය නො ඇලී පරිහරණය කරන ලෙස ත් නැතිනම් මළමිනී ඔතා දමන ලද පාංශුකුල චීවරය පරිහරණය කරන ලෙසත් වදාරා ඇත. එ මෙන් ම බෙහෙත්හේත් පෙර කුසලය මත ලැබුණොත් නොඇලී වළඳන ලෙසත්, එසේ නොමැති නම් තමන්ගේ ම මුත්‍රා

බෙහෙත් වශයෙන් ගන්නා ලෙස ත් වදාරා ඇත. මේ අනුව නිවන අරමුණු කරන තැනැත්තා යනු ජීවිතයට ඇති ආශාව ද අතහැර දමමින්, මමත්වය අතහැර දමමින් කටයුතු කරන පුද්ගලයා යි. ඔහු ක්‍රමයෙන් නිවෙන කෙනෙකි. සිතේ කෙලෙස් ගති නැති වී අභ්‍යන්තරය පිරිසිදු කර ගන්නා කෙනෙකි. විවේකීව සතුටින් සැහැල්ලුවෙන් තමන්ගේ ජීවිතය ගත කරන කෙනෙකි. සියලු පව් අතහරින කෙනෙකි. සසර බැඳීමිවලින් නිදහස් වන කෙනෙකි. ප්‍රශ්න සියල්ලෙන් නිදහස් වන කෙනෙකි.

මගේ කියා ගත නො හැකි දේවල් මගේ කියා සිතෙන් අත්පත් කර ගැනීම ත්, ගැඹුරින් සලකා බැලූවිට නො දුන් දෙයක් අත්පත් කර ගැනීමකි. පාරේ යන විට යම් අයෙක්, වාහනයක්, මල් ගසක් හෝ වෙන යම් රූපයක් ලස්සනයි, හොඳයි, මැනවයි, අත්පත් කරගන්නට ඇත්නම් හොඳයි කියා සිතයි නම්, එය තමන්ට නො දුන් දෙයක් මගේ කරගැනීමකි. මෙසේ රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ස්පර්ශ යන පංචකාමයන් ‘මගේ’ කියා ගැනීම, නො දුන් දෙයක් මගේ කර ගැනීමකි. මේ තුළින් රජයේ බන්ධනාගාරවලට යාමක් සිදු නො වන නමුත්, සංසාර හිරකුඩුවේ සිර වී අප්‍රමාණ දුකක් විඳින්නට සිදු වේ. ස්වභාව ධර්මයේ ධාතු හතරකින් හැඳුණු මව පියා නිසා බිහිවන ආහාරය නැමති සතර මහ ධාතූන්ගෙන් පෝෂණය වන රූපය හෙවත් තමන්ගේ කය; සෑම මොහොතක ම වෙනස් වෙමින් ජරාවට ත්, මරණයට ත් පත් වේ. මෙම රූපය ද තමන්ට නො දුන් දෙයකි. තමන්ගේ අවිද්‍යාව සහ තෘෂ්ණාව නිසා නිත්‍යයි, සුඛයි,

ආත්මයි කියා ස්වභාව ධර්මයට අයිති රූපය සහ රූපය හා බැඳුණු සියල්ල මගේ කරගෙන අප්‍රමාණ දුකක් විඳී. තමන්ට අයිති නැති, තමන්ගේ වසඟයේ පවත්වාගෙන යා නො හැකි, රූප නිසා හටගන්නා සියලු දේ ද අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම ක්‍රියාවලියකි. මෙම සිත සහ කය මගේ කර ගැනීම නිසා බොහෝ සේ දුකට පත්වේ. මෙය නො දුන් දේ ගැනීමේ ආදීනවය යි.

පටවි, අපෝ, තේජෝ, වායෝ, ආකාස සහ විඤ්ඤාණ යන ධාතු ස්වභාව ධර්මයේ ශක්තීන් සමූහයකි. මෙම කිසිදු ශක්තියක් මගේ නොවේ. මට අයිති නැති, මට පාලනය කළ නො හැකි, මෙම ස්වභාව ධර්මයේ ශක්තීන් මගේ කියා ගැනීම ම නුදුන් දේ ගැනීමකි. එ බැවින් බුදු පියාණන් වහන්සේ මේවා මගේ කියා ගත් යමෙක් වේ ද ඔහු දුක් විඳින බව පෙන්වා දී ඇත.

තමන්ගේ ජීවිතය දිනා බලන්න, තමන් කොතරම් තමන්ට අයිති නැති දේ මගේ කරගෙන දුක් විඳිනවාද කියලා. අම්මා තාත්තා හදපු කළලය මගේ කර ගත්තා. ඊට පස්සේ සෙල්ලම් බඩු මගේ කරගත්තා. පොත්පත් ඇඳුම් පැළඳුම් මගේ කර ගත්තා, ස්වාමියා, භාර්යාව, දරුමුණුපුරන්, ඤාතීන් මගේ කර ගත්තා. දේපල ඉඩකඩම් මගේ කරගත්තා. යානවාහන මගේ කර ගත්තා. හිතවතුන්, අසල්වාසීන් මගේ කරගත්තා. බලන්න තමන්ට අයිති නැති නොදුන්දේ මගේ කර ගැනීම නිසා දුක එන්න එන්න ම වැඩිවුනාද? අඩුවුනාද? කියලා. කවුරුත් බල කළේ නෑ. ඒවා තමන්ගේ කරගෙන දුක් විඳින්න කියලා.

තමන්මයි එම දුක හදාගත්තේ, එහෙනම් තමන්මයි මේ අවුල ලිහාගත යුත්තේත්. ඒ නිසයි බුදු පියාණන් වහන්සේ දේශනා කරන්නේ නිවන උදෙසා අවශ්‍ය ම ස්වභාව ධර්මයේ දේවල් ටිකක් පමණක්, මගේ කරගන්නේ නැති ව පාවිච්චි කරලා සංසාරයෙන් එතෙරවෙන්න කියලා.

**“වස්තු දාහකි දුක් දාහකි, වස්තු නැත්තාට දුකක් නැත”** ලෙස ප්‍රකාශ කරනුයේ මෙම ගැඹුරු ධර්මය නිසා ය. අපිත් වහාම නො දුන් දේ අතහැර සංසාර දුකින් අත්මිදෙමු.



## කාමයෝ බොහෝ දුක් පීඩා ඇත්තාහ.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ පංච කාමයෝ බොහෝ දුක් පීඩා ඇති බවත්, බොහෝ ආදීනව ඇති බවත්, අල්ප ආශ්වාදයක් ඇති බවත් දේශනා කළ සේක. ඇසට ගෝචර වන වර්ණ රූප, කණට ගෝචර වන ශබ්ද රූප, නාසයට ගෝචර වන ගන්ධ රූප, දිවට ගෝචර වන රස රූප, කයට ගෝචර වන ස්පර්ශයන්, ඉෂ්ටයි කාන්තයි මනාපයි යනාදී සිතුවිලි පහල කිරීම තුළින් කාමයන් ඇතිවෙයි. කිසිදු බාහිර රූපයක කාමයන් නොමැත. කාමයන් ඇත්තේ සිතේය. බාහිර වස්තූන් වල කාමය ඇත්නම් එම දේවල් කෙරෙහි සෑම දෙනාටම රාගයක් ඇතිවිය යුතුය. නමුත් එසේ වන්නේ නැත. එක් අයෙකුට රාගයක් ඇතිවන දේකට තවත් අයෙක් අකමැති විය හැකිය. කෑම මේසයක එක එක කෑම වර්ග බොහොමයක් තිබුණ ද එක් එක් අය කෑමැත්තෙන් ඇලෙන්නේ වෙනත් වෙනත් කෑම ජාති වලටය.

එනම් පුද්ගලයාගේ කාමයන් වන්නේ සිතේ පවතින සංකල්පයට ඇති රාගයයි. බුදුපියාණන් වහන්සේ **“සංකප්ප රාගෝ පුරිසස් කාමෝ - පුද්ගලයාගේ කාමය වන්නේ සංකප්ප රාගයයි”** ලෙස අඛගුත්තර නිකායේ **නිබ්බේධික සූත්‍රයේ** දේශනා කර ඇත. යම් රූපයක් ස්පර්ශ වූ විට තමන්ගේ ඇතුළත ඇති දෙයක් රාගය ලෙස ඇවිස්සිලා මතු වේ. හරියට අළු දූවිලි සහිත පිලිස්සුන ගිනි ගොඩකට ගල් කැටයකින් ගැසුවොත් එම අළු දූවිලි ඇවිස්සෙන්නාක් මෙනි. ස්පර්ශ වන විට

එය “මාගේ වේවා!” යැයි පතන අභිජ්ඣාව නිසා එම කාමයට කැමැත්ත ඇති වී කාමච්ඡන්දය ඇති වේ.

“අනිච්චා භික්ඛවෙ කාමා තුව්ඡා මෝස ධම්මා. මායාකතමේතං භික්ඛවේ, බාලලාපනං. යේ ච දිට්ඨධම්මිකා කාමා, යේ ච සම්පරායිකා කාමා, යා ච දිට්ඨධම්මිකා කාමසඤ්ඤා, යාව සම්පරායිකා කාම සඤ්ඤා උභයමේතං මාරධොං, මාරස්සේසච්චියෝ, මාරස්සේසනිවාපෝ, මාරස්සේසගෝවරෝ, එත්ථේතෙ පාපකා අකුසලා මානසා අභිජ්ඣාපි බ්‍යාපාදාපි සාරම්භාපි සංවත්තන්ති”.

මහණෙනි, කාමයෝ අනිත්‍යයි (ඇතිවෙලා නැතිවෙලා යන්නකි) තුව්ඡා (හිස් දෙයකි) මෝස ධම්මා (නිර්වාණය හැර අන් සියල්ල මුසාවන්ය) මායාකතමේතං (මායාවකින් කරවන ලද්දකි) බාලලාපනං (බාලයාගේ වචනය නිසා ඇතිවන්නකි). දැන් සහ පසුව ඇතිවන කාමයන් සහ කාම සංඥා මාරයාගේ දෙයකි, මාරයාගේ විෂයයි, මාරයාගේ කොටුවයි, මාරයාට ගෝවර වේ. මේ කාමයන් නිසා “මාගේ වේවා” යි කියන අභිධ්‍යාව ද ‘අනුන් නැසේවා’ යි කියන ව්‍යාපාදය ද ‘එකට එක කිරීම’ යි කියන සාරම්භය නැමති කෙලේසයන් ඇති වේ.

කාමයන් ඇති වන්නේ යම් රූපයක් ස්පර්ශ වූ විට එය සුභ වශයෙන් ගෙන, ඊට නිත්‍ය බවක් ඇති කර සුඛ වශයෙන් මගේ කියා ගැනීමෙනි. ඇත්තෙන්ම එහි

ඇත්තේ අසුභ, අනිත්‍ය, දුක්ඛ, මගේ නොවන ස්වභාවයකි. නිර්වාණය හැර අන් සියල්ලම නැසෙන හෙයින් මෝස ධර්මයන් වේ. යම් සත්‍යයක් ඇත්නම් එය නිවන පමණි. කාමයන් මායාවකි. මායාවකින් සිදුවන්නේ නැති දෙයක් ඇති බවට පෙන්වමින් මූලා කිරීමයි. මැජ්ක් පෙන්වන අය කරන ඇස් බැන්දුම් වැනිය. සාමාන්‍ය අයෙක් යම් කඩදාසියක ජනප්‍රිය නිලියකගේ පිංතූරයක් දුටුවිට මේ අසවලා, ලස්සනයි යනාදී වශයෙන් රාගා දී කෙලෙස් ඇති කර ගනී. නමුත් එතන එවැනි කෙනෙක් නැත. එය මායාවකි. නිකන්ම කඩදාසියක් සහ තීන්ත ගොඩකි. කඩදාසියකට සහ තීන්ත වලට එතනදී කාමය ඇතිවූයේ නැත. කාමය ආවේ තමන් ඇතුලෙන් මතු වූ නිලිය නැමැති කාම සංඥා වලටය. එමෙන්ම බාලයාගේ වචන නිසා කාමයන් ඇති වේ. මෙම ආත්මේ දී කාමයන් පිළිබඳ නොදන්නා කුඩා දරුවෙකුට වැඩිහිටියෙකු යම් කාමයක් ගැන ප්‍රකාශ කලවිට, ඊට පසු එම දරුවා ඒවා පිළිබඳ අවධානය යොමු කරන්නේ මේ නිසාය.

යම් අයෙක් කාමයන් ඇතිකර දියුණුබවට පත්කර ගනීද ඔහුට සංසාරයෙන් අතමිදිය නොහැක. ඊට හේතු වන්නේ කාමය යනු මාරයාගේ දෙයකි. මාරයාගේ විෂයයි. වැද්දෙකු විසින් දඩයම් සඳහා සිටුවන ලද තණකොළ පිට්ටනියක තණ කෑමට යන මුවන් උගුල් ගසා අල්ලා ගන්නාක් මෙන් කාමයට නැමුණු සිත මාරයාට අසුවේ. යම් අයෙකුට සද්ධර්මය අසා නිවන් දකින්න අවශ්‍යතාව ඇති වූනත් තමන්ගේ අභ්‍යන්තර කාමයන් ප්‍රභල වී ඊට ඉඩ නොලැබේ.

කාමයන් හරියට **මස් කට්ටක්** වැනිය. මස් කඩයක් ලඟට යන කුසගින්නේ ඉන්න සුනඛයෙකුට සම්පූර්ණයෙන් ම මස් ඉවත් කරන ලද මස් කට්ටක් දුන්නොත් උග්‍ර රසවත් ආහාරයක් ලැබුණා සේ සලකා එම මස් කට්ට කයි. එවිට උග්‍ර රස ලෙස එන්නේ උගේම කට තුවාල වී පිටවුන ලේ රසය. තමන්ගේම ලේ රසය කොතරම් කැවුනත් කුස නොපිරේ. එම සුනඛයා මස් කට්ට සැපීමෙන් මහත් වෙහෙසකටත් පීඩාවකටත් පත්වේ. මිනිසුන්ද කාමයක් පරිහරණය කරනුයේ එම සුනඛයා මස් කට්ට කන ආකාරයෙනි. එසේ කිරීමෙන් මහත් දුකකට පත් වන්නේය. රසයි රසයි කියා කන්නේ දුකක් මය.

එමෙන්ම කාමයන් **මස් වැදෑල්ලක්** වැනිය. ගිජුළිහිණියෙකු තමන්ගේ පාදවල ඇති නියපොතු වලින් දැඩිව ග්‍රහණය කරගෙන මස් කුට්ටියක් රැගෙන යන්නේ නම් උකුස්සන්, කපුටන් වැනි සතුන් එම සතා වටකරගෙන කොටයි. එම මස් වැදෑල්ල අත නොහැරියොත් ගිජුළිහිණියා මහත් දුකකට පත්වේ. සාමාන්‍ය මිනිසුන් ද කාමයන් ගිජුළිහිණියෙකු මෙන් අල්ලාගෙන සිටී. ගේ දොර ඉඩකඩම්, යාන වාහන, අඹු දරුවන් ආදිය ඇලීමෙන් අල්ලාගෙන සිටින නිසා, මහත් දුකකට පත්වේ. මේවා තමන්ගේ නොවන බව අවබෝධ කරගෙන සිතින් අතහැරියහොත් දුකින් අතමිදිය හැකිය. හරියට ගිජුළිහිණියා මස් වැදෑල්ල අතහරිනවාක් වැනිය. එවිට තමන්ට කොටන්න උකුස්සන් කපුටන් නොමැත.

තවද කාමයන් සුලඟ එන දිශාවට රැගෙන යන **පන්දමක්** වැනිය. පත්තුකරගත් හුලුඅත්තක් හෝ පන්දමක් ඉදිරියෙන් අල්ලාගෙන සුලඟ එන දිශාවට ගියොත්, ගින්නදර තමන් දෙසට ඇවිත් තමන්ව පිළිස්සෙයි. එසේ හෙයින් මහත් දුකකට පත්වේ. මිනිසුන් වතුරාර්යය සත්‍යයට පිටුපාමින්, මුසාව තුළ ගමන්කරන නිසා සෑම විටම සත්‍යය මතුවී පිළිස්සෙයි. මිනිසුන් බොරු කියමින් සසරේ ගමන් කරයි. අසුභ දේ සුභ ලෙසත්, දුක් දේ සැප ලෙසත්, තමන්ගේ නොවන දේ තමන්ගේ ලෙසත්, අනිත්‍ය දේ නිත්‍ය ලෙසත්, බොරු කියමින් ජීවන පැවැත්ම ගතකරන විට, සෑමවිට ම සත්‍යට මුණ දීමට සිදුවේ. බොරුව ම සත්‍ය කරගත් නිසා මහත් දුකට පත්වේ. සත්‍ය සත්‍ය ලෙසත්, මුසාව මුසාව ලෙසත් පිළිගෙන කටයුතු කළොත් දුකින් අතමිදිය හැකිය.

එමෙන්ම කාමයන් **ගිනි අඟුරු වළක්** වැනිය. මැරෙන්න අකමැති අයෙක් වෙනත් ශක්තිමත් පුරුෂයින් දෙදෙනෙක් ගිනි අඟුරු වලකට ඇදගෙන ගොස් දමන්නේ නම් එම පුද්ගලයා පිවිසී මහත් දුකට පත්වේ. තමන්ගේ කාමයන් පිළිබඳ ඇතිවන චේතනාවන්ට තණ්හා කිරීමෙන් තමන් ගිනි අඟුරු වලට වැටී දුකට පත්වන්නාක් මෙන් මහත් දුකකට පත්වේ. තමන්ද ගිනි අඟුරු වළට රැගෙන යන ශක්තිමත් පුරුෂයන් දෙදෙනා වනුයේ තමන්ගේ චේතනාව සහ තණ්හාවයි.

තවද කාමයන් **සිහිනයන්** වැනිය. කෙනෙක් රමණීය වූ මනස්කාන්ත වූ පරිසරයක ඇති පුද්ගලයන්

සහිත නගරයක් රාත්‍රී නින්දේ දී දකී. නමුත් ඔහු අවදි වූ විට දෑකපු කිසිවක් නොමැත. කාමලෝකය පතාගෙන ඉපදෙන මිනිසුන්ට වයසට යාම, ලෙඩවීම, සෝක, පරිදේව යනාදී දුක් සියල්ලට මුණ දීමට සිදුවේ. පෙර හවයේ කාම ලෝකය ඉතා හොඳයි මැනවයි, කියා සිතා මේ හවයේ ඉපදුනත්, උරුමවූයේ දුකමය. සිතු කිසිවක් එතන නැත. සිහිනයක් පමණි. වර්තමානයේ හොඳයි මැනවයි කියා අත්පත් කරගත් ඉඩකඩම්, යානවාහන, අඹුදරුවන් අත්පත් වූ දා පටන් ඇත්තේ දුකකි. මෙය ඉතා සුක්ෂමව සිතා බැලිය යුතු කරුණකි.

එමෙන්ම කාමයන් **ඉල්ලාගත් වස්තුවක්** වැනිය. යම් අයෙක් අනුන්ගෙන් ඉල්ලාගත් වාහනයකින්, අනුන්ගේ ආහරණ ඇඳුම් ආදිය ඇඳ පැළඳගෙන සාදයකට යන්නේ නම්, අන් අය ඔහු හෝ ඇය දෙස බලනුයේ මහත් වස්තු සම්භාරයක් ඇති අය ලෙසයි. නමුත් සැබෑ අයිතිකරු ඇවිත් ඒ සියල්ල තමන්ගේ කියා ප්‍රකාශ කර නැවත ගතහොත් ඔහු හෝ ඇය මහත් දුකකට පත් වේ. අප සෑම දෙනෙක්ම පරිහරණය කරනුයේ අනුන්ගෙන් ඉල්ලාගත් දේවල්ය. තමන්ගේ කය පවා ස්වභාව ධර්මයේ දෙයකි. ස්වභාව ධර්මයට අවශ්‍ය වූ වෙලාවට ඒවා ආපසු ගනී. ඉල්ලාගත් බව අමතක වී තමන්ගේ කරගත් නිසා තමන්ට මහත් දුකකට පත්වන්නට සිදුවේ. කෙනෙක් මහ පොළවෙන් කොටසක් වැටක් ගසාගෙන මගේ කියා අත්පත් කරගෙන සිටී. නාය යාමකින්, ගංවතුරකින්, ගිලා බැසීමකින් එම පොළවට හානි වුවහොත්, මගේ කියාගත්ත කෙනාට මහත් දුකකට

පත්වන්නට සිදුවනවා නොඅනුමානය. කොයි මොහොතේ හෝ අයිතිකරු ඉල්ලන බැවින් එම වස්තූන් නිවන සඳහා නොඇලි පරිහරණය කිරීමෙන් දුක නිවාගත හැකිය.

තවද කාමයන් **එල පිරුණු පළතුරු ගසක්** වැනිය. එහි ගෙඩි බිමට වැටී නොමැති නම්, ගසට නැග පළතුරු කැමට සිදුවේ. යම් පුරුෂයෙක් ගසට නැග පළතුරු කන විට, ගසට නගින්න බැරි අයෙක් පළතුරු කෑම සඳහා එම ගස කපන්නේ නම්, ගසේ සිටින පුද්ගලයා බැස නොගියහොත්, ඔහු වැටී, අතපය කැඩී මහත් දුකකට පීඩාවකට පත් වේ. අප ද ජාතිය නැමැති ගෙය (පළතුරු ගස) හදාගෙන රිසි සේ පළතුරු කමින් ජීවත් වන්නට යනවිට, වයසට යාම, ලෙඩවීම නැමති සතුරන් ඇවිත් පහර දී ගස බිම හෙළයි. එබැවින් ඉක්මනින්ම ගසෙන් බැසගැනීම වඩා ප්‍රඥාගෝචර වේ.

මේ අනුව කාමයන්ගෙන් ඉවත් වී, ප්‍රඥාව දියුණුකරගෙන ලෝකෝත්තර නිවනින් සැනසීමට අධීෂ්ඨාන කරමු.

## සම්මුති මුසාව සහ ආර්ය මුසාව

සාමාන්‍ය ජීවිතයේ දී මුසාවාදය ලෙස සලකනුයේ, තමන්ට යම් දෙයක් හෝ කෙනෙක් අත්පත් කර ගැනීමට, තමන්ගේ සහ තමන්ගේ කුලයේ ගෞරවය ආරක්ෂා කර ගැනීමට, තව කෙනෙකුට නින්දා අපහාස කිරීමට, තව අයෙකුගෙන් පලිගැනීමට, තමන් රැස්කරගත් හෝ ගොඩ නගා ගත් දේ ආරක්ෂා කිරීමට, තව අයෙකු රැවටීමට, තව අයෙකුට සමච්චල් කිරීමට, උසුළු විසුළු කරමින් සිනහා ගැන්වීම ආදිය සඳහා සිදු කරන්නා වූ අසත්‍ය ප්‍රකාශයන් ය.

සමහරෙක් තමන්ට නැති සම්පත්, දේපල ආදිය ඇතැයි කියා බොරු කියති. තවකෙක් තමන්ට ඇති සම්පත් නැතැයි කියා බොරු කියති. ඇතමෙක් සමන් නොවූ විභාග සමත් වූවා යැයි බොරු කියති. අයෙක් හොරකම් වංචා ආදී වැරදි වැඩ කර ඒවා නොකළ බවට බොරු කියති. තවත් සමහරෙක් තමන්ගේ කුලය, බලය, වයස යනාදී දේ ගැන බොරු කියති. මේවා සම්මුතිය තුළ සිදු කරන මුසාවන් ය. බුදු පියාණන් වහන්සේ විහිළුවකටවත් බොරුවක් නොකියන ලෙස දේශනා කර ඇත.

අප මහ බෝසතාණන් වහන්සේ නියත විචරණ ලැබීමෙන් පසු කිසි විටෙක බොරුවක් කියා නැත. එක් භවයක බෝධි සත්වයන් වහන්සේ පංච අභිඥා සහ අෂ්ට සමාපත්ති සහිත ව හරිත්තව නම් තාපසයෙක් වශයෙන්



සිටි අවස්ථාවේ බරණැස් රජුගේ ආරාධනයෙන් රාජ උයනේ වස් වසන ලදී. දිනක් අහසින් රාජ මාලිගයට පිණිඳපාතය සඳහා වඩින තාපසයාට වස්තු ඉවත් වූ රාජ දේවිය දැක යටපත් වූ කාමරාගය ඉස්මතු වී දේවිය සමග කාමයේ හැසිරෙන ලදී. එතැන් පටන් දිගට ම මෙම ක්‍රියාවලිය සිදු විය. සටනක නිරත වන රජතුමාට මේ බව සැලවිය. නමුත් විශ්වාස නො කළේය. නැවත රාජධානියට පැමිණ දේවියගෙන් සහ හරිත්තව තාපසයාගෙන් මේ බව විමසන විට ලැබුණේ එකම පිළිතුරකි, එනම් “එසේ සිදු විය” යන සත්‍යය යි. නුවණැති රජතුමා සත්‍ය දැනගත් බැවින් හරිත්තව තාපසයා කෙරෙහි නො කිපිණ. පසුව නැවත ධ්‍යාන වඩා තාපසයා වනගත විය. එනම් ගෞතම බුදු පියාණන් වහන්සේ තමා බෝධි සත්වයන් වශයෙන් සිටිය දී පවා කොතරම් සත්‍යයට ගරු කර ඇත්දැ’යි යන්න මෙම කථා වස්තුවෙන් ප්‍රකට වේ.

යම් අයෙක් ලෝකයේ පවතින දේවල් “මගේ” කරගෙන උපාදානය කරගෙන ඇත්නම් ඔහුට හෝ ඇයට බොරු කීමට සිදු වේ. මන්ද ලෝකයේ පවතින දේවල් නිත්‍යයි, සුඛයි, ආත්මයි කියා ගත් නිසාවෙනි. නමුත් ලෝකයේ යථාර්ථය හෙවත් සත්‍යය අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම ලෙස ගත් කෙනාට ලෝකයේ රැස් කර ගැනීමට දෙයක් නොමැත. ඔහු හෝ ඇය කරනුයේ මගේ කර ගත් ලෝකය අනහරීම යි. යමක් “මගේ” කරගත් විට බොරු කීමට සිදු වෙයි. නමුත් ලෝකයේ කිසිවක් තමන්ට අයිති නොවේ. ස්වභාව ධර්මයේ ක්‍රියාවලියක් කිසිසේත්

ම තමාගේ කරගත නොහැක.

ලෝකය තුළ සැප සොයන පුද්ගලයා මුසාවන් හතරක් තුළ නිරත වෙමින් රැස්කිරීම සිදු කරයි. ඒවා ආර්ය මුසාවන් ය. මේවා සම්මුතිය තුළ මුසාවන් ලෙස නො ගනී. මෙම වැරදි වැටහීම් තුළින් මුසාවන් සිදු කරනුයේ විපරිත සිතකිනි. එබැවින් ඒවා විපල්ලාස ලෙස ද සැලකේ. මෙම විපරිත සිතින් කරන්නා වූ මුසාවන් තුළ සංඥාවක්, විත්තයක්, සහ දෘෂ්ටියක් පවතී. යම් කිසි අයෙකු රහත් වන තුරු ම මෙම මුසාවන් සිදු කරයි.

එනම් :-

- අසුභ දේ සුභයි කියන මුසාව - ‘අසුභ සුභන්ති විපල්ලාසෝ’

අප කන බොන ආහාරය ත්, එම ආහාරයෙන් සෑදුණු ශරීරය ත් කබලිංකාර ආහාරය ලෙස හඳුන්වයි. මන වඩනා රූපය ලෙස සලකන්නේ ද කබලිංකාර ආහාරය යි. පළමු මුසාව වන්නේ එම අසුච්චලින් පිරුණ කය ත්, කාලා අසුචි පිට කරන කන බොන ආහාරය ත්, හොඳයි, ලස්සනයි, මැනවැයි, අත්පත් කරගන්නට ඇත්නම් හොඳය, යනාදී වශයෙන් අසුභ දෙය සුභ වශයෙන් ප්‍රකාශ කිරීම යි.

මෙසේ අසුභ දේ සුභ වශයෙන් ගැනීමෙන් කාමයන් දැඩි ව අල්ලා ගැනීම හෙවත් කාම උපාදානය ඇති වේ. එම උපාදානය වූ කාමයන්හි යෙදීමෙන් සසර

ගැට ගැසීමක් හෙවත් **කාම යෝගය** ඇති වේ. එසේ ගැට ගැසුණ දේ එකතු වීම දැඩි ලෝභයේ ගැට ගැසීම සිදුවේ. එය **අභිජ්ඣාකායගන්ථො** ලෙස හැඳින්වේ. මෙසේ පොතක් මෙන් ගැට ගැසුණ කාමයන්ගේ පල් වීමක් හෙවත් **කාම ආශ්‍රවයන්** ඇති වී කාම සැඟවීමට හෙවත් **කාම ඕසයට** හසු වේ. ඒ තුළින් රාගය නැමති හුල හෙවත් **රාග සල්ලය** ක්‍රියාත්මක වී විඤ්ඤාණය රූපයේ බැස ගනී. (**“රූපපභං විඤ්ඤාණං තිට්ඨති”**) එම හේතුවෙන් අසුවි ගොඩක් අත්පත් කර ගැනීමේ කැමැත්තෙන් අගති ගමනක් හෙවත් **ඡන්දයෙන් අගති ගමනක්** ගොස් නැවතත් දුක හදාගෙන ගමන් කරයි.

- **දුක් දේ සැපයි කියන මුසාව - “දුක්බෙ සුබන්ති විපල්ලාසො”**

ජීවිත පැවැත්මේ ඇත්තේ දුක් ගොඩකි. ජාති, ජරා, ව්‍යාධි, මරණ සියල්ල දුකකි. ගෙදරදොර වැඩකටයුතු, රාජකාරි වැඩකටයුතු, අධ්‍යාපන කටයුතු, ගොවිතැන් කටයුතු, යුතුකම් වගකීම් මේ සියල්ල මහා දුකකි. අනෙකා අභිබවා මෙම දුක, සැප යැයි සලකා උදේ සිට රැ වෙනතුරු රාත්‍රියේ සිට එළිවෙන තුරු දැඩි උපායාසයක යෙදෙයි. නමුත් මේ සියල්ල සැපයි කියා ගනියි. එනම් දුක් දේ සැපයි කියා ගැනීම දෙවන බොරුව යි.

තමන්ගේ ජීවන පැවැත්මේ නිතර ම ස්පර්ශ වන දුක, සැපක් ලෙස ගැනීම සඳහා විවිධ සීලව්‍ය ආදියෙහි ඇලී සිටියි. මෙහි දී අනාගත භවය දැඩි ව ගැනීම තුළින්

**සීලබ්බත උපාදානය** ඇතිවේ. අනාගතයේ වෛද්‍යවරයෙකු වීම සඳහා පාඩම් කරන්නේ ද මෙම උපාදානය හේතුවෙනි. මෙසේ හවය පැවැත්විය හැකි යැයි කල්පනා කිරීම **හව යෝගය** යි. මෙහි දී අපේක්ෂා කරන සෑපය නොව සත්‍ය වශයෙන් ම ස්පර්ශ වන්නේ දුක බව දැනෙනවාක් සමග ම ව්‍යාපාදයෙහි ගැටගැසේ. මෙය **බ්‍යාපාදකායගන්ථෝ** ලෙස හැඳින්වේ. මෙලෙස හවය පැවැත්වීමේ දී **හව ආශ්‍රවය** ඇති වී හවය නැමති සැඩපහර ට හෙවත් **හව ඕසය** ට හසු වේ. මෙහි දී දුක දේ සෑප ලෙස ස්පර්ශ වන නිසා ද්වේෂ හුලක් මෙන් **(ද්වේෂ සල්ලය)** තමන්ට එල්ලවේ. මෙහි දී පෙර වේදනාව නැවත පතයි. එහි දී විඤ්ඤාණය වේදනාව තුළ බැස ගනී. **(වේදනුපගං විඤ්ඤාණං තිට්ඨති)**. දුක්ඛය ම ස්පර්ශ වන නිසා තමන් **ද්වේෂයෙන් අගති ගමනක්** යෑම සිදු වේ.

- **තමා නොවන දේ තමා යැයි ගැනීමේ මුසාව - “අනත්තනි අත්තානි විපල්ලාසො”**

මගේ කය, මගේ ස්වාමියා, මගේ බිරිඳ, මගේ දරුවන්, මගේ දේපල, මගේ වාහනය, මගේ රැකියාව ලෙස සියල්ල මගේ කියා ගත්ත ද ඒවා මගේ නොවන දේවල් ය. එසේ මගේ නොවන දේ මගේ කියා ගැනීම තෙවන බොරුව යි.

ඇස, කණ, ආදී ඉන්ද්‍රියන්ට ස්පර්ශ වන රූප සහ ඒ තුළින් හට ගන්නා වේදනා නැවත ස්පර්ශ කරමින්

මගේ නොවන දේ මගේ වශයෙන් දෘෂ්ටිගත වී **දිවයි උපාදානය** සිදු වේ. එම දෘෂ්ටියෙහි නැවත යෙදීම නිසා **දිවයි යෝගය** ඇති වේ. මෙසේ මගේ නොවන දේ මගේ ලෙස වරදවා වටහා ගැනීම නිසා ත් එම සංස්කාරයන් ඇලීම නිසා ත් එම දෘෂ්ටියෙහි ගැට ගැසීමක් සිදුවේ. එය **පරාමාසකායගන්ථො** වේ. එ බැවින් එම දෘෂ්ටිය තුළ පල්වීමක් හෙවත් **දිවයි ආශ්‍රවය** ඇති වී දිවියියේ සැඩපහර ට හෙවත් **දිවයි ඕසයට** හසු වේ. දැන් මගේ නොවන දේ මගේ යැයි වන දෘෂ්ටි හුලක් හෙවත් ඊතලයක් තමන්ට වදී. එය **දිවයි සල්ලය** යි. එහි දී විඤ්ඤාණය සංඥාවෙන් සාදන වේතනා අල්ලාගෙන (**සඤ්ඤාපගං විඤ්ඤාණං තිට්ඨති**) කැමැත්තෙන් සාදා ගත් සංඛාර බිඳෙයි යැයි බියකින් අගති ගමනක් (හයා අගතිගමනං) යයි.

- **අනිත්‍ය දේ නිත්‍ය ලෙස ප්‍රකාශ කරන බොරුව - "අනිච්චේ නිච්චන්ති විපල්ලාසො"**

ගේදොර ඉඩකඩම්, තමන්ගේ කය ඒ වගේ ම සිත ආදී සෑම දේ ම වෙනස් වේ. එනම් ඇති වෙමින් නැති වෙමින් ප්‍රචර්තනය වේ. නමුත් තමන් මේ වෙනස් වන දේවල්, වෙනස් නොවන ලෙස අල්ලාගනී. එනම් අනිත්‍ය දේ නිත්‍යයි ලෙස ගැනීම සිච්චන බොරුව යි.

මෙසේ වෙනස් වන දේ මගේ යැයි දෘෂ්ටිගත වීම නිසා **අත්තවාද උපාදානය** ඇති වේ. මෙම සත්‍යය නො දන්නා නිසා අවිද්‍යාව තුළ යෙදෙයි. එය **අවිජ්ජා යෝගය**

යි. අසත්‍ය දේ සත්‍ය වශයෙන් ම ගැටගැසීම නිසා **ඉදංසච්චාභිනිවෙසො කායගන්ථො** වෙයි. ඒ තුළින් ඇති වන පල්චීම හේතුවෙන් **අවිද්‍යා ආශ්‍රවය** ඇතිවේ. එම නිසා අවිද්‍යා සැඩ පහරට හසු වී ගසාගෙන යයි. එය **අවිද්‍යා ඕසය** යි. මෙම අවිද්‍යාව නිසා අනිත්‍ය දෙයක් නිත්‍ය වශයෙන් මූලාව නැමති හුලක් හෙවත් **මෝහ සල්ලයක්** තමන්ට වදී. එහි දී සංස්කාර අල්ලාගෙන විඤ්ඤාණය පවතින අතර (**සඛබාරූපගං විඤ්ඤාණං තිට්ඨති**) ඒ තුළින් මෝහයෙන් අගති ගමනක් (**මොහා අගතිගමනං**) යයි.

මෙලෙස සිදු කරන සම්මුති මුසාවෙන් වෙන් ව, එමෙන්ම ආර්ය මුසාවෙන් ද වෙන් ව, රහතන් වහන්සේ නමක් බවට පත් වී පිරිනිවීමට අධිෂ්ඨානයෙන් ඉදිරියට යාමට සත්‍යය අවබෝධ කර ගනිමු.

## කිලිට් වූ මළ බැඳුණා වූ වස්ත්‍රය

රෙදි සායම් කරන්නෙක් යම් වස්ත්‍රයකට සායම් පෙවීමට යයි නම් එයට අවශ්‍ය පාට ගැල්වීම සඳහා පිරිසිදු වස්ත්‍රයක් තිබිය යුතුය. අපිරිසිදු මළ බැඳුණ වස්ත්‍රයකට සායම් පෙවිය නො හැක. මන්ද? එය අපිරිසිදු බැවිනි. **මජ්ඣිම නිකායේ එන වත්ථුපම සූත්‍රය,** කෙලෙස්වලින් මළ බැඳුණ සිත නමැති වස්ත්‍රය පිරිසිදු කර ගන්නා ආකාරය විස්තර කරයි.

**“සෙය්‍යථාපි භික්ඛවෙ වත්ථං සඛිකිලිට්ඨං මලග්ගහිතං, තමෙනං රජකො යස්මිං යස්මිං රභිගජාතෙ උපසංභරෙය්‍ය යදි නීලකාය යදි ජීතකාය යදි ලොහිතකාය යදි මඤ්ජෙට්ඨකාය, දුරත්තවණ්ණ-මෙවස්ස, අපරිසුද්ධවණ්ණමෙවස්ස. තං කිස්ස හේතු? අපරිසුද්ධත්තා භික්ඛවෙ වත්ථස්ස, එවමෙව බො භික්ඛවෙ විත්තෙ සඛිකිලිට්ඨෙ දුග්ගති පාටිකභිකා”**

“මහණෙනි, යම් සේ කිලිට් වූ මළ බැඳුණා වූ වස්ත්‍රයක් වේ ද ඒ වස්ත්‍රය රෙදි සායම් කරන්නෙක් නිල් පාට කිරීම පිණිස හෝ රන්වන් පාට කිරීම පිණිස හෝ ලේපාට කිරීම පිණිස හෝ මදටිය පාට කිරීම පිණිස හෝ යම් සායමක් පොවන්නේ ද, එය නරක පාටක් ඇත්තක් ම වන්නේ ය. අපිරිසිදු පාට ඇත්තක් ම වන්නේ ය. ඊට හේතු කවරේද? මහණෙනි, වස්ත්‍රය අපිරිසිදු බැවිනි. මහණෙනි, එපරිද්දෙන් ම සිත කිළටු වූ කල්හි දුගතිය ම කැමති විය යුතුය”.

සාමාන්‍ය ජනතාව කයෙන් සහ වචනයෙන් සිදු වන වැරදි පිළිබඳ සැලකිලිමත් වුවද, සිතෙන් සිදු වන වැරදි ගැන එතරම් තැකීමක් නො කරයි. කයෙන් සහ වචනයෙන් සිදු වන වැරදි නැති කර ගැනීම සඳහා අරඤ්ඤයකට, රුක්ඛමූලයකට හෝ ශුන්‍යාගාරයකට ගොස්, කය තැන්පත් කර ගත යුතුය. එවිට ප්‍රාණසාත, අදක්කාදාන, කාමමිථ්‍යාවාර යන කයෙන් සිදු වන වැරදිවලින් මිදිය හැකිය. එමෙන්ම නිශ්ශබ්ද නිසා මුසාවාද, පරුසාවාවා, පිසුණාවාව, සම්ප්ප්පුලාප යන වචනයෙන් සිදු වන වැරදිවලින් ද මිදිය හැකි ය. මෙසේ තැන්පත් වීමක් තුළ කයෙන් සහ වචනයෙන් සිදු වන වැරදි නැතිවුවත්, සිතෙන් සිදුවන වැරදි දුරු නො වේ. මෙම සිතේ ඇති වන උපක්ලේෂයන් කිලිටි වූ මළ බැඳුණ වස්තූයක් වැනි ය. සිතින් කරන වැරදි බාහිරට පෙනෙන්නේ නැත. ඒවා දැන ගැනීමටත්, ඒවායින් අතමිදීමටත්, බුද්ධ දේශනාව අනුව නුවණින් විමසා තමා පිළිබඳ පරීක්ෂා කළ යුතුය. ඒ සඳහා විශේෂ ගුණ දෙකක් තමා තුළ පැවතිය යුතුය.

- **උජු ව :** සෘජු වන්නේ ය. එනම් තමන් තුළ වැරදි ඇත්නම් ඒවා ඇති බව අවංකව පිළිගැනීම යි
- **සුජු ව :** මනාකොට සෘජු වන්නේ ය. එනම් එම වැරදි නැවත නො කරන බවට අධිෂ්ඨාන කිරීම යි

එක වරදකින් අත්මිදෙන්නට නො හැකි වුවත්, තමා තුළ එම වරද ඇති බව දැන ගත් පසු එයින් අතමිදීම ක්‍රමික ව සිදු කළ හැකි ය. රහත් නොවූ කිසිවෙක් තමා



තුළ මෙවැනි වැරදි නැති බව සිතීම මූලාවකි. සිතෙන් සිදු වන වැරදි නිසාත් සතර අපායේ ඉපදෙන බව සර්වඥයන් වහන්සේ පෙන්වා දී ඇත. එසේ නම් එම විත්ත උපක්ලේෂ තමා තුළ ඇත්දැයි පරීක්ෂා කර බලා නිවැරදි වීමට උත්සාහ ගන්න

- අභිඡ්ඤාචිසමලෝභෝ (Covetousness) - අභිද්‍යාව නමැති විෂම ලෝභය :** යම් දෙයක් මගේ වේවා යැයි පැතීම යි. මගතොටේ, කාර්යාලයේ, වෙළඳපොලේ තමන් ඇවිද යන විට දකින, අහන, විඳින දේ මට අත්පත් කරගන්නට ඇත්නම් හොඳයි යනාදී වශයෙන් ඇති වන ආශාවන් මීට අන්තර්ගත වේ.
- ඛ්‍යාපාදෝ (ill will) - ව්‍යාපාදය :** අන් අය 'නැසේවා' 'මැරේවා' යනාදී වශයෙන් සිතීමයි. සාමාන්‍ය වශයෙන් තමන් මෙසේ නො සිතන්නේ යැයි සිතේවි. නමුත් මෙය ඉතා සියුම් වශයෙන් සිදුවන්නකි. තමන් යමක් මගේ කියා ගත්තා නම්, ඊට හානිකරන සියලු දෙනා ගැන ත්, සියලු දේ ගැන ත් ව්‍යාපාදය ඇති වේ. උදාහරණයක් වශයෙන් තමා නුරුස්සන පුද්ගලයෙක් තමන් සිටින තැනක සිටියොත් මේ මනුස්සයා මෙතන නැත්නම් හොඳයි කියා සිතෙන්නේ ව්‍යාපාදය නිසාය.
- කොධෝ (Anger) - ක්‍රෝධය :** තමන්ට, තමන්ගේ සංස්කාරවලට හානිකරන විට සහ හානිවන විට සිතට ඇතිවන තරහ ක්‍රෝධය යි.

- උපනාහෝ (Hostility) - උපනාහය :** යම් කෙනෙක්, දෙයක් සමඟ ඇති බද්ධ වෛරය යි. තමන් 'යම් පුද්ගලයන්ගේ මූණවත් බලන්නේ නෑ' 'ඒ අයගේ ගෙවල්වලට යන්නේ නෑ' 'ජාති ජාතින් පලිගන්නවා' වශයෙන් ඇත්තේ මෙම ක්ලේශය යි.
- මක්ඛෝ (Derogation) - මක්ඛය :** යම් පුද්ගලයෙක් ගුණයක් කියන විට 'නෑ එයා මෙහෙමයි' කියා ප්‍රකාශ කරන්නේ මේ නිසා ය. එය **බාහිර ගුණ මැකීමකි. අභ්‍යන්තර ගුණ මැකීම** යනු තමන් පෙර හොඳින් සිටියා දැන් වැරදි කරනවා කියා සිතමින් තමා ට ම දොස් නගා ගැනීම යි.
- පළාසෝ (Disparaging) - පළාසය :** එක් දෙයක් හොඳයි කියා අල්ලා ගෙන අනික් දේ නරකයි කියා වෙන් කරනුයේ පළාසයෙනි. නිර්වාණ මාර්ගයේ හැසිරෙන්නාට කිසිවක් මගේ කියා ගත නො හැක. **බාහිර පළාසය** ලෙස තමාට හිතවත් අය ළං කරගෙන අහිතවත් අය ඇත් කිරීම ගත හැකි ය. තමාගේ කකුලක් තුවාලයක් නිසා කැපුවා නම් ඉවත් කළ කොටස 'මගෙ නෙමේ' ලෙස ප්‍රකාශ කිරීම අභ්‍යන්තර පළාසයකට උදාහරණයකි. එ මෙන් ම තමන් නිවච සිටිමින් උසස් පුද්ගලයන් තමා හා සමාන කර සිතනුයේ පළාසයෙනි.

