

දිව්‍ය චරිත දැනුම් බිඳුණ.....

සත්‍යය දැකීමට නම් - 12

(මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඇසුරින්)

පූජ්‍ය වැලිමඩ පසන්නමානස හිමි

ධර්මදානය පිණිසයි

2560 මැදිහේ

2017 මාර්තු

ප්‍රථම මුද්‍රණය - 2017 මාර්තු

මෙම දහම් පොත පූජ්‍ය වැලිමඩ පසන්නමානස ස්වාමීන් වහන්සේ විසින් මහරගම සිරි වජිරඤ්ඤාණ ධර්මායතනයේ දී පවත්වන ලද ධර්ම දේශනාවක් ඇසුරින් සකසන ලද්දකි.

බැතිබර දායකත්වය

මහරගම සිරි වජිරඤ්ඤාණ ධර්මායතනයේ මාසික භාවනා වැඩසටහනට සහභාගිවන පින්වත් පිරිස විසින් මෙම උතුම් සදහම් ග්‍රන්ථය මුද්‍රණය කරවා නොමිලයේ බෙදා දෙන ලදී.

ප්‍රකාශනය :

ධර්මානිසමය ධර්ම පුස්ථක ප්‍රකාශක මණ්ඩලය
කිතුල්ගොඩ අරණ්‍ය සේනාසනය,
කිතුල්ගොඩ,
අගලවත්ත.
දු.ක. 034 3309708.

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

ආරම්භයට වචනයක්.....

“කථං භාවිතෝ ච ආනන්ද, ආනාපානසතිසමාධි කථං බහුලීකතෝ චත්තාරෝ සතිපට්ඨානෙ පරිපුරෙති”

බුදුරජාණන් වහන්සේ ආනන්ද සූත්‍ර දේශනාවේ දී ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේට දේශනා කළේ, කෙසේ වඩන ලද ආනාපානසති සමාධියෙන් සතර සතිපට්ඨානය දියුණුවේද යන්නයි.

මෙහිදී බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළේ යමෙකු ආනාපානසති භාවනාව දියුණු කරයි ද, එම තැනැත්තාට සතිපට්ඨානය වැඩෙන අතර, සත්තිස්සෝධිපාක්ෂික ධර්ම වැඩෙමින් ‘විජ්ජා විමුක්ති’ ලබමින් උතුම් වූ මාර්ග ඵල අධිගමනය සාක්ෂාත් කළ හැකි බව ය.

එබැවින් උතුම් නිර්වාණය ලබනු කැමති යමෙක් වේද, ඔහු විසින් මනාව මේ උතුම් සතිපට්ඨානය පුරුදු කළ යුතු ය. සතර සතිපට්ඨානය පුරුදු කිරීම සඳහා ඒ පිළිබඳව විශේෂ වූ අවබෝධයක් ද අප සතු විය යුතු ය.

ඒ අවබෝධය ලබා ගැනීම සඳහා බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ උතුම් ශ්‍රී සද්ධර්මය පිළිබඳව අවබෝධයක් තිබීම ඉතාම පහසු වන්නේ ය.

ශ්‍රාවකයින්හට ඒ අවබෝධය ලබාදීම සඳහා මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍ර දේශනාව ඇසුරින් සැකසුනු “දිව්මගට දහම් බිඳක්” පොත් පෙළේ විසිඅට වෙනි ග්‍රන්ථය වන “සත්‍යය දකින්නට නම් වූ දොළොස්වන ග්‍රන්ථය” තුළින් ශ්‍රාවකයන්හට පෙන්වා දෙනු ලබන්නේ සතිපට්ඨානයෙහි අන්තර්ගත සිව්වික භාවනාවන් පිළිබඳව ය. ජීවිතයේ යථාර්ථය විනිවිද දැකිය හැකි භාවනා මාර්ගයක් වන මේ උතුම් භාවනා මාර්ගය පුරුදු කරන ඕනෑම කෙනෙකුට ඒ

තුළින් නිවන සාක්‍ෂාත් කරන ආකාරය පිළිබඳව මනාව පෙන්වා දී ඇත. එබැවින් ධර්මය අවබෝධ කර ගැනීමට කැමති සියලු දෙනා විසින් මේ උතුම් මාර්ගය පුහුණු වෙමින් ධර්මය අවබෝධ කර ගැනීම සඳහා වීර්ය ය ඇති කරගනින්නවා ! යි ප්‍රාර්ථනා කරමි.

තවද මේ උතුම් ග්‍රන්ථය සම්පාදනය කිරීමෙහිලා ඉමහත් සහයෝගයක් ලබාදුන් සියලු සොයුරු, සොයුරියන්ටත් දායකත්වය දක්වූ සැමටත් සෝභන ලෙස පිට කවරය සකසා දුන් සැම දෙනාටත්, මුද්‍රණ කටයුතු සිදු කර දුන් මුද්‍රණාලයේ අධිපති තුමා ඇතුලු සියලු සේවක මහත්ම, මහත්මීන්ටත්, තුණුරුවන්ගේ අනන්ත ගුණ බල මහිමයෙන් සීල, සමාධි, ප්‍රඥා මග වඩමින් උතුම් වූ ධර්මාවබෝධය ලබාගෙන මේ සසර දුකින් එතර වීමට සියලු ශක්තිය, දෛර්ය ලැබේවා! යි මෙක් සිතින් ප්‍රාර්ථනා කරමි.

පූජ්‍ය චැලිමඩ පසන්නමානස හිමි.
කිතුල්ගොඩ අරණ්‍ය සේනාසනය
කිතුල්ගොඩ,
අගලවත්ත.

ශ්‍රී.බු.ව. 2560 (2017) මැදින් මස (මාර්තු) 10.

මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය

හත්වන සිවපීකය

බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ උතුම් ශ්‍රී සද්ධර්මය මනාව ඉගෙන ගෙන ඒ ශ්‍රී සද්ධර්මයට අනුව සිහිය පුරුදු කරන මාර්ගය වන සතිපට්ඨාන භාවනා මාර්ගය ඉතාම හොඳින් පුරුදු කළොත් මේ බියකරු වූ සසර දුකින් එතෙර වීමේ අවස්ථාව ලැබෙනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ශ්‍රී සද්ධර්මයට අනුව යමෙකුගේ ඇති වැදගත්ම දක්ෂතාවය වනුයේ දුකින් නිදහස් වීම පිණිස කටයුතු සලසා ගැනීම ය.

ලෝකයේ සිටින මිනිසුන් අතර බොහෝ දෙනා තමා යම් යම් දේ සඳහා දක්ෂ බව සිතාගෙන සිටිනවා. මම මේකට දක්ෂයි කියලා සමහරු බොහෝම උදම් අනන්‍යවා. මනුෂ්‍යයකු හැටියට තමා තුළ තිබිය යුතු ලොකුම දක්ෂතාවය නම් මැරෙන මොහොතේ සිත ලෝභයටත්, ද්වේශයටත් පත් නොකර ගෙන සිත උපේක්ෂාවට පත්කර ගැනීමයි.