- ඉස්සා (Envy) - ඊර්ෂ්‍යාව :** අන්‍යයන්ගේ සම්පත් නො ඉවසීම යි. තමන්ට වඩා තව අයෙකුට ධනය, බලය, වෘත්තීන්, අධ්‍යාපනය, ශක්තිය, අලංකාරය, දක්ෂතාව, කීර්තිය, ප්‍රශංසාව යනාදිය ලැබෙනවා නම් ඊට ඊර්ෂ්‍යා කරයි.
- මච්ඡරියං (Stinginess) - මච්ඡරිය** හෙවත් **මසුරුකම :** මච්ඡරිය කොටස් පහකි. **ලාභ මච්ඡරිය** - ලාභ ලබා ගැනීමේ ගිජු බවයි. **ආවාස මච්ඡරිය** - තමන්ගේ ගෙවල් පිළිබඳ ගිජු බවයි. සැබවවින් ම තමන්ගේ නිවස වන්නේ තමන්ගේ ශරීරය යි. **කුල මච්ඡරිය** - කුලයන් හි ඇලීම යි. **වණ්ණ මච්ඡරිය** - තමා පිළිබඳ ව ත් තමාගේ බලපූඵවන්කාරකම් පිළිබඳ ව ත් වර්ණනා කිරීම යි. **ධම්ම මච්ඡරිය** - ධර්මය ඇලී සිටීම යි. මේ නිසා එකිනෙකා මරා ගැනීම පවා සිදු වේ. අවසානයේ සත්තිස් බෝධිපාර්ෂික ධර්මයන්ට ඇලී සිටීමෙන් නිවන ප්‍රමාද වේ. අවසානයේ ධර්මයන් අතහරින ලෙස වදාරා ඇත්තේ මේ නිසාවෙනි.
- මායා (Hypocrisy) - මායාව හෙවත් රැවටිල්ල :** තමා වැරදි කරමින් ඒවා සඟවාගෙන අන් අය රැවටීම යි. එනම් මාගේ වරද අන් අය නො දකිවා ලෙස සිතා කටයුතු කිරීම යි.
- සායේය්‍යං (Fraud) - සායේය්‍ය හෙවත් සයබව:** තමා කෙරෙහි නැතිගුණ දක්වමින් අන් අය රවටන **කෙරොටික ස්වභාවය** සයබව යි. බොරු

කරුණාව, බොරු මෙමුතිය, බොරු හිතවත්කම් ආදිය දක්වමින් අන් අයගේ ධනය, වස්තුව ආදිය තමා සතු කර ගන්නේ මෙම කෙරොටික බව නිසාවෙනි. එ මෙන් ම වෙළෙන්දන් බොරු මවා පාමින් තම භාණ්ඩ අලෙවි කරන්නේ ද කෙරොටිකකම නිසාවෙනි.

- ඵම්භෝ (Obstinacy) - ඵම්භය හෙවත් දැඩි බව**  
 : තමන් මෙවැනි කෙනෙක් කියා දැඩි මතයන්හි එල්බ සිටීම යි. නමාශීලී විය යුතු තැන්වල නමාශීලී නොවීම ඵම්භය යි. ධර්මයට, මාපිය ගුරුවරුන්ට, වැඩිහිටියන්ට ගරු නොකිරීම, දැඩි දෘෂ්ටිගත වීමෙන් වචනය වෙනස් නො කිරීම ආදිය මීට උදාහරණයන් ය. ගෙවල් දොරවල්වල ස්වාමි භාර්යා අතර ප්‍රශ්න ඇති වන්නේ ද එකිනෙකා අතර පවතින දැඩි මතයන් තුළ එල්බ සිටීම ය.
- සාරම්භො (Competition) - සාරම්භය හෙවත් එකට එක කිරීම** : අනුන් යටපත් කරනු කැමැත්තෙන් අනුන්ට ඉහළින් වැඩ කරන ස්වභාවය යි. අනුන් එකක් කරන විට තමන් දෙකක් කරයි. අසල්වැසියා ගෙයක් හැඳුවොත් තමන් ඊට වඩා ලොකු ගෙයක් සාදයි. අන් අය දන් දෙන කල්හි තමන් දාන දෙක තුනක් දෙයි. තමන්ගේ උත්සව ප්‍රියසම්භාෂණ අන් අයට වඩා ඉහළින් ගනී. තමන්ට එක පාරක් රිදවූ විට අන් අයට දෙතුන් පාරක් රිදවයි. මෙසේ එකට එක

කිරීම සාරම්භය යි. සෑම විටම දැලෙන් නේ මම ඉස්මතු කිරීමට ය.

- **මානෝ (Conceit) - මානය :** තමන්ගේ ධනය නිසා, බලය නිසා, උගත්කම් නිසා, හැකියාවන් නිසා, පවුල් පසුබිම නිසා, පරම්පරාව නිසා තමන් උසස් කෙනෙකු යැයි කල්පනා කිරීම යි.
- **අතිමානෝ (Arrogance) - අතිමානය :** තමන්ගේ ධනය නිසා, බලය නිසා, උගත්කම් නිසා, හැකියාවන් නිසා, පවුල් පසුබිම නිසා, පරම්පරාව නිසා තමන් සෙස්සන්ට වඩා උසස් කෙනෙකු යැයි කල්පනා කිරීම යි. සාමාන්‍ය මානයට වඩා උඩඟු ලෙස සිතීම යි.
- **මදෝ (Vanity) - මදය :** ජාති මදය - සිංහල ජාතිය ආදී වශයෙන් තමන්ගේ ජාතිය නිසා මදයට පත්වීම යි. **ගෝත්‍ර මදය** - තමන් මෙම ගෝත්‍රයෙ යැයි ඇතිවන මදය. **සුත මදය** - තමන් දන්නවා, අනිත් අය දන්නෙ නෑ කියා ඇති වන මදය යි. **ආරෝග්‍ය මදය** - ලෙඩ නැති නිසා ඇතිවන මදය යි. **පිතඛබා මදය** - තරුණකම නිසා හටගන්නා වූ මදය යි.
- **පමාදෝ (Negligence) - ප්‍රමාදය :** පංචකාම ගුණයන්ට පුන පුනා ඇලීම නිසා නිවනට ප්‍රමාද වීම යි. පංච කාමයන්ට ඇළුණු විට ඵදිනෙදා වැඩ පවා පමා වේ. අධ්‍යාපනය ලබන දරුවෙක් රූපවාහිනී බලන්නට ඇබ්බැහි වී ඇත්නම් ඔහුගේ අධ්‍යාපන කටයුතු බිඳ වැටේ. ඵ මෙන් ම ඇස,

කණ, නාසය, දිව, කය යන පංච ඉන්ද්‍රියන් පිනවීමට යෑමෙන් සිදු වන්නේ නිවනට ප්‍රමාද වීමයි.

- **මිච්ඡා දිට්ඨි (Wrong view) - මිත්‍යා දිට්ඨිය** - වතුරාර්ය සත්‍ය පිළිබඳ අනවබෝධය යි. ඉහත සියලු වැරදි කරනුයේ මිත්‍යා දිට්ඨිය නිසා ය. වත්ථුපම සූත්‍රයේ මිථ්‍යා දෘෂ්ටිය වෙත ම ම සඳහන් කර නැත.

යමෙක් මෙම සිත කෙළෙසන පාප ධර්මයෝ දැන ඒවා දුරු කරන ලද්දේ නම්, හෙතෙම බුදුන්, දහම්, සඟුන් කෙරෙහි නො සැලෙන ප්‍රසාදයක් හෙවත් ආකාරවතී ශ්‍රද්ධාවක් ඇති කර ගනී. එනම් අපිරිසිදු සිත නමැති කිලිටි මළ බැඳුණා වූ වස්ත්‍රය, පිරිසිදු ජලය වැනි යෝනිසෝ මනසිකාරය තුළින් යම් සේ පිරිසිදු වන්නේ ද එවැනි පිරිසිදු සිත නමැති වස්ත්‍රයට සද්ධර්මය නමැති සායම පොවමින් නිර්වාණය සාක්ෂාත් කර ගත හැකිය.

“සෙය්‍යථාපි, භික්ඛවෙ වත්ථං සඛිකිලිට්ඨං මලග්ගහිතං අච්ඡං උදකං ආගම්ම පරිසුද්ධං හෝති පරියොදාතං, උක්කාමුඛං වා පනාගම්ම ජාතරූපං පරිසුද්ධං හෝති පරියොදාතං, එවමෙව බො භික්ඛවෙ භික්ඛු එවංඝීලො එවංධම්මො එවංපඤ්ඤො සාලීනඤ්චෙපි පිණ්ඩපාතං භුඤ්ජති විචිතකාලකං අනේකසුභං අනේකධ්‍යඤ්ජනං, නෙවස්ස නං හොති අන්තරායාය”.

“මහණෙනි, කිලිටි වූ මළ බැඳුණා වූ වස්ත්‍රය පිරිසිදු ජලය ලැබ යම් සේ පිරිසිදු වේ ද, බබලන්නේ වෙයි ද කෝවයෙහි දමන ලද රන් රිදී යම් සේ පිරිසිදු වෙයි ද, බබලන්නේ වෙයි ද මහණෙනි, එ පරිද්දෙන් ම මෙබඳු සිල් ඇති, මෙබඳු සමාධි ඇති, මෙබඳු ප්‍රඥා ඇති භික්ෂුන්ට කලුහාල් ඇට අස් කළ ඇල්හාලේ බත නොයෙක් සුප ව්‍යාඤ්ජන ඇති ව අනුභව කෙරේ ද ඔහුට එය අන්තරාය පිණිස නොවෙයි.”

එනම් භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කර ඇත්තේ නිකෙලෙස් සිතක් ඇති කර ගත් පසු නැවත සසරට බිය නො විය යුතු බව යි. මන්ද? සිත පිරිසිදු වී ඇති බැවිනි. එවැනි නිකෙලෙස් උත්තමයෙකුගේ සිතට කුමන අරමුණක් ආවත් එය ක්ලේශයක් බවට පත්වන්නේ නැත. ඒ උතුම් රහතන් වහන්සේ වැඩ සිටින්නේ තමා තුළම ය. මළ බැඳුණ සිත පිරිසිදු කරගෙන සසර දුකෙන් අත මිදෙමු.

## අවිද්‍යාව බිඳීමට ධාතු මනසිකාරය

ලෝකයේ ක්‍රියාකාරීත්වය නිවැරදි ව අවබෝධ කර නො ගැනීම අවිද්‍යාව යි. ස්වභාවික ක්‍රියාවලිය නියම ආකාරයෙන් තේරුම් ගැනීම තුළින් විද්‍යාව ඇති කර ගත හැකි ය. අවිද්‍යාවෙන් මිදුන පුද්ගලයා සංසාර ගමනට නැවතීමේ තිත තබයි. ධාතු මනසිකාරය තුළින් සියලු ම දේ නිර්මාණය වී ඇති ආකාරය අවබෝධකරගත හැකි ය.

විශ්වය තුළ ඇති සියලු ම දේ නිර්මාණය වී ඇත්තේ ස්වභාවික ශක්තීන් හෙවත් ධාතු හයකින් බව බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කර ඇත. එනම්

1. පඨවි - තද ස්වභාවය
2. ආපෝ - වැගිරෙන ස්වභාවය
3. තේජෝ - උෂ්ණ සීතල ස්වභාවය
4. වායෝ - හමා යන ස්වභාවය
5. විඤ්ඤාණ - දැනුවත් වීමේ ශක්තිය හෙවත් සිත් සකස් කරන ශක්තිය
6. ආකාස - හිස් බව යනාදිය යි.

පඨවි, ආපෝ, තේජෝ සහ වායෝ යන සතර මහ ධාතූන්ගෙන් සෑදුණ ගස් ගල්, පර්වත ගොඩනැගිලි යනාදී දේ රූප ලෙස බුදු දහමේ හඳුන්වයි. රූපයක බෙදිය හැකි කුඩා ම අංශුව රූප කලාපයක් හෙවත් ශුද්ධ අෂ්ටකයක් ලෙස හඳුන්වයි. ශුද්ධ අෂ්ටකය තුළ පඨවි, ආපෝ, තේජෝ සහ වායෝ යන සතර මහා ධාතූන් ද වර්ණ, ගන්ධ, රස, මිජා යන උපාදාය රූපයන් ද පවතී.



විද්‍යාඥයෝ මෙම රූප පදාර්ථ ලෙස හඳුන්වති. පදාර්ථයක කුඩා ම අංශුව පරමාණුව ලෙස හඳුන්වා දෙති. නමුත් බුදුන් වහන්සේගේ ශුද්ධ අෂ්ටක විග්‍රහය විද්‍යාඥයන්ගේ පරමාණු විග්‍රහයට එහා ගිය වෙනත් කිසිවෙකු අවබෝධ නො කළ සත්‍ය යි. එමෙන්ම බුදුරජාණන් වහන්සේ විඤ්ඤාණ ශක්තිය පිළිබඳ ව ත් ගැඹුරින් අවධාරණය කර ඇති නිසා මහා විද්‍යාඥයා වන්නේ උන් වහන්සේ ය.

බුදුරජාණන් වහන්සේ **ඇස, කණ, දිව, නාසය, ශරීරය, මන** යන අධ්‍යාත්මික රූපත්, ඊට ගෝචර වන අරමුණු බාහිර රූපත් ලෙස හඳුන්වා දී ඇත. එනම්,

1. **වර්ණ රූප** - ආලෝකය ඇති විට ඇසට පෙනෙන දේවල්
2. **ශබ්ද රූප** - කණට ඇසෙන ශබ්ද
3. **ගන්ධ රූප** - නාසයට දැනෙන ගඳ සහ සුවඳ
4. **රස රූප** - දිවට දැනෙන රස
5. **චෝට්ඨබ්බ රූප** - ශරීරයට දැනෙන ස්පර්ශයන්
6. **ධම්ම රූප** - මනට ගලා එන සහ සිතන සිතුවිලි වශයෙනි.

රූප අධ්‍යයනයේ දී බොහෝ විට එක් ධාතුවක් වැඩිපුර ඇති බව පෙනේ. උදාහරණක් ලෙස ගලක වැඩිපුර ඇත්තේ පයවි ධාතුව යි. නමුත් ආපෝ, තේජෝ. සහ වායෝ යන ශක්තීන් අංශු මාත්‍රයකින් හෝ එම ගල තුළ ඇත. එමෙන් ම ජලය තුළ වැඩිපුර ඇත්තේ ආපෝ



ඇත ක්, ඊටත් වඩා වේගයකින් රූප වෙනස් වන බව බුදු රජාණන් වහන්සේ පෙන්වා දී ඇත. විද්‍යාඥයන්ගේ මතය වන්නේ පරමාණු වෙනස් වන වේගයෙන් ම රූප වෙනස් වන බව යි. රූපයේ වේගය උපකරණවලින් මැනිය නො හැකි අන්තර්ග වේගයක් බව බුදු පියාණන් වහන්සේ පෙන්වා දී ඇත.

සෑම රූපයක් ම ඉතා වේගයෙන් වෙනස්වන නිසා ඒවායේ වලනය වන වේගය ඉන්ද්‍රියන්ට ගෝචර නොවේ. ධාතුවලින් නිර්මාණය වී ඇති රූපවල ස්වභාවය, ඉතා වේගයෙන් එක් ස්වරූපයක සිට තවත් ස්වරූපයකට පරිවර්තනය වීම යි. එනම් එක් ස්වභාවයක් නැති වී තව ස්වභාවයක් ඇති වන බවයි. මෙම ඇති වීම-නැති වීම වේගවත් වීම “අනිත්‍යතාව” ලෙස හඳුන්වයි. මෙම පරිවර්තනය ඉන්ද්‍රියන්ට ගෝචර නොවන නිසා සෑම රූපයක්ම “ඇත” යන අර්ථයෙන් අල්ලා ගනී. එවිට නිත්‍යය, සුඛය, ආත්මය ලෙස ගැනීම නිසා අවිද්‍යා අන්ධකාරයෙන් තණ්හාව පෝෂණය කර, භවය පෝෂණය කරයි. ඉතා වේගයෙන් වෙනස් වන රූපවල ස්වභාවය නො පෙනෙන නිසා ඒවාට ඇලීම ත් ගැටීම ත් ඇති වී ඒ තුළින් තණ්හාව පෝෂණය කරයි. යම් ආකරයකින් සියලු ම රූප ස්වභාවික ශක්තීන්ගෙන් වූ වේගයක් හෙවත් වෙනස් වීමක් පමණක් යැයි ප්‍රඥාවෙන් අවබෝධ කර, ඒ තුළින් සසර දුක නිමා කර විද්‍යාව පහළ කරගත හැකි ය. එවිට සම්මුතිය බිඳ වැටී ‘ස්වභාවික ක්‍රියාවලියක් පමණි’ යන්න අවබෝධ වේ.

ලෝකය තුළ ඇති කිසිදු රූපයක් මගේ කියා අත්පත් කර ගත නො හැක්කේ ඒවායේ වේගය නිසා ය. ස්වභාවික අංශුවල ක්‍රියාකාරිත්වය තුළින් මෙය තවදුරටත් අවබෝධ කර ගත හැකිය. උදාහරණයක් ලෙස මියගිය පුද්ගලයෙකුගේ කය පොල් ගසක් ළඟ භූමදානය කළහොත් එම මළ මිනියේ අංශු පොල් ගසට උරා ගනී. එවිට එම අංශුවලින් පොල් ලී, පොල් අතු, පොල් ගෙඩි, යනාදිය නිර්මාණය වේ. දැන් මළ කයේ අංශු වෙනත් ස්වභාවයකට පත් වී ඇත. පොල් ගෙඩියක් පරිභෝජනය කළ විට නැවතත් එම අංශු තවත් කයකට ඇතුළු වේ. මේ ආකාරයෙන් ප්‍රචර්තනය සිදු වන්නේ ඉහත සඳහන් කළ ඇතිවිමේ නැතිවිමේ ධර්මතාවය හෙවත් අනිත්‍යතාව නිසා ය. එ බැවින් කිසිදු දෙයක් මම මගේ කියා වසඟයේ තබා ගත නො හැක. මෙම ස්වභාවික ක්‍රියාවලිය ප්‍රඥාවෙන් අවබෝධ කර නොගන්නා තාක්කල් සියලු ම සතුන් මෙම අංශුවලින් නිර්මාණය වූ දේවලට උරුමකම් කියනු ඇත. **දීර්ඝ වූ සංසාර ගමනේ කොතරම් අංශු ප්‍රමාණයකට උරුමකම් කියන්නට ඇත්ද, තවත් කොතරම් ප්‍රමාණයකට උරුමකම් කියනවාද යන්න ඔබ විසින් තීරණය කළ යුතු කාලය එළඹ ඇත.**

එ මෙන් ම සියලු ම රූප එනම් ගස්, ගල්, පර්වත, පෘථිවිය, වෙනත් ග්‍රහලෝක සියල්ලම ආකාස ධාතුව තුළ පැතිරී පවතී. රූප ඇති වන විට ආකාස ධාතුව නැති වේ. රූප නැති වන විට ආකාස ධාතුව ඇති වේ. එනම් ආකාස ධාතුව ත් ඇතිවන නැතිවන ශක්තියකි. මේ අනුව ආකාස ධාතුව ත් අනිත්‍ය වේ. උදාහරණයක්

ලෙස පෘථිවිය පවතින්නේ ආකාස ධාතුව තුළ යි. පෘථිවිය පරිභ්‍රමණය වන විට පෘථිවියේ ප්‍රමාණයට ආකාස ධාතුව ඇති වෙමින් නැති වෙමින් ප්‍රවර්තනය වේ. මුලින් පෘථිවියේ ප්‍රමාණයට නැති වූ ආකාස ධාතුව, පෘථිවිය වෙත තැනකට ගමන් කරන විට නැවත ඇති වේ. මේ අනුව රූප වෙනස් වීමේ වේගය ආකාස ධාතුව වෙනස් වන වේගයට සමාන වේ.

තවත් වැදගත් ශක්තියක් හෙවත් ධාතුවක් ලෙස විඤ්ඤාණ ශක්තිය හැඳින්විය හැකි ය. විඤ්ඤාණ ශක්තිය යනු සිත් සකස් කරන ශක්තිය හෙවත් දැනුවත් වීමේ ශක්තිය යි. සිත් සකස් කරන්නේ සත්වයා තුළ යි. විඤ්ඤාණය විද්‍යාවට ගෝචර නො වන අතර, එය ප්‍රඥාවෙන් අවබෝධකර විමසා බැලිය යුත්තකි. විඤ්ඤාණය ද ධාතුවක් හෙවත් ශක්තියක් බැවින් මෙය සකස් වන්නේ කෙසේද යන්න සලකා බැලිය යුතුය. සත්වයා තුළ බාහිර අරමුණු ලබා ගැනීම සඳහා සකස් වී ඇති අභ්‍යන්තර ආයතන හයකි. එනම්, ඇස, කණ, දිව, නාසය, ශරීරය සහ මන වශයෙනි. මෙම ආයතන නියම ආකාරයෙන් පවතී නම්, බාහිර රූප හෙවත් අරමුණු ඒවාට ඇදී පවතී. මේ අනුව ඇසට වර්ණ රූප ද, කණට ශබ්ද රූප ද, දිවට රස රූප ද, නාසයට ගන්ධ රූප ද, ශරීරයට ස්පර්ශ හෙවත් ඵොට්ඨබ්බ රූප ද, මනට ධම්ම රූප හෙවත් සිතුවිලි ද අරමුණු වේ. මෙය ස්වභාවික ක්‍රියාවලියකි. කණ්ණාඩියකට ඉදිරියේ ඇති රූප ඇදී එන්නාක් මෙනි. නමුත් සත්වයා තුළ මෙම අභ්‍යන්තර ආයතනත්, බාහිර රූපත් එකතු වන විට විඤ්ඤාණය

හෙවත් සිත ඇති කිරීමේ ශක්තිය ඇතිවේ. රූපවල ස්වභාවය (කයද ඇතුළුව) ඇතිවීම සහ නැතිවීම යි. එනම් වේගයෙන් වෙනස් වීම යි. මේ ආකාරයට අභ්‍යන්තර රූප (ආයතන) සහ බාහිර රූප ඇති විට (ස්පර්ශ වන විට) විඤ්ඤාණය ඇති වේ. මේ අනුව විඤ්ඤාණයද ඇතිවන නැතිවන අනිත්‍ය ධර්මතාවයකි. අභ්‍යන්තර රූපත්, බාහිර රූපත් විඤ්ඤාණයත් එකතු වූ විට නාම ධර්ම සමඟ සිත් (චිත්තනයන්) හට ගනී. මෙම චිත්තනය හෙවත් සිත ද ඉහත ලෙස ම ඇතිවෙමින් නැතිවෙමින් පවතී. එනම් චිත්තනයන් (සිත්) ද අනිත්‍ය ධර්මතාවයකි.

**මෙම චිත්ත වේගය ප්‍රඥාවෙන් දකින පුද්ගලයා කිසිදු සිතකට ඇලීමක් හෝ ගැටීමක් ඇති නො කරයි.** එවිට ඔහු නිවීමට පත් වෙයි. එනම් මෙම සියල්ල අනිත්‍ය ධර්මතාවයන් බව ප්‍රත්‍යක්‍ෂයෙන් ම අවබෝධ කර ගන්නා තැනැත්තා නිවනින් නිවී සැනසීමට පත්වේ.

## රූපයේ යථාර්ථය

සත්ත්වයා සෑදී ඇත්තේ කොටස් දෙකක් එකතු වීමෙනි. එනම් සිත සහ කය යි. සිතක් නොමැති කයක් මළකුණක් ලෙස හඳුන්වයි. විශේෂයෙන් ම ධර්ම මාර්ගයේ ගමන් කරන පුද්ගලයෙකුට වැදගත් වන්නේ තමන්ගේ කය පිළිබඳව හෙවත් රූපය පිළිබඳ ව මූලික ව අවබෝධ කර ගැනීම යි. ඉන් පසුව සිත පිළිබඳ අවබෝධ කර ගත හැකි ය. යමෙකුට කයේ යථාර්ථය නිවැරදි ආකාරයෙන් අවබෝධ කර ගැනීමට නම් ධාතු මනසිකාරය, පටික්කුල මනසිකාරය, නවසීවතිකය, ආහාරයේ පටික්කුල සංඥා යනාදී භාවනාවන් භාවිතා කළ හැකි ය.

සතර මහා ධාතූන්ගෙන් සෑදුණ මව පියා නිසා බිහිවුණ ආහාර නිසා පෝෂණය වන, රූපය කය ලෙස හඳුන්වයි. මව සහ පියාගේ පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ යන සතර මහා ධාතු කොටස් එකතු වී කළල රූපය බිහි වේ. පසුව මව විසින් ගන්නා ආහාරයන්ගෙන් හෙවත් සතර මහා ධාතුවලින් පෝෂණය වේ. මව් කුසින් එළියට ආ පසු එම ශරීරය පෝෂණය වන්නේ තමන් ම ගන්නා ආහාරයෙනි. මවත් පියාත් සෑදුණේ මේ ලෙස ම ය. ස්වභාවික පරිසරය තුළ ඇති ගස්වැල් පර්වත ද රූප වේ. මේවා ද සෑදී ඇත්තේ සතර මහා භූතයන්ගෙන් ය. මෙලෙස බැලූ විට ගස්වැල් ආදී රූප ත් තමන්ගේ කයත් අතර වෙනසක් නැත. එනම් ස්වභාවික ශක්තීන් සමූහයක එකතුවකින් සියලු රූප සෑදී ඇති බව යි.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ **"මහණෙනි, "බිඳේ" නු යි එයින් රූප කියයි"** ලෙස **බජ්ජනීය සූත්‍රයේ** දේශනා කර ඇත. ගොඩනැගිල්ල නමැති රූපය බිඳ බැලූ විට සෑම විට ම එහි පෙර සංඥාව අහෝසි වේ. එනම් ගොඩනැගිල්ල කොටස් වශයෙන් වෙන් කළ විට එතැන ඇත්තේ ලී, ගඩොල්, යකඩ, සිමෙන්ති, වැලි යනාදී කොටස් ය. එවිට එතැන ගොඩනැගිල්ලක් දක්නට නොලැබේ. එතැන ඇති ගඩොල් කැටයක් නැවත කොටස් කර බැලූ විට වැලි කැට දක්නට ලැබේ. එම වැලි කැට ත් නැවත නැවත කුඩා අංශුවක් දක්වා ම බිඳිය හැක. විද්‍යාඥයන් මෙසේ බිඳිය හැකි කුඩා ම අංශුව පරමාණුව බව සොයා ගෙන ඇත. එම පරමාණුවෙන් මැද නියුට්‍රෝන, ප්‍රෝටෝනවලින් සමන්විත න්‍යෂ්ටියක් ඇති අතර ඒ වටා ඉලෙක්ට්‍රෝන හුමණය වේ. එනම් පරමාණුව ත් වෙනස් වන බවයි. පරමාණුවලින් සෑදුන සෑම රූපයක් ම ත් සෑම මොහොතක දී ම වෙනස් වන බවයි.

බුදු පියාණන් වහන්සේගේ අවබෝධය පරමාණුව ලෙගින් නැවතුණේ නැත. ඉන් ඔබ්බට ගියා වූ බිඳීමක් දේශනා කරන ලදී. එනම් සෑම රූපයක් ම බිඳීමෙන් අවසානයේ ඇති සත්‍ය වූ ධර්මතාවක් පෙන්වා දෙන ලදී. එය **රූප කලාපයක් හෙවත් ශුද්ධ අෂ්ටකයකි.** (එතැනින් එහාට බිඳිය නො හැක.) පඨවි, අපෝ, තේජෝ, වායෝ යන භූත රූප හතරත් ඒ සමඟ ම ඇති වර්ණ, ගන්ධ, රස , ඕෂා යන උපාදාය රූප හතරත් ය. මෙම රූප කලාපය ද වෙනස් වන්නකි. එනම් එක් ස්වභාවයක සිට තව ස්වභාවයකට පත් වන්නකි. මෙසේ වෙනස්



වන වේගය අනන්ත වේගයකි. එය තත්පරයට මෙපමණයි කියා කිව නොහැක. මෙසේ වෙනස් වීම **අනිත්‍යතාව** ලෙස හැඳින්වේ. මෙසේ වෙනස් වීමේ දී ශුද්ධ අෂ්ටකවලින් සෑදුණ සෑම රූපයක ම තමන් ප්‍රිය කරන ස්වභාවය නැති වී, අප්‍රිය කරන ස්වභාවය ඇති වේ. මෙසේ සිදුවන ඇතිවීම නැතිවීම නිසා **දුක** ඇතිවේ. මෙම දුක ඇති වන්නේ රූපයේ නොව සිතේ ය. මන්ද තමා රූපය පිළිබඳ දමාගත් රාමුව කැඩෙන බැවිනි. එබැවින් එසේ වෙනස් වන, තමන්ගේ වසඟයේ තබාගත නො හැකි, දුක් ගෙනදෙන රූපයක් මගේ කරගැනීම **අසාර හෙවත් අනාත්ම** දෙයකි.

මේ අනුව තමන්ගේ කය ලෙඩ වී වයසට ගොස් මරණයට පත් වේ. මෙසේ කය නමැති රූපයත් සෑම මොහොතකම වෙනස් වේ. කිසිදු ආකාරයකින් නැවැත්විය නොහැක. එය ස්වභාවික ක්‍රියාවලියකි. කළ හැක්කේ අවබෝධ කර ගැනීම පමණකි. බලන්න, කළලයේ සිට ක්‍රමයෙන් වෙනස් වී වයසට ගොස් අවසානයේ මරණයට පත් වන ආකාරය, මරණයට පත් වුවත් රූපයේ වෙනස්වීම නවතින්නේ නැත. නවසිවතිකය අනුව බැලූ විට මෙම කය ඉදිමී, නිල්පාට වී, නවදොරින් ඕෂාව ගලාගෙන යයි. පසුව මැස්සන් ඕෂාව උරා බොයි. පනුවන් ගසයි. කපුටන්, ගිජුලිහිණියන්, බල්ලන්, සිවලුන්, කබරයන් ආදී සතුන් කා දමයි. ක්‍රමයෙන් කුණු වී වියලී දිරා යයි. ඇට සැකිල්ල ඉතිරි වේ. එයත් තැන තැන විසිරී දිරා යයි. දැන් එතැන කිසිවෙක් නැත. කයේ අංශු පරිසරයට එකතු වී ඇත.

එහි පොළොවට පස් වූ අංශු එහි ඇති ගස් කොළන්වලට උරා ගනී. දැන් වෙන රූපයකි. එහි එල සත්වයන් ආහාරයට ගනී. නැවත එම අංශු වෙනස් වෙමින් විවිධ ශරීරවලට ගමන් කරයි. මෙසේ ස්වභාව ධර්මයේ වෙනස් වන අංශු සමූහයක් තමන්ගේ කියා අත්පත් කර ගැනීම කොතරම් මෝඩ ක්‍රියාවක්ද? මගේ කළ නොහැකි දෙයක් මගේ කීරීමට යාමෙන් සත්ත්වයා මහත් දුකකට පත් වේ.

එමෙන්ම කය නමැති රූපයේ තවත් විශේෂත්වයක් ඇත. ඒ එහි ඇති අසුභ බවයි. කෙස්, ලොම්, නිය, දත්, හම, මස්, නහර, මළ, මුත්‍රා යනාදී අශුවි කොටස් තිස් දෙකකින් මෙම කය සෑදී ඇත. කෙස් ටිකක් බත් පතක තිබෙනවා නම් බොහෝ සේ පිළිකුල් කරයි. එලෙස ම 'ලස්සනයි' කියන හිසේ තිබෙන කෙස් ද පිළිකුල් සහිත ය. එ ලෙස සියලු කොටස්වල සැබෑ යථාර්ථය අසාර, අසුභ, පිළිකුල්, දුර්ගන්ධ, දුර්වර්ණ ලෙස අවබෝධ කරගත යුතු ය. මනවධනා වර්ණයෙන්, සුගන්ධයෙන්, රසයෙන් යුත් දේවල් කොතරම් කැවත් ශරීරයේ නව දොරකින් දුර්ගන්ධයෙන්, දුර්වර්ණයෙන් යුතු අශුවි පිට වේ. එනම් ඇස්වලින් කබ කඳුළු ද, කණ්වලින් කණ් කලාඳුරු ද, නාසයෙන් සොටු ද, මුඛයෙන් කෙළ සෙම ද, මළ මුත්‍ර මාර්ගවලින් මළ මුත්‍ර ද, අනු දහසක් පමණ ඇති සමේ සිදුරුවලින් ඩහදිය ද යන අශුවි වැගිරේ. එනම් කොතරම් හොඳ දේවල් කන්න දුන්නත් මෙම කයෙන් පිටවන්නේ අශුවිය. මේ අනුව ශරීරය යනු හොඳ ආහාර අමුද්‍රව්‍ය ලෙස ගෙන, අශුවි නිෂ්පාදනය කරන අශුවි කර්මාන්ත ශාලාවකි. සිනා සිසි සුවඳ ආඝ්‍රාණය කරමින් එකට සිට කැවත් ඒවා පිට

කරන්නේ කාටත් හොරා නහය වසා ගෙන ය. සැබෑ යථාර්ථය පිළිගැනීම හැර නිවනට අන් මගක් නැත්තේ ම ය.

මවගේ අශුවි ගොඩක් සහ පියාගේ අශුවි ගොඩක් එකකු කර සාදා ගත් කළලයත් අශුවි ගොඩකි. කය මහා අනර්ඝ වස්තුවක් හෝ වටිනා දෙයක් නොවේ. එළියේ තිබෙන කබලිංකාර ආහාර ද ටික දවසක් යන විට පිළිණු වී ගඳ ගසයි. එම පිළිණු වී ගඳ ගසන දේවල් අනුභව කරමින් සෑදූ ශරීරය ද කුණු වන දෙයකි. තව ද ආහාර කුසට ගිය පසු ඒවා වමනය බවට පත් වේ. එම වමනය බඩවැල් දිගේ ගමන් කරන විට ශරීරයට උරා ගනී. එම වමනය ලේ බවට පත් වේ. මස් බවට පත් වේ. ඇට ඇටමිදුළු බවට පත් වේ. ශරීරයේ කෙස්, ලොම්, නිය, දත්, සම පවා සෑදී ඇත්තේ මෙම වමනයෙනි. මේ අනුව කය යනු වමනය ගොඩකි. එනම් කයත් වමනයත් අතර වෙනසක් නොමැති බව යි. කයට කබලිංකාර ආහාරය කියනුයේ ඒ නිසා ය.

එමෙන් ම කයේ ඇතුළේ එල්ලා ගෙන ඇති මලු ගොඩකි. මහබඩවැල යනු අශුවි මල්ලකි. මුත්‍රාශය යනු මුත්‍රා මල්ලයි. හෘදය යනු ලේ මල්ල යි. ආමාශය යනු වමනය මල්ල යි. තවත් කෙළ, සොටු, කබ, කඳුළු මලු ඇත. මේවා කයට එළියෙන් අත්වල, පාදවල, බෙල්ලේ යනාදී වශයෙන් එල්ලී ගෙන තිබුණා නම්, මානයෙන් පුම්බා ගෙන පාරේ ගමන් කරන ඔබට ඇවිදින්නට වත් සිතේවි ද? ඇතුළෙන් එල්ලාගෙන සිටිය ත්, පිටතින්

එල්ලාගෙන සිටියත් වෙනසක් නැත. මෙසේ අශුවි එල්ලා ගෙන සිටීම කෙතරම් දුකක් ද? බලන්න. තව ද මෙම ශරීරය ගැවුණු සෑම තැනක් ම අපවිත්‍ර වේ. ඇඳුමක ගැවුණොත් ඇඳුම ගඳ ගසයි. ගෙයක් ඇතුළේ තිබ්බොත් ගෙය අපවිත්‍ර වේ. ආහාරය, අතින් ස්පර්ශ කරන තැන සිට ක්‍රමයෙන් එම ආහාරය අශුවි බවට පත් වේ.

එපමණක් ද නො වේ. ශරීරය සෑදී ඇත්තේ ඇට කොටස් එකතු වී සෑදී ඇති ඇට සැකිල්ලට මස් එකතු වී නහරවලින් එනී, ඒ වටා සමකින් වැසී ය. මෙම කිසිදු කොටසක මම මගේ කියා කෙනෙක් නැත. අනෙකුත් ශරීරත් මෙසේ ම ය. වෙනසක් නැත. සියලු දෙනා ම ස්වභාව ධර්මයේ ප්‍රධාන ධාතු හතරකින් සෑදුණ, මගේ කියා ගත නො හැකි පිළිකුල් සහගත ශරීරයක් ‘‘මගේ’’ කර ගැනීම නිසා මහත් දුකට පත් වී ඇත. ශරීරය වේගයෙන් වෙනස් වන බැවින් කිසි කෙනෙකුට මගේ කියා ගත නො හැක. පිළිකුල් සහගත බැවින් මගේ කියා ගන්නට සිතූණත්, එසේ ගත යුතු නැත.

සියලු සත්ත්වයෝ මෙම රූපයේ යථාර්ථය පිළිබඳ අනවබෝධය නිසා අප්‍රමාණ දුකක් විඳිති. මෙම ධාතු හතරකින් සෑදුණ අශුවි ගොඩක් නිසා ඊර්ෂ්‍යාව, ක්‍රෝධය, වෛරය, මසුරු බව, මානය වැනි ක්ලේශයන් ඇති කර ගෙන සංසාරයේ දුක් විඳී. තමන්ට රූපයේ යථාර්ථය අවබෝධ වෙද්දී තමන්ගේ රාග දෝස මෝහ ක්‍රමයෙන් අඩු වී නිවේන්තට පටන් ගනී. තව දුරටත් එසේ නිවේන්තට අධිෂ්ඨාන කරමින්, අන් සත්ත්වයන්ට ද මෙම

සත්‍යය අවබෝධ වී මෙම සංසාර දුක්ඛයෙන් වහා අතමිඳෙන්වා යන සිතෙන් මෙමත්‍රිය කරුණාව පැතිර විය හැකි ය.

මෙලෙස රූපය ධාතු වශයෙන් පටික්කුල වශයෙන් නුවණින් විමසීමේ දී **රාගයට පහර වදී.** එ මෙන් ම සියලු සත්වයෝ රූපය අවබෝධ කර ගෙන නිවන් දකින්නවා! ශී , මෙමත්‍රිය පතුරන විට **ද්වේෂයට පහර වදී.** එමෙන්ම **අවිද්‍යාවට ද පහර වදී.** මෙලෙස සම්මා දිට්ඨියට පත් වීමට රූපය පිරිසිඳ දැකීම හේතු වේ. එබැවින් සැවොම රූපයේ යථාර්ථය අවබෝධ කර ගැනීමට විරිය වඩා සම්මා දිට්ඨියට පත් වෙන්නවා!

## සිත මැරුවොත් දුක ඉවරයි

මන, විඤ්ඤාණය කියන්නේ සිතට බව සාමාන්‍ය මතය යි. නමුත් එසේ ගැනීමේදී යම් පැටලීමක් සිදුවේ. **මන යනු අධ්‍යාත්මික ආයතනයකි.** මනස කියන්නේ ද මනටමය. ඇස, කණ, නාසය, දිව, කය සහ මන ලෙස ආයතන හයකි. මේවා සලායතන, අධ්‍යාත්මික රූප, අධ්‍යාත්මික ආයතන, ද්වාර යන වචනවලින් ද හඳුන්වයි. අධ්‍යාත්මික රූපවල ප්‍රසාද ස්වරූපයක් හෙවත් පැහැපත් ස්වභාවයක් පවතී. ඇසේ-වක්බු ප්‍රසාදය (මුං බැයක කොටස), කණේ-සෝත ප්‍රසාදය (කණ බෙරය), නාසයේ-සාණ ප්‍රසාදය (එළකුර හැඩැති කොටස), දිව-ජීවිහා ප්‍රසාදය (රස දැනෙන ස්ථාන), කයේ-කාය ප්‍රසාදය (ස්පර්ශය දැනෙන තැන්) සහ මනසේ මනෝ ප්‍රසාදය. (හෘදවස්තුවේ ලේ ධාතුව ආශ්‍රය කරගෙන පවතී) අධ්‍යාත්මික රූපවල පවතින ප්‍රසාද ස්වරූපය හෙවත් පැහැපත් ස්වභාවය නිසා බාහිර රූප, අධ්‍යාත්මික රූපවලට ඇදගැනීමක් හෙවත් යොමුවීමක් සිදුවේ. ඇසට-වර්ණ රූප, කණට-ශබ්ද රූප, නාසයට-ගන්ධ රූප, දිවට-රස රූප, කයට-ඵොට්ඨබ්බ රූප සහ මනට-ධම්ම රූප යොමු වීමක් සිදු වේ.

මන සුවිශේෂී වන්නේ අනෙකුත් ආයතන පහ සමඟ එකටම ක්‍රියාත්මක වන නිසා ය. තවද බාහිර රූප ස්පර්ශයේ දී මන මූලික වී සිත් සකස් කරයි. එනම් මන පූර්වාංගම ලෙස කටයුතු කරයි. වර්ණ රූප, ශබ්ද රූප, ගන්ධ රූප, රස රූප සහ ඵොට්ඨබ්බ රූප මනායතනය

තුළින් ම යොමු කරවයි. මෙසේ මනසේ ක්‍රියාත්මකභාවය **මනසිකාරය** ලෙස හඳුන්වයි. මන අදෘෂ්‍යමාන යි. මන ත් රූපයක් නිසා, එය ද පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ යන ධාතු හතරෙන් සෑදුණ දෙයකි. එමෙන්ම මන බැසගෙන ඇත්තේ ද මෙම ශරීරය තුළ යි. මනෝකාය (astral body) ලෙස නූතන යුගයේ හඳුන්වන්නේ මනමය. ශෛල්‍යකර්ම කළ සමහර රෝගීන් සිහිය ආ පසු සිදුකළ සියල්ල විස්තර කරනුයේ මෙම මනෝ කායෙන් දැකපු ඇහුණු දේවල් ය. මනෝ කායට තියුණු ඇස කණ ආදිය ඇතත් ඒවා අපගේ සන කය සමග පවතින විට ක්‍රියාත්මක නොවේ. භාවනා කර දියුණු අයෙකුට එම තියුණු ඉන්ද්‍රිය ක්‍රියාත්මක කළ හැකි ය. මරණය ත් සමඟ මන අපගේ කයෙන් ඉවත් වේ.

**විඤ්ඤාණය යනු දැනුවත් වීමේ ශක්තිය යි.** පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ, ආකාස, විඤ්ඤාණ ලෙස ධාතු හයකි. එනම් විඤ්ඤාණය ද ධාතුවකි. ස්වභාවික ශක්තියකි. එය අධ්‍යාත්මික රූපත් බාහිර රූපත් එකතු වන විට හට ගනී. **“ද්වයං පටිච්ච විඤ්ඤාණං සම්භෝති”**. විඤ්ඤාණ හයක් පිළිබඳ කථා කළත් ඇත්තේ එක විඤ්ඤාණයකි. හටගැනීමට උපකාර කරන ආයතනය මත ඊට නම යොදා ඇත. **“වක්ඛුං ච පටිච්ච රූපේ ච උප්පජ්ජති වක්ඛු විඤ්ඤාණං”** - ඇස ත් රූපය ත් ගැටීමෙන් වක්ඛු විඤ්ඤාණය ද, මෙලෙස කණ ත් ශබ්දය ත් ගැටීමෙන් **ශෝත විඤ්ඤාණය** ද, නාසය ත් ගන්ධය ත් ගැටීමෙන් **සාණ විඤ්ඤාණය** ද, දිව ත් රස ත් ගැටීමෙන් **ජීවිහා විඤ්ඤාණය** ද, කය ත් ඵොට්ඨබ්බය

ත් ගැටීමෙන් **කාය විඤ්ඤාණය** ද, මන ත් ධම්මය ත් ගැටීමෙන් **මනෝ විඤ්ඤාණය** ද, හට ගනී. එනම් විඤ්ඤාණයෙන් සිදුවන්නේ වර්ණ රූප, ශබ්ද රූප, ගන්ධ රූප, රස රූප, ඓච්චිකා රූප සහ ධම්ම රූප දැනුවත් වීමයි. විඤ්ඤාණය සකස් වන්නේ සත්ත්වයා තුළ පමණි. ගස් ගල් පර්වත ආදී භෞතික දේ තුළ විඤ්ඤාණය නොමැත. විඤ්ඤාණය දෘෂ්‍යමාන නොවන ශක්තියකි. **“විඤ්ඤාණං අනිදස්සනං”**. විඤ්ඤාණය තනිවම පැවැත්විය නොහැක. එයට නාම-රූප අවශ්‍ය වේ. එමෙන්ම නාම-රූපවලට ද විඤ්ඤාණය අවශ්‍ය වේ. දර මිටි දෙකක් කෙළින් අතට එකිනෙකට හේත්තු කර තැබීමට එම මිටි දෙක ම එකිනෙකට උපකාර කර ගන්නා සේ (**“විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං, නාමරූප පච්චයා විඤ්ඤාණං”**) ය.

**සිත කියන්නේ කුමක්ද? සිත යනු විඤ්ඤාණ-නාම-රූපයාගේ ක්‍රියාකාරීත්වයකි.** එමෙන්ම සිත යනු සකස් වූ ක්‍රියාකාරීත්වයකි. සිත ස්පර්ශ කළ නොහැක. දෘෂ්‍යමාන නොවේ. සිත තිබෙන තැනක් සොයා ගත නොහැක. සිත සකස් වීම සිදු වන්නේ සත්ත්වයා තුළ පමණි. අප ජීවත් වෙනවා කියලා කියන්නේ කුමක්ද? ඇහෙන්නේ රූප බලනවා, කණෙන් ශබ්ද අසනවා, නාසයෙන් ගන්ධ විඳිනවා, දිවෙන් රස විඳිනවා, කයෙන් ස්පර්ශ විඳිනවා, මනසෙන් මෙනෙහි කරනවා, කනවා, බොනවා, නානවා, ඇවිදිනවා, ඉඳගන්නවා, හිටගන්නවා, නිදාගන්නවා, අතපය නවනවා, දිගහරිනවා, එහෙ බලනවා මෙහෙබලනවා මෙහෙම කරන්න ඉබේට ම



පුලුවන්ද? සිතක් නැතිව. මෙම සෑම ක්‍රියාකාරිත්වයක් ම සිදුවන්නේ සිතක් සකස් වුවහොත් පමණි. මේ අනුව අපට නිගමනය කළ හැක්කේ, **බාහිරට විද්‍යාමාන වන්නේ ක්‍රියාකාරිත්වයක්, නමුත් ඒ තුළ සකස් වී ඇත්තේ සිතක් බව යි.** එනම් මෙම ක්‍රියාකාරිත්වයන් විග්‍රහ කර බැලීමේ දී සිතක ව්‍යුහය හඳුනාගත හැකි ය.

එහි දී සිදු වන්නේ අධ්‍යාත්මික රූපවල පවතින ප්‍රසාද ස්වරූපය හෙවත් පැහැපත් ස්වභාවය නිසා බාහිර රූප, අධ්‍යාත්මික රූපවලට ඇද ගැනීමක් හෙවත් යොමු වීමකි. එනම් ඇසට-වර්ණ රූප, කණට-ශබ්ද රූප, නාසයට-ගන්ධ රූප, දිවට-රස රූප, කයට-චෝට්ඨිබ්බ රූප සහ මනට-ධම්ම රූප යොමු වේ. එවිට විඤ්ඤාණය හට ගනී. දැන් තුනක් එකතු වී ඇත. එම තුනේ එකතු වීම එස්ස **“තින්තං සංගති එස්සෝ”** හෙවත් ස්පර්ශය ලෙස හඳුන්වයි. එස්ස යනු නාම ධර්මයකි. එසේ නම් නාම ධර්ම ද හටගෙන ඇත. නාම යනු අරමුණ කරා නැමෙන ස්වභාවය යි. මෙසේ නාම ධර්ම පහක් **සූත්‍ර පිටකයේ** පෙන්වයි. එනම් එස්ස, වේදනා, සංඥා, චේතනා සහ මනසිකාරය වශයෙනි. අභිධර්මයේ මීට අමතර ව ජීවිතේන්ද්‍රිය (ජීවත්වීම) සහ ඒකාග්‍රතාවය (එකඟවීම) ලෙස තවත් දෙකක් ඇත.

**එස්ස** යනු තුනක ස්පර්ශය යි. එනම් අධ්‍යාත්මික රූප බාහිර රූප සහ විඤ්ඤාණය යි. **වේදනා** යනු ස්පර්ශ වූණ රූපයට ඇති මනාප, අමනාප ස්වභාවය යි. මනාප නම් සුඛ වේදනාව ත්, අමනාප නම් දුක්ඛ වේදනාව ත්



මෙලෙස අනෙකුත් සෑම ක්‍රියාකාරීත්වයක් හෙවත් සිතක් තුළම ඇත්තේ අධ්‍යාත්මික රූප, බාහිර රූප, විඤ්ඤාණයේ සහ නාමධර්ම වල ක්‍රියාකාරීත්වයකි. එනම් විඤ්ඤාණ-නාම-රූපයාගේ ක්‍රියාකාරීත්වයකි. ඇහෙන රූප බලන සිතේ, කණෙන් ශබ්ද අහන සිතේ, නාසයෙන් ගන්ධ විඳින සිතේ, දිවෙන් රස විඳින සිතේ, කයෙන් ස්පර්ශ විඳින සිතේ, මනසෙන් මෙනෙහි කරන සිතේ කන සිතේ බොන සිතේ, ඇවිදින සිතේ යනාදී සියලු ම සිත් තුළ තිබෙන්නේ මෙම විඤ්ඤාණ-නාම-රූපයාගේ ක්‍රියාකාරීත්වය ම යි.

යම් පුද්ගලයෙකුගේ **අයෝනිසෝ මනසිකාරයෙන්** ක්‍රියාත්මක වන සෑම සිතක ම ඇලීම හා ගැටීම පවතින නිසා එම සිතේ තෘෂ්ණාව පවතී. තෘෂ්ණාව පවතී නම් උපාදානය වී භවය වේ. භවය වූ විට ජාති වේ. ඔහුට ජරා-මරණ උරුම ය. සසරේ යාමට අලුතින් කිසිවක් කළ යුතු නැත. පෙර කළ අයුරින් ම කා බී විවාහ වී රැකියාවක් කරගෙන ජීවත්වීම ඊට ප්‍රමාණවත් ය. මෙසේ සංස්කාර සකස් කරමින් සංසාරයේ දුකට පත්වන තමන් ගලවා ගත යුතුය. එය කළ හැක්කේ තමන්ටම ය. වෙන අයෙකු පිහිටට නොමැත.

සංසාර දුක යම් ප්‍රමාණයකින් හෝ අවබෝධ කළ බුද්ධිමත් පුද්ගලයා පෙර නොකළ දේ කිරීමට තම මනසිකාරය යොමු කරයි. ඔහු සිතේ ව්‍යුහය නුවණින් දැක එය මරා දමයි. එනම් අධ්‍යාත්මික බාහිර රූප සියල්ල ධාතු භතරෙන් සෑදුණු වේගයෙන් වෙනස් වන, ඇතිවීමක්

නැතිවීමක් පවතින, නිත්‍ය වශයෙන් ගැනීම නිසා දුකක් ඇති වන, තමාගේ වසඟයේ තබා ගත නොහැකි, තමාට පාලනය කළ නොහැකි “මම” “මගේ” කියා ගත නොහැකි, දේවල් බව අවබෝධ කරගනී. විඤ්ඤාණය මායාවක් බව අවබෝධ කරගනී. රූප එකතු වන තැන විඤ්ඤාණයේ ඇතිවීම ත්, එම රූප වෙනස් වන නිසා එම විඤ්ඤාණයේ නැතිවීම ත් අවබෝධයෙන්, මැරී මැරී උපදින විඤ්ඤාණයක් නැවත සකස් නොකළ යුතු බව නුවණින් දකී. එම විඤ්ඤාණයෙන් “මමෙක්” නැති බව අවබෝධ වේ. එමෙන්ම නාම ධර්ම යනු චෛතසික සමූහයක් පමණක් බව ත්, ඒවා ත් වෙනස් වන බවත් අවබෝධ කර ගනී. දැන් ඔහුට සිත යනු වෙනස් වන විඤ්ඤාණ-නාම-රූප ක්‍රියාකාරිත්වයෙන් සකස් වූවක් බවත්, එහි සතෙක් පුද්ගලයෙක් මමෙක් නොමැති බවත් අවබෝධ ය. එනම් ස්වභාවික ක්‍රියාකාරිත්වයක් තිබුණාට කරන්නට කෙනෙක් නොමැති බව අවබෝධ වේ. එ විට සිත මැරී යයි. නැවත උත්පත්තියක් නොමැත. කළ යුත්ත එය යි. දුක අවසාන ය. නිර්වාණය සාක්ෂාත් කරගැනීමට ඔබත් සිතේ ක්‍රියාකාරිත්වය නුවණින් දකින්න.

**“චිත්තේ චිත්තානුපස්සි විහරති ආතාපි සම්ප-  
ජානෝ සතිමා විනෙය්‍ය ලෝකේ අභිජ්ඣධා  
දෝමනස්සං”**

**සටහන**  
සබ්බ චිත්ත සාධාරණ සිතුවිලි හෙවත් නාමධර්ම සූත්‍ර පිටකයේ දැක්වෙන්නේ පහකි. නමුත් අභිධර්ම පිටකයේ හතකි. සියලු නාමධර්මයන් පනස් දෙකකි. (52)

## මෙතෙරින් එතෙරට

බුදු පියාණන් වහන්සේ **“මෙතෙර නමැති ලෝකය”** හැර දමා **“එතෙර නමැති ලෝකෝත්තර නිර්වාණය”** සඳහා ගමන් කරන ආකාරය සංයුක්ත නිකායේ සලායතන වග්ගයේ වේදනා සංයුක්තයේ ඇති **“ආසිව්සෝපම සූත්‍රය”** තුළින් පෙන්වා දුන් සේක.

පෙර භවයේ දී අවසාන සිත හෙවත් චුති සිතට අරමුණු වුණ පුඤ්ඤාභිසංඛාරයක් හෙවත් පිනක් නිසා අප සුගති භූමියක උප්පත්තියක් ලබා ඇත. නමුත් චුති සිතට අරමුණු වූයේ අපුඤ්ඤාභිසංඛාරයක් නම්, අප සතර අපායේ ඉපදීමට තිබුණි. එමෙන්ම අරුපාවචර ධ්‍යාන චිත්තයක් හෙවත් ආනෙඤ්ජාභිසංඛාරයක් අවසන් සිතට අරමුණු වූවා නම්, අප අරුපාවචර බ්‍රහ්ම ලෝකයන්හි උප්පත්තිය ලබයි. දුක අවබෝධ කරගෙන නොමැති නිසා හෙවත් අවිද්‍යාව හෙවත් මෝඛකම නිසාත්, තෘෂ්ණාව නමැති ඇලීම-ගැටීම නිසාත් අප නැවත උප්පත්තියක් ලබයි.

සූත්‍ර දේශනාවේ සාරය මෙසේය.

සංසාර ගමනේ දී මගේ නොවන සතර මහ භූතයන් සොරකම් කරගෙන යන සත්වයාට කර්මය නමැති රජතුමා විසින් උපතේ සිට මරණය දක්වා **විෂඝෝර සර්පයන් හතර දෙනෙක්** වැනි පඨවි-ආපෝ-තේජෝ-වායෝ යන ධාතුවලින් සැදුණ ශරීරයක් ලබා දී

ලෝකය තුළ සිරගත කරනු ලබයි. මෙම මෝඩ සත්වයා එම විෂ **සර්පයන්** හතර දෙනා දැක්වුණේ, හිසේත්, උදරයේත් වෙළා ගෙන, තමන්ට ආහරණ ලැබී ඇතැ'යි උදම් අනමින් ජීවත් වේ. තමන්ට අලංකාර, ජව සම්පන්න, බල සම්පන්න ශරීරයක් ලැබී ඇතැ'යි, සිතමින් කටයුතු කරනුයේ මේ නිසාවෙනි. අර්හත් සම්මා සම්බුදු පියාණන් වහන්සේ තමක් ලෝකයට පහළ වී "පින්වත් පුරුෂය, නුඹ කවා පොවා සතපවා නඩත්තු කරන ඔය විෂකුරු සර්පයන්ගෙන් අත් මිදෙන්න, ඔවුන් ඔබට දෂ්ට කිරීමෙන් මරණය හෝ මරණය හා සමාන දුකකට පැමිණෙන්නේ ය" යි අවිද්‍යා අඳුර දුරලමින් සත්‍යය දේශනා කරති. එවිට ප්‍රඥාවන්තයා, ධාතු සතරක් තමන්ගේ කරගෙන විඳින දුක අවබෝධ කරගෙන, විෂකුරු සර්පයන් අනහරු පළා යයි. වා, පින්, සෙම් කිපී අපව ලෙඩ කරන්නේ, මරණයට පත් කරන්නේ පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ ධාතු කිපීමෙනි. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ධාතු මනසිකාරය කමටහන දී ඇත්තේ මෙම විෂසෝර සර්පයන්ගෙන් මිදීමට ය.

මෙසේ සර්පයන් හතර දෙනාගෙන් මිදී පළා යන පුරුෂයා නැවත සිර කිරීමට කර්මය නැමති රජතුමා විසින් **වධකයන් පස් දෙනෙක්** පිටත් කර යවයි. මෙම වධකයන් පස් දෙනා නම් **පංච උපාදානස්කන්ධය** යි. නමුත් එම පුරුෂයා **රූපය පෙණගොඩක්** වැනි හර ශුන්‍ය දෙයක් බව තේ, **වේදනාව දියබුබුලක්** වැනි ඇතිවන තැන ම නැතිවන දෙයක් බව තේ, **සංඥාව මිරිඟුවක්** වැනි ඇතට තිබෙන බව පෙනුණ තේ කොතරම් ළඟට ගියත්

අල්ලාගත නොහැකි මුසාවක් බව ත්, **සංඛාර කෙසෙල් කඳක්** මෙන් එකිනෙකට එහි පවතින අරටුවක් නොමැති දෙයක් බව ත්, **විඤ්ඤාණය මායාවක්** මෙන් සත්‍ය වශයෙන් ම නොපවතින දෙයක් පවතින බව අඟවමින් මූලා කරන්නක් බවත් අවබෝධයෙන් එම වධකයන් පස්දෙනාට හසු නොවී පළා යයි.

කර්මය නමැති රජතුමා විසින් වධකයන් පස් දෙනාගෙනුත් මිදී පළා යන පුරුෂයා අල්ලා ගැනීමට වැලි කෙළියේ පටන් එකට සිටි එම පුරුෂයාගේ හොඳම මිතුරෙක් හයවෙනි **(සවන) වධකයා** ලෙස පිටත් කර යවයි. මෙම මිතුරු වේශයෙන් එන සවන වධකයා වනුයේ **නන්දි රාගය** යි. කුඩා කල සිට එකටම මිත්‍රව කටයුතු කරන නන්දි රාගය පළා යන පුරුෂයාගේ මනාප අමනාපකම්, ඇලීම් ස්වභාවයන් සියල්ල දැනී. යමකට කැමති නම්, එයට ඇලෙන්නේ නන්දි රාගය නිසා ය. මෙම වධකයාගෙන් මිදීම අපහසු ය. නමුත් යමකට ඇලීමෙන් තමන් දුකට පත් වන බව අවබෝධ කර ගෙන, මෙම පුරුෂයා සවන වධකයාටත් හසු නොවී පළා යයි.

මෙසේ පළා යන පුරුෂයාට හිස් ගමක් මුණගැසෙයි. මෙහි ඇති ගෙවල් හිස් ය. කැමට බීමට යමක් සෙව්වත්, එහි ඒවා ඇත්තේ නැත. මෙම හිස් ගෙවල් යනු **අධ්‍යාත්මික ආයතන** හෙවත් ඇස, කණ, නාසය, දිව, කය, මන වේ. මේවා හිස් ගෙවල් වන්නේ එහි ආහාර නොමැති නිසා ය. ඇසට ආහාර ලෙස වර්ණ රූප ත්, කණට ආහාර ලෙස ශබ්ද රූප ත්, නාසයට



ආහාර ලෙස ගන්ධ රූප ත්, දිවට ආහාර ලෙස රස රූප ත්, කයට ආහාර ලෙස ඓච්චිඛිඛ රූප ත්, මනට ආහාර ලෙස ධම්ම රූප ත් ලැබේ. මෙසේ අධ්‍යාත්මික රූප නැවත නැවත සාදන්නේ ඒවාට අරමුණු ලැබෙනවා නම් පමණි. එසේ අරමුණු නොමැති වුවහොත් ඒවා හිස් ගෙවල් බඳු ය. අන්ධයාගේ ඇස හිස් ගෙයකි. මන්ද? ඊට අරමුණු ගැනීමට නොහැකි නිසාවෙනි.

මේ යථාර්ථය දැක ගත් පුරුෂයා හිස් ගෙවල්වලින් ඉවත් ව ගසක් මුල වැනි රෙයි. එවිට සද්ධර්මය නමැති කළ්‍යාණ මිත්‍රයා “පින්වත් පුරුෂය, මෙම ගමට ගම් පහරනා සොරු හය දෙනෙක් පැමිණෙති. වස්තුවක් නැති තොප ව සොරකමෙහි යොදවා හෝ වහල් හිමියෙකුට විකුණා හෝ ඔවුන්ගේ අරමුණු ඉටුකර ගනිවි. වහාම මෙතනින් පිට ව යන්න” යි ප්‍රකාශ කරයි. ඔහු එබස් අසා සොරු හය දෙනාගෙන් මිදී පළා යන්නේ ය. මෙම **සොරු හය දෙනා** යනු **බාහිර රූප** යි. එනම් වර්ණ රූප, ශබ්ද රූප, ගන්ධ රූප, රස රූප, ඓච්චිඛිඛ රූප සහ ධම්ම රූප යි. වර්ණ රූපය ඇස පැහැර ගනී. ඇස විවිධ රූපවලට යොමු කරමින් ඇස සොරකමේ යොදවයි. එමෙන්ම ශබ්ද රූප කණ පැහැර ගනී. ඒ තුළින් කණ විවිධ ශබ්දවලට යොමුකරමින් කන සොරකමේ යොදවයි. මෙලෙස මගේ නොවන දෙයක් මගේ කර ගැනීමට මෙම බාහිර රූප පොළඹවන නිසා ඒවා සොරුන් ලෙස හැඳින්වේ.

ගම් පහරන සොරුන්ගෙන් මිදී පළා යන



පුරුෂයාට ගව් සතරක් පළල ගව් සතරක් ගැඹුරු ගංගාවක් මුණ ගැසෙයි. මෙම ගංගාවෙන් කෙසේ හෝ එගොඩ වන ලෙස සද්ධර්මය නමැති කළණ මිතුරා උපදෙස් දෙයි. මෙම ගංගාව නම් සතර ඕසයෝ ය. එයින් කාම ඕසය නමැති සැඩපහරින් ද, භව ඕසය නමැති සැඩ පහරින් ද, දිට්ඨි ඕසය නමැති සැඩ පහරින් ද, අවිජ්ජා ඕසය නමැති සැඩ පහරින් ද මිදී මෙතෙරින් එතෙරට යා යුතුය.

මෙම පුරුෂයාට ගංගාව තරණය කිරීමට කිසිදු ඒදුණ්ඩක්, පාලමක් හෝ ඔරුවක් නොමැත. තමන්ගේ මහන්සියෙන් ම නොකැඩෙන පහුරක් සාදාගත යුතුය. මෙම පහුර වන්නේ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයයි. එනම් සම්මා දිට්ඨි, සම්මා සංකප්ප, සම්මා වාචා, සම්මා කම්මන්ත, සම්මා ආජීව, සම්මා වායාම, සම්මා සති සහ සම්මා සමාධි යන අංග අටෙන් යුත් මාර්ගය යි.

දැන් එම පුරුෂයා සාදා ගත් පහුරෙන් එගොඩ වී අතපය වෙහෙසා ගංගාව තරණය කරයි. මෙසේ අතපය වෙහෙසීම වීර්යය ලෙස හැඳින්වේ. එනම් සතර සමාසක් ප්‍රධාන වීර්ය වඩා අකුසලයන් මර්දනය කරමින්, කුසලයන් වර්ධනය කරමින් ඉදිරියට යයි. එම පුරුෂයා මෙසේ ගංගාවේ ගව්වක් තරණය කළ තැන, සෝතාපන්න වේ. ගව් දෙකක් තරණය කළ තැන, සකාදාගාමී වේ. ගව් තුනක් ගිය තැන, අනාගාමී වේ. ගව් හතර ම තරණය කර ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය නමැති පහුර ද අතහැර දමා එතෙර ඇති අභයභූමිය ට පැමිණ බ්‍රාහ්මණයෙක්

වශයෙන් සිට ගනිමින් ඒ උතුම් පුරුෂයා අර්හත්වයට පත් වේ.

මෙතෙර ලෙස හඳුන්වනු ලබන ලෝකය තුළ ඇත්තේ දුකකි. ලෝකය ලෙස හඳුන්වන්නේ බලියක් පමණ උසට ඇති මනස සහිත කය නමැති අපගේ ජීවන පැවැත්ම යි. පුද්ගලයාගේ ජීවන පැවැත්ම තුළ ජාති, ජරා, ව්‍යාධි, මරණ යනාදී දුක් ඇත. නැවත නැවත ඉපදීමෙන් මෙම දුකින් මිදිය නො හැක. දුකින් මිදිය හැක්කේ ජාතිය ක්ෂය කිරීමෙනි. ජාති, ජරා, ව්‍යාධි, මරණ යනා දී දුක් සියල්ල ම සැකෙවින් ම පංච උපාදානස්කන්ධය ලෙස හඳුන්වයි. සක්කාය දිට්ඨිය ලෙස හඳුන්වන්නේ පංච උපාදානස්කන්ධය නිත්‍ය, සුඛ, ආත්ම ලෙස ගැනීම යි. බුදු පියාණන් වහන්සේ පුරුෂයා ලෝකය හෙවත් මෙතෙර තුළ බැඳුනබන බන්ධනයන් මෙසේ උපමා උපමේය ඇසුරින් දේශනා කළ සේක.

- **රජකුමා** - පුරුෂයා සසරේ ගෙන යන කර්මය යි
- **විෂඝෝර නාගයන් සතර දෙනා** - සතර මහ භූතයන් ය. (පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ)
- **වධකයන් පස් දෙනා** - පංච උපාදානස්කන්ධය යි
- **සවන වධකයා** - නන්දි රාගය යි
- **හිස් ගෙවල් සහිත ගම** - අධ්‍යාත්මික රූප හය යි (ඇස, කණ, නාසය, දිව, කය, මන)

- **ගම් පහරන සොරුන් හය දෙනා** - බාහිර රූප සි (එනම් වර්ණ රූප, ශබ්ද රූප, ගන්ධ රූප, රස රූප, චොට්ඨබ්බ රූප සහ ධම්ම රූප)
- **තරණය කළ යුතු ගංගාව** - සතර ඕසයෝ ය (කාම ඕස, භව ඕස, දිට්ඨි ඕස, අවිජ්ජා ඕස)
- **පහුර** - ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය සි
- **අතින් පයින් වැයම් කිරීම** - උට්ඨාන වීර්යය සි

ලෝකයෙන් එතෙර වීමට උපකාර කරගත යුත්තේ ලෝකය තුළ ම ඇති දෙයකිනි. එනම් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය සි. නමුත් එතෙර වුවාට පසු මෙතෙර ඇති දේවලින් එලක් නැත. එබැවින් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය නමැති පහුරක් අතහැරිය යුතුය. දැන් එම පුරුෂයා කිසිදු බැඳීමක් නැති, බියක් නැති, සැකක් නැති එතෙර නමැති අභයපුරයට ගොඩබැස, එහි බ්‍රාහ්මණවංශ ඇති ව අභිෂේක ලබනවා සේ ම උතුම් අරිහත්වයට පත්වන්නේ ය.

අපත් අධිෂ්ඨානයෙන්, උත්සාහයෙන් හා වීර්යෙන් යුතුව ලෝකයෙන් අතමිඳි ලෝකෝත්තර නිර්වාණයට ගමන් කිරීමට සද්ධර්මය පවතින මෙම කාලය තුළම කටයුතු කළ යුතුය. අති දුර්ලභව ලැබෙන සද්ධර්මයෙන් ප්‍රයෝජන ගෙන දුක් ඇති මෙතෙරින් දුක් නැති එතෙරට ගමන් කරමු.

### තුඹස සාරන්ත

අන්ධ වනයේ රාත්‍රී කාලයේ භාවනා කරන කුමාර කාශ්‍යප තෙරණුවන් සමීපයට ආලෝකය පතුරුවමින් පැමිණි එක්තරා බුන්ම රාජයෙකුගේ ප්‍රකාශයක් ආශ්‍රයෙන්, බඹයක් පමණ උසට ඇති ජීවන පැවැත්ම හෙවත් ලෝකය නමැති තුඹස සාරා, එය අවබෝධ කර ගන්නා ආකාරය මනා උපමා උපමේය සහිත ව **මජ්ඣිම නිකායේ** එන **වම්මික සූත්‍රයේ** විස්තර කරයි. වම්මික යනු තුඹස යි. බුන්ම රාජයා මෙසේ කියයි.

**“මහණ, මහණ, රාත්‍රියේ දුම් දමන දහවලේ ගිනි ගන්නා තුඹසක් ඇත. බ්‍රාහ්මණයෙක් මෙසේ කියයි. ‘සුමේධය, මෙම තුඹස ආයුධයක් ගෙන සාරව. එසේ සාරන්තා වූ තොප හට පිළිවෙලින් දොර අගුලක්, පුම්බන වර්ගයේ මැඩියෙක්, දෙමං සංන්ධියක්, අළු පෙරහනක්, ඉදිබුටෙක්, මස් කපන කැත්තක් සහ මස් ලොඹුවක්, මස් වැදැල්ලක් හමු වේවි. ඒ සියල්ල ම ගොඩ දමා අවසානයේ හමු වන නාගරාජයා නොගටව. නාගයාට නමස්කාර කරව”යි**

පසුව භාග්‍යවතුන් වහන්සේ යම් ආකාරයකින් මෙහි අර්ථය පැහැදිලි කරයි ද ඒ ආකාරයෙන් ම පිළිගන්නා ලෙස කුමාර කාශ්‍යප තෙරණුවන්ට දන්වා බුන්මරාජ තෙම අතුරුදහන් වූයේ ය.

පසුව තථාගතයන් වහන්සේ ඉහත උපමා මෙසේ සවිස්තර ව වදාළ සේක.

**තුඹස** යනු සතර මහ ධාතූන්ගෙන් සැදුණ මව පියා නිසා පහළ වුණ ආහාරයෙන් පෝෂණය වන, වෙනස් වන්නා වූ තමන්ගේ කය හෙවත් රූපය යි. **රාත්‍රියේ දුම් දැමීම** නම් හෙට කළ යුතු දේ රාත්‍රී කාලයේ දී සිතීම යි. **දහවලේ ගිනි ගැනීම** නම් රාත්‍රියේ සැලසුම් කළ ලෙස දහවලේ වැඩ කිරීම යි. **බ්‍රාහ්මණයා** යනු තථාගතයන් වහන්සේ යි. **සුමේධ** යනු ශේඛ පුද්ගලයා යි. එනම් සෝවාන් මාර්ගස්ථයාගේ සිට රහත් මාර්ගස්ථයා දක්වා පුද්ගලයන් සත් දෙනා ය. **ආයුධය** යනු ප්‍රඥාව යි. **සාරව** යනු වීර්ය යි. **දොර අගුල** යනු අවිද්‍යාව යි. **පුම්බන වර්ගයේ මැඩියා** යනු ක්‍රෝධ උපායාසය යි. **දෙමං සංන්ධිය** යනු විවිකිච්ඡාව යි. **අළු පෙරහන** යනු පංච නිවරණ යි. **ඉදිබුවා** යනු පංච උපාදානස්කන්ධය යි. **මස් කපන කැත්ත සහ මස් ලොඹුව** යනු පංච කාම ගුණයන් වේ. **මස් වැදැල්ල** යනු නන්දි රාගය යි. **නාගයා** යනු රහතන් වහන්සේ යි.

බුදු පියාණන් වහන්සේ දේශනා කළේ බඹයක් පමණ උසට ඇති මෙම කය මූලික කරගෙන ඇති ජීවන පැවැත්ම හෙවත් ලෝකය වීද, **(ලෝකවිදු බුදුගුණය)** එනම් ලෝකය සාරා බලා අයහපත් දේ ඉවත් කරමින් ඉදිරියට ගමන් කරන ලෙස යි. තමා තුළින් ම **“පව්වත්තං වේදිතබ්බෝ”** ලෝකවිදු නමැති බුදුගුණය දැකගෙන අසාර, දුක්ඛිත ලෝකයෙන් අතමිදෙන ලෙසයි. මෙය ධර්මය තුළින් බුදුන් දැකීම යි. එහි දී ඇතිවන්නේ ආකාරවතී ශ්‍රද්ධාව යි. මෙසේ ලෝකය අතහැර ලෝකෝත්තර නිවනට ගමන් කරන පුද්ගලයා ආර්ය

පුද්ගලයෙකි. ඔහු බුදු ගුණ, දම් ගුණ, සඟ ගුණ දකිමින් මහත් ශ්‍රද්ධාවෙන් භාග්‍යවතුන් වහන්සේ නමැති බ්‍රාහ්මණයාගේ වචනය අනුව ගමන් කරන්නෙකි. සුමේධය නමැති ශේඛ පුද්ගලයා සාරන්තේ සතර මහා ධාතුන්ගෙන් සද්දුණ තුඹස යි. මෙසේ සද්දීමට ආයුධයක් අවශ්‍ය ය. එය ප්‍රඥාව යි. **“මෙම ධර්මය ප්‍රඥාවන්තයාට යි. මෝඛයාට නො වේ”** ලෙස දේශනා කර ඇත්තේ මේ නිසාවෙනි. ආයුධය තිබුණත් සාරන්තේ නැත්නම් ඉන් පලක් නැත. සද්දීම යනු විරියය යි. සිදුහත් තවුසාණන් වහන්සේ වජ්‍රාසනය මත තැන්පත් වී **“මාගේ සම් මස් ලේ නහර වියලේවා. බුදු වී මිස මෙම ආසනයෙන් නො නැගිටිමි”** යි විරියය ගත්හ. එවැනි විරියයක් නොමැති ව ලෝකය නමැති තුඹස සද්දිය නො හැක. ටිකක් සාරා ‘දැන් ඇති පස්සෙ සාරනවා’ ලෙස සිතුවහොත් ඉන් කුසීත බව ඇති වී, ප්‍රමාදය ඇති වේ. ප්‍රමාදය සසර දිගුකරන කරුණකි. තමන්ගේ ජීවන පැවැත්ම තුළ රාත්‍රියේ දී ඊළඟ දවසේ උයන්න, පිහන්න, වැඩට යන්න, සහ අනෙකුත් කටයුතු සඳහා දුම් දමනවා ලෙස සැලසුම් කරනවාදැයි බලන්න. මෙම සියලු සැලසුම් දවල් කාලයේ දී ගිනි ගන්නාක් සේ ක්‍රියාත්මක කරනවා නේද? යථාර්ථය අවබෝධ කර ගැනීමට සද්දිය යුත්තේ මෙම තුඹසමයි. දැන් ඉතින් සාරන්න.

‘දැන් අවිද්‍යාව නමැති දොර අගුලක් හමුවෙනවා. අඳුරෙන් එළිය දැක ගන්න බැරි මෙම දොර ඇරගන්න බැරි නිසා. සත්‍යය සත්‍යය වශයෙන් පිළිනොගැනීම තමයි දොර අගුල. වතුරාර්ය සත්‍යය අවබෝධයෙන්

අවිද්‍යාවෙන් මිදිය හැකියි. එනම් සත්‍ය වූ දුක, දුක වශයෙන් දකින පුද්ගලයා දොර අගුළ ඉවත් කරයි.

**‘දැන් ක්‍රෝධ උපායාසය නමැති පුම්බන වර්ගයේ මැඩියා** හමු වෙනවා’. ‘ඇයි ක්‍රෝධ කරන්නේ. තමන් සිතපු විදියට කිසිවක් සිදු වන්නේ නැති වුණාම ක්‍රෝධ කරනවා. අපි ජාති උනාට පස්සේ ජරා, ව්‍යාධි වෙනකොට එය දරා ගන්න බෑ. පෙර කය දැන් නෑ. ‘කෙස් පැහිලා, හම රැළි වැටිලා, දත් වැටිලා, දැන් ඉස්සර විදියට මොකුත් කරන්න බෑ. කොච්චර ආලේපන ගැවත් වැඩක් නෑ. උපායාසය ට පත්වීම ම යි සිදුවන්නේ. මේ නිසා තමන් සමඟ ත් අන් අය සමඟ ත් කේන්තියෙන් ම යි ජීවත් වෙන්නේ’. තමන් දැන් රැකියාවට යන්න කැමති නෑ. නමුත් හදාගත්ත ගෙවල් දොරවල්, යාන වාහන, අඹුදරුවන් ආදී සංස්කාර නිසා අකමැත්තෙන් වැඩපළ කරයි. මෙහිදී ඇති වන ක්‍රෝධය නිසාම උපායාසයකට පත් වේ. එය **ක්‍රෝධෝපායාස** ලෙස හැඳින්වේ. ‘හැමදාම පෙර විදියට ඉන්න බෑ. සියල්ල වෙනස් වෙනවා. සංස්කාර බිඳෙනවා.’ මේ බව අවබෝධයෙන් ක්‍රෝධ උපායාසයෙන් මිදිය හැකි යි.

ප්‍රඥා ආයුධයෙන් තවත් සාරන විට **විචිකිච්ඡාව** නමැති **දෙමං සන්ධියක්** හමු වේ. දැන් කුමන පාරක යා යුතුද? යන ප්‍රශ්නය ඇති වේ. බුදු පියාණන් වහන්සේ කෙරෙහි ශ්‍රද්ධාව ඇති කෙනා ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය ම තෝරා ගනී. එමෙන්ම එය නියමාකාරයෙන් භාවිත කරයි. තමා තුළින් ම දහම අවබෝධ වන විට මාර්ගය පිළිබඳ සැක නැති වේ.



සැක හැර තවත් සාරන විට **පංච නීවරණ** නමැති අළු පෙරහන මතු වේ. නිවන අනුරන ධර්මතා පහ ඉවත් කළ යුතුය. එනම් කාමච්ඡන්දය, ව්‍යාපාදය, ථීනමිද්ධය, උද්ධච්ච කුක්කුච්ඡ, විචිකිච්ඡාව යන බාධකයන් ය. **කාමච්ඡන්දය** හෙවත් කාමයට ඇති කැමැත්ත නැති කිරීමට අසුභය ද, **ව්‍යාපාදය** හෙවත් තරහ නැති කිරීමට මෛත්‍රිය ද, **ථීනමිද්ධය** හෙවත් කම්මැලි, උදාසීන, නිදිමත ස්වභාවය නැති කිරීමට **ආලෝකය වැඩීම** හා **වීර්යය** ද, **උද්ධච්චය** හෙවත් සිතේ විසිරුණ ස්වභාවය නැති කිරීමට **සතිය** ද, පසුතැවීම හෙවත් **කුක්කුච්චය** නැති කිරීමට ත් **සතිය** ද, **විචිකිච්ඡාව** හෙවත් සැකය නැති කිරීමට **ශ්‍රද්ධාව** ද ඇති කරගෙන දියුණු කළ යුතුය. එ විට නීවරණ හෙවත් අළු පෙරහන උදුරා දැමිය හැකි ය.

තවත් තුඹස සාරන විට හමු වන්නේ **ඉදිශ්‍රීවා** නමැති **පංච උපාදානස්කන්ධය** යි. රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ, නමැති උපාදානස්කන්ධයන් ඉවත් කළ යුතුය. අධ්‍යාත්මික සහ බාහිර **රූප** සතර මහා ධාතුන්ගෙන් සෑදුණ නිතර ම ඇති වන නැති වන, **පෙණ ගොඩක්** මෙන් හරයක් නොමැති දෙයක් ලෙස සලකා ඉවත් කළ හැකි ය. **වේදනා** ත් (සුඛ, දුක්ඛ, අදුක්ඛමසුඛ) **දිය බුබුලක්** ලෙස ඇති වන නැති වන දෙයක් සේ සලකා ඉවත් කළ හැකි ය. **සංඥා** සියල්ල **මිරිඟුවක්** ලෙස සලකා මුලාවෙන් මිදිය හැකි ය. **සංස්කාර, කෙසෙල් කඳක්** මෙන් සෑදූ දේ ම නැවත සාදා ඇති බව ත්, එකිනෙක මත එකී ඇති කෙසෙල් පතුරු ගැල වූ පසු ඉතිරි වන දෙයක් නොමැති බව අවබෝධයෙන් ඉන්



මිදිය හැකිය. එ මෙන් ම **විඤ්ඤාණය මායාවක්** වැනි දෙයක් බවත්, එය ද ධාතුවක් බවත්, සත්‍ය වශයෙන් නැති දේවල් ඇති වශයෙන් පෙන්වන බවත් අවබෝධයෙන්, එයත් ඉවත් කළ හැකි ය.

ප්‍රඥා ආයුධයෙන් තුඹස තව දුරටත් සාරන විට **පංච කාමයන්** නමැති **මස් කපන කැත්ත** සහ **මස් ලොඹුව** හමු වේ. ඉෂ්ට-කාන්ත-මනාප රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ඵොට්ඨබ්බ යෝ ය. මේවායේ ආශ්වාදය සහ ආදීනව දැක නිස්සරණය කළ හැකි ය. ඇසට, කණට, නාසයට, දිවට, කයට, ස්පර්ෂ වන පංච කාමයන් මගේ කියා ගැනීමෙන් ඇති වන දුක්ඛය ත්, ඒවායේ ආදීනවත් දැක අතහැරීමෙන් එයින් මිදිය හැකි ය.

තව දුරටත් මෙම තුඹස සැරීමේදී **නන්දි රාගය** නමැති **මස් වැදැල්ල** හමු වේ. පෙර කාමයන් නැවත පැතීමෙන් ඇතිවන තෘෂ්ණාව, නන්දි රාගය යි. නැවත එසේ පැතුව ද පෙර දේ නො ලැබෙන බව එනම් පෙර පැවති ස්පර්ෂය නැවත නොලැබෙන බව අවබෝධයෙන්, මෙයින් මිදිය හැකි ය. උදාහරණයක් ලෙස පෙර දැක ඇති රූපයක් නැවත පැතුවත්, එම රූපය ත්, ඇස ත් වෙනස් වී ඇත. අතීත දේ නොමැත. විඤ්ඤාණයෙන් දැනුවත් වී ඇත්තේ ද වෙන රූපයන් වේ. එනම් පෙර විඤ්ඤාණය ත් නොමැත. මේ අනුව ඇස ත් රූපය ත් ගැටෙන සෑම මොහොතකම විඤ්ඤාණය ත් මැරී මැරී උපදින බව අවබෝධයෙන්, ස්පර්ශය “මගේ” කර ගත නොහැකි වේගයක් පමණක් බව දකිමින්, ස්පර්ශය



## නොසැලෙන සිත

**“යථිත්දබ්ලො පයවිංසිතො සියා- චතුබ්භි වාතේහි අසම්පකම්පියො”** යම් සේ පොළොවෙහි බැස ගත් ඉන්ද්‍රබිලය සිව් දිගින් හමන සුළඟින් සෙලවිය නොහැක්කේ යම් සේ ද **“තදුපමං සප්පුරිසං වදාමි - යො අරිය සච්චානි අවෙච්ච පස්සති”** ආර්ය සත්‍ය නුවණින් අවබෝධ කළ සත්පුරුෂයා ඉන්ද්‍රබිලයක් ලෙස නො සැලී සිටින්නේ ය.

අෂ්ට ලෝක ධර්මයන් හි අකම්පිත ව සිටීමට නම් තමන්ට ලැබෙන ඕනෑම දෙයකට උපේක්ෂාවෙන් මුහුණ දීමේ හැකියාව තිබිය යුතුය. ලාභ-අලාභ, යස-අයස, නින්දා-ප්‍රශංසා, සැප-දුක, ඵදිනෙදා ජීවිතයේ දී තමන්ට ලැබෙන දේවල්ය. සාමාන්‍යයෙන් මේවායින් ධනාත්මක දේ ලැබෙන විට සතුටු වෙයි. සෘණාත්මක දේ ලැබෙන විට දුක් වෙයි. මීට හේතු වන්නේ ලාභ-යස-ප්‍රශංසා-සැප යනාදී යහපත් ප්‍රතිඵල බලාපොරොත්තුවෙන් සිටීමත් ඒවාට ඇලීමත්, අලාභ-අයස-නින්දා-දුක ආදිය බලාපොරොත්තු නොවීමත් සහ ඒවාට ගැටීමත් ය.

තමන්ගේ ජීවන පැවැත්ම හෙවත් පංච උපාදානස්කන්ධ ක්‍රියාදාමය අවබෝධ කරගෙන කිසිවකට නොසැලෙන සිතක් ඇති කරගත හැකි ය. අප සැලෙන්නේ සෑම සිතක ම පවතින රූප වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන පංච උපාදානස්කන්ධයේ

යථාර්ථය නො දන්නා නිසා ය. යමක් දිනා බලාගෙන සිටියත්, යමක් අහගෙන සිටියත්, යමක් ආඝ්‍රාණය කරගෙන සිටියත්, යමක් රස විඳගෙන සිටියත්, යමක් ස්පර්ශය ලබමින් සිටියත්, යමක් මෙනෙහි කරමින් සිටියත්, කමින් බොමින් ඇවිදිමින් ආදී කුමන ක්‍රියාවක යෙදී සිටියත් ඒ සෑම සිතක ම පංච උපාදානස්කන්ධය හට ගනී. මෙම සිත උපාදානය නොකර ගන්නේ නම්, එම සිත නො සැලේ.

**රූප අවබෝධයෙන් නො සැලීම**

මහණෙනි, “බිඳේ” නුයි එයින් රූප යයි කියනු ලැබේ. සීතලෙන්, උෂ්ණයෙන්, සා පිපාසාදියෙන් ද, මැසි මදුරු සර්පයින් ආදී සතුන්ගේ ස්පර්ශයෙන් ද බිඳෙන දේ රූප වේ. එ මෙන් ම පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ යන සතර මහා ධාතුන්ගෙන් සෑදුණ සියල්ලට ද රූප යැයි කියනු ලැබේ.

තමන්ගේ කය ද රූපයකි. ගස් ගල් පර්වත ආදිය ත් රූප වේ. මේවා කඩා වෙන්කර බැලූවිට පෙර ස්වභාවය දක්නට නො ලැබේ. උදාහරණයක් ලෙස කාන්තාවක් හෝ පුරුෂයෙක් කෙස්, ලොම් ආදී කොටස්වලට වෙන් කළ පසු එතැන එවැනි කෙනෙක් නැත. එම කොටස් ද නැවත කඩා බිඳ වෙන් කර බැලූ විට මුල් රූපය එතැන නො පවතී. මෙලෙස වෙන් කළ හැකි කුඩා ම කොටස බුදු පියාණන් වහන්සේ “රූප කලාපයක්” ලෙස නම් කර ඇත. එහි ඇත්තේ පඨවි-තද ගතිය, ආපෝ-වැගිරෙන හෝ ඇලෙන සුළු ගතිය, තේජෝ-උෂ්ණ සීතල බව,

**වායෝ-හමා** යන ස්වභාවය එනම් පිම්බෙන හැකිලෙන ස්වභාවය යි. මේවා ස්වභාව ධර්මයේ ශක්තීන් හතරකි. කිසි විටෙක වෙන්කළ නො හැක. සෑම විටම විවිධ ස්වභාවයන්ට වේගයෙන් වෙනස් වේ. මෙවැනි රූප කලාප අසංඛ්‍යය කෝටි ප්‍රකෝටි ගණන් එකතු වී සෑදී ඇති අපගේ කය වැනි රූප ද ගස්වැල් ආදිය ද දිරන්නේ, වයසට යන්නේ, මෙම රූප කලාපයන් වේගයෙන් වෙනස් වන නිසාය. මෙවැනි රූපයන් නැවත නැවත පතන්නේ එහි යථාර්ථය නො දැනීම නිසාය. රූප වේගයෙන් වෙනස්වන නිසාත්, තමන්ට එය පාලනය කළ නොහැකි නිසාත්, එය මගේ කියා අල්ලා ගැනීමෙන් දුකක් ඇති වන නිසාත්, පෙන ගොඩක් මෙන් හර ශුන්‍ය දෙයක් නිසාත් ඒ බව සැලකිල්ලට ගැනීමෙන් රූපය පිරිසිඳ දැකිය හැකි ය. එවිට ඕනෑම රූපයක් ඇති වුණත් නැති වුණත් තමන්ගේ සිත නොසැලේ. ඊට හේතුව වන්නේ රූපය මගේ දෙයක් නොවන බවට වන අවබෝධය යි.