මැරෙන මොහොතේ ලෝභයක් පහළ වුනොත්, ලෝභ මූලික සිතක් පහළ වෙනවා. එහෙනම් එතන වූකිය අරමුණු කරන්නේ මොකක්ද? ලෝභය යි. මේවා ප්‍රතිසන්ධි විඤ්ඤාණ වුණොත් දුගතියේ ඉපදෙනවා. ඊළඟට මැරෙන මොහොතේ සිතට ද්වේශය අරමුණු වුනොත් එතන ද්වේශ මූලික සිතක් හට ගන්නවා. එහෙනම් ඒකත් අකුසලයක් වෙනවා. එය දුගතියේ ඉපදීමට හේතු වෙනවා.

මෙහිදී බුදුරජාණන් වහන්සේ උපේක්ෂාව විවිධ ස්වරූපයෙන් දේශනා කර තිබෙනවා.

- පාරිශුද්ධ උපේක්ෂාව - රහතන් වහන්සේහට පහළ වන උපේක්ෂාව.
- සිත මධ්‍යස්ථ වී
ලැබෙන උපේක්ෂාව - හතරවන ධ්‍යාන ආදියෙන් ලැබෙන උපේක්ෂාව.

ඒ උපේක්‍ෂාවට සිත වැටුනොත් එයින් මෝහය දුරුවෙනවා. ඒ කියන්නේ මේ අවිද්‍යාව ආදී දේ පිළිබඳව අනවබෝධයෙන් ලැබෙන සිතක් නොව අවබෝධයෙන් ලැබෙන සිතක් එතන තිබෙන්නේ. එහෙනම් මැරෙන මොහොතේ සිත ලෝභයයි, ද්වේශයයි, උපේක්‍ෂාවයි අරමුණු කොට නොගත්තනම් අපට තිබිය යුත්තේ මොකක්ද? ප්‍රඥාවෙන් හුරු කරගත්ත නුවණින් විමසිය යුතු සිතක් තිබිය යුතුයි. පින්වතුනි, මේ සිතෙහි බෙදීම මෙපමණකයි කියලා කියන්න බැහැ.

පඤ්චද්වාරාවජ්ජන සිත් වගේම මනෝද්වාරාවජ්ජන සිත් ද තිබෙනවා. මරණ මංවකයේදී පඤ්චද්වාරාවජ්ජන සිත් වලට වඩා මනෝද්වාරාවජ්ජන සිත් බොහොම ප්‍රබල වෙනවා. සිහිය නැති කෙනෙකු තුළ පඤ්චද්වාරාවජ්ජන සිත් පහළ නොවුනට මනෝද්වාරාවජ්ජන සිත් බොහොම වේගයෙන් පහළ වෙනවා. අපට අතපය හොලවන්නේ නැහැ වගේ පෙනුනට ඒ සිත් පහළ වෙනවා. ඒ සිතට අතීත කර්ම, වර්තමාන අරමුණු, අනාගත අරමුණු මේ සියල්ලම පහළ වෙනවා. එහෙනම් බොහොම භයානක පැත්තකට තිබෙන්නේ මේ මනෝද්වාරාවජ්ජන සිතයි. මනෝද්වාරාවජ්ජන සිත අකුසල් සිතක් අරමුණු කරතොත් ඊට පස්සේ මේ සංසාරයෙන් එතෙර වීම ලෙහෙසි පහසු දෙයක් නොවෙයි.

අැත්තටම සංසාරය ගැන භය හිතෙන්න නම් මේ සිත් ගැන ඉගෙන ගන්න ඕනෑ. මොකද තමාගේ හිත පිළිබඳව බොහෝම ලොකු අවබෝධයක් එතකොට අපට ලබාගන්න පුළුවන් වෙනවා. මේතරම් අයහපතකට වැටුණු සිතක් ද අපිට තිබෙන්නේ කියලා සිත් ගැන දිගින් දිගටම ඉගෙන ගන්න කොට අපටම වැටහෙනවා. එම නිසා ලෝභයයි, ද්වේශයයි, මෝහයයි තිබෙන මේ සිත මරණ මංවකයේදී ඒවාට හසුකර නොගෙන නුවණින් යුක්තව කුසල සිතක්

ගොඩ නගා ගෙන ඒ ඇති වෙන සියලු සිත් අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම වශයෙන් මෙනෙහි කරලා, ඒ ඇතිවන අරමුණු ඉවත් කරන්න අපි දැක්‍ෂ වෙන්න ඕනෑ.

බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කර තිබෙනවා,

අවිද්‍යා සමුදයෝ රූප සමුදයෝ

යමෙකු මේ අවිද්‍යාවෙන් පහළ වෙන සිත් ඉවත් කළොත් රූපය ප්‍රභාතය කළ හැකි වෙනවා.

ආහාර සමුදයෝ රූප සමුදයෝ

යමෙකු මේ ආහාර නිසා හටගන්නා වූ සිත් (කබලිංකාර, එස්ස, මනෝසඤ්චේතනා, විඤ්ඤාණ ආදී වශයෙන්) අවබෝධ කළොත් මේ රූපය ප්‍රභාතය කළ හැකි වෙනවා.

තණ්හා සමුදයෝ රූප සමුදයෝ

මේවා එක්කම හටගන්නා ධර්මතා මේ හේතු නිසා හටගන්නවා ඒ හේතු නැති වෙන කොට නැති වෙනවා යන අවබෝධය නුවණින් දකිමින් තණ්හාව නැති කිරීමෙන් රූපයේ හටගැනීම ප්‍රභාතය කළ හැකි වෙනවා.

කම්ම සමුදයෝ රූප සමුදයෝ

මේ විදිහට ලොකු විස්තරයක් මේ පිළිබඳව ධර්මයේ සඳහන් වෙනවා. එම නිසා අපේ තිබෙන ලොකුම දැක්‍ෂකම නම් මැරෙන මොහොතේදී මරණ මංවකයේදී සිත ලෝභයට, ද්වේශයට, මෝහයට අරමුණු නොවී ආරක්‍ෂා කරගැනීමයි. නමුත් ඒක කරන්න භාවනාවෙන් පුරුදු කළ වඩන ලද සිතක් තිබෙන්න ඕනෑ.

පින්වතුනි, මනසිකාරය කරනවා කියන්නේ කුසල් හෝ අකුසල් අරමුණක් යළි යළි මෙනෙහි කිරීමයි. කුසල් අරමුණක් මෙනෙහි කිරීමේ වරදක් නැති වුනත් අකුසල්

අරමුණක් මෙතෙහි කිරීම නම් බොහෝම වැරදියි. එය බොහෝම අයහපත පිණිස පවතින බව අපි දන්නවා. එම නිසා ඒ මනසිකාරය සිදු කරන විට මේ කුසල් අරමුණු තුළ මනසිකාරය බොහෝම ප්‍රබලව තිබිය යුතු බව බුදුරජාණන් වහන්සේ එක් අවස්ථාවක දේශනා කර තිබෙනවා. ඒක කරන්න පුළුවන් නුවණින්, ප්‍රඥාවෙන්, භාවනාවෙන් වඩා ගත් සිතකට පමණයි.

මේ මනසිකාරයේ අවස්ථා තුනක් පිළිබඳව බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කර තිබෙනවා.