**වේදනාව අවබෝධයෙන් නො සැලීම**

මහණෙනි, “වළඳ කෙරේ” නු යි එයින් වේදනා යි කියනු ලැබේ. යම් අරමුණක් ස්පර්ශයෙන් ලබන සුඛ, දුක්ඛ, අදුක්ඛමසුඛ වේදනාවෝ ය. එනම් වේදනාව හට ගන්නේ ස්පර්ශයෙනි. “එස්ස පච්චයා වේදනා.”

යම් මනාප අරමුණක් තුළින් සුඛ වේදනාව ත් එම නිසා විපරිනාම දුක්ඛතාවයක් ඇති වන බව ධර්මයේ සඳහන් වේ. උදාහරණයක් ලෙස තමන්ට වාහනයක් ඇත්නම් හොඳයි කියන මනාප අරමුණින් ඇති වන සුඛ

වේදනාව අත්පත් කර ගැනීමට මහත් උපායාසයකින් ණය ආදිය ලබා ගනිමින් ගමන් කරයි. වාහනය ගැනීමත් සමඟ ම සුඛ වේදනාව අත්පත් වුව ද, එය ඒ මොහොතේ ම දුක්ඛයක් බවට පත් වේ. දැන් වාහනය පරිස්සම් කිරීමට සිදු වේ. එය **පීඩාවකි**. එ මෙන් ම **පෙර නො වූ බියක් දැන් ඇත**. දිය බුබුලක් මෙන් සුඛ වේදනාව නැතිවන විට ම දුක්ඛ වේදනාව ඇතිවීමෙන් **විපරිනාම දුක්ඛතාව** ඇති වී ඇත.

අත්පත් කර ගත් වාහනය නඩත්තු කිරීමට සිදු වේ. තෙල් ගැසීමට, ගරාජ් ගානේ රස්තියාදු වීමට, කල්බදු වාරික ගෙවීමට, ආදායම් බලපත්‍ර ලබා ගැනීමට, රක්ෂණය කිරීමට සිදුවේ. මේවා කරන්නේ **අමනාප සිතකිනි**. එනම් අමනාප අරමුණක් සමඟ ම දුක්ඛ වේදනාව ත්, **දුක්ඛ දුක්ඛතාවය** ත් ඇති වන බව යි.

කාලයක් යන විට දුක්ඛයන්ට සිත පදම්වීමක් සිදු වේ. දැන් වාහනය පරණ වෙලා, පොල් පවා පටවයි. කඹවලිනුත් ගැට ගසයි. නමුත් තමන්ට වාහනයක් තිබෙන බව පිළිගෙන කටයුතු කරයි. මෙසේ **මෝහය නිසා** අදුක්ඛම සුඛ වේදනාවෙන් සාදන සංඛාරත් සාදන මොහොතේ ම බිඳෙන බව නොවැටහේ. එහි දී ඇති වන දුක්ඛතාව **සංඛාර දුක්ඛතාව** ලෙස හැඳින්වේ.

ඇස, කණ, නාසය, කය, මන ආදී ඉන්ද්‍රියන්ට මනාප අරමුණක් ආවත්, අමනාප අරමුණක් ආවත්, මනාපත් නැති අමනාපත් නැති අරමුණක් ආවත්, ඒවා

ඇවිත් ආපසු යන දේවල්, දිය බුබුලක් වගේ විනාශවන දේවල්, ඇති වන නැති වන දේවල්, ඒ වගේ ම මගේ කියා ගත්තොත් දුක් විඳින දේවල් යනා දී වශයෙන් නුවණින් මෙනෙහි කරයි නම්, **වේදනා** අවබෝධයෙන් නොසැලෙන සිතක් ඇති කර ගත හැකි ය.

**සංඥාව අවබෝධයෙන් නො සැලීම**

මහණෙනි, “**හඳුනා ගනී**” නු යි එයින් සංඥා යි කියනු ලැබේ. නිල්, කහ, ලේ, සුදු එනම් වර්ණ, හැඩය, පාට යනාදී ලෙස හඳුනා ගැනීම යි.

අප කුඩා කාලයේ සිට රූපයන්ට විවිධ සංඥා දමා හඳුනා ගෙන ඇත. පොල්ගස, ස්ත්‍රිය, පුරුෂයා, කොවුල් හඬ, පිච්ච මල් සුවඳ, පරිච්ඡු රස ආදී වශයෙන් පටවී, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ යන සතර මහ ධාතුන්ගෙන් සෑදුණ රූපවලට විවිධ නම් දමා ඇත. මෙසේ දමාගෙන ඇති සංඥා, මිරිඟුවක් වැනි ය. මිරිඟුවක් ඇතිත් තිබෙන බව පෙනුණත් ළඟට ගිය පසු එවැනි දෙයක් නොමැත. අප කුඩා කාලයේ සිට විවිධ දේ ඉගෙන ගන්නවා යනු රූප, වේදනා සහ විවිධ ක්‍රියාකාරීත්වයන්වලට නම් දමා සංඥා වශයෙන් ගොඩ ගසා ගැනීමකි. කථාකරන භාෂාව අනුව සිංහල, ඉංග්‍රීසි, දෙමළ යනාදී වශයෙන් ද, අදහන ආගම අනුව මුස්ලිම්, බෞද්ධ, කතෝලික, හින්දු, ඉස්ලාම් වශයෙන් ද, ජීවත් වන රට අනුව ඇමෙරිකාව, ඉන්දියාව, ශ්‍රී ලංකාව වශයෙන් ද, ඉපදුණ කුල අනුව ගොවිගම, කරාව, දුරාව, රදා, බෙරවා, හකුරු වශයෙන් ද සම්මුතිය කුළ සංඥා

දමාගෙන හඳුනා ගැනීම සිදු කරයි. නමුත් සත්‍ය වශයෙන් ම සංඥාව මුසාවකි. උදාහරණයක් ලෙස තමන්ගේ ශරීරයේ කොටස් වශයෙන් වෙන් කළ විට, එතැන එසේ නමක් දමා ගත් කෙනා නොමැත. එමෙන් ම පොල් ගසක් කපා කොටස් කළ විට එතැන එවැනි රූපයක් නොමැත. එමෙන්ම ශබ්ද, ගන්ධ, රස සහ ස්පර්ශයන් සඳහා දමාගෙන ඇති සංඥාවන් ද සත්‍ය වශයෙන් නො පවතින දේ වෙයි.

එ මෙන් ම යමෙක් බණින විට තමන්ට තරහා යන්නේ එම පිටකරන වචන තමන්ට බණින වචන ලෙස සංඥා දමා ගෙන ඇති නිසා ය. අපට නොතේරෙන භාෂාවකින් බැන්නොත් අපට තරහා නොයයි. මන්ද එම වචනවලට පෙර ලෙස සංඥා දමා ගෙන නොමැති බැවිනි. එමෙන්ම තමන්ට හොඳ කියන විට ඒ අය සමග සුභද වේ. නමුත් නොතේරෙන භාෂාවකින් තමන්ට හොඳ කීවත් ගණන් නොගන්නේ, තමන් එම භාෂාවේ ශබ්ද හඳුනාගෙන නොමැති නිසා ය. කෙනෙක් තමන්ට හොඳ කියන විට ඇලීම ත්, බනින විට ගැටීම ත් ඇති වේ නම් තමන්ගේ සිත සැලෙයි.

මෙලෙස සංඥා යනු මිරිඟුවක් මෙන් ඇතට පෙනුණත්, සත්‍ය වශයෙන් නො පවතින දෙයක් බව යථාභූත ඥාණයෙන් අවබෝධ කර ගත් විට කිසිදු සංඥාවකට නො සැලෙන සිතක් සාදා ගත හැකිය. සංඥාව සම්පූර්ණයෙන් ම නැති කර ගැනීමේ දී **සංඥා වේදයිත නිරෝධය** හෙවත් **නිරෝධ සමාපත්තියට** පත් විය හැකි ය.



**සංඛාර අවබෝධයෙන් නො සැලීම**

මහණෙනි, "සඛබ්බ කොට අභිසංස්කරණ කෙරෙත්"- (සඛබ්බං අභිසඛබරොන්ති) නු යි, එයින් සංස්කාර යි කියනු ලැබේ. එනම් සකස් කරන ලද රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර සහ විඤ්ඤාණය යළිත් සකස් කිරීම යි.

සංඛාර මගින් සිදු වන්නේ රූපය-රූපය පිණිසත්, වේදනාව-වේදනාව පිණිසත්, සංඥාව-සංඥාව පිණිසත්, සංඛාර-සංඛාරය පිණිසත්, විඤ්ඤාණය-විඤ්ඤාණය පිණිසත් නැවත සෑදීම යි. මලක් වැනි රූපයක් දෙස බලා සිටීමේ දී, සිංදුවක් වැනි ශබ්දයක් අසා සිටීමේ දී, එය ලස්සනයි-හොඳයි-මැනවැයි යනාදී වශයෙන් සිතිවිලි ගොඩ නගා ගනිමින් සංඛාර සාදයි. අපගේ උප්පත්තිය පවා ඇති වන්නේ සංඛාරයක් අල්ලාගෙන ය. එය පුඤ්ඤාභිසංඛාරයක් නම් සුගතියක ද, අපුඤ්ඤාභිසංඛාරයක් නම් දුගතියක ද, ආනෙඤ්ජාභිසංඛාරයක් නම් අරූපාවචර බ්‍රහ්ම ලෝකවල ද උප්පත්තිය ලබයි. උප්පත්තියෙන් පසු දිගින් දිගට ම කෙසෙල් කඳක කොළ එකෙන් එක එතෙතවා සේ සංස්කාර පොදියක් සකස් කරයි. උදාහරණයක් ලෙස 'පුංචි කාලේ බෝනික්කෙක්, ටොඟියක්, බෝලයක් වැනි දෙයක් අල්ලාගෙන සංස්කාර සාදයි. ඉන්පසු අධ්‍යාපනය, රැකියාව, විවාහය, යුතුකම්, වගකීම් ආදිය අල්ලාගෙන සංස්කාර සාදයි. ටිකෙන් ටික වයසට යද්දී ධර්මය නො දන්නා කෙනාගේ සංස්කාර වැඩිවෙයි. ඒවායේ ම ඇලී ගැලී සිටියි. එකින් එක සංස්කාර කෙසෙල් කඳක කොළ ගලවන ආකාරයට ඉවත් කළහොත් අරටුවක් නැති බඩයක් හමු වෙයි. ඒ



විඤ්ඤාණයෙන් දැනුවත් වන්නේ ජරාවට යන රූපයකි. මෙසේ ඇති වෙමින් නැති වෙමින් යන විඤ්ඤාණය නැවත ඇති වුවත් අල්ලා ගන්නේ ජරාවට යන රූපයකි. එනම් විඤ්ඤාණය අනිත්‍ය, දුක්ඛ අනාත්ම බව අවබෝධයෙන්, නොසැලෙන සිතක් ඇති කර ගත හැකි ය.

මෙලෙස පංච උපාදානස්කන්ධය උපාදානය නො කර සිටීමෙන් අෂ්ට ලෝක ධර්මයට අකම්පිත සිතක් ඇති කර ගත හැකි ය. කළ යුත්තේ යමක් දිහා බලාගෙන සිටියත්, යමක් අහගෙන සිටියත්, යමක් ආඝ්‍රාණය කරගෙන සිටියත්, යමක් රස විඳගෙන සිටියත්, යමක් ස්පර්ශය ලබමින් සිටියත්, යමක් මෙනෙහි කරමින් සිටියත්, කමින් බොමින් ඇවිදිමින් ආදී කුමන ක්‍රියාවක යෙදී සිටියත් ඒ සෑම සිතක් ම “මගේ” කියා නො ගෙන ස්වභාව ධර්මයේ ක්‍රියාවලියක් බව අබණ්ඩ ව නුවණින් දැකීම යි. එවිට කෙදිනක හෝ ඔබගේ සිත සියල්ලෙන් නිදහස් වනු ඇත.

# මුහුදට ගසාගෙන යන දර කඳක් සේ සම්මා දිට්ඨිය නිවනටම නැඹුරු වන්නේ ය.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ අයෝධ්‍යා නුවර ගංගා නම් ගං ඉවුරේ වැඩ වසන අවස්ථාවක එම ගංගාවේ ගසාගෙන යන දර කඳක් පාදක කරගෙන මනා වූ තවත් ධර්මයක් සංයුක්ත නිකායේ වේදනා සංයුක්තයේ එන දාරුක්ඛන්ධෝපම සූත්‍රයෙන් දේශනා කර ඇත. එහි උපමා උපමේය ආශ්‍රයෙන් සම්මා දිට්ඨිය ඇති කර ගත් පුද්ගලයා නිවන නමැති මහා සාගරය ට ම ගසාගෙන යන බව පෙන්වා දී ඇත.

“මහණෙනි, මෙම ගංගාවේ ගසාගෙන යන දර කඳ, මෙතෙරට නො පැමිණෙන්නේ නම්, එතෙරට නො පැමිණෙන්නේ නම්, මැද කිඳා නො බසින්නේ නම්, ගොඩට නො ගසන්නේ නම්, මිනිසුන්ගේ ගැනීමක් නො වන්නේ නම්, නො මිනිසුන්ගේ ගැනීමක් නො වන්නේ නම්, සුළියකට හසු නො වන්නේ නම්, ඇතුළත කුණු නො වන්නේ නම්, එය මහ මුහුදටම ගසා ගෙන යන්නේ ය.”

“ඒ ආකාරයෙන් යම් හික්ෂුවක්, මෙතෙරට නො පැමිණෙන්නේ නම්, එතෙරට නො පැමිණෙන්නේ නම්, මැද කිඳා නො බසින්නේ නම්, ගොඩට නො ගසන්නේ නම්, මිනිසුන්ගේ ගැනීමක් නො වන්නේ නම්, නො මිනිසුන්ගේ ගැනීමක් නො වන්නේ නම්, සුළියකට හසු නො වන්නේ නම්, ඇතුළත කුණු නොවන්නේ නම්,

නිවන නැමති මහ සාගරය ට ම ඇදියන්නේ ය. මන්ද යත් සම්මා දිට්ඨිය නිවන ට ම නැඹුරු වූ බැවිනි.

- **මෙතෙරට පැමිණීම ලෙස පෙන්වා දී ඇත්තේ අධ්‍යාත්මික ෂඩායතන යි. (ඔරිමංකීරන්ති බො හික්ඛු, ඡන්තේතං අප්පකඛ්ඛිකානං ආයතනානං අධිවචනං)**

එනම් ඇස, කණ, නාසය, දිව, කය, මන යන අධ්‍යාත්මික රූප හය යි. මෙම අධ්‍යාත්මික රූප සෑදී ඇත්තේ පඨවි, ආපේ, තේජෝ, වායෝ යන ප්‍රධාන ධාතු හතර සංකලනය වීමෙනි. ධාතු හතරේ ස්වභාවය නිතරම එක් ස්වභාවයක සිට තවත් ස්වභාවයකට වෙනස් වීම යි. මෙම ක්‍රියාවලිය ස්වභාව ධර්මයේ ක්‍රියාවලියකි. නමුත් මෙම ක්‍රියාවලිය අවබෝධ නොකරගෙන සිටින නිසා සත්වයා දුක් විඳියි. මෙම රූප වෙනස්වන විට නැවත යථා තත්ත්වයට පත්කිරීමට ගොස් එම දුක තවත් වැඩි කරගනී. එනම් සලායතන සාදා ගැනීම දුකකි. ඇස් නො පෙනී යන්නේ, කණ නො ඇසී යන්නේ උපන් දා පටන් ය. සලායතන සාදාගත් මොහොතේ පටන් ඒවා ජරාවටත්, මරණයටත් පත්වේ. එමෙන්ම සලායතන සාදා ගත්තේ බාහිර රූප බැලීමේ තෘෂ්ණාව නිසාය. මේ අනුව සලායතන සාදා ගැනීම දුකක් බව දනී නම්, ඒවා සාදාගත් තමන්ගේ තණ්හාව ප්‍රභාණය කළ යුතු බව දනී නම්, එම තණ්හාව දුරු කර නිර්වාණය සාක්ෂාත් කරගැනීමට හැකිබව දනී නම්, ඒ සඳහා භාවිතා කළයුතු මාර්ගය අර්ථ අන්වර්ථ මාර්ගය බව දනී නම්, එම හික්ෂුව සම්මා දිට්ඨිය ඇති කරගෙන නිවන ට ම නැඹුරු වූ උත්තමයෙකි.

- **එතෙරට පැමිණීම යනු බාහිර රූප අවිද්‍යාවෙන්, තෘෂ්ණාවෙන් අල්ලා ගැනීම යි. (“පාරිමංකිරන්ති බො භික්ඛු, ඡන්තේතං බාහිරානං ආයතනානං අධිවචනං”)**

වර්ණ රූප, ශබ්ද රූප, ගන්ධ රූප, රස රූප, ඵොට්ඨබ්බ රූප සහ ධම්ම රූප යන බාහිර රූප හයක් ධාතු හතරෙන් සෑදුණ රූප වේ. ඒවා ද වෙනස් වේ. එම රූපයන්ට මනාප වී ඇලුණහොත් නිවනට යෑමක් නොමැත. බාහිර රූපයන්ට වහල් වුවහොත් සැමදාම එම රූපයන්ට වහල්කම් කරමින් සිටින්නට සිදු වෙනවා නො අනුමාන ය. එම වහල්භාවයෙන් මිදීම සම්මා දිට්ඨියයි. එසේ නොවුණහොත් තමන්ට අයිති නැති රූප, “මගේ” කරගෙන දුක් විඳින්නට සිදු වේ.

- **මැද කිඳා බැසීම ලෙස දැක්වෙන්නේ නන්දි රාගය යි. (“මජ්ඣිම නිකායෙ ධර්මපදොදොස්සං භික්ඛු, නන්දිරාගස්සේතං අධිවචනං”)**

අතීතයේ අධ්‍යාත්මික රූපවලින් ස්පර්ෂ කළ බාහිර රූප සුභයි, සුඛයි, මගේ, නිත්‍යයි කියා නැවත පතන්නේ නන්දි රාගය නිසා ය. නන්දි රාගය හරියට තමන් සමඟ එකට හැඳී වැඩුණ යහළුවකු සේය. තමා ගැන හොඳටම දන්නේ මෙම යහළුවා ය. තමන් කැමති ම කෑමක් දුටු විට මෙන්න මගේ ප්‍රියතම කෑම ලෙස තමන්ගේ අභ්‍යන්තරයෙන් මතුවන්නේ එම නන්දි රාගය යි. නන්දි රාගය වඩාත් භයානක බාධකයකි. ඉතා හොඳින් භාවනා කරන අයෙකුට පවා නන්දි රාගය මතු වූ විට එම භාවනාවෙන් පරාජයට පත්වීම පවා සිදුවිය හැකි ය.

නන්දි රාගය හඳුනාගෙන එය පහකිරීමෙන් සම්මා දිට්ඨිය ඇති කරගත හැකි ය.

- ගොඩට ගැසීම අස්මිමානය යි. (“ඵලේ උස්සාදෝති බො භික්ඛු, අස්මිමානයස්සේතං අධිවචනං”)

අස්මිමානය යනු තමන් අන් අයගෙන් වෙන්කර මමත්වයෙන් යුතු පුද්ගලයෙකු ලෙස තමන්ගේම අභ්‍යන්තරයෙන් ම ඔසවා තැබීම යි. උදාහරණයක් ලෙස මම පිරිමියා, මම ස්ත්‍රිය, මම මව, මම පියා, මම දරුවා, මම වෛද්‍යවරයා යනාදී වශයෙන් කුලයන් වෙන්කර දක්වමින්, ඒ තුළට මමත්වය ආරෝපණය කිරීම යි. “තමන්ගේ යැයි කියා සාදාගත් අශුවචලින් පිරුණ ධාතු හතරකින් සැදුණ කයේ පිරිමියෙක්, ගැහැණියෙක් සිටිනවාද?” කයේ කොටස් වෙන්කළ විට පරමාර්ථ වශයෙන් කිසිවෙක් නැත. සම්මුතිය තුළ පමණක් හඳුනා ගැනීමට නමක් යොදා ගෙන ඇත. එනම් රැකියාව අනුව, කය අනුව, ඉපදුණ භූමිය අනුව, බලය අනුව, ධනය අනුව එකිනෙක කුල හදාගෙන ඒ තුළ මමත්වයෙන් කිඳා බසිමින් අස්මිමානය ගොඩනගාගෙන ඇත. ඇත්තෙන් ම සම්මා දිට්ඨිය ඇති පුද්ගලයෙකු දකින්නේ මමත්වය රහිත ව නිසා ඔහු නිවන ට ම නැඹුරු වන්නේ ය.

- මිනිසුන්ගේ ගැනීම ලෙස අර්ථ දක්වන්නේ, මෙහි මහණ ගිහියන් සමඟ මිශ්‍ර ව සතුටු වීමත්, ශෝක කිරීම ත්, සුවපත් වූවන් සමඟ සුවපත්වීමත්,

දුක්වන්නන් සමඟ දුක්චීම ත්, වැඩකටයුතු ඇති කල්හි තමා එහි යෙදිය යුතු බවට පැමිණ වාසය කිරීම ත් ය. (කතමෝ ව භික්ඛු මනුස්සගේගාහෝ, ඉධ භික්ඛු ගිහිහි සංසට්ඨෝ විහරති සහනන්දි සහසෝකී සුඛිතෝසු සුඛිතෝ, දුක්ඛිතෝසු දුක්ඛිතෝ උප්පන්නෝසු කීච්ච කරණියේසු අත්තනා වෝයෝගං ආපජ්ජති)

එවිට තමන්ගේ මූලික අරමුණ හැරදමා ගිහියන් සමඟ කටයුතු කරන කල්හි මහා බාධක පැමිණෙන්නේ ය. කාර්ය බහුලතාවය වැඩිවී කමටහන් වැඩිම සඳහා කාලය නොමැති වී යයි. ගිහියෙක් චුවත් සම්බන්ධකම් අඩු කරගෙන වැඩ කටයුතු අඩු ජීවිතයක් ගත කරන්නේ නම් ඔහුට ද සම්මා දිට්ඨික ජීවිතයක් ඇති කරගෙන නිවන කරා නැඹුරු විය හැකි ය.

- නොමිනිසුන්ගේ ගැනීම යනු යම් භික්ෂුවක් යම් ශීලයකින් හෝ චුතයකින් එක්තරා දෙවියෙක් හෝ දේව නිකායක් පතාගෙන බඹසර වාසය කිරීම යි. (“කතමෝ ව භික්ඛු අමනුස්සගේගාහෝ, ඉධ භික්ඛු එකච්චො අඤ්ඤතරං දේවනිකයාං පණිදාය බුහ්මවරියං වරති”)

මෙය ශීලබ්බත උපාදානය යි. උපාදානය වූ ශීලයකින් නිවන සාක්ෂාත් කළ නො හැක. සාමාන්‍ය සම්මුතිය තුළ පවතින ශීලය තුළින් සුගතිගාමී විය හැකි ය. නමුත් නිවන සාක්ෂාත් කළ නො හැක. ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයේ ශීලය තුළ හික්මීමෙන් සමාධිය වඩවාගත හැකි ය. එම වඩවාගත් සමාධිය තුළින් ප්‍රඥාව



වඩවාගත හැකි ය. ප්‍රඥාව වඩවාගෙන යන ජීවිතය තුළින් සම්මා දිට්ඨික ජීවිතයක් ඇති කර ගත හැකි ය.

- **සුළියක ගැනීම යනු පංචකාමයන් ට හසු වීම යි. (ආවට්ටග්ගාභෝති බො භික්ඛු, පඤ්චන්තේතං කාමගුණානං අධිවචනං)**

ඉෂ්ට-කාන්ත-මනාප රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස ස්පර්ශයන්ට යම් අයෙක් ගිජු වී ඇත්නම් ඔහු නිවනට ප්‍රමාද වේ. පංච කාමයන් වින්දනය කර අවසන් කළ නොහැක. ඒවා පසුපස හඹා යාමෙන් සිදු වන්නේ මහත් දුකකටත්, වෙහෙසකාරී තත්වයකටත් පත්වීම ය. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ, කාමයන් බොහෝ දුක් ඇතිබවත්, බොහෝ ආදීනව ඇතිබවත් පෙන්වා දී ඇත. කාමයෝ, මස් කට්ටක් වැනි ය. මස් කට්ටක ඇති දෙයක් නොමැත. නමුත් එය හපන කෙනා, තමාගේ ම කට තුවාල වී ගලන ලේ, එහි රසය වශයෙන් ගනී. එ මෙන් ම කාමයෝ මස් වැදැල්ලක් වැනි ය. ගිජුලිහිණියෙකු මස් වැදැල්ලක් අල්ලාගත් විට අනෙකුත් සත්තු උග්‍ර පසුපස එළවයි. එයින් උග්‍ර බොහෝ දුකකට පැමිණෙයි. මස් වැදැල්ල අහහැරියොත් දුකෙන් මිදිය හැකි ය. එමෙන්ම කාමයෙන් හිස් ය. බාලයාගේ වචන නිසා පැන නගී. යම් කෑමක් රසයි කියා කෙනෙක් කී විට එය කාලා බැලීමට ආශාවක් ඇති වන්නේ එම බාලයාගේ වචන නිසා ය. එ බැවින් ඉන්ද්‍රියයන් සංවර කරගෙන ඉදිරියට ගමන් කිරීමෙන් කාමයන්ට හසු නොවී සම්මා දිට්ඨික ජීවිතයක් ගත කළ හැකි ය.

- එමෙන්ම ඇතුළත කුණු වීම ලෙස අර්ථ දක්වන්නේ භික්ෂුවක් දුසිල් වී, අපවිත්‍ර කටයුතු කරමින්, සැක සහිත ව, වරද සඟවමින්, කෙලෙස් සහිත ව වාසය කිරීම යි. (“කතමෝ ව භික්ඛු අන්තොපුතිභාවෝ, ඉධ භික්ඛු එකච්චෝ දුස්සිලෝ හෝති පාපධම්මමො”)

මෙලෙස දුසිල් වී කිසිම ආකාරයකින් ඉදිරියට යා නොහැක. යම් වරදක් චූචහොත් වහා ම එය සකස් කරගෙන ඉදිරියට යා යුතු ය. අනුමාත්‍ර වරදෙහි පවා බිය දක්නා සුළුව වාසය කළයුතුය. වරද සිදුකර එය වැසීම එනම් මායාව එමෙන්ම තමන් ළඟ නැති ගුණ ප්‍රකාශ කිරීම හෙවත් කෙරාටිකකම යනාදිය ද දුසිල් භාවයන් වේ. මෙසේ ඇති වන ක්ලේශයන් දකිමින් සිත පිරිසිදු කර ගන්නේ නම් එය සම්මා දිට්ඨික ජීවිතයකි.

මෙලෙස ගංඟාවක පහළට ගසාගෙන යන දර කදක්, කිසිදු බාධාවක් නොවේ නම්, මුහුදටම ගසායන්නා සේ අප විසින් සම්මා දිට්ඨිය ඇති කර ගෙන නිවන නමැති මහ සාගරයටම ගසාගෙන යාමට යෝනිසෝ මනසිකාරයෙන් යුක්තව කටයුතු කිරීමට අධිෂ්ඨාන කර ගනිමු.

## කාය-ශීල-චිත්ත-පඤ්ඤා භාවනා

සද්ධර්මයාගේ පැවැත්ම සඳහා හික්ෂුන් වහන්සේ නමක් නිරතුරුවම වැඩිය යුතු භාවනා සතරක් භාග්‍යව-තුන් වහන්සේ පෙන්වා දී ඇත. එසේ මෙම භාවනා භාවිතා නොකළහොත් අනාගතයේ දී ධර්ම-විනයට හානි වී සද්ධර්මය විනාශවන බවත්, එසේ නොවී ශාසනය රැක ගැනීමට වීර්ය කරන ලෙසත් තනිය අනාගත භය සූත්‍රයේ හික්ෂුන් වහන්සේලාට බුදු පියාණන් වහන්සේ අනුශාසනා කර ඇත. (අං.නි 3,170 පිටුව)

**“පඤ්චමානී හික්ඛවේ අනාගතභයානී එතරහි අසමුප්පන්නානී ආයතිං සමුප්පජ්ජස්සන්තිං. තානී වො පටිබුජ්ඣතිබ්බානී. පටිබුජ්ඣන්තවා ච තේසං පහානාය වායමී තබ්බං.”**

“මහණෙනි, දැන් නො පවතින භය පහක් අනාගතයේ උපදිති. ඒවා නොප විසින් දත යුතු වෙති. ඒවා ප්‍රහාණය කිරීමට වීර්ය කළ යුතුය”

**“හවිස්සන්ති හික්ඛවේ හික්ඛු අනාගත මද්ධානං අභාවිත කායා, අභාවිත සීලා, අභාවිත චිත්තා, අභාවිත පඤ්ඤා.”** මහණෙනි, අනාගත කාලයෙහි කාය-සීල-චිත්ත-පඤ්ඤා භාවනා නොකරන හික්ෂුන් ඇති වෙයි. ඔවුන් කරන පහත් ක්‍රියාවන් නිසා ශාසනය පිරිහෙයි. ඔවුන්ට අධි සීල, අධි චිත්ත, අධි පඤ්ඤා ඇති නොවේ. එම ක්‍රියා නම්,

- 1 අන්‍යයන් උපසම්පදා කිරීම.
- 2 උපසම්පදා කළ අයට නිසදීම. නිසදීම යනු තමන් යටතේ යම් කාලයක් ගුරුහරුකම් ලබා දීම යි.
- 3 අභිධර්ම, වේදල්ල කථා ආදිය නො කිරීම.
- 4 තථාගතයාණන් වහන්සේගේ, නිවන සඳහා වන ගැඹුරු භාෂිතයන් අප්‍රිය වී, සරල භාෂිතයන් සහ ජනප්‍රිය ක්‍රමයන්ගෙන් ධර්ම දේශනා කිරීම.
- 5 සිව්පසය බහුල ව පරිහරණය කරමින් නිවරණය නොදී අකුසලයන් යටපත් නොකරගෙන, අධිගමයන්ට උත්සාහ නො කිරීම.

ඒ අනුව හික්ෂුන් වහන්සේ නමක් ශාසනය රැක ගැනීමට නම් කළ යුතු වන්නේ, කාය-සීල-චිත්ත-පඤ්ඤා භාවනා භාවිතා කරමින්, අන් අයටත් භාවිතා කිරීමට උපකාර කිරීම යි. ගිහි අයෙකු වුවත් සද්ධර්මය ආරක්ෂා කිරීමට කළ යුත්තේ සර්වඥයන් වහන්සේ දේශනා කළ පරිදි ම කටයුතු කිරීම යි. ශාසනය ආරක්ෂා කරගැනීමට අන් අයට හිංසා පීඩා කිරීම, දඬු මුඟුරු ගැනීම, දෝෂාරෝපණය කිරීම වැනි කටයුතුවලින් කිසිවිටෙකත් සද්ධර්මය ආරක්ෂා නොවේ. ඒවා රාග, දෝස, මෝහ ඇති වන ක්‍රියාකලාපයන් ය. මාරයා සතුටුකරන ක්‍රියාකලාපයන් ය. බෞද්ධයන් වශයෙන් අප ජීවත් විය යුත්තේ බුද්ධ දේශනාවට අනුකූලවය. ඊට පරිබාහිර සෑම කටයුත්තක දී ම බෞද්ධකම අතුරුදහන් වේ. එනම් බුද්ධ දේශනාවට අනුව කළ යුත්ත සහ නොකළ යුත්ත ඉතා බුද්ධිමත් ව සිතා බැලිය යුතු ය.

එනම් ශාසනය ආරක්ෂා කිරීමට අප සෑම දෙනා ම කළ යුතු භාවනා සතර මොනවාද? යන්න අවබෝධ කර ගත යුතු ය. මෙම භාවනා සතර **පෙටකොපදෙසෙ** පෙන්වා දී ඇත. (238 පිටුව)

**කාය භාවනා හෙවත් භාවිත කායා**

“සම්මා කම්මන්තේන, සම්මා ආජීවෙන ච කායෝ භාවිතෝ” - සම්මා කම්මන්තය ත්, සම්මා ආජීවය ත් කාය භාවනාව ලෙස පෙන්වා දී ඇත. කය හා සම්බන්ධ ක්‍රියාවන් සංසාර දුක් නැති කර ගැනීමට යොදවයි නම්, එය කාය භාවනාව යි. එනම් ප්‍රාණසාතයෙන්, අදත්තාදානයෙන්, කාමමිථ්‍යාවාරයෙන් වෙන් වී, සතර ප්‍රත්‍ය භාවිතයට ගනිමින් නිවනට ම කායික ක්‍රියා යොමු කිරීම යි. සැබවින් ම ආර්ය ජීවන පැවැත්මක් ගතකිරීම යි. තමුන්ගේ ඉරියව් පැවැත්වීම නිවන සඳහාම විය යුතුය. සියලු කායික ක්‍රියා සිදු කරනුයේ ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස තුළිනි. ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස යනු කාය සංස්කාර යි. මේ අනුව තමන් නිවන උදෙසා හැර වෙන කිසිවකට ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස භාවිත නො කරන්නේ නම්, එය කාය භාවනාව යි. කාය භාවනාව තුළින් **ඡන්ද සමාධිය** ඇති වේ. ඡන්ද සමාධිය පවත්වා ගත නොහැක්කේ අභිජ්ඣාව සහ දෝමනස්සය නිසා ය.

**සීල භාවනා හෙවත් භාවිත සීලා**

“සම්මා වාචාය, සම්මා වායාමේන ච සීලං භාවිතං”- සම්මා වාචා සහ සම්මා වායාම, සීල භාවනාව ලෙස පෙන්වා දී ඇත. මුසාවාද, පරුෂාවාචා, පිසුණාවාච



**පඤ්ඤා භාවනා හෙවත් භාවිත පඤ්ඤා**

**“සම්මාදිට්ඨියා සම්මාසතියා ච පඤ්ඤා භාවිතා”**

- සම්මා දිට්ඨිය සහ සම්මා සතිය, පඤ්ඤා භාවනා ලෙස අර්ථ දක්වා ඇත. චතුරාර්ය සත්‍ය අවබෝධය සඳහා සතර සතිපට්ඨානය වැඩීම, පඤ්ඤා භාවනාව වේ. සංසාර දුක්ඛය අවබෝධ කරගෙන, දුක්ඛය ඇති කරන තණ්හාව ප්‍රහාණය කරමින්, නිර්වාණය සාක්ෂාත් කර ගැනීම සඳහා ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය භාවිතා කිරීම සම්මා දිට්ඨිය යි. මෙම සම්මා දිට්ඨිය පවත්වාගෙන යනු ලබන්නේ සිහිය පවත්වාගෙන යාම තුළිනි. එනම් කායානුපස්සනා, වේදනානුපස්සනා, චිත්තානුපස්සනා සහ ධම්මානුපස්සනා යන සතර සතිපට්ඨානය වැඩීමෙනි. පඤ්ඤා භාවනාව තුළින් විමංසා සමාධිය ඇති වේ. **විමංසා සමාධිය** පවත්වාගෙනයා නො හැක්කේ අවිද්‍යාව සහ මානය නිසා ය.

ශාසනය ආරක්ෂා වනුයේ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයේ ගමන් කරන තාක් පමණි. එබැවින් කාය-ශීල-චිත්ත-පඤ්ඤා භාවනා භාවිත කරමින් ශාසනය ආරක්ෂා කර, බුදු පියාණන් වහන්සේගේ ඕෆරස පුත්‍රයෙක් වශයෙන් පිරිනිවීමට අදිටත්කර ගනිමු.

## ලෝකය අතහැරීම - සාමනේර ප්‍රශ්නයෙන්

සැඩොල් කුලයේ උපන් සෝපාක නම් වූ අමුසොහොනෙහි මළ මිනියක බැඳ දමා මහත් දුකට පත් වූ අවුරුදු හතක අසරණ දරුවා ට බුදුරජාණන් වහන්සේ පිහිට වූ බව සියල්ලන් ම දන්නා කරුණකි. පසුව රහත් වූ සෝපාක සාමනේරයන් වහන්සේ උපසම්පදා කිරීමට ඇසූ ප්‍රශ්න දහය සාමනේර ප්‍රශ්නය ලෙස හැඳින්වේ.

මේ ප්‍රශ්නවලින් ලෝකය අවබෝධ කරගෙන ඉන් අතමිඳි ලෝකෝත්තර නිර්වාණය අත්පත් කර ගන්නා ආකාරය විග්‍රහ වේ. බුදු පියාණන් වහන්සේ ලෝකය ලෙස පෙන්වන්නේ බඹයක් පමණ කය තුළ ඇති පුද්ගලයාගේ ජීවන පැවැත්ම යි. ඒ අනුව බුදුපියාණන් වහන්සේ සෝපාක සාමනේරයන් වහන්සේගෙන් ලෝකය අවබෝධ කර ගන්නා ආකාරය එක් ආකාර වශයෙන් ද, දෙයාකාර වශයෙන් ද, තුන් ආකාර වශයෙන් ද ලෙස ආකාර දහයකින් අවබෝධ කර ගන්නා අයුරු ප්‍රශ්න දහයකින් විචාළ සේක. එම ගැඹුරු ප්‍රශ්නවලට ලබා දුන් පිළිතුර ඉතා ප්‍රඥා ගෝචර පිළිතුරු වේ. එම ප්‍රශ්න සහ පිළිතුරු ද ඒවා පිළිබඳ විග්‍රහ කිරීමක් ද මෙහි දැක් වේ.

ප්‍රශ්නය	පිළිතුර
1. “ඒක නාම කිං” (එක නම් කිම?)	1. “සබ්බ සත්තා ආහාරට්ඨිතිකා” (සියලු සත්වයෝ ආහාර ප්‍රත්‍යයෙන් සිටින්නෝය)



මින් අසා ඇත්තේ, කෙසේද ලෝකය එක් දෙයකින් (ආකාරයකින්) අවබෝධ කරගත හැක්කේ යන්න යි. එවිට ආහාරය අවබෝධයෙන් ලෝකය අවබෝධ කරගත හැකි බව පවසා දී ඇත. මෙහි ආහාර ලෙස දක්වා ඇත්තේ සතර ආහාර වේ. එනම්,

**1 කබලිංකාර ආහාර -**

සාමාන්‍යයෙන් සත්ත්වයන් එදිනෙදා පරිභෝජන-නස කරන කෑමබීම දැක් වේ. නමුත් ගැඹුරින් ගත්කල කෑමබීම තුළින් හදාගන්නා සත්ත්වයාගේ කය එනම් මනබඳනා රූපය කබලිංකාර ආහාරය යි. මෙම රූපය තවත් අයෙකුටද ආහාරයක් වේ. නමුත් රූපය දැකිය යුත්තේ “පෙණ ගොඩක්” ලෙස ය.

**2 එස්ස ආහාර -**

කබලිංකාර ආහාරයේ මනාප-අමනාප හෝ උපේක්ෂා ස්වභාවය නිසා ස්පර්ශ වන්නා වූ සුඛ, දුක්ඛ, උපේක්ඛා වේදනාවන් ය. නමුත් වේදනාව දැකිය යුත්තේ “දිය බුබුලක්” ලෙස ය.

**3 මනෝසඤ්චේතනික ආහාර -**

මනට යොමු කරන සංඥාවට අගයක් දීම හේතුවෙන් චිත්ත සංස්කාර සකස් කරමින් භවය පෝෂණය කිරීමයි. සංඥාවේ ඇත්ත නියමාකාරයෙන් “මිරිඟුවක්” ලෙස අවබෝධ කරගත යුතුය.

**4 විඤ්ඤාණ ආහාර -**


රූපය, වේදනාව, සංඥාව සහ සංස්කාරය පිළිබඳ දැනුවත් වීමෙන් ලෝකය අල්ලාගැනීම යි. දැනුවත් බව ද “මායාවක්” ලෙස අවබෝධයෙන් ලෝකයෙන් මිදිය හැකිය.

පුද්ගලයා තණ්හාව ඇති කර ගන්නේ මෙම ආහාර නිසාවෙනි. එම ආහාර නොදුන් දාට තණ්හාව මැරී යයි. උපාදානය වීමක් නොමැත. මේ අනුව සතර ආහාර ලෙස දක්වා ඇත්තේ ද ලෝකය හෙවත් සත්ත්වයා/පුද්ගලයා, භවය පෝෂණය කර ගන්නා පංච උපාදානස්කන්ධය ම වේ. එනම් මෙම ආහාර නැති කිරීමෙන් නිර්වාණය අවබෝධ කරගත හැකි ය.

ප්‍රශ්නය	පිළිතුර
2. “ද්වේනාම කිං” (දෙක නම් කිම?)	2. “නාමඤ්ච රූපඤ්ච” (නාම සහ රූපය)

මෙයින් අසා ඇත්තේ කුමන දෙයාකාරය අවබෝධයෙන් ලෝකය අවබෝධ කරගත හැකිද යන්න යි. එවිට පිළිතුර වී ඇත්තේ නාම-රූප අවබෝධයෙන් ලෝකය අවබෝධ කරගත හැකි බවයි. යම් තැනක නාම-රූප පවතීනම් එතැන විඤ්ඤාණය ද පවතින බවත්, විඤ්ඤාණය පවතී නම්, එතැන නාම-රූප පවතින බවත් පටිච්ච සමුප්පාදය විග්‍රහයේ දී බුදු රජාණන් වහන්සේ “විඤ්ඤාණ පච්චයා නාම-රූපං, නාම රූප පච්චයා විඤ්ඤාණං” ලෙස දේශනා කර ඇත. එනම් මෙහි නාම-රූප දෙයාකාරය පෙන්වා ඇතත් විඤ්ඤාණය ද එහි අන්තර්ගත බව තේරුම් ගත යුතුයි. මෙහි **රූප** යනු පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ යන ධාතු සතර එකතු වී සෑදී ඇති බිඳෙන සුළු වෙනස් වන දේ ය. අධ්‍යාත්මික රූප සහ බාහිර රූප ලෙස රූප ආකාර දෙකකි. **විඤ්ඤාණය** ලෙස හඳුන්වන්නේ අධ්‍යාත්මික රූපයත්

බාහිර රූපයක් එකතු වූ විට (“ද්වයං පටිච්ච විඤ්ඤාණං සම්භෝති”) හට ගන්නා බාහිර රූපය පිළිබඳ දැනුවත්භාවය යි. විඤ්ඤාණය ද ධාතුවකි. විඤ්ඤාණය හට ගැනීමත් සමඟම නාමධර්ම හෙවත් සබ්බ විත්ත සාධාරණ වෛතසික ඇති වේ. එනම් එස්ස, වේදනා, සංඥා, චේතනා සහ මනසිකාරය යි. මේ ආකාරයට විඤ්ඤාණ-නාමරූප ක්‍රියාකාරීත්වය තුළ සිතක් හට ගනී. මේ ආකාරයෙන් විඤ්ඤාණ නාම රූප සමඟ සිත් ඇති වන ආකාරය පහත දැක්වූ ඇත.