- ආචර්ජන පටිපාදක මනසිකාර
- වීථි පටිපාදක මනසිකාර
- ජවන පටිපාදක මනසිකාර

ආචර්ජන පටිපාදක මනසිකාර

මේ සිතේ පවතින්නේ එක අරමුණක් පමණයි. දැන් අපි කුසලය ගැන හිතන්න ගියත් එක අරමුණක්නේ සිතේ පහළ වෙන්නේ. එකී අරමුණු සියල්ල ම අපි හසු කරගන්නවා. ආචර්ජන පටිපාදක මනසිකාර කියන්නේ මේ සිතේ පහළ වන සෑම අරමුණක් ම සිතට හසු කරගැනීමයි.

මේ ආචර්ජන පටිපාදක මනසිකාරයේ යෙදෙන්න නම් ඒක අපි හසු කරගන්න ඕනෑ. ඒක අපි හසු කරගන්නේ මොකෙන්ද? හසු කරගන්න තිබෙන්නේ සිතෙන්. “සතිමා විනෙය්‍ය ලෝකේ අභිකාමාදෝමනස්සං” සිතියෙන් තොරව මේක හසු කරගන්න බෑ. සිතිය දියුණු කර කර මේක හසු කරගන්න ඕනෑ. බුදුරජාණන් වහන්සේ ඒකට තමයි සමාධියක් දේශනා කළේ. සමාධියක් නැතිව කොහෙන්ම නුවණක් වැඩෙන්නේ නැති බව බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළා.

එහෙනම් මේ ආවර්ජන පටිපාදක මනසිකාරය තුළ ලැබෙන අරමුණු පවත්වන්න නම් තිබිය යුතු එකම ධර්මය සිහියයි. සිහිය මදි වුණොත් අරමුණු ගිලිහෙනවා. කුසල් අකුසල් මොනවද කියලා අපි දන්නේ නෑ. දැන් ආනාපානසති භාවනාවේදී බොහෝ දෙනෙකුට තිබෙන ප්‍රශ්නය නම් සිහිය පිහිටුවන්න අමාරු බවයි. එයට හේතුව සිහිය දියුණු මදිකමයි. ඒකට කරන්න තිබෙන එකම දේ සිහිය දියුණු කරන එකයි. සිහිය දියුණු කර කර මෙය දියුණු කරන්න පුරුදු වෙන්න ඕනෑ.

වීථි පටිපාදක මනසිකාර

වේතනාවක් තුළ වීථි පහළ වෙනවා. වීථි කියන්නේ සිත් හැදෙන පිළිවෙලයි. එක සිතක් හැදෙන පිළිවෙලට වීථි කියනවා. ආවර්ජන, සම්පට්ච්ඡන, සන්තීරණ, වොත්ථපන, ජවන, තදාලම්බන, චුති මේ විදිහට විත්තඝණ දාහතක් තිබෙනවා. ඒ විත්තඝණ දාහතෙන්, දාහතට පවතින සිතිවිලි ප්‍රමාණය වෙනස් වෙනවා. එයින් කෙරෙන කාර්යය වෙනස් වෙනවා. නිදාගෙන ඉන්න විට අපිට දැනෙන්නේ නැහැ. මේක හසු කරගන්න අපි සිහිය දියුණු කරන්න ඕනෑ. වීථි පටිපාදක මනසිකාරය කියන්නේ එක සිතකවත් අකුසල සිතක් යෙදෙන්න නොදී සියලු සිත් මෙහෙහි කොට තුවණින් දැන ගැනීමයි.

ජවන පටිපාදක මනසිකාර

ජවන පටිපාදක මනසිකාරය කියන්නේ අපි භාවනාවට අරමුණක් ගත්තොත් ඒ අරමුණු නොනවත්වා පවත්වා ගැනීමයි. අපි ආනාපානසති භාවනාව අරමුණු කරනවා නම් නොකඩවා ම ඒ මනසිකාරය පවත්වන්න ඕනෑ. ඒක ජවන පටිපාදක මනසිකාරය යි. භාවනා වඩන යෝගාවචරයකුට මේ මනසිකාර තුන බොහෝම වැදගත් වෙනවා.

මෙතනදී වීථි සිත් ඇතුළුව ප්‍රධාන වශයෙන් සිත්

අසුනවයකට බෙදනවා. ඊට පස්සේ බෙදල බලන කොට සිත් ඔක්කොම එකසිය විසි එකක් තිබෙනවා. මේවා අනුපිළිවෙළට ඉගෙන ගන්න ඕනෑ. අභිධර්මය ඉගෙන ගන්නකොට අනුරුද්ධ ආචාර්යයන් වහන්සේ විසින් ‘සප්තප්‍රකරණය’ කැටිකොට ලියූ ‘අභිධර්මාර්ථසංග්‍රහය’ වැදගත් වෙනවා. මේවා පිළිබඳ ඉගෙන ගන්න කොට කෙනෙකුට හොඳට නුවණ පහළ කරගන්න පුළුවන් වෙනවා. මේ විටී සිත් ඉගෙන ගන්න කොට අපි මොනතරම් පහළ මට්ටමක ද ඉන්නේ කියලා අපිට අවබෝධ වෙන්න පටන් ගන්නවා.

අපට සිහිය, නුවණ දියුණු කරගන්න තිබෙන එකම කාලය තරුණ කාලයයි. එම නිසා තරුණ කාලයේ මොනම හේතූන් නිසාවත් ගිලිහෙන්න දෙන්න එපා. මේ කාලයේ භාවනාවට වාඩිවුණාම අපහසුවකින් තොරව භාවනාව දියුණු කළ හැකියි.

යම් සිතක භාවනාව දියුණු වෙන්න තවත් කාරණාවක් තමයි ධර්මශ්‍රවණය. හැබැයි බුදුරජාණන් වහන්සේගේ නිර්මල ශ්‍රී සද්ධර්මය. ජීවිතය අවබෝධයක් කරා ගෙන යන්න නම් ධර්ම මාර්ගයේ ගමන් කරන්න ඕනෑ. කෙනෙකුගෙ නුවණ වැඩෙන්නෙ ධර්මයෙන්. එම නිසා ධර්මශ්‍රවණය ඉතාමත් ම වැදගත් වෙනවා.

ඊළඟට භාවනාවෙන් සිත දියුණු කිරීමයි. මේ කාරණා දෙක ප්‍රධානයයි. මොකද භාවනාවෙන් සිත දියුණු කරල නැත්නම් අවසානයට ඒ සිත ලෝභ, ද්වේශ හෝ මෝහ සහිත තණහාවෙන් අරමුණු කර ගත්ත සිතක් බවට පත් වෙනවා.

ජවන පටිපාදක මනසිකාරය ඔස්සේ කුසලාරම්මණ මෙනෙහි කරලා ඒ කුසලයන් එක්ක ඇතිවෙන විත්ත-වෛතසික ධර්ම අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම වශයෙන් නුවණින් බැලූවොත් නැවත ඒ සිතට ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ

අරමුණු වෙන්වේ නැ. ඒ ඇතිවෙන ලෝභයත්, අනිත්‍යා, දුක්ඛ, අනාත්ම වශයෙන් දකිනවා. ඒ ඇතිවෙන ද්වේශයත් අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම වශයෙන් දකිනවා. එතන ඇතිවෙන මූලාවත් අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම වශයෙන් දකිනවා. මේ සියල්ල හේතු ඇතිවනවිට ඇතිවන බවත් හේතු නැතිවනවිට නැතිවන බවත් නුවණින් දකිනවා.