අධ්‍යාත්මික රූප	බාහිර රූප	විඤ්ඤාණ	නාම ධර්ම	සිත්
ඇස කන නාසය	වර්ණ ශබ්ද ගන්ධ	චක්ඛු ශෛත සාණ		බලන සිත, අහන සිත ආසාණය කරන සිත
දිව කය	රස ඵොට්ඨබ්බ	ජීවිහා කය		රස විඳින සිත ස්පර්ශ ලබන සිත
මන	ධම්ම	මන		මෙතෙහි කරන, ඇවිදින, කන බොන, ආදී වශයෙන් අනෙකුත් සියලු ම සිත්

ලෝකයේ ක්‍රියාකාරීත්වය යනු සිත් පරම්පරාවක ක්‍රියාකාරීත්වයකි. එනම් විඤ්ඤාණ-නාම-රූප ක්‍රියාකාරීත්වය යි. රූප තුළ සතෙක්-පුද්ගලයෙක්-මමෙක් නොමැති බවත්, ඒවා ස්වභාවික ශක්තීන්වලින් නිර්මාණය



ඇති වූ විට එම ඇඳුම අත්පත් කර ගැනීමේ චේතනාවෙන් ගමන් කරයි. මෙහිදී සිදු වන්නේ අත්පත් නොවූණු අනාගත සුඛ වේදනාවක් පසුපස උපායාසයෙන් හඹා යාමකි. කෙසේ හෝ එම ඇඳුම මිල දී ගත් විට එම සුඛ වේදනාව අත්පත් වේ. නමුත් අත්පත් කර ගත් මෙහොතේ පටන් කැඩෙයි, බිඳෙයි, කීඵටු වෙයි, සොරු ගනී යනාදී වශයෙන් හයකින් එය පරිහරණය කරයි. එවිට තමන් නොදැනුවත්ව ම ද්වේෂය හටගෙන ඇත. එනම් දුක්ඛ වේදනාව යි. සුඛ වේදනාවේ මොහොතක්වත් ඉන්න බැරි විය. එය දුකක් බවට පත් විය. මෙය **විපරිනාම දුක්ඛතාවය** යි. දැන් වෙන කළයුතු දෙයක් නොමැත. දුක තුළ ජීවිතය ගතකරයි. එය **දුක්ඛ දුක්ඛතාවය** යි. ටික දවසක් ගියවිට සුඛය ත් දුක්ඛය ත් අහෝසි වී සාමාන්‍ය ආකාරයෙන් ඇඳුම පරිහරණය කරයි. එනම් උපේක්ඛා වේදනාව ඇති වේ. උපේක්ෂා වේදනාව දිගින් දිග ට ම පවතින වේදනාවක් ලෙස මෝහය නිසා පෙන්වා දෙයි. මෙහි දී **සංඛාර දුක්ඛතාවය** ඇති වේ. සියලු වේදනා වෙනස් වන බවත් එමගින් දුකක් ම සාදන බවත් අවබෝධ කරගත් විට ලෝකයෙන් මිදිය හැකි ය.

ප්‍රශ්නය	පිළිතුර
4. "චත්තාරි නාම කිං" (හතර නම් කීම?)	4. "චත්තරි අරියසච්චානි" (චතුරාර්ය සත්‍යය යි)

ලෝකය අවබෝධ කරගැනීමේ ආකාර හතර කවරේද? යන්න මෙම ප්‍රශ්නයෙන් අසා ඇත. පිළිතුර චතුරාර්ය සත්‍යය ලෙස ලබා දී ඇත. චතුරාර්ය සත්‍යය යනු,



උපාදානස්කන්ධය අවබෝධ කරගැනීම ලෙස පිළිතුර ඉදිරිපත් කර ඇත. පංච උපාදානස්කන්ධය යනු,

1. රූප උපාදානස්කන්ධය
2. වේදනා උපාදානස්කන්ධය
3. සංඥා උපාදානස්කන්ධය
4. සංඛාර උපාදානස්කන්ධය
5. විඤ්ඤාණ උපාදානස්කන්ධය යි.

**රූපය** යනු බිඳෙන සුළු පඨවි, ආපේරී, තේජේරී, වායෝ යන සතර මහා ධාතුන්ගෙන් සෑදුණ ස්වභාවය, වෙනස්වීමයි. පෙනුණොඩක් ලෙස රූපය අවබෝධ කරගෙන රූපයේ අනිත්‍යතාව දැකිය හැකි ය. එවිට රූපය උපාදානය නොවේ.

**වේදනාව** යනු විඳින සුළු ස්වභාවයේ පවතින සුඛ, දුක්ඛ සහ අදුක්ඛම සුඛ වේදනාවන් ය. මෙය දිය බුබුලක් ලෙස වෙනස්වන බව අවබෝධ කරගත යුතුය.

**සංඥාව** යනු හඳුනා ගැනීම යි. එනම් හැඩය, පාට ආදී වශයෙන් රූපය හඳුනා ගැනීම යි. මෙම සංඥාව සම්මුතිය සමඟ බැඳුණ දෙයකි. සත්‍ය වශයෙන් ම එවැනි දෙයක් නොමැත. මෙය මිරිඟුවක් ලෙස හඳුනාගත යුතුය.

**සංඛාර** යනු රූපය, වේදනාව, සංඥාව, සංඛාර සහ විඤ්ඤාණය නැවත සකස් කිරීම යි. එනම් සකස් කළ දේ නැවත නැවත සකස් කිරීම යි. ඕනෑම සිතක් දිගින් දිගට ම පවත්වාගෙන යාම සංඛාර ලෙස හැඳින්වේ. කෙසෙල් කඳක කොළ එකින් එක ගැලවූ විට අරටුවක් නැති ආකාරයෙන්ම සංඛාරවල ද අනිත්‍යතාව දැකිය හැකි ය.

**විඤ්ඤාණය** යනු දැනගැනීම හෙවත් දැනුවත්-  
 -භාවය යි. රූපය, වේදනාව, සංඥාව, සංඛාර පිළිබඳ  
 දැනුවත්වීම යි. මෙහිදී දැනීමේ මාත්‍රයක් හෙවත් ස්වභාව  
 ධර්මයේ ධාතුවක් පමණක් ප්‍රචර්තනය වන බව  
 අවබෝධයෙන් විඤ්ඤාණයේ යථාර්ථය අවබෝධ කර  
 ගත හැකි ය.

සාමාන්‍යයෙන් සෑම සිතක ම පංච උපාදානස්-  
 -කන්ධය ම සකස් වේ. යම් තැනක පංච උපාදානස්-  
 -කන්ධය හටගත්තා නම් (**“සංඛිත්තේන පඤ්ච  
 උපාදානක්ඛන්ධා දුක්ඛා”**) එතැන ඇත්තේ දුකකි.  
 අරිහතුන් වහන්සේගේ උපාදානය නොමැති නිසා, ඇත්තේ  
 පංචස්කන්ධ පැවැත්මකි. මේ ආකාරයෙන් පංච  
 උපාදානස්කන්ධය හෙවත් දුක එනම් ලෝකය  
 අවබෝධයෙන් ලෝකෝත්තර නිර්වාණය ලැබිය හැකි  
 ය.

ප්‍රශ්නය	පිළිතුර
6. “ඡ නාම කිං” (හය නම් කිම?)	6. “ඡ අජ්ඣන්තිකානි ආයතනානි” (හය ක් වූ අභ්‍යන්තර ආයතන යි)

මෙහි දී දක්වා ඇත්තේ ලෝකය අවබෝධ කර  
 ගැනීමේ ආකාර හය කවරේද? යන්න යි. පිළිතුර ලෙස  
 ආයතන හය අවබෝධයෙන් ලෝකය අතහැරිය හැකි  
 බව පෙන්වා දී ඇත. එනම් ඇස, කණ, නාසය, දිව, කය  
 සහ මන යන ඉන්ද්‍රියයන් අවබෝධයෙන් ලෝකය



අවබෝධ කරගත හැකි බව යි. එම ඉන්ද්‍රියයන්ට හෙවත් ආයතනවලට බාහිරින් ඇදී පවතින වර්ණ, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ස්පර්ශ සහ ධම්ම රූපයන් ස්පර්ශ වන විටදීම එය ස්වභාවික ක්‍රියාවලියක් බව අවබෝධයෙන්, එස්ස නිරෝධ (ස්පර්ශ නැති කිරීම) කරගත හැකිය. මෙය සැබැවින් ම කණ්ණාඩියකට බාහිරින් ඇති රූප ඇදී පවතින ආකාරයේ ස්වභාවික ක්‍රියාවලියක් පමණකි.

ප්‍රශ්නය	පිළිතුර
7. “සත්ත නාම කිං” (හත නම් කීම?)	7. “සත්ත බොජ්ඣංගිගා” (බොජ්ඣංගිග ධර්ම හත යි)

ලෝකය අවබෝධ කරගන්නා ආකාර හත කවරක්ද? යන්න මෙම ප්‍රශ්නය යි. එහි දී පිළිතුර සත්ත බොජ්ඣංගිග වඩවා ගැනීම ලෙස ඉදිරිපත් කර ඇත. සතර සතිපට්ඨානය මත සිහිය පිහිටුවා ගැනීමෙන් මෙම ධර්මයන් වැඩේ. එනම්,

1. සති
2. ධම්මච්චය
3. චිරිය
4. පීති
5. පස්සද්ධි
6. සමාධි
7. උපේක්ඛා වශයෙනි

නිවැරදි සිහිය පිහිටුවා ගැනීමේ දී ලෝකයේ ඇත්ත හෙවත් ධර්මය අවබෝධ වේ. එය තව දුරටත් චිරියය තුළින් දියුණු කිරීමේ දී කාමයෙන් ඉවත් වීම

නිසා ප්‍රීතියක් ඇති වේ. ඒ තුළින් සංසිද්ධිමක් ඇති වී සිත සමාධිගත වේ. පසුව සියලු සංස්කාර හමුවේ උපේක්ෂක වීමෙන් සජ්ත බොජ්ඣංග පරිපූර්ණත්වයට පත් වී ලෝකෝත්තර නිර්වාණය අවබෝධ වේ.

ප්‍රශ්නය	පිළිතුර
8. “අට්ඨ නාම කිං” (අට නම් කිම?)	8. “අරියෝ අට්ඨඬ්ඨිකෝ මග්ගෝ” (ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය යි)

මෙහි දැක්වෙන්නේ ආකාර අටක මාර්ගය තුළ ගමන් කිරීමෙන් ලෝකය අවබෝධ කරගත හැකිය යන්න යි. මෙහි පඤ්ඤා, සීල, සමාධි ලෙස කොටස් තුන කි.

1. සම්මා දිට්ඨී } පඤ්ඤා  
 2. සම්මා සංකප්ප }

3. සම්මා වාචා }  
 4. සම්මා කම්මන්ත } සීල  
 5. සම්මා ආජීව }

6. සම්මා වායාම }  
 7. සම්මා සති } සමාධි  
 8. සම්මා සමාධි }

- **සම්මා දිට්ඨිය** යනු චතුරාර්ය සත්‍යය දැකීම යි. එනම් දුක්ඛය, දුකට හේතුව, දුක නැති කිරීම සහ එය නැති කිරීමේ ප්‍රතිපදාව දන්නා බවයි.

- **සම්මා සංකල්ප** යනු කාමයෙන් ඉවත්වීමේ නෙක්ඛම්ම සංකල්පනාව ද, වෛර නොකිරීමේ අව්‍යාපාද සංකල්පනාව ද, හිංසා නොකිරීමේ අවිහිංසා සංකල්පනාව ද වේ.
- **සම්මා වාචා** යනු බොරු කීමෙන් වැලකීම, පරුෂ වචන කීමෙන් වැලකීම, කේලාම් කීමෙන් වැලකීම හා සම්පප්ප්‍රලාප කීමෙන් වැලකීම යන වාචික සංවරයයි. (වචි සංස්කාර)
- **සම්මා කම්මන්ත** යනු සතුන් නොමැරීම, සොරකම් නොකිරීම සහ කාමයේ වරදවා නො හැසිරීම යන කායික සංවරය යි. (කාය සංස්කාර)
- **සම්මා ආජීව** යනු කාය සහ වචි දුශ්චරිතයෙන් වෙන් වී සුවච්චතය ජීවිතය ලෙස ගෙන යෑම යි.
- **සම්මා වායාම** යනු උපන් කුසල් දියුණු කිරීම, නූපන් කුසල් ඇති කරගැනීම, උපන් අකුසල් ඉවත්කිරීම සහ නූපන් අකුසල් වලකාගැනීම යන සතර සමාසක්‍ර්මාන වීර්යය යි.
- **සම්මා සති** යනු කය අනුව යථාර්ථය දකිමින් වාසය කිරීම, වේදනාව අනුව ඇත්ත දකිමින් වාසය කිරීම, චිත්තය අනුව ඇත්ත දකිමින් වාසය කිරීම සහ ධර්මය අනුව ඇත්ත දකිමින් වාසය කිරීම යන සතර සතිපට්ඨානය යි.
- **සම්මා සමාධි** යනු සතරවන ධ්‍යානය යි. සැබවින් ම මෙහි දී නිර්වාණය අවබෝධය සඳහා මෙම සමාධිය පදනම් කරගෙන විදර්ශනා සමාධිය ඇති කර ගත යුතු වේ.

මේ අනුව යම් අයෙක් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයේ ගමන් කරන්නේ ද ඔහු නිර්වාණය ට ම ගමන් කරන්නෙක් වේ.

ප්‍රශ්නය	පිළිතුර
9. “නව නාම කිං” (නවය නම් කීම?)	8. “නව සත්තාවාසා” (සත්තාවාසා නවය යි)

මින් අසා ඇත්තේ කුමන නවය අවබෝධ කර ගෙන ලෝකයෙන් මිදිය හැකිද යන්න යි. එවිට සත්තාවාස නවය අවබෝධයෙන් එසේ කළ හැකි බව පෙන්වා දී ඇත. මෙහි දී සත්වයන් උපදින 31 තලයන් හෙවත් කාම ලෝකය, රූප ලෝකය සහ අරූප ලෝකයන් ද දුකක් බව අවබෝධයෙන් ඒවායේ ප්‍රතිසන්ධියක් නොලබා සසරින් මිදෙන බව පිළිතුරෙහි සඳහන් වේ. නව සත්තාවාස ලෙස,

1. **නානත්තකායා නානත්තසඤ්ඤී** - විවිධ ශරීර සහ විවිධ සංඥා ඇති ලෝක වේ. උදා: මනුෂ්‍ය, ඇතැම් දෙවියන් හා විනිපාතිකයන්
2. **නානත්තකාය ඒකත්තසඤ්ඤී** - නානා ප්‍රකාර ශරීර සහ ඒක සංඥාවක් පවතින ලෝක. උදා: බ්‍රහ්මපාරිසද්‍ය, බ්‍රහ්මපුරෝහිත, මහාබ්‍රහ්ම යන බ්‍රහ්මයෝද සතර අපායේ සත්වයෝද වේ.
3. **ඒකත්තකායා නානත්තසඤ්ඤී** - එකම ප්‍රමාණයේ කයවල් අති විවිධ චිත්තයන් ඇති ලෝක. උදා: පරිත්තාහ, අප්පමාණහ, ආහස්සර බ්‍රහ්මයෝ

- 4. ඒකත්තකායා ඒකත්තසඤ්ඤී - සමාන කය සහ සමාන චිත්ත ඇති ලෝක. උදා: තෘතීය සහ චතුර්ථ ධ්‍යාන බ්‍රහ්මයින්
- 5. අසඤ්ඤී බ්‍රහ්ම තලය
- 6. ආකාසානඤ්ඤායතනය
- 7. විඤ්ඤාණඤ්ඤායතනය
- 8. ආකිඤ්චඤ්ඤායතනය
- 9. නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය දැක්විය හැකිය.

මෙසේ කුමන ආකාරයේ සත්තාවාස පැවතියත් ඒවායේ ප්‍රතිසන්ධි වීමට හේතු වන උපාදානයන් නිරුද්ධ කළ විට ලෝකයෙන් මිදිය හැක.

ප්‍රශ්නය	පිළිතුර
10. “දස නාම කිං” (දහස නම් කිම?)	8. “දසහඬිගේහි සමන්තාගතෝ අරහාති වුච්චති” (අංග දහයකින් යුත් අරිහත්වය යි)

මෙම ප්‍රශ්නයෙන් අසා ඇත්තේ ලෝකයෙන් එතෙර ඇති අංග දහය යි. එනම් අරිහතුන් වහන්සේ සම්පූර්ණ කර ඇති පරිපූර්ණ ප්‍රතිපදාව යි. මේ තුළ **ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයත් සම්මා ඤාණ සහ සම්මා විමුක්ති** යන අංග දෙකක් ඇතුළත් වේ. එනම් මේ තුළින් අරි අටඟි මගට අමතරව අරිහත්වය සඳහා වන සියළු ඤාණයන් ද පරිපූර්ණ චිත්ත පාරිශුද්ධිය ද ඇති කරගත යුතු බව සඳහන් වේ. එනම් ලෝකයෙන් එතෙරට වැඩම කළ අරිහතුන් වහන්සේ මේ තුළ නිරූපිත ය.

මේ අනුව සාමනේර ප්‍රශ්නය යනු ඉතා ගැඹුරු ධර්ම කාරණා රැසක් අන්තර්ගත ධර්ම විචරණයකි. මේ ආකාරයෙන් ලෝකය පිලිබඳ අවබෝධ කරගෙන ලෝකෝත්තර නිර්වාණය අත්පත් කරගැනීමට සිහිය, නුවණ, චීර්යය වඩවා ගනිමු.

# 'පඤ්ච උපාදානක්ඛන්ධා දුක්ඛා

- පඤ්ච උපාදානස්කන්ධයෝ දුක් වන්තාහුය.'

යම් අයෙක් මේ භයානක සංසාර ගමනෙන් මිදීමට නම්, ඔහු දුක අවබෝධ කරගත යුතු බවත්, දුකට හේතුව වන තණ්හාව ප්‍රභාණය කළයුතු බවත්, නිර්වාණය සාක්ෂාත් කළයුතු බවත්, ඒ සඳහා ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය භාවිත කළයුතු බවත් බුදු පියාණන් වහන්සේ දේශනා කර ඇත. එනම් චතුරාර්ය සත්‍යය අවබෝධයෙන් දුකෙන් අතමිදිය හැකිබව යි.

දුක්ඛ ආර්ය සත්‍යය හෙවත් දුක බුදු පියාණන් වහන්සේ පහත තුන් ආකාරය ට පෙන්වා දී ඇත.

" ජාති - ඉපදීම, ජරා - වයසට යාම, ව්‍යාධි - ලෙඩ වීම, මරණ - මරණයට පත් වීම, සෝක - ශෝක කිරීම, පරිදේව - හැඬීම් වැළපීම්, දුක්ඛ - කායික වේදනා දෝමනස්ස - මානසික වේදනා, උපායාස - වෙහෙසකර බව, පියෙහි විජ්ජයෝග - ප්‍රිය දේ අහිමි වීම, අප්පියෙහි සම්පයෝග - අප්‍රිය දේ එක්වීම, යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුක්ඛං - සිතන දේ නොලැබීම.

" සංඛිත්තේන පඤ්ච උපාදානක්ඛන්ධා දුක්ඛා - සැකවිත්ම පඤ්ච උපාදානස්කන්ධයෝ දුක් වන්තාහු ය. එනම් රූප, වේදනා, සංඥා, සංස්කාර, සහ විඤ්ඤාණ යි.

" දුක්ඛ දුක්ඛතා - ශාරීරික හා මානසික දුක්, විපරිනාම දුක්ඛතා - සුඛ වේදනාව නැති වීමෙන් සහ දුක්ඛ වේදනාව ඇති වීමෙන් වන දුක, සඛබ්බාර දුක්ඛතා

- කැමැත්තෙන් ගොඩ නැගූ වින්ත සංස්කාර හටගත් මොහොතේ දී ම බිඳී යාමෙන් ඇති වන දුක

**‘සෑම සිතක් තුළ පඤ්ච උපාදානස්කන්ධයම පවතිනවා’**  
**‘ද්වයං පටිච්ච විඤ්ඤාණං සම්භෝති’**

අධ්‍යාත්මික රූපයන් බාහිර රූපයන් එකතු වීමෙන් විඤ්ඤාණය හට ගනී. **‘තිණ්තං සංගති එස්සෝ’** අධ්‍යාත්මික රූපයන් බාහිර රූපයන් විඤ්ඤාණයන් ස්පර්ශවීම ‘එස්ස’ වේ. විඤ්ඤාණය හටගැනීමත් සමඟ නාමධර්ම පහක් හට ගනී. එනම් **‘එස්ස, වේදනා, සංඥා, චේතනා, මනසිකාර’**. මේ අනුව සිතක් ලෙස විද්‍යමාන වන්නේ අධ්‍යාත්මික රූප, බාහිර රූප, විඤ්ඤාණය සහ නාම ධර්මවල ක්‍රියාකාරීත්වය යි. එනම් **විඤ්ඤාණ-නාම-රූප ක්‍රියාකාරීත්වය** යි. එමෙන්ම **සිතක් තුළ පඤ්ච උපාදානස්කන්ධය** ම පවතී. අධ්‍යාත්මික රූප හෙවත් ඇස, කණ, නාසය, දිව, ශරීරය සහ මන යන ආයතන හය හේතුවෙන් පහත ආකාරයෙන් සිත් උපදී.

රූප (Forms)						
අධ්‍යාත්මික (Internal)	බාහිර (External)	වේදනාව (Feeling)	සංඥාව (Perception)	සංස්කාරය (Volition)	විඤ්ඤාණය (Consciousness)	සිත් (Thoughts)
ඇස	වර්ණ රූප	සුඛ, දුක්ඛ, උපේක්ඛා	වර්ණ රූප හඳුනා ගැනීම	බලාගෙන සිටීම	වක්කු විඤ්ඤාණය	බලන සිත්
කණ	ශබ්ද රූප	සුඛ, දුක්ඛ, උපේක්ඛා	ශබ්ද රූප හඳුනා ගැනීම	අසාගෙන සිටීම	සෝන විඤ්ඤාණය	අහන සිත්
නාසය	ගන්ධ රූප	සුඛ, දුක්ඛ, උපේක්ඛා	ගන්ධ රූප හඳුනා ගැනීම	ආඝ්‍රාණය කරගෙන සිටීම	සාණ විඤ්ඤාණය	ආඝ්‍රාණ සිත්
දිව	රස රූප	සුඛ, දුක්ඛ, උපේක්ඛා	රස රූප හඳුනා ගැනීම	රස විඳගෙන සිටීම	ජ්විහා විඤ්ඤාණය	රස විඳින සිත්
කය	ඵොට්ඨබ්බ රූප	සුඛ, දුක්ඛ, උපේක්ඛා	ඵොට්ඨබ්බ රූප හඳුනා ගැනීම	ස්පර්ශ ලබමින් සිටීම	කාය විඤ්ඤාණය	ස්පර්ශ ලබන සිත්
මන	ධම්ම රූප	සුඛ, දුක්ඛ, උපේක්ඛා	ධම්ම රූප හඳුනා ගැනීම	මෙතෙහි කරමින්, ඇවිදීමින්, කමින්, බොමින් සිටීම	මනෝ විඤ්ඤාණය	මෙතෙහි කරන ඇවිදින කන බොන ආදී සිත්





- **සංස්කාර** - මහණෙනි, **“සඛබත කොට අභිසංස්කරණය කෙරෙත්”**- (සඛබතං අභිසඛබරොන්ති) නු යි එයින් **“සංස්කාර”** යි කියනු ලැබේ. එනම් සකස් කරන ලද රූප, වේදනා, සංඥා, සංස්කාර සහ විඤ්ඤාණය යළිත් සකස් කිරීම යි.
- **විඤ්ඤාණ** - මහණෙනි, **“විජානනය කෙරේ”** නු යි එයින් **“විඤ්ඤාණ”** යයි කියනු ලැබේ. එනම් රූප, වේදනා, සංඥා, සංස්කාර පිළිබඳ දැනුවත් වීම යි.

**බජ්ජනීය සූත්‍රයේ,** යම් අයෙක් පුබ්බේනිවාසානුස්සති ඥානය උපදවාගෙන පූර්ව නිවාස සිහි කරයි නම්, හෙතෙම සිහි කරනුයේ අතීත රූප, වේදනා, සංඥා, සංස්කාර සහ විඤ්ඤාණ ම බව බුදුපියාණන් වහන්සේ පෙන්වා දී ඇත. මෙසේ සිහිකිරීමෙන් අතීත භවවල සත්ව, ප්‍රේත, නිරය යනාදී ස්ථානවල දුක් විඳි ආකාරය අවබෝධ වේ. මේ අනුව අතීත භවයන් සිහිකිරීමෙන් අතීත ජාති, ජරා, ව්‍යාධි, මරණ, සෝක, පරිදේව, දුක්ඛ, දෝමනස්ස, උපායාස යනාදී දුක්ඛ අවබෝධ කරගෙන තණ්හාව දුරු කරගත හැකිය.

**බජ්ජනීය** වචනයේ තේරුම **“කතවා”** යන්න යි. මේ අනුව ‘අතීත රූප-වේදනා-සංඥා-සංස්කාර සහ විඤ්ඤාණය මාව කැවා, නම් වර්තමාන රූප-වේදනා-සංඥා-සංස්කාර සහ විඤ්ඤාණ මාව කතවා නම්, අනාගත රූප-වේදනා-සංඥා-සංස්කාර සහ විඤ්ඤාණ

මාව නොකා සිටියි ද?” යන්න අවධාරණය කර රූප-වේදනා-සංඥා-සංස්කාර සහ විඤ්ඤාණ නැවත නොපැතීම කළයුතු බව දක්වා ඇත. “තමන් අතීතයේ දී ත් මෙම පඤ්ච උපාදානස්කන්ධය නිසා දුක්විත්ඳා. වර්තමානයේත් දුක්විඳිනවා. අනාගතයේත් මේ දුක විඳිය යුතුද?” යන ප්‍රශ්නයට පිළිතුරු දීමට තමන් ම බුද්ධිමත් විය යුතු ය.

උදාහරණයක් ලෙස යම් කිසි කැමක් අනුභව කිරීමට කැමති නිසා විඳින දුක බලන්න. මූලින්ම එම කැම වෙළෙඳපොළෙන් හෝ වෙන යම් ස්ථානයකින් රැගෙන ආ යුතුය. ඊට මුදල් නොමැති නම් මුදල් සොයා ගත යුතුය. ඉවුම් පිහුම් සඳහා තුනපහ හට්ටිමුට්ටි සොයා ගත යුතුය. ඉවීමට කෙනෙක් සොයා ගත යුතුය. මෙහි දී විවාහ වීමට පවා සිදු වේ. පසුව පවුල් ජීවිතය තුළ ගෙවල් දොරවල් හදා ගැනීම, යානවාහන මිලදී ගැනීම, අධ්‍යාපන කටයුතු, දරුවන්ගේ කටයුතු ආදී සියල්ල කිරීමට සිදු වේ. එනම් තමන් රූපය කන්නට ගිය ද සිදු ව ඇත්තේ රූපය විසින් තමන් කා දැමීමකි. අවසානයේ රූපය පැතීම නිසා සිදුවී ඇත්තේ මහා දුක්බයක් අත්පත් වීමය. මේ අකාරයෙන් රූප, වේදනා, සංඥා, සංස්කාර සහ විඤ්ඤාණය පැතීම හේතුවෙන් ඒවා විසින් තමන්ව කා දැමීමක් සිදුවන බැවින් අනාගත පඤ්ච උපාදානස්කන්ධයෝ නොපැතීමෙන් මෙම ආත්මභාවයේ දී සංසාරයේ දරන අවසාන කය දැරීමට වාසනාව උදා වනු ඇත.

### ඊළඟ නිවස සාදා ගැනීමේ ගිණුම - සමාධි භාවනා සූත්‍රයෙන්

උපාදානය යනු භවය අල්ලා ගැනීම යි. එනම් තවත් උප්පත්තියක් කැමැත්තෙන්ම සකස් කරගැනීම යි. කාමයට කැමති නම් කාම ලෝකයේ ද, රූපාවචර ධ්‍යාන අල්ලාගත්තා නම් රූපාවචර බ්‍රහ්ම ලෝකවල ද, අරූපාවචර ධ්‍යාන අල්ලාගත්තා නම් අරූපාවචර බ්‍රහ්ම ලෝකවල ද උප්පත්තිය ලබයි. සරලව ම ප්‍රකාශ කරන්නේ නම් උපාදානය කිරීම යනු සංසාරයේ ඊළඟ නිවස සාදා ගැනීමට ගිණුමකට මුදල් රැස් කිරීමකි.

බුදු පියාණන් වහන්සේ රූප-වේදනා-සංඥා-සංස්කාර සහ විඤ්ඤාණ, උපාදානයට යන ආකාරයත්, උපාදානය නොකරගන්නා ආකාරයත් **සංයුක්ත නිකායේ සමාධි භාවනා සූත්‍රයේ** පැහැදිලිව පෙන්වා දී ඇත.

#### උපාදානයට යන ආකාරය

"ඉධ භික්ඛවෙ, භික්ඛු (රූපං, වේදනං, සඤ්ඤං, සංඛාරේ, විඤ්ඤාණං) අභිනන්දති අභිවදති අජ්ඣෙධාසාය තිට්ඨති. තස්ස (රූපං, වේදනං, සඤ්ඤං, සංඛාරේ, විඤ්ඤාණං) අභිනන්දතො අභිවදතො අජ්ඣෙධාසාය තිට්ඨතො උප්පජ්ජති නන්දි. යා (රූපෙ, වේදනාය, සඤ්ඤාය, සංඛාරේසු, විඤ්ඤාණෙ) නන්දි තදුපාදානං. තස්සුපාදානපච්චයා භවො, භවපච්චයා ජාති, ජාතිපච්චයා ජරාමරණං සෝකපරිදේවදුක්ඛ

**දොමනස්සුපායාසා සම්භවනි. ඒවමෙනස්ස කෙවලස්ස දුක්ඛක්ඛන්ධස්ස සමුදයෝ හෝති.”**

“මහණෙනි, මේ සස්තෙනි මහණ (රූපය, වේදනාව, සංඥාව, සංස්කාරය, විඤ්ඤාණය) පතයි, මැනවැ’යි කියයි, එහි බැසගෙන සිටියි. එසේ (රූපය, වේදනාව, සංඥාව, සංස්කාරය, විඤ්ඤාණය) පතන, මැනවැ’යි කියන, එහි බැසගෙන සිටින ඔහුට තෘෂ්ණාව උපඪී. (රූපයේ, වේදනාවේ, සංඥාවේ, සංස්කාරයේ, විඤ්ඤාණයේ) යම් තෘෂ්ණාවක් වේ නම් ඒ උපාදානය යි. උපාදාන ප්‍රත්‍යයෙන් ඔහුට භවය වෙයි. භව ප්‍රත්‍යයෙන් ජාතිය වෙයි. ජාති ප්‍රත්‍යයෙන් ජරා-මරණ-සෝක-පර්දේව-දුක්ඛ -දෝමනස්ස උපායාසයෝ හට ගනිත්. මෙසේ මේ හුදු දුක් රැසෙහි හටගැනීම වෙයි.”

(රූපං, වේදනං, සඤ්ඤං, සංඛාරේ, විඤ්ඤාණං)	අභිනන්දනි	අභිවදනි	අපේක්‍ෂාසාය නිට්ඨති
(රූපය, වේදනාව, සංඥාව, සංස්කාරය, විඤ්ඤාණය)	පතයි, සතුට සොයයි	මැනවැ’යි කියයි ප්‍රකාශ කරයි	බැසගෙන සිටියි

උදාහරණක් ලෙස රූපය පිළිබඳව සිතා බැලුවහොත් වර්ණ රූප, ශබ්ද රූප, ගන්ධ රූප, රස රූප, ඵොට්ඨබ්බ රූප ආදිය කෙරෙහි කැමැත්තක් පවතී නම් එය උපාදානයෙන් භවය සකස්කර උප්පත්තිය ලබයි. යම් අයෙක් යම් කැමක් සඳහා කැමැත්තක් පවතී නම්

එය අනුභව කිරීම සඳහා නැවත සත්ත්වයා, පුද්ගලයා නමැති නිවස සාදයි. මෙම නිවස කුමන තැන සාදනවාද යන්න තීරණය වනුයේ උපාදානය වූ ගිණුමේ ඇති මුදල් (සංස්කාර) අනුව ය. ගිණුමේ ඇති කුසල් අකුසල් අනුව කාම ලෝකයේ දිව්‍ය නිවසක්, මනුෂ්‍ය නිවසක්, තිරිසන් නිවසක් හෝ ප්‍රේත නිවසක් ආදිය සාදා ගනී. එනම් කෙනෙකු උපාදානය කළා නම් නිවස සාදා ගෙන දුක විඳින්නට සිදු වන බව යි.

**උපාදානය නො කර ගන්නා ආකාරය**

“ඉධ භික්ඛවෙ, භික්ඛු (රූපං, වේදනං, සඤ්ඤං, සංඛාරේ, විඤ්ඤාණං) නාභිනන්දති නාභිවදති නාජ්ඣේධාසාය තිට්ඨති. තස්ස (රූපං, වේදනං, සඤ්ඤං, සංඛාරේ, විඤ්ඤාණං) අනභිනන්දතො අනභිවදතො අනඡේධාසාය තිට්ඨතො, යා (රූපෙ, වේදනාය, සඤ්ඤාය, සංඛාරේසු, විඤ්ඤාණෙ) නන්දි ජසා නිරුජ්ඣති. තස්ස නන්දිනිරෝධා උපාදානනිරෝධෝ, උපාදානනිරෝධා භවනිරෝධෝ, භව නිරෝධා ජාති නිරෝධෝ, ජාති නිරෝධා, ජරාමරණං සෝකපරිදේව දුක්ඛ දොමනස්සුපායාසා නිරුජ්ඣන්ති. ඒවමෙතස්ස කෙවලස්ස දුක්ඛක්ඛන්ධස්ස නිරෝධෝ හෝති.”

“මහණෙනි, මෙ සස්තෙනි මහණ (රූපය, වේදනාව, සංඥා, සංස්කාරය, විඤ්ඤාණය) නො පතයි. මැනවැ’යි නො කියයි. එහි බැසගෙන නො සිටියි. (රූපය, වේදනාව, සංඥා, සංස්කාරය, විඤ්ඤාණය) නො පතන

මැනවැ යි, නො කියන, එහි බැසගෙන නො සිටින ඔහුගේ (රූපයේ, වේදනාවේ, සංඥාවේ, සංස්කාරයේ, විඤ්ඤාණයේ) යම් තෘෂ්ණාවක් වේ නම් එය නිරුද්ධ වේ. ඔහුගේ තෘෂ්ණාව නිරුද්ධ වීමෙන් උපාදාන නිරෝධය වෙයි. උපාදාන නිරෝධයෙන් භව නිරෝධය වෙයි. භව නිරෝධයෙන් ජාති නිරෝධය වෙයි. ජාති නිරෝධයෙන් ජරා-මරණ-සෝක -පරිදේව-දුක්ඛ-දෝමනස්ස-උපායාසයෝ නිරුද්ධ වෙති. මෙසේ මේ හුදු දුක් රැසෙහි නිරෝධය වේ.”

(රූපං, වේදනං, සඤ්ඤං, සංඛාරේ, විඤ්ඤාණං)	නාහිනන්දති	අනභිවදති	අනපේකාසාය තිට්ඨති
(රූපය, වේදනාව, සංඥාව, සංස්කාරය, විඤ්ඤාණය)	නොපතයි, සතුට නො සොයයි	මැනවැ'යි නො කියයි ප්‍රකාශ නොකරයි	බැසගෙන නො සිටියි

උදාහරණයක් ලෙස යම් අයෙක් රූපය, වේදනාව, සංඥාව, සංස්කාරය, විඤ්ඤාණය සඳහා ඇලීමක් නො පවතී නම් නැවත සත්වයා, පුද්ගලයා නමැති නිවස අවශ්‍ය නැත. රූප ආදිය කෙරෙහි කැමැත්තක් නො පවතී නම් එහි උපාදානයක් නොමැති වී භවය සකස් කර උප්පත්තිය නොලබයි. මෙහි දී නිවසක් සෑදීමට උපාදානය වූ ගිණුමක් නොමැත. ඔහු සසර දුක කෙළවර කර ගන්නේ ය.

**පඤ්ච උපාදානස්කන්ධයන්ට උපමා පහක් -  
ඓනපිණ්ඩුපම සූත්‍රයෙන්**

පංච උපාදානස්කන්ධය හිස් වූවක් ලෙස සලකා එහි නොඇලී / නොගැටී සිටීමට මෙම සූත්‍රයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ මග පෙන්වයි.

**“ඓනපිණ්ඩුපමං රූපං, වේදනා බුබුච්ඡුපමා-  
මරීචිකුපමා සඤ්ඤා, සංඛාර කදුපුපමා, මායුපමඤ්ච  
විඤ්ඤාණං දීපිකා දිව්වඛන්දුනා”**

- **රූපය පෙණ පිඩක් වැන්න** - පෙණ ගොඩක ඇත්තේ හිස්බවකි. එසේම අධ්‍යාත්මික රූපත් බාහිර රූපත් කුළ හරයක් නොමැත.
- **වේදනාව දිය බුබුලක් වැන්න** - සුබ, දුක්ඛ, අදුක්ඛමසුඛ වේදනා හටගත් මොහොතේ ම දිය බුබුලක් මෙන් වැනසී යයි.
- **සංඥාව මිරිඟුවක් වැන්න** - දුර දී මිරිඟුව දිස් වුව ද සමීප වූ විට එවැනි දෙයක් නොමැත. සංඥාව ද එසේය. සැබැවින් ම මිරිඟුව කියා දෙයක් ද නොමැත.
- **සංස්කාර කෙසෙල් කඳක් වැන්න** - කෙසෙල් කඳක අරටුවක් නොමැත. සෑදූ විදියේ කොළයක් ම නැවත සාදයි.
- **විඤ්ඤාණය මායාවක් වැන්න** - ඇස් බැන්දුමක් යනු නැති දෙයක් ඇතිකර පෙන්වීමකි. රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, නැවත නැවත මැවීම කරනුයේ විඤ්ඤාණය යි.



**මාර්ග ඵල ලබා ගැනීමට මෙසේ මෙනෙහි කරන්න  
- සීල සූත්‍රයෙන්**

සීල සූත්‍රයේ සඳහන් පරිදි මහාකොට්ඨික මහරහතන් වහන්සේ සැරියුත් මහරහතන් වහන්සේගෙන් පහත ප්‍රශ්න පහ විචාල සේක.

- 1 සීලවතා ආවුසෝ සාරිපුත්ත, හික්ඛුනා කතමෙ ධම්මා යොනිසො මනසිකාතබ්බා'ති?
- 2 සොකාපන්තේන පනාවුසෝ සාරිපුත්ත, හික්ඛුනා කතමෙ ධම්මා යොනිසො මනසිකාතබ්බා'ති?
- 3 සකදාගාමීනා පනාවුසෝ සාරිපුත්ත, හික්ඛුනා කතමෙ ධම්මා යොනිසො මනසිකාතබ්බා'ති?
- 4 අනාගාමීනා පනාවුසෝ සාරිපුත්ත, හික්ඛුනා කතමෙ ධම්මා යොනිසො මනසිකාතබ්බා'ති?
- 5 අරහතා පනාවුසෝ සාරිපුත්ත, හික්ඛුනා කතමෙ ධම්මා යොනිසො මනසිකාතබ්බා'ති?

මින් අසා ඇත්තේ යම් සිල්වත් මහණෙක් සෝවාන්, සකදාගාමී, අනාගාමී සහ අරිහත්වය පිණිස කුමන ධර්මයක් නුවණින් මෙනෙහි කළ යුතුද? යන්න යි.

පළමු ප්‍රශ්න හතරටම පිළිතුරු වශයෙන් ලබා දී ඇත්තේ පංච උපාදානස්කන්ධයම අනිච්චිතෝ, දුකඛතෝ, රෝගතෝ, ගණ්ඩතෝ, සල්ලතෝ, අසතෝ, ආබාධතෝ, පරතෝ, පලෝකතෝ, සුඤ්ඤතෝ, අන්තතෝ, වශයෙන් මෙනෙහි කරන ලෙස යි.

පස්වන ප්‍රශ්නය රහතන් වහන්සේ කුමන ධර්මයක් නුවණින් මෙනෙහි කළ යුතුද? යන්න යි. පිළිතුර වශයෙන් රහත් හට මත්තෙහි කළ යුත්තක් නැත, නමුත් **දිට්ඨ ධම්ම සුඛ විහරණය** සඳහාත්, **සිහිය පවත්වාගෙන යාම පිණිසත්**, පංච උපාදානස්කන්ධයම ඉහත ආකාරයටම නුවණින් මෙනෙහි කළයුතු බව ප්‍රකාශකර ඇත.

පංච උපාදානස්කන්ධය ලෙස සරලවම සැලකිය හැක්කේ තමන්ගේ කයත් සමග ගෙන යන ජීවන පැවැත්ම යි. එසේ නම් කළ යුත්තේ රූප, වේදනා, සංඥා, සංස්කාර සහ විඤ්ඤාණ හෙවත් තමාගේ ම පැවැත්ම පහත ආකාරයට නිරතුරුවම මෙනෙහි කිරීම යි.

- **අනිච්චතෝ (Impermanent)** - වෙනස් වන බව එනම් රූප, වේදනා, සංඥා, සංස්කාර සහ විඤ්ඤාණයාගේ ඇතිවීම සහ නැතිවීම හෙවත් එහි සමුදය-අස්තංගමය නුවණින් මෙනෙහි කළ යුතු බව යි.
- **දුක්ඛතෝ (Suffering)** - මෙම පැවැත්ම තුළ කායික මානසික දුක් ඇති බව මෙනෙහි කළ යුතු බව යි. කායික ඉරියව් මාරු කරනුයේ දුක නිසා බවත්, චිත්ත පීඩා ආදිය ද දුක බවත් මෙනෙහි කළ යුතුය.
- **රෝගතෝ (Adisease)** - මෙම ජීවන පැවැත්මම ලෙඩක් බව අවබෝධ කරගත යුතුය. වෙන කිසිදු රෝගයක් නොමැති නම් බඩගින්න, පිපාසය, මළ පහකිරීම, මුත්‍රා පිටකිරීම යන රෝග හතර නිසැකවම තමන්ට ඇති බව මෙනෙහි කළ යුතුය.

- **ගණ්ඩතෝ (Tumour)** - මෙම පැවැත්ම ගෙඩියක් (ගඩුවක්) බව අවබෝධ කරගත යුතුය. සැරව ගෙඩියක් ගැන කල්පනා කරන්න. කුඩාවට හටගෙන මහා වේදනාවෙන් යුක්ත තුවාලයක් බවට පත්වන්නා සේ ම කුඩා ලෙස ඇතිවන කායික මානසික වේදනා විපූලබවට පත්වන අයුරුත් ඒවායින් දුක ගෙන දෙන අයුරුත් නිතර මෙනෙහි කළ යුතුය.
- **සල්ලතෝ (Adart)** - මෙම පැවැත්ම දුක් ගෙනදෙන උලක් (හුලක්) බව අවබෝධ කරගත යුතුය. මනබඳනා රූප, වේදනා, සංඥා පසුපස උපායාසයෙන් හඹා යාමෙන් ඒවා විෂ උල් වශයෙන් තමන්ට එල්ල වී දුක් ඇතිවන අයුරු මෙහි දී මෙනෙහි කළ යුතුය.
- **අසතෝ (Misery)** - තම පැවැත්ම තමන්ට නිරතුරුවම පීඩා ගෙන දෙන බව අවබෝධ කරගත යුතුය. උදේ සිටින් රැ වෙන තුරු රැ සිට එළි වෙන තුරු මෙම පැවැත්ම ගෙනයාමට කොතරම් දුකක් විඳිනවාද? යන්න නිතර මෙනෙහි කළ යුතුය.
- **ආබාධතෝ (Affliction)** - තම ශරීරයට ආබාධයක් (තුවාලයක් ලෙස සිතමු) සෑදුණවිට එය කොතරම් පරිස්සම් කරනවාද, ඒ ආකාරයට තමන් කැමැත්තෙන් සාදාගත් කය සහ විත්ත සංස්කාර ආරක්ෂා කර ගැනීමට කොතරම් දුකක් විඳිනවාද, යන්න නිතර සිහිපත් කළ යුතුය.

- **පරතෝ (Alien)** - මෙම ජීවන පැවැත්ම අන්‍යයන් මත යැපෙන බව අවබෝධ කළයුතුය. කිසිවෙකුට ස්වාධීනව ජීවත්විය නොහැක. අනෙක් පුද්ගලයන්, සතුන් හා ස්වභාව ධර්මය මත යැපීමට සිදුවේ. තමන් ඒ ආකාරයෙන් අසරණ ස්වභාවයකට පත්ව ඇති බව නිරතුරුව නුවණින් මෙනෙහි කළ යුතුය.
- **පලෝකතෝ (Disintegrating)** - මෙම පැවැත්ම බිඳෙන බව නුවණින් මෙනෙහි කළ යුතුය. ඇස, කණ, ආදී ඉන්ද්‍රියයන් බිඳෙන බවත් වෙනස් වන බවත් නිරතුරු මෙනෙහි කළ යුතුය.
- **සුඤ්ඤතෝ (Empty)** - සංස්කාරයෝ හටගත් මොහොතේ ම බිඳී යන බැවින් කිසිවක් නැති කිසිවෙක් නැති, ශුන්‍යතාවක් පමණක් ඇති බවත් එය ද දුකක් බව අවබෝධ කළ යුතුය.
- **අන්තතෝ (Non self)** - මෙම පැවැත්ම “මම” “මගේ” කියා නොගත යුතු බවත්, තමන්ගේ පාලනයෙන් තොර බවත්, ආත්මීය පැවැත්මක් නොමැති අසාර දෙයක් බවත් නිතර නුවණින් මෙනෙහි කළ යුතුය.