ජවන් සිත ඒ ආකාරයට සකසා ගතහොත් ඊළඟට චුති සිත ඇති වෙනවා. සමහර විට අපි ගන්න අරමුණ අනුව චුති චිත්තයට මේ නුවණ ඇති වුවහොත් එතන කර්මය හැදෙන්නේ නැති විදිහට සකස් කරගන්න පුළුවන්කම ලැබෙනවා. අපි මෙයට දක්‍ෂ නම් මරණ මංවකයේදී වුව ද අර්භත්වයට පත්විය හැකි බව බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කර තිබෙනවා. ඒ දක්‍ෂකම ඇති කරගන්න ජීවත්වෙලා ඉන්න කාලේ තරුණ කාලේ ධර්මය ශ්‍රවණය කරන්න ඕනැ. ඊළඟට භාවනාව ඉතාමත් වැදගත් වෙනවා.

එම නිසා මේ ලබාගත් මනුෂ්‍ය ජීවිතය මේ ලබාගත් දුර්ලභ අවස්ථාව මොනම හේතුවක් නිසාවත් අතහැර ගන්න එපා. මැරෙන මොහොතේ ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ වලට සිත පත්වුණොත් අපි සංසාරයේ බොහෝම අසරණ තත්ත්වයකට පත්වෙනවා. එම නිසා මේ අවබෝධය ලබා ගන්න තිබෙන්නේ ධර්මයෙන්මයි. වෙන පිහිටක් නම් නැහැ.

අපි පළවෙනි සිව්විකයේ සිට මේ දක්වා ම ජීවත්වෙලා ඉන්න කෙනෙකුගේ ස්වභාවය පිළිබඳවත් මැරුණු කෙනෙකුගේ ස්වභාවය පිළිබඳවත් දැකලා සෘතුවෙන් හටගත් පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ වලින් යුත් සිව්විකයට සිදුවෙන දේ නුවණින් බලන ආකාරය පිළිබඳව දැනගත්තා.

පින්වතුනි, වසර ගණනාවක් ගත වූ පසු මළ සිරුරේ දකින්නට කිසිම දෙයක් නැහැ. පස් ගොඩක් විතරයි.

- පය්වි කොටස පය්වි කොටසට එකතු වෙනවා.
- ආපෝ කොටස ආපෝ කොටසට එකතු වෙනවා.
- තේජෝ කොටස තේජෝ කොටසට එකතු වෙනවා.
- වායෝ කොටස වායෝ කොටසට එකතු වෙනවා.

බුදුරජාණන් වහන්සේ එක් තැනක දේශනා කර තිබෙනවා. සත්ත්වයා මේ ලෝකයේ කළ එකම දේ පොළොවට පස් එකතු කිරීම පමණයි. ඇයි ඒ? එක් පුද්ගලයෙක් මැරුණු වාර ගණන බැලුවොත් අපි හින්දා මේ පොළොවට කොයිතරම් පස් එකතුවෙලා තිබෙනවද? අපි මේ සංසාරයේ මේ තාක් විශාල ප්‍රමාණයක් පස් එකතු කරලා තිබෙනවා. මොකද? අපි මේ සංස්කාර ධර්මත් එක්ක ඉපදිලා. ඒ ඒ තැන ඉපදිලා මරණයට පත්වෙලා පොළොවට පස් වෙලා යනවා. ඇයි මේ දක්වා අපි පොළොවට පස්වුනේ? ඒකට හේතුවක් තිබෙනවා. ඒ අපි ආර්ය සීලයක පිහිටන්න අදක්‍ෂ වු නිසයි.

ආර්ය සීලය කියන්නේ සම්මා වාචා, සම්මා කම්මන්ත, සම්මා ආජීව සමග අත්වැල් බැඳගත්ත සීලයටයි. ඒකට ‘අරියකාන්ත සීලය’ කියලා කියනවා. ලෝකික සමාධියට වඩා මාර්ග ඵල ලැබූ තැනැත්තාගේ සමාධිය වෙනස් වෙනවා.

“යස්මිං සමයේ ලොකුත්තරං ඤානං භාවේති නිය්‍යානිකං අපවයගාමිං දිට්ඨිගතානං පහානාය පයමාය භූමියා පත්තියා”

ආර්ය භාවයට පැමිණි නුවණට ‘ආර්ය ප්‍රඥාව’ කියනවා. ‘ආර්ය විමුක්ති’ කියන්නේ කෙලෙසුන්ගෙන් නිදහස් වීමයි. කෙලෙස් වලින් නිදහස් වීමට නම් මාර්ග ඵල මාර්ග ඥාන තිබෙන්න ඕනෑ. මේ සිතේ තිබෙන කෙලෙස් ධර්ම සම්පූර්ණයෙන් ඉවත් කරන්න ඕනෑ. එහෙම නොකළොත් පටිච්ච සමුප්පාදයට අනුව කර්ම රැස්කරමින් අපි ඒ ඒ භව වල ඉපදෙනවා. ඒකෙන් ගැලවෙන්න අපි

ඉතාමත් දැක්වෙන්න ඕනෑ. අදැක්වෙනවාට ඒක කරන්න බැහැ. අදැක්වෙනවා එක කාලයකදී නිරයේ, තව කාලයකදී අපායේ, තව කාලයකදී ප්‍රේත ලෝකයේ, තව කාලයකදී තිරිසන් ලෝකයේ, තව කාලයකදී දිව්‍ය ලෝකයේ, තව කාලයකදී මනුෂ්‍ය ලෝකයේ, තව කාලයකදී රූපාවචර-අරූපාවචර බ්‍රහ්ම ලෝකවල, තව කාලයකදී අසඤ්ඤකලයේ උපදිනවා.

බුදුරජාණන් වහන්සේ ‘සුනෙන්ත’ සූත්‍රයේදී දේශනා කර තිබෙනවා සුනෙන්ත ශාස්තෘන් වහන්සේ අවුරුදු හතක් මෙහි ධ්‍යානය වැඩුවා. ඊට පසු සංවට්ට-විවට්ට කල්ප හතක්, ඒ කියන්නේ ලෝකය හටගන්න-වැනසුන කාල හතක් කවදාවත් දුගතියේ ගියේ නැහැ. තිස්හත් වතාවක් සක්විති රජකම ලැබුණා. දිගටම ඉපදිලා තිබෙන්නේ රූපාවචර-අරූපාවචර අසඤ්ඤකලවලයි. බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කර තිබෙනවා මහණෙනි, මේ සුනෙන්ත ශාස්තෘන් වහන්සේට මේ තාක් කල් සසරේ ඇවිදින්න සිදුවුනේ ආර්ය සීලය, ආර්ය සමාධිය, ආර්ය ප්‍රඥාව, ආර්ය විමුක්තිය නොවැඩූ නිසයි කියලා.

බුදුරජාණන් වහන්සේ දුගතිය ගැන විතරක් නොව සුගතිය ගැනත් සුගතියේ දුක ගැනත් දේශනා කර තිබෙනවා. නිවන කරා යන මග මොකක්ද කියලා අපිට පෙන්නලා දුන්නා. එම නිසා මේ පින්වතුන් මේ සීවලීක පිලිබඳ ලොකු අවබෝධයක් ඇති කරන්න ඕනෑ.