ඉහත ආකාර එකොළහ ත්‍රිලක්ෂණයට අන්තර්ගත කළ විට පහත ආකාර වේ.

- **අනිච්චානුපස්සනාවට** - අනිච්චතෝ, පලෝකතෝ
- **දුක්ඛානුපස්සනාවට** - දුක්ඛතෝ, රෝගතෝ, ගණ්ඩතෝ, සල්ලතෝ, අසතෝ, ආබාධතෝ
- **අන්තතානුපස්සනාවට** - පරතෝ, සුඤ්ඤතෝ, අන්තතෝ

සීල සූත්‍රයට අනුව සාරාංශව පවසා ඇත්තේ මෙම පංච උපාදානස්කන්ධය “අනිත්‍යයි, දුකයි, අනාත්මයි” ලෙස නිරතුරු නුවණින් මෙනෙහි කිරීමෙන් මාර්ගඵල අවබෝධ කරගත හැකි බව යි.

**පංච උපාදානස්කන්ධයේ උදයව්‍යය දකින්න - මහා සුඤ්ඤත සූත්‍රයෙන්**

මෙම සූත්‍රයේ දී බුදු පියාණන් වහන්සේ ආනන්ද හමුදුරුවන්ට මෙසේ වදාළහ.

“පඤ්ච බෝ ඉමේ ආනන්ද, උපාදානක්ඛන්ධා, යත්ථ භික්ඛුනා උදයබ්බයානුපස්සිනා විහාතබ්බං, ඉති (රූපං, වේදනං, සඤ්ඤං, සංඛාරේ, විඤ්ඤාණං). ඉති (රූපස්ස, වේදනාය, සඤ්ඤාය, සංඛාරස්ස, විඤ්ඤාණාස්ස) සමුදයෝ. ඉති (රූපස්ස, වේදනාය, සඤ්ඤාය, සංඛාරස්ස, විඤ්ඤාණාස්ස) අත්ථංගමෝ. තස්ස ඉමේසු පඤ්චසුපාදානක්ඛන්ධෙසු උදයබ්බයානු-පස්සිනෝ විහරතෝ. යො පඤ්චසුපාදානක්ඛන්ධෙසු අස්මිමානෝ, සෝ පභීයති. ඒවං සන්තමේතං ආනන්ද, භික්ඛු ඒවං පජානාති යො බෝ ඉමේසු පඤ්චසුපාදාන-ක්ඛන්ධෙසු අස්මිමානෝ, සො මේ පභීනෝති. ඉතිහත්තථ සම්පජානෝ භෝති. ඉමේ බෝ ආනන්ද, ධම්මා ඒකන්ත කුසලායතිකා අරියා ලෝකුත්තරා අනවක්කන්තා පාපිමතා.”

ආනන්දය, යම් මහණෙක් උදයව්‍යය නුවණින් මෙනෙහි කළ යුතු උපාදානස්කන්ධයෝ පහකි. එනම් රූප, වේදනා, සංඥා, සංස්කාර සහ විඤ්ඤාණය යි. එම

රූප, වේදනා, සංඥා, සංස්කාර සහ විඤ්ඤාණයන්ගේ ඇතිවීම සහ නැතිවීම අවබෝධ කරගෙන, එහි අස්මිමානය නැති බව නුවණින් ප්‍රත්‍යක්ෂ කරගන්නා භික්ෂුව ඒකාන්තයෙන් ම මාරයා පැරද වූ නිකෙලෙස් ධර්මය අවබෝධ කර ගන්නේ ය.”

පංච උපාදානස්කන්ධයේ උදයව්‍යය (එනම් ඇතිවීම සහ නැතිවීම) නුවණින් අවබෝධ කරගෙන උත්තම සැපත වන අරිහත්වය සාක්ෂාත් කරගත හැකි බව සනාථ වන බැවින් අපි ද ඒ සඳහා උත්සුක වෙමු.

## පඤ්ඤා විමුක්තිය සහ උභතෝභාග විමුක්තිය

යම් අයෙකුට මාර්ග ඵල අවබෝධ කර ගැනීමට අවශ්‍ය නම්, ධර්මය අවබෝධ කරගත් කළ‍්‍යාණ මිත්‍රයන් වහන්සේ නමක් මුණගැසී, ආර්ය මාර්ගය අසා දරා ගෙන ඒ අනුව සිතා විමසා බැලිය යුතුය. එනම් මෙහි ප්‍රධාන කාරණා දෙකක් අන්තර්ගත ය. එනම් **කළ‍්‍යාණ මිත්‍ර ආශ්‍රය සහ යෝනිසෝ මනසිකාරය** යි. අද කළ‍්‍යාණ මිත්‍රයා කවුද? යන්න සොයා ගැනීම ගැටලුවක් ව පවතී. යම් අයෙක් ප්‍රකාශ කරන ධර්මය තුළ යෝනිසෝ මනසිකාරය යෙදවීමෙන් තමාගේ රාග, ද්වේශ මෝහ ක්ෂයවේ නම්, එම දේශකයා කළ‍්‍යාණ මිත්‍රයෙකි. කළ‍්‍යාණ මිත්‍රයා මාර්ග ඵල අවබෝධය සඳහා ශ්‍රාවකයන්ට ධර්මය දේශනා කරයි. දැනට මාර්ගඵල අවබෝධ කරගෙන ඇති ආර්යයන් වහන්සේලාටත්, අනාගත බුද්ධ ශාසනවල ශ්‍රාවකයන් වහන්සේලාටත් විශේෂ හැකියාවන් ඇති ගිහි පිංවතුන්ටත් මාර්ගඵල අවබෝධය සඳහා ධර්මය දේශනා කිරීමේ හැකියාව ඇත. කොතරම් එම ධර්මය ඇසුවත් ඒ අනුව යෝනිසෝ මනසිකාරය හැසිරවීමට අපොහොසත් නම්, කිසි විටෙක මාර්ගඵල අවබෝධ කළ නොහැක.

සද්ධානුසාරී පුද්ගලයාත් ධම්මානුසාරී පුද්ගලයාත් නිවන සාක්ෂාත් කරගන්නා ආකාර දෙකක් ධර්මයේ දැක්වේ. එනම් පඤ්ඤා විමුක්තියෙන් නිවීම සහ උභතෝභාග විමුක්තියෙන් නිවීම යි. පඤ්ඤා විමුක්තිය යනු රූපාවචර ධ්‍යාන සතර දියුණුකර, ඇතිකරගත් උපේක්ෂාව පදනම් කරගෙන විදර්ශනා වඩා නිවන

සාක්ෂාත් කිරීමයි. **උභතෝභාග විමුක්තිය** යනු රූපාවචර මෙන්ම අරූපාවචර යන ධ්‍යාන කොටස් දෙකම වඩවා නිවන සාක්ෂාත් කිරීමයි.

බලියක් පමණ උසට ඇති මනස සහිත තමන්ගේ කය පිළිබඳව හෙවත් තම ජීවන පැවැත්ම පරීක්ෂා කිරීමෙන්, එම පැවැත්ම තුළ ඇත්තේ ජාති, ජරා, ව්‍යාධි මරණ යනාදී දුක් සමූහයක් බවත්, කොතැන ඉපදුණත් දුක පවතින බවත් අවබෝධයෙන්, මෙම දුක් සහිත සංසාරයෙන් එගොඩ විය යුතු බවට තීරණයක් තමන්ගේ අභ්‍යන්තරයෙන් සත්‍ය වශයෙන්ම එන පුද්ගලයාට පමණක් ලෝකෝත්තර නිර්වාණය කරා ගමන් කළ හැකිය. මෙහි දී එම පුද්ගලයාට **ආකාරවතී ශුද්ධාවක්** ඇති වේ. එනම් බුදු පියාණන් වහන්සේගේ ගුණ, ධර්මය තුළින් දැකගෙන ලෝකය අතහැර නිර්වාණය කරා පැහැදීම යි. ඉන් පසු ඔහු සීලයක පිහිටා කටයුතු කළ යුතුය. සියලු පව් අතහැරීමත් කුසල් කරමින් සිත පිරිසිදු කරගැනීම, යන සියලු බුදුවරයන්ගේ අනුශාසනාව අනුව **ආර්ය සීලයේ** කටයුතු කිරීමට උත්සාහ කළ යුතුය. සියලු පව් අතහැරීම එකවර කළ නොහැක්කකි. මේ සඳහා වැඩපිළිවෙලක් ඇත. එනම් කැළයකට, ගසක් මුලකට හෝ ශුන්‍යාගාරයකට ගොස් වාඩිවී නිශ්ශබ්ද වූ විට කයෙන් සිදුවන වැරදි සහ වචනයෙන් සිදුවන වැරදි යටපත් වේ. නමුත් සිතෙන් සිදුවන වැරදි පවතී. එම වැරදි මග හරවා ගැනීමට රාග, දෝස, මෝහ යටපත් වන අරමුණක් හෙවත් ඇලීම්-ගැටීම් නැති අරමුණක සිහිය පිහිටුවා ගත්



විට සිත උපේක්ෂා තත්වයට පත් කරගත හැකි ය. එනම් ආනපාන වැනි අරමුණක් ගෙන කාමයන්ගෙන් සහ අකුසලයන්ගෙන් වෙන්වී පංච නීවරණ යටපත් කරගෙන, පිළිවෙළින් පළමු, දෙවන, තෙවන සහ හතරවන **ධ්‍යාන ඇති කරගෙන උපේක්ෂාවට** පත් විය හැකි ය.

**උපෙක්ඛා සිතෙන්** සද්ධර්මය අවබෝධ කරගත යුතුය. සද්ධර්මය යනු සත්‍යය යි. මෙම සත්‍යය දැකීමට සාමාන්‍ය සිතකට නොහැක. එනම් ඇත්ත ඇති සැටියෙන් අවබෝධ කර ගැනීමේ නුවණ හෙවත් **යථාභූත ඥානය** ඇතිකර ගැනීමට සිතෙහි ඇලීම් ගැටීම් අවම කර ගනිමින් ඉහත ආකාරයට සිත උපේක්ඛා ස්වභාවයකට පත් කරගත යුතුය. උපෙක්ඛාව පදනම් කරගෙන ජීවන පැවැත්ම හෙවත් කයේ සහ සිතේ ක්‍රියාකාරීත්වය, එනම් **නාම-රූප ක්‍රියාකාරීත්වය විමර්ශනය** කළ යුතුය. මෙය විදර්ශනා කිරීම ලෙස ධර්මයේ හඳුන්වයි.

කයේ යථාර්ථය හෙවත් **රූපයේ යථාර්ථය** අවබෝධයෙන් රූපය ප්‍රතික්ෂේප කළ හැකිය. රූපය ප්‍රතික්ෂේප කිරීමට ධාතු මනසිකාරය, පටික්කුල මනසිකාරය, නවසීවතීකය, ආහාරයේ පටික්කුල සංඥා යනාදී කර්මස්ථාන භාවිත කළ හැකිය. මේ තුළින් රූපය පිරිසිඳ දැකගෙන, එය ප්‍රතික්ෂේප කළ හැකිය. සතිපට්ඨානයේ කායානුපස්සනාව යොදා ගන්නේ ප්‍රධාන වශයෙන් රූපයට පහර ගැසීම සඳහා ය.

රූපය විදර්ශනා නුවණින් බැලූ පසු, සිත විනිවිද දැකිය යුතුය. එහි දී **සිතක අන්තර්ගතය පිළිබඳ**

**අවබෝධය** ඉතා වැදගත් වේ. අධ්‍යාත්මික රූප සහ බාහිර රූප සම්බන්ධ වන විට විඤ්ඤාණය, නාම ධර්ම සමූහයක් සමඟ හටගෙන ක්‍රියාත්මකවීම සිතක් ලෙස හැඳින්වේ. එනම් මෙම සිත තුළ ඇත්තේ **විඤ්ඤාණ-නාම-රූප** ක්‍රියාකාරීත්වයකි. **විඤ්ඤාණය** යනු දැනුවත්භාවය නමැති ශක්තිය හෙවත් ධාතුව යි. එහි සතෙක්, පුද්ගලයෙක් මමෙක් නැත. **නාමධර්ම** යනු චෛතසික සමූහයකි. එහි ද සතෙක් පුද්ගලයෙක්, මමෙක් නැත. **රූප** යනු ධාතු හතරකින් සෑදුණ දෙයකි. එහි ද සතෙක්, පුද්ගලයෙක්, මමෙක් නැත. රූප බලනවා, ශබ්ද අභනවා, ගඳ සුවඳ විඳිනවා, රස විඳිනවා, කායික පහස ලබනවා, යනවා, එනවා, කනවා, බොනවා, සිතනවා යනාදී සෑම සිතකම ඇත්තේ මෙම විඤ්ඤාණ නාම රූප ක්‍රියාකාරීත්වයක් පමණි. එය ස්වභාව ධර්මයේ සිදුවීමකි. ක්‍රියාකාරීත්වයක් පැවතුණත් එය කරන්නෙක් නොමැත. නමුත් අවිද්‍යාව සහ තණ්හාව නිසා මෙම ක්‍රියාකාරීත්වයට, තමන් කරන දෙයක් ලෙස, පුද්ගලයෙක් ආරෝපණය කරගැනීමෙන් සත්ත්වයා සංසාර දුක තුළ හිර වේ.

සිත තවත් පැතිකඩකින් විනිවිද දැකිය හැකිය. එනම් සෑම සිතක ම **පංච උපාදානස්කන්ධයක්** පවතින බවයි. එනම් රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන ස්කන්ධ පහයි. මේවායේ සතුට සොයමින්, එය ප්‍රකාශ කරමින්, එහි බැසගැනීමක් ඇතිවන විට ඒවා **උපාදානය** වේ. සෑම සිතක ම පංච උපදානාස්කන්ධයේ ක්‍රියාකාරීත්වය සිදු වේ. සිතක් ඇතිවන විට ස්පර්ශ වන අධ්‍යාත්මික රූප ත්, බාහිර රූප ත්, නිත්‍ය, සුඛ, ආත්ම

වශයෙන් ගනී නම්, රූපය උපාදානය වේ. උපාදානය වලක්වා ගැනීමට නම්, ධාතු හතරකින් සෑදුණ රූපය පෙන ගොඩක් මෙන් බිඳෙන බව අවබෝධ කළයුතුය. එමෙන්ම ස්පර්ශයෙන් හට ගන්නා මනාප සුඛ වේදනා, අමනාප දුක්ඛ වේදනා සහ උපේක්ෂා සහගත වේදනා දිය බුබුලක් මෙන් ඇතිවී නැතිවී යන බව අවබෝධයෙන්, වේදනාව උපාදානය නො කර ගත හැකි ය. එමෙන්ම ස්පර්ශයෙන් ඇති වන සංඥා හෙවත් හඳුනා ගැනීම් මිරිඟුවක් ලෙස දකිමින් සංඥාව, උපාදානය වීම වළකාගත හැකි ය. ස්පර්ෂයෙන් ඇතිවන වේදනා සහ සංඥාවලට අගයක් ලබා දී ඇතිකර ගන්නා සංස්කාර කෙසෙල් කඳක් මෙන් අරටුවක් නැති හිස් දෙයක් බව අවබෝධයෙන්, සංඛාර උපාදානය නොකර ගත හැකිය. එමෙන්ම රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර යන හිස් දේවල් දැනුවත් වූ ශක්තිය හෙවත් විඤ්ඤාණය ද මායාවක් බව අවබෝධයෙන් විඤ්ඤාණය උපාදානය වීම වළක්වා ගත හැකිය.

එ මෙන් ම මෙසේ උපාදානය වළක්වා ගැනීමට පටිච්ච සමුප්පාදයට අනුව **හේතු-ඵල සම්බන්ධය** ද අවබෝධ කළයුතුය. වර්තමානයේ තමන් සිදුකරන සෑම ක්‍රියාකාරීත්වයක්ම හේතු-ප්‍රත්‍ය අනුව සිදුවන්නකි. උදාහරණයක් ලෙස සළායතන ක්‍රියාත්මක වීම ඵලයකි. එයට ප්‍රත්‍ය වන්නේ විඤ්ඤාණ-නාම-රූප ක්‍රියාකාරීත්වය යි. හේතුව අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම දෙයක් නම්, ඵලය ද **අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම** දෙයකි. මෙලෙස සෑම සිතක් ළඟ දී ම යෝනිසෝ මනසිකාරය පැවැත්වුවහොත් එස්ස නිරෝධයෙන්, භව නිරෝධය කළ හැකිය.

එමෙන්ම සෑම සිතකම පවත්නා පංච උපාදානස්කන්ධය **අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම** වශයෙන් දැකී නම්, එම සිත් උපාදානයෙන් වළක්වා ගත හැකි ය. තව ද මෙම සිත හෙවත් පංච උපාදානස්කන්ධය වේගයෙන් ඇතිවන-නැතිවන ස්වභාවික ක්‍රියාදාමයක් බව අවබෝධයෙන්, **උදය-වය** ඇතුළු නව මහ විදර්ශනා ඥාණ වැඩී යයි. එම ඥාණ පරිපූර්ණ වීම යනු සත්තිස් බෝධිපාක්ෂික ධර්ම මාර්ගඵලයකට අවශ්‍ය ලෙස වැඩීමයි. අනුලෝම ඥාණයෙන් පසුව ඇති වන ගෝත්‍රභූ ඥාණයෙන් ලෞකික ගෝත්‍රය ඉක්මවා ලෝකෝත්තර ගෝත්‍රයට පත් වේ. වැවක වතුර පිරුණු පසු වාත් දමනවා සේ පුද්ගලයා නිවනටම ගසාගෙන යයි. මෙහි දී ඔහුට කිසිවක් කළ නොහැක. අවබෝධ වූ ධර්මයේ ශක්තිය සියල්ල සිදුකරයි. මෙහි දී සිදුවන්නේ පංච උපාදානස්කන්ධය, අනිත්‍ය වශයෙන් දැකීමෙන් **අනිමිත්ත වේතෝ විමුක්තිය** තුළින් හෝ පංච උපාදානස්කන්ධය, දුක්ඛ වශයෙන් දැකීමෙන් **අප්පණිහිත වේතෝ විමුක්තිය** තුළින් හෝ පංච උපාදානස්කන්ධය, අනාත්ම වශයෙන් අවබෝධයෙන් **ශුන්‍යතා වේතෝ විමුක්තිය** තුළින් හෝ නිර්වාණය සාක්ෂාත් වීම යි. එහි දී වැවක පිටාර ජලය පහළට ඇදීයන්නා සේ බෝධිපාක්ෂික ධර්මවල ශක්තියෙන් සිත නිවනට යොමු කරයි. මෙලෙස වතුරාර්ය සත්‍යය අවබෝධයෙන් සිදු වන්නේ විඤ්ඤාණ - නාම - රූප නිරෝධය තුළින් **“නිබ්බාණං පරමං සුඛං”** යන ධර්මතාවය ප්‍රත්‍යක්ෂවීම යි. මෙය සෝතාපන්න, සකදාගාමී, අනාගාමී සහ අර්හත් මාර්ගඵලයන් ලබන සෑම අවස්ථාවක දී ම අත්විඳිය හැකිය. සෑම කඩඉමක දී

ම තමන්ගේ ජීවිතය වෙනස් කරයි. සංයෝජන ප්‍රගීණ කළ බව වැටහේ. හරියට ඇවිලෙන්නට දර නැති ගිනි ගොඩක් මෙන්, ක්‍රමයෙන් නිවෙන්නට පටන් ගනී.

**සෝතාපන්න** උත්තමයා සක්කාය දිට්ඨි, විචිකිච්ඡා, සීලබ්බත පරාමාස යන සංයෝජන තුන සම්පූර්ණයෙන් ප්‍රභාණය කර, සතර අපායෙන් සදහටම අතමිදී උපරිම භව භතක දී නිවන පසක් කර ගනී. **සකදාගාමී** උත්තමයා කාමරාග, පටිස අඩක් ප්‍රභාණය කර එක් වරක් කාම ලෝකයට විත් පිරිනිවෙයි. **අනාගාමී** උත්තමයා කාමරාග, පටිස සම්පූර්ණයෙන් ම ප්‍රභාණය කර, ශුද්ධාවාස බ්‍රහ්ම ලෝකවල උත්පත්තිය ලබා එහි දී ම පිරිනිවෙයි. **රහතත් වහන්සේ** සියලු සංයෝජන බිඳ, මේ භවයේ දී ම පිරිනිවෙයි.

**උභතෝභාග විමුක්තියේ** දී සිදු වන්නේ රූපය පිළිබඳ ඇතිකර ගත් **නානත්ව** රූප සංඥා උපේක්ඛාව, **ඒකත්ව** සංඥා උපේක්ඛාවක් බවට පත් කරගනී. එනම් රූපය සම්පූර්ණයෙන්ම අතහැරීමෙන් ඇතිවන හිස් ස්වභාවය හෙවත් **ආකාසානඤ්චායතනය**, රූපයත් ආකාසයත් දැනුවත් වූ විඤ්ඤාණ ධාතුව තුළ ඒකාග්‍රවීම හෙවත් **විඤ්ඤාණඤ්චායතනය**, සංඥා ප්‍රතික්ෂේප කිරීමෙන් ඇතිවන **ආකිඤ්චඤ්ඤායතනය** සහ සංඥාවක් නැතැයි කියන සංඥාවක් ඇති බැවින්, සංඥාවක් ඇත්තෙන් නැත නැත්තෙන් නැත යන අවබෝධයෙන් ඇති වන **නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය** යන අරූප ධ්‍යාන ඇතිකර ගැනීම යි. ආකිඤ්චඤ්ඤායතනයේ දී



බුද්ධ ශාසනය තවමත් බබළයි. නැවත මීය යාමට පෙර, ප්‍රමාද නොවී අත් විඳින්න. තර්ක නැත, මායා නැත, නිදහස් මනසකින් අවබෝධ කරගන්න.

## නිවනට යන විනීත රථ හත

සාරිපුත්ත මහරහතන් වහන්සේ සහ මන්තාණි පුත්ත පුණ්ණ මහරහතන් වහන්සේ අතර ඇති වූ ධර්ම සාකච්ඡාවක් මජ්ඣිම නිකායේ එන රථ විනීත සූත්‍රයේ විස්තර වේ.

මෙහිදී “භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ සාසනයේ බ්‍රහ්මචරියාවේ යෙදෙන්නේ ශීල විසුද්ධිය සඳහා ද?, විත්ත විසුද්ධිය සඳහා ද?, දිට්ඨි විසුද්ධිය සඳහා ද?, කංඛා විතරණ විසුද්ධිය සඳහා ද?, මග්ගාමග්ග ඤාණ දස්සන විසුද්ධිය සඳහා ද?, පටිපදා ඤාණ දස්සන විසුද්ධිය සඳහා ද?, ඤාණ දස්සන විසුද්ධිය සඳහා ද?,” ලෙස සාරිපුත්ත මහරහතන් වහන්සේ ඇසූ ප්‍රශ්න වලට මන්තාණි පුත්ත පුණ්ණ මහරහතන් වහන්සේ දුන් පිළිතුර වූයේ “මෙම එකිනෙක විසුද්ධීන් සඳහා නොවේය., එම විසුද්ධීන් පරිපූර්ණය කරගෙන අනුපාදසේස පරිනිර්වාණයෙන් පිරිණිවන්පෑම සඳහා ය” යන ලෙසයි.

එමෙන්ම තව දුරටත් පැහැදිලි කිරීම සඳහා මන්තාණි පුත්ත පුණ්ණ මහරහතන් වහන්සේ උදාහරණයක් සපයයි. එනම්, පසේනදී කොසොල් රජතුමාට සැවැත් නුවර සිට සාකෙත නුවර තම ඥාතීන් බැලීම සඳහා යාමට පිළිවෙළින් එකකින් බැස තව එකකට නගිමින් ගමන්කරන විනීත රථ හතක් යොදාගනී. මෙලෙස හත්වන රථයෙන් බැස, ඇතුලු දොරටුවෙන් සාකෙත නුවරට පැමිණෙන රජතුමාගෙන් ඥාතීන්



“කුමන රථයකින් ආවාද?” කියා ඇසූ විට රජතුමා ප්‍රකාශ කරනුයේ “රථ හතම යොදාගෙන පැමිණුනා” කියාය.

මේ අනුව නිවනට පිළිවෙළින් යා යුතු විනීත රථ හතක් ඇත. එනම් **සත්ත විසුද්ධියයි**. නිවන ආකාර දෙකකි. එනම් සෝපදිසේස පරිනිර්වාණය සහ අනුපාදිසේස පරිනිර්වාණයයි. සෝපදිසේස පරිනිර්වාණය යනු ජීවත්ව සිටියදී කෙලෙස් ප්‍රභාණය කර නිවන් අවබෝධයයි. අනුපාදිසේස පරිනිර්වාණය යනු සියලු කෙලෙස් ප්‍රභාණය කර ඇති උත්තමයෙක් තමන්ගේ ආයුෂ කෙළවර ශරීරයද අතහැර පිරිණිවන් පෑමයි.

පළමු රථයට නැගීමට පෙර සුදානමක් තිබිය යුතුය. එම සුදානම වන්නේ ශ්‍රද්ධාවයි. ශ්‍රද්ධාව යනු පැහැදීමයි. බුද්ධ රත්නය, ධම්ම රත්නය, සංඝ රත්නය කෙරෙහි නොසැලෙන පැහැදීමක් ඇතිවිය යුතුය. ශ්‍රද්ධාව ඇති කර ගැනීමට ලෝකයේ (තම ජීවන පැවැත්මේ) ඇත්ත දුකක් බව අවබෝධ කළ යුතුය. එනම් තමන්ගේ ජීවන පැවැත්මේ ඇත්තේ ජාති, ජරා, ව්‍යාධි, මරණ යනාදී දුක් සමූහයක් බවත්, නැවත ඉපදුනත් මෙම දුක නැතිවෙන්නේ නැති බව තේරුම් ගත යුතුය. ලෝකය අතහැර නිවනට සිත නැඹුරු කළ යුතුය. එහිදී ධර්ම රත්නය අවබෝධයෙන් බුදු රජාණන් වහන්සේ පිළිබඳ අවල පැහැදීමක් සහ ලෝකය අතහැර දමා යන ආර්යයන් වහන්සේලා ගැන අවල පැහැදීමක් ඇති වේ. සංසාර දුක්ඛය අවබෝධයක් නොමැති කෙනාට කිසිදා නිවන් දැකිය නොහැකිය. මන්ද ඔහු ලෝකය සැප වශයෙන් දකින නිසාවෙනි.

මෙලෙස නිවනට පැහැදුන කෙනාට පළමු රථයට ගොඩවිය හැකිය. **එය ශීල විසුද්ධියයි.** එනම් නිර්වාණය සඳහාම වන පිරිසිදු සීලයයි. උපාදාන රහිත සීලයයි. කායික, වාචික සහ මානසික දුෂ්චරිතයෙන් වෙන්වීමයි. ඉන්ද්‍රිය සංවරයයි. සියලු පව් අතහරිමින් සිත පිරිසිදු කිරීම යි. මෙය සම්මුතිය තුළ පවතින සීලයට එහා ගියා වූ ලෝකෝත්තර හික්මිමකි. සම්මුතිය තුළ පවතින සීලය අබුද්ධෝත්පාද කාල වලදී ද පවතී. පිරිසිදු වූ ආර්ය සීලය යොමු වන්නේ නිවීමටම ය.

සීලය පරිපූර්ණ වන අවස්ථාවේ දී සිත කාමයන්ගෙන් මිදේ. අකුසලයන්ගෙන් මිදේ. පංච නීවරණ යටපත් වේ. එහිදී සිත පළමු රථය අතහැර දෙවන රථයට මාරුවීමට හැකිය. **එය චිත්ත විසුද්ධියයි.** චිත්ත විසුද්ධිය යනු පළමු, දෙවන, තෙවන, සිව්වන වශයෙන් ධ්‍යානයන් ඇති වී චිත්ත ඒකාග්‍රතාව ඇතිවීමයි. එනම් සිත සමාධි ගතවීමයි. සමාධි ගත වූ සිතකට යථාර්ථය අවබෝධ කළ හැකිය.

සමාධිය යථාර්ථය අවබෝධයට යෝග්‍ය වූ විට චිත්ත විසුද්ධි රථයෙන් **දිට්ඨි විසුද්ධි** රථයට මාරු වේ. මිත්‍යා දිට්ඨිය පහ කරමින් සම්මා දිට්ඨියට සිත නැඹුරු වේ. සත්ව පුද්ගල පැවැත්ම නිත්‍යයි, සුඛයි, සුභයි, ආත්මයි වශයෙන් පවතින මිත්‍යා දෘෂ්ටීන් ප්‍රභාණය කරමින් අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම ත්‍රිලක්ෂණය අවබෝධය සඳහා මනසිකාරය යොමු වේ. මෙහිදී ජීවන පැවැත්ම තුළ ඇති ප්‍රධාන කොටස් දෙක පිළිබඳ අවබෝධ කෙරේ. එනම්

තම කයේ (රූපයේ) සහ සිතේ සතෙක් පුද්ගල පැවැත්මක් නොමැති බවත්, හේතු ප්‍රත්‍යයෙන් සකස්වූන ස්වභාවධර්මයේ ක්‍රියාවලියක් බව අවබෝධ වේ. විඤ්ඤාණ - නාම - රූප ධර්මයන් අවබෝධයෙන් සක්කාය දිට්ඨි යනාදී සියලු මිත්‍යා දෘෂ්ඨීන් බිඳී යමින් සිත පිරිසුදු වීම දිට්ඨි විසුද්ධියේ දී සිදු වේ.

දෘෂ්ඨීන්ගෙන් පිරිසිදු වූ සිත තුළින් සියලු සැක දුරු වේ. එනම් **කංඛා විතරණ විසුද්ධි රථයට මාරු වීමයි.** මෙහිදී සත්‍ය වශයෙන්ම දුරු වන්නේ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය පිළිබඳ සැකයයි. සාමාන්‍ය ජීවිතය තුළ ඉගෙන ගත්තාම, යමක් හරිහම්බ කරගෙන, යාන වාහන, ගෙවල් දොරවල්, අඹුදරුවන් සහිතව, සැපවත් ජීවිතයක් ගතකළ හැකි බව පෙනේ. එම ලෞකික ප්‍රතිපදාව තුළ සැකයක් නැත. එබැවින් සියලු දෙනා ඒ සඳහා කටයුතු කරයි. තරඟකාරීව දුවයි. නමුත් එයින් මිදී ලෝකෝත්තර ප්‍රතිපදාවට එන්නට බියක් දක්වනුයේ, නිර්වාණ ප්‍රතිපදාවේ සුවය දිට්ඨිමවේදනීය වශයෙන් නොදන්නා නිසාය. නමුත් බුදුවදන අනුව ආරණ්‍යයකට, ගසක් මූලකට හෝ ශුන්‍යාගාරයකට ගොස් කමටහනක සිත පිහිටවන විට ලැබෙන සුවය පෙර ලෞකික ප්‍රතිපදාවෙන් නොලැබූ බව අවබෝධ වී, ලෝකෝත්තර ප්‍රතිපදාවට ඇලේ. එවිට අරිආටඟිමග පිළිබඳ සැක දුරු වෙයි.

මිත්‍යා දිට්ඨීන්ගෙන් පිරිසිදු වූ සැක දුරු වූ සිත දිගින් දිගටම පැවතීමට නම්, මිච්ඡා මාර්ගය හෙවත්

**කුම්මග්ග පටිසේවන** මාර්ගය අනන්තර සම්මා දිට්ඨික ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයේ ම ගමන් කළ යුතුය. මෙහිදී නිවන්මග සහ සසරමග එනම් මග නොමග මැනවින් අවබෝධ වේ. එය කංඛා විතරණ විසුද්ධි රථයෙන් **මග්ගාමග්ග ඤාණ දස්සන විසුද්ධි** රථයට මාරු වීමකි. භාවනා කරන යෝගියෙකුට භාවනා අරමුණින් සිත පිට ගියවිට නැවත අරමුණටම ගන්නේ මග නොමග හොදින් දන්නා නිසාය. නිවැරදිව ධර්මය අවබෝධ වනවිට ගිහි ජීවිතය අතහරින්නේද මේ නිසාය. කෙලෙස් සහිත මාර්ගය සහ කෙලෙස් රහිත මාර්ගය මෙහිදී හොදින් වැටහේ.

නිවැරදි මග දන්නා කෙනා ඒ මාර්ගයේම ගමන් කරයි. අරිඅටඟි මගේ ගමන් කරන අයට සතර සතිපට්ඨානය, සතර සමායක්ප්‍රදාන වීර්ය, සතර සාද්ධිපාද, පංච ඉන්ද්‍රිය, පංච බල, සත්ත බොජ්ඣංග සහ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය යන සත්තිස් බෝධිපාක්ෂික ධර්ම වැඩේ. බෝධිපාක්ෂික ධර්ම දියුණුවන කෙනාට නවමහා විදර්ශනා ඤාණ වැඩේ. මෙය **පටිපදා ඤාණ දස්සන විසුද්ධි** රථයට ගොඩවීමයි. මෙහිදී සියලු සංස්කාරයන්ගේ ඇතිවීම සහ නැතිවීම අවබෝධයෙන් වන **උදය-ව්‍යය ඤාණයත්**, සියලු සංස්කාර දිය බුබුලක් මෙන් බිඳීයන බව අවබෝධයෙන් වන **හංග ඤාණයත්**, මෙසේ බිඳී යන සංස්කාර සැදීමට බිය ඇති වී **භයකුපට්ඨාන ඤාණයත්**, සංස්කාර හැඳුවොත් බිඳෙනවා එය දුකක් බව අවබෝධයෙන් **ආදීනව ඤාණයත්**, බිඳෙන දුක්දෙන සංස්කාර හැදීම පිළිබඳ කළකිරීමක් ඇති වී

**නිබ්බිදානුපස්සනා ඥාණයත්,** කළකිරුණ පසු සංස්කාර අතහැර දමා යා යුතු බව අවබෝධයෙන් **මුඤ්චිතූකමාසකා ඥාණයත්,** මෙසේ අතහැරීම සඳහා අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම ත්‍රිලක්ෂණය වඩමින් ඇතිවන **පටිසංඛාර ඥාණයත්,** සියලු සංස්කාරයන් ගැන උපේක්ෂාවට පත්ව **සංඛාර උපෙක්ඛා ඥාණයත්,** මාර්ගයට සහ ඵලයට කලින් ලැබෙන **අනුලොම ඥාණයත්** යන ඥාණ ඇති වේ. සම්මා ඥාණ යනු මෙම ඥාණයන්ය.

පටිපදා ඥාණ දස්සන විසුද්ධියේ ඇති අවසාන ඥාණය පරිපූර්ණය වනවාත් සමග ම පාතග්ජන ගෝත්‍රය ඉක්මවමින් ආර්ය ගෝත්‍රයේ පිළිසිද ගනී. එනම් **ඥාණ දස්සන විසුද්ධි** රථයට ගොඩ වේ. එනම්, ලෝකෝත්තර ව ඇතිවන මග්ග සහ ඵල ඥාණ ඇති වී සෝවාන්, සකදාගාමී, අනාගාමී, අරිහත් යන මාර්ග ඵල ලබයි. මෙය කෙලෙස් පරිනිර්වාණය හෙවත් සෝපදිසේස-පරිනිර්වාණයයි. නමුත් තවම ආයුෂ ඉතිරිය. කායිකව ඇතිවන රෝග පීඩා වලින් දුක් විඳී. දුක සම්පූර්ණයෙන්ම ඉවර නැත. දුක සම්පූර්ණයෙන්ම නැති වීමට නම් ඥාණ දස්සන විසුද්ධි රථයෙන් බැසිය යුතුය. එය ශරීරයත් අතහැර දමන අනුපාදිසේස පරිනිර්වාණයයි. මෙය සංසාර ගමනේ අවසානයයි. නැවත ඉපදීමක් නැත. දුක කෙලවර කර ඇත. ඒ උතුම් අනුපාදිසේස නිර්වාණයෙන් සියලු සත්වයෝ සැනසෙත්වා !

## **අකුසල් සිත් වලට එරෙහිව**

පළමු, දෙවන, තුන්වන, හතරවන ආදී ධ්‍යාන වලින් යුත් එනම් අධි චිත්තයෙන් යුත් පුද්ගලයන්ට රාග, දෝස, මෝහ අරමුණක් තම සිතට පැමිණෙන විට, ඒවා ඉවත් කරගෙන සිත පිරිසිදු කරගන්නා ආකාරය, මජ්ඣිම නිකායේ එන විතක්ක සණ්ඨාන සූත්‍රය (බු. ජ. ම. නි. 1-පි. අ. 300 ) තුළින්, භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කර ඇත.

යෝගාවචර ජීවිතයක් ගත කරන බොහෝ දෙනාට භාවනාවේදී එන ප්‍රධාන ගැටලුවක් වන්නේ තම සිතට විවිධ අකුසල විතක්ක පැමිණ, තමන්ගේ චිත්ත ඒකාග්‍රතාවය හෙවත් සමාධිය කැඩී බිඳී යාමයි. අධි චිත්තයෙන් හෙවත් අජට සමාපත්තීන්ගෙන් යුත් අයට පමණක් මෙම සූත්‍රය දේශනා කර ඇත්තේ, සාමාන්‍ය ජීවිතේ සිටින අය අකුසලයන් අකුසලයන් බව නොදන්නා නිසාය. අකුසලයන් අකුසලයන් බව දැනගැනීමට සිතේ එකඟතාවයක් හෙවත් සමාධියක් අවශ්‍යය. මඩවලක සිටින අයෙකුට මඩ ගැවුනාට නොදැනෙන්නා සේ සාමාන්‍ය සිතක අකුසලයන් ම ඇති බැවින්, ඒවා තේරුම් ගැනීමට නොහැක. කෙසේ වෙතත් අකුසලයන්ගෙන් සිත මුදවාගෙන සිත පිරිසිදු කරගැනීමට ක්‍රම පහක් මෙහි දේශනා කර ඇත.

- **අඤ්ඤා නිමිත්ත පබ්බං - අකුසල අරමුණට එරෙහිව වෙනත් කුසල් අරමුණක සිත පිහිටවීම.**

යම් අවස්ථාවක දී රාග, දෝස, මෝහ සිතක් උපන් විට ඊට එරෙහිව වෙනත් කුසල් අරමුණක් මෙනෙහි කිරීම කළ යුතුය. හරියට ලැල්ලකට ගසා ඇති විශාල ඇණයකට හාත්පසින් ඊට කුඩා ඇණයකින් පහර දී, පසුව අතින් ගලවා දමන්නාක් සේ විශාල අකුසල් අරමුණ, කුඩා කුසල් අරමුණක් මෙනෙහි කර සිතෙන් ඉවත් කළ යුතුය. එවිට අකුසල් අරමුණ ඉවත් වී තමන්ගේ සිත ඇතුළත පිහිටයි. මනාව තැන්පත් වේ. නැවත එකඟ වේ. නැවත සමාධි ගත වේ.

මෙහිදීකුසල නිමිති ලෙස, බුද්දගුණ, දම්ගුණ, සග ගුණ, පිරිත්, සුත්‍ර ආදිය සජ්ජායනා කිරීම, දුන්නා වූ දානාදී පුණ්‍යකර්මයන් සිහිපත් කිරීම, මතකයේ ඇති විශේෂ ගාථාවක් සිහිපත් කිරීම, ධර්ම දේශනාවකට සවන් දීම, ධර්මය ලිවීම සහ කියවීම, බුදුන් වැදීම, බුද්ධ පූජාවන් කිරීම ආදිය දැක්විය හැකිය.

- **ආදීනව පබ්බං - අකුසල අරමුණේ ආදීනව මෙනෙහි කිරීම.**

ඒ ඒ අකුසල විතක්කයන්ගේ දෝෂය පිරික්සමින්, එනම් එහි ආදීනව දකිමින් එම අකුසලය ඉවත් කළ යුතුය. මෙම අරමුණු අකුසල් අරමුණුය. සාවද්‍යය, දුක් විපාක ඇත, යනාදී වශයෙන් සිහිපත් කරමින් ඉවත් කළ යුතුය. කණ්ණාඩිය ළඟට ගොස් සැරසෙන තරුණයෙකුගේ හෝ තරුණියකගේ කරමත බල කුණක් හෝ සර්ප කුණක් හෝ මිනිස් කුණක් දැමුවොත්, එය





තමන්ගේ සිතට අකුසල අරමුණක් පැමිණි විට, ඒ සමඟ ම, ඊට එරෙහිව මෙය සිතන්න එපා යන විධානය නැවත නැවත සිතට ඒත්තු ගැන්වීමෙන් එම අකුසල් අරමුණ මෙතෙහි නොකර ඉවත් කළ හැකිය. මෙසේ දිගින් දිගටම පුහුණු කිරීමෙන් එම අකුසල් අරමුණ ඉවත් වී තමන්ගේ සිත ඇතුළත පිහිටයි. මනාව තැන්පත් වේ. නැවත එකඟ වේ. නැවත සමාධිගත වේ.

- විතක්ක මූලහේද පබ්බං - අකුසලයේ මූලය සිහි කිරීම.

පැමිණි රාග, දෝස, මෝහ විතක්කයේ මූලය සොයා, එම මූලය ඉවත් කිරීමෙන් අකුසලය ඉවත් කළ යුතුය. යම් අයෙක් වේගයෙන් දුවන විට ඔහු “ඇයි මේ දුවන්නේ මෙතන දුවන්න තරම් කරුණක් නෑනේ” යන බව අවබෝධ වූ විට, ඔහු දුවන ක්‍රියාව නවතා ඇවිදින්නට පටන් ගනී. එසේ ඇවිදින විටත් “ඇයි මේ ඇවිදින්නේ මෙතන ඇවිදින්න තරම් කරුණක් නෑනේ” මේ බව ඔහුට අවබෝධ වූ විට ඔහු සිටින්නට සිතයි. සිටගෙන සිටින විට, එසේ ඉන්න අවශ්‍ය නැති බව තේරුම් ගත්විට, ඉදගන්න කටයුතු කරයි. ඔහු ඉදගෙන සිටින විට “ඇයි මේ ඉදගෙන ඉන්නේ මෙතන ඉදගන්න කාරණයක් නෑනේ” යන බව අවබෝධ වූ විට ඔහු ඇලවෙයි. මේ ආකාරයෙන් අකුසල මූලය හොඳින් පිරික්සමින් කටයුතු කරයි නම්, එම අකුසලයේ බලය ක්‍රම ක්‍රමයෙන් අඩුවී, අකුසලය ඉවත් වේ.

තමන් වාහනයක් මිලදී ගැනීමට ලෝභ සහගත ලෙස වංචාවෙන්, කපටිකමින් මුදල් ඉපයීම් කිරීම සම්බන්ධයෙන් අකුසල් සිත් පරම්පරාවක් පැමිණුන විට, එම විතක්කය පැමිණෙනුයේ වෙනත් අය පාවිච්චි කරන වාහන දෙස බලා, තමන්ටත් මෙවැනි එකක් තිබුණා නම් හොඳයි, යන මූලික අරමුණ පැමිණුන නිසා බව අවබෝධ කරගෙන, ඇත්තටම අවශ්‍යතාවය කුමක්ද යන්න ක්‍රමයෙන් විශ්ලේෂණය කර, එම අකුසල් අරමුණ ඉවත් කළ හැකිය. ගසක අතු ඉවත්කර, කඳ ඉවත් කර, මුදුන් මුල ඇතුලුව සියළුම මුල් ඉවත් කර, එම ගස නැවත හට නොගන්නට කටයුතු කරන්නේ යම් ආකාරයකටද, ඒ ලෙසම අකුසල් විතක්කය ඉවත් කළ යුතු වේ. එසේ කිරීමෙන්, තමන්ගේ සිත ඇතුළත පිහිටයි. මනාව තැන්පත් වේ. නැවත එකඟ වේ. නැවත සමාධිගත වේ.