“පුන ච පරං භික්ඛවේ භික්ඛු සෙය්‍යථාපි පස්සෙය්‍ය ශරීරං සීවලීකාය ඡඩ්ඛිතං අට්ඨිකානි සේතානි සඛබ්බණ්ණපනිහානි”

‘අට්ඨිකානි සේතානි සඛබ්බණ්ණපනිහානි’ සේත (සුදු) සංඛ (හක්ගෙඩි) වර්ණ ඇති සුදුපාට වර්ණයෙන් යුත් ඇට ස්වභාවයට පැමිණියා වූ කියන එකයි. ඒ ස්වභාවය අරමුණු කරගෙන සතිය දියුණු කරන්න. මෙතන තිබෙන්න

අර මුලදී වැඩුවා වගේ සිහිය දියුණු කරන ලද අට්ඨක සංඥාවයි. ඒ වර්ණ ස්වභාවය අරමුණු කරගෙන අට්ඨක සංඥාව මෙතෙහි කරන කොට බොහෝම ඉහලට කසින භාවනාවට යොමු කරන්න පුළුවන්. ඔය රූපාවචර ධ්‍යාන වඩලා තමයි කසින අරමුණු වඩන්න කියන්නේ. මෙතන කිව්වේ මේ වර්ණ ස්වභාවය අරමුණු කරලා සිත වඩන්න කියලයි. ඒ නුවණ පහළ කරගෙන ඒ නුවණ මෙතෙහි කරලා ‘සෝ ඉමමේව කායං උපසංහරති’ ඒක තමාගේ කයට උපසංහරණය කරන්න ඕනෑ.

“අයම්පි බෝ කායො ඒවංධම්මෝ”

මාගේ ශරීරයේ යම්තාක් අරු කැබලි තිබෙනවා නම් මේ ස්වභාවයමයි. මේ ධර්මතාවයමයි කියල නුවණින් බලන්න කියලා දේශනා කලා. එහෙනම් මේ ‘කසින’ අරමුණු කිරීමක් නොවෙයි මොකක්ද මේකේ තිබෙන්නේ? නුවණින් සියල්ල දකිමින් අවබෝධ කිරීමයි.

“ඒවංධම්මෝ ඒවම්භාවී ඒතං අනතීතෝති”

මගේ ශරීරයත් මේ ස්වභාවයමයි. මේ ලෝකයේ කවුරු මැරුණත් පවතින්නේ මේ ස්වභාවයයි. සිංහල, දෙමළ, අන්‍ය ජාතිකයෙක් මියගියත් මේ ස්වභාවයමයි. මේ ධර්මතා හොඳින් නුවණින් හිතනකොට අපිට ඇලෙන්න ගැටෙන්න කොහේවත් තැනක් නැහැ. ‘අනතීතෝති’ කියන්නේ මේ ස්වභාවය ඉක්මවා ගිය කෙනෙක් නොවෙයි.

සීලයක පිහිටලා මේ අරමුණු ඉතාම හොඳින් මෙතෙහි කරන්න ඕනෑ. මෙතෙහි කරනකොට අපි මේ තණ්හාවෙන්, මානසෙන්, දෘෂ්ටියෙන් යම් අල්ලා ගැනීමක් ඇතිකරගෙන තිබෙනව ද එය ද ක්‍රම ක්‍රමයෙන් දුරුවන්න පටන් ගන්නවා. මෙහි ප්‍රශ්නය තිබෙන්නේ කොහෙද? වෙන කොහේවත් නොවෙයි. ප්‍රශ්නය තිබෙන්නේ අපි ලගමයි. අපේ ජීවිතයේ ප්‍රශ්නයක් ඇති වුවහොත් ඒ ප්‍රශ්නය පිළිබඳ

නුවණින් දකින්න පුරුදු වෙන්න ඕනෑ. එතකොට ඒ ප්‍රශ්නයට පිළිතුරු ලැබෙනවා. අපි ප්‍රශ්නය අල්ලගෙන දුක් විඳි විඳි ඉන්නවා. ඒ ප්‍රශ්නය එතනදී ම විසඳගන්න ඕනෑ. අපි හැමවේලේ ම කරන්නේ උපසංහරණය නොකිරීමයි. අපි හැමකිසිසේ ම කරන්නේ ලෝකයේ දේ අපේ කරගන්නවා.

මම මේ පින්වතුන්ට පුංචි දෙයක් මතක් කරන්නම්. සමහර විට කෙනෙකු අපිට හොඳටම බනිනවා. මේ බණින කොට අපේ හිතට හරිම දුකයි. අපි මේ බැණුම උපසංහරණය කරල බලමු. මොකක්ද මේ බැණුම? උපසංහරණය කළොත් බැණුම් අහන්න තිබෙන නිසා බැණුම් ඇහුවා. ඒක අතීත විපාකවාරයක් බව අපි දන්නවා. මේක බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කර තිබෙනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේටත් අතීත කර්ම, විපාක වාර ගණනාවක් ඉස්මතු වෙලා තිබුණා. එසේ නම් මේ අතීත විපාක වාර අපි උපසංහරණය කළොත් මේ අතීත විපාක වාර පිළිබඳ අපි තුල අවබෝධයක් තිබුණොත් (ආචර්ජන, සම්පට්ච්ඡන, සන්තීරණ, වොත්ථපන, කියන විත්ත විචි පිළිබඳව) ඊළඟට ජවන සිතයි පවත්වන්න තිබෙන්නේ. බනින්න බනින්න මොකක්ද කරන්න තිබෙන්නේ? මේක අතීත විපාකයක් ය, ගෙවන්න තිබෙන එකක් ය කියල කල්පනා කරල එබඳු විපාක හැදෙන්නේ නැති විදිහට අපි මේ ජවන සිත් යෝනියෝමනසිකාරයට යොමු කරගන්න ඕනෑ. ඒ බැණුමේදී ඇතිවෙන සියලු විත්ත-වෛතසික ධර්ම අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම වශයෙන් දකින්න ඕනෑ. පුළුවන් ද එහෙම කරන්න? එහෙම කරන්න පුළුවන් කෙනෙක් ඉන්නවා නම් එයා ධර්මය අවබෝධ කරනවා.

අපිට කවුරු හරි බණින කොට ඒ බැණුම නිසා අපේ සිතේ ද්වේශය හෝ අනුකම්පාව හෝ මොකක් හරි ඇතිවෙනවා. ඒ ඔක්කොම විත්ත-වෛතසික ධර්මයි. ඒවා වෛතසික පනස් දෙක තුල පහළ වෙන සිත්වලට ඇතුළත් වෙනවා. එතකොට එතනදී ඇතිවෙන ධර්ම ටික අනිත්‍ය,

දුක්ඛ, අනාත්ම වශයෙන් දකින්න පුළුවන් ද? ඊට පස්සේ අපිට කොච්චර ගැහුවත් බැණින්න ඒවා සියල්ල අපට විදින්න තිබෙන විපාකවාර බව නුවණින් වටහා ගන්නවා. මේ සියලු දේ පිළිබඳව අපි නුවණින් විමසමින් අවබෝධ කළ යුතු වෙනවා.

ඊළඟට බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා,

“අයම්පි බෝ කායො ඒවංධම්මෝ ඒවම්භාවී ඒකං අනතීතෝති”

මේ ආකාරයට ඒ සුදුපාට හක්ගෙඩියේ හැඩ ඇති අරමුණු විමසමින් මේ කය පිළිබඳව මෙතෙහි කළ යුතු වෙනවා. මේක එකපාරටම මෙතෙහි වෙන්තේ නෑ. දිගින් දිගටම, දිගින් දිගටම මේක මෙතෙහි කළ යුතු වෙනවා. මේ කියන ලද වීථි පටිපාදක, ජවන පටිපාදක, මේ සියල්ල ම මෙහි පවතිනවා. අකුසල් අරමුණ ගත්තත් එහෙමයි. කුසල් අරමුණු ගත්තත් එහෙමයි. අන්න ඒ ආකාරයට මේක පුරුදු කරන්න ඕනෑ. ඕනෑම දෙයක් එක දවසින්, දෙකෙන්, තුනෙන් බැහැ කියලා අතහරින්න එපා. හුරු කරගන්න. හුරු කරලා, හුරු කරලා පුරුදු කරන්න ඕනෑ. නිතර නිතර මේ භාවනා අරමුණු මෙතෙහි කරනවිට සිත එයට හොඳින් පුරුදුවෙලා සිත වැඩෙන්න පටන් ගන්නවා. ඒතාක් සිතියෙන් විරියයෙන් නුවණින් වැඩිය යුතු වෙනවා.

“ඉති අප්ඤ්ඤානං වා කායේ කායානුපස්සි විහරති”

ඒ විදිහට තමාගේ කය පිළිබඳව ඉතාමත් හොඳ නුවණකින් බලන්න පුරුදු වෙන්න ඕනෑ. තමාගේ කයේ ස්වභාවය පිළිබඳව එකකොට වැටහෙනවා. මේ තත්ත්වය ඇතිවෙන්න නම් මැරී බොහෝ කාලයක් ගතවෙන්න ඕනෑ. මගේ කයේ ස්වභාවයත් මේ වගෙයි කියලා මෙතෙහි කරගන්න ඕන.

“බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සී විහරති”

තමාගේ මේ තිබෙන ස්වභාවය අරමුණු කළොත් බාහිරත් තිබෙන්නේත් ඒ ස්වභාවයමයි. එහෙනම් තමා පිළිබඳව තණ්හා, මාන, දිට්ඨි, වශයෙන් අල්ලා ගැනීමක්වත් බාහිර පුද්ගලයන් පිළිබඳව තණ්හා, මාන, දිට්ඨි වශයෙන් ගත හැකි දෙයක් මෙහි නැති බව අවබෝධ වෙන්න පටන් ගන්නවා.

“අජීකධන්තබහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සී විහරති”

තමාගේ රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ කියන පංච උපාදානයක් වේද ඉන් බාහිර රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ කියන පංච උපාදානයක් වේද එයත් එලෙසමයි. දැන් ලෝකය කියන්නේ මොකක්ද? අපි ඉන්නේ මේ ලෝකයෙයි. බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා මහණෙනි, ලෝකය හටගෙන තිබෙන්නේ දුක මතයි. මේ රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ සහිත මේ ලෝකය හැදිලා තිබෙන්නේ දුක උඩයි. මේ ලෝකයේ ඉදගෙන අපි සැපක් බලාපොරොත්තු නොවිය යුතුයි. සැප ලැබෙන එකම පිළිවෙත නිවනමයි.

බුදුරජාණන් වහන්සේ ‘ආර්ය පර්යේෂණ’ සූත්‍රයේ දී දේශනා කරනවා,

- ජරාවට පත්වෙන ජීවිතයක් ලබාගෙන ජරාවට පත්වෙන ජීවිතයක් ම සොයනවා.
- ඉපදීම ස්වභාවය කොට ගත් ජීවිතයක් ලබාගෙන ඉපදීම ම සොයනවා.
- ලෙඩ වන ජීවිතයක් ලබාගෙන ලෙඩ වන ජීවිතයක් ම සොයනවා.
- මරණය ස්වභාවය කොට ගත් ජීවිතයක් ලබාගෙන මරණය ම සොයනවා කියලා දේශනා කළේ මේ හේතුව නිසයි.

ඒ බැවින් සැප ලබා ගැනීමට නම් අපි මේ රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ කියන පංච උපාදානස්ඛන්ධය අවබෝධ කළ යුතු වෙනවා.

‘සමුදයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති
වයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති’

අපි ඒ දක්වා යම් මට්ටමකට සිත දියුණු කරල තිබෙනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේ වදාළා මේ ධර්මතාවයේ සමුදය බලන්න කියලා. කොහොම ද සමුදය බලන්නේ? මෙතනදීත් අපිට බලන්න තිබෙන්නේ ‘පයවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ’ කියන සතර මහා ධාතූමයි.

මේ ඇට කැබලි අයිති වෙන්නේ පයවි කොටසටයි. ඒ ධර්මතා ටික හටගන්නේ කුමක් නිසා ද? මේ ස්වේත වර්ණ ඇට කැබලි කොහෙන් ද හටගන්නේ? මේ ටික හටගන්න මුල්වුනේ අතීත, වර්තමාන වශයෙන් තිබුණු නාම ධර්ම නිසයි. ඒ නාම ධර්ම නොතිබ්බ නම් මේ සුදු පාට ඇට කැබලි හටගන්නේ නෑ. ඇයි ඒ? යම් නාම ධර්මයක් නිරුද්ධ වුනොත් ලෝකයේ රූප ධර්මවල පැණවීමක් තිබෙන්න බැහැ. එහෙනම් මේ ඇට කැබලි කියන්නේ රූප ධර්ම ටිකක් විතරයි.

අපි කොතනින් කොහොම ආරම්භ කළත් අවබෝධ කරන්න තිබෙන්නෙ ම පයවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ මයි. ඒ ටික අවබෝධ කරන්න නාම ධර්ම ටික අවබෝධ කරගන්න ඕනෑ. මේ වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ කියන ධර්මතා අපිට මෙතනදී නුවණට හසුවෙනවා.

රූප-අරූප ලෝකවල තිබෙන ඔය ධර්මතා මීට වඩා වෙනස් ස්වරූපයක් ගන්නවා. රූපයක් නැති අරූප ලෝකයකුත්, විඤ්ඤාණය නැති අරූප ලෝකයකුත් තිබෙනවා. නමුත් මෙතන අපිට බලන්න කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළේ මොකක් ද? මේවායේ හටගැනීම සහ වැනසීමයි.

සතිපට්ඨානය කියන්නේ අපේ ජීවිතය කියලා අපිට වැටහෙනවා. සතිපට්ඨානයෙන් තොරව එක මොහොතක්වත් අපිට ඉන්න පුළුවන්කමක් නැහැ. සතිපට්ඨානයෙන් තොරව ගතකරන හැම මොහොතක ම කර්ම හටගන්නා බව අපට වැටහෙනවා.