- **අභිනිග්ගණ්හත පබ්බං - ප්‍රබල කුසල් අරමුණකින් අකුසල අරමුණ තලා පෙලා දැමීම.**

යම් ලෝභ, දෝස, මෝහ අකුසල් අරමුණක් සිතට පැමිණි විට, එය දැඩි කුසල් අරමුණක් ගෙන තලා පෙලා දමා, එම අකුසල් අරමුණ පහකළ යුතුය. ශක්තිමත් පුරුෂයෙක් තම ශක්තිය යොදාගෙන හීන පුරුෂයෙක් මෙල්ල කරන්නේ යම් සේද, ඒ ආකාරයෙන් අකුසල් අරමුණ තලා පෙලා ඉවත්කළ යුතුය. රාග සිත් පැමිණි විට අසුභයද, ද්වේශය පැමිණි විට මෙමත්‍රිය ද, ථීනමිද්ධිය පැමිණි විට ආලෝකය සහ වීර්යය ද, යනාදී වශයෙන්

භාවනා කිරීමෙන් අකුසල සිත් ඉවත් කළ හැකිය. තවද සතිපට්ඨානය තුළ ඇති මෙවැනි විදර්ශනා භාවනා කමටහන් යොදාගනිමින් අකුසල් සිත් තලා පෙලා දමා ඉවත් කළ හැකිය. එවිට අකුසල් අරමුණ ඉවත් වී තමන්ගේ සිත ඇතුළත පිහිටයි. මනාව තැන්පත් වේ. නැවත එකඟ වේ. නැවත සමාධිගත වේ.

අධි චිත්තයෙන් යුත් අයෙක් මෙම ආකාර පහෙන් අකුසලයෙන් සිත පිරිසිදු කරගෙන, එය වශීභාවයට පත් කරන්නේ නම්, ඔහුට කැමති නම් අරමුණ සිතීමටත්, අකමැති නම් අරමුණ නොසිතා සිටීමටත් හැකියාව ඇති වේ. එසේ කරන විට ඔහුගේ තණ්හාව පහවේ. සංයෝජන ඉවත් වේ. මැනවින් මානය දුරුකොට, සංසාර දුක කෙළවර කරගෙන, නිවනින් සැනසේ. එසේ අකුසලයන් ඉවත් කරමින් සංසාර දුක නැති කිරීමට සියල්ලන්ට ම ශක්තිය ලැබේවා.

## නී වහල් ජීවිතය

මිනිසුන් ජීවත් වී සොයන්නේ සැපය. ඔවුන් දුකෙන් තොරව ජීවත් වීමට සෑම උත්සාහයක්ම දරයි. හොඳින් අධ්‍යාපනයක් ලැබ, ධනය උපයා ගෙන, දේපල අත්පත් කරගෙන, හොඳ පවුල් ජීවිතයක් ඇතිකරගෙන, කාටවත් අතනොපා, නිදහස්, නිවහල් ජීවිතයක් ගතකිරීම සෑම දෙනාගේ අභිප්‍රායයි. සම්මුති ලෝකය තුළ කිසිවෙකුට මෙහි වරදක් නොපෙනෙයි. සාමාන්‍ය ජීවිතයක ජයග්‍රහණය වන්නේ ද මෙයයි. මෙම අභිමතාර්ථ ඉටුකරගැනීමට ද මහත් වෙහෙසක්, උත්සහයක්, චීර්යයක් තිබිය යුතුය. උදේ පටන් රැ වෙනකම්, රැ පටන් පහන් වෙනකම්, පාඩම් කරමින්, රැකියා කරමින්, ගේ දොර වතුපිටිවල වැඩකරමින්, දඟලන්නේ මෙම සම්මුති ලෝකය ජයගැනීමට ය. සාමාන්‍ය ලෝකයේ ජීවත්වන අයෙකුට මෙයින් මිදිය නොහැක. එම නිසා කෙසේ හෝ සමාජයේ පිළිගත් අරමුණු කරා ගමන් කිරීමට කටයුතු කරයි. එනම් මිනිසුන් වර්තමාන කාලයේ, දුක් විඳිමින්, අනාගතයේ ඉහළ පිළිගැනීමක්, හොඳ සමාජ තත්ත්වයක් සහිතව, භෞතිකව පෙනෙන ලෝකය තුළ සැපක් ඇති කර ගැනීමට උත්සහවත්ත වේ.

ජීවිතයේ සැප ලෙස සොයා යන්නේ ඉෂ්ඨ කාන්ත මනාප රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස සහ ස්පර්ශයන් හෙවත් පංචකාමයන්ය. සත්‍ය නොදන්නා කමින් ඇතිවන අවිද්‍යාවත්, තමන්ගේ කැමැත්තෙන් ඇතිවන තෘෂ්ණාවත් නිසා, මෙම පංචකාමයම නැවත නැවත පතමින්,

සංසාරයේ දුක් විඳිමින්, සන්වයා ගමන් කරයි. තමන්ගේ වසඟයේ නොපවතින, විනාශවන, වෙනස්වන, රෙදි කැලි, ලී කැලි, ප්ලාස්ටික් කැලි, ලෝහ කැලි යනා දී දේවල් වලට යටත් වී, ඒවාත් එක්කම හැප්පෙමින්, දඟලමින් කටයුතු කරන ජීවිතය වහල් ජීවිතයකි. **“ඌනෝ ලොකෝ අතිත්තෝ තණ්හා දාසෝ - ලෝකය තුළ කටයුතු කරන කෙනා, තෘප්තිමත් නොවී තණ්හාවට දාසකම් කරන බව”** බුදු පියාණන් වහන්සේ දේශනා කර ඇත්තේ මේ නිසාය.

පට්ඨි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ යන සතර මහ ධාතූන්ගෙන් සෑදුන ශරීරය නියම ආකාරයෙන් කවා, පොවා, නාවා, සතපවා ඇප උපස්ථාන නොකරන්නේ නම් මහත් දුකට පත් වේ. එබැවින් තමන්ගේ ශරීරයට මැරෙන තුරු වහල්කම් කළ යුතුය. ඒ වගේම තමන් අත්පත් කරගෙන ඇති සම්පත් වලට වහල්කම් කළ යුතුය. තමන් අත්පත් කරගෙන ඇත්තේ රෙදි කැලි, ලී කැලි, ප්ලාස්ටික් කැලි, ලෝහ කැලි, යනාදී දේවල්ය. කිලිටි වූ රෙදි ටික, “අපව සෝදන්න” කියයි. එවිට තමුන් වහලෙක් මෙන් ඒවා සෝදයි. දූවිලි සහිත මේසය, “මාව පිහින්න” කියයි. එවිට වහලෙක් මෙන් මේසය පිහ දමයි. දූන් කෙනෙකුට ප්‍රශ්නයක් එන්න පුළුවන් පිරිසිදුව ජීවත්වීම වැරදි ද කියලා. එය වැරදි නැති නමුත් පිරිසිදුකර ඉවරකළ නොහැකිබව අවබෝධ කළයුතුය. එමෙන්ම සිහින ලෝකයේ ඇති මෝටර් රථය, “මාව ගන්න ඕනේ නම් අතිකාල වැඩකරපන්” කියයි. තමුන් අතිකාල වැඩ කරයි. සාදන අලුත් ගෙදර “ඔහොම හම්බ කරලා බෑ, කොමිස්



ඇත. මෙම බුදු වදන තුන් ලෝකයේ කිසිවෙකුට වෙනස් කළ නොහැක.

කළ හැකිවන්නේ, බුදු වදන පිළිගෙන සත්‍ය අවබෝධ කරගෙන දුකින් අතමිදීම හෝ බුදු වදන නොපිළිගෙන දුක් විඳීමයි.

බෝසතාණන් වහන්සේ රමය, සුරමය, සුභ යන මාලිගා පරිහරණයෙන් සහ රජ කුමරෙකු වශයෙන් මහත් සැපයක් විඳින ලදී. සර්වඥයන් වහන්සේ, එම සැපය උපමාකර ඇත්තේ, තුවාලයක් කසන විට ඇති වන ඉතා කුඩා වූ සැපයකටය. එමෙන් ම ගිහිකල රජ කුමාරයෙකු වශයෙන් විඳි සැපයට වඩා පළමු ධ්‍යාන සැපය උසස් බව වැඩි දුරටත් දේශනා කර ඇත.

නමුත් මෙලෙස වහල්කම් කරමින් අත්පත් කර ගන්නා දේවල් තමන්ට අවශ්‍ය දේවල් ලෙස පැවැත්විය නොහැක. ඒවා වෙනස් වේ. තමන්ගේ ශරීරයවත් තමන්ට අවශ්‍ය විඳිනට පැවැත්විය නොහැක. ඇස දිරයි, කණ දිරයි, හම රැලි වැටෙයි, නොයෙක් ලෙඩ රෝග වැළඳෙයි. අනිකුත් දේවල්ද එලෙසම දිරයි, විනාශ වේ. මෙලෙස වෙනස් වන, විනාශ වන දේවල් රැස් කිරීමට ත්, ඒවා පවත්වාගෙන යාමට ත්, පරපණ නැසීම, සොරකම් කිරීම, කාමය වරදවා හැසිරීම, බොරු කීම, පරුෂ වචන කීම, කේලාම් කීම, හිස් වචන කීම, මත් ද්‍රව්‍ය භාවිතා කිරීම, ඊර්ෂ්‍යා කිරීම, චෛර කිරීම, ක්‍රෝධ කිරීම, අනුන්ගේ ගුණ මැකීම යනා දී මහා අකුසලයන් සිදු කරයි.

මෙලෙස තමුන් වහල් කම්, අකුසල කම් කරමින් රැස්කරගත් දේ මහා වටිනා දෙයක් ද? එය විනාශ වන දෙයක් නොවේද? කියා සිතිය යුතුය. ඒ නිසා ඇතිවූන අකුසලයන්ට වන විපාක වශයෙන් ආත්ම ලක්ෂ කෝටි ගණන් නිරය, ප්‍රේත, තිරිසන්, අසුර යන සතර අපායන් හි දුක් විඳීමට සිදු වේ. ධාතු හතරකින් සෑදුන වෙනස් වන, විනාශ වන රූපයන් නිසා, තමන් තමන්ට කරගෙන ඇති හානිය කොතරම්ද? යන්න සිතිය යුතුය. අනිත් අය තමන්ට කරන හානියෙන් සිදු වන්නේ කුඩා හානියකි. තමුන් තමන් තමන්ට කරගන්නා හානිය අති මහත්ය.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ **“තමන්ට අයිති නැති, තමන්ගේ වසඟයේ පවත්වාගෙන යා නොහැකි දේ අතහරින්න”** ලෙස දේශනා කර ඇත්තේ, මෙම වහල්භාවයෙන් මිදීම සඳහාය. පහසුවෙන් පෝෂණය කළ හැකි සැහැල්ලු සරල ජීවිතයක් ගතකරමින් තමන්ගේ අවශ්‍යතාවය මත පමණක් නතරවන ලෙස උන් වහන්සේ දේශනා කර ඇත. ලෝකයේ සම්පත් සොයන ජීවිතයකට සැමදා අත් වන්නේ දුකමය. ලෝකය අතහැර දමන ජීවිතයක ඇත්තේ සැපයකි. හික්කු ජීවිතයක් යනු ලෝකය අතහරිමින් නිවීම සොයන ජීවිතයකි. හික්කුව, ලෝකයේ ඇති සම්පත් වලට නොඇලී, ඒවා අල්ප වශයෙන් පරිහරණය කරමින් ලෝකයෙන් එතෙරට ගමන් කරයි. එය සැහැල්ලු ජීවිතයකි. විවර, පිණ්ඩපාත, සේනාසන යනාදි පැවැත්මට අත්‍යාවශ්‍ය දේ පමණක් භාවිතා කරමින් නිදහස් නිවහල් ජීවිතයක් ගත කරයි. සාමාන්‍ය ගිහි ජනතාවත් අවශ්‍යතාවය මත පමණක් රැඳෙමින් කටයුතු



කරනවා නම්, සම්පූර්ණ නිවහල් ජීවිතයක් නොලැබුණත්, යම්තාක් දුරට නිදහස් නිවහල් ජීවිතයක් ගතකළ හැකිය. ඉතා කලාතුරකින් ලැබෙන මනුෂ්‍ය ජීවිතය රෙදි කැලි, ලී කැලි, ප්ලාස්ටික් කැලි, ලෝහ කැලි වල වහලෙක් නොකර, බුද්ධ සාසනය පවතින කාලයේ ප්‍රයෝජනයක් ගත යුතුය. නැවත මෙවැනි අවස්ථාවක් ආත්ම කෝටි ගණනකටවත් ලැබේ දැයි සැක සහිතය. බුදු පියාණන් වහන්සේ, මනුෂ්‍ය ජීවිතයක් ලැබීමේ දුර්ලභ බව “අචුරුදු සියයකට වරක් පමණක් මුහුදු මතුපිටට එන, ඇසක් අන්ධ කැස්බෑවෙක්, විය සිදුරකින් පසලොස්වක සඳ දකිනවා වගෙයි” ලෙස උපමාවකින් දේශනා කර ඇත. එබැවින් පංචකාමයන්ගේ සහ අන්‍යයන්ගේ වහලුන් නොවී බුදු පියාණන් වහන්සේ දේශනා කළ මාර්ගයේ ගමන් කොට නිවහල් ජීවිතයක් තුළින් සදහට ම නිවී යාමට අධිෂ්ඨාන කරගනිමු.

## කිංසුකෝපම සූත්‍රය - කැල ගසේ උපමාව

ධර්මය අවබෝධ කර නොගත් එක්තරා හික්කුළක්, රහතන් වහන්සේලා සතර නමක් වෙත පිවිස, **“මහණනුගේ දර්ශනය කෙතෙකින් සුවිශුද්ධ වේ ද?”** යන ප්‍රශ්නය විමසූ කල් හී, දුන් පරස්පර පිළිතුරු කෙරෙහි සතුටු නොවූ හෙයින්, භාග්‍යවතුන් වහන්සේ වෙත පිවිස, එම කාරණය සැලකරන ලදී. එවිට සර්වඥයන් වහන්සේ **කැල ගසක් (එරබදු ගසක්) උපමා කොට**, එම රහතන් වහන්සේලා දුන් පිළිතුරු නිවැරදි බව සනාථ කර කළ දේශනය, **කිංසුකෝපම සූත්‍රයේ** (සං. නි- බු. ඡ4- 368) සඳහන්ව ඇත.

කැල ගසක් **(ඉන්දියාවේ ඇති එරබදු විශේෂයකි)** නොදුටු පුද්ගලයෙක්, කැල ගස දැක ඇති පුද්ගලයන් සිව් දෙනෙකුගෙන් කැල ගස කෙසේද? කියා විමසූ විට තමන් කැල ගස දැක ඇති ආකාරය විස්තර කරයි. කැල ගස කලින් කලට වෙනස් ස්වරූපයක් ගනී. එසේ හෙයින් පළමු පුද්ගලයා **“කැල ගස දාගිය කණුවක් මෙන් කළු ය”** ලෙස විස්තර කරයි. සමහර කාල වලදී කොළ හැලී පිළිස්සුන කළුපාට දණ්ඩක් මෙන් කැල ගස දිස් වේ. දෙවන පුද්ගලයා **“කැල ගස මස් වැදූල්ලක් මෙන් ලේ පාටය”** ලෙස විස්තර කරයි. රතුපාට මලින් පිරිගිය කාල වලදී කැල ගස ලේ පාට වන්නේය. තෙවන පුද්ගලයා **“කැල ගස මහරි ගසක් මෙන් පැලුණු කරල් ඇත්තේ ය, ගැලවුණු පොතු ඇත්තේය”** ලෙස විස්තර කරයි. සමහර කාල වලදී කැල ගස අසිපත් වල කොපු මෙන්

පැලුණු කරළි සහ පොතු ගැලවී පවති. සිව්වන පුද්ගලයා “කැල ගස නුග රුකක් මෙන් සන සෙවණ ඇත්තේ ය” ලෙස විස්තර කරයි. සමහර කාල වලදී කැල ගස කොළ වලින් පිරී පවතින බැවින් නුග රුකක් වැනිය.

එසේ ඒ ඒ මොහොතේ කැල ගස දුටු පුද්ගලයා විස්තර කෙරෙනුයේ ඒ අවස්ථාවේ දුටු අයුරිනි. නමුත් පිළිතුරු වැරදි නැත. මන්ද? ඒ ඒ පුද්ගලයා කැල ගස දකින අවස්ථාවේ පැවති ස්වභාවය ම ඔහු විස්තර කර ඇති බැවිනි. මෙලෙස ධර්මය අවබෝධ කරගත් රහතන් වහන්සේලා තම තමන්ගේ අවබෝධය විවිධ ආකාරයෙන් ප්‍රකාශ කර ඇත.

සිත පිරිසිදු කිරීමට නම් සියල්ල අවබෝධ කළ යුතුය. සර්වඥතා ඤාණයෙන් අවබෝධ වන සියල්ල රහතන් වහන්සේ නමකට අවබෝධ කළ නොහැක. නමුත් **අවිද්‍යාව සහ තණ්හාව** දුරු කිරීමට අවශ්‍ය සියල්ල අවබෝධ කළ යුතුය. මෙසේ පෙර කී රහතන් වහන්සේලා තම තමන්ගේ අවබෝධය පිළිවෙලින් මෙසේ වදාරණ ලදී.

- **භික්ඛු ඡන්තං එස්සායතනානං සමුදයඤ්ච අත්ථගමඤ්ච යථාභූතං පජානාති** - පිරිසිදු වීමට නම්, යම් භික්ෂුවක් ස්පර්ෂ ආයතන සයෙහි සමුදය - අස්තඛගමය තතුසේ දක යුතුය.

පළමු රහතන් වහන්සේ ස්පර්ෂ ආයතන සයෙහි සමුදය - අස්තඛගමය කමටහන වඩා සෝවාන්,



**ප්‍රත්‍ය විසි පහක** අවබෝධයෙන් සහ ඉහත ඇතිවීමේ **ප්‍රත්‍ය විසිපස් ආකාරය නිරෝධයෙන් වන පනස් ආකාරයක උදය - ව්‍යය** අවබෝධ කරගෙන නිවන් සාක්‍ෂාත් කළ බව දැක්වේ.

- **හික්බු වතුන්තං මහාභුතානං සමුදයඤ්ච අත්ථගමඤ්ච යථාභුතං පජානාති** - පිරිසිදු වීමට නම්, යම් හික්බු වක් සතර මහා භුතයන්ගෙන් සමුදය - අස්තචගමය තතුසේ දත යුතුය.

තුන්වන රහතන් වහන්සේ **පධවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ** යන භුත රූපයන් සතරේ **ඇතිවීම - නැතිවීම** අවබෝධයෙන් නිවන සාක්‍ෂාත් කළ බව දැක්වේ. මෙම ස්වභාව ධර්මයේ පවතින ශක්තීන් සතර වේගයෙන් වෙනස් වේ. එකිනෙක අතර ඇති සංකලනය සෑම මොහොතකදීම වෙනස් වේ. එබැවින් මේවායින් සෑදී ඇති සියලුම රූප වෙනස් වේ. එනම් රූප එක් ස්වභාවයක සිට තව ස්වභාවයකට පත්වන බැවින් එනම් විපරිණාමයට පත්වන බැවින්, තමන්ගේ යැයි ගැනීමට යෝග්‍ය නොවේ. එනම් සියලු ම රූප අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම බව අවබෝධයෙන් විශුද්ධිය ලැබිය හැකි බව දැක්වේ.

- **හික්බු “යං කිඤ්චි සමුදය ධම්මං සබ්බන්තං නිරෝධධම්මන්ති” යථාභුතං පජානාති** - පිරිසිදු වීමට නම්, යම් හික්බු වක් යම් ධර්මයක් හට ගැනීමේ ස්වභාවය ඇත්තේ නම් ඒ සියල්ල ම නැසියාමේ ස්වභාවය ඇති බව තතුසේ දත යුතුය.

සිව්වන රහතන් වහන්සේ සියලු ධර්මයන් **හේතු** - **ප්‍රත්‍ය නිසා හටගන්නා** බවත් **හේතු- ප්‍රත්‍ය** නිරුද්ධ වීම නිසා නැසීම සිදුවන බවත් යථාභූතව අවබෝධ කරගෙන නිර්වාණය සාක්‍ෂාත්කළ උත්තමයෙකි. එනම් පටිච්චසමුප්පාදය අවබෝධයෙන් උත්වහන්සේ යථාර්ථය අවබෝධ කරගෙන ඇත. පෙර අවිද්‍යාව නිසා සකස්කළ සංස්කාර ප්‍රත්‍යයෙන් විඤ්ඤාණ, නාම - රූප, සලායතන, එස්ස, වේදනා යන ඵලය හෙවත් විපාකය ඇති වී ඇති බවත්, එම ඵලය නැවත දැන් අවිද්‍යාවෙන් ප්‍රත්‍යක් නොකර ගතහොත් නැවත ඵලයක් (විපාකයක්) ඇති නොවන බවත්, අවබෝධයෙන් ඇතිවන තැනම නැතිවන බව දන්නා යථාභූත ඥානය ඇති වී නිවන වන බව දැක්වේ.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ප්‍රශ්න අසන භික්‍ෂුවට තවදුරටත් ධර්මය අවබෝධ වන පරිදි උපමා උපමේය ඇසුරින් ධර්මය දේශනා කළ සේක. අවසානයේ භික්‍ෂුව සෝතාපන්න විය.

ප්‍රධාන රාජධානියේ සිටින චක්‍රවර්ති රජතුමා, හොඳින් පවුරු බැඳී දොරටු හයක් ඇති ප්‍රත්‍යන්ත නුවරක රජ වූ, පාප මිත්‍රයන් සමඟ එක් වී සුරාවට ලොල් වූ, තමන්ගේ පුත් කුමාරයා ඉන් මුදවා ගැනීමට, බලසම්පන්න යෝධයෙකු සහ පණ්ඩිත ඇමතියෙකු එම ප්‍රත්‍යන්ත නුවරට යවයි. නුවර දොරටුවේ සිටින නුවණැති දොරටුපල්ලා විසින් හඳුනන අය පමණක් නුවරට ඇතුළු කර ගනී. නාඳුනන අය ඇතුල් කර නොගනී. යෝධයා සහ ඇමති දොරටුපල්ලාගෙන් නුවර කුමාරයා කොහේදැයි

අසා, ඇතුලේ සතර මං සන්ධියේ බව දැනගෙන ඇතුලු නුවරට පිවිසෙති. ඇමති, පාප මිත්‍රයන් සමඟ සුරා බොමින් සිටින කුමාරයාට ඉන් මිදී යහපත් ලෙස රාජ්‍ය පාලනය කරන ලෙස දැන්වුවත්, නො ඇසුණා මෙන් සිටි නිසා, යෝධයා කඩුව රැගෙන, කුමාරයාගේ හිසෙන් අල්ලාගෙන “වක්‍රවර්ති රජකුමාගේ කැමැත්ත ඉටුකරනු, නැතිනම් තගේ හිස කපා දමන” බව කියා තර්ජනය කළේය. එවිට පාප මිත්‍රයෝ පලා ගියහ. කුමාරයා ද බියට පත් වී අවවාදය පිළිගත්තේය. ඉන්පසු කුමාරයාට අභිෂේක කොට, “හොඳින් රාජ්‍ය පාලනය කරන” ලෙස දන්වා දෙදෙනාම පැමිණි මගට පිළිපත්හ.

**මෙම වක්‍රවර්ති රජකුමා යනු සර්වඥයන් වහන්සේය. ප්‍රත්‍යන්ත රාජ්‍ය යනු අපගේ ශරීරයයි. දොරටු සය යනු සලායතනයයි. සුරාවට ලොල් වූ කුමාරයා යනු අපිරිසිදු සිතයි. දොරටුපල්ලා යනු සතියයි. පාප මිත්‍රයන් යනු පංච නීවරණයි. යෝධයා යනු සමඵයයි. පණ්ඩිත ඇමති යනු විදර්ශනාව යි. සතර මං සන්ධිය යනු වස්තු රූපයයි. අවවාදය යනු නිවන යි. ආ මග යනු ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය යි.**

භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ අවවාදය වන්නේ නිවන් අවබෝධ කරන ලෙසයි. නමුත් අප ශරීරය නැමති නුවර පංච නීවරණයන් නැමති පාප මිත්‍රයන් සිටින නිසා, සිතේ යථාභූත ඤාණය ඇති නොවේ. එබැවින් සමඵය වඩා නීවරණ පහ කරමින් පළමු, දෙවන, තෙවන, සිව්වන ආදී ධ්‍යාන ඇති කරගෙන, ඒ තුළින් විදර්ශනාව වඩවා

යථාර්ථය අවබෝධ කළ යුතුය, මේ සඳහා සිහිය පැවතිය යුතු අතර, ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය ම භාවිත කළ යුතු වේ. නිවන අවබෝධයෙහි සමථයත්, විදර්ශනාවත් දෙකම අත්හැරේ. අත්හැරිය යුතු නැත. අවබෝධයෙන් ම අත්හැරේ.

මේ අනුව බුදු පියාණන් වහන්සේගේ සද්ධර්මය අවබෝධ කර ගැනීමේ ක්‍රම බොහොමයක් ඇත. ඒ අනුව ගමන් කරමින් නිර්වාණය ම සාක්‍ෂාත් කර ගැනීමට විරිය කරමු.



## මෙත්ත පිරිතේ දැක්වෙන කර්මස්ථානය

සූත්‍ර පිටකයේ, බුද්දක නිකායේ, බුද්දක පාඨ තුළ (පි.අං.20) සහ සුත්ත නිපාතයේ හි, උරග වග්ගයේ (පි.අං.46) හි සංග්‍රහ වන මෙත්ත සූත්‍රය හෙවත් පිරිතේ පොතේ සඳහන් වන පරිදි කර්මය මෙත්ත සූත්‍රය ආරක්ෂක පිරිතක් වශයෙන් බොහෝ දෙනෙක් භාවිතා කරති. මෙම සූත්‍රය භාග්‍යවතුන් වහන්සේ විසින් ම භික්ෂූන් වහන්සේලා පන්සිය නමක් අරභයා කමටහනක් වශයෙන් ද, ආරක්ෂක පිරිතක් වශයෙන් ද, දේශනා කරන ලදී.

එක්තරා ගල්තලාවක් සහිත රූක් ගොමුවක් සහිත වන ලැහැබක් ඇසුරුකොට බ්‍රහ්මවර්යාවේ යෙදුන සිල්වත් භික්ෂූන් වහන්සේලා නිසා එහි සිටි රූක්දේවතාවන්ට ගස්වලින් බිමට බැසීමට සිදුවිය. එම භික්ෂූන් වහන්සේලා පලවා හැරීමට එම රූක් දේවතාවන් භයානක රූප, ශබ්ද, දූරිය නොහැකි ගන්ධ ආදිය මවා බියගැන්වූහ. එසේ බියට පත් භික්ෂූන් වහන්සේලා විසින් සංඝ ස්ථවිරයාණන් වහන්සේට මේ කාරණය සැලකොට, සියල්ලන් ම නැවත භාග්‍යවතුන් වහන්සේ සමීපයට පැමිණ, එම කාරණය දැනුම් දුන්හ. එහිදී ස්ථවරයන් වහන්සේ මෙත්ත සූත්‍රය කමටහන වශයෙන් සහ ආරක්ෂක පිරිතක් වශයෙන් දේශනා කළ සේක. භික්ෂූන් නැවත පෙර ස්ථානයට ම පැමිණ, දුන් උපදෙස් අනුව කටයුතු කර අනාගාමී වී පසුව අර්හත් ඵල සාක්ෂාත් කර ගත්හ.

නිවන නැමති ශාන්ත පදයට කැමති පුද්ගලයා මෙසේ විය යුතුය.

**සක්කෝ** - ලෝකය අසාර බව දකිමින් ලෝකෝත්තර නිර්වාණයට ගමන් කිරීමට තිසරණ සරණ යන දක්ෂයෙක් විය යුතුය.

**උජු ව සුජු ව** - සෘජු විය යුතුය, මනාකොට සෘජු විය යුතුය. එනම් නැතිගුණ නො පෙන්වමින් (අසධෝ) තියෙන වැරදි නො සඟවමින් (අමායා) සීලය තුළ හික්මිය යුතුය. එනම් තමා සිදුකරන ප්‍රාණඝාතය, අදත්තාදානය, කාමමිච්ඡාවාරය, මුසාවාද, පරුසාවාවා, පිසුනාවාව, සම්ඵප්පලාප ආදී වැරදි දැකිය යුතු අතර, නැවත ඒවා නොකරන බවට අධිෂ්ඨාන කළ යුතුය.

**සුවචෝ** - දුවච්ච භාවයෙන් ඉවත්විය යුතුය. තවදුරටත් භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ ධර්මය තුළ ගමන් කිරීමට කීකරු විය යුතුය. තමාගේ අභ්‍යන්තරයේ ඇති ලාමක ගති අතහරමින් සද්ධර්මයට ඇහුම්කම් දෙමින්, කළ්‍යාණ මිත්‍රයාණන් වහන්සේලාගේ අවවාද අනුශාසනා පිළිගෙන ඒ අනුව කටයුතු කළ යුතුය.

**මුදු** - තමන්ගේ දෘෂ්ටිත් වෙනස් කරගෙන සත්‍ය ධර්මයට තවදුරටත් නම්‍යශීලී විය යුතුය. එනම් ගරු කළයුතු පූජනීය ස්ථානවලට, පුද්ගලයන්ට සහ ධර්මයට නිසිලෙස ගරුකිරීම් සිදුකළ යුතුය.

**අනතිමානී** - අනිමානය නැති කළ යුතුය. නිහතමානී වන්නේ අරහත්වයේදීය. අනිමානය යනු තමන් ම ශ්‍රේෂ්ඨයි, ජ්‍යෙෂ්ඨ යි ලෙස සිතීමයි. මානය ඇති වන්නේ තව කෙනෙකු සමඟ සැසඳීමෙනි. තමන්ට වඩා වෙනස් බව පෙනෙන්නේ ඇත්ත නොදන්නා නිසාය. තමන්ගේ ශරීරයත්, අන් ශරීරත් අසූචි ගොඩක් බව දන්නේ නම් සහ තමන්ගේ සියලුදේත් අන් අයගේ සියල්ලත් ඇතිවෙලා නැතිවෙලා යන ධර්මතාවයන් බව අවබෝධ වුවහොත්, අන් අය උස් පහත් කිරීමට කාරණා නොමැත.

**සත්තුස්සකෝ ව** - ලද දෙයින් සතුටු වී, **සුභරෝ ව** - පහසුවෙන් පෝෂණය වී, **අප්ප කිච්චෝ ව** - ස්වල්ප කටයුතු ඇතිව, **සල්ලහුක චුත්ති** - සැහැල්ලුවෙන් වාසය කළ යුතුය. අට පිරිකර පමණක් භාවිතා කරන හික්ෂුව ලද දෙය පරිභෝජනය කරමින්, නිවන සඳහා සැහැල්ලුවෙන් වාසය කරති. යාන වාහන, දේපල, වස්තුව, ධනය, නිළතල, බලය ආදිය සොයන කෙනාට මෙසේ ජීවත්විය නොහැක. ඊට හේතුව ඔවුන් සොයන්නේ නිවීම නොවන නිසාය.

**සත්තින්ද්‍රියෝ ව** - ඇස, කණ ආදී පංච ඉන්ද්‍රියන් සංවර කරගත යුතුය. ඉන්ද්‍රියන් අසංවර වුවහොත්, නැවතත් රූප වලට ඡන්ද රාගයක් ඇති වී, ඒවා අත්පත්කර ගැනීමට මනෝ, වචී, කාය කර්මයන් සිදුකරයි. එහිදී කටයුතු බහුල වී සැහැල්ලු පැවැත්ම අහිමිවේ. එමෙන් ම අකුසලයන් ද සිදු කරයි.

**නිපකෝ** - ඉන්ද්‍රිය සංවරය කරගෙන, අකුසලයන් ගෙන් වෙන්වී, සැහැල්ලු පැවැත්මක් ඇති කර ගැනීමට වන බුද්ධිමත් ජීවිතය ම ගතකළ යුතුය.

**අප්ප ගබ්භෝ** - ප්‍රගල්භය නැති කළ යුතුය. තමන්ව සිතින්, කයින්, වචනයෙන් ඉස්සීමක් නොකළ යුතුය. මෙසේ ඉස්සීම සිදුකරන්නේ අභංකාරය නිසාය. තමන් ලස්සන යැයි සිතන්නේ, අන් අය තමන් දෙස බලන නිසාය. අන් අය තමන් දෙස බලනවා ද කියා නොසොයා ඇස සංවර කරගන්නා නම් අභංකාරයක් ඇති නොවේ.

**කුලේසු අනනුභිද්ධෝ** - කුලයන්හි නො ඇලිය යුතුය. යම් අයෙක් කුලයක් අල්ලා ගන්නේ මමංකාරය නිසාය. මාගේ පවුල, මාගේ ගම, මාගේ පාසල, මාගේ ඤාතීන් මාගේ පක්ෂය යනාදී වශයෙන් කුල අල්ලාගතහොත්, එම කුලයේ ඇලෙයි. එවිට එම අයට යම් හානියක් සිදුවන විට තම සිතේ වෛරයක් ක්‍රෝධයක් ඇතිවේ. කුලයක් අල්ලාගෙන මෛත්‍රිය පතුරවන්නේ නම්, එම මෛත්‍රිය එම කුලයට පමණි. කුලය අල්ලා ගැනීමෙන් මමත්වය ඇතිවන නිසා සක්කාය දිට්ඨිය ප්‍රහීන නොවේ.

මෙසේ නිවන කැමති පුද්ගලයා, බුද්ධා දි උත්තමයන් වහන්සේලා නින්දා කරන එවැනි කුඩා වූ වරදක් වත් නො කිරීමට අධිෂ්ඨාන කරගෙන වාසය කළ යුතුය.

**මෙම ක්‍රියා පතුරුවන අයුරු**

මෙසේ කෙලෙස් වලින් ඉවත් වී සුවපත්ව, බිය රහිතව, දුක් රහිතව වාසය කරන නිවුන පුද්ගලයා “අන් සත්වයන් ද මෙලෙස කෙලෙස් වලින් ඉවත්ව සැප ඇත්තෝ වෙත්වා” යි මෙත් සිත පතුරවයි.

සියලු සත්වයන් ලෙස “කෙලෙස් සහිත, කෙලෙස් රහිත, දිග, මහත, මධ්‍යම, කුඩා, අනුක, රවුම්, ඇසට පෙනෙන , නොපෙනෙන, දුර සිටින, ලඟ සිටින, ඉපදී සිටින, ඉපදීමට සිටින, සියලු ම සත්වයෝ” අන්තර්ගත කෙරෙති.

එමෙන් ම තව ආකාරයකින්, “කිසිවෙකු අනෙකකු නො රවටාවා අවමන් නො කරාවා. කයෙන් වචනයෙන් සහ සිතෙන් සිදුවන කෝපයන්ගෙන්, එකෙක් අනෙකෙකුට දුකක් නොම දේවා” ලෙස මෙත් සිත පතුරවයි.

එකම දරුවෙක් සිටින මවක් තමන්ගේ දරුවාට යම් අනතුරක් සිදුනොකර ජීවිත පරිත්‍යාගයෙන් රැකබලාගන්නා සේ සියලු සත්වයන්ට මෙම ක්‍රියා අප්‍රමාණව පැතිරවිය යුතුය. සියලු සත්වයන් තමන්ගේ ම දරුවන් ය. සතුරා ද දරුවෙකි.

මෙම මෙම ක්‍රියා උඩ සිටින දිව්‍ය, බ්‍රහ්ම ලෝක සත්වයන්ට, යට සිටින නිරය සහ නා ලොව සත්වයන්ට,

මැද ඇති මනුෂ්‍ය, තිරිසන්, ප්‍රේත අසුර යන සත්වයන්ට බාධාවකින් තොරව මෙත්තාව පැතිරවිය යුතුය.

එමෙන්ම සිටගෙන සිටින විට, ඇවිදින විට, ඉඳගෙන සිටින විට, නිදාගෙන සිටින විට සහ යම්කාක් අවදිව සිටින විට ඉහත ලෙස සිහියෙන් හා අධිෂ්ඨානයෙන් යුක්තව මෙත්තාව පවත්වමින්, මේ ශාසනයේ බ්‍රහ්ම විහාරව වාසය කරන ලෙස භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කර ඇත.

**ලැබෙන ප්‍රතිඵලය**

මෙසේ වාසය කිරීමෙන් මිත්‍යාදෘෂ්ටීන් බිඳ දමා, සිල්වත් වී, කාමයන් දුරු කොට, චතුරාර්ය සත්‍ය අවබෝධයෙන් අනාගාමී වී සුද්ධාවාස බ්‍රහ්මලෝක වල ඉපදී අරහත්වයට පත්වන්නේය.

මේ අනුව නිවනට කැමති පුද්ගලයා තම වැරදි සාදාගෙන මෙත්තාව පතුරවන්නේ නම්, මෙත්තා, කරුණා, මුදිතා, උපෙක්ඛා අප්‍රමාණයන් තුළින් විමුක්තිය ලබන බව කරුණිය මෙත්ත සුත්‍ර කමටහන තුළින් විස්තර වේ. එනම් නිසි ආකාරයෙන් මෙමත්‍රිය වඩා නිවන් දැකීමට අධිෂ්ඨාන කරගනිමු.

# දුක්ඛපටිපදා දන්ධාහිඤ්ඤාවෙන් මෙමත්‍රී අප්‍රමාණයට

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ධර්මය අවබෝධය සඳහා මෙත්තා, කරුණා, මුදිතා, උපෙක්ඛා යන සතර අප්‍රමාණයන් වැඩිය යුතු බව දේශනා කර ඇත. ඒ සඳහා පටිපදා හතරක් භාවිතා කළ යුතු බව, අඛග්ගත්තර නිකායේ, චතුක්ක නිපාතයේ එන තතිය පටිපදා සූත්‍රය (බු.ජ.ත්‍රි.අං.නි 2-290 පිටුව) තුළින් පෙන්වා දී ඇත. එම පටිපදා හතර පහතින් දැක්වේ.

- 1 **දුක්ඛාපටිපදා දන්ධාහිඤ්ඤා**  
- දුක් වූ පිළිවෙත් ඇති ලැසි ව ලබන අහිඤා
- 2 **දුක්ඛාපටිපදා බිජ්ජාහිඤ්ඤා**  
- දුක් වූ පිළිවෙත් ඇති සීඝ්‍ර ව ලබන අහිඤා
- 3 **සුඛාපටිපදා දන්ධාහිඤ්ඤා**  
- සුඛ වූ පිළිවෙත් ඇති ලැසි ව ලබන අහිඤා
- 4 **සුඛාපටිපදා බිජ්ජාහිඤ්ඤා**  
- සුඛ වූ පිළිවෙත් ඇති සීඝ්‍ර ව ලබන අහිඤා

එයින් දුක්ඛපටිපදා දන්ධාහිඤ්ඤා මෙසේ විස්තර කර ඇත.

“කතමා ව භික්ඛවේ දුක්ඛා පටිපදා දන්ධාහිඤ්ඤා? ඉධභික්ඛවේ භික්ඛු අසුභානුපස්සී කායේ විහරති, ආහාරේ පටික්කුලසඤ්ඤී, සබ්බලෝකේ අනභිරතසඤ්ඤී, සබ්බසඛබාරේසු අනිච්චානුපස්සී.

මරණසංස්කාර දෝ පනස්ස අජ්ඣන්තං සුපට්ඨිතා හෝති. සෝ ඉමානි පඤ්ච සේඛ්ණලානි උපනිස්සාය විහරති. සද්ධාබලං, හිරිබලං, ඔක්තප්පබලං, විරියබලං, පඤ්ඤාබලං. තස්සිමානි පඤ්චන්ද්‍රියානි මුදුන් පාතුහවන්ති. සද්ධින්ද්‍රියං, විරියින්ද්‍රියං, සතීන්ද්‍රියං, සමාධින්ද්‍රියං, පඤ්ඤින්ද්‍රියං. සෝ ඉමේසං පඤ්චන්තං ඉන්ද්‍රියානං මුදුන්තා දන්ධං ආනන්තරියං පාපුණාති ආසවානං ඛයාය. අයං වුච්චති හික්ඛවේ දුක්ඛා පටිපදා දන්ධාහිඤ්ඤා.”

“මහණෙනි, දුක් වූ පිළිවෙත් ඇති ලැසි ව ලබන අභිඤා කවර? මහණෙනි, මෙ සස්තෙහි මහණ තමාගේ කයෙහි අසුභානුපස්සී වූයේ, කබලිඛකාර ආහාරයේ පටික්කුල සංඥා ඇත්තේ, මුළු ලොවෙහි උකටලී සංඥා ඇත්තේ, සියලු සංස්කාරයන් හි අනිත්‍යානුපස්සී වූයේ වෙසේ. ඔහුගේ සිතෙහි මරණ සංඥාව මැනවින් ඵලඹ සිටියේ වෙයි. හේ ශ්‍රද්ධාබලය, හිරිබලය, ඔක්තප්පබලය, විරියබලය, ප්‍රඥාබලය යන පඤ්ච සේඛ්ණලයන් ඇසුරු කොට වෙසෙයි. ඔහුට ශ්‍රද්ධෙන්ද්‍රිය, විරියෙන්ද්‍රිය, සතීන්ද්‍රිය, සමාධින්ද්‍රිය, ප්‍රඤ්ඤෙන්ද්‍රිය යන පඤ්චෙන්ද්‍රියෝ මෘදුව පහළ වෙති. හේ මේ පඤ්චෙන්ද්‍රියන්ගේ මෘදු බැවින් ආසවක්ෂය පිණිස ආනන්තරික මාර්ග සමාධියට ලැසිව පැමිණේ. මහණෙනි, මෙය දුක්ඛාපටිපදා දන්ධාහිඤ්ඤා යි කියනු ලැබේ.”

මෙම පටිපදාව අනුව යම් භාවනා කරන අයෙක් කයේ කෙස්, ලොම්, නිය ආදී පිළිකුල් කොටස් තිස්දෙක



අනුව භාවනා කරමින් හෝ කතාබොන ආහාරයේ පිළිකුල් ස්වභාවය අනුව භාවනා කරමින් හෝ ගිරිමානන්ද සූත්‍රයේ එන සබ්බලෝකේ අනභිරතසංඥා අනුව භාවනා කරමින් හෝ සබ්බසඛධාරේසු අනිච්චසංඥා අනුව භාවනා කරමින් හෝ නිරත වනවිට, ඔහුට මරණානුස්සති ය මැනවින් වැඩෙන බව පෙනේවා දී ඇත. එහිදී ඔහුගේ ශ්‍රද්ධාබලය ආදී පඤ්ච සේඛ බලයන් ඇතිවී, ශ්‍රද්ධෙන්ද්‍රය ආදී පඤ්ච ඉන්ද්‍රියන් **මෘදුව හෙවත් සියුම්ව** පහල වේ. එබැවින් ඔහු කෙලෙස් ආසුව ප්‍රහීන කිරීම සඳහා **ලැසිව හෙවත් හෙමෙන්** ගමන් කරයි.

මෙහි එන **සබ්බලෝකේ අනභිරතසංඥා** වැඩීමේදී, තමන්ගේ හිසේ සිට දෙපතුල දක්වා වන පුද්ගල පැවැත්ම හෙවත් රූප, වේදනා, සංඥා, සඛධාර, විඤ්ඤාණ ලෝකයේ පවතින සියලු සංඥා තෘෂ්ණා, දෘෂ්ටි වශයෙන් උපාදාන කර නොගත යුතුය. එනම් සිතට ස්ථාන වන දේ වලින් හෙවත් අධිෂ්ඨාන (සත්‍ය, ත්‍යාග, ප්‍රඥා, උපසමාධි) වලින්ද, සංස්කාරවලට ඇති ඇලීම් හෙවත් අභිනිවේසයෙන් ද , සිතේ අභ්‍යන්තරික වශයෙන් අප්‍රකටව පවතින රාගානුසය, පටිගානුසය, අවිද්‍යානුසය ආදී අනුසය ධර්ම වලින් ද සිත අලවා නොගැනීමයි.

මෙහි එන **සබ්බසඛධාරේසු අනිච්චසංඥා** වැඩීමේදී, සියලු සංස්කාරයන්හි ඇතිවීම නැතිවීම දකිමින් වාසය කරයි. එහිදී සියලු සංස්කාරයන්, (අට්ඨික) පීඩාගෙනදෙන බව, (හරායති) ලැජ්ජාවට පත්වන බව

සහ (ඡිගුවිජනි) පිළිකුල් සහගත බව අවබෝධ කරමින් බැහැර කරයි.

මෙම දුක්ඛාපටිපදා දන්ධාහිඤ්ඤාව තුළින් මෙමත්‍රී අප්‍රමාණය වැඩිය හැකි බව දේශනා කර ඇත. එය පෙටකොපදේසේ (බු.ජ.පෙ.දෙ.315) දක්වා ඇත.