දැන් සමුදය බලන්න පුළුවන්කම තිබෙනවා. අපි ජීවත්වෙලා ඉන්න කොට ඇට කැබලිවල නොයෙක් වේදනා ඇති වෙනවානේ. අත රිදෙනවා, කකුල රිදෙනවා. මේ වේදනාව හේතු නිසා හටගත්ත දෙයක්. එයට අවශ්‍ය හේතු ඇතිවනවිට වේදනාව ඇති වෙනවා. ඒ හේතු නැතිවනවිට හටගත්ත වේදනාව නැතිවෙලා යනවා. මේවා නුවණින් විමසමින් බලන්න පුරුදු වෙන්න ඕනෑ.

දැන් මේ ඇට කැබලිවල සමුදය බලන්න ගියහම අපිට අනුවෙන්තෙ වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණයයි. මේ ධර්මතාවලින් තමයි මේ ඇට කැබලි හැදිල තිබෙන්නේ. මෙතන මම, මගේ, මට අයිතියි කියලා දෙයක් නෑ.

“වයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති”

ඇයි මේ ඇට කැබලි මේ ස්වභාවයට පත්වුනේ? හටගත්ත ධර්ම ටික තිබෙනකල් මේවා හටගත්තා. හටගත්ත ධර්මතා නැතිවෙනකොට මේවා නැතිවෙලා ගියා.

අපි කොහේ හරි යන කොට සතෙකුගෙ ඇට සැකිල්ලක් දකිනවා. ධර්මය පිළිබඳව අවබෝධයක් නැති කෙනා එක පාරට ම කියන්නේ “මෙන්න සතෙක් මැරිලා” කියලා. නමුත් ධර්මය පිළිබඳ අවබෝධයක් තිබෙන කෙනා මොකක්ද දකින්නේ? යම් දවසක හටගත්ත ධර්මතා ටික පවතිනකම් පැවතුනා. ඒ හටගත්ත ධර්මතා ටික නැති වෙනකොට නැතිවුණා. හටගැනීමත්, නැතිවීමත් පිළිබඳ අවබෝධ කරගන්නේ මේ ආකාරයට නුවණින් විමසලාමයි.

අවිද්‍යාව නිසා, තණ්හාව නිසා, කර්මය නිසා මේවා හටගන්නවා. ඊළඟට මේවායේ හටගැනීම-නැතිවීම නුවණින් හොඳට බලන්න ඕනෑ. හටගැනීමත්, නැතිවීමත් නුවණින් බලන්න. හටගත්ත යම් හේතුවක් තිබෙනවද? ඒ හේතු තිබෙනකම් මේක පවතිනවා. අපේ මේ ශරීරයේ කුණප කොටස් තිස්දෙක වෙන් කරලා බලනකොට මේ හටගත්ත දේ පවතිනකම් මේක තිබෙනවා. හටගත්ත දේ නිසා පවතිනවා. නිරන්තරයෙන් හටගෙන, ඇතිවෙලා, නැතිවෙලා යනවා.

දැන් මේ ශාලාවේ ගෙදරින් පැමිණි අය කවුරුවත් නැහැ. උදේ ගෙදරින් පිටවෙනකොට වෙනම නාම ධර්ම ටිකකුත්, දැන් වෙනම නාම ධර්ම ටිකකුත් තිබෙනවා. ගෙදර යනකොට ඒ නාම ධර්ම ටිකත් නැහැ. එහෙනම් තණ්හාවෙන්, මානසෙන්, දිට්ඨියෙන් අල්ලගෙන ඉන්නේ හේතු නිසා හටගන්න නාම-රූප ධර්ම ටිකයි. ඒ හේතු නැතිවෙනකොට නැතිවෙලා යන නාම-රූප ධර්ම ටිකයි. තණ්හා, මාන, දිට්ඨි කියන තුනම දුරු කරලා දාන්න ඕනෑ. බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළා භාවනා මාර්ගය පුරුදු කිරීමෙන් නුවණ පාදාගෙන මේ පිළිබඳව නුවණින් කල්පනා කළ යුතුයි කියලා.

“අත්ථි කායෝති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා හෝති”

කයක් නම් ඇත්තේය. මේ කය පවතින්නේ කුමක් නිසාද? නාම රූප ධර්ම නිසයි. ‘සති පච්චුපට්ඨිතා හෝති’ නැවත නැවත මේ මාර්ගය ඔස්සේ සිහිය දියුණු කළ යුතුයි. මෙහි නැවැත්ම ‘යාවදේව ඤාණමත්තාය පතිස්සතිමත්තාය’ මාර්ගඤාණ, මාර්ගඵල ලැබෙන කල්ම මනාව මේ මාර්ගය වැඩිය යුතු වෙනවා. සෝවාන්, සකාදාගාමී, අනාගාමී, රහත් තත්ත්වයන්ට පත්වෙන තුරුම මාර්ගය වඩන්න මූලිකම දේ සත්‍ය ඤාණයට පැමිණීමයි. ඉන් අනතුරුව ඉතිරි මාර්ගඵල දක්වා දියුණු කළ යුතුයි.

‘අනිස්සිතෝ ච විහරති’

බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා, ‘අනිස්සිතෝච’ කියන්නේ තණ්හා, මාන, දිට්ඨි වශයෙන් නොගැනීමයි. දැන් බොහෝ පිරිසක් දන් දෙන්නේ තණ්හා, මාන, දිට්ඨි වශයෙන් උපාදානය කරගෙනයි. කුසල්, අකුසල් රැස් වෙන්නේ උපාදානයත් එක්ක බව හොඳට මතක තියා ගන්න.

බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළේ “උපාදානේ හයං දිස්වා ජාති මරණසම්භවේ, එම නිසා උපාදානයේ බිය දැකල ජරා, මරණ, නවත්වන්න ඕනෑ. උපාදානය තිබෙන තුරු ජරා, මරණ තිබෙනවා. ඒ නිසා ඒ තත්වයට තමන්ගෙ හිත පත්කරගන්න ඕනෑ. එම නිසා බොහෝ දේවල් තිබෙනවා අපිට ධර්මයක් සමගම හිතන්න. දන් දෙනකොට, සිල් රකිනකොට, භාවනාව දියුණු කරන විට අවබෝධයෙන් ම කළ යුතු වෙනවා.

“අනිස්සිතෝ ච විහරති න ච කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති”

තණ්හා, මාන, දිට්ඨි වශයෙන් ගන්න දෙයක් නැත්නම් මොනවද අපිට උපාදානය කරන්න තිබෙන්නේ? රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ස්පර්ශ, ධර්ම ආදිය අපි කොහේදිවත් කොතනකදිවත් කාම වශයෙන් ගන්නේ නැහැ. ඇයි ඒ? අපි ගන්නවානම් ඒවායේ උපාදානයක් තිබෙනවා. එම නිසා ලෝකයේ කිසිම දෙයක් උපාදානය නොකර සිටීමට අපි දක්‍ෂ වෙන්න ඕනෑ. නමුත් උපාදානයේ බලවත්කම නිසාම අපට උපාදානය අනභූර ගන්න බැරිවෙනවා.

වයසට යනකොට අපි දවසින් දවස උපාදානය කර ගන්නා දේවල් වැඩි වෙනවා. දරුවෝ, දේපල, ගෙවල්, දොරවල් උපාදානය කරගෙන මැරුනොත් දරුවන්ටත් කරදරයි. එම නිසා කාම උපාදානය අත්හැර ගන්නම ඕනෑ. දිට්ඨි උපාදානය, සීලබ්බක උපාදානය, අත්තවාද උපාදානයෙන් හිත නිදහස් කරගන්න ඕනෑ.