- ඉහත ආකාරයෙන් දුක්ඛාපටිපදා දන්ධාහිඤ්ඤාව වඩන කල්හි, බහුලකරන කල්හි ප්‍රථම ධ්‍යානය සම්පූර්ණ කරයි. මෙම ධ්‍යානය සමථය වැඩීම නිසා ඇතිවන්නකි.
- මෙම ප්‍රථම ධ්‍යානය වැඩුණ විට පළමු සතිපට්ඨානය හෙවත් කායානුපස්සනාව වැඩේ.
- කායානුපස්සනාව පරිපූරණය වූ විට ප්‍රථම විහාරය හෙවත් දිබ්බ විහාරය සම්පූර්ණය කෙරෙයි. දිබ්බ විහාරය යනු සතර ධ්‍යානයයි. මෙය යම් පටිච්ච සමුප්පාදයක් අවබෝධයෙන් ඇති වන්නකි.
- දිබ්බ විහාරය පරිපූර්ණ වූ විට ප්‍රථම සමාක්ප්‍රධාන වීර්ය සම්පූර්ණය කෙරෙයි. එනම් නූපන් ලාමක අකුසල ධර්මයන් හෙවත් කාම විතක්ක, ව්‍යාපාද විතක්ක, විහිංසා විතක්ක නූපදනා පිණිස කරනු ලබන පළමු වීර්යයි.
- ප්‍රථම සමාක්ප්‍රධාන වීර්ය පරිපූර්ණය වූ විට ප්‍රථම ආශ්චර්යය අද්භූතධර්මය හෙවත් දුක්ඛ ආර්ය සත්‍යය පරිපූර්ණය කෙරෙයි.

- දුක්ඛ ආර්ය සත්‍යය පරිපූර්ණය වූ විට ප්‍රථම අධිෂ්ඨානය හෙවත් සත්‍යාධිෂ්ඨානය පරිපූර්ණය කෙරෙයි.
- සත්‍යාධිෂ්ඨානය පරිපූර්ණය වූ විට ඡන්ද සමාධිය ඇතිවේ.
- ඡන්ද සමාධිය පරිපූර්ණය වූ විට ඉන්ද්‍රිය සංවරය ඇතිවේ.
- ඉන්ද්‍රිය සංවරය පරිපූර්ණය වූයේ මෙෙත්‍රී අප්‍රමාණය පරිපූර්ණය කෙරෙයි.

මෙලෙස දුක්ඛාපටිපදා දන්ධාඅභිඤ්ඤා වඩන කල්හි, බහුලකරන කල්හි ප්‍රථම ධ්‍යානය සම්පූර්ණ කරයි. කෙසේ, ලොම් ආදිය අසාර, අසුභ වශයෙන් මෙනෙහි කරන විට විතක්ක විචාර සහිත **ප්‍රථම ධ්‍යානය** ඇතිවේ. එම විත්ත සමාධිය පදනම් කරගෙන කායානුපස්සනාව හෙවත් කය අනුව ඇත්ත දකින විට, රූපයේ ඇතිවීම සහ නැතිවීම අවබෝධයෙන් වන **දිබ්බ විහාර හෙවත් සතර දැහැන්** ඇතිවේ. මෙලෙස සතර දැහැන් පවත්වාගෙන යාමට නම් නැවත කාම විතක්ක, ව්‍යාපාද විතක්ක, විහිංසා විතක්ක ඇතිවීම වැලැක්වීමට විරිය කළ යුතුය. එවිට **පළමු සමාක්ප්‍රධන විරිය** සම්පූර්ණ වේ. මෙසේ සිත පිරිසිදු වූ කල්හි ලෝකයේ සිටින සියලු ම සත්වයන් ඡාති වී ඡරා වී ව්‍යාධි වී මරණයට පත්වන බව අවබෝධ වේ. එනම් එය **දුක්ඛ ආර්ය සත්‍යය** යි. මේ අනුව මෙම සත්වයා විඳින දුකට ලෝක ධර්මයන් තුළින් කොතරම් පිළිතුරු සෙව්වත් හරයක් නැතිබවත්,

ඒවා සියල්ල මුසාවත් බවත්, යම් සත්‍යයක් ඇත්නම් එය ලෝකයෙන් ඉවත්වූ ලෝකෝත්තර නිර්වාණය තුළ පමණක් ඇති බවත් අවබෝධ වේ. (**මුසා යං මෝසධම්මං තං සච්චං, යං අමෝසධම්මං නිබ්බානං**). එය සිදුවන්නේ සත්‍යාධිෂ්ඨානය තුළිනි. එබැවින් නොපවතින ලෝකයට ඇති කැමැත්ත නැතිවී, පවතින නිවනට කැමැත්ත ඇතිවේ. එමගින් **ඡන්ද සමාධිය** ඇතිවේ. මෙම ඡන්ද සමාධිය පැවැත්වීමට **අභිජ්ජා ව** (රූපාදී අරමුණු වලට ඇලීම) සහ **දෝමනස්ස** ය (රූපාදී අරමුණු වලට ගැටීම) බාධකයන්ය. එනම් ඡන්ද සමාධිය පැවැත්වීමට නම් ඇස, කණ ආදී **ඉන්ද්‍රියන් සංවර** කරගත යුතුය. මෙසේ ඉන්ද්‍රිය සංවරය ඇතිකරගෙන මෙලෙස ලෝකයෙන් වෙන්ව ලෝකෝත්තර සූපය සියලු සත්වයෝ ලබන්වා යි මෙත්තාවක් ඇතිවේ. එම මෙත්තාව සියලු සත්වයන්ට වෙනසක් නොකර සිදුකරන්නට හැකි නම් **මෙත්තාවෙන් අප්‍රමාණයට** ගමන් කළ හැකිය.

සාමාන්‍යයෙන් තමන්ගේ භවය පැවැත්මට උපකාර කරන අයට මෙත්තාව වැඩිය. උදාහරණයක් ලෙස ආයතනයේ ප්‍රධානියාගේ පෞද්ගලික කටයුත්තකට තමා නොවැරදීම සහභාගීවීම ත්, ආයතනයේ ලිපිකරුගේ පෞද්ගලික කටයුත්තකට තමා සහභාගී නොවීම ත් දැක්විය හැකිය. මෙසේ සිදුවන්නේ තමන්ගේ භවය පැවැත්වීමට ලිපිකරුට වඩා වැඩි උපකාරයක් ප්‍රධානියා තමන්ට කරන නිසාය. තමන් මෙත්තා අප්‍රමාණයේදී ප්‍රධානියා ත්, ලිපිකරු ත් දෙදෙනාම **“දුක්විදින සත්වයන්”** බව අවබෝධ කරගෙන **කුලයක නොඇලී** මෙත්තාව

පැවැත්විය යුතුය.

මේ අනුව මෙහි අප්‍රමාණය සිදුකිරීමට නම්, තමන් ද ලෝකය දුක බව අවබෝධ කරගෙන සියලු සත්වයන් දුක්විඳින සත්වයන් ලෙස සලකා ඔවුන්ට එක හා සමානව මෙත්තාව පැවැත්විය යුතුය. එවිට ඔහුට මෙහි අප්‍රමාණයට ගමන් කළ හැකිය. මෙහි අප්‍රමාණය නිවන් දොරටුවකි. සැවොම අවබෝධයෙන් මෙත්තාව වැඩීමට අධිෂ්ඨාන කර ගනිමු. සියලු සත්වයෝ සුවපත් වෙත්වා.

# දුක්ඛපටිපදා බිජ්ජාභිඤ්ඤාවෙන් කරුණා අප්‍රමාණයට

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ අඛගුත්තර නිකායේ, වතුක්ක නිපාතයේ එන **තතිය පටිපදා සූත්‍රය** (බු.ජ.ත්‍රි.අං.නි 2-290 පිටුව) තුළින් කෙලෙස් ආසුව ක්ෂය කිරීම සඳහා පටිපදා හතරක් පෙන්වා දී ඇත. එනම්,

- 1 **දුක්ඛාපටිපදා දන්ධාභිඤ්ඤා**  
- දුක් වූ පිළිවෙත් ඇති ලැසි ව ලබන අභිඤා
- 2 **දුක්ඛාපටිපදා බිජ්ජාභිඤ්ඤා**  
- දුක් වූ පිළිවෙත් ඇති සීඝ්‍ර ව ලබන අභිඤා
- 3 **සුඛාපටිපදා දන්ධාභිඤ්ඤා**  
- සුඛ වූ පිළිවෙත් ඇති ලැසි ව ලබන අභිඤා
- 4 **සුඛාපටිපදා බිජ්ජාභිඤ්ඤා**  
- සුඛ වූ පිළිවෙත් ඇති සීඝ්‍ර ව ලබන අභිඤා වේ.

පෙර ලිපියෙන් දුක්ඛපටිපදා දන්ධාභිඤ්ඤාව පැහැදිලි කරන ලදී. මෙයින් බලාපොරොත්තු වන්නේ **දුක්ඛාපටිපදා බිජ්ජාභිඤ්ඤා** - දුක් වූ පිළිවෙත් ඇති සීඝ්‍ර ව ලබන අභිඤාව පැහැදිලි කිරීමයි.

“කතමා ව භික්ඛවේ දුක්ඛා පටිපදා බිජ්ජාභිඤ්ඤා? ඉධභික්ඛවේ භික්ඛු අසුභානුපස්සි කායේ විහරති, ආභාරේ පටික්කුලසඤ්ඤී, සබ්බලෝකේ අනභිරතසඤ්ඤී, සබ්බසඛධාරේසු අනිච්චානුපස්සි. මරණසඤ්ඤා ධෝ පනස්ස අජ්ඣාතං සුපට්ඨිතා භෝති. සෝ ඉමානි පඤ්ච ජේඛලානි උපනිස්සාය විහරති. **සද්ධාබලං, හිරිබලං,**

**ඔත්තප්පබලං, විරියබලං, පඤ්ඤාබලං.** තස්සිමානි පඤ්චන්ද්‍රියානි අධිමත්තානි පාත්‍රභවන්ති. සද්ධින්ද්‍රියං, විරියින්ද්‍රියං, සතින්ද්‍රියං, සමාධින්ද්‍රියං, පඤ්ඤින්ද්‍රියං. සෝ ඉමේසං පඤ්චන්තං ඉන්ද්‍රියානං අධිමත්තතතා ඛිප්පං ආනන්තරියං පාපුණාති ආසවානං ඛයාය. අයං වුච්චති හික්ඛවේ දුක්ඛා පටිපදා ඛිප්පාහිඤ්ඤා.”

“මහණෙනි, දුක් වූ පිළිවෙත් ඇති සීඝ්‍ර ව ලබන අභිඥා කවරක් ද? මහණෙනි, මෙ සස්තෙනි මහණ තමාගේ කයෙහි අසුභානුපස්සී වූයේ, කබලිඛිකාර ආහාරයේ පටික්කුල සංඥා ඇත්තේ, මුළු ලොවෙහි උකටලී සංඥා ඇත්තේ, සියලු සංස්කාරයන් හි අතිත්තානුපස්සී වූයේ වෙසේ. ඔහුගේ සිතෙහි මරණ සංඥාව මැනවින් එළඹ සිටියේ වෙයි. හේ ශ්‍රද්ධාබලය, හිරිබලය, ඔත්තප්පබලය, විරියබලය, ප්‍රඥාබලය යන පඤ්ච සේඛබලයන් ඇසුරු කොට වෙසෙයි. ඔහුට ශ්‍රද්ධෙන්ද්‍රිය, විරියෙන්ද්‍රිය, සතීන්ද්‍රිය, සමාධින්ද්‍රිය, ප්‍රඤ්ඤෙන්ද්‍රිය යන පඤ්චෙන්ද්‍රියෝ අධිමාත්‍රව පහළ වෙති. හේ මේ පඤ්චෙන්ද්‍රියන්ගේ අධිමාත්‍ර බැවින් ආසවක්ෂය පිණිස ආනන්තරික මාර්ග සමාධියට සීඝ්‍රව පැමිණේ. මහණෙනි, මෙය දුක්ඛාපටිපදා ඛිප්පාහිඤ්ඤා යි කියනු ලැබේ.”

මුගලන් මහරහතන් වහන්සේ අසුව ක්ෂය කලේ මෙම පටිපදාවෙන් බව අඛගුත්තර නිකායේ, චතුක්ක නිපාතයේ එන මොග්ගල්ලානපටිපදා සූත්‍රයේ (බු.ජ.ත්‍රි.අං.නි 2-298) සඳහන් වේ.

මෙම පටිපදාව අනුව යම් භාවනා කරන අයෙක් දෙතිස් කුණපය අනුව භාවනා කරමින් හෝ කනබොන ආහාරයේ පිළිකල් ස්වභාවය අනුව භාවනා කරමින් හෝ ගිරිමානන්ද සූත්‍රයේ එන සියලු ලොවෙහි නොඇලෙන සංඥා අනුව භාවනා කරමින් හෝ සියලු සංස්කාරයන් හි අනිත්‍ය සංඥා අනුව භාවනා කරමින් හෝ නිරතවනවිට, ඔහුට මරණානුස්සතිය මැනවින් වැඩෙන බව පෙන්වා දී ඇත. එහිදී ඔහුගේ ශ්‍රද්ධාබලය ආදී පඤ්ච සේධ බලයන් ඇතිවී, ශ්‍රද්ධෙන්ද්‍රය ආදී පඤ්ච ඉන්ද්‍රියන් **අධිමාත්‍රව** හෙවත් **ඉහළ මට්ටමින්** පහල වේ. එබැවින් ඔහු කෙලෙස් ආසුව ප්‍රහීන කිරීම සඳහා **සීඝ්‍රව** හෙවත් **වේගයෙන්** ගමන් කරයි.

මෙම **දුක්ඛාපටිපදා බිජ්ජාභිඤ්ඤාව** තුළින් **කරුණා අප්‍රමාණය** වැඩෙන ආකාරය පෙටකොපදේසේ (බු.ප.පෙ.දෙ.315) පෙන්වා දී ඇත.

- ඉහත ආකාරයෙන් **දුක්ඛාපටිපදා බිජ්ජාභිඤ්ඤාව** වඩන කල්හි, බහුල කරන කල්හි **දෙවන ධ්‍යානය** සම්පූර්ණ කරයි.
- මෙම **දෙවන ධ්‍යානය** වැඩුණ විට **දෙවන සතිපට්ඨානය** හෙවත් **වේදනානුපස්සනාව** වැඩේ.
- **වේදනානුපස්සනාව** පරිපූරණය වූ විට දෙවන විහාරය හෙවත් **බ්‍රහ්ම විහාරය** සම්පූර්ණය කෙරෙයි. බ්‍රහ්ම විහාර යනු මෙන්තා, කරුණා, මුදිතා සහ උපෙක්ඛා අප්‍රමාණයන් වේ.



- **බ්‍රහ්ම විහාරය** පරිපූර්ණ වූ විට **දෙවන සමාක්ප්‍රධාන වීරය** සම්පූර්ණය කෙරෙයි. එනම් උපන් ලාමක අකුසල ධර්මයන් හෙවත් රාග, දෝස, මෝහ ප්‍රභාණය පිණිස කරනු ලබන වීරයයි.
- **දෙවන සමාක්ප්‍රධාන වීරය** පරිපූර්ණය වූ විට **දෙවන ආශ්චර්යය අද්භූතධර්මය** හෙවත් **දුක්ඛ සමුදය ආර්ය සත්‍යය** පරිපූර්ණය කෙරෙයි. එනම් දුකට හේතු වූ කාම තණ්හා, භව තණ්හා සහ විභව තණ්හා අවබෝධය යි.
- **දුක්ඛ සමුදය ආර්ය සත්‍යය** පරිපූර්ණය වූ විට **දෙවන අධිෂ්ඨානය** හෙවත් **වාගාධිෂ්ඨානය** පරිපූර්ණය කෙරෙයි.
- **වාගාධිෂ්ඨානය** පරිපූර්ණය වූ විට **චිත්ත සමාධිය** ඇතිවේ.
- **චිත්ත සමාධිය** පරිපූර්ණය වූ විට **සතර සෘද්ධිපාද** ඇතිවේ.
- **සතර සෘද්ධිපාද** පරිපූර්ණය වූයේ **කරුණා අප්‍රමාණය** පරිපූර්ණය කෙරෙයි.

දුක්ඛා පටිපදා බිජ්ජාහිඤ්ඤා ව වඩන විට දෙවන ධ්‍යානය ඇති වේ. කෙසේ ලොම් යනාදී විතක්කයන් විචාර නොකර එම විතක්කයන් තුළින් භට්ඨත්තා වූ ප්‍රීතිය පදනම් කරගෙන ජිති, සුඛ, ඒකාග්‍රතා සහිත දෙවන ධ්‍යානය ඇතිවේ. මෙහි ප්‍රීතිය යනු වේදනාවකි. එම වේදනාවේ සිට වේදනාවේ ඇතිවීම සහ නැතිවීම බැලීම

හෙවත් වේදනානුපස්සනාව වැඩිමේදී, සියලු සත්වයන් මෙසේ ස්පර්ශයෙන් හටගත් වේදනාව නිසා මහත් දුකකට පත්ව සිටින බව අවබෝධයෙන් සියලු සත්වයන්ට එක හා සමානව මෙම ක්‍රියා පතුරවමින් මෙත්තාවෙන් අප්‍රමාණයට ගමන් කරයි. එය දුක්ඛ පටිපදා දන්ධාහිඤ්ඤාවෙන් වඩන ලද මෙත්තා අප්‍රමාණය ම ය. මෙලෙස තවදුරටත් අවබෝධයෙන් අනෙකුත් අප්‍රමාණයන්ටද ගමන් කළ හැකිය. බ්‍රහ්ම විහාරය වන්නේ සතර අප්‍රමාණයෝ ය. භාවනාවෙන් ඉදිරියට යාමට මෙත්තා අප්‍රමාණය අත්‍යාවශ්‍යය. මෙසේ මෙත්තා අප්‍රමාණය වඩන විට නැවත නැවතත් දුකට පත්වන්නේ සත්වයන් තුළ ඇති කෙලෙස් නිසා බව අවබෝධ වේ. කෙලෙස් වල මූලය වන්නේ, රාග, දෝස, මෝහ යි. එනම් රාග, දෝස, මෝහ ප්‍රභාණය පිණිස සිතේ විරියක් ඇතිවේ. එසේ විරිය කරන විට රාග, දෝස, මෝහ නිසා විදින දුක්ඛයට හේතුව (දුක්ඛ සමුදය) තණ්හාව බව අවබෝධ වේ. මෙම කාම තණ්හා, භව තණ්හා සහ විභව තණ්හා ප්‍රභාණයට සිත යොමු වේ. මේ සඳහා සියලු උපධීන්ගේ දුරලීමක් හෙවත් අතහැරීමක් සිදු කරයි. උපධීන් ලෙස ක්ලේශයන්, ස්කන්ධයන්, අභිසංස්කාරයන් දක්වයි. එමෙන්ම උපධීන් දහයක් වූල නිද්දේසයේ 150 පිටුවේ දක්වා ඇත. එනම් තණ්හාව, දෘෂ්ටිය, ක්ලේශයන්, කර්මය, දුෂ්චරිතයන්, ආභාරයන්, පටිසයන්, සතරමහ ධාතුන්, සලායතන, හය ආකාර විඤ්ඤාණයන්ය. සියලු උපධීන්ගේ අතහැරීම, වාගාධිෂ්ඨානය භාවිතා කිරීම නිසා සිදුවන්නකි. මෙම අතහැරීම නිසා චිත්ත සමාධිය ඇතිවේ. එනම් මෙහිදී සිතේ සමාහිත බවක් ඇතිවේ. මෙම චිත්ත

සමාධිය බිඳවැටීමට එම සමාධි සංඥාවේ ව්‍යාධිය සහ ඒ තුළින් ඇතිවන ද්වේශය බලපායි. වේදනාව සඳහා විත්ත සංස්කාර සකස්කරයි. මෙම වේදනාව වෙනස් වූ විට විත්ත සමාධිය ද වෙනස් වේ. එබැවින් විත්ත සමාධිය දිගටම පැවැත්වීම සඳහා සතර සෘද්ධිපාදයන් වැඩිය යුතුය. මේ සඳහා ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය භාවිතා කළ යුතුය. එනම් කාය භාවනා, සීල භාවනා, විත්ත භාවනා, පඤ්ඤා භාවනා වැඩීමෙන් සතර සෘද්ධිපාද වැඩියයි.

**“සම්මාකම්මන්තේන, සම්මා ආජීවේන ච කායෝ භාවිතෝ”** - සම්මා කම්මන්තයන්, සම්මා ආජීවයන්, කාය භාවනාව ලෙස පෙන්වා දී ඇත. කාය භාවනාව තුළින් ඡන්ද සමාධිය ඇතිවේ. ඡන්ද සමාධියෙන් ඡන්ද සෘද්ධිපාදය වැඩිය හැකිය.

**“සම්මාවාචාය, සම්මාවායාමේන ච සීලං භාවිතං”**  
 - සම්මා වාචා සහ සම්මා වායාම සීල භාවනාව ලෙස පෙන්වා දී ඇත. මුසාවාද, පරුසාවාව, පිසුනාවාව සහ සම්ප්‍රප්පලාප වලින් වෙන්ව වචී සංස්කාර නිවන සඳහා යොමුකිරීමට විරියවන්තව කටයුතු කිරීමයි. සීල භාවනාව තුළින් විත්ත සමාධිය ඇතිවේ. විත්ත සමාධිය පදනම් කරගෙන විත්ත සෘද්ධිපාදය වැඩිය හැකිය.

**“සම්මාසඛකප්පේන, සම්මාසමාධිනා ච විත්තං භාවිතං”** - සම්මා සංකප්ප සහ සම්මා සමාධි, විත්ත භාවනා ලෙස පෙන්වා දී ඇත. එහිදී සිදුවන්නේ කාමයන්ගෙන් සහ අකුසලයන්ගෙන් ඉවත්ව විත්ත

ඒකාග්‍රතාව පවත්වාගෙන යාමයි. චිත්ත භාවනාව තුළින් විරිය සමාධිය ඇතිවේ. විරිය සමාධිය පදනම් කරගෙන විරිය සෘද්ධිපාදය වැඩිය හැකිය.

**“සම්මාදිට්ඨියා, සම්මාසතියා ච පඤ්ඤා භාවිතා”**

- සම්මා දිට්ඨිය සහ සම්මා සතිය, පඤ්ඤා භාවනා ලෙස අර්ථ දක්වා ඇත. චතුරාර්ය සත්‍ය අවබෝධය සඳහා සතර සතිපට්ඨානය වැඩීම පඤ්ඤා භාවනාව වේ. පඤ්ඤා භාවනාව තුළින් විමංස සමාධිය ඇතිවේ. විමංස සමාධිය තුළින් විමංස සෘද්ධිපාදය වැඩිය හැකිය.

මෙලෙස සතර සෘද්ධිපාදයන් වැඩුණ විට, එහි ඇති **සමාහිත බව** සියලු සත්වයන්ට ලැබේවා යැයි වෙනසක් නොකර පැතිරවීමෙන් **කරුණාවෙන් අප්‍රමාණයට** ගමන් කරයි. මෙම ත්‍රී අප්‍රමාණයේදී තමන් ද ලෝකය දුක බව අවබෝධ කරගෙන ඇතිවූ සමාහිත බව, සියලු සත්වයන් ද දුක් විඳින සත්වයන් ලෙස සලකා ඔවුන්ට එක හා සමානව පතුරවයි. එමෙන්ම සත්වයන් දුක්විඳින හේතුව වන **තණ්හාව දුරුකිරීමෙන්** හෙවත් අතහැරීම තුළින් ඇති වන සමාහිත බව සියලු සත්වයන්ට පැතිරවීමෙන් **කරුණා අප්‍රමාණය** සිදුවේ. මෙත්තාවක් නොමැතිව කරුණාවක් ඇති නොවේ. මෙත්තාවේදී උපධිත්තේ අතහැරීමක් සිදුනොවන අතර, කරුණාවේදී උපධිත්තේ අතහැරීමක් සිදුවේ. කරුණා අප්‍රමාණය ද නිවන් දොරටුවකි.

# සුඛාපටිපදා දන්ධාහිඤ්ඤාවෙන් මුදිතා අප්‍රමාණයට

භාග්‍යවතුචන් වහන්සේ අභිගුත්තර නිකායේ, වතුක්ක නිපාතයේ එන **තතිය පටිපදා සූත්‍රය** (බු.ජ.ත්‍රි.අං.නි 2-290 පිටුව) තුළින් පටිපදා හතරක් පෙන්වා දී ඇත. එනම්,

- 1 **දුක්ඛාපටිපදා දන්ධාහිඤ්ඤා**  
- දුක් වූ පිළිවෙත් ඇති ලැසි ව ලබන අහිඤා
- 2 **දුක්ඛාපටිපදා බ්ඵපාහිඤ්ඤා**  
- දුක් වූ පිළිවෙත් ඇති සීඝ්‍ර ව ලබන අහිඤා
- 3 **සුඛාපටිපදා දන්ධාහිඤ්ඤා**  
- සුඛ වූ පිළිවෙත් ඇති ලැසි ව ලබන අහිඤා
- 4 **සුඛාපටිපදා බ්ඵපාහිඤ්ඤා**  
- සුඛ වූ පිළිවෙත් ඇති සීඝ්‍ර ව ලබන අහිඤා වේ.

මෙයින් බලාපොරොත්තු වන්නේ **සුඛාපටිපදා දන්ධාහිඤ්ඤා** - සුඛ වූ පිළිවෙත් ඇති ලැසිව ලබන අහිඤාව පැහැදිලි කිරීමයි.

“කතමා ව භික්ඛවේ සුඛා පටිපදා දන්ධාහිඤ්ඤා  
- ඉධභික්ඛවේ භික්ඛු විච්චිවේව කාමෙහි විච්චිව අකුසලෙහි ධම්මෙහි සචිතක්කං සච්චාරං විචේකජං ජීතිසුඛං පඨමං කධානං උපසම්පජ්ජ විහරති. විතක්කච්චාරානං වූපසමා අජ්ඣධත්තං සමපසාදනං චේතසෝ ඒකෝධිභාවං අචිතක්කං අච්චාරං සමාධිජං

පීතිසුඛං දුකියං ක්‍රමානං උපසම්පජ්ජ විහරති. පීතියාව විරාගා උපේක්ඛකො ච විහරති සතෝ ච සම්පජානො, සුඛඤ්ච කායේන පටිසංවේදේති යං තං අරියා ආචික්ඛන්ති උපේක්ඛකො සතිමා සුඛවිහාරීති තතියං ක්‍රමානං උපසම්පජ්ජ විහරති. සුඛස්ස ච පහානා පුඛ්ඛේව සෝමනස්ස දෝමනස්සානං අත්ථංගමා අදුක්ඛං අසුඛං උපෙක්ඛාසතිපාරිසුද්ධිං චතුත්ථං ක්‍රමානං උපසම්පජ්ජ විහරති. සෝ ඉමානි පඤ්ච සේඛලානි උපනිස්සාය විහරති. **සද්ධාබලං, හිරිබලං, ඔත්තජ්ජබලං, විරියබලං, පඤ්ඤාබලං.** තස්සිමානි පඤ්චන්ද්‍රියානි මුදුන් පාතුභවන්ති. **සද්ධින්ද්‍රියං, විරිසින්ද්‍රියං, සතින්ද්‍රියං, සමාධින්ද්‍රියං, පඤ්ඤින්ද්‍රියං.** සෝ ඉමේසං පඤ්චන්තං ඉන්ද්‍රියානංව මුදුක්කා දන්ධං ආනන්තරියං පාපුණාති ආසවනං ඛයාය. අයං වුච්චති භික්ඛවේ සුඛා පටිපදා දන්ධාභිඤ්ඤා.”

“මහණෙනි, සුඛ වූ පිළිවෙත් ඇති ලැසිව ලබන අභිඤා කවර? මහණෙනි, මෙ සස්තෙනි මහණ කාමයන්ගෙන් වෙන්ව ම අකුසල් දහමින් වෙන්ව ම විතක්ක විචාර සහිත වූ විචේකයෙන් උපන් ප්‍රීති සහ සුඛ ඇති ප්‍රථම ධ්‍යානයට පැමිණ වෙසේ. විතක්ක විචාර සංසිද්ධිමෙන් අධ්‍යාත්මයෙහි පැහැදීම ඇති සිතෙහි එකඟබව ඇති විතක්ක විචාර රහිත වූ සමාධියෙන් උපන් ප්‍රීති සුඛ ඇති ද්විතීය ධ්‍යානයට පැමිණ වෙසේ. ප්‍රීතියෙන් විරාගයෙන් උපේක්ෂා ඇත්තේ ස්මෘතිමත් වූයේ සමාසක් ප්‍රඥා ඇත්තේ වෙසේ. කයින් සුව ද විදිසි. උපේක්ෂා ඇතියේ ස්මෘතිමත් වූයේ සුඛවිහාරයෙකි යි ආර්යයෝ

යම් ඒ පුගලකු පවසන් ද ඒ තෘතීය ධ්‍යානයට පැමිණ වෙසෙයි. සුඛයාගේ ප්‍රභාණයෙන් ද දුෂ්ඛයාගේ ප්‍රභාණයෙන් ද පෙර වූ සොම්නස් දොම්නස් දෙක නැති වී යාමෙන් අදුක්ඛ වූ අසුඛ වූ උපේක්ෂාව විසින් කළ ස්මෘතිපාරිශුද්ධි ඇති චතුර්ථ ධ්‍යානයට පැමිණ වෙසේ. හේ **ශ්‍රද්ධාබලය, හිරිබලය, ඔක්තප්පබලය, විරියබලය, ප්‍රඥාබලය** යන පඤ්ච ජේතබලයන් ඇසුරු කොට වෙසෙයි. ඔහුට **ශ්‍රද්ධෙන්ද්‍රිය, විරියෙන්ද්‍රිය, සතීන්ද්‍රිය, සමාධීන්ද්‍රිය, ප්‍රඥෙන්ද්‍රිය** යන පඤ්චේන්ද්‍රියෝ **මෘදු** පහළ වෙති. හේ මේ පඤ්චේන්ද්‍රියන්ගේ මෘදු වූ බැවින් ආසවක්ෂය පිණිස ආනන්තරික මාර්ග සමාධියට **ලැසිව (සෙමෙන්)** පැමිණේ. මහණෙනි, මෙය **සුඛාපට්ඨදා දන්ධාහිඤ්ඤා** යි කියනු ලැබේ.”

මෙම පට්ඨදාව අනුව යම් භාවනා කරන අයෙක් පළමු, දෙවන, තෙවන සහ සිව්වන ධ්‍යානයන් වඩවා ගනී. එහිදී ඔහුගේ **ශ්‍රද්ධාබලය** ආදී පඤ්ච ජේත බලයන් ඇතිවී, **ශ්‍රද්ධෙන්ද්‍රිය** ආදී පඤ්ච ඉන්ද්‍රියන් **මෘදු ව** හෙවත් **පහළ මට්ටමින්** පහළ වේ. එබැවින් ඔහු කෙලෙස් ආසුව ප්‍රහීන කිරීම සඳහා **ලැසිව** හෙවත් **සෙමෙන්** ගමන් කරයි.

මෙම **සුඛාපට්ඨදා දන්ධාහිඤ්ඤාව** තුළින් **මුදිතා අප්‍රමාණය** වැඩෙන ආකාරය පෙට්කොපදේසේ (බු.ප.පෙ.දෙ.315) පෙන්වා දී ඇත.

- ඉහත ආකාරයෙන් **සුඛාපට්ඨදා බීජපාඅහිඤ්ඤා** වඩන කල්හි, බහුල කරන කල්හි **තෙවන ධ්‍යානය** සම්පූර්ණ කරයි.





කල්හි කය පුරා දැනෙන සුඛය ඉස්මතු වේ. මෙම සුඛය සහිත තුන්වන ධ්‍යානය සහිත සිතේ ඇතිවීම සහ නැතිවීම දැකීම තුළින් චිත්තානුපස්සනාව සිදුවේ. එනම් සිතක සමුදය සහ නිරෝධය අවබෝධයයි. එම නිසා විඤ්ඤාණ - නාම - රූප ධර්මතාවන් කිසිවක් තමන්ගේ කියා නොගැනීම සිදුවේ. එහිදී තමන් ලබාගෙන ඇති සෝවාන්, සකෘදාගාමී, අනාගාමී ආදී ඵල සමාපත්තීන් ඇතිවේ. එම සමාපත්තීන් අරිය විහාරයන් ය. අරිය විහාරය තවදුරටත් පවත්වාගෙන යාමේදී තමා තුළ ඒ වන විට නැති කුසලයන් පිරිමෙන් තුන්වන විරිය පරිපූර්ණය වේ. තුන්වන විරිය තුළින්ම හේතු ප්‍රත්‍යයෙන් හටගත් සියල්ල හේතු ප්‍රත්‍ය නිරුද්ධ වීමෙන් නිරුද්ධ වන බව අවබෝධයෙන් තුන්වන ආශ්චර්‍ය අද්භූත ධර්මය හෙවත් දුක්ඛ නිරෝධ ආර්ය සත්‍ය සාක්ෂාත් වේ. මෙය පවත්වාගෙන යාමට ප්‍රඥාව අවශ්‍යය. එසේ ප්‍රඥාව වැඩුන විට එය පවත්වාගෙන යන විරියද වැඩේ. එවිට සති, ධම්මවිචය ආදී බොජ්ඣංග ධර්මයන් පරිපූර්ණ වේ. මෙසේ බොජ්ඣංග ධර්මයන් පරිපූර්ණය වූ සිතෙන් මුදිතා අප්‍රමාණය වැඩේ.

මෙහි ඇති **සමාහිත බව** සියලු සත්වයන් ලැබේවා! යැයි වෙනසක් නොකර පැතිරවීමෙන් **මුදිතාවෙන් අප්‍රමාණයට** ගමන් කරයි. මුදිතා අප්‍රමාණය ආර්ය වූ දෙයකි. සෝවාන්, සකෘදාගාමී, අනාගාමී, අරිහත් යන ආර්යයන් වහන්සේලා තමන්ගේ ඵල සමාපත්තිය නංවාගෙන, අනෙකුත් සත්වයන්ටත් එම මගඵල සමාපත්තිය ලැබී ඉන් නොපිරිහී පවතිවා යැයි පැතිමෙන් මුදිතාවෙන් අප්‍රමාණයට ගමන් කරයි.

# **සුඛාපට්ඨපදා ඛේජපාභික්ඛේඤාචෙන් උපෙක්ඛා අප්‍රමාණයට**

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ අඛගුත්තර නිකායේ, චතුක්ක නිපාතයේ එන **තතිය පට්ඨපදා සූත්‍රය** (බු.ජ.ත්‍රි.අං.නි 2-290 පිටුව) තුළින් පට්ඨපදා හතරක් පෙන්වා දී ඇත. එනම්,

- 1 **දුක්ඛාපට්ඨපදා දන්ධාභික්ඛේඤා**  
- දුක් වූ පිළිවෙත් ඇති ලැසි ව ලබන අභිඥා
- 2 **දුක්ඛාපට්ඨපදා ඛේජපාභික්ඛේඤා**  
- දුක් වූ පිළිවෙත් ඇති සීඝ්‍ර ව ලබන අභිඥා
- 3 **සුඛාපට්ඨපදා දන්ධාභික්ඛේඤා**  
- සුඛ වූ පිළිවෙත් ඇති ලැසි ව ලබන අභිඥා
- 4 **සුඛා පට්ඨපදා ඛේජපාභික්ඛේඤා**  
- සුඛ වූ පිළිවෙත් ඇති සීඝ්‍ර ව ලබන අභිඥා වේ.

මෙයින් බලාපොරොත්තු වන්නේ **සුඛාපට්ඨපදා ඛේජපාභික්ඛේඤා** - සුඛ වූ පිළිවෙත් ඇති සීඝ්‍ර ව ලබන අභිඥාව පැහැදිලි කිරීමයි.

“කතමා ච භික්ඛවේ සුඛා පට්ඨපදා ඛේජපාභික්ඛේඤා? ඉධභික්ඛවේ භික්ඛු විච්චිවේව කාමෙහි විච්චිව අකුසලෙහි ධම්මෙහි සචිතක්කං සච්චාරං විචේකජං පීතිසුඛං පයමං ඝානං උපසම්පජ්ජ විහරති. විතක්කච්චාරානං වූපසමා අජ්ඣධත්තං සමපසාදනං චේතසෝ ඒකෝධිභාවං අචිතක්කං අච්චාරං සමාධිජං පීතිසුඛං දුතියං ඝානං උපසම්පජ්ජ විහරති. පීතියාව විරාගා උපේක්ඛකො ච

විහරනි සතෝ ව සම්පජානො, සුඛඤ්ච කායේන පටිසංවේදේති යං තං අරියා ආචික්ඛන්ති උපේක්ඛකො සතිමා සුඛවිහාරීති තතියං ඤානං උපසම්පජ්ජ විහරති. සුඛස්ස ව පහානා පුඛබ්බව සෝමනස්ස දෝමනස්සානං අත්ථංගමා අදුක්ඛං අසුඛං උපෙක්ඛාසතිපාරිසුද්ධිං චතුත්ථං ඤානං උපසම්පජ්ජ විහරති. සෝ ඉමානි පඤ්ච ජේඛලානි උපනිස්සාය විහරති. **සද්ධාබලං, හිරිබලං, ඔත්තජ්ජබලං, විරියබලං, පඤ්ඤාබලං.** තස්සිමානි පඤ්චන්ද්‍රියානි **අධිමත්තානි** පාතුහවන්ති. **සද්ධින්ද්‍රියං, විරියින්ද්‍රියං, සතින්ද්‍රියං, සමාධින්ද්‍රියං, පඤ්ඤින්ද්‍රියං.** සෝ ඉමේසං පඤ්චන්තං ඉන්ද්‍රියානං **අධිමත්තත්තා ඛප්පං** ආනන්තරියං පාපුණාති ආසවානං ඛයාය. අයං වුච්චති හික්ඛවේ සුඛා පටිපදා ඛප්පාහිඤ්ඤා.”

“මහණෙනි, සුඛ වූ පිළිවෙත් ඇති සීඝ්‍රව ලබන අභිඥා කවර? මහණෙනි, මෙ සස්තෙහි මහණ කාමයන්ගෙන් වෙන්වම අකුසල් දහමින් වෙන්වම විතක්ක විචාර සහිත වූ විවේකයෙන් උපන් ප්‍රීති සහ සුඛ ඇති ප්‍රථම ධ්‍යානයට පැමිණ වෙසේ. විතක්ක විචාර සංසිද්ධිමෙන් අධ්‍යාත්මයෙහි පැහැදීම ඇති සිතෙහි එකඟ බව ඇති විතක්ක විචාර රහිත වූ සමාධියෙන් උපන් ප්‍රීතිසුඛ ඇති ද්විතීය ධ්‍යානයට පැමිණ වෙසේ. ප්‍රීතියන්ගේ ද විරාගයෙන් උපෙක්ෂා ඇත්තේ ස්මෘතිමත් වූයේ සමාසක් ප්‍රඥා ඇත්තේ වෙසේ. කයින් සුව ද විදියි. උපේක්ෂා ඇතියේ ස්මෘතිමත් වූයේ සුඛවිහාරයෙකි යි ආර්යයෝ යම් ඒ පුගලකු පවසත් ද ඒ තෘතීය ධ්‍යානයට පැමිණ වෙසෙයි. සුඛයාගේ ප්‍රභාණයෙන් ද දුඃඛයාගේ



- මෙම සිව්වන ධ්‍යානය වැඩුන විට සිව්වන සතිපට්ඨානය හෙවත් ධම්මානුපස්සනාව වැඩේ.
- ධම්මානුපස්සනාව පරිපූරණය වූ විට සිව්වන විහාරය හෙවත් ආනෙඤ්ජ විහාරය සම්පූර්ණය කෙරෙයි.
- ආනෙඤ්ජ විහාරය පරිපූර්ණ වූ විට සතරවන සමායක්ප්‍රධාන වීර්ය සම්පූර්ණය කෙරෙයි. එනම් උපන් කුසල් ධර්මයන් දියුණු කරගැනීම පිණිස කරනු ලබන වීර්යයි.
- සිව්වන සමායක්ප්‍රධාන වීර්ය පරිපූර්ණය වූ විට සිව්වන අශ්වර්යා අද්භූතධර්මය හෙවත් දුක්ඛ නිරෝධගාමිණී පටිපදා ආර්ය සත්‍යය පරිපූර්ණය කෙරෙයි.
- දුක්ඛ නිරෝධගාමිණී පටිපදා ආර්ය සත්‍යය පරිපූර්ණය වූ විට සිව්වන අධිෂ්ඨානය හෙවත් උපසමාධිෂ්ඨානය පරිපූර්ණය කෙරෙයි.
- උපසමාධිෂ්ඨානය පරිපූර්ණය වූ විට විමංසා සමාධිය පරිපූර්ණය කෙරේ.
- විමංසා සමාධිය පරිපූර්ණය වූ විට සබ්බනිස්සග්ගය පරිපූර්ණය කෙරේ.
- සබ්බනිස්සග්ගය පරිපූර්ණය වූයේ උපෙක්ඛා අප්‍රමාණය පරිපූර්ණය කෙරේ.

යෝගාවචරයෙක් රූපය තමන්ගේ නොවන

දෙයක් බව දකින විට රූපය පිළිබඳ උපෙක්ඛාවක් ඇතිවී සතරවන ධ්‍යානයට පැමිණේ. එම උපෙක්ඛා පදනම් වී පංච නීවරණ, පංච උපාදානස්කන්ධය, ආයතන, බොජ්ඣංග සහ චතුරාර්යය සත්‍යය සහිත ධම්මානුපස්සනාව වැඩී යයි. උදාහරණයක් ලෙස දුක්ඛ ආර්ය සත්‍යය මෙනෙහි කරන විට, ජාති වූ කෙනා ජරාවට යන බව අවබෝධ වේ. ජරාවට යනවා නම් තමන්ට නිත්‍යභාවයක් නැත. මේ බව අවබෝධ වූ විට, තමන් කියා අල්ලාගත් රූපය සම්පූර්ණයෙන්ම අතහැරී අරූපය තුළ සිත පිහිටයි. එනම් ආකාසානඤ්චායතනය, විඤ්ඤාණඤ්චායතනය, ආකිඤ්චඤ්ඤායතනය සහ නේවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය යන අරූප සමාපත්තීන් ඇතිවේ. මෙලෙස අරූප තුළ සිටිය හැක්කේ, දස කුසලය තුළ හික්මෙනවා නම් පමණි. එනම් දස කුසලය තුළ හික්මෙනවා යනු සද්ධා, විරිය, සති, සමාධි, පඤ්ඤා, යන ඉන්ද්‍රිය ධර්ම වැඩීමකි. මෙසේ ඉන්ද්‍රිය ධර්ම වැඩෙන විට පවතින කුසලය දිගටම පවත්වාගෙන යාමට විරිය ඇතිවේ. එය හතරවන විරියයි. මෙසේ දස කුසලය ම වැඩීමට විරිය පවත්වන විට, ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය වැඩේ. ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය සහ දස කුසලය අතර සම්බන්ධයක් ඇත. ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයේ ගමන්කිරීම යනු ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ වලින් ඉවත්වීමකි. ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ යන කුමන අකුසලය ආවත් සිත නොසෙල්වී සිටින විට උපසමාධිෂ්ඨානය ඇති වේ. රාග, දෝස, මෝහ නොමැතිව ඇතිවන සිතේ සමාහිත බව විමංසා සමාධියයි. මෙම විමංසා සමාධිය බිඳවැටෙන්නේ මානය සහ අවිද්‍යාව නිසාය. එනම් "රාග සිතුවිල්ලක්

ආවට කමක් නෑ, තමන්ට පුළුවන් එය මර්ධනය කරන්න, කියා මානයක් සිතේ ඇතිවූ විට විමංසා සමාධිය කඩාවැටේ. උපෙක්ඛාවත් අනිත්‍ය බව දන්නා නිසා එවැනි මානයක් ඇතිකර නොගත යුතුය. ඒ සඳහා සබ්බනිස්සග්ගය හෙවත් සියල්ල අතහැරිය යුතුය. මෙහි සියල්ල යනු ඇස, කණ, නාසය, දිව, කය, මන යන අධ්‍යාත්මික ආයතනත් වර්ණ, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ඵොට්ඨබ්බ, ධම්ම යන බාහිර අරමුණුත් වේ. මේවා සම්බන්ධ වීම නිසා යම් සංස්කාරයක් සකස් වෙනවා නම් එයට අගයක් නොදී අතහැරීමෙන් උපෙක්ඛා අප්‍රමාණයට සිත ගමන් කරයි. එනම් සිත අධ්‍යාත්මයේ පැවතුනත්, බාහිරේ පැවතුනත් නොසැලී පවතී. මෙසේ උපෙක්ඛා අප්‍රමාණයද අතහැරුන විට උපෙක්ඛා චේතෝ විමුක්තියට පත්වේ. ඒ ආකාරයෙන් නිර්වාණය දක්වා ම ගමන් කළ හැකිය.