සෝවාන් වෙනකොට දිට්ඨි, සීලබ්බත, අත්තවාද උපාදාන තුනම නැති වෙනවා. ඒ උපාදානය සර්වාකාරයෙන් නැති නොකොළොත් භවයක් ඇති වෙනවා. උපාදානය නොකොළොත් භවයක් ඇති වෙන්නේ නැහැ. භවයක් ඇති වීමට කර්ම රැස්කරන්නේ නැහැ.

කර්ම රැස්කරන්නේ නැත්නම්,

- අණ්ඩජ - මවුකුසක,
- ජලාබුජ - බිත්තරයක,
- සංසේදජ - තෙත්පරිසරයක හා,
- ඕපපාතික - ඉහත තුනෙන් ම නැතිව ඉබේ හටගැනීමක් ඇතිවෙන්නේ නැහැ.

ඒ හතරෙන් තමයි උපතක් කරා යන්නේ. උපාදානය නැත්නම් කර්ම සකස් වෙන්නේ නෑ. උපාදානය නොකර ඉන්න අපි මොනතරම් දියුණුවක් ලබල තිබෙන්න ඕනෑ ද කියලා සිතෙන්නේ මේ ධර්ම මාර්ගය ඉතාම හොඳින් පුරුදු කරන විටයි. එම නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ වදාළා 'න ච කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති' කියලා.

පින්වතුනි, මේ හැම දෙයක්ම සිදුවන්නේ ඇයි? ඉපදුන නිසයි. ඉපදුනා නම් ජරා, මරණ, ශෝක, පරිදේව, දුක්ඛ, දෝමනස්ස මේ සියල්ලම විඳින්න වෙනවා. මේවා විඳි විඳි අපි තවත් උපාදානය කරගෙන ඉන්න ද හදන්නේ? දරුවෝ වෙනුවෙන් මොනතරම් උපාදානය කරගෙන ඉන්නවා ද? ස්වාමියා, දේපල, ගෙවල්, දොරවල් මේ හැමදේම උපාදානය කරගෙන ඉන්නවා. ජීවත්වෙලා සිටින තෙක් යුතුකම්, වගකීම් කළ යුතුයි. නමුත් ඕනෑම වෙලාවක අතහරින්න පුළුවන්කම තිබෙන්න ඕනෑ. ඒකට හිත දියුණු කරගන්න ඕනෑ. හිත වඩන්න ඕනෑ. එක පාරටම බැහැ. හිත වඩලා, පුරුදු පුහුණු කරලා තිබෙන්න ඕනෑ.

බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කර තිබෙනවා, කෙනෙකුගේ විඤ්ඤාණය වුන වෙනකොට අවිද්‍යාවයි, උපාදානයයි, තණ්හාවයි අත්වැල් බැඳගෙන අපි මේ කුසල් අකුසල්වලට අනුව උපතක් කරා ගෙනයන මග සකස් කරගනිමින් ඒවාට විපාක වශයෙන් දුක් විඳිනවා කියලා.

එම නිසා මේ රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ කියන උපාදානස්කන්ධය පිළිබඳව අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම වශයෙන් නුවණින් බලමින් වාසය කළ යුතු වෙනවා.

එම නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ මේ උතුම් ශ්‍රී සද්ධර්මය ඉතාම හොඳින් වටහා ගෙන ඒ අනුව මේ උතුම් භාවනා මාර්ගය පුරුදු කර ගනිමින් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය පුරුදු කර ගනිමින් සත්පුරුෂ ඇසුර තුළින් මේ භයානක සසර දුකින් එතර වීමට සැමට ශක්තිය දෙවෙරියය ලැබේවා ! යි මෙත් සිතින් ප්‍රාර්ථනා කරමි.

සැමට තෙරුවන් සරණයි !

පුජ්‍ය වැලිමඩ පසන්නමානස හිමියන්ගේ වෙනත් ධර්ම ග්‍රන්ථ

1. මරණය අබියස ඔබ. (ගිලාන සූත්‍රය ඇසුරිනි)
2. ඇයි මේ වෙනස. (චුල්ලකම්මච්ඡංග සූත්‍රය ඇසුරිනි)
3. සසර කතරේ අතරමං නොවීමට නම්. (ජටා සූත්‍රය ඇසුරිනි)
4. බියකරු ලොවින් අපිත් නිදහස් වෙමු. (නන්දක ප්‍රේතවස්තුව ඇසුරිනි)
5. පිච්ඡුරු සිතක් ඇතිකර ගනිමු. (වන්ථුපම සූත්‍රය ඇසුරිනි)
6. කම් සුව අතහැර නිවන් සුවයට. (සුනකඛතන සූත්‍රය ඇසුරිනි)
7. අසිරිමත් ආර්ය උපෝසථය. (විසාඛ සූත්‍රය ඇසුරිනි)
8. දක අවබෝධයෙන් දකින්නට නම්. (අවේලකස්සප සූත්‍රය ඇසුරිනි)
9. සුන්දර වූ නිවන් මග. (පටිපදා සූත්‍රය ඇසුරිනි)
10. පිච්ඡුරු ප්‍රතිපදාවෙන් සම්මාසම්බුද්ධත්වයට.
11. අසරණ භාවයෙන් නිදහස් වෙමු.
12. ජීවිතයේ අවුල ලිහා ගනිමු. (විහංග සූත්‍රය ඇසුරිනි)
13. සදාකාලික සැපහම් රැස් නොකිරීමයි. (සංඛාරුප්පත්ති සූත්‍රය ඇසුරිනි)
14. සැප ලැබෙන පිළිවෙත නම්
15. දක සකස් වෙන පිළිවෙත නම්
16. කිතුල්ගොඩ අරණය සේනාසනයේ තෙරුවන් වන්දනා පොත.
17. සත්‍ය දකින්නට නම් - 1 (ආනාපානා සතිය - සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඇසුරිනි)
18. සත්‍ය දකින්නට නම් - 2 (ඉරියාපථ පබ්බය - සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඇසුරිනි)
19. සත්‍ය දකින්නට නම් - 3 (සම්පජාන පබ්බය - සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඇසුරිනි)
20. සත්‍ය දකින්නට නම් - 4 (පටික්කුල මහසිකාර පබ්බය - සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඇසුරිනි)
21. සත්‍ය දකින්නට නම් - 5 (ධාතු මහසිකාර පබ්බය - සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඇසුරිනි)
22. සත්‍ය දකින්නට නම් - 6 (පඨම සිවථිකය - සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඇසුරිනි)
23. සත්‍ය දකින්නට නම් - 7 (දුතිය සිවථිකය - සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඇසුරිනි)
24. සත්‍ය දකින්නට නම් - 8 (තතිය සිවථිකය - සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඇසුරිනි)
25. සත්‍ය දකින්නට නම් - 9 (චතුත්ථ සිවථිකය - සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඇසුරිනි)
26. සත්‍ය දකින්නට නම් - 10 (පඤ්චම සිවථිකය - සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඇසුරිනි)
27. සත්‍ය දකින්නට නම් - 11 (ජට්ඨ සිවථිකය - සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඇසුරිනි)